



# נר-אנון

קבוצות תמיכה למשפחות וחברים של מכורים

פברואר 2021

## חברותא יקרה

שמי הילה ואני מקולורדו בארה"ב. גדלתי בפריפריה בצפון הארץ, ילדת צופים ציונית. אחרי שירות צבאי ביחידת מחשב 8200 יצאתי לכבוש את העולם בטיול אחרי צבא. מעולם לא תיארתי לעצמי שעשרים ואחת שנים לאחר מכן, עדיין אהיה רחוקה. את המכור שלי פגשתי לפני שבע שנים, המחלות שלנו התאימו אחת לשנייה באופן נדיר. התחתנו בארץ ומייד אחר כך זכינו בזוג ניסים קטנטנים. מצאתי את דרכי לחדרים של נר-אנון כי הרגשתי שחל בי שינוי, פתאום משהו מפריע לי, האהבה בהחלט מעוורת. אני אסירת תודה ועושה דרך כבר מעל לשנתיים.

היה לי לא פשוט למצוא נחמה בכנסיה שבה מעגל של אנשים זרים מדברים על אלוהים שאינו שלי ותפילה כתשובה וישועה לבעיותיי. מדהים לראות איך מהתקופות הכי קשות שלנו בחיים אנחנו צומחים ונגלים בפנינו הניסים הכי גדולים.

היום, בדיעבד, אני אסירת תודה גם על הדברים הרעים והקשים שעברנו. לא שאני מאחלת לעצמי עוד קשיים ואתגרים, מרגיש שמיצינו את המלאי העולמי לצד המחלה הזאת, אבל היום אני אסירת תודה וגאה להגיד שאני מודעת, לומדת וערוכה לקבל באהבה גם אותם וכמובן את הניסים שמגיעים איתם.

גם בתקופה הקשה והמשוגעת הזאת נגלו בפני ניסים. זכיתי לתת שירות בנר-אנון ברחבי העולם, זה הוביל אותי ליצירת קשר עם נר-אנון ישראל. מצאתי שהחברותא הקסומה שלנו חזקה ומגובשת. התרגשתי לשמוע את שפת ההחלמה בעברית שדיברה ישירות אל הנפש שלי ומצאתי את עצמי מרגישה הכי קרובה והכי שייכת. מצאתי חברות ומשפחה מקסימה, מכילה, תומכת ואוהבת ללא תנאי. מחבקת ומקבלת גם מעבר לכותלי הפגישה או החברותא. למרות המרחק זוכה ללמוד איתכם מסורות כל שבוע, לעזור בשירות בכנס 2020 המדהים ואפילו לחגוג עם החברותא המשגעת שלנו באירוע פתיחת השנה.

הזכות היא שלי, לא רק שאני מרגישה לא לבד יותר, אלא שדרך השירות אני מרגישה שייכת.

שמחה על הזכות לשתף ואוהבת אתכם, הילה.

לחצו כאן לקנייה מוקדמת של ספר נר-אנון החדש

לחצו כאן לאתר נר-אנון ישראל החדש

לחצו כאן להרשמה לעלון נר-אנון העולמי

לחצו כאן לקבוצת נר-אנון מקוונת zoom יום שלישי בשעה 20:00

# אני רחוקה מהבית



## שיתוף של חברת תוכנית

המטוס ממריא. הלב פועם מהתרגשות אבל יותר מפחד. לא בגלל שכל הדיילות והנוסעים עוטים מסיכות ומפחדים לגעת שלא בכוונה אחד בשני, ולא בגלל הקורונה המשתוללת בעולם. אני מפחדת מדבר אחר. נשבעתי שלא אבקר יותר בארץ, כי הדרמות והשריטות שלי עמוקות מכדי לגעת בהן, כוח עליון רצה אחרת.

לאמא שלי גילו סרטן ממאיר, תאים קטנים בריאות עם גרורות תאונותיות. איך שפותרים את השמיים אני עולה לטיסה הראשונה לישראל. עולה למטוס עם בתי ומשאירה את הבן שלי עם אביו, שבזכותו יש לי כיסא בנר-אנון כבר למעלה מעשור.

אני נוסעת להציל את אמא שלי. שוב. תומרנתי לכך מגיל צעיר מאוד. להציל אנשים שלא יכולים לעזור לעצמם. עשרים ושש שנים שאני גרה במרחק מארץ ילדותי, עושה דרך עם חונכת שנמצאת ארבעים שנה בתוכנית, חונכת בעצמי, שלוש פגישות בשבוע, קריאה יומית, שירות מהלב, ועדיין, עדיין לא העזתי לעבוד את התוכנית במקום הולדתי. רק באנגלית. רק בבית רחוק מהבית. את הצעדים לגבי משפחתי עשיתי בשלט רחוק. צעד ארבע או צעד תשע אחרי דרמה טלפונית עם אחות זו או אחרת, עם אמא, מסתיימים לרוב עם השפורפרת ביד. ניתוקי טלפונים, וברוגזים של חודשים. ושוב חוזר חלילה. איך אפשר בכלל לעשות תוכנית עם משפחה בשגעון?! חוסר התמודדות במסווה של "אני רחוקה מהבית". פשוט לא רוצה להתמודד, או אולי לא מוכנה.

שבוע אל תוך הבידוד בישראל (מתוך שבועיים בידוד המחויבים אחרי טיסה) אני מתגעגעת לבית, מרגישה מנותקת מאנשים בתוכנית בארצות הברית, בתוך סערת דרמות במשפחה בישראל. אני מזהה בעצמי את הכאב וחוסר השקט. בלי חונכת, בלי חברותא, בלי פגישות. רק אני והמחשבות שרצות כמו פינג פונג בראש. אבל צעד אחד, שתיים, שלוש - אני לא לבד, אני לא מנותקת מהאלוהים הפרטי שלי.

אני זוכרת לבקש עזרה. חסרת אונים מול כולם ועם אומץ רב, פותחת את דפדפן הגוגל ומקלידה - "אל-אנון ישראל". לא מוצאת הרבה, אבל מוצאת "נר-אנון". אחרי ווטסאפ קצר מישהי מוסיפה אותי לקבוצת נר-אנון מקוונת. זה היה ערב שבת והדכדוך בתוך הכאוס המשפחתי גבר. "אלוהים, עזור לי!" אני זועקת מבפנים, חסרת אונים. רק כוח עליון יכול להחזיר אותי לשפיות. שניה לאחר מכן הודעה בטלפון מאותה חברה שהכניסה אותי לקבוצת הזום. הפעם בפרטי, "הי אני מנר-אנון, מה שלומך?" ומשם שיחת טלפון שעטפה אותי. לא הכרתי את האישה, אבל היא ידעה בדיוק באיזה מקום אני עומדת. בחיי לא דיברתי איתה, וכאילו שכבר הכירה אותי שנים. היא הזכירה לי למסור את הפחד לאלוהים, היא קראה לו כוח עליון. זה היה רגע בו הכל עמד מלכת.

השניה בה כוח עליון התערב ברגע שמסרתי לו הכל. הכל. בחלקיק השניה, באופן המדויק בו הכל צריך לקרות. וכך, יום אחרי יום, בין שיחה אחת לשניה, היא לימדה אותי מילים כמו חוסר אונים, ענווה, חונכת ולשחרר טינה. את כל אלה ידעתי באנגלית, אך לא בשפת אמי. תוך כדי כך שהיא מקשיבה לי בסבלנות ובאהבה. השיחות, קבוצת הזום, ההתקרבות לנר-אנון ישראל בין כימו לכימו, בין כאוס משפחתי למשנהו, אולי הפעם אני מוכנה. עבדתי את צעד שש ושבע שוב ושוב. נופלת בוכה ומוסרת. את כל הפגמים. שוב ושוב. והחברה מחבקת. מבינה. "תמסרי, תמסרי" וכשהיא מדברת זה כבר לא מאיים כל כך. ברגע שמוסרים את הפחד והשליטה שלנו על אחרים לכוח עליון מאיתנו באופן טוטאלי, עם צעד שבע וענווה מוחלטת, שם המסע האמיתי מתחיל.

אני באתי לטפל באמא שלי במחלה ממארת, בעוד אני בתוך המסע הזה של ההחלמה. כי גם אני חולה, אבל בלי גרורות. באתי להחלים, ומצאתי עצמי במסע של כאב שמנקה שנים של חוסר התמודדות.

אני מוסרת את רצונותי וחיי באופן טוטאלי להשגחת כוח עליון. בכל מקום. בכל פינה בעולם. בכל שפה.

## דו"ח בחירות

### הועדה הנכנסת

- יו"ר הועדה - רינת
- סגן יו"ר - חני
- יו"ר זמני - אסתר
- מזכירה - הודי
- גזברית - פרידה
- יו"ר מל"צ (מידע לציבור) - רותי
- יו"ר ספרות - אורנה
- יו"ר ארועים וכנסים - ניקי
- יו"ר נר-אטין - שיר-לי
- מפעילת הקו החם - דפנה ומלי

### הועדה היוצאת

- יו"ר הועדה - רותי
- סגן יו"ר - לא קיים
- יו"ר זמני - לא קיים
- מזכירה - פרידה
- גזברית - רינת
- יו"ר מל"צ (מידע לציבור) - פולי
- יו"ר ספרות - חני
- יו"ר ארועים וכנסים - לא קיים
- יו"ר נר-אטין - לא קיים
- מפעילת הקו החם - אסתר

**בהצלחה לכל הנבחרים**  
**ותודה לכל חברי הועדה היוצאת**

## הודעות נר-אנון

### פגישות בזמן הסגר

פגישת זום ארצית כל יום שלישי בשעה 20:00

פגישות נוספות ועידכונים בעקבות הסגר

נא לפנות לקו החם

+972505845886

פגישה פתוחה בקבוצת קרית אונו

בתאריך 7/2/2021 בשעה 20:00

הפגישה תתקיים בזום

הפגישה פתוחה לאנשי מקצוע / עובדים סוציאליים וחברים

**קישור לחדר זום**  
**פגישה פתוחה**

פגישות הועדה הארצית

הפגישה הבאה בתאריך 7/2/2021 בשעה 18:00

הפגישה תתקיים בזום

כל חבר נר-אנון יכול ומוזמן להשתתף

**קישור לחדר זום ועדה**

קבוצת לימוד מסורות

נערך בזום כל יום שלישי בשעה 18:00

כל חבר נר-אנון יכול ומוזמן להשתתף

קישור לחדר זום מסורות

צעד שני ב 4 פגישות  
לחצו כאן

לחצו כאן למשלוח חומרים לעלון

לחצו כאן לעלוני הקודמים



נר אנון הקו החם | +972505845886

הסר | דווח כספאם

נשלח באמצעות תוכנת ActiveTrail