פרשת
כי תשא - פרה
תשפ"ו
- גליון 84 -

מעובד מתוך שעורי הרב יצחק שפירא
ראש ישיבת עוד יוסף חי

מעמקים



5
מי עשה את העגל, וביצד חטא
זה נוגע לעבודת ה' שלנו?

9
טומאת מת,
מה זה אומר לנו?

15
פוסט-טראומה מה באמת עובר
על הנפש, וביצד ניתן לצאת מזה



לשאלות, הערות, ולקבלת העלון
shiurimshapira@gmail.com

או בטלפון - יוסף חיים
053.724.6111

אנו מזכירים שקיים פורום דיונים בנושאי השיעורים, להצטרפות לפורום יש לשלוח בקשה למייל המופיע למעלה

קו עדכונים על זמני ומיקומי השיעורים
02.313.0687

לשמיעת השיעורים בקול הלשון
073.371.8149

תוכן עניינים

מעמיקים בפרשה

מי עשה את העגל? 5

מעמיקים בחסידות

זאת חוקת התורה – כיצד להטהר מהשגעון 9

מעמיקים בנפש

התמודדות עם קשיים נפשיים לאחר המלחמה 15

מעמיקים בצדיקים

התקשרות לצדיקים – לחשוף את שורשנו בה' אחד 30

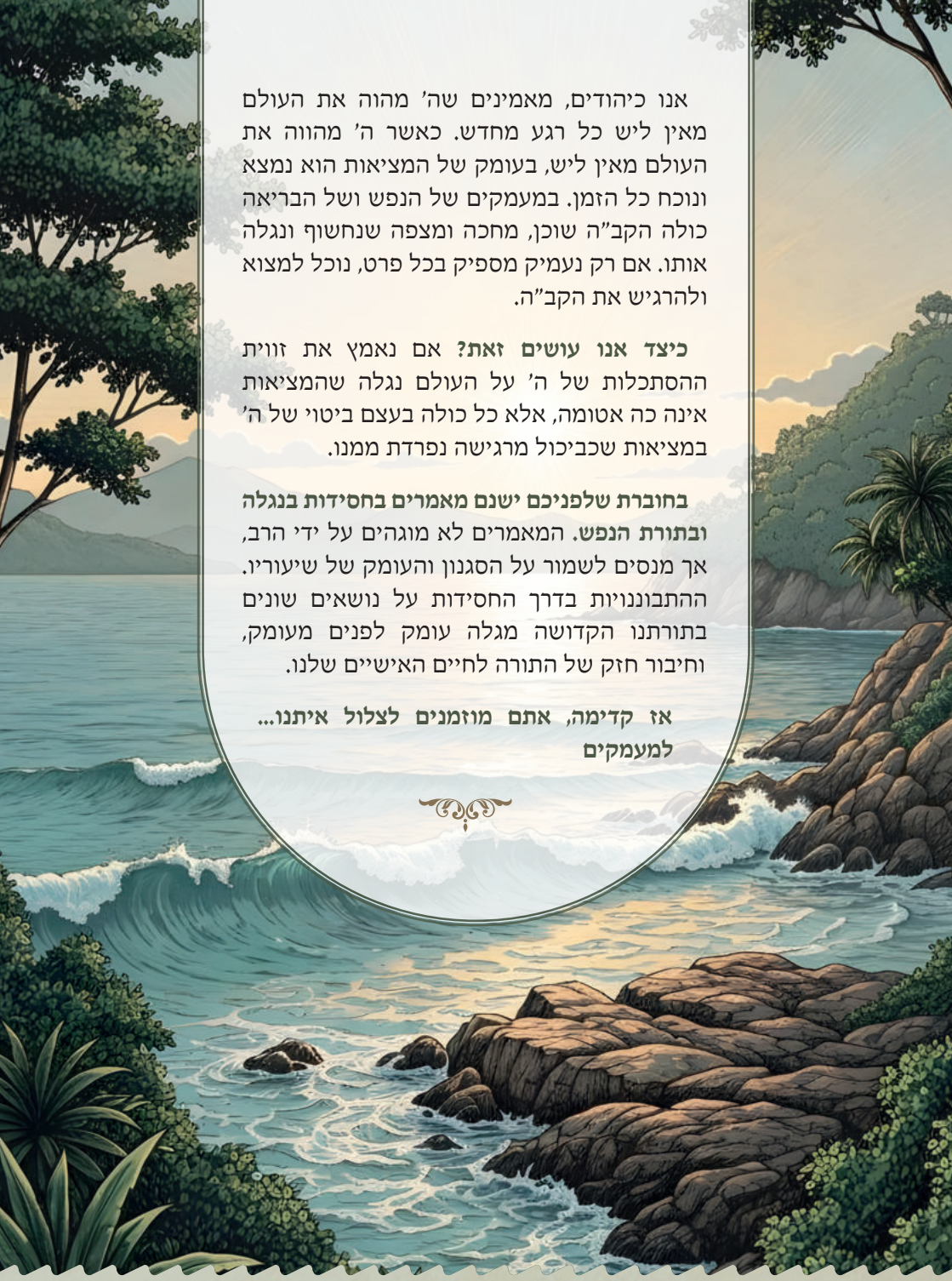
שו"ת ממעמקים

לעבוד את ה' במסירות נפש – גם כשאף אחד לא מתנגד לי 33

לקבלת עדכונים על השיעורים התקשר ליוסף חיים 053-7246111

השיעור השבועי

השיעור השבועי של הרב יצחק שפירא יום א | 21:30 | רח' הרב צבי יהודה 18 | דירה 4 | ירושלים



אנו כיהודים, מאמינים שה' מהוה את העולם מאין ליש כל רגע מחדש. כאשר ה' מהווה את העולם מאין ליש, בעומק של המציאות הוא נמצא ונוכח כל הזמן. במעמקים של הנפש ושל הבריאה כולה הקב"ה שוכן, מחכה ומצפה שנחשוף ונגלה אותו. אם רק נעמיק מספיק בכל פרט, נוכל למצוא ולהרגיש את הקב"ה.

כיצד אנו עושים זאת? אם נאמץ את זווית ההסתכלות של ה' על העולם נגלה שהמציאות אינה כה אטומה, אלא כל כולה בעצם ביטוי של ה' במציאות שכביכול מרגישה נפרדת ממנו.

בחוברת שלפניכם ישנם מאמרים בחסידות בנגלה ובתורת הנפש. המאמרים לא מוגהים על ידי הרב, אך מנסים לשמור על הסגנון והעומק של שיעוריו. ההתבוננויות בדרך החסידות על נושאים שונים בתורתנו הקדושה מגלה עומק לפנים מעומק, וחיבור חזק של התורה לחיים האישיים שלנו.

אז קדימה, אתם מוזמנים לצלול איתנו... למעמקים



מי עשה את העגל?

"ויגוף ה' את העם על אשר עשו את העגל אשר עשה אהרן". מי עשה את העגל, העם או אהרן? למה אהרן לא נענש? אם ה' נגף את העם על כך שהוא עשה את העגל, למה הוא לא נגף גם את אהרן על עשיית העגל? ובניסוח אחר: חכמינו אומרים ששבט לוי לא היה שותף כלל לחטא העגל. אם כן, איך אהרן הכהן, נציגו של שבט לוי, כן השתתף (ועוד כשותף בכיר) בחטא העגל?

✦ אהרן הכהן השתתף בחטא העגל?

מפשט הפסוקים נראה שאהרן הכהן לא רק היה שותף בחטא העגל, אלא הוא זה שעשה את העגל והכווין את העם במעשה הזה. העם רואה שמשה רבינו לא יורד מההר ומבקשים מאהרן "קום עשה לנו אלקים כי זה משה האיש לא ידענו מה היה לו". אהרן שומע את העם, ולכאורה מזדהה עם רצונם לעבוד את ה' גם כאשר משה רבינו לא נמצא, ולכן הוא עושה להם עגל, כמו שכתוב "ויאמר אליהם אהרן התפרקו נזמי הזהב... ויקח מידם ויצר אותו בחרט ויעשהו עגל מסכה". אהרן הכהן חורט ויוצר ועושה עגל מסכה, בעקבות דרישת העם.

אבל חכמינו אומרים שאהרן לא היה שותף במעשה העגל (ראה רש"י), וכך גם נראה מפשט הפסוקים, שכן בפשט הפסוקים אהרן לא נענש על חטא העגל, ולא זו בלבד, אלא שהוא גם מתמנה להיות הכהן הגדול במשכן שנבנה מיד לאחר חטא העגל. אם כן, מה אהרן כן עשה?

✦ אהרן הכהן התכוון לעבודת ה'

אהרן רצה שתהיה דרך לעבוד את ה' גם כאשר משה רבינו לא נמצא.[א] כך הוא הבין את מה שהעם אמר לו "כי זה משה האיש... לא ידענו מה היה לו", ועם הרצון הזה הוא גם הזדהה. לכן אהרן עשה עגל. עגל הוא בנו של השור, הסמל של יוסף הצדיק, שהפנימיות של מדתו, יסוד, היא התקשרות. יוסף הצדיק הוא זה שאיחד את עם ישראל במצרים, והוא מחבר ומקשר את כל ישראל זה לזה, ומקשר אותם לה'. וכפי שאומרים חכמינו שהעגל נוצר בעקבות טס הכסף שעליו כתוב "עלה שור", שאיתו העלה משה רבינו את ארונו של יוסף הצדיק מהיאור במצרים.

עד עכשיו משה רבינו גילה את הנוכחות של ה' בקרב עם ישראל, ולא היה צורך שהקיבוץ של עם ישראל יהיה זה שיעזור ויאפשר לעבוד את ה'. כאשר אהרן הכהן ראה שמשה רבינו לא נמצא, והנוכחות של ה' הסתלקה, הוא חיפש דרך אחרת לעבוד את ה'. הדרך לעבוד את ה' על פי אהרן היא להתקבץ. הקיבוץ של היהודים יחד מחבר אותם זה לזה ומחבר אותם לה', וכך אפשר לעבוד את ה' גם כאשר משה רבינו לא נמצא.

אם כן, אהרן אכן עשה את העגל, אבל הוא לא התכוון חס ושלום שיקריבו קרבנות לעגל, אלא שהעגל יהיה מקום התקבצות שעל ידו יעבדו את ה'. וכמו שאומר הרמב"ן (לב, ה) "כי הוא (אהרן) מכון לשם ה' והם (העם) דעתם אל העגל". לכן כתוב "וירא אהרן ויאמר חג להוי' מחר". שם הוי' שבפסוק הזה הוא שם קדוש שאסור למחוק אותו, ואין בתורה שם הויה שהוא לא שם קדוש, ואם כן אהרן התכוון באמת שיהיה חג לשם ה'. וכמו שאומר האבן עזרא (בהקדמה לפירושו לחטא העגל) "כי הוא קרא חג לה' מחר, וזה השם הוא שם עצם לכבוד ה', ולא יתערב אחר עמו כמלת אלקים שהוא לעניינים רבים".

✦ עם ישראל התאהבו בהתרגשות

אבל אף על פי שאהרן התכוון לשם ה', עבודת ה' שהוא כיוון אליה היא עבודה שמתחילה מלמטה. כאשר משה רבינו במחנה, תמיד עבודת ה' מתחילה מלמעלה, מכך שה' רוצה, שהרי משה רבינו הוא נותן התורה, שהיא רצון ה'. על עבודת ה' שמתחילה מכך שהאדם רוצה אותה, ולא מכך שה' רוצה אותה, כתוב במשלי (כח, ט) "מֵסִיר אָזְנוֹ מִשְּׁמֹעַ תּוֹרָה גַּם תְּפִלָּתוֹ תּוֹעֵבָה". תפילה היא עבודה שמתחילה מלמטה,

א. ראה אריכות על כך בשיעורים במאמר "וצדיק יסוד עולם".

ולעומת זאת תורה מגיעה מלמעלה. בשביל שתהיה תפילה שמתחילה מלמטה, חייבים שתהיה קודם תורה שבאה מלמעלה, ואומרת שה' רוצה בעבודה הזו, ואם ה' לא רוצה בעבודה הזו אז היא תועבה.

לכן מהמעשה של אהרן השתלשל החטא של העם. כאשר העם ראו את העגל הם התחילו לרקוד מסביבו ולומר "אלה אלקיך ישראל אשר העלוך מארץ מצרים". את זה אהרן לא אמר. אהרן רצה שהעגל יעזור לקבץ את עם ישראל לעבודת ה', אבל הוא לא חשב שהעגל ראוי לעבודה מצד עצמו.

עם ישראל התאהבו בעבודה. הם ראו שהעגל מקבץ אותם, והקיבוץ הזה ריגש אותם והלהיב אותם, והם החליטו לעבוד את ההתרגשות במקום לעבוד את ה'. הקיבוץ ריגש והלהיב אותם בצדק, כי החיבור בין כל היהודים מקרב אותם לה', וכמו שאמרה אסתר המלכה "לך כנוס את כל היהודים". אבל במקום שהקיבוץ וההתרגשות יהיו כלי להתקרב לה', העם התחיל לעבוד את הקיבוץ ואת ההתרגשות, ושכח מה'.

זה מה שראה משה רבינו כאשר הוא ירד מההר עם לוחות הברית. משה רבינו הוא ההתגלות של הנוכחות של ה' בתוך העם, והוא ירד עם התורה שאומרת לעם ישראל את הרצון של ה'. אבל בני ישראל לא שמו לב לא למשה רבינו ולא ללוחות, כי הם היו עסוקים בהתרגשות שלהם. הם חשבו שההתרגשות היא המרכז, ולא עבודת ה', וזה חטא העגל.

בעומק יותר, בכך שהעם רוקד מסביב לעגל הוא מרגיש שלא אהרן עשה את העגל, אלא העגל עשה אותם. העם מרגיש שהקיבוץ ביניהם הוא לא דרך לעבודת ה', אלא הוא זה שיוצר ועושה אותם לעם. כלומר הם מרגישים שהעגל עשה אותם, וכמו שהם אומרים "אלה אלקיך ישראל אשר העלוך מארץ מצרים". ההתרגשות החזקה שנוצרת מהצירוף של יהודים רבים כל כך, נותנת תחושה שהצירוף של היהודים הוא מטרה בפני עצמו, הוא אלקים בפני עצמו, ואותו צריך לעבוד.

זה מה שענה אהרן הכהן למשה רבינו: משה רבינו שאל את אהרן "מה עשה לך העם הזה כי הבאת עליו חטאה גדולה"? ואהרן ענה לו "ואומר להם למי זהב התפרקו ויתנו לי, ואשליכהו באש ויצא העגל הזה". היה אפשר לחשוב שאהרן לא מספר את מה שהיה, שכן כתוב במפורש (כפי שצוטט לעיל) שאהרן יצר את העגל בחרט, אז למה הוא אומר "ויצא העגל הזה", כאילו זה לא הוא עשה?

אבל באמת אהרן לא עשה את "העגל **הזה**" שמשה רבינו רואה. אהרן הכהן אומר למשה שהוא רצה שיהיה הרבה אש, הרבה התלהבות בעבודת ה', "ואשליכהו

באש", והרצון הזה גרם שבאמת תהיה הרבה התלהבות, אבל גם גרם לעם לחשוב שההתלהבות היא העיקר והיא המטרה. אהרן עשה עגל בשביל לקרב את עם ישראל לה', והעם רוקד מסביב לעגל שעשה אותם, ולא מסביב לעגל שעשה אהרן. לכן כתוב "ויגוף ה' את העם על אשר עשו את העגל אשר עשה אהרן". העם לקח את העגל שעשה אהרן, ועשה ממנו ועל ידו עגל אחר.

✦ העיקר זה ההתרגשות??

בעבודת ה' של כל אחד מאיתנו, עלינו ללמוד לא להפוך את ההתרגשות שלנו, גם אם היא התרגשות בעבודת ה', לעבודה זרה. חשוב מאוד שתהיה התרגשות בעבודת ה', אבל ההתרגשות צריכה להיות כלי שמבטא את רצון ה'. ה' רוצה בנו, ומבטא את הרצון הזה על ידי תורה ומצוות, ואנחנו מתלהבים מכך שה' רוצה בנו. ההתלהבות היא תוצאה של רצון ה' בנו, אבל היא לא המטרה, והיא אפילו לא הכלי שעל ידו אנחנו מתקרבים לרצון ה'. כלומר מחטא העגל עלינו ללמוד שגם אם האדם מלהיב את עצמו בשביל להתקרב לה', זה גם לא טוב, אלא ההתרגשות בעבודת ה' היא צריכה להיות תוצאה של רצון ה' שמגיע מלמעלה, ולא הדרך להגיע אליו.[ב]

באותו אופן גם הצירוף של יהודים רבים הוא לא מטרה בפני עצמו, אלא הוא הדרך שבה ה' מבטא את רצונו בנו. ה' רוצה אותנו, ולכן הוא מצווה אותנו לבוא כולנו אליו בשלושת הרגלים, וכן בבית כנסת שהוא בית מקדש מעט וכדומה. אנחנו לא מצטרפים כי הצירוף מלהיב אותנו, וכך יקל עלינו לעבוד את ה', אלא ה' רוצה אותנו, וזה בא לידי ביטוי בכך שהוא רואה אותנו כגוף אחד, ורוצה ונהנה לראות אותנו כגוף אחד.

הדרך לחפש שההתרגשות תהיה כלי ולא מטרה - היא תורה, התורה היא חיפוש מה ה' רוצה ולא מה אני רוצה. על ידי זה נזכה ללוחות שניים, שניתנו כאשר "איש לא יעלה עימך", כלומר הרצון האישי לא יעלה להיות חלק מעבודת ה', אלא רק הרצון של ה', ועל ידי זה יתקיים בנו הכתוב "נגד כל עמך אעשה נפלאות אשר לא נבראו בכל הארץ ובכל הגויים, וראה כל העם אשר אתה בקרבו את מעשה ה'".

ב. ראה על כך בהרחבה גדולה בספר 'נהלך ברגש' (בעיקר עמ' 84-81).



זאת חוקת התורה – כיצד להטהר מהשגעון

מאמר זה נמצא לאחרונה בהשגחה פרטית בגניזה של אחד החברים הותיקים. המאמר נכתב לפני כ30 שנה בעקבות דיבורים על הסכמי התפשרות מול הגויים. מכיוון שמאמר זה עוסק בנושא הקשור לפרשת פרה (וכן לתוצאות הנפילה בחטא העגל ושבירת הלוחות שבפרשת כי תשא), אנו מפרסמים אותו כאן (במסגרת זו השמטנו את הדברים שהיו נוגעים לזמן כתיבת המאמר).

המוות הוא תוצאת הנפילה הראשונה של האנושות. בחטא אדם הראשון נקנסה מיתה על האדם, ואת הקללה הזאת הוא "סוחב" איתו עד לימים בהם "בלע המוות לנצח". המוות, אם כן, הוא תוצאת החטא והחסרון, והוא גורר אחריו טומאה. בספר הכוזרי (ב, ס) מבואר שכל טומאה היא העדר חיים. מה שנכון לגבי טומאות קרי, זיבה נידה וכו', הנובעות מאיבוד של חיים פוטנציאליים, בולט בעיקר בטומאת מת. שכן כאשר יהודי מת ר"ל חיים של ממש אבדו מן העולם. על כן זוהי הטומאה החמורה ביותר ודיני טהרתה הם המורכבים והסבוכים ביותר (טומאת שבעה, פרה, מי חטאת, הזאת שלישי ושביעי ועוד). מתוך דיני טומאת וטהרת מת אנו לומדים כיצד מתמודד היהודי עם המוות, וממילא - עם החטא וכיצד - בעזרת ה' - הוא גובר עליהם.

בטרם חטא אדם הראשון ראוי היה הוא לחיות לעולם ומשעה שחטא דבקה בו זוהמת הנחש הקדמוני, אותה זוהמה הביאה עליו מיתה, חז"ל אומרים (בכ"מ, לדוג' ע"ז ה.) שקללת המוות היתה אמורה להיפסק עם קבלת התורה, אלא שלאחר חטא העגל היא שוב חזרה.

והנה דוקא התורה, זו שהיתה אמורה לסלק מאתנו את המוות, זו שאמורה להתעלם מגבולות החסרון הטבוע בטבע, מתייחסת אל המוות כמציאות ממשית ואף קובעת לו דיני טומאה וטהרה. משמעות הדבר היא שנתינת התורה לישראל היא שליחתם אל תוך עולם בו קיים המוות להתעמת איתו ולשחרר אותו ממנו.

עיקר החידוש בטומאת מת ביחס לשאר הטומאות שבתורה היא ההטמאות באוהל, לכן אם נרצה לעמוד על מהותה של טומאת מת עלינו להתמקד בדיני אוהל המיוחדים לה.

בפרשת חוקת נאמר "זאת התורה אדם כי ימות באוהל". בפסוק זה מכונה טומאת אוהל - תורה. זהו המקום היחיד בתורה בו מזוהה התורה עם הלכה מסוימת. כללות כל התורה ממוצה להלכה זו של טומאת מת באוהל. תורה - מלשון הוראה[א] - היא היכולת להבדיל בין טהור לטמא. "אורייתא מחכמה נפקא", מחכמתו של ה', ויש בה ובמי שמקושר אליה את היכולת לעמוד מחוץ לעולם בעמדת שיפוט, ממבטו של ה' על העולם[ב], להתיר את המותר ולאסור את האסור. כלומר - היא הקובעת את גדרי הטומאה, היא המודיעה על קיומם והיא המורה את הדרך להיטהר מהם.

לצורך הבהרת העניין נשתמש בסיפור מספורי המעשיות שסיפר ר' נחמן:[ג]

> **שפעם אחת אמר המלך לאהובו, השני למלך: באשר אני חוזה בכוכבים, רואה אני שכל התבואה שתגדל בשנה זאת, מי שיאכל ממנה יהיה נעשה משוגע, אם כן יטכס עצה. וענה לו שעל כן יכינו בעדם תבואה, שלא יצטרכו לאכול מהתבואה הנ"ל. וענה לו המלך: אם כן כשאנחנו לבד לא נהיה משוגעים, וכל העולם יהיה משוגע, אז יהיה להיפך** (ולהכין בשביל כולם אי-אפשר) **- שאנחנו יהיו המשוגעים. על כן בודאי נצטרך לאכול מן התבואה, אבל רק זה, שנסמן סימן על מצחנו שנדע - על כל פנים - שאנחנו משוגעים. שאם אהיה מסתכל על מצחך וכן כשתסתכל על מצחי נדע מהסימן שאנחנו משוגעים.**

התורה היא התו. היא הסימן על מצחנו שלא נשתגע בתוך העולם. היא היכולת של היהודי להיכנס אל תוך העולם ולפעול בו - ובד בבד לשמור ממנו מרחק ולא להיתפס לשקר שבו ול"אין ברירה" שהוא משדר. עצם ההכרה במציאות כזו היא טומאה. הודאה ושיתוק מעשי כתוצאה מהכרה זו - היא טומאת אוהל.

א. רד"ק תהילים יט ח.

ב. ראה בגיליון 82 במדור 'מעמיקים בפרשה'.

ג. כוכבי אור סיפורים נפלאים (מהדורת תורת הנצח עמוד רכח) [הסיפור הובא ונתבאר (בשם הרב יצחק שפירא) בספר 'אדמה שמים ותהום' בנספח למאמר השני (עמ' קט)].

טומאת אוהל מכוונת כנגד יכולת ההתפשטות שהיתה למת בסביבתו והאווירה שהוא משרה בה כעת בהעדרו. לא רק שהיו פה חיים שהסתלקו, לא רק שחלק מן המציאות נדמה כעת כמוגבל וסופי, אלא גם ההשפעה שהיתה לו על סביבתו, הפוטנציאל הגלום באותה נשמה - אבד. יכולת ההתפשטות הזאת היא היכולת להישלח אל תוך העולם ולפעול בו.[ד] א"כ טומאת אוהל היא תחושת המוגבלות ביכולת הפעולה והשליחות בתוך העולם, והתורה היא תו השליחות אליו.

✦ הטומאה

ישנם שלשה מצבים של טומאת אוהל: א. המת עצמו מאהיל על האדם. ב. אדם המאהיל על המת. ג. אדם הנמצא עם המת תחת קורת גג אחת.

את שלושת מצבי הטומאה נקביל לשלושה סוגים של אנשים הקיימים כיום במרחב הציבורי בעם ישראל:

א. המת עצמו מאהיל על האדם.

יש אחד שכפוף לגמרי תחת החידלון, השקר והמוות מסוככים עליו עד שהוא לגמרי טובע בתוכם. הוא מתייחס אל העולם כפי שהוא כאל מצב נתון, ומבחינתו צריך להיטמע בתוך הכללים בו העולם פועל. יש פה הזדהות רעיונית עם הרע. אדם כזה "נשבה לקליפות", מצטרף למהלכים רעים, יוזם אותם ופועל בשטח לקיומם.

גישה זאת מכוונת כנגד עולם העשיה, שרובו רע. הרע מלבד היותו רוב בכמות, מסוכן בגלל הטשטוש שהוא יוצר בין מושגי הטוב והרע, והם מתערבים באופן שאי אפשר לזהותם, כבתרכובת. אדם כזה מאמץ גישות של שקר בתואנה שהן אמת. הנזק שהוא מיסב מתבטא בכך שהוא מוכן אפילו לעשות מעשים רעים.

ד. יכולת זאת שייכת רק לבניו-שליחיו של ה', ואילו מן הגוי אין דרישות כאלו. די לנו בזה שלא יתנגד באופן פעיל לה' (ז' מצוות בני נח). על כן גוי אינו יכול, בהעדרו, לטמא את סביבתו. בסביבה לא 'מורגש' חסרון. חסרון זה מורגש רק במותו של יהודי. לכן ההלכה אומרת שדווקא יהודי מטמא בטומאת אהל אך לא גוי (כך פסק הרמב"ם, טומאת מת א יג, וכדעת ר' שמעון ביבמות סא:. אך תוס' שם פסקו כדעת חכמים בגמרא שם שגם גוי מטמא באהל, ולכן נפסק בשו"ע יו"ד שעב ב שנכון להחמיר).

לגבי קבלת טומאה - לכו"ע אין הגוי מקבל טומאה כמפורש בגמרא (נזיר סא:), קבלת טומאה היינו התפעלות כתוצאה מפגישה עם מציאות המוות שבעולם. גוי אינו רגיש לחסרון ולהעדר. הרי בן נח הוא, ונח לו להיטמע בעולם כפי שהוא. וכמו בהמה גם הוא אינו מקבל טומאה (ראה ברמב"ם הלכות טומאת מת א, יג שמשוה ביניהם). יהודי לעומתו, רגיש לחידלון המוות. נשמתו רגישה לכך. יש לו ציפיות גבוהות, וכשהמוות נוגס בהן הרי הוא נטמא.

כל זה ביחס לקבלת טומאה, שונה הדבר ביחס להעברת טומאה. כאן שונה הגוי מן היהודי רק באופן חלקי, גוי מת מטמא במגע ישיר או בנשיאת גופתו. לא מדובר כאן על תגובת הגוי למוות אלא לזיהויו עם המוות. במותו הרי הוא משקף את המציאות בנפילתה. כל עוד היה חי היה חלק מן המציאות שעתידה להתעלות, ואילו במותו - התברר שעודנו בעולם נפול, ועל כן גופו-מציאותו היא שיקוף המציאות בחסרונה - ומטמאת.

אם נחזור אל סיפורו של ר' נחמן על חיטת השיגעון: אדם כזה אומר - אם כולם הפכו למשוגעים, כנראה שלא צריך להשאר נורמאליים ואין טעם בזה. במצב כזה עדיף להשתגע ולמחוק את התו.

ב. אדם המאהיל על המת.

סוג אחר של טומאה הוא אדם המאהיל ומחפה על המוות. זהו האדם הפשוט ברחוב - אדם זה מאמין מבחינה עקרונית בהליכה בדרך הטוב, הוא אינו כפוף תחת הטומאה. אולם כאשר הוא מתחיל לחשוב ברצינות על המצב - הוא נסוג, אי-אפשר, העולם מלא כוחות רעים, והם הרי החזקים בשטח - אם כן מי אמר שאני הצודק? עיקר הנזק הוא בדיבורים שהוא משפיע, הוא אמנם לא רוצה להצטרף בפועל לצד הרע, אך אין בו את הכוח להחליט ולעמוד בצד הנכון, וכידוע - חוסר מעש, חוסר החלטה לצד החיובי - גורר נפילה אל הרע.

גישה כזאת מכוונת כנגד עולם היצירה, עולם היצרים והכוחות. החולשה נובעת מפחד בלב, ומשתקפת בדיבורי חולשה. בעולם היצירה הטוב והרע מעורבים באופן שעל ידי מאמץ עוד ניתן להפרידם

ובהקבלה לסיפור חיטת השיגעון: זהו אדם שזוכר שהוא נורמאלי, אך מפחד להישאר כזה בין לא-נורמאליים, כיוון שאז הופך הוא להיות לא-נורמאלי מבחינתם, ומתוך פחד זה - מוחק הוא את התו.

ג. אדם הנמצא עם המת תחת קורת גג אחת.

הסוג האחרון הוא האוהל המשותף לאדם ולמת. כאן האדם והמת עומדים בשווה תחת קורת גג אחת. זהו אדם הנכנס מתוך מודעות לאוויר החידלון שמשרה המת מסביבו. הוא כמובן בכלל לא מזדהה עם הרע, הוא מבחין יפה מאוד בין טוב לרע, הוא שייך למחנה הטוב (הוא יכול אפילו להיות דוברו המוצלח...) אבל "אין ברירה. מי אמר שננצח? אולי הרע חזק יותר?", אי-אפשר - לטענתו - להישאר "תלוש" ולצעוק חמס ברחובות, מי שרוצה להצליח להוביל משהו מוכרח לפעול בשטח, ומי שפועל בשטח חייב להתפשר עם המציאות, ואפילו במחיר הצטרפות למהלכים שליליים.

עיקר הבעיה בגישה הזאת היא ההודאה העקרונית בכוחו של הרע. זה שאי-אפשר לאחוז באמת עד הסוף. זה שאין אמונה אמיתית בה' ובדרכו הטובה (בטוב הנראה והנגלה), שתנצח גם בשטח - היא היא הנפילה.

גישה זו מכוונת כנגד עולם הבריאה, עולם השכל, בו היש מוגדר כ"היולי", לא כמצוי אלא כ"אפשרי המציאות", הביטול בו הוא עדיין בגדר 'ביטול היש' כיוון שיש בו הודאה בסיסית בכוחו של היש הנפרד, הרע. הפגם העיקרי שהוא גורם הוא שהוא פוגע במחשבה המתוקנת, כיוון שהדיון הוא ברמת העיקרון יש הודאה עקרונית בכוחו של הרע למרות שהוא מזוהה ומובדל מן הטוב.

ובהקבלה למשל החיטה המשגעת: זהו אדם המודע כל העת לשפיותו אבל זה לא עוזר לו בהחלטתו, כי הוא אינו מאמין ביכולתו.

✦ הטהרה

כל שלושת המחנות - בנפילה יסודם. נכון, אינה דומה הנפילה האחרונה לשניה ובוודאי לא לשלישית, ובכל זאת - כל הודאה בכוחו של המוות (בכמותו, באיכותו או בעצם מציאותו) - כמוה ככניסה תחת חסותו של המת. טומאתם שווה ועל כולם יש להזות ממי החטאת. שלושת העולמות התחתונים בריאה-יצירה-עשיה הם נפילה מרגלי המלכות דאצילות, שעליה נאמר "רגליה יורדות מוות".

כיצד מטהרים טומאת מת? לשם הבנת התהליך נתבונן בסיפור המובא בדברי חז"ל (במדבר רבה יט, ח):

> **שאל עובד כוכבים אחד את רבן יוחנן בן זכאי: אילין עובדייא דאתון עבדין נראין כמין כשפים, אתם מביאים פרה ושורפין אותה וכותשין אותה ונוטלין את אפרה, ואחד מכם מטמא למת מזין עליו ב' וג' טיפין ואתם אומרים לו 'טהרת'. אמר לו: לא נכנסה בך רוח תזזית** (דהיינו רוח רע) **מימיך? אמר לו: לאו. ראית אדם שנכנסה בו רוח תזזית? אמר לו: הן. א"ל: ומה אתם עושין לו? אמר לו: מביאין עיקרין ומעשנין תחתיו ומרביצים עליה מים והיא בורחת. א"ל: ישמעו אזניך מה שאתה מוצא מפיך! כך הרוח הזו רוח טומאה דכתיב** (זכריה יג, ב)**: "וגם את הנביאים ואת רוח הטומאה אעביר מן הארץ", מזין עליו מי נדה והוא בורח. לאחר שיצא אמרו לו תלמידיו: רבינו לזה דחית בקנה, לנו מה אתה אומר? אמר להם: חייכם לא המת מטמא ולא המים מטהרין אלא אמר הקב"ה חקה חקקתי גזירה גזרתי אי אתה רשאי לעבור על גזרתי דכתיב "זאת חוקת התורה".**

בשני דברים מתייחדת טהרת טומאת מת: א. היא חוקה, דבר שאינו נתפס בשכל אנושי, ב. יש בה פרדוקס - למרות שהיא מטהרת את הטמאים היא מטמאת את הטהורים.

לעיל דובר על כך שכללות התורה מתמצת בהלכות טומאת אהל ובעיקר ביכולת להבדיל בין טוב לרע. כיצד מתבטא הדבר גם במעשה הטהרה ממנו? יש לומר כי החוקיות שבטהרת המת היא כל התורה. "זאת חקת התורה". ההבדל בין כל חכמה אנושית לבין תורתנו הקדושה הוא הפגישה עם המְצַוֶּה בתוכה. ברגע שנתת טעם המתיישב על הלב והשכל האנושי, בזה אמרת שאינך צריך בעצם למְצַוֶּה, שהרי לאותה מסקנה היית מגיע לבדך. לעומת זאת ברגע שהפקעת את המעשה מתחום תפיסתך בזה אמרת שה' הוא הבוחר במצווה זו ושהינך זקוק לו. שֵׂכֶל הוא הסתכלות על העולם כפי שהוא נתון. חוק הוא בחירה חופשית ומשוחררת של ה' מכבלי העולם. לעשות בו כרצונו. תחושה זו מתגלית רק כאשר מורגש, שעם כל ההבנה וההזדהות עם דברי התורה, יש בה ממד שלגמרי אינו מובן - "חוקה חקקתי".

האדם המזה את מי החטאת, אשר דומה על אותו גוי כמכשף, הוא הטהור מעולם האצילות, תפקידו לבצע את החוק. בהזאתו הרי הוא כאומר לטמא: "אינך טמא, אינך טמא, אינך טמא". מי שאמר לשמן שידלוק יאמר לחומץ וידלוק. מי שאמר למת שיטמא, מי שיצר את אשליית החטא והמוות, המעלימים ומסתירים את נוכחות ה', הוא זה שיכול לצוות על ביטולו. בעיניו של גוי נדמה הדבר כמעשה כשפים, כהוצאת רוח תזזית. הסרת כל האיום שבממשות שלפנינו במין מעשה להטוטים - הרי היא כאחיזת עיניים. אולם בעיני היהודי אדרבה יש כאן הזדמנות לחדש ולרענן את היחס לעולם ולהביט בו מתוך שחרור ובחירה בחיים. ניתנה כאן הזדמנות להיפגש עם ה' כמופלא מאיתנו בעצם.

אלו הם המלך ואהובו - הקב"ה וכנסת ישראל - שאוכלים מן התבואה, "מלכלכים ידיים" ונכנסים לפעול בתוך הממלכה המשוגעת, כאשר בכל אותה העת מודעים הם לתו שעל מצחם[ה]. התו מזכיר להם שהעולם ה"נורמאלי" בו הם נמצאים מתנהג בשיגעון, שטומאת המוות זמנית היא, ומי שרוצה להישאר באמת נורמאלי אסור להתחשב באילוצים המדומים שבו.



ה. אפשר לדמות את דרך פעולתם של המלך ואהובו לסיפור אחר של ר' נחמן, על האינדיק (שם עמ' רכז). אותו אדם מתחפש לבן המלך, יורד לרמה שלו ומעלה אותו אט אט בדרכו לדרך השפיות. הירידה אל מתחת לשולחן היא מודעת ולכתחילאית מתוך שליחות של תיקון.



התמודדות עם קשיים נפשיים לאחר המלחמה

אחד מהחברים, הרב אורי ציפורי, בעבר ניהל קליניקה לייעוץ ביחד עם הרב שפירא. וכבר הרבה שנים שהמשרד שלו (משרד עו"ד) מלווה נכי צה"ל בכלל ונפגעי פוסט־טראומה בפרט (למי שהעניין משמעותי לו – יש לציין שבין שאר הדברים הוא גם בעל תואר בפסיכולוגיה). ראיין את הרב בנושא של נפגעי פוסט־טראומה והתמודדות גם ברמה האישית וגם ברמה החברתית. ההקלטה הועלתה לקול הלשון, וכעת אנו מגישים לפניכם תמלול ערוך שלה.

מטבע הדברים, בשונה מהרגיל במדור זה, הדברים כאן אינם נוגעים באופן ישיר לתורה ומצוות ועבודת ה'. אך המתבונן יוכל לראות כיצד הדברים כאן נובעים מאמונה טהורה (וראה באריכות במדור מעמיקים בחסידות בעלון זה) ומתוך השקפת העולם של הקבלה והחסידות. והמעמיק יוכל לקחת מכאן גם דברים לעבודת ה' (וראה עוד במדור השו"ת בעלון זה).

אורי ציפורי: אנחנו נמצאים עכשיו אחרי מלחמה ארוכה, קשה, אכזרית. יש אומרים שאולי יותר מכל מה שידוע לפני כן. יכול להיות שזה עצמו צריך התייחסות, אולי זה חלק מהסוגיה אם כן או לא. אבל מה שבטוח זה שיש המון אנשים פגועים, נפגעי פוסט־טראומה, גם מהמלחמה הזאת ולא רק.

אני כעורך דין מטפל גם בפוסט־טראומה שמגיעים ממלחמת יום כיפור, ומבקשים הכרה. והמצב היום, קודם כל ברמה הטיפולית, זה שכמעט כל מי שרוצה לקבל הכרה מהמדינה, ממשרד הביטחון - אם הוא חווה חוויות טראומטיות שכוללות מראות קשים, סכנת חיים, ויש שינוי במצב הרוח, זיכרונות חודרניים, חוסר סבלנות

ברמה כזו או אחרת - יכול, אם הוא רוצה, לגשת למשרד הביטחון. והגישה היום היא לתת הכרה כמעט לכל מי שמבקש.

אבל - וזה אבל חשוב - פה אני מגיע לנושא שלנו: ההתרשמות האישית שאני חווה מאנשים שטיפלתי בהם בשנים האחרונות, בעשרות נפגעי פוסט־טראומה - מי שנכנס לתהליך הזה של קבלת הכרה, ועוד יותר מזה מי שמתחיל טיפול נפשי פסיכולוגי או פסיכיאטרי - בדרך כלל זה עצמו גורם להחמרה במצב שלו. התפקוד שלו יורד, העצבנות שלו עולה, חוסר הסבלנות עולה.

בדרך כלל מה שאומרים כל הגורמים המטפלים זה שזה דבר טבעי: עד עכשיו הכל היה מודחק, ועכשיו אנחנו מציפים את זה, שמים על זה זרקורים, אז באופן טבעי זה חלק מעיבוד הטראומה. עכשיו אתה מוצף, ועכשיו כשזה צף - עובדים על זה, מעבדים את זה, כדי שאחרי זה תוכל לחזור לתפקוד רגיל.

ההתרשמות האישית שלי היא שבסוף, גם אם יש איזושהי רגיעה אחרי ההצפה, אנשים לא חוזרים לתפקוד רגיל או למצב שהם היו בו לפני תחילת הליכי ההכרה.

והשאלה הראשונה שלי אל הרב, כמי שיצא לו גם לפגוש, גם לייעץ, ובעיקר מהזווית התורנית־חסידית:

האם באמת זה הכרחי? האם זה בלתי נמנע שתהיה הצפה כזאת? האם זה מועיל לעיבוד הטראומה? והאם יש אלטרנטיבה?

✦ אחרי התרוממות כזאת גדולה – החיים חסרי משמעות

הרב: בהשגחה פרטית יצא לנו שאנחנו מדברים על ענייני המלחמה הזאת בדיוק ביום שבו סיימו פרק מאוד חשוב - החטוף האחרון שנרצח בשמחת תורה חזר.

למלחמה הזאת יש אפיון מאוד מיוחד. הגבורה שאנשים גילו - מאוד מאוד מיוחדת. כל המלחמה הייתה גדולה[א].

אני חושב שלמלחמה הזאת יש אופי עוד יותר חזק בעניין הזה שאתה שואל עליו, בגלל שהמערכת כמערכת הייתה פחות עם גיבוי, והאנשים בשטח הם אלה שהחליטו להיכנס בעובי הקורה במסירות נפש. יצאו מהבתים, כל אחד לפי עניינו, והלכו להילחם. וגם אחרי זה, המלחמה הזאת מתאפיינת בזה שאנשים נלחמים, והם נלחמים בשביל להילחם - לא רק נלחמים, אלא מבינים שחלק מהמלחמה זה

א. דובר על כך בכמה וכמה הזדמנויות, ראה במיוחד במאמר "היחס הנכון למלחמה באיראן" שנדפס בגליון 53.

להרגיש את תחושת השליחות והמוכנות למסור את הנפש. המוטיבים האלה חזקים יחסית במלחמה הזאת. משהו שבמלחמות אחרות - נראה לי - פחות בולט.

אז ודאי, אנחנו קודם כל חייבים לאנשים האלה את הכרת התודה, כל אחד לפי עניינו. וזה משליך ישירות על מה ששאלת.

בדרך כלל כשמציגים טראומה, מציגים אותה כמשהו שאנשים עברו חוויות קשות, שהחוויות צרבו בנפש משהו עמוק, ויש צלקות קשות, ומזה באות כל התופעות שציינת ועוד רבות.

אבל כשמסתכלים במבט חסידי או תורני על הטראומה, אני חושב שרואים את זה קצת אחרת (מה שאני אומר עכשיו הוא מפתיע, אולי לא מקובל, אבל אני חושב שהוא צריך להיבחן):

עיקר הטראומה נובעת מהמסירות נפש, מהגבורה, מהתחושה הנעלית, ההתרוממות של הנפש, תחושת הכלל, תחושת הציבור, השותפות, הערבות. אתה מרגיש שאתה תורם, שאתה עשית משהו שאין לו אח ורע בחיים שלך - ובאופן פשוט גם לא יהיה לו אח ורע. ומה שזה מייצר - זה מייצר 'געגוע', רצון להיות במקום הזה ולא לעזוב אותו. קשה מאוד לחזור לחיים האפורים, הבנאליים, של השגרה, של כל מיני צרכים קטנים.

כשאדם מגיע למקום שהוא מרגיש שהוא מציל את העם, מציל את המדינה, מציל חברים, והוא מוכן למסור את הנפש בשביל זה - התחושה המרוממת הזאת כל כך חזקה, שקשה לו לעזוב את המקום הזה.

הוא מרגיש שהמקום הזה הוא מקום שאין לו אח ורע בחיים שלו. וממילא להתייחס לזה כאל נחלת העבר ולהמשיך הלאה בחיים - לחיים שאין בהם את האווירה הזאת, את ההתרוממות הזאת - זה מאוד מאוד קשה. הוא מרגיש שהחיים הופכים להיות חסרי משמעות.

בגלל שהמלחמה הזאת מתאפיינת בגבורה מאוד מיוחדת, בתעצומות, במסירות נפש, באווירה מרוממת מאוד, בתחושה שאנחנו נלחמים ונלחמים על זה שנילחם (היו מאוד עסוקים בצדקת המלחמה) - דווקא בגלל זה אנשים הרגישו התרוממות עצומה. אחרי התרוממות כזאת הם בכלל לא יכולים לחזור לחיים בצורה רגילה.

✦ לא מסוגלים לומר שרוצים לחזור לשם

הדבר הזה לא נמצא על פני השטח. הוא מוחבא. כלומר, האדם לא מסוגל להגיד לעצמו שבעצם מה שהוא רוצה זה להישאר במקום הזה של המלחמה.

בסופו של דבר, להסתכל על מלחמה כמשהו מרומם, כמשהו טוב - זה מנוגד לכל ההיגיון. זה אפילו מנוגד להתמסרות עצמה. כל ההתמסרות הייתה בשביל שיהיה שלום, שיהיה רוגע, שיהיו חיים טובים. אנחנו לא יוצאים למלחמות כמו האויבים שלנו שנהנים מהאכזריות[ב]. אנחנו יוצאים למלחמות בשביל להגן על החיים, בשביל לתת תקווה.

מה שקורה זה שבעצם האדם בפנים מרגיש רגשות מאוד מאוד גבוהים, ובפועל הוא לא יכול בשום אופן לחשוב שהדברים האלה הם דברים שהוא רוצה שיחזרו על עצמם[ג].

כך בעצם נהיה לאדם חוסר בהירות מה בכלל הנפש מחפשת. וכשהוא מנסה לסדר לעצמו בשכל, במודע, מה הנפש רוצה - אז הוא לא אומר את מה שיש בנפש באמת. הוא מתחיל להמציא בעצם משהו חדש (עוד מעט נסביר מה הוא ממציא) בשביל לגשר על הפער הזה. אבל את מה שבאמת הנפש רוצה - הוא מסתיר מעצמו. הוא לא יכול להעלות על הדעת (ואפילו לא להעלות על המחשבה שלו) שזה מה שהוא רוצה.

כלומר, באמת־באמת הוא רוצה את ההתרוממות שהייתה בזמן המלחמה. אבל הוא נמצא באיזושהי סתירה פנימית. הוא לא יכול להגיד את זה לעצמו, כי להגיד "אני רוצה משהו כל כך נוראי" - זה בדיוק מה שהוא נלחם נגדו.הוא רוצה את המלחמה?! הוא לא רוצה! אם הוא יגיד שהוא לא רוצה פירוש הדבר הוא שהזמן הזה לא היה זמן מיוחד מאוד מאוד - את זה הוא גם לא יכול להגיד. בוודאי שזה היה זמן מיוחד, שאנשים חשפו את העומק הכי גדול שיש בתוכם - את המסירות, את הרוח הנדיבה הכי עמוקה שיש. אין יותר עמוק מזה, אין יותר מרומם מזה. ובכל אופן, להגיד שרוצים את זה - זה הכי לא הגיוני. הסתירה הזאת גורמת שיש חוסר בהירות ביחס למה שקרה.

✦ כל האנרגיה מקבלת פרשנות לא נכונה

הנפש דוחפת חזק, ולא תמיד אדם יודע לסדר לעצמו מה קורה בתוכו. וכשהוא בא לסדר את זה הוא בא להגיד שזו הייתה חוויה מאוד מאוד חזקה, שהוא לא יכול לעזוב אותה, והוא לא רוצה לעזוב אותה - ובצדק. והוא גם מאוד מאוד לא רוצה אותה.

ב. וראה מה שביארנו בנוגע לדברי המשוח מלחמה אל הלוחמים (בגליון 80 עמ' 8), וכן במאמר "זכויות הפרט ושנא חינם" הנדפס בגליון 57 (ובצורה מעובדת ומקוצרת בגליון 7).

ג. כלומר, לא רק שככל הנראה באופן פשוט הם באמת בפועל לא יחזרו על עצמם, אלא האדם גם לא יכול לחשוב שהוא היה רוצה שהם יחזרו על עצמם.

תחושת ההתרוממות הזאת מושכת אותו אחורה אל המלחמה. וכמובן שהוא לא רוצה לחזור למלחמה. אז הוא נמשך בעל כורחו לחוויה של מלחמה בלי שהוא רוצה. ואז הוא מרגיש: אם אני נמשך לחוות את המלחמה בלי שאני רוצה - זה בגלל שיש שם דברים קשים שמכריחים אותי להיות טרוד בהם כל הזמן, לחשוב עליהם. כך האדם ממציא לעצמו פרשנות שונה לחלוטין ממה שבאמת עובר עליו.

כך כל האנרגיה הזאת (ובלשון הקבלה והחסידות: כל האורות האלה) מקבלים פרשנות (ובלשון הקבלה והחסידות: כלים, אותיות, תובנות) שהם לא משקפים באמת את מה שהאדם חווה בפנים, במקום שהוא לא מודע אליו, לא יודע לסדר אותו, לא יודע לפרש אותו נכון.

גם הסערה שמתחוללת בתוך האדם וגם המראות הקשים - מתלכדים למציאות אחת בתוך הנפש, כך נוצר מצב שהאדם חווה את המראות הקשים כמשהו עוצמתי מאוד מאוד מאוד, בגלל שהעוצמה של ההתרוממות, של ההקרבה, של המסירות, של הנכונות להציל ולהסתכן בשביל להציל - היא בעצם כולה נכנסת לתוך המראות הקשים.

אמנם כפי שאמרנו, מה שסוחב אותו אחורה זה הדברים הטובים. אבל בגלל שזה כביכול בעל כורחו, ועם עוצמה כל כך גדולה, ועם רצון כל כך חזק שזה לא יקרה - בסוף הוא מצייר לעצמו שבעצם זה נורא נורא קשה, והקושי הוא זה שסוחב אותו אחורה.

✦ שני סוגי תסמינים

עד כאן זו הפרשנות שאני מרגיש יותר נכונה, יותר שכיחה, במקרים שאני פגשתי. זה הפוך מהאינטואיציה של האדם, איך שהוא מפרש. אבל הבעיה היא לא רק האינטואיציה - אלא שגם בעצם יש המון גורמים שמטפחים את הלך המחשבה הזה. השאלה אם כדאי כבר לדבר עליהם, או שרוצים קודם לעשות הפסקה ולדון על מה שכבר דיברנו.



צוללים למעמקים

שיעורים נוספים ומרתקים מאת הרב זמינים ב"קול הלשון"

חסידות | פרשת שבוע | כתבי האר"י | תורת הנפש | עבודת השם

חייגו והאזינו 073-371-8149

אורי ציפורי: לפני שנמשיך הלאה. אולי קצת לתרגם את זה לשפה שאנשים יותר רגילים לדבר בה:

תוך כדי שדיברת הבנתי שבעצם יש פה שתי קבוצות של תסמינים (שהופכים את המצב להיות מוגדר כ'פוסט-טראומה'). תסמינים שנובעים מזה שהאדם מכיר בזה שזו הייתה חוויה גדולה, ואז הוא מאבד עניין מכל דבר אחר. ותסמינים שקשורים לזה שאדם לא רוצה להגיד שזו הייתה חוויה גדולה, אלא רוצה להגיד שהוא נמשך לשם בעל כורחו, כי הוא לא רוצה להודות בפני עצמו שהוא חושב דבר כזה על מלחמה.

כלומר יש תסמינים - שאדם מאבד מוטיבציה, אין לו חשק לחזור לשגרה, לחזור לעבודה, לקום בבוקר בשביל ללכת לעבוד באיזה משרד, או לא משנה - אפילו עבודה בחקלאות בשטח, באויר הפתוח - הוא מאבד את הטעם.יש לו חוסר סבלנות, מה שנקרא 'גירוי נמוך', 'התפרצויות' - זה מתיישב טוב עם מה שאמרת. גם החוויה היא שאנשים מתעסקים בדברים קטנים, והוא מרגיש שהוא חווה משהו הרבה יותר משמעותי. וגם - שאף אחד לא יכול להבין אותו... כמו שאמרת - הוא לא יכול לדבר על זה עם אף אחד.

הקבוצה השניה של תסמינים זה החרדות, הדריכות, הזיכרונות החודרניים - פה בעצם אתה אומר, שהנפש רוצה לחזור לשם. כי זה היה משהו מאוד מאוד גדול, ואדם נמשך לשם. אבל הוא מרגיש שהוא נמשך לשם בעל כורחו, כי יש בו צד שלא רוצה להיות שם. אבל בגלל שזו הייתה חוויה מרוממת במובן מסוים - אז הוא כאילו נגרר לשם. ולכן הוא מתייחס לזה, כאילו זה נחרט אצלו, או שזה מתפרש אצלו כאילו זה היה אירוע מאוד מאוד קשה שנחרט, והוא לא יכול להיפטר ממנו.

ואתה אומר שבעצם הסיבה היא כמעט הפוכה - שזה נחרט אצלו כדבר מאוד מרומם, במובן הזה שהתגלה אצלו עוצמות נפש ומסירות נפש ומסירות לעם ישראל. ולכן הוא כאילו משחזר את זה, לא בגלל שזו הייתה חוויה קשה.

הרב: מה שאתה מחלק את זה לשתי קבוצות - זה אפשר לעשות כניתוח על מנת לסדר את זה, אבל בפועל אצל האדם יש את שניהם. כלומר, האדם הרבה פעמים לא יכול לקום בבוקר ולהיכנס חזרה לשגרה, בלי שהוא יודע למה. למרות שבאמת, בגלל שהוא חווה חוויות מאוד גדולות והוא מרגיש שהחיים קטנוניים - לפעמים הוא לא יודע להסביר לעצמו מה קרה. וכמובן שבסופו של דבר התסמינים האלה והאלה ביחד - הם לא סותרים. זו מורכבות שיש בתוך הנפש. שתי הצורות מופיעות יחד.

התופעה של ה'חרדות' - היא דוגמה מאוד חזקה. זה נראה כאילו אדם מפחד ממשהו, ובאמת באמת לא ברור האם הוא מפחד שיקרה לו משהו - או האם הוא מרגיש שקרה פה משהו מאוד מאוד גדול, שגורם לו להרגיש שכל החיים שלו לא משמעותיים ביחס לדבר הגדול שקרה לו, וההרגשה הזאת מייצרת תחושת חרדה - כשאדם מרגיש שקרה פה משהו מאוד גדול, שהוא לא מחובר לחיים הפשוטים. זה מייצר תחושה שהאדם לא יכול להכיל את מה שקורה. אז גם חרדה זה חלק מזה.

אבל אם אתה מסביר לו שבאמת קרה פה משהו מאוד גדול, וגם שהוא מרגיש שהוא מאוד גדול, והוא זכה לעשות דברים גדולים - אז הרבה פעמים הוא יכול לגשר בין העניין הגדול שהוא היה בו לבין החיים היותר פשוטים של היום־יום.

✦ הטריגרים: למה רעש קטן מפעיל היום מה שלא היה במלחמה?

אורי ציפורי: אני רוצה שתסביר את זה עוד קצת. כי ממה שאתה מתאר זה נשמע כמו חרדה קיומית סטטית, כלומר איזשהו מצב קבוע. אך הרבה אנשים מתארים התקפי חרדה כתוצאה מכל מיני טריגרים פשוט שנחווים כמאיימים - בין אם זה צפירות ברחוב, או טריקת דלת, או רעשים שהם לא יודעים מה המקור שלהם.

הרב: הטריגרים באמת יכולים להיות בכמה צורות. יכול להיות שזה באמת משהו שקרה במלחמה. כלומר, במלחמה יש הרבה רעשים, והרבה רעשים שהם הפתעות - משהו שאדם לא יודע בדיוק מה קורה. וכשהוא שומע עוד פעם רעש - זה מחזיר אותו לשם. אך זה שזה מחזיר אותו לשם - זה לא בהכרח שזה מחזיר אותו לזה שהוא נבהל והיה לו קשה שם.

הרי הרבה מאוד מהאנשים האלה, כשהם היו שם - הם לא נבהלו, זה לא הפריע להם בכלל. אדרבה - הם היו במצב רוח שהם מוכנים לעשות הכל. זה בכלל לא הפריע להם איזה רעש שלא יהיה - זה לא משנה, לא אכפת להם בכלל. אז יוצא משהו מוזר: כשהם היו שם, הם שמעו את הרעשים האלה - וזה לא הפריע להם, פתאום היום זה כן מפריע להם?! למה?

אורי ציפורי: אני שומע מהרבה אנשים שאומרים: "שם החזקנו נשק ביד, היינו במלחמה, ופה אנחנו חסרי אונים, סתם אנשים".

הרב איציק: זו פרשנות מוזרה. כי הרי מה יעזור לך זה שהחזקת נשק ביד? אתה במלחמה, מישהו באמת יודע מה קורה? הרי בסופו של דבר נהרגו גם אנשים עם

נשק ביד. נפצעו המונים. אז להגיד שבן אדם מרגיש ביטחון כי יש לו נשק ביד - זו פרשנות מוזרה.

בעולם הישיבות היו קוראים לסברות כאלה "סברות עקומות", זה לא מסתדר, אם אני מנסה לבדוק את הלוגיקה - זו לוגיקה מאוד לא מתחברת. אומרים את זה בשביל לתרץ משהו שהנפש לא מוצאת לו פשר חוץ מהתירוץ המוזר הזה.

כשהם היו שם - הם היו במצב רוח אחר. הם היו במצב רוח שאנחנו עכשיו עושים את הדבר הכי חשוב בעולם. כשהם נמצאים היום - הם נמצאים במצב רוח שבעצם החיים שלנו חסרי משמעות לעומת מה שהיה פעם. והטריגרים בעצם מחזירים עוד פעם לחשוב על המלחמה. אבל בעצם עוד פעם לחשוב על זה שאני רוצה את המלחמה מצד אחד, ואני מאוד לא רוצה אותה מצד שני.

כל הסערה הזאת, כל חוסר יישוב הדעת שיש, היא בגלל שהנפש בכלל לא יודעת מה עובר עליה - אין לה שום מושג - היא בטירוף כזה גדול בלי שום פשר, שהטריגר גורם לזה לקפוץ חזק.

אם האדם היה מרגיש שהוא לא צריך לחכות לטריגרים האלה, אלא הוא באמת מתגעגע לרוח הגדולה שהייתה לו, להתנדבות, למוכנות למסור את הנפש - והוא באמת מתגעגע לזה - והוא היה מחליט שהוא מתגעגע לזה גם ביום־יום ומנסה לעשות עם זה משהו (שזו שאלה טובה איך עושים את זה ביום־יום) - אז אדרבה, הוא היה חוזר, כאילו, למלחמה, אבל בעצם לחלק הטוב שבמלחמה. והוא היה חוזר אליו בלי טריגרים. ואז הטריגרים לא היו משפיעים בכלל. ככה, ממה שאני מכיר.

✦ האם הסבל היום גדול יותר: בגלל המלחמה או בגלל ההתמודדות?

אורי ציפורי: אנשים שסובלים היום מפוסט־טראומה בעצם חווים הרגשות הרבה יותר קשים לכאורה ממה שאנחנו שומעים, ממה שהיו במלחמות קודמות. אני רוצה לשאול: האם זה שאנשים חווים או מתארים סבל יותר גדול, זעזוע יותר גדול - זה בגלל שהמלחמה הייתה קשה יותר, או שההתמודדות שלנו היום טובה פחות?

הרב: יש את שני המרכיבים. המרכיב הראשון הוא לא המלחמה הקשה. זה מה שאני רוצה להגיד. זה לא היה העיקר. זה גם מרכיב - אבל לפי מה שאני פגשתי זה המרכיב הפחות חשוב.[ד]

ד. אמנם בוודאי שיש דברים שבמלחמה הזאת היו לאין ערוך חמורים יותר ממלחמות קודמות, בעיקר בשלב הראשון - שהיה באמת ייחודי למלחמה הזאת, שלא הייתה שום מלחמה שנפלו בה כל כך הרבה קורבנות, עם כל כך הרבה

המרכיב היותר משמעותי זה הרוח, הגבורה שהייתה, והרצון, המודעות לכמה אני צריך לטפח בתוכי את הרוח והגבורה, וכמה הן יקרות, וכמה הן חשובות, וכמה אני מפחד לחזור לחיים בגלל שאין בהם את זה.

המודעות שיש היום בתוך המלחמה - לכמה המערכת הייתה לא רלוונטית, וכל אחד היה צריך להחליט שהוא הולך על המלחמה הזאת, על הנכונות להתמסר ולהקריב את עצמו - היא הרבה יותר חזקה במלחמה הזאת. במלחמה הזאת כולם חוו קריסה של המערכת וכל אחד היה צריך לגייס את עצמו, ההחלטה להלחם היתה החלטה של החיילים.

המערכת שידרה שאין מלחמה (יחסית), ואנשים מלמטה החליטו. המלחמה התחילה מהאנשים בשטח. היה משהו מפתיע, אנשים יוצאים מהמלחמה והולכים להפגין שהם רוצים להמשיך להילחם.[ה] עד היום אנשים מרגישים שחלק מהמלחמה שלהם היא להילחם בעורף - להלחם על כך שיתנו להם להילחם בחזית.

זה שיש כל כך הרבה מודעות לרוח הגדולה שצריך לייצר - זה בעצם אומר שאני מחפש המון משמעות בחיים, ואני מוצא אותה שם.

אכזריות וכל כך הרבה אנדרלמוסיה. מראות באמת קשים. וודאי שונים ממלחמות קודמות. אז קל לייחס למראות הקשים את הייחודיות של המלחמה הזאת.

אבל כשמסתכלים טוב רואים שהרבה מהמקרים של הטראומות זה גם אנשים שנכנסו למלחמה אחר כך, וגם כאלה שכשנכנסו בימים הראשונים - לא כל אחד פגש את כל הדברים הקשים. ובכל זאת רואים אצלם טראומות יותר קשות מהרגיל (ישנם באמת הרבה מאוד נפגעים, משפחות שממש מתפרקות או כמעט מתפרקות. קשיים גדולים מאוד. נדמה שבסך הכול זה יותר ממלחמות קודמות. אמנם גם לאלו שנלחמו ביום כיפור - היו טראומות קשות מאוד מאוד. אבל עדיין התחושה היא שהיום הריבוי וההשלכות יותר גדולות).

ה. לא נאריך בזה, אבל במלחמת יום כיפור זה היתה ההחלטה של המערכת, המערכת גם רצתה להילחם. אולי היה שם קושי - המערכת לא הצליחה להחזיק - אבל היא לא שידרה שבעצם לא צריך להילחם.

אמנם היו שם באמת טראומות מאוד קשות, אבל זה היה בגלל משהו סיבה הפוכה ממה שקורה היום: אנשים הצילו את עם ישראל, חזרו לעורף, ואמרו להם שהם נכשלו במשימה. זה גרם להרבה טראומות מאוד מאוד קשות. מבחינה מסוימת - טראומות יותר עמוקות.

הטראומות היום, מבחינת העומק שלהן - הן פחות עמוקות (כך אני חושב, מתוך המקרים שאני נפגש איתם, לא בדקתי סטטיסטיקה, אני לא מדבר מבחינה מדעית). אבל מבחינת הרוחב שלהן הן הרבה יותר רוחביות.



עושים תשובה - בשמחה!

החוברת **'תשובה בשמחה'** עוסקת בנושא קדושה
והייחס הנכון ליצר, בשפה השווה לכל נפש!

מחיר מיוחד לימי השובבי"ם: 30 ₪ בלבד

לרכישה: 058-770-1560 **או** באתר ישיבת עוד יוסף חי

✦ "היד המחבקת", ההכרה, והאופן שבו המערכת עלולה להעמיק את הקושי

אורי ציפורי: הרב הסביר עכשיו צד אחד: לא המראות הקשים, אלא להיפך - הרוח הגדולה, ההתגייסות, זה שהאנשים היו צריכים למצוא את המקום הזה בתוכם ולייצר את זה. האם הרב יכול לדבר גם על הצד השני ששאלתי עליו? לגבי ההתמודדות, האם ההתמודדות שיש היום היא פחות מוצלחת שאיך שפעם התמודדו עם זה?

הרב: עכשיו נדבר על ההתמודדות. יש פה בעיה מאוד גדולה - זה שיש היום (ובצדק) הרבה מאוד פרגון, הרבה חיבוק לגבורה. כמובן שגם זה קשור למה שדיברנו קודם על ההתאמצות לייצר רוח שנותנת כוח להילחם, בפרט שכל אחד כאן הוא עם הסיפור שלו, ממילא כל כך בלט החלק האנושי והאישי, שכל אחד היה צריך להיות בעל יוזמה ולהחליט שעכשיו הוא מוסר את הנפש.

כל זה הרבה יותר מאשר במלחמות קודמות'. גם מדובר כאן במלחמה הרבה יותר ארוכה, כך שההתעסקות סביב הדבר הזה גדלה.

אז גם כל החברה כאילו באה ואומרת: "וואו, איזו גבורה הייתה, איזו עוצמה הייתה, איזו התרוממות". וזה מטפח מאוד את ה'געגועים' לחוויות של ההתרוממות הרוחנית בתוך המלחמה, שדיברנו עליהם קודם.

ויחד עם זה - כל קושי שנובע מהמלחמה (בין אם הוא פיזי ובין אם הוא נפשי) הוא מאוד מוערך. יש המון הכרת הטוב, וממילא הרבה רחמים. הרבה פעמים התחושה היא שכשמרחמים עליך - בעצם נותנים ביטוי לגודל של השעה, של המלחמה.

כך המסכנות שאתה נמצא בה עכשיו (הפציעה, בין אם היא פיזית ובין אם היא נפשית) - הופכת להיות כמו סם. סם ממכר קצת, שעל ידו אני יכול בקלות לחזור למה שהיה בזמן המלחמה. אני מאוד רוצה לחזור לשם, ואני יכול - בעזרת ההתעסקות בקושי - לחזור לשם. זה מלווה את הגעגועים.

כלומר, אם אני ארגיש: "זה היה מאוד קשה, אני נפצעתי, אני משלם מחיר גדול בגלל שעשיתי דבר גדול". אז יותר קל לי להגיד לכולם': "תראו כמה עשיתי דבר גדול". הסיפור שאני מספר לכולם, ותחושת המחיר הכבד שאני משלם - הם מאפשרים לי

ו. אני חושב שבמלחמת ששת הימים - היה יותר כבוד. אנשים הרגישו "זכיתי להיות במלחמה". הרוח הגדולה הייתה של הניצחון. אבל לא עצם היכולת שלי לקום ולהגיד "יש משמעות לחיים שלי". היה חזון גדול, כללי, תקווה, חלומות - אבל פה זו מלחמה שהרוח והטיפוח שלה נוכחים מאוד מאוד בשיח.

ז. זה בעיקר להגיד לעצמי, זה לא כל כך בשביל גאווה, ולא בשביל שייתנו לי כבוד. זה געגועים מאוד גדולים לרגעים הנעלים האלה.

לחזור לשם. כך אני כל הזמן משתמש ב'סם' הזה של הקושי, של המחיר ששילמתי, בשביל לחזור למשמעות הגדולה של מה שהיה.

על גבי זה יש את הקושי שדיברנו עליו קודם: קשה לחזור לחיים האפורים, והפציעה הזאת גם מייצרת לי תירוץ טוב למה אני לא יכול לחזור לחיים האפורים האלה. כל עוד אני בסדר גמור ומדובר רק בהתרוממות רוח - אז זה שהייתי מוכן למסור את הנפש זה לא תירוץ לכך שאני לא יוכל לשטוף כלים בבית. אך אם אני גם פצוע (פיזית או נפשית) - אז ברור שאני לא יכול לשטוף כלים.[ח]

✦ אגף השיקום, "לתת לכולם", והמלכוד של היד המחבקת

אורי ציפורי: זה מביא אותנו לשאלה הבאה - אז מה אנחנו כחברה אמורים לעשות. כמו שאמרתי בהתחלה - היום הגישה של אגף השיקום היא לתת לכולם, פעם עשו הרבה, היום - הפוך. פתחו את השיבר. כל מי שקשה לו - מחבקים אותו. "יד מחבקת" - כך קוראים לגוף שמסייע לקבל את ההכרה.

הרב: אני לא יודע, אני לא מכיר, אף פעם לא דיברתי עם אנשים מהמערכת - אבל כשאני מסתכל מבחוץ, יש לי איזשהו רושם שהרבה מהטענה שאני טוען - הם מכירים. אך זה לא מנוסח אצלם כך כמו שאמרתי אלא זה מנוסח קצת אחרת.

אני אגיד מה אני מעריך שמנוסח אצלם: זה שהאדם צריך להוכיח את הנזקים שקרו לו במלחמה, זה שהוא צריך לשכנע את הוועדות - זה גורם שהוא גם ישכנע את עצמו וממילא זה מכניס אותו יותר חזק לתוך זה.

ואני מעריך - שזה קרה כחברה (ואולי אפילו במודע אצל כל מיני מקבלי החלטות בתחומים האלה) שהחליטו לעשות הפוך: החליטו שאדם לא יצטרך להוכיח, אלא שיתנו לכולם הכרה. וחשבו שזה יעזור.[ט]

ח. זה דומה לאדם שמגיע מאיזו הופעה גדולה, הוא הצליח להרים את כל הקהל של אלפי אנשים - ואז הוא מגיע הביתה, ואשתו אומרת לו: "הכיור מלא"... אז אין לו כוח. ואם הוא יאמר: נפלתי, התגלגלתי במדרגות, יש לי שבר" - זה מאוד יעזור לו.

ט. כלומר, באו לפתור פה שתי בעיות. אחת זה כמו שאמרנו מקודם - בהתאם לכל מה שאמרנו שהמלחמה הזאת מיוחדת ממילא הם באמת רוצים מאוד לפרגן, להגיד: צריך רוח וכו' זה מאוד חשוב. אבל אני חושב שחלק מזה זה גם בגלל שלא רצו שאנשים יצטרכו להוכיח.

אורי ציפורי: רק הערה. אני חושב שלפחות ממה שמדובר בשטח, ומה שאני מכיר מצד המערכת - המחשבה לא הייתה שזה גורם לאנשים להיכנס לזה מאוד. אלא שלאנשים היו הרבה תלונות וטענות על זה שהם כאילו צריכים להוכיח, שלא מאמינים שקשה להם, הייתה גישה של חוסר אמון - "לא מאמינים לי". עד שהיה איזה מקרה שאחד הציץ את עצמו מול משרדי אגף השיקום, והוא חולל באמת את המפנה - שכאילו: אנחנו מאמינים לך, אתה לא צריך להוכיח.

הרב: יכול להיות שאתה צודק, אני מעריך שזה מורכב משני החלקים. הלך הרוח הציבורי הוא כמו שאתה אומר, אך יש לי רושם שגם מבחינת אנשי המקצוע זו הייתה מסקנה הגיונית, ולא רק הלך רוח ציבורי. יש פה איזושהי מסקנה, מודעת

ופה, אם אני מנתח נכון': אני חושב שהמסקנה הזאת לא ניתחה נכון את הבעיה, והובילה למשהו רוחבי מאוד קשה בבעיות שהיא יצרה.

הפספוס הוא שכאשר אתה נותן לכולם, אנשים מבינים שזה משתלם וזה מעמיק להם את הבעיה עוד יותר. הם מרגישים שבעצם זו הדרך שלהם לשחזר את הרגעים הגדולים שהם היו בהם. ואז הם פשוט שותים את זה בצמא, ורק נכנסים לזה עוד ועוד. זו התחושה שלי, אלה המקרים שאני פגשתי.

✦ איך צומחים מזה בפועל

אורי ציפורי: אם כך אז אנחנו כחברה, וגם המערכת, נמצאים באיזשהו מילכוד. אם המערכת גורמת לאנשים שיצטרכו להיכנס לזה, ולשכנע, ולהוכיח את המצוקות שלהם - אז הם נכנסים לזה יותר. ומצד שני אם היא לא - אז היא גורמת להם להתרפק על היד המחבקת, שמאפשרת להם לחזור לרוח הגדולה. האם יש מוצא מהדבר הזה?

הרב: אין ספק שאנחנו כחברה נמצאים בקושי מאוד מאוד גדול, והשאלה "מה עושים?" היא שאלה גדולה.[א] זה לא שאני יודע להגיד איך פותרים את הפלונטר הזה. בסופו של דבר, היכולת להסתכל על הדברים בצורה אחרת - תלויה גם בהשקפת עולם אחרת. לא נראה לי שמטרת השיח פה צריכה להיות לבוא ולהגיד שיש איזשהו פתרון.

אם באופן אישי אתה פוגש בן אדם, ואתה מצליח להתאים לו שהוא גם יבין את הדברים, וגם אחרי זה ימצא בתוך החיים איך לתת לעוצמות האלה ביטוי - אז בהחלט זה יכול להיות ממש מחושך לאור. מתחושה שאתה רק הולך ומעמיק את החושך - לתחושה הפוכה, שאתה מלא אנרגיות, שליחות, נתינה, נכונות למסור את עצמך באמת. לתת בתוך החיים ביטוי לרגעים הגדולים שהיו גם בתוך הנפש בזמן המלחמה.

אני חושב שכן טוב שאנשים ישמעו, יבינו, יחשבו. אנשים מגיעים אליך - שידעו שיש גם צורה אחרת. זה לא קל לאנשים לתת אמון. הם צריכים לתת הרבה אמון

או חצי מודעת: שלא רוצים - זה לא טוב לאדם שהוא יצטרך להתאמץ על זה, הוא יצטרך להיכנס לזה. אז ניתן את זה גורף - וזה, מקצועית, כאילו יכול לעזור. נראה לי שזה גם מרכיב פה.

י. שוב, אין לי שום צד של מושג אם אני מדבר שטויות או שזה משהו אמיתי - אבל ככה נראה לי על פניו, בלי שום בדיקה.

יא. אמנם הנפגעים עצמם, מי שאני נפגש איתו באופן אישי ועובד איתו - שם אני מרגיש שיש לזה תוצאות ברורות. אבל רוב אנשי המקצוע לא מקבלים את מה שאני אומר, זה לא מתיישב להם על הלב.

בס"ד



רוצה להעמיק בקשר עם ה'? רוצה שלימוד התורה יגע בך?

הישיבה הגבוהה
עוד יוסף חי

ממוקם. חי. נושם.



בישיבה לומדים גמרא וחסידות בעיון ובקיאות, בהשראת ובהתקשרות לצדיקים גדולי החסידות.

העמקה בתורת החסידות הופכת את הקשר עם ה' בכלל ואת הלימוד בפרט למאירים יותר, חיים יותר וקרובים לה'.

צורת הלימוד בישיבה, היא באופן שהתורה הקדושה -נגלה וחסידות- יורדת ומתיישבת בנפש, עי"י לימוד טוב, שמחה של תורה והתוועדויות חברים.

מחכים לך!

לתיאום שבו"ש :
אלישע – 055-9108545
להתייעצות:
הרב יוסי – 052-6071267

ישיבת עוד יוסף חי
בראשות הרב יצחק נינזבורג שליט"א



פרסומי ניסא

בשביל לעשות הפוך מהאינטואיציה הפשוטה שלהם - ממה שהנפש סוחבת אותם, ממה שהחברה באופן כללי, ממה שהרבה מאוד מאנשי מקצוע אולי סוחבים. אך בכל אופן, אני כן חושב שהדברים יכולים להתקבל לפעמים אצל חלק מהאנשים. יש אנשים שכן - מצליחים לתת בזה אמון - ולהפוך את המקום המאוד טראומטי דווקא למקום שהאדם נמצא בו עם המון המון עוצמות.

זה דורש שהאדם ידע לקחת את האנרגיות הגדולות והעצומות שיש לו, ולתת להן ביטוי בתוך המציאות - וזו באמת משימה כבדה. באופן אישי זה לא קל, וכחברה זה עוד יותר מורכב.

אם נגיד את זה בלשון החסידות[יב]: כשיש מנגד קל להגיע למדרגות גבוהות, אך כשאתה צריך סתם להרים את עצמך, ואתה בעצם צריך להחליט שאתה המנגד של עצמך - זה באמת לא קל. וראה בשו"ת. אבל בסופו של דבר, אנחנו ודאי, כאנשים שמאמינים ושומרים תורה ומצוות צריכים לגייס את העוצמות בשביל לדעת כמה החיים שלנו כיהודים הם חשובים - כל ההתעוררות שיש היום, שהרבה הרבה מהציבור מתחזק בענייני אמונה, זה בגלל שהוא מחפש אפיקים של התרוממות הרוח בתוך חיי השגרה. בתוך תקופה שאין מלחמה, שאין מנגד - אבל אני צריך להיות עם עוצמות. אם אנשים ירגישו שהאמונה בה' היא התשובה - כל אחד פתאום יכול לקבל עוצמה להתחזק עוד יותר, עוד יותר בהתלהבות, עוד יותר בעומק, עוד יותר במסירות.

אם בן אדם מרגיש שאחרי שהוא היה מוכן למסור את הנפש במלחמה - הוא מוכן לתת את כל כולו בתוך תורה, בתפילה, חסד - אז זה יכול אולי לעזור בעזרת ה'.

אורי ציפורי: אני אנסה להגיד את זה בלשון שלי, איך שהדברים התיישבו אצלי - גם בשביל מי ששומע אותנו:

יש שני שלבים של צמיחה מחדש אחרי המלחמה. השלב הראשון הוא להכיר ולהודות בזה שיש בי חלק שמאוד מתגעגע לרגעים הגדולים האלה שהתגלתה בתוכי עצם הנפש, שהתגלה בתוכי כוח המסירות שלנו. לשים לב שזה לא רק חוויה קשה וטראומטית במובן השגור של המילה - אלא גם רוממות רוח.

ואחרי שאדם מודה בזה בפני עצמו - הוא צריך לחפש איזו שליחות שהוא יכול להתמסר אליה גם בלי שיש מנגד. גם בתוך השגרה. שיכול להרגיש בה שהוא בעצם מוסר את עצמו ונותן את עצמו.

יב. ראה גם במדור השו"ת בעלון זה.

האם אמרתי נכון?

הרב: כן. אבל אני רוצה להעיר שהסתכלנו רק על פן מסוים של הדברים, אך בסופו של דבר הנושא הזה הוא מורכב מעוד הרבה סוגיות מאוד משמעותיות שאפילו לא פתחנו אותם.

✦ משפט סיכום והאזהרה לפני כניסה למסלול

אורי ציפורי: אם מישהו יושב ומקשיב לנו, ומתלבט אם להיכנס להליך של הכרה, הליך של טיפול - יש משהו שהיית רוצה להגיד לו?

הרב: אני יכול להגיד שאני שמח מאוד שאתה, כעורך דין שבסופו של דבר צריך לתת את השירות הכי טוב ללקוח, בא ואומר לו: "תכיר, תדע, תחליט", ובעצם אתה מאפשר לו לא להיכנס למסלול שהרבה מאוד נמצאים בו - כי הוא מסלול מסוכן.

קצת אפשר להגיד - כמו היום העיגולים שיש על כל מיני מוצרים (סוכר בכמות גבוהה, רווי שומן וכו') - אז זה טוב שגם אתה במשרד שלך מחליט לשים "עיגול אדום" כזה על התהליך הזה. אז אם אני העיגול האדום הזה - מצויין שבשביל זה באנו לפה.

אני לא אומר את זה סתם כדי "לצאת ידי חובה". אני באמת רואה את זה כמשהו חשוב - שאדם ידע שהמסלול שהוא הולך להיכנס אליו לא פשוט, שזה מסוכן. ויש מסלולים אחרים. ואני אגיד לו: "תדע - יש פה תמרור, ותחשוב מה אתה יכול לעשות".

אם בסוף, מתוך הדברים האלה, נזכה שכמה אנשים יחליטו שהם מוותרים על המסלול הזה, ובאמת יצליחו גם לשקם את עצמם באופן שהוא לכתחילה לגמרי - שיהיו בריאים ממש בנפשם, ויוכלו לקחת את כל העוצמות למקומות חיוביים, ואדרבה - ביתר שאת וביתר עוז ממה שהיה קודם - אז היה זה שכרנו.

ואם זה גם ייכנס לאט־לאט לתוך השיח הציבורי, ויתחיל לתת את אותותיו בצורה רוחבית יותר, בצורה שהחברה כולה גם משדרת דברים מעין אלה - או בעיקר מעין אלה - עוד יותר טוב. בעזרת ה'.



התקשרות לצדיקים - לחשוף את שורשנו בה' אחד

אחד מגדולי החסידים של הרב בעל ה'תניא', ר' פנחס רויזס (בנו של הגאון ר' הניך שיק משקלוב), **היה נוהג לנסוע להרב בארבעה חודשים בשנה - באלול, תשרי, ניסן וסיון. וקרה פעם שנחלה בחודש תשרי ולא היה יכול ליסוע. בשמיני עצרת, כשישב ר' פנחס בסוכה וסעד, נזדעזע פתאום, באמצע הסעודה, עמד וקרא: 'אוי רבי!', ופנה להמסובים ואמר: הרבי מעלה אותי עכשיו בזכרונו.**

והרב, באמצע סעודתו, בשמיני-עצרת, אמר להמסובים: פנחס רויזס זקוק עכשיו לרפואת הגוף. את שאין ביכלתי ליתן איני נותן לו, אבל רפואת הגוף אני נותן לו.

החסידים משקלוב, שהיו באותו מעמד אצל הרב, כשחזרו אחר החג לביתם, נכנסו תיכף לר' פנחס וביקשו שיתן להם משקה. נתן להם משקה וסחו לו את המאורע בסעודת הרב. אחר כך נודע להם שבאותה השעה שהרב הזכירו, קרא ר' פנחס 'אוי רבי!', והתחילו לסנוט בו: וכי זו מנין לך? כלום אתה חושב את עצמך ל'בעל מדריגה'?

השיב להם ר' פנחס: זה לא אני! כשהייתי בפעם הראשונה ב'יחידות' אצל רבנו מסרתי לו את הנפש שלי, כשהייתי אצלו בפעם השנייה מסרתי לו את הרוח, וכשהייתי אצלו בפעם השלישית מסרתי לו את הנשמה. ומכיוון שכל הנר"נ

(נפש רוח נשמה) שלי מסורים ונתונים לרבנו, הרי לא אני הוא היודע ולא אני המרגיש...

(סיפורי חסידים, סיפור 112)

בין החסידים לר' פנחס מתנהל דו שיח מפתיע מאוד: החסידים סונטים בו על גילוי רוח הקודש שלו, ואילו הוא משיב: 'לא אני הוא היודע, ולא אני המרגיש, אלו הם מחשבותיו של הרבי'. מה טוענים החסידים כלפי ר' פנחס, וכיצד מיישב הוא את דעתם?

הויכוח ביניהם מתנהל סביב ההתקשרות לצדיקים ולרבי, ולשם כך עלינו להבין, מה עניינה של ההתקשרות לרבי?

בתוך עולמנו, 'עלמא דפירודא', לכל אחד יש את נשמתו, את מקומו ואת תפקידו. אך ההתקשרות לרבי גורמת לנו להרגיש שבשורשנו אנו באמת אחד לגמרי, כלולים בה' אחד."[יג] כשאנו מצליחים לבטא את הקשר הזה בצורה שלימה, אנו מרגישים כיצד גם כאן ב'עלמא דפירודא' אנו יכולים להיות אחד, עד כדי כך שכאשר עובר לנו משהו בראש יהיו אלו מחשבות של הרבי.

דווקא בגלל שההתקשרות לרבי מגלה את השורש שלנו, בו אנחנו קשורים לגמרי בה' אחד, כועסים החסידים על מי שהוא 'בעל מדריגה'. אם אתה מרגיש שיש לך רוח הקודש, ואתה איש חשוב ומרומם, אתה יוצר את ההפך הגמור מההתקשרות - אתה מעצים את המקום הנפרד שלך.

לכן חסידים היו נותנים 'פסק', מכות, למי שהיה בעל רוח הקודש. אם אתה 'בעל מדריגה', אתה מחזק את המציאות הנפרדת שלך, ומונע את היכולת לראות שגם אתה בשורשך קשור עם כולם בה' אחד.

כשר' פנחס מסר את נפשו, רוחו ונשמתו לרבי, הוא לא התכוון לספר זאת בפני החסידים, ובטח שלא ייעשה מכך סיפור לאורך ימים ושנים. הוא באמת חיפש התקשרות של אמת, להיות קשור לגמרי לרבי, שעוזר לו לבטא את השורש האמיתי שלו בה' אחד, וכיצד כל המציאות היא חלק מה'.

גם אנו צריכים לשים לב לכך כשאנחנו מתקשרים לצדיקים, ומצטטים מדבריהם.

יג. הורחב על כך באריכות בשיעורים על פרק ב' בתניא (טרם נדפסו אך ניתן לשומעם בקול הלשון).

באיזו צורה ניתן לצטט ולהביא מדבריו של צדיק? אם אנו רק 'משתמשים' בדבריו, ולא שמים לב לדמות הצדיק, שאומר את הדברים - זהו קשר של גוף. שימוש טכני בדבריו של הצדיק, בלי להכניס לתוך הדברים את הצדיק עצמו.

אופן גבוה יותר הוא לשים לב לדמותו של הצדיק, שהיא האומרת את התורה, והעובדה שהצדיק אמר את התורה נותנת לי 'גב' ו'כיסוי' לדברים - זהו קשר של נפש.

אך אפשר להרגיש שמעבר ל'גב' בכך שאלו דבריו של הצדיק, הצדיק גם נוכח בתוך הדברים. כאשר אנו אומרים את דבריו של הצדיק דמותו נוכחת למול עינינו, ואנו מרגישים שהוא נותן לנו 'רוח' ומחייה אותנו בדבריו. בלעדיו היינו רפויים וחלשים, ודמותו ודבריו מחיים ומעוררים אותנו. הוא לא רק אומר את הדברים, ודמותו מאשרת את תוקפם, אלא הוא עצמו מחייה ומעורר אותנו. התקשרות כזו נקראת בתניא התקשרות של 'רוח'.

בפרק יד בתניא מסביר אדמו"ר הזקן שעל ידי התבוננות אפילו בדמיון בלבד, באהבת ה' ובמיאוס בתאוות, "אולי יערה עליו רוח ממרום, ויזכה לבחי' רוח משרש איזה צדיק, שתתעבר בו לעבוד ה' בשמחה אמיתית". התעוררות אמיתית מכח צדיק נקראת 'התעברות רוח'. התקשרות אמיתית לצדיק מכניסה רוח וחיות בתוך האדם, ונותנת לו כח ויכולת לעבוד את ה' בשמחה אמיתית."[יד]

אבל כאשר מתעברת בנו נשמתו של הצדיק אליו התקשרנו, ואנו מקבלים מכך תוספת כח - עלינו לשים לב שאין זה כוחנו, ושלא נהפוך בעיני עצמנו לבעלי מדרגה. אלא נשים לב שהכח שהצדיק רוצה לתת לנו הוא את התשומת לב שלנו לכך שה' אחד, ושבשורשנו כולנו אחד.



יד. וראה עוד על כך בשיעור קונטרס ההשתטחות (נדפס כחוברת בפני עצמה).



לעבוד את ה' במסירות נפש – גם כשאף אחד לא מתנגד לי

שאלה: אני מאד נהנה ללמוד כשזה מהבחירה שלי, אך כשאומרים לי מה לעשות אני מרגיש שאני צריך 'להסתדר עם זה', וזה לא לי קל. האם זה רצון אמיתי, או סתם משהו שצריך למחוק אותו או להתעלם ממנו?

תשובה: היום (י' שבט) הוא יום הסתלקותו של הרבי הריי"ץ, הרבי הריי"ץ הוא **ה**דמות של מסירות נפש, בגלל כל הסיפורים שיש עליו, והתקופה שבה הוא חי. ועוד יותר מזה - מה שהוא היה שולח אחרים למסור את הנפש שלהם. אבל חוץ מזה שזהו יום בו הרבי הריי"ץ הסתלק - זהו גם היום בו הרבי קיבל את הנשיאות.

החיבור בין שני התקופות קשור למאמר האחרון שהרבי חילק (ד"ה ואתה תצוה), על מסירות הנפש שהייתה ברוסיה, לעומת מסירות הנפש שצריכה להיות באמריקה. שזה מאמר מאוד משמעותי.

מסירות נפש הרבה פעמים היא תולדה של זה שיש מי שמתנגד אליך, או מישהו שמתנגד ליהדות, ואתה צריך למסור את הנפש בשביל היהדות. אבל כאשר אין התנגדות, חושבים באופן פשוט שאין מקום למסירות נפש. אין צורך, או שזה לא מוחשי. ממילא זה הופך להיות יותר קשה ביומיום.

ניתן לכך המחשה פשוטה: בשנתיים וחצי האחרונות יש הרבה מסירות נפש, אך היא מצד המנגד. הרבה אנשים שהיו עם מוכנות למסירות נפש גדולה במלחמה,

כאשר הם מגיעים אחר כך לחיי השגרה, הם מרגישים שאין את אותה עוצמה של התמסרות, אין את אותה רוח גדולה שיש בזמן המלחמה, ובאמת קשה להם לחזור לחיים.[א]

העניין הזה ממחיש לנו את הנקודה של י' שבט. הרבי הריי"ץ היה לו הרבה מסירות נפש, והוא דרש מהחסידים שיהיה להם מסירות נפש. והרבי בא ואמר שכאשר מגיעים לאמריקה זה לא צריך להיות פחות. ואם מסירות הנפש פוחתת, פירושו של דבר שהמסירות נפש שהייתה במקום שיש מנגד - היא הרבה בזכות המנגד, ולא בגלל הקשר העצמי שיש לך עם הקב"ה. ואם יהודי נתון בקשר העצמי שיש לו עם הקב"ה, ושם באמת הוא נמצא, אז כשיש מנגד הוא מתנגד אליו ונלחם בו, וכשאין מנגד הוא מבטא את הקשר העצמי הזה בצורה של מסירות נפש בלי שיש התנגדות. וזה, על ידי שהוא נלחם בעיקר עם עצמו.

המנגד הופך להיות הוא בעצמו, שהוא כל הזמן מחליט שהוא לא רוצה להיות שקוע בתוך המציאות הפשוטה שלו, אלא הוא רוצה להיות עוד יותר חזק ועוד יותר בתוקף.

את הנקודה הזאת אנחנו צריכים מאוד ללמוד, זה מאוד נצרך. בפרט כשמקימים ישיבה. וזה בפרט שייך לישיבה שלנו באופן פרטי,[ב] שהיה זמן שהיה הרבה מנגד, על עניינים של כיבוש הארץ, ועניינים של התנגדות לממסד, והיום יש יותר נחת בעניין הזה. והיום צריך מסירות נפש לא פחותה, ואדרבא - יותר מסירות נפש.

את הנקודה הזו צריך להסביר יותר. מהי הנקודה של מסירות נפש הזו שצריך להתחזק עליה בי' שבט?

מילא אם יש מנגד - אפשר להבין, אבל אם אין מנגד - להגיד שאני כל הזמן חי במסירות נפש, זה נשמע לי הרבה פעמים כמשהו בלי תענוג. אם אני אומר שאני המנגד של עצמי, יוצא שכל הזמן אני צריך לריב עם עצמי, להיות נגדי. איך זה אמור להיראות? כל הזמן אני צריך להיות במלחמה?

כל זה קשור למאמרים שהרבי היה חוזר בי' שבט "באתי לגני". המאמר "באתי לגני" מחולק לעשרים חלקים, כל שנה הרבי דיבר על חלק אחד בתוכו, ואחרי עשרים שנה הוא היה מתחיל מההתחלה, לפי הסבב הזה, החלק שלומדים השנה אלו דברים שהרבי דיבר בתשכ"ו ובתשמ"ו. הכל על בסיס המאמר היסודי של הריי"ץ.

א. וכמו שהוסבר באריכות במדור 'מעמיקים בנפש' בגליון זה.

ב. דובר על כך באריכות גם בהתוועדות סוף שנה בקיץ תשפ"ד (נדפס בגליון דברים תשפ"ד. מס' 9) וגם בשו"ת לישיבת דורשי יחודך משנת תשפ"ד (נדפס בגליון שופטים תשפ"ד. גליון 13).

במאמרים הללו הוא מדבר על משהו מאוד חשוב: הוא מסביר שכשיש עניין של נצחון אז נותנים כח מלמעלה. ניצחון הוא משהו מאוד עמוק בנפש. הוא מסביר שכאשר המלך יוצא למלחמה, כדי לנצח, הוא מבזבז את כל האוצרות שלו ושל הדורות הקודמים[ג].

אז אותו דבר אנחנו צריכים להגיד בעניינו. כאשר לומדים חסידות, לומדים ומעמיקים, יש הרבה חידושים יפים, הרבה אוצרות יש בחסידות, יש הרבה אהבה והרבה יראה. אבל כאשר האדם יוצא למלחמה הוא צריך לגייס את כל האוצרות שיש, ולא רק שלו אלא גם של אבותיו והרבנים של אבותיו, הכל עליו לגייס בשביל לנצח במלחמה הכי אישית שלו.

מה המלחמה האישית שלו, שאם הוא לוקח את כל האוצרות המדוברים היא בעצם הופכת להיות מלחמה כללית?

נגיד בצורה מאוד פשוטה: המלחמה שלו היא האם זה שיש הקב"ה זה נותן לי חיות וכל שאר הדברים לא נותנים לי חיות, או להיפו? - זו המלחמה.

ממילא, מי המנגד לפי זה? המנגד הוא בעיקר השגרה, העייפות, העצבות. או בסגנון אחר: הגאוה והקנאה והכעס.

והאדם צריך לגייס את כל הנגלה, וכל הנסתר, הכל הכל בשביל לנצח במלחמה. כדי לא להיות נפול, לא להיות מקנא, לא להיות כועס. הוא צריך להגיד שה' נותן לו את הכל בשביל לנצח במלחמה.

ג. היום רואים את זה מאוד חזק שהמלך של אירן מוכן לעשות הכל, מוכן לעשות טבח של שלושים ארבעים אלף בני אדם, וזה כלום בעיניו. עכשיו הוא נלחם והוא רוצה לנצח במלחמה - אז הכל הכל, כל הכסף, כל הכלכלה, החיים של האנשים, הכל יישרף, העיקר לנצח במלחמה. זו דוגמא טובה "ממנו ניקח לעבוד את ה' אלקינו". אנחנו רוצים ללמוד ממנו מהי מידת הניצחון, ואחר כך להבין איפה מידת הניצחון נמצאת אצלנו. ומה הכוונה שאני מוכן לבזבז הכל בשביל הניצחון. בכל זה ראה בהחרבה בשיעור שהרב נתן במאמר "באתי לגני" (טרם הודפס. אך ניתן לשמוע בקול הלשון).



למה להנות לבד?

המאמר השפיע עליך לטובה? התפילה שלך נראית אחרת בזכותו?

הצטרף כנציג להפצת עלון ממעמקים, ובכל שבוע שליח יגיע עד אליך עם חוברות מלאות חידושים מתורת הרב

להצטרפות: 058-6305341 - מאיר



דיברנו פעם על כך[ד] שהמלך נותן הכל, כשהוא שוחק את האבן, שהיא פנימיות התורה, כדי שהבן שלו יתרפא. כמו שהוא שוחק את האבן הכי יקרה בשביל שהבן יתרפא, כך המלך נותן את כל האוצרות שלו כדי שהחייל ינצח במלחמה.

האדם צריך לחשוב איך הוא מנצח במלחמה?

אז כאשר מדברים על מסירות נפש של הריי"ץ ובעיקר חושבים על המנגד, זה טוב בשביל הסיפורים, כדי להבין מה זה אומר מסירות נפש, כדי להיות במקום הזה. אבל מהי המסירות נפש הזו?

המסירות נפש שלו זה החלטה מיוחדת, להחליט שהוא מוותר על הכל, ומוכן לשעבד הכל בשביל המלחמה הזו. למרות שהוא היה יכול לתרץ תירוצים, שמותר לו, ושזה פיקוח נפש.

ההבנה שאני צריך ללכת על זה באופן של מסירות נפש, כלומר שאני לא חושב על כלום, אלא אני צריך לנצח במלחמה - את זה צריך לעשות בכל הכח. זה מה שגורם לכך שבסופו של דבר אני יהיה חי.

זה בדיוק ההפך מרפיון, וכאן אנחנו מגיעים לפורים. למה רפיון קשור לפורים? חז"ל אומרים שעמלק נלחמו עם ישראל ב'רפידים', שהידיים שלהם רפו... רפוים אותיות פורים.

צריך לקחת את כל אלו שרפו ידיהם ולהפוך אותם לפורים. ונהפוך הוא.

וזה על ידי שהאדם בא ואומר: אני נהנה ללכת עד הסוף, בכל הכח, ואז אני המנגד של עצמי.[ה] ומה הרווח בכך שאני רב עם עצמי מאוד חזק?

ד. ראה בחוברת על יט כסלו, עמ' 20, וכן במדור מעמיקים בצדיקים בגליון 80.

ה. דובר על כך בהרחבה בשיעור ליל פורים תשפ"ה, לא נדפס עדיין אך נשלח בתפוצה לפני פורים.

מעמיקים יחד

יש לכם שאלה על הכתוב במאמר? רוצים לשתף בחידוש הקשור אליו?

פורום "ממעמקים" לעובדי השם - המקום להרחיב ולדון בשיעורי הרב

להצטרפות שלחו מייל ל shiurimshapira@gmail.com

הרווח הוא שהמנגד הוא לא באמת רע, וגם הוא כל כולו רק לצורך המלחמה. כלומר הוא נועד לצורך הגילוי של העצם שלי.

כאשר אני אומר שמישהו אחר הוא המנגד, מישהו אחר רב איתי, אז אני חושב שהוא רע. אבל אם אני אומר שאני המנגד, אז אני לא רע בעצם. אלא המציאות שלי כמנגד נועדה בשביל שאני יתעצם, לשם כך זה נועד.

כך הרבי הריי"ץ מסביר על הניסיון. ניסיון הוא לא משהו שאתה מברר בתוך המציאות, אלא שהמציאות היא רק בשביל שאתה תתעצם חזק. כך זה ניסיון. המציאות של החיים שלנו זה לא בשביל שנריב עם הגוף שלנו, או שנהיה סגפנים, אלא כדי שאנחנו נתעצם חזק.

כלומר, זה שאני רב עם הגוף, זה לא כי אני חושב שהגוף הוא רע, אלא שאני חושב שכל המציאות של הגוף, כל המציאות של העולם, היא בשביל להתעצם.

זה מה שהוא מסביר במאמר. מי שיקרא את המאמר ישים לב כי קשה קצת להבין את העבודה שלו הרבה פעמים, אבל הוא בא להגיד שאוצרות הוא משהו שגנוז למעלה למעלה, ואי אפשר להוציא אותם באופן פשוט. הם נועדו להיות נעלמים, אבל כמו שכאשר יש מנגד אני מוציא משהו שאני לא מוציא באופן פשוט, כך על ידי אור חוזר אני יכול להוציא משהו, הוא קורא לזה לעשות אור חדש.

אני מייצר מנגד. כלומר, מייצר את המציאות שלי כמנגד, וכל זה כדי להתעצם ולהוציא מהכח אל הפועל - אור. אני מתעצם ויוצר אור חזק. כל הגוף שלי, כל המציאות שלי, היא מנגד. אבל לא מנגד רע, אלא מנגד שעניינו שאני אתעצם. וממילא יוולד מזה אור וחיות וכח.

שאלה: אבל אני עדיין אומר להילחם כל החיים.

תשובה: השאלה מה הכוונה להילחם, האם להרגיש שאני מסתכל על המצאות שלי ועל הגוף שלי כאויב? זה לא טוב. אני צריך להסתכל עליו כניסיון יותר מאשר כאויב. כי אם הוא אויב, יוצא שאני לא מתעצם חזק עד הסוף. דווקא אם אני מסתכל עליו כאויב - המלחמה קטנה ולא גדלה. אבל אם אני מתעצם, זה נקרא מלחמה בעמלק עד הסוף, שהוא משהו שנועד כדי שאני יתעצם עם המלחמה. אני יתעצם עם עצמי על ידי המלחמה הזו.

ממילא יוצא מצד אחד שהוא הכי רע, ומצד שני אני מסתכל הפוך, שאם זה כל הייעוד שלו - הוא לא באמת רע.

עכשיו, אם אני מסתכל על הגוף שלי שהוא נועד למלחמה - אני לא מסתכל עליו שהוא עמלק. עמלק נועד להיות משהו שאני גומר אותו. וגוף נועד להיות משהו שאני צריך כל הזמן להתעצם כדי להחיות אותו.

שנזכה בע"ה להיות יחד עם הרבי הריי"ץ בבחינת פורים ולא בבחינת רפויים.





מלגות מיוחדות לאנשי טיפול

זה לא רק סימפטום

יש כאן שורש

מטפלים? עובדים סוציאליים? יועצים?

נמאס לכם לעבוד בשיטות חלקיות?

אתם רוצים לפתור למטופל את הבעיה מהשורש

חדש ב'תורת הנפש' - מכללה לפסיכולוגיה יהודית

השתלמות מטפלים ייעודית



עם הרב אפרים אתברן

לפרטים נוספים
02 - 5662323

תורת הנפש
בדרך הבעל שם טוב

770 Digital

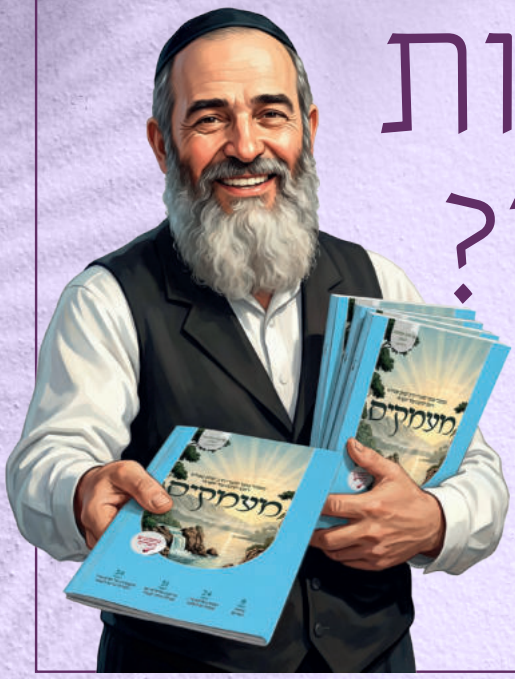
עלון מעמקים ישירות למייל



ניתן לקבל את העלון ישירות למייל להדפסה

לקבלת העלון פנה למייל shiurimshapira@gmail.com

למה להנות לבד?





המאמר השפיע עליך לטובה?
התפילה שלך נראית אחרת בזכותו?

הצטרף כנציג להפצת עלון ממעמקים, ובכל שבוע שליח יגיע עד אליך עם חוברות מלאות חידושים מתורת הרב

הצטרף עכשיו

מאיר - 058-6305341