

בס"ד

בלבבי עבודה ראש חודש

תשרי

חוש המישוש ברוחניות

בלבבי משבן אבנה
השיעורים של הרב זמינים ב"קול הלשון"
073.295.1245 | ישראל 605.313.6660 USA

נערך על ידי תלמיד

לקבלת העלון השבועי
בדוא"ל
יש לשלוח בקשה לכתובת:
bilvavi231@gmail.com
לקבלת העלון השבועי
בפקס
יש לשלוח בקשה לפקס
המערכת:
03-5480529



להאזנה לשיעור בקול הלשון

073-295-1245 ישראל
USA 605-313-6660

ומקיישים: כוכביות [*]
סולמית [#] -<
[1132657] -<
סולמית [#]



© כל הזכויות שמורות

מידי שבוע יוצא לאור
קונטרס 'אאלפך חכמה',
שכל שבוע עוסק בתיבה
אחרת.

המעוניין להצטרף לרשימת
התפוצה (דרך המייל/פקס)
ישלח בקשה במייל

bilvavi231@gmail.com

מדרכי הקדושה עדיף לשלוח
בקשה דרך הפקס

ללקיחת חלק בהוצאות
הגדולות של הדפסת
הספרים לזיכוי הרבים,
ניתן ליצור קשר עם
מערכת

'בלבבין משכן אבנה'
טלפון: 052.763.8588
פקס: 03-5480529
ת.ד. 34192 ירושלים
9134100

bilvavi231@gmail.com

ראיה, שמיעה, ריח, טעם, מישוש. עבודת חודש תשרי היא עבודה בבחינת "חוש המישוש". ישנם שני צורות בחוש המישוש: ישנו מישוש מכח השכל, וישנו מישוש מכח הלב. נפתח ונסביר קצת את הדברים יותר.

נמצאים אנו בעזר ה' בחודש תשרי, בעשרת ימי תשובה. כידוע, לכל זמן יש את העבודה הראויה השייכת לאותו הזמן. מהי העבודה של חודש תשרי בכלל, ועשרת ימי תשובה בפרט? העבודה של חודש תשרי, כמו שאומרים רבותינו, נקראת "חוש המישוש". לאדם חמישה חושים:

שני סוגים של חוש המישוש

המישוש שמתגלה מהמוח, הוא ממשש את הדבר, אבל בחיצוניות שלו. כמו שהעין רואה את הדבר החיצוני, הריח מריח את מה שקיים בדבר, אבל כל זה החלק החיצוני שבדבר. חוש המישוש שמתגלה מהמוח יכול לראות חיצוניות של דברים, אבל לא יכול לגעת ברובד הפנימי יותר של הדברים.

לעומת זאת, חוש המישוש שמתגלה בלב, יכול להרגיש את הפנימיות של הדבר. "האדם יראה לעיניים, וה' יראה ללבב". העין שרואה מן המוח רואה רק את החיצוניות. המישוש מן המוח ממשש את חיצוניות, על אף שהוא ממשש את זה ביד, בשן, או בכל אבר אחר. אבל הוא ממשש את החיצוניות של הדבר. הלב - ממשש את הפנימיות שבדבר.

יש באדם מוח, ומהמוח מתפשטים חושים של הרגש. משם יוצא חוש הראיה, חוש השמיעה, חוש הריח, חוש הטעם, וחוש המישוש. זהו סוג של מישוש שמתפשט מן המוח. אמנם, הסוג השני של חוש המישוש, חוש מישוש שמגיע מהלב של האדם.

נסביר מהו חוש המישוש שמתגלה מהמוח, ומהו חוש המישוש שמתגלה מן הלב.

חוש המישוש המתגלה מהמוח הוא, למשל, האדם רוצה לאכול דבר מה, הוא רוצה לדעת אם הוא טרי או לו, אז הוא לוקח את הדבר לידי וממשש אותו, האם הוא רך או קשה, או שהוא מכניס אותו בין שיניו ומנסה לנגוס בו לראות אם הוא רך או קשה. זה סוג של מישוש ששייך למוח. בחוש

חוש המישוש של המוח - להרגיש את המציאות

כל אחד ואחת מאיתנו יכול לנסות, ראשית כל, לראות ולהכיר בתוך הנפש של עצמו, את חוש המישוש ששייך למוח, שאנחנו ממששים דברים, ולראות ולהכיר את חוש המישוש שאנחנו מרגישים דברים מתוך הלב. לראות ברור ולהכיר בנפש שיש שני כוחות, אחד שמתפשט מהמוח ואחד שמתפשט מן הלב. לפעמים המוח לעצמו, לפעמים הלב לעצמו, ולפעמים האדם משתמש עם שניהם יחד, אבל צריך לראות ולנסות להתבונן, להכיר את שני החושים האלה בפועל, בנפש של

ניתן דוגמא על מנת להבין את הדבר. למשל, האדם בחורף קר לו, והוא מתכסה עם שמיעה חמה ונעימה, הוא מרגיש את הנעימות שבדבר, זה סוג אחד של נעימות. לעומת זאת, האם מחבקת את בנה חזק מאוד. כאשר האדם שוכב עם השמיעה וממשש אותה, זה נעימות חיצונית, אבל כאשר האם מחבקת את בנה, מלבד הנעימות החיצונית, בעיקר יש כאן את המישוש של ההרגש של הלב, ההתחברות של הנפש עם הנפש, המישוש של הלב את הנפש השניה.

בלבבי משכן אבנה

כל אחד ואחת מאיתנו.

ננסה לצייר לעצמינו: אילו הרבש"ע היה יוצר שבמקום שיהיו לאדם חמישה חושים יהיה רק ארבעה - יהיה ראייה, יהיה שמיעה, יהיה ריח ויהיה טעם, ולא יהיה מישוש - לא יכלנו למשש שום דבר. רק לראות, לשמוע, להריח ולטעום את הדבר. איך היה נראה צורת החיים שלנו, לולא חוש המישוש? החיבורים שלנו היו מתמצים רק בארבעת החושים בלי חוש המישוש. לא יכלנו לחבק מישהו, לא יכלנו לנשק מישהו, לא יכלנו לתת יד למישהו ולהרגיש אותו אלא הכל היה רחוק יותר, מנוכר יותר, זר יותר.

אפילו בדוגמא הפשוטה והחיצונית מאוד, אישה מבשלת במטבח, איך היא יכולה לדעת אם האוכל טוב או לא טוב? היא מנסה למשש אותו, או מכניסה את המזלג לראות אם הוא רך או קשה וכן כיוצא בזה. אילו לא היה חוש המישוש - אנחנו מנותקים ניתוק גדול מאוד מבני אדם ומן החפצים בעולם.

ניתן עוד כמה דוגמאות לקרב את הדברים: כל אחד ואחת מאיתנו יש לו הנאה מסוימת כאשר הוא מתחכך עם מים. אנשים אוהבים הרי ללכת לים, לבריכה, וכן כיוצא בה, להתחכך עם מים. אילו לא היה חוש המישוש האדם לא יכול ליהנות מהמים. היה יכול לשמוע את התנועה שלהם. יכול לטעום את המים בשעה שהוא שותה. אבל להיכנס לתוך המים ולהרגיש הנאה בהמצאות במים - לא היה. כמה הנאה היה חסר באדם אם לא היה את חוש המישוש שמרגישים את המים?

דוגמא נוספת - כל אחד ואחת מאיתנו נהנים לעמוד במקום מסוים ולהרגיש רוח נעימה נושבת אליהם - בפרט ביום חם שהאדם מזיע ולפתע הקב"ה מנשב רוח נעימה קרה, וזה מרפה את האדם ומרגיע אותו. אם לא היה לאדם חוש

המישוש - איך הוא היה מרגיש את הרוח שמנשבת בו? הדוגמא היא קצת קשה, מחמת שהרוח היא לא ממשית, אבל אם נתבונן עמוק - מכח מה האדם מרגיש את הרוח? לא מראה, לא משמיעה, לא מריח, ולא מטעם, אלא ממישוש. אילו האדם לעולם לא היה מרגיש משב רוח בכל ימי חייו, איך חייו היו נראים?

חוש המישוש נקרא 'מישוש' מלשון 'ממש', הוא מחבר אותנו לממשות הגמורה של הדבר. אילו לא היה חוש המישוש, היה לנו את ארבעת החיבורים של הראייה, שמיעה, ריח וטעם, אבל לא היה חיבור לממשות הגמורה של הדבר. המישוש, כמו שהוזכר, נקרא 'מישוש' מלשון 'ממש' - הוא מחבר את האדם לדבר ממש.

א"כ, מונח באדם כח שנקרא חוש המישוש בגשמיות, שמתפשט מן המוח, ומכוחו האדם מתחבר לעוה"ז, חיבור שיש בו ממש. האם לכל הדברים שנמצאים בעולם אנחנו מתחברים מכח חוש המישוש? בוודאי שלא! דוגמאות ברורות שהאדם לא מתחבר אליהם דרך חוש המישוש - הוא רואה את השמים, האם הוא מתחבר אליהם דרך חוש המישוש? לא. הוא שומע קולו של חברו - האם הוא מתחבר אליו עם חוש המישוש? לא. הרי שחוש המישוש הוא רק חלק בקומת הנפש שאנחנו מתחברים איתו.

יש דברים שאי אפשר להתחבר אליהם עם חוש המישוש, כדוגמת השמים, הירח והכוכבים. יש דברים שאפשר להתחבר אליהם עם חוש המישוש - אבל האדם לא דוחק את עצמו להתחבר אל הדבר עם חוש המישוש. אמנם ישנם דברים שהאדם דוחק את עצמו בדווקא להתחבר עם חוש המישוש, הדוגמא שהזכרנו בתחילה - האם רוצה את בנה, לא מספיק לה לשמוע את הקול שלו בטלפון מהישיבה, היא רוצה לראות אותו, אבל גם לחבק אותו ממש. דבר שהאדם רוצה אותו מאוד

כל זה חצי ראשון של חיבור של האדם, לעולם החומרי, מכח חוש המישוש שבמוח. עכשיו נעבור בס"ד לחצי השני - לחוש המישוש שבלב.

הוא רוצה להתחבר אליו עד הסוף, הוא תובע שיהיה חוש מישוש. בעולם החומרי, כשהאדם רוצה להתחבר לדברים באופן שלם - אז הוא מנסה להגיע עד חוש המישוש בפועל ממש.

חוש המישוש של הלב - להרגיש דברים נעלמים

אבל בעיקר נמצא בו כח נפלא ונורא שבכוחו האדם יכול לחוש את מה שנסתר ונעלם. את מה הוא יכול לחוש? את מה שנסתר ונעלם בליבות בני אדם, אבל בעיקר, הוא יכול לחוש את הנסתר והנעלם הגדול, שזהו הקב"ה, שעין לא רואה אותו, אוזן לא שומעת אותו, חוטם לא מריח אותו והחיה לא טועם אותו. בחוש המישוש שבלב, האדם יכול להרגיש את הקב"ה.

חוש המישוש שמתפשט מן המוח - מכוחו האדם יכול לממש בידים, בשיניים או בשאר אברים. עם חוש מישוש כזה אי אפשר למשש את הרבש"ע. כי הרבש"ע לא מתלבש בחומר, אין לו גוף. החוש המישוש שיכול למשש גוף וצורת הגוף - ארבעה יסודות החומר של אש רוח מים ועפר - לא יכול למשש את הרבש"ע. אבל חוש המישוש שנמצא בלב הוא יכול להרגיש מציאות של רוחניות ולמשש אותה, והוא גם יכול להרגיש מציאות של הבורא ית"ש ולמשש.

מהו חוש המישוש שבלב? את מה הלב ממשש? הרי הלב לא מחבק, הלב לא נוגע ממש. אז את מה הלב ממשש? איפה מתגלה חוש המישוש שנמצא בליבו של האדם?

ניתן למשל דוגמא ע"מ להבין את הדברים בס"ד: ראובן ושמעון מדברים יחד. ראובן מדבר עם שמעון יפה, אבל בלב שלו הוא לא אוהב אותו, ואולי אפילו שונא אותו. אם החוש מישוש של שמעון שבלב היה מפותח, הוא ירגיש את מה שנמצא בליבו של ראובן, על אף שהוא לא רואה את זה ועל אף שהוא לא שומע את זה, על אף שהוא לא מריח את זה ועל אף שהוא לא טועם את זה. הלב יכול להרגיש את מה שנעלם, את מה שנסתר, את מה שלא גלוי לעין. זה הכח הגדול והנורא שמונח בלב של האדם.

חוש המישוש שמתפשט מן המוח יכול למשש רק את מה שגלוי, אבל לא את מה שנסתר. חוש המישוש שנמצא בלב של האדם הוא יכול לפעמים לעזור קצת למוח למשש את מה שנמצא בגלוי,

חודש תשרי - להרגיש ביותר את מציאות הקב"ה

דברים מכח חוש המישוש שמתפשט מן המוח, אבל בחודש תשרי בכלל, ובעשרת ימי תשובה בפרט, נפתח חוש המישוש של הלב, ולכן האדם מרגיש יותר את הקב"ה.

כשנאמר 'דרשו ה' בהימצאו' שהוא נמצא, 'קראוהו בהיותו קרוב' שהוא קרוב - אין כוונת הדבר שהשינוי רק מצידו ית"ש, שהוא יותר

זה עיקר כח חוש המישוש שמתגלה בתשרי - 'דרשו ה' בהימצאו קראוהו בהיותו קרוב', שנאמר על הימים הללו, על חודש תשרי בכלל, שהוא חודש של חוש המישוש, ועל עשרת ימים הללו בפרט, ש'דרשו ה' בהימצאו קראוהו בהיותו קרוב'. בלשון שנתבאר עד עכשיו, כוונת הדברים הוא שכל השנה כולה יותר נוטה שהאדם ממשש

בלבבי משכן אבנה

מכל המימוש שבשכל שבמוח, הוא עוסק עם כח המימוש שבלב- הרי שהשינוי הוא לא רק שהוא ית' יותר מצוי ויותר קרוב, אלא השינוי צריך להיות אצלינו בפנימיות נפשית, בצורת סדר גילוי של חוש מישוש של מוח וחוש מישוש של לב.

נמצא אלינו ויותר קרוב אלינו. אלא השינוי גם צריך להיות בתוך קומת הנפש שלנו. מה השינוי שצריך להיות בקומת הנפש שלנו? זה מה שהוסבר לעיל- שבחודש תשרי ובעש"ת, יותר ממה שהאדם עוסק מכח השכל, הוא עוסק יותר מכח הלב. ובדקות יותר - יותר ממה שהוא עוסק

המפריעים לאנשים ונשים מלחוש ולמשש את הלב?

מחד, יש לנשים כח טבעי שהן יותר קרובות לחוש המישוש שבלב. לכן "אישה מרגשת ומכרת באורחים יותר מן האיש". אבל מאידך, יש תכונה אצל הנשים שהן יותר קרובות לעולם המעשה, ולכן בעיקר מה שמפריע אצל רוב הנשים, (כמובן שאצל כל אישה בפרט יש עוד סיבות, סיבות של מידות ותכונות של נפש), אבל בכלל מה שמפריע לכלל עולם הנשים לחיות בעולם של חוש המישוש שבלב- זה מחמת שכל העסק בעולם המעשה. ובחדות יותר- המישוש שהם ממששים כל הזמן את המעשה- הוא זה שגורם להם שמרוב הטרדה שלהם בעולם המעשה (אם זה בגידול הבית, אם זה בעניינים של פרנסה, ואם זה בעניינים אחרים), זה גורם להם שהם שקועים בעולם המעשה, וע"י כן נסתר ונעלם ונתכסה כח חוש המישוש שבלב.

אישה שטרודה כל היום כולו בעולם המעשה, אוכלת, מבשלת, מכבסת, מנקה, מסדרת, עוזרת לילדים, עוזרת לאחרים, אבל היא עסוקה כל הזמן בעולם המעשה, וכשיש לה מעט זמן, אז היא מדברת בטלפון... אז היא יוצרת מהמעשה לדיבור. או שהיא עושה את שניהם בבת אחת, גם דיבור וגם מעשה.... אבל אין לה זמן מופשט שהיא לא עוסקת במעשה. הרי שכל עומק הכח הנפלא שנתן הקב"ה לנשים- במיוחד שהוא כח המישוש שבלב- אפשר לאבד אותו ולא להשתמש בו כלל.

בכל השנה כולה, אנשים מחויבים במצוות ת"ת, ונשים פטורות ממצוות ת"ת. הרי שאצל הגברים שעוסקים במצוות ת"ת, חוש המישוש שמתגלה יותר מתפשט מהשכל מהמוח, שבו עוסקים בתורה. אבל אצל הנשים, שפטורים כל השנה כולה ממצוות ת"ת, הם יותר נוטות גם במשך כל השנה כולה שחוש המישוש שמתגלה בהם הוא פחות מן המוח ויותר מן הלב. עד כדי כך שמבואר בפוסקים שבעש"ת גם גברים צריכים לעסוק פחות מעט בתורה, ועומק הדבר שבזה, בחודש תשרי הגברים נדמים במידת מה לנשים, שחוש המישוש שבלב גובר על חוש המישוש שבמוח. הרי שאצל הנשים בטבעם, אפילו כל השנה כולה הם יותר קרובים לחוש המישוש של הלב, יותר מאשר שהם קרובים לחוש המישוש שמתפשט מן המוח.

אבל, וכאן צריך להבין יסוד ברור. אצל הגברים, מה שמבדיל אותם מהחוש המישוש שבלב, זה העסק של המוח שהחוש המישוש מתגלה יותר כשורשו מהמוח. אצל הנשים, מה שמפריע להם להגיע לחוש המישוש שבלב, זה מחמת החוש המעשי שהם טרודות בעולם המעשה. הרי שיש שני מפריעים שמפריעים לאדם להגיע לחוש המישוש שבלב. אצל הגברים יש הפרעה, כי יותר יש להם כח של חוש המישוש שבמוח. אצל הנשים, יש הפרעה כי חושה המישוש של המעשה שהן כל הזמן עוסקות בו מפריע להן להגיע לחוש המישוש שבלב.

שעת שקט בכל יום

קניות הרי שהיא בודקת מה יש בארון, מה יש במקרר ולפי מה זה חסר, האדם צריך להבין שכמו שבגשמיות הוא בודק מה שיש בבית על מנת שהוא הולך לקנות מצרכים, ולפי"ז הוא קונה את מה שצריך - כך האדם צריך זמן להכיר מה יש לו בתוך הלב. האדם חי עם הלב שלו תמיד, ויכול להיות שהוא מעולם לא ניסה לבדוק מה יש לו בתוך הלב!

האדם צריך לשבת עם דף ועט, וכאשר הוא מגיע לזמן של יישוב הדעת, הוא מנסה להרגיש מה יש בתוך הלב. לפעמים ע"מ להגיע ליישוב דעת אפשר לאכול דבר קל מעט ע"מ להירגע, לשמוע ניגון פנימי אמיתי יהודי, שמביא את האדם למקום שקט, ועוד כיוצא בזה, על מנת להרגיע את הנפש. אבל כשהנפש נרגעה, הוא צריך לנסות להרגיש מה נמצא בתוך הלב שלו, מה יש שם? אהבה, שנאה, כעס, שמחה, עצבות - מה נמצא בתוך הלב הזה?

ייקח האדם דף ועט, ישב בנחת, ויתחיל להרגיש מה יש בלב, ולרשום את מה שמרגישים. צריך להתרגל לעשות רשימה מה יש לי בתוך הלב, את הדברים הטובים, את הדברים השליליים, את הדברים היותר מעולים, את הדברים היותר מלוכלכים, ולרשום כל מה שיש במציאות בתוך ליבו של האדם.

אנחנו לא מדברים עכשיו על סדר של עבודה מה לעשות. דבר ראשון, להכיר מה שנמצא בתוך הלב של האדם. זו עבודה שלוקחת לאדם חודשים רבים - רק להכיר מה נמצא בתוך הלב שלו.

לכן למעשה, צריך לפנות כל יום זמן, לצורך עבודת חוש מישוש שבלב. כל אדם ואדם, בין איש בין אישה, צריך זמן מסויים ביום, שבאותו זמן הוא נמצא עם עצמו בשקט, ביישוב דעת, ברוגע ובשלווה.

יש בני אדם שקשה להם ליחד לדבר הזה זמן, מחמת שהם מרגישים שזה ביטול של זמן, או שיש להם הרבה לחץ של עמל ועבודה שהם צריכים להספיק, והם לא מסוגלים לתת לעצמם זמן של מנוחת הנפש. צריך להבין שזה לא ביטול של זמן! כמו שאדם צריך לישון לאכול ולשתות, צריך שיהיה כל יום זמן של מנוחת הנפש, זמן שהוא יושב בו בשקט. בהמשך יתבאר מה לעשות בזמן זה, אבל ראשית צריך להבין ברור - חייב להיות שיהיה לכל אדם, בין איש בין אישה, זמן שהוא מפנה לעצמו לשבת ברוגע, לשבת בנחת, לשבת ביישוב הדעת.

הזמן הזה שהאדם צריך ליחד בו - אין כוונת הדבר עכשיו על זמן שבו הוא לומד מוסר, או על זמן שבו הוא מתייחד ומדבר עם הקב"ה. ודאי שצריך גם ללמוד מוסר - איש לפי זמנו ואישה לפי זמנה, לפי ערכה ולפי מהותה. ובוודאי שכל יהודי צריך שיהיה לו זמן לדבר עם הרבש"ע, שזה הדבר הכי טבעי והכי פשוט שיהודי עושה. אנחנו מדברים על זמן שאדם מרגיע את הנפש שלו, משקיט את הנפש שלו, ומביא את עצמו לידי שלווה הנפש. אין לערבב עניין זה עם שאר החלקים של דיבור עם הקב"ה, של לימוד מוסר, או של חשבון נפש והודאה לקב"ה, שכל החלקים הללו הם אמת ויציב ונכונים. אנחנו מדברים על זמן שהאדם צריך לשבת עם עצמו ביישוב הדעת עם עצמו, ולהרגיש את הלב של עצמו.

כמו שלמשל אישה לפני שהיא יוצאת לעשות

עבודת חודש תשרי מגיעה לאחר "זמן לב" של כל השנה כולה

על זה אומרים חז"ל 'טוב לו לאדם שלא נברא משנברא וכו'...ועכשיו שנברא...אמרי לה ימשמש במעשיו'(עירובין יג ע"ב בקיצור הדברים) - הוא מתחיל להתרגל למשמש במעשיו וביתר פנימיות למשמש בלב ומתחיל להיפתח אצלו הכרה של לב, הכרה מה שיש בלב, ולאט לאט הוא מתחיל למשש את מה שיש בליבו.

מי שעמל בס"ד להרגיש ולמשש את מה שיש אצלו בלב- לאט לאט יפתח לו בעזרת ה' ית' להרגיש גם מה שיש בלב חברו ולמשש אותו, את האהבה, או ח"ו להיפך את השנאה, ויתר על כן יפתח לו הרגש למשש ולהרגיש את מי שאמר והיה העולם. מי שלא ימשש את מה שיש בתוך הלב של עצמו, איך הוא ימשש את מה שיש בלב של זולתו, ואיך הוא ימשש כביכול את הקב"ה להרגיש אותו בליבו? אבל מי שעמל כסדר כל השנה בס"ד למשש את מה שנמצא בתוך ליבו, הקב"ה יפתח לו פתח שהוא ימשש את מה שנמצא בלב חברו, ויפתח לו יתר על כן פתח שהוא ימשש וירגיש את מי שאמר והיה העולם, שהוא נמצא תמיד בעומק ליבו של כל אדם ואדם.

נזכה בעזר ה' לגמר חתימה טובה ושהקב"ה יפתח את לבבינו ואת ליבות כל הכנסת ישראל- להרגיש אותו בחוש גמור ממש ממש.

דובר בהתחלה בס"ד שיש חוש מישוש שבמוש ויש חוש המישוש שמתגלה מן הלב, והעבודה של הימים הללו הוא חוש מישוש שבלב. מי שרוצה שיקרא לזה 'זמן לב', ויפנה לעצמו זמן ללב.

מי שלא מפנה לעצמו זמן כזה של לב, אז איך ייתכן שהוא ימשש מכח הלב? הוא בכלל לא נמצא איפה שהלב שלו. משל למה הדבר דומה, שיש לאדם משקל בבית אבל הוא נמצא עמוק עמוק במרתף, אז הוא לא התשמש בו, וכך עם הזמן הוא כבר נעשה חלודה, הוא כבר לא שוקל. אדם שלא מייחד לעצמו זמן קבוע של לב, לא ייתכן שהוא יגיע לחוש המישוש שבלב. קודם צריך שיהיה לאדם זמן של לב, ואז ע"י העבודה הוא יכול לאט לאט להגיע למקום של חוש המישוש שבלב.

בכדי שכאשר יגיעו הימים הללו של תשרי ועשרת ימי תשובה, נוכל להרגיש את חוש המישוש שבלב, אנו צריכים למעשה לאורך כל השנה כולה, כמו שנתבאר, לייחד זמן של לב.

עוד פעם, מי שרוצה שיקרא לזה 'זמן לב', ואז האדם מתרגל לחיות גם עם הלב. כמו שמתרגלת האשה לחיות עם בעלה, בעל עם אשתו, האשה והבעל עם הילדים, עם ההורים, הם החברים, עם החברים, כך יש לאדם זמן בכל יום זמן של לב, ואז מתחיל להכיר לאט לאט את ליבו.

שאלות ותשובות

בדיוק העבודה.

תשובה: העבודה בדיוק כמו שנאמר, זולת העבודה לדבר עם הקב"ה. לא שזה במקום לדבר עם הקב"ה, אלא, כמו שאדם מתפלל שחרית מנחה ומעריב אז יש עוד עבודה לדבר עם הקב"ה,

שאלה: כפי מה שאני מבין את העבודה הזאת, העבודה היא לא לדבר אל ה', ולא לדבר אל אף אחד, רק פשוט לכתוב מה אני מרגיש בתוך הלב. מה ההרגשים שבאים במוח? מה שאני חושב שהיא מרגישה? אני רוצה פשוט לדעת אם זה

תשובה: שאלה זו עמוקה ונכונה מאוד. גם היצר הרע נמצא בלב, היצר הרע נמצא ב"חלל השמאלי" שבלב, והשאלה מה בא מהמקום היותר אמיתי בלב, ומה בא מהחיצוניות של הלב. אבל גם היצר הטוב נמצא בלב. היסוד הוא בכללות שכל דבר טוב ואמיתי הוא מגיע מ"אור הנשמה" ששורה במוח, ומה"רוח" ששורשה בלב. כל החלקים הרעים באים מהנקודה של היצר הרע, ובלשון יותר נמוכה: מהנפש הבהמית והשפלות של האדם. לאט לאט, האדם צריך להרגיש שיש הרגשים שהוא מרגיש אותם בלב, ויש הרגשים שהוא יכול להרגיש אותם בשליש התחתון של הבטן, שמגיע יותר ממקום הכבד. ההרגשים הללו הם בדרך כלל הרגשים שנוטים לגוף. הרגשים שנמצאים בלב, הם בדרך כלל מתלכשים יותר במידות. זה דברים דקים, והשאלה היא נכונה מאוד, והתשובה היא לא יכולה להיות חדה וברורה. זה הרגל. כמו ששמואל הנביא שבהתחלה קיבל נבואה מהקב"ה אז היה נדמה לו שהקול הוא קולו של עלי(הכהן שהיה רבו), בהתחלה באמת האדם לא יכול לברר ברור מאיפה כל דבר מגיע, אבל ככל שהוא מכיר לאט לאט יותר את הדברים, אז הוא מתחיל לקבל בהירות מאיפה הדברים מגיעים.

שאלה: אז בהתחלה, לא משנה מאיפה זה מגיע, פשוט לכתוב את הכל?

תשובה: בהתחלה כותבים את הכל. אחרי זה מחלקים שיש דברים שבוודאי מגיעים מעומק הנשמה ויש דברים שבוודאי מגיעים מהנפש הבהמית התחתונה. ניתן למשל דוגמא, הרצון לעצלות מגיע מיסוד העפר, אז זה ברור שזה מגיע מתחתית הבטן. אז מסדרים את הצד העליון הברור, מסדרים את הצד התחתון הברור, ואת כל מה שנמצא באמצע, לאט לאט ככל שהאדם נעשה בהיר יותר, אז הדברים מקבלים אצלו בהירות

יש עוד עבודה לשבת עם עצמו. נדייק: דווקא עוד עבודה, ולא ח"ו במקום לדבר עם הקב"ה. כמו שצריך גם לאכול וגם לשנות, צריך גם את זה וגם את זה.

שאלה: מה בדיוק צורת העבודה הזאת? עבודה שבלב? ואיך עושים את זה? כותבים סתם מה שמגיע למוח, מה שמגיע ללב? איך בדיוק עושים זאת?

תשובה: אם אדם עצוב או שמח - הוא מרגיש את זה ברור? כן. עכשיו להתחיל לנסות לשבת ולהקשיב מה הלב מרגיש עכשיו. לאט לאט להעלות את זה על גבי דף, ולהתחיל לעשות סדר בדברים, ולאט לאט האדם מתחיל להכיר את מה שנמצא בלב. כמו שאדם לומד חומר חדש, אז בהתחלה הוא כותב נקודות שורשיות, ולאט לאט הדברים מתבארים לו, גם בלב - בהתחלה כותבים ראשי פרקים, ולאט לאט יהיה לזה כותרת עם תתי משנה של פרקים, וכן על זה הדרך, שהאדם לאט לאט לומד להכיר את מה שנמצא בליבו. אי אפשר להסביר בכזה זמן קצר את כל המהלך, אבל כהגדרה כללית - הוא צריך להכיר את כל מה שנמצא בלב. על שורשי התכונות ואחרי זה את ענפיהם.

שאלה: האם יש איזה סדר מה בא קודם? לדבר עם ה' תחילה, או תחילה לייחד לעצמו זמן לב?

הרב: אדם שהוא טרוד מאוד, אז לפעמים הוא מדבר עם הקב"ה, אבל זה נובע ממקום שאין יישוב דעת. כיון שכן, עדיף לעשות קודם את העבודה עם עצמו, ע"מ להגיע למצב של יישוב דעת. אדם שהלב שלו [כבר] פתוח לדבר עם הקב"ה, אין הכרח בסדר העבודה.

שאלה: איך אפשר לדעת אם ההרגשים באים באמת מהלב, או שזה בא מחלקים אחרים, מהיצר הרע או ממקומות אחרים?

בלבבי משכן אבנה

בלב. אם האדם היה מסתכל עמוק לתוך הלב, חייב להיות שהוא מצא גם הרבה מאוד הרגשים חיוביים. אם הוא חיפש ומצא את שרוב רובם של ההרגשים שליליים, זה סימן שהוא עוד לא הסתכל עמוק ללב, אם הוא עוד לא הסתכל עמוק ללב, עוד לא הגיע הזמן של העבודה שלו. קודם שיהיה עמוק בלב, הוא ימצא שם גם הרבה מאוד נקודות טובות. ודאי שהוא חייב למצוא גם הרבה נקודות שהן אינן טובות, אבל הוא חייב גם למצוא הרבה מאוד נקודות טובות.

כשרוצים לעבוד על הנקודות השליליות. בלשון קצרה - מתחילים לעבוד מהנקודה הכי מקולקלת שבנפש, או מהנקודה שהכי קל להתחיל לעבוד עליה. זה תלוי כל אדם לפי כוחות נפשו.

אבל עוד פעם, אני חוזר לנקודה הראשונה - אם מצאו את הרוב שלילי ומעט מאוד חיובי, זה סימן שהאדם עדיין לא הסתכל עמוק לתוך עצמו, וזה גופא הבעיה, שהוא לא מסתכל עמוק ועדיין רואה את השלילי. הוא חייב להמשיך למצוא בעצמו הרבה מאוד נקודות טובות, לא רק נקודה טובה אלא הרבה מאוד נקודות טובות. וודאי שיש נקודה אחת טובה שהיא השורש של הכל, אבל הוא צריך למצוא בעצמו הרבה מאוד נקודות טובות.

שאלה: צריך בהתחלה מיד להתחיל לעבוד על הנקודות השליליות? או בינתיים רק לשים לב אליהם, ולא לעבוד עליהם?

תשובה: בשום אופן לא להתחיל [מיד] לעבוד על הנקודות השליליות! עד שהאדם לא מצא הרבה נקודות טובות - שלא יתחיל לעבוד בנקודות השליליות. כי הוא מתחיל ממקום של שפלות שבנפש, ואי אפשר להתחיל מכזה מקום. הוא חייב להתחיל ממקום שהוא רואה בעצמו הרבה נקודות טובות, ואם הוא עוד לא מצא, שישבו ויחפש, ואם הוא כ"כ לא מצא, אז שיקח עוד משהו שיעזור

יותר. אז מסדרים את שני הקצוות, ולאט לאט מוסיפים לכל קצה נקודות שנתבארו ששייכים לשם.

[א"כ לסיכום] יש שלוש חלוקות: חלוקה עליונה, שבוודאי מגיעה מעומק הנשמה, חלוקה תחתונה, שבוודאי מגיעה מהנפש הבהמית התחתונה, ונקודות באמצע שלא ברורות לנו מהיכן מגיעים, ולאט לאט האדם מכיר את עצמו ולומד להבין את הדברים יותר ברור.

שאלה: האם יש איזה תפילה מיוחדת לפני שמתחילים את העבודה הזאת, להצליח בעבודה הזאת?

תשובה: כל דבר בכללות אפשר להתפלל עליו. אפשר להתפלל בפרטות. אבל בהגדרה יותר מחודדת - שהאדם יזכה להכיר את עצמו, ומכח כך הוא יוכל לעבוד את בוראו בשלימות. יש עבודה להכיר את עצמו והיא אינה תכלית לעצמה, אלא היא היכי תמציי שע"י הכרת ה"אני" האמיתי הוא יגיע לעבוד את הקב"ה בשלימות. אבל העבודה היא להכיר את עצמו "מבשרי אחזה אלוה", כותב הראב"ד שאם האדם לא מכיר את עצמו, הוא לא יכול לעבוד את בוראו בשלימות. הרי שיש עבודה לעבוד את הקב"ה, ויש עבודה שקודמת לכך, שהיא להכיר את עצמו. ולכן התפילה צריך שתהא תפילה להכיר את עצמו ע"מ שיוכל לעבוד את הקב"ה. להכיר את עצמו רק לשם ידיעת עצמו, זה עבודה של גויים ולא של יהודים.

שאלה: אם מרגישים הרבה הרגשים שליליים, כגון עצבות וכדו', אז מה עושים איתם? אני רוצה להתקרב לנושא, אבל כשאני מתחיל אז אני מרגישה את ההרגשים השליליים, אז מה לעשות עם זה?

תשובה: זה שמרגישים הרבה מאוד הרגשים שליליים, זה סימן שלא הרגישו נכון בעומק

נמצא בלב של אחרים, ואחרי זה אפשר להרגיש את הקב"ה. אם המהלך הזה: קודם עצמו, ואחרי זה אחרים, ואחרי זה הקב"ה - האם זה דווקא בסדר הזה או לא בדווקא בסדר הזה?

תשובה: זו שאלה נכונה. יש בני אדם שבאופן טבעי יש להם כח הרגשה של לב ואז הם גם מרגישים את האחרים. אבל אדם שהלב שלו סגור, הוא קודם כל צריך להכיר את עצמו, ואחרי זה את זולתו, ואחרי זה את הקב"ה. זה סדר העבודה מתחילה. ויש בני אדם שמעיקרא הם נולדו עם הרגש לקב"ה ופחות הרגש לאחרים, או עם הרגש לאחרים ופחות הרגש לעצמם, ואז צריך לשנות את הדברים. אנחנו מדברים על סדר כללי, וזה יכול להשתנות בנפשות פרטיות, אם הסדר של הנפש שלהם בנוי אחרת. אבל באופן כללי, במדורג - מתחילים מעצמו, עולים משם לזולתו, ועולים משם לקב"ה. אם יש לו סוג אחר של נפש - ייתכן שצריך לשנות, כלומר אז יש לדון כל נפש לגופה.

לו. אבל חייבים להתחיל לעבוד ממקום שהאדם מצא בעצמו הרבה מאוד נקודות טובות.

שאלה: כשהרב אומר 'לב', הכוונה הוא לה"נפש"?

תשובה: כל אדם ואדם פעם הרגיש שמח, פעם הרגיש עצוב, פעם הרגיש פחד - איפה הוא הרגיש את זה? בציפורן של הרגליים? מאיפה ההרגש הזה היה מורגש? מדברים על ההרגשה של הלב, אנחנו מדברים הרי להיכנס לאותו מקום שדרכו האדם מרגיש. כל אחד מאיתנו מרגיש במידה מסוימת מה זה הלב, לפי השגתו לפי מדרגתו שהוא מרגיש מה זה הלב. צריך להתחיל להכיר את הלב במדרגה שהוא מכיר. כמובן שזה רק כניסה ע"מ להגיע הרבה יותר עמוק - אבל השאלה מה זה "לב", העניין משתנה לפי המדרגה של כל אדם. הצד השווה - כל אחד מאיתנו מרגיש במידה מסוימת את הרגשי הלב. מהמקום שבו הוא מרגיש, משם הוא מתחיל לתפוס את הלב.

שאלה: הרב אמר שקודם צריכים להכיר עצמו, ואחרי זה אפשר להכיר ולהרגיש מה

עיקר העבודת האדם

הדברים נכתבים באופן כללי מאוד מאוד מאוד

אלול אני לדודי - דוד וכלה.

סליחות לבני אשכנז - כאב על עשייה נגד רצונו ובקשת סליחה על העבר שפגם.

ראש השנה קרבת ה' - נכנס לפניו לדין.

עשרת ימי תשובה תיקון העבר, תשובה, וקבלה לעתיד.

יום הכיפורים ניקיון, זכות - בלי מחיצה בינו לקב"ה.

בין יוה"כ לסוכות קשר זך שנולד מתוך יוה"כ, וממשיך לאורך השנה.

סוכות חיים בעולם החומר בצלו של הקב"ה.

הושענא רבה חיבור כל התהליך הנ"ל לאחד.

שמיני עצרת-שמחת תורה שמחה בכל הנ"ל

קול הלשון



073.295.1245 ♦ 605-313-6660 2 » 4 » 12

1

בלבבי משכן אבנה

2

ארבעת היסודות

3

סדרת "דע את"

4

התבודדות

5

תפילה

6

ספרי קודש

7

דרשות

8

פרשת השבוע

9

מועדי השנה

12

אוצר אותיות

בלביפדיה

11

מחשבה/עבודת ה'

10

תורה, גמרא, שו"ע

עבודת הנפש

15

לפי עשר הספירות

ליקוט

14

צורת אדם ועבודתו

13

צורת אדם

להאזנה לשיעור

ומקישים: כוכבית [*] סולמית [#] ->

[מספר שיעור] -> סולמית [#]