

# { אז נדברו }

פרשת עקב תשע"ח | גליון בין הזמנים | מקוצר

להצטרפות לרשימת

התפוצה במייל,

להערות והארות:

a8y7168@gmail.co

m

ניתן לקבל גיליונות בודדים  
בלבד (לא לשיבות)

בכתובת חזון איש 34 פינת  
דסלר, משפחת דרייפוס.

להשתתפות בהוצאות

הגליון:

בבנק:

חשבון 53957

בנק דיסקונט

סניף 106

באשראי:

"נדרים פלוס"

"קהילות"

בטלפון:

(מענה מסומע)

0799-654321

ä å á ú

!!! ù à ø î

## מה המבחן האמיתי ביותר ליראת שמים??

והיה **עקב** תשמעון את המשפטים האלו... מה זה **עקב??** כולם יודעים: **מצוות שאדם דש בעקביו!!!!** אבל יש משהו שלא כולם יודעים... **מה הם** אותם מצוות שאדם דש בעקביו???

אז עד היום אני תמיד חשבתי שהכוונה היא למצוות התמידיות כמו ק"ש וברהמ"ז... שאנחנו מתמודדים ודשים בהן מידי יום...

אבל מי שידוע לקרא את הפסוק ככתבו וכלשונו... מה כתוב? והיה עקב תשמעון את... את מה??  
**את המ ש פ ט י ם האלה!!!**

מדברים פה על דיני ממונות!!!! לא פחות ולא יותר! (עיין רמב"ן...) דיני ממונות הם הם המצוות שאדם הכי הכי דש בעקביו...

**אתה יודע מה כתוב פה??** שאם עד היום חשבתי שקריאת שמע וברכת המזון וציצית הן המצוות שאדם דש בעקביו... **אז זהו שלא!!!** אתה יכול לראות אנשים שאפילו את המצוות האלו הם מקיימים בשיא ההידור והחומרה... ואילו בדיני ממונות הם נכשלים. דיני ממונות הם המצוות שאדם דש בעקביו!!!!

הצלם בחתונות... אחד מהתמונות שהוא חייב לצלם זה איך החתן שובר את הכוס ברגליו. אבל שים לב: הוא מצלם רק את הרגל של החתן... הוא לא מצלם את הפנים של החתן בשעה שהוא שובר את הכוס... **למה??**  
**תנחש למה???** **מסיבה טכנית פשוטה:**

כי מאוד קשה לתפוס בתמונה אחת מקרוב גם את הראש וגם את הרגלים!!! לכן תבחר: או ראש או רגל... ובאמת אם תסתכל על כל התמונות שבתוך החופה... אם תשים לב כמעט ולא תמצא תמונה אחת שבה רואים את רגלי החתן... כי אם רוצים לצלם את פני החתן, קשה לתפוס את הרגלים...

**זה הפשט: מצוות שאדם דש בעקביו!!!!** מי שבחר להתעסק עם מצוות שברומו של עולם... יש לו נטיה לאבד קשר עין עם מצוות שאדם דש בעקביו... בציבור שלנו אין מכות... אין אלימות... אין אגרסיביות... **עד!!!! עד איפה??** עד שמגיעים לענייני השקפה!! ברגע שמתחילים להתווכח בעניינים העומדים ברומו של עולם... פתאום ישנה מין תחושה שהותרה הרצועה... הכל נהיה מותר... לשון הרע חופשי... מכות ואלימות חפשי... מי מדבר על השחתה ועל זריעת הרס וחורבן שכל המרבה הרי זה משובח...

איך זה יכול להיות?? **פשט מאוד:** ברגע שאתה מתעסק עם הראש!!!! תזרה!!! אתה נמצא בסיכון גדול... לאבד קשר עין עם העקב... ועל הדרך שאתה מתעסק עם **"הראש"** אתה תעבור על כל התורה כולה שאדם דש בעקביו...

ישנם הרבה אנשים שבד' מינים הם מקפידים על כל ברעטל הכי קטן... אבל כשזה מגיע לדיני ממונות שם אין עם מי לדבר... יש כאלו שברגע שהנושא הוא דיני ממונות הם נהיים עקומים עד כדי תסכול... והם ואומרים לך כל מיני סברות עקומות... הפעם הראשונה שהבנתי באמת מה זה ישרות... היה זה כשעמדתי מול למדן שהסביר לי בק"נ טעמים למה מותר ומצוה לגנוב את זה ואת זה ואת זה... והוא הסביר את בעקמומיות כ"כ משכנעת שבזכותו הבנתי מה זה ישרות!!!!

בשביל להיות ישר לא מספיק להיות למדן... צריך להיות והיה עקב תשמעון!!!! צריך יראת שמים... צריך לדעת שיש דין ויש דיין... ובשמים לא קונים לאקשן... בשביל שהעקב יהיה ישר... צריך שהראש ידע מה עומד מעליו... דע מה למעלה ממך... דיני ממונות זה המבחן האמיתי ביותר ליראת שמים!!!! מבחן שטומן בחובו המון הפתעות... ישנם אנשים שנראים לך לא משהו מיוחד... אבל הישרות שלהם בדיני ממונות מסגירה אישיות אצילית שעליהם נאמר ואהבך וברכך והרבך... ויש כאלו ש... ש... שהיפך... עדיף לא לפתוח את הצד השני של המטבע... הזהרו מחיקויים!!!!!!



## גם בריאות יכולה להיות תלמוד תורה

הגמ' בשבת (פב.) מספרת, שרב הונא שאל את בנו רבה, למה אתה לא הולך ללמוד אצל רב חסדא? (רב חסדא היה ידו של ר"ה...) ענה לו בנו: מה אעשה... אני רוצה ללמוד תורה... ואילו כשאני מגיע הסיבה שאני לא הולך ללמוד אצל רב חסדא כי אני בא ללמוד תורה הוא לפעמים מדבר על כל מיני ענייני דעלמא שלא קשורים לתורה... התפלל רב הונא: מה?? תתן לי דוגמא על מה כבר רב חסדא מדבר חוץ מלימוד התורה??

ענה לו רבה: לדוגמא, רב חסדא אומר כל מיני הוראות של בריאות... מה כן בריא ומה לא בריא... איך להתנהג ביציאת הנקבים וכו' וכו'... **נדעק רב הונא ואמר לבנו:** רב חסדא מדבר איתכם על "חיי דברייתא" חיים בריאים של הבריות, ואתה קורא לזה "מילי דעלמא"... חס ושלום!!! זה תלמוד תורה לכל דבר... כל שכן שאתה צריך ללכת אצלו...

### כתוב כאן חידוש גדול מאד:

### כתוב כאן שלדבר על בריאות גוף האדם זה תלמוד תורה!!!

יש לציין שהייתי די בהלם מהחידוש הזה... נכון... הנה... גם רבה בר רב הונא היה מופתע... הוא היה בטוח שלדבר על ענייני בריאות זה ביטול תורה... גם הוא לא הבין למה רב חסדא מדבר על זה באמצע הלימוד... **אז זהו!!!** שרב הונא חידש כאן לבנו שלדבר על התנהלות נכונה בבריאות האדם זה יכול להיות חלק בלתי נפרד מתלמוד תורה...

רק במאמר המוסגר יש להעיר: שהחידוש הזה הוא אמיתי!!! אבל עדיין... מאד תלוי איפה אומרים אותו... כשעומד לפניך בן אדם שאין לו הרבה קשר ליידישקייט וכל החיים שלו מתחילים בבריאות ונגמרים בבריאות... אני לא בטוח שאצל אדם כזה לדבר על בריאות זה בגדר תלמוד תורה... יותר נכון... אני כמעט בטוח שלא... אלא מאי?? מדובר פה על רב חסדא!!! שכל כולו תורה!! וברגע שכל גופו מוקדש לתורה ואכילתו כמו קרבן ושתייתו כמו נסכים... כעת יש מצוה של זהירות בממון הקדש ואיסור מעילה בכלי שרת... וממילא חלק ממצות תלמוד תורה זה ללמוד איך לשמר ולהבריא ולהחיות את הגוף הזה... ו... ואתה יודע מה... לא צריך להגיע כ"כ רחוק... לא צריך להגיע עד רב חסדא הקדוש והטהור... גם כל אחד ואחד מאיתנו, אם מדובר בבן תורה שעיקר מנגמתו וחפצו זה לעשות רצונו יתברך והוא משתדל להיות אדם מרום ולהיות בכלל "קדושים תהיו..." (הדגשתי דווקא את המצוה "קדושים תהיו" שיש בה גישה כללית שמוטל עלינו להיות מרוממים... שעבודת ה' תהיה הנושא שלנו ונהיה מוקדשים לכך...) כזה אדם, הרי הדיאטה שהוא צריך לעשות... ושמירת הבריאות שמוטלת עליו היא חלק בלתי נפרד מהתורה... המכונה הזו ששמה גוף היא חלק בלתי נפרד מההוצאות של ה"חברה" ששמה תורה... אבל כשמדובר בבן אדם ששם לעצמו אידיאל ששמו בריאות... אז יפה מצידו שהוא דואג שלא משחית בריאה של הקב"ה... אבל להגיד שזה תלמוד תורה... רחוק... רחוק מידי... (זה בדיוק כמו שהאמורא רב לן ברפת רועי בקר במשך שנים עשר חודש בשביל להבחין בין מום קבוע למום עובר, והלינה הזו נחשבה לו לעסק התורה הכי גדול שיש... כי כך הוא למד את סוגיית מום קבוע שבמסכת בכורות... אבל קח בחשבון שיחיד איתו לן גם

ויטרינאי נחמד שגם הוא היה צריך להבחין בין מום קבוע למום עובר לצורך ההשתלמויות בלימוד הרפואה... אתה מבין לבד שלמרות ששניהם עסקו באותו נושא, אבל שמים וארץ מפרידים ביניהם... רב הגיע מהרפת הזו עד כסא הכבוד... ואותו ויטרינאי הגיע עם הרפת הזו לריח של פרות... אז על אותו משקל כאן)

ובכן: כיון שכך... כיון שמצינו ש"חיי דברייתא" זה גם בגדר תלמוד תורה... אז אם אנחנו כבר בבין הזמנים וכולנו עסוקים כעת בסוגיית "חיי דברייתא" אז תרשה לי אולי להחכים אותך בתובנה רפואית כללית שהסיבה היחידה שאני רואה לנכון לכתוב אותה... כי... כי זה מסוג הדברים שאף רופא לא יכול להגיד את זה... ואם יהיה לך סבלנות לקרא אתה גם תבין למה...

---

**ובכן:** יש בדיחה מוכרת על אחד שהגיע לרופא והתלונן: שכל פעם שאני שותה תה כואבת לי העין... הרופא חשב וחשב ואז הוא פרץ בצחוק ואמר לו: פעם הבאה שאתה שותה תה תוציא את הכפית... **הבנת את הבדיחה???** בקיצור: התברר שהכפית נשארה בתוך הכוס והיא נכנסה לו בתוך העין... עד כאן הבדיחה... כאן צריך לצחוק...

העניין הוא שבדורנו הבדיחה הזו היא כבר לא כ"כ מצחיקה...

אתה יודע למה??? כי הרופא הזה המדובר שאמר למטופל להוציא את הכפית מהכוס... הרופא הזה כבר מת ממצמן... הוא כבר איננו... חבל על דאבדין... אין לנו כבר את הרופא הזה שמסוגל לשבת מול המטופל ולהסתכל לו עמוק עמוק בתוך העיניים... ולהקשיב לו ולקרא אותו ולהבין אותו ו... ולקחת בחשבון שיכול להיות שכל הכאבי עיניים הכל בסה"כ נובע מהכפית שלא הוצאה מהכוס... הרופא הזה נוחו עד... היום כבר אין לנו את סוג הרופאים האלו...

כי הרופא של היום... אם היה מגיע אליו אותו בן אדם והיה מתלונן על כאבי עיניים בשתיית התה... הרופא הזה היה שולח אותו לאינספור בדיקות דם... בדיקות גסטרו... בדיקות עיניים... בדיקות שרירים... מה שאתה לא רוצה... הוא היה יוצא ממנו עם בוחטות של תרופות ובדיקות מעבדה... ותכל'ס... לזהות את הבעיה המצחיקה הזו... שיתכן שכל הבעיה היא משהו צדדי... דווקא את זה יתכן שהרופא לא היה מזהה!!! (אני לא אומר חלילה... יש רופאים מאוד חכמים ומנוסים... אבל לפעמים דווקא הטכנולוגיה המתקדמת לקחה את האבחון לעצמה והרבה פעמים היא דוחה את ההיגיון הישר של הרופא ומניחה אותו בצד והופכת את הרופא להובט שיושב מול מחשב) אז זהו!!! שתקח בחשבון שיש המון המון כפיות מהסוג הזה... יש כל מיני מקרים של כאבים כרוניים... שעם קצת תמונה כוללנית ועם קצת עירנות בנתונים הסיבבתיים אפשר היה לקלוט ממה זה נובע... ו... ו... **ואל תצפה מהרופא שיזהה את זה לבד!!!!!!** כי הרבה פעמים מדובר בנתונים כ"כ צדדיים שאף אחד לא יכול "לעלות עליהם" חוץ ממך...

## אני אתן לך כמה דוגמאות... רק בשביל לשבר את האוזן:

כאבי ראש!!!! מי שהרבה פעמים כואב לו הראש... מה זה אומר?? למה זה קורה?? אז אם תלך לרופא... הרופא ישטח לפניך כמה אופציות... או שלא שתית מספיק... או שהיה לך שמש על הראש... או שיש לך מיגרנה... זהו!!! זה מה שהרופא יכול לדלות מהידע שלו!!! ואני לא מצפה ממנו ליותר מזה!!! אז זהו שתרשה לי להחכים אותך מזוית אחרת לגמרי... ובכן: כל יום שאתה "**משחק אותה**"!!! אז זה מתכון בדוק לכאב ראש למחרת... הבנת מה אמרתי?? **אני אסביר:**

. אני בדרך כלל בן אדם טבעי וספונטני. אני מחייך כשמצחיקים אותי... ומקשיח כשמרגיזים אותי... אבל אני לא צריך לספר לך... שהרבה פעמים אנחנו משחקים אותה... אני מגיע לאיזשהו מקום ואני צריך "לשחק אותה" נחמד... (למה?? עזוב למה... אלף ואחד סיבות...) ערב שלם אני מסתובב ומחייך מקיר אל קיר... נחמד... מאיר פנים... ואני כעת **במשחק!!!** במשך ערב שלם שרירי הראש שלי בדריכות!!! שרירי הראש שלי קפוצים באופן לא ספונטני!!! אני מתאמץ להיות נחמד... והתוצאות מגיעות מיד למחרת... הראש פתאום כואב... **על אותו משקל ההיפך הגמור:** לפעמים אני משחק אותה קשוח... זה גם קורה... יום שלם אני מסתובב בין אנשים ובמקום להיות נורמלי וטבעי... אני משום מה בוחר להיות קשוח... לא יודע למה... כנראה שנדמה לי שזה עושה אותי יותר חשוב... **העונש מגיע במקום!!!** למחרת פתאום כואב לי הראש ואני לא מבין למה... אני מנסה לשחזר מה היה אתמול... אה... בטח... אתמול הייתי באיזשהו אירוע ויותר מידי הרבה אנשים ידעו שאני כותב את עלון אז נדברו... והייתי צריך לשחק אותה... לשחק אותה "רציני..." לב... "ותכל'ס, במשך כמה שעות שהתנועות שלי לא טבעיות... נו... מה הפלא שלמחרת כואב לי הראש??? תנסה במשך כמה שעות ללכת בהליכה שונה ממה שאתה רגיל... תגיד לי אם לא יכאב לך הרגלים... אז זה בדיוק אותו דבר... ברגע שיום שלם שרירי הפנים היו במצב דרוך ולא טבעי... זה מתכון בדוק לכאבי ראש!!!! הנה לפניך דוגמא של אבחון מזוית לא מוכרת מה הסיבה לכאבי ראש... עכשיו אל תתפס לדוגמא הזו... יכול להיות שאצלך במקרה זה לא עובד... אבל אני רק מביא את זה בתור דוגמא... של אבחון לכאבי ראש... שאתה מבין לבד שגם הרופא הכי גאון לא יכול עד כדי כך להיכנס לנעליים שלך ולהבין שהכאב ראש שלך נובע מזה שאתמול היית עסוק בלעשות פוזות...

### זה סוג אבחון רק אתה יכול לזהות!!!!

ויש כאלו עשרות דוגמאות... ומסתמא גם אלפים...

רציני... שהוא איבחנו את הבעיה!!! ומה הוא מצא?? הוא פשוט תחקר את ר' חיים איזה תנועות הוא עושה כשהוא יושב ולומד... ור' חיים התחיל באמת לחשוב בלימוד והרופא צפה עליו... ומיד הוא זיהה שר' חיים בשעה שהוא היה חושב בלימוד כל כולו היה מתכווץ... והוא היה קומץ את ידיו בדריכות עצומה ולוחץ על הראש מאוד בחזקה!!! (כן... מספיק שהוא עשה את זה בעוצמה כמו המהלכים העוצמתיים שהוא חידש... זה מספיק...)

והרופא זיהה!! שהנה... זה כל הבעיה של ר' חיים...

אתה מבין?? היה צריך להביא את הרופא הכי גדול בעולם בשביל שיאבחן את הדבר הפשוט ביותר... את התנוחה הלא נכונה שר' חיים היה עושה בשעה שהוא לומד... (מר' חיים עצמו אי אפשר היה לצפות שיאבחן את עצמו בפרט הזה... כי... כי בדיוק אז הוא היה שקוע בלימוד...)

אז זהו!!! שכל אחד מאיתנו צריך לקחת בחשבון שלפעמים הסיבות לכאבים כרוניים טמונים בהתנהלות לא נכונה שרק אתה יכול לזהות אותה...

מה שברור: אחד מגורמי הכאבים הכרוניים הכי גדולים בדורנו זה לחץ!!! אז אצל אנשים מבוגרים לחץ זה משהו שיכול להיות במחיר של חיים... לחץ נפשי בגיל מבוגר יכול לגרום לחץ דם ומחלות לב ושבץ מוחי רח"ל... ואילו אצל אנשים צעירים... גם אם הלחץ לא גורם לסכנת חיים... אבל אפשר לומר שחלק גדול מהכאבים הכרוניים קשורים איכשהו לחץ...

והדור שלנו מומחה לענייני לחץ!!! ופעם כבר כתבתי כאן בגיליון שאחת ההגדרות של לחץ זה לנסות לדחוס שתי שניות בשניה!!! זו הנקודה!!! כלומר: לחץ לא קשור לעומס... יכול להיות בן אדם משועמם להחריד אבל הוא לחוץ... ולמה? כי יש לו חוסר ויסות באמון הזמן... והוא תמיד ינסה להספיק לעשות ביום מה שאפשר לעשות בשבוע... והוא תמיד ירצה לדחוס לימוד של עשרה דפים בזמן שאפשר ללמוד רק חמש... וכשהוא כך מנהל את כל חייו... הרי יש לפנינו אדם לחוץ!!! ואדם לחוץ, מערכת העצבים שלו חלשה... ואם מערכת העצבים חלשה הכל חלש... המצב רוח חלש... כוחות הנפש חלשים ואפילו מערכת החיסונית נחלשת...

אין ברירה אלא להפסיק להיות לחוץ... ותנחש מה היא הדרך היחידה להפסיק להיות לחוץ?? להשקיע בבטחון בה'!!! (בהזדמנות אחרת...)

---

חכה חכה... רגע רגע... לפני שאתה ניגש לסחרחרות של הבדיקות... תנסה לחשוב שניה... רגע... בעצם למה כואב לי הגב?? אולי אתמול נרדמתי בצורה לא נכונה ושכבתי לא נכון... אולי סחבתי לפני שלושה ימים איזה משהו כבד בצורה שונה ממה שאני תמיד רגיל לסחוב... אולי אתמול ניסיתי במשך עשרים דקות לגרד את הגב במקום הכי רחוק... והיות ואין לי זנב לכשכש בו... אז הייתי צריך למתוח את היד שלי הכי רחוק שיש... ועשיתי את זה בצורה אגרסיבית במיוחד... ולכן כעת כואב לי הגב... (לכן אני כעת שוב אעשה את אותה תנועה... ואם אני ארגיש "ששם יושב הכאב"... אז הנה... חסכוני בדיקת דם מיותרת... ואגב: ברגע שכואב משהו... והדימוין מתחיל לחשוש ממי יודע מה... זה מתכון בדוק לכאב כפול... כל פעם שאתה מדמיין שכואבת לך השן... היא עלולה באמת להתחיל לכאוב... כי עצם המחשבה מכווצת את כל האזור וגורמת לתחושת כאב מסיימת...) וחוץ מזה שאל תשכח שכמעט כל אחד מאיתנו... תוך כדי שהוא חושב הוא מתעסק עם משהו בידיים!!! ובדרך כלל הוא מתעסק בזה בעצבנות... (לכל אחד יש את ההתעסקות שלו... וכשהו נעשה בעצבנות ובמשך הרבה זמן זה עלול לגרום לכאב מסוים... בדיוק כמו שאדם שכותב הרבה שעות עלול לכאוב לו האצבע... ככה בן אדם שמפצח גרעינים בעצבים ו"רב איתם" במשך כמה שעות... המשמעות היא שבמשך כמה שעות הוא היה עסוק בתנוחה דרוכה מסיימת שעלולה לגרום לו לתפיסת שרירים... לא... לא נורא... זה לא כ"כ כואב... אבל אם אתה מוטרד מהכאב הזה... אז קח בחשבון שזה יכול להיות גם זה... מה שברור: את זה אף רופא לא יגיד לך... וכאן צריך להפעיל את השכל שלך!!!

---

ומה תגיד על חבר שלי שניגש אלי מבוהל... תקשיב: יש מקום מסוים ברגל שכל פעם יש לי שם פצע באותו מקום... הפצע עובר... ואז הוא שוב פעם חוזר... מי יודע מה יש לי שם... מה זה יכול להיות?? והוא היה ממש מוטרד מזה... ואז התחלנו לחשוב יחד מה יכול להיות... ו... ו... ואז הוא בעצמו פתאום נעמד והצמיד לרגע את הרגל שלו לשלחן... ואז הוא פרץ בצחוק מתגלגל... **מה התברר??** התברר שהמקום הזה ברגל הוא בגובה של הקצה של השלחן!!! וכידוע... כל כמה ימים הרגל שלנו נתקעת בזוית של השלחן... אנחנו מקבלים איזה מכה יבשה כזו כואבת וממשיכים הלאה... (בפרט אם יש כוס קפה רותחת ביד שחצי ממנה נשפך על החולצה של החבר... אז בודאי אין לנו זמן לשהות במכה היבשה שהרגל קיבלה) ותכל'ס, כל כמה ימים הרגל באותו מקום מקבלת מכה... וברגע שמיודעניו זיהה יותר מידי שטפי דם ברגל... ותמיד זה באותו מקום... הוא התחיל כבר להיכנס לחרדות... מי יודע מה יש לי... הוא כמעט הלך לרופא... כמעט רץ לבדיקות... כמעט קיבל התקפת לב... **ומה היה חסר לוו??** כמה שניות של מחשבה ואבחון... מסוג של "מצא את המטמון..." תפעיל מחשבה שאף אחד לא יוכל לנחש את זה במקומך... ושוב... זה עוד דוגמא חובבנית... אבל צריך לדעת שלפעמים מדובר באמת בכל מיני כאבים כרוניים... בכל מיני התכווצויות בגוף שיכולות ליצור עצירות במעיין או ההיפך... ואגב: יש סיפור ידוע על ר' חיים בריסקער שהייתה תקופה שהוא סבל מכאבים מאוד גדולים ואף רופא לא הצליח למצא מה הבעיה... עד שלקחו אותו לרופא מאוד מאוד

כי לכל אחד יש את הניואנסים האישיים שלו... כל אחד והשגעונות שלו... כל אחד והתנועות היחודיות שלו... ואתה יודע מה... אני אתן לך עוד דוגמא... והפעם זה ממש דוגמא מצחיקה... תקופה אחרי החתונה שלי... התחיל לכאוב לי הבטן... כאבי שרירים חזקים... נלחצתי... מי יודע מה... הלכתי לרופא... הוא נתן לי כדור כזה וכדור אחר... שלח אותי לבדיקות וכו' וכו'... ושום דבר לא עזר... ומה בסוף התברר?? שאחרי החתונה מתחילים טיפ טיפה להשמין ברוך ה'... ו... ואני הרי מאוד לא רוצה להשמין... וחוץ מזה... גם החולצות לאט לאט כבר לא כ"כ עלו עלי... וכעת יש שתי אופציות: או ללכת בשמחה לחנות ולקנות מידיה אחת יותר גדולה ולהודות לקב"ה שסוף סוף יש לי קצת נחת בחיים ואני מתחיל קצת להשמין ולא להשאר רבע עוף כמו שהייתי בישיבה... או... או לא... חס ושלום... מה... אני השמנתי?? אני צריך לעלות את המידה של החולצה?? מה פתאום!!! לא בא בחשבון!!! נו... מה עושים?? כווצתי את שרירי הבטן ורימיתי את עצמי שזה בסדר... נשארתי רזה... אני לא צריך להחליף חולצות... הכל בסיידר... עכשיו תנסה ללכת ככה כמה ימים... תנסה ללכת כששרירי הבטן מכווצים... מה הפלא שהבטן כואבת???

נו... ותחשוב שאני כעת הולך לרופא ומתלונן שכואבת לי הבטן...

עכשיו: לך תצפה מהרופא... שבמקום להוציא לי מהמחשב רשימה של כדורים ובדיקות... שבמקום זה הוא יהיה הפסיכולוג שלי ויזהה שיושב מולו בן אדם שכל הבעיה שלו מתחילה ונגמרת בזה שהוא לא מוכן להשלים עם זה שהחולצה שלו קטנה עליו... נו... תגיד לי: האם יש סיכוי בעולם שהרופא יאבחן כזו בעיה?? את זה רק אני יכול לזהות!!! זה ניוואנסים שרק אני יכול להפעיל אותם!!! וממילא צריך לקחת בחשבון שעם כל הכבוד לרופא... יש אבחונים שרק אתה יכול לאבחן אותם...

ושוב... אל תתפס על הדוגמאות שאני מביא... אתה מבין לבד שלכל אחד יש את השגעונות שלו... ואת הנקודות שהוא תקוע בהם... ואם תשים לב: אני כעת לא מדבר על כל מיני בעיות נפשיות או רגשיות שמשפיעות באופן ישיר על הגוף וכו' וכו'... שזה גם נכון... והיום יש לזה כבר מודעות... אבל לא!!! אני מדבר עוד לפני כן!!! אני מתעכב כעת על השלב אחד לפני הנפשי!!! אני עדיין אוחז בשלב המכני!!! שגם בייחס אליו לפעמים צריך להפעיל הרבה מחשבה עד שאתה מזהה את הנקודה...

---

ושלא תבין לא נכון: אין כוונתי חלילה לזלזל במושג ששמו בדיקות... ולהגיד שכל אחד שנשלח לבדיקות זה שום דבר... והוא רק צריך להחליף את המידה של החולצה או להוציא את הכפית מהכוס... לא!!! לא זה מה שבאתי לומר!!! אז מה כן??? לכל בעלי הפאניקה שבינינו... שברגע שכואב להם משהו בגב או בבטן... הם נבהלים ובטוחים שמי יודע מה יש להם... והם רצים לרופא... והרופא רק מלחיץ אותם עוד יותר כי הוא נותן להם רשימה של בדיקות שכל אחת מהם מפחידה עוד יותר... אז

## ידידי היקר שבנופש בחו"ל: טובה הארץ מאוד מאוד!!!

מסופר על אחד מגדולי עולם שהגיע מאירופה לארץ ישראל... והוא הסתובב בין ההרים הצחיחים וגבעות הטרשים (היה זה בתחילת הישוב היהודי בארץ ישראל). ונפשו התמוגגה מהיופי המדהים של ארץ ישראל. פנה אליו אחד ממקורביו ואמר לו: ילמדנו רבינו... הרי הרב הגיע מאירופה, והרב גם הסתובב בשוויץ ובעוד כמה מקומות מרהיבי עין באירופה, וכי באמת זה פחות יפה מהנוף הפשוט הנשקף כאן בארץ ישראל?? נענה אותו גדול בישראל והגדיר כך: אתה צודק... הנוף של שוויץ יותר יפה מארץ ישראל...

## אבל הנוף של ארץ ישראל זה נוף שמדבר אליי!!!!!!

אתה מבין את המשפט הזה?? אתה מבין מה הכוונה "נוף שמדבר אליי"??  
**פשוט מאוד:** כיום מקובל בחצרות החסידים... שנוסעים קבוצה של כמה מאות חסידים עם הרבה שליט"א לאירופה... להשתטח על קברי רבותינו הק'... ולשבות ולהיות בעיר שעליה קרויה החסידות... אם זה עיירת ויזניץ או עיירת בעלזא או עיירת פרשבורג... ובדרך כלל זה נסיעה מיוחדת מאוד... והנוסעים חוזרים ברוממות רוח מכזה מסע...

**ואני עומד ושואל כמו ליטאי קר כקרה:** בעצם... אם אתם כבר נוסעים עם הרבה שליט"א לביקור במקומות מעניינים ופסטורליים... אז למה אתם מתבזבזים על עיירת בעלזא?? חבל... יש מקומות הרבה יותר יפים בתאילנד... אני יכול להשיג לכם כרטיסים זולים... יש גם נופים מדהימים... אה???

## נו... מה התשובה?? שוטה גמור!!!! מה הקשר בכלל!!!!

כשאנחנו נוסעים לעיירת בעלזא... נכון שבמקרה זה באירופה... ויש שם יערות עד... ויש שם ירוק על בסיס קבוע... אבל זה לא הנושא!!! כשאנחנו מגיעים לעיירת בעלזא הלב מחסיר פעימה... הנוף שם מדבר אליי!!!! כשאני מסתובב שם בין הסמטאות המוזנחות אני רואה לנגד עיני את ה"יושבים" של בעלזא רצים מהר לבית מדרש... כשאני יושב מול הנהר אני רואה לנגד עיני את האידישע מאמע חוזרת מהשוק עם דגים חיים לכבוד שבת...

זה נוף מסוג אחר... זה לא נוף תאילנדי... זה נוף של הליגער קהילת קודש בעלזא... נו... את זה אתה מבין?? כן... אין אחד שלא מבין... **אז תכפיל את הרגש הזה בעשרות עשרות מונים ואתה מוזמן לפגוש בכל ד' אמות בארץ ישראל!!!!!!**

אנחנו מסתובבים כאן בארץ ישראל... והנוף המשתקף לנגד עינינו... זה הוד קדומים... על הריצפה שאני כעת הולך... עליה הילכו קדושי עליון... אוכלי חולין בטהרה... כל הר בארץ ישראל מקפל מאחוריו פרקים שלמים בנביא שהם חלק מהתורה שלנו...

**רק בתור דוגמא:** אני גר בחיפה... והקייטינים מגיעים ועסוקים בשאלות: האם רואים ים מהחלון?? כמה ים רואים? כזית או כביצה...?? תעזבו... תעזבו את הנוף הפנורמי של הים... את זה יש גם בחוף לארץ... אם אתם כבר פה תסתכלו על משהו אחר... אתם רואים את המפרץ?? אתם יודעים מה זה המפרץ הזה? אתם יודעים מה טמון בנוף המפריץ הזה?? המפרץ הזה זה הנמל של שבת זבולון!!!! כאן... במקום הזה לפני אלפי שנה היו גרים שבת זבולון כפי שכתוב בתורה... ושם... שם בנמל עכו שאתה רואה מהבית שלך... היה עומד יהודי משבת זבולון ונפרד מבני משפחתו בדמעות... כן... הוא הולך כעת לנסוע לחצי שנה... למה?? כדי לפרנס את ליששכר שיושב ועמל בתורה... זה היה הנוף הנשקף מידי יום ביומו במפרץ הזה... שם היו נפרדות משפחות שלמות מיקיריהם על מזבח אהבת תורה... כמה דמעות נשפכו שם על אהבת תורה... כמה לב יהודי של מסירות נפש לתורה התנפץ על הגלים של המפרץ הזה... אז נכון שיש נוף של ים... וזה נוף יפה... אבל אל תשכח שזה גם **נוף שמדבר אליי**... זה לא סתם ים... זה לא סתם חוף... זה זבולון לחוף ימים ישכון... זה נוף שמקפל מאחוריו נתח שלם מהידישקייט שלנו... וכן הלאה וכן הלאה... כל ארץ ישראל... אין כאן המקום להאריך... תביא איזה מקום שאתה רוצה... ואני אגיד לך בדיוק מה "מדבר אליי" שם... (אבל בשביל מה אתה צריך אותי... אתה יכול לבד להגיע לזה... הרי ספר יהושע לפניך... הרי התורה לפניך... ואם חסר משהו... הדבר היחיד שחסר זה קצת התמקדות באהבת ארץ ישראל...)

אני קצת מתבייש לספר... אתה תצחק עלי... אבל השבוע נסעתי לקייט בירושלים... ואני מסתובב שם ברחובות כמו תייר ולא ממחר לשום מקום... והנה... עמדת לי ברחוב ירמיהו וחיכיתי לאוטובוס עירוני שיקדם אותי בכמה תחנות... והנה... בעודני ממתין בתחנה ו... ולפתע הגיע אוטובוס ואני רואה שכתוב עליו **בית אלי!!!**

התרגשתי מאוד... מה...? האוטובוס הזה נוסע **לבית אל??**

כן... ה"בית אל" שמוזכרת כמה וכמה בתורה בהקשרים מאוד מרגשים... לא חשבתי מידי הרבה... פשוט מצאתי את עצמי עולה לאוטובוס... שלמתי והתיישבתי... גם אני רוצה לנסוע לבית אל...

ואז פתאום תפסתי את עצמי... רגע... השתגעתי?? מה קרה לי?? מה... אני הומלס...?? פתאום עולה על אוטובוס ונוסע לבית אל?? בשלב מסוים גם התחלתי לפחד... אחרי הכל חוששים שם ממחבלים... תאר לעצמך שיחשדו בי שאני מחבל... ויתחילו לשאול אותי מה אני עושה כאן?? מה אני אענה להם... שהגיע אוטובוס ו... ו... ועליתי עליו בלי לחשוב פעמיים...

## אבל פתאום תפסתי את עצמי: סליחה סליחה סליחה...

כל המתנחלים שגרים בבית אל... **למה הם גרים שם??** בגלל שהם אוהבים את ארץ ישראל... השם "בית אל" מדבר אליהם... הנוף של בית אל מדבר אליהם... זה מזכיר להם את חלום יעקב... מזכיר להם את הים של דמעות שיעקב אבינו שפך וניסך שם לפני פטירת רחל אמנו... אז למה אני לא?? למה לי אסור להתרגש מכזה מקום?? וכי סולם יעקב זה נחלתם הבלעדית של המתנחלים?? רק להם מותר להתרגש מארץ ישראל?? הנוף של "יוסף יעקב נסך" מדבר רק אליהם?? **לא!! אני מוחה בתוקף!! גם אני יהודי... גם לי יש רגש... וגם אלי הנוף הזה מדבר...**

זכותי המלאה לעמוד בתחנה ולראות אוטובוס שנוסע לבית אל... ולקפוץ עליו... ואני לא צריך יותר מידי להסביר למה...

**כווווו!! אני בדיוק כמו חבר שלי!!!** חבר שלי יושב כבר חודש על קוצים... הוא רוצה לברוח מארץ ישראל... הוא חייב להגיע לנופש בחו"ל... הוא ישב כל היום בטלפון עם הסוכן נסיעות וכל הזמן חיפש טיסות מזדמנות... והנה... פתאום התפתה איזו טיסה מאד זולה... והוא קפץ על זה ו... טס לחו"ל... **אז אני בדיוק כמו חבר שלי!!!** הוא קפץ על טיסה לחו"ל... ואני קופץ על נסיעה על אדמת ארץ ישראל... **כו!!! אני יהודי גאה!!! אני אוהב את ארץ ישראל!! משוגע על ארץ ישראל!!!** ואני חרדי... שיך למגור הליטאי... אני נאמן לדברי רבותנו שאסור להתגרות באומות והכל נכון... אבל לכן מה?? לכן אני צריך להתבייש שאני אוהב את ארץ ישראל??... זכותי המלאה לא להתבייש בזה!!! מי שיש לו בעיה עם זה... שיטוס יחד עם חבר שלי לנופש באוסטריה... ובהולנד... שיחבקו את האדמה העקובה מדם שרצחה את יקירנו ויהנו מכל רגע...

**עכ"פ הגעתי לשם - לבית אל...** והלכתי שם... כן... הלכתי על הרצפה עצמה... הריצפה הקדושה... והאספלט הזה דיבר אלי... הנוף הזה דיבר אלי... ראיתי לנגד עיני את יעקב אבינו מנסך כאן נסכים בחג הסוכות... ממש כאן... הסתכלתי על העמק מהצד **והעמק הזה דיבר אלי...** כי זיידע אברהם עמד כאן... בין בית אל ובין העי... וכאן הוא בנה מזבח לה' ויקרא בשם ה'... הסתכלתי לפתע על השמים ודמיינתי לעיני רוחי שכאן... כאן נמצא אמצע השיפוע של סולם יעקב וכו' וכו'... והנה... מולי ניצב הר חצור... כאן יהושע נלחם מלחמת מצוה מול מלכי כנען... כאן באזור היה המעמד של שמש בגבעון דום וכו'...

ו... ורק בשביל להשלים את התיאור המרגש... אני רוצה להוסיף עוד איזה פרט... שהוא ממש הדובדבן שבקצפת... **שבאמצע!!!** באמצע שאני מהלך שם בבית אל... לפתע אני מקבל טלפון מחבר שלי... טלפון מחו"ל... כן... החבר שלי שיצא לנופש בחו"ל... הוא מתקשר אלי מאוסטריה ומתחיל לתאר לי כמה יפה כאן... ואיזה מדהים... איזה קסום... לא רציתי לצנן את ההתלהבות שלו... אבל אמרתי לעצמי: **תראה מה ההבדל ביני לחבר שלי??** חבר שלי עומד על אדמה טמאה... טומאת ארץ העמים... גזרו על גושה ועל אוריה... הוא עומד כעת על אדמה עקובה מדם... אדמה של גוים רשעים... ש... שלא נתנו לנו להלך על האדמה הזו... (כן... הילכו שם קדושי עליון... אבל לא כ"כ על האדמה... אלא מעל האדמה... דאגו לאבד את שמם מהאדמה הזו...) ואילו אני?? אני עומד פה על אדמת קודש... בנוף שמדבר אלי... בנוף שזועק קדושת ארץ ישראל...

אני יודע שאתה חושב שהמשפטים שאני אומר עכשיו זה סוג של "אפלייה מתקנת"... כנראה שרציתי מאוד לטוס לחו"ל ולא הצלחתי... אז במקום להתבכיין... אני בוחר לזלזל בכל אלו שנסעו לחו"ל... **אז זהו שלא!!!** לא חייבים להגיד "אוקימותות"... אהבת ארץ ישראל זה לא כזה רחוק מהמצויאות... מי שרק רוצה יכול לאהוב את ארץ ישראל... תבין: זו אהבה שקיימת אצלנו בגנים... הסבים והסבתות שלנו ירקו דם בשביל חיבת הארץ... אז מה יש לנו?? למה נגזר עלינו שהארץ מקיאה אותנו?? זה לא אמור להיות ככה... זה לא אמור להיות ככה... זה לא אמור להיות ככה... נקודה!!!! לא!!! לא!!! זו נקודה למחשבה בימים אלו שאנחנו תרים את הארץ... זה הזמן לבחור לאהוב את ארץ ישראל... להחליט שאנחנו בוחרים להקשיב לכלב ויהושע שאומרים: טובה הארץ מאוד מאוד... ולא להקשיב לאחרים... יש לנו את זה!!!

אגב: ולחברי היקר שנמצא בגלות אוסטריה שם במלון... אני פונה אליך מע"ג שורות אלו... אנא... כשאתה גומר לאכול ארוחת בוקר... נא לא לשכוח ברכת המזון... אל תשכח... בפרשת השבוע כתוב: ואכלת ושבעת וברכת את ה' אלוקיך **על הארץ הטובה אשר נתן לך**... אל תשכח שברכת הארץ זה דין מעבד בברכת המזון.

אני פונה אליך מע"ג שורות אלו... אנא... כשאתה גומר לאכול ארוחת בוקר... נא לא לשכוח ברכת המזון... אל תשכח... בפרשת השבוע כתוב: ואכלת ושבעת וברכת את ה' אלוקיך **על הארץ הטובה אשר נתן לך**... אל תשכח שברכת הארץ זה דין מעבד בברכת המזון.