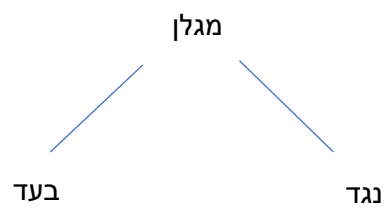
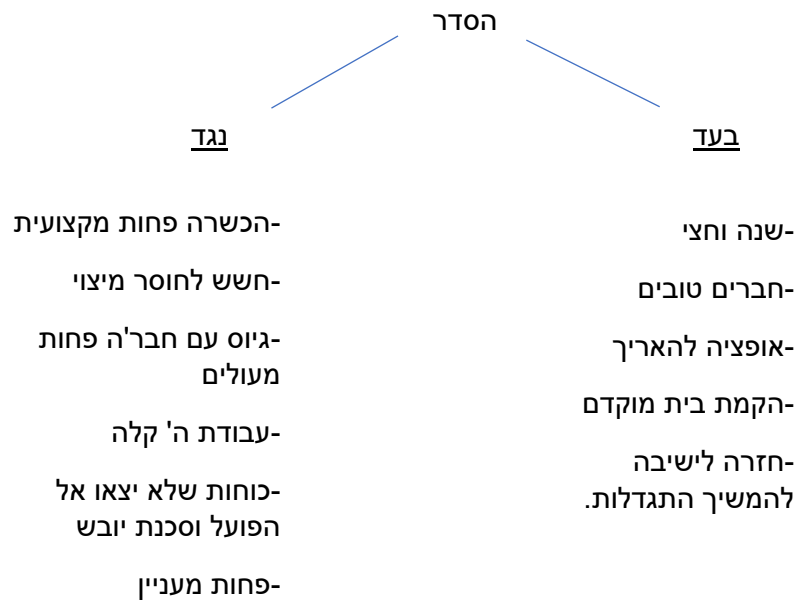


מחברת עמיחי

שבוע טוב זמן קיץ שבוע ראשון!:

-השבוע התחיל בלוד. יום שלישי נסעתי אה"צ לסבא כי התחייבתי לעזור לו וביום רביעי עזרתי לו בבית ובתל אביב.
 ביום העצמאות עבדתי בשדה אפרים וב"ה היה טוב, אח"כ הצפנתי לאירוסין של יעקב שם היה שמח מאד, אמנם רוצה לברר את נק' הבטחון העצמי באירועים חברתיים כאלה – היה לי קשה.
 המסקנה היא, בהתאם לרצון, לא לעשות את היציאות מהלו"ז האלה – הרצון הוא ב3 חודשים עד הגיוס להתמקד בהתגדלות רוחנית בישיבה. ולא לצאת ליציאות שאינן הכרחיות.

שקט: שם לב שנק' השקט הפנימי אינה פתורה- יש איזה חוסר שקט פנימי שמפריע להיות בשלווה ובמיקוד בלימוד. כאילו יש איזה מרדף אחרי משהו. אני מנסה לחשוב במה זה נובע ואין מגיעים לשקט הפנימי.
 ברור לי מנסיון העבר שהשקט הפנימי אינו מתחיל במשהו חיצוני, אלא זו נק' מאוזנת בנפש שדברים חיצוניים יכולים רק להכשיר אותה אך לא ליצור אותה.
 כשאני מנסה לנתח עולות 3 נק' – חירות, שמחה בכל הטוב וביטחון עצמי, אבל כל זה תחת כותרת האמונה- בקב"ה בקשר המחייב איתו שמנביע כ"כ הרבה טוב לשמוח עליו, כל כך הרבה חירות שלומדים לעבוד אותו בלבד ולשברון מחסומים משעבדים – דבר שבטח דורש אומץ.
 וביטחון בעצם – בייחודיות שלי, ביכולת להיות ראוי בכל מקום כי ה' שם אותי בו ורק רוצה שאשתדל לגלות את כבודו. הביטחון בעצמי יכול להגיע מקבלה של הצרך- כשיש רצון היכולת לעבוד עליו בצורה השקטה תלוי ביכולת לקבל את הפער בין הרצוי למצוי ולהתנהל מולו- הרצון נבנה ע"י רצון קבוע שמנווט את העבודה- ועליי לתת זמן לעבוד את הרצון. ולהיות בביטחון שאגיע לשם.
 הנק' של השמחה יכולה להתגדל ע"י חיוך והארת פנים, עזרה היכן שצריך וצורה טובה- להשרות אווירה טובה סביבי, ולהבין שזה לא במקום הלימוד אלא מרחיב את הלימוד. והנק' החירותית שמצריכה הקשבה תמידית ואומץ לחיות ולהגדיל את המציאות ע"פ הרצון הפנימי שלי- שבאמת הוא רצון ה'.
 לא השקט הכוחני יקנה לי שקט פנימי- אלא השלמות הנובעת מתחושת בלהות של חיים טבעיים ושמחים. בעז"ה.
מיקוד – לדעתי לעבור להתרכז רק סביב המחברת- והלימוד יהיה על פיה. לעשות רשימה בתחילתה של נושאים שונים למלאות אותה בהם.



-האם הכל מגיע מאת הסערת ריגושים- ודיוק אם מה שאני צריך זה לבנות את המקום בלב?

-הרב אליקים- תחושה שבחרתי במשהו שאינו מוצא חן בעיניו

- מכלול של חיי תורה

- קצינים

-

מגלו:

בעד:

חלום עבדתי מאד קשה כדי להגיע לשם ומאוד רוצה את השירות המיוחד שם.

-מקום עם פוטנציאל לעבודת ה' משמעותית, לגילוי כוחות ולקידוש ה' גדול- כשרוב הצוות חילונים שממש חיים איתך את הקשיים יש יכולת לקדש שם שמיים

-ההכשרה מאד מקצועית ואח"כ גם פעילויות מיוחדות

-יציאה משם תהיה יציאה מלאת חיים- אחרי שירות שנתתי הכל לטובת הכלל ובחרתי כל רגע מחגש והתפללתי כלפי עמי אלו כלים מיוחדים וכלליים שאיתך המשפחה שתקום תהיה כללית והלימוד תורה אח"כ גם כן.

- מאפשר לך להיכנס לחיים של מסירות נפש

נגד:

- יותר קשה לשמור על חיי תורה
- מפגש עם תרבות חילונית כל הזמן
- שירות ללא החברים הטובים
- ניתוק טבעי מהישיבה שמצריך עבודה גדולה לשמור כן על חיבור אליה
- יכול להיות שאח"כ יהיה בזבוז זמן
- 3 שנים- הקמת בית יותר מאוחר ויותר מתוך אתגר
- אולי כל זה עוד 'אטרקציה' בנסיון להביא שקט פנימי.
- לא אמצא את עצמי באווירה שם

בס"ד

הסדר:

בעד:

-נחות-גיוס שנה וחצי חזרה לישיבה הקמת בית- אני צריך שנים של נחת ובריאות ותמימות- ללמוד להנות מהפשטות.

-יותר לימוד תורה

-גיוס עם חברים מאוד טובים

-הרב אליקים יהיה לגמרי מאחורי

-אם ארצה להגדיל את המשמעות-אצא למכי"ם וקצינים, ואקבל 4 חודש

-אהיה שם מאוד טוב ואפשר גם שם להשפיע

נגד-

-סכנה של חוסר משמעות ויובש

-החבר'ה האחרים יקשו על להוציא כוחות כמו שצריך

-הכשרה פחות מקצועית

-לא משתנה מבחינת הוצאת כוחות ומרחבי חיים.

-הרבה בריחות וטרטורים

-ויתור על החלום

שורה תחתונה:

ללכת למגלן בתנאי שיש קווים אדומים, יש נוהל קשר עם הישיבה וחלום מתמיד לחזור אליה, ויש מענה לסוגיית השקט.

שבת קטנה:

הגישה- שבת בנחת- כן לשיר אבל לא לצפות בנושא של שירים וריקודים למשהו מפוצץ.

בעיקר היתרון זה יותר שקט, יותר שיחות עם ירקוני יותר להינות מהנחת.

-אבל איך אתה עם זה שירקוני יראה את השבת – קשה?

ת. הודעתי לו והוא אמר שמבחינתו זה מצויין והכל טוב.

-ומה יעזור לו כן להינות?

ת. הטיולים, הדיבורים הפשוטים והלימוד המשותף.

-ואיך לא יהיה מצב **שיגרום** צורך לרצות אותו?

ת. אני יודעת שהוא בחר להגיע ולכן אני יהיה טבעי ומה שיהיה בשבת יהיה.

- נשמע שיש צורך לשווק את הישיבה 'האמיתית'.

ת. אני אגיד לו שייקח בחשבון שהוא צריך להשלים שבת 😊

ולא אדבר סתם על מה בדו"כ – זה סתם יהיה אצלו החמצה

וגם ייצור תחושת הפסד- השבת הזאת עם המעלות של האינטימיות, של הרב מרדכי, של השקט

והפשטות של הלימוד בנחת תאפשר.

-אבל איך אתה לא תרגיש החמצה?

ת. קודם כל עצם השהות בישיבה היא כבר טובה לתהליך ולשקט, וגם הנחת אני לא יהיה תלוי

בירקוני אלא אהיה קשוב למה ייתן לי נחת.

וגם אני אהיה "חייל טוב"- לא אתעקש ליצור אווירה אבל בהחלט אקיים אותה.

סיכום שבוע שני:

המשכתי ללמוד ולנצל את הזמן לגדול - גם בגמ' גם בכתיבת הסיכומים וגם בהכנה לצבא - שיחות שיעורים וכו'.

-בשעטו"מ התחלתי חברותא עם מעוז טבו לי לדבר וללמוד ממנו.

-הרב דיבר איתי לגבי חזרה להסדר - מהתחושה שלי הרב מאד תומך בהסדר ולכן מאד חושב שכדאי לי ללכת למסלול. ההתלבטות 2 צדדים מרכזיים שהנק' האוגדת אותם היא מה ה' רוצה שאעשה.

מצד אחד – כוחות רבים ממתנינים לכלים - ומסלול אינטנסיבי עם התמודדות נפשית פיזית ורחנית שעוטף את כולו הרצון להיטיב עם הכלל ולשרת אותו יכול מאד להתאים עם הנק' זמן הזאת, נוסף – צוות קטן ומשפחתי יאפשר לי להיות יותר דומיננטי.

מצד שני - אני רוצה להישאר שייך לישיבה, ובא מכוחה, ולהיות חלק מהחבורה, כמו"כ יש משהו חיובי בלהפסיק לחפש את המעבר ולהיות כאן ועכשיו - לעשות את הצבא ולהקים בית מתוך תורה, בישיבה, אחרי שנה וחצי.

אמא פסקה ללכת למגלן, וזה התיישב על ליבי.

אומנם נק' שבעז"ה אפתור השבוע - כיצד ניתן להרגיש עדיין חלק מהישיבה. -הייתה שבת טובה, ירקוני הגיע, הייתה קצת מלחמה בין הצורך לשווק ולדאוג שיישאר לו רושם טוב לבין המקום הפנימי השלם.

-נפגשתי עם אריאל ודיברנו על השקט הפנימי - ההקשבה לקולות והסבלנות, ההידברות עם הנפש יוצרת שקט - בה לקול צד בנפש יש צרכים וזמן למלאות אותם.

-במקביל אני עובד על מסגרת מאפשרת לשקט – עברתי לנוקיה ואני מרגיש כיצד המעבר מרפא, משתדל לקום לפני התפילה שיהיו כמה דק' שקטות לפני תחילת התפילה. כמו"כ משתדל מאד לא לצאת מהישיבה. כמה שיותר בתוך. כמה שיותר לשקוע.

- לוקח לי זמן להחזיר את הרוחב הנפשי – שירים, קטעים, וחליל.

אבל אני לא לוחץ, ובתוך שעם ריפוי הנפש גם הצרכים האלו יקומו.

-עיקר השינוי - במעבר בין הצריך רוצה. במעבר בין המרצה להקשבה יותר סבלנות כלפי עצמי וכלפי תהליכים.

-הייתי רוצה יותר להיות בקשר עם המשפחה אולי אתקשר לכל אחד ואחד בשישי

-חברותא עם כפרי - לא יודע אם מה שהתחיל להפריע לי זה החברותא או הלימוד – מרגיש שאין לי כ"כ חשק ללמוד. חשבתי על כיוון שאנחנו קצת מסמנים וי, ולא באמת אכפת לנו ומעניין אותנו הלימוד יותר "מלהעביר את הזמן".

שיחה עם הרב שחר:

השייבה מאד עוטפת את התלמיד לאחר שבחר, הרב אליקים מכיוון שהוא פירק לי הוא רוצה רק להציג לי את הצד השני אבל הוא מאד שמח בי לאחר הבחירה ומאד תומך בי. וכמובן שזה מכח הישיבה.

הרב דני:

סדר בוקר- לנסות שבוע לפי השיטה שלי.

יראה- אין הביישן למד – ה' לא רוצה שאתירא ולא אשאל/ אפנה

"ואין הקפדת למד" – הרב ישמח מאד בפנייה אליו.
מעשי- כל פעם שעולה בי פנייה- ישר לשאול/ לפנות.

הרב אליקים-

הרב רצה שהבחירה תהיה שלימה, והוא מאד שמח שאני מתלבט ואז בוחר.

סיכום שבוע שלישי:

חוץ מסדר בוקר- היה שבוע חזק מאד- גם באמצע היה את ל"ג בעומר שהיה כייף גדול ואז היה ערב משמעותי מאד של לאה, וחופש בירושלים שהתחיל בחמישי בלילה אצל חרות ומעוז- שהיה כייף גדול כולל הליכה לשיעור של הרב עודד ודיבור משמעותי עם נריה.

בשבת היה פשוט מדהים. שבת ברובע, נוף להר הבית, אווירה ישיבתית מיוחדת מאד בערב קבלת שבת עם שירים בכותל אח"כ סעודה והתוועדות, ותיקין אצל הרב נבנצל – מדהים הפשטות והענווה, אח"כ קידוש ושו"ת אצלו, סעודה אצל אבול, סיור ברובע המוסלמי ושיחה עם מתי דן הראש של עמותת עטרת- מדהים לראות איך הוא חי "ככלי" ואיזו אמונה מיוחדת יש לו- אח"כ סעודה שלישית עם אווירה מדהימה ושירה חזקה, ואז מוצש נפגשנו כמה חבר'ה בדימונה וישנתי אצל נריה, בראשון יצאתי בחזרה לישיבה לגלקסי לסופ"ש, וזה לא עושה לי טוב. אני אחליף היום חזרה. אני מקווה שתהיה שבת טובה בעז"ה, אמא ואבא נוסעים, וכנראה אני עושה שבת חברים.

-יש רצון להרחיב את השקט נעלה את זה בשיחה עם אריאל.

מסגרת:

-שינה לא מאוחרת מ12- מסגרת שינה- כתיבה של קטע יפה/ תודה/ סיכום- ע"פ רצוני.
- עבודה על קימה- לעמוד 45 שניות ואז להחליט.

מסקנות- לא ללכת למקום שאווירה בו לא תשעה לי טוב, להפעיל את שריר הבחירה, לא להחליף את הסיים.

חברותא סדר בוקר:

- הקושי הוא בהתאמה לחברותא
- מה קשה?
- שבתחושה הוא חווה את הלימוד ממקום מאד חיצוני
- לו זה בסדר אבל אצלי זה גורם ללימוד לא לחדור, ואז הלימוד הוא למעמסה עליו.
- ולמה לא לעזוב
- זה קשה מאד כי הוא חבר טוב, כמו"כ אני לא יודע אם זו בעיה בי או לא
- כמו"כ אין חברותא שאני חושב שנתאים
- מי אמר שאתה צריך ללמוד גמרא עיון?
- זה עיקר הלימוד -העומק, הסברות
- אבל זה באמת לא מעניין אותך עכשיו
- נכון אבל גם יש את הקול שאומר שזה חשוב, גם יש את הקול שאומר שלא באמת ניסיתי ויש גם את הקול שאומר שהחברותא גורמת לזה.
- אוקיי זה חשוב מספיק?
- לא, בשכל כן
- אבל יש לך ניסיון מר עם הליכה אחרי השכל
- נכון.
- לא ניסיתי כי הבעיה שלך היא בחברותא.
- צודק אבל מה אעשה
- אתה לא מעז להיפרד ממנה
- ת- לא
- אם מטרתך לצאת מהשייבה בשיש בידך לימוד עיון כחוויה זכורה **לטובה** אז אתה צריך להיפרד מהחברותא, ואם לא נעים לך להיפרד וישר להתרגל עם משהו אחר- אז תגיד לו שאתה לקוח הפסקה, תחכה שימצא חברותא ואז תמצא אתה חברותא בעז"ה ותלמד.
- אבל אם לא באמת ניסיתי
- ננסה שבוע לבד עם לוז ואז נחליט אם אני רוצה עיון או לא.

לו"ז מעודכן שיכול למלאות אותי:

- 6:20 -קימה
- מקווה, תפילין, תה והכנה לתפילה
- תפילה, חברותא שלי
- אוכל
- 8:40 -אורהת"ש
- 9:10 עם קפה "אייכה"
- 9:30 – אורות התחייה,
- 11:30 דרך ה'
- 12:30 הלכה