



זמני שבת קודש

רבנו תם	מוצאי שבת	הדלקת נרות	תל אביב
21:16	20:29	19:29	
21:20	20:31	19:26	ירושלים
21:17	20:30	19:30	חיפה

שבת שלום ומבורך!

העלון טעון גניזה

סבלנות

בעולם הטכנולוגי של ימינו, התחרות העזה ניטשת דווקא על המהירות. כולם נחפזים, רצים. המכשירים שלנו מתחרים ביניהם מי יגיב יותר מהר, מי יעבד נתונים בריזות יתירה, מי יצליח לעקוף. אך בחיים האמיתיים - החיפזון והפיזיות הם כלים הרסניים, מועדים לפורענות. רק הסבלנות, לקבל כל דבר ברוגע, לא להילחץ ולא להישבר, לא לאבד עשתונות ולהישאר ניינו ורגוע - רק כך ניתן להצליח, להתמודד, להשיג.

מידת הסבלנות היא שקטה, רגישה, עמוקה. אינה בולטת, אינה מרעישה, נראית לפעמים איטית. אך זו מידה עוצמתית במיוחד, רבת השראה ועמוקת השפעה, שמשנה את החיים ואת כל העובר עלינו עלי חלד בזכות הנהגה אחת שאימצנו לעצמנו, בזכות אותו ויטמין שנכנס לכל תחומי החיים, והופך אותם לבלי הכר. כמו מצופים המחזיקים אותנו יציבים ואיתנים מול גלי החיים, כך הסבלנות מאפשרת לנו להישאר רגועים ונינוחים גם בשיא המערבולת.

ומנין לנו שהסבלנות משפרת את איכות החיים עד כדי כך, ויוצרת מהפך בכל תחומי החיים? כי בפרקי אבות הנלמדים בשבתות הקיץ, נערך מחקר מקיף על השאלה מה המסלול לשיפור איכות החיים, תחת הכותרת: 'איזוהי דרך ישרה שיבור לו האדם'. נערך דיון בין חמישה תנאים, עד שהוסכם כי הדרך היא 'לב טוב'. ומהו אותו לב טוב? כיצד הוא מתבטא? - מחדש הרבינו יונה, כי לב טוב זה מידת הסבלנות!

כי אדם טוב לב - הוא אדם סבלן, שהלב שלו טוב מספיק כדי להישאר בסבלנות וברוגע בכל משבר ומצב. כשאדם מתמודד מול כל קושי ונותר איתן ויציב רגוע ושלו - יש לו לב טוב, הלב שלו חזק, סבלן. הוא אדם מאופק, ניינו, מקבל את העובר עליו בסבלנות, מתמודד עם קשייו בקור רוח, אינו מאבד עשתונות. ואם כך בימי התנאים - בעולם רגוע ונינוח, על אחת כמה וכמה בימינו אנו - בעולם מלא התמודדויות והתרוצצויות, שהסבלנות הופכת למפתח קיומי לשמירה על שפיות ורוגע בחיינו.



הרה"ג דניאל זר שליט"א ראש הישיבה המוסדות

לקדש את הנשמה

כיצד נקדש את הנשמה, איזה מצווה חשובה מאד לשמירת הקדושה?

תוב בזהור הקדוש: שכשהגיעו תלמידי רשב"י לפסוק "דבר אל כל עדת בני ישראל ואמרת אליהם קדושים תהיו" היו שמחים, ולמה? כי כך היו חושבים שרק מי שמיוחס הוא יכול להיות קדוש, אומרת התורה שכל עדת בני ישראל יכולים להיות קדושים, יכול להיות שאבא שלו פגום וטמא והוא יהיה קדוש. יראת שמים לא באה בירושה, זה עבודה אישית שלו, **אדם צריך לצחצח את האברים שלו ולהיות קרוב לבוא עולם**, ואז הקב"ה אומר אם אתם קדושים אתם שלי אם אינכם קדושים אין לכם שום שייכות אלי.

לעיניים יש כוח שאינה אדיה, ולכן כשמוציאים את הספר תורה מהארון מסתכלים באותיות, למה? אומר האר"י הקדוש כשמסתכלים באותיות התורה מושכים בעצם הראיה אור גדול לנשמתו, הארה גדולה לנשמה. כתוב על אליהו הנביא זכור לטוב "אשרי מי שראה פניו בחלום". ויש לשאול: מה המעלה שראה פניו, הרי לא בירך אותו ולא כלום, כתוב "אשרי מי שנתן לו שלום והחזיר לו שלום" אבל כאן הוא רק ראה אותו, ובחלום. אלא שאלהו הנביא פניו קדושות וטהורות, ולכן העינים הרואות אותו שואבות אור גדול ועצום לנשמה.

אומר האריז"ל הקדוש שאדם לא יסתכל לא בפני גוי לא בפני חיה טמאה ולא בפני רשע. והטעם כי שואב מהטומאה שלהם, לא יסתכל בחמור סוס כלב, ולא בפני רשע, לפיד או ליברמן, מי שרודף את הדת הוא רשע, אסור להסתכל בפנים שלהם אין להם צלם אלוקים יש להם צלם של חיה, ומי שמביט בהם שואב מהטומאה שלהם, הם אנשים פגומים והרוסים.

יש לך נשמה קדושה וטהורה, והתפקיד שלך זה לצחצח אותה ולטהר אותה יותר ויותר, אדם שיש לו הילום גדול של אלפי קארט, אין הוא נהר תמיד שישאר זוהר ונקי! יש לך נשמה קדושה וטהורה והתפקיד שלך הוא לקדש אותה יותר ויותר, ולהאיר אותה באור יקרות. ועיקר הקדושה של האדם זה בעיניים, שאם העיניים קדושות כל הגוף קדוש. ואז"ל "כלה שעיניה יפות אינה צריכה בדיקה". מפרשים בעלי המוסר "כלה" היא הנשמה של האדם, אם העיניים קדושות אין גישה של יצר הרע אליו, כשהעינים שמורות כל הגוף שמור.

וכמו שהבאנו מרבינו יעקב אבוחצירה זיע"א שיראה אותיות ראייה, לומר לך, שכל היר"ש של האדם

תלוי בראיה שלו! והבא מאיר זיע"א, היה אומר: אם יש שמירת העיניים יש יראת שמים, ואם אין שמירת העיניים אין יראת שמים! כשהעיניים קדושות אדם הוא בן של מלך מלכי המלכים, הקב"ה אוהב אותו ומשתבח בו. כמו שאמרו חז"ל (בפסחים דף קיג), אמר רבי יוחנן שלשה מכריז עליהן הקדוש ברוך הוא בכל יום על וווק הדר בכרך ואינו חוטא כו'. הוא בגיל שהיצרים בוערים והוא שומר על עצמו ולא נכשל, הקב"ה משתבח בו! כמה אהוב הוא בשמים! ראו פלוני נמצא בעולם ומתגבר על יצרו. וכל המלאכים ופמליא של מעלה אומרים כמה יאה וכמה נאה זה האדם שמתגבר על יצרו למען כבוד ה' והבחור הזה נעשה חביב למעלה ואהוב למטה.

אדם הולך ברחוב יש שם עצים, אדם עובר תשאלו אותו: ראית את העץ? הוא לא שם לב, כי זה לא מעניין אותו. מי שבראש שלו יש דברי חכמה ותורה הוא לא רואה, ואם בלי כוונה הוא רואה יש לו סלידה, מי שהראש שלו פנוי מהחכמה הוא מתעניין בכל רע.

מסופר על בעל קצות החושן זצ"ל, תלמידו פנה אליו ואמר צריך אני ליסוע הביתה, ורוצה אני דברי חיזוק שלא יהיו לי נפילות. אמר לו הרב, שמע עובד: "ודע" כי על כל אלה יביאך האלקים במשפט. שגן לעצמך בדרך היטב את הדברים האלה, כי כל מה שקורה איתי, כל מה שאני יעשה, על הכל אני יתן דין וחשבון. אם אתה הולך במבט כזה, לא יהיו לך נפילות. שעל הכל משלמים. כשיוצאים מהבית צריך להתפלל שלא ניכשל ולבקש שלא נכשיל. ולשגן, שעל הכל משלמים ביציאת האדם מהעולם. "ודע כי על כל אלה יביאך האלוקים במשפט", תדע שאצל הקב"ה אין משוא פנים, האומר הקב"ה ותן יותרו חיינו, משא פנים אצל הבורא עולם. אין כזה דבר צדיק גדול שהקב"ה מוותר לו, שא"כ אין הדין אמת, ולהפך, צדיקים קדושי עליון היו בוכים בכיות נוראות בחודש אלול מפחד יום הדין, כי דינו ית' דין אמת, מהקטן ועד הגדול ביותר. צריך פחד מהבורא עולם, להתחזק מעכשיו כבר ביראת שמים, לא להיות רדומים בחודש אלול, לזרוק את הכלים הטמאים, לא לבוא לחודש אלול עם גוף פגום וטינופת נוראה.



שבת שלום!

מתוך דרשתו השבועית של הר"ג דניאל זר שליט"א המתקיימת בכל יום רביעי בשעה 22:00 בישיבת אור דוד

ההקדשה השבועית

הצנים הם אומם לתקיים אלפי טלמי צארי הפרשה! להצלחתכם אז לעיני קדושתם! התקשרו עכשיו: 05-04-200-01-01

לימינו
ידן חיה בת הדס יוסי בן הלן צורי בן רחל דייה בת חוה

לישיק
בנימין בן חסיה אלדן בן חוה ססיר בת עליזה לילך בת עליזה

לחובלות
אסף בן חיה רושין בן דינה אלעד בן ענה אלדן בן ירדנה

לעילוי נשמות
שלמה בן ג'ון סגילית בת חנה חן חיה שמעון בן ילנדה יואב בן חנה



סיפור לשבת

הרב צבי נקר

דירת החלומות

הנאצי הגיע לאחר כמה ימים למקום ונטל את נפשם, ואף את דירתם וכל רכושם בזו לעצמו.

"שמע טוב בחור יקר לדברי אלה", סיים הרב שך את סיפורו. "באותו רגע קשה, הייתי עד כמה טובה ורחמים עשה איתי הבורא בכך שלא נתן לי דירה מחמי, למרות היותי בחור טוב, וכי כל זה היה לטובתי הבלעדית, מפני שאם היתה באמתחתי דירה, יתכן מאוד ואף אני הייתי מסרב לעזוב את המקום ולא הייתי בחיים, בוודאי שלא מגיע להיות ראש ישיבת פוניב' המעטירה".

"מה אתה פראיר? תדרוש את המגיע לך ככל הבחורים הטובים, הם מנצלים את זה שאין לך אבא", אמרו לי כולם, "אך אני ראייתי בצורה הברורה ביותר, כי כל זה קרה דווקא בגלל שיש לי אבא, אבא גדול ואוהב המושל בכל, והוא היודע מה הטוב ביותר בעבורי, ואם לא קיבלתי דבר מסוים, אין לי להאשים את חמי או כל אדם אחר מפני שאדרבה, כל זה הוא לטובתי ולהצלת חיי ונפשי".

"הם ניצלו זאת שאין לך אבא, איך תוכל להמשיך וללמוד ללא הבטחה של דירה..."

על כן יזכור לו האדם, אף בשעותיו הקשות, כאשר חש הוא שעוברים עליו סבל ומרורות, וכי סובל הוא בגופו, בנפשו ובמומו, כי יש לנו אבא גדול ואוהב הדואג לכל אחד ועושה הכל לטובתנו, וכי נמצא הוא אתנו בתוך הקושי והצרה, ואין הוא נותן לאדם ניסיון שאינו יכול לעמוד בו.

ואף בשעת הניסיון נותן הוא כוחות לאדם לעמוד בקושי, ואף גוזר הוא מתי יגיע הקץ והסוף לסבל ולייסורים, ואז יתגלה האור הגדול כי כל מה שעבר עליו היה לטובתו וכל זה היה להצלתו הגמורה מרחמי ה' הרבים האוהב ודואג לו תמיד.

לסיפורים מרתקים נוספים של הרב צבי נקר כנסו לאתר 'ישיבת אור דוד'

הם ניצלו זאת שאין לך אבא, ולא נתנו לך את כל מה שמגיע לבחור מוצלח, וכי איך תוכל להמשיך לשבת וללמוד ללא הבטחה של דירה ופרנסה?"

דבריהם ניסו לחלחל אל תוך ליבי הקטן והתמים, אך אני התחזקתי בכל ליבי באמונה תמימה בה' יתברך ואמרתי להם: "מאמין אני במלך מלכי המלכים, אשר הוא מושל בכל, והוא לבדו הקובע הכל, אשר אם הוא מסובב לי לפגוש בבת ישראל כשרה שכזו, אשר היא כלילת המעלות, הרי שזה השידוך הראוי לי משורש נשמתי. ואם תבואו ותטענו שאבא שלה ניצל זאת שאין לי אבא ולא הבטיח לי דירה וממון? הרי שיש לי אבא והוא בורא העולם הנמצא איתי בכל עת ובכל שעה, ואם כך הוא סיבב שלא אקבל זאת, אני מקבל זאת באהבה ויודע שזה הכי טוב בשבילי, ואיני דואג מה יהא הלאה, כי הכל מתנהל לפי רצונו יתברך".

הבחורים נדהמו מתגובתי והניחו לי לנפשי. כך התחתנתי וגרתי בשכירות, והיינו מתפרנסים בדוחק, אך עם הרבה ישועת ה'.

והנה, לאחר שנים בודדות, פרצה השואה האיומה, כשהצורר הנאצי ימ"ש עשה את דרכו עם חייליו אל עירנו, וילנא, על מנת להשמיד להרוג ולאבד את כל היהודים. הבהלה היתה גדולה, ורבים וטובים ארזו את מטלטליהם וברחו על מנת לתת מנוס לנפשם. האם יודעים אתם מי אלו היו? היו אלו כל האנשים אשר לא היתה להם דירה משלהם, על כן לא היה להם קשה לעזוב והם לקחו את חפציהם ונסו מהמקום. אלא שרבים מאוד מחבריי ומכריי, אשר היתה בבעלותם דירה ונכסים, לא הסכימו לעזוב את המקום ולוותר על הדבר החשוב בחייהם, ועל כן ניסו הם לנחם את עצמם כי לא יארע מאומה ובעז"ה הכל יהיה בסדר. לצערי הרב הצורר

באחד הימים הגיע לפני מרן הרב שך זצ"ל, נער יתום מאב, על מנת שיחזקו ויעודדו שלא ישבר למרות החיסרון הגדול של אביו.

הרב שך הושיב אותנו לידו, ליטף אותנו על לחייו והחל מספר לו: "דע לך, נער יקר, כי אף אני כשהייתי בגילך, התייתמתי ואיבדתי את אבי, אך למרות הכל המשכתי בכל הכח לנהל חיים רגילים, תוך כדי לימוד תורה וקיום מצוות ומעשים טובים. האמנתי וידעתי כי אומנם אבי נפטר, אך את אבי שבשמים לא איבדתי לעולם והוא נמצא והולך אתי בכל מקום ובכל זמן. ישיבתי ולמדתי בישיבה עד אשר הגעתי לגיל השידוכים. שדכנים רבים אשר שמעו עלי דברים טובים מראש הישיבה והרבנים, חזו לי גדולות וחיפשו בכל מקום אחר שידוך מפואר ממשפחה חשובה ומיוחסת.

כך היה נהוג באותו זמן, כי בחור אשר היה יושב ולומד בהתמדה רבה ואו כי עדין לגדולות, רבים מנדיבי וחשובי העם היו חפצים בו לבתם, תוך כדי הבטחה שיתנו לו דירה ומימון לאורך ימים ושנים ובלבד שישב ויעסוק בתורה. נפגשתי עם בת ישראל כשרה וצדקת, והחלטנו לסגור תנאים לקראת החתונה.

מכיון שהייתי יתום מאב, לא היה לי מי שינהל משא ומתן רציני עם אבי הכלה על סידור מלא כראוי לבחור הלומד ברצינות, כך שקבענו מועד לחתונה ללא כל התחייבות מצד משפחת הכלה. הגעתי לישיבה אחר סגירת התנאים, כאשר כל התלמידים רצים לשמוע באיזו משפחה זכיתי, ומה הם הבטיחו לתת לי, שהרי ידעו כולם שלמדתי ברצינות כל השנים. סיפרתי להם בתמימות כי זיכתי ה' למצוא בת ישראל כשרה מבית טוב, אך לא היתה כל התחייבות מצד הכלה לעזור לי בדירה או בממון. כששמעו זאת כל הבחורים הם פנו אלי בתביעה ואמרו: "אנחנו ממליצים לך לבטל מיד את השידוך. לבחור טוב בישיבה כמון לא עזר אבא של הכלה בכלום?"

רוצים להפיץ את העלון "אור הפרשה" באיזור מגוריכם? הצטרפו למפיצים וקבלו עלונים בכל שבוע לחלוקה!

**חייגו עכשיו:
03-61-50-203**

*ההפצה הינה בטחור סמלי



הלכות הפרשת חלה

שאלה: אשה שעשתה בצק שיש בו שיעור הפרשת חלה (1560 גרם), ולאחר האפיה נזכרה שלא הפרישה חלה, האם הפסידה את המצוה, ואם לא הפסידה כיצד עליה לנהוג?

לכתחלה מפרישים את החלה בעודה עיסה, שנאמר (במדבר טו כ), ראשית עריסותיכם. ויש להפריש לאחר גמר הלישה. ואם לא הפריש החלה בצק אלא אפה הכל, הרי זה מפריש מן הפת, שנאמר (במדבר טו יט), מ"לחם" הארץ תרימו. (שלחן ערוך חלק יורה דעה סימן שכז).

אמנם כיון שאין שיעור כדי הפרשת חלה בכל לחם שנאפה לבדו, לכן צריך לצרף את כל הלחמים בתוך סל או על ידי כיסוי במפה בכדי שתוכל להפריש חלה.

להלכה אשה שאפתה לחם ושכחה להפריש חלה, עדיין לא הפסידה את מצותה, ובדיעבד יכולה אף לאחר האפיה לצרף את כל הלחמים בתוך סל או בתוך כלי שיש בו דפנות, ותשגיח שלא יהיה לחם שכולו גבוה מהדפנות של הסל או הכלי, או שתצרף על ידי שתכסה במפה את כל הלחמים שעל השלחן, ותברך ותפריש מעט מלחם אחד על הכל.

שאלה: אשה שעשתה בצק כדי שיעור חלה, ובדעתה לחלק אותו בעודו בצק לעשות ממנו לחמניות בשבילה ובשביל בני הבית ואורחים שיהיו אצלה בשבת, האם הבצק חייב בהפרשת חלה?

הדין הוא, שאשה שעושה עיסה לחלק אותה בצק (לפני האפיה) פחות מכשיעור (1560 גרם) לאנשים אחרים, פטורה מהפרשת חלה. (שלחן ערוך ס' שכו סעיף ב וכפרוש האחרונים שם).

ובראשונים ובאחרונים נתנו ב' טעמים בדבר:

א. כיון שחושבת לחלקם לאחרים נחשב שכבר מחולק מעכשיו.

ב. שאף על גב שיש בבצק זה שיעור חשוב בשביל להפריש ממנו חלה, מכל מקום, כיון שהאשה חושבת לחלק את הבצק לאחרים חתיכות של פחות מכשיעור, מחשבה זו מורידה את חשיבות הבצק לכמו שאין בה שיעור, ולכן אי אפשר להפריש ממנו חלה.

ומגדולי האחרונים ביארו, שדין זה מיוחד לגבי חלה ותרומה, משום שלגבי תרומה וחלה, למדו חז"ל שהולכים אחר המחשבה שנאמר (במדבר יח כז): "ונחשב לכם תרומתכם".

אמנם כל זה דוקא בחלוקה מוחלטת, דהיינו שאינה עשויה לחזור, כגון שהיא מחלקת לאחרים, אבל בחלוקה שהיא תחזור, דהיינו שאין היא מקפידה על תערובת הבצק ובשעת האפיה או לאחר האפיה אפשר שיתנו את כל הלחמניות בתנור או לסל וכיוצא בזה, אין הבצק חשוב כמחולק, ועדיין יש לו חשיבות של בצק שאפשר להפריש ממנו חלה.

ולמעשה, אשה שעושה בצק כשיעור הפרשת חלה בשביל לחלק אותו לחתיכות קטנות להכין לחמניות וכדומה, בשביל בני הבית הסמוכים על שולחנה או למי שמתארח אצלה, ואין בשום חתיכה שיעור הפרשת חלה, יכולה לסמוך להקל להפריש חלה עם ברכה. וכן המנהג.

שאלה: אשה שעשתה בצק כשיעור הפרשת חלה (1560 גרם) ודעתה לחלקו, כאשר חציו האחד עושה ממנו פיצה ומחציו השני עושה לחם שום, ובכל חלק אין בו כדי שיעור הפרשת חלה, האם בצק זה חייב בהפרשת חלה?

מן האמור בשאלה הקודמת מבואר, שאם אשה עושה עיסה על מנת לחלק והחלוקה מוחלטת, אין הבצק חייב בחלה. ולפי זה, אם אשה עושה בצק על מנת לחלקו לטעמים שונים, הרי זה חשוב חלוקה מוחלטת, ואין הבצק חייב בחלה.

אמנם נחלקו הראשונים בדין אשה שעשתה עיסה שבילתה עבה על דעת לטגן אותה (כגון סופגניות), שיש אומרים, כיון שבשעה שבא החיוב (שהוא משיתערב הקמח במים), העיסה היתה חשובה כיון שהיא עבה, יש לה שם של חלה ואין בכח הבישול או העיסה להפחית את החשיבות של שלה, וחייבת בהפרשת חלה. ויש אומרים, שאע"פ שהיא עישה עבה כיון שדעתה לטגנה או לבשלה לא עלתה העיסה לחשיבות של חלה, ואין מפרישין ממנה חלה.

יוצא שלפי הראשונים שהולכים אחר השעה שבא החיוב, גם אצלנו בזמן שעת החיוב הבצק היה חשוב, וחייב בחלה.

ולכן להלכה, אשה שעשתה בצק שיש בה שיעור חלה, ורוצה לחלק את העיסה לב' סוגי בצקים שונים בטעמים, פטורה מחלה. ומכל מקום נכון לחוש ולהפריש חלה מעיסה זו בלא ברכה.



טעויות קוגניטיביות שכיחות בכפייתיות

נוסף על מה שהסברנו בפרק 'מעגל הפחדים' על ההשפעה של צורת החשיבה ושל התפיסה הקוגניטיבית שלנו על רגשותינו בנוגע לפחדים, הנה כמה דוגמאות של טעויות קוגניטיביות ושל גישות מוטעות השכיחות אצל אנשים שסובלים מכפייתיות ושהעבודה לשנותן עשויה להועיל להם במידה רבה.

לא מסוגלים לסבול אי ודאות: אם משהו בעתיד, בעבר או אפילו בהווה אינו ודאי, הם עושים כל מאמץ ומנסים שוב ושוב לוודאו. כאשר אנשים אלו ילמדו להיות רגועים גם במצב של חוסר ודאות, מצב זה לא יעורר בהם חרדה פנימית, וממילא רבים מן החרדות והדחפים שלהם ילחשו ויפחתו.

הנחות מוטעות: אסור לי לעשות שום טעות, כי אם אעשה טעות יקרה משהו רע מאוד... הייתי צריך להבין ש... אם אני מרגיש משיכה לדברים רעים, סימן שעוד לא עשיתי כלום... אנשים שונאים מי שחושב אחרת מהם...

הגזמה וחוסר פרופורציה בערכם של דברים: אם לא נעניתי לבקשת חברי במלואה, הוא ודאי נפגע וסבור שאני מזלזל בו... אם הבגדים בארון אינם מקופלים בצורה מושלמת, אנשים יחשבו שאני 'סתם בלגניסט'... אם רצפת הבית אינה מבריקה תמיד, הבית נראה כמו 'דיר חזירים'... אם דיברתי עם חברי בזמן הלימוד, סימן שעבודת ה' אינה חשובה בעיניי ושאיני קל דעת... אם אלך לנוח קצת בין הסדרים, סימן שאני לא רציני ושלא אוכל לגדול בתורה...

חשש שאם יחשבו על משהו רע, הוא יקרה: אם חשבתי שפלוני עלול להינזק, זה יגרום שהוא יינזק, ואני אהיה אשם בדבר... חשבתי שהדברים שאמר אלמוני, מצחיקים, ובדיוק אז מישהו צחק עלי, ואני גרמתי זאת... חשבתי שאולי אאחר לאוטובוס, ואני חייב לחזור בי ממה שחשבתי כי המחשבה שלי יכולה לגרום שהאוטובוס אכן יאחר...

אחריות מופרזת: ייתכן שפלוני חלה כי נכשלתי בעוון 'לשון הרע'... אני מפחד שאלמוני נפטר אתמול, כי לא התפללתי מעריב כראוי... אני צריך לחזור לרחוב פלוני, כי נדמה לי שראיתי שם אבן על הכביש, ואם תהיה תאונת דרכים או מישהו ייפול שם חלילה, אני אהיה אשם...

אלו רק דוגמאות לטעויות חשיבה אפשריות, ולמעשה המגוון רחב כמספר האנשים הסובלים מהפרעה זו. בדרך כלל מוצאים אצלם גם חשיבה לא פרופורציונלית, כמו הצורך לצאת ידי חובת כל הדעות ולמצוא חן בעיני כולם, הדעה שכל דבר שהוא פחות ממושלם הוא חסר ערך לחלוטין וכיוצא בזה. בכל מקרה צריך לבדוק לגופו על אילו מחשבות הדחפים מתבססים ומהי ההסתכלות הכללית של האדם מבחינה מחשבתית, ולפעול בהתאם לכך.

ועם כל זה ואחרי כל זה, איתור מחשבות מוטעות אלו, שמעוררות את הדחפים ומלוות אותם, והעבודה להחליפן למחשבות נכונות ומאוזנות יותר, כוחם יפה להחליש במקצת את הדחפים, אבל לא די בהם לבדם כדי לבטלם לגמרי. בסופו של דבר, רק בטיפול התנהגותי ממוקד שעושים לאחר מכן, אפשר להצליח להחליש את הדחפים במידה ניכרת, ובמקרים מסוימים, אף להיפטר מהם כליל.

רגע חושבים

הרב אליהו רוסתמי



צדיק באמונתו יחיה

שאתה רופא ואתה סולח ואתה מגן ומברך השנים, אתה הכל! המברך מצהיר שהקב"ה הוא מקור הברכה, והעונה אמן מקיים את השטר, והוא העיקר, שאין קיום שטר אלא בעדים, ועל זה הזהירו חז"ל שלא לענות אמן חטופה וקטופה ולא אמן יתומה, שלא יחטפו ויקטפו את ימיו, דברים נוראים! מי שעונה אמן שלא כראוי, איזה עונשים כתובים כאן, על מה ולמה, אלא האמן זה אמונה, ומי שפוגם באמונה הרס את הכל!

והאמונה היא "השלך על ה' יהבך", בלי דאגות ומחשבות מה יהיה מחוץ, אלא אני משליך הכל עליך ואתה תטפל בכל, אני אתעסק ברוחניות, ואתה רבנו של עולם בגשמיות!

לכן עבודת האדם בעולם היא לחזק את האמונה, כי בגלל פגם האמונה מקבלים מכות שלא מועיל להם לא תרופות ולא תפילה וגם לא זכות אבות. מה זה פגם האמונה? אדם שלא מוכן לקבל את מה שה' עושה אתו, הוא כועס ועצוב ומדוכא, למה מגיע לי אשה וילדים כאלו, מה עשיתי, זה פגם גדול ששום תרופה לא תעזור לו, אלא האמונה.

אתה חייב לחפש בחדרי הלב, ולראות עם זכויות מגדלת כל מילימטר בחדרי הלב, ולחזק שם את האמונה בה', עד שכל הלב שלך יהיה חתיכה של אמונה.

הרב אליהו רוסתמי מרצה באתרנו
להרצאות נוספות בקרו באתר 'שיבת אור דוד'

אמרו רבותינו בא חבקוק והעמידן על אחת "וצדיק באמונתו יחיה", הקב"ה הוריד את הדרישות שלו למינימום, לא רוצה ממכם כלום, אבל יש דבר שעליו אני לא מוכן לוותר, שתאמין בי שאני לא אקפח אותך, אני מצוי ומשגיח גם עליך! "זה השער לה", צדיקים יבואו בו", השער לה' הוא האמונה, דרך השער הזה נכנסים הצדיקים בעבודת ה'. אם תיכנס גם אתה דרך השער הזה, אתה צדיק!

מי שמשעבד לבו לאביו שבשמים וחי באמונה רואה ישועות.

"למנצח מזמור לדוד" אומר דוד המלך, זמרו למי שמנצחים אותו והוא שמח! הקב"ה אומר אני רוצה שתנצחו אותי, איך? באמונה! תגיד לבורא עולם, אני הולך אתך בכל מצב ואתה תסדר לי את הענינים, לא יודע איך, אבל אתה תסדר, בין אם זה בבריאות או בפרנסה, בשלום הבית או בחינוך הילדים, והקב"ה יסדר לך את הכל, רק סבלנות, ואל תהיה צבוע!

ה' לא אוהב את הצבועים, תלך אתו ביושר ותשעבד את הלב, והוא יטיבך באחריתך! איך? מה איכפת לך, הרבה שלוחים יש למקום, יש לו דואר שליחים, דואר אוויר, אקספרס, דואר 24, יש לו אין סוף דרכים, והוא יודע גם את מספר החשבון שלך בבנק!

אומר רבינו בחיי, היות והאמונה היא יסוד התורה כולה, וכל המצוות תלויות באמונה, וכמו שכתוב "כל מצוותיך אמונה", לכן תיקנו לנו חז"ל לענות אמן על הברכות והתפילות, מה זה אמן? אמן נגזר משרש אמונה, אני מאמין, ולכן אמרו חז"ל גדול העונה אמן יותר מן המברך, אני מאמין בך

בוא והכנס ברכה לביתך

הכנס קופת צדקה לביתך ותהיה שותף לכל פעילות הענפה של

מורנו ורבנו הרה"ג **דניאל זר** שליט"א



לפרטים נוספים: 03-5701212
ניתן להעביר שמוע לברכה מאת הרב

ישיבה לבעלי תשובה | כולל אברכים | תלמודי תורה | גנים | בית ספר לבנות | הדרשה השבועית | מדרשייה | עזרה למשפחות נזקקות