

בנינים שייה

בנועם שיח
מרכז ייעוץ והכוונה

להרשמה לקבלת העלון במייל
bs0583201525@gmail.com
0556774358 - והנצחות

חג פסח תשפ"ה

עלון מספר 48:

ויהי נועם

בימי חג הפסח, כשחוגגים, המשפחה מתאגדת, יחד יושבים, ליל הסדר, סיפור האמונה והחירות. אבי המשפחה סמל ודוגמא מדבר, והלב מתמלא באור. הילדים שואלים, "מה נשתנה הלילה הזה?" הם שואלים בהתלהבות רבה. וההורים עונים, בסבלנות ובחום, ללמד אותם ערכים, להתמיד ולהיות תמיד בטוב.

פסח הוא זמן של חירות ושמחה, אבל גם זמן למחשבה ומשפחתיות. ההורות מלמדת אותנו תמיד לבחור, ליל הסדר - הוא גם ליל שנשמע בו האמונה, ואור גדול בו מופיע! הכינו את הילדים, הקנו ערכים, חפשו את השלווה ואת הרגעים של ה"בייחד". פסח הוא זמן להעצים, להתחבר ולבנות עתיד טוב יותר! בברכת המועדים, **"ותתן לנו ה' א' מועדים לשמחה חגים ומנים לששון..."** בידידות מרובה, חנניה מנס. מנחה הורים ומטפל רגשי.

אמרי נועם

הרב חנניה מנס שליט"א
יו"ר המרכז "בנועם שיח"

הכנה לליל הסדר.

של כורך. 3) מרור. 4) מרור של כורך. 5) אפיקומן. ז. 'ושמחת בחגך' היא מצוה דאורייתא. אנחנו צריכים לגרום שזה יהיה בראשי! ולכן כל 'ביקורת' אין מקומה בלילה קדוש זה! ח. בדורנו שרבו אלו שקיבלו את המתנה של "קשב וריכוז" צריך לשים לב אם יש לנו בשולחן אחד כזה. הוא לא מחפש את כל ריבוי הדברי תורה, ו'משתעמם', ולפעמים זה גורם לו להתחיל להציק לשאר המסובים, לכן מומלץ לא להאריך. ט. "ווארטים" ורעיונות מוסריים אפשר לכתחילה לשמור ל"שולחן ערוך" לכן עלינו גם לומר מראש לילדים שניתן לכל אחד זמן לדבר, אך מעבר לזמן קצוב, נשמור ל"שולחן ערוך". כמובן שאלות מותר ורצוי...

י. השו"ע (או"ח תעב א) "שמצוה למחר ולאכול בשביל התינוקות שלא ישנו" ובמשנה ברורה מבאר וז"ל: "ד"ל לזוז לעשות הסדר כדי שלא ישנו התינוקות כשידעו שלא ישתנה הרבה עד האכילה וממילא ישאלו מה נשתנה וישיב להם ויקיים מה שכתוב והגדת לבנך ביום ההוא!"

יא. דמיון מודרך, האדם צריך לעשות דמיון מודרך, כדי לקיים את המצווה "חייב אדם לראות את עצמו". ומומלץ אף לשחק עם הילדים להראות להם איך יצאנו, ובה יש מגוון מנהגים בעדות עם ישראל. יב. "ונצק אל ה' אלו קינו" ידוע הרבה אנשים שזעקו בזמן הזה ונושעו. ננצל את הזמן הזה לצעקה, ושכל אחד יצעק (אפשר גם צעקה מהלב) על דבר אותו הוא מתמודד, ויבקש מאת השי"ת. וגם להחדיר למסובים כמה עם ישראל, היה בשיא הלחץ ומה שעוזר לנו הוא להישען בביטחון על הקב"ה!

יג. "פירושים" אנחנו אחרי תקופה שניקנו וניקנו... ואיך נזהרנו מכל פירור... זה הזמן להשריש כמה חשוב כל פירור, כמה עלינו לחסוף כמה מילים של תורה ותפילה. כמה כל התגברות על היצר מפעיל בשמים עולמות, וכל פירור הוא אור גדול. ואנחנו לא מוותרים על שום פירור! יד. אל נשכח זה הזמן להחדיר ערכים ואמונה בביתנו! חג כשר ושמח, הלואי ונזכה לטעום כבר מן הפסחים והזבחים. בידידות מרובה, חנניה מנס

עם בואו של הלילה הקדוש - ליל הסדר, ראוי להתכונן אליו. במסגרת הרצאה שביקשו ממני "והגדת לבנך - הכנה להורים" להכין לקראת הלילה הקדוש, אביא את הנקודות העיקריים במאמר הזה, הנקודות הם רק רעיונות, ויתכן שתרגישו שחלקם מתאימים יותר וחלק פחות, תשתמשו בהם כפי הצורך ובהתאם למשפחתכם.

כה כותב האוהב ישראל: "וזו הלילה מתגלה אור השכל והאמונה, וחוסף בלילה הזה על כל זרע ישראל. ואז כשתשיב לבנך תשובה זו ותגיד לפניו כל הסיפור הלז, אז בוודאי יכנסו דברי האב באוזני הבן ויאמין ביציאת מצרים" דברים נוראים כותב החיד"א בספרו 'מורה באצבע' (אות רח), "כי היות והלילה הזה מאיר כל כך, לכן השטן מבקש עילה להיכנס באחד מבני הבית, והחכם עיניו בראשו ינעל הדלת בפניו, וימנע בכל כוחו המריבה והקטטה שרוצה השטן להטיל בין בני הבית"... דהיינו, הלילה הזה מטבעו הוא לילה סגולי שאפשר להכניס לילדים את אור האמונה, מה שכל השנה ניתן להיעשות בעבודה קשה יותר בלילה הזה נעשה בקלות יותר. וגם לדעת להיזהר מראש שהשטן עורב לנו בפינה... ואנחנו צריכים להיות חזקים למולו... א. נכין כמות של אוכל שיהיה לערב פסח, ולמשך כל היום, ועד סוף ה'סדר'. גם השנה שזה יוצא במוצ"ש חשוב שיהיה אוכל בבית... ב. נכין מראש 'תוכנית ישיבה' שיהיה מוסכם לכל המסובים. ג. להכין מראש את ההגדות של כל ילד וילד, ולא כשהאבא חוזר מהתפילה, כל אחד יחפש את שלו. (השנה אפשרי כבר מערש"ק לסדר עם מדבקות על ההגדות, עם שמות). ד. ההלכה המפורסמת של 'חלוקת אגוזים ושקדים' היא רלוונטית מאוד. רק היום הילד מחפש 'שוקלד' ומתנות שונות, אפשר גם להשתמש ב'קופונים' שיקבלו תמורה בחול המועד, כל אחד וגילו... ה. יין שנשפך הרי הוא סימן ברכה לבית, ואם אכן נשפך - אין זה כי אם סימן ברכה, אז אסור לנעוץ! ו. נכין מראש 4 שקיות לכל אחד. 1) מצה. 2) מצה

להזמנת הרצאות וייעוץ: 0583201525 | להערות / הארות ושאלות: n3201525@gmail.com

לרפואת

אברהם דב בן בלומא.

קוביה זו יכולה להיות שלך! זכיות רבות ייקפו לזכותך! אפשרי לזכות: להצלחה / לע"נ / לרגל שמחה פנו עוד היום - 0556774358

אל תתנו לעצבים של אחרים להשפיע עליכם, שמרו על גישה חיובית והתקדמו, כי החיים קצרים מכדי לבזבז אותם על חרטות!

התווית השבועית



” סיפורים ותובנות מהקליניקה ”

ברצוני לשתף אתכם בשני סיפורים מהקליניקה. (בשינויים קלים)
שיכולים להמחיש את המעבר מ”ברירה” ל”בחירה” בעזרת טיפול רגשי:

אלי (שם בדוי) בחור צעיר בן 23. הר”מ שלו, שלח אותו אלי בהסכמת הוריו, לטיפול רגשי.

רוב חייו הוא חווה תחושת ריקנות ועייפות נפשית. לא היה לו כיוון ברור, והוא הרגיש כאילו הוא **”לא במקום שלו”**. כל קושי קטן היה גורם לו להימנע מלעמוד בו, והיה נגרר למקומות של בריחה – הן רגשית והן פיזית. כשלא הצליח להתמודד עם קושי בלימודים וחרדות שונות, וכן כשמערכות היחסים שלו לא הלכו חלק, הוא פשוט בחר להימנע ולהתכנס בתוך עצמו. הוא הרגיש שזו הדרך שלו לשרוד – **לברוח!** – מכל תחום בחיים שבו הוא הרגיש חוסר אונים. התחושות הללו רק התגברו עם הזמן, והוא החל לפתח תחושת בדידות עמוקה.

עד שהחל לברוח למיטה שוב ושוב. הוא לא היה מסוגל להתחיל “שידוכים” כשהוא החל את הטיפול, זה לא היה תהליך קל.

עודדתי אותו להתחיל לבחון את התחושות והפחדים שלו, ולהתמודד מולם,

התקדמנו ל”עשה טוב” וטיפלנו ב”סור מרע”

ולאט לאט גילנו את כל המקומות שבהם הוא בחר לברוח.

אלי למד להכיר את המקומות שבהם הוא נכנע לפחדים והימנעות,

והחל להבין שהם חלק מהתמונה הגדולה יותר של פחד מכישלון ודימוי עצמי נמוך.

הוא קיבל החלטות מתוך מקום של חיבור פנימי,

ולא מתוך פחד ממה שיקרה אם יתמודד. וב”ה ממש בתקופה האחרונה, הוא זכה להתארס ב”ה!!

לא פעם אנו פוגשים אנשים שמרגישים תקועים בחיים, כביכול, הם נמצאים במקום שבו הם לא מצליחים להתקדם או לשלוט בנסיבות חייהם.

הם חווים את החיים כעומס בלתי פוסק, ולעיתים כל התמודדות עם האתגרים מתורגמת ל”**ברירה**” –

ברירה מהרגשות, מהקשיים, מהכאב. אך עבור רבים מהם, טיפול רגשי הפך את ה**ברירה לבחירה** –

בחירה בשינוי, בהעצמה ובחיים מלאים ומספקים. הטיפול הרגשי מציע לאנשים את ההזדמנות לבחון את התהלי-

כים הפנימיים שלהם, להכיר את עצמם בצורה מעמיקה ולגלות כלים חדשים להתמודד עם אתגרים.

עבור אותם אנשים, ברירה מהכאב או מהקשיים הפך לנחלת העבר,

כיום במקום לברוח, הם למדו לקחת אחריות ולבחור את הדרך שלהם.

במהלך הטיפול הרגשי, תהליך הלמידה על עצמם והבנת הצרכים הפנימיים מביאים את המטופלים לנקודה שבה הם לא רק מגיבים למציאות – הם מייצרים את המציאות שלהם.

הם לומדים להבין את הכאב ולתעל אותו לכוחות חיוביים שמניעים אותם קדימה.

היכולת לשחרר את העבר, להתמודד עם תחושות של אכזבה / פחד ועוד,



(רגשית)

אמרתי לו אתה לא בורח אלא בסופו של דבר אתה “בוחר לברוח” כי אתה בורח מלבחור ויש לזה הרבה נזקים,

וחבל על כל יום שעובר...

הסיפורים האלו ממחישים את הדרך, בה תהליך רגשי עוזר לאדם לעבור ממצב של “**ברירה**” –

שבו כל אתגר קטן היה גורם להימנעות, למצב של “**בחירה**”

שבו הוא מצליח להתמודד עם אתגרים ולהשפיע על מציאות חייו בצורה חיובית בונה ומעצימה.

בימי צאתנו ממצרים – אני מזמין אתכם לצאת מהמצרים שלכם, אני מזמין אתכם לחייג אלי, ישירות אחרי חג הפסח.

ותקבלו פגישת ייעוץ חינמית!

כי אני רוצה שתבחרו ולא תברחו מהחיים שלכם! מאחל לכם הצלחה בבחירה הנכונה שלכם!!!

באפשרותכם לחייג אלי, למספר האישי שלי.

בימי שני בבוקר בין השעות 10.00-12.00

למס' 0583201525

כח להורים שמתמודדים



לנקות ולהבהיק

כשהיה ילד, סנט מוריץ חשב להיות דיאטן וללמד תזונה נכונה, כשלא הצליח להתקבל ללימודים פעם אחר פעם, החליט למצוא דרך אחרת להסיר שומנים.

כל כך הרבה חלומות חלמנו איך הילד יהיה... כשנולד איך הוא נקרא על שם הסבא רבה שהיה דמות וסמל, והילד גדל ואכזב אותנו, ועדיין מאכזב שוב ושוב... ואנחנו מחכים כבר לגאולה... צריך להאמין שהגאולה מחכה לנו מעבר לפינה גאולה פרטית וכללית, ובבוא העת של חג הגאולה, כאשר העם חש שאפס תקוותם במצרים ומול גלי הים, דווקא זה הזמן שהגיעה הגאולה...

איך מושכים גאולה למטה? איך גורמים לנס לקרות? עם אמונה. ובימים שמוטל עלינו לראות את עצמינו יוצאים ממצרים -

בספה"ק כתוב "אמונת האדם כאילו יצא שממש מאמין ומרגיש כאילו יצא זה גורם לו באמת לצאת ולפתיחת השערים."

המצוה הראשונה שהשי"ת נתן לעם ישראל במצרים היא "החודש הזה לכם ראש חדשים" - מצות קידוש החודש. בראש חודש ניסן השי"ת הראה למשה רבינו לבנה בחידושה, לבנה מזערית בהתחלת החודש, ואמר לו - "כזה ראה וקדש"

דווקא כשהעם היה במצב ירוד, שקועים במ"ט שערי טומאה, אז הקב"ה גילה להם את סודו של ראש חודש. וזה האמונה שהשי"ת הוא המנהיג גם בגלות, הוא שוכן עם העם במצרים,

והגלות היא בגלל שהוא אוהב אותם ורוצה לתקן אותם ולקרבתם אליו - למעמד הר סיני.

האמונה שהשי"ת לא נטש את עם ישראל בגלות אלא להיפך, הגלות מכוונת מהשם בהשגחה פרטית, האמונה הזו היא תחילת הגאולה. האמונה היא הקשר האמיץ שנוצר בין עם ישראל להשי"ת בגלות, וממנה תצמח ישועה שלמה. הקב"ה הראה למשה רבינו לבנה בחידושה - "כזה ראה וקדש" כשם שהחושך בסוף החודש מביא לאור חדש שברור כעת שמקורו מהשמש הגדולה,

כך הגלות הקשה היא זיכוי שמביא את עם ישראל לחידוש האמונה. כמו שהלבנה החדשה הולכת וגדלה, כך האמונה בתוך הגלות, היא שתביא את הגאולה. כי כח האמונה גדול מכוח ההיגיון.

שהפסח הזה יביא מזור לכל הלבבות השבורים, וגאולה אמיתית לכל אחד ואחת!

להארות \ הערות הגב:

N3201525@gmail.co

הארץ המובטחת

הרב חנניה מנח שליט"א
יו"ר המרכז "בנועם שיח"



המסע לארץ הבטוחה

אנחנו רוצים הפעם לקחת את סיפור יציאת מצרים כמשל רב עוצמה על תהליך ההורות. הורים, מוצאים עצמם מובילים את ילדיהם דרך מסע מאתגר, רצוף קשיים ונסים.

השעבוד במצרים מסמל את מציאות החיים, בה אנו נתונים לעיתים תכופות תחת כוחות חיצוניים, מוגבלים ביכולותינו ומועמסים באחריות כבדה.

ההחלטה לצאת למסע אל החופש, בדומה לבריחה ממצרים, היא אקט של אמונה ותקווה.

הורים נדרשים לאמונה ביכולתם להוביל את ילדיהם, ובתקווה לעתיד טוב יותר.

המסע עצמו רצוף במכשולים, בדומה למכות מצרים.

הורים מתמודדים עם אתגרים רבים, החל מחינוך

ילדיהם ועד להתמודדות עם קשיים רגשיים ופיזיים.

אך בדומה לבני ישראל, גם הורים מוצאים כוחות פנימיים שלא ידעו על קיומם, ומתגברים על כל מכשול בדרך.

קריעת ים סוף מסמלת את הרגע המופלא בו הורים רואים את ילדיהם פורחים ועומדים על רגליהם. זהו רגע של גאווה עצומה וסיפוק, בו ההורים מבינים שהצליחו במשימתם להוביל את ילדיהם אל החופש.

מתן תורה בהר סיני מסמל את העברת הערכים והמורשת לדור הבא.

הורים נושאים באחריות להנחיל לילדיהם את הערכים החשובים להם, ולהעניק להם את הכלים הדרושים להם כדי להפוך לאנשים בוגרים, אחראיים ומוסריים.

יציאת מצרים היא תזכורת מתמשכת עבור הורים, כי עליהם להיות חזקים, אמיצים ומלאי אמונה.

זהו מסע מפרך אך מתגמל, שבסופו ילדיהם יהיו יהודים גאים, עצמאיים ומוכנים לכל אתגר שיציב לפניהם מסע החיים.

באמצעות ליווי אישי של הרב חנניה מנח, עם השיטה שפיתח "הארץ הבטוחה" תגיעו לארץ המובטחת.

פנו עוד היום בטלפון - 0583201525 או במייל:

bs0583201525@gmail.com

ובקשו פגישה, לצאת מהגלות להובלת הילדים לדרך המעצימה.

מאמר החכם



מבואר בספרי הבעש"ט ובספרי היראים, שכל המצוות ומעשים טובים צריכים לעשות בלב נקי ובכוונה, והמעשים הנעשים בכוונה, יותר רצויים,

עיקר בריאת האדם להתפלל ולומר שירות ותשבחות לפני המקום ב"ה!
(שר שלום מבעלז' לקט אמר"ק ח"ג)

שאל את המומחים

כל שלא אמר ג' דברים אלו בפסח...

נכתב ע"י הגאון רבי שמאי מיכאל אסטרדייכר שליט"א, מח"ס 'מחמדיה מימי קדם' ומרבני ישיבת מיר

רבן גמליאל היה אומר, כל שלא אמר שלשה דברים אלו בפסח, לא יצא ידי חובתו, ואילו הן, פסח, מצה, ומרור.

מימרא זו כולה מן התימה, כי מה תועלת יש לומר את הדברים הפשוטים הללו, ועוד אחרי שכבר סיימנו את כל סיפור יציאת מצרים? יותר מכך, אי אפשר להודות הודאה ("לפיכך") עד שלא סיימנו את שלושת הדברים. הרמב"ם כבר ביאר שהמרור הוא עניין השעבוד, והמצה עניין החירות.

לכאורה, יש ליישב את השאלה, במיוחד שהזמן המיוחד לסיפור יציאת מצרים מצוין במאמר חז"ל בהגדה, שם נאמר "לא אמרתי אלא בשעה שפסח מצה ומרור מונחים לפניך". על פי הרמב"ם, עוקרים את השולחן בתחילת המגיד ומחזירים אותו בסוף הדרשה על "ארמי אובד אבי", כלומר, בסוף סיפור יציאת מצרים. אז נאמרים שלושת הדברים - על הפסח, המצה והמרור - כדי שהילדים ישאלו למה לקחו אותם, ואנחנו מספרים את הסיפור ומחזירים את הדברים, תבינו שלכן הבאנו - כדי לחבר את הסיפור לפסח, מצה ומרור.

אמנם טעם היות צורת הסיפור בכזה אופן אכתי צ"ב, שכן סוכ"ס אומרים את הלפיכך גם על החזרה ואמירה זו. למימרא שזהו חלק בלתי נפרד מסיפור היציאה.

יש להוסיף ולבאר את משמעות הסיפור בצורה הזו, שהרי סיימנו את המגיד, ואז נחשפים שלושת הדברים: פסח - הראיה שהקדוש ברוך הוא בחר בנו והציל אותנו, המצה - שראינו את גאולתנו כאשר היינו ממהרים לצאת ממצרים, והמרור - שהשעבוד היה קשה לנו, ותחושת המרירות היתה חזקה.

והעניין שיש לבאר, שלהמתבונן יש כאן באמת ג' דברים שלא נאמרו בכל ההגדה: עניין הפסח, כלומר שהשי"ת בחר בנו מכל המצרים ולא בא אל בתינו לנגוף; עניין הגאולה (מצה), שהשי"ת גאל אותנו "הופיע עלינו".

על ידי זה שהמצרים גרשונו מלהיות עבדיהם וממילא נהיינו עבדים לה', שכן לא היה לנו זמן לעצמינו להכין לחם חמץ, ומיד היינו צריכים לצאת; עניין המרירות שהשעבוד היה לגבינו גופא, כמה שאנחנו הרגשנו את החיסרון בלהיות משועבדים לפרעה. הילכך העניין המשותף לשלושה הוא שהקדוש ברוך הוא, בהשגחתו, היה נוכח איתנו, למרות כל מה שעברנו. כשהוא לא היה נוכח, הרגשנו את חסרוננו, וכאשר יצאנו ממצרים, נגאלנו והפכנו להיות עבדים לה' בלבד. זהו העיקרון המרכזי שמתבהר בסיפור.

והנה לענ"ד מזה אפשר להבין את טעמם של הרמב"ם והגר"א, שלא להחזיר את השולחן עד לאחר גמר דרשת "ארמי אובד אבי" ולפני אמירת "כל שלא אמר ג' דברים". שכן קודם לכן סעודת יום טוב, עם שלושת הדברים הייתה כבר מונחת, וזו התוצאה הסופית, אך עדיין לא היו מבינים אותם, ולכן עוקרים את השולחן כדי לעורר את השאלה "מה נשתנה הלילה הזה".

ואמנם רצוננו שידעו כי הם אינם כאן לריק שזהו הסעודה וזהו, אז עוקרים את השולחן לעורר את השאלה בעניין מה שונה הלילה הזה מכל הלילות, ומסבירים כי השי"ת הוציאנו ממצרים, ומבינים כי השי"ת עשה נפלאות. אחרי כן כבר אפשר כבר להשיב את השולחן למקומו הראוי לו, לציין למסובים את שיבת תכולת השולחן כיצד הוא משתלב עם הסיפור הנ"ל כדאמרו שנסים אלו נוגעים לחירותנו אנו, ורק אז אפשר להודות על הישועה הגדולה!

ליצירת קשר: 0527667387 / shamestreicher@gmail.com

כבר חייכת היום?



שאלו החכמים: למה יש 4 בנים בהגדה ולא 4 בנות?

כי... אישה חכמה - יש, אישה תמה - יש, אישה מרשעת - לצערנו יש. אך עוד לא נולדה אישה שלא יודעת לשאול....

שלוש וברכה.

צ"ב פסח. יל פרהב צומס בבית
ופרהב אחת אני צומס צומס כלפיית
ילד, איך פיה אחת בצ"ב פסח,
ומאס אני לא של לקראת פסח...
מה נ"מ אצלנו?
חיים מאיר א.

שלום חיים מאיר היקר!

זו שאלה שמטרידה הורים רבים, - איך עומדים בעומס של ערב החג עם כל המטלות הרגילות + לנקות את הבית לקראת החג. ובפרט איך להשרות אווירה טובה בבית?

והאמת שהרבה דברים בחיים אנחנו לא פועלים בחיים בצורה שהיינו רוצים לפעול, כי ככה ראינו את ההורים מתנהגים, מהסיבות שלהם. אבל אותנו זה תוקע לפעול כמו שאנחנו חלמנו...

ראשית חשוב לזכור מה צריך לעשות מצד הדין וההלכה, ומה אינו אלא רק לניקיון, הבירור הזה יגרום להורדת הלחץ מהניקיונות.

ולהיפך נראה את זה הזדמנות לניקיון הבית בצורה יסודית, אחת בשנה...

שנית בפנימיות התורה, כתוב שעבודת הימים האלו היא במירוק וניקיון הלב - על ידי ניקיון החמץ. החמץ שבלב מתנקה!

ואין דרך לנקות את הלב בצורה של לחץ אלא להיפך, לכן עלינו להוריד לחץ.

מומלץ לעשות טבלה מסודרת של מה צריך לנקות, מי המנקה. ומתי מנקים.

ותמיד להשאיר זמן לדברים בלתי צפויים!

ערב פסח - האנשים עסוקים במצוות, ובפרט הנשים. ידוע מהאריז"ל שאדם שמזיע בהכנות לחג הפסח יורד לו מהעונש בגיהנום...

ידוע אף שמעצם ההכנות של הנשים - יכולות להגיע למדרגת רוח הקודש,

אבל כעס וקפידה מקלקל הכל!

הבה ננצל את הימים האלו של התמרוקים וההכנות, כמה שיותר לעשות בשמחה ורוגע ונחת!

נדליק מוזיקה ואף נרקוד שסיימנו חדר ונשמח!

"עבדו את ה' בשמחה" לא כתוב בלחץ אלא להיפך... חיים מאיר היקר, אם הלחץ עדיין מטריד אותך, (ואם גם אותכם שאר הקוראים היקרים) אתה מוזמן לפנות אלי, ונראה איך אפשר לעזור!

בהצלחה והרבה נחת.

במסגרת 'שאל את המומחים'

הנך יכול לשלוח שאלה למייל

bs0583201525@gmail.com

ונעביר את השאלה לאחד מהיועצים

שבמרכז. ובע"ה נפרסמה.

לזכות להרחיב את ההדפסה באזור מגורכם להצלחה / לע"נ וכו' פנו עוד היום למזכירות הארגון:

0556774358

או למייל:

bs0583201525@gmail.com

מהדורת הדפוס מודפסת

בכמות מוגבלת, ברחבי הארץ.

ניתן לקבל את הגיליון ללא תמורה

בשליחת דוא"ל לכתובת:

bs0583201525@gmail.com

כמו"כ העלון נמצא באתרים: דרשו. לדעת.



הדפיסו
וקחו הביתה
לשבת קודש