

## תוכן העניינים

13 ..... במקום הקדמה

חלק ראשון:

### להכיר את הדמויות

29 ..... פרק ראשון: קדושה לעומת קליפה

43 ..... פרק שני: בין 'לבושים' ל'כוחות'

51 ..... פרק שלישי: צדיק

57 ..... פרק רביעי: רשע

65 ..... פרק חמישי: בינוני

85 ..... פרק שישי: עבר, הווה, עתיד

97 ..... פרק שביעי: שבירה, בירור, המתקה

111 ..... פרק שמיני: להיות, לעשות, לתקן

119 ..... פרק תשיעי: איחוד הסולמות

חלק שני:

### פרקי עיון בדרך העבודה

135 ..... מאמר ראשון: מידת כל אדם

145 ..... מאמר שני: אתכפיא

163	מאמר שלישי: אתהפכא.....
185	מאמר רביעי: להתהפך לדעת תורה.....
193	מאמר חמישי: לקיים את השבועה .....
213	מאמר שישי: "תהי צדיק" - גמור .....
219	מאמר שביעי: מבט על הזולת .....
225	מאמר שמיני: "שפל רוח בפני כל האדם".....
231	מאמר תשיעי: צדיק ורע לו, רשע וטוב לו .....
243	מאמר עשירי: חופש בחירה.....

## במקום הקדמה

אומרים בשם רבי הלל מפאריטש<sup>1</sup>, מגדולי חסידי חב"ד בדורות הראשונים, שכאשר מלמדים יהודי חסידות בפעם הראשונה יש להתחיל את הלימוד באופן שלא יבין כלום. על אף האמור בפסוק<sup>2</sup>: "חנוך לנער על פי דרכו", ממנו משמע שאת הנער המתחיל יש ללמד בהתאם לאופן שמסוגל להבין ולקלוט, ובפרט בדרכה של חסידות חב"ד - המדגישה את הצורך בלימוד בהבנה והשגה דווקא, תוך סלידה מכל חוויה רוחנית, גדולה ככל שתהיה, אם אינה נקלטת בפנימיות אצל הלומד - עם זאת, תחילת הלימוד צריכה להיות דווקא באופן שלא מבינים כלום. כלומר, ההיודעות הראשונית של יהודי לפנימיות התורה אמורה לכוון לתוכן המרום מיכולות התפיסה שלו.

במושגים של קבלה וחסידות ענין זה נקרא "המשכת המקיף לפני הפנימי"<sup>3</sup>; כדי להמשיך אור חדש על האדם, צריכה להיות תחילה הארה בבחינת 'מקיף', שתשפיע על האדם מבחוץ ותכשיר את הכלי, מבלי להיכנס לתוכו ממש. רק לאחר מכן תוכל להיות המשכה פנימית, שתקלט בכלי ההשגה של האדם בכי טוב.

### טובעים בטבע

ביאור הדבר: המבנה הנפשי של כל אדם מורכב מקומה מוכרת ומודעת ומקומות נוספות, עמוקות יותר, שאינן מודעות לאדם. אין הכוונה שרובדי הלא־מודע אינם

(1) עיין לקו"ב לשער היחוד, סוף פרק ב.

(2) משלי כב, ו.

(3) ראה למשל מאמר ד"ה "לכה דודי" תשי"ד בתחילתו, וכן על דרך זה בריבוי מקומות. וראה הערה 7.

משפיעים על אישיות האדם; אדרבה, הם מעצבים את כל חלקי האישיות המודעים. אך עם זאת אינם נוכחים בחוויה היומיומית, אלא שורים על האדם 'מבחוץ' ומקיפים אותו.

לענייננו, ניתן לראות את אותם 'מקיפים' כהנחות־יסוד, חלקן מולדות וחלקן נרכשות, הטבועות בתשתית הנפש ועל פיהן מנהל האדם כל פרט בחייו. למשל: היכולת הפשוטה של האדם לצעוד על הקרקע בבטחה, מיוסדת על הנחת־היסוד לפיה הקרקע הינה דבר יציב, ומעת שהניח זאת כ'אקסיומה' אין לו כל צורך להרהר בה שוב בעת הליכתו. מובן, שאם על כל מדרך כף רגל היה עליו לשקול ולאמת מחדש הנחה זו - הוא לא היה מצליח להלך בטבעיות.

מבחינה זו, המקיפים של האדם מציירים עבורו את הגבול ה'ניתן לעיכול' בו יוכל להלך בחופשיות. היכולת האנושית להניח הנחות ולהשאיר אותן נוכחות ברקע המודעות בלבד, מאפשרת שטף וזרימה טבעית של החיים. מצב זה, בו תודעת האדם נתונה בתוך 'מקיפים' הטבועים בו מחד ותוחמים אותו כטבעת מאידך, נקרא טבע<sup>4</sup>.

מובן, כי טבע זה מאפיין את כלל מבנה אישיות האדם. אם היה עליו לשקול את כל אמות המידה המוסריות והאמוניות שלו בכל פעם בה יידרש לנהל תקשורת בסיסית עם הזולת, או לחשב את כלל סדרי העדיפויות בחייו לפני כל פעולה פשוטה כקניית בקבוק מים, הרי שלא ניתן היה לצייר כך חיים טבעיים. לאור זאת, מובן מדוע האדם אכן נוטה לרכוש ולתחזק הנחות רבות בכל תחומי החיים - היות והן המאפשרות לו לחיות את חייו בטבעיות.

מצד שני, אותם גבולות גזרה המאפשרים זרימה טבעית של האישיות, גם תוחמים ומגבילים אותה במעין בועה שבה היא טבועה, ללא יכולת אמיתית לפרוץ את מיצרי האישיות. זאת הסיבה שמצב נפשי כזה, על כל מורכבותו ותמורותיו, נתפס על פי החסידות כסטטי: על אף שהאדם מנהל באופן שוטף את חייו - מקבל החלטות, בוחר בחירות ומתקדם ליעדים חדשים - אישיותו מתוחמת בגבולות גזרה צרים שאינם משתנים, ואף לא מועמדים לדיון, בשל האופי המוחלט בו הם נחווים. כל הדינמיקה והחיות בחוויה המודעת של סחף החיים - שוודאי קיימת ומורגשת אצל כל יצור חי,

4) ראה תניא פרק יט: "וטבע זה הוא שם המושאל לכל דבר שאינו בבחינת טעם ודעת". לענייננו, "טבע" היינו מונח אקסיומטי יחסית.

"כל חי מתנועע"<sup>5</sup> - מתנהלת כסערה בכוס תה. כך, לעולם לא יפסע האדם צעד אחד מחוץ לתחום הקיום הראשוני שלו<sup>6</sup>.

נוסף על כך, אותו מרחב פעולה יציב דורש תחזוקה רבה; מכיוון שהיכולת להתנהל באופן שוטף תלויה בהישענות על היציבות המוחלטת של אותן הנחות מקיפות, האדם סולד באופן טבעי מכל מידע העלול לערערן. לכן, נטייתו הטבעית היא לפרשן ולעבד כל מידע חדש שאליו הוא נחשף, על פי אותן הנחות - יציבות, אך כובלות. כך קורה שהאדם הממוצע נתון במשימה אין-סופית של פרשנות אליה הוא מגויס מבלי משים.

### יניקת החיצונים

מצב נפשי זה הוא העומד בבסיס האמרה הנ"ל בשם ר' הלל מפאריטש; במידה וההיחשפות הראשונה של האדם לתוכן חדש תועבר באופן מדוד לפי יכולותיו הקיימות - קרוב לוודאי שהדברים לא ייקלטו בכי טוב, ואדרבה, הם יחזקו את ההנחות הקיימות, אשר לתחזוקתן הוא מסור באופן טבעי.

לכן, כאשר אדם נפגש לראשונה עם לימוד חסידות מונגש ברמה שהוא מסוגל לקלוט במעמדו הנוכחי, הוא יחוש כי כל הנאמר רק מחזק ומאושש את הנחותיו, ואותו רעיון כבר מופיע גם בחכמה שהכיר. הפילוסוף יחוש כיצד זה 'בדיוק מה שלמדתי באוניברסיטה', והלמדן יחוש שזו בדיוק אותה הדרכה המופיעה בדרך המוסר המוכרת לו. תופעה זו היא מעין המושג "יניקת החיצונים" בקבלה: במקום שאור פנימיות התורה ייקלט בפנימיות ויניע התחדשות בתפיסת האדם, התורה

(5) ספר מפתח הרעיון לרבי אברהם אבולעפיא בסופו (אות ת).

(6) מצב זה - המכונה "טבע ראשון" - הוא מהביטויים הנפשיים של גלות מצרים, האב-טיפוס של כל הגלויות, "כל הגלויות נמשלו למצרים" (בראשית רבה, טז). העבודה לצאת ממצרים, מלשון מצר וגבול, הינה יסודית ביותר, ולכן היהודי מְצַוָּה לזכור את יציאת מצרים כל ימי חייו, כאשר זכירה זו באה לידי ביטוי בתחומים רבים ביהדות. בפרק מז בתניא כותב אדה"ז כי "כל יום ויום חייב אדם לראות עצמו כאילו הוא יצא היום ממצרים": מיצר יומיומי זה אינו בהכרח ביטוי למצוקות נפשיות חמורות בלבד, אלא למיצר בו נתון כל אדם בדקות, והוא עצם חווית ה'אני' והדימוי העצמי שלו ("ישות", בלשון החסידות), המעניקים לו ציור מוגדר ויציב, כביכול, כפי שיבואר לקמן בפרק 'עבר, הווה, עתיד'.

אכן, תכלית העבודה אינה יציאה מטבעו הראשון והנפול של האדם בלבד, אלא בנין של "טבע שני" מתוקן על ידי המשכת "מקיפים דקדושה", כפי שיתבאר לאורך הלימוד.

רק מעודדת ומחזקת ('מניקה') את הנחות היסוד החיצוניות והמקובעות בהן הוא טבוע.

תודעת האדם מסוגלת לבקוע את גבולות הגזרה ולקלוט תוכן חדש באמת, רק כאשר מתערערות ההנחות שהנפש טבועה בהן והנטייה הנפשית לתחזוקתן. לכן, כדי לפעול שינוי אמיתי אצל האדם - יש 'לרכך' תחילה את המקיפים ולפנות את דעתו מתחזוקת הקיים. כך יש סיכוי שהאדם יצליח לקלוט תוכן חדש באמת, מבלי שיתורגם באופן מידי אל קווי המתאר של המוכר והנוח.

אמנם, מובן כי יש צורך לדבר בשפה שהאדם מבין, אך בדברים 'גבוהים' דיים שישאירו עליו רושם חזק, כך שיבין היטב כי הוא אינו מבין. זוהי "המשכת המקיף לפני הפנימי"<sup>8</sup> שפועלת הזזה בטבע הראשון של האדם, והיא המאפשרת לו לקבל לאחר מכן את האור בפנימיות.

פעולה זו היא, אפוא, בחינה של יציאת מצרים: יציאה מה'טבע הראשון', המצר ומגביל את הנפש, שבאמצעותה נעשית הנפש כלי לקבלת אור חדש לקראת בנין של 'טבע שני' מתוקן.



## שאלה והשלה

את ספר התניא פותח אדמו"ר הזקן בכמה קושיות וסתירות ממאמרי חז"ל בעניין הגדרת מהותם של שלוש הדמויות - הצדיק, הרשע והבינוני. ההבנה המצויה לשלוש הדרגות הללו בפשטות הינה: הצדיק - רובו זכויות; הרשע - רובו עוונות; והבינוני

7) ראה לקוטי תורה בחקתי (מז, ד); קונטרס לימוד החסידות פרק כ. ובכ"מ.

8) מקיף זה - הקרוב מספיק בכדי שיומחש לאדם חוסר הבנתו - הוא המכונה "מקיף הקרוב", לעומת "מקיף הרחוק" שאינו נקלט כלל מצד ריחוקו (על דרך המבואר בלקו"ש ח"ג, שיחת ל"ג בעומר, בעניין ההפרש שבין רשב"י לרבי מאיר. וכן עיין סידור עם דא"ח, שער הל"ג בעומר). והוא על דרך התגלות הקב"ה לבני ישראל ערב יציאת מצרים, כמבואר בדא"ח, וכפי שיבואר בהמשך שגילוי זה הוא ראשית החקיקה, המאפשרת את יציאת האדם מתחזוקת ישותו על אף שאינה נקלטת בפנימיות. ועיין לקמן הערה 148.

## פרק ראשון

# קדושה לעומת קליפה

בפתיחת ספר התניא, לאחר ההקדמה שבחציו הראשון של פרק א, מקדיש אדמו"ר הזקן מספר פרקים על מנת לתת רקע במכלול שלם של מושגים, ורק לאחר מכן חוזר ליישב את התמיהות שהציג בתחילה לגבי הגדרתן של הדמויות - צדיק, רשע ובינוני.

מבלי להיכנס לכל הפרטים המדוברים בפרקים אלו, הכוללים תחומים רבים - החל ממבנה ומהות הנפש, ועד להבנה מחודשת של כל ענין התורה ומצוותיה - ניגש להתבונן בתמונה העולה ממכלול הדברים.

### "זה לעמת זה עשה האלקים"

בעוד שמתוך לימוד ברובם ככולם של ספרי המחשבה והמוסר מצטיירת עבודת האדם כמאבק בין נטיות שונות, 'יצר טוב' ו'יצר רע', המבטאות צדדים שונים של מציאות האדם עצמו - הרי שכבר בפתיחת ספר התניא, וכיסוד להבנת מבנה הנפש, מציג אדמו"ר הזקן את האדם - על פי יסודות חכמת הקבלה - כמורכב משתי נפשות, כאשר כל אחת מהן מביאה לידי ביטוי אחד מצדדי המציאות בתוך הווית העולם - קטן הוא האדם. בבסיס הדברים עומדת כללות תפיסת המציאות של פנימיות התורה - תפיסה של שני צדדים במציאות: צד הקדושה, והצד האחר - "סטרא אחרא". מובן, שלא ניתן להתבונן כדבעי ב'עולם הקטן' של האדם ללא הבנה בסיסית בחלוקה זו, כפי שמשקפת בתפיסת העולם בכללות.

ביסוד תפיסת המציאות של פנימיות התורה, ישנה חלוקה בין ההכרה כי בתשתית הקיום ניצב הבורא כמציאות מוחלטת יחידה, לבין חוויית הנבראים שבטבעה

הראשון אינה מכירה במציאותו האחדותית של הבורא<sup>27</sup>. הנחה זו מחלקת את המציאות לשני צדדים: צד הקדושה, המתייחס לכל מציאות הממחישה את אמיתת נוכחות ה' בעולמו<sup>28</sup>; והצד האחר, כלומר כל מה שאינו משקף בגלוי את נוכחות ה', וממילא נוכחות עצמו אף מסתירה על אמיתת אחדותו של הבורא<sup>29</sup>. מכאן נוכל להבין את אופי ההגדרות שניתנות לכל צד: רק לצד הקדושה מיוחסת מציאות ממשית, בעוד שהצד השני מוגדר באופן סתמי כ"צד אחר", זאת מכיוון שאין לרע מציאות ממשית<sup>30</sup>, שהרי "אין עוד מלבדו", אלא רק מציאות המסתירה על היותה חלק מאחדות ה'. האופן שבו נחווית הבריאה כממשות נפרדת מה' הוא כ'קליפה' שמסתירה על המהות האמיתית של הנבראים, ולא מציאות בעלת קיום אמיתי בנפרד משורשה. מחד - קליפה זו מאפשרת את קיום המציאות מתוך חוויית עצמאות של הנבראים, אך מאידך - מעלימה את עובדת היות המציאות ביטוי של ה' בלבד; כקליפת הפרי שגם מגינה וגם מסתירה על הפרי בו זמנית.

הניגוד בין אחדותו המוחלטת של ה' לבין חוויית הבריאה את עצמה כישות נפרדת מיוצרה, נמתח עד הקצה האחרון בחוויית הקיום של עולמנו. ממשות הבריאה נתפסת כדבר פשוט ומוחשי, בעוד אחדות ה' נותרת עלומה מאחורי חוויית הנפרדות של הנבראים.

(27) כמבואר באריכות בשער היחוד והאמונה, עיין שם.

(28) פרק יט: וזהו כלל בכל סטרא דקדושה שאינו אלא מה שנמשך מחכמה שנק' קודש העליון הבטל במציאות באור א"ס ב"ה המלוּבש בו ואינו דבר בפני עצמו כנ"ל ולכן נקרא כ"ה מ"ה והוא הפך ממש מבחי' הקליפה וס"א.

(29) פרק ו: והן הם כל המעשים אשר נעשים תחת השמש אשר הכל הבל ורעות רוח וכמ"ש בזהר בשלח שהן תבירו דרוחא כו' וכן כל הדבורים וכל המחשבות אשר לא לה' המה ולרצונו ולעבודתו שיהו פי' לשון סטרא אחרא פי' צד אחר שאינו צד הקדושה וצד הקדושה אינו אלא הראה והמשכה מקדושתו של הקב"ה ואין הקב"ה שורה אלא על דבר שבטל אצלו יתב'.

(30) פרק כט: לפי שבאמת אין שום ממשות כלל בס"א שלכן נמשלה לחשך שאין בו שום ממשות כלל.



## אין טוב אלא תורה

הסתכלות בסיסית זו חיונית להבנת עצם משמעות המושגים 'טוב' ו'רע' בכללות המציאות, ובהקשר של עבודת האדם את קונו. כלל לא ניתן להבין את שפת התורה, ללא הכרה שהמושג 'טוב' מתייחס אך ורק לביטוי של ה' בעולמו, וכנגזרת מכך - לכל דבר שממחיש נוכחות זו. לאידך, כללות המושג 'רע' אינו אלא העלם והסתרה של נוכחות ה', וכנגזרת מכך - כל מציאות המנכיחה את עצמה כנפרדת מאחדותו יתברך<sup>31</sup>.

מתוך ראייה זו, מתבהר כיצד היות כל נפש מושרשת בצד מסוים של המציאות ממחיש את האופי המוחלט של הנפשות, עליו מושתת כל מכלול האישיות שבא לידי ביטוי בחוויית האדם. כעת ניגש להתבונן בשתי הנפשות, ונראה כיצד הן מבטאות היטב את אופיו של כל אחד מצדדי המציאות בו הן מושרשות:

הכוונה הפשוטה במושג 'נפש אלוקית' היא שישנו ביטוי ניכר ונוכח של ה' המתגלה בתוך תודעת האדם, כך שכל כוחותיה ולבושיה של נפש זו מבטאים את הקדוש ברוך הוא ומאפשרים את התגלותו בתוך מציאות האדם, וממנה לכלל העולם. לעומתה, הנפש הבהמית אינה אלא ביטוי 'טבעי' לישותו העצמית של הנברא, שעל כן היא מעלימה על האחדות האלוקית בהנכחת עצמה כמציאות עצמאית ונבדלת ממנה, כביכול. כמובן, הנפש האלוקית נובעת מצד הקדושה והנפש הבהמית נובעת מצד הקליפה, והיא מסתירה על אור ה' כשם שכללות הקליפה מאפילה על אחדות הבורא, מעצם נוכחותה כדבר שעומד 'בפני עצמו'.

טרם ניגשים לדון בביטוי מעשי כלשהו של נפשות אלו, מתברר מהגדרה זו כי עצם חוויית האדם את עצמו כישות נפרדת מה', שהיא חוויית הקיום הטבעית והמצויה של האדם, היא היא מהות הקליפה ונקודת הרע. מובן שההשלכות מהבנה זו לעבודת הבורא מרחיקות לכת.

---

31) חשוב לציין, כי אין הכוונה לנתק את מושגי הטוב והרע מחוויית האדם הטבעית, אלא רק לאפשר הבנה מעמיקה ונכונה יותר של חוויה זו, וכפי שעוד יורחב רבות לאורך הלימוד.

## נפשות לעומת יצרים

דרך העבודה של הספר הנשענת על הגדרת האדם כמורכב משתי נפשות, לעומת הראייה המקובלת ברוב ספרי המחשבה והמוסר העוסקת בשני יצרים, מדגישה את האופי הקיומי של השניות שביסוד הוויית האדם.

התפיסה היצרית מבחינה אף היא בקוטביות המופיעה במכלול האישיות; אך על כל מורכבותה ומנעד חוויותיה היא אינה גולשת מעבר לתחום אישיותו של האדם עצמו. ההבחנה כי מעבר למנעד הרחב של נטיות הנפש ישנה נפש עצמאית נוספת, בעלת מבנה אישיות שלם ונבדל לחלוטין מאישיותו הבסיסית של האדם, מעמידה את עבודת ה' באור חדש. אין כאן שוב פריסה של נטיות מתוך אבחנה של 'טוב יותר' ו'טוב פחות', אלא הגדרה מוחלטת של כללות האישיות כ'קליפה', רק משום שהיא מביאה את עצמה לידי ביטוי כדבר נפרד מה' וממילא מסתירה על נוכחותו. לעומתה ניצבת נפש אחרת, אשר בפשטות איננה חלק מישותו העצמית של האדם, אלא 'חלק' מהקדוש ברוך הוא, וכל הווייתה הינה ביטוי ה' במציאות<sup>32</sup>.

תפיסה יצרית נוטה לקטלג כל חוויה רוחנית או עדינה כיצר טוב, בעוד שאימפולסיביות ותאוות בהמיות נתפסות כיצר רע. כנגזרת מכך מדריכה גישה זו את האדם לעבוד על נטיותיו הגסות ולבחור בנטיות הטובות, תוך הימנעות מנפילה לגסות הרע ואף מאיסה בה; אך עצם היות האדם 'הוא עצמו' והפשיטות שבה הוא מניח כי נכון שיקדיש את כל מרצו ואונו להביא את עצמו לידי ביטוי, גם אם באופן עדין וטוב, אינם מוטלים בספק כלל. הנחת המוצא של מרכזיות ישות האדם והלגיטימציה מתוכה היא נחווית הינה דבר פשוט ומוחלט שהאדם חי עמה 'בתמימות'. ממילא, בתפיסה היצרית נשאר מרכזיות ישות האדם כהנחת המוצא, סביבה מעצב האדם את חייו, ואף את עמידתו מול קונו.

לעומת זאת, החלוקה בבסיס הסתכלותו של אדמו"ר הזקן אינה מציבה בראש את השאלה 'מה מעצמי' [כלומר, אלו מנטיותיי] אביא לידי ביטוי?; השאלה כאן עמוקה ונוקבת הרבה יותר: 'מי כאן בא לידי ביטוי, אני או הקב"ה?'.

32) כלשון התניא בפרק כט: ועל נפש האלהית שבו נאמר נשמה שנתת בי טהורה היא שנתת בי דייקא מכלל שהאדם עצמו איננו הנשמה הטהורה.