

# רץ כצבי וגיבור כארי

מבט שבועי לנבכי הנפש

מאת צביקה קליגר - מאמן אישי בשיטת "נפש האדם בתלת מימד"

## על פרשת דרכים

נקודת מבט יהודית מהפרשה על עולם הנפש אקטואליה ומה שביניהם

המסגרות היו מאוד מסוימות, ולכן היה מעט מקום לאנדרדוגים, לאנשים "שונים" ובאופן אוטומטי, רובם היו נכנסים לאותו "תבנית" כמובן שגם אז אנשים היו צריכים את ההקשבה את ההבנה את האדם שיהיה שם בשבילם, אבל לא היה הרבה על מה לדבר... היום המצב באופן כללי שונה, חשוב לי להדגיש, היום המצב שונה, המצב שונה, זה לא עניין של המצב טוב או לא, ירידה הדורות וכו', זה לא העניין, העניין הוא שהמצב פשוט שונה, אי אפשר להחזיר את הגלגל אחורה, המצב שונה! היום ישנם כל כך הרבה מסלולים, ישנם כל כך הרבה דרכים, כל כך הרבה ידע, ההלך רוח של העולם הינו, חיפוש, לדעת עוד, להבין, לדבר, לכן כל כך חשוב היום לשים לב לזה, כל אדם צריך מישוהו שיקשיב לו, וזה הזכות שלנו לחיות בכזה דור בו הדבר הזה זוכה לעידוד, לפני דור אחד, רק לחשוב על המושג הזה, ללכת לדבר עם מישוהו על עצמי... כמעט ולא היה דבר כזה, הדור הזה זכה, אומנם יש לנו את האתגרים שלנו, אבל הקב"ה שלח לנו את הכלים להתמודד עם כל מה שבא עלינו, אחד הדברים שהרבה פעמים אני שומע, ישנם אנשים שאומרים כתוב שהקב"ה לא מביא לאדם ניסיון שהוא אינו יכול לעמוד בו, אבל אני באמת לא יכול, אני באמת מנסה, אני באמת רוצה, אבל אני לא יכול לעמוד בזה, אז מה הקב"ה רוצה ממני? אבל אני חושב שלפעמים חלק מהיכולות שהקב"ה הנותן לאדם בכדי לעזור לו הוא את היכולת למצא עזרה ע"י מישוהו חיצוני, כמו שאומרים חז"ל הקדושים "אין חבוש מתיר עצמו מבית האסורים"

האתגר השבועי: אז איפה אנחנו השבוע יכולים להיות שם בשביל מישוהו אחר? ואיפה אנו יכולים להודות בפני העצמי שלנו שאולי ישנו משהו שאנו צריכים בו עזרה...?

בהצלחה רבה! שבת שלום! וחנוכה שמח!

כל אחד צריך

מישהו

שיקשיב לו!!!

כן בגיל הזה

גיל

ההתבגרות,

ובטח בדורנו

אנו, שהעולם

כל כך מרגיל

את כולנו,

לשאוף,

לדמיין, להשיג,

לרצות,

"לחלום!" אנו

צרכים מישהו

שיקשיב לנו,

שישמע אותנו,

שיהיה שם

בשבילנו,

{ב} אֵלֶּה תְּלֻדֹת יַעֲקֹב יוֹסֵף בֶּן שִׁבְעָה עָשָׂרָה שָׁנָה הָיָה רָעָה אֶת אָחִיו בְּצָאֵן וְהוּא נֶעַר אֶת בְּנֵי בְלֵקָה וְאֶת בְּנֵי זְלֵפָה נְשֵׁי אָבִיו וַיָּבֵא יוֹסֵף אֶת דְּבַתָּם רָעָה אֶל אֲבִיהֶם: {ג} וַיִּשְׁרָאֵל אֶהָב אֶת יוֹסֵף מִכָּל בְּנָיו כִּי בֶן זִנְיָהּ הוּא לוֹ וְעֵשָׂה לוֹ כְּתֻנֵּת פָּסִים: {ד} וַיִּרְאוּ אָחִיו כִּי אִתּוֹ אֶהָב אֲבִיהֶם מִכָּל אָחִיו וַיִּשְׁנְאוּ אֹתוֹ וְלֹא יָקְלוּ דַבְּרוֹ לְשָׁלֹם:

יוסף בן 17 שנה הוא בן הזקונים של יעקב, יעקב אבינו מפנק את יוסף משאר השבטים, אחיו של יוסף שאנו אותו בגלל זה ולא יכלו "דברו שלום" אומר על זה רש"י הקדוש, שמכאן לומדים גם שבחם של השבטים, שלא היו אחד בפה ואחד בלב, הם לא היו צבועים, המחייכים בחוץ ובתוך תוכם שונאים, לכן הם גם הפגינו מול יוסף קרירות, אבל מה שלא מובן פה, אם הם אכן "לא דברו שלום" למה יוסף בא לספר להם את החלום אשר חלם, הרי הוא יודע שהם לא אוהבים אותו בלשון המעטה, למה? ועוד לאחר שסיפר להם אודות חלומו הראשון והם "הוסיפו עוד שנא אותו" למה הוא שוב סיפר להם על חלומו השני? הוא הרי יודע לאן זה מוביל, יוסף לא היה ילד, מה זה בא ללמד אותנו?, לחיינו שלנו, מה הקב"ה מוסר לנו דרך ההתנהגות של יוסף הצדיק?

כל אחד צריך מישהו שיקשיב לו!!! כן בגיל הזה גיל ההתבגרות, ובטח בדורנו אנו, שהעולם כל כך מרגיל את כולנו, לשאוף, לדמיין, להשיג, לרצות, "לחלום!" אנו צרכים מישהו שיקשיב לנו, שישמע אותנו, שיהיה שם בשבילנו, לא צריכים דווקא לתת כלים, להיות אנשי מקצוע, לכל אדם נחוץ מישהו שיהיה שם... בשבילנו, אחד ההבדלים הגדולים בין דורות העבר, לדור שלנו, זה כיווני ההתקדמות וההסתכלות, פעם היו 2/3 כיוונים מאוד מסוימים, לא היו צריכים יותר מזה,

כאשר הכל אבוד, נשארת הגבורה!

עקב  
בצד  
אגודל

(דניאל פאנק)

# סיפור בתלת מימד

## אני - חברי - ומה האלוקים שואל מעמך?

גרביים חדשות לאבא לקראת החג! אף שהמידע - על פניו - נראה חסר ערך שמח הגרביים זילברשטיין עליו כמוצא שלל רב. יקרוב הדבר שהוא כהן אמר בסופוק, כי הלא בחויל נושאים הכהנים כפיהם רק ברגלים, ואם כן - יש יסוד סביר להניח כי היה חשוב לאמו שיהיו לאביו גרביים חדשות ונאות לקראת קיום המצוה, ולפיכך הקפידה לציידו מדי חג בזוג גרביים חדשות...

### המבט של הזולת (הבן)

הבה נחשוב! הרי בשעת מעשה, לא העלתה האם בדעתה איך תיחקק רכישת הגרביים בלבו של בנה. היא בוודאי שלא יכולה היתה לחלום, שבזכות אירוע רכישת הגרביים יתגלה ייחוסו של בנה, בעוד כמה עשרות שנים. אך הוא שאמרנו: פעמים שכל מה שהילד זוכר לכל ימי חייו, הם דווקא אירועים שכאלה, שמחה שמלווה את קיום המצוה, אוריה ותחושה של שבת וחג - אלו נשארים לנצח. בשם האחרונים מובא לבאר את הפסוק וּבְנִיךָ כְּשֵׁתִילֵי זִיתִים סָבִיב לְשׁוֹלְחֲנֶךָ, שאם רוצה אדם בנים כשתילי זיתים, שתולים בבית השם ופורחים בחצרות אלוקיני בתורה ובמצוות, הכל תלוי בסביב לשולחנך - בצורת שולחן השבת, באוריה שבבית בעת שמחה של מצוה. אלה הגורמים המשפיעים ביותר על נפש הילדים, ופועלים בליבם גדולות ונצורות לעתיד.

### מה ה' אלוקיך שואל מעמך

ישראל, כל כך צריכים להיזהר במעשים, כל דבר קטן נרשם במוחם של ילדינו, כל תנועה, כל תנועה, אפילו הגישה שלנו לאותו הדבר מורגשת בסביבה שלנו, עד כמה חשוב להיות מכוונים נכון, השבוע בזמן הדלקת נרות החנוכה כמה חשוב החוויה שאנו מעבירים ליושבי הבית, לא רק המעשה עצמו, החוויה, האם אנו שמחים, האם אנו מתרגשים, האם אנו עושים זאת כי צריך, או כי אנו זוכים, הקפד ישראל להעביר את המסר בצורה הנכונה ביותר!

כאשר מורי ורבי, כ"ק מרן האדמו"ר מנדבורנה ז"ע ישב שבעה על אמו הרבנית הצדקנית, הגיע לנחמו הגאון רבי יצחק זילברשטיין שליט"א, רבה של שכונת ירמת אלחנן. בתוך כדי הדברים, אמר האדמו"ר, כי הפסוק ישמע בני מוסר אביך ואל תטוש תורת אבך טעון ביאור, כי הלא האב הוא המלמד את בנו תורה, ומהי תורת אבך המוזכרת בפסוק. וביאר, כי תורת אבך הינה התחושה בבית סביב חיי משפחה בדרך התורה. אמא לילדים נושאת באחריות רבה, לשמחה ולחזווה שיהיו בבית לקראת קיום מצוה, לתחושות החום והחביבות שתשרה בבית לקראת שבת המלכה, לאוריה המרוממת שהיא נוסכת בנסיכיה הקטנים לקראת קיום מצוה בחיק המשפחה. ניהוח החלות של אמא, הפעקאלע שהיא מכינה באהבה לעונג שבת, הבגדים המגוהצים בקפידה לכבוד שבת - אלה נכסים הנשארים טבועים בדם ילדינו. הרי אין מקרה בעולם, וכל מה שיהודי שומע - יש לו תפקיד בהמשך... בהשגחה פרטית מופלאה, הזדמנה כמה ימים קודם לגרביי זילברשטיין שאלה, בעניין אדם שעלה מרוסיה והתברר כי הוא יהודי, אך לא ידוע ייחוסו - כהן, לוי או ישראל. זו שאלה שיש לה השלכות מרחיקות לכת, כמו פדיון הבן, נישואי גרושה, נשיאת כפיים ועוד, ולפיכך חשוב לברר את הנושא עד תום. עתה, אמר הרב זילברשטיין, יש בידי כלי נוסף לבדיקת הדברים לאשורם...

### המבט שלי (האמא)

הורה הרב זילברשטיין, לחקור את האיש אם הוא זוכר דבר מה מקטנותו. אירוע מרגש, חוויה שנשמרה בזיכרון, משהו משמח מזכרונות ילדותו בחיק הוריו. סיפר האיש שאינו זוכר הרבה, אך הוא זוכר כי חיו בבית הוריו בדוחק ובעוני, וכמעט אף פעם לא נרכש בגד חדש. רק לקראת כל חג, היתה אמו חוסכת כסף מבעוד מועד, וכל המשפחה יצאה לאירוע הגדול: רכישת זוג,

(הסיפור במדור זה נלקח בחלקו מאתר ישיבת אור דוד) \*להצטרפות למנוי העלון ניתן לשלוח מייל למערכת "רץ כצבי" ותקבלו את העלון לתיבת המייל שלכם מידי שבוע באופן קבוע

## בארבע עיניים

בדבר המלך אנטיופוס על כל יהודים להפסיק לשמור שבת, לקדש את החודש, ולקיים ברית מילה, העובר על 3 חוקים אלו יומת, אנטיוכוס המלך החליט כי בכדי לשלוט בעם היהודי הוא יצווה עליהם לבטל את קיום 3 המצוות הללו, אז מה יש בהם? ואיך אנחנו נשתמש בזה? כאשר אנו נמצאים בתקופה קשה, אם זה מול המסגרת הקיימת שלנו, אם זה אנו מול משפחתנו, או אפילו אנו מול עצמנו, ישנם כמה דברים שכאשר אנו נשמור עליהם, אנו נישאר מחוברים, אנו נישאר קשורים, ולכן גם כאשר אנו עוברים קשיים, גם כאשר אנו עוברים מעברים, עדיין אנו נשארים, הדבר הראשון זה תחושת שייכות, לא משנה מה יעבור עלינו, אם יש לנו תחושת שייכות, אנו תמיד נוכל לחזור, בדיוק אנו יכולים "לחזור" כי אנו שייכים, כאשר אין לנו את תחושת השייכות, אין לנו לאן לחזור!! וכשיש, גם אם תקופה לא היינו, לא קיימנו, אנו עדיין "שייכים" ונחזור, הדבר הנוסף הוא זמן לעצמנו, זמן לחשוב, זמן למנוחה, זמן, זמן להתבוננות לאחור, זמן לתכנון העתיד, זמן, כל כך חשוב שיהיה לנו זמן כי לא משנה מה נעבור כאשר אנו במרוץ החיים אין זמן להתבוננות, אין זמן לתקן את הטעויות, אין זמן לשים לב כלל וכלל, אבל כאשר אנו מידי פעם לוקחים זמן, אפילו קצת, ופשוט... חושבים, אנו יכולים לשים לב לכל כך הרבה דברים, בפרט כשאנו בתקופה יותר קשה ומאתגרת, אנו צריכים זמן, לאחור תחושת השייכות הנאות לנו הזדמנות לחזור, ולאחור שאנו לוקחים לעצמנו זמן, אנו צריכים להקדיש זמן בו אנו מתחדשים, אנחנו אומרים לעצמנו, אוקיי מה שהיה עד עכשיו היה, אבל לאחור מחשבה אולי באמת אפשר לנסות שוב, אולי נעשה משהו שונה, בא נתחיל משהו חדש, כשאנו משמרים את שלושת הדברים הללו, בפרט בזמנים מאתגרים, נשים לב שתמיד יש לנו כוח עוצמתי ביד! ואת זה רצו היוונים לקחת לנו, את אותם כלים שישאירו אותנו מחוברים לעם היהודי, ודווקא עכשיו אולי הגיע הזמן ולהפך את זממם ולשמר לעצמנו את 3 הרעיונות הללו ביום שלנו!

להפניית שאלות למדור "בארבע עיניים" או לכל פניה אחרת

ניתן לכתוב למייל: [ratzcazvi@gmail.com](mailto:ratzcazvi@gmail.com) ונשמח לענות ולהחכים יחד!