



"על על השם דרךך - ובטח עקרי - והוא יעשה" (החלל ל, ה)

לחזק את הנפש • להאיר את הנשמה

✉ מייל המערכת  
(לתגובות, הערות, הארות ושליחת סיפורים לפרסום):  
alon7148454@gmail.com  
✉ לקבלת העלון במייל:  
alon089945291@gmail.com  
☎ פלאפון אישי: 052-7148454  
☎ פקס: 08-9941870  
כתיבה ועריכה בס"ד:  
דניאל ח. אלפסי

מוקדש לע"נ מור אבי רבי משה בן עישה ז"ל

## ◆ מבט לחיים ◆

### אחרי החושך - יגיע אור גדול!

אין הייתם מרגישים בזמן שהייתם מעניקים למישהו כל היום מתנות ודברים טובים, אבל כמעט והוא לא אומר לכם תודה. ויותר מזה - במקום זה - הוא בוחר כל הזמן להתלונן בפניכם שזה לא מספיק לו, שלא טוב לו למרות מאות ואלפי המתנות שהענקתם לו במתנת חינם?

סביר להניח שהייתם פחות רוצים להמשיך לתת לו מתנות כי בווערת בכך הרגשה של 'נבגדות'. שימו לב: אתם נותנים לו כמעט הכל, והוא במקום להעריך את אותם מתנות הוא בוחר להראות לכם מה לא הבאתם לו וכמה חסר לו עוד ועוד דברים וכי אין כל הכרה והערכה לכל מה שעשיתם עבורו. באמת התחששות לא נעימות בכלל.

אבל אם על כל דבר הכי קטן שהייתם נותנים לו הוא היה מודה לכם מעומק הלב, ונותן לכם תחושה של "הצלת אותי, מה הייתי עושה בלעדיך. תודה רבה!". מסתבר שהייתם ממשיכים לתת לו מכל הלב עוד מתנות ודברים טובים וככל שיהיה לכם יותר אפשרות - כך תעניקו לו יותר.

אחים יקרים, אותו הדבר - בהתנהלות שלנו כלפי בורא עולם. הוא מביא לנו כל כך הרבה מתנות, כל כך הרבה ישועות. אז למה אנחנו בוחרים להתלונן כל היום? למה אנחנו לא יכולים לעצור לרגע אחד את שטף הבקשות-דרישות-ציפיות, ולומר לבורא עולם: "תודה לך על הכל, בלי הדברים האלה - אני לא הייתי כאן. הכל שלך והכל בזכותך. למה אבא שבשמיים צריך לשמוע אותך כל היום מתלונן למה אין לי? למה חסר לי? למה לא נתת לי? למה אני נמצא במצב שבו אני נמצא עכשיו? - הוא רוצה לשמוע ממך שאתה מעריך את כל מה שהוא נתן לך עד עכשיו, ואז הוא ישפיע עליך עוד ועוד שפע של דברים טובים.

מלבד הדברים האלה, חשוב גם לדעת שמפעם לפעם בורא עולם רוצה לבחון את הקשר שלנו איתו. את המבחנים האלה הוא עושה כדי למצוא עוד סיבות למה מגיע לך עוד דברים טובים, ניסים וישועות. המבחנים האלה באים אליך בתחפושת של ניסיונות וקשיים, של רגעים קשים ומשברים - שם, בדיוק שם בורא עולם מסתכל ובודק: האם בורג האמת - שהוא עכשיו - אתה עדיין תסתכל על כל המתנות שהוא הביא לך בחיים, או שבחרת לקחת את הקושי ואת הניסיון שיש לך ומלביש אותם על כל הקשר שיש לך איתו?

העמידה שלך במבחן היא בעוצמת הנאמנות שלך והתשובה שתראה לבורא עולם. תבדוק עם עצמך אם יש לך כעת קושי או משבר. אם כן, תעצור רגע תבין שזה לא אומר שאתה בבעיה, אלא להיפך אתה עכשיו נמצא בפתרון. פתרון לכן שאחרי שתתנהל נכון בקושי הזה - ירדו עליך דברים טובים משמיים בכמות ובאיכות שלא חלמת עליה.

תגיד לבורא עולם בזה הלשון: "קבלתי ממך עכשיו ניסיון, וגם נתת לי כוחות להתמודד איתו ואני יתמודד איתו בהצלחה. אני רק רוצה להודות לך על כל הדברים הטובים שנתת לי בחיים ואת זה אני לא שוכח לך אבא שבשמיים. הבנתי שאני כרגע במבחן נאמנות ואני יעמוד בו - כי הכל זה לטובתי. אחר כך אני מאמין שתכניס לי אור גדול לחיים."

שבוא עולם שומע שאתה תמיד זוכר את הקשר שלו איתך, ואת כל המתנות שהוא נתן לך בחיים - עשית את שלך עומדת במבחן - קיבלת 100% והאור הגדול כבר יגיע.

והדברים האלה מתחברים לנושא של "עלינו לשבח" שאנחנו אומרים בסיומה של כל תפילה. שאלתי את עצמי: למה אומרים "עלינו לשבח" רק בסוף התפילה, ולא בתחילתה - הרי מדובר בתפילה חשובה ורמת מעלה?

אלא, כאן אנחנו לומדים יסוד עצום לחיים. גם אם אתה מרגיש שזהו סוף העולם הגיע, שאתה נמצא 'על הקצה' אחרי הכל בסוף תזכור: "עלינו לשבח לאדון הכל לתת גדולה ליוצר בראשית". גם ברגעים שמרגיש לך שסוף העולם הגיע, גם שם אתה צריך לעמוד ולשבח את בורא עולם מכל הלב.

הנקודה הזאת שבכל עת ובכל רגע אתה זוכר לבורא עולם את כל הדברים הטובים שהוא נותן לך ואתה מודה עליהם - אתה פותח לעצמך פתח ומזמין לך עוד ישועות. וזה מה שבוא עולם מצפה מכל אחד ואחד ברגעים של קושי ומשבר - תסתכל על הדברים כמבחן נאמנות, ולא כמבחן המציאות. שחלילה בורא עולם רוצה שהחיים שלך יהיו קשים.

נכון שאתה חווה כרגע קושי או משבר, נכון שכעת אתה נמצא בתקופה לא פשוטה עבורך - עדיין - תזכיר לעצמך שתקופת המבחן הזו תסתיים בסוף, והציון שלי בשמיים זה מה שיקבע כמה טוב אני יקבל אחרי מבחן של קושי כזה.

תאמין שאחרי כל קושי מגיע אור גדול. "ויהי ערב ויהי בקר" - אומרים חז"ל (נטעי אשל בראשית א, ה): בורא עולם הכניס בעולם טבע שאחרי החושך מגיע אור גדול - גם בחיים של האדם!

וכמו שאומר הזוהר הקדוש (שמות דף קפ"ד): "ליכא נהורא אלא דנפיק מגו חשוכא, שכשיש תמיד אור אין מרגישים כל כך בטוב ובמעלות, אבל אור שבא אחר חושך ניכר חשיבותו ביותר. וצריך לדעת שהקב"ה חפץ רק להיטיב לבריותיו וכל המצבים שיש לאדם הם רק כדי להאיר לו."

והאור הזה - יכנס גם אליך ויאיר את חיך!

## הלבנת פנים

## מידות טובות לשולחן השבת

משולחנכם של גדולי ישראל

### הבית יוסף זכה לחבר את השולחן ערוך כיון שמעולם לא פגע באיש

באחת מדרשותיו הביא מרן הגאון רבי שמואל ואזנר זצ"ל בשם ספר אחד' שהיו בשמים שלוש מועדים מי יזכה לכתוב את השו"ע ופסקו בשמים שהבית יוסף יכתוב את השו"ע, כיון שמעולם לא פגע בשום אדם. כשאמר זאת הגר"ש ואזנר זצ"ל, הרגישו שבאמת זה שייך אליו שפסקיו התקבלו לא רק מחמת גדולתו בתורה ובהוראה, אלא בצירוף טוהר מידותיו שכיבד והעריך את כולם אשר לכך זכה שפסקיו ותוהר מידותיו התקבלו בכל ארצות תבל. (ע"פ בנתיבות ההלכה כרך ג' עמוד 464 מתוך דבריו של הגר"א דינר שליט"א)

### העדיף להתבזות ובלבד שלא להלבין פניו של זולתו

הגר"צ רבי חיים זייציק זצ"ל הביא מעשה בספרו קול צופיך (ח"ג עמו' קכ"ח) כאשר היה הגרעק"א בבית חותנו קודם שהחליט חותנו לקחתו לחתן, היו שם תלמידי חכמים שדיברו ביניהם בדברי תורה. והגרעק"א ישב ושתק כאילו יודע מאומה, וכאשר ראה חותנו כך שלחו לביתו. ביקש הוא להישאר בעיר. וכעבור שבוע החל לפתוח פיו בדברי תורה, ולאחר ימים נודע כי היות והיה אז במקום עוד מועמד לא רצה הגרעק"א להיות מתכבד בקלון חברו, והעדיף להתבזות בעצמו ואפילו להישלח לביתו, ובלבד שלא להלבין פיו של השני.

### איך לא תחשוש לבושת והלבנת פנים של אדם

מרן הגאון רבי ישראל סלטר זצ"ל התאכסן פעם בבית אחד, ובשבת קודש הוכיח ובייש הבעל את בעלת הבית על זה שהיא תמיד שוכחת לכסות החלות במפות שלהן. פנה הגר"ס זצ"ל לבעל הבית ואמר הרי כל הטעם שצריכים לכסות החלות הוא משום שלא יראו בושתם בשעה שמקדישין על היין, ואם לבושת הפת שהיא דומם חשוש איך לא תחשוש לבושת והלבנת פנים של אדם? (ילקוט דברי אסף עמוד י"ד)

### הניח ידו על הגמרא כדי לא לביישו

סיפר מרן הגאון רבי חיים קניבסקי זצוק"ל, שהיה אצלו רב אחד וסיפר לו שפעם היה אצל מרן הגאון רבי חיים עוזר זצ"ל ודיברו בלימוד. הנ"ל הזכיר תוספות מסוים ואמר לו הגר"ח"ע כי אין תוס' כזה. הלך הנ"ל להוציא גמרא מהארון. בא ר' חיים עוזר והניח ידו על הגמרא שבארון ולא נתן לו להוציא את הגמרא. כשהגיע הרב הנ"ל לביתו ראה שאכן אין כזה תוס' והגר"ח"ע עשה מה שעשה כדי שלא לביישו דרך שיחה. (ח"א עמוד שצ"ג)

## ציצה לדרך •

לפעמים הצעד הכי גדול שאתה יכול לעשות הוא פשוט לקום בבוקר ולהגיד 'תודה' לבורא עולם.

לע"נ: מו"ר רבי משה בן עישה, עישה בת חנינה, רבי עזריאל בן כוכבה, חדוה בת מיכל מסעודה, מרן רבנו עובדיה יוסף בן גורגריה, מרן רבי מאיר מאזוז בן שושנה כמאסנה, ר' יצחק בן שושנה חמשנה, ישראל אפללו בן אידה, יאיר עידן בן יעקוטא תח"י, מקיס בן שקלילה, הרב אברהם ביתאן בן בראק, אמנון בן יחיא פנחס, ר' אליהו איטח בן עזיה, ורדה בת זכרונה, ניסים בן זינה. | להצלחה בכל העניינים: דניאל חביב בן יפה, אילה יסכה בת יפה | להצלחה בריאות ופרנסה טובה: א"מ יפה בת ורדה תח"י | להצלחה: שלום בן יעל



## בעבור שתיקה אחת

ערב חיזוק לנשים שהפך לערב של ביזיונות, והנס הגדול לאחר 12 שנות ציפייה ממושכות: סיפור מצמרר, שנשלח למערכת בהמשך לסיפור שנכתב כאן בשבוע שעבר | מעלת קבלת הביזיונות באהבה

לכל הערב הזה. אל תטלו חלק באירוע המביש הזה!!!

אחת המארגנות של הערב ניגשה אליה וניסתה לבקש ממנה בצורה יפה ובעדינות שתחדל ממעשיה הבלתי ראויים, אך היא כלל לא שמעה אותה.

עוד שתיים ממארגנות הערב ניגשו וניסו להוציא מידה את המיקרופון, אך היא, הדפה אותן בכל הכוח וללא כל מורא והמשיכה לחרף ולגדף את המרצה לעיני כל.

האמת חייבת להיאמר בשורות אלו: למרות ההתנהגות האלימה שהפגינה, ומילות הפגיעה החזקות שהוציאה מפיה, הרי שדבריה יצאו מן הלב ועלה מהם סיפור על עלבון נורא ופגיעה אימה שחוותה מהמרצה.

כולן פשוט ריחמו על המרצה, מפני שהיא נראתה כאילו חבטו בה במקלות וגלגלו אותה בבזי. איזו נפש של בן אדם יכולה לעמוד מול השפלה כזו, במיוחד כשהיא אמורה לשאת דברי תורה?...

ניסו לצעוק עליה ולהשתיק אותה, אך זה לא עזר. המרצה ברחה החוצה ממורת בכי. הבושה שהייתה בה התלבשה על כל המשתתפות באותם רגעים. גם אני הרגשתי את הצמרמורת הגדולה שנחתה עליי. מעולם לא חשבתי שאני יראה דברים כאלה.

מספר נשים ניגשו להרגיע אותה, בעוד היא נואמת ומדברת בגנותה. אני הייתי בין השתיים שהגישו למרצה כוס מים.

ניסינו להרגיע אותה ולהסביר לה שהיא כנראה לא שפוייה ושנחנו כלל לא מתייחסים לדברים שהיא אמרה וכי אין לה מה לדאוג בכלל.

לפתע, מתוך בכי התמרורים, היא ביקשה בשקט: "תעשו לי טובה, תשיגו מיד את רחל..." וכאן נקבה בשם משפחה מסוים.

"איזו רחל, למה רחל?", ניסינו לברר מהסיבה שלא הבנו מה הקשר.

"זה עניין של פיקוח נפש. תכריזו ברמקול שרחל תיגש אלי", אמרה שוב ושוב בלי שהיא מפרטת אף הסבר לשאלות ששאלנו.

הבטנו זו בזו, היססנו בדעתנו, אך היא מתוך שיברה, ביקשה שוב: "תקראו לה ותבינו למה".

ניגשתי למיקרופון אחר, ניתקתי את המיקרופון האחוז בידיה של האשה האלמונית, וקראתי: "רחל...", נא הגיעי מיידית לכניסת האולם, והחזרתי את המיקרופון חזרה למקומו. ומשם חזרתי שוב פעם למרצה שישבה בכניסה לאולם שכולה בוכייה, והמתנו יחד לרחל האלמונית. זו אכן פילסה דרכה והגיעה במהירות.

אנא השם, אני מתחננת שכל הייסורים הנוראיים שהם מנת חלקי כרגע יהפכו לזכויות בעבור רחל בת...



בנימה אישית: הסיפור שפורסם כאן בשבוע שעבר הכה גלים רבים בארץ ובעולם. חלקים שבקשו את מספר הטלפון של בעל הסיפור - גם קיבלו. ובעקבות הסיפור שעורר סערה רבתית בקרב ציבור המאמינים, התקבל הסיפור הבא, שאף הוא מצמרר ומרטיט לא פחות מקודמו. והלואי ויהודי אחד יבחר להתחזק מהם.

\*\*\*

רציתי לספר סיפור מזעזע ומרטיט שהייתי עדה להתרחשותו מתחילתו ועד סופו. ואילו לא היה קורה לנגד עיניי ספק גדול אם הייתי יודעת עד עצם היום הזה כמה גדולה מעלתו של מי שלא משיב למי שפוגע בו.

היה זה בערב חיזוק רוחני לנשים, עם הרצאות, שיעורי תורה ועוד. בשלב מסוים הכריזו על שמה של מרצה שהייתה רבנית, אמנם לא ממש ידועה, אך הנושא שלה היה מאוד מעניין, ואט אט החלו כמות גדולה מאוד של נשים להתקבץ לתוך אולם ההרצאות, והמרצה החלה לצעוד אל דוכן המרצים.

היא עמדה שם במשך דקות ארוכות והמתנה בסבלנות ובאורך רוח שקל הנשים יסיכום להפסיק לפטפט. ומי שמכיר ציבור של נשים, ועוד בערב נשים, יודע שמדובר במשימה לא פשוטה ליישום, ואם בכלל אפשרית לביצוע. קל זה בוודאי שלא.

לפתע ניגשה לכיוונה של המרצה אחת הנשים שהלכה מתוך הקהל, נעמדה מולה והתחילה לצעוק לעברה ללא רחמים וללא כל בושה: "אני מזהה אותך, את פגעת בי והעלבת אותי לפני שנים, את הרסת לי את החיים! הלבנת את פניי! לא אשכח את זה לעולם!"

שוב, כל הדיבור הזה התרחש לנגד עיניה הנדהמות של מאות רבות של נשים.

המרצה החווירה. המראה שלה היה נראה קפוא ללא יכולת להגיב. היא ניסתה להשחיל כמה מילים קטנות, לנסות להסביר את עצמה: "אבל אני לא מכירה אותך משום מקום..."

אבל זו מיד ענתה לה בתקיפות "ודאי שאת לא מכירה, זה היה לפני הרבה שנים, אבל אני לא שכחתי, ולא אשכח לך את זה אף פעם!"

וכאן היא התקדמה במהירות לכיוונה של המרצה, לא מסתכלת ימינה שמאלה, ופשוט חטפה מידה של המרצה את המיקרופון והחלה לצעוק:

"אסור להקשיב לאשה הזו, היא רוצחית! היא רצחה אותי לפני שנים, היא פגעה בי קבל עם ועולם! צריך להוקיע אותה, אסור לכם לתת לה יד

## פנות ישיבה

העצמה אישית  
לבן הישיבה  
מאת הרב'ג ברוך חורש שליט"א



### הסר דאגה מליבך

דאגה בלב איש ישינתה:

הגמרא במסכת יומא דף עה מבארת את העצה של שלמה המלך במשלי דאגה בלב איש ישינתה הינו: "שחנה מדעתו" כלומר, במקרה שקשה לו מאוד להשיח את דאגותיו, או כי מתבייש בזה מאוד, או כי הדברים לא ברורים לו דיים, כאן הדרך לשחרר את זה ממנו על ידי שיכתוב על דף בצורה ברורה ומסודרת את מה שמטריד אותו, (ובכלל מומלץ מאוד לאמץ שיטה זו כאורח חיים).

בשלב הראשון נרשום את רשימת הדאגות המאיימות עלינו. נערוך רשימה ברורה של כל מה שמטריד ומדאיג אותנו, נפרט את הפחדים, החרדות וכל מה שמרגיש שמפריע לו לחיות חיים של שלווה: לחץ לימודי, תכרים, רבנים וכו'. לעיתים הדמיון מלבה את הדברים, עד שכל צל של הר נראה כהר. הרשימות המסודרות מעניקות לאדם אמת מידה נכונה ומדויקת, והמבט אל מול האמת תהפוך את החרדה הקשה למנוחת וקטנונית.

בשלב השני, ברשימה נוספת לצד זו, נרשום את כל אשר בידינו וביכולתנו לעשות כדי לעזור לעצמנו, ואלו עצות ניתן לטכס באופן שתוכלנה לשפר, לפתור, או למנוע את המדאיג. חיפוש של עצה מעשית יחזיר אותנו לקרקע השכלית, למציאות. שהרי במקום שהשכל פועל, שם אין כניסה לדמיון. נופתה לראות כמה תבונות ותובנות ניתן למצוא.

בשלב הבא נערוך רשימה של כל ההשלכות העוללות להיערם לנו אם חלילה תתגשמה הדאגות - ואת אשר יעורנו אכן יבוא עלינו. וכאן נזרום עם המחשבה עד סוף הדרך, אל הגרוע מכל. לא נפחד נשפך מליבנו על הדף את כל החרדותינו. כך באופן זה נתקוף את מחשבת הדאגה, המנסה לסחוף אותנו עמוק לעמקי ביצת היגון, אל הגלות שלנו בתוך עצמנו, ורק כך ינחלץ מידיה, כי אחר שנענענו בראשנו לכל גל של דמיון ששצף-קצף עלינו, כאשר הפלנו עם הדמיון אל הגרוע מכל ועמדנו מולו יציבים ובהחלטה תקיפה ששוב איננו נבהלים מפניו, הבאנו את הדמיון אל סוף דרכו, באשר מכאן אין לו לאן להתקדם. כך תתפרק ותתפורר מחשבת הדמיון, וכאשר מחשבת הדמיון מתנפצת, שוב חוזרת המחשבה אל מסלול השכל, הוא מסלול היוזמה והעשייה - אל קרקע המציאות.

יש לציין שעצה זו נבחרה ונוסחה על ידי אנשי ייעוץ ומקצוע והוכתרה בהצלחה אף כטיפול ב'חרדות' - מחשבות שאינן נשלטות, או בכפייתיות - מחשבות כרוניות של חרדה, מחשבות טורדניות ובלתי נשלטות, אובססיה של מחשבות שליליות, שהחרדה המלווה אותן כופה את האדם לבצע פעולות מסוימות. (קטע זה מבוסס מתוך הספר הנפש היהודית לר"ם בויאר)

לסיכום:

הדאגה היא כנחל שוטף - ולכן הדרך היא לא להילחם כדי לסלק את המחשבה מהראש, וגם לא לברוח מפניה, אלא להכניסה לפורפורציה. כי דרכו של הדמיון - לנפח את הדאגה ללא גבולות. ולכן העצה למלחמה בדמיון הוא למותחו עד הסוף, ולתחם אותו בקרקע המציאות, ניתן לעשות זאת גם על ידי שנרשום על דף בצורה ברורה מה מדאיג אותנו. ומה הן ההשלכות העוללות לקרות במקרה שתתגשמה החרדות - מהו המצב הגרוע ביותר, אשר מפניו אנו חוששים. ונערוך מאזן של רווח מול הפסד שאנו משלמים בעטייה של הדאגה כבר עכשיו.

<< מתוך הספר החדש "העצמה אישית", הדברים היו למראא עיני גדולי ישראל שליט"א ועודדו את פרסומם ניתן להשיג ברשתות המבוחרות >>



## בעבור שתיקה אחת

>> ההמשך המרתק מעמוד קודם

## האמנה

המדריך לנפש בריאה וחיים שלווים  
בדרך האמונה והביטחון

### אמונה בעיניים עצומות

**הדרך היחידה לשלוט על המחשבות שלך ברגעים מאתגרים היא להשליך לבורא עולם את כל החששות שלך. איך עושים את זה הלכה למעשה?**

שאדם מקבל ביום בהיר אחד הודעה מלחיצה או מדאגה שנופלת עליו משומקום, והוא מוצא את עצמו מול הר גדול ומאיים. הוא מוצא את עצמו חסר אונים, חסר יכולת לשנות את המציאות לטובתו ואף אין בידו קצה חוט לדעת מה יהיה בעתיד. הכל אצלו לוט בערפל.

באותם רגעים אי הודאות והלחץ לפתע הכל מתערער סביבך. רוב היום אתה עסוק סביב אותה בעיה ומחפש עבודה פתרונות. אתה מסתובב סביב מחשבותיך ונותן למעגל לרוץ ולהשפיע על כל פסיעה שלך במהלך היום. "איך זה קורה דווקא לי? איך לא ידעתי את זה לפני כן? למה לא מנעתי את זה? ועכשיו מה יהיה? איך יעכשוני אני יתמודד? מה אני צריך לעשות?" אלו רק חלק מוועט מאותו כיכר מחשבות ולחצים שעוטפים אותך באותם רגעים. זאת מלבד הדמיון שגם הוא מתחיל לפעול ולהראות לך את העתיד הכי מפחיד שיש, עתיד שאתה בוודאי לא רוצה להיות בו.

אומרים חז"ל (עין ראש השנה, כד, ע"א): המחשבה והדמיון הם הדברים שיכולים לקחת את האדם למקומות הכי רחוקים שיש. זאת בניגוד לקול שהוא מפיו, והשמיעה דרך האוזניים והפעילות דרך שאר האיברים. למחשבה ולדמיון אין גבול.

משל למה הדבר דומה? לרכבת שיצאה מהתחנה. האם יש דרך לעצור אותה ולעלות עליה? בוודאי שלא! אותו הדבר ואף יותר - המחשבות שלך. דרכי הפעולה שלה עובדת בצורה הזאת: שלחת מחשבה אחת? היא מתקדמת ואוספת איתה עוד מחשבה ועוד מחשבה מאותה משפחה, וכך כמין כדור של זה הופך לדבר גדול ומאיים.

חשבו על זה רגע אחד. אם אתם מתמודדים כרגע עם דבר שמעיק עליכם, ואתם מתחילים לחשוב מחשבות מהסוג של: למה? איך? מתי? - לחצתם על הכפתור שמשחרר את הכדור של להמשיך להתגלגל ולאסוף עוד מחשבות מלחיצות ומדאגות. ובסוף גם תתלוננו להיכן נעלם המצב רוח?

הנס הגדול שבבורא עולם נתן לנו הוא: שהפעולה הזאת עובדת גם לכיוון ההפוך - הצד החיובי. יש לך כרגע דבר שמעיק עליך? תעצור רגע אחד ותקבע לעצמך: אין בידי לשנות כלום. ואיני יודע למה דווקא אני מתמודד. אבל דבר אחד אני יודע: יש לי אבא גדול בשמיים, שהוא דואג לי והוא אוהב אותי והוא מתכנן עבורי את מסלול חיי בצורה הטובה ביותר עבורי. אני נותן לו להחליט אותי. שמתי לעצמי סטיקר: "תן לבורא עולם להוביל אותך!". אוי כמה שזה מושלם!

הוא היחיד שיודע מה עתיד לקרות כתוצאה מהדבר הזה. כי הוא עשה את זה בצורה הכי טובה בעולם בשבילך. תאמין בזה בכל לב! תדמינו לעצמכם שחבר שלכם לוקח אתכם להר גבוה בעולם שם הוא מעמיד אתכם על ניקי הר מזדמן ואומר לכם תסתכלו למטה. אוה פחד נוראי יתפשט בנופכם? אבל אם תדמינו לרגע שוב שהוא שם לכם בד שחור על העיניים ואומר לכם "בוא אחריי" בלי לומר להיכן. ואז הוא מעלה אתכם שוב להר הכי גבוה, ואומר לכם תורידו את העיניים למטה. האם תפחדו? התשובה היא: ממש לא! כי לא רואה כלום בעיניים. רק שחור...

ואת הנקודה הזאת אנחנו צריכים להוריד לחיים שלנו. בורא עולם רוצה שנאמין בו בעיניים עצומות! שזה אומר: בכל מקום ובכל רגע וגם המפחד ביותר בעולם - תשימו מולכם את בורא עולם! אחרי שהעיניים שלכם 'מתכסות' בזה, לא תפחדו משום דבר בעולם! כי הכוח של האמונה בבורא עולם בעיניים עצומות, ישנה לכם כל פסיעה בחיים שאתם חוששים ממנה!

שאתה נמצא במצב שהוא לא בידיים שלך לשנות אותו - תשליך על בורא עולם ותאמין בו בעיניים עצומות שהוא יוציא לך את הדבר הטוב ביותר מזה. הגם שאתה לא רואה את זה עכשיו, אתה עוד תיווכח לראות שהכל התהפך לטובה לנגד עיניך. ואז הגלגל של יומין אליו עוד מחשבות של אמונה, עוד מחשבות של תקווה.

שאירע בדקות האחרונות. אבל לא ציפינו ממנה לסליחה. עצם זה שהיא שחררה את המיקרופון והפסיקה לבזות אותה - היה מספיק.

הקהל פשוט התנפל עליה: "תתביישי לך! אפילו סליחה אינך מבקשת? איך העזת לפגוע כך במרצה הזו מבלי לבדוק את זהותה אפילו?", היא נראתה נבוכה ולא ידעה מה לעשות עם עצמה.

אך אז נשמע קולה של המרצה: "אני מציעה שלא נחזור על הטעות שכבר נעשתה כאן, מה עוד שזה יכול להביא תועלת..."

הקהל השתתק וציפה להסבר, אך המרצה לא נידבה אותו, והחלה את ההרצאה שהיתה מיוחדת מאוד. לאחר שסיימה והלכה, התפנו הנשים לדבר על מה שקרה שם. מיותר לציין שהאשה הפוגעת הסתלקה מהשטח במהירות הבזק.

אני גמרתי אומר בליבי לעקוב אחר הפרשה, ורשמתי את שם המרצה, כמו גם את שמה של האשה המתברכת.

מסתבר שהאשה הזו, רחל, היתה חשוכת ילדים במשך 12 שנה, וברוך ה' כעבור 10 חודשים מהברכה, היא חבקה בן זכר למזל טוב...

כשפגשתי את המרצה לאחר מכן, אמרתי לה כי אני הייתי בין השניים ששמעו את הברכה לרחל, ושאני רואה קשר ברור בין הברכה שהיא נתנה אחרי כל הביזיונות לבין הנס שקרה לה.

ביקשתי ממנה להסביר לי מה קרה שם, ומדוע היה לה דחוף לברך אותה בשעה קשה זו.

בתחילה היא ניסתה להתחמק ולהעמיד פנים שאין לה קשר לזה, אך אני לא הרפיתי וביקשתי שתספר לי. היא השתכנעה והסבירה לי את הכל.

"כתוב: 'שמחנו כימות עינינו'. כשאדם מתענה ולבו נשבר, נפשו קשורה מאוד לכסא הכבוד, ועלבון הוא העינוי הכי גדול שבן אדם יכול לסבול. לא לחינם נאמר שהמלבין פני חברו ברבים, הרי הוא כאילו שופך דמים.

"מי שמעליבים אותך, חש כאילו רוצחים אותך ממש. זה מה שחשתי באותם רגעים של השפלה נוראה וסבל. חשבתי לעצמי, כיצד אוכל להועיל בסבל שאני חשה, ואז נזכרתי באותה אשה חשוכת ילדים, שהיא בתה של חברתי, וברכתי אותה.

"הברכה יצאה מעומק הלב, והיא כנראה הגיעה היישר למעלה אל כסא הכבוד ופעלה את פעולתה."

"מישהו חיפש אותי?", שאלה. "כן אני", אמרה המרצה. "את מכירה אותי, אני חברה של אמא שלך". היא שמה את ידיה על ראשה של אותה רחל ואמרה: "ברגעים אלו של שברון נפש, כשפוגעים בי וצערי מגיע עד כסא הכבוד, אני מבקשת ומתחננת שתיפקדי בפרי בטן עוד השנה. אנא השם, אני מתחננת שכל הייסורים הנוראיים שהם מנת חלקי כרגע יהפכו לזכויות בעבור רחל בת..."

הבטנו במחזה כלא מאמינות. רחל האלמונית נראתה נבוכה ביותר והסתלקה משם, והמרצה נראתה כאילו הדבר נסך בה כוחות חדשים.

היא ניגבה את דמעותיה ואמרה לנו: "שיהיה לכן ברור שהאשה הזו טועה. אין לי שום מושג על מה היא מדברת. אני לא נפגשתי מעולם עם אישה כזאת."

בינתיים האשה האלמונית עוד אחזה במיקרופון שלא פעל, אבל קולה היה גבוה דיו כדי שישמעו אותה גם כך. אחת המארגנות, ניגשה לבמה ושאלה את המתפרצת: "תגיד לי, את יודעת מה שמה של המרצה?"

"אני לא יודעת מה השם שלה היום, אבל לפני החתונה קראו לה כהן. היא היתה מדריכה אצלנו ופגעה בי...", וכאן החלה לתאר מחדש את הסיפור הנורא ואת מסכת ההשפלות והעלבונות שעברה אצל המדריכה כהן. בינתיים, לבקשת המארגנת, המרצה ערכה חיפוש מידי בתיקה, הוציאה את תעודת הזהות האישית שלה ומסרה למארגנת.

האחרונה ניגשה אל האשה שהשתלטה על הכנס, תלשה ממנה את המיקרופון, סימנה באצבעה לחבר אותו מחדש ואז אמרה לה: "מעולם לא קראו לה כהן, שם המשפחה המקורי שלה לפני שנישאה הוא 'חן'. אני חושבת שהיא פשוט דומה לזו שפגעה בך אבל זו לא היא במאת האחוזים..."

זה היה הרגע הראשון בו האלמונית השתתקה. היא חטפה את תעודת הזהות, הביטה בה מכל הכיוונים ואפילו שלפה את הספח. לאחר מכן פנתה למרצה ושאלה בטון יחסית רגוע: "אז את לא מרים כהן?"

"לא, אני לא, ומעולם לא הייתי". "ואולי זו אחותך?". כל הקהל צחק, והאשה הבינה איזו שטות אמרה.

"אני מצטערת... כנראה טעיתי בכתובת", אמרה וחזרה למקומה. בלי שהיא מבקשת סליחה או אפילו מראה חרטה עמוקה על הדבר הנוראי

"שיהיה לכן ברור שהאשה הזו טועה. אין לי שום מושג על מה היא מדברת. אני לא נפגשתי מעולם עם אישה כזאת"



### בתוך הקושי נמצאת הישועה

**הדרך הקלה - היא לא בהכרח הדרך הטובה  
עבור. אמנם הדרך המתגרת עם הקשיים -  
היא בהחלט הדרך המושלמת ביותר עבורך!**

כשכלל ישראל יוצאים ממצרים, הפסוק אומר: "ולא נחם אלוהים דרך ארץ פלשתים". השם לא לוקח אותם דרך ארץ פלשתים. בארץ פלשתים, אתה הולך לאורך החוף, ומשמאלך יש נוף יפהפה, אתה מגיע לשם תוך כמה דקות. לא צריך תוכנית ניווט בשביל זה.

בורא עולם לא לקח אותם בדרך הזו. למה? התורה אומרת, "כי קרוב הוא", כי זה היה קרוב מדי. מה זה אומר שזה היה קרוב מדי? אדרבה, קח אותם בדרך הקלה יותר?

המדרש מספר לנו מה חיכה לכלל ישראל בארץ ישראל באותה תקופה. כשהם יצאו ממצרים, הכנענים ידעו מזה. הם שרפו את המקום כליל. וכשעם ישראל יגיעו לשם, הם לא יכלו לנטוע עצים. בנוסף הם היו מוכנים לקראתם והם הרגו את חלקם בדרך. בין היתר, היו שם את העצמות של אפרים - אותו שבט שלא הצליח להיכנס, בזמן שכולן היו פזורות לאורך הדרך.

אחים יקרים: בורא עולם לא לקח אותם בדרך הקלה כי ארץ כנען לא הייתה מוכנה להם. וזו הייתה הסיבה האמיתית.

ובאמת, למה בורא עולם לא אמר להם את זה? אתה יודע למה לא לקחתי אותך בדרך הזאת? כי הדרך הזאת הייתה משמדה אותך. ומה כן הוא אמר במקום? שזה היה קל מדי עבורם.

אנחנו בחיים חושבים שכשיש לנו שתי דרכים, קלה וקשה, הדרך הקשה היא הנכונה ביותר. אנחנו חושבים שאנחנו מעקף להצלחה. אנחנו חושבים שמאבק הוא ההוכחה לכך שאני לא מספיק טוב.

ברגעים שאתה עובר קושי או משבר בחיים. קושי שאינך יודע איך תצא ממנו, ובמקביל אתה כל היום מתלונן למה קשה לך, למה אי אפשר לחיות חיים קלים ופשוטים יותר?

תדע לך, שבורא עולם נתן לנו קשיים ועיכובים בדרך, או שאנחנו מרגישים שיש דרכים קלות וטובות יותר, ובגלל שאתה נמצא כעת בזמן של קושי אתה אומר לעצמך: "יתכן ואני לא נמצא בדרך הטובה ומשהו כנראה לא בדרך אתי!"

אבל בורא עולם אומר לך משהו אחר. בבקשה ממך, תקשיב למה שיש לו לומר לך: "כי קרוב הוא: בני יקירי הדרך הזו קלה מידי עבורי!"

ותדע לך שבחיים עצמם, דרכים קלות מובילות לבינוניות, דרכים קלות מובילות לכישלון, דרכים קלות מובילות לרפות ולשבירות.

**אתגר הופך אותך לגדול. מאבק מוציא החוצה את המהות האמיתית והטובה של חייך.**

אז אם אתה נמצא עכשיו בדרך שמרגישה רחוקה מלהיות "קרובה", ואתה נאבק, ואתה דוחף, זה צריך להזכיר לך את אבותינו בשעה שיצאו ממצרים ובמדבר הלוחט הם שאלו: "מה אנחנו עושים כאן?"

ואז הקדוש ברוך הוא אמר להם: "הירגעו. אתם פשוט תמשיכו ללכת. אל תדאגו". כי בזמן שאתה הולך בתוך האתגר שניצב מולך, האדמה נעשית פורייה, והאויבים שלך עושים טעויות והם באים אליך ומפסידיים במלחמות. וגם העצמות שהיו מונחות שם - נעלמו עם השנים. והנה לך שבסוף, יהיה לך הרבה יותר טוב ונפלא ממה שאתה חושב.

כשאתה נאבק בקשיים שלך, בעצביות שלך ובפחדים שלך - יש לך בקשה אחת אליך: אל תקווה לדרך הקלה. תישען לתוך המאבק - ותזכור, שיגיע הרגע תקבל את כל מה שציפית פי כמה וכמה על מגש של כסף! (מבוסס ומעובד על פירעון של הרב צ'רלי הררי שליט"א)

### "אל תונו איש את אחיו"

באונאת ממון כתוב: "איש את אחיו". ולהלן באונאת דברים כתוב: "איש את עמיתו?"

משום שאונאת ממון יתיר האדם לעצמו עפ"י רוב לרמות את קרוביו ואחיו שיש לו עליהם כל מיני טענות של קיפוחים בירושה... ולכן הזהירה התורה קודם באחיו וכל שכן באחרים.

אבל באונאת דברים מעדיף הוא להונות איש זר מאשר את קרובו, כי בזלזול קרוביו יזלזל גם הוא ולכן הזהירה התורה קודם על אחרים. (רצ"א שפירא מדינוב)

### "ולא תונו איש את עמיתו... ויראת"

#### מאלוקין

לא תונה את חברך בזה שיחשוב שאתה ירא אלוקים... (אילנא דחיי)

### "וכי תמכרו ממכר לעמיתך או קנה מיד"

#### עמיתך

אם אדם נושא ונותן ביושר לפי חוקי התורה והוא נזהר מאונאה ריבית ומאזני שווא, הרי דבר כשלעצמו הוא בגדר עבודה גדולה וקדושה. וכך אמר הבעש"ט זצ"ל: הלא קל וחומר הוא מה אדם שלומד במשנה המחליף פרה בחמור (בבא מציעא ק') הריהו חשוב מאוד בעיני המקום שכן הוא עוסק בתורתו הקדושה כל שכן אדם שהוא מחליף ממש פרה בחמור ונזהר אגב כך בכל דיני התורה בודאי ובודאי שזוהי עבודה גדולה וחשובה לפני המקום (מאור עיניים)

### "וכי תמכרו ממכר לעמיתך או קנה מיד"

#### עמיתך

אם אדם נושא ונותן ביושר לפי חוקי התורה והוא נזהר מאונאה ריבית ומאזני שווא, הרי דבר כשלעצמו הוא בגדר עבודה גדולה וקדושה. וכך אמר הבעש"ט זצ"ל: הלא קל וחומר הוא מה אדם שלומד במשנה המחליף פרה בחמור (בבא מציעא ק') הריהו חשוב מאוד בעיני המקום שכן הוא עוסק בתורתו הקדושה כל שכן אדם שהוא

## אומר לך בורא עולם: אל תחפש אשמים - כי אני השם!

הרב יעקב זיסהולץ משתף את הדבר המרגש הבא:  
את המכתב הבא מצאתי במירון. שעמדתי על הקבר של הלל הזקן. לקחתי אותו איתי ואני רוצה להביא אותו בפניכם:  
בני יקירי והאהוב לי, אתה זכור אותך? אתה חי אותך? או לאתה רק לעצמי את השם לי, לעצמי השם, מרחם השם, אני רק רצה להזכיר לך שאני אבא שלך, ואני אוהב אותך מאוד. אני אוהב לך כל הלב, כל הלב, כל הלב, כל הלב, אני יודע מה היה טוב בשבילך. אני יודע את הכל רק לטובתך. אני בסך הכל מקרב אותך אלייך לך.  
אתה ראה רק חלק מהקטנים, חלק מהטוב, אבל זה לא בדיוק לך. אתה לא ראה את הכל, תרפא. האמן לי שאני יודע את הטוב ביותר בשבילך. אני לא פלג, אני מלאי אהבה, קניסון להראות לי יכלו לעמוד בו. סמוך אליי, בטח בי, הלבן אליי, הקפול אליי, דבר אתך, אני פה איתך תמיד. אני מלאי ציונים, אני רפא כל החולים, אני בן ופארס אתכם.  
אני מלאי את חיוך הילדים, אני נותן לך את החיים, זכור תמיד שאני מלא את העולם. וכל הניסיונות והקליים נותנים לך באהבה וברחמים, מרחמים, אני לא מרחם, אני לא פלג, אני מלאי אהבה, אתה לא צריך לחשוב על איך דברים היו מרחמים אחרת, אם היית יודע כל כך אתך, או תחילה, או תחילה אשמים, או! ההוא אשם, או! אני אשם, שם דבר. אני השם, אני בורא כל העולמות ושליח עולם, כל רצון ורצון. אני יודע את הכל, וכלם רק ליחיים לי. זכור תמיד להניסין מה זה רק רצון השם, מקווה שתקרא אותך לחיים.  
אבי, החתם באהבה רבה ובאהבת עולם, אבי, האוהב יותר ממה שאתם יכולים לשאול, זה אבא שלבטלים.

## הממהרים לבוא | תוספת שבת = תוספת ישועות

### מקור הברכה

"לקראת שבת לכו וגלכה כי היא מקור הברכה" - אם הולכים לקראת השבת שמקבלים את השבת חצי שעה לפני הזמן' (הדלקת הנרות) אזי ה"שבת מקור הברכה". (תוספת שבת כהלכתה, ע"פ תלמידי הגאון רבי משה שמואל שפירא זצ"ל, ראש ישיבת 'באר יעקב')

זמן תוספת שבת (ע"פ לוח עיתים לבית): ירושלים: 18:36 | בני ברק, אשדוד, חיפה: 18:59