

אדר השבת

מייל המערכת

(לתגובות, הערות, הארות וסיפורים):

alon7148454@gmail.com

...

טלפון: 052-7148454

...

פקס: 08-9941870

מוקדש לע"נ מור אבי רבי משה אלפסי בן עישה ז"ל

דיון הלכתי בשולחן השבת

משולחנם של גדולי ישראל

סוכן ביטוח ששכח לבטח

שאלה: הזמנתי מסוכן ביטוח פוליסת צד ג' לרכב ושילמתי עליה, לאחר זמן כשפגעתי ברכב אחר התברר לי שהוא שכח לבטח אותי, ונותרתי ללא פוליסה, האם הוא חייב לשלם את הנזק?
שאלה מעין זו כבר נידונה בבית הדין לעניין סוכן ביטוח שקיבל כסף מהלקוח שלו על מנת שיבטח את דירתו ושכח לעשות זאת, ולאחר שפרצה שריפה בדירה התברר שאינו מבטח.
יסוד העניין, כי הנה מצינו בפוסקים ששומר שפשע בשמירתו והרכוש ניזוק, חייב לשלם אפילו על נזק שנגרם ב'גרמא'.
לא זו בלבד, אף אם שכח לבצע את התפקיד שהוטל עליו או שלא שמר כראוי והרכוש ניזוק, הרי זה כאילו פשע וחייב בתשלום הנזק, ואף בנזק 'גרמא'.
יש שרצה לטעון, שדין סוכן ביטוח כשומר משום שתפקידו לשמור על כספי המבוטח, וממילא אילו פשע חייב. אולם יש שטענו, שסוכן ביטוח אינו כשומר אלא נחשב כעובד של חברת הביטוח, ולכן ייפטר בדיני אדם.
אמנם בעל הפתחי חושן זצ"ל הסתפק בדינו, משום שאפשר לומר שכיון שסוכן הביטוח נוטל אחוזים מתשלום הלקוח הוא נחשב כשלוחו ויתחייב, אך לבסוף הסיק שאי אפשר להוציא ממנו ממון על פי סברא זו.
(הרב אלחנן רבינסקי)



תפילת הגר"ש פינקוס לחג השבועות

יהודי אשר כהן השבועות יצמוד לפני בורא העולם ויאמר לו כך:

"רבונו של עולם רצוני לקבל עלי על תורה, אך סוף סוף הנני מגביל עצמי היצחק" ד הגדול הנמצא בתוכי. ומבקש אני ממך, אפוא, שתורוממני למדרגת מתמיד אמת, שתקיע באמת בלמוד התורה וקיום מצוותיה, ושתכל רגלי העולם הזה לא יענינו אותי כלל. דבר זה הנני מבקש ממך מן הנה ענג ורצון"

• מבט לפרשה •

"ויחננו בני ישראל איש על מחנהו ואיש על דגלו לצבאותם"

מסופר על כפרי אחד מסביבות פרמישלאן, שהיה חוכר את המחלבה מאדון הכפר ומזה התפרנס, פעם אחת התעקש האדון ולא רצה להחכיר עוד את המחלבה ליהודי. נסע האיש לפרמישלאן, ניגש לרבי מאיר וסח את דאגתו, בכה והתחנן לפניו שיתפלל בעדו לה', ולאחר מכן נשאר לשבות שם את השבת. מנהגו של ר' מאיר היה, שהוא בעצמו סידר את סדר השולחן, ואפילו מי שיזמר את הזמירות היה לפי פקודתו. והנה בשבת זו התחיל הצדיק בעצמו לזמר בתוך הסעודה את הזמר "כל מקדש שביעי", וכשהגיע לתיבות "שכרו הרבה מאוד על פי פעלו, איש על מחנהו ואיש על דגלו", אמר כך: "שכרו של השומר שבת הרבה מאוד", ומהו שכרו? "על פי פעלו" כמו שהוא גוזר בפיו כך פועלים בשמים, וכמאמר חכמינו "צדיק גוזר והקב"ה מקיים".

לאחר מכן פנה ר' מאיר לאנשים העומדים סביבו ואמר: מה אתם אומרים, מאיר'ל משמר שבת קודש כהלכתו? הן הן השיבו כולם. ואם כן אמר שוב הצדיק מכיון שמאיר'ל מקיים שבת קודש כהלכתו, הרי הוא גוזר ואומר: "איש על מחנהו ואיש על דגלו", ששום איש לא יזוז ממקומו. ר' מאיר נתכוון בזה לאותו חוכר המחלבה, אך שום איש מהמסובים לא הבין את כוונתו, ולא ידע על מי סובבים הדברים. וגם החוכר בעצמו שהיה איש פשוט, לא הבין שעליו רומזים דברי הצדיק.

באותו הזמן נפל פתאום ברחוב בעל המחלבה ולא היה יכול ללכת לביתו, והוכרחו לנשאו ביד עבדיו, שלחו אחרי רופאים והם אמרו שאין תרופה למכתו. בתוך כך נצנץ רעיון במוחו של האדון: אולי בא לי עונש זה על שרציתי לנשל את היהודי מפרנסתו, מיד שלח לקרוא אליו את היהודי, אבל היהודי היה אז אצל הצדיק בפרמישלאן, לפיכך הוצרך להמתין האדון עד שובו, ושלח אחריו ואמר לו שהוא מוחל לו גם את דמי השכירות ונותן לו את העסק בחינם. ובזכות זה תיכף נתרפא האדון.

"וידבר ה' אל משה במדבר סיני"

מבאר רש"י: מתוך חיבתן לפניו מונה אותם כל שעה.

יש להבין- שאל הצדיק רבי יחזקאל מקוזמיר- האם כל ישראל היו חביבים לפני המקום באותה הדרגה והרי היו בהם גם הדיוטות ועמי הארץ?
אלא- תירץ הרבי- הדבר מובן על פי המשנה במסכת אבות (פרק ד' משנה ג') שם נאמר אין לך אדם שאין לו שעה כל אדם ואפילו הפחות שבישראל יש לו שעה בה הוא מתעלה למדרגות גבוהות!

זה גם הביאור בדברי רש"י מתוך חיבתן לפניו מונה אותם כל שעה דהיינו הקב"ה מונה אותם לפני השעה המעולה שבכול אחד ואחד ועל ידי כן כולם חביבים בעיניו באותה מידה!

אספרה

סיפור לשולחן שבת

דמעות בסוף הסדר

שבחור יושב ליד הסטנדר ולהבות אש התורה לא מתפרצות, אין איש שיכול לחוות את מה שמתחולל בתוך ראשו | סיפור מרגש לשבועות

אשר את ערכן אין לשער.
 "לאחר תקופה התרחש הפלא הגדול. התחלנו להספיק במהלך הלימוד 15 שורות גמרא, 20 שורות ועוד, פתאום הגמרא נראתה ברורה ומובנת, אור חדש נשפך על דברי האמוראים הקדושים, והדברים האירו באור יקרות. בהדרגה התעלנו במהלך הלימוד, התקדמנו לפירושי התוס'. בתחילה למדנו את דברי התוס' הקצרים והקלים, לאחמ"כ עלינו שלב ועסקנו בדברי התוס' הקשים יותר להבנה.

כך במשך תקופה פעלו דמעותיו של הבחור ופתחו שלו שערי חכמה, שערי בינה, שערי דעת והשכל. הוא עלה ונתעלה בלימוד הגמ', עם הזמן אף רכש את הרגלי החשיבה הנכונים, בנוסף התלמד כיצד לסדר את הדברים ולהגיש בצורה בהירה וברורה, עד שברבות הימים הפך למגיד שיעור נערץ, אשר כל השומעו מתענג על מבועי התורה שאין להם סוף, ועל הסדר המופתי של הדברים כמגדל בני לתלפיות".
 עד כאן סיפור המעשה, כפי שסיפר האדם שלמד עמו במהלך התקופה הראשונה בישיבה. נשוב למחבר הספר אשר מצטט את הסיפור הנ"ל, ומוסיף את המילים הבאות:

"מאז התפעלתי והתרגשתי מהסיפור, קשה היה לי להאמין שהגאון העצום המפליא בהיקף ידיעותיו, ועומק סברותיו בתחילת דרכו בלימוד הגמרא -- לא ידע כלום! הלא דבר הוא. עובדה זו נראתה לי תמוהה, חיפשתי את ההזדמנות לבדור אצל אותו ר"מ את סיפור המעשה, וזו לא אחרה לבוא.

"באחד הימים לאחר שסיים הרב את החבורה, התלוויתי אליו ושאלתי: האם אפשר לשאול את הרב שאלה? הרב סבור היה כי מדובר בשאלה הנוגעת לנושא הנלמד. 'בוא', כך ענה. התנצלתי והבהרתי כי כוונתי לשאלה שאיננה קשורה ללימוד עצמו, ויתכן כי יש בתשובתה פן אישי על כך השיב: 'תשאל, ואם יתאפשר נענה'...

"אזרתי אומץ ושאלתי: האם זה נכון שבתחילה - כשהרב נכנס לישיבה, ההספק היומי עמד על פחות מ-10 שורות גמרא? הוא חיך ואישר את הדברים. הוספתי: האם זה נכון שהרב היה נשאר לאחר הסדר כמחצית השעה וחוזר על הגמרא ודברי רש"י שוב? - 'כן!' הוספתי: האם זה נכון שהרב חזר הרבה פעמים על הקטע הקצר ונוכח לראות שהוא איננו זוכר מאומה? הוא הנהן בראשו וניכר היה על פניו כיצד צפות להן תמונות מן העבר בזכרונו. העזתי והמשכתי לשאול: האם עד כדי כך, שהרב היה... כאן רק סימנתי ביד על העין כעין דמעות יורדות... והוא מהנהן בראשו ואומר לי: 'כן, כן, כן היה'..."

הגאון רבי ישראל אליהו וינטרוב צ"ל כתב לבנו (קיץ תשמ"ח):

"בס"ד, עש"ק, לבני יקרי חמדת לבבי ר'... שליט"א שלום וברכה. בליל ש"ק, בדברנו יחד על אודות הצלחתי בנעוריי, אמרת: 'מסתמא היה לאבא ראש טוב, ותלית הכל בזה...' אבל דע לך האמת, כי לא זהו סיבת הצלחתי כלל. בנעוריי שפכתי הרבה דמעות לזכות לד' דברים, שהם: יראת שמים, תשובה, התמדה בתורה בכל מצבי, ודביקות בה' לשמה. ואחרי הרבה תחנונים נפתחו השמים... ואראה אלוקים בלימודי ועבודתי, וכאן היה כל סוד הצלחתי."

את הסיפור הבא העלה הרב אליהו גדליץ ולקראת חג השבועות יש בו לחזק את ציבור הקוראים.

מעשה היה במגיד שיעור באחת הישיבות הגדולות המפורסמות, אשר נודע בכוח הסברתו לבאר ולהאיר לחדד ולהבהיר. שיעוריו קנו להם שם של בהירות מיוחדת ושומעיו היו מרגישים מידי יום את עריבות ומתיקות טוב התורה. אף אני נמנית על שומעי לקחו. השיעור היומי כמו גם החבורה השבועית של אותו ר"מ היו נמעין בלתי פוסק של חידושים וביאורים בכל מכמני התורה ורזיה. אוצרותיה של התורה הקדושה נפרשו באותם רגעים אל מול שומעי השיעור והיו הדברים שמחים ומאירים כנתינתם מסיני.

קשה היה להאמין כי הר"מ הנערץ, בעברו היה רחוק מאד מכל שיג ושיח הנוגע לדף גמרא, ואף לימוד שורה אחת עלה לו במאמצים מרובים. כיצד הכל התחיל את סיפור עלייתו של המגיד שיעור המיוחד, שמעתי ממי שהיה חברותא שלו בזמן שהגיע לישיבה, וכך סיפר:

"ביקשו ממני ללמוד עם בחור חדש שהגיע מדרום אפריקה. הסכמתי ללמוד עימו סדר ג'. האמת, היה לי קשה מאד. היינו יושבים מתחילת הסדר ועד סופו, כשעתיים ומחצה, ובמשך כל הסדר היינו מספיקים בקושי עשר שורות גמרא ורש"י. הוא פשוט לא היה מבין כלום, בקושי דיבר עברית, שפת הגמרא לא היתה מוכרת לו כלל ועיקר, הרקע ממנו בא כמו גם הסביבה הזרה והחדשה, רק הוסיף להשיי הלימוד וההבנה. מיד כשהגיעה השעה 23:00 לא היה מסתיים הסדר הייתי קם והולך, כבר לא נותר בי כח - להמשיך עימו מגודל המאמץ, ואילו אותו בחור היה נשאר במקומו כמחצית השעה או יותר על מנת לחזור על מה שלמדנו.

"יום אחד לאחר שסיימנו את הלימוד, קמתי לדרכי, התרחקתי קמעה ממקומי הקבוע והבטתי מרחוק על הבחור. לרגע היה נדמה לי כי הוא חוזר על תלמודו, אך כשהמשכתי להתבונן הבחנתי שאיננו לומד, יתכן כי אצבעו אמנם מונחת על דברי רש"י אבל הוא אינו לומד הוא בוכה... - דמעות חמות זלגו על לחיו, הבכי היה חרישי אך ניכר היה כי בלבו פנימה מתחוללת סערה של ממש.

"דאגתי לשלומי, בצעדים מהירים מיהרתי למקומו ושאלתי: חיים קרה משהו? מדוע אתה בוכה? - הוא לא ענה. הוספתי ובידורתי: יתכן שסיבת הבכי קשורה אלי? חיים נענע לי בראשו לאות לאו. חשבתי לתומי, אולי הגעגועים לביתו המרוחק, אולי תנאי הישיבה וכדו' הם אשר גרמו לו לסערת הלב ולבכי הבלתי נשלט. פניתי אליו והצעתי את עזרתי בכל תחום שביקש.

"חיים הביט בי בעיניים מצועפות, מבטו קלט את הדאגה הכנה לשלומי ואת הרצון האמיתי לסייע לו, הוא שאף אייר מלוא ריאנותו והשיב בקול שבור: איך אוכל שלא לבכות. 'לא די שבקושי אני מבין את הלימוד, עתה לאחר מספר שעות של לימוד אני חוזר על כל מה שלמדתי עכשיו, ואני מגלה כי אינני זוכר כלל. האוכל שלא לבכות?'

"נסייתי לעודדו במילים פשוטות. אל תצטער, בעז"ה תמשיך ותתמיד, אט אט ה' יעזור תבין יותר ותזכור יותר. נפרדת ממנו בכאב והתפללתי להשי"ת להצלחתו המהירה בלימוד. הבכי חזר על עצמו מידי ערב, הדמעות החמות הציפו את כאב הלב על חסרון ההבנה וידיעת התורה. השאיפה הטהורה 'והאר עינינו בתורתך' מצאה מסילות מן הלב אל העין, בדמותן של דמעות יקרות

חיים של תורה

הרב שמשון רפאל הירש היה מזכיר בכל הזדמנות, התורה לא ניתנה לנו בנפרד מחיי היומיום, אלא כחלק מהותי של חיינו הפשוטים והגשמיים. מאמר לחג השבועות

קוראים יקרים!

חג השבועות שונה משאר ימים טובים בדרך מפתיעה. בניגוד לשאר ימים טובים, בהם הגמרא מביאה מחלוקת ביחס לדרך הנכונה לחגוג את היום, לעניין שבועות אין ספק שלפחות חלק מהיום צריך להיות מיוחד לעינוגים גשמיים: "בעצרת כולם מודים דבעינן נמי לכס" (פסחים סח, ב).

אמרת חז"ל זו נוגדת את האינטואיציה. הרי דווקא בשבועות, ביום בו אנו מציינים את מתן תורה, היה נראה מתאים להקדיש את היום כולו לתורה ולתפילה - לעבודת השם.

שהתחדשה בתורה? למה דווקא כאן נתייחד היום להיות "חצי לכס"?

התשובה לשאלה זו גלומה בתוך דברי הברייתא: "גדולה תורה שנותנת חיים לעושיה בעולם הזה ובעולם הבא" (אבות ו, ז). גדולתה של תורה היא שהיא נותנת חיים לאדם לא רק בעולם הבא - מה שנכון ביחס לכל המצוות - אלא גם בעולם הזה. תורה נקראת "תורה חיים" - "עץ חיים היא למחזיקים בה". התורה היא עצמה חיים, כיון שהיא מגדירה לא רק "פולחן דתי", אלא דרך חיים שחובקת את כל פניות חיי האדם.

כפי שהרב שמשון רפאל הירש מזכיר בכל הזדמנות, התורה לא ניתנה לנו בנפרד מחיי היומיום, אלא כחלק מהותי של חיינו הפשוטים והגשמיים.

כשאנו אוכלים, אנו אוכלים עם התורה; כשישנים, ישנים עם התורה וכשהולכים לעבודה, עובדים עם התורה. הרעיון של 24/7 אינו מצוי בדרך כלל בלקסיקון הדתי, אבל ביחס לתורה הוא בהחלט מתאים:

אין רגע ביום או בלילה שיהודי חי בנפרד מהתורה. מסיבה זו, בשבועות, יום מתן תורה, עלינו לעבוד את השם לא רק בדרך פולחן, אלא אף בדרך של הנאה גשמית. עלינו לגלות שהתורה חודרת לא רק לרובד של מצוות ועבודה, אלא אף לכל פניות חיים, לכל המעשים הפשוטים והגשמיים שבני האדם נדרשים לעשות. בשבועות, וכך בשנה כולה, אנו נדרשים לחיות חיי תורה.

כאשר ניתנה תורה לישראל הגמרא מלמדת שנשמות ישראל עזבו את גופותיהם. רק על-ידי שהוריד הקב"ה "טל של תחיית המתים" זכו העם לחיות שוב. אם תורה היא סם החיים, איך ייתכן שהתורה הביאו בעטיה דווקא מיתה?

ייתכן שהתשובה לכך היא שהעם היה צריך לגווע ולמות, ושוב להיוולד מחדש. החיים שלנו - חיים ארציים ואנושיים - לא יכולים להיות אותם חיים לאחר התורה שפי שהיו קודם התורה. כל העם היה צריך למות, ולהיוולד מחדש. אלו שחיים שאנו חיים: "וחיי עולם נטע בתוכנו".

הלוואי שהתורה תחדור לכל רובדי חיינו, במלוא המובן. ויה"ר שכל אחד מאתנו יזכה לחלקו בתורה, כאיש אחד בלב אחד.

חג שבועות מלא תורה וכך יהיה שמח!!

ובברכת יגדיל תורה ויאדיר

מידה כנגד גבינה

החשש מהאכלת בשר וחלב מאות תלמידי הישיבה, התבררה כלא נכונה בזכות נס אחד ממרומים. - הרב חיים זאיד בסיפור לשבועות

חג השבועות הוא לא רק חג מתן תורתנו הקדושה, אלא הרבה מעבר לכך. יום גדול וקדוש זה, הוא יום מסוגל לאין שיעור ולאין ערך. אדם שיודע לנצל את היום הזה לבקשותיו, לצרכיו ולצרכי בני ביתו יראה ניסים לנגד עיניו באופן נגלה ובאופן נסתר.

מהסיפור הבא, אני בטוח שבע"ה נלמד יחד מהו הכח של חג השבועות, שאך עתה יצאנו ממנו עם הרבה מאוד טעם של קדושה ויראת השם.

ערב חג שבועות דאשתקד צלצלה אליי אשה יקרה וסיפרה לי שהיא עתידה לעבור מיד לאחר חג השבועות ניתוח מסובך ביותר. בכדי להרבות זכויות להצלחת הניתוח היא מעוניינת להכין ולשלוח לישיבה שלנו עוגות עבור עמלי התורה השוקדים לילה שלם על לימוד התורה הקדושה.

"הישיבה שלנו מונה למעלה מ-100 בחורים וזו עבודה מרובה. אני לא מאמין שיהיה לך כח לדאוג לכלל הבחורים", אמרתי לה. אבל היא התעקשה - "אל תדאג הרב זאיד", אמרה לי. "בעזרת ה' אני אדאג לכלל הבחורים ואכין את כל מה שצריך עבור הצדיקים הללו".

ואכן היא עמלה קרוב לשבוע שלם לפני שבועות והכינה כמויות אדירות של עוגות לכבודה של תורה, והכל בעין יפה, טעים ובשפע בלתי יתואר שהספיק לכלל בני הישיבה ועוד נותרה כמות גדולה בסייעתא דשמיא.

אצלנו בישיבה יש מנהג יפה מאוד, שבליל שבועות בכל שעה עגולה שרים שירים מענייני התורה הקדושה. חלק מהמנהג הוא שמדי אחרי שמסיימים לשיר מישהו מסתובב עם עוגיות, פירות ושתייה ומחלק לכלל הבחורים. כך כולם נותרים בתוך בית המדרש כל הלילה מבלי צורך לצאת ולחפש מה יש בחוץ...

בשעה אחת בלילה חולקו חלק מהעוגות המיוחדות שהכינה אותה אישה יקרה. חצי שעה מאוחרת יותר, בעוד אני לומד עם החברותא שלי על עם ישראל וקבלת התורה ואני ממחיש לו את כוח התורה במשפטים הבאים: "תאר לעצמך את עם ישראל אילולא קיבלו את התורה ולא היה להם את איסורי בשר וחלב. אנחנו נשמרים על כל צעד ושעל בזכות התורה. הנה למשל העוגה החלבית שאנו מחזיקים ביד - מי שאכל בשרי, לא יכול לאכול אותה".

אני אומר והחברותא שלי מחוויר לגמרי. "רק רגע כבוד הרב", הוא קוטע אותי, "באמת אכלנו בשרי בסעודה וכעת חילקו עוגות גבינה

חלביות, אני לא מאמין למה שקורה פה עכשיו".

את מה שהתרחש לאחר מכן ככל הנראה לא אשכח מעולם. ישיבה שלמה הייתה על הרגליים, באמצע כל השטייגען ולמרות כל ההכנה לשבועות - התחושה נוראית. רק שעתיים אחרי שאכלו בשרי, כולם ישבו לאכול עוגות חלביות. עמדת ואמרתי להם: "בחורים נפלאים, אני חושב שצריכים להראות לבורא עולם שטעינו. כעת לומדים שטייגען אש לכבוד בורא עולם, ובבוקר בתפילת שחרית עם כל הברען אנחנו נבקש מחילה מבורא עולם ועל כך שטעינו".

אין דרך לתאר איזו אש בערה בבית המדרש לכל אורך הלילה ויתירה מכך בתפילת שחרית שלאחר מכן "אבינו אב הרחמן רחם עלינו" - טעינו טעות גדולה ומרה. לאחר תפילה הגיע בעלה של אותה אשה יקרה ושאל את אחד הבחורים מה היו השאגות שאותן שמע במהלך התפילה - קולות שהוא לא רגיל אליהם בדרך כלל.

"טעו עם העוגות של אשתך. בישיבה היה אוכל בשרי ופחות משעתיים לאחר מכן אכלנו עוגות גבינה חלביות, ל"ע", אמרו לו תלמידי הישיבה בפנים נפולות.

"חברים מה קורה אתכם?!" הוא השיב בפליאה, "אלו לא עוגות חלביות! מדובר בעוגות פרווה. משום מה רכשנו קופסאות בצבע תכלת עם מדבקות חלבי, ושכחנו ליידע אתכם שלמרות זאת מדובר בעוגות פרווה", אמר לבחורים המשתאים.

בבת אחת פרצה שמחה גדולה בישיבה עד כדי שהבחורים שלא נתנו כל הלילה שינה לעיניהם עוד יצאו בריקודים של שמחה על כך שלא נכשלו חלילה באיסורי בשר בחלב.

מידה כנגד מידה: אותה אישה שהכינה את העוגות לעמלי התורה, הלכה לאחר שבועות לניתוח והניתוח בס"ד הצליח מעבר לציפיות. אבל - לאחר הניתוח בעת שעשו סי.טי. בכדי לבדוק את תוצאות הניתוח, ראו שהניתוח לא הצליח במאת האחוזים.

האישה הייתה בצער נורא גדול, למרות שהניתוח ברמה מסיימת כן הצליח, ומאידך יש בו איזה חסרון מסוים. אך, לאחר כמה ימים צלצלו אליה שוב וסיפרו שלאחר הבחנה נוספת בסי.טי. הרופאים סבורים שהניתוח עבר בהצלחה מיוחדת ומעל הטבע.

”

בתנו הזו כבר הגיעה לגיל 37 ועוד לא מצאה את זיווגה. כמעט עשרים שנה היא בשידוכים

חדרי הנפש

רצונות, רגשות והשגת מטרות הרב מלאכי כהן שליט"א

דימוי עצמי

מה הסיפור שלך?

בואו וניגש באופן מידי, לנושא המרתק כל-כך שמעסיק רבים מאיתנו: דימוי עצמי/ביטחון עצמי. מה זה בכלל הדבר הזה, דימוי עצמי?

דימוי עצמי, הוא הדעה שיש לנו לגבי עצמנו. אם נענה בכנות לשאלות: כמה אני שווה? האם אני בסדר? עד כמה אני מספיק טוב? נקבל את הדעה שלנו לגבי עצמנו = נדע מהו הדימוי העצמי שלנו. ואם זה ברור, בואו ונתאמץ להבין... איך נוצר דימוי עצמי?

הדימוי העצמי שלנו, נבנה אט אט עם התפתחותנו. הוא מורכב ממחשבות ומתחושות שחשבונו ושהרגשנו בעבר ובהווה. כל מילה שנאמרה לכיוונינו כל מחווה ותנועה, מתפרשים אצלנו במחשבה, ומרכיבים חלק מתוך הדימוי שלנו על עצמנו. כמובן שיש אנשים שמהם אנחנו מושפעים פחות, ויש אנשים שמהם אנחנו מושפעים יותר, לדוגמה: בגיל הילדות אנו מושפעים באופן דרמטי מההורים שלנו. מה שהם חשבו עלינו, אנו חשבו על עצמנו.

באופן תאורטי, כאן טמון היסוד לשנות את הדימוי העצמי שלנו, אם נגרום לעצמנו לחוש כלפי עצמנו טוב בהווה - נבנה דימוי עצמי, חיובי, מוצק ויציב.

אבל בפועל, את ההסתכלות של העולם עלינו לא ניתן לשנות, כמעט, הדבר היחידי שניתן לשנות זה התפיסה שלנו על העולם, כלומר מה שאנחנו חושבים שאנשים חושבים עלינו. יותר מזה, אצל רובנו, התשובה לשאלה 'מה אנשים חושבים עלי?' קשורה למה שאנו חושבים על עצמנו.

כי כשאנו חושבים על עצמנו טוב, אנחנו חושבים באופן אוטומטי שאחרים גם חושבים עלינו טוב. ובקיצור, ההסתכלות של העולם עלינו תלויה בצורת ההסתכלות שלנו על עצמנו. לכן השלב הראשון בשינוי הדימוי העצמי, הוא לשנות את ההסתכלות שלנו על עצמנו.

העניין הוא, שברוב ככל הפעמים אנחנו לא מרשים לעצמנו לחוש תחושת שווי וערך אם אין לנו מעשים להתפאר בהם - על אף הטעות שבתפיסה הזו, הדרך לתקן אותה הוא בשימוש בתפיסה הזו עצמה. אנחנו נעשה ונזכיר מעשים טובים וראויים שאנחנו עושים, כדי למצוא את נקודות הטוב והערך שנמצאות בנו.

כדי לזכור עד כמה אנו חיוביים וטובים, יעזרו מעשים טובים. אך הם יעזרו רק אם אנחנו אכן רוצים לשנות את התדמית שלנו על עצמנו, ומנסים למצוא את תחושת הערך והשווי שיש בנו (ויש בנו) אחרי המעשים הטובים שלנו. אבל אם אחרי כל מעשה טוב שנעשה, נמעיט בערך עצמנו ונשפיל באכזריות את תדמיתנו בעיני עצמנו - נגיע למצב שבו גם המעשים הטובים לא מקנים לנו תחושת ערך ושווי. (מקורות: 'מכתב מאלוה' ח"ג 127 - כל עניין פנימי יכול להשתנות על ידי מעשים בתנאי שגרעין ממנו נמצא עמוק באישיותנו. ח"ד 224, מעשה הנעשה עם חיבור חלקי יהפוך להיות חלק מאישיותנו אם נתאמץ לחבר אותו בחיבור מלא).

הרב מלאכי כהן הינו מטפל רגשי על פי השקפת התורה וחכמתו בעלי המוסר והמחשבה. מוסמך בשיטת נ"פ. מדר"ק חתנים ויועץ נשואין. לתגובות ולהתייעצות m086173528@gmail.com האזינו לקו התוכן של מכון מלאכי. הקו שיעשה לכם הכי פשוט להצליח הרבה יותר. ללא עלות. חייגו עכשיו: 08-617-3528.

כיצד מתמודדים עם ילד מופנם

“ילד מופנם” - נקרא ילד שיש לו סגירות רגשית. קשה לו להגיב לסיטואציות, וגם נוהג לחשוב לפני כל מה שהוא עושה. אך עדיין, חשוב לדעת כיצד להתמודד עם ילדים מסוג אלה, בכדי להובילם בדרך הנכונה

כולנו מכירים את הילד המופנם, זה ששותק ולא תמיד מגיב לכל דבר שרוחש סביבו. זה שלא יודע להגיב כשצריך, ובולע פנימה מה שמציק לו. במאמר זה ננסה לכתוב מעט על היתרונות והחסרונות שיש בילד מופנם, על הדרך בה אנו אמורים להתייחס, ובעיקר למה עלינו לצפות בעתיד הנראה לעין. מתופעה זו, ילד מופנם הוא ילד שזקוק לסביבה שקטה, הוא זקוק לקצב איטי בעיקר, כי חשוב לו לא להיות שטחי, אלא לראות כל דבר בעין יסודי. במילים אחרות, הוא מחפש לעשות כל דבר על הצד הטוב ביותר. הבה ונפנים כי אין שום דבר רע בלהיות מופנם, לא מעט מאתנו מעדיפים לבלות זמן רב יותר בעולמם הפנימי, מאשר העולם שבחוץ. הרבה מגדולי ישראל היו מופנמים כשהיו צעירים, ואין בכך כל דבר רע. עובדה שהם העפילו למקומות גבוהים כל כך.

ניתן אף לומר, שיש במופנמות של ילדים הרבה חלקים טובים שאין בילדים שאוהבים כל העת להחצין את עצמם. ילדים מוחצנים מבצעים הרבה בחירות אימפולסיביות, הם כל הזמן בלחיצת רגל על הגז. מנגד, ילדים מופנמים חושבים היטב לפני שהם עושים דבר מה, או מדברים הם כל הזמן עם רגל על הברקס. המערכת השולטת בתגובותיהם, היא ביולוגית ועוברת בתורשה על פי הגנים. לכן האופי הזה הוא לא דבר שניתן לשנות בקלות רבה, ואין צורך לנסות לעשות זאת. אל תילחצו אם יש לילדיכם רק חבר אחד, יתכן שאתם לחוצים מהעובדה שלילדכם קשה לפתח חברויות, אך בדיוק כאן מצוי ההבדל המהותי בין אנשים מוחצנים למופנמים. בעוד שאנשים מוחצנים יכולים להתחבר כמעט עם כל בן אדם, הם נוטים ליצור קשרים שאינם משמעותיים עבורם. אנשים מופנמים לעומת זאת, מעדיפים מעט קשרים, אך לכל מערכת יחסים שכבר יש הרי שהיא במשמעות עמוקה יותר מאשר חברות רגילה שאנו מכירים.

מאידך גיסא, חשוב שהורים ידעו שישנם דברים שאנו אמורים לפקוח עינים, דווקא בגלל המופנמות של מי מהילדים באם נעשה זאת נוכל להקדים תרופה למכה בהרבה מההתרחשויות הבעייתיות שיכולות לקרוא לילדים בגלל אופי זה. ועל כך נלמד בשורות הבאות.

ילדים מופנמים, מרגישים לחץ כאשר הם מגיעים לסביבה שאינה מוכרת. ולכן יש לעזור להם ליצור קשר עם הסביבה בהדרגה, תוך כדי תיווך. לדוגמא לקחתם את ילדיכם לאירוע חשוב שתקדימו מעט, כאשר לא כל האורחים עדין בסביבה כך ייקל על הילד לעבד לאט יותר את הנתונים, ולהסתגל לסביבה בדרך שלו. בפרט באם הוא עצמו קשור במישרין לאותו אירוע, הדברים נכללים כמובן גם בהקשר של פתיחת שנת לימודים חדשה במסגרת לימודית שהוא לא מכיר, כגון עקב העברת דירה או עלייה לכיתה א' בפעם הראשונה.

חשוב שהורים יתנו “פידבק” חיובי לילד מופנם, כאשר הוא עשה דבר שנוגד את האופי שלו ובכל זאת הוא התגבר על עצמו, ופתח קשר או דיבר במקום שהיה לו לפני כן קשה לעשות את זה.

הפידבק החיובי יתן לו כוח ואומץ להמשיך ולעשות את זה. ילדים מופנמים לא אמורים להיות שק חבטות של חבריהם, למדו את ילדיכם כיצד להגן על עצמו, ולומר את הלא כשצריך לעשות זאת.

חשוב שדווקא הורים שיש להם ילדים מופנמים, יצרו קשר בתדירות גבוהה יותר עם המערכת החינוכית. לא מעט ילדים שלא הגיבו למופנמות שלהם, פיתחו לאחר זמן מסויים. אירועים טראומטיים כגון התפרצויות זעם העלמויות לפרקי זמן קצרים ולכן התרופה חשובה קודם המכה.

נצור לשונך // שומרים על הלשון - ורואים ישועות!

לשוה"ר הוא אך ורק כשאומר דברים אמיתיים שעשה חברו ולא באותם אנשים שטועים וחושבים זה לא לשוה"ר מפני שבאמת הוא עשה את הדבר הזה, מפני שאם זה שקר מה שאנחנו אומרים על הזולת אז העונש הוא של מוציא שם רע שאז העונש שלו גדול ואין לו כפרה עד שילך ויפייס את חברו שהוציא עליו את השקר.

אמרי קודש

חידושים וצימוקים בפרשה
הרב יצחק עטיה שליט"א

הכנה לקבלת התורה

“וידבר ה' אל משה במדבר סיני באהל מועד באחד לחודש השני בשנה השנית לצאתם מארץ מצרים לאמר” (במדבר א א)

במדרש רבה (א, ז) אמרו רבותינו ז"ל בשלושה דברים נתנה התורה: באש, במים ובמדבר. באש מנין- “והר סיני עשן כולו” (שמות יט, יח), במים מנין- “גם עבים נטפו מים” (שופטים ה, ד) במדבר מנין- “במדבר סיני. ע”כ.

ובספר “שערי ישועה” [להגאון ר' ישועה עטיה זצ"ל] כתב לבאר, על פי מה שכתב הרמב"ם זיע"א הדברים אשר הם קיום הגופות, כל אשר יהיה הצורך לו גדול הוא יותר נמצא ומזומן.

כמו האוויר שאי אפשר לחיות בלעדיו אפילו רגע, לכן הוא נמצא בכל מקום, ובכל זמן, כי אי אפשר להיות בחיים גם רגע אחד בלי אוויר. לא כן המים, כי אפשר לחיות בלא מים כמה שעות. וצורך המים יותר גדול מהמזון, לכן המים מצויים יותר. וכן הלחם מצוי יותר ממינים שאינם הכרחיים מספיק למציאותם גם במקומות רחוקים. אשר על זה אמר הכתוב (דברים ל, יא-יד) “לא נפלאה היא ממך, ולא רחוקה היא וכו' כי קרוב אליך הדבר מאוד”, ואם כן בכל כורחך תשפוט- “כי היא חייך”, כי היותר מוכרח אל החיים הוא יותר קרוב.

זה שאמר המדרש [הנ"ל] בשלושה דברים נתנה התורה: באש, במים ובמדבר, להורות שכשם שהדברים האלה בחינם ומצויים, כן התורה בחינם. שנאמר (משלי ח, י) “קחו מוסרי ואל כסף”.

ונקודה נוספת הנרמזת “במדבר”, שהבוא מסמל עניין של ענווה כידוע [עיין בבעל הטורים] ואחת מן המידות הטובות היא מידת הענווה אשר מאוד חשובה היא להגיע לשלימות בתורה הקדושה והמפרשים אמרו רמז לזה שכמעט בכל שנה יוצא שלפני חג השבועות קוראים בתורה בפרשת “במדבר”, ללמדנו שמי שרוצה לזכות לכתרה של תורה צריך קודם לכן להשפיל עצמו ולהיות עניו כמדבר, וכמו שדורשת הגמ' (עירובין נד.) מאי דכתיב ממדבר מתנה אם אדם משים עצמו כמדבר זה שהכל דשיך בו תורה נתנה לו במתנה.

ובגמ' תענית (ז.) אמרו רבותינו ז"ל, למה נמשלו דברי תורה למים דכתיב “הוי כל צמא לכו למים, לומר לך מה מים מניחים מקום גבוה והולכים למקום נמוך, אף ד"ת אין מתקיימים אלא במי שדעתו שפלה. [“מגיד דבריו ליעקב” (שבועות עמוד יז והלאה) עיי"ש עוד מש"כ בזה דברים נפלאים].