



# הסוד? לאכול לאט!

דוד גבידצמן

לנו, מעניקים רוח גבית ותחושת בהירות שתורמות מוטיבציה להבנת הקטע הבא. אפשר להעתיק את הגישה הזו לתחומים רבים.

חשבו על משימות ואתגרים כמו על צלחת אוכל גדושה. במבט ראשון, מי יכול לגמור את כל ההר הזה?! אבל אם תשאירו אותנו לבד עם הצלחת למשך רבע שעה, תיפתר הבעיה. גם בעיות אחרות ימצאו את פתרונן בדרך דומה.

משתלב כאן יסוד נוסף: ליהודי יש תמיד שני דברים - אחריות אישית והשגחה פרטית. אנחנו אמורים לתכנן מהיכן להתחיל 'לאכול' את היום הבא, מאיפה לתקוף את האתגר שלפנינו, אבל במקביל ידוע לנו על השגחה עליונה שמלווה את צעדינו ומזרימה אלינו סיעתא דשמיא ואנו מאמינים בה.

והנה מידע חשוב. הסיוע העליון לא מגיע בחבילות לטווח ארוך. בדרך כלל, ובמיוחד בהתמודדויות חשובות, הסיוע נוחת נקודתית לתוך הניסיון בזמן אמת ובמינון מדויק. כשאנחנו צופים במשימה מחוץ לרגע האמת, אין באוויר שום חבילת סיוע מעודדת. אין מנוס אלא לצעוד פנימה, הסיוע יגיע.

נקודה למחשבה: אף פעם, לאורך המסלול הכי ארוך בעולם, לא נתבקש להתמודד עם משהו גדול יותר מפסיעה אחת. שום תהליך מסובך לא דורש מאיתנו לפתור בו זמנית יותר מחידה אחת, רק שהעין שניסתה לבלוע את כל הצלחת עוד לפני שנטלנו ידיים, היא זו שגם מנסה לעכל את כל המשימה בבליעה אחת. לאכול, לאט!

רבי נתן מתנצל שם על האריכות המאפיינת את כתיבתו התורנית. ליקוטי הלכות הוא ספר שאוצר בחובו גאונות מבהילה, בקיאות מדהימה ורעיונות ייפייים, אבל לומדים מתחילים רבים מתיישים רק בגלל 'חרדת אורכים'. רבי נתן יכול לבנות דרוש מדהים, מערכה נפילית שמשתרעת על פני לא פחות ממאה סעיפים! מי שצולח את המסלול מלקק את האצבעות, מי שלא - נושך אותן.

רבי נתן כותב שצעירים רבים מפסידים את הזכות ללמוד כמו שצריך, רק בגלל הרתיעה ממערכות ארוכות. מערכות שכאלה מצויות

## הסיוע העליון לא מגיע בחבילות לטווח ארוך. במיוחד בהתמודדויות חשובות הוא נוחת נקודתית לתוך הניסיון בזמן אמת ובמינון מדויק

בכל תחום תורני, בהלכה העיונית ובספרי דרוש. ללומדים חרדתיים אלו הוא ממליץ לאמץ גישה פשוטה מאוד אך יעילה:

כל מערכה, ותהיה זו הארוכה ביותר, עשויה חוליות חוליות. אם ננסה להבין רק פסקה אחת, קטע אחד, נגלה כמה קל להמשיך ממנו הלאה אל הקטע הבא ולעכל גם אותו. אחר כך נחבר את שני הקטעים והנה לנו רצף קטן. כשלועסים כל קטע בנפרד, הקטעים המפוענחים מתחילים לעזור

מדי שנה מתארכת רשימת הפוביות המוגדרות רשמית כהפרעות חרדה. ברשימה ניתן למצוא כמעט כל דבר, מתברר שהחרדה יודעת להיצמד לכל נושא כמעט ולהפוך אותו טריגר להפרעה.

אחת ההפרעות, שספק רב אם נחקרה אי פעם ברצינות וזכתה לתואר 'הפרעת חרדה', היא החרדה מפני אורכים. מדובר בחרדה שמתעוררת במפגש עם דברים ארוכים - טקסטים, שיחות, משימות ותהליכים.

מכירים את הרגע, שבו אנחנו נוהגים בכביש ריק ומזהים מרחוק רצף נורות אדומות המרמזות על פקק תנועה שמצטבר לפנינו? זהו הרגע שבו הקיבה מתכווצת: 'בטח אנחנו הולכים להיתקע כאן מי יודע כמה זמן'. בדרך כלל העומס נמשך כמה דקות אבל תמיד לפני שאנחנו בפנים נדמה לנו שלעולם הוא לא ייגמר.

בחיים זה תופס אותנו בנקודות משמעותיות הרבה יותר, לימודים למשל. תוכנית לימודים של שנתיים מאיימת עלינו, במיוחד כשזה כרוך במבחנים ובהגשת עבודות. התהליך עצמו איננו בלתי עביר כמו ההרגשה לפני כן.

החרדה הזו מתחילה במקום לא ממש חרדתי, אלא דווקא בניסיון שלנו להתרכז. כשאנחנו פוגשים טקסט ומתחילים לקרוא החושים נדרכים, הם ירפו רק כשהפסיק או הנקודה יסמנו את קצה המשפט, וכן גם בהאזנה לשיחה, לשיעור או להרצאה.

הטבע הזה ידוע ונחקר, וזו הסיבה שפרסומאים טובים יעדיפו להתנסח במשפטים קצרים, יפרגנו בפסיקים ובנקודות ויאכילו אותנו כפית-כפית.

ואולם, הרבה לפני שקופירייטרים הגיעו לרעיון, הגה אותו רבי נתן והוא מתאר זאת בהקדמה לספרו 'ליקוטי הלכות'.

# איך להפוך לבעל חוב בשיעור קצר אחד?

אהרון  
בן ש"י

מאמר  
העורך



ש"י היה בסדר, השם יעזור - קבל מדליית הצטיינות:  
אתה בדרך הבטוחה להיות בעל חוב! זה לא ביטחון  
- זה 'ביטחון דסטרא אחרא' הנקרא 'מבטח בוגד'.

ביטחון אמיתי זה לחיות עם הכסף שיש לך.  
אם אתה אדם שפוי, אינך קונה בצ'קים דחויים -  
מקסימום אתה משלם כך את שכר הדירה, כשאינך  
ברירה אחרת. לקנות כמעט כל דבר אחר עם צ'קים  
דחויים, בפרט מזון והוצאות שוטפות - זהו לא  
פחות משיגעון. שיגעון ממש!

נוות ביתך רוצה ריהוט חדש לסלון? אין בעיה!  
תגיד: "איזה רעיון נהדר! תמיד יש לך רעיונות  
טובים! בואי נשים איזה מאה-מאתיים ש"ח (כמה  
שריאלי) בצד מדי חודש, נחסוך ונקנה מה שאת  
רוצה!!" כך היא תרגיש שמתחשבים ברצונות שלה,  
ולכם יהיה ריהוט חדש, שהוא שלכם ממש, לא  
שלכם ושל הבנק.

ולסיום, בשורה טובה:

מה שטוב בכסף - בשונה מכל בעיה אחרת בחיים -  
זה שכמעט אף פעם לא מאוחר מדי לחיות בביטחון  
ובשפיות. שלא כמו רוב הבעיות האחרות בחיים,  
בעיות כספיות על פי רוב ניתנות לסידור איכשהו  
בסוף. ומה שמדהים עוד יותר, שכשבעיות כספיות  
מסתדרות, הן נעלמות כלא היו מבלי להשאיר סימן  
ועקבות, משל לא היו מעולם!

אם גם אתה לא מסתדר עם החשבונות, לך לארגון  
כמו "פעמונים", "מסילה" או לכל ארגון אחר מסוג  
זה ותתחיל לחיות חיים טובים.

מה שבטוח - בטוח.

גם במידת הביטחון יש מיליונרים ויש "עמך".  
"ביטחון של מיליונר" פירושו, שאדם לומד תורה  
ועובד את השם כל ימיו ובוטח בו יתברך שיפרנס  
אותו. פשוט כך. וכמו כל יזם אמיתי בעל אמביציה  
בוערת, יעבור הרבה על אדם כזה, אבל אם הוא  
יתחזק, יתמיד ויתעקש, הוא בודאי יצליח. ובעוד  
שהנועזות של העשירים הגשמיים תניב להם  
מקסימום אקזיט של ארון קבורה מזהב, בעל  
הביטחון האמיתי יצא מהעולם כשבידו הון עתק  
שיהיה שייך לו לעד ולנצח נצחים. בקיצור, אשרי  
חלקו. ואנחנו, כל השאר, איך שאומרים, "עובדים  
על תלוש"...

כמובן, מי שאיננו במדרגה הזו או מי שלא יכול  
ללמוד בלי לבטל תורה, מצווה שילך לעבוד - אולם  
ביטחון הוא עניין אחר.

בעבור אנשים כערכנו, 'ביטחון דקדושה' משמעותו,  
להתחזק להתפלל בציבור, לקבוע עיתים לתורה,  
לעבוד ביותר ובאמונה, לתת צדקה ביד רחבה מתוך  
ביטחון מלא שהשם יתברך ימלא את מחסורנו.

אבל בעיקר, בעבור אנשים כערכנו, ביטחון פירושו  
- לחיות בשפיות.

מטבע הדברים, על כל אחד עוברות עיתות של  
שפע ועיתות מחסור; זו מחזוריות נורמלית. וכולנו  
יודעים, שכשקשה, צריך להתחזק בביטחון שלם  
שהשם יתברך ימלא את כל מחסורנו, להתפלל  
אליו, ולחכות לישועה בסבלנות, זו בלי שום ספק  
תגיע. אבל אנחנו לא מסוגלים לחכות...

"איך אתה מצפה ממני שאהיה בטוח שהשם ימלא  
את חסרוני בלי שאעשה אקסטרה-השתדלות  
ואקח הלוואות? הרי אני מודע למעשי! לפי ערך  
מעשי בכלל לא מגיע לי שהשם ייתן לי!"

ענווה, הא?

זהו, שלא. זו אינה ענווה. זהו תירוץ מזויף שעוזר לי,  
כשומר מצוות, "לכסות" על אי-האמונה הנסתרת  
שבלי. אדרבא, **ביטחון אמיתי משמעותו, שהקב"ה  
ייתן לי, אפילו כשלא מגיע לי!**

ואולם, אם נהיה כנים, לא הזמנים הקשים הם אלו  
שמפילים אותנו. מה שמפיל אותנו זה הקטע של  
"לחיות בשפיות"...

ההבדל בין אדם ש"מסודר בחיים" ובין בעל חוב אינו  
מתבטא בכמה כסף יש להם, אלא בכך של"מסודר"  
אף פעם אין כסף מיותר - בעוד שלבעל חוב,  
כשיש לו כסף בכיס (או זמין במסגרת אשראי) הוא  
"עשיר".

כאשר 'אתה חייב דירה של כך וכך חדרים'... 'אתה  
חייב להחליף את הריהוט בסלון כי 'לכולם יש'  
ואשתך לוחצת עליך "כי היא מתביישת להזמין  
חברות הביתה"... 'ואתה לוקח הלוואות, בהנחה

ל"מסודר בחיים" אף  
פעם אין כסף מיותר.  
לעומתו, לבעל חוב,  
כשיש לו כסף בכיס  
(או זמין במסגרת  
אשראי) הוא "עשיר".

סגולתא ע"ד

עורך ראשי // אהרון בן ש"י

עורך משנה // פ' יסוד

עריכת תוכן // ר' משי

טל': 08-9961404

פקס: 08-9735000

segolta@segolta.co.il

להצטרפות לקבוצת הווצאפ:

052-3720227

העלון יוצא לאור בחפוצה ארצית  
בכל יום שלישי אחת לשבועיים.

לחזרות והפצה ניתן לפנות

בטל': 08-9961404

למוסד אישור ע"פ סעיף 46

לפקודת מס ההנסה

נקודה  
למחשבה

ייאוש זה לרצות  
אפילו פסיק פחות  
טוב מהחלום  
האידיאלי שלי



# איך אתה רוקד?



צ'רי  
יחזקאלי

עיתונאי וראש  
הדסק לענייני  
ערכים של  
חדשות 10

מוד אישי

עם זאת רוצים שלא נתייחס להנהגה שלנו כאילו היא עשתה את הפעולה. דק מאוד.

יש רגע שבו אתה עומד מול ייאוש, רגע של 'ניסיתי הכול ולא הצלחתי' - בדרך כלל, אז אנחנו מכניסים את השם לתמונה.

להתחיל לרקוד לבד ואז להזמין אותו - זה עלול להיות מאוחר מדי. אפשר לעשות זאת בתחילת הדרך.

ככה, בין ייאוש לחוסר ידיעה ולפחד, ועם אמונה שלא יכול להיות שכל זה קורה כדי שנכשל, עברנו שנתיים. לבסוף זה קרה, ממש כמו נס.

עשרות פעולות בחיינו יכולות להיעשות כך, עם אמונה שכל צעד הוא בדרך לאותו חלום. ממך מבקשים רק שלא להפריע, שלא להישאב לחוסר אמונה ולחוסר רצון.

ותמיד להגיד תודה. זה עובד.

מהו הקו הדק הזה? איך נדע לפחות כיצד לגשת אליו? מתי נגמרת ההשתדלות שלנו והשם נכנס לתמונה? למה תמיד זה מופיע כשיש חוסר אונים?

הנה כמה רמזים שגיליתי, הם לחלוטין לא הנוסחה אבל בהחלט - תחנות בדרך.

זה מתחיל ברצון. אתה באמת רוצה? אולי אתה רוצה עוד דברים, ולא באמת את זה? השם רוצה לראות כמה אתה רוצה, ורק אחר כך אפשר לשאול: האם אתה יודע כיצד הדברים עומדים להתרחש?

מצד אחד אתה יודע את סדר הפעולות, מצד שני אינך יודע כלום.

'השם, אני חושב שצריך כך וכך, אבל אני פקוח עיניים להבין איך אתה רוצה שזה יקרה'. כל זה נכון למקרה שאתה יודע מה לעשות. כמוכן שאפשר גם להתחיל לפעול עם אותה שאלה: 'השם יתברך, אני רוצה מאוד ל...') אולם אני לא ממש יודע מה עושים לשם כך וכיצד, בבקשה תראה לי את הדרך, בבקשה תיקח אותי לשם, לחלום שלי, לרצון שלי, לשאיפות שלי... ולהמתין. לעשות בלי לעשות.

רבי נחמן מלמד שאדם תמיד צריך לשאול: איה? איפה? איפה השם? לקרוא לו מהיכן שאנחנו. אם חשבנו שהנה הוא, כנראה שצריך לשאול שוב איפה הוא... ואז הוא יקבל מקום ושוב אתה תצטרך לפנות מקום ושוב ושוב... זהו הריקוד של החיים. תמיד עולה השאלה 'מה לעשות?' הלוואי והייתה נוסחה בדוקה לתשובה. תלוי איך אתה רוקד את זה.

לכל יהודי יש מלכות כאן, נתנו לנו סמכויות, אין אחד שאין לו מלכות, אומר רבנו, כל אחד לפי גודלו - ילדים, משפחה ומושפעים נוספים... זאת אומרת שרוצים שנהיה משהו.

בזמן האחרון סיימתי פרויקט שנמשך שנתיים ושמו "זהות בדויה" - צילומי סדרה

בחו"ל, תחקירים, מידע מודיעיני; כל המאפיינים של סרט ריגול. מלכתחילה זה היה פרויקט עם דמיון פרוע, רחוק, אבל עם תחושה של אפשרי.

בראש השנה לפני שנתיים פגשתי באומן, בסוף החג, חבר שהוא גם במאי טלוויזיה. שאלתי אותו איך הוא רואה את השנה החדשה? והשיב, שהוא מבקש מרבנו שיוציא אותו מתעשיית הקולנוע והטלוויזיה ויכניס אותו לעולם של קודש, לימוד והמשך תהליך התשובה, אותו החל לפני שנים מספר. זה היה הרגע שבו הצעתי לו לצאת לאותו מסע דמיוני. בדיוק הפוך ממה שהוא ביקש, אבל עם תחושה שזה מה שרוצים בשמיים שנעשה.

יצאנו למסע הזה בין מדינות ויבשות, בכל פעם עם רצון אבל בלי ידיעה ברורה איך נעשה את זה. לא משום שאנחנו ברמת אמונה כזו, פשוט משום שלא ידענו. ממש לא ידעתי איך לטפל בנושא עיתונאי שאף אחד עדיין לא עסק בו. ידעתי את הכיוון, בלי יכולת להבין איך עושים את זה.

כשנגמר הפרויקט לשנינו הייתה תחושה שמדובר בסדרה בהפקה ובבימוי של הקדוש ברוך הוא. מאחר שברוב המקרים אנחנו היינו נטולי יכולת תכנון ושליטה במצב, מחוסר ברירה העברנו סמכויות לבורא עולם, ופתאום קרו דברים.

קו דק, שאם יכולתי לספר לכם היכן הוא עובר בדיוק, היה לנו המתכון המושלם לחלוקת הסמכויות בין אדם לשמיים, בין השתדלות להשגחה, בין המעשה שלי למעשה שלו. איפה זה כתוב? איך יודעים?

**מנהל הבנק שוב התקשר? האשראי לא עבר במכולת? 'זמנית' הכספומט לא מאפשר לכם משיכה?**

**17 שנות הניסיון של ארגון 'מסילה לכלכלה נבונה' עומדות רק לרשותכם**

**02-5000475**

**הטלפון שיביא אתכם לרוגע ושלוה כלכלית!**

חייגו כעת וקבלו את כל הפרטים אודות **תכנית שלושת הצעדים לשלוה כלכלית**

**אז למה אתם מחכים? 02-5000475**

**שלכם ובשבילכם, צוות מחלקת משפחות**



# פרק ו' - אתה לא לבד!



אדרבא, נדמה לו שמרחיקין אותו מעבודתו יתברך בכל מיני הרחקות וכאילו אין רוצין בו כלל וכלל. כי היה רואה שחולפין ועוברין כמה וכמה ימים ושנים ועדיין הוא רחוק מהשם יתברך, ולא זכה עדיין לשום התקרבות... אך, אף על פי כן, היה מחזק עצמו מאד ולא הניח את מקומו. וכמה פעמים היה, שהיה נופל בדעתו מחמת זה שראה שהוא מתפלל ומעתיר ומפציר כל כך שיתקרב לעבודת השם יתברך ואין מסתכלין עליו כלל, ומחמת זה נפל לפעמים בדעתו ולא היה מדבר עוד כל כך בינו לבין קונו איזה ימים. אחר כך נזכר בעצמו, והתבייש בעצמו על שהרהר אחר מידותיו יתברך, כי באמת בוודאי השם יתברך חנון ורחום וכו', ובודאי הוא רוצה לקרבו וכו'. וחזר ונתחזק בדעתו, והתחיל שוב להעתיר ולדבר לפני השם יתברך כנ"ל. וכן היה כמה פעמים!" (שבחי הר"ן, יב).

כן, זאת הייתה דרכם של כל הצדיקים. גם הם עברו בתוך כל הדמיונות וההרגשות של הריחוק והניכור, אולם הם המשיכו הלאה!

"כְּאִשֶּׁר שְׁמַעְנֵנוּ מִפִּיהֶם בְּפִרוּשׁ, שְׁנִדְמָה לָהֶם, שְׁהֵשֵׁם יִתְבָּרַךְ אִין מִסְתַּכֵּל וּפּוֹנָה אֲלֵיהֶם כָּלֵל, מִחֲמַת שְׂרָאוֹ שְׁזָה זְמַן רַב, שְׁהֵם מִבְּקָשִׁים וְיִגְעִים וְעוֹשִׂים וְעוֹבְדִים עֲבוֹדַת הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ, וְעֵדֵין הֵם רְחוּקִים מְאֹד מְאֹד, וְאִלוֹ לֹא הָיוּ מִחְזְקִים עֲצָמָן מְאֹד לְבַלֵּי לְהִסְתַּכֵּל עַל זֶה, הָיוּ נִשְׁאָרִים בְּמִקוֹמָם הָרְאוּשׁוֹן, וְלֹא הָיוּ זוֹכְרִים לְמָה שְׁזָכְרוּ" (ליקוטי מוהר"ן תנינא, תורה מח).

כל סוד הצלחתם היה: האומץ לא לשים לב לכל מה שעובר, ולהתעקש להמשיך הלאה!

עליך על מעשה דבת שבע, ושוב אין לך תקוה' חס ושלום... ומעוצם צרתו עד הנפש, נתבלבל דעתו הקדושה עד שלא היה יכול אפילו לפרש שיחתו ולצעוק לה' יתברך כדרכו. כי הצרות רחמנא ליצלן יכולין חס ושלום לעקם הלב מאד מה' יתברך, רחמנא ליצלן. עד שאמרו רבותינו זכרונם לברכה על דוד, שאז בברחו מאבשלום ביקש לעבוד עבודה זרה, כמו שדרשו על פסוק 'ויהי דוד בא עד הראש אשר ישתחוה שם'. כי כשאדם בצרה חס ושלום הוא בסכנה גדולה גם בענין כשרותו ויהדותו, כי לפעמים נתעקם הלב מאד על ידי הצרות והיסורין עד שמהרהר אחר ה' יתברך... ועל כן, דוד, כשהיה בעת צרה גדולה כזאת שנתגרש מירושלים וכו', עד שנפל למוחין דקטנות כאלו, עד שיש סברא בדברי רבותינו זכרונם לברכה שעלה על דעתו לעבוד עבודה זרה, מכל שכן שלא היה יכול לפתוח פיו לסדר תפילתו כראוי" (ליקוטי הלכות, כלאי בהמה ד)."

וכך גם נכדו - רבנו הקדוש, קודש הקדשים, נחל נובע מקור חכמה, רבנו נחמן מברסלב: "והיה קשה וכבד עליו מאד מאד להתחיל להיכנס בעבודת השם לקבל עליו עול עבודתו יתברך. והיה רגיל להתחיל איזה ימים לעסק בעבודת השם, ואחר כך נפל מזה, וחזר להתחיל, וחזר ונפל. וכן היה כמה וכמה פעמים!" (שבחי הר"ן, ה).

וגם כאשר היה מרבה בהתבודדות ותפילות, ימים ושנים, גם אז הייתה לו הרגשה כאילו אין מסתכלים עליו: "היה נדמה לו תמיד שאין מסתכלין עליו כלל ואין שומעין לו כלל, רק

עכשיו בא רבנו הקדוש וחושף את הסוד הגדול והמשמח כל כך:

"וְכָל הַנִּלְעָבֵר עַל כָּל הַצְּדִיקִים!" (ליקוטי מוהר"ן תנינא, תורה מח).

אתה לא לבד! אתה לא היחיד שחש הרגשות אלו. כל מי שנכנס אי פעם בשעריה של עבודת השם באמת, עבר דרך הרגשות אלו.

אל תחשוב שרבי שמעון בר יוחאי נולד עם רוח הקודש ודרכו הייתה סוגה בשושנים, מלאה בהרגשות קדושות נפלאות ומדרגות נעלות. לא!

גם לו - לאותו תנא אלוקי בוצינא קדישא עילאה - היו רגעי קושי וייאוש!

כן!

ולא רק רבי שמעון בר יוחאי, אלא לכל הצדיקים!

גם דוד המלך, משיח השם, היו לו רגעי ייאוש, שבהם ביקש לעוף למדבר ולבלות שם בשינה את שארית ימיו... וכך שורר בצערו: "מִי יִתֵּן לִי אֶבֶר כִּי־נֹה אֶעֱוֹפָה וְאֶשְׁכְּנָה, הִנֵּה אֲרַחֵיק נִדְד אֲלִין בְּמִדְבַר סֵלָה" (תהלים, נה ז-ח)...

היו לו גם רגעים שברוב ייאושו חשב ללכת ולעבוד עבודה זרה... מבהיל, אך אמיתי.

היה זה בברחו מפני אבשלום בנו אשר מרד בו וביקש להרגו: "שִׁדּוּד הַמֶּלֶךְ עָלָיו הַשְּׁלוֹם רָאָה אֶת עֲצָמוֹ אִזְ בְּצָרָה גְדוֹלָה וּמְרָה מְאֹד מְאֹד... וּמְעוֹצֵם מְרִירוֹת צָרָתוֹ שִׁגְדָלָה מְאֹד, בְּפִרְט שֶׁהַבֶּעַל דָּבַר רָצָה לְהַפִּילוֹ בְּעֵינֵי דַעְתּוֹ מְאֹד מְאֹד, כִּי אָמַר לוֹ בְּלִבּוֹ: 'הִנֵּן רֹאֵה שָׂכַל זֶה בֹּא

תן לצבי יחזקאלי, הרב דוד גבירצמן, הרב שמעון טייכנר,  
הרב אהרון פנחס גרונדמן ועוד, לבקר אותך ל"דקה סגולה" ביום

הצטרפות לרשימת ווטסאפ של סגולתא  
שלח הודעה "הצטרפות" למספר 052-372-0227

אצלך בטלפון <<<

## איך לא תסבול? - בדוק ומנוסה



הרב  
אהרן  
פנחס  
גרונדמן  
—  
נשמה

מה שמדהים במיוחד הוא שהורדת הסבל מהמשוואה גם מפחיתה משמעותית - ולפעמים אף מנטרלת לחלוטין - את הכאב!

נשמע טוב, אבל איך עושים את זה? הרי בקופת חולים אני יודע מדוע אני נדקר, בחיים אין לי מושג מדוע אני נדקר. ברור ש"כל מה דעביד רחמנא לטבא עביד", אולם עם כל הכבוד, במדרגה שלי, זה עלול להישמע קצת תאורטי ולא ממש מנחם אותי בזמן אמת.

איך יוצרים את האפקט של "יודעים למה כואב", כשלא יודעים למה כואב?

התשובה היא כדלקמן: קודם כל, מתפללים **כל הזמן** שלא יבואו ייסורים בכלל. לא נזכרים כשכואב, החכם עיניו בראשו. ואולם לאחר שהכאב כבר כאן, **אומרים תודה רבה לקדוש ברוך הוא על הכול, כולל על הכאב, בזמן אמת!**

בהתחלה זה מרגיש הפוך מהאינסטינקט הבסיסי. זה מרגיש כאילו אני סתם אומר מילים בניגוד להרגשה האמיתית שלי. צריך להתרכז ולכוון בהודאה שוב ושוב, ומהר מאוד - לעיתים תוך דקות ספורות בלבד - מפלס הסבל צונח פלאים.

איך אמירת תודה בזמן אמת עובדת - הסיבות לכך עמוקות מאוד, על פי הבנת נפש האדם והן על פי תורת הסוד, אולם המדהים הוא שזו לא רק תאוריה או דרשה נחמדה - זו מציאות.

בהתחלה אתה מודה "באופן מלאכותי", חושב שלא פעלת כלום במקרה הטוב, ומרגיש שקרן או מזוכיסט במקרה המצוי... אין בעיה - תמשיך להודות ועדיין לא... תמשיך... ועדיין לא... ועוד פעם... ועדיין לא... ופתאום זה עובד!

"בלתי אפשרי לשאת" פתאום הופך ל"לא נעים, אבל סביר"... ואחר כך הוא ממש נמוג ונעלם. במקרים לא מעטים גם הכאב עצמו נעלם.

בדוק ומנוסה!

חד משמעית - אתה סובל בחינם. כדי להבין אמירה הזויה זו צריך להבין שסבל וכאב הם שני דברים שונים.

**כאב** הוא מציאות קונקרטי שנועדה להגן על האדם מפני סכנה. לדוגמה, יש מחלה (CIPA), שהחולים בה לא חשים כאב פיזי בכלל. זה נשמע כמו ברכה, אבל זו קללה. הסובלים ממחלה זו אינם מרגישים באיברים שבורים או אפילו בהתקף לב, ורובם מתים בילדותם כתוצאה מפציעות וממחלות שלא הרגישו בהן.

**סבל**, לעומת זאת, הוא החוויה הסובייקטיבית שלי לכך שהכאב קורה "ללא סיבה". כאשר אדם מרגיש שהכאב שלו חסר משמעות, הכאב מתנפח עד שהוא ממלא את כל המציאות שלו והופך את שיכון הכאב למטלה החשובה ביותר. דוגמה? הנה:

מישהו ניגש אליך ברחוב ודוקר אותך עם סיכה, סתם כך, בלי סיבה. מלבד הכעס המובן עלולה להתפתח כאן חרדה קשה. אולי תפחד לצאת מהבית בבוקר, שמא ההוא יקפוץ עליך ברחוב כשלא תהיה מוכן וידקור אותך שוב?? מאירוע שכזה אפשר להיכנס ממש לאובססיה ולתסביך רדיפה.

ואולם, ראו זה פלא: כאשר האחות רוצה לקחת ממך דם לבדיקה, אתה משכים לקום כדי להספיק את שעות המעבדה והולך לקופת חולים במיוחד בשביל להידקר. מה, לא כואב?! כואב, אבל לא משהו. בסך הכול דקירות, לא סיפור.

מה ההבדל? במקרה זה אתה יודע למה אתה נדקר, ובמקרה הראשון - לא. זהו ההבדל בין כאב לסבל.

רבי נחמן מברסלב אומר, שבעזרת הדעת אפילו ייסורים בלתי נמנעים, כגון יציאת הנשמה מן הגוף, נוחים וקלים **מאוד** להתקבל. במילים אחרות: כואב אבל לא סובלים.

## אני לא מצליח לדבר עם הבן שלי!

כדאי לזכור: כשהילד רואה את הבוז בעיניך למה שמעניין אותו, הוא לוקח את זה כבוז המופנה אליו עצמו. נקודה למחשבה.

"הבן שלי בגיל העשרה והוא מתעסק בשטויות - מול המסך במשחקי מחשב כל היום, ואין שום דיבור איתו". כשאתה או את באים לדבר איתו - האם אתם באים להיפגש או באים לנצח?

הוא ילד, ומשחקים זה מה שמעניין אותו עכשיו. אם כל מה שהוא שומע ממך זה, שמה שמעניין אותו ביותר הוא שטויות בשבילך, איך אתה מצפה שהוא ידבר איתך? ועל מה?

מדובר בשינוי גישה. אף אחד לא אומר לך לשחק את המשחקים שלו, אבל אם אתה מעוניין בדיבור איתו, מה שמעניין אותו צריך להיות שווה שיחה. תשאל אותו על המשחק - לא בהתלהבות מעושה (שהוא ממילא לא יאמין בה) אבל באופן מתעניין שמכבד אותו. הילד צריך אותך בעולם שלו, אפילו שהוא יודע שאתה "יורד לרמתו". תתעניין במה שמעניין אותו.



או"י  
נעם שרעבי  
—  
נפש

**סגולתא משנה חיים**  
עזור לנו להביא את האור לחבריך וקרוביך

לתרומות, הפצה והנצחות: 08-996-1404

# דיאט קולה, חברים וירטואליים ומה שביניהם

מחפש. לפעמים זה מעצבן, אבל הציפייה למילוי המושלם מתחזקת את המעגל הזה יפה-יפה.

האם רק בדיאט קולה זה עובד כך? ממש לא.

יש תחליפים מדומים רבים נוספים, שגורמים לנו אין סוף סבל ובזוז אנרגיה.

חברים וירטואליים, לדוגמה. באמצעותו, תוך שניות אפשר "להתחבר" ולהיות חברים עם מאות או עם אלפי אנשים. לכאורה, זה נשמע רעיון מצוי, מה הבעיה בו? עובדה היא שיש מלא אנשים עם "אלפי חברים" שמרגישים בודדים ואינם קשורים לאף אחד באמת.

אלא מה? יש כל הזמן הרגשה שאם אבדוק את דף הרשת החברתית שלי אולי באמת מישהו ידבר איתי או יצור איתי קשר. וכמו עם דיאט קולה, קשר וירטואלי אינו הדבר האמיתי, אלא התמכרות בלי מענה ממשי לצורך הבסיסי ביותר של כולנו - חברות וקשר אמיתי.

דוגמא נוספת, וכואבת, היא הסתכלויות לא ראויות. גם כאן פועל העיקרון של "מעגל ההתמכרות" - לכל אחד יש צורך אמיתי באהבה ובהערכה, אבל במקום לקבל את הדבר האמיתי אנחנו מתפשרים על תחליף שאינו מספק באמת את הצרכים שלנו. בגלל שתחליף זה זמין וקל להשגה אנשים רבים משלים את עצמם שאולי זה ימלא את הצורך, כך הם נכנסים לזבל הזה, מתמכרים לתענוג המזויף והורסים את חייהם, לא עלינו.

אז מה עושים?

קודם כל רואים את השקר - מודים שנכנסנו למערבולת לא טובה. מזהים את הצרכים האמיתיים שלנו לאהבה, לקשר, לחום, למתיקות בחיים. ואז, מחליטים לא להתפשר על פתרונות מדומים בשום אופן!

רבי נחמן קורא לפתרונות מדומים אלו 'אהבות נפולות'. נדמה לנו שמדובר באהבה, אבל זה רק נדמה, כי באמת זה נפל מהאמת ונשארה רק אחיזת עיניים. ובאמת, אפשר לא להתפשר, אפשר לתת לעצמנו את המתנה היקרה בעולם - לשים גבולות ברורים לאהבות הנפולות - על מנת לזכות לכל האושר שהשם מזמין לנו בעולם.

כמוכן, שאחרי השלבים המקדימים האלו נשאר עוד דבר אחד והכרחי - תפילות! לפנות להשם יתברך, להתחנן לקשר אוהב וחזק ואמיתי, לצעוק ולקפוץ ולהשתולל לפניו עד שאזכה שהוא יבוא ויחבק אותי ויתן לי את האמת שאני כל כך צריך ורוצה.

כל אחד יכול לזכות לזה. זה רק עניין של זמן, רצון ותפילה!

אוהב לשתות קולה? הטעם המתוק, המוכר, של הקפאין עם הגזים המבעבעים מרגיע ומרענן אותך?

סביר להניח, שאם אתה שותה מתמיד, אתה לא ממש עסוק בשאלה: 'למה אני אוהב לשתות את זה?' אלא אתה פשוט שותה ונהנה.

ואולם, בקולה יש בעיה - מדובר במשקה מלא בסוכר. כוס קולה מכילה 7-8 כפיות סוכר, וזו צריכת הסוכר המומלצת לאדם בשבוע, לא ביום! ובטח לא בכמה דקות של שתיה! מה עושים?

נמצא הפתרון המושלם - דיאט קולה!

בדיאט קולה יש את כל החוויה המענגת של קולה, אפילו הבקבוק המוכר, רק בלי הסוכר והקלוריות, למי שסופר דברים כאלו. והטעם? מדהים.

מרגע שהתרגלת לדיאט קולה, קולה רגילה פשוט מגעילה אותך.

בקיצור, פתרון מושלם, לא?! זהו... שלא בדיוק.

הגוף, שמכיר את המתקנות הנלוות לדיאט קולה, מכין את הקיבה ואת שאר איברי העיכול לסוכר, אבל הסוכר לא מגיע... שהרי אין סוכר בדיאט קולה. בשלב הזה הגוף שולח סמס למוח 'שתה עוד בבקשה, כי עוד לא קיבלתי את הסוכר שקבענו'. ואז אתה שותה עוד, ולמרות זאת משלוח הסוכר המיוחל לא מגיע. זה נקרא "מעגל ההתמכרות". כאשר אני בתוך המעגל - כל עוד שאינני מקבל משהו ממשי, אוסיף לחפש בכל הכוח ואמשיך, כמעט בלי לחשוב, לשתות עוד ועוד בתקווה שמתשיהו אקבל את המתקנות שאני





**כיסופים**  
שינויים - סדרות - מנטוריות

לפרטים: הזמנת שיעורים ואירועים  
**052-717-2452**  
דוד קלינמן

**סרטון חיזוק יומי**  
055-669-7758

**אתר האינטרנט שלנו**  
WWW.KISUFIM.ORG

**קו כיסופים**  
שיחות קצרות ושיעורים  
077-222-4336

**ניוזלטר שבועי מאמרים ועדכונים**  
KISUFIM.ORG@GMAIL.COM

**דעת ורב**  
דעת הצדיקים  
הלב שלך!  
עם הרב  
דוד גבירצמן

# מה מתחולל בליבו של נער מתמודד?

פרק שלישי

נערים מתמודדים שחזרו בתשובה, והמכנה המשותף לכולם היה שזה נעשה בעזרת גורם כלשהו. לא לבד.

**שאלה:** "הוא צריך עזרה חיצונית, אבל לא מוכן לקבל אותה! מה עושים?"

כדי להשיב על שאלה זו, נדרש מאמר בפני עצמו, ואכמ"ל. התשובה בקיצור נמרץ היא, שכמעט כל נער כזה מגיע בחייו לאיזו צומת דרכים שבה הוא קולט שהוא צריך עזרה, ואז הוא מתחיל בתהליך שקט של חיפוש אחרי מישהו שיעזור לו, ובס"ד בדרך כלל הוא גם מוצא.

למעשה, לא משנה באיזה מצב בדיוק הוא נמצא כעת, אם זה בשלב 'הירידה', או בשלב 'החבטה בקרקע', או בשלב 'הרהורי תשובה', בכל מקרה אחת התרופות העיקריות והקריטיות בעבורו היא פשוט - **שיבנו אותו.**

איך? איך אפשר 'להבין אותו'? מה זה אומר למעשה? ואיך אפשר לגלות הבנה כאשר יש רגשות כעס וטרוניה כלפי המעשים שלו? - על כך בעלון הבא אי"ה.

להצטרפות לרשימת התפוצה  
של הרב יחיאל פליסקין שליט"א:  
a9414725@walla.co.il

נקודה  
למחשבה

המשמעות  
הפשוטה של  
אמונה היא להחזיק  
ברצון למרות הכול



בישיבה-קטנה לא? אין זאת אלא שהוא לא רוצה!"

**תשובה:** אין ראייה ממסגרת למסגרת ואין הוכחה מתקופה לתקופה.

בתלמוד תורה עדיין אין לילד אישיות עצמאית, הוא עושה רק מה שאומרים לו. גם בישיבה-קטנה הוא נתון עדיין למשמעת הדוקה, יחסית. לעומת זאת בישיבה-גדולה הוא נתון במידה רבה ברשות עצמו, וממילא סביר שהבעיות הפנימיות שלו, שהיו חבויות עד עתה במסתרי ליבו, פורצות החוצה בשלב הזה.

לפעמים עוברים על בחור דברים, שמעמידים אותו במצב נפשי אחר, והרגלים שפעם היו פשוטים לו נעשים עכשיו מורכבים בעבורו. גם אנו, ההורים, אם נתבונן בעצמנו, נראה שלא כל מעשינו מסודרים בגרף עולה. יש דברים שבשנים קודמות ביצענו בקלות, וכעבור זמן הם נעשו לנו קשים לביצוע.

**שאלה:** "אבל הוא כשרוני, אז הוא כן מסוגל!"

**תשובה:** כדי להצליח בלימודים וביראת שמים, הכישרון אינו מספיק. צריך גם **ריכוז ויכולת התמדה**, ובמידה רבה להפך, לנערים המתמודדים, הכישרון עלול להזיק, מכיוון שההורים והמחנכים טוענים באוזניהם בכעס ובביקורתיות שוב ושוב שהם מסוגלים, משום היותם כישרוניים, ואז הם שואלים את עצמם: "אז מה אני? הרי כישרון יש לי, אז למה אני לא מצליח? כנראה שאני רשע גדול ואין לי תקווה! או שיש לי כזה מין שכל של רשעים, שמועיל רק לדברי חולין, אבל לא לדברי קדושה."

**שאלה:** "איפה כוח הבחירה שלהם?"

אם כנים הדברים הללו, אם נערים אלה כמעט אינם מסוגלים לבחור בטוב, מה יעשו מעתה? וכי אבדה תקוותם ח"ו?

**תשובה:** יש להם בחירה! אולם הבחירה שלהם אינה לצאת **בעצמם** מהמצב, אלא לאפשר **לאחרים** לעזור להם, לשתף פעולה עם העוזר, כמו שנאמר עזוב תעזוב "עמו".

אמירות מצויות בסגנון של: "אנחנו נותנים לך חודש לעשות שינוי עם עצמך ולתפוס את עצמך בידיים" אינם מעוגנות במציאות, כי לעולם זה לא יקרה. אין להם שום דרך לעשות את זה לבד! ב"ה זכיתי להכיר מאות

'נערים מתמודדים'. 'נוער בסיכון'. 'נשירה'... שמות רבים ומגוונים לתופעה, אבל משהו אחד משותף לכל הסתכלות עליה - העובדה שלא רק הם עצמם מתמודדים, גם הסביבה שלהם נאלצת להתמודד עם העניין.

להלן חלק משאלות שמציפות את הסביבה של נערים מתמודדים.

**שאלה:** "אבל אם הוא יודע את האמת, מדוע אינו חי לפיה?"

**תשובה:** ידיעת האמת אינה מספיקה כדי לקיים. כדי שהאדם יקבל על עצמו את תרי"ג המצוות, הוא זקוק לכמה תנאים נפשיים. ביניהם - הרגשה מינימלית של מתיקות בקיום המצוות.

כתוב בגמרא (בבא מציעא, לג): "דריש רבי יהודה ברבי אלעאי, מאי דכתיב 'הַגִּדְ לְעַמִּי פְּשָׁעָם, וְלִבִּית יַעֲקֹב חֲטָאתָם?' 'הַגִּדְ לְעַמִּי פְּשָׁעָם' - אלו תלמידי חכמים ששגגות נעשות להם כזדונות. וְלִבִּית יַעֲקֹב חֲטָאתָם' - אלו עמי הארץ שזדונות נעשות להם כשגגות, ופירש רש"י (ד"ה חטאתם): "**אפילו פשע שלהם אני קורא חטאת.**" וב"באר מים חיים" (שמות, יט ג) מבואר: "לעמי הארץ שבהם, תאמר להם באמירה רכה שלא יכבד עליהם עול העונשים הקשים בעברם על התורה, כי להם גם **זדונות נחשבים כשגגות לצד פחיתות ערכם והבנתם בגדולת הבורא ומתיקות התורה והמצוות.**"

הקב"ה מצווה את ירמיהו הנביא לפנות לעמי הארץ ולהרגיע מעט את מצפונם, להודיע להם שהעבירות שהם עשו **במזיד** נחשבות אצל הקב"ה **כשוגג**. אף על פי שהם יודעים שהדבר אסור, אם הדבר אצלם כידעיה 'יבשה', ללא תמיכה של הרגשת מתיקות התורה והבנה בגדלות הבורא, אין בכוחה של ידיעה יבשה זו לעצור אותם מלחטוא, ועל כן הם נחשבים ל'שוגג' ולא ל'מזיד'. וכמה מתאימים הדברים לנערים המתמודדים בני ימינו.

**שאלה:** "למה פעם הוא יכול ועכשיו לא?"

לפעמים הורים טוענים באוזני: "אבל בשנות הישיבה-קטנה הוא היה מסוגל, איך פתאום בישיבה-גדולה הוא לא מסוגל?" או: "בתלמוד תורה הוא הצליח, אז למה



מפסקי הרה"ג  
ר' אלחנן פדף  
שוליים"א"  
אב"ד "חקק משפמ"

מאת הרב  
אליהו בוחבום  
חבר בית הדין

הלכה

## מתי אסור להלוות?

**שאלה:** ראובן מארגן לבנו שבת חתן, וביום שישי לפני הצהריים נזקק לארגז שתייה קלה.

הוא ביקש משכנו להלוות לו ארגז שתייה קלה, והבטיח שבשבוע הבא יחזיר לו ארגז כזה מאותה חברה, אף על פי שבאותה שעה לא היה לראובן אפילו בקבוק שתייה אחד כזה. האם מכיוון שבכל מכולת אפשר להשיג שתייה כזו, יש בזה איסור סאה בסאה או לא?

**תשובה:** נחלקו בזה הפוסקים. יש אומרים שכל מוצר שמצוי מאוד להשיג אותו ויכול הלווה לקנותו בכל שעה שירצה נידון כמו "יצא השער", היינו, שמחירו יזוע ומבוסס, מותר ללוותו ואין בו איסור "סאה בסאה". לעומתם, יש הסוברים שגם דברים שמצוי מאוד להשיגם, מכיוון שאין להם מחיר ארוך ומתמשך, אין היתר ללוותם אלא אם יש ללווה מעט מהם בזמן ההלוואה, וכן מוכח מדברי הרשב"א המובאים בבית יוסף.

הלכה זו של "סאה בסאה" יש לה משמעות מעשית גם בנוגע להלוואת ממון.

מותר להלוות סכום כסף על מנת לקבל בחזרה את אותו הסכום, אפילו אם בינתיים יתייקר המטבע ביחס למטבעות אחרים, ואין בזה חשש איסור ריבית, ובתנאי שיהיה מטבע היוצא בהוצאה באותה מדינה. לדוגמה, ראובן הלווה לשמעון סך 10,000 ש"ח בארץ ישראל, ושמעון החזיר לו את ה-10,000 ש"ח לאחר חודש ימים. בינתיים עלה ערך השקל ביחס למטבעות האחרים (למשל, ביחס לדולר או לאירו) או שאפשר לקנות בו יותר פירות או שאר דברים. בכל זאת מותר, משום שהדרך היא להעריך את הפירות או את החפצים במטבע של המדינה ("כמה בשקל") ולא את המטבע של המדינה ביחס לפירות או לחפצים. על פי ההלכה נחשב שהפירות או החפצים השתנו והפכו לזולים (או ליקרים) יותר ולא המטבע, אפילו אם סיבת השינוי היא מטבע המדינה עצמו!

לעומת זאת, פה בארץ ישראל אסור להלוות 1,000 אירו על מנת לקבל בחזרה 1,000 אירו, משום שהאירו בארץ ישראל נחשב כ"פירות", מאחר שהמטבע היוצא הוא השקל ויש חשש שמא התייקר האירו ונמצא שמחזיר לו יותר ממה שלוה, היינו ששייך בזה "איסור סאה בסאה". הוא הדין בכל מטבע זר.

מהם האופנים המותרים?

א. יש לו מעט ברשותו - אם יש ללווה ברשותו אפילו מטבע אחד מאותו סוג, מותר לו ללוות כל סכום שירצה מאותו סוג מטבע. למשל, אם פה בארץ ישראל אדם רוצה ללוות 1,000 דולר - אם יש לו דולר אחד ברשותו, מותר ללוות כל סכום שירצה.

ב. קביעת החוב לפי שווי במטבע המקומי - אם קבעו ביניהם להפוך את החוב למטבע המקומי, דהיינו ראובן רוצה ללוות 1,000 דולר והופך זאת לחוב במטבע המקומי (כגון: 3,500 ש"ח בארץ ישראל) - מותר, משום שהחוב הוא בשקלים ולא בדולרים.

היתרים אלו הם כמו בכל הלוואת סאה בסאה, הנזכרים לעיל.

## אנחנו בגרעון. מה עושים?

לא פחות מעשרה מיליון שקל - זהו הסכום שמשפחה ממוצעת מגלגלת תחת ידה. סכום זה כולל את כל ההוצאות וההכנסות במשך החיים, כולל חלק מהוצאות חתונות הילדים.

מתוך הסכום הזה ניתן להתייעל, כלומר להוסיף הכנסות או להפחית הוצאות, בטווח של 20%-30%. על סמך נתונים אלו, שהוכחו מחקרית, צאו וחשבו, כמה כסף הולך לכם לאיבוד במשך החיים...

ואולם, עלינו לדעת כי בסיעתא דישמיא ניתן להגשים את החזון של כל אחד מאיתנו להגיע אל השלווה בכלכלת הבית ולהרוויח. שימו לב, אין צורך לחסוך, רק פשוט להרוויח אלפי שקלים בשנה, אם נתנהל עם תקציב נכון המותאם לצרכינו.

טוב, הבעיה הוצפה, יש לנו גרעון! השאלה היא: מה עושים איתו? ואיך?

כיצד נדע כמה גרעון יש לנו? איך אפשר לערוך תמונת מצב כלכלית מקצועית, אם בכלל? ובעיקר, כיצד נתמודד עם הוצאות בלתי צפויות, עם משכורת שלא נכנסת בזמן, עם הוצאה חד פעמית גדולה, עם תשלומי חובות גדולים, עם חגים וחופשות ושמחות ושאר הוצאות חריגות?

בעלונים הקרובים נתמקד בטור זה בבדיקת 'תמונת מצב כלכלית' של הבית, לשלב זה אנו קוראים "מודעות", לאחר מכן נקבל כלים לשינוי ולהתייעלות ובשלב השלישי נלמד כיצד בונים תקציב לטווח הקצר והארוך - קיום (ראשי תיבות: מש"ק - מודעות, שינוי, קיום). אלו שלושת הצעדים של מסילה בדרך אל השלווה.

### א. מודעות

היעב"ץ כותב "עייך בהוצאה לעומת הכנסה, וסדר הוצאה הוא חצי פרנסה" (הנהגות משא ומתן) - ברגע שאדם עושה סדר בהוצאות והכנסות, עצם עשיית הסדר זה כבר חצי מהפתרון. בכוחה העצום של המודעות להוביל אותנו אל השינוי! כשמשפחה יודעת מהן ההוצאות וההכנסות שלה, היא מקבלת עוצמה בלתי רגילה שתקדם אותם לצעד הבא, צעד השינוי.

גם אם התרגלנו להתנהל בצורה ספונטנית ולהיות מובלים על ידי ההוצאות, אנחנו עושים 'פאוס' ומתבוננים על כל תנועה כספית קטנה כגדולה, עד שנקבל תמונת מצב אמיתית ומדויקת ככל האפשר. ראשית, נתמקד בבסיס לכלכלת הבית - ההכנסות! כמה הכנסות יש לנו בחודש?

נרשום את ההכנסות החודשיות, שמגיעות באופן קבוע - הבעל, האישה, ביטוח לאומי, קצבאות אם ישנן, הכנסה מנכס נוסף, החזרי שכירות מהמדינה לזכאים ועוד.

צריך לזכור שישנן "הכנסות" שאינן הכנסות כלל ועיקר, כי אם הוצאות נוספות... אחת מהן היא כרטיס האשראי! כולנו מכירים את הפתגם "נגמר לך המזומן - לא נורא, שלם באשראי"...

בעלון הבא בע"ה נמשיך לעקוב אחר האנשים הנוטים לחשוב כי כרטיס האשראי הוא "הכנסה", נלמד על עוד אי אלו "הכנסות" מעניינות ונתקדם בשלב המודעות הכלכלית שלנו...

ישראל  
גוטמן

מנהל מחלקת  
כלכלת  
משפחות  
בארגון  
"מסילה"

הניס שונך