



Published on www.bilvavi.net

[Home](#) > דע את גופך 001 מבוא

דע את גופך 001 מבוא

שילוב הגוף עם הנפש

הגוף והנפש מחד גיסא הם נפרדים זה מזה, אבל מאידך הם מאוחדים זה בזה. אברי הגוף הם כלים לכוחות הנפש. אבר הגוף שהוא לקוי הוא באמת לקוי משום שאינו משולב עם הנפש. מות הוא הניתוק הנפש מהגוף, וחיים הוא שילוב הנפש והגוף יחד.

יש תרי"ג כוחות הנפש, ותרי"ג אברי הגוף מקבלים הכוחות הנפש. א"כ ראשית צריך להבין כוחות הנפש ואח"כ להבין מה הן הכוחות הגוף, ואח"כ עלינו להבין השילוב ביניהן.

המשנה באהלות (פ"ח) מונה כל אברי הגוף.

בדברי רבותינו מבואר שיש שלש ידיים - יד גדולה, יד חזקה, ויד רמה. אנו רואים רק שני ידיים, אבל בעיני התורה הק' יש שלש ידיים. בפנימיות, כל אבר הוא משולש. כמו באף יש שלש חלקים - צד הימין, צד השמאל - והאמצע של האף. השני צדדים של האף מחובר ע"י האמצע, ולכן האמצע של האף הוא אף שלישי. כל אבר הוא משולש לשלש חלקים, יש אבר שהוא באמצע כדי לחברם יחד.

באיש ואשה יש חיבור ביניהם - הקב"ה. כן כל אבר ואבר של אדם הוא כמו "זכר ונקבה בראם ויקרא שמם אדם." כדי לאחד שני דברים, צריך דבר המחברת אותם. לכן כל אבר צריך להיות משולש לג' אברים, כדי להיות מחוברין.

למה כל אבר צריך להיות משולש? כל הבריאה הוא ניגודים, ותכליתנו הוא לאחד הניגודים.

יש ניגודים בתוך כוחות הגוף, וצריך להבין מה הן אותן נגודים, ואח"כ צריך לידע איך לאחד כל הגוף. איך זה רק ענין לידע. למשל, הקור וחום נם ניגודים אבל הם נתפס רק כענין פיזי. כשהאדם לא מודע להחום או להקור סביבו, יש כאן בעיני פנימית. יש בנ"א כששואלים אותם, "אתה מרגיש חום או קר?" ונענים, "אני לא יודע." הם לא רק לא יודעים, אבל אין להם שילוב בין גופם לנפשם.

המשל של קור וחום הוא קל להבין, אפי' ילדים מבינים זאת, שצריך לידע אם הוא חום או קר. אבל גם בהרגשות קיים זאת - הרבה מבוגרים לא יודעים מה הם מרגישים, אהבה או שנאה. הרבה בנ"א לא מבינים מה גופם מרגיש בכלל.

מהו כוחות הגוף? איך יודעים גופינו?

הנפש הוא המניע של כוחות הגוף. כשאדם יודע כוחות נפשו אזי יכול לזהות גם כוחות הגוף. אנו לומדים הגוף מתוך הנפש - לא מתוך הגוף.

אם אדם לא ידע גופו, מה עשה כשיש בעיניו בגוף? הוא יקח תרופות או הולך לרופא. אמת שזה עוזר, אבל אין זה דרך לחיות.

התרופות הרפואתיות יכולים לעזור, אבל אינם בונים דרך לחיים. רק ע"י הכרת כוחות הנפש של האדם יכול לרפאות הגוף,

מתוך הפנימיות

הבסיס לשילוב נפש עם הגוף הוא לתפוס שיש ניגודים, לידע הניגוד של כל דבר, ללמוד הצד השני של כל דבר. אדם שיש לו עשירות אינו מבין מהו עשירות שיש לו, אם אינו יודע מהו עוני. האדם אינו מבין מהו ילדים אם אינו מבין מהו אין לו ילדים. רק ע"י ידיעות הניגוד של כל דבר שייך לידע מה שיש לו. על כן כדי לידע כוחות הגוף, תחלה צריך לידע הניגודים של כוחותיו, גופא כדי להבין מהו כוחות הגוף שלו.

- [\[דע את גופך 1\]](#)

Source: <https://bilvavi.net/shiur/1> מבוא-001-דעאתגופך

Links

[1] <https://bilvavi.net/daes.goofcha>