

# מפתח החיים

מבט מעצים ומעודד על הלידה  
הפוחה שער להתמודדות נכונה  
עם כל אתגרי החיים



—  
ג' מפתחות

בידו של הקב"ה

שלא נמסרו בידי שליח...

מפתח של חיה"

(תענית, ב' ע"א)

—



## ניתן להשיג חוברת זו:

י-ם (גאולה)--משפ' לוי: 02-5803154 | משפ' האף: 02-5829049  
י-ם (גבעת שאול) ----- משפ' ליברמן: 02-6516433  
רכסים-----משפ' קאהן: 04-6493337  
קרית אתא -----משפ' טאוב: 04-8436092  
אופקים-----משפ' אייסן: 08-9923025  
ביתר עילית-----משפ' פלדמן: 0548442650  
בית שמש -----משפ' אדלר: 02-6525939  
בני ברק ---משפ' וייס: 03-6195175 | משפ' שנקר: 0527170303  
אשדוד -----משפ' אדלר: 0548498932  
אלעד -----משפ' אלזס: 03-9090362



## לכל עניני החוברת:

טל 02-9931368 | מייל: 9931368@okmail.co.il

עיצוב ועימוד: 0548442650

מהדורה מורחבת תשע"ז

חווית הלידה היא הזדמנות ייחודית לעלייה רוחנית לכל אשה לפי אופייה ותכונותיה.

רוב הנשים העומדות לפני לידה מכינות את עצמן מבחינות שונות, מהתארגנות טכנית ועד לרכישת ידע וכלים להתמודדות עם האתגרים הגופניים והנפשיים. אך נדירות הן אלו החושבות להכין את עצמן גם מבחינה רוחנית.

בפרקים הבאים מוגשים רעיונות שיוכלו לסייע לכל אחת להתעלות על ידי אירוע מיוחד זה, להפוך את הלידה לחוויה מרוממת שתרים אותה ואת מעמדה הרוחני.



פרקים אלו נכתבו על ידי אב כמענה לשאלות בנותיו העומדות בפני אתגר גדול זה. הבנות ערכו את התשובות ועיטרו אותן בהצעות מפרי ניסיוןן. הן גם מסרו אותן ליולדות אחרות כדי לקבל הצעות ותגובות נוספות ולראות אם הדברים משיגים את ייעודם ביישום מעשי. התגובות שהתקבלו נתנו תמריץ רב להפיצם. אף נשים שבשעת הקריאה חשבו שהדברים רחוקים מהן, דווחו שבשעת הלידה גילו שאכן בידן להפוך את הלידה לחוויה בונה ומרוממת.

הפרקים מתפרסמים בתקווה שגם נשים אחרות תפקנה מהם עידוד וחיוך בעזה"י, ותזכינה אף הן שלידתן תהיה מפתח להתעלות רוחנית מיוחדת.



# הסכמת הגאון הגדול הרב ישראל גנס שליט"א

## הרב ישראל גנס

רח' פנים מאירות 2

קרית מטרסדורף, ירושלים 94423

בס"ד כסלו תשע"ה

ראיתי את החוברת הנפלאה – יוזמה מיוחדת במקוריותה, עמוקה ועשירה בתוכנה, והתפעלתי ממנה ביותר. אשרי לו לאב המשקיע כל כוחות נפשו בקודש ובדרכו מלווה את בנותיו לקראת החוייה הרוחנית העומדת לפנין - עת לדתן - ובהזדמנות זו מוצא לנכון אף להפיץ מעיונותיו חוצה לתועלת כלל נשות ישראל.

על הפסוק "פתוחי חתם קודש לד'" מובא - ראשי תיבות "ח'תם" ח'יה, ת'חית המתים, מ'טר. שלושה אילו אינם נעשים על ידי שליח ומפתחותיהם רק להקב"ה לבדו (כמובא גם בשער החוברת). לכמה קרבת אלקים יכולה אשה לזכות בהכירה כי בעת הביאה נשמה יהודית חדשה לעולם היא שותפה למעשה בראשית, למעשה שמפתחותיו בלתי לדי לבדו!!

ולא נותר לי כי אם לברך את המחבר החשוב שליט"א כי ימשיך בעבודתו עבודת הקודש - "קודש לד'" - הלאה מתוך נחת יהודי מכל יוצאי חלציו, בריות גופא ונהורא מעליא, ויזכה תת תנובתו עוד ועוד לתועלת הרבים.

ישראל גנס





## תוכן הענינים



9	פרק א' - הזכות הנפלאה
13	פרק ב' - תיקון חטא חוה
17	פרק ג' - אתגר החיים
25	פרק ד' - לזכות בכפלים!
30	פרק ה' - מתנת הצירים
35	פרק ו' - סוד ההרפיה
40	פרק ז' - תפלת היולדת
43	פרק ח' - "מעלית" של כאב
48	פרק ט' - להתרומם!
56	פרק י' - התמודדות מעשית



## נספחים

יולדות מספרות - תגובות ועצות מיולדות

שערי תפלה - לקוט תפלות ליולדת





## פרק א'

## הזכות הנפלאה

מטבע בריאתן משתוקקות נשים לזכות לילדים. אך מאווייה של האשה היהודייה שונה בזאת משאר הנשים. התשוקה שלה אינה טבעית בלבד, אלא היא נובעת ממקום מרומם יותר - מהשאיפה הקיימת בעומק נשמתה לקיים את רצון בוראה. אשה המודעת לערכה הרם של המצוה ועוצמת הנחת רוח שהיא גורמת בשמים כאשר היא מביאה לעולם נשמה יהודית קדושה, תעבור את קשיי ההריון והלידה בתחושה של סיפוק רוחני שתקל מעליה את מועקת הקשיים האלו.

הבאת נשמה טהורה של תינוק לעולם היא זכות נצחית עצומה. אשה היולדת היא שותפה כביכול להקב"ה במילוי תוכניתו בבריאה. בכך היא מקיימת מצוה גדולה ביותר שחז"ל כינו אותה "מצוה רבה!". וכמו שמסביר ספר החינוך (מצוה א' מצות "פרו ורבו"):

היא מצוה גדולה שבסיבתה מתקיימות כל המצוות בעולם, כי לבני אדם ניתנו ולא למלאכי השרת [היינו שעל ידי קיום מצוה זו מרבים מקיימי מצוות בעולם, וגורמים להמשך הדורות של עובדי ה'].

אשה שמתמסרת למטרה נעלה זו גורמת נחת רוח גדולה לרבש"ע. בכך היא כביכול מראה הזדהות עם חפצו ית' להשלים את תוכניתו בבריאה, תוכנית שיקרה לו כל כך עד שלמענה המציא את כל העולם העצום והמשוכלל שלנו עם כל הכלול בו.



עוד מורים לנו חז"ל, שהמשתתפים בקיום מצוה חשובה זו מקרבים באופן ממשי את הגאולה, שכן יש נשמות רבות הצריכות לבא לעולם לפני שהבריאה תוכל להגיע לתיקונה, ולפני שהמשיח - שאנו כל כך מצפים לו - יוכל לבא?

יש "רשימת המתנה" גדולה לזכות להיות בעולם שלנו. נשמות רבות מחכות שיתאפשר להן לרדת לעולם הזה ולפעול ולהשיג מה שאפשר רק כאן. גם הקב"ה כביכול מחכה להזדמנות לעזור לנשמות אלו, אולם הוא השאיר את הדבר לבחירתנו. על כן יש לו נחת רוח גדולה כשיש זוג שחש את "משאלותיו", כביכול, וחפץ להשתתף בתוכנית החסד שלו על ידי שהוא מוכן לארח כמה שיותר נשמות השואפות להגיע לעולם המיוחד שלנו - עולם שאפשר לגרום בו נחת רוח גדולה להשי"ת ולהשיג בו הישגים נעלים יותר מכל עולם אחר. (ומובא בגמרא<sup>3</sup> שהבאת נשמה לעולם אף שאין לה אפשרות לעשות בו כלום או אפילו נשמה שאינה יכולה להתקיים בעולם, היא כבר חסד עצום לנשמה שבזה היא נכללת בתוכנית הנפלאה שיעדה הוא העולם הבא. זו היתה אחת מטענותיה של מרים לעמרם בזמן גזירת פרעה, שאף להביא תינוק לעולם לרגע אחד בלבד כבר כדאי.)

לעומת זאת, כיון שהמצוה היא גדולה כל כך, יש גם כוחות שליליים רבים המשתדלים לעכב את הדבר. כל המקטרגים שנוצרו על ידי החטאים במשך כל הדורות מאדם הראשון והלאה משתדלים להפריע למשימה ולעכבה. מכך נובעים כל הקשיים המלווים את הלידה.

מובא בספר "שם משמאל" (פרשת ויחי - שנת תרע"ז):

**יסורי הלידה וקושי הלידה הם מחמת שהכח האלוקי יוצא לפועל בגשמיות הלידה, והרוחני מתאחד בגשמי, וכוחות החיצוניים [כוחות הרוחניים שהם תולדות החטאים] רוצים למנוע זה, וכח הלידה גובר, ומזה באים היסורים. אבל בעת היצירה [היינו בשעת ההריון] שעדיין איננו יוצא כל כך לפועל, ובית הסתרים אינו מקבל טומאה, על כן אין להם אז כל שליטה לתקוף בכח.**