

שיטת התבוננות

והש��פות

מדריך מקיף לניתוח טקסטים
על פי מספרי יסוד בתורה ובקבלה

13

10

7

4

26 שיטות לארבע יסודות

15 שיטות לשבעה מימדים

14 שיטות לעשרה כוחות

11 שיטות לשלווש עשרה שערום

מ Lager זה מכיל **66 שיטות ניתוח** מעולם המחשבה היהודית, המאורגנות לפי מספרי יסוד מקודשים: 4, 7, 10 ו-13. כל שיטה מציעה זווית ייחודית להבנת טקסטים, תהליכיים רוחניים ומסלולי התפתחות אישי.

דף 15-18: שלוש עשרה שערים (13) 

דף 19-20: טבלאות השוואה 

דף 21-22: מדריך שימוש מעשי 

דף 3-6: ארבע יסודות (4) 

דף 7-10: שבעה ממדים (7) 

דף 11-14: עשרה כוחות (10) 

איך להשתמש במדריך זה?

- למתחלים:** התחילהו מדף 3 - שיטות הארבע (הכי בסיסיות)
- למתקדמים:** עברו לשיטות השבע והעשר (דףים 7-14)
- למעמיקים:** חקרו את שיטות 13-16 (דףים 15-18)
- ליישום:** השתמשו בטבלאות ובמדריך המעשי (דףים 19-22)

תחומי ניתוח עיקריים:

- מבנה והיררכיה
- תיקון ושינוי

- רוחניות ואמונה
- לימוד והתפתחות

שיטת הארבע

יסודות בסיסיים בתורה ובקבלה

ארבע אOTTיות וועלמומיות קדושים

המספר 4 מסמל יציבות, מבנה ושלמות בסיסית. הוא מופיע בתורה ובקבלה בזוגון הקשרים: ארבע אOTTיות שם הוי"ה, ארבעת עולמות הקבלה, ארבעת היסודות בבריאה ועוד. שיטות אלו מהוות את הבסיס להבנת מבנה המיציאות הרוחנית והגשנית.



6 ארבע רגלי המרכבה

- אריה – עצמה ומלכות
- שור – عمل והמדאה
- נשר – רוממות והשראה
- אדם – בחירה וחכמה

1 ארבע אOTTיות שם הוי"ה ⚫

- י (חכמה) – הנקודה הראשונית
- ה (כינה) – הפירוט והעומק
- ו (טפארת) – החיבור וההשפה
- ה (מלכת) – ההתגשות במציאות



7 ארבעת הבנים בהגדה

- חכם – שואל ועמיק
- רשע – מפיד ומתנגד
- תמ – פשוט ותמים
- שאינו יודע – מתחיל ומתפתח



2 ארבעת עולמות הקבלה

- אצלות – עולם האלוקות
- בריאה – עולם הנשמות
- יצירה – עולם המלאכים
- עשיה – העולם הגשמי



8 ארבע מצוות פורים

- מקרא מגילה – הבנת הסיפור
- משלוח מנות – ציירת אחדות
- מתנות לאביונים – דאגה לחילשים
- סעודת פורים – שמחה וקרבת ה'



3 ארבעת היסודות בבריאה

- אש – אנרגיה ותנועת
- רוח – חכמה ותקשורת
- מים – רגש וזירמה
- אדמה – יציבות ומסגרת



9 ארבע תקופות השנה

- אביב – התחדשות וצמיחה
- קייז – בשילה והתפתחות
- סתו – הפריה והכנה
- choruf – מנוחה והתבוננות



4 פרד"ס – ארבע רמות הבנה

- פשט – המשמעות הפשוטה
- רמז – רמזים נסתרים
- דרש – פרשנות והרחבה
- סוד – המשמעות המיסתית



10 ארבע אOTTיות באדם

- גוף – הכלוי הפיזי
- נפש – החיים והרגשות
- روح – השכל וחכמה
- נפש – החיבור לאלוות



5 ארבע כוסות בליל הסדר

- והוציאתי – יצאיה מהמצב הקיים
- והצלתי – הגנה והתייצבות
- ווגאלתי – שחרור אמייני
- ולקחתי – חיבור לקדושה

4 - המשך שיטות הארבע

שיטות נוספות לניתוח עמוק



16 ארבע דרגות האמונה

- אמונה פשוטה – אמון בסיסי
- אמונה שלימה – אמונה מלאה
- אמונה חושית – חוויה אישיות
- אמונה שכילתית – הבנה שכילתית



17 ארבעה חלקים בשולחן ערוך

- אורח חיים – דרך חיים יומיומית
- ירוה דעתה – הלכות והנוגות
- אבן העזר – דיני משפחה
- חוון משפט – דיני ממונות



18 ארבע דגלי השבטים במדבר

- יהוד – מלכות והנגגה
- ראובן – תשובה ותיקון
- אפרים – פריון והתפתחות
- דן – דין ומשפט



19 ארבעה חטאים ותיקונים

- עובדת זרה – תיקון האמונה
- גלווי עריות – תיקון הקשיים
- שפינכות דמים – תיקון הכבד לחיקם
- לשון הרע – תיקון הדיבור



20 ארבע מחנות ישראל

- מזרחה – ראשית והתחלה
- מערב – סיום והשלמה
- צפון – כוח ומשמעות
- דרום – חכמה והבנה



11 ארבע מדרגות סולם המרכבה

- עולם העשיה – עבודה מעשית
- עולם היצירה – פיתוח רגשות
- עולם הבריאה – הבנה שכילתית
- עולם האצילות – חיבור לאלקות



12 ארבע רגלי כסא השכינה

- חסד – אהבה ונתינה
- גבורה – כוח ומשמעות
- תפארת – איזון והרמונייה
- מלכות – ביטוי בפועל



13 ארבע לשונות הגאולה

- והוציאתי – יציאה מהמצב
- והצלתי – הגנה והተיצבות
- וגלתלי – שחרור מההות
- ולקחתי – חיבור והתקדשות



14 ארבעה אופני השגחה אלוקית

- השגחה כללית – הנגגת העולם
- השגחה פרטית – הרגגת כל פרט
- השגחה נסית – התערבות על-טבעית
- השגחה טבעית – דרך חוקי הטבע



15 ארבע מדרגות בעבודת ה'

- יראה – פחד וכבוד
- אהבה – חיבור ודבקות
- תשובה – תיקון ושיפור
- תפילה – שיחה עם ה'

גישה מעשי של שיטות הארבע

כאשר מנהחים טקס או מצב חיים, שאלו: איזה מהארבעה יסודות דומיננטי כאן? האם זה שלב ראשון (י/אש/פשט) או שלב אחרון (ה/אדמה/סוד)? האם יש איזון בין הארבעה או שימושו חסר?

שבעה שלבים לשלמות

המספר 7 מסמל שלמות והשלמה בתורה ובקבלה. הוא מופיע בשבועת ימי הבריאה, שבע ספירות תחתונות, שבע מצוות בני נח ועוד. שיטות אלו עוזרות להבין תהליכיים של צמיחה, תיקון והתעלות רוחנית.



איסור עבודה אלילים – קשור לה'
איסור קללה' – כבוד אלוקים
איסור שפיכות דמים – שמירת חיים
איסור גנבה – שמירת רכוש
איסור גילוי עריות – טהרת משפחה
צדקה ושיפוט – מוסר וצדק
קיום מצוות – דרך ישירה

7 שבעה עקרונות לתודעה גבואה

התבוננות פנימית – חשבון نفس
שליטה עצמית – ענווה וצניעות
התחברות לאור – שאיפה רוחנית
אהבת הבריות – קשרים חיוביים
סבלנות – אמונה בזמן הנכון
תודעת אחדות – חיבור לכלל
שמחה החיים – שמחה פנימית

8 שבעה עקרונות תיקון עולם

הכרה במציאות – הבנת המצב
תשובה כללית – חזרה בכל תחום
שמירת דין – תורה מצוות
חיבור לאור – אור אלוקי
התמודדות יצרים – עבודה עם יצר
חזקוק אמונה – גשר תודעתי
אהבת ישראל – חיבור לכלל

9 שבעה שלבים בגגולה אישית

הכרה במצב – היכרות עם תיקון
תשובה – טהרה פנימית
תפילה וצדקה – חיבור רוחני
חיי חסד – פעולות טובות
התחברות לתורה – לימוד עמוק
קשר עם צדיקים – חיבור לחכמים
השתלבות במלכות – ביטוי חוי

10 שבעה כלליים בהבנת התורה

פרד"ס – פשוט רמז דרש סוד
הקשר – הקשר ההיסטורי
סבירות – עקרונות הלימוד
פשטות – הבנה ישירה
התבוננות – קריאה בין שורות
שימור אמת – חיפוש עקרונות
הבנת השפה – הפעעה מעשית

יום א' – אור והתחלה
יום ב' – רקיע והבחנה
יום ג' – יששה וים – יציבות
יום ד' – מאורות – חכמה
יום ה' – בעלי חיים – חיבור
יום ו' – אדם – תכלית
שבת – מנוחה והשלה

2 שבעה שלבים בתפילה

הכנה – טהרת הגוף והנפש
כוונה – התמקדות במטרה
הודיה – הכרת תודה
בקשה – העלאת מسائلות
קבלה – קבלת רצון ה'
התבוננות – מחשבה عمוקה
דבוקות – חיבור מוחלט

3 שבעה שלבים של צמיחה רוחנית

התעוררות – זיהוי הצורך
הכוונה – ביטול האגו
הבדלה – גבולות קודש-חול
טהרה – ניקוי מחשבות
קדושא – חיבור לאור
דבוקות – התמדדה בעבודה
אחדות – חיבור לכלל

4 שבעה שלבים של תשובה

הכרה במצב – הבנת הצורך
חרטה – חרטה פנימית
עזיבת החטא – הימנעות
קבלה על העתיד – החלטה
תפילה – עבודה פנימית
צדקה ותיקון – תיקון מעשי
שמחה – שמחת התשובה

5 שבע מדרגות הספריות

חכמה – השראה אלוקית
בינה – הבנה מעמיקה
דעת – איזון שכל-רגש
חסד – אהבה ונתינה
גבורה – כוח ומשמעות
תפארת – איזון והרמוניה
נצח – התמדדה והתמידה

7 - המשך שיטות השבוע

שיטות נוספות לניתוח עמוק

14 שבעה עניינים של אוור

אוור חכמה – מחשבה והבנה
אוור בינה – הבנה מעמיקה
אוור דעת – חיבור ידע-לב
אוור חסד – נתינה ואהבה
אוור גבורה – דין וכוח
אוור תפארת – איזון והרמונייה
אוור מלכות – התגלות וביטוי

11 שבעה כוחות חינוכיים

אהבה – חינוך מתוך אהבה
הכוונה – הנחיה ברורה
דוגמה אישית – חינוך במופת
מוסר – ערכים אלוקיים
הכלה – תהליך צמיחה
הקשבה – רגשות לצרכים
השתלמות – צמיחה מתמשכת

15 שבעה כוחות מנהיגות

הכוונה – מטרות ברורות
אמונה – בסיס של אמונה
חזון – תמורה כוללת
אומץ – התחזיות אטגרים
חיבור – יצירתיות קשרים
חסד – עזרה והשפעה
מוסריות – שמירת ערכים

12 שבעה סוגים תיקון נשמה

תיקון המידות – חינוך רגשות
תיקון הדיבור – תקשורת נכונה
תיקון המעשים – סדר חיים
תיקון הרגשות – תרגול גיש
תיקון הרצון – חיבור לרצון
תיקון האמונה – חיזוק אמונה
תיקון הגאולה – תהליך גאולה

13 שבעה מרכיבי תיקון האדם

הכרה במצב – עמידה בפני אמת
תשובה – תיקון מעשים
תפילה – חיבור לה'
צדקה – נתינה למען אחרים
תורה – לימוד והתמקדות
השתעשות בקודש – התעלות
אהבת ישראל – חיבור לכל

וישום מעשי של שיטות השבוע

כאשר עוסקים תהליכי אישי או מנהלי סיוף, שאלות: באיזה שלב מתוך השבוע אנחנו נמצאים? האם עברנו את כל השלבים או דילגנו על משהו? שיטות השבוע מתארות תהליך מלא – מההתחלה ועד השלמה.

קשר בין 4 ל-7

שיטות הארבע מתארות **מבנה**, ואילו שיטות השבוע מתארות **תהליכי**. המספר 4 הוא יסוד יציב, והמספר 7 הוא מסע לשלים. השלב הרביעי בתהליך שבועה הוא לרוב נקודת המפנה המרכזית.

עشر הספירות וחוקי המציאותות

המספר 10 מסמל שלמות מוחלטת בתורה ובקבלה. הוא מופיע בעשר הספירות, עשרה הדיברות, עשרה המאמרות שביהם נברא העולם ועוד. שיטות אלו עוזרות להבין את המבנה המלא של המציאותות הרוחנית והגשנית.

4 עשר המכות

- דם** – שינוי יסודות
- צפרדע** – חדרה לפרטיות
- כינים** – יסוד קטן ומשמעותי
- ערוב** – כאוס
- דבר** – פירוק שקרים
- שחין** – סבל אישי
- ברד** – שילוב הפקים
- ארבה** – ריקון מהות
- חוושך** – עיוורון מחשבתי
- בכורות** – הכרה סופית

1 עשר הספירות

- כתר** – רצון עלין
- חכמה** – השראה ראשונית
- בינה** – הבנה מעמיקה
- חסד** – אהבה ונתקינה
- גבורה** – משמעת וכוח
- תפארת** – איזון והרמונייה
- נצח** – התמדה ונוחיות
- הוד** – ענווה וקבלת
- יסود** – חיבור וביטוי
- מלכות** – מימוש והשפעה

5 עשרה חוקי ההצלחה בחיים

- חוק המתירה** – בלי מטרה אין התקדמות
- חוק ההתמדדה** – לא ליותר
- חוק הגישה החביבית** – מחשבה יוצרת
- חוק הלמידה** – תהליך התפתחות
- חוק הפעולה** – עשייה מעשית
- חוק האומץ** – העזה להתקדם
- חוק הרשותות** – חיבורוים
- חוק הזמן** – נכס יקר
- חוק הבריאות** – גוף בריא
- חוק הנtinyה** – עוזרה מחזירה

2 עשרה הדיברות

- אנכי ה'** – מציאות ה'
- לא יהיה לך** – איחדות ה'
- לא תשא** – כבוד השם
- זכור את יום השבת** – שביתה
- כבד אביך ואםך** – כבוד הורים
- לא תרצו** – שמירת חיים
- לא תנאף** – קדושת הברית
- לא תגנוב** – שמירות רכוש
- לא תענה** – אמת וירושר
- לא תחמוד** – שלמות פנימית

6 עשר מערכות החיים בגוף

- מערכת העצבים** – תודעה
- מערכת הדם** – כוח חיים
- מערכת הנשימה** – חיבור לחיים
- מערכת העיכול** – ספיגה
- מערכת השلد** – תמינה
- מערכת השרירים** – פעללה
- מערכת ההפרשה** – ניקוי
- מערכת הרבייה** – יצירה
- מערכת החיסון** – הגנה
- מערכת ההורמוניים** – איזון

3 עשרה הניסיונות של אברהם

- לך לך** – עזיבת הבית
- רubb בכנען** – אמונה בפרנסה
- שבירת שרה בפרעה** – קדושה
- מלחמת המלכים** – עימותים
- לקיחת הגור** – קבלת מציאות
- ברית המילה** – קיום מצות
- שרה לאבימלך** – ניסיון חזרה
- גירוש הגור** – הבחנה
- עקדת יצחק** – מסירות نفس
- קבורת שרה** – קניין בארץ



9 עשרה חוקי המלחמה ✕

- חוק הפתעה** – לא לגלות תוכנית
- חוק הזריזות** – תגובה מהירה
- חוק הגנה** – בוצר את עצמו
- חוק התקפה** – התקפה > הגנה
- חוק המשאבים** – שימוש נכון
- חוק המורל** – אמונה = כוח
- חוק המודיעין** – ידע על האויב
- חוק השיטה** – שיטתה במגרש
- חוק הביריות** – שותפים נוכנים
- חוק ההתחשה** – סבלנות מנצח

10 עשרה חוקי הזמן ⏳

- חוק המידיות** – עשה עכשו
- חוק התעדוף** – מה חשוב קודם
- חוק ההשקעה** – זמן = צמיחה
- חוק הקצב** – מהר/לאט לפי צורך
- חוק הריכוז** – התמקדות
- חוק הזמן האבוד** – לא חזר
- חוק הפסכות** – מנוחה חשובה
- חוק הזמן היישל** – תכנון נכון
- חוק התזמון** – לא רק מה, גם מתי
- חוק החזרה** –התמדה

7

8 עשרה חוקי הכספי והכלכלה 💰

- חוק ההשקעה** – השקעה = צמיחה
- חוק הכנסה** – ריבוי מקורות
- חוק ההוצאות** – שליטה בהוצאות
- חוק החיסכון** – לשום מצד
- חוק הצבא** – נכסים מייצרים
- חוק הריבית** – ריבית דרייבית
- חוק הסיכון** – אין רווח בלי סיכון
- חוק הצניעות** – לא לבזבז
- חוק הנtinyה** – צדקה מחזירה
- חוק החירות** – מטרה: חופש

שיטת העשר 10 - המשך

שיטות נוספות לניתוח עמוק



13 עשרה חוקי העולם הטבעי

חוק המחזוריות – סיבובים
חוק ההסתגלות – שינוי = הישרדות
חוק החיבור – הכל קשור
חוק הניגודים – קוראים יחד
חוק הכוח החבוי – חילש = חזק
חוק השפע – יש מספיק לנכול
חוק החיסכון – אגור לשעת חירום
חוק הדראע – עצ מגען קטן
חוק הזמן – כל דבר בקצב שלו
חוק ההשרדות – חזקים שורדים



11 עשרה חוקי הצדקה והמשפט

חוק היושר – לא לשקר
חוק האחריות – לקחת אחריות
חוק הגמול – כל מעשה גורר תגובה
חוק ההגנה – הגן על חופשיים
חוק השוויון – כולם שוים
חוק הענישה – מי שעושה רע משלם
חוק החנינה – מקום למחילה
חוק הכוונה – כוונות חשובות
חוק העדות – צריך ראיות
חוק ההשפעה – חוק טוב משפייע



14 עשרה שלבים של בריאות האדם הרוחני

התעוררות – הכרה בצורך
הכנעה – ביטול האגו
הבדלה – גבולות קודש-חול
טהרה – ניקוי ממחשבות
קדושא – חיבור לערכים עליונים
דבוקות – התחברות לאור
השגה – הבנת אמיות
יחוד – איחוד כחות הנפש
העלאה – הרמת החומר
תיקון – השלמת ייעוד



12 עשרה חוקי הכוח והמנהיגות

חוק הכוח השקט – חזקים לא צעקים
חוק השליטה בעצמך – שליטה עצמית
חוק המנוח – נקודה קטנה = יתרון
חוק הופעה – אין נראים
חוק ההשפעה – מהנויג = השפעה
חוק הכוח ללא נרא – אחורי קלעים
חוק הבריתות – שותפים נאמנים
חוק הזמן הנכון – לא רק מה, متى
חוק הריחוק – מסתורין = יתרון
חוק המתורה – כוח בלי כיוון = הרס



יישום מעשי של שיטות העשר

שיטות העשר מציגות מערכת שלמה ומושלמת. כאשר מנתחים טקסט או מצב, בדקו: האם כל שיטה המרכיבים נוכחים? איזה חסר? המספר 10 מסמל שלמות – כאשר כל עשרה החלקים פועלם בהרmonיה, יש שלמות מוחלטת.

מספר 10 = שלמות מלאה

על הספרות הן המודל המושלם להבנת המציאות. כל דבר בעולם יכול להיבחן דרך שיטת הממידים הללו: מהרצון העליון (כתר) ועד למימוש המלא (מלכות). זו השיטה המקיפה ביותר לניתוח.

יג' מידות הרחמים ושער הקבלה

המספר 13 מסמל אחדות אלוקית ומעבר לטבע. הוא מופיע ביג' מידות הרחמים, יג' שערי הקבלה ועוד. שיטות אלו מייצגות את הרמה העמוקה והנסתרת ביותר של הבנה רוחנית.

**יג' כוחות הנפש**

4

כתר – רצון פנימי ושאיופות
חכמה – הבחן הבנה ותובנה
בינה – עיבוד והעמקת הבנה
דעת – חיבור שלל לרשות
חסד – אהבה, נתינה וחום
גבורה – משמעת ושליטה עצמית
 תפארת – איזון והרמונייה
נצח – התמדה ונחישות
הוד – קבלה וענווה
יסود – תקשורת וחיבור רגשי
מלכות – מימוש וכוח השפעה
תענווג – חזיות שמחה והשראה
אמונה – הכוח שמחבר את הכל

**יג' מידות הרחמים**

1

ה' ה' – חסד לפניו ואחריו חטא
אל – כוח החסד בפועל
رحمות – חמלת עמוקה
חנון – נתינה לפנים מסורת הדין
ארך אפיים – סבלנות
רב חסד – חסד מרובה
אמת – רחמים ביושר
נזיר חסד – המשכויות
מושא עון – מחיקת חטא
ופשע – תיקון מרידה
וחטאה – סלחנות על קטן
ונקה – טהרה מוחלתת

**יג' שבילים בתורת הסוד**

5

סוד האור – חקר מהות האור האלוקי
סוד האותיות – כוחות האותיות
סוד השמות – גילוי שמות קדושים
סוד השבטים – מבנה נשמות ישראל
סוד העולמות – בריאה בארכובת עולמות
סוד הספירות – הבנת הנגמת האל
סוד השביעיות – מחוזיות הבריאה
סוד התפילה – מבנה התפילה
סוד הגאולה – חוקי הזמן ותיקון
סוד אהבת האלוקיות – קשר אדם-ברא
סוד הנבואה – ארך האור יורך לנביאים
סוד הגיגולים – תהליכי הנשומות
סוד תחיית המתים – החזרת העולם

**יג' יסודות האמונה (הרמב"ם)**

2

מציאות ה' – הכרה בקיים
אחדות ה' – אין שותף
אין לו גוף – רוחני טהור
קדמות ה' – תמיד היה והוא
לבודך לך – אין זולתו
נבואה – תקשורת עם נביאים
נבאות משה – הגדל שבנבאים
תורה מצחית – ניתנה לשמשים – אינה משתנה
תורה נצחית – ארוכה משבית
השגחה פרטית – ה' מ\widgets
שכר ועונש – צדיק מקבל שכר
ביאת המשיח – אמונה בגאולה
תחיית המתים – חיים מחודשים

**יג' מדרגות בסולם המרכבה**

6

יראה בסיסית – קבלת עול
אמונה יציבה – חיבור פנימי
תשובה – יכולת לתקן ולשוב
התבוננות – הבנת חכמה אלוקית
עובדת פנימית – שינוי עצמי
קדושה אישית – טהרת הרצון
אהבה עילאית – אהבת ה' ללא גבול
יראת רוחנית – הכרה בעוצמת האלוקות
דבקות – חיבור מוחלט לרצון הבורא
روح הקודש – השראה ישירה
נבואה – תקשורת אלוקית עליה
הארת הספירות – השגת בניית העולם
יחוד עליון – התמצגות מוחלטת

**יג' שערים בחכמת הקבלה**

3

שער הכתר – מקור האור האלוקי
שער החכמה – עיקרי החכמה
שער הבינה – הבנה מעמיקה
שער החסד – אויר אהבה והשפעה
שער הגבורה – הצבת גבולות
שער התפארת – האיזון האלוקי
שער הנצח – התמדה ושימור
שער ההוד – ענווה ויראה
שער היסוד – חיבור רוח לחומר
שער המלכות – גילוי האלוקות
שער השמות – כוחות האותיות
שער הצירופים – כוחות באותיות
שער הספרות – מבנה ההנגגה



יג' שלבים בתהיליך גאולה 9

חbill מישיח – קשיים עולמיים לפני הגאולה
ביאת המשיח – הופעת המשיח
הכרזת המלכות – קבלת מנהיגות המשיח
כינון המשפט – משפט צדק לכל העמים
חרות הנבואה – התאחדות הנבואה
קידוץ גליות – שיבת עם ישראל לארצו
בנייה בית המקדש – חזרת הקדושה
חידוש העבודה –uboות הקרבות
שלום עולמי – סיום המלחמות
בירור הרע מהעלם – תיקון העולם
השגת חכמת אלוקית – גילוי האלוקות
תחיית המתים – החזרת הנשמות
העולם הבא – חיים נצחים ברמה חדשה

יג' תיקוני דיקנא 10

כתר עליון – החכמה העליונה
יג' תיקונים בזקן הקדוש – דרכי ההנאה
ארך אפיים – הנגנת הארכיות
רב חסד – אור של חסד
אמת – דיינות ותיקון העולם
נושא עון – מחילה ללא גבול
סבלנות אין קץ – חסד בלתי מוגבל
תיקון הברית – שמירת הטוהר
תיקון הלשון – דבר קדוש
תיקון המחשבה – חשיבה נכונה
תיקון המעשים – השפעה חיובית
תיקון הרצון – להיטהר מבפניות
תיקון המידות – איזון ותיקון המידות

9

מקרא – לימוד הפשט
משנה – לימוד עקרונות ההלכה
גמרא – הבנה עמוקה של המקורות
הלכה – יישום הלכה למעשה
מדרש – רמזים ומשלים נסתרי תורה
אגדה – מוסר וסיפורי חז"ל
קבלה – סודות הבריאה
חסידות – חיבור פנימי לעובודה רוחנית
מוסר – תיקון המידות ושיפור עצמי
פילוסופיה יהודית – הבנת יסודות האמונה
דרוש – יצירת חיבורים בין מקורות
פסיקת הלכה – הכרעה מעשית
ביאור שיטות לימוד – חיבור בין דרכיהם

יג' ערכוזי התיקון בנפש 8

תיקון הדיבור – שמירה על טוהר הדיבור
תיקון המחשבה – מחשבות קדושות
תיקון העניינים – לזראות טוב ולא שלילי
תיקון השמיעה – להאזין לדברי אמרת
תיקון הרגש – לשלוות בכעס, קנאה וגאווה
תיקון האכילה – אכילה בקדושה ובכוונה
תיקון התאותות – שליטה על היצרים
תיקון הברית – שמירת הקדושה האישית
תיקון המידות – יושר, ענווה, נתינה
תיקון הזיכרון – לזכור מהות החיים
תיקון ההודאה – הכרת תודזה תמידית
תיקון השמחה – להיות חיובי ולשם זה
תיקון התפילה – להתפלל מתוך כוונה

שיטת השלוש עשרה 13 - המשך

שיטת נוספת לניתוח עמוק

11 יג' מידות הרחמים (הרחבה)

ה' – חסד ללא גבול
ה' – גם לאחר חטא, רחמייו נמשכים
אל – כוח החסד בפועל
רחוב – רגש של חמלת عمוקה
חנן – נתינה לפנים משורת הדין
ארך אפים – סבלנות וסלחנות
רב חסד – חסד מרובה
אמת – רחמים המבוססים על יושר
נוצר חסד לאלפיים – המשכיות החסד
נושא עון – מחיקת החטא עצמו
ופשע – תיקון של מרידה מודעת
וחטא – סלחנות גם על כלשונות קטניות
ונקה – טהרה מוחלטת מהחטא

💡 יישום מעשי של שיטות השלוש עשרה

שיטת השלוש עשרה מייצגת את הרמה העמוקה והנסתרת ביותר של הבנה רוחנית. המספר 13 מסמל אחדות אלוקות ומעבר לטבע האנושי הרגיל. כאשר מנתחים טקסט או מצב חיים ברמה זו, שאלו: איזה מיל' המידות או השערים דומיננטי כאן? האם יש חיבור לנפטר ולעומק הרוחני?

✳️ מספר 13 = אחדות אלוקית

המספר 13 מייצג מעבר לטבע האנושי הרגיל (12 שבטים + מעלה אחת). זהו המספר של יג' מידות הרחמים, יג' עיקרי האמונה, ויג' שעריו הקבלה. שיטות אלו מתארות את הרמה העמוקה והנסתרת ביותר של הבנה רוחנית.

🔗 קשרים בין כל השיטות

4 = מבנה בסיסי • 7 = תהליך שלם • 10 = שלמות מוחלטת • 13 = אחדות אלוקית
כל שיטה בונה על הקודמת ומעמיקה אותה. ההשילוב ביניהן יוצר מערכת ניתוח מקיפה ומעמיקה.

השוואה בין מספרי היסוד

טבלאות אלו עוזרות להבין את הקשרים והבדלים בין השיטות השונות, ולבחר את השיטה המתאימה לכל סוג של ניתוח.

7 שיטות השבע

מטרה: הבנת תהליכיים שלמים

שימוש: ניתוח תהליכי צמיחה ותיקון

דוגמאות: ימי הבראה, שלבי תפילה, תשובה

רמה: תהליכיים ו邏輯

4 שיטות הארבע

מטרה: הבנת מבנה בסיסי

שימוש: ניתוח יסודות ויציבות

דוגמאות: שם הו"ה, עולמות הקבלה, פרד"ס

רמה: בסיסית ויסודית

1 3 שיטות השלוש עשרה

מטרה: הבנת אחדות אלוקית

שימוש: ניתוח עמוק ורחני נסתר

דוגמאות: מידות הרחמים, שער הקבלה

רמה: עומקה ונסתרת

10 שיטות העשר

מטרה: הבנת שלמות מוחלטת

שימוש: ניתוח מערכות מלאות

דוגמאות: הספרות, הדיברות, חוקי חיים

רמה: מקיפה ושלמה

◉ מתי לשימוש בכל שיטה?

למתחלים: התחלו עם שיטות הארבע (מבנה בסיסי)

למתקדמים: המשיכו לשיטות השבע (תהליכיים)

למעמידים: עברו לשיטות העשר (שלמות)

למתמחים: חקרו שיטות השלוש עשרה (עומק נסתר)

💡 טיפים לשילוב שיטות

• **שלב 4+7:** הבן את המבנה הבסיסי וואז את התהליך המלא

• **שלב 7+10:** הבן את התהיליך וואז את השלמות המוחלטת

• **שלב 10+13:** הבן את השלמות וואז את העומק הנסתר

• **שלב 4+13:** הבן את היסוד וואז העומק הרוחני



מדריך שימוש מעשי

אין ליישם את השיטות בחיי היום-יום

שלבים מעשיים ליישום השיטות

מדריך זה מציע שלבים מעשיים ליישום השיטות השונות בחיי היום-יום, בלימוד תורה, ובניתו מצבים אישיים וחברתיים.

• **שלב 1: בחירת השיטה המתאימה**

- לניתוח מצב תורני:** התחל עם פרד"ס (4), המשך לשבעה כללים (7), עבר לעשר הספירות (10), וסיים ביג' מידות (13)
- לניתוח מצב אישי:** התחל עם ארבע אוטיות באדם (4), המשך לשבעה שלבי צמיחה (7), עבר לעשרה חוקי הצלחה (10), וסיים ביג' כוחות הנפש (13)
- לניתוח מצב חברתי:** התחל עם ארבע מצוות פורמים (4), המשך לשבעה עקרונות תיקון עולם (7), עבר לעשרה חוקי הצדק (10), וסיים ביג' ערוצי תיקון (13)

• **שלב 2: יישום בלימוד תורה**

- פשט:** השתמש בשיטות הארבע להבנת המשמעות הפשטota
- רמז:** השתמש בשיטות השבע לחיפוש רמזים נסתרים
- דרש:** השתמש בשיטות העשר להרחבת הרעיוןנות
- עומק:** השתמש בשיטות השלוש עשרה להבנת העומק הנסתור

• **שלב 3: יישום בהתקפות אישית**

- הכרה במצב:** השתמש בשיטות הארבע להבנת המבנה הבסיסי של המצב
- תהלך شيئا:** השתמש בשיטות השבע להבנת התהליך המלא
- שלמות:** השתמש בשיטות העשר להבנת המטרה המלאה
- עומק רוחני:** השתמש בשיטות השלוש עשרה לחיבור לעומק הפנימי

• **שלב 4: ייצירת מערכת ניתוח אישית**

- בחר 2-3 שיטות שמתאימות לך ביתר**
- פתח שאלות מוחות לכל שיטה**
- צור טבלת השוואة בין השיטות השונות**
- תרגל יישום על מצבים אמיתיים**
- עדקן ושלכל אל השיטות שלך**

• **טיפים למתחילה**

- התחל פשוט:** בחר שיטה אחת והתמקד בה
- תרגל יומי:** השתמש בשיטה על מצב אחד כל יום
- תעד תובנות:** כתוב את התובנות שלך
- שף עם אחרים:** דון בתובנות עם חברים או מורים
- התמד:** השיטות דורשות זמן להפנמה