

אנטומיה של הנשמה

מאת
חיים קרמר
עם
אברהם סיטון

מאנגלית: יואל לרנר
עריכת תרגום: דוד הלל

מכון נחלת צבי
ירושלים – ניו-יורק

Anatomy of the Soul
Rebbe Nachman of Breslov

by Chaim Kramer
with Avraham Sutton

© כל הזכויות שמורות, תשס"ג (2003)

אין לשכפל, להעתיק, לצלם, להקליט, לאחסן במאגר מידע, לשדר 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.

מס"ב: 965-290-042-7 :ISBN


מהדורה ראשונה

למידע נוסף:

מכון נחלת צבי,
ת.ד. 5370 ירושלים

E-mail: info@breslov.org
website: www.breslov.org

נדפס בישראל, תשס"ג (2003)

עיצוב ועימוד:  דוד הלל
עטיפה: בן גסנר

אל הקורא

הספר שלפנינו מנסה לברר את מהותו של 'צלם האלהים' שבו נברא האדם, כמתואר בתורה. הרעיונות המרכזיים בספר יונקים מתורת האדמו"ר החסידי הגדול, רבי נחמן מברסלב (תקל"ב-תקע"א, 1772-1810) ותלמידו הקרוב ביותר, ר' נתן (תק"מ-תר"ה, 1780-1844). הספר מציג תיאור של מבנה גוף האדם ושל המקבילים הרוחניים העומדים בשורשו, כדי לעודד את הקורא להגשים את מלוא הטמון בו, בכך שיראה את גופו כמקדש לנשמתו. כמקובל, חילקנו את הדיון בגוף האדם למערכות פיזיולוגיות, כמו מרבית ספרי האנטומיה. אולם, כיוון שכוונתנו היא בירור המהות הרוחנית של מבנה גוף האדם, פרשנו את גישתנו הייחודית בהתאם לכך.

חלק א יוצר היכרות עם מושג 'האנטומיה הרוחנית', ומשתמש בתיאור של אדם הראשון בתורה כאבטיפוס לאנושות כולה. חלק א דן גם בסיפורו של אדם בגן-עדן, אכילתו מעץ הדעת-טוב-ורע האסור, גירושו בעקבות כך מהגן ומשמעותם של כל אלה לגבינו היום.

חלק ב מפרט את הצורך בפעולתם ההרמונית של הגוף והנשמה. לאחר מכן מובא דיון בבריאת הנשמה והגוף, תלותם ההדדית זה בזה ותכונותיהם העיקריות. רבים ממושגי הקבלה המצויים בספרנו מוצגים לראשונה בחלק זה.

בחלק ג אנו מתחילים בבירור המערכות הפנימיות שבגוף. כפי שיובהר, אופיו של האדם טבוע במחזור הדם ובמערכת העיכול שלו. לכן נסקרים מערכות ואברים אלה ראשונים, כדי שנוכל להבין כיצד מתפתחות תכונות האופי הבסיסיות שלנו עוד בשנות ילדותנו. נסביר, למשל, את שורשי הכעס והיוהרה; נסביר, כמרכן, את התפתחות הקנאה, הזללנות והתאוה.

עתה, **בחלקים ד, ה וז**, נדון באברים שניתן להפעילם כנגד תשוקותיו השפלות של האדם. אברים אלה כוללים את מערכת העצבים המרכזית ואת האברים הנתונים בתוך חלל החזה (הלב והריאות – מקומות

מושבם של השכל והרגשות) המכילים בתוכם אמצעים המאפשרים לאדם ללמוד להבין את עצמו.

חלק ז עוסק במערכת העצבים – ענפי המוח – ההיקפית, המקנה לנו את היכולת לגבור על תאוותינו ולעדן אותן למען טובתנו הרוחנית.

בחלק ח מתרכז הדיון במערכות השלד והשרירים, המאפשרים לנו לעלות בסולם הרוחניות, כל אחד ואחד על-פי כשרונותיו הייחודיים.

בחלק ט נדון במערכת ההולדה, ונציג גישה רוחנית לטהרה מינית, ליחסי אישות, להתעברות, להריון וללידה.

לבסוף, **חלק י** עוסק בנושאים כגון: מדוע חש הבורא צורך ליצור את האדם עם גוף וצרכים חומריים, התכלית שלמענה קיים המוות, והרעיון שאת הגמול המוחלט – העולם-הבא – אפשר לחוות אפילו בעולם-הזה, פשוט על-ידי הכוונת מאמצי האדם לקראת ההתגברות על הרדיפה אחר החומרי.

נספח א מכיל את הגרסה המלאה של מעשהו של רבי נחמן, 'מעשה מבן מלך ובן שפחה שנתחלפו', שר' נתן משתמש בו כמדריך להבנת תפקידיהם של טבענו החומרי והרוחני. **נספח ב** מסכם מצוות מסוימות הקשורות באברים השונים, תוך ציטוט מ'ספר חרדים'. **נספח ג** מגדיר אלו מתכונותיו של האדם נטועות באלו ספירות, כדי שנוכל לעמול למען פיתוח צלם האלהים שבנו, כמובא בספר 'תומר דבורה'. **נספח ד** מכיל טבלאות ושרטוטים המסבירים את מושגי הקבלה המשמשים בעבודתנו.

בספרנו הובאו ציטוטים רבים ממקורות היהדות, ובמיוחד מכתבי רבי נחמן ור' נתן. כדי להקל על הקורא שאינו רגיל בלשון הספרות התורנית, ערכנו מחדש רבים מהציטוטים. אפשר ומומלץ לראות את הדברים במקורם, כדי לספוג את טעמה המיוחד של לשון זו.

בציטוט פסוקים ותפילות המכילים את שמו של האלהים נמנענו מלכתוב את השם המלא, ובמקום זאת כתבנו ה' (קרי: 'השם'), כמקובל. כך נהגנו גם בביטויים הכוללים שם זה, כמו 'עבודת ה'".

תוכן העניינים

- 5..... אל הקורא
- 15..... הקדמה

חלק ראשון: נשמת האנטומיה

- 21..... א. "בצלם אלהים" מהי התורה? (21) תורה ואנטומיה (22)
- 25..... ב. בגן עדן

חלק שני: גוף ונשמה

- 31..... ג. האלהים והנשמה
- האלהים ושמותיו (32) אלהים ונשמת האדם (36) החלל הפנוי (38)
חמישה עולמות ועשר ספירות (39)
חמישה פרצופים ועשר ספירות (40) שלושת הטורים (42)
הגוף הקוסמי (43) חמש רמות הנשמה (44) משל הזגג (45)
- 48..... ד. הגוף: לבוש דריתכליתי
- ארבעת היסודות (49)
- 53..... ה. תכונות אופי חיוביות ושיליות
- ארבעת המשרתים (54)
- 58..... ו. פרדוקס הגוף והנשמה
- "נעשה אדם..." (60) עצה טובה (61)

חלק שלישי: מערכת העיכול

- 69..... ז. מבוא
- 72..... ח. תהליך הטיהור
- סבלנות (74) מרכבה לשכינה (76) פלא פלאים (78)
- 79..... ט. מחזור הדם
- הפעמה הקצבית (80) דם "חם" (81) נצחון או אמת (83)
הדרך הראשית אל התשובה (85) "אהיה" (86) מעגל של שמחה (88)
מחזור ושוב (89) אלכוהול ועץ הדעת (91) בדיקת דם (92)

- 93 י. אכילה: גלות מצרים
הפה, השיניים והקיבה (95) "הקיבה ישנה" (97) חלומות מתוקים (99)
אכילה כמצווה (100) מחשבה מזינה (101) מזון רוחני (102)
- 106 יא. הכבד, כיס המרה והטחול
מבוא (106) שעבוד מצרים (108) הכבד (110)
הכעס והגאווה: יסוד האש (112) הגאווה והענווה (113)
הכעס והעצבנות (114) האהבה והשנאה (115) כיס המרה (117)
מעט מרירות... (117) ...ושלום (118) הטחול (118)
מוקד הדיכאון (119) קנאה: אובססיה וחמדה (120) הטחול צוחק (121)
- 124 יב. טיהור הגוף והנשמה
דם, יזע... (124) ...ודמעות (126) עשיו לעומת לאה (126)
הכליות (128) עץ הדעת (129) תוצאה "סופית" (130) אמון (132)
- 133 יג. סיכום ביניים
- חלק רביעי: מערכת העצבים המרכזית**
- 137 יד. מבוא
מערכת העצבים המרכזית (138) המוחין: סקירה קבלית (139)
כתר (141) חכמה ובינה (142) דעת (144)
הבריאה: מרכז העצבים (146)
- 148 טו. שכל נאמן
יעקב ועשיו (150) שכל אמיתי (151) שכל מקיף ושכל פנימי (152)
"נעשה ונשמע" (153)
- 156 טז. כתר: הגולגולת
הסולם הרוחני (156) כתר וסבלנות (159) תשעה היכלות (161)
רצון (164) 'רצון הרצונות' (165)
- 168 יז. מחשבה ודמיון
העמלק הפנימי (168) כוח המחשבה (170) מחשבה משפילה (172)
דמיון או אשליה (173) דמיון: הגשר בין הגשמי לרוחני (175)
מלאכי או שטני (176) היכלי התמורות (178)
- 180 יח. חכמה ובינה
המטרופולין של רומא (181) ראש פתוח או צר? (183)
זיכרון: לזכור את העתיד (185) ...ולשכוח את העבר (187)
חלומו של פרעה (188) בריאה יש מאין (190)
מבזקי חדשות עשרים וארבע שעות ביממה (191)

- יט. דעת: בית־המקדש 192
 דעת: גזע המוח ועמוד השדרה (192)
 'איה? ו'מלוא': תקווה, לא ייאוש (194) שלושת המדורים (196)
 עץ הדעת: טוב ורע (198) מחלת רוח... (200)
 ...ותרופות מומלצות (202) דיכאון או שמחה (204)
 לקרוע את הים (205) דעת: בית־המקדש (208)

חלק חמישי: מערכת כלי הדם

- כ. בית החזה 213
 מרכבת השכינה (214)
 כא. צמצום: החלל הפנוי 216
 פרדוקס הבריאה (217) התקף לב (221) ריפוי הלב: אמונה (223)
 תפילה והתבודדות: הרהורי הלב (225)
 כב. הלב המבין 228
 בינה (229) התרופה לאוטם בלב (231) חלוקה ומחלוקת (233)
 כג. מרכז הרגש 236
 ירושלים: יראה מושלמת (237) המפתח לבית האוצר (239)
 שמחה (240) לב בוער (241) אהבה (242)
 כד. הדופק 244
 בת־המלך ומבצרי־המים (247)

חלק שישי: מערכת הנשימה

- כה. הריאות 255
 ריאה בריאה (258)
 כו. נשימה 260
 האנחה (260) קו החיים (263) האף והפה (264)
 הקנה והוושט: צמצום... (266) ...ובריאה (267)
 כז. אוויר נקי 268
 בריאת נשמות (269) זיהום אוויר (272)
 כח. הצוואר: גלות ושחרור 274
 הירידה מצריימה (275)
 כט. צליל טיפולי 278
 קול (279) שירה (279) תרפיה של הדיבור (280) לשון הקודש (282)
 משיח (283) ארץ הקודש (284)

חלק שביעי: מערכת העצבים ההיקפית

- ל. מבוא 289
הראש, הפנים והמצח (290) אברי החושים (290)
- לא. מנורת שבעת הנרות 292
ראש-השנה: אולמות המשפט של המוח (293)
- לב. העיניים: חלונות לעולם 297
ההשגחה העליונה (299) התמקדות: העולם-הבא (302)
מבט אל מה שמעבר (303) עין הרע (304) העין החומדת (306)
- לג. השמיעה, ההרחה והטעימה 308
האוזניים (309) "יעיר לי אוזן..." (309) אמונת חכמים (311)
האף (313) סבלנות ואיפוק (313) המסננת (315) "חוש" התפילה (315)
חוש ריח טהור (316) טעם (317)
- לד. הפנים: דמותו האמיתית של האדם 320
המצח (322) רצון אלהי (324) יציאת מצרים וליל הסדר (325)
- לה. השער: שערי החכמה 327
השער: מבוא קבלי (328) שערי החכמה (328) קרחת (330) הזקן (331)
הדר הפנים (333) תשע מידות רחמים (334) הפיאות (338)

חלק שמיני: השלד ומערכת השרירים

- לו. מבוא 343
הגוף: סקירה קבלית (345) הגו (347)
- לז. בשר ועצמות 351
תפילה ותחיית המתים (355) הבשר (356) חוש המישוש (359)
- לח. הזרועות והידיים 360
כלי הנשק של הידיים: תפילה ואמונה (361)
ידיים פגומות, אמונה פגומה (362) כוח הבריאה (363)
"שלוש הידיים" (365) איטור יד ימין? (367) ברכת הכהנים (368)
האצבעות (370) כוח הריפוי הוא בידיים (371)
- לט. הרגליים 373
לכת בראש מורם (377) פרנסה (379) הריקוד (381)
יסוד, הצדיק (384)

חלק תשיעי: מערכת ההולדה

- מ. מבוא 389
יסוד ומלכות: מבוא קבלי (391) יסוד (394)
- מא. בריתו של אברהם אבינו 397
המילה (398) עסקה טובה (402) האהבה והנישואין (403)
'שדי': יש די! (407)
- מב. יסוד: הצדיק 409
יסוד מוצק... (412) ...מביא סיפוק לחיים (417)
נח והקשת בענן (420)
- מג. התיקון הכללי 424
התיקון הכללי (425) עצות מועילות (427)
- מד. מלכות: השפעה מתוך קבלה 430
התורה שבכתב והתורה שבעל־פה (430) תורה ותפילה (431)
האמונה (433) דיבור (434)
- מה. חוה 436
האוצר (437) השפע (438) יסוד טהור (440)
ההתחדשות: המחזור החודשי (441) טהרת המשפחה (443)
ההנקה (445)
- מו. "פרו ורבו" 448
דעת (450) המעלה שבחיי הנישואין (454) התעברות (454)
- מז. צלם אלהים 456
השליחות (457) תהליך ההיטהרות (458) ההריון והלידה (460)
גלות ויציאת מצרים (463) ריבוי צלם האלהים (464)
מתוך רבים – אחד (466) שלום עלי אדמות (469)

חלק עשירי: חיים ומוות

- מח. "והנה טוב מאוד" 473
יום הדין (475) שכר ועונש (476)
- נספח א: מעשה מבן מלך ובן שפחה שנתחלפו 481
- נספח ב: הגוף והמצוות 505
- נספח ג: הספירות והמידות 517
- נספח ד: מפות ותרשימים 523

מלכים, נשיאים וראשי ממשלה נחשבים על-ידי הכל למפקדים העליונים של הכוחות המזוינים הסרים למשמעתם. אולם, הפיקוד המעשי על הצבא מסור בידי ראש המטה הכללי, המכוון את כל הכוחות בביצוע פקודותיו הכלליות של המפקד העליון. בגוף האדם, ניתן לראות את המוח כמפקד העליון, בעוד הלב הוא הרמטכ"ל; וכדי להגיב כדבעי על כל מצב, חייב הלב להיות מסוגל להבין את צרכי כוחותיו – אברי הגוף.

כרמטכ"ל, תפקידו של הלב הוא קשה למדי. הוא מוכרח תמיד לעודד את כוחותיו לעשות את המיטב, לשמור על המורל שלהם, ולהזהירם לתוכם חיים ואנרגיה. עליו להיות יצירתי, להעלות תמיד "רעיונות חדשים" כיצד לחבר גוף ונשמה.

רבי נחמן אמר:

השמיעה תלויה בלב, כמו שכתוב (מלכים א' ג ט): **ונתת לעבדך לב שומע לשפוט את עמך להבין בין טוב לרע**. אם המילים המושמעות אינן חודרות אל תוך לב השומע, הרי הן כאילו לא נשמעו מעולם. חשובה כאן "תשומת הלב". כדי לשמוע באמת את מה שאומרים לנו – לא רק את המילים, כי אם גם את משמעותן – הלב חייב להיות קשוב. אפשר ליישם רעיון זה גם לגבי תפילה, "העבודה שבלב" (תענית ב, א; ראה ליקוטי מוהר"ן חלק א, כב: ט). כשמתפללים, עלינו לרכז את תשומת לבנו ולשמוע את המילים שאנו אומרים כדי שיחדרו אל תוך לבנו. רק אז "ישמע" האלהים בכבודו ובעצמו את תפילותינו וייעתר להן.

ראה ליקוטי מוהר"ן חלק א, כט: א

על-כן לימד רבי נחמן:

הלב "שומע". תהליך השמיעה מתחיל אמנם באוזניים, אולם הוא מסתיים בכך שהלב מבין את הנאמר. המורה חייב לדבר על לב תלמידו, בעוד התלמיד חייב להקשיב ולחרות מילים אלה על לוח לבו.

ליקוטי מוהר"ן חלק ב, צא: א

לכן שורש ההבנה הוא בלב, והיא כלי חשוב בתפקידו כ"רמטכ"ל" של הגוף.

בינה

כפי שראינו לעיל (פרק טז), החכמה היא מה שאנו לומדים מאחרים, על-ידי לימוד, על-ידי ציות וכן הלאה. היא מייצגת את היכולת לשלוט בנושא ולשלב את הנחות היסוד שלו בתהליכים השכליים שלנו. בינה היא היכולת להפיק נתונים נוספים ממידע שכבר נספג, ולהבין או להבחין בין דבר למשנהו. היא קשורה למילה 'בין', ובמובן זה עניינה מרחק וריחוק: כדי להשקיף על דבר בצורה אובייקטיבית, עליך להתייבב בריחוק ממנו. לכן, הבינה היא היכולת לבחון את כל מה שכבר נלמד באמצעות החכמה, להתייבב במרחק – רגשי ושכלי – ולחקור מידע זה מחדש.

לכל אדם יש מוח ולב, המתאימים לספירות החכמה והבינה. לכל אחד מאתנו ידע בסיסי משלו אשר על-פיו המוח פועל ומפעיל את הגוף. אולם, הוראותיו של המוח הן דחפים עצביים במהותם, שהם תגובות אוטומטיות. בלב, בינה, שהתמקדותו שונה מזו של המוח, אנו מגיעים בסופו של דבר להבנה מלאה של מצב נתון. הדרך שבה לבנו "שומע" ו"מבין" בעיה – תקבע את תגובתנו אליה.

האדם מודע לכל זאת אינסטינקטיבית: מטאפורות רבות מתארות בני אדם כבעלי 'לב אבן', 'לב זהב', 'לב קר' או 'לב מבין'. הלב מרגיש את כל הכאבים בהם חשים כל אברי הגוף. הוא חש גם את שמחותינו ואת חששותינו, ומגיב על האהבה ועל היראה. באשר להבנת הלב, מלמד רבי נחמן:

הלב הוא **בינה**, המתייחסת להבנה. כשהאדם סובל, הלב "מבין" את סבלו, וחש אותו בחריפות. הסיבה לדבר היא בכך, שכאשר הגוף כולו עומד מול סכנה הדם זורם אל הלב – אל "מפקדו" – כמבקש עצה. הלב מנסה "להדוף" את הדם המיותר ה"פולש" אליו, ולכן הוא פועם במהירות מוגברת כשהאדם עומד מול סכנה.

ליקוטי מוהר"ן חלק ב, ב: ב

הפסוק אומר: **מים עמוקים עצה בלב איש, ואיש תבונה ידלנה** (משלי כה). "המים העמוקים" שבלב האיש הם הרעיונות [דהיינו, ההוראות וההבחנות החדשות], המגובשים בהיגיון, המייעצים לאדם כיצד ישיג את מטרותיו בחיים.

ראה ליקוטי מוהר"ן חלק א, סא: ה



ההתמדה בשליטה על הגוף, על כל המורכבויות שבו, איננה משימה קלה. כפי שכבר ראינו, כוחות מנוגדים רבים מצויים בגוף וגורמים לסבל, כשכל אחד מושך לכיוון אחר. על-כן, חייב הלב להיות אבר מיוחד במינו כדי שיוכל לפקד על "חייליו". עליו למלא תפקיד פעיל ביותר, כשהוא מכוון את פעולות הגוף האמורות להתמודד עם כל אתגר המערער על שלומו – ולהתגבר עליו.

אולם, בנסיבות מסוימות ראש-המטה, הלב, אינו מתפקד כמנהיג בעל השפעה. הוא נהיה לכלי משחק בידי אלה אשר לכאורה הוא שולט בהם. בנסיבות כאלה, מאבד הלב את מעמדו כמפקד. הוא נהיה (קהלת יב) **לב כסיל** – לב הנשלט על-ידי תאוות – כשהוא מתאוה לתשוקות שמביא הגוף על עצמו (תשוקות הנוצרות על-ידי אברים פנימיים שונים המחזירים ללב דם מזוהם) (ראה לעיל, פרק י, שם דנו ב"הכבדת" הלב).

כל זה מתגלה במבנהו הפיזי של הלב. חדריו מימין ומשמאל מאוכלסים ביצר הטוב וביצר הרע; על-כן, הלב הוא בעל היכולת לבחור בין טוב לרע. צדו הימני של הלב פולט את הרע (דו-תחמוצת הפחמן) ומחולל טוב (על-ידי הזרמת הדם לריאות, כדי להביא מהן חמצן טרי ומפיח חיים, להעשרת הדם). מבחינה רוחנית, משימת חלוקת הטוב נופלת בחלקו של הצד השמאלי של הלב, מקום מושבו

של היצר הרע, אשר תפקידו להסתיר את הטוב ולפתות אנשים לעשות רע. אם "הלב המבין" מבצע כראוי את תפקידו, כפי שנועד לו מלכתחילה, עליו לקיים את שליטתו על חייליו, כשהוא שואב את דמו כך שיביא לתוצאות רוחניות טובות.
לימד רבי נחמן:

כוחו העיקרי של האדם הוא בלבו. מי שיש לו "לב חזק" לא יירא מדבר. אדם מעין זה יכול להשיג ניצחונות רבים. זו משמעות דברי חז"ל (אבות ד: א): "איזהו גיבור? הכובש את יצרו".
ליקוטי מוהר"ן חלק א, רמט

עם לב חזק אנו יכולים לשלוט בכל מצב ולהתגבר על כל מכשול. כשאנו מתגברים על היצר הרע, אנו זוקפים לזכותנו ניצחון כביר. לכן לימד רבי נחמן (ליקוטי מוהר"ן חלק ב, מג): "מי שלבו חזק, לא יחשוש מלהיכנס לקרב [נגד היצר הרע]".

עלינו לחקור עתה אחדות מההשפעות שיש ליצר הרע על הלב, ואת כלי "הנשק" העומדים לרשותנו כדי להתמודד עמן.



התרופה לאוטם בלב

אוטם בשריר הלב עלול להיות קטלני, ולפעמים תובע מצב זה ניתוח. כך הוא גם בלב הנאטם רוחנית.
לימד רבי נחמן:

מחשבות רעות סותמות את הלב.

ליקוטי מוהר"ן חלק א, מט: א

הרצונות – מקורם בלב; הרשעים נשלטים עלידי תאוות לבם (ליקוטי מוהר"ן חלק א, לג: זח). שלוש התאוות הראשיות המונעות מהלב את תחושת היראה והאהבה כלפי האלהים הן: קנאה, תשוקה מינית ותאוות הזלילה. רצונות בוערים לתענוגות בשרים מורגשים

בעיקר בלב; הם מרחיקים לגמרי תחושות של רוחניות.

ליקוטי מוהר"ן חלק ב, א: ד

אולם, אפילו אם מכשולים אלה נראים בלתי-עבירים, הטיפול בהם אפשרי, ישנה "כירורגיה" מומלצת. רבי נחמן לימד, ש"לב אבן" מתייחס לאנשים הרחוקים ממתן צדקה, ו'לב רחמן' מתייחס לבעלי חסד" (ליקוטי מוהר"ן חלק ב, טו: א). מעשי חסד יכולים להקל על מצבו של לב אטום מבחינה רוחנית.

משום כך מצביע הרבי על מעשי צדקה כתרופה כוללת למחלות הרוחניות של הלב. אולם, רבים שואלים, מה קורה כאשר האדם אינו יכול לתת מכספו לצדקה? התלמוד מלמד (ראה סוכה מט, ב), שלצדקה רמות רבות המתחלקות לשתי חטיבות עיקריות: 'צדקה' ו'גמילות חסדים' (מעשי חסד). ההנחה הכללית היא שעזרה לזולת עניינה מתן כסף, אך אין הדבר נכון תמיד. היא עשויה ללבוש צורות שונות, הגשת עזרה בדרכים שונות, כגון: גיוס כספים, הקדשת זמן למעשי התנדבות וכדומה.

התלמוד מסביר עוד (שם), שגמילות חסדים נחשבת יותר ממתנת כסף, שכן היא נבדלת ממנה בשלוש דרכים:

1. מתן צדקה כרוך אך ורק בסיוע כספי. מעשה חסד יכול להתבצע בגופו של האדם, בכספו או בכל חפץ אשר בבעלותו.
2. צדקה ניתנת רק לעניים. מעשה חסד יכול להיעשות למען העשירים או למען העניים גם יחד.
3. צדקה ניתנת רק לאדם חי. מעשה חסד יכול להיעשות הן למען החי והן למען המת.

ניתן להבין מהתלמוד, שהשימוש שעשה רבי נחמן במושג 'צדקה' אינו מוגבל לתרומות כספיות לעניים חשובים (אף-על-פי שתרומות כאלה חשובות ביותר כאשר הן אפשריות). כל מעשה צדקה או חסד "פותח" את לבו של האדם ו"מרחיב" אותו כדי שיוכל לקלוט גם את צרכיו של זולתו. זאת כיוון שצדקה היא מעשה של אהבה, של רחמנות. בכך היא מסייעת להקל על מצבו ה"אטום" של הלב.

התועלת העולה ממתן צדקה מרחיקת לכת. רבי נחמן לימד, שקיים 'נועם עליון' – תענוג גדול ונשגב הנמשך מהמקור האלהי, ויורד כל

העת אל עולמנו זה לטובת האדם. כדי ליהנות מנועם גדול זה, על האדם לעורר תחילה את לבו־שלו באהבת ה' אמיתית. אהבה זו מתעוררת בעקבות מתן צדקה. צדקה בכלל, וצדקה המיטיבה עם ארץ־הקודש בפרט, משרה על הנותן נועם אלהי גדול יותר (ליקוטי מוהר"ן חלק ב, עא: ז).

חלוקה ומחלוקת

לימד רבי נחמן:

בלבו של האדם ישנם שני יצרים, אחד נוטה לטוב והאחר נוטה לרע, מה שגורם לחלוקת הלב. [דוגמא לחלוקה זו:] כשהאדם חש שהוא "יודע" שהבורא נוכח תמיד, אולם אינו מתאמץ לנצל את זמן התפילה כדי לדבר אל אלהיו דיבור אמיתי. אילו חש באמת את נוכחותו של האל, היה בוודאי מתאמץ להתפלל בכל כוחו. העובדה שהוא מתרפה ואינו מתאמץ להתפלל בכוונה מלאה מראה שחלק ממנו "אינו מודה" בנוכחותו של האלהים. זוהי התוצאה של לב "מחולק", "חצוי".

ליקוטי מוהר"ן חלק א, סב: ב

הגדרתה הפשוטה של "מחלוקת" היא חוסר הסכמה בין שני צדדים. שתי מדינות עשויות להתווכח ביניהן, וכך גם שתי משפחות או אפילו שני יחידים. המחלוקת הקיימת בתוך לבו של האדם נובעת מנתק בין צדו הימני, השואף לרוחניות, לבין צדו השמאלי, השואף לחומריות. כל מי שטרם הספיק לטהר את לבו יחוש תמיד ב"מחלוקת פנימית" זו. שאלות של אמונה, מבוכה באשר למטרותיו של האדם, לטווח מיידי ולטווח ארוך – כל אלה מעידים על לב חצוי. רבי נחמן הסביר כך את העניין:

העולם מלא מחלוקת. מלחמות מתנהלות בין מעצמות העולם; ישנם סכסוכים בין מקומות שונים; ישנם ויכוחים בין משפחות; ישנן מחלוקות בין שכנים וחיכוכים בתוך המשפחה פנימה: בין איש לאשתו, בין הורים לילדיהם... החיים קצרים; אנשים מתים מעט כל יום. היום שזה עתה חלף לא ישוב עוד לעולם, אך בני האדם עודם רבים ביניהם, ואינם נזכרים בייעודם בחיים אלה.

התכונות האופייניות לכל אומה משתקפות גם ביחידה. עמים מסוימים ידועים ככעסנים, למשל, בעוד אחרים ידועים כצמאי דם. לכל אומה תכונה האופיינית דווקא לה. תכונות אלה מצויות גם בכל בית. גם מי שמבקש לחיות בשלום נגרר לתוך סכסוכים רק משום שהוא דר בקרב צדדים המסוכסכים ביניהם.

האדם הוא מיקרוקוסמוס, המכיל בתוכו עולם ומלואו. אדם החי בגפו עלול לאבד את שפיותו, כיוון שאישיותו נאלצת להתמקד ב"מלחמת העמים" שבתוכו, והוא אינו מוצא שלוה. כשיבוא המשיח, כל המלחמות הללו יתבטלו.

שיחות הר"ן עז

אם חצוי הוא לבו של אדם, מה יוכל לעשות כדי "לחבר את חלקיו" מחדש?

דגש רב שם רבי נחמן על לימוד ההלכה. בספרי ההלכה יש דיונים מרובים, לעתים סוערים למדי, בין החכמים השונים בנוגע להיתר ואיסור, לטהור וטמא, וכן הלאה. מטרת האדם בעת לימודו צריכה להיות הבהרת דעת חכמים, ובכך להשכין "שלום" בין הדעות המתגוששות ולהגיע למסקנה ברורה. דרך לימוד זו – בחינת הדעות המנוגדות והגעה למסקנה המשכינה שלום ביניהן – עשויה להשפיע השפעה מעמיקה וארוכת־טווח על אופיו של הלומד. שימוש בבינה כדי ליישב מחלוקת של תורה עשוי להשכין "שלום" בתוך לבו החצוי של האדם, החלוק בין שני יצריו (ראה ליקוטי מוהר"ן חלק א, סב: ב). למרות שזו דרך לימוד מתקדמת שתהיה קשה בוודאי עבור מי שאינו מכיר מקרוב את החקירה התלמודית, הוראתו של רבי נחמן ללמוד הלכה כדי להשיג טובה מרובה – מיועדת לכל אדם. בשיחות שונות הוא מדבר על חשיבות לימודה והכרתה של ההלכה כדי להתקדם בדרך הנכונה בחיים.

עוד לימד רבי נחמן:

היצר הטוב נודע בשם (קהלת דיג) **ילד מסכן וחכם** ["מסכן", כיוון שאך מעטים מצייתים לו; "חכם", כיוון שהוא מוביל לחיים]. ואילו יצר הרע מכונה (שם) **מלך זקן וכסיל** [אנשים נוטים לציית לו כיוון שהוא מלך, אולם עצתו לא־חכמה]. שני יצרים אלה מייצגים את

ממלכת הקדושה ואת ממלכת הטומאה. מי שמתאמץ ללמוד תורה מחזק את ממלכת הקדושה.

ליקוטי מוהר"ן חלק א, א: ב

האר"י התאמץ מאוד בלימוד ההלכה. כליכך התאמץ עד שגרם לעצמו להזיע.

שער המצוות, פרשת ואתחנן עמ' עט

רבי נחמן מלמד, שעצה הנובעת ממקורות בלתי־ראויים מכריעה את הלב ומטמאת אותו. אז דומה הלב לבית הכסא; מעצתו של אותו לב נודף ריח רע (ליקוטי מוהר"ן חלק א, סא: ד). רבי חיים ויטאל כותב, על־כן (שער המצוות, שם), שהאר"י הזיע תוך כדי לימוד כדי לשבור את כוחות האשליה של יצר הרע האופפים את הלב. כבר ראינו (פרק ו), שתרי"ג מצוות התורה נקראות 'תרי"ג עצות'. עצה מסוג זה מביאה גם הרמוניה ללב, ומסלקת את החלוקה שנוצרה בו.



הלב הוא מרכז הרגשות, והאהבה והיראה מקיפות את כל רגשותיו של האדם. **אהבת ה'** היא הרמה המוחלטת אליה יש לשאוף בעבודת האלהים, אך היא איננה בת השגה אלא לאחר שהגענו תחילה ליראת ה'.

אחת מתרי"ג מצוות התורה היא המצווה לכבד את המבוגרים והחכמים, כמו שכתוב (ויקרא יט לב): **מפני שיבה תקום והדרת פני זקן, ויראת מאלהיך... חז"ל**, בתובנה החודרת אל תוך התנהגותו של אדם, שואלים: מה באשר למי שעוצם את עיניו ומעמיד פני מי שלא הבחין בזקן ולכן אינו קם מפניו? תשובתם היא, שמשום כך נאמר: **ויראת מאלהיך** – ביחס למחשבות הטמונות בלב (קידושין לב, ב; ראה ליקוטי מוהר"ן חלק א, יד: ז).

רש"י מסביר שכל אחד ואחד יודע בלבו אם הוא קם מפני אדם הראוי לכבוד או בחר להתעלם ממנו. הוא עשוי להטעות אחרים כאילו לא ראה את האדם כלל; הוא עשוי אפילו להטעות אחרים כדי שיחשבו כי צדיק הוא, שהרי הוא אמנם קם כשאינו יכול להעמיד פנים. האמת היא, כמובן, שאדם זה הנו חסר עקרונות. על-כן כתוב: **ויראת מאלהיך**. כיוון שהאלהים מכיר את כל מחשבותינו, אם האדם ירא אותו, לא יוכל לחמוק כך מקיום המצוות (קידושין שם, ד"ה 'דבר'). אולי הוא מסוגל לרמות את בני האדם כך שיחשבו שהוא מקיים מצווה, אך הוא אינו מסוגל לרמות את אלהיו.

האהבה והיראה הן היבטי עבודת ה' המוזכרים ביותר בספרות התורה. מקורות רבים מצביעים על כך ששני אלה כוללים למעשה את כל שאר מצוות התורה. האהבה מקבילה לרמ"ח מצוות ה'עשה', המצוות החיוביות, שהרי האדם ישתדל בקיום המצווה כאשר יעשנה מתוך אהבה. מצד שני, היראה מקבילה לשס"ה המצוות השוללות,

מצוות 'לא־תעשה', שהרי לעתים קרובות רק היראה והפחד מסוגלים למנוע את האדם מלעבור עבירה (ראה תיקוני זוהר כא, דף נא, א).

יראה זו עשויה להיות יראת ה', חשש מפני היחשפות בעת ביצוע מעשה בלתי־חוקי או בלתי־מוסרי, או פחד מפני הפסד כספי או מחלה. אין זה משנה מהי הסיבה, הפחד והיראה הם, כאמור, הגורמים לאדם שלא לחצות את הקו בהתמודדותו עם פיתויי החטא. על־כן ממליצים חז"ל, שכאשר מתעורר הצורך לשלוט במחשבות, כאשר שכנועו הפנימי העמוק של האדם מאותגר על־ידי רגשות מעורבים – אז עליו להתמקד ביראת ה' אשר בלב.



ירושלים: יראה מושלמת

אברהם קרא אותו [את המקום שאליו הלך להקריב את יצחק] 'יראה'... שָׁם קרא אותו 'שלם'... אמר הקדוש־ברוך־הוא: אם קורא אני אותו 'יראה' כשם שקרא אותו אברהם – שָׁם, אדם צדיק, מתרעם. ואם קורא אני אותו 'שלם' – אברהם, אדם צדיק, מתרעם. אלא הריני קורא אותו 'ירושלים' כמו שקראו שניהם: 'יראה', 'שלם' – 'ירושלים'.

בראשית רבה נו: י

מה יכול להיות מרטיט יותר מלראות בבניין ירושלים? אחרי אלפיים שנות מלחמה ושממה, נבנית ירושלים היום במהירות גדולה יותר מכל עיר אחרת בעולם. את המאורעות הללו חזו נביאינו וצפו חז"ל, כך שלא צריך להיות מופתע מעצם הדבר. אולם, ההיבט המרתק ביותר של בניין ירושלים הוא הידיעה שכל אדם יכול לתרום לבניין זה תרומה אישית משלו בכל רגע של חייו! כיצד ייתכן הדבר?

לימד רבי נחמן:

משכן הפחד הוא בלב. על כל אדם לשאוף לפתח את יראת ה' שלו. שלמות יראת ה' שבאדם היא הגורמת את בניינה של ירושלים, שהרי ירושלים היא "יראה – שלם".

ליקוטי מוהר"ן חלק ב, א: ד

תורה זו כוללת בתוכה אחדים מעיקרי תורתו של רבי נחמן. אחת ממצוות היסוד שאנו נדרשים לקיים בהתמדה היא מצוות **יראת ה'**, שעניינה מודעות ויראה כלפי האלהים בכל שעה. מצווה זו חלה תמיד, בלי כל קשר למעשינו, בין שאנו עוסקים בדברים שברוח ובין בדברים שבחומר.

איך אפשר להישאר מודע תמיד לנוכחותו של האלהים? רבי נחמן עוסק רבות בחיזוק יראת ה' שלנו באמצעות פיתוח שליטתנו בדחפי הלב.



באותה תורה אומר רבי נחמן:

בניין ירושלים אינו התועלת היחידה העולה מפיתוח יראת ה' באדם. "מיום שחרב בית־המקדש ניטלה נבואה" (בבא בתרא יב, ב), והיא תשוב אלינו רק כשתיבנה ירושלים. כיוון שמקור הנבואה הוא יראת ה', כאשר יראת ה' נעשית שלמה היא מתעלה ומתגלה לעולם כולו. שרשרת מאורעות זו יוצרת מלאך שבכוחו להשפיע על הנבואה.

ליקוטי מוהר"ן חלק ב, א: ו

ישנם שלושה גורמים עיקריים המעמעמים את תחושת היראה שבלב. אלה הם שלוש התאוות: תאוות הממון, יצר המין, ותאוות האכילה. רצונו הבווער של הלב בשלוש תאוות אלה דוחה את הפוטנציאל ליראת ה'. כדי לתקן מצב זה, צריך לשאוב אל תוך הלב **חכמה, בינה ודעת**. שלושת המוחין הללו מקבילים בהתאמה לשלוש התאוות שבלב. מכאן למדנו, שאפשר לנצל את כוח השכל כדי להתגבר על ההיבטים השליליים של הרגשות.

ליקוטי מוהר"ן חלק ב, א: דה

בתורה זו ממשיך רבי נחמן ומסביר שכל אחת מהתאוות הראשיות הללו יכולה לבוא על תיקונה באמצעות אחד משלושת הרגלים. בעת יציאת מצרים, ניתן לעם־ישראל עושר רב, ומכאן שחג הפסח עשוי לנטרל את תאוות הקנאה. קודם להתגלות האלהית שבהר סיני, נצטוו היהודים "לא לגשת אל אשה", כלומר, להימנע מיחסי אישות. לכן חג

השבועות מתקן עבירות בתחום זה. חג הסוכות חל בעונת איסוף התבואה מן השדה – חג האסיף, ומכאן שבחג הסוכות טמונה האפשרות לתקן את תאוות האכילה. אין זה מקרה בלבד, שבכל אחד מהחגים הללו אנו מצטווים לעלות ירושליימה: ברמה עמוקה יותר, הדבר מורה שתיקון תאוות אלה מאפשר לנו לטפס עד למדרגת יראת ה'. כיוון שלכל חג תכונות ייחודיות משלו, נוכל לסכם שבכל חג נחשפת רמה שכלית חדשה, או התגלות חדשה של האלהות. בדרך זו יכולים שלושת המוחין לפעול לנטרול פגיעתן של שלוש התאוות.

כאן רואים שוב את החשיבות שבשליטת הלב על הגוף. התאוות העיקריות הן המגבילות את שאיפת הלב להשיג יראה שלמה, ואת בניין ירושלים. תאוות אלה נובעות היישר מרגשות בלתי-נשלטים ומשפיעות ישירות על הלב. אולם, שליטה בתאוות מזכה בלב טהור וביראה שלמה, אשר דרכם אפשר לחוות את חוויית האלהות. בכך נבנית ירושלים, שהרי כאשר ירושלים תיבנה בשלמותה, תתגלה שכינת האל לעיני כל. כפי שאמר רבי נחמן (ליקוטי מוהר"ן חלק ב, א: ו), על-ידי "בניין ירושלים" – על-ידי תיקון מידת יראת ה' שבלב – נברא מלאך, אשר מעניק לאדם כוחות רוחניים ותכונות מלאכיות!



המפתח לבית האוצר

והיה [ה'] אמונת עתיך, חוסן ישועות, חכמת ודעת; [אולם] יראת ה' היא אוצרו.

ישעיה לג ו

דברו על הצרות שיפקדו את עם-ישראל קודם הגאולה השלמה, מנבא ישעיה, שיכולת האדם לשמור לאלהיו אמונים בעת כזאת תהיה תלויה במידת יראת ה' שבו. על-כן נקראת יראת ה' "אוצר" של האלהים, שהרי היא מעיין כוח בלתי-נדלה לעת צרה. חז"ל מציינים, שבפסוק הנ"ל ישנם שישה ביטויי מפתח ולאחריהם ביטויי שביעי. השישה מקבילים לששת סדרי המשנה (ולשש הספירות מחסד עד יסוד). השביעי, כאמור, הוא "יראת ה'", אוצרו (המקביל למלכות). מהפסוק אנו למדים שללא יראת ה', אין תקווה להשיג את מעמקי

התורה. ללא יראת ה', אי אפשר לחדור אל תוך פנימיותה של התורה. השערים נותרים נעולים. לכן, "כל אדם שיש בו תורה ואין בו יראת שמים דומה לגזבר שמסרו לו מפתחות הפנימיות ומפתחות החיצונות לא מסרו לו. בהי עייל [כיצד ייכנס]?" (שבת לא, א).



שמחה

מרכז השמחה הוא בלב.

ליקוטי מוהר"ן חלק א, כד: ב

מכל רגשותיו של האדם, השמחה היא המרנינה ביותר, אך גם החמקנית ביותר. מי שחווה שמחה בחיי נישואיו, בעבודתו ובין חבריו, יתלהב להמשיך וליצור בדרך בה בחר. לעומת זאת, הדיכאון, הפכה של השמחה, הוא אויבו המושבע של האדם והמכשול הגדול ביותר בדרכו להישגים.

רבי נחמן מלמד שבכוחם של השמחה ושל האושר לשחרר אדם מהמגבלות הקושרות אותו לעולם הגשמי. "אי אפשר להשיג יישוב הדעת אם לא משיגים תחילה שמחה" (ליקוטי מוהר"ן חלק ב, י). לא ייתכן שהשמחה אליה מתכוון רבי נחמן הנה צחוק שטחי או קלות-לב כללית בלבד. היא מוכרחה להיות שמחה אדירה הפורצת את המחסומים שהוקמו על-ידי הבעיות והסיבוכים הרבים בחיים, ומגיעה אפילו עד הלב. הפסוק אומר (ישעיה נה יב): **כי בשמחה תצאו** [מן הגלות]... השמחה מאפשרת לנו להשאיר מאחור את תסכולינו ולצפות לישועתו של האל.

כוחה של השמחה הוא כה גדול עד שהוא עשוי להביא את האדם לגילוי אלהות בתוך לבו. רבי נחמן מלמד עוד, שבמובן מסוים, השכינה מקבילה לשמחה שבלב. המקיים את המצוות בשמחה מעלה את השכינה מגלותה (ליקוטי מוהר"ן חלק א, כד: ב; ראה לעיל, פרק טז). בדרך זו, אדם יכול "לראות" את בוראו, שהרי שכינתו מתגלית!

אולם, הדיכאון, המכאוב המצוי ביותר אצל האדם, עומד בדרכנו. כבר ראינו כיצד הדיכאון תופח מבפנים – מהרצון להפרזה ומציפיות לא-מציאותיות לשלמות (פרק יט). כשהאדם חווה "יום רע", נשחקים

רגשותיו, הוא כועס, ועצביו נמתחים. הוא אוטם מאליו את מוחו ואת לבו בפני רגשות שמחה אפשריים. אפילו אם הוא יחפש בשלב זה את האושר, האושר יחמוק ממנו.

רבי נחמן מלמד, כי מכל דרכי עבודת ה' השמחה היא הקשה ביותר להשגה, ולאחר שהושגה – קשה ביותר להתמיד בה (ראה שיחות הר"ן כ). כשהאדם נתקל בקשיים ומוקף בעיות כלכליות, משפחתיות או בריאותיות, נראה לפעמים כי אין מנוס מלהתייאש. אולם, דווקא ברגעים אלה על הלב להיות משכן השמחה. כ"ראש המטה הכללי" של גוף האדם, נתונה ללב היכולת להתגבר הן על הצער והן על הדיכאון; יש ביכולתו לחיות מחדש את רוחנו ולעודד אותנו ליטול שוב את משא האחריות בחיים.

תופעה זו מתגלה במצבים רבים ביותר, לדברי רבי נחמן. כאשר האדם שמח ללא-שיר, הוא יכול להתמלא חיים עד כדי ריקודים ומחיאית כפיים. רוח זו הוא שואב מהלב השמח (ליקוטי מוהר"ן חלק א, י: א, ו), שהרי כאשר השמחה מצויה בשפע, רוחו של האדם מתרוממת. ידיו ורגליו מקבלות מהלב מסרים חיוביים, ופועלות בהתאם. יתרה מזו, אומר לנו הרבי: "לב כבד [מלא צער, קנאה וכו'] גורם לפנים עצובות, אך לב שמח משפר את הופעתו של האדם!" (ליקוטי מוהר"ן חלק א, ס: ו; ראה שם חלק ב, ה: יא).



לב בוער

לימד רבי נחמן:

לבו של האדם כמֶה תמיד ובווער. לפעמים הוא כמֶה לקדושה; לפעמים הוא כמֶה לרצונות גשמיים, למשל, לממון. ישנה רוח העשויה לרדת ו"לצנן" את הלב הבוער. רוח זו זהה עם השכינה ונמשכת אל תוך הלב על-ידי נתינת צדקה.

ליקוטי מוהר"ן חלק א, יג: א

הכמיהה והגעגועים טבועים באדם. כל אחד חש ייסורי מחסור, אולם אופי רצונותיו העמוקים הוא אשר יקבע אם כמיהתו היא לרוחניות או לסיפוק חומרי. יתר-על-כן, רצונותיו של אדם עלולים לגדול ולצאת

מכלל שליטתו. כבר ראינו (לעיל, פרק כא, 'זום לב'), שאפילו דחפים רוחניים עלולים להיות מסוכנים, כאשר האדם מבקש רוחניות בשיעור העולה על מה שמוחו ולבו מסוגלים לספוג. לכן לימד רבי נחמן (ליקוטי מוהר"ן חלק ב, ט: ב): "רוחו של אדם מוכרחה להיות מווסתת, כדי שהלב יבער כראוי [לאלהים]".

הרבי מלמד שלבו של אדם יבער לפעמים בשאיפתו לרוחניות, ובהזדמנויות אחרות הוא יבער בשאיפות ארציות; ללימוד תורה ישנו הכוח לכוון את שני סוגי התשוקה הבווערת (ליקוטי מוהר"ן חלק א, עח: ד). יתרה מכך, כשבלבו של אדם בווערת שאיפה לאלהיו, והוא רוצה ללמוד תורה או להתפלל, אולם, מסיבה כלשהי, אינו מסוגל לעשות כן (למשל, הוא מוצא את עצמו במדבר או ללא ספרים), אזי שאיפתו הבווערת לבדה חוקקת במרום חידושי תורה. רצונו הבווער של האדם לתורה ולרוחניות מאפשר לו לשאוב מהרוחניות של הלב העליון (בינה) (ליקוטי מוהר"ן חלק א, קמב). כפי שעוד נראה (פרקים כד-כה), התורה בנויה מחמישה ספרים, המקבילים לחמש האונות של הריאה. לריאות יש "השפעה מצננת" על הלב, ומכאן שלימוד תורה עשוי לסייע ב"צינון" רצונותיו הבווערים של האדם ובוויסותם, בין אם שואפים לגשמיות ובין אם שואפים לרוחניות שהיא עדיין מעבר לכליו של האדם.

הרבי מלמד גם, שלצדקה יש יכולת דומה ליכולתה של התורה לסייע לאדם להתגבר על תאוותיו. הוא מדגים זאת באמצעות מקרהו של אדם מלא קנאה – שאיפה בווערת לעושר ולנכסים חומריים. אדם זה – אם ייתן צדקה, יחשוף את אמונתו שהבורא הוא המספק את הכל. בנתינתו, הוא מתגבר זמנית על תאוותיו הגשמיות ונעשה ראוי לעזרה בהשגת רוחניות של אמת.



אהבה

הרגש החזק מכל הוא כפי הנראה רגש האהבה. האהבה עלולה לבעור כך שדבר לא יוכל לעמוד בדרכה. המלך שלמה היטיב לבטא זאת באומרו (שיר השירים ח ז): **מים רבים לא יוכלו לכבות את האהבה** – זאת, משום ששורשי האהבה האנושית טמונים במידת החסד האלהית. כיוון

שהבורא מתייחס תמיד בחסד אל בריאתו, מרובות תחושות החסד והאהבה בעולם. יש בכוחן לדחוף את האדם לגבהי מרומים – או לעמקי עומקים.

אהבת הממון עלולה להביא את האדם לסכן את חייו – או את חייהם של אנשים החוסמים את דרכו. חוסר מוסריות בענייני אישות מהווה עיוות של האהבה; לעתים קרובות מדי הוא מוביל למשפחות שבורות, לממזרות ולילדים בלתי־רצויים. אהבת הכוח הובילה לאורך ההיסטוריה למלחמות גלויות ולשפיכות דמים רבה. אולם, גם ההיפך הוא הנכון: אותה תכונה, האהבה, כאשר היא מיושמת כראוי, עשויה לבנות נישואים בריאים ובית חם ומבין. יש ביכולתה לדחוף את האדם לפסגת היצירתיות, לטובת האנושות כולה.

על־כן, כוחה המדהים של האהבה – בצדדיה המועילים וההרסניים – מוסבר על־ידי קרבתו של החסד לבינה (מקומו מיד אחרי מקום הבינה – ראה נספח ד). הספירות העליונות (כתר, חכמה ובינה – המוחין) נסתרות הן. גילויין הראשון של כוחות אדירים אלה בספירות התחתונות בא לעולם באמצעות ספירת החסד, שעניינה הושטת יד לאחרים ומאמץ למען הזולת. באור אחר, חסד גבוה מגבורה – הוא "מעבר" למגבלות, עדות לכוחה הגדול של האהבה.

כפי שראינו עד עתה, קיימת הקבלה בין טוב לרע – כוח הקיים למען הטוב עלול לכלול בתוכו פוטנציאל זהה לרע. על־כן, אם האהבה אינה נרתמת כראוי – באמצעות גבורה, יראת ה' – היא עלולה להיות הרסנית ביותר. לעומת זאת, אם שולטים כראוי באהבה, היא עשויה להיות הכלי היעיל ביותר בבניין האנושות והשלום. על־כן כתוב (תהלים פט א): **עולם חסד יבנה.**



כשנדון במערכת הנשימה (חלק ו), נבחן עוד את כוחה של מידת האהבה. נסיים פרק זה באחת מאמרותיו של הרבי על אהבה:

המפיץ אהבה ומשכין שלום בין אדם לחברו – מתקן תיקונים גדולים במרום.

ליקוטי מוהר"ן חלק א, עה: ד

