A TIME
BUILDING LIVES... BUILDING FAMILIES...

Shaarei Tikvah שערי תקוה

Issue 82/Tishrei 5778

Davening for the Klal on Rosh Hashana

At your Service 10
Welcome to the World of IF 38
The Upside of the Downside 64
Public Property 74

A TIME
Building Lives...Building Families

Main Office:

1310 48th Street, Brooklyn, NY 11219
Phone (718) 686-8912 • Fax (718) 686-8927
Helpline (718) 437-7110
Hashgacha (718) 686-8912 ext. 280
E-mail: admin@atime.org

England:

42A Lewiston Place
London N16-6RH
Phone: 44-208-800-2153
Fax: 44-208-211-1773
E-Mail: admin@atime.org.uk

Israel:

Phone:0527187188
E-Mail: israel@atime.org

Belgium:

Phone: +323 500 1075
E-mail: admin@atime.be
Website: www.atime.be

Midwest:

E-mail:midwest@atime.org

Chicago:

E-mail:chicago@atime.org

Florida:

305-260-6377
florida@atime.org

Mid-Atlantic Region:

(410) 394-7074
E-Mail: midatlantic@atime.org
Baltimore • Washington
Virginia • Delaware

Founder and CEO/Rabbi Shaul Rosen
President/Mr. Moshe Fischer
Rabbinical Director/Rabbi Chaim Aron Unger
Director of Medical Affairs/Rabbi Mordechai Koenig
Director of Member Services/Mrs. Brany Rosen
Medical Consultant/Mrs. Vivienne Moskowitz
Secretary of Rav Unger/Mrs. Yehudis Grunwald
Medical Referrals and Support/Mrs. Simi Hersko
Director of Pregnancy Loss Support Program/Mrs. Chumi Friedman
Loss Packet Support Coordinator/Mrs. Esther Moeller
Director of Chevra Kadisha Services/Mrs. Zahava Goldenberg
Event Coordinator/Mrs. Miriam Fishoff
Staff Advisor/Mrs. Blimy Steinberg
Shabbos Near the Hospital Program Coordinators
Mrs. Chaya Kar, Mrs. Vivienne Moskowitz
Director of Volunteers/Mrs. Perry Ekstein
Director of Community Affairs/Mr. Alter Katz
Office Manager/Mrs. Ruchy Follman
Insurance Advocacy/Mrs. Zissy Neustadt
Mailing Coordinator/Mrs. Gitty Green
Library Coordinator/Mrs. Shaindy Blau
Graphic Design/Mrs. Shiffy Litchfield/Mr. Chanoch Glick
Meals with Heart Coordinator/Mrs. Leah Buxbaum
Shasathon Committee/Mr. Mordechai Trieger/Yoel Wexler
Director of Community Development/Mrs. Rochie Cynamon
R TIME Director/Mrs. Chumie Becker
Kol Chaya/ Mr. Yoel Lowy/Mr. Avigdor Follman
Mrs. Mindy Lowy/ Mrs. Leah Schwinder
Chava Program Director/ Ruchie Freilich
Director of Marketing/Faigy Augenstein

A TIME welcomes your signed letters, articles and poems. All suggestions, comments and constructive criticisms are welcome. All submissions become the property of A TIME and may be edited for length and clarity. Articles and letters published in A TIME express the views of the individual writers and may not necessarily represent the views of A TIME. Please address all correspondence to:

A TIME 1310 48th Street, Suite 406, Brooklyn, NY 11219
or email: magazine@atime.org

A TIME, a non-profit organization that supports and educates those in the Jewish community experiencing infertility, publishes this newsletter 4 times annually (April, June, September, and December). A TIME does not assume responsibility for the kashruth or reliability of any product or establishment advertised in its pages. We reserve the right to reject any advertising for any reason. We shall not be held liable for non-publication of any submitted advertisements.

Office: A TIME, 1310 48th Street, Suite 406, Brooklyn, NY 11219.

Services

24 Hour Referral Helpline • ATIME Publications • Book & Audio Libraries • Committee for Halacha & Technology • Family Builder Program • Phone Support Groups • Insurance Advocacy & Support • Medical Referrals & Research • Menorah Adoption Project • National Medical Conferences • Online Support Network • Peer support • Pregnancy-Loss Support Program/ Extreme Grief Services • Refuah Network • Seminars/Educational Events • Shabbos Near the Hospital • Support Groups • Website • Weekend Retreats
• Kol Chaya Hotline/718-298-2646
• Project Chava/718-475-1415

Board of Trustees

Mr. Avrumie Ausch • Mr. Moshe Blum • Mr. Yechiel Eisenstadt • Mr. Avrum Grunhut • Rabbi Naftuli Weiss

Board of Directors

Mr. Naftali Einhorn • Mr. Benyamin Feit • Mr. Shabsi Fuchs • Rabbi Aron Grossman • Mr. Avi Hager • Mr. David Jacobowitz • Mr. Alter Katz • Rabbi Dovid Lefkowitz • Rabbi Sendy Ornstein • Mr. Moshe Dov Stern • Rabbi Aron Twersky • Rabbi Benyamin Weiser • Mr. Shmuel Zafir

Medical Advisory Board

• Heather Appelbaum, M.D. • Natan Bar-Chama, M.D. • Samuel Bender, M.D. • Alan Berkeley, M.D. • Jessica Brown, M.D. • Jerome Check, M.D. • Owen Davis, M.D. • Dan Goldschlag, M.D. • Marc Goldstein, M.D. • Victor Grazi, M.D. • Jamie Grifo, M.D. • Lawrence Grunfeld, M.D. • Joshua Hurwitz, M.D. • Peter McGovern, M.D. • Nachum Katlowitz, M.D. • Joshua U. Klein, M.D. • Zalmen Levine, M.D. • Harry J. Lieman, M.D. • David Lobel, M.D. • Prof. Bruno Lunenfeld, M.D. • Darius Paduch, M.D. • Steven Palter, M.D. • Andrei Rebarber, M.D. • Victor Rosenberg, MD • Zev Rosenwaks, M.D. • Eli Rybak, M.D. • Daniel Salzman, M.D. • Jonathan Schiff, M.D. • Peter Schlegel, M.D. • Geoffrey Sher, M.D. • Sherman Silber, M.D. • Michael Silverstein, M.D. • Richard Scott, Jr. M.D. • Glen L. Schattman, M.D. • Aaron Weinreb, M.D.• Zev Williams, M.D.

Support Services Advisory Board

Program Director/Mrs. Sara Barris, Ph.D.
Event Coordinator/Mrs. Miriam Fishoff

Mr. Meir Bertram	Mrs. Yettie Katz	Mrs. Ruchy Rosenfeld
Mrs. Rivky Bertram	Mrs. Shoshana Korasik	Mrs. Brany Rosen
Mrs. Joy Ehrman	Mrs. Malky Levine	Mrs. Sara Selengut
Mrs. Rivka Feit	Mrs. Miriam Lieberman	Mrs. Feige Singer
Mrs. Hindy Dahari	Mrs. Vivienne Moskowitz	Mrs. Dassy Stern
Dr. Neal Goldberg	Mrs. Chaya Ostreicher	Mrs. Rachel Tuchman
Mrs. Myriam Kalchstein	Mrs. Yendelle Roittenberg	Mrs. Rachel Welfeld

Helpline

• **Helpline Director**/Rabbi Mordechai Koenig • Mrs. Shaindy Blau •Mrs. Goldie Blum •Mrs. Reizy Eigner • Mrs. Shani Feit•Mrs. Simi Hersko •Mrs. Mindy Lowy•Mrs. Nechumie Lipson • Mrs. Elky Miller• Mrs. Shoshana Mohadeb •Mrs. Vivienne Moskowitz •Mrs. Kim Rothstein • Mrs. Faigy Schneid• Mrs. Esty Unsdorfer •Mrs. Rivky Wertzberger

Pregnancy Loss Helpline

• Mrs. Devorie Berger •Mrs. Mindy Blumenfeld •Mrs. Hindy Dahari •Mrs. Zahava Goldenberg •Mrs. Bella Hersko • Mrs. Peri Ekstein • Mrs. Rivky Rausman •Mrs. Chaya Yitty Rottenberg •Mrs. Sarah Selengut • Mrs. Leah Sprei •Mrs. Chana Rivky Weinberger

A TIME Medical Supervision (Hashgacha)

Dean/Rabbi Herschel Ausch • Director/Rabbi Mordechai Koenig
Associate Director/Rabbi Yosef Moshe Heilpern
Coordinators/Mrs. Henny Frankel/Mrs. Sury Schwartz

Shabbos Near the Hospital

Mrs. Chaya Kar/ Mrs. Vivienne Moskowitz
Mrs. Malky Grunberger • Mrs. Reizy Eigner • Mrs. Sury Friedman• Mrs. Zissy Muller

Magazine & Publications

Editor in Chief/Mrs. Devoiry Goralnik
Contributing editors/Mrs. Faigy Mozes • Mrs. Shoshana Krumbein • Mrs. Etti Rafalowitz
Managing Editor/Mrs. Mindy Lowy
Yiddish Editor/Mr. Yoel Z. Lowy
Graphic Design/Mrs. Rivky Herzog • www.ClickItDesign.com
IVF Guide Editor in Chief/ Mrs. Leah Buxbaum

HealthTrak
DISTRIBUTING, LLC
525 Route 70, Suite A5
Lakewood, NJ 08701
732.994.5552

ATIME would like to thank "Healthtrak Distributing" for being the generous sponsor of this Shaarei Tikvah magazine. We wish you much success.

Table of Contents

Editorial

Letter from the Editor 4
Mailbox 6
Timeline 8

Chizuk

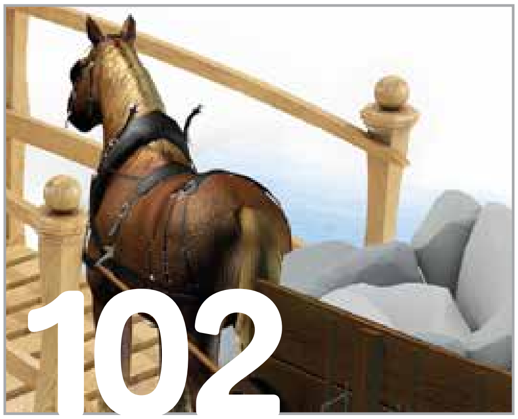
At Your Service 10
Rosh Hashana Reflections 16
19 Questions for the New Year 18
The Cry of the Shofar 20

Chizuk from Within

The Only One with Infertility 22
Just Like Me? 24
In Search of Fulfillment 26
Sharing a Journey 28
Await 31
Snippets 32
The Lessons I've Learned 35
BITTERSWEET 36
Welcome to the World of IF 38
What's in a Name? 43

Support

Waze 44
Feelings of Failure 46
10 Things That'll Test Your Sanity 48
QandA with Rabbi Shais Taub 52
5 Things I Wish I Knew 56



Medical

High-Dose Stimulation 58
Walking 59
Top10 Facts 60
Bleeding during IVF 62

Humor

The Upside of the Downside 64
I've Tried It 66
10 Little Follicles 68

Playlist

My Dearest Sister 70
V'Zakeini 71

Pregnancy Loss Support

The World We Know; The World Unseen 72
Public Property 74

Yiddish Section

80–104

A TIME was founded in memory of:
ר' ירמי' ב"ר אהרן ע"ה • ר' מרדכי ע"ה ב"ר אפרים רוזן נ"י

Dear Readers,

In so many ways, Rosh Hashana speaks to the childless woman.

The three women we remember on this day, Sarah, Rachel and Chana, were *akaros*. As we say in Shacharis, "*V'shalosh akaros shehafk'du b'zeh yom*." How fervently we pray, that we, too, and those traveling this route alongside us will be *zoche* to be remembered this Rosh Hashana.

We read "*V'Hashem Pokeid Es Sarah*" — again, an anchor for us to hold on to. The lack of hope, the *malachims'* message which seemed ludicrous, even causing Sarah to laugh — and then the miraculous birth of Yitzchok.

In the *haftarah*, we read about Chana, barren, embarrassed by Peninah and so desperate for a child. We read of her whispered *tefillos*, and how she too was miraculously helped.

And then there's a strong lesson, a practical takeaway, to learn from the Isha Hashunamis. When we wonder how we should *daven* on Rosh Hashana, and what our focus should be, her story has the answer for us. In Malachim Beis, Chapter 4, we read about this prominent woman, and Harav Shmuel Berezovsky of Slonim explains the event as follows:

It was on Rosh Hashana, as the *pasuk* says, "*Vayehi Hayom,*" when, wanting to thank the woman of Shunamis for the hospitality she showed him whenever he was in the area, the *navi* Elisha sent his servant to ask her if he could repay her kindness in some way, if he can intercede for her with the King. We see in the *pasuk*, that the woman replies: "*Besoch ami anochi yosheves* — I dwell among my people." Thus, she answered the *navi*: Rosh Hashana is not a day to *daven* for oneself; it is a day to daven for Klal Yisroel. She did not put forth a personal request, despite her yearning for a child. Despite her reply, the *navi davened* for her and blessed her with a child. The Isha Hashunamis gave birth to a boy, whom Chazal tell us was the *navi* Chabakuk. A few years down the road, the young boy fell ill and in his mother's arms, passed away. She went to find Elisha, and Elisha brought her son back to life.

So what is the lesson here?

The Nesivos Shalom of Slonim explains the event as follows.

Because of Elisha's personal *bakashos* on the woman's behalf on Rosh Hashana, the child died. (While this punishment seems harsh, the Morah Nevuchim brings that *tzaddikim* and *naviim* are judged according to their level, and the merest slight is dealt with differently. It is the only way we can understand why so severe an *onesh* was dealt for the personal *bakasha* Elisha davened for.) However, the *navi* was able to bring the child back to life in *zechus* of his mother, who did not focus on herself on Rosh Hashana, but insisted on *davening* for the *klal*.

It is brought down in *seforim* that a person's Ahavas Hashem is measured by the Ahavas Yisroel he exhibits.

And that is how we can understand the happenings.

Through her Ahavas Yisroel, the Isha Hashunamis showed her tremendous Ahavas Hashem, and that is how she was *zoche* to the miracle of a child that was brought from the brink of death back to life.

As we stand upon the threshold of a new year, let's focus on *achdus* and on *davening* for Klal Yisroel, and may our Ahavas Yisroel bring about *yeshuos* for everyone.

א גוט געבענטשט יאר,

The Editors

As heard from Reb Moshe Kizelnik

דוחות מבורכים
A TIME
BUILDING LIVES... BUILDING FAMILIES...

Meals with Heart

Brought to you by **A TIME**

When you order hashgacha, we will register you for a gourmet meal delivered to your home post-retrieval.

It's our way of saying, "We care!"
Because we **really** do.

לע"נ ר' ישעי בן ר' משה זי"ע מקערעסטיר
Available in many areas.

דוחות מבורכים
A TIME
BUILDING LIVES... BUILDING FAMILIES...

YOU DON'T HAVE TO DO THIS ALONE

Do you have questions?
Regarding your reproductive health

Do you need guidance?
Choosing a doctor or specialist

Are you confused?
or overwhelmed and in search of expert medical information

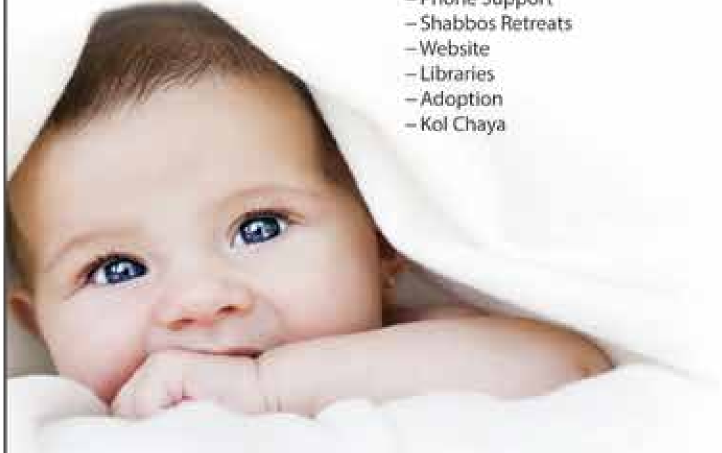
A TIME has the answers you are looking for

A TIME is the premier internationally acclaimed organization that offers its many programs and services to Jewish men, women, and couples struggling with infertility. Speak with experts that can guide you with:

Referrals | Advice | Education | Support

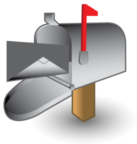
Our Services include:

- Medical Referral
- Helpline
- Insurance Advocacy
- Hashgacha/Supervision
- Private Consultations
- Pre Cancer Fertility Preservation
- Pregnancy Loss
- Shabbos Near The Hospital
- Shabbos Phlebotomy
- Meals With Heart
- Quarterly Magazine & Publications
- Educational & Inspirational Events
- Phone Support
- Shabbos Retreats
- Website
- Libraries
- Adoption
- Kol Chaya



718.437.7110
www.atime.org

Mail Box

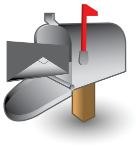


Dear A TIME,

We just wanted to share with you that we, *baruch Hashem*, gave birth to twin girls last week. There are no words to express our appreciation for all that A TIME has done for us during our journey. From the Shabbatons, A TIME forum where we got so much *chizuk* and gained so much information, to the telephone support group, helpline and magazines. A special thanks to Elky Miller who was absolutely exceptional when we were going through a hard IVF cycle. We were so lost when we were dealing with a bad case of OHSS, but Elky was the warm mother figure who made the experience so much easier to bear. Please send her our personal thanks. Simi Hersko was also an amazing support when we found out that our twins were mono/di and answered all my questions and provided much needed reassurance.

May Hashem *bentch* you with *gezunt* and *nachas*, and may you be able to assist many couples in building families.

With a hearts full of appreciation,
Family G.



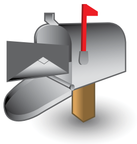
Dear A TIME,

Thank You...Thank you... Thank you... We just came back from spending Shabbos in Manhattan. I was so nervous before but I must say we had a lovely Shabbos.

The food...the hotel...the *mashgicha*. You took a very hard Shabbos and gave it real *chein*.

I hope that we will, *im yirtze Hashem*, be *matzliach*, but I will always remember the special kindness.

A Grateful A TIMER



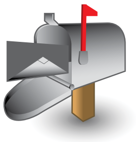
Dear A TIME,

I loved the *chizuk* letter in your HUG packet.

The biggest chizuk letters are H U G. Not another word had to said.

But in the A TIME style, you said more and I really appreciate the perspective you gave me during this very difficult time.

Thank you.
A.S.



Dear A TIME,

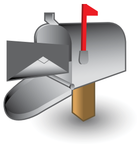
We have just gone through our second, very hard miscarriage. I mentioned it to Mrs. Feldbrand, who emailed you, and before I knew it I was opening a box full of care and concern for another Yid.

Miscarrying right before Shavuos was very, very hard, especially since I was supposed to have guests and had to tell them that it wasn't happening...

Your package was *davar b'ito ma tov*! It helped me just cry and cry and cry it out — and not feel alone. You made me feel that you care about what I'm going through and I felt your arm around me saying "Hashem loves you" — even through all the fears and concerns of the unknown...

May Hashem repay you with *doros yesharim umevorachim*.

Thank you,
M.G.

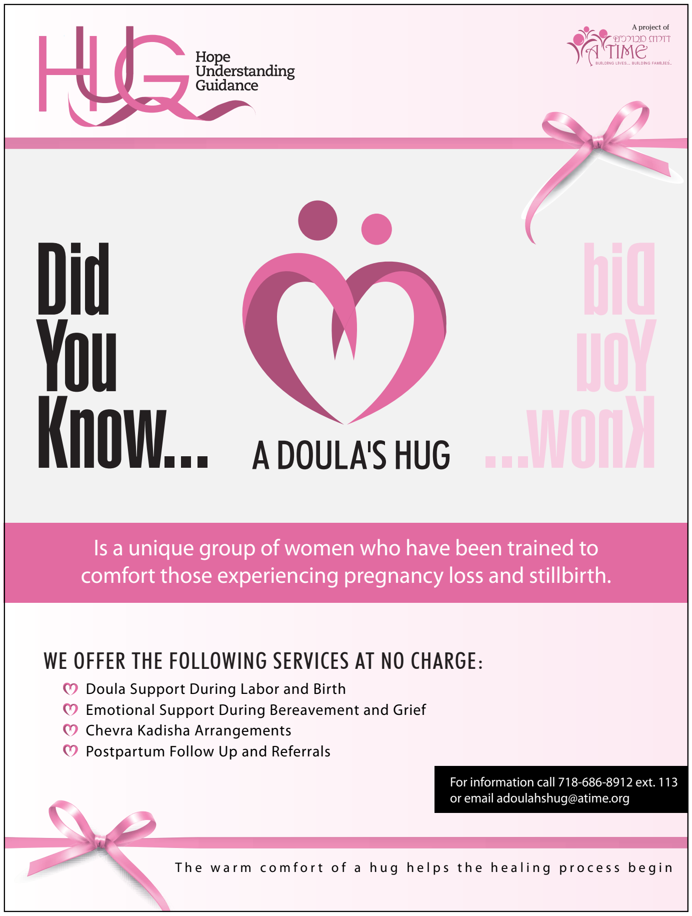


Dear A TIME,

I would like to share our good news, *baruch Hashem*, and to thank you for your part in this.

Without A TIME guiding us throughout the whole ordeal, helping us smooth out the bumps, we don't know how we would have managed. Your organization is made up of the most special people and we want to give back, *im yirtze Hashem*, in any way we can. We really feel like family now. Thanks again for everything.

I.B.



T·I·M·E·L·I·N·E

Rosh Hashana is a reminder of a new year, a new beginning.

As we stand before the King of kings once more this Rosh Hashana we hope and pray that this year will be different, that this will be the year of yeshuos, and it really could be.

Every new years brings with it new *mazal*, new hope, a new chance.

The word year — *shana* — has the same root as the word *shinui* — change.

Know that things could change; this can be the year.

A new year is also a good time to work on a change in outlook and perspective. It doesn't have to be big or drastic to make a tremendous "*shinui*" in your life.

The Haftorah read on Rosh Hashana is the journey of Chana Haniveah. She was on the exact journey you are on. Chana teaches us the power of our tefillos and the power we have to bring about change.

As you hear the *haftorah* on Rosh Hashana, know that Chana's journey is shared on one the holiest days for a very poignant reason.

There is so much to learn from her.

There are so many lessons that we learned from this *nisayon*.

Anyone experiencing infertility can tell you.

People are learning from you as well. Trust me, you are admired and revered for your bravery by your friends and family, Hashem — and of course — your A TIME family.

Read and reread this magazine to get the message of caring. There is so much understanding and thought in each word.

Know you are not alone.

Please know how much we care and will do whatever we can to bring a *shinui* into your lives.

Reach out to us, anytime.

May all you *tefillos* be answered and may only share *bisuros tovos*.

Brany Rosen
Director of Member Services

Turning Patients into Parents

Ronald O. Perelman and Claudia Cohen

Center for Reproductive Medicine

of Weill Cornell Medicine

For more information visit **IVF.org** or call (646) 962-2764.

Six conveniently located offices:

Upper East Side	1305 York Avenue at 70th Street
Upper East Side	215 East 68th Street
West Side	2315 Broadway at 84th Street
Tribeca	40 Worth Street
Long Island	1300 Franklin Avenue, Garden City
Westchester	657 Main Street, Mount Kisco

Director: Zev Rosenwaks, M.D.

Owen Davis, M.D.
Ina Cholst, M.D.
Pak Chung, M.D.
Rony T. Elias, M.D.
Dan Goldschlag, M.D.
Hey-Joo Kang, M.D.
Isaac Kligman, M.D.
Alexis Melnick, M.D.
Samantha M. Pfeifer, MD
David E. Reichman, M.D.
Glenn Schattman, M.D.
Steven Spandorfer, M.D.

IVF.org

Weill Cornell Medicine

NewYork-Presbyterian
Weill Cornell Medical Center

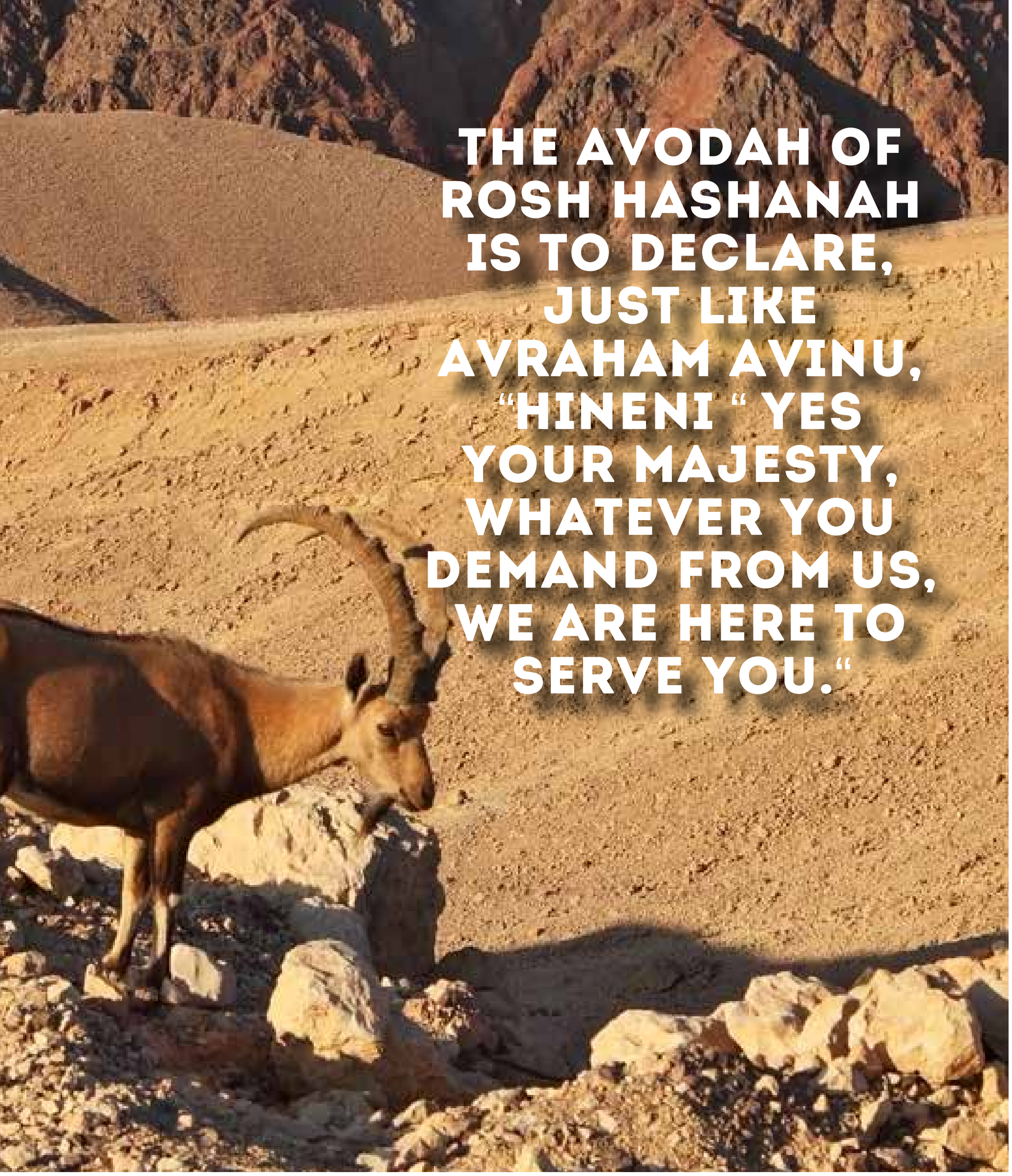
AT YOUR SERVICE

SEASONAL THOUGHTS

There was no information. They did not know where they were going, the length of the journey nor what would happen to them when they would eventually arrive at their destination. The conditions were appalling. The hunger, thirst and fear of those brutally stuffed onto crammed cattle-cars were part of the unspeakable tortures. Many did not survive the journey. Locked in the unbearable stench of these overcrowded, dark, airless wagons, life and death traveled together toward an unknown destination. Those who survived the journey thought they had already endured the worst horrors, but that was before the freight trains stopped at concentration camps, where prisoners were subjected to the most unimaginable atrocities. In dehumanizing conditions, even those who survived were reduced to skin and bones, and robbed of family, dignity and identity.

As a sadistic Nazi ruthlessly

By: Y. Roitenbarg



tattooed the number B7768 onto one Jew's arm, he made a decision, that defeated the Germans and their cruel intent. He looked down at the freshly tattooed number and decided there and then, that he alone would determine what this number would signify. The letter B he decided stood for *bracha*, the first two digits indicated *mazal* which has the numerical value of 77, and the final numbers represented life, as 68 is the numerical value of *chaim*. Armed with this number, he was fortified with strength. Despite the barbaric acts of the cruel Nazis, this man miraculously survived the war, went on to build a family, and revenged the Nazis by naming his children, Bracha, Mazal and Chaim.

In those torturous war years, millions were asked to sacrifice their lives *al kiddush Hashem*, but this man and others witnessed the worst terrors and were chosen to live. However much faith and resolve it must have taken to declare *Shema Yisrael*, as they were mercilessly shoved into gas chambers, perhaps it took an even greater tenacity to survive, live and rebuild from the ashes.

Mostly, we are not asked to sacrifice our lives, but we are expected to make sacrifices, take detours, relinquish hopes and forgo our own personal desires, so as to live in accordance to *ratzon Hashem*. From where have we derived the inherent strength to live our lives this way?

If we look into a Rosh Hashanah *machzor*, we see that *Akeidas Yitzchak* is a central theme of the *Yom Hadin*. Throughout our *tefillos* we beg Hashem to recall *Akeidas Yitzchak* עוד יזכור לנו, אהבת איתן, אדוננו, ובבן הנעקד ישבית מדיננו. *Akeidas* Yitzchak is a focal point of the *zichronos* in *musaf*. On the second day of Rosh Hashanah the *krias haTorah* is the moving account of Avraham being asked to offer up his beloved son on *Har Hamoriah*. The shrill blast of the *shofar* beckons us to repent and arouses Hashem's compassion. The *shofar* which is a ram's horn symbolizes the ram that was offered up instead of Yitzchak. We hope the piercing sounds that penetrate our souls also pierce the Heavens and evoke Hashem's mercy. After spending the day immersed in *teshuvah* and *tefillah* we recite *tashlich*. Standing at the water's edge we recall how on the way to the *Akeidah*, Avraham and Yitzchak were obstructed by deep water, but even that did not deter them from continuing on their way, to carry out Hashem's command. The month of Tishrei is the seventh month from Nissan and in the *Torah* it is called חודש השביעי. The word שביעי alludes to the word שבועה — an oath, because especially during the month of Tishrei, Hashem recalls what he promised to Avraham after he offered up a ram, instead of Yitzchak who had been bound on the *mizbeach*.

ויאמר בי נשבעתי נאם ד' כי יען אשר עשית את הדבר הזה ולא חשכת את בנך את יחידך. כי ברך אברכך

והרבה ארבה את זרעך ככוכבי השמים וכחול אשר על שפת הים.........

When Hashem came to Avraham Avinu with this final test, the *pasuk* says; ויאמר אליו אברהם ויאמר הִנֵּנִי. Even before Avraham knew what Hashem wanted from him, he responded, “I am here. Hashem, whatever You ask from me, הִנֵּנִי, I am at Your service.”

Then Hashem commanded him; קח נא את בנך את יחידך אשר אהבת..........והעלהו שם לעולה. He was instructed to offer up his beloved, only son whom he had *davened* and waited for through endless pain-filled years. Streaming in tears, yet exuberantly, with total acceptance and unquestioning faith, Avraham fulfilled this command; ויקם וילך אל המקום אשר אמר לו האלוקים.

As they headed towards *Har Hamoriah*, twice the *pasuk* tells us וילכו שניהם יחדיו they both went together. There are numerous reasons given for this repetition. One of the many explanations offered is that once it refers to the father and son who both went in complete harmony; one to bring the offering and the other to be the sacrifice. The second time it expresses their complete and absolute acceptance in carrying out *ratzon Hashem*. Both Avraham and Yitzchak were completely at peace, willing and agreeable. וילכו שניהם, they both went along, יחדיו together with Hashem, willing to relinquish their own desires in order to perform *ratzon Hashem*.

This *nisayon* is primarily ascribed as Avraham’s trial, although it was Yitzchak who agreed to offer his life. Yitzchak was prepared to give his life *le’shem Shamayim*, but Avraham was willing to offer up all his hopes and dreams. He was ready to bear the infinitely harder burden of subsequently continuing on, living in the aftermath with total acceptance and *Ahavas Hashem*. This tenth most difficult test was the ultimate in קבלת עול מלכות שמים. With this act, Avraham Avinu implanted in all his descendants, the ability and strength to die *al kiddush Hashem*. However, these traits that were embedded in the very essence of our souls have given our nation, not only the ability, determination and resolve to sacrifice lives. The identical characteristics, so deeply ingrained into our very beings, have also given us the courage and persistence to stand strong in the face of adversity. Each of us innately possesses the courage required to withstand personal struggles and to live life in accordance to *ratzon Hashem*. The *avodah* of Rosh Hashanah is to declare, just like Avraham Avinu, “*Hineni* – Yes Your Majesty, whatever You demand from us, we are here to serve You.”

We ask for life and beg Hashem to grant us our innermost desires. Simultaneously, we proclaim Hashem as King, and thereby are מקבל עול מלכות שמים, which means no matter what life thrusts at us, we wholeheartedly accept לעשות רצונו בלבב שלם.

An incredible story, I heard told over in the name of Rav Moshe Tuvia

CERTAINLY, THEY WOULD HAVE BOTH PREFERRED TO SERVE HASHEM BY DAVENING, LEARNING GEMARA AND TEACHING TORAH, BUT IT WAS NOT WHAT HASHEM WANTED FROM THEM AT THE TIME. THEY RECOGNIZED THAT TRUE LOVE OF HASHEM IS DOING WHAT HE WANTS, WHEREVER IT IS, IN WHATEVER SITUATION HE PUTS US.

Lieff, powerfully depicts the message of being totally submitted to *ratzon Hashem*.

Reb Chaim Stein who was the *Rosh Yeshiva* of Telzh in Cleveland was already a *Maggid Shiur* and tremendous *Talmid Chacham* before the war. He survived the war years in Siberia, where he was assigned to chopping trees, day after day, month after month, in the extreme subzero temperatures. Although all his family — parents and siblings — were killed in the war, he used to say he has one remaining brother, Rav Mordechai Zuckerman the *Rav* of Givat Shaul in Yerushalayim. Born in Kelm before the war, they had been childhood friends and both were *talmidim* of the Chafetz Chaim.

Reb Chaim was deep-thinking, a paragon of *Torah* and *hasmodah* and became the *Rosh Yeshiva* of Telzh in America. Rav Mordechai set his life according to what he had seen and learned from the Chofetz Chaim, and lived in Eretz Yisrael in absolute simplicity. The two had completely different lives and lifestyles, extremely different mindsets and methods of *Avodas Hashem*, but Reb Chaim regarded Rav Zuckerman as his one remaining brother.

The brotherly connection was to such a great degree that when Rav Mordechai Zuckerman was *niftar* Reb Chaim announced in *Yeshiva* that he never sat *shivah* for his parents or siblings who lost their lives in the war, but he should really sit *shivah* for Rav Zuckerman who was like a brother to him. The only reason he felt he was exempt from sitting *shivah* was because of the great ביטול

AS DESCENDANTS OF AVRAHAM AVINU WE HAVE INHERITED THE ABILITY AND DETERMINATION TO READILY MAKE A DETOUR, ADJUST FROM OUR ORIGINAL HOPES AND RELINQUISH OUR PERSONAL DREAMS SO AS TO ACCEPT RATZON HASHEM.

תלמוד תורה ברבים it would cause.

Someone approached Reb Chaim and asked him, "What is it that makes Rav Mordechai almost like your brother? Your lives parted years ago, you had entirely different lifestyles and ways of serving Hashem."

Reb Chaim responded, "During the war I spent over five years in Siberia chopping down trees. Chopping trees, every single day; Shabbos, Yom Tov, Rosh Hashanah, Yom Kippur. During that time I couldn't *daven*, learn, nor fulfill *mitzvos*."

He then explained how after the Holocaust he heard people speaking about the war years. One felt he had lost five years of his life due to the war. Another lamented that he had lost two years of his life in hiding and running away. Someone else bemoaned the four years of life lost in concentration camps.

Reb Chaim claimed, he never understood this attitude, stating, "I didn't lose any years of my life. I never chose to chop wood for five and a half years, but Hashem put me in Siberia, in a position where I had to chop wood so as to remain alive. If Hashem put me there, in those years, in those circumstances, then that was where He wanted me to be. I didn't lose those years. Chopping wood in Siberia was *ratzon Hashem*; precisely how Hashem wanted me to spend those years of my life."

Reb Chaim continued, "I never admitted this to anyone, for they would have viewed me as insane. Then once when I was in Eretz Yisrael

I visited my beloved friend from the past, Rav Mordechai Zuckerman, and I asked him where he was during the war years and how he survived. He told me, at first he was hiding in forests outside Kovno, but when Nazi soldiers found him they sent him to a death camp, where he had the unfortunate job of collecting and disposing of corpses of *Yidden*. I asked him how he felt about this, and although the circumstances he had endured were so painfully horrendous, he told me he was able to feel good about it, because if this was the situation Hashem had put him in, then even while burdened with such heartrending atrocities, he knew he was performing *ratzon Hashem*."

This similarity in their outlook that no doubt stemmed from their similar origins and earliest education, kept alive the spark of brotherly love between them.

Certainly, they would have both preferred to serve Hashem by *davening*, learning *gemara* and teaching *Torah*. They wanted to hear *shofar* on Rosh Hashanah, fast on Yom Kippur, shake *arba minim* on Sukkos, and eat *matzos* on Pesach. They would have chosen to keep Shabbos, make *kiddush*, tell *divrei Torah* and sing *zemiros* around a table with their families, but it was not what Hashem wanted from them at the time. They recognized that true love of Hashem is doing what He wants, wherever it is, in whatever situation He puts us.

Throughout Jewish History, *Yidden* have displayed indomitable spirit, singing *Shema Yisrael* at death's door, even in the most horrific of circumstances. While it is true that a *Yid* dies with the words *Shema Yisrael* on his lips, we are also a nation who lovingly and devotedly lives with *kabolas ol malchus shamayim* and the words of *Shema Yisrael* beating in our hearts. A Yid's most meaningful moments in life are punctuated with Shema. One such occasion is at the end of *Neilah*, at the climax of Yom Kippur. When we come to the close of *Aseres Yemei Teshuvah*, after having repeatedly begged Hashem to grant us life, we scream out *Shema Yisrael*, acknowledging Hashem's complete sovereignty. At this spiritual zenith, we affirm that just as we would be willing to sacrifice our lives with *Shema Yisrael* on our lips, so we are equally ready to faithfully live with *mesirus nefesh*, and the words of *Shema Yisrael* reverberating in our hearts.

One of the early commentaries (the Avudraham) has a fascinating insight into the words of *Shema Yisrael*. He explores the letters of the word *Shema* – שמע illustrating how they allude to the fundamentals of *kabolas ol malchus shamayim*. He says the letters of the word שמע are an acronym for

שאו מרום עיניכם – lift your eyes and direct your heart heavenward.

Recognize that it is Hashem שקי מלך עליון Who created this entire magnificent universe.

We should do this throughout the day at שחרית מנחה ערבית and by constantly and continually doing so we are confirming our acceptance of עול מלכות שמים.

In each of these terms the first letters spell the word שמע. In the first three instances the letters of the

JUST AS WE FERVENTLY PLEAD FOR LIFE SO WE MUST AS PASSIONATELY LIVE LIFE. WHEN WE HAPPILY AND COURAGEOUSLY ACCEPT THE LIFE HASHEM DESTINES FOR US, WE ARE LIVING AL KIDDUSH HASHEM.

word שמע are in the correct order, whereas in the words עול מלכות שמים, though the initial letters form the word שמע, they are not positioned in the right order. Often life is thrust with obstacles and challenges, and does not transpire according to our hopes and dreams. True and absolute *Kabolas ol malchus shamayim* is to accept *ratzon Hashem*, not only when things are smooth and in order, but even and especially during difficult times when we cannot comprehend Hashem's masterplan. As descendants of Avraham Avinu we have inherited the ability and determination to readily make a detour, adjust from our original hopes and relinquish our personal dreams so as to accept *ratzon Hashem*.

This very profound message is one we can carry with us into *Yom Tov* too. We step out of the *Yamim Noraim* straight into Sukkos; the *Yom Tov* of *Zman Simchoseinu*. True ecstasy is not dependent on whether life is smooth or going according to our plans. In *Halel* we sing;

יַסֹּר יִסְּרַנִּי קָּהּ וְלַמָּוֶת לֹא נְתָנָנִי — Hashem has chastised me but He did not let me die. Life is fraught with challenges, everyone without exception experiences hardships, but the tribulations need not crush us. Worse than death, is what dies inside of us while we are still alive. לֹא אָמוּת כִּי אֶחְיֶה וַאֲסַפֵּר מַעֲשֵׂי קָהּ. Just as we fervently plead for life so we must as passionately live life. When we happily and courageously accept the life Hashem destines for us, we are living *al kiddush Hashem*.

Sukkos is also named *Chag Ha'osif* for it is observed in early fall, when the produce is gathered in from the fields. Grateful for everything Hashem grants us, we gather in all we have been given; our manifold *brachos* as well as our life-altering *nisyonos*. We also muster and gather up all of our strength, and no matter what life demands from us, וַאֲסַפֵּר מַעֲשֵׂי קָהּ, we sing praise and relate the wondrous deeds of Hashem.

During the first half of Tishrei we pour out our hearts in prayer and repentance, and Hashem collects our copious tears. During the second half of Tishrei we joyously sit in a *Sukkah*, thrilled to be sheltered and enveloped in Hashem's protective embrace. Tishrei is a mixture of tears and joy, conflicting emotions, similar to the feelings of Avraham Avinu as he made his way to *Har Hamoriah*. Sitting in the unpretentious *sukkah*, our circumstances might be stifling, humbling and so opposed to anything we ever envisaged for ourselves, but just like Avraham Avinu, despite our deep pain, we rejoice, happy to fulfill *ratzon Hashem*. We understand that just as the *sukkah* is a temporary abode, so our circumstances and lives are also transitory, and our purpose is to be subservient to Hashem's command.

Every day of Sukkos we welcome guests, the *Ushpizin*. The first day Avraham Avinu comes to join us and the second day Yitzchak Avinu joins us in the *sukkah*. Sitting in their company, learning from their example, displaying the invincible strength they instilled into us, we can ask them to intercede on our behalf. In the month of Tishrei, when Hashem remembers His promise to Avraham Avinu, we call out with a mixture of tears and joy, hopeful that in the merit of the *Akeidah*, our heartfelt *tefillos* will evoke Hashem's compassion;

וּכְמוֹ שֶׁכָּבַשׁ אַבְרָהָם אָבִינוּ אֶת
רַחֲמָיו לַעֲשׂוֹת רְצוֹנְךָ בְּלֵבָב שָׁלֵם,

כֵּן יִכְבְּשׁוּ רַחֲמֶיךָ אֶת כַּעַסְךָ מֵעָלֵינוּ,
וְיָגֹלּוּ רַחֲמֶיךָ עַל מִדּוֹתֶיךָ, וְתִתְנַהֵג עִמָּנוּ
ד' אֱלֹקֵינוּ בְּמִדַּת הַחֶסֶד וּבְמִדַּת
הָרַחֲמִים..............

וּתְבַטֵּל מֵעָלֵינוּ כָּל גְּזֵירוֹת קָשׁוֹת
וְרָעוֹת וְתִגְזוֹר עָלֵינוּ גְּזֵירוֹת טוֹבוֹת
כְּרוֹב רַחֲמֶיךָ. ●

Rosh Hashana Reflections

By: Shevy Levine

We came in with a plan,
Optimistic and smug,
We had it planned to a T,
We knew what would work —
For sure it was this!
It would be over finally…

But we came out with nothing,
Aside from confusion,
Sadness, worry and despair,
And whatever we aimed for,
Just upped and out,
That was all we gained in there.

Instead of making progress,
We were pushed back
To square one,
We thought we found hope,
We thought we'd succeed,
Sorrowfully, we did none.

Now standing empty,
We knock on Your door,
Hoping to glimpse just a peek,
It's not a solution,
A baby or cure,
It's simply You that we seek.

And though it feels lonely,
In truth every year,
It's something we all go through,
Whether in pain we know it,
Or we pretend and ignore,
We all turn with nothing to You.

We all start off empty,
There are no guarantees,
There's no one who has less or more,
It's starting anew, we're all equal now,
No one can know what You have in store.

Does it hurt? Yes, it does,
It feels vulnerable too,
But isn't that what it's about?
Rosh Hashana we come,
Empty-handed, and so,
There's nothing left but to cry out.

I may realize it more,
You may realize it less,
But our situations are no different you see,
We're in the same spot, with just one place to turn,
We both have only He.

Hashem, at this time,
When the world starts afresh,
And all the *brachos* are renewed,
Grant us the strength and all that we need,
To keep drawing closer to You.

Zeh Hashem kivinu lo,
May all our emptiness be filled,
Let us go from nothing, to having it all,
May all our tears be stilled! ●

Bulletin Board

Great News!

You can receive **text reminders & announcements** of all upcoming events by sending a text message with the words "follow atimeevents" to the number 40404. Alternately, you can follow us on Twitter at atimeevents

Need to be near your center for Shabbos?
for assistance call
Chaya: 718-258-5002
or **Vivienne** : 917-783-9514

Volunteer

Become a part of the ATIME Family

- ✓ Help our very best office staff
- ✓ Distribute Labor Tehillim Packets to doctors' offices
- ✓ Deliver magazines to doctors' offices
- ✓ Coordinate fundraisers in different neighborhoods
- ✓ Help with our annual Chinese Auction

Email admin@atime.org

A Time Support Groups

Join our phone support groups from the comfort and privacy of your home!

Phone Support Groups on the following topics:

- ✓ Primary Infertility
- ✓ Secondary Infertility
- ✓ Unsuccessful IVF
- ✓ Pregnancy Loss Support
- ✓ Male Factor Infertility
- ✓ Men's Support Group
- ✓ Mothers of Couples Experiencing Infertility

Email admin@atime.org or events@atime.org or call 718-686-8912 for the info

Services

Labor Tehillim Program Our labor tehillim program is set to roll. Our beautiful brochure along with a list of names of couples to daven for while in labor is soon to be in the local ob/gyn's offices.To list your name please email **admin@atime.org or call 718-686-8912**

Please call to remove your names when bezras hashem you no longer need this service.

Misc

Collection Kits are available at the g'maches in Monsey and Boro Park

Affordable Drugs
Fertility drugs at reduced Prices Tel: 718-972-5750 Fax: 718-972-7288

Doros Interest-Free Loans Please call Mr. Schwartz at 718-633-5455

Need to have your blood drawn on Shabbos & delivered to your center?
Call Chaya 718-258-5002
or Vivienne 917-783-9514 for assistance

Meals

Be welcomed home after an exhausting day of procedures with a gourmet meal to warm your body and heart.

You will be registered for this service when ordering hashgacha. Available in many areas.

לע"נ ר' ישעי' בן ר' משה ז"ל ע' מקערעקטער

Inspiration!

Information! Chizuk! Find it all 24 hours a day whenever you need it by calling

Kol Chaya:
718-298-2646
(Yiddish or English)

Car Rides

Rides to and from your center from **Williamsburg** and back call Chesed **718-218-9000**

Rides to and from your Manhattan center from **Boro Park** and back call Chesed **718-431-0111**

Rides to and from your Manhattan center **Lakewood** and back call Lakewood Bikur Cholim **732-905-3020** Ext. 117

Darchei Chesed of **Monsey 845-425-4070**

By: Rabbi Alexander Seinfeld

19 QUESTIONS for the New Year

One effective way to move your life forward is to ask yourself existential life questions. The traditional time to do this is around the time of Rosh Hashana.

Don't try to answer all the questions at once. Take some time and meditate on each question for at least five minutes.

When you feel satisfied that you have a concrete, workable answer, move onto the next question. You will want to spread this out over a number of sessions.

Later, go back and refine your answers. Then, work out an action plan for achieving your goals.

You may want to have this list with you at the *shofar* blowing, a time of special inspiration and insight.

(1) When do I most feel that my life is meaningful?

(2) What are my three most significant achievements in the past year?

(3) What are my biggest mistakes in the past year?

(4) What project or goal, if left undone, will I most regret a year from now?

(5) If I knew I couldn't fail, what would I undertake to accomplish in life?

(6) What are my three major goals in life? What practical steps can I take in the next two months toward these goals?

(7) What is the most important decision I need to make this year?

(8) What important decision did I avoid making last year?

(9) What endeavor gives me the strongest feeling of self-respect?

(10) What kind of person do I want to be one year from now?

(11) What kind of person do I want to be five years from now?

(12) Over the last year, did my most important relationships become closer and deeper, or was there a sense of stagnation and drifting?

(13) What can I do to nurture those relationships this year?

(14) In what areas of my life am I hiding from God?

(15) What is one step I can commit to that will bring me closer to God?

(16) If I could change only one thing about myself, what would it be?

(17) Are there any ideals I would be willing to die for?

(18) If I could live my life over, what would I change?

(19) What do I want written on my tombstone? And how do I begin living that way now? ●

Reprinted with permission from Aish.com
Adapted from "Rosh Hashana/Yom Kippur Survival Kit" by Rabbi Shimon Apisdorf

The Cry of the SHOFAR

By: Sherri Mandell

Rosh Hashana seems like a holiday of tears. In the Torah reading, Hagar cries because Yishmael is left defenseless in the desert — never mind that she walks away from the boy so she won't have to watch him die. In the Haftorah, Chana cries to be blessed with a baby while Penina mocks her for being childless. There is Sarah's happiness at giving birth to Yitzchok after years of endless waiting, but there is also the *Akeida*, the binding of Isaac. We know that Sarah is waiting in the wings, ready to expire just from hearing that he might have been killed. Again in the Haftorah, Rachel cries for her children. And then there is the *shofar* itself. Its sound is linguistically sourced in Sisera's mother's cries when her son didn't return from war. *Yom Truah*, the day is called in the Torah, the day of groaning or wailing; not Rosh Hashana, the beginning of the year.

In that wordless cry there is power.

The *shofar* itself is a sequence of cries. It was sounded when the Torah was given. A *midrash* tells us that the people's souls flew out of them. The experience of receiving the Torah was an experience of terror: a trembling, a shaking, a fire. *Shofar* has a burning sound of urgency and fear. In fact the Hebrew word for burning (*srifa*) is close to the word for *shofar*. Yet the *shofar* is also sounded as a cry for war. In that wordless cry there is power.

The *shofar* tells us that inside of all of us there is a place of darkness, of shock, of tears. But the *shofar* also reminds us of the word *shipur*, to improve, to get better. The *shofar* is supposed to remind us of the fact that Yitzchak was spared, that a ram was offered instead of a man. That is the purpose of the tears, of the wordless cry. Not to surrender to despair. To be shocked, not into complacency but into elevation, into making our lives an offering — not by dying but by living and loving Hashem.

It's not surprising that the sages tell us that the *shofar* will be blown at the end of days and to announce the resurrection of the dead. It is a

From the narrow opening of the shofar, comes the wide expanse of relief.

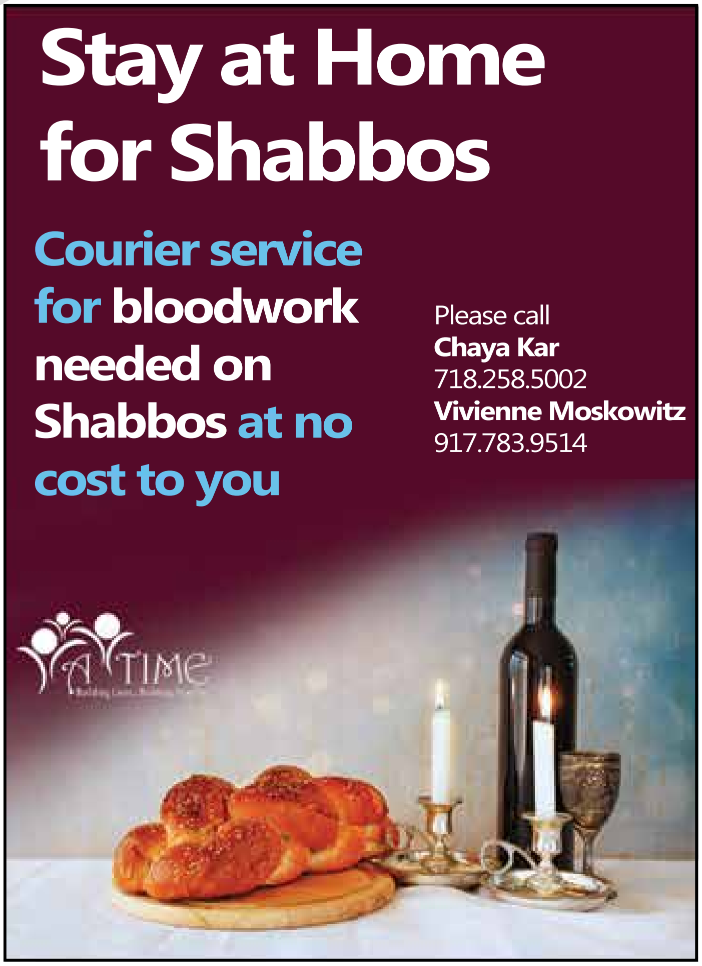
link from Avraham Avinu to the giving of the Torah, and ultimately, to Yemos HaMoshiach. It forms an aural chain through history, and a wake-up call, as the Jews are supposed to be a wake-up call. Wake up and see Hashem's majesty in the world.

So the *shofar* is made of an animal's horn. Take Hashem's creation — the animal, and the human, together. And take the voice — the breath that Hashem blew into man — and make it manifest. Take what is invisible and bring it to life. Let Hashem's voice speak in the *shofar*. Take that which is tied to the realm of animal and nature, and make it holy.

But the first step is the wordless cry. The Baal Shem Tov said: "The master key is the broken heart. When a man truthfully breaks his heart before Hashem, he can enter into all the gates of the apartments of the King above all Kings, the Holy One, Blessed be He" (Ohr Yesharim). That cry is the broken heart. That is the cry of all of the mothers and mothers-to-be mentioned in the Torah and Haftorah readings on Rosh Hashana: Chana, Rachel, Sarah and Hagar.

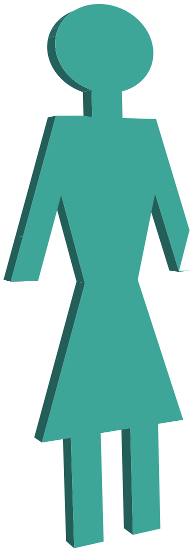
But the point is not the broken heart. The point is the redemption. The *shofar* is the voice of a greater truth. From the narrow opening of the *shofar*, comes the wide expanse of relief. Rachel's children will return to her borders. The mother's primal wrenching cry will be met with Hashem's compassion. Our hope is that Hashem will also cry for us, His children, that He will have mercy on us, and see us as a mother sees her child, perfect despite all of our faults. ●

Reprinted with permission from Aish.com



The only one with infertility

I don’t know the barriers they had to break through or the mountains they had to climb to reach the place they are currently at.



Everyone else has a cart full, a carriage filled and a booth overflowing with tiny little humans they call their own.

Sometimes I feel like I am the only one.

The only one who has this longing. This heartache. This void. This struggle. This inability.

I walk through the aisles of the grocery store, look around in the street, or simply sit down in a restaurant for dinner and it seems obvious, right? Everyone else has a cart full, a carriage filled, and a booth overflowing with tiny little humans they call their own. And I can't help but take notice of them and then immediately feel as though I am the only one.

The only one with empty arms...

And a bedroom that should be a nursery...

The only one who can't join in on the conversations of motherhood...

Or have the argument with my husband on who changes the diaper or picks up the toys.

Or who has bags underneath my eyes from late night tears instead of 3:00 a.m. newborn feedings.

But one day my heart was opened to see something more. Something different. Because I realized I wasn't the only one.

I was sitting on the beach for a much-needed vacation, surrounded by numerous picture perfect families. I couldn't help but feel like I was the only one struggling to have babies. But as I sat there pondering the unfairness of it all, while allowing myself the space to grieve and feel the bitterness, the truth sunk in: ***1 in 8 suffer from infertility.***

And so the momma next to me who was chasing her two-year old? Her child could have been conceived after a fourth and last desperate attempt via IVF. And the family of five building sand castles and laughing until their bellies hurt could have built their family through adoption. Or the couple to my right could have been given their little miracle through some other means of ART. I just didn't know. ***My perception might not always be their reality.*** Just ask the lady who was sitting next to me whom I soon discovered was also childless, yet hopeful. She didn't know that the cutie patootie that kept running up to me yelling, *"Mommy! Did you see that?"* was my foster princess who may or may not be with me next year. And so the perception she had of me? I am still desperately wishing and hoping that that perception would soon become a reality.

The one lesson I continue to learn while on this journey is that we don't know another person's story or the struggles they are currently facing. I don't know the barriers they had to break through or the mountains they had to climb to reach the place they are currently at. And so I can't be so quick to compare and judge, or so swift to believe the lie that I am the only one hurting and the only one left out. Because the fact is I am 1 in 8. The lady sitting beside is 1 in 8. And many of the families surrounding me? They could also be 1 in 8. ●

Reprinted from a blog by waitingforbabybird/ Elisha

By: Sarah Schoen

JUST LIKE ME?

Another morning at my fertility center. Big yawn. I look around, bored. What an endless wait today. The waiting room is full - there must be 100 people sitting here - and there is not a single person I can share a smile with. I hold onto my coffee for dear life, sipping its life-giving drops. I look around the room, trying not to stare, yet what else is there to do other than observe the goings-on in a room so full yet so silent?

Far off at the other side of the room I see another *frum* woman chatting with her husband. Good for her. At least she has with whom to speak. Within my line of vision, there are another two women with covered hair, but neither looks particularly social or in the mood for company.

I resume my non-stare around the room, check my emails once more. I have quite a few to reply to, but I'd do without the explaining why I'm up and about at this unearthly hour. I contemplate *davening*, but I don't want to attract more attention than I already am, being from the select few covered from head to toe in the entire room on this July morning. Finally, someone sits down across me, brushing her *shaitel* self-consciously as she finds her seat. I offer her a smile, but she's studiously studying her phone, refusing to meet my gaze.

Okay, understandable. Not everyone wants to be seen here.

I'm not staring, really, but I can't help but notice that she's holding a shopping bag from Foodex. A fellow Lakewooder, a *landsman*.

It's only the beginning of my cycle. Maybe, I hope, she'll thaw over time and I'll actually get to know her. Maybe we can even travel together.

"Elizabeth White." The nurse calls out.

"Karen Martinez."

"Suzanne Young."

Woman by woman gets up, collects her bag, relieved at her luck at being called so early in the game. There are two things I don't understand about those truly wonderful nurses. The first that perplexes me and even vexes me is the center protocol to announce each patient's full name. What about the woman across me who's seemingly trying to hide her very existence? Isn't it a major breach of privacy?

The second question that annoys me is the loud inquiry: "Would you like to use the restroom before your ultrasound?" Is this kindergarten class?

Okay, understandable. Not everyone wants to be seen here.

But I'm so immune to it by now, it's from the very small breaches of privacy I've been treated to on my journey in this world of infertility.

I debate if I should pick up a magazine. In all my time there, I've never once saw anyone read the stuff piled on each of the many coffee tables dotting the room. I wonder if they even bother updating them, and I'm not ready to classify myself as archaic by actually helping myself to a physical magazine with real paper.

"Rachel Brandwein."

I look up at this name. To my surprise, the reticent woman across me gets up. I stare after her. Rochie Brandwein? Here at early morning monitoring? What are the odds of meeting someone I speak to so often?

As an occupational therapist working for the therapy agency that I'm a secretary at, I'm in touch with a Rochie Brandwein on a biweekly basis. She reporting the hours she worked, and I issuing and mailing her check.

Wow, unreal, if only I can introduce myself! To bridge the gap between her and me, and yes, to travel together when our schedules coincide.

I eye her as she returns, pulling her sleeve down as she emerges through the door (do we all really do that?), but her eyes are still not meeting mine as she takes her seat to resume waiting.

Well, she doesn't know what I know.

I'm obsessed with Rochie that day at work. I Google her name. Check out her Linkedin profile, hoping she has a picture of herself somewhere, but no, she doesn't seem to be from the people who enjoy sharing their life on the World Wide Web for stalkers like me to have what to look at.

When I see an email from her, my heart is in my throat and for a second I consider throwing something her way, but that idea is quickly discarded in favor of waiting it out for the right opportunity.

Maybe tomorrow, when — if — we meet again, I'll get her to actually talk to me, and channel the conversation to our jobs.

On the following day, Rochie is no more friendly than the day before, studiously ignoring my overtures. This time, I'm called in before her, but the announcement of my name doesn't seem to blip on her radar.

I guess not everyone is a yenta like me.

Two weeks later, I get the most delightful email. It's from Rochie, saying that she has relocated and being that her mail is not yet set up, can she come by to pick up her checks?

"Sure," I tell her. "Looking forward to finally meet you!"

I'm jumpy every time someone walks in, and I greet a lot of people on a given day. *Where is she already?* I wonder.

"Hi," I absentmindedly greet a woman wheeling a twin carriage with a toddler and a baby, two more youngsters hanging on to either side. "How can I help you?"

"No Chany, please don't pull Shloimy's hair!

"Sorry about that," she smiles apologetically, helplessly gesturing at the gaggle of kids surrounding her. "My name is Rochie Brandwein. I came to pick up my check."

Seems there's more than one Rachel Brandwein in Lakewood. ●

**Names and revealing details have been changed to protect the dignity of the involved party who was proven wrong.*

IN SEARCH OF FULFILLMENT

EMPTINESS.

That's what I feel. And it's a feeling so strong and tight that it squeezes big drops out of my eyes. So profound, that it seems there exists nothing capable of filling its gaping hole. I try to think of something, *anything*, to fill that void, that searing emptiness…

I used to be such a happy person, many would even add "go lucky." What happened that I can't seem to find anything to fill my heart with joy? What is it that has changed? Why am I constantly finding myself searching for ways to occupy my brain, or any empty second I've got? At what point did leisure time begin to haunt me? When I think back to how life was, I sigh. For what *is*, contrasts starkly with what *was*.

IT'S A SIGH THAT COMPELS ME TO APOLOGIZE.

My job. My job was a source of satisfaction. I would think of each student and how I can reach out to help her realize her potential. I loved to brainstorm for the most effective and interesting way to get my lesson across.

But when my headspace is overrun by dreams and ballooning yearning, this enthusiasm chokes. I no longer feel the thrill and excitement upon entering my classroom. That's meant for those young, enthusiastic, idealistic freshies just starting out with the belief that they will change the world. I have been there done that. Next! I no longer feel able to care for others' children, now I want my own! My job has lost its life.

MY FOUNTAINS HAVE RUN DRY, LEAKED THROUGH MY EYES.

Yomim Tovim. Yes! How I loved each and every one of them. Toughest question was which one I loved most. I loved them all. I relished everything about them. Getting together and spending time with the large extended family was the highlight. Now, as I enter my grandparents' house, teeming with children as it is, my grandfather sighs. It's a heavy sigh bearing all his love and concern for me. It's a sigh that compels me to apologize. I feel awful burdening so many relatives and friends with my pain. I feel responsible to assuage their pain for me and so I make that extra effort to portray a perfect image of happiness, comfort and easy confidence. No, *yom tov* is not easy, to say the least. And definitely no longer what I look forward to.

Parties and gatherings. I was the life of it. Actually, without me there just weren't any! Lately I've been realizing that all people care to talk about is the importance of playgroup and how one could go insane with the little ones home all day… and Sunday is barely survivable with no Sunday school… Why can't anyone ever think or talk about something with substance? About growth, or perhaps a nice lecture they heard? So for the upcoming gathering, I'll choose my divorced or single friends to accompany me or I'll consider finding my place at the children's table.

Where shall I turn for nourishment, contentment, comfort?

Hashem, I feel weak. I don't have the strength to battle the emptiness and fill it from within. My fountains have run dry, leaked through my eyes, and the sunshine cannot penetrate the stinging eyes I don't want to open. I want you to grant me fulfillment, gift my heart with abundance. And please, Hashem, give me a child. •

SHARING A JOURNEY

By: Idy

I arrive to *shul* just as the *chazan* begins. I don't have to look at the seating chart to know where to go; the same seat's been mine for several years now. My *machzor* tucked under my arm, and my back straight, I'm off to the side section, which I privately dubbed the "musical chair section." Each year I find myself surrounded by a new group of young, fresh-eyed newly married women, their custom *shaitels* perfectly curled and coifed. They don't stay for more than one Rosh Hashana. Sometimes, rarely, they're there for a second one, but no more. And then there is a permanent fixture, right at the center of the young hub: I, the newlywed of some six years ago, consistently showing up, right on time, to *daven* for the new year.

It's hard to hope. It's hard to find the strength to beg that Hashem let this year be different. It's a struggle to work through the junk and the clutter and the preconceived notions and beliefs that have taken hostage of my mind, and harp on the newness of a new year, a new chance. Because really, I know that this is what it is. מחדש בטובו בכל יום תמיד מעשה בראשית. There's newness every single day, and every Rosh Hashana is a new chance, untainted, untethered to anything that was.

I start to *daven*, trying to evoke emotions, trying to stir the depths of my heart and to bring up the desperation, the tears that can hit me at random times, but I find myself unmoving. Stoic.

The chairs around me fill up. Soon, finally, the *tefillah* gathers momentum. Cries are heard, sighs, and finally my heart stirs. I get lost in the words, in the beautiful strings of sentences that express my desires when I don't know how to ask, when I don't know where to start.

I have so much good in my life, and I want all that. And with it all, I want more.

It's after Shemoneh Esrei when I notice the *machzor* at my left. I stare. It doesn't look like the latest, out-of-the-box style. There's something to it that shows that it's been used. I surreptitiously glance at its owner, and realize that although she seems to be new to the *shul*, she is probably not a newlywed. She looks young and fresh, but there's something which I can't place my finger on that speaks of more life experience.

Probably someone who moved to the neighborhood who managed to sneak in a Shacharis with a younger sibling manning the force at home. I shrug and focus within once again.

Chairs scrape the floor and the crowd disperses for the break between *tefillos*. The homemakers are rushing home to warm up the food. Young mothers are making their way out to relieve their babysitters. I stay in my seat, not rushing anywhere in particular, content to spend the day in the saturated atmosphere of the *shul*. And to be honest, I am not in the mood of walking down the streets, observing all the young ones dressed in their finery while I clutch my *machzor* and walk alone. My neighbor on my left stays too.

Hmm, no babysitter then.

Stop,
I tell myself.
There can be 100 reasons why she's not a newlywed (if indeed that's the case) and why she has the liberty of sitting in shul now. Don't assume that everyone is in your situation. But something tugs at my heart as I hesitantly look over at her once again. Something tells me she's a kindred spirit.

My newly engaged sister-in-law is sitting in the row behind me with her friends.

The atmosphere is relaxed. Some make *kiddush* and help themselves to the cake offered. Some spend the time catching up on Tehillim, and some chat quietly.

"Hey, you're ring is gorgeous," my sister-in-law's friend remarks behind me. Soon there is an array of diamond rings on display as each one gets dissected.

"Wow, yours is so classy." I tell my neighbor at the left. Her Tiffany setting doesn't give as much as a clue as to when it was purchased.

"I knew I wanted something that'll stay classic, too," I tell her as I offer my hand to her. "Six years later, and it's still looking current."

"And mine is five years old." She tells me with a little wink.

We share a look. I've found a fellow IFer. Right here in *shul*, when for years, I was sure I was the sole *nebach* of the *shteeble*.

Over the course of the day we share a few surreptitious snippets, but soon the day is over and we didn't really connect. But my *tefillos*, she's in each of them. When there's someone so physically close desperate for what I am, it rattles me and gives my *tefillos* so much more intensity.

What brings her here, and will I finally have someone in my unique stage in *shul* to share the awkward moments with? All I know about her is the name on her *machzor*.

On Shemini Atzeres, I walk to *shul* with anticipation, looking forward to the company while one of our husbands (who else?) takes on the honor of *chason kol haneorim*.

She's not there. She doesn't show up on Simchos Torah either.

After *yom tov*, I ask my husband if he has an idea who they are. He knows her husband vaguely, and can probably track down her number for me. I think of connecting, of striking up a friendship, of inviting her to join my group of friends, but I'm too hesitant, too shy to reach out.

As the weeks go by I think about her from time to time, still wondering if I should take the plunge, but then life gets busy and I forget about her.

We're knee-deep in meds and cycling once again and our calendar is booked solid. We travel and try to juggle work and *simchos*, together with the ups and down and heart-stopping moments, and this time, much to our disbelief and happiness, it finally pays off. The cycle works.

IT S A STRUGGLE TO WORK THROUGH THE JUNK AND THE CLUTTER THAT HAVE TAKEN HOSTAGE OF MY MIND

My Rosh Hashana friend is still on my mind over the next few months. I feel sorry for the potential friendship that never happened, the years when I could've known her, but at this point, we're no longer on the same route.

I hope that things by her will also turn for the better, and she's on my mind, and in my *tefillos*.

After so much trial and error, so many disappointments, so much waiting, I'm at the other side of the bridge. I'm being wheeled into my hospital room with a baby in my arm.

Passing the door, I check my roommate's name, not that I expect to recognize it, and my mouth literally falls open.

It's a coincidence. It must be. There are plenty people with that name!

And then I hear her talking on the phone, and I haven't a doubt that it's her, my almost-friend.

It's a few hours later when I knock in. She looks at me and we both start talking at once.

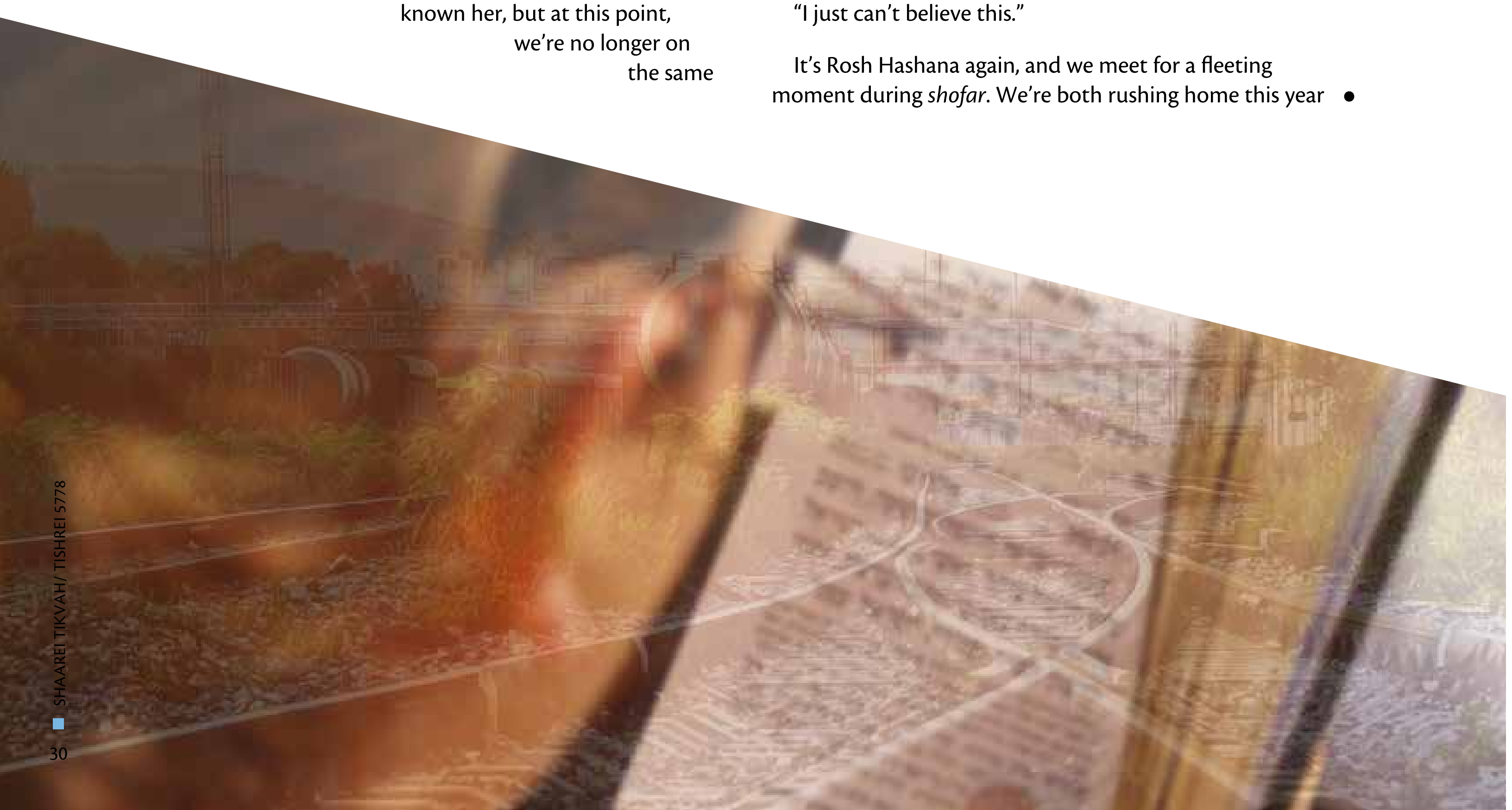
"I so wanted to call you…"

"But later I couldn't…"

"I was *davening* for you!"

"I just can't believe this."

It's Rosh Hashana again, and we meet for a fleeting moment during *shofar*. We're both rushing home this year •



Await

By: Avigail West

You spared
me little sleep
last night,
dear.

This phase
too, will pass
they tell
my fear.

With ears
not for them
I nod,
but do I hear?

My tired eyes,
steaming?
I blink
to clear.

The few weeks
that have passed
please,
no repeat

For despite
setbacks
there must be
no defeat.

Love,
like nourishment
enough, for all
my limbs to pump

Aches
when contained
in my
cardio-lump.

The tenderness
in the crook of my
arms
I caress

Both
boyish blue
and girly pink
in gauzy dress

The child I await.

Snippets-Snippets-Snippets

Selections from INFERTILITY DIARIES

When was I *zoche* to get my nickname?

I wish I knew when it was that I started getting those stares and the creepy feeling that people were talking behind my back — and most of all, when I got that nickname.

Was it when they heard I was planning my upcoming anniversary? Or was it when my younger brother got married? Was it when I paled and stuttered because my great-aunt from overseas asked me where my *bubala* is? When it was, I don't know, but this is the name I've been given. My name is no more what I was named at my Kiddush; nor is it the name my family and friends fondly called me ever since. My new name is DHABY (Doesn't Have A Baby Yet)!

Why was I specifically chosen to wear such a name? It doesn't suit me at all. It doesn't match my nature or personality in any way — NO IT DOESN'T! I'M JUST A REGULAR PERSON WITH A REGULAR NAME!

Why can't I just wear my normal name, get one of those cutesy ones that my friends have. Let me at least be knows as HAC (Has A Child). My friends all carry this name or carried it before graduating to HAT (Has Already Two).

Oh, how I *daven* and cry and yearn and beg and hope and do ANYTHING in my control (although it sometimes is truly difficult) to earn the title IP (Is Pregnant) and then after nine months finally, finally, earn the title HAC. And my dreams just go on as I envision my name still changing to HAT and then to HATH (Has Already Three) and then HAF (Has Already Four) and then HAFI (Has Already Five) and then HAS (Has Already Six) and then HASE (Has Already Seven) and then HAE (Has Already Eight) and then HAN (Has Already Nine) and then HATEN (Has Already Ten) etc. etc. etc. אמן! אמן! אמן!

C.R. Unger

Its' either Gushers or a baby!

I don't have Gushers. And it is making me cry. Yes, I am literally tearing. I want Gushers. I need them to make the back of my tongue tingle at the tangy smell. I need them to stick to my teeth. My husband is looking at me, with eyes that say, "Are you kidding? You're crying because I forgot to buy Gushers???"

I'm mortified by my reaction, but why did he forget those Gushers? I wanted them. I waited. I love them. I need them. And I need them now. But he is looking forlorn and very much confused. I want to explain that I was really waiting for this sticky treat — especially after such a long, hard, unfulfilling day — and now that he came home empty-handed, I only want to cry.

My torrent of tears is for lost dreams of much larger scale. It's the small, insignificant things that are catalyst to the exposure of my deeply hidden emotions. So I finally turn my embarrassingly wet face to him and blurt, "Well, if I don't have Gushers, I should at least have a baby, or… if I don't have a baby, could I at least enjoy some Gushers…?" And now I see comprehension bloom. It is so clear and logical. Such elegant and sensible rationale. But of course, it's either Gushers or a baby.

N.W.

Just Eggs

18:14

I'm so sad.

They were only eggs.

Thank goodness they weren't yet anything more than that.

It was no *mitzvah* and no *segula* — just *tzaar baalei chaim* and a mess.

I'm confused and lonely, and I don't know if I did right and quite what Hashem wants from me.

02:00

The hours mock me and I mock the hours.

This morning, at 7, the builders came. That is precisely why I slept over at Ma. I woke up in good timing. Shani was getting up and dressed and a laziness from my school days overcame me. Funny to think that I should have grown unaccustomed to those stolen moments of delight post-waking, pre-rising. I could have lain that way for bliss.

I had time to *daven*.

I weighed myself this morning. I was suspicious of further weight loss. Not for nothing, it seems. I'm down to 101 pounds. That is not normal from what I know. I wanted to tell Professor S. about it, but the secretary never returned my called.

I will mail the office tomorrow to say that I have done/sent in all the results of the tests he ordered and am awaiting further instructions.

I plodded to work, weighed down by my many belongings and stayed out of the house until 3:30. DH verified for me long distance that the builders would be gone by then.

I ate some and read some and relaxed some. (Rested some...)

I kept on having to chase away that pigeon outside my window — but it persisted, coming back to cold, wet eggs (I won't spell how that happened — I feel too wicked).

Eventually, part because I wanted to be rid of it for once and for all and part because Shani and Chaya's talk got to my head (they discussed *segulos* yesterday), I decided to take the eggs.

It was a delicate and challenging task. I covered the dustpan with a bag and held up the grill cover of the window box. Much as I tried, I couldn't lift the eggs. I did, though, manage to get them into the shoebox cover I'd thrown down to cover the nest (that too had not worked as a deterrent). I then started the attempts to lift the whole cover. It was always weighted at the wrong end, with the eggs rolling to wherever they were least helpful. After much struggle I managed to get the lid with the eggs onto the dustpan with the bag. I lifted it gently, with one hand holding up the heavy safety bars out of the way, and the other clutching the dust-pan. I suddenly realized that the eggs would roll to the other end of the cover and tip it off the not-fully-supportive pan.

It all went at once, the eggs, the lid, the bars and an anguished cry — all in a clutter and mess of destruction.

I was so pained and confused. Hurt. I put the cover — dirty with eggs crushed by the metal bars and misshapen by the impact — into the garbage. I undressed the pan and sought my *siddur* and my corner. I cried. Harder than I understood. More confused and pained than I could explain to myself.

Sad. No *mitzvah* and no *segula* — just *tzaar baalei chaim* and a mess. What did I do? Hashem, please dispel the confusion and loneliness, and tell me: What it is You want of me at this moment?

Chaya Pumpkin

Just for Two

I go shopping — just for two.
I do laundry — just for two.
I cook and bake — just for two.
I prepare portions — just for two.
I set the table — just for two.
I wash dishes — just for two.
I plan trips — just for two.
I plan activities — just for two.
I make beds — just for two.
I light candles — just for two.
Oh, Hashem, let it be three already!

C.R. Unger

Our Anniversary

It's not a celebration of:
Vitamins popped
Meds swallowed
Shots injected
Days counted
Appointments attended
Tests and ultrasounds took
Months gone by with no news

It's a celebration of:
Joy
Growth
Bonding
Togetherness
Juggling challenges
Overcoming struggles
Closeness to Hashem
Love

In life it doesn't matter when you get there; it matters how you get there!

C.R. Unger

Dancing in the rain
I have so much sun,
Yet now my tears fall like rain.
It's raining down my cheeks,
Softening my vulnerable ache
It's so sunny out there
Right now it's rainy
Storms coming down my face
Pure, soft face.

Cleaning up after a storm is never easy
Rocking a lullaby to soothe its hole
While the valley of tears seem an endless flow
The sun is there, rubbing the alcohol on its wounds until it does glow.

To dance in the rain,
Is never easy
The ground below needs it to help nourish its surface,
If it will never rain, it will be a dry, wilted place.

Dance in the rain, my child,
Build walls around its fortress
So the ground below with be a moist surface for beautiful trees and flowers
Food to keep us sustained for hours
Cry, my child, that is how you dance in the rain!!

My sore, sore soul needs tender love and care
Its Gardener is up there
I'm right here,
It hurts, it hurts so badly with despair
I start all over to rub the wounds
To cry
To dance in the rain
This time a bit stronger!!

B.W.

FEAR can be read two ways
Forget Everything And Run or
Face Everything And Rise

By: Tziporah Yehudi

THE LESSON'S I'VE LEARNED

I never *really* understood what "**Not everything is the way it seems**" means.
I never *really* understood that "**The grass is greener on the other side**" is misleading.
I never *really* understood what "**You never know what you can do, until you do**" means.
I never *really* understood how "**Challenges make you grow.**"
I never *really* understood what "**an aching heart**" is.
But again, I never *really* understood what "**infertility**" is, either.

Once I got intimately acquainted with *infertility*, she taught me, hands-on, what each of these adages represent.

» As I was thrust under my new title, I realized that not everything is the way it seems. Do my co-workers and other people around me recognize the storm raging within me? Behind my smile and sunny disposition, can they see the struggle to make sense of and accept my diagnosis and course of treatment?

» The grass is greener on the other side, only before you actually cross to the other side. People hide behind facades of nonchalance, and nobody is getting away with this *galus* scot-free. We each have our challenges and just because it may not always be obvious, it doesn't mean that it doesn't exist. I had that epiphany while dancing at a wedding, all dressed up and schmoozing away while thinking — nay, obsessing — about the dreaded agenda that awaited me when I'd get home… I realized that many people in the hall are probably doing the same…

» Cycling and doing many things that seemed (almost) impossible or extremely difficult at first has unveiled to me the gift of resilience that we humans are blessed with. Before we actually experience something, it may seem impossible, yet all of a sudden, we find that we actually got used to it and it's not as "insurmountable" anymore.

» As I was walking home from work, reflecting on the all-too-boring routine that has dragged on for a tad too long, I realized with a start that this must be the "aching heart" that I read about. This feeling of pulling and tugging emptiness, and wistful wishing, but knowing that it's beyond our control and Hashem will send salvation as soon as the time is right, not a minute later.

I guess infertility does make you wiser, stronger, better and less judgmental of others.

But Hashem, now that I know and have been faced with many tests on the material...can it be time to graduate?

I'll try to remember the lessons, and act on them — not only for the tests, but for life. ●

NOBODY IS GETTING AWAY WITH THIS GALUS SCOT-FREE.

BITTERSWEET

By: Mindy

The room was bathed in darkness. I lay prone on the exam table, eyes closed in supplication. *"Hashem, I am ready to accept whatever you have in store,"* I whispered.

The doctor's impassive face glowed from the reflected light of the screen. As he contemplated the image before him, the world seemed to stand still. Without skipping a beat, he announced joyfully, "Look what G-d has in store for you — two heartbeats!"

I floated out of the doctor's office. Twins! My mind raced ahead, picturing pinks and blues and double strollers. After nearly five years of infertility, many failed cycles, an early miscarriage, and numerous complications at the start of the pregnancy, it seemed too good to be true.

Two weeks later I returned to the infertility specialist for my final appointment before graduating to obstetrical care. I held my breath as once again, the doctor peered at the ultrasound screen. This time his face looked deflated. "I have good news and bad news."

Uh-oh.

“The bad news is that one heartbeat is gone. The good news is that we still have one heartbeat.”

Okay. I could live with that. Downgrading from twins to a singleton was a disappointment and a loss, but hopefully there would still be a happy ending. My *tefillos* intensified. I continued on the rocky road through additional complications.

A month later, the roller coaster of hope and fear came to an abrupt halt. It was not to be. Not twins, not even one child. I went from ecstatic-yet-terrified expectant mother back to the *nebach*, childless woman who was experiencing her (second-and-)third pregnancy loss. I ached with loss.

I felt numb and confused. It was brutal, this ride: hope, loss, hope, loss. I went through the full gamut of grief: disbelief, guilt, anger, depression. Acceptance would come later, but in the meantime I needed to express my grief. I turned to my friends at A TIME, and the words of wisdom and condolence came pouring in. I found that talking about it was therapeutic. Cathartic. I tried to claw my way from the bottomless pit of despair to some muddled plateau of nothingness. People meant well, but clichés and platitudes about suffering and atonement weren’t doing it for me. My high school friends sent over a huge bouquet of flowers. The flowers were a riot of yellow and red and white and they were beautiful. But flowers are meant for *simchos*. Blooms of life and joy are no consolation prize, I thought bitterly as I shoved them into a vase. Every time I looked at the flowers on the dining room table — sent with so much love and care — I had to wipe away the tears.

Shortly before Shabbos another condolence gift arrived — a platter of assorted chocolates. The sender was Devory, a friend I had met through A TIME. Ironically, Devory was expecting. We had been making excited plans together. Except for my immediate family, she was the only person with whom I had shared the secret. There was a weightiness attached to her gift. The unanswered question of where our friendship stood now. Genuine empathy and compassion of *I cannot even begin to imagine how you feel.*

Flowers were nice, phone calls and words of encouragement were even nicer, but somehow, the chocolates hit the mark. They were a reminder that life could still be sweet and pleasurable. It seemed to symbolize the friendship that Devory and I had: uncomplicated, trusting, supportive. A place I could get lost in without judgment; a chance to block out the outside world and allow myself to wallow in whatever emotion I was feeling at the moment.

I removed the plastic lid and lifted the first sweet, rich square of creamy truffle goodness to my lips, letting the sadness melt away, for the moment. I still had a long bumpy journey and many miles to go until my story had its happy ending. But right there, right then, nothing mattered.

I had chocolate. •

Reprinted with permission of Mishpacha Magazine
© Mishpacha Magazine Inc. All rights reserved.

A TIME
Building Lives...Building Families

Israel:
Phone:052-718-7188
E-Mail: israel@atime.org

A TIME
Building Lives...Building Families

Florida:
Phone: 305-260-6377
E-mail: florida@atime.org

Welcome to the world of IF

Some people hear drum rolls as they step over the threshold. Some never see the line they crossed, while others stand for a long time wringing their hands before they could bring themselves to raise their foot and step inside.

A TIMERs share how and when they were introduced to the world of infertility.

MUGGY DAY

I was married for about 15 months when we first took the courage to make a phone call regarding the, ahem, 15 months that had passed since our wedding date. I was right before my 21st birthday and my husband was a bit older, nearing his 23rd. Sadly enough it wasn't such a shock for me because I'm not the first one in my family to be dealing with IF. So as a girl, I always put in an extra *tefilla* I shouldn't have to come to this; but I guess *Hashem* wanted otherwise....

What prompted that phone call was that I had just gotten my period that day and I was so mad and upset, that I decided to do something about it.

The day of our first RE appointment was muggy, if I remember well, and oh, were we nervous. The doctor was amazingly nice and after our homecoming I went out and bought a beautiful brunch and we "celebrated" at home; I felt that was a very big turnaround in our life. Our relationship became so much closer and more intimate since then; it's amazing what a *nisayon* can do to a person! I wouldn't ask for this in a million years, but sometimes the side effects are much appreciated.

I want to take this opportunity to "publicly" thank all my amazing, understanding, "anonymous" ATIME friends....for being there for me all the time.

WELCOME

HOW LONG ARE YOU MARRIED?

I always had that feeling that having children will not be easy for me (I know people think I'm nuts by saying that, but that's me ;-)). I was married one and a half years when I went to the RE for just a check-up and he asked me just as a by-the-way, how long I'm married. So I'm on the IF journey since then...

We didn't pin down our DX right then and there, but I was and still am positive and believe that Hashem created this *nisayon* for me and He gave me the tools to handle it. It's been many years since that first appointment but I'm glad I started to look into my case back then .

THE SICK FEELING

We realized we were dealing with IF issue a year or so after getting married — when my mother-in-law advised my husband that I should go to the doctor. Geeee — thanks MIL, and what about MF, does that not exist? That totally burst our *shanah rishonah* bubble. Our second anniversary saw me on the operating table having emergency surgery on Shabbos to remove a massive (BH non-cancerous) tumor. I woke up on Motzei Shabbos minus one ovary and one tube. The year that followed was filled with recovery; physical and psychological, and just getting over the shock. There was no denying that we would have fertility issues. My levels of guilt also increased— even though, of course, I knew that that made no sense. Clearly I hadn't brought this on myself and played no part in it happening!

Roll on six more years and DH was diagnosed with cancer — to add insult to injury, a male cancer. If our IF troubles were not bad already, they just got a zillion times worse. Over time, our excitement over DH's successful treatment was definitely marred by the huge cloud hanging over us. It felt so unfair — cured from cancer but with an everlasting impact. The crazy thing was that despite our hugely worsened IF situation, my guilt feelings were so much less ;-) Somehow we were in this together.

I remember clearly sitting in the oncologist's office and how he said that it was going to be really difficult to have a baby.... that sick feeling of realization. Cancer is huge enough, and to have severe IF thrown at you, for good measure... they were tough times. At that moment, we obviously didn't care about the IF situation, we just cared for DH's life and health. But as time went on and thankfully DH recovered, realization of the price his cancer cost dawned on us more and more. It's been a journey of discovery and growth.

So you ask when we first found out about our IF, well, we kind of found out in different stages — thankfully, I guess.

LIKE MOTHER LIKE, DAUGHTER?

I got married young — at 18 — and somehow wasn't expecting to get pregnant right away as I had irregular cycles in addition to my mother not having had a baby right away. I was not worried, but after about a year and a half of marriage my mother made me go see a GYN because "If there's a minor problem, why wait?" I wasn't in a rush but was fine with going, until she referred me to the fertility unit and I thought: no way — I don't belong there!!! Eventually when we were married about 2.5 years, we went to see another doctor who picked up we were dealing with MF too and that was the real biggy. We came out of the doctor's office and were naturally quite shocked. I turned to DH and said, "Don't worry, We're in this together!" I could see him relax (a little).

From there it's been a long journey that hasn't yet ended....

Funnily enough, as a teenager I always had a soft spot for women who were PIF and remember thinking of my cousin who was married about 8-9 months and wasn't visibly pregnant, if she's starting to worry yet....

ONE *PEACEFUL* FRIDAY NIGHT

I found out when I was 12...single obviously. My mom told me one Friday night once my Dad had gone to *daven* and we were on our own at home.

My immediate reaction? Maybe I will be lucky enough to be one of the 1% of girls with my diagnosis who will get pregnant naturally…

WORKDAYS

I Had irregular periods so kinda always knew.... We were married for a little over two years when we went to an RE and were told I have PCOS. About three years later we realized we were dealing with male factor as well. It was during an IUI cycle and I was at work when the nurse called.

FF was not surprising, my doctor was great and really put us at ease. Immediate reaction with MF was shock, but at the same time we were not really so surprised. We were very, very overwhelmed and didn't know where to turn, but looking back I really think we took everything pretty well! We took one day at a time and eventually someone told us to reach out to Rav Unger. He helped us in so so many ways! We would not be at this point of our journey if not for him!!

SERIOUSLY

I was 20 years old and married for a little under two years. It wasn't in a sudden moment, just a niggling feeling and a slow realization that things weren't quite right. I think the moment that it "hit me" was when the doctors stopped shrugging us off, and actually started to take our concerns seriously. That was like "Hey, you're supposed to tell us not to worry! You mean that now we actually should?!" That was a little scary. And then each time our diagnosis went "up a notch" we had to reprocess all the emotions again.

I cried, but was also excited to be finally doing something concrete. At the same time, I knew that I was totally unaware of where we were heading and how this would end, and that scared me. The feeling of being "different" was very strong, and although we weren't married that long I right away began seeing myself in a category separate from my friends.

MILLION DOLLARS

So, I don't know when exactly I "found out"... I was married for just about 10 months when I started wondering why I wasn't pregnant yet... My husband wasn't desperate for a baby like I was; he said we're not even thinking about anything before a year, but I bought an ovulation kit and tracked myself for two months, both of which I ovulated in and didn't get pregnant. Some more time past, my memory is a bit hazy there, but when we were married about a year and a half my mother mentioned that we might want to see a doctor. We got an appointment by a local OB, who promptly prescribed clomid. My husband called Rabbi Rosen (he knows him... besides A TIME) from the doctor's office, who said that we shouldn't take anything, instead we should contact Rabbi Koenig and he'll guide us further. I would have taken the clomid and called Rabbi Koenig after, but insurance didn't cover the clomid and it cost $18, and I figured that we can save that money by going to Rabbi Koenig. (This part makes me laugh... I saved $18 on clomid!!!)

Anyway, Rabbi Koenig sent us to a GYN who did blood work on me, and when everything came back good she wanted to do a SA. My husband knew that there is something problematic with that, so he called Rabbi Rosen again, and he sent us to do a PCT. The PCT came back negative (nothing was found) but I wasn't worried because we were told that it doesn't mean anything. Next we were sent to Dr. Levine (RE) who diagnosed me with PCOS and put me on a cycle of letrozole — monitored. We another PCT which again showed nothing. So we got the heter to do an SA.

I was 22, and so was my husband. We were married for almost two years by then. I was at work, in the office when I got the phone call from Dr. Levine. It was him on the phone, not a secretary, so I got nervous... I got up from my desk and out of the room, I went to the hallway next to the bathroom. He told me that they got the results back from the SA and unfortunately, there were less than a million sperm. He said that our next step would be IVF. I was in shock; I asked him why we can't do IUI first, and he explained that our numbers were too low. I asked a few more questions, and got my answers. I don't remember the details. Then I went back into my office, picked up my bag, shut my computer and popped my head into my boss's office to tell him that something came up and I have to leave right away. I called a car service and went outside to wait for it. From the car, I called my husband to come home NOW. I got home, and threw myself on my bed and let it all come out. I cried and cried... my husband came

home sometime in the middle — he asked me lots of questions, and "Are you sure?" but I don't think he cried...

I was so scared... but ultimately, what else was there to do but dust ourselves off and push on?

Obviously, my story continues, but that was our introduction to the world of infertility.

BOOM

We were married for one year when my husband mentioned an infertility organization that his neighbor had started in Israel. I didn't think we had a reason to call. Although my periods weren't regular, I still had them and went to mikvah, so what could be wrong? I didn't know any other way. Upon my husband's persistence, we gave the organization a call. He had said that he heard about them a lot on the radio when he was a child. We were clueless and didn't even think of our situation as infertility. All we wanted was to get pregnant and have children like everyone else (an innate desire in itself — not JUST because everyone else was pregnant). For us, infertility was something from stories. We spoke with the organization who told us they will send us an email with doctor information and that a first visit would cost $350-400. We couldn't believe it. We were young! I was 19, my husband 23 and we were sure insurance would cover.. so why shell out $400 which we really didn't have? We had no idea about A TIME or other such organizations. That phone call came and went. Half a year passed and we hadn't looked into doctors. Then one day I was at a class and the lady giving it over mentioned she had all kinds of numbers if anyone needed so I approached her at the end of the class and requested a number of someone who can lead us in the right direction. I had totally forgotten about our interaction with the mentioned organization. The number she gave us was again, the same organization I had already called. But this time it was the director and she was amazing and told us where to go. I will never forget that day.. February 24, 2014..We went in for our consult and Boom! Entry to a new world. Infertility was an actual thing that happens to people, not only from inspiring stories we grew up with. We could not believe that we couldn't get a guarantee that Clomid would work on the first try.. We figured, "Ok, we got some pills to take — big deal"...But that little deal WAS a big deal… Hormonally crazy deal — but a tease... several years and many, many treatments and more diagnoses later, we are still waiting for our child/ren to show up.. BH for the existence of IVF and advanced IF treatments. If only there were cures for all... Today we are no longer that naive couple who barely know the definition to IF. We ARE dealing with infertility and use our experience to help others when we can.

The booms and the blurred and the big, big leaps — any way you take it, stepping into the world of IF is stepping into the world of IF. A world with unique, often excruciating, challenges. A world that teaches you well how to release the reins of life and pushes you again and again and again to heighten your *emunah* in the Holy One above. A world that introduces you to wonderful agents and tremendous *chesed*. A world that practices, if sometimes painfully, hope! •

What's in a Name?

By: Dina Licht

There's enough in our journey that we have no control over.

There's nothing I can do to make my body respond to medication. No studying, no frantic memorization will make test results any better than they are. No convincing, no pleading will make an embryo do what I want it to do.

I can read every self-help book out there, but it will not make people around me understand me any better.

The comments will come. The awkward moments are beyond my control. How others interpret my overtures, or even smile, is not related to my efforts in any way.

My hormones, forget it, I have no control there.

But there are some aspects, limited as they are, which I can work on changing, and as such I hereby protest.

You see, I was living my daily IFer life when the realization hit me. Who exactly was it that dubbed us IFers? I'd like to meet the person who decided on the cute nickname of IF for this journey and give them a piece of my mind.

If you think about it... IF has a negative connotation. Almost indicating IF I will have a baby. IF we get past this struggle. IF there is any hope for success. It's a morale killer!!

I have some better ideas...

Let's rename it TIL. I'm *davening* TIL I have a baby. I'm waiting TIL the *simcha*. We're holding onto hope TIL it happens.

Or how about TY. Hashem, TY for my husband. TY for my wonderful doctors. TY for the treatment options available today.

IN. We're IN this together. It's a reminder to be INclusive of all regardless of age and stage. I'm IN this club of wonderful women.

Yepp, all those options definitely sound better than IF. So, whaddaya say? Can we start a revolution and abolish the IF title?●

waze to Enhance to Our Journey

לע"נ רעכיל בת אליעזר זאב ע"ה

Question:

I feel like I've been davening for so long, and I still haven't been answered in the way I hoped I would. I'm at a point where I'm having a hard time picking up my siddur. With the Yamim Noraim approaching, I would like some ideas on how to change my perspective.

Dina:

Specifically with Rosh Hashanah, we are reaffirming Hakadosh Boruch Hu as our King; it isn't really about personal requests. A kingdom consists of many positions, advisors and servants. We, of course, can request what role we'd like to serve in, but ultimately it's not in our control. What is in our control is what we do with the role that we receive.

Leah:

I wish I knew why some of us are still waiting for so many years. Your question brings to mind something I read from Rav Schwab *zt"l* in Rav Schwab on Prayer. In Shemone Esrei, we say: ריקם אל תשיבנו. We hope Hashem answers our *tefillah* in the affirmative and gives us what we ask of Him, but sometimes He says "no" to our request. We therefore ask Hakadosh Boruch Hu with these words that if the answer to our *tefillah* is "no," then at least, "do not send us away empty-handed," with a feeling of total rejection. We ask Hashem to fill our hearts with *emunah* and *bitachon* and give us the feeling that our *tefillos* were heard.

Moderated by Sarah Klein

Faigy:

Mr. Schorr asked Mr. Green if he should invest with Mr. Cohen. "No", said Mr. Green, "I stand next to Mr. Cohen by *davening* and he *davens* a very long and emotional Shemone Esrei; he must be going through hard times!"

Sarah:

Everyone has shared such rich food for thought. As Faigy said, *tefillah* isn't an ATM machine. Of course, there's place for requests and Hashem is the only One we can turn to, but it's so much more than that. We want to have a close and personal relationship with Hakodosh Boruch Hu and *tefillah* is the means with which we can achieve it. Any relationship needs constant interaction to keep it close and strong. Hashem in his kindness gave us *tefillah* as a tool. Most of us can relate to that good friend from school that we were so close with and now we're just so busy that we never get to talk. By having set times each day for *tefillah*, we can ensure that our relationship with Hakodosh Boruch Hu doesn't stagnate. Like Dina said, on Rosh Hashanah, we are reaffirming Hakadosh Boruch Hu as our King. Envision an anniversary party for your parents. While you have a connection all year, this is a momentous occasion. It's a time of togetherness and focusing on the positive. It doesn't mean that everything is always perfect and smooth sailing. It's just that at the anniversary party, the focus is on how special your parents are and expressing gratitude for everything that they are. When our mindset toward *tefillah* is that it's all about the relationship, we will look forward to picking up our *siddur* and be grateful for the opportunity. Of course, we can sometimes be frustrated, and it's okay if occasionally we feel like we just can't pick up the *siddur*. Asking Hashem to help us feel like talking to Him is also a *tefillah*. Leah shared such an empowering thought. Like a father who won't give into his child's cries and whines for something that he knows is detrimental to his child, we hope that even when the answer is "no," we feel our Father's love for us.

Let's *daven* that זכרנו לחיים מלך חפץ בחיים, and tell Hakodosh Boruch Hu that למענך אלקים חיים, we're here to do Your will. I wish you all a שנה טובה ומתוקה, a year in which we can feel and see the good!

Handling feelings of Failure when dealing with fertility issues

Has this thought ever crossed your mind: *What's wrong with me?* Couples who are struggling with fertility issues are bound to struggle with feelings of failure at some point. So what are you supposed to do when it seems like nothing ever goes right in your fertility journey? Here are four ways to handle feelings of failure when dealing with fertility issues.

1 Accept Yourself

As women, we're told that our bodies are designed for pregnancy. But anyone who has faced fertility issues knows that design and function can be very different realities. That's why it's so important to reframe the way you think about your struggles with fertility.

Internalizing fertility issues as a mark of personal failure implies that you're the cause or that you're consciously doing something wrong. That's not the case. You are experiencing a challenging chapter in your life story, but it does not define you. Recognizing this is an important first step in getting feelings of failure under control.

2 Take Care of Your Body

You're probably well aware that stress can wear you down physically and make you feel tired or sick. Negative thinking can cause your muscles to tense. Tension buildup leads to inflammation. And inflammation can lead to illness.

Positive thinking relaxation techniques are great ways to manage the physical and emotional effects of infertility stress. Eating well and staying active are good ideas as well. Allow yourself to enjoy your favorite activities or plan a trip to distress and relax. Your body is precious, a tool from Hashem that must be handled with care. Irrespective of what you may be feeling inside, always treat your body with the respect it deserves.

3 Recognize that not all setbacks are equal

Try to avoid all-or-nothing thinking, such as "since this physician can't help, no one can" or "If the treatment didn't work this time, it won't ever work." Viewing every setback as a complete loss can be detrimental to your well-being. Also, it leads to a false sense of defeat, when determination is probably the better approach.

Yes, sometimes it seems like everything is going wrong, but try putting negative experiences into perspective. Don't give them more weight than they deserve. In fact, re-framing minor setbacks as positive experiences can be one of the most effective coping strategies.

4 Remember— You are so much more than your fertility issues

When getting pregnant is your top priority goal, it can be easy to lose sight of who you are. But your fertility struggles must be kept separate from your sense of self. Your goal to get pregnant is not your identity. Before this, you were an awesome sister, a devoted friend, and a cherished wife. Most of all, you were Hashem's beloved daughter. And guess what — you still are. Fertility issues don't change that.

When you remember that you are more than your fertility issues, you can prevent feelings of failure from taking over your entire perception of yourself. This may sound a bit self-helpish, but try drawing up a list of the different parts of your identity — your career, relationships, skills, character traits, strengths and weaknesses, hobbies and passions. Title the list "I am…" Ask your spouse or a close friend to weigh in, too. They may offer some of the defining characteristics that you overlooked. At times when you look at yourself and only see fertility issues, this list can remind you of one simple truth: This challenge does not define you. Fertility issues are just one part of your multi-faceted being. Strive to internalize this truth, and your feelings of failure will diminish. •

Revised from a blog at pennmedicine.org

10 Things That Will Test Your Sanity in the Two-Week Wait

Infertility throws so many challenges our way, few more sanity-threatening than the dreaded two-week wait. From my own experiences across years of fertility treatments, and the experiences of all the other women I've met along the way, these are the top ten obstacles to staying stress-free and sane throughout the fourteen days:

By: Rachel Cathan

1. TELLING YOURSELF THAT YOU ARE NOT GOING TO GET STRESSED THIS TIME

Going into your two-week wait, you know one thing for sure: This needs to be different from the two-week waits you've had before. This time you're not going to worry about things that are beyond your control. You're not going to symptom-spot, test early or stress out. Instead, you will be calm, focused, positive and accepting of whatever comes about. Because that's totally possible during the two-week wait. Right?

2. BEING AT WORK

You told yourself that "staying distracted" was the key to success, but maybe you can have too much of a good thing. Don't be surprised if your boss chooses this time to allocate you a super-stressful project, reveal plans for a massive restructure, or inform you of your upcoming redundancy.

And if you thought work would be a welcome reprieve, you must have forgotten about all that brain exercise entailed in explaining your recent work absences and overall distractibility.

3. NOT BEING AT WORK

Due to the problems associated with being at work, you may have opted to stay at home. Unfortunately, this is unlikely to help. You snack on brazil nuts until you feel sick, you can't engage in retail therapy without being drawn to the baby aisle, and you spend hours on fertility forums chatting to people who are in the same boat. Although these are the people who normally keep you sane, they may now alert you to a whole new set of worries that you would never have discovered on your own.

4. SYMPTOM-SPOTTING

You are desperate to know that something is happening in there. You deliberately sit next to someone eating sardine sandwiches for lunch so you can reassure yourself that morning sickness is kicking in. And you question every sensation in your body. Was that a good twinge or a bad twinge that you just felt? Was it a familiar twinge or a new twinge? Most importantly, was it a twingier kind of twinge than the unexciting twinges you have felt in the past?

5. THE UNEXPECTED PREGNANCY ANNOUNCEMENT

There's no scientific explanation for this, but somebody you know will choose to announce their pregnancy during this time. The chances are, it will be somebody you who rubs you the wrong direction, somebody who is now pregnant for the third time since you started trying to conceive, or somebody who hasn't stopped with her bright advice since she found out you're infertile. There is nothing like this kind of announcement to turn your calm and positive mind-set into utter resentment coupled with a fresh round of tears.

6. SOCIALIZING

Who doesn't like a party? Probably you right now, but someone's bound to have scheduled one. Of course, you don't want to be branded a hermit, so you take a deep breath and step out the door. The trouble is, you dread the possibility of discovering those tell-tales symptoms when you're out and about. So you paste some sort of *something* on your face, and just hope it resembles a smile. On that happy note, you're ready to roll. Party on!

7. THE TEMPTATION TO TEST EARLY

It was easy to tell yourself you wouldn't be testing before your official test day at the start. But it's so much harder now. If only you could see the beginnings of a second line you could maybe start to relax. But what if there is no second line? What if there is a second line but it's fainter than it should be? What if you take two tests and they show you differing results?

Sooner or later you'll find yourself breaking apart those wretched sticks to try to prove their defectiveness. There is no way back to sanity from here…

8. GOOGLE

You promised yourself you wouldn't do it this time, but you already know you will. As the doubts begin to grow in your head, there are just too many burning questions you need to answer:

What percentage of women get implantation bleeding?

How long does it take for the HCG trigger shot to leave your system? Did anyone on the planet have a bleed, no symptoms whatsoever, ten negative pregnancy tests, and still go on to have a baby?

You can't engage in retail therapy without being drawn to the baby aisle

Real-life friends can't answer these questions, so you inevitably turn to Dr. Google, never deterred by the fact that you've read all these stories at least a hundred times before.

9. YOUR HUSBAND

How can he be so calm? Doesn't he care about the result? How can he give his full attention to his dinner (take-out, of course!) and the latest news when this test result occupies your mind every minute of every day? Around this time, your husband may advise you to "chill out" and may answer every worried question by reassuring you that everything is going to be fine. When this happens, keep in mind that it's important to take turns when it comes to going completely insane. And this is your special time.

10. OFFICIAL TEST DAY (OTD)

You haven't known fear until you've faced an OTD. More nerve-racking than a driving test and scarier than the toughest job interview, this is the day to which all the previous days, weeks and months have been leading.

The tension can be so extreme that you consider not testing at all; just waiting another month or two in the hope that your stomach will start to grow. Worth noting: six tubs of ice-cream might just buy you a couple of weeks of comfort.

Overall, you will probably feel that you have failed to get through your two-week wait in a state of absolute sublimity. This is okay. In fact, maybe the best way to stay sane is to accept that insanity is just a side-effect of the experience. Take comfort, whenever you find yourself smashing apart home pregnancy tests or pounding chocolate by the dozens, that this is pretty normal behaviour. And, although people around you might think you've completely lost the plot, across the world right now there will be thousands of women doing exactly the same. ●

Fertilityroad.com

Experienced a loss?

You are not alone.

Support and help is just a phone call away

A TIME Support Line
718.686.8912 ext.113
To request the ATIME pregnancy loss support packet
contact: losssupport@atime.org

www.atime.org

You are not alone.

Pregnancy Loss Support Program
Miscarriage/Recurring Miscarriages • Stillbirth

- Loss Support Package
- Medical Guidance
- Chevra Kadisha Arrangements
- Follow-up counseling
- Referrals
- Patient Advocacy
- Support Groups
- Educational Events

A TIME is the premier, internationally acclaimed organization that offers advocacy, education, guidance, research and support through many programs to Jewish men, women, and couples struggling with reproductive health, pregnancy loss and infertility.

Affordable Drugs
We share your dreams

Specializing in Fertility Drugs

Service • Sensitivity • Savings

Same day delivery in the Tri-state area

718.972.5750
affordabledrugsrx@gmail.com
1310 48th Street Suite #311 Brooklyn, NY 11219 | F 718.972.7288

FINDING MEANING IN CHILDLESSNESS

Q AND A

WITH RABBI SHAIS TAUB

DEAR RABBI TAUB

I think the best way to explain why I love your column was expressed by the writer in Ami #312, who said that whenever Torah clarity is given to a situation it restores her faith in Hashem. My husband and I appreciate the way you take readers' questions and elevate them in that way.

Now I would like to ask for that same clarity with my situation. I've read the letters from exacerbated mothers with great interest. As someone who is still childless after many years of marriage, I would do anything to have their problems! This is not to invalidate their feelings. Indeed, I was moved by your response that motherhood is the most important job in the world. I agree wholeheartedly, because it is this belief that keeps me reaching for this goal even when I fear it won't happen.

But I ask you, why are some women given the challenge of waiting many years before having children? Why do some women never have children? If it is such an important job, why are some women denied it? It can't be that they are unfit. I know some women who don't have children and are the most loving, pious, emotionally healthy people you could imagine (and on the other hand not all women who do become mothers possess these attributes, unfortunately).

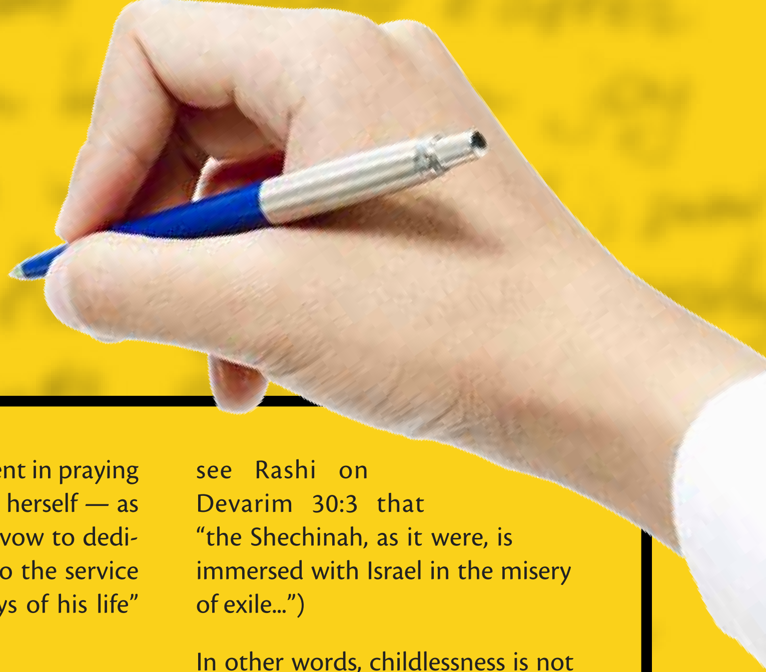
In addition to the pain of being childless itself there are many other challenges that go along with it. First, there's the lack of privacy. As soon as complete strangers find out how long I've been married, the advice pours in. "Have you tried this and this *segulah* or improving your observance in this or that way?" (The answer is usually yes). "Oh, just relax and it will happen!" (But I am relaxed most of the time!) "I also had trouble; it took me five months in the end. Just let it happen." (I wish it was only five months, not years!). "Have you been to the doctor?" (Just ask me how many of them I've been to!) Or "Why don't you just adopt?" (Because my husband and I would like to have offspring. Also, adoption is very expensive and there aren't so many children available).

Often I am at peace with my situation and feel *b'simchah* in spite of the pain. Thankfully, my husband and I have otherwise very full lives and the opportunity to give of ourselves in a meaningful way every day (e.g. caring for elderly relatives). But sometimes this itself makes me feel guilty, like I should not be happy with my life because I should constantly be crying to Hashem.

In closing, I would like to thank you again for your assertion that motherhood is the most important job in the world, because I feel like that validates how hard it is to not yet have reached that goal. I am sure the lives of childless women are precious to Hashem, but my point is that being childless is no trivial matter. Although, I wonder, is it possible that for us just trying to have children is our most important job? I would appreciate any clarity you can offer on this subject.

Searching for Clarity

FIRST APPEARED IN AMI MAGAZINE



Dear *Searching for Clarity*:

Thank you for the kind words about this column. I hope I can give you the clarity that you ask for.

Your heartfelt and honest letter touches upon several very serious points and I want to try, *b'ezras* Hashem, to address them all.

First, regarding your question as to why some women must wait many years before having children and why some women never have children at all, obviously I don't know the answer to that question, but I don't think you were really expecting that I would.

What I can say is that I do agree with you that the answer is not that such women lack what it takes to be good mothers. As you point out, we see that this is clearly not the case. Rather, we must humbly accept that this mystery is but another reminder that human wisdom is separated from that of the Creator by a gulf of infinite incomparability.

What you may find helpful, though, not as an explanation but simply as a way of reframing the way you view this particular challenge that you face, is the following: If there are three partners in a child (Hashem, man and woman) then to be childless is not only a human problem, but one that touches upon the upper spheres of existence. For every couple that is childless, Hashem's creation is lacking, so to speak. Indeed, as Chanah explained to the High Priest Eli, her intent in praying for a child was not for herself — as can be seen from her vow to dedicate her future son "to the service of Hashem all the days of his life" (see Shmuel I 1:11).

Accordingly, when you are perplexed by the fact that if motherhood is such an important job how then could a woman be denied the ability to fulfill it, I think that is precisely the point. There is no satisfactory answer to that question, nor should there be. After all, having a child is the concern of the A-mighty, *k'vayachol*.

You see if we were to view having children as a prize or reward earned by a human being, then we could just conclude that those who are childless simply did not merit that gift. It might disappoint us, but we certainly could understand how we may not be entitled to every kind of goodness there is. If, however, raising a child represents the greatest calling Hashem has placed upon a couple and one that completes Hashem's creation, then it really makes no sense that anyone should ever be prevented from making such a contribution.

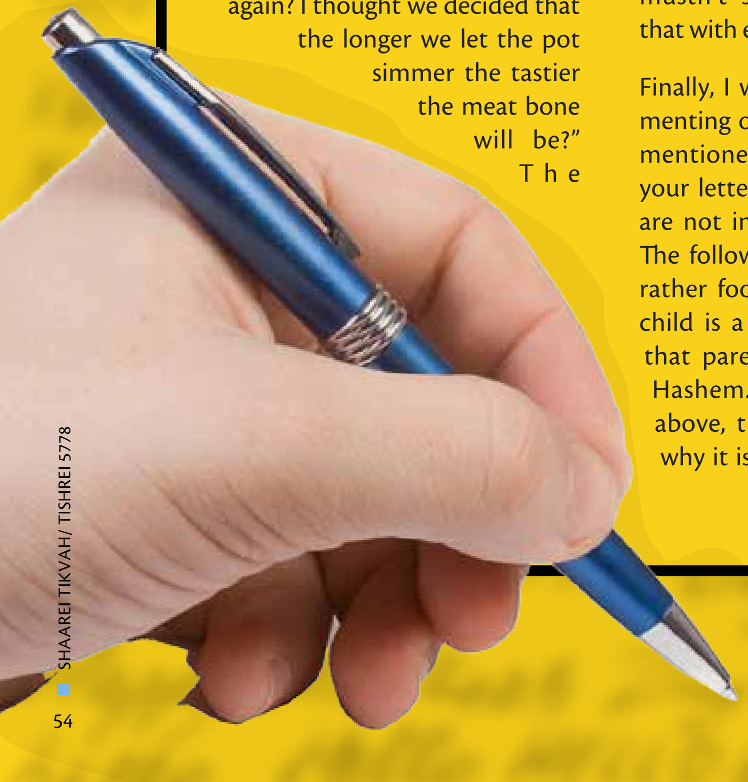
At first blush, this may seem like a radical way of looking at things, but really this is a fairly basic concept in Judaism, i.e. that the Shechinah itself is in exile. Thus, when we are pained by the plight of the childless couple, what we are really pained by is the Shechinah being in exile. (In the lexicon of our Sages, "Shechinta b'galusa." See Megillah 29a. Also see Rashi on Devarim 30:3 that "the Shechinah, as it were, is immersed with Israel in the misery of exile...")

In other words, childlessness is not natural. It is a symptom of exile. To wit, when Moshiach comes, there will be no childlessness. Thus, when we see a couple without a child it ought to distress us and there is no suitable response other than to cry out to Hashem for the Redemption.

And yet, at the same time that we must be brokenhearted that the Redemption has not yet arrived we must also seize the opportunity to serve Hashem as best we can in every last moment of *galus*. I think this also speaks to your comment about feeling conflicted about enjoying your ability to be productive even as you are constantly pained by your childlessness. It's not a contradiction; it's a paradox. In other words, both are true, and it reflects the paradox that all of us face, on some level, while in exile. On one hand, we cherish the opportunities for accomplishment while there is still work to be done. On the other hand, we should long for Hashem's kingship to be revealed. How much longer should there be unnatural things like childlessness, sickness, poverty, war, violence?

The *heilige* Ruzhiner once gave a *mashal* to describe this paradox. He told the story of a simple farmer who lived far away from the Jewish community. Once a year, on Rosh Hashanah, he would go to

the village and *daven* in *shul*. The farmer was illiterate and could not read the machzor, so he simply imitated what he saw others doing. When the congregation started *davening* Shemoneh Esrei, they started crying. The farmer thought to himself, "Why is everybody suddenly crying?" Then he answered himself, "Ah! Because we're *davening* so long in *shul* and we want to eat already!" But then the people finished Shemoneh Esrei and stopped crying. "Why did they stop crying? We haven't eaten yet?" he asked himself. "Ah, I know. I noticed when I came in last night that there was a pot on the stove with a meat bone. The people stopped crying because they remembered that the longer the pot simmers the more tasty and soft the meat bone becomes." But when the *baal tokeia* approached the *bimah*, *shofar* in hand, and the people started crying again, the farmer was confused once more. "Why did they start crying again? I thought we decided that the longer we let the pot simmer the tastier the meat bone will be?" The farmer pondered this for a while, until it struck him, "Ah, yes! The longer we wait and the more the pot boils, the meat bone does become tastier. That's true. But at a certain point, enough is enough, you gotta eat already!"



As I said, I think your situation is a poignant example in microcosm of what we are all facing. Every moment that Redemption is delayed means another moment of opportunity, just like every moment that your personal *yeshuah* is delayed is an opportunity. It's all true. But at some point we must recognize that parents are meant to have children. Indeed, in the World to Come, women will have multiple births each day (see Arizal Likkutei HaShas on Shabbos 30b). Childlessness is not normal and there is no reason for us to view it as normal. *Galus* is not normal. Moshiach is normal. The whole world seeing the glory of Hashem is normal. We mustn't forget that and we mustn't stop working toward that with every fiber of our being.

Finally, I want to close by commenting on something that you mentioned only in passing in your letter and that is that you are not interested in adoption. The following is not advice but rather food for thought. Yes, a child is a gift, the greatest gift that parents can receive from Hashem. But as mentioned above, that is not the reason why it is so perplexing when a couple is childless. The reason it is perplexing is because, as we said, a couple's child is actually their gift to Hashem's creation.

In this light, the desire to be a parent is not about receiving but actually about giving. In other words, parenting is truly about being selfless.

I am not saying that you should adopt, but I do recommend that even as a mental exercise you consider the fact that providing a home for a child who is not biologically your own is just about the most selfless act that a human being can commit to day after day, year after year.

If you want more information about adoption, please contact me and I will be happy to put you in touch with couples who have adopted and have found that the opportunity to give so selflessly has been meaningful beyond words. Again, I am not trying to make hints. I don't think adoption is for everyone, but I think it would be productive to think about it, even just as a way of expanding your perspective that could lead to further insight.

May Hashem speedily send you your personal salvation and may He send us the great salvation that we are all waiting for. •

With blessing,
RST

DEAR RABBI TAUB

Childless couples

In reference to "finding meaning in childlessness," Issue #315

I am the husband of the letter writer in Issue 315, and I can't imagine a better answer. It is particularly meaningful for me because I've always struggled intellectually with the paradox that we need to *daven* for Moshiach and yet somehow make the most of the world as it is, and in a sense we want it to go on so that we have more time for *mitzvos*. My wife loved your answer, too, and has read it five times.

Just to let you know, we are definitely considering adoption, but not just yet since we are still expecting a blessing of our own. Even when we do have a child, *b'ezras Hashem*, we might still consider adoption as this whole experience has really had that kind of effect on us.

I think one of the hardest things my wife has to deal with is the fact that she feels socially isolated. We live in "baby town," and it seems as though every social gathering, every Shabbos-table conversation, every *shiur*, every community event — at least for women — centers around kids, babies and parenting. This is understandable, but that doesn't make it easier.

In addition, we receive a lot of insensitive comments ranging from ignorant to practically malicious. Sometimes my wife gets the sense that we are being judged, as though something is wrong with us. It has put a strain on our marriage — which is unshakable, thankfully, and in some ways stronger now, but that's an entirely different topic.

All of this is extremely hard because it feels as though people pretend this problem doesn't exist.

We would be so happy if people were made more aware of this problem and if they could learn to be more inclusive in their actions and words. We are writing not just for ourselves but for all the childless couples (and singles, for that matter) in *klal Yisrael*, some of whom have it much worse than we do.

The very fact that you answered our letter in your column has helped us take an anonymous step toward that goal. I hope your beautiful answer has made a small but real dent in their mindset.

If you have any further comments about this issue and the time to reply here, I'd greatly appreciate it, but if not, I understand completely. The good you have already done is immense.

Hopeful Future Father

Dear *Hopeful Future Father*:

I am so happy to hear that my response spoke to you and your wife. I try to answer each letter in a way that will be most helpful to the writer, but obviously one never truly knows what the best response will be. Thank you so much for following up with me.

Regarding the feeling of social isolation experienced by childless couples and the insensitivity that others sometimes show them, I believe that discussing the issue openly is the key.

It is human nature to avoid talking about topics that are painful. However, only by bringing an issue out into the open can we decrease the stigma and isolation experienced by those who are childless, and increase others' sensitivity toward them. That is why I thank you for the opportunity to discuss this topic here, and I hope, as you suggest in your letter, that our public correspondence is already of some benefit to others.

I want to mention that the Jewish community is fortunate to have organizations that deal with the problem of childlessness; in addition to providing tangible help, they also act as advocates for childless couples. I want to take this opportunity to recognize their work and to encourage people to support them. If readers would like more information about these organizations, they can contact me directly.

One last point I would like to make, and please correct me if I am wrong, is that the most sensitive way for people to treat the childless couples among us is in much the same way that one approaches any individual who is facing a challenge. First of all, one must recognize the depth of the challenge and be compassionate, but without showing pity or condescension. Sympathy without respect can be more hurtful than insensitivity.

It may seem like common sense, but it bears repeating: People *have* challenges but should not be *defined* by their challenges. It takes the right balance of caring and respect to be sensitive to someone's pain without stigmatizing them even further.

There is much more to be said on this subject, but for now let this serve as a beginning.

May you have good news to report soon.

With blessing,

RST

By: Russell Davis

FIVE THINGS I WISH I KNEW ON OUR FERTILITY JOURNEY

MY WIFE AND I HAD A 10-YEAR INFERTILITY JOURNEY. INITIALLY SHE WAS DIAGNOSED WITH FERTILITY PROBLEMS, AND AFTER MANY YEARS OF HEALING HERSELF THROUGH HOLISTIC MEANS, WE THEN TRIED FOR ABOUT A YEAR WITHOUT SUCCESS.

IT WAS AT THIS POINT I WAS RECOMMENDED TO HAVE MY FIRST FERTILITY TEST. THE TEST RESULTS WERE DISASTROUS ACROSS THE BOARD! THAT FELT LIKE A REAL KICK IN THE TEETH.

LOOKING BACK, WE CAN SEE HOW MUCH OUR MIND AND EMOTIONS HAVE PLAYED A ROLE IN OUR JOURNEY. WE FIRMLY BELIEVE OUR JOURNEY WOULD HAVE BEEN SO MUCH EASIER IF WE KNEW WHAT WE KNOW NOW. THAT IS WHY I ENJOY WORKING WITH COUPLES TO HELP THEM ON THEIR JOURNEY TO GETTING PREGNANT.

THE BENEFIT OF HINDSIGHT

IN THIS ARTICLE I SHARE THE TOP FIVE THINGS I WISH I KNEW ON OUR FERTILITY JOURNEY AND HOW WE WENT ON TO CONCEIVE NATURALLY AGAINST ALL ODDS.

WE LIVE IN THE EXPERIENCE OF OUR THINKING

We often refer to this journey as an emotional rollercoaster. One minute we are ever hopeful, the next moment all our hopes and dreams are shattered and we are gripped with pain and grief.

What keeps us on the rollercoaster is a misunderstanding of where our feelings come from. Our feelings know nothing about our circumstances or what the future holds for us.

What create feelings are thoughts. If we were feeling our circumstances we would always be feeling the same thing until circumstances changed. The fact that we have better days than others shows our feelings are independent to circumstances.

However, it really feels like we are feeling our circumstances.

We are feeling our thoughts about our situation, not the situation itself. It is our thinking about the negative test result that creates our experience, not the test result itself.

WE CANNOT PREDICT THE FUTURE

Our thinking spends a lot of time worrying about the future because it wants to know we are going to be okay.

We predict what may or may not happen in the future and then we think about what we could do in order to prepare ourselves for that/prevent it happening/make it happen (depending on the outcome our thinking thinks will make us happy).

It is in these moments we forget that nothing can predict our future, not even our thinking. However, we spend a lot of time in our predicted future worrying about it.

Any thought that is not in the present moment is pure fantasy no matter how realistic it appears.

Come back to the present moment: We have all the resources we need to deal with this moment. We're not designed to deal with a made-up future, we are designed to live in reality and have everything we need to be okay in this moment.

3

WE HAVE THE POSSIBILITY OF SEEING THINGS AT DIFFERENT LEVELS OF CONSCIOUSNESS

We experience our circumstances whilst looking at them through a particular filter of thinking in that moment. It is like looking at a situation through a long cardboard tube. When we do this we experience this as our "reality," and can't believe we can experience it in any other way. However, we forget that we are experiencing our circumstances through our thinking in that moment which can change from moment to moment.

It is like there is a whole series of tubes stacked up on top of each other. When we look at the situation through our lowest level of thinking, our lowest level of consciousness, we forget we have the possibility of seeing their situation through a different set of thinking at any moment in time.

Thinking comes and goes and is changing all the time. So the situation can feel very different in a few minutes or hours or the next day as our thinking changes.

4

WHATEVER HAPPENS I WILL BE OKAY

Our thinking believes our "okayness" is dependent on external circumstances. It says, "I'm okay if…" or "I'm okay when…"

I can look back in my life and see subconsciously that was how I was living my life. It started with, "I'm okay if my mum thinks I'm okay." Then, "I'm okay if I meet my teacher's expectations." Then, "I'm okay if my boss thinks I'm okay." I became a people pleaser.

We are surrounded by adults living that perspective thinking they are okay if they have a certain amount of money in the bank or drive a certain car. This is like being on a hamster wheel, because our thinking is looking the wrong place for true contentment and happiness so never gets there.

We were born with innate well-being. If you look at little children, they are content in the moment. They don't worry about what people think about them or worry about tomorrow. This innate well-being gets drowned out by our thinking.

The days you feel happiest, in a state of "flow," are the days you are not trying to be okay. It's a non-thinking state, and you are being guided by your intuition.

We have everything we need to cope with whatever comes up in our lives when we are present to it and trust our instinct as it is rooted in our innate well-being.

People are often scared about the thought of losing their job. However, if it actually happens they have the resources to get on and deal with it and it often leads to something better.

Whatever happens you will be okay because you have innate well-being within you and everything you need to deal with whatever shows up in life, when you are in it.

5

THE MIND AND BODY ARE ONE SYSTEM

We often refer to the mind-body connection. However, the mind and body are one system. The mind affects the body and the body affects the mind.

There is a growing body of research that demonstrates how our mind can affect our body even down to DNA level.

Reproduction requires a delicate balance of hormones at different stages of the process. These can easily be knocked out of balance through our thinking and our emotions.

I worked really hard to improve my fertility but it actually got worse (the doctors didn't believe it could get worse!).

I can look back now and see that my fear of us not having a baby undermined all the good stuff I was doing.

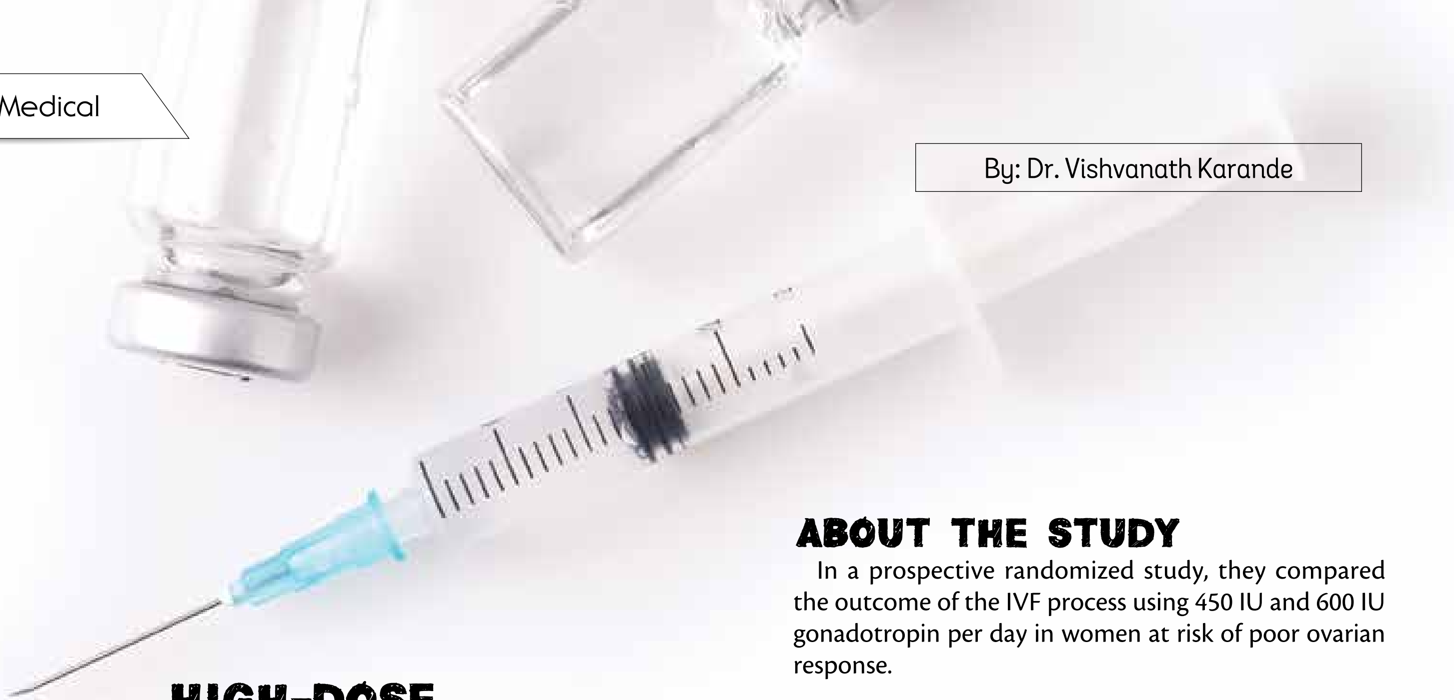
When I found a place of peace without giving up (it does exist!) my fertility improved dramatically without me trying to improve it and my wife got pregnant naturally (one in a billion chance we were told that could happen).

I've also learned over the years the power of hypnosis and other mind-body practices and how guiding your unconscious mind to help your body do exactly what you want to do is incredibly powerful.

Your unconscious mind controls all your bodily processes and sometimes needs a little helping hand to guide it to do what you want it to do. As well as using hypnosis for my own well-being I've seen many clients experience biological changes such as ovulating for the first time or overcoming other medical challenges leading to them getting pregnant successfully. ●

Fertilityroad.com

By: Dr. Vishvanath Karande



HIGH-DOSE STIMULATION FOR THE POOR OVARIAN RESPONDER IS MORE BETTER?

The patient in the in vitro fertilization / IVF process who is a "poor ovarian responder" remains a challenge in clinical practice. The European Society for Human Reproduction and Embryology (ESHRE) working group on Poor Ovarian Response published a consensus definition of "poor ovarian response" after a meeting in Bologna, Italy around 2011. Nine – 24% of patients undergoing the IVF process are poor ovarian responders.

Various stimulation protocols have been devised to improve IVF outcomes in poor ovarian responders. A common strategy is to use an aggressive stimulation protocol that involves the use of high doses of stimulation medications(gonadotropins). These medications are expensive and cost approximately $75 for a vial (75 units) in the U.S. According to a recent survey conducted in 196 centers from 45 countries, 23.7% of patients defined as poor ovarian responders received daily doses from 450 IU to 600 IU of gonadotropins.

An important question therefore is: "How much medication should be used to get an optimal response in these patients?" "Does 600 units a day result in better outcomes than 450 units a day?" This very question was addressed by Lefebvre et al. from the University of Montreal, Montreal, Quebec, Canada (Fertil Steril 2015 in press).

ABOUT THE STUDY

In a prospective randomized study, they compared the outcome of the IVF process using 450 IU and 600 IU gonadotropin per day in women at risk of poor ovarian response.

Study candidates included 356 women aged less than 41 years with basal FSH greater than 10 IU/L, anti-mullerian hormone less than 1 ng/mL, antral follicle count less than 8, or a previous IVF cycle with greater than 300 IU/d gonadotropin that resulted in a cancellation, less than 8 follicles, or <5 eggs.

PROTOCOL

Patients underwent an aggressive stimulation protocol (microdose GnRH agonist flare-up protocol) with a fixed daily dose of either 450 IU FSH (n = 176) or 600 IU FSH (n = 180) equally divided between Menopur and Bravelle.

RESULTS AND CONCLUSIONS

The two groups were similar in terms of age, ovarian reserve, cause of infertility, duration of stimulation, and cycle cancellation rate. There were no significant differences in the number of mature eggs (Metaphase II) retrieved (4 [range 0–6] vs. 4 [range 2–7]), fertilization rate (62.4% vs. 57.0%), biochemical pregnancy rate (20.5% vs. 22.9%), clinical pregnancy rate (16.4% vs. 18.3%), and implantation rate (29.8% vs. 30.4%) between the 450 IU and 600 IU groups, respectively.

The researchers concluded that gonadotropin of 600 IU/d does not improve outcome of IVF cycles compared with 450 IU/d in women at risk of poor ovarian response.

APPLYING THE RESEARCH

This is a well-designed study done over a four-year period (October 2009 to September 2013). The study population was indeed composed of "true" poor ovarian responders. This is based on the fact that even with this aggressive stimulation protocol and both groups produced only a handful of mature eggs, most had only one embryo available for a day-3 transfer. ●

Inviafertility.com

Fertility Benefits of Plain, Old, Simple WALKING

By: Lisa Rosenthal

You want to make healthy decisions, especially when you're trying to conceive. Problem is, almost any piece of information that looks reasonable and convincing will have some other diametrically opposed bit of information that contradicts it — especially if you do a Google search! Let's cut to the chase here: healthier decisions can be simple too.

We know that walking is one of the healthiest and least complicated choices you can make.

The best exercise while trying to conceive: walking

The bottom line?

We want you to walk. We don't want you running marathons or doing hot yoga — not while you're trying to get pregnant. But walking is a great way to stay or become active, safely. In terms of safety, please note: If you are considering making any changes to your exercise regimen during any part of fertility evaluation or treatment, please check with your doctor or clinician to ascertain whether the changes you would like to make are in line with all other aspects of your reproductive care. If you are under the care of a board certified reproductive endocrinologist (fertility specialist), there may be more specific instructions about walking during fertility treatment protocols.

Healthy Changes Can Turn On the Feel-Good Hormones

Healthy changes can make a difference in your fertility and your overall well-being, and small changes are a great place to start. This weekend, instead of revamping all your eating habits, working out too much for the first time, or trying to catch up on missed sleep by oversleeping during the weekend, start by making a small change that can still help help your chances of getting pregnant.

If you haven't been exercising at all, and if you have permission from your doctor, make a small change by taking a 10-minute walk each day. You can walk up to three times a day, equaling 30 minutes overall if you'd like and it feels okay.

Walking is safe exercise for most people. Starting slowly and adding time is within the American Congress of Obstetricians & Gynecologists (ACOG) guidelines. ●

rmact.com

TOP 10 FACTS About Vaginal Progesterone & Assisted Reproductive Technologies

By: Dr. Vishvanath Karande

I have written previously on the role of progesterone (P) and the various methods of administering P. Historically, during the early days of IVF, P was administered exclusively via intramuscular (IM) injections. These involved a long needle that was used to deliver the medication in the buttocks.

Also, P only dissolves in oil (peanut, olive, ethyl-oleate etc) and repeated injections were painful and sometimes resulted in sterile abscesses. Patients also had allergic reactions to the oil. This was a nightmare for patients as these daily injections were sometimes continued for 8 – 10 weeks!

At that time, this was the only type of P that was available. All this changed about 1977 when Soules et al. first reported on the use of vaginal P. Over the past decade several studies have confirmed that the vaginal route indeed works and the pregnancy rates are comparable with those attained with IM injections.

Here are the Top 10 facts about vaginal P and assisted reproductive technologies (ART).

1) **First uterine pass effect**. When P is administered vaginally, it interacts with the vaginal epithelium. Subsequently, P in the vagina is continuously released; allowing controlled and sustained transfer to the uterus. Very little P is absorbed into the bloodstream. When compared to IM P, the blood levels with vaginal P are 6 times lower, but the levels in the uterine lining were 2.4 times higher with the vaginal route. This preferential delivery of vaginal P to the uterus is called the "first uterine pass effect." This finding implies that blood levels do not reflect the efficacy of vaginal P treatment. This is the reason why we do not measure progesterone levels on patients taking vaginal P.

2) Several studies have now shown that in in vitro fertilization (IVF) cycles, the pregnancy rates with vaginal P were similar to those achieved with IM P.

3) A large study (225 patients) from Boston IVF recently confirmed that in donor egg recipient cycles, pregnancy outcomes were similar with vaginal P and IM P.

4) There are several vaginal preparations that are available. These include Crinone 8% gel, Endometrin vaginal inserts and Prometrium capsules. Of these, Crinone and Endometrin only, are approved by the FDA for progesterone supplementation.

5) Crinone is the only vaginal P approved for use in replacement cycles (donor egg recipient, frozen embryo transfer cycles). Crinone is to be used twice daily in replacement cycles.

6) Prometrium capsules 200 mg three times daily (marketed as Uterogestan in Europe) is commonly used in Europe for P supplementation. It is not approved by the FDA for progesterone supplementation or replacement.

7) In one of the largest IVF studies of its kind, Doody et al. showed similar pregnancy rates with Crinone gel once daily, Endometrin twice daily or Endometrin three times daily.

8) Bleeding (quite often it is just spotting) before your pregnancy test result is common with both vaginal and IM P. Yanushpolsky et al. showed that this bleeding did not affect pregnancy rates or outcomes. It is important to continue taking the progesterone till the pregnancy test result is back.

9) Vaginal clumping and discharge is often experienced with vaginal P. This is usually considered a minor annoyance in comparison to taking deep oily IM P injections! Other side effects include breast enlargement, sleepiness, constipation and nausea.

10) Several surveys have shown that by wide margin patients prefer vaginal P to IM P. Currently 60% of IVF cycles in the U.S. are with vaginal P and the number is increasing.

Progesterone is a hormone that is necessary for pregnancy. At InVia Fertility Specialists we have been using vaginal P for more than a decade. Now you can see why! ●

---

inviafertility.com

Once the bun's in the oven

YOU'LL NEED OUR FREEZER

We offer the safest, most secure embryo storage in the world at the lowest price you'll find. That's because we're the experts in long-term cryostorage. It's all we do and we do it well. So if you're ready to store your embryos, put them in the hands of the leaders and rest assured.

1-888-489-8944

REPROTECH LIMITED

www.reprotech.com

Medical

Bleeding During IVF

What's Normal and What Isn't?

By: Dr. Aniruddha Malpani

One of the most difficult things IVF patients have to deal with is the fact that there are no external symptoms or signs of what's happening inside their bodies.

Are the follicles growing well? Is the uterine lining maturing properly? Are you responding well to the medications? Are the eggs of good quality? Are the embryos implanting?

An important marker of the reproductive cycle is bleeding — and this can become a major source of stress during IVF treatment. This article explains what kinds of bleeding can happen during IVF, and what (if anything) you should do about them.

Beginning the Last Period before IVF

The start of the menstrual period is an event most IVF patients look forward to, because finally the IVF cycle is ready to commence — and you are now ready to take your best shot at having your long-desired baby! You are all pumped up and ready!

You've spent a long time waiting for your treatment to begin (with waiting lists and getting appointments with busy doctors, it can take 2–6 months to actually start the IVF cycle, no matter how ready you are — and this waiting can be very stressful.)

Is the period on time? Early? Delayed? Does it look any different? If it comes too early, does this mean you'll have to cancel because the doctor is not available? If it's delayed, does this mean your doctor will have to postpone your cycle? When you are 2 days overdue, you wonder if you should ask the doctor to induce a period —or should you just keep on waiting?

Remember that the day the period starts, the quality and quantity of flow are completely unimportant! Day 1 of your cycle is just a marker which informs the doctor that you are ready to start your superovulation, that's all! The bleeding is just the shedding of the old uterine lining — and has no impact on the IVF treatment itself.

While a very early or delayed period will not affect the outcome of the IVF treatment, this can be a problem if you are traveling abroad for your IVF treatment, or if your IVF doctor does treatments by batching patients. This is why many clinics will put patients on birth control pills to regulate their cycle, in order to make scheduling the cycle easier.

Bleeding After Egg Collection and Embryo Transfer

You may have some spotting or bleeding after the egg collection. This is because the doctor has stuck a needle through your vaginal wall in order to retrieve your eggs. This is usually minimal, and stops very soon. Excessive bleeding is extremely unusual — and if you do experience this, you should report to your doctor.

Some women may also have some spotting after the embryo transfer. This can be very scary, but can occur if the doctor had technical difficulty during your transfer and had to manipulate your cervix. This is bleeding which comes from the cervix (the mouth of the uterus); and will not harm your embryos.

Bleeding During the Two-Week Wait with IVF

What about bleeding during the Two-week wait? This is not common, because you are taking luteal phase support with estrogen and progesterone to help support your uterine lining. This is why when bleeding occurs, it can cause panic.You may get worried that this represents the start of your period, which means that your IVF cycle has failed.

Your worst nightmare may be coming true. Women will often obsess over every drop of blood they see — and some will even imagine that they can see their fetus being expelled with the clot. However, remember that the embryos as this stage are microscopic, and cannot be seen with the naked eye.

Also, this bleeding does not always mean that the cycle has failed. In many women, this bleeding is self-limited and stops as suddenly as it started, which means we can never figure out where it came from or why. In others, it is actually a good sign, because it represents an implantation bleed.

Unfortunately, there's no way a doctor can judge what's happening because ultrasound scanning does not give us any useful information. It may be a good idea to take a blood test to check your progesterone levels. If these are low, the doctor can increase your dose of progesterone to provide additional support to the endometrium.

When to Contact Your Doctor

If you get a period less than 12 days after your embryo transfer in spite of your medications, you should request that your doctor test your progesterone levels 3 days after your embryo transfer in your next IVF cycle. If these are low, then he may want to change the way he is giving you progesterone by using an alternative route (by switching from vaginal progesterone to IM progesterone or vice versa). •

inviafertility.com

the Upside of the Downside

By: Shevy Levine

This is what we call an attempt at positivity, alright? You might find this upside-down, but what we're doing here is trying to set this right-side up… Wish me luck. Here goes five –

Why IF Rocks:

1. **Excuses!** Is it just me, or does everyone use IF as a cover excuse left, right and center? "No, I'm so sorry, I can't make it, it's personal." "Um, I would really love to be there but, y'know…" Said with a good dose of blushing, (yes, I'm terrible I know!) no one has to know that your unavailability has nothing to do with your IF sensitivities or scheduling needs, and everything to do with your general disinterest in anything other than your bed, your fridge or your chocolate. Give me some credit, this isn't like saying a total outright untruth. Plus, it makes the inquirer feel nice 'n guilty. (Think: "Oh yes, Shevy can't make it. Nebach, these things are hard for her, you know…" "Yes, she can't make it *again*. Things must be really rough…") Plain and simple, it's the best way to pass on any event you have no interest in attending.

2. **Vacation!** Yup, right, with all that extra dough. Ok, skip this one.

3. **Medical Expertise** Just think about it – you can totally start a career in medicine! Maybe as a nurse, ultrasound technician, embryologist, or (gasp) phlebotomist? Or not. But case in point, you most certainly will gain an appreciation for your bodily functions and the marvelous way we were created… Unfortunately we often learn this in the inverse, like, "Oh, that's what my body *should* be doing – really?!" Sigh.

4. **Shul Time** Yes, our *minyan* had to establish a ladies section for *chez moi*. And by that, I mean me alone. We're a young (and rather fertile) *kehilla ka"h*. To be fair, some women actually join our little cozy ladies section on Rosh Hashana. Although to be fairer, I could've charged them rent for intruding on my turf. But I'm sweet like that, so I didn't.

5. **Free Time** Oh boy, if you're IF you risk overdosing on this, so please do be careful. (joke.)

6. **Zchuyos.** No, not mine. Yours, along with every yenta out there. I get to be the inspiration for your 40-days-40-ladies-40-challos-40 tefillos-x40 initiative, while you get to collect merit as you pray, sway, and do your best to keep me posted on these elevated happenings. You must be so holy by now, I'm almost jealous.

Oh wait, that's six! Oops. Joking aside, truthfully there *are* reasons why I'm appreciative, and sometimes even grateful, for our current status. And while by no chance does that knock out the many reasons that too often drag me down, it does help to keep things in perspective. There's what to be thankful for if we know how to look, and at the very least, there's always a reason to laugh…

I've Tried It:

A HELPFUL AT-A-GLANCE GUIDE TO MY INFERTILITY

for Doctors, Well-wishers, Friends & Busybodies

DIETS:

- ❒ Dairy-Free
- ❒ Gluten-Free
- ❒ Vegetarian
- ❒ Vegan
- ❒ No Red Meat
- ❒ No White Meat
- ❒ No Fish
- ❒ Only Fish
- ❒ Detox
- ❒ Raw Foods
- ❒ High Soy
- ❒ Low Soy
- ❒ Low Fat
- ❒ High Fat
- ❒ Chocolate
- ❒ Atkins
- ❒ South Beach
- ❒ Dr. Phil
- ❒ Keto
- ❒ Paleo

CRYING:

- ❒ In the Car
- ❒ On the Phone
- ❒ Doing Laundry
- ❒ Constantly
- ❒ Getting the Mail
- ❒ Listening to Music
- ❒ In Waiting Rooms
- ❒ In Hospitals
- ❒ Everywhere
- ❒ At Libraries
- ❒ At the Park
- ❒ At Grocery Stores
- ❒ Seeing Diaper Ads
- ❒ At Weddings
- ❒ At Kiddushim / Bris-sim
- ❒ In Shul
- ❒ At Work
- ❒ On Vacation

TESTS:

- ❒ Ultrasound
- ❒ Sonohysterogram
- ❒ HSG
- ❒ Hysteroscopy
- ❒ Laproscopy
- ❒ CBC
- ❒ 1 Hour Glucose
- ❒ 3 Hour Glucose
- ❒ PCOS Panel
- ❒ Endometrial Biopsy
- ❒ Genetic Testing
- ❒ Karyotyping
- ❒ Anti-body Screening
- ❒ Hormonal Testing
- ❒ Pap Test
- ❒ Urine Sample

SUPPLEMENTS

- ❒ Pre-natal
- ❒ B Complex
- ❒ Vitamin C
- ❒ Vitamin D
- ❒ Vitamin E
- ❒ Zinc
- ❒ Fish Oil
- ❒ Chaste Tree
- ❒ Raspberry Leaf
- ❒ Magic Maca

- ❐ Lady's Mantle
- ❐ Evening Primrose
- ❐ Ginseng
- ❐ Flaxseed Oil
- ❐ Folic Acid
- ❐ Nettle Leaves
- ❐ Red Clover
- ❐ Folic Acid

SPECIALISTS:

- ❐ Nurse
- ❐ Family Doctor
- ❐ OB-GYN
- ❐ Endocrinologist
- ❐ Urologist
- ❐ Geneticist
- ❐ Reflexologist
- ❐ Embryologist
- ❐ Phlebotomist
- ❐ Chiropractor
- ❐ Masseuse
- ❐ Herbalist
- ❐ Naturopath
- ❐ Acupuncturist
- ❐ Yogi
- ❐ Hypnotist
- ❐ Personal Trainer
- ❐ Psychologist
- ❐ Psychiatrist
- ❐ Aromatherapist

SEGULOS:

- ❐ Kvatter
- ❐ Labor Cake
- ❐ Shiluach HaKein

- ❐ Kol HaNearim
- ❐ Going after someone in their 9th
- ❐ 40 Days
- ❐ Shunam
- ❐ The Washer Lady
- ❐ Moving to a bigger apartment
- ❐ Buying a stroller

EXERCISE:

- ❐ Yoga
- ❐ Pilates
- ❐ Step Aerobics
- ❐ Water Aerobics
- ❐ Weight Training
- ❐ Bodybuilding
- ❐ Walking
- ❐ Jogging
- ❐ Running
- ❐ Spinning
- ❐ Swimming
- ❐ Dancing

GRIEVING:

- ❐ Denial
- ❐ Anger
- ❐ Bargaining
- ❐ Depression
- ❐ Acceptance

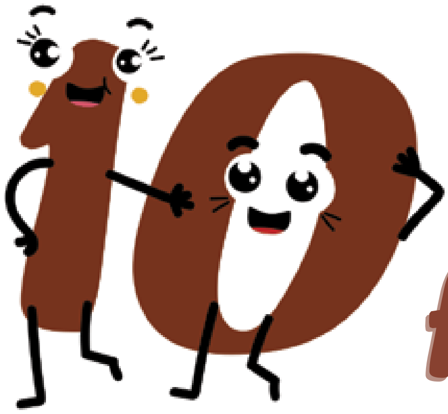
DRUGS:

- ❐ Clomid
- ❐ Gonal-F
- ❐ Crinone
- ❐ Progesterone
- ❐ Ovitrelle
- ❐ Luveris
- ❐ Cetrotide
- ❐ Cabotrim
- ❐ Bromocriptine
- ❐ Lupron
- ❐ Metformin
- ❐ Femera
- ❐ Letrozole
- ❐ Lupron
- ❐ Glucophage
- ❐ Aspirin
- ❐ Menopur
- ❐ Bravelle
- ❐ Repronex
- ❐ Follistim

BAD ADVICE:

- ❐ Just Relaxing
- ❐ Adoption
- ❐ Not Thinking About it
- ❐ Thinking About It
- ❐ Giving it Time
- ❐ Hoping More
- ❐ Hoping Less
- ❐ Getting a Pet
- ❐ Worrying Less
- ❐ Being Happier
- ❐ Being Less Selfish
- ❐ Going on a Cruise
- ❐ Elevating My Hips
- ❐ Taking a Vacation
- ❐ Oh yeah, and:
- ❐ ________________
- ❐ ________________
- ❐ ________________

By: Tziporah Yehudi



10 little follicles

10 little follicles growing inside me
How many will fertilize and are meant to be?
I went to the doctor to hear what he said
Hoping for good news up ahead!

9 little follicles growing inside me
Will one grow big and fertilize to be?
I went to the doctor and the doctor said
Waist down and then jump onto the bed.

8 little follicles growing inside me
How many are large and can fertilize to be?
I waited for the doctor to hear what he said
Based on the ultrasound which he carefully read.

7 little follicles growing inside me
Will one will succeed and fertilize to be?
So I go to the doctor, hoping for good to be said
And keep imagining good things in my head...

6 little follicles growing inside me
Can one *please* grow big and fertilize to be?
I went to the doctor, and the words that he said
Made me feel just a touch of dread...

5 little follicles growing inside me
Will even one work out and fertilize to be?
I hurry to the doctor to hear what he said
Frankly, he thinks my follies won't embed!

4 little follicles growing inside me
Can *all of them* please fertilize to be?!
I went to the doctor, and sadly he said
There isn't much reason to continue the meds...

3 little follicles growing inside me
None of them actually fertilized to be
As I listened to what the doctor said
Slowly the tears began to shed...

2 little follicles now can be found inside me
Please Hashem help them fertilize to be
I went to the doctor and do you know what he said?
This time we have good news instead!

There's one little embryo growing inside me
Yes it fertilized and hopefully will be!
I went to the doctor and the doctor said
Can't wait to meet you at the delivery bed!

MEMBERSHIP FORM

Name ____

Address ____

City / State / Zip ____

Telephone ____

☐ Primary Infertility / No Fee ☐ Secondary Infertility / $36 ☐ Basic Membership

☐ International / $55 ☐ Complimentary Contributing / $72

☐ Professional / $125

Please make check payable to A TIME Or charge to ☐ Master card ☐ Visa ☐ American Express

Card number ______________________________ Expiration Date ____/____/________

Name as it appears on card ____

Mail to: **A TIME** 1310 48th Street, Suite 406 Brooklyn, NY 11219 / or fax to 718-686-8927

REPRINTS ORDER FORM

Name ____

Address ____

City / State / Zip ____

Telephone ____

☐ I would like to order reprints of A TIME issue(s) # ______________________________

☐ 1 Issue/$5 ☐ 3 Issues/$10 ☐ 5 Issues/$15

Please make check payable to **A TIME**

CONTRIBUTION FORM

I wish to make a tax-deductible contribution to **A TIME** Enclosed is $ ______________________

Please make check payable to **A TIME** and send it to: A TIME 1310 48th St., Suite 406 Brooklyn, NY 11219. Tel: (718)686-8912

Do you wish to honor someone through this donation? If so, please indicate the name of honoree:

____

Do you wish to make this donation in memory of a dear one? If so, please indicate the name of indivdual:

____

Please make check payable to A TIME Or charge to ☐ Master card ☐ Visa ☐ American Express

Card number ______________________________ Expiration Date ____/____/________

My Dearest Friend

By: Rivkie N.

You're very special, my dear friend
I will tell you why
I often think about you with a deep sigh and cry
I feel that our hearts have touched although we've never met
I *daven* and have you in mind until the page is wet

Chorus:
I cry a lot, dearest sister
Thinking of our pain
We try and cry for a child
Time and time again

A family, is the dream of our life
Still we smile and we hope
To be a mother and a good wife
So we daven and try to cope

I sometimes wonder when I'm faced with challenges anew
When desperate hours come, I think, "What does Hashem want me to do?"
I wonder if I should run away,
Or smile and face the world today?
Does Hashem want us to be depressed?
Would He give us an impossible test?
Or is His wish that we find Him and shine?
And that our lips speak words divine?

Chorus:
I cry a lot, dearest sister
Thinking of our pain
We try and cry for a child
Time and time again

A family, is the dream of our life
Still we smile and we hope
To be a mother and a good wife
So we daven and try to cope

I see the children's smiling faces jumping off the bus
And my eyes tear up again thinking of each of us
For a child I yearn deep inside of me
Imagining how it would be
To sit and hold my own *neshama*
Achieve the title a *Yiddishe Mama*
We'll be so happy, my dear friend
Praise Hashem for what He's done
It's a special *nisayon* that we share
Not granted to just anyone!

cont. from previous page

Chorus:
I cry a lot, dearest sister
Thinking of our pain
We try and cry for a child
Time and time again

A family, is the dream of our life
Still we smile and we hope
To be a mother and a good wife
So we daven and try to cope

I think about you my dear friend
Feeling strong, yet lost
We're living in a confusing world
Where few understand the cost
We're so afraid we shouldn't fail
In everything we try
And daven to handle it all
With *emunah, simcha* and pride!

Chorus:
I cry a lot, dearest sister
Thinking of our pain
We try and cry for a child
Time and time again

A family, is the dream of our life
Still we smile and we hope
To be a mother and a good wife
So we daven and try to cope

וזכנו לגדל

Based on V'zakeinu by Baruch Levine

V'zakeinu L'gadil
I, too, want to raise
A child of my own
To teach him Your ways
While I wait for this dream

Darkness it seems
I search for the light
Try to find the courage inside.

Oh, Hashem help me, please
Give me the strength I need
To carry on, be strong
Be happy where I belong
Conquer all my fears
Persevere despite the tears
Hope and believe that victory I can achieve.
Hope and believe that victory I will achieve.

The world we know, the world unseen

Something I've thought about a lot this past year is how profoundly hidden the real world is from us.

I am first struck by the juxtaposition of what we see and what we don't see. One of the most blatant areas for this is the contrast of the way we perceive and relate to a child versus an adult.

We see a world where a child is innocent and pure, while hidden is the purity of each person we meet. I heard once from Shira Smiles that if we knew the reality of the greatness of a person sitting next to us, the fact that we are in the presence of someone *b'tzelem Elokim*, we would not be able to sit in our seats because of the excitement.

We see the effort of a child learning to walk, and not being depressed by each fall, but hidden from us is the beauty of the efforts of us and other adults around us working hard to overcome their *middos*. We forget the words of Chazal: "*Because* I fell, I went up." It isn't even despite the fall that we rise, but *davka* because of it that we are able to succeed. And we forget the words of Chovos Halevavos, calling upon us to celebrate especially the smallest victories as each one is real.

When we see a child, we also tap into the real part of ourselves, the one that authentically wants to give and love. When we see adults, we have multiple reactions, but rarely only those of pure adoration and *chesed*.

We also often see the darker side of life without fully experiencing the unseen beauty in the world.

We see a world where there is pain and loss, while hidden is the fact that nothing real is ever gone. That the *neshamos* we know here are always present, we just cannot see them right now. And the pain is what pulls us to grow, to empathize, to introspection and humility. One of the many things in life that ultimately pulls us closer to Hashem.

We see a world filled with questions, while hidden is a tapestry of truth, where everything is clear and filled with love. I once heard a beautiful *moshel* that life is like a quilt. In this world we see all the knots on the bottom, but on top is a beautiful design, impeccable in detail and perfection, where each color and shape serves an essential role.

We see vapor when we exhale on a cold day, while hidden is the fact that in every breath Hashem is rejuvenating us with new life, coming from a deep place of love and faith.

This past year I experienced a miscarriage of twins, which I found to be the ultimate in hiddenness. These lives were never known, even to me, their mother. Even their deaths were hidden. Most people never knew they were conceived, and their burial was quiet, private and without *shiva*. Yet in the world unseen, something profound happened. Two *neshamos* came into the world, completed their *tikkun*, and returned to Hashem.

We all have our struggles. We all put in our efforts. Sometimes we see the results. Often we don't. But either way, something happened.

Something real.

Something eternal.

And neither we or the world will ever be the same.

What's my point? Two things:

1. On Rosh Hashanah we connect with the purity inside us, the child who yearns to grow and makes mistakes with joy, just picking up to try again. The part of us that wants to give and love. The part of us that knows that the answers exist, and that there is a world beyond what we see. When we hear the *shofar* we touch this part of ourselves. We experience the purity of our soul. And we experience Hashem imbuing us with new life, with ever more moments to complete our divine purpose and add to the perfection and beauty of the quilt of life.

2. Each time we try, or try to try, or even want to try to try, there are profound results in the world unseen. Even if these results are never seen to us in this world, something real happened. And that is something to celebrate.

Bottom line – the reality:

1. You are in essence amazingly pure.

2. Hashem's love is unfathomably strong.

3. All we have to do is point ourselves in the right direction. Everything else is just the details challenging us and making the journey more adventurous and rewarding. •

The author can be contacted at parentgroupemail@yahoo.com.

Public Property

By: Robyn Cuspin

I recognize her face, but I don't know her name. Had she not stopped me, I would have nodded and continued on. But she grabs my arm, and demands, "Are you still going to the gym, because I haven't seen you."

"No," I acknowledge.

"Why?" she insists, "I mean besides all the usual excuses."

I am tempted to answer. Tempted to watch the smug certainty slide off her face as she confronts my unexpected tragedy. But I just smile. "I have my reasons."

She studies me for a moment, both judge and jury. "I believe you," she declares, as she finally releases me.

This woman remarked on only my behavior. But it is only one of several encounters lately that have left me wondering about the way women consider other women's bodies to be public property. Usually the script reads like this. "You've lost weight." The conscientious observer remarks approvingly. To which I remind them gently, "I was pregnant. I'm not pregnant anymore. You can't stay six months pregnant forever."

This is a no man's land, a land where weight loss is truly a loss. I would happily trade places with my burgeoning neighbors, but I didn't make it to the third trimester. Instead I delivered a stillborn at the end of the second trimester, and returned home to begin the process of becoming un-pregnant, without the accompanying adjustment to motherhood. It took about seven weeks, until I felt the accompanying rush of vitality that usually characterizes my non-pregnant states.

Still every time someone remarks on my weight loss, I am overcome with a renewed sense of loss, perhaps because these comments are always intended as a compliment. This is true even for people who are aware of the loss, as though they have forgotten the impact pregnancy has on a woman's body. But pregnancy is not the only private process that impacts the body. Sickness, grief, pain and marital disharmony, can all lead to weight loss. Weight loss is not always a cause for celebration. Sometimes it's a reason to cry.

As I write this, I wonder about the way women seem to consider other women's bodies to be cut off from their personal stories. The Torah anticipated this problem, and provided a way to wake us up to the reality that the person we are passing on the street is more than just a body waiting to be judged on its aesthetic appeal. The laws of *tznius* teach us that the body itself is clothing for the soul. By de-emphasizing the body we are declaring, *I am not a body. I am a soul wearing the body's clothes.*

This is a powerful message to declare about ourselves, but it is not intended to only apply to us. Taken one step further, the process of learning to view other women as internal beings, each with their own rich personal heritage, is to grant every woman we meet a gift that allows them to transcend the narrow confines that society attempts to imprison women within. ●

Reprinted with permission from Chabad.org

Rabbinical Guidance

Institute of Halacha and Technology

A project of A TIME

Available to you exclusively through A TIME, the Institute of Halacha and Technology provides complete Rabbinical guidance to all who seek advice and authority on issues pertaining to gynecology, reproductive medicine, high-risk obstetrics and related medical procedures. Under the auspices of Rabbi Binyomin Landau, Rabbi Ausch, Rabbi Shmuel Fuerst and Rabbi Shmuel Meyer Katz, a team of the most knowledgeable and distinguished Rabbonim have been trained by leading medical professionals to answer questions in halacha involving the most cutting edge advances in modern medicine.

LAKEWOOD

R' Yossef Greenfeld	732-364-1979
R' Avrohom Spitzer	H: 732- 961-9056
R' Moshe Zev Feldman	H: 732-730-9404
R' Yitzchok Tzvi Rubelow	732-905-1603 732-901-5079
R' Shmuel Meir Katz	732-370-5703
R' Chanoch Saltz	732-901-0745
R' Rephael Szmerla	732-370-4858

MONROE

R' Yankel Bergstein	845-783-8589 / 845-783-7610
R' Yakov Yida Braun	845-783-8259
R' Shmiel Eliezer Friedman	845-781-8170

MONSEY

R' Shimon Katz	845-426-2348

NEW SQUARE

R' Yosef Yisroel Eisenberger	H: 845-354-3339 / Cell: 845-304-3438

FLATBUSH

R' Benyomin Cohen	H: 718-252-7243
R' Eliezer Harari	718-375-0422
R' Eliezer Sholom Heisler	718-853-1718

WILLIAMSBURG

R' Hershel Ausch	718-435-1502
R' Zisha Ausch	718-782-7809
R' Leibish Friedman	718-388-9703
R' Usher Man	718-797-4606
R' Chaim Aron Ungar	347-514-1516

BORO PARK

R' Binyomin Landau	718-871-2515
R' Yitzchok Bistritsky	718-972-3549
R' Usher Eckstein	718-972-0233
Rabbi Shlomo Zalman Ehrenreich	718-853-8911
R' Yitzchok Zalmen Gips	718-633-7905/ 718-851-1600 ext. 204
R' Hershal Heilpren	718-435-3898 718-436-6515
R' Burech Lederrich	718-437-0420 718-851-2706
R' Eliezer Sternbuch	718-871-2488
R' Pinchus Wiend	718-436-8432

CROWN HEIGHTS

R' Avrom Bergstein	718-839-5296

CHICAGO

R' Shmuel Fuerst	773-539-4241

FAR ROCKAWAY

R' Binyomin Forst	718-337-6890

QUEENS

R' Hershel Welcher	718-268-1147

Nurses

Specialty nurses provided by A TIME are available to administer injections when necessary. As a member, you are welcome to make use of this inimitable service.
The following nurses are available to give injections:

State	city	Name	phone	Fee
California				
	Encino	Farzaneh Tabibian, RN	(818) 906-8586	NF
	Los Angeles	Mimi Andrusier, RN	(323) 219-7731	NF
	Sacramento	Judy Weinstein, RN	(917) 488-3603	NF
	Valley Village	Renee Mazlin, RN	(818) 508-6311	NF
	Valley Village	Yael Rosenthal, RN	(818) 505-0247	NF
Florida				
	Boca Raton	Yehudis Kaplan-Finman, CNM	(305) 731-3890	FEE
	Boca Raton	Shoshana Kassorla RN BSN.	shosh1000@gmail.com	
	Boca Raton	Sara Bienenfeld PA	954-224-5333	
	Boca and Miami	Judith Kaplan	305 731 3890.	
	Coral Springs	Sara Hurwitz RN	954-650-6138	
	Fort Lauderdale	Marissa Rosenbaum, PA	954-540-5203	
	Hollywood	Shira Melcer-Freitag RN	561-302-1604	
	Hollywood	Galit Hack, PA	917-319-8695	
	Miami Beach	Aventura	786 290 7708	
	Miami Beach	Bina Weiss RN	845 323 1427	
Illinois				
	Chicago	Chaya Siegel, RN	(773) 761-1631 / (773) 620-6139	NF
	Chicago	Bina Simon, RN	(773) 508-6841	NF
	Skokie	Julie Feinberg, RN	(847) 682-4649	NF
	Skokie	Beth Schwartz, RN	(847) 674-6018	
Maryland				
	Baltimore	Jenny Fogel, PA	(410) 764-1082	
	Baltimore	Laura Guttman, RN	(410) 358-0412	
	Baltimore	Elizabeth Loeb, MD	(410) 358-7706	
	Baltimore	Evelyn Shnier, RN	(410) 358-7532	
	Baltimore	Esther Tendler, RN	(410) 484-9438 / (443) 386-5210	NF
	Silver Springs	Chani Feldman, RN	(301) 452-8693	NF
	Silver Springs	Yocheved Mizel, RN	(917) 428-1086	NF
Michigan:				
	Southfield	Debby Kaplan, RN	(248) 552-9254	NF
Missouri				
	St. Louis	Chava Weinman, RN	(314) 862-3358	NF
Texas	Houston	Tzipora Schoen	(818)263-4171	
New Jersey				
	Bergenfield	Leah Kramer, RN	(201) 384-3094	NF
	Deal	Dina Grazzi, RN	Cell:(732) 809-7777	NF
	Edison/Highland Park	Aviva Wolgemuth, RN	Cell:(347) 563-3661	NF
	Englewood	Stefanie Schwartz, RN	(201) 816-8396	NF
	Fair Lawn	Naomi Nussbaum, RN	(347) 439-4244 / (201) 791-7991	NF
	Lakewood	Chaya Bodner, RN	(732) 367-0044	NF
	Lakewood	Esty Caplan, RN	(732) 367-5415	NF
	Lakewood	Rivkah Charloff	(732) 370-3524	NF
	Lakewood	Bracha Cohn, RN	(732) 370-7622	NF
	Lakewood	Shoshana Diamond, RN	(412) 414-6619	NF
	Lakewood	Chani Friedman, RN	(732) 267-7704	
	Lakewood	Alanna Fayazi, RN	(732) 905-9110	
	Lakewood	Michal Brull, CPT	(732) 886-3238/(732) 552-8954	NF
	Lakewood	Baila Geltzehler, RN	(732) 439-0309	NF
	Lakewood	Esther Greenspan, RN	(732) 363-4108/(347) 449-3178	
	Lakewood	Esty Horowitz	(718) 578-1996 (732) 363-8476	NF
	Lakewood	Penina Danziger, RN	(848) 525-4993	NF
	Lakewood	Varonica Rizzi	(732) 364-7770 X5	FEE
	Lakewood	Tziporah Joseph, RN	(732) 363-5883	NF
	Lakewood	Ahuva Kleinman, RN	(732) 901-7350	NF
	Lakewood	Esther Pernikoff, RN	(732) 901-4412	
	Lakewood	Chana Tropper,RN	(732) 730-0808	NF
	Lakewood	Libby Weiss,RN	(732) 961 9893	NF
	Long Branch	Jacqueline Gemal, RN	(732) 829 3172	
	Passaic	Aliza Feit, RN	(917) 521-2262	NF

State	city	Name	phone	Fee
	Passaic	Shalva Hirsch, RN	(973) 202-8969	NF
	Passaic	Sarah Schiffman, RN	(973) 472-0365	NF
	Teaneck	Rachel Abraham, RN	201-575-1432	NF
	Teaneck	Lisa Rothschild, RN	(201) 692-0323 / (917) 443-6739	NF
	Teaneck	L'Via Weisinger, RN	(201) 801-0784	NF
	Teaneck	Rachel Yolkut, RN, BSN	(201) 357-5874	Fee
	West Orange	Dina Goldstein, RN	(973) 325-1812	NF
	Westgate	Ella Rachel Mann, RN	(732) 370-5687	NF
NEW YORK:				
Bronx:	Bronx	Linda Torres, RN	(718) 513-0116	Fee (A/S)
	Riverdale	Sarah Adelson, RN	(718) 796-8850/(917) 442-4545	NF
	Riverdale	Stephene Bellin, RN	(212) 799-6531	Fee
	Riverdale	Sandra Goodman, NP	(718) 543-6809	NF
	Yonkers	Rina Ginat, RN	(914) 562-4433	NF
Brooklyn:	Bensonhurst	Dina Lapp, RN	(718) 837-2970	Fee
	Boro Park	Janie Friedman, RN	(718) 436-9847	NF
	Boro Park	Gary Guttman	(917) 701-5900	Fee
	Boro Park	Miriam Herman, RN	(347) 496-1155	NF
	Boro Park	Pilar Morales, RN	(718) 309-3007	Fee (A/S)
	Boro Park	Rechy Moseson RN	(347) 831-7433	
	Boro Park	Ruchy Cohn	(646) 320-1256	NF
	Boro Park			
	Boro Park	Shulamis Nove	(718) 972-4263	NF
	Boro Park	Simi Phillip PA	(718) 724-9944	NF
	Boro Park	Laurana Sapolla, RN	(646)358-7362/(718)331-5991	Fee (A/S)
	Boro Park	Leah Sprei, CMA	(718) 252-0305	NF
	Boro Park	Barbara Sundak, RN	(718) 859-7340	Fee (A/S)
	Boro Park	Draizy Wald, PA	(917) 754-7754	NF
	Boro Park	Shevy Serhofer, RN	(718) 810-8222	NF
	Canarsie	Penny Peterson/Monroe,RN	(917) 757-9055	Fee (A/S)
	Crown Heights	Channie Akerman, RN	(718) 756-0781 / leave message	Fee
	Crown Heights	Tzipora Clapman, RN	(718) 774-9313 Call 8:30AM or 5:00pm	
	Crown Heights	Chayenka Silberstein	(347)406-4975 / (718)-778-7935	NF
	Crown Heights	Esty Slavin, PAC	(718) 774-1843	
	Mnhtn Beach/Flatbush	Adina Erez, PA	(917) 334-4134	
	Flatbush	Chany Bodenstein, RN	(917) 496-3188 / please text	NF
	Marine Park	Sarah Goldman, RN	(718) 216-6812	NF
	Flatbush	Chava Kaplowitz, RN	(718) 338-5080	NF
	Flatbush	Elisa(kautcher) Hurewitz	(718) 336-0136	NF
	Flatbush	Chava Levy, RN	(718) 998-4939	FEE
	Flatbush	Judy Lustig, RN	(718) 998-2391	NF
	Flatbush	Cindy Melamed, PA	(917) 445-3015	NF
	Flatbush	Yael Saadon	(718)530-8102	NF
	Flatbush	Leat Romano, RN	(917) 331-7373	NF
	Flatbush	Shalva Shashitsky, RN	(718) 645-7934	NF (D/O)
	Flatbush	Rachel Halpert RN	(917) 860-1634	
	Flatbush	Esty Baida	(718) 954-6333	NF
	Flatbush	Baila Horowitz	(347) 419-3006	NF
	Flatbush	Rachel Halpert RN	(917) 860-1634	NF
	Kensington	Marina Dukhan, DO	(718) 284-2264	NF
	Kensington	Tirtzah Karuszyner, RN	(347) 512-9511	Fee
	Sea Gate	Chany Kimelfeld, RN	(718) 372-1115	NF
	Williamsburg	Chaya S. Franczoz, RN	(718) 625-1223	NF
	Williamsburg	Yitty Mandel	(718) 208-8919	
Long Island	Valley stream	Rosa Fernandez, RN	(347) 495-1126	Fee (A/S)
	Cedarhurst	Toni Dittus, RN	(516) 612-2160	NF
	Great Neck	Betty Bandary, RN	(516) 773-6174	NF
	Great Neck	Orly Steinberg, RN	(516) 567 8221	FEE
	Lawrence	Rivky Fischer, CNA,CPT	(516) 239-0219	NF
	Lawrence	Dr. Mermelstein	(516) 371-9594	
	Woodmere	Alyssa Sacks RN	(917) 670-0390	NF
	West Hempstead	Audrey Davidowitz, MD	(516) 486-0454	NF

State	city	Name	phone	Fee
Manhattan:		Cindy Melamed, PA	(917) 445-3015 NF	
		Arielle Siegel, RN	(516) 695-9744	NF
	Lower East Side	Leah Homnick PCA, CPT	(917 -554-1459	
	Upper West Side	Fabiene Rottenberg, DPM	(212) 724-4457	NF
	Upper West Side	Shevy Serhofer, RN	(718) 810-8222	NF
	Upper West Side	Shira Westreich, RN	(212) 595-5122	NF
	Washington Heights	Sharon Sommer, RN	(212) 781-4216	
Monroe:		Vickie Nowosielski, RN	(917) 743-3507	Fee (A/S)
		Rivky Sandel, CPT	(845) 629-1212	
		Dorothy Prey, RN	(845) 928-6296	Fee (A/S)
		Eileen Grimes, RN	(845) 928- 8269	
Monsey:		Chaya Back, RN	(732) 267-3988	NF
		Nechama Abou, RN	(845) 352-0117	
		Sherry Broidy, RN	(845) 928-3391	Fee
		Samuel Feder	(845) 362-6080	
		Brocha Lichtenstein, RNC	(845) 356-0939	NF (D/O)
		Leah Lichstein, RN	(845) 362-0990	NF
		Leah Webster	(845) 642-4333	
		Goldy Malek	(845) 323-7718	NF
		Yossi Malek	(845) 323-7717	NF
		Miriam Schiffer, RN	(845) 918-1708 / (914) 419-2894	NF
		Malka Weinstein, RN	(845) 362-0288	NF (D/O)
	S. Monsey, Airmont	Chaya Becker, RPA	(845) 352-0969	
	Spring Valley	Blimy Brill	(845) 354-1211 / (845) 558-1447	NF
	Spring Valley	Yehudis Reichman, RN	(845) 354-0682 / (845) 499-5216	NF
	Spring Valley	Chevy Unger RMA CPT	(845) 422-5400	
Wesley Hills	Wendy Schindler, RN	(845) 354-6536		
Queens:	Far Rockaway	Rena Gordon, RN	(718) 471-8985	NF
	Far Rockaway	Esty Klein, RPAC	(718) 501-3860	NF
	Far Rockaway	Rochel Lieberman, CM Pager	(718) 206-6081 #16460	NF
	Far Rockaway	Faigy Singer, RN	(718) 868-3935	NF
	Far Rockaway	Yehudis Brown, RN, BSN	(410) 522-8879	
	Far Rockaway	Sarah Schechter, RN	(718) 327-3250	NF
	Far Rockaway	Avigail Weiss, RN	(917) 841-8693	NF
	Far Rockaway	Dina Kret	(516) 375-1989	NF

State	city	Name	phone	Fee
	Flushing	Anat Benjamin, MD	(718) 539-7736 / (917)224-8487	NF
	Flushing	Yael Kluyov, RN	(646) 881-3111	
	Flushing	Miriam R. Heimowitz, RN	(718) 261-4373	
	Flushing	Ruty Koenig, RPAC	(718) 793-9666	NF
	Jamaica	Esther Natanov, RN	H: (718) 380-9730 / W: (718) 283-6587	Fee
	Woodside	Vahida Gilic, RN	(718) 578-7944	
	Kew Gardens	Irina Aronova, RN	(718) 544-0367	Fee
	Kew Gardens	Aviva Gluck, RN	(917) 579-5427	NF
	Kew Gardens	Dena Friedman FNP-BC	(201) 759-5761	NF
	Kew Gardens	Sheva Turk, RN	(718) 263-6521	NF
	Kew Gardens	Esther roman	(718) 487-3754	NF
	Kew Gardens	Adina Berger, RN	(845) 659-5108	NF
Staten Island:		Marcia Brathwaitte, RN	(917) 841-5273	Fee (A/S)
		Arlene Jacobson, RN	(718) 983-0138	NF
		Esther Kay, RN	(718) 370-3515	
Ohio:				
	Cleveland Heights	Aviva Kupfer, RN	(216) 932-8933	NF
	Cleveland Heights	Leah Kushner, RN	(216) 371-1265	NF
	Columbus	Aliza Feingold, RN	(614) 239-6356	NF
CANADA:				
	Montreal	Mrs. Demercur, RN	(514) 739-1462	NF
	Montreal	Faigy Hershkowitz, RN	(514) 341-6399	Fee
	Montreal	Flora Sasportas, RN	(514) 735-8145	
	Toronto	Aldith Baker, RN	(416) 667-1276	Fee
	Toronto	Ruby Bailey, RN	(905) 470-7379	Fee
	Toronto	Fay Conville, RN	(905) 727-6207	Fee
	Toronto	Eve Gallingan, RN	(416) 787-5154	Fee
	Toronto	Chavie Kestenbaum, RN	(416) 787-0067	
	Toronto	Joanne Lang, RN	(416) 783-8782	
	Toronto	Elisheva Lightstone, RN	(416) 256-0470	
	Toronto	Malky Meckler, RN	(416) 789-0893	
	Toronto	Rachel Ohayon, RN	(416) 781-1218	
	Toronto	Rochel Travis, RN	(416) 631-9409	
ENGLAND:				
	London	A TIME England office 020-8800-2153 / email: admin@atime.org.uk		

If a nurse is needed on Shabbos, call Chaya at 718-258-5002 or Vivienne at 917-783-9514

A/S=Available Shabbos, D/O =Doctor's Order, NF=No Fee

If you know of any other nurses who would be willing to provide this crucial service, especially in neighborhoods not yet covered, please let us know. And many, many thanks to all those listed above. A TIME is not responsible for any treatments administered by any of the Nurses or Nurse Practitioners listed herein. Nothing herein constitutes medical advice and all readers are recommended to consult their physician.

For More Information, Please Call (718) 686-8912 ext. 202

Dedicated to the Memory of Charlie Weiss
נתן קרפל בן משולם ע"ה

We are currently updating the names on our Labor/tehillim packet.

Since there are many distinguished Rabbonim who advocate reciting Tehillim for others whilst in the throes of childbirth, among them Rabbi Mordechai Finkelman, Rav Yosefi and Rav Nissim Yagen of Yerushalayim, we have compiled a beautiful tefilla said while in labor along with a Tehillim list of our couples upon the couples' request. We send it to OB/GYN offices, to labor coaches, doulas as well as expectant couples (upon request). If you would like to be on this list please contact A Time:

Email: admin@atime.org • Call: 718-686-8912 ext. 200 • Fax: 718-686-8927

Please make sure to include the following information:

Your First & Last Name ______________________ Contact Phone # ____________

Husband's Full Hebrew Name ______________ Wife's Full Hebrew Name ____________
Please make sure the spelling is correct.

Please note, we only accept names given by the individual couples and only the Tehillim names are printed.

Important E-mail Addresses

admin@atime.org
membership@atime.org
helpline@atime.org
supervision@atime.org
insuranceadvocacy@atime.org
events@atime.org
peersupport@atime.org
pregpacket@atime.org
library@atime.org
adoption@atime.org
monsey@atime.org
contact@atime.ca
atime.london@gmail.com
Israel@atime.org
midatlantic@atime.org
Midwest@atime.org

A TIME Library Information

Boro Park

A TIME Library and Conference Center
1310 48th Street, Brooklyn, NY 11219
Monday-Thursday 9:00 AM-5:00 PM
Appointments are available at other times.
Call Shaindy: (718) 686-8912 extension 209
library@atime.org

Lakewood

Call: (973)494-2334
or (732)370-7025,

England

By appointment
Call Henny: (208) 800-2153
admin@atime.org.uk

Israel

By appointment:
Bracha or Tzippy: 052-377-0444
Israel@atime.org

Come and browse through our huge selection of medical and chizuk books and CD's selected especially for you!
For general library information call:
Shaindy Blau (718) 686-8912 extension 209 | email: library@atime.org

Sara Barris, Psy. D • 718-544-0932
Specializes in all areas of fertility and adoption

CHAVA
A PROJECT OF A TIME
HEALTHY WOMEN HEALTHY YOU

- Obstetrics Routine / High Risk
- Gynecology
- Urogynecology
- Pregnancy Loss
- Cycle Management / PCOS / Endocrinology
- Pediatric / Adolescent Gynecology
- Menopause
- Pelvic Pain
- Fertility Preservation
- Halacha pertaining to all areas of women's health

For all questions and concerns about women's health from birth to menopause

Give us a call, we have the answers, the experience and we can help you

For the best referral and advice in women's health
718.475.1415 chava@atime.org

A TIME
BUILDING LIVES... BUILDING FAMILIES...
www.atime.org

❶ ENGLISH

1)INSPIRATIONAL TOPICS

1. Rabbi Fishel Shachter
2. Rabbi Yechiel Kaufman
3. Rabbi Chazan @UK Shabbaton
4. Dayan Yonoson Abraham
5. Rabbi Matisyahu Solomon
6. Rabbi Paysach Krohn
7. Rabbi Zecharia Wallerstein
8. Rabbi Ephraim Wachsman
9. Rabbi Moshe Tuvia Lieff
10. Rabbi Moshe Young
11. Rabbi Dovid Orlofsky
12. Rabbi Yitzchok Reuven Rubin @UK Shabbaton
13. Rabbi Naftuli Weiss on Pesach
14. Rabbi Yosef Shlomo Cohen @UK Shabbaton
15. Rabbi Ephraim Wachsman @Shabbaton - Friday Afternoon
16. Rabbi Ephraim Wachsman @Shabbaton - Shalosh Seudas Speech
17. Rabbi Ephraim Wachsman @Shabboton - **Emunah Song**
18. Rabbi Yisocher Frand
19. Rabbi Uren Reich
20. Rabbi YY Rubinstein
21. Rabbi Ungar @Medical Conference
22. Rabbi Yechiel Spero on Tishrei
23. Rabbi YY Jacobson @US Shabbaton
24. Rabbi Zev Leff
25. Rabbi Yaakov Horowitz on Pesach

2) MEDICAL

1. Dr. Josh Klein - Basics of Diagnosing and Treating Infertility
2. Dr. Marc Goldstein - Male Infertility
3. Dr. Josh Klein and Martha Mckittrick / Nutritionist - PCOS
4. Dr. Allan Berkeley - IVF and PGD
5. Dr. Zev Williams - Pregnancy Loss
6. Dr. Goldshlag(Cornell) and Dr. Grunfeld (RMA NY) - Infertility Basics
7. Dr. Forman(RMA NJ) - IVF and PGD
8. Dr. Pfeiffer(Cornell) - Unexplained IVF Failure
9. Martha Mckittrick / Nutritionis
10. Dr. Rybak (RMA NJ) - PCOS
11. Dr. Rybak (RMA NJ) - IVF

3) WEEKLY THOUGHT ON THE PARSHA BY R' AVRUMI ROBINSON

❷ YIDDISH

1)דרשות

1.הר"ר נפתלי אלימלך ווייס – מוצ"ש ויחי תשע"ב
2. כ"ק הגה"צ רבי יוסף יואל קאהן / מבקשי אמונה א"י – מוצ"ש ויחי תשע"ב
3. הר"ר יוסף בנימין וואזנער / סאטמאר לאנדאן – מוצ"ש ויקרא תשע"ב
4. הר"ר חיים אהרן אונגאר / דיין - חנוכה
5. הר"ר אלימלך בידערמאן / א"י - חנוכה
6. הר"ר יואל וויינבערגער
7. הר"ר חיים יושע האלבערשטאם / סאטמאר
8. הר"ר שמעון זאב מייזליש / שכונת ברך משה ק"י
9. הר"ר י חזקאל אינזליכט / לאנדאן – חנוכה

❸ WOMEN SPEAKERS

1) INSPIRATIONAL TOPICS

1. Rebbetzin Aviva Feiner on Chanukah
2. Mrs. Chany Feldbrand
3. Mrs. Miriam Liebermann
4. Mrs. Sara Klein-A Message for Pesach
5. Mrs. Sara Barris on Marriage
6. Mrs. Suri Moskowitz- Becoming a Better You
7. Mrs. Ruchi Rosenfeld- Building Emunah Through Navigating Relationships with Family
8. Mrs. Brany Rosen-A Message on Journeys

2) MONTHLY SERIES BY MRS. TOVA FUCHS

3) PREGNANCY LOSS SUPPORT SERIES

1) Dr. Norman Blumenthal - Dealing with the Shock and Denial
2) Mrs. Brany Rosen - Strengthening Your Marriage
3) Mrs. Joy Stimmel - Communicating with Friends and Family
4) Dr. Shoshana Karasick - Healing and Moving Forward
5) - Dr. Rebarber and Dr. Fox of MFMA - Ask the Experts
6) Rabbi Chaim Aron Unger - A Message of Hope

4) A SERIES ON EMUNAH AND BITACHON BY MRS. CHANY JURAVEL

1. Trusting in Trust
2. Building and Maintaining Trust
3. The Right Balance
4. How Much is Enough?
5. Simply Believing
6. The Difference
7. Dancing Between Effort and Trust

❹ NEWS & UPCOMING EVENTS

❺ COMPLETE LIST OF ATIME SERVICES

❾ HOTLINE UPDATES & INSTRUCTIONS ON HOW TO NAVIGATE THE SYSTEM

1) In Memory of Mrs. Yocheved Weiss
2) Instructions on how to navigate the system
3) Leave a Message
4) Sponsor
5) Hotline updates

ריכטיג. וואו זענען זיי אלע געוועזן ביז יעצט? צו האבן ענק זיך אויך משתתף געווען אין מיין צער די אלע שווערע יארן ביז אהער? איך האב דאך אלס זיך געשפירט אליינס אין מיין וועלט און געטראכט אז קיינער פארשטייט נישט מיין ווייטאג. בשעת מעשה האב איך געטראכט: כאטש יעצט קומט מען זיך משתתף זיין מיט מיר לאמיר דאס אננעמען מיט אפעטיט און נישט פרעגן אזוי פיל קושיות.

אבער שפעטער האט מיר די באשעפער אריינגעשיינט אין הארץ א ביסל צו אריין קלערן און פארשטיין דעם ענין. דאס איז דאך באקאנט אז א מענטש וויל נישט שפירן קיין ווייטאג און ווען עס וועט איהם קומען מחשבות אדער הרגשים פון צער, פרובירט ער גלייך דאס אוועק צו שטיפן. דעריבער איז זייער שווער צו פארלאנגען אנדערע זאלן שפירן מיין צער און אויך ווייטאגן אויף מיין חסרון. אבער שמחה איז א זאך וואס יעדער וויל און קען באשטיין דאס צו שפירן וואס מער, דעריבער איז יעדער גרייט באמת זיך מיט צו פרייען מיט מיין שמחה און עס איז נישט סתם א שפיל. נאך מער פון דעם, אפי' דער וואס האט זיך מצער געווען מיט מיין ווייטאג האט ער אבער נישט געהאט וויאזוי דאס ארויס צו ווייזן פאר מיר, במילא האב איך נישט געקענט וויסן וויפיל עס טוהט באמת ווי מיין חסרון אז איך ווארט פאר קינדער און איך האב געמיינט אז איך בין אליינס אויפן וואסער אבער יעצט ביי מיין שמחה קען יעדער ארויסווייזן ווי שטארק זיי פרייען זיך מיט און אויב זיי פרייען זיך יעצט מיז זיין אז זיי האבן א ביסל געשפירט מיין צער. ווען נישט, וואלט מיין ישועה נישא געווען פאר זיי אזא שמחה, נאר איך האב נישט געוואוסט דערפון.

און באמת לאמיר אריינקלערן צו דען שפיר איך יא מיט א צווייטנ'ס צער. וואס איז געווען מיין רעאקציע ווען איך האב געהערט אז א חבר מוטשעט זיך מיט געזונט, פרנסה אדער נחת? וואס האב איך געטראכט ווען עס איז ליידער געווען א טראגעדיע? צו האב איך דען נישט געשפירט אז מיין הארץ און מחשבה זענען שוין פיל מיט מיין אייגענע פראבלעם און עס איז נישט דא קיין פלאץ פאר נאך ווייטאג? וואס האב איך געטראכט ווען א איד איז געגאנגען נאך געלט פאר הכנסת כלה ווייל ער האט א שטוב מיט דרייצן קינדער: פריי דיך ב"ה, הלואי אויף מיר געזאגט. אויב אזוי ווי קען איך האבן טענות אז אנדערע שפירן נישט מיט מיין צער און ווייטאג. און אפילו אויב איך האב יא מיטגעפילט מיט אנדערע מענטשען איז עס נאר טאקע ווייל מיין אייגענע פראבלעם האט מיך אויפגעהויבן נישט צו זיין אזוי פארנומען צו טראכטן נאר פון זיך. יא: אונזערע יסורים און ווייטאג לייטערט אונז אויס און מיר פארדינען גאר א סאך ריכטיגע פיינע מידות וואס אנדערע זענען נישט זוכה דערצו און זיי בלייבן שטענדיג פארנומען במחשבה, דיבור ומעשה מיט זיך, דער אייגענע שטוב, קינדער און געלט און זיי קענען נישט ארויס קרוכען פון די אייגענע ד' אמות צו טראכטען און שפירן פון א צווייטען.

איז לאמיר זיך שטארקען 'איש את רעהו יעזורו ולאחיו יאמר חזק'. ווי די מדרש זאגט אויפ'ן פסוק 'שה פזורה ישראל' אז כלל ישראל איז צוגעגליכן צו א שעפסעל וואס ווען מען שלאגט איהם אויף איין אבר שפירט ער די ווייטאג אויף אלע איברים - אזוי אויך זענען אידישע קינדער, ווען איינער האט יסורים און צרות, שפירען עס אלע אידן און ליידען מיט זיין צער. און אז מיר וועלן זיך שטארקען מיט אחדות יעדער וועט שפירען אז ער איז די גליקליכער און זיין חבר'ס שווערקייט איז א סאך מער ווי זיין אייגענע. נישט אז מען זאל שטענדיג טראכטען אז יענער איז גליקליך און איך בין די מיטגעמאכטער נעבעך. אזוי וועלן מיר זיך קענען ריכטיג שטארקען איינער די צווייטן אין די באשעפער וועט זיך מיט אונז איך פירן אזוי און מיט זיין גרויס רחמנות וועט ער אונז ארויסלייזן יעדער פון זיין גלות בגוף ובנפש און מיר וועלן שוין זוכה זיין צום גרויסן גאולה שלימה בביאת גוא"צ בב"א

דיין חבר וואס קוקט ארויס מיט האפענונג אויף דיין ישועה
ש. א. ט.

אן אפען הארציגע בריוו

ל

כ' מיין טייערע פריינט וואס ברוך ה' מיר האבן זוכה געווען זיך מחזק צו זיין צוזאמען אין די שווערע צייטן, זאל דער אויבערשטער העלפן מיר זאלן שטענדיג בלייבן נאנט און זיך שטארקען מער און מער מיט אמונה אויף לאנגע געזינטע יארן.

מיט די שורות וואס איך שרייב צו דיר וועל איך פרובירן א ביסל אויסצושמועסן וואס ליגט מיר אויפן הארץ און איך האף אז די וועסט מיר פארשטיין און מיר קענען ארויסהעלפען.

אזוי ווי די רבוש"ע האט ברוב רחמיו וחסדיו מיר געשאנקען נאך אסאך יארן א זיס לעכטיג יונגעלע און איך האב זוכה געווען איהם מכניס זיין בבריתו של אברהם אבינו האב איך באמערקט בשעת דער שמחה אז עס זענען געקומען אסאך חברים און ידידים זיך משתתף זיין אפ' זיי זענען נישט געווען אזוי נאנט מיט מיר און אלע האבן מיר געזאגט ווי שטארק זיי פרייען זיך מיט מיט מיין שמחה. און איך האב געשטאנען און זיך געוואונדערט צו קען דאס זיין

אזויפיל מאל שטייען מיר אין מצבים וואס מען שפירט; די פאקטן זענען דאך אזוי קלאר און שטייף, און מען טראכט צו זיך; ווי איז נאך דא א מקום פאר תפלה? זעסט דאך קליפ און קלאר?! לאז געמאכט. עס איז דאך קלאר אז עס איז דא א זאך פון "תפילת שוא" אן אומזיסטע תפלה.. לאז עס שוין לויפן.. מאך דיר באקוועם.. מאך שלום מיטן מציאות..

זיצענדיג ביי א משפחה שבע ברכות שטעלט זיך אויף א יונגערמאן ר' יואל מאשקאוויטש און פארציילט ווי פאלגנד: דארפענדיג זיין אין א צווייטע מדינה, קלינג איך אן מיין חבר און בעט אים א טובה ער זאל מיר אויפפיקען פון עירפארט אריין אין שטאט. אויפן וועג פארציילט מיר די חבר אז ער זיצט יעדן טאג ביי א שיעור פון א חשובע רב. און יעדן טאג פאר ער הייבט אן די שיעור זאגט ער א טרעפליכע מוסר ווארט אדער א מעשה. היינט האט די רב דערציילט א מעשה וואס ער האט געהערט פון די באקאנטע ר' אלימלך בידערמאן שליט"א. עס איז געווען א יונגערמאן וואס פלעגט אייביג מתפלל זיין ווען ער איז געפארן אויפן וועג, אויב האט ער געדארפט געבן טאל, אז ער זאל אנקומען צו א מאן און נישט צו א פרוי.

אמאל איז ער געפארן מיט א חבר אויפן וועג. פארן אנקומען צו די טאל בודקעס זעהט ער שוין אז עס איז דא נאר איין בודקע אפען. זאגט אים די חבר, יעצט האט נישט קיין שום פשט מתפלל צו זיין; ווייל עס איז דאך סייווי דא נאר איין בודקע, און וויאזוי עס איז וועט סייווי זיין. נו, האט ער טאקע נישט מתפלל געווען. עס איז געווען א לאנגע שורה און פארנט פון אים, ווי נאר ער איז אנגעקומען צום בודקע קומט ארויס א מאן און הייסט אים בלייבן שטיין און א פרוי קומט צו גיין איבערנעמען דעם מאן..!! אט די מעשה וואס ער הערט יעצט כלי שלישי האט מיט אים זעלבסט פאסירט!!

די מעשה גיבט א מוראדיגע שאקל.. ווייל עס איז אמת אז עס איז דא די זאך פון א תפילת שוא א אומזיסטע תפלה.! אבער פון די צווייטע זייט דארף מען וויסן; מיר זענען אויסדריקליך נישט, די וואס מאכן אפ וועלכע תפלה עס גייט אריין אין די קאטעגאריע פון אומזיסט..!! מיר מוזן זיך האלטן מיט א תמימות צום "אפילו חרב חדה מונחת על צווארו של אדם אל ימנע עצמו מן הרחמים" וואס מיינט, אפילו די שארף פונעם שווערד רירט שוין צו די פלייש זאל מען נישט זאגן, זעסט דאך עס איז שוין נישט דא וואס צו טוהן!!

ווען דער יונגערמאן בעט ווען יא א תפלה, וואלט דאך דער רבש"ע געקענט מאכן אז די שיפט טויש זאל זיין תיכף נאך זיין קאר.! איז ער געווען א חכם.. ער איז א ווייסער.. ער ווייסט אז יעצט איז שוין דערנאך.. האט ער עס באקומען אין פנים אריין אויף די קלארסטע אופן וואס נאר שייך!!

מיר מוזן זיין: **גלייבעדיג מיט א תמימות!!** אפאר יאר צוריק אין א באוויסטע ישיבה אין מאנסי האט זיך געמאכט אז א מאמע האט איינגעשריבן איר זוהן, אבער די הנהלה האט קאטעגאריש אפגעווארפן זיין אפליקאציע ווייל די כתה איז שוין געווען איבערגעפילט אויף א אופן וואס אפילו פאר די גרעסטע פילאנטראפ פון ישיבה האט מען זיך געמוזט אנטשולדיגן און נישט נעמען זיין זוהן. און נאכן זעהן די פאקטישע נומער פון בחורים האט ער באמת פארשטאנען די הנהלת הישיבה, אז עס איז באמת נישט מעגליך אנצונעמען זיין זוהן. און ער איז ווייט נישט געווען ברוגז און געשיקט זיין זוהן אין א אנדערע ישיבה.

אבער די מאמע האט באשלאסן, זאל זיין וואס זאל זיין.. איר זוהן דארף גיין אין די ישיבה.. אז זי האבן נישט קיין פלאץ איז עס זייער דאגה זי שיקט אים.!

די ערשטע טאג פון זמן, דער בחורל שפאצירט אריין אין ישיבה מיט א נייע שיינע גמרא געבינדן און געגלאנצט. מיט די אויסגעביגעלטע ישיבה כאלאט. אינגאנצן גרייט ארייצוקומען אין שוואונג, טרעפט א פלאץ און איז גרייט אנצוהייבן לערנען. צוביסלעך קומען אלע בחורים אן און די מנהל גייט ארום געבן שלום עליכם פרעגט יעדעם זיין נאמען און מאכט אים היימיש. אנקומענדיג צו דעם בחורל גיבט ער אים א ברייטע שלום עליכם און פרעגט אים וויאזוי ער הייסט און ער זאגט זיין נאמען. די מנהל ווערט צומישט וואס גייט דא פאר? די בחור'ס מאמע האט זיך טאקע נישט געלאזט, געקעמפט ווי א הארטע ניסל. אבער מען האט איר קלאר און דייטליך געזאגט אז זי האבן פאר איר זוהן נישט קיין פלאץ.! דער מנהל ווייסט נישט וואס צו טוהן, ער וויל אודאי נישט פארשעמען דעם בחור אבער עס איז נישט דא קיין פלאץ! אוממעגליך..! דער בחור האט ווייזט אויס פארשטאנען די דילעמא פון דער מנהל, און מיט אויפריכטיגע תמימות געזאגט; אז זיין מאמע האט אים געזאגט אז ער זאל אהערקומען..!! די מנהל נישט ווילנדיג מאכן איבריגע טומלן איז קודם אוועקגעגאנגען. שפעטער רעדענדיג צו די איבריגע הנהלה איבער די סיטואציע האט די מנהל געזאגט, דער בחור האט געזאגט אזוי אמת'דיג און קלאר אז זיין מאמע האט אים געהייסן אהערקומען.. ווי איינער זאגט; איך האב נישט קיין אהנונג איך פאלג וואס מען הייסט, אז קעגען די ריינע תמימות קען מען גארנישט טוהן.. נישט דא קיין געווער אפצושלאגן אמת'ע תמימות..!! מיר האבן קיין אויסוועג האט די מנהל אויסגעפירט..!! יא פלאץ נישט פלאץ, דער בחור איז דארט געבליבן!!

די מעשה איז דאך נורא נוראות... אלץ ווען מיר קומען מתפלל זיין קומען מיר ווי א פעסטע חברה מאן.. מיר פארשטייען ווען תפלה ארבעט יא און ווען נישט. מיר קלויבן זיך צייטן און אופנים ווען און וויאזוי צו בעטן ווי קלויבענדיג א אתרוג ביים סוחר!!

מיר דארפן קומען צום אייבערשטען מיט א געוואלדיגע תמימות: טאטע אין הימל; איך ווייס נישט גארנישט.. איך ווייס איין זאך; די האסט געהייסן מתפלל זיין.. די האסט דורך דיינע נביאים געזאגט אז די טויערן פון טרערען זענען אפען; פארדעם קום איך צו דיר.. פארדעם גיס איך אויס מיין צובראכען הארץ צו דיר; ווייל די האסט קלאר געזאגט אז אונזערע טרערן קומען אן צו דיר..! בעט איך דיר; פארנעם מיינע טרערען.. הער מיין תפלה.. ווייל איך ווייס גארנישט.! איך פאלג בלויז וואס די האסט מיר געהייסן און באאויפטראגט.!

טאטע אין הימל זאל'ן שוין ענדליך אונזערע תפילות ביי דיר אנגענומען ווערן לרחמים ולרצון. באשענק אונז א יאר פיל מיט נחת דקדושה.. דערהייב אונזערע הערצער.. און דערפיל אונזערע הענט מיט געזונטע זיסע ליכטיגע דורות וואס זאלן אלע זייערע טעג ברענגען כבוד פאר דיין נאמען!! •

תפילה מיט א תמימות

עס איז געווען א לאנגע שורה און פארנט פון אים, ווי נאר ער איז אנגעקומען צום בודקע קומט ארויס א מאן און הייסט אים בלייבן שטיין

יחזקאל קראנץ

צו זיין טאטע לויפט ער מיט נצחון
זעסט צו פאליטיק ווי גוט איך פארשטיי
איך האב שוין געזעהן טבות טבח והכן
אז עס לוינט נישט מאכען ביזנעס מיט זיי

קינד מיינס ווער נישט אזוי גרויס - ביי - דיר
יעדע ביזנעס האט יועצים און מבינים
אויפען צענטן שטאק ביי זיי אין פרוזדור
צדדים לכאן ולכאן איבערגיין זיי טוהן אים

און ווען זיי טוהן שוין יא עפעס באשטומען
דארפען זיי נאך דעם פרעזידענט׳ס הסכמה
ער נעמט אחריות אויף אלעס וואס וועט נאכקומען
רעד דיך נישט איין אז מ׳האנדעלט מיט קעפ דומע

ממילא שעפעלע טוה דיר אליינס די טובה
מאך נישט חשבונות אויף זאכן נישט דיינס
פאוקעס ענדערשער אויף דיינע לימודים, דיין הוה
וועסטו אפשר דאן האבען א טשאנס

***

א יאר פאראיבער און דאן נאך עטליכע
וואו ווייטער אין וועג וואס זעהט אויס פארהאקט
ווערט אנטפלעקט אן השגחה א געטליכע
וואס מאכט ביי מיר שטערקער דעם פאקט

איך קליינע מענטש קען גארנישט זיין משנה
וויל אויבען דארט איז דא א מנהיג לבירה
איך קען וויינען, פארפירען, און אויך זיין מקנא
אבער איך ווייס אז כ׳פארמאג נישט קיין בחירה

א פארלוסט צו א געווינס איז נישט אין מיר תלוי
איך לאז מיין בעל הבית נעמען אחריות
אפי׳ עס קוקט מיר אויס אנדרעש בסתר ובגלוי
כ׳קען דאך ממילא נישט טוישען די נייעס

וואס איך קען אבער יא איז צו פארשטארקן
מיינע לימודים אינעם הוה און ווערן גרעסער
מיט אמונה גלייבען אז די יסורים ממרקין
וועט מיך מאכען פאר א טאטע פיהל בעסער.... •

אלעם מיט א חשבון

מ.ד.מ.

זיצט א קינד א פארקלערטע
אין צופריה איבערן טעלער
בשעת פרישטאג שלונגט ווערטער
אינעם צייטונג נייעס קוועלער

א קאמפאני גאר בעל - בתיש
וויל פופציג ביליאן דאלאר אינוועסטירען
אין א לאנד גאר פארצייטיש
איר אויפבויען און אזוי בענעפעטירען

נעה, צושמייכעלט זיך דער חכם
זיי גייען די הויזען דערלייגען
אין אזעלעכע פרימאטיווע שטחים
טראכטען הערשער נאר פון טאש אייגן

א וואך שפעטער ליינט ער ווידער
אז א געשלעג האט דארט אויסגעבראכען
דאס מצב אינעם לאנד בכלל נישט מסודר
די שליחים קוים מיטן לעבען ארויסגעקראכען

איך האב געזעהן ווי ער לויפט מיט איין אטעם
בין איך שוין איינגעזעצן רואיג און באקוועם
און זיך צוגעקוקט ווי עטס פראבירט אלע פשטים
אבער דאך נישט א לעזונג צום פראבלעם

* * *

דאס לעבן, על פי רוב איז א וועג א גלאטע
וואס לויפט שנעלער ווי מ'וויל זיך ערלויבען
ס'דא אבער צייטען ווען מ'איז יוצא מדעתו
ס'איז זויער ווי אומפארצייטיגטע טרויבען

מ'טרעפט נישט א וועג ארויס, אלעס איז פארזעצט
מענטשן קומען מיט עצות דריי אהער און אהין
צוריק בעקן אויף ארויס איז שוין צו שפעט יעצט
צו בין איך טאקע סטאק ווי א פארוואונדטע בין

ניין, ניין, און נאכאמאל ניין! איז ביי מיר ברור
ווייל איך זיץ שוין היינט אויף א העכערע בענקל
פון דא איז טאקע נישט ציפיהל קלארער
אבער איך זעה מער ווי דער וואס אין א קווענקל

קען זיין דער וועג וועט פאר מיר אט ווערן ברייטער
איך ווייס נישט, אבער ווער זאגט איך דארף צו וויסען
אפשר האלט איך שוין ביים שפיץ לייטער
אפשר נישט, אבער איך בין נישט פארביסען

ווייל פון מיין העכערע און בעסערע קוק ווינקעל
וועט זיך דער ישועה פאר מיר שנעלער אנטפלעקן
טרעפען דעם לייט סוויטש אינעם טונקעל
בעת "מבינים" קריכן ווי בלינדע מיטן שטעקן. •

יש מנהיג לבירה

מ.ד.מ.

ס'טוט זיך א פייפעריי אויפען גאס
סטאק. פארהאקט. דעם פארקער
יונגע דרייווערס שימפען מיט כעס
וואס לענגער ווערט עס שטארקער

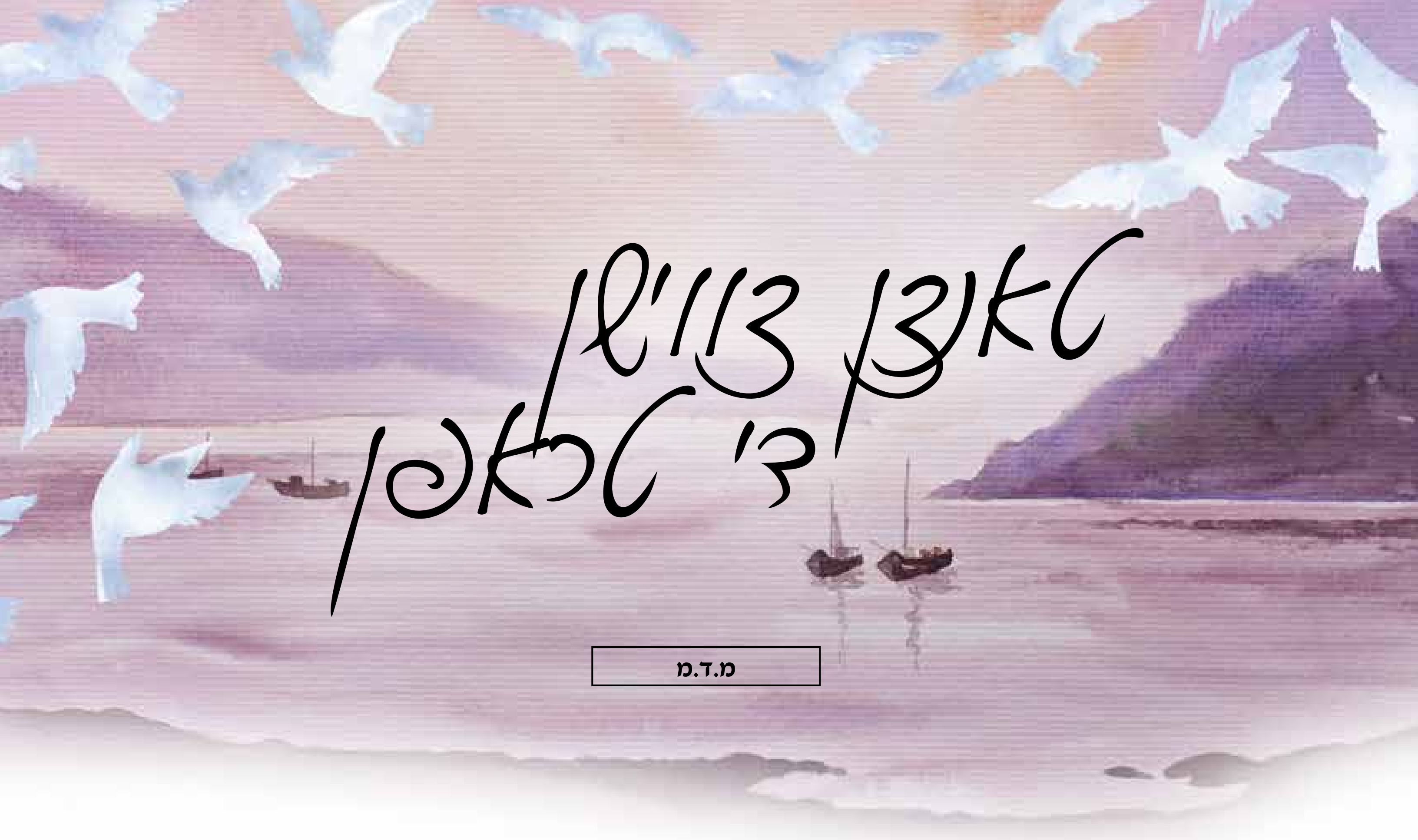
נו, וואס האט שוין געקענט דא פאסירען
עפעס א חכם געפארקט אביסל שיף האט ער
און א סיטי-באס אנגעפולט מיט פאסאזשירען
קען זיך נישט דורכשטופען אויפען גאטער

עס קומען מבינים ארויס פון זייערע קארס
ווייזען, קאנטראלירען, אויס'חשבון'ן א וועג
אבער דער באס דרייווער כאילו ער איז פון מארס
זיצט זיך רואיג אויף זיין פלאץ אן קיין געיעג

מיסטער דרייווער! קלאפט מען אים ביים פענסטער
דו זעסט אויס כאילו ביזט דא אויף וואקעישאן
מילא קענסט גארנישט טוהן אבער פייפן הויך קענסטע
איז דען דא ביי דיר עפעס באהאלטענע אינפארמעישען

איי מענטשעלעך מענטשעלעך, ביי אייך איז זעכער
אז פונעם טרעפיק א וועג ארויס נישטא קיין אופן
אבער איך אויפען באס זיץ דאך אביסלע העכער
איך זעה ווי דער שולדיגע דרייווער קומט צו לויפען

מן הסתם האט ער געהאט עפעס צו ערלעדיגען
און ניטאמאל באמערקט וואס ער האט אנגעמאכט
ער האט זיכער נישט געמיינט אונז צו שעדיגען
נעמטס אים נישט אויף ווי דער שונא ביים שלאכט



טאנצן צווישן די טראפן

מ.ד.מ

גענאנגען זענען מיר שפאצירען ביים גראז נעבן טייך'ל
אביסל פרישקייט אינעם אויסגעמוטשעטע מח איינפלאנצן
מיטאמאל א בילד וואס האט מיר געקאסט א שמייכל
א גרופע ווייסע פייגלעך טוהען דארט ארום טאנצען

ארויף און אראפ פליען זיי אהין און צוריק וחוזר חלילה
פארוואס קומען זיי צוריק פרואביר איך צו דערטאפן
ווען איך זעה א קליין יונגעלע ניטאמאל דריי אפילו
ווארפט ארום הארטע ברויט און זיי לויפען עס כאפן

איך וואונדער מיך אויף דעם קליינעם'ס גבורה
נארמאל האבן קינדער מורא פון עפעס וואס פליעט
דאך שטייט דער צדיק'ל אינדערמיט פון די חבורה
און לאכט נאך אפעטיטליך אזוי קיוט און סוויעט

ווען פלוצלונג האב איך שוין אלעס פארשטאנען בפשטות
איך זעה פון דער זייט שטייט א יונגערמאן מיט איין צוועק
מיטן טעלעפאון כאפט א קליפ ווען נחת ער נאשט עס
א קינד האט נישט מורא ווען זיין טאטע איז ס"ה עטליכע
פוס אוועק

* * *

וויפיל מאל זעהט עס אונז אויס ווי מיר זינקען
אין כוואליעס פון האפענונג וואס הייבן זיך און פאלן
שוין אזויפיהל געמיינט אז דאסמאל טוט מיין ישועה ווינקן
און ווי אויף להכעיס פאל איך צוריק ווייטע מיילען

דער נסיון, ווי פייגלעך וואס קוויטשענען און נעמען צו מיין רעפטל'ע
איך וואונדער מיך וויאזוי איז עס טאקע מעגליך
וואס גיבט מיר דער מוט אנצוגיין מיט מיין געשעפט'לע
כאטש די אומשטענדן טוהן מיר באנקאטירען טאג טעגליך

צווישען די טראפן וואס רינען פון אונז ביידע באהאלטען
זיך נישט ברעכן אונטער דעם עול וואס רופט זיך "יענער"
מיט אייזערנע כוחות איינהאלטען דעם יאוש וואס וויל שפאלטן
טאנצן מיר צום ריטהעם פון דעם נסיון'ס מוזיקאלישע טענער

ווייל איך ווייס אז ס'דא איינער וואס האלט מיט מיין געשיכעטע
קוועלט און שעפט נחת ווען ער זעהט מיך פארמעסטען
אויך ווען איך פאל אום איז ער קיין ריכטער
על אף וואס ער איז דער וואס האט מיר געגעבן די טעסטן

ווייל ער איז מיין טאטע ער איז מיט מיר סיי וואו
צו וואס האבן מורא ענדערש טאנץ אינמיטען פון רינג
דער מלך עוזר ומושיע ומגן איז אויך א גואל מביא
לאז זיי קוויטשענען, כאפן, שטעכן וכו' אבער דו, זינג! •

אריינקומענדיג אין די צימער פון ווי די זיסע קול תורה איז געקומען ווערט ער ערשטוינט צו זעהן ווי א אידישע סאלדאט אנגעטוהן מיט די מונדירן לערנט און ניטאמאל באמערקט אויף די נייע אריינקומענדע אין צימער.

די גמרא איז עס מסביר, אויב א מענטש האט מתפלל געווען און איז נישט געהאלפן געווארן זאל ער זיך שטארקן און ווידעראמאל בעטן.

מיר דארפן וויסן, טאקע דערפאר וואס עס איז אונז אזוי שווער צו דאווענען טראגט דאס גאר א שטארקע כאראקטער, און פארנעמט גאר א פראמינענטע ארט אויבן אין הימל!

עס איז באקאנט די מעשה פון די הייליגע בעלזא רב זי"ע ווען ער איז געווען מיט זיין טאטע אין ווין ווי ער האט זיך אויפגעהאלטן פאר רפואה. פרייטאג צו נאכטס זייענדיג אין די האטעל הערט ער שפעט ביינאכט א קול ווי איינער לערנט מיט א שטארקע נעימות, זאגט ער פאר זיין גבאי לאמיר גיין זעהן ווער עס לערנט מיט אזא התמדה אין די שפעטע נאכט שעה. אריינקומענדיג אין די צימער פון ווי די זיסע קול תורה איז געקומען ווערט ער ערשטוינט צו זעהן ווי א אידישע סאלדאט אנגעטוהן מיט די מונדירן לערנט און ניטאמאל באמערקט אויף די נייע אריינקומענדע אין צימער. אזוי ווארטענדיג אפאר מינוט אז דער סאלדאט זאל זיי באמערקן, זעהען זיי אז עס וועט נישט געשעהן.. נעמליך ער איז אזוי אריינגעטוהן אין לערנען אז ער זעהט זיי נישט, האבן זיי געמאכט א גערודער און אזוי האט ער זיך אויפגעכאפט און זיי באמערקט. פרעגט אים די בעלזא רב; מיין קינד פארצייל מיר וואס דא קומט פאר? ענטפערט דער סאלדאט אז ער איז אין די ארמיי און ער האט צוגעזאגט פארן אייבירשטען אז אויב וועט ער קענען זיין פריי שבת וועט ער ווידמען די גאנצע שבת אויף לימוד התורה. און כך הווה זיין גענעראל האט אים געגעבען אורלויב יעדע וואך פאר גאנץ שבת. און ער פירט טאקע אויס זיין צוזאג צום אייבירשטען און שבת איז כולו לשם!

די הייליגע בעלזא רב דרייט זיך אויס צו זיין גבאי און זאגט; אט די אידן האלטן אפ די גאולה..!! מיר קענען נישט משיג זיין די נחת רוח וואס דער רבש"ע שעפט פון אים.. דאס וועט שוין נישט זיין אין משיח'ס טעג אט אזא מסירות נפש.. א סאלדאט אפגעריסן פון אלעס אן א ווייב אן קינדער איינער אליין צווישן גרויזאמע גויים, און וואס טוט ער אין זיין פרייע טאג, ווידמעט עס בלויז פארן אייבירשטען מיט לימוד התורה מיט אזא חביבות!

שמחת תורה ביינאכט אין שוהל; מען ענדיגט מעריב און מען עפענט די ארון הקודש און די גאנצע ביהמ"ד ווערט איינגעהילט אין א הייליגע ברען. וגילו ברעדה די שמחה פון זיין, פון די אויסדערוועלט פאלק, און א יראה קומען זיך צוזאם אין איין געמיש. מען שרייט אויס: **אתה הראת לדעת כי השם הוא האלוקים אין עוד מלבדו** מען שטייט ביים סאמע שפיץ פון די ימים נוראים. ווי באקאנט פון אלע צדיקים אז די גאנצע עבודה פון די ימי אלול ותשרי איז אנצוקומען צום אתה הראת לדעת. אז דער איד אנערקענט אז דער אייבישטער און נאר ער איז די וועלט פירער. יעדער אין שול פלאמט און שאלט. די קליינע יונגווארג לויפן פריידיגע ארום מיט זייערע פענער און קליינע תורה'לעך. שטייט א יונגערמאן אין די זייט און רעדט גראד צום אייבירשטן: טאטע זיסע ווער נאך ווי איך ווייס אז אין עוד מלבדו אן דיר גיבט זיך גארנישט קיין ריר??!! עס איז נישט בלויז אז איך זאג עס.. איך לעב דאס מיט יעדע מינוט פון די גאנצע יאר!! ניין נישט אין ביהמ"ד ווי עס הערשט אזא יו"ט שטימונג.. נאר אין די פריע פארטאג'ס אין די דאקטערס אפיס ארומגענומען מיט פאלנע גויים און די מאנטאנישע שטימעס פון די איינגעשטעלטע וואס טוען בלויז זייער ארבעט. און פאר זיי איז אראפלאנדען א בשורת איוב גארנישט מער דראמאטיש אדער סענסעטיוו ווי לאנד'ן די מיסט זעקל אין זיין דעזיגנירטן ארט..! טאקע דעמאלטס ארומגענומען מיט די גרויע אטמאספער; קרוין איך דיר טאטע.. און איך איינציג דיר..

ווען מיר שטעלן זיך אוועק אין די הייליגע טעג. און מיר הייבן אן פון פריש.. מיר בעטן זיך נאכאמאל ווי א קליין קינד וואס נודזשעט די מאמע.. מיר זאגן קלאר פארן אייבירשטן: עס איז געווען שווער.. שטארקע דורכפעלער.. שווערע ווייטאגן.. אבער דאך האב איך מיין אמונה אין דיר נישט פארלוירן!! איך גלייב אז די קענסט און ווייסט מיר העלפן!! און פארדעם בעט איך נאכאמאל..! און אז די מאל וועט עס אויך נישט גיין, וועל איך מיר פון פריש מחזק זיין.. און נאכאמאל קלאפן ביי דיין טיר.. אט די תפילות שניידן ווי לעזער שטראלן..! די רבש"ע טשטאשקעט זיך דערמיט.. ער בארימט זיך פאר די מלאכים; קוקט וואספארא טייערע קינדער איך פארמאג.. נאך אזויפיל שווערע מיטמאכענישן און דאך קלאמערן זיי זיך ביי מיין טיר און לאזן נישט נאך ווייל זיי טוען אין מיר גלייבן און האפן.

זאל שוין זיין: **למען אומרי יגדל שמך, פאר די אידישע קינדער וואס גרויסן שטענדיג דיין נאמען. והם נחלתך ועמך, און זיי זענען דיין פאלק. צמאים לישעך כארץ עיפה למים, זיי זענען דארשטעריג אויף א ישועה ווי דער ערד איז דארשטעריג צו וואסער. לתרת למו מנוחה הושע נא והושיעה נא אבינו אתה, העלף זיי שוין און זאלן זיי שוין ווערן געהאלפן די ביסט דאך אונזער טאטע. •**

התפללתי. צו אט דעם קינד האב איך געדאווענט. ויתן השם לי את שאלתי אשר שאלתי מעמו. און ער האט מיר געגעבן מיין בקשה וואס איך האב פון אים געבעטן. און דא שטייען מיר נאך אלץ מיט אויסגעשטרעקטע ארעמס און די אויגן געווענדן צום הימל, ווארטנדיג אויף די גליקליכע מינוט. עס איז זייער שווער די צער פון ווארטן א יאר נאך א יאר.. ווען נאך א יאר ענדיגט די רונדע ווערט קאלעמוטנע אויפן הארץ! עס לאנדט ווי שווערע שטיינער וואס לייגן זיך מיט גרויס געוויכט! סיי איבערגייענדיג די עבר און סיי טראכטענדיג פונעם עתיד! נאך א יאר פון קריכן אויף די גלאטע שטיינער און ווידעראמאל טראסקען צום אפגרינד!

דער רבש"ע ווייסט אונזער פיין און שפירט אונזער לייד! ערב יום כיפור ווען די טאטעס לייגן ארויף זייערע הענט אויף די קאפ פון זייערע קינדער און בענטשן זיי פון טיפן הארץ; א זיס לעכטיג יאר. א יאר פון בלויז ליכטיגקייט. ווערן מיר אויך געבענטשט פונעם ליבן טאטן אין הימל, וואס איז מיט אונז ווי אימער. און טראגט אונז אויף זיינע הענט ביי אונזערע שווערסטע דורכגענג. און כביכול ער לייגט אויך ארויף זיינע הענט אויף אונזערע קעפ און וואונטשט אונז אן א כתיבה וחתימה טובה.! ער טרייסט אונז און באלזאמירט אונזערע צובראכענע הערצער.. ער זאגט אונז אז מיר זענען נישט אליינס..! **כי קרובה ישועתי לבוא. מיין ישועה איז נאנט עס קומט שוין אט אט!**

עס איז אויך די צייט פון זיך מחזק זיין די אמונה און נאנטשאפט צום אייבירשטן אויף ווייטער ביז די ישועה וועט קומען.

סוכות גייען מיר אריין אין סוכה אין א בחינה פון **וימינו תחבקנו דער רבש"ע כביכול נעמט אונז ארום** ער טרייסט אונז ווי א מאמע נעמט ארום און טרייסט איר קינד!

ער הערט אונז אויס און ווישט אונזערע טרערן!!

אויבן אויף קוקט אויס ווי די חודש האט א שטיקל סדר. קודם איז די פארכטיגע ראש השנה, דערנאך יום כיפור און נאכדעם קומען די ימי שמחה פון סוכות און שמח"ת. נו ווי קומט אריין הושענא רבה אזוי אינצווישן וואס איז נענטער צו יום כיפור ווי איידער צו די פרייליכע סוכות און שמחת בית השואבה'ס וואס מען האט געפראוועט? און אויך נישט צו די דערהויבענע שמחה פון שמחת תורה?

עס ליגט דא א געוואלדיגע טיפע לערע פאר אונז וואס גייען אדורך די מצב, פון אזוי לאנג ארויסקוקן א ליכטיג קינד אין די הענט צו האלטן!

הושענא אבן שתיה הושענא. פארוואס צוויי מאל? ווייל מיר בעטן דעם אייבירשטען, אפילו מיר ווערן נישט געהאלפן ביים ערשטן מאל זאלן מיר האבן כח צו בעטן נאכאמאל..!

ליידער איז זייער אסאך מאל דא וואס די אנטוישונגען קומען ממש ווי א כראנאלאגיש סדר עס איז שוין ווי ערווארטעט..! זייער אסאך מאל מאכט עס שוין ניטאמאל א עפעקט.. מען שפירט שוין ווי כאילו אזוי קומט עס און אז אזוי וועט עס שוין גיין ח"ו..!

אזוי אז מען פארלירט שוין די טעם און ווילן צו בעטן, ווייל וואס וועט שוין זיין?.. אלע סטאטיסקיס זאגן קלאר אז עס איז נישט דא וואס צו טוהן נאכאמאל.. מען דארף דאך לעבן ריאליסטיש.. און זעסט דאך שוין ווי מען איז אנגעקומען ביז אהער.. כ'מיין.. זיי נישט משוגע גיי נישט קאפ אין וואנט אריין.. און אזוי ווייטער די אלע לאגישע רייד, וואס ווילן אונז פארשלינגען אינעם אויפגעבונג גרוב!

קומט מען אונז ווייזן; די האסט געבעטן ראש השנה.. און זיך אויסגעוויינט יום כיפור.. קודם זיי בשמחה אויף דיין געוואלדיגע זכיה אז די האסט געדאווענט צום אייבירשטן..! (זעה ווייטער ברייטער אויסגעשמועסט) איי ביסט נאך נישט געהאלפן געווארן??!! בעט נאכאמאל!! ווער נישט נתפעל.. פארליר דיר נישט..!

עס איז הושענא רבה מיר שטייען אין ביהמ"ד מען זאגט נאכאמאל **ממעמקים קראתיך השם. פון מיינע טיפענישן רוף איך צו דיר רבש"ע.** מען הייבט אן פון פריש! מען נעמט די ערבות מען קלאפט עס אין די ערד. אבער איידער מיר קלאפן, שרייען מיר אויס מיט פאטאס פיל מיט איבערוויגענדע איבערגעצייגטקייט **קול מבשר מבשר ואומר** וואס דאס איז א אנזאג אויף די גאולה וואס דערנענטערט זיך שוין!

מיר קלאפן די ערבות וואס ווייסט אויף אונז אידן אין גלות, ווי צוקלאפט מיר זענען. נישט איינמאל נאר צענדליגע מאל..! יעדעס דורכפאל איז א פרישע הושענא קלאפ..! אבער אין די זעלבע צייט פון די קלעפ, זענען מיר זיך פריש מחזק און מיר שרייען נאכאמאל **הושענה!**

יעדן טאג פון סוכות זאגן מיר הושענות. עס איז איינגעטיילט לויט די אותיות, און מען זאגט הושענא פאר און נאך די ווארט צ.ב.ש. הושענא אבן שתיה הושענא. פארוואס צוויי מאל? ווייל מיר בעטן דעם אייבירשטען, אפילו מיר ווערן נישט געהאלפן ביים ערשטן מאל זאלן מיר האבן כח צו בעטן נאכאמאל..! יא מיר זענען זייער שוואכע מענטשן! מיר ווערן זייער צובראכן ווען מיר זענען מתפלל און מיר זעהן נאכנישט די ישועה.. מיר דארפן אסאך חיזוק זיך צאמצונעמען נאכאמאל. און די חכמים האבן דאס שוין אויך געוואוסט און מיר זאגן טאקע יעדן טאג ביים דאווענען **קוה אל השם חזק ויאמץ לבך וקוה אל השם.** און

הושענא, הושענא

יחזקאל קראנץ

עס איז א אלטע חקירה אין די ישיבה וועלט, אין וועלכע חלק פונעם יאר מען פלאצירט דעם בין הזמנים. צו זי איז נאך א המשך פון די פארגאנגענע זמן. אדער די אנהייב פון די נייע זמן. צו גאר א זמן פאר זיך.

די פשרה איז געבליבן אז עס ווענד זיך וואס מען לערנט; אויב מען חזר'ט נאך פון פאראיאר, איז עס א המשך צו די אלטע זמן. אויב לערנט מען שוין די נייע לימוד, איז עס א חלק שוין פון די נייע לערן יאר. און טאמער לערנט מען עפעס; נישט פון פאריגן זמן און נישט פון די נייע זמן, איז עס א זמן פאר זיך.

א שיינע ישיבה'שע חקירה!

חודש תשרי איז א איבערגאנג'ס חודש! עס איז נישט ווי אלע אנדערע יאר-חדשים וואס דרייען זיך איינע אינעם צווייטן ווי א קייט.

אט די חודש איז די חודש וואס טיף אינערליךווארטן מיר אלע דערויף. מיר קוקען שוין ארויס אז אונזערע אויגן, וואס זענען די קראנען וואס דורך איר גיסט זיך די הארץ ארויס, זאל זיך שוין קענען פארווארפן איבער די פארכטיגע אבער דאך טרייסטענדע ווערטער פון די מחזור!

אלע אונזערע צרכים דעקן מיר, זיך אויסבעטענדיגביים ליבן מחזור! די קליינע מחזור'ל דערציילט אונז אזויפיל. עס דערציילט אונז ווער מיר זענען. עס דערציילט אונז וואס מיר פארמאגן. עס דערמאנט אונז אין די גוטע טעג וואס זענען אמאל אויף אונז געווען. און גלייכצייטיג ווייזט ער צו, אז נאך אביסל גייען קומען פיל ליכטיגערע טעג. טעג אויף וואס מעןווארט שוין פון וועלט באשאף. אויך וויינט זי מוט מיט אונז.. זי איז באקאנט מיט אונזערע ליידן..! און מיט די שיינע מליצות'דיגע שפראך -מיט וואס די הייליגע פייטנים האבן איר באצירט- העלפט זי אונז ארויסצוברענגען וואס אונז דריקט.

ראש השנה גלייך אין די ערשטע טאג ליינט מען פון די מאמע שרה; ווי זי איז געווען קינדערלאז און ווי זי איז געהאלפן געווארן אין טיפן עלטער, וואס לויט אלע דיעות איז זי שוין געווען א פארפאלענער! אין די יוצר בעט מען טאקע **צאצאיה כן פקוד לטוב היום. אירע קינדער געדענק אויך צו גוטס היינט.** יא.. נאך ביז היינט שעפן מיר ישועות און רפואות פון איר קוואל! און די הפטורה איז פון חנה די מאמע פון שמואל הנביא. וואס זי איז אויך געווען א עקרה און געליטן פון פנינה, און איז אויך געהאלפן געווארן.

יא.. עס איז יעצט די צייט צו רעדן צום אייבירשטן אלעס.. דערציילן די שוועריגקייטן וואס מיר זענען די יאר אדורכגעגאנגען.. ווי שטארק מען האט געהאפט די פארגאנגענע יאר, טונקענדיג די עפל אין האניג אז היי יאר וועט מען שוין זינגען צוזאמען מיט חנה די ווערטער פון הפטורה; **אל הנער הזה**

ווי גליקליך און רייך מיט אמונה

איך וויל ביי אייך א קשיא פרעגן, זאגט מיר ווער עס קען
מיט וועלכע טייערע פארמעגן בענשט ג-ט כמעט אלעמען
מ'קויפט עס צו מאל מיט זייער פיל געלד ־ עס קומט נישט אייביג אומזיסט
און ח"ו אויב מ'פארלירט עס, איי ־ וויפיל טרערן מ'פארגיסט

א צווייטע קריגן געוויסע נישט ־ עס קען אבער העלפן אסאך געוויין
אוי ־ ווער ס'איז געווארן געפראוווט, דער ווייסט דאך וואס איך מיין
א אידישע קינד, דאס איז די בעסטע אויף דער וועלט
א אידישע קינד, אוי וויי ווי ביטער ווען ס'פעלט
ווי שיין און ליכטיג איז אין הויז ווען דאס קינד איז דא
ווי טרויעריג פינסטער ווען מ'ווארט און מ'רופט – איכה

אין וואסער און פייער וואלט איך געלאפן פאר מיין קינד
איהם האלטן גאר טייער ־ אפהיטן פון יעדע זינד
אוי וויי ווי גליקליך און רייך איז דער מענש וואס האט
די שיינע מתנות געשענקט פון ג-ט
א חשוב'ע טייערע נשמה
נשמה נשמה מיינס

ביי וועמענס וויגעלע וואלט איך געזעצן טאג און נאכט
ביי וועמענס קראנקע בעט וואלט איך קיין אויג נישט צוגעמאכט
פאר וועמען וואלט איך געקאכט געבאקן געארבעט און געשקלאפט
און פאר וועמען וואלט איך געגעבן, מיין גאנצע קראפט
ווער וואלט געוועהן ביי מיר טייער און וואויל און גוט
און פאר וועמען וואלט איך געגעבן, מיין לעצטער טראפל בליט

אבער א אידישע קינד גלייבט אז ד' פירט די וועלט
און זי שטארקט איהר אמונה און דער באשעפער דערפון קוועלט
ווי שיין און ליכטיג איז אין הויז ווען די ריכטיגע אמונה איז דא
ווי טרויער פינסטער איז ווען עס הערשט מרה שחורה
אין וואסער און פייער נעם איך אן דעם בורא'ס פלאן
נישט האלטן די השקעות צו טייער, און גלייבן אז השגחה איז פארהאן

אוי ווי גליקליך און רייך איז דער מענטש וואס האט
אן אייביגע אמונה אין דעם גוטן ג-ט
און דורכדעם אראפברענגן גוטע השפעות
עס זאל שוין קומען די ריכטיגע ישועות •

נשמה וואו ביסטו?

די פארם איז אויסערגעווענליך
די קוואליטעט שטימט גענוי
עס וואקסט און צוטיילט זיך הערליך
א שבח אויף א גוטע צעלבוי

און די דאקטער געשיקטערהייט
כאילו אורטיילט צווישן דאס חי אדער פארקערט
אין זיין פאכמאנישקייט שטארק איבערצייגט
בטוח אני אז דער בורא עולם מיין תפילה דערהערט

אייבישטער נאר דו ווייסט און טוהסט פארשטיין
די שווערע וועגן וואס מיר האבן געטוהן דורכגיין
יעדע שטאפל, מיט שוועריגקייטן באגלייט
אומגלויבליך אז עס איז דאך שוין געקומען די צייט

עס זעהט אויס פאזעטיוו
די פראגנאסע טוהט גלאנצן
איז אייבישטער צו דיר איך רוף
ווען דאס קערעלע מ'טוהט איינפלאנצן

שיק א נשמה זיס און ריין
פון אינטער דיין לויטער כסא הכבוד זאל עס זיין
אויסוואקסן גאנץ און געזינט
שוין דערלעבן נחת פון מיין אייגן קינד

נשמה פון מיין הארץ איך בעט
פון צער און האפענונג איך רעד
באהעפט זיך אינ'ם גוף
וואס ענטוויקלט זיך אין מיר טיף

מיט צומישטע געפילן
דאנקווערטער צום בורא צילן
נאך א טריט ווייטער צום תכלית מ'טוט שטיין
פון פרייד געמישט מיט שפאנונג הערט זיך א געוויין

מינוטן גאר לאנג
דאס ווארטן טוהט באנג
האב איך שוין דערגרייכט מיין ציל
נאך די פלאגעניש פיל

די בשורה איז אנגעקומען
די שארפע קלארע רייד
אלע שיינע חלומות ווי אין פלאמען
די שיינע בילד - פארשווארצט - מיין וועלט איז ווי איבערגעדרייט

אוי, נשמה וואו ביסטו?
נשמה איך האב אזוי געווארט אויף דיר
פארוואס צו מיר נישט געקומען ביסטו
עלנד אן קיין נחמה אוי נשמה...

אוי נשמה ביים כסא הכבוד טוהסטו זיין
אבער איך אזוי צובראכן און אליין
ענטוישט פיל מיט צער, אוי נשמה

טאטע און מאמע מיין הערט אייך איין
איך זעה אייער צער און אייער פיין
ס'קלעמט און ווי וויי ס'טוהט
שטארק אייך אין די מינוט

ס'איז א נסיון פון טאטן אונזער בורא
קיין טעות נישט - גלייבן מיר במסורה
אויסגערעכנט יעדע טריט
איז נאר פאר אונזער גוט

עס נישט פארפאלן קיין איינס פון אייערע פעולות
ווערט גערעכנט פאר גאר געהויבענע סגולות
א נחמה פאר אייער נשמה
ס'גרייכט גאר הויך ברמה

נשמה חזק חזק
האלט אייך שטארק ואמץ חזק
בלייב נישט אין כעס פיל מיט יואש
נאר גלייב באמונה און דאס געבט א פרישע חיות

צייטן גוטע וועלן נאך זיין
ווען מיר וועלן פארייניגט זיין
האלט דיר שטארק חזק נשמה
חזק חזק חזק •

דער חתונה איז געפראוועט געווארן אויפן רייכסטן און שענסטן פארנעם, די מענער אין 'די פעלעס' און די פרויען אין 'עטרת אברהם'... א העליקאפטער האט געברענגט די שושבינין פון וויליאמסבורג קיין בארא פארק, עפעס א חתונה וואס די שטאט האט שוין נישט געזען פאר לאנגע יארן...

נחת פאר זיינע עלטערן. איין מסכת נאכן צווייטן, איין מקצוע אין שו"ע נאכן צווייטן, ביז עס קומט די יארן פון שידוכים...

דער טעלפאון ביי ר' זאנוויל הערט נישט אויף צו קלינגען. די שדכנים לאזן אים נישט אפ, "איך זאג דיר דאס איז תורה וגדולה במקום אחד, א גביר אדיר און תלמיד חכם, ער האט א מיידל איינס אין די וועלט!" זענען די טעגליכע פאון רופן וואס ר' זאנוויל טעגליך באקומען. נאך פילע פארשידנארטיגע הצעות האט ער אויסגעוועלט דעם שידוך וואס האט אים 'עפעס געצויגן'... דער טאכטער פון ר' יעקב בייזווייליגער הי"ו איז אים עפעס גאר גוט געפאלן, אלעס האט געשיינט און געגלאנצט. געלט און תורה, קינדער און איידימער תלמידי חכמים, און וואס נישט.

"מזל טוב!" דער שידוך איז בשעטו"מ געשלאסן געווארן! אין די שפאלטענעס פון די אידישע ליפטלען און צעטלעך האבן ערשיינט אויף דעם ערשטן שורה 'הבחור החשוב משה ב"ר זאנוויל שליבאוויץ הי"ו עב"ג הכלה בת הגאון הנגיד מוה"ר ר' יעקב בייזווייליג הי"ו'... באגלייט מיט עטליכע קאלירפולע גראפישע עדס אין די צייטונגען צו באגריסן ר' יעקב צו דעם שיינעם שידוך, "יעקב יעקב אתה יודוך אחיך" האבן זיך געליינט די קעפלעך פון די אומוויסנדע מוסדות וועלכע האבן בלויז געהאט איין ציל מיט דעם ליפלעט, צו קענען ווייטער געניסן פון זיין ברייט הארץ און קריגן נדבות לטובת די מוסדות הקדושים...

דער חתונה איז געפראוועט געווארן אויפן רייכסטן און שענסטן פארנעם, די מענער אין 'די פעלעס' און די פרויען אין 'עטרת אברהם'... א העליקאפטער האט געברענגט די שושבינין פון וויליאמסבורג קיין בארא פארק, עפעס א חתונה וואס די שטאט האט שוין נישט געזען פאר לאנגע יארן... און ברוך השם בשעטו"מ, מ'גייט מ'גייט... דער חתונה ענדיגט זיך, דער עולם צוגייט זיך, און די שבע ברכות לויפן אריבער, און יעדער האט שוין פארגעסן פון דעם פארפאלק...

א יאר גייט אריבער, דער חבר און יענער חבר'טע האבן שוין געהאט יונגלעך, און דער חברותא פון כולל האט נארוואס געפראוועט א קידוש וואו ער האט צוגעשטעלט גאלע און קאלט קאטס, און זיינע נאנטע 'טרייסטן' אים 'בת תחילה סימן יפה לבנים'.. צווי יאר גייען אריבער, און דריי יאר... רוב עולם האט שוין געפראוועט דעם צווייטן שמחה.. זיי גייען שוין מיט טיש בעקיטשעס ביים וואכנאכט... זיי 'מוזן' שוין גיין ארבעטן, ווייל זיי האבן שוין 'צופיל עקספענסעס'... פיר יאר גייט אריבער... פינף יאר... דער עולם פראוועט שוין דעם 'אפשערן' פאר זייערע בכורים... "און וואו בין איך" שרייט ר' משה מיט א געוויין...

גאנצע זעקס יאר זענען שוין פאריבער פון דעם חתונה... און עדיין לא נושענו... "הייליגע באשעפער! וואס וועט דא זיין?..." -

"טייערע ר' משה!" הערט זיך א בת קול וואס רעדט צו אים זייער איידל, "דו געדענקסט שוין נישט וואס מ'האט אפגעמאכט! דו געדענקסט שוין נישט אז דאס אלעס איז בלויז פאר דיין טובה! דו פארשפארסט דיר דורך דעם גרויסע צרות און א לעבן פון צער און פיין! עס איז טאקע א שווערע אריבערגאנג, ריכטיג, אבער אז דו זאלסט וויסן אז דאס איז נאר פאר דיין טובה וואלט דיר דאס געווען פילפאכיג גרינגער!" פארענדיגט דער דינער שטימע.... און משה'לע וועקט זיך אויף................

ריכטיג! דאס איז טאקע א חלום, ווייל מיר קענען דאך נישט וויסן די חשבונות פון באשעפער! מיר הערן נישט קיין בת קול וועלכער ערקלערט אונז פארוואס דאס איז פאר אונזער טובה, אבער מיר ווייסן אז דאס איז פאר אונזער טובה, און נישט אלץ ברויך מען פארשטיין פארוואס.

זעקס שעה געשטאנען מיט א שלאנג קעגן דעם געזיכט, און די אלע חברים האבן אים געלאזט אליינס אויף די פארווארפענער אפגענער בערג, אבער צום סוף האט ער יא געוואוסט פארוואס דאס איז געווען פאר זיין טובה! אבער נישט אלץ זעט מען דאס באשיינפערליך, דאס איז א וועלט פון הסתרת פנים, און נישט אלעס פארשטייט מען. •

ער לויפט אראפ דעם שווערן בארג, ער דראפעט זיך אויף גראדע ווענט, שלענגעלט זיך צווישן די שמאלע אויסגעטראטענע וועגן וועלכע לויפן צווישן די געפארפולע שפיצן פון די בערג, און פלוצלינג באמערקט ער עפעס גאר שאקירנד... ער זעט ווי ביי די זייט פון דעם וועג ליגן אויסגעלייגט א הויפן מיט צובלוטיגטע טויטע זעלנער... ער קוקט זיך גוט איין, און זעט אז נישט מער און נישט ווייניגער, דאס זענען דאך זיינע חברים!!!... ווי עס האט זיך ארויסגעשטעלט האבן די מערדערישע שבטים געלאקערט אויף דעם גרופע, און ווי נאר זיי זענען דארט אריבער זענען זיי ארויסגעשפרינגן פון זייער באהעלטעניש, און סופרייזד די זעלנער, און מיט גרויס ברוטאליטעט אויסגע'שחט'ען יעדעם באזונדער פון דעם גרופע...

"איך האב שוין פאר לאנגע יארן נישט געטראכט אז עס איז דא א בורא עולם" שרייבט דער חיים אין א בריוו צו זיינס א חבר, וואס האט דעם בריוו שפעטער דאס ארויפגעפירט קיין ארץ ישראל און דאס געצייגט פאר גדולי ישראל, "מ'האט פון אונז אויסגעריסן יעדן ברעקל אמונה אין דעם באשעפער, אבער דער געשעעניש האט מיר געברענגט צו גלייבן אין דעם בורא עולם אז בלויז ער פירט דעם וועלט, און מיט א גענויער חשבון!" פירט דער געשוואוירענער באלשאוויק אויס דעם הארציגן בריוו...

*

דריי יאר... פיר יאר... פינף יאר... זעקס יאר... אוי באשעפער! ווילאנג נאך???... לאמיר אבער יא צוריקמישן דעם בלעטל, און צוריקגיין מיט א קנאפע פינף און צוואנציג יאר צוריק, און לאמיר אייך ארויפפירן צו די הויכע ספערן, טאקע ביז צום כסא הכבוד...

מ'שטייט געוני פערציג טאג פאר דער לעכטיגע נשמה ברויך אראפקומען אויף דעם וועלט, א לויטערע נשמה פון א זיסע לעכטיגע יונגעלע וואס וועט אט אט אראפגעשיקט ווערן צו דעם עולם הגשמי, צו ערפילן זיין תפקיד אויף דעם וועלט. "דער טאכטער פון ר' יעקב וועט זיין דער זיווג פון דעם משה וואס וועט אראפגעשיקט ווערן אין פערציג טאג ארום..." הערט זיך אויסרופןביים בית דין של מעלה.

עס קומט נענטער צו דעם באשטימטן טאג ווען מ'גייט אראפשיקן דעם לעכטיגן נשמה משה'לע אויף דעם וועלט... מ'רופט משה'לע צום טישל וואו עס זיצן די הייליגע מלאכים וועלכע דינען אלס די בית דין של מעלה. מ'באשווערט אים 'תהי צדיק ואל תהי רשע, זאלסט זיין ערליך און זאלסט נישט זיין קיין רשע!'. א באזונדערע מלאך זעצט זיך מיט אים און לערנט אים אויס כל התורה כולה, אבער ווי נאר עס קומט דער באשטימטער טאג דער נשמה זאל אראפקומען אויף דעם וועלט, רופט אים דער מלאך צו, ער געבט אים א שנעלקע אויף זיין געזיכט, און ער פארגעסט אלעס! מ'וויל דאך ער זאל באקומען שכר אויף עמילות התורה, דאס איז דער רצון פון באשעפער און דער תפקיד פון א מענטש אויף דעם עולם.

"קום אהער!" הערט משה'לע א רוף, איידער מ'גרייט זיך שוין אט אט אראפצושיקן זיין נשמה אויף דעם עולם. "הער אויס, ווי יעדער אנדערער נשמה ביזטו אויך א גלגול וואס ווערט נאכמאל אראפגעשיקט אויף דעם עולם מתקן צו זיין געוויסע חטאים פון דעם פאריגן גלגול, און ווי יעדער מענטש אויף דעם עולם וואס האט זיך זיין פעקל, געבט מען דיר דעם אויסוואל, מיר שטעלן פאר דיר פאר צוויי ברירות! דו וועסט טאקע אין צייט חתונה האבן אין צייט, מיט א גאר פיינעם זיווג, א אשה צדקנית ממש א אשת חיל מי ימצא, און דו וועסט טאקע האבן א לעכטיג קינד נאך א קארגע יאר, אבער... וויבאלד דו ברויכסט אפקומען פון דעם פאריגן גלגול, וועט דער קינד ביי די פיר יאר נישט געזונט ווערן מיט דעם ביטערן מחלה חלילה... און דאס וועט זיך נישט גוט ענדיגן! זיין נשמה וועט ווערן צוריקגעקערט צום עולם האמת נאך א יאר אהאלב זיך אפמוטשענען. אבער מיר האבן פאר דיר א צווייטער אפציע! אויב ביזטו גרייט צוווארטן עטליכע יאר ביז דו וועסט זוכה זיין צו דעם ערשטן קינד, דאן וועסטו מיט דעם אפקומען דעם שווערן אפקומעניש פון א נישט געזונט קינד, און נאך זעקס יאר וועסטו זוכה זיין צו א לעכטיגער הייליגער נשמה, א זיס און דערהויבענע נשמה וואס וועט דיר ברענגען נאר נחת און פרייד אגאנץ לעבן, און וועט נאכפאלגן מיט א שטוב פון קינדער! איז יעצט וועל אויס! וועלכער פון די צוויי ווילסטו?..."

*

א גרויסער שמחה הערשט ביי משפחת שליבאוויץ, אלע זענען פרייליך מיט דעם גרויסן שמחה, מיט דעם צווייטן יונגל וואס איז געבוירן געווארן ביי ר' זאנוויל שליבאוויץ הי"ו! אלע וואונטשן אים מזל טוב, ער פראוועט א שלום זכר, וואכנאכט און ברית מילה מיט גרויס פרייד, "ויקרא שמו בישראל **משה**"... יא! דאס איז אונזער משה'לע וואס פאר בלויז עטליכע טעג צוריק געפינען פארנט פון דעם בית דין של מעלה.

עס לויפן אדורך יארן, משה'לע וואקסט אונטער, ער ענדיגט די קינדער יארן, מ'פראוועט א שיינער בר מצוה. זיין נאמען טוישט זיך פון 'משה'לע' צו 'משה'. ער איז דער מתמיד און מצוין פון ישיבה, און ברענגט בלויז הויפענעס פון

פלוצלינג... דער שלאנג האט זיך געגעבן א שטעל אויף און געעפענט דעם מויל און געגעבן א געשריי, דעם באקאנטן שרעקוועדיגן קוויטש, וואס מיינט דאס ארגסטע... ער האט ארויסגעשטעקט די צוויי שפיציגע רויטע גומען, גרייט צו אריינבייסן מיט זיין גיפטיגן סם!...

וועלכע זענען געשיקט געווארן אויף א מיסיע אויף די אפגאנער בערג האט זיך אויך געפינען אונזער 'חיים', ליידער א פארווארפענער אומשולדיגער אידישער נשמה, וואס איז געווען א קרבן פון קא־מוניזם, נאכן דינען פאר לאנגע יארן אין דעם רוסישן מיליטער.

אינאיינעם מיט דעם גאנצן גווארדיע איז חיים אנגעקומען צום באשטימטן לאקאציע וואו מ'האט זיי געשיקט צו ארויסהעלפן די ארטיגע סאלדאטן וואס האבן דארט געקעמפט מיט די שבטים. מ'האט זיך קווארטירט אין איינס פון די ארטיגע דערפער, און זיך דארט באק־וועם געמאכט, אויסווארטנדיג פאר א באפעל צו גיין ווייטער אויף זייער מיסיע.

אין די פארנאכטס שעות האט זיך חיים ארויסגעכאפט פון דעם דערפל, און געכאפט א שפאציר אויף די ארטיגע בערג צו שעפן אביסל פרישע לופט. אזוי שפאצירנדיג זעט ער פלוצלינג פאר זיך א גרויסער גיפטיגער שלאנג. חיים האט גוט געקענט חכמת הטבע, און האט געהאט א ספעציעלע באקאנטשאפט מיט די נאטורן פון בעלי חיים, און האט געוואוסט אז מיט א שלאנג קען מען זיך באפריינדן, און אים אויסלערנען צו זיך האלטן גוט מיט דעם מענטש, אויב ווייסט מען געווי וויאזוי. ער האט זיך צו־ריקגעקערט צום דערפל און געברענגט א שטיקל עסן און דאס געווארפן צום שלאנג.

דעם אנדערן טאג האט ער געטון די זעלבע, ער האט פריש געברענגט עסן און דאס אים געגעבן. אזוי איז אריבער עטליכע טאג, און דאס 'פריינדשאפט' צווישן חיים און דער שלאנג איז געווארן שטערקער און שטערקער... ער האט זיכער געמאכט זיך צו געפינען מיט דעם שלאנג כאטש איין שעה מיט'ן שלאנג, און זיך געדרייט נעבן דעם שלאנג מיט א קענטיגער פריינדשאפט, זייענדיג ביי זיכער אז דער שלאנג איז זיין בעסטער פריינד.

ויהי היום, עס קומט א באפעל פון די הויכע באערדע אז מ'ברויך אין איילע־ניש פארלאזן דעם דערפל און זיך יאגן צו א צווייטן בארג, און פון דארט צו א דריטן בארג, וואו מ'ברויך באקעמפן א קעגנערישע גרופע. חיים האט מחליט געווען אז ער מוז זיך אודאי געזעגענען פון זיין 'נייער פריינד' דער שלאנג, און איז שנעל געלאפן מיט א שטיקל עסן צום שלאנג און דאס צו אים געווארפן, אבער פלוצלינג... דער שלאנג האט זיך געגעבן א שטעל אויף און געעפענט דעם מויל און געגעבן א געשריי, דעם באקאנטן שרעקוועדיגן קוויטש, וואס מיינט דאס ארגסטע... ער האט ארויסגעשטעקט די צוויי שפיציגע רויטע גומען, גרייט צו אריינבייסן מיט זיין גיפטיגן סם!...

חיים האט זיך גוט אויסגעקענט מיט דעם טבע, און וויסנדיג די כללים, האט ער זיך געשטעלט גלייך קעגן איבער דעם שלאנג, און זיך נישט גערירט פון פלאץ. אנטלויפן איז נישט קיין עצה, ווייל דער שלאנג וועט אים צום סוף גרייכן, און דער ענדע מיינט חלילה טויט... דער איינציגער מהלך איז זיך שטעלן קעגן דעם שלאנג און זיך רירן א אבר.

חיים שטייט דארט פארפרוירן פון שרעק.. דער שלאנג רירט זיך נישט אוועק און שטייט ווייטער מיט די גיפט אויסגעצויגן גרייט אים צו ארלעדיגן, זיינע קאלעגע סאלדאטן האבן שוין לאנג פארלאזט דעם געגענט, דער נאכט הייבט שוין אן צו צופאלן... ער שטייט אזוי א שעה... צוויי שעה... דריי שעה... איר הערט? פיר שעה! פינף שעה! זעקס שעה!... יא, זעקס גאנצע שעות איז ער געשטאנען אויף איין ארט מיט דעם שלאנג קעגן זיין געזיכט, און עטליכע מאל געשפירט אז ער פאלט צוזאם, בלויז זיינע רוסישע עקשנות'דיגע נא־טורן האבן אים געגעבן די כוחות צו בלייבן אויף איין ארט אזויפיל שעות.

זיינע חברים וועלכע האבן געוואוסט אויף אים א קורצע ווייל האבן געזען אז ער איז נישט דא, און האבן תיכף אין איילעניש פארלאזט דעם געגענט, און דא געפינט זיך חיים איינער אליינס אויף די וועלט, ערגעצוואו אויף די פארוואר־פענע אפגאנער בערג, ווען דער גיפטי־גער שלאנג שטייט גרייט צו ברענגען א ענדע צו זיין לעבן.

נאך זעקס גאנצע שעות האט זיך דער שלאנג געגעבן א לייג צוזאם, און פאר־לאזט דעם געגענט... ער האט זיך תיכף געיאגט צו דעם דערפל, וואו ער האט שוין קיינעם נישט געפינען, ער האט גע־נומען זיינע פעק, דאס ארויפגעווארפן אויף זיין ריקן, און זיך געלאזט אין וועג אריין, צו קענען עווענטועל דעריאגן דעם גאנצן גרופע, וויסנדיג אין וועלכע ריכטונג זיי זענען געגאנגען. זיינע ציינער האבן זיך אריינגעקלאפט איינס אינעם אנדערן, די קעלט אינאיינעם מיט די טו־נקלקייט פון די נאכט האט אויף אים געווארפן א שרעק און פחד. ווער ווייסט אויב ער וועט טאקע באוויזן צו דעריאגן דעם גרופע? שוין זעקס שעה שפעט...

ווארט מיט געדולד

ישראל גרינפעלד

די בארבארישע נעגל פון דעם קאמוניסטישער רעגירונג האט נאך פולקאם געוועלטיגט איבער רוסלאנד, און אלעס האט זיך געדרייט ארום דעם 'מוטער רוסלאנד'. דער מאכט פון קאמוניזם האט נישט געהערשט בלויז אויף דעם רוסישן באדן, נאר האט אויסגעשפרייט אירע לאפעס אויף פילע ארומיגע לענדער וועלכע זענען אונטערגעדריקט געווארן פון די דעם קאמוניסטישער לאנד.

צווישן דעם האט זיך אויך גערעכנט 'אפגאניסטאן' וועלכע געפינט זיך אין די גרעניצן פון רוסלאנד, אבער דאס איז געווען גאר א צווייטער פרשה. די ארטיגע אראבישע שבטים האבן קיינמאל נישט שלום געמאכט מיט דעם מצב, און זייענדיג רעליגיעזע אראבער האבן זיי געקעמפט מיט ציין און נעגל קעגן קאמוניזם ביי וועמען רעליגיע איז געווען שונא נומבער איינס. פאר לאנגע יארן איז אנגעגאנגען שווערע מלחמות צווישן באוואפענטע אראבישע שבטים מיט די רוסישע מיליטער, לענגאויס די פארווארפענע בערגיגער ראיאן אין אפגאניסטאן.

צווישן דעם גרופע רוסישע זעלנער

צום פראפעסער געלאפען מיט בהלה און געשריגען
עפעס טויג נישט מיט מיינע קערעליך טראץ מיין מיה
זאגט מיר וואס כ'טוה נישט ריכטיג וויסענשאפט וויל איך קריגן
דער פראפעסער צושמייכלט זיך, דיר מסביר זיין איך טוה

דיינע קערעליך זענען טאקע נישט געווען די זעלבע ווי יעדער
עס מיינט אבער נישט אז ס'איז אין זיי פארהאן עפעס א פעהלער
כ'האב צאם גענומען מינעראלן און וויטאמינען פון אפאר בעדער
צומאלען מיט טייערע רפואות און געמאכט אפאר קערערליך געהלע

די קליינטישקע קערערליך האבן אפשר נישט קיין גרינס געוויזען
אבער די ווירקונג וואס עס האט געהאט אויף דיין שטוב און אויף דיר
האסט עס נישט געשפירט בשעת מעשה אבער מודה זיין וועסטו מיזען
אז מ'קוקט צוריק, די קערעליך האבען געברענגט מער ריווח ווי דו פאר איר

מ.ד.מ

דער גרעסטע הילף אין געזעץ האב איך דיר אויסגעלערנט מיט דעם
ס'וועלן זיין צייטען וואס דו וועסט נישט מצליח זיין אין געריכט צו
געווינען
דער געשעהניש וועט דיך אבער מאכען שטערקער פארן
קומענדיגע פראבלעם
כוחות זעלטענע וואס דו האסט נישט געוויסט פון, וועסטו
דענמאלטס געפונען

* * *

ס'זענען פאראן אין לעבן מצבים פון וואס מ'וויל אנטלויפען
אומשטענדען וואס צוקלאפען די סאמע בעסטע ציווישען אונז
רוישיגע כוואליעס וואס דערטרענקן און לאזען נישט בשום אופן
טרעפען א וועג ארויס על אף מ'רישט זיך אויף א געווינס

מיר קוקען אן אנדערע און מיר זעהן זייערע בלעטער גרינע
וואס האט יענער געטוהן מער פון מיר אז ער איז יא זוכה
מיינע געפיהלען זענען חלילה נישט פון קיין בלינדע קנאה
ווי אויך קיין תרעומות צו דיר באשעפער מי קל כמוך

איך וויל אבער פארט וויסען צו בין איך געווען גענוג פארזיכטיג
די ספיקות בוזשעווען און מוטשענען ווי א בין גאר בייסיג
אפשר האב איך געטוהן געוויסע פעולות וואס זענען נישט ריכטיג
טאטע אין הימל צו בין איך חלילה אלס א מאמע נישט פאסיג???

ניין! ניין! און ווידעראמאל ניין טוה איך מיר דערמאנען
מיין קערעלע וועט טאקע נישט די וועלט דא אונטען באלייכטען
אבער די גאנצע צייט וואס דו ביסט מיט מיר יא געווען פארהאנען
וועל איך מיטנעמען דורכאויס אלע מיינע שטורעמישע שלאכטען

עס וועט מיר געבן די כח צו גיין קליינע טריט צוביסעליך
ווייל מיין ג-ט האט מיר דעם רעצעפט פארגעשריבען
פונקט ווי דער שאלעכטס היט אויף די בא'טעם'טע ניסלעך
מיין שטוב וועל איך נשט לאזען ווערן צוריבען

די אלע חדשים וואס איך האב מיין אוצר אזוי געטריי געהיטען
מער וואס עס האט מיר געקאסט האט עס מיר געמאכט גרייט
זיך נישט לאזן פון ווינטן וואס ווילן איבערקערן מיין שליטען
איך האב פון דיר נשמה'לע גענאשט א זעלבסטזיכערקייט

מיר בלייבען געבונדען מיט ליבשאפט אויף אייביג
שעפעלע טייערע אזויפיהל האסטו מיר געטוהן שענקן
מקבל זיין דעם רצון ה' וועל איך ווייל איך בין גלייביג
אבער נשמה'לע ריינע איך וועל דיר אלעמאל געדענקען... •

אייגנארטיגע קערנדליך

זיצן זיי דריי אין א רינג און טוהען געשיכטעס מיט טיילען פון זייער לעבן עפיזאדן וואס האט זיי געטוישט אלס מענער בויען יסודות אין פריינטשאפט, ווייל ווען מען טוט אפשיילען דעם הארטן געזיכט, דאן מיט א שמייכל ווערט עס שענער

צווישען די שורות קומט ארויס אן אינטערסאנטע געדאנק זיי אלע האבן מיט יארן צוריק געזעץ געטוהן שטודירען טאקע נישט די זעלבע יארן אבער אויפן זעלבן באנק ביים גרויסען פראפעסער פון זיין חכמה בענעפעטירן

דערמאנט האבן זיי זיך פונעם מנהג דעם אינטערסאנטע אנפאנג יאר פלעגט יעדע סטודענט באקומען א קאנווערט אפאר קערעליך און זאמד מיט אנווייזונגען קראנטע עס איינצופלאנצען און זעהן וואס ביז סוף יאר עס ווערט

ביי אפאר זענען ארויסגעוואקסן עקזאטישע בלומען ווידער ביי אנדערע בלויז אפאר גרויסע גרינע בלעטער פארשידענע סארט ירקות זענען אויך ארויסגעקומען סוף יאר דער פראפעסער דעם מנהג מסביר זיין וועט ער

געהוי ווי קערענדליך זענען גארנישט גלייך איינס צום צווייטען מעטאדן וואס ניצט צו ריינוואשען איינעם מיינט נאכנישט קיין סאך יעדער סיטואציע האט גאר אנדערע לעבנסטוישענדיגע באדייטען מאכט זיכער אז איר דערווישט די אייגנארטיגקייט פון יעדע זאך

רופט זיך אן איינער פון די דריי חברים הערט נאר הערט איך גענוי ווי יעדעם האב מיינע קערעליך איינגעפלאנצען באוואסערט, געלייגט אויפ'ן זון אבער ס'נישט באשערט גארנישט האט זיך גערירט נאר גענידערט מיינע טשאנסען

שטיינער אדורכצופירן..!! ל'אמיר זיך נישט אפשטעלן אינדערמיט..! עס איז טאקע א לאנגע און א שווערע.. מיט גאר אסאך פעלזן אדורכצוהאקן.. גלאטע הויכע ווענט איבערצוקומען.. עס שרייט פון אלע זייטן: נישט מעגליך..

לאמיר געדענקן, דאס איז אלעס ווייל מיר זענען נאך אינדערמיט.. מיר זענען אויף א וועג אנצוקומען..!!

איידער מיר גייען ארויס פון די דערהויבענע טעג ענדיגן מיר צו: **קוה אל השם חזק ויאמץ לבך וקוה אל השם**

פארוואס? ווייל תפלה דארף גאר אסאך חיזוק אזוי ווי די גמרא זאגט שוין! מיר זעהן נישט וואס, און וויפיל יעדע תפלה אונזערע טוט אויף; אבער מיר דארפן גלייבן, אז אפגעזעהן וויאזוי עס קוקט אונז קליינע מענטשעלעך אויס, **איז א פאקט אז יעדע תפלה איז א פאקטישע כח!!**

מיר דארפן חזר'ן און געדענקען: אמונה מיינט **נישט** אז מען שפירט נישט קיין צער, אדער מען פארלירט נאטורליכע מענטשליכע חושים א.א.וו. אמונה מיינט, עס איז מיר אזוי שווער.. איך בין אין א שרעקליכע קלעם און עס ציט מיר אפילו נישט צו דאווענען.. איך שפיר מיר אפגעטריקענט.. אבער איך קען זאגן: איך גלייב אין די כח התפילה אפילו איך שפיר גארנישט זאגענדיג די ווערטער; און פארדעם וועל איך דאווענען... אפילו אויסגעטרונקענט און איינגעזויערט איז דאס אמונה!!

א גוי להבדיל קען דאס טרוקן ווי א פעפער אדער זויער ווי א איילבירט אין די מצב נישט זאגן!!

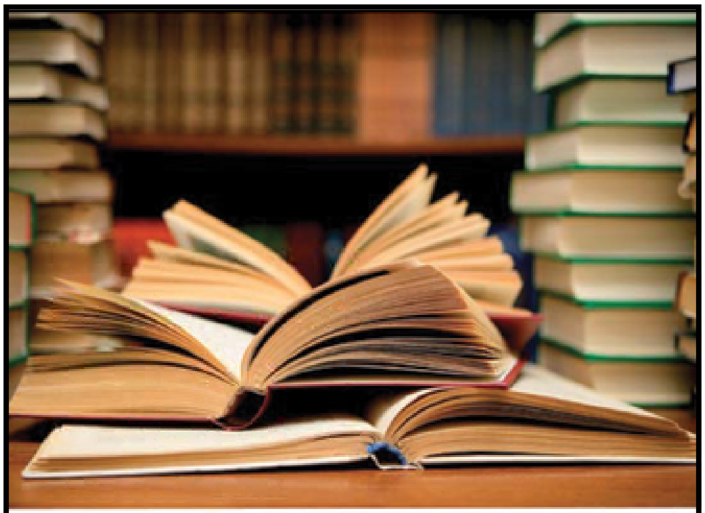
עס איז אמאל געווען צוויי סלאנימע חסידים וואס זענען געפארן אויף מסחר און גערעכנט צו זיין אויף שבת ביים רבין. האט זיך געמאכט אז זיי זענען געבליבן אונטערוועגנס אין א דארף ביי א פראסטע איד אויף שבת. זייער אנטוישט זענען זיי געווען, וועלענדיג זיין שבת ביים רבין מיט גרויס דערהויבענקייט, און דא ברויכן זיי בלייבן ביי דעם פראסטן איד אויף שבת.

גאנץ שבת זענען זיי געווען פארנומען רעדן וואס עס טוט זיך יעצט ביים רבין, ווי די רבי האלט יעצט. אזוי איז אדורך אויף זיי די שבת מיט גרויס ביטערניש. די נעקסטע וואך זייענדיג ביים רבין ביים טיש אין די היימישע שבתדיגע אטמאספערע האבן זיי זיך כסדר אונטערגעמורמולט צווישן זיך, דאס הייסט א שבת.. פלוצלינג דרייט זיך די רבי אויס צו זיי מיט א פארוואונדערטע מינע אויף זיין פנים און פרעגט: דאס הייסט א שבת?? די דין איז, גוי ששבת חייב מיתה. וואס דאס מיינט אז; **בלויז היטן שבת און נישט מחלל שבת זיין דאס איז שבת!**

צומאל מאכן מיר אויך די טעות, לגבי וואס דאס הייסט אמונה (אודאי איז העכערע מדריגות עד אין שיעור וערך. מען רעדט אבער צו אונז פשוטע מענטשען, בלויז די אלף בית פון אמונה.) אז דער רבש"ע וויל פון אונז עפעס וואס מיר קענען נישט דערגרייכן..! מיר מיינען צומאל אז אמונה מיינט זיין גענצליך אויסגעטוהן פון יעדע סארט מענטשליכע געפיל און גרעניץ..!

מן המיצר קראתי קה: פון די טיפסטע טיפענישן אין מיין צודריקעניש זייענדיג באגרעניצט אונטער יעדע סארט מענטשליכע באגרענעצונג, פון דארט ארויס רוף איך דעם אייבירשטען.. און הערט מיין תפילה!!

די רבש"ע דארף נישט קיינע השגות אדער מדריגות פון אונז; ער דארף בלויז אונזער רוף! •



We have a wide range of reading material and tapes, incuding chizuk, and emotional support, as well as medical information.

A TIME
Building Lives...Building Families
LIBRARY & CONFERENCE CENTER

Brooklyn A TIME office 1310 48th St. For more info call Shaindy 718-686-8912 ext.209
Monsey ATIME office 25 Robert Pitt Dr. Call 845-517-4347
In Lakewood call 973-494-2334 or 732-370-7025.
In England call Henny 208-800-2153
In Israel call Bracha or Tzippy 052-377-0444

If you have books or tapes to donate please call us.

מפתח של בנים

מעלדונג!

די מוסד "מפתח של בנים" אין ארץ ישראל גיבט ארויס מידי חודש בחדשו א גאר רייכע אינהאלטפולע גליון (בלה"ק) אנגעפילט מיט דברי חיזוק ואמונה התרוממות ושמחה.
צו באקומען דעם גליון חודש'ליך בחנם שיקט א אימעיל צו
m48485252@gmail.com,

אדער צו באקומען אויף די פאסט קען מען זיך פארבינדן
מיט מו"ה מנחם בנימין פאשקעס הי"ו
אויף, 347-496-5657
• • •
A monthly Gilyon "Mafteiach Shel Bunim" (in L"h) full of inspiration & Chizuk for couples going through infertility, is being published & distributed for free in E. Yisrael monthly.

Now also available to get it in the US by email or by regular mail.
To get it please request, m48485252@gmail.com
Or u can call M. B. Paskes 347-496-5657.

In Europe contact HaRav Yaakov Yehuda Becher 075-350-78220
קו החיזוק 'מפתח של בנים' 05484-97341 שמעו ותחי נפשכם!

פון יונה בן אמתי, וואס די מעשה ברענגט ארויס די געוואלדיגע כח פון תשובה, און ווי שטארק די רבש"ע קוקט ארויס מיר זאלן זיך צו אים ווענדן און זיך צוריקקערן.! איז זייער אינטערעסאנט דאס וואלט מען געדארפט ליינען אנהייב טאג נישט יעצט ווען מען ענדיגט שוין ממש די טאג? און צו דערצו זענען די כוחות שוין אזוי אפגעשוואכט?

לאמיר זיך א באטראכט טוהן; די נסיון פון אזוי גארן און ארויסקוקן; א שעפעלע אין די האנט איינוויגן, איז זייער זייער שווער..!! מען בענקט אזוי דערצו.. מען איז אזויפיל מתפלל.. און מען טוהט כל מיני פעולות אויף אלע פראנטן.. יעדעס שטיינדל ווערט אדורכגעזייט.. יעדע נארישע באבסקע עצה, סגולה, רפואה, האט א צייט וואס עס פארנעמט די אויבן אן, און מען שענקט דערצו די מאקסימום רעספעקט איר אדורכצופירן פונקטליך וויאזוי די; שכנ'טס עלטער מומע האט געהערט פון איינעם, וואס איז אמאל לכאורה געווען ביי עפעס אן אזויגערופענע חכם, וואס האט זיך געלערנט ביי גאר א גרויסע מומחה, און זי האט עס ארויסגעליינט פון א אלטע פארגעלטע צעטל, וואס זי האט פון ערגעץ וואו אפירגעקראצט; און זי מיינט אז די סגולה איז טאקע צו האבן קינדער..!! אדער ווען פאר פסח מאכט מען ריין די בעטן, און מען טרעפט אונטער די מאטראצן הבדלה לעכט פון א חופה וואס א שוועגערין האט זיך אמאל אריינגעג'גנב'ט און אונטערגעלייגט אזוי אומוואוסענדיג, ווייל למען השם די סגולה ארבעט נאר אויב די באטרעפענדע ווייסן נישט דערפון ☺.

די; שכנ'טס עלטער מומע האט געהערט פון איינעם, וואס איז אמאל לכאורה געווען ביי עפעס אן אזויגערופענע חכם, וואס האט זיך געלערנט ביי גאר א גרויסע מומחה, און זי האט עס ארויסגעליינט פון א אלטע פארגעלטע צעטל, וואס זי האט פון ערגעץ וואו אפירגעקראצט; און זי מיינט אז די סגולה איז טאקע צו האבן קינדער..!!

און אזוי ווייטער אין די שווערע עמעזאן דזשונגל פון אלע מיני אויסגעטערעפאכטס; איז די ליסטע גאר א לאנגע פון אלעס.. ממש אלעס וואס מען טוט נאר, דאס איינע; די קליין פינף פונטיגע פעקלע צו געווינען.. און דאך שפירט מען ווי די וועג אנצוקומען דערצו איז הערמאטיש פארשלאסן.

דאן ווערט מען זייער פארקלעמט און איינגעגעסן, ווי איינער זאגט: וואס האב איך נאך צו ערווארטן??!!

קומט מען אונז ווייזן; עס איז שוין אדורך אזא לאנגע אנגעפילטע טאג פון תשובה תפלה, איז מען דאך שוין אנגעקומען.. וואס האט מען נאך צוצולייגן?? יא.. מיט די גאנצע פרישקייט קומט מען אונז געבן א לעקציע אין אמונה, טאקע 'יעצט' ווען די כוחות זענען שוין אזוי אפגעשוואכטע.. מען וויל שוין אויפגעבן.. עס קוקט שוין אויס א פארלוירענע, די זון האלט ביים ענדיגן אירע לעצטע שטראלן.. אט אט און עס ווערט שוין גענצליך טונקל.. נו.. וואס האב איך נאך צו טוהן..?? **דווקא יעצט איז די צייט זיך צו דערהייבן און זיך דערפרישן פון דאס ניי!!**

האסט שוין אזויפיל געדאווענט און גארנישט האט זיך געטוישט; איז נאכאלץ דיין החלטה אויפצוגעבן א נישט ריכטיגע..!

ווי פאסיג איז אויף דעם די משל וואס ווערט פארציילט: פארצייטנס איז געווען די סדר, ווען די רעגירונג האט געוואלט בויען א בריק. פלעגט מען עס - אזוי ווי היינט - ארויסגעבען פאר בעלי מלאכה צו בויען. און ווען עס איז פארטיג געווארן, איידער מען האט עס געעפענט פאר די פאבליק, האט מען געמאכט א פראבע זעהן צו עס איז גענוג שטארק.

די פראבע איז צוגעגאנגען ווי פאלגנד, מען האט געברענגט צען פערדן און וועגענער אנגעפילט מיט שטיינער און אדורכגעפירט אויפן בריק איינע אויף אמאל. אויב נאך אלע זענען אדורך איז עס געבליבן שטיין, האט עס געמיינט אז די בריק איז גענוג שטארק. פארשטייט זיך אז ווען מען האט געמאכט די פראבע איז דער בעל מלאכה געשטאנען מיט א צאפלדיג הארץ.. יעדע וואגן וואס איז אדורך איז געווען א דערלייכטערונג, אבער דאך אזוי לאנג ווי דער לעצטע וואגן איז נישט אראפ האט ער געוואוסט אז זיין מיסיע איז נאכנישט ערגענצט.

מיר האלטן אינמיטען בויען אונזער עתיד, מיר זענען אינעם טרייעל סטעידזש! מיר האבן נאך וועגענער מיט

פתח לנו שער בעת נעילת שער

יחזקאל קראנץ

וום הקדוש די הייליגסטע טאג אין יאר. די טאג וואס די פינטעלע איד וועקט זיך אויף ביי יעדע אידיש קינד. אין די טאג ווערן מיר ווי ניי געבוירענע, מיר טוהן תשובה און נעמען זיך פאר זיך צו פארבעסערן. און די רבש"ע; דער קל רחום וחנון, גליסט און קוקט ארויס מיר זאלן זיך צו אים צוריק קערן, און ער נעמט אן אונזער גוטן ווילן.

אין די טאג שפירט מען זיך גאר נאנט צום טאטן אין הימל. מען שפירט זיך פריש אויסגעוואשענע, ארויסגעהויבן פון די גאנץ יעריגע פארכאפטקייט אין די פארבלענדעניש פון די וועלט. פריי פון די רוישיגע כוואליעס וואס דער יצר הרע דרייט אן אין אונז. מען שפירט דעם "ואני קרבת אלוקים לי טוב" די נאנטקייט וואס איך שפיר צום אייבירשטען איז מיר אזוי גוט.!

מען האלט שוין נאך א לאנגע טאג פון דאווענען און סליחות. זיך אויסגעוויינט און איינגעריסן ווי א קינד בעט זיך צו זיין טאטע. די גוף הייבט צוביסלעך אן צו דערמאנען אז זיינע רעזערוואָרן זענען ליידיג און ער פארלאנגט דאס זייניגע.

די זון קאנצעטרירט זיך שוין בלויז אויף די מערב זייט. די הערליכע שקיעה פארבן, פארמירן זיך אין א געמיש פון זיידענע קאלירן. אן איבערצייג אז די ליכטיגע טאג הייבט זיך אן צו ענדיגן.

איידער מיר שטעלן זיך צום פארכטיגן תפילת נעילה - וואס דיווארט אליין וועקט און מאנט די טיפסטע סטרונעס פון די נשמה.. ווייל מיט די תפלה שיידן מיר זיך פון די אויסטערלישע נאנטשאפט פון וואס מיר האבן זיך דערקוויקט לענגאויס די טאג. און עס דערמאנט אונז, אז די טויערן פון הימל וואס זענען ברייט אפען, און אלע תפילות וויאזוי עס קוקט נאר אויס מאכן זייער וועג גראד צום ליבן טאטן, וואס נעמט עס אויף מיט אזויפיל ליבע און רחמנות, קערן זיך צוריק צו זייער שטייגערליכע פארמאכטקייט - ליינען מיר די הפטורה.

די באקאנטע מפטיר יונה די מעשה

A TIME

BUILDING LIVES... BUILDING FAMILIES...

Phone Support Groups

General Infertility/ U.S.A.
Dr. Shoshana Karasick

General Infertility/ International
Mrs. Joy Ehrman

Secondary Infertility
Mrs. Chaya Ostreicher
Mrs. Ruchy Rosenfeld

Pregnancy Loss
Mrs. Malki Levine
Mrs. Brany Rosen

Post-Hysterectomy
Dr. Shoshana Karasick

Mothers of Couples Experiencing Infertility
Mrs. Rivka Feit

Adoption
Dr. Sara Barris

Male Factor; Wives
Mrs. Yettie Katz

Unsuccessful IVF Cycle
Dr. Sara Barris

General Infertility; Men's Group

Enhancing Your Marriage
Mrs. Hindy Dahari

Experienced/Mature IF
Mrs. Miriam Liebermann

Join us for these wonderful sessions from the privacy of your home...

...Let's work through our challenges together.

For more information about
UPCOMING SUPPORT GROUPS
visit our **website** www.atime org
or **call** our office 718-686-8912

For our Singles support group schedule: please call our office, or email singles@atime.org

שערי תקוה

Shaarei Tikvah

Issue 81/Tishrei 5778

תפלה מיט א תמימות
83

נשמה וואו ביסטו
93