

הבריות | מזה שישיות

אסיפורי אלטיות

וְאֶזְכָּה לְקַיֵּם דְּבָרֵי רַבּוֹתֵינוּ זְכוֹרָנָם לְבָרָכָה
שֶׁדָּרְשׁוּ עַל פְּסוּק: "הַיּוֹם הַזֶּה נִהְיִיתָ לְעָם",
שִׁיהִיָּה דוֹמָה בְּעֵינַי בְּכָל יוֹם וַיּוֹם
כְּאֵלּוּ הַיּוֹם נִכְנַסְתִּי עִמּוֹ בְּבָרִית,
כְּאֵלּוּ הִתְחַלְתִּי הַיּוֹם לְכַנֵּס בְּקִדְשֵׁי יִשְׂרָאֵל
וּכְמוֹ שֶׁכָּתוּב: "אֲשֶׁר אָנֹכִי מִצִּדָּה הַיּוֹם",
'בְּכָל יוֹם וַיּוֹם יִהְיוּ בְּעֵינֶיךָ כְּחֻדָּשִׁים'
(ליקוטי תפילות ח"ב, ד')

את מרגישה רחוקה ממי שאת באמת קשורה אליו.
מתבוננות במעשיות | עמ' 4

"אמא, האיש שבדלת הוא אבא שלי?" סיפור חיים על ויתור
שגבה מחיר, ועל תפילות שהשלימו חיסרון
תמונות חיים | עמ' 6

בואי נלמד לראות את סימני השמחה בחיינו,
טל המורה לשמחה | עמ' 7

אין לך פניות וסבלנות לילדים? אבל קצת גם את יכולה!
חינוך בחיור | עמ' 12

כשהלב גדוש רק ההתבודדות עוזרת!
בואי למטבח הסמינר לשמוע סודות מהשטח
לב הנחל | עמ' 14

מה עושים כשיש תחביב כזה להתלונן על הצרות? מהסיפור של רבקה יי אנחנו נצא רק מודות. ראיון שאסור להחמיץ! | עמ' 10

בחורה ליטאית מתחתנת עם חסיד ברסלב ומתחילה לחיות חיים שלא חיייתה מעולם. עכשיו היא פתחה לנו קו. כדי שכל אחת תוכל להיות "מקושרת" | עמ' 8



להפש את ההתחדשות

נכון, הייתה רוח סערה בעולם. הכול מבלבל. אנשים רודפים אחרי הבל וריק. תאוות ממון גורמת לבני האדם למסור את נפשם ואת נפש ילדיהם בשביל להרבות הון כלה ואובד שאי אפשר לקחת ממנו מאומה לעולם הנצחי.

היצר הרע לוקח את אותן תאוות אפלות וישנות, אלו שמבריאת העולם חוזרות ונשנות, ונותן להם צבע ויופי וחן. לוקח גוש קקאו וקורא לו "שוקולד בלונדיני", מוסיף "חדש על המדף!" ואם צריך מורח פרסומת ענק שתלכוד את העין והלב.

וזה רק דוגמה איך הוא מרבה בהתחדשות של העולם הזה.

אבל אנחנו זכינו להתקרב לרבינו הקדוש שנותן לנו דרך של תפילה ושיחה עם בורא עולם. שהיא הדרך האמתית והיחידה! וכמו שענו אנשי כת התפילה לבעל תפילה עת מצאו זה את זה: **"שִׁפְעַת שְׁהִיָּה רוּחַ סְעָרָה הַנִּזְל, שְׁאֵז נִפְרְדוּ בְּנֵי הָעוֹלָם לְמִינֵיהֶם... אֶז אֲנַחְנוּ בְּחֻרְנוּ לְנוּ לְעֶסֶק בְּתַפִּילָה תָּמִיד לְהִשָּׁם יִתְבָּרַךְ"**

בואו נבחר יחד להתחדש בעבודתו יתברך! להיות מאנשי הבעל תפילה! לחפש את הסודות שיש ביום שלנו, לשמוח ולהתחיות מזה. להחליט: עכשיו. אני. רוצה. לברך. את. ברכת המזון. הזו. כאילו. לא. ברכת. אף פעם. עכשיו! והנה את פותחת את הברכון ומתחילה לקטוף מילים, כמו פרחים יפהיים.

וגם אם הצלחת רק חצי פסקה, ואחר כך פתאום מצאת את עצמך בעושה שלום במרומי, ואינך יודעת מדוע ואיך - עדיין זכית לנצח נצחים, הכנסת ביום שלך התחדשות!

בזכות הצדיק הגדול הזה שהתחדש כל יום מחדש, יש לכולנו תקווה למצוא את השרף הפנימי שעלה בתוכנו, ולעלות על גל ההתחדשות, שגואה והולך ברגע זה ממש.

תגיד, לא מתחשק לך להיות שוב ילדה בת שבע? כזו שנפעמת מול ציפור כנף שמתנדנדת על ענף, שמתעמקת בענני נוצה שברקיע ומתרגשת עד מאוד ממטרייה צבעונית? ואולי גם את שואלת את עצמך מה קרה בדרך? למה פתאום זקנה קפצה עלייך מותרת אותך עייפה? הוי, כמה עייפה. את יושבת לרגע על הספה וכבר שוקעת בתוכה מבלי יכולת להיחלץ. מה חסר לך את שואלת? תבלין בסיסי חשוב מאין כמוהו: התחדשות.

רבינו הקדוש לעולם לא עמד על אותה המדרגה. כל יום הוא עלה למדרגה חדשה. מחסידיו הוא ביקש שיספרו לו חדשות. "בלי חדשות איני יכול לחיות" אמר (שיח שרפי קודש א-ג).

החסידים היו מספרים לו על נפוליאון שהפך ממשרת פשוט למנהיג של אומה שלמה, והוא אמר להם שכבר נשמע מעשה כזה, ומכך נולד לנו "מעשה מבן מלך ובן שפחה שהתחלפו". רבינו ראה סודות עליונים בכל דבר.

פעם לפני ברית המילה של התינוק שלמה אפרים (תינוק שנפטר לרבינו בקטנותו ל"ע), הגיע גם רבי נתן בין החסידים לאחל מזל טוב. רבינו הסתכל על נעלו של רבי נתן ואמר: "הנעל שלך נראית כאילו סטרו בפניה", אחר שאל את חסידיו איך במשפט שאמר רמוזים סודות ברית מילה. כמובן שאיש לא ידע לענות. איך מנעל עקומה יוצאים סודות? אז הנה, בליקוטי מוהר"ן תורה ס"ג כתובים הסודות האלו...

רבינו מגלה לנו שכל החיים שלנו הוא סוד אחד גדול, ומעודד גם אותנו להאמין שהיום שלנו מרגש עד בלי די, להמשיך להיות הילדה הקטנה שתמיד מוצאת ממה להתרגש.

"כי זה עיקר החיים, כשמתחילין לעבוד את ה' בכל פעם מחדש כאילו לא התחיל עדיין בעבודתו כלל". (ליקוטי הלכות תפילין ה, לח)

יש התחדשות בעולם! יש התחדשות בבריאה!



יוצא לאור על ידי נשות ברסלב צפת

לתרומות בעמדות נדרים פלוס הכנסו לעמותת אור העולם שלוחת חברות מקשיבות או בהעברה בנקאית: למס' 6987607 סניף 897, בבק לאומי 10 ע"ש עמותת "מתחברים לאור העולם" לציין עבור חברות מקשיבות



שימי לב!

כתובת המייל ומס' הטלפון של העלון השתנו

קו חברות מקשיבות החדש! 033134270

לקבלת העלון במייל, תגובות, הערות והארות a033134270@gmail.com

עיצוב גרדי:



תמונות:



עימוד ועיצוב:

ברקה 0548400856

הגהה:

ר.ל בהר 054-846-9963

העלון עבר בקרה ע"י ועדה רוחנית. לתגובות ניתן לפנות לכתובת מייל המצויינת לעיל.

העלון מוקדש

לישועת עם ישראל

ולגאולה השלימה ברחמים

לרפואה שלימה למיטל טובה בת רות

לעילוי נשמת ניסים בן מרים, לעילוי נשמת בת שבע בת שלמה אפרים פישל

לעילוי נשמת משה בן בידה תנצב"ה

בח' טבת זכינו להיפגש פנים אל פנים בכנס חברות מקשיבות השני בבית שמש! ומכאן נשגר ברכת יישר כוח למפוצות החדשות שהצטרפו למשפחת "חברות מקשיבות" אשריכן שלקחתן על עצמכן חבילת הפצה, אשריכן על זיכוי הרבות! זכות רבינו הקדוש תעמוד לכן לכל הישועות!

מעשה מבעל תפילה

חלק כ'

הבעל תפילה נהיה למלך על כת שבחרו לעסוק בתפילה

בעל התפילה והגיבור מנסים למצוא עצה איך לתקן את המדינה שנפלה לתאוות ממון. לאחר מכן בעל התפילה מוצא את הכת שבחרה לה את התפילה לתכלית, והם מכתירים אותו למלך.

וְדַבֵּר הַבַּעַל תְּפִילָה עִם הַגִּבּוֹר.
מֵה עוֹשִׂים עִם הָאֲנָשִׁים הַלְלוּ דְהִינּוּ בְנֵי הַמְדִינָה הַנִּלְשָׁנָה שֶׁנִּפְּלוּ בְּתַאֲוֹת מָמוֹן כָּל כֶּף עַד שֶׁבָּאוּ לְשִׁטּוֹתִים כְּאֵלוֹ, שֶׁבַעֲלֵי הַמָּמוֹן הֵם אֱלֹהוֹת אֲצֵלָם וְשָׂאֵר עֲנִינֵי שִׁטּוֹת שֵׁשׁ לְבַנְי מְדִינָה זֹאת? עֲנֵה וְאָמַר הַגִּבּוֹר לְהַבַּעַל תְּפִילָה, שֶׁשָּׁמַע מִהַמֶּלֶךְ, שֶׁמֶכַל הַתַּאֲוֹת אֶפְשָׁר לְהוֹצִיא אֶת מִי שֶׁנִּפְּלָה לְתוֹכָם, אֲדָּ מִי שֶׁנִּפְּלָה לְתַאֲוָה זֹאת שֶׁל מָמוֹן, אִי אֶפְשָׁר בְּשׁוּם אִפְּסָן לְהוֹצִיאָם מִשָּׁם. וּבִוְדָאֵי לֹא תִפְעוֹל כֻּלָּל אֲצֵלָם, כִּי אִי אֶפְשָׁר לְהוֹצִיאָם מִזֶּה כֻּלָּל רַק שֶׁשָּׁמַע מִהַמֶּלֶךְ שֶׁעַל יְדֵי הַדְּרָךְ שֵׁשׁ לְהַחֲרִיב הַנִּלְשָׁנָה שֶׁמֶשֶׁם קָבַל גְּבוּרָתוֹ

כַּנִּלְשָׁנָה עַל יְדֵי זֶה יְכוּלִים לְהוֹצִיא מִתַּאֲוָה זֹאת שֶׁל מָמוֹן אֶת מִי שֶׁנִּפְּלָה וְנִשְׁקַע בְּתוֹכָהּ וַיֵּשְׁבוּ יַחַד אֵיזָה זְמַן הַגִּבּוֹר עִם הַבַּעַל תְּפִילָה וְעַל עֲנִין הַנִּלְשָׁנָה שֶׁל בְּנֵי הַמְדִינָה הַנִּלְשָׁנָה, שֶׁבִקְשׁוּ מִהַבַּעַל תְּפִילָה שֶׁיֵּצֵא אֶל הַגִּבּוֹר בְּשִׁבְלֵם כַּנִּלְשָׁנָה, הִרְחִיבוּ הַזְּמַן הִינּוּ שֶׁהַבַּעַל תְּפִילָה פָּעַל אֲצֵל הַגִּבּוֹר לְהַרְחִיב לָהֶם הַזְּמַן לְבַנְי הַמְדִינָה, וְנָתַן לָהֶם אֲרָכָה אֵיזָה זְמַן וּמָסְרוּ סִימָנִים זֶה לָזֶה הִינּוּ הַגִּבּוֹר וְהַבַּעַל תְּפִילָה מָסְרוּ סִימָנִים זֶה לָזֶה כְּדֵי שֶׁיִּשְׁכְּלוּ לִידַע אֶחָד מִחֻבְרֵוֹ וְהִלֵּךְ לוֹ הַבַּעַל תְּפִילָה לְדַרְכּוֹ וּבְדַרְכּוֹ הִלּוּכּוֹ שֶׁל הַבַּעַל תְּפִילָה רָאָה שֶׁהוֹלְכִים אֲנָשִׁים

וּמִתְפַּלְלִים, וְנוֹשְׂאִים חֻבּוּרִים שֶׁל תְּפִילּוֹת וְנִתְיָרָא מֵהֶם, וְגַם הֵם נִתְיָרָאוּ מִמֶּנּוּ וְעָמַד לְהִתְפַּלֵּל, וְגַם הֵם הִתְפַּלְּלוּ אַחַר כֵּן שֶׁאֵל אוֹתָם: מִי אַתָּה הַשִּׁיבֵנו לוֹ, שֶׁבַעֲת שֶׁהִיָּה רוּחַ סְעָרָה הַנִּלְשָׁנָה, שֶׁאֵז נִפְרְדּוּ בְּנֵי הָעוֹלָם לְמִינֵיהֶם, אֵלֶּה בָּחֲרוּ בְּזֶה וְאֵלוֹ בְּזֶה [כְּכֹל הַמְּבֹאֵר לְמַעַלָּה חֲלוּקֵי הַפְּתוּת הַנִּלְשָׁנָה] אֲזַ אֲנַחְנוּ בָּחֲרֵנוּ לָנוּ לַעֲסֹק בְּתַפִּילָה תָּמִיד לְהִשָּׁם יִתְבָּרַךְ וּבִקְשָׁנוּ וּמִצָּאָנוּ בַּעַל תְּפִילָה אֶחָד וְעָשִׂינוּ אוֹתוֹ לְמֶלֶךְ כְּשֶׁשָּׁמַע זֹאת הַבַּעַל תְּפִילָה, הוֹטֵב הַדְּבָר בְּעֵינָיו מְאֹד כִּי בְּזֶה הוּא חֲפָץ וְהִתְחִיל לְדַבֵּר עִמָּהֶם, וְגִלָּה לָהֶם סֵדֵר תְּפִילּוֹתָיו וְחֻבּוּרָיו וְעֲנִינָיו

כְּשֶׁשָּׁמְעוּ דְבָרָיו, נִפְתָּחוּ עֵינֵיהֶם וְרָאוּ גְדֹל מַעֲלָתוֹ שֶׁל הַבַּעַל תְּפִילָה הַזֶּה וְתִכְרַף עָשׂוּ אוֹתוֹ לְמֶלֶךְ עֲלֵיהֶם כִּי הַמֶּלֶךְ שִׁלָּהֶם מַחֲל לוֹ הַמְּלוּכָה, מִחֻמַּת שֶׁרָאוּ שֶׁהוּא מְפַלֵּג בְּמַעֲלָה יִתְרָה מְאֹד וְלָמַד עִמָּהֶם הַבַּעַל תְּפִילָה הַזֶּה וְהֵאִיר עֵינֵיהֶם וְעָשָׂה אוֹתָם לְצַדִּיקִים גְּמוּרִים גְּדוֹלִים מְאֹד כִּי הֵם הָיוּ מִתְחַלְּקֵה גַם כֵּן צַדִּיקִים [מֵאַחַר שֶׁעָסְקוּ רַק בְּתַפִּילָה כַּנִּלְשָׁנָה] אֲדָּ זֶה הַבַּעַל תְּפִילָה הָאֵיִר עֵינֵיהֶם עַד שֶׁנַּעֲשׂוּ צַדִּיקִים נוֹרָאִים מְאֹד וְשִׁלַּח הַבַּעַל תְּפִילָה אֲגָרֶת לְהַגִּבּוֹר הַנִּלְשָׁנָה וְהוֹדִיעּוֹ אֵיךְ שֶׁזָּכָה וּמִצָּא אֲנָשִׁים כְּאֵלוֹ וְנַעֲשָׂה עֲלֵיהֶם מֶלֶךְ.





להיות אישה מנשות הבעל-תפילה

שאלה:

שלום, חזרתי בחשודה דרך ההתקרבות לרבינו. כיום לזכרי אין משהו שמצא את צה. פעם היה לי אור, חיות, הייתי זפניץ. היומ? אני זעלי כבר לא זעני. איך חזרתי ומכניס את אור רבינו לזיתי שפרה

תמר משה, חסידת ברסלב מירושלים, מלווה נשים בתהליכים פנימיים משיבה:

שלום שפרה יקרה,

סיפורי-המעשיות של רבינו וכל תורתו מושתתים על געגוע ורצונות. את מתארת בשאלתך בדיוק את זה. רגע של הארה, ואז הרגשת התרחקות, שבאמת היא כולה התקרבות. לעולם לא תרגישי רחוקה מסינים ויפנים, אלא ממי שאת באמת קרובה אליו. כשהדרך הזו קוראת לך - סימן שאת שייכת לה. הגעגוע לקרוב-מתוק הזה מתקיים דרך רצונות. ורצונות אנחנו מלבים דרך שלוש הנקודות: צדיק, חבר והתבודדות.

דמייני את עצמך הולכת יחד עם האנשים הנפלאים שהצדיק פוגש "ובדרך הלוכו של הבעל תפילה ראה שהולכים אנשים ומתפללים, ונושאים חבורים של תפילות" - כשאת הולכת איתם, את לומדת להתפלל, על כל דבר. כמה יקר לפני ה' לבקש. רבי-נתן התלמיד הנאמן, שנולד בט"ו בשבט, במזל דלי - דולה ומשקה מתורת רבו, מלמדנו: כשאני רואה חיסרון, סימן שלא התפללו על הדבר הזה בכלל, או שלא התפללו מספיק. ומהו החיסרון? חוסר רצון. כשחסר לך, תמלאי ברצונות ובכיסופים טובים, אל תשאירי את החלל 'פנוי' לרצונות היצר-הרע, חלילה. כשאת ממלאת בתפילה, את צוברת את הרצונות הללו עד שבבוא היום ינקבו את האבן, טיפה ועוד אחת.

בואי ותראי אותך אומרת עם אנשי הבעל-תפילה "אנחנו בחרנו לנו לעסק בתפילה תמיד להישם ותברך", כי את שייכת. קחי כוח מהרגע היקר הזה, שבו פגשת את הצדיק והבנת שאת רוצה. ללכת. בדרך הזו. להיזכר בו, זה כמו רגע לידה. גאולת-הנפש. כמה מחזק לשמוע סיפורי התקרבות. בפרט את שלך. כשהנפש שלך תתגעגע לאור תוכלי להיזכר איך הוא קרא דווקא לך מכ-ל האנשים בעולם, שהלוואי יזכו בקרוב. תראי אלו מלחמות צלחת עד-כה, וכי חסרים אנשים שמכלים ימיהם בצבירת ממון, נהנתנות וחומר? אנשי-הצדיק, גם אם נפלו, הם צועקים: "מה עושים עם האנשים הללו (ועם עצמנו...) שנפלו בתאוות ממון כל-כך עד שבאו לשטותים פאלו, שבעלי הממון הם אלהות אצלם".

חפשי בכך עוד קצת מסירות ורצון לקיים את עצות הצדיק. כשתכניסי אותם אל חיך תזכי למה

שזכו כ"ששמענו דבריו, נפתחו עיניהם וראו גדל מעלתו של הבעל תפילה... ותכף עשו אותו למלך עליהם". אפשר לקרוא ולהגיד 'נחמד', ואפשר להבין, כמו שאת מבינה בשאלה שלך, שה-ח-י-ים שלי תלויים בזה, שבלי המים של הנחל הזה, אני אגוע ואמות ל"ע, אני עלולה ליפול ולהיות עסוקה בשטותים של העולם, איפה יפקחו עיניי אם לא בהתבודדות? אם לא אשא איתי חיבורים של תפילות? כמה יקר להתיישב, ולכתוב תפילה, פרטית שלך. לשאת אותה, על דל שפתייך. ואז, כשתבחרי בהתבודדות, ותתחילי להתפלל, יום, בעקשנות ועזות-דקדושה, על הצרכים שלך, על הבית שלך, על בעלך, תזכי שהבעל-תפילה ילמד אותך איך להמשיך להתפלל "ולמד עמהם הבעל תפילה הזה והאיר עיניהם ועשה אותם לצדיקים גמורים גדולים מאד".

את יכולה כאן ועכשיו לחבר לך תפילה, ולהתפלל אותה. בתפילתך שפכי את הרצונות היקרים הללו לזכות להכין כלי קיבול לאור בשיחה יומיומית גם אם היא מתחילה בדקה. אחת. קבועה. שאת לא מוותרת עליה לעולם. בואי נתפלל אותה עכשיו ביחד, את ואני, ומתוכה תזכי למצוא את שלך: 'ריבונו של עולם, עזור לי לפרש שיחתי לפניך בכל יום, על כל דבר. זכני לנקודת-חברה, עזור לי, לבני-ביתי ולכל בניך, לקיים את עצות הצדיק, לשמוע בכל יום מדיבוריו שיעירו ויחיו אותי ויתנו לי חשק לעבוד אותך בשמחה" (מוזמנת להמשיך, זה כבר סוד שלכם...)

קחי לך מחברת, רשמי את חיבורי-התפילות היקרים מפז שלך והיי נושאת אותן על דל שפתייך. בימי היושב, הן תזכרנה לך מה את רוצה, כמה את מתגעגעת לטוב. כשתהיי יגעה ומתגעגעת, תזכי לגעת, ולהגיע אל בת-המלך האבודה. דקה אחת עקבית של תפילה, שתלך ותגדל, פרק תהילים אחד, מחיבורי-התפילות של דוד-המלך ('שבתי בבית ה'...' 'לעשות רצונך אלוקי חפצתי...'), וכמובן, זה בדיוק הזמן לפנק את הספרייה בחיבורי-התפילות של רבי נתן 'ליקוטי-תפילות'. פתחי תפילה אחת, באקראי, בעמוד שיפתח לך, תמצאי אבדה יקרה, שתמשיך ותימצא ביגיעה, בגעגוע ובתפילה, אל ייאוש! רק תהיי מתגעגעת.

שיר מעשייה
ח. עשהאל



צ'ילי אהבתך

בא אבא בא

לכאן לתוך השקט

אל הפאב אל תוך החשכה

כי רב הזמן

לבד אני הולכת

מבלי לחוש צ'ילי אהבתך.

כי רב הזמן

לבד אני חולפת

העננים סופרים את צעדי

בלי לפרש כנף

אני נודדת

פה עיפה כבודות שמורות עיני

כשאני אתך

בכלל איני פוחדת

כשאתה אתי

אני צפור קלה

כמו הרוח שמרחפת

סודות פמוסיים

אתה היא מגלה.

כשאני אתך

בכלל איני פוחדת

כל ההרים

הופכים להיות מישור

כשאתה אתי

עמק מתוך התכלת

שומעת רעד

מיתרי כנור...



בעל-התפילה והגיבור

"עם איזה אישה התחנתני, חסרת התחשבות, אני הייתי נותן לה את השקט שלה בזמן של קושי (אחד הדברים שהכי מעצבן אותה שהוא עושה) והיא לא מסוגלת לשחרר את הבן אדם, כנראה שיש לה הפרעת אישיות" (באופנה אמרנו...)

וברגע של "עת רצון" כשהמחשבות הלא טובות האלו יוצאות החוצה מתחיל הבלגן האמיתי, מלחמה.

"תן שלום במלכויות"

בשביל לזכות ל"כלי מחזיק ברכה" הוא השלום, נצטרך: א. הכרה בזה שהשני שונה ממני. ב. להוריד ציפייה ילדותית שהוא יפעל בדיוק כמוני. ג. לשחרר עוד ציפייה ילדותית שהוא יבין אותי, אבל בדיוק, גם בלי שאצטרך להסביר את צרכי. ד. פתיחות ומוכנות להכיר את עולמו, כי כשאין הבנה בעולמו של השני והסכמה שיש זכות קיום גם לו והוא ממש בסדר אפילו שהוא שונה ממני, אנחנו בבעיה. הגיבור והבעל-תפילה שמחים זה בזה, מעריכים את עבודתו זה של זה, על אף השוני החריף, ודווקא כשהם פועלים ביחד, העלילה מתקדמת בהאצה עד לגאולה השלמה. שנזכה...

עניין השוני המובנה שבין איש לאישה, ויש המון שוני - פיזי, מנטאלי, התנהגותי.

לדוגמא: על פי רוב כשאישה חווה מצוקה, היא צריכה לדבר על זה, עצם הדיבור כבר מקל עליה וע"י הדיבור היא מעבדת את הקושי.

בשונה ממנה האיש, על פי רוב, כשהוא חווה מצוקה, הוא צריך זמן של שקט, הוא כמו נכנס ל"מערה" שלו, ורק בשקט שלו עם עצמו ועם מחשבותיו הדברים מתבהרים ו"מתיישבים" לו.

אז איך שוני הופך למלחמה?

היא תנסה לדובב אותו ותשאל אותו המון שאלות כשהיא רואה שהוא נמצא בקושי, כדי לעזור לו לפתוח ולדבר, כי כך הייתה רוצה שיעשו בשבילה. הוא לא משתף פעולה כי צריך שקט, היא מתעצבנת וחושבת "עם איזה בן אדם סגור התחנתני, לא יודע לשתף, ממש הפרעת אישיות (מאוד באופנה לטעון על בן/בת הזוג שיש לו הפרעת אישיות, אז למה לא?), הוא גם כנראה לא אוהב אותי אחרת ברגעים כאלה הוא היה פותח את ליבו מולי", אז היא מנסה יותר ובכוח לגרום לו לדבר איתה.

הוא מרגיש מותקף, כל מה שהוא צריך זה שקט עם עצמו, הוא מנסה לרמוז לה שלא מתאים לו עכשיו שיחות נפש אבל היא לא מרפה, הוא אומר מפורש והיא נעלבת, הוא מתעצבן וחושב

משל נפלא לאיש ואשה. ואפשר ללמוד מהם על השוני המהותי בין השניים:

הגיבור דרכו לכבוש. רבינו מגלה לנו סוד נפלא שבעצם הוא רוצה רק הכנעה, הוא בא חזיתית ראש בראש ומי שלא ייכנע מסכן...

הבעל-תפילה פועל בדרך נסתרת, רחוק מעין רואה. עיקר עבודתו היא עבודת התפילה, הוא עובד בפנים פועל את רצונו בסבלנות, ברכות... וכשהוא פועל בעולם הוא עושה זאת בדרכים מפותלות, מתחפש, מדבר עם כל אחד באופן שאינו מזהה את כוונתו האמיתית, עד שהוא מוצא את רצון ואז מדבר מהתכלית ומנסה למשוך אליו.

שתי מהויות שונות כל כך, לכאורה יכלו ממש לא לסבול זה את זה, מפני שכל אחד אוחד במקום אחר לגמרי.

אפשר לדמיין את הבעל-תפילה רוגז על הגיבור "אתה לא מבין שלא ככה פועלים עם בני אדם, אתה סתם מפחיד וכוחני, איך הם יתקרבו לה' ככה? אתה רק מרחיק!"

ולעומתו "כן, ואתה רכרוכי שכמוך, עד שאתה מזיז משהו... תפילה זה נחמד אבל למה כ"כ הרבה זמן? תכלס אתה לא עושה כלום, עד שאתה מדבר אמת עם מישהו כבר יוצאת הנשמה פעמיים, אתה צריך לעשות כמוני".

הרבה מריבות בין זוגות, לצערנו, יושבות על



ליקוטי תפילות

תפילה להתחדשות

"מֵלֵא רַחֲמִים, אֲדוֹן הַנְּפִלְאוֹת, הַמְּחַדֵּשׁ בְּטוֹבוֹ בְּכָל יוֹם תְּמִיד מַעֲשֵׂה בְּרֵאשִׁית, אֲשֶׁר בְּתוֹבוֹתֶיךָ אַתָּה מְשַׁנֵּה עֵתִים וּמְחַלֵּף אֶת הַזְּמַנִּים, עֲזֵרְנִי וְהוֹשִׁיעֵנִי בִישׁוּעֶתְךָ הַגְּדוֹלָה וְהַנְּפִלְאָה, שְׂאֲזֹכָה לְחַדֵּשׁ אֶת עֲצָמֵי בְּכָל יוֹם בְּתוֹסַפֵּת קִדְשָׁה וְטָהֳרָה בְּאַמֶּת, שְׂאֲזֹכָה בְּכָל יוֹם לְהִתְחַלֵּל מִחֻדָּשׁ בְּעִבּוּדְתֶךָ הַקְּדוּשָׁה כְּאִלּוּ נוֹלַדְתִּי הַיּוֹם וְלֹא אֶחְשַׁב מִיּוֹם לְחַבְרוּ כָּלֵל, וְלֹא יוֹכְלוּ לְבַלְבֵּל אֶת דַּעְתִּי כָּלֵל מִיּוֹם לְחַבְרוּ, הֵן מִהֶעֱתִיד, וְלֹא יִכְבְּדוּ עָלַי אֶת הָעִבּוּדָה עַל יְדֵי הַיָּמִים הַבָּאִים וְהַשְּׁעָה הָעֲתִידָה, וְלֹא אֶסְתַּכַּל וְלֹא אֶחְשַׁב בְּדַעְתִּי כִּי אִם אוֹתוֹ הַיּוֹם וְאוֹתָהּ הַשְּׁעָה וְהִרְגַע שְׂאֲנִי עוֹמֵד בָּהּ אֲזוּ, בְּאִפֶּן שְׂאוּכַל לַעֲסֹק בְּעִבּוּדְתֶךָ בְּאַמֶּת בְּתַמִּימוֹת בְּלִי שׁוֹם בְּלְבוּלִים וּפְחָדִים וּכְבִּדּוֹת וְעֲצָלוּת, רַק אֲזַדְרֹז בְּעִבּוּדְתֶךָ בְּכָל יוֹם מִחֻדָּשׁ, וְלֹא אֶשִׂים לְנֶגְדַי עֵינַי כִּי אִם אוֹתוֹ הַיּוֹם וְהַשְּׁעָה וְהִרְגַע לְבַד, לְמַעַן אֶתְחַזֵּק עַל יְדֵי זֶה בְּעִבּוּדְתֶךָ בְּאַמֶּת וְלֹא יִהְיֶה כְּבֹד עָלַי שׁוֹם דְּבַר עִבּוּדָה שֶׁהוּא רְצוֹנְךָ בְּאַמֶּת, כִּי עַל יוֹם אֶחָד יְכוּלִין לְסַבֵּל כָּל הָעִבּוּדוֹת שֶׁבְּעוֹלָם..."

נסיעה לאומן

לכבוד ההילולא של משה רבינו ז' באדר

מתארגנת נסיעה

עם המדריכה הותיקה גב' צ' פלדמן

הקבוצה תצא ביום שלישי ד' אדר

(3 במרץ)

המראה בשעה 23:30 לקישינב

חזור ביום ראשון ט' אדר (9 במרץ)

המראה בשעה 20:00

שבת באומן במלון חושן.

כמו כן נסיעות למעוז יבזו ברדיצ'ב

וברסלב.

מחיר: \$ 1120

לפרטים והרשמה:

0527142147 | 029921890

0527104215



ברכת הדרך

נחמה אשכנזי

המלאך הטוב עונה אמן בעל כורחו. אמן, שיגיעו ימים טובים מאלו. אמן שמשפחה זו תתאחד.

אבל לבוא עולם היה מסלול אחר עבור כולנו. אבא נשאר בכלא, ושום ניסיון של הקהילה לשחררו בערבות לא הועיל. אחרי שהצליח להימלט מציפורני כולאיו, ברח לארץ מכורתו, אמריקה הרחוקה. משם בזהות שאולה יצר קשר מדי פעם עם אמא. ואפילו הצליח להגיע מספר פעמים לביתו, אך אחר כך נעלם. כשנולדתי אבא כבר לא נראה באופק, ואמא נאלצה לגדל אותנו לבדה. ולמרות שאמא עשתה זאת הכי טוב שאפשר, הילדה הקטנה שהייתי לא יכולה הייתה לוותר. היא רצתה אבא. ומיאנה להתנחם על חסרונו הכואב.

כשגדלתי קצת הייתה אמא מספרת לי סיפורי גבורה על האבא הטוב שלי שהיה ירא שמיים וגם התפרנס ברווח מהצ'ינג' (המרת כספים), עבודה שהייתה מותרת רק לחוצניקים כמוהו.

"זה היה ביום נמהר אחד" סיפרה אמא. "אבא ישב בחדר עם חבריו לעבודה ויחד עסקו בהמרת כספים. חבילת שטרות עמדה על השולחן, כשצעדים נשמעו קרבים. יוסף היה הראשון שהרגיש בתכונה הקרבה. "שוטרים!" לחש. ברגע אחד כולם התנדפו דרך הדלת האחורית, נסים על נפשם בלי להותיר עקבות. איש לא רצה למצוא את עצמו כלוא תחת מסגר וברית, איש לא היה מעוניין להיתפס.

אבא ניסה לטשטש עקבות, אבל השוטרים כבר זיהו שישנם שותפים לעסק ודרשו מאבא להסגיר את חבריו כשהם כופתים את ידיו באזיקים וגורפים לכיסם את סכום הכסף שיכול היה להספיק למשפחה שלמה בירושלים למשך שנה תמימה. "אתה אולי חוצניק, אבל להם אסור להתעסק בהמרות" שאגו עליו, מבטיחים שאם ישתף פעולה ערמת הדולרים תחזור אליו, ושום רע לא יאונה לו.

אבל הם לא הכירו את אבא. אבא לעולם לא יפליל את חבריו. אבא החליט למסור את נפשו ולא להרוס חיים ליהודים טובים שרק רצו להתפרנס. הוא התעטף בשתיקה רבתי. כובש בליבו את המידע ומקבל עליו את הדין באהבה. שום דבר מההתעללויות והביזיונות

ערב שבת פסעה השיירה בנחישות למקום הרע והמר שאסר את אבא הטוב שלנו וחמס ממנו באכזריות את החופש והחירות.

"גברת צוקרמן, המתני כאן, השגיחי נא על הילדים!", הסוהר כבר הכיר את אמא, את השיירה האנגרטי, את כוס הקידוש ואת היין שאחי הגדול היה מגיש בהתרגשות לאבא. הוא נכנס למתחם האפלולי והודיע לאבא על בואו.

לאחר חמש דקות של ציפייה דרוכה אבא נראה מבין הסורגים המחלידים בבגדי האסיר שלו. כחוש וחיוור ניסה לחייך ללא הצלחה לפניו הקטנות שהביטו בו בכמיהה בלתי מוסתרת. "טאטי, תעשה לנו קידוש", אמא ביקשה בלחש חנוק. "אנחנו לא מוותרים

"אמא, האיש שבדלת הוא אבא שלי?"

הייתה בשאלה כמיהה עמוקה.

כמה רציתי לפגוש באבא. אבא אמיתי

כמו שיש לחברות שלי, כמו שיש לכל

הילדים בעולם.

והרי אינני יתומה, חלילה. יש לי אבא.

אז למה הוא לא חוזר אליי?

על הקידוש של טאטי, נכון ילדים?", פנתה אלינו מותחת את שפתיה לחיוך שעלה לה בעמל רב. אישה חזקה, בתפקיד כמעט בלתי אפשרי. אישה שמבקשת להיות רעיה בתוככי בית הסוהר. להזכיר לבעלה שיש לו ערך בלתי מותנה, ואף אחד לא יכול לשלול אותו ממנו.

למשמע דבריה הטובים קומתו של אבא הזדקפה מעט. הוא אחז בכוס הכסופה בידיו, טיפות היין טפטפו לימין ולשמאל אך הוא בשלו. עוצם עיניו חזק חזק, מברך בריכוז את מילות הקידוש, בקול רם ובנעימה, כאילו הוא מצוי עתה בשולחן הערוך בבית. שולחן שמראהו השתנה לחלוטין, ונחסר, ונסדק. כאילו הוא חזר זה מכבר מהשול, שבו שהה במחיצת רבו, רבי אברהם בן רבי נחמן זצ"ל, אותו שימש בנאמנות מאז התקרב לרבינו בתור בחור צעיר שזה עתה הגיע מאמריקה.

וכששה פיות טהורים ענו 'אמן' במתיקות שהאירה את חשכת בית הסוהר נראה שגם

הסיפור שלי התרחש לפני שישים שנה בירושלים העתיקה. הסיפור שלי הוא סיפור על ילדה קטנה עם לב שבור ועל הרופא לשבורי לב שלא שכח אף דמעה שלי, ולא שוכח אף דמעה של שום יהודי בעולם.

&

איש גבה קומה עם זקן ארוך ופאות מסולסלות דפק על דלתנו. ליבי הקטן בן שש השנים החסיר פעימה כמו בכל פעם שגבר זר דפק על הדלת. אולי זה הוא? קרבתי לאשנב, מציצה על דמותו המרשימה. כן, כנראה הפעם זה הוא. היה לו תיק שחור ומתוכו הוא הוציא מעטפה חומה ועבה. הוא דפק פעם ועוד אחת, מחכה שהדלת תפתח. רצתי אל אמא, תופסת בסינרה חזק חזק. "אמא, האיש שבדלת הוא אבא שלי?" הייתה בשאלה כמיהה עמוקה. כמה רציתי לפגוש באבא. אבא אמיתי כמו שיש לחברות שלי, כמו שיש לכל הילדים בעולם. והרי אינני יתומה, חלילה. יש לי אבא. אז למה הוא לא חוזר אליי?

קמט עצב נראה במצחה של אמא, מצטרף לקמטים אחרים שנחרטו בפניה בטרם עת. היא מיהרה לסובב את המפתח וליטול את המעטפה. "זה רק הדוור, ילדתי", ענתה מלטפת את ראשי הקטן. החרשתי. בולעת את

האכזבה המרה. אמא סיפרה לי תמיד שאבא נמצא באמריקה הרחוקה. הוא לא יכול לחזור הביתה כי יש אנשים רעים שרודפים אותו ורוצים להרע לו. אבל אפילו שהוא שם הוא לא שוכח שיש לו ילדה קטנה שהייתה אז, כשהיה עוד בארץ, תינוקת. ילדה שאת דמותה הוא לא מכיר, וגם היא איננה יודעת את דמותו הוא.

האחים שלי סיפרו לי איך לפני שנולדתי אמא הייתה מניחה את אחי שמעליי, שאז היה תינוק, בעגלה היפה שנותרה מימי הזוהר בהם היו חפצים יקרי ערך ורהיטים של ממש בביטנו. מאחוריה השתרכו חברות אחיי השובבים. וכך היו חוצים את שכונת מאה שערים, ממשיכים לרחוב יפו, ומשם בעיכול הכבישים דרך סמטה צרה היישר למוסד החשוך והמדכא, הכלא של ירושלים.

הצינה הירושלמית כמו תקופות הגשמים לא הכריעו את הכף לטובת הבית המגונן. בכל



סימנים של שמחה במתנה

במעשיה, הגיבור ובעל התפילה נותנים ביניהם סימנים, שיוכלו לידע אחד מחברו.

רבי נחמן מזכיר לנו שמצווה גדולה להיות בשמחה ושולח סימנים לתמיכה שלו לתוך העולם הזה. סימנים של שמחה.

במשך חודשים רבים עסקנו בעבודת השמחה: מה כדאי לעשות, לתרגל, לשים-לב ולבחור על מנת להרגיש שמחה. עסקנו בצחוק יזום, שירה, ריקוד, אמירות של קלילות ועוד.

הפעם, נחרוג ונעסוק במתנת השמחה, אחד מהסימנים המיוחדים והאישיים ביותר בקשר עם הצדיק.

הצדיק נותן לנו סימנים, לכל אחת ואחת במסע האישי שלה. הרגשה שהצדיק באמת מלווה אותך גם במאבק היום יומי בתוך ההסתרה. בתוך או מיד אחרי סיירת לילית לבדיקה שהילדים מכוסים, בישול, שטיפת כלים...

דווקא כשאת 'משלמת' על כך שאמרת כן לבעלך לטיסה לאומן לשבת חנוכה, ראש השנה, שבועות או זמן אחר, ואת מרגישה את העומס המוגבר עם הילדים והבית ואת החג השונה בהיעדרו של הבעל - דווקא אז היי קשובה. לפתע מופיעה התפעמות של שמחה. הצדיק שולח לך דרישת שלום.

חשוב לתת למתנות הללו מקום. נכון, אין תהליך ברור על מנת לקבל אותן. הן אינן בשליטתנו. במקום לחוש כאן תסכול, יש הזדמנות לזווית התבוננות חדשה. חגיגה חד-פעמית שפורצת לתוך המציאות. מתי הרגשת פתאום שמחה בלתי מוסברת, שלא עבדת עליה או כיוונת אליה באותו רגע? יתכן שהיה זה רגע בודד או מספר שניות ולכן יש חשיבות לפוקוס המוגבר על הרגע הזה. אם לא מוכר לך עדיין, שווה להיפתח לשימת לב על האפשרות.

איך מזהים את זה? 'נופלת' עלייך שמחה בלתי ברורה. את עסוקה במשהו אחר, או עוצרת רגע לנוח ופתאום... משום מקום הלב מתחיל לנתר בשמחה.

מה עושים עם זה? מותחים את האירוע עוד קצת. הצעות מבית היוצר שלי:

א. לפצוח בריקוד, אפשר גם בלי מוסיקה כשהלב רוקד בפנים. צירוף תנועת הגוף לתחושה מעצים אותה ומאריך את ה'נס' שהתקבל.

ב. לפתוח את הפה ולהודות: 'אין לי מושג מה קורה כעת, קיבלתי נגיעה של שמחה. תודה רבה, מתנה נפלאה. מבקשת להמשיך ליהנות ממנה ככל האפשר.'

ג. לקחת את הסיפור ליד ולהתפלל להשם. התפילה עשויה להיות שונה ומרוממת יותר מהרגיל.

ד. את עם הילדים? אפשר לשתף אותם. לצעוק ביחד 'תודה' או 'אבא'. הם משתפים פעולה עם צעקות בדרך-כלל גם כשלא ברור להם על מה...

ה. התבודדות ספונטנית בזמן האפשרי באותו רגע. לבוא אל השם מתוך שמחה זו הזדמנות מופלאה להתקרב עוד קצת אל מי שברא אותך.

ו. ואם לא כל זה, פשוט לחייך לעצמך חיוך קטן בינך לבינך שאומר: ישששש! תפסתי את הרגע הזה!

כעת, נשאר לגלות מהי חתימת האצבע הייחודית לך שתסייע לחגוג את הרגע הבא, כשיופיע.

שהיו מנת חלקו שם, לא הוציא ממנו שמות של יהודים. לבסוף אסרו את אבא על לא עוול בכפו בבית הסוהר, עד שיודה באמת".

וכך בבת אחת ממשפחה מכובדת של חסידי ברסלב בירושלים, משפחה אמידה, שהוציאו את התיקון הכללי המפואר והמנוולן הראשון מכולם, הפכה המשפחה שלי למשפחת מצוקה. כל השפע הגדול הוחרם והולאם.

אמא קיבלה באהבה את גזרת השמיים, שותפה מלאה עם אבא בהחלטתו האמיצה. ובינתיים בגבורה עילאית גידלה אותנו וריפדה את החיים שלנו בתפילות ובאמונה. יכול היה להיגזר דינו של בית כמו שלנו להיות מקום קר ועצוב שבו בני הבית מתקשים להחזיק את עצמם מעל המים, אך היה זה להפך.

הבית שלנו היה בית ועד לחכמים. כל רעב וכל צמא ידע את הכתובת. קשות יום ומרות נפש ידעו שאצל אמא ימצאו אוזן קשבת וארוחה חמה. את כל הלב נתנה אמא לבנות ישראל הזקוקות לה, ובלילות הייתה מטעינה את עצמה. בוכה לאבא שבשמיים, מבקשת ממנו שיעזור לה לגדל אותנו יראים ושלמים. שייתן ברכה וסיעתא דשמיא.



גם אבא, ממקומו באמריקה לא היה מפסיק להתפלל על כולנו. מבקש על האידשקייט שלנו. על היראה ועל העבודה. שנצא כולנו צדיקים. חמים על כל עובדה טובה של יהדות. דבוקים לענייני של רבינו הקדוש שאהב.

התפילות של ההורים התקבלו. כולנו גדלנו ונישאנו והקמנו משפחות יראות ושלמות. האחים שלי מזכי רבים. ברסלב חסידים שזכו להפיץ ספרי רבינו בארץ ובעולם. כשאני מסתכלת אחורה ורואה את הבית שבו גדלנו כולנו, בית שאין בו אב ושוכנת בתוכו מצוקה מתמשכת, אני מבינה שהיה כאן נס מעל הטבע. התפילות של ההורים שלי גידלו אותנו. הרימו אותנו מעל כל המכשולים, וזיכו אותנו בחיים טובים. אין הסבר אחר.

גם היום יש ניסיונות ויש התמודדויות. כל אחד והחבילה שלו. לפעמים רואים על השני עם מה הוא מתמודד, ולפעמים הקושי נסתר. "נווה תלאות" זה העולם הזה, ורק הצדיק שהוא ברית מלח עולם ממתיק את המרירות בתורת החסד שלו.

'והכלל והעיקר שלא יתפחד כלל' אומר לנו רבינו. אמא שלי לא התפחדה. למרות הצרות שהיו מנת חלקה היא חיה יום ועוד אחד. אמא הייתה מברכת מדי יום ברכת הדרך בלי שם ומלכות. "ותוליכנו לשלום, ותצעידנו לשלום ותגיענו למחוז חפצינו לחיים לשמחה ולשלום". אמא ידעה שכל יום צריך סיעתא דשמיא בשביל שנצלה אותו עם שמחה ואמונה. בלי להתמסכן, בלי להתבכיין. אמא זכתה. וגם כל אחד יכול לזכות. כשיש דעת אמת - אפשר לעבור הכול.



גם את מקושרת!



בעיירה הקטנה באוקראינה לפני 200 שנה הנשים והבנות לא למדו קרוא וכתוב. הן סרגו, תפרו, בישלו, עימלנו את הכביסה בנהר ועסקו ביתר המלאכות של נשות החיל מדורי דורות. לא היה להן צורך ללמוד יותר מדי, להבין יותר מדי, מה שהבעל והאבא למדו לא העסיק או הטריד. זה לא היה חלק מהשיח. זה פשוט היה שייך לעולם הגברים בלבד. והן היו מקושרות 24 שעות ביממה לבורא עולם. כך בטבעיות. ברוך שעשני כרצונו.

היום אנחנו דור שהצמא בו אדיר, וגם הבלבול. אנחנו צריכות שיחזקו אותנו, שידברו אלינו. אנחנו צריכות לימוד והכוונה. ורבינו כבר אמר אז לחסידיו: "עשו את נשיכן חסידות", ואולי החסידים דאז, לא הבינו את פשר ההוראה עד הסוף. נשותיהם לא התעניינו ברוחניות במוצהר. אבל בדור שלנו, אנחנו מבינות עד מאוד את ההוראה. והיא נדרשת לנו עד עמקי עומקים. היום אנחנו מבקשות לשמוע, לקרוא ולהתחזק בשביל לא להתבלבל מכל מעברי הגוף והנפש. היום רוחניות עבור אישה אינה מותרות. זו חובה קדושה שמוטלת על אם ובת בישראל. זה מה שבדיוק עושים שם בקו "מקושרת". קו חדש ואטרקטיבי שנפתח לפני חודשים מספר, בשביל שכל אחת מאיתנו תוכל בקלות וביעילות לקבל מנת חיזוק יומית, עם כל הוויטמינים הטובים מאוצרותיו של הנחל נובע מקור חכמה.

מירי, האחראית בפועל מאחורי הקו הנפלא הזה, נעתרה לספר לנו את סיפורה האישי, ולהטעים אותנו במה שמאחורי הקלעים של הקו.

מירי, ספרי לנו על עצמך:

"נולדתי במשפחה ליטאית רגילה בירושלים. בשכונה שלנו היה בית כנסת של חוזרים בתשובה, והוא היה ברסלב, לכן מבחינתי, ברסלב היה משהו של חוזרים בתשובה... ידעתי שאומנם יש ברסלב גם במאה שערים, אבל זה לא היה קשור אליי בשום צורה. המסלול שלי לברסלב הגיע בצורה בלתי צפויה בעליל" מפתיעה מירי, וחוזרת שנים לא רבות אחורה. "הייתי בת סמינר. כזו שמקשיבה ברתק בשיעורים ונמשכת בטבעה לעניינים רוחניים. עם השיעורים השונים ששמעתי הגעתי למסקנה שאני ופאה לא הולכים ביחד. נכון, במשפחתי נהוג ללכת עם פאה, אבל לי זה לא מתאים. היו עוד אילו שינויים טובים בצניעות, שהבהירו להוריי שהכיוון שלי קצת שונה. אני רוצה בעל שיאהב צניעות, לא רק שיסכים שאשתו תקשור מטפחת. התפללתי על זה בכל ליבי. שבעלי יאהב צניעות! שזה יהיה משהו משותף של שנינו, ולא בדיעבד מבחינתו.

"תפילותיי נענו מהר ממה שדמיינתי. מיד אחרי חתונת אחותי הבכורה הציעו להוריי בחור מצוין ממשפחה ליטאית ומהקהילה שלנו, שאהב צניעות לכתחילה. "רק דבר אחד קטן", השדכנית הוסיפה פרט "שולי" ממש, "חשוב שתדעו שהוא מתקרב לברסלב. לא קיצוני בשום אופן, לא הופך עולמות, נראה כמו כל בחור ליטאי, פשוט מתחזק בדרך הזו בעבודת השם".

"לי זה בכלל לא הפריע. אם ברסלב מחזק אותי - שיתחזק! גם הוריי שהיו אנשי אמת, הסכימו לנסות. אבי הכיר ברסלבים מתפילת שחרית בנץ אצל אמא רחל. הוא נהנה לרקוד איתם אחרי התפילה. הוא היה

חיובי ושבע רצון לכתחילה לשידוך. יש כאן תלמיד חכם, אז הוא מתחזק גם מברסלב? אין שום בעיה.

"נפגשנו. בפגישות הוא לא ניסה אפילו להסתיר את היותו ברסלב. הוא שפע חיזוקים מתורת רבינו, ואמר מראש את הכול פתוח, כשהוא מזכיר גם את עניין הנסיעה לראש השנה. אני התחברתי מאוד, וכך התחתנו

כשאני נכנסת לעולם חדש ושמו ברסלב. עולם שאין לי מושג מה הוא ואומר בכלל, אבל הרוח שנושבת ממנו, עושה לי טוב על הלב."

אתם זוג צעיר וליטאי, וברסלב מרחפת ברקע. ספרי לנו איך היא התקבעה בליבך:

"כאמור תמיד הייתי טיפוס רוחני, ובבית החדש שלנו בעלי אהב להקריא לי ספרים. הוא הקריא והקריא, ואני שמחתי לשמוע, כי גדלתי על זה שכשאוכלים אומרים דברי תורה. רק דבר אחד היה לי לא ברור - מושג "צדיק האמת". כשאת באה ממקום ליטאי, את לא מבינה מה העניין של צדיק האמת. אבל בעלי העביר את הדברים בצורה נעימה לאוזן, כשהוא מדלג על כל מה שיכול לצרום או להרחיק. ככל שהוא דיבר והסביר, הלב שלי נמשך יותר לדברים.

בעלי סיפר לי על הסעה שלוקחת את האברכים בלילות להתבודדות ביער. 'כך? כשכולם הולכים לישון, הם קמים?' שאלתי אותו. זה הפעם אותי. יש אנשים שחיים כאן על פני האדמה, אבל הם בעולם אחר לגמרי. הם מדברים עם השם! בתור בחורה שמעתי הרבה על

הן דיברו באידיש, ואומנם אמרו לי שלום בחמימות, אבל לא יכולנו לתקשר... דרך הקו הגעתי לנשים חדשות, שמעתי סיפורים אישיים, הזדהיתי בהרבה נקודות עם המספרות... זה ממש מחזק ומחדש אותי ונותן לי שמחה וחיות. אני הנתרמת הראשונה!"

מי למשל מוסרות שיעורים בקו?

"יש לנו פינה שבועית עם גב' טוורסקי שמוסרת בדרך כלל באידיש, ולנו היא מוסרת בעברית, עם גב' ציפורה פלדמן כמה פעמים בשבוע, עם גב' ברכי גוימן מאמנת רגשית, עם גב' שטעסל על שבת קודש וגב' שפירא, עם גב' לוינזון, עם גב' אביגיל מייזליק, עם הרבנית קירשבוים והרבנית קלצקי. וזה רק חלק ממגוון המוסרות. בנוסף ישנן סדנאות ייחודיות שעד היום לא היו מוקלטות כדוגמת הסדנה המיוחדת "אומנות אבותינו" מתוך שיעוריה של גב' רוט בבני ברק. יש לציין שיש מקום למוסרות ונשים נוספות לתת משלהן לקו הנפלא שלנו. נשים שמרגישות שיש להן מה לתת מוזמנות להשאיר לי הודעה בשלוחה 8."

מילה לסיום?

"אני מזמינה אתכן להיכנס ולהקשיב, ולהרגיש שגם אתן מקושרות לצדיק הגדול הזה שנותן לנו עצות לחיות חיים הכי טובים.

התקשרי למספר 02.50.111.60 ולחצי 1 לתכנים החדשים. בהצלחה!"

עניין התפילה (כמובן שלא קראו לזה התבודדות) והייתי נוהגת לדבר עם השם ובפרט בניסיונות בענייני הצניעות מול החברה שלא הלכה כמוני. אבל כאן כברסלב שמים את התפילה במקום הראשון. אילו חיים מיוחדים! הרגשתי שקיבלתי מתנה מהשם. כאילו אמרו לי מהשמייים: 'את מסרת נפש להתחזק בצניעות? תקבלי מתנה להתקרב לצדיק האמת!'"

וכך אתם ממשיכים בחברה הליטאית, ובפנים אתם מתקרבים עוד ועוד לרבינו?

כן, המשכנו להיות בקהילה הליטאית, ובעלי לא שינה מראה מבחינת לבוש. יום אחד הוא סיפר לי את מה שרבינו אומר - שיש חילוק בין מי שהולך עם פאות מקדימה לבין מי שהולך עם פאות מאחור. 'רוצה להוציא פאות?' תוציא, אמרתי לו. לא הייתה לי בעיה עם שום דבר שמקרב אותו להשם. וכך בעלי מסתובב עם פאות מקדימה וחליפה קצרה... הרבה בשביל המשפחות, שלא יצרום להם."

ואיך הגעת לעניין ולהקים קו 'מקושרת' הכל כך מיוחד?

"בעלי אהב מאוד את עניין ההפצה. בגלל הרקע שלו, הוא מתעסק עם קירוב של בני ישיבות ליטאים. ראיתי שזה נותן לו המון. וגם אני זכיתי לסייע בעניינים הטכניים. מכאן בעצם התחיל הרעיון של מקושרת. 'מה עם קו של נשים בלשון הקודש?', בעלי שאל אותי. באידיש יש כמה קווים, אבל בעברית אין קו שמנגיש את התוכן לכולם. נלחצתי. אני בעצמי בקושי יודעת משהו, איך אקים קו של ברסלב? אבל בעלי הרגיע אותי: 'את לא צריכה להיות הרבנית, את רק תעשי את הקטע הטכני, הנה תראי, הוא הצביע לי על טבלת השיעורים בעלון חברות מקשיבות שאנחנו מפיצים כבר שנתיים (גם יוזמה של בעלי, ראיתי את העלון אצל רשב"י ובעלי הפך אותנו למפיצים של העלון בירושלים) 'תראי, תתקשרי לנשים שמעבירות שיעורים, ותעבירי את ההקלטות של השיעורים לקו, זה לא קשה מדי', וכך כשהוא מגבה אותי מכל כיוון פשוט פתחתי את הקו."

מדהים! אז איך באמת התחלת להקים את הקו?

"לפני פתיחת הקו התייעצתי רבות עם גברת פלדמן מקו ההתחזקות על האופן הנכון לפתוח את הקו, היא עודדה אותי מאד וגם נתנה אישור להעביר את החיזוק היומי שלה ושיעורים נוספים שיש בקו שהיא מפעילה. בנוסף היא נתנה לי טלפונים של נשים שיכולות למסור שיעורים או להועיל, וכך התחלתי."

מה יש בקו היום?

"הקו עומד עדיין במקום של בנייה אבל הוא הולך וגדל ומשתכלל, ויש בו פינות מגוונות כמו סיפורים אישיים מדי שבוע עם נשים שהתקרבו לברסלב, תוכניות מרתקות לקראת מועדים הכוללות פאגלים עם מספר משתתפות, ראינות ושיחות מרתקות. יש לנו פינת הומור עם מסעודה המרוקאית, ניגונים ושירים, וכמובן שיעורים מגוונים של נשות ברסלב. הקו בבנייה, ונשמח מאוד להצעות לייעול. אתן מוזמנות לשמוע ולהשמיע!"

מה נתן לך הקו באופן אישי?

"המון! הרגשתי מעט מנותקת לברסלב. בודדה במקומי. מכירה את ברסלב רק מבעלי ומהספרים... גם כשהגעתי לשול במאה שערים,

חדש!

אתקשרים לאור

קו מקושרת

נקודות לאור אנשים וכוונות

עתירתנו של רבנו נחמן עברסלב

- 1 **חפש באקושרת תכנים חדשים**
- 2 **הקול שלך באקושרת שיתופים מהמאזינות**
- 3 **קשור באיחוד תוכניות ראינות ועוד**
- 4 **קשורה אחרת הומור**
- 5 **אתקשרים אלוהים שיעורים**
- 6 **קשורה אריאל פאנינה ניגונים**

02-50.111.60

חברות מקשיבות | 9

להתחדש עם ההודיה להשם

לפני יותר מעשור גב' רבקה י' מצפת הגיעה לתחתית. נמוך יותר משם אי אפשר היה לרדת. היא הרגישה שזהו. ייאוש גדול הציף אותה, והיא רצתה רק לשקוע הכי עמוק שאפשר בביצת רחמים עצמיים. דווקא אז היא תפסה בשתי ידיים את עצת ההודיה להשם שהמליצה לה שכנה שלה. ופתאום השרף הפנימי עלה והציף, והיא גילתה חיים חדשים לגמרי בגשמיות וברוחניות. בעקבות הנס שנעשה לה היא הקימה את ארגון "טוב להודות להשם" שפועל בצפת כבר שמונה שנים. רבקה יחד עם מתנדבות נוספות מגיעות לבית החולים זיו ומחלקות דברי מתיקה ועוגות לחולים, מצרפות לשם חוברת שמספרת ממעלת ההודיה להשם. גם מחברת ועט כדי שחולים יכתבו תודות להשם. רבקה רואה ניסים על בסיס יומי. עתה בראיון מלא הודיה, היא מחזקת אותנו להיות נשים מודות ומתחדשות.

באם וילד, מרגישה שכל הגב שלי בוער. אחרי חודש החלמה חזרתי הביתה, ואחרי כל דרך החתחתים הזו, עדיין הכאבים לא הניחו לי. אלא המשיכו לתקוף בעוצמה."

איזה כור לחמו, רבקה... מה עושים?

"אי אפשר לתאר את הבור הזה, שאף אחד לא יידע. חזרתי הביתה, אבל לא הצלחתי לחזור לעצמי. חצי דקה לא יכולתי לשבת. הרופאים אמרו שצריך לנתח שוב, ואני לא יכולתי לחשוב על מהלך כזה שוב. הייתי מיואשת ומתוסכלת. מלאה ברחמים עצמיים. בכיתי באוזני שכנתי על כל הצרות שתקפו אותי. היא הקשיבה באמפתיה, אך בסוף השחילה משפט שנשמע לי לא הגיוני: "תגידי תודה להשם!". לא הבנתי מה היא אומרת. "כואב לי, אני אומרת לך. קשה לי! מה תודה?"

במקום להרצות לי היא הביאה לי ספר של הרב שלום ארוש שליט"א שנקרא "שעריו בתודה", ספר שמספר ממעלת אמירת התודה, כשהיא מדרבנת אותי לקרוא. "להגיד תודה להשם זה דבר עצום! פותח את כל השערים!", חיזקה. "זה לא יצליח עליי" אמרתי לה. "אני בכיינית מלידה, עוד מאז שההורים שלי לקחו אותי לאמריקה ועברו עליי שנות התאקלמות לא פשוטות. זה עושה לי טוב לבכות ולהתאונן. תני לי ליהנות!" כך אמרתי לה, "את בשלך, תגידי תודות, ואני בשלי". אבל השכנה לא ויתרה לי, ואני פתחתי את הספר אקראית. היה כתוב שם לשמוע דיסק של הרב שנקרא "תפסיק להתבכיין". סגרתי את הספר, ושוב פתחתי במקום אחר, ועדיין הספר מפנה את הקורא לשמוע את הדיסק הנ"ל.

הבנתי שמדברים איתי מהשמיים. התקשרתי לטלפון המצורף ומהר מאוד נחתה חבילה של עשרה דיסקים בפתח ביתנו. הדיסק במערכת, ואני שוכבת על הספה. מנסה לסבול את הכאבים. הדיסק התחיל עם שירים, "איזה טוב השם", ששימחו אותי, אבל כשהרב התחיל לדבר, זה היה לי כבד. מה לי ולשמוע שיעורים עכשיו? לא היה לי כוח לשמוע שיעורי תורה. וגם לא כוח לעצור לקום ולעצור את הדיסק. "הקירות ישמעו!" החלטתי.

אבל פתאום שמעתי שם: "יש מתכון לייסורים. מי שרוצה ייסורים יבכה מהבוקר ועד הערב! ומי שרוצה ישועות יודה מהבוקר ועד הערב. בן אדם שמודה - יקבל עוד הרבה דברים להודות עליהם, וכן אדם שמתלונן - יקבל עוד סיבות לבכות..." הדברים הישירים ששמעתי נכנסו לי ללב. אמרתי לעצמי, זהו. מספיק עם המסכנות והאומללות. את מצאת את המתכון לחיים טובים! היה 11 בלילה, הייתי צמאה ולא רציתי לבקש עזרה. התחלתי לגרור את עצמי נשענת על הקיר, לכיוון המטבח. צעד ועוד צעד, והכאבים גואים בתוכי. אולי אגיד תודה תוך כדי כך? נזכרתי בשכנה שלי שהדגימה לי איך להגיד

רבקה, איך אישה לחוסה, עם בוג ומשפחה, מפנה תהשמן שלה ומקדישה כל כך הרבה משאבים וכוחות עבור עם ישראל. מאיפה הגיעה האינסופי?

"יש בי הכרת הטוב לבורא עולם שהציל אותי ועשה לי נס מופלא, ומכוח הכרת הטוב אני יוצאת לחזק בעניין התודה ולגרום לעוד נשים לראות ניסים. בשנה הראשונה אחרי הנס הייתי הולכת כמעט כל יום לחזק חולות בבית חולים זיו. בהמשך הבנתי שזה לא הארגון שלי אלא של בורא עולם, ומתי שהוא רוצה שאלך - אלך. לא תמיד אני יכולה. אני מתפללת שהשם יפתח את הלבבות ויתן לי את המילים המתאימות. לפעמים יש לי מניעות לצאת מהבית ולחזק. אז אני אומרת ליצר הרע "רק בן אדם אחד ואני חוזרת", וכך הוא עוזב אותי, עד הפעם הבאה..."

גבאי אלף אלונו כנס החימוד שקרה ארץ?

"זה היה ערב ראש חודש ניסן לפני 12 שנה. כאבים תוקפים אותי, ואני לא מצליחה לקום על הרגליים. הכאבים הולכים וגוברים, ומשתקים אותי לגמרי. אני אמא לתינוק קטן בן חודשיים וחצי ולאחיו שתלויים בי, ואני לא מצליחה לעמוד או לשבת. אני מגיעה לבית חולים ומקבלת זריקת וולטרן, זה עוזר מעט, אבל למחרת אני נאלצת להגיע שוב. "פריצת דיסק" מאבחנים הרופאים בקלות, ופוסקים: "אין מה לעשות, ולא כדאי לעשות ניתוח. ניתוח כזה הוא סכנה לעמוד השדרה כולו" ועוד מוסיפים הנחייה: "להמשיך בזריקות עד להטבה". באותה תקופה היינו עולים חדשים, רק חצי שנה בארץ. כל המשפחה שלי נמצאת באמריקה, ומשפחתו של בעלי המתגוררת בארץ נרתמה לסייע לנו, הואיל והייתי בחוסר תפקוד מוחלט. וכך מתוך כאבים מגיע ליל הסדר ואני חורקת שיניים, הכול כואב, רעש הילדים נהיה בלתי נסבל עבורי, עד שלא הייתי מסוגלת לשהות בליל הסדר יחד עם המשפחה. בחול המועד כשהכאבים איימו להטריף את דעתי נסעתי עם גיסתי לבית חולים במרכז, כששתינו דורשות טיפול מיידי.

"גברת יש לך פריצת דיסק, והטיפול ברור. קיבלת זריקה? אז לכי הביתה". הם מסרבים לאשפז אותי, ואני מסרבת ללכת. הגעתי במיוחד, ואני רוצה טיפול שיעלה מזור לכאבים הנוראים. גיהנום אני עוברת, והזריקות האלו לא מקררות אותו כלל וכלל. 24 שעות אני זרוקה שם במצב שכיבה. אנחנו בפסח, אין אוכל מתאים, ואפילו לשתות קשה לי... אחרי יממה של המתנה, עשו לי בדיקת MRI והודיעו לי שהרגל כולה בסכנה. אני חייבת לעבור ניתוח בהול שיציל את הרגל משיתוק. נכנסתי לניתוח. ניתוח כזה אמור לקחת שלוש שעות, בפועל הוא לקח כפול, כשבסופו אני יוצאת מותשת וכאובה. אפילו צלחת חד פעמית לא הצלחתי להחזיק ביד. נכנסתי להחלים



שיחת חברות //

"בלי סוף!" מכריזה רבקה, "אני אשלוף לך עכשיו מהזיכרון כמה, אבל תדעי שזה רק טיפה מהים. עכשיו הייתה מישהי בבית החולים שהייתה צריכה לעבור ניתוח השתלת עור. במשך כל השבת היא אמרה תודות (בשבת הכוח של התודות הוא חזק יותר פי 1000), ובמוצאי שבת מילאה מחברת שלמה בתודות לבורא עולם. ביום ראשון הודיעו לה שהיא לא צריכה לעבור את הניתוח". רבקה מוסיפה גם חידוש: "על נסיך שבכל עת ערב בוקר וצהריים" כתוב ב'מודים', חברות חידשו על זה: על נסיך שבכל עט - לכתוב בעט את הניסים שיש ערב, בוקר וצהריים."

"עוד סיפור על אחת שעלתה לאוטובוס ובטעות נסגר עליה תא המטען, אילו חבטות היא קיבלה! אבל בזכות התודה להשם וההודאה, ובפרט אחרי שאמרה נשמת כל חי אצל התנא הקדוש רבי שמעון בר יוחאי זיע"א, הכול חלף כלא היה. סיפור נוסף שעולה לי על אמא אחת שבאנו לחזק אותה, והיא הייתה כולה בלחץ, לא היה לה זמן לשמוע אותנו, היא לקחה את המחברת והעט, גם את ספרון החיזוק על התודה, ובאמת רשמה חצי שעה תודות, תוך כדי שהבת שלה נכנסה להכנה להנשמה. "גברת, אומנם הכנסו אותה להנשמה, אבל המצב התייצב, עוד מעט נשחרר אותה מטיפול נמרץ" הודיעו לה אחר כך."

איזה אקוון מדהים! אלוויר נקקה יקרה

"תראי, אין לנו עמותה, אין לנו שום תקציבים. אבל כמו שאמרתי, אני מרגישה חייבת לבורא עולם על הניסים שהוא עשה איתי, ורוצה להעביר הלאה את העניין הזה לעם ישראל. אנשים מחפשים תרופה לייסורים, והתרופה היא פשוט לקבל באהבה. כשאומרים תודה - האמונה חוזרת. והייסורים מתמתקים או מתבטלים בכלל. רק עצם התודה פועלת ישועות."

"הייתה אישה צעירה אחרי תאונה. אמרו לי: 'אין לך מה לדבר איתה, היא בעצבות כזו', אבל אני נמשכתי לבוא דווקא אליה. ישבתי לידה והתחלתי להודות על חיי שלי בקול. 'תודה השם שאני נושמת, תודה שאני פוקחת עיניים...' כך המשכתי והמשכתי, והיא התחילה לבכות וקמה על הרגליים, 'את לא מבינה מה עשית לי' אמרה. כי כך הדבר, עצם ההודיה פותחת את הלב וממתיקה את הדינים ומביאה את הגאולה ברחמים רבים. כל המטרה של הארגון זה לעשות נחת רוח בשמיים. אנחנו רואים את הניסים בעיניים. בכינו שנים, עזר משהו? לא. בואו נלך לצד השני, נתחיל להודות ולהלל, שם נמצאת הישועה!"

האנאי, שנסכה כאלו!

תודה. מראה לי כמה פשוט להודות. להתחיל להודות על הגוף. על כל מה שטוב ולא כואב... 'זה לא עולה כסף, מה אכפת לך? ואולי משתלם' אמרתי לעצמי. וכך יצאתי מעצמי והתחלתי להתבונן בטוב ופשוט להודות מכף רגל ועד ראש! 'תודה השם שאני רואה, תודה שאני שומעת, תודה השם שאני יכולה לדבר, שאני נושמת, תודה על הניתוח שעבר, ועל זה שהתעוררתי מהניתוח!' תודה מושכת תודה, והפה שלי שהיה רגיל להתלונן ולהתמרמר על רוע גורלו, פתאום מודה ומשבח. כמה דקות חלפו כך בהודיה מתוקה, וכשסיימתי הרגשתי פתאום שאני כבר לא נשענת על הקיר. לא כואב לי! איך זה יכול להיות? בדקתי טוב, מחכה לכאבים המוכרים, אבל הם אינם! המשכתי ללכת למטבח כאחד האדם. כך ברגע אחד הכול חלף כלא היה. הרגשתי שאם אני קמתי, כל אחד יכול לקום. את הניתוח השני לא עשיתי. ידעתי שהדבר היחיד שעמד לי אלו התודות. התודה להשם הקימה אותי על הרגליים!"

מדהים! איזה חמלה! אהקיס אקוון של גאדה?

"לא מיד. הדבר הראשון היה השינוי הפנימי שחל בתוכי. הפכתי לבן אדם אחר, בן אדם מודה. התחילו להזמין אותי לבתי ספר לספר את הסיפור שלי, שמחתי לשתף ולחזק בעניין התודה. ולא חשבתי שיהיה עוד משהו מכך. בינתיים חמי שלום בן סעיד ע"ה נפטר לאחר שלושה שבועות שבהם היה מאושפז אחרי ניתוח ירך שהסתבך והגיע לריאות. בשלושת השבועות האלו ישבנו לידו כל המשפחה, דאוגים. נושאים עיניים לרופאים לשמוע כל התפתחות, אך למרות ההשתדלות בגשמיות וברוחניות - הוא נפטר. זמן קצר לאחר מכן הגעתי לבית החולים לבקר את חברתי שסעדה את בעלה. אותו תסריט שעבר על חמי עבר גם עליו. ניתוח ברך שהסתבך, ועתה בעלה מונשם ואינו מתעורר מההרדמה. הרופאים לא מבשרים טובות לגביו. חייבים לעשות משהו עכשיו, החלטתי, כדי שהוא בעזרת השם יקום בריא ושלם. בדיוק היו לי בבית מארזים של ממתקים שאמי הביאה לי. בשבת בצהריים לקחתי את כל הממתקים והכנתי שקיות יפות. 'בואי מזל' אמרתי לחברתי הדאוגה, 'נלך לחלק את הממתקים האלו ונגיד לנשים להגיד תודה להשם לרפואת בעלך'. וכך הלכנו ביחד בין המחלקות כששתינו מחלקות. עשינו את זה בתמימות, לא מבינות עד הסוף מה אנחנו עושות... למחרת הבלתי יאמן קרה. בעלה של חברתי פקח עיניים. זה היה נס. ואני ראיתי בכך את שחייבים להמשיך. בורא עולם חפץ בשליחות שלי."

יש לך עוד סיפורים ממשים ממלא הגאדה?

בס"ד

בואי הצטרפי למשפחת המפיצות של "חברות מקשיבות" לבחירתך:

מה את רוצה לתת לרבי'ה?

מזויה
עלון יחיד בעלות של ₪15
ישר לתיבת הדואר שלך!

שותפה
תרומה קבועה של ₪40
להדפסה והפצת העלון

מפיצה
הזמנת חבילת עלונים להפצה באזור מגוריך
אליך עד הבית!

054.8492.887 | 03.3134270

כמו שהבטיח הרבי'ה "ממי שאני מקבל אני גותן"



נתת משלך - זכית באוצרות של נצח



זמן איכות חלק ב'

לפני שנפתח את המאמר נזכיר את הביטוי של רבינו: "קצת זה גם טוב" (אביסל איז אויך גוט). כשאנחנו לומדות או שומעות משהו טוב אנחנו רוצות לקיים אותו בשלמות. אבל השלמות היא רחוקה. אנחנו צריכות לדעת שגם אם ניתן ממנו פירור זה כבר טוב. וגם אם נצליח רק פעם אחת בחיים לעשות אותו - גם טוב. ויחד עם זה, כמובן להמשיך ולהתקדם למטרה העליונה בלי להרפות.

פגשתי מישהי שקוראת את המאמרים שלי, היא אמרה לי בהתפעלות: "מהמאמרים שלך אני רואה שילדייך גדלו במקום הכי טוב בעולם!", אמרתי לה בתגובה: "בעלון אני כותבת דיבורים שאני מחוברת אליהם, וגם ברוך השם זוכה לקיים אותם במידה זו או אחרת. אבל זה שאני מחזקת באיזה עניין לא אומר שאני מושלמת בו. יש לי עוד מטרות רבות לכבוש". ובמילים אחרות - כל העניין זה לא להתייאש מהמטרה הרחוקה ומהקצת שיש לנו בפועל, אלא להמשיך יום אחר יום לעשות עוד ועוד טוב. כמו גם בעניין שהפעם נעסוק בו - זמן איכות יום-יומי.

רגעים של אמא וילד

במשך היום ישנם רגעים שאמא נמצאת בתוך שדה העשייה הרגיל והמבורך שלה, והילד שלה לידה. הילדה לובשת פיזמה, הילד אוכל ארוחת ערב, הולכים עם ילד לרופא שיניים או לסידורים וכו'. כל כך הרבה מצבים יום-יומיים פשוטים. כל זמן כזה שאת נמצאת בו עם הילד ואין טלפון ברקע שמסיח אותך מהתמונה הוא זמן איכות.

אנחנו נשים עסוקות שעושות דברים חשובים, אבל הכי חשובים אלו בני הבית שלנו. כמה זה מייקר את הבעל או את הילד שכשהטלפון מצלצל, הילדה עונה ואומרת: "אמא יש לך טלפון" ואת עונה: "תגידי להם שעכשיו אני עסוקה". במה את עסוקה? את יושבת עם הבת על שיעורי הבית. את מגישה ארוחה לבעלך. כמה ביטחון עצמי זה מביא לילד שאמא מעדיפה אותו יותר מהטלפון. הוא מרגיש חשוב ושווה. כמה כבוד זה נותן לבעל שהוא במקום הראשון אצל אשתו. כל רגע כזה של התנתקות מהעולם - הוא נצח. התנתקות היא קודש קודשים. את מתרכזת באנשים שנמצאים פה לידך ומקדישה להם את כל הזמן עם כל המחשבה והלב.

"הרי את מקודשת לי" אומר החתן לכלה. מה הכוונה? שייכת אליי ולא לאנשים בכל העולם. אמא מקדישה לי את הרגעים האלו. אני הולך איתה למכולת והיא שומעת אותי גם אם אין לי משהו מיוחד להגיד לה. אלו רגעים של קודש.

נכון, תמיד יהיו את הרגעים של אמא בטלפון. אז היא לא יכולה להתרכז בילדיה, אלא בשיחה. גם אז חשוב שתאמר לילדים את האמת, "ילדים, אני מדברת בטלפון, עכשיו אני לא יכולה לשמוע", במקום להיות גם וגם, לעשות לילד כן כן כן ולהקשיב לקו. אי אפשר לעבוד על ילדים.

אנחנו אימהות עסוקות. יש לנו המון דברים על הראש. אנחנו מפוזרות להמון כיוונים. יש לנו קווים, שיחות ושיעורים. אבל צריך לעשות סדר עדיפויות. לדעת שכשאת עם הילדים - הטלפון מחוץ לתחום! כל פעם שהיית עם הילדים בלי טלפון - הרווחת! הלוואי ונצא מגלות הטלפונים בראש מורם. שנבין שטלפון הוא כלי שעוזר לנו המון בתקשורת עם המשפחה והחברות, בשמיעת שיעורים והתחזקות, אבל צריך להגביל אותו. וכל פעם שאנחנו מצליחות להגביל אותו - יש לנו נכס של נצח. ועד שנצליח בשלמות בעניין זה, נעשה גם קצת - ונשמח בקצת שאנחנו מצליחות לעשות. להתראות!



הלכות ברכות השחר

"אֲנַחְנוּ בְּחַיֵּינוּ לְנוֹ לְעֶסֶק בְּתַפִּילָּה תְּמִיד לְהִשִּׁים יְתִבְרַךְ" (מעשה מבעל תפילה)

1. טוב ונכון שלא ידבר דברים בטלים בהקיצו משנתו, ותחילת דיבורו יהיה לברך ליוצר נשמתו ולהתפלל את סדר התפילה. (הרש"ש, החיד"א. א. פז. ד א)

2. גם אם לא לבש את בגדיו, ולא הלך ברגליו, וכגון שהוא חולה ונשאר שוכב במיטתו, מברך בברכות השחר 'מלביש ערומים' ו'המכין מצעדי גבר', מפני שהברכות נתקנו על מנהגו של עולם, שבני האדם מתלבשים בבוקר והולכים ברגליהם, וכן הלאה בכל הברכות. (ד יא)

3. רשאי לברך ברכות השחר כשהוא עומד או יושב או מהלך. (ד כג)

4. לכתחילה מברך את ברכות השחר בבוקר בקומה משנתו. (ד טו)

5. כשמברך ברכת 'אלוקי, נשמה', יפסיק מעט בין תיבת 'אלוקי', לתיבת 'נשמה', כדי שלא ישמע שהנשמה היא אלוקיו, חס ושלום. (ד א)

6. אם טעה בסדר ברכות השחר והקדים ברכה המאוחרת יותר, אין זה מעכב, וחוזר לברך את הברכה שדילג. למשל: אם דילג ברכת 'הנותן לשכוי בינה' וברך 'פוקח עיוורים', חוזר לברך 'הנותן לשכוי בינה'.

7. אולם רק ברכת 'זוקף כפופים' שטעה והקדימה לפני 'מתיר אסורים', הפסיד ברכת מתיר אסורים, מאחר שנתן הודאה לה' על שזקף קומתו לגמרי, כלל בזה גם את ההודאה על שהותר ממאסרו בעת שנתו, ויכול עתה להניע אבריו. (ד ד, י)

8. נשים מברכות ברכות השחר. במקום ברכת 'שלא עשני גוי', תאמרנה 'שלא עשני גויה', וכן במקום ברכת 'שלא עשני עבד' תאמרנה 'שלא עשני שפחה'. (ד כו)

מאחר ואין הנשים מברכות ברכת 'שלא עשני אשה', על כן תאמרנה: "ברוך שעשני כרצוננו" בלבד בלי שם ומלכות, כיון שלא הוזכרה ברכה זו בתלמוד ובגאונים כלל.

9. הגר, אינו מברך 'שלא עשני גוי'. מאחר וברכה זו היא על תחילת ברייתו של האדם, והגר לא היתה הורתו ולידתו בקדושה. (בית יוסף סימן מו. ד לא)

10. מי ששכח לברך ברכות השחר ונזכר לאחר התפילה, מברך את כל הברכות חוץ מברכת אלוקי נשמה. והטעם בזה, כי מאחר וחותם בה 'ברוך אתה ה' המחזיר נשמות לפגרים מתים', וכבר אמר בתפילה 'ברוך אתה ה' מחיה המתים' שהיא כעין זו, יש אומרים שיצא ידי חובה ולא יברך שוב.

ישנם מגוון פוסקים ופסיקות. עניינו של הטור אינו לפסוק הלכה, אלא לעורר את לב הקוראות לשים לב להלכות השונות, גם כאלו שמוכרות פחות. על כל שאלה שמתעוררת במהלך קריאת הטור יש לשאול רב פוסק כיצד לנהוג.

טבלת שיעורים ברחבי הארץ

חברה יקרה! הגיע הזמן להטעין את הכוחות בשיעור מתורת רבינו! בואי והצטרפי לאחד השיעורים באיזור מגוריך: רוצות לפרסם גם את השיעור שלך בעלון? הקליטו בקו חברות מקשיבות שלוחה 3 או שילחו במייל את הפרטים, ובעז"ה בפעם הבאה גם הוא יופיע! הפרסום חינם לזיכוי הרבות!

עיר	שם השיעור	מרצה	זמן ומקום	איש קשר והערות
ירושלים	שיעור שבועי מספרי רבינו	גב' חיה הרצברג	יום ד' בשעה: 21:00 נג'ארה 4, גבעת שאול	טלמסר 'נקודת חברה' 0723157216 שלוחה 7- לשיעור חדש
	"אור הלב" בית מדרש בוקר לנשים	מרצים מתחלפים	מדי יום ד' בבוקר בית כנסת "אוהב ציון" שילה 23 נחלאות	0528810535 עליזה
	שיעור בתורת רבינו	גב' אפרת נאוו קופרמן	שיעור בהקמה בגבעת זאב בנושא סיפורי מעשיות	0547735123/ 0533113783
בית שמש	פרשת השבוע עם ליקוטי הלכות	גב' אביגיל מייזליק	יום ב' 20:45 רח' חזון איש 16 בקריה החרדית אצל משפ' יוסבלום	0504151401 פסי ניתן לשמוע הקלטה של השיעור החדש בקו ההתחזקות שלוחה 51
	שיעור מתוך ספרי רבנו	גב' צפורה פלדמן	יום ב' בשעה 9:15 רחוב רבי יהודה הנשיא פינת מצפה רש"פ בחצר של משפחת קופמן הכניסה מסביב ליד גני חב"ד (יש שלט)	חוה סלע- 0527685826 סיון מלכה- 0527163047 דמי השתתפות 20 ₪
ביתר	שיעור בתורת רבינו בנושאים מתחלפים	הרבנית קלצקי	יום ב', 12; בצהריים, רח' החווה מלובלין 49, ביתר, אצל משפ' קלצקי	025808908
	שיעור חודשי בתורת רבינו	הרבנית קלצקי/ הרבנית שוביה לייבוין	פעם בחודש בביתר נכגשים לשיעור מחזק, המיקום והתאריך משתנה.	0796071284 להתחברות נהכט 0504121867
בני ברק (קריית הרצוג)	שיחת חברות והתחזקות מהספה"ק "משיבת נפש"	-	יום א' 20:30 רח' אביעז 8 בבית משפ' דונקל	0533147559 לפרטים ורישום לקו המאחד ביננו
	סדנת "אומנות אבותינו" עפ"י משיבת נפש	שיחת חברות יחד עם גב' חני רוט	יום ג' פעם בשבועיים ברחוב בית משפחת אלפי רח' פנקס 2	
פתח תקווה	מרכז תורני לנשים "הלב והמעייץ" בתורת ברסלב	מרצות מתחלפות	ימים וזמנים משתנים. רח' חנה רובינא 1	0527635015 אורית
	סיפורי מעשיות	יפעת בן נתן	שבת קודש בשעה 16:00 ברח' העוגב 47 קיים שיעור נוסף על פרשת השבוע ביום א' ב- 20:00	0524253198 יפעת
חיפה	סיפורי מעשיות ושיחת חברות	טל המורה לשמחה	יום ד' רח' מיכאל 29 בגלריה שבקומת הרחוב	0527665445 ניתן לשמוע את השיעור החדש בקו 0747962980 שלוחה 95
קריית אתא	שיעור בתורת רבינו	-	יום א', 20:30, בית רבינו, שכונת בית וגן נטלי	0533179730 נטלי
צפת	אזמרה וליקוטי הלכות על הפרשה	גב' יעל גורדצקי	שבת קודש 10:00 בבוקר בבית כנסת פאר הנצח	0548492887 יעל
	שיעור בספר "משיבת נפש"	גב' קרן הוברט	שבת קודש 15:30 אצל משפ' זלטה ברח' הכשרת היישוב תמר	0538264467 תמר
קו ההתחזקות	שיעורים לנשים ונערות בתורת ברסלב			0733454447
מקושרת	קו שיעורים חדש ואטרקטיבי המשלב שיעורים, ראיונות וסיפורים אישיים בתורת ברסלב לנשים ונערות. מומלץ!			02-5011160
קו השמחה וההתחזקות	שיעוריה של גב' סיגל בנין			0796076735
קו רוח הנחל	שיעורים לנשים בלבד בתורת רבינו (שלוחה 1) ובהתחברות למהות הנשית (2) מאת גב' מירב ישראל			0737998876

מחפשת תכנית ייחודית, ערכית ופותחת את הלב?

זה בדיוק מה שאת מחפשת!

קומי אורי

כי בא אור

קומיץ סוחר ומרגש עם יעל גורודצקי

שירי רגש ושמחה ודיבורים מהלב שיחברו כל אחת לטוב האמיתי שקיים בתוכה

בקרוב- "קומי צאיי" תוכנית משמחת במיוחד!

להזמנות: **054.849.2887**
Yaelgo148@gmail.com

הפרשות חלה | ערבי גבוש לצוות או לחברות | תכנים מתחדשים | בת מצוה | הרכב נגינית

למה אני לא מפרסמת?

בנוספה שיווקית להקפצת העסק! העיצוב קוטשי? המלצות מסורבלות? נמצא מרדיונים עם המלצות!

לצאת מהתקיעות!

אצלנו תקבלי מעטפת פרסום שיווקית גרפיקה, עיצוב וקופי שיקפיץ את העסק שלך להתחדשות, רעננות וצמיחה בעסק!

GALINSKY | ברלב פרסום בצוות עסק

מלכי ברלב: 052-7117725 | mb5638984@gmail.com
שרי גלינסקי: 052-7182909 | s0527182909@gmail.com



התבודדת היום?

שאינן להם ישוב הדעת ואינם מיישבינן את עצמן". (לק"ת ס"י י')

עוד כותב לנו רבינו: "אף על פי שנדמה לאדם שמדבר בלא לב, אף על פי כן גם זה טוב מאוד... אפילו אם לא ידבר רק דיבור אחד, אפילו אם לא יאמר רק 'ריבונו של עולם' גם זה טוב מאוד".

החידוש של רבינו הוא שגם אם את מרגישה שאת לא בקטע, אין לך מה לדבר, הלב אטום ומסוגר וכו', הדיבור עושה רושם ויש ענין גדול שתבואי עם הלב האטום שלך מול ד' ותנסי לדבר דיבורים. בלי לב, פשוט להוציא את ההרגשות והמחשבות בפה, או אפילו רק לשבת מול ד' בדממה, "עצם ההכנה והרצון בעצמו יקר בעיני ד' יתברך מאוד". ומהתבודדות האלה, השקטות, המבולבלות וכו', את תקבלי עולם ומלואו. בלי שתשימי לב, משהו בתוכך ירגיש קרבת אלוקים עמוקה שלא הכרת לפני כן. והכי חשוב תביאי ל-ד' יתברך כמה דקות של נחת רוח ושעשועים גדולים, שכתוב: "וזה יקר וחביב לפני השם יתברך". אשריך!

(הציטוטים נלקחו מספר ליקוטי עצות ערך התבודדות)

לסיים נשתף במילותיה של תלמידת סמינר מכיתה י"ב:

רציתי לשתף אתכן בחוויה עמוקה שהרגשתי ממש לפני חודש. היה יום עמוס בשיעורים מרתקים ומעניינים, האנרגיות היו בשמיים. אחרי שיעור השקפה שבו המורה דיברה על נושא שמאוד הסעיר אותי, הרגשתי שאני עומדת להתפוצץ. בליל המחשבות והרגשות שהיו בתוכי כמעט התפרצו. פתאום עלה מתוכי קול "לכי להתבודד, זה הדבר הכי טוב שאת יכולה לעשות עכשיו".

אז כן, לא תאמינו, באמצע יום הלימודים, יצאתי מהכיתה לחפש לי מקום שקט, ואכן מצאתי. מטבח הסמינר היה ריק מבנות בשעה זו וידעתי שלא יכנסו לשם בנות. התיישבתי בפינת החדר, ופשוט בכיתי ל-ד'. סיפרתי לו את כל מה שהרגשתי, חשבתי, כעסתי והתבלבלתי. יצאתי אחרי עשר דקות והסמינר פשוט נראה לי אחר. פתאום הייתי רגועה מבפנים. ראיתי עד כמה התבודדות אחת יכולה להציל יום שלם. זו אולי לא חוויה נדירה בשבילכן, אבל בשבילי זו היתה הוכחה חזקה למה שווה להתמיד בהתבודדות, וכמה ד' זמין לנו מכל מקום שהוא, לאו דווקא ביער, במרפסת או בחדר החשוק. מתוך כל המולת הבנות, יש לב אחד שבו ער ל-ד' בשקט, בצנעה ומשם מקבל נחמה גדולה! אשרינו!

אם את ברסלבתית אז בטח נתקלת באנשים ששאלו אותך: "מה, אתם הם אלה שצועקים ביער?", אז כן, אנחנו מאלה שאכפת להם מהנשמה שלהם, שמודעים לכך שאנחנו בעיצומה של גלות וצועקים על זה ל-ד' יום-יום, כמו שכתוב בסיפור מעשה מבעל תפילה: "וּבְדֶרֶךְ הַלֹּכֹךְ שֶׁל הַבַּעַל תְּפִילָה רָאָה שְׁהוֹלְכִים אֲנָשִׁים וּמְתַפְלְלִים... אַחַר כֵּן שָׁאַל אוֹתָם: מִי אַתֶּם? הֲשִׁיבוּ לוֹ... אֲנַחְנוּ בְּחַרְנוּ לָנוּ לַעֲסֹק בְּתַפִּילָה תָּמִיד לְהֵשֵׁם יְתַבָּרְךְ".

גם אנחנו כבנות זוכות ורוצות לקיים את העצה הקדושה "עצת העצות" - התבודדות, ולבחור בדרך של תפילה תמיד ל-ד' יתברך. זו המהות של אישה - התפילה. כבנות, בוודאי לא שייך שנצא ליער מדי יום ונעזוב את אינספור המטלות, שיעורי הבית, העזרה בבית וכו' (מה גם שיש בעיה להתבודד במקומות מבודדים מחוץ לבית), אבל מה שבטוח הוא שגם אנחנו רוצות לדבר עם ד' כל יום ומשתוקקות לקשר חזק, עמוק ואמיתי עם בורא העולם. בהמשך המעשייה כתוב: "וְעָשָׂה אוֹתָם לְצַדִּיקִים גְּמוּרִים גְּדוֹלִים מְאֹד" ואיך עשה אותם לצדיקים? ע"י התפילה וההתבודדות. כמו שכותב רבינו: "כל הצדיקים והיראים האמיתיים לא באו למדרגתם כי אם על ידי התבודדות ושיחה בינו לבין קונו". מי מאתנו לא רוצה להיות צדיקה? מי מאתנו לא משתוקקת להיות יראה אמיתית?

הבעל תפילה, רבינו הקדוש, מלמד אותנו איך להגיע לדרגה הזו. ואיך? על ידי העצה הקדושה, הפשוטה, האמיתית ומצילת החיים - עצת ההתבודדות.

התבודדות לפעמים נראית לנו בלתי אפשרית, קשה ודורשת. לקחת לי זמן ביום ולעצור את שטף החיים? להשאיר את ריבוי המטלות לצד לכמה דקות? אז כן, כי הזמן הזה יכפיל את עצמו, הרווחים שתקבלי מקיום העצה הקדושה יפתיעו אותך מאוד! כמה דקות של יישוב הדעת, שיחה ביני לבין קוני, בפשיטות. פשוט לספר לו מה עובר עליי, מה אני רוצה, ממה התאכזבתי, וכו' "כל אחד כפי שיודע נגעי לבבו".

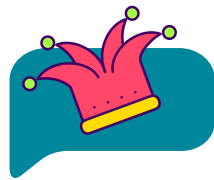
השיחה הזאת יכולה להפוך את כל היום שלך לאחר, פתאום קיום המצוות הפשוטות יוכלו להיעשות בשמחה, עם לב. התפילה שלך תקבל משמעות אחרת, השמחה והאנרגיות שתקבלי יתנו לך כוחות רבים להמשיך לתפקד בעומס הרב שבו את נמצאת, ויתנו לך יישוב הדעת וקרבת ד' מתוקה שאין כמוה. כמו שכתוב: "מה שהעולם רחוקים מהשם יתברך, ואינם מתקרבים אליו יתברך, הוא רק מחמת

התשובות לכל השאלות הבערות בהתקרבות לרבינונו

מי המציא את עניין ההתקשרות לצדיקים? מי התיר לצדיק לשבח את עצמו? התבודדות, המצאה או לא? ועכ מה מסתמכים ביציאה מארץ ישראל לציון הקדוש באומץ? התשובות לכל השאלות האלו ועוד הרבה מעבר, בספר הנפלא פליאות חכמה.

מערכת הפצה ארצית:
03-313-4310





רועת הכבשים

ולנבור... בשיא הלחץ של הבוקר זכורה לי תמונה של המוני ראשים תחובים במיטה האומללה ונוברים... ומחפשים... וסביבם חגים פריטי לבוש, וגרביים מעופפים באוויר להשלמת התמונה. ברור שבהתלהבות של בת עשרה הבטחתי לעצמי שיהיה מה שיהיה אצלי זה לא יקרה! אבל זה קרה גם קרה!!! ושוב עלו דמעות בעיניי, "עד מתי תשלטי עליי ערמת כביסה שכמוך!"

אואוואוו! אזעקת חרום במרכז הבקרה במוח יחד עם איתות על קריסת מערכות. נאספים כל מיני לשיבת צוות דחופה.

קול של מנהלת ביצפר: "את אומרת שהיית אז בת 14? שימי לב! בזמן ההחלטה היית כל כולך בת 14 שנים בלבד! האם תתני כיום, ממרומי גילך, לילדה בת 14 להחליט עבורך החלטות גורליות על חייך?"

קול במבטא זר "ומה רע להשאיר כבסים על הספה? איפה כתוב בתורה שאין להותיר כביסה לא מקופלת בשבת קודש? או אולי ישנה הלכה 'אין מלינים את הבגדים'?... אולי רק בירושלים?" היא תוהה, "לא זכור לי!" ילדה קטנה בקוקיות "אני אוהבת שאמא עושה כביסה, יש לה זמן להקשיב לי מכל הלב". קולה יורד ללחישה "אגלה לכם סוד - ככה אני תמיד יודעת איפה היא, כשאני חוזרת מהגן - היא בכביסה, כשאני הולכת לישון - עדיין שם, כשאני קמה בבוקר - אמא שוב, בנהר, סליחה בחדר הכביסה. פעם אחת שאלתי אותה, היא מספרת במתק "אמא הלילה ישנת בחדר הכביסה?"

כן, ככה זה, אני מסכמת: בוקר, צהריים, ערב ולילה - אוכלת, שותה ונושמת דבר אחד - כביסה! אנחה פורצת מפיה: "עד מתי???" ואז היא מופיעה - בקול שקול וגם נמרץ, עם נגיעות של צחוק, קול כזה של מדריכת נסיעות לאומן: "אחותי תחזקי! את עושה כל רגע ורגע את רצון השם! את ממש נס פח השמן של דורנו! אשריך ואשרי חלקך על כל כבש וכבשה שצועדים אל הארון, ועל כל גרב וגרבה שזכית לשדך! אין כמוך האחת והיחידה, רב שכרך בזה ובבא!" יש לציין שהיא מצאה חן בעיניי, המדריכה, וסוף סוף חזרתי בחיוך ובהשלמה אל ערמת הכביסה.

יום אחד קראתי לה לסדר. לא מוכנה להמשיך כך יותר! לא מסכימה לחיות תחת שרביטה המאיים ולו עוד יום אחד! המצב הזה חייב להפסיק, נקודה. היא ישבה מולי והרכינה ראש בניחוח מרכך.

"תביני", פצחתי במונולוגי, "בימים הראשונים, כשהיית קטנה ונמוכה, טיפלתי בך במסירות ובאהבה, השקעתי תשומת לב אישית בכל פרט ואפילו גיהצתי לך גרביים! אבל היום את גדולה ועצמאית ותופסת לי את כל המרחב, אני מרגישה חנוקה!" משכתי בצווארוני ליתר המחשה. "זה לא ייתכן", שלב הדמעות הגיע, "שאת תנהלי לי את סדר היום ועל פיך יישק כל דבר! אפילו חלומות סיוטים יש לי ממך!" נתקפתי קוצר נשימה עם חרחורים עת נזכרתי בחלום אמש שבו חזיתי להוותי כיצד היא גבהה עד התקרה, וכמה שהורדתי ממנה נוספו לה עוד ועוד, ולפתע היא בצבצה מרצפת השכנה הפדנטית שלמעלה... היא הביטה בי בעיניים רכות ותמימות ולא ענתה.

אבל אני תבעתי תשובה: "הגעתי למצב שכל חיי סובבים רק סביבך, אם שואלים אותי מה שלומך - ביום שהשתלטתי עלייך אני עונה: הסלים ריקים, ביום אחר: קטסטרופת טקסטיל, ובימים קשים נוסח למחרת חג או תשעת הימים: משבר כביסה".

ממוצ"ש ועד חמישי אני רק בהיכון מתי להכניס את המכונה הבאה, תוך כדי אני מחלקת בגדים למדפים, משדכת זוגות מתאימים ומפשרת בין פחות - לך יש חור תתפשרי על הדהוי אין ברירה; להוא יש סמל מותג - ילך טוב עם ההוא ללא הסמל אבל חדש יחסית בשוק; אתם כבר פרוודים תקופה ארוכה הגיע הזמן להתאחד מחדש, וכן הלאה. כשאחותי שומעת אותי עם מצב רוח נוסק היא יודעת בוודאות שהסיבה היא אחת - הגעתי לקרקעית! (הגיגית).

ותמיד תמיד מכבב בראשי מחזה מבעית מימי נעוריי, עת לנתי אצל חברתי לרגל אירוע כלשהוא (יומולדת 14 וחצי נדמה לי), ושם ראיתי מיטת תינוק של מטר ועשרים שלא אכלסה שום תינוק אלא בגדים מכל הסוגים, העדות והחוגים, כן, כולל אלו של חורף ואלה של קיץ, בגדים שכבר קטנים ומוצרי טקסטיל שאבד עליהם הכלח. הכול הכול סבלה המיטה בדומיה ולא הוציאה הגה פרט לקולות חריקה מעצבנים שהעידו על טראומה קשה. ובכל פעם שנזקקו שם לבגד פשוט התחילו לנבור...

*נ.ב. חייבת לכן בדיחה: (נשמט בטעות מגיליון טבת)

בכל בוקר עמדה הזוגה הטריה וטרחה על הכנת הצהריים, בכל צהריים הגיע הבעל אכל, שבע והפטיר "האוכל טעים, אבל מה, לא כמו של אמא שלי!" יום אחד נחרך האוכל, חרדה הזוגה לגורלה - מה יגיב בעלה הפעם? ולהפתעתה הפעם הוא אכל בתיאבון, ביקש מנה נוספת ואמר: "הפעם יצא בדיוק כמו של אמא שלי!"



הטיפ של חיה, המפיצה מהצפון, לחודש שבט הוא:

כא אחת יכאח לעסוק בזה, אדבר עם חברה זיראת שמא. פז אן אלת

את לא חייבת להיות מושלמת וזאת כשרון מיוחד. כל דבור של דעת יכול לקרב ולהאיר לשניה. פסא את א

שנתנת אפסא את א שמקלת העיקר שיהיה לשא

גם לך יש טיפ בנושא הפצה? שלחי אלינו!

"וכל אדם יכול לקיים זאת, להעמיד תלמידים.

מי כששנים מדברים יחד ביראת שמים, אזי כשיאחד מאיר לחברו באיזה דבור,

נחשב חברו אצלו בחינת תלמיד.

ולפעמים נעשה להפך, בבחינת תלמיד לגבי חברו...

וצריך כל אדם להיזהר להשתדל ולעסוק בזה... להכניס דעת ויראת שמים בחברו"

(ליקוטי מוהר"ן תנינא ז')

נופש מס'

5

עם ר. גריזולט

מוזמנת
להרוות את נפשך
בנופש אמיתי.
לגוף. לנפש. ולנשמה.
בואי להשקות אילנות!
יחד נתחבר לרבינו.
נתענג על שירה מרוממת.
נתמלא-
מתכנים מעשירים,
מתכניות חוויתיות,
ומתחושת התחדשות
מרגשת.
כי כשאת רוויה,
אמא,
יש בך כח,
להצמיח!

זמן לנשמה

אמר רביז"ל:
"בזה תשתדלו
להשקות
אילנות"



"אילנות ועשבים הם נשמות..."

אסמון פרה 0534101195

שרה א. נופש תשפ"ג
רבינו (הקדוש חיבר בין כולנו,
אוויר ורשתה עלוה אוד לנאמא!

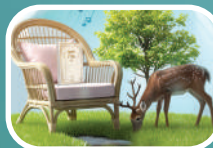
פייגי מ. נופש תשפ"ד
ישא מאאז מאסניא,
החמשה ריתה כא שחרי מאלמא!

 כפר הנופש חפץ חיים	לנרשמות עד י' שבט! 820 ₪ מחיר מלא 880 ₪	כ"כ"א שבט
--	---	----------------------------

ועוד
המון...



תכנית הומור



סדנת התבודדות



ערב שירה



חדרים מפנקים



ארוחות עשירות

בהשגחת הרב
על ידי הרב
על ידי הרב

הירשמי
עכשיו! 02.313.7404

100 ₪ 