

פרשת שבוע

פרשת כי תבוא · ספר דברים

המיומנות האחת שמשנה את כל השאר

בפסוק האחרון של התוכחה, במקום הנמוך ביותר בכל התורה, מונחת
התשובה לשאלה מה הופך אדם ששוקע לאדם שמאיר. הפעם נלך עם
הפסוק הזה עד הסוף.

בגיליון הזה

- א מה חיפשו האלכימאים באמת, ולמה הם חיפשו נכון
- ה האונייה: הכלי שמאפשר לרדת לתוך המים ולהישאר יבש
- ז "ואין קונה" — הבדיקה שמגלה מי מחזיק בכך
- יא המעבדה: שבעה תרגילים לשבוע אחד

בגיליון הזה

קודם כול, שני עמודי פתיחה: מה הגיליון הזה מנסה לעשות, ומי כל האנשים והספרים שתפגשו בדרך. ואחריהם שנים-עשר הפרקים.

א

האלכימאי

מה חיפשו באמת אותם אנשים שרכנו מאות שנים מעל כור היתוך, ולמה החיפוש שלהם היה מדויק יותר ממה שמקובל לחשוב.

ב

המשפט האחרון של התוכחה

פסוק אחד בפרשה, ובתוכו ארבע חידות נעולות. נקרא אותו לאט ונניח את הארבע על השולחן.

ג

שלושה מפרשים נכנסים לחדר

רש"י, אבן עזרא ובעלי התוספות. הפשט במלוא כובד המשקל שלו, לפני שנוגעים בו.

ד

"כל הקללות ברכות הן"

אמירה אחת בגמרא שנשמעת כמו נחמה זולה, ומתגלה כמבנה מדויק של הנפש.

ה

האונייה

הזוהר החדש קורא את אותו פסוק הפוך. המים, הכלי, ותיבת נוח שיורדת לתוך הסערה.

ו

ירידת הנשמה

למה כמעט כל מאמר של אדמו"ר הזקן פותח באותה שאלה, ומה זה עושה לאדם שמבין את התשובה.

ז

"ואין קונה"

הרבי מליובאוויטש הופך את הקללה החמורה ביותר להבטחה החזקה ביותר. ובדיקה מעשית: מי מחזיק בכך.

ח

והתמכרתם

הרצון לקנות את החיים שלך בכוחות עצמך, והמחיר של ההתמנה.

ט

בתוך הקללות הללו

רבי שמעון שואל איפה מתגלה הגאולה, והתשובה מסבירה למה האור נוטה להתחבא דווקא בפצע.

י

הנר והשמן

ח"י אלול, שני ימי הולדת, והדבר האחד שחסידות הוסיפה לקבלה.

יא

המעבדה

שבעה תרגילים לשבוע אחד. כולם מעשים, כולם קצרים, כולם אפשריים היום.

יב

הניגון

אדמו"ר הזקן קורא בתורה, והקללות נשמעות כמו ברכות. איך מגיעים לשם.

מה אנחנו עושים כאן

לאן הגיליון הזה הולך, מה הוא מנסה להסביר, ומה תיקחו ממנו לשבוע הקרוב.

כל שבוע קוראים קטע אחד מהתורה. הקטע נקרא **פרשה**, והשבוע זו פרשת כי תבוא. אני לוקח מהפרשה דבר אחד — לרוב פסוק בודד — ופותח אותו עד הסוף, כדי להוציא משם רעיון שאפשר להשתמש בו ביום ראשון בבוקר.

כל שם, ספר ומונח שיופיעו בדרך מוסברים במקום שבו הם מופיעים, ומרוכזים בעמוד הבא. הבקשה היחידה שלי היא שתקראו את הטענות ותבחנו אותן מול החיים שלכם. המקורות כאן בני מאות ואלפי שנים, והטענות שלהם על נפש האדם ניתנות לבדיקה בשבוע הקרוב, אצלכם בבית.

הטקסטים עתיקים. הטענות שיוצאות מהם נבדקות בשבוע אחד.

מה נעשה השבוע

בפרשה שלנו יש קטע קשה במיוחד, שנקרא **תוכחה** — רשימה ארוכה של אזהרות על מה שיקרה אם עם ישראל יאבד את דרכו. הרשימה מתקדמת ונעשית חמורה יותר, ואז נגמרת בפסוק אחד מוזר.

הפסוק הזה הוא כל העלון. נקרא אותו לאט, נגלה שיש בו ארבע נקודות שלא מסתדרות, ואז נלך אחריהן.

הדרך עוברת בשלוש תחנות. קודם נשמע איך קראו את הפסוק הפרשנים הקלאסיים, כפשוטו, במלוא הכובד והקושי. אחר כך נראה קריאה הפוכה לחלוטין, שבה אותן מילים בדיוק מתארות הבטחה. ולבסוף נבדוק מה כל זה אומר על אדם שקם מחר בבוקר.

מה תיקחו מכאן

דבר אחד, והוא הנושא של כל הגיליון: **המיומנות לקרוא מחדש את מה שקרה לכם.**

זו יכולת מדויקת שאפשר לתרגל: להבחין בין העובדה למשמעות שהדבקתם בה, ואז לבחור את המשמעות במקום לרשת אותה. אנשים שיש להם את היכולת הזאת חיים אחרת לגמרי עם אותם נתונים בדיוק.

איך לקרוא את זה

הגיליון ארוך, וזה במתכוון. יש רעיונות שמתקצרים יפה לכדי משפט, ויש רעיונות שהקיצור גובה מהם את כל הכוח. זה מהסוג השני.

אז יש שתי דרכים. אפשר לשבת עם זה שעה ולעבור את כל הדרך ברצף, ואפשר לקרוא פרק ביום לאורך השבוע — כל פרק עומד בפני עצמו וגם ממשיך את הקודם.

ובעמוד הבא, לפני שמתחילים: כל מי שתפגשו בדרך — מי הם, מתי חיו ומה כתבו.

השורה התחתונה

מה הגיליון הזה מנסה לעשות

להסביר מאיפה מגיעה היכולת להפוך אירוע קשה לחומר שאפשר לעבוד איתו, ולמה היא יושבת מעל כל מיומנות אחרת.

לפרק אותה לחלקים: מה זו פרשנות, מה מחזיק אדם בתוך כאוס, מי מחזיק בו בלי שהוא שם לב, ולמה ההמתנה גובה ממנו מחיר.

לתת שבעה תרגילים קצרים לשבוע אחד, שאפשר להתחיל בהם היום.

לפני שמתחילים

מי מדבר כאן

כל השמות, הספרים והמונחים שתפגשו בדרך, במקום אחד. אפשר לקרוא את זה עכשיו, ואפשר לחזור לכאן בכל פעם שמשחו נשמע זה.

הספרים והשכבות

תורה	חמשת הספרים הראשונים במקרא. הספר החמישי נקרא דברים , וממנו לקוחה הפרשה שלנו.
פרשה	הקטע השבועי שקוראים מהתורה. שנה שלמה מחולקת לחמישים ושתיים פרשות, ולכל אחת שם שנקלח מהמילים הראשונות שלה. "כי תבוא" פירושו "כאשר תיכנס".
תוכחה	הקטע בפרשה שלנו שמפרט מה יקרה אם העם יאבד את דרכו. תשעים ושמונה אזהרות ברצף. נהוג לקרוא אותו בבית הכנסת בקול נמוך ובמהירות.
פשוט	שכבת הקריאה הראשונה: מה הטקסט אומר כפי שהוא, לפי הדקדוק וההקשר, לפני כל פירוש רחוק. בפרקים ב'-ג' אנחנו נשארים בשכבה הזאת בכוונה.
גמרא	קובץ הדיונים של חכמי בבל וארץ ישראל, שנחתם לפני כאלף וחמש מאות שנה. הוא מחולק למסכתות לפי נושא — כאן אנחנו פוגשים את מסכת מועד קטן .
קבלה	המסורת שעוסקת במבנה הפנימי של המציאות: איך העולם בנוי מלמעלה למטה, ואיך זה מתבטא בנפש. נכתבה בעיקר החל מהמאה השלוש-עשרה.

זֶהָר	הספר המרכזי של הקבלה, כתוב ארמית — שפה אחת לעברית — וערוך כשיחות של חבורת חכמים. זוהר חדש הוא אוסף מאוחר יותר של קטעים שלא נכללו במהדורה הראשונה.
חֲסִידוֹת	תנועה שקמה במאה השמונה־עשרה ולקחה את רעיונות הקבלה והפנתה אותם פנימה, אל החיים היומיומיים של אדם רגיל. פרק י' עוסק בזה במפורש.
ה א נ ש י ם	
רִשִׁי	רבי שלמה יצחקי. צרפת, 1105–1040. הפרשן הנקרא ביותר בתולדות התורה, ומי שהציב את הרף לקריאה לפי הפשט.
אַבְן עֶזְרָא	רבי אברהם אבן עזרא. ספרד, 1167–1089. משורר, אסטרונום ומדקדק. הוא זה שמדייק בפרק ג' בהבדל שבין "נמכרתם" ל"התמכרתם".
פְּעֻלֵי הַתּוֹסְפוֹת	בתי מדרש בצרפת ובגרמניה במאות השתיים־עשרה והשלוש־עשרה, שרבים מהם היו צאצאיו של רש"י. "דעת וקנים" הוא אחד מקבצי הפירושים שלהם.
רַבִּי שְׁמַעוֹן	רבי שמעון בר יוחאי. ארץ ישראל, המאה השנייה. הדמות שסביבה בנוי הזוהר — הוא היושב עם החבורה ושואל את השאלות.
הַבַּעַל שֵׁם טוֹב	רבי ישראל בן אליעזר. אוקראינה, 1760–1698. מייסד החסידות. יום הולדתו הוא ח"י אלול.
אַדְמו"ר הַזָּקֵן	רבי שניאור זלמן מלאדי. 1812–1745. הפך את החסידות לשיטה מסודרת שאפשר ללמוד, וכתב את התניא — ספר היסוד של חב"ד, שממפה את המאבק הפנימי בין שני הכוחות שבאדם. נולד בח"י אלול, ארבעים ושבע שנים אחרי הבעל שם טוב.
הַרַבִּי מְלִיּוּבָאוּיֵטֶשׁ	רבי מנחם מנדל שניאורסון. 1994–1902. ממשיך אותה שושלת. הקריאה שלו ל"ואין קונה", בפרק ז', נמסרה בשנת תש"ד — 1944.
מ י ל י ם ו ת א ר י כ י ם	
מַצְרִים	השם העברי למצרים בנוי מהשורש מִצַּר — מקום צר, מעבר דחוק. לכן לאורך כל העלון "לרדת למצרים" נקרא גם "להיכנס למקום שאין בו אוויר". זה הציר של כל הטיעון.
גְּאוּלָּה	במקורות האלה, יציאה ממצב צר אל מצב רחב — של אדם או של עם. בפרק ט' זו המילה שעליה נשענת השאלה של רבי שמעון.
נִשְׁמָה	בשפה הזאת, החלק באדם שקדם לגוף ואינו נגמר איתו. פרק ו' עוסק בשאלה למה היא ירדה לכאן מלכתחילה.
שְׁלִיחוֹת	משימה שנשלחת עם אדם. בחסידות זו התשובה לשאלה למה הנשמה בעולם, והיא מנוסחת בפועל אחד: להאיר.
אַלּוּל	החודש האחרון בשנה העברית, ולכן חודש של חשבון נפש לקראת ראש השנה. ח"י אלול הוא היום השמונה־עשר בו, והאותיות ח' ו' יחד נקראות "ח"י".



האלכימאי

מאות שנים רכנו אנשים מעל כור היתוך וניסו להפוך עופרת לזהב. ההיסטוריה קברה אותם כטיפשים. יש קריאה אחרת של אותו סיפור, והיא נוגעת ישירות בשאלה שמעסיקה אותנו כאן.

ה אלכימאים עבדו במרתפים. הם ערבבו גופרית, כספית ומלח, חיממו, קיררו, זיקקו, וניהלו יומנים בשפה סתומה שרק הם הבינו. המטרה המוצהרת שלהם היתה פשוטה כמעט עד עלבון: לקחת מתכת פשוטה — ברזל, עופרת, נחושת — ולהוציא ממנה זהב. שש מאות שנה של עבודה קשה, ואפס גרמים של זהב.

כשהכימיה המודרנית קמה על רגליה, היא ירשה מהם את המעבדה ואת הכלים, ואת האנשים עצמם היא השאירה מאחור כבדיחה. אלכימאי הפך למילה נרדפת לאדם שמבזבז את חייו על משהו בלתי אפשרי.

ואז, במאה העשרים, אדם אחד פתח את היומנים האלה וקרא אותם אחרת. קרל יונג ישב שנים על הכתבים של האלכימאים, והבחין בדבר מוזר: הם כותבים על עופרת ועל זהב, אבל התיאורים שלהם רגשיים מדי. הם מדברים על "הניגרדו", השלב השחור, ומתארים אותו בדיוק כפי שאדם מתאר דיכאון. הם מדברים על "הזיווג", על "המוות", על "הלידה מחדש". הם כותבים שהעבודה דורשת טוהר לב, שהחומר מסרב להיפתח בפני מי שרוצה רק להתעשר.

האלכימאים תיארו את הנפש בשפה של מתכות. הם עבדו על עצמם, וקראו לזה כימיה.

יונג הגיע למסקנה שהם היו פסיכולוגים שאין להם עדיין מילים. השפה הפנימית טרם נולדה, אז הם השאילו את השפה של החומר. וכשקוראים את הכתבים בקריאה הזאת, השאלה שלהם הופכת לשאלה טובה מאוד: מהו התהליך שהופך חומר גלם נחות לחומר יקר, בלי להחליף את החומר?

בואו נעמיד את זה על רגליים ברורות, כי מכאן ואילך הכול נשען על ההבחנה הזאת.

לכל אירוע בחיים שלכם יש שתי שכבות. יש השכבה של מה שקרה — העובדות, הזמן, המקום, מי אמר ומה ענו. ויש השכבה של מה שהאירוע הזה **אומר** — מה הוא מלמד עליכם, על העולם, על העתיד. השכבה הראשונה נעולה. השכבה השנייה פתוחה לגמרי.

אדם מפוטר מהעבודה. זו השכבה הראשונה, והיא עובדה. עכשיו לשכבה השנייה. פיטורים יכולים להיות "הוכחה שאני לא מספיק טוב", והם יכולים להיות "סימן שהמקום הזה מיצה את עצמו", והם יכולים להיות "הדחיפה שהייתי צריך ולא הייתי אמיץ מספיק לתת לעצמי". שלוש קריאות של עובדה אחת. וכל אחת מהן מייצרת אדם אחר לגמרי ביום ראשון בבוקר.

וכאן טמון ההסבר לכך שהמיומנות הזאת שווה יותר מכל מיומנות אחרת שתרכשו. היא יושבת **למעלה** מכולן. אדם יכול ללמוד לנהל זמן, לנהל כסף, לנהל שיחה קשה — וכל אחת מהמיומנויות האלה תשרת אותו בתחום שלה. הפרשנות משרתת את כולן יחד, כי היא זו שקובעת אם הוא בכלל יקום בבוקר ויפעיל אותן.

אדם שמפרש את היום שלו כמלחמה יילחם. אדם שמפרש אותו כשליחות יבנה. אותן שעות בדיוק, אותו גוף, אותו חשבון בנק.

שני אנשים באותו חדר המתנה

שני אנשים יושבים באותו מסדרון ומחכים לאותה תשובה. אחד מהם מרגיש איך החזה שלו נסגר. הוא מריץ בראש את כל התרחישים, ובכל תרחיש הוא מפסיד. הוא מסתכל בטלפון כל ארבעים שניות. השני יושב באותו כיסא ואומר לעצמו: עשיתי את מה שהיה בידי, ומה שיגיע — אדע לעמוד בו.

המסדרון זהה. התשובה עוד לא הגיעה לאף אחד מהם. ובכל זאת האחד חי בגיהנום והשני חי בשקט. ההבדל היחיד ביניהם הוא משפט אחד שכל אחד מהם אומר לעצמו — ואת המשפט הזה אפשר ללמוד.

התורה קוראת לתהליך הזה בשם אחר, והיא מציבה אותו במקום הכי מפתיע שאפשר: בשורה האחרונה של הקללות.

מושג יסוד

פרשנות

פרשנות היא המשפט שאדם אומר לעצמו על מה שקרה לו. היא קורית בכל מקרה — אין אדם שחווה אירוע בלי לספר לעצמו מה הוא אומר. השאלה היחידה היא מי כותב את המשפט: הרגל ישן, פחד, קול של מישהו מהילדות, או אתם.

והיא קודמת לרגש. רוב האנשים מרגישים שהאירוע ייצר את הרגש. בפועל מה שייצר את הרגש הוא המשפט שנאמר על האירוע, וזה קורה מהר כל כך שקשה לתפוס אותו באמצע.



המשפט האחרון של התוכחה

פרשת כי תבוא נושאת את הפרק הקשה ביותר בתורה. תשעים ושמונה קללות, אחת אחרי השנייה, בקריאה שנהוג לקרוא אותה בלחש. ובסוף, בשורה האחרונה, מונח משפט מוזר.

לפני שנגיע לפסוק, מילה על ההקשר. פרשת כי תבוא היא הפרשה השביעית בספר דברים, והיא נקראת תמיד בשבתות שלפני ראש השנה. הפרשה נפתחת דווקא בשמחה — מצוות הביכורים, אדם עולה לירושלים עם הפרי הראשון שצמח לו, ואומר משפט של הכרת טובה. ומשם, בתוך אותה פרשה, היא צונחת אל התוכחה.

התוכחה היא רשימה. הרשימה מתארת מה יקרה אם עם ישראל יאבד את הדרך: מחלה, רעב, פחד, גלות, שיגעון. הקריאה מתקדמת ונעשית חמורה יותר, ואז — במקום שבו הציפייה היא לסיום מהדהד — מגיע הפסוק הזה.

קראו אותו שוב, לאט. ואז שימו לב שהוא בנוי מוזר. יש בו ארבע נקודות שנתקעות בגרון, וכדאי להניח את כולן על השולחן לפני שממשיכים.

החידה הראשונה • באוניות

מסע מארץ ישראל למצרים הוא מסע יבשתי. הוא היה יבשתי ביציאת מצרים, והוא יבשתי גם בחזרה. אז מדוע דווקא באוניות? ואם כבר גזרה, למה לפרט את אמצעי התחבורה? כאן פועל כלל הקריאה שכל הלימוד הזה עומד עליו: מילה שאפשר היה לוותר עליה ובכל זאת נכתבה — היא סימן, ולא סגנון. יש כאן מילה כזאת.

החידה השנייה • הבטחה שנשכרת

”בדרך אשר אמרתי לך לא תוסיף עוד לראותה”. כשעם ישראל עמד על שפת ים סוף והמצרים דלקו אחריהם, נאמרה הבטחה מפורשת: את מצרים שאתם רואים היום, לא תוסיפו לראות עוד. וכעת אותו פסוק מזכיר את ההבטחה הזאת בדיוק ברגע שבו הוא מחזיר אותם למצרים. פסוק שמצטט הבטחה ומפר אותה באותה נשימה.

הפסוק

וְהִשִּׁיבְךָ ה' מִצְרַיִם בְּאוֹנוֹת,
בְּדֶרֶךְ אֲשֶׁר אָמַרְתִּי לְךָ לֹא
תִסִּיף עוֹד לִרְאֹתָהּ; וְהִתְמַכְּרְתָּם
שָׁם לְאִיִּכְיָה לְעֶבְדִּים וְלִשְׁפָחוֹת,
וְאִין קָנָה.

דברים כ"ח, ס"ח

פסוק שמזכיר הבטחה ברגע ההפרה שלה מבקש מאיתנו לשאול אם באמת הבנו את ההבטחה.

החידה השלישית • והתמכרתם

העברית כאן מדויקת עד כאב. "ונמכרתם" פירושו שמישהו מוכר אתכם. "והתמכרתם" הוא בניין חוזר — אתם מוכרים את עצמכם. הפסוק מתאר אנשים שמציעים את עצמכם לעבדות ביוזמתם. זו אינה שבייה. זו הצעה.

החידה הרביעית • ואין קונה

ואז שתי מילים שסוגרות את כל התוכחה: ואין קונה. אין קונה. אתם מציעים את עצמכם בחינם והשוק ריק. אף אחד לא מרים את היד. בשלב הזה של הקריאה, הפסוק נראה כמו התחטית של התחטית. אדם שאיבד את חירותו עדיין שווה משהו למישהו. אדם שגם את זה איבד — נשאר בלי שום דבר לאחוז בו. ארבע חידות. נאסוף אותן ונחזור אליהן. אבל לפני שהופכים פסוק, חייבים לשבת איתו כפי שהוא.

פרק שלישי



שלושה מפרשים נכנסים לחדר

יש פיתוי לדלג ישר אל הקריאה המנחמת. הפיתוי הזה הורס את הקריאה המנחמת. קודם כל נשמע את הפשט במלוא כובד המשקל שלו.

ר' ש"י ניגש לפסוק בפשטות של אדם שמסביר לילד. "באוניות", הוא כותב, "בספינות". הוא רק מתרגם. אוניות זו המילה העברית, ספינות זו המילה שהקורא של תקופתו מכיר. ואז הוא מוסיף מילה אחת ששופכת אור על הכול: "בשביה". זה מסע של שבויים.

על "והתמכרתם" הוא כותב: אתם מבקשים להיות נמכרים להם לעבדים ולשפחות. ועל "ואין קונה" — שהם ממאנים לקבל אתכם, ואז המשפט שסוגר את הפרק כולו: "כי יגורו עליכם הרג וכליון".

יש כאן מהלך של אכזריות מדויקת. אדם מגיע למקום שבו העבדות היא השדרוג. הוא מבקש אותה בפה מלא. והתשובה שהוא מקבל היא סירוב. הסירוב הזה גרוע מהעבדות, כי הוא אומר לו שאין לו ערך אפילו כרכוש.

אבן עזרא • דיוק בדקדוק

אבן עזרא נכנס ומחדד בדיוק את מה שהעלינו: "והתמכרתם אינו כמו ונמכרתם. רק פירוש: אתם תבקשו למכור את עצמכם, אנשים ונשים — ואין קונה".

הוא מתעקש על ההבדל, וההתעקשות הזאת חשובה. אדם שנמכר הוא קורבן. אדם שמוכר את עצמו עשה פעולה. יש לו רצון, יש לו יוזמה, הוא ניגש ומציע. וזה בדיוק מה שהופך את התמונה לקשה יותר: הרצון עדיין פועל בו, והוא מפנה אותו כלפי מטה.

בעלי התוספות • למה דווקא אוניות

"דעת זקנים מבעלי התוספות" נותנים לחידה הראשונה תשובה קרה ומעשית. מסע ברגל ממיין: החזקים שורדים אותו, החלשים נופלים בדרך. משמעות הדבר היא שגלות רגלית מחזירה למצרים רק חלק מהעם.

אונייה מבטלת את המיון. מעלים את כולם — הזקן, הילד, החולה, האישה שאחרי לידה. כולם מגיעים. האונייה כאן היא הכלי שמייצל את הגזרה.

שימו לב

הרצון נשאר

גם בתחתית של הפסוק, הרצון האנושי ממשיך לעבוד. האדם רוצה, יוזם, ניגש, מציע. הכיוון הוא שהתעוות.

וזו נקודה שנחזור אליה בפרק ח', כי היא מכילה את המפתח: כוח שפועל בכיוון אחד יכול לפעול בכיוון אחר. כוח שכבה — לא.

בפשט, האונייה היא מה שמאפשר לגזרה להגיע במלואה. שימו לב לכלי הזה. הוא עוד יחזור.

ויש עוד קריאה של "ואין קונה" שכדאי להכיר: אפילו בחינם לא ירצו אתכם. אחרי הדורות שבהם מצרים ראתה מה עלה בגורלה בגלל שהחזיקה בעם הזה — היא כבר לא רוצה אותו בבית.

למה חשוב לשבת עם זה

כאן צריך לומר משהו על אופי העבודה שאנחנו עושים בעלון הזה. בעוד רגע נלמד קריאה אחרת לגמרי של הפסוק, קריאה שהופכת אותו מקללה להבטחה. והקריאה הזאת שווה משהו רק בתנאי אחד: שקראנו קודם את הפשט וקיבלנו אותו במלואו.

אדם שמדלג על הקושי ומגיע ישר לנחמה מחזיק בידיו נחמה חלולה. היא תחזיק אותו כל עוד הכול בסדר, ותתפרק ברגע הראשון שיהיה קשה באמת. הנחמה שמחזיקה היא זו שנבנתה **אחרי** שהסתכלו בדבר עצמו.

אז הפסוק אכן אומר את מה שהוא אומר. גלות, שבי, עבדות מבוקשת, וסירוב. וכעת, אחרי שהנחנו את זה, נפתח את הדלת השנייה.



”כל הקללות ברכות הן”

משפט אחד בגמרא הופך את כל התוכחה על ראשה. הוא נשמע בהתחלה כמו נחמה זולה, ומתגלה כתיאור מדויק של איך הנפש עובדת.

ה גמרא במסכת מועד קטן דנה בקריאת התוכחה, ובתוך הדיון עולה אמירה שמחזיקה בתוכה עולם שלם: הקללות שבתורה, בפנימיותן, ברכות הן.

בקריאה ראשונה זה נשמע כמו סוג של התחמקות. משהו קשה קורה, ומישהו טופח על השכם ואומר ”הכול לטובה”. רוב האנשים שמעו את המשפט הזה ברגע הלא נכון, מהאדם הלא נכון, והוא הותיר בהם טעם רע.

אז בואו נעשה סדר, כי ההבחנה הזאת היא לב העניין.

הכחשה, סבלנות, והפיכה

יש שלוש תגובות שונות לחלוטין למשהו קשה, והן נשמעות דומה מבחוץ.

1 הכחשה אומרת: זה לא קרה, ואם קרה — זה קטן. היא מוחקת את העובדה. היא עובדת מצוין לשבועיים ואז נשברת, כי המציאות ממשיכה להיות שם.

2 סבלנות אומרת: זה קרה, זה כואב, ואני אחזיק מעמד עד שיעבור. זו עמדה מכובדת. היא שומרת על האדם, והיא גם עולה לו הרבה כוח.

3 הפיכה אומרת: זה קרה, זה כואב, ובתוך הדבר הזה עצמו יש חומר שאפשר להשתמש בו. היא אינה מוחקת שום דבר, והיא גם אינה מסתפקת בהישרדות.

האמירה של הגמרא שייכת לשלישית. היא אינה טוענת שהקללה נעימה. היא טוענת שהיא **בנויה** מחומר שיש בו ברכה, ושהחומר הזה זמין למי שידע לגשת אליו.

הכחשה מוחקת את הדבר. סבלנות שורדת אותו. הפיכה משתמשת בו.

מה זה אומר בפועל

קחו אדם שעבר משבר בריאות. השלב הראשון הוא הלם, ואחריו פחד, ואחריו כעס. כל אלה מוצדקים לגמרי. ואז, אצל חלק מהאנשים, קורה משהו שקשה להסביר למי שלא היה שם: הם מתחילים לחיות אחרת.

הם מדברים עם הילדים שלהם דיבור אחר. הם מפסיקים להתווכח על דברים קטנים. הם מגלים שהיה להם ראש עמוס בדאגות שהיו, בדיעבד, זניחות. כשתשאלו אותם אם הם רוצים בחזרה את המחלה — הם יגידו לא, מיד. וכשתשאלו אם הם רוצים בחזרה את האדם שהיו לפניו — גם על זה הם יענו לא.

וכאן אפשר לחזור לאלכימאים מפרק א'. הם ניסחו את זה כך: כל חומר מכיל את הזהב בפוטנציה, והעבודה היא לזקק אותו החוצה. הם דיברו על מתכות. אנחנו מדברים על שנה שהיתה קשה.

הזמן של האמירה

דבר אחד חשוב לומר במפורש, כי בלעדיו כל הפרק הזה עלול להיות מסוכן.

האמירה "הקללות ברכות הן" שייכת לאדם שאומר אותה על עצמו. היא כלי עבודה פנימי. ברגע שאדם אומר אותה למישהו אחר שנמצא בעיצומו של כאב — היא הופכת למכה נוספת.

מי שיושב ליד מיטה, מי שמקשיב לחבר בשבר, מי שנמצא עם מישהו באבל — התפקיד שלו הוא להיות שם. הכלי הזה יגיע בזמנו, מבפנים, ומהאדם עצמו.

על עצמך — כלי. על אחרים — מכה. אותו משפט בדיוק.

פרק חמישי

האונייה

הזהר החדש קורא את הפסוק שלנו כתיאור של גאולה. אותן מילים בדיוק, ומשמעות הפוכה לחלוטין. וההיפוך נפתח דרך מילה אחת: אוניות.

ה

זהה החדש ניגש לפסוק ואומר משהו שנשמע כמעט חצוף: הפסוק הזה מדבר על סוף הימים. הוא מתאר את הגאולה. יש כאן, בלשונו, הבטחות ונחמות שיעשה הקדוש ברוך הוא לישראל באחרית הימים, והבטחה שיחזור ויעשה ניסים וסימנים שלא היו כמותם מעולם.

רגע. זה הפסוק שקראנו לפני עשר דקות? זה שמדבר על שבי ועל עבדות ועל אף אחד שלא רוצה אותך?

כן. אותו פסוק בדיוק. וכדי להבין איך, צריך לחזור לחידה הראשונה.

מה עושה אונייה

הזוהר שואל: למה באוניות? ועונה תשובה במשפט אחד — כל העולם עתיד לטבוע. עצרו רגע על התשובה הזאת. היא הופכת את התמונה. בקריאת הפשט, האונייה היא כלי הובלה של שבויים. בקריאת הזוהר, האונייה היא הדבר היחיד שצף כשכל השאר יורד למטה. ומה עושה אונייה, בעצם? היא מאפשרת לך להיות בתוך המים, מוקף במים מכל הכיוונים, במרחק של סנטימטרים ספורים ממעמקים שיכולים לבלוע אותך — ולהישאר יבש. היא אינה מרחיקה אותך מהים. היא מכניסה אותך לתוכו בבטחה.

האונייה אינה בורחת מהמים. היא מאפשרת להיכנס לתוכם ולהישאר עצמך.

תיבת נוח

התמונה הזאת מוכרת לנו ממקום אחר בתורה. נוח נכנס לתיבה, והמים מכסים את הארץ. התיבה אינה עוצרת את המבול. היא מחזיקה את מה שצריך לשרוד אותו — ואז נפתחת.

וכשמסתכלים על שני הסיפורים יחד מתגלה מבנה אחד: יש מציאות ששוטפת, ויש כלי שמאפשר לעבור אותה שלם. הכלי אינו מנתק מהעולם. הוא מאפשר להיות בו.

מה הכלי שלך

וכאן השאלה נעשית מעשית מאוד. אם המים הם כל מה שסוחף — מהו הכלי שמחזיק אותך מעליהם?

התשובה, בכל השיטות שראיתי, היא אותה תשובה: הכלי הוא מבנה קבוע שאתה מחזיק גם כשאינך לך חשק.

שעה קבועה של לימוד. תפילה בזמן. חצי שעה של תנועה בבוקר. יומן שנפתח בערב באותה שעה. שולחן שבת שקורה גם בשבוע שהיה בו בלגן.

המבנה הזה נראה קטן ביחס לגודל של המים, וזה בדיוק כוחו. אונייה גם היא קטנה ביחס לאוקיינוס. מה שמחזיק אותה זו העובדה שהיא סגורה, קבועה, ובעלת צורה משלה.

מושג

מים

בשפת הקבלה, מים הם הזורם, המשתנה, מה שאין לו צורה משל עצמו. "מים זדונים" הוא הביטוי לכל מה שסוחף אדם ומעביר אותו ממקומו בלי שישים לב.

בחיים היומיומיים המים האלה מוכרים היטב: מצב הרוח של הסביבה, החדשות של הבוקר, מה שכולם מדברים עליו השבוע, הפחד שעולה בערב, השיחה שהשאירה משקע. כל אלה נכנסים פנימה בלי לבקש רשות.

ושימו לב לדבר עדין: אונייה שנפתחת מלמטה כדי "להתחבר לים" — טובעת. יש כאן איזון. כלי טוב הוא כזה שיש לו דפנות אטומות ויש לו סיפון פתוח. אתם רואים הכול, מרגישים הכול, נמצאים בתוך הכול — ומה שנכנס פנימה עובר דרך החלטה.

וזה מביא אותנו לשאלה הבאה, שהיא אולי השאלה החשובה ביותר בכל המאמר: מה בעצם אתם עושים על האונייה הזאת מלכתחילה?

פרק שישי



ירידת הנשמה

כמעט כל מאמר שכתב אדמו"ר הזקן פותח באותה שאלה. יש בחזרה הזאת עיקשות שקשה להתעלם ממנה, ויש בה גם תשובה לשאלה למה אנשים מרגישים תקועים.

מי שפותח את ספרי החסידות ומדפדף בהם שם לב מהר לתופעה. מאמר אחרי מאמר, נושא אחרי נושא, הפתיחה חוזרת: "להבין עניין ירידת הנשמה לעולם". אדמו"ר הזקן חוזר על זה שוב ושוב, במשך שנים, בפני קהלים שונים.

כשמישהו חוזר על אותה נקודה מאות פעמים, זה בדרך כלל מפני שהיא נשכחת מאות פעמים. והיא באמת נשכחת. היא נשכחת כל בוקר.

השאלה עצמה פשוטה: הנשמה היתה במקום טוב. למה היא ירדה לכאן?

התשובה, ולמה היא משנה הכול

התשובה של החסידות היא שהירידה היא **שליחות**. הנשמה יורדת לעולם הזה כדי לפעול בו משהו שאי אפשר לפעול בשום מקום אחר.

ועכשיו שימו לב מה הבנת המשפט הזה עושה לאדם, כי כאן זה נעשה מעשי לגמרי.

אדם שחושב שהוא הגיע לעולם כדי לקבל — בוחן כל יום לפי מה שהוא קיבל בו. הוא סופר: העריכו אותי? הצליח לי? קיבלתי מה שהגיע לי? ומכיוון שהעולם מחלק בסדר משלו, הרוב המכריע של הימים נכשלים בבחינה הזאת. וכך נבנית תחושה מצטברת של קיפוח, שהיא בעצם עניין חשבונאי פשוט.

אדם שחושב שהוא הגיע כדי לפעול — בוחן את היום לפי מה שהוא נתן בו. וזו בחינה שהוא שולט בה. הוא יכול לעבור אותה גם ביום גרוע במיוחד. נתתי מילה טובה. הרמתי טלפון לאמא. עשיתי את העבודה שלי בשלמות גם כשאף אחד לא הסתכל.

מי שמודד את היום במה שקיבל, תלוי במישהו אחר. מי שמודד אותו במה שנתן, מחזיק את ההגה.

המלכודת של "מה הייעוד שלי"

וכאן חייבים לגעת במשהו שגורם נזק אמיתי לאנשים טובים.

המילה שליחות נשמעת גדולה, ולכן היא נשמעת רחוקה. אדם שומע אותה ומתחיל לחפש את הדבר — התפקיד המדויק, המקצוע הנכון, המשימה שנועדה לו. הוא קורא ספרים, עושה מבחנים, מדבר עם אנשים, ומחכה שתגיע בהירות.

ובינתיים הוא עומד. שנים. אני פוגש אנשים בני ארבעים שמחכים לתשובה הזאת מגיל עשרים ושתיים.

יש כאן היפוך של סדר שרוב האנשים מניחים. הם מניחים: קודם אבין מה השליחות, ואז אפעל. בפועל זה עובד הפוך: קודם פועלים במה שיש, ומתוך זה מתבררת השליחות.

ומה עם הימים הקשים

כאן נכנס החלק החזק של הרעיון. אם הנשמה ירדה בשליחות, אז גם המקום שאליו היא ירדה שייך לשליחות.

הפסוק שלנו אומר "והשיבך ה' מצרים". מי מחזיר? הוא. זו אינה תאונה. אדם נמצא במקום שהוא נמצא בו, גם כשהמקום הזה צר וקשה, וגם כשהוא נראה כמו נסיגה.

וכשמחזיקים את זה — משהו בגוף משתחרר. הקושי נשאר קושי. ומה שנוסף הוא הידיעה שיש כאן עבודה, ושהעבודה הזאת שייכת דווקא לכם.

אדם שיודע שהוא נשלח, מפסיק לשאול למה זה קורה לי, ומתחיל לשאול מה אני עושה כאן.

רציתי לספר לכם על ארבעה-עשר הימים שלפני ראש השנה



להרשמה

אנחנו באמצע המאמר, ואני עוצר לרגע כדי לספר לכם על משהו שקורה עוד יומיים. פתחתי ליווי מלא לתקופה שלפני ראש השנה — ארבעה-עשר יום, מיום ראשון ועד ערב החג.

בכל בוקר מחכה לכם מדיטציה מוקלטת, לימוד קצר ותרגיל אחד ליום. באמצע הדרך נפגשים שלוש פעמים בשידור חי, ואני עונה שם על כל שאלה שעולה. ובערב האחרון אנחנו נועלים את התהליך יחד — חשבון נפש מודרך, ומכתב אחד שכל אחד כותב לעצמו לשנה הבאה.

מי שקורא את המאמר הזה ורוצה לעשות את מה שכתוב בו ברצף, במקום לבד — זה המקום. נשארו מקומות בודדים. סרקו את הקוד.

rabino-armoni.com/seminario-elul

פרק שביעי



”ואין קונה”

שתי המילים החמורות ביותר בכל התוכחה. הרבי מליובאוויטש קורא אותן כהבטחה החזקה ביותר בפרשה, ומהקריאה הזאת נגזרת בדיקה מעשית שאפשר לעשות היום.

ב שיחה — דרשה שנמסרה בעל פה בפני הקהל ונרשמה אחר כך — משנת תש”ד, 1944, עוסק הרבי מליובאוויטש בפסוק שלנו, ומגיע לשתי המילים האחרונות: ואין קונה. בפשט, כפי שראינו, זו התחתית — אף אחד לא רוצה אתכם.

והרבי קורא אותן אחרת. “אין”, הוא אומר, היא מדרגה. “קונה” היא מדרגה. ו”אין” עומדת מעל.

צריך רגע כדי להיכנס לזה, אז בואו נלך לאט.

מה זה “אין”

בשפת הקבלה, “אין” הוא שם למדרגה שקודמת לכל מה שיש לו הגדרה. כל דבר שאפשר לתאר, למדוד ולתחום — שייך ל”יש”. מה שקודם לכל התיחום נקרא “אין”, ולא מפני שהוא חסר, אלא מפני שהוא רחב מכל תיאור.

ו”קונה” — קניין — הוא בדיוק ההפך. קניין פירושו שדבר אחד נמצא ברשות של דבר אחר. יש בעלים, ויש נכס, ולנכס יש מחיר.

"ואין קונה" קורא כך: השורש שלך שייך למקום שאין בו בעלות. אין מי שיכול לקנות אותך.

וכעת חזרו לפסוק וקראו אותו שוב עם המשמעות הזאת. "והתמכרתם שם לאויביך לעבדים ולשפחות — ואין קונה". אתם תרדו לתוך המקום הצר. אתם אפילו תציעו את עצמכם. והתוצאה תהיה שאין קונה, כי הדבר שמנסה לקנות אתכם פשוט אינו מסוגל.

רש"י קרא שם "אף אחד לא רוצה אתכם". הרבי קורא שם "אף אחד לא יכול אתכם". אותן שתי מילים.

מי מחזיק בכך

וכאן זה נעשה מעשי, ולדעתי זה החלק השימושי ביותר בכל המאמר. כי המילה "קניין" מתארת משהו שכולנו מכירים היטב.

יש דברים שמחזיקים בכם. הם קובעים איך תיראה השעה הבאה שלכם, ואתם משלמים להם מס בכל יום.

1 דעה של מישוהו. משפט שנאמר עליכם פעם אחת, לפני שנים, ומאז אתם עדיין מתווכחים איתו בראש.

2 סיפור מהעבר. אירוע שקרה, נגמר, ועדיין מחזיק את ההגה. אתם מקבלים החלטות היום כדי שהוא לא יקרה שוב.

3 תוצאה שעוד לא הגיעה. תשובה, מספר, עסקה. כל היום נצבע לפי מה שיהיה בה.

4 מצב רוח של אדם אחר. מישוהו נכנס הביתה מכווץ, וכל הבית משנה תדר תוך שלושים שניות.

5 הרגל. תנועה שקורית לפני שהחלטתם עליה — היד שמושכת את הטלפון, המשפט שיוצא לפני שבחרתם בו.

בדיקה

שלוש שאלות לזיהוי בעלים

אחת. על מה הראש שלי חזר היום יותר מחמש פעמים, בלי שביקשתי ממנו?

שניים. מה הדבר שאם הוא היה משתנה, כל השבוע שלי היה נראה אחרת? (זה הדבר שקנה אתכם).

שלוש. מהי התנועה שאני עושה כל יום בלי החלטה?

מה שנחשף בשלוש השאלות האלה הוא רשימת הבעלים. ורוב האנשים מגלים בה בין דבר אחד לשלושה, כמעט תמיד אותם דברים כבר שנים.

איך משחררים קניין

השחרור מתחיל בשם. ברגע שאדם אומר בקול "הדבר שמחזיק אותי עכשיו הוא הפחד מהתשובה שתגיע ביום שלישי" — משהו נפרד. עד לפני רגע הפחד היה **הוא**. עכשיו הפחד הוא דבר שנמצא בחדר, והוא מסתכל עליו.

השלב השני הוא לשאול מה נמצא מתחת. הפחד מהתשובה בדרך כלל מחזיק משהו יקר — רצון לפרנס את המשפחה, רצון לעשות עבודה טובה. ההכרה בדבר היקר הזה מחזירה את הכוח לאדם, כי כעת יש לו מה לעשות איתו.

והשלב השלישי הוא הפעולה הקטנה. משהו שאפשר לעשות בעשר דקות ושהוא שייך לרצון האמיתי — לא לפחד. אדם שעושה פעולה אחת כזאת מגלה שהבעלות התרופפה, כי בעלות ניזונה מהמתנה.

כל דבר שמחזיק בך ניזון מזה שאתה מחכה. הפעולה הקטנה ביותר מרעיבה אותו.

פרק שמיני

ח

"והתמכרתם"

המילה שנראתה כמו התחיתית מתגלה כאחד הכוחות היפים שיש באדם: הרצון לקנות את החיים שלו בכוחות עצמו. והמתנה היא מה שגובה ממנו את המחיר.

א בן עזרא דייק, זוכרים: "והתמכרתם" פירושו שאתם מוכרים את עצמכם. יש פה יוזמה. יש פה רצון. הרבי מליובאוויטש לוקח את הדיוק הזה והופך אותו.

הוא אומר: בתוך הצורה הזאת מסתתר רצון עמוק ובריא — הרצון של אדם לעבוד בזכות עצמו.

האדם אינו רוצה מתנה. תשאלו כל אדם שקיבל משרה בזכות קשרים והוא יספר לכם שהוא בילה שנתיים בתחושה שהוא מתחזה. תשאלו ילד שהוריו סידרו לו הכול, ותראו אדם בן שלושים שאין לו קרקע מתחת לרגליים. מתנה גדולה מדי מרוקנת את מקבל המתנה.

וכשמסתכלים כך, "והתמכרתם" אינו רק תיאור של שפל. הוא גם תיאור של אדם שרוצה נורא להיות שייך למשהו שהוא עצמו בנה.

המחיר של ההמתנה

ומכאן לנקודה שהרב חוזר עליה בחריפות: אחד הדברים הקשים ביותר שאדם עושה לעצמו הוא לחכות.

מחכה שיעריכו אותו. מחכה שיפתחו לו דלת. מחכה שיבחינו בו. מחכה שיבוא הרגע הנכון. מחכה שירגיש מוכן.

וההמתנה הזאת נראית מבחוץ כמו סבלנות, ובפנים היא משהו אחר לגמרי: היא העברה של ההגה למישהו אחר. אדם שמחכה מסר את ההחלטה על החיים שלו לגורם חיצוני, ומאותו רגע הוא מגיב במקום לפעול.

ההמתנה מרגישה כמו ענווה. בפועל היא העברת ההגה.

הדלתות פתוחות

והרב אומר משפט שכדאי לקרוא פעמיים, במיוחד בתקופה שלנו: הכול מזומן. באמת. אדם היום יכול ללמוד כל מקצוע מהסלון, להגיע לכל אדם כמעט, לפתוח עסק בשבוע, לפרסם מה שיצר בלי לבקש רשות מאיש. הדלתות פתוחות במידה שלא היתה כמותה בשום דור.

ואת מה שנשאר לעשות הוא מנסח בשתי מילים: לגשת ולפתוח.

הפער בין אדם שעושה לאדם שמחכה כמעט אף פעם אינו פער של כישרון. הוא פער של רגע אחד שבו האחד קם והשני המשיך לשבת.

ההיפוך שמשנה מערכות יחסים

הרב נותן לזה ניסוח יומיומי מדויק, ואני מביא אותו כמעט כלשוננו.

אדם שואל למה לא מעריכים אותי. שיתחיל להעריך אחרים — ויתחילו להעריך אותו. שואל למה לא אוהבים אותי. שיתחיל לאהוב — ויאהבו אותו. הוא משנה זווית ראייה, ופתאום גם האנשים סביבו משנים כלפיו זווית ראייה.

מושג

נהמא דכיסופא

בקבלה יש ביטוי לתופעה הזאת: "נהמא דכיסופא" — לחם של בוש. הכוונה ללחם שאדם מקבל בלי שעשה עליו כלום, והוא נתקע לו בגרון.

לפי הקבלה, זו הסיבה שבגללה העולם בנוי כפי שהוא בנוי, עם מאמץ ועם עבודה. כדי שלאדם תהיה האפשרות לקנות את מה שהוא מקבל.

יש כאן מנגנון פשוט שאפשר לראות בעין. אדם שמרגיש מקופח משדר את זה. הכתפיים, הטון, האורך של המשפטים, מה הוא מספר על עצמו. אנשים קולטים את זה תוך שניות ומגיבים. אדם שמתחיל לתת מזוז את כל השדה.

הוא הופך את עצמו לבעל ערך — ורואים בו בעל ערך. השינוי מתחיל בו ומגיע אליו בחזרה.

וזה, בסופו של דבר, המובן העמוק של "והתמכרתם בקריאה הזאת. אדם קונה את עצמו. הוא נותן, בונה, פועל — ומגלה בסוף שהחיים שלו שייכים לו, כי הוא שילם עליהם בעבודה.

פרק תשיעי



"בתוך הקללות הללו"

רבי שמעון שואל את תלמידיו איפה מתגלה הגאולה, והתשובה שהוא נותן מסבירה למה האור נוטה להתחבא דווקא במקום שהכי כואב.

ב זוהר החדש יושב רבי שמעון עם החבורה — חוג התלמידים שסביבו — והוא מציג שאלה: באיזה מקום מתגלה גאולתן של ישראל?

והוא עונה בעצמו: בתוך הקללות הללו. "גאולה" כאן פירושה יציאה מהמצב הצר אל מצב רחב — לא מחילה על חטא.

המשפט הזה קצר וקשה. הוא אומר שהמקום שבו האור נמצא הוא בדיוק המקום שממנו כולם בורחים.

למה זה בנוי כך

אפשר לתת לזה כמה הסברים, ואני אתן שלושה שנראים לי אמיתיים.

ההסבר הראשון הוא של תשומת לב. כשהכול זורם, אדם אינו מסתכל. הוא מתפקד. הכאב הוא הדבר היחיד שמכריח לעצור ולהסתכל, ומה שמסתכלים עליו — נחשף.

ההסבר השני הוא של עומק. הכוחות הרדודים של אדם מספיקים ליום רגיל. כדי להגיע לכוחות העמוקים צריך משהו שירוקן את הרדודים. אנשים מגלים במשבר שיש להם עמידות שלא ידעו עליה, ואת התגלית הזאת אי אפשר לעשות בשבוע קל.

וההסבר השלישי הוא של פתח. אדם מסודר וסגור הוא גם אטום. הסדק שנפתח בו במשבר הוא המקום שדרכו נכנס משהו חדש. אור נכנס דרך סדקים, וזו אינה מטאפורה יפה בלבד — זו תצפית.

היכן זה מתרחש אצלכם

עכשיו נעשה עם זה משהו. חשבו על המקום בחיים שלכם שאתם הכי מעדיפים לעקוף. המקום שכשמישהו נוגע בו בשיחה, אתם מסיטים את הנושא.

יש כזה כמעט לכל אדם. הכסף. הגוף. אח שלא מדברים איתו. שיחה עם הורה שנדחית שנתיים. משהו שקרה בעבודה הקודמת. מספר במאזן.

ואני מבקש להיות מדויק כאן, כי הרעיון הזה נוטה להישמע כמו רומנטיזציה של סבל. הוא אינו זה.

הסבל עצמו אינו מקדש שום דבר. יש אנשים שסבלו הרבה מאוד ויצאו מזה מרים וקטנים. הגורם שקובע הוא מה נעשה בחומר. הזוהר מצביע על המקום שבו החומר נמצא. את העבודה עושה האדם.

מהזוהר

בְּאֵן אֶתֶר אֶתְנִילָא גְאוּלְתֵּהוּן
דְּיִשְׂרָאֵל? בְּגוּ הִנֵּי לְוֹטִין. —
באיזה מקום מתגלה גאולתן של
ישראל? בתוך הקללות הללו.

זוהר חדש · כי תבוא

התצפית

המקום שאתם עוקפים

מה שמעניין במקום הזה הוא כמות האנרגיה שהוא צורך. אדם משקיע כוח עצום בעקיפה יומיומית, וברוב הזמן הוא כלל אינו מודע לחשבון.

ולכן הפתיחה של המקום הזה מחזירה כוח מיד. עוד לפני שנפתר משהו — הכוח שהוקדש להימנעות משתחרר.

הסבל מספק את החומר. האדם מחליט אם החומר הזה נעשה קיר או דלת.

ויש כאן גם נחמה שכדאי לקחת: אם הגאולה מתגלה במקום הנמוך, אז המקום שנראה לכם כמו הכישלון הגדול של החיים שלכם הוא בדיוק המקום שכדאי לחפש בו.

רוב האנשים שאני מכיר, שיש להם משהו לתת לעולם — נותנים אותו בדיוק מהמקום שכאב להם. המטפלים הטובים ביותר מטפלים בדבר שהם עצמם עברו. זה חוזר על עצמו בעקביות כזאת שקשה לקרוא לזה מקרה.

פרק עשירי

הנר והשמן

ח"י באלול, שני ימי הולדת בהפרש של ארבעים ושבע שנים, והדבר האחד שספרות החסידות הוסיפה לספרות הקבלה שקדמה לה.



ה שיעור שממנו נולד העלון הזה נמסר בח"י אלול, ויש לתאריך הזה משמעות. בח"י אלול נולד הבעל שם טוב, ובאותו יום עצמו, ארבעים ושבע שנים אחריו, נולד אדמו"ר הזקן.

שני אלה הם שני הפרקים של אותו סיפור. הבעל שם טוב פתח את הדרך, ואדמו"ר הזקן הפך אותה לשיטה מסודרת שאפשר ללמוד אותה.

מה הוסיפה החסידות

ספרות הקבלה קדמה לחסידות במאות שנים, והיא עסקה במבנה — מה יש למעלה, איך זה בנוי, איך העולמות מסודרים. עבודה עצומה, ובעיקר עבודה של מפה.

החסידות באה ולקחה את המפה הזאת והפנתה אותה פנימה. היא אמרה: כל מה שכתוב שם על העולמות — קורה כך. הצמצום קורה כך, ההתפשטות קורה כך, הירידה והעלייה קורות כך, היום.

הקבלה נתנה את המפה. החסידות הפכה אותה לתיאור של הבוקר שלך.

ואם צריך לסכם במשפט אחד מה החסידות באה להביא — היא באה להפוך לאדם את זווית הראייה, ולהכניס חיות ואור לתוך החיים שלו. שיפסיק לראות את עצמו שוקע, ויתחיל לראות את עצמו בשליחות.

השליחות היא להאיר

וכאן מגיעה התמונה שסוגרת את המאמר כולו.

השליחות, כפי שאמרנו בפרק ו', היא להאיר את הסביבה. ועכשיו לשאלה המעשית: מה נדרש מנר כדי שיאיר?

הוא שורף שמן. אין דרך אחרת. אור שאינו שורף דבר אינו אור, הוא ציור של אור.

התמונה

מה נשרף באדם

בשפת החסידות, מה שנשרף הוא ה"ישות" — התפיסה של האדם את עצמו כמרכז. הרגע שבו הוא שואל "ומה יוצא לי מזה" לפני שהוא עונה.

ובפועל השרפה הזאת נראית קטנה מאוד: להקשיב עד הסוף כשכבר יש לך תשובה מוכנה. לוותר על להיות צודק בשיחה שאפשר לנצח בה. לתת מילה טובה למישהו שלא ביקש ולא ידע.

וזה נקודת מפתח, כי היא מסבירה למה יש אנשים שכל חייהם בקרבת רעיונות גדולים והם נשארים כפי שהיו. הרעיון נשאר בראש, והוא זקוק לשמן כדי לדלוך.

אדם שלומד לעשות את זה מתחיל להתהלך בעולם אחרת. הרב מתאר אותו כמי שהולך עם אבוקה — מאיר את מה שהוא פוגש, עומד על שלו כשצריך, עושה את מה שנדרש, ובכל זאת התנועה הבסיסית שלו היא להאיר.

והרשימה של מי להאיר קצרה מאוד, והיא מתחילה קרוב: אשתך. הילדים. ההורים. האנשים שאתם רואים בכל יום ושהפכתם לרהיטים.

האור מתחיל במרחק של שני מטרים. כל השאר מגיע אחר כך.

פרק אחד-עשר

יא

המעבדה

כל מה שנאמר עד כאן שווה משהו ברגע שעושים אתו משהו. שבעה תרגילים לשבוע אחד, כולם קצרים, כולם אפשריים היום.

העבודה לשבוע

שבעה תרגילים

לפני התרגילים, שלוש הערות שיחשכו לכם אכזבה.

ראשונה. בחרו שניים. אדם שמנסה שבעה תרגילים בבת אחת מחזיק אותם ארבעה ימים. אדם שבחר שניים ועושה אותם באמת — נשאר איתם שנה.

שנייה. כולם מעשים, וזה מכוון. מחשבה טובה מתפוגגת תוך דקות. מעשה קטן משאיר עקבות בגוף ובזיכרון, וממנו נבנה השינוי.

שלישית. קבעו לכל תרגיל זמן ומקום. "כשאזכר" הוא הזמן שלא מגיע.

כל אחד מהתרגילים לוקח בין דקה לעשרים דקות. הם מסודרים לפי סדר הפרקים, כך שאפשר לחזור לפרק שממנו הם באים.

- 1 **הקריאה השנייה - פרק א'.** קחו דבר אחד מהשבוע שהיה מעצבן, וכתבו עליו שלוש קריאות שונות. אחת שחורה, אחת ניטרלית, ואחת שרואה בו הזדמנות. שלושן חייבות להיות אמיתיות. ואז בחרו באיזו מהן אתם חיים.
- 2 **הכלי - פרק ה'.** בחרו דבר אחד שיקרה השבוע בזמן קבוע גם ביום שאין בו חשק. עשר דקות מספיקות. הקביעות היא כל העניין, ולכן קטן וקבוע עדיף על גדול ומזדמן.
- 3 **הרשימה של הבעלים - פרק ז'.** ענו על שלוש השאלות מהפרק וכתבו את התשובות. ואז בחרו אחת מהן, אמרו בקול "הדבר שמחזיק אותי עכשיו הוא..." ועשו פעולה אחת של עשר דקות שנוגעת בה.
- 4 **הדלת - פרק ח'.** חשבו על דבר אחד שאתם מחכים לו כבר יותר מחצי שנה. עשו השבוע צעד אחד קטן שתלוי רק בכם. שיחת טלפון. מייל. שאלה אחת ששואלים משהו.
- 5 **ההיפוך - פרק ח'.** בחרו אדם אחד שאתם מרגישים שהוא לא מעריך אתכם מספיק. אמרו לו השבוע משפט אחד של הערכה אמיתית, בעל פה, בלי הקשר מיוחד. ואז שימו לב מה קורה.
- 6 **המקום הנעקף - פרק ט'.** זהו את המקום שאתם עוקפים, וגעו בו בקצה האצבע. שיחה אחת. מסמך אחד שנפתח. חמש דקות של הסתכלות ישירה. אומר המדרש בשם הקדוש ברוך הוא: פתחו לי פתח כחודו של מחט, ואני אפתח לכם פתח שעגלות נכנסות בו.
- 7 **השמן - פרק י'.** פעם ביום, בשיחה אחת, הקשיבו עד הסוף בלי להכין תשובה בזמן שהשני מדבר. זה התרגיל הקטן ביותר ברשימה והקשה ביותר בפועל.

והסביבה

בסוף השיעור הגיעה שאלה שראוי לענות עליה כאן, כי היא מגיעה כמעט תמיד. מישחי כתבה: איך אפשר לחשוב חיובי כשכל מי שסביבי חי בתנועה של דאגה, והכול נשמע כמו קריסה קרובה? והתשובה של הרב ישירה. התרחקו מהשיח הזה כמו מאש. ואם אי אפשר להתרחק — הציבו גבול. והגבול נאמר במשפט אחד פשוט, בלי ויכוח ובלי הרצאה: "זה מוריד אותי, ואני מעדיף לדבר על משהו אחר". חוזרים על המשפט הזה בשקט בכל פעם שצריך. אנשים לומדים אותו מהר.

לזכור

אווירה נכנסת דרך האוזניים

מצב רוח של אדם עובר לאדם שלידו בתוך דקות ספורות, וזה קורה מתחת לרדאר. אדם שיושב שעה בשיחה של דאגה קם ממנה מודאג, גם כשהחיים שלו בסדר גמור.

ולכן שמירה על מי נמצא לידכם היא עבודה מעשית ממש כמו שינה או תזונה, ולא עניין של נימוס.

הניגון

מספרים על אדמו"ר הזקן שכשקרא בתורה את פרשת התוכחה, היא נשמעה כמו ברכה. זה נשמע כמו סיפור יפה. זו למעשה בחינה.

ה נכד שלו, רבי מנחם מנדל — ה"צמח צדק" — סיפר את זה. פעם בשבוע קוראים את הפרשה בקול מתוך ספר התורה בפני כל הקהל, בניגון קבוע. וכשאדמו"ר הזקן קרא כך את הקללות, הן נשמעו כמו ברכות. אותן מילים, אותו ניגון, וכל מי שעמד שם שמע משהו אחר לגמרי.

אפשר לקרוא את זה כסיפור על צדיק, ולהניח אותו בצד. ואפשר לקרוא אותו כתיאור של מדרגה מדויקת: אדם שהגיע למקום שבו הוא באמת שומע את מה שכתוב בגמרא. שהקללות, בפנימיותן, ברכות הן. הוא אינו מתאמץ להשמיע אותן כך. הוא פשוט שומע אותן כך, ולכן הן יוצאות מפיו כך.

לאסוף את הדרך

עברנו כאן מרחק, אז בואו נאסוף אותו בקצרה.

- 1 פרשנות היא המשפט שאדם אומר לעצמו על מה שקרה. היא קודמת לרגש, והיא ניתנת לבחירה.
- 2 הפסוק האחרון בתוכחה נראה כתחתית, ומכיל בתוכו את המפתח כולו.
- 3 הפשט חייב להיקרא במלואו לפני ההיפוך, אחרת ההיפוך חלול.
- 4 האונייה היא כלי קבוע שמאפשר לרדת לתוך המים ולהישאר בעל צורה.
- 5 הנשמה ירדה בשליחות, והשליחות היא כיוון — להאיר — ולא משימה שצריך לגלות.
- 6 "ואין קונה" אומר שאין מי שיכול להחזיק כך, וההמתנה היא מה שמוסרת את המפתח.
- 7 האור מתגלה במקום הנמוך, והשמן שנשרף כדי שיאיר הוא ה"אני".

מה נשאר לעשות

אנחנו בשבועיים שלפני ראש השנה, וזה הזמן שבו אנשים עושים חשבון. רובם עושים אותו בכיוון אחד: מה עשיתי, במה נכשלתי, מה לתקן.

אני מציע השנה לעשות אותו בכיוון אחר. קחו את הדבר שהיה הכי קשה בשנה שעברה, ושבו איתו עשרים דקות עם דף. וכתבו רק דבר אחד: מה הוא נתן לי.

לפעמים התשובה מגיעה מיד, ולפעמים לוקח לה שנים. ובכל מקרה השאלה עצמה עושה את שלה, כי היא מפנה את הראש לכיוון שהוא כמעט אף פעם לא הולך אליו לבד.

השנה שעברה כבר קרתה. מה שהיא תהיה בשבילכם עדיין פתוח לגמרי.

וזהו, בסופו של דבר, המיומנות שדיברנו עליה כל הדרך. אדם רוכש אותה לאט, בתרגול, ואז — בלי לשים לב מתי בדיוק — הוא מגלה שהוא מסתכל על החיים שלו אחרת. על הכסף, על מערכות היחסים, על העבר שלו, על מה שעומד לקרות.

והדבר היפה הוא שהוא לא צריך לחכות לזה. הוא יכול להתחיל היום, בשיחה הבאה, עם המשפט הבא שיאמר למישהו.

שנה טובה. שתהיה שנה שאתם קוראים אותה נכון.

נשארים בקשר

לחזור לזה כל שבוע

העלון יוצא בכל יום חמישי. ומי שרוצה לעשות את העבודה הזאת ברצף ובליזוי, יש כאן שלושה מקומות להמשיך בהם.

מתחיל ביום ראשון · 30 באוגוסט

ארבעה עשר הימים שלפני ראש השנה

ליווי מלא עד ערב החג. בכל בוקר מדיטציה מוקלטת, לימוד קצר ותרגיל אחד ליום. שלושה מפגשים חיים אתי בדרך, ובערב האחרון נועלים יחד — חשבון נפש מודרך ומכתב לשנה הבאה. נשארו מקומות בודדים.



rabino-armoni.com/seminario-elul

עבודה מתמשכת

המנטורינג

כל חודש תחום אחד — הגוף, הזוגיות, הפרנסה, הייעוד. שיעורים חיים, תרגול שבועי וקבוצה שנמצאת שם כשצריך.



rabino-armoni.com/mentoria

התרפיה של עץ הדורות • מסע הנשמה • מראה דחושבנא

שלושת הספרים שיצאו לאור. הראשון הוא השיטה עצמה, השני מלווה את הנשמה בדרכה, והשלישי — שמו בארמית, "מראה של חשבון" — חוברת עבודה לחשבון נפש.



rabino-armoni.com/libros

העלון הזה נכתב כדי לעבור הלאה

משהו כאן נגע בכם, שלחו אותו למישהו שיצטרך אותו השבוע. וכדי לקבל אותו בכל יום חמישי, ישר לתיבה:

rabino-armoni.com/alon

הרב משה ארמוני

רפואת עץ הדורות

rabino-armoni.com