

# בלבבי משכן אבנה

USA 718.521.5231

שיעורי "בלבבי" מופיעים ב"קול הלשון" בארץ 073.295.1245

**דע את ביטחונך תפיסת חיים**  
**כתהליך מהווה יסוד לביטחון**

## תיקון הפחד - החלשת השפעת זעזועי השינויים

כהמשך לנושא שבו אנו עוסקים, בסוגיה של פחד מול ביטחון. עסקנו תחילה בהתמודדות מול פחדים חיצוניים. ייסדנו יסוד כי כל פחד הוא תולדה של שינוי. לפיכך, כפתרון לפחדים בנינו מהלך פנימי עמוק בו האדם עובר מתפיסה חיצונית גופנית של חיבורים לדברים שבמהותם יולידו שינויים וממילא יבואו פחדים בעקבותם, לתפיסה של נפש בה האדם מחובר לכוחות העצמיים שלו שאינם משתנים ולא נפסדים. וכן דיברנו על כניסה לחדרי הנפש הפנימיים, על מנת להתרחק מצרות ופחדים העולם הזה, לקנות מעט שביתה ומנוחה, ולצאת משם מועצמים מחוזקים ומחושלים להמשך התמודדות.

אמנם זהו המהלך הפנימי והמומלץ, אך מכיוון שציבור הלומדים מורכב גם מנפשות חלושות יותר, שמבחינתם שלב זה של מהלך שינוי מתפיסה חיצונית לפנימית לא ניתן לישום. על כן, בפרק זה נשתדל להכיר ולהסביר ללומדים דרך בסיסית פשוטה ומעשית לכל אדם, שממתנת מפחיתה ומחלישה את השפעת זעזועי הפחדים הנולדים משינויים.

## הפחד לגורלנו בעברנו שינויים קיצוניים בחיינו

באופן טבעי כל אחד מאתנו מתחיל להיות מודע לעצמו מהרגע בו הוא מתחיל לזכור מה קורה איתו. ובשלב מאוחר יותר הוא גם נעשה 'בוחר' - הוא בוחר מה לעשות עם עצמו, להיכן להוליך את עצמו. ישנם כאלו שהזכרונות שלהם על קורותם מתחילים כבר בגיל שלוש, יש כאלו שהזכרונות שלהם מתחילים מאירועים

**דע את שמחתך . השמחה בבהירות . פרק י'**

## עיון בעבודת האדם

הרמח"ל בתחילת המסילת ישרים כותב: שעל דרך כלל החסידות רחוקה מבני האדם, מדוע? כי עם הארץ נאמר עליו, לא עם הארץ חסיד. והתלמיד חכם סובר, שאין בזה חכמה, על כן הוא לא עוסק בזה. אם בעלי השכל הדק, אם בעלי עיון התורה, היו מבינים שכל עינינו של עבודת המידות ועבודת הנפש, הוא מכוח עיון דק במהלכי הסוגיה, אז הם היו קרובים לזה. אבל מחמת שהתפיסה כדברי הרמח"ל, היא שהעבודה הפנימית נתפסת אצל בעלי השכל, לא כעיון דק של סוגיה, אלא כעבודת מידות. נו, מי שהוא בעל שכל ועוסק כול היום בעיון, הוא לא מוצא טעם להתעסק עם המידות כמעט. הוא יודע שצריך, אבל הנפש שלו נמשכת לעיון של דבר. על כן הוא לא מוצא את העסק שלו באותו דבר. צריך להבין, ששורש עומק עיון התורה הקדושה, בכול חלקי הש"ס, ושורש העבודה זה מושרש מאותו מקום בדיוק.

זה מה שאמרו חז"ל (אבות ב, ה) ולא עם הארץ חסיד. למה לא עם הארץ חסיד? כי כול עומק העבודה הפנימית, לא בנויה על התפעלות, לא בנויה על התלהבות, היא בנויה על משהו אחר לגמרי. כול עומק העבודה הפנימית, בנויה על בירור של מהלכי הדעת. אוכל מתוך פסולת.

אבל אם זה מתחיל מעבודה, שאדם רוצה לעבוד בלי לברר את הסוגיה בעיון, משל למה הדבר דומה, שמים בבית מדרש איזה אדם, שלא שנה ולא קרא, והוא צריך לענות לאנשים מה לעשות למעשה. מה הוא עונה להם? אסור להדליק אור בשבת, זה הוא יודע. ועוד כמה הלכות פסוקים, ותו לא. זה מה שהוא יודע. אם נצא לרחובה של עיר, ונמצא כמה בעלי בתים, שלא שנו ולא קראו כמעט כלום, ונשאל אותם האם אתם יודעים הלכות שבת, מה הם יענו? ברוך ה' יודעים מצוין. אסור ליסוע במכונית בשבת, אסור להדליק אור, עוד כמה הלכות, יש קיצור הלכות שבת לשיטתם. ברור להם שהם יודעים. ואם יבוא רב אחד, ביום אחד, וימסור להם שיעור, אז הם יגידו שהם לא נוהגים בחומרות האלה. זה כבר מנהג אבותינו, זה דור הקודם. המשל הוא חריף, המשל הוא חד.

הנמשל הוא לא הרבה רחוק מזה. בעניני עבודה כל אחד בטוח שהוא יודע הכל. כשהוא מגיע לשטח של העבודה הפנימית, בנפש האדם, ברור לכל אדם, הוא למד ב"ה 10 דקות מידי פעם, קצת מסילת ישרים, באלול הוא עשה קצת חיזוק, היה 12 דקות. הוא יודע מה הפשט, הוא שמע שיחות מוסר מהמשגיח, הוא חוזר כל שבועיים בערך על אותו ענין, מהשנה הקודמת. וכולם יודעים. אם נאמר את זה בלשון עדינה, זה כמעט מה שרוב העולם יודעים.

כאן בעצם נעוץ כל שורש הבעיה. שההבנה שהכול בנוי על עומק העיון הדק,

לומד את דברי רבותינו, מפרשים, ראשונים, אחרונים בעיון, בעיון. והוא עורך מערכות, פתאום הוא יגלה שיש סוגיות שלימות בעיון, שהוא לעולם לא הכיר.

### בירור הסוגיא

רבי ישראל מסלנט כתב, עצה לאדם לעבוד על מידות? ללמוד על עיני המידות, בדברי חז"ל בעיון. מי עושה את זה למעשה? מה זה ללמוד את זה בעיון? אדם אוסף מאמרי חז"ל, אוסף כמה פירושים וליקוטים, והוא קורא לזה עיון. בסוגיה שבש"ס, יש למישהו הוא אמינא שהוא היה אוסף את ההלכות בורר, כמה ראשונים בכללות, וקורא לזה עיון? איפה שאלות, איפה סתירות, איפה תירוצים, איפה כמה מהלכים בסוגיה. אך מי שעוסק כך בדברים של עבודת המדות, אז נפתח לו אור של המידה בנפש. וכשנפתח לו אור של דעת, וקדושה של המידה בנפש, מכוח כך יש לו תעצומות נפש, לעבוד על הדברים ולתקן אותם. ואז יש לו מיוזג של תורה ומידות, בנפש האדם.

ניתן דוגמא פשוטה: יש סוגיה שקוראים לה גן עדן, יש סוגיה שקוראים לה גיהנום, כמה בני אדם יודעים שיש מסכת גן עדן? ומסכת גיהנום? מסכת. אחת מהמסכתות קטנות שבש"ס. רובה בראשית חכמה בשער היראה (פרק יג). יש מסכת גן עדן, ויש מסכת גיהנום. יש כזה מסכת. האם אנחנו מכירים אחד, שלמד את המסכת הזו בעיון? יש שבעה מדורים בגיהנום, שכל אחד מהמדורים שבגיהנום, יש לו שם לעצמו, יש לו גדרים לעצמו, יש גדרים מי נכנס לשם, מתי יוצאים משם. במה עונשים שם. יש גן עדן, יש שמה מדורים. יש מדור האבות, יש מדור האמהות.

אם נבוא ונשאל כל אחד מאיתנו, אתה מאמין שיש שכר ועונש? התשובה הברורה היא כן. האם אתה מאמין שיש גן עדן וגיהנום? התשובה כן. אבל האם מישהו ישב לברר את הסוגיה, שנקראת גן עדן, או שנקראת גיהנום, יכול להיות שיש מישהו כזה. נו יבוא האדם ויאמר, מה צריך לברר? מי שעושה שכר מקבל גן עדן, מי שעובר רחמנא ליצלן עבירה, מקבל גיהנום. נו דברים ברורים. כאן בעצם שורש ההטעיה לכולנו. בסוגיה שבש"ס, אין הוא אמינא לאדם לומר, שמאי נפקא מינה, הוא ילמד שמירת שבת כהלכתה, ילמד עכשיו הלכות שבת ויקיים. בשביל מה הוא צריך ללמוד מסכת שבת? יש הוא אמינא למישהו לומר כך? לא. אבל כשזה מגיע להלכות דעות, אדם יכול לעבוד כל ימי חייו על מנת לזכות לגן עדן, אבל מעולם, מעולם הוא לא בירר, את הסוגיה שנקראת גן עדן. הוא יכול לעמוד כל ימי חייו ביראת חטא, ביראת העונש, לעשות מצות ולהזהר מעבירות כדי שהוא לא יכנס לגיהנום. אבל אפשר שהוא מעולם, לא בירר לעצמו מהו גיהנום. אנחנו כמובן נקטנו דוגמא אחת של גן עדן וגיהנום, זו דוגמא אחת בלבד, אך כן הוא בכל הלכות דעות.

■ המשך בע"ה שבוע הבא מסדרת דע את שמחתך

לא קיים. וכדברי הרמח"ל, זה נמסר לגסי השכל. אלה שבאים לעסוק בעבודה. למה? כי עיון הרי אין כאן, יש כאן עבודה, בשביל זה צריך להיות תמים. ואדם שיש לו שכל, הרי לא יבלה את יומו ושנותיו, בעינינים הללו, על כן הוא עוסק בעינינים יותר פנימיים.

אך האמת שהאדם צריך לעסוק בבירור של עיון הדברים, כפי שהוא קיים בקומת הנפש. בדברי חז"ל איך שמתגלה בקומת הנפש. וכשהדברים האלה מובנים בקומת נפש האדם, אזי הבעל שכל האמיתי, משתוקק לברר אותם, ולאחר מכן להוציא אותם מהכוח לפועל, מכוח עבודה. וכמו שכתב הרמח"ל בהקדמת מסילת ישרים, "והנה הכתוב אומר (איוב כח, כח) הן יראת ה' היא חכמה, ואמרו רבותינו ז"ל (שבת לא, ב) הן אחת, שכן בלשון יוני קורין לאחת הן. הרי שהיראה היא חכמה והיא לבדה חכמה, וודאי שאין נקרא חכמה מה שאין בו עיון. אך האמת היא, כי עיון גדול צריך על כל הדברים האלה לדעת אותם באמת, כל שכן לקנות אותם ולהשיגם".

### עיון הדעת

העומק של העיון שנמצא בדברי חז"ל בעיני חכמת הנפש, הוא לא פחות מעומק העיון שנמצא, בסוגיה של ש"ס. של ההלכה. ידוע שהמהרש"א, שהוא חיבר את ספרו, הוא חילק את ספרו לחידושי הלכות, ולחידושי אגדות. לאחר מכן מסופר בשמו, שהוא התחרט שהוא אמר, מצטער על זה שהוא חילק את הפירוש שלו, לשני חלקים. כאילו יש כאן שתי תורות.

בעת שרבי ישראל מסלנט, תיקן בית המוסר, בית מדרש שילמדו בו רק מוסר. כידוע שבדורו היו הרבה מאוד התנגדויות עליו מכמה וכמה טעמים. אחד מהסיבות שהתנגדו היה, על זה שהוא מתקן מקום נבדל ללימוד הש"ס מהמוסר. ועומק הוויכוח, מה היה? שמאותו מקום שלומדים את עיון הש"ס, מאותו מקום צריך להיות לימוד של עיון המוסר, כי זה עיון המוסר. אותו מקום שיש בית מדרש לתורה, צריך להיות מקום של תפילה, כדברי הגמרא. ומאותו מקום בנפש, צריך לגשת לנקודת העבודה. מה זה מאותו מקום בנפש? בעומק עיון הדעת. בעומק עיון הדעת, משם אפשר לגשת למהלכי העבודה הפנימית. מי שישקיע את לשד עצמותיו, כמו שהוא משקיע בעיון הש"ס של ההלכה, הוא ישקיע את כוחותיו בעיון בירור הסוגיה של העבודה. עיון על אותו משקל של עיון, של הלכתא. הוא פתאום יגלה לעצמו, עולם שהוא מעולם לא הכיר, שאפילו הוא קיים.

יש הרבה לשונות שהאדם קורא בדברי חז"ל. והנפש לו כבר התרגלה לקבל בשטחיות. וכשהוא מקבל את הדברים בשטחיות, כך הוא מתייחס אליהם, ואחר מכן כך הוא מנסה לעבוד עם הנפש שלו. על כן כמובן שהוא לא יצליח. והוא מתיימש מהעבודה הפנימית, אז הוא נשאר רק תלמיד חכם, בלי עבודה. אבל כשבן אדם מעיין בדברים בעומקם, והוא

אל הפועל הגמור. על כן, בחלק מסוים מהתהליכים הם עצמם היוזמים את שינוי הנתבי, הם המטים את כיוון התנועה של ספינת החיים שלהם. וממילא מי שמתבונן בהם, רואה מפעם לפעם שינוי בגוון ובצורה החיצונית של סדרי חייהם, ללא שניכרת סיבה חיצונית לכך.

אך קבוצה זו היא המיעוט, כי רוב בני האדם הם אנשים של מקרים, הם זורמים את זרם החיים באקראיות. כל אירוע שעובר עליהם הוא עוד מקרה שקרה. כמובן, גם להם יש סדרים, וגם הם יזמו כמה תהליכים בחייהם. אך התהליכים הללו בדרך כלל חיצוניים, הם לא תהליכי בנין נפש.

אלו תהליכים של התפתחות מקצועית, או פיתוח מיומנויות למיניהם וסוגיהם או התפתחות כלכלית כלשהי על מנת להקל ולשפר את מה שנקרא 'רמת איכות החיים'. אך גם תנועת התפתחות זו נעשית מתוך הצטרפות לתפיסה הכללית החיצונית ש- 'כן ראוי לעשות'.

ישנם אנשים שבמהלכי השכל הם אנשים של תהליכים אבל במהלכי הנפש הם בני אדם של מקרים. לדוגמא: כל בעלי המוסדות והמפעלים למיניהם, וכן כל אדם שמתפקד בתפקיד ניהולי בצורה חיובית עם 'ראש גדול', ודאי שהוא יזום ומנהל תהליכים שלמים. אך מאוד יתכן שאצל האנשים הללו תפיסת התהליכים היא רק בשכלם, בעוד שבעולם הנפש שלהם, מבחינה רגשית הם כמו תינוק בן יומו. הרי ברור שתינוק שבכה בלילה כי הוא הרגיש צמאון, ולמחרת בבוקר הוא בוכה כי הרעב מציק לו, מבחינתו הוא לא חווה שזהו תהליך פנימי, אלא אלו מקרים סתמיים (למרות שבפנימיות ודאי שגם זה תהליך, אך בהתגלות שלו, זה נחוה כמקרים).

כך רוב בני האדם לא חווים את חייהם הנפשיים והרגשיים כתהליך אחד רצוף, אלא הם חווים כל יום את המקרים שהזדמנו לפתחם או נקרו בדרכם ביום זה. ומחר יאיר לו יום חדש, ובו יזדמנו לו מקרים חדשים וחוויות נוספות כדי המקרה האקראי עליו.

■ המשך בע"ה שבוע הבא מסדרת דע את ביטחונך

חיים כתהליך אחד רצוף של בניין. אלו הם שני אופני מבט על כללות החיים, שתי גישות שונות כיצד ואיך לחיות חיים מלכתחילה, שתי צורת יחס למאורעות חיי היום יום. ישנו מיעוט של אנשים שתופסים את חייהם כתהליך, לעומתם רוב רובם של בני האדם חיים חיי מקריות. נרחיב בבאור הדברים.

לכאורה, במבט חיצוני, נראה בכללות כי כל בני האדם נראים שווים בצורת החיים שלהם. הרי לכל אדם יש את הסדרים שלו, יש לו סדר יום, הוא הולך לעבודה או ללמוד, הוא דואג לצורכי ביתו ומשפחתו בכל הסידורים והמטלות וכו'. וכן לכל אדם באשר הוא אדם מפעם לפעם עוברים על כל אחד ואחד מאיתנו מאורעות שונים המחוללים תזוזות בסדרים שלנו. חלק מהאירועים חוקקים בנו רשמים. אנחנו פוגשים אנשים שמשפיעים עלינו. פעמים שאותם אירועים או אנשים גורמים לנו לשנות מסלול, לשנות סדרי חיים, בחלק מהזמנים השינוי נכפה עלינו על כורחנו, ולפעמים אנו ניגשים לשינוי מתוך בחירה. מכל מקום, ממבט שטחי נראה כי צורת החיים הכללית של כולם הינה - שהחיים בנויים על סדרים, ומאורעות העולם החיצוני המזדמנות, מנתבות אותנו מתקופה לתקופה, מרצוננו או על כורחנו, למסלולים וסדרים אחרים.

אמנם המבט החיצוני רואה את המציאות האמיתית מבחוץ, אך מבט פנימי רואה שבתוך התנועה הכללית הזו של החיים קיימות שתי צורות יחס שונות מהותית לגמרי לזרם החיים הכללי שתארנו.

ישנם כאלו שמביטים על החיים שלהם והם רואים אותם כתהליך כללי שכולל בתוכו כמה וכמה תהליכים. חלק מהתהליכים עברו עליהם לאו דווקא ביוזמתם, אלא תהליכים אלו נכפו עליהם מחמת גורמים חיצוניים. אך למרות כן, הם ראו את עצמם איך הם עברו את התהליכים. הם תופסים את הקשר בין רצף האירועים שבעבר עליהם, ועל מה וכיצד זה השפיע על הבניין הצמיחה וההתפתחות האישית שלהם.

מעבר לכך, בתפיסת חיים גדלותית זו, מלכתחילה, הם בעצמם המהנדסים והבנאים שמתכננים את השלב הבא בבנין נפשם, וגם הם אלו שחותרים להוציא את התוכנית

בגיל חמש, המאחרים מתחילים ליכור רק מגיל שבע והלאה. ומאז שאדם נעשה זוכר ובוחר הוא עורך ומסדר לעצמו צורת חיים לפי רצונותיו. על דרך כלל, אדם יציב בנפשו שגדל בסביבה תקינה ובריאה יחסית, מצליח להכתיב לעצמו להיכן הוא יוליך את עצמו, מה יהיו יעדיו בכלל וסדר יומו בפרט, והכל על פי רצונותיו כאמור. על אף שבכל יום אנו פוגשים בהרבה דברים שאינם בשליטתנו, אך לרוב אלו פרטים קטנים ולא משמעותיים, כך שברוב הדרכים והמהלכים העסק נמצא תחת שליטה. ברם, כמו שמוכר לכולנו היטב, ישנם צמותים שאנו מוכרחים לשנות בהם כיוון, כאשר שם כבר אין לנו שליטה על התוצאות של המהלך, או אז הנפש מקבלת זעזוע של פחד. ככל שהשינוי הצפוי יותר 'גדול' 'גורלי' 'משמעותי' כן רמת הפחד מהשפעותיו, תוצאותיו והשלכותיו גדלה.

כל אחד מאתנו פוגש את עצמו בצמתים הללו. ישנם בני אדם שבאופן יזום, מתוך מודעות ובחירה, הם מעבירים את עצמם במעברים ובשינויים משמעותיים שכאלו. אך מעבר לכך, כולנו פוגשים במשך חייו במספר 'גשרים צרים' שאנו מוכרחים לעבור עליהם שלא בבחירתנו ולא ברצוננו. השינויים הקיצוניים הללו מעוררים בנפשותינו פחדים המעיקים ומקשים עלינו לאורך תקופות. הן לפני שאנו מגיעים לנקודת המעבר, הן במשך כל זמן בו אורך המעבר, והן לאחר מכן אנו פוחדים שמא יחזור ההכרח לעבור שוב את אותה נקודת מעבר או דומה לה, עם אותם הקשיים מהם שסבלנו בפעם הקודמת, או אף חמורים מכך.

הנידון שלנו סובב סביב הפחד הזה. כמובן לא ניתן להימנע מלעבור את אותם מעברים. אך מאידך, גם אין הכרח שהסבל הכרוך במעבר יהיה כל כך גדול ומזיק. על כן, בשלב ראשון נבין מהי הסיבה שמגבירה את החרדה והזעזוע מהפחד. לאחר שהסיבה תהיה ברורה, נגיש ונבאר מספר עצות ועבודות מעשיות כיצד להכשיר את הנפש לעבור את אותן נקודות תוך מזעור והקטנה של השפעת זעזועי הפחד, אשר ימתנו ויקלו מעלינו את קושי הסבל.

## תפיסת חיים כארועים מקריים מול תפיסת חיים כתהליך

בכללות ישנם שני סוגי תפיסות חיים: תפיסת חיים כאסופה של אירועים מקריים או תפיסת

# בלבביפדיה אברהם

ומהות הברית - אמרו (ב"ר, לך לך, מד, כא) ר' הונא בשם ר' חמא אמר, כך היה אברהם אבינו יושב ותמה כל אותו היום, אמר במה אברר בגיהנם או במלכויות וכו', והקב"ה ברר לו. רב חנינא בר פפא אמר, אברהם ברר לו מלכויות. והוא ברית לקבל את ארץ ישראל אולם לפרקים, שבין לבין יש גלויות. ודו"ק. וכמ"ש (שכל טוב, לך לך, טו, יח) א"ל הקב"ה, ברור לך מלכויות, והרי ברית נאמנת לך, ואני גואלם מכולם. ובחינה נוספת של ברית באברהם, כמ"ש (להלן, יז, ב) ואתנה ברית ביני ובינך (מלבד מש"כ לעיל, שענר אשכול וממרא, בעלי ברית אברהם). ואמרו (תנחומא, לך לך, כ) חביבה המילה שנשבע הקב"ה לאברהם שכל מי שהוא מהול אינו יורד לגיהנם, שנאמר ביום ההוא כרת ה' את אברם ברית לאמר, וי"א שבעלי ברית הנ"ל נתנו לו עצה על הברית. ועיין נדרים (לא, ע"א), ובמאירי (שם). וכד הקמח (ערך מילה). ואמרו חז"ל שבזכות מילה ירשו אבותינו את הארץ.

ואמרו בזוה"ק (זוהר חדש, בראשית, ח, ע"ב) בראשית ברא אלקים - רבי אבא פתח ואמר, ביום ההוא כרת ה' את אברם ברית לאמר. בחמשה ענינים נאמר הברית. א. הוא ברית מילה, שנאמר והיתה בריתי בבשרכם לברית עולם. ב. ברית הקשת, שנאמר והיתה לאות ברית. ג. ברית מלח, שנאמר ברית מלח עולם. ד. ברית היסורין, שנאמר אלה דברי הברית. ה. ברית הכהונה, שנאמר והיתה לו ולזרעו אחריו ברית כהונת עולם. וקודם שנתנו לה' בריתות לא היתה הברית אלא באש, שנאמר והנה תנור עשן ולפיד אש וגו', וכתוב ביום ההוא כרת ה' את אברם ברית לאמר. והאש היתה ברית בתחלה. וזהו בראשית, הוצא משם אש ונשאר ברית, כלומר ברית אש (אותיות בראשית). ר' יוחנן אמר, ברית כרותה כרת הקב"ה עם העולם, ועל מנת שיעמוד אברהם ויתקיים העולם בזכותו, שנאמר אלה תולדות השמים והארץ בהבראם, באברהם. ואותה שעה שכרת עמו הברית באש עמד העולם בקיומו, ע"כ. וזהו בראשית, ברית אש, ברא אלקים את השמים ואת הארץ, כדי שיעמוד באותו הברית אש. וז"ל הרמב"ן על אתר (לך לך, טו, יז), והוא הברית אשר היתה אתו מעולם, עכ"ל. ודו"ק.

ובחינת נוספת בברית, כתב הרד"ק (לך לך, טו, יז) וז"ל, ביום ההוא כרת ה' את אברם ברית - רמז לו בזה, כי כל עוד שיהיו הצרות תקפות ותכופות, יזכר להם ברית אברם שלא לכלותם, עכ"ל. וכתב המלבי"ם (לך לך, יז, ב) וז"ל, ואתנה בריתי ביני ובינך - שבברית הראשון על מתנת הארץ, כתיב ביום ההוא כרת ה' ברית, והיה הברית רק מצד הנותן ולא מצד אברהם. אבל בברית הזו (ברית מילה) תהיה ביני ובינך, בענין שיחול החיוב על שני הצדדים הכותרים ברית, כי גם אברהם התחייב את עצמו להיות שותף לה' במעשה בראשית להשלים את הבריאה ולתקנה, וראשית התיקון יתחיל בעולמו הקטן שהוא גופו, עכ"ל. והבן שמצד כך אף הקב"ה נתחייב לקיים כל הבריאה שלא לכלותה, וכן לקיים את אברהם ואת זרעו, ודו"ק. והבן שברית ראשונה הוא מדין "אברם", וברית שניה מדין "אברהם", ודו"ק.

וכתב בהעמק דבר (לך לך, יד, יג) וז"ל, ברית הוא כינוי על אמונה, שכל המאמין ועובד את אלוה, ה"ז כריתות ברית עמו שיהא הוא עובדו והאלוה ישיגיו עליו, עכ"ל.

■ המשך בע"ה בשבוע הבא נכתב על ידי הרב שליט"א במיוחד לעילון זה

**כתיב (בראשית, טו, יב)** ויהי השמש לבוא ותרדמה נפלה על אברם. ואמרו (ב"ר, יז, ה) רב אמר שלשה תרדמות הן, תרדמת שינה, ותרדמת נבואה, ותרדמת מרמיטה וכו' (ובשכל טוב על אתר אמרו ד' תרדמות הן, שינה, נבואה, רואה ואינו רואה, שטות, עיי"ש). תרדמת נבואה, ויהי השמש לבא ותרדמה נפלה על אברם. ועיין רמב"ם במורה נבוכים (ח"ב, פרקים מא-מה) שכתב, שהייתה התחלת הנבואה ההיא במראה, ושנשתקעה ושבה חלום. ועיין ישועות משיחו (ח"א, ד"ה וגם כפי). וספר האמונה הרמה לראב"ד (מאמר ב, עיקר ה).

ובפרקי דר' אליעזר (פרק כח) אמרו, עמד אברהם והיה מתפלל לפני הב"ה כדי שלא ישתעבדו בניו בארבע מלכויות הללו, ונפלה עליו שנת תרדמה וישן לו, שנאמר ותרדמה נפלה על אברם. וכי יש לך אדם שהוא יושב וישן ויוכל להתפלל, אלא ללמדך שהיה אברם שוכב וישן מכח תפלה כדי שישתעבדו ארבע מלכויות הללו.

ומצד כך תרדמה זו שנפלה על אברהם אינו רק תרדמה עליו ולשעתה, אלא זו תרדמה לכל ימי הגלות. וכמ"ש (מדרש אגדה, לך לך, טו, יא) ויהי השמש לבא - זה משיח בן דוד שנקרא שמש, שנאמר (תהלים, פט, לו) וכסאו כשמש נגדו. ותרדמה נפלה על אברם - עד שיבוא המשיח יהיו ישראל כאילו רדומים ביניהם. וזו תרדמה של נפילה, וכמ"ש (ב"ר, שם) ר' יהושע דסכנין בשם רבי לוי אמר, תחלת מפלה (ודייקא כתיב "ויפל") שינה, דמך ליה ולא לעי באוריתא ולא עביד עבידתא. והבן שמדרגת הגלות הוא חסרון תורה ומדות, בבחינת "לא לעי באוריתא ולא עביד עבידתא". ושורשו בעץ הדעת טוב ורע, כמ"ש בתיקונים (קמא, ע"ב). וכן אמרו בזוה"ק (בראשית, כח, ע"א) תרדמה, דא גלותא, דאתמר ביה, ותרדמה נפלה על אברם וכו', לית שינה אלא גלותא.

והבן שיש ב' פנים לשינתו של אברהם. א. נבואה. ב. נפילה. ובעומק כלולים זה בזה, שהתגלה לאברהם בנבואה, הנפילה. ועיין אגרא דכלה (לך לך, ד"ה ובזה). ומהלך נוסף מצינו בזוה"ק (ויחי, רכז, ע"א) ותרדמה נפלה על אברם וגו', האי קרא אוקמוה, אבל דא יומא דדינא קשיא דאפיק ליה לבר נש מהאי עלמא, דתניא ההוא יומא זמנא דמטא דבר נש נפיק מהאי עלמא, ההוא יומא זמנא דדינא רבא דאתחשך שמשא מן סיהרא וכו', עיי"ש. ובאלישיך על אתר כתב מעין כך שקאי על דין, אולם לא יום הדין דיום המיתה, אלא יום הדין הגדול והנורא, עיי"ש. ועיין כלי יקר על אתר. ובעומק כל הימים של שית אלפי שנים בכלל, וימי הגלות בפרט, הם בבחינת חלום, בשוב ה' את שיבת ציון היינו "כחולמים", וסוף החלום הוא יום הדין הגדול והנורא. ותחיית המתים בבחינת ויקץ והנה חלום. כי חלום אחד מששים שבמות, וההקצה בחינת תחיית המתים.

**כתיב (בראשית, טו, יח)** ביום ההוא כרת ה' את אברם ברית לאמר לזרעך נתתי את הארץ הזאת מנהר מצרים על הנהר הגדל נהר פרת. וכתב הרמב"ן על אתר, וז"ל, והוסיף לכרות לו ברית עליהן, שלא יגרום החטא, עכ"ל. ובתפלה אומרים, וכרות עמו הברית לתת את ארץ הכנעני. ואמרו (מסכת כלה רבתי, פ"ג, הלכה כא. ודרך ארץ, פ"א, הלכה טו) שבעה אבות כרותי ברית, ואלו הן, אברהם יצחק ויעקב משה ואהרן ופנחס ודוד המלך. באברהם כתיב ביום ההוא כרת ה' את אברם ברית לאמר וכו'.



## ערכים בפרשה

[ביאור המהות של כל צירוף שני אותיות בלשון הקודש, ע"פ סדר רל"א שערים (עיין ספר יצירה פרק ב' משנה ב'), לפי ערך המופיע בפרשת השבוע שיש בתוכו צירוף זה, ולפי זה ביאור כיצד מתראה צירוף זה בערך זה ובערכים נוספים שבתוכם מופיע צירוף זה].

חשוב כמת, כי אין לו את שורש הבחירה, את שורש הנסיון התלוי בראיה. ואזי הוא בבחינת חסין, חי-נס, שמסולק מן הנסיון. ומכח הארה זו פעל פנחס, נס-פן, שקיים דין של בועל ארמית קנאים פוגעים בו.

ובחינת נס מלשון נס להתנוסס - זהו כאשר עלה למעלה מן הנסיון וכבר אין לו נסיון ח"ו לעבור, אלא נמצא במדרגת מוכרח לעשות רצון קונו מפני עומק הבהירות, שזהו מדרגת כפה עליהם כגיגית, כמ"ש המהר"ל. וזהו מדרגת אונס, או-נס, והיינו שאנוס לעשות רצון קונו. וזהו ביטול גמור של עצמו, בבחינת נמס, נס-מ, ביטול צורה, ביטול יצר מלשון צורה, הן יצר הרע והן יצר טוב, כי עלה למעלה מן הצורה, למעלה מן היצרים. ובמדרגה זו נעשה אחדות גמורה, בבחינת כנס, כ-נס, כנ"ל. והיינו שנעשה נס להתנוסס ששם מקום האחדות.

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

ועיקר הבריחה אינו רק בריחה מן המקום לשעה, אלא כאשר הסכנה ממשיכה, אזי מטמין עצמו, בבחינת ספון, נס-פן. ושורשו באור שברא הקב"ה ביום ראשון וגנוז לצדיקים לעת"ל, מפני הסכנה שישתמשו בו הרשעים. ולכך נעשה אור זה גנוז וספון. ועיקר הארתו השתא בעוה"ז בחנוכה כנודע, בחודש כסלו, מלשון כסלון, נס-כול.

ובחינת נס מלשון נסיון - עיקר הנסיון בבחינת סאון - שאון, נס-או, שאזי הרעש מושך לכל צד (בבחינת סנחריב, נס-חריב, שבלבל את האומות וכל הויתו רעש של בלבול) היפך קול דממה דקה ששם השראת השכינה. ועיקר הנסיון היה אצל יוסף שלכך נשא את אסנת כנ"ל. ובו כתיב וינס ויצא החוצה, והיינו שנס מן הנסיון. ועיקר מקום הנסיון באות ברית קודש, המכוסה ע"י מכנסים, נס-מכים, לכסות הערוה. ושורש הנסיון בראיה, כמ"ש חז"ל שגמירי שאין יצה"ר שולט אלא במה שהענינים רואות. אולם כאשר עוצם עיניו נסתלק הנסיון, והוא בבחינת סנורים, נס-ורים. ולכך סומא

**קרה | נ-ס** נס משמש בכמה לשונות. לשון בריחה, וינס החוצה. לשון ניסיון, ולשון להתרומם, נס להתנוסס.

נס מלשון בריחה - עיקר הבריחה מן האסון, או-נס. ומן הסכנה, סנ-כה. ועיקר גילוי זה היה ביציאה ממצרים, שברחו ישראל ממצרים, בחודש ניסן, נס-ין. ובו היה קריעת ים סוף שכתוב ביה הים ראה וינס. ואמרו חז"ל, מה ראה הים וינס, ראה ארונו של יוסף. ובדקות, מכח שנשא יוסף את אסנת, את-נס, דבק בו כח של ניסה. ותחילת היציאה ממצרים ע"י משה שברח ונס למדין, לסנה, סנ-ה. ואח"כ ניתנה תורה במדבר סין, נס-י, בהר סיני, נס-י. ושם נתקבצו כל ישראל, בבחינת כנס, כ-נס. ושם היה גילוי במדרגת נס להתנוסס. אולם לא עמדו בכך ונפלו ממדרגתם בנסיון של חטא העגל, בחינת נסוגו אחר, נסג, נס-ג, נס לאחריו. וכתולדה מכך פרש משה מן המחנה, כמ"ש שנטה אהלו מחוץ למחנה, והיינו שנסוג מן המחנה.

### ערכים נוספים שבהם מופיע צירוף זה:

<u>נסע</u>	<u>נס</u>	<u>נכס</u>	<u>אנס</u>
<u>נסוג</u>	<u>נסך</u>	<u>תחפנחס</u>	<u>סנורים</u>
<u>רסן</u>	<u>סלון</u>	<u>הסנה</u>	<u>נמס</u>
<u>מנוס</u>	<u>מכנסים</u>	<u>שנס</u>	<u>כנס</u>
<u>חנס</u>	<u>תחפנס</u>	<u>פנחס</u>	<u>סדין</u>
<u>סאון</u>	<u>חסן</u>	<u>מתנוסס</u>	<u>סגן</u>
<u>סין</u>	<u>נסיך</u>	<u>נסות</u>	<u>סנחריב</u>
<u>סנה</u>	<u>סנבלט</u>	<u>ספון</u>	<u>אסון</u>
<u>סיחון</u>	<u>שלמנאסר</u>	<u>פלנאסר</u>	<u>כסלון</u>
<u>ספן</u>	<u>חסן</u>	<u>הסכן</u>	<u>מסכן</u>

זוה"ק (בראשית, מו, ע"א) הואיל ואברהם מלמעלה ויצחק למטה, אתה תהיה באמצע ותכלול שלשתם, דכתיב תתן אמת ליעקב, ומאי אמצע, היינו שלום.

### שערות

שורש לעשו, איש שער, שהוא שורש לכל האומות. ואמרו (ע"ז, ב, ע"א) אמר ריב"ל, כל מצות שישראל עושין בעוה"ז באות ומעידות בהם לעוה"ב, שנאמר יתנו עדיהם ויצדקו, אלו ישראל, ישמעו ויאמרו אמת, אלו עכו"ם, ע"כ. והו אור האמת שמאיר באוה"ע מכח ישראל, ומאיר בשורש בעשו מכח יעקב (ע"י ערך קטן תפארת).

ועוד. שערות, שער - עשר, בו נגלה אות י' ובאח"פ ה'. וע"י זוה"ק (תיקונים, הקדמה, ו, ע"א) וישב עליו באמת, עשור אמת, מ"ה, יו"ד ה"א וא"ו ה"א. וע"י שם עוד (תיקון כב, סז, ע"א) דא אורייתא דאתמר בה תורת אמת היתה בפיהו, ואייה כלילא מעשר אמירן דאינון י', ומעשר דברן דאינון ה"ה. ושם (תיקון לו, זה, ע"א) אמת, א - ברישא דאלפא ביתא, מ - באמצעיתא, ת - בסופיה. עישורא דיליה יו"ד ה"א וא"ו ה"א, אמת, דאיהו עישור דארבע מאה וארבעין וחד, הא רזא דחמשה וארבעין מ"ה. וע"י שם (תיקון ע, כג, ע"ב) אנשי אמת, שער לא אריך ולא קמיט.

### אזן

כתיב (מלכים, א, י, ו) אמת היה הדבר אשר שמעתי בארצי. ודבר שאינו אמת אינו מתקבל באזנים בבחינת לא שמיע לי. ובעומק, אמת קו אמצע, מאזן בין ימין ושמאל, מעין אזנים הנמצאים בצדדים ומאזנים. וכאשר נעשה ערל אזנים אינו שומע האמת.

### חוטם

ע"י זוה"ק (תיקונים, תיקון ע, קכב, ע"א) ריחא, תמן אנשי אמת, ותמן סלקין כל רחין וקטורין ועשנין דקרבינן. ועוד שם (קלז, ע"ב) אמרו, אנשי אמת חוטמא. ושם (קמה, ע"ב) וחוטמא דאזיל בארח מישר איהו חותם אמת. וע"י זוהר חדש (יתרו). וע"י זוה"ק (פנחס, רכו, ע"ב) אנשי אמת מסטרא דיעקב, דתמן ריח ניחוח לה'.

ועוד. בחוטם נגלה מדת הדין על אף שחוטם באמצע נגד ז"א. והבן, רחמים קו אמצע נוטה לימין. אמת, קו אמצע נוטה לדין. ואמרו (ע"ז, ד, ע"ב) תורה דכתיב בה אמת, דכתיב אמת קנה אל תמכור (ע"י ערך קטן תפארת). ויש לע"י מדוע הביאו פסוק זה ולא פסוקים מפורשים יותר, ואכמ"ל, אין קב"ה עושה לפנים משורת הדין.

ועוד. אות וא"ו נגלת בחוטם. ואמרו (זוה"ק, בראשית, רמא, ע"ב) ומאי איהו אות אמת, דא אות ו', בגין דביה שריה חיים (וע"י"ש, ויקרא, ב, ע"א).

### פה

בה נגלה אות ד'. וע"י זוה"ק (ויקהל, ריז, ע"א) ועל דא אית לאדכרא בההיא גאולה ד' זימנין אמת אמת אמת, עד עזרת אבותינו, דדא הוא עזרה וסמך לישראל כלהו, ומתמן ולהלאה ארבע זימנין אחרנן אמת אמת אמת, למהוי ד' גאולות.

וכתיב (משלי, יט, יט) שפת אמת תכון לעד. וכתיב (שמואל, ב, ז, כח) ודבריה יהיו אמת. וכתיב (מלכים, א, יז, כד) ודבר ה' בפיך אמת. וכתיב (שם, שם, כב, טז) לא תדבר אלי רק אמת. וכתיב (זכריה, ח, טז) דברו אמת איש את רעהו. וע"י תיקונים (תיקון ע, קכט, ע"א) אנשי אמת, מסטרא דפומא. ושם (קלב, ע"א) שפון בינונים מסטרא דאנשי אמת.

וכתיב (תהלים, קיט, מג) ואל תצל מפי דבר אמת. וכתיב (משלי, כב, כא) להודיע קשט אמרי אמת, להשיב אמרי אמת לשלחך. וכתיב (תהלים, סט, יד) ואני תפלתי וגו', עניי באמת ישער. וע"י זוה"ק (כי תשא, קפח, ע"א) שפת אמת תיכון לעד, אליו ישראל. וע"י"ש (ויקהל, קצז, ע"א) יונה בן אמת - ובגין

כתיב (ישעיה, י, כ) הוי"ה קדוש ישראל באמת. וכתיב (ירמיה, י, י) והוי"ה אלקים אמת, הוא אלקים חיים ומלך עולם. ואמרו (דב"ר, א, י) א"ר ראובן, ומהו חותמו של הקב"ה, אמת, ולמה אמת, אמת יש בו שלש אותיות, אל"ף ראשון של אותיות, מ"ם אמצעית, תי"ו סופן, לומר (ישעיה, מד, ו) אני ראשון ואני אחרון ומבלעדי אין אלקים. ואמרו (ע"ז, יז, ע"ב) מאי ללא אלהי אמת, שכל העוסק בתורה בלבד דומה כמי שאין לו אלוה. וע"י זוה"ק (קדושים, פב, ע"א) קב"ה אמת, תורתו תורת אמת. וע"י תיקונים (הקדמה, ד, ע"א) ושם הוי"ה איהו עמוד דא דאמצעיתא, אמת. ושכינתיה תורת אמת. ועוד אמרו (שם, תיקון טז, לט, ע"ב) תתן אמת ליעקב, מסטרא דיליה אתקריאת חר"ק, ובהיפוך אתון חקר, ובגנה אתמר החקר אלוה תמצא. וע"י זוהר חדש (רות).

### צמצום

אמרו (סוטה, מט, ע"ב) והאמת תהא נעדרת, וכו', נעשית עדרים עדרים והולכת לה. והיינו העדר, חלל. ועוד. שורש לחלל הפנוי, ע"ז. וכתיב (דברים, יג, יד) יצאו אנשים בני בליעל מקרבך וידיחו את ישבי עירם לאמר, נלכה ונעבדה אלהים אחרים אשר לא ידעתם, ודרשת וחקרת ושאלת היטב והנה אמת נכון הדבר נעשתה התועבה הזאת בקרבך. וכן שם (יז, ד). וצמצום הוא הסתלקות האמת, כמ"ש (ישעיה, נט, טו) ותהי האמת נעדרת. ואזי כתיב (ירמיה, ט, ד) ואמת לא ידברו. וכתיב (דה"י, ב, טו, ג) וימים רבים לישראל ללא אלהי אמת. ויתר על כן אמרו (ברכות, יד, ע"ב) אמת אמת תפסיה להאי. וע"י שו"ת הרא"ם (ח"א, ס"י ב) שהיה ס"ד בדבריו לומר שמחזי כשתי רשויות. וע"י אשל אברהם (בוטשאט, סימן מא) שהוא כמאמר נוטה נגד האחדות. וע"י שו"ת מהר"ם אלשקר (סימן סו).

וע"י יומא (סט, ע"ב) כשבקשו לעקור יצרא דע"ז, נפל להו פתקא מן שמיא שכתוב בה אמת, ע"י"ש. וע"י זוהר חדש (תרומה) אמת ויציב, יעקב ויוסף, ונאמר יציב לשון תרגום ולא אמת אמת, בגין פגימו.

### קו

ראשית הקו מאור א"ס. וע"ז כתיב (תהלים, קיט, קס) ראש דברך אמת. ולכך כתיב (תהלים, קמה, יח) קרוב (קו-רב) ה' לכל קוראיו לכל אשר יקראוהו באמת. ועוד. ע"י הקו נעשים ב' הצדדים סמוכים זה לזה. ואמרו (ברכות, י, ע"א) אמר ר' יוחנן, סמוכין מן התורה מנין, שנאמר (תהלים, קיא, ח) סמוכים לעד לעולם עשויים באמת וישר. וזהו קו ישר שסומכם ומחברם.

וכל שפע מימי האור העליון הוא ע"י אמת, כמ"ש (תענית, ח, ע"א) אמר ר' אמי אין גשמים יורדין אלא בשביל בעלי אמונה, שנאמר אמת מארץ תצמח, וצדק משמים נשקף.

### עיגולים

עיגול סביב, בחינת סוחר. וכתיב (תהלים, צא, ד) צנה וסחרה אמתו. ולהיפך מצד הקלוקל, כנען - סוחר. ואמרו (פסחים, קיג, ע"ב) ה' דברים צוה כנען את בניו וכו', ואל תדברו אמת. ועוד. בסוד עיגול, נעוץ סופן בתחילתן, ותחילתן בסופן. ואמרו (קידושין, לא, ע"א) רבא אמר מהכא, ראש דברך אמת, ראש דברך אמת ולא סוף דברך, אלא מסוף דברך ניכר שראש דברך אמת.

### יושר

ע"י רבינו יונה (משלי, כב, יב) וז"ל, יקרא ישר מי שאוהב היושר והאמת, עכ"ל. וכתיב (קהלת, יב, י) ישר דברי אמת. וכתיב (דה"י, ב, לא, כ) ויעש כזאת חזקיהו בכל יהודה, ויעש הטוב והישר והאמת. וכתיב (תהלים, קיא, ח) עשויים באמת וישר. והוא כללות ואחדות הקיום, כמ"ש (יבמות, יד, ע"ב) לא נמנעו ב"ש מלי" שא נשים מב"ה, ולא ב"ה מב"ש, ללמדך שחיבה ורעות נוהגים זה בזה, לקיים מ"ש האמת והשלום אהבו. ואמרו (סנהדרין, ו, ע"ב) ר' יהושע בן קרחה אומר, מצוה לבצוע, שנאמר (זכריה, ח, טז) אמת ומשפט שלום שפטו בשעריכם. וע"י

# בלביפדיה קבלה אמת

ז"ל, אמת וציב בהיכל רצון דאבא. ובעומק, אמת ואמונה, ז"א ונוק'. ושורשם אמת - אבא, אמונה - אמא.

## אמא

שם אהייה. ועיין ספק החשק (ח"ב, ס"א) ז"ל, כי החותם הוא שם י"ה, והוא במרובע אמת, כ"א פעמים כ"א כי שם אהייה, עכ"ל. ועיין מחשף הלבן (מטות) דאהייה פעמים אהייה גימט' אמת. וכן מעגלי צדק (אות ד-ז). ועוד במקומות הרבה אמרו כן.

ועוד. כנודע, ז' פעמים ס"ג עולה אמת (עיין פע"ח, שער הסליחות, פ"ח. וכן שער ק"ש, פ"ז). ועיין קהלת יעקב (ערך אמת) ז"ל, אמת ר"ת, אמא, מלכות, תפארת, עכ"ל. ועיין ליקוטי מוהר"ן (תורה לה) וזה שמקיים דובר אמת בלבבו, אזי אמא מסככת על בנהא, שהלב עושה חשמ"ל, היינו מלבוש סביב האמונה שלא ינקו ממנה החיצונים, עכ"ל. ועיין בפירוש יקרא דשבתא.

## ז"א

י"ב גבולי אלכסון, וממנו נשתלשלו י"ב רועי בקר, בחינת י"ב שבטים, כנודע. וכתוב (בראשית, מב, טז) שלחו מכם אחד ויקח את אחיכם, ויבחנו דבריכם האמת אתכם. ועיין פע"ח (שער כה, ד"ב, מ"ק) ז"ל, תורת אמת היתה בפיהו, כי תורת אמת הוא ז"א הנמשך מואמת, תיקון ז' דדיקנא, עכ"ל. ועיין שער הפסוקים (שה"ש) ז"ל, אתי מלבנון תבואי, ר"ת אמת, והוא ז"א, החתן הנקרא אמת, עכ"ל. ועיין עוד שם (תהלים) ז"ל, אמת מארץ תצמח וכו', כי הז"א שהוא הזכר הנקרא אמת וכו', עכ"ל. ועיין מבוא שערים (דרוש ברכת הלבנה) ז"ל, פועל אמת, הוא ז"א, וכו', אהיה פעמים אהייה, אמת, שהז"א נבנה מאמא, עכ"ל. ועיין פע"ח (שער ר"ח חנוכה ופורים, פ"ג). ומחברת הקדש (שער ספירת העומר). וערכי הכינויים לרמ"ז (אות א - אמת).

## נוק'

עיין זוהר חדש (בראשית) מאי אמת, אמר רבי אחא, אמת כל שאינו מהרהר באשה אחרת, ויש לו אמת עם אשתו. וכתוב (דברים, כב, כ) ואם אמת היה הדבר הזה לא נמצאו בתולים לנער-ה.

ועוד. קרקע עולם, עפר. וכתוב (תהלים, ל, י) הוידך עפר, היגיד אמתך. וכתוב (תהלים, פה, יב) אמת מארץ תצמח. וכתוב (דניאל, ח, יב) ותשלך אמת ארצה. ואמרו (זוה"ק, משפטים, קטז, ע"א) אמת, ר"ת, אמת מארץ תצמח (ועי"ש כי תשא, קפח, ע"ב). ואמרו (סנהדרין, ז, ע"א) כל דין שדן דין אמת לאמיתו, משרה שכניתיה בישראל. ועיין זוה"ק (תיקונים, הקדמה ד, ע"א).

והיא המידה השביעית, שבועה. ועליה אמרו (יבמות, קה, ע"א) אבל אגיד לך את הרשום בכתב אמת (דניאל, י, כא) גור דין שיש עמו שבועה. ועיין גיטין (לה, ע"א) לא היו ימים מועטים עד שמת אחד מבניה, וכששמעו חכמים בדבר אמרו, מה מי שנשבע באמת, וכו'.

ועוד. נוק' סוד כלה, סוד הלכה, ה-כלה, כנודע. ואמרו (שבת, צב, ע"ב) באמת אמרו "האשה" וגו'. תנא כל באמת הלכה היא. ודו"ק שאמרו מימרא זו דוקא בענין אשה שהיא אחרונה בחינת תי"ו. כמ"ש (שם, קד, ע"א) שי"ן - שקר. תי"ו - אמת. מ"ט, שקר מקרבן מיליה, אמת מרחקן מילה. שיקרא שכיח, קושטא לא שכיח. ועוד. איתא בזוה"ק (ויקרא, אמור, פט, ע"ב) בגין באמת דאיהו צדקה. ועוד. מדה שביעית. ו"אמת" תיקון שביעי ב"ג מדות רחמים. כמ"ש (זוה"ק, נשא, קלד, ע"א) ו"אמת", מדות דספר דא תיקונא שביעאה. ומאידיך היא מדה עשירית, ולכך ב"ג מדות דבספר מיכה, אמרו שם, תקונא עשיראה, תתן אמת ליעקב. ועי"ש (נשא, קמ, ע"ב).

ועוד. אמונה. ואמרו (זוה"ק, בלק, קצח, ע"ב) ולית אמונה בלא אמת. ושם (פנחס, רכו, ע"ב) איהי אמת, ואיהי אמונה. ■ **המשך בע"ה בשבוע הבא נכתב על ידי הרב שליט"א במיוחד לעלון**

כך אקרי בן אמת, וכתוב, ודבר ה' בפ"ך אמת. אמת - אמת - י. ועיין ספר הליקוטים (יונה).

ומצד הקלוקל אמרו (סוטה, לה, ע"א) אמר ר' יוחנן משום ר"מ, כל לשה"ר שאין בו אמת בתחלתו, אין מתקיים בסופו. ואמרו (סנהדרין, פט, ע"ב) כך עו" נשו של בדאי, שאפילו אומר אמת אין שומעין לו (ועיין זוה"ק, אד"ז, רצו, ע"א). ועוד. נביא, ניב שפתים. ואמרו (שם, צ, ע"א) חנניה בן עוזר, שמתחלתו נביא אמת, ולבסוף נביא שקר.

## עינים - שבירה

עיין קהלת יעקב (ערך אמת) ז"ל, אמת ר"ת, אורות מאנין תבירין, עכ"ל. וב- תיקון כתיב (משלי, טז, ו) בחסד ואמת יכופר עון. ושורש שבירה, מיתה. ועיין בעל הטורים (ויחי, מז, כט) ז"ל, אמת, נוטריקון, ארון מטה תכריכין, עכ"ל. וזש"כ חסד ואמת, ופירש רש"י חסד שעושין עם המתים. אמת, א-מת. ולכך מברכין על המת דין האמת (ברכות, מו, ע"ב). וכן אמרו (שם, נח, ע"ב) הרואה בתי ישראל בחורבנן אומר ברוך דין האמת (ועיין זוה"ק, משפטים, קיז, ע"א).

ומצד התיקון אמרו (מנחות, מג, ע"א) שינוי אמת. ופירש הנמוק", שנשתנה לטוב שהוא אמת, ראייה שהוא כשר.

## עתיק

עתיק סוד עובי, רוחב. אריך סוד אורך. ועיין גר"א (תיקונים, תיקון ע) ז"ל, ואמר למטה שגובה הוא מסטרא דיעקב זרע אמת שמכריע בין הקצוות, עכ"ל. והוא אורך ורוחב, וזהו אמת שמסכים הגבורה עם החסד, האורך עם הרוחב.

ועיין זוה"ק (ח"ג קמ, ע"ב) ואינהו תקוני דיקנא דמתשכחי בז"א, ונחתין מעתיק יומין ונהרין ביה, ובגין כך אמת תליא בעתיקא. ועיין ריקנאטי (בשלח). ועמק המלך (שטי"ז, פנ"ו). ועיין שער הכוונות (דרושי ר"ה, ד"ט) ז"ל, ויכוון בז' הויות דס"ג שהם בגימט' אמת תיקון ז' דדיקנא דעתיק הנקרא תרי תפוחין קדישין. ועיין פע"ח (שער הסליחות, הגהת צמח, פ"ח) ז"ל, אמת תליא בעתיקא, וזהו מה תצעק אלי, ר"ת אמת. ועיין קול ברמה (אות קה, קיא, קיג, קטו, ועוד). ורמ"ע מפאנו (מאמר מעין גנים, ח"ב, סוד התקיעות). ופתחי שערים (נתיב גדלות דז"א, פתח נח). ובית עולמים (דף קכח, ע"ב, ואילך). וליקוטי תורה (מסעי, ואתחנן).

## אריך

אורך, אור-ך. וכתוב (תהלים, מג, ג) שלח אורך ואמתך, המה יחנוני. ועיין רמח"ל בתקט"ו תפילות (תפלה רפז) ז"ל, והכל תלוי באות אל"ף סוד היחוד שלך, והיא אמת, שנעשה אור אור אור, באות ה', עכ"ל. וזהו בחינת אוריתא, לשון אור, "תורה אור", שהיא תורת אמת. והיפוכו חשך, אמת ואמונה, אמונתך בלילות. וכמ"ש (ברכות, יב, ע"א) כל שלא אמר אמת וציב שחרית (אור), ואמת ואמונה ערבית (חשך), לא יצא ידי חובתו, שנאמר להגיד בבקר חסדך ואמונתך בלילות. ואמרו (ב"ב, ח, ע"ב) והמשכילים יזהירו כזהר הרקיע, זה דין שדן דין אמת לאמיתו. ועיין רש"י (סנהדרין, צב, ע"ב) באמת - בברור, עכ"ל. בחינת הארה.

## אבא

אמרו (ילק"ש, תהלים, רמז תתע"ה, קיז) אמרה הארץ ואמת ה' לעולם. מהו אמת, אמת ברית שקיימת לאבות, שנאמר וזכרתי את בריתי יעקב. ועיין זוה"ק (תיקונים, תיקון ל, עד, ע"ב) אבא תפילין דרישא, דאיהי ראש דברך אמת. ועיין מצת שימורים (שער התפילין) ז"ל, וכן זה סוד של רחב שאמרה ליהושע ונתתם לי אות אמת, שהם המוחין דאבא מצד משה רבינו, כמ"ש בזהר ויחי, שהיא רצתה להיות אחוזה באור השמש של משה הנקרא אות אמת, עכ"ל.

ועיין של"ה הק' (בראשית, ויחי, תורה אור) ז"ל, על כן ביקש שיוסף יעשה חסד של אמת, וברא מזכה אבא. ועיין קיצור הכוונות לרמח"ל (סדר קבלת שבת)

## מילון ערכים בקבלה • אורא - דכיא

אור, כנ"ל), ולא בחינה ממשית, עכ"ל. עיי"ש. ומצד כך נקראת אמא אורא דכיא. עיין שם (שי"ג, פי"ד). ותיקונים (תיקון כב, דף ס"ד). ועיין פרדס רימונים (שער כג, פ"א, ערך אור). ושער מאמרי רשב"י (בשלח). וזהו הרקיע (בשלח). ושם מבואר שנקראת אמא אורא דכיא, "מפני שעובר בה טיפת החסד דאורא דכיא דאבא", עיי"ש. ועיין מזכיר שלום (אות א, אות מ"ו) ישוב הסתירה מי נקרא אורא דכיא. ועיין שמן ששון על העץ חיים (שער כט, פ"ח, אות ב).

ושורש גילוי אורא דכיא באמא מכח אבא מצינו בעץ חיים (שער לט, דרוש י) וז"ל, החסד אית בה ג' פרקין בורוע ימין, וחסד גימט' ע"ב, וג' ע"ב הם גימט' רי"ו, וזה הרי"ו נותן אבא לאמא בזווג ראשון לעשותה כלי, ונקרא אורא דכיא, שהוא הה"ח, עכ"ל. והבן ששורש אורא, בחינת חסד, בחסד דא"א ושורשו בחסד דעתיק המולבש בגלגלתא דא"א. ולדעת הגר"א חסד דעתיק "מולבש" באורא דא"א. ולדעת האריז"ל החסד שבגלגלתא "מתגלה" באורא דא"א, שבו הדעת והת"ת הנוטה לחסד, לקו ימין, ודו"ק. וכמ"ש וז"ל, והנה זה (הרי"ו) נמשך מדעת אבא שהוא ע"ב דיודי"ן, וכן הרי"ו נמשך ממנו. ואמנם גם הדעת דאבא הוא נמשך מדעת עליון (דא"א) שהוא במזל י"ג דדיקנא הנשפע ממזל ח' שיש בו ג' שמות ע"ב דיודי"ן, ושלשתן רי"ו. וגם נמשך מדעת עליון דעתיק הגנוז בגולגלתא דילה, והוא נקרא אורא דכיא דבין קרומא למוחא כנזכר שם. והנה מהדעת דאבא נמשך דרך היסוד שבו הנקרא נתיב לא ידעו עיט ואתגניז ביסוד אמא, ובצאתו משם מיסוד אבא נקרא אורא דכיא, והוא ג' שמות דיודי"ן ועולין רי"ו ונעשית בה כלי, ולכך רי"ו הוא נקבה, וכו'. כי גם האורא שיצא ממנו, כבר נחשב שהיא מאמא עצמה, עכ"ל. ודו"ק היטב. ועיין חסדי דוד (אות קיח).

וכתב בשער הכוונות (דרושי הלילה, דרוש ח) וז"ל, הנה ההוא רוחא עלאה דיהב בה אבא בביאה קדמאה לעשותה כלי הנק' אורא דכיא, מנחילתו לז"א, וצריכה היא לקבל מחדש כלי אחר, עכ"ל. ועיין נובלות חכמה (עלה ל"ו). ■ המשך בע"ה בשבוע הבא נכתב על ידי הרב שליט"א במיוחד לעלון

כתב בעץ חיים (שער כט, פ"ז, מ"ב) וז"ל, ונבאר מאמר אחד באד"ר קל"ה בענין אורא דכיא ואשא דכיא, וכו', דע כי בוצינא דקרדינותא הוא גבורה דא"א, ואורא דכיא הוא חסד דא"א (ושורשו בחסד דעתיק, עיין שער מאמרי רשב"י, פירוש ספד"צ, פ"א). ואלו ב' נתחברו יחד כנזכר באד"ז, רצ"ב. והענין כי אור"א הם שורשם חו"ב, ובהם נגזים ח"ג דא"א הנקרא אורא דכיא ובוצינא דקרדינותא, ונתחברו יחד אלו בוצינא דקרדינותא ואורא דכיא בהיותן גזים תוך אור"א והוציאו גלגלתא דז"א וכו'. והנה כמו שח"ג דא"א נקרא אורא דכיא ובוצינא דקרדינותא, כן המוחין דז"א היוצאין מהם נקרא כך. וכן הדעת דזעיר אנפין שהוא הכרעת חו"ב שלו, נקרא כן, כי גם הם מחו"ג דא"א, ותרין כתפוי נמשכו. אלא שהפרש הוא, כי חו"ב שלו (של ז"א) נקרא אורא דכיא ואשא דכיא, אך ב' עטרין דחו"ג, החסדים נקראים אורא סתם, וגבורה אשא סתם, והבן זה, וכו', וז"ש ואורא דכיא קאים עליה מהאי סטרא, ר"ל כי מוח החכמה הנקרא אורא דכיא, עומדת על עטרא דחסד הנקרא אורא סתם העומד מסטר ימינא, ואשא דכיא שהוא מוח הבינה קאים על עטרא דגבורה הנקרא אשא סתם, והאי לסטר שמאלא, עכ"ל. והטעם שנקראים "דכיא", כתב הגר"א (ספד"צ, פ"א, ד"ה מתקלא קאים בגופיה) וז"ל, ונקראים דכיא, לפי שבחו"ג תחתונות שמתפשטים בגופא דז"א נאחזים הסט"א, וכו', וידוע שיש להם אחיזה בז"ת, משא"כ בג"ר, לכך נקרא דכיא.

ובחינה נוספת של אורא דכיא, והפוכה, מצינו שם בעץ חיים (שער כט, פ"ח, מ"ב) וז"ל, נת"ל כי היסוד דאמא נתלבש בדעת ז"א, ועטרה בת"ת עד החזה לבדה. וטעם הדבר, כי היסוד של זכר ארוך ומתפשט, ושל נקבה קצר. וסוד הענין כי יסוד הזכר להיות רובו מצד החסדים, לכן יש בו ריבוי אור ונמשך ממנו תוספת אור אל היסוד שבו והוא בולט. אמנם הנוק' באה מצד הגבורות שהם דינין, אין בה ריבוי אור כדי להוציא בה בחינת יסוד בולט ממש, אמנם הוא אור בלתי מורגש, ונקרא אורא דכיא (אור - אור) כמובא במ"א, כי היסוד דדוכרא נקרא באד"ר אשא דכיא וכו', ושל נקבה אורא דכיא. ועיין בביאור דקל"א שלכך לא נתפשט עד החזה דז"א, כי עד שם שיעורו. ואמנם מה שנתפשט אח"כ (מן החזה ולמטה) הוא בחינת אורא בלבד (ולא

[info@bilvavi.net](mailto:info@bilvavi.net) כדי לקבל את המילון מההתחלה, אנא בקש לכתובת

בלבביפדיה מחשבה

יום ד' 20:30

רח' קדמן 4

חולון

לפרטים 050.418.0306



הרב איתמר שוורץ

בלבביפדיה עבודת ה'

יום ג' 20:30 בדיוק

רח' הרב בלוי 33

ירושלים

לפרטים 052.765.1571

ישראל 073.295.1245 ■ 2>4>12 USA 718.521.5231

להצטרפות לרשימת העלון | לכל ענייני העלון [info@bilvavi.net](mailto:info@bilvavi.net)

רכישת ספרי הרב: ספרי אברמוביץ משלוח ברחבי העולם 03.578.2270

ספרי מאה שערים רח' מאה שערים 15, ירושלים 02.502.2567

הפצת ספרי קודש רח' דוד 2, ירושלים 02.623.0294 · ספרי אברמוביץ רח' קוטלר, 5 בני ברק 03.579.3829



בלבבי משכן אבנה

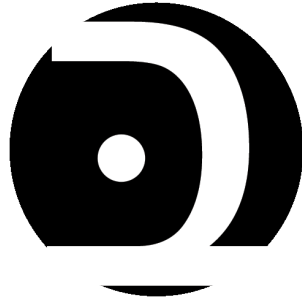
# שאל לבבי

שאלות ותשובות

קרח תשפ"ב

[247]

מהארכיון



בני תשע מידות ותיקונם..... א

חולשה במצות הבית ותיקונה..... ג

הוא ומידותיו חד וענין העצבות..... ג

שיער ותספורת..... ד

כוונת השמות בשאיפה ונשיפה..... ד

תיקון הסתירות שבנפש - לאשה..... ה

פתח ללימוד חכמת הקבלה..... ה

ניצול הזמן בשעת הנהיגה ברכב..... ו

ניצוד ללימוד בספר הכוזרי..... ו

## בני תשע מידות ותיקונם

מה יכול האדם לעשות בעבור בניו או בנותיו אם הוא חושש ח"ו שהם באים מאחד מן התשע מידות שהובאו בשו"ע (סי' רמ ס"ג).  
תודה מאד להרב שליטי"א.

### תשובה:

אמרו (נדרים, כ, ע"ב) המורדים והפושעים בי, אלו בני תשע מדות, בני"י אסנ"ת משגע"ח, בני אימה, בני שנואה, בני נידוי, בני תמורה, בני מריבה, בני שכרות, בני גרושת הלב, בני ערבוביא, בני חצופה. ופירש הר"ן (שם) שלפי שיש צד עבירה ביצירתן הוו מורדין ופושעין. ולשון הטור, פוגם הולד. ולשון הב"ח (או"ח סימן רמ) הולד יהיה פגום כשיהיה נוצר ע"י ביאה זו. ועיין פרישה (אהע"ז, סימן כה) ז"ל, ז"ל מור"ש, וכו', פגם גדול יש בו. ובבעלי הנפש לראב"ד כתב, פוגם את הוולד, ופוגם את עצמו.

ועיין פרישה או"ח סימן ר"מ. ועיין מאמר מרדכי שם. ועיין זוה"ק, דברים, רל, ע"א. ושם, פקודי, רס"ז. וחמדת ימים, שבת קדש, פרק ט'. ומשנת חסידים, מסכת תפלת? העשיה, פ"ו. ומחשף הלבן, יתרו.

ועיין לשם שבו ואחלמה (חלק הביאורים, שער העקודים, פ"א) בני תשעה מדות שאמרו בנדרים ספ"ב וכו', הנה פשוט הוא שהם בסכנה גדולה למאד, וכו', עיי"ש.

ותיקון תשע מדות אלו בזמן, עיקרם בין ר"ה ליוה"כ, כמ"ש בילק"ש (ישעיהו, פ"א, רמז שפט) רחצו הזכו וגו', תשע מדות כתיב כאן כנגד תשע ימים שבין ר"ה ליוה"כ, ומה כתיב אחריו, לכו נא ונוכחה יאמר ה', אם יהיו חטאכם כשנים כשלג ילבינו. ד"א, כנגד קורבנות ר"ה, פר אחד, איל אחד, כבשים בני שנה. עיי"ש.

ועיין (ברכות, כט, ע"א) הני תשע של ר"ה כנגד מי. ועירובין (מ, ע"א) ר"ה שחל להיות בשבת, לב"ה מתפלל תשע. ור"ה (לד, ע"א) תשע תקיעות. ושורש הארה זו הוא ט' תיקוני דיקנא דז"א, כנודע, עיין זוה"ק, דברים, קמז, ע"א. ושורש הפגם נעוץ בכך שהנוק' יצאה נקודה אחת ונחסר ט"ס, כנודע. והז"א תחלה היה תלת גו תלת, ונעשה ו"ק. ואח"כ גדל ונעשה לו ג"ר, נעשה ט"ס. וזהו שורש התיקון. ועיין עמק המלך (שער טז, פרק ס"ה) י"ג מדות בהתפללו על עון מחילת העגל, ובמרגלים לא זכר אלא תשע, הענין כי עון העגל היה פוגם בז"א, עיי"ש. ועיין קהלת יעקב (ערך תם) תם (ז"א) ר"ת תשע מדות. ועיין ברית כהונת עולם (מאמר אילו של יצחק, פרק נ"ח) תשע פעמים מדה, גימט' אמת. סוד איש תם, אמת, א-תם. ועיי"ש מאמר פיתוחי חותם קודש, פ"ב, ופ"י. ופרי עץ חיים, שער הסליחות, פרק ח. ועץ חיים, שער הפרצופים, דרוש ב'. ועשרה מאמרות, מאמר אם כל חי, ח"ב, סימן טז. ושיח יצחק, ח"א, דרוש לשבת בראשית.

ולכן עיקר התיקון למעשה בכללות, התדבקות בתשע מדות של רחמים שהוזכרו במרגלים. ובפרטות לכל אחד מן התשע תיקון ומדה לעצמו. וזה שורש גדלות בין ט' יום ויום אחד, וט' חדשי עיבור, ותשע שעות של יום. עיין תענית, כה, ע"ב.

ויתר על כן כל מדרגת תשע תיקון לכך. כגון (ברכות, לב, ע"ב) חסידים הראשונים היו שוהים תשע שעות ביום בתפלה. עיקם הכתוב תשע אותיות ולא הוציא דבר מגונה מפיו (פסחים, ג, ע"א). טהרה בתשעה קבין, ועוד.

## חולשה במצות הבית ותיקונה

לכבוד מו"ר הרב שליט"א, יישר כוחכם על הספרים ועל השיעורים הנפלאים שלך, זה עשה שינוי משמעותי בחיים שלי.

אני רוצה לשאול שאלה בנוגע למצות עונה. אין לי [כמעט] תאווה לזה. והקישוי לא פועל. מאיזה יסוד זה נובע, ומה התיקון. תודה רבה

**תשובה:**

פעמים זה ענין גופני, ופעמים ענין נפשי.

הענין הנפשי נחלק לכמה חלקים:

א- רוממות מעל החומריות, והתדבקות בעולם עליון יותר.

ב- "אין קישוי אלא לדעת". ופעמים חסר בדעת, כנשים וקטנים. וזהו חסרון בדעת - התקשרות.

ג- פגם היסוד נקרא "קרי", לשון מקרה. והיפוכו "עצם" כמ"ש ר"א אבולעפיה, בספרו חיי העולם הבא. ופעמים האדם דבוק במקרה, וחסר מדרגת עצם.

חסרון בארבעת היסודות, הן נפשי והן גופני:

ד- חסרון ב"חמימות", שליטת קרי, "קור". וזהו חסרון ביסוד ה"אש".

ה- חסרון בטיפה, בזרימה. וזהו חסרון ביסוד ה"מים".

ו- חסרון ב"יורה כחץ", וזהו חסרון ביסוד ה"רוח".

ז- חסרון ב"קישוי" עצמו, וזה חסרון ביסוד ה"עפר", שממנו בא הקושי.

## הוא ומידותיו חד וענין העצבות

שלום כבוד הרב, א. ראיתי בשיעור נפש החיים שהרב אומר שכל הסוגיא של 'הוא ומידותיו חד' זה דורש הסבר, האם הרב יוכל להסביר מה הכוונה ואיך זה בא לידי ביטוי בעבודת נפש? הרי אם אני לומד את התורה ודבק בחכמתו אז אני יכול להכיר שזה חכמת הבורא אבל איך זה מעלה אותי להכיר שזה זה הבורא בעצמו? (וכן לגבי המידות או הרצון). מילא אני דבק בהווית הבורא אז אני דבק (כביכול) בו, אבל איך דבקות במידה מסויימת גורמת



לי לא רק לגלות את מידת הבורא בתוכי אלא גם לגלות את הבורא בעצמו? דבקות מידה/רצון מצמצמת אותי למידה/רצון. כלומר השאלה היא מה בעצם הידיעה "שהוא ומשהו ממנו חד" נותנת לי בעבודת נפש?

ב. בנוסף בעל התניא אומר שעצבות לא שייכת בנפש האלוקית, בעוד שמעתי שיעור מהרב שלהעלות את העצבות לשורשה זה גם דבקות בבורא. באיזה אופנים העצבות באה לידי ביטוי שהיא בשורשה? ואיך ממנה נדבקים בבורא?  
ג. מה ההבדל בין עצבות לאבלות? מה ההבדל בין דברי בעל התניא לדברי הרב? תודה

**תשובה:**

א. הוא ומידותיו חד, כלומר שהמידות אינם דבר נבדל ממנו, אלא הוא נגלה בתוכם, כביכול העצמות נצטמצמה ונגלית בתוך גבול, מדות. "כשהוא רוצה משרה שכינתו בין שני בדי ארון". והבן שאין אנו מדברים עליו כפשוטו, אלא ע"י גילוי, שהוא נגלה במידותיו. והמשל כאדם הלובש בגד ברחובה של עיר, שראיית הבגד יוצרת את החוש שכאן נמצא הגברא בתוכה. וכן הוא לגבי מידותיו, שהם כלים שלו כביכול שנגלה בתוכם.

ובלשון דקה יותר. מידותיו הם "חלקי" גילוי. גילוי שלם בערכנו, אור אין סוף. גילוי חלקי, מידותיו.

ב. עצבות כפשוטו אינה שייכת בנפש האלקית, אלא מרירות, כמ"ש בתניא. עצבות במהותה הפנימית צמצום, "אמה עצבה", שייכת אף בנפש האלקית. האדם דבק בצמצום של הבורא שצמצם אורו הא"ס לצדדים.

ג. עצבות - צמצום, כנ"ל. אבל, צער על ההעדר. מהות האבלות נתבארה בשיעורי בלבביפדיה, מחשבה, ועבודת ה'. ומהות העצבות נתבארה בשיעורי ארבעת היסודות - יסוד העפר.

## שיעור ותספורת

אני גיורת. נשואה, הולכת עם מטפחת. מורידה את שערות הראש עם מכונת תספורת פעם בשבוע. האם בפעולה הנ"ל אני מחסירה מעצמי "שער-שיעור-השערה"?

**תשובה:**

אמרו חז"ל, שמלך מסתפר בכל יום, וכהן גדול פעם בשבוע. וזו התדבקות במדרגת כהן גדול, בניצוץ ממנה. ראוי לתת לב שיהא איזון נכון בין מעשה זה לשאר כל החלקים הן בגוף והן בנפש.

## כוונת השמות בשאיפה ונשיפה

נאמר שכצבי הירש הרבי מזידיטשוב [תלמיד של החוזה מלובלין] היה שואף הוא היה מתרכז בשם י-ה-ו-ה וכשהוא היה נושף הוא היה מתרכז בשם א-ל-ו-ק-י-ם. האם זה משהו שיכול להתאמן כיום ואם כן למשך כמה זמן ומתי?

**תשובה:**

כן. הזמן משתנה מנפש לנפש, אולם ראוי ג' פעמים בכל יום, שחרית, מנחה, וערבית. ובכל פעם ג' פעמים.

## תיקון הסתירות שבנפש - לאשה

קראתי את התרגום באנגלית של הדרשה של פרשת שמות [שיחת השבוע 015 שמות. עמל. ישוב הסתירות בנפש. תשע"ז] על החשיבות של פתרון הסתירות הפנימיות של האדם. לפי הבנתי את הדרשה, הדרך הטובה ביותר לעשות זאת היא ע"י ללמוד תורה. עם זאת, האם יש דרך אחרת שאישה יכולה להשתמש בה בכדי לפתור את הסתירות שלה אם אין לה זמן ללמוד כל כך הרבה תורה? תודה רבה לך.

**תשובה:**

יש להעמיק ולהבין ולהפנים, שכל דבר בנוי בצורה של דבר והיפוכו, כמו "זכר ונקבה בראם ויקרא את שמם אדם". ואח"כ להתבונן בכל יום על דבר אחד ולראות בו דבר והיפוכו, ואיך הם אינם רק סותרים זה לזה, אלא כיצד הם משלימים זה לזה. וכך לאט לאט הנפש קולטת את הסתירות שבקרבה כבנין ולא כהפרעה. ואזי בכל סתירה בנפש יש לראות את ההשלמה שבסתירה ולא רק את ההפרעה שבה. וזהו העבודה בשורש לתקן את הסתירות בנפש. וישנה עוד עבודה בענפים, להקטין את הסתירה ולצמצמה.

## פתח ללימוד חכמת הקבלה

שלום לכבוד הרב. אני אברך שב"ה לומד בעיון ובבקיאות תמידין כסדרן. בשנים האחרונות התקרבותי לאדם גדול תלמיד של גדולים אשר פתח בפני מעט את הדרך אל לימוד הסוד כלומר שלמדנו חלק משער ההקדמות ואח"כ דעת ותבונה (לא את כולו רק את הפרקים הראשונים, עד פרק י"ב לא כולל מוחין דקטנות) וכמובן עם באורים. חשוב לציין שלא למדנו כ"כ את ה"שימוש" בחכמה זו (חסידות, כוונות וכו') אלא חכמת האמת, כך הייתה דרכו של הרב. כעת בעוונותינו הרב נפטר ואכמ"ל, ושאלתי היא מה המשך הדרך בלימוד הנ"ל האם לחפש עוד אדם גדול (לא נראה לי שדבר זה אפשרי כ"כ) או להמשיך לבד עם היסודות שלמדתי או אולי להשתמש בספרי עזר (שפע טל, תלמוד עשר הספירות וכדו') או שעורים (כמו שיש לרב שליט"א) החשש שלי הוא שאין כאן הכוונה אישית, וכידוע המקום לטעיות גדול מאד. מחכה לתשובת הרב. תודה רבה לרב שליט"א על כל השיעורים הנפלאים ועל מסירות הנפש למסור אותם.

**תשובה:**

ראשית יש לבכות לפניו ית"ש שיזמין לכם רב אמת. לעת עתה ראוי להמשיך ללמוד, וראוי ללמוד ראשית **פתחי שערים** כולו לר' יצחק איזיק חבר. ואח"כ **אוצרות חיים** כולו, ואח"כ **עץ חיים** לפחות עם פירוש הלשם שנותן בירור שיטתי של "מהלך" בחכמת האמת.

## ניצול הזמן בשעות הנהיגה ברכב

לכבוד הרב שלום, תודה רבה על כל השיעורים, ספרים והעצות, יש לי שאלה בקשר ללימוד בזמן פנוי. לא זכיתי להיות אברך ש"תורתו היא אומנותו", ויש לי זמני נסיעה ברכב הפרטי שאני מרגיש שאולי אוכל לנצל בצורה יותר טובה. מדובר על מינימום של שעה וחצי ביום, ולפעמים כמה שעות.

השאלה היא מה הכי טוב לעשות בזמן הנהיגה:

- 1 כלום (ואז המחשבות משוטטות בכל העולם)

- 2 התבודדות - לדבר / לשיר לקב"ה

- 3 לשמוע למוזיקה ללא מילים

- 4 לשמוע למוזיקה עם מילים

- 5 לשמוע שיעור תורה

- 6 לשנן תהילים - משניות

- 7 לשנן דף גמרא

אשמח מאד אם הרב יוכל לדרג לפי עדיפות.

בתודה מראש, וברכה והצלחה בכל אשר תפנה.

**תשובה:**

בודאי שראוי לנצל זמן זה, אולם מתוך זהירות יתירה של שמירה בדרכו על עצמו וזולתו.

צורת הניצול משתנה מנפש לנפש כפי צורכה, ויתר על כן לפי רמת הריכוז שניתן לו לפי נפשו תוך כדי נהיגה, כי לא כל הנפשות שוות בכך להתרכז תוך כדי נהיגה וגם לשמור על זהירות כראוי.

## ניצול ללמוד בספר הכוזרי

שלום וברכה לכבוד הרב שליט"א.

איזה פירוש הרב ממליץ על ספר הכוזרי?

**תשובה:**

דבר זה תלוי מה הצורך, פירוש שורשי עמוק ויסודי, או להבנה קלה ומסודרת.

לצורך הבנה קלה ומסודרת, ניתן ללמוד בהוצאתו וסידרו של רבי יחזקאל סרנא זצ"ל. אם נצרך שפה קלה יותר, אפשר ללמוד עם הכוזרי המפורש שנכתב ע"י הרב מרדכי גניזי.

## שׁו"ת בלבבי משכן אבנה · קרח תשפ"ב [247] מהארכיון

לקבלת העלון השבועי בדוא"ל,  
וכן מקובץ שאלות ותשובות  
לפי סדר הפרשיות,  
יש לשלוח בקשה לכתובת:  
[info@bilvavi.net](mailto:info@bilvavi.net)

[לקבלת העלון השבועי  
והשׁו"ת דרך הפקס,  
יש לשלוח בקשה  
למספר הפקס]  
03-548-0529



לכירורים בנושאי "בלבבי משכן אבנה"  
ניתן לפנות למערכת באופנים הבאים:

טלפון 052-763-8588  
פקס 03-548-05294  
ת.ד. 16452 ירושלים 9116302  
[info@bilvavi.net](mailto:info@bilvavi.net)



שיעורי מורינו הרב שליט"א  
מופיעים ב"קול הלשון"  
ישראל 073.295.1245  
USA 718.521.5231