



## למכירה בחנויות הספרים בישראל ובחו"ל

03.578.2270

books2270@gmail.com

ספרי מאה שערים

רכישת ספרי הרב: ספרי

אברמוביץ

משלוח ברחבי העולם



U.S.A.  
SHIRAH DISTRIBUTORS  
Tel. 718-871-8652

4116 16th Avenue  
Brooklyn, NY 11204  
sales@shirahdist.com



# דע את ביטחונך

ביאור דרכי הביטחון והשגתו

מאת מחבר סדרת הספרים  
'בלבבי משכן אבנה'

רכישת ספרי הרב:  
**ספרי אברמוביץ**  
**משלוח ברחבי העולם**  
03.578.2270

◆ **ספרי מאה שערים**  
רח' מאה שערים 15, ירושלים  
02.502.2567  
books2270@gmail.com

◆ **הפצת ספרי קודש**  
רח' דוד 2, ירושלים  
02.623.0294

◆ **ספרי אברמוביץ**  
רח' קוטלר 5, בני ברק  
03.579.3829

Distributed in the USA:  
SHIRAH DISTRIBUTORS  
Tel. 718-871-8652  
4116 16th Avenue  
Brooklyn, NY 11204  
sales@shirahdist.com

לקבלת העלון השבועי בדוא"ל  
יש לשלוח בקשה לכתובת:  
bilvavi231@gmail.com

לקבלת העלון השבועי בפקס  
יש לשלוח בקשה לפקס המערכת  
03-5480529



© כל הזכויות שמורות  
מהדורה ראשונה  
סיון תשפ"ד

מערכת  
'בלבבי משכן אבנה'  
טלפון: 052.763.8588  
פקס: 03-5480529  
ת.ד. 34192 ירושלים  
9134100

לאזנה לשיעורי שמע  
'דע את ביטחונך'  
במערכת קול הלשון  
לחייג לטל'  
ישראל: 073-295-1245  
USA: 605-313-6660  
ומקיימים: כוכבית [\*]  
סולמית [#] <  
420557 [סדרת 'דע את  
ביטחונך'] < סולמית [#] <  
הקש 2

PRINTED IN ISRAEL  
לוחות, הדפסה כריכה  
"אמונה וחסד בע"מ" ירושלים

## תוכן העניינים

### סידרת דע את ביטחונך

- פרק א: שורש הביטחון - חיים ללא התנגדויות \_\_\_\_\_ 11
- פרק ב: דרגת הביטחון העליונה \_\_\_\_\_ 45
- פרק ג: דרגת הביטחון היסודית \_\_\_\_\_ 83
- פרק ד: הפחד והביטחון - דבר והיפוכו \_\_\_\_\_ 123
- פרק ה: היבטים שונים אודות ביטחון עצמי \_\_\_\_\_ 163
- פרק ו: התמודדות עם קשיי ונזקי הפחד ופתרונם \_\_\_\_\_ 215
- פרק ז: תפיסת חיים כתהליך - מהווה יסוד לביטחון \_\_\_\_\_ 267
- פרק ח: תיקון הפחד בדעת וברגש \_\_\_\_\_ 311
- פרק ט: התמודדות עם פחדים מהנודע ומהלא נודע \_\_\_\_\_ 327

### ביטחון ביחס לפרנסה

- פרק י: ביטחון - הדרך האמיתית לפרנסה \_\_\_\_\_ 351
- פרק יא: שלושת מדרגות הפרנסה \_\_\_\_\_ 371
- פרק יב: המדרגות שלמעלה מהביטחון \_\_\_\_\_ 385

### נספח: שאלות כלליות באמונה וביטחון

- סוגיות באמונה וביטחון \_\_\_\_\_ 405
- סוגיות באמונה לאור הנהגת התקופה \_\_\_\_\_ 423
- האמונה כמרפא לנפש \_\_\_\_\_ 432
- אופני ההתמודדות עם פחדים שונים \_\_\_\_\_ 440
- סוגיית הביטחון בגשמיות ובמכשירי הרוחניות \_\_\_\_\_ 452
- עומק הביטחון ברוחניות \_\_\_\_\_ 462

## תוכן ענינים מפורט

### סידרת דע את ביטחון

#### 11 פרק א: שורש הביטחון – חיים ללא התנגדויות

ביטחון בהקב"ה מול ביטחון עצמי • ביטחון מלשון 'בטח', ודאות מוחלטת • שתי שיטות ביחס למידת הביטחון • ברובד הנפש החיצוני לא שייכת מציאות של ביטחון • הביטחון בבחינות: נפש, זמן ומקום • המבט הפנימי תופס את המעכבים כחלק מהמערכת האחדותית • מבט חיצוני – בחירה, מבט פנימי – ביטחון • הביטחון הוא תפיסת חיים עמוקה התופסת שאין 'התנגדויות' בעולם • הביטחון הוא צירוף הנפש להקב"ה, שהוא הכח היחיד שאין לו התנגדות • מהות הביטחון – מנוחת נפש הבוסת • חיי הביטחון סותרים את כח השנאה • הביטחון הוא: חיים בתפיסת אדם הראשון קודם החטא • התפיסה החיצונית היא תולדת חטאי האדם, שמחדשים כוחות המתנגדים אליו • שתי תפיסות הנפש – הפנימית והחיצונית – שתייהן אמת • הטעיית הביטחון עצמי היא בכך שהאדם סבור שאין כח המתנגד אליו • הטעיית הביטחון במערכות החיצוניות: ההרגשה שאין כח היכול להתנגד להן • מקור כח הביטחון בנפש • כח הביטחון גנוז בנפשנו, ועבודתנו היא לגלותו • הביטחון: יחוס הכח הפועל להקב"ה, שהוא היחיד שאין לו כל מתנגדים

שאלות ותשובות אודות השיעור | 43

#### 45 פרק ב: דרגת הביטחון העליונה

ב' שיטות בהגדרת מהות הביטחון • משיכת השפעות על ידי ביטול הכוח שמגביל ומצמצם את התפשטות הבריאה • פעולת בעל גבול – מוגבלת, פעולת בלתי בעל גבול – אינה מוגבלת • הבוסת – 'חזור ומקווה' ובכך מושך את השפע הנכסף • ב' מהויות של רצונות הנובעים משורשים שונים • לתקוות הנובעות מכוח המדמה אין תוקף של 'חזור וקווה' • לרצון פנימי הנובע מעצם הנפש יש תוקף של 'חזור וקווה' • 'חזור וקווה' – החזרה מתייחסת אך ורק לפעולת הגילוי וההופעה של התקווה והרצון • צרכי עצמיות הנפש הבלתי משתנה מול רצונות לבושי הנפש המשתנים • רבדי הנפש השונים מגלים רצונות לפי מהותם • קיום העצמיות מובטח וקיום התוספת אינו מובטח • עבור כל רובד מרבדי הנפש יש להשתמש במהות ביטחון המתאימה לו • מהות הביטחון העליונה חלה על צרכים לקיום עצם ההיות • מהות הביטחון היסודית חלה על ערגות ותשוקות • לתוספת ריבוי שפע והרווחה • כוח הספק הוא מסך המקשה לזהות את מקור ושורש הרצונות באדם • הביטחון יכול למשוך רק השפעות הקיימות במחצב הבריאה • מדרגת הביטחון העליונה מחדשת כוח לראות את העתיד בהווה • מכוח מדרגת הביטחון העליונה האדם מתחבר לעולם שכולו עתיד • חיי הביטחון הם חיים של מעין עולם הבא – בעולם הזה • מעין מנוחה – ביחס למנוחה גמורה ושלימה • הביטחון הגמור – מכוח גילוי עצם הנפש שנקרא 'הויה'

שאלות ותשובות אודות השיעור | 75

#### 83 פרק ג: דרגת הביטחון היסודית

מהות הביטחון היסודית • הגזירה עיקר והחריצות שקר • שורש הביטחון הוא ההתחברות והצירוף לרצונו של הקב"ה • תכלית התיקון – חיבור לרצון הבורא, שורש הקלקול – ניתוק מהרצון • שפע

הפרנסה וגילוי רצונו ית"ש – שניהם יוצאים מפיו של הקב"ה • התנתקות מרצון הבורא היא הנפילה לחיוב ההשתדלות • השתדלות מקולקלת מול השתדלות מתוקנת • מדרגת הדבקות ברצון עליונה ממדרגת הדבקות בחכמה • דבקות ברצון הקב"ה באמצעות כלי הרצון שבנפש • הביטחון וההידבקות ברצון שורשם אחד • כוח הביטחון אינו נבנה במהלך של התעוררות • בניין הביטחון הוא פרי עבודת ה' כולה • עומק החילוק בין ב' השיטות במהות הביטחון • דבקות בציור מול דבקות בבעל הרצון • ב' השיטות במהות הביטחון הן שתי מדרגות של קומת ביטחון שלמה

שאלות ותשובות אודות השיעור | 111

## 123 פרק ד: הפחד והביטחון – דבר והיפוכו

הפחד הוא היפך הביטחון • הפחד הוא מסכנה ברורה חדה וודאית • האמונה היא נטיה לצד אחד מבין מספר ברירות, הביטחון הוא ודאות מוחלטת שקיימת רק אפשרות אחת • מערכות הביטחון והפחד פועלות כאשר ישנה אפשרות אחת בלבד – חדה ברורה וודאית • פחד רוחני – ריחוק מהשורש – ניתוק מתפיסת ה- 'אחד' • פחד רוחני נפול – 'פחדו בציון חטאים' – פחד רוחני מתוקן – 'אשרי אדם מפחד תמיד' • 'פחדו בציון חטאים' – פחד מהתרחקות מציון – ממקום השורש ממנו הושתת העולם – מגילוי השכינה • פחד להתרחק משורש מציאות הנבראים – מהתורה • פחד של ספק – צירוף כוחות הטומאה התקף ביותר • פחדו של הקב"ה – שמא ינתקו הענפים משורשם • פחד רוחני מתוקן – פחד שמא ינתק מהשורש ומתפיסת ה- 'אחד' • פחדו של יצחק אבינו ע"ה • פחד של קדושה הוא פחד פנימי תמידי הנובע מעצם ההיות • פחד תמידי • 'אשרי אדם מפחד תמיד', פחד להתנתק מאחזדות עם שורש מציאות הנבראים – מהתורה • כל הבריאה מעצם מהותה כשניה לבוואה, פנימיותה – פחד תמידי • פחד האדם מעצמו • הפחד מבטל את ישות השני, והוא מחזיר את האדם להיכללות בשורשו • הביטחון הוא הצירוף ל- 'אחד' והפחד הוא שמא ינתק מה- 'אחד'

שאלות ותשובות אודות השיעור | 155

## 163 פרק ה: היבטים שונים אודות ביטחון עצמי

שתי מערכות ביטחון – ביטחון בקב"ה וכוח של ביטחון הקיים בתוך נפש האדם עצמו • ביטחון עצמי הנובע מרביד נפש חיצוניים • ביטחון עצמי אמיתי ויציב יתכן אך ורק כאשר – 'אני מי שאני' • ביטחון עצמי מדומה הבנוי על בסיס תכונת ההסתגלות לשינויים חברתיים וסביבתיים • ייעודה ונחיצותה של תכונת ההסתגלות • ההסתגלות הינה כוח נלווה הכרחי וחשוב, אך היא אינה יכולה להוות יסוד ובסיס לבנין הנפש • שלוש תפיסות בביטחון: מופשט, מולבש, נפרד • רמת היציבות והחוסן הנפשי נגזרת מתפיסת הביטחון • ביטחון עצמי מול קהל • עבודת ביטחון מאוזנת – ביטחון בקב"ה דרך לבוש תכונות הנפש השורשית • זיהוי האני – תכונות הנפש השורשית • בעת קושי האדם בורח לשורשו כי שם בטחונו • טעויות בזיהוי והכרת האני הפנימי • בריחה אל מקומות נפולים של הנפש • זיהוי גופני חיצוני מול זיהוי נפשי פנימי • זיהוי בענפים הרחוקים משורש הנפש • זיהוי עצמי פנימי בענף אך לא בשורש עצם הנפש • ענפים עלולים להיכרת ולהסתלק אך השורש לעולם קיים • בתכונת השורש קיים מאפיין אחד המהווה אב לכל הענפים הנולדים ממנו • כוח הסתגלות מתוקן – הרגלת הנפש להתפשט מתכונות הלבוש ולחזור אל תכונת השורש העצמית • סתירה וניגודים ביחסים בין ה- 'אני מי שאני' לסביבה • האיזון ביחסים בין ה- 'אני' לסביבה • התמודדות יום יומית לשמירת זהות האני כמות שהוא

שאלות ותשובות אודות השיעור | 211

## 215 פרק ו: התמודדות עם קשיי ונזקי הפחד ופתרונם

הקדמה – התמודדות עם פחדים • פחדים מתוך האדם עצמו מול פחדים מגורמים חיצוניים • שינוי מוליד פחד • גם שינויים לטובה מולידים פחד • גם מי שאוהב שינויים פחד משינויים • כגודל

השינוי כן גוברת עוצמת הפחד • שינויים מערערים את היציבות והקביעות וממילא הביטחון יורד והפחד גובר • הפחד המתוקן - פחד מדברי תורה - בשרשו הוא פחד משינויים • תרופה עליונה לפחד - אחיזה בדבר שאינו משתנה • תרופה תחתונה לפחד - הישענות על עולם הנפש ולא על עולם החומר • החיבור לדברים שעלולים להשתנות מכשיר את הנפש לקבל פחדים • הנפש נשענת על תפיסת ביטחון נפולה הבנויה על 'קניינים וקשרים' בני חלוף • הנטיה לנסות לעבות ולחזק את הביטחון הבנוי על מאגרי הקניינים והקשרים • ההסתמכות על קניינים וקשרים בין אישיים היא השורש לפחדים • הגוף מתעסק עם ממשות - הנפש מתעסקת עם כוחות • תהלוכות הנפש בעולם החומר • הפחדים החיצוניים הינם תולדת התפיסה הגופנית החומרית • הפתרון לפחדים חיצוניים - שינוי מתפיסת ממשות לתפיסת כוחות • 'בעולם שלי יש ביטחון' - 'בעולם שאינו שלי אין ביטחון' • עולם הממשות החומרית אינו העולם שלך - עולם כוחות נפשך הוא העולם שלך!

• חדר ביטחון • התמודדות עם פחדים - חיצונית ופנימית

שאלות ותשובות אודות השיעור | 260

### פרק ז: תפיסת חיים כהליך - מהווה יסוד לביטחון \_\_\_\_\_ 267

תיקון הפחד - החלשת השפעת זעזועי השינויים • הפחד לגורלנו בעוברנו שינויים קיצוניים בחיים • תפיסת חיים כארועים מקריים מול תפיסת חיים כהליך • תפיסת המקריות מחדדת ומגבירה את תוקף הפחד משינויים • תפיסת חיים כהליך מביטה על נקודות השינוי כשליבים בבנין • תפיסת נפרדות - מצע לפחדים; תפיסת אחדות - יסוד לביטחון • קניית תפיסת חיים כהליך באופן מעשי • הדרגתיות העבודה • התבוננות על הלכי הנפש בעוברה אירועים קיצוניים, מחשלת אותה לצלוח שינויים עתידיים • שחזור המעבר ממעי אמו לעולם החיצון • התבוננות על יום המיתה כנקודת מעבר קיצונית הכרחית • הגוף תופס מקריות - הנשמה תופסת תהליך • מקריות אינה יציבה - תהליך הוא בנין יציב • תפיסת תהליך מעניקה מבט גדולתי על כל מישורי החיים

שאלות ותשובות אודות השיעור | 305

### פרק ח: תיקון הפחד בדעת וברגש \_\_\_\_\_ 311

שימוש בהיסח הדעת להתמודדות עם פחדים • היסח הדעת בתוך מערכת הדעת עצמה • חיצונית הפחד בהרגשה, שורש הפחד בדעת רע • תיקון הפחד - החזרת הדעת החיצונית לשורשה - לדעת טוב, לתורה • תיקון הפחד לפי המקום בו הוא מתגלה

שאלות ותשובות אודות השיעור | 322

### פרק ט: התמודדות עם פחדים מהנודע ומהלא נודע \_\_\_\_\_ 327

ב' סוגי פחד - מהנודע ומהלא נודע • שורש הפחד מהנודע • סיבת הקלקול בפחד מהנודע • תיקון הפחד מהנודע • פחד מהלא נודע • פחד מחמת חטאים • פחד להחטיא את הייעוד הפנימי האישי • פחד מבזידות • ישוב הקושיה - היאך אמונה ואהבת ה' מגנים בפני פחד מכאב היסורים הממשיים • פחדים של צדיקים • שורש הפחדים בדורנו - העדר חיבור לקב"ה

שאלות ותשובות אודות השיעור | 347

## ביטחון ביחס לפרנסה

### פרק י: ביטחון - הדרך האמיתית לפרנסה 351

חטא אדה"ר - קיפוח הפרנסה • הדרך להתחבר לפרנסה שקודם החטא • בטוחים שיעשה להם נס - ביטחון • פרנסה - מעשה ניסים • הדרך האמיתית לפרנסה • הביטחון - כלי להמשיך את הפרנסה שנגזרה בר"ה • אין הכרח ששפע שנגזר יגיע • הכח שמונע מהאדם לקבל את השפע - הפחד • הפחד מהיכן תהיה לו פרנסה - מובן בשכל • שורש הפחד - פחד מחטא • ללא חטא - מדרגת 'בטוחים שיעשה להם נס' • מצות אבילות מהתורה - על שורש החטא שבבריאה • הפחד גורם שלא תגיע לאדם פרנסתו • הדרך להסיר את הפחד - תשובה! • העבודה המעשית • המחשבה הראשונה כאשר ישנה תקלה לאדם • השורש הפנימי של התשובה - שיבה לקב"ה • התקרבות לקב"ה מכל נקודת קושי • התכלית שהקב"ה יצר צורך לפרנסה - שנתקשר אליו

### פרק יא: שלושת מדרגות הפרנסה 371

ב' מדרגות של השפעת המזון - אדם ובהמה • פרנסה מלשון פרוסה - מאכל בהמה • פרנסה מלשון 'פר-נס' - מאכל אדם • צירוף נוסף למילה פרנס - 'ספר-נ' • שני מדרגות הפרנסה • 'פרוטה לפרוטה מצטרפת' • במדרגה העליונה - שפע המגיע בבת אחת • מדוע המן ירד כל יום ולא בבת אחת • המן היה מברר הלכות ומכריע דינים • מן - פרנסה שמקורה מן התורה • מרגליות ואבנים טובות ירדו עם המן • סיכום שלושת מדרגות הפרנסה • לגעת לפחות במדרגה השנייה זהו מקור עצום לפרנסה בפועל!

### פרק יב: המדרגות שלמעלה מהביטחון 385

גזירת חובת ההשתדלות - "בְּזַעַת אֶפְיָךְ תֹּאכַל לֶחֶם" • אדם הראשון קודם החטא - הבחנה של פנים בפנים • בחטא נפלו הפנים ומתגלה זיעה של הפנים • נפילה שניה - הסתלקות מגן עדן • מדוע השפע נקרא 'מזון' • מזון מלשון נותן ומקבל • תכלית נתינת המזון • תכלית פרוסת הקידושין • עיקר החיבור בינינו לקב"ה - תורה ומזון • המזון בטרתו העליונה • חיבור של זכר ונקבה בקלוקל - עזות פנים • ב' אופני התיקון של פנים בפנים • המקור האמיתי של הפרנסה - יושב על שולחן אביו • הדבוק בקב"ה בכח התורה - סמוך על שלחן אביו • הצורה השורשית להשגת הפרנסה - "בנים אתם לה' אלוקים" • אופן נמוך יותר לקבלת פרנסה - עבד ה' • בן ועבד - למעלה ממדרגת הביטחון • ענין ההשתדלות התחדש אחרי החטא • הצורך להגיע לביטחון - כאשר יש לאדם רשות לעצמו • שלושת חלקי עבודת האדם

## נספח: שאלות כלליות באמונה וביטחון

405 סוגיות באמונה וביטחון

423 סוגיות באמונה לאור הנהגת התקופה

432 האמונה כמרפא לנפש

440 אופני ההתמודדות עם פחדים שונים

452 סוגיית הביטחון בגשמיות ובמכשירי הרוחניות

462 עומק הביטחון ברוחניות