

טיפול נפשי אמיתי המיוסד על כללי הבטחון

יום שלישי פרשת אמור י"א אייר תשפ"ז

אמונה ובטחון

— שיעור שב"ט —

עיקרי האמונה והבטחון

ידוע שהרמב"ם חילק את עיקרי האמונה לשלושה עשר. העיקר הראשון הוא שהקב"ה הוא בורא ומנהיג לכל הברואים והוא לבדו עשה עושה ויעשה לכל המעשים. עוד עיקרים הם, שאין ראוי לעבוד לזולתו והאמונה בתחיית המתים ובביאת המשיח, ושזאת התורה לא תהא מוחלפת, ועוד. ברור שכל העיקרים יוצאים מנקודה אחת - שה' אחד ושמו אחד. אבל הרמב"ם מחלקם באופן כזה, ומורה שהאדם צריך לברר ולהבהיר בלבו את כל אחד מן העיקרים הללו כדי להיחשב חלק מכלל ישראל.

מעתה נאמר שכך הוא גם לגבי הבטחון. ברור לכל שבטחון בנוי על אמונה שה' אחד ושמו אחד, אבל כמו באמונה, כך בבטחון יש כעין עיקרים שונים. האמונה שהקב"ה משגיח על הכל בהשגחה פרטית ושהוא טוב ומטיב לכל, היא נקודה אחת שמביאה את האדם לידי בטחון. וכשהוא מאמין שהקב"ה הוא כל יכול ואין מי שיכול לעשות מאומה בלעדיו, זה מביא לידי בטחון מצד אחר. האמונה שהקב"ה מרחם עליו ברחמנות שאין למעלה ממנה ויודע בדיוק מה הוא צריך ודואג לכל מחסורו, מעוררת בו את הבטחון מצד נוסף. כפי שרבינו המחבר כותב בפרק השני משער הבטחון שאם האדם יש לו בהירות בכל היסודות, הוא מגיע לבטחון גמור.

'אין אדם שומע לי ומפסיד'

אחד מהיסודות הגדולים המביאים לידי בטחון, הוא היסוד האומר שאם ניצמד לדרך התורה, לא נפסיד כלום.

'אין אדם שומע לי ומפסיד'. למה אינו מפסיד? כי הוא בוטח בה'. הקב"ה מסר לנו את התורה ואמר: 'כי לקח טוב נתתי לכם תורתי אל תעזבו', (משלי ד, ב) 'עץ חיים היא למחזיקים בה' (שם ג, יח). הרי הוא אומר לנו (כלשון המדרש פרשת במדבר): 'אין אדם שומע לי ומפסיד'. והאדם בוטח ואומר: אע"פ שעכשיו ברגע זה אינני רואה שאינני מפסיד, אדרבא, אני רואה שבגלל שהייתי ישר בעיניי ממון, הפסדתי - הריני בוטח בה'. לא הפסדתי גם אם אינני רואה כך ברגע זה. הסיפור עוד לא נגמר. הוא בוטח בתורתו של הקב"ה, הוא בוטח בהטבתו של הקב"ה שנמצאת בתורה. זו אחת מהנקודות הנחוצות ביותר של בטחון האדם.

כאמור, בטחון זה נובע מכלל אחר של הבטחון, שהאדם מאמין שהקב"ה מנהל את העולם והוא טוב ומטיב ושום דבר אינו מתנהל בלעדיו, והכל רק טוב. 'אין דבר רע יורד מלמעלה' (בראשית רבה וידא), לכן הוא אומר לעצמו: הקב"ה נתן לנו את התורה והכניס את עצמו לתוך התורה, רק בדרך התורה בא שפע טוב אל האדם ושום דבר אחר לא יביא לי שפע טוב. וכך הוא מגיע אל הבטחון של 'אין אדם שומע לי ומפסיד'. הוא אשר אמרנו שבשורש זה הוא חוזר אל האמונה שה' אחד ושמו אחד. אבל לא תמיד יכול האדם להתבונן ולחקור עד שיכיר את השורשים, לכן הוא משנן לעצמו את כל הכללים השונים, כפי שהוא משנן את י"ג העיקרים. פעם הוא משנן ש'אין אדם שומע לי ומפסיד', פעם הוא משנן שהכל מאת ה', פעם הוא משנן שהקב"ה טוב ומטיב, וכן הלאה. כל פעם יש לו נקודה אחרת מנקודות הבטחון שתתן לו חיזוק יותר גדול לפי מצבו.

כלפי מה הדברים אמורים? - למדנו כבר בעבר שנסיונות האדם מחולקים בעיקר לשני סוגים. קיימים נסיונות שבהם אי אפשר לפתור את הבעיה, והעבודה בהם היא שלא להישבר, אלא להיות באמונה ובטחון ובשמחה. וקיימים נסיונות שבהם האדם צריך לבחור לעשות את המעשה הנכון. היצר הרע אומר לו: תעשה פעולה בלתי נכונה. ולאדם יש בחירה עכשיו - להגיב או לא? להסתכל או לא? לשקר או לא? תרי"ג המצוות, נסיונות הן - נסיונות החיים. הנסיון בהם אינו שהמצב הוא כפי שהוא ועל האדם לקבלו, אלא שהאדם מקבל בחירה ותפקידו הוא לאזור את חלציו ולעשות את הדבר הנכון בין בסור מרע בין בעשה טוב. כל היום האדם נמצא במצב זה. הוא צריך כל הזמן לקבל החלטות, בענין התפילה, בענין החברותא, בעניני בין אדם לחבירו.

שני סוגים אלו כוללים את כל הנסיונות הקיימים בחיי האדם. כשאדם אומר שיש לו נסיונות גדולים מאוד, יש שבוחנים את דבריו על פי גילו. אם הוא בתקופת נישואי ילדיו, מבינים שהוא מתמודד עכשיו עם תשלומי חובות וכדומה, אם הוא בגיל שש עשרה-שבע עשרה, מבינים שהוא מתמודד עם נסיונות מסוג אחר. אבל זה לא בהכרח, כי במשך כל החיים יש לכולם נסיונות משני הסוגים גם יחד.

על האדם להשתמש במדת הבטחון כדי להקרין אור בנשמתו בעבור נסיונותיו, והדרך הקלה יותר היא שבנסיונות שבהם בשום אופן אינו יכול לשנות כלום, ישים תקוותו בה' ויודה לו ויתחזק באמונתו שהקב"ה מנהל את העולם בחשבון - 'אני מאמין באמונה שלמה שהבורא יתברך שמו הוא בורא ומנהיג לכל הברואים והוא עשה ועושה ויעשה לכל המעשים'. ויאמין שטוב ה' לכל, וזה מה שיביא לו שלוה ויעורר בו שמחה ויחזק את הקשר שלו עם הקב"ה. וכשהיה לו נסיון מסוג אחר, נסיון שבו יצטרך להתאפק מאיזה דבר או לקום ולעשות כנגד העצלות, יתחזק גם כן בבטחון, אבל יוציא אז את הכלל האחר - 'אין אדם שומע לי ומפסיד'. עשה את הדבר הנכון. עוד תראה שאם זה הדבר הנכון, לא תפסיד. על אף שאינך רואה עכשיו ועל אף שברגעים אלו תרגיש צער.

בנסיונות מסוג זה מועיל יותר כשמתמשים בכלל זה של בטחון, ובנסיונות אחרים מועיל כשמתמשים בכלל אחר של בטחון. נדגיש שוב, כי בוודאי בשורש הדבר מדובר בנקודה אחת של בטחון, אבל תמיד זקוקים לסגנון מדויק - מה תאמר לעצמך, מה תשנן במוחק, וזה מה שימשיך את אור התורה לנשמתך שתוכל להיות במצב הנכון, היינו להיות דבוק בה' בכל נסיונותיך.

אולם אפשר גם לחלק את הנסיונות ולהגדירם בשתי דרכים נוספות. אחת מהן היא **עבר ועתיד**. כשהאדם עצוב ושביר, זה נובע ממה שהוא שקרה בעבר. יכול להיות שזה קרה לפני עשר שנים ויכול להיות שזה קרה לפני דקה אחת בלבד, למעשה הוא שביר מחמת המצב. על כן עבודתו להסביר את המצב - הקב"ה סיבב כך, זה לא קשור לפלוני. הרי שאת הנסיונות הבאים מחמת העבר, צריך האדם לפרש באור זה של התורה. אבל עכשיו יש לו רצון ללכת ולעשות משהו בשביל זה. הוא רוצה ללכת להשתדל, הוא רוצה ללכת ולנקום. כל דבר שהוא רוצה לקום ולעשות, שייך מעתה אל העתיד. ואז הוא מיד צריך להוציא את הכלל השני - 'אין אדם שומע לי ומפסיד'. מה התורה אומרת על מצב כזה? תן לי להירגע ולהתבונן, כי אם אלך לפי ההרגשים שלי, לא אגיע לשום מקום ובוודאי שזה לא ישפר את המצב.

אף שיש נקודה של עתיד שיש לה גם כן שייכות לעבר, כי העבר גורם לו לדאוג על העתיד. הדאגה היא בקשר לעתיד, והתשובה לה צריכה להיות על-ידי הבטחון מהסוג הראשון. דאגתך הרי נובעת מן העבר, מזה שאתה מצייר לעצמך שהולך להיות רע. למה אתה מצייר לעצמך כן? כי אתה מסתכל על העבר ומקיש ממנו על העתיד. הרי שהדאגה שייכת גם כן אל העבר. הכלל הוא שבכל מה שקשור לשאלה כיצד לפרש את המצב, צריך האדם להשתמש בבטחון מהסוג הראשון, היינו לומר לעצמו שהקב"ה הוא זה שסיבב זאת כך. אתה צועק 'ה' מִלְך' על-ידי שאתה מזכיר לעצמך שהקב"ה הוא בורא ומנהיג לכל הברואים, ואתה צועק 'ה' ימלוך' על-ידי שאתה מזכיר לעצמך שאין אדם שומע להקב"ה ומפסיד ועושה את הדבר הנכון.

נסיון המחשבה ונסיון המעשה

דרך נוספת היא מחשבה ומעשה. האדם צריך לזקק את מחשבותיו וצריך לזקק את עשיותיו. כשאתה משנן היטב את היסודות ומחדירן בעצמך, אתה גורם למוחק לחשוב כיהודי. אתה מדבק את עצמך לתורה כשאתה חושב באופן הנכון. זה לא פלוני, זה לא אלמוני. יש רק א-ל אחד. 'ה' אחד ושמו אחד'. אתה מנקה אז מחשבתך. אבל גם כשהאדם נמצא בעולם הזה, הקב"ה מצוה אותו לעשות כך. צריך לעסוק בפרנסה, צריך לדבר עם אנשים, צריך לסחור, צריך לסדר עניינים, צריך לטפל בבעיות. אי אפשר להתחמק מזה. אי אפשר רק לחשוב נכון. במדה מסוימת עבודת העשייה, היא עבודה יותר עמוקה. הרי שלחו את הנשמה לעולם הזה כדי שהיא תאיר את עולם העשייה, העולם הנמוך ביותר, והרחוק ביותר מהשורש. כשהאדם עוסק במשא ומתן, הוא ממשיך אלוקות עד למטה, ובשביל זה עליו להתנהג כראוי, ומה שנותן לו את הפקודה לפעול או לא לפעול, ולעיניו לפקוח או לעצום,

וכן לשאר אבריו, **זה ציוויו של הקב"ה**. אף שאין זה מוצא חן בעיני האדם, הוא אומר לעצמו: אם נצמדים להוראת התורה, יש חיים - 'עץ חיים' היא למחזיקים בה ותומכיה מאושר'. על כן **כשבא לעשייה, צריך להוציא נקודה זו, וזה מה שנותן לו את הסיוע לבחור בטוב**.

התמודדות עם מצוקות נפשיות

כעת ניקח את שיחתנו ונשוב לנושא בו עסקנו בשיעורים האחרונים משיעורי הבטחון. בשיעור הקודם (שיעור שכ"ח) הרחבנו בעוד נושאים, אבל בשיעורים שלפניו (שכ"ה-שכ"ז) עסקנו באנשים שמתמודדים עם מצוקות נפשיות, כי הם מרגישים שבעבר לא קיבלו מספיק אהבה, או הרבה יותר חמור, נפשם ניזוקה מחמת מצבים מסוימים, וכעת קשה להם מאוד להתנהל כאנשים רגילים. זה מקשה עליהם על כל צעד ושעל למלא את אחריותם, לתת אהבה למי שהם צריכים לתת, וכן זה מקשה עליהם להרגיש את ההרגשים הנכונים בעבודת ה'.

באחד מהשיעורים (יום ראשון פרשת אח"ק) דיברנו על כך **שעל האדם להשיח את לבו תחילה בפני ה', ואז יחשוב על השחת הלב בפני בשר ודם**. אמר לי אחד: כל זה נכון למי שנפשו בנויה היטב ויודע מהו להשיח את הלב, ומרגיש שמישהו מקשיב לו ומאמין לו ומתעניין בו, כי אז הוא יכול להרגיל את עצמו להשיח את לבו בפני הקב"ה. אבל פעמים שהאדם עדיין אווז לפני זה. הוא עדיין צריך ללמוד את המושג שכאשר הוא מדבר, מקשיבים לו. הוא כל-כך כאוב בגלל נקודה זו עצמה, והוא צריך עזרה ברפואת הנפש לתקן אצלו ענין זה, **הכל כדי שיוכל להשיח את לבו בפני הקב"ה**.

זו נקודה חשובה ביותר. פעמים שהאדם מתמודד עם נסיון ואומר: אני מרגיש שאינני יכול להתפלל. לא יודע למה בחודשים האחרונים, נעשיתי קר כאבן. אינני יכול להתפלל. הרבה פעמים צריך לפתוח את זה, צריך לתקן את זה כמה שיותר מהר, כי **אם האדם מרגיש שאיננו יכול להתפלל, יש לו בעיה גדולה מאוד**. ובכן, אם האדם אינו מרגיש, שנהרסה אצלו ההבנה שכאשר הוא משיח את לבו, יש מי שמקשיב לו ומאמין לו ואומר לו: אתה מתמודד עם צרה כה גדולה, כל-כך קשה לך, אני הולך לעזור לך. חכה מעט. הקושי טוב בשבילך, כי הוא לטובתך, אבל אני אומר לך, אני כאן בשבילך. האדם צריך להחזיר את ההרגשה הזאת, כי כפי הנראה היא נהרסה בגלל כמה סיבות וטעויות במוח.

מניקוי העבר אל הריכוז לעתיד

אמנם עסקנו בשיעורים הקודמים בענין זה, אך בכולם דיברנו רק בענין העבר, איך לפרש את העבר. כלומר, אתה חושב שפלוני אשם, יש לך כעס על אמו, יש לך כעס על אביו. **דע לך שזה היה הקב"ה**. הקב"ה השתמש באביו,

הקב"ה השתמש במלמד שלך, **והכל היה בחשבון מדויק**, ומשום שהקב"ה **ידע שזה טוב לנשמתך** שפסוק זה שבתורה ייכתב על ידך ושזה יהיה התחום שתזקק בעצמך - 'ובקשתם משם את ה' אלוקיך'. הכל היה סביב נושא זה. הוי אומר: עסקנו בסוג הנסיונות שבהם קרה כבר מה שקרה ואומרים לאדם: תפרש את מה שקרה באופן הנכון, כי אם תהיה עסוק בלהאשים ולהתמרמר, זה ימנע אותך מכל סוג של אור. זה היה קשור למחשבה, כיצד תסתכל על זה, כיצד תנקה את מחשבותיך.

אך כעת נעסוק בהמשך. **האדם רוצה לקום ולתקן**. הוא אמנם לא יכול להחזיר את הגלגל אחורנית, אבל הוא יכול ללכת להשיג רפואה לנפשו. הוא רוצה, בדרך משל, ללכת למטפל רופא נפשות, ואינו יודע אם הלה הגון ושיטתו תואמת את השקפת התורה, או כעין זה, הוא הולך כבר למטפל וכעת המטפל אומר לו לעשות דברים שיתכן שאינם נכונים על פי השקפת התורה. הלה אומר לו: אין ברירה, לאור המצב. הוא עומד עכשיו כאן ומסתפק - לעשות או לא לעשות. אין לו שאלה אם להמשיך להיות ברוגז על מישהו או לא. הוא רוצה לדעת - לעשות או לחדול?

ובכן, **כשהאדם עומד במקום זה, נכנס לתמונה הכלל של 'אין אדם שומע לי ומפסיד', צריך להמשיך עכשיו את אור התורה, אור הדביקות, האמונה והבטחון לנסיון זה**. מדובר בנסיון שבו אתה צריך לבחור אם לעשות את הדבר הנכון או לא, **מדובר בנסיון שיש לו שייכות אל העתיד, מדובר בנסיון שקשור לעשייה**. הרי כך מתקנים את העולם, ובשביל זה באנו הנה. אי אפשר לעסוק רק בחלק הראשון. חייבים לעסוק גם בחלק השני.

ובכן, הבה ונלמד את הנושא.

כלל אחד עם מנגינות שונות

הנה כלל זה של 'אין אדם שומע לי ומפסיד', נאמר בכל נסיון בטעמים אחרים. תמיד זה אותו יסוד, אבל כל פעם הניגון הוא לפי המצב. כפי שהאדם מבין שכאשר מדובר בשאלה של חושן משפט, הפירוש של 'אין אדם שומע לי ומפסיד' הוא שהקב"ה יעזור לו בממון ויתן לו הרווחה בביתו. בתמונה היותר גדולה, לא אצא עם הפסד. איני יודע מה יהיה כאן ועכשיו החשבונות הישנים, ולא דווקא שאוכל למשש עכשיו את הרווח, אבל אני יודע בבירור שלא אפסיד. מזונותיו של אדם הרי קצובין מראש השנה לראש השנה, כך שהעולם לא מתנהל באופן שאם לא אגנוב - לא יהיה לי, ואם אגנוב - יהיה לי. זה לא הולך ככה. **ברור לי שאם לא אגנוב, רק ארוויח**.

כך זה מתנגן לגבי עניני ממון, ולגבי הנאות, זה מתנגן

המלך אומר שהתורה משיבת נפש. **היא משיבה את הנפש גם כאשר לא רואים כיצד.**

הוראות היצרן של העולם

ה'שפת אמת' (לשבועות) מביא דברי הגמרא: "ארץ יראה ושקטה. אם יראה למה שקטה? שקטה למה יראה? אלא בתחילה יראה ולבסוף שקטה, למה יראה? כדריש לקיש, דאמר ריש לקיש: תנאי התנה הקב"ה, אם בני ישראל מקבלין את התורה - מוטב, ואם לאו - אני מחזיר את העולם לתוהו ובוהו". ומבאר שהיות שקיום העולם הוא על-ידי קיום התורה, נמצא שהדרך הטבעית ביותר שעל פיה יכול העולם להתנהג, היא דרך התורה. הן תראה שכאשר העולם מתנהג בלי שופטים, ואיש כל הישר בעיניו יעשה, אין קיום לעולם, וכפי שכתוב **במסכת אבות**: על שלושה דברים העולם העומד, על הדין על האמת ועל השלום. כשאין דין אמת ושלום, העולם לא יכול להתקיים. הכל מתפורר. כולם גוזלים ורוצחים, והעולם כולו מתמוטט.

אותו דבר הוא לגבי כל נושא שקיים בעולם. זה שאתה לא רואה עכשיו, זה שאתה נמצא בסערת רגשות ורוצה לנקום בפלוני, זה שאתה מרגיש עכשיו דחף עז לספר לשון הרע, וכן הלאה, לא אומר שזהו הדבר המקיים את העולם. אכן **בשביל זה צריך לשון כללי התורה כשאינן נמצאים בסערת הרוח, כדי שזה ימשש אותנו כשנהיה בסערת הרוח, כי אז קשה להחזיק ראש.**

נמצא שכאשר האדם רוצה למען עתידו להשיג רפואה לנפשו, הכלל הראשון הוא שיאמר לעצמו: נכון, אני צריך לחפש רפואה, כי **אי אפשר להיות יהודי כשהנפש רעועה**, אי אפשר לקיים 'ואהבת את ה' אלוהיך בכל לבבך ובכל נפשך ובכל מאודך', ואי אפשר לקיים **שום מצוה ממצוות התורה באופן של חיבור פנימי**. אבל יש לי אלוקים ויש לי תורה, וברור לי שאני יותר קרוב להשיג רפואה לנפשי מכל גוי שקיים בעולם, כי כל עניני הנפש הרי נמצאים בתורה.

נצטרך להגיע בוודאי לסוגיית 'תוכו אכל קליפתו זרק' בנוגע לחכמת הנפש, אבל תחילה צריך האדם להבין שהכלל **ש'אין אדם שומע לי ומפסיד'**, נכון לגבי רפואת הנפש כפי שהוא נכון לגבי שאר התחומים. אינך עתיד להפסיד מזה שאתה נצמד להשקפת התורה, כי באוריינת ברא קב"ה עלמא ותורתו של הקב"ה משיבת נפש, וההיצמדות המוחלטת אליה, היא זו שבונה את העולם.

התורה נותנת שלימות הנפש

כעת נבאר נקודה נוספת חשובה ביותר. התורה נקראת מדת התפארת, כמו שנאמר 'תתן אמת ליעקב', וכן אנו רואים

באופן אחר, כפי שהרה"ק **רבי שלמה מזוועהיל** זיע"א היה אומר תמיד, שאין האדם יכול ליטול יותר הנאה מהמגיע לו. מזונותיו של אדם קצובין לו כולל גם את ההנאות. נמצא שכשיש לאדם נסיון של שמירת עינים וכדומה, והוא אומר לעצמו: 'אין אדם שומע לי ומפסיד' - הדחף שיש לי עכשיו לעשות דבר שאינו נכון, הוא משום שאני מרגיש שאני עתיד להרוויח משהו, או שאם לא אעשה אותו - אפסיד משהו. אבל זה לא נכון, כי **הנאותי קצובין לי מראש השנה לראש השנה, ומה שאטול ממקום שאינו ראוי, אפסיד כנגדו מהמקום הראוי, וכן להיפך.** זה מה שהוא משנן לעצמו ובכך הוא נאבק להיות ירא שמים.

תורת ה' משיבת נפש

כך גם ברפואת הנפש. 'תורת ה' תמימה משיבת נפש, עדות ה' נאמנה מחכימת פתי, פיקודי ה' ישרים משמחי לב, מצות ה' ברה מאירת עינים'. התורה אומרת לנו מה הנפש צריכה בשביל להגיע לשלימותה, ואם האדם רואה שכדי להגיע לשלימות הנפש, הוא צריך לעשות דבר שאינו הגון, עליו לשנן לעצמו את ההבטחה של 'אין אדם שומע לי ומפסיד', וכה יאמר: הקב"ה ברא את העולם באמצעות התורה והוא זה שקבע מה האדם צריך, ואם הוא אומר לי שעכשיו אני צריך להתנהג כך והפסיכולוג אומר לי שאינני יכול להתנהג כך, עלי לברר אצל מי שאין לו נגיעות, והוא דבוק בדרך התורה, הוא יכריע עבורי מה נכון על פי התורה, ועל פיו ישק כל דבר. הגם שאינני רואה עכשיו איך יהיה לי פתרון לנפשי אם אלך בדרך התורה, אני נאחז בעץ החיים ואני בוטח בתורה שתעניק לי רפואה לנפשי, ואף שיהיה לי קשה ולא אראה בשום צורה איך זה יעבוד עבורי, אשאר צמוד לכלל זה, כי אני מבין שככה זה עובד.

האדם צריך לשנן זאת לעצמו שוב ושוב, ואם ישאל: אבל זה לא מסתדר - יענה ויאמר: ממתי היה צריך להסתדר? מה ראייה היא זו שזה לא מסתדר? האם כשמשיאים את הילדים ההוצאות וההכנסות מסתדרות? הן לא מסתדרות, אך מה? האדם יודע שעליו להידבק לקב"ה ויעשה לו נס. ובכן, אם עכשיו אתה מרגיש שזה לא מסתדר - תמשיך להיות דבוק בהקב"ה וירווח לך.

אכן אם האדם מסתפק, עליו לברר. אך כאן צריך להדגיש - אתה מברר לא מתוך גישה שהמטפל מציע לך רפואה והתורה לא נותנת לך, ורק כי אין ברירה, צריך להיות ירא שמים, מוטב יהיה שוטה כל ימיו ואל ייקרא רשע שעה אחת לפני המקום, אז תוותר ולא תהיה לך נפש בריאה. חבל עליך אם אתה חושב ככה. לא זו האמת. תלמד את התורה, תראה מה כתוב בתהלים, מה אומר דוד המלך בקשר לתורה. דוד

שהתורה משולשת כמה פעמים, כמו שדרש ההוא גלילאה (שבת פח, א): "ברוך רחמנא דיהב אוריין תליתאי לעם תליתאי, על ידי תליתאי, ביום תליתאי, בירחא תליתאי". התורה היא באמצע. אף ארץ ישראל היא באמצע העולם. התורה אינה קיצונית לא לצד זה ולא לצד זה. המהר"ל כותב פעמים רבות, שכל דבר שהולך אל הקצה, מתרחק מהתורה. אפשר לראות כמו כן שכאשר מתרחקים אל הקטבים של כדור הארץ, נעשה קשה לקיים את התורה אפילו מבחינת הזמנים.

התורה היא הנותנת לאדם את שלימות נפשו, כי שלימות נפשו של האדם היא כשהוא מסודר לגמרי למשל בדיבור, יש לו תענוג לדבר, יש לו יכולת להסביר את עצמו. ובאותו זמן שיש לו כח של דיבור, הוא יודע שהוא מזהיר על-ידי התורה: 'נצור לשונך מרע ושפתך מדבר מרמה'. הוא יודע להתאפק כשהוא בכעס, הוא יודע להתאפק כשיש לו חשש שמישהו ייפגע, הוא יודע להתאפק ולא לומר לתלמידו דבר שאולי עכשיו לא יוכל לקבל. יש לו את היכולת להשתמש בכח דיבורו במדה ובמשורה באופן מדויק ביותר. מי שאינו יכול לדבר - דיבורו בגלות, ומאידך, מי שיש לו פה פתוח ומדבר ככל העולה על רוחו - מתרחק מהתורה מהכיוון השני.

התורה מלמדת תמיד ששלימות הנפש היא ללכת בדרך הממוצע, אך לדעת מהי הדרך הממוצע ולהשכיל מתי כן ומתי לא, את זה לומדים כל החיים.

כל שהיא תפארת לעושיה

אותו דבר לגבי בין אדם לחבירו. האדם צריך לדעת לתת חייו לחבירו, להקשיב, לתת לו מעצמו, לפעמים אפילו מהרוחניות שלו, כמו שאמרו **צדיקים**: הגשמיות של פלוני, היא הרוחניות שלך. **ה'חפץ חיים'** זצ"ל ישב פעם אחת כל ליל יום כיפור והאזין לשיחתו של בחור מבוגר. אך באותו זמן התורה אומרת לאדם שאין נפשו בריאה אם אינו יודע מתי לומר 'לא'. צריך לדעת לומר 'לא'. יש הרבה מצבים שבהם אי אפשר לדבר למשל, הוא באמצע התפילה ומישהו רוצה עכשיו לספר לו על צרותיו. או מישהו רוצה לומר לו משהו שאסור לשמוע. **אם יש לו שלימות הנפש, אין לו שום קושי לומר לו 'לא' ולהישאר בשלווה ובשמחה.** וגם כשמישהו מבקש ממנו טובה, שלימות הנפש שהתורה נותנת לאדם, היא שאם הוא יודע שעכשיו אין הדבר נכון לעשותו, כגון משום שאשתו לא תוכל להכיל את הטובה הזאת שיעשה עבור פלוני, הוא יודע לומר 'לא'.

הוא לא תמיד אומר 'לא'. אם הוא תמיד אומר 'לא', סימן שהוא נוטה לקצה השני. כל אחד הרי נולד עם נטייה לאחד מהצדדים. **שלימות הנפש שהתורה נותנת, היא לדעת לבחון כל מקרה לגופו ולפי זה להחליט אם להיענות או לא.** הוא לא מתבייש מפני המלעיגין עליו, אבל יש לו הבנה לזה. זה לא

שהוא דורך על אנשים ולא שם לב. לא! צריך להזהיר אותו שלא יתבייש מפני המלעיגין עליו, כי הוא אדם רגיש. הוא אדם רגיש, אבל נפשו בריאה ושמחה.

התורה מלמדת את הדרך הממוצעת בכל התחומים. להגיע באמת אל האמצע בדיוק, זוהי עבודת האדם במשך כל החיים. כבר הזכרנו בענין מה שאמרו באבות "התקן עצמך בפרוזדור כדי שתיכנס לטרקלין", שפירושו הוא, לא רק תחטוף עוד ועוד מצוות ותמעט בגשמיות, אלא גם שתזכור שכאן מתכוננים לעולם הבא. **כשהצלחת ברוחניות, נעשית מוכן יותר לעבור לעולם הבא.** ובכן, אם אתה כבר עובד חמישים שנה על איזה נושא ועוד לא הגעת אל היעד, אבל אתה מתקדם ולומד מטעויותיך, ואם בעבר היו לך שאלות חמורות והיום יש לך שאלות בדקויות, דע לך שאתה עושה מה שהאדם צריך לעשות כאן בעולם. זו דרך הממוצע. זו התורה הקדושה.

נסיון קשה של כיבוד אב ואם

בנוגע לשלימות הנפש, דרך התורה היא דרך הממוצע. הקב"ה אומר לאדם: מאחר שעוד לא היה אף אחד בעולם שהתמודד עם מה שאתה מתמודד, נמצא שאתה כותב עכשיו עוד חלק בתורה, אתה מסביר את התורה, כי באמת לא קל ולא פשוט לברר ולסלול את הדרך שאתה צריך לעשות, ואתה עומד נכון ושואל: איך אני יכול לדעת? מי יכול לענות לי? אכן צריך להתפלל וצריך לצפות לנס, **ודבר רגיל הוא לעשות הרבה טעויות עד שמגיעים אל המנוחה ואל הנחלה,** אבל בדיוק זה מה שצריך לעשות כאן בעולם הזה.

לדוגמא: לאדם יש קושי גדול בכיבוד אב ואם מחמת עבר כואב מאוד. יש הרי בעיות רבות בין הורים לילדים ולא הרי זה כהרי זה. כעת הוא שרוי בבעיה גדולה, כי כל פעם שהוא מנסה לרמות את עצמו ולחשוב שהוא יכול לכבד את הוריו כמו כולם, ומחליט להתארח אצלם ביום טוב, הוא יוצא מזה פצוע וחבול וגם עובר עוד עבירות רבות. וכשהוא מספר על כך לפסיכולוג, הלה אומר לו: נתק קשר עם הורייך. אתה מחוייב לעשות את זה. לעולם לא תוכל להירפא אם לא תעשה את זה, לא תוכל לעבוד את ה' ולא תוכל לעשות שום דבר. נתק קשר באופן מוחלט. אחד סיפר לי על מקרה (איננו כוללים ח"ו) שבו המומחה אמר למטופל: אינך שונא מספיק את הורייך, לכן אינך מבריא. תצלנה אזנינו משמוע.

ומה למעשה? האדם עומד בנסיון. הוא אומר ככה: אני חייב לרפא את הנפש, אבל הדרך לכך אינה מסתדרת לגמרי עם התורה, ואם אצמד לתורה, לא אוכל להירפא.

אומרים לאדם זה: **הקב"ה הבטיח לך שהתורה תתן לך שלימות הנפש,** מה אתה אומר שלפי ראות עיניך, אינך רואה

את זה קורה? התשובה היא שלא ביררת באופן מדויק מה התורה אומרת במקרה כמו שלך, והבירור באמת קשה מאוד, ויכול להימשך שנים רבות.

בדרך התורה נלך

בענין כיבוד אב ואם, כבר עסקנו בכך כמה פעמים, והבאנו מספר החרדים שעיקר הכיבוד הוא במחשבה. על הבן לומר לעצמו במחשבתו: אבי ואמי נשמות טהורות הם, הם אלה שהביאוני לעולם, ואני אוהב אותם ומתפלל בעבורם ומברכם - הרחמן הוא יברך את אבי מורי ואת אמי מורתי. זה דבר ראשון. לאחר מכן הוא יכול להוסיף להתבונן גם בכל הטובות שעשו לו כל השנים. החרדים כותב שעל הבן לחשוב על אביו שהוא האדם החשוב ביותר, והבאנו את עצתו של הגר"ח שמואלביץ זצ"ל שיקח נקודה אחת טובה שיש לאביו ויתבונן בה עוד ועוד עד שיתפעל ממנה, בעוד משאר החלקים המעוררים אצלו הרגשים אחרים - יתעלם לגמרי.

בד בבד, הגמרא בקידושין מביאה מעשה באמורא שסבל מרורות מאמו שהיתה חולת נפש, והרגיש שאינו יכול לשאת יותר, ועלה לארץ ישראל כדי להתרחק ממנה. מזה אנו שומעים שיש מושג של שמירת מרחק. הוא צריך לעמוד קצת רחוק, כי כשהוא עומד קרוב מדי, המצב אינו נעים. אותה תורה אומרת שכאשר האב אומר לבנו לעשות דבר שאינו נכון, אסור לו לשמוע בקולו, ואותה תורה אומרת שאם הוא רואה את אביו מתנהג שלא כשורה, עליו להעיר לו, ובאותו זמן שהוא מעיר לו, עליו לכבדו ולומר לו בלשון כבוד: אבא! כך כתוב בתורה.

חובה לשמר את הקשר

אומנות היא, והקב"ה ידע שהאדם צריך בשביל שלימות נפשו להיות מקושר להוריו, וזה מה שיעזור לי. הראיה הגדולה ביותר היא זו שרואים בעיניים שאלה שמנתקים לגמרי את הקשר עם הוריהם, יש להם הרבה יותר צער הנפש (חוץ מכל הבעיות האחרות). זוהי המציאות גם כשה'חכם' אומר להם שאין ברירה, והם חייבים לנתק לגמרי קשר. נניח שאינם יכולים לדבר כל יום, כי כל שיחה מעוררת צער, אבל לכבד הם חייבים, זה דבר ראשון. דבר שני, אפשר למצוא דרכים להיות בקשר גם מבלי לעורר צער ומריבות.

אם עוד לא מצאת את הדרך לכבד ולהעריך מצד אחד ולעמוד רחוק מצד שני באופן שהבעיה לא תצוף כל פעם מחדש. אתה זקוק אם כן לנס יותר גדול, אתה צריך יותר להתפלל, יותר להזיז דמעות. אבל מהלך זה של אותו 'חכם' מופלג, אינו מהלך. הלה אומר לך: אני למדתי תורת הנפש, ואני אומר לך שנפשך אינה יכולה לסבול את הדיבורים שהוריק משמיעים לך. אתה הולך ונהרס. לא נשאר ממך כלום. יש לך אחריות כלפי ביתך.

לא אמרנו שדבריו אינם נכונים, אך הטעות נעוצה בכך שאלה שאינם הולכים בדרך התורה, מדלגים תמיד על חלק אחד מהתמונה, תמיד אותו חלק, והוא שמי שסיבב שיהיה כן, הוא הקב"ה. זו לא שגיאה שאירעה שהורים השתגעו. הקב"ה הוא זה שסיבב את כל הסיפור הזה, ומדוע הוא סיבב אותו? האם כדי שעכשיו לא תהיה ברירה אלא לעשות מעשה מטורף? הרי זה אי הבנה באופן התנהלותו של העולם.

מטפל שאינו חי עם אמונה

זו תמיד הבעיה. אנשים רוצים לדעת על שיטה פסיכולוגית מסוימת האם היא עולה בקנה אחד עם השקפת התורה או לא ומה עם 'חכמה בגויים' תאמיך. התשובה היא: אף כי נניח שהחכמה נכונה ויודעת לאבחן מה מקור התרסקותה של הנפש ואיך צריך לעזור לה, אם אין מלמדים את האדם שמי שעשה את זה, הוא הקב"ה, ואין מלמדים אותו לרקוד ולשמוח עם זה בידיעה שהקב"ה עשה לו את זה כדי שיצטרך לעבד ולזקק את המקום הזה בנפשו ולהשלים חלק זה שבתורה, ואין מוכיחים לו שהדרך אל הפתרון היא-היא הסיבה והתכלית לכל מה שקרה לו - העיקר חסר מן הספר.

הבעיה היא תמיד שמי שאינו חי עם אמונה בהשגחה פרטית, אף שלפעמים הוא עולה על מה שאתה מרגיש, וכל הדברים שהוא אומר בקשר להיווצרותה של הבעיה הם נכונים, עדיין חסר החלק השני שזה לעצור ולומר ביחד: זה מה שהקב"ה רצה. רק כך אפשר לתקן את העבר, וחייבים לתקנו עוד לפני שמנסים לתקן את העתיד. המומחה חייב לתקן את העבר, כי אם העבר לא יתוקן אצלך על-ידי חיזוק יסודות האמונה והבטחון, בוודאי תטעה בנוגע לתיקון העתיד, כי תיקון העתיד נובע מתיקון העבר. אם אתה מבין שהקב"ה ניהל את זה, ואתה יודע גם למה, כי זו עבודת החיים שלך, אתה יודע שאתה רוצה לטפל בעתיד על-ידי התורה עצמה. אתה יודע לומר לעצמך: כל סיבת העבר שלי היתה כדי שעכשיו אתנהג בדיוק כמו שכתוב בתורה, וכדי שאהיה אדם כזה שמקדש שם שמים, אדם ששם שמים מתאהב על ידו, כאשר הרואים אומרים עליו: תראו מה קורה למי שנצמד לדרך התורה, תראו איך כל הדברים נפתרים.

החיפוש אחר שביל הזהב

האם זו עבודה קשה? לא אמרנו שלא. אבל זו הנקודה שבגללה באנו לעולם. על כן האדם מחפש את דרך הממוצע. הוא מחפש את הדרך באופן של ניסוי ותעייה - חשבת שיש שם אקנה להם מתנה, הם יקבלו אותי; חשבת שיש שם להתארח אצלם עם כל שנים עשר הילדים שלי, הם לא יעזבו לתקוף אותי בהבל פיהם, והתאכזבתי. ראיתי שלא זוהי הדרך ואין בזה כדי לעזור. ובכן, אחשוב על מהלך אחר. שני דברים

אני כבר יודע שלא עוזרים, כעת נחשוב מה כן עוזר. להעריך אותם במוחי, לא לענות להם, לחשוב על מעלותיהם.

אכן זה שלפעמים צריך לעמוד רחוק, **זה מסתדר מצוין עם התורה**. זאת ועוד, להבין בלב שפעולה זו שפלוגי עשה (לא משנה מיהו אותו פלוגי), **לא היתה נכונה ואסור היה לו לעשותה, גם כן נכון על פי התורה**. כשהלה עשה לך עוול, כשהלה בייש אותך, כשהלה הזיק אותך, הוא עשה מעשה אסור ומעוות על פי התורה, ואין שום בעיה מצד התורה שתבין זאת. **הבעיה היא שאתה הולך ואומר: אם כן, פלוגי רשע הוא**. זה לא נכון, ראשית, כי אינך רשאי לדון את חברך עד שתגיע למקומו, שנית, כי זה היה צריך לקרות לך ופלוגי לא היה אלא שליח ההשגחה. כל מה שאומרים שפלוגי באמת עשה לך עוול, הוא רק כדי לומר שזה שאתה מרגיש שנעשה לך עוול גדול - מובן היטב. אני מבין את הבושה הנוראה שהיתה לך. הוריק לא הבינו אותך. בא, נעבד את זה, נבכה ביחד.

אתה חייב ללכת בדיוק על קו האמצע, כי אם אתה סוטה קצת לימין או לשמאל, אינך צועד בדרך התורה, כי התורה משיבה לו לאדם את נפשו שיוכל להמשיך הלאה בחיים ויראה שהכל מסתדר באופן נפלא.

חסרונם של מחוסרי אמונה

עד כה דיברנו על דוגמא אחת, ב כיבוד אב ואם. אם ניקח דוגמא מלשון הרע או נקמה, נראה זה שלא שונה בהרבה. יש לאדם צורך גדול להוציא את הכל החוצה. הוא מרגיש כאב נורא ואם אינו מדבר ואינו נוקם על מה שעוללו לו, הוא פשוט נחלה מזה.

על האדם לדעת כדלהלן: זה שאתה מרגיש ככה, זו אינה בעיה; זה שאתה צריך לדבר על כך עם מטפל ולעבד את זה, אינה בעיה. אבל **תקפיד יחד עם כן לומר: זו היתה התכנית של הקב"ה בשבילי**, וחלק מהתכנית שלו היה שלא אבין את זה אלא רק באיחור של עשרים שנה. **תכניס את הקב"ה בסיפור עוד פעם ועוד פעם. כשתעשה כן, תרפא את העבר שלך**, ואז תבין לבד שנקמה איננה המהלך.

באחד מהשיעורים הזכרנו את המושג של מטפל שאומר למטופל: פלוגי עשה לך כך וכך?! - צריך לשרוף לו את הבית, צריך לנקב לו את הגלגלים. יש כאן מומחה שמזדהה אתך כמו שצריך. כזה דבר פלוגי עשה לך?! זו עוולה כה נוראה! המהלך הנכון לנקז את הכאב ואת הכעס הוא להזיק לו בחזרה! כאן הוא מונע ממך את שלימות נפשך שהיית יכול להגיע אליה.

חשוב לדעת שמאוד ברור איזה חלק חסר אצל הרבה מומחים. יש בוודאי עוד בעיות אצלם, אבל נושא זה ברור. הדרך שבה המומחים מטפלים בבעיות מהעבר, היא לחזור

עליהן בנסיון לראות איך המוח הבין את הדברים שאירעו, האם הוא הבין אותם לא נכון ומפני כך נשאר תקועות אצלו תפיסות מעוותות. הוא החליט שהוא עצמו הרע והאשם, וזה מלווה אותו והוא אינו יכול לסלוח לעצמו. מה גם שהוא לא הצליח לעבד נכון את מה שקרה, ולכן נשאר עם מחשבות והרגשים שמערערים ומזעזעים אותו. מחמת כן הוא אינו יכול להתקדם בחיים, כי כל פעם שהוא נזכר מהעבר שלו, הוא מוצף ברגשות ומתחיל לבכות. ואז הם חוזרים אתו על המאורעות מתחילתם ומלמדים אותו לחוות אותם נכון. הם נותנים מקום לרגשות שלו, הם מסבירים אותם כפי שאפשר להסביר אותם היום, **הם מניחים אצלו כל דבר במקומו ומסדרים כראוי את הרגשות והמחשבות**.

אבל **כל זה יכול לעבוד רק באופן שאין מכניסים טעויות חדשות**. ההרגשים שהיו לו לאדם בעבר, לא היו נכונים. ההרגשים החדשים יכולים להיות יותר נכונים, אבל אם מכניסים אותם יחד עם אותו סם האומר: צריך לנקום בפלוגי - מכניסים בו שוב הרגשים בלתי נכונים, אולי יותר גרועים מהישנים, ואם כן, הנפש אינה יכולה להתרפאות.

דרך התורה היא זו שהאדם מבין מה קרה ולומד את מה שקרה ומבין מה הן טעויותיו ולמה זה היה בשבילו 'טריגר' כל-כך חזק, ואז הוא אומר לעצמו: הקב"ה סיבב את כל זה, כי הוא רוצה להשלים אותי בסוגיות הביטול והענוה וכו', וכך הוא עובד ועובד עד שהוא מגיע למצב שהוא יכול להיות נחמד אל פלוגי ולאהוב אותו ולכבדו ולהשאיר מקום גם לעצמו. זו דרך הממוצע של התורה, וכאמור, זה לא קל וצריך לעבוד כל החיים על זה.

סגירות ופתיחות לפי התורה

הדבר נכון לגבי עוד נושאים. עניני צניעות, סגירות ופתיחות. **מהלכו של הקב"ה** כפי שכתוב בשולחן ערוך ובספרי קודש, **נותן לאדם את שלימות הנפש הנפלאה ביותר**. אכן להגיע אל המקום המדויק, **זו מלאכה קשה שבמקדש**, ולכן, צריך האדם שתהיה לו גם מסורת. הוא לא יכול להחליט דברים בעצמו, כי אז לא יוכל להגיע לשלימות הנפש.

אפשר לראות לפעמים שני צדדים שאינם מבינים זה את זה מהאי טעמא. זה חושב שהשני אינו נותן מקום לנפש, וזה חושב שהשני הוא 'שייגעץ'. אכן הקב"ה אומר בתורתו: אני יודע בדיוק מה הם צרכי נפשו של האדם, ואני אומר לך שהצורך שלה הוא להיות גם בענין זה בדרך הממוצע, וכפי שאני אומר לך מה נקרא ממוצע. דבר זה מותר והוא צורך הנפש ואסור לגזול אותו (וכל אחד שונה בענין זה), ודבר זה אסור, ואע"פ שנראה לך שנפשך צריכה את זה, זה רק נראה לך. הן תמיד זה ככה. האדם חושב שלנתק קשר יעזור לו, שלדבר לשון הרע יעזור לו, שלנקום יעזור לו. זה מאוד רגיל שהגוף יאמר ככה, אבל זה לא אומר שזה נכון.

חידתו של הרה"ק מראפשיץ

סיפור נפלא סיפר הגה"צ רבי משה וואלפסאן זצ"ל ביומא דהילולא של הרה"ק מראפשיץ זיע"א לפני חמש שנים. באחת השנים בראש השנה ירד לפני התיבה בנו הרה"ק רבי אליעזר מדז'קוב זיע"א ומרוב התלהבות, געה בבכי באמצע תפילת המוסף. אחרי התפילה פנה אליו אביו ואמר לו: שמע בני! לפני שנשמתי ירדה לעולם, אמרתי למלאך הממונה על כך שאינני רוצה לרדת. אמר לי המלאך: הגיע זמנך לרדת ולקיים את שליחותך בעולם. אמרתי לו: כלל יש שאם המצב טוב, לא עושים שינויים (מ'שאקלט נישט די וואסער). טוב לי כאן, למה לי לרדת לעולם הזה? אמר לי המלאך: אבל אם תרד לעולם הזה, תוכל להזדכך ולהגיע לדרגות רמות. אמרתי לו: אבל בעולם הזה יש יצר הרע, למה לי ללכת למקום כזה שיש בו יצר הרע? אמר לי המלאך: ומה אם יש יצר הרע? יש לי עבורך שלוש עצות להתגבר עליו. שאלתי אותו: מה הן העצות? הוא הוביל אותי לחדר אחד ואמר לי: עצה אחת היא להתענות שני וחמישי, עצה שניה ליתן כסף רב לצדקה, עצה שלישית לבכות בעת התפילה. לאחר מכן הוא הוביל אותי לחדר אחר ואמר לי: כעת אתן לך עוד שלוש עצות להתגבר על היצר. אחת היא לא להתענות בשני וחמישי, השניה היא לא לתת יותר מדי כסף לצדקה, השלישית היא לא לבכות בעת התפילה. כך דיבר אלי המלאך ואנכי עמדתי כמבולבל כי שתי הדרכים עומדות כסתירה מוחלטת. רציתי לשאול את המלאך מה היישוב לסתירה זו, אך תוך כדי דיבור שמעתי את קולות השמחה - מזל טוב. נולדתי בשעה טובה.

המשיך הרה"ק מראפשיץ ואמר לבנו: מאז ועד היום, אני חוקר בכל עת למצוא את היישוב לאותה סתירה, ובכן, כעת ראיתי שגעית בבכי באמצע התפילה, כפי הנראה כבר הבנת את הענין, אז תאמר לי: עד כאן המעשה.

שביל הזהב על פי התורה

הנה בוודאי סיפורי צדיקים ומשליהם, יש בהם כל-כך הרבה כיווני מחשבה, אבל יש בזה גם הבנה פשוטה, והיא שבמשך כל החיים צריך לחשב אם לפעול באופן כזה או באופן ההפוך. הגמרא עצמה הרי אומרת על היושב בתענית שמצד אחד רואים שהוא נקרא חוטא ומצד שני רואים שהוא נקרא קדוש, והתשובה היא שתלוי היכן ומתי ובאיזה אופן, ותמיד צריך לעבוד ולחשב איך להגיע אל אותו שביל הזהב - דרך הממוצע. רגילות היא שיהיה קשה למצוא את הדרך המדויקת, אבל האדם הולך בשמחה ואומר: הקב"ה נתן לי בדיק את זה לברר. אני יודע כבר מה לא. אני מכיר כבר שבע

דרכים שאינן הדרך הממוצע. זה נקרא כבר שהלכתי כבר דרך די ארוכה.

וכך בכל הדברים. יש צעקה שבאה מהתפעלות טהורה כל-כך בעת התפילה, יש דמעה שמתחמקת באמצע נשמת, ויש בכייה שנובעת מכאב על המשכנתא בבנק שאין לה כיסוי, או יותר גרוע מזה, הוא עומד לפני העמוד ויודע מי נמצא בעזרת נשים... כל הדברים, בכל תחומי החיים, קיימים בכל הצורות והגוונים, והאדם צריך לעבוד במשך כל החיים למצוא בכולם את שביל הזהב על פי התורה.

תוכו אכל קליפתו זרק

להשלמת הדברים, נבאר בענין תוכו אכל קליפתו זרק. פעמים שהאדם הולך למטפל שאינו הגון ואומר: אין לי ברירה, אני הרי צריך משהו שמבין היטב בנבכי הנפש. אקיים בעצמי תוכו אכל וקליפתו זרק כפי שנהג התנא הקדוש רבי מאיר. ראשית, יש בענין זה נידון באור החיים הק' האם פוסקים ככה והאם אדם פשוט יכול לנקוט בדרך זו. אבל נקודה אחת יש שיכולה להועיל בענין זה והיא שכאשר מדובר בסוגיא זו של תוכו אכל קליפתו זרק, לפני הכל צריך האדם לדעת מהו 'תוך' ומהי 'קליפה', כי אם אינו יודע, השאלה אינה נוגעת למעשה. ובכן, מיהו זה שמלאו לבו לומר על עצמו שהוא יודע עד הסוף להבדיל בין תוך לקליפה?

אפשר בוודאי לדבר הרבה על נושא זה, אך עכ"פ בשיעור זה למדנו על נקודה אחת שמקיפה הרבה מאוד מסוגיא זו, והיא שעל האדם לומר לעצמו: אף-על-פי שנעשו לי העוולות הגדולות והנוראיות ביותר ואף-על-פי שהן עשו לי נזקים קשים, כלפי העבר אני יודע בבהירות שמי שעשה את זה הוא הקב"ה שהוא טוב ומטיב. זה מה שברור אצלי וזה מה שאני מזכיר לעצמי בכל עת, ואינני הולך למי שיפציר בי לשנוא יותר את הור"י. אני יכול לבכות על מה שנעשה לי, אני יכול להבין שהפעולה שנעשתה היא עוולה, אבל להגביר את השנאה ואת ההאשמה ולחזק במוחי את הקשר בין מה שנעשה לי למי שעשה לי, זוהי הקליפה.

ואז כשחלק זה ברור אצלו, יקום ויעשה אך ורק את הדברים הנכונים על פי התורה, בידיעה שכל מה שאינו עולה בקנה אחד עם השקפת התורה, הוא הקליפה, כי 'אין אדם שומע לי ומפסיד'. הבטחון משני הצדדים, הם-הם התוך, וכל מה שסוטה

מהבטחון, הן בחלק הראשון הן בחלק השני - הרי הוא הקליפה.

072.257.7726

א"י

718.686.8300

ארה"ב

0204.586.2115

בריטניה

03.300.0223

בלגיה

קול הבינני