

ארבע יסודות

בתורה



שיחת חברים היכרות ראשונית עם ארבעת היסודות

הבסיסית ביותר של בין אדם לחבירו. אני גם די בטוח שהשעות שאני משקיע כדי להרויח פרנסה הן גם הדבר הנכון, כי אני לא במדריגה של ביטחון לסמוך רק על ד' לפרנס את משפחתי בלי שום השתדלות בכלל. אז לא נראה לי שאני אמור לשנות את צורת החיים שלי, אבל אז מה? איך אני מגיע מכאן אל ההרגשה התמידית של קירבת ד'?

צבי: בקיצור, אתה מרגיש שהחיים שלך קצת ריי קים...

יעקב: למה אתה מתכוון?

צבי: אני מתכוון שאתה מרגיש חוסר של תוכן ופנימיות בכל הפעולות האלו שאתה יודע שהן נכונות.

יעקב: כן, בדיוק ככה.

צבי: אז אתה רוצה לשנות משהו...

יעקב: אבל כמו שאמרתי, לא נראה לי שהתשובה היא לשנות את צורת החיים היומיומיים שלי. כאילו, אולי יום אחד אני אעלה במדריגה ואוכל להשתפר איכשהו במערכת השעות היומית שלי, אבל היום? נראה לי שהפתרון צריך להגיע ממקום אחר. אני חייב למצוא איכשהו את המשמעות והתוכן בכל הפעולות האלו, ולהגיע איכשהו להבנה יותר ברורה איך הן מקרבות אותי לד'.

צבי: תקשיב - ותגיד לי איך זה נשמע לך. כבר הרבה זמן אני מאזין לסדרת שיעורים על ארבעת היסודות. השיעורים האלו הם עמוקים, מבוססים על דברי חז"ל וספרי המוסר והעבודה המקובלים שמחלקים את כל מידותינו לארבע כחות כלליים, בסיסיים, ופנימיים. אני לא יכול לתאר כמה המבט הזה שינה לי את החיים! זה פשוט מכניס אותך לעו

יעקב: צבי, אתה זוכר את השיחה הארוכה שלנו באוטובוס...?

צבי: בטח...

יעקב: כל המושג של שער הנון דטומאה היה חדש בשבילי אז, ופתחת לי עולם שלם חדש של עבודתינו בדור זה. אבל עכשיו, אני לא יודע איך להמשיך. כמוכן שהשלב הראשון זה להתרחק מהאינטרנט, אבל בכל אופן לא היתה לי שום שייכות להשתמש באינטרנט. אני כל הזמן חושב על איפה אפשר להכניס את השאיפה וההתבטלות לד' בחיי היום יום. אני באמת משתדל לחיות עם ד', לדבר עם ד', לשים את ד' המטרה של כל פעולתי, ולהתבטל אליו...

צבי: נהדר! אלו חיים אחרים, לא?

יעקב: בודאי, אין כאן שאלה בכלל. אבל אני עדיין מרגיש שמהו חסר. כל העבודות האלו הן כל כך רחבות וכוללות - אבל גם כל כך כלליות. אני צריך להוסיף איזה משהו יותר פרטי, יותר ספציפי - משהו שיגע בפרטים הקטנים של חיי היום יום בהם אני מתמודד.

צבי: נראה לי שהבנתי אותך - ותגיד לי אם הבנתי נכון. יש לך מטרה כללית להתקרב אל ד', ואתה מרגיש עמוק כמה אתה רוצה את זה, אבל אתה לא מצליח לקשר את השאיפה הזאת, להרגיש קירבה תמידית עם ד', לפרטים של חיי היום יום שלך - כולל, פרנסה, אישה, ילדים, קניות...

יעקב: בדיוק. אבל זה לא שאני לא בטוח אם אני מנהל את החיים שלי בדרך הנכונה. אדרבה, אני די בטוח שצורת החיים שלי היא כמו שצריך. רוב היום אני לומד, וזה בטח הכי טוב. הזמן שאני נותן למש"פחה, אני יודע שגם זה הוא הדבר הנכון. לא נבראנו רק להועיל לעצמינו, ונתינה למשפחה היא המדריגה

רקע: בסדרה הזו נפגוש את יעקב וצבי, שני אברכים ידידים בני עלייה, שכבר בימי התעלותם יחד בישיבה ליבנו ביניהם הרבה סוגיות בעבודת השם. לאחרונה הם נפגשו שוב בנסיעה באוטובוס ממירון לירושלים, וניצלו את ההזדמנות לשוחח בארוכה על ענין ניסיונות הדור, ובראשם ניסיון האינ-טרנט. עיקר מטרת השיחה הייתה ללבן מהו העבודה הייחודית של הדור האחרון, ומסקנת השיחה הייתה שהיא לאחד את כל פרטי החיים לתמונה אחת של בקשת וחוויית קרבת ה'.

עכשיו, כעבור שבועיים אחרי אותה שיחה, יעקב מחליט להתקשר לצבי ע"מ ללבן איך להביא את הדברים קצת יותר למעשה.....

שד' הטביע בנו, אבל האופי הזה בעצם מורכב מהרכב מסויים ויחודי של ארבעה הכחות הבסיסיים של ארבעת היסודות. לכן, הבנה ברורה של ארבעת היסודות נותנת לנו הבנה בהירה להפליא ביחודיותנו והאופי שלנו, והמודעות-עצמית הזאת בעצמה משנה את כל החיים. תבא להכיר בדיוק מה הן הנקודות החזקות והכשרונות המולדים שלך, ובצד השני, בדיוק מה הן החולשות וההתמודדיות שלך.

יעקב: לא יודע. הייתי חושב שמודעות עצמית היא עניין של נסיון חיים ובוגרות רגשית, לא משהו שאפשר ללמוד משיעורים או ספרים...

צבי: ברור שאתה לומד דברים אלו מהחיים ולא מספרים. אבל בלי הלימוד מהספרים על המושגים של ארבעת היסודות ועל האופנים השונים בהם הם מתבטאים בחיים, אתה אף פעם לא תצליח לראות את החיים בבהירות. לימוד ארבעת היסודות זה כמו להרכיב משקפיים - אתה עדיין רואה מהעניינים שלך, אבל פתאום הכל חד וברור, וכל הטשטוש והעירפול נעלם.

יעקב: אתה יכול להביא לי דוגמה? אני רוצה לקבל תמונה יותר טובה איך הייתי יכול להשתמש במבט של ארבעת היסודות לקבל הבנה יותר עמוקה במה שמתרחש בחיי היום יום שלי.

צבי: בשמחה. אולי תביא לי אתה דוגמה של תחום קשור לשימוש במידות שבו אדם יכול להתמודד. מהלך ארבעת היסודות נותן מענה לכל סוג של קושי, כולל דכאון, התמכרויות, חרדות, וכו'. אבל כמו כן, מה שהכי מעניין אותנו עכשיו זה איך להתמודד נכון עם האתגרים היומיומיים הפשוטים שלנו, כמו ללכת לישון ולקום בזמן, להתייחס לאחרים כמו שצריך, וכו'. פשוט תבחר משהו שאתה רוצה לעבוד עליו, וננסה לראות איך מסתכלים עליו מהמבט של ארבעת היסודות...

יעקב: אתן לך דוגמה - יש לי נסיון גדול עם האזנה לקוי נייעס. לעתים מדי קרובות יש

עתי היסודות האלו. היסודות האלו הם הרצונות/יצרים המולדים העמוקים של האדם, שהוטבעו בו על ידי ד'.

יעקב: ואפשר להשתמש בארבעת הרצונות האלו או לטוב או לרע?

צבי: בדיוק. כל העבודה שלנו בחיים היא פשוט לכוון את הכחות האלו שד' נתן לנו בכיוון הנכון. כדי לעשות ככה, אנחנו חייבים קודם כל ללמוד מה הם הארבעת היסודות ולגלות אותם בתוך החיים הפרטיים שלנו. אחרי שגילינו את ארבעת היסודות הפריטיים שלנו בתוכינו ונהיינו מודעים לדרך שאנחנו מכוונים אותם כרגע, אז אנחנו חייבים ללמוד איך כוחות אלו אמורים לבא

סיכומים שיחת חברים

- ◆ כל המידות והרצונות שלנו מורכבים מאותם ארבעת היסודות.
- ◆ האופי הייחודי של כל אחד הוא ביטוי של הרכב מיוחד וייחודי של ארבעת היסודות שלו.
- ◆ העבודה שלנו: לכוין את היסודות האלו בכיוון הנכון.
- ◆ לימוד ארבעת היסודות יעזור לי לקשר את חיי היום יום שלי לשאיפה שלי להתקרב אל ד'.
- ◆ האזנה לקווי נייעס נובעת מיסוד האש ומנסה למלאות את המקום של השאיפה שלי לקשר עם

לידי שימוש בחיים אידיאליים ומה מקום כל אחד מהם בלקרב אותנו לד'. זה יהפוך את החלום של להתקרב לד' מאידיאל מופשט למציאות חיה.

יעקב: זה נשמע מדהים! כנראה שכדי להבין באמת את מה שאתה אומר, הייתי צריך להתחיל עם איזושהי תמונה מהם ארבעת היסודות. אבל לפני זה, תגיד לי: אתה מתכוון להגיד שכולם, לא משנה מי הם או באיזה מצב בחיים הם נמצאים, כולם מדורבנים על ידי בדיוק אותם ארבעה כחות פנימיים?

צבי: כן. לכל אחד מאיתנו יש אופי יחודי

לם שונה. אתה רואה את הכל אחרת! כל מה שפעם חשבת אותו שטחי - פתאום מתמלא במשמעות, בכל תחומי החיים.

יעקב: אתה מרגיש שהמבט הזה שינה איכשהו את כל צורת החיים שלך למשמעותיים יותר ועמוקים יותר...

צבי: מאה אחוז, בלי ספק.

יעקב: רגע - אבל זה קשור בכלל לנושא של לחיות עם ד' ושער הנון דקדושה, או זה משהו אחר?

צבי: זה מאוד קשור. אתה זוכר שאמרנו שהשלב הראשון של לחיות עם ד' זה לעשות את ד' המטרה לכל הפעולות שלך? הקושי כאן זה שאנחנו לא מרגישים שהפעולות הקטנות והפשוטות שלנו מקרבות אותנו לד'.

יעקב: בדיוק הבעיה שלי.

צבי: נו, קודם כל, ברוך ד' שהגעת למ' דריגה שיש לך בעיה זו! הרבה אנשים לא מתחילים להרגיש בעיה זו, פשוט כי אף פעם לא גילו את הרצון הפנימי החזק שלהם להתקרב אל ד'. רק בגלל שגילית את הרצון הפנימי העמוק הזה של רצוננו לעשות רצונך, אתה פתאום נהיית מודע לניתוק החד בין הפרטים הקטנטנים של חיי היומיום המורכבים למטרה ולחלום העמוק והמופשט הזה. וזה בדיוק איפה שארבעת היסודות נכנסים לתמונה. אחת מהדרכים העיקריות לחבר בין העולם הפנימי הטהור שלנו וחייו היומיום המסובכים שלנו היא בהבנת ארבעת היסודות.

יעקב: איך זה עובד?

צבי: כשמסתכלים על החיים מהמבט של ארבעת היסודות, מגלים שהחיים המסובכים כים, שנראים מורכבים מכל כך הרבה פריטים לא קשורים ואחריות שונות, הם לא כאלו מסובכים כמו שפעם חשבנו. האמת היא שכל המטלות והמשימות שלנו בחיים הן רק ביטויים שונים לארבעת היסודות הפנימיים והבסיסיים של מידותינו. כל ההרגשות והרצונות שלנו משך כל היום הם רק צורות שונות וביטויים שונים של ארבי

למצוא איפה אתה טועה, ולאט לאט לפתור את הבעיה משורשה.

במקרה שלך, העובדה שאתה מחפש חיות כשאתה מרגיש ריק, זו לא בעיה. כל אדם שמרגיש ריק, בטבעו פונה למצוא חיות, וזה בסדר. הבעיה היא שאתה מרגיש שאתה זקוק לפתרון מיידי למלאות אותך הרגע שאתה מרגיש ריק, וזו הסיבה שאתה פונה לחדשות ולא למשהו יותר משמעותי. זה נובע מהתנגדות פנימית לתופעת תחושת הריקנות מלכתחילה. ההכחשה-עצמית הזאת של יסוד האש שבנו היא תופעה מאוד שכוחה, כי ההודאה בקיום היסוד האש שלנו מכריח אותנו "לעשות קצת חושבים" על החיים שלנו.

יעקב: למה?

צבי: כי יסוד האש, שלפעמים גורם לנו להרגיש ריק ויבש בפנים, נובע מהרצון שלנו להתקרב אל ד'! כשרוב בני אדם מרגישים ריקים ויבשים, הם מנסים על השניה להשתיק את התחושות האלו על ידי עשייה, פעולה, אכילה, שיחה, וכו'. אבל הצורה הנכונה בה להתנהל במצב זה, היא להכיר שאתה חווה תחושה של ריקנות שמגיע מיסוד האש ולהגיד לעצמך: "אני עכשיו מרגיש ריק ויבש, כי עמוק בפנים אני לא מקבל מספיק סיפוק מכל הדברים הריקים של העולם הזה. מה שאני באמת רוצה, זה משהו הרבה יותר גדול - להיות קרוב לד'!"

יעקב: אבל אני לא מבין - אם תדבר

ככה לעצמך, אתה רק תרגיש יותר ריק ויותר מדוכא!

צבי: אם החיים שלך מאוזנים כמו שצריך, אז התחושות הקטנות של ריקנות האלו הן לא מדכאות. כשאדם מרגיש את החסר, זה לא מחדל! זה כמו מי שמחזיק רשימת קניות ביד ונכנס איתה לחנות. זה לא מחדל שאני צריך לקנות חלב, ואני לא מרגיש כ"כ כאב כשאני מגלה שנגמר החלב בבית. המודעות שלי לחסר פשוט מניעה אותי למלאות אותו. אז אם תגיד לעצמך שאתה כעת מרגיש תחושת חסר כי חסר לך קירבה לד', שהיא הרצון הכי עמוק והכי חזק שלך, אז הנה כבר "רשמת" רשימת קניות נכונה,

מידה מולדת. אם אתה עוצר אותה מלצאת בצורה אחת, היא פשוט תצא במקום אחר...

צבי: בדיוק. אז אפילו אם תצליח לעצור את עצמך מלהאזין לחדשות בטלפון, אם לא טפלת בשורש של הבעיה, אתה לא באמת פתרת את הבעיה. אתה חייב לגלות איזה יסוד מולד הוא הגורם לרצון הזה, ואיך אפשר לתת סיפוק ליסוד הזה בצורה מועילה ונכונה.

יעקב: נו, אז מה אתה אומר? מה הדיאגנוזה?

צבי: רוב הזמן, הרצון לעקוב אחרי החדשות נובע מהמידה של ריקנות שהיא ביטוי של יסוד האש. בדיוק כמו שאש גשמית

מקורות ומקבילות לשיחת חברים

עבודה כללית מול עבודה פרטית - שיעור ב' בסדרת "תיקון כח העצבות לא מפורט" (מהרב שליט"א), ספר עלי שור ח"א מבוא לשער שני. **שינוי חיצוני מול שינוי פנימי** - הקדמת ספר עלי שור ח"א. **הכרה עצמית מתוך ספרים או מתוך נסיון החיים** - ספר הכרה עצמית והעצת הנפש (מהרב שליט"א), ספר עלי שור ח"א שע"ג מערכה א' פ"ט. **כבישת המידות מול תיקון המידות** - ספר אור ישראל מכתב ל'. **מידת הריקנות ותיקונו** - ספר תיקון כח הריכוז פרק י' (מהרב שליט"א), ספר תיקון כח התאוה פרקים י"ב ו"ג (מהרב שליט"א), ספר עלי שור ח"א שער ג' מערכה ג' פ"א.

יעקב: בסדר... אז איך זה עוזר לי?

צבי: בוא נלך שלב אחר שלב. ארבעת היסודות הם לא איזה פתרון-קסמים שפותר את כל הבעיות שלך בן-לילה - זה מבט פנימי על כל מה שבאמת מתרחש בתוכך. המטרה היא להיות מודע לכל השלבים,

לי דחף כזה להתקשר לקוי הנייעס ולהאזין לעדכונים האחרונים, ובסוף אני מבזבז המון זמן עם זה. כבר תקופה אני מנסה לעצור את עצמי ולהתגבר על היצר הזה, אבל זה מאוד קשה. מה אתה אומר - איך היית מסתכל על זה מהמבט של ארבעת היסודות?

צבי: דוגמה מצויינת! אבל לפני שנסתכל עליה ממבט ארבעת היסודות, אולי תגיד לי קודם איך ניסית לעבוד על זה עד עכשיו.

יעקב: ניסיתי להגיד לעצמי שזה בזבוז זמן, ושההאזנה לדברים כאלו ממלאת את הראש שלי בכל מיני שטויות שאני יודע שאני באמת לא רוצה להתעסק איתן. אבל למרות שאני יודע שזו האמת, בשעת הנסיון, זה עדיין מאוד קשה להתגבר.

צבי: בסדר, אז בוא ננסה להסתכל על המצב הזה מהמבט של ארבעת היסודות. כשאנחנו מסתכלים ממבט של ארבעת היסודות, אנחנו לא רק מנסים לראות מה לא בסדר בהאזנה לחדשות ואיך להתגבר על נסיון זה, אלא אנחנו מנסים להגיע לשורש של הבעיה על ידי אבחון של איזה יסוד הוא הגורם לרצון לעקוב אחרי החדשות. אחרי שאנחנו כבר יודעים מנין נובעת הבעיה, אפשר ללמוד איך היסוד הזה אמור לבוא לידי שימוש, כדי שהרצון הזה יכול למצוא מקום להתבטאות בצורה מועילה במקום כאן, בצורה מזיקה.

יעקב: זה נשמע קצת מורכב...

צבי: כמובן, אם רצית רק לטפל בשורה התחתונה של הבעיה, יש פתרונות יותר קלים לביצוע. לדוגמה, יש מסלולי סלולר שחוסמים את כל השיחות היוצאות לקוי תוכן, אז אם היית מצטרף למסלול כזה היית מוריד את עיקר הנסיון. ואני לא מתכווין להגיד שזה לא פתרון טוב - יתכן שזה באמת מה שעליך לעשות כעת. אבל אתה צריך להבין שחופץ מהטיפול בתופעה החיצונית, אתה גם צריך לטפל בשורש של הבעיה - מהו הגורם לצורך הזה שלך לעקוב אחרי החדשות? האם זו מידה מולדת שאתה פשוט מנסה להשתיק?

יעקב: שינוי יודעים שאי אפשר להשתיק

הנקודה היסודית הראשונה שצריך ראשית כל ברור, מה הצורך בכל מה שאנחנו עוסקים כאן? מה יסוד הדברים?

בלשון קצרה וברורה: על דרך כלל, כל אדם ואדם כאשר הוא למד סוגיות דהויות דאביי ורבא, אז סדר הדבר שיש גירסא דינקותא. האדם לומד את הדברים לאט לאט, לאט לאט, עד שהוא מגיע למקומו שהוא מגיע, ששם מקום ההשגה שלו. מקום ההשגה שלו בדברי תורה זה לאחר שזה נבנה הרבה הרבה זמן, במשך שנים מרובות. אבל הריבוי הזה נעשה בהדרגה, ובאיטיות. זה סדר ברייתו של עולם, אצל אלו שגדלים בעולמה של תורה.

כלפי החלק של הויות דאביי ורבא, זה נמצא וגנוז במעמקי הנפש. הכח של שכליות של הויות דאביי ורבא זהו דבר שנבנה בהדרגה, בזה אחר זה. לעומת זה הכח של העבודה על דרך כלל, על דרך כלל זה סדר הדבר, הגירסא דינקותא שנמצאת בידינו היא גירסא דינקותא של דברים כלליים מאוד מאוד מאוד. לדוגמא, כשיש אדם שלא שקוע בעולמה של תורה, אז בודאי שיש לו ידיעה מה בדברי תורה, אבל זה ידיעה מקופיאה, זה ידיעה מדברים כלליים מאוד. על דרך כלל הידיעה שקיימת בענייני העבודה, היא ידיעה של דברים כלליים. לא שהם לא אמיתיים, הם אמיתיים, אבל של דברים כלליים בלבד.

עכשיו, ע"מ לקנות סוגיא של עבודה צריך להבין: כמו בגדרי הויות דאביי ורבא, אז הקנין של האדם איך שהאדם קונה את מהלך המחשבה של צורת הלימוד העיוני, זה הרבה מאוד זמן בקומת נפשו של האדם, הרבה מאוד זמן. זה נבנה, ונבנה,

ונבנה, ונבנה, וכשנבנה באים להקביל את זה לחלק העבודה של האדם, צריך להבין שכמו שבהויות דאביי ורבא יש את המהלך, את צורת הלימוד, צורת הנידון של הדברים, שבוזה עצמו כמובן שיש כמה וכמה בתי מדרשות ויש בזה דקות לפנים מן דקות, כך גם במהלכי העבודה. במהלכי העבודה קיים באופן רחב מאוד, צורת מהלך של בנין של דברים.

המטרה הראשונה כשמדברים בסוגיה ומלבנים אותה, להיכנס לצורת מחשבה כזו. זו מטרה ראשונה לעצמה, כיון שהצורת המחשבה הזו לא נקנתה על דרך כלל בגירסא דינקותא, וכמו שבהויות דאביי ורבא האדם היה בכיתה ה', בכיתה ו', בכיתה ז', בכיתה ח', בישיבה קטנה, בישיבה גדולה, ולאט לאט נבנה אצלו מהלך הדברים. אפילו אם הוא לא זוכר כל מה שהוא למד בכיתה ה' - אם הוא חזר אשריו וטוב לו, אבל גם אם הוא לא חזר - אבל הוא נבנה אצלו לאט לאט ההכרה של צורת הדברים. בהדרגה נבנה, נבנה, נבנה, כיון שעל דרך כלל אנחנו מתחילים ממקום של גירסא דינקותא של ידיעות כלליות, אז צריך להרגיל את הנפש לקנות צורת מהלך עיוני בחלקי העבודה, שהקנין שבדבר נעשה בעוד פעם, ועוד פעם, ועוד פעם, ועוד פעם, ועוד פעם.

המשך בס"ד בשבוע הבא [דע את מידותיך הדרכה מעשית הקדמה כללית 001 יסוד הדברים]

ואתה כבר מוכן "לצאת לדרך" להשיג את מה שחסר לך.

ברור שאתה לא יכול לשקוע בהרגשות האלו של ריקנות, לא מדי עמוק ולא למדי הרבה זמן. אבל כשתרשה לעצמך לחוות את התחושות הפנימיות שלך של ריקנות בצורה בריאה, זה יעזור לך לזכור שכל העולם הזה הוא הבל הבלים, וכל המשמעות והתוכן הם רק כשהעניינים האלו מקרבים אותנו לד'.

יעקב: אני רואה שיש לי הרבה מה ללמוד על ארבעת היסודות האלו. אבל את זה אני כבר יכול לראות, כמו שהסברת - שארבעת היסודות יכולים לחבר ולקשר את כל החיים שלי לרצון שלי להתקרב אל ד'. מי היה חושב שהאזנה לקוי נייעס היא באמת בריחה מתחושת הריקנות שנובעת מחוסר תחושת קירבה לד'!?

צבי: כדי ללמוד את הנושא כמו שצריך, נראה לי שעלינו לגשת אליו שלב אחר שלב. בוא ננסה להתחיל ולקחת כל אחד מהיסודות בנפרד ולהתחיל להכיר אותם אחד אחד. לאט לאט נרחיב את המבט שלנו על כוחותינו, ונבא להכיר את היסודות הפנימיים שבנו ביותר ויותר בהירות.

יעקב: נפלא! אני כבר מחכה לשבוע הבא..

קוראים נכבדים!

בקרו ב
יופיעו
עוד
מדורים
נפלאים.

אנא עקבו
אחרי
התפתחויות
העלוך!