בס"ד

**אהבה חובקת עולם**

**Q-ICON**

כולנו משתוקקים לשלום, לאהבה ולאחדות בעולם כולו.

לו הייתם שליטי העולם, כיצד הייתם מתקנים אותו?

**1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | |  |   **איש צדיק היה איש צדיק היה – ביוגרפיה של הרב אריה לוין, מאת שמחה רז (עמ' 74)** |   זכרתי ימים מקדם, משנת תרס"ה, שזכיתי בחסדי העליון יתברך שמו, לעלות על אדמת הקודש ביפו. שיחרתי בראשונה את פני הרב אברהם יצחק הכהן קוק זצ"ל, קיבלני בסבר פנים יפות, כדרכו בקודש לכל אחד.  שוחחנו בדברי תורה. אחרי תפילת מנחה יצא רבינו, כדרכו בקודש, לשוח בשדה לצמצם מחשבותיו. ואני התלוויתי אתו.  בדרך קטפתי איזה עשב או פרח. הזדעזע רבינו ואמר לי בנחת, כי הוא נזהר מאוד לבלתי קטוף בלי תועלת עשב או פרח שיכול לגדול או לצמוח, כי אין עשב מלמטה, שאין לו מזל מלמעלה ואומר לו: "גדל". כל ציץ עשב אומר דבר, כל אבן לוחשת איזה סוד, כל הבריאה אומרת שירה.  מילים אלו שיצאו מליבו הקדוש והטהור, נחקקו עמוק בליבי. ומאותו הזמן ואילך, התחלתי להרגיש חמלה רבה לכל הנבראים. |

אפשר להניח בבטחה כי כל מה שקיים בעולם אמור לשמש כחלק מה"שלם המאוחד".

הטבע – הצבעים, הסימטריה, ההרמוניה, המורכבות, העוצמה, המגוון – כל אלו הם מתנה יקרה שהוענקה למין האנושי, מתנה המחייבת אותנו להעריך את כל מה שיש לחיים להציע לנו.

**4**

|  |
| --- |
| **הרב ברל וין - Vintage Wein** (עמ' 31)  לקראת סוף ימיו, הודיע הרב שמשון רפאל הירש (מנהיג היהדות התורנית בגרמניה במאה ה-19) כי הוא מתעתד לעשות טיול רגלי ברחבי שוויץ. תלמידיו נחרדו לשמע ההודעה, וניסו להניא אותו מלבצע את התוכנית, תוך חשש לבריאותו של הרב.  נענה הרב הירש, "כשיגיע זמני לעמוד לפני בוראי, אצטרך לתת דין וחשבון ולענות על שאלות רבות. אבל מה אענה כשאלוקים ישאל אותי 'שמשון, את האלפים שלי ראית'"? |

דמיינו שאתם בטיול עם ילד בן עשר. איך הייתם מנסים ללמד אותו להעריך נכונה את היופי וההרמוניה הקיימים בעולם שלנו?

להמשך עיון על האחריות המוטלת עלינו לשמור על הטבע – עיינו בנספח א', עמ' 12.

נוסף על חוכמתו הגדולה וענוותנותו הרבה, , היה משה רבינו ראוי להנהיג בזכות החמלה שהייתה לו לכל נברא.

איפה מותחים את הקו בין הצרכים הספציפיים של המין האנושי ובין הצרכים של כלל הבריאה?

להמשך עיון על היחס המוסרי לבעלי חיים והטיפול בהם, עיינו בנספח ב', עמ' 13.

**9**

|  |
| --- |
| **אחדות החומר**  **(1) דומם** – הבריאה הדוממת, שאיננה תלויה בתזונה חיצונית, מייצגת את הדרגה הנמוכה ביותר בבריאה.  **(2) צומח** – הצומח ניזון מן האדמה – חומר השייך לדרגה הקודמת.  **(3) חי** – עולם החי ניזון, רובו ככולו, מהצמחים.  **(4) מדבר** – חיי האדם ה"מדבר" ניזונים מן הדרגות נמוכות יותר.  כל צורת חיים ניזונת מן הדרגה שתחתיה. לדוגמה – מינרלים נספגים לתוך צמחים, החיות אוכלות את הצמחים וכו'.  על פי חכמת הקבלה, כאשר ישות גבוהה יותר ניזונה מישות נמוכה יותר, מתמזגת הישות הנחותה עם הישות הנעלה יותר ועם תודעתה. |
|  |

תרחיש אתי: אתם מנסים לישון, ויתוש מעצבן מזמזם לכם באוזן.

יש לכם פגישה מאוד חשובה למחרת בבוקר.

האם הריגת היתוש הוא מעשה מתקבל על הדעת מבחינה מוסרית? מדוע כן או מדוע לא?

הנשמה האלוקית מעניקה לנו את יכולת ה"בחירה האתית" – כלומר, הכוח להחליט במודע לפעול ל"הנאת הנפש" – לדוגמה, לעזור לזולת – אפילו על חשבון הנאת הגוף.

קדושת החיים מושרשת בצלם האלוקים הטמון בכל אחד ואחת:

החוברת "חכמת חיים: יסודות האהבה" דנה בהגדרה של המושג "אהבה":

הרגש שאנו חווים כאשר אנו מתמקדים במעלותיו של אחר ומתענגים עליהן.

"כל בני האדם נבראו שווים". האהבה לאחר אינה תלויה במוצא, במעמד חברתי, ביופי או בעושר, אלא בהכרה שאנו כולנו, יחד, בניו של בורא העולם.

מה היא הדרך היעילה לזכור תובנה זו ולפעול על פיה בקשרי היום יום עם אחרים?

-------------------------------------------

אהבת המשפחה והקהילה

**Q-ICON**

החיים מקרים בפנינו הזדמנויות רבות לעזור לאחרים – לרעבים, לחולים, למתקשים ולמצליחים.

מבחינה פרקטית – איך עלינו לתעדף את המשאבים המוגבלים שלנו?

**18**

|  |
| --- |
| **הרב נח ויינברג – 48 דרכים לחכמה** (מספר 32)  אהבה לאנושות כולה ראשיתה בראיית המעלות של הקרובים אלינו – ההורים, האחים והאחיות, בן או בת הזוג והילדים. זהו מעגל האהבה הראשון שסובב אותנו. המעגל הבא כולל בתוכו את החברים, השכנים והקהילה. המעגל הבא כבר מקיף את כל העם היהודי, וכשממשיכים הלאה מגיעים למעגל המקיף את כלל בני האדם...  **לעולם אין להאמין לאדם הטוען שהוא אוהב את כלל האנושות בעוד שהוא מתנהג בצורה אלימה כלפי בני המשפחה שלו**. אם הוא אינו מסוגל לראות את הטוב באלו שקרובים אליו מכל, איך הוא יכול לראות את הטוב באלו שרחוקים ממנו? |

אהבה חובקת עולם מתחילה בבית.

איך אנו יכולים להקצות בצורה טובה יותר את הזמן והמשאבים שלנו לאלו הקרובים אלינו ביותר?

להמשך דיון חשוב על אחדות עם היהודי, ראו נספח ג', עמ' 14-16.

**21**

|  |
| --- |
| **"התפוז המיוחד"**  לעולם לא אשכח את אותו היום. זה היה עוד כשגרנו בשטעטל ברוסיה. אבא הביא הביתה מעדן שהצליח לרכוש במאמצים רבים. זה היה משהו שאף פעם עוד לא ראינו – תפוז. אבא כינס את כל המשפחה, הרים את הפרי מעלה והכריז, "בתהליך מורכב ומפליא, מה שהתחיל כתערובת של מים, שמש ואדמה, יצר בסופו של דבר את הפרי שלפניכם. הקליפה האטומה הגנה על הפרי לכל אורך חודשי הגדילה וההבשלה, וכאשר הגיע הפרי סוף-סוף למידת בשלות מושלמת, השתחרר קמעא הגבעול, מעין חבל טבור,מהעץ שממנו צמח באופן ניסי כל כך".  **"הסתכלו על הצבע"** הוא אמר ופניו קורנות מאושר, "חברות גדולות מוציאות מיליונים על מציאת המארז המושלם. התפוז הכתום בולט באופן נפלא מבין העלים, אך הוא מקבל את הגוון הזה אך ורק כאשר 'מד הצבע' הפנימי שלו מורה שהפרי בשל ומוכן לאכילה". כאשר התחיל אבא לקלף סוף סוף את התפוז, התגלתה לעינינו מערכת שלמה של 'שמירה על טריות' בצדה השני של הקליפה. הבועות הקטנות שעל קליפת התפוז התפוצצו בזו אחר זו, מפזרות לאוויר נתזים של בושם תפוזי מעקצץ.  **פלחי התפוז** – שאבא תאר אותם כמחולקים שווה בשווה כדי שנוכל להתחלק בהם – מכוסים בקרום דק ובתוכם שקיקי מיץ המונעים מהנוזל היקר להישפך החוצה. לקחתי את הפלח שלי, בירכתי "ברוך אתה ה' אלוקינו מלך העולם, בורא פרי העץ", ונעצתי את שיני בפרי. מיד פקעו בתוך פי מאות שקיקי מיץ, כמו מסוכריה בעלת תוך נוזלי.  המיץ היה מושלם – לא מתוק מדי ולא חמוץ מדי. האיזון המושלם בין סוכרים לחומציות. האמת היא, שאנחנו יכולים לקבל את הוויטמינים שמציע התפוז מציע גם בבליעת כדור חסר טעם, אך הקב"ה ברא – אך ורק לטובתנו ולהנאתנו – שלל טעמים, מרקמים, וריחות, נעימים ומגרים כמה שיותר.  "שימו לב **לתכנון המקורי של הגרעינים**. הכיסוי דמוי הפלסטיק שמכסה אותם מגן עליהם מפני חדירת נוזלים חומציים", הוסיף אבא. וכל גרעין מכיל בתוכו גם כרטיס זכיה בפרי נוסף, כי ברגע שהגרעין החלקלק נופל ארצה, "עובר" חדש נולד, מצויד בכל המידע הדרוש, וממנו צומח עץ חדש. וכך מובטח לנו מחזור מלא – באפס בזבוז – של ייצור והספק".  תכנון מורכב זה של מזון הוא גרגר קטן ביקום הענק שבו אנו חיים, ואפשר לראות בו כעין הצהרה של ה': "אני אוהב אתכם, ואני רוצה שתחיו חיים נפלאים". |

עולם הטבע הוא ביטוי של הרצון האלוקי והחכמה האלוקית.

בחיי היום יום – מה היא אחת הדרכים להרגיש את מציאות ה' בעולם במידה רבה יותר?

הפסוק "ואהבת לרעך" כולל גם את המילה "כמוך".

אחד האופנים החשובים להגשים את "אהבת האני" הוא שמירה על הבריאות.

בסופו של דבר, הגוף הוא כלי סיוע לבריאות רוחנית – תיקון המידות, יצירת יחסים בינאישיים, ידיעת האלוקים רדיפה אחרי מטרות נעלות. אנו בונים את השאיפות הללו על ידי לימוד חוכמת התורה:

**23**

|  |
| --- |
| **הרב עמנואל פלדמן** –  ***On Judaism***  ההיסטוריה הארוכה של העם היהודי מלמדת, ללא יוצא מן הכלל, כי כל קהילה יהודית שבעיניה לא נחשב לימוד התורה כערך עליון וראשון נעלמה אט-אט מן הזירה ההיסטורית.  מעבר לכל הסברות ההגיוניות והטובות שיש בה, התורה היא הגשר הרוחני המחבר בין היהודי לבין בוראו. על הגשר הזה נבנה קשר בין הבורא לברואיו, ודרך קשר זה ה' מכלכל אותם ושומר עליהם, בדיוק כמו שהבטיח.  אין פלא אפוא שרבי עקיבא מצהיר בתלמוד כי ממש כשם שדגים אינם יכולים לחיות מחוץ למים, אין היהודי יכול לחיות ללא לימוד תורה. התורה היא מהות העם היהודי, חיינו ונפשנו, ובלעדיה אין לנו קיום.  כשאנו לומדים תורה איננו לומדים רק איזה טקסט מופשט, מסתורי ועתיק... למעשה אנו עסוקים בגילוי יסודות היהדות, הוי אומר – היסודות של עצמנו. |

**שעת מבחן**

בחייכם הפרטיים – איזו בחינה של "טיפוח עצמי" עליכם לשפר?

**מעגלים מתפשטים**

כפי שכבר תואר בחוברת "חכמת חיים: יסודות האהבה" – ככל שניתן יותר, נאהב יותר.

אנו שואפים להרחיב את מעגלי האהבה שלנו החוצה, עד שיקיפו את כל העולם.

"בשבילי נברא העולם" אינה הצהרה נרקיסיסטית, אלא אדרבא, קריאה להושיט יד ולשאת באחריות המשותפת לתיקון העולם.

|  |  |
| --- | --- |
| **27** | **תלמוד – תענית כג.**  יומא חד הוה אזל באורחא, חזייה לההוא גברא דהוה נטע חרובא. אמר ליה: האי עד כמה שנין טעין?  אמר ליה: עד שבעין שנין.  אמר ליה: פשיטא לך דחיית שבעין שנין? אמר ליה: האי [גברא] עלמא בחרובא אשכחתיה, כי היכי דשתלי לי אבהתי, שתלי נמי לבראי.  **תרגום מארמית**  יום אחד הלך חוני בדרך וראה אדם אחד שהיה נוטע עץ חרוב. אמר לו חוני: "עץ זה, כמה שנים עוברות עד שנושא פירות"?  אמר לו: "לאחר שבעים שנה".  אמר לו חוני: "האם סבור אתה שתחיה עוד שבעים שנה, ותיהנה מפירותיו"?  אמר לו: "אני באתי לעולם ומצאתי עצי חרובים מניבים פרי. כפי שנטעו אבותי עצים בשבילי, כך נוטע אף אני עצים בשביל הבאים אחרי". |

**TEST-ICON**

דמיינו שקיבלתם מענק של מיליון דולר שאתם צריכים להשתמש בו למטרת תיקון העולם עבור הדורות הבאים.

מה הייתם עושים בכסף?

נוסף על הרשות ליהנות מן העולם שנותן הפסוק "לעבדה ולשמרה" (בראשית ב:טו), למה עוד מכוונת המילה "ולשמרה"?

**TEST-ICON**

אנו שואפים להימנע מהרס חסר תכלית, מבזבוז משאבים, ומצריכה ראוותנית ובזבזנית.

• לדעתכם – מה נחשב מידה סבירה של "בזבוז"?

• מהי דרך אחת שבה אפשר לשפר את השימוש במשאבים?

**32**

|  |
| --- |
| **מקורות נוספים לטיפול נכון מן הבחינה המוסרית בבעלי חיים**  • "ונתתי עשב בשדך **לבהמתך**, ואכלת ושבעת". יש חיוב להאכיל את הבהמה שנמצאת באחריות האדם לפני שיאכל בעצמו. (דברים יא:טו; תלמוד – ברכות מ.)  • "לא תעשה כל מלאכה [בשבת]... **ובהמתך**". (שמות כ:י; דברים ה:יד)  • "**לא תחרוש** בשור וחמור יחדו". כי אין הדבר הוגן כלפי בעל החיים החלש יותר (דברים כב:י, עם פירוש האבן עזרא)  • "**לא תחסום** שור בדישו", מניעת הנאת האכילה משור. (דברים כה:ד; ספר החינוך 596)  • "שלח **תשלח את האם**, ואת הבנים תקח לך". (דברים כב:ז)  • "אך בשר בנפשו דמו לא תאכלו" – האיסור לאכול אבר מן החי. (בראשית ט:ד)  • דרך **השחיטה הכשרה** נועדה לצמצם כמה שיותר את הכאב שסובלת הבהמה בזמן השחיטה. (רמב"ם – מורה נבוכים ג:מד; ספר החינוך 451)  • בעניין **גידול עגלים** בתנאים צפופים, שבהם לא נותנים להם לטעום חלב אמם כלל, ומפטמין אותן במשקין שמנים מאד שאין הבהמות נהנים מזה. זה איכא ודאי איסור דצער בעלי חיים. *(איגרות משה* – אבן העזר ד:צב)  • **ציד חיות** לשם הנאה גרידא אינו ראוי. (תלמוד – עבודה זרה יח: ; נודע ביהודה יו"ד ב:י; דרכי משה – או"ח שטז:ב) |

**Q-ICON**

תרחיש אתי: במקרה חירום שבו אתם מוכרחים לבחור בין הצלת הכלב שלכם להצלת אדם זר, כיצד תנהגו ומדוע?

**Q-ICON**

כיצד אתם מרגישים כאשר אתם שומעים התבטאויות אנטישמיות ואנטי ישראליות?

לחלופין – כיצד אתם מרגישים כשאתם שומעים דיווחים על חדשנות או מעשים הומניטריים יוצאים דופן שעשו יהודים?

הרגשת האחדות היהודית המשפחתית טמונה בתוך כל אחד ואחת מאיתנו, ללא הבדלי רקע ומגזר.

**INSIGHT**

ספר תורה שחסרה בו אפילו אות אחת נפסל. בדומה לכך, כל יהודי באשר הוא הוא גורם מכריע בהשגת היעוד והתכלית של עם ישראל.

**סובלנות וגיוון**

במושגי התורה – אחדות אינה אחידות.

לכל יהודי יש צינור רוחני המיוחד רק לו, ודרכו הוא יכול לגלות את אור התורה.

איזו דרך מורים לנו שני מקורות אלו באשר ליחס שלנו זה לזה?

תוצאותיה ההרסניות של שנאת חינם מלוות אותנו עד היום.

התרופה – אהבת חינם ויחס של כבוד ואכפתיות לכל יהודי.

40

|  |
| --- |
| ***אישה קדושה –* ביוגרפיה של שרה חיה קרמר**  *אף שעברה תחת ידיו של מנגלה והייתה עניה בחומר, קיימה חיה שרה בשמחה את המצוות "ואהבת לרעך כמוך".*  חיה שרה התחילה לטפל בכמה ילדים שסבלו מפגיעות מוחיות קשות וממחלות נפש. היא לא קיבלה שום תוספת תשלום על שעבדה 18 שעות בכל יום, ואף לא פיצוי כספי על כל התרופות שרכשה להם ועל כל ביקורי הרופא ששילמה מכיסה הפרטי. חיה שרה גם בישלה בשבילם שלוש פעמים ביום, ואת אלו שלא היו מסוגלים לאכול לבד – כמו ילדה אחת שלא היו לה ידיים – היא האכילה ממש. היא קמה כל לילה בשעה 2:002 או 3:00, הסתובבה בין הילדים והחליפה חיתולים וסדינים כנדרש.  חיה שרה שילמה מחיר רגשי גבוה מאוד על אהבתה לילדים אלו. רבים מהילדים סבלו מנכויות פיזיות קשות. כמה וכמה מהם מתו בגיל צעיר, וכל מה שנותר לה לעשות היה לקבור אותם ולהתאבל עליהם.  **היא הייתה ניצולת שואה, השריד היחיד ממשפחתה, אישה עקרה, שחיה חיים של עוני.** בעלה האהוב נעדר תקופות ארוכות, והיא "בילתה" את מיטב שנותיה בטיפול בילדים שסבלו מפגיעות מוחיות, ילדים שלאחר זמן מה הלכו לעולמם או עזבו. כל אחת מהנסיבות הללו הייתה יכולה לגרום דיכאון עמוק לכל אדם רגיל, אך לא לחיה שרה. היא תמיד הייתה מאושרת.  חיה שרה מעולם לא התמקדה במה שאין לה – הורים, ילדים, כסף, אלא במה שיש לה – עיניים, אוזניים, רגליים, כל הדברים שרובנו כבר כלל לא שמים לב אליהם. שמחת החיים של חיה שרה נבעה מאהבת הזולת שלה, אהבה שהיא הרעיפה על הילדים הנכים. היא הצליחה להסתכל מעבר לגופם השבור ולאישיותם הפגומה, הישר אל תוך הנשמות שלהם. |

**TEST-ICON**:

אלו ערכים יהודים – לדוגמה, לימוד תורה, צדקה, ארץ ישראל, צדק חברתי, שבת – יכולים לעזור לנו להתאחד?

לרשימה של 50 דרכים להתחבר עם אחרים, ראה חוברת "חכמת חיים: יסודות האהבה"

**סיכום:** אהבה חובקת עולם

• כל אלמנט הקיים בעולם שלנו הוא חלק מהשלם המאוחד. (ע' 1)

• אלוקים ברא את העולם הנפלא שלנו כדי שנהנה ממנו. (ע' 2)

• אנו הולכים בדרכי ה' כאשר אנו מראים חמלה לכל ברואיו. (ע' 3)

• בתוך ההיררכיה הקיימת בעולם, בני האדם הם השומרים. (ע' 4)

• קדושת החיים מושרשת בצלם האלוקים של כל אחד ואחת מאתנו. (ע' 5)

• אנו חייבים לזהות את נקודת הטוב בכל אחד – כולל בעצמנו. (ע' 6)

• אהבה לכל מתחילה בבית. (ע' 7)

• אלוקים הוא האחדות המושלמת. אהבת האלוקים משמעה לאהוב את הברואים. (ע' 8)

• מוטלת עלינו אחריות לשמור על בריאותנו הפיזית והרוחנית. (ע' 9)

• אנו שואפים להרחיב את "מעגלי האהבה" שלנו החוצה עד שיקיפו את כל העולם. (ע' 10)

• לכל בן אנוש יש משימת חיים המיוחדת רק לו, קריאה לתיקון עולם. (ע' 11)

• מעבר לזכות שלנו להשתמש בעולם, יש לנו אחריות לשמור עליו. (ע' 12)

• טיפול מוסרי בבעלי חיים משמעותו להימנע מלהכאיב, הן פיזית הן רגשית, לבעלי החיים. (ע' 13)

• אחדות יהודית נחוצה להגשמת המטרה והייעוד הלאומי שלנו. (ע' 14)

• אחדות איננה אחידות. (ע' 15).

• אהבת חינם היא הנוגדן לשנאת חינם. (ע' 16)

**הרב דוד קימחי** (1160–1235, צרפת) מפרש התנ"ך, בלשן ודקדקן רב השפעה, ידוע בכינויו הרד"ק. התמקד בפירושו בענייני רוח ומוסר.

**Rabbi David Kimchi** (1160–1235, France), theinfluential Hebrew grammarian and biblical commentator known as Radak, focused on mystical and ethical themes.

**הרב משה פיינשטיין** (1895–1986) נולד ברוסיה, היגר לארה"ב. סדרת הספרים שכתב, אגרות משה, מכילים יותר מ-2000 שאלות ותשובות הנוגעות למגוון רחב של נושאים הקשורים לחיים היהודיים בעת המודרנית.

**Rabbi Moshe Feinstein** (1895–1986) was born in Russia and later settled in New York. His multi-volume *Igrot Moshe* contains 2,000 responsa on a wide range of issues affecting modern Jewish life.

**רבי נחמן מברסלב** (1772–1810, אוקראינה),מייסד חסידות ברסלב. מקור השראה לאלפי יהודים לחזק את אהבתם לאלוקים. ליקוטי מוהר"ן הוא אוסף פירושים חסידיים על שלל נושאים יהודיים.

**Rabbi Nachman of Breslov** (1772–1810, Ukraine) inspired thousands of Jews to greater love of God. *Likutey Moharan*is his multi-volume collection of chassidic interpretations on a wide range of Jewish topics.

**שולחן ערוך** – חובר בידי הרב יוסף קארו (1488–1575, ספרד וצפת). יחד עם הפירושים שנכתבו עליו, ארבעת הכרכים של החיבור הענק הזה הם הסמכות ההלכתית המקובלת על כלל היהדות.

**Code of Jewish Law** *(Shulchan Aruch)* was authored by Rabbi Yosef Karo (1488–1575, Spain and Israel). Together with its commentaries, this 4-volume work is the universal authority on Jewish law.

**הרב נח ויינברג** (1930–2009) מייסד וראש ישיבת אש התורה בירושלים. במשך 50 שנה קירבו החזון שלו והתוכניות החינוכיות שיצר אלפי יהודים למורשת היהודית.

**Rabbi Noah Weinberg** (1930-2009) was the dean and founder of Aish HaTorah. For 50 years, his visionary educational programs brought hundreds of thousands of Jews closer to their heritage.

**הזוהר החדש** כולל חלקים משלימים לזוהר – ספר היסוד של המיסטיקה היהודית (הקבלה). מיוחס לרשב"י (המאה השניה, ארץ ישראל) שהתחבא במערה במשך 13 שנה ולמד את סודות התורה.

**Zohar Chadash** includes supplementary passages of the Zohar, the foundational work of Jewish mysticism (Kabbalah). Authorship is ascribed to Rabbi Shimon Bar Yochai (second century Israel), who hid in a cave for 13 years studying these secrets.