

"לעורר ליבי"

מאמר שבועי לבני ישיבות ואברכים



פרשת בא תשפ"ו גליון מס' 20

יש לי מלא בעיות, אני יכול להגיד שלכל בעיה יש פתרון אחר, לבעיות בחינוך, יש את היועץ חינוכי. על הבעיות בלימוד התורה, יש את ספרי המוסר. לבעיות בשלום בית, יש את היועץ זוגי. על בעיות קדושה, יש שובבי"ם. על בעיות חברתיות, יש את המשיב של הישיבה שמבין בזה. על בעיות של ניהול כלכלה נכונה, יש את הארגונים להדרכת ניהול כלכלה. על בעיות דיאטה, יש מאמן דיאטה. ולבעיות חרדה, יש את הקאוצ'ינג...

תגידי זה נראה לך רציני??? לא השארת לי זמן ללמוד... אני כל היום יסתובב בקורסים, פעם קורס חינוך ילדים, פעם קורס כלכלה נכונה, פעם קורס זוגיות, פעם קורס זכירת התורה, פעם קורס סיפוק מעצמי, פעם קורס סיפוק מהקורסים שאני עושה...

אז בא נלך בשיטת ר' חיים מבריסק, אם יש לנו עשר שאלות, נענה תשובה אחת לכולם.

במקום לנסות לחבר את הידים מתוך כוח ושרירים, אחר אותם מתוך הרפיייה.

כבר דבירנו הרבה על לשון הקודש שכל מילה וכל אות יש לה הסברים עמוקים מאוד, שרק את חלקם אנחנו יודעים, כעת נדבר על המילה "ריפוי"!

מי מאיתנו לא רוצה להתרפאות! הרי סיבוב הקורסים שתוארת נובע מהרצון להתרפאות בכל החלאים הפוקדים את רובנו, במילה אחת כולנו רוצים "ריפוי"

קח את המילה "ריפוי", שים לב! זה אותו שורש של המילה "רפוי"

אתה יודע למה? כי אם אתה רוצה ריפוי, הפתרון היחיד, התשובה היחידה, לכל הבעיות שלנו, זה פשוט להיות "רפוי"

זה התשובה לכל העשר שאלות שלנו, זה התשובה לכל העשר בעיות שיש לנו, אנשים שולחים לי "תדבר על בעיות של לחץ לימודים". אנשים שולחים לי, תדבר על צניעות, אנשים שולחים לי "תדבר על הגיוס", אנשים שולחים לי "תדבר על זה שבחורים עושים טרעמפים", אנשים שולחים לי "תדבר על זוגיות".

כל הדברים הנ"ל הפתרון לכל הדברים האלו, והפתרון לכל הבעיות של אלו שתקועים בשידוכים, וגם אלו שתקועים בזוגיות מאכזבת, גם אלה שתקועים באברכות מאכזבת, גם אלו שצורכים כדורים ממשפחת SSRI וכו' הפתרון לכל הבעיות, או יותר נכון הריפוי לכל הבעיות, הוא "רפוי" גם לבעיות רפואיות הרופאים אומרים תרפה תשחרר... פתרון לכל הבעיות זה להיות "רפוי" באחריות! אין בעיה שלא נפתרת על ידי הרפיייה!

אין בעיה בעולם, שפתרונה לא רמוז בפרשתנו!!!

לפחות פתרון חלקי! אבל לפני שנפתח את הנושא אני חייב לספר לך סיפור! ישבתי בבית הכנסת וקראתי עלון בשם 'לעורר ליבי'! עבר לידי חבר והתחיל לצחוק... מה אתה קורא את העלון שאתה בעצמך כתבת? הכל בסדר איתך? משעמם לך?? אתה יודע איפה הוא טעה השואל? יש שתי מטרות בקריאת חומר. מטרות ראשונה לקבל ידע! מטרות שניה, ולדעתי יותר חשובה, היא להכניס את זה לתוך תוכי! לחיות את זה, לא להיות חוקר עלונים, אלא לגרום לרגש להבין.

מה ההבדל בין 'שכלי לירגשי'? 'שכלי' הוא חכם, 'רגשי' הוא טיפש ובעל שכחה. 'שכלי' מבין מה רוצים ממנו בפעם הראשונה, 'רגשי' מבין רק אחרי עשר פעמים. אם יש 'חומר' או 'רעיון' שקראתי, אני יקרא את זה עוד פעם, כי מטרת הקריאה היא שגם ה'שכלי' וגם ה'רגשי' יבינו.

הלב של פרעה

בזמן שאתה קורא את העלון, תשחרר את שרירי היד, קח את יד ימין שלך, תשלב אותה עם יד שמאל שלך. הצלחת? מצויין!

עכשיו תקמוץ את יד ימין שלך, תפעיל את כל חוזק השרירים, תקשה את היד שתייהיה קשה כאבן, עכשיו תעשה כן ביד שמאל, עכשיו תנסה לחבר את שתי הידים בלי לשחרר את השרירים, הצלחת? אין מצב!

אי אפשר לחבר את הידים כל עוד הם מפעילות כוח, בדיוק כמו שבשביל לחבר בין שתי ברזלים צריך 'מכשיר הלחמה'. מכשיר הלחמה, זה מכשיר שמרכז את הברזל, וכשהוא רך, ו'רק' כשהוא רך הוא יכול להתחבר לברזל אחר.

שמות פרק י' פס' א' "בא אל פרעה כי אני הכבדתי את ליביו", הלב של פרעה היה לב אבן, לב קשה, לב כזה הוא סתום! הוא לא יכול לקבל כלום, הוא יחסוף עשר מכות ודעתו לא תשתנה!

שמת לב? שאתה מפעיל שרירים, הידים שלך לא מצליחות להתחבר... יש כאן לקח חשוב. אני רוצה שתבין, עולם הרוח דומה לעולם החומר בהרבה דברים, אי אפשר לחבר פיזית שתי דברים עם כוח, וגם אי אפשר לחבר ב'רוח' שתי דברים עם כוח.

תגידי לי מה הפתרון לכל הבעיות שלנו?

אומרים בשם מרן הגר"ח מבריסק זצ"ל, שאם יש לך עשר שאלות עדיף לענות תשובה אחת, מאשר עשר תשובות, כלומר יותר הגיוני שיש תשובה אחת מאשר עשר תשובות.

דירה לפריפריה... אתה מפחד מהשקט של הפריפריה כמו מאש, אתה לא מסוגל לחשוב על השיעמום שיהיה לך שם... אתה לא מסוגל לחשוב על מעריב אחרון בשעה תשע בערב, אתה לא מסוגל להשתחרר מהנעיס הלילי בפא"י או בהר צבי? תשחרר... תרפה... תשחרר... אדם רפוי אין לו שום קושי רגשי לעשות משהו, יש לו רק קושי שכלי! כלומר הוא נשמע רק לשכל!

כל עוד אנחנו עם לב אבן לב קמוץ, אנחנו שפוטים שלו! לא של השכל! בדיוק כמו שאנחנו שפוטים של שפעת, כשהיא מגיעה, אנחנו לא מתפקדים

סיפור מבהיל: חבר שסבל מבעיה קריטית כל שהיא, הלך למורו ורבו ששלח אותו מיד לפסיכיאטר, הוא אמר לי משפט שאמר לו הפסיכיאטר, אתה פשוט תיהיה בהלם ממה שהפסיכיאטר עם 'התעודה' אמר לו. תקשיב טוב, הוא אמר לו "תעשה הליכה כל יום ארבעים דקות, תישן שמונה שעות כל יום, ואתה לא צריך כדורים!!!!

מבהיל על הרעיון!!! מה הפשט בזה? עשרות שנים של מחקר הצליחו לפתח כדור שאמור לעשות מה שהליכה ושינה יכולה לעשות לבן אדם? מה זה רציני? הפשט הוא שהליכה מרככת את כל המקומות בגוף שתקועים ולא משוחררים, הליכה זה פיזיותרפיה לשחרור הגוף, השינה כנ"ל. כמובן שכל מקרה לגופו.

בעצם אנחנו רואים שהפתרון/התחליף לכדורים זה להרפות את הגוף {כמובן יש מצבים שחייבים כדורים, ומי שמתעצל בזה, הרי פושע בעצמו! ובבני ביתו!!!}

רגע רגע, אני רוצה להבין! אתה בעצם מזלזל בכל הכדורים ובכל הקורסים והמכונים והשיטות והטיפולים... בעצם אתה אומר להיות 'רפוי' ונגמר....

חלילה!!!! ברור שהעולם חייב כדורים, חייב מכונים, חייב קורסים, חייב הכל.

ברור שמה שאני אומר כאן זה לא תחליף לכל המכונים!!! וברור באותה מידה שהמכונים והכדורים, הם לא תחלופה להרפייה.

רגע אם אני יהיה בהרפייה אני לא יעשה כלום... אז מה עשינו? יש שתי מנועים לפעולה: א) פחד. ב) רצון.

ברגע שאתה בהרפייה, המנוע של הרצון מתחיל לעבוד, וכשהוא עובד הוא עובד... {אין דבר העומד בפניו} ברגע שאתה בלחץ/פחד, המנוע של הפחד עובד!

במקום לעשות לעצמנו החייה ללב האבן שלנו, בואו פשוט נחליף אותו בלב בשר, לב רך, לב פועם...

שבת שלום, {שבוע הבא אי"ה אני יענה על השאלה הרי בפרשת בשלח מדובר על 'רפידי' רואים שיש רפיון שלילי}

המעוניינים לתרום דרך הדפסת עלונים ישנה אפשרות הורדת העלון בעמדות קול הלשון תחת השם לעורר ליבי

אפילו בעיות של חובות כספיים, הפתרון לזה הוא להיות רפוי. נכון! מי שיש לו חובות של מליון שקל, גם אם הוא ירפה, הוא ישאר עם אותו מינוס בבנק, אבל הוא יוכל לקום בבוקר, הוא יוכל לתפקד, לחנך את ילדיו, להעניק לסביבה.

בא נעבור שניה לנושא אחר שלא קשור אלינו

רופא שיניים. יש לך תור לרופא שיניים? זה לא נעים. בזמן שאתה נתון תחת טיפולו של הרופא הדגול, תרפה את השרירים הכאב יהיה הרבה פחות, כמו ברפואת הגוף, אותו דבר אצלנו בנפש, הילד שלך התנהג לא בסדר? תרפה! תשחרר תן לזה לעבור, תן לכעס וההשפלה שלך להציף אותך עד לשד עצמותך, בלי לעשות כלום! בלי לנקוף אצבע! זהו? נרגעת? עכשיו תפעיל את המוח תחשוב מה צריך לעשות? החלטת לא לעשות כלום? אז אל תעשה כלום! החלטת שצריך לתת לו ב'שבט', לכבוד חודש שבט? תן לו כמה שאתה חושב {כמובן שאני לא חלילה אומר לעשות נגד החוק, כמובן החוק אוסר ואני איש חוק וחלילה לי, אני רק מסביר את העניין הרגשי} אבל תעשה את זה מתוך לב רפוי, לב רגוע, רק אחרי שהצלחת לרכך את קשיות הלב מהפגיעה, רק אז שהלב רך, אפשר לעשות הכל ואפילו לתת מכות...

בחור ישיבה שאל אותי מה עושים עם לחץ בלימודים שמקשה עליו, {בהזדמנות נדבר על רעה חולה שנקראת 'תויות' שאדם שם על עצמו 'תויות' עם השם של הבעיה שלו, בזמן שזה רק מזיק, חוץ מזה שבדרך כלל התויות הזו לא נכונה.}

"רפוי"

אני מכיר סיפורים מקרוב של הרבה מחלות גוף ששום תרופה, ושום טיפול סיני ויפני {יש כזה דבר} לא עזרו חוץ מהרפייה. תיהיה רפוי, תשחרר! אם להיות לחוץ או לא זה שאלה שאתה מחליט עליה!!! לא אף אחד אחר, בדיוק כמו שאם להפעיל שרירים ביד זה החלטה של כבודו.

קשה לי ללמוד, משעמם לי ללמוד... נו בטח, אתה ניגש לגמרא בתנועה של כוח, של הכרח, תפתח את הגמרא בתנועות רגועות, תנועות של מעניין מה כתוב בתוך הספר הזה, וגם שקשה ואתה לומד למרות הכל, אין זה תנועה של כוחניות, אלא תנועה של 'התעלמות' מהמשיכה לבטלה

יש לך לחץ חברתי? תרפה! תשחרר, היד שלך קמוצה כמו אגרוף, תפתח את היד.

בידיך להחליט האם לחיות חיים כמו סיר לחץ אחד גדול שמבעבע מרגע לרגע, או לחיות חיי רוגע ושלווה.

יש אנשים שלא מסוגלים לבוא לגור בפריפריה, למרות שהם רוצים מאוד, הם כורעים תחת נטל של משכנתא, הם יודעים שיותר טוב להם לגור בפריפריה, {לא כולם! יש כאלו שלא טוב להם פריפריה} אבל הם מפחדים מהשקט של הפריפריה כמו מאריה משחורר...

מה קרה? קצת שקט, מה יש? למה אתה חייב את 'ההמולה' ויהשאו'ן של הכרך הגדול? למה אתה חייב את הנעיסי של איצקוביץ'?? יש לך מצוקת דיור? יש לך דירה ברחוב רבי עקיבא בבני ברק, דירה קטנה מידי מכדי להכיל זו"צ... ומה לעשות שאתה זו"צ פלוס חמשה ילדים... ואתה מפחד לעבור