

קרוב השם

הרחבת הדעת והתעלות רוחנית

• עפ"י תורת הצדיקים •

שיעורי בית המדרש 'קרוב השם'
שנמסרו מפי המשפיע הרה"ח ר' דוד גבירצמן שליט"א

• בראשית דברים

\\ על זה היה דווה ליבנו

מערכת קרוב השם וארגון כיסופים

משותפים בצערו הגדול

של ידידנו וידיד יושבי תבל, יקיר המדור משכבר הימים

ה"ה אילון (בן טסלה) מאסק עיחי' לאוי"ט

מי ייתן ולא ידע עוד שוד ושבר בגבולו

ואך טוב וכסף ירדפוהו כל הימים

*

וכעת בנימה אישית:

אילון יקירי,

ברגע שהתוודעתי למאורע המצער שעברת,
ידעתי שאני מוכרח להקדיש לך טור מיוחד.

מחוזה קטנה שתחמם לך את הלב בימים
סגריריים שכאלו.

אני קצת מתפלל עליך שלא עדכנת אותי אישית
בסרגדיה שלך.

אבל דע לך, שמאז שפתחתי את העיתון וראיתי
את הכותרת הנוראית, אני לא מפסיק לחשוב
עליך.

"מכה קשה אילון מאסק" - היה כתוב שם
באותיות שחורות ועצובות.

נשימתי נעתקה.

- מהדורת בין הזמנים -
עם מדור מתחדש
נופש לנפש
מדריך לחוויית נופש נפשי

החופש הגדול

מי הוא בן חורין אמיתי?

כתבו עליך בפרשה

למצוא את עצמך בפרשת השבוע

3

הטבע האנושי

יציאה לטבע מזכירה לנו כמה ידיעות בסיס

נופש לנפש

מדריך לחוויית נופש נפשי

5

בראשית דברים / המשך \\ על זה היה דווה ליבנו

המשכתי לקרוא בעיניים מצועפות:	ועם השנים והטורים, גם הקשר המיוחד שלנו הלך והתהדק.	"דווקא הקושי הגדול, הוא זה שהעצים אותי"
"פחות משבועיים אחרי שהפך לאדם הראשון בהיסטוריה ששווי נכסיו חצה את רף הטריליון דולר - אילון מאסק כבר לא נמצא שם.	מקווה מאוד מאוד מאוד שגם אתה מרגיש כך.	תחזיק חזק אילון קטן שלי!
הירידה במניית SpaceX הייתה חדה. היא איבדה יותר מ-30% בתוך ימים ספורים.	בכל אופן, מהמקום הזה אני אומר לך: אין לי ספק שתחזיק מעמד.	*
נכון להיום, לפי הערכות עדכניות של פורבס ובלומברג, מאסק שווה כ-946-950 מיליארד דולר בלבד.	אני בטוח שכשם שעמדת בגבורה בניסיון העושר, כך תמשיך להחזיק מעמד גם בניסיון העוני.	בפגישתי השבועית עם הפסיכולוג, עלה כמה פעמים הנושא הזה של אילון מאסק ואני.
אוי, אילון שלי.	ודבר נוסף,	לא יודע מה יש בו שמקפיץ אותי כל כך.
אלו מילים אפשר לומר לאדם שליבו נשבר?	תחשוב על זה רגע, אילון.	האם זו קנאה או סתם צרות עין?
להזכיר לך שהכל לטובה? אני חושש שזה רק יעצבן אותך יותר.	יש אנשים שאין להם אפילו מיליארד אחד.	לא יצא לנו ברור.
לשמוע הטפות מוסר צדקניות, ממני שיושב לו רגל על רגל ונהנה מהחיים - זה פשוט מעצבן.	יש אצלנו היהודים מושג שנקרא 'בצר הרחבת לי'.	אבל בכל פעם שאני מלגלג עליו, ועל מושגיו הדלים בצרות וקושי,
אני יודע שלא התנסיתי בניסיון שכזה.	כלומר, למצוא נקודות של אור בתוך החושך.	לאחר כמה שעות, אני מוצא את עצמי מהרהר, האם אין בי מאותה המידה.
אבל אני כל כך מבין אותך.	אני מודה שקשה למצוא נקודות טובות במצב שאליו הידרדרת.	אולי גם אני יוצר טרגדיות בתוך ים של אושר.
נוצרה בינינו מעין אחוות מוצלחים.	אבל הקושי הזה שווה. הוא מסוגל לחולל פלאות.	סערות בתוך הכוס המלאה.
	יבוא יום, אילון, ואתה תביט על הימים החשוכים הללו, ותוכל להצהיר בפה מלא:	שלכם
		העורך



כיסופים

פעוט לחיות עם השם

יו"ל ע"י 'כיסופים'
חבוקק הנביא 5 רמת בית שמש ג' 1

לכל עניני הגליון-
הערות והארות, נקודות הפצה וכדו'
ניתן ליצור קשר
בפל: 054-853-7200
או במייל: 26karov@gmail.com

ההרשמה לקבלת הגליון במייל
בכתובת
k6646201@gmail.com

קו כיסופים

שיעורי בית המדרש
וקבלת עדכונים שוטפים

02-664-6201

זמני השיעורים הקבועים:

ימי רביעי

לכת עם תורה -

תורה כה צנינא (בשעה 20:30)

סיפורי מעשיות (בשעה 21:30)

משפ' מרגלית

רחוב הר' יצחק שמידמן 22 בני ברק

שינויים בזמני ומיקום השיעורים

מתעדכנים בקו כיסופים 02-664-6201

לתרומות והנצחות:

נדרים פלוס < קופת 'כיסופים'

חופש הגדול

מי הוא בן חורין אמיתי?

אנושות סוגדת לחופש, ובמיוחד בדורנו דור החופש והדרור.

הכל שרוי במעין חופש גדול ועולמי. כולם גורסים 'תן חופש'.

לא מקובל בימינו לצמצם ולהטיל הגבלות, אפילו מבוגרים מתקשים לעשות זאת כלפי ילדים.

האם אכן החופש מוביל אל הדרור?

חירות אמת

פרשת השבוע פותחת בכוח הבחירה.

היא אומרת: 'ראה אנכי נתן לפניכם היום בְּרָכָה וקְלָלָה' - האפשרויות נתונות לפניכם והינכם חופשיים לבחור ברכה או קללה.

ישנו פסוק מקביל בפרשת ניצבים: 'החיים והמוות נתתי לפניך הברכה והקללה, ובחרת בחיים'.

בעולם ה'חופשי' כביכול, מקובלת התפיסה כאילו התורה מגבילה את אפשרויות הבחירה של האיש המאמין.

הבלתי מאמין מצטייר כאיש החופש הגדול, שכל אפשרות שתעלה על דעתו זמינה לו לכשירצה. ואילו המאמין כבול כביכול לאמונתו ולמצוותיו.

למען האמת המציאות הפוכה לגמרי.

אין מקור בעולם שמאפשר לאדם חירות גדולה מזו שהתורה מעניקה לו. היא מוסרת בידיו את המרחב כולו.

השמים אינם הגבול, וגם לא השאול.

כתבו עליך בפרשה

בחירה מכוונת

בתוך מרחב בחירה האינסופי, מטרידה המחשבה: מה יעשה האיש בצרור המפתחות העצום הזה?

במה יבחר? ואיך יצליח להצביע על הכיוון הרצוי והנכון?

והקדוש ברוך הוא לא מותיר את האיש התועה לבדו, ומורה לו בפרשת ניצבים: 'ובחרת בחיים'. זו התערבות ישירה של השם יתברך בתוך מרחבי החופש.

למען האמת התערבות זו קיימת גם בפרשתנו, שפותחת אמנם בהזמנה נדיבה לבחור ברכה או קללה, אך ממשיכה פנימה למסכת רצופה של איסור והיתר, והכוונה מדויקת מה ראוי להכניס לפה ומה לא.

המדרש ממשיל זאת למלך שערך סעודה והזמין אורחים, ביניהם היה גם אוהבו. בתוך הסעודה היה המלך רומז לאוהב שיטול לעצמו מנה יפה, אולם היתה בו דעת להבין ולהבחין בכך.

"כיון שראה שלא היה בו דעה, אחז את ידו והניחה על מנה יפה".

המילים 'ובחרת בחיים', כמו ההכוונות המדויקות בפרשתנו באיזה סגנון חיים יש לבחור, הם יד ה' האוחזת בידינו ומנחה: "עשה כך, כדאי לך".

ועדיין הבחירה חופשית.

חופש מטעה

החירות כפי שהספקנו להבין, מטעה.

החופש אינו ערובה לחיי חירות. אסירים רבים יושבים בבתי כלא שזימן להם החופש.

משל למה הדבר דומה - לאסיר הנמק בכלאו, באחד הימים מתייצב הסוהר ופותח ללא אומר את הדלת ורומז לו בעיניו: "אם רצונך, חופשי אתה...".

האסיר משתהה. הייתכן?! הוא מביט נכחו בחדווה ומצהיר: "כיוון שאני חופשי לבחור כאוות נפשי, לא אצא. פה אשב כי איוויתיה".

כמה פעמים אדם בוחר לנצל את חירותו כדי להישאר בבית כלא, להתמסר לחולשותיו ולהתקבע בהרגליו הישנים.

בנקודה זו מתערב השי"ת ברחמיו המרובים, ומניח את כוח הבחירה שלנו על המנה היפה, לאמור: 'ובחרת בחיים'.

בחירה כפשוטו

קולמוסים רבים השתברו בשאלת ההגדרה הנכונה למושג 'בחירה'.

לרבינו יש התייחסות מרתקת בנושא זה: "הבחירה היא כפשוטו, אם רוצה עושה ואם אינו רוצה אינו עושה" (ליקוטי מוהר"ן תניינא תורה קי').

בכמה וכמה הזדמנויות ובלשונו שונים שינן באוזנינו רבינו, שהבחירה היא ללא גבול. כל המדרגות שייכות לכל יהודי.

התערבותו של המלך בהעדפותיו של אוהבו, במשל המדרש, איננה מבטלת את בחירתו. זו בחינת עצה טובה קא משמע לן.

הזהר הקדוש מכנה את כל מצוות התורה בשם עצות, וזהו תוכנה של פרשת השבוע.

לאחר שהניחה התורה לבחירתנו החופשית ברכה או קללה, היא מסדרת בפנינו את עצותיה

<< המשך בעמוד 7

\\ נופש לנפשי

הטבע האנושי

יציאה לטבע מזכירה לנו כמה ידיעות בסיס

אמנם שם מדובר בעיקר על חשש מליסטים ומזיקים, אך בימינו אפשר לתרגם זאת גם לתופעות רגשיות, כמו חרדה, כעס ולחץ שמאוד מצויים אצלנו.

לא צריכים להיות גאון כדי להבין למה זה קורה. אבל יהיה ההסבר אשר יהיה, המשוואה היא מאוד פשוטה: כשאנשים חיים במקום לחוץ, הנפש שלהם גם היא לחוצה.

אולם בכל אופן סיבה אחת מאוד בולטת:

בתוך העיר האינטנסיבית, האווירה מאוד תחרותית. מתנהל בתוכה מרדף של הישגיות.

בין אם זה תחרותיות בכביש - האם אספיק את הרמזור; האם רכב פלוני יצליח לעקוף אותי; מי יתפוס ראשון את החניה.

ובין בעולם העסקים והעבודה השוקק חיים, טלפונים, מיילים, הודעות, טפסים וניירות.

במקום עבודה עם הרבה אנשים, כל עובד מנסה לשפר את התדמית שלו ולהרשים. הוא מוכרח להיראות הכי טוב והכי מוצלח.

אדם מלאכותי

המתח התחרותי הזה, פלוס הדוחק והדחיסות של המבנים ובני האדם, מכניס את האדם למצב

שני הפרקים האחרונים דיברנו על נושא הטויל, מההיבט של שינוי. שינוי מנטלי ושינוי אמוני.

כעת נדבר על היבט משלים נוסף של הנושא, ובזאת נסיים את הטויל שלנו לבין הזמנים זה....

יציאה טבעית

אחד הגורמים המשפיעים ביותר בטיול, הוא החיבור לטבע.

גיחה קצרה החוצה מהעיר הסואנת אל הטבע, אפילו במרחק קרוב, מעניקה המון כח ושחרור.

הסיבה לכך פשוטה מאוד.

רובנו חיים כיום באזורים עירוניים. ערים גדולות, כבישים סואנים, בניינים גבוהים וצפיפות אוכלוסין.

המחקרים מוכיחים שיש קשר הדוק בין תופעות הדכדוך, הדאגנות והמתח הבלתי פוסקים שהולכים ומתרבים בדורנו, לבין המגורים בכרך הסואן.

האמת, שחז"ל כבר תיקנו תפילה מיוחדת לאדם שנכנס לכרך הגדול, שייכנס אליו בשלום וייצא ממנו בשלום.

שאפשר לסכם אותו במילים ספורות: לא טבעי. מלאכותי.

באזור המלאכותי של העיר, גם אנחנו נעשים מלאכותיים.

ומלאכותי תמיד מתקשר למתח וחוסר נינוחות.

אדם נמצא במתח כשהוא במצב לא טבעי.

ולכן, אם נכיר את הבעיה, נוכל גם למצוא לה פתרון.

כלומר, גם אנחנו, אנשי העיר הלחוצה, נוכל ליצור לעצמנו אווירה טבעית יותר.

והצעד הראשון לכך הוא יציאה לטבע.

זה צורך נפשי. כמו שאדם צריך לישון, כך מידי פעם עליו לצאת לטבע.

כשאנשים יוצאים לטיול הם חושבים בעיקר על אטרקציות ופעילויות מעניינות.

אבל האמת היא, שיציאה קצרה ונינוחה לטבע הפשוט, תפתח אצלם הרבה יותר מהר משהו בלב, והם יהפכו להיות רגועים יותר.

מותר להשתעשע עם אטרקציות. למה לא? אבל ככל שנאפשר לעצמנו ולמשפחתנו יותר מגע עם הטבע הפשוט, השחרור שאנו זקוקים לו יופיע הרבה יותר מהר.

אמונה וקרבת השם

עוד נקודה חשובה מופיעה בספרים הקדושים, שהטבע מסייע להתקשרות ויצירת קשר עם השם יתברך.

כי בתוך העיר, במקום שבו אנשים עסוקים בחיי שעה, וחיים ברדיפה תמידית ומותחת אחרי מה שהם עצמם לא יודעים להגדיר - התדר שהם משרדים הוא: אני צריך. אני עושה. אני פועל.

לעומת זאת בטבע, אחד הדברים המדהימים שניתן לחוש בו מיד, זו העובדה שכל בריה ובריה, בין אם זה דומם, צומח או חי - לכל אחת מהן יש את המקום שלה ואת המזון שמגיע אליה בטבעיות.

אפילו בעלי חיים שצריכים לצוד את מזונם, בכל זאת הם לא סוחרים בשביל זה, לא משקיעים מחשבות ותכנונים. הם נמצאים במקום הרבה יותר טבעי מאתנו.

כלומר, השפע שבורא עולם מעניק להם, מגיע אליהם בצורה טבעית, כמו שהיה אמור להיות אצלנו אלמלא היינו חוטאים, כמו שאומרת המשנה.

כשהאדם המלאכותי נפגש עם הטבע, בכולה של האווירה הטבעית לאפס אותו ולהחזירו אל הגישה הפשוטה, התמימה והטבעית.

לאמונה וההכרה בכך שהוא נתון בידי הבורא יתברך וניזון ומושפע ממנו.

מלבד זאת, כפי שהרמב"ם מתאר, כשאדם עומד מול טבע מרשים, הוא מרגיש זעיר מול עולם מופלא שבורא עולם יוצר.

וזה סגולה נפלאה להקטנת הדאגות ולהפגת מתחים.

אז לפני שאנו רצים ליועצים למיניהם ולשיטות ריפוי, בואו פשוט נצא לאיזה מקום טבעי, ננשום עמוק, נביט סביב - ופתאום הבריאה בעצמה תעביר לנו מסר פשוט יש לתוך הלב:

כתבו עליך

<<< המשך מעמוד 4

הטובות, ומלמדת איך בוחרים בחיים, ומה הם חיים טובים.

שתי צלחות מונחות בפניך, באחת כל איסורי אכילה ובשנייה חמין של שבת.

הגוי במצב שכזה אובר עצות, אין לו טעם בחיים אמתיים, ומהיכן יידע במה לבחור. ליהודי יש תרי"ג עצות.

לבעל הסעודה איכפת שאוהבו יבחר במנה הטובה, והוא מייעץ עצה שאיננה משתמעת לשתי פנים.

המלצות לחיים

התערבות אלוקית זו מוצאת את ביטוייה המוחשי ביותר בספרי הצדיקים.

רבינו שהפליא בגישתו לעניין הבחירה, מלמד אותנו שהבחירה אכן היא ביד האדם כפשוטו. אבל כדי להשתמש בה כראוי, עליך לקבל עצות טובות, להסתגל לטעמים נכונים.

והוא מצביע וממליץ: מי שיש לו אמונה חייו חיים. 'ושתדע לך', הוא מספר על עצמו, 'שיש כל מיני סוגי חיים, ואני בעצמי חייתי היום חיים טובים שלא חייתי מעולם חיים כאלה'.

הרבי מספר לנו איך נראה לילה טוב, לילה של חצות. מגלה את אוזנינו שיש חיים מתוקים של התבודדות. מתאר בציוריות איך נראית תפילה אמיתית שדומה להליכה בשדה עליונה וליקוט ציצים ופרחים.

הוא גם מספר על תפילה בכח, ועל ריקודים והמחאת כף, ועל עונג עלאי שנקרא 'אכילה בקדושה', ועוד כהנה וכהנה סודות החיים הטובים.

הבחירה ניתנה לנו, נותר רק ללמוד איך להשיג באמצעותה חירות, ולא לשקוע בשעבוד של אנשים חופשיים.

נופש לנפשי

יהודי, הדאגות שלך מנותקות מהמציאות של בורא העולם. אתה דואג יותר מיד.

תראה את השמיים והארץ, את העצים, הציפורים והמים, הכל כל כך מופלא, וכל אחד מהם מקבל את השפעתו בעיתו.

מישהו דואג לכל זה.

המילה 'הטבע' כידוע היא בגימטריה 'אלוקים', גם משום שהיא מחזירה את האדם להכרה במציאותו יתברך.

כשאדם יוצא לטבע הוא לא רק נהנה, הוא באמת חוזר למצב הטבעי והפשוט שנמצא מתחת לכל הרגשות הסוערים.

ניתוק קצרצר מהמקום המלאכותי, ופתאום האדם מגלה שהפחד, הדאגה והלחץ - הם המצאה.

ואילו התקווה והאמונה - הן המקור.

נסו את זה בפועל.

לשבת בחיק הטבע, בנחת, להתבונן, לראות את השמיים, את הארץ, את המים, את העצים.

להקשיב לשירת הבריאה הפשוטה. לדבר הטבעי שהיה פה לפנינו וימשיך אחרינו.

זה מחולל פלאות, ומחזיר גם אותנו למצב הטבעי והבראשיתי שלנו.

אומן ראש השנה

הפעם בניחא

עם המשפיע הרב דוד גבירצמן שליט"א

הלב כוסף לרבינו, אבל נזכר בבלגן:
להתרוצץ, לחפש איפה לאכול, למצוא מקווה פנוי,
לדאוג לילדים - וכל זה כשאתה רק רוצה להתכוון
ליום הכי חשוב בשנה.

הפעם זה יכול להיות אחרת.

דמיין את עצמך מגיע לאומן - נושם עמוק, מרגיש שקט,
יודע שהכול כבר מחכה לך. המתחם שלנו נבנה כדי לתת
מענה לכל אתגרי ראש השנה, גשמיים ורוחניים,
כדי שתוכל להתמקד באמת: תפילה, התעלות וחיבור.

מה מחכה לך במתחם כיסופים:

שיעורים מעצימים
עם הרב דוד גבירצמן שליט"א
להכנה, התכוונות וחיבור

מקווה נקי ומרווח
בכל שעות היום
בלי תורים

תפילות מרוממות
בנוסח ברסלב באווירה
חמה ומשפחתית

מיקום חלומי - על שפת הנהר
קרוב לציון ורחוק מהרעש

מרחב מתאים לילדים
שמור עם חצר מרווחת

ארוחות חמות ומסודרות
בלי לרדוף ולחפש

כאן אפשר להניח את כל הדאגות ולצלול לראש השנה בשקט ובשמחה
מספר המקומות מוגבל - מי שסוגר עכשיו, מבטיח לעצמו אומן... בניחא

כיסופים
פשוט לחיות עם השם



לפרטים והרשמה
055-6697758 דוד קליגמן