

המסע
אל
שער השמים

הפסח קת קפה

מאניק
ווילף

מוגש לפניכן פרויקט מיוחד לימים הנוראים - 'המסע אל שער השמים'. מסע שמתחיל מחודש אלול ועד תפילת נעילה, שבו אנחנו עוברים בתחנות מיוחדות ומשמעותיות שמקדמות אותו אל היעד - קרבת אלוקים. אפשר לעבור בתחנות האלה, לסמן בהן 'וי' ולהמשיך הלאה, ואפשר לעצור, לחשוב, להבין את מהות התחנה ולדלות ממנה כלים להמשך המסע. האתגר הגדול שלנו, כנשים, הוא לשלב בכל דבר שאנחנו עושות רוח וגשם: להתפלל תפילות ר"ה וגם לשמור על הילדים, לבשל סעודות וגם לחזור בתשובה... לכן הפרויקט משלב בתוכו רוחני, הלכות לנשים וגם עצות מעשיות, טיפים ומתכונים. יתכן שחלק מהדברים שתקראי יהיו מוכרים. הרעיון לא היה לחדש אלא להביא נקודה מעניינת או סיפור מרגש שיקרב ויעורר אותנו לקראת הימים הגדולים שלפנינו. אני מזמינה אתכן לקחת יחד איתנו חלק במסע המופלא הזה לשער השמים. מוזמנת בשמחה להפיץ, ואם את עדיין לא מנויה לקהילה המדהימה שלנו תוכלי לעשות זאת [בלחיצה כאן](mailto:office@hafsakatcaffe.co.il) או לשלוח מייל לכתובת office@hafsakatcaffe.co.il ולבקש להצטרף.

**שנה טובה ומתוקה ושיתקבלו כל תפילותינו לטובה!
דיתי**



המסע חשוב - לא פחות מהיעד

חודש
אלול

תחנה 1
מספר



את
נמצאת
כאן



תזכורת

המלך בשדה, צאי אליו!



מה את לוקחת
איתך מכאן?

כמה שיותר זכויות
לקראת יום הדין.



יעד

30 ימים של חסד
וקרבה לקב"ה

”ראה עמידתנו דלים וריקים” – ע”י עמידתנו כדלים וריקים אנו זוכים למידת ארך אפיים.

היסוד של ראש השנה הוא להרגיש ולהבין שבעצם כרגע אין לנו כלום – לא ילדים, לא פרנסה, לא בריאות, לא דירה, כלום! להבין שכל מה שאנחנו מרגישים שהשגנו לא תקף לגבי שנה הבאה ואין הבטחה שנקבל חזרה את הילדים שלנו ואת הפרנסה שלנו. מפחיד לחשוב על זה, אבל אם נגיע ליום הדין עם הבנה שבעצם אין לנו כרגע כלום – נזכה בעז”ה לקבל מחדש את המתנות שהיו ברשותנו ומתנות נוספות.

קיבלנו חודש שלם להתכונן לראש השנה, 30 יום מלאים, אבל איכשהו היינו עמוסות כל כך בשבועות האחרונים עם הילדים, החופש, עטיפות ספרים ותחילת הלימודים – ומרוב עומס פשוט לא הגענו לזה. לא מצאנו מספיק זמן ופניות לחזור בתשובה, לחשוב, להתכונן ולהיערך כמו שצריך ליום הדין.

זה מפחיד, כי המשפט קרוב כל כך. נשארו ימים בודדים להתכונן וזה מעט מאוד זמן ביחס לכל מה שעשינו במהלך כל השנה... אז מה אפשר לעשות כדי לא להגיע ליום הדין בחוסר כל? להגיע אליו בחוסר כל!



בימים אלו, ימי ההכנה ליום הדין, יום שבו ”תחתוך קצבה לכל בריותיך”, מן היושר לכל בר דעת לדעת כי תחת היגיעה והעבודה הקשה על הפרנסה במשך ימות השנה שכאמור ממילא אינה מועילה במאומה, עדיף לו להזיע ולהתיגע בזה החודש בתפילות ובאמירת תהילים ובזה יקצור רווחין נאים וגדולים למשך כל השנה הבעל”ט. ולא רק בפרנסה הדברים אמורים אלא בכל עניין ועניין, אדם אשר ישקיע כוחו ומרצו בתפילות כראוי בימים אלו יחסוך מעצמו מטרחות ויגיעות במשך כל השנה כולה!

מובא בשם ר' אלימלך בידרמן.

"המלך הודיע לנו מוקדם כדי שנתכונן לבואו בהתאם למה שאנחנו יכולים. נעשה ניקיון יסודי בכל הבקתה, נתקן את הכיסאות ונארגן כיבוד נחמד, אבל לא נעשה מה שאנחנו לא יכולים לאפשר לעצמנו. אני בטוחה שהמלך לא מעוניין בכך".

מלך מלכי המלכים מגיע אלינו פעם בשנה, ואז אנחנו שואלים את עצמנו בייאוש: האם נצליח לתקן את עצמנו כראוי לקבלת מלך מלכי המלכים? והתשובה היא – לא. הקב"ה לא דורש ממך בשלושים יום לעלות לרקיע השביעי, אלא רק לבדוק מה את כן יכולה לעשות לכבודו בשלושים יום הללו, ואם תתקני ותכיני את עצמך כפי שאת יכולה – תזכי בוודאי להיכתב לאלתר לחיים טובים.



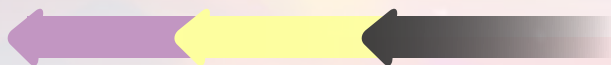
מובא בספרי המוסר: משל למלך שהיה מגיע אחת לשנה לבקר בבתי נתיניו. כדי שיתכוננו לבואו היה שולח להם 30 יום לפני בואו מכתב ובו תאריך ההגעה.

שנה אחת זוג אנשים עריריים ועניים קיבלו מכתב מהמלך ובו הובהר להם שבעוד 30 יום המלך הולך להגיע לבקדם בביתם.

הבעל רץ לאשתו בחרדה ואמר לה: "מה נעשה? תראי איך הבית שלנו נראה, הקירות מלאים בעובש, החלונות מלוכלכים כל כך שלא ניתן לראות דבר דרכם, אין לנו ולו כיסא אחד שלם שהמלך יוכל לשבת עליו. אנחנו חייבים לעשות שיפוץ רציני בכל הבית לפני שהמלך יגיע. נצבע את הקירות, נחליף חלונות וריצוף, נקנה ריהוט חדש..."

ענתה לו אשתו: "במשך שלושים שנה אני מבקשת ממך לעשות תיקונים בבית, אבל אתה אומר לי שאין לנו כסף, אז מהיכן תביא עכשיו את הכסף לשיפוץ רציני כמו שאתה מתכנן?"

"אני לא יודע", השיב לה הבעל בכנות, "אבל אין לנו ברירה!", הוא פסק. "המלך לא מצפה מאיתנו לארח אותו כמו בני עשירים", ענתה האישה. "הוא כן", השיב לה הבעל, "אחרת הוא לא היה מודיע לנו על ביקורו 30 יום קודם. הוא הודיע לנו מוקדם כדי שנוכל להיערך לקראתו כראוי".



מובא בשם רבי משה שטרנבוך:

אלול הוא כמו סוף עונה בחנויות, שאז בעלי החנויות עושים הנחה כדי להיפטר מהסחורה. כך, לפני שהשנה מסתיימת, הקב"ה נותן לנו סייעתא דשמיא מיוחדת והזדמנות לגמור את השנה בתשובה ובטוב. כדאי לנצל את סוף העונה הזו, היא לא תחזור עד שנה הבאה...



למה יום הדין קודם ליום כיפור? לכאורה היה עדיף להיפך - קודם מתנקים מעוונות ואחר כך ממליכים עלינו את הקב"ה. מתרץ רבי ישראל סלנטר, שכפרת יום כיפור באה אחרי התשובה, והדרך לחזור בתשובה היא בהכנעה והכרת החטא על ידי שנשבר ליבו ביום הדין.

- טיפ -

זה הזמן להתחיל את שיחות ה"שנה טובה" לכל אלו שראויים לשיחה אמיתית ולא רק לכרטיס דיגיטלי במייל. אל תחכו לרגע האחרון כדי שלא יתערבב לכן עם הבישולים והכביסות של ערב החג.



אלול שלי | ג.סגל



**”ועל ‘אלול’ שלי
מה יהא?!”
מחשבה עולה בין אדי הקפה...
‘אלול’ שלי, היכן?
האם לקראתו לבי מוכן?**

‘אלול’, איך?
אולי אי שם
בין כתלי הסמינר
נשאר לו האלול
זה המוכר,
המנער,
המעורר,
הפוחח דלתות לדופקים
המזמן לשדות מלכים...
ואיהו אלול היום,
כשאני בין מוצץ לטיטול

ו’אלול’ צועק בי בבלבול..
איך אלול
של ‘סליחות’ ועל חטא
ובן מתחטא אל קונו
חרטה, ודוי וקבלה לעתיד
וכתם מוסר מלבנו...

ועכשו את תוהה
בין כלים וכביסות
הבו לי ‘אלול’
להתקרב, להתעלות.
אך אם רק תביטי,
תגלי במפתיע -
המלך כבר כאן
בתפארתו הוא מופיע.
הוא לא רק בשדה,
הוא קרוב עוד יותר
לא מבקש ממך למהר
הוא גם כאן במטבח
בתבשיל מהביל, במרק צח.
בארוחת הערב,
בקפול עוד גרב,
בפעוט הרחוף
ובקפה המהיר, הלחוף...

הוא בצנרון המעמלן,
בבגד הריחני
אם יהודיה!
הא לך האלול הכי רוחני!

כל רגע ביומך
הוא התגלמות אלולך
כלך עשויה תשובה
זו הרצויה, זו האהובה!
וכשיתקע שופר בעיר
ואת תוציאי מן המקרר הסיר
עת עם חרד יעמד בתפלה
ואת תעסקי בין מריבה ליללה...
דעי כי המלך אוהב,
שנתיניו מבצעים את תפקידם היטב
ולא זונחים את הצאן
כדי לרוץ לפגשו עם כל ההמון
מעריך את העומדים על משמרתם,
סמוכים כי המלך יעבר גם אצלם

**והוא יגיע, זה ברור
אין ספק
ושנה טובה
לך ירשם לספק!**

המסע חשוב - לא פחות מהיעד

ראש
השנה

תחנה 2
מספר



את
נמצאת
כאן?



תזכורת

המלך שאותו תמליכי
עליך ברטט ויראה הוא
גם אבא שלך.



מה את לוקחת
איתך מכאן?

ה' הוא המלך!



יעד

ראש השנה, יום
המלכת הקב"ה
למלך עלינו

- טיפ -

איך לחתוך רימון בקלי קלות?

חתכו את ה'כתר' של הרימון. חלקו את הרימון לשני חלקים לרוחב הרימון. הניחו חצי רימון על כף היד כך שהקליפה כלפי מעלה, מעל קערה. בחפץ כבד (פטיש שניצלים, כוס זכוכית עבה) דפקו על קליפת הרימון, בתחילה בעדינות ואז בחוזקה עד שכל גרעיני הרימון יפלו לקערה. עשו זאת גם לחצי הנוסף של הרימון.

שיטה נוספת:

מלאו קערה גדולה במים, חתכו את הרימון ל-2 והכניסו חצי רימון לקערה. הפרידו את גרעיני הרימון מהקליפה בתוך המים. בצורה כזו השטח מסביב יישאר נקי, הגרעינים ישקעו במים ואת הכלוך שיצוף תוכלו לאסוף בקלות



מתכונים לסימני ראש השנה

קרא - "שתקרע רוע גור דיננו ויקראו לפניך זכויותינו"

שוטפים את הקרא ופורסים לפרוסות בעובי של סנטימטר. מערבבים בקערה 2 ביצים עם מלח, פלפל שחור ופפריקה. בקערה אחרת שמים קמח. טובלים כל פרוסה בקמח ואז בתערובת הביצים. מחממים שמן במחבת ומטגנים כל פרוסה משני הצדדים.

קציצות כרתי - "שיכרתו אויבינו"

2 יחידות כרישה - לחתוך לפרוסות דקות. לחלוט במים רותחים ולסנן. לערבב בקערה ביצה, 2 כפות פירורי לחם, מלח ופלפל שחור. להוסיף את הכרישה. לחמם שמן במחבת. לקחת עיסה בכף ולהניח בשמן הרותח. לטגן משני הצדדים.

רוביא - "שירבו זכויותינו"

לבשל במי מלח עד להתרככות.

פשטידת סילקא - "שיסתלקו שונאינו"

חבילת עלי סלק - לחלוט במים רותחים, לסנן ולקצוץ דק. לקצוץ בצל גדול ולטגן עד להזהבה. לערבב בקערה ביצה, מלח, פלפל, 2 כפות שקדים קצוצים. להוסיף את הסלק הקצוץ. להעביר לתבנית, לפזר שקדים קצוצים לקישוט. לאפות בחום של 180 מעלות עד שהפשטידה מוכנה

עבודת האימהות המטפלות בביתם

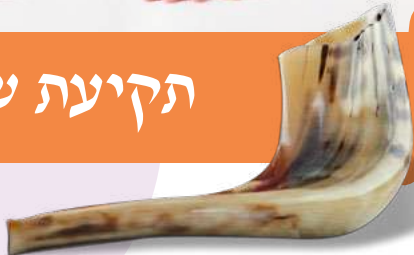
רבי אליהו לופיאן זצ"ל היה אומר: יש לי בקבלה, שהנשים שנמצאות בבית בימים נוראים ומטפלות בילדים הן אינן זקוקות לכל התפילות וכל האווירה שיש בבית הכנסת בשביל שהתפילות שלהן יעלו למעלה. להן יש צינור ישיר עד למעלה, עד לכיסא הכבוד, ובכמה מילים שיש להן אפשרות לומר ולהתפלל, הן מתקרבות לכיסא הכבוד עם כל הציבור שעומד שעות ארוכות ומכתיר ומבקש ומתחנן מאת המלך הקדוש היושב על כיסא רם ונישא.

(הגה"צ ר' לייב לופיאן זצ"ל)



תקיעת שופר

פינת
ההלכה



נוהגים לפני תקיעת השופר להגיד 7 פעמים את פרק מ"ז בתהילים. בפרק הזה מופיע הפסוק: "כי לאלוקים מגיני ארץ מאד נעלה". מובא בספרים הקדושים: לקב"ה יש מגן בעבורנו, מגן איכותי ונעלה מאוד והוא השופר שבכוחו להגן עלינו מצרות.

נשים פטורות מתקיעת שופר (שו"ע תקפ"ט, סע' ג), ומ"מ הן יכולות לקיים את המצווה ויש להן שכר כמו מי שאינו מצווה ועושה. וכתבו האחרונים שבזמננו קיבלו הנשים עליהן לשמוע את תקיעות שופר כחובה. לדעת השו"ע לא יברכו על התקיעות, אך הנוהגות כהרמ"א יברכו.

- טיפ -



הבאת ממתק לילדים כדי שיהיו בשקט בתקיעות? אל תתפתי לחלק להם מיד כשאתם מגיעים לבית הכנסת. המתיני שהמתפללים יסיימו לקרוא את "למנצח" ורק כשמשתרר שקט בבית הכנסת חלקי לכל ילד ממתק.

אתמול ראיתי אותם.

עברתי ברחוב יפו, בדרכי לסליחות בכותל, אפופה באווירת אלול המנשבת עם צינת הלילה של ירושלים ולא יכולתי שלא לבכות כשראיתי אותן.

כשראיתי את כל אותן נשמות אומללות הרחוקות כל כך, מתגעגעות כל כך ואפילו לא יודעות למה הן

מתגעגעות... לא צריכה לספר לכן איך נראה הרחוב בחצות הלילה... המשכתי לצעוד במהירות כשבליבי כאב אמיתי, מנסה להכיל את הניגוד בין האווירה שאופפת אותי לבין האווירה ברחוב עצמו...

ואז חשבתי לעצמי, את – זכית.

זכית בזכות גמורה להיוולד לתוך המציאות הזו של חיי תורה וקרבת אלוקים אמיתית. את חיה ומרגישה את קרבת ה'.

אבל אלה? אלה לא זכו, גם אם הבתים שנולדו בהם נראים כמו בתים של קרבת ה', ואפילו אם הבתים שנולדו בהם הם אכן בתים של קרבת ה', אך הם לא זכו באמת להרגיש אותה...

בטח אם נולדו לתוך מציאות של ריחוק וניכור, מציאות של חוסר ידיעה. את הולכת עכשיו לסליחות, להתקרב אליו, להיטהר.

את בעוד שבוע תעמדי בבית הכנסת בתחושה מרוממת ותבקשי עם כולם "גלה כבוד מלכותך עלינו... והופע והינשא... לעיני כל חי" תתפללי על גילוי שכינה, על המלכת ה', על מציאות אלוקית שלמה.

והם?

הם יסתובבו... יחפשו את עצמם ואת ליבם... אני לא באמת רוצה לחשוב היכן הם יהיו...

ואז חשבתי עליו, על בורא עולם.

לא הרבה יהודים יש בעולם, ומתוכם כל כך מעט שמכירים בו, שמבקשים על התגלות מלכותו, שממליכים אותו!

יש צער שכינה גדול מזה?

אני לא יכולה להתעלם! אם כל אותם ילדים שלו לא מכירים בו, לא ממליכים אותו, רחוקים ממנו כל כך, הכוח שלי כפול ומכופל! האחריות על גבי הרבה יותר גדולה!

עלי לבקש, להתפלל ולהמליך לפחות כמו עוד אחד, אם לא יותר... אני קוראת לך להצטרף אלי, מהבית, מבית הכנסת, מהחצר... מכל מקום שבו תהי.

קחי בליבך עוד יהודי אחד שרחוק מאבא, שלא נמצא איתנו שם, שלא זכה להתרוממות של ימי הרחמים והסליחות, ובשעת התפילה, התפללי גם בשבילו, היי לפיו,

בטאי את את רצונה של נשמתו שהוא כנראה אפילו לא מודע לה... כשאת זועקת "יהא שמיה רבא מבורך לעולם ולעולמי עלמיא" – תצעקי גם את הצעקה שלו, של הנשמה שלו, שרק רוצה את ייחוד מלכותו בעולם.

"... וישמעו רחוקים ויבואו, ויתנו לך כתר מלוכה."

פילה דג עם כרישה ורוטב חרדל מעודן אביגיל מייזליק

הדג נאפה-מתאדה בתוך מעטפת של נייר אפייה יחד עם חומרי טעם וריח וציפוי טעים במיוחד של עיגולי כרישה. רוטב חרדל עדין משלים את הטעמים למנה עשירה ואיכותית.

דרגת קושי: קלה פלוס זמן אפיה: 20 ד' 4 מנות

החומרים

4 מנות פילה
(דניס, באס, מוסר, לברק וכו')
2 גבעולי כרישה
כוס יין לבן חצי יבש
8 שיני שום קלופות ופרוסות
4 כפות שמן זית
מלח ופלפל
לרוטב:
כף גדושה חרדל
כף גדושה מיונז
כפית חומץ בלסמי
1/4 כפית סוכר
שן שום כתושה
מלח ופלפל

ההכנה

מחממים תנור לחום של 220 מעלות. שוטפים ומנקים היטב את גבעולי הכרישה ופורסים לעיגולים בעובי חצי ס"מ. מניחים נייר אפיה ומפזרים עליו 2 שיני שום פרוסות. מניחים על השום פילה אחד של דג. מתבלים במלח ופלפל. יוצקים עליו רבע כוס יין לבן וכף שמן זית. מניחים על הדג בחלקו העליון רבע מכמות הכרישה. סוגרים את הנייר ומקפלים על הדג כך שהוא

יהיה סגור היטב ככל האפשר. מניחים על תבנית התנור ומכינים את שאר נתחי הפילה באותה הצורה.

מכניסים לתנור ואופים למשך 20 דקות או עד שהדגים זהובים. בינתיים מערבבים את כל מרכיבי הרוטב לתערובת אחידה. מגישים את הדגים עם קערית רוטב לצידם.



פרוסות צלי בקר עם פירה בטטה וירקות מקורמלים בדבש

אביגיל מיזליק

צלי בקר קלאסי שיהלום את סעודת החג החגיגית, בתוספת ירקות צלויים בדבש וחרדל ופירה בטטות.

דרגת קושי: בינונית זמן בישול הבשר: שעתיים זמן צליית הירקות: 20 ד' 10-12 מנות

ההכנה

מכינים את הצלי: מחממים סיר רחב שיכול להכיל את כל הנתח בבת אחת עד שהוא לוהט. מוסיפים מעט שמן ומזהיבים את הבשר 7-8 דקות מכל צד, עד שמזהיב מאוד. יוצקים לסיר את היין ובעזרת כף עץ מגרדים את התחתית כדי לשחרר את כל הטעמים האצורים בה. קולפים את הבצל והגזר, חותכים לקוביות ומוסיפים לסיר. מוסיפים מים עד לגובה 2/3 מהבשר ומבשלים כשעתיים. הופכים מדי פעם את הבשר עד שהוא מתרכך. מצננים את הבשר בכלי נפרד. מצמצמים את הרוטב שבסיר עד שהוא מסמיך לכחצי. טועמים ומתקנים תיבול במידת הצורך.

בינתיים מכינים את הירקות: קולפים את הירקות, חותכים לקוביות או רבעים ומניחים בתבנית בינונית. מערבבים את החרדל, הדבש והשמן, מתבלים במלח ובפלפל וצולים בחום של 180 מעלות למשך 20 דקות או עד שהירקות מזהיבים.

מכינים את הפירה: מבשלים את הבטטות במים עד שהן מתרככות. מסננים ומועכים לפירה, מתבלים במלח ובפלפל.

מרכיבים את המנה: פורסים את הבשר לפרוסות וטובלים אותן לדקה או שתיים ברוטב החם. מסדרים עיגול של פירה, לידו מספר ירקות שורש ופרוסות בשר. יוצקים מהרוטב ומגישים.

החומרים

צלי כתף מס' 5 או פילה מדומה במשקל של כ-1.200 ק"ג
שמן לטיגון
1/2 בקבוק יין אדום
2 כפות סוכר
2 בצלים
2 גזרים
לירקות:
בצל סגול
2 סלקים קטנים
2 בטטות קטנות
2 פקעות שומר
כף חרדל
3 כפות דבש
כף שמן זית
מלח ופלפל
לפירה:
4 בטטות קלופות
מלח ופלפל



קדם קרמל ודבש מחלב קוקוס

אביגיל מיוזליק

חשוב מאוד להקפיד על זמן האפייה. קדם הקרמל צריך להיות בעל מרקם חלק ונעים בפה, ואם אופים אותו זמן רב מדי הוא הופך להיות גרגרי והרבה פחות מוצלח

דרגת קושי: בינונית זמן אפיה: 30 דקות 6-7 מנות

ההכנה

מחממים תנור לחום של 160 מעלות.

מכינים את הקרמל: במחבת בינונית מחממים את הסוכר והמים על אש גבוהה. לא מערבבים בכף אך ניתן לנענע את המחבת מדי פעם כדי שהקרמל יצא אחיד. כשהסוכר מתחיל לקבל גוון חום, מנענעים את המחבת ומורידים מהאש ברגע שהתקבל קרמל בגוון עמוק. זהירות, לא לגעת! ברגע שהקרמל מוכן שופכים אותו לתבניות האישיות באופן שווה.

בסיר קטן מחממים את החלב על אש בינונית עד שהוא מגיע לסף רתיחה. במקביל טורפים את הביצים, החלמונים והדבש בקערה עד שהם מקבלים גוון בהיר מעט.

כשהחלב חם, מוזגים ממש מעט לקערת הביצים תוך כדי ערבוב. ממשיכים במזיגה איטית וכל הזמן טורפים את התערובת. לבסוף מוסיפים את תמצית הווניל ומערבבים.

מעבירים את התערובת לתבניות.

מניחים את התבניות בתבנית אחת גדולה וממלאים בה מים רותחים עד לחצי הגובה של התבניות האישיות. אופים במשך 30 דקות.

החומרים

לסירופ קרמל:

כוס סוכר

1/4 כוס מים

לקדם:

500 מ"ל חלב קוקוס

4 חלמונים

2 ביצים שלמות

1/3 כוס דבש

כפית תמצית וניל

6 תבניות אישיות בקוטר 5 ס"מ



סופלה שוקולד חם

דיתי ויינשטיין

יש מתכונים רבים לסופלה שוקולד, אבל המתכון הזה לגמרי מנצח. הקפידי לא לאפות את הסופלה יתר על המידה כדי שהעוגה תישאר רכה ושוקולדית.

ההכנה

להמיס בסיר קטן את המרגרינה והשוקולד. לאחר שתערובת השוקולד התקררה, להוסיף את הביצים זו אחר זו ולערבב. להוסיף את אבקת הסוכר ואת הקמח. למזוג את הבליילה לתבניות אפיה אישיות. להכניס בכל תבנית אישית קוביית שוקולד לבן. לאפות כ-10 דקות בחום של 200 מעלות, עד שהקרום אפוי והחלק הפנימי רטוב. לחמם לפני ההגשה.

החומרים

חבילת מרגרינה או חמאה
2 חבילות שוקולד מריר
4 ביצים
4 חלמונים
300 גרם אבקת סוכר
כוס קמח
לבחירה: חבילת שוקולד לבן



המסע חשוב - לא פחות מהיעד

עשרת ימי
תשובה

תחנה 3
מספר



את
נמצאת
כאן



תזכורת

לחזור בתשובה זו לא המלצה של הגננת, זו מצווה וחובה שחלה גם עליך בימים אלו.



מה את לוקחת
איתך מכאן?

תשובה מהלב שתטה את כף המאזניים לזכות.



יעד

עשרה ימים של חזרה בתשובה.

"דרשו ה' בהמצאו קראוהו בהיותו קרוב"



רוצה לחזור הביתה. הוא מתגעגע כי הוא זוכר כמה טוב לו עם אבא ואמא וכמה הוא אוהב אותם.

כדי לשוב בתשובה אנחנו צריכות קודם כל להתגעגע.

להתגעגע לקרבת אלוקים. כולנו היינו שם. גם אם התרחקנו בתוך הלב שלנו, אנחנו מכירות את התחושה המרגיעה והמחבקת של קרבת אלוקים ואליה אנחנו צריכות לשאוף.

כשנתחבר לגעגוע ונכסוף לקרבה – הדרך לתשובה תהיה לנו בהירה יותר.

כל אחת מעוררת את הגעגוע בצורה שונה. לי באופן אישי עוזר מאוד לשמוע מוזיקה. שיר אחד טוב ונכון שמפקס אותי ומזכיר לי את הדברים החשובים בחיים, ומאותת לי לאן הנשמה שלי רוצה להגיע. חשבי מה מעורר אצלך את הגעגוע לאבא שבשמים, ועם הגעגוע והכמיהה צאי לדרך לעשות תשובה באופן מעשי.

שבי עם עצמך בשקט, בריכוז ובצעי את השלבים המוכרים: חרטה, וידוי, עזיבת החטא וקבלה לעתיד. אלו שלבים הכרחיים שעלינו לבצע כדי להגיע מוכנות ליום הכיפורים.

ואל ידמה אדם בעל תשובה שהוא מרוחק ממעלת הצדיקים מפני העוונות והחטאות שעשה. אין הדבר כן, אלא אהוב ונחמד הוא לפני הבורא כאילו לא חטא מעולם...

רמב"ם הלכות תשובה

בראש השנה שוקלים לאדם את זכויותיו וחובותיו. מי שנמצא צדיק – נחתם לחיים, מי שנמצא רשע – נחתם למיתה והבינוניים תלויים ועומדים עד יום הכיפורים.

מקשה ר' יצחק בלאזער: לכאורה נראה שמספיק שנעשה מצווה אחת בעשרת ימי תשובה, מצווה אחת קטנה שתכריע את הכף ותזכה אותנו בדין. זוכרות את המאזניים מהגן? מספיק שתהיה לנו מצווה אחת בלבד שתגרום לכף הזכויות להיות כבדה יותר כדי שנוכל לזכות בדין. זה נשמע פשוט, הרי לא עובר עלינו יום בלי שעשינו כמה וכמה מצוות...

אלא שבימים אלו, שבהם הקב"ה קרוב אלינו, יש סייעתא דשמיא מיוחדת לעשיית תשובה, ולכן יש תביעה על מי שלא מנצל את הימים האלה ולא עושה תשובה. אם נעשה כל היום מצוות אבל לא נפנה זמן לתשובה – לא יעזרו לנו כל המצוות.

גם אנחנו חייבות לחזור בתשובה. זו לא המלצה, זו לא הצעה, זו חובה!

אז איך עושים תשובה?

תשובה מגיעה מהמילה 'לשוב', כלומר, לחזור למקום שממנו הגענו. היינו קרובות לקב"ה, נקיות מחטא, ולאט לאט עם הזמן התרחקנו ממנו. עכשיו אנחנו צריכות למצוא את הדרך חזרה אליו.

כשילד עוזב את ההורים שלו לתקופה, הוא מתגעגע אליהם, הוא

המסע חשוב - לא פחות מהיעד

ערב יום
כיפור

תחנה 4
מספר

נמצאת את
כאן



תזכורת



מה את לוקחת
איתך מכאן?



יעד



מי שאוכל בתשיעי וצם בעשירי
מעלה עליו הכתוב
כאילו צם תשיעי ועשירי.

גוף מוכן לצום
ונפש מוכנה לטהרה

הכנה
ליום הכיפורים

עשרים עיקרי תשובה

- א. **חרטה** - יבין לבבו כי רע ומר עזבו את השם.
- ב. **עזיבת החטא** - יגמור בכל לבבו כי לא ישוב בדרך הזו עוד.
- ג. יגון ישתונן כליותיו ויחשוב כמה רבה רעת מי שהמרה את יוצרו.
- ד. **צער במעשה** - שברון האברים שגרמו את החטא - שברון לב ושברון עיניים, שהוא דמעות.
- ה. **דאגה** - לפחד מעונש העברות.
- ו. **בושה** - אדם יבוש לעבור עבירות לפני אנשים, ואיך לא יבוש מהשם יתברך? אין זה כי אם לפי היות השם יתברך רחוק מכליותיו.
- ז. **כניעה בכל לב ושפלות (ענווה)** - המכיר את בוראו ידע כמה העובר על דבריו שח ושפל.
- ח. **ההכנעה במעשה** - להתנהג במענה רך ובקול נמוך.
- ט. **שבירת התאוה הגשמית** - לפרוש מן התענוגים.
- י. **להיטיב פועליו בדבר אשר חטא** - בכל האברים שחטא ישתדל לקיים בהם המצוות.
- יא. לחפש דרכיו.
- יב. לבדוק את העונש על העבירות שחטא.
- יג. שיהיו העבירות הקלות חמורות בעיניו.
- יד. וידוי.
- טו. תפילה.
- טז. **תיקון המעוות** - לבקש מחילה מחברו או להחזיר את מה שלקח ממנו.

- יז. לרדוף פעולות החסד והאמת.
- יח. לזכור את חטאתו תמיד.
- יט. להימנע מחטא בזמן שיש לו את אותה תאוה כמו בזמן שנכשל.
- כ. **להשיב רבים מעוון** - להחזיר בתשובה.



המסע חשוב - לא פחות מהיעד

יום
כיפור

תחנה
מספר 5

את
נמצאת
כאן?



תזכורת

יום כיפור הוא יום שמח
כי אנחנו הופכים נקיים
וקרובים יותר לקב"ה.



מה את לוקחת
איתך מכאן?

דף חדש ונקי לקראת שנה
חדשה, טובה ומתוקה!



יעד

יום סליחה ומחילה
על כל עוונותינו.

"אנוכי אנוכי מוחה פשעך"

ראית פעם איך מקלחים תינוק בן יומו בתינוקיה בבית החולים? האחות תופסת אותו ביד אחת, ביד השניה מפשיטה מעליו את הבגדים, מכניסה אותו תחת זרם מים והופ, לא עוברת דקה והילד כבר נקי, והאחות עוברת לתינוק הבא.

איך אמא מקלחת את התינוק הקטנטן שלה? אמא מפשיטה מעליו באיטיות את הבגדים, בודקת שהמים נעימים, מכניסה אותו בזהירות, שרה לו שיר, מסבנת בעדינות, עוטפת אותו במגבת עם חיבוק ומורחת קרם.

אמא אוהבת באמת את התינוק שלה. אמא רוצה בעבורו את הטוב ביותר.

ביום כיפור הקב"ה רוחץ מעלינו עבירות של שנה שלמה. הוא לא שואל למה לא באנו עד עכשיו, אלא לוקח באהבה כל אחד מאיתנו ורוחץ אותנו. הוא בעצמו, לא מלאך שליח. נותר לנו רק להתרפק על מי הטהרה החמימים הללו ולשמור על הניקיון הזה לשנה הבאה.

באחד מימי הכיפורים הזדמנו מספר רבנים גדולים לבית הכנסת של הקנטוניסטים - יהודים שנחטפו בידי הצאר בגיל צעיר מאוד ושירתו בצבא עשרות שנים. בהגיע זמן תפילת נעילה התעקשו אנשי הצבא שאחד מהם ישמש כבעל תפילה משום שקידש שם שמים.

האיש עבר לפני התיבה ולפני שהתחיל את הקדיש שלפני תפילת נעילה פתח ברעדה ואמר: "ריבונו של עולם, על מה אנשי העולם רגילים להתפלל? על שלושת הדברים ההכרחיים הללו: בנים, חיים ופרנסה. אבל לנו אין בנים, ואין לנו חיים, שהרי טוב מותנו מחיים מרים כאלה, ופרנסה אנחנו מקבלים מהקיסר. על דבר אחד נשאר לנו להתפלל: "יתגדל ויתקדש שמה רבא!"



"יתגדל ויתקדש שמה רבא"

פצע, בלהתמרמר על צורת העבודה הנשית הזו. אני אמורה להבין שכל ציר הוא שליח המקדם את מתנת החיים המתקרבת לחיקי סוף סוף, כל כאב הוא בשורה גדולה של חיים חדשים המנסים בכוח לבקוע אל תוך העולם הזה. בסוף-בסוף אני יודעת – יהיו הכאבים הללו שווים את המתנה הגדולה של נשמה העוברת דרכי.

אז נכון שיש פחד, אבל הסקרנות, הציפייה, הערך של החיים – הופכים את הפחד לקול מחליש שאני משתיקה, עונה לו שיש בי היכולת, וה' ברא אותי בצורה כזו שאוכל לעמוד גם בשבר הלידה. מספרת לו שיהיה בסדר, שככה גדלים, שככה נולדים חיים, שאין דבר גדול מזה.

יש גם פחד מיום כיפור, אבל צריכה להיות בי הציפייה, ההשתוקקות, ההבנה של ערך הרגעים הגדולים הללו שאין דומה להם. את קולות הפחד אני צריכה להשתיק, לספר להם כמה טוב הולך להיוולד דרך המסע המפרך של הצום, כמה אור זורח בנשמתי בכל רגע ורגע של עינוי וקושי וסבל. אני מהסה את הקול הקטנוני שבי, המרחם על עצמו ומגלה לו שבלי להבין כל כך איך-אני הולכת להיוולד חדשה. ככה נולדים חיים, מתוך משבר לידה כואב.

זה יהיה שווה. נשמה חדשה תצא מתוך תהליך ההתעברות והלידה של ארבעים ימי הרחמים הללו.

ואם יש משמעות נצחית, ואם ה' ציווה, ואם כך זוכים לכל מה שראוי לזכות – מה מקום יש לפחד? רק שמחה גדולה ומזל טוב!

ככל שמתקרב יום הכיפורים אני מפחדת.

לא, לא פחד של אנשים גדולים המכירים במשמעות העמוקה של היום הזה, התופסים משהו מגודלו, היראים מלפספס את רוב השפע והטוב שיכולים לזכות בו. גם לא פחד הנובע מהכרת מצבי ומההבנה שיש כל כך הרבה על מה לשוב. פחד ארצי מאוד, פחד מגוחך - בהתחשב בתוקף קדושת היום. הפחד מהצום.

איך אצליח לצום ובו זמנית לטפל בילדים? איך אצליח ללקט פירורי גדול מהיום הזה במקום להיות עסוקה במחשבה על פירורי מזון? איך אישאר רגועה גם כשהראש כואב והגוף חלש? בשום דרך אני לא מצליחה להתחבר לטוב שלי כשאני רעבה... להיפך. אני דואגת לשלוח 'שעיר לעזאזל' מיד בבוקר, לתת לגוף לאכול את מנתו כדי שלא יפריע לשעיר לה' לעלות על גבי המזבח.

וכאישה אני מרגישה שזוהי באמת העבודה הנדרשת מאיתנו: עבודה דרך הגוף, בשיתוף פעולה מלא איתו, בהשקעה בו, בנתינת מקום לצרכיו.

אז איך עוברים את יום כיפור? איזה פחד.

עבודה נשית היא עבודה קשובה לגוף, נכון. אבל - לידה.

בחוויה העוצמתית של לידה (שתהא שנת פריין אצל כל נשות ישראל בקלות וברחמים ובקדושה) אני מאפשרת לגוף לסבול, מקבלת בהכנעה את הכאב, קשובה גם לקושי שהגוף מספר לי. בחוויה המשברת של לידה, אני לא עסוקה בלרחם על עצמי, בלחבוש את

פתח לנו שער בעת נעילת שער | נעילה

אומר הגר"י סרנא: "דווקא בעת נעילת השערים נפתחים כל השערים הנעולים כל ימות השנה וברגע מאושר זה יכול כל אדם מישראל להגיע למה שאינו יכול להגיע בכל השנה!"
כדאי לנו לקחת נשימה עמוקה, להבין שאלו רגעים נשגבים שלא ישובו, לנצל את קרבתו של מלך המלכים ולהתחנן לגמר חתימה טובה.

השמש נוטה לשקוע, השמים נצבעים בכתום. צינת ערב קלה עומדת באוויר. דקות אחרונות של יום הכיפורים הקדוש. הצום כבר נותן בך את אותותיו. את חלשה ועייפה. את מביטה מדי כמה דקות בשעון ומחשבת בלאות עוד כמה זמן יצא הצום, חולמת על הקפה ועל עוגת השמרים. ובדיוק ברגעים אלו שערי הרחמים בשמים נעים על צירם לקראת נעילה. ממש עכשיו נועלים את השערים וגזר הדין שלך נחתם.

מוצאי יום כיפור

פינת
ההלכה



אישה שקשה לה להמתין בתענית עד שיחזור בעלה ויבדיל בעבורה, יכולה להקל ולהבדיל בעצמה ולשתות מהכוס, ורשאית גם לברך "בורא מאורי האש".

בשעת ההבדלה לא יביא פת ומיני מזונות לשולחן, או שיכסה אותם עד לאחר ההבדלה.



"לך אכל בשמחה לחמך ושתה בלב טוב יינד
כי כבר רצה האלקים את מעשיך"



שנה טובה ומתוקה
כתיבה וחתומה טובה

הפסיכאט קפה