



# דרך המהשבה

גיליון רנד  
ויצא  
כסליו תשפ"ד

הגליון לדרכי החינוך, העצמת האישיית ועצות נפלאות  
עפ"י תורתו ודרכו של הרה"ק מפיאסעצנא הי"ד זי"ע

## פתיחה:

עומדים אנו בס"ד בפתיחת סדרת מאמרים חדשה, מאמרים שיופיעו בעזרתו ית' מידי שבוע בל"ג, מתוך תפילה מעומק הלב שיזכנו לחדש כנשר נעורינו, להתמיד במשימה הנעלית של פרסום גליון זה, לחזק ולרומם נפש היהודי באורו הזך של מרן קודש הקדשים רבינו הקדוש מפיאסעצנא זי"ע א הי"ד. סגנון המאמרים שיתפרסמו מעתה בתקופה הקרובה יהיו סדרת מאמרים בני כמה פרקים לכל סדרה בו נידון לעומק ולרוחב בסוגיות עמוקות בעבודת הנפש היהודי הקדושה, לחדור לעומק הנפש וללבן את התהליכים שעוברים עליו, לחפש עצות והזרות מעשיות לכל מיני אתגרי חיים העומדים בפני עובדי ה' בכלל ואצל צעירי הצאן בכלל.

הדחיפה העיקרית שהעירה את רוחי לחדש את הכתיבה ולפרסם את המאמרים היתה בחודשים האחרונים, עת זיכני הבורא ית"ש ללוות מספר תהליכים אישיים - בחשאי ובסודיות מוחלטת כמובן - של מספר צורבים מופלאים עובדי ה' נעלים, שכאבו כאבים מכאבים שונים בדרך עלייתם המופלאה, חוו קשיים שהעיקו עליהם עד מאוד, באופן של אבלם בליבם, ובס"ד שלא לפי ערכי ולא לפי מעשיי זכיתי לאחוז בידם לשלוף אותם מן הביצה הנפשית שכמעט ולא טבעו בה רח"ל ולהעלותם על 'דרך המלך' הדרך המאירה והנכונה לפי ערכם ותכונת נפשם, כשהבסיס העיקרי להדרכה ולהכוונה היו מתוך תורתו המופלאות של רביה"ק מפיאסעצנא הי"ד זי"ע א, רופא הנפשות היהודי של הדורות האחרונים.

מכיון שכך, הרגשת הנפש היתה - הנה האש והעצים, הנה השה לעולה, הכל מוכן ומזומן, יש עצה ויש תבונה בספרים הקדושים, יש צאן קדשים שנצרך לעצות אלו, אבל איה היד שתחזיק באותו איל שנאחז בסבך האתגרים העומדים בפניו ואינו מוצא את המוצא מן הסבך והמבוכה שהוא נתון בה, ופשוט תאיר בפניו את הדרך ותוביל אותו אל המקום אשר אמר לו האלוקים.

תפילה אשא אל פני בוראי שהעניק בידי את הזכות הזאת, שאזכה להיות שליח נאמן להעלות את הנושאים החשובים על גבי הכתב בדרך נעימה ומושכת הלב, שהמסרים העמוקים ומשני החיים יצליחו לחדור אל ליבות הצורבים והבוגרים גם יחד, ובראשם אל ליבי השואף לקיים ולו חלק קטן מתוך העניינים שדורשים ומדברים לאחרים, ולעשות נחת רוח לבורא יתברך שמו תמיד בכל עת ובכל מצב מתוך הרחבת הדעת ונחת דקדושה לאורך ימים ושנים טובות אכי"ר.

## חרדה גדולה עד מאוד תובנות והתבוננות בנושא ה'חרדה'

### פרק א'

ידידות עמוקה נקשרה בין שני בחורי החמד בהשגחה פרטית נפלאה. לכאורה אין קשר ביניהם, כל אחד מהם תופס ישיבה בישיבה אחרת בעירו, גם יש הבדל בסגנון החיים של כל אחד מהם, האחד נתפס כ'סגור' יותר, מקפיד על לבוש המבטא את סגנון החיים העתיק והישן, והאחד מוגדר כ'ראש פתוח', אמנם מושגיו רחבים מאוד בענייני דעלמא אבל ראשו שקוע בעיקר בעניינים שברוח. הוא שוקד על תלמודו בישיבה בהצטיינות ובעקשנות, משיג השיגים גבוהים ובד בבד הוא שואף שאיפות גבוהות להרחיב אופקים ולהכיר את הדרכים שעומדים בפני עובדי ה' לעלות בהר ה' ולקום במקום קדש.

בהשגחה פרטית מיוחדת נזדמנו לפונדק אחד, בעת ששניהם נאלצו לבקר במרפאה מסויימת, שניהם ישבו על ספסל חדר ההמתנה והמתינו לתורם. ישבו שניהם וכל אחד היה עסוק בענייניו. 'גד וייסמן' (להלן: 'גודל' - מלשון גדילה ושאיפה לגדולות - וייסמן - איש בעל ידיעות ומושגים רחבים) יושב ועלון מזדמן בידו, הוא קורא בו ומידי פעם מביט במה שסביבותיו, והוא רואה את 'הלל גרוס' (להלן: 'הלל' - מלשון ענוותן ושפל רוח - 'גרוס' - גדלות הדעת ועומק המחשבה משתלבים בדרך נפלאה בענווה והשפלות רוח שבו) יושב וספר 'דרך המלך' בידו.

בחור עם אופקים וידיעות רחבות הוא 'גודל' אבל את הספר הזה הוא מעולם לא ראה ולא קרא, וסקרנותו התעוררה בו להכיר גם את הספר הזה, ובפרט כשראה את 'הלל' שקוע כולו בעיון בספר, ובד בבד נהרה שפוכה על פניו בהנאה גלויה והתרוממות הנפש - אמר בליבו הנה לי הזדמנות להכיר עוד ספר ועוד בחור יחד עימו - שני ציפורים במכה זה אמור להיות ממש נחמד.

הוא לא היסס, לא חשב פעמים, וברגע שהוא שם לב שהלל לקח הפוגה קלה מהעיון בספר פנה אליו, שאל לשמו ולשלומו, וכמובן לספר שהוא החזיק בידו.

הלל שש להציג בפני גודל את הספר הנפלא שהחזיק בידו, הוא נתן לו סקירה תמציתית על המחבר והספר, אף ששמע ואפילו למד בעבר את 'חובת התלמידים', בכל זאת הוא קיבל מושגים ותובנות מעניינות מהלל שהתגלה כמסביר ומספר נפלא למרות חזותו הסגפנית משהו בדמות המכונסת בתוך עצמה שהוא שידר בעצם הופעתו.

\*

דפים לבנים עם הכיתוב בכתב יד 'מרחב מוגן' עם ציור של חץ המפנה ימינה היו תלויים בכל רחבי המרפאה.

הימים ימי מלחמה קשה בדרום הארץ, אזעקות נשמעות מידי פעם במקומות שונים בארצנו הקדושה. הפחד שולט בין בני הישוב תושבי הארץ הקדושה, משתדלים שלא לצאת לאף מקום שהוא לא דחוף ממש, אלא אם כן ישנו במקום היעד 'מרחב מוגן' שיהווה שמירה מפני הסכנה.

הלל וגודל יושבים וממתנים לתורם, הלל מרתק את גודל בסיפורים ומאמרים על הרה"ק מפיאסעצנא הי"ד, מנעים לו את ההמתנה הארוכה ומרחיב את אופקיו באור, דרכים ועצות נפלאות בכל תחומי עבודת ה', הדברים היו מאירים ושמחים עד, עד שזה הגיע - - -

צפירת האזעקה החרידה את חדר ההמתנה, קול הצפירה העולה ויורד, מחריש אוזניים. שני הבחורים הלל וגודל נדרכו אף הם ממקומם, מנסים לחשוב בדיוק מה הם אמורים לעשות כרגע, דלת הרופא נפתחה, הפציינט יחד עם הרופא הנכבד יצאו במהירות מן החדר, קוראים גם להלל וגודל שיצטרפו יחד אתם, הם מיהרו לחדר הממ"ד הסמוך, שלא היה אלא משרד נוסף שהיה במתחם, שם הצטופפו יחד כעשרה אנשים, הם המתינו מספר דקות תוך שהם ממלמלים פרקי תהילים, ויצאו חזרה לשגרת חייהם, כשגם הלל וגודל שבים למקומם בחדר ההמתנה.

הלל מביט בפניו של גודל ורואה שמשוה במבטו אינו כמקודם, בתחילה

חשב שהוא מדמיין, אבל כשניסה להמשיך את הנקודה בה הם אחזו לפני האזעקה והבחין שהקשב של גודל אינו במיטבו אז הבין שמשוהו לא כשורה, משהו לא טוב עובד על גודל כעת.  
אתה בסדר? - שאל הלל בלחץ,  
יהיה בסדר - השיב גודל.  
מה שיהיה לא כל כך חשוב כרגע, מה קורה אתך עכשיו?  
עכשיו לא כל כך - ענה גודל בשקט.

מה, האזעקה?

נכון.

'התקף חרדה'?

כן.

כוס מים?

יכול להועיל.

חיש רץ הלל לפינת החדר, מילא כוס מים מה'קולר' והגיש לגודל שלגם מלא לוגמיו ואט אט שב הצבע ללחייו והרוגע גם הוא שלט בו בכתחילה. הוא עבר את זה שוב.

\*

אתה מוכן להמתין לי עד שאסיים את התור שלי אצל הרופא - שאל גודל את הלל שיצא מן הרופא לאחר מספר דקות - אני רוצה להמשיך לשוחח אתך באיזה נושא מסוים בדרך חזרה לשיבה.

בשמחה - השיב הלל והתיישב בחזרה על הכיסא בחדר ההמתנה, ממתין בסבלנות ליציאתו של גודל

\*

'מעניין ששמת לב לחרדה שתקפה אותי בעת האזעקה, אני רוצה ברשותך לשוחח אתך בעניין' - שיתף גודל את הלל במועקה שעל ליבו תוך כדי הליכה מהירה ברחובות ירושלים לכיוון הישיבות שלהם.

כבר מאז שמחת תורה האחרון, בכל פעם שנשמעת האזעקה אני מרגיש שמשוהו קורה לי, משהו שגורם לי להשתק לגמרי, אני מרגיש כאילו אני הולך להתעלף, הנשימה שלי נעשית כבידה ומהירה, ולוקח לי ממש הרבה זמן לחזור לעצמי.

הבעיה היא, שאני חושב שזהו, פעם אחרת שתהיה אזעקה זה לא יקרה לי, אבל זה לא ממש עובר, זה חוזר אלי שוב ושוב, ובפרט כשאני נמצא במקום שאינו מוכר לי ומי מדבר על כך כשאני נוסע באוטובוס מעיר לעיר ובאמצע הנסיעה נשמעת אזעקה אני פשוט מאבד עשתונות. אני מחוויר כסיד וכל התופעות של החרדה מציפות אותי קשות. אני ממש נבוך ולא יודע מה עלי לעשות.

אני מתבייש לדבר על זה עם אנשים אחרים כי אני מתבייש שילעגו לי ושאיני טיפוש וילד קטן שמפחד מכאלו דברים, ולכן אני 'משחק' כאילו הכל טוב וזורם אבל כל היום אני עסוק בזה, מפחד שמא זה יקרה לי שוב באמצע הדרך וכד' כפי שזה באמת קרה לי עכשיו בחדר ההמתנה אצל הרופא.

אני מרגיש שמצאתי בך חבר נאמן שיבין לליבי ולא ילעג לי, גם אם לא תצליח לרפא אותי, לפחות הקשבת לי וזה כבר מיקל עלי מהמועקה הקשה.

שני החברים החדשים נעצרו בשפת המדרכה כשאור אדום עצר אותם מלכת, הזדמנות שהיתה להם להביט זה בפני זה, 'גודל' והפנים הנבוכות שלו, בניגוד גמור לארשת הפנים המחויכות והשמחות תדיר בין אנשים, והלל בפניו הרציניות כתמיד מבט עיניו ממוקדות וחודרות במבט של הקשבה והתבוננות מקסימלית מנסה להכיל את הסיפור הכואב שהוא התוודע אליו מחברו החדש שלא חלפו יותר משעה ומחצה מאז נפגשו לראשונה.

שקט שרר ביניהם. גודל סיים את סיפורו ושהה עם מחשבותיו ורגשותיו הגואים, והלל במחשבה עמוקה טרם יחשוב בכלל כיצד להגיב, מנסה במחשבתו להיות בטוח שאכן הבין את מה שעובר על גודל, ולאחר שהרגיש שאכן הבין אותו היטב, הוא שיקף באזני גודל את תמצית הדברים שהוא הבין ממנו והמתין לאישורו של גודל שאכן הוא הובן בצורה מיטבית ואז הוא הגיב בקול מתון ורגוע.

אני כואב לשמוע את מה שעובר עליך בימים אלו אני בטוח שדעתך נטרפת עליך בכאב ותסכול גם יחד, אני לא יודע כיצד אני יכול להועיל לך כרגע אבל אם תסכים אני מבטיח לך לדבר עם ראש החבורה שלי, אני מקווה שהוא ינחה אותי כיצד לסייע לך ואולי אף יסכים להפגש איתו אישית לשיחה בעניין ובטוחני שה' ינחני בדרך אמת.

'צוותיך בסימא' - הדרך שלנו יחדיו היתה ממש נעימה - נפרד הלל מגודל כשהגיע לשערי הישיבה בה הוא ספן כל הימים. הם קבעו כי יפגשו בעוד שלשה ימים

בחורשה הסמוכה לאזור הישיבות שלהם להמשיך ליבון הענין.

\*

פניו של גודל הוארו, הוא קיבל את הסיוע הראשון והחשוב כבר כעת. יש מי שמקשיב לו וכואב יחד אתו את כאבו והוא אף ינסה לעזור לו ממש, ליבו התרגש ברגשי הודאה להשי"ת שזיכה אותו לכזו עזרה והוא המתין בקוצר רוח למפגש שיתקיים בעוד שלשה ימים.

\*

בכל דבר שאנחנו רוצים לברר בחיינו מקור הדברים נמצא כבר בתורתנו הקדושה - פותח הלל את דבריו כעבור שלשה ימים בחורשה הסמוכה לשיבה, על ספסל ירוק שעלי שלכת ממלאים את סביבותיו. הם יושבים בחורשה זו שהיא בסמיכות לבנין הישיבה שיהיה להם די זמן להיכנס אל המרחב המוגן שנמצא בתוכו במקרה של אזעקה.

האם זוכר אתה היכן מוזכר בתורה ענין החרדה, ונלמד משם את הענין, אולי נעלה ארוכה ומרפא למכאובינו אשר אנחנו כואבים - דיבר הלל בלשון רבים בתחושת שיתוף בכאבו של ידידו המנסה לצאת מן הסבך שהוא נתון בו.

'ויחרד יצחק חרדה גדולה עד מאוד' (בראשית כו ג) - נזכר גודל על אתר.

נכון. ואולי אתה זוכר גם בנביאים מקרה של חרדה - המושך הלל ב'בוהן פתע'...

בנביא עצמו אני לא זוכר כי אני לא לומד נביאים על הסדר, אבל אני זוכר מהגמרא בתחילת מסכת מגילה (ג). שמביאה את הפסוק בדניאל (י ז), שבזמן שדניאל ראה את המראה שהראו לו מן השמים, האנשים שהיו עמו חרדה נפלה עליהם, והגמ' דורשת את הדרש של 'אף על גב דאיהו לא חזי מזליה חזי'.

וואאו!!! - התפעל הלל מידענותו המופלגת של גודל. נכון מאוד לגמרא זו התכוונתי.

ואם כן, אם נלמד יחד את שני המקורות הללו, את חרדתו של יצחק ואת חרדתם של האנשים שהיו עם דניאל, ואולי יותר מכך, נעיין גם באי חרדתו של דניאל, שהוא לכאורה היה צריך להיות יותר חרד מהם כי הוא הרי ראה את המראה המחריד ואיך הוא לא נכנס לחרדה אולי נבין את המקום של החרדה בנפשו של האדם ואולי יחוס אולי ירחם נוכל ללמוד מכך לענין החרדה בכלל ולמקרה האישי שלך.

נו, אדרבה כנראה הגעת מוכן בתובנה ברורה בענין הבה נשמע - מציץ או יותר נכון מבקש גודל בעינים בורקות.

אני כמובן לא מדבר מתובנות של עצמי אלא מה שלמדתי וליבנתי יחד עם מורי ורבי מתוך הספר הקדוש 'דרך המלך' להרה"ק מפיאסעצנא זיע"א הי"ד, ודוקא בפרשתינו פרשת ויצא (תרצ"א).

הוא ז"ל מביא את שני המקורות שהזכרתי, והוא מבאר בקדשו: **חרדה נופלת על אדם לפעמים, כשאינו יודע ממי בדיוק הוא מפחד.** כלומר כשהוא מדמיין את הבלתי נודע ואת הדבר שאינו ברור לו מה הוא צופן בקרבו, הוא חושש ממשוהו שהוא עצמו אינו מצליח להסביר בדיוק מהו הדבר הזה שהוא מפחד ממנו כל כך זה מה שגורם לו את חוסר הביטחון במצבו העכשיו והחרדה משתלטת עליו.

יצחק אבינו היה בדיוק במצב הזה - צריך כמובן לסייג ולהדגיש, שכל העיסוק באבות הקדושים הוא אינו ניסיון להבין אותם, הס מלהזכיר, אלא במה שהדברים שייכים לעבודת ה' שלנו - יצחק אבינו לא הבין מה קורה כאן, מצד אחד הוא בירך את עשיו, כפי שיעקב הצליח לשכנע אותו שהוא עשיו, ומצד שני מגיע עשיו בטענה שהוא לא קיבל ברכה, ואז זה קרה - 'ויחרד יצחק חרדה גדולה עד מאוד ויאמר מי אפוא', 'מי אפוא' - זה המצב הגורם לפחד וחרדה גדולה עד מאוד כלשון הפסוק.

גם בדניאל, דוקא אלו שלא חזו ורק מזליהו חזו רק הם חרדה נפלה עליהם כי הרגישו התעוררות של פחד אבל לא ידעו ממה הם יראים, זה מגביר ומעורר חרדה גדולה עד שברחו. אמנם דניאל, אף שנפלה עליו יראה גדולה, שנפל על פניו ככתוב בפסוקים שם, הוא לא הגיע לחרדה גדולה בלתי נשלטת, כי הוא ראה את המראה אז הוא הבין מהי היראה שנפלה עליו, וכשיש יראה כזו גם כשהיא גדולה מאוד - לא מגיע אליו חרדה - סיים הלל את הסברו הנפלא והשתתק להפנמת הדברים על לבו ונפשו של גודל שבלע כל מילה בשקיקה ובמצח מקומץ בריכוז מוחלט.

- אתה רוצה לומר לי שאני לא יודע ממה אני מפחד הרי אני יודע בדיוק שאני מפחד מהטילים שעפים מכיוון עזה - מקשה גודל בחשש ותמיהה מעורבים יחדיו.

וכמו להמחיש בדיוק ממה הוא מפחד - ניסרה את השקט בבת אחת אזעקה מפחידה באמת, מה שגרם להם לנוס על נפשם מן החורשה אל עבר בנין הישיבה...

ואנו נמתין בעבורם שיירגעו מעט, ואז נמשיך לצעוד אתם יחד בהמשך המסלול לעבר ההצלה וההצלחה בס"ד.

להתייעלות ולשיחה אישית על פי הדרכותיו של הרה"ק מפיאסעצנא זיע"א ניתן לפנות לפי הפרטים המזוינים למטה

העלון יו"ל ע"י הר"ר דוד משה הרשקוביץ 052-7621345

הצטרפות לרשימת התפוצה ולהערות והארות 0527621345@gmail.com