

6 הקדמה

11	מושלים מעשית וחצוי בפנים	הבינוני
14	ואליך תשוקתו	
16	ואתה תמשל בו!	
18	חלק א־לוה ממעל ממש	
20	הרע המובנה בתוכך	
22	שאלות על מודל ה'בינוני'	
24	השחרור מרוח השטות	
26	כוחו של יחיד	
28	עבר ה', עובד ה', ומי שלא עובד	

הצדיק

30	לא בהישג ידינו
32	שבחי הצדיקים

37	קלף מנצח	כאן התכלית
39	כנפיים ענקיות בכלוב קטן	
41	דירה בחושך	
43	מנדט לבוחר	
45	הרגעים הקובעים	
47	הגאון שהתבלבל	
49	לא לשרוף	
51	התעלות במרידה	



באנו לעבוד

קבלת עול

- 57 החמצן הרוחני
59 התורה בכפייה?
61 רגשות או מעשים
63 כלים ריקים אל תמעיטי
65 קבלו ביטול

לחוות את העבודה

- 67 לתפוס את ההתעוררות
70 מי לא חב"דניק?
72 פשיטות והתחדשות

לימוד תורה

- 74 למה גמרא?
76 "לשמה" כפול שבע

הזירה הרגשית

שמחה

- 83 לא לעצבות
86 סוד המרירות
88 בשמחה תמיד
90 לא לאבד את השמחה
92 שמחה בלחיצת כפתור?

אהבת ה'

- 94 ציווי לאהוב
97 מי אוהב אותי



- 100 אהבת עולם
102 איך כמוה בעולם
104 אהבה בתענוגים

אהבת ישראל

- 106 כמוך?
108 רק לאהוב
110 זה בטבע שלך

- 115 בלי ויתורים
117 לא לברוח מהעולם
119 יש גבולות
121 מעל העולם ובתוכו
123 לחבר עליונים ותחתונים
125 רצוא ושוב
127 עולם, שנה, נפש

הקונפליקט

- 133 בחזרה לעתיד
135 התגלויות
137 לרכב על החמור
139 חולה, דג ומשיח
141 פירות בגאולה

ימות המשיח

- 144

מקורות



הקדמה

“אני נבראתי לשמש את קוני” מכריז התנא במסכת קידושין, אבל המציאות לא מתנהלת כמו שטיח אדום הנפרס למרגלותינו, והעולם לא ממש מחכה לנו.

האמנם נבראתי לשרת את הבורא?! אני לא מרגיש ככה. לפחות לא תמיד. מה עם לישון, לאכול, להתפרנס?! ומה עם האגו, מצב הרוח, תחרותיות, התמודדויות שלא נגמרות וסחרחורת של חדשות, אירועים, יחסי אנוש מורכבים ועוד אלפי פרטים המרכיבים את חיינו ועלולים להותיר את עבודת ה' בפינה?

הרי הקדוש ברוך הוא עצמו שתל עוד המון צרכים ופרוייקטים לחיינו מלבד עבודת ה', כך יודע כל מי שעבר את גיל ההתבגרות. טבעי אפוא שנניח הצידה את יעוד חיינו ונתרגל לבינוניות המצויה, זו המשננת את כל מה שאנחנו “צריכים”, ומנופפת בזה אל מול הניצוץ המתגעגע הנשקף מעיני הנשמה?



בתורת חב"ד יש התמודדות רחבה עם הפער בין התיאוריה המתוקה, המתוארת בספרי עבודת ה' ובין הקרקע הסלעית של העולם הזה. אף אחד לא התבלבל ואין טעות בכתובת. ה' רוצה אותנו כאן. עם גוף גשמי ומנטליות מקורקעת.

“נתאוה הקדוש ברוך הוא להיות לו דירה בתחתונים” ולשם כך שלח אותנו לכאן. כאלה אנחנו, העולם שבו אנו חיים וגם אנו עצמנו. הוא הנחית נשמה אלוקית לתוך גוף בעל נטייה בהמית, והחיבור הזה לא נעשה סתם כך. יש פה סוד, והוא הסוד בה”א הידיעה.

פיתוח מודל ה'בינוני' בספר התניא – אותה דמות המסורה בכל לב ונפש לעבודת ה', ובכל רגע ממש נאבקת ונשמרת שלא ליפול לבאר שחת של אנוכיות קטנונית העלולה למרוד ואפילו לכפור בבורא יתברך – עולה בקנה אחד עם ההבנה שהקדוש ברוך הוא חפץ דווקא בעולמנו המורכב והמסובך. והוא לא רצה שזה יהיה פשוט.



בספר שלפנינו ליקטתי תובנות שהתחדרו לי במהלך הלימוד בספר התניא ובשיחות של הרבי מלובביץ' זי"ע. אם בספר התניא ה'גיבור' הוא ה'בינוני', הרי שבשיחות הרבי ה'גיבור' הוא רצון ה' לדירה בתחתונים. אם בעל התניא מדבר על התנהלותו של האדם בין הנפש האלוקית לנפש הבהמית, הרי שהרבי מטפס כל הזמן למעלה מעלה עד אין קץ ומגלה איך הדרגות הנישאות ביותר נמצאות כאן כבר היום, ויתגלו בקרוב בגאולה השלמה, שתהיה בתוך עולמנו הגשמי דווקא.

בספר הזה נלמד על העומק של קבלת עול מלכות שמים, שיחד עם היותה הבסיס הראשון לעבודת ה', היא גם הדרגה הגבוהה ביותר בעבודתנו; נכיר את התענוג של ה' כשאנו כופים את היצר הרע ('אתכפיא') ורותמים אותו אל עבודתו יתברך; נתוודע לטכניקות והתבוננויות שמסייעות ל'בינוני' בעבודתו בנפתולי העולם הזה, המסוגלות להפוך אותה לדרך שמחה ועליזה.



בספר הקודם בסדרת שווה לכל נפש עסקנו בתפילה, שהיא זמן העבודה שבלב. בספר הזה נעסוק בעבודת ה' של כל היום, זו המתבצעת מחוץ לשעות בית הכנסת, איש איש בעיסוקיו.

בתפילה שהספר יסייע לכולנו לעבוד את ה' בכל דרכינו, עבודה שתאיר את העולם הזה באור יקרות.

את הספר הזה אני מקדיש לכבוד ולזכות סבתי מרת רייזל ריטה בת מלבינה מלכה, לאריכות ימים ושנים טובות ומאירות ונחת מכל המשפחה.

ולעילוי נשמת סבתי מרת רבקה ע"ה בת הרב הגאון משה צבי בן הרב הגאון שלום יוסף רבינוביץ' זצ"ל. נכדים לקדושי עליון מגדולי החסידות, רבי לוי יצחק מברדיצ'ב ורבי נחום מצ'רנוביל, ועוד, זכותם תגן עלינו.

משה שילת

כפר חב"ד | כ"א כסלו תשע"ח

מושלם מעשית וחצוי בפנים

המודל שמציב בעל התניא ליהודי – להיות 'בינוני' – יכול לעורר תמיהה בעיני מי שאינו יורד לעומקם של הברים, אך בה בשעה לטלטל את מי שמבין את גודל האתגר. התמיהה היא על הצבת מצב ה'בינוניות' ליעד שאילו האדם אמור לשאוף. וכי אנו אמורים להסתפק ב'בינוניות'! האם איננו נדרשים לחתור למצוינות ולשלמות?

זו כמובן תפיסה שטחית של המושג. ה'בינוני' של התניא רחוק מ'בינוניות' כרחוק מזרח ממערב.

אדמו"ר הזקן נותן לנו להבין מה אנחנו מסוגלים להיות, ובה בשעה מה אין בכוחנו לעשות. דורשים מאיתנו רק את מה שביכולתנו, וזה לגמרי לא מעט.

אם חשבנו שביכולתנו להיות צדיקים, מתברר שקצת שגינו באשליות. אבל אם היה נדמה לנו שלגיטימי למעורר מדי פעם ולהיכשל בחטא, יש לספר התניא חדשות בשבילנו. בכוחנו להגיע למדרגת ה'בינוני', כלומר, להיות אדם שאין לו חטאים ואין לו נפילות למחוזות האסור. לא לפעמים, לא מדי פעם, אלא לעולם לא. זה אדם שהאופציה של חטא פשוט אינה קיימת מבחינתו. עכשיו מתברר שה'בינוני' הזה רחוק מאוד מלהיות בחור 'בינוני'. ובכן, ה'בינוני' מיהו ומהו?

לנצח תמיד?

ה'בינוני' הוא אדם מושלם מבחינה מעשית, אך חצוי מבחינה פנימית. הוא לעולם אינו חוטא – לא במעשה, לא בדיבור ואף לא במחשבה – אף על פי שיצר הרע חי ובוועט בקרבו.

כשאנחנו מביטים בהתנהגותו של ה'בינוני' הזה, אנחנו רואים למעשה התנהגות של צדיק גדול. אדם שלם בקיום התורה והמצוות. אדם שנלחם תמיד ביצר ומנצח אותו בכל מצב. ועם זה, אין הוא עונה להגדרה האמיתית של צדיק. כי צדיק, במשמעות המדויקת של המושג, הוא מי שהגיע לשלמות גם בתוך לבו. הצדיק כבר אינו נדרש להילחם ביצר הרע, כי אין לו יצר הרע. לעומתו, ה'בינוני', יש לו יצר ועוד איך. בכל רגע נתון הוא

עלול להתרסק ולהיות רשע, וגדולתו היא שאין הוא מרפה לרגע מהמלחמה ביצר ואיננו מועד.

חז"ל אמרו שכל אדם צריך לשאוף ולומר "מתי יגיעו מעשי למעשי אבותיי, אברהם יצחק ויעקב" (תנא דבי אליהו, כה). דבריהם מדויקים מאוד: למעשים של אבותינו אנו יכולים (וחייבים!) להגיע, אבל לא למדרגת נשמתם.

המודל שבעל התניא מציב לפני כל יהודי מתמקד בפרקטיקה ולא בתחושות: "מידת הבינוני היא מידת כל אדם ואחריה כל אדם ימשוך, שכל אדם יכול להיות בינוני" (תניא פרק יד). ההבדל המהותי שבין צדיק לבינוני הוא בעולם הפנימי. אצל הראשון שורות שלמות ושלווה, ואילו אצל השני מתח ומאבק, ואין מידת ההתמודדות עם היצר אצל אדם אחד שווה למידת המאבק של חברו. אבל מן הבחינה המעשית כולם שווים. כולם יכולים וצריכים להיות צדיקים בהתנהגותם.

תודעה פנימית

על-פי הרף הגבוה מאוד הזה, המסקנה המתבקשת היא שרוכנו רשעים. גם יהודים יראי שמים ועובדי ה' עלולים לחטוא פעם בחודשיים... דיי שניפול פעם אחת (ולא נשוב על כך בתשובה ראויה) וכבר יצאנו מהנקיות המעשית של הבינוני. אם כן, איך ההגדרות האלה, הנשגבות מאיתנו, נוגעות אלינו, ומה יש לנו לעשות איתן? על כך נדבר בהמשך.

בינתיים חשוב לתאר את מהלך נפשו של הבינוני בדרך שמאפשרת לנו, בני-אדם רגילים, לעקוב אחרי מסלול ההמראה שלו ולראות איך הוא אפשרי גם לנו.

ה'בינוני' הגיע למדרגתו מפני שהוא יצר בתוכו הזדהות עמוקה כל כך עם מצוות ה', עד שהוא חש כאדם הפוסע על חומה גבוהה ונוזהר שלא ליפול. מבחינתו, עבירה היא נפילה, והרתיעה ממנה מוחלטת בעיניו.

ה'בינוני' שרוי במלחמה מתמדת. גם הוא יכול ליפול, אבל זו תהיה נפילה שאינה באה מסתם התרשלות של אדם ממוצע (אדם בינוני במובן הרגיל של המילה), אלא כמו נפילה בשדה הקרב. בעקבות זאת, גם כשהוא ישוב בתשובה הדבר ייעשה ברצינות גמורה, ואפילו אם החטא היה קטן.

אם אנחנו רוצים להיות 'בינוניים' של התניא, עלינו לעבוד מבחוץ ומבפנים במקביל. בחוץ, בשטח, לקיים את כל המצוות ולא לעשות שום דבר

אסור – במחשבה, בדיבור ובמעשה. אך בזה לא די. בפנים, בתוך נפשנו, עלינו לפתח תודעה הרואה במצוות חמצן ובעבירות חנקן. עלינו לבנות בתוכנו יראת שמים רצינית, כזאת שאינה מעלה על דעתה לחטוא אפילו פעם אחת מעתה ועד עולם.

ואליך תשוקתו

הנפש הבהמית מספקת לנו תסכול מתמיד. כשאתה לומד תניא אתה מבין עד כמה הנפש הזאת מורכבת, ועד כמה ההתמודדות איתה אינה עומדת להסתיים בקרוב. כי היא בעצם האישיות שלנו. החלק הבהמי איננו איזה זכוב טורדני שאפשר לנפנף הצידה, אלא הוא חלק מעצם קיומנו, בשר מברשרנו, המשתוקק שנהיה רק איתו, "ואליך תשוקתו".

הנפש הבהמית נכנסת באדם ראשונה ("משעה שננער לצאת ממעי אימו" – בראשית רבה לד, ז), לפני נפשו האלוקית, המתגלה בו בהדרגה. שתי הנפשות רחבות ומסועפות. לנפש האלוקית עוצמות אדירות, אבל גם הבהמית נוכחת, ועוד איך. זו נפש שלמה עם תפיסת עולם, מערכת רגשות, רצונות ואינטרסים. המשותף לכל אלה, שאין הם מותירים מקום לנוכחות אלוקית. הנפש הזאת איננה רק 'יצר הרע' ותאוות לדברים רעים. גם עצם חיות הגוף בא ממנה, עד שהתניא אומר (פרק כט): "היא היא האדם עצמו". רק צדיקים מיוחדים מצליחים להפוך אותה לקדושה ולהיפטר מההתמודדות היום-יומית הזאת. רוב בני האדם מוסיפים להתמודד איתה כל החיים.

אם כן, מה נעשה? איך נוכל לחיות חיים אלוקיים כאשר חיותנו תלויה בבהמית?

אין אמצע

גם כשבוחנים את מעשי האדם, בעל התניא מציב עמדה בלתי-מתפשרת, וקובע שבין הקדושה לבין ההפך ממנה אין אמצע; אין מצב נייטרלי. כל מעשה שאיננו מצווה ואיננו בגדר "כל מעשיך יהיו לשם שמים", משתייך בהכרח, במידה כזאת או אחרת, לצד השני, ל'סטרא אחרא'! התרגום המדויק של 'סטרא אחרא' הוא 'הצד האחר'. כל מה שאיננו מכוון ישירות או בעקיפין אל הקדושה, בהכרח שהוא מכוון לצד אחר – שאיננו הצד של הקדוש ברוך הוא. לא משנה כמה חותמות כשרות יש על זה, אם אין הוא מתחבר לעבודת השם, הוא משתייך בהכרח לצד שכנגד. "זהו פירוש לשון סטרא אחרא, פירוש: צד אחר שאינו צד הקדושה. וצד הקדושה אינו אלא השראה והמשכה מקדושתו של הקדוש ברוך הוא, ואין הקדוש ברוך הוא שורה אלא על דבר שבטל אצלו יתברך" (תניא פרק ו).

כשקולטים את משמעות הדברים עלולים לחוש דיכאון: אנחנו חיים עם הנפש הבהמית בלי יכולת פרידה ממנה. הערכה מדויקת וכנה של המחשבות,

הדיבורים והמעשים שלנו, שה'סטרא אחרא' יכולה לשים אותם בסל הקניות שלה, יכולה להפיל אותנו לזרועות הייאוש. אנחנו מכותרים מכל העברים. האם בעל התניא רוצה להפיל אותנו חלילה לאווירת דכדוך?! הלא יסוד היסודות של החסידות הוא התלהבות ושמחה בעבודת ה'!

שמחת הריחוק

התשובה היא שאכן אנו נדרשים להיות שרויים בשמחה, וזו שמחה שבה האדם שש אלי קרב. עלינו ללמוד לשמוח בעצם ההשתתפות במלחמה, וכמובן לשאוף לנצח ולכבוש כמה שיותר יעדים. גם אם בתחום קידוש החולין עדיין המשימה קשה, הכרחי לפחות להיות סר מרע מחטאים ממש, ואט-אט להתקדם.

שמחה אמיתית אינה באה מדמיונות ואשליות, אלא מתוך הכרת המציאות והתמודדות אמיתית איתה. הקיום שלנו כמציאות שמעצם טבעה היא רחוקה מה' – היא היא רצונו! לא אנחנו בחרנו בירידה לעולם הנמוך הזה, אלא הוא יתברך שלח אותנו לכאן. מטרת בואנו לכאן היא להאיר את העולם, להשפיע עליו ולתקנו. "נתאוה הקדוש ברוך הוא להיות לו דירה בתחתונים" (מדרש תנחומא נשא טז). דבר זה נעשה על ידי לימוד תורה, קיום מצוות והתמודדות של בני-אדם כמונו, בעלי נפש בהמית, הקיימת לצד נפשם האלוקית.

החיבור בין הבהמית לאלוקית מאלץ אותנו למשוך קדושה לתוך העולם ולגלות בו את ה'. וכך, לצד הצער על ריחוקנו, אנו שמחים ומאושרים מהמשימה שהוטלה עלינו. דווקא אנחנו, בניו אהוביו של מלך מלכי המלכים, זכינו להישלח על ידו למשימה הקשה מכול, ועל אף המרחק של העולם הזה מאור ה' – אנו סמוכים ורבוקים אליו ואל רצונו.

ואתה תמשל בו!

מותר האדם מן הבהמה הלוא הוא השכל.

לבהמה יש שכל? לפעמים נראה שכן, אבל זה שכל תועלתני בלבד. אין לה יכולת חשיבה והפשטה כפי שיש לאדם. השכל שלה אינו אובייקטיבי ובוודאי שאיננו מסוגל לשלוט על הרגשות. להיפך, הוא מופיע אצלה כמשרת של הלב, הרגשות, היצרים והרחפים – שהם עיקר מהותה.

לכל אחד מאיתנו יש 'נפש בהמית'. נרצה או לא נרצה, היא חלק בלתי נפרד מאישיותנו. היא מתאפיינת בתאוות, כעסים ושאר נטיות טבעיות, והחשיבה שלה איננה בוחנת את צדקת דרכה אלא משרתת את דחפיה. לעומתה, הנפש האלוקית משוחררת מעיוורונו של הלב והיא מנהיגה את הרגש על-פי אור השכל. היא מכונה בתניא 'הנפש השנית', מכיוון שהיא מתגלה באדם אחרי הנפש הבהמית ולא לפניה.

בתחילת החיים השכל עדיין איננו מפותח, והחשיבה משמשת בעיקר למימוש מאוויים ותשוקות ופחות לחשיבת עומק או לבחירה בין רגשות. לכן ילדים רוצים דברים קטני ערך ברצון עז. אין להם יכולת הוויסות ואומדן הפרופורציות. עם השנים מתפתח הילד, והנפש האלוקית מקבלת את מקומה, עד לגמר הופעתה באדם בגיל מצוות, כבר/בת מצווה. רק אז 'מותר האדם', שהוא השכל, משתלט, וכוחה של הנפש האלוקית יכול לבוא לידי ביטוי מלא.

אמנם הנפש האלוקית, במהותה, היא "חלק אֵ-לֹה ממעל ממש", מעל ומעבר לשכל ולהיגיון המוגבל, ועם זה, מקום משכנה העיקרי באדם הוא במוח "ומשם מתפשטת לכל האברים" (תניא פרק ט). השכל הוא מקום גילוייה של הנפש האלוקית והמוקד הגלוי של השפעתה עלינו.

שולט תמיד

לעומתה, כוחה של הנפש הבהמית הוא בלב. ידיעת דבר זה מותירה אותנו נבוכים, כי כוחו של הלב חזק מאוד. הוא המוכיל בדרך כלל את האדם, ויש בו עוצמות גדולות. ועם זה, אדמו"ר הזקן מציב בספר התניא הנחת יסוד: "המוח שליט על הלב"! נקודה.

יש במוח, בשכל, עוצמה חזקה ביותר, המאפשרת לו לשלוט על כל רצונותיו

של הלב ולבלום אותם. אם בבהמה המוח אינו אלא משרתו של הלב, לאדם יש הכוח להפוך את הלב למשרתו של המוח. גם כשנרמה שתשוקת הלב לדברים מסוימים חזקה כל כך עד שהמוח 'לא יכול עליו' – זו טעות. בכל מצב המוח יש לו הכוח להיות השולט. אכן, אין זה קל ולא פשוט, אבל עצם ידיעת העיקרון הזה מסייע להצלחה במלחמת היצר ובעידון המידות ותיקונן, שלזה האדם צריך לשאוף כל חייו.

לא רק לבלום

השליטה היא השלב הראשון בלבד. לאחר הריסון ובלימת הלב, המוח צריך להדריך את הלב לחוות ולהרגיש רצונות קדושים ולפתח בו השתוקקות לדבקות בה'. האדם צריך להתייגע ולהתבונן בדברים האמיתיים שהוא רוצה שהם יהיו מרכז חייו, ואז הלב יתעורר ממילא באהבה ויראה לה'.

המוח שליט על הלב גם בהיבט החיובי, לא רק ביכולת הבלימה מפני משיכה לדברים רעים, אלא גם להצעידו בעקבותיו אל התעוררות רוחנית וכיסופים לקדושה. כשהלב מתעורר ומתחיל לחוש רגשות של קדושה, האדם 'חי' את ה' באמת, ולא במחשבות בלבד, אלא "באהבה עזה כרשפי אש, בחשיקה וחפיצה ותשוקה ונפש שוקקה" (תניא פרק ג).

רק על ידי רתימת הלב לעבודת ה' אפשר לקיים בשלמות את מצוות אהבת ה' ויראת ה'. ורק בעזרת המוח אפשר להביא לידי כך שאהבה ויראה זו יהיו אמיתיות ובנות קיום.