בס"ד



אתהפכא

נוער חי חסידותית!

כאשר רואים את מרכיבי הנפש שלנו בתור מראָה שמשקפת את צורת התנהגותו של ה', רואים את ה' איך שהוא באמת רוצה להיראות – להשתקף בעולם הזה, "מְבַשֶּׂרִי אֶחֱזֶה אֱלוֹהַּ".

החסידות מבארת כיצד הנפש שלנו מבטאת את עשר הספירות אותן מלמדת אותנו הקבלה, וכיצד הקב"ה עצמו נוכח בנפשנו ומחיה אותנו תמיד.

[מתוך המדור 'חסידות, קבלה ופסיכולוגיה']

דבר המערכת

תנועת הנוער "בית דוד" הוקמה כדי לקרב את בני הנוער לאבינו שבשמים באמצעות לימוד תורת החסידות, כפי שהיא באה לידי ביטוי בסגנונו המיוחד של הרב יצחק גינזבורג שליט"א, נשיא התנועה.

במסגרת התנועה פועלות כיום מעל 15 חבורות לימוד במוסדות תיכון שונים ברחבי הארץ, ועוד היד נטויה.

מעבר ללימוד השבועי, מקיימת התנועה אירועים שנתיים לחניכים וכן סמינריוני הדרכה למדריכים.

נתפלל שתנועת בית דוד תיקח חלק בקיום דברי המשיח לבעש"ט: "אימתי קאתי מר? לכשיפוצו מעיינותך חוצה", ונגיע להתגשמות חזון הנביאים: "כִּי מָלְאָה הָאָרֶץ דֵּעָה אֶת ה' כַּמַּיִם לַיָּם מְכַסִּים", "וְלֹא יְלַמְּדוּ עוֹד אִישׁ אֶת רֵעֵהוּ וְאִישׁ אֶת אָחִיו לֵאמֹר דְּעוּ אֶת ה' כִּי כוּלָּם יֵדְעוּ אוֹתִי לְמִקְטַנָּם וְעַד גְּדוֹלָם".

בעלון שלפניכם, ננסה אי"ה להביא לפני הקוראים היקרים (גם ממקומות בהם עדיין אין לימוד שבועי...) קצת ממה שלמדנו והתחזקנו, מיסודות תורת החסידות.

בהצלחה לכולנו, ותהנו!

רוצים חבורה כזו אצלכם בישיבה?
צרו קשר עם אביעד 052-7906123
betdavid14@gmail.com

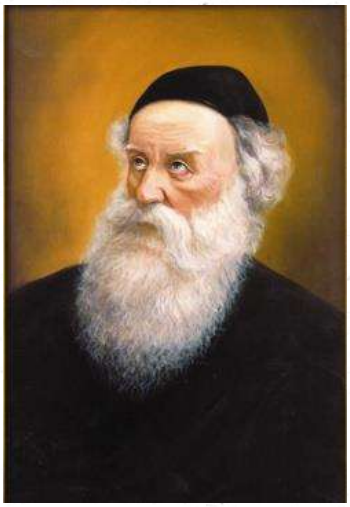
מערכת:
אביעד זילבר
עילאי גרונר
עופר בן יעקב

התחזקות

לכאורה, גם פנימיות התורה לא שייכת לכל אחד, אבל הסוד האמיתי של פנימיות התורה כן שייך לכל אחד. יותר מזה, הוא שייך לכל אחד גם ביכולת לחדש בה, עוד יותר מאשר בתורת הנגלה, בהלכה. אם כן, תורת הסוד היא הסוד של כל יהודי. זו תורת הנשמה. כל תורת הסוד היא תורת הנשמה, בבחינת 'נשמת אדם תלמדנו'.

[מתוך הספר "שיעורים בסוד ה' ליראיו" חלק א, עמ' נב]

מוח שליט על הלב



בזמן המלחמה הגדולה בין צבאו המהולל ("לה גרנד ארמה") של נפוליאון לבין צבאות רוסיה, מגדולי הלוחמים נגד נצחון נפוליאון היה אדמו"ר הזקן, רבי שניאור זלמן מליאדי בעל התניא (אף־על־פי שכמה מצדיקי הדור היו בעד נצחונו). עד כדי כך הגיעו הדברים, שאדמו"ר הזקן נפטר בכ"ד טבת ה'תקע"ג בכפר פיענע, במהלך בריחה מצבאות נפוליאון יחד עם מאות מחסידיו.

אחד הצעדים החריפים ביותר אותם נקט אדמו"ר הזקן נגד צבא נפוליאון, היה שליחה למשימת מוות ממש, בזמן שידם של הצרפתים קלה על ההדק יותר מאי־פעם: אדמו"ר הזקן שלח את ר' משה מייזליש – אחד מחסידיו הגדולים, שעקב מסחרו, עסקיו וקשריו ידע גם צרפתית – לשמש 'סוכן כפול' אצל הצרפתים. בזכות חכמתו הרבה הוא הצליח בכך עד מאד – הרוסים מוכנים היו להישבע שהוא מרגל עבורם אצל הרוסים, כאשר לאמתו של דבר הוא העביר מידע חשוב לרוסים, שנעזרו בו רבות, ומסר מידע מוטעה לצרפתים.

במהלך דיון חשוב בחדר הפיקוד הממודר ביותר, סימן נפוליאון על גבי מפה עשרות פרטים חשובים עד־מאד לצרפתים, וכמובן גם לרוסים... את כל תוואי המפה 'צילם' ר' משה במוחו, אך רק מהלך אחד מפותל וקריטי לא היה בטוח ר' משה שהוא יכול לזכור. בתנועה עדינה מאד וכמעט בלתי נראית, סימן ר' משה באמצעות ציפורנו על גבי מקל העץ שלו את צורת המהלך. בעיני הנץ שלו קלט המצביא האגדי נפוליאון את התנועה, קפץ כנשוך נחש, וצעק על ר' משה: **מרגל!** נפוליאון הניח את ידו על לבו של ר' משה, על־מנת להרגיש האם פעימות לבו מואצות מפחד.

ר' משה היה חניך מסור של אדמו"ר הזקן, ואצלו הוא למד כי **"מוח שליט על הלב"** – הוא הרגיל את עצמו באמצעות עבודה רבה, ששכלו, היודע מה טוב ומה נכון, יגבר תמיד על רגשותיו ותאוותיו. לבו של ר' משה המשיך לדפוק בקצבו הרגיל, ונפוליאון השתכנע כי ר' משה אינו מרגל.

כך המשיך ר' משה במסירות לעבוד בפקודת אדמו"ר הזקן, ביודעו כי הכלל החשוב אותו למד ממנו הציל את חייו. זהו 'קור רוח' יהודי רצוי, אליו חינך אדמו"ר הזקן: יכולת להשאר בדעת מיושבת גם במצבי לחץ ופחד קשים.

איפה חסידות ותורת הנפש פגשו אותי?

משה הלר

- אמא, נראה לי גם השבת אני לא מגיע הביתה. אנחנו נוסעים כמה חברים למירון, זה שבת עוצמתית שאין מצב שאני מפסיד...

- חבל, בדיוק כל האחים נמצאים. ומה לגבי שבת הבאה?

- שבת הבאה יש שבת ישיבה עם העונג שבת של הראש ישיבה והשיעור של הר"מ, כל השבוע אני מחכה לרגעים האלו...

כמו תמיד אחרי שמסתיימת השיחה עם אמא, מתחילות המחשבות. איך אני אסביר לה? נראה לי כל מה שאני אומר רק מצער אותה. אולי אני כן אגיע לשבת בבית ואשמח אותה?

המחשבה על שבת בבית, מעלה לי את סף החרדה. כל השבת אני מסתובב כמו אריה בכלוב, ולא מעכל את זה שאני לא נמצא בסביבה מלאת חיות מטורפת של שבת.

פחות או יותר בשלב הזה של החיים הבנתי שאני מחפש משהו הרבה יותר גדול. ברוך ה' כיום יש הרבה ישיבות וקהילות שהם חממה של עבודת ה'. נער שצמא לקדושה יוכל לחוות שפע של חוויות מרוממות בשלל מקומות מגוונים. אבל האתגר הגדול זה למה כשאני בבית בסעודת שבת ביתית או בשיחה משפחתית מתגלגלת אחרי הסעודה אני לא מצליח לחוות כמעט כלום מהחוויה הסוחפת של אווירת השבת בישיבה.

המפגש עם הקשר הנפשי שנוכח בין הדפים של תורת החסידות שינה לי את התמונה. מתלות טוטלית לחוויות התעלות בקרבת רב כזה או ישיבה ומקום ייחודי אחר, נפתח לי אוצר של ספרים ושיעורים שנותנים לי פתאום סכין ומזלג להאכיל את עצמי במזון פנימי. נכון, בהתחלה רוצים לגמוע את כל הים, והכלים מכילים כמה טיפות של תובנה פנימית והתבוננות חסידית. אבל לאט לאט הכלים גדלים, ולא רק שאפשר למצוא מרגוע לנפש בדברי חסידות על הפרשה, פתאום מגלים כוחות להחיות את המשפחה ואת החבר'ה מהשכונה מהקצת שהצלחתי להפנים מתורת החסידות. <<<

מבשרי אחזה אלו־ה



ספר החסידות הראשון שלמדתי היה 'הנפש' של הרב גינזבורג. מה שזה פתח לי בחיים היה בלתי נתפס, זה לא שמאז הכל הפך לקודש קודשים, כמו שדמיינתי חוויה רוחנית בעבר.
הלימוד נתן לי כלים לרתום את שלל אתגרי תקופת הנעורים והישיבה, ללמוד על כל מיני סוגים של מפגש עם ה'. הבעל שם טוב לימד אותנו לייקר את העבודת ה' התמימה של יהודים פשוטים, לא פחות ואפילו יותר מאשר כוונות של גדולי הצדיקים. כך גם אצל האדם עצמו, היכולת לייקר את הצימאון למזון רוחני בשבת כיבוד הורים, יכול לתת הרבה הרבה כוח להתמסר ולא לאבד אף רגע ייקר בישיבה. נוצרת מעין ברית של קדושה בין הקצוות של הנפש הגבעות והעמקים, כפי שהבעל שם טוב ביטל את המחיצה בין תלמידי החכמים ועמי הארץ.

תורת החסידות מלאה בהמחשות מקשרים בין אישים. ואין דבר קסום מלמצוא המחשה פנימית בתורת החסידות לאתגר אנושי מול הורים/האחים החבר בחדר או מול הר"מ בישיבה. בספרי הקבלה מופעים תרשים של אברים לפי הספירות ואילו בתורת החסידות הדברים מתורגמים לתפיסת האלוקות כפי שהיא משתקפת בקשר של יהודי עם הקב"ה. בתורת הרב גינזבורג סודות התורה מתבארים דרך החוויה האנושית הבין אישית. מה שהופך את הקשר עם ה' לברית אין סופית בכל רגע קטן וגדול בחיים.



להפוך את החושך לאור



קבלה וחסידות – איך זה נוגע אלי?

כל יהודי שה' מענין אותו, שרוצה להרגיש שהוא לא מתפלל ושומר תורה ומצוות סתם ומנסה לשים לב לנוכחות של ה' בתוך חייו – נתקל מתישהו בקשר המובהק ביהדות בין עבודת ה' וקשר אמיתי וחי אליו לבין ספר הזוהר, לדוגמא, או לתורת הקבלה העמקנית בכלל. אם התעניינתם קצת יותר, בטח שמתם לב במה עוסקת תורת הקבלה: השתלשלות, עולמות, ספירות, מדרגות והיחס בין כל אלה. באמצעות עשר הספירות ה' בורא, מהווה ומנהיג את העולם, וכל התנהגות בעולם נובעת מאחת מעשר הספירות. באמצעות שימת-לב ושיוך של כל התנהגות לאחת מהספירות, נקבל מבט אמתי, מדויק ואלוקי על העולם.

אם נשים לב שכאשר מישהו 'מבריק' רעיון זה שייך לספירת **החכמה**; כאשר הוא מנסה לפרוט אותו לפרטים ולסדר את מה שהבריק לו זו ההתנהגות ששייכת לספירת **הבינה**, ההמשך של החכמה; וכאשר הוא מנסה זאת במעשה הוא הנחיל את ההברקה גם לספירת **הדעת** שלו – נוכל לחלק כל לימוד או הבנה בעולם, כל מה ששייך לחלק ה'מוחין' (שלשת החלקים שפורטו קודם), בצורה מדויקת מאד, וכך לחיות את העולם באלוקות.

טוב, הבנתי – תשאל – אבל מה הקשר לעבודת ה'?... אה, נכון. נסדר את זה ככה: הלימוד של כל המדרגות ב'סדר ההשתלשלות' (איך שה' יורד לעולם ומתגלה ברבדים גשמיים יותר ויותר של המציאות), נועד, כמובן, רק עבור מטרה אחת: כדי שהבנה מחודשת ואלוקית של נבכי ומרכיבי הנפש תשפר, תחיה ותדייק את עבודת ה' של הלומד והמתבונן. בשביל זה, צריך להבין – בתור התחלה – איך מרכז כל תורת הקבלה, עשר הספירות, מופיעות בנפש האדם, וכיצד הן משתקפות בנפשנו ובהתנהגותנו. לצורך כך, המקובלים וגדולי החסידות נתנו לנו כמה דוגמאות: חסד הוא אהבה [רצון להתמסר לגמרי], גבורה היא יראה [רגישות], תפארת היא רחמים, וכו' – עוד ועוד מדות בנפש שמשקפות את הספירות. מבנה "פנימיות הספירות" הושלם רק בדורנו זה, על־ידי מורנו הרב יצחק גינזבורג שליט"א (ומבנה הנפש לפי החסידות ופנימיות הספירות נערך ויצא בתור "ספר הנפש"), ועוד נעסוק בו רבות בעזרת ה'.

רבי יצחק אייזיק מהומיל, אחד מגדולי המעמיקים בתורת החסידות, אמר פעם שבשביל להבין ענין כל־שהוא באלוקות עלינו להביא לו שני משלים: משל מהטבע ומשל מהנפש.

רק כאשר רואים את העולם בכלל ואת נפשנו בפרט בתור מראה שמשקפת את ה', "מִבְּשָׂרִי אֶחֱזֶה אֱלוֹהַּ", הופכים את העולם להיות דירתו של ה' – המקום בו הוא הכי גלוי. כך, בלימוד של הקבלה והחסידות "אֲלִיבָּא דְנַפְשָׁיה", על עצמנו ובנפשנו – נחיה את ה' באמת, בנפש, בדיוק ושמחה.

מה לעשות עם זכרונות מדברים לא טובים שעשינו בעבר שצפים וטורדים בהווה, ולעיתים אף גורמים לעצבות?

ה' ברא עולמות והחריבם משום שלא מצאו חן בעיניו (כיוון שלא הלכו בדרך הישרה), עד שברא את העולם הזה ומצא חן בעיניו וקיימו. בכל זאת, נשאר רושם בעולם הזה, שמיסודו הוא טוב, של כל אותם עולמות שנחרבו מפני שלא היו טובים. אך הכל ברצון והשגחת ה' יתברך כדי שאנחנו, עם ישראל עבדיו, נזכה לעשות לו נחת רוח כאשר נהפוך את החשך (הרושם שנשאר מהעבר) לאור ואת הטעמים המרים למתוק. כך הוא גם בחיים הפרטיים של כל אחד ואחת מאתנו, יש עבר שנשבר וה' מרחם עלינו ומזכה אותנו לשקם את עצמנו ולבנות יחד עם בן/בת זוג מן השמים, בית נאמן בישראל.

ויחד עם זה, הרשמים של העבר נשארים, וזה כדי לזכות אותנו בעבודת הקדש של "לאתהפכא חשוכא לנהורא וטעמין מרירו למיתקא", על ידי התורה והמצוות ואהבת ישראל שלנו. כלל גדול – "צדיקים תחילתם ייסורים (מאותם זכרונות ורשמים) וסופן שלווה (על ידי עבודת האתהפכא כנ"ל)". יהי רצון שכך יתקיים אצלך, והעיקר: "עבדו את ה' בשמחה", מתוך הודיה מקרב לב על כל הטוב האין סופי שה' נותן לך.

לצערי הרבה פעמים אני ציני ואני מרגיש שזה ממש היפך הטוב. מהיכן נובעת הציניות ואיך אפשר להמנע ממנה?

מי שעוד לא מצא את השליחות שלו בחיים נוטה לציניות, מבט לא רציני על החיים. ברגע שיהיה לך כיוון בחיים, תתכונן לתכלית, שהיא למען ה' וכלל ישראל – תיעלם הציניות.

בשביל זה צריך להתבונן מה אתה רוצה באמת מהחיים. בהצלחה בלימוד תורתנו הקדושה, ובשורות טובות!





ישיבת "כִּנּוֹר דָּוִד" עטרת

מדריך: עילאי גרונר



ספר לנו קצת על החבורה שלך

ברוך ה' אנחנו נפגשים בישיבה התיכונית "כינור דוד" מדי שבוע כבר כמה חדשים. משתתפים (כמובן, על כיבוד ושתיה...) בסביבות 15 חבר'ה – נפגשים בזמן החופשי, שרים ניגונים, מספרים סיפורים חסידיים, ובעיקר לומדים, מתוועדים ומלבנים את הסוגיות שלומדים. החבר'ה איכותיים, מתעניינים, משתתפים, וכמובן מוסיפים הרבה תובנות יפות לשיח.

לפני כמה שבועות התחלנו את הספר "להפוך את החושך לאור" (מאת הרב יצחק גינזבורג שליט"א), שעוסק בריפוי הנפש, חשיבות העיסוק בכך, וביחודיותה של תורת הנפש על־פי הבעל שם טוב. הספר עוסק לא רק בטיפול בבעיות, אלא גם ובעיקר נותן לנו תמונת מצב ומדגיש לנו כמה נקודות, שמהן צומחים כלים לחיים בריאים, שמחים, ומלאים באהבת ה' ופעולה למען הבאת הגאולה.

פנק אותנו בהתחזקות יפה שלמדתם לאחרונה...

אחת הנקודות החזקות שאנחנו לומדים היא, שהשלב הראשון ליציבות נפשית וחיים שמחים הוא שנצליח לזכור שה' נמצא לעולם ואחראי עליו, והכל פה בעצם שלו, מטוב ועד רע (כולל...). אנחנו צריכים רק לחוש ולחיות זאת באמת.

איך מגיעים לכזו מדרגה גבוהה, להרגיש את ה' תמיד? פה הרב יצחק עושה לנו מהפך שלם בחשיבה: הוא מסביר שמי שרוצה לדעת את ה' באמת – חייב לדעת קודם כל את עצמו. אנחנו נבראנו בצלם אלוקים, ולכן כל יהודי הוא כמו מראה שאפשר לראות דרכו אלוקות. לכן, המשימה שלנו היא לחשוף את האלוקות שבנו ולחיות אותה. יצא לנו מזה, שנוכל לחיות את ה' רק על ידי זה שנוכל להיות קשובים ורגישים לקול האלוקי שזועק מתוכנו. שנזכה!