

אני משתחרר מהפחד





חוסן. הוצאה לאור

09-8305098

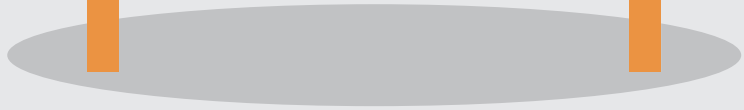
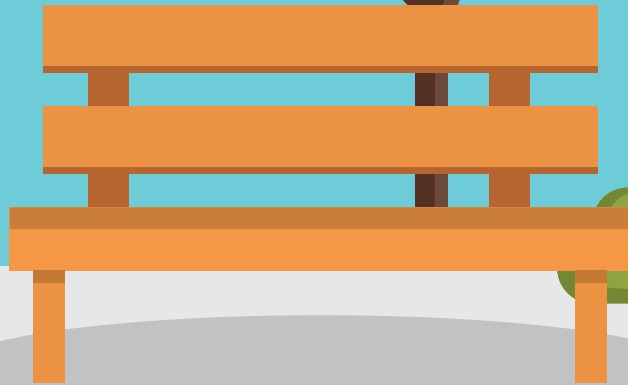
c098305098@gmail.com

© כל הזכויות שמורות 2023

אני משתחרר מהפחד



כתיבה: ת. דיסקין וע. לין
עיצוב: ט. רובינפלד
הגהה: שרותי הגהה בע"מ
הוצאה לאור: חוסן



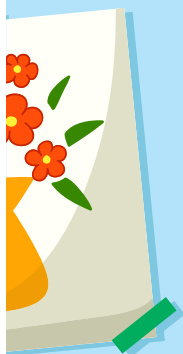
עַל הַמִּלְחָמָה אֲנִי כָּל הַיּוֹם חוֹשֵׁב
הַפֶּחַד בִּלְבָב שְׁלִי יוֹשֵׁב
אֲנִי רוֹצֶה לְהִתְעוֹדָד
וְעִם הַפֶּחַד נִכּוֹן לְהִתְמוֹדָד

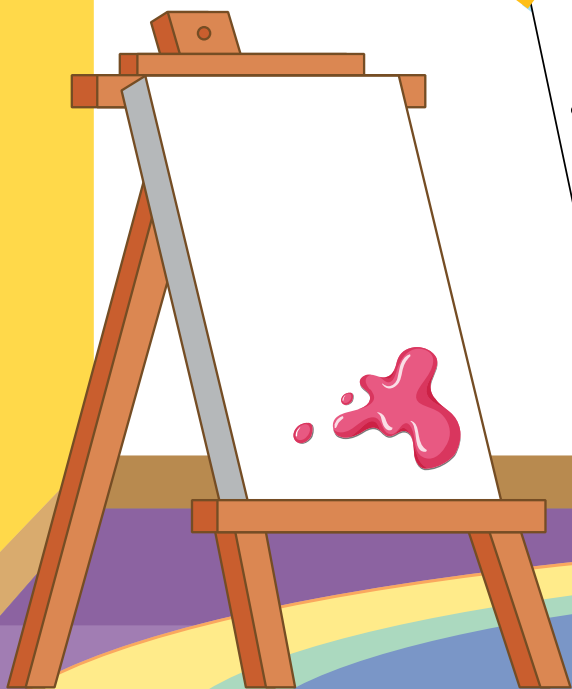
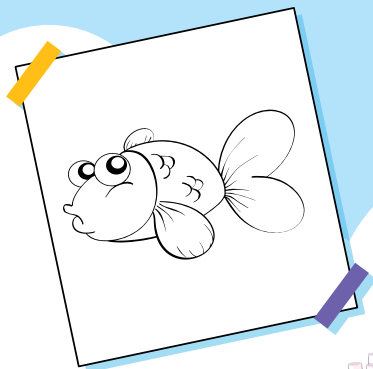
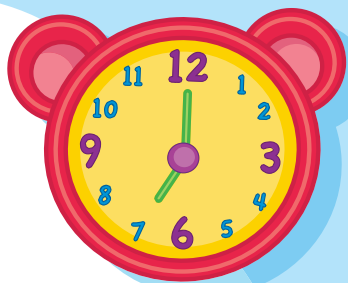
לְרָגֵשׁ הַפֶּחַד יֵשׁ פֶּתֶרוֹן
הִנֵּה עוֹד רָעִיוֹן
כָּלִי מַעֲשֵׂי כְּדֵי לְהִרְגֵּעַ
תַּעֲסוּקָה נְעִימָה, עֲצָה נִפְלְאָה!

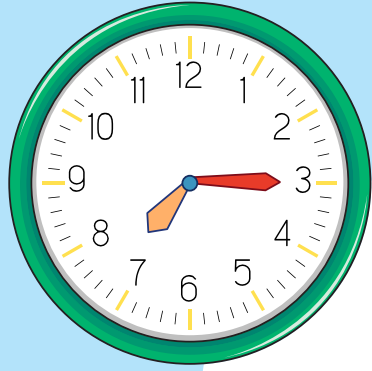


נחפש מקום נחמד ונעים
נקח דף ונשפע צבעים
צבעי גואש ומכחול נשלב
לשעת יצירה חויתית נשאב

נשב כף ונמשיך בבנת
עד שיברח לו הפחד

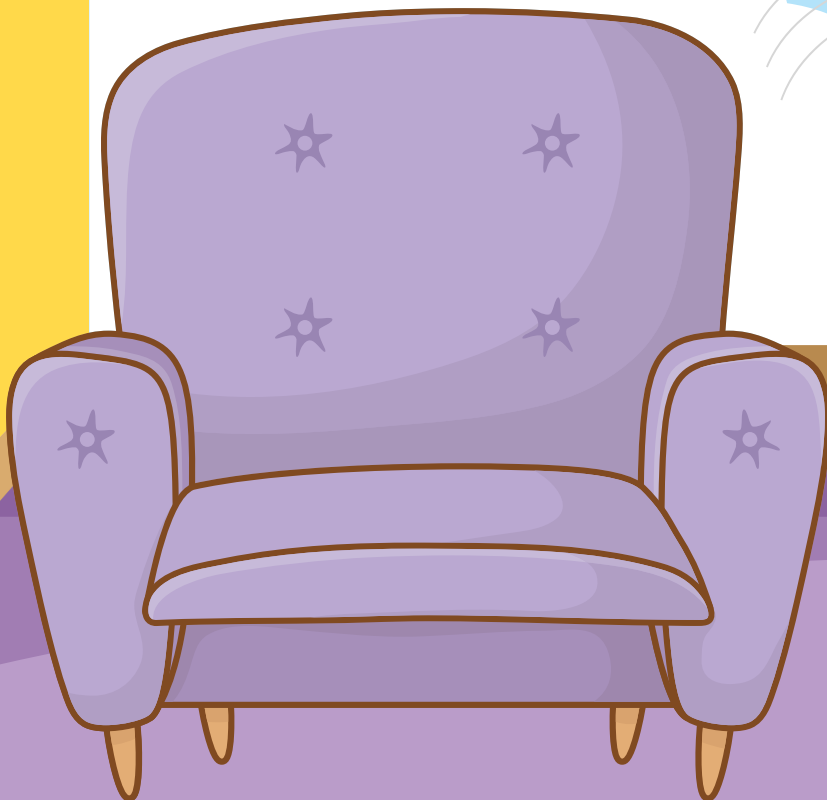






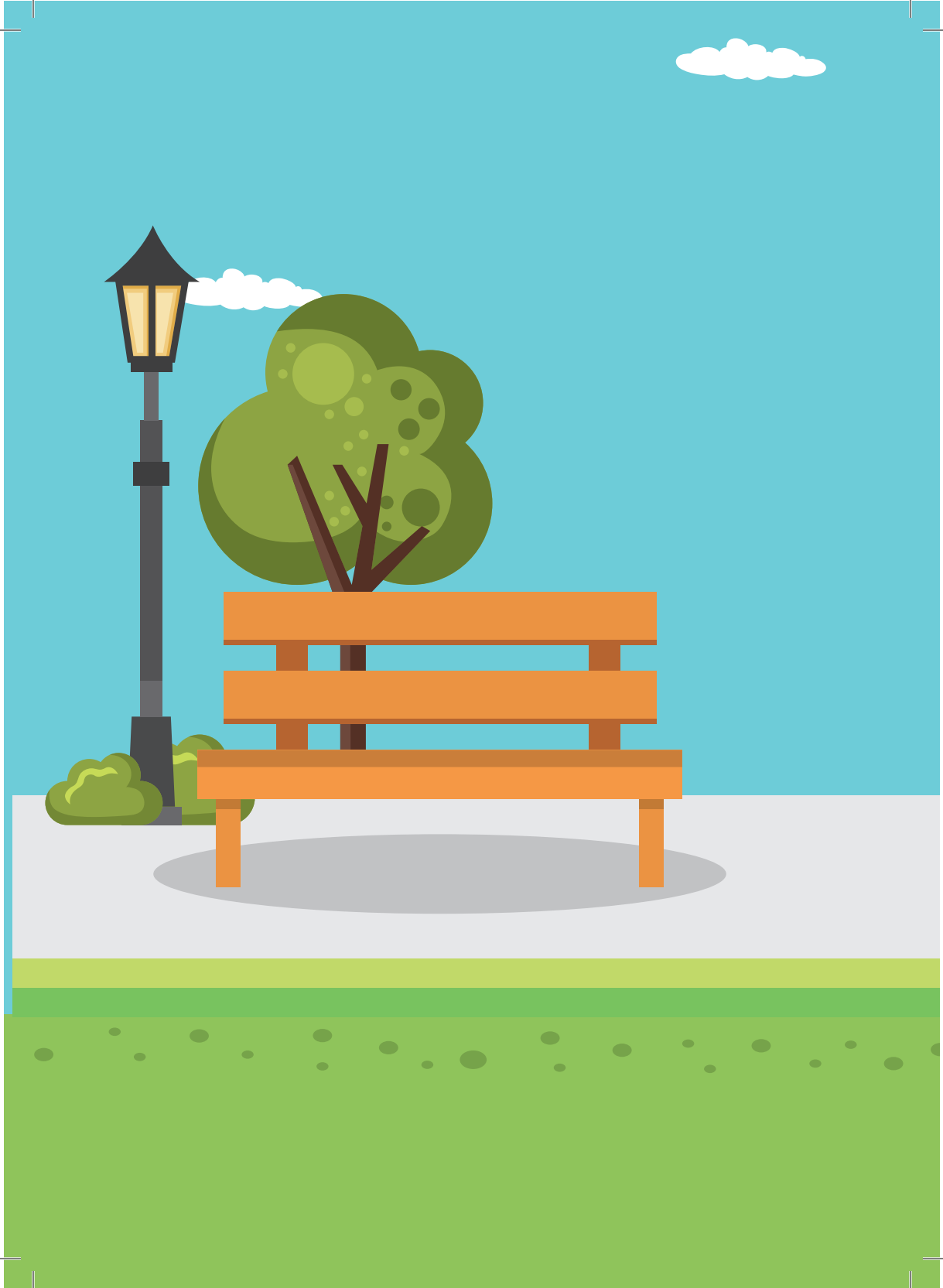
יש עוד רעיון מקסים
אפשר להאזין לשירים
מוזיקה רכה ונעימה
את הנפש ממלאת ומרגיעה

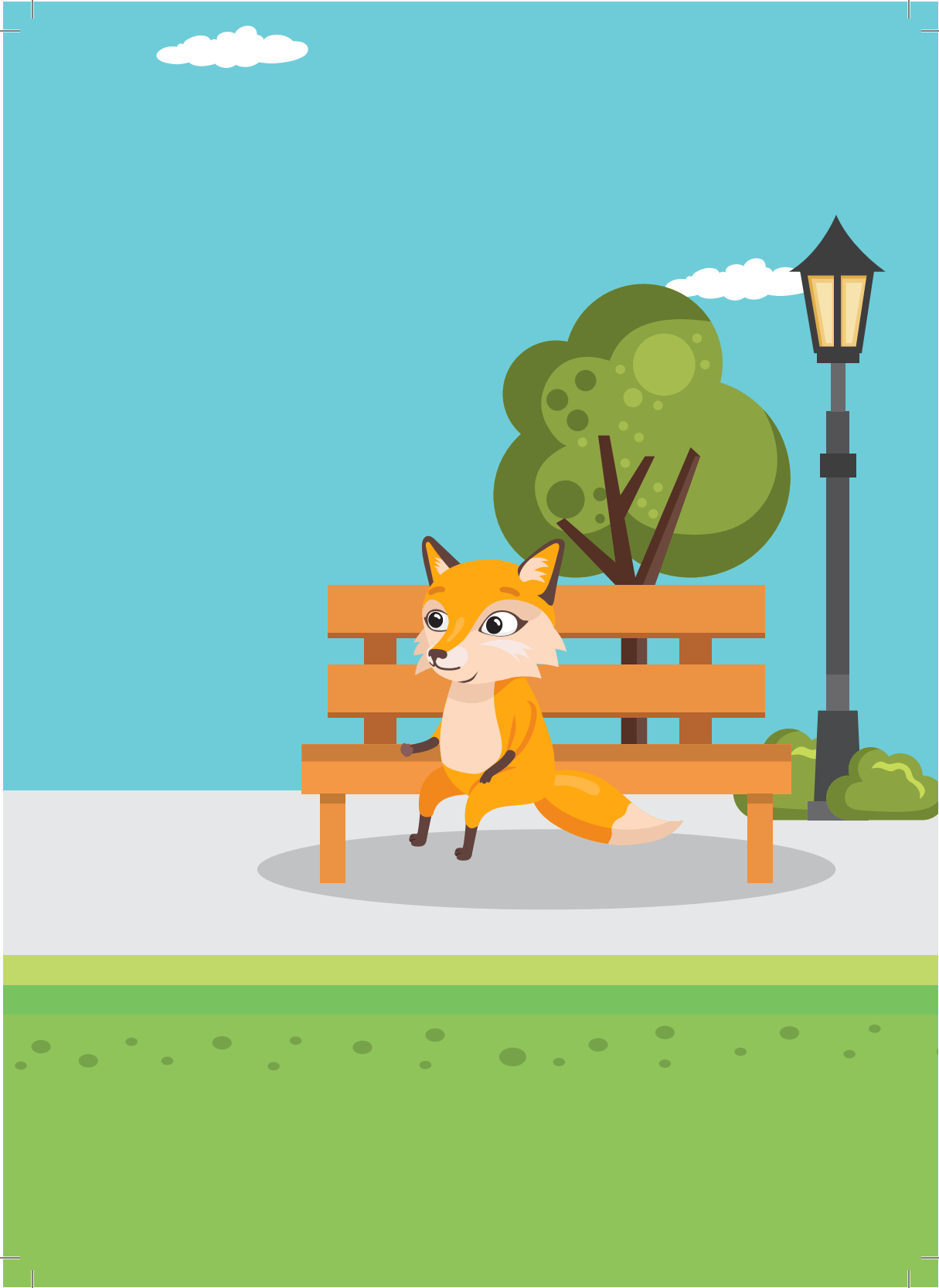
צלילים ענגים
בלב עמק בוגעים
פחד מגרשים
ורגע משליטים



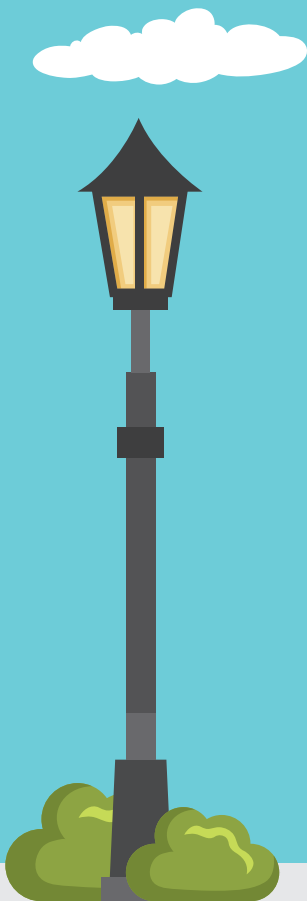
וַיֵּשׁ עוֹד כָּלִי מִצֶּלַח
לַעֲזֹר יָכוֹל כָּל כָּף
בְּנִשְׁהִפְחָד מִשְׁתֵּתָק
צָרִיף מִמֶּנּוּ לְהִתְנַתֵּק
אֵיךְ וְכִיצַד?
נַעֲשֶׂה זֹאת מִיָּד:







נְתִישֵׁב מוֹל נוֹף, שְׁמַיִם
נְנָשִׁים אֲוִיר מְלוֹא חֶפְזִים
נְתַמְקֵד בְּטֵבַע
נְתַרְכֵז בְּאַבֵּעַ



אֶפְשָׁר גַּם לַעֲצֹם עֵינַיִם
לְנִסּוֹת לַפְּרֶשׁ בְּנִפְיִם
לְדַאוֹת הַיָּשָׁר אֶל חוֹף הַיָּם
לְדַמֵּין שְׁאֲנוּ שָׁם

נִקְשִׁיב לְרִחַשׁ הַגָּלִים
נִרְאָה אוֹתָם יוֹרְדִים, עוֹלִים
כֶּךָ נָעִים לְפִי הַקָּצֵב
מִתְנַפְּצִים אֶל חוֹף בְּקָצֶף



נָשָׂא מִבֶּט אֶל הָרְקִיעַ
תָּכַל, טָהוֹר, הַלֵּב מִרְגִּיעַ
נָשָׂאף אֲוִיר מְלֹא רְאוֹת
בְּמָה טוֹב בָּיִם לְהִיּוֹת!

כָּךְ בְּדַרְכִּים שׁוֹנוֹת
נַעֲסֵק בְּפִעִלִּיּוֹת מַעֲנִיּוֹת
אֶת הַנֶּפֶשׁ נִרְגָּיעַ וְנִשְׁחַרֵּר
וְהַפְּחַד יַעֲלֶם, יִגְמֹר



עוד בסדרה:



לא כדאי לשמור בלב
אני כותב יומן מלחמה
להדליק את האור
אני משקיע בהווה
מבינים אותי
אני משתחרר מהפחד
יש לי כוח
שגרת מלחמה



40181 700982

מחיר לצרכן: 29.90