



מול המציאות שנגלית לעינינו. כאשר יש הצפה של רגש שאין כח לשאת אותו מטמינים אותו במקום להתמודד, מקום ההטמנה הוא באחד האיברים בגוף כאשר לכל רגש יש קורולציה עם אחד האיברים, ואם הרגש העוצמתי הזה לא ישוחרר משם הוא יצור בסופו של דבר מחלה באותו האיבר.

מדוע אנשים נדהמים פותחים את הפה

בעולם יש היום תרבות לראות תוכניות ריאליטי, התנהגות אנשים ברגע אמת, במסגרת אחת התוכניות האלה צילמו את רגע המפגש של משפחות עם חיילים שחזרו מאפגניסטן. באכזריותם הם רצו לראות תגובות מופתעות והכניסו את החיילים השבים הביתה בהפתעה לבתים או למקומות העבודה של הקרובים. הם לא ראו אותם חצי שנה ופתאום הם נכנסים בשעה שהם עוסקים בפעילות הרגילה של חייהם והמצלמה עוקבת ומצלמת את רגע ההפתעה והתנהגות המופתעים. התגובה הדומה ברוב המקרים היתה פתיחה של פה בתדהמה. מדוע אנשים נדהמים פותחים את הפה??? כאילו מנסים לבלוע משהו. יתכן לומר כי מצבים שקשה לאדם לעכל אותם הם לא ניתנים לבליעה אז נשארים עם הפה פתוח.

חדר המפלצות של הרגשות

דמיינו חדר שמכניסים לתוכו מפלצות. כאשר מכניסים לחדר מפלצת אחת יש לה מקום ואז מכניסים עוד אחת ועוד אחת, ולבסוף יש מפלצת אחת שלא מסתדרת עם המפלצות האחרות, ואז מתחילים ללחוץ על הדלת, והלחץ על הדלת גדל וגדל, עד שהדלת הזו נשברת ואז כל המפלצות יוצאות החוצה, כך זה עם הרגשות בתחילה התת מודע הוא מספיק גדול כדי להכיל אותם אבל אחרי שזה מתאסף זה עלול לפרוץ החוצה ולעשות לנו בעיות. רוחניות, נפשיות או בעיות פזיות ממש. אנשים עם דמיון מפותח יכולים להרגיש את מקום כליאת הרגש אפשר: כאשר סוגרים את העיניים וחושבים על אותו הרגש אפשר להרגיש את מקום המועקה לפעמים זה בגרון לפעמים בלב וכיו"ב אותו מקום הוא מועד לפורענות אם לא ישוחרר הרגש.

התיקון דרך נסיבות החיים

מקרה של יתומה שסבא שלה גידל אותה והיה אכזר והפליא בה מכותיו. אותה ילדה גדלה להיות לאם לילדים ונוצרו קשיים בגידול הילדים, הרצון לרצות את הסבא האכזר יצר אצלה תכונת

משתמשים ברגליהם ככלי נשק ובוועטים האחד במשנהו. יען החש בסכנה עלול לבעוט במי שהוא חושב שמהווה סיכון ויכול לפגוע באדם או בחפץ בו הוא בוועט.

פרשת

ראה

הרב משה ארמוני שליט"א

פרשת ראה

מאמר זה הינו המשך למאמר של פרשת עקב וחשוב מאד לקרוא שם כדי להבינו. במאמר זה נמשיך ונבאר את דרכי התיקון של הרגשות הכלואים ונראה איך אפשר לצאת מזה למהלך של העצמה אישית.

קשה לאדם להתמודד עם רגשות חזקים

והרבה פעמים הוא מעדיף להתעלם

לרגל נסיעה ארוכה בחו"ל נעדרתי מהבית לשלושה חודשים, בתי היתה אז כבת חמישה חודשים והיא באה עם אשתי לשדה התעופה לפגוש אותי בחזרתי, כשהבת ראתה אותי, היא היתה קטנה כדי לזהות, ובכל אופן משהו היה מוכר לה מחשבה של "האדם הזה היה פעם בסביבה שלי", התגובה שלה היה לסובב את הראש ולא להסתכל עלי. זוהי תכונה ידועה אצל ילדים, סוג של כעס, איך עזבת אותי? הם אמנם עדין לא מדברים וזוהי הצורה בה הם מבטאים את זה. בדומה לזה גם אצל מבוגרים כשאדם כועס על משהו קשה לו להסתכל בפניו חז"ל אף הזהירו לא להסתכל בפני רשע¹ כשהרגש הוא עוצמתי קשה לשאת את זה, בטח כאשר זה בכלים של תינוק, אבל אצל התינוק זה קל כי הוא זורם, ומהר מאד יחזור לשגרה לעומת זאת ככל שהאדם מתבגר ויש לו יותר שכל ויותר מגירות בתת מודע שצפות עם כל מאורע (כמו שביארנו במאמר הקודם דומה בדומה נפגשים) יותר קשה לו לעבור לסדר היום. ובכל אופן כאשר יש רגש שהוא גדול ממה שהאדם יכול לשאת הוא מעדיף להיות כמו בת-יענה שמטמינה את הראש בחול² ולא להתמודד

¹ אמרו חז"ל (מגילה כח.) שאסור להסתכל בפני אדם רשע ובוהור בפי תצוה (קפב:) שאסור להסתכל פני הכועס.

² ישנו מיתוס הגורס כי היען טומן את ראשו בחול בעת סכנה, במציאות אין זה כך, היען מתכופף בעת סכנה בנסיון להסתיר את עצמו, אך במצב רגיעה בעת שהוא אוכל ייתכן שתהיה אשליה שראשו מוטמן בחול עקב גודלו היחסי הקטן של הראש (מספיקה תלולית קטנה כדי להסתיר את הראש מעיני הצופה, מה שיראה כאילו הראש מוטמן בקרקע).

לעומת זאת, בעיטת היען היא מציאות ולא מיתוס. ליען רגליים גבוהות הן ביחס לרוב בעלי החיים והן באופן יחסי לגודלו והן חזקות יחסית לציפורים היות שהיען לא מעופף ומשמשות בין היתר כהגנה. כאשר זכרים מתקוטטים הם

המפורסמת **אני לא עצבני אלא רק שמעצבנים אותי**. דוגמא אחרת אדם מרגיש חסר ערך ולכן כל הזמן ינסה להראות כמה הוא בעל ערך. חוסר הערך שלו פגע בו רגשית הרבה פעמים ועכשיו התנועה הרגשית שלו תהיה להסתיר את זה שאף אחד לא ידע **בסודות שהאדם מסתיר שם הוא יכול לדעת מה הוא חושב על עצמו**. תנועת הנפש בהווה היא הופכית לרגשות הכלואים.

הרצונות הם הופכיים לתפיסה העצמית שלנו

כל הרצונות שלנו הם אנטייתזה לתפיסה העצמית שלנו אם אדם מאד רוצה להיות עשיר פירוש הדבר שהוא תופס את עצמו עני. אם האדם שואף להיות חכם זה משום שהוא תופס את עצמו טיפש. זאת אומרת הקב"ה נותן לך דרכים לתקן את עצמך דרך הניסיונות והיסורים שהוא מביא עליך, צריך להבין מה מניע אותנו דרך ההסתכלות על הרצונות שלנו ואז להתחיל לתקן את תפיסת החיים העקומה³ שלנו. כל זמן שאדם נמצא בתהליך של קליטה והתקדמות קשה לו להבין את הבעיה בה הוא נמצא, לכן אחת הדרכים לצאת מהתסכולים והבעיות האישיות היא להיות אסרטיביים, פעילים להתעסק בדברים חדשים בתחומי ענין חדשים. כשהאדם הוא צעיר הוא נמצא בתהליך של גדילה אין לו זמן להתעסק במה שקורה לו כי מיד קורה דבר חדש לכן יש מעין "דילול רגשי" כי הוא בתהליך של צמיחה רוחנית אם הוא לא יתן שדומה בדומה יפגשו הוא ימזער את השפעת הרגשות הכלואים על ההווה שלו. אבל אם יקרה משהו שיציף לו את אותם רבדים שהיו לו בעבר פתאום משתנים כללי המשחק. וכשזה מתפרץ זה רומז אתה צריך טיפול!!! אל תצא מהעוה"ז בלי שתתקן אותי!!

אין אסור מתיר עצמו מבית האסורים.

אפילו הרופא הגדול ביותר צריך רופא אחר שיטפל בו. לכן קשה לאדם לטפל בעצמו כי קשה לאדם לראות את הנגיעות של עצמו לפני מספר שנים יצר איתי קשר מחוי"ל אדם שעוסק בפשע אך מצד שני ישנם הלכות שהוא מקפיד עליהם מאד. לא הסתדר לי איך אפשר להיות שומר ברית מצד שני לגנוב ולא להתבייש בכך. זה המקצוע שלו. אבל כשהתבוננתי על כך בעומק חשבתי בליבי זה קורה כמעט לכולם, כי ממה נפשך האם אין את המקרים ההפוכים של אלה שלא שומרים ברית אבל לא יגנובו בשום פנים ואופן, או כאלה שמרשים לעצמם לדבר לשון הרע ולהרוס אנשים אבל מקפידים לשים תפילין גם רש"י גם ר"ת שימושא רבא וראב"ד. צריך חכם או

פרפקציוניסטיות, משמיים היא קיבלה ילד בלי סבלנות לשבת לרגע. כמובן שלפני שמטפלים בילד צריך לטפל באמא!!! בודאי שמן השמים נתנו לה את התיקון דרך הנסיבות של חייה. 40 שנה אחרי ארועי הסבא המכה המועקה עדין אצלה בגרון כשהיא חושבת על כך. הביזיון העולה עדיין שם כלואים בגרון, גוש שחוסם לה את הנשימה. אם לא יפרקו את הרגש בעתיד זה עלול להיפך לבעיה פיזית ממש.

כל עוד לא קורה אירוע דומה שמזכיר נשכחות חיים עם הרגש הכלוא בשלום אבל הוא שם אורב מחכה לרגע כושר שבו האדם יחלש. כאשר עושים סתימת שורש, השן מתה ומתחת לסתימה נכנסים חיידקים ווירוסים שמחכים לשעת כושר. אי אפשר להוציא אותם משם גם עם אנטיביוטיקה כי השן מתה וזה נהפך מקלט אנטומי לאותם חיידקים ווירוסים וברגע שהמערכת החיסון נחלשת הם תוקפים. ברפואה הסינית גם משייכים כל שן לאיבר. כך גם עם הרגשות הכלואים אם אתה לא יפרקו אותם הם מחכים לשעת כושר לפרוץ החוצה.

דרכי הפריקה

קודם כל פריקה פיזית דרך ספורט, כשאדם מפעיל את גופו יש לו יותר כח להתמודד עם הדבר כמו שמזיעים פיזית ועל ידי זה מוציאים את הרעלים מהגוף ומקררים אותו כך צריך גם ל"הזיע" את הרגשות החוצה. הדרך הנוספת היא דיבור עם ה' – התבודדות בו המטופל פורק את הרגשות בדיבור עם ה' תחת הכותרת **אני מדבר אליך כי אינני מבין את ההשגחה**. והדרך השלישית היא דרך כתיבה. העלאת כל הנושאים בדיבור ובכתיבה גורמת לפריקה רגשית ומביאה את האדם לתובנות שלא היה יכול להגיע אליהם ללא העבודה החשובה הזו.

הצפת הרגשות

תחילת העבודה לזהות 3 רגשות כלואים אצל המטופל ואת הגילאים בהם זה קרה. זוהי פריצה לנפש המטופל, ברגע שהוא מתחבר אל הרגשות האלה ומתחיל לדבר אליהם הטיפול מתחיל להתנייע. עבודת בית שלו תהיה לעבוד על שלוש הרגשות האלה ולראות את החיים שלו לאור אותם הרגשות. לדוגמא אני לא ראוי, כעס ועצב. צריך להזכר מתי לאורך חייו הוא נשלט על ידי רגשות אלו. באופן זה רגשות אלו מוצפים למודע ואז אפשר להתחיל בתיקון המצב.

לכל אחד חשוב להסתיר את נקודות החולשה שלו אדם עצבני ישתדל להיראות רגוע. עד ש"נדלק הפתיל" ולפתע ה"חיה" יוצאת כל פעם שהוא כועס הוא צריך להתמודד עם השלכות הכעס לכן התנועה בנפש תהיה לנסות להסתיר את התכונה הזו. לכן גם הוא תמיד יאשים את האחר בתוצאות כמו הבדיחה

³ לכל אחד יש תפיסת חיים עקומה בתחילה כי אין לך מה לתקן לא היית בא לעוה"ז.

וחשבון. הגרוע ביותר כשזה קורה בגיל מבוגר מאד, פתאום אדם רואה לנגד עיניו את פרי עמלו הולך לטמיון. לעיתים אנשים משקיעים כל החיים למטרה מסוימת והכל מתרסק מול עיניהם.

אתערו ניימין דמיכין דשינתא בחוריהון

כותב הזוה"ק (ח"א קסא:) וזת"ד: אתערו ניימין דמיכין דשינתא בחוריהון, ולא ידעי ולא מסתכלן ולא חמאן, אטימין אודנין כבדין דלבא, ניימין ולא ידעין. אורייתא קיימא קמייהו, ולא משגיחין, ולא ידעי במה מסתכלן, חמאן ולא חמאן, אורייתא רמאת קלין, אסתכלו טפשין, פתחו עיינין ותנדעון, לית מאן דישגח, ולית מאן דירכין אודניה, עד מה תהוון בגו חשוכא דרעותייכו, אסתכלו למנדע, ויתגלי לכו נהורא דנהיר. (תרגום: התעוררו ישנים, שהשינה בחוריהם ולא יודעים ולא מסתכלים ולא מתבוננים סתומי אזנים כבדי לב, ישנים ולא יודעים שהם ישנים. והתורה עומדת לפניהם ולא משגיחים בה ולא יודעים במה הם מסתכלים, רואים ולא רואים (את האמת) והתורה מרימה את קולה הסתכלו טפשים פתחו את עייניכם ותדעו, ואין מי שישגיח ואין מי שירכין את אזנו, עד מתי תהיו בחושך של רצונותיכם, הסתכלו לדעת ויתגלה לכם אור המאיר). עכ"ל. הזוהר הקדוש קורא לעיניהם של אלה שלא מתבוננים על האמת חורים. חורים ולא עיניים, כי למרות שהחוטאים חושבים שהם רואים, הם באמת הולכים בחושך, כי באמת הם לא רואים את המציאות לאמיתה. הם רואים את השקר שהם יוצרים בדמיונם. לכן הקב"ה מסובב את נסיבות חיינו כדי שנכיר את האמת⁵, שנבין שאנחנו הולכים בדרך לא נכונה. וכדי לשמר את עקרון הבחירה הוא מנהיג את העולם ברמזים, ומי שלא מבין או גורלו כזה שלא יתכן שיבין (כמו תינוקות במעי אמותם המתים או ילדים קטנים שמתים וכיו"ב) מקבלים אפשרות נוספת דרך הגלגול⁶.

אי אפשר להגיע לאור הפרטי אם לא

עוברים דרך חושך

המבנה הרגשי של האדם כבר נקבע בלידה ירושה גנטית ממחשבות הוריו בעת הזיווג והרגשות הכלואים הם באים כדי להעצים את נקודת התיקון שלו. דהיינו אי אפשר להגיע לאור הפרטי אם לא עוברים דרך חושך. כמו שכותב הזוהר הקדוש (ח"א

דיד נפש שיעורר את האדם לראות את נגעי עצמו שיוכיח אותו על טפשותו.

מדוע עבירות מסוימות מפריעות לאדם

ואחרות לא

הרבה פעמים ראיתי שאדם עובר על עבירה מסוימת, והדבר גורם לו חיבוטי נפש קשים מאידך עבירות אחרות הוא עושה ל"תיאבון" ונראה שאין הדבר משפיע עליו⁴. וצריך להבין מדוע עבירות מסוימות כל כך מפריעות לאדם ואחרות לא?? האריז"ל מסביר בשער הגלגולים כי שמה מונח התיקון שלו ובשביל זה הוא בא לעולם. ולכן כשהוא עובר על המצוה הזו שאותה הוא בא לתקן אזי הדבר גורם לנשמתו יסורים גדולים ולכן הוא מרגיש את זה כל כך חזק. התקשר אלי אדם שרצח שני ילדים כאשר היה בהשפעת סמים, כשהתעורר הוא בכלל לא ידע שהוא עשה את זה ולא רצה להאמין שזה קרה המעשה היה בחו"ל והוא הוכנס לכלא שורץ מוסלמים שונאי ישראל מושבעים. שם בתוך הגיהנם הזה הוא חזר בתשובה, וכך סיפר: יום אחד הוא ראה סרט בטלביזיון ולפתע הבזיקה בו המחשבה איזה דרגה הגעת? ואז אמר לעצמו רצחת אנשים ואתה עוד מעז להסתכל על דברים כאלה? לדבריו הוא תפס את הטלוויזיה ושבר אותה. באותו רגע חזר בתשובה שלימה. גידל פאות ונמצא בתוך הכלא מוקף בשונאי ישראל וקיבל על עצמו את הדין באהבה. אני מניח שיהיו כאלה שיגידו שזה מגיע לו וכו' אבל לא בזה עסקינן הוא סיפר כמה שרמזו לו מהשמיים להשתנות וזה לא עזר, הוא עבד בעבודה שהצריכה אותו להיות ער 18 שעות ואז התחיל לקחת סמים והסוף היה קשה מאד. עד האירוע ההוא שזיעזע את אמות הסיפים שלו, שיבין שיותר נמוך מזה אי אפשר לרדת. לכל אחד מאיתנו יש את הסף שלו שזיעזע אותו זה לא חייב להיות כל כך נמוך!! כל מה שקורה לנו היסורים והקשיים זה כדי שנתעורר כי אם לא, נקבל "בומבה" יותר חזקה עד שסוף סוף נתעורר. יש המתעוררים מדברים קטנים, וככל שאדם הוא יותר צדיק הוא יותר רגיש כי הוא יודע שהכל זה השגחה פרטית, וכל דעביד רחמנא לטב עביד. איך מזהים אדם עם רמה רוחנית גבוהה?? כל דבר שקורה להם הם מחפשים את הסיבה ומה הקב"ה רוצה מהם ומה הם צריכים ללמוד מזה. אם אדם חי במודעות שכל דבר קטן או גדול בא לרמוז לו על עצמו, זוהי הדרך להתעלות ברוחניות. לעומתם אנשי המקרה שכל הזמן אומרים מקרה, קרה, ח"ו עלולים להגיע למקרה מכונן קשה שיגרום להם לעצור ולחשוב ובסוף כולם מגיעים לרגע המות שם צריך לתת דין

5 וממותק הדבר עפ"י מש"כ בספר החיים (חלק סליחה ומחילה) וז"ל: בא וראה שלא כמדת בשר ודם, מדת הקדוש ברוך הוא. מדת בשר ודם, אם יש לו שום שונא, אז כל מחשבתו להחליש את כחו, כדי להפילו, וכל שכן שאינו מלמדו להועיל לו. והקדוש ברוך הוא - שונא את חוטא זה ואף על פי כן הוא נותן עז ותעצומות ומלמדו האיק יכול להמלט מידו, שנאמר "ויהי נתן קולו לפני חילו וגו' כי עצום מחנהו", ופירשו רבותינו ז"ל, שמעצים כחן של ישראל.

6 כמ"ש בזוה"ק (ח"א קפו): וז"ל: וכל זמנא דבר נש לא יצלח בהאי עלמא, קב"ה עקר ליה ונטע ליה בכמה זמנין כמלקדמין.

⁴ רק נראה כמובן, כי כשהאדם עושה מה שהתורה צייתה לא לעשות בודאי שהדבר עושה רושם שלילי בנפשו.

ברכנו אמר להם יהי רצון שתהא מורא שמים עליכם כמורא בשר ודם אמרו לו תלמידיו עד כאן אמר להם ולואי תדעו כשאדם עובר עבירה אומר שלא יראני אדם. עכ"ל. ועל אותה הדרך כשלאדם יש מורא או חרדה או בושה מפני בשר ודם הוא צריך להשליך את הכל על מלך מלכי המלכים. ממנו לירא ממנו לחרוד ממנו להתבייש! החשבון צריך לעשות בינך לבין הקב"ה. כל היתר ניסיונות, להגיע לאמת. במהלך חיי האדם הקב"ה מעורר אצלו רגשות דרך הניסיונות. במקרה של אותו זמר הוא יכול להצליח מאד עם השירה, שירים רוחניים יכולים לזכות הרבה אנשים. מצד שני הסטרא אחרא רוצה את שלה פרסום גאווה וכו' יכולים להוריד את האדם לקליפה. באים אותם עיכובים ואותם חרדות לרמוז לו אכן יש מה לפחד אבל אם תיקח את הבחינה הזו לקב"ה תוכל לעשות זיכוי רבים גדול ואם לא עדיף שתפחד כי הפרסום וכו' יהיה רק לרועץ.

רגש כלוא ניתן לשיחזור

רגש כלוא אינו סתם כלוא הוא שם בשביל שיהיה ניתן לשיחזור. לדוגמא אם אתה כועס על מישהו ואתה פוגש אותו אתה צריך לשיחזור את סיבת הכעס שהרי לפעמים זהו אדם שמצוה לשנוא אותו ככל שהרגש הזה יותר בעוצמה הוא נמצא ב"מגירת שלפיה" כדי שיהיה ניתן להשתמש בו. 3000 שנה עברו מאז ראינו עמלק רשמי כשיבוא המשיח צריכים לכעוס עליו כמו שהתורה ציוותה (שמות יז) "קָתַב זֶאת זְכָרוֹן בְּסֵפֶר וְשִׁים בְּאָזְנֵי יְהוֹשֻׁעַ כִּי מַחֵה אֶמְחָה אֶת זְכָר עַמְלֶק מִיַּתַּחַת הַשָּׁמַיִם: ... וַיֹּאמֶר כִּי יָד עַל כָּס יְהִי מִלְחָמָה לַיהוָה בְּעַמְלֶק מִדֶּר דֶּרִי." **רגש זמין פירושו שחשוב לפתור את הבעיה.**

רגש כלוא דומה לגידול

רגש כלוא דומה לגידול סרטני. הגידול בעצמו אינו הבעיה הגוף מייצר סביב התאים הממאירים תאים בריאים שמקיפים אותם כדי שהם לא יצאו ויפגעו בגוף. התפיסה הרפואית הקונבנציונאלית גורסת צריך לאבחן לוקחים מחט ומנסים להוציא חתיכה מבפנים. כשנכנסים פנימה אפשר לאבחן אך יתכן ותאים ממאירים יכנסו לזרם הדם וינבטו במקום אחר. כל עוד זה כלוא במקום שלו זה לא מזיק כשהוא מתחיל לנדוד זה גרורתי באותו האופן עם הרגשות הכלואים כל עוד הם במקום מסוים זה לא כל כך מפריע לנו ברגע שזה מוצף זה מתפרץ.

ההמשך בשבוע הבא.....

לב) וזת"ד: במאי אתפרשאן לאשתמודעא בין נהורא ובין חשוכא, מתפרשן דרגין, ותרוייהו כחד הוו, דהא לית נהורא אלא בחשוכא, ולית חשוכא אלא בנהורא, ואע"ג דאינון חד, אתפרשן בגוונין, ועם כל דא אינון חד, דכתיב יום אחד (תרגום: במה נבדלים להכיר בין האור לחושך, הם נבדלים במדרגתם ועם כל זה הם נחשבים לאחד (כי החושך הוא חוסר אור והוא מגלה את האור) כי אין האור ניכר אלא בחושך ואין החושך ניכר אלא באור ואף על פי שהם אחד הם נבדלים בגווניהם ועם כל זה הם אחד שכתוב יום אחד כי היום והלילה ביחד הם יום).

יהי רצון שתהא מורא שמים עליכם כמורא בשר ודם

בדרך העבודה נותנים למטופל לרדת לתוך החושך שלו לתוך השחור, לתוך הרע ביותר, להעמיד מול עיניו את הרגשות הכלואים שלו ושם בתוך החושך צריך לראות את נקודת האור, זוהי נקודת הצמיחה, משם לוקחים את האור הזה וממלאים איתו בדמיון את הראש עד שהאור הזה לוחץ מבפנים את העיניים והאוזניים והפה והאף ואז הוא מתחיל לאט לאט בדמיון המטופל לרדת בגוף עד שמגיע למקום המועקה הכלואה ומפוצץ אותה. הרבה פעמים אפשר לראות במקום הקלה מיידית. הגיע אלי זמר כשרוני שמספר שכשהוא שר הוא שוכח את העולם, אבל כשמתקשרים אליו לבוא לראיון הלב שלו דופק והוא נכנס לחרדות עד כדי כך שהוא לא רוצה להגיע. אך כשהוא מתחיל הוא זורם ומצליח. בבדיקת הרגשות הכלואים עלה רגש "אני לא ראוי" בגיל 18, הסתבר שהוא השתתף בתחרות זמר ולא הצליח וצחקו עליו ומאז כל פעם שבוחנים אותו הוא באימה וחרדה שמא הוא לא ראוי. מה גורם לנו לעשות דין וחשבון לבני אדם שהיום פה ומחר בקבר? ולא לעשות חשבון לקב"ה שדינו דין עולם? וכבר הקדימנו רבן יוחנן בן זכאי כמ"ש (ברכות כח:): וז"ל: וכשחלה רבי יוחנן בן זכאי נכנסו תלמידיו לבקרו כיון שראה אותם התחיל לבכות אמרו לו תלמידיו נר ישראל עמוד הימיני פטיש החזק מפני מה אתה בוכה אמר להם אילו לפני מלך בשר ודם היו מוליכין אותי שהיום כאן ומחר בקבר שאם כועס עלי אין כעסו כעס עולם ואם אוסרני אין איסורו איסור עולם ואם ממיתני אין מיתתו מיתת עולם ואני יכול לפייסו בדברים ולשחדו בממון אף על פי כן הייתי בוכה ועכשיו שמוליכים אותי לפני מלך מלכי המלכים הקדוש ברוך הוא שהוא חי וקיים לעולם ולעולמי עולמים שאם כועס עלי כעסו כעס עולם ואם אוסרני איסורו איסור עולם ואם ממיתני מיתתו מיתת עולם ואני יכול לפייסו בדברים ולא לשחדו בממון ולא עוד אלא שיש לפני שני דרכים אחת של גן עדן ואחת של גיהנם ואיני יודע באיזו מוליכים אותי ולא אבכה אמרו לו רבינו

"ישא מדברותיך"

ערך וכתב:

הרב **ישראל שלום אליהו ברדא** שליט"א

פרשת ראה

דברים פרק ט"ו:

(ו) **כִּי יִהְיֶה אֲלֵהֶיךָ בְּרִכְךָ כַּאֲשֶׁר דָּבַר לְךָ וְהֶעֱבַטָה גוֹיִם רַבִּים וְאַתָּה לֹא תִעָבֵט וּמִשְׁלַתָּ בְּגוֹיִם רַבִּים וּבְךָ לֹא יִמְשְׁלוּ:**
 (ז) **כִּי יִהְיֶה בְּךָ אֲבִיוֹן מֵאֶחָד אֶחָיִךְ בְּאֶרֶץ אֲשֶׁר יִהְיֶה אֲלֵהֶיךָ נִתַּן לְךָ לֹא תֵאמָץ אֶת לִבְבְּךָ וְלֹא תִקְפָּץ אֶת יָדְךָ מֵאֶחָיִךְ הָאֲבִיוֹן:**
 (ח) **כִּי פָתַח תִּפְתַּח אֶת יָדְךָ לוֹ וְהֶעֱבַט תִּעֲבִיטֵנּוּ דַּי מִחֲסָרוֹ אֲשֶׁר יִחְסַר לוֹ (ג') פַּעֲמִים כַּיִּי בְּגִימַטְרִיָּא צ'דק-צ'דקה-צ'דיק, ב' פַּעֲמִים בִּיד"ךְ בְּגִימַטְרִיָּא חִי"ם):**
 (ט) **הִשְׁמַר לְךָ פֶּן יִהְיֶה דָבָר עִם לִבְבְּךָ בְּלִיעַל לְאִמֹר קִרְבָּה שְׁנַת הַשְּׁבַע שְׁנַת הַשְּׁמִטָּה וְרָעָה עֵינֶךָ בְּאֶחָיִךְ הָאֲבִיוֹן וְלֹא תִתֵּן לוֹ וְקָרָא עֲלֶיךָ אֵל יִהְיֶה וְהָיָה בְּךָ חֲטָא:**
 (י) **נִתַּן וְתִתֵּן לוֹ וְלֹא יִרַע לִבְבְּךָ בְּתִתֵּן לוֹ כִּי בְּגַלְל הַדָּבָר הִזָּה יִבְרַכְךָ יִהְיֶה אֲלֵהֶיךָ בְּכָל מַעֲשֶׂיךָ וּבְכָל מַשְׁלַח יָדְךָ:**
 (יא) **כִּי לֹא יִחְדַּל אֲבִיוֹן מִקְרָב הָאֶרֶץ עַל כֵּן אֲנֹכִי מִצְוֶנְךָ לְאִמֹר פָּתַח תִּפְתַּח אֶת יָדְךָ לְאֶחָיִךְ לַעֲנִיךָ וְלֹאֲבִינְךָ בְּאֶרֶץ:**

משלי פרק י"ט:

(יז) **מְלֹנָה יִהְיֶה חוֹנֵן דָּל וְגִמְלוֹ יִשְׁלָם:**

משלי פרק כ"ב:

(כב) **אֵל תִּגְזֹל דָּל כִּי דָל הוּא:**

כוונות מעשה הצדקה

תיקון שם בוכ"ץ בגימטרייא לתת צדקה עם יד"ך בשביל ד"ל, כי יש י"ך פרקים בחמש אצבעות עם כ"ף יד פשוטה, ואז הוא פותח את יד"ך, והיא סגולה בדוקה לפרנסה על ידי מעשר כספים, "עשר בשביל שתתעשר"	על ידי נתינת צדקה עוזר דלים לשכינה, כי מלוח ה' חונן דל , כאילו הלווה להקב"ה שאינו נשאר חייב, ואומר: "לוי עלי ואני פורע"....!! צדק (יסוד) ה'- מלכות השכינה	כשאומרים בתפילה: ואתה מושל בכל ובידך כוח וגבורה תכוון לשם בוכ"ץ , ואז תגלה שם זה בפועל להשפיע שפע טובה וברכה, והוא ייחוד שם הוי"ה: כסף-ג', ה' אצבעות-ה', פרק היד-ו', קופת צדקה- ה', ב' מטבעות צירי מטבע ג' סגול	וצדקה תציל ממות, כי שנות חיים אבינה בגימטרייא אל תגזול ד"ל כי ד"ל הוא, ואם יד"ך חוננת ד"ל - אורד ימים ושנות חיים ושלום יוסיפו לך, " הנותן על מנת שיחיה צדיק גמור!!"	וגם חיים בגימטרייא של יד"ך של הנותן, עם יד"ך של המקבל, כי יותר ממה שהעשיר עושה עם העני, עושה העני עם העשיר! ולכן פתוח תפתח את יד"ך פעמיים, כדי לזכות ל- חיים - ל"ו ל"ב- חכ"ם- אהי"ה יהי"ה אהי"ה	ד"וי מחסורו אשר יחסר לו- להשלים את שם בוכ"ץ על יד"ך , כי בגלל הדבר הזה יברכך ה' אלהיך בכל מעשיך ובכל משלח יד"ך , חיים- חי יסוד מלכות	שם בוכ"ץ יוצא מאותן אותיות אחרי שם אהי"ה , ויורד מן הבינה אל המלכות הדלה עם ל"ד אותיות ומילוי המילוי של שם אדנ"י- מקימי מעפר דל	ל"ד אותיות מילוי המילוי שם אדנ"י , הוא כזה: אל"ף למ"ד פ"ה , דל"ת למ"ד ת"ו , נו"ן וי"ן נו"ן , יח"ד וי"ן דל"ת- והם ל"ד אותיות של מלכות דלה	בוכ"ץ בגימטרייא דל על גלות בבל שבעים שנה כנגד שבעים אורות כלולים מעשר, והיא שיעור קומת המלכות: "אורד היריעה שלשים באמה ורוחב ארבע באמה", מקימי מעפר דל לעשותה עם הכולל אל"ד	"וחטאיך בצדקה פרוק", והיא כנגד מילוי אות יו"ד, כשכתפיל את ו'- ד' פעמים יצא כ"ד, ועם י' הרי ל"ד, ועם הכולל הוא אגל"א- אל"ד בלידת זעיר אנפין עד היסוד להשפיע למלכות השכינה	בוכ"ץ בבינה בגימטרייא גאל בגבורת זעיר אנפין, כי הוי"ה כגבור יצא, כי בו- כ"ו, והוא בגימטרייא אהי"ה אחד , ופעמיים דל עם הכולל בגימטרייא אביון , אבינה בבנים נער חסר לב, ואם לו לב יזכה להיות חכם חיים
--	---	---	--	--	---	---	--	---	--	---