

יביע אומר

בראשות הגאון רבי יגאל כהן שליט"א

מאמר השבוע

מאת ראש מכון תורת הור"ר יגאל כהן שליט"א



פרשת ויצא

נקודות אור

כדי שאדם קנה יצא מהמצב שהוא נמצא בו, הוא חייב לדעת - שעם עבודה נכונה ובריאה הוא יצא מאותו מצב ויהפך שוב להיות אדם שמח ורגוע.

גלגל של פחד

אחד הדברים המפחידים ביותר העוברים על האדם במצבים של לחץ נפשי - 'אולי אני לא אצא מזה? אולי לעולם אני אשאר במצב קשה?' פחד זה גורם לאדם למעין גלגל של פחד המביא אחריו לחץ נפשי ואחריו פחד נוסף... ואם לא נצליח לעצור את 'גלגל הפחד' - הוא לא יפסק לעולם...

אם יש לאותו יהודי היכולת לעצור ולהתחיל להזכר בכל הפעמים שהוא היה בלחץ נפשי, וברוך ה' הוא הצליח לצאת ממנו בכוחות עצמו, או בעזרת אחרים, ולנסות להזכר באיזו דרך הוא הצליח לצאת מזה, פעלה זו תעזר לו מאוד להפטר מהמועקה שהוא נמצא כעת, כיון שהוא כבר גלה את האור בקצה המנהרה...

ואם הוא אינו מצליח לשקנע את עצמו שהוא יכול כעת לצאת מהמצב שהוא נתון בו, או שזו הפעם הראשונה שהוא מרגיש את הלחץ הגובר אצלו, כדאי מאוד שהוא יגש למטפל מסמך או לחבר טוב שעבר את זה בעבר, והם ינסו להסביר לו שהמצב שעובר עליו הוא זמני ובהחלט נתן לפתרון על ידי טכניקות פשוטות.

אותו אחד שכבר עבר את זה בעבר, הוא במיוחד יוכל לעזור לו מאוד, כשהוא מראה לו שהוא מרגיש היום טוב יותר - למרות שבבעבר הוא חווה לחץ נפשי.

הכר את עצמך

כל אחד מאתנו צריך לדעת אלו דברים הוא אוהב לעשות, אלו דברים גורמים לו לנחת רוח ולשמחה, ולעמיתים... לדעת אלו דברים הוא אינו אוהב לעשות, אלו דברים גורמים לו ללחץ ולעצבות.

דגמא מעולם התורה: יש סגיות רבות בש"ס שהם קשות מאוד להבנה, עד שגם גדולי הראשונים נתקשו להסביר את אותן סגיות. כשאנחנו מתחילים ללמוד סגיות אלו, אנו מרגישים קשיי בהבנה, אנו חשים לחץ נפשי - 'מה קורה לי שאיני מצליח להבין?! אולי אני לא חכם מספיק?' וכך עוברות עלינו כל מיני מחשבות מענותות, ולאט לאט הן גורמות לנו ללחץ פנימי. לעצמתן - יש סגיות של אגדות יפות בש"ס, שבאשר אנחנו לומדים אותם קל לנו להבין, וזה ממלא אותנו בענג רוחני.

אני זוכר בעצמי, שעברו עלי מימי רבים שהרגשתי חסר ספוק והרגשה כללית רעה, וכאשר ניסיתי להבין את פשר הדבר, גלית שנקמים קשים אלה הייתי עוסק בסגיה קשה וטכנית מאד, ובסופו של יום הרגשתי שלא הספקתי מספיק... וכך השתלטה עלי הרגשה של חסר ספוק. אך באמת זו טעות, כי אף שלא היה לי הספק גדול בכמות, מכל מקום באיכות - היה טוב מאד... לעמית זאת בתקופות שלמדתי חמר קל יותר והבנתי אותו, הרגשתי בסופו של יום הרגשתי ספוק והמשך בעמוד האחרון

חסר הערכתו של האדם ליכולותיו המגוננות הוא הגורם העיקרי המביא אותו ללחץ לפני מטלה חשובה שלפניו, וכן בזמנים שהוא צריך להספיק בזמן קצר מטלות רבות - הוא נלחץ. הסבה לחסר הבטחון העצמי, הוא פשוט מאד...

הסבה לכך היא, שבאשר הוא מצליח בדבר שעשה במהלך חייו, הוא תולה את זה בדברים אחרים - במזל, שהדבר היה קל, שההצלחה באה לו בגלל אחרים... לעמית זאת כשהוא נכשל במטרה מסוימת, במבחן חשוב או חלילה בחיי הנשואין שלו, הוא תולה את זה בעצמו - בכשרונותיו הגרועים, במזלו הרע ועוד סבות התלויות בו.

לאט לאט מחשבות אלו גורמות לו להאמין שהוא לא יצליח, כיון שכל ההצלחות שהיו לו בחייו באו ממשהו חיצוני - לא בגללו, ואלו הפשלונות אפילו של אחרים - באו באשמתו הישירה.

וכיום יש הרבה כאלו - - -

כל אחד מאתנו צריך לבדק בעצמו, האם הוא מאותם אלו שמאשימים את עצמם בכל טעות או מקרה לא טוב שקורה להם בחייהם, ותולים את הכשלון ביכולתם החלשה או בחסר מזל. וכך לגבי ההצלחות שלהם, אם הזוגיות שלהם טובה ואוהבת, הם חושבים לעצמם - 'ההצלחה באה בודאי מהצד השני המשקיע בזוגיות, או מסבות אחרות'. וכך הם חושבים על ההצלחה הפלגלית שלהם, הם תולים אותה במזל ובסבות אחרות שאינן תלויות בהם.

אם גלית שכך פני הדברים אצלך - הגעת כבר לפתרון חצי מהבעיה של הלחץ המתמיד, מפני שקצת אתה יודע אלו דברים אתה צריך לשנות במחשבה שלך...

אחים יקרים!

בכל עת שתזכרו באחד מהדברים הטובים שעשיתם במהלך חייכם, תנסו לראות את התכונות הטובות שהיו אצלכם ה' יתברך, התכונות הטובות שהביאו אתכם לאותה הצלחה...

אם הצלחתם במבחן חשוב - נראה שה' חנן אתכם ביכולת ללמוד חומר רב ואף לזכור אותו. ואם הזוגיות שלכם טובה - נראה שה' חנן אתכם יתברך ביכולת נתינה לצד השני, ביכולת להביע אהבה לצד השני. וכך בדרכך זו תנסו לעבור על כל נקודות האור שלכם בחיים, ותגלו שיש לכם יכולות רבות ומדהימות שיצאו לפעל, רק אם תדעו שהן נמצאות בתוכם.

אדם המרגיש שהוא עצוב - ללא אנרגיה, והרגשה זו מלווה אותו כבר תקופה ארוכה, וכן אדם שהוא מרגיש חרדות לא מספרות מהתמיד, וזה גורם לו לחלשות או כאבים בגוף, נראה שאינו מכיר את עצמו...

אדם קנה צריך להעלות על הקרב דברים מאותן שנים שהוא היה שמח בחלקו, בכל מה שהצליח לעשות דברים טובים ומועילים, עד שהוא יגיע להבנה פשוטה - שיש בו פעת היכולת להפוך להיות אדם שמח ונטול דאגה, ממש כמו שהוא היה בשנים עברו...

מאמר השבוע



הנהגות מן



שאלות ותשובות



מעבר לסגולה



לאשת החיל



פנינים מהפרשה



סיפור לשבת



שותפים בהפעלת מסעדת החסד

וזוכים לדולר שנתברך על ידי מן שר התורה רבי חיים קנייבסקי שליט"א.



בהוראת קבע של ש"ח למשך שנתיים תזכו להיות שותפים בהאכלת נוסקים ותקבלו דולר של ברכה

לתרומות חייגו: 03-8000770

זמני כניסה ויציאת השבת

הזמנים לפי לוח "אור החיים"

יום	א	ב	ג	ד
כניסה:	16:21	16:17	16:17	16:21
יציאה:	17:12	17:08	17:08	17:12
ד"ת:	17:44	17:40	17:40	17:44

בירושלים: לנוהגים 40 דקות 16:01



הנהגות מרן

רבנו הרב עובדיה יוסף זצוק"ל

אני קונה את הזמן בכסף

באחד הימים שביקר מרן רבינו זצוק"ל בבית אחד מחתניו הי"ו, ראה את חתנו לוקח מברג והחל מנסה לתקן את ציר הדלת שהתקלקל. אמר לו רבינו בפליאה: "לא חבל, לא חבל לך על הזמן, תביא בעל מלאכה שיתקן לך, שב ותלמד".

"נאה דורש נאה מקיים". נודע שתמיד כשמרן רבינו זצוק"ל היה נצרך בביתו לתיקונים כלשהם, אפילו קלים, היה מורה לרבנית ע"ה שתביא בעל מלאכה ולשלם לו במיטב, וכך נהג אף בזמנו בימים הקשים, בהם הפרוטה לא היתה מצויה כ"כ בכיסו.

כששאלוהו, מדוע מביא בעל מלאכה לתיקון קל כזה, חבל על הכסף? ענה רבינו ואמר: "אני קונה את הזמן היקר בכסף", התמדה עד היכן?

בצעירותו של מרן רבינו זצוק"ל, בלומדו בשיבת "פורת יוסף" שבעיר העתיקה, קרה המקרה והתקרה למעלה מעל למקומו הקבוע בהיכל הישיבה, נסדקה. היה זה בימי החורף, והגשם נטף על ראשו ורובו. מכיון שהיה זה מקומו הקבוע, העדיף מאוד להשאר במקומו, ובכדי שלא ייטפו עליו מימי הגשמים, לקח רבינו מזון, הניחו מעל לראשו והמשיך ללמוד בהתמדה, כך שכל מי הגשמים דלפו על המזון. לאחר שהמזון כולו עלה ונסתפף במים, וכבר גבר הקושי של רבינו לשאת את כובדו של המזון, החליף במזון אחר וכך המשיך ללמוד ולהתמיד ללא הרף.

(מתוך ספר מלך ביופיו, ניתן להשיג במספר 053-315-7539)



שאלות ותשובות

מאת סורנו הר"ג יואל כהן שליט"א

שאלה: האם מותר לרחוץ כלים במים חמים בשבת שהוחמו ע"י הבוילר בערב שבת?

תשובה: אם עדיין יש בודד מים חמים בחום של 45 מעלות יש להימנע מלפתוח את המים החמים אפילו שפותחים מקצת אבל אם כבר נגמרו כל המים הרתוחים שבדוד, מותר לשטוף כלים אע"פ שיש מים פושרים (וכל אחד צריך לדעת בביתו כמה זמן דלק הדוד וכמה השתמשו ולשער אם נשאר מים בחום של 45 מעלות).

שאלה: אני זורע תפוחי אדמה ועגבניות בגינה, ורציתי לדעת כמה צריך להרחיק אחד מהשני כדי שלא יהיה כלאיים?

תשובה: יש בכלאיים הרבה פרטי דינים מכל מקום מי שזורע בגינתו כמה מיני זרעים ירחיק בין מין למין לפחות טפח וחצי (14 ס"מ) וכן ידאג שהעלים של כל סוג לא יתחברו ויראו מעורבים אחד בשני, וזרעים שמתפשטים כגון דלעת וכדומה צריך להרחיקם הרבה יותר כדי שיגדלו העלים לא התערבבו אחד בשני (עייני מרן יור"ד ס' רצ"ז? סעיף מ).

שאלה: קניתי מטריה חדשה ויקרה ואני מאוד שמח בה האם אני צריך לברך עליה שהחינו?

תשובה: מנהגנו שאין מברכים על כלים חדשים שהחינו רק על בגדים ופירות חדשים (חזו"ע ברכות).

שאלה: בחורף אני לפעמים אוכל דייסה שעשויה מקוקר, רציתי לדעת מה אני צריך לברך ברכה ראשונה ואחרונה?

תשובה: כל דייסה שעשויה מחמשת מיני דגן אם היא סמיכה שאוכל אותה עם כפית (שזה רוב הדייסות) מברך עליה תחילה בורא מיני מזונות ולבסוף אם אכל כזית בשבע דקות מברך על המחיה, אבל אם הדייסה דלילה כמו מים, ברכתו תחילה שהכל ולבסוף אם שותה רביעית בבת אחת מברך נפשות, (ויש להוסיף שאם הקוואקר נשאר בשלמותו ברכתו אדמה).



מעבר לסגולה

מאת הרב אלהו עמר שליט"א

עשו נופל ביד בני רחל לידת יוסף הצדיק

בפרשתנו מוזכרות עשרים שנות העבודה של יעקב בבית לבן, כאשר ארבע עשרה שנה עבד על מנת לשאת את בנותיו ועוד שש שנים בצאנו של לבן. התורה מציינת שיעקב אבינו מקבל את החלטתו שהגיע הזמן לשוב לבית הוריו רק לאחר לידתו של יוסף, כמו שכתוב (בראשית ל, כה) "ויהי כאשר ילדה רחל את יוסף, ויאמר יעקב אל לבן, שלחני ואלכה אל מקומי ולא רציתי". שואלת הגמרא (בבא בתרא כקכ ע"ב) מדוע דווקא כשנולד יוסף החליט יעקב לשוב לארצו? ומשיבה הגמרא, שיעקב אבינו ברח לבית לבן מפני כעסו של עשו, כעת שנולד יוסף לא חשש יעקב מעשו, ומדוע? אומר רבי שמואל בר נחמני, יעקב אבינו ידע שאין זרעו של עשו נמסר אלא ביד זרעו של יוסף, שנאמר (עובדיה א, יח) "והיה בית יעקב אש ובית יוסף להבה ובית עשו לקש" עד כאן דברי הגמרא, שואל הזרע שמשוין (ויצא אות יז) מה מיוחד בבני רחל וביוסף הצדיק, שרק הם יכולים להתמודד מול עשו.

גדולה לגדול וקטנה לקטן

מבאר הזרע שמשוין שרחל אמנו הייתה מיעדת מראש ליעקב אבינו, וכך היו אומרים העולם: 'קטנה' שהיא רחל, 'לקטן' ליעקב שהוא הקטן. 'וגדולה לגדול' היינו לאה הגדולה, ראויה היא לעשו שהוא הגדול. נמצא שרחל מעולם לא הייתה שייכת לעשו, ולכן רק בכח בניה של רחל להתמודד מולו.

הניצחון בידי בני רחל

על פי זה ניתן לבאר מדוע כאשר הגיע עמלק מורעו של עשו להילחם עם ישראל במדבר, ביקש משה רבינו מיהושע בן נון ללכת

זכות האבות של החיילים תסייע להם לנצח במלחמה. נמצינו למדים מדוד המלך, שעל היוצאים למלחמה להיות בעלי ייחוס ראוי, שאם לא כן הרי הם בסכנה להפסיד במלחמה.

נישואי יעקב ברחל היו בהיתר

ועל פי יסוד זה מבאר הזרע שמשוין, שבני עשו נופלים דווקא בידיה של בני רחל, משום שעל ידי זה מגלה הקב"ה לכל העולם שנישואיו של יעקב ברחל היו בהיתר, כיצד? שהרי אם חלילה היה ליעקב אבינו עוון בנשיאת שתי האחיות, אזי גם כשהיה יוצא למלחמה ומנצח את עשו, היו אומרים שנישואיו של יעקב אינו משום שאין בידו עוון, אלא אף על פי שהיה בידו עוון בכל זאת ניצח משום שעשה תשובה, ומכל מקום היה עוון בידו על נישואין אלו.

וכך גם היו אומרים אם היו בני לאה יוצאים למלחמה ומנצחים את עשו, שסיבת הניצחון היא משום שיעקב לא עבר שום איסור בנישואין עם לאה, ולכן בכח בניה לנצח את עשו. אך כאשר בני רחל מנצחים את עשו, כאן מתגלה הדבר שיעקב לא עשה איסור בכך שנשא גם את רחל לאחר שנשא את לאה, ולא עבר על איסור שתי אחיות. ומשום כך בניה של רחל כשרים ומיוחסים הם, ולכן בכחם לנצח את עשו. כך שבעצם ניצחונם של בני רחל על עשו התברר דבר נוסף, שנישואי יעקב בלאה וברחל לא היו באיסור, וזו הסיבה שעשו נופל דווקא בידי בני רחל, שרק אצלם מתברר דבר, בירור זה שלא עשה יעקב איסור בכך שנשא שתי אחיות נועד לפרסם את צדקותו של יעקב בעולם על ידי ניצחונם של בני רחל על זרעו של עשו, אך יעקב אבינו עצמו היה יודע מתחילה שעשה כראוי שהרי נשאת את רחל אמנו על פי ציווי ה' כמבואר בגמרא (בבא בתרא כקכ ע"א).

חדש!!! הושלמה הסידרה 'מעבר לסגולה'

יצא לאור חלק ב'

הכמות מוגבלת - כל הקודם זוכה

ניתן להשיג בחנויות המובחרות

או בהידברות' 073-222-1250

להילחם בעמלק, מדוע משה רבינו עצמו לא נלחם בעמלק? אלא הביאור, שמשה רבינו היה משבט לוי מבני לאה, ואילו יהושע בן נון היה משבט אפרים מבני יוסף בנה של רחל, וידע משה רבינו שרק בכחם של בני רחל לנצח את זרעו של עשו, ולכן נעמד הוא בתפילה בעוד שיהושע נלחם בעמלק.

נישואי שתי אחיות

מבאר הזרע שמשוין שיעקב אבינו זיהה כח מיוחד כבר מעת לידתו של יוסף, שדרכו ניתן להתמודד מול עשו. והסיבה לכך תבואר בהקדים עניין אחר, והוא שעד לידתו של יוסף היה מקונו החשש בליבו של יעקב, שמא עבר על חטא שנשא שתי אחיות. שהרי לאחר מתן תורה הקב"ה עתיד לאסור לשאת שתי אחיות, ומכיוון שהאבות קיימו את כל התורה גם קודם מתן תורה, חשש שיעקב שייחשב לו הדבר כחטא, וממילא יהיה לעשו את היכולת הרוחנית לגבור עליו ודווקא בגלל עבירה זו חשש יעקב שיתגבר כחו של עשו.

חייליו של דוד המלך

מבארת הגמרא (קידושין עו ע"ב) שעניין הייחוס בעם ישראל הוא ראשון במעלה המראה על קדושת עם ישראל, ולכן יש לבדוק את ייחוסו של האדם במידה ומוצעים לו תפקידים מסוימים, או אם רוצים לבוא עמו בקשרי שידוכין וכדומה. אך ישנם תפקידים שאם אדם מכהן בהם אין צורך לבדוק את ייחוסו, מאחר שכבר בדקו את ייחוסו בטרם התקבל לאותו תפקיד, ועצם זה שהוא נושא תפקיד זה, מראה על ייחוסו הראוי. אחד מן התפקידים הנחשבים שאין צורך לבדוק את ייחוסו של אותו אדם אם כיהן בהם, אלו הם 'חיילותיו של דוד המלך'. דוד המלך הקפיד מאוד שחייליו לא יהיו רק לוחמים מיומנים ויראי ה', אלא שיהיה להם גם ייחוס ראוי.

ומדוע ראה דוד המלך בדבר זה תנאי כניסה לצבאו? מבאר רב יהודה בשמו של רב, משום שאדם שיש לו ייחוס, יש לו זכות אבות, וממילא



להיות מישהי אחרת

לכל אחת מאיתנו עברה המחשבה בראש: "איך בא לי להיות..." - כמו האישה ההיא, אמא כמו זאת, סבלנית כמוה, טובת לב כמו ההיא... וכו'.

באחרות אנו רואות רק טוב, אבל בנו? שוכחות הכול. פעמים רבות אנו נתקלות באימהות או נשים שמתנהגות בצורה מסוימת עם הילדים או בכלל, ותופסת אותנו... איך היא נקראת... קנאה? אולי נקרא לה קנאת סופרים? לא חשוב כרגע. עצם ההרגשה היא לא תמיד נעימה.

"אני רוצה להיות כמוה! בא לי להיות סבלנית יותר עם הילדים, בא לי גם להתעלם מהבלגן בבית, אני לא מסוגלת לחייך כל כך הרבה זמן ביום כמוה, איזה חברותית היא... כשרונית משהו. היא גם כל הזמן מחבקת ומנשקת את ילדיה, ולמה לי זה קשה?"

זה יכול להיות כמובן בכל תחום אפשרי, תמיד נמצא את זאת שלוחצת לנו בדיוק על הכפתור הרגיש, שיש בה בדיוק את מה שלנו חסר.. מה נעשה עם הרגשות הללו??

ראשית, נבחן האם זה מקדם אותי. האם כשאני מסתכלת עליה אני לומדת מההתנהגות החיובית שלה וזה משפיע עליי לטובה? במידה וכן, אדרבה, תתחברי אליה, תלמדי ממנה.. טוב מאוד ללמוד ולהשתפר במה שליבך חפץ (או לב סביבתך חפץ), אבל - במקרה הנפוץ יותר, רגשות אלו יכולות להוביל אותך למרמור, דיכוי עצמי, חשיבה כזו של "אני לא שווה", "אני בחיים לא אצליח להיות כזו", "איזו אמא רעה אני לעומתה"...

ועוד... פה צריך לעשות טסופ, עצירה. זה לא מוביל למקום טוב, אנחנו חייבות להתרכז קודם כל מה כן טוב בנו, מה אנחנו כן עושות טוב.. ולשמוח בזה. להגדיל את הדברים החיוביים שבהן, ולא רק את הדברים הטובים בשכנה. בכל אחת יש המון המון חיובי, צריך לחפש ולמצוא. לדבר על זה, לחשוב על זה, לכתוב את זה ולהאמין בזה... "אני אישה טובה, אני אמא טובה.. הקב"ה נתן לי המון מתנות שאני משתדלת לנצל אותם לדברים טובים"...

אסור לזלזל בעצמנו לעומת אחרות שנראות פתאום מושלמות. גם אם יש אנשים מסיבך שגורמים לך להאמין בפחות טוב שבהן, אל תאמיני להם, תמיד תתחזקי בחיובי שיש בך. זה מה שהקב"ה רוצה. מי שברא אותך מסתכל על הטוב שבהן. ומוטל עלינו גם.

כל אחת תתרכז קודם כל במה שטוב בה ותקבל את עצמה, תכיל את הדברים הטובים וגם את החסרונות שבה. תדעי, שכל מה שיש בך זה בדיוק מה שהשם טבע בך, כלום לא בטעות. גם החסרונות והמחדלים שלך הם מכוונים מאת בורא עולם, והם הדבר הטוב ביותר עבור ילדיי ומשפחתך.. לכל אחד יש את המסלול שלו ואם ילדיי צריכים לגדול עם אמא שיש לה חסרון בדבר כזה או אחר, גם זה מאת השם. הוא לא מתבלבל. הוא יודע איך הוא ברא אותך, ואילו טבעים טבע בך.

כמובן שתמיד טוב להשתפר ולהשתנות בדברים הדרושים שיפור, אך רק מתוך מקום שלם וטוב ושמה עם עצמי.. ברגע שאת תהי שמחה ותקבלי את עצמך, יהיה לך הרבה יותר קל לקבל דברים חדשים וללמוד מאחרות מתוך מקום שלם וטוב, ולא מתוך מקום של רגשות נחיתות או הלכאה עצמית. ועוד משהו חשוב - תהי בטוחה שיש משהו שיש בך, שההיא המושלמת הייתה רוצה להיות בדיוק כמוך בו... לא יעזור, כל אחת רואה את הדשא של השכן ירוק יותר. ככה זה.

אני יכולה לקנא בה שהיא רחמנית ואוהבת ומעניקה כל כך הרבה חום ואהבה בצורה טבעית, והיא יכולה לקנא בי שאני רגועה ושלושה... כל אחת עם המתנות שהקב"ה חנן אותה. כלום לא שלנו. ובהתאים למתנות הללו הקב"ה מוריד נשמות לאותה משפחה שזה מה שמתאים להם לחוות, בעל שבדיוק ישלים את החסרונות, וילדים שילמדו להתמודד גם עם החסרונות. אז נשתפר, כמובן, אבל בשמחה ובשלום עם עצמי קודם כל. כי את טובה הרבה יותר ממה שאת חושבת!

לרכישת הספר "תוכו רצוף אהבה" מאת מחברת הטור: 0583266571

חלומות ושאיפות

בפרשתנו, מתארת התורה את חלומי של יעקב אבינו ע"ה. חלום נוסף מצאנו אצל שלמה המלך שביקש מהקב"ה שיעניק לו חכמה (מלכים א, ג). מחלום זה ניתן לראות את גדלותו של שלמה המלך שלא ביקש עושר וכבוד או אריכות ימים כי אם חכמה. ואכן, הקב"ה שיבחו עד מאוד.

ויש לתמוה, מה המעלה הגדולה בזה, הלא גם היום נוכל למצוא רבים מהלומדים שכאשר ישאלום מה הם מעדיפים, עושר או חכמה, יעדיפו את האפשרות השנייה? ובפרט שרואים כמה אברכים ששוקדים על תלמודם בכלל למרות שיש ביכולתם לעסוק בעסק ולהרוויח יותר ממון, וא"כ אין לך הוכחה גדולה מזו לביקוש החכמה לכאורה, ואם כן מהי מעלת שלמה המלך?

והתשובה היא, אומר הגאון ר' יחזקאל אברמסקי זצוק"ל ('אנו עמלים ומקבלים שכר עמי' כ), ששלמה המלך ביקש את החכמה בחלום, גם אז בשיא הכנות היתה ניכרת השאיפה העזה ואהבתו הנפלאה לתורה ולחכמה.

ובפרשתנו ניתן לרמוז במה שחלם יעקב "וַיִּחְלֶם וַהֲגִיד סֵלֶם מִצָּב אֶרְצָה וְרָאִשׁוּ מַגִּיעַ הַשְּׂמִימָה וַהֲגִיד מִלְאֲכֵי אֱלֹהִים עֲלֵיהֶם וַיְרִידֵם בּוֹ" (כח, יב) חלק מהתנאים הנדרשים כדי לגדול בתורת ה'.

1. גם בחלום לראות את השמים - והיינו לשאוף לגדלות בתורה, כמו שהיה אצל שלמה המלך ע"ה (ועיין בספרי שו"ת יד בתשובה סימן כב בענין השאיפות הנכונות לבן תורה).

2. מלאכי אלקים עולים ויורדים בו - יש ללמוד לזכור שבלמוד התורה יש תקופות של עליות וירידות, ואין לו להתרגש כלל אלא כך הדרך ובתחילה קשה, מכאן ואילך יערב לכם. כמובא בפירוש"י (שמות יט, ה). ואמרו רבותינו (בראשית רבה פרשה סו אות ד): צדיקים - תחילתן יסורין וסופן שלום. לכן כדאי שתהיה מוכנות מראש לדבר למסור נפש לתורה וללמוד בל מצב, בין כשיש חשק ובין כשאין, ואז יבוא החשק כיודע ללומדי ח"ן ("כי לויית חן הם לראשך". וראה גם בשו"ת מרכבות ארגמן ח"א עמ' רב).

3. מלאכי אלקים - יש ללמוד לדעת כי מכל מלה של תורה נבראים מלאכים רבים, דתנן "כל העושה מצוה אחת קונה לו פרקליט אחד" (אבות ד יא), וכן אמרו (פאה א) "ותלמוד תורה כנגד כולם". הגאון מוילנא מסביר שם שכל מלה של לימוד תורה שקולה כנגד כל התורה. נמצא שעל ידי דיבור מלה אחת של התורה הקדושה, בורא הלומד 613 מלאכים (!!!) וא"כ הבה חשב כמה מלים אדם אומר בדקה, ובשעה ובמשך יום, וכיצד לא ירוץ ללימוד בכל רגע פנוי שברשותו?

4. סולם מוצב ארצה - על הלומד לדעת כי אף על פי שאל לו לאדם להרבות בענייני החומר יותר מהנדרש, אך מה שנדרש - חובה ואף מצוה, ועל ידי שישן ואוכל טוב, זוכה ללמוד טוב. וזהו - "וראשו מגיע השמימה" - שלימודו איכותי וטוב אך בתנאי שהסולם מוצב ארצה, והוא שומר על בריאותו, כמ"ש הרמב"ם (הלכות דעות פ"ג ה"ג) "המנהיג עצמו על פי הרפואה. וכו' ישים על לבו שְׁיִהְיֶה גּוֹפוֹ שְׁלֵם וְחֻזְקוֹ קְדִי שְׁתִּיהֶיהָ נִפְשׁוֹ יִשְׁרָה לְדַעַת אֶת ה'. שְׂאֵי אֶפְשֶׁר שְׂיִבִין וַיִּשְׁתַּכַּל בְּחֻמּוֹת וְהוּא קָעֵב וְחֻלְהָ אוֹ אָדָם מְאִיבָרְיוֹ כּוֹאֵב", עכ"ל. וכן במסכת אבות תנן (פ"ו מ"א) התורה נקנית וכו' במיעוט שינה, תענוג שיחה, וכל זה שלא תיטרף דעתו (ע"י עוד בארחות יוסף ערך ביטול תורה עמ' יא).

5. סולם - על הלומד לדעת כי יש להתקדם לאט לאט, כמו סולם שעולים עליו לאט לאט, שליבה אחר שליבה, כדי שלא ליפול, שהרי המנסה לקפוץ כמה שלבים מסכן עצמו. כך גם בלימוד "וקובץ על יד ירבה".

6. סולם - גם שיוודים מהסולם תמיד הראש הוא כלפי המעלה - ובא לרמוז שצריך הלומד לדעת שאף שכעת קשה ולכן ממעט מלימודו מחמת חולשה ומנוחה, יזכור שה' איתו ולא ייאש עצמו אלא יקווה לטוב ולחזור ללימודו ביתר שאת.

7. המילה סולם בגימטריא = צום, קול, ממון;

א. צום - לעיתים יש צורך להתענות כדי להבין את לימודו. ואף שהיום רצוי להימנע מכן, מכל מקום יוכל לעשות זאת על ידי פרישתו ומשיכת ידיו ממאכלו, והנהגה זו ידועה בשם 'תענית הראב"ד' (אמנם חשוב להדגיש שלא לכל אחד עצה זו נכונה, ולכן תייעץ עם רבו המכיר אותו. הרה"ג ר' שלום זכריהו שליט"א ראש כולל ישיבת התורה והמצוה), וגם יימנע מממתקים מיותרים כמו שכתבו התוס' בכתובות (קד). מתוך תנא דבי אליהו (פכ"ז) עד שאדם מתפלל שיכנס תורה לתוך גופו, יתפלל שלא יכנסו מעדנים לתוך גופו.

ב. קול - לימוד בקול, כמובאר במקורות רבים מחז"ל שזהו תנאי בסיסי להצלחה, הבנה וזיכרון של לימוד התורה הקדושה. וע"י בשו"ת יד בתשובה (סימן יט) כל מה שילקטנו בזה. וכן תפלה על הלימוד שהיא גם בבחינת "הקול קול יעקב", שבלי זה אי אפשר (ע"י נדה ע. ובחזו"א אגרת א). והלימוד בניגון מעורר את האדם ומועיל לו לזכור לימודו.

ג. ממון - להשקיע בלימוד על ידי רב שילמדנו (שיעורים פרטיים אם נצרך) או יקנה את העֶזְרִים הנדרשים לו כגון ספרים בדפוס מאיר עיניים וכיוצא.

8. וראשו מגיע השמימה - תמיד לשאוף למעלה להגיע רחוק להיות גדול בתורה, לומר מתי יגיעו מעשי למעשי אבותי אברהם יצחק וכו'.

שנזכה להיות מעמלי התורה באמת לאורך ימים בטוב ובנעימים (הרב יוסף דהן הי"ד).

המשך מאמר הרב יגאל

מכמה דפים.

תארו לעצמכם, אדם שאינו אוהב ללמד את החמור של התאוריה בנהיגה על רכב, הוא אינו מוצא בחמור זה ענין. אבל מה לעשות... הוא מקריח את עצמו ללמד יום אחר יום ללא הפסקה את החמור שהוא צריך לצרף המבחן. אין ספק, שלאחר כמה ימים הוא ירגיש מבוכה ולחץ פנימי, ואולי אפילו תהיה לו נטייה לזעם על כל דבר... וזה פיון שהוא לא השפיל לחלק את זמנו גם לדברים שהוא אוהב לעשות, דברים שיגרומו לו ספוק מהעשייה שלו.

אדם העובד בעבודה שאינה מספקת אותו, כל היום הוא עסוק בדברים שאינם גורמים לו אשך ושמחה, וגם שהוא מגיע לביתו הוא אינו דואג לעשות דברים המשמחים אותו, מסתגר מאד, שתוך תקופה מסוימת הוא ישקע בהרגשת חסר ספוק ודכאון כל... נפש האדם אינה מוכנה. כדי שגפשו של האדם תהיה בריאה, הוא חייב לעשות או ללמד דברים הגורמים לו להתרגש משמחה, דברים הנותנים לו הרגשת ספוק.

אשה המטפלת רב שעות היממה בילדיה הקטנים ואינה מקבלת ספוק ממעשייה, אם היא לא תדאג לעצמה, שקפחות פעמים בשבוע בשעות הערב היא תעשה פעילות שהיא אוהבת - התעמלות, שמיעת מוזיקה, שעור תורה

מענין וכו'... ברור הדבר שהיא תרגיש קשי רב בגדול הילדים.

תכיר את עצמך

כל אחד מאתנו צריך לדעת מה הם התחביבים הגורמים לו להרגיש טובה ולספק אותם לעצמו. יש כאלה ששמיעת מוזיקה גורמת להם לתענוג עלאי, ויש כאלה שמשחק כדורגל גורם להם להתפרקות ולרעננות, ויש שקריאת ספרי מתח עושים להם טוב בנשמה, ויש שלמוד עצמי בתורה בסגיות מענינות גורם להם לנחת רוח, ויש כאלה שפננים יותר משעור תורה - זה גורם להם להרגשת ספוק.

לכל אחד מאתנו יש דבר הגורם לו להרגשה טובה - - -

לכן, חובה על כל אחד ואחד מאתנו לברר עם עצמו מה הן הפעולות הגורמות לו לספוק, לענג ושמחה, ולדאג לכל הפחות בכל יום (אם אפשר) להכניס את אותה פעילות לסדר היום שלו - אפילו לזמן קצר, כדי שהנפש שלו תתאורר ממטלות היום, וכדאי מאד שפעמים בשבוע יעשה את הפעילות לזמן ארוך יותר, כדי שלא יעבר עליו יום ללא פעילות הגורמת לו לאשך.

מתוך ספרו של הרב יגאל כהן.



דרך ארץ קדמה לכסף

מעשה בזמנינו הרב הגאון ראש ישיבת אור החיים רבי ראובן אלבו שליט"א החליט לפתוח תלמוד תורה קטן בעיר בית שמש ושלח לשם כמה אברכים שיטפלו בעניין, לאחר כמה שבועות מתקשר אחד האברכים לרב אלבו ושואל את הרב, הגיע לכאן אדם שרוצה לרשום את הבנים שלו לתלמוד תורה אלא שיש בעיה כיון שהוא נהג מונית מפורסם בבית שמש שהמונית שלו עובדת כל השנה כולל שבתות וחגים חוץ מיום הכפורים האם לקבל את בניו או לא? אמר להם הרב בוודאי לקבל אותם אבל תנו לי לדבר רגע אחד עם הנהג מונית, הנהג ניגש לטלפון והרב שאל אותו מה גרם לו לעשות את המעשה הזה ולהוציא את בניו מהבית ספר הממלכתי ולרשום אותם לבית ספר חרדי, והרי אתה בעצמך לא בדיוק דתי? מה אומר ומה אדבר ענה הנהג ואמר לרב, יש לנו בשכונה שני ילדים שובבים נוראים מרעישים כל הזמן שוברים והורסים כל דבר ואני כמה פעמים רציתי כבר לעבור דירה בגללם ומשום מה לא עברתי. והנה לפני שבוע ראיתי פתאום את הילדים הללו הולכים בשקט ולא מרעישים ומתנהגים כראוי, שאלתי את אשתי מה קרה להם הם היו באיזה טיפול אצל פסיכולוג או פסיכיאטר והם שותים כדורים שנעשו כאלה רגועים? אבל אשתי אמרה לי מה פתאום פשוט מאוד באו כמה רבנים ופתחו כאן תלמוד תורה והאמא שלהם לקחה אותם לשם ומאז הם השתפרו לטובה, וכל יום אמא שלהם באה אלי ומספרת לי איך לומדים שם כיבוד אב ואם ודרך ארץ והילדים שלה מפרחחים הפכו לפרחים כי ירדה האות ח' שרומזת לחטא.

ואני אמר הנהג מונית לא האמנתי ואמרתי שאני חייב לראות מקרוב, איך יכול להיות ילדים שכל כך מופרעים אפשר לשנות אותם בכמה שיעורים זה נראה לי תמוה, כנראה הם מקבלים כדורים, לכן נסעתי לתלמוד תורה החניתי את המונית בצד ונכנסתי לתלמוד תורה וחיייתי להפסקה לראות מקרוב ואכן אני רואה את הילדים עם כיפה על הראש וציצית בבגדיהם ומתנהגים בדרך ארץ נפלאה ואמרו לי שלום בענווה, הבנתי שאשתי צודקת וזה כוח התורה הקדושה. מיד נסעתי הביתה ואמרתי לאשתי את צודקת התלמוד תורה הזה הוא משהוא מיוחד וגם את הבנים שלנו אני לוקח לשם, ואשתי לא הסכימה ופחדה שלא יהיו חרדים. אמרתי לה אני רוצה קודם כל שיהיו בני אדם וילמדו מוסר ודרך ארץ וכיבוד אב ואם, ואם אנחנו לא דתיים לא נמנע גם מבנינו את הדרך הנכונה שיראו וידעו, ולכן כבוד הרב אמר הנהג מונית הבאתי אותם לתלמוד תורה, הרב התרגש מדבריו של הנהג מונית ואמר לו אין לך מה לדאוג אנחנו נשתדל לחנך את בניך בדרך הנכונה.

ואכן כך היה אלא שבמקום תלמוד תורה קטן זה הפך להיות אחד התלמודי תורה הגדולים בארץ והגיעו כבר מאות תלמידים שרובם מבית שאינו כל כך שומר תורה ומצוות, והרב אלבו לא התכוון לכמות תלמידים שכזו והחובות בגלל ההוצאות המרובות בתלמוד תורה הלכו וגדלו עד שהרב הגיע לחובות של מאתיים אלף דולר, הרב החליט לעשות כנס של כל ההורים של הילדים ולא אמר להם על מה ולמה הם נאספים? והגיעו בערך שמונה מאות אבות ואמהות הגברים למטה והנשים למעלה בעזרה,

הרב אמר להם כך, רבי שמעון העמסוני ויש אומרים רבי נחמיה העמסוני דרשו את כל המילה את שכתוב בתורה ואמרו שזה בא לרבות עד שהגיעו לפסוק את ה' אלוך תירא ופרשו, שהרי חלילה צריך לירא מעוד מישהו חוץ מבורא

עולם וממילא כמו שהמילה "את" הזו לא באה לרבות גם כל שאר ה"את" שכתוב בתורה לא בא לרבות (עד שבא רבי עקיבא ולימד שאת בא לרבות תלמידי חכמים) אבל כשתלמידיהם שאלו אותם ומה נעשה עם כל הכתבים והאתים שדרשתם? אמרו החכמים כשם שקיבלנו שכר על הדרישה כך נקבל שכר על הפרישה.

וכאן הרב פנה לכל הקהל הקדוש שהיה במעמד הנשגב ואמר להם אני חשבתני לפתוח תלמוד תורה קטן עם חמש עשרה או עשרים תלמידים ואני יוכל לעמוד בתשלום אבל עכשיו שנוספו ונתקצו מאות תלמידים, כשם שקיבלנו שכר על הדרישה כך נקבל שכר על הפרישה ואני חייב לסגור את התלמוד תורה ולפתוח רק בצמצום כי אני שקוע בחובות גדולים של כמאתיים אלף דולר. הרב חשב לתומו שכאן זה יגמר ויבינו אותו כל ההורים אבל לפתע הרב שמע צעקות ובכיות נוראות אם זה מהגברים ועוד יותר מהנשים ואמרו לרב אתה הצלת את הילדים שלנו ואנחנו לפני שפתחת את התלמוד תורה הזה, הילדים היו זורקים עלי נעליים ובקבוקים אמרה אשה אחת ומאז שהתלמוד תורה הזה קיים איזה ילדים טובים הפכו להיות והצטרפה אליה חברתה ואמרה שהחיים שלה היו מעין גיהנום לפני שהיא שלחה את הילדים שלה לתלמוד תורה הזה, אבל מאז שהילדים לומדים בתלמוד תורה זה מעין גן עדן ובתוך כך הורידו הנשים מעליהן תכשיטים רבים של זהב וכסף עגילים ושרשראות וצמידים כדי ליתן לרב, והרב לא לקח ואמר להחזיר להם והוא לא סוגר את התלמוד תורה וה' יעזור. ובתוך כך ניגש לפתע לרב איזה יהודי עם כיפה על הראש ואמר לרב, הרב זוכר לפני כמה זמן שדיברת עם הנהג מונית שרשם את ילדיו לתלמוד תורה שלך, זה אני והיום אני כבר עם כיפה ושומר שבת ומניח תפילין והכל בזכות הילדים שלומדים אצלך תורה שאמרו לי אבא תבוא איתנו לבית הכנסת כל האבות הולכים עם הבנים שלהם לבית הכנסת ורק אתה שולח אותנו לבד? הלכתי עממה לבית הכנסת והפסקתי לחלל שבת והיום אני כבר יותר בבית עם האשה והילדים ויש לי חיסכון גדול של הרבה שנים כל הכסף שבחיסכון אני תורם לרב, והרב התרגש מאוד מכל המעמד הנשגב הזה וכמובן שלא סגר את התלמוד תורה ולאט לאט שילם את כל חובותיו ונעשה שם ישיבה קטנה וגדולה וזה התלמוד תורה קיבל פרס ותעודת הצטיינות ממשרד החינוך. (ובחברת בחיים)

200,000 יחידות
 מהדיסק החדש של הרב יגאל כהן שליט"א בהדפסה רוצה להיות שותף? בתרומה של 12*100 אתה שותף!
לפרטים: 03-8000770

נר תמיד לע"נ ר' מנשה בן רחל ז"ל ולע"נ שושנה מהין בת זיוה ע"ה

בתרומה של 250 ש"ח אתם שותפים בהפצת העלון ב: 20,000 עותקים