

# נחגוג את החגים יחד עם חכמת נשים.

דברי תורה לחג השבועות  
5782/2022

שותפות ושותפים יקרים--

אנו גאות להגיש את העלון של דברי תורה לשבועות התשפ"ב! בפנים, תוכלו למצוא רעיונות, מחשבות ומבט ייחודי לשבועות מנשים מרחבי העולם.

אנו בחכמת נשים יודעות שהיהדות טובה יותר כששומעים ורואים נשים. אנו מקוות שתיהנו מדברי התורה ומהתמונות הנלוות מ"מאגר התמונות ממעגלי החיים של האישה היהודית" שלנו.

ממתן תורה ועד מגילת רות, מביכורים ועד דוד המלך, חג השבועות מזכיר לנו את היחסים שלנו זה עם זה ואת הקשרים שלנו להשם.

יש לנו מבחר מאמרים של תלמידות חכמים הן באנגלית והן בעברית, השנה בשתי חוברות נפרדות (הדפיסו אחת מהן או את שתי החוברות, לפי העדפתכם).

מי יתן וחיבורים אלו יעשירו את החג שלכם, ויעוררו דיונים משלכם בחגיגת קבלת התורה.

"חכמת נשים" תמשיך לפעול יחד למען קהילה יהודית בריאה, שבה היהדות טובה יותר כי נשים נשמעות ונראות.

חג שבועות שמח



## הפעם איתנו

גתית לביא-גבאי

לימור יעקב ספראי

אורית פרי

ענבל מחלב

אפרת בזק





## רות-השראה לאומץ

### מאת גתית לביא-גבאי

אמא ל-2 חיילים, נשואה פרק ב' לדוד ואמא מגדלת ל-4 ילדיו. שחקנית יוצרת, זמרת ומנחת סדנאות דרמה לנשים ולנערות.

וַתֵּרָא כִּי־מִתְאַמֶּצֶת הִיא לִלְכֹת אִתָּהּ וַתַּחְדָּל לְדַבֵּר אֵלֶיהָ:  
(רות, א' פסוק י"ח)

כאשר נעמי רואה שרות מתאמצת ללכת איתה, היא מבינה שכבר אין טעם לדבר איתה ולהסביר לה שכדאי לה לחזור למואב, היא רואה שגמלה בה ההחלטה להמשיך לצידה את המסע.

כמה אומץ ונחישות צריכה אישה כמו רות, כבת לעגלון מלך מואב, לעזוב ארמון ומנעמי מלוכה, מולדת ותרבות שלמה כדי ללכת עם נעמי לארץ כנען, איזו בהירות ונחישות נדרשת ממנה, לכמה עוצמה פנימית היא זקוקה כדי להיפרד מהכל, לקבל עליה אלוקים חדש, להצטרף לעם חדש, לארץ חדשה, לקוות לבנות משפחה חדשה.

במאמר הזה אני רוצה ללכת אתכן בעקבות רות והפסוק הזה ולפתוח את השורש - א.מ.ץ לכמה כיווני חשיבה, נבדוק איפה עוד הוא מופיע בתנ"ך, וננסה להבין מה העומק של המילה הזו.

בלשון הקודש, השפה שבה ברא ה' את העולם יש לכל שורש, כמעט באופן מובנה, כמה משמעויות ולעיתים קרובות אפילו דבר והיפוכו, נשיאת הפכים וחיבורם זה סוד גדול שהיהדות מחזיקה בתוכה, העניין הזה משתקף לנו גם בתהליך ספירת העומר, דרך הספירה, צעד אחרי צעד, כשכל מידה נפגשת ומכילה את האחרות מגיעים אל האיזון כדי שיתאפשר לנו כאן בארץ לקבל תורה מהשמיים שגם בה תמיד נמצא את השילוב המופלא הזה.

בפירושו של השורש לפי הקונקורדנציה לתנ"ך מופיע כך: "עניינו חוזק ועוצם" להתאמץ-אם כך, זה להכניס בתוכי עוצמה וחוזק תוך כדי העשייה כדי להצליח לעשות משהו.

ההופעות של השורש א.מ.ץ בתנ"ך מופיעות בהקשרים שונים, אביא כאן רק את חלקן:

"וַיֹּאמֶר יְהוָה לֵה שְׁנֵי גֵיִים [גו'ים] בְּבִטְנָךְ וְשְׁנֵי לְאָמִים מִמֶּעֶיךָ יִפְרְדוּ וְלֹאִם מִלֵּאִם יֵאָמֵץ וְרַב יַעֲבֹד צָעִיר." (בראשית כ"ה, כ"ג)  
ולאום מלאום יאמץ- במובן של להתגבר אחד על השני, בתוך מלחמה בין שני לאומים.

אימוץ לב או אומץ לב

"כִּי יְהִיֶה בְךָ אֲבִיּוֹן מֵאַחַד אַחֶיךָ, בְּאַחַד שְׁעָרֶיךָ, בְּאַרְצְךָ, אֲשֶׁר ה' אֱלֹהֶיךָ נָתַן לְךָ-- לֹא תֵאֶמֵץ אֶת לִבְּךָ, וְלֹא תִקְפֹּץ אֶת יָדְךָ, מֵאַחֶיךָ, הָאֲבִיּוֹן" (דברים ט"ו, ז')

כאן מופיעה תנועה של סגירת הלב, איזשהו מאמץ לאטום את הלב וגם לסגור את היד חזק כך שלא ייכנס באדם הרגש הטבעי בנפש הישראלית של חמלה ורחמים כלפי האחים שלה.

ולא אבה סיחון מלך חשבון העברנו בו כי הקשה יהוה אלהיך את רוחו ואמץ את לבבו למען תתו בדרך כיום הזה (דברים ב', ל').

וְגַם בְּמִלְךָ נְבוּכַדְנֶאצַּר מֶרֶד, אֲשֶׁר הִשְׁבִּיעוּ בְּאֱלֹהִים; וַיִּקַּשׂ אֶת עַרְפוֹ, וַיֵּאֶמֶץ אֶת לִבְבוֹ, מִשׁוּב אֵל ה' אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל" (דברי הימים ב' ל"ו, י"ג)

# רות - השראה לאומץ (המשך)

בשתי הדוגמאות בפסוקים הנ"ל זהו מובן של להקשות ולאמץ את הלב כדי לא להכנע בפני ה' - העיקשות הזו שה' גרם לסיחון באה על מנת לתיתו ביד ישראל, ועקשנותו של צדקיהו המלך להמשיך לעשות הרע בעיני ה' הייתה כדי לא לשוב בתשובה.

חֲזָקוּ וְאַמְצוּ אֶל תִּירְאוֹ וְאַל תַּעֲרֹצוּ מִפְּנֵיהֶם כִּי יְהוֹה אֱלֹהֵיכֶם הוּא הַהֹלֵךְ עִמָּךְ לֹא יִרְפָּךְ וְלֹא יַעֲזֹבְךָ (דברים ל"א, ו')

"וַיִּקְרָא מֹשֶׁה לַיהוָשֻׁעַ, וַיֹּאמֶר אֵלָיו לְעֵינַי כָּל-יִשְׂרָאֵל חֲזָק וְאַמֶּץ-כֹּחַ אֲתָה תָּבֹוא אֶת-הָעָם הַזֶּה, אֶל-הָאָרֶץ אֲשֶׁר נִשְׁבַּע יְהוָה לְאַבְרָם לְתַתּ לָהֶם" (דברים ל"א, ז')

חזקו ואמצו- חיזוק ליוצאים לקרב מול הנטייה של הלב לפחד מפני מלחמה, לכן יהושע צריך את החיזוק הזה כמה פעמים, גם ממשה ובהמשך גם מ-ה' לפני כיבוש הארץ והנחלתה לבני ישראל.

וַיֹּאמֶר דָּוִד לְשִׁלְמֹה בְּנוֹ חֲזָק וְאַמֶּץ וַעֲשֵׂה אֶל תִּירְאָה וְאַל תַּחַת כִּי ה' אֱלֹהִים אֱלֹהֵי עִמָּךְ לֹא יִרְפָּךְ וְלֹא יַעֲזֹבְךָ עַד לְכָלוֹת כָּל מְלֶאכֶת עֲבוֹדַת בַּיִת ה': (דברי הימים א פרק כח פסוק כ).

בדיוק באותה לשון משתמש גם דוד לדברי חיזוק לשלמה לקראת בניית בית המקדש.

כדי להיות מנהיג ממשך דרך צריך חיזוק מיוחד, יכולה להיות גם ליהושע וגם לשלמה חולשת דעת להיות הממשיכים של מנהיגים גדולים כמו משה ודוד ולכן הביטוי הזה חוזר אצלם.

"קִוְיָה אֱלֹהֵי, חֲזָק וְאַמֶּץ לְבָבְךָ, וְקִוְיָה אֱלֹהֵי" (תהילים כ"ז, י"ד)

"חֲזָקוּ, וְאַמֶּץ לְבַבְכֶם כָּל הַמְּיַחֵלִים, לַה' " (תהילים ל"א, כ"ה)

כאן זה מופיע בהקשר של התחזקות באמונה ותפילה מול מצבים שמעוררים יאוש, שם צריך לחזק את הלב כדי שיתחבר שוב לתקווה.

בצורה שונה מפרקי התהילים, שמדברים על חיזוק הלב שלנו לתפילה ותקווה, בראש השנה שהוא יום דין אנחנו מבקשים בחזרת הש"ץ של מוסף פעולה מצדו של ה' "היום תאמצנו" שיאמץ אותנו.

אנחנו רוצים להיות מחוזקים ומחובקים על ידו ונראה שבהשפעת המושג הזה, משתמשים בשורש הזה כדי לתאר מצב של קרבה, כמו לאמץ אל הלב ולאמץ ילד.

אומץ מצטיירת לנו כתכונה ששייכת למנהיגות, אפילו נחשוניות:

נחשון בן עמינדב- מסכים לקפוץ ראשון, מוכן לשלם מחיר וללכת אל הלא נודע, כדי לפתוח את הדרך.

יהושע וכלב- מגלים אומץ גדול לעמוד מול הרוב בדעת מיעוט, דבקים באמת ואומרים ההיפך מכולם אפילו כשהם נמצאים בסכנת חיים כתוצאה מכך.

רות - אמה של מלכות, בוחרת לפתוח בחייה דף חדש, להתגייר ולקבל עליה עול מצוות, מעיזה לפנות לבועז בבקשה לקחתה לאשה.

ניקח מכל הדוגמאות האלה השראה, להעז להילחם על מה שחשוב לנו, להסכים להתאמץ, ללכת ברגל, להיות בחיים ממש, עד הסוף, למרות שזה יכול להיות ממש מפחיד ללכת על משהו לגמרי, באמת, נתקדם אל הלא נודע עם תפילה ואמונה, נאמין בדברים שיכולים להתגשם במציאות ולא רק בתכנון ובחלום.

מה זה אומץ בשבילכן? בשביל כל אחת זה משהו אחר.

בשבילי אומץ זה להיות שופר ולהשמיע קול מושתק. אומץ להתחייב. אומץ להיחשף.

אומץ להגיד ולחיות אמת גם כשמסביבי לא מוכנים לשמוע.

אומץ להתבונן בהרגלים או התכונות שלי שלא מוצאות חן בעיני ולנסות להשתפר.

אומץ לזהות פיזור, הסחת דעת ואפילו התמכרות ואז לצאת מקבוצת וואטסאפ, ולתת לאחרים להמשיך להוביל את מה שאני התחלתי.

תודה למורה שלי רובי (ראובן) קסל שדרך השיעורים שלו 'מסע אל לשון הקודש' למדתי להתבונן על שורשי המילים ומשם לגלות עולמות שלמים.



## מה הקשר ביני לבינה?

### מאת לימור יעקב ספראי

מנהלת אגף החינוך במועצה אזורית הגליל התחתון. נשואה לאביעד ואמא לארבעה. חברת הקיבוץ הדתי מעלה גלבע מזה כ-17 שנים. בעלת תואר ראשון בקרימינולוגיה ובסוציולוגיה ואנתרופולוגיה. תואר שני בסוציולוגיה של החינוך ותעודת הוראה בספרות ובמדעי החברה מטעם מכון כרם-מכון לחינוך יהודי המוניסטי בירושלים. עבדה שנים רבות כמדריכה, מנחה ומנהלת בחינוך הבלתי פורמלי במגוון מסגרות. ייסדה עם שותפים את "מדרשת תורה ועבודה" - מרכז חינוכי רעיוני לציונות דתית ליברלית. ניהלה את מחלקת החינוך והצעירים של תנועת הקיבוץ הדתי והייתה חברת הנהלה של התנועה.

נולדתי בחג השבועות. אבי חזר מתיקון ליל שבועות ואמי אמרה לו שצריך לצאת. הגחתי לעולם בבוקר החג. ילדה בכורה להוריי אשר בחרו לקרוא לי לימור כי אהבו את השם. לימים, אישי היקר נתן וורט לשמי בהקשר ליום החג. הוא חיבר את המדרש המספר כי הר סיני התמלא במור ובשמים, עם כל דיבר ודיבר שנאמר במעמד מתן תורה, לשמי: לי-מור כמתאים לחג. מה שחיזק את גאוותי על כך שנולדתי בחג מתן תורה.

את הזכות ללמוד תורה התחלתי לממש באופן משמעותי רק בגיל 20. לאחר השירות הלאומי הצטרפתי למדרשת עין הנצי"ב. שם התגלה בפניי עולם שלם שלא הכרתי. עולם של תלמוד, ראשונים ואחרונים, ספרות השו"ת, ומגוון ספרי מחשבה והגות שלא הכרתי עד אז. נשאבתי לעולם הלימוד והפפול. עניינו אותי תהליכי הפסיקה ההלכתית, והמחשבה העומדת מאחוריהם.

חג השבועות הוא חג של לימוד תורה. אולם מגילת רות אינה מגילה של לימוד תורה והלכה. חז"ל בוחרים בחירה מפתיעה - דווקא בחג המצוין את זמן מתן תורתנו, להעמיד במרכז מגילה, שנקראת על שם הגיבורה שלה - אישה, לא יהודיה, אלמנה, גרה, שמשפחתה בחרה לרדת מהארץ. דווקא למואב. לא לשאת בנטל הלאומי-קהילתי בתקופה קשה. מה לה ולתורה הקדושה? למה היא זוכה למעמד הזה? מדוע היא היא תהיה אימה של מלכות? מדוע נבחרה דווקא מגילת רות להיקרא בחג? פעם ראיתי את מגילת רות כסיפור סינדרלה רומנטי. בו אישה מטיילת בשדה שעורים מוזהב, מלקטת שיבולים, עד אשר האביר נושא אותה על כפיו. לכשגדלתי ופקחתי עיניי, בקריאה מעמיקה במגילה מחד, ומהיכרות עם מצבן של נשים בשולי החברה מאידך, זיהיתי לפתע את המציאות הקשה שבתוכה נכתבה המגילה.

מציאות של עוני, רעב, נידוי. נשים (בעיקר) ללא תמונת עתיד, שחיות מהיד לפה ללא מערכת תמיכה קהילתית או חברתית. שנענשות על היותן אלמנות, שנענשות אולי על בחירות שעשו הגברים בחייהן. שמוטרדות על בסיס יומי כשהן יוצאות לקבץ נדבותיהן.

לתוך המציאות הזאת, רות ונעמי חוזרות ממואב - ארץ אשר תושביה לא קידמו את פני בני ישראל בלחם ומים. וכיצד מקדמים את רות ונעמי יושבי ארץ ישראל כשהן מגיעות? ברכילות, בלעג, בהתעלמות. בעז צריך לומר לפועלים שלו לא להטריד את רות. נעמי אומרת לרות, שטוב שהיא לא צריכה להסתובב בשדות אחרים, שבהם יפגעו בה. אנו מבינים מכך, שהפועלים היו נוהגים להטריד ולגעת, בעניות שהיו מלקטות את השיבולים אחר הקוצרים. ישראלים מתנהגים כמואבים. ואילו מואביה מבטאת תכונות הנדרשות מעם ישראל: מסירות, נאמנות, אחריות.

# מה הקשר ביני לבינה? (המשך)

לפני מספר שבתות קראנו את פרשת בהר. פרשה הקוראת דרך מצוות השמיטה והיובל לדרור-לחירות - לעבדים ולכל אלו אשר איבדו את אחוזתם. היא קוראת לריסטארט. להחזרת הסדר המקורי של העולם - איש אל משפחתו. היא קוראת לנו להושיט יד. לשמוט ולשחרר קצת ממה שהשגנו אנו, ולהעניק לחלש ולחלשה. אותם אלו שיהיו לנו מיליון תירוצים למה לא לעזור להם. אלו שאפשר, לכאורה, להאשים אותם במצבם. התורה מסרבת לשיח הזה, ודורשת מהחזק לערער את היחסים הללו. לוותר קמעא על כוחו, על הישגיו, ולהחזיר מהם עבור האחר.

בחג "זמן מתן תורתנו", התורה דורשת מאיתנו להרים את העיניים, להתבונן סביבנו - מי היא אותה רות של ימינו? מי היא שנמצאת בשדה, במרחב הסיפי, שבין לבין, ההפקרי, שבו אין איש לוקח אחריות. היכן הם החלשות והחלשים שבחברה שלנו, וכיצד אנו נוהגים בהם ובהן? האם עושים אנו כמעשה מואב או כמעשה בועז?

הרב עמיטל זצ"ל מספר על "בעל התניא" שהיה צריך לגלות ממקומו עם נכדו בעל ה"צמח צדק", והתגלגל למקום מסוים, בו קיבל דירה בת שלושה חדרים. חדר לפנים מחדר. הכניסה לחדר הפנימי הייתה דרך החדר האמצעי. ויהי היום, ו"בעל התניא" יושב ולומד בחדר הפנימי, ה"צמח צדק" בחדר האמצעי, ובחדר החיצוני שכב תינוק בעריסה. לפתע החל התינוק ולבכות. ה"צמח צדק", שחדרו היה סמוך לחדרו של התינוק, היה כל כך שקוע בלימודו, שלא שמע את בכיו של התינוק. "בעל התניא" שחדרו היה רחוק יותר שמע, הפסיק את לימודו, ויצא להרגיע את התינוק. משסיים להרגיעו החזירו למקומו, חזר לחדרו, עבר דרך חדרו של בעל ה"צמח צדק", ואמר לו "כשלומדים תורה ולא שומעים בכיו של תינוק יהודי - משהו פגום בלימוד".

הקב"ה בוחר, על פי המדרש, למלא את העולם בריח של מור ובשמים עם כל דיבר ודיבר. לומר, לנו אין זה מספיק לשמוע את הדיברות, יש ניחוח לדברים. ואם תקיימו את החוקים, אך ללא הניחוח המתאים, לא יהיה לדבר ערך. רות היא תמרור, תמרור אזהרה. חז"ל מזכירים לנו באמצעות המגילה, דווקא בחג מתן תורה, כי עלינו להיזהר מלהסתגר בדלת אמות של לימוד תורה, ומתוך כך להיות אטומים לבכיו של תינוק. לזעקת העשוקים. לאנקת החלופים. עלינו לסגל לעצמנו את תחושת המחויבות והאחריות. עלינו לאמן את שרירי הלב ולגלות אמפתיה כלפי החלש. אך לא רק החלש מקהילתנו, אלא הגר, הזר והזרה. אלו שמרחוק באו, "המואביות", אלו שמסכנות ומסכנים לכאורה את זהותנו. אלו שמערערים את תפיסותינו.



יונה וולך בשירה איילה כותבת כך:

בנקיק נסתר בין צוקים  
אילה שותה מים  
מה לי ולה אלא צוקי ליבי  
אלא מעיין חיי אלא נסתר

אילה מה לי ולה  
מה לי ולה  
מה לי ולה  
אילה מה לי ולה  
אלא אהבתי

השאלה הראשונית שלנו כשאנו פוגשים בלא מוכר, בזר ובשונה - "מה לי ולה?", מה הקשר בינינו? למה שאעניק לך דבר מה ממני? משלי?

רות, כמו האיילה, מעוררת ומעירה בבעז את רגש הקרבה. רות מתפלאת בעצמה לפשר רגישותו כלפיה - הנכריה, ובעז משתף כי הוא מעריך ומתרשם ממסירותה, ממאמציה ומלכתה עם נעמי חמותה אל עם וארץ לא נודעים. חסדה של רות מעורר את חסדו של בעז. חסד פוגש בחסד. החיבור ומציאת החן, נולדים מראייה אל הנסתר. מראיית הנתינה והענקת החסד. מתוך אלו נולדת מלכות.

החיבור שלי לחג בו נולדתי שינה צורתו לאורך השנים. היום אני יודעת, כי חובתי ביום חגי למשוך בחוט החסד, מאימנו רות ועד ימינו, ולהמשיך ולטוות אותו ביצירת חיבורים. בסולידריות. בהרחבת גבולות החמלה והאמפתיה. ביצירת מרחב של חירות ושיוכות לאלו שלא זכו לכך בחייהם, ולהיות שותפה בהכנסתם לכנפי חברתנו. חג שמח.



# לה-שיר

## מאת אורית פרי

בת 53. אישה יהודיה מקווה. מתפללת. כותבת הגות ושירה המחוברת לזמן. אמא לארבעה מופלאים. עובדת בשליחות מטפלת הוליסטית בשיטה יחודית.

### וְסִפְרַתְּ לָךְ

רגעים  
 וְסִפְרַתְּ לָךְ  
 ימים  
 שְׁהֵיית בְּחֶסֶד  
 עם גופך  
 וְהֵיית בְּחֶסֶד  
 עם עצמך  
 וְהֵיית בְּחֶסֶד  
 עם קונך  
 וְהֵיית בְּחֶסֶד  
 עם אהוביך  
 וְהֵיית בְּחֶסֶד  
 עם מתנגדיך  
 אלה שנסו להוריד  
 לך את עדיך  
 וְהֵיית בְּחֶסֶד  
 עם משפחתך  
 וביתך  
 וְסִפְרַתְּ לָךְ  
 את כל  
 הרגעים  
 שְׁאַהֲבַת  
 שיד ימין חבקה  
 וְסִפְרַתְּ כֹל הַרְגָעִים  
 שיד שמאל דחתה  
 וְסִפְרַתְּ לָךְ  
 את כל הרגעים שֶׁהִתְגַּבְּרַת  
 וְאָכַלְתְּ מֵה שְׁמִיטִיב לָךְ  
 וְהַרְגָעִים  
 שְׁקַמְתְּ  
 בלילה  
 וְהַרְגָעִים שְׁכַבְשַׁת  
 יצרך  
 ומדוּתִיךְ  
 וְהַרְגָעִים שֶׁהִתְגַּבְּרַת  
 עַל שְׁפִתֶיךָ  
 וְסִפְרַתְּ  
 כֹל הַרְגָעִים  
 שֶׁפָּאֲרַת אֶת חֵיִיךָ  
 שֶׁפָּאֲרַת בְּהוֹדִיָּה  
 שֶׁפָּאֲרַת בְּיָפִי  
 שֶׁפָּאֲרַת בְּחֶמְלָה

המשך...  
 כֹּל הַרְגָעִים שֶׁהִתְחַבְּרַת  
 לַתְּפָאֲרֵת עִמָּךְ  
 וְתִפְאָרֵת אֱלֹהֶיךָ  
 וְתִפְאָרֵת חֲתָן עַל כֹּלָּה.  
 וְסִפְרַתְּ אֶת כֹּל הַרְגָעִים  
 שֶׁנִּצַּחְתְּ אֶת הַזְּמָן  
 וְנִצַּחְתְּ אֶת הַמְּקוֹם  
 וְהִתְמַלֵּאת נַחַת  
 שֶׁנִּצַּחְתְּ אוֹתְךָ בְּבִיךָ  
 וְסִפְרַתְּ כֹל הַרְגָעִים  
 שֶׁנִּצַּחְתְּ עַל כֹּל הַקּוֹלוֹת  
 וְאַחַדְתְּ אוֹתָם בְּלִבֶּךָ  
 בְּשֶׁרְבִיט כִּלְפֵי  
 מַעֲלָה  
 וּמַטָּה  
 וְסִפְרַתְּ כֹל הַרְגָעִים  
 בְּהֵם הוֹדִית עַל  
 פְּסוּסֶיךָ  
 וְהוֹדִית עַל חֵיִיךָ  
 וְסִפְרַתְּ כֹל הַרְגָעִים  
 מְלֵאֵי הוֹד וְהַדָּר  
 וְקִדְשָׁה  
 וְסִפְרַתְּ כֹל הַרְגָעִים  
 שֶׁהֵיית יְסוּדִית  
 וְהִתְגַּבְּרַת עַל הַבוֹשָׁה  
 וְסִפְרַתְּ כֹל הַרְגָעִים  
 שֶׁשָּׁמַרְתְּ עַל בְּרִית חַיִּים  
 וְסִפְרַתְּ כֹל הַרְגָעִים  
 שֶׁהִתְקַשַּׁרְתְּ לְצַדִּיקִים  
 וְסִפְרַתְּ כֹל הַרְגָעִים  
 שֶׁקִּבַּלְתְּ עַל  
 מַלְכוּת שָׁמַיִם  
 בְּאַרְץ בְּבִית  
 גַּם בְּכֹלִים בְּכַבִּיסָה  
 בְּאוֹטוֹמָטִי אוֹ טִיסָה  
 בְּשִׁיר בְּגוֹן בְּמַחֹל  
 בְּעַבֹדָה בְּשִׁבְת  
 וּבְיוֹם חוֹל  
 וְסִפְרַתְּ כֹל הַרְגָעִים  
 שֶׁהִסְכַּמְתְּ עִם הַכֶּתֶר  
 שֶׁלַעַת הַזֹּאת  
 הַגַּעַת לְמַלְכוּת  
 וּלְחַרּוֹת.

### אֲנִי מוֹכֵנָה

מהר לפני שהעמלק  
 יכנס  
 שוב  
 הספק  
 ההסוס-  
 אני מוכנה  
 להיות כלה לך.  
 יומים כבר מחכה,  
 נכנסתי ליום השלישי.  
 כבסתי בשלתי  
 טבלתי במים,  
 הדלקתי הנרות,  
 התפללתי...  
 השתדלתי להטהר.  
 אל תשכח אותי מחר  
 תשמיע קול,  
 אני בלבן  
 מוכנה.  
 כאן לרגלי ההר.

### עַל עֶשְׂרֵת הַדְּבָרוֹת

וְהַתּוֹרָה נֹאמַר - "וְהִמְכַתֵּב  
מִכְתָּב אֱלֹהִים הוּא"

כמה פעמים  
 קיבלת מכתב  
 מאֱלֹהִים  
 ככה,  
 בחיים, בטבע  
 מכתב ממען  
 אלוֹהֵי בְּאֵהָבָה  
 שנתן לך חרות.  
 או מכתב שחרט  
 עוד  
 קמטים בפניך,  
 כתמי צבע -  
 בדפי חייך.  
 כמה פעמים  
 השארת המכתב  
 חתום,  
 לא פתחת,  
 התעלמת.  
 הוספת אותו  
 לארכיון מכתבים-  
 לגעגוע,  
 לעצימת עיניך.



קרדיט: שרה רענן



## מסיני עד אליי- מבט מרענן על עשרת הדברות

### מאת ענבל מחלב

מנהלת תוכן ב"פרויקט עשרת הדברות", בת 38 מפ"ת, נשואה ואמא ל3 ילדים. בעלת תואר בע"ס ותעודת מנחת קהל. מרצה להתפתחות אישית והגשמה יצירתית, מלוות מרצות בפיתוח הרצאה מנצחת ויוצרת התכנית "מסע 12" לאמהות ובנות מצווה. כותבת טור קבוע במגזין "לנשמה".

עם ישראל משול לשליח שקיבל מכה על הראש ונפל לתרדמת. כשהוא קם, הוא שכח מי שלח אותו, לאן שלחו אותו, מהי השליחות וגרוע מכל- הוא שכח שהוא שליח. את המשל הנפלא הזה, סיפר אלי ויזל ז"ל, ניצול שואה וחתן פרס נובל. עבורי, כיהודיה מאמינה, זה היה די ברור מאליו: קיבלנו תורה במעמד הר סיני ובכך הוגדרה השליחות שלנו. תרי"ג מצוות על פרטי פרטיהן הן הדרך שלי ושלנו לבטא את שייכותנו לעם סגולה ולתקן עולם במלכות ה'.

\*\*\*

התפיסה הזו שלי קיבלה שטיפה מרעננת עם כניסתי לעבודה כמנהלת תוכן ב"פרויקט עשרת הדברות", שקם במטרה לחבר את עם ישראל לעשרת הדברות כערכי הליבה שלו. "ערכי ליבה"? שפשפתי את האוזניים. מה הכוונה? המונח ערכי ליבה (באנגלית השימוש בו נפוץ יותר core values) מייצג ערכים בסיסיים שמהם נובעות הפעולות וממילא גם התוצאות בחייו של אדם. את קוראת עכשיו בעלון זה? ייתכן שערך הליבה שמנחה אותך הוא "העשרה" ואולי "רוחניות" או "אהבה עצמית".

את מפרישה מעשר לצדקה? כנראה שהערך המנחה אותך הוא "נתינה" ו"חסד". כאשר יש לאדם, ולחברה ערכי ליבה ברורים, הדבר מייצר חוסן ונצחיות. אז מהם ערכי הליבה שלך- כאישה, כאמא, כעובדת, כבת לעם היהודי? ומה זה אומר להתחבר לעשרת הדברות כערכי ליבה? הנה מקבץ תובנות שאספתי במשך שנים של לימוד, פיתוח והנגשת תוכן על הדברות, לקהלים מגוונים.

\*\*\*

לראות בדברות מרכיב של זהות ולא רק מרכיב מעשי זה לא רק "איזו מצווה עשיתי?" אלא "מי אני?". יש כאן הזמנה להסתכלות רחבה ועמוקה יותר שאיתה הולך יהודי בעולם. אישה שקמה לכבוד הוריה מקיימת בכך מצוות כיבוד הורים. זה נפלא. אישה שהולכת בעולם עם "כבוד את אביך ואת אמך" כערך ליבה תהיה בעמדה נפשית של כבוד ונתינת מקום כבוד-משקל להוריה, כבוד למבוגרים בכלל וכבוד כנקודת מוצא בכל מערכת יחסים. אגב, זהו לא רעיון ניו- אייג'י שלנו. אמרו את זה גדולי חכמי ישראל, מרש"י ("כל שש מאות ושלוש עשרה מצוות בכלל עשרת הדברות הן") והרמב"ם ("הם עיקר הדת וראשיתו") עד רבינו בחיי ("עשרת הדברות הם הכלל העליון") והזוהר הקדוש ("עשרת הדברות של התורה הם כלל של כל מצוות התורה").

\*\*\*

להבין שהדברות "מדברים" אלינו, בכל רגע הדברות נכתבו אמנם על לוחות של אבן, אך הם ממשיכים להיכתב על לוח ליבנו. שמעון פרס ז"ל, ציין בנאום הכתרתו לנשיא את עשרת הדברות כי "169 המילים של עשרת הדברות הן גם היום מסד לתרבות המערבית כולה". זה נכון לכלל וזה נכון לפרט. בכל סיטואציה ודילמה בחיים ניתן למצוא את הדיבר שיכול להאיר את הרגע ולכוון אותנו- ממש כמו מצפן. לאחרונה היה לי מפגש חזק עם הדיבר השני. בעיסוקי הנוסף כמרצה, ערכתי שיחה עם לקוחה פוטנציאלית. סיימתי את השיחה והרגשתי אי נוחות גדולה. לא בגללה, בגללי. הרגשתי שבמשך השיחה התאמצתי מידי, הייתי בריצוי ואפילו בשמץ של חנופה- הכל כדי להשיג את המטרה הנכספת- "לסגור עסקה". כדי להשיב את עצמי אליו, מיד הדהד בי הדיבר "לא יהיה לך אלוהים אחרים על פניי"! פרנסה ממי? מבורא עולם. מי מולך על המציאות? בורא עולם. מי "סוגר עסקאות"? אך ורק הוא יתברך. וממילא, אין מה להתבלבל ואין צורך לדאגות, מתחים ומאמצים לא בריאים כדי להגיע להצלחה.

\*\*\*

# מסיני עד אליי - מבט מרענן על עשרת הדברות (המשך)

לגלות בכל "לא" את ה"כן"

יותר ממחצית מהדברות נכתבו בלשון איסור "לא!", אבל אנחנו כורות אוזן ו"מכלל לאו- שומע הן". מה ה"כן" המסתתר באיסור לרצוח? אולי שמירת החיים, בריאות הגוף, זהירות בדרכים? אולי סובלנות לדעות שונות?

מהו ה"כן" שמסתתר בדיבר "לא תענה ברעך עד שקר?" כמה מאיתנו מגיעות בכלל למעמד של עדות בבית משפט? האברבנאל יגלה לנו כי בדיבר כלולים "הלועג על חברו, והמדבר לשון הרע, והרכיל, והמלבין פני חברו ברבים ודומיהם". עכשיו זה נוגע בכולנו? לגמרי.

אחת הסדנאות המרגשות ביותר שהעברתי במסגרת עבודתי לבני נוער היא על הדיבר "לא תחמוד". רק לחשוב על הדיבר הרגיש הזה פוגש בדור האינסטגרם והטיקטוק, בבני נוער שעסוקים דרכם בהשוואות, בקנאה ותחרות וסופגים פגיעה קשה בביטחון העצמי ובדימוי הגוף. לאחר ההזדהות המוחלטת של בני הנוער עם ה"סור מרע" עברנו ל"עשה טוב". דיברנו על להתבונן פנימה ולהיות שמח בחלקי. הייתן צריכות לראות את האור בעיניים שלהם כשהבינו שכל אחד מהם הוא ייחודי, יצירה חד פעמית מלאה בכוחות וחוזקות.

\*\*\*

לדעת שיש מצע ערכי שמאחד את כולנו

מערכת בחירות רביעית וחמישית אולי בפתח, מבשרות לנו שהעם הזה מפולג ומשוסע. איך נוכל לתפור כאן חיים משותפים? איך נתקדם יחד לבניית חברת מופת? האם יש בכלל משהו שניתן להסכים עליו? אז האמת- שכן!

בסקר מטעמנו שערכה מינה צמח נמצא כי 93% מהישראלים מאמינים בעשרת הדברות! זה נתון מדהים. זה לא אומר אמנם שאם נתקיל אותם "עשרה מי יודע?" הם ישלפו מיד את הדברות ומשמעותם המעשית, אבל זה מגלה לנו שהדברות נחשבים קונצנזוס. הם גם יהודיים וגם אוניברסליים, גם עתיקים וגם רלוונטיים, גם רעיוניים וגם מעשיים.

זו היתה הפעם המרכזית בה התאחדנו כעם, שם למרגלות הר סיני, "כאיש אחד בלב אחד". זה יכול לאחד אותנו שוב.

\*\*\*

להבין שתמיד יש לאן לשאוף

כשאנו מתבוננים בדברות כערכי ליבה, אנו מבינים שלא מדובר במעשה חד פעמי. זה לא לסמן "וי" עשיתי/לא עשיתי. יש כאן סקאלה שניתן תמיד להתקדם ולהשתפר בה. "סולם מוצב ארצה וראשו מגיע השמימה". זה לבדוק את עצמי ולראות איך אני נותנת לאור של הדברות לזרוח בי עוד ועוד.

איך אני מגבירה בתוכי את "אנוכי השם אלוקיך" בכל צעד וצעד שלי היום? איך "זכור את יום השבת" מחליק לי גם לתוך ימות המעשה? איך "לא תנאף" מחדד את מערכת היחסים שלי?

\*\*\*

אם נחזור רגע לראש המאמר נבין

שאמנם אנו, נשים מאמינות, זוכרות היטב שאנו שליחות ואת השליחות עצמה? נזכה להעמיק ולהרחיב בכל שנה ושנה.

אז בין עוגת הגבינה לקיש המוקרם

אני מזמינה אותך לנצל את חג מתן תורה המתקרב

להיכרות מחודשת עם עשרת הדברות

כערכי הליבה שלך.



קרדיט: ציפי בלומנטל



קרדיט: פרומה לנדה





## סוד האהבה מבט מחודש על אהבה מתוך דמותה האצילית של רחל אשת רבי עקיבא

### מאת אפרת בזק

מרצה בנושא מעגל השנה באור ירושלמי ואגדות חז"ל, מדריכת סיורים וכותבת תוכן 'אור מירושלים' לקראת שבת וחג. תושבת עיר דוד כשני עשורים, ומנחה מפגשי עומק בעקבות ספר הילדים שחיברה 'מעין של זהב'. מרצה בנושא מעגל השנה באור ירושלמי ואגדות חז"ל, מדריכת סיורים וכותבת תוכן 'אור מירושלים' לקראת שבת וחג. תושבת עיר דוד כשני עשורים, ומנחה מפגשי עומק בעקבות ספר הילדים שחיברה 'מעין של זהב'.

חג השבועות הוא זמן מלא אהבה. אהבת התורה שמתגלה בהכרזה 'נעשה ונשמע', נשזרת עם אהבת הדוד והרעיה, הקב"ה וכנסת ישראל, עד שבחרו חז"ל לדמות את מתן תורה לחתונה הגדולה, את התורה לכתובה, ואת הר סיני שנכפה על העם – כחופה הסוככת על זוג האוהבים.

הלכתי לחפש אחר סוד האהבה אצל האוהבת הגדולה, האצילית והאהובה – רחל. בסיפור מעשה החכמים, המוכר לכולנו, בו רבי עקיבא מצהיר בפני אלפי תלמידיו על אשתו המסורה: "שלי ושלכם שלה הוא", גיליתי פנים חדשות. באבות דרבי נתן (הוספה ב' לנוסחה א' פרק ח'), כאשר כלבא שבוע מתוודע לאמת וקולט מי הוא באמת חתנו ומי היא באמת ביתו, מופיעות שתי שורות שהיו עבורי חידוש מרגש. וכך נאמר לאחר שנפל אביה של רחל על פניו וחיבק ונישק את רבי עקיבא, ועוד לפני שנתן לו נכסיו: ואמר: אשריך בתי שאהבת צדיק כזה, ונחלת העולם הזה והעולם הבא וקרא עליה המקרא הזה: "שְׁקֵר הַחֵן וְהַבֵּל הַיָּפִי אִשָּׁה יִרְאֶת ה' היא תתהלל".

דרך המילים הללו, קמה ועלתה אל מול עיני תמונה הרמונית, השלמה, והתרצות – לא רק ממונית, ולא רק הלכתית של התרת הנדר, אלא התרצות נפשית של השבת האהבה, בין האב עם ביתו ועם חתנו. תחושת גאולה יש בה, בהשלמה הזו, כמאמר הנביא מלאכי: "וְהָשִׁיב לִבְּאֲבוֹתָם עַל בְּנֵיהֶם וְלִבְּנֵיהֶם עַל אֲבוֹתָם". אביה של רחל מבין עתה עד כמה צדקה ביתו, ועד כמה השכילה לראות את המעלות הפנימיות והטמורות בעומק נפשו של עקיבא הרועה, וקורא על ביתו בהתפעלות ובהערצה פסוק ממשלי (ל"א), ממזמור 'אשת חיל' המושר לאישה האידיאלית, המסורה, החרוצה והצדיקה, המיוסד ע"פ סדר הא"ב כביטוי להיותו שיר הלל לאישה כלילת המעלות. וכך מכריז כלבא שבוע על ביתו: "שְׁקֵר הַחֵן וְהַבֵּל הַיָּפִי אִשָּׁה יִרְאֶת ה' היא תתהלל".

פסוק זה מבטא את עיקר האמת שבהתבוננות הפנימית, לעומת השקר וההבל שבמבט החיצוני. רק עתה מפנים כלבא שבוע שמבטו על עקיבא הרועה היה מבט חיצוני, כבר לפני כ"ד שנים, ואילו ביתו – ידעה בצדיקותה להביט אל הנפש, אל הנשמה, אל הסגולות והמידות המעולות שהיו גנוזות בו, לפני ולפנים. הפנימיות הזו מאירה לו את סוד כוחה של האהבה.

קביעתו: "אשריך בתי שאהבת צדיק כזה, ונחלת העולם הזה והעולם הבא" מהדהדת ומלמדת אותנו לדורות על אהבת התורה, ועל מעלתה המיוחדת, הנוחלת שתי עולמות. בכך רומז הוא לדברי חז"ל "שְׁאֲדָם אוֹכֵל פְּרוּתֵיהֶם בְּעוֹלָם הַזֶּה, וְהַקָּרֵן קִיָּמָת לוֹ לְעוֹלָם הַבָּא... וְתִלְמוּד תּוֹרָה כְּנֶגֶד כָּלֶם" (משנה, פאה פרק א'). כח האהבה העמוק, הפנימי והמיוחד, שחיבר בין רחל לרבי עקיבא, כחוט של חסד, היה נסתר מעיניו של האב, והנה עתה הוא נחשף לפניו במלוא זוהרו.

רק עתה, בדיעבד, יכול הוא להבין שאישיותה המופלאה של ביתו, והאמונה האיתנה שלה, עמדה לה לאורך כל אותם שנים, לאזור אומץ וכח, ולעמוד מול משפחתה, מול החברה כולה מבית ומחוץ, מול הסבא המזלזל, השכנות השואלות, התלמידים הדוחפים. כל אלו לא הסיטו את רחל מהמטרה המהותית שניצבה לנגד עיניה תמיד, למען בניין התורה, באהבה.

רק עתה מבין האב, שכל התכונות הנאצלות שהתגלו אצל ביתו, היו טמונות בסתר גם בנפשו של רבי עקיבא, ובזכותה יצאו הן אל הפועל ואפשרו לו להשתמש באותם כוחות בדיוק, אל מול המציאות המורכבת.

# סוד האהבה (המשך)

היא – מסרה את נפשה למען אהבת התורה בתחילת דרכם, היא וויתרה על חיי מותרות, על הקשר עם בית אביה, ועל השותפות היומיומית עם בעלה, והוא – לימים – מתמלא כוחות למסור את נפשו באהבתו את התורה אל מול גזירות הרומאים, ובאהבת 'אחד' מסוגל לשמוח בקידוש ה'.

היא – מלמדת אותנו פרק במבט פנימי עמוק, ולא חיצוני ושטחי, בהתבוננות מלאה אהבה, והוא – לימים מתגלה כמי שמעודד את חבריו בהיותם בוכים מול המקדש החרב, ובמבט פנימי ונצחי מביא מזור ונחמה לליבם הדואב.

היא – נאזרת בביטחון כי מידותיו הנאצלות של עקיבא יכולות להוות בסיס לצמיחתה של התורה האידיאלית הראויה לעם ישראל, בדור של ביסוס עולם התורה לדורות, והוא – משיב לה לימים את כל שכר תורתו, מצהיר בחיבה "שלי ושלכם – שלה!" על אף המרחק הרגישו הם קירבה אחדותית ושותפים הם לגמרי יחד במסעם לבניין עולם התורה בישראל.

וכשזכה לכתר של תורה, ביטא את ההערכה העצומה לאשתו בכתר של מלכות, מקדש מלך עיר מלוכה, ומעטר אותה באהבה ב"ירושלים של זהב"!

האב מבין שהאהבה שחשה ביתו לעקיבא היא אהבה מיוחדת שאין כמותה, ומכריז "אשריך ביתי שאהבת צדיק כזה". הוא מבין שאהבה זו מקפלת בחובה גם את האהבה לכל הטוב והנאצל, את אהבת האדם והעולם. ובאהבתם, ילמדנו לימים הרב קוק, מתרוממים הם רבי עקיבא ורחל יחדיו לאהבה נעלה ששניהם שותפים לה – אהבת ה' ותורתו.

בכל אהבה עולים הם ומתעלים, למקום קדוש יותר, נשגב, עליון, כשיר השירים אשר הוא קודש קודשים!

ערב זמן מתן תורתנו, אני תפילה שנזכה להתרומם באהבה אל המגדלור הרוחני שמציבים לנו רחל ורבי עקיבא, לסגל אל חיינו מבט פנימי של נצח, לחוש את חיבור כל הכוחות באמונה למען הערכים הנשגבים, עד שיעטרנו ה' בכתרי תורה ומלכות



קרדיט: וורן ברסטיין. דליה פנקלסטיין, לורה בן דוד  
התמונות מתוך מאגר התמונות של חכמת נשים בכתובת:  
[www.jewishlifephotos.com](http://www.jewishlifephotos.com)