

# חשבונו הנכפיש פנימי



להאזנה לשיעור  
בקול הלשון

073-295-1245 ישראל

USA 605-313-6660

מקישים: כוכבית [\*]

סולמית [#] - <

[37286107] - < סולמית [#]





**תבונן מעט להבין את השרשים הפנימיים יותר - והמעשיים - של עבודת התשובה.**

**התפיסה של החשבון הנפש כפשוטו - "מפקח על מעשיו"**

**כפשוטו** ממש, ההגדרה של עבודת התשובה היא כמו הלשון שהגדירו רבותינו במילים שלהם - 'חשבון הנפש', וביאור הדברים כפשוטם ממש שמוטל על האדם להתבונן על המעשים שהוא עשה ולבקר אותם, כלשון חז"ל (גמ' עירובין יג, ב) "ימשמש במעשיו", "יפשפש במעשיו", וכלשון המסילת ישרים במידת הזהירות (פרק ב') "מתבונן ומפקח על מעשיו ודרכיו, הטובים הם או לא".

**ובאופן** הזה האדם בודק את מעשיו שהוא עשה - לפחות בשנה האחרונה - האם המעשים הללו ראויים הם, אם לאו, ואז, הוא מנסה לחדול מהמעשים שאינם ראויים וגם במעשים הראויים, הוא מנסה לראות איך אפשר לשפר אותם.

זהו מבט כללי מאד בתפיסה שנקראת תשובה - חשבון הנפש.

**ההתבוננות הפנימית - התבוננות על כלל החיים כהליך**

**אבל** במבט יותר שורשי ויותר פנימי - כאשר האדם מסתכל על מה שהוא עבר עד עכשיו, הוא יכול להסתכל על מה שקרה עד היום במבט של פרטים, הוא מביט על פרטי המעשים שהוא עשה, עוד מעשה ועוד מעשה, עוד פרט ועוד פרט, וכמובן, המעשים שכל אחד ואחד מאתנו עשה, הם הרי רבים מאד, והרי שזה אופן של ההתבוננות שהאדם רואה את המעשים כפרטים, כריבוי גדול מאד של מעשים.

**אבל** בתפיסה הפנימית שהיא היא השורש הפנימי של התפיסה שנקראת 'תשובה', ההסתכלות היא לא רק - איזה מעשים עשיתי, מה הם המעשים, וכיצד עשיתי אותם, אלא ההסתכלות היא - מה עברתי כהליך בשנה האחרונה, ובהיקף גדול יותר, האדם מתבונן מה הוא עבר כהליך מאז שהוא נהיה מודע לעצמו.

**הסתכלות של ילד - הסתכלות של פרטים בכל רגע ורגע, והסתכלות של סבוגר - מבט היקפי**

**נתבונן** להבין - הרי ישנו הבדל יסודי מאד בין האדם כשהוא עדיין קטן בגילו כתינוק או ילד קטן לבין אדם מבוגר, תינוק או ילד קטן אינו חושב בעיקר על מה שקרה אתמול ולא על מה שיהיה מחר, אלא כל מחשבתו היא על

מה שנמצא עכשיו לפניו, הוא חי את ההווה בלבד, הוא חי כל רגע ורגע את ה'הווה' חדש שמתחדשים בו פרטים חדשים, וכדוגמא, תינוק זוחל בבית ומשחק, תינוק אוכל, שותה, בוכה, מתרחץ, אבל בכל מה שהוא עושה הוא חי את זה כעוד פרט ועוד פרט, פרט, הוא רואה לפניו 'הווה', הרגע שהיה 'לפני' לא קשור לרגע של 'אחרי', בכל רגע ורגע הוא חי את הרגע שבו הוא נמצא.

**אבל** כשהילד מתבגר מעט או יתר על כן, הוא מסתכל על הדברים במבט אחר לגמרי, ודוגמא פשוטה ובהירה לדבר - כשמתחיל שבוע חדש, אם זה ילד ב'חידר' או ילדה ב'ביית הספר', אם זה בחור בישיבה או בחורה בסמינר או אברך ב'כולל' וכדו', הוא לא מסתכל על יום ראשון שיש רק את יום ראשון, אלא מסתכל במבט כללי על השבוע כולו, ובדוגמא מעשית - בכניסה ל'כולל' תולים הודעה עבור האברכים - ההספק השבועי מיום ראשון עד יום חמישי הוא כך וכך... יש מערכת לימודים שבועית בסמינר, מה לומדים ביום ראשון, מה לומדים ביום שני, מתי המבחנים... ועוד ועוד.

**כלומר** - לא רואים כל יום לעצמו אלא יש מערכת של שבוע.

**כשהאחראי** על התלמידים מסדר את הסדר, הוא לא מסדר כל יום לעצמו אלא הוא מסדר זאת כמבנה שלם, מה ילמדו השנה, מה יספיקו עד תקופה מסויימת, איך לשבץ כל מורה ומורה במקומו וכדומה.

זהו מבט של עבר, הווה ועתיד, מבט של תהליך.

**ומשל** פשוט יותר מעולם המעשה - משפחה שלימה הולכת לטיול, מהילד הקטן עד האבא המבוגר, והם מגיעים למקום שיש בו נוף, - הגובה של הילד הקטן הוא לדוגמא - 60 ש"מ, הגובה של האבא - מטר ושמונים, האם הם רואים את אותו נוף? - בוודאי שלא, הילד שהוא בגובה 60 ס"מ רואה רק מהגובה הזה וישנם הרבה דברים שיכולים לעכב את ראייתו, לעומת כך האדם הגבוה שמסתכל, הוא רואה הרבה יותר רחוק.

**והרי** שעל אף ששניהם נמצאים בדיוק באותו מקום, בכל זאת, כל אחד רואה משהו אחר, הילד הקטן רואה לפי הגובה שלא מה שקרוב לפניו, ואילו האדם הגבוה, רואה הרבה יותר רחוק.

זה משל חושי, אבל זה משל שמלמד על התפיסה הפנימית של ההסתכלות שגנוזה באדם בכוחות נפשו, האם באופן הסתכלותו הוא דומה לילד קטן שרואה רק את מה שנמצא לפניו

בלבד, עכשיו ברגע זה או ביום הקרוב, או שיש לו מבט היקפי שבו הוא מסתכל כאדם העומד במקום גבוה ורואה את כל ההיקף.

**"אתה זוכר את כל המפעל" -**  
**המבט של הבורא עולם שכולל**  
**את ההיקף של הכל**

**וכמו** שברור, המבט הכי גדל שכולל את ההיקף של הכל, זה מבט כביכול של הבורא עולם כפי איך שהוא מסתכל על הנבראים.

זהו ראש השנה שנקרא במטבע לשון התפילה 'יום הזכרון', ומהו הזכרון של ראש השנה? - כמו שאומרים בברכה האמצעית שבתפילת מוסף של ר"ה בברכת 'זכרונות' - "אתה זוכר את כל המפעל וגם כל היצור לא נכחד ממך אין דבר נעלם ממך ואין נסתר מנגד עיניך", אין מה שנסתר מלפניו יתברך שמו, ולאיהו זמן אנחנו מייחסים בברכה את מה שהקב"ה זוכר? - מתחילת מעשה בראשית, "אתה זוכר מעשה עולם... לפניך נגלו כל תעלומות והמון נסתרות שמבראשית", וכן בהמשך "וגם את נח באהבה זכרת" וגו'.

**כלומר**, הקב"ה זוכר את כל ימות עולם עד השנה הזו שאנו נמצאים בה, אבל מאיזה מצב מתחיל הזכרון? - זכרון של כל ימות עולם מששת ימי בראשית.

**השלב הראשון של חשבון הנפש -**  
**מודעות רחבה**

**כמו** כן אצל האדם, הזכרון שלו צריך להתחיל מתחילתו, וכמובן, כמו שברור ופשוט לנו לא יכול להיות זכרון כמו של הקב"ה, אבל אנחנו צריכים לתפוס לאיזה מהות של זכרון אנחנו צריכים להגיע, לפי ערכינו.

**והסבר** הדברים בלשון פשוטה יותר - 'חשבון הנפש' לא מתחיל בזכירת פרטים, בחשבון אם הם טובים אם לא, ובהתבוננות מה האיכות להם, - זה השלב השני, אבל השלב הראשון של חשבון הנפש מתחיל ממודעות רחבה, מהסתכלות רחבה שבה האדם רואה את עצמו וחוה את עצמו.

**החזרה למודעות הראשונה**  
**שבנפש - הראש השנה הפרטי**  
**של האדם**

**נעמיד** ראשית, לפי"ז, עצה למעשה ובהמשך נבאר יותר את הדברים - קורה שלפעמים האדם שוכב במיטתו ואינו מצליח להירדם, ואז, כל אדם מוצא לעצמו מה לעשות בזמן הזה, יש ששומעים משהו, יש מי שחושב על משהו

מסויים [ויש מי שחושב על זה שהוא לא נרדם...].

**אחד** מהעצות המעשיות שאפשר להשתמש בהם למעשה - כשאדם שוכב ולא נרדם, הוא יכול להתחיל לשחזר את החיים מאז שהוא היה מודע לעצמו. - לאט לאט יתבארו הדברים - אבל ראשית, יש כאן הגדרה מעשית לגמרי, אדם שוכב במיטה ולא נרדם<sup>א</sup> הוא חוזר למודעות הראשונה שהיה לו, הוא חוזר וחושב מאיזה זמן הוא זוכר את עצמו.

**והידוד** הדברים, יש כאן נקודה עדינה ויקרה מאד, צורת החיים הראויה לכל אדם ואדם היא להגיע למודעות הראשונה שבה הוא זוכר את עצמו, מתי היה הדבר הראשון שהוא זוכר עם עצמו, מהו הזכרון הראשון שהוא זוכר מעצמו.

**וכל אחד ואחד** שינסה לעשות את זה למעשה, בהתחלה יעלו לו בזכרונו כל מיני דברים מהקטנות שלו, אבל לאט לאט הוא יוכל יותר להתמקד מהיכן הוא זוכר את עצמו, וגם אם הוא לא יגיע למקום מבורר מאה אבל פחות או יותר הוא יגיע לשלב, לגיל, למצב ראשוני שבו הוא זוכר את עצמו<sup>ב</sup>, ואז, המודעות שלו מתחילה אצלו מהמקום ההוא.

**[במאמר** המוסדר, יתכן שהדברים נשמעים כדברים מחודשים או אולי קצת רחוקים, אבל מי שיעשה את זה, ויראה את התועלת שהוא יקבל משם, זה יכול לפתוח לעצמו חיים חדשים].

**וכמובן**, במבט השטחי זה נראה לאדם בזכרונו בעלמא, כדמיונות בעלמא, האדם יכול לחשוב, מה שהיה היה, מאי נפקא - מינה במה שהיה, זה היה ונגמר, בוא נחשוב איפה אנחנו נמצאים עכשיו, בוא נחשוב איך אנחנו מתקדמים מהמקום שבו אנו נמצאים, איך מנצלים את החיים כראוי, אבל מי נפקא-מינה בדיוק ממתי אני זוכר את עצמי, בו נבדוק את המציאות כחיים, ונתקדם איתה.

**אך** כל זה רק המבט החיצוני, אבל המבט הפנימי, זה עומק ההבחנה של 'יום הזכרון', של 'אתה' זוכר את כל המעפלי, האדם צחק לגעת, ראשית, בתחילת המודעות שלו.

**כלומר** - לכל דבר ישנה התחלה, לשנה יש התחלה - ראש השנה, וכמו כן לאדם שהוא נקרא בר-דעת הוא צריך לנוסות לעמוד על תחילת המודעות, ממתי הוא התחיל להיות בר-דעת, היה שלב קודם

לכן שהוא היה תינוק והוא איננו זוכר מה שהיה, ובשלב מסויים, הוא התחיל להיות מודע לעצמו.

**וכיון** שזה השלב שהוא ההתחלה המודעות של עצמו, הרי שזה ה'ראש השנה' הפרטי שלו.

**בראש** השנה כל באי עולם עברו לפניו כבני מרון, אבל כמו שיש ר"ה כללי לכל באי עולם, כך יש לכל אחד גם את ה'ראש השנה' הפרטי שלו.

**כמו** שאצל הקב"ה יש את הזכרון הכללי שהקב"ה זוכר זוכר את כל המפעל, ומצד כך כמו שאומרת הגמ' ב"ר"ה (יה, א) "כולם נסקרים בסקירה אחת", ויש את מה שהקב"ה דן כל אדם ואדם בלחוד שכל באי עולם עוברים לפניו כבני מרון זה אחר זה.

**כמו** כן בהקבלה לכם אצל האדם, מלבד הזכרון הפרטי שבו הוא דן על כל מעשה, יש גם את הזכרון הכללי של כלל המודעות שלו.

**ולמודעות** הזו ישנה התחלה - לכל אחד ואחד יש בנפשו את ה'ראש השנה' הפרטי שלו את ההתחלה שלו, וההתחלה שלו היא מקום המודעות הראשון של האדם<sup>ג</sup> שזה ה'ראש השנה' הפרטי שלו.

## השלב הבא - לשחזר את זכרונותיו באופן של תהליך שנה אחר שנה

**וכשהאדם** זוכה, פחות או יותר, לדעת היכן הוא זוכר את ההתחלה של החיים שלו, היכן תחילת המודעות של עצמו<sup>ד</sup>, אז מגיע השלב הבא, שהאדם מתחיל לשחזר את כל החיים שלו, שנה אחרי שנה מאז שהוא זוכר את עצמו, בתפיסה של תהליך.

**ולכן** הזוכר שהזמן הטוב יותר לעשות זאת, זה לפני זמן השינה שאמנם הנפש עדיין נמצאת במצב של שכל שזהו מצבו של האדם בפעולת היום אבל הנפש כבר רגועה כיון שהיא קרובה גם למצב של הדמיון שזה פעולת הלילה, והרי שזה הזמן הממוצע שהאדם כבר רגוע מעמל היום והוא משקיט את עצמו במיטתו ומתחיל להיכנס לתהליך של שינה, שבנפש זה תהליך של דמיון - אבל זה עדיין לא דמיון של שנה ולכן זה מתאים לעורר אז את המודעות ע"י כח הדמיון ביחס לזכרונות העבר - זהו הזמן הבריא והמסוגל לכך שהאדם יוכל להיכנס לאותו מצב.

**ודייקא** בזמן הקרוב לשינה, שהרי כשהאדם חולם חלום בשעת השינה, החלום הוא לא באופן של

פרטים פרטים זה אחר זה - כך וכך היה, וכך כך ארע וכו' אלא באופן שמצטייר לאדם תהליך - הייתי במקום מסויים והלכתי למקום אחר וכך כך ארע לי בדרך עד שהגעתי למקום פלוני וכדומה, מצטייר לו בחלום התהליך שקרו הדברים ולא פרטים בעלמא בלא קשר זה לזה - כמו כשהדבר באמת קורה במציאות האדם עובר ממקום למקום באופן של תהליך, כך זה גם מצטייר לו בחלום באופן של תהליך, והרי שהוא נכנס בחלום לתפיסה של תהליך במערכת הדמיון.

**וא"כ**, החלום זה דוגמא לתפיסה הזו שהאדם יכול לחוש איך בכח הדמיון של האדם הוא תופס תהליך ולא פרטים.

**לעומת** כך במשך היום כשהאדם ער, על דרך כלל בני אדם חווים כל פרט לעצמו בהווה שהאדם נמצא בו פרט אחר פרט, ולא באופן של תהליך.

**אבל** העבודה הפנימית של האדם היא להגיע למצב שיש מודעות לתהליך גם כשהאדם ער - מעין תפיסת תהליך שבחלום אלא שזה מודעות של המציאות עצמה באותה תפיסה של תהליך.

**והכח** הזה נגלה יותר אצל אנשים מבוגרים - וכ"א מכיר זאת אצל קרוביו ומכריו המבוגרים - שבשעת זקנותם הם מספרים הרבה זכרונות אבל לא באופן של פרטים אלא הם מספרים את סיפור חייהם, וכמו כן יש אחוז לא קטן של בני אדם שכותבים ספר ביוגרפיה על החיים של עצמם שבו הם מספרים את כל התהליך שהם עברו בחייהם.

**אלא** שלפי מה שמצוי, הכח הזה גלוי כקיים רק כאשר האדם נמצא בחלק האחרון של החיים במבט שבא אחר התהליך שהאדם עבר בחיים, לספר את זכרונותיו.

**אבל** מי שחכם ובר-דעת - מדוע שיחכה לסוף החיים בשביל לכתוב את הביוגרפיה שלו - מתבקש יותר שיעבור את החיים עצמם בצורה הזו של תהליך, בתפיסה של תהליך.

**עתה** נצייר את האופן שהאדם עושה זאת למעשה ממש - לאחר שהאדם הגיע לשלב הראשון שהוא זוכר את עצמו שבו הוא היה מודע לעצמו, השלב הבא הוא שהאדם מנסה לשחזר לא רק את הפרטים שהיו אז, פרט זה או פרט אחר, אלא מה הוא זוכר מאז באופן של תהליך, וכדוגמא, לפי סדר התהליך של גלגל השנה שהיה אז או

<sup>א</sup> כמובן, לא שצריך לעשות את זה באופן קבוע, לא באים להעמיד כאן חיוב לעשות את זה, ולא צריך לעשות זאת מתוך לחץ, אבל זה כחלק מהעצות המומלצות לאדם שלא נרדם, שיעשה כך מדי פעם.

<sup>ב</sup> וכדוגמא הוא יזכר איזשהו מקום שהוא היה בדירה מימי ילדותו או במקום הלימודים או זכרון של ביקור באיזשהו מקום.

<sup>ג</sup> ובהמשך יתבאר לפי"ז, מהו היום הכפורים הפרטי שלו - שזוהי עבודת התשובה - שזה השלב השני.

<sup>ד</sup> וכמו שנתבאר, לאו דווקא מעשה בפועל שאותו הוא זוכר - אף שעדיין כך - אלא לפחות את התקופה הראשונה שהוא היה מודע לה.

<sup>ה</sup> כל אחד ואחד לפי עניינו בגיל שנתיים שלוש או בגיל ארבע-גיל חמש זה גיל מבוגר כשזוכרים רק משם, וצריך למצוא היכן המודעות המקודמת יותר.

<sup>ו</sup> כמו שיתבאר בהמשך בהרחבה.

<sup>ז</sup> כפי שיתבאר להלן מהי התועלת הגדולה שיש בדבר.

## השלב הבא – קבלת סבט איך הסתכלותו השתנתה לפי תהליך גדילתו

**ולפי"ז** נתבונן ונבין ברור את השלב הביא - האדם צריך לקבל מבט איך הוא ראה את עצמו בכל גיל, איך הוא ראה את עצמו בשנה פלונית ואיך הוא ראה את עצמו בשנה שלאחריה וכך לעבור שנה שנה שהאדם מביט לראות איך היה האופן שהוא ראה את עצמו באותה שנה.

**כלומר** - הרי כל אדם ואדם יש לו בנפש גם את התפיסה של ילדות, גם את התפיסה של התבגרות וגם את התפיסה כשהוא כבר יותר מבוגר, בתפיסה של ילדות בגיל שילד עוד עסוק במשחקים, הוא רואה את החיים במבט אחד, וככל שהוא מתבגר הוא רואה את החיים במבט שונה.

**וא"כ**, לאחר שהאדם כבר חווה מה הוא עבר בפועל בכל שנה ושנה, בשלב הבא, הוא צריך לנסות לחוות את הגדולה שלו, היכן, לפי זכרונו המודעות שלו הלכה והשתנתה, איך הוא הסתכל בגיל פלוני וכיצד לאט לאט הסתכלותו הלכה והשתנתה במשך השנים.

**ניתן** דוגמאות מעשיות בכדי להמשיך את הדברים באופן ברור ומעשי, ילד צעיר כשהוא מסתכל על בחור בגיל בר-מצוה, נראה לו שהוא ממש מבוגר, עולם אחר לגמרי, אבל כשהוא עצמו גדל ונהיה בר-מצוה, פתאום הוא מתייחס לזה כאל שלב מסוים בלבד, ועל אף שבוודאי יש לגיל הזה משמעות רחבה, אך הוא כבר לא רואה שבגיל בר-מצוה הוא כבר גדול לגמרי כפי שהוא התייחס לזה בתור ילד צעיר.

**וכמו כן**, בדוגמה נוספת - אצל ילד צעיר בשנותיו הצעירות במקום לימודיו, הוא רואה את שנתן של המבוגרים שבמוסד, שהילדים שם הם 'הגדולים', אבל כשהוא בעצמו מגיע לשנתון זה, הוא רואה את עצמו אחרת לגמרי, - וכשהוא עולה לשיבה וכדו' והוא הופך להיות בשנתון הכי צעיר, שם הוא כבר בכלל רואה את עצמו אחרת.

**זהו** עניינה של המודעות שעליה דיברנו, המטרה כאן היא לנסות לקבל ע"י המודעות הזו את הפער בין האופן של ההסתכלות על הדברים בגיל צעיר לבין אופן ההסתכלות עליהם לאחר מכן, שלב אחרי שלב, עד אופן הסתכלות שהאדם רואה את הדברים בגילו כהיום.

**ודוגמה** נוספת שכותב הרב דסלר זצ"ל - אצל אנשים בגיל צעיר, בפרט בשנות הבחורות, כשהם

לפי סדר ההתאקלמות שלו במוסד הלימודים, וכך לעבור כל שנה לפי סדר הזמן מה האדם זוכר מאותה שנה בתהליך השנה מתחילתה לסופה, וכדוגמה - מה אני זוכר משנת תשנ"ז מתחילתה לסופה ומה עברתי בשנה זו, ושוב, לא להתמקד בפרטים אלא בתהליך של הזמן שעבר על האדם, או בתהליך הימצאותו במקום מסויים באותה שנה, מה היה באותו מקום, וכך לאט לאט האדם נכנס למצב שהוא חווה שוב את אותה שנה מהתחלה.

**ואמנם** הרווייה תהיה מועטת כי הזכרון מאותו גיל הוא מועט, אבל הוא חווה שוב את אותה שנה.

**ולאחר** שהוא עובר בזכרונו את בשנת תשנ"ז הוא מנסה לעלות בזכרונו את שנת תשנ"ח כשהוא היה כדוגמה כבר במקום אחר, - מה הוא זוכר מאותה שנה מתחילתה לסופה. וכך הוא עובר שנה אחרי שנה עד הגיל שבו האדם נמצא עכשיו, - וכמובן, אין צורך לעשות בבת-אחת את כל התהליך מהשנה הראשונה שהאדם מודע לעצמו עד הגיל שבו הוא נמצא, אבל מדי-פעם כשהוא לא נרדם בלילה, האדם מתחיל לשחזר את השנים עוד ועוד.

**ולאט** לאט האדם מתרגל לחזור על זכרונותיו מכל שנה שוב ושוב - ולפעמים תוך כדי החזרה על אותה שנה שוב ושוב, מתעוררים אצל האדם עוד זכרונות מאותה שנה<sup>ח</sup>.

**וכך** האדם מתחיל לאט לאט לקבל רושם - שנת תשנ"ז היתה אצלי בנפש באופן הזה... שנת תשנ"ח היתה אצלי בנפש באופן הזה, וכך וכך היתה אצלי בנפש שנת תשנ"ט, - בשנת תש"ס אני כבר זוכר את עצמי הרבה יותר ברור, כך האדם מקבל בהירות על כל שנה ושנה, מה הוא זוכר מאותה שנה.

[**ישנה** דרך שהיתה נהוגה - ופעמים אף אצל חכמים וצדיקים<sup>ט</sup> - שהם היו עורכים לעצמם יומן כל יום מה הם עשו בו - והם לא היו עושים זאת בתור 'חשבון-הנפש' כפשוטו אלא יומן חייהם מה הם עשו כל יום.

**ומי** שנוהג בדרך הזו, הוא יכול להתבונן בגיל מבוגר במה שהוא כתב בדברים שכבר כתובים [אצלו].

**ומ"מ** א"כ, זה העצה המומלצת לאדם בכל גיל שהוא נמצא, לנסות לשחזר ולעבור שוב את התהליך שהוא זוכר מתחילת המודעות עד הגיל שבו הוא נמצא ומכח כך להגיע לתפיסה כוללת - מה עברתי בחיי בכל שנה ושנה.

מסתכלים היכן הוא היעד שאליו הם רוצים להגיע, על דרך כלל הם מסתכלים שהיעד הוא יום הנישואין, היעד הוא שהם מתחננים, - אבל בגיל זקנה, על אף שהם מסתכלים על יום הנישואין במבט חשוב מאד, אבל זה כבר לא באותו מבט, הם רואים את יום הנישואין כהתחלה חדשה בחים, כהתחלת בנין עצמי חדש, כאתגרים חדשים, התמודדויות חדשות והצלחות חדשות, אבל זהו מבט שונה לגמרי מהמבט של בחור צעיר, - זה דוגמה חדה מאד שכל אחד רואה את המציאות באופן שונה מהמקום שבו הוא נמצא.

**וכך** זה גם באופן כללי, מי שמנסה להבחין בין הצורה שמבוגרים מסתכלים על דברים לבין הצורה שצעירים מסתכלים על הדברים, הוא רואה לפניו מבטים שונים לגמרי על החיים.



**ונתבונן** להבין עמוק - אם נרצה לצייר את התמונה שלימה בעיני זה - המבט הגבוה של אנשים שחיים באופן פנימי ונכון הוא שהיום שהוא רואה שבו נמצאת הגדלות השלימה.

♦ הוא לא יום הנישואין של עצמו.

♦ הוא לא היום שנולד לו בן.

♦ הוא לא יום הבר-מצוה של הבן וגם לא יום הנישואין שלו, ואף לא השמחות שאצל נכדיו.

הוא חי שהיום שאליו הוא כוסף, היום שבו הוא רואה את הגדלות השלימה הוא יום ביאת משיח, יום שבו מתגלה עולם הבא.

**אבל** זה כבר במדרגות הגבוהות, אלא שכיון ש'סוף מעשה במחשבה תחילה' צריך לדעת ששמה היא התכלית.



**אבל** נחזור למדרגות ששייכים לרוב המוחלט של בני האדם, - כל אחד ואחד צריך לעבור את התהליך שהזכר, את המודעות שמתחילה מנקודת ההתחלה של המודעות, לזכור שנה אחרי שנה את המודעות, מה הוא עבר כל השנה.

**ולקבל** את המבט הפנימי איך הוא חווה את החיים שלו כתהליך מהיום שהוא היה מודע לעצמו עד המצב שבו הוא נמצא כיום, אבל הוא לא חווה רק מה שארע לו ומה שהוא עשה כפרטים בעלמא אלא הוא חווה את זה כגדילה, והוא חווה את התהליך של הגדילה, - הוא היה תינוק, הוא נהיה

<sup>ח</sup> וגם אם לא מתעוררים אצלו עוד זכרונות, אין זה הכרחי לעבודת האדם.

<sup>ט</sup> כגון הרב עובדיה יוסף זצ"ל השאיר אחריו יומן שכתוב בו מה עבר עליו כל יום ויום, בכל המקומות שהוא גר וכדו', ? לכל התהליכים שהוא עבר.

## מודעות לתהליכים הנפשיים שהאדם עבר בהם שוש לחשוב הנפש הפנימי

**אחר** המעלה שנתבארה עד עכשיו בעצם מה שהאדם חי בתפיסה של תהליך זהו האופן שהוא מסתכל על חייו, נתבונן להבין נקודה יסודית נוספת.

**כאשר** האדם חווה את החיים כתהליך, על ידי כן הוא נהיה לאט לאט מודע לעצמו יותר מחד, באיזה נקודות הוא יותר מיוחד, ומאידך, באלו נקודות יש לו יותר קשיים שהוא צריך להתמודד אתם ולהתקדם בהם.

**אם** מסתכלים על כל מעשה שהאדם עשה כפרט, זה מודעות חלקית אד וקשה לתפוס את השורשים הפנימיים של הנפש, אבל כאשר האדם מסתכל על עצמו במבט של תהליך כפי שנתבאר, ע"כ הוא יכול לאט לאט להכיר את עצמו יותר.

- ◆ האם הוא יותר נוטה לעצבות או לשמחה.
- ◆ האם הוא יותר נוטה לזריזות או לעצלנות.
- ◆ לכעס או לסבלנות.

**כשהאדם** חווה את חייו כתהליך, התשובות לשאלות הללו הם הרבה הרבה יותר קרובות לנפש, כיון שהוא זוכר תקופה מסוימת שבה כדוגמא הוא היה כועס הרבה, או תקופה מסוימת שבה הוא היה עצל, וכן תקופה מסוימת שהוא היה שמח.

**הוא** נהיה מודע לתהליכים הנפשיים שהוא עבר ואז הוא מודע - לפחות במידה מסוימת - אלו נקודות יותר טובות וחזקות אצלו בנפש, ואלו נקודות הוא נכשל בהם הרבה לפי התהליך של כל השנים שעברו עליו עד עכשיו.

**וכאן** מתחיל השורש של חשבון הנפש שהוזכר בראשית הדברים וכפי שנתבאר שם - חשבון הנפש החיצוני זה לזכור את הפרטים שעשיתי, מה עשיתי ומה לא עשיתי ולבדוק במה שעשיתי, מה טוב ומה לא טוב, ולראות כיצד לשפר ולתקן את מה שלא טוב, ובוודאי שזה חשבון נפש ראוי ומומלץ מאד.

**אבל** החשבון הנפש הפנימי הוא חשבון הנפש שנצרך בעבורו שלב קודם - שזוהו הבסיס שעל גביו יושב החשבון הנפש הפנימי. ומהו הבסיס? - המודעות של התהליכים שאנחנו עוברים, ולפי"ז, המודעות תופסת איזה חלקים אצלנו בנפש יותר גלויים ואלו חלקים יותר חסומים,

חדש, ואם זוכים בעזרת ה', זה יכול להיות תהליך ארוך של חמישים שנים או שבעים שנה<sup>1</sup>, המבט על נישואין הוא לא רק - מצאתי את מי שחיפשתי... 'מצא אשה מצא טוב' (משלי יח, כב) אלא זוהי כניסה לשלב חדש של תהליך ארוך מאד מאד - ברוב המקרים בסיעתא דשמיא - והאדם צריך לדעת מהו התהליך הזה, איך עוברים אותו, איך מנצלים אותו, איך מתמודדים אתו ואיך מאושרים בו<sup>2</sup>, אבל זוהי א"כ שורש ההסתכלות על חיי נישואין - שהם תהליך!

**[צריך** להבין שחלק גדול מהגירושין שקיימים כהיום הוא משום שהאנשים תופסים את החתונה באותה רמה ילדותית שהם תפסו בגיל הצעיר.

**ויתכן** שמי שאינו נשוי אינו מבין כ"כ את מה שנכתב כאן, אבל כל מי שנשוי תקופה מסוימת אף אם היא לא תקופה ארוכה מאד, יגיד זאת בפה מלא - מערכת הנישואין זה תהליך ארוך מאד מאד מאד.

**זה** א"כ מבט שורשי ויסודי שצריך לקנות כשמסתכלים על השלב הבא - שבדוגמא שהובאה, אלו הם חיי הנישואין - לא להסתכל על היעד הבא כנקודת פועל בלבד, אלא להסתכל על זה שנכנסים לשלב חדש בחיים שיש בו תהליך ארוך של זוגיות של שותפות עם עוד מישהו.

**וזהו** א"כ בכללות המבט שצריך לקנות, להביט מהו התהליך שעברנו עד עכשיו בחיים, ומהו התהליך שלקראתו בסיעתא דשמיא אנחנו מתכוונים, ועומדים לעבור אותו.

**בדוגמא** שהבאנו זהו תהליך שאנחנו עומדים לעבור עם מישהו זולתינו כדוגמת נישואין, אבל ביחס לעבודת התשובה שבה פתחנו שהיא מצווה תמידית שאדם מחויבי בה בכל יום - אבל בפרט בימי התשובה - עבודת האדם היא ליצור לעצמו מבט איזה תהליכים אני רוצה ומתכוון ועומד לעבור עם עצמי בתוך עצמי, - מה יקרה בחוץ, אי אפשר לדעת, הקב"ה מנהיג את העולם, אבל איזה תהליכים נפשיים עומדים לעבור עלי מצדי, מהמקום של המודעות שאני נמצא בה עכשיו.

**ובעומק**, ע"י כן אני מכין את עצמי לעבור את התהליכים הללו, - זה מה שנקרא בעומק 'קבלה לעתיד', מלבד פשוטם של דברים שכחלק מעבודת התשובה נצרך לכל אחד לקבל קבלות מעשיות קטנות, בעומק, 'קבלה לעתיד' עניינה - לאיזה תהליך אני עומד להיכנס.

ילד קטן מטע, הוא הגיע לגיל בר-מצוה, איך הוא נמצא בגיל הנעורים היותר מתבגר. וכן הלאה.

**ובכל** זה הוא מתבונן - מה חיותי כתהליך, מהיום שאני מודע לעצמי עד המצב שאני נמצא כעת בתוכו.

## התבוננות האדם כלפי העתיד - מה היעד הבא שלו ומה הם התהליכים הנפשיים שהוא עומד לעבור

**לאחר** ההתבוננות של האדם בכל התהליך שהוזכר עד עכשיו, כשהוא מגיע בהתבוננות למצב שבו הוא נמצא כעת, עכשיו הוא צריך לגלות בעצמו את המודעות - איפה הוא רואה את הפיסגה הבאה.

**כלומר** - כמו שכשהוא היה ילד קטן הוא הסתכל שהשלב הבא הוא בר-מצוה, וכשהוא היה בשלב המתגבר יותר הוא חשב ג"כ על השלב הבא - כל אחד ואחד לפי עניינו - כך לעולם האדם צריך לחשוב - איפה השלב הבא של החיים.

**וכמו** שהוזכר לעיל, אם נשאל כדוגמא בחורים בגיל המבוגר יותר, מהו השלב הבא, התשובה שהם יגידו היא - זמן הנישואין שלהם.

**אבל** האדם צריך להמשיך ולשאול את עצמו הלאה - איפה השלב הבא שאני רואה בחיים אחרי החתונה.

**ונחדד** יותר - המבט שהאדם צריך להסתכל על העתיד מהמקום שהוא בו נמצא עכשיו הוא לא רק באופן של העמדת יעד מסויים, (בר-מצוה, חתונה, לידת בן, חתונת ילדים וכדו' אלא איך הוא רואה תהליכים שהוא צריך לעבור מכאן ואילך, איזה תהליכים נפשיים אני חושב שאני עומד לעבור וצריך לעבור עם עצמי.

**ניתן** דוגמא חדה, ברורה ומעשית<sup>3</sup> - הרי כמו שהוזכר, אחד מהדברים שבוודאי כל אחד ואחד מעמיד לעצמו כיעד מסויים בגיל הצעיר זהו זמן הנישואין שלו, - איך המבט שלנו על חיי הנישואין, האם נישואין זה ענין של מאורס שקורה בתאריך מסויים, בתחילה יש תאריך של אירוסין ולאחר כמה חודשים תאריך של נישואין, ומכאן ואילך האדם מאושר?! - כמו שברור, זה מכל ילדותי, מבט של ילד שאינו יודע מה הם נישואין וחושב שעיקר הנישואין זה שמחת החתונה שלוקחת כמה שעות...

**המבט** האמיתי הוא שחיים של נישואין זה תהליך, זה זמן של כניסה לשלב חדש בחיים, לתהליך

<sup>1</sup> וכמוכב, מה יקרה בפועל, זה לא תלוי בי, הקב"ה מנהיג את העולם.

<sup>2</sup> יא שמונה בה גם מעט הדרכה לחיי נישואין.

<sup>3</sup> וכמוכב - הלואי שנזכה שמשטיח יבוא היום.

<sup>4</sup> שהרי כמו שברור, יש את החלקים שמאפשרים בהם, יש את ההצלחות, אבל יש שם קשיים בחיים והתמודדויות.



אלא חלקים בנפש מתגלים כיותר טובים ואלו חלקים מתגלים כפחות טובים.

**והחשבון הנפש הזה הוא החשבון הנפש כללי שהוא שורש החשבון הנפש הפרטי על כל פרט ופרט.**

**אופן העבודה הפנימית של האדם – ע"י כניסה לתהליך נפשי זמן ממושך**

**ולפי זה, השלב הבא -** כאשר האדם נהיה מודע לעצמו ולחסרונותיו, כגון שחסר לו שמחה, שהוא נוטה לכעס או שהוא נוטה לעצלות וכדו'. הוא לא מסתכל רק שהוא צריך קבלות פרטיות בנוגע לשמחה לכעס או לעצלות - שבוודאי זה ג"כ נכון - אלא הוא מסתכל על זה במבט הפנימי - שהוא צריך להיכנס לתהליך של חיים שיהיה לו בהם סבלנות והוא לא יגיע בהם מהר לידי כעס, וכדו'.

**האדם צריך להכניס את עצמו לתהליך של חיים, ולחשוב - זה התהליך שלי לשנים הקרובות או לכל החיים כולם.**

**משל למה הדבר דומה -** אם אדם רוצה שיהיה לו בית חדש שמותאם בדיוק לפי צרכיו, מה הוא עושה בשביל זה? - הוא קונה קרקע, שוכר אדריכל, קבלן וכו' ולאט לאט הם מתכננים את הכל, מוציאים אישורי בניה ומתחילים לבנות, כמה זמן נצרך לו בשביל לגמור את הבית מהתחלה ועד הסוף? - לא יום ולא יומיים, ובדרך כלל גם לא שנה ושנתיים.

**וכמו כן בכניסה של האדם לעבודה העצמית שלו, -** לא מספיקים רק קבלות מעשיות שהאדם מקבלת על עצמו מה הוא עומד לעשות, קבלה קטנה כזו או כזו... אלא האדם נכנס לתהליך של בנין, לתהליך של חיים.

**מי שחושב שעבודת המידות ותיקון מעשי האדם הוא ענין של קבלות בלבד, זוהי תפיסה חיצונית.**

**אבל בתפיסה פנימית, נצרך שהאדם יכנס לתוך תהליך, -** וכמו בדוגמא של חיי הנישואין שהוזכר שזה תהליך של בניית בית, כך זה בכל מידה ומידה שהאדם רוצה לעבוד איתה, זהו תהליך הנצרך לאדם בכדי לחיות את אותה מידה, וכך האדם מחליט - בשנים הקרובות אני נכנס לתהליך הזה.

**העבודה הפנימית של האדם היא לא פחות מלימוד מקצוע שלצורכו האדם צריך להיכנס למוסד מסויים ללימודים והוא נכנס שם לתהליך של למידה שאורך כמה שנים - כך זה גם בתחום**

הזה - בכל מידה ומידה או בשאר חלקי העבודה - האדם נכנס בנפש שלו לתחום של אותו ענין לפחות לכמה שנים.

**נעמיד בקצרה את כל הדברים שנאמר עד עכשיו, וכיצד ליישם אותם למעשה.**

**השלב הראשון שהוזכר הוא שהאדם צריך לתפוס את החיים שלו כתהליך, ולא כידיעת פרטים.**

**וכפי שנתבאר עיקר הזמן לקנות את התפיסה הזו היא בזמן שהאדם שוכב במיטתו ואינו נרדם, שהאדם מתרגל לשחזר בכח דמיונו וזכרונו את מה שהוא עבר עד עכשיו, שלב על גבי שלב, ולקבל תודעה שנתית מה הוא חווה בכללות בכל שנה ושנה.**

**ובתפיסת התהליך עצמה ישנה חיצונית וישנה פנימית, בחיצונית זה זכירה מה הוא עבר בכל שנה, בכל שלב ושלב לפי מידת זכרונו שהוא מסוגל לזכור, ובפנימית, איך הוא תופס את עצמו בתהליך של גדילה, מתהליך הגדילה של המצב הגופני, ותהליך הגדולה של השכל ועד תהליך הגדילה של התודעה הנפשית שלו ושל התפיסה הנפשית שלו, ובאופן הזה הוא מודע לעצמו משלב תחילת המודעות בראשית חייו ועד המצב שבו הוא נמצא היום.**

**לאחר שהאדם חווה את תהליך שהוזכר עד עכשיו, האדם מנסה לקלוט בנפש שלו אלה מידות ואלו תכונות היו יותר גלויים אצלו בנפש במשך השנים, ואלו מידות היו חסומות יותר, אלא תכונות ומידות טובות התגלו אצלו, ואלו תכונות ומידות של ה'????.**

**אבל כל זה מתוך הסתכלות במבט רחב על כל החיים שהוא עבר עד עכשיו, שע"כ הוא רואה הרבה הרבה יותר ברור אלו כוחות היו יורת גלויים אצלו, ואלו פחות גלויים, אלו כוחות טובים אצלו ואלו פחות טובים.**

**וכך האדם מקבל מבט כללי על הנפש שלו לאיפה הכיוון שהוא צריך ללכת מכאן ואילך, מה הם הנקודות הטובות שלו שכדאי להתמקד בהם ומה הם הנקודות החלשות שכדאי להתמודד אתם מכאן ואילך.**

**אבל מכל מקום, האדם יוצר לעצמו מבט כולל על הנפש שלו ולפי זה מבט על העתיד. וכפי שנתבאר זה נקרא בעומק 'קבלה לעתיד'.**

**ומתוך המבט הזה האדם מנסה לאט לאט לחשוב**

אלו דברים כדאי שהוא יתמקד בהם בשנה הקרובה בפרט, וכן במה הוא יתמקד באופן כללי בשנים הקרובות בתהליך נפשי, לאיזה ענין הוא רוצה להיכנס בו בתהליך הזה.

**וכדוגמא בעלמא -** מי שחשקה נפשו לנגן על איזשהו כלי נגינה, הוא מחפש את הכלי שחביב עליו, והוא נכנס לתהליך של למידה איך לנגן באותו כלי, [וישנם הרי כלי נגינה שללמוד לנגן עליהם זה ענין של כמה שנים].

**כמו כן האדם מתכנן לעצמו -** בשנים הקרובות אני הולך להתמקד במידה הזו או במידה הזו וכו'.

**ולמעשה -** לא מתחילים מיד לעבוד כבר ולתקן את המידה אלא ראשית מתחילים אז ללמוד את דברי רבותינו בעלי המוסר הידועים על אותה מידה, וע"י למידת העניינים, האדם מקבל מודעות מהי מעלת המידה הזו ומה החסרון שיש בה מצה ההפכי, ומה הם הדרכים שמבוארות ברבותינו כיצד להתמודד אותה, אבל כל זה בתהליך ארוך.

**אדם בוחר לעצמו כדוגמא בעלמא, ללמוד כל יום רבע שעה מוסר בנושאים שבהם הוא בחר לעצמו מתוך התבוננות ומתוך תפילה שהקב"ה יכין אותו למה שנצרך לו, וכך לאט לאט האדם נכנס לתהליך של העבודה הזו.**

**וכשהאדם חי בצורה הזו, החיים שלו הם בבחינת "ואברהם זקן בא בימים", הוא באם עם כל הימים שלו, כל חייו הם מקשה אחת של תהליך ארוך יסודי ומוצק שנותן בנין לאדם - ונותן לו חיות נפשית עצומה.**

**אנחנו מודעים לכך שהדברים הללו אינם דברים שרוב בני האדם רגילים לשמוע.**

**אבל -** אפילו אם לא ייקלטו הדברים במאת האחוזים אלא באחוזים מסויימים, ואפילו אם הדברים יהיו רק בבחינת "על לבבך" כהיום, נקווה בכ"ז שבעתיד הם יהיו "בתוך לבבך".

**ככל שנצליח להתחבר לדברים למעשה, אנחנו יוצרים ע"י כן תשתית עמוקה, נכונה ומעשית לחיים נכונים.**

יד' כידוע מהרבי מקוצק שזוהי עבודת האדם שהדברים שנמצאים בתחילה 'על לבבך' יכנסו ויהיו לבסוף 'בתוך לבבך'.

## שאלות ותשובות לאחר השיעור

**וא"כ, לאורך היום אין עסק האדם אלא בנקודות הפרטיות שבהם הוא עוסק, ורק בזמן חשבון הנפש, בזמן קניית המודעות שעליה דובר - אז, לא עוסקים רק בהווה אלא מסתכלים על כלל החיים.**

**שאלה: כל כמה זמן צריך לעשות חשבון הנפש למעשה.**

**תשובה:** רבותינו כתבו שיש ד' זמני חשבון הנפש, כל לילה, ערב שבת, ערב ראש חודש ובסוף השנה, - זו כהגדרה כללית מאד, ולמעשה - בוודאי שראוי שהאדם יעשה חשבון הנפש בכל יום דקה או שתיים לחשבון באופן כללי אם הוא עשה היום טעויות, אבל חשבון הנפש רחב שעליו דובר בשיעור - זה כשהנפש פתוחה, - אם נחייב את האדם לעשות חשבון נפש של מודעות כל לילה, זה דבר והיפוכו, כי המודעות באה מרוגע, משלווה, מפתחות, ואם חייבים 'לעשות' מודעות הרגע זה לא שייך, - לפעמים הנפש פתוחה אבל לפעמים היא טרודה, לפעמים היא עמוסה ולפעמים היא חסומה, ואי אפשר לפעול כך.

**וא"כ, חשבון הנפש המעשי הקצר, צריך כל יום במשך דקה-שתיים לחשבו באופן כללי, האם עשיתי היום משהו לא בסדר, ואם היה משהו לא בסדר, עושים עליו תשובה ומשתדלים להימנע ממנו, אבל חשבון הנפש הפנימי של המודעות זה תלוי בעיתות רצון, אלא שאם עובר על האדם זמן ארוך שהוא לא עושה אותו. זאת אומרת שהוא התרחק מהכיוון של החיים, אבל זה יכול להיות שלפעמים אדם עושה אותו שוב לאחר שלושה ימים, ולפעמים רק אחרי שבועיים או אחרי חודש - לפי פתיחות הנפש.**

דרשות 152 חשבון הנפש פנימי תשפ"ד  
מספר שיעור בקול הלשון 37286107

[נמסר לבנות סמינר 'נווה ירושלים' בעיר הקודש ירושלים]

את כל הבנין, - ורק לאחר שהאדם הזה יהיה חזק מאד, אז הוא יחזור לנקודת החסרונות ולטפל בהם, אבל ההתחלה היא מהנקודה הטובה החזקה שיש לו.

**שאלה:** הרי כידוע מדברי רבותינו ראוי שכל אחד יחיה את היום שבו הוא נמצא כאילו זה היום האחרון בכדי שינצלו כראוי, וא"כ איך אפשר לתכנן תכנית עתידית אם מסתכלים שזהו היום האחרון.

**תשובה:** שאלה נכונה מאד מאד, - יש באדם שני מבטים, יש לאדם מבט של עכשיו - של ההווה והרגע הזה כדברי רבותינו שהזכרתם שאין לו אלא את היום הזה ואת השעה הזו וכדומה, אבל מצד שני יש לאדם תמיד מבט תכליתי בבחינת סוף מעשה במחשבה תחילה, וצריך שיהיה לו לאדם את שני המבטים, ודוגמא לדבר באופן חושי - כל אדם שמנהל משק בית הרי יש לו בעצם שני חשבונות בעיני הכספים, יש לו חשבון כספי ביחס ליום-יום שבו הוא חי, ויש לו עוד חשבון חסכון לזמן שיתחתנו הילדים או בשביל שיהיה לו ממה לחיות לעת זקנה, והוא מנסה לא לערב ביניהם, כי אם הוא יקח מהכסף של החסכון ויכניסו לחיי היום-יום, הרי שבהווה הכל יתבזז, וכן להיפך אם הוא יקח כסף מחיי היום-יום ויכניס יותר מדי לחסכון, הוא יחיה בחיי עניות וזה אינו ראוי, והרי שיש לו שני כיסים כביכול, כיס אחד להווה כפשוטו וכיס אחד לעתיד הרחוק.

**וכמו כן בעומק בנפש, יש לאדם שתי כוחות של הסתכלות, הסתכלות אחת על ההווה, והסתכלות אחת על כל העתיד.**

**ונחדד למעשה - לאורך היום כולו, האדם צריך לחיות כל רגע במבט כזה שאין לו אלא את היום הזה ואת השעה הזו, אבל בזמן של חשבון הנפש, אז הוא צריך ללבוש 'משקפיים' אחרות, ולהסתכל על כל טווח החיים כולו, - ורוב האנשים שטועים בנקודה הזו שדוברת, הם נופלים כיון שלאורך כל היום כולו הם מסתכלים על התכלית, ואז הם מאבדים את ההווה כי הם לא עוסקים בהווה אלא בעתיד, ואת העתיד אין להם, ובאופן הזה החיים עברו, כי אם אין להם הווה, אין להם עתיד...**

**תגובה לשאלה:** המציאות היא שכשמשוחחים בשיחות פנימיות עם אנשים על עבודת ה', מבינים שהמקום שהאנשים נמצאים בו שהם אינם מודעים לעצמם וזה דעה שאינה שייכת בהכרח לעבודת ה' אלא היא דעה הרבה יותר קדומה שגורמת ממילא שגם העבודת ה' שלהם אינה יכולה להיות מדוייקת.

**שאלה:** האם ישנה איזושהי קבלה מעשית שיכולה להביא את האדם לידי שינוי?

**תשובה:** נחזור ונחדד - בוודאי שראוי שלכל אדם ואדם תהיה קבלות מעשיות קטנות בפועל - לא באנו בשיעור לשלול את זה אלא ליצור לזה גם פנימיות, אבל בוודאי שנצרך גם קבלות מעשיות קטנות בפועל, כך הורונו רבותינו וכך בוודאי צריך לעשות.

**אבל במקביל לכך, האדם חייב לפתח מודעות, כל מי שהכיר את רבותינו בעלי המוסר הפנימיים<sup>10</sup> יודע שהיתה אצלם מודעות, בשקול דעת עדין ועמוק. והרי שהשלב הפנימי הנצרך לאדם במקביל לנקודות המעשיות, היא לבנות מודעות, זה התשתית הראשונה הנצרכת, וכפי שהזכר. בלילה מדי פעם כשלא נרדמים להתחיל ליצור למעשה את התהליך של המודעות, ולצורך כך, נצרכים לפחות כמה חודשים בכדי שהאדם יגיע למודעות ראשונית - אבל בשביל זה הקב"ה נתן לאדם שבעים ושמונים שנה בכדי לנצל אותם בצורה הזאת.**

**שאלה:** מי שעבר בחייו הרבה כשלונות ולא היה כפי שהוא רצה להיות, איך הוא יסתכל על זה בצורה אמיתית כלי להתיימש.

**תשובה:** שאלה נכונה מאד, והתשובה הברורה - לאדם יש עין ימין ועין שמאל, ובלשון הגמ' זה נקרא עין טובה ועין רעה, יש לו עין שהוא צריך לראות בה את הדברים הטובים שבו, ויש לו עין שהוא צריך לראות בה את הדברים הרעים שבו, וכמובן, אסור להסתכל רק על צד אחד, ולכן, אחרי שהאדם הסתכל בעין שמאל וראה כשלונות - עכשיו ראוי שהוא יסתכל בעין ימין ולראות מה הם ההצלחות, ולפי"ז לקנות מבט היקפי כפי שדובר בשיעור, מהי הנקודה שהאדם הזה הכי מוצלח בה, וממנה להתחיל

<sup>10</sup> וזכיתי לשמוע בישיבת פוניבז' מהג"ר גרשון אדלשטיין זצ"ל שהיה תלמיד של הרב דסלר זצ"ל שהעיד בפני וכן בפני רבים אחרים שהיו בצל הרב דסלר מודעות עצמית גבוהה מאד.



# אאלפך חכמה



רכישת ספרי הרב:  
ספרי אברמוביץ'  
משלוח ברחבי העולם  
03.578.2270  
USA-718.871.8652



כל החומר  
[זולת תורת הרמז]  
שמופיע בגליונות  
מידי שבוע  
יוצא לאור לראשונה



קו ישיר לשמיעת  
שיעורי מורנו הרב שליט"א  
ב'קול הלשון':  
ישראל 073.295.1245  
USA 605.313.6660



לקבלת העלון  
בדוא"ל:  
bilvavi231@gmail.com  
לקבלת העלון  
בפקס: 03-5480529



© כל הזכויות שמורות  
מערכת 'בלבבי משכן אבנה'  
טלפון: 052.763.8588  
פקס: 03-5480529  
bilvavi231@gmail.com