



זמני שבת קודש

רבנו תם	מוצאי שבת	הדלקת נרות	חל אביב
17:55	17:28	16:28	ירושלים
17:59	17:31	16:27	חיפה
17:52	17:26	16:27	

שבת שלום ומבורך!

העלון טעון גניזה



הרה"ג דניאל זר שליט"א
ראש הישיבה המוסדות

יצר הרע טוב מאד

מדוע חז"ל קראו ליצר הרע טוב מאד אם הוא מוריד אותנו לעבירות?

לבטוח באבא

החיים שלנו, של כל אחד ואחד מאיתנו, הינם מסע ארוך בין תחנות שונות, טובות ופחות טובות, נעימות לצד כאלה שאינן קלות. כולנו חולפים ביעף על פני צמתים שונים בחיים, לפעמים עלינו לקבל החלטות הרות גורל, ולפעמים אנו צריכים להתמודד בהתמודדויות לא פשוטות. הזכיה הזו, היא הזכיה להאמין ולדעת שיש בורא לעולם, והבורא הזה הוא אבא שלנו, הדואג לכל מחסורנו ועינו צופיה להבטיח את דרכינו ולהיטיב את חיינו. לא רק להאמין בו ולדעת שהוא קיים, אלא לבטוח בו באמת, להישען עליו בעת צרה, לדעת שהוא לציידנו בכל מצב ובכל תנאי, ולבטח הוא ינהלנו על מי מנוחות.

הראיתם פעם נסיך מבולבל? האם בנו של ראש הממשלה עלול לחוש אבוד?! - אפילו בנו של עשיר ממוצע, חש ברוב המקרים רגוע ושלו. גם אם יש לו דאגה כשהיה, הוא בטוח שאביו העשיר בוודאי ידאג לכל מחסורו, יפעיל עבדו את קשריו, יפתח לו את הדלתות. וזאת, כאשר היכולת של מלך או עשיר מוגבלת מאוד, אין לו כל יכולת השפעה על הבריאות, על מצב הרוח, אפילו על המצב הכלכלי - הוא לא בהכרח שולט...

לא כן בבנו של מלך מלכי המלכים, ביהודי. יהודי הוא בנו של המלך החזק בעולם, שמנחה, מנווט ומשגיח בעין פקוחה וברחמים על כל באי עולם. הוא רואה את מה שעובר עלינו, הוא מעניק לנו את ההתמודדויות עימן נתמודד, והוא נותן לנו את הכח לעבור אותן בשלום ולצאת מהן מחוזקים. עלינו רק לבטוח ולהאמין בישועתו, ולהישען עליו בכל העוצמה.

(הרב אשר קובלסקי)

את הזולת ולכבוש עוד ועוד עולמות. הגוף לא דורש, זו הנשמה שמנקרת בתוכם, הנשמה רעבה לרוחניות, והם נותנים לה גשמיות והיא לא שבעה. אדם מרגיש חסר לי, אני עייף, הולך למועדונים, אוכל על האש, נוסע לפה ולשם, אבל בסופו של יום מרגיש ריק, למה? כי לא האוכל חסר לך, אלא הרוחניות. האדם זה לא הגוף, הגוף הוא "בשר אדם" הדרישות שלך לא באות מצד הגוף אלא מצד הנשמה, הנשמה רוחנית והיא רוצה רוחניות, תורה ושבת תפילין ומצוות, ואם היא לא מקבלת את הרוחניות שלה היא מתה.

ילד בגיל 3, אילם לא יודע לדבר, הוא רעב וצמא, הוא צועק ובוכה, ואתה לא יודע מה הוא רוצה. תביא לו אופניים שעון וקח אותו לטייל, לא רק שהוא לא ירגע הוא יבכה יותר ויותר, למה? הרעב הולך ומתגבר, הוא לא רוצה טיול ולא אופניים, הוא פשוט רוצה לאכול ואינו יודע לדבר. הנשמה ממשיכה לצעוק, חסר לה תפילין שבת ותורה, חסר לה רוחניות, ואתה נותן לה בילויים והיא ממשיכה לבכות.

למה דומה חילוני? לאדם צמא, לוקח כוס מים ושופך לתוך הכיס של החליפה, זה ירווה אותו?! הנשמה רעבה וצמאה ואתה שופך מים לגוף, והנשמה ממשיכה לצרוח ולבכות, הגוף הוא הלבוש של הנשמה. ולכן אדם חושב שהמיליון הבא זה מה שיתן לו סיפוק, זה יתן לו שמחה. ועובדה, אדם יוצא מדרשה והוא מרגיש מלא סיפוק, ולמה? כי הנשמה קיבלה את המזון שלה. אין שום דבר בעולם שנותן סיפוק כמו לימוד התורה. ואמר דוד המלך ע"ה לולי תורתך שעשועי אז אבדתי בעיני, דוד המלך היה עני? הוא היה מלך! אלא עני זה מי שחסר לו, בלי התורה אמר דוד המלך אני חסר, אני מת, הסיפוק האמיתי זה התורה חיים ולולי זה אין לי חיים.

אני רואה חילוני בגיל שישים ושבעים, ואני אומר צער בעלי חיים, וכשרואים את האמת, זה מאוחר. כמה זקנים אנחנו רואים ברחוב יושבים על ספסל סופרים אוטובוסים ומאכילים ציפורים... מסכנים. הבורא עולם מעכב את הגאולה כדי שישובו כמה שיותר יהודים לבורא עולם. שבת שלום!

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

אמרת התורה הקדושה: "וירא אלוקים את כל אשר עשה והנה טוב מאד". אומרים חז"ל טוב זה יצר הטוב, מאד זה יצר הרע. דברי חז"ל תמוהים מאד, טוב זה יצר הטוב ומאד זה יצר הרע?! הרי מי שמדרדר את האדם לאשפתות זה יצר הרע, ואיך הוא טוב מאד?! אלא תקשיבו טוב, אמת לאמיתה, שבאמת, מי שגורם לאדם להגיע לדרגות רוחניות עליונות זה יצר הרע ולא יצר הטוב. איך זה יכול להיות? יש לקב"ה מלאכים בשמים, זו גדולה להיות מלאך? ככה בראו אותם!

הגדולה היא, שהקב"ה ברא אדם עם גוף חלוש. עם יצר רע, עם תאוות ומידות רעות ועם חברה רעה, והאדם בכוחות עצמו מגיע למדרגות שלו, הוא שובר ומתעלה, מתגבר ומתעלה, כמו בצבא, יש גדרות ומכשולים אימונים מפרכים, חייל שרואה גדר ויושב, רואה תעלה ומתיישב - שולחים אותו הביתה. יבוא אדם למטכ"ל ויגיד מה זה כל האימונים הללו, פעם ביום כדור פעמיים ביום רימון, זהו, למה אתם משגעים את הבחורים? קוקה קולה טעם החיים זהו. יזרקו אותו מכל המדרגות, מה שמחשל את החיילים לעת קרב זה הגדרות המכשולים והתעלות. בורא העולם נתן לנו מכשולים וגדרות, תשבור יצרים ותאוות אז תתחשל, תשבור תתעלה, רק כך תתגבר ותעלה עוד ועוד, על ידי ההתגברות מתחשלים ועולים. אבל כמו



שאמר אותו אחד בפרוץ המדינה, ולא אזכיר את שמו פה, אנחנו מקימים מדינה לגדל גויים דוברי עברית, או יציאת מצרים בלי הר סיני עפ"ל. כמו שמבטלים את האימונים בצבא, הצבא הזה גמור, הם ביטלו את השבת והתפילין אין כלום, ומה התוצאה? הרחוב מרוסק, כל הקלקולים שבעולם. מודיעים בתקשורת פלוני רצח פלוני דרס, פלוני?! אתם הרסתם אותם! אין מציאות להיות בן אדם בלי התורה הק', אם הבורא עולם אומר שהתורה היא התרופה, אין תרופה אחרת, אין אפשרות אחרת.

חזרו פה אלפי אנשים בתשובה, שמעו הציצו ונפגעו. והם שמחים ומאושרים. אבל בלי תורה אין אושר, אנשים מדוכאים, יש להם הכל ואין להם כלום. אני מרחם על אנשים עם מרצדס ודירות פאר, אני מרחם עליהם, יש להם צלם של חיה, וגם הנפש לא תמלא, יש להם מנה ורוצים מאתיים, כל מאוייהם לרמוס

זכות החיזוק והקריאה בעלון

לעילוי נשמת שלמה בן ג'ון ג'ון, סיגלית בת חנה, חן בן חיה, יואב בן חנה
להצלחת אסף בן חיה, רועי בן דינה, אלעד בן עמה, אלדד בן ירדנה
לרפואת מורנו ורבנו הרב דניאל זר בן רבקה, צורי בן רחל, יהושע בן גאולה
לזש"ק בנימין בן חסיבה, אלדד בן חוה, ספיר בת עליזה, לילך בת עליזה

גם אתם רוצים להקדיש זכות של אלפי עלונים להצלחה, לרפואה, לזש"ק או לעילוי נשמת יקירכם?

התקשרו עכשיו:

03-61-50-203



סיפור לשבת

הרב צבי נקר

מי שדאג לי עד היום ידאג הלאה

חולשה גופנית ונפשית כפי שלא חשתי מעודי, הכישרון היה רשום מולי, ועוגמת נפש של הקהל הגדול גם היתה צפויה כבר.

ואז ברגע חסר כל תקווה ומצב רוח נזכרתי ששבת היום ועת לשמוח, והפרטיטורות? והמקהלה? מי שדאג לי עד היום ידאג הלאה יתן ובלעדיהן. אני לא צריך לתת לריבוננו של עולם עצות ורעיונות כיצד לסדר את פרנסתי. אולי לא זו הדרך שבה ריבון העולמים רוצה שארוויח? אולי תפקיד החזן עם המשכורת השמנה מגיע דווקא למישהו אחר ולכן איבדתי את הפרטיטורה היקרה? עלי רק לדאוג שהקהל יינה מהתפילה ושהשבת תהיה שבת מרוממת ושמחה ככל שזה תלוי בי, שאר העניינים לא נתונים בידי.

החסכונות השקעתי במגדלים פורחים באוויר, כל הכסף שהושקע התנדף לאן שהוא. התברר את יתר ההוצאות אצטריך לשלם בקרוב, ובדיוק אז כשכבר הייתי בעל חוב והחתונה קרבה, וכשאני לא מצליח לעמוד בהתחייבויות, אז סיפר לי חבר על המכרו שהוציא בית כנסת גדול המשתייך לקהילה גדולה ועשירה, בעיר רחוקה לחיפוש אחרי חזן לתקופת החגים. אמנם כאמור לא רציתי כלל לעזוב את התפקידים בתלמוד תורה ואיני מתכוונן לעזוב בזמן שיש לי אירועים וממילא אין לי שום כוונה להוציא את כל המשפחה ממסלול החיים.

אבל כשהדבר נשמע הגיוני יותר לעזוב רק לתקופת החגים, זה כבר היה פיתוי גדול מידי והחלטתי להירשם.

לחצתי עשרות ידיים באותו מוצאי שבת, חייכתי מכל הלב, כבר השלמתי עם ההפסד והשתדלתי להתגבר על טעם ההחמצה... וידעתי שזו הפעם האחרונה שאני רואה את האנשים היקרים הללו. עוד באותו לילה אעלה על טיסה ואשכח מסיפור זה לתמיד.

עשרים שנה חייתי חיי שלווה יחסית. במשך למעלה מעשור חינכתי בתלמוד תורה גדול, ואותן שנים של עבודה קשה, הניבו פירות בשלים ויפים של מאות תלמידים, שדרבנו אותי להמשיך בתפקיד החשוב שנתן לי הקב"ה ומאות מכתבי התודה שאני מקבל מידי שנה, ההזמנות לבר המצוות של התלמידים שאותם אני כבר לא מלמד, וכיום גם ההזמנות לחתונות יכולים להעיד יותר מאלף עדים כי עשיתי את עבודתי נאמנה, וכי יש מי שמרגיש וחש מכיר טובה.

משכורתי כמחנך כבר לא הספיקה לצרכי המשפחה הגדלים, אך לא עלה בדעתי ולו לרגע אחד לחפש עבודה אחרת. החינוך היה תמיד בראש מעיני ולא הייתי מחליף עבודה בטורי חשבונות למשל, בעבודה עם נשמות, דבר ששווה יותר מכסף.

לאחר מחשבה רבה, עלה בדעתי רעיון לנסות לחפש פרנסה בתחום אחר בתחום התחביב שרכשתי מימי נעורי תחום המוזיקה.

כילך, הייתי מקשיב לשירים הישנים ולפרקי החזנות של החזנים המפורסמים ביותר. עקבתי אחרי כל שיר שיוצא, חסכתי כסף כדי לקנות תקליטים, וכשתחום הטייפ הביתי התפתח השקעתי את כל דמי הבר מצוה, דמי החנוכה וכל פרוטה נוספת שהיתה לי בקניית טייפ קצת יותר משוכלל, כדי לשמוע וגם להקליט את עצמי. כבר ידעתי להתחזן לא רע וחייתי חזנים ידועים בכישרון לא מבוטל.

כך במשך שנים שימחתי בקולי בהזדמנויות רבות, ואף פעם לא סירבתי לבוא לשמחות על תקן של זמה, חזן או סתם מישוה שיעשה שמח. במהלך השנים הללו התמקצעתי בנושא, למדתי לקרוא ולכתוב תווים, השתלמתי בניצוח, אך אף פעם לא חשבתי לעשות מהתחביב מקצוע. עד שכאמור הגיע הרגע שבו נזקקתי להכנסה נוספת, והחלטתי להרוויח את הכסף בצורה הכי מהנה וטובה שאני מכיר ופשוט לשיר, אך הפעם כבר לא בחינם.

צד נוסף שנפתח היה חזנות אמיתית בבית כנסת. לא רציתי לעזוב את בית הכנסת הותיק שלי, אבל בחגים, עת הזמנתי לבית כנסת להיות חזן בתשלום יפה לא סירבתי. בזכות הכנסה זו הצלחנו לגמור את החודש ואפילו לחסוך לא מעט.

לאחר שנים של חיסכון דולר לדולר, גיליתי כי אני עומד לפני נישואיה של בכורתי, והדירה שאותה הבטחתי שולמה רק בחלקה הקטן, כי את רוב כספי

החלטתי שאעשה מה שהייתי עושה בכל מקום שבו היו מזמינים אותי לשיר עם מקהלה שאיני מכיר, ואעשה זאת כמובן על הצד הטוב ביותר שאני יכול. כך בתפילת ערבית של ליל שבת, כך בשחרית של שבת ובמוסף, במחנה, בסעודה שלישית ועד להבדלה כל בית הכנסת רעד מקולות השירה. כאיש אחד בלב אחד שרו כולם.

לולי ידעתי כי מאחורי השירה המרוממת הזו מסתתר סיפור עצוב, הייתי יכול לומר שזו היתה אחת השבתות היפות ביותר שהיו לי בחיי. שרתי מכל הלב, והקהל היה שותף מלא לשירת התפילות ושר גם הוא בשמחה ובכל הכח. ניתן היה לראות שהם נהנים, מתעלים ומתרגשים, ואילו ידעתי שאיבדתי את הצ'אנס להרוויח מקהל זה סכום מכובד ביותר, ניתן היה לומר שהשבת היתה אחת המוצלחות ביותר שהיו לי אי פעם.

לחצתי עשרות ידיים באותו מוצאי שבת, חייכתי מכל הלב, כבר השלמתי עם ההפסד והשתדלתי להתגבר על טעם ההחמצה, בידיעה שהקב"ה גלגל אותי למקום זה כדי שעשרות יהודים יינהו מאו, וגם זו זכות גדולה. חייכתי אליהם וידעתי שזו הפעם האחרונה שאני רואה את האנשים היקרים הללו, עוד באותו לילה אעלה על טיסה ואשכח מסיפור זה לתמיד.

סטתי לארץ. הגעתי הביתה לפנות בוקר, ובשעה שמונה התייצבתי לעבודת חיי בתלמוד תורה. אחר הצהריים חזרתי הביתה ומהקהילה אותה עזבתי בליל אמש, חיכתה לי הודעה בתא הקולי: "החלטנו שאין טעם להמשיך במכרו יותר, הקהל הצביע פה אחד, ומבקש לראותך בחגים אצלנו. צלצל לקבלת פרטים".

"ואז ברגע חסר כל תקווה ומצב רוח נזכרתי ששבת היום, ועת לשמוח, מי שדאג לי עד היום ידאג הלאה..."

התנאים היו פשוטים: במשך כמה חודשים הזמננו החזנים שנרשמו למכרו, להגיע כל אחד לשבת אחת, ולהוכיח קבל עם ועדה את יכולותיו. הקהל השומע היה אמור להקשיב, להצביע ולהחליט מי מהם יקבל את המשרה לכל חודש החגים.

לא היה לי הרבה מה להפסיד חוץ ממחירו של כרטיס טיסה סביר לעומת ההכנסה שהוא יכול להביא. הבעיה שלי היתה יותר בחומר שנדרשתי להכין, בניית תפריט לתפילות שבת עם רפרטואר נרחב של כל החזנים הידועים, כתבתי תווים ליצירות והתאמתי אותן לעבודת מקהלה קולית, ייחודית תשומת לב מיוחדת לשירתם של קולות הסופראן, האלט, הטנור והבאס שבאין תזמורת ירכיבו בקולותיהם את היצירות.

עמלתי לילות ארוכים על כתיבת התווים למערכת הקולות המרכיבה את המקהלה עד ליצירת הפרטיטורה המתאימה. וכך, מצויד בהשתדלות שנעשתה מתוך עמל רב, ובתפילות מעומק הלב, יצאתי אל אותה ארץ לשבת שנקבעה למבחן שלי. כשביד אחת אחזתי את התיק האישי לבגדי השבת ובידי השניה תיק נוסף, ובו הפרטיטורות היקרות מפז. הגעתי לאחרי כמה שעות טיסה, בבוקרו של יום שישי לנמל התעופה. עצרתי מונית, והוריתי לנהג לאן לנסוע. לאחר ששילמתי לנהג את כספו והתחלתי ללכת לכיוון הכתובת ששם אתארח בשבת, גיליתי לפתע שהתיק החשוב ביותר שהחזקתי כל הדרך ביד נשאר במונית ואני אבדתי אותה ואת הפרטיטורות היקרות.

הלכתי לבית הכנסת כאוב ומרוקן. כיצד אשיר עכשיו עם מקהלה שלא הכרתי, לא התאמנתי ואין לי מושג אפילו מה הם יודעים לשיר? בשערי בית הכנסת קידמו אותי ראשי הקהל בשמחה, הם חיכו לשבת מעגנת, עדיין לא ידעו את מה שקרה. חשתי

שניים מקרא ואחד תרגום

א. חייב אדם להשלים פרשיותיו עם הצבור לקרות שנים מקרא ואחד תרגום. ואמרו חז"ל (ברכות ח.) כל המשלים פרשיותיו עם הצבור מאריכים לו ימיו ושנותיו. (חזון עובדיה שבת ח"א עמ' ש)

ב. לכתחלה ראוי לחוש שלא יקרא פסוק המאוחר קודם המוקדם אלא יקרא הפסוקים כסדרם. אבל בדיעבד אם הקדים פסוק המאוחר או פרשה המאוחרת יצא.

ג. תרגום יש להקפיד לקרותו בלי טעמים, שכן ראוי להיות על פי הקבלה.

ד. הקורא את הפרשה שנים מקרא ואחד תרגום, כשמסיים קריאת הפרשה, יחזור ויקרא את הפסוק האחרון מקרא בלבד, כדי להשלים במקרא.

ה. נהגו לקרות גם את ההפסרה. ואף אם חל ראש חודש בשבת או ד' פרשיות, שהם, שקלים, זכור, פרה והחודש, בהפסרה שאחר שנים מקרא ואחד תרגום קורא הפסרת השבוע, בין אם קורא ביום ששי בין אם קוראם בשבת עצמה.

כיצד קוראים

א. לכתחלה: לקרוא פסוק ראשון פעמיים מקרא ולאחר מכן פעם אחת תרגום, וכן בפסוק הבא, וכן על זה הדרך עד לסוף הפרשה.

ב. אם קשה לו או אי אפשר: א. יקרא כל הפרשה כולה פעם אחת מקרא ולאחר מכן פעם שניה מקרא ואח"כ פעם אחת תרגום. ב. יקרא כל הפרשה כולה פעמיים מקרא ולאחר מכן פעם אחת תרגום. ומי שזמנו דחוק ביותר רשאי לקרוא כל הפרשה כולה פעם אחת עם השליח ציבור בזמן קריאת התורה, ולאחר מכן ישלים עוד פעם אחת מקרא ואחת תרגום.

ג. מצוה מן המובחר היכא דאפשר שלא להפסיק באמצע קריאת שנים מקרא ואחד תרגום, מכל מקום אם היה צמא למים יכול לברך על המים ולשתות. וכן כל הפסקה לצורך מצוה מותרת. (עמ' שי)

ד. יש אומרים שאם קורא המקרא ב' פעמים, ופירוש רש"י פעם אחת במקום התרגום, יוצא ידי חובה. ויש חולקים. וירא שמים יצא ידי שניהם לקרוא גם התרגום וגם פירוש רש"י. (עמ' שיא)

מתי קוראים

א. מצוה מן המובחר: א. יום ששי (עדיף בבוקר). ב. יום שבת קודם סעודת שחרית. ג. ליל שבת. ד. מתחילת השבוע של אותה פרשה.

ב. אפשר לקרוא לכתחלה: ביום השבת לאחר סעודת הבוקר עד תפלת מנחה של שבת.

ג. בשעת הדחק: א. מקריאת התורה של מנחה של שבת עד יום רביעי שלאחר מכן. ב. עד שמחת תורה.

ד. מי שגונאם ולא קרא את הפרשה שנים מקרא ואחד תרגום, ובא להשלימה בשבת שאחריו, יקרא הפרשיות כסדרן בתורה, בתחלה הפרשה שהחסי, ואחר כך הפרשה של חובת היום.

ה. בשנה שחל יום טוב של שבועות ביום ששי, שבחוץ לארץ נוהגים שני ימים טובים ששי ושבת, ונמצא שבשבת יקראו בארץ ישראל פרשת נשא ואילו בחוץ לארץ יקראו בענין של יום טוב, בן ארץ ישראל שנסע לחוץ לארץ על מנת לחזור, אין לו לקרוא בשבת קריאת שנים מקרא ואחד תרגום של פרשת נשא כמנהג ארץ ישראל, שאין זה משלים פרשיותיו עם הציבור, אלא משלים כשיחזור לארץ ישראל בשבוע שלאחר חג השבועות.

ו. וכן בן חוץ לארץ שהגיע לארץ ישראל בשבוע שלאחר חג השבועות, והציבור קוראים פרשת בהעלותך והוא עדיין לא קרא פרשת נשא, יקדים לקרוא פרשת נשא שנים מקרא ואחד תרגום, ולאחריה פרשת בהעלותך.

ז. בן ארץ ישראל שיצא לחוץ לארץ לאחר חג השבועות, וכבר קרא הפרשה שנים מקרא ואחד תרגום בהיותו בארץ ישראל, ואילו בחוץ לארץ יקראו בשבת את הפרשה שקראו בארץ ישראל בשבת שעברה, אינו צריך לחזור ולקוראה שנים מקרא ואחד תרגום, הואיל וכבר קראה עם הציבור בארץ ישראל.

ח. האבל בתוך שבעת ימי אבלו קורא שנים מקרא ואחד תרגום בשבת. אמנם אם חל יום שביעי לאבלו בשבת, טוב שימתין מלקרות עד שיעמדו מנחמים אצלו, ויצא מאבלו, משום מקצת היום ככולו.

ט. נשים פטורות מקריאת שנים מקרא ואחד תרגום, כי קריאה זו בכלל מצות תלמוד תורה, והרי הנשים פטורות ממצות תלמוד תורה. ומיהו אשה שתרצה לקרות שנים מקרא ואחד תרגום תבא עליה ברכה.

י. אין צריך לקרוא שנים מקרא ואחד תרגום לקריאת יום טוב/שבת חול המועד, מלבד קריאת וזאת הברכה שקוראים אותה בערב שמחת תורה או בליל שמחת תורה.



אימון אישי הרב אהרן פרידמן

שיפוטיות מול אמתיה

מודעות לכבוד הזולת היא יסוד גדול ביחסי אנוש, והשפעתה על יחסים הפנים משפחתיים והבין זוגיים אדירה. הבה נלמד כיצד לחנך את עצמנו ואת הילדים ברוח זו, ובכך להגדיל לאין ערוך את סיכוייהם לחיות בשלום ביניהם. היסוד של כבוד האדם הוא, לקבל באמת את כל אחד ואחד כפי שהוא. אין די בכך שנימנע מלמת ביטוי מילולי או מעשי להגדרות שליליות שאנו מייחסים לזולת. כבוד אמיתי לזולת, 'בוא לידי ביטוי בכך שגם בנינו לבין עצמנו לא נשלול את מהותו, אלא נפנים את העובדה שכל אחד ואחד שונה, ולכל אחד ואחד הזכות להיות שונה.

אין זה אומר שאנו צריכים לאהוב כל אחד ולהתחבר אליו, אלא שגם אם דעתו שונה מדעתנו, עלינו לנהוג בו כבוד בסיסי, מאחר שגם הוא, בדיוק כמונו, זכאי לדעה משלו. מקסימום, נניח לו משהו בסגנון של: "אני רואה זאת בצורה אחרת...", "אינני חושב שעצה זו יעילה", "לי נדמה ש...". וכיוצא בזה, כשם שהיינו מביעים את דעתנו על העדפה במאכלים, במשקאות ובכל ענייני טעם וריח - גם את אלו שאנו לא אוהבים, אנו לא מביישים ומביזים.

כמו כן, כבוד הבריות אינו מחייב אותנו להסכים עם התנהגותם. במקרים שיש לנו הזכות להעיר ולדרוש התנהגות אחרת - כגון ילד שאמור לשנות את התנהגותו, או כשאנו מצביים לבאי ביתנו דרישה לנהוג כפי הכללים המקובלים בבית - נעשה את זה, אבל בצורה שאינה דוחה אותם באופן אישי. נתמקד בהתנהגות שאנו רוצים שישנו, אך נגלה הבנה לרגשותיהם ולרצונותיהם.

ואין צריך לומר שלעולם, לעולם, אין לתת לזולת הרגשה שהוא לא רצוי, שהוא 'לא לעניין' או שאר הגדרות הפוסלות אותו אישית ומניחות אותו בדרגה נחותה. לעולם אין לומר לאף אחד משפטים הפוסלים את אישיותו ואופיו, כגון: "מדוע אתה צריך להיות כל כך רגיש?", "אילו היתה לך טיפ-טיפה שיהיה שכל, היית נוהג אחרת!", "מדוע אתה לא יכול להיות כמו אחיך / כמו 'כולם'?", "הפסיקה האישית והזולזול בשיקול דעתו, יוצרים הרגשה של דחיה. סגנון שכזה הוא פוגע ומשפיל, מעכיר את האווירה ופוגע בקשר.

השיפוטיות - כולנו מכירים אנשים שמביעים דעה על כל דבר ועניין, לחיוב או לשלילה. בעיקר אנו זוכרים את החלק של השלילה. "מה ר' משה ראה במשפחת שמקולוביץ, שהוא השתדך אתם?!", "ראית איך השכנה ממול מלבישה את הילדים?! הצבעים כלל לא מתאימים!", "מדוע את נותנת לבעלך ללכת/לנסוע ל'צ' לבד?!", "אל תשתקי לשוויגר שלך, תראי לה!", "אתה חייב לדבר עם אחיך ולהעמידו במקום!" וכך, יש להם דעה על הכל ועל כולם, ומחלקים עצות וטיפים, הערות והארות לעולם ומלאו - בלי שאף אחד שאל לדעתם.

השיפוטיות, מלבד היותה מגונה מצד עצמה, אחראית לרובן של המריבות המשפחתיות! יש שמורים היתר לעצמם לדבר סרה באח או אחות שמוציאים כסף יותר מכפי יכולתם / "לא מחנכים את הילדים" ומרשים להם לעשות מה שהם רוצים / נוטעים לחופשות או קונים בגדים יקרים "שהם לא יכולים להרשות לעצמם" / נותנים לבן זוגם "לדרוך עליהם ולשלוט בהם", ועוד כהנה וכהנה. מלבד איסורי לשון הרע בדיבורים או רמזות מהסוג הזה, יש לקחת בחשבון כי סופם להגיע לינמנע, הלה ייפגע ויפתח איבה כלפי המתנשאים לחוות דעה על בחירותיו או נטיותיו. במקרה הטוב זה ייגמר 'רק' בריחוק מסויים. אין מי שנהנה מכך שמתערבים בחייו בכלל, וכל שכן כשפוסלים את מעשיו.

תחשבו על אדם שאדם מכירים כידודי ומתחשב, ותנסו להיזכר האם אי פעם שמעתם אותו מתקצף על פלוני ואלמוני ודורש אותם לגנאי... גם במקרה שיש לו דעה מנומקת בכל דבר, הוא לא ישתמש בחריפותו כדי לשפוט במקום שלא התבקש. למעשה, השיפוטיות היא מופרכת לא רק מצד 'מידות טובות' אלא מצד השכל הישר: הרי אנו לא באמת יכולים לדעת מה שקורה אצל הזולת, ועד כמה שזה נשמע מוזר, גם לא אצל ההורים שלנו ואצל אחינו ואחיותינו.

ואם בכל זאת קשה להימנע מלשפוט כי נדמה לנו שאנו כן יודעים הכל, הנה עצה טובה שתמנע את ההסתבכות: פשוט, להבין שזה לא העסק שלנו, ולעולם אין לתחוב את האף בעסקיו של הזולת. יפה אמר מי שאמר: אנשים שתוקעים את ראשם בעסקיהם של אחרים, או שאין להם ראש, או שאין להם עסקים... << המשך שבוע הבא.

רגע חושבים

דניאל אליהו גרמן



צייר לעצמך עולם חדש

שהיו מעורבים חומרים רעילים או חיידקים כלשהם. וידוע כיום ששמחה ומחשבה מתוך אמונה להטבה מחזקת את מערכת החיסון ועצם הציפייה להטבה יוצרת אנדורפינים.

אפילו המדע מוכיח שבעזרת מחשבה אפשר 'ליצור' מחלה וכן לרפאות אותה!

ולכאורה הדבר פשוט אפילו ברפואה הקונבנציונלית בשם אפקט הפלצבו והנוצבו – שאפשר לתת לאדם חולה כדור דמי והוא מטיב את מצבו רק בגלל שחושב שמדובר בדבר האמיתי... (וגם ה'אפקטים' הללו מוזכרים באוצר חז"ל - בדרשות הר"ן י"א: "כי המאכל המזיק כשיאכלהו האוכל על דעת שמועיל אליו, הנה מחשבתו תפעל באוכל ההוא ויסור ממנו היזקו אם לא שיהיה מופלג" ובספר חסידים: ש"כל דבר שתופסים אותו בחזקת סכנה אפילו אינו מסוכן - מזיק". מבהיל כמה כח יש לתודעה שלנו!)

אוקי, השתכנעת! תחשוב טוב יהיה טוב מעכשיו הוא גם המוטו שלי. אבל איך עושים את זה בפועל? פשוט ביותר! מתבוננים.

קחו דף ועט ורשמו 5 סיטואציות שהייתם בטוחים שלא תצאו מהם ובסוף הנה אתם פה קוראים והיא כבר נחלת העבר שלכם. תתבוננו ותודו עליהן. תאמינו, שכשם שהקב"ה הוציא אתכם מאותן הצרות, כך הוא יכול – והוא יוציא אתכם מכל צרה ומצוקה. אתם שמורים ומוגנים והקב"ה לצדכם, ובעזרתו ית' אתם מסוגלים לעמוד איתן כנגד כל דבר בחיים ולנצח הכל!

למאמרים נוספים של דניאל אליהו גרמן בקרו באתר ישיבת אור דוד

האם באמת מחשבה יכולה ליצור מציאות? המשפט המוכר 'תחשוב טוב יהיה טוב' מקורו בספרים הקדושים והקדומים ביותר ואף הוכח מדעית.

בליקוטי מוהר"ן (קצג) אומר רבי נחמן שלמחשבה תוקף גדול, ואם יחזק ויגבר מחשבתו על איזה דבר שבעולם יוכל לפעול שיהיה כך! וכתב המהרש"א (מכות י ע"ב): "כפי רצונו ודעתו של אדם מוליכין אותו אותם המלאכים הנבראים מאותו רצון ומחשבה". וכעין זה כתב גם הגאון מוילנא שכל דבר שלב האדם מתאוה ומגמת נפשו אליה – אותו הדבר מתקיים.

פלא פלאים! הרי לנו שאכן האדם יכול ליצור לעצמו את המציאות [לכאורה, וכמובן ע"פ כללים מסוימים] והכל הוא רק עניין של כח הרצון! בספר הזוהר הקדוש מובא דבר מדהים: שבעובדא דלתתא אתער עובדא דלעילא – שבמעשה האדם בארץ הוא ממשיך על עצמו מלמעלה השפעה כעין מה שפעל. שאם הוא דן לכך זכות, מרחם על השני ומעביר על מידותיו – ממש ככה נוהג עמו הקב"ה!

וכן לגבי נושא השמחה – אדם ששמח מושך על עצמו שמחה שמביאה איתה הצלחה ומזל בכל התחומים! אז אם תחשוב טוב – באמת יהיה טוב! בשמחה אותיות מחשבה ואותיות במשחה – שאין לך תרופה כדוגמתה. גדול הרופאים הלא הוא הרמב"ם כתב (בפרקי משה) ש"רבים סרו חוליהם בסיבת השמחה בלבד". וכן הגאון מוילנא העיד שכשהאיש תמיד בשמחה אף שתבוא עליו מחלה – בשמחתו יבטלנה!

ובניסוי שנוערך ע"י פרוף' אסיה רולס בעכברים, הפעילו החוקרים את הזיכרון שנשמר במח מהמחלה, אע"פ שעברה, והדלקת התפתחה שוב מבלי

רוצה לטעום טעמה של תורה?

הנך מוזמן לבוא וללמוד בישיבתנו הקדושה בראשות

הרה"ג דניאל זר שליט"א

ביחד עם צוות נרחב של תלמידי חכמים ואברכים

המלמדים ומרוממים את בני הישיבה בתורה

ויראת שמים עם יחס אישי ומתוך הארת פנים

ארוחות ברמה גבוהה, חדרי מחורים נקיים וממוזגים,

יציאה לטיולים ובריכות, מחנה קיץ ועוד.

☎ 03-5701212

📍 המכבים 108 בני ברק

✉ info@rabenu.com

