בס"ד

ירושלים
שולם
P.P 9539
עיתון רשום
לדואר ישראל

דרך הבית

גליון 54
אלול תשפ"ד

שמורה
קהילת העבודות החרדיות הגדולה בשר

להשיב אל הנפש
"זהו, נגמרו החסכונות. עכשיו אני בחרדה קיומית, איך נחתן את השאר. מה יקרה אם נצטרך להתגלגל בחובות? בשבילי חובות שווה טראומה וחיים בלתי אפשריים"
(עבודה שבלב)

שיחת נפש
אני לא יודעת אם זו הפרעת הקשב שלי או שמשהו בחיבור הראשוני לא היה נכון, אבל פשוט קשה לי להתפלל...
(שיח אלולי)

אלול

8 שבות
אלול
תשפ"ד

לשוב אלי בתשובה
הגעתי מעט לחוצה, כולי עיזוז ותשוקה, מחכה לצלול לים הרגש הטמון במילים ולצאת עם משהו ביד. בלב. חייבת.
(סיפור חודשי)

יוצאות מהשבי
מה שלומך בעבודה? אפשר לבוא לבקר אותך, לראות איך את מרגישה? חמש נשים נעלמו כשהגענו לבקר אותן. בסוף, בשעה טובה הן עזבו.
(כתבה עיתונאית)

תפריט הבית

חודש תמוז

ד"ש | דף שמורה [04]
לאה ראם

דפדפת [05]
תמר הלר

בית ועד [06]
מדור הלכה

אלופות [07]
הדסה גלזר

תתחדשי [08]
חני מייערס

אור בקצה המנהרה [10]
רוחי ליכטנשטיין

דף חדש [11]
אביגיל פראגר

העתיד כאן, הסכנות גם [12]
נעמי שפירא

הבמה שלכן [16]
שיתופים של בינה

בעצה אחת [18]
מתוך מדור הייעוץ

נערך בבינה אנושית [20]
אסתי כץ

עוברת בשערים [25]
אסתר רוזנטל

עבודה שבלב [26]
עולם התעסוקה מזוית שונה

להבין אל הלב [25]
אסתר רוזנטל

מבית ומחוץ [31]
שושי ברוידא

הפעם סלומון [32]
חוי הימלמן

עוסקות באמונה [34]
רבקי שפירא

סיפור חודשי [36]
פנינה ליכט

רגע ביום [38]
נ. ארי

סלפי [39]
בתיה יונה

04

יוצאות מהשבי

מה שלומך בעבודה? אפשר לבוא לבקר אותך, לראות איך את מרגישה? חמש נשים נעלמו כשהגענו לבקר אותן. בסוף, בשעה טובה הן עזבו.
(כתבה עיתונאית)

31

לשוב אלי בתשובה

הגעתי מעט לחוצה, כולי עיזוז ותשוקה, מחכה לצלול לים הרגש הטמון במילים ולצאת עם משהו ביד. בלב. חייבת.
(סיפור חודשי)

36

שיחת נפש

אני לא יודעת אם זו הפרעת הקשב שלי או שמשהו בחיבור הראשוני לא היה נכון, אבל פשוט קשה לי להתפלל...
(שיח אלולי)

אודות
דבר המערכת

במוקד הייעוץ של 'שמורה' התקיימה לאחרונה שיחת טלפון ארוכה. הפונה, צעירה מתחילה בשוק העבודה, מספרת על מקום עבודה הרחוק מאד מלהיות אידיאלי. היא יודעת הכל: מהם הגדרים הרצויים והדרישות שצריכים להתקיים במקום העבודה, מה הפער בינם לבין המציאות בשטח, מהי ההשפעה השלילית המצטברת שהיא מתחילה לחוש, אין צורך לחדש לה דבר. הכל היא יודעת בעצמה.

"אז מה השאלה בעצם?" זוהי לכאורה השאלה המתבקשת מאליה, "אם הכל ברור כל כך - אז איפה הדילמה?"

אסתי כץ, בכתבה "מודה ועוזבת" המופיעה בגיליון, מציגה בפנינו מספר נשים יקרות נוספות משלל הקשת החברתית והמקצועית, הנמצאות באותה נקודה. רע להן. הן יודעות בדיוק לתאר מה לא בסדר, ובכל זאת, הדרך עד לשינוי המיוחל היתה לא קצרה ולא קלה בכלל. אחת מהן, העובדת באקלים יחסים עכור במיוחד מצד המעסיקה, טרם עזבה... היא עדיין שם.

אנו יכולות להביט מהצד על סיטואציות כאלה במבט ביקורתי ומשתומם: מה הסיפור שלה? מדוע היא לא קמה והולכת? למה היא נשארת ונשארת, מדשדשת בבוץ שלא מקדם אותה לשום מקום, צוברת נזקים לעצמה ולסביבה? הרי אף אחד לא כלא אותה בכוח, מה מפריע לה ללכת?

אבל האמת היא שכולנו בדיוק כאלה. על כל אחת מאיתנו אפשר לכתוב כתבה מקבילה עם הרבה דוגמאות עסיסיות. הרי גם את יודעת מצוין שהשוקולד הזה לא טוב לך, שהאתר הזה לא טוב לך, שהעימות האמוציונלי שנתקעת בו עם הילד לא טוב לשניכם. את יודעת בעל פה את כל המידע וגם יכולה להרצות על הנזקים שנגרמים. ובכל זאת, חודשים חולפים ואת עדיין תקועה בדיוק באותה נקודה. למה את ככה? מה קרה לך?

קרה. קרה שהדרך הכי ארוכה מהעולם היא מהשכל אל הלב. קרה שנתקענו בכל מיני סוגים של כלא, שאי אפשר למשוך אותנו משם בכוח, או באמצעות הסברים טכניים. רק להתאזר בסבלנות ולהבין שצריך לפדות גם את הנפש.

בנפש יש עולם שלם של רצונות, פחדים, הנאות וכאבים, המדברים אליה בשפה שונה לגמרי. יש לה חישוב אחר של תשלומים שהיא מוכנה לשלם כדי להימנע ממאמץ, שינוי, פחד או מבוכה, והיא מחפשת כל קמצוץ של הנאה ואושר גם אם יש להם מחירים גבוהים. לנפש צריך לדבר בשפה שלה: להקשיב לה מאד, להבין אותה, לתקף אותה, להרגיע את פחדיה, וגם להכין לה מצע בטוח ומסלול מספק כדי שתוכל להתקדם.

הפונה עליה סיפרנו לעיל, זכתה לעשות את הפסיעה הגורלית הזו. טלפון ועוד טלפון, תכתובת ועוד תכתובת, החל מהצפת הספקות והקולות המחלישים, דרך ניתוח מפורט של הרווחים וההפסדים, ועד "איך בפועל אני מעזה לבוא ולומר להם את זה?" וב"ה, בסופו של התהליך קיבלנו את המייל המאושר: עשיתי את זה. העזתי. אני בחוץ. מצאתי עבודה במקום איכותי רוחנית מכל הבחינות, ובאופן שלא חלמתי עליו- גם התנאים החומריים משופרים הרבה יותר. תודה לה'!

זהו רגע של אושר. רגע של נשמה המשתחררת מכלא סמוי לעין, אך כובל ואמיתי מאד, ועפה לחופשי. רגע של גאולה פרטית מרגשת, שהיא שער לצמיחה בלתי משוערת מכל הבחינות.

רגע כזה של כלא פנימי שנפרץ, זהו רגע שכולנו היינו רוצות לחוות.

בסיומה של שנה טעונה ומלאת מאורעות, רוויה בתחינה בלתי פוסקת על "אחינו כל בית ישראל, הנתונים בצרה ובשביה",

אנו משוחחות כאן בגיליון האלולי, ובכנס האדיר בבנייני האומה, על סוגים שונים של שבי פנימי ועל המפתח שיסייע לנו להיחלץ מהם, אל עבר חיים רוחניים חדשים וטובים יותר, מלאים בחירות מתוקה של עבד ה'.

באיחולי אלול מרומם ומשיב נפש,

ובברכת שנה טובה ומבורכת

מלאה בבשורות טובות, ישועות ונחמות לכל בית ישראל!

המערכת

הפקה ועריכה:
'שמורה' -
קהילת העובדות החרדיות

עורכת:
אביגיל פראגר

עורכת גרפית
עיצוב ועימוד:
ברכי גוזי
--
טליה בוקרה

עיצוב שער:
רחלי אטיאס

צילומים:
leonardo.ai,
Depositphotos,
Shutterstock,
pexels, unsplash

תגובות, שיתופים,
בקשות והצעות
ניתן לשלוח לכתובת:
magazine@shmura.org

לתרומות:

--
העברה בנקאית:
בנק מזרחי-20 |סניף 563
מספר חשבון 101744
על שם שמורה
--
בטלפון: 02-5474373 שלוחה 2

חלצה נפשי

שנת תשפ"ד שאבה את כולנו למערבולת של מלחמה על הבית, מלחמה על החיים.
מתוך בתי הכנסיות ומרגעי שיא של קרבת אלוקים, הוזעקנו ביללות צופרים מחרידות, ונזרקנו באחת לתוך מלחמה. האויב הארור תקף את מערכות ההגנה, שקרסו בזו אחר זו, חצה בהמוניו את הגבולות, וכמו בחלום בלהות מצאנו את עצמנו מתעוררים אל מאבק פנים אל פנים, מול רוצחים צמאי דם שהצליחו לחדור פנימה **לתוך הבית.**
דם, אש ותימרות עשן. פצועים. הרוגים.
וכל כך הרבה מאחינו בית ישראל נתונים בשביה.
נתונים בשביה.
****
אני מסתובבת ברחובות קריה ורואה שלטי ענק הקוראים בכאב:
"תוציאו אותם מהגיהנום"
המילים מהדהדות לי שוב ושוב...
תוציאו... אותם... מהגיהנום...
איזו דרישה נוקבת. אכן... איך אפשר שלא לעשות הכל כדי להוציא מהגיהנום?
איך אפשר שלא לעשות הכל כדי להציל אח מתייסר?
האם יש מטרה עליונה מזו?

מסתובבת כואבת, מיוסרת, כלואה במחשבות...
מבקשת הצלה לשבויים.
מבקשת ניצחון במלחמה.
ומבינה שלדברים ישנה משמעות עמוקה הרבה יותר.
אין מקרה בעולם!
בורא עולם מדבר אלי, אלי, באשר אני שם, ומבקש ממני להירתם לעזרה.
אבל איך?
מה רוצה ממני בורא עולם בשעה זו???
מה תפקידי במערכה?

אכן, המלחמה מתרחשת בזירות משמעותיות. לא רק גבולות הדרום נפרצו... גם אצלנו יש מקום לבדיקה מחודשת של הגבולות. ויש עוד כל כך הרבה דברים שקורים, שבעצם הם תזכורת על רבדים אחרים שיש מה לעבוד עליהם...
שבי, למשל.
בהשראת הרבה אנשים יקרים שסימנו את הדרך, אני יודעת שגם לשבי יש הרבה יותר משמעות ממה שנראה במבט ראשון.
בשבוע שעבר, תוך כדי צעידה במסלול עם אימי שתחי' ובנותי היקרות - הבנתי מהיכן נובעים שורשי הדברים. בטיול בין עצים ושקט פסטורלי של ימי 'בין הזמנים', עלה לאימי שתחי' זיכרון ישן והיא סיפרה אותו:
בצעירותי התחלתי ללמד בבית ספר 'ויינגרטן'. אמרו אז על אחת המורות, אישה חביבה ומאירת פנים במיוחד, שהיא מגדלת בשלב זה של חייה את ילדיה לבד. בעלה נסע עם הבן הקטן לחו"ל, לסדרת טיפולים רפואיים מורכבים בעקבות נכות קשה שהילד נולד עימה.
שנים עברו, היא ממשיכה לספר, ויום אחד המתנתי בקופת חולים. לפתע נכנס נער צעיר, שבניגוד חריף לאור שקרן ממנו, הליכתו היתה בקושי עצום, תוך שהוא מדדה על קביו.
וכך, במאמצים גדולים התיישב על כיסא, הוציא מתיקו ספר והתחיל ללמוד 'משנה ברורה' בניגון ובנעימה. אמא מספרת איך נשבתה בקסמו של הילד. במבט נוסף על פניו היה נראה לה שהיא רואה את תואר פניה המאירות של המורה ההיא, מתוך פניו הטהורות של בנה...
לבנות שלי הסיפור היה חדש.
אבל אני, גדלתי עליו.
גדלתי עליו ועל סיפורים דומים, שגרמו לי להבין שאין קשר בין מגבלות חיים לנפש בריאה ושמחה.
ואז הבנתי שבעצם כל זה היה ההשראה שלי לכנס השנה. ההשראה הזו ועוד כמוה, הביאו אותי לחפש חברות המגלמות בדיוק את זה - שיבואו לתת כח לכולנו. נזכרתי בביקורי הראשון אצל שבי פלאי לפני שנתיים, איך גיליתי אצלה את הכוחות הללו: כתבתי לכן כבר אז, ואני נזכרת בזה בחוש גם היום- היה לה משהו כל כך מאיר בעיניים, שאי אפשר היה שלא להבין שהגוף הוא לא זה שהאדם עומד עליו. הבנתי גם שזה לא קורה לנו רק בשעות אסונות ושבר, אלא גם בחיי היום יום.
בכל כך הרבה רגעים בהם שם אותנו בורא עולם במה שנראה לנו כ'שעת שבר' - אבל היא בעצם רק עוד תחנה במלחמת החיים שלנו.

מחשבות לעומק העניין של 'שבי' הביאו אותנו להכרה שבעצם, השבי אופף אותנו לא רק בעזה...
בהארה שמימית מופלאה, שלח אלינו בורא עולם קטע מרגש מאד של 'אור החיים' כן. על פרשת השבוע הזה, פרשת "כי תצא" המאירים באור מופלא את העניין, ומורים לנו את הדרך אשר נלך בה במלחמת החיים.
ואלו הדברים שמביא האור החיים הקדוש בעניין 'אשת יפת תואר' על דרך הרמז:
"כי תצא למלחמה". למלחמה - בה' הידיעה. ומהי המלחמה הגדולה ביותר? זאת מלחמת היצר. אותה מלחמה שכל יהודי ויהודי נשלח להילחם במהלך חייו. מלחמה בא שובה היצר את הנשמה ולוקח אותה מהאדם. תפקידנו להילחם ולשבות חזרה את הנשמה, לשבות אותה ולהפוך ל'בעלים' עליה.

יצאנו למסע חילוץ.
שמענו עוד ועוד סיפורים, על המקום האישי של כל אחת מאיתנו בו היא מרגישה שזוהי זירת הקרב שלה, כאן היא שבוייה בידי היצר. **שכמה נשמות מעם בני ישראל שבויות בידו...**
בחרנו מהמגוון, והבאנו לכן קשת נרחבת של שיתופים מרתקים.
המשותף בין כולם- ההבנה שהשבי היא נקודת הריחוק מבורא עולם. "**באמצעות תאוות וכוסף ליבות בני אדם ימכרו את נפשם ביד אויב...**" והחילוץ, הרי הוא החתירה להגיע לצעדים הנכונים אותם מבקש ממני ה' יתברך שאעשה במלחמתי האישית: "**וקרא לזו יפת תואר, כי הנפש יפה עד מאד, אלא שמתנוולת במעשיה הרעים... וכשינוצח היצר, אז ישכיל האדם בנפשו - מה יפה ומה נעימה היא!**"
וכך, מעבר לחווית 'שבות' שאנחנו מתפללים לזכות לה בעזרת ה', היתה לי החוויה המיוחדת

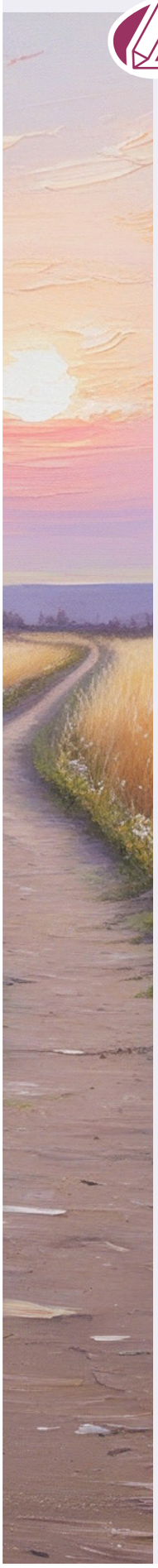
לראות בחוש כיצד התורה הקדושה משיבת נפש לכל אחת ואחת באשר היא שם.
כל אחת מהמשתתפות שקיבלו את המשימה, לאתר דרכי פעולה מתוך דבריו הקדושים של האור החיים, האירה לי נקודה חדשה ונוספת.
קחו למשל את הציטוט היפה שהזריחה לי שבי היקרה, מילים שיש בהם הרבה מן העידוד והכח:
"מבטיחו הכתוב שהגם שתקיף הוא היצר מכח האנושי אף על פי כן יתנהו ה' בידו"

לכל אחת ואחת מאיתנו יש נקודה של שבי.
אפשר שזה יהיה שבי גופני, משפחתי, כלכלי או תעסוקתי
אפשר שיהיה זה רק שבי במחשבה או בנפש, בתודעה או במידה לקויה.
והבשורה:
כל אחת ואחת יכולה לצאת מהשבי.
נכון, זאת עבודה
זו מלחמה...
אבל יש דרך חילוץ, כאן ועכשיו...
כל אחת ואחת מאיתנו יכול שתמצא לה המחילה שלה!

וכן. אין לי ספק
שכאשר כל כך הרבה מבנות ישראל, יפות התואר, תוצאנה עצמן מהשבי
יעמוד הדבר לזכות עם ישראל כולו,
עליהם ועלינו.

אַחֵינוּ כָּל בֵּית יִשְׂרָאֵל
הַנְּתוּנִים בַּצָּרָה וּבַשִּׁבְיָה
הָעוֹמְדִים בֵּין בַּיָּם וּבֵין בַּיַּבָּשָׁה
הַמָּקוֹם יְרַחֵם עֲלֵיהֶם
וְיוֹצִיאֵם מִצָּרָה לִרְוָחָה
וּמֵאֲפֵלָה לְאוֹרָה
וּמִשִּׁעְבּוּד לִגְאֻלָּה
הָשָׁתָא בַּעֲגָלָא וּבִזְמַן קָרִיב
וְנֹאמַר אָמֵן

****
המילים הללו "בין בים ובין ביבשה" משיטות אותי למקום נוסף, ומזכירות לי שמלבד הכנס **יש לנו עבורכן עוד כמה אוצרות ממעמקים.**
במהלך החודשים האחרונים עבדנו על כמה נושאים מאד משמעותיים לקהילה כולה:
כולי תפילה שבורא עולם יעלה את כל הפעולות לרצון.
שהרי כל המערכות, ההפקות, הויז'ואל, הפרינטים והמנגינות הן בסך הכל עטיפה.
הלב של כולנו פועם בקצב אחד.
בקצב לאחד...
בקשב לאחד...
בתפילה שנזכה לשנה של התעלות רוחנית
שנה של **פ**דות **ה**נפש
כתיבה וחתימה טובה,
לאה



דפדפת
תמר הלר

לֹא הָלַכְתִּי רָחוֹק

מִי סִפֵּר לִי אֶת זֹאת, זֶה תִּרְיסַר יְרָחִים
שֶׁרָחַקְתִּי, הָלַכְתִּי בְּאֶלֶף דְּרָכִים
שֶׁשָּׁכַחְתִּי דְּבָרִים חֲשׁוּבִים בַּמֵּרוֹץ,
מִי חָשַׁב כָּךְ אֶת כָּל גּוֹרָלִי לַחַרֹּץ?

מִי אָמַר שֶׁלִּיבִּי מְנֻתָּק, לֹא קָשׁוּב?
מִי אָמַר שֶׁפִּסְפַּסְתִּי כָּל מָה שֶׁחָשׁוּב?
כְּשֶׁרוּחַ אֱלוּל וְתִשְׁרֵי בְּלִטּוּף
מַסְפִּיק לִי רַק זֶה הַמַּבָּט הֶחָטוּף

לְגַלּוֹת שֶׁהַכֹּל פֹּה קַיָּם. וּמוּכָן,
הָאֱמֶת הַזּוֹהֶרֶת עוֹדָהּ עַל שֶׁלְחָן
מְנַצַּחַת בְּצִ'יק אֲפֵלַת דִּיגִיטָל
וְכָל רַע וּבִלְבּוּל - כְּבָר בָּטֵל וּמְבֻטָּל.

לְגַלּוֹת שֶׁאֵין פַּחַד. וְאֵין גֶּשֶׁר צַר.
מֻכְרָחָה לַעֲבֹר. וְהַלֵּב לֹא עָצַר.
מְזַנֶּקֶת קָדִימָה, לִתְפֹּס עֲרָכִים
לִכְתֹּב וְלַחְתֹּם שׁוּב עִסְקָה לִנְצָחִים.

מִי אָמַר: אֵין כּוֹחוֹת? אֲנִי כָּאן. חֲדָשָׁה.
חוֹתֶמֶת חוֹזֶה בְּהֵיכָל שֶׁל קְדֻשָּׁה.
חָפְשִׁיָּה לְנַפְשִׁי. וְהַלֵּב בִּי שׁוּב, שָׁב.
כְּאִלּוּ
נוֹלַדְתִּי
עַכְשָׁו!

"מצאתי לנכון לכתוב לידידי דעתי,
שלא יחשב לגמרי על דבר העבר.
כי זאת הוא מדרכי היצר...
גם ברבנו יונה ראיתי כן "ויעשה עצמו כאילו בו ביום נולד.. וזה יום תחילת מעשיו"...
דרך זו תביאנו לשוב בתשובה שלמה"

(רבי יחזקאל לוונשטיין, אור יחזקאל)

שמור לך

הקשבנו לך!

וגם לך, ולכן, ואפילו לך, שלא אוהבת להגיב או לשאול, ומעדיפה להישאר מאזינה מהצד... שמענו אתכן במפגשים, בתכתובות, בפניות האישיות שהלכו והצטברו, ובעיקר חווינו את עוצמת הגודל.

כן, ב"ה גדלנו. כל אחת מכן העבירה את בשורת 'שמורה' לסובבות אותה, וכמו נר למאה, הפכנו לקהילת ענק של עשרות אלפי נשים חרדיות עובדות. קהילה עוצמתית המאוגדת תחת מטריה גדולה אחת, חממה ענקית שהיא בית, ומתוך הקהילה עלתה האמירה והצורך: 'תנו לנו עוד'.

כי חברות שמורה זכאיות להרבה יותר.

לפני תקופה קמה בתוך שמורה קבוצת נשים יזמיות, עם תחושת שליחות וחוש חברתי פעיל, שהבינו שבשלה השעה, ועכשיו הזמן והמקום להניע את הגלגל, ובחרו לקחת את ההון האנושי העצום והאיכותי של שמורה, ואת עוצמת הביחד, ולמנף אותם לעשיה למעננו. הן הבינו בזכותכן ובזכות הקולות שעלו מן השטח, שאין כוח עוצמתי יותר מעשרות אלפי נשים, שמתחברות יחד להתאגדות ענקית והופכות לכוח חברתי ומקצועי עצום עם יכולות ואפשרויות אינסופית.

וכך נולד **'שמור לך' - התאגדות החרדיות העובדות** של שמורה.

המשוואה פשוטה, בדיוק כמו במשל האבא והקנים הבלתי נשברים, אנחנו כבר כאן, בשמורה, עשרות אלפי נשים חרדיות עובדות, וברגע שנתאגד ונתכנס כולנו להתאגדות ענקית, מקצועית ועוצמתית, נהפוך לקבוצת כוח עם יכולות מקצועיות וחברתיות עצומות.

כהתאגדות משמעותית נוכל לתת מענה לחלומות ולצרכים שלנו, חברות 'שמור לך', שעולים כל הזמן מהשטח, בתחומים המקצועיים, החברתיים ואפילו הציבוריים (ראיתן לבד כמה כח היה לפניה של שמורה לבג"ץ...).

שמור לך - הזרוע המקצועית של 'שמורה' היא התאגדות ענק, שבסיס הכוח והפעילות שלה מגיעים מאיתנו הנשים החרדיות העובדות, וככזהו היא מהווה את קבוצת הכוח המקצועית, הקהילתית והצרכנית, הראשונה השמה אותך, האישה החרדית העובדת, במרכז, והיחידה שיודעת ומכירה אותך, ואת סולם הערכים המקצועי, המשפחתי והרוחני שלך.

באמצעות שיתוף הפעולה של כולנו, חברות שמורה, 'שמור לך' תאגד בעז"ה, בתוך שנתיים מהיום עשרות אלפי נשים חרדיות עובדות, ותהווה את הגוף הגדול והעוצמתי המייצג אותנו, כקבוצה וכפרט, מול מגוון גופים ממשלתיים, קרנות, ביטוחים, מוסדות פיננסיים, מעסיקים גדולים וקטנים, נותני שירותים הרלוונטיים לאישה החרדית העובדת ועוד.

הייחודיות של 'שמור לך' הוא בחיבור ההדוק אלינו, חברות ההתאגדות, ובאוזן הקשבת לצרכים, המאפיינים והחלומות של כל אישה, כך שההתאגדות תוכל להעניק את מעטפת הכלים והיתרונות המתאימים ביותר לכל חברה וחברה.

כהתאגדות בסדר גודל כזה, 'שמור לך' תוכל לפעול במגוון זרועות פעילות, כמו: מעטפת של ליווי ויעוץ במגוון תחומים רלוונטיים: זכויות וחוקים, חוזים, תנאי העסקה, גמל ופיננסים וכל נושא נוסף שיעלה כצורך מהשטח, מיזמים מקצועיים כמו קורסים, סדנאות, ימי עיון והרצאות מעולמות התוכן של חברות ההתאגדות, מגוון כלים להתפתחות מקצועית ואישית, הן כקבוצות והן כיעוץ וליווי פרטני, נטוורקינג מתקדם בניהול חכם ותועלתי בין חברות ההתאגדות, מתחמי עבודה משותפים ומאושרים, כלים טכנולוגיים מאושרים ומותאמים, שירותים ועזרים מקצועיים שונים שיתעורר הצורך בהם, וכמובן, פינוקים והטבות המותאמים לאישה החרדית העובדת.

'שמור לך' היא התאגדות בצמיחה, שהחזון העתידי שלה עשיר ורחב, יחד עם זאת, היא כאן עבורך, כבר מהחודש הראשון.

- חברות 'שמור לך' יצורפו למתחם המקצועי של 'שמור לך' - בו יוכלו לקבל מענה ויעוץ מקצועי לשאלות והתלבטויות בתחומים: חוזי עבודה, תלושי שכר, הטבת / הרעת תנאים, ביטוחים פיננסים, זכויות האישה העובדת ועוד.
- חברות 'שמור לך' יצורפו בקרוב לקהילות נושא המבוססות על תחומי תעסוקה ואזור מגורים, כאשר קהילות אלו יאפשרו שיח מקצועי ונטוורקינג הרלוונטי לעוסקות בתחום.
- חברות 'שמור לך' יקבלו תיעדוף במעגל הדרושים והמשרות של 'שמורה'
- חברות 'שמור לך' יקבלו הנחה בפרסום במדור 'חזקה בתעסוקה'
- חברות 'שמור לך' ייהנו ממגזין 'דף הבית' המורחב - המכיל גם את מדורי והטבות 'שמור לך' - בחינם עד הבית.
- חברות 'שמור לך' יקבלו בכל חודש סל הטבות מקצועי בשווי של 50 שח לפחות.
- **חברות 'שמור לך', הנרשמות עד כ"ז באלול יקבלו את יומן 'שמור לך' במתנה (באירועי אלול או במוקדי איסוף ברחבי הארץ)** - יומן ייחודי מאופיין ומעוצב בנוחות מקסימלית לשימוש יומיומי, ומשלב תכנים כלכליים יעילים ומשמעותיים מאת נחמה פרל וקורס ייחודי לאימון אישי ופרטני של כל את באמצעות קטעים נבחרים מסדנת העצמה תעסוקתית.
- חברות 'שמור לך' הנרשמות עד כ"ז באלול יהנו ממתנה אישית - **שובר על סך 100 ש"ח ב'פרפקט אקססורייז' - הפעיל החל מר"ח כסלו**
- חברות 'שמור לך' יקבלו עד לבית את כרטיס 'שמור לך' עם מספר אישי מוטבע עבור השתתפות במיזמים וקבלת הטבות שונות במסגרת ההתאגדות.
- דמי החבר החודשיים ב'שמור לך' לתקופת ההרצה - 29 ₪ בלבד, ללא התחייבות!
- 'שותפות' שמורה (התורמות בסכום של 30 ש"ח ומעלה) תצורפנה אוטומטית ל'שמור לך' והן זכאיות לכל ההטבות כבר מהיום הראשון.

גדולות יותר- מקבלות יותר!

הכוח של 'שמור לך' מבוסס על עוצמת הגודל שלה. בשמורה חברות עשרות אלפי נשים וכשנתאגד תחת מטריה מקצועית וצרכנית אחת, נהפוך לגוף חזק בעל יכולות גבוהות במגוון רחב של תחומים.

לשם כך, אנו יוצאות בפעילות 'גדולות יותר - מקבלות יותר', ההופך כל אחת מאיתנו, החברה בשמורה, לשגרירה המגייסת חברות נוספות להתאגדות, כאשר הפרס המובטח הוא 'סמינריון מנטורינג מבית שמור לך' - 10 נשים תזכנה בסמינריון מקצועי ומפנק הכולל בתוכו הליך מנטורינג להתפתחות אישית ומקצועית, בתנאי נופש ברמה הגבוהה ביותר. הסמינריון יוביל כל משתתפת לשינוי אישי מהותי ושורשי בעז"ה. שווי ההטבה 3,500 ₪ לכל משתתפת!

תהליך השגרירות יעבוד ב-2 מסלולים:

המסלול הרגיל ←
כל חברה שתצרף 5 נשים נוספות להתאגדות - תיכנס להגרלה על 5 מקומות בסמינריון המנטורינג.

המסלול למובילות ←
5 השיאניות בגיוס חברות להתאגדות, תיזכנה בהשתתפות בסמינריון, ללא הגרלה.

הישארו מחוברות לפרטים המלאים

שמורלך
התאגדות החרדיות העובדות

בית ועד
שאלות שהונחו על שולחנם של מוצ"ים מטעם הגאון רבי ישראל גנס שליט"א, נשיא ה'שמורה'
לשאלות: shoalot@shmura.org

איך אוכל לעשות תשובה כשיש לי הרבה עבירות?

שאלה

יש דבר שמאוד מלחיץ אותי: איך אפשר לדעת שזכיתי לחזור בתשובה כשיש לי כל כך הרבה עבירות? לכאורה לא הגיוני להספיק לחזור אפילו באופן חלקי על כל חטא. אז מה עושים? לבחור בחלק? איך אני מחליטה מה דחוף יותר? איך מצופה ממני לחזור בתשובה על הכל?

אכן בדרך כלל אין אפשרות לקבל קבלות על עניינים רבים בבת אחת. וכבר עמד על שאלה דומה לזו החפץ חיים זצ"ל שכתב: "אף שלשוב בתשובה שלמה על כל מה שקלקלנו **בפעם אחת בזמן קצר אי אפשר**, מכל מקום יש בידינו **להתחיל תשובה בהדרגה**..." (קונטרס בית ישראל פ"ו).

כלומר, עצת החפץ חיים במקרים אלו, היא: **לשוב בהדרגה.** נסדר את ההדרגה לפי שלשה ענינים:

א.

להקדים עבירות שהן **שורשיות ויסודיות,** כאלו המושכות אחריהן עבירות נוספות.

לדוגמא: התחברות לחברה רעה, המהווה שורש לירידה רוחנית בתחומים נוספים, שימוש בטכנולוגיות ומכשירים אסורים הגורר כמובן ירידה רוחנית גדולה, או חוסר משמעת להורים ומורי דרך שבלעדיה קשה לצאת מטעויות.

לסיכום: עלי לחשוב אם יש אצלי **אבן נגף רוחנית גדולה** שנגרמות ממנה ירידות נוספות, אם כן- היא קודמת ובעדיפות ראשונה בסדרי החזרה בתשובה.

ב.

להקדים תיקון לאיסור שהוא **מהתורה** על פני תיקון איסור דרבנן.

ניתן דוגמה לרשימת דברים שעליהם עלי לחזור בתשובה: לשון הרע, חוסר כוונה בתפילה, ביטול כבוד הורים ומוראם, ברכות לבטלה, עשיית מלאכה בשבת, צניעות, טלטול מוקצה, אכילת חלבי אחרי בשרי... כעת נברור מתוכם את הדברים שהם איסורים מהתורה, והם הקודמים בסדר החזרה בתשובה: לשון הרע, כיבוד הורים, עשיית מלאכה בשבת, חוסר צניעות (מכשילה את הרבים באיסורי תורה).

ג.

להקדים תיקון חטאים **השכיחים יותר,** על פני אלו שפחות מצויים. כמובן כל אחת לפי המציאות אצלה.

כגון: זלזול בברכות הוא דבר שכיח מאוד אצלי, לעומתו טעות של אכילת חלבי אחרי בשרי הוא דבר נדיר.

או: חובות קטנים וחפצים שלא החזרתי- יש לי הרבה, אבל בשקר אני נכשלת הרבה פחות.

אמנם במקרה של התנגשות בין שני סוגי עדיפויות (כמו איסור דרבנן **שרגילה בו** לעומת איסור תורה **חד פעמי**), לא ניתן לקבוע סדרי עדיפויות אחידים ושווים לכל, כיוון שהנתונים משתנים לפי האדם והנסיבות, ויש להתייעץ עם חכם, דמות חינוכית וכדו'.

עצה יעילה: למפות את מצבי הרוחני באופן מסודר על הכתב.

אפשר לשבת עם וידוי מפורט, ולהעתיק לדף נפרד נקודות לתיקון אישי, בבין אדם למקום, בין אדם לחברו, מידות וכו'. לסמן כוכבית ליד חטא שהוא **מרכזי** או **שכיח** אצלי, ולחשוב על דרך תשובה לעניינים אלו. לשמור את הדף להזדמנות הבאה (בעוד מס' חודשים, או באלול הבא), ואז לטפל בעניינים נוספים מהרשימה, לפי הדחיפות.

הדרכות נוספות ניתן למצוא בקונטרס דרך תשובה לנשים.
ניתן לקבלו חינם [גם באנגלית] במייל: m.hatshuva@gmail.com.
שאלות נוספות ניתן לשלוח למייל ובטל' מעשה התשובה- 0527119031.

עמוד זה מכיל דברי תורה ואין לנהוג בו מנהג ביזיון

בחני את עצמך לפי האלף בית
והפעם בנושא: שבויים וסוגי כלא שונים

השלימי במשבצת הלבנה את התשובה ממחסן הפתרונות בתחתית העמוד.

איש חמודות, נכלא בגוב אריות	ה"סוהר" של צדקיהו	איזו פרשה קראו בשבת שבה נכלא ה"אור החיים הקדוש" בחדר?	אין לך מצווה גדולה כ...	רב האסירים
מה המשותף בין כסא שלמה וכלא אנזיסהיים?	ארץ שכלאה אומה שלמה	נפטר בבית האסורים בגיל מאה ועשרים	יצא לחופשי בזכות חיפושית וחוט משי	ברכת האסיר בצאתו לחופשי
את ירמיהו הנביא שמו למטרה וכלאו אותו ב....	הפצת התורה מבבל	האדם שבוי בתאוותיו חזק משול ל..... וקוזק (ר' חיים מבריסק)		תפקידו של שמשון בבית האסורים, היתכן?!
אסיר חינם, שהפעולות לשחרורו שבו שיא, השתחרר בזכות פניית הילד החולה לנשיא		העבדים לו הינם עבדי עבדים (ריה"ל)	חודש אלול ושערי תשובה נפתחים, וכיצד פונה המחבר לאסיר שלא נמלט?	
פדיון שבויים שקיים דוד המלך בשתים מנשותיו שנשבו מהעיר...	על בו ובת ישמעאל כהן גדול זכרם יקוד בלבבי אשימה.... נין אהרן איך לשפחה יהי נושא... בת יוכבד איך לעבד תינשא... ו.....		תינוק שבוי בכרך רומי טוב רואי ועינים יפות לו, ומה הצילו? "הלא ה' זה חטאנו לו"	
אחד מהאות א' (למעלה) שנפדה בקורדובה	השבוי הראשון	איזה אסיר מזיל דמעות כטל חרמון?	אומה ששבתה רק שפחה אחת	נכלא בעוון היותו אחד מתריסר והאחר כלא עצמו לשנים תריסר

ארבעת השבויים | **א**סיר תאווה (מתוך ציון הלא תשאלי) | **ב**חוקותי | רבנו **ג**רשום מאור הגולה | **ד**ניאל | **ה**גומל | **ו**אהימה מימים ימימה (קינות לתשעה באב) | **ז**מן | **ח**צר המטרה | **ט**וחן | רבי **י**שמעאל בן אלישע | **כ**נעני "וישב ממנו שבי"- שפחה אחת | **ל**וט | ר' אריה **ל**וין | רבי **מ**איר מרוטנבורג | רבי **מ**שה בן חנוך | **מ**צרים | **נ**בוכדנצר | **ס**וס | רבי **ע**קיבא | **פ**דיון שבויים | **צ**קלג | **ק**שה יום, הלא המחתרת חתורה לפניך | **ר**ובשקין | **ש**מעון בן יעקב ורבי **ש**מעון בר יוחאי

לקראת שבת

חני מייערס

לתגובות: c7613795@gmail.com

הדגים לא רועדים באלול. עובדה.

אחת התובנות המשמעותיות יותר מבחינתי בחודש אלול, הכתה בי דווקא בחדר ההמתנה לרופא השיניים. בעולם הישיבות מפורסמת האמרה של רבי ישראל סלנטר 'באלול - אפילו הדגים שבים רועדים'.

למה דווקא דגים? יש לכך הסברים רבים. יש המציינים את העובדה שהעיניים של הדגים פקוחות תמיד, לעולם לא עוצמים עיניים ומוכנים לכל תרחיש. יש המזכירים כי הדגים שרדו את המבול, ולכן יכולים להעיד על מה שקורה כאשר מידת הדין נטויה על העולם.

מספר הרב משה שמעון אופן: לפני מספר שנים היה לי תור לרופא שיניים בדיוק בחודש אלול. אני עומד בחדר ההמתנה, וכמו אצל כל רופא שיניים טוב יש אקווריום בחדר. זו הייתה הזדמנות יוצאת דופן עבורי. עכשיו אוכל לבדוק, אחת ולתמיד, האם מה שסיפרו לנו בישיבה אכן עומד במבחן המציאות. האם הדגים באמת רועדים?

התקרבתי קצת יותר לאקווריום. ו...שוק מוחלט. הדגים שטים בדיוק כמו כל השנה. אני מנסה להתקרב, לדפוק על הזכוכית, אולי איזה דג יתחיל לרעוד לכבודי, אבל - נאדה. כלום. הדגים ממשיכים לשוט כמו בכל יום רגיל.

הדגים לא רועדים באלול. עובדה. אז מה? עבדו עלינו?

•••

השתתפתי פעם בחופה שהתקיימה בעונת החורף. כל המשתתפים עמדו עטויי מעילים ומצונפים בצעיפים. הגשם היכה בעוז על מטריותיהם, וכולם הביטו אל החתן והכלה הנרגשים. מאחור, לחששה סבתא כבודה: הביטו, אפילו השמים מזילים דמעות התרגשות ושמחה!

להבדיל, ימים ספורים לאחר מכן השתתפתי, לצערי, בהלוויה. גם במעמד הזה מזג האוויר היה סגרירי וגשום. וגם שם היה מי שקישר בין גשם הזלעפות לבין האירוע: שמתם לב שאפילו השמיים בוכים על הנפטר הדגול?

מזג האויר זהה. מה שהשתנה זה המבט שלנו.

אמת, הדגים אינם משנים את תפקודם בחודש הרחמים והסליחות. הם ממשיכים לשחות בחדגוניות, כפי ששחו כל ימיהם. הם לא רועדים יותר. הם בכלל לא מראים מה קורה בלוח השנה.

אבל היהודים שהרגישו רעד פנימי בחודש אלול, החלו לראות רעידות בכל מקום. כשהם יצאו אל הנהר, לפתע שחייתם של הדגים נדמתה להם כרעד ופחד מקול הקורא קדוש אלול. באלול - אפילו הדגים רועדים, כי הכל רועד כשרועדים!

•••

לדעתי, התובנה הזו מלמדת לא רק על הדרך בה יהודים חיו פעם, בדורות שלא זכינו להכיר. התובנה הזו מגדירה לנו את החוויה הפנימית של אלול.

הדרך לחוות את חודש אלול אינה בחזרה על סיסמאות או בקריאה של טקסטים ארוכים. חודש אלול קורא לנו למסע אל תוך עצמנו. לחוות את מי שאנחנו ואת מה שאנחנו מצפים מעצמנו. כמו היהודים שראו דגים רועדים, עלינו לראות את העולם מתוך הרגשות הפנימיים שלנו ומתוך החוויות האישיות שלנו. (הרב משה שמעון אופן)

כשאש-הישיבה קרא בדאגה "חאפ אריין"!

לפני מספר שנים בחודש אלול, הגיע יהודי לביתו של מרן הגאון רבי אהרן לייב שטיינמן זצ"ל. בצר לו תינה את צרתו בפני ראש-הישיבה: בחלומו בלילה האחרון הגיע אליו אביו, ואמר לו שהוא זקוק לזכות. הוא אינו יודע מה לעשות.

הגראי"ל נתן לו כמה עצות. ואולם בעוד האורח הנסער יוצא מן החדר, שמעו בני-הבית את הגראי"ל מתחיל לדבר לעצמו, ומתוך דבריו יכלו להבין שהוא התחיל לנתח לעצמו: מדוע הגיע אליו שאלה שכזו בחודש אלול בדיוק לפני הימים הנוראים?

והוא החל 'להטיף' לעצמו מוסר בזו הלשון: "אהרן לייב אהרן לייב, באלט וועסט דו ווערן א שנורר" (תיכף תהיה קבצן). אתה כבר לא צעיר, ובקרוב כאשר תהיה זקוק לזכויות תצטרך לבוא למישהו בחלום ולומר לו: "אנא, תן לי זכות". אז חאפ אריין! חאפ אריין!" (חטוף! חטוף! תורה ומצוות!). (הרב יעקב הייזלר)

תודה, אבל אני מסתדרת לבד.

'יהודים רחמנים בני רחמנים, אני אוסף כסף בשביל קרוב משפחה שנקלע לחובות גדולים, יהודי תלמיד חכם יגע בתורה, בעל משפחה מרובת ילדים, ולרש אין כל. בבקשה מכם, ליהודי היקר הזה אין אפשרות לצאת ולאסוף כסף, הוא נולד רחמנא ליצלן בלי ידיים'...

אם אחד המתפללים החליט לתרום לגבאי הצדקה מעבר לנתינה ממוצעת, הרי שהמשפט האחרון הוא הגורם לכך - הוא נולד בלי ידיים. זהו משפט מחץ. בכינון ישיר אל תוך הלב.

ראוי לשאול- וכי תלמיד חכם היגע בתורה ובעל משפחה ברוכת ילדים, אינו ראוי למתת יד מכובדת, רק משום שזיכהו הבורא ברחמיו בשתי ידיים בריאות? התשובה תלויה בטיפ קטן לכל גבאי צדקה מתלמד. הצלחתך או חלילה כישלונך תלויים באַמַת מידה אחת, האם עוררת רחמים אצל השומע, והיא זו שתקבע האם יפטרוך בשקל וחצי, או שתזכה לנדבת יד שיש בה כדי להתכבד. טיפ נוסף ומשלים: אין דבר מעורר רחמים יותר מאשר חוסר אונים.

מראה תינוק סובל, מעורר רחמים פי כמה ממבוגר מתייסר, על אף שסבלו של התינוק הוא רגעי בלבד - הכאב בטהרתו. בעוד סבלו של המבוגר מכיל גם ייסורי נפש, דאגה ופחד. למרות זאת, יכמרו רחמינו ביתר שאת דווקא על התינוק, וזאת משום שהוא חסר ישע לחלוטין.

הרחמים הם האוצר הסודי ביותר שלנו, אך הם גם נקודת התורפה. כאשר רחמינו מתעוררים, אנו עלולים לעשות צעדים בלתי הגיוניים ובלתי הפיכים - להעניק בלי מידה, להשפיע בלא הצדקה. תחת השראת הרחמים אנחנו כביכול בלא שליטה עצמית.

כפועל יוצא, לא נחשוף את הנקודה הרגישה ביותר שלנו עד שנהיה בטוחים שאנו לא מסכנים את עצמנו. זו הסיבה שאנו מתייחסים בחשדנות למי שמנסה לעורר את רחמינו. נורת אזהרה בוהקת נדלקת בתת מודע: עליך לבדוק שמא מרמים אותך, אולי מתכוונים לנצל אותך. תורף האזהרה היא: זהירות, קיים חשש סביר שהעומד מולך הוא חזק, ואתה עומד להתגלות לפניו בחולשתך.

אדם חסר אונים לא מאיים עלינו. אנחנו מזהים את חולשתו. הוא זקוק לנו באמת. הוא תלוי בנו. אנחנו לא מרגישים מאוימים לחשוף בפניו את הסוד האישי שלנו. את החולשה שלנו. את הרחמים.

חודש אלול חודש הרחמים הוא. ארבעים יום שהה משה רבינו במרום ועורר רחמים על ישראל. בעקבות פעולתו, מידי שנה בשנה חוזרים ונפתחים בימים אלו שערי הרחמים, ובידינו לעורר ולהמשיך שפע משלוש עשרה מידות הרחמים. בנקודה הזו אנחנו מתמודדים מול מידת המשפט.

היחס המקובל למידת המשפט הוא כמידה **סותרת** לרחמים. אך האמת שמידת המשפט **מגוננת** על הרחמים. הרחמים הם הסוד של ה' יתברך, וכשהסוד מתגלה, הבורא פועל איתנו 'לא לפי הספר'. לפנים משורת הדין.

בלב כל יהודי טמונה נקודה זכה של אין אונים. כל אחד מאתנו הוא חסר ישע בהגדרתו הטהורה. אנו תלויים לחלוטין ברחמיו יתברך. אין לנו סיכוי רוחני וגשמי בלעדיו. לו·רק נזדהה עם נקודה פנימית זו ונחשוף אותה בפני הבורא, יכמרו רחמיו עלינו.

אך למעשה אנחנו נלחמים על הסתרת חולשתנו זו. האמירה הרווחת בעולם דוחקת בנו: אתה מסוגל. אתה יכול. יש לך את זה. נזקקות משמעותה חולשה, ואנחנו אוהבים להרגיש חזקים ומסוגלים.

אז מה עושים? מעמידים פנים. כמה מאמץ נפשי ומנטלי מושקע בטשטוש עובדות, טיוח חולשות. הכל בסדר, הכל בשליטה. 'תודה, אבל אני מסתדרת לבד'.

כולנו בסתר ליבנו מחפשים את המקום בו נוכל להתפרק. מקום בו נוכל לגלות גם את חולשתנו בלי חשש. בלי בושה. להיות מי שאנחנו באמת. בלי מסכות, בלי הסתרות.

העולם הקשוח שלנו מזלזל בחולשה. אבל יש מקום אחר בו חולשה מעוררת כבוד. יש מישהו שמעריך אותה באמת ומחכה לה - הקדוש ברוך הוא.

כאן עלינו לחדד נקודה אחת, ולהתמודד עם טעות נפוצה שהשתרשה בתודעתנו. חוסר אונים אינו התמסכנות אלא **תלות.** כלומר, הכרה בכך שאנו לכשעצמנו חלשים, אבל אנו נשענים ותלויים בכח החזק ביותר שקיים, בבורא יתברך, וזה ממש לא מרגיש כמו חולשה, אלא הישענות והסתמכות על הכוח האמיתי שלנו.

חודש אלול נועד למצוא את החוסן האמיתי שלנו, שלמרבה הפלא אינו מסתתר בתוכנו, אלא מחוצה לנו. נקודת המשען שלנו היא ה' יתברך. חוסנה של הנשמה היהודית מבוסס כל כולו על מאצילה. דווקא כשנסכים לחשוף את נקודת החולשה שלנו בפני הבורא, נגלה את כוחנו, סגולתנו ותפארתנו.

נמצא אם כן, שחודש הרחמים אכן מסוגל לפתיחת שערים - שערי שמים ושערי הלב.

(הרב דוד גבירצמן שליט"א)

עבודה שבלב

עלה בהתעסוקה מציות שונה

נעמי קב | אדריכלית/

תוהים על הראשונות

האם באמת לבן לבן זהו המטבח הנקי ביותר? האם חדר שירות שיוצא מהאמבטיה הוא האידיאלי? מי החליט שהכיור שקרוב למקרר יהיה החלבי דווקא? אם להורים שלך לא הייתה יחידת הורים - אולי לכם זה כן מתאים? ואם חלמת אי פעם בבחרותך על בר ישיבה גבוה - זה מתאים לך עכשיו עם כל הילדים?

יש לך את האפשרות והזכות לשקול אחרת!

זהו בדיוק הסיפור הידוע על הפיל, שלא חשב אפילו לעקור את החבל הרופף שנקשר אל הגדר הרעועה...

לעיתים אנו מחפשים לנו סייגים וגדרות להתחבא מאחוריהם. נוח לנו להמשיך ולהצביע בחוסר אונים על הסורגים הקלילים והעתיקים, אלו המאפשרים לנו לא לעשות, לא לחשוב, לא להתייצב מול נקודות בחירה חדשות.

מי אמר שאין לי באמת זמן 'לתפוס' מנחה אחה"צ? אולי הבוס שלך פשוט רוצה לראות קצת יוזמה ורק מחכה לבקשת תוספת במשכורת? את לא אוהבת חצילים, אבל ההצהרה הזו לא נבדקה כבר חמש שנים עגולות. אולי יפה לך גם בלי איפור בעיניים? יכול להיות שהדיאטה הזו כן תצליח? ואם תעני לשכנה ההיא פעם בחיוך ובנחת - בטוח שהיא תנצל אותך, אין אופציה אחרת?

יש הרבה מאוד תשובות מחקריות שאפשר לענות על השאלה מה יוצר את האב-טיפוס שלנו, מה גורם לנו לעדכן גרסה - ומה מונע זאת מאיתנו.

יש לנו את הזכות והחובה להניח סימן שאלה בכל מקום שהיה פעם סימן קריאה.

אולי נניח לעצמנו פעם אחת להזיז הצידה את כל החששות, הקיבעון, ההתחבטויות והדאגות, ונחליט לבצע צעד אחד קטן ממקום אובייקטיבי ונקי. לבוא ממקום חדש, סקרן, נטול משקעים ומעצורי ה'מה יגידו'. להניח לכל הקולות המשמשים בערבוביה בתוכנו, ולהשיב את נפשנו בחזרה אל מקומה הטבעי, האישי והנייטרלי.

אולי נגלה הפתעות חדשות? אולי נגלה כי השבי והחופש הם אך בעיני המתבונן, ויש לנו את הזכות והיכולת להשתחרר מכבלי האתמול? מוזמנות לנסות את זה בבית...

רבקי שפיהו | יועצת מס וחשבת שכר

היום בבוקר בדרכי לעבודה, קיבלתי טלפון נסער מחברה אהובה וקרובה, שהיא גם בעלת עסק מוצלח ויחודי.

"רבקי, אני בקצה" היא פתחה. "אני לא יכולה להמשיך לעבוד כך יותר. זה לא נורמלי, אני חייבת אויר"

סקרנותי התעוררה. הנחתי את התיק, התיישבתי ובקשתי ממנה לשתף. היא התחילה לחלוק בקול חנוק את תחושותיה:

"אני עובדת קשה, ממש קשה. גם בבוקר וגם בערב. אני מגיעה לסוף היום סחוטה, ועוד מרגישה רגשות אשמה שלא הייתי מספיק עם הילדים.

יש לי משפחה גדולה. חיתנתי כבר בת אחת, וב"ה יש באופק עוד כמה חתונות. בעלי ואני חרדים מחובות, לא יכולים לחשוב על שקל חוב. מהרגע שהתחתנו חסכנו שקל לשקל, הרווחתי יפה מאד וחיינו בצמצום מקסימלי. לא יצאנו לחופשות, הרגלנו את הילדים להסתפקות ממשית, וכל החסכונות עד השקל האחרון הספיקו לחתן את הגדולה בלי חובות כלל.

זהו. נגמרו החסכונות. עכשיו אני בחרדה קיומית, איך נחתן את השאר. מה יקרה אם נצטרך להתגלגל בחובות? תביני, אני גדלתי בצל חובות מעיקים שעלו להורי בבריאות. בשבילי חובות שווה טראומה וחיים בלתי אפשריים. לא מסוגלת לחשוב שאגיע לשם. גם ביומיום כבר איננו יכולים לחסוך כמו פעם, הילדים גדלו וההוצאות גדלות בהתאם. הצמצום שפעם התאפשר, היום כבר לא מתאפשר. הילדים לא רוצים להרגיש פחות מאובזרים מהחברים, ואני רוצה שיהיו שמחים בעבודת ה', ומרגישה שכחלק מזה עלי לתת להם את צרכיהם בעין יפה. היוקר כל הזמן רק מאמיר..."

המשכנו לשוחח. ניתחנו את המצב והגענו לכך, שכדי לחתן צריך לפני הכסף עוד המון המון דברים.

צריך לחיות, צריך בריאות, צריך שימצא השידוך המתאים, ועוד דברים החשובים הרבה יותר מכסף.

לחסוך שוב סכום גדול כמו שהצליחה בפעם הראשונה- לא יהיה ניתן בדרך הטבע. לדאוג ולהילחץ מה יהיה- רק משתק ולא נותן כח לעבוד. ואם נגזרו על אדם חובות- גם אם הוא יחסוך, זה לא בהכרח יעזור...

ואז יחד ממש הגענו למסקנה הכל כך בסיסית ופשוטה שאין, אין אין לנו על מי להישען אלא על אבינו שבשמים. הדרך היחידה לצלוח את העולם הזה במנוחת הנפש היא להשען על הקב"ה באופן מוחלט, ולחיות בידיעה ברורה שיש לו את כל היכולת שבעולם לתת לנו הכל.

באותו רגע מכונן החלטנו לפתוח את שער הביטחון ולקרוא יחד כמה שורות משיבות נפש:

"מה שהוא צריך יותר מכל הדברים לעובד האלוקים יתברך, הוא הביטחון עליו בכל דבריו - בעבור מה שיש בו מן התועליות הגדולות בענין התורה ובענין העולם. ותועלותיו... מהם מנוחת נפשו וביטחונו על אלוקיו יתברך, כמו שהעבד חייב לבטוח על אדוניו"

קראנו רק כמה שורות, ונפרדנו מאוששות.

אנחנו לא לבד, אנחנו חבוקות בידיו הרחומות והאדירות של בורא העולם כל יכול.

אלישבע פישר, בעלת אולפן הפקות ו'קומוניצרית' קלידים

יציאה מהשבי

מסכנים השבויים. יושבים בחושך וצלמוות ובמנהרות אימה. חושבת על זה המון. כמו כל עם ישראל. מתפללת שיצאו כבר מהשבי. אי אפשר לתפוס את זה.

המצב הזה יכול לתת שיקוף משמעותי עבורנו. להזכיר לנו את המקומות בהם גם אנחנו שבויים. כן, אנחנו, היושבים בבתים שלנו לבטח, ולא אזוקים וזרוקים בבור תחתיות. כן.

פעמים רבות אנו נפגשים בהווה שלנו בסורגים פנימיים כאלה. שבי פנימי, עמוק, גלות מתמשכת וארוכה שכזאת.

הרהרתי בתא שבי חשוך אחד, בו לרוב הסוהרים הם אנחנו. האוזקים הם הלב והמחשבה.

כולנו רוצים שיגידו לנו שאנחנו טובים, ומצויינים ונהדרים ונפלאים, ובאופן כללי ממש מדהימים. כמהים למילה טובה ומשובב. כולנו. השאלה היא, עד היכן. אם זה נשאר ברצון הטבעי והאנושי להכרה בסיסית בתוצר בו השקענו את ליבנו, באהבה ובמחשבה - ניחא. אבל לעיתים זה מגיע לקצה, ומתחיל דנדון פנימי כזה, נואש, משתוקק, שבודק באובסיביות אם מישהו כבר ראה, מישהו כבר קרא, מישהו כבר הגיב, מישהו כבר נתן אישור להיותי שווה...?!! כעין "קבצנות" משוועת כזו, שמוכרחה את המשוב החיצוני כדי להמשיך ולשרוד הלאה את העולם..

את הסקאלה הנ"ל מנקד כמובן מנעד שלם של רגשות ומחשבות ותובנות ומעשים, וכפועל יוצא גם נקודת העבודה האישית של כל אחת מאיתנו.

כשהכל טוב - יופי. היד הפשוטה המתחננת לאישור קבלה את השקל שלה. אך מה קורה כשמקבלים משוב פחות משמח, ואולי אפילו בעיטה?....

משהו בתוכנו צועד אחורה ועוד אחורה, ועוד, ומתגלגל במין "גרם מדרגות" פנימי, קשה וכואב. זה כ"כ לא נעים לאֶגוֹ. וכאן, בדיוק כאן, תעזור החלטה אישית, סודית, עד להיכן ניתן לעצמנו להידרדר בו.

הטבעי והראשוני הוא להתגלגל עדדד למטה, לדיוטא הנמוכה ביותר של "אני לא שווה כלום, וזהו". אבל אפשר בחשיבה מוקדמת ובתפילה עמוקה לא לגלוש עד שם. לעצור ב"וואי, זה לא נעים, אבל בסדר, קורה..", ואולי אף לטפס משם הלאה, לגובה, בניתוח המצב בראש מושכל: אם פעלתי לא נכון - מה עלי לשפר בפעם הבאה, ואם פעלתי כהוגן - אז הלאה, הלאה, לטפס משם. לא להישאר לבכות בתחתית הגרם ההוא. שם בדיוק הוא הכלא הפנימי הקודר, בו לעיתים אף קרן אור חיובית לא חודרת פנימה.

שם בדיוק עלינו לשנן לעצמנו מה שכן מאיר בנו. "את נפלאה, פעלת מצוין, השתדלת לפי כוחותיך, זה בסדר, את בסדר...!" למלא את הנפש במשוב פנימי, אמיתי, מנחם ומרגיע, (כנאמר בהלצה הידועה אך אמיתית לחלוטין: אם אין אני לי, מי יחמיא לי) שיעצור את הידרדרות המחשבות במורד הגרם מטה מטה.

לזכור כי מפתחות תאי-שבי מסוג זה - נתן ד' בידינו, ותהליך הגאולה הפרטית שלנו עובר דרכם. אי לכך מצווה גדולה עלינו להתפלל על זה, לחפש את אותם מפתחות בתוכנו, לעשות בהם שימוש ולפתח את המוסָרות.

והלוואי שנזכה בקרוב גם לגאולה הכללית הגדולה, המשחררת מעומק השבות אל אושר הפדות. "בשוב ד' שבות עמו, יגל יעקב ישמח ישראל".

שרי רוזנברג | מתכנתת

תקיעה.

לא, לא תקיעת שופר. תקיעה שהיא מין מצב קשיח כזה ללא תנאי עצירה.

המוח הופך לצמר גפן או לג'לי, כל דרישה הכי פשוטה מסתבכת.

כותבת קוד נוראי ומקבלת עליו הערות מוצדקות, וזה רק מעצבן יותר.

מגיעה לעבודה מאוחר כי עד שהילדים יצאו בבוקר.

חייבת לצאת מוקדם ושוב חסר לי מספר מכובד של שעות בסוף החודש.

מרגישה כמו המתכנת ההוא שמת באמבטיה.

גם אצלי, בדומה לכיתוב על בקבוק השמפו שלו, תמיד בסיומה של רשימת המטלות מופיעה השורה "חזרי שוב על הפעולה".

ואני חוזרת, אלא מה? יש לי ברירה?

וברקע כל הזמן מציקה ההרגשה הזאת של - ככה כל החיים "יתבזבז" על עבודה?

אבל כעת, בפרספקטיבה של שנה, אני יכולה לראות שפחות משנה מה הרגשתי ברגעי קצה. בסך הכללי המעשים השגרתיים שלי הצטרפו לפסיפס ענק ובעל משמעות,

וזה מה שנותן לי את הכוח להתחיל מחדש. שנה של התחדשות...

מנוחת נפש

הבוקר הזה הוא בוקר מוזר. מוזר כי הגעתי למשרד והמסדרונות ריקים מתמיד ושקטים מתמיד. מוזר כי עינת ביטלה את כל הפגישות שקבועות ליום הזה מראש, כי יעל ונעמי מהצוות שאמורות להגיע היום לא הגיעו, וכי למעשה, חדר החרדיות העמוס שלנו מכיל רק אותי ועוד חברה מצוות אחר.

שעה ושעתיים מהבוקר חולפות והתחושה שלי מתחדדת. משהו קורה. אין לי שום דרך להסביר מה ולמה. אלישבע, חברתי היחידה כרגע לחדר, מאשרת את התחושות. יש משהו מוזר באוויר, כן.

בדרך למלא את הבקבוק שלי במטבח, אני עוברת ליד חדרה השקוף של עינת, ראש הצוות שלי. היא מרימה את הראש מהמחשב ומסמנת לי שלום קצר, בלי חיוך. היא חיוורת כמו סיד ונראית כאילו קרה משהו. התקשורת ביננו לא פתוחה דיה בשביל לשאול אותה שאלות כאלה, אבל אם היו לי תחושות מוזרות לגבי הבוקר הזה, הרי שהן מתעצמות עכשיו.

"תמר?" קוראת לי אלישבע מהעמדה שלה, שעה שאני מנסה לפצח את מקורו של הבאג שהופקדתי עליו השבוע. אני מסתובבת אליה. "ראית את המייל?" היא שואלת.

"איזה מייל?" אני שואלת חזרה כמו יהודייה טובה.

"תסתכלי שניה"

מייל מנכ"ל. כותרתו לא מדווחת שום דבר על תוכנו, 'עדכון'.

המייל, מנוסח בעברית לשם שינוי, הופך את סימני השאלה לסימני קריאה אדומים. קיצוצים. במילים אחרות, הבוקר הזה פוטרו כעשרה אחוזים מעובדי החברה בארץ, וזהו גל הפיטורים הראשון מתוך שלושה שיתרחשו בשני הרבעונים הקרובים.

החיוורון שתקף את עינת הבוקר מתפשט כעת גם על לחיי, וגם אלישבע נראית מפוחדת קצת. "מה זה אומר?"

"אני לא יודעת".

"נראה לך שפיטרו כבר ואז שלחו את המייל, או ששלחו ואז יפטרו?" היא מנסה לעשות סדר בדברים, להבין איפה אנחנו בסיפור.

"אני לא יודעת"

חברי הצוות יושבים בחלל הפתוח הסמוך, ואני לא יודעת אם נכון לצאת לשאול אותם או לא. מסתפקת בינתיים באלישבע שבחדר ובאפס המידע שיש לנו.

אני יוצאת שוב מהחדר, אולי בגלל הקוצים שצמחו לי בכיסא, ופוגשת את יהודית. זו אחת החרדיות הוותיקות כאן, שהדריכה אותי במקום הזה בימים הראשונים, והיא נראית עכשיו לא שמחה במיוחד. אני לא שואלת, היא מספרת מעצמה.

"סוגרים את המחלקה שלנו. פיטרו את כולם, גם אותי" היא מחייכת חצי חיוך עגום. "ה' יעזור". אני לא זוכרת מה לימדו בבית הספר של הטקט בשיעור על חברות מפוטרות, אבל ה' עוזר ואני מוצאת כמה מילים חמות לומר לה, והולכת משם.

בחדר אני מעדכנת את אלישבע שגם במחננו יש מפוטרות. אנחנו ממשיכות לעבוד בשקט, עד כמה שאפשר להתרכז ביום הבלתי צפוי הזה, ואין לנו מושג איך נסיים אותו.

בשתיים בצהריים עינת נכנסת לחדר, מתיישבת מולנו ונאנחת. "סיימנו" היא אומרת. "להיום".

כשהיא רואה שאנחנו לא רגועות מספיק, היא מאשרת את העובדה שאותנו לא פיטרו ומספרת את מי כן. "נאלצנו להיפרד מיעל, גיא ואלכס, שהם עובדים מעולים. הסיבה שבחרו לפטר אותם היא כי המשכורות שלהם גבוהות ביחס לשאר. גם סרגיי ודני שעובדים במשרות סטודנט פוטרו, כמו כל הסטודנטים". היא משדרת עייפות ותשישות, ובצדק.

יעל היא משלנו, וזה לא נעים בכלל. מחרתיים זה יום של משרד, היא בטח תגיע, נצטרך למצוא מילים נכונות לומר.

רק אחר הצהריים כשאני חוזרת אל הבית החמים שלנו, אני מבינה את משמעות העובדה שזהו הגל הראשון מתוך שלושה.

"נגמרו החיים היפים" אני אומרת לבעלי, ונלחצת תוך כדי. "אני צריכה עכשיו שני רבעונים, כלומר חצי שנה, להוכיח את עצמי עד הסוף. לעבוד כמו סוס, כמו ארבעה כוח סוס, ולעשות שעות נוספות, והרבה" אני מתנשפת. "אין לי ברירה! אני לא רוצה שיפטרו אותי, ייקח לי זמן למצוא עבודה, אין לי המון ניסיון. ובכלל - השוק קשה עכשיו, והשכירות והמשכנתא שנצטרך לקחת יום אחד, מה יהיה?" דמעות קטנות מתחילות לצוץ בקצוות העיניים שלי. הוא מסתכל בי במבט שואל.

"מה היה עד עכשיו?" הוא מעלה תהיה בקול.

"כלום. עבדתי רגיל, במקום בטוח ומצליח, היה שקט והייתי רגועה... ועכשיו..."

"עכשיו מה?" הוא שואל שוב.

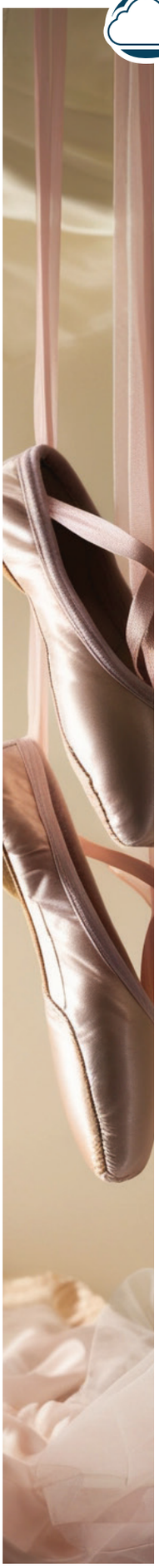
"עכשיו יכולים לפטר אותי" אני נאנחת. "ואנחנו צריכים את המשכורת בסוף כל חודש".

"לפני היום בבוקר, לא יכלו?" הוא רגוע מאד. מאד מאד. עד שאני חושדת שהוא מעודכן בתוכניותיו של המנכ"ל לרבעונים הקרובים. "ובכלל, לא הם מפרנסים אותנו. חשוב שתהיי עובדת טובה, כמו שהיית עד עכשיו, ואת יכולה אפילו להשתדל לתת עוד קצת יותר. אבל מכאן ועד ללחץ שרק יסבך אותך יותר, והשעות הנוספות שאיש לא דרש ממך- הדרך ארוכה".

אני שותקת. גם כי אני מותשת, וגם כי הוא צודק. "הכל בסדר" הוא מחייך, "שום דבר לא השתנה, את רק עושה השתדלות".

איכשהו האמת הפשוטה הזו מצליחה להעמיד אותי במקום. יהיה בסדר. בסדר שאשאר לעבוד שם, בסדר גם אם יפטרו אותי. בסדר, כי אני עושה מה שמוטל עליי, וכל השאר כבר לא תלוי בי.

עכשיו זה חזק וברור. אולי יגיעו ימים קשים יותר, ועבודת הלב שאצטרך לעשות. אבל היא שווה הכל. כי כמה רוגע יש בידיעה הזו, וכמה שקט יש בהרגשה המתלווה אליה, מנוחת נפש הבוטח.



לשוב מרצון

הרצאה רצינית ראשונה. כנס מנהלות במלון ניר עציון. אני חמושה בדפים, פוחדת לסמוך על עצמי ופשוט לדבר. מספרת על סגירה פתאומית של בית הספר למחול בהוראת רב, בדיוק שנה קודם לכן. מבולבלת עדיין, רחוקה מלקבל פרספקטיבה אמיתית על התהליך כולו.

המנהלות- כמו מנהלות- מציפות אותי בשאלות. אני משתדלת לענות, עדיין קצת פוחדת ממנהלות..

אחת מהן שואלת בפשטות-

איך היה לך הכח לסגור בבת אחת מפעל חיים?

כמובן שהשאלה הזו הולכת ללוות אותי בעשור של הרצאות צפופות, רק שאני עוד לא יודעת את זה.

אני מחזיקה חזק בדפים, מרגישה קצת כמו במבחן בעל פה בסמינר שלא למדתי אליו.

בסוף אני מגמגמת במבוכה-

"השם עוזר. פשוט ככה, השם עוזר."

נראה לי שזה הכי בטוח. בטח בשביל מנהלות, זאת הרי השפה שלהן, לא? והרי כל נשימה ונשימה היא מאת השם, ואין אדם נוקף אצבע אלא אם מכריזים מלמעלה. אין שום הסבר לסיפור שלי אם לא שהוא מחזיק אותי ולוקח אותי קדימה.

מנהלת צעירה ניגשה אלי בתום האירוע, וביקשה להאיר לי נקודה.

"כשאדם אומר על מעשה שעשה- השם עזר. ודאי שזו אמת, אי אפשר לזוז בלי סיעתא דשמיא. אבל זה רחוק מלהיות כל הסיפור. אם היה די בכך, לא היו יכולים לבוא אלינו בטענות על מה שלא עשינו. מה זאת אומרת? השם בחר באחרים שיקחו על עצמם מעשים טובים, השם נגע בכל מי שעמד פה מלבדי, מה אתם רוצים ממני?

השם עוזר, אבל צריך **לרצות**. בתוך כל הסיפור הזה שלך, היתה נקודת בחירה, היתה נקודת רצון לכוון את התמרור שלך שיצביע לכיוון הזה ולא לכיוון אחר. אחר כך היתה סייעתא דשמיא שלקחה את הרצון קדימה, שדחפה ועוד תדחוף לשינוי מהותי, לחיים עמוקים וקרובים יותר, אבל נקודת הרצון היא החומר הפעיל בתוך הסיפור. בתוך כל הסיפורים כולם."

המילים שלה סייעו לי לדייק את השיחה שלי במהלך השנים הבאות, ולהבין כי פסיקת הרב איננה בתחום האחריות שלי אבל ההחלטה לשאול ולא להתעלם מהאיתותים הפנימיים, היא המקום ממנו אני יכולה לשדר לאיתותים של המאזינות שלי ולקוות לעשות יותר מאשר להתפרנס מסיפור טוב ולקבל הרבה כבוד.

שנים עברו. שנים בהם זיכה אותי הקב"ה להתקרב מחדש לתחום המחול בדרך שאני מקווה- רצויה לפניו.

אני מאמנת בתוככי סמינרים, עם מטריית שמירה הדוקה שהזמנתי לעצמי, מתוך הבנה שלא תמיד אני קולטת רגישויות ומודעת לרזולוציות המקובלות בכל מקום. אני משתדלת ללמוד, להבין ולהתאים, ולהביא תוצר שיש בו יופי ומשמעות מתוך הקשבה והתבוננות בשאלה- מי הן הרוקדות שלי וכמה חשוב לשמור עליהן בתוך העולם שלהן. ועלי, בתוך העולם ההולך ומשתנה שלי.

להפתעתי, אני אוהבת את העבודה שלי, מתרגשת ממנה, והאור שזורח מתוכי כשאני עוסקת בתחום היקר כל כך לליבי נוגע בכל מי שסביבי. הילדים יודעים לזהות היכן ובמה עבדתי היום לפי הברק בעיניים.

כשאני מספרת בהרצאות על סיפוק אמנותי ומגדירה אותו כעמוק ואף מאתגר הרבה יותר מזה שידעתי בעבר, אני נשאלת שוב ושוב-

איך זה יכול להיות??

את הרי מקצצת לעצמך את הכנפיים! את מוגבלת במקומות שלא דמיינת פעם מוגבלות, אם זה בתנועה, בתלבושת, במוסיקה, בתוכן... איך בדיוק את מסופקת אמנותית?

בתוך השאלה, מסתתר הסאב-טקסט העמוק יותר:

הביאו אותך בשביל למכור לנו ששווה להקריב קרבנות... כל הצדיקות שמגיעות לפה, משכנעות את עצמן שטוב להן גם בלי השוקולד שהיו רגילות לאכול. שחרובים זה טעים כמו שוקולד. נו, באמת.

ואני- בדיוק כמו שעשיתי לפני כמעט עשור עם המנהלות, מחפשת תשובה ואומרת בסוף-

"תראינה, השם עוזר.. הוא מביא לי סיפוק, לא יודעת בדיוק איך. אבל דענה תלמידות יקרות, מי שעושה רצון השם לא מפסיד.."

אני מוסיפה שאין צור כאלוקינו, אין צייר כאלוקינו, הכי טוב להצטרף לצוות האמנותי שלו, זוהי פסגת האמנות.

ואף שהכל אמת והכל נכון, איפה המנהלת הצעירה שתצביע על תשובה, שתזמין אותה לצוף מתוכי ולקבל ניסוח שיכול להאיר את התהליך לעצמי ולאחרות?

לאחרונה, למדנו בבית קטעים מקונטרס הבחירה של הרב דסלר. הוא כותב מילים שלא הייתה לי דרך להבין עד לעצם הרגע הזה. הוא כותב שהרצון של אדם אינו אינסטינקט חייתי סתמי כמו לרצות שוקולד- לא לרצות שוקולד. לרצות לרקוד- לא לרצות לרקוד. רצון הוא לא חומר מופשט לא נודע שמתחבא בפנים, וגורם לכולנו לנוע כמטורפים אחרי הגחמות שלו.

אנו **בוחרים** את הרצון שלנו. אנו מחליטים לרצות בדבר זה או אחר, ולאחר שבחרנו, אנו מקבלים סיפוק בעת מילוי הרצון. כלומר, אני לא חיה משולחת רסן אחרי הרצון, וגם לא בעל מוסר השולט בהשתלחות הזו ומונע ממנה להגזים. היה רגע בו בחרתי לרצות את מה שרציתי, ולכן- אני יכולה להיכנס לחדר הפיקוד שלי, ולהתערב ברצונות שלי מכאן ואילך.

בידי לבחור מבין שלל אפשרויות רצון טוב ומקרב, רצון בונה ומגדל. ואז לרתום את הכוחות לפעולה, ולהשיג סיפוק אמיתי בעת מילוי הרצון.

מנהלת צעירה, אם את שומעת אותי, לימדת אותי לחפש בחדר הפיקוד את התשובה, והנה היא-

אני שמחה ביצירה שלי כיום, כי הרצון השתנה. היה בי גרעין שביקש הגדרה מחדש לאהבתי למחול, הגדרה טובה, קרובה ומדויקת יותר, הגדרה ששומרת את השמחה והיופי אבל לוקחת בחשבון קרבת השם, צניעות ושליחות חינוכית. וכל זה בקיצור- שווה לרצון חדש. לכן אני שמחה. ולכן אני מסופקת.

זכינו לקבל במתנה ימי רצון. ימים טעונים בכח של בחירת רצון, ימים בהם השם רוצה ומתאווה אלינו. הוא נותן לנו כח מיוחד לבחור ברצון טוב שיראה לו שהנה, כיוונו מחדש את התמרור, כל רצוננו- הוא לעשות רצונך ולשוב אליך.

מי יתן והוא ברחמיו ישיב אותנו אליו ולא נדע עוד גלות ומרחק.

מודה ועוזבת

מה שלומך, שם בעבודה? אפשר לבוא לבקר אותך, לראות איך את מרגישה? חמש נשים נעלמו כשהגענו לבקר אותן. בסוף, בשעה טובה, אחרי דרך ארוכה והרבה התלבטויות, הן עזבו. חיפשנו אותן, הלכנו בעקבותן. ביררנו מה יכול להיות רע בעבודה עד כדי עזיבה, שאלנו מתי כדאי לעזוב, ואיך מקבלים כוח להחליט את ההחלטה הלא קלה. לפעמים כדי לחזור אל המקום האמיתי שלנו, צריך לעזוב.

אסתי כץ

מחפשת נשים שטוב להן בעבודה?

בואי אתנו. כל אלו שסבלו כבר עזבו. אולי יש לך מה ללמוד מהן. אולי את צריכה ללכת אחריהן אל הבלתי נודע, אולי גם לך אין ברירה אלא לברוח. בואי נסתובב על הכיסאות הריקים שלהן, ונברר מה בדיוק היה.

הלכנו לחפש את כבי פישמן בעבודה. אמרו לנו: "היא עזבה". המשכנו בכיוון החץ, אבל היא לא הייתה גם שם. רק המנוע שלה פיזר אחריה המון פיח...

"התחלתי לעבוד לפני כחמש עשרה שנה במוקד של זימון תורים לקופת חולים", **בסוף מצאנו את כבי. היא הייתה מונחת על קתדרה, תקועה שם יציב. חיכינו לה בסבלנות, ארבנו לה בדרכה לחדר מורות ותפסנו אותה 'על חם', עם לורדים מחיקים בתיק והסיפור כולו.**

"הקבוצה במוקד הזימון הייתה איכותית מאד ומסתבר שההון האנושי, היה מדד עיקרי להישרדותי בעבודה ההיא. אך במשך כל התקופה היה לי קשה מאד. הרגשתי לא ממוצה, לא תורמת, אבל החברה הנחמדה החזיקה אותי שם במשך שש שנים ארוכות שעברו כמו רוח.

זוכרת שהסברתי לעצמי שלא נורא שאני לא ממצה את הכישרונות, אם אני מביאה לידי ביטוי תכונות נפש. למשל- פטפטת... או עזרה לזולת.

ובכל זאת הגיע הרגע שבו הבנתי שאני לא יכולה לשאת יותר את השעמום הפנימי ומצאתי את עצמי מזיזה את הגבינה אל עבר חברת ביטוח גדולה.

בחודשים הראשונים בחברת הביטוח נהניתי מאד. במשך חודש למדתי חומר חדש ומורכב ורעננתי קצת את הראש שהעלה חלודה. בהמשך נכנסתי לעניינים, אבל אז החליטה ההנהלה לקדם אותי לעבודה במוקד מורכב מאד. ושם, היה המצב היה לא פשוט.

ההנהלה הקדימה את טובת הלקוחות לטובת העובדים, היו מסרים סותרים ודרישות מופרזות, וחוסר התחשבות בבקשות אלמנטריות. מצאתי את עצמי עובדת צווארון לבן בטייטל הרשמי, אבל עובדת שחורה ברובד המעשי.

הלכתי ונחנקתי. למזלי יצאתי ברוך ה' לחופשת לידה, וכל ההבטחות למיניהן לא גרמו לי לחזור למקום ההוא. עברתי למוקד גבייה של חברת השקעות.

בתחילה שוב הייתי מרוצה. אני אוהבת הרי ללמוד חומר חדש. אבל מהר מאד גיליתי שקשה לי. כמה שעות יכולה אישה כמוני לעבוד מול עצמה? מהר מאד עברתי שוב לסוכנות ביטוח.

כעבור שלושה חודשים נמלטתי בעור שיני. העבודה בחברת הביטוח ההיא הייתה הנוראה מכולן. ישבתי לבד במשרד מבולגן, מצאתי את עצמי מטפלת ללא הרף בבלגנים שאנשים אחרים ייצרו ולא מייצרת שום דבר חדש.

וזהו. בשלב הזה הרגשתי גרוע.

מה קורה לי? למה אני מחליפה עבודות כמו גרביים? למה רע לי וקשה לי וחונק לי שוב ושוב?

היה לי ברור שמשהו לא תקין, החלטתי שחברה טובה היא לא פינוק בשבילי אלא צורך ומצאתי את עצמי במשרד חברה למימוש זכויות.

על פניו- זה היה אמור להיות מושלם: מקדמת הליכים. פותחת תיקים, מבצעת ראיונות, כותבת תביעות, שולחת, מקבלת אישור, מנהלת קשרים עם אנשים כל הזמן.

העבודה ההיא הייתה כלוב מזהב. הכל נצץ בה, ולא חסר בה כלום. המשרד המפואר והענק היה במרחק קפיצה מהבית, החברה הכילה עשרות בנות חרדיות חמודות והיה גם הווי חברתי מפנק ומשכורת טובה.

אבל דווקא בתוך הכלוב היפה הרגשתי גרוע. דווקא משום שהיה לי טוב, דווקא משום שלא נותר עוד תנאי חיצוני אחד להיטפל אליו ולהאשים אותו- הבנתי שזה לא. זאת לא אני.

המנוע הפנימי האמיתי שלי הולך ומתנוון, מנסה לצעוק ונחנק, מבקש להתניע ולא מצליח.

אז טרם הכרתי את שפת המנועים. לא הייתה לי שום סיבה לעזוב, אך גם לא היו בי הכוחות להישאר, ולא היה לי שמץ של מושג איך להמשיך מכאן הלאה. בהשגחה פרטית מיוחדת הכרתי יועצת תעסוקתית מקסימה בשם מירי דייויס. היא הציגה את עצמה כאחת שפורצת חסמים לגבי תעסוקה.

פתאום חשבתי: אולי יש לי חסמים שאיני מודעת אליהם? החלטתי ללכת אליה לייעוץ.

היא הייתה שליחה טובה. עוד לפני הסקת המסקנות הבנתי שהדבר היחיד שיגרום לי לסיפוק הוא השפעה על אנשים. זה המנוע שלי. ועבודה משרדית, היא לרוב אנטיתזה של הרצון להשפיע. בניסים גלויים פגשתי בדיוק באותם ימים חברה שעובדת בבית ספר, וזו סיפרה לי לתומה שחסרות להם עובדות.

השינוי לא היה קל, אבל הבהירות עמדה לצידי. ידעתי שאני חייבת לפעול מתוך המנוע הפנימי שלי, אחרת הגלגל לעולם לא יחדל להסתובב.

ונכון, ההוראה היא עבודה לא קלה. אני עדיין מתמודדת עם קשיי משמעת, אבל יודעת שאני צועדת על השביל שלי".

דבורה קיסטר, בדיבורים אחרי העוזבת:

"השלב הראשון בחיי העבודה נמשך לרוב בעשור הראשון לחיים המקצועיים. בשלב הזה, השלב הבסיסי, אנחנו יוצאות לעבוד בגלל סיבה ראשונה ומשמעותית: להרוויח כסף ולפרנס את המשפחה.

השלב השני מתרחש עם התקדמות הגיל והיכולות האישיות, וזהו שלב ההגשמה: אנחנו מגלות שכסף אינו יכול להיות המנוע היחיד שלנו, ושאנחנו צמאות להגשים את היכולות שלנו ולדייק את העבודה ביחס למתנות שמיים שקבלנו. זאת לא תחושה בעייתית, היא לא מפריעה להגשמה יהודית בחיי הבית והמשפחה. היא טבעית ואנושית לגמרי. וכך מוצאות את עצמן נשים בגילאי השלושים הופכות להיות מורות, לומדות קורסים וסדנאות או מחפשות להתאים את העשיה והכישורים ולדייק את העבודה.

השלב השלישי הוא שלב ההשפעה. לשלב זה מגיעות נשים שעברו את שלב ההגשמה, אחרי שכבר דייקו את העשיה ביחס לכשרונות שלהן. כאן מגיע השלב של הרצון להשפיע ללקוח ישיר ולא דרך מעסיק או ארגון. להעניק את היכולות לקהלים גדולים יותר, לטפל, לייעץ, להנחות, לכתוב ולהפיץ ידע. יש בנו שאיפה גדולה ללמד, ולהעביר את הידע והניסיון שלנו הלאה. שלב זה דורש פיתוח יכולות גבוהות של ביטחון בערך עצמי, שיווק והצגה עצמית בריאה, פיתוח חשיבה עסקית ועוד.

זהו המסלול הקלאסי. חשוב לדעת שאי אפשר לדלג על שלבים. קפיצה לשלב מתקדם בלי לעבור לשלב שלפניו יוצרת חווית חוסר הצלחה ותסכול, לכן חשוב לשים לב באיזה שלב אנחנו נמצאות ולפתח יכולות אישיות כדי להגיע לשלב הבא.

כעשר אחוז מהאוכלוסיה הן נשים שלא מסוגלות כלל לעבוד רק בשביל כסף. ולכן יהיה להן קשה לשרוד בשלב הבסיסי- ולצאת לעבוד בשביל להכניס כסף, בלי לחשוב על מימוש יכולות. לרב הן תהיינה נשים אומניות - עם צורך בעצמאות ומרחב יצירה, שלהן יהיה קשה להשאר במקום עבודה מסודר. לרוב הן תדלגנה לשלב הבא, ותרצינה להגיע ולברר שהעבודה מגשימה את היכולות הפנימיים שלהן. אחרת, הן סובלות.

לכן, כשמישהי מזהה שהיא עוברת מדי הרבה מקומות עבודה, לא מסתגלת ולא נהנית, היא צריכה לערוך בירור מעמיק יותר"

הלכנו לחפש את רוחמה ויצמן במשרד.
מצאנו אותה בבית.
רוחמי מרימה עיניים למעלה, מודה ועוזבת.
ותרוחם.

"האמת שלכתחילה לא תכננתי לעבוד במקום עבודה עם תנאים רוחניים שכאלו", מודה רוחמה, מניחה יד על הלב ברוח אלולית מאד. "במקום העבודה הקודם שלי בראיית חשבון הייתה לי סביבה נשית חרדית מקסימה, ולהיכנס לעבודה בחברה חילונית עם בנות חרדיות בודדות בסביבה- היה לי מוזר ושונה. ההחלטה שקיבלנו, בעלי ואני הייתה שאני נכנסת לתקופת ניסיון. נבדוק ונראה, ואם לא יתאים לי- אני יכולה בכל רגע לעזוב.

זאת באמת הייתה החלטה יפה ומרגשת, אבל למי יש זמן בשטף היום יום לעצור ולבדוק אם מתאים לה או לא? נכנסתי לרוטינה. יום רדף יום, חג רדף חג, 'תכבד העבודה ואל ישעו'.

כשאת בקושי נושמת, כי את ברוך ה' אישה עובדת ואמא לשבעה ילדים, אין זמן לעשות חושבים ובטח לא לעשות מעשים. את פשוט קמה בבוקר- הולכת לעבודה, חוזרת, מכבסת, מגהצת, מבשלת, משכיבה, נופלת בעצמך למיטה, ו- קמה לעוד יום עבודה.

כך התארכו שלושת חודשי הניסיון לשנתיים. וכך הלכו הנתונים והשתנו בלי שאשים לב.

בקבלה לעבודה הבטיחו לי שאעבוד לבד בחדר, ורק פעם בשבוע או שבועיים תצטרף אלי שותפה- חילוניה מבוגרת. אבל אותה שותפה התגרשה באותה תקופה, הפכה משועממת והחלה להופיע במשרד כמעט מדי יום. היא לא הייתה מעוניינת כמוני בחדר שקט וסטרילי, וכל מי שדיבר איתה- הגיע אלינו לחדר..

היא גם הדליקה ברקע את המוזיקה שלה. כשהסברתי שהיא מפריעה לי לריכוז, הציעה באדיבות: 'שימי אוזניות'. בתחילה הבינו כולם שיש לשמור ממני מרחק וסיננו לידי משפטים. אבל אנשים חדשים הגיעו, הנוכחות שלי בנוף הייתה טבעית, ומשפטים שגרמו לי בחילה קשה הסתובבו סביב אוזני כמו זבובים טורדניים.

נקודת משבר משמעותית בשבילי הייתה למחרת יום כיפור. בין יום ראש השנה ליום כיפור לא הגעתי למשרד, ואחרי היום הקדוש נחתי אליו בבת אחת. הרגשתי גרוע.

גם אם ניסיתי להכחיש או להתעלם מכך שלא כל העובדים סביבי צמו אתמול, פשוטה בי תחושה קשה של גועל. הרגשתי כמו מי שהנחיתו אותה ממרחץ של טהרה, בורית וסבון פנימי רענן, היישר אל בור של ביוב. שאלתי את עצמי: למה? למה בעצם אני צריכה להיות כאן?

נכון, אני מאד חזקה, אני מאד מסוייגת, כולם שומרים ממני מרחק כי אני משדרת דיסטנס, אבל למה עלי לשבת שמונה שעות מדי יום בתוך כל זה?

ושוב רדפו הימים, בא סוכות, החורף שטף את הכל, והילדים ושאר המטלות והעיסוקים.

במוצאי שבת אחד נסעתי לבקר את הורי שגרים בעיר אחרת, והסברתי להם מה הם צריכים לבדוק ולברר לפני שהם שולחים את אחותי הצעירה לעבודה, וכמה סכנות יש. הרגשתי שהם לא מבינים על מה אני מדברת, וכך התחלתי לפרט להם משפט ועוד משפט, סיפור ועוד סיפור.

כשחזרתי משם הביתה שחזרתי לבעלי את השיחה עד אמצע הלילה. וכך קרה לי מה שקורה לכל מי שמתמלל את המחשבות שלו. פתאום הבנתי כמה רע לי.

השיחה בינינו התארכה והתארכה על עומק הלילה, וכשעמוד השחר כבר עלה היה לי ברור: אני עוזבת את העבודה. זה היה ערב חג, לאחר מכן היה לי יום עבודה בבית, וידעתי שביום רביעי בעזרת ה' אחרי הפגישה המקצועית עם הבוס, אני מודיעה לו שסיימתי.

תכננתי לומר שאיני יכולה עוד להגיע למשרד, לבקש אופציה של עבודה מהבית, ולמצער- להתפטר.

התכוננתי בהבנה שאופציה של עבודה מהבית לא תתאפשר ואמצא את עצמי דרך הביתה. בקבלת ההחלטה הקשה בהחלט תכננתי לקבל כוח מהסביבה, אבל זו לא התנדבה להעניק אותו. במקום תגובות מעודדות, הסתכלו עלי כעל מוזרה. 'אדרבה' אמרו לי, 'כל עוד שאכפת לך את יכולה להישאר. זה הסימן שלא התחספסת'. ואני לא ממש הבנתי למה עלי לחכות. לרגע שבו כל הזוהמה הזאת כבר לא תציק לי? ליום שבו המצב לא יכאב לי יותר?

ביני לביני הייתי שלמה. המטרה לשמה יצאתי לעבודה היא להביא כסף הביתה, כדי שבעלי יוכל לשבת וללמוד תורה ברוגע, וכדי שאוכל להאכיל ילדים טהורים. האם יש טעם להביא לבית הקדוש שלנו כסף מפח הזבל? כמה אפשר להמשיך ולסבול בתוך המזבלה?

טובה יותר.
טובה לנפש.
טובה לנשמה.

יום רביעי הגיע. יצאתי לעבודה בלב הולם וברגשות קרועים, אבל הדברים לא התנהלו בדיוק כפי שתכננתי. המנהל לא הגיע לעבודה, הפגישה המקצועית לא התקיימה ובטח לא השיחה שאחריה. יצאתי ממקום העבודה בשעה הקבועה, ו- תחושה לא טובה אפפה אותי.

הבנתי שאני מוכרחה לגשת לבית החולים ולבדוק מה קורה. והרופאים אמרו שקרה לי נס גדול. אני לא יכולה לפרט, אבל התרחש לי נס רפואי. קיבלתי טיפול בזמן ויצאתי ללא פגע.

למחרת לא הגעתי לעבודה כמובן. בילתי באשפוז קצר כדי לוודא שהכל אכן בסדר. קיבלתי אישור מרופא שאיני צריכה לעבוד כלל במשך חודש, ובחודשיים הבאים עלי לעבוד אך ורק מהבית.

בשבילי היה זה סימן ברור משמים.

אבל הסביבה עוד לא הבינה... אמרו לי: 'תחזרי רק לתקופה. תחפשי במקביל עבודה'.

הרגשתי שאף אחד לא באמת מבין על מה אני מדברת. פנינו לרב כדי לברר מה מותר ומה אסור לומר כדי לקבל פיצויים, ועל הדרך עלתה שאלת העזיבה. הקושי היה שהרב סבר שאני כן יכולה לנסות להמשיך במקום העבודה... הוא אמר לבעלי: 'היא תמשיך רק לשלושה חודשים, ואתה תעמוד על כך שאלו יהיו רק שלושה חודשים'.

אני הייתי זאת שהתעקשתי. ידעתי שיש דברים שהם רק ביני ובין ה' יתברך.

בשלב הזה התייעצנו עם אחד מגדולי הדור, שאנחנו הולכים לאורו.

כתבנו לו מכתב ותיארנו את המצב הספציפי, את הנתונים האישיים שלנו ואת הרצון לעזוב. העלינו את החשש של הסביבה ואת הטענה של אנשים אחראיים מסביב, שאומרים שלעזוב עבודה ולהשאיר משפחה בלי משענת- זאת הפקרות.

התשובה שקיבלנו חיממה את הלב: 'מרוחניות לא מפסידים'.

וזהו. עזבתי.

אני עדיין מחפשת עבודה טובה יותר. טובה לנפש. טובה לנשמה.

רק אתמול הלכתי לראיון עבודה בשכונה מרוחקת מאד. כשיצאתי ממנה צעדתי בטעות לכיוון ההפוך מתחנת האוטובוס, וכשחזרתי על עקבותיי גיליתי שהוא יוצא בתדירות נמוכה מאד... מצאתי את עצמי בוכה בתחנה, הרמתי עיניים לשמים ואמרתי: 'ה', רק אתה יודע שמה שעשיתי- עשיתי לכבודך ולרצונך. אף אחד לא מבין אותי. רק אתה כן'. ודווקא במקום הזה, כשכולם כולם עומדים מן הצד- אני מרגישה קרובה יותר אליו יתברך, קשורה ומחוברת. וטוב לי".

דבורה קיסטר בדיבורים אחרי העוזבת:

"אני סבורה שאישה לא יכולה להחזיק מעמד לאורך זמן במקום

עבודה בו קשה לה מבחינה רוחנית, כי האדם מטבעו הוא יצור מושפע. כדי לא להיות מושפעים, צריך להשקיע אנרגיות אדירות: לעצום עיניים, לאטום אזניים, להסיט מחשבות. ואנחנו רוצות מרחב בטוח בעבודה, אנחנו לא רוצות להשקיע כל כך הרבה כוח ומאמץ פנימי בדבר שאינו העבודה עצמה.

עובדת בהחלט יכולה להקשיב לעצמה ולתת תיקוף להרגשה שלה. עם רע לך, כנראה באמת כך. כנראה עייפת מלשמש מאבטח עם נשק דרוך של עצמך, ואת צודקת שאינך מסוגלת יותר. גם בקבוצת נשים חרדיות אנחנו נדרשות להשקיע אנרגיה בשמירה על גבולות אישיים, ובכלל בחיים אנחנו משקיעות מאמץ כדי לשמור על עצמנו. אבל כל עוד מדובר במאמץ סביר, הוא לא שואב אותנו לגמרי.

אחרי ההקשבה הפנימית העמוקה תבוא שאלת רב. את השאלה חשוב לדייק ולהציג מכל צדדיה כולל התחושה והמורכבות הרגשית. עובדת שמאיישת במשך עשר או חמש עשרה שנה אותה משרה ואותו כיסא מסתובב, צריכה למצוא את עצמה לפתע בראיונות, מתבקשת לשווק את עצמה, ולהפגין יכולות חדשות שלא באו לידי שימוש קודם. היא מוכרחה להשתנות ולפתח את עצמה, וזה חשוב- אבל לא קל.

נשים רבות אומרות בשלב זה: 'יש לי תנאים טובים. העבודה קרובה לבית, הבוסית נותנת לי ימי מחלה, החברה שיושבת איתי בחדר קשורה אלי מאד', וכדומה.

אלו מחשבות שמונעות מאיתנו לעשות שינוי, כדי שנשאר באזור הנוחות ונמנע מלקיחת סיכונים.

אם רע לך בעבודה, אזי קרבה של המשרד הביתה וכרטיסי צ'ופר שאת מקבלת אולי מרפדים את החיים, אך אינם מהווים תחליף לעבודה הנותנת סיפוק. תנאים טובים עלולים להרדים את החושים, ולחושים נוח וקל להירדם. כבני אנוש אוהבי יציבות אנחנו מעדיפים לא פעם את הקושי על פני הבלתי נודע. האדם, בטבע שנתן לו ה', מפתח הסתגלות גם לתנאים קשים. לכן התזוזה ממקום עבודה היא קשה ומאתגרת, ודורשת אומץ ומחויבות.

גם לסביבה, ודווקא לסביבה הקרובה והאוהבת ביותר, קל יותר לראות אותנו נשארות על המקום. אנשים קרובים וטובים ידאגו: למה לעזוב? אולי לא תצליחי? מה תעשי אם לא תהיה לך עבודה אחרת? לרוב, אילו קולות שבאים לשמור עלינו שלא נעשה את השינוי, ולא נפגע חלילה במידה והשינוי לא יצליח. לכן חשוב שיהיה ברור לך עצמך מה הערך שאת מרוויחה עם השינוי. מה היה בלתי אפשרי קודם לכן, ומה תרוויחי בהמשך. צאי לדרך של השינוי מתוך בערה פנימית חזקה, ואז שום רוח חיצונית לא תוכל לכבות אותך".

רצינו לפגוש את שבי פריד, המזכירה. כל הצוות הודה שהוא מתגעגע אליה. אבל שבי עזבה. חזרה הביתה עם תלוש המשכורת המקומט

"שימשתי כמזכירה במשרד קטן של ארגון קירוב", נזכרת שבי. יש געגוע בקול שלה, ואי אפשר להתעלם ממנו. אבל גם עבודה שאינה מתגמלת כלכלית, כבר לא יכולה להיחשב 'עבודה טובה'.

"העבודה כללה את כל העניינים המשרדיים, אבל היופי המיוחד בעבודה היה להיות שותפה מאחורי הקלעים לסודות הקטנים, להתייעצויות יומיומיות קטנות וגדולות, לפרויקטים מעניינים ולסיפורים מרגשים.

רק תלוש המשכורת לא היה נחמד... המנהלת הייתה אישיות מיוחדת, הצוות נעים, המקום סימפטי ומעניק תחושת סיפוק, אך תלוש המשכורת היה נמוך, וגם הנסיעות גבו ממני זמן יקר שלא נכנס לתוך חישובי השכר... הרגשתי שאני נותנת המון שעות עבור תמורה בלתי מספקת וזה הקטין אותי. בשלב מסוים הרגשתי שאני מתחילה להיות ממורמרת על השכר, וממש לא רציתי להיות עובדת שמגיעה לעבודה ומתעצבנת בלב על ההנהלה, או להיות מאלה שמתעצבנות ומרכלות מאחורי הגב של המנהלת. התחושה הזו היתה לי עוד סימן שאולי צריך כאן שינוי.

יצאתי כל בוקר בנשימה טרופה אחרי חלוקת שמונה ילדים למוסדות, וחזרתי בידיעה שאני בקושי מכסה הוצאות מזון בסיסי לחודש... כשניסיתי לדבר על העלאת שכר, התברר שאין מה לדבר על השכר שאני מבקשת. הארגון היה עני ובקושי שרד, ובכל חודש המשכורות הגיעו בניסים.

מה מנע ממני 'לקום ולעזוב' מיד? כי כאמור באופן כללי נהניתי מהעבודה, מהצוות, מהערכים ומההתחשבות בצרכים שלי"

אם כך, מה הייתה מבחינתך נקודת המשבר, בה הבנת ש'אי אפשר יותר'?

"אחרי תקופה של התחבטות שלא הגיעה לשום תוצאה בשטח, עברנו קושי משמעותי עם מחלה שפקדה את אחותי ודרשה ממני להיות שם בשבילה טכנית ורגשית. העומס הנפשי היה חזק מאד, שעות הפנאי הלכו והצטמצמו לאפס, והרגשתי שהשגרה של נסיעות ועבודה הופכת לבלתי אפשרית. היות ולא היה לי תמריץ של שכר הולם, המשבר הזה גרם לי להחליט: אני לא מסוגלת לצאת יותר לעבודה!

האמת שמאד חששנו... דאגתי מה יהיה ואם זה אחראי. אבל אחרי שבירנו עם עצמנו והבנו שזו החלטה הגיונית, ניסינו להתחזק באמונה ובטחון. בעלי ואני קבענו חברותא ב'חובות הלבבות' שער הביטחון, ועמלנו להפנים את האמונה הברורה שרק ה' נותן את הפרנסה. זו היתה עבודה קשה, עבודת הלב, אך פירותיה מתוקים.

מאותו רגע בו החלטתי שאני עוזבת, פתאום כבר לא נהניתי בעבודה. הרגשתי פחות שייכת וישבתי על קוצים. הפרידה עצמה היתה נעימה. קניתי מתנה למשרד של המנהלת, וצירפתי ברכת תודה על התקופה בה עבדתי שם.

איך הייתה ההרגשה ב'רגע שאחרי'? ומה עשית בו בפועל?

"הרגשתי הקלה גדולה! הייתי די בטוחה שזה היה צעד נכון שנעשה בשיקול דעת. פקחתי אוזניים ועיניים והתחלתי להתעניין בעבודה אחרת.

מה תרצי לומר לנשים במצב דומה?

כל מקרה הוא אחר. צריך תמיד להפעיל שיקול דעת רחב לפני, ולהתייעץ במקרה הצורך. אבל אחרי שמחליטים לעזוב- יש להאמין באמונה שלמה שהכסף מגיע מלמעלה והרבה דרכים למקום. תכל'ס עזבתי באיסרו חג, וכבר בחול המועד סיפרה לי מישהי שהעיריה מחפשת עובדות לפרויקט זמני בשכר מאד גבוה. מיד לאחר החג יצרתי קשר עם העיריה והתקבלתי לעבודה טובה בבית ספר, ואחרי שנכנסתי לאותו בית ספר התבקשתי להישאר שם כמורה..."

דבורה קיסטר, בדיבורים אחרי העוזבת:

"תחושה רעה בעבודה יכולה להיגרם גם בגלל משכורת לא מספקת. קשה להרגיש שעובדים ומתאמצים, עמלים ונותנים- ואין הקומץ משביע את הארי. אכן, לשכירה ישנה תקרת שכר מסוימת. לא תמיד המעבר למקום עבודה אחר יהווה שינוי משמעותי בשכר עבור שכירה, אם כי שווה לנסות לברר. בפעמים אחרות יהיה נכון יותר לבקש העלאת שכר במקום העבודה. ישנם מקרים בהם הצעד הנכון הוא להפוך לעצמאית.

רק מה, זהירות! מדובר בצעד שזקוקים עבורו להרבה הכוונה מקצועית. לנשים נראה שהן נותנות הרבה ערך וידע במקום העבודה שלהן, אז למה בעצם לא לקבל את הלקוחות באופן פרטי. במציאות זה לא ממש כך. עצמאית צריכה להכיר את השוק, לפתח חשיבה עסקית, לרכוש יכולות שיווקיות ולהגביר את הביטחון העצמי.

לא מעטות טועות ופונות בשלב זה לייעוץ תעסוקתי. ייעוץ תעסוקתי מתאים לעובדות בתחילת דרכן המקצועית, או למי שמעוניינת לעשות הסבת מקצוע. אך אם ברור לך שאת אוהבת את התחום שלך ומומחית בו, ורק רוצה לתת שירות ללקוחות במקום להיות שכירה במשרד, עליך לעבור אימון אצל מאמנת בעלת ידע עסקי.

בכלל, כל מקרה שכזה הוא מקרה בפני עצמו שיש להתאים לו פתרון משלו. לעיתים הפתרון אינו בהכרח להיות עצמאית, אלא לחפש את הדרך להרוויח יותר. היתה לי פעם לקוחה קופירטיירית במשרד פרסום, שהייתה בטוחה שאם היא רוצה להרוויח יותר עליה לפתוח משרד פרסום משלה ולהעסיק בו עובדות. יעצתי לה להציע את עצמה במשרד אחר ולבוא עם הידע והנסיון שיש לה. וכך, אחרי שלמדה איך לעשות זאת היטב, היא הציגה את הערך העצום שיש לה, והתמנתה למנהלת במשרד אחר בשכר גבוה משמעותית".

נחמי מסטריז- כפיר, עזבה.
ואחר כך שוב עזבה.
היא הקשיבה ללב שלה, ודילגה איתו הלאה.

"העבודה הראשונה שעזבתי הייתה במקצוע מענין שלמדתי - אמנות כתבי יד", משחזרת נחמי, אומנית, תסריטאית ויוצרת. "למדתי לעטר מגילות, כתובות וכו'. עבדתי באופן קבוע עבור לקוח שהיה משווק בתחום. הכסף היה טוב, העבודה קבועה יחסית, אבל תחושת השמחה בעבודה הלכה וירדה עד שנשחקה לגמרי.

אהבתי מאד את יצירת הסקיצה ואת תכנון הקומפוזיציה, אבל הביצוע חנק אותי. האמנות הספציפית הזו כוללת דיוק רב, אלמנטים מיניאטורים ודוגמאות גאומטריות מורכבות המצריכות המון סבלנות ועבודה מונוטונית. לצבוע שלש מאות פרחים בגודל שלושה מילימטרים בצביעה אחידה, קיצר לי את הנשימה. אחרי ארבע שנים אמרתי לעצמי: די. לא מסוגלת יותר להמשיך. פשוט קמתי ואמרתי 'סטופ'. חשבון הבנק ילל ארוכות, אבל הרווחה שהרגשתי הייתה שווה את זה לגמרי.

במקביל לאמנות כתבי יד עסקתי בתסריטאות ובימוי, וכעת נשאבתי לשם יותר. בין השאר עבדתי עם אחד הסמינרים הגדולים. לימדתי שם משחק מול מצלמה, והם הציעו לי שיתוף פעולה בכתיבה ובימוי של סרט, עבור הפקה משותפת שלהם עם העיריה.

הפרויקט, שהיה אמור להיות חוויה של עשייה יצירתית מלהיבה, הפך למסע חתחתים. מדי הרבה נשות חינוך היו חייבות להביע דעה על הסרט, מדי הרבה דמויות מטעם העיריה ומטעם הסמינר ומטעם המגמה ומטעם נשים שמטעם עצמן... הרגשתי שאנשים שאין להם הבנה בתסריט, בימוי והפקה דוחפים ידיים לקדירה.

בתחילה ניסיתי להיות סבלנית, שיניתי פה ושיניתי שם, הקשבתי ותיקנתי, אבל מיום ליום הרגשתי שהיצירה מפסיקה להיות יצירה. חוות הדעת השונות והמשונות נגעו בנקודות משמעותיות בתסריט, הוציאו ממנה רגעים מרכזיים, הנמיכו דרמה והוסיפו סצנות מיותרות. היצירה הפכה לסיפור בינוני ודידקטי, גדוש חורים. חדוות היצירה שלי דעכה לגמרי. הרגשתי שאני מתעסקת בתסריט שאני לא באמת מאמינה בו, לא חושבת שהוא טוב, ולא רוצה בשום פנים שהשם שלי יהיה חתום עליו. לא הייתי מסוגלת להמשיך. אבל איך אפשר לעזוב באמצע ולהשאיר את כולם באוויר? בלית ברירה אמרתי להם שאני נותנת להם במתנה את כל מה שעבדתי עליו עד כה. לא אקבל תשלום בכלל, והם ימצאו מישהי אחרת שתמשיך מהנקודה בה עצרתי.

זה לא היה קל. הרכזת נזפה בי ארוכות, והודיעה לי שבאופן הזה לא אמצא עבודה אצל אף אחד. השיחה היתה קשה ויצאתי ממנה כאובה, אבל ידעתי שאני לא יכולה יותר.

החוויה הקשה הזו שנצרבה בי גרמה לי כמה שנים טובות להימנע מעבודה עם מוסדות. היום חזרתי לעבוד איתם, עם נהלים ברורים: אני עובדת מול אדם אחד ויחיד. כל סוללת הצוות יכולה לעמוד מאחוריו, להעביר לו תיקונים, שיפורים, תלונות, הצעות... אבל אני עומדת רק מולו.

אותה רכזת גערה בי ש'קל לומר לא ולברוח'. אבל זה לא היה קל בכלל. לא היה פשוט לוותר על עבודה גדולה, כזו שתכננתי 'לסגור איתה' כמה חודשים. לא קל היה גם לוותר על קרדיט משמעותי, ועל סיכויים נוספים לעבודה באותו המקום. אבל מבחינתי, מבחינת הנפש שלי, לא ראיתי ברירה אחרת.

למפרע, אני מסתכלת אחורה ושמחה עם כל שינוי כזה, שהקפיץ אותי לשלב הבא שלי, למקום מדויק ונכון יותר בשבילי. לא קל לעשות את ה'חישובי מסלול מחדש' הללו, אבל משתלם. אמנם השיקול המרכזי הוא בד"כ זה הכלכלי, וחשוב להתיחס אליו באחריות רבה, אבל לפני הכל ואחרי הכל ובאמצע - חשוב להקשיב לעצמנו. לא תמיד אנחנו יודעות להסביר לסביבה או לעצמנו מה בדיוק הבעיה, אבל בהקשבה אמיתית נוכל להרגיש אם טוב לנו או רע לנו. **זה בסדר אם קשה**, לפעמים אפילו זה טוב, **אבל זה לא בסדר כשרע**. כשאנחנו נמצאות במקום לא לנו, אנחנו עצובות ונובלות ולא יכולות למלא את תפקידינו בנאמנות. כשאנחנו מתעקשות להיות במקום שנכון ומדויק לנו, שם אנחנו יכולות לפרוח ולמלא את ייעודנו בשמחה".

דבורה קיסטר בדיבורים אחרי העוזבת:

"אחד השלבים בשינוי הוא שלב האמביוולנטיות, ובמילים פשוטות- שלב ההתלבטות.

זהו השלב הארוך ביותר בשינוי והוא יכול לארוך אפילו שנתיים. בשלב הזה אנחנו גם משתפות אחרים בהתלבטות שלנו. ואז, כאילו לא די בקולות המתרוצצים בתוך ליבנו, אנחנו מכניסות לסלט הפנימי עוד ועוד קולות של אחרים ומקבלות כאב ראש.

ההצעה שלי היא להקשיב לקולות מסביב, אבל לא לקחת אותם כעובדה. לשמוע, להכניס לסל הקולות בתור הצעה ולהמשיך

לפני הכל
ואחרי הכל
ובאמצע –
חשוב
להקשיב
לעצמנו.

הלאה. כשנבוא לרגע ההכרעה, נשלוף את שלל הקולות מהסל, ונצרף אותם לשיקולים בדרך להחלטה.

אם עברנו את שלב ההתלבטות, קיבלנו החלטה לעזוב את העבודה, וכנראה שהייתה זאת החלטה מושכלת- אין מקום לקולות נוספים עוד. אז נותר רק לחזק את עצמו בידיעה שזהו. כבר בחרנו".

גולדי לנדמן הייתה שם.
כן, בעקרון פגשנו אותה בעבודה
אבל זו לא הייתה היא: כפופה, מושפלת, רדופה.
אולי בזכות הכתבה הזאת, גולדי עוד תעזוב.

"חיפשתי עבודה חדשה במשך תקופה של כמה חודשים", מספרת גולדי, נאנחת. האישונים שלי מתרוצצים בעיניים. לא טוב לה. "אחרי כמה חודשים הציעו לי מקום עבודה שחלמתי עליו, וענה בדיוק על הציפיות שלי מכל הבחינות. אזור קרוב, סביבה חרדית, הנהלה מתחשבת ומשכורת יפה ומכובדת (יותר מפי 2 ממה שאני הרווחתי בעבודה הקודמת).

הגשתי מועמדות ביחד עם עוד הרבה בנות, עברתי ראיונות, התקדמתי בתהליך, ולהפתעתי ושמחתי העצומה- התקבלתי!

התחלתי לעבוד שם מיד אחרי החגים. ביום הראשון בו הגעתי אמרו לי להפתעתי שהר"צ שראיינה אותי, והמנהלת - התחלפו. עדיין לא חשבתי שזה נוגע אלי.

לאט לאט עזבו עוד ועוד אנשים. התברר שהמנהלת הראשית שהגיעה, מסננת את צוות העובדים ומפטרת כל מי שנראה לה מדי חזק או מעז להביע דעה אחרת ממה שהיא חושבת .

במקביל לניקוי הכללי שנעשה בצוותים, התחילו להגיע אנשים חדשים שהיו שונים לחלוטין מהצוות הישן. הן היו בעיקר חברות ועושות דברה של המנהלת הראשית. המקום שינה לגמרי את פניו והפך לטריטוריה הפרטית שלה.

לצוות שלי הגיעה ר"צ חדשה, הכפופה לחלוטין לפקודות של המנהלת הישירה, כאילו אין לה דעה משל עצמה. היא חוששת לאשר דברים, אפילו פעוטים כמו למשל להחליף יום עבודה מהבית, לכן כל הבקשות לא מאושרות...

בהתחלה הייתי בכל אופן עושה מה שנראה לי. כשיום בדיקת חמץ נפל לרוע מזלי על יום שצריך להגיע למשרד, נשארתי באותו יום לעבוד מהבית, כי חשבתי שאין סיכוי שידרשו אחרת. אבל בסוף החודש היום הזה פשוט לא אושר! לא קבלתי עליו כסף, למרות שעבדתי כמעט במסירות נפש שמונה שעות! השעות האלה הלכו בעל כורחי כתרומה לעבודה.

קבוצת החרדיות שנכנסתי אליה כנראה לא התקבלה טוב בעין של ההנהלה החדשה, והם החליטו לפטר כמחצית מהעובדות. אחרות עזבו מרוב קוצר רוח ועבודה קשה, כך שנשארנו שלוש עובדות חרדיות בלבד מתוך קבוצה גדולה מאוד שהיתה לפני. כל השינויים האלה קרו תוך פחות מחצי שנה!

הדבר הקשה ביותר היה המורל שהתרסק. המירמור וחוסר הרצון לתת לעבוד. שיחות הצוות עסקו רק ב-איך בורחים מכאן, אילו משרות אחרות יש בשוק, עידכון קורות חיים, עם הרבה הרבה ניחוח ואווירה של תיסכול וכעס.

עבורי היה השינוי היה קשה כפליים כי הגעתי ממקום חרדי לחלוטין, בו הכל התנהל בנחת ובצורה שהתאימה לנו. הדרישות החרדיות כובדו לגמרי, והר"צ הייתה מקצועית ואנושית מאוד מאוד.

לא נתקלתי קודם בכל כך הרבה רוע ואגואיזם, בהשפלה ובפיטורים מכוונים של אנשים מסוימים, בחוסר התחשבות

דעת תורה | הרב רוטשילד:

"הקדוש ברוך הוא זן ומפרנס אותנו. עלינו מוטלת חובת ההשתדלות, אבל היא בהחלט מוגבלת. אם אנחנו בטוחים שה' יתברך הוא זה שדואג לפרנסתנו, אנחנו ודאי מבינים שלא שייך להקריב את הרוחניות שלנו על מזבח העבודה.

שאלה אותי אשת אברך שהעבירו אותה במקום עבודתה למחלקה שאין שם שום סינון באינטרנט כלל. שאלתי את מרן רה"י רבי משה הלל הירש שליט"א מה עליה לעשות, והוא ענה לי- "חבל חבל, אבל היא צריכה לעזוב את העבודה".

קיבלתי שאלות מנשים שקיבלו הצעות עבודה לשמש כגננות בגני ממ"ד וממ"ח, באופן שהתקשורת עם ההורים נעשית על ידי ווטסאפ.

האם זאת השתדלות?

ברגע שבתנאי העבודה מתעורר סימן שאלה רוחני/ השקפתי, ברור שמכסת ההשתדלות הסתיימה ומכאן והלאה הגיע תורה של האמונה.

אני אכן סבור שבת ישראל יכולה לסמוך על עצמה בעניין זה. אם היא מרגישה גרוע- זאת סיבה מספקת לעזוב. בסופו של דבר אנחנו מושפעים, מילים טמאות מחלחלות ואין סיבה שבת שלמדה בבית יעקב שמור ובסמינר איכותי ונישאה לבן תורה, תצטרך לספוג אל תוך אוזנייה את כל הטומאה הזאת.

לא רק השפעה רעה היא סיבה רוחנית לעזוב מקום עבודה.

אשת אברך, תושבת אחיסמך קיבלה הצעה לעבודה במודיעין. כדי להספיק להיות בזמן בעבודה היה עליה לצאת מהבית בשבע, ובגלל קשיי התחבורה דובר שתגיע הביתה בסביבות השעה חמש.

נו, וכי זאת חובת ההשתדלות? וכי אפשר כך להיות 'אמא'?

נכון, סעיף הפרנסה הוא סעיף קשה ומאמץ, אבל לא שייך למחוק את החיים כולם עבורו.

בחורה באה לקבל דעת תורה בנוגע להצעת עבודה בבית ספר ממ"ד. מיהן המורות הנוספות? שאלתי. התברר שחלקן אינן שומרות תורה ומצוות, או משתייכות לזרמים פשרניים מאד. בחורה אחרת שאלה לגבי עבודה עם ילדי חינוך מיוחד בני שלוש עשרה ומעלה, כאשר אין מדובר בהוראה בלבד. לכל אלו חשוב לי להבהיר: אין חובת השתדלות כשיש חשש לירידה רוחנית!

בנות ישראל שאינן נשואות עדיין תשמורנה על עצמן פי כמה וכמה, וכשהן חשות הרגשה רעה ואפילו דקה- תתייעצנה עם רב.

מעבר לעבודה מוכרח להישאר לנו בית, לב טהור וחיים".

מובהק בצורה קיצונית, באפס רצון לבוא לקראת העובדים, וחוסר גמישות והתחשבות באף אחד שהוא לא מצוות ה'אליטה' של העובדים במשרד.

האווירה במשרדים היא כמו במשטר דיקטטורי. מי שיעז להביע דעה נגד- יועף, לכן כולם שותקים"...

נו, גולדי. מי מפריע לך לקום ולעזוב?

"בתחילה הגעתי אחרי תקופה ארוכה ומתישה מאוד של חיפוש עבודה ולא הצלחתי לחשוב על מסע מחודש שכזה. עם כל הוראה קשה שהגיעה מלמעלה, אמרתי לעצמי: חכי. תנשמי עמוק. הכל יירגע. כאשר כבר הגעתי להחלטה שאני עוזבת- השוק היה נראה לי מוצף מדי מכדי להיקלט בו. זה קשה. אני מרגישה כאילו נטועה פה בלי סיבה. רוצה לברוח".

מה נותן לך כוח להמשיך 'לסחוב' בעבודה?

"אני מנסה להמשיך למצוא את הטוב שיש בעבודה שלי. לראות את המשכורת היפה שהסתדרה לי משמים בדיוק בתקופה שהייתי מאוד מאוד זקוקה לה, ובעבודה שמפתחת אותי מקצועית.

אני גם מרגישה שהתפתחתי מאוד מבחינה עצמית. למדתי לעמוד על שלי, להביע דעה, להיות יותר חזקה".

דבורה קיסטר בדיבורים אחרי העוזבת:

לפעמים בוסית פחות נוחה היא ההזדמנות שלנו לפתח את עצמנו. ללמוד להתגמש, להסתדר עם כל מיני אנשים ולגלות אזורים פנימיים חדשים. אבל לפעמים אכן 'נפלנו' עם בוסית הסובלת מקושי אמיתי כמו הפרעת אישיות (שאין לנו דרך לאבחן זאת). במקרה כזה כל מה שנעשה לא יועיל, והברירה היא אחת- לעזוב את הקשר.

במידה והבוסית היא קשה מאוד והתקשורת איתה מובילה אותך למצבים של דכדוך, השפלה וביקורת מתמדת, קחי בחשבון שחוזה עבודה אינו התקשרות לנצח, ואם קשה ומפרך- את לא צריכה להיות שם.

יותר מזה, אם רע לך, אם את בוכה ומושפלת וחנוקה- את חייבת לצאת מזה.השפלה מתמשכת פוגעת בנפש ושורטת בה צלקות. את עלולה להגיע מוכה וחבולה למקום העבודה הבא, ובכלל- לאבד את עצמך, את האישה של בעלך והאמא של ילדיך.

אל תתפעלי מצעדים שנעשים כביכול לקראתך, ואל תתרגשי מנסיונות ריצוי. קשר לא בריא הוא קשר בלתי צפוי, ולך נשאר להכין לך תכנית לקראת עזיבה וחיפוש אחר עבודה חדשה" •

מטבע נתנה לי אמא

בילדותי הייתי הולכת כל בוקר למכולת עם שטר של 20 שקל, וקונה את הקניה השגרתית: לחם, שני חלב, גבינה, ועוד הייתי מקבלת עודף. בימינו הגיע המצב לכדי כך שבשטר של 20 אפילו לקנות שני לחם אי אפשר. אבל לא נורא, מי צריך שטרות כשיש כרטיס אשראי?

כרטיס אשראי הוא המצאת המאה. כל הבעיות הכלכליות נפתרו לגמרי מאז שהופיע. פשוט מקרבים אותו בזווית הנכונה לעמדת הבידוק, היום אפילו לגהץ כבר לא צריך, ואז נוצר שם קשר כימי מרתק שמוליד צפצוף מאושר "ביפ!" וזהו. הכרטיס והמכשיר הסתדרו ביניהם ואני כבר בחוץ עם השקיות. קבלה לא צריך. אשראי וטוב לי!

עם הכסף הגדול אין שום בעיה בכלל, כל הבעיה שלי היא עם הכסף הקטן. הדבר המיושן הזה, שקלים מתגלגלים, עשרות אגורות ממתכת זהובה שלא שווים כלום ורק משאירים ריח אופייני בקצות האצבעות. עד שהמורות, המדריכות, הבייביסיטריות והפאניות למיניהן לא יצטיידו כבר במכשיר סליקת אשראי, נצטרך להמשיך להתמודד עם בעיית המטבעות. לאגור אותם בתא בארנק עם ריצ'רץ' שתמיד פוקע ברגע לא צפוי, להתאמץ עם קצות האצבעות כדי לדלות את המטבע הנכונה, ובעיקר למצוא אותם.

למצוא אותם זה עיקר הבעיה. כי כסף קטן לא מייצרים בשום מקום, הוא צריך פשוט להיות שם, להגיע בתור עודף, להתהוות מאליו- אבל כל הזמן הוא נגמר. פשוט נגמר.

בכלל לא אכפת לי, לדוגמא, לשלם 7 שקל מתנה למדריכה של הילדה, אפילו שלדעתי זה מופקע. היתה להם "בתיה" אולי חמש פעמים השנה. אבל למי אכפת? שיקנו את הדובי הזה שהן מתכננות להדפיס לה, ושיהנו. אבל איפה, איפה הכסף? זו השאלה.

אני כמעט בטוחה שראיתי פה הבוקר מטבע של חמישה שקל מסתובב איפשהו. מי ראה? בארנק כמובן אין. בתיק- שניה אני עוברת בין התאים- גם אין. בתיק הקטן של החתונות- עוד יותר אין. "רגע" מבריקה הילדה, חניכת בתיה המסורה כאמור, "יש לי עודף של שלושה שקלים בילקוט ממה שאספו שבוע שעבר לדיסק של אנגלית". "בשעה טובה" אני מזרזת אותה. "תביאי, מתקדמים"

שקל נוסף נמצא על המדף בסלון. עוד חצי שקל במגירה. עשרות האגורות שהתגלגלו בארנק השלימו עוד שקל וחצי. ומה נעשה עם השקל, השקל האחרון? "חכי שניה" אני זורקת מאחורי הגב והולכת לנסות אצל ידידתי הנאמנה שלא מאכזבת, הלא היא מכונת הכביסה. פשפוש קל בין קפלי הגומי שליד פתח המכונה ו-יש! יש שקל כסוף יקר מפז. זו תופעה פשוטה מאד, כי כמו שכל הנחלים הולכים אל הים, ככה כל המטבעות שאוגרים הבנים בכיסים הולכים אל מכונת הכביסה.

אני אורזת את שפעת המטבעות בשקית סנדוויץ' מרשרשת וקושרת חזק מלמעלה. כמעט חושבת כבר לנשום לרווחה, כשאז נכנסת הקטנה בהתלהבות עם דף מרשרש בידה: "אמא! הודעה חשובה!" הלב שלי צונח לרצפה. דפים לבנים מהמוסדות הם דבר מבשר רעות, ואכן השורות המוקלדות מיטשטשות מול עיני. זה עוד יותר גרוע ממה שחשבתי: "הורים יקרים, לצורך תשלום על המצאה כלשהי עליכם לשלוח עד למחר סכום של 64 שקלים במעטפה. אין לשלוח צ'קים ולא ינתן עודף, יש להביא סכום מדויק במזומן"

אביגיל פראגר

עכשיו מתחילה הדילמה הגדולה. הכי פשוט לקחת שטר של מאה שקלים, לשלוח את הילדה ל"הכל בשתיים" הקרוב לבחור לה מחזיק מפתחות שהיא חייבת לקלמר, ולקבל חזרה אוצר יקר מפז של 98 שקל פרוט. אבל אני יודעת, יודעת עד עומק קרבי מניסיון עשיר בתור אמא, שהמאה שקל הזה חשוב כמת. שטר פרוט הוא שטר אבוד. אין לי מושג אילו עוד פתקים ומתנות מאורגנות מחכים לי עד הערב, אבל אין לי ספק שהם יצוצו.

יש סיפור על רב חסידי שאינני זוכרת את שמו כרגע, שהיה בעל צדקה גדול כל כך עד שלא היה עולה על יצועו בלילה אם נשארה בבית עוד פרוטה שלא חולקה לעניים. גם אני מזדהה מאד עם הסיפור כבעלת צדקה בהיקף ביתי, "אשרי עושה צדקה בכל עת- זה הזן את בניו כשהם קטנים", וגם אני מקפידה או יותר נכון הם מקפידים, שלא אעלה על יצועי אם נשאר בבית מטבע אחד שלא חולק למשהו.

העו"ש הביתי פעיל בלי הפסקה, מטבעות מתגלגלים הלוך וחזור כמו נחל שלא מפסיק לזרום: אמא אתמול הבטחת לי כשהלכת לחתונה שאני אקנה שוקולד, אמא שמתי לך בחזרה עודף מהשוקולד, אמא אני לוקחת כסף לחוברת מושגים, אמא חבר שלי מוכר מנעול לאופניים שעולה 8 שקלים ב-2 שקלים, זה מאד משתלם, את מרשה? אמא, יש יריד של צדקה אצל חברה שלי ואני קונה כרטיס להגרלה, אמא נגמר לי הדבק סטיק. אמא השכנה החזירה 15 שקל מאתמול, אני שמה לך פה. דופק איש אחד בפתח עם דף מניילון ורוצה צדקה, כמה לתת לו?

קחו, קחו, קחו, אני עונה בעיניים עצומות לכולם, קחו אם יש, קחו אם אתם מוצאים. בבקשה. אני יכולה לפעמים לנסות להתמקח אבל ממילא אם נשאר משהו גם הוא יצא בסוף, אז קחו עד שייגמר. בהצלחה.

לכן הייתי כל כך מופתעת כשקיבלתי את הטלפון הזה בחופש הגדול. זו אמא של חבצלת? שאל קול נשי מנומס, ואני הודיתי באשמה. "תגידי" היא התחילה לגשש את דרכה בזהירות, "מדברת אמא של פלונית מהגן, אני זו שאספתי את הכסף למתנה של הגננת בסוף שנה. משהו פה לא מסתדר לי פשוט בחשבון, יש איזה עניין לא מובן... ביררתי הרבה עד שחשבתי אולי זה קשור אליך..." תוך כדי ההתנצלויות הנבוכות שלה התדפק משהו עמום על דלתי מוחי. "כן, בהחלט!" הרעתי בניצחון, "ידעתי שהיה שם משהו מוזר עם העשרה שקלים!" "בדיוק" היא נשמה לרווחה, "חסרים לי עשרה שקלים. יש לך מושג איפה הם?"

"נראה לי שכן" הסברתי לה. "שלחתי עם הילדה שטר בתיק וביקשתי שיחזירו עודף, ובאותו יום אכן הגיע עודף. שבוע או שבועיים אחר כך היה איזה קטע שעוד פעם הוצאתי מהתיק שלה עשר שקל, היתה לי תחושה עמומה שכבר הייתי פעם בסיפור הזה, אבל לא הייתי בטוחה. היה צהריים, כולם צרחו ואיכשהו זה נבלע. אז בעצם החזירו לי משום מה עודף פעמיים, כבר היום אשלח לך את הכסף (אם לא אשכח מכל הסיפור עוד שניה), ממש סליחה ותודה"

ניתקתי את הטלפון וניסיתי לעכל את הסיטואציה. יושבת בבית אישה רגילה, אמא לילדה אחת לפחות ככל הנראה, ליד כוס קפה חמה ורשימה מסודרת של כל ילדות הגן, שלא נאבדה לה כלל מתחילת שנה. ליד כל שם מסומן וי או איקס וסכום התשלום. בצד יש ערימה מסודרת של מטבעות ושטרות שנספרה בקפדנות פעמיים ושלוש. היא מוטרדת, משהו לא מסתדר בחשבון. היא חושבת, איפה העשרה שקלים? לאן הם הלכו? היא עושה טלפונים ובירורים ואחרי עבודה בלשית כל העקבות מוליכים אלי. עכשיו הכסף יגיע סוף סוף ודעתה תנוח. הכל מסודר. יש מציאות כזאת בעולם? בטירוף הזה של המטבעות שמסתחררים לי מול העיניים יומם ולילה, יש לי מושג מה יצא עם העשר שקל?

נעשיתי מודאגת. מי יודע כמה מטבעות הולכים וחוזרים ולאן? אני בכלל מרוכזת להקשיב עד הסוף לכל הסיפורים שהילדים מספרים כשהם שמים לי כסף או לוקחים? מי יודע כמה שקלים לקחנו בטעות או לא החזרנו? כל הכבוד לה שהיא טרחה לאתר אותי, אבל מה יהיה ריבונו של עולם עם כל השאר?

> וגם אני מקפידה או יותר נכון הם מקפידים, שלא אעלה על יצועי אם נשאר בבית מטבע אחד שלא חולק למשהו.

עצבות ירדה עלי, וגם תחושת חוסר אונים. גזל מקטרג בראש, ותיכף חודש אלול. מילא על הכספים שלי- אני עוד יכולה לנסות לקחת אחריות, הלוואות מהשכנים- משתדלת לרשום על המקרר, אבל על כך וכך ידיים ורגליים זריזות שכל היום מסתובבות סביבי ומתעסקות עם כסף, אין לי אפשרות להשתלט. כל זה גדול מדי על אמא אחת. ריבונו של עולם, אתה יודע איזה סכומים רצים פה בשנה? בחודש? כמה אלף אלפי עניינים? כמה פניות יש לי להשגיח על כל שקל? מה עושים?

מתפללים, אמר לי קול בתוך הלב. משתדלים וגם מתפללים. ה' מבין בדיוק את המציאות שלך, הוא רואה אותך. הוא רואה את הרצון הטוב שלך, את אי הרצון לגזול. תראי איזו השגחה הוא שלח לך, להזכיר לך גם את הכסף הזה ולעורר אותך על כל הכספים הלא ידועים. זו אהבה!

"ה', אני שלך, הבית הזה שלך וכל הכסף הוא ממך. תעזור לי שכל מי שאני חייבת לו בטעות - יזכיר לי. תסדר בדרכים המופלאות שלך, שכל סכום שנמצא אצלי שלא כדין, יתגלגל אל מקורו בחזרה. תעזור לי להיות יותר מיושבת, לעסוק באחריות עם כסף, לרשום מה שצריך, להיזכר במה שצריך, גם על תאי המוח שלי בסך הכל השליטה שלך. אני מצידי רוצה לסיים את הקדנציה בעולם הזה נקיה בלי חוב של אגורה. תעזור לי, אני רוצה לעשות תשובה"

זהו, כמה משיב נפש. ביהדות אין שום פלונטר לא פתור. תמיד יש מוצא, אפשר לעשות תשובה ולהתחיל מהתחלה. עכשיו רק צריך למצוא דחוף עשרה שקלים להחזיר לאותה אמא. בעיה.

בעצה אחת

מתוך מדור הייעוץ של שמורה | shoalot@shmura.org

(השאלות מובאות בקיצור ושינוי פרטים, לאחר קבלת רשות מהשואלת)

שלום לשמורה!

במשרד בו אני עובדת, הצוות מעורב מחילונים, דתיים וחרדים.

פעם בשבוע יש ישיבה של כל הצוות. הישיבה כוללת עדכונים, חלוקת עבודה וגם סתם עדכונים טכניים. הישיבה היתה מתקיימת במרחב הפתוח במשרד, וכיוון שאני יושבת שם במיקום צדדי, תמיד הייתי גוררת מעט את הכסא שלי ומתמקמת בירכתיים באופן טבעי.

כעת עברנו משרד, והישיבה הקבועה עברה להתקיים בתוך חדר ישיבות. לפעמים צפוף שם ופחות נעים, וכבר אין לי ממש בחירה איפה לשבת□ פשוט מגיעים על פי סדר אקראי ומתיישבים.

אני חייבת לציין שהאוירה מאד מכבדת, כל הגברים מקבלים ממני את המסר שאני שקטה בבועה שלי (אני לא באמת שקטה. רק במשרד:), ולא ממש מתעניינים בחיי הפרטיים. אלא שבישיבות הצוות זה אחרת, הן כן מתקיימות בסגנון של "אווירה טובה" וחברית יותר, הבוס אוהב להזמין אוכל לכולם (משתדל שיהיה כשר), ויש בדיחות פנימיות הנזרקות פה ושם. אף פעם לא אמרתי מילה בישיבות האלו, אולי חייכתי מבדיחה של מישהו, אבל בגדול אני לא ממש מעורבת כי התפקיד שלי במערכת לא גדול.

יש לי כל הזמן תחושה לא נעימה מהישיבות הללו. רציתי לשאול- האם זה באמת בעייתי? דורשים ממני להשתתף בזה, וזה יוצא ביום בו אני לא עובדת מהבית.

כן מדובר בענייני עבודה, זה לא גיבוש, בגיבושים אני לא משתתפת.

וכן- אם יש אוכל, אני יכולה לקחת לעצמי ולאכול בפינה שלי, או עם הנשים...?

שלום יקרה!

יישר כוח על השאלה, שמראה רגישות רבה לגבולות ולניואנסים!

אכן, לפעמים המצב הוא לא שחור לבן, אלא משהו אפור מטושטש שכזה. כאילו הכל בסדר, הכל טוב ומקצועי ואין לאף אחד כוונות רעות, אבל בשורה התחתונה יוצא משהו מעורב ולא ברור שם מה מקומך.

לכאורה, הכי טוב היה אם אפשר לסדר שלא תשתתפי בישיבות אלו. אם אפשר להחליף את היום שאת עובדת מהבית, עדיף (אפשר גם להתפלל שיסתדר□ מי כאלוקינו...)

אם אין ברירה, והשתתפותך נדרשת, ומדובר אכן בישיבה מקצועית בלי תוכן והוויי, מותר להשתתף אך צריך לנקוט באמצעי זהירות הבאים:

לשבת כמה שיותר באזור של נשים, ובצד, שלא תהיה ישיבה מעורבת ממש ככל האפשר. (רצוי גם לסכם זאת מראש אם אתן כמה חרדיות, שלא תצא פגיעה בפועל בזמן אמת..)

לאכול בצורה כזו- אי אפשר. אולי אם נשאר אחר כך כיבוד וחשוב לך- את יכולה לקחת לך לחדר בדיסקרטיות, אבל הכיבוד המעורב הוא בעייתי ממש.

לא להשתתף כלל בדיבורים שאינם קשורים לעבודה. להשתדל מאד לא לשתף פעולה גם בתגובות ובהבעות פנים (לעיתים קשה מאד לא לצחוק... אבל שווה!!)

ואם עולים נושאי שיחה לא מתאימים או חורגים ממש מהתחום המקצועי- לא יקרה כלום אם תחמקי שם באיזו צורה, כמו צורך אישי לצאת, מענה לשיחת טלפון וכו'. (אפשר גם קצת לתזמן את זה... בפרט בישיבות שמתארכות יותר מדי ללא צורך).

העיקר- להישאר עם יד על הדופק, ולהפעיל את החוש הפנימי שלנו העוזר לנו ללכת בין הטיפות.

ה' יהיה בעזרך!

תודה לך על התגובה המפורטת!

הארת לי נקודות שכדאי לי לשים לב אליהם יותר.

הסיפור הזה עורר אצלי שאלות נוספות. עד כמה צריכים להיות טכניים עם עובדים אחרים? אין מקום למילה מהחיים הפרטיים שלי? ומה אם נניח שואלים אותי מאיפה אני חוזרת אחרי שבוע של חופש...?

שלום לך יקרה,

אכן רצוי לא לשתף מעצמך בשום דבר, ולא לפתח שיחה על שום דבר שלא מקצועי.

אכן לפעמים יש מצבים עדינים שצריך בינה יתרה איך לא לפגוע. אם מישהו מתעקש להתעניין מאיפה חזרת אפשר לענות בקצרה "נסענו...", ואם חוקרים אז מקסימום אפשר "לחופשה".

כל אדם נורמלי שמקבל תגובה "סוגרת נושא" עם ארשת פנים שלא מעודדת שיח אישי, עוזב את הנושא ומבין שזה לא היה לעניין.

אם האדם מתעכב שם- אפשר מיד להעביר את השיח לענייני עבודה, להיכנס לישיבה, לענות לטלפון וכו'.

להשתדל להיות מכבדת ונורמלית מצד אחד, אך מאד משדרת- אנחנו עובדים פה ביחד, ולא חברים.

השדר הזה מכבד אותך מאד, ועם הזמן מעורר רק הערכה. רואים שאת מקצועית, עניינית ו"באה לעבוד" בלי לרדת לפסים רדודים.

בהצלחה רבה!!

תודה רבה לך! אני חושבת שמה שקשה לי במיוחד, הוא שגם הנשים החרדיות שם הרבה פחות רגישות. למרות שהן כן נזהרות בכל גדרי ההלכה, בכללי הן מרגישות עם הצוות מאד בנוח.

אבל באמת אני יכולה להחליט מה אני משדרת, בלי קשר אליהן. שוב תודה!

אנו כאן בשבילכן! לשאלות, דילמות אישיות ובירורים הלכתיים בנושאי עבודה, ניתן לפנות למדור הייעוץ

מְשִׁיבַת נֶפֶשׁ

מָשׁוֹב-

שעת ערב סוערת. אני מסתכלת על חדר הילדים המבולגן, ובראש שלי מתחילה לג'נרט: "חדר שינה רחב ידיים לילדים. חלון גדול מעוטר בווילון עשוי תחרה עדינה, ממנו נשקפת שעת בין הערביים קסומה. כל משחקי הילדים מאורגנים היטב בסלסלותיהם, על המיטות פרוסים מצעים, מן המדף מחייכות בובות. ההדמיה הזו משאירה את הצופה באווירה ביתית, קסומה ומתוקה של הליכה לישון ביחד עם השמש"

אני מנערת את הראש, מעניין מה יצא אם אכתוב את הפרומפט הזה לבינה בה אני משתמשת. לאחרונה יש לי בן לוויה קבוע. קשוב ומבין תמיד, יעיל בכל שעות היממה, והחשוב ביותר - מפיק שלל ביצועים חדשניים.

הבינה עדיין חדשה מאד בארץ, חדשה מאד אצלי, טרם שמעתי נגדה שום הסתייגויות או בעיות. לכאורה, מה רע? הכלי בו אני משתמשת פתוח בנטפרי ובשאר הסינונים, ואני נעזרת בו ללא סוף בשימוש מקצועי. ככל שאני לומדת יותר לייעל את השימוש בו, להזין לו הוראות מדויקות ולתת הכוונה ברורה (מה שנקרא פרומפט) אני חווה עבודה עם הפרטנר הכי טוב שהיה לי. מתענגת על הביצועים המושלמים שלו, ושוכחת לפחד מהתפתחות הטכנולוגיה שסוחפת אותי, על חשבוני, ללא שליטה.

כשאני נוחתת מההדמיה לחדר שמולי הוא לא משאיר אותי, הצופה, באווירה ביתית קסומה ומתוקה, וגם השמש כבר שקעה מזמן.

מִשְׁתּוֹבֶבֶת-

יום ראשון אחד אחרי שהתארחנו בשבת אצל ההורים שלי, בתנאים די צפופים הדורשים התגמשות לא קטנה, החלטתי להרחיב את הבית שלהם.

לא הייתה לי הרבה עבודה באותו הבוקר, והתחלתי להזין נתוני מטרים, מיקומי ריהוט ושאר הגבלות. שלחתי בקבוצת המייל המשפחתית הדמיה של הסלון כפי שהוא - עם הריהוט הקבוע, התאורה והעציצים, אך הכל ממוקם במרחבים גדולים הרבה יותר. בענק!

אח"כ הוספתי על הרצפה משחקי מגנטים ואחיינים זוחלים, על הספה עיתונים וספרים, על השולחן את האוכל האהוב על המשפחה, שקלתי לערוך גם סרטון לפני / אחרי ולהוסיף זמירות שבת ברקע. זה אכן היה ענק!

התגובות שקיבלתי היו מגוונות: מופתעות (אמא), צוחקות (אחיות נשואות), בוכות (אחיות לא נשואות), ותשואות חן חן (הגיסות המנומסות בל כורחן).

שוב ושוב בחנתי את התוצאה, והרגשתי ריגוש אמיתי מאד. משחרר, חוויה חדשה!

הדמיות מרגשות אותי תמיד. כאן יותר מאי פעם, אפילו שלא הייתי אמורה להרוויח על זה דבר, הכנסתי המון רגש, אמוציות ואוירה. זה בית שאני מכירה שנים, אוהבת אותו, מודעת לכל השקעים בקירות ולרצון רק לדחוף אותם בכוחות משותפים.

פתאום יצרתי לעצמי. פסיפס שאני אוהבת, חוויה משפחתית וחדשנית לצד יצירתיות גדולה. אנרגיות!

נִשְׁבֵּית -

כאן זה רק התחיל. בלילה אני לא נרדמת, המוח שלי רק מריץ פרומפטים. מנסה לחשוב על שיפורים ושדרוגים, וגם כשאני נרדמת, חולמת הלאה.

בבוקר קמתי עם רעיון חדש. למה יגרע חלקה של משפחת בעלי והם ימשיכו לחיות בתנאים הנוכחיים אם יש אפשרויות פוטוגניות הרבה יותר? אמנם הסלון רחב ידיים, אבל המטבח חייב תכנון מחדש, ואפשר לשפר אותו לאין ערוך.

וכך אני מרחיבה את השיש הבשרי, מפנקת בארונות נוספים, משכללת באינדוקציה, מזיזה את המקרר ומחליפה את שולחן המטבח הגדול לשולחן בר עם כסאות חינניים. המרתק הוא שאפשר בקלות לזהות שזה המטבח שלהם לפי האביזרים הקבועים שאני שותלת להם במסירות. ההדמיה מושלמת. אני ממש שמחה בשבילם, דירה נאה תרחיב דעתם של בני האדם.

לשלוח למשפחה שלהם פחות מתאים לי, אבל אני מגלה שאני לא יכולה להתאפק עד שבעלי יחזור ויחזה ביצירה. בודקת את הפלאפון. אולי במקרה בעלי התקשר? לוחצת על מקש 2 חיוג מהיר ומנתקת בבהלה.

מהר מתמיד נכנסים הילדים שלי.

מְשִׁיבָה -

בן הארבע מושיט יצירה צבעונית מהגן של שופר וסליחות. אני נוטלת אותה בצירוף מילות התפעלות, ונזכרת שחמותי תולה תדיר על המקרר יצירות של נכדים מהגן. אני שומטת את ידו ורצה לחדר העבודה לסרוק ולצרף ליצירה שלי, הכי אותנטי בעולם.

"לא ראית את היצירה שלי" הוא נזף בי. מנסה למשוך אותה ממני ולהראות לי מדבקות במתכונת. "אני רוצה שתראי" הוא מתעקש איתי שנית. סוף סוף אני נעצרת. מתבוננת בספר הסליחות.

הוא מחכה לתרועות, אבל אני מגלה שהוא לא מצליח לרגש אותי בשום אופן כמו ההדמיה של הבוקר וזו של אתמול. אפילו לא דומה.

"האדם לא נברא אלא להתענג על ה' וליהנות מזיו שכינתו".

הנפש, מצד מהותה הפנימית שואפת ומשתוקקת להתענג על ה'. להתענג מרוחניות. אלא שהאדם משביע את השתוקקות הנפש, על ידי שנותן לה מעדני העולם הזה. אך האמת היא שתשוקתה האמיתית של הנפש לא באה על סיפוקה. לפעמים מרגיש אדם ריקנות עצומה בתוכו. אותה הרגשת ריקנות נובעת מתשוקה של הנפש, מרעבונה של הנפש, להתעלות ולהתרומם ולהדבק בבורא, אלא שמרוב שהוא שקוע בענייני העולם הזה נדמה לו שהוא משתוקק לעניינים גשמיים ומנסה להשביע רעבון נפשו בהם, אך הריקנות מוסיפה לחלחל בקרבו, ואדרבה, עוד מתחזקת ביתר שאת.

המהות האמיתית של הנפש היא- ההשתוקקות להתקרב לקל חי. לפי זה, מהות הנפש היא רצון להידבק בה'! (המשגיח ר' אורי ויסבלום על מס"י פרק א' - ביאור חובת האדם בעולמו)

אני נעצרת לחשוב. משחזרת כיצד אני מנסה להשביע את עצמי ולספק ריגושים. המוח העסוק בניסוחי הפרומפטים, נדודי השינה הבלתי מוכרים- זו רוח תזזית שמשגעת אותי, הריגוש והחוויה גורמים לי באמת להצפה.

אני לא מצליחה להתרגש מהדברים הקטנים, להתייחס לילדים שזקוקים לי ואני אוהבת אותם, להנות ממדבקות במתכונת ומילדה בכיתה א' שלומדת לסדר את החדר בדרך לא מג'ונרטת...

זה הולך ופולש פנימה. מיום ליום יש שינוי העלול להתחזק ביתר שאת.

מחבקת את הילד שלי על היצירה, מחבקת שוב כי אני אוהבת, והולכת לתלות שופר מהדהד וספר סליחות על מקרר אמיתי בלב המטבח שלי.

זה תענוג.

*יש להבהיר כי בניגוד לשימושים הפרטיים המוזכרים במאמר, מחוסר הכוונה ומודעות, כלי הבינה המלאכותית הותרו לשימוש רק לצורך עבודה במקרי חיוב גמור ומתוך הגבלות ברורות, ואכמ"ל.

חוי הימלמן

והפעם- דבש!

כיאה למגזין חגים, הנושא הפעם הוא דבש. והתוצרים- מתוקים מתמיד :)

שוקי עוף בקארי ודבש

זהו מתכון הבית כאן! הקארי מוסיף הרבה מאד, ואם עד עכשיו לא השתמשתן בתבלין הזה- הגיע הזמן!

אפשר להשמיט אותו או לשים במקומו חוויאג' או כורכום, אם כי אין ספק שהשילוב של הדבש והקארי נדיר.

כדי לחסוך כלים וזמן, אני מערבבת את החומרים בשקית עבה, שוטפת את השוקיים, מכניסה לשקית ומשקשקת עד לציפויים המלא- קל, פשוט ומזמין :)

בטוחה שתאמצו את המתכון גם אצלכם- בהצלחה!

- 12 שוקי עוף נקיים
- 1 כוס קורנפלקס גרוס דק
- 3 כפיות פפריקה
- 1.5 כפיות קארי
- 1.5 כפיות מלח
- חצי כפית פלפל
- חצי כוס דבש

מחממים תנור ל- 200 מעלות ומרפדים תבנית בנייר אפייה.

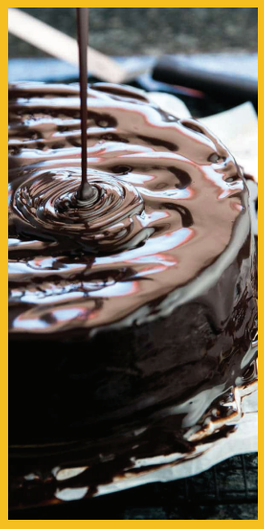
בשקית עבה (זיפלוק) מערבבים את הקורנפלקס, פפריקה, קארי, מלח ופלפל. שוטפים כל שוק במים ומכניסים לשקית. משקשקים את השקית עד לעטיפת השוקיים בתערובת הפירורים מכל הצדדים.

מניחים את השוקיים בתבנית, מזלפים שמן מלמעלה, ומכניסים את התבנית כשהיא לא מכוסה לתנור ל-25 דקות. מוציאים, מזלפים את הדבש ומחזירים לתנור, כשהתבנית אינה מכוסה, לעוד 20 דקות להזהבה.

עוגת שוקולד ודבש

העוגה של החגים- גם שוקולד וגם דבש, טעימה כל כך וקלה כל כך! ציפוי הגנאש הופך אותה לחגיגית במיוחד, ואם תאפו אותה בתבנית קוגלהוף (עם החור באמצע...) בכלל יצאתן מלכות המטבח והרושם!

שמנה לב כי המתכון מיועד ל-4 תבניות אינגליש קייק ארוכות, או ל-2 תבניות קוגלהוף/ תבניות עגולות עם חור בקוטר של 24 ס"מ.



- 250 גרם שוקולד מריר קצוץ גס
- ¾ כוס שמן
- 8 ביצים
- ⅔ כוס דבש
- 1.5 כוסות מיץ תפוזים / חלב צמחי
- 1 ¾ כוסות סוכר
- 1 כוס קקאו
- 3 כוסות קמח
- 2 כפות אבקת אפייה
- 1 כפית סודה לשתייה

לציפוי הגנאש:

- 300 גרם שוקולד מריר
- 1 כוס שמנת צמחית

מחממים תנור ל-180 מעלות. משמנים את התבניות שבחרנו.

ממיסים במיקרוגל את השוקולד והשמן בפולסים של 30 שניות, עד שהשוקולד נמס לחלוטין.

מעבירים את השוקולד המומס לקערה גדולה. מוסיפים את הביצים בזו אחר זו תוך כדי ערבוב עד להטמעה מלאה. מוסיפים את הדבש, מיץ התפוזים/ החלב הצמחי והסוכר, ומערבבים היטב. מוסיפים את שאר החומרים היבשים ומערבבים לאיחוד מלא.

יוצקים את התערובת לתבניות ואופים 45-50 דקות- העוגה תתפח אך לא תגלוש מהתבנית. מצננים את העוגה. אם אפיתם בתבנית קוגלהוף, לאחר שהצטננה חלקית הופכים אותה בעדינות ובזהירות על גבי מגש ומוציאים מהתבנית.

להכנת הגנאש: ממיסים במיקרוגל את השוקולד והריץ', מערבבים לאיחוד ומצפים את העוגה.

חלת דבש

החלות הכי טעימות לראש השנה ולכל השנה.
גם מכילות דבש וגם מצופות דבש, לשנה מתוקה מתמיד!!
מתקבלות 4 חלות עגולות או רגילות גדולות.

2 קילו קמח
4 כפות שמרים יבשים
1 ושליש כוס דבש
4 ביצים L
¾ כוס שמן
3 כוסות מים
4 כפיות מלח
-
להברשה:
4 ביצים טרופות
-
לזיגוג: ¾ כוס דבש

בקערת מיקסר עם וו לישה (או בקערה רגילה עם ידיים טובות :)) שמים את הקמח, השמרים, הדבש, הביצים, השמן, המים והמלח ולשים במשך 10-12 דקות לבצק רך ונעים לעבודה. אם הבצק מרגיש יבש מדי- מוסיפים מעט מים, ואם רטוב מדי- מוסיפים מעט קמח.

יוצרים מהבצק צורת כדור, מניחים חזרה בקערה, מכסים ומתפיחים כשעה-שעתיים או עד שהבצק מכפיל את נפחו.

מעבירים את הבצק למשטח עבודה ומחלקים ל-4. כל חלק מחלקים ל-4 פיסות שוות. (לחלות עגולות- מגלגלים כל פיסת בצק לרצועה ארוכה, ומלפפים כל שתי רצועות סביב עצמן ליצירת בורג, כך שנוצרות שתי רצועות בורג. את שתי הרצועות מלפפים זו סביב זו ואז מגלגלים לצורת עיגול).

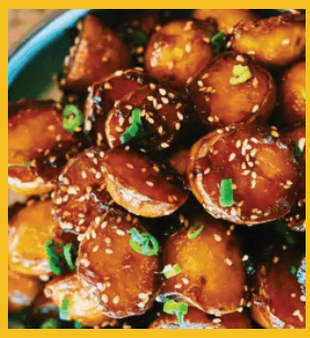
מניחים על תבנית מרופדת בנייר אפייה, מכסים ומתפיחים שוב ל-45 עד 90 דקות או שהחלות כמעט מכפילות את נפחן.

מחממים תנור ל-170 מעלות. מברישים בעדינות בביצים הטרופות ואופים ל-25 עד 35 דקות או עד שהחלות מזהיבות ומתייצבות.

מברישים את החלות החמות בדבש, ומצננים.

תפוחי אדמה בסויה ודבש בסגנון אסייתי

התוספת המושלמת לחול המועד, לסעודת שבת ובכללי-
מי אומר לא לתפוחי אדמה זהובים, מריחים מדהים וטעימים כל כך?



450 בייבי תפוחי אדמה חתוכים לחצאים (או תפוחי אדמה רגילים חתוכים לקוביות גדולות)
4 שיני שום כתושות
1 כוס מים
6 כפות רוטב סויה
4 כפות דבש
1 כף שומשום
1 כף שמן

מכינים את הרוטב: מערבבים בקערה מים, סויה ודבש עד שהדבש נמס לחלוטין.

במחבת, על חום בינוני-גבוה, מחממים את השמן וכשהוא חם מוסיפים את תפוחי האדמה ומטגנים במשך 3-5 דקות או עד להשחמה. מוסיפים את השום הכתוש למחבת ומטגנים עוד 1-2 דקות. מוסיפים את הרוטב ומבשלים עד שתפוחי האדמה סופגים את הרוטב והרוטב מסמיך (כ-7 דקות).

מערבבים מדי פעם על מנת למנוע הידבקות של תפוחי האדמה למחבת. מוסיפים את השומשום ומערבבים. מגישים. (אפשר להגיש עם בצל ירוק פרוס לפרוסות דקות מעל להשלמת המראה).

סלט חזה עוף ברוטב חרדל דבש

הסלט של חול המועד!! גם משביע, גם מרשים וכל כך טעים שהאורחים יבואו רק בשבילו...

למרינדת חזה העוף:
2 כפות מיץ לימון
1 כף דבש
1 כף חרדל
1.5 כפיות שמן זית
רבע כפית מלח
רבע כפית פלפל
חצי כפית קארי (לא חובה)
כ-חצי קילו חזה, נקי
מעצמות ועור, חתוך לרצועות דקות.

לרוטב ויניגרט:
רבע כוס שמן
רבע כוס חומץ
רבע כוס סוכר
1.5 כפיות רוטב סויה
4 שיני שום כתושות
לסלט: 1 חסה שטופה
עגבניות שרי חצויות
פרוסות בצל סגול דקות
פרוסות אבוקדו דקות
כל ירק אחר שתרצו
קרוטונים

מערבבים את כל חומרי המרינדה בקערה קטנה. מעבירים לשקית זיפלוק, מכניסים לתוכה את חזה העוף החתוך לרצועות, משקשקים היטב לציפוי ומשאירים במקרר ל-30 דקות לספיגת טעמים. (לממהרים- אפשר פשוט לצפות את החזה בקערה ולדלג על שלב ההשהיה).

מחממים תנור ל-180 מעלות (או מחממים מחבת פסים), מניחים את רצועות חזה העוף על תבנית מרופדת בנייר אפייה. אופים ל-20 דקות. מצננים.

מערבבים את כל חומרי רוטב הויניגרט. מכינים את הסלט, מוסיפים את חזה העוף ומזלפים את הרוטב. מפזרים קרוטונים ומגישים.

*לתשומת לב: על פי הנחיות משרד הבריאות, אין לתת דבש או מאכלים המכילים דבש לתינוקות מתחת לגיל שנה

לא עליך המלאכה לגמור

חיה פאכטמן
יועצת ומאמנת עסקית
058-4467016
chayap10@gmail.com

חיה פאכטמן היא יועצת ומאמנת עסקית ותיקה עם רזומה עשיר של ייעוץ למאות בעלות עסקים.
יש לה יצירתיות, אומץ,עוצמה ואיכות בלתי מתפשרת שמביאות את לקוחותיה רחוק.
המוטו שלה הוא **העסק גדל בחוץ כשאת גדלה בפנים.**
כשאישה עושה את ההשתדלות הנכונה, צינור השפע נפתח והיא כלי קיבול לשפע.

ספרי קצת על הרקע שלך/ איך הגעת לתחום העיסוק שלך?

כשהתחלתי לעסוק באימון עסקי, הייתי מ-5 הראשונות במגזר. והאמת שאפילו אני בהתחלה לא ידעתי שלמקצוע שלי יש שם. רק ידעתי שיש חסר עצום בציבור שלנו בכלים לפריצה בשוק התעסוקה. לא היו יועצות תעסוקתיות, לא הכוונה ללימודים מתאימים, לא מודעות. אפילו קו"ח לא לימדו אותנו לכתוב.

המצב היום שונה ב- 180 מעלות. לא ייאמן איזה מהפך נהיה בחמש עשרה שנה. בנות מקבלות הכוונה תעסוקתית והשכלה פיננסית עוד לפני היציאה לשוק העבודה, וכמות החרדיות שבוחרות לעבוד כעצמאית רק הולכת ועולה.

מה מייחד אותך מול קולגות בתחום?

השפה הנשית, האמונית, ויכולת המיקוד. מצד אחד- המטרות של בעלת העסק חשובות לי מאוד! כל התהליך מתמקד בפוקוס! פוקוס! פוקוס! איך לפרק חלומות ויעדים גבוהים למציאות.

ומצד שני- המסר שלי הוא לא בכל מחיר.
"לא עליך המלאכה לגמור, ולא אתה בן חורין להיבטל ממנה..."

כשאני עובדת מול לקוחה, תמיד תמיד אני יודעת שבסוף- מפתחות הפרנסה לא בידיים שלנו. הפוקוס הוא לעשות השתדלות מתאימה, ומתן דגש על כך שלא צריך להגזים או לסבול. כל אחת צריכה להיות מחוברת לכוחות הנפש שלה ולחוזקות. ולעשות! אבל מה שאפשרי ומתאים לה בנקודת הזמן הזו.

פעם אחר פעם אני רואה כשבעלת העסק עושה את העבודה שלה (ולפעמים זה כולל להתגבר ולעשות פעולות לא נוחות) רבש"ע שולח, והרבה פעמים בדרך בלתי צפויה...

האם את ממליצה לפתוח עסק עצמאי?

נשים שואלות אותי הרבה- "אז מה יותר רווחי, להיות שכירה או עצמאית?" אולי במקום לעבוד כשכירה ולבקש העלאה פעוטה בכל פעם, פשוט אעשה את העבודה בעצמי וארוויח פי כמה?

ואני אומרת שזה נכון ולא נכון. נכון, כי עצמאי מרוויח לכאורה בלי דמי תיווך. וזה לחלוטין לא נכון כי לעצמאי לוקח שנים להתבסס ועד שהוא יכול לדרוש את הסכומים היפים שהוא חולם עליהם, ובדרך יש הרבה מאוד מחירים.

זה נכון למי שבאופי שלה אוהבת ליצור, להביע, ליזום ולהיות אקטיבית. זה פחות נכון למי שאוהבת סדר יום, יציבות, קביעות ורשת ביטחון, והולכת לאיבוד כשאין לה מסגרת ברורה.

אגב, אם את שייכת לנשים שלא אוהבות בוסים על הראש ולכן חושבת להפוך לעצמאית- יש לי בשורה בשבילך:

לקוח הוא לפעמים בוס "חופר" עוד יותר מהבוס במשרד. ולא די בזה- כל לקוח הוא בוס מסוג אחר, וצריך לרצות אותו בצורה אחרת. זו עוד נקודה שצריך לקחת בחשבון כשפותחים עסק... לוקח זמן ללמוד את האיזון המדויק בין "הלקוח תמיד צודק" לבין הגבולות שלי. ואת העובדה שאף אחד לא קונה אותי, לא משנה כמה כסף הוא משלם. לכל היותר הוא קונה את העבודה המקצועית שלי...

האחוזים של נשים עצמאיות חרדיות הוא הגבוה במגזר הנשי, איך את מסבירה את זה?

זה באמת נתון מעניין, והוא מובן מאוד בהתייחס לדרישות בשוק העבודה. עבודה במשרד משרה מלאה עבור נשים רבות, זו גזרה שאינן יכולות לעמוד בה. לחלקן אפילו ממשרה חלקית יומיומית במקביל לגידול בית מבורך- זו דרישה קשוחה. בנוסף, הרצון של נשים לסביבת עבודה נשית ואיכותית ועדיף בלי זמן מיותר בדרכים, גורם להם לחשוב על פתרונות מחוץ לקופסה. יזמות היא בהחלט אחת מהן. אמנם, בלי לשים גבולות לעסק אישה יכולה לגלות שהיא משועבדת לעסק יותר ממה שהייתה כשכירה. אבל עדיין, זו הדרך היחידה לפרוץ את תקרת הזכוכית.

לפעמים כל מה שבעלת עסק צריכה, זה מישהו שילחש לה באוזן שהיא אלופה!!!

ברגע שאישה היא באמת בעלת מקצוע טובה ויודעת להביא תוצאות איכותיות ללקוח, בכמה שעות עבודה ביום היא יכולה להגיע למשכורת נאה מאוד, בסיעתא דשמיא.

מהו הדגש שלך בליווי עסקי?

הגיע אלי אישה מיוחדת מאוד. אמא למשפחה ברוכה נשואה לאברך. בדמעות ממש סיפרה שהיא גרפיקאית שהיו לה תקופות שהרוויחה נפלא, אך הייתה תקופה שהם נכנסו לחובות עקב שיפוץ, מעבר דירה וחתונה. מאז במקום להגדיל הכנסות- הן רק יורדות עד מצב שאין כסף לעשות קנייה חודשית, אין מאיפה להוציא הוצאות שוטפות...

ישבתי איתה ובניתי איתה תוכנית עבודה:

ראשית שיקפתי לה במה היא טובה במיוחד- ויש בכישורים האלו צורך גדול. הסברתי לה כמה מה שהיא יודעת לעשות (לפי תיק עבודות שראיתי, כמובן) נצרך בשוק שלה. מיקדתי אותה מי הלקוחות המדויקים שמחפשים בדיוק מישהי כמוה. אמרתי לה שאני רואה את העסק שלה עולה מהר מאוד על הפסים, ורק היא זו שצריכה לזקוף את הכתפיים. גם על שיחת מכירה עבדתי איתה רבות, ובמיוחד על התפיסות שלה,

היא הייתה בכזו חוויה של עני בפתח, שהיה ברור שככה אי אפשר לרכוש את אמון הלקוחות.

אחר כך בנינו משפך שיווקי ושיווקנו.

עוד הרבה לפני שהמשפך השיווקי עבד- האנרגיות שלה והפוקוס שהיא קיבלה (והתפילות שלה, כמובן!!!) שינו את העסק פלאים. ממצב של כמעט אין פעילות, התחילו פתאום להיכנס עוד ועוד הצעות עבודה. למרבה הפלא כולן היו קשורות למיקוד שדיברנו עליו בפגישה. ולמה אני מספרת את הסיפור הזה?

כי לפעמים כל מה שבעלת עסק צריכה, זה מישהו שילחש לה באוזן שהיא אלופה!!! וגם אם היא כרגע לא מצליחה להגיע ליעדים בעסק, אין בין זה לבין הערך העצמי והמקצועי שלה- כלום.

לכן לפעמים לא צריך ליווי עסקי. צריך חברה/ קולגה/ אחות שיידחפו ויגידו כמה את שווה, כמה כל לקוח שמגיע אליך מרוויח. אם זה לא עוזר- כדאי לבדוק מה קורה ולא לחכות עד בוש. אבל אז חשוב מאוד לזכור שיועץ/ אסטרטג/ מאמן אמור לתת לך הרגשה של גדלות! ומסוגלות, ורק מתוך זה תוכלי לגדול מבפנים ואז - בעז"ה גם בחוץ.

ספרי על המיזם החדש שבימים אלו יצא לדרך ומהוה בשורה של ממש

אני תושבת הרובע היהודי. במשך שנים חלמתי לפתח עסק שמחבר אותנו, הציבור השומר תורה ומצוות, ללב של העם היהודי, לירושלים. לציפיה לירושלים הבנויה. בס"ד אני מרגישה שקיבלתי הארה שמימית איך לבצע, ובחצי שנה האחרונה פיתחתי שני מיזמים: הראשון, ימי גיבוש לנשים שמחפשות חוויה עם תוכן באיזור העיר העתיקה, זכיתי לגור ברובע היהודי. ופיתחתי קונספט חדשני לתוכניות גיבוש דקה מהכותל. מתאים בול לצוותי עובדות מהמגזר שלנו. באותו סגנון בניתי משחק משפחתי המתאים לכל משפחה, כולל משפחות רב גילאיות המחפשות אטרקציה עם תוכן באזור הכותל. המשחק הוא מעין חדר בריחה בסמטאות הרובע היהודי כולל דרמה חידות והפתעות.

התוכניות ממחישות את מה שהיה כשעם ישראל היה בשיא תפארתו, ומציתות ציפיה חזקה לגאולה השלימה. המשובים שקיבלתי היו חמים כל כך ודוחפים אותי חזק להמשיך.

עקרונות שלא תתפשרי עליהם כבעלת עסק שמורה?

זמן איכות עם הילדים- זה דבר ראשון. זמן הגידול של הקטנים מוגבל ונגמר וחשוב לי להנות ולמצות אותו ככל האפשר.

מעבר לזה, וגם בגלל זה, לא רוצה טלפון חכם. מעבר לנושא הרוחני בעיני זה גורם משעבד מספר אחד.

בעבר עבדתי עם חברה כזכיינית בתוך חברה ארצית לייעוץ עסקי, ושם דרשו ממני במפתיע להיות מחוברת לטלפון חכם. התעקשתי לסרב ושילמתי על ההתעקשות שלי, אבל לחלוטין אני שמחה שלא התבלבלתי.

מה עוד? חסימה מהודרת. דווקא בגלל שאני טיפוס סקרן ומוכרח להתמצא בהרבה נושאים במקצוע שלי- אני רוצה שמקור האינטליגנציה שלי יהיה נקי ונשמע לדברי חכמים

טיפ עסקי שתרצי לחלוק עם בעלות עסקים שמורות?

שימו לעצמכן מול העיניים מודל לחיקוי. אישה שהצליחה בלי לוותר על הערכים. יש כל כך הרבה דיבורים מחלישים שבלי... ובלי... אין מצב להתפרנס. יכול להיות שבמבט ראשוני כך זה נראה, אבל צריך להיצמד לדוגמאות של כאלו שכן הצליחו. שעשו את זה בצורה המתאימה להן, ולקבל מהם רעיונות וגם השראה.

כמה מילים לסיום

עולם העצמאיות השתנה ב-180 מעלות בשנים האחרונות. כשיצאתי לדרך כמעט ולא היו שיטות שיווק חוץ מלהשקיע ים כסף בפרסום בפרינט.השיח היה : בסוף כולם יגיעו לשם (פייסבוק ורעיו) . היום יש כלים, יש קבוצות שנותנות מענה, תמיכה ומוטיבציה. יש אנשי מקצוע מעולים שמכירים את השפה ויודעים איך למצוא פיתרון כמעט לכל אתגר. זה מדהים איך עמידה על עקרונות הפכה לסטנדרט, ויש מקום לכל אחת בדרך שלה להצליח!

קולו של החזן נישא בחלל, מהדהד מכל קירות בית הכנסת. "ונתנה תוקף קדושת היום..."

אני נושמת לרווחה. סופסוף הגיעה בת השכנים ולקחה פיקוד על הקטנים שלי ועל הקטנה של גיסתי האורחת. עכשיו היא מושיבה אותם בשורה בחוץ על הגדר, תוקעת בידי כל אחד מהם פקעלע גדול ממנו, שאני ארזתי בערב החג.

מעדני החג מוכנים על הפלטה, הקטן - גדול שלי בהשגחת אביו ואחיו הגדולים בעזרת הגברים, ואני כאן.

הפעם - החלטתי בהחלטה גמורה ואיתנה לנצל את פסק הנשימה הזה. להתחבר למילות התפילה, להתרגש. להרוויח. לצאת מבית הכנסת עם תחושה מתוקה וממלאת, שתיתן לי כח בימים אפורים. הגעתי מעט לחוצה, כולי עיזוז ותשוקה, מחכה כבר לצלול לים הרגש הטמון במילים היפות האלה ולצאת עם משהו ביד. בלב. חייבת.

הופכת דף.

מנסה לצלול לעומק המילים ונחבטת. יבש. מזכירה לעצמי את המלך שבשדה, את בית המשפט, את המלכת המלך שהוא גם אבא. כלום. משחזרת את כל מה שתכננתי לקרוע עבורו שערי שמים, לאחוז בדלתות הפתוחות, לבכות, להתחנן, ולא ללכת משם עד שיתמלא מבוקשי. גורנישט. תקוע.

שקט עמוק שרר בעזרת הנשים. כל אחת מתייחדת עם מחזורה, מוצאת שם משהו. נוגעת.

משום מה, סידורי חלק, נקי ויבש. גם עיניי. והלב - שותק.

מציצה סביבי בלאט. כתף רוטטת של בחורה. שפתיים נעות של אישה מבוגרת, מונה מעות. עיניים של אישה צעירה נוצצות בברק לח. יהלום. ואני מה?

נפשי הלכה בשבי, הרחק, מותירה אותי בבדידות קרה ואדישה מול מילות התפילה החמות, חלל בליבי. כמו חירש המביט בחתונה, ולא מבין למה כולם רוקדים.

למה ייגרע חלקי, השם. טומנת את פניי במחזור. כל כך התאמצתי להגיע לרגעים האלו, לנשום, להתחבר. לחיות מחדש. ועכשיו?

אנא, הוציאה נפשי ממסגר. שים חלקי בארץ החיים, הנושמים. המרגישים. דמעה קטנה תן לי, שאתן לך חזרה.

שאלה כואבת מכה בי. אולי... אולי איני טובה בשבילך מספיק, השם? אולי... אינני ראויה?...

"לפעמים לא מצליחים להרגיש את מילות התפילה נוגעות בנו", עלתה מולי דמותה הכבודה של מחנכת כיתה י', מביטה בנו מבעד למשקפיה העבים, "מה שעלינו לעשות אז - זה לבכות על כך! לבכות על כך שנפשנו רחקה, הוגלתה והוכתה, עד כי לא נותר בה דמעה אחת של קשר. ואז, אז ייפתח מעיין הדמעות מתוך הטעם המר של הריחוק, והבכי הזה - הוא הוא שיא הקירבה לאבינו שבשמים".

" לא תמיד זה ככה, המורה", לחשתי לה עכשיו בליבי, "לפעמים הנפש הלכה לגלות כל כך ארוכה - עד כי אין בה דמעה אחת לבכות על כך..."

התנערתי. מתרכזת במחזור. אם אין לי תפילה חמה לתת, לפחות אתן תפילה שלימה, של מילה במילה.

שמש יפה של חג זרחה עלי בחוץ, אך לא נגעה בליבי. הבחורונת חלפה לידי, זוהר על פניה, מהנהנת לשלום. בידה המחזור הוורוד שלה, דמעה טמונה בו. וקשר.

אוהבת כל כך את התמונה הענוגה הזאת של ילדים לובשי חג, שמחה בעיניהם, מביטים בי מעבר לאדי האוכל החם. אור גדול בסלון.

לא תמיד זה כל כך פסטורלי, לא לקנא. הם גם רצו סביב השולחן שוב ושוב, נעל אחת נתקעה במפה שרק בנס ניצלה ברגע האחרון מלצנוח עם כל הכלים על הרצפה השטופה. אבל גם בזה יש יופי, לא?

"אמא, טעים ליי!" מצייץ בן השנתיים שלי מעם כיסא האוכל שלו.

"איזה כיף!" מחייך לי בפנים. "מה אומרים לאמא"?

"שתכתבי ותחתמי לאלתר לחיים טובים ולשלום!" מריע הקטן, מצטט את מה שעמלה הגננת לשנן לו מתחילת ה'זמן'.

צחוק בשולחן, רכות עולה בי. מביטה בקערות ההגשה המלאות למחצה. "מה זה" אני גוערת בהם, מעשה נשות ישראל הכשרות, "לא אכלתם כלום!"

"תסתכלי על חצי הכוס הריקה, אמא" מציע הבכור שלי בכובד ראש וכולם מהנהנים אחריו. שוב מחייכת לעצמי.

קמה להביא את המנה הבאה ובוחנת את פני גיסתי. פניה רגועים ושלווים, היא מניחה את בנה התינוק בעגלה ובאה איתי למטבח.

תחושה נמוכה מכה בי. קצת צובטת. אני קטנה לעומתה, ראיתי כמה היא מצאה בתפילה שלה, כמה היא הייתה בת ועבד ורצון. ראיתי. מרגישה קטנה. לבד.

לבד? אחרי הסעודה חלקתי את הרגשות הצובטים עם בעלי.

הוא רק הביט בי ואמר, "אבל מירי, הערך העצמי שלך לא תלוי בזה! את עשית כמיטב יכולתך. השם לא אוהב אותך לפי כמה שהצלחת להרגיש! הוא ברא אותך בן אדם. את רצית מאוד, וזה מה שהצלחת לעשות. לא החוויה קובעת, אלא המציאות הרוחנית האמיתית של המעשה הטוב שלך!"

הרגשתי כמו אדם שנופל מצוק גבוה ומישהו שם לו באמצע הדרך עץ רחב ומגונן. רק תחזיק.

"כן? ככה אתה חושב?" לא הייתה לי דמעה למחות. לו הייתה, הייתי מאושרת. לפעמים הלב הוא כמו אדמה. כרגע יבשה והפוכה, אבל ללא ספק טומנת בחובה פוטנציאל לצמיחה.

"אני יודעת לבכות מצוין" היא מחזירה לו, "אבל אם אני מתכננת את זה - זה לא הולך! עובדה! לכן הייתי צריכה את המים!"

לשוב אלי בתשובה

שעת צהריים. גיסתי נמה לה עם התינוק המלאכי שלה והילדה בת השלוש, שכמו יצאה מסרט הנע של הילדות הצייתניות בעולם, ואילו אני נותרתי לי עם חבורה בנים תוססת שהחליטה ליצור גשר ארוך וצר בין המיטות - כבני מרון.

פתחתי שוב את התהילים, ממשיכה וממשיכה. קולטת פתאום שאין גבורה גדולה מזאת. לפעמים הרגש המתוק של החיבור הוא הפרס המיידי שלנו, אבל כאן זו תפילה לגמרי לשם שמים, עטופה ברצון אמיתי.

כל הכבשים סיימו לצעוד על גבי הגשר, ופתחו בית כנסת גדול וחגיגי בחדר הילדים. הם התחלקו לגברים ונשים על טהרת הקודש, כשהנשים הצעירות עומדות על המיטה ומשקיפות מלמעלה על מהלך התפילה ועל הגברים עוטי הסדינים.

"עכשיו אני הסבתא שבוכה בתפילה!" מכריזה בת השמונה שלי. הולכת לכיור וחוזרת עם עיניים רטובות היטב. עוטה ארשת בוכיה, טומנת את פניה בסידור וזוכה לגערות מהאח הגדול שהיא מרטיבה את כל הדפים. טוענת לחפותה שתמיד דפים בסידור נרטבים. ככה זה אצל כל האימהות, לא?

אני מביטה בשקט מהצד. משהו בי נדרך לו.

"רק אם זה דמעות באמת!" הוא מתנצח. "כאן סתם הרטבת את העיניים, בכלל לא בכית באמת!"

"אני יודעת לבכות מצוין" היא מחזירה לו, "אבל אם אני מתכננת את זה - זה לא הולך! עובדה! לכן הייתי צריכה את המים!"

חלה רגיעה בחדר הילדים. היא מחלחלת גם בליבי. אם מתכננים ומכריחים - זה לא תמיד הולך. שמעתי? אנחנו בני אדם. ואם כל הזמן אני בודקת במבט מבחוץ מה קורה איתי וכמה אני מרגישה - הרגש הטבעי לא יבוא לעולם. הוא זורם בשקט, ומשתחל אל הלב חרישית. רק תירגעי.

נושמת עמוק. עמוק. נרגעת.

מתחילה פרק, מהתחלה. פתאום מרגישה. פתאום מבינה. משתחררת.

אומרת מילה, ועוד מילה. נותנת לעצמי מקום, מבינה לגמרי גם אם לא מוצאת אותו. לא חייבת, לא מחייבת. נוגעת.

וכששבה נפשי מן השבי ההוא, הרחוק, לא נותרה בי עוד מילה.

רק חיבקתי את הספר עמוק בחיקי, שותקת.

ברוכה הבאה.

פעם, כשהייתי בחורה, צעירה ונלהבת, השאלה אותה שאלתי כל מרצה מזדמנת, כל מורה וכל פאנל הייתה: איך אוכל להרגיש מחוברת. זו הייתה שאיפת חיי, כל מה שרציתי להיות. מחוברת. ההגדרה הזו ריתקה אותי לעשרות שעות של דיון עם כל מי שרק היה אפשר.

בהמשך, כשהוצעו לי שידוכים, חיפשתי בחור מחובר. מחובר לעצמו, להקב"ה כמובן, לתורה ולאנשים מסביב. בעיניי, החיבור הזה התבטא בעיניים שיש בהן זיק של חיות. כך נראה בן אדם מחובר, חשבתי.

כשגדלתי עוד קצת, והנה קמה לה משפחתי- השאלה הזו נדחקה לאי שם יחד עם עוד כל כך הרבה שאלות של תמימות ותום נעורים.

ויום אחד, הנשמה שלי שכבר שקעה בערימות הכביסה, בעייפות הלא נגמרת ובדרישות הבלתי פוסקות, שאלה אותי: את זוכרת אותי?

זוכרת איך פעם כל כך רצית להתחבר? להרגיש?

מתי הייתה הפעם האחרונה שהרגשת את החיבור הזה בתוך כל העומס וקהות החושים?

תגדירי חיבור, אמרתי לה.

או, יש הרבה סוגים של חיבור, היא ענתה לי, נראה שבאמת גדלת.

כמו מה? המשכתי לשאול.

יש את החיבור הבסיסי לעצמך, לאיך את מרגישה. בעומק שלך, לא בטשטוש של הכל טוב, תודה, ב"ה.

החיבור הזה שואל אותך איך את מרגישה אחרי שאכלת חבילת שוקולד שלימה בלי לשים לב, ולמה אכלת אותה? מה הרגשת לפני? החיבור הזה שואל אותך מה את מרגישה מול הילד הזה, שהכי קשה לך לחבק אותו ולהיות איתו, מה הילד הזה מביא לך ולמה. זהו החיבור הפנימי ביותר שלפעמים אנחנו פשוט משתיקות אותו כי אין לנו זמן. וכוח. ופניות.

הלוואי שהיה לי זמן להתעמק, אני עונה לה. להשיב לעצמי תשובות ארוכות ומפורטות. הרי לכל מקום אליו אפנה תצוץ בעיה חדשה המחייבת חשיבה פנימית ותשומת לב- הבית, הילדים, הבעל ואני עצמי מייצרים כל הזמן שאלות שהתשובות עליהן הן כל כך בעומק, שאין לי כוח להתחיל לענות עליהן...

את צודקת, ענתה הנפש, החיים שוטפים אותנו בזרם ואנחנו מרגישות כטובעות. הדרישות מאיתנו כל כך גבוהות, והלוואי ויכולנו לממן ולפרגן לעצמנו שעות של הקשבה ואמפתיה אמיתית, בהן נוכל לדבר ולהרגיש את עצמנו מתחברות שוב. אך מה נעשה בינתיים? נניח לחיים לחלוף בלא טיפת מחשבה?

נמשיך לעבור מעניין לעניין ונטשטש את עצמינו בתירוצים אין ספור? הרי בלילה, כשהרשימות בראש מתחילות לכתוב את עצמן, וכל מה שהדחקת ביום מבקש קצת יחס- את שוב מבטלת את הקולות בלילה טוב רעשני, ובעצימת עיניים מתכחשת.

מה לעשות, נשמה, האם זו רק אני? האם כל מי שמסביבי בעבודה ובחיים כן מחוברת? ואם כן, איך?

תשאלי היא אמרה.

שאלתי.

היינו קבוצה של נשים כנות ואמיצות שרצו לפגוש ולהתחבר אל עצמן. התחלנו דיבור משותף, ספונטני, אחרי שחתמנו על סודיות והבטחנו לעצמינו להיות אמיתיות. כי אם לא, מה זה שווה. את דיבורי ה"הכל טוב לי" עם חיוך שמרוח מאוזן לאוזן, אנחנו שומעות ורואות מספיק. כאן בונים.

מתחילים.

דבר ראשון הקשבנו. הוצאנו הכל. כל מה שהיה אפשר להרגיש.

כמה שאנחנו שונות- וכמה שאנחנו אוגרות. הוצאנו הכל בשטף של מילים שרק התגבר כמו זרם מים שנתנו לו לפרוץ. שחררנו. מצאנו מקום. ובואו נכיר.

אני יכולה ראשונה? שואלת אילה, ובעיניים שלה דמעות. כל כך חיכיתי לדבר ושמישהו יקשיב.

בטח, אני אומרת, והיא מתחילה.

אלול עכשיו. והפעם האחרונה בה פתחתי סידור הייתה לפני יובלות. אני לא יודעת אם זו אני, אם זו הפרעת הקשב שלי או שמשהו בחיבור הראשוני לא היה נכון, אבל אני פשוט לא אוהבת להתפלל מתוך הסידור. אתן לא תשפטו אותי, נכון?

> אני מרגישה צורך להתנצל. להגיד שאני כן מחוברת, שלא תחשבו שלא, שאני יודעת שצריך להתפלל

אני מחוברת לקב"ה כל כך, אוהבת ומחוייבת, מתפללת אליו בכל רגע שאני נזכרת, אבל לא מרגישה האמא היהודייה שמתפללת תפילות רותחות שלוש פעמים ביום ומחוברת כל כך לתפילה. אני כל כך רוצה, היא אומרת. אבל משהו מונע להתקרב לסידור. הנה, אפילו עכשיו כשאני מדברת איתכן, אני מרגישה צורך להתנצל. להגיד שאני כן מחוברת, שלא תחשבו שלא, שאני יודעת שצריך להתפלל כי בלי זה אין כלום, שעדיף תפילה ללא כוונה מלא להתפלל בכלל, הכל אני יודעת ועדין...

היא משתתקת והעיניים שלה כבושות ברצפה. אני שואלת אותה:

כל כך אשמה את מרגישה?

היא עונה לי, והעיניים שלה מוצפות בדמעות: אני כל כך רוצה להתפלל, אתן מאמינות לי?

אני רוצה את הקשר הזה איתו, את הידיעה שהתפילה מחזיקה אותי. להיות מאלו שמתפרקות על דודן בזמן הדלקת הנרות. כן, אני מרגישה אשמה, היא אומרת. כי זה נראה שרק אני. שכולן מוציאות סידור וברור להן שזה מה שצריך לעשות ורק אני מרגישה את העול של לפתוח סידור, כי להפרעת הקשב שלי יש מחיר.

עכשיו אלול, היא חוזרת, ואני כל כך רוצה להתקרב ומרגישה כל כך רחוקה. כל כך אשמה. כי אם כבר הפרעת קשב, יש גם את הברכות שאני שוכחת ללא כוונה אפילו שהבטחתי לעצמי מיליון פעם לברך מיד. אלו גם המצוות שבורחות לי באשמתו של חוסר הריכוז. ואני כן רוצה. זה כן חסר לי, רק איך? עוד פעם להתחיל עם הקבלות שמתמסמסות להן אחרי כמה ימים, כי שוב שכחתי מהן? ולא משנה כמה פעמים ניסיתי לזכור.

ממתי זה? אני לוחשת.

מתמיד, היא עונה. ואני מקנאה. מקנאה בכל אותן נשים שהן והסידור והקשר עם הקב"ה, הוא יציב ועומד ובנוי מאלפי שעות תפילה וחיבור, ורק אני כל כך מנותקת ויבשה.

אתן יודעות שזו פעם ראשונה שאני מדברת על זה? היא אומרת.

ואנחנו מקשיבות לה. מרגישות שוב כמה הכנות מקרבת וכמה האמת היא טובה.

ולשאר, נחכה לפעם הבאה.

איך עשה זאת? הנשמה - הנקודה שלי

אילה הביאה את עצמה במקום הכל כך עמוק של חיבור. בחודש אלול אין אחת שלא רוצה להיות מחוברת.

שרוצה להרגיש, להתקרב, להתחרט על דברים שקרו בדרך, על קהות החושים וחוסר הזמן או החשק לשבת עם עצמנו לחשבון נפש מעמיק ומחייב.

כמו אילה, כולנו מביאות איתנו לאלול את כל משקעי העבר שלנו. את הפעמים בהן הבטחנו הבטחות וקיבלנו קבלות שלא החזיקו אפילו חודשיים, את האשמה הזו של "איך אני עדין מקבלת על עצמי את אותה קבלה כבר כמה שנים ללא התקדמות", את הריחוק שהרגשנו במשך השנה- כל אלו צפים דווקא עכשיו.

אחת התשובות העמוקות ביותר שאנחנו יכולות לתת לעצמנו, היא שגם הדרך היא המטרה.

חוסר החיבור לתפילה לכאורה של אילה, הוא המפתח לחיבור בעצמו. הוא זה שמעיר אותה מבפנים ודוחף אותה להתקדם, להתחבר בדרכה שלה, להתחיל להתפלל במילים שלה ולהרגיש את הקשר. חוסר המנוחה שנובע מהתחושה 'אני לא בסדר' ואיך כולן מחוברות לתפילה חוץ ממני, מעיר אותה ולא נותן לה לשקוע לגמרי בתוך בוץ החיים הטובעני. לכל אחת מאיתנו יש את המנוע שמעורר אותה לעשות משהו ולהתקדם, את הפוטנציאל המיוחד שלה להתקרב ולהרגיש: אחת תרגיש שהיא לא מספיק מקפידה על הלכות, השניה תרגיש בושה מהנראות הצניעותית שלה וכן הלאה. הכלי הכי גדול ועוצמתי שיבוא לעזרתנו, הוא במקום להתרחק ולהרגיש כל כך לא בסדר וכל כך רחוקה, אנחנו יכולות לקחת את המקום הזה, שמתבייש כל כך, ולהתקרב בעזרתן. להתחבר דווקא מכוח תחושת החיסרון והרצון. לדבר עליו ולא להתכחש ולעצום עיניים, כי 'גם ככה אני לא בסדר אז אין טעם לנסות לעשות תשובה'.

אחת הדרכים של היצר הרע, שהכי בעולם לא רוצה שנעשה תשובה, הוא להגדיל לנו את החסרונות שלנו, את הפגמים, את כל מה שאנחנו מנסות כל השנה לטשטש עם שכבה עבה של מציאות עמוסה. הוא נותן לנו מראה מגדילה ואומר לנו: נו, את גם ככה לא מתפללת/ לא צנועה מספיק/ לא מקפידה/ מכורה ל, עכשיו תתחילי להתקרב? באלול? את לא זוכרת שקיבלת על עצמך כל כך הרבה קבלות באותו עניין כבר כל כך הרבה שנים וכלום לא התקדם?

ואנחנו מקשיבות לו כמו שאנחנו לא מקשיבות לאף אחד ומאמינות לו, מתייאשות ובורחות לשלל העיסוקים שהוא עצמו מסדר לנו, רק שנעצום עיניים ונפספס את ההזדמנות של אלול.

זה הוא. זו לא את. התשובה שלך אהובה כל כך דווקא בניסיונות שהקב"ה נתן לך. בדברים הקטנים האלו, בחוסר חיבור. זו הדרך שלך שהקב"ה ייעד לך, אלו הבורות שאת צריכה לעבור, ודרך חוסר החיבור הראשוני שלך יש לך פוטנציאל ענק למצוא את הדרך הייחודית שלך להתחבר. תבני לך גשרים של אהבה. בהצלחה!

עולם חדש של ידע

ל א
הייתי דומה לרוב
הנרשמות שנרשמו לסדנת הAI.
אני לא עובדת במשרד ממשלתי, ועל הסמינר שילמתי בכוחות עצמי, כמעט ללא מימון.
היו שהתפלאו לראות אותי מסכמת במרץ, קשובה גם אחרי שעות אינטנסיביות של למידה ולא מוכנה להפסיד אף מילה. אולי ברגע שמשלמים אפילו חלק, יש תחושה חזקה יותר של מחויבות.
במיוחד שגם העבודה שלי עמדה מאחורי, שלחה אותי, השתתפה בתשלום ורצתה שאחזור עם תובנות.
לא נתתי לעצמי להפסיד אף מילה, ובמחשבה לאחור אני שמחה שלא נתתי לעצמי לוותר. היה שווה.
אחרי כל הפרסומים המסקרנים והמבטיחים, אפשר לומר שבאתי עם ציפיות גבוהות. הסדנה ענתה על ציפיותי מעל ומעבר! ההשקעה העצומה ניכרה בכל פרט ופרט! בכל כניסה או יציאה מהרצאה יצאנו עם שי חדש. אגרטל זכוכית יפה, מגזין "דף הבית" המורחב והמושקע, וגם ספל עם פלטת חימום USB אישית, עם הכיתוב "מחוברת, חמה, שמורה".
ואני לא מדברת על הכיבוד המפנק שדאגו לו מסביב לשעון גם לכאלו שהגיעו באמצע ההרצאות, אחרי ארוחת הבוקר הרשמית של המלון, שלא תשב מישהי בהרצאות רעבה...
הסדנה העלתה מבחר נושאים מרתקים, כלים רלוונטיים, מרצים מעולים, תוכן מעשי מאד!!! בפן המקצועי הסדנה ענתה לי על הציפיות מעל ומעבר. נושא הAI הוא מורכב מהרבה בחינות, לא רק רוחנית אלא גם מקצועית. זהו עולם ענק וקל ללכת בו לאיבוד.
בסמינר הרגשתי אחרת, החומר היה ממוקד ומקצועי, והועבר בצורה מעניינת ולא יבשה.
מה שהרשים אותי במיוחד היה ההשקעה הרבה בהופעה ראויה ומותאמת. לפני הקורס היה לי חשש שהמרצים לא יהיו מהשורה הראשונה עקב מגבלות רוחניות ברורות. אך שמורה לא איכזבה, הביאה מרצים בכירים בתחומם גם מהציבור הכללי, ועם זאת ראו בבירור שהיתה פה עבודת שטח יסודית להתאמה מיטבית לשמורות. זה היה קורס יוצא דופן בתחומו. כל כך הערכתי, כאחת שעובדת לצערי ברפש הזה אני יודעת כמה זה לא ברור מאליו.
לעבור שלושה ימים של קורס עם שיח נקי לחלוטין, דוגמאות נקיות שהמרצים הביאו, ולבוש הולם - זה היה ממש מדהים, אני רוצה להודות גם על זה!!
כבר מתחילת הדרך נרתעתי מנושא הAI, אפילו בלי לדעת

בבירור את הסיבות. שמעתי מבעלי על האזהרה הנחרצת של גדו"י בארה"ב, והתעקשתי לא להשתמש, עד שכעסו עלי בעבודה שאני מבזבזת זמן ונאלצתי להתחיל להשתמש בכלי ממנו רציתי לשמור מרחק.

בסמינר קיבלתי הסתכלות חדשה ומבוררת על כל הנושא. הבנתי שהפחד הוא אמיתי, והוא קיבל מימדים וחותמת. יצאתי מהסמינר עם החלטה ברורה להשתמש אך ורק באופן הראוי, ואך ורק לצרכי עבודה. כמו כן לקחתי לדרך עוד סייגים וגדרים מעשיים שאני רוצה לקבל על עצמי כאקסטרה חיזוק בנושא האינטרנט. כי כל קבלה, גם אם היא קטנה- מעלה את הרף ואת המודעות.

הסכנות הוסברו היטב. אני מאמינה שאנחנו יכולות להיות קבוצת שגרירות שתעביר הלאה את הידע, ותוכל להזהיר את מי שלא באמת צריך- שלא ישתמש בזה!!! (איך אמרה לי חברה שפגשתי במלון: "מרגש אותי כל כך לראות את נשות השמורה, כאלו צדיקות ועובדות כל כך קשה לפרנס בתים אמיתיים של תורה. שאף אחד לא יקרא לנו יותר בזלזול "נשות הייטק". שיבואו לראות את כל הנשים שלומדות כאן, וידעו מיהן "נשות ההייטק" שלנו...")

גם בתוך כל המעטפת המקצועית, לא שכחו להעשיר אותנו בקטעי חיזוק ורוח. לאורך כל הסמינר, קראו אלינו מהשולחנות ומהקירות קטעי תוכן מרוממים, שלא נתנו לנו לרגע להישאר אדישות, והזכירו לנו שאנחנו לא סתם בסמינר מקצועי- אלא בסמינר מקצועי של שמורה.

הלימודים האינטנסיביים לא מנעו משמורה לפרגן לנו הרבה מרווחי נשימה. נהנינו לצאת גם לבריכה, לספא, לתוכניות, להופעה של אסתי בר נתן, לארוחות העשירות וגם למנוחה בחדרים המפוארים. השיא היה באירוע הערב המרכזי- "בינה יתרה". הרב ארלנגר עורר את הלבבות, ולאחר מכן לאה הבהירה והפשיטה את הדברים מבחינה השקפתית ומעשית. בערב הוצג לראשונה הפתרון החדש למתכנתות מבית "ישרי לב", ולסיום- מעגל שיח ענק של כולנו, ושירי נשימה.

הנופש המיוחד הגיע אל סיומו. גם כשיצאנו הביתה מרגש היה לגלות איך שמורה חושבת עלינו בכל פרט. קיבלתי שתי שקיות צידה לדרך שנארזו בחום ובמחשבה. אחת אישית בשבילי לדרך הארוכה מים המלח הביתה, ושקית נוספת עם הקדשה "לדור העתיד האמיתי" -

מלאה בפינוקים לילדים, שיהיה עם מה לחזור הביתה...

ואם חשבתן שבזה תם הסיפור, הייתן צריכות לחזור איתנו באוטובוס של שמורה, ולראות את ה'אש' והדיונים המרתקים שקלחו שם. זה היה סוף מושלם לסמינר המושלם...

אני כל כך שמחה שהשתתפתי בסמינר! אני מרגישה שקיבלתי ארסנל מלא כלים וכח, עוד לפני שאני בכלל מתחילה להיכנס לזה לעומק. הגעתי לסמינר בבחינת "דע את האויב", ויצאתי מחוזקת, עם פחד שלא ליפול מצד אחד, ועם כלים וכוחות המניעים אותי קדימה לפעול וגם להיזהר.

תודה לשמורה על הסמינר, מחכה מעכשיו כבר לפעם הבאה!

ש, משתתפת הסמינר.

מתי לאחרונה פינקת את עצמך?

מתי נתת לעצמך רגע של הפוגה?

מתי ישבת עם ה"אני" שלך לשיחה רגועה לשמוע מה הנשמה מבקשת?

מתי נתת מקום לעצמך לשוחח על שאיפות ועל דרך?

מתי מצאת קולגות ושותפות לעבודה הכי יקרה וחשובה בחיים?

מתי העזת לחלום על חברות אמת שנמצאות לעשות את זה יחד?

מתי לאחרונה נשמת ניחוח משכר של ציטוט, מקור והיגד שמדבר אליך ללב?

מתי ישבת לשעה של עליה ושמעת תוכן רוחני ושיח שלא מדברים עליו באף מקום אחר?

465 יקירות כבר עשו את זה!

ב29 קבוצות מאוחדות, הפועמות וממשיכות יחדיו, בתחנות יקיר לי השונות: יקיר לי יסודות, יקיר לי מעצב"ת, יקיר לי מתקדמות.

המשתתפות מוצאות תוכן שאף קורס וקבוצה לא הציעו להן.
מוצאות חברות אמת ושיח בנושאים הכי חשובים ששום הרכב קבוצתי אחר לא נותן.
מוצאות את עצמן מתקדמות למקום שהן לא חלמו שהן יכולות להגיע.

מהות וזהות, בית ועבודה, חברה, ערכים, בחירות והחלטות, טכנולוגיה ומשפחה הן רק חלק מהנושאים המדוברים, משולבים בכלים אימוניים ותכנים מרתקים מלאי רוח וחיבור.

מגיע גם לך! יקיר לי.

465 יקירות לא טועות!

מוזמנת להיות חלק
ולדעת כבר באלול שהשנה הזו את באמת הולכת לגדול.

מה ביקיר לי יסודות:*

4 כנסי ועידה

הכנסים מתקיימים בירושלים ובבני ברק

תוכן השקפתי מרתק הנמסר ע"י הגב' לאה ראם
ומהווה עוגן למפגשי הקבוצה

הוועידות חווייתיות וכוללות גם ארוחת ערב מפנקת

9 מפגשי קבוצה

קבוצות של עד עשרים, בעיר שלך עם מנחת יקיר לי.

ליבון התכנים שדוברו
במפגשים, מעקב ועבודה אישית,
שיח קבוצתי ותוכן המלווה בחומר שמורה מרתק

*יקיר לי 'מעצב"ת', ו 'מתקדמות' הן מסגרות ההמשך של יקיר לי

מחכות לך בעשרות קבוצות בוטיק

ברחבי הארץ: מרכז ירושלים | בית וגן, ירושלים | רמות, ירושלים | נווה יעקב, י-ם | גב"ש, ירושלים | מנהלות ועצמאיות, י-ם | בחורות, ירושלים | בני ברק, מרכז נתיבים | מכבי, בני ברק | בחורות, בני ברק | בית שמש | מודיעין עלית | אלעד | פתח תקווה | ביתר | חיפה | רכסים | רחובות | גבעת זאב

מחיר מיוחד לנירשמות עד כה באלול

יקיר לי

להכיר. באור חדש

לע"נ הבח' אפרים נחום ב"ר חיים זאב

פרטים על הרישום במסרים של 'שמורה'
או במייל: yakir@shmura.org

לומדת על "מלומדה"

אסתר רוזנטל

קל לזהות אותן. ניצוץ מתלהב בעיניים,
התרגשות לקראת כל מצווה,
תפילה מעומק הלב,
חמימות שזורמת בין המילים...
העוצמה שבחידוש!

את מה שאת, ואני והשכנה
ואפילו הרב של השכונה עושים
מגיל שנה ושנתיים,
הן עושות היום לראשונה.
את מה שינקנו עם חלב ילדותנו
הן טועמות רק כעת,
מגלגלות את הטעם על הלשון,
והוא טרי.
את הסעיפים שהיו חלק בלתי נפרד
מתקנון בית הספר,
הן קוראות בהתפעמות. הכל חדש להן!

וזו הבעיה שלנו...

שוב מגיע אלול, מִדפק על דלתנו,
מצטלצל אלינו בקול של שופר בבוקר
ומזכיר לנו בנעימת הסליחות בלילה.
אך אנו מורגלים כל כך,
שקועים ברוטינה המגלגלת אותנו הלאה,
מתקשים להתנער ממסכים ומעטיפות.

כתבה ממוקדת תעטוף אתכן
בדבריו המחזקים של הרב פינקוס זצ"ל.
חודש אחד, כמה שלבים,
והלוואי שתהיה התרוממות והתעלות גדולה!

1 שלב ראשון הבנה

השאלה שהכי מטרידה אותנו בחודש אלול היא- מדוע קשה לנו להתעורר? למה אלול לא נוגע לנו עמוק בלב? ואיפה פגשנו לאחרונה אדם המוטרד באמת מיום הדין המתקרב?

הרב פינקוס מביא את דברי הסבא מקלם. הסבא מסביר שהחינוך המוקדם שלנו שמצד אחד אנו כה מודים עליו ומשבחים אותו, הוא שגרם לנו ששמענו את ציווי המצוות ואת נפלאות דברי התורה לראשונה בילדותנו.

כמובן נשאל- "מה רע בכך, ואפילו מה יכול להיות טוב יותר מילד שגדל ישר לתוך הערכים הנפלאים הללו?" הרי אף אנו כאימהות וכאחיות מתאמצות להחדיר בילדים מצוות, השקפה נכונה ושמחה בקיום המצוות מקטנות ממש.

אלא שילד מתאפיין בתפיסה דלה ובהבנה חלושה וקלושה. כך הדברים נטמעו בנו, ואותה ידיעה ברמה רדודה נעשתה חלק מאיתנו. כך שכל ימי חיינו אנו מתהלכים עם אותה תפיסה.

בפעם הראשונה שהאדם לומד "בראשית ברא אלוקים" הוא בגיל חמש. בשנה שלאחר מכן הוא שוב לומד זאת והדבר לא מהווה חידוש בעיניו... הוא כבר יודע את זה, וכך הוא מייחס את הידיעה הזו למה שלמד בשנה שעברה. וכך גם בגיל עשר, עשרים ואפילו בגיל ארבעים ידיעתו מתייחסת לידיעתו הראשונה מגיל חמש!

ננסה לחשוב- אם לדוגמא יבוא לפנינו אדם, ויצור מגיליון נייר פשוט מטוס בעל שש כנפיים. ימשוך בזנב המטוס וכל הכנפיים יזוזו...! כולנו נתפעל ביותר מפלא שכזה.

אבל אף אחד לא יוצא מגדרו כשהוא רואה נמלה בת שש רגלים, בעל חיים עם מוח, לב ועיניים!

עולם מושלם, פלא אמיתי בגודל מזערי.

בפעם הראשונה שראינו נמלה היינו בני שנתיים, ובאותה תפיסה של גיל שנתיים אנו מתנהלים עד עצם היום הזה...

אז איך אפשר להתקדם?

נמשיך לטפס...

2 שלב שני
שימת לב

העצה הטובה ביותר היא להתחיל להתבונן סביב, לנסות ללמוד מחדש את העולם ואת עצמנו...

יש ללא סוף על מה להודות וממה להתפעל.

קודם כל על עצם בריאת האדם... על פלאי הגוף שניתן לנו במתנת חינם!

הרב פינקוס מצייר לדוגמא מצלמה משוכללת המצלמת בצבעים חיים וברורים. מצלמה המסוגלת לפעול במשך שמונה עשרה שעות ביממה במשך עשרות שנים, אף פעם כרטיס הזיכרון אינו נמחק...העדשה נשטפת מעצמה באופן קבוע במים השומרים עליה מכל קלקול... כמה שווה מצלמה שכזו?

זכינו לשתי עיניים, העולות על המצלמה הכי משוכללת שתהיה אי פעם. האם אפשר לתאר כמה שווה המוח, כמה הלב, ואיך נסתדר חלילה ללא כליות?...

בכל שבת אנו אומרים את תפילת "נשמת". אילו היינו שמים לב לכל מילה ומילה היינו מלאי התפעלות... כל אדם יכול להתפלל ולזמר ולהודות לה' אפילו על הדברים הפשוטים ביותר, המופלאים ביותר!

ומה הלאה?

הלוואי ונזכה להיות ממש מן הקרובים, כמו בעלי תשובה המתקרבים מחדש! חודש אלול מלא התחדשות וקירבה לכולנו!

3 שלב שלישי
פרקטיקה

בחודש הזה ננסה לעקור את ההתנהגות של "מלומדה". להתנתק מההתנהלות ומההבנה השטחית של ילד קטן, ולשנות את התפיסה שאיתה גדלנו. ננסה לגשת לכל דבר כמו אדם חדש, ליצור התלהבות וחידוש בעשיה ובעבודת ה' המוכרת והיומיומית.

כמו אישה צעירה המדליקה נרות בשבת ה"שבע ברכות", תופסת את המציאות במבט בוגר, ומתרגשת מהמצווה החדשה, מהתחינה השבועית ומלחש קבוע מול שלהבות מרצדות.

כמו אימהות ראשונית וטרייה, התרגשות שלא נרגעת, ועיניים שלא שבעות להתבונן על הפלא...

ננסה בכל יום לחדש את עבודת ה' שלנו בתחום אחר:

דוגמאות? בבקשה!

ננסה לבחור ברכה אחת בתפילת שמונה עשרה, ברכה אחרת בכל יום, ולהרגיש שאנו אומרים אותה לראשונה. להבין את הכוונה שלה, לחשוב על עומק המילים. להתחנן באמת לבורא "השיבה שופטינו", ולא פחות להכיר טובה "על ניסיך שבכל יום עמנו"...

להיזכר רק היום! כיצד ראוי לגשת לסעודה. ליטול ידיים לפי כל ההלכות, להתרגש מכך שאנו זוכים לקדש את עצמנו לפני האכילה, לחוות את ההנאה וההודיה בטעימה מהשפע הנדיר שהעניק לנו הבורא.

לכבד הורים בדיבור או במעשה. לראות אותם במבט חדש, להכיר טובה על קיומם, לחשוב על המעלות המיוחדות שיש בהם, לנסות לעשות רשימה של כל מה שפעלו למעננו. להתמלא בהכרת הטוב ולספר להם על זה...

ועוד כהנה וכהנה. כל אחת מכירה צפונות ליבה, יודעת מה מצריך חידוש, ליטוש ועיבוד מחדש.

כך נתקרב בחודש הזה, נעשה עבודה של הסרת מעטה ה"מלומדה" מעל עבודת ה' שלנו. כך נתעלה מעל הרגלים ישנים שהשתרשו, ותפיסות קודמות שהתקבעו מכוח האינרציה.

כך נדע להודות על חינוך עמוק ושורשי שהוטבע בנו, ועם זאת ליצור הבנה מחודשת, לבנות קומה חדשה על היסודות ברמה של אדם מבוגר.

בספר ישעיהו כתוב "שמעו רחוקים אשר עשיתי ודעו קרובים גבורתי". מפרש רש"י: רחוקים - המאמינים בי ועושים רצוני מנעוריהם. קרובים - בעלי תשובה שנתקרבו אלי מחדש.

פרואקטיביות

אלול זה חודש של התחלות חדשות. אמנם התיק שלנו כבר לא מלא בעפרונות מחודדים, מחברות עטופות וספרים בריח של דפוס, אבל זה לא מונע מאיתנו את ההזדמנות לעצור לרגע ולהסתכל על החיים שלנו במבט רענן. אלול הוא חודש של חשבון נפש, אבל גם חודש של אופטימיות. 40 ימים שמזכירים לנו שיש לנו את הכוח והיכולת לעשות שינויים. החודש הזה הוא הזמן להעז ולחלום בגדול, ולראות איך אנחנו יכולות להתקדם בחיים הרוחניים, האישיים וגם המקצועיים שלנו.

ניקח לדוגמה את לאה. כלפי חוץ, היא עובדת במשרה נחשבת מאוד והכול נראה מושלם. אבל לאה מרגישה שהיא עובדת הרבה יותר שעות ממה שהיא הייתה רוצה. היא רווקה, יש לה זמן פנוי והיא שמחה להשקיע, אבל היא תמיד במרוץ ולא מספיקה כלום. השגרה העמוסה פוגעת בהנאה שלה מהעבודה וגם באיכות החיים שלה. היא לא מוצאת זמן לעצמה, לתחביבים או למשפחה, ונמצאת במעגל בלתי פוסק של עבודה ולחץ.

דינה, לעומתה, מוצאת את עצמה בקונפליקטים חוזרים עם המנהלת שלה. התקשורת ביניהן לא זורמת, וכל אינטראקציה מרגישה כמו קרב מתמשך. דינה מרגישה שהיא כל הזמן צריכה להגן על עצמה, היא חשה לא מוערכת, וזה גורם לה לתסכול עמוק. היא מנסה להימנע מעימותים, אבל שוב ושוב מוצאת את עצמה שקועה בהם.

רותי עובדת בארגון גדול בתפקיד משרדי, והיא מרגישה שהיא הגיעה לתקרה המקצועית שלה. היא רואה תפקידים מעניינים נפתחים סביבה, אבל נראה שאף אחד לא מבחין בה או מזהה את הפוטנציאל שלה. כל פעם שהיא רואה מודעה לתפקיד חדש שהיא רוצה לנסות, היא נתקפת בחוסר ביטחון ולא מציעה את עצמה.

המצבים הללו של לאה, דינה ורותי נפוצים מאוד בעולם העבודה. תחושת תקיעות, קונפליקטים עם מנהלים והקושי לאזן בין עבודה לחיים אישיים הם אתגרים שרבות מאיתנו מתמודדות איתם. אבל כשאנחנו שקועות בתוך הקושי והתקיעות, קשה מאוד לראות את הפתרון. אם ננתח למה זה כל כך קשה לנו, נגלה המון סיבות: מעורבות רגשית, הרגלים, תבניות חשיבה, חוסר ביטחון, פחד משינוי ואפילו פחד מהצלחה.

אפשר להרחיב על כל אחת מהסיבות האלה, אבל חשוב להדגיש שלפני הכל ואחרי הכל, אם אני רוצה שינוי - **האחריות היא עליי!**

ברגע שאנחנו מבינות את זה, הרבה יותר קל למצוא פתרונות.

דוגמאות? בבקשה:

דינה יכולה לקבוע פגישה עם המנהלת שלה ולדבר על התחושות שלה בצורה פתוחה וכנה. אולי המנהלת לא מודעת לכך שהתקשורת ביניהן בעייתית. אם דינה תציג את הדברים בצורה מקצועית, ייתכן שיהיה שיפור. היא יכולה גם לבקש לעבור לצוות אחר עם מנהלים שהיא מרגישה שתוכל לעבוד איתם טוב יותר. אפשרות נוספת היא ללמוד מיומנויות תקשורת טובות יותר, ולהתאים את סגנון ההתנהלות שלה כך שהיחסים ביניהן ישתפרו.

רותי כנראה תרצה לעבוד על בניית הביטחון העצמי שלה. כדאי לה גם לזהות ולהגדיר מטרות מקצועיות ברורות: מה היא רוצה להשיג? באילו תפקידים היא מעוניינת? אם היא מרגישה שחסרות לה מיומנויות, היא עשויה לשקול לימודים כמו קורסים, סדנאות או הדרכות שיעזרו לה להפוך למועמדת מתאימה יותר. היא יכולה גם לפנות לשיחה עם המנהלת הישירה שלה ולבקש משוב, לבטא את רצונה להתקדם ולקבל הנחיות איך לשפר או לפתח את עצמה כדי להתאים לתפקידים בכירים יותר.

> להיות הבמאית של הסרט שלך.
> את קובעת את התסריט ומנחה את השחקנית.

הרי לנו מספר דרכי פעולה שונות בתכלית. אף אחת מהן היא לא מפתיעה או פורצת דרך. כולן פשוטות וכאילו מתבקשות מאליהן. אז למה, למען ד', כל כך הרבה נשים חוות את הקשיים הללו ולא מצליחות לצאת מהם, לפעמים במשך שנים ארוכות?

התשובה במילה אחת: פרואקטיביות.

פרואקטיביות היא נקיטת יוזמה ולקיחת אחריות על חיינו ועל הסיטואציות בהן אנחנו נמצאות.

להיות פרואקטיבית, זה ממש כמו להיות הבמאית של הסרט שלך. במקום לחכות שהעלילה תסתדר מעצמה, את קובעת את התסריט ומנחה את השחקנית (כלומר את עצמך) איך לנהוג. זה אומר לעשות השתדלות לשנות את הסיטואציה, במקום לחכות שדברים יקרו לבד: אם זה ליזום שינויים ולא רק להיגרר אחריהם, לשנות גישה מנטלית, לשדרג את הכישורים שלך, להתייעץ עם אשת מקצוע שיכולה לעזור, להיפטר מהרגלים ישנים ואפילו לפעמים לשנות משהו טכני קטן שעושה את כל ההבדל. כל אלו עשויים להיות ההשתדלות המצופה ממך, שתביא אותך בסיעתא דשמיא למקום טוב יותר.

פרואקטיביות היא לא רק להניע את עצמך קדימה, אלא גם להבין שכל פרט משחק תפקיד בסיפור שאת יוצרת. כל פעולה שאת נוקטת היום, עשויה להשפיע על איך הדברים יראו מחר. כל יוזמה של הבימאית, בין אם זה שינוי בתסריט או בחירת לוקיישן, תשפיע על התוצאה הסופית.

אלברט איינשטיין אמר פעם: "לחזור על אותה פעולה שוב ושוב ולצפות לתוצאות שונות- זהו דפוס פעולה הגובל בחוסר שפיות." במקום להמשיך ברוטינה שמובילה לשום מקום, לתסכול ולשחיקה, תהיי הבמאית של הסרט שלך. התפללי להצלחה, חפשי מהי ההשתדלות שלך, צאי לדרך ואל תפחדי לקחת במשחק חייך את התפקיד הראשי!

lafer.miri@gmail.com

לא עולה על הרכבת!

מכירות את אלו שתמיד מגיעים לתחנת האוטובוס שניה אחרי שהנהג סגר את הדלתות והתחיל להתניע, ודופקים בהיסטריה על השילדה המתרחקת תוך קריאות קולניות: 'נהג, נהג, תפתח!'

ובכן, נעים להכיר. זו אני בכבודי ובעצמי.

הגיליון הקודם של 'דף הבית' הוקדש כולו מכריכה לכריכה לנושא של בינה מלאכותית, וכל השיג והשיח בחודש האחרון עסק בבינה ובסכנות שהיא טומנת בחובה.

ואיפה אני הייתי? לא עבר לידי! כלל לא צללתי לעומק להבין מהי הבינה המלאכותית הזו ומהן יכולותיה. פה ושם הקריאו לי כל מיני כתבות חובבניות שעסקו בדיאלוגים די טיפשיים וחסרי תכלית עם הבינה הזו. לא הבנתי את הפואנטה, ובוודאי שלא את הסכנות. בליבי אף חשבתי שמדובר בעוד איום מתוקשר מהסוג של 'באג 2000', או משהו שקשור רק למתכנתות, ולא התעמקתי.

עד... עד ליום חמישי תמים אחד בשלהי חודש תמוז, אז עליתי ירושלימה עם ידידה קרובה. כמנהגינו מדי פעם שמנו פעמינו לשריד בית מקדשנו לשפוך תפילה על צרות הכלל והפרט בגלות זו. מדובר בנסיעה שאנו עושות אחת לתקופה, ולצד המטרה הרוחנית, היא גם שעת איכות של ידידות קרובה ואמיצה.

בתחילה השיחה התנהלה על דא ועל הא, ללא כיוון מוגדר, אך מהר מאד גלשה לענייני עבודה. חברתי המהווה אשת קשר בין כמה בתי ספר למשרד החינוך, סיפרה לי על פלאיה של הבינה המלאכותית. החלטתי לנצל את ההזדמנות, ולעבור שיעור קצר ויסודי בתחום זה. אחרי הכל, גם חברתי אינה עוסקת בהנדסת תוכנה ואין לה כל קשר לתחום, אז שתשתף אותי בחוויותיה ותסביר לי אחת ולתמיד במה מדובר.

לתדהמתי, ואני מתנצלת מראש על הבורות שהייתה לי עד כה בתחום, התברר לי כי אחת מיכולותיה המופלאות של הטכנולוגיה הזו היא לחולל טקסטים: לנסח מכתבים על פי בקשה, לכתוב שירים, דקלומים וברכות על פי נקודות והוראות, ולשכתב קטעי טקסט ברמה אקדמית, קלילה, ידידותית או מליצית - לפי בחירה. ביקשתי כמה דוגמאות, וחברתי סיפקה לי אותן בשפע. היא סיפרה איך הבינה חיברה לה ברכה יפהפיה משובצת במקורות להנהלה, ואיך הטעינה לתוכה חוברת מלאה ידע והלכות בנושא ברכות, ביקשה ממנה לחבר שאלות בפורמט מסוים, ובלחיצת כפתור- הפלא ופלא! הבינה חיברה שאלון ידע יוצא מן הכלל.

מה אומר לכן? אולי אתן מגחכות: 'איפה את חיה? עכשיו נולדת'? אבל אני הייתי בהלם.

אין דבר שיכול להיות כלי עזר יותר מוצלח לעבודה שלי כעורכת לשונית מאשר החידוש העולמי הזה. עד עכשיו שילמתי טבין ותקילין לאחרות על שיכתוב, והביצוע לפעמים היה ממוצע. והנה כאן, בלחיצת כפתור, בשניות ספורות, בחינם ממש - יש לי את מבוקשי בצורה מושלמת, לא יכולתי לחלום על משהו מוצלח יותר.

אני חייבת להודות שלצד ההלם מן התגלית, הלכה והתעוררה בי סערת נפש מוזרה, מן תחושה משונה של אסון מתקרב, אבל לא ידעתי להניח את האצבע ולמקד מה בדיוק מסעיר אותי.

כל היום למחרת, ערב שבת קודש, טולטלתי בסערה איומה. כעסתי על כל אלו שרצים עם הטכנולוגיה קדימה ומותירים אותי הרבה מאחור. מאז ומתמיד לא הייתי שייכת לאלו שקוראים להם בעלי אוריינות דיגיטלית גבוהה, והנה גם עכשיו, בעוד אני יושבת ומזיעה עם התוכנה קוראת מסך שלי על ניסוח טקסטים מילה אחר מילה, כל העולם כבר רץ קדימה, ובלחיצת כפתור מוציא טקסטים ערוכים היטב מתחת ידי הבינה המלאכותית.

היה בי ערבוב מוזר של חרדה לעתידי המקצועי (הרי כבר לא יצטרכו עורכות לשוניות עם הפלא הזה...), עם חרדה לא ברורה לקיומו של העולם (ולאו דווקא במובן הרוחני). חשתי כאילו העולם דוהר קדימה אל עברי פי תהום, והציבור החרדי בעקבותיו. כששוחחתי על כך עם חברה אחרת שכיף להתפלסף איתה על סוגיות החיים, היא אמרה לי ששמעה משל בסגנון דומה אשר לפיו, כל העולם כולו נמצא ברכבת ששועטת במדרון תלול אל עברי פי שחת, והציבור החרדי יושב בקרון האחרון. מי שהמשיל את המשל התכוון אולי להחמיא לציבור החרדי, שאינו קופץ על כל חידוש והמצאה אלא מדדה מאחור, אבל בסערת הנפש שפקדה אותי עד כדי היסטריה כמעט, אמרתי לה: "מה זה משנה באיזה קרון הציבור החרדי נמצא? אם אנחנו כבר על הרכבת, אנחנו נגיע בדיוק לאותו מקום שאליו יגיע הקטר, אולי באיחור של חצי דקה...'

לא היה לי קו ברור וגם לא דעת תורה מוגדרת, כי שוב, לא קראתי מילה וחצי מילה בנושא עד לאותו יום חמישי.

ביום ראשון, כאשר הודעתי למזכירה שלי שעלינו לארגן חומרים לשיכתוב ולשלוח אל החברה שלי, שהציעה את שירותיה בעניין (לי עצמי אין כל גישה לבינה מלאכותית), עצרה אותי מזכירתי המעודכנת בדיוורים של 'שמורה' ואמרה לי: ממה שקראתי, הבינה המלאכותית הזו ממש ממש בעייתית מבחינה רוחנית, וזה מאד לא פשוט להשתמש בה. כהמחשה היא הקריאה לי אחת ממאות התכתובות שהיו בנושא, רק כדי לסבר את אוזני.

אז מה עושים? שאלתי אותה באכזבה.

שואלים דעת תורה ופונים לכתובת המיועדת לכך 'בשמורה', עם פירוט מדויק מה את רוצה, במה את מעוניינת להשתמש ולאיזו מטרה.

וכך עשיתי. וכיוון שהתשובות הברורות נמצאות בינתים בעיקר בנושאי תכנות וכלי AI, ובתחום שלי אין עדיין תשובה מוגדרת וכלי שברור לחלוטין שאין בו בעיה, נכון לעכשיו אני ממשיכה לתת קטעים לשיכתוב באופן ידני בתשלום מלא, ו... אני חשה אט אט איך שבה אלי שלוות הנפש, כי.... כי בעצם לא מתחשק לי לעלות על הרכבת, גם לא על הקרון האחרון.

רגע קיום

נ. ארי

21:00: על כוס הקפה שלי כתוב: האמא הכי בעולם.

דיאלוג

אני: זהו. עכשיו זה רק אני ואת.

כוס קפה: האמא הכי בעולם.

אני: למה את רומזת? בסך הכל השכבתי אותם לישון!

כוס קפה: האמא הכי בעולם.

אני: זה לא הוגן. הם הוציאו אותי מהדעת.

כוס קפה: האמא הכי בעולם...

אני: את יכולה לעזוב אותי? יום שלם הייתי על הרגלים.

כוס קפה: האמא?... הכי?... בעולם?...

אני (מצטדקת): תיראי את הבית. פיקס.

כוס קפה: האמא הכי בעולם.

אני (מתקוממת): תראי את הכיור. פיקס.

כוס קפה: האמא! הכי בעולם!

אני (מתחננת): תראי את האמבטיה! פיקס!

כוס קפה: האמא הכי. בעולם...

אני (דופקת על השולחן): מספיק!!!

כוס קפה: וווש.

אני (מושיטה יד): לא!

כוס קפה ורצפה: בום!

אני: מזל טוב.

אני: (מטאטאה רסיסים).

אני: (מוציאה מהארון כוס קפה חדשה).

אני: זהו. עכשיו זה רק אני ואת.

כוס קפה חדשה: אשת חיל מי ימצא.

מונולוג

שאף אחד לא ימכור לכם אחרת: להכין קפה זה קל.

מה זה קל. בדיחה.

בסך הכל לחצות את הפרוזדור, להיכנס למטבח ולחפש כוס נקיה.

לחפש כוס נקיה זה קל.

בסך הכל לפשפש בכיור, להזיז את הצלחות, להזיז את הכפות, להיתקל בשאריות של משהו חשוד, לשטוף את הידיים, לשטוף את הכלים. למצוא את הכוס נקיה כבר בארון. להרתיח מים.

ולהרתיח מים זה הרי קל.

בסך הכל ללחוץ על הכפתור, לתהות למה הוא קופץ, ללחוץ עליו שוב, להיזכר שהקומקום מקצר, להרים את השלטר, להתפשר על מים פושרים. לשים סוכר.

לשים סוכר זה קל.

בסך הכל להוציא את הקופסה מהארון, לצעוק מי השאיר אותה עוד פעם פתוחה, לנסות לפנות מתוכה את הנמלים, להתייאש מלפנות מתוכה את הנמלים, לזרוק את הסוכר לפח וזהו, לחפש סוכר חדש, להתייאש, ללכת לבקש מהשכנים.

לבקש מהשכנים זה קל.

בסך הכל לדפוק על הדלת, לשאול מה נשמע, לשמוע מה נשמע, להישאל מה נשמע, לספר מה נשמע, להיזכר שאנחנו כבר חייבים להם חבילת סוכר אחת, להתגבר על הביזיונות, לבקש אם אפשר אולי סוכר אחד, בהשאלה.

מכאן והלאה זה באמת כבר סוף הדרך. פשוט לחזור הביתה, להרתיח מים מחדש, להרים את השלטר מחדש, לשים סוכר, לשים קפה, לשים מים פושרים, לגלות שאין חלב, לבקש מהשכנים.

לקבל מהם חלב בהכשר אחר. להגיד אולי זה בסדר, להגיד אני אשאל את בעלי, להצליח להשיג אותו בטלפון.

להצליח להשיג אותו בטלפון.

הופס. זה כבר קשה.

פרולוג

שותות שבעולם
- אדם ניכר בכוסו:

נס קפה: קפה זה יש לשתות בנשימה עצורה ועל רגל אחת. ברגל השניה מומלץ לנעול נעליים, לכתוב פתק איחור, לחפש דחוף את התיק של העבודה ולשאת תפילה לישועה.

קפה שחור: קפה זה יש לשתות בפרצוף קודר ובעיניים דומעות. הרי ידעת שלא יישאר לך חלב במקרר. הרי ידעת שהקפה הזה יעשה לך רק רע. ידעת שיהיה לך ערב נורא. ידעת. לכן אכלת בשרי בצהריים.

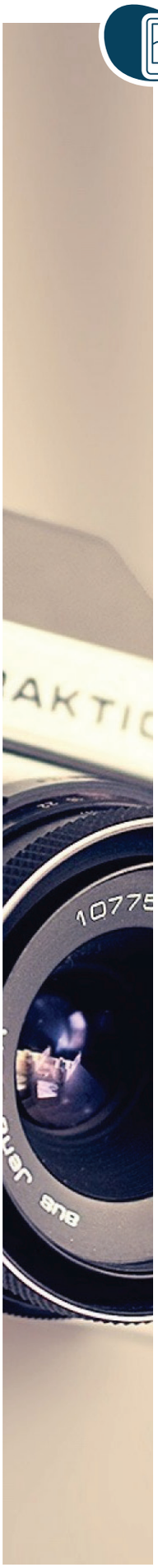
קפה נמס: קפה זה יש לשתות כשהוא רותח תוך עמידה ישירה מול המזגן במטבחון ונפנוף אגרסיבי של יד שמאל מול הפרצוף. טיפ: שדרגו בשיחה מרתקת על מצב מזג האוויר. נכון שלא היה עוד קיץ כזה.

קפה טורקי: קפה זה יש לשתות טורקי-טורקי. בין לגימה ללגימה מומלץ לשמור על מרחק ממוצע של מכונת כביסה אחת, שני כיורי כלים, ושלושה ילדים שהתעוררו מהשינה בדיוק כשמצאת לך שוקולד.

קפה הפוך: קפה זה יש לנגב מהשיש בעזרת טישיו דו שכבתי. לחילופין, ניתן לגרוף אותו מהרצפה במקל גומי ובזעם כבוש. אנרגיה מיידית מובטחת.

אייס קפה: קפה זה יש לשתות בדלתיים סגורות, במרחק של מאה קילומטר מהמשקל הביתי ובמהירות של שבעים נקיפות מצפון לדקה.

ללא קפאין: קפה זה אין לשתות.



נַפְשִׁי,
מִי יָשִׁיב לִי
תֹּם קוֹלֵךְ
בַּצַּר, אָבְדוּ לִי
עִקְבוֹתַיִךְ
וְאַלְפַּיִם
שִׁעְבּוּד
הִרְחִיקוּ מֶנִּי
אוֹר פָּנַיִךְ
דִּמְעָתֵךְ
עַל לֶחִי
בְּזַעְקִי-
כָּל מִשְׁבָּרַיִךְ
בְּעֵת אָשִׁיר
בְּעֵת אֶכְסֹף
גַּעְגּוּעַי - הֵד
אִמְרוֹתַיִךְ
וְלֹא אֶשְׁקֹט
וְלֹא אֶחְדַּל
עֲדֵי אֶמְצָא
מְקוֹם סְתָרַיִךְ
עֲדֵי אָשִׁיר
שׁוּבַת שְׁבוּתֵךְ
פְּדוּת שָׁלוֹם
לִמְנוּחוֹתַיִךְ
כִּי דַּ'
רָאָה אֶבְלֵךְ
שׁוּבִי נַפְשִׁי,
גָּמָל
עָלַיִךְ.

בס"ד

שיר לדרך

8 שבות אלול תשפ"ד

בשם רבבות חברות 'שמורה' - קהילת העובדות החרדיות
בשם אלפי משתתפות הכנס
בשם עם ישראל כולו - הזוכה לנשים איכותיות
המתחזקות בעבודת ה' למרות אתגרי התעסוקה

התודה והברכה

לרב צביקה כהן שליט"א

יו"ר סיעת ש"ס בעיריית ירושלים

וסגן ומ"מ ראש העיר

על הנכונות לעמוד לימין הקהילה,

בסיוע בהפקת כנס אלול שהיה משיב נפש

ומתן האפשרות לרבבות חברות
לזכות בחווית אלול
מתוך חיבור גבוה וקרבת אלוקים טהורה

יברך ה' חילו ופועל ידיו ירצה
בתפילה
שיוסיף ה' כח להרבות פעילות של קדש,
ולסייע בהעצמה ובשגשוג של עוד ועוד מיזמי קדושה

רחל אשאם