



בעזרת מלך יחיד אל חי העולמים

**רבי ישראל בן רבי אליעזר ושרה הבעל שם טוב הקדוש זיע"א
[אקופ ח"י אלול הת"ן {1690} - מעזיבוז' ו' סיון התק"ך {1760}]**

היחס לגוף ולתענוג

**מי שתכלית חייו הוא להפוך למלאך
מבלי להתנהג כאדם על פי ההלכה**

בעודו נשמה בתוך גוף גשמי

סופו שיהיה שד

וילסטם את הבריות

בראשית כחי ב-יז:

"וַיִּחַלֵּם וְהִנֵּה סֵלֶם מַצֵּב אֶרֶצָה, וְרֵאשׁוּ מִגִּיעַ הַשָּׁמַיְמָה

וְהִנֵּה מִלְאֲכֵי אֱלֹהִים עֹלִים וְיֹרְדִים בּוֹ:

וְהִנֵּה יְהוָה נֹצֵב עָלָיו

וַיֹּאמֶר: אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵי אַבְרָהָם אָבִיךָ וְאֱלֹהֵי יִצְחָק

הָאָרֶץ אֲשֶׁר אַתָּה שׁוֹב עָלֶיהָ לְךָ אֶתְנַנֶּה וְלִזְרַעְךָ:

וְהָיָה זֶרְעֶךָ כְּעֶפְרַת הָאָרֶץ

וּפְרֻצֹת יָמָה וְקִדְמָה וְצַפְנָה וְנִגְבָּה

וּנְבָרְכוּ בְךָ כָּל מְשֻׁפְחַת הָאָדָמָה וּבִזְרַעְךָ:

וְהִנֵּה אָנֹכִי עֹמֵךְ וְשֹׁמְרֵתִיךָ בְּכֹל אֲשֶׁר תִּלְךָ וְהִשְׁבַּתִּיךָ אֶל הָאָדָמָה הַזֹּאת
 כִּי לֹא אֶעֱזֹבְךָ עַד אֲשֶׁר אִם עָשִׂיתִי אֵת אֲשֶׁר דִּבַּרְתִּי לָךְ:
 וַיִּקֶּץ יַעֲקֹב מִשְׁנָתוֹ וַיֹּאמֶר: אָכֵן יֵשׁ יְהוָה בְּמָקוֹם הַזֶּה וְאָנֹכִי לֹא יָדַעְתִּי:
 וַיִּירָא וַיֹּאמֶר: מַה נֹּרָא הַמָּקוֹם הַזֶּה! אֵינִן זֶה כִּי אִם בַּיִת אֱלֹהִים וְזֶה שַׁעַר הַשָּׁמַיִם:"

דברים יד כו:

"וּבְכֹל אֲשֶׁר תִּשְׁאַלְךָ נִפְשְׁךָ וְאָכַלְתָּ שֵׁם לִפְנֵי יְהוָה אֱלֹהֶיךָ וְשָׂמַחְתָּ אֹתָהּ וּבֵיתְךָ:"

דברים כז ז

"וְזָבַחְתָּ שְׁלָמִים וְאָכַלְתָּ שֵׁם וְשָׂמַחְתָּ לִפְנֵי יְהוָה אֱלֹהֶיךָ:"

"טוב יותר"

<p>דוגמא: אינו יכול להתפלל כראוי אף על פי שהוא נקי מעברות</p> <p>הרחבה: צריך האדם לשמור בריאות גופו מאד</p>	<p>"טוב יותר לעבד השם יתברך בשמחה בלי סגופים. כְּאֲשֶׁר גִּזְפוּ חוֹלָה – גַּם הַנְּשָׁמָה נְחַלְשֶׁת, וְאִינוּ יָכוֹל לְהִתְפַּלֵּל כְּרָאוּי, אִף עַל פִּי שֶׁהוּא נָקִי מִעֲבֻרוֹת. לָכֵן, צָרִיךְ הָאָדָם לְשָׁמֵר בְּרִיאוֹת גִּזְפוּ מְאֹד עַל כְּרַחוּ. וּבְעֻנּוֹתֵינוּ הָרַבִּים נִתְגַּבְּרָה הַחֲלָשָׁה מְאֹד בְּעוֹלָם, גַּם הוּא דָרָךְ מִסְכֵּן מְאֹד [...] , עַל כֵּן רַחֵם הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ עַל כָּלל יִשְׂרָאֵל [...].</p> <p>כִּי יֵשׁ כִּפָּה רוֹפְאִים הַנוֹתְנִים רְפוּאוֹת עַל יְדֵי מִשְׁקָה מֵר. אִךְ זֶה הַרוֹפֵא יוֹתֵר טוֹב: שְׁנוֹתָן רְפוּאָה עַל יְדֵי מִשְׁקָה מְתוֹק מִדְּבַשׁ וְהוּא עֲנִין הַנִּ"ל. כִּי עַל יְדֵי תַעֲנִית וְסִגּוּפִים גּוֹבֵר הָעֲצָבוֹת, וּמִלְמַד חוֹב עַל בְּנֵי עוֹלָם שְׂאִינָם עוֹשִׂים כְּמַעֲשָׂיו וּמְנַחֵחִין חַיֵּי עוֹלָם וְכוּ', וּכְמַעֲשֵׂה דְרָבִי שִׁמְעוֹן בֶּן יוֹחָאי וּבְנוֹ שִׁיְצָא מִהַמְעָרָה, שֶׁנֹּזֵכֵר בְּש"ס שָׁבַת וְלֹג ע"ב עַד שִׁיְצָא בַּת קוֹל: חֲזְרוּ לְמַעֲרַתְכֶם וְכוּ', וְהוּא</p>	<p>מושג: גוף נשמה חולה בריאות</p>
---	--	---

<p>רְפוּאָה עַל יְדֵי מִים מְרִים. וְהִנְמָשֵׁל: זֶה שֶׁעַל יְדֵי סְגוּפִים – נַעֲשֶׂה מֶרְוָא וְאִכְזָרִי לְחַיֵּב הָעוֹלָם.</p> <p>מֵה שְׂאִין בֶּן בְּבַחֲנִיָּה ב': עַל יְדֵי מַחְשְׁבָה טוֹבָה – מְזַכָּה וּמְלַמֵּד זְכוּת עַל בְּנֵי עוֹלָם. כִּי יֵשׁ רְפוּאוֹת הַמְרַפְּאִים עַל יְדֵי מְשָׁקָה מְתוּק [...], שְׂיִידַע שֶׁהַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ הוּא בְּכֹל דְּבַר פְּרָטִי – אִזּוּ הוּא רְפוּאָה מְתוּקָה בְּלִי שׁוּם סְגוּף וְיַעֲרַב לוֹ וַיִּבְשֵׁם לוֹ [...].</p> <p>שְׂיֵשׁ צְדִיקִים שְׂמֵרְפְּאִים רְפוּאוֹת הַנֶּפֶשׁ עַל יְדֵי תַעֲנִית וְסְגוּפִים שְׂנִמְשָׁל לְמָרוֹר. וַיֵּשׁ צְדִיקִים שֶׁעֲבוּדָתָם עַל יְדֵי אֲכִילָה וְשִׁתְיָה, וְדַרְךְ זֶה יוֹתֵר גְּבוּהָ.</p> <p>הַעֲקָר: לְהַסִּיר הַעֲצָבוֹת וְלֵאחֹז בְּשִׂמְחָה. לְעַבֵּד הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ בְּשִׂמְחָה וְלְהַרְחִיק סְגוּפִים וְעֲצָבוֹת:"</p> <p>וספר צוואות מריב"ש טוב שער מח הנהגה ב' וס' בעש"ט עה"ת פר' משפטים ממ"ח אות יב ושם פר' ניצבים ממ"ח אות י'</p>	
--	--

"גוף חלש – נשמה חלשה"

רמב"ם משנה תורה הלכות דעות פ"גה"גושם פ"ד ה"א
 שמונה פרקים פי"ד
 מורה נבוכים ח"א פלי"ד וח"ג פכ"ז
 טור שו"ע או"ח ס"י קנה ושם ח"מ דיני נזקי גוף ונפש
 סעי"ד

זוה"ק ח"א קפ ע"א: "וכד נשמתא חלשא וגופא תקיפא - איהו שגאיה דקודשא בריך הוא דלא אתרעי ביה, לא יהיב ליה צערא בהאי עלמא אלא אורחוי מתתקנו והוא בשלימו יתיר".
 ספר הכוזרי מ"ב ס"נ

"וכמעשה דרבי שמעון בן יוחאי ובנו"

יצתה בת קול ואמרה: צאו ממערתכם! נפקו. כל היכא דהוה מחיי רבי אלעזר - הוה מסי רבי שמעון בן יוחאי. אמר לו: בני, די לעולם אני ואתה. בהדי פניא דמעלי שבתא, חזו ההוא סבא דהוה נקיט תרי מדאני אסא, ורהיט בין השמשות. אמרו ליה: הנני למה לך? אמר להו: לכבוד שבת. ותסגי לך בחד? חד כנגד זכור, וחד כנגד שמור. אמר ליה ליבריה: חזי כמה חביבין מצות על ישראל? יתיב דעתיהו".

שבת לג ע"ב: "איתיבו תריסר שני במערתא. אתא אליהו וקם אפתחא דמערתא, אמר: מאן לודעיה לבר יוחי דמית קיסר ובטל גזירתיה? נפקו. חזו אינשי דקא כרבי וזרעי, אמר: מניחין חיי עולם ועוסקין בחיי שעה?! כל מקום שנותנין עיניהם - מיד נשרף. יצתה בת קול ואמרה להם: להחריב עולמי יצאתם? חזרו למערתכם! הדור אזול, איתיבו תריסר ירחא שתא. אמרי: משפט רשעים בגיהנם שנים עשר חדש.

"בכל דרכיך דעהו"

חכם בעיניך, ירא את יהו'ה, וסור מרע. רפאות תהי לשרך ושקוי לעצמותיך".

משלי ג ה-ח: "בטח אל יהו'ה בכל לבך - ואל בנינתך אל תשעו. בכל דרכיך דעהו - והוא ישר ארחתיך. אל תהי

"הגוף נברא לדבקות הנשמה"

<p>דוגמא: נפרד מהדבקות באין עליו ייסורים נברא הגוף לדבקות אחר הנשמה</p> <p>הרחבה: הגוף נברא להיעשות מחומר צורה</p>	<p>"הָאָדָם עַל יְדֵי תְאֻנָּה גְשְׁמִית סוֹבֵר שְׁעַל יְדֵי זֶה יִהְיֶה לוֹ בְּרִיאֹת וְחֹזֵק הַגּוּף, וּבְאַמַּת עַל יְדֵי זֶה – מְאֻבָּד גַּם אֶת הַגּוּף, שְׁעַל יְדֵי שְׁנֵפֶרֶד מֵהַדְּבֻקוֹת – בָּאִין עָלָיו יְסוּרִים. דְּלֹא נִבְרָא הַגּוּף כִּי אִם שִׁיחִיָּה נְמֻשָּׁד לְדְבֻקוֹת אַחֵר הַנְּשָׁמָה, לַעֲשׂוֹתוֹ מִחֹמֶר – צוּרָה, לֹא שִׁיחִיָּה נְמֻשָּׁד הַנְּשָׁמָה אַחֵר תְּאֻנּוֹת הַגּוּפָנִיּוֹת":</p> <p>[ספר בעש"ט על התורה פר' מצורע ממ"ח אות יז-יח]</p>	<p>משג: תאווה גשמית בריאות חוזק גוף אמת מאבד נפרד דבקות יסורים נשמה חומר צורה</p>
--	---	--

"נברא הגוף שיהיה נמשך לדבקות אחר הנשמה לעשותו מחומר צורה"

הגוף השני האמצעי המקיף וסובב את הגוף הפנימי ניתן לאדם הראשון אחרי אכילת עץ הדעת והוא "כִּמְיֵן צְפוּרָן" מ"קְלִיפַת נֶגַה". "כִּמְיֵן צְפוּרָן" - גוף שקוף הממוצע בין רוחני לגשמי ובו עיקר בחירתו החפשית שבאדם זוה"ק ח"א לה ע"ב ופרקי דרבי אליעזר פי"ד ומדרש רבה בראשית כ יב. "קליפת נגה": כלפי פנים – "נגה אור", וכלפי חוץ – "קליפה" {זוה"ק ח"א מו ע"א וח"ב רג ע"ב}.

הגוף השלישי החיצוני ניתן לאדם אחרי הגרוש מגן עדן והוא מקיף וסובב את שני הגופים הנ"ל המקיפים וסובבים את אור הנשמה הפנימי. כיוון שקיבלו אותו לאחר עצת אכילת עץ הדעת טוב ורע, גוף חיצוני ומתחלף זה נקרא: "מְשֻׁכָּא דְחוּיָא" – "עור הנחש" {תיקוני זוהר תיקונא תליתאה י ע"ב}.

הרחבה עם תורות ומקורות, ראה בניספח ב "קונטרס ג' גופי האדם" בעהשי"ת.

"גוף" הוא כינוי למסגרת ולבוש לאור הנשמה. בכל אדם ג' גופים זה פנימי מזה: א. "כִּתְנוֹת אֹר" מ"זוהרא עילאה". ב. "כִּמְיֵן צְפוּרָן" "מקליפת נגה". ג. "מְשֻׁכָּא דְחוּיָא" {"עור הנחש"}.

בכל אדם ג' גופים זה פנימי מזה העוטפים את אור הנשמה כגלדי בצלים.

הגוף הראשון הפנימי הסמוך לאור הנשמה – הוא רוחני העשוי מאור ונקרא בתורה שבכתב בשם "כִּתְנוֹת אֹר" ומכונה בתורה שבעל פה גם בשם "זוהרא עלֵאָה". גוף זה ניתן לאדם הראשון בעת בריאתו ע"מ לשמור על נשמתו. כתנות האור שמשו לו לאור מקיף סביב האור הפנימי של נשמתו לפני אכילת עץ הדעת טוב ורע. "כִּתְנוֹת אֹר" – ליבוש של אור "כִּזוהרא עלֵאָה" – זוהר העליון" {זוה"ק ח"א לא ע"ב}, גוף של אור מקיף על אור הנשמה {תיקוני זוהר תיקונא קדמאה לב ע"א}.

"כְּשֵׁישׁ לוֹ תַעֲנוּג גְדוֹל בְּעִבּוֹדַת הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ"

<p>דוגמא: כשיש לו תענוג בעבודת ה'</p> <p>הרחבה: מבשרי אחזה אלו'ה</p>	<p>"הָאָדָם נִקְרָא צְדִיק בְּסוּד צְדִיק יְסוּד עוֹלָם (משלי י כה), כְּשֵׁישׁ לוֹ תַעֲנוּג גְדוֹל בְּעִבּוֹדַת הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ, כִּי מִבְּשָׂרֵי אַחְזָה אֱלֹהֵי וְאוֹב יֵט כּוֹ":</p> <p>[ספר כתר שם טוב ח"א תורה תחז]</p>	<p>מושג: צדיק יסוד עולם</p>
--	---	--

הַבְּרִיאוֹת וְהַתַּעֲנוּג

מלמדנו מורנו הבעל שם טוב הקדוש זיע"א כי עיקר הבריאות תלויה ביחסו של האדם לנושא התענוג וההנאה, באופן שבו הוא מקדש את התענוג ומכניסו לקדושה, ובמיוחד ביחסו של האדם אל גופו ואל נשמתו, ובקשר שבין נשמתו וגופו.

ואלה הנקודות שעל כל יהודי לברר על מנת להיות בריא לפני בוראו יתברך:

- א. יחסו אל התענוג וההנאה בכלל.
- ב. האם קידש את כח התענוג שבו.
- ג. היכן מצוי תענוגו.
- ד. יחסו לגוף.
- ה. יחסו לנשמה.
- ו. יחס הנשמה לגופו.
- ז. יחס הגוף לנשמתו.

האם הגוף הוא בגדר אויב המגביל ומצמצם את הנשמה בתוכו? האם הגוף הוא חטא? מטריד? שותף? תולה מורנו הבעש"ט זיע"א את הבריאות הגופנית והנפשית ביחס והקשר שבין השניים שהרי כשם הנשמה משפיעה על הגוף - גם הגוף משפיע על הנשמה. וכפי לשון תורתו וספר מעין החסידות אוצר גוטמן-רומניא ס' כו: "גוף חלש - נשמה חלשה, חור קטן בגוף - חור גדול בנשמה".

וכן מבאר בספרו צוואות מריב"ש טוב (שער עב): "כְּאֲשֶׁר גּוֹפּוֹ חוֹלָה - גַּם הַנְּשָׁמָה נְחַלְשֶׁת, וְאִינוּ יָכֹל לְהִתְפַּלֵּל פְּרָאוּי, אֶף עַל פִּי שֶׁהוּא נָקִי מֵעֲבָרוֹת. לָכֵן, צָרִיךְ הָאָדָם לְשָׁמֵר בְּרִיאוֹת גּוֹפּוֹ מְאֹד עַל פְּרָחוֹ".

מכאן שעיקר הבריאות מצוי ביחס הגוף לנשמה, וביחס הנשמה לגוף, ובקשר ובשיתוף הפעולה שביניהם.

חוסר תיאום ונתק בין הגוף לנשמה יוצר חלל ופער ביניהם. חלל זה הוא שורש המחלה. מחלות יכולות להופיע ח"ו כאשר זרימת הרצף בין אור הנשמה וכוחות הנפש בתוך הגוף לקוי רח"ל. מצב זה הוא בדר"כ תוצאה של חוסר התאמה וסכסוך בין הנשמה לגוף, בין אורות לכלים, בין המטרות ולאמצעים, בין התוכן למסגרת, בין הפנימיות לחיצוניות. וכן הוא בכל תחומי החיים ובכלל עבודת ה'.

כאשר הגוף אינו מחובר לנפשו – הפגיעה היא במחזור הדם רח"ל.
 כאשר הגוף אינו מחובר לרוחו – הפגיעה היא במערכת הנשימה רח"ל.
 כאשר הגוף אינו מחובר לנשמתו – הפגיעה היא בקומת הפריה ורביה והקשר הזוגי.

כאשר הגוף אינו מחובר לחיותו ורצונו – הפגיעה היא בחוסן הגוף וגורמת תשישות וחוסר חיוניות וכבדות גדולה רח"ל.
 כאשר הגוף אינו מחובר ליחידה שבנפש – הפגיעה היא בכוחות התענוג ומואס בגופו רח"ל.

וע"י התקשרות וחיבור מחדש הן בנפש והן בגוף ניתן לחבר הכל מחדש בעזהשי"ת.

"מחיצה והפסק בינו לבין ב' קומות בנפשו" נגרמת כאשר אין תיאום ורצף בין ה' הקומות שבבניין כוחות נפשו ביניהן וחלק אחד מכוחות נפשו מתנתק מהחלק הסמוך לו רח"ל:

כאשר נעשה נתק בין יחידתו וחיותו – אז אין התענוג מאיר ברצון, והפגיעה היא ברצון עצמו שנחלש ביותר רח"ל.

כאשר נעשה נתק בין חיותו לנשמתו – אז אין הרצון מאיר במחשבה, והפגיעה היא במחשבה עצמה שנחלשת ולא יכול להתרכז ואין כל כיוון וריכוז למחשבתו רח"ל.

כאשר נעשה נתק בין נשמתו לרוחו – אז אין המחשבה מאירה ברגש ולא מתלבשת בדיבורו, והפגיעה היא בכוחות הרגש והדיבור שמתייבשים ונחלשים ביותר רח"ל.

כאשר נעשה נתק בין רוחו לנפשו – אז אין הרגש מאיר כראוי במעשיו ובאברי גופו, והפגיעה היא בכח תנועותיו ומעשיו, וכח התנועה והפעולה נחלש מאד רח"ל.

וע"י התקשרות וחיבור מחדש הן בנפש והן בגוף ניתן לחבר הכל מחדש בעזהשי"ת.

"מחיצה והפסק בין שני אברים בגופו" נגרמת כאשר אין תיאום ורצף בין ה' הקומות השונות שבבניין מערכות גופו רח"ל:

כאשר אין די חיבור ורצף הארה בין המח לעצמות ח"ו – אז הפגיעה ח"ו
בעצמות רח"ל.

כאשר אין די חיבור ורצף הארה בין עצמות ולגידים ח"ו – אז הפגיעה ח"ו
בפרקים רח"ל.

כאשר אין חיבור ורצף בין הגידים לאברים ח"ו – אז הפגיעה ח"ו **במערכת**
העצבים רח"ל.

כאשר אין די חיבור ורצף הארה בין האברים לעור ח"ו – אז הפגיעה ח"ו
בעור עצמו רח"ל.

[והוא באופן כוללני למדי, מאחר שההסתעפויות רחבות ביותר. אלה
 כללים בלבד עם דוגמאות אחדות לצורך הבנת הכלל].
 וע"י התקשרות וחיבור מחדש הן בנפש והן בגוף ניתן לחבר הכל מחדש
 בעזרה שי"ת.

דעה רווחת היא בנושא היא שהגוף הוא רע וצריך כמה שיותר לכווץ ולדכא אותו
 ולהפרידו מהנשמה והרוחניות ע"מ שלא יפריע, ואסור לאדם ליהנות, וכל הנאה מסוכנת
 היא.

עפ"י מורנו הבעש"ט הקדוש זיע"א אין גישה זאת דעת תורה כלל וכלל, ולא זו בלבד שאין
 בה בכדי לתקן את האדם ואת תאוותיו הרעות כי אם עלולה גם לגרום לנתק בין חלקי נפשו
 וגופו, ואת הגוף לא חיברנו לעבודת ה' ולא המתקנו ולא תיקנו רח"ל.

ונשאלת השאלה: האם לזאת ברא השי"ת את הגוף וציוה עליו לפעול מצוות
 העולם ולהתבטא? באם הגוף רע כל כך, משוע חפץ הבורא יתברך להקימו
 בתחיית המתים?

כאשר מתבוננים בדמות הצדיקים במשך הדורות מאז חורבן הבית, הנה מופיע לעינינו סוג
 חדש של צדיק שלא מופיע בתורה שבכתב בשום מקום. הצדיק של ימות הגלות עד הופעתו
 של מורנו הבעש"ט הק' זיע"א הינו סוג של צדיק שהוא מעט גוף והרבה נשמה, וככל שהוא
 יותר מסכן וסובל הוא יותר קדוש מעונה, וככל שהוא יותר מעונה הוא יותר צדיק.

בעקבות הגלות הצטמצמו הכוחות והתרחקנו מלעבוד את ה' בשמחה, ואין האדם
 משתמש בכל הכוחות שה' נתן לו על מנת לפרסם את שמו בעולם ולחבר את הבריאה
 לבורא יתברך ולגלות את הבורא יתברך בתוך הבריאה. במקום זאת, הופקר העולם לגמרי
 והעבודה מתרכזת ומכונסת בד' אמות של בית המדרש הרחוק מהרחוב, מהטבע, מהעולם,
 ומשם יבקע אור זעיר אל העולם אי"ה. והעולם החיצוני הכללי הנו דבר זר ומאיים, ויש
 להיזהר מפניו. ואותו צדיק הספון בתוך בית המדרש הוא הרבה נשמה ומעט גוף, ולרוב
 הוא מסכן וסובל ומתכנס בתוך עצמו וכמעט ואינו פועל בעולם.

האם דמות זו של צדיק היא כדמות אברהם יצחק ויעקב אבותינו הקדושים ע"ה? האם כך היה משה רבינו? האם כך נהג ופעל דוד המלך? האם זו הדמות של הצדיק לפי תורתנו מסיני?

רועי צאן היו אבותינו. בגשמיות וברוחניות. באחיזתם בארץ הקודש וברעיית בני אדם באמונת אלוקים ובשלילת האלילות ובהמלכת הבורא. כאשר מתבוננים בדמות שבעת הרועים הקדושים ושאר נביאי ישראל מנהיגי האומה הישראלית האמתית והמקורית, הנה רואים בכל אחד בהם יהודי קדוש, בריא וחזק, שמח, גיבור, עשיר וחכם ועומד לפני הבורא יתברך ועובד אותו בתענוג ובניסיונות, ועובדים אותו יתברך בבית המקדש נוכח פני ה', לא באופן ספרותי מופשט כי אם באופן ממשי עם כל הנפש והגוף יחדיו. וכאשר ח"ו ה"חטא גורם" ותענית כג ע"א} - הוא מתקן ע"י קורבן וע"י אכילת הקורבן {פסחים נט ע"ב}: "שהכהנים אוכלים ובעלים מתכפרין", והכפרה היא ע"י אכילה ולא ע"י תענית, ע"י חיבור לחיים ולא ע"י ניתוק, אוכלים בשמחה אצל שולחן אביהם המלך {ברכות יז ע"א}: "צדיקים יושבים ועטרותיהם בראשיהם ונהנין מזיו השכינה, שנאמר: ויחזו את האלהים ויאכלו וישתו" {שמות כד יא}. צדיקי עולם מלפני הגלות יתייחסו לחומר ולגשמיות כעל כלים לגילוי של הבורא יתברך בתוך העולם ולא כאיום ודבר זר, שהרי העולם הגשמי הוא של הקב"ה ותפקידנו לחבר אותו אליו יתברך ולא להשתמש בו בלעדיו.

יחסם של צדיקי עולם אל העולם הזה וחומר הגשמיות ולגוף הוא כיחסם לכל ענייני החיצוניות שעל ישראל לכבוש לעבודתו יתברך, "לתקן עולם במלכות שד"י". וכאשר סובלים ומקבלים יסורים מאותו המתח והבירור הקיים בין הנשמה והגוף עד שקונים את ההשתוות וההמתקה, הנה צדיקי עולם מקבלים בהכנעה ומפתחים תענוג גם מקושי העבודה. והוא על דרך הכנעה הבדלה והמתקה.

עבודתו של בני ישראל בתוך העולם הגשמי היא הכנעת החיצוניות תחת הפנימיות, הבדלת הפנימיות מהחיצוניות לשומרה מכל יניקה חיצונית, והמתקת החיצוניות ע"י העלאתה לשרת לפנימיות. וכן עם הגוף:

הכנעת חיצוניות הגוף - ע"י מצוות לא תעשה.

הבדלת פנימיות הנשמה מחיצוניות הגוף - ע"י מצוות עשה.

המתקת חיצוניות הגוף - ע"י צירוף תנועות הגוף לנשמה ע"י תורה ותפלה.

אין התורה הקדושה מסכימה כי המסגרת תוביל ותנהיג את התוכן, וגם לא שהתוכן יתנתק מהמסגרת ותתנכר לה, אלא נבראה המסגרת ע"מ שהתוכן יצרף אותה לעבודתו יתברך יחדיו. התורה צייתה על המסגרת הגופנית הגשמית לקיים מצוות רוחניות נשמתיות אלוקיות, וע"י זה נפעלת המתקה לעולם. הגוף יתקדש ע"י שמצטרף לנשמה במצוות התורה.

הנשמה - מייצגת את הקב"ה.

הגוף - מייצג את השכינה, גילוי השי"ת במציאות הגשמית.

החיבור - בין הנשמה לגוף ע"י מצות ה' הוא יחוד קודשא בריך הוא ושכינתיה.

היא משנתו הבהירה של מורנו הבעש"ט הק' זיע"א בתורתו **"הגוף נברא לדבקות הנשמה"** וס' בעש"ט עה"ת פר' מצורע ממ"ח אות יז-יח: **"האדם על ידי תאוה גשמית סוּבַר שְׁעַל יְדֵי זֶה יִהְיֶה לוֹ בְּרִיאוֹת וְחֶזֶק הַגּוּף, וּבְאַמְתָּ עַל יְדֵי זֶה מְאֻבָּד גַּם אֶת הַגּוּף, שְׁעַל יְדֵי שְׁנַפְרָד מֵהַדְּבָקוֹת - בְּאִין עֲלֵיו יְסוּרִים. דְּלֹא נִבְרָא הַגּוּף כִּי אִם שִׁיְהִיָּה נִמְשָׁךְ לְדְבָקוֹת אַחַר הַנְּשָׁמָה, לַעֲשׂוֹתוֹ מַחְמֵר - צוּרָה, לֹא שִׁיְהִיָּה נִמְשָׁךְ הַנְּשָׁמָה אַחַר תְּאוֹת הַגּוּפָנִיּוֹת."**

חֲמֵר - הגוף, המסגרת הגשמית העוטפת את הפנימיות שהיא הנשמה.

צוּרָה - הנשמה, הנותנת צורה לחומר שבאמצעותו יכולה לבוא במגע עם העולם החומרי ולתקנו.

מבהיר מורנו הבעש"ט הק' כי האדם בא לעולם כדי להפוך את הגוף לנשמה ע"י פעולות רוחניות שהוא מקנה לאברי הגוף. פעולה אלוקית רוחנית מהוה מעשה של חיבור רוחני עם החומר וספר בעש"ט עה"ת פר' בשלח ממ"ח אות ו: **"מְצוּהָ - לְשׁוֹן דְּבָקוֹת וְהִתְחַבְּרוֹת מְלִשׁוֹן צוֹתָא חֲדָא זְוֵה"ק ח"ב קי ע"ב}**, וְזֶהוּ הַפְּרוּשׁ: מְצוּהָ - דְּבָקוֹת לְה', כִּי מְצוּהָ לְשׁוֹן צוֹתָא, הֵינּוּ: שְׁבַעֲשִׁית הַמְצוּהָ נִדְבָקִים בְּאִוְרוֹ יִתְבַּרְךְ". כִּי ע"י שמקנים אופן רוחני לתנועות האיברים ע"י מְצוּוֹת -עֲשֵׂה וְלֹא-תַעֲשֶׂה החומר עצמו הופך לצורה רוחנית ולנשמה.

אם כן, הגוף הוא מכשיר אלוקי של פעולות המחברות את הגוף לנשמה ואת הנשמה לא"ס ב"ה ואת הבריאה לבורא יתברך, כי ע"י מצוות התורה מלשון צוותא וחיבור, איברי הגוף מעוררים את האיברים העליונים ומתחברים למרכבה העליונה.

עפ"י משנתו של מורנו הבעש"ט הק' זיע"א, צדיק האמתי אינו מי שמכווץ את הגוף ומסגפו, אלא הוא זה שאצלו ההנשמה והגוף עשו שלום ביניהם: **"כְּפֶאֱשֶׁר הַנְּשָׁמָה וְהַגּוּף בְּשָׁלוֹם וּבְרָצוֹן אֶחָד וְעוֹבְדִים לְאוֹתוֹ בּוֹרָא אֶחָד יִתְבַּרְךְ יַחְדָּיו"**. וכדוגמת דוד מלך ישראל חי וקיים וכל שאר הרועים הקדושים המייצגים את היהודי הבריא, איש ישראל חזק ושמו הלומד ומלמד ופוסק ושר ומנגן להשי"ת ונלחם ומנצח למענו ועובד את ה' בכל האופנים ומקדש את כל כוחות החיים ומחברם לבורא יתברך {משלי ג ו:} **"בְּכָל דְּרָכֶיךָ דַּעְהוּ וְהוּא יִישַׁר אֲרָחֶיךָ"**. מורנו הבעש"ט הק' זיע"א מבשר על סיום עידן דמות "הצדיק המסכן" וממנו החל עידן דמות הצדיק הבריא והמקדש את הבריאה כולה להבורא יתברך.

כאשר אין האדם מסוגל לחוש קדושה בגופו, סימן הוא כי למעשה נשאר הגוף מחוץ לעבודת ה'. מצב זה הוא שלב ביניים ואין זו עבודת ה' בשלמות. ועדיין כל הבניין הרוחני שלו בסכנה, מאחר שכל עוד לא חיברנו את הגוף בעבודת המצוות והתפילה ולימוד התורה בתענוג הרוחני יש חשש כי יבקש תענוגות מחיצוניות הקדושה ח"ו. אך כאשר האדם מצרף את הגוף לקדושה ע"י תנועות אברי הגוף במצוות התורה האלוקיות

והנשמתיות, בכך הוא זוכה להארה רוחנית ולקדושה להתענג על ה' ומקנה לגופו טבע חדש ומנציח את יסודות הבניין הרוחני שלו, שהרי כאשר אדם נהנה מדבר מה אינו עוזבו. כאשר מפריד האדם גופו מנשמתו ונשמתו מגופו בתנועותיו – שם הוא הפתח ל מחלה ח"ו.

כי ג' **גופים לאדם** אחד בתוך השני כעין ביצה בתוך ביצה בתוך ביצה. וגוף א' הפנימי ורוחני מכל: **זְהָרָא עֲלָאָה** {זוה"ק ח"א לו ע"ב} העשוי מאור השי"ת והוא אור מקיף לנשמה הפנימית ואינו חוצץ. ומסביבו **גוף ב'**: **קְלִיפַת נְגָה** {ישעיה ד ה ויחזקאל א ד וזוה"ק ח"א מב ע"ב ועוד} ובו עיקר כח הבחירה כי הוא ממוצע בין רוחני לגשמי: באם עובר עברה ח"ו – קְלִיפָה, באם מצווה – נְגָה. וסביבו **גוף ג'** החצוני: עור **מִשְׁכָּא דְחוּיָא** {תיקוני זוהר תיקונא ז י ע"ב}, והוא גוף הגשמי העשוי מעור הנחש ואוטם הנפש הרוח והנשמה. ושלושתם חפץ השי"ת לרפא ע"י מצוה ותפילה ותורה אֲשֶׁר אֲנֹכִי מְצַוְךָ הַיּוֹם לְטוֹב לָךְ {ודברים י יג} כָּל הַיָּמִים.

"זְהָרָא עֲלָאָה {זוה"ק ח"א לו ע"ב}, **"זֵהָר הָעֲלִיוֹן**. וע"י תורה בקבלת עול ברית עם השי"ת נותן התורה נתעטפת **נשמתו** בְּזְהָרָא עֲלָאָה שהוא גופו הרוחני הפנימי הראשון.

קליפת נגה {משלי ד יח-יט}. **כיע"י תפילה** בדבקות עם השכינה אזי **רוחו** נתעטף כולו באור נגה ואינו יורד לקליפה כלל {יחזקאל א ד}: **"וְנָגָה לוֹ סָבִיב"**.

מִשְׁכָּא דְחוּיָא {תיקוני זוהר תיקונא ז י ע"ב}. כי **ע"י מצוות ה'** הקדושות מזכך **נפשו וגופו** הגשמי **מִשְׁכָּא דְחוּיָא** מעור הנחש, היינו ע"י מצוות לא תעשה נפרד יותר ויותר מגוף החיצון הגשמי וע"י מצוות עשה מטהר את **נפשו וגופו**.

בכך מגלה לנו מורנו הבעש"ט הק' זיע"א כי תפקיד הגוף הוא כתפקיד העולם ותכלית כל מעשה בראשית {ספר בעש"ט עה"ת פר' בראשית אות יז ושם פר' בשלח אות ז ופר' עקב ממ"ח אות יז ופר' משפטים ממ"ח אות ג וספר הכללים אות לז}: **"עַל הַיְהוּדִי לְהִיּוֹת בְּרִיא כְּבִיּוֹם בְּרִיאָתוֹ, כִּי בְּרִאשִׁית - בְּרִא בְרִא {בראשית א א}, וְאִז מִתְקַיֵּם בּוֹ הַמִּשְׁדֵּךְ הַפְּסוּק: אֱלֹהִים - לְהִיּוֹת דְּבִק בְּאֱלֹקָיו, וּמְקַיֵּם אֶת הַשְּׁמַיִם - קַיִם מְצִיאֹתוֹ הַשְּׁמַיִמִית הַרוּחָנִית, וְאֶת הָאָרֶץ - קַיִם מְצִיאֹתוֹ הָאָרְצִית הַגְּשֵׁמִית בְּעוֹלָם הָאָרֶץ הַזֶּה. וְכָל שֶׁקְרוּב הוּא יוֹתֵר לְהַבְרִיא בְּרוּךְ הוּא - בְּרִיא יוֹתֵר:"**

חֲנוּךְ עֲצָמֵי לְהַתְעַנֵּג מִקְדָּשָׁה וְרוּחָנִית

עיקר משנתו של **מרן הבעש"ט** הק' זיע"א לתיקון כוחות הנפש עומדת על קידוש הרצון והתענוג, והם שני כוחות המושלים בעולם המחשבה והרגש והדיבור והמעשה ומכוונים נתיבותם. ע"כ אין מרן הבעש"ט מציע להילתם נגד כוחות הנפש הנפולים, שהרי דבר זה ידכא את האדם עצמו ויתיש את כוחותיו. ואדרבא: מלחמה זו תיתן עוד כח ונוכחות ונפח לכוחות הנפולים. לכן משנתו בנידון היא: חינוך והדרכה להקניית תענוג מן הקדושה ולהעלאת התענוג אל שורשו. כי העלאת ותיקון הרצונות והמחשבות נפעל ע"י דבקות הרצון להתענג במקור התענוג אצל בורא כל עולמים אין סוף ב"ה באמצעות עבודת התורה התפילה והמצווה. כי ע"י

לימוד ופיתוח תענוג מדבקות באור ה' – יימשך רצונו ומחשבתו ויהיה כרוך אחר הקדושה ודבוק בה' אהבה בתענוגים. וכנגד התענוג הפנימי המקורי הרוחני אין התענוגות החיצוניים הדמיוניים הנפולים עומדים ואזי נפרד מהם בשמחה.

עבודת מעשית

- א. **להתבונן ולשאול את עצמי:** מי ברא לי את נשמתי? לאיזו תכלית?
- ב. **להתבונן ולשאול את עצמי:** מי יצר לי את גופי? לאיזו מטרה?
- ג. **להתבונן ולשאול את עצמי:** האם אצלי הגוף הוא אויב הנשמה? האם ידיד? האם שותף? מהו היחס ביניהם אצלי?
- ד. **להתבונן:** מהו יחס הנשמה שלי לגופי ויחס גופי לנשמתו בד"כ.
- ה. **להזכיר לעצמי:** "אֱלֹהִים – גִּמְטָרִיא הַטָּבָע". היינו: האלוקים הוא יוצר ומקיים הטבע. חוקי האלוקים – הם חוקי הטבע, חוקי הטבע – הם חוקי האלוקים, ואין כל סתירה ביניהם, אין מלחמה בין הבריאה לבורא יתברך.
- ו. **להזכיר לעצמי:** נשמתו מייצגת אצלי את הבורא יתברך שמו, וגופי את הבריאה אשר ברא, והקשר ביניהם הוא שותפות וייחוד הבורא ובריאתו הנקרא ייחוד הקדוש ברוך הוא ושכינתו.
- ז. **להתבונן ולהזכיר לעצמי:** "דְּלֹא נִבְרָא הַגּוֹף כִּי אִם שְׂיֵהֶיָה נִמְשָׁךְ לְדַבְּקוֹת אַחַר הַנְּשָׁמָה, לְעִשׂוֹתוֹ מְחֻמָּר – צוּרָה". **ולשאול את עצמי:** מי מנהיג את מי אצלי: הנשמה את הגוף? הגוף את הנשמה? פעם זו ופעם זה?
- ח. **להתבונן ולהזכיר לעצמי:** יחס הנשמה שלי לגופי – קובע את רמת בריאותי הגשמית.
- ט. **להתבונן ולהזכיר לעצמי:** יחס הגוף שלי לנשמתו – קובע את רמת בריאותי הנפשית.
- י. **להתבונן ולהזכיר לעצמי:** רמת השותפות בין הצורה והחומר אצלי – קובע את רמת בריאותי הרוחנית.
- יא. **להתבונן ולהזכיר לעצמי:** היחס שלי לנושא התענוג – קובע את רמת בריאותי הכללית.
- יב. **להזכיר לעצמי:** "תִּקְוֹן וְחֻזַק הַטָּבָע הוּא גַם כִּן עַל יְדֵי הַתּוֹרָה".
- יג. **להתבונן במצביה "חול"** [פיזור], ה"חלל" [חסרון] וה"מחילה" [התחפרות וקיבעון] שלי, **ולפעול** לכיוון ההפוך: איסוף הכוחות ומילוי, והשתדלות ביציאת הכוחות מכח אל הפועל.

- יד. **להזכיר לעצמי**: "עיקר הרפואה: להשיב את הבריאות הראשונית כבריאתו המקורית", דהיינו: לכבד את הטבע הטוב והכשרונות המולדים שקבלתי מהבורא יתברך בטבע בריאתי, ולהתייחס בהתאם.
- טו. **להזכיר לעצמי**: "יהיה דבוק בתענוג רוחני שבדבר ההוא שהוא החיות של הדבר, שע"י שהוא דבוק בתענוג רוחני – נזכר אצל השם יתברך". היינו: כל פעם שאני נהנה מכל דבר גשמי או רוחני – לזכור את השם יתברך בצירוף המחשבה והנשמה וליהנות עמו ביחד.
- טז. **להזכיר לעצמי**: "להתענג על ה' פאותו התענוג והדבקות שמשגי בגשמי היותר דבוק אלו". דהיינו: כפי שאני נהנה מטעם מאכל טוב – כן עלי להקיש ולמשוך עצמי להנאת לימוד טוב ותפילה טובה ומצווה טובה. ועוד יותר: "וצריך להגביר תענוג הרוחני על תאוות הגשמי".
- יז. **להתבונן ולהזכיר לעצמי**: "האדם נקרא צדיק בסוד (משלי י כה): צדיק יסוד עולם – כשיש לו תענוג גדול בעבודת השם יתברך". עלי להתפלל על הנקודה הזאת תמיד ולחזק את עצמי שכל תענוג והנאה שלי יהיו מן הקדושה גם בדברים הגשמיים.
- יח. **להתבונן ולהזכיר לעצמי**: "המתענג מן הקדושה – נקרא גאול". דהיינו שיש לי לשמוח ולשמח את עצמי כאשר אני נהנה מדבר קדושה, כי אז אני נקרא "גאול ה'".

משפט מפתח

"המתענג מקדשה ורוחניות על הו"ה יתברך שמו – תקן הכל"
 "כשישראל שרויים בתענוג וקדושה – יש לו יתברך תענוג"
 "עקר העבודה שלי היא לקחת התענוג מאכילה ושתיה וכדו' ולהעלות אותו התענוג לבורא יתברך"

- [א.] ביעת שיתפרסם למועד ויתגלה בעולם
- [ב.] ויפוצו מעינותיה חוצה מה שלמדתי אותך והשגת
- [ג.] ויובלו גם המה לעשות יחדים ועליות כמוך
- [ד.] ואז יכלו כל הקלפות
- [ה.] ויהיה עת רצון וישועה":



אוצר כתבי הבעל שם טוב
 ת.ד. 53433 ירושלים מיקוד 91355
 טל: 02-9923155 פקס: 02-9923170
WWW.BSHEMTOV.COM
BSHEMTOV.MAIL@GMAIL.COM