

- עלי מרפא
- שער הגליון
- יין הונגרי
- למעשה
- בני היכלא
- דרכי נועם
- טעם גן עדן
- כוכבי אור
- עומק הפרשה
- חנך לנער
- שאל בני
- הלכה פסוקה
- אחוז עצמך למען השם
- יום - מלא מלא
- המתן לשמן האפרסמון בסבלנות
- עצות לחיים מהאבות הקדושים
- דרך של צדיקים
- התורה הזמנית:
- תסנתתי של בעל השדה!
- השמהו שבביטול
- בשביל מה צריך לעבוד?
- חייה המורכבים של שרה אמנו
- חינוך לניצול הזמן
- איך לי טעם בלימוד. מה לעשות?
- תפילין הלכות מצויות - ב



גליון שבועי למבקשי התרופה והעצה לעובדא  
למעשה במשנת רביה"ק מוהר"ן מברסלב זיע"א

## כל הימים מוצלחים

לכל יום יש מספיק סיבות שיהפכו אותו ליום לא מוצלח, אבל כל הימים מוצלחים - אם נוותר על התידוצים...

וההפרעות, היו לו כל הסיבות המתאימות להגיד על הרבה מאוד ימים שהם אבודים ולא מוצלחים, אבל הכתוב מעיד עליו שאף יום לא אבד לו.

### להתחיל מהחלק הצר

” האבידות הכי שכיחות במחלקת האבידות של הנפש אלו אבודות שקשורות בזמן, והזמן נאבד בגלל שטויות והבלים.

הסוד של אברהם אבינו מרומז בהמשך הפסוק "והשם ברך את אברהם בכל", אברהם אבינו ידע שלכל יום יש צינור שפע מיוחד, אין יום בלתי מבורך, אתה יכול להשיג מכל דבר ברכה ושפע. רוב הזמן מתבזבז לנו על דאגות ומחשבות של 'מה יהיה', כשאדם מודאג הוא בדרך כלל הרבה פחות יעיל, וכשנדמה לו שמצבו גרוע, הרי אין לו פנאי לעשות את מה שצריך באמת לעשות.

אברהם אבינו הגיע לזקנה כשהוא מצויד בכל ימיו ורגעיו, מאומה לא אבד, אדרבה הוא השתמש בכל הימים עד תום, וזה כלל גם את מה שעבר עליו בכל אחד מהימים הללו. אף אירוע או מקרה לא הפריע לו לחיות את היום הזה, לפי שהוא ידע שבדיוק בתוך המאורע הזה תמון כוחו של היום הזה.

וסוד נוסף של אברהם אבינו תמון במילה 'זקן', רבינו כותב שהיום נראה כמו זקן שמתחיל בחלק הצר שבפאתי הראש ומתרחב והולך. כל הימים נראים כמו משהו בלי פתח, ורק כשמתחילים דרך החריץ הצר אפשר להפוך אותם לאולם ענק. בכל יום יש איזה חריץ קטן, משהו שאפשר לפחות להתחיל לעשות, מאמץ קל, לפחות לפסוע כמה פסיעות. אסור להירתע מהקשיים של ההתחלה, הפרוודורים הצרים מובילים לאולמות ענקיים, תתחיל לתפוס מהיום את כל מה שאפשר לתפוס, הוא עוד יתרחב.

(ע"פ ליקוטי מוהר"ן תורה ס', ליקוטי הלכות שכירות פועלים)

על הפסוק 'ואברהם זקן בא בימים' כותב רבינו, שאברהם אבינו הגיע אל הזקנה כשהוא מצויד בכל ימיו ורגעיו, ובמשמעות נוספת - אברהם אבינו הגיע להיכן שהגיע בזכות הימים שעברו עליו. רבי נתן מרחיב ומסביר שהימים יכולים להיות הסולם הטוב ביותר או המכשול הגדול. בדיוק כמו גרם מדרגות, אפשר לראות את המבנה הזה כמו רצף מכשולים או סולם עליה. אדם שואף ללכת במישור, לשלוח רגל קדימה בלי להיתקל בשום מכשול, המדרגות בולמות אותו, מאלצות אותו להרים רגל, להפעיל שרירים ולהתאמץ. אבל בלי מדרגות לעולם לא תגיע למעלה.

### לבוא עם הימים

אברהם אבינו זכה לזקנה טובה, הוא הגיע אליה מבורך ומצויד בכל הדברים הטובים, והסיבה לכך היתה מפני שהוא בא בימים, דהיינו בא עם כל הימים. הזקנה הטובה לא מתחילה בגיל הזהב, היא קשורה הרבה יותר לגילאים צעירים ולשנים בהן פחות חוששים לאבד חושים, בשנים הללו אדם מאבד את רוב אבידותיו, הוא ירגיש בכך אולי כששיבה תיזרק בשערותיו אבל הארנק נפל מהכיס הרבה שנים קודם לכן, אבידה שלא מדעת.

אדם לא ממשש בכיסו עד הגיל שבו הוא מוציא את החסכונות מהבנק כדי לכלכל את שיבתו, בגיל הזה הוא אולי מתחיל להרגיש את כל מה שהתעופף לו ברוח הזמן מהכיסים, הזמן שאבד על דברים של מה בכך, וההזדמנויות שהוחמצו בגלל סיבות זוטיות. כדי למנוע את חווית האובדן בגיל של 'אל תשלכינו' מוטב להתחיל לשמור על הנכסים בכל שאר הגילאים.

במה דברים אמורים - בזמן. האבידות הכי שכיחות במחלקת האבידות של הנפש אלו אבודות שקשורות בזמן, והזמן נאבד בגלל שטויות והבלים. בעצם, כפי שכותב רבי נתן, הזמן תמיד נראה לנו אבוד, רוב הימים מתחילים במין הצהרה של 'היום זה הרי לא יקרה', רוב התפילות מתחילות עם הסכמה שהיום כנראה קשה מדי להתפלל, וכך גם שאר ההתמודדויות.

אברהם אבינו עבר בחייו את כל סוגי התלאות

## עלי מרפא

רבי נתן מדבר אליך!

אחז, אחוז עצמך למען השם.

יום א' וישב תקצ"ד

וְיִאֲמִין לִי בְּאֵמֶת שֶׁכֵּל מִה שֶׁפָּתַבְתָּ אִינִי חֲדוּשׁ אֲצִלִי כֵּלָל, כִּי כְּאֵלֶּה מִמֶּשׁ עֵבֶר עָלַי כִּפְמָה פְּעָמִים, וְנִמְשָׁךְ זְמַנִּים הַרְבֵּה, שֶׁנִּדְמָה לִי שְׂאֵי אֶפְשֶׁר לְחַיֵּת יוֹם אֶחָד וְאֶפְלוּ לְעֵתָה אַחֲרָה, אֲךָ נִתְיַשְׁבְּתִי אִיךָ שְׂיִהְיֶה אֲנִי אֲנִסָּה אֶת עֲצָמִי בְּכָל שְׂעָה, וְאֶרְאֶה בְּכָל עֵת לְהִסְחִי דַעְתִּי מִמֶּה שְׂאֲנִי צָרִיךְ לְשַׁבֵּחַ, וְכו'.

אם אֲמַרְתִּי אֶסְפְּרָה לְךָ בְּנֵי חִבְיֵי אֶפְסָה קִצְרוּ מִזֶּה, לֹא יִסְפְּקוּ הַזְּמַן וְרִיעוּתִי, כִּי בְּדַאי אֵין שְׂנֵי בְּנֵי אָדָם שְׂוִין מִמֶּשׁ, וְבִדְאִי בְּפִרְטוּתֵי יֵשׁ שְׁנַיִם הַרְבֵּה, אֲךָ אִי עַל פִּי כֹן כָּל מִה שְׂאֵתָה פּוֹתֵב עֵבֶר עָלַי כְּאֵלֶּה וְכְאֵלֶּה מִמֶּשׁ, וְצָרִיךְ הַשֵּׁם כָּל מִה שְׂאֵתָה פּוֹתֵב שְׂאֵתָה מַחֲיָה עֲצָמָךְ הוּא טוֹב וְנִכּוֹן וְיִשְׁדֵּר וְכו', אֲךָ רְצוֹנִי שֶׁתִּתְחַזֵּק בְּזֶה יוֹתֵר וְיִזְדַּר, אֲזוּד נֶאֱמָר חֲלֹצִיךָ בְּנֵי חִבְיֵי, דְּלוּ עֵינֶיךָ לְמִרוֹם וְחַגְרֵךְ בְּעֵז מַתְנִיךָ, וְבִטַח בְּחֹזֶק שֶׁל זְמַן דְּקִדְשָׁה כִּי הוּא הוֹלֵךְ לְפָנֵינוּ בְּכָל עֵת בְּזֶה וּבָבָא. וְלִמְעַן הַשֵּׁם בְּרִדְעֵר הַאֲלֵט זִיךָ, [אחז, אחוז עצמך] וּבְכָר אֲמֹר הוּא זְכָרוֹנוֹ לְבָרְכָה שְׂאֶפְלוּ לְחוֹלָה הַמוֹטֵל עַל עֵרְשׁוֹ דְּיוֹ וְחֲלוּשׁ לֹא מֵאֵד אֶשֶׁר כָּל מִשְׁכָּבוֹ נִהְפֵךְ חֲלוּשׁ, אוֹמְרִים לוֹ שֶׁתִּתְחַזֵּק, לֹאֵד דְּיִךְ נִיט אִפֵּי, מֵאֵד זִיךְ פְּרִישְׁעֵר, [אל תרפה, תתעורר] וְכִיּוֹצֵא בְּזֶה, זָאם הוּא צִיַּת וּמְחַזֵּק עֲצָמוֹ מוֹעִיל לוֹ הַרְבֵּה שֶׁתִּתְרַפֵּא וְיִשׁוּב לְאֵתָתוֹ עַל דְּיִ זֶה, בְּפִרְט שֶׁתִּתְחַלֵּה לְאֵל יֵשׁ לְךָ עַל מִי לְהִשְׁעֵן בְּחִסְדוֹ הַגָּדוֹל וְיִתְבַּרַךְ.

נתן מברסלב

## חק ולא יעבוד

יום	יום לחדש	לקוטי מוהר"ן קמא	לקוטי הלכות ח"ג	משנה בורה ח"א	דף הומי נרים	ימי מוהר"ת
שבת	כה	ח.	רסז	קמג:	כה	צה
א	כו	ט.	רסח	קמה:	כו	צו
ב	כז	י.	רסט	קמד:	כז	צז
ג	כח	יא.	ער	קמה:	כח	צח
ד	כט	יב.	רעא	קמז:	כט	צט
ה	ל	יג.	ערב	קמו:	ל	ק
ו	א	יד.	רעג	קמז:	לא	קא

עיון התורה הזמנית ליקוטי מוהר"ן קמא. סימן ס"ה



## תמשיך להמתין!

רבינו אומר בלקוטי מוהר"ן חלק ב' תורה מ"ח צריך להיות עקשן גדול בעבודת ה', רבי אברהם בר"ן היה רגיל להוסיף שהכונה היא על תפילה. בדבר אחר, הרי אי אפשר בכלל להתעקש, רק בתפילה צריך להתעקש. ועוד דבר מונח בזה: כתוב בתורה שלפעמים יש בחי' של 'זמנין דלא שמע', לפעמים לא שומעים למה שהוא מדבר.

זהו זוהר פלאי, איך שייך שלא ישמעו בקולו, והרי אפילו רצון טוב אינו נאבד?

רק הפירוש הוא כך: לפעמים שומעים לתפילתו מיד, ולפעמים אומרים לו להמתין. 'זמנין דשמע' - מיד, כבר ומיד הוא נושע. ו'זמנין דלא שמע' - אינו נושע מיד, אומרים לו המתן.

אבל לא בגלל שהדיבורים שלך הולכים לריק חלילה, אלא שאתה מוכרח להמתין. לפי מה שאתה עכשיו אי אפשר לתת לך את מה שאתה רוצה, אתה מוכרח להמתין.

ומה תעשה בינתיים? תפצח גרעינים? מה תעשה בינתיים?

רוצים ממך שלא תפסיק לרצות. הלא אתה רוצה דבר טוב, אתה רוצה להיות יהודי, אבל לחכות אתה מוכרח, רק שלא תפסיק לרצות.

רבינו אמר למישהו 'האם אתה רוצה לרצות?'

הרצון הוא דבר עצום. אני לא מפסיק לרצות, לא נותנים לי? אבל אני רוצה.

יש משל בגמ' (יומא לח) הרוצה לקנות שמן אפרסמון אומרים לו המתן, מי שרוצה לקנות נפט שיש לו ריח רע, נותנים לו מיד. אך אם אתה רוצה לקנות אפרסמון שיש לו ריח טוב, אומרים לו המתן.

ההמתנה היא כמו שאומר לרעהו: 'אני אוהב אותך, אתה קונה טוב אצלי, אתה רוצה לקנות אפרסמון, שמן מבושם, המרמז לדעת, מוחין, כמובא בזוה"ק על הפסוק 'שמן משחת קודש', אבל אתה מוכרח לחכות קצת. אם אומרים מלמעלה לחכות, מוכרחים לחכות. אי אפשר, אי אפשר לתת לו מיד, אם יתנו לו מיד יהיה זה בחי' 'פן יהסו'.

המתן. המתן. ובינתיים תבקש ממני עוד, ותראה עוד ועוד, עד שיגיע הזמן שאוכל לתת לך.

## חיים חדשים עם חיי שרה

נדמה לו כחושך.

**יצחק בשדה** - הלך להתבודד ולשוח בינו לקונו מוחין ליישוב, כיון ששעת המנחה הוא שעת דין, לכן יצא יצחק מוחין לעיר, מקום אשר לא יבלבלו אותו בני אדם, ויוכל ליישב דעתו להזכיר לעצמו האמונה [כמבואר שם במפרשים].

**יצחק בשדה** - 'ויצא יצחק לשוח בשדה לפנות ערב' - ערב מלשון 'ערבוב האמונה' (הוספות מכת"י רביז"ל), כי בצהרי היום, כאשר השמש עומדת לשקוע, ומתעורר דינים, רוב העולם טרודים ועסוקים בעסקיהם וענייניהם, ומתגברים הבלבולים ועייפות הנפש. ולשעה כזאת תיקן לנו מנחה, לעצור הכל, ולעמוד לפני ה' בשיחה ותפילה.

**יצחק בשדה** - שעת מנחה ביום השבת הוא עת רצון גדול, ויצחק אבינו תיקן שגם בימות החול, על ידי תפילת המנחה אפשר לזכות להמשיך את קדושת המנחה של שבת קודש (ליקו"ה תפילת המנחה ב').

**יצחק בשדה** - יצחק אבינו - מידת הגבורה, דייקא אצלו מוזכר ענין השיחה והתבודדות, ללמוד, שכשהדינים מתגברים, אז דייקא צריך להתגבר להרבות ולהפציר בתפילה יותר ויותר (ליקו"ה מתנה ה').

**יצחק בשדה** - כשאדם רואה שימי נערותו [הנקראים בשם שחרית] מתחילים להערב, הרי שלעת כזאת דייקא, יזכור שיש לו את תפילת המנחה (ליקו"ה תפילת המנחה ז').

חיי שרה - מאה עשרים ושבע שנים שני חיי שרה, משרה אמנו לומדים אנו מהי 'התחדשות'. בת ק' כותב כ', גם בגיל מאה להיות מלאים התחדשות כאילו אין עדיין חשבון עוונות (ליקו"ה תפילין ה').

חיי שרה - גם בגיל כ' כמו בגיל ז' ליופי, לראות את העולם בעיניים נקיות כמו ילד בגיל שבע שרואה עולם יפה.

חיי שרה - 'אברהם זקן בא בימים', שהאמין בכל יום ויום שהוא גם נחשב ליום, ולא זלזל בשום יום, לומר היום הזה איננו יום מחמת ריבוי טרדותי ובלבול, כי בכל יום יש טוב מיוחד שגנוז בתוך הבלבולים, ואם יהיה עקשן להיות 'בא בימים' - לבוא עם כל הימים, לא לזלזל בשום יום, אזי יוכל לגלות את הטוב הגנוז באותו היום, (ליקו"מ סימן פ"ד, ליקו"ה פקדון ד').

**מערת המכפלה** - שער הגן עדן ששם עולים כל הנשמות ואורו גדול מאוד (ליקו"מ סימן י"ז), שם מתגלה החיבור [חברון] בין העולם הזה לעולמות העליונים. מערת המכפלה - יכול אדם להיות סמוך מאוד לשער הגן עדן, ואף על פי כן אצלו הוא מקום חושך ואפילה, עד שיכול למכרו בשמחה רבה, כמו עפרון שמכר לאברהם אבינו את המקום המאיר ביותר בשמחה רבה (ליקו"מ סימן י"ז).

**מערת המכפלה** - כאשר יש עפרוריות [עצבות וכבדות] בבחינת 'עפרון', מוכן האדם למכור את כל היקר והקדוש, כי הכל

## נצור לשונך הלכות לשון הרע

אסור לומר על אדם שיש לו שם טוב במקום, שבמקום שהיה לפני כן לא היה כל כך חשוב, כי זה מוריד ערכו. וכן אסור לומר על מי שעתה מחדש נשוי בעיר, שאיננו חשוב כל כך במקום שלמד עד עכשיו, כי בזה בודאי יתמוטט כבודו בעיני אשתו וחותנו ויגרום לו צער ובושה. (כלל ה

סעיף ד, ובמ"ח סעיף ח)

אסור לספר על אדם שבקשו ממנו טובה או הלוואה ולא רצה לתת מפני רוע לבו. והוא הדין לענין מי שהלך בעיר לאסוף צדקה ולא נתנו כראוי, אסור לספר מזה, וק"ו שאסור להוציא שם רע על אנשי העיר כולה, כגון לומר אנשי עיר פלונית קמצנים הם, ותשובות קשה כי צריך לפייס את

כל בני העיר. (ח"ח הל' לשה"ד, כללי סעיף ז).

**עקר המחלוקת הוא מחמת שכל אחד אינו מאמין בחברו שגם בנותו ורצונו לשם שמים, אף על פי שאין חברו מתנהג בדרכו ורצונו:** ליקוטי הלכות, שמו שכתב ב'.

## הליכות

### שיחות ומנהגים

### שמחה

וְנִצְרָה יְדוּ מִחֲמַת הַקוֹדֵשׁ וְהִתְנַסֵּר בָּהּ, גַּם זֶה נִחְשָׁב לִיגִיעָה שֶׁיִּקְבַּל עָלֶיהָ מִתְּנֵת טוֹכָרוֹ. וְעַל פִּי יִחְזַק אֶת עֲצִמּוֹ גַּם בְּנִקְרָה טוֹבָה זוֹ:

רבינו הקדוש אומר: "אז מען פאלט אין בלאטע טאר מען דארט נישט בלייבן, נאר א פוס אריין א פוס ארויס, א פוס אריין א פוס ארויס, און דער לעצטער פוס וועט שוין זיין אין דיוסן" - 'כשאתם נופל ונושק לתוך רגלך וניט אסור לו להתמקמה ולשהות שם, רק רגל בפנים רגל בחוץ, רגל בפנים רגל בחוץ, ורגל האחרונה כבר תהיה בחוץ':

אמר פעם מוהר"ן ז"ל: "איך האב אזא מין שיחה פון התנאקות און למוד זכות אז סע וואלט געווען בטול הבחירה ווען איך וואלט געזאגט די שיחה, אזא מין פח האט דער למוד זכות" - 'קבלתי מרבנן שיחה פון של התנאקות ולמוד זכות, שאילו הייתי מגלה אותה, הייתה מתבטלת פח הבחירה לגמרי'. פון פח לשל למוד זכות":

# בדרך של צדיקים

עושה לו טובה גדולה בזה שהוא מזכה אותו בענייתו אמן.

מיום התקרבותו השתוקק להשתטח על ציון רבינו הקדוש. בערוב ימיו כאשר כוחותיו כבר אינם עמו זכה להגיע שלש שנים רצופות במסירות נפש לקיבוץ בראש השנה באומן, הודות לכמה אברכים צעירים מאנ"ש שחפצה נפשם לזכות את רבי אלעזר מנדל, שכה השתוקק וכסף כל ימיו לזכות לכך.

באחת מאותן נסיעות לאומן התאכסנו אנ"ש במלון רוסי. בהגיע שעת השינה והנה רבי אלעזר מנדל יושב על המיטה ואינו מתכוון כלל לישון, משאלו אותו "מדוע אינך הולך לישון?" ענה "הרי אין כאן כלי להכנת נטילת ידים בבוקר ואין אוכל ללכת לישון כך?!" ולא נתן שינה לעפעפיו עד שסודר הענין והכלי עם מי הנטילה עמד הכן למרגלות מיטתו.

וכך סיפר אברך שזכה לשמשו ולסעדו בערוב ימיו במושב הזקנים בו שהה: "כשבאתי אליו כדי להציע לו את רעיון הנסיעה לאומן לראש השנה, היה הוא בדיוק בעת נטילת ידים לסעודה. התיישבתי איפוא וחיכיתי עד שיטול ידיו ויתחיל לאכול, ואז אוכל לדבר אתו. אני עומד ומתבונן באיזה יישוב הדעת הוא נוטל את ידיו, מגביהן ומברך בנעימות ובשלוה 'אשר קידשנו במצוותיו וציוונו על נטילת ידים', ניגב את ידיו, ישב והכין קורטוב של מלח, בצעבסכין חלק מהפת ובירך בכזו מין השתוקקות ואהבה 'המוציא לחם מן הארץ' בצע את הפרוסה, טבלה שלש פעמים במלח ורק לאחר שמילא אחר כל התגים וההלכות של נטילת ידים לסעודה, הרשה לעצמו לאכול מן הפת, ומיד לאחר הכזית הראשון והנה הוא מתחיל לומר את כל סדר 'תיקון סעודה'

והפטיר אותו אברך: "במקום להתחיל ולדבר אתו על הנסיעה, פרצתי בבכי, כן פשוט דמעות עמדו בעיני ולא הצלחתי לכבוש אותן, לראות ישיש כזה, כוחו בל עמו, והנה הוא נוטל ידים לסעודה בכזה יישוב הדעת ובדקדוקי הלכה כאלו. היכן רואים זאת אפילו אצל אברכים שכוחם במתנם? אין זאת אלא מכוחו של רבינו הקדוש שאמר שאת אנשיו הוא מוליך בדרך של צדיקים."

(מקור: ביטאון ברסלב, ניסן תשס"ב)

צעיר לימים היה רבי אלעזר מנדל קוסטנטינר כשהתקרב לחסידות ברסלב. הוא נולד בצפת לאביו שהיה מחסידי לעלוב וקרא לו על שם הרה"ק רבי אלעזר מנדל מלעלוב ז"ע. בהיותו בן שנה התייתם מאמו ונשלח לירושלים לבית היתומים דיסקין.

כשבגר, חיפש אחר עובדי ה' וצדיקים לחסות בצילם. בתקופה זו זכה למצוא את אשר ביקשה נפשו ולהתקרב לאור רבינו הקדוש, היה זה



**החסיד רבי אלעזר מנדל קוסטנטינר זצ"ל (אוסף ברגר)**

החסיד המופלא רבי אפרים'ל מפשעבדוב, נין ונכד הרה"ק רבי דוד'ל מלעלוב ז"ע, שקברו ובנועם פיו הטעימו מאורו של הרבי, וכך החל לעבוד את ה' עבודה תמה בצוותא עם ידידו עובדי ה' המופלאים חסידי ברסלב בירושלים העתיקה כרבי שמואל שפירא, רבי הירש לייב ליפל, ושאר בני החבורה.

התמימות והפשיטות היו נר לרגליו. כאשר היה מסתיים השיעור בספר ליקוטי מוהר"ן, היה נפנה ומתיישב מיד עם הליקוטי תפילות על התורה שזה עתה למדו, כך קיים על אתר את עצתו של רבינו לעשות מתורות תפילות.

חביבות המצוות היתה שזורה אצלו עם יראת שמים טהורה שהתבטאה בכל תנועה. היה נזהר לא להביט מחוץ לד' אמותיו. כך היה נזהר על כבוד המאכלים לבל יושחתו, חזין נפרץ היה לראותו מלקט פירורי אוכל להצילם מביזיון. אהב מאוד את העבודות הפשוטות, כפי שלימדנו רבינו, כאמידת תהלים וכדומה. כך השקיע מאמצים כדי לזכות בעניית אמנים, באמתחתו החזיק דרך קבע מיני מזונות או שהכל וכל מי שביקר אצלו אפילו ילדים קטנים כיבדו מיד בדבר מאכל כדי שיוכל לענות עוד אמן, תוך שהוא נותן למברך להרגיש שהוא

# דרכי נועם

## חיפוש אור הצדיק בתורתו הקדושה ביאורים על תורה ס"ה מאמר י"ג ע"פ שיעורי הגה"ח ר' ניסן דוד קיוואק שליט"א

וזה פרוש, ויאמר בעני אל רות. בעני הוא השכל, כמו שכתוב (קהלת ז'): "ההכמה תעני להכם". רות היא בחינת הנפש, שממנה יוצא הדבור של התפלות והשירות והתשבחות, כמו שאמרו רבותינו, זכרונם לברכה (ברכות ז'): 'למה נקרא שמה רות, שממנה יצא דוד שרונה להקדוש ברוך הוא בשירות ותשבחות'. הלוא שמעת בתי, כי הנפש היא בת השכל בנ"ל. וזהו הלוא שמעת, הינו השמע לאזניך מה שאתה מוציא בפיה, הינו הטח אֶזְנֶיךָ ושמע בקשת הדבור ותתנוניו, שמבקש ומתהוה לכל התפרד ממנו בנ"ל:

וזהו אל תלכי ללקט בשדה אחר בנ"ל, כי כל האותיות והדבורים הם לקוטים יקרים שמלקטים בשדות עליונים בנ"ל. והדבור מבקש מהנפש, לכל תלך מאתו ללקט לקוטים אחרים בנ"ל. אך זה אי אפשר כי צריך לילך וללקט יותר בנ"ל, אך וגם ולא תעבורי מזה. הינו, שאפלו בשתלך לתבה אחרת, אל תעבר מתבה ראשונה בנ"ל. וזה נעשה, על ידי שאובה אל התכלית בנ"ל. וזה, עיניך בשדה אשר יקצרו. הינו בחינת ההסתכלות על התכלית, כי הקצירה היא תכלית החרושה והזריעה. הלוא צויתי את הנערים לבלתי נגעך, זה בחינת סתימת העינים, שצריך לסגורם, ולחבר הראות, לכונן אל התכלית בנ"ל, כי בלא זה אי אפשר להסתכל על התכלית בנ"ל. וזה "הלוא צויתי את הנערים", לשון צוית והתחברות, שצריך לצוות ולחבר הראות בנ"ל. והעינים נקראים נערים, כי הם משרתי השכל בנ"ל, כי הראות הוא שליח ומשרת להשכל בנ"ל:

וזהו לבלתי נגעך, בחינת נגעי הנפש. כי בשחרות נתפזר, ורואה כל מה שלפניו, הינו שאינו סותם וסוגר עיניו מחזו דהאי עלמא בנ"ל, וזה בחינת נגעי הנפש. וצריך לצוות ולחבר את הנערים, דהינו הראות, לכלי להסתכל מן הצד על הכלי עולם הזה, לבלתי לנגע את הנפש. ואז יוכל להסתכל על התכלית בנ"ל, ואזי על ידי ההסתכלות על התכלית, נתבטלין כל היסודין בנ"ל. אך אחר כך כששב מהבטול, מתגברין היסודין ביותר בנ"ל, שזה בחינת צמאון הנפש בנ"ל:

וזה, וצמית והלכת אל הכלים ושתית מאשר ישאבון הנערים. כי לכבות הצמאון, הוא על ידי התחדשות התורה, שמקבלין המזוין, שהם הכלים של השכל על ידי הרשימו שנסאך מהבטול בנ"ל, ומשם שזתה הנפש לכבות צמאונה בנ"ל. וזה, ושתית מאשר ישאבון הנערים. כי הנערים שהם עיני השכל, הם שואבין התחדשות התורה, מהרשימו שנסאך מההסתכלות על התכלית בנ"ל. ועל ידי זה נתבטלין היסודין אחר כך, ומקבין צמאון הנפש בנ"ל:

## הלשונות על בעל השדה הם עצמם סדר התיקון

הנה רבינו מתחיל לבאר כאן את כל ענייני המאמר בפסוקים של בועז ורות, שבוועז שהוא השכל, מלמד את רות שהיא הנפש את דרך הביטול והחזרה מהביטול.

וכבר נתבאר מעט במאמרים הקודמים שהלשונות שהזכיר רבינו בתחילת המאמר על בעל השדה שצריך להיות אמוד ותקוף, גבור חיל וחכם, וצדיק גדול מאוד, אינם לשונות בעלמא, אלא הם עצמם סדרי התיקון שממשיך בעל השדה בשביל תיקון השדה, ומחמת שלימותו בעניינים אלו שהם עצמם דרך התיקון, עייז בכוחו להמשיך את התיקון על כל הנשמות שבשדה, אבל גם הנשמות שבגן עליהם להתעורר באתערותא דלתתא בעניינים אלו עצמם שהם דרך התיקון ע"י העלייה והביטול את התכלית, והמשכת האור משם לתוך כלים.

וכפי שנתבאר במאמרים הקודמים באריכות שאמוד הוא המשקל הנצרך

**לחידוד**

**לחידוד ההתבוננות בספרי רבינו ז"ל**

**תשובה לחידה הקודמת:**  
היכן בליקוטי מוהר"ן מופיע דבר צחות? בליקוטי מוהר"ן תנינא, תורה קי"ט: הכל אומרים, שיש עולם הזה ועולם הבא. והנה עולם הבא אנו מאמינים שיש עולם הבא. אפשר יש גם עולם הזה גם בנבאיה עולם...

**על מה כתב ר' נתן: "זה נחמתנו זה ישועתנו זה תקוותינו זה שמחתנו לנצח נצחים. אשרינו?"**

הזוכה: אור נעמן, בית שאן  
זכה בשובר זיכוי ע"ס 100 ש"ח עבור ספרי רבינו

לכבוד מערכת עלה לתרופה שלום. ישנו ענין מענין בתורה הזמנית שיש לתת עליו את הלב, מצד אחד רבינו מדייש מאוד את הענין שיש למקד המחשבה והעניינים ולחברם אל התיבה והענין שעוסק בזה הרגע, ולהשמיע לאוזניו וכו', ולתת פנאי לעיני השכל לקלוט מה שרואים, ולא לעסוק בעוד ענינים,

ומאיך אומר שהתכלית זה לעשות אחד מכל התפילה, וכשעומד בסוף התפילה עדיין יאחז במילה הראשונה ולא יעזובה,

וקשה לתפוס זאת בשכל, כיצד ניתן לתפוס את כל התפילה יחדיו, והרי המוח אינו מסוגל להכיל ב' מחשבות באותה העת.

וביותר יש להבין שזה נראה סותר לענין שצריך לתת פנאי, ולהשמיע לאוזניו כ"ל.

ובהתבוננות ניתן לראות שרבינו מגלה שענינים אלו לא סותרים זה"ז אלא משלימים האחד את חברו,

דהיינו הסיבה שהאדם בתיבה אחת שוכח מה שאמר לפני רגע, זה דוקא בגלל שבתיבה הקודמת ניסה לתפוס את התיבה הבאה ולא נתן לתיבה שבה אוחז להדהד באוזניו

ולהשמיע את יופיה זיווה ותפארתה, ולכן היא לא מחבבת אותו והוא שוכח ממנה, אך אם בכל תיבה שעומד היה שם את כל פיו ואוזניו, היא הייתה מלפפת אותו ובדרך ממילא לא היה שוכחה.

כדי לבאר, נביא דוגמא שתבאר היטב את הענין, כשאדם שומע סיפור או רואה הצגה מעניינת ומרגשת, נראה כיצד בכל רגע כל כולו מתמסר למתרחש ברגע זה, וכל חושיו נתונים לנאמר בזה הרגע, וכן הלב מתפעל מאוד, ואינו טרוד כלל לזכור את הנאמר ברגע הקודם,

ואעפ"כ (או שבגלל זה דייקא) הוא זוכר ומכיל את כל הרגעים הקודמים, והוא רואה שאם יכנס אדם אחר באמצע הסיפור ואפילו לקטע הכי מרגש זה לא יתפוס אותו כלל, מפני שאין לו את אחדות העניין והוא לא מכיל את הרגעים הקודמים.

ונמצא ש"ע"י שיזכור את התיבות הקודמות יוכל לשמוע ולהתאחד עם התיבה הנוכחית, וכן להיפך - ע"י שמתאחד עם כל תיבה בפני עצמה, זוכה לזכור את כל התיבות ולאחדם. והלימוד לדרכי העבודה הוא עצום, שעל האדם להיות תמיד נתון ליופי

וכן האדם יכול באמצע תפילה חשוכה פתאום לבעוד לו, ובאמצע החיים להתחיל להיות יהודי אפילו שפספס הרבה.

עקיבא כהן - ירושלים

כל הזמן לשלב את שני הדרכים, של הביטול והחזרה מהביטול, כי מצד אחד מוכרחים את האור שבא בעת הביטול את התכלית, שרק ע"י יכולים לטעום טעם של שכל האמיתי שהוא הארת התכלית שכולו טוב כולו אחד, אבל מצד שני עיקר התיקון והעבודה הוא דייקא בבחינת השוב, כשחוזר וממשיך את ההארה הזאת לתוך כלים שע"י זוכה לבטל את חיזו דהאי עלמא גם כשאנו במדרגת הביטול, וכל זה צריך משקל ואומד בכל עת, ותקוף הוא בעת העלייה אל הביטול שצריך תקיפות גדולה לא לנטות לצדדים, וגבור הוא כשחוזר מהביטול שאז מתגברים הייסורים וצריך להתגבר כנגדם מאוד, וחכם הוא בחינת המשכת השכל לתוך הכלים כשחוזרים מהביטול.

**כל לשונות אלו נמצאים אצל בועז**

והנה רבינו מבאר כאן את כל העניינים על הפסוקים של בועז ורות, ובאמת כשמתבוננים רואים שכל לשונות אלו נמצאים בפרטות אצל בועז שהוא בחינת בעל השדה, כי בועז הוא בחינת תוקף ועוז, וכמבואר בזה"ק שבועז הוא בחינת בו עז בו תוקפא (ומבא בליקו"ט סי' יא ועוד), והוא בחינת החכמה והשכל כמו שמביא רבינו כאן את הפסוק החכמה תעוז לחכם, וכל העסק שלו עם רות הוא מצד אחד להמשיך עליה את אור הזריחה והביטול אל התכלית, ומצד שני להמשיך את האור לתוך הכלים, וכפי שמתבאר בכל הפסוקים שמביא רבינו כאן, שבועז אומר לרות שהסתכלותה צריכה להיות אל התכלית, עינייך בשדה אשר יקצורוץ שהוא התכלית, אבל מאידך כדי שלא יהיה 'צמית', שהוא הצמאון כשחוזרים מהביטול שאז מתגברים הייסורים, לזה מוכרחים 'זהלכת אל הכלים' היינו להכניס את אור הזריחה לתוך הכלים שישאר מהם רשימו, וכך תוכל גם לשמוע את הדיבור שמבקש לא להתפרד ממנו, אבל מצד שני הרי מוכרחים גם לילך ללקוט עוד ליקוטים, אבל ע"י יכול את הכל באחד ע"י הביטול, ואז יחזור ויעשה מכל תיבות התפילה כלים לאור התכלית הזו, כי זה עיקר דרך התיקון שמאיר בעל השדה על הנשמות שבגן.

**איש גבור חיל**

ועל בועז נאמר שהוא גבור חיל, וכמו שכתוב (רות ב. א) 'זלנעמי מודע לאשה איש גבור חיל ממשפחת אלימלך ושמו בועז', מבואר שזה עיקר הגדרתו בפסוק, כי באמת עיקר התיקון הוא דייקא כשחוזרים מהביטול, להמשיך את האור לתוך כלים, כי אז הוא עיקר ההתגברות של הדינים והייסורים להשכיח מהאדם לגמרי את אור הזריחה והביטול, וע"י נופל לגמרי, כי לא רק שלא נשאר לו רשימו מאוד הזריחה והביטול, אלא אף מתגברים עוד יותר הייסורים והדינים, ועל כן עיקר הגבורה היא הכח הזה של הגבורה דקדושה לחזור ולהתגבר דייקא בעת שחוזרים מהביטול, להכניס את האור לתוך הכלים, ולכן עיקר שמו והגדרתו של בועז בפסוק הוא גבור חיל כי זה עיקר עניינו.

**עיקר התיקון בפועל הוא ע"י בחינת החכמה והשכל**

זהו עצמו מה שמביא רבינו כאן רק את ענין החכמה, וכמו שמביא את הפסוק החכמה תעוז לחכם, כי זה עיקר דרך התיקון בפועל, מה שמתגבר בגבורה עצומה ונוראה להמשיך שכל דקדושה באופן נורא כזה שיוכל להיכנס לתוך כלים ולעזור לאדם לבטל את חיזו דהאי עלמא גם כשהוא בבחינת השוב, ששם הוא עיקר העבודה לגדל את השכל דקדושה ע"י ההארה שקיבלה הנפש בעת הביטול, ולהכניס את הארת השכל הזה לתוך כלים עד שיזכה להוליד פירות שהם נקודות של שכל דקדושה של הסתכלות על התכלית עד שיתבטל אצלו בחינת חיזו דהאי עלמא, [ועניין זה אינו בבת אחת אלא כל פעם השכל מגדלת את הנפש עד שנולד פרי שהוא נקודה של שכל דקדושה שמבטלת חיזו דהאי עלמא, וכך עוד נקודה ועוד נקודה עד שזוכה לעלות בזה יותר ויותר].

**שמחה מקור לחידושים**

**טעם גן עדן**

**השמחה משפיע חידושים לאחר ההתנוצצות**

ושום הרגשה מהבלי עולם הזה, אך לאחר קצת זמן ההתנוצצות חולפת, ואז האדם חוזר אל יישותו והרגשתו. ובאותו זמן הוא נופל בדעתו שנאבד ממנו ההשגה.

[ד] אך האמת שהשגה זו מביאה שמחה בליבו, שהנה זכה שיתברר לו האמת. ועתה יש להחזיק עצמו בשמחה גדולה, לאור אותה השגה. ובאם יזכה לשמחה הזו לאחר שזכה לאיזה השגה, אזי יזכה שיתחדשו לו חידושים בתורה, לא חידושים בעלמא, אלא חידושים לאור תורת הצדיקים, חידושים המולבשים על מאמרי חז"ל או פסוקים וכיוצא, שדרכם יהיה יכול להמשיך לחשוב מהש"ת גם כשחוזר אל המציאות הפשוט של החיים שלו, מציאות התאוות או היסורים שמרגיש.

[ה] ולא תמיד חייב להיות איזה חידוש חדש, אלא פעמים אף יתחדש באיזה דיבור ידוע, שעד עתה היה זה ידיעה חיצונית, ועתה לאחר שחזר מהביטול יכול להרגיש את פנימיות האור הגנוז באותם התיבות וה'ואור' של הצדיקים, היינו אור ה' שעל ידו ממשין לאחוז בה, אף שאינו בדרגא של ההתנוצצות המוח.

[א] הבעש"ט הק' אומר שהרוצה לקיים 'שוית' - לחשוב ממצאיות ה', צריך להלביש את המחשבות בפסוקים או במאמרי חז"ל, שעל ידם יהיה יכול לחשוב מהש"ת, והיינו שבכל פעם יעלה על מחשבתו איזה פסוק אחר המדבר מגדולת ה', או מאמר חז"ל, שאלה ותשובה על הפרשה וכדומה המדברים מגדולת ה', שעל ידם יכול לאחוז את המחשבה בהש"ת. וכמו אש שצריך גחלים לאחוז בהם, ולולא זאת, אף אם יליהב אש גדול על לב השמיים, לאחר מספר דקות יכבה האש. כמו כן המחשבה צריכה עצים וגחלים לאחוז את המחשבה בהש"ת.

[ב] ועל כן הצדיקים גילו והלבישו השגות גדולות בדביקות ה', על פסוקים ומאמרי חז"ל שבאמת כוונתם לא היה הפסוק או המאמר חז"ל, אלא כדי שיהיה יד וכלי לאחוז בכיכול את המחשבה בה, שהוא האור שיש בין התיבות של החידוש.

[ג] ועתה נחזור לגילוי הנפלא המתגלה בתורה ס"ה, שפעמים שאדם זוכה להתנוצצות גדול בגדולת ה', עד כדי בחינה של ביטול לגמרי לפי דרגתו. ובאותו רגע אינו מרגיש שום יסורים

## משא ומתן באמונה

בספה"ק מבואר על הפסוק 'יורדי הים באניות עושי מלאכה במים רבים - המה ראו מעשי ה' ונפלאותיו במצולה', פסוק זה נאמר על אלו הפורשים על הים לצורך משא ומתן, 'מים רבים' זה ריבוי הניצוצות אלקות שצריכים לתקן במשא ומתן, והפסוק מדגיש שדייקא אלו הנוסעים על הים לצרכי משא ומתן הם רואים את גדולת נפלאות ה' הרבה יותר מהיושבי אוהל, וצריך לזכור ש'נפלאות' הוא מושג גדול יותר מסתם 'ניסים', ודייקא אלו העוסקים במשא ומתן הם אלו זוכים לראות את נפלאות ה' על בשרם ממש.

וביתר עומק מתבאר העניין בלקו"מ סי' נד, שם מאריך רבינו לבאר שכל חפץ שמגיע לאדם יש בו ניצוצות השייכים לחלקו, שהוא צריך להעלות אותם והוא מקבל חיות מהם, ואם הוא מוכר החפץ בחזרה למי שמכר לו, הרי זה סימן שיש כאן ניצוצות שהמוכר הראשון לא היה יכול להעלות רק אחרי שזה היה אצל האדם השני ועכשיו הוא משלים את עלייתם 'כשמשלים האותיות אלו, ניתוסף הארה נפשו רוח נשמה שלו מחמת הארת האותיות אלו שהגיעו אצלו ונשלמו אצלו... ועל ידי התנוצצות זאת נתייחד צדיק וכנסת ישראל'.

ומתוך קשרי המאמר מתבאר שרבונו מדבר כאן כדרכו על תיקון העולם, ולא רק על עליית הניצוצות הרגיל המובא בספרים. וע"כ הוא מדבר על עבודה של עליית הניצוצות בזיכרון עלמא דאתי, היינו עבור הגאולה ולעתיד לבוא ממש.

## עומק הפרשה

### להולד שוב בעומק החושך

**וַיְהִי חַיִּי שָׂרָה מֵאָה שָׁנָה וְעֶשְׂרִים שָׁנָה וְשִׁבְעֵים שָׁנִים שְׁנֵי חַיֵּי שָׂרָה:**

שני חיי שרה - כלן שוין לטובה (רש"י)

שני חיייה של שרה אמנו היו מורכבים מאד, היא עברה יחד עם אברהם אבינו עשרה נסיונות, תשעים שנה הייתה עקרה בלא ולד, גלתה מביתה ומבית אביה, ואז חזרו ונדדו שוב ושוב, נלקחה לבית פרעה וחזרה ונלקחה לבית אבימלך.

לכאורה איך אמר הפסוק שכולם היו שוים לטובה, והלא הם היו רצופים קשיים וחושך.

עיקר קושיה זו נוגעת לכל אחד, כי שרה היא אם האמונה, ראש האמהות המאירות את האמונה לבניהם מדור לדור, בעוד שלאברהם אבינו נגלה ה' רבות - חיייתה שרה חיים של אמונה, כמו שאמרו חז"ל 'אמרה שרה, רבון העולמים אברהם יצא בהבטחה, ואני יצאתי באמונה' (בראשית רבה מא, ב).

כשהאדם רוצה לחיות חיים של אמונה הוא מגיע לקושי גדול, כי החיים אינם הולכים כסדר, הרבה פעמים מתעוררים קשיים ונסיונות, פעמים ונראה שמבחן האמונה אינו מביא תוצאות ח"ו, הוא מנסה לחיות חיים של אמונה אבל הקשיים המתעוררים מדי פעם משכיחים ממנו שוב ושוב את האמונה שהוא

והנה מבואר בדברי האר"י, שבאמת עיקר שלימות בידור הניצוצות הוא דייקא בב' פעמים. היינו שבעצם אי אפשר להאדם לברר הניצוצות של שום דבר בפעם אחד, כי הוא יכול להעלות קודם חלק מהניצוצות ורק אחר כך להעלות עוד, וכמו שאמר הבעש"ט הקדוש, שהאדם שנוסע לאיזשהו מקום, יצטרך לנסוע שם עוד הפעם כי אי אפשר לברר בפעם אחד. (ועיין בזה בשער ההקדמות דף ע"ט, ומבואר גם בעץ חיים בשער ט"ל פרק י', ובמבוא שערים שער ב' חלק ג' באריכות).

ודבר זה יכול להיות בהרבה אופנים (בגלגולים או שאר אופנים), אבל הכלל שרק בפעם השני שהחפץ מגיע לאדם אז הוא גמר הבידור שלו. ואז יכול לעשות יחוד ממש. וכל זה בדומה דייקא, ששם עיקר הבידור (וע"כ שם ג"כ עיקר האחיזה של הע"ז של תאוות ממון), וכשהאדם עושה את זה לשם שמים והתקשרות לצדיק - אז מכין את הגאולה ממש, כי מברר את סוף הבידורים ממש.

נמצא שבכל פעם שהאדם קונה דבר חדש, אם הוא עוצר לרגע וחושב שההתנוצצות שהוא מרגיש עכשיו (כמו שאמרו חז"ל בברכות דף ה' שמוכר עצוב והולקה שמח) ההרגש הזה אע"פ שהוא מעורב עם 'נוגה' כלול בו גם כן הרגש של ההארה שזכה על ידי שהשלים הנפש רוח ונשמה שלו. וכמו שכתב מוהר"ת בהלכות משא ומתן. ועיין בהלכות חלה (הלכה ג') שכתב גם כן בנוגע לאכילה, שאף על פי שחלק מהאדם עדיין ב'נוגה', אבל יש חלק שרוצה באמת את השם יתברך, וע"כ אם האדם מתקשר רק עם החלק הזה, הוא יכול להיכלל ביחוד גדול ועצום של הצדיק שמכין את הגאולה.

## איך מחנכים לשמירת הזמן

בני חוזר מהישיבה, אני מנסה לדחוק בהם לשמור ולנצל את הזמן, איך מזיזים אותם לעשות משהו עם הזמן? ובכלל, איני דוגמא לשמירת הזמן? האם יש סיכוי לחנכם לכך?

בפרשה זו מעידה התורה על שרה שחיייתה 127 שנים מלאות חיים, וכן 'אברהם זקן בא בימים' - שבה עם ימים שלמים. ועל כן זה הזמן להרחיב סביב המושג 'שמירת הזמן' ו'אריכות ימים' - למלאות את הימים שיהיו ארוכים. כי אכן יש לחנך מאוד על שמירת הזמן, הזמן הוא הדבר היקר ביותר בעולם, ולעולם אי אפשר להחזירו ולהשיבו.



אך יחד עם זאת יש להבין את המושג 'שמירת הזמן'. בעיני רבים מצטייר ציור של צדיקים שלא הניחו רגע מחייהם לריק, כל רגע היה מחושב בתכלית, זריזותם היה לשם דבר, כולנו גלגנו על סיפורים ועדויות מצדיקים וגדולי הדורות שניצלו את הזמן, גם מוהר"ת העיד על עצמו שיכול ליתן דין וחשבון על כל רגע מחייו.

את הערך הזה של 'שמירת הזמן' רוצים אנו להנחיל לצאצאינו, ומשום כך, כשאנו רואים אותם יושבים בבית בחוסר מעש ובבטלה, זה יכול כמעט להוציא אותנו מדעתנו, עד שהרבה הורים דוחקים בהם בנוסח של נו... נו... תעשה משהו עם הזמן שלך... 'שמירת הזמן'...



המציאות מוכיחה שלדחוק את הילד ל'שמירת הזמן', אינו מועיל כלום, ופעמים רבות אף מזיקה מאוד, כי הילד רואה שהוא ממילא לא 'שומר זמן' אז למה שינצל את ה'רגע' לדבר טוב.

ולכן חשוב מאוד להגדיר נכון בבית מהו 'שמירת הזמן'. שמירת הזמן אינו רק השומר את כל רגעיו ומנצלם כראוי. שמירת הזמן הוא גם אדם שמכלה את זמנו לריק, והנה פתאום יש לו כמה דקות, ורץ לחטוף איזה שיעור תורה, דיבור עם ה'. כי אם הזמן יקר, חוטפים עכשו משהו טוב, אפילו אם מקודם בזבזתי את הזמן. כל רגע יקר מאוד למעלה בלי קשר למה שהיה לפני כן, ולמה שיהיה אחר כך. כמו אדם המוצא 100 ₪ שאינו אומר: מה יש לי מסכום זה כשממילא איני עשיר גדול.

ר' נתן ז"ל לא תכנן להיות 'שומר זמן', הוא פשוט ייקר מאוד כל 'רגע', ופעם נותרו לו חמש דקות לחג, וחטפם להתבודדות ואמר: 'די גרויסע פיניג מינוט!' [חמש דקות הגדולים], וכתוצאה מכך שהבין ערך כל דקה, ממילא הצטברו אצלו הרבה רגעים יקרים לשישים וחמש שנות חיים.



חינוך זה יכול כל אחד להנחיל בביתו, אפילו מי שאינו מהווה דוגמא אישית כאחד שמנצל זמן, אבל דווקא משום כך שאינו 'שומר זמן', הילדים יכולים לראות אותו שאחרי שבזבז 'סתם' זמן, פתאום בלי שום קשר לכלום, הוא תופס גמרא או משנה ברורה וחוטף דף / עמוד היומי, או כמה מזמורים בספר תהילים. זה דוגמא לאחד שהזמן חשוב אצלו.

מתחדשים

מעמד סיום ליקוטי מוהר"ן המרכזי בו נתקבץ יחדיו כלל המתחממים לאורו של רבינו הק' להתחזק יחד בתורתנו הקדושות ובעצותיו היקרים, יתקיים א"ה במוצאי שבת קודש זו - פרישת חיי שרה, אור ל"ו במוחשון, בהיכל בית המדרש הגדול דחסידי ברסלב "אנשי הצדיק", שכנת קנה בושם" בית שמש (ואשר עקב סיבות טכניות, נדחה ממוצ"ש העבר, לשבוע זה). נתילת ידיים בשעה 8:30. גדול יהיה המעמד לכבוד רבינו הק' ותורתו הק'!

פריקט השיעורים, מבית מכון 'עלה לתרופה': בסיעתא דשמיא, זכינו ומתהלכים בינינו משפיעים חשובים מיקרי אנשי שלומינו, אשר מכתתים רגלם מדי שבוע בשבוע ללמד מתורת רבינו הק' לעדרים. ואכן, במהלך השבועות הקרובים נפרסם כאן את רשימות השיעורים, משפיע אחד מדי שבוע. ניתן לשלוח למערכת רשימות שיעורים

שיעורי הרה"ח ר' אליהו עטייה שליט"א: א. מדי מוצש"ק, מתקיים סעודת מלווה מלכה בביהכ"ס הטוניסאי, רחוב זהבית 5 במשרת ציון, בשעה 8:45. ב. מדי יום שני בשעה 9:00 בערב, בבית ברחוב התאנה 18 מושב צפריה (הסמוך לחד). ג. מדי יום רביעי בשעה 9:00 בערב, בבית הרב שליט"א, רחוב הקבלן 45 קומה 2- הר נוף ירושלים. שמעו ותחי נפשכם.

א פרילאכע מעלדונג: ב"ה סאיז דא א ספיציעלע קו פאר פרויען, דארט איז דא צו הערן עקסטרעע חזוקים און שטארקע דיבורים פון אמונה, איבער געגעבן דורך חשוב'ע רעבעלס פון א"ש. קלינג אריין און פיל אן די נשמה מיט חיות פון דעם הייליגן רעבנ'ס קוואל. 0799411511.

ירל ע"י מכוני עלה לתרופה
בבל עניין או להצטרפות לנעמיים בדוא"ל:
A028080148@GMAIL.COM
מקס או הודעה קולית: 02-8080148
במקרים מיוחדים:
054-8591148 | 053-3175211
המערקסט וטגרת מידי יום ראשון בשעה 19:00



החזוק השבועי

זהו: ויהי חיי שרה מאה שנה ויש שנה ושבע שנים שני חיי שרה. וזהו שדושינו רבותינו ז"ל (בר"י נ"ח) פת ק' כבת כ' ופת כ' כבת ז'. פי זהו עקר השלמות שיהיה חיל לחיות בכל פעם. שאפלו פשמיניע לימי הזקנה יהיה בעינינו עדיין יניק לגמרי כאילו לא התחיל לחיות ולעבד ה' כלל ויתחיל לחיות בעבודתו יתברך בכל פעם מחדש כנ"ל.

זהו בחינת פת ק' כבת כ' פת כ' כבת ז' שני חיי שרה פת שני חיי שרה. פי כל מה שמוקדו הצדיק הוא עדיין יניק בעיניו כאילו הוא תינוק עדין וכי כנ"ל. ועל ידי זה מוסף פעבודתו בכל פעם, וזוכה לחיים ארוכים באמת. שכל ימיו ושנותיו הם שנות חיים באמת. פי אינו אבד שום יום מימי חיייו בלי תוספת קדשה וחייתו וכנ"ל. וזהו בחינת שני חיי שרה פת שני חיי שרה. שזהו בחינת חיים ארבים:

ליקוטי הלכות, ריב"ת, ה' ח

יהלום

כל תקנתו שאיך שהוא, איך שהוא, יהיה בעיני עצמו בכל יום ויום פבריה חדשה ממש:

ליקוטי הלכות, קריאת התורה

אל יעמיד זאת לבדיקה בכל רגע שלומד האם כבר מרגיש תענוג ועריבות, אלא ילמד בפשיטות וישתדל לשים את שכלו על מה שלומד כעת, בלי להתבלבל מכל האריכות. וכך יבנה את שכלו כאשר ימלאהו בעוד קטע ועוד קטע, ויראה איך הדברים יושבים בראשו בסדר, וכך ממילא ירגיש תענוג בלימודו.

אין בדברינו שום חידוש כלל, רק שענין זה צריך תמיד לשון שוב ושוב לאלו שעדיין הספק מקנן בליבם האם שייכים הם לתורה, והאם המתיקות בתורה שייך רק למיוחדים בעם. כי באמת התורה שייכת לכל אחד, והמונע העיקרי הוא הבהלה והריבוי אור לחטוף הכל, ואין לומדים מתוך שובע דקדושה, שהוא אכילה עם ריכוז המחשבה במה שיש בפיו עכשו. והיינו ננסות להתחבר לכל סברא שלומד עכשו, להבין היטב את השאלה, ואחר שיושב היטב במוח, לעבור לתשובה, ולנסות להתענג בפשטות עם המעט הזה שמבין, ולא לנסות לבלבל את עצמם אם כל הדרוש של הגמרא או התוספות וכדומה.

האם כל אחד יכול להרגיש טעם בלימוד? כל איש ישראלי באשר הוא יכול לטעום טעם ערב ועונג רוחני כאשר מבין איזה דבר חכמה של קדושה. אך אחד המניעות להתחבר לתורה ולטעום הטעם הערב של השכל הנפלא שיש בתורה, הוא 'הרגל הבהלות', וחוסר היישוב הדעת בו בחור נגיש אל הלימוד, כאשר כל הסוגיא או הנושא שלומד מתערבב במוחו, ואינו יכול לסדר את דעתו ללמוד לאט לאט, ומקבל פחד ובהלה איך יוכל להשיג במוחו כזה 'תוספות' ארוך וכדומה.

ר' נתן בהקדמתו לספרו הגדול ליקוטי הלכות אומר, שחובה על מורים ורביהם של בני הנעורים להודיע להם איך ללמוד, לבל יבהלו מדרוש או חידוש ארוך. ויש ללמד לקחת ענין אחד ולשים עיניהם עליו, להבינו היטב, ואז לעבור לקטע הבא, ואז לקשר לענין הראשון, וכך ללכת בסדר מעט מעט, שלב אחר שלב, בלי בהלה ובלבול.

וזה דבר שכל אחד יכול לעשות, ולטעום טעם לימוד. אך

הלכה פסוקה מאת הרה"ג ר' שמעון אנשין שליט"א / מוצ' בעיד בית שמש יצ"ו

הלכות המצויות בהנחת תפילין (ב)

אכילה עם התפילין

יש להבדיל מה אוכלים ושותים ובאיזה כמות (ש"ע, מ, ת, ומשנ"ב שם):

א. 'אכילת קבע' אסורה. אבל 'אכילת ארעי' מותרת. וי"א שזהו דוקא למי שמוניחם כל היום, אבל אנו שמוניחם רק בעת התפלה, יש להסתפק אם מותר. ונראה שמי שאוכל אכילת ארעי או שותה בכדי שיוכל להמשיך להתפלל או ללמוד עם התפילין - יש לו על מי לסמוך (ועבר אורח, מ. ח. ג. כי דעת החו"א והגר"ש, והבא דבריהם במשנ"ב דרשו 13, שאין הלכה כדעת הח"א).

ב. גדר 'אכילת ארעי' היא: אכילת לחם או עוגה עד שיעור 'כביצה'. וי"א שהשיעור למיני מזונות הוא יותר מזה, וכל כשאינו קובע סעודה עליהם, נחשב ארעי [וכפי המבואר בסימן קסח ס"ו]. אכילת פירות או ירקות, וכן שתיית קפה או תה ומשקה שאינו משכר, אפשר לשתות ללא הגבלה (כנלע"ד לפמ"ש המשנ"ב לדמותו לסוכה. וראה גם תפלה למ"ח ד. ב).

ג. ובכל אופן יש להזהר מאוד שלא לאכול ולשתות באסיפת חבירים, כיון שעלולים ביותר לבוא לידי 'קלות ראש' עם התפילין שהוא עוון חמור מאוד.

שינה עם התפילין

א. אסור לישון כשלבושים עם התפילין, אך התירו 'שינת ארעי' באופן שבוודאי לא יבואו לישון שינה עמוקה או ממושכת (ש"ע מד א ומשנ"ב שם. ומש"כ 'ממושכת' הוא כפשוטו של 'לא ישתקע בשינה'. ומש"כ 'עמוקה' שאד פשיטא שיש לחוש שפיהו), וכדלהלן: - אסור לשכב לישון על ספסל וכל

שכן על מיטה, אפילו לזמן קצר (כי נחשב כשינת קבע. ואת"ל שנחשב ארעי, מ"מ בד"כ עלולים להשקע בשינה עמוקה או ממושכת, אפילו כשאין כוונתו לה בתחילה. ולפיכך ל"ל מש"כ במשנ"ב דרשו 8 בשם הגר"ח פ שייבגרא).

ב. היישוב על כסא ומצדד את עצמו כדי לישון, וכמו שמוצוי לעשות כן בנסיעה, אסור (יתכן שנחשב קבע, ועוד כי עלול להשתקע בשינה האסורה וכנ"ל).

ג. המתננמם מעצמו כשהוא יושב וראשו נשמש, אפילו כשנתמך על יד אחת - נחשב 'שינת ארעי', שמוותר (כיון שבד"כ א"א לישון שינה עמוקה או ממושכת באופן כזה). אך מי שיודע שעלול להתנמנם, יכסה את התפילין עם הטלית (הוא במקום הנחת סודר המוכר בש"ע, וכמ"ש בצ"א להלן).

ד. לישון בהנחת הראש על הידים כשהם מונחות על השולחן - נראה שאסור לעשות כן, כיון שעלולים להמשך בשינה עמוקה, ומצוי מאוד במי שהיה ער כל הלילה או השכים מוקדם מרגילותו. אכן מי שיודע בבירור שאינו מסוגל לישון היטב או הרבה בצורה כזאת, או במקום שיפיעו לו לישון כהוגן - יכסה את התפילין עם הטלית, וזא יכול לישון (כנלע"ד לפמ"ש בצ"א א"א ל"ל. ביורו הלכה זילבר, או"ח א סימן מד).

ה. ומכל מקום מצוה מן המובחר שלא לישון כלל אפילו באופן המותר (משנ"ב א).

ו. י"א שאף באופן שהתירו לישון - אסור לישון יותר משיעור של הליכה של מאה אמה, שהוא פחות מדקה (משנ"ב ז).

ז. ולכתחילה יש להחמיר כדיעה זו. ומשנ"ב שם.