

# אביטרה נפלאות

בס"ד, פרשת ויחי תשפ"ב, גליון 3

מעובד מתוך שיעורים והתוועדויות של הרב יצחק גינזבורג שליט"א

## אתה! להתייחס בלי לברוח

על היחסים. נסו לשבת בקבוצה ולהימנע מדיבור על הזולת בגוף שלישי...

נעמיק ביחסי אני-הוא-אתה בכמה תחנות:

1. היחס הישיר לה' כשיא התפילה.
2. הפנייה הכנה והישירה ביחסי האנוש, והשתקפות ה' מתוכם.
3. 'אתה' בחינוך - יחסי מחנך-מחונך והחינוך לתקשורת כנה.

נקח במסגרת למיטיבי לכת - התבוננות חסידית על דברי הרמב"ם, הממחישה כיצד הפנייה הישירה ל'אתה' מצמצמת ומעלימה את הרע מחיינו.

יוצאים לדרך.

החסידות מעלה על נס את התקשורת הכנה, הישירה והתמידית עם ה' יתברך. יסוד הדברים הוא הפנייה הישירה לה' לנוכח, 'אתה'. התפילות והברכות מלאות בפניות לה' כ"אתה", ובספר התניא מבואר כי הפנייה לה' כ"אתה" היא עיקר התפילה.

אולם ההתייחסות הישירה לה' כ"אתה" שומטת מתחתינו את הקרקע היציבה. נוח יותר לדבר ולחשוב על ה' כ'הוא', שאינו מורגש כנוכח ומחייב.

היחס ל'אתה' מתפרט גם לתיקון יחסי האנוש - מול בן הזוג, החבר ואף המחונך. הפנייה הישירה מחייבת אותנו לתקשורת מול זולת חי ומשתנה ללא הרף. גם כאן, נוח לנו 'להלביש' על הזולת סטיגמות וציוורים מקובעים, המדמים לנו שליטה

מעובד מתוך חוברת **נפלאות** היוצאת בכל שבוע ומופצת בכל רחבי הארץ. להצטרפות - ראו בגב הגליון

ג	ל	ע	י	נ	י
ו	א	ב	י	ש	ה
נ	פ	ל	א	ו	ת
מ	ת	ו	ר	ת	ך

# מהות התפילה – פנייה לה' כ'אתה'

אדמו"ר הזקן שאותיות הפסוק "צִאֵינָה וּרְאֵינָה" יוצרות את הביטוי **צא אני וראה אין** – כדי להיפתח לאין, לחוש-לראות את נוכחות ה', עלי קודם כל לצאת מעצמי, מה'אני' שלי.

## 'אתה' – שיחת רעים ישירה

אך לפנייה לה' כ'אתה' יש צד הפוך, המעמיד אותנו בשוויון מסוים עמו. פנייה בגוף שלישי, 'האם הרב חושב ש...' 'האם כוונת כבודו היא...?', מכבדת ומבטאת מרחק, דיסטנס, ביני לזולת. הפנייה הישירה, 'אתה', יכולה לגבול בחוצפה, דיבור 'בגובה העיניים'. בתורה ובמצוות מורגש פער מהותי – ה' מעלינו,

**לא מדובר רק  
ב'העברת מסר',  
אלא בבניית  
חיבור אמתי  
כדי לחוש-לראות  
את נוכחות ה',  
עלי קודם כל,  
לצאת מעצמי,  
מה'אני' שלי**

מלמד ומצווה, ואנו לומדים ומקיימים. התפילה, עם כל העמידה המתחננת, דורשת כנות – פנייה אל ה' פנים בפנים, תוך ביטוי הרצונות והצרכים שלנו. התפילה היא מעין שיחת רעים

ישירה, בה אומר האדם את מה שהוא חש באמת. תפילת הרבי מקוצק ממחישה את שני האתגרים: הוא נהג להתפלל כמשוחח עם חבר. ללא הגבהת קול, ללא הארכת המילים והמשפטים, ללא תנועות גוף חריגות או 'ניגון' של תפילה – פשוט כמו שיחה כנה וישירה. נשמע קל? נסו ותראו כמה זה קשה. אכן, לאחר התפילה ה'פשוטה' הזו, במשך שעה ארוכה הוא לא זיהה את הסובבים. אם ה' הוא ה'חבר' שלך, המציאות כולה מיטשטשת. הפנייה אל ה' כ'אתה' היא שיא היחס אלי – עצם המפגש עם הנוכחות הממשית של ה' בחיינו. אכן, בשל הקושי בחוויה רבת-עוצמה זו היא מתוחמת לתפילת העמידה, ובשאר הזמן "מותר" להתייחס לה' בגוף שלישי.

לקשר שלנו עם ה' ביטויים שונים. סדר היום היהודי רצוף תורה ומצוות דרכן אנו מתחברים לחכמתו ורצונו של ה'. אך בעוד שבתורה ובמצוות ה' נתפס כנעלם שאנו מדברים עליו, בתפילה ה' נוכח מולנו, אנו פונים אליו.

ליתר דיוק, בתפילה מופיעים שני האופנים: בסיפור שבחי ה', בפסוקי דזמרה ובקריאת שמע, אנו מדברים עליו (לרוב בגוף שלישי). ואילו בתפילת העמידה (שמונה-עשרה) אנו פונים ישירות אליו, בגוף שני – "אתה".

ההתייחסות הישירה לה' מיוחדת לתפילת העמידה, ולכן מטבע ברכותיה, הנוסח שקבעו חכמים, שונה ממתבע שאר הברכות. באופן כללי, כל ברכה פותחת בגוף שני, "ברוך אתה", ועוברת מיד לגוף שלישי – "אשר קדשנו במצותיו", "שעשה לי כל צרכי" וכו'. בעמידה, לעומת זאת, לשון ברכה לא עוברת לגוף שלישי והמילה הנפוצה ביותר בתפילת שמונה-עשרה היא "אתה" – המטרה היא להמשיך לדבר עם ה' בגוף שני, "נִכַח פְּנֵי ה'".

ההתייחסות הישירה לה' קשה ומאמצת – לא פשוט ולא קל לחוש את נוכחות ה' בדומה לנוכחות של חבר. אך ויתור על התפילה, עיקר היחס עם ה', הופך את העיסוק בחלקי עבודת ה' האחרים למעין 'בריחה' ממפגש. בעצם, באמירת 'אתה' לה' שני אתגרים שונים ואף הפוכים:

## 'אתה' – לצאת מה'אני'

מצד אחד, תפילת העמידה, כשמה, היא עמידה לנוכח. הדיבור אל ה' מחייב אותנו לחוש בנוכחותו, וזו חוויה שבעצם מבטלת את מציאותנו, עד כדי כך שבספר התניא מתוארת הפנייה לה' לנוכח כמסירות נפש!

כדי לומר לה' 'אתה' עלי לצאת מה'אני' שלי, לוותר על מחשבות ותחושות המסיטות את הלב מהמיקוד בה', עד להישאבות' כל האישיות שלי לתוכו. לא מדובר רק ב'העברת מסר', אלא בבניית חיבור אמתי עם מי ש"אין עוד מלבדו". כך דורש

אמירת 'אתה' לה' בלשון נוכח, היא שיא התפילה.

יש בה גם 'מסירות נפש', של יציאה מעצמנו כדי להתחבר לאין-סוף, וגם פלא של יחסי אני-אתה ישירים וכמעט-שוויוניים עם האין-סוף ברוך הוא.

# לפגוש את הזולת כ'אתה'

לעומת זאת, היפוכה של השנאה בלב, המתייחסת למה ש'הוא' עשה לי, הוא "הוכח תוכיח את עמיתך" – פנייה לזולת בלשון נוכח, בתקשורת ישירה ואף אינטימית בין המוכיח לבין הנוכח, מתוך

**הליכת רכיל היא הפיכת הזולת ל'הוא' – אובייקט שמדברים עליו בניכור**

הרגשת קירוב ושוויון. כך ניתן לקרוא את הפסוק "הוכח תוכיח את עמיתך" – הנכח אותו, פנה אליו – "ולא תשא עליו חטא" – ואל תדבר עליו מרחוק ומאחורי הגב.

אהבת ישראל אמתית היא עזיבת ה'אני' שלי

ופינני זמן, מחשבה ורגש להתמקדות בפנייה אל החבר, 'אתה'. התמקדות כזו בזולת נותנת בו אמון וחושפת את מהותו הפנימית, את ה'אתה' האמתית – את נשמתו המתבטאת ברצונותיו הטובים. כמוכּוּן, פנייה ישירה לזולת לא מבטלת את קיום ה'אני' – אמירת 'אתה' יוצאת מתוך קיום של 'אני'. אך היחס האמיתי והמכבד לזולת בונה הדדיות ושוויון, וחושף גם את מהותי הפנימית. ראית ה'אתה' האמתית 'ממציאה מחדש' את גם ה'אני' האמתית.

נשמטנו היא "חלק אלוה ממעל ממש" – פנייה ישירה לזולת, החושפת את מהותו הפנימית, חושפת את ה' כפי שהוא נוכח בתוכו. כך, התקשורת הישירה עם הזולת האנושי הולכת יד ביד עם התקשורת הישירה עם ה', כנוכח וגלוי בחיינו – 'שְׁוִיִּיתִי ה' לְנִגְדִי תְּמִיד", בכל מערכות היחסים.

אמירת 'אתה' ישירה וכנה, 'בגובה העיניים', היא גם יסוד היחס לזולת. בעיה מרכזית ביחסי אנוש היא ההתייחסות לזולת כ'הוא', תוך מסגורו והגדרתו במקום שיח עמו.

ה'בריחה' מפנייה ישירה לזולת אל גוף שלישי נובעת גם היא מתחושת איום. בכל אחד מאתנו יש מקום עם חוויה שרק אני קיים 'באמת' – 'אני עומד במרכז, וכל השאר סובבים אותי, נמדדים ביחס אלי ומיועדים לשרת אותי'. הנכחת השני ומיקוד בו דורשים שאגמיש את דעותיי ואצא מסטיגמות דמיוניות כדי להתייחס למציאותו האמתית, כבעל רצונות ודעות משלו. היחס ל'אתה' משנה ומקטין את ה'אני', ומצמצם כביכול את מציאותי.

פסוקי היסוד של היחס לזולת הם "לא תִלְךָ רְכִיל בְּעַמִּיךָ לֹא תַעֲמֹד עַל דָּם רַעַךְ אֲנִי ה'". לא תִשְׁנֵא אֶת אָחִיךָ בְּלִבְךָ הֹכַח תֹּכִיחַ אֶת עַמִּיתְךָ וְלֹא תִשָּׂא עָלָיו חֲטָא. לֹא תִקַּם וְלֹא תִטֹּר אֶת בְּנֵי עַמֶּךָ וְאֶהְבֶּתָּ לְרַעַךְ כְּמוֹךְ אֲנִי ה'". הליכת רכיל היא הפיכת הזולת ל'הוא' – אובייקט שמדברים עליו בניכור. התורה אומרת על אחי יוסף: "וְלֹא יִכְלוּ דַבְּרוּ לְשָׁלֵם". במקום לפנות ליוסף באופן ישיר, כ'אתה', האחים התייחסו אל יוסף כ'הוא' (האחֶר־הַלֵּז), "הִנֵּה בְּעַל הַחֲלָמוֹת הִלְזָה בָּא", וכך הגיעו למכירתו.

**התקשורת הישירה עם הזולת האנושי הולכת יד ביד עם התקשורת הישירה עם ה'**

הפנייה לזולת כ'אתה' היא הבסיס לאהבת ישראל אמתית.

ההתמסרות אליו אינה מבטלת את ה'אני' אלא מעצימה את החיבור בין השניים. הכנות והישירות מגלות בתוכנו את החלק האלוקי הנוכח בתוכנו תמיד.

# 'אתה' – יסוד החינוך

למעלה והקשר עם החבר הוא הדדי, בחינוך תפקידנו להעניק למחונך מלמעלה למטה. מעמדה זו אנו

כל האמור נכון ביתר שאת בעבודת החינוך – חֲנוּךְ אותיות נוכח. בעוד שהתפילה עולה מלמטה

# חינוך תלוי בראיית הנער "באשר הוא שם", במקומו ובמציאותו כרגע. דווקא שם יש לזהות את ייחודיותו

ל"אתה" ולעסוק בדברים המנותקים ממנו ומן המציאות שסביבו.

החינוך לעמידה נוכח והתייחסות ל"אתה" ממלאים גם את עיקר יעד החינוך: לגדל ולבגר את המחונך, ולגדול

ולהתפתח עמו. זו עוד משמעות של חינוך "לפי דרכו", חינוך שילווה את הנער בכל דרכו בעתיד. כאשר המחונך לומד להתייחס לכל דבר בישירות ובכנות, אישיותו תמשיך ותתפתח, ותוכל להתאים את עצמה לאתגרים המשתנים במהלך חייו. מי שיודע לפנות לה' כ'אתה', יכול לפנות כך גם לתלמידיו ולחנך אף אותם לפנות לה' ולסובבים אותם באותו אופן.

ורמז יפה: **חנוך** הוא אותיות **חן כו. כו** בגימטרייה 26, כערך המספרי של שם **הויה**. תכלית החינוך היא למצוא את **החן** המיוחד של המחונך, המתנה הייחודית לה זכה מה' – **חן ה'**. הפנייה ל'אתה', שחושפת את החלק האלוקי, גורמת לנשיאת חן – וכשמזהים את ה'חן' הייחודי של המחונך אוהבים אותו ומחנכים אותו "לפי דרכו" הייחודית.

נוטים להטפה, אמירה כיצד הבן או התלמיד 'צריך להיות', במקום לראותו כפי שהוא. לכן חשוב להדגיש את התקשורת עם המחונך 'בגובה העיניים'. חינוך תלוי בראיית הנער "באשר הוא שם", במקומו ובמציאותו כרגע. דווקא שם יש לזהות את ייחודיותו ולקיים בו "חֲנֹךְ לְנֶעַר עַל פִּי דַרְכּוֹ". כך בפרשתנו, יעקב מברך את בניו "אִישׁ אֲשֶׁר כִּבְרַכְתּוּ" – כל אחד מבני יעקב מקבל ברכה מיוחדת ה'תפורה' לאישיותו המיוחדת, בעלת הפוטנציאל והצרכים הייחודיים.

על המחנך לדבר תמיד עם הילד הנוכח לפניו, לפנות אליו כ'אתה'.

כשהמחנך אינו מכיר את מצבו האמתי של המחונך, כשאינו מתייחס לדמות האמתית העומדת נכחו אלא לאופן בו מצטייר הנער בדמיונו, הוא מדבר אליו דברים שאינם לפי ערכו. אז אין כאן יחס ל'אתה' אלא דיבורים

בעלמא, שאינם חודרים למציאותו של הנער. חינוך גרוע כזה גורם גם לנער להפסיק להתייחס ישירות

כל אחד מבני  
יעקב מקבל  
ברכה מיוחדת  
ה'תפורה'  
לאישיותו  
המיוחדת,  
בעלת  
הפוטנציאל  
והצרכים  
הייחודיים

הפנייה 'אתה' והיחס 'בגובה העיניים' הם יסודות החינוך. על המחנך לדבר אל המחונך ישירות, בהתאם למה שהוא זקוק לו, וללמד אותו להתייחס באותו אופן ישיר לה' ולמציאות.

## לסיכום המסע

היחס שלנו אל ה' כ"אתה" הוא פלא – מפגש ישיר ואמתי בין הנברא המוגבל לבורא האין-סופי. הפלא הזה, שיא עבודת ה', מקרין על המציאות כולה – כשנדע להתייחס לזולת כ'אתה' באמת, נחשוף גם בתוכנו בתוכנו את החלק האלוקי. גם חינוך אמתי מבוסס על היסודות האלה – צריך 'לראות' את התלמיד, לפנות אליו ישירות וללמד אותו בעצמו להתנהג כך (במסגרת: היחס ל'אתה' כלפי כל המציאות).

## היחס לרע במשנת הרמב"ם

וביניהם יש שני עולמות של 'הוא' (שיש ביניהם הבחנה, כפי שבאנגלית הטבע הוא It והזולת נקרא He).

התכלית היא להכניס את הפנייה ל'אתה' לכל העולמות – גם ביחס לזולת ואפילו ביחס לטבע. אם נצליח בכך – נאיר את העולם

**יש כאן גם הסבר  
עמוק להגדרת הרב  
קוק את חסידות  
חב"ד כ"השקפה  
המונוטאיסטית  
הנוטה להסברה  
הפנטאיסטית  
כשיא מזדככת  
מסיגיה"**

באור אלוך,  
והרע יתגמד  
ויעלם. המגיד  
ממערב יטש  
אמר שעלינו  
לגלות  
ש'האצילות'  
היא כאן –  
להחזיר לתוך  
כל העולמות  
את היחס  
ל'אתה'.

מי שמצוי במושגי הפילוסופיה ישנים לב שזו העצה למפגש מרתק בין הפילוסופיה הרציונלית של הרמב"ם לפילוסופיה הקיומית (אקזיסטנציאליזם). יש כאן גם הסבר עמוק להגדרת הרב קוק את חסידות חב"ד כ"השקפה המונוטאיסטית הנוטה להסברה הפנטאיסטית כשיא מזדככת מסיגיה". סיגי הפנתאיזם מייחסים אלוקות לכל פרטי הנבראים בעולמות התחתונים – והרי חלילה אין לעבוד נברא זולת ה'! אך מדברינו כאן שאפשר לחשוף את יחסי אני-אתה שיש עם ה' בתוך המציאות כולה אסור לעבוד שום גורם בטבע, אך מותר וראוי לקיים מולו יחסי אני-אתה הפונים כ'אתה' לאלוקות שבו. הסתכלות על הבריאה כחלקי מיחסי אני-אתה עם הקב"ה הופכת את המציאות כולה לטוב.

היחסים של 'אני', 'אתה' ו'הוא' פותחים פתח להתבוננות חסידית על היחס לרע במשנת הרמב"ם (שאגב, יום פטירתו יחול בכ' טבת):

ב'מורה נבוכים' כתוב שבני האדם, כולל המחשיבים את עצמם לחכמים, טועים בהבנתם את מקור הרע. לדעתם, רוב הרעות הן חלק מהטבע, חלק לא מבוטל מהרע מגיע מהחברה – מהמשל, מדורשי רעתי או מחברים מזיקים בבלי דעת, ורק על מיעוט הרע יש לי אחריות. אך האמת הפוכה: את רוב הרע גורם האדם לעצמו, בנטייתו שליליות והנהגה מזיקה. חלק קטן של רע מגיע מהחברה, שברובה מורכבת מאנשים טובים אחד לשני, והרע הטבעי הוא זעום – אסונות טבע מעטים מאוד ביחס לכללות התנהלות הטבע התקינה והטובה.

במושגים שלמדנו השבוע, רוב הרע נגרם מהאדם עצמו – 'אני'. מיעוט הרע נגרם מהסביבה – 'הוא'. אך מי לא גורם לי כל רע? 'אתה', ה' יתברך. כשמזהים כל דבר כמעשי ה', ונמצאים עמו בקשר ישיר, הכל טוב.

כדי לעמוד על עומק הדברים נשתמש במושגי הקבלה: המציאות מתחלקת לארבעה עולמות – אצילות-בריאה-יצירה-עשייה. עולם האצילות כולו אלוקות, ועליו נאמר "לא יִנְרָךְ רֵעִי". ככל שיוורדים בעולמות יש יותר רע. ולפי הדירוג שראינו יש שלושה מקורות רע – כנגד שלושת העולמות התחתונים. מיעוט הרע נגרם מהטבע, הבריאה של ה'. יותר רע נגרם מהחברה, שכנגד היצירה (עולם של רגשות ויחסי-אנוש), ורוב הרע שייך לעולם העשייה.

ארבעת העולמות מקבילים לארבעת חלקי התפילה – קורבנות, פסוקי דזמרה, קריאת שמע ועמידה. בעולם האצילות (העמידה) אני פונה לה' כ'אתה', בעולם העשייה אני חווה את ה'אני' שלי,



המאמר מעובד מתוך שיעור של הרב יצחק גינזבורג שליט"א בחוברת נפלאות פרשת מטות-מסעי תש"פ. הכניות למקורות נמצאות שם. להורדת החוברת [https://bit.ly/N\\_matot\\_80](https://bit.ly/N_matot_80)



## איש האמת

רבי רפאל מברשיד נודע כמבקש אמת וענוה, וכתלמידו המובהק של רבי פינחס מקוריץ. לאחר פטירת רבו סרב רבי רפאל להיות רבי-מנהיג, ועד זקנה היה נוסע לצדיקים אחרים, כרבי ישראל מרוז'ין שכבדו מאוד. עם זאת, התקבצה סביבו חבורת עובדי ה' שהלכו בדרכו. נפטר ב"ט"ו טבת תקפ"ז.

מסופר שכאשר הגיע ר' רפאל לראשונה לרבי פינחס מקוריץ, אמר ר' רפאל "רצוני לעבוד את ה' באמת. אך גם זה אינו אמת [אמירה זו שלי אינה אמת]. וגם זה אינו אמת [גם האמירה הזו אינה אמת]" ומיד נפל מתעלף... על רבי פינחס עצמו מסופר שעמל שנים רבות על מידת האמת, והנה מגיע אליו תלמיד כזה מבקש אמת! רבי פינחס התפאר בתלמידו ואמר "אף אחד אינו יודע עד כמה מעמיק מוחו של רפאל שלי". ועוד אמר "על אף אחד מתלמידי איני מוכן להיות ערב, רק על רפאל שלי אני ערב שלא יתקלקל".

ר' רפאל חונך לאמת, ודרש גם מילדים קטנים לדבר רק אמת. פעם דיבר בחריפות בגנות השקר, והיה שם מוכר דגים שרצה לצאת באומרו שאינו יכול להימנע מלשקר בפרנסתו. אמר לו ר' רפאל: תתרגל לאט-לאט. תחילה קבל על עצמך לא לשקר עבור רווח מועט של פרוטה, אחר כך גם עבור שתי פרוטות, וכן הלאה עד שתחדל לגמרי מהשקר.

הוא היה מפרש "מְדַבֵּר שֶׁקֶר תִּרְחֶק" – יש להיזהר מדיבורים, כי דיבור בעלמא (סתמי) מביא לידי שקר. הוא השריש בתלמידיו את האמת, ואומרים שאם מישהו מתלמידיו היה נכנס לבית כשהוא נוטף מים ושואלים אותו האם יורד גשם בחוץ, היה עונה "בזמן שהייתי בחוץ ירד גשם"...

לצד מידת האמת, הצטיין ר' רפאל באהבת ישראל עזה, ורבו אמר עליו "רפאל שלי מסוגל לאהוב אפילו 'גראבע רשעים' [– רשעים מגושמים]". הוא היה אומר: כשאדם רואה שמישהו שונא אותו, עליו דווקא לאהבו ביותר. כי כשישראל באהבה ואחדות שורה עליהם השכינה הקדושה, ואם יש ביניהם פירוד חס ושלום אז נעשית פרצה, מקום-פנוי שדרכו הקדושה נופלת. לכן כשחברו מתרחק ממנו מוטל עליו לאהבו ולהתקרב אליו כדי לסתום את הפרצה.

על פטירת ר' רפאל מסופר: היה יהודי שגנב מהפריץ הגוי, תפסוהו בקלקלתו ודנו אותו למוות, אך אמרו שאם ר' רפאל ועוד צדיק מפורסם, הרבי מסאוורן, יעידו שהוא חף מפשע, יוציאוהו לחופשי. הרבי מסאוורן אמר "פיקוח נפש דוחה שקר" והעיד לטובתו, ובכל זאת לא אמר שקר מוחלט. אך ר' רפאל לא רצה לשקר וביקש מהקב"ה שייקח אותו מן העולם ואכן נפטר לפני שהגיע תורו להעיד... הסיפור הזה מעט קשה לעיכול: הרי פשוט שטענת הרבי מסאוורן צדקה, וודאי שר' רפאל אינו דוגמה לחיקוי. יתכן שהיהודי ניצל לבסוף, ומסתבר שר' רפאל ביקש מה' שלא יארע ליהודי רע בגללו. ואולי אין לנו הסבר לכל דבר... בכל מקרה, ר' רפאל היה יוצא מן הכלל והקב"ה סייע בידו לצאת באמת לעולם האמת.



## על הכרת הנוכח

'חסידיים הראשונים היו שוהים שעה אחת ומתפללים'. ניתן לקרוא את דברי המשנה בפיסוק הבא: 'חסידיים הראשונים היו, שוהים שעה אחת...'. כלומר שהתנאי הקודם לכניסה לתפילה הוא היציאה מעולם העשייה התובעני והכניסה לדבקות בהוויה עצמה – שהייה בעצם היותנו. לכן החסידיים הראשונים היו עוד לפני הכל, ובהיות זה היו שוהים שעה אחת. **שהיה** – שרשה ב־היה, לא המתנה ואפילו לא הכנה לתפילה אלא נוכחות פשוטה. הדרך להגיע לנוכחות זו אינה קלה כלל ועיקר, ודרכים שונות נסללו כדי לסייע לאדם לעבור ממצב של human doing למצב של human being. נשימה סדורה ומכוונת בוודאי מסייעת להיות במצב הנשימתי/נשמתי, וכן התבוננות בגדולת הבורא ובנפלאותיו ועוד.

דרך נוספת שברצוני להוסיף היא תשומת לב לנוכחות שלצידי, שההתמקדות בה יש בה לסייע כדי לשהות במצב נוכחותי. לשם כך אני מציע לשבת עם התפילות שלך (חברותא לתפילה), לשבת בפשטות איש לצד רעהו ולאט לאט **לפתוח** בתוכי צוהר לחוש את עובדת היות חברי כאן נוכח לצדי. נוכחותו מורגשת בחוש מיוחד ה'חוש השמיני' הוא 'חוש הנוכחות'. כדאי 'לכבות' את שאר החושים עד כמה שאפשר; במיוחד מומלץ לעצום עיניים, להשקיט את רעשי הרקע הפיזיים ואלו שבראשו ולנסות לחוש את חברנו־בעצמו, נתעלם מהשאלה עד כמה הוא חכם, נחמד, פוגעני חלילה, או כל תואר אחר שאנו מצמידים בדרך כלל לאדם שאיתו אנו בקשר, וננסה פשוט לחוש את עצם נוכחותו. כשהתחושה הזו תתעצם ונרגיש אותה כממשית ולא רק כמחשבה תצא מאיתנו מאליה המילה הדרמטית – 'אתה!' לא אתה גאון, ולא אתה יפה, פשוט אתה! נאמר אותה לאיטה בהדגשה פעם אחר פעם 'אֶת־ה' 'אֶת־ה' 'אֶת־ה' לפחות עשר פעמים, כשבכל פעם כוונתנו היא רק אחת: הכרה בכך שאתה כאן נוכח. מניסיון, כשזה מתרחש ההתרגשות האוחזת בנוכח וב'מוכיח' היא גדולה עד מאוד. לא פעם נכחתי באירוע כזה שאחד הצדדים החל לבכות ולאחר מכן נימך זאת שזה זמן רב שהוא לא חש את עצמו בכלל, והנה פתאום הוא קיבל 'אישור'. לעיתים גם לאחר החזרתיות של ה'אתה' פתאום מתוך לבו של החבר הנוכח יוצאת המילה אֶנִי.

לאחר שמחליפים צד, ניתן לפתוח את הלב לשלב נוסף ולנסות להיפתח ל-אתה העליון הנוכח כאן לצדנו. המילה אתה תאמר פעם אחר פעם כביטוי לתחושה בלתי ניתנת לערעור שהנה הוא האתה כאן לנגד עינינו. ובלשונו המופלאה של ר' צדוק בדברו על היחס בין שלושת המצבים 'אני', 'אתה', ו'הוא': "... אבל ראיית המלך עצמו הוא השגת **אתה** וזהו תפילה כעומד לפני המלך שהוא במקום קרבנות דבית המקדש ולכן אמרו ז"ל (ברכות ל'). דיכוין לבו כנגד בית קודש קדשים ששם הוא ראיית פנים ממש... ואז **מכיר הנוכח** שלא מצד הבריאה והנבראים" (צדקת הצדיק – רמז).

העלון 'אביטה נפלאות' – מעובד מתוך שיעורים שהתפרסמו בחוברת נפלאות.  
מדי שבוע יוצאת לאור חוברת נפלאות בת עשרות עמודים, המכילה סיכומים טריים  
של שיעורים והתוועדויות מהתקופה האחרונה, מאת הרב יצחק גינזבורג שליט"א.

# נפלאות

שיעורי תורה והתוועדויות חסידיות  
מהרב יצחק גינזבורג שליט"א

## הסוּע כחוכרת 'נפלאות':

❏ כל לימוד והבנה צריכים להביא, בסופו של דבר, לעבודה ולשינוי פנימי.

ה"דע את אלוקי אביך" צריך להביא ל"עבדהו בלב שלם ובנפש חפה".  
עבודת הלב עצמה נעה מהקוטב של בקורת עצמית נוקבת ושאיפה לשינוי פנימי לקוטב של הנעה לפעולה להביא את כל הטוב אל העולם כולו.  
משיעור "ועבדהו בלב שלם" – עבודה פנימית בדרך החסידות

❏ 'לחיים' חסידי – סוד "חכלילי עינים מיין" בדרושי גדולי החסידות.  
ברכת יהודה מלמדת על היחס הנכון ליין, בעבודה הפנימית, המצילה מהשכרות השלילית והמזיקה.

משיעור "חכלילי עינים מיין"

## חפשו את החוברת בבית הכנסת שלכם! לא מצאתם?

מעוניינים להפיץ את חוברות נפלאות  
המודפסות במקום מגורכם?  
[bit.ly/form-niflaot](http://bit.ly/form-niflaot)  
[itiel@pnimi.org.il](mailto:itiel@pnimi.org.il) | 052-4295164



לקבלת חוברת נפלאות בדוא"ל:  
[bit.ly/news\\_niflaot](http://bit.ly/news_niflaot)  
דוא"ל: [itiel@pnimi.org.il](mailto:itiel@pnimi.org.il)



חכמי המחקר האלקיים  
הרמב"ם ורבי חסדאי קרשקש בראי תורת החסידות  
להזמנה: [http://bit.ly/wisdom\\_ayin](http://bit.ly/wisdom_ayin) אחיה: 054-7827702

