

עבודת הנפש

אייל ורד

עבודת הנפש

הדרכה לחיים מלאים
לאור תורת החסידות



Eyal Vered
*The Work of the Soul: How Hasidic Teachings Can Help You
Experience the Fullness of Life*

אייל ורד
עבודת הנפש: הרכה לחיים מלאים לאור תורת החסידות

עורך אחראי: ראובן ציגלר
עורכת ראשית: אוריה מבורך
עורכת משנה: אפרת גרוס
עריכה לשונית: דוד ברוקנר
הגהה: שרה המר
עימוד: עדי רובין
עיצוב כריכה: שמואל לעסרי

© כל הזכויות שמורות לאייל ורד, 2022

ספרי מגיד, הוצאת קורן
ת"ד 4044 ירושלים 9104001
טל': 02-6330530 פקס: 02-6330534
www.korenpub.co.il

אין לשכפל, להעתיק, לצלם, להקליט, לאחסן, במאגר מידע, לשרר או לקלוט בכל דרך או בכל אמצעי אלקטרוני, אופטי, מכני, או אחר כל חלק שהוא מן החומר שבספר זה. שימוש מסחרי מכל סוג שהוא בחומר הכלול בספר זה, אסור בהחלט אלא ברשות מפורשת בכתב מהמוציא לאור.

מסת"ב 978-965-526-345-9 ISBN
נדפס בישראל 2022 Printed in Israel

תוכן העניינים

נִפְשֵׁי חַמְדָּה בְּצֵל יָרֵךְ.....	2
בין אדם לעצמו	
בָּרַח לָךְ אֵל מְקוֹמְךָ.....	3
וְכָל זֶה אֵינָנו שׁוֹה לִי.....	8
חִיצוֹנֵי פְּנִימֵי עֲצָמֵי.....	12
לְעֵנּוּיִם יִתֵּן חֵן.....	29
עֲבוֹדַת פֶּרֶךְ וְעֲבוֹדַת בְּרָךְ.....	35
קִצֵּר נֶפֶשׁ.....	40
לְהַכּוֹת אֶת סִיחֵן וְאֶת עוֹג.....	47
”מַרְבֵּי־הָעַם”.....	54
דִּיּוֹקְנוֹ שֶׁל אָבִיו.....	60
אֵילַן הַחַיִּים.....	66
אֵין אוֹ אֵן.....	73
גְּבוּהוֹת וְשִׁפְלוֹת וּפְרָה אֲדָמָה.....	81
אֵל תִּירָא עֲבָדֵי יַעֲקֹב.....	86
לֵית עֲלֵמָא מִתְקִימָא אֵלָא בְּרוּזָא - אֵין הַעוֹלָם מִתְקִים אֵלָא בְּסוּר.....	93
תַּעֲבִירוּ בְּאֵשׁ.....	100
בין אדם לאלוקיו	
לְהִתְחִיל מִבְּרֵאשִׁית.....	111
תָּמִים תִּהְיֶה.....	116
וּמִפְּנֵיךְ אֶסְתֵּר?.....	122
הִקְרָה נָא לִפְנֵי הַיּוֹם.....	130
לְהַפְּךָ זְרוֹנוֹת לְזַכּוּיוֹת.....	138
הֵיִיטֵב בְּעֵינֵי ה' ?.....	147
מִפְתַּח שֶׁל פְּרִנְסָה.....	155
עַל פֶּתַח הָאֵהָל.....	167
כִּךְ מְנַהֵיג הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא אֶת עוֹלָמוֹ.....	176
יִפֶּה אֶת רַעֲיָתִי כְּתֹרֶצָה - כְּשֶׁאֵת רוּצָה.....	181

בין אדם לחברו

191.....	החלצו מאתכם.....
199.....	לצאת ממדבר צן.....
206.....	רעהו העדלמי.....
215.....	ומטה ידו עמך.....
221.....	ריח טוב בנשמות.....
230.....	המאסף.....
238.....	אסרה נא ואראה.....
244.....	על כל דבר פשע.....
252.....	כשאתה בן חמשים.....
259.....	כי איך אעלה אל אבי.....
271.....	ויהי בנסע אהרן.....
278.....	נספח: ארבעה פרקים על חסידות.....
289.....	מפתח לפי פרשות השבוע.....

נִפְשֵׁי חֻמְדָּה בְּצֵל יָדָהּ, לְדַעַת כָּל רֵזוֹ סוּדָּהּ.

”נִפְשֵׁי חֻמְדָּה בְּצֵל יָדָהּ, לְדַעַת כָּל רֵזוֹ סוּדָּהּ.” ונפש חומדת זו מצאה את דרכה אל מעיינות תורת החסידות. כצמא שמצא מעיין מים חיים, כך הרגשתי באותם ימים שנפתחו לפניי שערי תורת החסידות. רבי נחמן מברסלב ותלמידו רבי נתן מנמירוב, שושלת חב”ד מאדמו”ר הזקן עד לרבי זי”ע, ר’ צדוק הכהן מלובלין והתפארת שלמה מרדומסק – כל אלה ועוד ועוד.

”צריך לחיות עם הזמן”, קרא אדמו”ר הזקן. בהמשך גילו זקני החסידים כי כוונת הרבי היא שיש ‘לחיות’ עם פרשת השבוע, לא רק ללמוד אותה בכל יום אלא ‘לחיות’ עימה ממש, עם ההוראה בעבודת ה’ הנמצאת בה. בדרך הזו צעדנו אף אנו, וכך נוצקו אוצרות החסידות מדי שבוע לשיעור ‘נפש הפרשה’, שהוא הבסיס לספר זה.

אך כאן קרה תהליך מעניין. פעמים רבות מצאתי עצמי ממשיך עם התורות הללו הרבה אחרי שהפרשה חלפה, ומגלה שהתורה הזו נהפכה למשהו שאיתו אני רוצה ללכת כל הזמן.

נוצרה מעין ‘התרחבות של הזמן’. פרשת השבוע היוותה נקודת מוצא אך לא נקודת סיום. אט אט התגבשו להן תורות שאליהן ועליהן הייתי חוזר שוב ושוב.

וכך נולד הספר הזה, המחולק למרחבים. המרחב הראשון – בין אדם לעצמו: תורות הנוגעות לנו כאנשים פרטיים, למודעות הנכונה שלנו ולאופן שבו אנו עומדים בעולם.

המרחב השני – בין אדם לאלוקיו: תורות הנוגעות לאופן שבו אנו עומדים לפני הבורא, לקשר איתו ולאופן שבו אפשר להחיות את הקשר הזה, שיהיה פועם, תוסס וחי.

והמרחב השלישי – בין אדם לחברו: תורות העוסקות במערכת החברתית שלנו כמרכיב משמעותי בעבודת השם; לעיתים כמראה ושיקוף, לעיתים כהזדמנות או כקריאה.

שלושה מרחבים אלה מתלכדים יחד ויוצרים תמונה אחת ממגוון מקורות החסידות, כשמילה אחת עולה ומאירה מתוך כולם: מפגש. מפגש של האדם עם עצמו, מפגש עם אלוקיו ומפגש עם חבריו. מפגש אמיתי ועמוק. כדרכם של דברים, התורות הללו גלגלו בעקביהן גם סיפורים. חלקם קרו סמוך ונראה לזמן כתיבת התורות, וחלקם התרחשו לפני זמן רב, אך רק כשפגשתי את הדברים מתוך תורת החסידות – יכולתי להבין מה קרה לי אז... הסיפורים מלווים את הספר לאורכו, בין תורה לתורה. בחינת "בדרך סיפרתי מעשה שכל מי ששומעה היה לו הרהור של תשובה"¹. שותפים רבים לספר הזה, ולכולם אני מודה.

ראשונים – בית הוצאת מגיד־קורן, ובהם בפרט למו"ל יהושע מילר; לראובן ציגלר העורך האחראי; לאוריה מבורך שליוותה את כל תהליך ההוצאה מראשיתו ביחד עם אפרת גרוס; לדוד ברוקנר ולשרה המר על העריכה וההגהה המדויקות. לשמואל לעסרי על עיצוב הכריכה ולכל צוות ההוצאה שבעשייתם היומימית הם מהווים בית של ממש להתחדשות רוחנית בכל תחום, והכול בנעימות, מקצועיות ואהבת תורה.

מכון מאיר בירושלים, וקהילת יחדיו בפתח תקווה שבה אני זוכה לשמש ברבנות, היו פעמים רבות השומעים הראשונים של השיעורים. התגובות, השאלות והתובנות שעלו בעקבות השמיעה הפעילה הזו הפכו את השומעים לשותפים של ממש בספר הזה, בחינת "חברים מקשיבים לקולך". ואחרונה חביבה, אשתי מיכל – ששפת אמת בפיה ובלבבה, וחלקה בספר הזה גדול מכפי שניתן לתאר.

1 הקדמת רבי נחמן ל"מעשה מבת מלך" שבסיפורי מעשיות.

נפְּשֵׁי חַמְדָּה בְּצֵל יָדָךְ

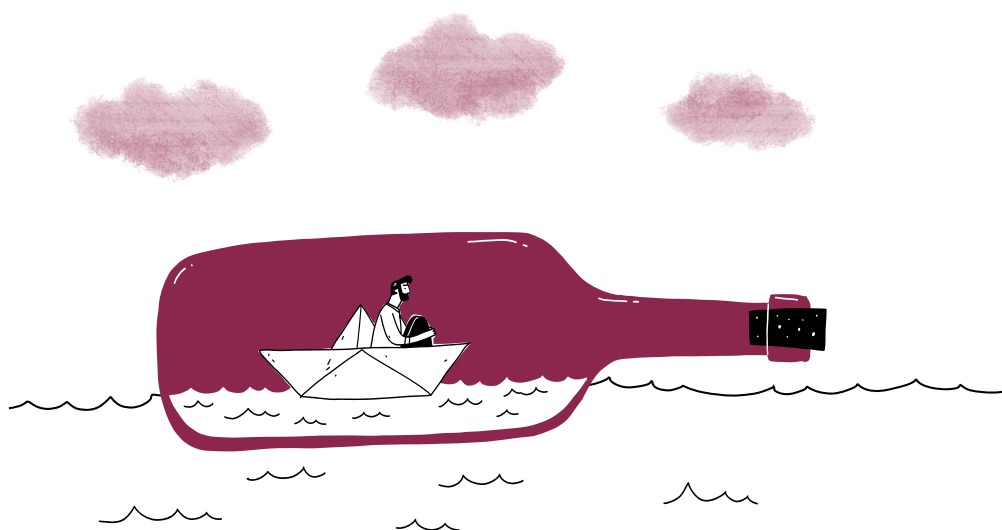
יחד אנחנו מקדישים את הספר הזה לילדינו היקרים – תהילה חיה ובעלה אביהו, נעמה מרים ובעלה עזריאל, דוד, עבריה, קמה ועטרה – ולנכדינו רועי, אלינעם ובניה יצחק, נרם יאיר ויזרח.

יהי רצון שיהא ליבכם פתוח לעבודת השם בדרך רבותינו בעלי החסידות מתוך שמחה, דבקות, אהבת ישראל ועין טובה.

רגע לפני שיוצאים לדרך אזמין אותך, הקורא או הקוראת, לפתוח את ליבך. לתת לדברים לחלחל אליו פנימה, ולחולל בו שינוי של ממש. בואו. נצא לדרך.

אייל ורד

תשרי תשפ"ג



בין אדם לעצמו

שער ראשון

ראשית תנועת התיקון של האדם
בעבודת השם היא בינו לבין עצמו. עוד
לפני שנפגוש את הבורא ואת מה שהוא
רוצה מאיתנו, נדרשת עמידה בסיסית
והיכרות של האדם עם עצמו, עם כוחותיו
וכישרונותיו, עם חלקי אישיותו. שאלת
”אייכה?”, המהדהדת מאז פרשת בראשית,
יכולה להגיע רק אחרי שיש אדם שמכיר
את עצמו מעט, ושאליו ניתן להפנות
את הזעקה. ראשית המסע תהיה אפוא
בתורות העוסקות במערכת היחסים של
האדם עם עצמו.

בְּרַח לָךְ אֶל מְקוֹמְךָ

ל ה י ו ת ב מ ק ו ם ש ל י

באופן הכי טבעי, כל אחד מאיתנו רוצה להתקדם על ציר עולה של הצלחה, של התפתחות ושל זרימה. את הציר הזה אנו הולכים ומחפשים כל ימינו. מה המאפיינים של מקום כזה? יש בו מרחב, טבעיות, חידוש ויצירתיות. זה המקום שבו אנו מרגישים את התחושה המיוחדת של 'הגעתי', 'זה המקום שלי'. אלא שיש כמה וכמה מחסומים בדרך לנקודה הזו. ראשית יש את המחסומים הרגילים והמוכרים: היצרים, התאוות, כל מה שמסיט אותנו מן המסלול הזה לעבר צדדים נמוכים יותר באישיות שלנו. אלו המחסומים הקלים.

המחסומים היותר קשים הם הדברים הטובים שאנו שומעים כל העת ממחנכים, מהורים, מחברים. כיוונים טובים, משמעותיים, נכונים – אך לא שלנו. וכאן כבר קשה מאוד להבריל. כאן אין מדובר בבחירה בין טוב לרע, אלא במלאכה אחרת. מלאכה של דיוק. מהו הטוב שלי, השייך אליי. מהי האות שלי בתורה.

כאן נדרשת עבודת נקיות, שנלמדת דווקא מבלעם. כמו הרבה דברים גדולים, שבאים קודם כול בעטיפה של קליפה עבה – כך גם במקרה זה. בלעם רוצה לקלל את ישראל. זוהי מהותו. אלא שלא נעים לו להיראות כך ברבים, ולכן הוא עוטף עצמו באיצטלה מכובדת הרבה יותר. הוא כביכול נמסר לידי שמיים. את אשר ישים אלוקים בפיו – אותו ישמור לדבר. אין הוא רודף כבוד או ממון כלל וכלל, אלא מין גורו רוחני.

גם הקללות שרצה לקלל נושאות אופי נכבד. הרי את הברכות שבירך יש להפוך כדי להבין מה עלה תחילה במחשבתו. כך לימד אותנו משה רבנו: "וַיִּהְיֶה ה' אֱלֹהֶיךָ לְךָ אֶת הַקְּלָלָה לְבִרְכָה"¹. לפי זה נמצא שבלעם רצה לקלל את עם ישראל בקללות גבוהות, הקשורות בהיותנו עם. הכול ברמה הלאומית והבינלאומית. בלעם הוא קוסם גדול, לא סתם אחד שמחרף ומגדף ברחוב. אך כל זה לא מועיל. הוא לא מצליח לקלל. עולם הקללות שלו, שבו הוא יצירתי ומוצלח כל כך, נסתם בעדו בגלל שהוא מנסה לחקות מישהו שאינו הוא.

בסופו של דבר מרעים עליו בלק: "בָּרַח לְךָ אֶל מְקוֹמְךָ!"² – למה אתה מנסה להידמות למי שאינו אתה? היכנס למקום שלך, למי שאתה באמת, ואז תצליח. ובאמת, בלעם מצליח. ברגע שהוא מרפה מהניסיון להיות מין קוסם-על מכובד עם עניבה, וחוזר לנקודה שלו, שהיא עריות, הוא מייד מצליח לתת עצה שמכשילה את ישראל: "אלהיהם של אלה – שונא זימה". זה בלעם, זה המקום שלו, ושם הוא מצליח לתת עצה מדויקת. כך מבאר התפארת שלמה מדרומסק:

לכן כשאמר לו "ברח לך אל מקומך" בלא שום כבוד ושכה, אז מצא הרשע המזוהם הזה ליעצו, כמ"ש "איעצך". ומה היא העצה? אלהיהם של אלו שונא זימה הוא כו', ובעונות הרבים עלתה בידו להכשיל.

המקום הזה, שאצל בלעם הוליד את האפשרות לקלל את ישראל בצורה מדויקת ותכליתית שפגעה בנו מאוד, הוא מקום יקר. הזוהר הקדוש לוקח את הפסוק

1 דברים כג, ו.

2 במדבר כד, יא.

בְּרַח לְךָ אֵל מְקוֹמְךָ

הזה, שאמר בלק לבלעם, ומגדיר איתו את ספירת הכתר. ספירה זאת היא בעצם השם הפנימי של המרחב שעליו אנו מדברים כאן:

תלת רישין אתגלפן דא לגו מן דא, ודא לעילא מן דא. רישא חדא חכמתא סתימאה, דאתכסייא ולא מתפתחא, וחכמתא דא סתימאה, רישא לכל רישי דשאר חכמות. רישא עלאה עתיקא קדישא סתימא דכל סתימין, רישא דכל רישא, רישא דלאו רישא, ולא ידע ולא אתידע מה דהוי ברישא דא, דלא אתדבק בחכמתא ולא בסוכלתנו, ועל האי אקרי "ברח לך אל מקומך".

[תרגום: שלושה ראשים המגולפים זה מתוך זה וזה למעלה מזה. ראש אחד הוא חכמה סתומה מכוסה ולא פתוחה, וחכמה זו הסתומה היא המקור והראש לשאר החכמות. (הראש השני הוא) ראש עליון, עתיקא קדישא הסתום מכל סתום, ראש דכל ראש, ראש שאינו ראש, ולא ידע ולא נודע מה שיש בראש זה, שהוא למעלה מן החכמה וההשכלה, ועל כן נקרא "ברח לך אל מקומך"]

הזוהר מתאר כאן את ספירת הכתר העליונה, הנקראת בלשונו "ברח לך אל מקומך". הספירה הזו מבטאת עבורנו את שורש הנשמה, את הנקודה הפנימית שאולי לא ניתן לתארה במילים, אך ניתן לחוש אותה ולהכיר בה. במקום הזה, שהוא המקום שלנו, אנו חווים תחושת שייכות, קרבה ודיוק, וממילא מצליחים גם לחדש, לפרוץ ולנבוע. זהו המקום המקביל בקדושה למקומו של בלעם, שבו הצליח לקלל ולפגוע אחרי שניסה לעשות זאת פעמים רבות כל כך ללא הצלחה. המקום הזה, המקום שלי, הוא מקום שבו יש קשה, מגע כלשהו, עם ספירת הכתר הנעלמה והבלתי נודעת.

בדרך כלל, במרחבים הללו שבהם יש נגיעה של ספירת הכתר, אנו נוטים לענות תשובה אחת קצרה: "ככה".

מדוע אתה גר במקום כזה ולא במקום אחר? "ככה".

מדוע התחנתת עם אישה זו ולא עם אישה אחרת הדומה לה? "ככה".
 המילה "ככה" היא ראשי תיבות של הביטוי "כתר כל הכתרים".
 "ברח לך אל מקומך" פירושו שברגע שאנו מזהים מקום כזה – צריך
 למהר ולאחוז בו, 'לברוח' אליו. הכתר מציין אלינו ברגעי חסד, נגלה ואינו
 נגלה, ואז צריך לנצל את ההזדמנות ולמהר לאחוז בו. הארת הכתר נעלמת
 מייד. נוכחותה בגלוי היא קצרה מאוד. הכתר רומז רמזים, שאותם עלינו למהר
 ולתפוס.
 "ברח לך אל מקומך!". האמירה הזאת מופנית במיוחד כלפי קולות
 חיוביים שונים שמציפים אותנו ומטשטשים את מי שאנחנו באמת. אדם צריך
 למצוא את מקומו המיוחד, שבשכילו נברא ונשלח לעולם.
 יפים מאוד לעניין זה הם דברי הרב קוק, תחת הכותרת "השם העצמי
 וההתחדשות":

העולם הרוחני בונה כל אחד ואחד לעצמו בקרבו. כל תכונת ההקשבה
 אינה כי אם הכשרה לבנין הנצחי העצמי של היחיד, כל מרכז התורה הוא
 הפסוק של שמו הפרטי. זהו כל כובד הדין, כל עומק השאלה, כל איום
 האחריות, כל חיבוט הקבר. ויש אשר הקשבתו היא כל כך מפולשה, עד
 שאובד הוא את הריכוז העצמי, יודע הוא שמות רבים, רק את שמו שכח,
 ולא ידע. אז כי עמלו לדיק הוא, ואין לו תקנה כי אם על ידי ערלת און
 כבירה, שמונעתו מכל הקשבה, ואחרי ההירוס הגדול הזה, החרשות, שהיא
 איבוד כללי, חרשו נותן לו דמי כולו, הוא שב ומתחדש בצורה חדשה.
 תתהפך כחמר חותם, ויתיצבו כמו לבוש.

טוב להקשיב. אך לא טוב להקשיב יותר מדי, לא טוב להקשיב עד איבוד הקול
 הפנימי העצמי שלנו, עד ששוכחים את מרכז התורה שהוא הפסוק של שמו

ברַח לך אֶל מְקוֹמְךָ

הפרטי של האדם. לעיתים התרופה היא להיאטם לקולות הסובבים כדי להצליח לשמוע את הקול הפנימי האמיתי שלנו – ואז לברוח אליו.

בעולם מסתובבים אנשים רבים ששומעים קולות רבים הממלאים את סביבתם. ההקשבה שלהם "מפולשה", אומר הרב קוק. יודעים הם "שמות רבים" – רק את שמם שלהם אינם מכירים. רק את הקול שלהם, הקול הפנימי, אינם מצליחים לשמוע. רק את מקומם שלהם אינם מכירים. רק את הניגון שלהם אינם מנגנים.

הקריאה "ברח לך אל מקומך" היא קריאת חיים. קריאה לכל אחד מאיתנו לחפש ולמצוא את הנקודה המאירה הזו, הנוזלת אלינו מן הכתר. וכשפוגשים אותה, כשמבחינים בה מתנוצצת – מייד לברוח אליה, לרוץ אליה ולאחוז בה, כי היא כנראה סוד התיקון והסיבה שבגללה נשלחנו לעולם.

מעניין מאוד לראות את הרב קוק עושה את התהליך הזה בעצמו, כפי שמופיע בספר חדריו:

ומהי תשוקתי התדירית, יותר טוב לומר טבעי הקבוע, טבע נפשי ומהלך רעיוני? – רק להתחיל מחדש מבראשית. הנני תמיד עומד אצל ההתחלה. הידיעות הבודדות והמסובכות לא ירחיקוני לעולם מהנקודה הראשית שהכל תלוי בה. יכול להיות שיש כאן מן החולשה של פחד מההתרחבות היתרה, אבל אי אפשר כלל לומר שאין כאן גרעין של כישרון טמיר המושך אותי להתעמק בהראשית, בתחלת הכל, ביסודיות ההויה, ברז המציאות, באידאל האידאלים, במרום וקדוש.

כל אחד מאיתנו צריך לחפש את תשוקתו התדירית, את טבע נפשו ומהלך רעיוני, את נקודת הראשית של הכתה, רישא דלא אתידע. ומשזיהה אותה – לברוח אליה. שם מקומו, שם מקומך שלך.