

~ יאמרי נהזרתי ~

יש גבול לכל תעלול, לקרוא להר של זבל על שם ראש ממשלה? האם השתגעתם? דמוקרטיה זה דבר יפה מאד, אתה לא חייב לאהוב את ראש הממשלה, אבל קצת כבוד!.. מה ענה לי האיש? - "זה לא הר של זבל, זה פארק". "אל תעבוד עלי" - החזרתי לו - "אני מכיר את הריח של הפארק שלך" ... "בוא אספר לך כמה עובדות", הוא עמד על דעתו - "דבר ראשון הפסקנו להביא לכאן זבל. המשאיות מפנות את הפסולת בנגב. שנית - את כל הזבל הקיים אנחנו ממחזרים. הנה, בוא ואראה לך. המיחזור הפשוט ביותר הוא עץ וניר. במתכות יש ענין קצת יותר מסובך - צריך קדם כל להפריד בין הברזל, הניקל, העופרת והנחושת. המיחזור המסובך ביותר הוא הפלסטיק. זו באמת חתיכת בעיה, אבל אנחנו עובדים על זה, יש תהליכים. הם מסובכים ומורכבים - אבל בסופו של דבר אנחנו מצליחים למחזר. בנינו כאן את פארק המיחזור המודרני והמשוכלל ביותר בכל המזרח התיכון. האמן לי שזה כבוד גדול לראש הממשלה לשעבר. בוא איתי ואעשה לך סיור בשטח". נכנסתי לרכב שלו ועלינו למעלה. היינו בגובה 40 מטר, כל גוש דן נפרסה תחת אפי, איזה אויר... איזה נוף... הפארק היה פארק לכל דבר: עצים, ספסלים, מתקנים ומיחזור. ראיתי את הצינורות שהם מכניסים לתוך הזבל. התברר לי כי כשהזבל תוסס הוא מייצר גז. בעזרת הצינורות הם שואבים את הגז, ובאמצעותו מאירים את כל המתחם של הר הזבל. במלים אחרות: הזבל מפרנס את המתחם ומחזיק אותו... התפעלתי מאד, וכשחזרתי הביתה אמרתי: "אני חוזר בתשובה". הבנת מה הקשר? איך לא הבנת? אם חירייה יכולה לחזור בתשובה, אני לא יכול? תמיד ידעתי שאני פושע גדול, אך פתאום חשבתי - אם הר של זבל יכול להפוך לפארק - אני גרוע ממנו? נכון שעברתי עבירות, אבל כל אחד יכול לחזור בתשובה"...

העלון להצלחת האנשים היקרים: "אליהו בן מרים" וכן לכל המעוניינים ב"עילום שם" - על אשר נתנו מזמנם להפיץ את העלון בבתי הכנסיות ושאר מקומות (העלון מופץ בעשרות בתי כנסיות).

להפצת עלונים (ללא עלות) או לתרומה לעלון הקדוש (אפשר גם מכספי מעשר) ו-**יוקדש העלון להצלחתכם או לבריאות יקיריכם וכדומה** - נא לפנות בכל עת למספר: 0527116539, או למייל: nz0527116539nz@gmail.com - נהוראי זוהרי. להעברה בנקאית: מרכזתיל דיסקונט. מספר חשבון: 072107857. סניף: רמות, 742.

הגאון רבי שלמה לוונשטיין שליט"א אדרש: היצר הרע עובד בכל מיני שיטות. אלינו, למשל, הוא בא לפעמים במעשה של צדקנות: חבל לכם על המאמצים לחזור בתשובה. לכם ה' לא יסלח בחיים. מילא החילונים, הם תינוקות שנשבו. הם לא ידעו כלום, ולכן עשו מה שעשו. כשהם חוזרים בתשובה אין סיבה לא לקבל אותם. אבל אתם, וכי צריך אני להזכיר לכם מנין באתם? איפה גדלתם? מה למדתם?



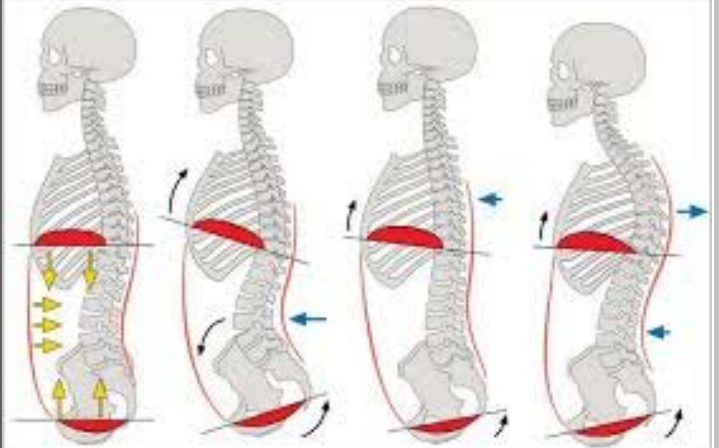
אתם הרי יודעים הכל, ועם כל זאת אתם פושעי ישראל. לכם בחיים הוא לא יסלח. זהו, כמובן, שקר וכזב. הקב"ה בעל הרחמים וארך אפים, הוא הורה לנו דרך תשובה - לכולנו נתן את הדרך הזו. אם רק נבוא ונבקש סליחה כמו שצריך - הוא בוודאי יסלח.

מספר הרב שלמה לוונשטיין שליט"א: בתל אביב התגורר אדם חילוני, שלא הסכים בשום אופן לחזור בתשובה. ניסו לדבר אל ליבו, להציע לו חברותות, להזמין אותו לקידוש עם קוגל והערינג... ושום דבר לא גרם לו לרצות. באחד הימים התקשר לאחד מפעילי התשובה שהיה איתו בקשר, והודיע לו: "אני חוזר בתשובה!". שאל הפעיל: "אתה רוצה שאסדר לך חברותא? שתתחיל בהדרגה לשמור משהו?". ענה לו: "וכי לא שמעת אותי? אמרתי שחזרתי כבר בתשובה קומפלט. אם אתה רוצה, תקנה לי יין לקידוש והבדלה, כיפה לי וכסוי ראש לאשתי, תרנגול לכפרות ושופר לראש השנה - חזרתי לגמרי!". "מה קרה?". - תמה הפעיל. - "אספר לך סיפור, ותבין מה טלטל אותי", והוא פתח וסיפר: "מדי יום אני נוסע לירושלים, ובדרך אני עובר ליד חירייה, הר הזבל. במשך 30 שנה הגיע כל הזבל של גוש דן למקום כלשהו, עד שנהיה שם הר בגובה 30 או 40 מטר. היום פתאום שמתי לב, שהותקן שם שלט חדש 'פארק אריאל שרון'. הזדעזעתי. לקחתי את ההגה ימינה, שברתי לתוך המתחם. נגש אלי בן אדם ושאל: "מי אתה?". "ומי אתה?". - החזרתי. "אני מנהל הפרויקט" - ענה. "אותך אני מחפש" - אמרתי - "שמע נא,

~"פיתוח הקול בדרך הכל" (מבוסס על תורת אבי)~

או כמו להגיד: "עדיף לא למות ביום שבת! זה יכול לשבש לך את כל השבוע"... {☺}. 134. נשימת חזה - היא נשימה לא סדירה (שזהו דבר לא בריא). 135. נשימה סרעפתית - מועילה לספורט, כיון שנותנת יותר חמצן. {כשלא הולכים לפי ההיגיון ולפי הכללים, כגון לא לנשום נשימה סרעפתית... קורים דברים לא טובים ודברים מוזרים - זוג ללא ילדים קיבלו טיפול עם הורמונים של קוף. אחרי 9 חודשים הגיע זמן הלידה. הבעל מתרגש וקצר רוח, צועד קדימה ואחורה מול הדלת של חדר הלידה. סוף סוף, הרופא יוצא ומנקה את הזיעה שעל המצח שלו. - "מה יש, דוקטור? ילד או ילדה? שאל אבא הטרי". - "אני לא יודע! אנחנו מחכים שירד מהנברשת"... {☺} או כמו הסיפור על אחד שעיטן כל יום 10 כופסאות סיגריות עד שאחד האצבעות שלו שבה היה מחזיק הסיגריות התנפחה. הרופא: "בוא נראה מה כותבים בספר על מחלתך. אם האצבע הנוספת בצבע ירוק-כרית מידית, אם בצבע כחול-כרית מידית, אם בצבע אדום-כרית מידית... אהה הנה, מצאתי: אם זה בצבע כסף, לא נדרשת כרית...". המטופל נושם עם הקלה: "זה אומר שניצלתי?!". - "חכה, תן לי להמשיך: לא נדרשת כרית, זה נופל לבד"... {☺}. 136. נשימת חזה - עלולה לגרום ל-נשימת יתר, 'היפרוונטילציה', (שזהו דבר לא בריא).

למה חשוב כ"כ לנשום נשימה סרעפתית ולא לנשום נשימת בית חזה (נשימת בית חזה - רוב העולם נושם אותה)? חלק ט':



10 סיבות נוספות מתוך 145 סיבות.

126. נשימה סרעפתית - בכוחה להועיל לצרבות וריפלוקס.
 127. נשימה סרעפתית - בכוחה להועיל לחזק שריר סוגר הווישטי. {יש דברים שלא כדאי להתפאר בהם, כגון לא לנהוג על פי כללי הפיתוח קול... למשל לעשן סיגריות, או לא לנשום נשימה סרעפתית... ועוד דוגמא להתפארות שגויה - סבא מספר לנכד על המלחמה: "פעם השכבתי לבד גדוד שלם". - "היית תותחן, סבא?". - "לא, הייתי טבח"... {☺}. 128. נשימה סרעפתית - היא נשימה עמוקה יותר (שזה בריא מאד). 129. נשימה סרעפתית - מוציאה החוצה אוויר ישן (שזה דבר חשוב מאד). {אלה שלא יודעים את הכללים איך הדברים עובדים, עלולים לעשות שטויות ושגויות ענקיות, כגון לא לדעת איך הולכים כללי הפיתוח קול, וממילא לגרום לעצמם להיות צרודים... וכן כגון - הסמל נותן את הפקודה: "ישר לשמאל!". המחלקה מבצעת את הפקודה חוץ מאחד, שסובב את ראשו ימינה. - "למה אתה לא מבצע את הפקודה?". - "המפקד, אני חושש שמא האויב יגיע מימין"... {☺}. 130. נשימה סרעפתית - בכוחה להועיל לעבד רגשות שליליים. 131. נשימה סרעפתית - בכוחה להועיל לחזק שריר הסרעפת. {אם לא ננשום נשימה סרעפתית יהיו הרבה רעלים וחיידקים שאינם טובים שישמחו בכך - אחד סיפר על עצמו: לאחר שפרסמתי שהלילה אשן עם חלונות פתוחים, קיבלתי לייק מ-28 יתושים שמאוד מעריכים"... {☺}. 132. נשימה סרעפתית - מאוורת הריאות. 133. נשימה סרעפתית - בכוחה להועיל לעצירות. {ישנם דברים שהם אינם נכונים ואינם עולים על הדעת להגיד אותם, כגון להגיד שמקסימום אם לא אנשום נשימה סרעפתית אאבד הרבה טובות וכישורים,

להערות והארות, או להרחבה בנושא - "פיתוח הקול" בשיטת "פהב"ה" ממורה יר"ש מוסמך (הוסמכתי ע"י אבי המורה הדגול אליהו זוהרי בעל כפל תואר במוזיקה B.ed.Mus. ונטורופת N.D) *מייעץ לכל סוגי בעיות הקול. *מלמד בירושלים. *פגישת היכרות חינם. להתקשר (בכל עת) למספר: 0527116539 או למייל: nz0527116539nz@gmail.com - נהוראי זוהרי.

מעוניין לדעת לדבר בדרך מסקרנת בשיטת "מרצה גדול בדרך הכל": מייעץ לכל סוגי הבעיות: פחד במה! חוסר בדיבור שוטף! שפת גוף לקויה! חוסר קשר עין! קול לא נקי! דיבור מונוטוני! אוצר מילים קטן! קושי בהעברת מסר ברור! חוסר חיות בדרשה! ועוד. פרטים למעלה.

מעוניין ללמוד טעמי המקרא וקריאה בתורה (בנוסף עדות המזרח) ממורה מוסמך לפיתוח קול פרטים למעלה.

לקוראי עלון זה הנחה ב"דפוס השושנים".