

יש משהו בתקופת החגים שמטלטל אותנו במעמקי הנפש. עבור הרווקות, החגים יכולים להפגיש אותן עם הבדידות ושלל שאלות מציפות וכואבות. עבור הנשואות, החגים מציעים מבט על דינמיקות משפחתיות, לחצים, ואולי גם פערי ציפיות בין בני הזוג. בעבר המחשבה על חגים הכתה בי בפחד. חייתי בקוצר רוח שהתקופה הזו פשוט תעבור בשלום. אבל היום אני מבינה שתקופת החגים היא לא רק אתגר, אלא חלק מהמסע שלי, שלנו.

כמו הרבה דברים בחיים גם כאן אני מסמנת מטרות, אך יודעת שהמטרה עצמה עשויה להשתנות אינספור פעמים. לכן מה שחשוב באמת זו הדרך.

הדרך היא זו שתעצים אותי, תוביל לתובנות חדשות ותצמיח. אז גם אם המטרה היא שיעברו חגים מלאים בשמחה וטוב, ברור שהדרך לשם חשובה.

בתקופות אלו שהכול אינטנסיבי, ערבוביה של שמחה ועצב, תקווה ופחד, הדרך להצלחת תקופה

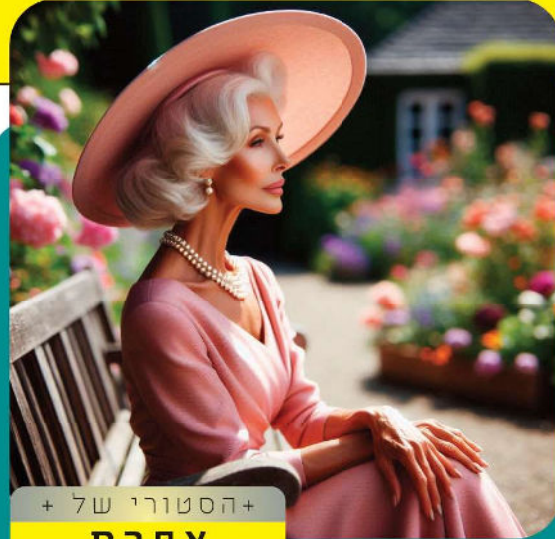
החגים היא דווקא להימצא ברגע, לקחת נשימה עמוקה ולהתכנס פנימה. זהו זמן להבין מה באמת מפעיל אותנו, מה רגיש ומה משפיע, ומשם לצמוח.

מאחלת לעם שלנו שנה מלאה בבשורות טובות. הלוואי שברגעים אלו ממש משתחררים כל החטופים, האחים שלנו. שיהיה לנו הכוח לצמוח מכל תקופה מאתגרת ולהפוך טובים יותר. לא רק בשביל אחרים, אלא בראש ובראשונה בשביל עצמנו.

ענהאל שמואלי
נשואה לעקיבא
ואימא לארבע
נסיכות - יהלי,
אור, מאיה ואריאל,
גרה במושב נחלים,
בלוגרית ומנטורית
לזוגיות.
@anaelshmucli



+ הסטורי של +
ענהאל



+ הסטורי של +
אפרת

לפעמים, כשאני עוצמת עיניים, אני קופצת קדימה בעשורים. ארבעים, חמישים, שישים... עד מאה ועשרים.

אני רואה אותי יושבת על ספסל בגינה של הבית, המגדלור לצדי. לובשת שמלה ורודה או צהובה, כובע רחב שוליים, שיער בתספורת קארה בלונד פלטין של נשים שרבינו את החיים. שרשרת פנינים. אודם אדום. השמש של ערב חג מלטפת אותנו, האוויר נקי, כזה של חגים.

עוד רגע הבית יתמלא בילדים, נכדים ונינים שבאו לחגוג את יום הולדתי. כ"ט אלול, ערב ראש השנה, הנשימה הראשונה של השנה החדשה. נשיר, נרקוד, נחבק אותם חזק. נגיד להם כמה אנחנו אוהבים אותם וגאים בהם. כמה הם אוהבים ויפים וטובים, בדיק כמו שהם. השנים רצות.

רק לפני רגע הייתי אימא בת 37 לארבעה קטנטנים. תראו איזה שבט מפואר אנחנו עכשיו, איזה אושר. המגדלור ינגב דמעה, הוא תמיד מתרגש. ואני אגיד לעצמי: איזה כיף זה להתרגש. להרגיש את החיים. קיבלנו עוד

אפרת זכריה
אימא לארזיה,
אמרי, איימי וארי.
נשואה ליהונתן.
מנחה סדנאות
העצמה וסטילינג,
יוצרת תוכן
לעסיקים ובעלת
הבלוג "דוכסית"

@dukasiblog

שנה במתנה. כלום לא מובן מאליו. בגילנו המתקדם למדנו לבחור בקפידה כל מחשבה. הבנו שהרבה יותר חשוב מה אנחנו חושבים מאשר מה אנחנו אוכלים, למשל. אנחנו אוהבים את עצמנו, שומרים על הגוף ובעיקר על הנפש. מחייכים הרבה, צוחקים, מתענגים על השמש ועל הקטנטנים שמתרוצצים בגינה. קולות של חיים. וטוב לנו, שמח ומלא מהדברים הפשוטים של החיים.

ואז החגיגה נגמרת. שנה באה, שנה הולכת. גם הנינים חוזרים הביתה. ובסוף היום, נשארנו אנחנו - ביחד.

הטלפון מצלצל, הנכד שלי על הקו: "סבתא, אנחנו מתכננים יום הולדת לאבא שלי. ילדת אותך בכיפור, תמיד אנחנו חוגגים לו בסוכה, את זוכרת?".

"בטח שאני זוכרת, רק לפני רגע אבא שלך, אמרי המתוק שלי, היה בן חמש, עלה לגן חובה... הימים ארוכים, אבל השנים קצרות. תזכור את זה, אוהב הלב, גמר חתימה טובה."