



## תוכן

11

פתח דבר

## שבת

- 15 פתיחה - שבת... לא מה שחשבת!  
17 פרק א - סוד השבת  
18 1. יום של נשמה  
27 2. שמירת השבת  
32 3. עבודה שבתית  
40 4. עונג ושמחה בשבת  
49 5. מעולם לעולם  
57 פרק ב - נתיב השבת  
58 1. ממריאים!  
65 2. השבת כתהליך  
69 3. תפילה בשבת - תענוג!  
75 4. סעודות השבת  
80 5. הייתה שבת, ועכשיו מה?!

## מועדים

- 87 פתיחה - קדושת הזמן  
אלול  
89 סוף הוא תמיד התחלה  
91 המלך בשדה או בארמון?  
ראש השנה  
95 תחזיקו ראש  
97 ה' מחליט כמה תתלהב  
100 המלך  
102 מלך ולא עריץ  
104 צעקת הלב

	<b>יום כיפור</b>
109	דברים שרואים משם
	<b>סוכות</b>
117	שמח ורוקד
123	תתחבר!
	<b>שמחת תורה</b>
129	לסיים בשיא!
	<b>חנוכה</b>
135	האור יורד אלינו
139	אור החכמה העליונה
145	אור הנרות
	<b>פורים</b>
151	"על שם הפור"
155	עמלק
160	שמחת פורים
	<b>פסח</b>
167	רלוונטי!
170	מעבדים, לעבדים לנצח
176	חג האמונה
	<b>שביעי של פסח</b>
181	קריעת ים סוף
183	מסתתר ביבשה, מתגלה בים
185	סעודת משיח והגאולה העתידה
	<b>ספירת העומר</b>
191	לקלוט מבפנים
194	ברח העם
195	הדעת והמידות
197	אורות בהשאלה
	<b>שבועות</b>
201	זה קורה שוב
204	המהפך

# תשובה

209	פתיחה
211	פרק א - לאן ומהיכן
212	1. "שובו בני אדם!"
216	2. התנתקות
219	3. להיות 'אני'
227	פרק ב - על הדרך
228	1. לא בשמים
231	2. הייה מציאותי
233	3. פשוט להסתובב
238	4. בבת-אחת ולאט לאט
241	5. שמח או עצוב?
245	פרק ג - אמצע הדרך
246	1. לוחמה פסיכולוגית
250	2. כל מילימטר קילומטר
252	3. חושך לא מגרשים במקלות
254	4. צעד אחר צעד
257	פרק ד - סוף הדרך!
258	1. זה קורה באמת
260	2. איך זה יכול להיות?
264	3. יותר צדיק מצדיק!
267	4. לשכוח או לזכור
271	תולדות המחברים



## פתח דבר

תנועת החסידות קמה לפני קרוב לשלוש-מאות שנה, והיא ממשיכה עד היום להחיות, לרענן ולפרוץ דרכים חדשות בעבודת השם. רבים הם המבקשים ללמוד ולהיכנס בשעריה של תורת החסידות: ללמוד את המקורות עצמם, להעמיק ולקבל כלים והדרכה בעבודת ה'.

סדרת "חסידות בפשיטות" באה כמענה לצמא הזה. בסדרה מצוטטים קטעים מקוריים של גדולי החסידות, במבנה מדורג ומסודר, יחד עם הסברים והרחבות הכתובים בשפה קולחת ועכשווית. בתוך הפרקים משובצים פתגמים וסיפורי חסידים המחיים את הנפש.

מידי פעם הבאנו גם מענקי רוח נוספים שכתבו את דבריהם ברוח החסידות אף שאינם משוייכים באופן רשמי לתנועת החסידות. הסדרה יצאה לאור לראשונה כחוברות לתלמידים ומורים. לאור הביקוש מהקהל הרחב, החלטנו לאגוד את החוברות בפנים חדשות ולהוציאן בספרים. הספרים עוסקים בכמה מנושאי היסוד בעבודת ה' בדרך החסידות: שבת ומועדים ותשובה, תורה, תפילה, שמחה ואהבת ישראל.

מלאכת ליקוט המקורות, העריכה והכתיבה נעשתה על ידי הרב מנחם איתן, הרב אהרון ברנשטיין והרב משה שילת.

יהי רצון שנזכה שהלימוד יביא לידי מעשה ונזכה כולנו לעבוד את ה' באמת ובלב שלם!

המערכת



## פרק א סוד השבת

וַיִּכְלּוּ הַשָּׁמַיִם וְהָאָרֶץ וְכָל צְבָאָם: וַיִּכַּל אֱלֹהִים בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה וַיִּשְׁבֹּת בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מִכָּל מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה: וַיְבָרֶךְ אֱלֹהִים אֶת יוֹם הַשְּׁבִיעִי וַיְקַדֵּשׁ אֹתוֹ כִּי בּו שְׁבֹת מִכָּל מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר בְּרָא אֱלֹהִים לַעֲשׂוֹת.

(בראשית ב, א-ג)

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתַי וְרָצָה בְּנוֹ וְשִׁבַּת קִדְּשׁוֹ בְּאַהֲבָה וּבְרִצּוֹן הַנְּחִילָנוּ, זְכֵרֶנּוּ לְמַעֲשֵׂה בְּרֵאשִׁית. תְּחִלָּה לְמִקְרָאֵי קִדְּשׁ זְכֵר לִיצִיאַת מִצְרַיִם. כִּי בְּנוֹ בְּחֵרְתָּ וְאוֹתָנוּ קִדְּשָׁתָּ מִכָּל הָעַמִּים וְשִׁבַּת קִדְּשָׁךְ בְּאַהֲבָה וּבְרִצּוֹן הַנְּחִלָּתָנוּ. בְּרוּךְ אַתָּה ה' מִקְדֵּשׁ הַשְּׁבֹת.

(סידור, ברכת הקידוש בליל שבת)

השבת היא סוד בעצם מהותה. על אף שהיא חוזרת אלינו בכל שבוע, תמיד היא תישאר בעבורנו חידוש, ולא נבין עד הסוף את הקדושה והברכה האופפות אותה. ובכל-זאת, בפרק הזה ננסה להתבונן בכמה נקודות שיעזרו לנו מעט לגעת בסודה של השבת.

נלמד על מהותה של השבת כיום של שיבה אל השורש ואל הנשמה. נעמיק בהבנת המשמעות הפנימית של איסור המלאכה בשבת, ונשקיף אל העבודה הרוחנית והעונג המיוחדים לשבת. ולסיום, נראה מה הם יחסי הגומלין המיוחדים בין יום השבת לימי החול.

## 1. יום של נשמה

כדי להבין מהי השבת, עלינו לשוב אל השבת הראשונה בעולם, שבת בראשית, ולהתבונן בתוכנה. המקורות שלהלן סובבים סביב פסוקי שבת בראשית, ודולים מתוכם את תוכנה ומהותה של השבת שלנו.

נפתח בדברי האור החיים הקדוש, המסביר את מהותה של השבת, ואגב כך גם את ה'פרהיסטוריה' של שמירת שבת:

העולם היה חסר הקיום, עד שבאתה שבת ועמד העולם... הקב"ה גלה הדבר במה שאמר בעשרת הדברות, "כי ששת ימים עשה ה' את השמים ואת הארץ" (שמות כ, ו), הרי גלה כי בשעת הבריאה לא ברא ה' כח בעולם זולת לעמוד ששת ימים לטעם הנודע לו, גם ידוע ליודעי אמת. ונתחכם ה' וברא יום אחד, הוא ידוע לה', ובו ביום חוזר ה' ומשפיע נפש לעולם, שעור המקים עוד ששת ימים, וכן על זה הדרך. וזולת זה היום היה העולם חרב בגמר ששת ימים וחוזר לתהו ובהו, וצריך היה להכינו פעם שניה... ובאמצעות יום שבת משפיע בכללות העולמות רוח המקימת עוד ששת ימים.

ולפי פרושנו זה מצאנו נחת רוח במאמר אחד שאמרנו ז"ל: "כל המקדש וכו' ואומר ויכלו וגו' כאלו נעשה שתף להקב"ה במעשה בראשית" (שבת קיט ע"ב). ודבריהם רחוקים ודחוקים לפי הנראה. מי שמע בזאת, שבא אדם וישתתף בדבר שכבר נגמרה מלאכתו? אין אחר מעשה כלום, ובמה יעשה שתף? ... ולמה שפרשתי אמת יהגה חכם, ודבר ה' בפייהם אמת בטעם צודק, כי להיות שהשבת הוא המקים העולם כל ששת ימים, ואחר עבור ששת ימים יבא שבת אחרת ויחיהו ויקימהו עוד ששת ימים אחרים. ולך לדעת, כי מציאות השבת בעולם הוא קיומו שמקימים אותו, כי אם אין מקימים שבת אין שבת... ולזה "כל המקדש את השבת" - פרוש: מקים ושומר קדשתו - באמצעות זה ישנו

לְשַׁבֵּת, וּמֵאֲמָצְעוֹתוֹ מֵתְקִים הָעוֹלָם. הָרֵאָת לְדַעַת, כִּי הוּא  
הַמְקַים הָעוֹלָם, וְאִין לָהּ שְׁתָּף גְּדוֹל מְזֵה בְּדִין וְכַהֲלָכָה.

וְלָהּ לְדַעַת, כִּי מִיּוֹם בְּרָא אֱלֹהִים אָדָם לֹא חָסַר הָעוֹלָם דְּבַר  
הַמְעַמֵּיד צְדִיק יְסוֹד עוֹלָם, שֶׁהוּא שׁוֹמֵר שַׁבֵּת. כִּי אָדָם שׁוֹמֵר  
שַׁבֵּת הִיָּה (ראַה בְּרֵאשִׁית רַבָּה כב), וְאַחֲרָיו קָם שֵׁת בְּנוֹ, כִּי הוּא  
הִיָּה צְדִיק גְּמוֹר, וְאַחֲרָיו כְּמָה צְדִיקִים, וּכְשֶׁזֶּה נּוֹפֵל בְּכָר בָּא  
הַשֶּׁמֶשׁ שׁוֹמֵר שַׁבֵּת - מְתוֹשֵׁלַח, נַח, שֵׁם, אַבְרָהָם, וּמִשֵּׁם לֹא  
פָּסְקָה שְׁמִירַת שַׁבֵּת מִיִּשְׂרָאֵל. וְאַפְלוּ בְּמִצְרַיִם הָיוּ שׁוֹמְרֵי  
שַׁבֵּתוֹת, כְּמֵאֲמָרָם ז"ל (שְׁמוֹת רַבָּה פ"א), וְנִכּוֹן.

(רַבֵּי חַיִּים בֶּן־עֶשֶׂר, 'אוֹר הַחַיִּים' עַל הַתּוֹרָה, בְּרֵאשִׁית ב,ג)

הַאוֹר הַחַיִּים מְלַמֵּד אוֹתֵנוּ כִּי הָעוֹלָם נִבְרָא מִחֲדָשׁ בְּכָל שַׁבּוּעַ,  
מִכּוּחַהּ שֶׁל הַשַּׁבָּת. וְהַשַּׁבָּת מִקְבֵּלַת אֶת כּוּחַהּ  
מִכֶּךָ שְׁבִנֵי־אָדָם שׁוֹמְרִים אוֹתָהּ. כִּךָ הִיָּה מֵאֵז  
בְּרִיאַת הָעוֹלָם וְעַד הַיּוֹם.

זולת השבת אין השגה  
בעולם להכיר לכסוף  
ולכלות אל הבורא.

(אוֹר הַחַיִּים)

עֵיקַר קִיוּמוֹ שֶׁל הָעוֹלָם הוּא מִכֶּךָ שִׁיוֹם אֶחָד  
בְּשַׁבּוּעַ אֵינְנוּ עוֹשִׂים דְּבַר! לְעוֹמַת צוֹרַת  
הַהִתִּיחַסוֹת הַמְקוֹבֵּלַת, שַׁעַל־פִּיהָ קִיוּמֵנוּ תְלוּי  
בְכֶךָ שְׁנֵרוּוִיחַ, נִיִּצֵר, נִפְתַּח וְנִקְדָּם אֶת הָעוֹלָם,  
אֵנוּ לְמַדִּים כֵּאֵן כִּי עֵיקַר קִיוּמֵנוּ תְלוּי בְּמִימַד  
הַרוּחָנִי. לֹא בְּמִימַד רוּחָנִי שְׁמֵרַחֵף אֵי־שֵׁם  
מְעֵלִינוּ, אֵלֹא בְּשְׁמִירַת הַשַּׁבָּת שֶׁלֵּנוּ. חַיִּינוּ  
וּפְעוּלוֹתֵינוּ נּוֹבְעִים מִהַזְמָן הַמְקוֹדֵשׁ שְׁבּוּ אֵינְנוּ  
פּוֹעֵלִים וְאֵינְנוּ עוֹשִׂים דְּבַר. נִרְאֶה שְׁבֵאֵי־הַעֲשִׂיָּה הַזֹּאת יֵשׁ הַרְבֵּה  
מֵאוֹד ...

לְפַעֲמִים שְׁתִּיקָה יִכּוּלָה לְבַטָּא יוֹתֵר מִמִּילִים. עֵינַיִם עֲצוּמוֹת  
מְעַנִּיקוֹת לָנוּ אֶת הַיְכוּלַת לְחֻשׁוֹב בְּרִיכוֹז וּלְקִלוּט אֶת הַמְצִיאוֹת  
בְּדֶרֶךְ עֲמוּקָה - דּוּקָא מִפְּנֵי שְׁאֵינְנוּ מִסְתַּכְלִים עֲלֶיהָ. גַּם בְּאֵי־  
הַעֲשִׂיָּה שֶׁל הַשַּׁבָּת יֵשׁ הַרְבֵּה מֵאוֹד תּוֹכֵן חִיּוּבִי, שְׁמִשְׁפִּיעַ עַל כָּל  
הַמְעֻשִׂים שֶׁל יְמֵי הַחֹל. בְּהִימְנְעוֹת מְעֻשִׂיָּה אֲנַחְנוּ עוֹשִׂים הַרְבֵּה

מאוד. אנו מגלים כי מעבר למבט השטחי, הרואה ביש - יש, ובאין - אין, יש מישור שבו האין הוא יותר יש מן היש.

מכאן נובעת השותפות שלנו עם הקב"ה. אמנם לבריאה הראשונית של העולם לא היינו שותפים, אך מהשבוע השני ועד היום העולם מתקיים מכוח שכיתת השבת שלנו.

את מהותה של השבת והשכיתה כסוד קיום העולם, ממשיך לבאר ה'שפת אמת':

קֶשֶׁה מֵה שֶׁכְּתוּב "וַיִּכַּל... בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מְכַל מְלֵאכְתּוֹ" (בראשית ב,ב), הַא כְּתִיב (הרי כתוב) "כִּי בּו שֶׁבַת!" (שם,ג) ואם ה' שבת בשבת, כיצד ניתן לומר שביום זה הוא כילה וסיים את הבריאה? וּפְרָשׁ רַש"י ז"ל: "מָה הָיָה הָעוֹלָם חָסֵר? - מְנוּחָה. בְּאֵת שֶׁבַת בָּאת מְנוּחָה, כְּלָתָה וְנִגְמְרָה הַמְּלָאכָה". וּבְאֹר הַעֲנִין, כִּי בְּאֵמֶת בְּשֶׁבַת לֹא הָיָה שׁוֹם בְּרִיאָה, רַק שֶׁבִיתָה, וְשֶׁבִיתָה זֶה הֵיא קִיּוֹם כָּל הַבְּרוּאִים, דְּכָתִיב: "וְהַחַיּוֹת רָצוּא וְשׁוֹב" (יחזקאל א,ד), פְּרוּשׁ: שְׁכַל מְקַבֵּל צָרִיף לְהִיּוֹת בְּטַל אֶל הַנוּחַת, וְכַפִּי דְבָקוֹת שֵׁישׁ לוֹ לְהַמְשִׁיעַ, כְּמוֹ כֵּן קִבְּלוּ מִתְקִימָת. וְלָכֵן, בְּשֶׁבַת, שֶׁנִּתְעַלּוּ כָּל הַנְּבִרָאִים לְשֶׁרֶשׁם, שְׁעַל יְדֵי הַמְּנוּחָה נִתְבָּרַר שֵׁישׁ עֲלֵיהֶם אֲדוֹן מוֹשֵׁל, שֶׁבְּרָצוֹתוֹ מְרַחֵב וּבְרָצוֹתוֹ מְקַצֵּר, זֶה עֲצֻמוֹ הוּא גְמַר הַבְּרִיאָה וְתַקוּנוֹ.

(רבי יהודה־אריה־לייב מגור, 'שפת אמת' בראשית תרל"ו ד"ה במדרש)

בשבת נבראה המנוחה. בשבת נבראה יכולת הקבלה. השקט והחלל שיוצרת השבת נותנים לנו אפשרות להקשיב, להיזכר בקדוש ברוך הוא שעומד מאחורי הכול, והמסתתר מאחורי שאון החיים של ימי החול.

במשך ששת ימי הבריאה הקב"ה הסתיר את עצמו.

ננסה לרגע לעשות את הבלתי־אפשרי, ונדמיין את העולם לפני היותו.

דמיינו את הרחוב שאתם גרים בו, את הבתים, המכוניות והחתולים המשוטטים.





”שבת מעיין עולם  
הבא” – המעיין שממנו  
שואבים עולם הבא.  
(רבי אהרן מקרלין)

כעת, מחקו לאט את כלי הרכב, את העצים, המדרכות והבתים. השתהו מעט כדי לעכל את המראה המוזר, והמשיכו להסיר את עמודי התאורה, את הכביש, האנשים ובעלי החיים. השאירו רק אדמה צחיחה. הרחיבו את שטח האדמה הריקה מכול אל הרחובות הסמוכים, ו'רוקנו' כך את כל האזור, את כל הארץ ואת כל העולם.

עכשיו הורידו גם את העננים, את הכוכבים והציפורים, את הירח ואת השמש. השאירו רק אדמה ושמים ריקים. כעת מחקו את כחול השמים, ושמטו את האדמה שמתחת לרגליכם. הותירו רק אוויר ענק שאין לו סוף. מי שמעז, מוזמן לנסות לכווץ גם את המרחב האדיר הזה ללא-כלום...

אם אין כלום, מה יש? מה נותר לראות? את הקב"ה בעצמו. גלוי. אין מה או מי שיסתיר אותו.

**כעת נדמיין את בריאת העולם:**

הקב"ה אין-סופי, נוכח לחלוטין.

פתאום נולד מרחב, אוויר, אור וחושך, שמים וארץ...

הקב"ה מתחיל להסתתר מאחורי עננים, מאחורי גרביטציה וחוקי טבע שהוא מחולל. ים ויבשה, עצים וג'ירפות. כל יצור נפלא שנוצר מעלים עוד יותר את מי שמכניס בו חיים.

בימים הראשונים הברואים רואים תהליכים של בריאת יש מאין. השמים רואים איך נוצרים האיקליפטוסים, והם רואים איך נתלית השמש במקום. השמש עוד רואה את הלטאות, ואלה את הפרות.

וביום שישי בבוקר עומדים כל הברואים ורואים איך אדם וחווה נבראים. והם - כלומר, אנחנו, האנושות כולה - כבר לא רואים בריאה פלאית של יש מאין, הכול כבר היה לפנינו... ידו של

הקב"ה מתחבאת מאחורי הגב ומחיה אותנו, אבל אנחנו איננו רואים.

דקה לפני שהשמש שוקעת, הרוח מרשרשת בעלים, הטבע כל-כך שלם ומקסים עד שהקב"ה עלול להיעלם סופית...

ואז הקב"ה בורא את השבת.

יצורי העולם, הרגילים להתייחס אל קיומו של העולם כאל דבר מובן מאליו, חיכו לראות איזה פלא יוסיף ה' לברוא היום. הג'רפות הרימו את ראשן, הדגים והעננים, שרגילים היו כי בכל יום נוספים עוד ועוד חברים לעולם החדש, חיכו לראות מה ילד יום.

אך ... מה היום? לא-כלום! איזו אכזבה...

ורק האדם ידע, כי ביום קדוש זה פתח הקב"ה חלון שבו אפשר לראות סוף-סוף קצת נוכחות. אלפי הברואים מסתירים בעצם קיומם את נוכחותו של הקב"ה הפועם בקרבם. בשבת האשליה נסדקת. אפשר סוף-סוף לראות כי הריחוק איננו קיים באמת.

משהו מקיומו של העולם מפנה את מקומו אל מה שמעבר. מחיצה מוסרת. הטבע לא מטביע והעולם איננו מעלים. הקב"ה פותח גשר עד אליו. בשבת אפשר לקבל ממנו שפע וחיים מסוג אחר.

"לְכוּ חֲזוּ מַפְעָלוֹת ה', אֲשֶׁר שָׁם שְׁמוֹת בְּאֶרֶץ" (תהילים מו, ט).  
מִי יוֹכַל לְשַׁעַר גְּדֻלַּת ה' שֵׁישׁ בְּבִרְיֹת שֶׁל זֶה הָעוֹלָם, מִכָּל  
שָׁפָן שְׂאֵר הָעוֹלָמוֹת, וְהַכֹּל בְּאֲשֶׁר לְכָל לֹא נִבְרָא אֶלָּא בְּשִׁבִיל  
יִשְׂרָאֵל. וְיִשְׂרָאֵל בְּעֶצְמוֹ, עֵקֶר בְּרִיאָתוֹ בְּשִׁבִיל בְּחִינַת שְׁבֵת,  
שֶׁהוּא הַתְּכָלִית. כִּי שְׁבֵת הוּא תְּכָלִית מַעֲשֵׂה שָׁמַיִם וָאָרֶץ,  
שֶׁהוּא עוֹלָם שְׁכָלוֹ שְׁבֵת. וְשֵׁם יִשְׁיֵגוּ אֶת הַשָּׁם יִתְבָּרַךְ בְּרָאוּי  
בְּלִי שׁוּם מִסָּד הַמְּבַדִּיל וּבְלִי שׁוּם מוֹנֵעַ, כִּי אִזּוֹ יִהְיֶה נַעֲשֵׂה  
אֶחָד גָּמוּר, וְכָל אֶחָד יִהְיֶה מְרָאֶה בְּאֶצְבָּעוֹ: "זֶה ה' קוֹיֵנו  
לֹ" (ישעיה כה, ט), בְּמֵאֲמַר רַבּוֹתֵינוּ, זְכוּרָנָם לְבִרְכָה (תענית לא

ע"א). וְזֶהוּ הַתְּכֵלִית שֶׁבְּשִׁבְלֵי זֶה בְּרָא הַשֵּׁם יִתְבַּרְךָ אֶת כָּל הַבְּרִיאָה כְּלָהּ.

(רבי נחמן מברסלב, 'לקוטי מוהר"ן' ח"ב תורה לט)

## להימשך אל השורש

ה'מאור ושמש' מתרגם את המנוחה שנבראה בשבת לרחק וצימאון לאלוקות. אם בכל ימי השבוע אנחנו מצויים רחוק מן השורש, קדושתה של השבת מעוררת אותנו להתגעגע ולכסוף מחדש אל ה':

"כִּי שֵׁשֶׁת יָמִים עָשָׂה ה' אֶת הַשָּׁמַיִם וְאֶת הָאָרֶץ, וּבַיּוֹם הַשְּׁבִיעִי שָׁבַת וַיִּנְפֹּשׁ" (שמות לא, יז). פְּרוּשׁ, דְּהֵנָּה כְּתִיב "וַיִּכַּל אֱלֹהִים בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי" (בראשית ב, ב), וְזֶהוּ אֶחָד מֵהַדְּבָרִים שֶׁשָּׁנּוּ לְתַלְמֵי הַמֶּלֶךְ, 'וַיִּכַּל אֱלֹהִים בַּיּוֹם הַשְּׁשִׁי, וַיִּשְׁבַּת בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי', יַעֲיִן שֵׁם בְּגִמְרָא (מגילה ט ע"א). וְהָאִמְתָּ הוּא כְּמוֹ שֶׁדָּרְשׁוּ, זְכֵרוֹנָם לְבִרְכָּהּ, "וַיִּכַּל אֱלֹהִים בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי - מֵהַעוֹלָם חָסֵר - מְנוּחָהּ. בֵּא שְׁבַת בֵּא מְנוּחָהּ".

וְהַעֲנִין הוּא, כִּי כָל שֵׁשֶׁת יָמֵי הַמַּעֲשֵׂה הָיוּ כָּל הַבְּרוּאִים רְחוּקִים מִשָּׂרָשָׁם, כִּי בְּבְרִיאַת הָעוֹלָמוֹת צִמְצָם אֱלֹהוֹתוֹ יִתְבַּרְךָ שָׁמוֹ, וְנִשְׁתַּלְּשְׁלוּ הָעוֹלָמוֹת מֵעֵלָּא לְתַתָּא וּמִלְמַעְלָה לְמַטָּה וְצִמְצוּמִים רַבִּים עַד עוֹלָם הַתַּחְתּוֹן, דְּהֵינּוּ עוֹלָם הַגִּשְׁמִי, וְנִתְגַּשֵּׁם הָעוֹלָם. וּבְכָל יְמֵי הַחַל קָשָׁה מְאֹד לְהַתְּעוֹרֵר אֶת עֲצָמוֹ וּלְהַמְשִׁיךְ אֶת עֲצָמוֹ לְשָׂרְשׁוֹ. וְכִיּוֹן שֶׁהִגִּיעַ שְׁבַת, הוֹרִיד הַקַּב"ה קֹדֶשׁ שְׁבַת עַל כָּל הָעוֹלָמוֹת, וְהִרְגִישׁוּ כָּל הַבְּרוּאִים הַקֹּדֶשׁ שֶׁל שְׁבַת, מֵהַשְּׁלָא הִרְגִישׁוּ כָּל יְמֵי הַחַל מִפְּנֵי גִשּׁוּם הָעוֹלָם. וּבְשְׁבַת קֹדֶשׁ הִתְחִילוּ לְהִרְגִישׁ הַקֹּדֶשׁ אֲשֶׁר יוֹפִיעַ עֲלֵיהֶם, וְהִתְחִילוּ לְהִשְׁתַּוְּקֶק וּלְהִתְנוּצֵץ לְעֵלוֹת לְהִדְבֵּק בְּשָׂרְשׁוֹן. וְזֶהוּ 'עֲלִיּוֹת הָעוֹלָמוֹת', שֶׁעַל יְדֵי מְסִירוֹת נִפְשׁ מִתְּעַלִּין כָּל הָעוֹלָמוֹת מִתַּתָּא לְעֵלָּא, עַד שֶׁנִּדְבַקְתִּין בְּאִין סוֹף בְּרוּךְ הוּא. וּמֵאִין בֵּא לָהֶם הַשְּׁתוֹקְקוֹת? זֶהוּ מִפְּנֵי

שְׁהוֹרִיד הַקֶּבֶ"ה קִדְשֵׁת שַׁבַּת עַל כָּל הָעוֹלָמוֹת, הַתְּחִילוּ בְּלֶן  
לְהַשְׁתַּוְּקָה, וְכִלְתָּה נַפְשָׁם לְהַעֲלוֹת לְהַתְדַבֵּק בְּשֶׁרֶשֶׁן. וְזֶהוּ  
"וַיִּכַּל אֱלֹהִים בְּיוֹם הַשְּׁבִיעִי". רְצָה לוֹמַר, שְׁבִיּוֹם הַשְּׁבִיעִי  
בָּא לְכָל הַבְּרוּאִים כְּלוֹת הַנַּפְשׁ לְהַשְׁתַּוְּקָה לְהַעֲלוֹת לְשֶׁרֶשֶׁן,  
שְׁ"וִיכַל" הוּא מְלֶשׁוֹן "כִּלְתָּה נַפְשִׁי" (תהילים פד, ג).

(רבי קלונימוס-קלמן הלוי אפשטיין,  
'מאור ושמשי', פרשת כי תשא)

## המנוחה של ה'

"וישבות ביום השביעי" (בראשית כב, ב), "וינח ביום השביעי" (שמות  
כז, כ). הפלא של השבת מתחיל מהשבתה והמנוחה של ה'. כשה'  
נח, גם העולם נח. כשאצל ה' יש שבת, גם לנו יש שבת.  
מה הפירוש שה' נח ומה הדבר מוליד בנו? זאת מבאר הרבי  
הרש"ב מליובאוויטש:

הנה ידוע, דְּכִלְלוֹת עֲנִין הַשַּׁבָּת הוּא עֲנִין  
הַשַּׁבִּיתָה וְהַמְּנוּחָה, וְכִמוֹ שֶׁכָּתוּב: "כִּי בּוֹ  
שַׁבַּת מְכַל מְלֹאכְתּוֹ" (בראשית כג, ג). וְיָדוּעַ גַּם  
כֵּן, דְּבַשְׁבַּת אֲזוּ הַמְּשַׁכֵּת הָעֲנָן, וְכִמוֹ שֶׁכָּתוּב:  
"וְקִרְאתָ לַשַּׁבָּת עֲנָן" (ישעיה נח, יג). הָעֲנָן הוּא,  
שְׁעַל יְדֵי הַשַּׁבִּיתָה נִמְשָׁךְ עַל יְדֵי זֶה בְּחִינַת  
הַתְּעוּגָה.

וְיֻבֵּן זֶה עַל דֶּרֶךְ מְשָׁל בְּגִשְׁמִיּוֹת: כְּשֶׁאֵדָם  
עוֹשֶׂה אֵיזָה מְלֹאכָה, הָרִי בְּעַת הָעֲשִׂיָה מְשַׁפְּלִים  
כָּל הַכַּחוֹת שְׁלוֹ בְּהָעֲשִׂיָה שְׁעוֹשֶׂה... אֲמָנָם בְּעַת  
הָעֲשִׂיָה אֵינּוּ נִרְגָּשׁ אֲזוּ הָעֲנָן בְּהָעֲשִׂיָה, וְאֲדַרְבָּא  
עֲנִין צְמִצּוֹם הַכַּחוֹת וְהַשְּׁפָלָתָם הוּא הַפֶּךְ הָעֲנָן.  
וְגַם מֵאַחַר שֶׁלֹּא נִגְמַר עֲדִין הַדְּבָר שְׁעוֹשֶׂה,  
אֵינּוּ שִׁיךְ בְּזֶה תְּעוּגָה עֲדִין. וְרַק לְאַחַר שֶׁנִּגְמַר  
מְלֹאכְתּוֹ, וְהָרִי הוּא שׁוֹבֵת וְנָח מְמֹלֵאכְתּוֹ, וְהֵינּוּ שֶׁהַכַּחוֹת  
חֹזְרִים וְעוֹלִים לְמִקְוָרָם, הָרִי הוּא מֵתְעוּגָה מֵהָעֲשִׂיָה שְׁעוֹשֶׂה

אין ביכולת הנבראים,  
שהם בעלי גבול,  
להידבק בכורא הבלתי  
בעל גבול אלא  
באמצעות השבת, שהיא  
כמו ממוצע בין ישראל  
לאביהם שבשמים.

(רבי מנחם-נחום  
מצ'רנוביל)



וּפְעַל. וְדוֹקָא כְּאֲשֶׁר רֹאֶה שְׁנַעֲשִׂית בְּטוֹב וּבְהַדְדוּר וְיָפִי עַל פִּי חַיִּיב שְׁכָלוֹ וְחֻכְמָתוֹ, הָרִי הוּא מִתְעַנֵּג בְּזֶה.

וְהַדְגָּמָא מְכַל זֶה יוֹבֵן לְמַעְלָה, דְּכַתִּיב: "וַיֵּרָא אֱלֹקִים אֶת כָּל אֲשֶׁר עָשָׂה וַהֲנֵה טוֹב מְאֹד" (בראשית א, לא). דְּהֵנָּה, בְּעַת בְּרִיאַת הָעוֹלָמוֹת, בְּחִינַת "שֵׁשֶׁת יָמִים עָשָׂה ה'", הָרִי כָּל הַמַּדְרָגוֹת הָעֲלִיּוֹנוֹת הֵם בְּכַחֲנִית יְרִידָה וְהַשְׁפָּלָה וּבְכַחֲנִית צְמֻצוּם, וְגַם הַתְעַנּוּג הָעֲלִיּוֹן הוּא בְּהֵעֲלֵם, שְׂאִינוֹ נִרְגָּשׁ. וְאַחַר כֵּן, בְּשַׁבַּת, נִמְשָׁךְ בְּחִינַת הַתְעַנּוּג, שְׁמַתְעַנֵּג כְּכִיכּוֹל מְכַל אֲשֶׁר עָשָׂה, שְׁנַעֲשָׂה הַכֹּל כְּפִי חַיִּיב וּגְזֵרַת חֻכְמָתוֹ וּרְצוֹנוֹ יִתְבָּרֵךְ.

(רבי שלום-דובער שניאורסון מליובאוויטש,

'יום טוב של ראש השנה' תרס"ו, השלמת הדרוש)

ה' לא באמת עובר, והוא גם לא באמת נח. ה' הוא למעלה מעלה מכל זה. התורה בעצמה, ואחריה כל ספרי הקודש, מדברים תמיד על ה' בלשון 'מושאלת'. כל התיאורים אינם מתייחסים לה' עצמו, אלא לפעולות הנובעות ממנו. לכן ה'מלאכה' של ה' היא כשהוא מתייחס לעולם בדרך של 'מלאכה', וה'שביתה' של ה' זו התייחסות שלו לעולם באופן של 'שביתה'. כשה' מתייחס לעולם כמלאכה, העולם מקבל את אורו של ה' במידה מצומצמת ונעלמת. ה' מגלה מאורו רק את הצדדים ה'מעשיים' והנמוכים, כדי שהעולם ייברא. אך בשבת, אחרי שהכול הושלם, ה' יכול 'להסתכל' אל העולם מחדש ולהתייחס אליו אחרת. להאיר לעולם אור של תענוג ושביעות רצון. את האור הזה אנחנו מקבלים בשבת, ולכן שבת היא גם בעבורנו יום של עונג ושמחה.



## איך אפשר לשכוח?

רבי ישראל מרוז'ין למד בילדותו את הגמרא במסכת שבת (סט, ב) הדנה במי שהולך במדבר ואינו יודע מתי שבת. שאל הילד את המלמד: "איך אפשר לשכוח מתי שבת?"

הסביר לו המלמד, שמדובר באדם ההולך במדבר, ושכח באיזה יום יצא. אך עדיין לא נחה דעתו של הילד.

לבסוף אמר לו המלמד: "אמור נא לי, איך לא שוכחים את השבת?"

השיב הילד: "הלא בשבת יש לשמים פנים אחרות. אם כן, מביטים ברקיע ורואים ששבת היום!"

(רשימות דברים - הרב חיטריק)