



*2910 • 08-37-40-200

בס"ד, בית מדרש המאיר לארץ | שנה שמינית - ה'תשפ"ה | גליון 410

שופטים | תעלומות נבכי הנפש על ידי חשבון הנפש



מסירות אל הנפש

שביבי אור בפנימיות, חסידות וקבלה
מתורת אבינו מו"ר הרב יורם מיכאל אברג'ל זצ"ל

עפ"י שיעורי בנו וממשיך דרכו הגה"צ
מו"ר הרב ישראל אברג'ל שליט"א

גליון זה הוקדש על ידי ה"ה מאיר אסרף ה"ו
לשפע ברכה, הצלחה וישועה בגו"ר.

מסילות אל הנפש

תעלומות נבכי הנפש על ידי חשבון הנפש

- 1 עולם של אחיזת עינים!
- 2 אחיזת עינים בעולם הפנימי
- 6 חייבים לתקן את העולם הפנימי!
- 9 קול דודי דופק - פתחי לי
- 14 ענין חשבון הנפש
- 15 מעלת חשבון הנפש
- 19 לא לשקוע בחטאים
- 22 סכנת העצבות
- 26 העולה מן האמור להלכה ולמעשה

המעוניינים להקדיש לברכה, לרפואה
ולעילוי נשמת יקיריהם
ניתן להתקשר
08-37-40-200
***2910**

מוקדש לעילוי נשמת
דוד בן חנה ז"ל
לבית משפחת שטרית
נלב"ע י"ח טבת התשפ"ד
תנצב"ה

המעוניינים להקדיש לברכה, לרפואה
ולעילוי נשמת יקיריהם
ניתן להתקשר
08-37-40-200
***2910**



הומיט לבית או לעסק
קופת צדקה מזהודרת

הצטרפו לשיעור הומי
עם משלוח עד הבית!



בית המדרש המוא"ר לארץ

התוספת והטבת ספר פדיון ודבש חזק יחדם מוכרז אבטל חוצא

8771301 הקציר 666 ת.ד 345 נתיבות 08-37-40-200/+2910

office@h-l.org.il 077-223-1130

www.hameir-laarets.org.il המאיר לארץ

054-26-380-26 08-649-9859 08-930-1335

לקבלת דגש של אור

קו המאיר לארץ

בית המדרש - שדרת הנביא

ע"ר 580654762 | למוסד אישור מס הכנסה לעניין תרומות לפי סעיף 46 לפקודה

- כל הזכויות שמורות -

פרשת שופטים

עולם של אחיזת עינים!

להתקדם עוד כמה חומות פנימה, אך מכיון שבין כל חומה וחומה הניח המלך אוצרות וסגולת מלכים, נוצר מצב שאחרי שראו שיש להם הון יקר, וכבר מצאה ידם אוצרות גדולים, הם שבעו מהכל - שבעו מהמאמץ, ושבעו ממה שהשיגו, ונשארו עומדים שם, בלי להתנועע עוד קדימה...

וכששאלו אותם: היתכן? הרי בעצמכם ראייתם שהחומות הללו הם לא כמו שהם נראים, ואפשר לעבור אותם בלי הרבה מאמץ, ואם כן, מדוע אינכם ממשיכים להתקדם?

השיבו: אתם צודקים! הלכנו כמה חומות ונהרות, וראינו שאין שם פגע רע, אין שם מים, ואין שם חומה, הכל דמיונות! אבל -

עכשיו זה שונה. עכשיו ישנם באמת דברים מבהילים, כל חומה וחומה גבוהה יותר מהקודמת, ומטילה אימה ומורד בלבבות, ולכן תבינו אותנו - אנחנו לא מסוגלים להמשיך...

בין כל אותם שניסו, היה אדם שחש געגועים אמיתיים למלך, והגעגועים גרמו לו שמעיו המו למלך...

מעשה במלך רם ונישא, חכם שבחכמים, נבון שבנבונים, שהחליט שאין ברצונו להיות גלוי לעין כל.

מה עשה?

הקים סביבו מחיצות גדולות, גבוהות ומבוהלות - מחיצות של אש, מים סוערים, מבוכים שאין להם סוף, חיות טרף ואשלויות נוראות.

בין מחיצה למחיצה הניח המלך פיתויים, פחדים ומבחנים: חרבות מתהפכות, קולות שוא, ומראות שאינן משקפות אלא את הפחד שבלב המתבונן. הכל כדי שמי שינסה להתקרב - ירתע.

ולאחר מכן הכריז ואמר:

'מי שיצליח להגיע אלי ולראות את פני, אתן לו את בתי לאשה וממילא יהיה לו עושר וכבוד'.

ומי הוא זה שאינו רוצה בזה?!

וכמעט כולם התחילו ב'מסע'.

ישנם כאלה שכבר בחומה הראשונה, כשראו כמה דברים מבהילים, נסוג לבבם אחור! ויש מהם שהצליחו

עד שיום אחד הוא הגיע לחומה האחרונה, שהיתה הקשה מכולם... ושם, ליד החומה הוא עמד והחל לבכות... 'מלכי האהוב! עד מתי תסתיר פניך ממני!'

הבכי הלך והתגבר... סדקים החלו להתגלות בחומה... ולפתע היא קרסה בקול רעש גדול, ערימה של חול נותרה ממנה...

והוא התחיל במסע, במסירות, בעקביות ובנפש שוקקה... וכך הוא עבר חומה אחר חומה, ובין כל חומה לחומה הוא מצא אוצרות מלכים...

אך אותו אדם באהבתו העצומה למלך, לא שת לבו כלל לכל האוצרות שקיבל... הם לא תפסו אצלו מקום כלל...

אחיצת עינים בעולם הפנימי

משל למלך (והוא הקב"ה) שעשה מחיצות רבות באחיצת עינים, זו לפנים מזו, ובין כל מחיצה נהרות, וגם חיילים רבים מבהילים, דובים ואריות ונחשים ועקרבים, בכדי שייראו מגשת אליו, ואור פני מלך מאיר העולמות, וזיו ונועם הדרת כבודו מלא את כל הארץ, רק הכותלים והסובבים, הם מסתירים את פני המלך, **והוא באחיצת עינים.**

וכרוזים יוצאים: 'מי הוא שיבוא אל המלך, ויקבל את פניו ואור הדרת זיו כבודו, יתן לו המלך פתו ועושר וכבוד'. ומי הוא שאינו רוצה בזה? רק כשבא לחומה הראשונה, ורואה כמה דברים מבהילים, נסוג לבבו אחור, ויש

הסיפור הזה אולי קצת מדומיין, אך כשמסתכלים בתוך הלב פנימה, מגלים שהסיפור הזה הוא המציאות היום יומית!

בעולם הפנימי, במקום בו מתגלים הרגשות, מתחוללים מאבקים תמידיים בין הרצון להתקדם לבין הפחד להשתנות...

הפחד הבסיסי להשתנות, להתקדם ולפרוח - נראה כחומה איומה בלתי עבירה! ולעומתה - כיסופי הנשמה לא נותנים מנוחה לרגע...

והתוצאה: מלחמה!...

וכבר ישב הבעל שם טוב הקדוש ותיאר את מאבקי העולם הפנימי. וכך הוא תיאר:¹

מעין החכמה

1. הובאו דבריו בנתיב מצותיך (נתיב אמונה - שביל ה'), להגה"ק רבי יצחק אייזק מקאמרנא זיע"א.



ולפעמים אחרי רואו שיש לו הון יקר, וכבר מצא ידו חמדת שְׂכִיזִית ואוצרות, עומד שם ומתעכב בזה, וכשמתגברין עליו הדברים המבהילים נסוג אחור, אף שבאמת

מהם שהולך כמה חומות לפנים, זו לפנים מזו, ובין כל חומה וחומה יש שרים רבים ממונים מאת המלך, מפזרים ממון רב, למי שבא לפנים מן החומה.²

מעין החכמה

בדרך נסיעתי לביתי - המשיך רבי מאיר וסיפר - חשבתי כל הזמן וחקרתי לדעת למה ירמזון מְלִי, ולמה ועל מה אמר לי דברים אלה. אולם, לא הצלחתי להבין, ולכן הפסקתי להרהר בזה.

שבועות מספר חלפו, ויצאתי מביתי להתפלל תפילת שחרית בבית הכנסת. שני ציפורי שיר התעופפו מעל ראשי וצפצפו - ואני הבנתי את שפתם!

עוד לא הספקתי להתאושש מעומק הַחֲנִיָּה, ושני תוללים החלו להתקוטט - ואני הבנתי את ויכוחם!

חמור נער מכובד המשא - והשתתפתי בצעריו. הסוס צעק מכאב השוט - ואני דיברתי בשפתו וניחמתי אותו!...

ופתאום... נזכרתי בדבריו של מורי היהודי הקדוש, והבנתי **שלוה התכוין** היהודי. **הבנתי שמעתה זו תהיה שיטת** הצידי **החדשה של היצר, להעניק מדרגות כדי להכשילני בַּבְּצָת הגאווה!...**

רצתי ליער, ושפכתי שם אשד דמעות, צעקתי והתחננתי, בכיתי וּבְכִיתִי שמים וארץ, עד שלקחו ממני בחזרה כל המדרגות! אמנם דבר אחד עדיין נשאר לי, ואני רוצה ללמדכם אותו, כי טוב ומועיל הדבר לנשמה. והוא זה: לשלוח הנשמה לטבול בנהר דינור, וכשתחזור

2. ישב הגה"ק רבי מאיר מאפטא זיע"א, בעל 'אור לשמים', במחיצת אחדים מגדולי תלמידיו, וסיפר (סיפורי חסידים, מועדים - עמוד 355):

בצעירותי זכיתי להסתופף בצילו של הגה"ק רבי יעקב יצחק, 'היהודי הקדוש' מפשיסחא זיע"א.

באחת הפעמים שהיתי אצלו זמן רב, וכשרציתי לחזור לביתי, נכנסתי אליו (ליהודי הקדוש) לקבל ממנו ברכת פרידה.

היהודי הקדוש פנה אלי ואמר לי: יצר הרע מנסה כל הזמן לצוד את האדם ברשתו! וככל שאדם נטהר ומתקדש, כך תאוצת הצידי של היצר הולכת וגדלה!...

ודע לך, כשאדם מישראל אומר: 'שָׁמַע יִשְׂרָאֵל' בכל כחו פעם אחת, כבר מתיימש ממנו היצר הרע, כי יודע שכבר לא יוכל להדחיו מעבודת הבורא בדרך הרגילה. בדרך של תאוות החומר והנאות גשמיות... **ולכן הוא מנסה לצוד אותו בדרך אחרת, הוא נותן לו מדרגות גבוהות, כדי שיפול בגאווה, ועל ידי כך הוא ישלוט עליו!**

ומה יעשה איפוא איש חכם להנצל מפח יקוּש זה? יצא ליער, ושם בין העצים, יעמוד ויצעק להקב"ה בלי הפוגות, ולא יזוז ממקומו עד שיטלו ממנו את כל המדרגות!...

גמר היהודי את דבריו, לחץ את ידי בחום וחמימות ופטרני לשלום.



שנעשה אין ממש מאהבת המלך ומתשוקתו לשרשו, לאביו הרחמן...

וכשסוף סוף זוכה ומגיע לפני אביו, אזי מסיר אביו אחיזה עינים הללו, ואומר לו: 'בני, ראה מסוף העולם ועד סופו'...

וירא כי אין שם לא מסך ולא חומה, ולא נחשים ועקרבים, רק ארץ מישור וגנות ופרדסים, ומשרתי המלך הם כולם. וכולם משוררים ומזמרים למלך הכבוד, ואין שם דבר רע כלל, והמלך יושב על כסאו, והארץ האירה מכבודו...³ (ראה הערה).

ומרוב שמחה נתבטל לגמרי, ובוכה: 'אבי אב הרחמן, היאך הסתרת פניך, ואתה בעצמך היית שם, אתי עמי בכל הצער ובכל ההסתרות'...

ואז נותן לו המלך בְּתוֹ, ומתנות רבות, מושל בכל העולם, וכל המסכים עוברים, כי אם מעט לפעמים לעתים רחוקים, כשהמלך רוצה להעלותו אבל לא מחיצות עבות ומבהילים כראשונה...

כבר הלך כמה חומות ונהרות, ואין שם פגע רע, אין שם מים, ואין שם חומה. מכל מקום אחר אשר כל חומה וחומה גבוהה ומאויימת, דלתים ובריח, כדי להבהיל יותר, **וכשרואה הדברים המבהילים נסוג אחור.**

אבל בן המלך, אשר מעיו הומים אל אביו, וגם רחמי האב עליו, לאֹר באור פני מלך חיים, ומאור פני מלך, מי שזוכה לטעום טעם אור מתיקות ידידות עריבות נועם זיו הדרו, פניו מבהיקים ומאירים, וכשבא לחומות המבהילים והמסתירים, בוכה ומתחנן: '**אבי הרחמן, מלך רחמן שכמותך, תסתיר עצמך בהסתרות כאלו, ואני אנה אני בא?!' וצועק ובוכה, וכל העושר והכבוד שמפזרין מואס בהם, כי עיקר המייתו לזכות לקבל זיו ונועם הדרת אביו הרחמן. ובכח לבבו הנשבר לאלף שברים, מהמכות של אימה, והדברים המבהילים, מוסר עצמו בכח לדלג על החומות ונהרות, ומפזר כל הונו לקבלת אור פני המלך לבדו עד**

מעין החכמה

נפשו והתחיל לנשום. תיכף חזר לאיתנו, ויהי לו כמשיב נפש, ואמר לתלמידיו:

לא אוכל לתאר לכם גודל התענוג ונועם ידידות עריבות מתיקות נעימות, יופי טוהר וצחות הנשמה כעת...

3. כשזוכים וצולחים את כל קשיי העולם הפנימי, מתגלה האור! וכל צלילות החושך נעלמות!!

אחר כך לגוף, היא תחזור נקיה, טהורה וברה, מצוחצחת ומאירה, מאין כמותה.

וככלות הצדיק לדבר דברים אלה, נפשו ראשו על הכסא ונתעלף, וכמעט שלא נשאר בו רוח חיים, ואלמלא שמעו תלמידיו ממנו קודם לכן את הדברים, היו חושבים שכבר נסתלק חלילה. כך נשתהה במצב זה איזו שעה, עד שמעט חזרה אליו



'להיות זך ונקי מכל רושם של כעס ועצבות - זה נראה לו ברגשותיו, בלתי אפשרי'.

אך לאט לאט, בריבוי תורה, תפילה וצדקה, הגוף הולך ומזדכך...⁴ והוא בוקע חומה אחר חומה - האוכל נזנח מאחור, המיטה נשאת מוצעת, והוא מתחיל לקבל השגות, אורות והארות...

בדברי הבעל שם טוב הללו, פרושים כל ההתמודדויות הרוחניות של היהודי בעולם הזה.

בתחילה נראה לו שאין לו שום סיכוי לצאת מתוך הגשמיות העכורה שלו -

'לצמצם בהנאות העולם הזה - זה נראה לו ברגשותיו כחומות מבהילות, בלתי ניתנים למעבר'...

מעין החכמה

אחר **חמש שעות**, כמה רוממות יש - איך אפשר למי שיש לו את האפשרות הזאת, להפסיק את הרציפות ולהפסיד בידים נועם כזה, כמו קדירה המתבשלת, להוריד מן האש, ליתן להתקרר, ואחר כך להשיבה...

המשיך החזון איש:

ואחר שש שעות של לימוד שוכח האדם מכל העולם וענייניו, ומתדבק בדברים רוחניים - כאשר סיפרו זאת הַשָּׁנִים אמרו בהשתוממות כיצד החזון איש תיאר זאת בעינים בורקות ותנועות ידיים למעלה כאילו מתנתק הוא מכל הסובב - ואחר **שבע שעות** האדם מרגיש קרוב להקב"ה, ואין לו מהנאות העולם כלום ומתמלא שמחה, ואחר **שמונה שעות** אפילו לא נופלת בלבו מחשבה של תאוות וחומריות, וכולו משתוקק לאלקיו, ואחר **תשע שעות** כולו קדוש למעלה למעלה, ואחר **עשר שעות** עין לא ראתה, אין לתאר ואין מילים לבטא את מצבו ורגשותיו...

צמרמורת חדה עברה בקרב הַשָּׁנִים לשמע דברים נוראים כאלו... (מעשה איש, חלק ד - עמוד סט).

4. החזון איש התגורר בסוף ימיו בעיר בני ברק. בדירתו הוקצה חדר אחד לבית הכנסת, ובו היה מתפלל.

אולם, בחודש תשרי, היו באים מתפללים רבים להתפלל עמו, ולכן באותם ימים היו מתפללים על גג ביתו (שהיה גג רחב).

והנה באחד מעשרת ימי תשובה ישבו שם שני בחורים ולמדו בחברותא (ולמים נעשו תלמידי חכמים גדולים ומפורסמים). ותוך כדי לימוד הם עצרו והחלו לשוחח ביניהם על דא ועל הא...

והחזון איש שנצרך לאיזה ספר שהיה מונח שם, עלה מביתו לגג, והנה הוא רואה אותם יושבים ליד הגמרא, ומשוחחים...

החזון איש נחרד, הוא ניגש אליהם במאור פנים ואמר:

מתיקות התורה, כמה גדולה היא נעימות התורה, ואי אפשר להשיג את זה ולהגיע לזה רק אחר שקידה של **שלוש וארבע שעות** ברכיפות בלא הפסק. בלי זה אי אפשר אפילו לצייר מהי הרוחניות הזו, וקל וחומר



לזכות ולהגיע לאותה השתוקקות שזכו לה עם ישראל בהר סיני: **רצוננו לראות את מלכנו!** (רש"י - שמות יט, ט).

אך עדיין אין זו שלימות! ואסור לו להשאיר שם. הוא חייב לזכור שהתכלית היא לראות את המלך!

חייבים לתקן את העולם הפנימי!

מצאנו לרש"י שפירש כך (בכורות מז):
'לא לתוהו בראה הקב"ה את העולם **אלא** לשבת יצרה'. ומבואר בדבריו שהקב"ה ברא את העולם עם נתינת בחירה לאדם - העולם לפניך, ואתה תבחר אם הוא יהיה תוהו או שהוא יהיה מיושב.⁵

חייבים להתקדם! וכמו שנאמר: "לא תהו בְּרָאָה לְשֶׁבֶת יִצְרָה" (ישעיה מה, יח) - והנה למרות שהפשט הפשוט של הפסוק, הוא, שהקב"ה ברא את העולם בצורה כזו שיהיו בו את כל התנאים הדרושים לישוב בני אדם -

מעין החכמה

קרא לראש שריו ואמר לו: 'בוא בדברים עם הטוחן, ויתן את בתו לבני'.

'מה אומר לוי? - שאל השר.

'אמור לו שתהיה נסיכה', השיב המלך, 'תדור בארמון הסמוך לארמון המלוכה, תיסע במרכבה רתומה לארבעה סוסים, יעמוד לרשותה צבא משרתים! בקיצור: לא יחסר לה דבר'.

שמע השר ושלח לקרוא לטוחן.

באו השוטרים להביאו ונחרד. הלך כאילו כפאו שד.

פגשו השר בארמון ואמר לו: 'המלך מבקש שתתן את בתך לבנו. הם ידורו בארמון זה'. הלך אתו השר מאולם לאולם. הביט הטוחן בעינים קמות בטרקלינים שאין להם סוף, בפרוזדורים המתמשכים כמבוך רב זרועות, בעיקולי המדרגות העולים ויורדים, מתפרשים לאגפים, לעליות ולמרתפים.

'אין זה בית', אמר, 'זהו בית כלא'!

5. הבחירה ביד האדם אם הוא יחיה בעולם של תוהו או בעולם מיושב! ובענין זה סיפר הגאון הרב שלום מאיר ולך שליט"א (יוסף דעת, יום הכיפורים - עמוד 201), וז"ל:

מעשה בן מלך שיצא לצוד ציד. נכנס לסבך היער וראה עופר אֵילִים. נמשך אחריו לצודו, עד שתעה בדרכו. עם דמדומי חמה מצא עצמו בעברו השני של היער, על גדות נחל, בפאתי כפר. הבית הראשון היה ביתו של טוחן. הידפק על דלתו וביקש לינת לילה. נענה ברצון ונח ממרדף היום. קם בבוקר רענן וישב לשולחן. בת הטוחן הכינה לו את ארוחתו. נכנס עמה בדברים, וראה כי חכמה ונבונה היא, נימוסיה נאים והליכותיה צנועות. שב לארמון אביו ואמר: 'מאסתי בבנות האצולה, שכל מעייניהן ברכילות החצר, ואורחותיהן מלאכותיות, ומעושות. מבקש אני לשאת את בת הטוחן, נערה פשוטת הליכות, כנה וישרה'.

אמר המלך: 'כרצונך'.



אחד העולמות הראשונים שהאציל הקב"ה היה 'עולם הנקודים'. והיינו, שהקב"ה הוציא עשר ספירות, והן: כתר, חכמה, בינה, חסד, גבורה, תפארת, נצח, הוד, יסוד, ומלכות.

והעשר ספירות הללו נתחלקו לשתי קבוצות כלליות: מוחין ומדות. **בקבוצת** המוחין היו שלש ספירות שהן: כתר, חכמה, ובינה.

ובקבוצת המדות היו שבע ספירות שהן: חסד, גבורה, תפארת, נצח, הוד, יסוד, ומלכות.

ואין צורך להילחם בתוהו, אלא פשוט ליישב את העולם. ועל ידי ישוב העולם, ממילא יעלם התוהו!⁶

והנה המושגים 'תוהו' ו'ישוב', סובלים כמה פירושים. ולענייננו כאן:

'תוהו' - פירושו התגלות רגשות שלייליים בלב האדם. ו'ישוב' ('לשבת יצרה') - פירושו התגלות רגשות קדושים. **וכדי** לבאר נקדים:

כאשר עלה ברצונו יתברך לברוא את עולמו, ברא כל עולם בסדר מסויים, המבואר באריכות בספר הנורא עץ חיים.

מעין החכמה

שמע המלך וקרא לראש הכפר. 'במטותא ממך', אמר לו, 'השג את הסכמתו של הטוחן לנישואין'.

בא האיש אל הטוחן, טפח על כתיפו ואמר: 'שמע נא, יש לי חתן בעבור בתך!'

'מי הוא?' שאל האב בחשדנות.

'בחור הגון', אמר ראש הכפר. 'והעיקר, יש לו דירה מרוהטת, ואביו הבטיח לו דינר זהב לשבוע ואספקת קמח - ככל שירצה!'

'אך זו הצעה!' נהם הטוחן, 'אילו שמעת לאלו תנאים דרשו ממני אמש להסכים!...'

6. וזה לשון הגאון הגדול רבי משה שפירא זי"ע"א (הובאו דבריו בישורון, חלק לו - עמוד תפב):

'לא תהו בראה לשבת יצרה, אם עוסקים בישובו של עולם יש הפקעה של תוהו, ובלא זה נמצאים בעולם התוהו והדמיון.

'היא לא תצטרך לעשות דבר', אמר השר, 'צבא משרתים יעמוד לרשותה'.

'כלא של ממש', לחש הטוחן מבועת, 'כלוב זהב...'

'אף ללכת לא תלך', המשיך השר, 'מרכבה הדורה תעמוד לרשותה'.

'כלואה בארמון - וכלואה במרכבה', מלמל האב.

השר פתח לפניו ארון קיר ענק: 'ראה', אמר, 'אלו בגדים הדורים מוכנים לה'. היו שם אדרות ואצטלאות, פרוות וגלימות.

'...וכלואה במחצלותיה', סיכם האב, 'לא, אין זה לרוחי!'

פנה ושב לכפרו, והשר התייצב לפני המלך לְדוֹחַ על כשלונו.

עקשנות (נצח), תמימות (הוד), שייכות (יסוד), ושפלות (מלכות).

והשבירה אירעה רק ברגשות ולא במוחין!

והנה בספרי הקבלה מכונה 'עולם הנקודים' בשם 'עולם התוהו'...

'עולם' התוהו - פירושו, עולם שכל הרגשות שהיו בו, היו במצב של שבירה והתרסקות!...

לאחר מכן ברא הקב"ה את עולמו (כפי המבואר בספרי הקבלה), וציווה ואמר: **'דעו לכם, לא בראתי את עולמי כדי ששוב יתגלה בו התוהו! -**

בראתי את עולמי כדי שיהיה מיושב! שהרגשות הקדושים יהיו מתוקנים!'⁸ **כי לא לתוהו בראתי, כי אם לְשֶׁבֶת!**

ועשר הנקודות הללו עמדו זה תחת זה, כדמיון קו אחד ארוך, ובסדר כזה שכל נקודה עומדת לעצמה ואין לה יחס ושיתוף כלל עם זולתה.

ולאחר שהן יצאו השפיע עליהן הקב"ה אור עצום, **אך מכיון שכל נקודה עמדה בדד ולא התכללה עם חברתה**, לא היה להן כח לעמוד ב'לחץ' של האור והן נשברו.⁷ וליתר דיוק:

השבירה לא אירעה בכל הנקודות, השבירה אירעה רק בקבוצת המדות, שהן: חסד, גבורה, תפארת, נצח, הוד, יסוד, ומלכות. ואילו בקבוצת המוחין אירע רק פגם ולא שבירה.

והנה, השבע מדות הללו הן בעצם שבעה רגשות, שהם: אהבה (חסד), יראה (גבורה), רחמים (תפארת),

מעין החכמה

והתפזרו לניצוצות רבים, כאשר הפיזור מערבב ובולל אותן זו בזו לחלוטין... **ואם** נרצה לסכם את השבירה במשפט אחד, נסכם כך:

שורש 'שבירת הכלים' נבע מההרגשה ש'אני' הוא המציאות האמיתית, ולכן מגיע לי כל רצוני...

8. בשיחה שמסר אבא מארי עט"ר רבינו יורם מיכאל אברגיל זיע"א, אמר כך:

ישנם אנשים שכאשר רואים יהודי הלומד תורה, הם מתחילים להתבונן בו

7. ובסגנון אחר:

כל נקודה עמדה לעצמה ללא שום יחס ושיתוף כלל לזולתה.

כל נקודה ונקודה עמדה בתוקף על מהותה העצמית וחייה את חיי עצמה בלבד בצורה בולטת מאוד, ולכן כאשר זיהתה מציאות השונה ממנה, יצאה למלחמה נגדה...

נקודת החסד נלחמה בגבורה, הנצח נלחמה בהוד, וכך בכל המהויות וההנהגות.

כתוצאה מכך התחוללה שבירת הכלים והמהויות המנוגדות התנפצו



קול דודי דופק - פתחי לי

לישב את עולם הרגש - שיעשה עולם קדוש, זו משימה לא פשוטה, וכדי להצליח בה צריכים התמדה ועקביות! בכל פעם צריכים להתחדש

מעין החכמה

והיינו, שכאשר יהודי או יהודיה - תמיד ובכל הזדמנות - מפארים ומשבחים את התורה הקדושה ולומדיה, בזה הם מעלים מ"ן למעלה, ומכח המ"ן הזה נמשכים אורות עליונים, אורות צחצחות, ונמשך שפע גדול לכל הפרצופים העליונים, ובפרט לספירת התפארת, ומשם משתלשלת קדושה נשגבה על אותו יהודי או יהודיה.

ודע, שעלינו להוליד בלבנו **אהבה פשוטה**, אהבה אמיתית, לכל יהודי ירא שמים הלומד תורה. ואפילו אם נראה לעינינו הטרוטות, שיהודי זה הוא סתם יהודי פשוט, היושב ולומד. עלינו לדעת שהקב"ה שמח ומתפאר בכל תורה המגיעה אליו, הוא שש ושמח בכל לימוד הנובע מתוך יראת שמים.

ואם היינו יודעים כיצד הקב"ה אוהב, מעריך, מכבד ומתפאר בכל יהודי ויהודי הלומד תורה מתוך יראת שמים, היה לבנו מתמלא באהבה אמיתית לכל ילד הלומד בתלמוד תורה, לכל בחור ישיבה ולכל אברך הלומד תורה.

וה' יתברך יזכה אותנו לכבד את התורה ולומדיה, עד שנזכה לקבל תמיד את השפע היורד מספירת התפארת... (והנה כדי לבאר את השייכות בין כבוד התורה לרגש הרחמים, נצטרך מספר הקדמות, וביאור ארוך, ועתה אין ברצוננו להאריך, ובעזרת ה' נאריך בזה בהזדמנות אחרת).

ולעקוב אחריו, **ואם עבודתו מוצאת חן בעיניהם** - הם מכבדים אותו ומסייעים בידו.

ובאמת, זו מדרגה נמוכה מאוד. מיהודי דורשים שתבער בלבו **אהבה פשוטה** ללומדי תורה, אהבה אמיתית **שלא תלויה בדבר**.

עצם הדבר שיהודי ירא שמים, יושב ולומד תורה ומקיים מצוות, צריך למלאות את הלב ברגשות אהבה והערכה אליו.

זוכר אני את יהודי מרוקו הזקנים, שאצלם כבוד החכמים היה טבוע בדם עד כדי ביטול מוחלט, ואם רק היו רואים צורת חכם (יהודי שידוע ללמוד תורה) מיד היו נושקים את ידו בהכנעה גדולה, ובוודאי שלעולם לא היו מרימים גבה על צדיק.

ויותר מזה:

עלינו לדעת שהקב"ה ברא את עולמו בעשר ספירות, והן: כתר, חכמה, בינה, חסד, גבורה, תפארת, נצח, הוד, יסוד, ומלכות.

וכל יהודי ויהודיה צריכים להשתדל ולקדש עצמם בקדושתן. והגה"ק רבי שניאור זלמן מלאדי זיע"א ביאר בספרו, ספר התניא (אגרת הקודש - סימן טו), את הדרך לכך. וכאשר הגיע לספירת התפארת כתב כך:

'הרוצה להידבק במדת התפארת ישתדל לפאר את ה' ותורתו בכל מיני פאר, ולדבקה בשבחי בכל בחינות נפשו, דהיינו בהתבוננות שכלו ומחשבתו גם בדיבור'.



להתקרב אליו ולפגוש אותו, כי אם על ידי רשות מיוחדת, וגם זאת רק ליחידי סגולה.

וכמו כן בחודש אלול ועשרת ימי תשובה הקב"ה כביכול הוא כמלך הנמצא בשדה, וכולנו יכולים להתקרב אליו בנקל, והוא קרוב לכל קוראיו, ויש בימים אלו עת רצון גדול לזכות לשוב בתשובה ולהתקרב להקב"ה.

ודבר זה מתאים למה שנאמר בשיר השירים: "פָּתְחִי לִי אֶחָתִי רֵעִיתִי יוֹנָתִי תַמְתִּי שְׂרָאשִׁי נִמְלָא טָל" (שיר השירים ה, ב), וזאת על פי המבואר בדברי חז"ל (תנא דבי אליהו זוטא - פרק כא), וזה לשון קדשם:

ואחר כך יאמר הקב"ה לישראל: בני, עכשיו בואו וקבלו ממני כוס של תנחומין. ואומרים ישראל לפניו: רבונו של עולם, בתחילה כעסת עלינו והוצאתנו מתוך ביתך והגליתנו לבין אומות העולם, ועכשיו באת לפייס אותנו?

ויאמר הקב"ה להם לישראל: אמשול לכם משל למה הדבר דומה - לאדם שהוא נושא את בת אחותו. פעם אחת כעס עליה והוציאה מביתו. לאחר ימים הוא בא לפייס אותה, ואמרה לו: מתחילה כעסת עלי והוצאתני מביתך, ועכשיו אתה באת לפייסני?! ואמר לה (לבת אחותו): שמא תאמרי בלבך שמיום שיצאת מביתי אני נכנסתי לביתי?! אלא אף אני לא נכנסתי לביתי.

בעבודה הזו, ולהתחיל מההתחלה, שוב ושוב, ללא יאוש!

ואחת מדרכי העבודה היא לנצל את חודש אלול וחודש תשרי (עד כ"ג תשרי - אסרו חג דסוכות), כי בימים הללו נפתחים שערי הלב. וכששערי הלב נפתחים, אפשר לזכך את הרגשות.

ונבאר מדוע בחודש אלול נפתחים שערי הלב:

וכך אמר אבא מארי עט"ר רבינו יורם מיכאל אברג'ל זיע"א (אמרי נועם - מועדים, חודש אלול - מאמר א), וז"ל:

עומדים אנו בפתחו של החודש הנפלא, חודש הרחמים והסליחות - חודש אלול. בימי חודש אלול הקב"ה מניח את העולמות העליונים ויורד ומתקרב אלינו ביותר, ופותח לפנינו את שערי התשובה.

הגה"ק רבי שניאור זלמן מלאדי זיע"א בספרו ליקוטי תורה (פרשת ראה, דף לב ע"א - ד"ה 'אני לדודי') ממשיל זאת למלך גדול ששב לעירו, ובעודו בשדה שמחוץ לעיר יוצאים כל בני העיר לקראתו לשדה. ובהיותו בשדה רשאים כולם להתקרב אליו ולדבר עמו, ולבקש ממנו את כל בקשותיהם, והוא מקשיב לכולם בסבר פנים יפות ובפנים שוחקות, וכך מלוים אותו כולם עד לארמונו, וברגע שהוא נכנס להיכלו לא ניתן יותר



וגדול כחה של עבודת התשובה בחודש אלול לקרב את האדם לבוראו ולדבקו בשכינה גם אם קודם לכן היה מרוחק ביותר, כדברי הרמב"ם (הלכות תשובה פ"ז ה"ו): 'התשובה מקרבת את הרחוקים. אמש היה זה שנואי לפני המקום משוקץ ומרוחק ותועבה, והיום הוא אהוב ונחמד קרוב וידיד'.

רמז נאה לכך מצא ה'שפת אמת' (אלול - שנת תרמ"ב) במה שנאמר: "הוא עֲשֵׁנו וְלוֹ⁹ אֶנְחֵנו" (תהלים ק, ג). לפי המסורת הכתיב בפסוק זה הוא 'ולא' (באל"ף) שמשמעותו שאיננו שייכים להקב"ה ח"ו אלא רחוקים ממנו, ואילו הקרי בפסוק זה הוא 'ולו' (בוא"ו) שמשמעותו שאנו שייכים להקב"ה וקרובים אליו ביותר. וכאשר נצרף יחדיו את הכתיב 'לא' (וא"ו) והקרי 'לו' נקבל את תיבת 'אלול'. ונרמז בכך שעל ידי עבודת התשובה בחודש אלול אפילו אדם מרוחק ביותר מן הקדושה, בבחינת: 'ולא אֶנְחֵנו', יכול לזכות לשוב בתשובה שלימה ואמיתית ולהתקרב להקב"ה ולהיעשות שייך לו ביותר, בבחינת: 'לוֹ אֶנְחֵנו'.

ידוע ומפורסם מה שנרמז חודש אלול בפסוק: "אֲנִי לְדוֹדִי וְדוֹדִי לִי" (שיר השירים ו, ג), שהוא ראשי תיבות 'אלול'.

כך אמר הקב"ה לישראל: בני, מיום שהחרבתי את ביתי של מטה לא עליתי וישבתי בביתי של מעלה, אלא הייתי יושב ובטל.

(והמשיך ואמר הקב"ה לישראל): **אם אין אתם מאמינים לי שאני לא נכנסתי לביתי, תנו את ידיכם על ראשי ותראו שהוא מלא טל, שנאמר: "שְׂרָאשִׁי נִמְלָא טַל קוֹצוֹתַי רְסִיסֵי לֵילָה"** (שיר השירים ה, ב).

מדברי המדרש הללו נמצינו למדים, שמה שנאמר: 'שְׂרָאשִׁי נִמְלָא טַל' - פירושו הוא, שכשם שאנו נמצאים בזמן הגלות מחוץ לביתנו העיקרי, בית המקדש של מטה - כך גם הקב"ה נמצא מחוץ לביתו, בית המקדש של מעלה, ומתלווה אלינו לאורך כל הגלות.

ודבר זה שייך ביחוד לימים הקדושים של חודש אלול ועשרת ימי תשובה אשר הם ט"ל ימים (אם נמנה אותם ללא ל' באב, שאז הם כ"ט ימים של חודש אלול ועוד עשרת ימי תשובה) שבהם הקב"ה מניח את העולמות העליונים ויורד ומתקרב אלינו ביותר, ופותח לפנינו את שערי התשובה, ומרעיף טל של תחיה רוחנית על כל נשמותיהם של עם ישראל כדי לעוררם לשוב בימים אלו בתשובה שלימה ואמיתית.

מעין החכמה

9. כתוב בפסוק: 'לא', ואנחנו קוראים: 'לו'.



להטיב את מעשיו ולשוב בתשובה ולהתקרב לקב"ה, באותה מדה גם הקב"ה מתקרב אליו ומוכן לסייע לו ולקרב אותו אליו. וזהו: 'אֲנִי לְדוֹדִי וְדוֹדִי לִי' - כלומר, באותה מדה ש'אֲנִי לְדוֹדִי' כך גם 'דוֹדִי לִי'.¹⁰

והכוונה בזה היא, כי אמנם בחודש אלול הקב"ה מתקרב לכל אדם ופותח לפניו את שערי התשובה ומסייע בעדו לשוב בתשובה שלימה, אולם אין הדבר שווה בכל אדם, אלא כפי מה שהאדם מצידו משתדל

מעין החכמה

'בוודאי' רבי יהודי - השיב החוכר - 'ברצון אאכסן אותך בביתי, והצטרפותך למנין התפילה בכפרנו, תסב לנו עונג רב'.

החוכר הציע עבור החסיד משכב באחת מפינות הבית, והלה סידר את חפציו ומטלטליו, ועלה על מטתו, אך עדיין לא עצם את עיניו, והמתין בעיניים פקוחות, לראות את אשר יתרחש. הוא עקב בסקרנות אחרי כל מעשיו של החוכר, מתוך רצון לראות כיצד הוא עורך את סדר ה'כפרות', שהרבי כה שיבח והעלה אותו על נס.

בחצות הלילה חזרו מרבית האיכרים לבתיהם, והשיכורים שלא יכלו ללכת בכחות עצמם הובלו גם הם לבתיהם על ידי חבריהם.

החוכר פתח את החלונות לטהר את אויר החדר מן הריחות ומן העשן, ופנה אל אשתו, ואמר: 'הבה נערוך את סדר הכפרות'.

הוא נטל ידיו, והתיישב אל השולחן, ואחר אמר אליה: 'הביאי נא אלי את הפנקסים'. מילאה האשה את בקשתו, והביאה לו שני פנקסים עבים ומרופטים והחוכר פתח אחד מהם, והחל לקרוא מתוכו את העבירות, שעבר במשך השנה: 'ביום זה וזה לא נהגתי כשורה, ורימייתי את לקוחותי הערלים, ביום פלוני אחר לא התפללתי בכוונה הראויה, ביום פלוני דיברתי דיבורים אסורים' וכו'.

10. 'אֲנִי לְדוֹדִי וְדוֹדִי לִי', וזה מזכיר לנו סיפור (האחים הקדושים - עמוד 141):

אחד מחסידיו של הגה"ק רבי אלימלך, הגיע אל ליז'נסק ימים אחדים לפני יום הכיפורים, ורבי אלימלך ציוה עליו לנסוע לכפר מרוחק, להתאכסן בביתו של חוכר בית המזיגה בכפר, ולעקוב אחריו כיצד עורך הוא את סדר ה'כפרות'.

החסיד הצטער מאוד, הן הוא בא במיוחד לליז'נסק כדי לשהות במחיצת הרבי ביום הכיפורים הקדוש, והנה עתה יאלץ להיות בכפר במחיצת יהודים פשוטים, והוא אינו יודע אפילו אם ימצא שם מנין לתפילה בציבור.

אולם חזקה על החסיד פקודתו של הרבי, והוא נסע אל הכפר, שאליו נשלח. לאחר טלטולי דרך מפרכים, הגיע אל המקום בלילה, שלפני ערב יום הכיפורים, ופנה מיד אל בית המזיגה, שהיה עדיין הומה מאדם, למרות השעה המאוחרת. האיכרים הכפריים ישבו, והטיבו לבם בכוסיות יי"ש, ועישנו את מקטרותיהם, שעשן מילא את חלל החדר, וקולות שחוקם וצעקותיהם החרישו את אזניו של החסיד. הוא פילס לו בעמל דרך בין הערלים, עד שהגיע אל החוכר היהודי וביקש ממנו לשהות בביתו ביום הכיפורים.

'הגעתי' זה עתה אל הכפר, ואין בדעתי לצאת מחר ערב היום הקדוש לדרך, לכן חפץ אני להשאר פה, אמר.



מעין החכמה

לאחר היום הקדוש שב לליז'נסק אל רבו, וסיפר לו את אשר חזו עיניו.

רבי אלימלך הקשיב בתשומת לב רבה לדבריו, ואחר כך הפטיר ואמר: 'גדולה זכותו של כפרי חוכר זה, אשר מקיים את מצות הוידי כדבריו של דוד המלך בספר תהלים: "כִּי עֲזַנְתִּי עֲבְרֹו רֹאשִׁי" (תהלים לח, ה), ויחד עם זאת, "וְאֶנְחָתִי מִמָּוֶה לֹא יִסְתַּרְהָ" (שם פסוק ז)....

ובהזדמנות אחרת שלח רבי אלימלך קבוצה שלימה מחסידיו, אל חוכר אחד, כדי לתהות על קנקנו וללמוד ממנו את דרכו בעבודת ה' יתברך.

נסעו החסידים אל ביתו של החוכר, שהו בו במשך כל היום, אך לא ראו דבר יוצא דופן, כשהגיע הערב, ביקשו ממנו, שְׁאִיאוֹת להרשות להם ללון בביתו. לאחר הפצרות מרובות הסכים החוכר לבקשתם, והכין להם מטות לשינה. בחשאי נדברו החסידים ביניהם, שלא להירדם, אלא לשכב בשקט ולהמתין לראות, מה יהיו מעשיו של החוכר.

גם החוכר, שעלה על יצועו, עשה עצמו כישן, והמתין עד שירדמו החסידים. לאחר שעבר זמן מה, ונדמה היה לו, שהם כבר נרדמו, ירד מעל מטתו, הדליק נר ופתח את הפנקס, שנועד לרישום חובות האיכרים. הוא החל לקרוא מן הפנקס, ולאחר מכן התמרמר בבכי רב, היכה על לבו והתפלל. רק אחר כך חזר אל מקום משכבו.

החסידים שחזו במעשיו המוזרים, לא הבינו את פשרם, ולבסוף החליטו לשאול את פיו של החוכר בעצמו.

לאחר מכן בכה החוכר בכי רב, והתחרט מעומק לבו על חטאיו. הוא החליט בלב שלם, שלא יוסיף לעשות עוונות כאלו להבא, וביקש מה', שימחל לו עליהם.

כשסיים לקרוא את הפנקס הראשון, פתח את השני, והחל לקרוא מתוכו את כל התלאות והצרות, שאירעו לו במשך השנה, ואשתו יושבת כנגדו, ומוחה גם היא את דמעותיה.

ביום פלוני גנב ממני שכני הערל את כל סכום הפדיון, שהיה בקופה. ביום אחר ספגתי מכות נמרצות מכמה גויים שיכורים, ובשבוע אחד סבלתי ממחלה קשה' וכו'.

רבונו של עולם, פנה החוכר בקריאה כלפי מעלה, 'צדיק אתה בכל דרכיך, וחסיד בכל מעשיך, אך בכל זאת קשה עלינו מנשוא עול הגלות, והצרות הרבות שאנו סובלים. אמנם חטאתי, עויתי, פשעתי ועשיתי עבירות רבות במשך השנה, אבל לעומת זאת סבלתי סבל רב, ובאו עלי פגעים שונים. ובכן, רבונו של עולם, הבה ונתפייסה. אני אשתדל לא לחזור לסורי. ולא לעבור עבירות בשנה הבאה. ואתה תכתבני ותחתמני לשנה טובה, לחיים טובים ארוכים ולשלום.

כשסיים את תפילתו זאת, הרים החוכר את שני הפנקסים שבידיו, סובב אותם מעל לראשו שלש פעמים, והכריז: 'זה כפרתי, זה חליפתי, זה תמורת', ואחר כך שרף את שניהם באש.

החסיד ששכב בפניה, ועשה עצמו ישן, עקב אחרי כל סדר הכפרות של החוכר עד סיומו, ונשאר בכפר גם ביום הכיפורים.



לשוב אל ה', וכמו שנאמר: "אֲנִי יִשְׁנָה וְלִבִּי עָרָר" (שם), ומבארים חז"ל: 'אֲנִי יִשְׁנָה' - בשאר ימות השנה, 'וְלִבִּי עָרָר' - בחודש אלול. והיינו שעל כל אחד חלה חובה לעורר את לבו בחודש אלול לשוב בתשובה שלימה קודם הגיעו ליום הדין בראש השנה...

וכן מובא במדרש (שיר השירים רבה, פרשה ה - אות ג) על הפסוק: "קוֹל דּוֹדִי דּוֹפֵק פֶּתַחַי לִי" (שיר השירים ה, ב), 'אמר הקב"ה לישראל: בְּנִי, פֶּתַחוּ לִי פֶתַח אֶחָד שֶׁל תְּשׁוּבָה כְּחוּדָה שֶׁל מַחֲסֵה, וְאֲנִי פּוֹתַח לָכֶם פִּתְחִים שֶׁיְהִיוּ עֲגָלוֹת וְקִרְוָנוֹת נִכְנָסוֹת בּוֹ'.
על כן מחוייב כל אדם לנצל את קדושת הימים הללו ולהתעורר

ענין חשבון הנפש

נדמין לעצמנו שאנו עומדים בתחילת יער ענק ומפותל, ומבקשים מאתנו לחצות את היער ולהגיע לקצה השני.

אנו מסתכלים על המבקש, ושואלים: איך?!

והוא משיב: זה פשוט מאוד! ישנו שביל אחד ארוך מאוד מאוד, החוצה את היער מקצה אל קצה, אמנם לעתים הוא חסום בצמחיה עבותה בלתי עֲבִירָה,

מכיון שבחודש אלול נפתחים שערי הלב, חייבים לנצל את חודש אלול! והדבר הראשון שצריך לעשות בחודש אלול הוא - חשבון נפש!

והנה למרות שמשתמשים במילה 'חשבון', אין הכוונה כפשוטו, אלא הכוונה לחשב היכן אנו עומדים ביחס לתכלית.

וכדי לבאר נצטרך להמריא על כנפי הדמיון:

מעין החכמה

במשך היום, ומדי ערב אני קורא אותן ומתחרט עליהן מעומק לבי, ואין אני הולך לישון, עד שאני שב בתשובה שלימה, וסימן נותנים לי מן השמים כי נמחלו עוונותי, שהכתב הרשום בפנקסי נמחק, ולא נותר כלל זכר לרישומי העבירות...

החסידים התפעלו מאוד מדבריו של החוכר ולמדו ממנו פרק בעבודת ה'. יש אומרים כי אותו חוכר היה אחיהם של רבי אלימלך ורבי זושא אשר נחשב ליהודי פשוט והחסידים יצאו לתהות על קנקנו.

כאשר האיר הבוקר, פנו אליו ואמרו: 'סלח נא לנו, רבי יהודי, נשלחנו הנה לפי פקודת רבינו, ולכן עקבנו אחר התנהגותך, וראינו את אשר עשית באישון לילה. אמור נא לנו, מה היה הפנקס, שהחזקת בידך, ומדוע בכית והתמרמרת כל כך?'

אין אני נוהג לספר על מעשי אלהי - השיב החוכר - 'אך מאחר שכבר ראיתם אותם בלילה זה, אסביר לכם את פשר הדבר. בפנקס רושם אני את כל העבירות, שאני נכשל בהן



כל יהודי נולד בנקודה מסוימת, ובימי חייו עליו לצעוד במסלול ונתבי המיוחד לו, ובסופו של דבר להגיע לנקודה שעליו להגיע...

אך מדי פעם, בעוונות הרבים הוא נוטה מהמסלול ותועה בדרכו - לעתים הוא טועה מהדרך לגמרי והוא נופל לחטאים ועוונות, ולעתים הוא צועד בדרך של הקדושה, אך לא בדרך המוטלת עליו¹¹ - ועליו לעצור ולערוך חשבון נפש: היכן אני בעולם?!

והנה בספרנו חלב הארץ (חלק ב - פרק ז) הארכנו מאוד בעניינים הללו של חשבון הנפש וברשותכם נעתיק משם כמה מילים...

ולעתים רובצים עליו חיות טרף רעבות... ולכן צריך לנטות ממנו ולחפש דרכים חלופיות -

אך אם בסופו של דבר תצליחו לחזור אליו וללכת בתוכו - תגיעו לקצה השני של היער!...

אנו מתחילים לצעוד. ובדיוק כמו שהוא אמר, מדי פעם צצה הפרעה, ואנו נוטים מהדרך והולכים והולכים, וממשיכים לנטות... וכעבור עשרות קילומטרים אנו עוצרים, ובודקים כמה התרחקנו מהשביל, ואיך חוזרים אליו...

זה בדיוק ענין חשבון הנפש:

מעלת חשבון הנפש

על כן נדרש מן האדם לקבוע עת וזמן אשר בו יצא ממירוץ החיים לגמרי, ובו בזמן יכניס עצמו אל רובד פנימי נוסף של השקטה פנימית נכונה שהיא הבסיס המרכזי ביותר להגיע לידי חשבון נפש מדויק שיפיק תועלת מירבית.¹²

ענין 'חשבון הנפש' הוא להביא את האדם לידי גילוי תעלומות נבכי הנפש, וגילוי זה יביאנו לידי הכרה במהות עצמו - **הן** הכרה בחסרונותיו ובמדותיו המגונות שהן הנה שורש כל החטאים והעוונות. **והן** הכרה במעלותיו וכשרונותיו שחננו הבורא יתברך.

מעין החכמה

12. 'השקטה פנימית' - עניינה לשחרר את המוח מכל הטרדות, מכל מה שעלול לעורר היסח דעת, ולהתרכז בעצמך.

11. ישנו אדם שהוטל עליו להיות 'ראש ישיבה' והוא מחליט להיות צדיק נסתר... וישנו אדם שהוטל עליו להקים מרכז של עזרה וסיוע והוא מחליט להיות אברך...



היום אין שום עסק או מפעל שלא עורך מאזן כספי, בדרך כלל בסוף שנה. ולצורך עשיית המאזן מצמצמים את פעילות העסק, 'עקב ספירת מלאי'.

והדבר מפליא, לא חבל לבעל העסק על הלקוחות שהוא מאבד? הוא מפסיד אותם!

והתשובה: לא, לא חבל כלל וכלל, סגירה של החנות ביומיים - שלשה אלו זה הדבר המעמיד לכל השנה. יש עסק שמגלגל עשרות מיליוני שקלים, בסוף השנה אומר לו הרואה חשבון: שמע, אדוני, השנה הפסדת ארבעה מיליון שקל.

מה?! איך יתכן הדבר, הרי מתגלגל אצלי חצי מיליארד שקל בעסק. אומר לו: נכון, גלגלת חצי מיליארד ואחרי הכל הפסדת ארבעה מיליון.

ויש אחד שנראה שלא עשה כלום, בקושי יש אצלו תנועה בעסק. אומר לו הרואה חשבון: תשמע, השנה הרווחת שני מיליון שקל. זה נקרא

כדי להגיע לידי חשבון נפש אמיתי, מוכרח הדבר שתהיה דעת האדם צלולה ומוישובת מאוד באותה העת, ומנושלת מכל טרדה, לחץ, פחד, דאגה, או כל דבר הגורם היסח הדעת, שהרי אי אפשר לחדור אל תוך נבכי הנפש, פנימה, בלי ישוב הדעת!

וכדי לזכות לישוב הדעת, צריכים לקבוע זמן מיוחד להתבודדות, ובזה יזכה להדמים את כל מציאות החומר הסובבת ומקיפה אותו, ואשר מונעת בעד הנשמה הקדושה להאיר את מחשכי הנפש ולגלות את תחלואיה כדי לתקנם...

וכאשר יהיה אדם רגיל בדרך זו יזכה לעלות ולהתעלות, ולהיות בעל צורה הדומה ליוצרה, מכח זה שמגלה את אור ה' הנערב השופע בקרבו, כמו כל נשמה מבני ישראל שאור ה' שופע בקרבה ושואפת תמיד לשוב אל שרשה ואל צור מחצבתה.

ולתוספת הסבר:

מעין החכמה

החיים הזאת, שבה אין שום קשר עם העולם הרועש שבחוץ, האדם לומד להגיע אל עצמו. ולפעמים דוקא במקומות האלו, אנשים הכי רחוקים, מתחילים לגלות את האור הפנימי שבהם ונכנסים לאיזה עולם של טהרה, ומשם הם כבר יטפסו...

יש הרבה שטסים לארצות רחוקות פרימיטיביות מאוד. למקומות שאפילו קליטה של טלפון אין שם, אפילו ברזים של מים אין שם.

ודוקא שם, במקום פרימיטיבי כל כך, הם חוזרים בתשובה. כי במציאות



ובבוקר כשהוא יקום, הוא יקום עם כחות מחודשים, רעננים, ולב מלא שמחה. בכל מקום שהוא יהיה - הוא יצליח, בכל עסקה שיבצע הוא ירויח.

אבל יש אדם שלא יכול לעשות חשבון נפש בכל יום, אדם כזה ישתדל לפחות פעם בשבוע, לערוך את המאזן עם עצמו, ויבדוק אם הוא ברווחים או בהפסדים.

ובזהר הקדוש (קורח דף קעז ע"א) קוראים לאנשים הללו 'מארי דחושבנא'. יש להם מעלה גדולה ונשגבה בשמים, עליהם אמרו (בבא בתרא עח.): "על פן יאמרו המַשְׁלִים באו חֲשֹׁבֹן" (במדבר כא, כז) - 'על פן יאמרו המַשְׁלִים' - אלו המושלים ביצרם, 'באו חֲשֹׁבֹן' - בואו ונחשב חשבוננו של מקום. הפסד מצוה כנגד שכרה, ושכר עבירה כנגד הפסדה.

הנסיון מוכיח שמי שעושה חשבון נפש עם עצמו,¹³ הולך ונטהר, הולך ומזדכך. אם בפעם הראשונה שהוא עשה חשבון נפש הוא גילה שהוא עשה באותו יום מאה עבירות. כעבור ימים מספר הוא ימצא רק ארבעים - ששים אחוז פחות.

הערכה מדוייקת, זה מאזן - מאזן שמעמיד את העסק על גובה האמת.

ועם אותו עקרון צריך להתנהל כל יהודי עובד ה'. הוא צריך לקבוע לו זמן מיוחד, לפי כחותיו, לערוך מאזן ולבדוק האם הוא הרויח או הפסיד בעבודת ה'...

יש אדם שכל יום לפני השינה משקיע כמה דקות של מחשבה - מה עבר עלי היום: זכיתי לקיים כמה מצוות, התפללתי בזמן, לאט ובכוונה, אחר כך קראתי חוק לישראל. אבל גם נכשלתי בכמה עבירות: בדרך לעבודה לא שמרתי על העינים ונכשלתי במראות אסורות, התפללתי מנחה, ואחר כך דיברתי קצת לשון הרע...

חשבון נפש כזה (אפילו רק במחשבה) מטהר את האדם ומפריד את כל הקליפות והמזיקים מנפשו מרוחו ומנשמתו.

ואז כשהאדם נרדם ונשמתו עולה למעלה, שום מקטרג לא יכול להתקרב אליה ולעכב אותה, והיא זוכה להגיע עד כסא הכבוד.

מעין החכמה

מעשה בעשיר מופלג, שהיו לו שלשה בנים. דאג להם בדאגת אב מסור, הדיר שינה מעיניו בילדותם, והשיאם בכבוד שהגיעו לַפְּרָקִם. גם לאחר מכן היו סמוכים על שולחנו והוא שיתפם בעסקיו.

13. והוא מנצל את הימים הללו ולא סומך על משהו אחר שיעשה בעבורו את העבודה! ובענין זה סיפר הגאון רבי שלום מאיר ולך שליט"א (אבותינו סיפרו לנו, סליחות - עמוד 401), וז"ל:



מעין החכמה

קרנו פני האב וזהרו שבעתים.

קרא לבנו השלישי, ושאלו מה בדעתו לעשות למנוחתו.

ענה ואמר: 'מאומה'...

קצף האב וקרא: 'גש הלאה בן נְעוֹת המרדות! כפוי טובה אתה, נחש צפע! כלום שכחת את כל הטובות שגמלתיך מעודך ועד היום, וכל פרנסתך מידי!'

מיד הורה להביא את צוואתו, ומחק ממנה את שם בנו הקטן. הדירו מעזבונו. והבן ניצב, פניו חֲרוֹרוֹת ושפתיו חשוקות.

פנתה אליו אמו ושאלה: 'בני, מדוע עשית כזאת? מדוע ציערת את אבא? הן חכם ופיקח אתה, וידעת שבמו ידיך אתה מביא עליך הפסד כה רב!'

ענה הבן: 'צדקת, אימי. היתה לי סיבה, אך לא אגלה אותה אלא לאבי - וגם זאת לא כאן, אלא בארבע עינים, במרתף הבית!'

זקף האב את ראשו: 'אדרבה, הבה נשמע את טעמך ונימוקך!'

המרתף היה חשוך. הלך הבן והביא נר, והשנים פנו אל המדרגות המובילות אל המרתף.

הצטודד הבן, והניח לאביו לרדת ראשון. כיבדו ללכת תחילה. התחיל האב לרדת במדרגות החשוכות, כשל ומעד וכמעט נפל.

צעק וקרא: 'איני רואה מאומה! מדוע אינך מאיר את הדרך?'

ענה הבן: 'אבל, אבא, הרי הנר בידי!'

לעת זקנתו, ערך חשבון נפשו. הן כחותיו הולכים ודלים, וזקנו המלבין מוכיח לו כי הולך הוא ונוסע לבית עולמו. פקודת כל אדם היא, ויש להתכונן לה כראוי. שלח לקרוא לבנו הגדול, ואמר לו: 'בני יקירי. הנה נא זקנתי, לא ידעתי יום מותי. ואתה ידעת את גודל אהבתי לך ולאחיך, כמה היטבתי עמכם מילדותכם עד היום הזה, וגם לאחר פטירתי הן תירשו הון רב, פרי עמלי ויגיעתי. אמור נא לי, מה תעשה למנוחתי אחרי מותי?'

ענה הבן בהתרגשות: 'אנא, אבא, על תעציב את עצמך ואותנו במחשבות אלו! ה' יאריך ימך ושנותיך בטוב ובנעימים, עד ביאת גואל צדק במהרה!'

אבל האב עמד על דעתו. רצונו לדעת מה יעשה הבן למנוחתו.

אמר הבן: 'כסף רב אוציא כדי לכתוב למנוחתך ספר תורה מהודר, ולנדב אותו להיכל בית הכנסת. נרתיק אעשה לו מכסף טהור, ופעמונים מקרקשים מזהב ומפז. סידורים וחומשים אקנה, ואקדיש לבתי כנסיות ולהכלי תורה. ואני עצמי אעבור לפני התיבה להתפלל בציבור ולומר קדושה וקדיש, ואקנה עליות, מפטיר ומשלים!'

נהרו פני האב ובירך את בנו בכל הברכות.

קרא לבנו השני ושאלו. עלה הבן בהבטחותיו על הבטחות אחיו. לא ספר תורה אחד יכתוב, אלא שנים. קופת גמילות חסדים על שם אביו, וקרן להכנסת כלות יתומות, ודמי קמחא דפסחא. אף מדרש חכמים ייסד, כולל אברכים שיעסקו בתורה משעת תיקון חצות ועד לתפילת ותיקין.



כי בכחו של חשבון הנפש, להתיש את היצר הרע, ולאט לאט היצר הרע וחילותיו נפרדים ממנו לגמרי. אין מקום ליצר הרע לשכון באיש הזה. רק היצר הטוב עובד.

אולם עדיין צריכים להוסיף עוד פרט...

לא לשקוע בחטאים

וצריך להדגיש פרט אחד חשוב, ובפרט בדור שלנו, שרבו מאוד בעלי תשובה - ה' ישמרם ויחיים. שלפעמים מתוך הרצון להיות טובים - גורעים בעצמם ויוצרים נזקים. ונבאר...

אדם אחד מסכן נפל על היד ונחבל, השרוול של החולצה התמלא בדם. חובש שהיה

ואם הוא ימשיך ויתמיד הוא יגיע למצב שהוא ימצא רק שלש, למחרת אחת, למחר איזה אבק של הרהור של איזה חטא, אחרי חודש הוא כבר לא מכיר את המושג חטא. אבל מי שלא נכנס לזה, ולא מתחיל עם העבודה הנוראה הזו - לא יגיע לזה לעולם!

אחרי שאדם עורך חשבון נפש עם עצמו, עליו להתוודות ולהתחרט על כל חטאיו ועוונותיו, ולקבל על עצמו שלא לעבור על חטאים אלו שוב.

ואשרי אדם שחוזר בתשובה ומתוודה, שעל ידי כך הוא זוכה לטהר ולתקן את נפשו.¹⁴

מעין החכמה

(משלי ו, כג). הצדקה והחסד, המצוות והמעשים הטובים שאדם עושה, מאירים את דרכו בעולם הנצחי, ועתה, אם אתה עצמך מרבה במצוות ובמעשים טובים, מתקיים בך הפסוק: "וְהָלַךְ לְפָנַי צִדְקָה" (ישעיה נח, ח), כמו נר ההולך עם האדם לפניו, ומאיר את דרכו שתהיה סלולה ובלא מכשול. אבל אם אתה משאיר זאת לבניך אחריך, שיעשו זאת בעבורך - הרי זה כנר המאיר מאחריך, שאינו מועיל רבות... זאת רציני לומר לך, אבא. מדוע תסמוך על הבטחותי, שאין בטחון גמור בקיומן. אם רצונך בזכויות ובהתעלות - מה מעכב בידך להתחיל עתה בכתיבת ספר התורה המהודר, ביסוד קופת הגמ"ח, בהקמת מדרש החכמים?!"

14. ולתוספת ביאור, כתבנו בספרנו חלב הארץ (חלק ו - עמוד א) כך:

כעס האב: 'הנר בידך - ואתה, איפה?'

ענה: 'כאן מאחוריך, אבא!'

קרא האב: 'מאחרי! מה מועיל לי שאתה עומד עם הנר מאחרי - אם דרכי חשוכה!'

אמר הבן: 'אכן, אבא, בוא ונשוב אל הטרקלין!'

תמה האב: 'אבל רצית לגלות לי את הסוד במרתף!'

ענה הבן: 'אין עוד צורך בכך, כבר התגלה הסוד!'

תמה האב שבעתים. עלה עם בנו אל הטרקלין, והבן הסביר: 'מבין אתה, אבא, בשעתו לימדתי את הפסוק: "כִּי יֵרַ מִצָּחָה, וְתוֹרָה אֹרֵךְ"



מעין החכמה

וכן יתנחם על שעבר, שנאמר: "כִּי אַחֲרֵי שִׁבְכִי נִחַמְתִּי" (ירמיה לא, יח), ויעיד עליו יודע תעלומות שלא ישוב לזה החטא לעולם, שנאמר: "וְלֹא לֵאמֹר עוֹד אֶלְהִינוּ לְמַעַשֶׁה יְדִינוּ וְגו'" (הושע יד, ז), וצריך להתוודות בשפתיו ולומר עניינות אלו שגמר בלב.

והאמת הצרופה היא שבעל תשובה החפץ בתיקון נפשו באמת ישתדל לקבוע את זמן להדיח נפשו רוחו ונשמתו במימי התורה הקדושה, הואיל ועסק התורה הקדושה הוא התיקון הגדול ביותר שבכל התיקונים, והוא עצמו הרפואה הגדולה שבכל הרפואות ואפילו מי שחטא לקונו יתברך בעוונות ופשעים רבים ורעים ואף קשים מנשוא, ידע נאמנה כי לימוד ועסק התורה לשמה יכול לתקן הכל, ולהאיר כל מחשבי נפשו רוחו ונשמתו.

וכשם שלא עובר על אדם יום מבלי אוכל ושתיה שזהו עיקר קיום הגוף בעולם הזה, כן הדבר ממש שאסור ולא יתכן שיעבור על אדם יום מימי חייו מעת שהכיר במציאות הבורא יתברך שמו מבלי אוכל ושתיה רוחניים - שהם לימוד תורה וקיום המצוות.

וכשם שבימים כתקנם אדם לא מסתפק באיזה בייסקוית כהה ודל למזון אותו היום, אלא אדרבה מהדר בבשר שמן ויין ישן וכו', כן הדבר ברוחניות לא יתכן שיעבור על אדם יום עם ארוחה דלה לנשמתו ויסתפק במועט - באיזה לימוד דל של שיעור קצר או חוק לישראל ותו לא, אלא אדרבה כל המוסיף הרי זה משובח.

והדבר ידוע בקרב כל באי בית המדרש כי להסתפק במועט היא מדה נפלאה ביותר, אך רק בגשמיות. אולם ברוחניות צריך את ההיפך ההפכים, ואסור להסתפק במועט! חייבים לשאוף קדימה תמיד...

ענין התשובה, שישוב האדם אל ה' יתברך בכל לבבו ובכל נפשו, לא רק על עוונות החמורים שבוודאי צריך לשוב עליהם, אלא אף על הדברים הקלים בבחינת דברים שאדם 'דש בעקביו', גם עליהם, ואף על יותר מזה צריך לשוב אל ה' יתברך.

שהרי נשמת האדם חצובה ממקור עליון גבוה ונורא מאוד אשר הוא בתכלית הַזְכוּת והטוהר ולא תוכל הנשמה הקדושה לסבול אפילו כי הוא זה מן החטא וההתיעוב אשר מרחיק אותה מה' יתברך, כמו שנאמר: "עוֹנֵתֶיכֶם הִיוּ מִבְּדָלִים בֵּינְכֶם לְבֵין אֱלֹהֵיכֶם" (ישעיה נט, ב), ונשאר במצב אפל זה עד אשר יכיר בחטא וישוב אל ה' יתברך בארבעה שלבי התשובה (כמבואר בסמוך).

והואיל ואלו הן פני הדברים, ראוי ונכון לכל אשר נצמד ה' אל לבו וחושק בתיקון נפשו באמת, לקבוע את זמן לערוך מדי פעם בפעם חשבון נפש מפורט על כל מעשיו וענייניו.

וענין חשבון הנפש הוא: ראשית, שיכיר האדם במציאות החטא, דרך משל, אדם שאוכל דברים אסורים, או שאוכל מבלי לברך, או שאוכל גזל, או ללא נטילת ידים, צריך להכיר בכך שהוא חטא במעשיו הללו.

ואחר שהכיר בטעותו והבין שחטא, יעבור לקיים את ארבעת שלבי התשובה, שהם: א. עזיבת החטא. ב. חרטה על העבר. ג. וידוי. ד. קבלה לעתיד שלא ישוב עוד לכסלה.

וכדברי אדונינו הרמב"ם (הלכות תשובה פ"ב ה"ב) שכתב, וז"ל: ומה היא התשובה? - הוא שיעזוב החוטא חטאו, ויסירו ממחשבתו, ויגמור בלבבו שלא יעשהו עוד, שנאמר: "יִעֲזֹב רָשָׁע דְרָכָו וְגו'" (ישעיה נה, ז).



אנחנו פוגשים את זה לפעמים בין בני זוג. קורה שיש איזו תקופה לא כל כך 'ורודה' בין בני הזוג. צריך לדעת, שאף פעם צד אחד לא טועה, תמיד הטעויות כפולות, זה הדדי, יש יחסי גומלין. הטעות הכי חמורה - שמכל מריבה קטנה, מיד מדליקים את כל ההיסטוריה. זו 'הנהגה מכוערת', זה סימן של אנשים שלא רוצים להבריא.

חולה שרוצה להיות בריא, חייב לדעת שהתנאי הבסיסי להחלמה הוא לנתק את החולי מהשורש.

לפעמים 'נגזר' על משאית להוביל 'ערימות' של זבל, אך זה לא מגלה כלום על המשאית. ברגע שירוקנו מהעגלה של המשאית את הזבל, המשאית תחזור למקומה הטבעי.

במקום רץ אליו, חיטא את ידו וחבש אותה. כעבור יומיים - שלשה החל הפצע להגלד. אדם חכם יאפשר לפצע להגלד.

אבל אדם שאין לו סבלנות לחכות עד שהפצע יבריא, מתחיל לגרד את הגלד, ולא נרגע עד שפצע את עצמו שוב... עוד פעם נהר של דם. עכשיו עוד פעם צריך לחבוש לו.... ולכן לא כדאי ליגע בפצע אחרי שהוא מתחיל להגלד, לא נוגעים בו, 'לא מזכירים אותו'. כשמגרדים את הפצע יוצרים כתם, יוצרים צלקת. ויש צלקות שאי אפשר להעביר אותן.

כך גם כשאדם שב בתשובה, אחרי שהחליט בלב שלם לפרוש מהחטא, עליו לשכוח ממנו, ולא להרהר בו כלל, כאילו 'לא היו דברים מעולם'!

מעין החכמה

רגישות רוחנית גבוהה ורצון ותשוקה עזה ביותר לדביקות נאמנה וטהורה בו יתברך, באופן שגם בעת שנצרך לעסוק בענייני עולמא, כגון: מאכל ומשתה, שינה ופרנסה, אשה וילדים, וכל שאר צרכי הגוף וענייניו, אזי תהיה מחשבתו דבוקה בו יתברך, וכל לבו בוער ברשפי אש להבת שלהבת אהבה אין סופית אליו יתברך שמו, וממילא כל כוונתו בגשמיות וכל שכן ברוחניות היא רק לשם שמים - לשם א"ל עולם יתברך שמו, ובדרך זו יעלה ויתעלה במעלות הסולם העולה בית א"ל, עד היותו איש אלקים טהור וקדוש באמת... ועיין באורך בספרנו חלב הארץ (ס), ותרזה נחת.

ודע כי בכח התשובה להפריד מנפשו את כל הקליפות וכחות החיצונים המפרידים בינו ובין קונו יתברך, ולהאיר את נפשו באור יקרות במתיקות, עריבות, השתוקקות, ודביקות בנועם אור העליון ברוך הוא.

וענין דביקות זו המתעוררת בקרבו, לא רק שתוליד בקרבו רגישות עצומה לדביקות בעניינים שברוחניות, כגון: לשפוך נפשו לפני ה' יתברך בתפילות או בלימוד ועסק התורה הקדושה או בקיום כל שאר המצוות, אלא אפילו בעניינים שבגשמיות הנצרכים לו לעבודת השם יתברך, גם בהם תתעורר אותה



נפש. והוא יביא אותו לכל הפרטים של העבירה, ומתוך הפרטים האלה הוא יכניס אותו למקומות שהוא לא דרך בהם מעולם והוא יכנס לרפש של החטא וספק אם עוד שבעים שנה יצליח לצאת ממנו. ועל זה אנחנו זועקים בתפילת ערבית כל יום: 'והסר השטן מלפנינו ומאחרינו'.

לפעמים השטן בא בדמות של שטן, בר מינן, עם אלף עינים, מי שמסתכל עליו מת רק מהפחד. אבל לפעמים הוא מתגלה בלבוש של 'למדן' מכניס אותך לאיזה דמיונות, שעות נוספות...

ונוסיף פרט נוסף בסוגיא זו של חשבון הנפש...

צריך ללמוד לשחרר עגלות... אסור כל הזמן 'לגרד פצעים', זה עצמו תוקע את הנפש בתוך הפצעים. לכן כשאדם עושה חשבון נפש, ונוזר באיזו טעות שעשה - לא יחשוב על כל המרכיבים של הטעות, למה? כי זה כמו אחד שנכנס לתוך הביוב, צולל בתוך הבור עם כל הבעיות שעוברות שמה, והוא מצפה שלא יהיה לו ריח של ביוב. אי אפשר שתהיה בתוך הביוב ולא יתפס בך ריח. אי אפשר שתעמוד מול העשן של המדורה, ולא יתפס בך ריח של עשן.

מספיק שאתה מבין ואתה יודע שיש תקלה כזו וכזו - לא נכנסים פנימה! לפעמים אחד מהדרכים של יצר הרע להפיל ולרסק בן אדם שהוא בשיא העליה - אומר לו: זה טוב לעשות חשבון

סכנת העצבות

הטובות שבו, את שביבי האור. והדבר הראשון - להכיר במעלת נשמתו...

וכך כתב הגה"ק רבי אליעזר שלמה שיק זי"ע"א, וזתו"ד: ¹⁵

נשמתו של כל יהודי ויהודיה היא אור גדול ונורא, והיא עצם הטוב, עצם הקדושה, חלק מעולם האצילות.

ולכן כמו בחושך כשנדלק אור בחוץ, אזי כל השרצים והזבובים

כך אמר הגה"ק רבי נחמן מברסלב זי"ע"א (ליקוטי מוהר"ן - קמא, תורה רפב): 'יהודי צריך לערוך חשבון נפש עם עצמו. להכיר את החטאים והכשלונות שלו ולהשתדל שלא לחטוא שוב.

אבל, עליו לדעת שחשבון נפש זה לא רק כדי להכות על חטא. אלא מטרת החשבון נפש זה לגלות לו את הכחות והיכולות שלו. ולכן על האדם להתבונן בטוב שבו. ולזהות את הנקודות

מעין החכמה

15. אשר בנחל (חלק עח - עמוד קפ), שיחות מוהרא"ש (חלק יג - עמוד קיד).



ישראל הקדושים והנוראים, אזי נשמתו נפגמת מקצה אל הקצה, ואפילו הלחלוחית האחרונה שבה מתייבשת, אוי לו ואוי לנפשו האומללה...

על כן מסתובב ומחפש את עתידו במזרח הרחוק או בכל מקום נידח אחר, ומקוה למצוא שם את אושרו. ולא חלף זמן רב, עד שמתפקח, ולמזלו הרע הרבה אכזבות הן מנת חלקו, כל מה שרצה הולך בדיוק הפוך, קיוה לטוב ומצא רק רע, בקושי רב מסתדר באיזה מרתף מוזנח המשמש למגורים, וצריך עוד לשלם על זה, ומחמת שאזלה הפרוטה מכיסו, מצרף עוד כמה אנשים שיתגוררו עמו, וישן על מזרון מעופש, שריחו הרע נודף למרחוק... ואט אט הוא נהיה שבור ומיואש מעצמו...

ואז הוא מגיע ל'השגה', שהוא האדם הכי גרוע בעולם, הכי מאוכזב ומושפל ועצוב בחייו, וחש עצמו מלא כשלונות ואכזבות, מלא יאוש ומרה שחורה, עצבות ודכאון, ואז הוא 'זוכה' ל'השגה' נוספת: שיצור כמוהו חייבים לשנוא! והוא שונא את עצמו!

והתורה הקדושה צועקת: "לא תשנא את אחיך בְּלִבְּךָ" (ויקרא יט, יז), אסור לשנוא יהודי, והשונא יהודי עובר בכל רגע ורגע בלאו...

וכמו כן אסור לאדם לשנוא את עצמו, אסור לאדם להשפיל את עצמו,

מסובבים את האור, כמו כן כל יהודי ויהודיה נשמתו היא אור בתוך חושך הגלות... ולכן כל הקליפות והסטרא אחרא אורבים לו להפילו ולהכשילו...

ואם היה יהודי יודע גדולת נשמתו, היה רוקד כל היום מרוב שמחה - 'שלא עשני גוי' כגויי הארצות, ואפילו שלא היה בו שום טוב, עצם זה שנשמתו היא חלק אלו"ה ממעל ממש, ראוי לו לשמוח עם שמחת יהדותו.

ועל זה ידו כל הדוויים, שהס"מ ונוקבא דיליה אורבים על כל יהודי להשכיח ממנו את שרשו האמיתי, שהוא חלק אלו"ה ממעל ממש, ותיכף ומיד שאדם שוכח מקורו, אזי נופל בדכאון ובעצבות ובמרירות, וזה גורם לו להידרדר לכל העבירות שבעולם, כי נחשכת נשמתו, ורעים ומרים לו החיים עד מאוד, ושרוי בדכאון פנימי, ושוכח לגמרי מקדושת יהדותו.

והוא מסתובב ברחובות, ורואה כל מיני לכלוכים, הגויים הולכים ערומים כחיות השדה, והיצר הרע בוער בו, ונופל היכן שנופל, וכן שומע בכלי התקשורת הסתות נגדו יתברך, דיבורי כפירה וניאוף, אזי גם לו נכנסים כל מיני טינופת וזבל במוחו, והוא מתמלא בקושיות וספיקות עליו יתברך, וחשוק לו עד מאוד...

ובפרט כשהוא שומע כלי תקשורת, הצוחקים ומבזים את חכמי



אסור לאדם לספר לשון הרע על
עצמו...¹⁶
תחילת העבודה הנדרשת להכיר את
המעלות שב עצמו...

מעין החכמה

(ישעיה א, ד), ולא די שהם נקראים בניס, כי
אם גם שהם נקראים 'בנים טובים
ואהובים', שנאמר: "וְהָיָה בְּמָקוֹם אֲשֶׁר
יֵאמְרוּ לָהֶם לֹא עָמִי אַתֶּם יֵאמְרוּ לָהֶם בְּנֵי אֱלֹהִים
חִי" (הושע ב, א).

וכמו שהיה רגיל מורינו הבעל שם טוב
הקדוש לומר שה' יתברך אוהב כל
יהודי, ואפילו את הרשע הכי גדול שבעם
ישראל, ממש כמו שהורים אוהבים את בנם
היחיד שנולד להם לאחר מאה שנים של
ציפייה והמתנה. והאמת היא, שעם כל
הכבוד לאהבה שהורים אלו אוהבים את
בנם יחידם, זה רק גרגיר אחד מהאהבה
העצומה שהקב"ה אוהב אפילו את הרשע
הגדול ביותר שבישראל.

רק כלפי חוץ עם ישראל נראים לפעמים לא
כל כך טוב, אבל בתוך לבו של כל אחד
מישראל באשר הוא שוכנת נשמה יקרה
וטהורה, ונשמה של יהודי היא כמו יהלום,
ויהלום נשאר יהלום בכל מצב, גם אם הוא
שקוע בבזך ומלוכלך כולו. כל שיש לעשות
הוא רק להגביה אותו מן הרפש, לרחוץ אותו
במים טהורים, ותיכף ישוב להבהיק באור
יקרות כפי שהיה מתחילה...

על כל אדם לטהר את לבו מכל רגש של
שנאה כלפי אדם כל שהוא מישראל כדי
שהקב"ה יסכים להשרות את שכנתו בתוך
לבו. יש לדעת שכל מי ששונא איזה אדם
מישראל הרי הוא כביכול שונא את הקב"ה
על שברא אותו, ושונא את אברהם יצחק
ויעקב שיצא אדם זה מזרעם.

16. ונחתום בדבריו של אבא מארי עט"ר
רבינו יורם מיכאל אברגיל
זיע"א (אמרי נועם, פרשת מצורע - מאמר ב)
שאמר, וז"ל:

כל יהודי צריך להרגיל את עצמו להסתכל
בעין יפה על עם ישראל ולא להזכיר את
עוונותיהם חלילה ולעורר עליהם קטרוגים,
כי הקב"ה יודע היטב מהו מצבו של העם,
ובכל זאת הוא אוהב אותם ויש לו עונג
ממעשיהם הטובים, ומי שחלילה מזכיר את
עוונותיהם של ישראל מפסיק את העונג של
ה' וגורם לו צער ומכאוב, ועל כן יש להיזהר
בכך זהירות יתירה.

צריך לדעת נאמנה שכמו שהצדיקים
הגדולים ביותר אוהבים לפני ה'
ונקראים בניו, כך גם הרשעים הגדולים
ביותר אוהבים לפני ה' ונקראים בניו, כיון
שסוף סוף גם הם מזרע ישראל הנקראים
כולם בנים של הקב"ה, כמו שכתוב: "בָּנִים
אַתֶּם לַה' אֱלֹהֵיכֶם" (דברים יד, א), על כן בכל
אופן ראוי להביט עליהם בעין טובה, ולחפוף
בטובתם וברכתם.

וכן היא דעת רבי מאיר בגמרא (קידושין לו.)
שגם בזמן שעם ישראל חוטאים הם
נקראים 'בנים', שנאמר: "בָּנִים סְכָלִים
הֵמָּה" (ירמיה ד, כב), ואפילו אם אין בהם
אמונה הם נקראים 'בנים', שנאמר: "בָּנִים
לֹא אֶמְנָן בָּם" (דברים לב, כ), ואפילו אם הם
עובדי עבודה זרה הם נקראים 'בנים',
שנאמר: "זָרַע מִזְרָעִים בָּנִים מִשְׁחִיתִים"



מעין החכמה

ישראל ערבים זה לזה. אך אם ח"ו לא תתפלל עליו, מחר אם חלילה בנך היקר יתדרדר ברוחניותו, לא יהיה שום אדם שיתפלל עליו. על כן אם רצונך שיתפללו על בנך, תתפלל גם אתה על בנים של אחרים.

ואת הדרך הזו עלינו להנחיל לילדינו היקרים - שאסור בתכלית האיסור לשנוא חלילה אדם מישראל, יהיו מעשי אשר יהיו, וכל אחד מחוייב לעורר רחמים בלבו על אותם אנשים שעדיין רחוקים מדרך התורה והמצוות, ובזכות שנלך בדרך זו, מדת הרחמים של ה' לא תפסיק להאיר עלינו לעולם.

כי הכלל בשמים הוא (היום יום - כ"ז חשוו):
'אהוב יהודי - וה' יתברך יאהב אותך.'
עשה טובה ליהודי - וה' יתברך ייטיב עמך.
קרב יהודי - וה' יתברך יקרב אותך.'

במילים אחרות: כשמגיעה לשמים בקשה של יהודי על אשתו, על הבן שלו, על אחותו וכו', לא בודקים אם הוא בעל תורה, לא בודקים אם יש לו מזוזות, לא בודקים אם יש לו פאות ארוכות, אלא קודם כל בודקים מה מצבו בענין אהבת ישראל, ואם אכן ימצא שיש בו מדת אהבת ישראל בשלימות, ה' יתברך יקבל ברצון את כל תפילותיו וימלא את כל בקשותיו, וישפיע לו חן וחסד ורחמים והצלחה מרובה.

ובעוד שבשאר העבירות האדם אינו עובר עליהן אלא באותה שעה שהוא עובר עליהן, שנאת חינוס נמצאת בלב תמיד ובכל רגע הוא עובר על איסור "לא תשנא את אחיך בלבבך" (ויקרא יט, יז), ומבטל מצות עשה של "ואהבת לרעך כמוך" (שם פסוק יח), כמבואר בספר שערי קדושה (חלק ב - שער ז) לרבינו חיים ויטאל זיע"א.

אדם שיש לו אהבת ישראל אמיתית גם כלפי אנשים שלא הולכים בדרך ה', לעולם לא יצאו מזרעו אנשים רשעים. לעומת זאת, אדם שיש לו שנאה כלפי יהודים, במשך הזמן גם ילדיו יעזבו את דרך התורה, כמו שראיתי במו עיני אצל כמה רבנים שדרכם היתה לבזות בדרשותיהם יהודים שאינם שומרי תורה ומצוות, ולבסוף כל בניהם יצאו מדרך ה', כי באותה מדה שאדם מתנהג כלפי בניו של הקב"ה כך גם הקב"ה מתנהג כלפי בניו שלו.

לכן אם גלגלה ההשגחה העליונה שראיתי יהודי שעושה מעשה שאינו ראוי, במקום להביט עליו בעין לא טובה - תרחם עליו ותאמר בלבך: 'חבל על הנשמה היקרה הזאת שהולכת לאיבוד', ותבכה עליו, ותתפלל לה' מעומק הלב שירחם עליו ויקרב אותו אליו, ויכניס בלבו יראת שמים.

וכאשר תתפלל עליו מכל הלב, ה' בוודאי ישמע את תפילתך, כיון שכל עם



העולה מן האמור להלכה ולמעשה

א. כדברי אדונינו הרמב"ם שכתב, וז"ל: ומה היא התשובה? - הוא שיעזוב החוטא חטאו, ויסירו ממחשבתו, ויגמור בלבו שלא יעשה עוד, שנאמר: 'עֲזֹב רָשָׁע דְּרָכָו וגו'.

וכן יתנחם על שעבר, שנאמר: 'כִּי אַחֲרֵי שׁוּבִי נִחַמְתִּי', ויעיד עליו יודע תעלומות שלא ישוב לזה החטא לעולם, שנאמר: 'וְלֹא נֶאֱמַר עוֹד אֶלְהִינוּ לְמַעַשֶׁה יְדִינוּ וגו'', וצריך להתוודות בשפתיו ולומר עניינות אלו שגמר בלבו.

ד. ועיקר העיקרים הוא, לקבוע עת וזמן להדיח את הנפש במימי התורה הקדושה, הואיל ועסק התורה הקדושה הוא התיקון הגדול ביותר שבכל התיקונים, והיא עצמה הרפואה הגדולה שבכל הרפואות ואפילו מי שחטא לקונו יתברך בעוונות ופשעים רבים ורעים ואף קשים מנשוא, ידע נאמנה כי לימוד ועסק התורה לשמה יכול לתקן הכל, ולהאיר כל מחשכי נפשו רוחו ונשמתו. כי התורה הקדושה היא הרפואה לכל! **וה'** יתברך יזכה אותנו לימי אלול מאירים ורוחניים...

א. בחודש אלול נפתחים שערי הלב ולכן חייבים לנצל את חודש אלול, והדבר הראשון שצריך לעשות בחודש אלול הוא - חשבון נפש.

והנה ענין 'חשבון הנפש' הוא להביא את האדם לידי גילוי תעלומות נבכי הנפש, וגילוי זה יביאנו לידי הכרה במהות עצמו -

הן בהכרה בחסרונותיו ובמדותיו המגונות שהן הנה שורש כל החטאים והעוונות.

והן הכרה במעלותיו וכשרונותיו שחננו הבורא יתברך.

ב. כדי להצליח בעבודת חשבון הנפש, נדרש מן האדם לקבוע עת וזמן אשר בו יצא ממירוץ החיים לגמרי, ובו בזמן יכניס עצמו אל רובד פנימי נוסף של השקטה פנימית נכונה שהיא הבסיס המרכזי ביותר להגיע לידי חשבון נפש מדויק שיפיק תועלת מירבית.

ג. אחר שהכיר בטעותו והבין שחטא, יעבור לקיים את ארבעת שלבי התשובה, שהם: א. עזיבת החטא. ב. חרטה על העבר. ג. וידוי. ד. קבלה לעתיד שלא ישוב עוד לכסלה.





השיעור השבועי בבית המדרש



בתפילה למען עם ישראל
בשריד בית מקדשנו



שיעור תורה לחיילי גדוד נצח יהודה



מו"ר שליט"א עם רב העיר אור יהודה
הרב ציון כהן שליט"א

מאיר העולם



השיעור השבועי באשדוד



ניחום אבלים
משפחת סירוטה



ברכה לזיווגים בערב ט"ו באב

התקדמות הבניה בבית הרב יורם



התקנת מערכת המיזוג



מחזורים

עם כוונה ונשמה

המחזורים השלמים עם כוונות, הכנות וביאורים
עפ"י הנהגת אבינו מו"ר הרב יורם מיכאל אברג'ל זיע"א

סט מלא לגבר | סט מחזורים בלבד | סט לאישה
15 חלקים | 10 חלקים | 5 חלקים

אפשרות לכריכה דמוי עור או עור אמיתי

כי גם את מי שאתם רוצים להפתח בכוונה



לרכישה:

shop.hameir-laarets.org.il

054-618-8907 | 08-931-1785

רחוב הקציר 666, נתיבות



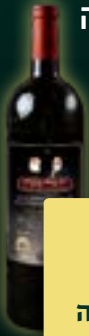


**"ותשובה ותפילה וצדקה
מעבירין את רוע הגזרה"**



כפרות ופדיון נפש

התורמים יתברכו לישועה, רפואה, פרנסה, שמירה והגנה
ע"י מו"ר הגאון הרב ישראל אברג'ל שליט"א
ראש מוסדות בית המדרש המאיר לארץ



**פדיון נפש
להושענא רבה**



**פדיון נפש
יום הכיפורים**



**פדיון
כפרות**



**פדיון נפש
לראש השנה**

כל פדיון 180 ש"ח משפחתי - כמנהג אבינו מו"ר הרב יורם אברג'ל זיע"א



להצטרפות:

***2910 | 08-37-40-200**

**לצאת זכאי בדין
בזכות שותפות
בהפצת תורה חובקת עולם!**



שעורי השבוע

מפי הרה"ג רבינו ישראל אברג'ל שליט"א

LIVE

השיעורים מועברים גם בשידור חי בערוצי המדיה של בית המדרש 'המאיר לארץ'

ראשון - כל שבוע בשעה 20:30 ערבית ושיעור

בית כנסת היכל אליהו, רח' נחל מטע 6 | השיעור יועבר בדיוו קול ברמה

בית שמש



שני - כל שבוע בשעה 18:30 מנחה ושיעור

בית הכנסת 'היכל נפתלי', רח' ברוריה 6

אשדוד

חמישי - כל שבוע בשעה 18:30 מנחה ושיעור

בית המדרש 'המאיר לארץ', רחוב הקציר 666

נתיבות

לוח שנה שיש בו הכל



שיעורי לימוד וזמנים הלכתיים - כל יום במקומו!



להזמנות: 054-618-8907 | 08-931-1785

יש לכם מה לספר לנו על המסילות? כתבו למייל: 3740200@h-l.org.il

ערוצי מחלקת המדיה

www.hameir-laarets.org.il המאיר לארץ
08-37-40-200 08-649-9859 קו המאיר לארץ



פרשת שופטים

ו' אלול ה'תשפ"ה



זמני שבת קודש

רבינו תם	יציאת שבת	הדלקת נרות	עיר
20:27	19:40	18:47	באר שבע
20:25	19:38	18:48	תל אביב
20:28	19:41	18:48	חיפה
20:17	19:43	18:37	אילת
20:28	19:40	18:51	ירושלים
		18:31	ירושלים 40 דק'

מסילות אל הרב

"כי האדם עץ השדה" - עיקר שבח האילן הוא בכך שעושה פירות, שמהם צומחים עוד אילנות. גם תכליתו של האדם אינה רק בו עצמו, אלא עליו להעמיד נטיעות נוספות, ילדים וילדות, שילכו אף הם בדרך ה'.
(אמרי נועם דברים, עמוד ק"נ)



הפצת תורה חובקת עולם
היה שותף 08-37-40-200

לתרומות:

- בנק מזרחי טפחות, סניף 433 קרית גת, חשבון 96556
- בנק הדואר, סניף 1, חשבון 27016519
- בכל עמדות 'נדרים פלוס'