בין הקשיים

מאת: יהודית גולשבסקי
יולי 24, 2022

איך נוכל להשתמש בחוויות של בין הקשיים שבאתגרי חיים הגורמים לנו חרדות וייאוש להיות אנשים טובים יותר למצוא את האור שבתוכנו ?

“כָּל רֹדְפֶיהָ הִשִּׂיגוּהָ בֵּין הַמְּצָרִים ” (איכה א , ג).

היא התחילה ביום יז בתמוז – התקופה הקשה של שלושת השבועות לעם ישראל , והיא תסתיים רק אחרי תשעה באב (יום ט באב).

חומות ירושלים נפרצו ביום יז בתמוז בדיוק ארבעים אחרי יום ו ' בסיון – כאשר משה רבינו עלה למרומים לקבל את התורה הקדושה . משה רבינו היה צריך לרדת מהר סיני עם שני לוחות הברית , ובאותו יום בדיוק נבנה עגל הזהב .

אולי גם זה יעניין אתכם :

לגעת שוב בפסגה . . .

אם יש לכם את צרור המפתחות הזה אתם מסודרים בחיים . _ . . . . . .

הדרך היחידה לצאת היא להיכנס פנימה _ . . . . .

מה מתאים יותר מאשר לציין בהתבוננות פנימית עמוקה , בהפקת לקחים ובתשובה את היום הזה שמציין את התקופה שהובילה לטרגדיות כאלו ואחרות ?

תקופה זו מכונה שלושת השבועות או "בין המצרים ". האריז "ל הקדוש מציין שכאשר משנים את אותיות המילה "מצר" היא הופכת ל "צמר".

התבוננות פנימית עמוקה , הפקת לקחים ותשובה על המעשים שלנו יהפכו את הימים האלה למועילים ומצמיחים …

רבי נתן מברסלב מסביר , שכאשר מנצלים חוויה קשה או זמן לא קל כדי להתקרב לבורא עולם , זה הופך את הקושי ליתרון . את המצר לצמר רך נעים , עוטף ומחמם . מבחינה קבלית צמר רומז לחסד .

השאלה היא – איך נוכל להשתמש בחוויות הקשות או בזמנים ואתגרי חיים שגורמים לנו חרדות , פאניקה וייאוש לתקן ולהשתפר ? להיות אנשים טובים יותר – כלפי עצמנו וכלפי אחרים ?

כאשר מנצלים חוויה קשה כדי להתקרב לבורא עולם זה הופך את הקושי
ליתרון ….

רבי נתן מסביר שקודם כל יש להתמקד בנקודות הטובות שלנו ושל
הסובבים אותנו . כל גדיל (גדיל – קווצת סרטים או חוטים המשמשים
לעיטור שטיח , וילון או ציצית) של חיוביות , ולא משנה עד כמה הוא
מרגיש או נראה בעינינו חסר חשיבות , הוא למעשה עוד חוט השזור בתוך
שטיח של טוב ואהבה .

ככל שאני מתחברת לנקודות הטובות שלי , כך אני מסוגלת לצעוק לבורא
עולם "אנא , עשה שיהיה אור בתוך החושך !"

כשאנחנו מלאים בחיוביות , כדי להמשיך לבכות למרות הכאב שלנו , "בין
המצרים " הופך גם ל "בין הגדילים " ואז אנחנו מוקפים בטוב האינסופי .

מאמרים נפלאים ומרתקים נוספים בנושא צמיחה אישית תמצאו בקישור
הזה .