

# 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

כעס וע"ז? באו נחשוב לעצמנו, באו ניזכר בזמן שכעסנו על מישהו, ממש כעסנו... או אפשר לקחת את זה למקום נוסף, אתם יכולים ממש עכשיו להיזכר בזמן שממש פחדתם... חששתם... לא ידעתם מה יהיה... קחו לכם רגע להיזכר כל אחד בדבר שלו, עכשיו כשאנחנו ממש שם, אפילו עוד יותר עמוק... מתוך המקום הזה, באו נחשוב, האם כרגע אנו נמצאים במצב של אמונה בקב"ה? האם כאשר אנו תחת אותו כעס על מישהו אחר, כאשר אנו מפחדים וחוששים מאוד ממישהו או משהו, האם אנו במצב של אמונה? האם אנו יכולים לומר שאנו מאמינים שה' לבדו עשה עושה ויעשה לכל המעשים?

אם כן, אנו מבינים שכאשר אנו נמצאים בכזה מצב, אנו בעצם נותנים את ה"שליטה" את ה"מלכות" על חיינו לאדם או מקרה שבו בעצם אנו "מאמינים" באותו רגע נתון... לכן כל הכועס או בעצם כל דבר כיוצא בזה כאילו עובד ע"ז.

כאשר הקב"ה היה צריך כל כך הרבה פעמים להרגיע את עם ישראל במדבר, כאשר עם ישראל היה בכל כך הרבה ספקות שוב ושוב [כמובן שאנו לא באים לדון את עם ישראל שהיה במדבר, אנו לומדים לקח מהדברים אשר היו] זה הסיבה שהקב"ה הזהיר את עם ישראל שלא ישכחו אותו כאשר הם ישבו על מי מנוחות בארץ ישראל, למרות או בגלל הפחדים וה"הבנה" שלהם אין כוח. כל זה מוביל אותנו לשאלה הראשונה שלנו מה זה בעצם מצווה קטנה? אז זהו אין כזה דבר, כל מצווה היא גדולה, כל דבר שאנו עושים כי כך ציוונו ריבון העולמים ואנו עושים זאת מתוך אמונה שלמה שכך הוא רוצה, במצב כזה, כל המצוות שוות בעינינו אנו רק צריכים לדאוג שכך יהיה גם בעינינו!

**האתגר השבועי:** מעניין אותי ומסקרן אותי כמה הולך הדבר הזה להשפיע עליכם בחיים ביום יום, כמה אתם הולכים לפתע לשים לב לאותם דברים ולתת לזה לשפר את חייכם! בהצלחה רבה! שבת שלום!

אנו מבינים  
שכאשר  
אנו  
נמצאים  
בכזה מצב,  
אנו בעצם  
נותנים את  
ה"שליטה"  
את  
ה"מלכות"  
על חיינו  
לאדם או  
מקרה שבו  
בעצם אנו  
"מאמינים"  
באותו רגע  
נתון

יב} וְהָיָה עַקֵב תִּשְׁמָעוֹן אֶת הַמְשַׁפְּטִים הָאֵלֶּה וְשִׁמְרָתָם וְעָשִׂיתָם אִתָּם וְשָׁמַר יְהוָה אֱלֹהֶיךָ לְךָ אֶת הַבְּרִית וְאֶת הַחֶסֶד אֲשֶׁר נִשְׁבַּע לְאַבְרָהָם: {יג} וְאַהֲבָה וּבְרָכָה וְהִרְבָּה... יז} פִּי תֹאמַר בְּלִבְּךָ רַבִּים הַגּוֹיִם הָאֵלֶּה מִמֶּנִּי אֵיכָה אוּכַל לְהוֹרִישָׁם: {יח} לֹא תִירָא מֵהֶם זָכַר תִּזְכֹּר אֶת אֲשֶׁר עָשָׂה יְהוָה אֱלֹהֶיךָ לְפָרְעָה וְלִכָּל מִצְרַיִם: {יט} שְׁנֵי הַשְּׁמָר לְךָ פֶּן תִּשְׁכַּח אֶת יְהוָה אֱלֹהֶיךָ לְבִלְתִּי שָׁמַר מִצְוֹתָיו וּמִשְׁפָּטָיו וְחֻקֹּתָיו אֲשֶׁר אֶנְכִי מְצַוֶּה הַיּוֹם: {יב} פֶּן תֹּאכַל וְיִשְׁכַּחְתָּ וּבָתִּים טוֹבִים תִּבְנֶה וְיִשְׁכַּחְתָּ:

הפרשה שלנו מתחילה במילים והיה "עקב" תשמעון, על זה אומר לנו רש"י הקדוש "אם המצוות הקלות שאדם דש בעקביו תשמרון", אז ייתן לנו הקב"ה את כל הטוב אשר מוזכר בפרשה. מה העניין בלקיים את אותם מצוות הקטנות, שעבור כך הקב"ה ייתן לנו כל כך הרבה? מה העוצמה במצוות הקטנות? ומה זה בכלל מצוות קטנות?

ממש בהמשך הפרשה, אנו רואים שהקב"ה מרגיע את עם ישראל ואומר להם, שאין להם למה לפחד, כאשר הם יצעדו לכבוש את ארץ ישראל וכל מה שבדרך למרות גדולתם וחוזקם של שאר העמים, מכיוון שהקב"ה עם עם ישראל, הקב"ה אשר הוציא את עם ישראל ממצרים וגאל אותם מפרעה, הוא צועד איתם יחד בדרך לכיבוש ארץ ישראל. זה מובן. אבל קצת אחר כך, אומר הקב"ה לעם ישראל שישמרו לעצמם, שלא ישכחו חלילה את הקב"ה ואת עזרתו להם והוא זה שנתן להם את כל מה שיש להם, אחרי שהם ישתכנו בארץ ישראל. איך זה ייתכן בכלל? איך ייתכן שעם ישראל שחוה את כל אותם ניסים, את יציאת מצרים, את נסי המדבר, את כל נסי כיבוש העמים וארץ ישראל, איך ייתכן שהם ישכחו מי עשה להם כל זאת? איך ייתכן שעם ישראל שפחד כל כך הרבה פעמים במדבר, שראה על כל צעד ושעל שלא הם אלו "שעושים" אלא הכל ממנו הכל הוא יתברך, איך הם פתאום ינכסו לעצמם את מה שיש להם? אומרים לנו חז"ל הקדושים כל הכועס כאילו עובד ע"ז. למה? מה הקשר? איך מתחברים

עקב  
בצד  
אגודל

(אמרה ידועה)

דאגה לא מסירה את הצרות של מחר,

היא רק מערערת את השלווה של היום!

# סיפור בתלת מימד

## אני - חברי - ומה האלוקים שואל מעמך?

**המבט של הזולת(רבי חיים לייב)**

אך רבי חיים לייב עצמו לא נרתע כלל. בטוח בה' ובעובדה כי לא יאונה לו רע, התחיל לענות לשאלות השופטים אחת לאחת. הוא הודה כי סיפק דרכונים פרסיים, ורק טען כי האנשים הללו באמת פרסיים במקורם, וזכאים לקבל דרכונים פרסיים על פי החוק. כשנשאל כיצד יתכן הדבר שהפרסיים הללו בהירי עור בעוד הפרסיים כולם כהי עור, השיב רבי חיים לייב בהתחכמות מעושה: 'נו, הלא זה ברור. הם כולם בנים למשפחות רוסיות בהירות עור, אלא שבעת לידתם שהו בפרס כדי להינצל מגזירת הגיוס לצבא הרוסי. לפיכך זכאים הם לדרכון ולפטור מלא משירות בצבא הטורקי, כי פרסיים המה! השופט שמע את התירוץ המתפתל, וקבע על אתר: 'התירוץ אותו אני שומע עכשיו, מצוץ מן האצבע, הוא שקרי מיסודו. ובכל זאת – מי שמוחו הגאוני יכול להמציא תירוץ שכזה, מי שהוא בעל כשרונות לדמיין תירוץ כה מורכב, ראש כה חכם – חבל להשליכו לקבורה בארץ, הרי עדין לגדולות... הבה נותירו בחיים!' – קבע, וחתם את הדין... אותו היום הפך ליום ששון ושמחה בירושלים. כל רבני העיר ואנשיה התקבצו להודות לה' על הנס הפלאי, על כך שרבי חיים לייב הצליח להינצל מגזר דין כה קשה, וחיינו ניתנו לו לשלל. ורבי חיים לייב שזכה בחיים, הכריז בהתרגשות ובהודיה עמוקה: הרי פשוט שכשיהודי מסתכן למען יהודי אחר הנתון בסכנה, הוא זוכה בישועה שמימית במצוקתו שלו. והלא אני לא דאגתי לעצמי... יהודי המתמסר להצלת אחיו, העושה הכל כדי להעניק להם אפשרות חיים למרות צו גיוס המרחף מעליהם, הרי ברור שבורא עולם ישלם לו כגמולו הטוב ויציל את חייו. כי 'כל המרחם על הבריות מרחמים עליו מן השמים', וברור שיד השם תהיה עמו לעוזרו!

**מה ה' אלוקיך שואל מעמך**

ישראל, הסיפור הזה מלמד, שנכון שגם אפילו לנו התירוץ שנתן רבי חיים לייב נשמע מצוץ מן האצבע, אבל עדיין לפעמים דווקא שאנו אומרים דברים כאלו, דווקא שאני יצירתיים כך, אנשים אחרים אוהבים את זה ונהנים מזה,

בטח וכמובן, כאשר אנו עושים זאת בכדי לסייע לאחרים!

\*הסיפורים במדור זה מבוססים נשמעים על ידי המאומנים של צביקה, אך פרטיהם משונים עד בלי הכר \*להצטרפות למנויי העלון ניתן לשלוח מייל למערכת "רץ כצבי" ותקבלו את העלון לתיבת המייל שלכם מידי שבוע באופן קבוע

## בארבע עיניים

מי אתה? מה זה אומר, אני יעקב, כן אבל מי אתה? אני יעקב מבני ברק, נכון, אבל מי אתה? אני לומד ב, כן, אבל מי אתה?? אני חרדי, מצוין... ו... אם אתם יכולים להתחבר לדיאלוג הזה, אתם במצב מצוין, כי, בעצם מי אנחנו? לא, אני לא מתכוון לת.ז שלנו, אני לא מדבר על המקום שלנו ביחס למשפחה, אחים, חברים, אלא לשאלה הרבה יותר עמוקה, מי אני? מי הזהות העמוקה ביותר שלי, האם מה שאני חושב שאני זה כל מי שאני, אולי אני עוד... השבוע נדבר על ההנחת יסוד של ה NLP האומרת "אתה הרבה יותר ממה שאתה חושב שאתה". כי בעצם אם נחשוב על זה, אנחנו הרבה יותר ממה שאנחנו חושבים שאנחנו, כי אם נאמר שאנחנו טובים, מוצלחים, חכמים, אבל האם רק זה מה שאנו? ובכלל מה זה אומר? היום אני ינחה אתכם בתרגיל קטן שמטרתו להציף ולעורר בנו את הזהות האמתית והעמוקה שלנו, אני אכתוב, ובעדיפות שאתם תהיו במצב של טראנס-רוגע ושחרור, ותנו למישהו אחר להקריא לכם את מה שכתוב ולהנחות אתכם בתהליך, יש חלקים שהתשובה שלכם צריכה להיאמר בקול ויש פעמים שהתשובה תהיה פנימית, כמובן עדיף אם זה שעושה לכם את זה יכתוב את מה שאתם אומרים לו, את החלק שהמנחה אומר אני יכתוב באותיות מודגשות. בהצלחה!

1) מי אתה? אני... 2) אתה... (חוזרים על מה שהוא אמר). 3) האם זה כל מה שאתה? - (תשובה פנימית של, כן או לא) 4) האם אינך יותר מזה? - (תשובה פנימית של, כן או לא) 5) מה אתה עוד, שהוא לא... (כל מה שאתה כבר אמרת) תשובה מילולית- בקול. 6) ומעבר ל... (כל מה שהוא אמר) האם זה כל מה שאתה? עד כמה אתה יותר מזה! - (תשובה פנימית) 7) איך אתה יודע את כל מה שאתה? תשובה בקול - במטרה להוכיח לעצמנו את מה שאמרנו ולעגון לנו את כל מה שאמרנו בהוכחה וגם בדברים שנוכל לעשות. עכשיו שאנחנו יודעים שאנחנו עוד הרבה יותר ממה שאנחנו חושבים על עצמנו, מי יודע כמה עוצמות נקבל בעקבות התהליך הזה שעשינו עכשיו, אני מזמין אתכם לתת לתהליך הזה לחלחל הכי עמוק שזוהי יכול לשרת ולקדם אתכם בצורה הטובה ביותר....

**להפניית שאלות למדור "בארבע עיניים" או לכל פניה אחרת**

**ניתן לכתוב למייל : ratzcazvi@gmail.com ונשמח לענות ולהחכים יחד!**

