

לבנות

96

נניח יוצג חוק?
דיא בתובנות מעניינות

מה שהשליח
פועל קן
חיה יהודית כהנא משתפת

גפ"ן הכיתה
חני ירם בהצעה לאחורי
הקלעים

זשו אצין הרלוף
לא משהו מניק?
חני קוק בחוויות פורים

שלא לחמך אל פני הים
דבורה לאה כהן מביאה את הסיפור המקורי

סדא לא מיליש סוד
חיה אורנשטיין נוגעת בלב



Save
the
Date

ב"ה

יום עיון...

מעניק יופה

בוחרת לדעת
תשפ"ו



יום שני • ה' ניסן • 10:00-14:30
בכפר חב"ד

תוכן עניינים //



כמעט
התחלתי
לרקוד
חנה'לה קפלן

44

חברות
קרובות
מדי?
אסק מי
עם תשובה
יסודית

26

הסוד שבאיפור
שיינדי בטור
לבנות בשידוכים

36

אסתטיקה של
נשים
הגב' שוויכה

08



מה שקיבלנו
אצל הרבי
הקבוצה של
כ"ב שבת

42



אדר | תשפ"ו
גיליון 96

כפר חב"ד
ארגון נוער
חב"ד

עורך ראשי: הרב אהרן דב הלפרין
עורך: מנחם כהן
עורכת המוסף: עדינה ליפקין
עורכת אחראית: חני גרינברג
רכזת מערכת: רבקה ברוד
עיצוב: אפרת פרידמן

יוצא לאור על ידי שבועון 'כפר חב"ד'
בשיתוף 'בנות חב"ד', 'שע"י ארגון נוער
חב"ד' בראשות הרב אלימלך הרצל

הארות הערות תגובות ובקשות
מתקבלות בשמחה במייל:
livnot@kcm.co.il



דייטע פארן מאוסקדע

זכיתי לצאת לסמסטר ב' לשליחות, במוסקבה הקפואה. אני פה רק כמה שבועות, אך כבר רואה במוחש את דברי הרבי. פה רואים כמה נתינה אמיתית מהלב, רגישות לזולת ויציאה מעצמך, פותחים בתוך מקום חדש ואמיתי של יציאה מהגבלות. רואים כמה השליחות מביאה שמחה אמיתית ופנימית, שלוה, וידיעה שאת עושה את הדבר הנכון. יש פער עצום בין איך שאת לפני, בשגרת החיים, בלימודים, בעבודה - ובין מה שהשליחות פותחת

בך. פתאום מתגלה בך יכולת בלתי טבעית לתת מעצמך להיות כל כולך בהתמסרות למען השליחות. יכולת של יציאה ממעגל הדאגה הטבעית לצרכים שלך, ומעבר לחשוב על צרכים של מישהו אחר. זה מיוחד ובונה, מעניק כוחות חדשים, מגלה בך יכולות חדשות.

אני בתחילתו של מסע. מסע שתחילתו בנתינה, בשליחות, בהתמסרות למען הזולת, וסופו בעז"ה בגאולה השלמה.

להמיס את הקרח, לשבור את הטבע.

והנה טבע האדם הוא לדאוג לעצמו (ובני ביתו) יותר מצרכי זולתו, וטבע זה הוא מצד חומר וגשמיותו, היות שבגופו הרי הוא מובדל ומחולק מזולתו. וכ"כ שיתעלה האדם ממעלת הגוף וחושיו, יותר יהיה רגיש לצרכי הזולת.

וכיון שכוונת חז"ל בתיקון מצות שמחה בפורים היא כדי שע"י השמחה יתעלה האדם מעל להגבלת טבעו, להכי תקנו שחייבים ג"כ לבטא רגשי שמחתו ע"י מעשיו, ושני אופנים בזה: משלוח מנות לרעיו - היינו שירצה בשמחתם של חבריו (השייכים לו ושווים אליו) כמו שרוצה בשמחתו עצמו, והר"ז שינוי ממצבו הטבעי של בני"א שצרכי הזולת (אפ"י חברים) אינם נוגעים לו כשל עצמו. ומ"מ אין זו יציאה גמורה ממצבו הרגיל כיון שדואג רק לאלו השייכים לו. והשנית, מתנות לאביונים, דהיינו שנוגע לו שמחתם של אלו שאינם שייכים לו ואינם בדרגתו כלל - עניים ואומללים, ועי"ז מראה האדם שהתעלה לגמרי מטבעו הגשמי והגבלות הגוף עד ששמחתם של אלו חשובה לו יותר משמחת עצמו.

וזהו שכתב הרמב"ם שמוטב להרבות במתנות לאביונים יותר מסעודתו ומשלוח מנות ש"אין שם שמחה גדולה ומפוארה אלא לשמח לב עניים וכר". כי דווקא ע"י מתנות לאביונים מראה האדם ומבטא ע"י מעשיו שמחה רבה ועצומה עד כדי התעלות לגמרי מעל רגשותיו הטבעיים, וזהו עיקר המכוון במצוות שמחה של פורים.

(ע"פ לקו"ש ח' ט"ז ע' 365 ואילך - פורים תשל"ו)



אלוקים, כל אחת היא שליחה, בכל מקום בו היא נמצאת. שליחות היא דאגה לזולת, לצרכיו הגשמיים והרוחניים, גם אם אין לי אתו כל קשר... שליחות זו התגברות ונתינה. משימה קטנה: חפשי מישהי שאינה במעגל שלך, שאת לא ממש מרגישה קשורה אליה. אולי אפילו משהי שקצת קשה לך איתה. גשי אליה, חייכי, החמיאי בכנות, אולי תעזרי במשיהו קטן. בואי ניקח מפורים את יכולת הנתינה לאחרי, בלי חשבון - "כל הפושט יד". זה יפתח בתוכנו מעיינות חדשים, כוחות ושמחה.

דא/דקה, מאוסקדע פארן מאוסקדע.

מערך עיוני • חסידות, רבי ואני •
מעניק יפה

את משקיפה?

הצטרפי אלינו לתוכנית השקפה יחודית
על התקשרות לרבי
בדור שלנו

עם הרבנים

הרב בנימין
וילהלם



הרב אלחנן
רייצעס



הרב זעליג
אלטוהיז



הרב שמוליק
מישלובין



ההרשמה כוללת:

< יום עיון מרתק - ה' ניסן, כפר חב"ד

< חוברת לימוד מותאמת

< זומים - מועדים יתפרסמו בהמשך

בפתח הגיליון //

מרימי, 17: סיימנו את פורים עם הר של ממתקים, ואז התחילה הנתינה האמיתית בחלוקת השלל בין האחים... ברוך ה' אני די מרוצה מעצמי, לא ויתרתי על הכול אבל גם לא התעקשתי יותר מדי. שמרתי על איזון שעשה לי מתוק גם בפה וגם בלב.

אפרת, 15: בשנה שעברה לא קיבלתי אף משלוח מנות, אז השנה עשיתי משהו חכם - הלכתי בעצמי לתת משלוחי מנות, ובאופן לא כל כך מפתיע, קיבלתי בחזרה משלוחי מנות. אני חושבת שעליתי על משהו רציני לכל השנה.

אסתי, 13: יגידו שאני קמצנית, יגידו שאני אגואיסטית, זה באמת קשה לי לתת. אולי זה גם הגיל? אני בטוחה שאשתפר לאט לאט. מקווה שמהר.



שירה, 15: חברה רצתה להביא לי משלוח מנות אישי-אישי, ושאלה אותי מה אני רוצה. ברגע הראשון ממש אהבתי את הרעיון, ברגע השני גיליתי שמסובך לחשוב על תשובה בשבילה.



נעמי, 18: אני אלופה בלהקישב לכולם, נותנת מהזמן שלי המון. לפעמים זה מוגזם, אבל איך אפשר לזהות מתי?

חיה, 17: השנה עשיתי משהו מקורי וחמוד: הכנתי משלוח מנות להורים שלי. זה לא היה גדול ובומבסטי, העיקר המחשבה והפתק שצירפתי.

איפה זה פוגש אותך?

מזדהה? אחד מהקולות שברקע הוא שלך? ואולי יותר מאחד...

איך היה פורים?
נתת משלוחי מנות? קיבלת?
שמחת לפני, אחרי ותוך כדי?

זה לא תמיד קל. לפעמים יש קנאות קטנות או כעסים מושתקים שמפריעים לנו ליהנות. לפעמים יש תקוות שמתבדות וחלומות שנגנזים.

ואולם עיקר המצווה זה השמחה, אז מה עושים?

טיפ קטן שאפשר לקחת איתנו מפורים לכל השנה: משלוח מנות לא חייב להיות בצבע אחד, אפשר וכדאי לערבב יחד צבעים שונים. כך גם רגשות - לא חייבים להרגיש רגש אחד כלפי המשלוח. אפשר וכדאי לשים לב לרגשות שונים שמתערבבים. הכול יכול להיות במשלוח אחד.

ככה החיים שלנו; השמחה מהולה בצער, הקנאה מהולה בהנאה ממה שיש, וגם אם יש כעס, יש תחושה חזקה של אמונה בה.

אז מה את יותר - נותנת, מקבלת או מערבת? משיח נאו!

עדינה איסקין

עורכת

חני גרינברג

מנהלת בת מלך - בנות חב"ד



יופי, אור ומרכה

תורה, העליונים היו למעלה והתחתונים היו למטה. לא היה קשר בין הרוחניות לגשמיות. יהודי היה מקיים מצווה לפני מתן תורה, אך לא הייתה קדושה בחפץ של המצווה.

לאחר מתן תורה נכנסה קדושה בגשמיות העולם. על ידי עשיית מצווה אפילו פעם אחת בלבד, נכנסת הרוחניות לתוך הגשמיות, וכך נעשית דירה לה' יתברך בתחתונים. מכיוון שהמטרה והיעוד של כל אחד מאיתנו בעולם זה לעשות לו יתברך דירה בעולם, אנו צריכות לעשות דירה לה' בבית שלנו, כפשוטו. שני דברים צריכים להיות בדירה של יהודי: א. כלים וחפצים שמשמשים את האדם. ב. כלים נאים שמרחיבים את דעתו של האדם. הכלים הנאים ברוחניות זה המצוות, שמרחיבות את דעתנו.

כאן הוסיף הרבי מה שנוגע לנו, הנשים: מי אמון בבית על עשייה של מצוות מתוך הידור ויופי? על הגשמיות היפה, שהבית יראה יפה? האישה. כי לאישה יש את הכישרון לאסתטיקה. יש לה הכוח והיכולת להעמיד כל מצווה בצד הרוחני היפה שלה, וגם בצד הגשמי, לראות את היופי שנמצא בתוך בית.

רואים את זה במצוות של נשים. כך לדוגמה, בנר שבת, האישה היא הקובעת שעכשיו נכנסת השבת לעולם על ידי הדלקת הנר, ואת זה היא עושה על ידי יופי, אור וברכה. דוגמא נוספת היא כשרות, האוכל שהאישה מאכילה את ילדיה ואת משפחתה. האחריות היא שלה, להביא להם אוכל בריא, יפה וכשר. כך כמוכן גם טהרת המשפחה וחינוך הילדים, שזה באחריות האישה.

את הכול היא עושה מתוך שמחה וחיות, מתוך

הטור הזה נכתב ביום כ"ב שבט, יום ההילולא של הרבנית הצדקנית מרת חיה מושקא ע"ה ויתפרסם בימים הסמוכים ליום הולדתה, כ"ה באדר. משום כך כתבתי הפעם על דמותה האדירה.

אף פעם לא העזנו לעבור במדרכה שליד בית הרבי והרבנית, אפילו לא במדרכה שממול. בחודשי תשרי בהם זכיתי להיות אצל הרבי בשנות המי"מים, הייתי מתארכת לסעודות השבת והחג בבית משפחת קוטלרסקי היקרים. בלכתי, הייתי עוקפת את רחוב פרזידנט, לא העזתי לעבור שם. גם כשהתגוררנו בשכונת קראון הייטס לאחר חתונתנו, אף פעם לא עברנו שם. הייתה יראת כבוד, ידענו שהרבנית שומרת על פרטיותה ומלאנו את רצונה.

לאחר סיום ימי השבעה נכנסנו לבית הרבי והרבנית בימי ראשון לחלוקת הדולרים. הייתה זו הפעם הראשונה שהייתי בבית הרבי והרבנית. נכנסנו לתוך סלון מיוחד, יפה, אצילי. שולחן וכיסאות, ספות, הכול נקי ויפה ומלכותי.

יצאנו דרך המטבח, ופתאום מטבח קטן, פשוט, ישן, חפצים ישנים. נקי מאוד, אבל גם פשוט מאוד. נפלה בי ההבנה, שזה מלמד אותנו על גדולתה של הרבנית חיה מושקא: הסלון, היכן שהאורחים נכנסים ומגיעים אנשים מבחוץ, צריך להיות יפה. ואולם במטבח, שזה היה הצורך האישי שלה, לא היה צריך יותר מזה.

בשבת הסמוכה ליום ההילולא של הרבנית, פרשת יתרו תשנ"ב, נערך כנס השלוחות, האחרון לעת עתה שזכינו לשמוע בו שיחות מהרבי. בשיחה הרבי מבאר בנוגע למתן תורה: עד מתן



רצון שזה יבוא לילדים ולבית בחוויה חיובית של מצוות. זו ההצלחה של האישה.

את כל זה אנחנו רואים בשם חיה מושקא: חיה מלשון חיים, ומושקא זה דבר שמביא ריח טוב - בושם. על ידי שאנו עושות את המצוות שלנו מתוך חיות וחשק, אנחנו זוכות להחדיר את זה פנימה ולעשות את הייעוד שלנו, לעשות לו יתברך דירה בתחתונים. זה נעשה כבושם, מפיץ ריח טוב מסביב וכל האווירה משתנית לטובה. עד כאן תוכן שיחת הרבי.

את זה אנו רואים בתוכן חייה של הרבנית הצדקנית - חיבור שני העולמות, הגשמי והרוחני. מצד אחד היא הייתה קנאית מאוד לפשטות, לצניעות, ומצד שני, כשהיה צריך, היא זאת שעמדה בתוקף בשביל הרבי ובשביל הרבי הריי"צ.

את זה ראיתי בדירתה; מצד אחד פשטות גדולה בנוגע לעצמה, אך בחדר שבו האורחים מגיעים יש הוד והדר.

אנחנו יכולות לקבל מזה כל כך הרבה. הרבנית במסירותה הרבה זיכתה אותנו ונתנה לנו את המסר להמשיך בדרכה, ולזכור את המטרה שלנו בשתי העולמות ובמעבר ביניהם.

כשאנו מתעסקות בכביסה ובניקיון, זה מה שהקב"ה מייעד אותנו לאותו הזמן ויש לעשות את זה בשמחה. כשצריכים לעבור לעולם הרוחני, גם שם נעשה את התורה והמצוות מתוך שמחה. כל דבר בזמן הנכון ובמקום הנכון.

בעזרת ה' נזכה לעשות הכול מתוך שמחה וחיות וכמו בושם המריח טוב למרחקים. שלכן, שריתה.

שלכן, שריתה

הסעות VIP

משדה התעופה בניו יורק

למשפחות וקבוצות!



שירות אדיב ונסיעה בטוחה ונעימה

מציעים שירות הסעות מקצועי ואמיני

- רכבים מרווחים ונוחים המתאימים למשפחות גדולות ומאודות
- נהגים מנוסים המכירים היטב את האזור
- שירות דלת לדלת מהשדה ישירות לקראון הייטס
- מחירים מיוחדים קבוצות
- זמינות גבוהה

אפשרות לכסאות במיוחד לילדים

+1-718-6444444

ניתן להזמין גם רכבים קטנים • מכבדים כרטיסי אשראי

#9

אין מקום אנפיליות?



שמתנהל לשטעירני בראש:
 - לא נפסיד את האירוע הבלתי נשכח הזה.
 הופעה! תחרות בית ספרית! אטרקציות!
 - אבל מה יהיה עם השלוחים? איך הם יתמודדו?
 - זה לא העסק שלי. הם השלוחים, שיתמודדו...
 - הגזמת. הרי קיבלת על עצמך את המועדון ממש כשליחות. זה לא משהו שאת יכולה לזלזל בו...
 - אבל אהבת ישראל לחברות המאוכזבות והכועסות...
 - אבל ילדי המועדון שלא מפסידים אף פעם והאכזבה שלהם...
 - אבל זה ממש חד פעמי, וזה אירוע שלא יחזור על עצמו!

כתבתי והרגשתי בתוכי את המאבק של שטעירני וחנה'לה. מצד אחד יש את השליחות שאליה הן התחייבו, את הנתינה וההתמסרות לרבי.
 בצד האחד הזה אני מעזה לשאול: האם תמיד אנחנו מצליחים? ואני הלא כותבת את אמת החיים עצמם. את ההתמודדות. את הצד הפחות פוטוגני, שדווקא בו מראה את הדרך לגדול. מה, אין מקום לנפילות? אבל במילה הכתובה יש כוח, ולעצם המעשה ששחרר אחריות - יש תוקף.

יש מקומות חריפים כמו אש לגבי תפקיד של חייל על משמרתו. האם יש בכלל אופציה לחשוב על משהו אחר?
 קחו לדוגמא את הסיפור הבא, אמיתי לחלוטין

###

כאן עליי להשאיר אתכן במתח ולעצור לשתף בתהליך הכתיבה:
 הכיוון הראשון שהלכנו אליו ("ושות", זו קבוצת בחורות איכותית אנונימית שעוזרת לי לכתוב), הייתה ההחלטה ללכת לאירוע בבית הספר; המדריכות מאכזבות את השלוחים ואת הילדים, מבאסות את עצמן ונמצאות ממש בשאול. דרך אנקדוטות מגניבות מבית הספר, הן לומדות להחזיק אכזבה עצמית בלי להתפרק, לקום מנפילות, ולהבין שהשם לפעמים יוצר מציאות שאת מאכזבת בה וגם את זה צריך לקבל...
 הייתה ביקורת גדולה על המסקנה של המדריכות, ובקיצור, הפרק לא התקבל. הוחלט שאין סיכוי לגרום לשלוחים ולמועדון עוגמת נפש. בלעתי רוק וגאוה, הרמתי ידיים, והתיישבתי לכתוב בשנית. הפעם כתבתי הפוך: הן ויתרו על האירוע והלכו למועדון. הסיפור לא היה כתוב מספיק טוב. זה הרגיש לאטעס של מיחזור משהו לא מוצלח במיוחד ולא מחובר אליי בכלל.
 פה בא לי לצטט שנייה את רגעי הדרמה שהופיעו בשני הפרקים שכתבנו. הוויכוח

ד סי טפחה על כתפי והורתה לי להסתכל לקצה השני של הכיתה. חנה'לה אותתה לי נואשות, אינה שמה ליבה אל המורה חדוי שהרביצה בנו דקדוק בהתלהבות. הסתכלתי על שתיהן בהירות. חנה'לה, שתפסה את תשומת ליבי סוף סוף, סימנה בתנועת שפתיים מודגשות וללא קול מסר קריטי. החזרתי לה בפנטומימה "אני לא טובה בקריאת שפתיים, חכי להפסקה", וחזיתי לנזיפה מהמורה, שהשתיקה את שתינו והחזירה אותי ל-7 הבניינים ומה שורש המילה סבלנות? ס.ב.ל לפי פרצופה של חנה'לה, הייתה לזה משמעות כפולה...
 בהפסקה היא רצה אליי, ועוד לפני שהספקתי להזכיר לה שלשורש ס.ב.ל יש משמעות של משא, סיבולת, יכולת איפוק וסבלנות, היא התנפלה עליי: "שכחנו לגמרי מהמועדון היום. אין מצב שאנחנו לא משתתפות בערב הבית-ספרי!" דפקתי על ראשי והבנתי ברגע את ה'ברוך': "מה נעשה?" לקח די הרבה זמן עד שנקבע הערב הבית-ספרי. אירוע של פעם בשנה. כמה פעמים החליפו לו תאריך, עד שכבר לא זכרתי מה ומתי, וכנראה לא עקבנו מספיק כדי לחשוב גם על המועדון.

האם תמיד אנחנו מצליחים? ואני הלא כותבת את אמת החיים עצמם. את ההתמודדות. את הצד הפחות פוטוגני, שדווקא בו מראה את הדרך לגדול. מה, אין מקום אנפיליות? אבל במילה הכתובה יש כוח, ולעצם המעשה ששחרר אחריות - יש תוקף.



שמואל עמית צלם
053-350-7700
חתונה ברמה אחרת

הודעה
תצורות

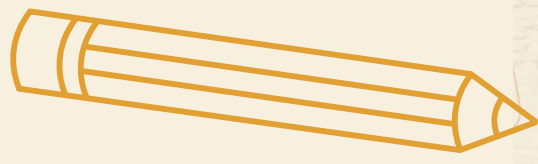
Click to answer
טלפון קטן ואתם מסודרים

Ask me
בנתחבד

**פסח
כשר
ושמח**

בין פורים - פסח
המוקד יהיה סגור
נחזור אליכן מכ"ה ניסן

bnotchabad.co.il



למוטיבציה הפנימית, ומתי היא חבלנית?
קולגה הגדירה לי את זה יפה מאוד. היא אמרה שהכלה חייבת להישאר עם מיקוד מטרה.
זה מה שמבדיל בין נפילה להתרוממות. זאת אומרת, האם חנה'לה ושטערני לוקחות באופן תמידי אחריות, מנותבות מטרה, ואז ברגע של נפילה הן רואות את הילדים ואת השליח מול העיניים וחושבות איך להצליח להחזיר את האמון ואת יציבות השעה הקבועה?
או, האם בחסות ההכלה העצמית הן מנותבות למה ש'בא להן, בלי מצפן פנימי שמראה להן את תפקידן וההמשך?
אני חושבת, שאמת המידה היא לבדוק אם זאת הנפש האלוקית העומדת מאחורי, או הרע שבנפש הבהמית.
בדרך כלל המבדק העצמי יהיה, אם בסוף הייתה עשייה, או הברזה מעשייה.

אולי כמו שאני עצרתי, בא לך, הקוראת אותי, לעצור גם ולשאול את עצמך:
האם כשאני לא מצליחה לאחוז אחריות שקיבלתי על עצמי, אני מדחיקה, מעלימה, עוברת הלאה בחסות "הכל בהשגחה פרטית"? או שאני מנסה לבדוק מה המקומות שבהם אני כן יכולה לפעול, ולוודא שבפעם הבאה הדבר לא יחזור על עצמו? או אולי אפילו ברגע הזה, למצוא חלקיק קטן מכל מה שעזבתי שאני כן יכולה לפעול בו?

זה מה שעשיתי אולי.
הבנתי שפרק מועדון מהוקצע לא יהיה, אז מצאתי את הדרך להחזיק אחריות, אפילו שלא הצלחתי.
חיילים נשארים חיילים, נכון?

מלשם כך, דווקא עניין הסליחה לא הקב"ה גורם להתעוררות היבאה לא האדם, אלא גורם תורה ולקיים מצוות יותר מכפי כוחו.
צאת אומרת לדווקא מלשם במחילה ובהחלפה, מייצר אפשרות לכאן ולשם יותר, אצות אחר פנימי שאדם אנו להתרחק ולהצטמק.

למען תורא" תשי"ט. הרבי הריי"צ שואל, למה הסליחה גורמת שייראו מהקב"ה? זה נשמע בדיוק הפוך - מי שסולח מהר, למה שתהיה יראה ממנו?... והרבי הריי"צ מביא משל נפלא, על אדם שחייב הרבה כסף למי שהלווה לו. יש לו רק מעט כל פעם, להחזיר על פני זמן רב. כשהמלווה נותן לו את האפשרות הזו, האדם שלוה מצליח לעמוד בפירעון החוב, וגם מתעורר ליבו ברצון להשתדל עוד יותר ממה שהוא מסוגל לעומת זאת, מלווה שלוחץ על הלווה להחזיר מיד, הרי האדם מתבלבל ומתייאש ואינו משלם כלום.
משום כך, דווקא עניין הסליחה של הקב"ה גורם להתעוררות היראה של האדם, ללמוד תורה ולקיים מצוות יותר מכפי כוחו.
זאת אומרת שדווקא משהו במחילה ובהכלה, מייצר אפשרות שכולנו נשתדל יותר, לעומת לחץ פנימי שגורם לנו להתרחק ולהיעלם.

אז מה נכון?
ישבתי על המדוכה. לא הפסקתי לשתף את הדילמה ולקבל כל מיני תגובות ומחשבות. אחרי שבוע שהסתובבתי עם זה, לחצו עליי להגיש כבר את הפרק כי עברתי את הדד-ליין מזמן. החלטתי שאני משחררת.
מה יש? חודש אחד יסתדרו בלעדיי.
הרי כתבת. ושוב כתבת. ולא הלך. שלום.
לרגע הייתי שטערני וחנה'לה שאמרו שלום לשליח.
ופתאום הכתה בי התובנה על הדילמה האמיתית שהפרקים שלי יכלו ליצור:
האם יכול להיות שהפרק שלי נותן לגיטימציה להבריז מאחריות, או נותן כוח להגביר את הנתינה לשליחות?
מתי הכלה מייצרת דחף להתרומם ולהתחבר

כמובן: פעם הרגיש אחד החסידים שיש לו תשוקה עצומה לבוא לרבי. הוא היה מנהל בית ספר, זה לא היה פשוט לעזוב את בית הספר והפיקוח לא אישר לו את הנסיעה. ואולם תשוקתו גדלה, והוא לא הצליח להישאר. הוא דאג לממלא מקום והגיע לחצרות קדשנו. עם בואו קרא לו הרב חודקוב, מזכירו האישי של הרבי, ואמר: מבחינת הרבי אתה לא פה. אתה נמצא בארץ ישראל. את התשובות לכל השאלות שלך ישלחו לארץ ישראל.
באותו תשרי, הרבי לא ענה לו 'לחיים' בהתוועדות, ובוודאי שהוא לא נכנס ל'יחידות'. כאשר נכנס אחד מידידיו ליחידות, הוא אמר לרבי שאותו חסיד בא לכאן לתשרי והוא כל כך שבור לב, אולי הרבי יקבל אותו ליחידות.
הרבי הגיב: "כשחייל ניצב על עמדתו והוא שומע שהמלך מגיע למקום קרוב, והוא עוזב את העמדה שלו והולך לראות את המלך - אם כן, אין לי סיבה לשבת כאן!"
המסקנה כל כך ברורה: כדי להיות שליח של הרבי חייבים לציית. חייל צריך לדעת שיש לו מפקד שעליו לציית לו. שליח חייב לדעת שיש מעליו "בוס" ושהעיקר הוא הציות. גם אם יש משהו שלפי הרגשתך יביא לך התרוממות רוח ורוחנית, אתה חייב לדעת שזה לא יכול להיות על חשבון נטישת עמדה.

ואולם יש גם את הצד השני. גם אתן וגם אני מכירות את המקומות, שעל אף שברורה לנו האמת המוחלטת של מה שעלינו לעשות, אנחנו לא מצליחות לעמוד בכך, ונפלות.
במקרה כזה, ההלקאה העצמית לעיתים גרועה יותר מעצם זה שלא עמדנו במשימה. היא גוררת 'דומינו' של נפילות.
וגם במקום הזה יש הרבה חיזוק בתורת רבותינו נשיאנו.
קחו לדוגמא את מאמר "כי עמך הסליחה

99 Es Einsteinium (252)																																													
H																	He																												
Li	Be															B	C	N	O	F	Ne																								
Na	Mg															Al	Si	P	S	Cl	Ar																								
K	Ca	Sc	Ti	V	Cr	Mn	Fe	Co	Ni	Cu	Zn	Ga	Ge	As	Se	Br	Kr																												
Rb	Sr	Y	Zr	Nb	Mo	Tc	Ru	Rh	Pd	Ag	Cd	In	Sn	Sb	Te	I	Xe																												
Cs	Ba	Hf	Ta	W	Re	Os	Ir	Pt	Au	Hg	Tl	Pb	Bi	Po	At	Rn																													
Fr	Ra	Rf	Db	Sg	Bh	Hs	Mt	Ds	Rg	Cn	Nh	Fl	Mc	Lv	Ts	Og																													
<table border="1"> <tr> <td>La</td><td>Ce</td><td>Pr</td><td>Nd</td><td>Pm</td><td>Sm</td><td>Eu</td><td>Gd</td><td>Tb</td><td>Dy</td><td>Ho</td><td>Er</td><td>Tm</td><td>Yb</td><td>Lu</td> </tr> <tr> <td>Ac</td><td>Th</td><td>Pa</td><td>U</td><td>Np</td><td>Pu</td><td>Am</td><td>Cm</td><td>Bk</td><td>Cf</td><td>Es</td><td>Fm</td><td>Md</td><td>No</td><td>Lr</td> </tr> </table>																La	Ce	Pr	Nd	Pm	Sm	Eu	Gd	Tb	Dy	Ho	Er	Tm	Yb	Lu	Ac	Th	Pa	U	Np	Pu	Am	Cm	Bk	Cf	Es	Fm	Md	No	Lr
La	Ce	Pr	Nd	Pm	Sm	Eu	Gd	Tb	Dy	Ho	Er	Tm	Yb	Lu																															
Ac	Th	Pa	U	Np	Pu	Am	Cm	Bk	Cf	Es	Fm	Md	No	Lr																															

הדלקים והחזרים



ללא הפסק. מקבל מכאן ומעביר לשם, מפרק לגורמים ומחלק אותם, מאחד חומרים מסוימים ומעביר הלאה.

שלום וברכות השבות למדור המדעים שלנו הפעם צריך לקשר נושא מסוים במדעים לקבלה ונתינה בהקשר של משלוחי מנות! אממ, אהממ, מה הקשר בכלל בין מדעים לנתינה וקבלה?

כמובן שהשאלה רטורית בלבד, כיוון שכמעט כל דבר במדעים קשור לנתינה וקבלה - החל מהמתמטיקה ובמשוואות הבסיסיות שלה, כגון אחד פלוס אחד שווה שתיים, שבהן ישנו החלק שנותן (אחד פלוס אחד) וישנו החלק המקבל (שתיים), ועד למדעים הפשוטים של חיי היומיום כגון תהליך הנשימה שלנו, בו אנחנו פולטים פחמן דו חמצני (נתינה) ושואפים חמצן (קבלה). כמובן שאנחנו לא שואפים רק חמצן, כי האוויר כמובן טהור ונקי בצורה בלתי תיאמון, ברוך השם, אבל זה נושא אחר ונעזוב אותו כרגע. מה שלא נעזוב כרגע, הוא הנושא שלשמו נתכנסנו כולנו - מחזוריות בטבע. הטבע שלנו, ממש כמונו בפורים, משחזר חומרים

בכל אופן, ישנן שלוש תגובות מחזוריות עיקריות בטבע, ועליהן נדבר היום:

1. מחזור הפחמן:

הפחמן הוא בערך היסוד הכי חשוב בטבע. הוא מרכיב כמעט את כל התרכובות האורגניות (חומרים בסיסיים לקיום חיים, כמו חלבונים, שומנים, סוכרים וחומצות גרעין).

הוא מצוי באוויר, במים, בקרקע, בסלעים, בדלקים מחצביים (כמו נפט או פחם טבעי), בצפרדע, באמבה, בעץ הבוקיצה, באגס, בג'ירפה, בפיל, בדג סלומון ואפילו בעדשים! ובקיצור, בכל היצורים החיים.

במחזור הפחמן, מסלול קלאסי שעובר אטום פחמן נראה בערך ככה: פחמני שלנו נמצא באוויר, ולפתע נקלט על ידי צמח, אממ... הפיקוס! בתהליך הפוטוסינתזה (שהוא תהליך בסיסי ביותר), הפחמן נקלט בצמח, והפיקוס מיועדנו משתמש בו כדי לבנות חומרי מזון שיעזרו לו לגדול ולקבל את תעודת 'הצמח המנצח'. לפתע באה, אממ... פזיח! מגיעה פזיח העז הפזיזה, וגורסת בתיאבון רב את

הפיקוס המסכן, שבתוכו שוכן לו אחר כבוד פחמני הפחמן. כעת יש לפחמן שתי אפשרויות בדרכו לחזור שוב לאוויר ולהתחיל את התהליך מהתחלה: או שהפחמן מגיע לריאות של פזיח ויוצא משם אל אוויר העולם בתהליך הנשימה שלה, או שהוא מסתובב לו הלך ושוב בגוף ובונה חומרים חשובים משך כל זמן חייה הנותרים של פזיח, וכשפזיח מתה, לצערנו הרב, וגופתה הרכה נופלת ארצה - חיידקים ופטריות מהאדמה מפרקים את פחמני מהחומר שאותו הוא עזר לבנות בגופה של פזיח ז"ל, ופחמני שוב חוזר לאוויר העולם עד שצמח נוסף יקלוט אותו והוא יחזור שוב על התהליך.

אלא שלא כל הפחמנים עוברים את התהליך הזה! ישנם פחמנים שנשמרים במשך מאות שנים בתוך הקרקע, בסלעים ובדלקים מחצביים כנ"ל. הפחמנים האלו יכולים להשתחרר לאוויר ולהשתתף במחזור הפחמן במקרה שהמאגר שהם נתונים בתוכו נשרף. זה בקצרה הסבר על מחזור הפחמן, שיוצר מעגל אינסופי חוזר של פחמנים ובעצם עוזר לפחמנים להיות זמינים לכל מי שזקוק להם, כולל אנחנו, כמובן. צריך רק להחליף את הפיקוס בברוקולי ואת פזיח בחני.



התחברו לפרשה בחווייה מעולם אחר!

פירושים ייחודיים, מסרים מלאי משמעות, רעיונות וסיפורים על כל פרשה



הפצה ראשית - חישי - 03-9600770

>>>

2. מחזור המים:

נזל החיים, כשמו כן הוא, מחזיק בגאון את מערכת החיים כולה - או כפי שתאלס (פילוסוף ומתמטיקאי יווני) קרא לזה, 'הכול מים'. המים הכרחיים לקיומם של המדבר, החי, הצומח והדומם כאחד.

את מחזור המים כולנו מכירות משחר הילדות; יש מקווי מים כמו בריכות וימים שה' ברא, המים שבהם מתאדים ומתעבים לעננים, העננים ממטירים מטר ומגשימים גשמים, שחוזרים אל הארץ ומצטברים במקווי מים וחוזר חלילה (אגב, מי שיודעת למה אומרים חוזר חלילה ולא משהו אחר - אשמח להחכים בנידון).

המים כמובן אינם יורדים באופן ספציפי וממוקד בחזרה מן השמיים אל מקווי המים, אלא נספגים בצמחים, זורמים בנהרות ואגמים שמשמשים

הטבע שלנו, ממש
כמונו בפורים,
משחזר חומרים
ללא הפסק. מקבל
מכאן ומעביר
לשם, מפרק
לגורמים ומחלק
אותם, מאחד
חומרים מסוימים
ומעביר הלאה.



מקורות שתייה לבע"ח ולבני אדם, ואפילו מטפטפים אט-אט אל הקערה שהילדים של יוסי השכן שמו בחצר עם בוא היורה. המים שנמצאים בגופנו יכולים לחזור אל האטמוספירה דרך נשימה, הזעה וכן הפרשות, כמו גם אצל בעלי חיים.

את כל הטקסט שלעיל אתן ודאי מכירות, אז אין כל כך מה להמשיך ולהרחיב עליו במסגרת מצומצמת זו.

אז אנחנו יכולות להתקדם בחדווה למחזור החנקן.

3. מחזור החנקן:

החנקן הוא יסוד חשוב ביותר לבניית חלבונים וחומצות גרעין (שנמצאים לא רק בגוף האדם אלא בכל גופי היצורים החיים למיניהם, והם בעצם הבסיס למבנה הגוף ברמה המיקרוסקופית ולפעילות בתאים של יצורים חיים). חנקן מהווה כ-78% מהאוויר, אך למרות העובדה הזאת, רוב היצורים החיים אינם יכולים להשתמש בו בצורתו באוויר בתור גז (אנחנו נושמים את החנקן אמנם, אך הוא לא נקלט בגוף אלא פשוט נפלט החוצה כמו שהוא), ולכן יש צורך בתהליך מיוחד שיהפוך אותו להיות זמין ונגיש לשימוש. התהליך הזה מתבצע במהלך - פם פלם - מחזור החנקן.

במחזור החנקן, החנקן נקלט בקרקע ע"י חיידקים מיוחדים שיש להם אנזים (חלבון שמסוגל לפרק או להרכיב חומרים) שמסוגל לפרק את החנקן, וכך הם ממירים אותו לתרכובות חנקן שאותם הצמחים מסוגלים לקלוט - כמו אמוניה או חנקה.

כך הצמחים יכולים לקבל את החנקן שבו הם משתמשים לבנייה, ושוב בעלי חיים או בני אדם אוכלים את הצמחים וכך גם הם מקבלים חנקן. שוב (כמו שהסברנו על מחזור הפחמן), באמצעות הפרשות של בני אדם או מוות של בע"ח החנקן חוזר אל הקרקע, נקלט שם על ידי אותם החיידקים ושוב חוזר חלילה!

איך בכל זאת נשאר חנקן באוויר? פשוט מאוד: לא כל החנקן שנקלט ע"י החיידקים המפרקים מתפרק באמצעותם, אלא חלקו חוזר לאוויר וממשיך להוות חלק מ-78% אחוזי החנקן שבו.

אלו, אם כן, שלושת המחזורים העיקריים של עולמו המופלא של הקב"ה. מקווה שהחמתן, ושהיה לכולנו פורים שמח ומלא במשלוחים הולכים וחוזרים!



עוד על הדמות

רבי אלעזר בן שמוע היה מעשרת הרוגי מלכות.

כשגזרו על רבי אלעזר להיהרג בערב שבת בזמן מנחה, הוא לא ביקש את חייו במתנה, אלא ביקש לקיים את מצוות השבת. המלך תמה על כך ושאל: "על שבת אתה בוטח? ומהי שבת?"

רבי אלעזר ענה לו: "מצווה קטנה שציווני ה' ושבת שמה". הוא הסביר למלך שהחומרה שבה הוא מתייחס למצווה נובעת מהציווי האלוהי - "מחלליה מות יומת" - ולכן הוא דבק בה עד הרגע האחרון.

המלך ניסה לערער את אמונתו ושאל שאלה קשה: "אם אלוהים מלך גדול הוא בשמיים, למה אינו מציל אתכם?"

תשובתו של רבי אלעזר הייתה חדה: הקדוש ברוך הוא אינו מציל אותנו כעת כדי שיוכל לתבוע את דמנו מכס בעתיד. כששמע זאת המלך, כעס ואמר: "אין עם עזי פנים כמותכם, אפילו בפתחה של מיתה בעזותכם אתם עומדים".

המלך הוסיף והקשה: אם השם רוצה להיפרע מאיתנו, מדוע אינו עושה זאת עכשיו? רבי אלעזר השיב לו, שאם השם המתין והאריך אפו עם אלו שהחריבו את בית המקדש, בוודאי שהוא מאריך אף גם כעת, אך הדין בוא יבוא.

תלמידיו שאלו אותו לאחר מכן, מדוע לא ניסה "להחניף" למלך בדבריו כדי להציל את עצמו, ורבי אלעזר ענה להם: "די לאלעזר להיות כחבריו". הוא הבין שזהו רגע של קידוש השם ושל קבלת הדין באהבה, יחד עם שאר הרוגי המלכות. אנשי המלך הרגו אותו תוך כדי שעשה קידוש.

למה טרחת להגיע? שאל המלך בכבוד. רבי אלעזר ביקש רחמים על המדינה וביטול הגזרה. המלך הקשה: "הרי בתורה שלכם כתוב שהאדומים (בני עשו) לא גמלו חסד עם ישראל, ואני הרי בן עשו - והעם שלך לא גמל איתי חסד כשהייתי זקוק לו! מי שעובר על התורה חייב מיתה".

רבי אלעזר התחנן: "אף על פי שחטאו, רחם עליהם". הוא הציע למלך את ארבעת אלפים הדינרים שהביא אתו.

המלך חייך ואמר: "הכסף הזה יהיה שלך, מתנה, תמורת מאתיים הדינרים שנתת לי אז. המדינה כולה תינצל בזכותך, תמורת האוכל והשתייה שהגשת לי. ועכשיו, היכנס לבית הגנזים שלי וקח שבעים אצטלאות יקרות תמורת הבגד האחד שפשטת מעצמך בעבורי... לך לשלום לעמך".

...

על המקרה המפעים הזה קראו חכמים את הפסוק בקהלת (יא, א): "שִׁלַח לְחֶמְךָ עַל פְּנֵי הַמַּיִם כִּי בָרַב הַמַּיִם תִּמְצָאֵנּוּ".

חשבי על זה: מעשה אחד של חסד, בגד אחד שניתן מלב טהור לאדם זר לחלוטין, הציל דור שלם לאחר שנים רבות.

זוהי עוצמתה של הנתנה.

(קהלת רבה יא, א)

כִּשְׁהִים מוֹחֲזִיר טוֹבָה

באותה עת, חבורה של יהודים שעלו לרגל לירושלים עברה במקום. הניצול האומלל פנה אליהם בתחינה: "אני מבני עשו אחיכם, בבקשה, תנו לי בגד קטן לכסות את עצמי, הים לקח ממני הכול". התגובה שלהם הייתה קשה: "שכל בני עמך יאבדו כמוך".

האיש, מיואש ופגוע, נשא את עיניו וראה את רבי אלעזר בן שמוע. הוא זיהה שמדובר באדם זקן ומכובד ואמר לו: "אני רואה שאתה מכבד את הבריות, זכה בי ותן לי כסות".

רבי אלעזר לא היסס לרגע. היו עליו שבע אצטלאות (7 בגדים יקרים), והוא פשט אחת מהן ונתן לאיש. הוא לא עצר שם, אלא לקח אותו לביתו, האכיל והשקה אותו, נתן לו מאתיים דינרים ואפילו ליווה אותו בכבוד למרחק רב.

...

הזמן עבר, וגלגל החיים הסתובב. הקיסר הרשע מת, ואותו ניצול מהים נבחר למלוך תחתיו. הגזרה הראשונה שגזר הייתה מבעייתה: "כל הגברים לחרב!".

היהודים המבוהלים פנו לרבי אלעזר בן שמוע: "לך ופייס את המלך עלינו". רבי אלעזר ידע עם מי יש לו עסק ושאל: "האם המלכות הזו עושה משהו בחינם?" הקהילה אספה סכום עתק של ארבעת אלפים זהובים, ורבי אלעזר יצא לדרך.

כשהגיע לשער המלך, ביקש להיכנס. ברגע שהמלך ראה את רבי אלעזר - קרה דבר מדהים: המלך ירד מכיסאו ונפל על פניו! "מה אדוני עושה כאן?"

לתת זה לקבל, זו האמירה הרווחת. האומנם? הלא יש מקרים שלא ניכרת בהם הקבלה לאחר הנתנה...

כולנו מכירות את הפסוק "שִׁלַח לְחֶמְךָ עַל פְּנֵי הַמַּיִם כִּי בָרַב הַמַּיִם תִּמְצָאֵנּוּ"; בואו נשמע סיפור על כך מתקופת התנאים.

...

הסיפור מתרחש על שפת הים הגדול, עת בה התנא רבי אלעזר בן שמוע הכהן מטייל על חוף הים. תארי לעצמך את התמונה הבאה: רבי אלעזר מטייל להנאתו, כשלפתע, בכהרף עין, ספינה נטרפת בין גלי הים וטובעת על כל המטען שבה. מתוך הגלים הגועשים, מצליח אדם אחד להינצל כשהוא נאחז בקרש עץ דק. הוא מגיע לחוף ערום, חסר כל, ומנסה להסתתר בחול מרוב בושה.



בקר הר הוש



גלינגו

אאוצ', זה היה קצת כואב.

לאן הגעתי הפעם...?

הי, המקום הזה מוכר לי! אני כמעט בטוחה

שהייתי כאן פעם.

זה... יכול להיות ש... כאן הכול התחיל?

טוב, לא באמת נוצרתי כאן; חוויות רבות עברו

עליי מאז יצאתי מהמטבעה לראשונה כמטבע

נוצצת ועד שהגעתי לכאן, לפני מספר חודשים

בסך הכול, אבל איך אומרים? החיים מתחלקים

לשניים: עד שהגעתי לכאן (או בעצם, יצאתי

מכאן), ומאז.

זה לא באמת מקום מיוחד כל כך, בסך הכול

חנות מכולת קטנה, אבל ממש כאן קיבל אותי

הילד ההוא שהביא אותי לאבא שלו ו-זה היה יום

אפרורי אחד בחודש אדר.

בבוקר קנתה איטי אישה צעירה שתי שקיות

חלב, ואחר הצהריים כבר הייתי בידי של ילד כבן

תשע שקיבל אותי כעודף.

הוא החזיק אותי היטב באגרופו המזיע עד

שהגיע הביתה. "ש-לום", אמר. הוא הניח את

שקית המצרכים על השולחן, ואת המטבעות

שהיו בכף ידו, ואני בתוכן - הושיט לאביו שעמד

וחישב משהו. על השולחן לפניו הייתה מעטפה

ושטרות ומטבעות היו פזורים סביבה בסדר

כלשהו. 'כמה טוב לפגוש ידידים מוכרים!' שמחת.

ניסיתי לקפוץ ולהצטרף אליהם, אבל הזינוק היה

לא מוצלח: במקום להגיע לשולחן נחתתי על

הרצפה והתגלגלתי הצידה. הילד התכופף מיד כדי

להחזיר אותי לידי, וכך - תפוסה בין אצבעותיו -

שמעתי את אביו קורא: "או, זה בדיוק מה שחסר

מרב התרגשות כמעט התחלתי לרקוד, אבל פחדתי

שאתגלגל החוצה. אחר כך כנראה נרדמתי!

כשהתעוררתי, סיפרה לי המטבע לידי שככל הנראה

אנחנו בתוך קופה גדולה בבית הכנסת.

לי". הוא לקח אותי ושתי מטבעות נוספות והכניס

אותנו למעטפה יחד עם כל הכסף שסביבה.

"אבא, מה אתה עושה?" שמעתי במעומעם

את הילד שואל. בתוך המעטפה היה חשוך וקשה

היה להקשיב לקולות בחוץ, בעיקר בגלל הרעש

שיצרנו כששוב ושוב התנגשנו זו בזו. איכשהו

הצלחתי בכל זאת להבין שאני, בכבודי ובעצמי,

הולכת להיות חלק ממצוות 'מחצית השקל',

ואני, ממש אני בכבודי ובעצמי, אזכה להגיע

למקום הקדוש ששווי הרבה יותר מכל מטבע

(או שטר)!

מרב התרגשות כמעט התחלתי לרקוד,

אבל פחדתי שאתגלגל החוצה. אחר כך כנראה

נרדמתי.

כשהתעוררתי, סיפרה לי המטבע לידי שככל

הנראה אנחנו בתוך קופה גדולה בבית הכנסת.

היא לא הצליחה לשתף איך הגיעה למסקנה

הזו, כי עוד ועוד דברים - מעטפות, מסתבר -

נדחפו פנימה וגרמו להתנגשויות שהשמיעו

קרקוש רועש במיוחד. להערכתך, היו איתנו

בקופה למעלה מאלפיים שקלים!

עברנו עוד כמה וכמה תחנות בדרך, עד

שביום אחד בשלהי אדר שוב ראינו אור.

מטבע אחת ותיקה במיוחד סיפרה לנו בדרך

שפעם, לפני שנבנה שוב בית המקדש, מחציות

השקל או הסכום שניתן כשוויין היו נעצרות

בקופה בבית הכנסת. משם היו מוציאים אותן

ומשתמשים בהן לצרכי הכלל.

ואולם אנחנו? האור שראינו לא היה סתם

אור, הוא היה אור המנורה שהתפשט מחלונות

ההיכל אל כל בית המקדש.

בחדר בו היינו היו עשרות או אפילו מאות

מיליוני שקלים. כל יהודי, מכל מקום בעולם,

הביא את המעטפה שלו, וכאן נאספו כולן.

גזברים ישבו שם, בחדר, ספרו וסידרו את

הכסף הרב.

לא הרבה זמן הייתי שם. אחרי מספר ימים

הוציאו סכום כדי לקנות את קורבנות חג הפסח

שהתקרב, ואני הייתי מאלו שעברו לבעל הרפת

ממנה קנו את הפרים לימי החג.

עכשיו אני שוב עוברת מיד ליד סתם כך,

אבל אני כבר לא 'עוד מטבע'. מי יודע, אולי -

הלוואי! - גם השנה אזכה להיות חלק מ'מחצית

השקל'!



בשניהם גם יחד).
באופן כללי, הייתה לי הרגשה שאני סוחבת עליו חובה קיומית להחזיר.

חובה קיומית להחזיר על אירוח בשבת.
חובה קיומית להחזיר על הקשבה.
חובה קיומית להחזיר על עצות טובות.
בטח ובטח כשמדובר בדברים שנעשו בעבורי בזמני מצוקה או משבר.

שלא תבינו לא נכון.
הכרת הטוב זה ערך חשוב שאין כדוגמתו.
להיות מודעים לזמן של אנשים ולתרומות (קטנות כגדולות) שהם תורמים לנו, ולהוקיר תודה על זה (גם תודה גשמית לפעמים) - זה חשוב מאוד.
ואולם פנקס החובות שלי לא היה רק בגדר של הכרת הטוב.
הוא היה פחד.
פחד שאם המאזן לא יהיה לטובתי, אז אני אכנס למינוס.
ומינוס גדול, הרי גורר עיקול והוצאה לפועל. ובמונחים של מערכות יחסים ונטישה -

זה היה פחד גדול שיעזבו אותי.
פחדתי לא להיות שווה את הקשר.
פחדתי שאם יתנו לי יותר מדי ואני לא אחזיר מספיק - אז יפסיקו להיות שם בשבילי.

כאמור, לא מדובר בניצול סדרתי שלי.
מדובר אפילו על פחד מלאבד חברה שהייתה שם בשבילי עם אקסטרה הקשבה בתקופות יותר מאתגריות.

זה צף והסלים לפניי שהתחנתתי.
בתקופה הזו הייתי זקוקה נואשות לעזרה,

יש לי אישיו עם נתינה.

כחלק מהפחדים שלי מחוסר אהבה, או מנטישה, נתינה תמיד הייתה עסק מורכב בעבורי.
תמיד חיפשתי לתת, כדי לפרוע חובות (חובות שאגב אני המצאתי, שלחתי מכתבי אזהרה, וגביתי מעצמי בחוסר הכלה משווע).

אני את החובות שלי

בכל מערכת יחסים, ניהלתי פנקס דמיוני: נתינה מול קבלה.
אם מישהי נתנה לי משהו (זמן, הקשבה, עזרה טכנית - אפילו אם זו הייתה חברה, ואפילו אם היו אלו מחוות מובנות לכאורה מאליהן), הייתי רושמת לעצמי חוב אצלה.

קל לשער שכשהיה מדובר באנשים מבוגרים ממני, שמערכת היחסים שלנו לכתחילה לא הייתה הדדית, החוב לטובתם היה אפילו גדול יותר.

פריעת החוב נעשתה בכל מיני דרכים. למשל בהודעות תודה (ארוכות ופואטיות), באמת על כל דבר קטן. במתנות יום הולדת או במשלוחי מנות מוגזמים (בכמות, באיכות או

בכל התחומים.
הייתי צריכה עזרה כספית, עזרה מנטלית, עזרה בשינוע, בארגון, בלמידה, באמת בהכול.
רוב ארגון החתונה נפל עליי, וזה היה קשוח ברמות שאין לתאר.

התחנתתי רק בזכות עזרה שקיבלתי.
מכרים וחברות טובות תרמו כספים, והחברות הקרובות שלי היו לי לאבא ולאמא (ברמה שביום החתונה, הן אלו שישבו והכינו את המעטפות לבעלי המקצוע).

הן אלו שארגנו לי את רוב הווארט.
הן אלו שהסיעו והחזירו אותי לבחור שמלה, פאה, בגדים ותכשיטים.
הן אלו שגייסו בעבורי סכומי עתק.
הן אלו שדאגו ונתנו עצות, וחיבוק, וכפכף להרוג מקק בדירה החדשה.
הן אלו שהיו שם בשבילי ביום הגדול שלי, מתחילתו ועד סופו.

קל לשער מה גודל החוב שלי כלפיהן...

אז אני זוכרת שהתקשרתי להתייעץ עם האישה הכי משמעותית בחיי, שמאז שנות נערותי היא המצפן שלי, ושאלתי אותה מה אני יכולה לקנות להן ולה...

היא אמרה לי: "ליאן, אני לא מרשה לך לקנות לי יותר מחפיסת שוקולד".
אמרתי לה: "את צוחקת?! אבל מה עם מתנת סיכום מטורפת?!"
(בנוסף למתנות שאני קונה לה לאורך השנים בכל הזדמנות שמתאפשרת לי, ולהודעות משתפכות שהיא מקבלת פעמיים ביום)

והיא אמרה לי: "שום מתנת סיכום! את רוצה לקנות לי מתנה? אני מרשה לך רק ביום

ההולדת שלי, וגם זה לא צריך.
למה את צריכה לקנות לי מתנה לחתונה שלך?!" אבל מה עם כל מה שעשית בשבילי, איך אני אוקיר לך תודה?
ואז היא הסבירה לי משהו חשוב.
היא בעצם עזרה לי להבין את המהות של נתינה.

היא הסבירה לי שלהחזיק פנקס, ולהתרוצץ באובססיות אחר הזדמנויות לפרוע "חובות נתינה" - מעבר לזה שזה לא כף או לא בריא, זה מוזיל את ערך הנתינה.

זה הופך את העניין למשא ומתן, בזמן שנתנה היא דבר גדול הרבה יותר מזה.
נתינה היא לב, היא אהבה.
אדם נותן כדי לתת, לא כדי לקבל, וכשמתאמצים כל כך להחזיר, ובאופן מאולץ, זה מוריד מזה שנתנה היא לשם הנתינה.

חוץ מזה, מעגל הנתינה הוא רחב, ואני לא תמיד חייבת להחזיר בדיוק לאותו אדם שנתן לי.

לפעמים פשוט בכוח הנתינה מהאדם ההוא, אני אתן לאדם אחר (ובסוף זה עוד יחזור אלי).

אני את

אני את החובות שלי
אני את החובות שלי
אני את החובות שלי
אני את החובות שלי
אני את החובות שלי
אני את החובות שלי
אני את החובות שלי
אני את החובות שלי
אני את החובות שלי
אני את החובות שלי



יצירת אומנות

מסכת 'פרקי אבות' מתייחדת בהיותה מגדלור בדרך החיים. היא כוללת שכבות על גבי שכבות של משמעות נצחית ומעשית. כשקוראים אותה מהר מדי - אפשר להחמיץ ערכים חשובים; כשלומדים אותה לעומק - אפשר לשקוע במשנה אחת למשך שעות. בספר החדש והמרגש זה של פרקי אבות יוכלו הקוראים הצעירים והמבוגרים למצוא שילוב מרהיב של תוכן קריא וזורם, עם חידושים ומאפיינים מיוחדים. הסבר במילים פשוטות מול המשנה כפי שהיא. מילות המשנה מודגשות גם בדברי ההסבר. כך נבין את המסר העמוק שבדברי המשנה בקלות ובנוחות. מתוך אלפי פירושים עתיקים וחדשים, נבחרו בקפידה אלה שירתקו את הקוראים ביותר, ינחו אותם בדרכם ויחדירו חיות בשגרת היום-יום שלהם.



הסדרות ווייס -

קטב"א בן מלולל אומר:

המלל מילולת דברים ורבים ורין
 כשדברת מילולת אומר, זה לא משהו כל כך
 קטן, אלא אזהרה רבה, ולענין מי
 אזהרה קטנה לתן דין ומשפט.

מקום זאת, מלל אזהרה
 הרבה - למקום קטן רבה
 ותולדה, ולענין מי אזהרה
 קטנה לתן דין ומשפט.

הקדוש ברוך הוא,

א

עובדות בן מלולל אומר:
 המלל מילולת דברים ורבים ורין
 כשדברת מילולת אומר, זה לא משהו כל כך
 קטן, אלא אזהרה רבה, ולענין מי
 אזהרה קטנה לתן דין ומשפט.

מקום זאת, מלל אזהרה
 הרבה - למקום קטן רבה
 ותולדה, ולענין מי אזהרה
 קטנה לתן דין ומשפט.

הקדוש ברוך הוא,

א

עובדות בן מלולל אומר:
 המלל מילולת דברים ורבים ורין
 כשדברת מילולת אומר, זה לא משהו כל כך
 קטן, אלא אזהרה רבה, ולענין מי
 אזהרה קטנה לתן דין ומשפט.

מקום זאת, מלל אזהרה
 הרבה - למקום קטן רבה
 ותולדה, ולענין מי אזהרה
 קטנה לתן דין ומשפט.

הקדוש ברוך הוא,

הסדרות ווייס -

ב

רבי יוסי אומר: ימי מסן
 הברך סביב ערוך ללמוד
 וזהו ענין ללמוד
 וזהו ענין ללמוד

עובדות בן מלולל אומר:
 המלל מילולת דברים ורבים ורין
 כשדברת מילולת אומר, זה לא משהו כל כך
 קטן, אלא אזהרה רבה, ולענין מי
 אזהרה קטנה לתן דין ומשפט.

מקום זאת, מלל אזהרה
 הרבה - למקום קטן רבה
 ותולדה, ולענין מי אזהרה
 קטנה לתן דין ומשפט.

הקדוש ברוך הוא,

ב

רבי יוסי אומר: ימי מסן
 הברך סביב ערוך ללמוד
 וזהו ענין ללמוד
 וזהו ענין ללמוד

עובדות בן מלולל אומר:
 המלל מילולת דברים ורבים ורין
 כשדברת מילולת אומר, זה לא משהו כל כך
 קטן, אלא אזהרה רבה, ולענין מי
 אזהרה קטנה לתן דין ומשפט.

מקום זאת, מלל אזהרה
 הרבה - למקום קטן רבה
 ותולדה, ולענין מי אזהרה
 קטנה לתן דין ומשפט.

הקדוש ברוך הוא,

ב

רבי יוסי אומר: ימי מסן
 הברך סביב ערוך ללמוד
 וזהו ענין ללמוד
 וזהו ענין ללמוד

עובדות בן מלולל אומר:
 המלל מילולת דברים ורבים ורין
 כשדברת מילולת אומר, זה לא משהו כל כך
 קטן, אלא אזהרה רבה, ולענין מי
 אזהרה קטנה לתן דין ומשפט.

מקום זאת, מלל אזהרה
 הרבה - למקום קטן רבה
 ותולדה, ולענין מי אזהרה
 קטנה לתן דין ומשפט.

הקדוש ברוך הוא,

סבא אפשר להביא
לך משהו לשתות? אני
שואלת את סבא, שיושב
בראש השולחן כשהספר
הגדול לפניו, כמו תמיד.
"בסדר, גזוז", הוא
עונה לי בסלנג ששייך כנראה לשנות
החמישים.

אני נכנסת למטבח הקטן ומוציאה
כוס חד פעמית של שתייה חמה במיתוג
של 'יש' מהארון הלבן שבפינה מתחתיי.
מוציאה גם תיון מהארון שמעליי, מים
רותחים מהמיחם ועוגיות גרנולה בריאות
או משהו כזה.

אני נכנסת חזרה לסלון ומניחה את
הכוס החמה ואת הקופסא העגולה על
השולחן. "בבקשה".

"תודה, מותק", סבא מזיז את הספר
קצת אחורה ומקרב אליו את הכוס.
מבט לשעון הדיגיטלי שעל הקיר
מספר לי שנשארה עוד שעה וחצי עד
צאת שבת. אני נכנסת לחדר ונשכבת על

”



לא ממש הכרתי





השם לאחר שעה ו-47 דקות אני מסיימת. הארון היפהפה והמסודר למופת נותן לי מרץ, ואני ניגשת למגירות שמלאות בדברים חשובים יותר ופחות. בעיקר פחות...

אני לוקחת שקית אשפה חדשה ומתחילה למיין. מחזיק מפתחות בצורת גיטרה - לשמור, מחזיק מפתחות בצורת ברווז - אין צורך לשמור, מחקים, עטים, תעודות הצטיינות תפילה מכיתה ה', תעודה מכיתה א', ב'... אוי, איפה של ג' לא משנה. תעודה של ד', ה', ו'...

טוב, זה נחמד לראות שפעם היו לי בתעודה מאיות לרוב, אבל זה סתם תופס מקום, והפעם האחרונה שהתיישבתי לחזות במספר 100 מתנוסס ליד השם שלי בכיתה ב' הייתה בפסח של לפני שלוש שנים. אין צורך לשמור (במיוחד שאין לי את של כיתה ג').

'תלקיט כתיבה, כיתה ד'. וואו, כתבתי פה סיפור על ילדה שנוסעת לחופשה והיא מתרגשת מאוד כי זו הפעם הראשונה שהם נוסעים כל המשפחה, ויהיו להם מרחבים ומדשאות ומשחקים והיא תריב עם האחים שלה והם ישלימו. מרגש.

אבל לפח, אין לי מקום לזה.

אלבום מדבקות - כמובן לשמור, הוא קם וגדל להיות מה שהוא היום במאמצים רבים, יהיה זה עוול לזרוק אותו כך, בהינף יד. כנ"ל אוסף מפיות ומחקים. אלבום תמונות וברכות מבת המצווה. אויש, זה חמוד מאוד. אני פותחת את העמוד הראשון ומחייכת חיוך קטן לילדה צעירה וחייכנית בשמלה ורודה פורחת. אני מדפדפת בעמודים הבאים; ברכה מאבא, מאימא, מאחי, מאחות?

מספיק, ד', אני צריכה לסיים לסדר פה ואין לי זמן עכשיו להתחיל לקרוא אחד אחד.

האצבעות שלי כבר סוגרות את האלבום המזוהב, אבל רגע לפני - צדות את עיניי שתי מילים בכתב מוכר שצובט לי את הלב.

"לנכדתי היקרה..." אני פותחת חזרה, לאט. קוראת מילה, שורה ועוד אחת, ועוד.

מרגישה כמו עיוור שנפתחו לו העיניים. כבר קראתי את המכתב הזה, לכאורה יותר מפעם אחת ויותר מפעמיים, אבל אף פעם לא קראתי.

הוא קלט אותי במדויק.

זו אני שלא קלטתי.

אני סוגרת חזרה את האלבום, מחזירה אותו למגירה, שומרת. לתזכורת, גם אם היא מגיעה רק פעם ב-3 שנים.

אולי אני לא הכרתי,

אבל גם אני, קיבלתי.

חושבת על הסבא שאני לא מכירה. אני מהנכדות הקטנות, האחרונות. אני מכירה את הסבא שיושב ומתפלל, או לומד, שואל אותי שאלות על הלימודים ועל המורות, או סתם על מצב השלוחים בעיר.

אני לוקחת עוד לגימה מהתה הרוחח.

אני לא הכרתי?

אני לא קיבלתי.

חבל.

#

איזה בלגן.

סיידתי את החדר בשעה טובה, ועכשיו צריך לסדר. כמו שאומרים - כמה כיף כשכיף.

אני לוקחת נשימה עמוקה וניגשת לארון הגדול והריק.

הוא צריך להתמלא חזרה בכל הבגדים שמונחים לי על המיטה.

אנא השם הושיעה נא.

אני אוזרת כוחות, שמה מוזיקה באוזניות ומתחילה לתלות, לקפל, לזרוק לשקית אשפה, לזרוק לצד השני לשקית של ה'להעביר', וככה עוד חולצת קעמפ שהשתדרגה לחולצת ערב פסח מתקפלת, ועוד שמלת חתונה מעלפת נתלית, ועוד ועוד, וברוך

מסמנת לי שהיא עוד שנייה מסיימת. אני מחכה. "ביי, להתראות", היא סוגרת את הטלפון. "כן, מה?" אני שואלת.

"אימא שלך התקשרה, אמרה שסבא לא מרגיש טוב ושכדאי שתבואי הביתה", היא אומרת תוך שהיא משרבטת לי פתק של אישור יציאה.

סבא כבר שבועיים לא מרגיש טוב. אימא לא הייתה טורחת להתקשר בשביל להודיע לי את מה שאני כבר יודעת.

אני לוקחת ממנה את הפתק, ממלמלת כמה הברות שמתחברות למילה 'תודה' ויוצאת.

#

המון אנשים, באים והולכים.

זה היום השלישי ל'שבעה', הסלון מלא באנשים שבאים לספר, לשמוע.

אני יושבת במטבח הקטן, בידי כוס תה במיתוג של 'יש' ומולי קופסת עוגיות גרנולה חצי מלאה.

ואני חושבת.

חושבת על סבא שלי שעזר ונתן, אם זה עזרה גשמית במסגרת העבודה ואף מחוץ לה, ואם זה לצאת למבצעים או לדאוג במסירות לכך שיהיה בית כנסת חב"ד ותלמוד תורה.

המיטה, ניצול זמן זה דבר חשוב ביותר. כשאני מתעוררת אחרי שעה וקצת ויוצאת לסלון, אני רואה שסבא כבר אינו יושב שם, כנראה יצא עם אבא למנחה.

אני מתחילה לסדר קצת את הבלגן שלנו - ספרים, חוברות, עיתונים. אני מתקרבת לשולחן במטרה לסדר אותו גם כן, וקצת מאוכזבת.

הכוס על השולחן מלאה וקרה, והקופסא של העוגיות נותרה סגורה. חבל.

#

הפסקה.

אני יושבת בכיתה ומברכת ברכת המזון, והמזכירה נכנסת לשנייה, קוראת לי.

אני מסמנת לה ביד שאני כבר באה. היא מסתכלת רגע על הסידור הקטן שלי שפתוח לפניי ומהנהנת.

אני מסיימת לברך, סוגרת את הסידור וקמה מהמקום.

אני באה לפתוח את הדלת בשביל לצאת ושיינא מקדימה אותי, נכנסת: "המזכירה קוראת לך".

"כן כן, אני הולכת אליה, תודה". אני נכנסת למזכירות, המזכירה באמצע לדבר בטלפון. היא



מיסע של קודש, עוצמה והתקשרות.



כ"ב

שבט

מצל הרבי

שבוע שכולו שבת

השנה, תחת הכותרת "ניכר עליי", הקבוצה של כ"ב שבט הפכה לציד של שינוי פנימי עמוק, כשהבנות לומדות איך להפוך את ה"חול" ל"שבת", כמו בסיפור המפורסם על הרבי הרי"צ | שבוע שכולו רבי | רחל רבינוביץ



ביערת את החמץ?

פרטים בקרוב



את מילות המאמר 'באתי לגני'. בשבועות שלפני הנסיעה, התקיים מידי שבוע שיעור וירטואלי על חלק מהמאמר, והבנות שהשתתפו בשיעורים נכנסו להגלה על פרסים יוקרתיים. הלימוד השבועי הפך ליומיומי בשבעת ימי הנסיעה. האווירה בבקרים, בעזרת הנשים בקינגסטון, הייתה של התנסות פנימית והתבוננות. הלימוד בחברות היה יסודי ומעמיק, כשהבנות מנסות לרדת לעומקם של המושגים הגבוהים ולהפוך אותם למציאות יומיומית. "היו רגעים שהלימוד היה מוחשי במיוחד", מספרת בתיה בלפר, הרכזת. "ראיתי בנות עוצרות את הנשימה מול רעיון חסידי, מנסות להבין איך הן מורידות את זה לחיים שלהן. זו הייתה הכנה ויצירת כלים לשפע שהן זכו לו באוהל וב-770".

יומן מסע: שבוע של התעלות בל"ז צפון

התוכנית של תשפ"ו הייתה מרתון של קודש, שבו כל דקה מנוצלת עד תום. הצפיפות הזו לא הייתה מעייפת אלא מלכדת, מכנסת את כולן יחד להתמקדות בעיקר, בתמצית המסע. יום רביעי - הנחיתה והחיבור הראשוני: מיד עם ההגעה, נערכה קבלת פנים חמה ביכולת בפנית הרחובות קינגסטון ויוניון. הרב וינפלד פתח בדברי התעוררות על

מחוץ למטוס בנמל התעופה JFK, הרוח הקפואה של חודש שבט הגני-יורקי קיבלה את פניהן של עשרות בנות. הן ניסו להרגיל את עצמן לטמפרטורה המקומית, אבל הטמפרטורה הפנימית רק עלתה. הלבבות בערו. הן לא הגיעו לטיול; הן הגיעו למסע, מסע שנבנה בדיוקנות ובחשיבה על כל פרט, ולו הקטן ביותר. למעשה, יסודותיו של המסע נחצבו כבר לפני 37 שנים, אז ייסד אותו השליח הרב אהרן אליעזר צייטלין ע"ה. הרב צייטלין, בחזונו המפורסם על חינוך לשליחות בדור השביעי, חרט על דגלו להביא את בנות חב"ד לרבי, ודווקא בכ"ב שבט. בנו הרב לוי יצחק צייטלין מספר: "הקבוצה הייתה יקרה כל כך לאבא, שבימיו האחרונים כשהוא מתייסר במיטת חוליו וכמעט אינו יכול עוד לדבר, שאל על הקבוצה. ראו שזה מה שמעסיק אותו, זו הייתה תמצית נפשו ושאיפתו". לאחר פטירתו לקח על עצמו הרב צייטלין יבלחט"א את הקבוצה כדי לקיים את משאת נפשו של אביו.

בליבת הנסיעה: "באתי לגני"

המסע הזה לא התחיל בנחיתה, אלא בשבועות קודם לכן. כך חזר ושינן הרב צייטלין ע"ה: "הלימוד אינו השקעה בנסיעה... הלימוד הוא מרכז הנסיעה". הבנות הגיעו לרבי כשהן חיות

העולם? SOLD OUT

פרטים בקרוב



לימוד מעמיק בבקרים ותפילה ב-770. הבנות יצאו לסיורים מרגשים בזאל הקטן ובבית של הרבי, ושם שמעו על הרגעים ההיסטוריים של קבלת הנשיאות. האווירה של ערב שבת בקראון הייטס, עם המרוץ הרוחני וההכנות, השרתה על כולן תחושת התעלות.

שבת בחצרות קדשנו - לצאת מהגבלות: השבת הייתה שיא של אחדות חסידית. תפילות ב-770 בתוך הקהל העצום, סעודות שבת מלאות בניגוני התעוררות והתוועדויות שלא נגמרו גם כשהשעון הראה שעות מאוחרות. "בשבת הרגשנו מה זה באמת 'ניכר עליי'", אומרת אחת הבנות. "השינוי הפנימי כל כך חזק, שהוא מורגש. הניתוק המוחלט מהעולם החיצוני אפשר לנו פשוט להיות; להיות חסידות, להיות אצל הרבי". יום ראשון - כ"א שבט, יום הבאנקעט: בערב היה אירוע ה'באנקעט' העוצמתי. למרות המתח והחשש שמא לא יהיה מקום לכולן, בסוף כולן זכו להיכנס לאולם. לעמוד שם עם אלפי שליחות, גרם לשיר "אני מאמין" ו"שיבנה בית המקדש", גרם

משמעות ההגעה לרבי. הבנות הרגישו את הזכות של להיות בבית חיינו. ארוחת הערב וההתוועדות הראשונה סימנו את תחילתו של הגיבוש הקבוצתי.

יום חמישי - יום של קודש קודשים: היום נפתח בנסיעה מוקדמת לאוהל הקדוש. באוטובוס בדרך לקווינס שרר שקט של הכנה. הרב דבורסקין העביר שיעור הכנה ולימוד מאמר, והסביר על האחריות של בת חב"ד כשהיא נכנסת לקודש. באוהל, הזמן עצר מלכת. בנות עמדו שעות, דומעות, נושאות עמן פ"נים מרגשים שכתבו גם חברותיהן ותלמידותיהן שנשארו בארץ. לאחר מכן הן המשיכו לסיור מרטיט בבית הרבי ברחוב פרזידנט - המקום שבו חייתה הרבנית בצניעות מופלאה. הקירות שם, כך אמרו הבנות, מדברים חסידות ואצילות.

ערב שבת קודש - הכנה למלכה: יום של



המכירה הגדולה



מבצע הכנה
לי"א ניסן התשפ"ו



מזו.

אז גם אם לא יצאתי עם תוכנות, לא היה זמן ללמוד ולהיות באוהל כמו שהייתי נוסעת בעבור עצמי - הזכות שלי פה היא בעיניי יותר מהכול". גם חנה איטה כהן משתפת בחוויה דומה: "היינו בעשייה בלתי פוסקת, אבל דווקא כשנמצאים בעשייה מקבלים, משהו עמוק מאוד נספג, קשה להגדיר את זה במילים... אחד הדברים שנותנים המון סיפוק, זה לשמוע מהבנות שהן מרגישות שזה היה הרבה יותר זמן. היינו כאן בסך הכול שבוע, אבל הוא כל כך גדול וניכר שהוא מרגיש כמו חודש". היא מבקשת להודות: "הרב צייטלין והנהלת הארגון נתנו גיבוי מלא, כשהם מדגישים ששליחות היא גם הדאגה לכל בת בפרטים הקטנים ביותר. המדריכות היו שם בעבור כל אחת בכל רגע, מתוועדות, מקשיבות ומכוונות. גם הבנות היו אחת עם השנייה, מחוברות ורגישות".

חוזרות אחרות: המשימה רק מתחילה

כשהמטוס נחת בנתב"ג והבנות חזרו לבתי הספר ולמשפחות, היה ברור שמהו השתנה. 'ניכר עליי הפך מסיסמה למציאות. הקבוצה הל"ז הוכיחה שוב: נסיעה לרבי היא לא פסק זמן מהחיים, היא המרכז שלהם. זהו השבוע שבו נטמנים הזרעים לבתים החסידיים של הדור הבא, בתים שיהיו "דירה לו יתברך" בדיוק כפי שלמדנו במאמר 'באתי לגני'.

לכל בת להבין שהיא חלק מצבא שלם של הרבי לאורך ימי הקבוצה הבנות פגשו שליחות, בפאנל השליחות ובהזדמנויות נוספות, והמסר המרכזי היה: השליחות היא לא משהו שצריך להיוולד אליו או לגדול בתוכו. זו בחירה שכל אחת יכולה להגיע אליה. צריך רק לרצות.

יום שני - כ"ב שבט: זהו היום המרכזי. יום ההילולא של הרבנית הצדקנית חיה מושקא נ"ע. הבנות חזרו לאוהל לתפילה מיוחדת ביום זה. בצהריים נערך ביקור מרגש אצל הרבנית לאה כאהן, ששיתפה בזיכרונות אישיים מהרבנית ואף העניקה לבנות פיסות בד משמלותיה של הרבנית. על כל אחת מהן נערכה הגרלה. הן למדו על מסירותה האימהית של הרבנית לכל יהודי, ובנוכחות בקבוצה הייתה להן הזדמנות ללמוד וליישם בפועל מיד, כי בקבוצה תמיד יש למי לשים לב ולהיות למען האחרת.

יום שלישי - לארוז את האורות: היום האחרון הוקדש לסיכום ולהפנמה. בשיעור עם הרב לוי יצחק גורליק ובהתוועדות מיוחדת, למדו הבנות להבין איך לוקחים את כל ה'אורות' הללו חזרה לארץ. התוועדות סיכום מרגשת נערכה אל תוך הלילה, ובה כל בת שיתפה בהחלטה הטובה שהיא לוקחת עמה.

בצילה של הרבנית: האצילות כדרך חיים

דמותה של הרבנית חיה מושקא נ"ע ליוותה את הבנות כחוט השני. הן למדו שהיא הייתה "החסיד הגדול ביותר של הרבי" - זו שמסרה את חייה כדי שהרבי יוכל להיות הרבי של כולנו. החיבור הזה דחף את הבנות להבנה שהשליחות האמיתית מתחילה ב"פנימה", בצניעות ובביטול, ומשם היא פורצת החוצה. "הרגשנו שהרבי והרבנית מצפים מאיתנו להמשיך את הדרך שלהם", אמרה אחת המשתתפות.

הנחוח של הקבוצה: מסירות ללא גבולות

ההצלחה של המסע הזה היא בהיותו קבוצתי: קבוצה שכל אחת בה למען השנייה. הרכזות נכחו כל הזמן בשטח ודאגו לכל פרט, החל מהארוחות ביכולל ועד ללוגיסטיקה המורכבת. בתיה מספרת: "לא נסעתי בשבילי אלא בשביל הבנות, וזה כל הזמן עמד מול העיניים". מה שהניע אותה לעשות את זה זו החוויה שלה עצמה, כמה שנים אחורה: "לפני שבע שנים הצטרפתי לקבוצה כמשתתפת, וזה חולל בי כזה שינוי - שידעתי שאני מוכנה לעשות הכול כדי להיות חלק מהשינוי הזה בעבור בנות אחרות. מבחינתי אין זכות גדולה

שום משלוח



איזה כיף לקבל משלוח מנות מושקע מחברה, נכון? להרגיש שמישהי חשבה עליי, טרחה בשבילי, השקיעה. זוכרת שכאשר הייתי קטנה יותר (ממש מזמן, פעם פעם), כשראש חודש פורים הורגש באוויר כבר התחלתי לערוך רשימות. לפני הקניות, עשיתי חישובים של כמה משלוחי מנות אני נותנת השנה (ועוד רשימה אחת חסויה של כמה אני עומדת לקבל).

תמיד הייתי מהצד שהשקיע יותר, ואני זוכרת שלפעמים הייתי מתאכזבת לקבל משלוח "שווה פחות" ממה שנתתי. ככל שגדלתי והתבגרתי, הבנתי יותר והתאכזבתי פחות, ומשלוח מנות נהיה פתאום דבר מעיק ולא כזה כיף כמו שחשבתי. יש את המצווה, לתת ביום עצמו ל-2 אנשים 2 מנות, אבל כל המסביב? כל הבלגן בכיתה? יכול בקלות להימנע. איך התמרמרתי על החלטת המורה שנותנים רק לפי ההגרלה, ושמי שרוצה לתת לחברות - שתתן ביום עצמו. עכשיו, ממבט של בוגרת, אני יכולה מאוד להבין את זה. תחשבו, כמה בנות חיכו לקבל משלוח מנות ולא קיבלו. כמה מתחים זה יוצר, תחרויות... ואולם לא נתתי לזה להרוס את המצווה הכל כך כיפית הזו, ובכיתה ט' (או י', אני כבר לא זוכרת. היה ממש מזמן כמו שאמרת) החלטתי שאני לא מביאה שום משלוח לאף

חברה. שום משלוח! זה חוץ מהגמד-ענק, שכל שנה התחלף משום מה - פעם הגמד מביא לענק ופעם להיפך. בעצם שניהם מביאים, לא? אף פעם לא הבנתי מה אני השנה - הגמד של שרה? הענק של רחלי? אני מביאה לרחלי או היא לי???

החלטתי, בזכות אימא שלי, שאני מביאה משלוחי מנות רק בחג עצמו ל-2 חברות שגרות קרוב. זו הרי מצוות החג, אחת מ-4 בכל אופן... לא אשקר שתחושת הקלה הצטרפה להחלטה (עדיין, שמחתי לקבל משלוחי מנות גם בכיתה, מצטדקת בתירוץ ש'אני מביאה רק בחג...'). ופתאום יכולתי להתפנות לדברים החשובים באמת בפורים, החג שאומרים עליו שיום הכיפורים שקול כנגדו.

לחג עצמו. לשמחה.

וכטובו,

לחלוקה המסורתית עם האחים במה שקיבלנו. יושבים על הרצפה, מפזרים את כל השלל ולומדים מושגים חשובים לחיים כגון שיתוף, חלוקה ביחס שווה (אאאההה, למה זה מזכיר לי מתמטיקה) עמידה בלחצים וקשרים אנושיים (זה נשמע טוב ולא טוב. לא יודעת. אני אשאיר את זה). בסוף, כמובן, אחוות האחים שלנו גוברת על הכול וכולנו נהנים מכל המתוק מתוק הזה. טוב, חוץ ממה שכל אחד החביא לעצמו...)



מבצע הכנה לוי"א ניסן התשפ"ו



- לומדת לימוד יומי מהכרטיסיות המעוצבות
- מארגנת לו"ז ומבצעת משימות יומיות
- מבצעת משימות בונים בוחרת הגרלות, וזוכה!



www.graphicdesign.com



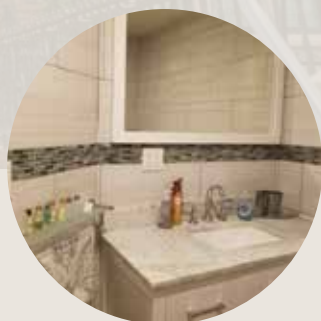
המבצע יערך בין התאריכים א' ניסן

רשומה לארגון? ערכת המבצע מחכה לך אצל הנציגות עד כ"ז אדר - ללא תשלום! לאחר תאריך זה - הערכות לא יישמרו ומכרו לכלל הבנות בעלות של 20 ש"ח פרטים נוספים אצל הרכזות בהצלחה



טסים ל-770?

השכרת דירות לטווח קצר בקראון הייטס



בכל דירה כלול:

- אינטרנט אלחוטי (WiFi)
- מזגן בכל חדר (בקרה נפרדת לכל חדר)
- רצפות מחוממות
- חלונות בכל חדר
- מטבח גדול עם הפרדה בין בשרי וחלבי
- מכונת כביסה ומייבש
- כניסות נפרדות

* עריסות או מזרני ניפוח זמינים לפי בקשה

שלושה דירות חדשות, יוקרתיות ומודרניות, עם 5 ו-6 מיטות, ממוקמות בפינת אולם רז"ג, במרחק 10 דקות הליכה מ-770

הזמינו מקום עוד היום

347-232-5317 • 347-678-1965

chayalib2@gmail.com

קורה הבנות חב"ד?

שעונים לרשומות ל'בנות חב"ד'



בתחילת החודש קיבלו הרשומות ל'בנות חב"ד' שעונים ממותגים בלוגו 'בנות חב"ד'. בטוחות שכבר השתמשות ונהנתן מהשעון, נשמח לקבל ד"שים מקיר (חדרכי).

ערב לכותבות עיתון 'לבנות'



החודש התקיים ערב מפנק לכותבות עיתון 'לבנות'. הערב היה מושקע ומפנק, ונתן כוח לכותבות היקרות. במהלך הערב הכותבות דנו בנושאים חשובים, בין השאר על תכני העיתונים הבאים.

ערכות לי"א ניסן



בימים אלו נשלחות אליכן לסניפים ערכות מבצע י"א ניסן המושקעות - השנה בעיצוב חדשני שיקשט את חדרך בצורה היפה ביותר! רשומה לארגון? תוכלי לקבל את הערכה אצל הרכזות עד לתאריך כ"ז באדר. לאחר מכן, הערכה תימכר בעלות של 20 ש"ח.

תוכנית 'משקיפה'

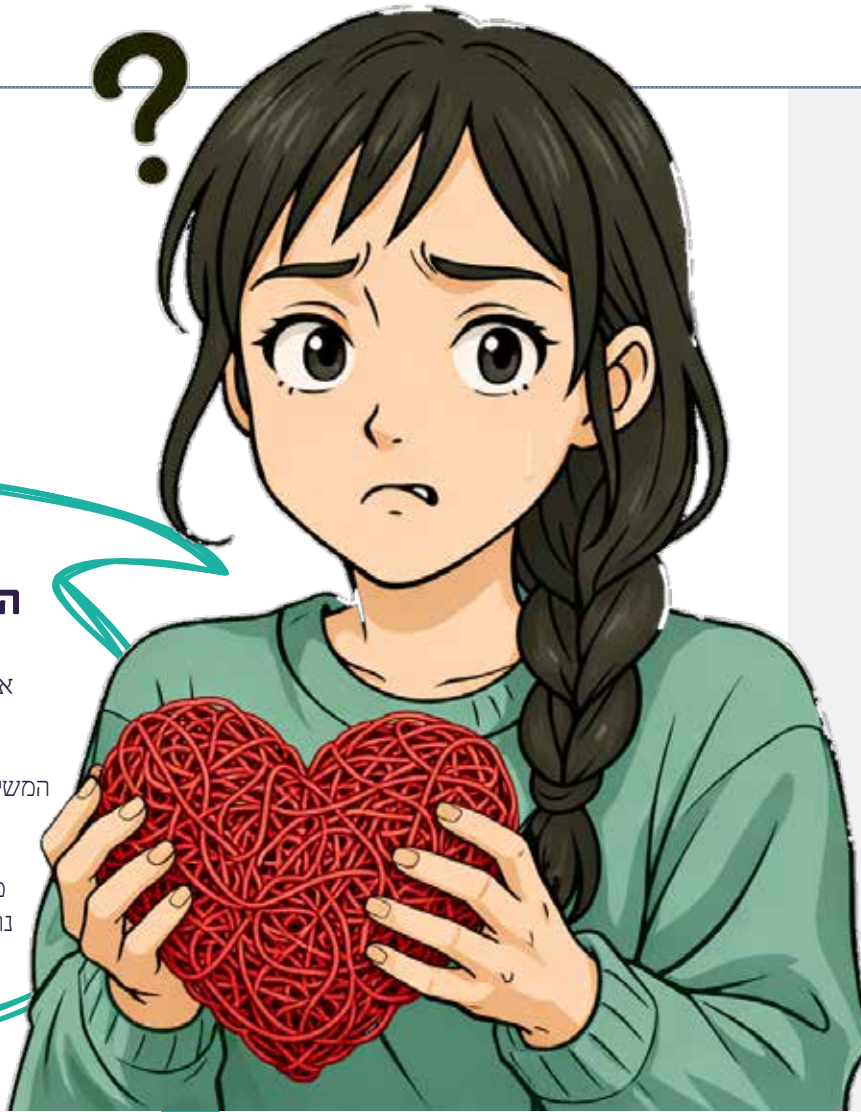


בימים אלו נשלמות ההכנות לקראת יום העיון השנתי - 'משקיפה'. ביום העיון תוכנית מקיפה על נושאים בוערים ואקטואליים, וסדנאות שונות. יהיה מרתק! אל תפספי את ההזדמנות.

מסיבות פורים בסניפי 'בנות חב"ד'

מסיבות פורימיות שוות במיוחד התקיימו בסניפי בנות חב"ד השונים. המסיבות היו חווייתיות, מצחיקות ומלאות בתוכן מושקע. תודה רבה למדריכות ולרכזות על הארגון!





שאלה:

היי,

לפני שנה בערך הכרתי מישהי ונהיה לנו קשר חזק מאוד. אני גרה בקרום הארץ והיא בארכל, ככה שלא יוצא שאנחנו נפגשות הרבה. עד עכשיו נפגשנו 3 פעמים.

יש לנו קשר חזק מאוד, כבר אמרתי, בעיקר בתכתובות וגם שילוחי אנחנו מקיימות מדי פעם. להתכתב יוצא לנו כמעט כל יום.

הקשר שלנו בנוי מאוד על רגש. סובב סביב הרגש.

יום אחד הבנו שיש סיכוי שזה קשר לא טוב, לא בריא. אולי תלתי.

להתכתב כל יום, ואם לא מתכתבים אז להרגיש עם זה רע? זה לא אמור להיות ככה.

אז חשבתי, שזה גם לא נכון שתהיה לי חברה כל כך קרובה שאני לא נפגשת איתה כמעט, ושאלתי בגלל זה אני מרגישה צורך להתכתב איתה הרבה.

איך אני יכולה לזהות אם הקשר הזה הוא בריא וטוב? זה נכון שזה לא בריא כשלא נפגשים? זה בסדר שהקשר בנוי כמעט רק על רגש? ואיך מאזנים שיהיה גם שכל בקשר הזה?

בנוסף, כשחשבנו על זה קראנו הרבה על תלות ועל קשרים לא בריאים, אז אולי עכשיו אני יודעת לזהות תלות וקשרים לא בריאים, אבל מה זה קשר חזק ובריא? איך אפשר לזהות אותו?

אשמח לתשובה, ותודה עצומה לכל מי שעומד מאחורי הפרויקט הענק הזה! אין עליכן! תודה ענקית!

התשובה:

שלום לך יקרה.

קודם כל אני חייבת לומר לך שאת אמיצה מאוד, בעצם זה שאת מעלה על הכתב את מה שאת מרגישה על מנת לברר את הדברים.

בקשר לקשר: כל אדם זקוק לקשר. במהלך החיים אנחנו לומדים להיות בקשר, קודם כל עם עצמינו. תינוק קטן שנולד, כבר מתחיל לפתח קשר עם עצמו ועם סביבתו. הוא לומד לזהות בעצמו רעב, עייפות, שמחה ועצב, ולבטא את זה החוצה לסביבתו. בהתחלה הוא מתבטא בעזרת הבכי ואחר כך עם התפתחות הדיבור.

לאט לאט לומדים לזהות את התחושות שלו, את הצרכים שלו, אלו סוגים של מגע הוא אוהב וממה

הוא נרתע.

בהמשך מתפתח קשר עם ההורים, עם האחים ועם המשפחה המורחבת, גם באמצעות המילים. הילד לומד לבטא את עצמו ולתקשר עם הסביבה.

מאוחר יותר הקשר מתפתח גם עם חברים, עם צוות לעבודה ולאחר מכן לקשר הכי קרוב שיכול להיות - עם חצי הנשמה שלו/שלה.

השם ברא אותנו כיצור חברתי.

בגיל ההתבגרות במיוחד מתפתח יותר הצורך ביצירת קשר קרוב עם מישהו.

קשר זה ראשי תיבות קיים שייך רצוי.

הוא מחזק את תחושת הקיום של האדם, מוסיף

‘אסק מי’, הבית לכל הדילמות - כאן בשבילך לכל שאלה.

אין שאלה גדולה מדי, אין שאלה קטנה מדי. מה שחשוב לך - חשוב גם לנו. באהבה, הכלה וללא שיפוטיות. צוות המשיבים של ‘אסק מי’ מונה כ-45 משיבות ו-14 רבנים המומחים במגוון רחב של נושאים. המוקד מתנהל בדיסקרטיות מלאה. כתובת המייל של השואלת לא נחשפת לעיני המשיב או המשיבה. כאן בשבילך.

אחרי הרגשות. הן דורשות מאיתנו הקשבה לקול הפנימי שיודע מה טוב ונכון בעבורנו.

כתבת שהבנתן שיש סיכוי שהקשר לא בריא. אני מניחה שהיה בתוך שתיכן קול קטן שאמר לכן שמשהו לא בדיוק תקין, ולכן באו הניסיונות שלכן לעצור/למנו/לעבוד על גבולות, כי רציתן לענות למשהו הלא נח הזה שהרגשתן. אתן מנסות לבדוק מהו קשר חזק ובריא.

קשרים הן דבר אישי מאוד, ולא תמיד אפשר לבוא ולתת כללים מכלילים לכל סוגי הקשרים. באופן כללי כן אפשר לומר, שבקשר טוב צריכה להיות נינוחות, הרגשה טובה. שמחה אחרי שיחה. צריך להיות שחרור, זאת אומרת שמרגישים חופשי

לביטחון, נותן שייכות לעצמנו ולזולת, וכשהקשר מתפתח טוב הוא תורם גם ליצירת תחושה רצויה. קשר כזה נותן הרגשה כללית טובה, שמחה.

הרבה בנות בגיל הזה מחפשות ליצור קשר קרוב, זה צורך של הנפש.

זה צעד שמקדם גם לקראת קשר קרוב מאוד שייוצר בעזרת ה' בנישואין.

במהלך כל קשר שאנחנו בונים עם הזולת, יכולות להתעורר לנו שאלות - על טיב הקשר, על מהותו, האם הוא חיובי, האם יש בו צורך ותועלת. השאלות האלו הן טובות ובריאות.

הן מראות על ביקורת עצמית, על חשיבה לטווח הארוך, על הפעלת שיקול דעת בלי שנסחפים רק

לינה לקבוצות ולמשפחות הכי קרוב ל-770



**מיקום
מעולה**

דקות הליכה
בלבד מ-770

**מחפשים מקום נוח
ומרווח במרחק הליכה
מ-770?**

אנו מציעים

דירות חדשות ומשופצות:

- דירות של 2-3 חדרים
- מתאים למשפחות וקבוצות
- מקומות שינה נוחים
- מטבח מאובזר במלואו
- דירות משופצות ונקיות
- אידיאלי למשפחות, קבוצות
בחורים או תיירים המגיעים
לחב"ד.

**לפרטים נוספים והזמנות:
(718) 753-5543**

מקומות מוגבלים - מומלץ להזמין מראש!



קשרים הן דבר אישי
מאוד, ולא תמיד אפשר
לקבוא ולתת כללים מכליליים
לכל סוגי הקשרים.

ומנתק קשרים אחרים - אפשר להחליט להמשיך
אותו.

גם אם ממשיכים, אפשר לשלוט במינון, בזמן
ובקצב לפי מה שטוב בעבורנו.

ואולם אם הקשר מעיק, לעיתים חונק או חוסם
קשרים אחרים, אפשר בהחלט להחליט להפסיק
אותו, לכתוב יפה שהיה נעים מאוד יחד, אבל עכשיו
אני עסוקה מדי בשביל זה ונצטרך להפסיק אותו.

אולי זה רגע קשה, אבל אם זה הדבר הנכון אז
כדאי לעשות אותו, ויפה שעה אחת קודם.

לפי מה שכתבת נראה שאת בחורה חושבת, עם
ראש על הכתפיים ועם מוח שמצליח לחשוב.

אז כדאי לחשוב באמת, האם הקשר הזה טוב
בעבורך כעת.

את יכולה להתייעץ עם מישהי בוגרת שמכירה
אותך ושאת סומכת עליה - אמא/ אחות/דודה/
סבתא ואולי מישהי אחרת - שתעזור לך לבחון האם
הקשר הזה באמת נכון בעבורך.

ותזכרי, שמה שצריך לבחון זה לא רק האם הקשר
נכון, אלא האם הוא נכון בעבורך.

ה' ברא את האדם יחיד, ומה שטוב בעבור מישהו
אחד, לא בהכרח טוב בעבור השני.

**אני מאחלת לך,
שה' יכוון אותך למה שהכי טוב בעבורך
משיבה מ'אסק מי'.**



לכתוב כשזה טוב ולהפסיק כשזה מציק.
צריכה להיות כנות, שהאדם שאיתו מתכתבים
ואותו פוגשים הוא אותו אדם, ושמה שהוא אומר
לנו זה נכון ואמיתי. שהוא יכול להודות גם בטעויות.
בקשר טוב אין בלעדיות. הקשר הזה לא בא
למחוק קשרים אחרים ולנתק מהסובב אותנו.
בקשר כזה יש צמיחה - הקשר מצמיח, מפרה,
מקדם, מביא תועלת.
התוצאות שלו חיוביות וטובות.

כמו תינוק או ילד קטן שלומד אלו תחביבים יש
לו, מהן החזקות שלו ועם אלו חברים הוא מעוניין
ליצור קשרים, כך גם במהלך החיים אנחנו כל הזמן
לומדים.

עדיין נשאר בתוך כל אחד אותו תינוק קטן, שמדי
פעם בוחן את עצמו וחושב על הקשרים שסביבו,
האם ומה טוב בעבורו.

מה שתיארת זה בדיוק התהליך הזה, שכל אדם
יכול לעבור.

בכל רגע מחדש יש לנו בחירה חופשית, גם לגבי
הקשרים שסביבנו ומה לעשות איתם.

יש לנו הבחירה לשאול - האם נכון להמשיך
בקשר הזה?

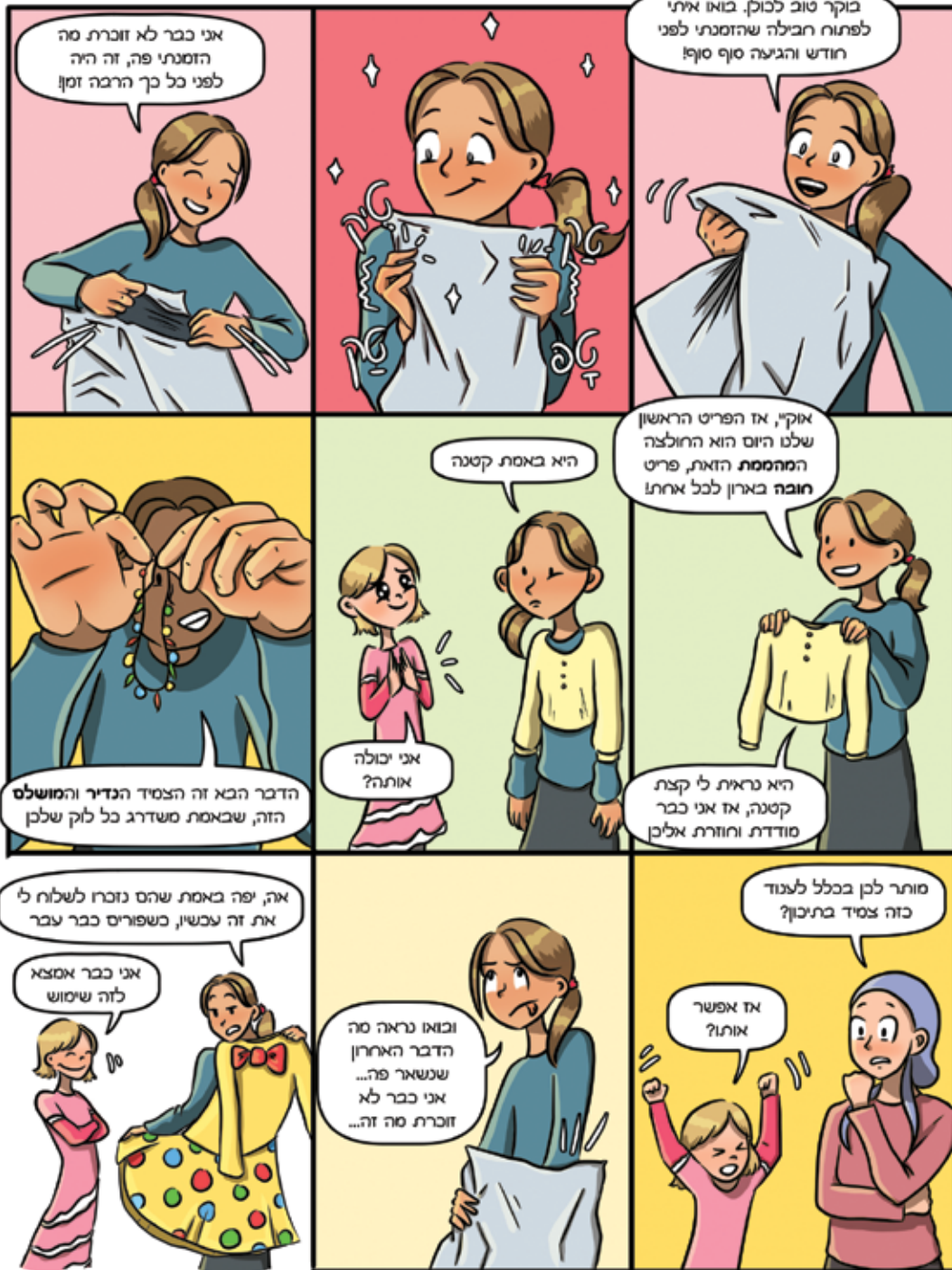
מה שאת מפעילה זה בדיוק המח החושב, שיכול
לשלוט על הלב.

לעצור רגע ולחשוב: מה באמת טוב?

אז כל עוד שהקשר הוא נינוח, משוחרר, משמח,
מפרה, מוביל לדברים טובים, מקדם, לא חוסם



לקבל זה בעצם לתת



ריבי



פורים ושידוכים: לתת ולקבל את האור שלך

תווי הפנים הייחודיים שלך ולא משנה אותם. כך את נשארת את, רק בגרסה המוארת ביותר. כשאת מקבלת את המראה שלך באהבה, הביטחון העצמי שלך עולה - וזהו היופי האמיתי שמוקדן החוצה.

משלוח המנות האישיות שלך

במשלוח מנות אנחנו אורזות מנות יפות בכלי מכובד, כדי לכבד את מי שמקבל. בדיוק כך גם בפגישה: האיפור הוא "האריזה" שמכבדת את אותך ואת מי שיושב מולך. השתמשי בגווני רכים שמשדרים רוגע ונינוחות. המטרה היא שמי שיושב מולך יראה אותך, ולא את האיפור שלך. אל תשכחי - העיקר הוא "המנות" שבפנים: השמחה, החכמה, העדינות והמידות הטובות שלך. האיפור הוא רק הצלופן שעוטף את התוכן האמיתי.

טיפ של "ונהפוך הוא": בפורים למדנו ש"ונהפוך הוא" - גם המצב הכי קשה יכול להתהפך לטובה. כך גם כאן: כשאת מרגישה חוסר ביטחון או חשש לפני פגישה, נסי "להפוך" את ההרגשה דרך פעולה חיצונית קטנה. מעט סומק שנותן חיות ללחיים או סידור עדין של הגבות יכולים לשנות את ההרגשה הפנימית שלך מקצה לקצה. כשאנחנו משקיעות בחיצוניות מתוך כוונה נכונה, זה משפיע גם על השמחה שבלב.

מסר לסיום:

בפורים אנחנו חוגגות את הנס שהיה חבוי בתוך הטבע. יהי רצון שההשתדלות שלך בטיפוח תהיה כלי שדרכו יתגלה הנס הפרטי שלך, ושתזכי לבנות בית מלא באור, באהבה ובשמחה.

שיינדי

כמאפרת שפוגשת בנות רבות בשידוכים, אני רואה את הקשר ההדוק בין ימי הפורים ובין התהליך שאתן עוברות. בפורים הכול נראה "חיצוני" לכאורה - תחפושות, מסכות ורעש. ואולם אנחנו יודעות שהנס האמיתי קרה בפנים, בשקט. אסתר המלכה ידעה מתי להתקטט ולהכין את עצמה (כשנכנסה אל המלך), ומתי להישאר פשוטה (כשבאה לבקש רחמים). גם את יכולה לבחור את האיפור שמתאים לך, למצב ולאישיות שלך.

את ולקצת: הסוד של האופיו

בעולם האיפור, ובמיוחד בתקופת פגישות, ישנו מתח עדין בין הרצון בהופעה מרשימה ובין הפחד לאבד את העצמיות שלך מאחורי שכבות של צבע. לכבד את עצמך: פורים מלמד אותנו שגם מאחורי המסכה נמצאת אסתר המלכה. כשאת מתאפרת לפגישה, את נותנת לעצמך את הזכות להיראות במיטבך. אל תראי בזה משהו שטחי; זו השתדלות שמכבדת את המעמד ואת הצד השני.

לקבל ולהאיר את היופי הטבעי שלך: לפעמים אנחנו חוששות שהאיפור יהיה "גס" או ישנה אותנו. איפור נכון הוא לא מסכה! איפור נכון מדגיש את





לחיות עם הרבי - סביב השעון



וידאו מהרבי ברצף
בכל שעות היממה



מבצע מיוחד
לארץ הקודש:

35% הנחה
לשנה
הראשונה

**לבית חב"ד, בית הכנסת,
לעסק או למוסד החינוכי**

התוכן מתעדכן כל העת, בקטעים רלוונטיים
תוכן מרתק ומותאם לקהל היעד

לפרטים והרשמה:



JEM ישראל < did.li/JEM-tv < 03-3083554