

בלבבי משכן אבנה

עיקר התשובה - ניתוק מהתענוג שבחטא

יום של נשמה ללא גוף

"כי ביום הזה יכפר עליכם לטהר אתכם" (ויקרא טז, ל). יום הכיפורים הוא זמן הטהרה ובו הקב"ה מטהר את ישראל, כדברי רבי עקיבא הנודעים בשלהי מסכת יומא: "אשריכם ישראל לפני מי אתם מטהרים ומי מטהר אתכם", והמשל לכך - "מה המקוה מטהר את הטמאים, אף הקב"ה מטהר את ישראל".

נתבונן מעט במשל.

ידוע בספה"ק שיש ענין לטבול במים קרים. 'מים קרים' בגימטריא 'מת', לכן יש ענין לטבול במים קרים, כי אז האדם חשוב כמת.

מה התכלית שיהא חשוב כמת? הרי ח"ו אם יהיה כמת - "במתים חופשי", יהא פטור מכל המצוות. ברור שאדם הנכנס ליום כיפור אינו חפץ למות ח"ו, הוא רוצה שיהיו לו חיים. מהו, אפוא, הענין להיות כמת?

ודאי שיש בענין כמה וכמה אופנים, ונעמוד על נקודה אחת בעז"ה.

מהו מוות? האם כאשר האדם מת הוא יותר לא קיים? ודאי שלא. אנחנו מורכבים מנשמה וגוף. כאשר האדם מת, הנשמה נפרדת מן הגוף, הגוף מגיע לקבר ישראל והנשמה עולה למעלה. אם כן, מוות עניינו - היפרדות הנשמה מן הגוף.

כשנתבונן נראה, שבעצם זהו כל המהלך של היום הקדוש - יום כיפור. נצטוינו להתענות, "ועניתם את נפשותיכם", חמשה עינויים שעל ידם מדמה האדם את עצמו למלאך, לנשמה בלי גוף.

שכן, העינוי הוא עינוי לגוף, לא עינוי לנשמה. אדרבה, כמו שמבואר בדברי הארז"ל, ביום זה הנשמה מקבלת חיות רוחנית ממקור עליון יותר. בכל יום ויום אדם צריך אכילה ושתייה גשמיים, משא"כ ביום הכיפורים האכילה והשתייה הן ממקור עליון, רוחני.

הרי לנו, שה"ועניתם את נפשותיכם" אין הכוונה עינוי לנשמה. להיפך, הנשמה מקבלת תוספת מזון. העינוי הוא עינוי לגוף.

ביום הכיפורים מדמים אנו את עצמנו למלאכי ה' שאינם בעלי גוף קרוץ מחומר. כך גם אנו בעומק נעשים כביכול בני אדם בעלי נשמה בלבד, ללא גוף. אנחנו פועלים רק לצורך קיום הנשמה, בלי פעולה לצורך קיום הגוף.

ובאמת מובא על הארז"ל שנהג להישאר ער כל הלילה בליל יום כיפור. ודאי שפשוטו של דבר בכדי שלא ייטמא, כמו שמצינו חשש כזה אצל כהן גדול, אבל בעומק זוהי הפקעה מגדר בן אדם. בן אדם אוכל, שותה, ישן. ואמנם לא נצטוינו שלא לישון, אבל השלמת הפקעת שם האדם היא ע"י הימנעות גם משינה. כאשר אדם אינו ישן הוא דומה ממש למלאך, לנשמה בלי גוף.

כל מהות היום היא, אפוא, התדמות לנשמה בלי גוף. מעמידים כביכול את הגוף בנפרד

(המשך בעמוד ב')

נושאים בפרשה (ר"א שערים)

וילך | ג-ח

מקץ שבע שנים בחג הסוכות. חג, ח-ג. הנה ההקף הגמור של הבריאה הוא בבחינת חג, היקף כמ"ש רש"ר הירש (שמות, ה, א), וז"ל, הוראת היסוד של חג וחוג, היא ליצור או להסתובב במעגל, כמו בפסוק (תהילים, קז, כז) יחוגו וינעו כשיכור, ומ' כאן חוג, מחוגה. וחג מגדירים לפי"ז כיום החוזר לתקופת השנה בתום מעגלה וכו', אי לכך נראה יותר, כי חג שמו על שום המעגל אותו יוצרים החוגגים מסביב למרכז אלוהי משותף המכנס את כולם סביבו, וחגג יהיה פירושו, להתכנס במעגל מסביב לה' ולתור-רתו אותה קבע לנו כמרכז.

וז"ש (בראשית, ב, יג) ושם הנהר השני גיחון, הוא הסובב את כל ארץ כוש. גיחון, גח-יון, ולכך דייקא הוא הסובב. אולם צורה זו יש בה שורש של קלקול כמ"ש רש"י שם, גיחון, שהיה הולך והומה, והמייתו גדולה מאד, כמו (שמות, כא, כח) כי יגח, שנגח והולך והומה. ומכח המיה זו נתחדש כל קלקולו של נחש, בבחינת הרשעים סביב יתהלכון (תהילים יב ב), חג דקלקול, כמ"ש בעגל (לשון עיגול - חג) חג לה' מחר (כי תשא לב ה).

ולכך כאשר נתקלל נחש נאמר לו (ברא' שית ג' יד) על גחנך תלך, גחנך, חג-נך. וכן פגם זה אצל אדה"ר וחווה, שכתוב בהם (שם, שם, ז) ויעשו להם חגרת, חג-רת. כי החגור סובב ומקיף את האדם, והוא תולדת הרשעים סביב יתהלכון, כנ"ל.

(המשך בעמוד ב')

(המשך מעמוד א')

וזהו בחינת גבח, כמ"ש רש"ר הירש (תזריע יג מא). גבח, גבחת, קרחת בחלק הראש שליך המצח. גבח קרוב כנראה לגבה, גבע, בעקבות הגבחת הרי גובה המצח ומגיע עד לקדקד. והיינו שהגלגלת צורת עיגול, בחינת חג כנ"ל. אולם השערות מסתירות זאת. אולם כאשר נעשה גבח ניכר הגלגלת היטב. ונגלה בחינת חג שבגלגלת. וזהו גבח, גח-ב. וכן גח-לים בבחינת גחלים אתה חותה על ראשו, גחל גח-ל.

ויתר על כן, האדם נחלק לג' חלקים ר"ת ג"ח, ג' חלקים. (וכן גמילות חסדים), והוא ראש - גוף - רגלים. ראש, גלגלת עגול, כנ"ל. גוף, סביבותיו ידים שיוצרים בהיקפם צורה עגולה. ורגלים המוליכות את האדם ממקום למקום. ומצד התיקון גאולה, גאל, גל - א, ומצד הק-לקול גלה, גל - ה. והם מגלגלים את האדם ממקום למקום. וכל המועדים מחד נקראים חג, לשון עיגול כנ"ל, ומאיך נקראים רגלים, שהם בחינת גלגול כנ"ל. וזהו בחינת גחלת, גח-לת. שכיון שהיא חמה ואי אפשר לאחוז בה, לכך מגלגלין אותה ממקום למקום.

והנה מלכות דוד היה לה כמה התנגדויות לה-משכת ואחד מהם הוא אדניה בן חגית. חג-ית. כי מלכות דוד הוא ההקף השלם מן אדה"ר (שבעים שנותיו הניתן לדוד) עד משיח. ובנה של חגית מפריע להיקף זה. (וכן הוא בחינת גיחזי שאחז בהוד יפה של אשה, דדה, שהוא צורת עיגול. גיחזי חג-ז. וכן הוא בחינת חגלה שנצטווה לא להעביר נחלה לשבט אחר, גל-גול דקלקול).

ושלמות מדרגת דוד הוא בחינת חגב, כמ"ש בזהר חדש (ע"ה ע"ב), ויסתבל החגב, אתן הסבל על שכמו של בית דוד, (עין קהלת יעקב ערך חג), וזהו חגב, חג-ב.

שרשי התיבות המרכיבות מאמר זה: גחון, חג, גבח, גחזי, גחלים, גחר, גיחון, גלח, חגב, חגור, חגי, חרגל, חגית, חגלה, חוג, נגח, חגו. ■ המשך

בע"ה בשבוע הבא - נכתב על ידי הרב שליט"א במיוחד לעלון זה

(המשך מעמוד א')

ואת הנשמה בנפרד, חיים כמו נשמה לבד.

בכל יום-טוב יש דין אכילה. על אף שיו"כ בודאי יש לו דין של יו"ט, אבל אין בו אכילה, כי זהו יו"ט של הנשמה, לא יו"ט של הגוף. זהו היום היחיד בשנה שבצמם חיים אנו בנשמה בלי גוף. שאר כל הימים יש לנו מצוות גם בגוף עצמו.

זהו גם היום היחיד בשנה שבו מתנהגים אנו כמו מתים. נוהגים הרי ללבוש בגדי לבן, ומובא שיש לכך שני טעמים: הטעם הפנימי יותר הוא להידמות למלאכי מעלה, והטעם החיצוני - להזכיר את יום המוות, כדרך מת הלבוש בתכריכים.

בעומק אלו לא שני טעמים, אלא אותו טעם: מת נשאר רק עם נשמה בלי גוף, כמלאכי השרת.

נדגיש: אל לנו להביט על ענין זה של המוות במובן של פחד. על אף שבודאי יש גם כזו סוג עבודה, אבל נקודת היום אינה הפחד. להיפך, ראש השנה, יום הדין, הוא יותר זמן של פחד. יום כיפור הוא יום שהאדם מעמיד את עצמו כנשמה בלי גוף, כעין מלאכי מעלה.

הטהרה - ביו"כ דוקא!

ההגדרה ברורה מאוד, ועתה נתבונן מהי עבודתנו המעשית בענין.

כמו שהזכרנו, ראוי לאדם שיטבול במים קרים, שהם בגימטריא מת. בפשוטו מבינים, שכשם שכלי חרס שבירתו זוהי טהרתו - כך כאשר האדם נכנס למים קרים הוא בבחינת מת ואז הוא נטהר.

אבל בעומק, המיתה שהאדם צריך לקבל בטבילה, היא שיגיע למצב של נשמה בלי גוף. "מה מקוה מטהר את הטמאים אף הקב"ה מטהר את ישראל", הקב"ה מטהר את ישראל ביום הכיפורים כאשר הם נמצאים במצב של נשמה בלי גוף.

הטהרה אינה בראש השנה, לא בסוכות, לא בפסח ולא בשאר ימים טובים. הטהרה היא רק ביום כיפור, בשעה שאדם נמצא במצב של נשמה בלי גוף.

מיו"כ נלמד איך להיטהר כל השנה

בגמרא (יומא פו ע"א) הובאו ארבעת חילוקי הכפרה הנודעים: "עבר על עשה ושב - אינו זז משם עד שמוחלין לו. עבר על לא תעשה ועשה תשובה - תשובה תולה, ויום הכפורים מכפר. עבר על כריתות ומיתות בית דין ועשה תשובה - תשובה ויום הכפורים תולין, ויסורין ממרקין וכו'".

שואל הרבי מקומרנא, אדם חטא ביי"א תשרי, כעת עליו לשאת על עצמו את עוון הלאו כל השנה כולה עד י' בתשרי שנה הבאה? הרי זה משא כבד!

ותירץ, שודאי סגולת יום הכיפורים שהוא מכפר, אבל באפשרותו של האדם בכל יום לעשות לעצמו מעין 'יום כיפור'. הכיצד?

אם נלמד ונבין את מהות היום, נוכל גם במשך השנה להשתמש עם אותה נקודה.

כי הנה יש המביטים על יום כיפור כעל תאריך בלוח. ברגע שיצאו ג' כוכבים נגמר יו"כ, זהו, כעת כבר הראש עסוק בהכנת הסוכה [ואולי כבר קודם לכן...]. מה יצא לאדם מהיום הקדוש? בודאי - האוירה, המנגינות והרגשת הרוממות, אי אפשר לזלזל בכל אלו - אך לא לשם כך נתן לנו הקב"ה את היום. יום כיפור נועד בכדי שנדע איך כל השנה להשתמש עם אותו כח.

כדי לענות על שאלה זו עלינו להתבונן ולהבין את הנקודה הפנימית של היום הקדוש.

התנתקות מוחלטת מהטומאה

נאמר בפסוק: "וזרקתי עליכם מים טהורים" (יחזקאל לו, כה), הקב"ה מזה עלינו מים ועל ידם הננו נטהרים.

בחיצוניות ישנה כאן הזאה, כעין דין הזאת מי אפר פרה אדומה על טמא-מת, אבל מהו העומק הפנימי של הטהרה?

הרי בכדי שיימחלו עוונותיו של אדם, ישנם שלושה תנאים ברורים וידועים: חרטה, וידוי וקבלה לעתיד, ולכאורה פשוט מדוע צריך את שלושתם: חרטה – אם אדם לא מתחרט מדוע שיימחלו לו. הוידוי – פחות מובן. קבלה לעתיד – שלא יחזור לסורו.

אבל מונחת בזה נקודה הרבה יותר עמוקה.

נלמד מהגאולה הראשונה של בני ישראל, גאולת מצרים, ומשם נבין מהי הצורה להתנתק מכל טומאה.

הרי העוונות הם הטומאה. הטומאה הראשונה שבני ישראל היו בקרבה היא טומאת מצרים. כשהגיע זמנם להיגאל הם התנתקו מן הטומאה ואז היו ראויים לעמוד במעמד הר סיני לקבל את התורה. שם היה הנקיון הראשון של כנסת ישראל ממ"ט שערי טומאה.

והנה לפני קריעת ים סוף מבטיח הקב"ה לישראל: "כי אשר ראיתם את מצרים היום לא תוסיפו לראותם עוד עד עולם" (שמות יד, יג). זוהי הבטחה מפורשת. מה העומק הטמון בה?

בפשטות – שיהיו רגועים, שלא יפחדו. הרי תמיד קיים עדיין הפחד שהנה מצרים רודף אחריהם, והקב"ה מבטיחם: אל תיראו, יותר לא תראו אותם עד עולם.

בודאי שזה נכון, אבל הנקודה הפנימית הטמונה כאן היא: היציאה מהטומאה היא ההתנתקות המוחלטת בנפש האדם מהטומאה. שוב הוא איננו מחובר לשם. בידיעתם שלא יוסיפו לראות את מצרים עוד עד עולם – בזה התנתקו מהם בשלימות.

וידוי ללא חרטה – נפילה!

הרב דסלר זצ"ל כתב, שביו"כ אדם יכול להתוודות, והוא רק נופל במקום לעלות.

איך? הרי הוא מקיים מצות עשה דאורייתא של וידוי דברים?

תשובה לדבר: בעת שהוא מתוודה הוא מעביר במחשבתו את כל העבירות שעשה, והוא נהנה מהזכרונות... הוא לא מתנתק מהעבירות אלא חווה אותן שוב. אדם כזה רח"ל תקנתו היא קללת!

אם אין חרטה אמיתית לפני הוידוי, הוידוי הוא נפילה, לא עליה, כי האדם נזכר בעוונות. לדוגמא: הוא ראה רח"ל מראה לא טוב, כעת הוא משחזר אותו לעצמו כדי לעשות עליו תשובה, ואז הוא נופל

משל למה הדבר דומה, לימדו בן אדם איך לנהוג במכונית. לשם מה לימדוהו? האם בכדי שבשעת הלמידה ידע איך לנהוג ולא יתקע? לא לשם כך הוא בא ללמוד. הוא בא ללמוד כדי שגם כאשר הוא לא יהיה עם מורה הנהיגה – ידע לנהוג. בשעה שהוא נמצא עם מורה הנהיגה, אם הצורך הוא רק שהמכונית תיסע, אפשר שהמורה ינהג... כל מטרתו בהגיעו ללמוד נהיגה היא כדי שיוכל לנהוג גם כאשר המורה אינו לידו.

מהי ההסתכלות שלנו על יום כיפור, מה באים אנו להוציא ממנו?

ההסתכלות הפשוטה: לזכות לכפרת עוונות. "כי ביום הזה יכפר עליכם מכל חטאותיכם לפני ה' תטהרו". זו ההסתכלות הברורה, הפשוטה. אי אפשר לומר שהיא איננה אמיתית, אך לא זו הנקודה הפנימית.

יום כיפור הוא זמן הלמידה. באים אנו ללמוד איך נוכל במשך כל השנה לחיות בלי חטאים.

יבוא האדם ויטען: ביום כיפור ספונים וטמונים בבית הכנסת או בבית המדרש, כמעט ואין אפשרות לעבור עבירות, אבל למחרת ואפילו עוד באותו לילה יוצאים החוצה. איך אפשר כל השנה לחיות בלי עבירות?

אמנם, הגדרת יום כיפור אינה – יום שאין בו מעשה עבירה. יתכן אמנם שמצד התפיסה החיצונית כשאדם נמצא בבית כנסת הוא לא חוטא, אבל לא זו סגולת היום. סגולת היום היא לכפר על החטאים, לטהר את האדם מעוונותיו.

אם כן, הלימוד מיום כיפור הוא לא איך לא לחטוא, אלא איך להיות נקי אפילו אם נפלנו.

בודאי שמראש על האדם להישמר מכל משמר, להתרחק מן האיסור, אבל עלינו לדאוג מראש שאם תהיה נפילה – נדע איך להתרומם ממנה.

משל למה הדבר דומה, אדם אינו עושה ביטוח על הרכב אם תהיה תקלה. הוא פשוט מחליט מראש שלא תהיה!... ובכן, אם הדבר נובע מאמונה בדרגה גבוהה – יפה מאוד, אבל אם לא – הכל טוב ויפה עד שהרכב נתקע. או אז – ישלם כפל כפליים על תיקון הרכב.

בודאי שמראש צריך האדם צריך להשתדל שהשנה הבאה תהיה בלי חטאים בעז"ה, אבל אם ח"ו יפול, איך יתקן עצמו? אל לו להמתין ליו"כ הבא. ישנה דרך הנלמדת מיו"כ איך להיטהר מהחטאים במשך כל השנה.

לכן, ההכנה ליו"כ בעומק אינה הכנה ליום זה בלבד, אלא זו הכנה של לימוד להבין איך אם נפלנו ח"ו יכולים אנו להיטהר.

אלא שעלינו להבין: אם גם במשך כל השנה היינו בבחינת נשמה בלי גוף – תינח, אבל הרי כל השנה אנחנו נשמה עם גוף, ואיך אפשר ללמוד מהיום הקדוש, יום הכיפורים – לשאר ימות השנה?

בשנית.

אם ישנה חרטה לפני כן, והיא אמיתית בנפש – הרי שעצם הזכרון מעורר בו כאב וצער על ההפסד הנורא, לא הנאה. אדם שהפסיד מאה אלף דולר לא ינסה לשחזר לעצמו שוב ושוב את הכאב!... אדם מנסה לשחזר את הזמנים הטובים שהיו לו, אבל את זמני הכאב – כל אדם בריא משתדל לשכוח.

אדם עבר עבירה והיה לו תענוג בה. אם הוא מתחרט באמת, הרי שאותו תענוג בעצם הפך אצלו ליגון. משל למה הדבר דומה, אדם גנב מאה דולר, נתפס, וכעונש על הגניבה ישב שנתיים בבית סוהר. הוא הרוויח מאה דולר, אבל כל פעם שהוא נזכר במאה דולר הללו – צמרמורת עוברת בו. מדוע? כי הוא לא נזכר ברווח של המאה דולר, הוא נזכר בשנתיים הקשות שעברו עליו בכלא.

לכן, אם הוידוי נעשה לפני החרטה – אין בו תועלת, שכן, בעצם מה נשאר מהעבירה? התענוג שבה, ואם כך – כאשר הוא מתוודה, מה עובר במוחו ובלבו? זכרונות טובים רח"ל מהעבירה. ודאי שיש לו איזשהו צער, אבל התענוג והצער מעורבים יחד בנפש. הוא מחד מתוודה ומאידך מתענג תוך כדי וידוי.

לכן, בכדי שהאדם יוכל להתוודות באמת, הוא מוכרח קודם לבנות עמוק בנפשו את החרטה.

מהי החרטה?

כאשר האדם יתבונן שכנגד עולם חולף הוא הפסיד עולם נצחי, והוא מעמיק זאת בנפש – הוא מגיע להכרה שהעבירה היא באמת הפסד ואז כואב לו להיזכר בעבירה. כעת הגיע למדרגה שבאפשרותו להתוודות. אחרת, זוהי בחינת "בפיו ובשפתיו כבדוני ולבו רחוק ממני" (ישעיהו כט, יג). האדם מתוודה והוא עדיין קשור לאותה עבירה.

עומק החרטה – השבת התענוג שבעבירה

נמצינו למדים, אם כן, שעומק החרטה הוא לבטל את התענוג שהיה לו מהעבירה.

אדם עבר עבירה. על מה הוא ישוב בתשובה? בפשטות – על המעשה שעשה. ודאי שזו אמת, אבל זהו החלק התחתון של התשובה. מהו החלק הפנימי של התשובה?

בעולם הזה אי אפשר לקחת דברים בחינם. אדם שגזל צריך להחזיר את הגזילה. אם אדם קיבל תענוג – הוא מוכרח להחזירו!

איך אפשר להחזיר את התענוג? עליו להגיע לרמת צער באותה מדרגה של התענוג, זה לעומת זה, ואז התענוג נעקר מנפשו. אם לא – הוא כביכול גזל תענוג מהבורא עולם. כמו שמצינו בגמ' (ברכות לה ע"ב), ש"כל הנהנה מן העולם הזה בלא ברכה כאילו גזל לקדוש ברוך הוא", ק"ו אם עבר עבירה, הרי שכביכול גזל את התענוג שבדבר ועליו לתקן את מעשהו.

ראשית – "והשיב את הגזילה אשר גזל". הרי בענייני ממונ בין אדם לחבירו, ברור שלא יעזרו לא חרטה, לא וידוי ולא קבלה לעתיד, אם לא קיים את דין והשיב את הגזילה, וכך הוא גם בנקודה הפנימית של העבירות. אם אדם לקח תענוג מסוים – כגודל התענוג כך גודל הצער שעליו להצטער בחרטה.

זהו סוד הגיהנם. גיהנם הוא מקום של סבל וצער. למה? הרי הקב"ה אוהב אותנו, ולמה לצער אנשים? שיעשו חרטה, וידוי וקבלה לעתיד, והקב"ה פושט יד לשבים, לשם מה צריך גיהנם?

תשובה לדבר: אדם קיבל תענוג כאן בעולם הזה והוא לא הצטער עליו. הוא נשאר עם התענוג וכעת עליו להחזיר את התענוג בחזרה, עליו להצטער לפי רמת התענוג.

שני אנשים עברו עבירה, אחד התענג יותר ואחד פחות – בגיהנם מקומם לא יהיה יחד. מי שהתענג יותר – יהיה לו גיהנם לפי גודל התענוג, ומי שהתענג פחות – הגיהנם שלו יהיה קטן יותר.

אבל אנו הרי לא רוצים להמתין לגיהנם, אנו רוצים כפרה ביום כיפור. איך מגיעים לכפרה? הרי אי אפשר לקצר את הדרך, אדם מוכרח להחזיר את התענוג שבו בחזרה לבורא עולם! הדרך היא ע"י ייסורים הממרקים את גוף האדם. העבירה היתה התענוג, והייסורים הם היפך לקיחת התענוג.

ביום כיפור ישנה מצות עשה דאורייתא לענות את הנפש – "תענו את נפשותיכם". מדוע? וכי הקב"ה רוצה שנסבול? לא. אלא שקיבלנו תענוג מן החטא, וביום אחד בשנה גזר עלינו הקב"ה דין של עינוי, כדי להקזי מתוכנו את כל התענוג האסור שקיבלנו במשך כל השנה, וכך ניטהר.

יום של ניתוק מתענוגות הגוף

עתה נבין מהי בחינת המיתה של יום כיפור, עליה דיברנו בתחילה.

אם נבוא לאדם רגע לפני שהוא מת ונציע לו אולי הוא רוצה גלידה או הנאה אחרת כלשהי – האדם הממוצע, גם אם מעודו אהב גלידות, אבל כעת שיודע שהוא שוכב על ערש דוי – עד כאן, הוא כבר מרגיש את ההבל.

זהו מת – אדם שכבר התנתק מכל תענוגות העולם, הוא מבין שאין בהם ממש, הבל הבלים.

הגר"א ז"ל היה אומר, שהצער הגדול שיש לאדם בשעת מיתתו, כשהוא יוצא מן הקבר ומלווים אותו לבית דין של מעלה – הוא שרואה מה יכל להשיג כאן ומה הפסיד. הוא רואה שאת כח התענוג הוא קיבל ממקומות אחרים, ואת התענוג האמיתי הפסיד.

מת הוא, אם כן, אדם שאין לו חיות, אין לו תענוג, כמו שאמר חז"ל: "אין בשר המת מרגיש" (שבת יג ע"ב).

ממילא, כאשר רוצה אדם להכין את עצמו כראוי ליום כיפור להיות בבחינת מת, עליו להחזיר את כל התענוגות שקיבל כל השנה,

בעיקר התענוגות של איסור. אם הוא יותר בעל מדרגה – יקיים בעצמו את דברי חז"ל: "קדש עצמך במותר לך". אבל ראשית עליו להתחיל בנקודה הראשונה – להחזיר את ההנאה שקיבל מהעבירות. אם דיבר לשון הרע ונהנה, אם אכל מאכל שידע שהכשרו אינו מהודר – יחזיר את אותו תענוג.

אם אדם הוא בר דעת, הוא בונה מהלך של חיים לאורך כל השנה של החזרת תענוגות.

"אשרי הגבר אשר תייסרנו י-ה ומתורתך תלמדנו" (תהלים צד, יב). מה הכוונה "ומתורתך תלמדנו"? הוא יושב והוגה בתורה ומצטער. קשה לו, הוא עייף וכו', אבל הוא מכיר שהביטול של התענוג מזכך ממנו את התענוגות שקיבל ממקומות אסורים, הוא מחזיר את התענוג בחזרה לקב"ה.

יום כיפור הוא יום שבו האדם לא מקבל שום תענוג מן הגוף. כל התענוג שיש ביו"כ – למי שיש – הוא רק תענוג מהנשמה הקדושה. אין תענוגות של גוף ביו"כ. הדבר היחיד שנוהגים זה להריח בשמים וכדומה, וכידוע הריח הוא חוש של הנשמה, לא של הגוף. אין תענוגות של גוף ביו"כ.

המהות של היום היא להתנתק ראשית כל מתענוגות הגוף. אלא שעדיין נשאר לתקן את כל מה שעברנו במשך כל השנה, ועל זה באה מצות התורה של תשובה – חרטה, וידוי וקבלה לעתיד. החרטה היא העקירה בנפש שהאדם מצטער על התענוג שקיבל. כשהוא מצטער על התענוג שקיבל הוא עוקר את התענוג מקרבו.

גודל החרטה – כגודל התענוג

עתה נבין כיצד יתכן שעוברים על אנשים הרבה ימי כיפור, הם מביעים חרטה, מתוודים ומוציאים בפייהם קבלות לעתיד – ואעפ"כ חשים שתשובתם אינה עומדת במבחן המציאות.

מדוע באמת זה כך? לאדם נראה שחרטה עניינה נקיפות מצפון על העבירות. בודאי שגם זה סוג של חרטה, אבל עליו להגיע למצב שגודל החרטה שלו יהיה כגודל התענוג שחש בעת עשיית העבירות.

ידוע מה שאמר רבי נחמן מברסלב: לחסידים שלי הצלחתי כבר לכל הפחות להוציא את התענוג שבעבירות. אפילו אם יעברו עבירות – אבל תענוג לא יהיה להם.

אבל באמת בעומק, כמו שחז"ל אומרים, משחרב הבית ניטל הטעם מהעבירות. לאט לאט גם בעבירות אין לבני אדם טעם. ולמה? כי הקב"ה מרחם עלינו שנוכל לחזור בתשובה בקלות. אם היה לנו הרבה טעם בעבירות רח"ל, אף פעם לא היינו גומרים את התיקונים עליהם. לכן הקב"ה, ברוב רחמיו, מראש לא נותן לו הרבה תענוג בכדי שנוכל להתנקות בקלות.

אם כן, הנקודה הפנימית של תשובה היא ראשית כל להבין שהבעיה בעבירה אינה רק עצם המעשה, אלא כלשון חז"ל "קשורה

בו ככלב" (סוטה ג ע"ב). מדוע היא קשורה בו? כי הוא התחבר אליה בתענוג נפשו, ועליו לעוקרה מכח החרטה. לאחר מכן הוידוי יהיה אמיתי, כי גם כאשר יזכור האדם את העבירות הוא לא יתענג בהן רח"ל אלא יצטער באמת.

או אז, גם הקבלה לעתיד תהיה קבלה אמיתית, אבל בלאו הכי דומה הוא לאדם שיקבל על עצמו להתנתק מרגלו. איך יתנתק? האם באמת הוא מתכוון ללכת לרופא לחתוך אותה? רח"ל אסור לעשות זאת.

באדם יש כח של רע, הוא מחובר אליו, הוא חלק ממנו, והוא מקבל קבלה לעתיד שיותר לא יעשה זאת. אך הוא קשור בו ככלב ואיך יתנתק ממנו?! אי אפשר לעשות קבלה לעתיד אם אדם לא ניתק את תענוג העבירה מקרבו. רק כאשר ניתק עצמו ממנה – קל יהיה לו יותר לשמור על הקבלה לעתיד שקיבל עליו.

משל למה הדבר דומה, אדם הנמצא במקום של נסיון, מה עצה? אל תהיה שם! כמו שמצינו ביוסף הצדיק שנאמר עליו: "וינס".

אם לאדם יש רח"ל חיבור בנפש לרע, היינו לתענוג שקיבל מהעבירות – או שיברח מן הרע או שיברח את הרע מקרבו.

עומק ההבדל בין צדיק לרשע טמון בנקודה זו. יכול להיות שהצדיק עבר הרבה עבירות, אבל הוא עשה תשובה וכעת הוא צדיק כי הוא התנתק נפשית מן התענוג שהיה לו ובאמת אינו רוצה שוב להתחבר לשם. משא"כ הרשע – יש לו זכרונות טובים מהעבר...

זריקת המים הטהורים – הוצאת התענוג

זוהי מהות טהרת היום של "זורקתי עליכם מים טהורים", והדברים יובהרו יותר על ידי התבוננות במשל גשמי:

אדם עובד בתיקון מכוונת כביסה. הוא הסתובב יום שלם, שכב על הריצפה, הזיע כולו. בסוף היום הוא חוזר הביתה, לוקח סבון ומשפשף את עצמו. כל הלכלוך והזיעה יורדים.

זריקת המים בעצם נועדה להוציא מהאדם את הרוע, את הטומאה.

ולכאורה, הרי אדם כבר עבר את העבירה, עשה את המעשה האסור רח"ל, והמעשה כבר חלף עבר מן העולם, מה כבר אפשר להוציא ממנו?

אפשר להוציא ממנו את התענוג שהיה לו במעשה! כמו שבמשל הגשמי ע"י הרחיצה אדם מוציא מעצמו את הלכלוך, הזעה, הטיט והרפש שנדבקו בו במשך היום – כך בנפש, זריקת המים הטהורים עניינה הוצאת התענוג ממנו.

הרי לימדונו חז"ל (ילקוט"ש משלי רמז תתקסא): "אדם שיש בו עבירות ומתוודה ואינו חוזר למה הוא דומה, לאדם שטובל ושרץ בידו, שאפילו טובל בכל מימות שבעולם לא עלתה בידו טבילה". אדם יכול להיכנס בערב יו"כ למקוה ולטבול ש"י טבילות, ואפילו אחת מהן לא עלתה לו. למה? כי את התענוג הוא לא הוציא מקרבו!

ובאמונה, וביום כיפור באים אנו להיטהר מהחיים השקריים.

מה הם החיים השקריים?

אין הכוונה רק למעשים. בודאי שהגלד החיצוני הם המעשים וזה הדבר הראשון שאדם צריך לתקן, אבל אפילו אדם שזכה לשבת בבית המדרש וללמוד, והוא גם משתדל לקיים – עדיין יכול להיות ש"לבם רחק ממני" רח"ל.

מה הכוונה "לבם רחוק ממני"?

אם היו באים ושואלים אדם את השאלה ששאל הקב"ה את שלמה המלך: מה אתה רוצה, חכמה או עושר? הוא אפילו לא היה צריך יותר מכדי דיבור בכדי לענות: אם יהיה לי הרבה כסף אני כבר אזכה ללמוד... אעשה הסכם יששכר וזבולון, אשיג את הכל...

אבל לאמיתו של דבר הכל שקר!

ידוע שהגביר [לשעבר] רייכמן, בא פעם למרן הגרא"מ שך זצ"ל ושאל אותו למי יהיה עולם הבא יותר גדול – לרב שך או לו. טענתו היתה: כבודו מחזיק את הדור בהנהגה ואני בכסף. כל הישיבות, לפחות רובן, כידוע עמדו בשעתו עליו. אם כן, שאל הגביר, למי יהיה עולם הבא יותר גדול?

חי"ך מרן זצ"ל ואמר: בעולם הבא אינני יודע מה יהיה, לא הייתי שם, אבל כאן – לי יש עולם הזה ולך אין. למה? כי "מרבה נכסים מרבה דאגה", אבל אדם שזכה לשבת וללמוד באמת – הוא זה שמתענג!

החיים הם תענוג אמיתי שהקב"ה נותן לנו, אבל כמשל לכוס שאם היא מלאה כבר בסודה אי אפשר להכניס לשם מים, כלי ריקן מחזיק, כלי מלא לא מחזיק – כך להבדיל, אם התענוגות הנמצאות בלב הם תענוגות שליליים, ח"ו תענוגות מעבירות, אי אפשר להיכנס שם תענוג אמיתי של רוחניות, של תורה.

אדם זוכה לתורה אם הוא מקיא את החלב שינק משדי אמו, כמו שאומרים חז"ל (ילקו"ש משלי רמז תתקסד). הוא מקיא את התענוג הגשמי שהיה לו ובמקומו מכניס תענוג רוחני, וזוהי עבודת יום כיפור – להקיא את כל התענוגות, הן רח"ל של העבירות והן של דברי ההיתר שהם החומריות של העולם הזה.

לדעת עם מה רוצים לצאת מיו"כ

אם האדם רוצה לדעת במוצאי יו"כ האם באמת נטהר או לא, יבדוק בעצמו: אם הוא מרגיש פחות משיכה לתענוגות העולם – ידע שהוא נטהר, ואם לאו – הריהו כאדם שנפל למקוה בלי כוונה. הדברים ברורים וחדים מאוד. לפני יו"כ עלינו להבין להיכן אנחנו נכנסים ואיך עלינו לצאת.

כמו אדם הנכנס לסופרמרקט לקניות. הוא נכנס מצד אחד עם עגלה ריקה ורוצה לצאת עם עגלה מלאה – כך, אדם נכנס ליו"כ ורוצה לצאת מהיום הקדוש עם קנין כלשהו. איך באמת ידע האדם

לכן הורנו חז"ל להיכנס למים קרים. אבל לא די בכך. צריך שהתפיסה בנפש תהיה של מת. מת הוא אדם שהתיימש מתענוגות העולם כי הוא יודע שיותר לא יחזור אליהן.

אם האדם התיימש מכל התענוגות שידע מהן, הוא יותר לא מעוניין בהן וידוע לו בוודאות ששוב לא יתענג מהן – זוהי עבודת מת דקדושה, בבחינת "ממית עצמו באוהלה של תורה".

אדם יכול לשבת בבית המדרש כל היום ובאמת הוא חי בחוץ, כי כל רצונו להתענג מדברים שבחוץ. "ממית עצמו באוהלה של תורה" הכוונה שהוא ממית את רצונות התענוג שלו מדברים חיצוניים. זו התורה שמטהרת אותו, זהו המקוה שמטהר את האדם כאשר הוא מבטל מעצמו את תענוגות העולם הזה.

עקירת התשוקה הפנימית לרע

כשמבינים את הדברים הללו, נבין הרבה יותר טוב איך יכול אדם לקבוע לעצמו יום כיפור כל השנה. הרי בלוח שנה יו"כ מופיע פעם אחת בשנה בלבד, ואיך יעשה האדם יום כיפור כל השנה כולה?

אדם רח"ל נכשל. מה עליו לעשות? ראשית עליו להבין שהוא מחובר בנפשו לתענוג של מעשה העבירה, ועבודתו לעקור מקרבו את התשוקה לרע.

"על משכבי בלילות בקשתי את שאהבה נפשי" (שה"ש ג, א). לפעמים בן אדם ביום לא יודע מה באמת הוא רוצה, אבל בלילה מתחיל להתגלות אצלו בדיוק מה הוא אוהב...

ידוע המעשה עם החפץ חיים שחלם פעם שזכה פיס ונעשה עשיר. למחרת עשה תענית חלום. שאלוהו מה קרה, אז חלמת, הרי לא כתוב בגמרא שצריך להתענות על חלום מעין זה? והחפץ חיים הסביר: ממה נפשך, אם החלום נכון – גדול נסיון העושר, ואם לא – איך הגעתי לחלום על דבר כזה? זו בעיה! הוא לא חלם שיגמור את החודש ולא יהיו לו דקדוקי עניות, הוא חלם שיהיה עשיר, כלומר שבנפשו הוא עדיין לא היה מנותק לגמרי מהרצונות הללו.

אדם יכול לחיות בשניים וחצי חדרים, אבל בעצם הוא חי בארמון מלכים. זה הרצון שלו. יכול להיות שהוא יושב בבית מדרש, אבל במוחו הוא בשווייץ, ברצונותיו הוא מרחף בכל רחבי העולם. יכול אדם לשבת בשולחן שבת ולהטיף מוסר לבני ביתו, אבל בלבו הוא חושב רק שאשתו תביא כבר את המנה הבאה...

כלומר, אדם מרגיש דבר אחד ומדבר וחושב דבר שני. הוא חי חיים שבחיצוניות נראים כליל תפארת, אבל אם נבוא לבדוק את לבו מה הוא רוצה – נגלה שהוא בבחינת טובל ושרץ בידו שטבילה לא עלתה לו. אם כן הוא לא יכול לטהר את עצמו ביום כיפור.

התענוג הגשמי – על חשבון התענוג הרוחני

הדברים מאוד ברורים. אנחנו חיים בעולם שהנקודה הפנימית של החיים היא חיות, תענוג. בראש השנה בקשנו על החיים האמיתיים, שנזכה לחיים של תענוג בעבודת ה', בתורה, בתפילה, במצוות

מה יצא לו מיום כיפור?

אם באמת אדם חי חיים לא ברורים, וביו"כ הוא מבקש דברים לא ברורים, הרי שבסוף היום לא ברור לו מה יצא.

על האדם להכיר לפני יו"כ באמת מה הם רצונותיו. לא לשקר אף אחד, אלא בינו לבין קונו לדעת את האמת, ולנסות להעמיק בדעתו את הניתוק מתענוגות החומר. כמובן שהשתדלותו לא תספיק והוא זקוק שהשי"ת יעזור לו. לכן במשך יום שלם הוא צועק ומתחנן לפני הבורא יתברך שיטהר את לבו.

אמנם, ישנו שלב קודם. בכדי שהלב יוכל להיות טהור צריך קודם להוציא משם את הרע.

הלוחות השניות ניתנו ביו"כ מחמת הטהרה שישנה ביום זה. אם לא היתה טהרה אי אפשר היה לקבל את הלוחות.

הדבר הראשון שאדם צריך לבקש ביו"כ [וכנראה גם הדבר האחרון] הוא, שהקב"ה יטהר לו את הלב, כלומר את התענוגות השליליות או האסורות לגמרי שהיו בלבו, שהשי"ת יוציאן מתוכו. לאחר מכן "וזרקתי עליכם מים טהורים", יערה עליו הקב"ה רוח טהרה ממרומים, שהתענוג יבוא מן החיים האמיתיים הפנימיים.

כמובן שזו כבר מדרגה, אבל להתחיל לעלות בסולם, שלב אחרי שלב.

רצון אמיתי לחיות חיים רוחניים

איך באמת מתנתק האדם מן הרע? הרי האדם יכול לרצות להתנתק, הוא יודע ומכיר את הרע, ואעפ"כ הוא ככלב שב על קיאו. מה העצה בזה?

היה מעשה אצל הבבא סאלי שאחד הרבנים בא לבקר אצלו, וידוע שהבבא סאלי היה נוהג לערוך סעודות לכבוד אנשים, ואותו תלמיד חכם אמר בענווה ובהצטנעות שיש לו קבלה לא לאכול מחוץ לבית. הוא לא רצה לאכול אצל הבבא סאלי.

הבבא סאלי אמר לו, שבבית שלו ישנה שמירה מן השמים שלא יכנסו מאכלות אסורות. אין חשש.

איך הוא זכה לשמירה הזו? ודאי, היה צדיק, היה קדוש, אלו הגדרות כלליות, אבל כתוב בספה"ק איך אפשר לזכות לזה. אם אדם מחליט בלבו החלטה אמיתית שאם ח"ו נכנס אוכל לא כשר לפיו הוא מעדיף למות במקום להיכשל – תהיה לו שמירה.

זו היתה העצה של הבבא סאלי. הוא לא שם שומרים בפתח. היתה זו שמירה פנימית. כשאדם מוכן למסור נפשו על התורה הקדושה ועל קיומה, הוא מקדש עצמו מעט, כלומר את כל מה שיש לו, שאלו החיים עצמם – ואז מקדשים אותו מלמעלה הרבה, הוא מקבל שמירה מיוחדת.

נלמד רק את הנקודה. אם אדם באמת רוצה להתנתק מן העולם, אין דרך אחרת אלא כמו שאומרים חז"ל: "אין דברי תורה

מתקיימין אלא במי שממית עצמו עליהן שנאמר זאת התורה אדם כי ימות באהל" (ילקו"ש רמז תשסב).

השאלה היא האם באמת הוא מוכן למות למען התורה או לא! אם אליהו הנביא היה מתגלה אליו ומציע לו 'עסקה': למות הרגע ולזכות לכל התורה כולה, מה היה אומר? אם לא ירצה – הרי שחייו יותר חשובים לו מהתורה. אם ירצה – התורה חשובה לו יותר מהחיים כי היא עצם החיים.

כאשר האדם מגיע להכרה שאם אין לו חיים רוחניים למה לו חיים – הרי שנכנס לעולם הטהרה הפנימית. אבל אם הוא אומר: תנו לי חיים, תנו לי זמן, אני אנסה להתמודד, אנסה למצוא עצות ורעיונות לזכות ביום הדין – אין עצות ואין רעיונות!

המבחן אחד והוא מאוד ברור: האם האדם מוכן למסור את חייו החומר למען חיי הרוח, או שהוא רוצה לחיות בבחינת "מזה ומזה אל תנח ירך", להנות מכל העולמות...

חיים אנו כיום בעולם שהטשטוש בו רב. פעם היה ברור שיש עולם של תורה ויש עולם של רחוב. הגשמיות היתה גשמיות והרוחניות רוחניות. רק צדיקים שהיתה להם נפש של מלכים היו חיים בעושר. אבל לא מצד העושר הגשמי אלא כמו רבי, שמהם אי אפשר ללמוד למעשה.

היום, כשנכנסים לבית של אדם, לא יודעים אם הוא אברך או בעל-בית, גביר או אביון. הכל נראה בערך אותו דבר... התורה אינה תורה בדיוק, היא מעורבת עם דברים נוספים.

אם אדם רוצה לזכות לחיות בשנה הבאה חיים אמיתיים – עליו להגיע לכלל החלטה בנפש שבאמת הוא רוצה להיות בן תורה, הוא באמת מוכן לחיות חיים רוחניים.

ודאי שהוא צריך לאכול, צריך לשתות וצריך ללבוש בגדים. אבל מה הרצון שלו? מצדו שמישהו ידאג לפרנסתו ולפרנסת ביתו והוא יוכל רק לשבת ולעסוק בתורה בהרחבת הדעת. זוהי שאיפתו הפנימית. אם מישהו יציע לו: אני אדאג לכל הגשמיות ואתה תחיה רק ברוחניות, אתה מוכן? אם כן – מצוין, אם לא – הרי שהוא לא מוכן להתנתק מהגשמיות.

מאוד קל לומר זאת בפה, אבל זו צריכה להיות קבלה פנימית בנפש. ההכנה בעצם ליום כיפור היא לחיות עם נשמה בלי גוף. אך הרי חיים אנו עם גוף?! הכוונה להסכים לחיות כאלה חיים.

ודאי שזו עבודה, וודאי שאי אפשר להגיע לכך בשלימות, אבל זו צריכה להיות השאיפה. עלינו לקרב את הדברים ללבנו, שנבין מהי מטרת החיים, שנבין שהטהרה נובעת מההתנתקות מהתענוג החיצוני, ובמקום שלא נכנס תענוג חיצוני יכול להיכנס תענוג פנימי.

יתן השי"ת ונזכה כולנו לגמר חתימה טובה, שלבנו ישתוקק אך ורק לקוב"ה, לתורתו ולעבודתו.

מהתחלה, נצטרך לחזור למצב הראשון של אותה תמימות שהייתה קיימת בנו רק היא התכסתה ונעלמה, אבל אליבא דאמת היא נמצאת עמוק בתוך קומת האדם.

שבאים להעמיד את הימים הללו, ימים של כפרה ותשובה, הרי כל אחד ואחת מאיתנו מי שמעט יש לו נפש יהודית פתוחה, בוכה לפניו יתברך שמו בימים הללו, מי בוכה בדר"כ יותר, האדם המבוגר או התינוקות, ברור שתינוקות בוכים יותר, כל אחד ואחד מאיתנו חוזר למעין מה שהוא היה תינוק, או תינוקות, ולכן הבכי מתעורר יותר, וטהר ליבנו לעבדך באמת, וזרקתי עליכם מים טהורים וטהרתם, הימים הללו הם ימים של לפני ה' תטהרו, נטהרים ואז חוזרים למקום היותר פשוט של התמים, של התינוק, תמים תהיה עם ה' אלוֹקִיךָ. העבודה היא, להכיר שהתמימות הזו קיימת בתוכנו, ולתת לנפש לבכות באמת מתוך פשיטות ותמימות, לחזור לפחות פעם אחת בשנה למעין תינוק. על זה אמר דוד המלך ע"ה "כגמול עלי אמו" כתינוק שנמצא על אמו, זה המקום האמיתי שבו אנו צריכים להימצא בימים הבאים עלינו לטובה. לחזור למקום הפשוט, למקום התמים, על אף שכלפי העולם קשה לחיות כל הזמן בתמימות, זה נראה משונה, אבל מול הבורא עולם, מול העולם הפנימי, תמים תהיה עם ה' אלוֹקִיךָ, לתת לנפש את המקום האמיתי שלה, את הדרור של הבכי של התינוק שעומד מול מציאות ה' יתברך ובוכה. אפשר להשתמש בכח הדמיון של הציור כיצד תינוק חבוק בידי אמו, כיצד התינוק באמת בוכה, וכיצד לאחר מכן אביו ואמו מנסים למלאות את בקשתו.

תחילת הימים הללו זה תקיעת שופר, ראש השנה, האחרית של הימים הללו זה יום הכיפורים. תקיעת שופר אומרת הגמ' זה קול של בכי, תינוק בשעה שהוא נולד הרי עדיין איננו יכול לדבר, אפי' לומר אבא או אמא, מה הוא כן יכול להשמיע, קול בכי בלבד, זה נקרא קול שופר, לשמוע קול שופר, עניינו של קול שופר, זה מי שנמצא במדרגת תינוק שיכול לבכות ולא יכול לדבר, זה תחילת הימים של ר"ה. והאחרית שלהם, יוה"כ, זהו זמן של בכי, אבל לא בכי של חורבן, זה שייך לחודש אב, זה בכי שנובע מחרטה על המעשים שכל אחד ואחת עשו שלא כהוגן, וכואב לנו. זה בכי שנובע מגעגועים, כתינוק שמתגעגע לאביו ואמו, הוא רואה את האמא יוצאת מהבית ומשאירה אותו עם מישהו אחר, אז הוא בוכה, זה הבכי ששייך לימים הללו.

א"כ האופן הראשון של העבודה הוא תמים תהיה עם ה'

נמצאים בס"ד בעשרת ימי תשובה, רבותינו מלמדים אותנו שתשובה זה ר"ת של יסודי שורשי העבודה של האדם, תשובה ר"ת של חמשה פסוקים, ת' - תמים תהיה עם ה' אלוֹקִיךָ, ש' - שויתי ה' לנגדי תמיד, ו' - ואהבת לרעך כמוך, ב' - בכל דרכיך דעהו, ה' - הצנע לכת עם אלוֹקִיךָ.

ננסה להתבונן מעט להבין, זה לא חמשה פסוקים במקרה שהם הר"ת של תשובה, תשובה עניינה לחזור למקור, לחזור לשורש, לחזור להתחלה, וכל החמשה פסוקים הללו הם ה' פנים, ה' אופנים איך לחזור לשורש שהיה מתחילה. ננסה להעמיד בס"ד בקצרה את ה' החלקים הללו, לקחת את כל החמשה חלקים למעשה זה הרבה, אבל הבחירה נתונה ביד כל אחד ואחת לבחור לפחות אחד מהחלקים הללו ולהשתמש איתו בס"ד בימים הבאים עלינו לטובה.

חלק ראשון - ת - תמים תהיה עם ה' אלוֹקִיךָ

החלק הראשון, ת' של תשובה, תמים תהיה עם ה' אלוֹקִיךָ, כל אחד ואחת מאיתנו שנולדנו, היינו קטנים, תינוקות, היינו תמימים. לאחר מכן, סדר ברייתו של עולם, האדם גדל עוד מעט ועוד מעט, וככל שהוא גדל אז התמימות שלו הולכת ונקטנת, רואים זאת בחוש ברור מאד, כאשר הילד או הילדה תינוקות הם הרבה יותר תמימים או תמימות, כאשר לאט לאט האדם גדל הוא מכיר את העולם יותר בבירור, נחשף יותר למציאות של העולם שהיא רחוקה הרבה מאד בדר"כ מהתמימות, והנפש שלו לאט לאט מתאימה את עצמה למה שנמצא סביבותיו, הוא מצד יצירתו תמים, מצד מה שנמצא סביבותיו העולם מחוספס יותר, גס יותר, עכור יותר, רחוק מהתמימות. ילד בטבעו כמו שכל אחד רואה עושה מה שעושים סביבותיו, הוא רואה שאוכלים בצורה מסויימת, הוא מנסה לעשות כמותם, שותים בצורה מסויימת, הוא מנסה לעשות כמותם, מניעים את הידיים בצורה מסויימת, הוא מנסה לעשות כמותם. כך גם בעומק הפנימי של הנפש, הוא נולד תמים, אבל לאט לאט הם מתאימים את עצמם למה שנמצא סביב, התמימות הולכת ונעלמת וקונים לאט לאט את ההתאמה לחיות את חיי העולם. אבל התמימות הפנימית הזו היא התמימות הקדושה, עליה נאמר בעומק "תמים תהיה עם ה' אלוֹקִיךָ". אילו מעיקרא לא היה לנו את אותה תמימות, היה קשה להשיג לקנות דבר שמעולם לא היה לנו, אבל הבורא עולם ברחמיו הרבים נטע מעיקרא אצל כל אחד ואחת מאיתנו את אותה תמימות ע"מ שנתגבר לא נצטרך לקנות תמימות

אלוקיך, לשבת בשקט, לחזור מעט למקום התמים יותר בנפשו של האדם, לחזור למקום הטהור שקיים בתוכנו, משם לפנות לבורא עולם, ולתת לבכי לנוע, להתפשט, לנבוע מהמעמקים האמיתיים של האדם, ולהרגיש שזה העומק של העבודה של הימים הללו, תמים תהיה עם ה' אלוקיך, לחיות עם אותה תמימות.

חלק שני - ש - שויתי ה' לנגדי תמיד

החלק השני, ש' של תשובה, שויתי ה' לנגדי תמיד. כידוע תחילת השלחן ערוך באורח חיים מתחיל בדברי הרמ"א בהג"ה שמביא שויתי ה' לנגדי תמיד הוא כלל גדול במעלות הצדיקים ההולכים לפני האלוקים, כי אין ישיבת האדם ותנועותיו בביתו דומה לישיבת האדם ותנועותיו שהוא נמצא בבית המלך, ולפני המלך. הרמ"א מדבר על כל השנה כולה, אבל לפחות בימים הללו. הימים הללו הרי נקראים כידוע כמ"ש הגמ' "דרשו ה' בהימצאו קראוהו בהיותו קרוב", זמן שמצד הזמן עצמו יש יותר קרבה אליו יתברך שמו, אפילו אם כל השנה כולה לחיות בשויתי ה' לנגדי תמיד זה גבוהה, וגבוהה הרבה, אבל בימים הללו, עשיית, ולפחות ביום הכיפורים, לפני שעומדים ומתחילים להתפלל, מתפללים כל נדרי, מתפללים את הה' תפילות עד נעילה, תפילה כל מהותה הוא עומד לפני המלך, עומד לפניו יתברך שמו, אומר הרמח"ל כדבר איש אל רעהו. לפני שמתחילים את התפילות, בכל תפילה ותפילה של י"ח, מעריב שחרית מוסף מנחה ונעילה, לפני תחילת י"ח, לעמוד דקה, חצי דקה, כל אחד ואחת לפי כוחותיו וערכו, ולנסות ראשית להתבונן לפי מי אנחנו עומדים עכשיו לדבר, עם מי אנו עומדים לדבר. לפני מי הולכים לדבר זה שלב אחד, השלב השני הוא עם מי הולכים לדבר, והשלב השלישי היכן הוא נמצא. יש אדם שנמצא כאן בארץ ומדבר עם פלוני בארה"ב, הם גם מדברים, מדברים בטלפון אבל רחוקים במקום. שמדברים עם הקב"ה "מלא כל הארץ כבודו", כדבר איש אל רעהו, בעומק הקב"ה נמצא כאן לפנינו ועמו אנחנו מדברים, אין לו גוף ואין לו דמות הגוף, אבל מציאותו יתברך שמו מתמדת ונמצאת ועמו אנחנו משוחחים ומדברים. בודאי שמי שיכול להמשיך זאת לכל השנה כולה, תפלה אחת ביום לפני שמתפללים לחשוב דקה, חצי דקה, עם מי מדברים, ולהתיישב עם אותו דבריו אשריו וטוב לו. אבל אפילו אם לכל השנה כולה זה ימשיך למחצה, לשליש ולרביעי, לפחות בימים הללו, ולפחות ביוה"כ, חמש פעמים של תפילה שאנו מתפללים, כמו שהוזכר, לפני כל תחילת תפילת י"ח

לעמוד דקה, חצי דקה, ולהתבונן. מי שעוד יותר מסוגל, אפשר לעצור באמצע תפילת י"ח מידי פעם ולחזור למחשבה האמיתית והברורה שהיא תכלית היצירה, להתבונן עם מי אנו מדברים עכשיו, והיכן הוא נמצא. פעמים הרבה שנכנסים לתוך המהלך של תפילת י"ח, פעמים הרי המחשבות הולכות רחוק מאד, הולכות למקומות שונים ומשונים ומסיחים דעת מהתפלה, ואפי' אם נמצאים בתוך התפלה פעמים שקועים במה שרוצים, אבל שוכחים עם מי מדברים ולפני מי מדברים, שהוא נמצא כאן. חלק מהקומה של תשובה זה שויתי ה' לנגדי תמיד, לחיות במדרגה של תמיד, קבוע, זו מעלת הצדיקים, כלשון הגר"א, זה "כל" מעלת הצדיקים. אבל אם אין לנו את כל מעלת הצדיקים, לפחות שיהיה בבחינת מתי יגיעו מעשי למעשי אבותי, ואומרים רבותינו כידוע מתי יגיעו מלשון של נגיעה, לפחות ניגע באותה מדרגה ואותו אופן. מי שזוכה לתשובה שלמה, אז כל השנה כולה הוא יכול לחיות שם, אבל לפחות שבימים הללו מדרגת התשובה תביא את האדם לשויתי ה' לנגדי תמיד לכמה רגעים בכל היום כולו.

אבל יתר על כן, מסיימים נעילה, הרגע האחרון של תפילת נעילה, עומדים רגע אחד לפני סופו של יום, עם איזו מחשבה עוזבים את היום, עוזבים את היום פעם אחת בשנה שהקב"ה נתן לנו, עם איזו מחשבה עוזבים את תפילת נעילה. כמובן שיש לזה כמה צורות, ואנו מעמידים צורה אחת מעשית מאד, הרגע האחרון של תפילת נעילה אומרים לשנה הבאה בירושלים הבנויה, רגע אחד של מחשבה, עשרים שניות, שלושים שניות, איש לפי עניינו, לחשוב שניה אחת, מה היה כל המהות של היום, לעמוד לפניו יתברך שמו בלי מחיצות, בלי עוונות, להעמיד את הנפש רגע אחד שעומדים אצל ה' יתברך ואצלו אנחנו נמצאים ועמו שוחחנו, כמה זה ימשיך לכל השנה כולה, כל אחד ואחת לפי ערכו כמה שהוא יכול להמשיך, אבל שהמחשבה האחרונה של היום שממנה נפטרים לכל השנה כולה, יוצאים מיוה"כ לכל השנה כולה, מחשבה פשוטה ואמיתית, מי שיזכה יותר היא תהיה גם חושית יותר, אבל המחשבה הפשוטה ביותר שיהודי צריך לחשוב, שהוא עומד לפניו יתברך שמו, איתו הוא דיבר כל היום, ואם הוא יזכה, גם למשך השנה יהיה עוד רגעים כאלה, כמה שיהיו שיהיו, אבל שיהיו עוד רגעים כאלו.

מי שנכנס כך ליוה"כ בתפילת מעריב, ויוצא מיוה"כ ברגע האחרון של יוה"כ עם המחשבה הזו, משהו יותר מרומם למשך השנה בס"ד יהיה. כמה? כמובן שיש בחירה לכל השנה כולה.

זהו מפני שביום הכיפורים יש אור גדול של אהבת הבריות, של ואהבת לרעך כמוך. ולכן הנפשות מבקשות אחת מהשניה מחילה סליחה וכפרה, מפני שבעומק כולם מרגישים, אפילו אם האדם בשכל פחות מרגיש, אבל מזליה חזי, הפנימיות שלו חשה את האמת שזמן של יוה"כ הוא צירוף של כל הכנסת ישראל.

ניתן דוגמא פשוטה למעשה, נמצאים בס"ד בבית הכנסת ביום כיפור, יש מקומות, כל אחד ואחת פעמים רבים מנסה לדאוג לעצמו למקום הכי טוב שיכול להיות, גם בזמן שהוא עומד לפניו יתברך שמו ביום הכי קדוש ועליון שיכול להיות, לחשוב דבר על עצמו? ש"ל"י יהיה את המקום הכי נח בצורה הכי הטובה, או פן שמא ואולי אפשר לחפש היכן ביוה"כ יש ואהבת לרעך כמוך, לדאוג למישהו אחר לפני. אם יש מישהו או מישהי אחרת שצריכה עזרה, פעמים זה עם תינוקות, פעמים בנקודה אחרת, בודאי שיש כאן שיקול דעת עמוק, מחד אנחנו רוצים ורוצות להתפלל, אבל מאידך יש אופן של בן אדם לחבירו. למעשה, שיהיה לפחות נקודה אחת ביום שאני נותן על חשבון הגשמיות אבל גם על חשבון הרוחניות, לא את כל הרוחניות של כל היום, בשום פנים ואופן לא, אבל נקודה אחת של רוחניות ביום שמתוך אהבת הבריות אנחנו נותנים זאת לזולתנו. לא רק לבקש סליחה שאני דואג לעצמי שלי יהיה סליחה ומחילה.

נקודה נוספת, אנחנו אומרים בתפילה זכה, וראוי להשתדל לומר זאת כמו שהביא המשנה ברורה, שהריני מוחל וסולח ופשע כנגדי בין בגלגול זה בין בגלגולים אחרים, חוץ מהדברים שאין חובה לסלוח עליהם כמו שהביאו הפסוקים, אבל חוץ מזה, באמת לסלוח מעומקא דליבא לכל אחד ואחד מישראל, לא רק מפני שמידה כנגד מידה שאם אני יסלח אז יסלחו לי, זה אמת, אלא באמת למחול לכל אחד ואחת מהכנסת ישראל מתוך אהבת הבריות אמיתית שאני רוצה וחפץ שבאמת יהיה לו טוב, זה לא רק נוסח לומר אותו כדי לדאוג לעצמי שימחלו לי אז אני מוחל לכולם, במידה שאדם מודד כך מודדים לו, אם אני ימחל גם ימחלו לי, זה אמת, אבל זה צריך להיות הרבה יותר פנימי.

לפי שנכנס יוה"כ לעורר את הנפש לאהבת ישראל, האם אנחנו רוצים שכל הכנסת ישראל באמת יזכו לשנה טובה, לחתימה טובה, או שאנחנו חושבים רק שאני יזכה לחתימה טובה, שלי יהיה שנה טובה. שמעוררים קצת את הנפש ומתבוננים על הכנסת ישראל, וחפצים שלכולם יהיה טוב, אז הדבר הראשון,

אבל אם זו צורת הכניסה ליוה"כ, וזו צורת היציאה בסוף היום בנעילה מיוה"כ, אז הנפש מקבלת פנים עמוקות יותר, אמת טהורה יותר, וטהרתם לפני ה' אלווקר, לפני ה' תטהרו, חיים באופן היותר נכון. כל אחד ואחת לפי ערכו בודאי ובהכרח שיצור השפעה מסויימת לקומת הנפש. זהו החלק השני.

החלק השלישי - ו - ואהבת לרעך כמוך

החלק השלישי, ו' של תשובה ואהבת לרעך כמוך, כל תחילת יוה"כ הרי אנו אומרים "על דעת המקום ועל דעת הקהל, בישיבה של מעלה ובישיבה של מטה, אנו מתירים להתפלל עם העבריינים" כל השנה כולה אין היתר להתפלל עם אותם עבריינים, אבל שמגיע יוה"כ, יום אחד בשנה, שאפילו נדחי עמו ישראל רובם ככולם מגיעים לתפילה, ביום הזה אנו אומרים מתירים להתפלל עם העבריינים. אבל להבין אמיתי יותר, זה לא רק שבית הכנסת מתמלא בעוד אנשים שכל השנה כולה הרבה פחות מגיעים, מה שמקבץ ביוה"כ את כולם זה מחמת שמתגלה ואהבת לרעך כמוך שיכול לצרף באמת את כולם. יוה"כ זה היום היחיד בשנה שמתאספים בו עוד בני אדם ועוד בני"א שכל השנה כולה נמצאים בחוץ, למחצה שלישי ולרביעי, אבל מגיע יוה"כ, אפילו אלו שרחוקים כל השנה, ברובם בס"ד מגיעים, זו לא הנהגה מעשית רק, אלא הלב הפועם שבהם, פועם ומחפש כפרה ממנו יתברך שמו, אבל זה מול הקב"ה. אבל שהם מתאספים בבית הכנסת, הם מתאספים עם הכנסת ישראל, עם הציבור שיושב בבית כנסת. הצירוף הזה הוא לא במקרה שהם צריכים לדבר עם הקב"ה, רק שזה נעשה עם הדיבור בבית הכנסת, אלא הצירוף הזה נעשה מהאור האמיתי שיורד ביוה"כ, חלק מהתשובה, ו' של התשובה, ואהבת לרעך כמוך, ביוה"כ מתגלה, אמר ר' עקיבא לפני מי אתם מטהרים ומי מטהר אתכם, אביכם שבשמים, מה מקווה מטהר את הטמאים אף הקב"ה מטהר את ישראל, זה אמר ר' עקיבא, וזה אותו ר' עקיבא שאומר זה כלל גדול בתורה ואהבת לרעך כמוך, זה לא שני מימרות של ר' עקיבא, זו אותה מימרה, יוה"כ הפנימיות שלו זה החיבור של האדם לקב"ה, לפי ה' תטהרו, שויתי ה' לנגדי תמיד, אבל יוה"כ הוא חיבור של בן אדם לחבירו, ולכן אין יוה"כ מכפר עד שירצה את חבירו, כי המהות של יוה"כ הוא צירוף של בן אדם למקום אבל גם צירוף של בן אדם לחבירו. יוה"כ מחד הוא זמן שמבקשים סליחה מחילה וכפרה מהקב"ה, זה בן אדם למקום, אבל הוא הזמן שכל כנסת ישראל נוהגים הרי לבקש מחילה וסליחה אחד מרעהו, לא רק בכדי שמול הקב"ה יהיה סליחה ומחילה, אלא

החלק הרביעי - ב' - בכל דרכיך דעהו

החלק הרביעי, ב' של תשובה, בכל דרכיך דעהו. סימן שלם יש באורח חיים, סימן רל"א שמאריך ב"בכל דרכיך דעהו". בלשון ברורה ופשוטה, אנו עושים המון מעשים במשך היום, כל אחד ואחת עושים מאות ואלפי מעשים במשך כל היום כולו, יש את החלקים הרוחניים שאנחנו עושים בכל יום, ויש את החלקים הגשמיים שעושים בכל יום. החלקים הרוחניים כתפילה וכדומה, והחלקים הגשמיים רבים הם עד למאד. בכל דרכיך דעהו עניינו שלא רק החלקים הרוחניים יהיו רוחניים, אלא שגם החלקים הגשמיים יהיה בהם צד מסויים של רוחניות. להפוך את כל המעשים הגשמיים לרוחניים זה המדרגה השלמה שנקראת "בכל דרכיך דעהו" בכל מה שאתה דורך פועל ועושה, "דעהו" תדע ותצטרף ותתחבר לבורא עולם. תפסת מרובה לא תפסת, תפסת מועט תפסת, בכל דרכיך דעהו, שיהיה לפחות משהו אחד במשך היום שהאדם חי חיי גשמיים אבל הוא מכוון בהם באמת לעבודת הבורא יתברך שמו.

ניתן את הדוגמא הפשוטה ששייכת ליוה"כ, "תשיעי בתשרי" כל האוכל בתשיעי מעלה עליו הכתוב כאילו התענה תשיעי ועשירי, טעמים רבים נאמרו בדברי רבותינו למעשה מה יחשוב האדם בשעה שהוא אוכל ביום התשיעי. יש מרבותינו שכתבו שראוי לאדם לאכול כפליים ביום תשיעי מה שהוא היה אוכל ביום העשירי שיאכל ביום התשיעי כפליים. אבל למעשה כל אחד ואחת מאיתנו מגיע יום התשיעי אוכלים בודאי, מקיימים את המצווה, ואוכלים גם יותר. מה חושבים בשעה שאוכלים ביום התשיעי, איזה מחשבה אמיתית, אנו נמצאים בערב יום כיפור בסעודה המפסקת, מה המחשבה שחושבים בשעה שאוכלים, עוסקים עכשיו בדבר רוחני או עוסקים בדבר גשמי. בבפועל עוסקים בדבר גשמי, אוכלים סעודה, אבל זו סעודה של מצווה, סעודה המפסקת, יש פנים רבות למחשבות מה לחשוב, מחשבות אמת, אבל ננסה להעמיד פנים אחד. כל אחד ואחת מאיתנו בס"ד כמעט ללא יוצא מן הכלל יזכה לצום ביוה"כ, בכדי שנוכל לצום ביוה"כ אפשר גם לא לאכול בתשיעי או לאכול מעט, אבל נהיה מאד חלשים, אם אנחנו רוצים באמת שנוכל לכוון בתפילה, שיהיה כח במחשבה, שיהיה כח בלב, שיהיה כח בגוף לעמוד בתפילה, צריך שיהיה לאדם יותר כוחות, בשעה שהאדם אוכל ביום התשיעי, כתוב להדיא, אחד מהכוונות בדברי רבותינו, שיכוון שיהיה לו כח לצום ביום העשירי, אבל לשם מה יהיה לו כח לצום ביום

הרי אם מקפידים על בני אדם אחרים, ובפרט אם ההקפדה היא הקפדה אמיתית כי מישהו באמת פגע בי והרע לי, אבל אם אני באמת חפץ לא רק בטובתי אלא בטובתם של הכנסת ישראל, הרי שאני מנסה לפחות למחול בלב שלם, להגיע ללב שלם זה מדרגות, אבל לנסות למחול בלב שלם, בלב אמיתי, לכל אחד ואחת מהכנסת ישראל שפגע בי, באופן כזה שאני רוצה באמת שהוא יזכה בדיון, שהוא יזכה בדיון. מי שיכול ויכולה להוסיף להתפלל להדיא על בני אדם אחרים שיזכו בדיון, ומי שעוד טיפה יותר זך, זוכר במשך השנה מי שפגע בו, ולהתפלל עליו שהוא יזכה בדיון, על אף שהוא נהג בו שלא כשורה.

כמובן, כל אחד ואחת צריכים לבדוק את מדרגת ליבם לפני שעושים זאת, רק אנחנו מנסים להעמיד כיוונים של דברים באופן מעשי. היסוד ברור עד למאד, יוה"כ חלקו הוא בין אדם למקום, אבל חלקו הוא בין אדם לחבירו, ואהבת לרעך כמוך, ו' של תשובה, והו' הזו של התשובה היא מיסודי היום, שהבן אדם לחבירו ביוה"כ צריך להיות יותר גבוה, גם בהנהגה המעשית, אבל לא רק בהנהגה המעשית, אלא בעיקר שזה יבא מלב יותר טוב ומלב יותר טהור.

מי שיכול ויכולה לקבל קבלה פשוטה, לא ללכת לישון ולו לילה אחד לפני שעשינו טובה אחת אמיתית ליהודי, טובה אמיתית אחת. ואם עדיין לא עשינו, אפשר לעשות אותו בכל יום יום. יום שיהודי ויהודיה עובר בלי להטיב לזולתו, למה לו חיים, בשביל מה הוא חי באותו יום. הנפש החיים כותב בהקדמה שלו "כי זה כל האדם לא נברא אלא להועיל לאחריו", זה כל האדם לא נברא אלא להועיל לאחרים. לעשות זאת מהבוקר ועד הלילה כמדרגתו של אברהם אבינו, אשריו וטוב לו למי שזוכה, אבל לפחות שיהיה בכל יום למעשה, לא הולכים לישון לפני שעושים חשבון פשוט, האם הטבתי היום עם מישהו או לא, ואם לא, אז עכשיו מטיבים, אם זה שעה שאפשר להטיב בפועל - בשמחה רבה, ואם לא, מתפללים על מישהו, חושבים איך מחר יעשו לו טובה, אבל לראות שלא ללכת לישון לפני שיש באמת הטבה אחת אמיתית, זה להמשיך את האור של יום הכיפורים לכל השנה כולה. שואהבת לרעך כמוך שמתגלה ביוה"כ לא יהיה רק ליום אחד, על אף שביום הזה כולנו מנסים לחיות יותר מרומם ויותר גבוה, אבל שיהיה לזה המשך לכל השנה כולה, נקודה אחת למעשה בכל יום שלא הולכים לישון לפני שמטיבים לזולתי.

ועמוקה. שורש יצירת האדם, הוא עובר במעי אמו, מעיקרא אף אחד לא רואה אותו, הוא צנוע ומכוסה, כל שורש צורת היצירה של האדם הוא נולד באופן של צנוע, וזה לא במקרה, המהר"ל אומר שכל הדברים הגדולים שקורים בבריאה הם אינם במקרה, ובדקות יותר, אפילו הדברים הקטנים הם לא במקרה, וקל וחומר כל שורש יצירת האדם. מדוע עשה כך הקב"ה שצורת היצירה שהאדם נוצר מעיקרא הוא צנוע, הוא כולו מכוסה, ז' חודשים, ט' חודשים, הוא מתחילתו מכוסה, ורק לאחר מכן הוא יוצא לאוויר העולם, רואים אותו, שמחים איתו, הוא בוכה, אבל כל אלו שרואים אותו על דרך כלל שמחים איתו. מדוע עשה כך הקב"ה שתחילת כל היצירה של האדם באה באופן שהוא מכוסה, באופן שהוא נעלם, באופן כזה שהוא צנוע, כל זאת מפני שראשית הימים הללו צריכים להיות באופן של צניעות. הראש השנה נקרא היום הרת עולם, אומרים רבותינו מלשון הריון, זה שורש הצניעות שמתגלה בתחילת הימים הללו. ראש השנה נקרא "תקעו בחודש שופר בכסה ליום חגנו", "כסה" אומרים חז"ל זמן שהלבנה מתכסה, אז גם היא צנועה, הלבנה מתכסה ונעלמת זה מהעומק של הצניעות של הלבנה. עשרה ימים הללו מר"ה ועד יוה"כ זה זמן של צניעות, היכן זה מתגלה ביום כיפור אפילו באופן הכי פשוט שיכול להיות, היכן אנו נמצאים כל היום כיפור, בתוך בית, בתוך בית כנסת. על כל השנה כולה נאמר "כל כבודה בת מלך פנימה" בתוך הבית ולא הפוך, אבל אם כל השנה כולה סוף כל סוף נאמר "אשתך בירכתי ביתך" אבל בודאי שהיא יוצאת לחוץ, היא לא נמצאת כל היום בביתה, ובפרט בדורות הללו, אבל יום אחד בשנה יש שחלק גדול מכל הכנסת ישראל מתקיים בהם "כל כבודה בת מלך פנימה" נמצאים בבית, זה לא במקרה שיש יום אחד בשנה שביחס לשאר כל הימים כולם רוב ככל נשות ישראל, וק"ו הגברים, נמצאים חלק גדול מאד מהיום בתוך מציאות של בית. זה מחמת שהמעמקים של היום, הפנים של היום, הוא מקום של הצנע לכת אלווקיך, מקום של צניעות.

אבל להבין יותר ברור, צניעות זה לא רק צניעות של גוף, זה עיקר הצניעות בחוץ, אבל הצניעות הפנימי שזה מה שצנוע ומכוסה במעמקי הלב של האדם, זה מקום הצניעות. יש מקום בפנים של האדם שהוא צנוע, הוא מכוסה, וממי הוא מכוסה, ממנו עצמו, ושמגיע יום הכיפורים, המקום הפנימי הזה, נפתחים שערי הלב, נפתח הפנימיות של ליבו של האדם, ומקום זה של הצניעות מתגלה לאדם עצמו. רחל אמרה על ר' עקיבא "חזייה ביה דהוי צנוע ומעלי" היא ראתה שהוא צנוע

העשירי, בכדי שירגיש יותר נח? בני אדם רגילים לברך אחד את השני בערב צומות, "שהיה לך צום קל", למה רוצים שהצום יהיה קל, שיהיה קצת פחות ייסורים? יש כבר כדורים, קפסולות, "קלי צום" שיהיה צום קל, לשם מה שיהיה צום קל. אבל מכוונים קצת יותר אמיתי, זה לא ענין שיהיה רק יותר קל ויותר נח ונעים ושיהיו יותר בריאים, הרי אנו רוצים להגיע ליוה"כ ולנצל את היום הזה מתחילתו ועד סופו כמה שניתן. ברור ופשוט הרי לכל אחד ואחת מאיתנו שאם נאכל פחות והגוף יהיה חלש יותר אזי האפשרות לנצל את יוה"כ מועט יותר, מה חושבים למעשה בסעודה המפסקת. השאלה היותר מדויקת, האם חושבים.

אבל שבאים לדבר למעשה, בכל דרכיך דעהו, להמשיך את זה לכל השנה כולה זה מדרגה נוספת, אבל ראשית מה ששייך לעבודת יוה"כ, עומדים בערב יוה"כ, יושבים לסעודה המפסקת, חושבים רגע אחד לפני הסעודה, ואם אפשר גם בתוך כדי הסעודה, למה אנחנו אוכלים, מדוע אוכלים יותר. שתהיה כל האכילה כולה לשם שמים זה גבוה מאד, אבל לנסות לפחות לחשוב מחשבה אמיתית, אני באמת מעוניין או מעוניינת לאכול על מנת שמחר יהיה לי כח להתפלל בצורה יותר פנימית, בצורה יותר אמיתית. אם אפשר לחשוב כך לפני תחילת הסעודה ומידי פעם בתוך הסעודה עצמה, ויתר על כן לאכול מאכל אחד באמת בכוונה הזו, לשם כך שמחר יהיה לי כח לצום ושאני יוכל להתפלל ולעבוד את הקב"ה יותר באמת. להגיע ל"בכל" דרכיך דעהו זה גבוה, תפסת מרובה לא תפסת, תפסת מועט תפסת. אם מעמידים א"כ אופן למעשה של בכל דרכיך דעהו ביחס ליוה"כ, סעודה המפסקת היא העיקר של הגשמיות שקשור ליוה"כ, ביוה"כ עצמו יש חמשה עיניים, אנחנו כמעט לא משתמשים בגשמיות, מעט מה שיושנים וכדומה, עיקר הגשמיות זו ההכנה בערב יוה"כ, לפני הסעודה ותוך כדי הסעודה מעט מחשבות על האמת מדוע אוכלים, בכל דרכיך דעהו. ויתר על כן כמו שהוזכר, לאכול מאכל אחד עם הכוונה אמיתית לאוכלו על מנת שיהיה כח לעבוד את הקב"ה באמת, לצום באופן כזה שנוכל להתפלל ולכוון כראוי, שהלב יהיה יותר פתוח, נוכל לקיים בעצמנו שפכי כמים ליבך נוכח פני ה', לפניו יתברך שמו.

החלק החמישי - ה' - הצנע לכת עם אלוקיך

החלק החמישי והאחרון של תשובה, ה' של תשובה, הצנע לכת עם אלוקיך. בכללות כל קומת הצניעות זו עבודה מיוחדת אצל נשים, אבל להבין יותר שורשי, נקודה דקה קצת

ומעולה, אבל במעמקים של כל יחיד ויחיד, בפנים של הלב, נמצא מקום של צנוע, לשם צריך להגיע ביוה"כ.

כל השנה כולה לכל אחד מאיתנו יש לו לב, ויש לו את המקום של הלב שאיתו הוא חי, אבל יש מקום יותר פנימי בלב אצל כל אחד ואחת מנפשות ישראל, שמגיע יוה"כ, וטהר ליבנו לעבדך באמת, שם עיקר מקום הטהרה, וכל אחד לפי מדרגתו יכול להיכנס למקום יותר פנימי בליבו שלו, זה המקום הצנוע העמוק של התשובה. בשביל לעשות תשובה צריך להיכנס למקום יותר פנימי לב, לא עם אותם ההרגשות שחיים כל השנה כולה, עם אותם ההרגשות עושים את מציאות התשובה. תשובה מכריחה שהאדם יתבונן מעט קצת בשעת השקט עם עצמו ביישוב דעת, וינסה להרגיש את עצמו יותר, עמוק יותר, משם מגיעה החרטה של התשובה, משם מגיעה הקבלה לעתיד של שנה הבאה בע"ה ישתדל להיות יותר טוב.

זה לא מהיום יום היכן שחיים בהרגשה נכנסים גם ליוה"כ ומשם החרטה והקבלה לעתיד, יוה"כ מגלה את המקום היותר פנימי, את המקום היותר צנוע, מי שיושבת עם עצמה בערב יוה"כ ומכינה את עצמה באמת, היא בהכרח תיכנס ולו במעט למקום יותר פנימי בלב, להרגשה יותר אמיתית, להרגשה יותר עמוקה, זה המקום הצנוע של והצנע לכת, אז הוא עם אלוקיך. הצנע לכת, יש את הצניעות שצריך להיות בחוץ, הן מצד בגדים, אבל בעיקר מצד לא לפרסם ולשבח מעשיו, אבל זה עדיין ההנהגה החיצונית של הצניעות, וצריך שיהיה לה שורש פנימי. מה שאנו רואים אצל בני דורנו שנקודת הצניעות היא נקודה חלשה מאד, מחמת שחסר גם הפנים של הצניעות. מנסים בדרי"כ להתמודד עם התוצאה החיצונית של הצניעות, פעם מצליחים יותר ופעם מצליחים פחות, אבל צריך לבנות את הדברים מהשורש הפנימי שלהם, הצנע לכת עם אלוקיך, הקב"ה, ושכנתי בתוכם, בתוכו לא נאמר אומרים חז"ל על המשכן, אלא בתוך כל יחיד ויחיד, בתוך ליבו של כל יחיד ויחיד, כל אשר ידבנו ליבו. בעומק הפנימי של מציאות הלב של כל אחד ואחת מאיתנו יש מקום צנוע, מקום נעלם, לשם צריך להיכנס ביום הכיפורים.

ובלשון ברורה ופשוטה, שאנחנו עומדים בתפילה לפניו יתברך שמו ביוה"כ צריך להתאמץ אבל בנחת ובשקט, להתאמץ מחד אבל בנחת ובשקט, להגיע למקום יותר פנימי, להרגיש יותר את האמת, שכח ההרגשה יהיה ממקום יותר חזק, יותר אמיתי, יותר טהור. ככל שנפעיל בס"ד את כח הטהרה מכח התשובה שלנו, ונרגיש יותר ולו במעט ממה שאנחנו מרגישים

כל השנה כולה - נכנסנו למקום של והצנע לכת עם אלוקיך. במקום הצנוע הזה נמצאים עם ה' אלוקיך. ההנהגה החיצונית של צניעות היא צד אחד של העבודה, אבל צריך בהגבלה לדבר לעורר רגש יותר אמיתי, רגש יותר נקי, רגש יותר פנימי, ולו במעט, שיתעורר ביוה"כ.

העמדנו בס"ד בקצרה עד למאד את חמשת החלקים של התשובה כמו שנתבאר, תמים תהיה עם אלוקיך, שויתי ה' לנגדי תמיד, ואהבת לרעך כמוך, בכל דרכיך דעהו, והצנע לכת עם אלוקיך. כמו שהוזכר בהתחלה, לקחת את כל החמשת חלקים שנאמרו ולקיים אותם, זה הרבה מידי, והרבה יותר מידי, אבל כל אחד ואחת צריך לפחות לקחת אחד מהחמשת הדברים הללו, מי שיזכה לקחת שתיים מוטב, אחד מתוך החמשה הללו, שמרגישים שיותר מדבר אליו, שיותר קרוב לליבו, כל אחד ואחת יש דברים כמובן שדיברנו אליהם יותר, ויש דברים שדיברו אליהם פחות, אין הנפשות שוות, ולכן כאשר שומעים דברים, פעמים הם מדברים אל האדם יותר ופעמים פחות, צריך לשבת מעט ולהתבונן ולהרגיש איזה א' מתוך ה' החלקים שהזכרנו מדברי רבותינו, אני מדגיש מדברי רבותינו ולא משלי, זה נאמר בשם כמה וכמה חכמים, הר"ת הללו, לנסות לבדוק כל אחד ואחת איזה לפחות אחד מתוך החמשה חלקים הללו יותר קרוב, ולפחות את הימים הבאים עלינו לטובה, ז' תשרי, ח' תשרי, ט' תשרי, וי', יוה"כ, ולפחות את יוה"כ עצמו, שיהיה נגיעה מסויימת בצורה הפנימית יותר של התשובה.

דבר אחד צריך שיהיה ברור לכל אחד ואחת מאיתנו, הימים הבאים עלינו לטובה, זה לא רק ענין של תפילה, להתפלל טיפה יותר, משהו, משהו לחיות יותר גבוה, ומשהו משהו אם אפשר להשתנות שישפיע גם על כל השנה.

יתן הבורא יתברך שמו ונזכה יחד בס"ד להתרומם, לעלות, כל אחד ואחת לפי נפשו, ולהתרומם עוד יותר ועוד יותר, שנזכה להיות יותר טובים ולו במעט, ולו במעט, בשנה הבאה עלינו לטובה, מי שיזכה יותר ממעט אשריו וטוב לו, אבל לפחות שנזכה כל אחד ואחת להיות יותר טובים ולו במעט, שעל המעט הזה אנחנו יכולים לבוא ולבקש לפניו יתברך שמו, שיתן לנו עוד שנה של חיים, ששווה לפחות בשביל להתקדמות ברוחניות מועטת, שהיא שווה הרבה מאד. נזכה יחד בע"ה להיחתם בספרם של צדיקים, כל הכנסת ישראל, שיהיה גמר חתימה טובה לכולם.



רכישת ספרי הרב: ספרי אברמוביץ - משלוח ברחבי העולם 03.578.2270

בדרך זו צעדו כלל חכמי ישראל – רופאי הנפשות⁶, במשך כל הדורות כולם, ועל פי הסתכלות זו הם יסדו לעצמם ולשומעי לקחם את דרכי הכרת הנפש והעבודה עם כוחותיה, הן מצד ארבעת היסודות השורשיים והן מצד הכוחות הענפיים⁷, ועל ידי כן הגיעו אל יעודם המיוחל⁸.

אך לדאבון לבב, ברבות הימים ובתוקף הגלויות, הקשיים הנפשיים הלכו והתרבו, הצער והיסורים הלכו וגברו, הנפשות הלכו ונחלשו, והקושי לבנות צורת חיים המותאמת למבנה נפשו היחודי של כל אדם באופן אישי הלך וגדל.

ומציאות זו הביאה לידי כך שללא הרף התחדשו והתוספו שיטות טיפול, אשר לא בתורה הקדושה יסודן ולא לנפש היהודי תועלתן.

ומאיך – "זה לעמת זה עשה האלהים"⁹, הקב"ה ברחמיו הרבים שולח בכל דור ודור את שליחיו הנאמנים, על מנת לקרב את בניו האהובים אל דרך הישר והטוב. וכבר העידו גדולי ומאורי ישראל מכל גווי היהדות, כי אחד השליחים הנאמנים להורות את דרך הישר והטוב בדורנו הינו מורנו הרב שליט"א, מחבר סדרת הספרים "בלבבי משכן אבנה".

דרכו של מורנו הרב שליט"א הינה, **יניקת החכמה ודרכי העבודה המעשית מן התורה הקדושה בלבד**. מורנו הרב שליט"א מסר, בקירוב לשני עשורים, אלפי שיעורים בכל חלקי התורה, ובפרט בתורת הנפש, ועוד היד נטויה בעזה"ת. במשך שנים אלו, ביאר מורנו הרב שליט"א את משנת החיים השורשית והפנימית בסדרת "בלבבי משכן אבנה", בסדרת "דע את עצמך" ובשיעורים רבים נוספים.

ובעשור האחרון, מבאר מורנו הרב שליט"א את משנת החיים הפנימית על פי דרך "ארבעת היסודות" השורשית ועתיקת היומין, בצורה מסודרת, הדרגתית ומעשית. וזאת על מנת לאפשר לכל מבקש, אנשים פרטיים, מטפלים, יועצים, אנשי חינוך, הורים וכדו', ללמוד ולהכיר את הנפש, לעבוד עם כוחותיה, ולרומם ולהעצים אותה, ועל ידי כן, לבנות צורת חיים המותאמת למבנה נפשו היחודי של כל אדם באופן אישי, להתקרב לה' יתברך ולעבודו בלבב שלם.

ולמעשה, בספר זה מתבארים ששה עשר שורשים יסודיים לבעיות הרי-קוז הקיימות בדורנו, ואופני הטיפול בהם. הוי אומר, הבעיות המובאות בספר זה אינן אקראיות מתוך רשימה ארוכה, אלא הן בעיות שורשיות המולידות בעיות רבות נוספות. וכאשר יטפל האדם בהן, ויתקן את כח הריכוז, הוא ימצא מזר לנפשו אף בשאר תחומי החיים.

יהי רצון שנוזה כולנו להכיר את עצמנו, להעצים את נפשנו, לחיות חיים נכונים, מתוקנים, שמחים ומכוונים אל התכלית, מתוך ריכוז מוחלט, ונוזה להכיר את מי שאמר והיה העולם!

6 כלשון הרמב"ם בהלי דעות פ"ב ה"א.

7 כל אחד לפי שורשו ודרכו.

8 זה לשון האבן עזרא (שמות פרק לא' פסוק יח'): "ולא יוכל לדעת ה' אם לא ידע נפשו ונשמתו וגופו. כי מי שלא ידע מהות נפשו, חכמת מה לו".

9 וזה תורף לשונו של רבי ראובן דוב דסלר זצ"ל, מגדולי תלמידי הסבא מקלם זצ"ל, אביו של רבי אליהו אליעזר דסלר זצ"ל מח"ס "מכתב מאלהיו" (הוא בכתבי הסבא מקלם – פנקס הקבלות): "וכידוע, מצפון הנפש מורכב בטוב ורע, מאוצר מעלות נשגבות וכו', וכמו במחלת הגוף וחלקי הגוף המרובים, תעבוד ותעמול חכמת הרפואה והמון הרופאים וכו' לדעת פרטי כל תכונת אבר ואבר איך לשמרו שלא יחלה, ואיך להטיבו אם כבר חלה. וכל חלקי הגוף היותר דקים והיותר מפונקים תידרש להם הכרת יתרה אחרי החיפוש והחקירה, כי מעוללים יותר לכל מחלה. ואחר כי חלק הנפש המידות המה החלק היותר דק והיותר מפונק מחלקי הנפש, מובן כי המה צריכים הכרה יתרה והשקפה מאוד רחבה. לכן יבחר המשכיל ראשית דבר, להכיר את עצמו, לדעת כל מהלכי תכונותיו ומידותיו וכו'. וזה כל עמל החכמים דור אחר דור, להרבות להשקיף על עצמו, על תכונותיו ומהלכי דרכיו. ולכן זה פרי ראשית ההשכלה – השכלת הטבת המידות, לעמוק ולהכיר מהלכי מצפון לבבו ונפשו. וידרש לזה עיון עמוק ותמידי בהשקפה תורנית חזקה ותידירה בעין חודרת. וזה כל האדם. ועל זה נבנה דרך החינוך של בית שבת תחכמוני, ישיבת בית התלמוד דקלם, וזו תפארתה". עכת"ד.

9 קהלת פרק ז' פסוק יד'.

מבואר בספרים הקדושים¹ כי כאשר רצה הקב"ה לעשות את עולמו הגשמי, ראשית הוא ברא ארבעה חומרי יסוד גשמיים – ארבעה רכיביים: אש, רוח, מים ועפר², ולאחר מכן הוא סידר, הרכיב ומיזג אותם יחד באופנים רבים ומגוונים עד למאוד, ועל ידי כן הוא עשה את העולם הגשמי על כל פרטיו.

וכמו כן, כאשר רצה הקב"ה לברוא את העולמות הרוחניים, הוא ברא ארבעה יסודות רוחניים – אש, רוח, מים ועפר רוחניים, ואיתם הוא ברא את העולמות הרוחניים על כל פרטיהם³.

ונמצא כי כל העולמות והפרטים הקיימים בהם, כפי שהם נראים כלפי חוץ, אינם אלא תוצאות של הסידור, ההרכבה והמיזוג של ארבעת היסודות. הוי אומר, ארבעת היסודות הינם האבות – השורשים, של הבריאה, וכל הדברים הקיימים בבריאה, הינם התולדות – הענפים, של ארבעת היסודות.

ואם כן, נפש האדם, מעצם היותה רוחנית, הינה מסודרת, מורכבת וממוזגת אך ורק מארבעת היסודות הרוחניים. וכל כוחות נפש האדם, אשר רבים הם, אינם אלא תוצאות – תולדות – ענפים, של ארבעת היסודות ה"נפשיים" אשר סודרו, הורכבו ומוזגו באופנים רבים עד למאוד.

וכיון שסדר היסודות, הרכבתם ומיזוגם, משתנים מאדם לאדם, אין אדם הדומה לחברו. לכל אדם ישנם כוחות רבים, מגוונים ושונים, תכונות שונות, מידות שונות וכישרונות שונים – כל אדם הינו יחודי בפני עצמו.

ומאיך, על מנת לאפשר לאדם להשלים את עצמו ולעבוד את בוראו, עשה ה' יתברך את עולמו בכלל ואת נפש האדם בפרט, באופן שסייג דורם, הרכבתם ואיזונם של ארבעת היסודות אינם בשלמות. וכתוצאה מכך, חלק מכוחות הנפש אינו גלוי, אינו מתוקן או אינו מאוזן כפי הצורך. וכמו כן, מאורעות החיים מוסיפים את חלקם, כפי רצונו יתברך, לחוסר הגילוי, התיקון והאיזון של כוחות הנפש.

ואשר על כן, קשיי ההתמודדות, הסבל והצער הנפשי, המידות הבלתי מתוקנות והבעיות הנפשיות, אף הם משתנים מאדם לאדם.

והמוטל על האדם הוא להכיר את עצמו – את ארבעת יסודותיו השורשיים וכוחותיו הענפיים, ולעבוד עם נפשו – להשתמש בכוחותיו היחודיים, לגלות את כוחותיו החבויים ולהוציאם מן הכח אל הפועל, ולתקן ולאזן את כוחותיו הבלתי מתוקנים ומאוזנים.

וזו דרכה של התורה הקדושה להכרה עצמית והעצמת הנפש.

וכך כתב רבי חיים ויטאל (מהרח"ו) זצ"ל, תלמיד האר"י זצ"ל, בספרו "שערי קדושה"⁴: "כמו כן בנפשות, הארבעה יסודות הם על דרך טוב ורע, ומהם נמשך בריאות הנפש היסודית שבאדם, או תחלואיה הנמשכים מארבע קליפות טמאות שבנפש ההיא. וכשיסירם מעליו, יתלבשו אותיות ארבע של הוי"ה, שהם אור המחיה נפש היסודית וכו"⁵.

1 ספר היצירה המיוחס לאברהם אבינו, הרמב"ם הלי יסודי התורה פ"ד ה"א, מהרח"ו ב"שערי קדושה" ח"א ש"ב, מהרח"ל ב"דרך חיים" על פרקי אבות פ"א משנה ב' ומקומות רבים נוספים. וניתן לעיין בקונטרס "ארבעת היסודות – המקורות", על מנת להעמיק בנושא זה ביתר הרחבה.

2 באופן כללי, כל הסדרים קיימים, כפי שמבואר בספר היצירה. וסדר היסודות המובא כאן הינו מלמעלה למטה, והוא אחד הסדרים השורשיים.

3 ארבעת היסודות משתלשלים מארבע אותיות שמו של הקב"ה – שם הוי"ה ברוך הוא. ועל פי סדר היסודות המובא כאן, החלוקה הינה כדלהלן: (מקוצו של יו"ד משתלשל כח ההיולי של ארבעת היסודות), מהאות יו"ד משתלשל יסוד האש, מהאות ה"י משתלשל יסוד הרוח, מהאות וי"ו משתלשל יסוד המים, מהאות ה"י האחרונה משתלשל יסוד העפר. ובכל עולם, ארבעת היסודות "מקבלים" את האיכויות והתכונות הנצרכות לבניית אותו עולם.

4 חלק א' שער ב'.

5 ועיין שם באריכות.



יומא (נ ע"א) - פר ושעיר של יום הכיפורים שאבדו. דהנה מהות יום הכיפורים ההארה של השבת אבידה. דבמתן תורה קבלו ב' כתרים כל אחד, ואבדום בחטא העגל, כמ"ש בשבת (פח ע"א), ואמרו שם, אמר ר"ל, עתיד הקב"ה להחזיר לנו, שנאמר ופדווי ה' ישובו ובאו ציון ברנה ושמחת עולם על ראשם, שמחה שמעולם על ראשם.

והבן שכל עשי"ת, ענינם השבת אבדה, תשובה. ושלמות ההשבה ביוה"כ. ובו מתנוצץ הארה מעין לעת"ל של "עתיד הקב"ה להחזיר לנו", ולכך נתנו בו לוחות שניות. וכאשר חסר בהארה זו גובר כח האבדה, וז"ש פר ושעיר של יוה"כ שאבד. פר, מלשון פירורין, שדבר המפורר נאבד. ושעיר, שעיר לה' וכנגדו שערי לעזאזל, הנשלח אל ארץ גזירה, שכולו אבדון. וכאשר גובר שעיר לעזאזל, ח"ו נגלה הגזירה של המן בפורים (כ-פורים) להשמיד להרג ולאבד.

ואמרו (זבחים מח ע"א) פר ושעיר של יוה"כ שחיתתן בצפון: מכדי צפון בעולה כתיב, ניתני עולה ברישא, חטאת אידי דאתי מדרשא חביבא ליה. וניתני חטאת החיצונית, אידי דנכנס לפני ולפנים חביבא ליה.

והבן, צפון מלשון דבר צפון ונעלם. ויש צפון דקלקול כמ"ש (סוכה נב ע"א) ת"ר, ואת הצפוני ארחיק מעליכם, זה יצה"ר שצפון ועומד בלבו של אדם. וזהו אבדה, שנאבד בתוך האדם ואינו נגלה. ועליו אמרו שם, והדחתיו אל ארץ ציה ושממה, למקום שאין בני"א מצויין להתגרות בהן, והוא בחינת שעיר לעזאזל הנשלח אל ארץ גזירה. ומכחו נאבד פר ושעיר של יוה"כ, כנ"ל.

ולעומתו יש צפון דקדושה שהוא בחינת קה"ק, לפני ולפנים, צפון מכל אדם, זולת כה"ג ביוה"כ (ולצורך תיקון קה"ק). וכאשר כה"ג נכנס לשם ביוה"כ מאיר אור התשובה, אור השבת אבדה, אור שמשיב את האבדות. ולכך יוה"כ הוא זמן תשובה לכל.

ואור זה המושרש בקה"ק חביבא ליה לתנא, כי מתפשט מלפני ולפנים ולחוץ, למקום השחיטה, ולכך פר ושעיר של יוה"כ שחיתתן בצפון, שמאיר בהם הצפון של קה"ק. וז"ש שם בסוכה, כדררש ר' יהודה, לעת"ל מביאו הקב"ה (ליצה"ר) ושחטו. והיינו שמעלה צפון דקלקול לצפון דתיקון. השבת אבדה שלמה.

יומא (עד ע"ב) - ועניתם את נפשותיכם, וכו', הרי הוא אומר (ויקרא כג, ל) והאבדתי את הנפש ההיא, ענוי שהוא אבידת הנפש, ואיזה זה, אכילה ושתייה. וח"ו אם אינו מענה את נפשו, חייב כרת הנקרא אבדון. אבד דתיקון, ענוי של אכילה ושתייה, אבד דקלקול, כרת.

והבן שיש אבדת גופו, כגון תועה בכרמים כמ"ש בסנהדרין (עג ע"א), ויש אבדת נפש של עינוי נפש. אכילה ושתייה, ויש אבדת נפש, כרת.

ושורש אבדת נפש, כמ"ש (ביצה טז ע"א) אמר ר"ש בן לקיש, נשמה יתירה נותן הקב"ה באדם ערב שבת, ולמוצאי שבת נוטלין אותה הימנו, שנאמר שבת וינפש, כיון ששבת ווי אבדה נפש. וברש"י שם, נשמה יתירה, שמרחיבים דעתו לאכילה ושתייה. וא"כ במוצאי שבת שאבדה נפש איבד רוחב דעתו לאכילה ושתייה. וזהו ענוי של אבדת נפש באכילה ושתייה (ועיין זוה"ק, ויקהל, רד ע"ב).

והנה על מנת להשיב את הנפש אמרו (שכל טוב, בשלח, טז) בשמים במוצאי שבת מצוה, מ"ט, משום נשמה יתירה שניתנת באדם בע"ש, ובמוצ"ש ניטלת הימנו. ועיין שיטה מקובצת (ביצה שם) ולפיכך תקנו להריח בבשמים במוצאי שבתות לשכח את הנפש מאבדה. ועיין רוקח (הלכות הבדלה, סימן שמ) תחלה מברכים לנחם הנפש, וינפש, ווי אבדה נפש. ובפרק כיצד מברכים (מג) אמר רב זוטא אמר רב, מנין שמברכין על הריח, שנאמר כל הנשמה תהלל, בגימטריא נשמת הנהנית.

והבן שיוה"כ נקרא שבת שבתון, שבמקום שמסתים השבת, בוינפש וי אבדה נפש, מתחיל יוה"כ, ולכך נאמר בו עינוי נפש. ולכך נהגו ישראל להריח בשמים ביוה"כ (מלבד הטעם להשלים מאה ברכות), והטעם כי הוא המשכה מהרחת בשמים של מוצש"ק.

ושורש איבוד של אכילה, גבי אדה"ר, שתחלה הותר לו לאכול מכל עץ הגן זולת עץ הדעת, וכאשר אכל מעץ הדעת גורש מג"ע, מפני החשש פן לקח מעץ החיים וחי לעולם. ונמצא שנאבד ממנו אפשרות האכילה מכללות עצי הג"ע, ובפרטות אפשרות האכילה מעץ החיים. ומכאן ואילך בכל אכילה יש צד של איבוד, כי חלק מאכילתו נעשה פסולת, ונאבד מגופו. כי לולי החטא היתה אכילתו כאכילת המן הנבלע באברים. ■ המשך בע"ה בשבוע הבא - נכתב על ידי הרב שליט"א במוחד לעלון זה

נא לשמור על קדושת הגיליון

שיעורי "בלבבי" מופיעים ב"קול הלשון" בארץ 073.295.1245 | USA 718..295.1245

להצטרפות לרשימת העלון | לכל ענייני העלון | לקחת חסות עבור עלון: info@bilvavi.net

רכישת ספרי הרב: ספרי אברמוביץ - משלוח ברחבי העולם 03.578.2270 | books2270@moshebooks.com

ספרי מאה שערים רח' מאה שערים 15, ירושלים 02.502.2567 | ספרי אברמוביץ רח' קוטלר 5 בני ברק 03.579.3829