

זוהר לעם

קטעי הכנה נבחרים
ללימוד ספר הזוהר



קבלה לעם

kab.co.il

ספרון זה מבוסס על קטעים משיחותיו של הרב ד"ר מיכאל לייטמן, כפי שרשמו ועיבדו תלמידיו. כדי לשמור על הרוח המיוחדת בשיחות אלה, הובאו הדברים בעריכה מזערית בלבד.

תוכן העניינים

5	מקובלים על ספר הזוהר
10	התגלות ספר הזוהר בימינו
10	הזוהר מדבר אל הלב של כולנו.
12	הגיע הזמן
13	הזוהר כאמצעי לגאולה
15	ספר הזוהר פתוח לכולם
17	ההכנה ללימוד ספר הזוהר
17	להשתוקק אל ספר הזוהר
17	הכנה מתמדת ללימוד הזוהר
19	התנאי לפתיחת ספר הזוהר
20	הזוהר מעביר אותנו להסתכל אחרת על העולם
22	הגישה ללימוד ספר הזוהר
22	לעורר את עצמי להכרה
25	להתרשם מהזוהר כמו תינוק
29	להשתוקק להבין את מה שלומדים
31	לקלוט את המציאות כמו תינוק
32	לכוון את עצמי דרך המילים למטרה
35	לעלות מהענפים לשורשים
36	העולם נמצא בתוכי
37	להסתכל נכון על המציאות

- 41 **היגיעה בזמן הלימוד**
- 41 העיקר השתדלות
- 42 לפי היגיעה – השכר
- 43 המאמץ הנכון בלימוד הזוהר.
- 45 לפתוח את הזוהר
- 46 לעשות "פוקוס" על המציאות
- 47 להתאמץ להתכלל בזוהר.
- 48 להרגיש בפנים "כאיש אחד בלב אחד".
- 50 הכל קיים – נותרה רק היגיעה שלך
- 53 האדם הוא עולם קטן
- 55 יגעתי ומצאתי
- 56 עבודת ה'.
- 57 להשתדל לבנות את הקשר עם הבורא
- 58 לחפש את הזוהר בתוכי.
- 59 לחזור להכרה.
- 60 לראות את המציאות האמיתית
- 62 להיכנס להרגשת העולם הרוחני
- 63 השתוקקות שהיא תפילה.
- 65 קושי שהוא ברכה.
- 67 להשתוקק לקדושה בחושך
- 70 עקשנות ויגיעה בכיוון הנכון

- בלבולים והפרעות בזמן הלימוד** 72
- לבנות יחס נכון לחיים 72
- להעלות את הנקודה שבלב מעל הפרעות 74
- לאחוז בחברים מעל כל הפרעות 76
- הזוהר והחיבור לאחרים** 79
- כלי שלם לגילוי הזוהר 79
- גילוי הבורא בין הנשמות 80
- ערבות הדדית בלימוד הזוהר 81
- חיבור לפני הכול 82
- ספר הזוהר פועל רק על קבוצה 83
- לספק לכולם את הכוח להחזיק בזוהר 85
- לתקן את הקשר בינינו 86
- הכל מושג בחיבור 87
- להיות כלי אחד 89
- "אם אתה לא במלכות אתה לא קיים" 90
- לחפש כוח חיצוני להתקדמות 92
- להרחיב את הנקודה שבלב 94
- להחזיק בחברים במחשבה מעל כל הפרעות ... 95

מקובלים על ספר הזוהר

ובגלל שעתידים ישראל לטעום מאילן החיים שהוא ספר הזוהר הקדוש, יצאו על ידו מן הגלות.

ר' שמעון בר יוחאי, הזוהר, נשא אות צ'

גאולת ישראל וכל מעלת ישראל תלוי בלימוד הזוהר.

הרב יהודה אשלג, הקדמה לספר הזוהר, אות ס"ט

כעת הזמן המחייב להרבות קניין בתורה הפנימית. ספר הזוהר הפורץ נתיבות חדשות, משים במדבר דרך מסילה בערבה, הוא וכל תבואתו מוכן הוא לפתוח פתחי גאולה.

הרב ראי"ה קוק, אורות, נ"ז

ומצאתי כתוב כי מה שנגזר למעלה שלא יתעסקו בחכמת האמת בגלוי היה לזמן קצוב עד תשלים שנת הר"ן (1490), ומשם ואילך יקרא דור אחרון, והותרה הגזירה והרשות נתונה להתעסק בספר הזוהר. ומשנת ה"ש (1540) ליצירה מצווה מן המובחר שיתעסקו ברבים גדולים וקטנים. ואחר שבזכות זה עתיד לבא מלך המשיח ולא בזכות אחר אין ראוי להתרשל.

אברהם בן מרדכי אזולאי, הקדמת ספר אור החמה, עמ' פ'

ולזה הספר יקרא ספר הזוהר מפני השפעת האור ההוא מהזוהר העליון, ודרך אורו משפיעים בהשגחה אלהית כל המתעסקים בו, שהיה אור ושפע עליון מהדעת מושפע, וכיון שנשפע משם נקרא החיבור הזה ספר הזוהר

ר' משה קורדובירו, הרמ"ק, דע את אלקי אביך, ב'

ולו עמי שומע לי בדור הזה שהמינות גובר היו לומדין עם תינוק בן תשעה שנים ספר הזוהר והתיקונים להגות בהם והיה יראת חטאו קודמת לחכמתו ויתקיים.

ר' יצחק איזיק יחיאל ספרין מקומרנה, נוצר חסד, פרק ד', משנה כ'

וכן אמר הגאון הצדיק רבי שלמה בלוך ז"ל משם רבו החפץ חיים ז"ל שעל לימוד ספר הזוהר אין שום הגבלה כי רובו מדרש והיה החפץ חיים מעורר לכולם שילמדו כל שבת את הזוהר של אותה פרשה ואפילו לבחורים.

ר' יוסף בן שלמה מפוז'ין, הוספות בנין יוסף

לשון הזוהר הקודש הוא מסוגל לנשמה אף שאינו מבין כלל מה שאומר כמשל הנכנס לחנות של בושם, אף על פי שלא לקח כלום מכל מקום ריח טוב קלט עמו

ר' משה חיים אפרים מסדילקוב, דגל מחנה אפרים, ליקוטים

שמעוני אחיי ורעי החברים המשתוקקים ומבקשי אמת, אמיתת עבודת הלב, לחזות בנועם ה' ולבקר בהיכלו. נפשי תשתוחח ותדבק בספר הזוהר כאשר ידוע מפי קדמונינו סגולת עסק ספר הקדוש.

ר' צבי הירש אייכנשטיין מזידיטשוב, סור מרע, דף ד'

לימוד הזוהר בגירסא בעלמא בונה עולמות וכל שכן אם יזכה ללמוד ולהבין פירוש מאמר יעשה בו תיקון למעלה בשעה אחת מה שלא יעשה בלימוד הפשט שנה תמימה.

הרב שלום בן משה בוזגלו, כסא מלך, תיקון מ"ג, אות ס'

הבה נקוה שכל אחינו בית ישראל יקבעו לימוד בספר הזוהר הקדוש יחד, עשיר ואביון קטון וגדול. ומה טוב ומה נעים אם ישתדלו לקבוע חברות ללימוד הזוהר, ובפרט לעת כזאת אשר ניצוצי הגאולה החלו לפרוח, עלינו להשתדל בלימוד הקדוש הזה המסוגל לביאת המשיח.

הקדמת הרבנים לזוהר דפוס ג'רבה

מי יתן והיה שיתחילו ללמוד עם הצאן קדושים כשהם עדיין בקטנותם בן ט' וי' שנים ספר הזוהר הקדוש... והיו בודאי הגאולה בקרוב בלי שום חבלי משיח.

ר' שבתי בן יעקב יצחק ליפשיץ, סגולת ישראל, מערכת ז', אות ה'

לימוד הזוהר הקדוש בזמן הזה נצרך לנו מאד להגן ולהציל אותנו נגד כל רע, כי גילוי החכמה זאת עתה בדורות גרועות הוא. כדי שיהיה לנו מגן עתה לאחוז בלבב שלם לאבינו שבשמים. כי אותן דורות קודמים היו אנשי מעשה וחסידים והמעשים טובים היו מצילין אותן מפני המקטרגים. עתה רחוקים אנו משורש העליון כמו השמרים בתוך החביות. מי יגן עלינו אם לא קריאותנו בחכמה הזאת.

ר' יעקב צמח, בהקדמתו לעץ החיים

אמר קודם ביאת המשיח תתגבר מינות ואפיקורסות רחמנא ליצלן בעולם העצה לזה לזוהר בשלושה דברים הללו, האחד לאמר בכל יום זוהר אף על פי שאינו מבין מה שאומר כי אמירת זוהר מסוגלת לטהרת הלב.

אור ישרים, מירא דכיא

”גאולת ישראל וכל מעלת ישראל, תלוי בלימוד הזוהר”

(הקדמה לספר הזוהר, אות סט)

התגלות ספר הזוהר בימינו

הזוהר מדבר אל הלב של כולנו

שאלה: מה המשמעות של ספר הזוהר בימינו, והאם אנחנו נמצאים בימים, שמחייבים אותנו ללמוד את הזוהר בשביל להגיע לרוחניות?

כן, חד וחלק. חיכיתי לכך זמן רב ולא רציתי להתחיל בלימוד הזוהר לפני כן. אפילו אמרתי דברים הפוכים כמו: "בשביל מה ללמוד את הזוהר?" ועוד. היה כביכול מקום להניח שבעל הסולם כתב את מפעל חייו סתם כך, אך כמובן שאין זה נכון. העניין הוא, שהיה עלינו להיות מוכנים לכך.

כיום, אנחנו מתחילים ללמוד עם כולם את ספר הזוהר, מכיוון שהגענו במסה גדולה דיה למצב שבו אנחנו כבר יכולים לעלות ביחד באותו הסולם. וכל אדם שיכול להצטרף ללימוד, כלומר להתבטל בכל הכוח, כמו תינוק, וללמוד

יחד איתנו מתוך רצון להיכנס להרגשה שעליה מדבר ספר הזוהר – מוזמן להצטרף. הלימוד הזה אינו מצריך שכל, אי אפשר ללמוד ולצייר במהלכו הרבה מדי שרטוטים. ספר הזוהר מדבר אל הלב, במטרה לפתוח את הרגש של האדם כלפי ההבחנות של השפעה וקבלה. לכן בעל הסולם קרא לפירושו ה"סולם", ולא באף שם אחר.

חלקי הזוהר אינם שווים, יש חלקים קלים ויש חלקים קשים יותר, מבחינת השפה והעומק. אנחנו לא נלמד לפי פרשיות השבוע, אלא נתחיל מהקל אל הכבד, כמו שאנו לומדים בסדר הבריורים. כש"ניכנס פנימה" בצורה רגשית, לאחר שנתרגל לסגנון של הספר הזה ונכוון את עצמנו נכון, נהיה מוכנים גם ללימוד החלקים האחרים. ואז, לא רק שנשתוקק, אלא ממש נערוג לזוהר, יפתח בנו מעין תיאבון מיוחד אליו. לאמתו של דבר, אין הבדל בין העומק של כל פרשה ופרשה בזוהר. רשב"י ובעל הסולם פירשו אותן בכל גובהן הרוחני, אלא ההבדל הוא רק כלפינו, הלומדים.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 19.11.09

הגיע הזמן

שאלה: מה מיוחד כל כך בתקופה הנוכחית לעומת תקופות קודמות, שדווקא בגללו התחלנו ללמוד כעת את ספר הזוהר?

ההבדל הוא בהכנה. דיברנו רבות על החיבור וסביבו, עד שהחלטנו שלא יעזור לנו דבר מלבד החיבור.

תמיד אמרנו שאי אפשר לקרוא את ספר הזוהר ללא קבוצה, אבל כעת אנו ממש מרגישים את זה "על בשרנו", ואני סבור שלא ניתן היה להגיע לכך קודם. אמנם דיברנו על כך, אבל לא הייתה לנו הנכונות ללכת ו"לחתוך לעצמנו את האגו", כי אחרת לא נוכל להשיג דבר. לפני כן, לא הייתה לנו הנכונות לקבל את ההחלטה הפנימית הזאת.

אני מקווה שהיום, בעזרת המאמץ הכללי ובעזרת מחברי ספר הזוהר, אנחנו נגיע לזה. איני חושב שהייתה לנו אפשרות להגיע לכך לפני פתיחת ערוץ הטלוויזיה, שהעלה אותנו לדרגה אחרת בפנימיותנו.

מתוך השיעור הוירטואלי על ספר הזוהר, 15.11.09

הזוהר כאמצעי לגאולה

שאלה: האם קיימת הרגשה קבוצתית של הבורא?

קיימת השגה אישית, פרטית, וקיימת השגה קבוצתית. לעת עתה, אנחנו נמצאים בשלב ההשגה האישית ומשתדלים לעבור להשגה הקבוצתית.

זהו העתיד של העולם, החל מדורנו ואילך. חכמת הקבלה מתגלה דווקא היום כדי להביא את כל העולם להשגה קבוצתית.

זו הסיבה לכך שאנחנו מתחילים ללמוד כעת את ספר הזוהר, שנכתב על ידי קבוצה ומתגלה רק בקבוצה. הדבר החשוב ביותר הוא הקשר ההדדי בין בני האדם, בדומה לקשר שהיה בין החברים בקבוצתו של רבי שמעון בר יוחאי, שכתבו את הספר הזה.

כאמור, העולם עומד בפני תקופה חדשה, שבה הגילוי צריך להיות קבוצתי. למעשה, כל העולם זו קבוצה אחת. דבר זה התרחש ליד הר סיני.

בין בני האדם שררה שנאה, אבל נאמר להם: "אם לא תדרשו את הבורא עכשיו, אז כאן, בשנאה שביניכם, יהיה

מקום קבורתכם". למרות השנאה, הוצב בפניהם תנאי להתאחד כאיש אחד בלב אחד. אבל זה בלתי אפשרי! אני שונא את כולם עד כדי כך, שאיני מסוגל להביט בהם אפילו אם אשלם על כך בחיי!

ואז מתגלה הבורא, הכוח העליון, שמשרה את השלום בין שני הניגודים האלה. עומק הרצון האגואיסטי מלמטה, המסך מלמעלה – והאור העליון ששורה בתוכם. זהו הכלי הרוחני.

עלינו להגיע למצב שבו, מצד אחד, אנחנו שונאים זה את זה, מצד שני אוהבים זה את זה, ומצד שלישי דורשים את גילוי כוח ההשפעה בינינו.

זה מה שעומד בפני הדור שלנו. אנחנו נמצאים בתהליך שמקדם אותנו לקראת איחוד גלובאלי, ולכן התחלנו ללמוד את ספר הזוהר.

אין ספק שאנחנו כבר מוכנים לכך, ואנו מקווים שגם העולם יגיע להבנה שהאפשרות הזאת קיימת, ושהדבר יקרה בדרך של שלום...

מתוך שיעור הקבלה היומי, 4.12.09

ספר הזוהר פתוח לכולם

שאלה: מה צריכה להיות העבודה הפנימית של אדם שצופה באינטרנט או בטלוויזיה בזמן הקריאה בספר הזוהר?

ספר הזוהר מהווה הזדמנות לכולנו, לגלות את המציאות האמיתית – מציאות שנמצאת בתוכנו. אדם שמסדר וממייין נכון את המציאות הנוכחית ומגלה את פנימיותה, מרגיש בתוכו מלבד לעולם הזה, גם את העולם הרוחני. ואז הוא אינו נתקל בסתירה בין העולם הגשמי שנמצא כביכול מחוץ לו, לבין העולם הרוחני שנמצא בתוכו, בין הנסתר לנגלה, אלא הכול מתגלה בתוך רצונותיו. תיקון הרצונות שלנו מאפשר לנו לפתוח בתוכנו את היכולת לראות אותם, להרגיש בהם.

חשוב להדגיש שגם האנשים שאינם מוכנים כמונו לקליטת הזוהר, יכולים להצטרף ללימוד הזה ולזכות לאותם הדברים בדיוק. בדומה לתינוק שנולד היום והמבוגרים מספקים לו את כל צרכיו על בסיס כל מה שהכינו עבורו הדורות הקודמים, בהתאם לדרגה שבה נמצא העולם היום.

לכן אותם ה"תינוקות" שמתחברים אלינו היום, אותם החברים החדשים שלנו, יכולים לזכות בדיוק לאותם הגילויים שאנחנו מצפים להם, ואין שום הבדל בינינו. הם ישמעו במידה שבה הם יהיו מוכנים לשמוע ובמידה שבה הם יתחברו אלינו ויכניעו את עצמם בפני הלימוד.

כשאני שומע שיש להם חרדה וצפייה, ואולי אפילו כבוד כלפי הלימוד הזה, אני מתמלא בשמחה, מפני שתחושה שכזו מהווה תנאי חשוב מאוד לשם ההתקשרות לספר הזוהר.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 7.12.09

ההכנה ללימוד ספר הזוהר

להשתוקק אל ספר הזוהר

ההכנה ללימוד הזוהר צריכה להיות מיוחדת, רגשית. זו צריכה להיות מין השתוקקות, כמו לאהבה נחשקת, אין מילים לתאר את זה. על התחושה הזאת להיות מורכבת ממעט כאב, מעט רצון, מעט אהבה, עליה להיות מעין דאגה שקטה, פנימית ומתמדת למה שאתה רוצה, מעין געגוע כזה. זו צריכה להיות הכנה, לא "התקפה", לא גסות, לא משהו שכלי, אלא ממש חיבור פנימי שכזה.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 13.11.09

הכנה מתמדת ללימוד הזוהר

הזוהר דורש מאיתנו הכנה רבה מאוד. לפני שקוראים אותו, במהלך הקריאה ואחריה – ובעצם כל הזמן. הוא מעלה

את האדם לרמה כלשהי, שממנה אסור לו לרדת. מרגע הקריאה בספר ואילך, החיים שלו מתחילים להתנהל בשתי רמות: ברמה שבה הוא נמצא בטקסט של הזוהר, ובמקביל גם ברמת ה"בהמה". אך מרגע שהוא נמצא ברמה של לימוד הזוהר, הוא אינו עוזב אותה.

מכאן, שכל יתר הכתבים שאנחנו קוראים, צריכים להיות כתוספת, כבירור, ככלים נוספים שעוזרים לאדם להשתלב בטקסט הזה. כל דבר – בחיים הרגילים, בקשר עם החברים – כבר צריך להיות כמין תוספת לקליטה, להתקשרות, להתמצאות בספר הזה. כך על האדם לסדר את כל המציאות ואת כל חייו.

אני זוכר שכשאני התחלתי ללמוד את ספר הזוהר, זה באמת היה מין שינוי, מין מהפך כזה עבורי. הכוח של הזוהר טמון בכך שהוא מייצב את האדם, מביא אותו למצב קבוע כלשהו, שבו הוא נמצא כל הזמן. הזוהר נותן לאדם איזו רוח, גובה כלשהו, ואז כל הדברים שהאדם עושה הופכים לנספח שמתווסף לגובה הזה.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 4.12.09

התנאי לפתיחת ספר הזוהר

אני חושב שהלימוד על ג' הקווים הוא המקום הקריטי שבו האדם צריך לדרוש הרגשה, מפני שהעבודה בג' קווים כוללת הכול – צמצום הרצון לקבל, העליה לבינה, ההתכללות בבורא, קבלת כוח ההשפעה ממנו, השימוש בכוח ההשפעה על פני הרצון המקורי שלי, בניית הנשמה בקבלה על מנת להשפיע ועבודת הפרצוף. ג' הקווים זו נוסחת השימוש המלאה בנברא, ברצון לקבל, מראשית העבודה שלנו ועד לגמור התיקון.

בזמן הלימוד על ג' הקווים עלינו לדרוש תגובות והרגשות, שדומות לרגשות שאנו חווים כשאנו מנהלים מאבקים פנימיים בחיים, למקרים שבהם אנחנו נמצאים בסתירה פנימית, כמו למשל כשעליך לקום, ואינך יכול, או שיש לפניך ממתק כלשהו ואתה מתלבט אם לאכול אותו או לא. אם נהפוך את הדרישה הזאת לתפילה כללית, זה בטוח יקרה. בלי זה, חבל לפתוח את הזוהר.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 21.9.09

הזוהר מעביר אותנו להסתכל אחרת על העולם

עלינו להיות מוכנים לכך שלימוד הזוהר מעביר אותנו להסתכלות אחרת על העולם, על החיים שלנו, על כל דבר שמתרחש בפנים ובחוץ, היינו בתוך האדם ומחוץ לו. הזוהר מתחיל למקד אותנו, לכוון אותנו להסתכלות אחרת מזו שהיינו רגילים אליה עד כה. אנחנו נתחיל להסתכל אחרת על כל הטקסטים שנקרא, אפילו בזמן השירים שנשיר, אנחנו נראה את השורשים, את הסיבות לכל מה שמתרחש מסביבנו. אנחנו נתחיל להרגיש איך העולם הרוחני נמצא בתוך העולם הגשמי ומנהל אותו, מסובב אותו. וכך לאט לאט תהיה לנו הרגשה נכונה כלשהי לגבי הכוח המפעיל, המשגיח, המשפיע, המנהיג, הבחנות חדשות לגמרי לגבי הבורא.

לכן עלינו להשתדל להישאר כמה שיותר עם ההתרשמות מהשיעור, להיכנס אליו עד כמה שניתן ולחיות את המציאות בתוך הרצון האחד.

הבורא ברא רצון אחד ואנחנו נמצאים בתוכו. על הרצון הזה ועל כל מה שמתרחש בו מספר לנו ספר הזוהר. אנחנו רוצים

לראות, להבין, להרגיש, לחוות את כל מה שקורה באותו רצון שנקרא בסך הכל ה"מציאות". ומאוד מאוד חשוב להמשיך את ההתרשמות הזאת, את ההארה הזאת, כמה שיותר כשאנחנו יוצאים מהשיעור ולא לתת לה להיכבות.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 22.11.09

הגישה ללימוד ספר הזוהר

לעורר את עצמי להכרה

יש אנשים שחושבים שהזוהר מדבר על מוסר ופונה לאדם כמו הגנת בגן הילדים: "אתם צריכים להיות טובים זה לזה" וכו'. יש שחושבים, שהזוהר מספר לנו על העולם, או על מיסטיקה או רוחניות שנמצאת אי שם, ללא קשר לאדם. יש שחושבים שהזוהר אינו מספר על דבר, אלא מהווה איזה חיבור מנותק מאיתנו שמוכן רק למקובלים, ויש שקוראים בו כמין סגולה לבריאות או כסגולה להצלחה בחיים.

יש הרבה מאוד גישות ואנחנו כלולים מכולן. אנו נמצאים בים של דעות קדומות על ספר הזוהר, ואנו צריכים להלחם נגדן. כל הדעות האלו נמצאות בנו, משפיעות עלינו מהקהל, מאלפי שנים של הסתכלות כזו על הזוהר, ולכן עלינו לעבוד עם עצמנו כל הזמן.

מתוך כל הגישות אנו בוחרים בגישה הראשונה והעיקרית, של תפיסת המציאות, ובינתיים עוד לא מצרפים לכך את העבודה הפנימית שלנו, המכונה "עבודת ה'". אפשר לצרף ללימוד הרבה מאוד הבחנות וחיפושים נוספים, מפני שהזהר מספר לנו על דבר שלם, על המציאות האמיתית ועל ההבחנות השונות בה, אבל איננו רוצים לעשות זאת.

בראשית הלימוד של ספר הזהר, אנו רוצים לקבוע את הגישה הנכונה לכתוב. לא איכפת לי מה כתוב – את זה אדע לאחר מכן, כשהזהר יפתח לי, כשהאור המקיף שהוא מביא לי ישפיע עלי, כשאתחיל להתפעל ולעבוד במידת מה עם המציאות שמתגלה.

בינתיים עלי רק לכוון את עצמי כל הזמן, להחזיק את עצמי, לשמור את עצמי בגישה הנכונה לפתיחת הספר: איני פותח אותו בצורה מיסטית, אלא אני נכנס לתוכו, אל תוך החומר עצמו. אני פותח את הספר, ואני רואה את התכונות הפנימיות שלי, את הרצונות שלי בלבד, ולא דבר מעבר לכך. מצטיירת לפני האנטומיה הרוחנית הפנימית שלי – איני פותח את הגוף הביולוגי שלי, אלא את הנשמה שלי, שגם היא בנויה מאותם החלקים שמהם בנוי הגוף שלי, ובנוסף

לכך יש בתוכה גם את כל מה שאני רואה בעולם הסובב – הכל נמצא בתוך הנשמה. את החלקים הללו אני רוצה לזהות, בהם אני רוצה עכשיו להתרכז.

כך עלינו ללמד את עצמנו להתייחס לזוהר. הזוהר מדבר אך ורק על הנשמה ועליה בלבד. הנשמה היא כל הרצון שברא הבורא, ואני רוצה לאתר את כל הרמות, התכונות והקשרים שבה.

אז בואו נמשיך וכל הזמן נחזיק את עצמנו בגישה הזאת. ניתן לדמות את זה לתינוק, שלפני שהוא מתחיל להבין את העולם ולהגיב אליו, עליו לראות תחילה שהעולם קיים. לכן אנחנו משמיעים לו משהו, נותנים לו משהו מתנוצץ, אנחנו רוצים שזה יכנס לטווח הראיה והשמיעה שלו. באותו האופן, לעת עתה עלינו רק לאתר את הדברים שעליהם מדבר הספר הזה.

ודאי שאיננו מסוגלים לעשות זאת בעצמנו, אבל הגישה, היגיעה, היא שנותנת לאור המקיף להשפיע עלינו. כלומה, במידה שבה אנחנו רוצים להכיר את הדברים שעליהם אנו קוראים, הם כמו מקרינים עלינו את התדר שיש בהם, מפני שכל המציאות אינה אלא תדרים.

בכל אובייקט, בכל הבחנה יש תדר מסוים, וכשאני משתדל להכיר אותם, אני מקבל בתגובה "תדר" כלשהו, תגובה המכונה "אור מקיף". ואז מתחילים להתעורר בי חושים לאותם הדברים, מפני שהחושים נמצאים בי, הרשימו נמצא, ועלי רק לקרב את עצמי בכוח לאותה התמונה הראשונה שנמצאת בי, רק לא בהכרתי. עלי להחזיר את עצמי בכוח להכרה.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 24.12.09

להתרשם מהזוהר כמו תינוק

הטבע מסדר לאדם כניסה מוזרה מאוד לעולם הזה. כשהוא נולד, לא מסבירים לו דבר מראש, לא נמסר לו מי הם אביו ואמו, לא נמסרים לו הרגש והשכל שרכשו הדורות הקודמים. הוא נולד כ"חתיכת בשר", ואז הוא מתחיל להתרשם מהעולם הזה – חום, קור, אור, חושך, צלילים, רעש, שקט...

בתחילה, הוא לא מרגיש דבר ולא מגיב לדבר. רק לאחר מספר שבועות אנחנו יכולים להבחין פתאום בכך שהוא מגיב בצורה שונה לדברים שונים. לאחר מכן, הוא מתחיל

להגיב ליחס של אמו ולדברים שעושים איתו – הוא מתחיל לבכות, לצחוק, להכיר את העולם. לפתע הוא מקבל דחף פנימי להכיר את הסביבה שלו, את הגוף שלו, וכך הוא גדל. זהו פלא של ממש.

לעומת זאת, בעל חיים מכיר את עולמו בתוך שבועות ספורים ולא גדל יותר. בחלוף מספר ימים הוא כבר מסוגל להסתדר בעולם בצורה כלשהי. וזאת בניגוד לאדם, שאינו מסוגל לעשות דבר ללא טיפול מבחוץ, אפילו בצורה גשמית, גופנית. אם נעזוב אותו ביעה, הוא יגדל כבהמה, בדומה לסביבת הגידול שלו.

כל הגדילה של האדם בעולמנו נובעת מקבלת התרשמויות, דוגמאות, תבניות התנהגות וצורות שנמצאות בעולמנו. אנחנו בונים לילדים צורות ומשחקים כדי שהם ישברו אותם, יחברו אותם יחד, בצבעים, בצלילים, בכל מה שרק אפשר – והכול כדי לפתח את האדם, כדי שהוא יהיה מוכן לצאת לעולם שלנו. אינסטינקטיבית, אנחנו בנויים כך שאנו רוצים לתת לילד את כל מה שיש בנו, כי אחרת הוא לא יהיה כשיר לחיים. זהו רצון שמתעורר בנו בצורה טבעית ואיננו יכולים להשפיע על כך.

לא ניתן "לחבר את האדם בכבל" למחשב כלשהו ולמלא אותו בידיעות שונות. לא נוכל לחנך אותו מבלי שהוא יעבור את כל השלבים הנחוצים בצורה הדרגתית. איננו יכולים לפתח בו חושים, תגובות, רגישויות, אלא בצורה הדרגתית, באמצעות התרשמויות שונות. לרוב, הדבר לוקח כעשרים שנה, אפילו יותר מכך. למעשה, אפילו אנחנו, המבוגרים, עדיין לומדים, ומתאכזבים מכך שאיננו מכירים מספיק את העולם. פתאום בגיל 40, 50 או 60 אנו מתחילים לחשוב: "לו רק ידעתי זאת קודם...". כלומר, האדם מתפתח במשך כל חייו.

אותו דבר קורה ברוחניות, אלא שברוחניות עלי לאתר בעצמי היכן אבא ואמא שלי? היכן הסביבה שלי? היכן הצורות שצריכות לגדל אותי – המשחקים, הצלילים, הצבעים – היכן כל זה? אם לא אקבל אותם, לא אהיה כשיר לצאת לעולם הרוחני; הוא לא יפתח בפני, אני לא אזהה אותו.

תארו לעצמכם, שהיינו משאירים תינוק שזה עתה נולד כפי שהוא, מבלי להשקיע בו, אלא רק מאפשרים לו לחיות וזהו. מה היה יוצא ממנו? הוא היה נותר "חתיכת בשר".

כך גם אנחנו – אם לא נקבל התרשמויות חדשות ושונות בהתמדה מבחוץ, אפילו שאיננו מבינים אותן, בדומה לתינוק שאינו מבין מה קורה סביבו, לא נוכל לגדול. גם ברוחניות עלינו למלא את עצמנו בהשפעות שונות מבחוץ, אלא שמדובר בהשפעות מבחוץ ממש, מהעולם הרוחני שנמצא מחוץ לנו. ואת ההשפעה הזאת נותן לנו ספר הזוהר.

לכן זהו ספר מיוחד כל כך. אף ספר אחר לא משפיע על האדם כמו ספר הזוהר. אדם שקורא, ששומע, שמבין קצת יותר, קצת פחות או בכלל לא – לא חשוב – הספר הזה ממלא אותו בכל מיני התרשמויות, השפעות, שהוא אינו יודע עליהן בעצמו. אבל לאט לאט, בדומה לתקופה שבה אנו גדלים בחיינו, אנחנו לומדים את הזוהר ומקבלים ממנו התרשמות בהתמדה. וההתרשמויות האלה נכנסות בנו והן בעצמן מטפלות בהתקדמותנו.

ודאי שנלווה את הקריאה בספר הזוהר בהסבר מסוים, כדי לתת לאדם אפשרות להתקשר אליו במידת מה. אך האמת היא שגם אם האדם יקרא את הספר הזה בלי ההסבר שלנו, אלא רק מתוך הרצון שלו – כמו תינוק שפותח עיניים, ומיד מתחיל לרצות הכול ולרוץ מפני שהטבע אינו מרשה

לו להישאר לרגע במנוחה – אם נפתח את חושינו, את לבנו, את מוחנו, לקלוט את מה שמגיע מהספר הזה, כמו תינוק שמסתכל על העולם בעיניים גדולות, אנחנו נתקדם.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 23.11.09

להשתוקק להבין את מה שלומדים

ספר הזוהר מחולק לחלקים שונים, שאחדים מתוכם מדברים בצורה מאוד "יבשה", כביכול. קטעים אחדים כתובים בשפת הקבלה, קטעים אחרים בשפת המקרא, ויש שכתובים בשפת ההלכה ודנים בחגים או במועדים למיניהם וכו'.

אך איננו צריכים לשים לב למילים עצמן. לא חשוב לי מהי המילה שאני שומע, כי המקובלים לקחו את המילים הללו מהעולם הזה. למילה עצמה אין כביכול קשר למה שהם רוצים להעביר לי. כל שחשוב לי הוא לקבל במקום המילה הזאת מעין "צביטה פנימית", הרגשה כלשהי.

בעל הסולם כותב ב"הקדמה לתלמוד עשר הספירות" אות קנ"ה, שעלינו לגשת לכתבים "מתוך החשק והרצון החזק, להבין מה שלומדים". "להבין" פירושו להתרגש, להתפעל,

להתקשה, כמו שכתוב "והאדם ידע את חווה אשתו", כלומר, להיות בקשר פנימי, מפני שמתוך ההשתוקקות הזו אנו מזמינים את האור המקיף.

כלומר, הידע אינו מעיד על דבר, אלא רק הרצון. לכן הדבר החשוב ביותר עבורי הוא לרצות להרגיש את מה שקורה כאן, במקום להבין את המילים האלו, מפני שלא ניתן לרכוש את העולם הרוחני על ידי השכל. אנו זקוקים לכלים חדשים, שמתפתחים רק על ידי ההשתוקקות שלנו, המושכת את המאור המחזיר למוטב, המכונה "האור המקיף".

לכן ודאי שהמילים האלו לא מביאות התפעלות מיוחדת, הן מאוד יבשות. אבל אם למרות המילים היבשות אני מחפש את ההרגשה, את התמונה שצריכה להצטייר בתוכי, ברצון שלי, אני מקבל מכך תועלת גדולה בהרבה מהתועלת שהייתי מקבל לו הייתי קורא ומתפעל מביטויים אחרים, שהיו כתובים בשפה אחרת, למשל בשפת התנ"ך, ההלכה או האגדה.

למרות ששפת הקבלה "יבשה", דווקא היא השפה שמעוררת חיסרון גדול יותר באדם להתקדמות רוחנית.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 25.11.09

לקלוט את המציאות כמו תינוק

שאלה: מה עלי לרצות להרגיש כשאני קורא על "אליהו",
"נוח" וכו'?

תתאר את עצמך כתינוק שעומד להיוולד שוב בקרוב, אלא שבנוסף ל"לבוש" התינוק, תהיה לך גם הבנה של אדם בוגר מהגלגול הקודם. כיצד תקבל את העולם? כיצד תפתח אותו? תתאר לעצמך מה תרגיש מתוך היותך תינוק.

כלומר, אתה קיים, וקיימת החיצונית שלך, ושני הדברים הללו שונים – אלו שני עולמות נפרדים. כיצד אתה מגלה כעת את העולם? אינך יודע דבר, אך אתה משתדל לספוג אותו. אין לך למה לשייך כל דבר ודבר. ניתן לדמות זאת לאינדיאנים שלא ראו את האוניות של קולומבוס כשהן הגיעו לחופי אמריקה, משום שלא היו בהם התבניות של אותן האוניות. אתה פשוט רוצה לקלוט, להבין, להתמצא בעולם הזה בדרך כלשהי.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 28.11.09

לכוון את עצמי דרך המילים למטרה

באמת מפליא כיצד ייתכן שקריאה בספר כלשהו מאפשרת לנו לשנות את עצמנו, כך שנוכל להרגיש שאנו בתוך עולם שעכשיו איננו יכולים להרגיש או לתאר לעצמנו כלל. ואיך כל שינוי קטן שמתרחש בנו כאן, אפילו תזוזה של מילימטר אחד לקראת העולם ההוא, כבר עושה בנו כל כך הרבה שינויים גדולים שאיננו מסוגלים להבין – עליות, ירידות וכל מיני שינויים.

פתאום אנחנו מעורפלים, פתאום אנחנו נמצאים בחושך כלשהו, במצבי רוח שונים – פתאום אתה מרגיש גבוה, פתאום אתה נמוך... אך אלו עדיין אינם שינויים רוחניים אלא מין שינויים פסיכולוגיים, שנובעים מכך שאנחנו מתחילים להיעשות רגישים יותר למה שמתרחש בעולמנו. ובאמת עולה כאן השאלה, כיצד זה ייתכן? היכן נמצא אותו הכוח, אותו ה"מכשיר" שעושה בי שינוי גדול כל כך שאיני יכול להסביר? אלא בהחלט, לשון הזוהר מיוחדת כל כך עד שאני מחפש בכל פעם מחדש כיצד ניתן בכל זאת להסביר איך היא פועלת.

יש לנו מטרה שאיננו יכולים לזהות, עולם נסתר ונפרד, רחוק והפוך מאיתנו עד כדי כך שאין לנו שום קשר אליו ושום אפשרות לזהות אותו. אולם, אנו יכולים לכוון את עצמנו אליו אם יש לנו שני דברים בדרך למטרה, כמו ברובה – עין, ושתי כוונות, שדרכן אנו מכוונים אל המטרה, ואז בטוח נקלע אליה. כיצד אפשר לעשות זאת על ידי ספר הזוהר? במקום העין, יש לנו את הלב ובו הנקודה שבלב, ויש לנו מוח שקשור ללב ומספק לו את כל מה שנחוץ לו. כמו כן, יש לנו את חמשת החושים שלנו.

כדי לכוון את עצמנו למטרה עלינו להבין שהזוהר מתאר לנו בשפת המדרש תמונות שונות, כמו למשל: "וכל פטר חמור תפדה בשה". הוא משתמש במילים כמו: "שה", "חמור", "שור", "פרה", "בית-המקדש", "קורבנות", "תפילין של יד", "תפילין של ראש" ועוד כל מיני מילים בשפת המדרש שמתארות לנו תמונה גשמית, כלומר חפצים, פעולות ודברים שונים מהעולם הזה. עלי לצפות שברגע מסוים במהלך הקריאה בספר הזוהר, אתחיל להרגיש ברצונות ובתכונות שמאחורי כל המילים המוכרות לי מהעולם הגשמי הזה.

אין המדובר על דברים רוחניים, "על מנת להשפיע", "כוונות דהשפעה", "בורא", משהו מעולם לא ידוע כלשהו, אלא בתכונות שלי, במידה שבה אני מסוגל לתאר אותן. כלומר אני קיים, ומאחורי כל מילה קיימים שני דברים: התמונה הגשמית מהעולם הזה, והרצונות מהעולם הרוחני. ואם אני מסוגל לתאר את שני הדברים האלה בתוכי, אם אני מסוגל לתאר שמאחורי כל מילה, יש רצון שעולה, יורד, עושה משהו, מתחבר עם משהו וכו'. ואני מתחיל לשייך לזה רגשות כלשהן, מפני שהרגשות זה רצונות, ומתחיל לראות איך שהם נמצאים בי ומשחקים בי, מתחילים לחיות בי – זה כבר דבר גדול, זה כבר סימן לכך שאני מכוון למטרה. פירושו של דבר שהכוונת השנייה שלי כבר מכוונת למטרה, שלמרות שאני עדיין לא רואה את המטרה, אני כבר מכוון אליה.

מתוך שיעור הערב "זוהר לעם", 30.1.10

לעלות מהענפים לשורשים

שאלה: מדוע עלינו להבין כל מילה מן הזוהר בהסבר הרוחני שלה ולא בצורה הפיזית הפשוטה?

אין להוריד את התורה לעולם הזה. אנחנו צריכים לעלות מהענפים לשורשים, מהעולם הזה למעלה. איננו צריכים לקחת את העולם הרוחני ולהורידו למטה, לעולם שלנו. בכל מקרה אין בעולם שלנו את אותם החוקים. אז מה נרוויח מכך? לא יותר מדמיון סתמי.

כל הבלבולים שבמציאות באים מתוך כך שאנשים שאינם מבינים ושאינם נמצאים ברוחניות, מדמיינים מהי הרוחניות, ולאחר מכן מלבישים אותה בכוח בגשמיות: כאילו שיש לי כוח של נתינה ביד ימין, או כוח של קבלה ביד שמאל, או שיש בגופי חלק יותר קדוש מחלק אחר וכן הלאה.

כל הדברים הללו פסולים לחלוטין. אסור לנו לקשור שום דבר רוחני לדברים שאנחנו מבינים ומרגישים במציאותנו בעולם הזה. אין שום דבר קדוש בעולם שלנו, לא בדומם, לא בצומח, לא בחי, לא במדבר, ולא בשום דבר שהאדם עושה בעולמנו. ספר הזוהר נקרא "קודש", משום שעל

ידו אני יכול לעלות לקודש. "אני", כלומר הנקודה שבלב, ששייכת לעולם הרוחני, לעולם הקדוש, ונמצאת בי. כנגד כל הטבע שלי נמצאת בי רק נקודה קטנה, ועל ידי האמצעי הזה אני יכול לעלות לעולם הקדוש, להשפעה.

הנייה, הדפוס והאותיות שבספר אינם קדושים. "קודש" הוא הקשר שיש בין האור לכלי, שאותו האות מסמלת.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 28.12.09

העולם נמצא בתוכי

כשאני ניגש לקרוא בספר הזוהר, עלי לעשות זאת מתוך החיבור עם כולם – כל העולם, כל המציאות – הכול נמצא בתוכי, ואין דבר מלבדי ומלבד לבורא.

כיצד אוכל לכלול את כולם בתוכי? רק אם אוכל להרגיש אותם כשלי. למה הכוונה "כשלי"? על ידי האהבה כלפיהם. אבל אפילו מבלי להשתמש במילה "אהבה", עלי לגשת לטקסט מתוך הנקודה שלי, מתוך ההבנה שהאדם הוא עולם קטן וכל העולם נמצא בתוכי.

אני עומד מול האור העליון, מול הבורא, עם כל התכונות וההבחנות, עם כל מה שיש בי, ולא מתאר דבר מחוץ לי. אין לא היסטוריה, לא גיאוגרפיה ולא יקום – אין שום דבר, אלא רק אני, הבורא והמסך שנמצא בינינו, כלומר מערכת יחסים שעלי לבנות עימו.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 15.12.09

להסתכל נכון על המציאות

אם אני לוקח את כל הצורות וההסברים שלמדתי בבית ספר – על התנ"ך, על יעקב, על עשו, על יצחק, על אברהם ועל כל מה שמסופר עליו בזוהר – וניגש עם זה ללימוד הזוהר, אני נכנס לבלבול אחד גדול, ובכלל לא מתרכז במה שהזוהר באמת מספר לי.

בזמן הקריאה, אני צריך כמו לצאת לחלל, כאלו שאין כדור הארץ, כאילו שרק נדמה לי שכל מה שהתרחש עליו פעם אכן התרחש. עלי להבין שזמן, תנועה ומקום הם דברים דמיוניים שנמצאים בשכלנו בלבד – לא קיים דבר כזה. העובדה שאני מדמיין לעצמי שמשוהו התקיים כאן לפני אלפיים שנה ואפילו הולך לחפור ומוצא עצמות כלשהן – כל זה נמצא בשכל שלי, ברגש שלי, ואני קורא לזה "המציאות". אבל אני רוצה לעלות

להבחנות הנכונות, שנוגעות לרצון שבו יש רשימות, ולחקור את הרצון עם הרשימות, ולא את הארכיאולוגיה הזאת.

אני רוצה לראות את כל העולם הזה, כנמצא בתוך הרצון שלי, ובאמת רק שם הוא נמצא. אני חייב לעבור לתפיסת המציאות האמיתית ולא למה שנדמה לי. אני רוצה לראות אתכם כתבניות, כדמויות בתוך הרצון שלי, ולא רק כגופים שיושבים כאן לפני. אני רוצה לראות את כל המציאות בתוך הרצון שלי, כולל הבורא, וכשה יקרה, זו תהיה "מלכות דאין סוף" ואני אמצא בתוכה. אני צריך לרכז את הכול לאחד, להכיר בכך שהכול נמצא בתוך רצון אחד.

למה אני רואה כל מיני דמויות, מעשים, פעולות ותנועות שתלויות בזמן, בתנועה או במקום גשמי או רוחני? בגלל שהאור, הבורא פועל בי. בצורה הדרגתית שכזאת הוא מביא אותי להרגשה האמיתית, הנכונה. אם אני רוצה לראות את המציאות האמיתית, אסור לי לראות משהו ולהתייחס אליו כאל דבר מה שאינו מתרחש בתוך הרצון שלי. מאז שנולדנו התרגלנו לראות את הסרט הזה כך – שכאילו יש משהו שנמצא מחוץ לנו – אלא שכל הסרט הזה מתרחש בתוך הרצון שלנו.

נצטרך לערוך עם עצמנו "מלחמה", פעם, אחר פעם, אחר פעם, ולשכנע את עצמנו שהכול מתרחש בתוך הרצון. גישה זו אינה מוחקת את המציאות, מפני שהרצון הוא המציאות. גם כשאני נתקל עכשיו במשהו, אני נתקל ברצון. גם התחושה שקורה משהו מסביבי עכשיו – גם אלה רצונות, כוחות, שמצטיירים כך לעיני.

למה אינך מדמיין שאותן צורות שאתה רואה על המסך, קיימות בתוך המחשב? כי אתה יודע שיש כוחות חשמליים שמייצבים לך את הצורה הזאת. בהשוואה לך, אינך מודע לעולם שלנו, כי אינך רואה את ה"מסך" שעליו הוא מוקרן. בעל הסולם אומר שיש בחלק האחורי של הראש שלנו "מצלמה פוטוגראפית", שדרכה אנו רואים את העולם, שכאילו נמצא מחוץ לנו. כלומר, גם לנו יש "מסך", וכל מיני כוחות חשמליים שמייצבים את התמונה שאנו רואים. ורק נראה לנו שהתמונה שמייצבים לנו על גביו, נמצאת מבחוץ.

תנסה לעכל את זה איכשהו, להמחיש את זה לאט לאט. ברור שזה בלתי אפשרי, אבל במידה שנסתדל לחיות את התמונה הזאת דרך הזוהר, נתקדם לאמת, לתפיסה האמיתית. אנחנו

נתחיל לראות הכול ככוחות, כתכונות, וכך גם את הכוח הכללי שמפעיל את כל הכוחות והתכונות האלה – את הבורא. זהו הגילו שאותו אנחנו רוצים. והגילוי הזה מתרחש בתוך הרצון שלנו, לפי מידת ההשתוות בינו לבין רצון הבורא. לאט לאט, צעד אחר צעד, אנחנו חייבים לכוון את עצמנו לכך. כל הזוהר, מכוון רק לתפיסת המציאות הזאת.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 21.12.09

היגיעה בזמן הלימוד

העיקר ההשתדלות

אדם שלומד את הזוהר עובר שינויים גדולים ושונים: קודם כל בריכוז כלפי החיים – לאילו דברים הוא שם לב ולאילו לא; שנית, הוא נעשה מכונס יותר פנימה, בהרגשתו הפנימית; שלישית, היחס שלו לאחרים משתנה – הוא נותן לכך יותר מקום.

אדם שלומד את הזוהר מתחיל פתאום לחשוב על הפעולות שעליהן הוא קורא בזוהר, ולראות אותן כפעולות פנימיות יותר מהעולם שלנו. ברור שאדם שלומד את הזוהר משתנה. הזוהר משנה אותו מאוד, מרגיע אותו, עושה אותו פנימי יותר, רציני יותר, תכליתי יותר. השפעתו של הזוהר חזקה מאוד, והיא בכלל לא תלויה במידת ההבנה של האדם, אלא ביגיעתו, במידה שבה הוא משתדל לקלוט מה קורה כאן, על מה מדובר.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 27.12.09

לפי היגיעה – השכר

בכוונה תחילה ספר הזוהר משאיר לנו מקום ליגיעה, מקום לניסיונות להבין ולהרגיש: "מה זה? בשביל מה? איפה זה בתוכי?", כי הרי כל מה שהוא מתאר מתרחש בכל אדם ואדם.

גם עכשיו אני מבצע את הפעולות האלה, שעליהן מספר ספר הזוהר, כי הרי גם עכשיו אני נמצא ב"עולם אין סוף". אבל מההרגשה הנוכחית שלי ועד לעולם אין סוף ישנן 125 מדרגות של הסתרה של המצב האמיתי ממני. כדי לחזור להרגשת עולם אין סוף, מביאים לי בכוונה כזה סיפור, כדי שאני אשתדל למצוא בתוכי את כל המסופר בו. דווקא החיפוש מוליד בתוכי תכונות חדשות, כלי קליטה, הבחנות פנימיות, שבעזרתם אני מתחיל להרגיש את מה שאינני מרגיש עכשיו. אחרת אני לא אפתח את החוש הרוחני. לכן אני חייב להתאמץ, כפי שנאמר: "לפום צערא – אגרא" (לפי היגיעה - השכר). ומתי אמצא?! כשהאור העליון ישפיע עלי בצורה מספקת, במידת המאמצים שלי, וימלא את החוש הזה. כך זה מתרחש בכל פעם בעליה ממדרגה אחת לשנייה. והעיקר הוא לעלות למדרגה הרוחנית הראשונה.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 26.1.10

המאמץ הנכון בלימוד הזוהר

כל הריכוז שלנו, כל החיפוש שלנו הוא תמיד פנימה. למעשה זה קורה באופן בלתי מודע – אפילו כשאנו משתמשים בסגנון דיבורי, בסלנג, אנו אומרים: "הוא אדם מפוזר, ואילו הוא אדם חיצוני יותר, פנימי יותר, מרוכז יותר" וכן הלאה. זאת, מפני שאנו מרגישים שכך זה עובד בטבע.

על כל אחד מאיתנו לחפש בתוכו את המצב הפנימי יותר. למעשה, לעולם לא נוכל לאתר מצב נעלה יותר מהמצב הפנימי הסמוך לנו. אני יכול לדמיין, לפנטז על "עולם אין סוף", אך בסופו של דבר אגלה שזהו המצב הסמוך, העליון במעט ממצבי הנוכחי.

לכן כל הכוחות שאני מקבץ וכל המאמצים שלי צריכים להתמקד במציאת הכלים וההבחנות שעומדים כנגד כל מילה שכתובה כאן – "עיר", "מגדל", "עולים", "יורדים", "מלאכים", "שדים", "רוחות", "בני אפרים", "יחזקאל", "הבורא שיורד לראות את מה שעשו האנשים".

הדברים הללו נמצאים בי, העליון מציג בפני את הספר הזה, הוא מספר לי רק על הדברים שמתאימים לי, בדומה לדרך

שבה מבוגרים מספרים לתינוק על העולם. ולא נוכל לשמוע ולראות כאן יותר מכך, למרות שיש בספר הזה הרבה יותר ממה שאנחנו רואים עכשיו.

ניתן לומר שאנו נמצאים בידיו של מומחה גדול בחינוך, שיודע להציג לנו רק את מה שטוב עבורנו ולא יותר. לכן עלינו להתאמץ בכל כוחותינו לאתר בתוכנו את ההבחנות שנמצאות בטקסט. ואז נעלה להבחנות הללו, נאתר אותן, נחיה איתן כמו תינוק שגדל ביום או יומיים, ואולי אף בשבוע או בחודש, וכבר נמצא בדרגה אחרת. הוא כבר מבין, מתמצא במידת מה, מגלה דברים עמוקים יותר, פנימיים יותר, שהוא לא ראה ולא זיהה קודם לכן.

כך אנחנו – באותו טקסט נגלה הבחנות חדשות, קשרים חדשים, מפני שהכול נבחן כלפי המקבלים. זו כל העבודה שלנו. יחד עם זאת, התהליך הזה יוביל אותנו לגילוי שכל העולם בתוכנו, ולכן גם השפעת החברים עלינו צריכה להתבטא במחשבה המשותפת על ההגעה לפנימיות הזאת וגילוייה. כשאנו מגלים את אותה פנימיות, אנו מגלים שאנו נמצאים שם יחד, שכולנו מרכיבים את התמונה הזאת. כל אחד ואחד מגלה את כולם שם, בפנים.

בשלב מסוים, כל הכוחות האלה, כל התכונות, כל ההבחנות, יצטברו יחד, ולא תהיה ביניהם התנגשות כלשהי. זאת העבודה. לכן, לא חשוב כמה אנחנו מבינים, אלא חשוב המאמץ.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 16.12.09

לפתוח את הזוהר

אני אומר לכם מתוך ניסיון שרק תרגילים עוזרים, עוד ועוד תרגילים בזמן הקריאה בספר הזוהר. זה לא סתם ספר סתום, מפני שדווקא אם אנו מצליחים לפתוח את ה"סתימה" הזאת, אנחנו יכולים להיכנס דרכה, כמו דרך שער סגור, אל הרוחניות. אבל זה יכול להתרחש רק אם אני רוצה להרגיש בכל הטקסט את עולמי הפנימי.

וכך פעם, ועוד פעם, יום אחר יום, מבלי לדעת איך, נתקדם לכך שפתאום נתחיל להרגיש משהו. פתאום, אחרי כל מילה ומילה נרגיש תגובות פנימיות. וכך בצורה אינסטינקטיבית, טבעית, בדומה לתינוק שמגלה את העולם, פתאום נרגיש שמצטיירת בתוכנו איזו מציאות, עולם חדש.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 25.11.09

לעשות "פוקוס" על המציאות

השתדלו להיכנס לתוך הלב, לשכבות העביות שנמצאות שם, והשתדלו לאתר מה מתרחש בשכבות הללו, כי זה קורה, רק שאיננו מרגישים בכך. הזוהר נמצא שם, הבורא נמצא שם, וכל העולם – הכול נמצא שם בפנים, בתוך הלב, בתוך הרצון שלנו, רק שאיני מודע לכך, ואיני יכול לגלות את זה. אני פשוט אטום, כמו שתוי, נמצא בחוסר הכרה של מה שבאמת מתרחש בתוכי. אנו הרי נמצאים בעולם אין-סוף והכל קיים. כל שעלינו לעשות הוא להשתדל יותר להיכנס פנימה, לחטט ולברר היכן כל דבר ודבר יכול להימצא שם בפנים.

אפשר לתאר את זה בצורה אחרת: נניח שיש לנו מצלמה ועלינו לראות דרכה את המציאות שנמצאת בנו. עלי לשנות את התכונות שלי במצלמה הזאת, לעשות "פוקוס" עם העדשה, ואולי עוד כל מיני פעולות אחרות, כדי שהדברים שהזוהר מספר לי "יכנסו לפוקוס שלי", ואז אני אראה. עכשיו, הכול מטושטש, וכמעט שאיני רואה דבר. לכן, אני מסתכל לתוכי ורואה אילו תכונות עלי לשנות כדי

להתקרב לזה, כדי שזה יכנס לפוקוס שלי, כדי שאראה את הדברים במצלמה הפנימית שלי.

פשוט תנסו, ולא חשוב מאיזה צד ניגש לעניין, אלא רק היגיעה בחיפוש התמונה הפנימית היא שחשובה: מה חסר לי כדי שזה יקרה? ואיפה בדיוק בתמונה הזאת נמצאת כל המציאות, אני, כל יתר הנשמות, הבורא, כולנו כאחד, וגילוי האיחוד בינינו?

מתוך שיעור הקבלה היומי, 27.11.09

להתאמץ להתכלל בזוהר

שאלה: כשהתכווננו לשיעור קראנו קטע שכתוב בו, שגם אם האדם לא מבין דבר בזוהר, הוא בכל זאת מרוויח משהו...

לא נכון שלא צריכים להבין כלום, ושגם אם האדם לא מבין, הוא מרוויח משהו. האדם מרוויח, לפי המאמץ שלו להתכלל בדברי הזוהר. אין זה חשוב אם אלו דברים רעים או טובים, אלא העיקר שהוא עובר וחווה אותם כמו הרפתקה. עליו לרצות לזרום על הגלים האלה שהזוהר מביא, ממש

כמו בספר הרפתקאות. עליו לחיות את זה, להתרשם מזה, להרגיש, לבכות, לצחוק – הכול, זה מה שעליו לרצות. בשביל ההתחלה לא צריך יותר מזה, ואחרי כך יבוא השכל.

מתוך שיעור הערב "זוהר לעם", 28.11.09

להרגיש בפנים "כאיש אחד בלב אחד"

הזוהר הוא גילוי. אך הגילוי יכול להתרחש רק ברצון להשפיע של האדם שנמצא במידה כלשהי של השתוות לאור, כי האור מתגלה בהתאם לתכונה הדומה לו. כלומר, במידה שתהיה לאדם הכוונה להשפיע, באותה מידה הספר יפתח בפניו. אך במידה שלא, הספר יישאר סתום, סגור, נסתה.

אז כדי לכוון את עצמנו נכון, ולא מתוך אשליה ש"אני רוצה להשפיע לכולם, רק שיבואו, אני מוכן", הדבר הטוב והמציאותי ביותר לעשות הוא להתאמץ לחשוב שאנחנו נמצאים ברצון אחד, שכולל בתוכו את כל הנקודות שבלב שלנו, את כל הרצונות שלנו לרוחניות. וכל אחד שיושב עכשיו אי שם בעולם וצופה בנו, או שנמצא כאן, וצופה בטלוויזיה – כולנו נמצאים ברצון אחד ומבטלים את יתר הרצונות מלבד לרצון הזה להתעלות קצת מעל העולם שלנו,

להתחבר בינינו ולהרגיש "כאיש אחד בלב אחד", ולגלות במשהו את העליון. הכוונה הזאת צריכה להיות קבועה כל הזמן, ועלינו לשמור עליה במשך הלימוד לפחות.

נוסף על כך, עלינו לזכור שהזהר מדבר אך ורק על האדם ועל מה שמתרחש בתוך כל אחד ואחד מאיתנו. הוא מדבר עלי, שרוצה לגלות את הרוחניות, שנכלל מכולם, ושחוף ממני אין שום דבר. כל העולם בתוכי, כל ההבחנות בתוכי, כל מה שיש כאן – "רשעים", "צדיקים", "רבי שמעון", "רבי חייא", "מלכות", "זעיר-אנפין", "אבא ואמא", "נשמות", "עולמות" – הכול זה בפנים, בתוכי, כמו שאנחנו לומדים בתפיסת המציאות. אין שום דבר חוץ מזה.

אז כשאני שומע מילה כלשהי, עלי לחשוב שאין כלום בעולם, שאני נמצא עכשיו ממש בחלל שאין בו דבר, כולל בורא. הכול בפנים, בתוכי, בתוך הרצון שלי ומחוץ לו אין שום דבר.

אז כל אותו הספר שאנחנו עכשיו קוראים, מסביר לי את ה"טופוגרפיה", את המבנה הפנימי שלי, את מה שמתרחש בתוכי.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 30.11.09

הכל קיים – נותרה רק היגיעה שלך

התורה מדברת רק על פנימיות האדם, על העולם הרוחני שנמצא בתוכי. רצונות להשפיע, במקום הרצונות לקבל – זהו "העולם הרוחני".

עכשיו אני תופס את כל המציאות, את כל מה שנכלל בתוך התחושות והרגשות שלי, בתוכי – וזה מה שנקרא "העולם הזה", מפני שאני מקבל אותו בספיגה. בדומה לכך, אם "אחליף את עצמי" ואעבור מקבלה בספיגה לקבלה בנתינה, אגלה את העולם הרוחני. אז עלי להיות כל כולי מרוכז בפנים, כדי לתאר את ההבחנות הללו בתוכי.

אתה שואל, בשביל מה הם בלבלו אותנו, אותם בעלי הזוהר, משה שכתב את התורה, בעלי המשנה והגמרא שכתבו משפטים כמו: "שור שנגח את הפרה" וכל מיני "זרעים", "נשים", "עבדים" וכו', בשביל מה? אחד מספר לנו על "ספירות" ו"עולמות", האחר על העולם הזה, על עבודה בחקלאות ובבית המקדש, ואילו משה מספר לנו על היסטוריה כלשהי... בשביל מה הם מספרים לנו בצורה כזאת על מה שקורה בתוכנו?

אינך מבין עדיין, אבל תאמין להם שדווקא בכך שהם בלבלו אותך בצורה כזו, הם יכולים לכוון אותך להיכנס להרגשה של קליטה בהשפעה. אין עולם, אין היסטוריה, אין חקלאות או דינים כמו בתלמוד, אין "ספירות" ו"עולמות". הכול זה הרצון לקבל שלך. אבל כדי להביא את הרצון לקבל הזה, מקבלת לתוכו, להשפעה על ידו, עלינו לקבל את התמונות הללו דווקא בצורה כזאת. עלינו להתאמץ בהן ולהעביר את עצמנו מתפיסה כזאת לתפיסה אחרת. המאמץ הזה מביא אותנו למשהו אחר לגמרי.

מדוע? אינך יודע. אבל רק תבין שאין כאן שום דבר מלאכותי. אלא התמונות שהביע משה, או בעלי המשנה והתלמוד או מקובלים או בעלי אגדה, הן התמונות שבהן האור והכלי מתוארים בנו. אין כאן שום דבר מלאכותי, שפתאום התחשק למישהו לכתוב משהו, אלא זה קורה בצורה טבעית.

אז אחרי ששמעת את זה פעם אחת, תקבל את זה, ורק תדע דבר אחד: עליך להרגיש שזה בְּפִנִּים, שהכול מדבר רק עליך. תשאל את עצמך: היכן זה קורה? על אילו תכונות, רצונות, ומחשבות שלי אני מדביק את השמות הללו? "מים",

"מבול", "בורא", "נברא", "נח", "רשעים", "צדיקים", "בני נוח", ה"חיות" למיניהן, "התיבה", "השמיים" ו"הארץ", לא חשוב מה. כל מילה, אפילו כל אות וכל מרכיב באותה אות, כל חלק וחלק, הוא בעצם הבחנה כלשהי בי. ומי אני? גם את זה אני לא יודע.

אין כלום מלבד לדבר אחד – היגיעה בלתאר את עצמי ככולל את כל מה שכתוב כאן.

כמו תינוק שלא יודע את השפה, שלא מכיר ולא מבין את המילים האלה, שאינו מבין מדוע כל אות ואות כתובה כך או אחרת, אני רוצה לגלות עכשיו את הכל מאפס. ואז, כשאני מגלה את הכל מאפס, אני מגלה את עצמי ואת העולם ואת כל מה שיש בו, וזה מה שנקרא "עולם הפוך ראיתי". שום דבר אינו דומה למה שאני מכיר עכשיו.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 30.11.09

האדם הוא עולם קטן

**שאלה: מהו המקום המיוחד שאליז רוצה לכוון אותנו
ספר הזוהר?**

הזוהר מכוון אותנו רק לפתיחת העולם שבתוכנו, שנמצא בתוכו את כל סוגי ההבחנות – אני, העולם, דומם, צומח, חי, מדבר, ובעצם את כל מה שאני יכול לתאר לעצמי, כולל אותי עצמי. כל זה נמצא בפנים, בתוכי. כך עלי להתייחס לעצמי ולספר הזוהר שפותח לי אותו. הזוהר מספר לי על עצמי, דרך כל ההבחנות ההיסטוריות והגיאוגרפיות שאני קורא בו. הכל מתרחש בתוכי.

למה הכוונה "מתרחש בי"? "אני" הוא בעצם ה"מסך", והכוח שנקרא כוח הרצון, הוא שמצייר על ה"מסך שלי" כל מיני צורות, דמויות ומעשים. והכוח הזה מצייר לי את הטבע הדומם, את עולם הצמחים, את עולם החי, או את עולם המדבר, בדרגות השונות שברצון לקבל שלי. כל זה מצטייר בתוך הרצון שלי, באמצעות כוח הרצון שלי.

בתוכנו, מסביר בעל הסולם, יש מעין "מכונה פוטוגראפית", שמציירת לנו כאילו שיש מציאות כלשהי לפנינו. אך

למעשה, אין שום מציאות, אלא הרצון לקבל שלנו מקבל התרשמויות כאלה מהכוח שפועל בו, שנמצא בו, שמצייר בו צורות שאנו מגדירים כדומם, צומח, חי ואדם.

אז כשאני קורא בספר הזוהר, עלי לתאר לעצמי את עצמי כעולם קטן, שהכל נמצא בי – הים, ההרים, הצבעים, הצלילים, העצים, בני האדם – כל המתרחש, מתרחש בתוכי. וכך לאט לאט אני מתחיל לעבור מהצורות שהזוהר מתאר, לתכונות, לאיכויות. במקום השמות שאני קורא היום ומתאר לעצמי חיות, בני אדם, עצים וכל מה שמתרחש איתם, אני עובר לאט לאט לאיכויות, לתכונות. והן מתחלקות בסך הכל לשתי תכונות – להשפעה ולקבלה – בעוצמות שונות ביניהן ובאופנים השונים שבהן. כך עלינו להשתדל לתאר את הדברים.

ברגע שאני עובר באמת לעולם הכוחות, אני מתחיל לראות את האמת: שכל הצורות שאני רואה עכשיו הן "העולם המדומה", והכול זה בעצם רק כוחות, שאחריהם אני לאט לאט מזהה כוח אחד. כך עלינו לקרוא את הזוהר.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 9.12.09

יגעתִי ומצאתִי

שאלה: איך הקריאה בזהר משפיעה על הרגשות של אדם שרק מתחיל את דרכו הרוחנית?

בינתיים זו פסיכולוגיה: אנחנו קוראים ומשתדלים להיכנס אל תוך הטקסט. אדם שנכנס ללימוד עדיין מבולבל ולא יכול למצוא את עצמו בפנים. לא סתם כתוב, "יגעתִי ומצאתִי". יש לפניך במה להתייגע, להתייגע בפנים, ולא סתם בקריאה או בשמיעה, אלא להתייגע כל הזמן בניסיון לחבר את התמונה הזאת ולהפוך אותה לאמיתית עד כמה שניתן. ולא חשוב שכל רגע אתה מתבלבל ובורח ממנה, ושוב חוזר. זה דווקא טוב. אבל המאמץ הזה, שאתה משתדל מאוד בכל רגע להרכיב את עולמך הפנימי בצורה נכונה, לפי מה שהזהר מתאר, בהתאם לכמה שאתה מבין, המאמץ הזה נקרא "יגעתִי", ולאחר מכן מגיע גם ה"מצאתִי", כשאתה מוצא מה שעומד לפניך בדרך.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 10.12.09

עבודת ה'

במהלך הלימוד האדם צריך להשתוקק לדעת היכן הוא נמצא, מיהו, איך הוא מתחבר עם הבורא, איך הוא מגלה את כל התכונות שלו. ובתוכן הוא מגלה: "זה אני, וזו המציאות וזו המערכת, וכך אני מתחבר לבורא. כל העולם בתוכי, ומה שאני מגלה הוא כל הנשמות".

הזוהר מדבר בדיוק על העבודה הפנימית הזאת. הוא נותן לנו את מה שנקרא "שדה אשר ברכו ה'". בעזרת הקריאה והחיפוש של כל התכונות וכל היוצרות בתוכו, הזוהר מאפשר לאדם למצוא את מרכיבי הנשמה הללו, באיזו מידה הוא יכול להימצא בתכונות הללו ובאיזו מידה לא, ומה חסר לו כדי להיות בכל אחת מהן.

המצבים שהאדם מחטט בהם, עובר בהם, מברר אותם – זו עבודת ה' האמיתית.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 15.12.09

להשתדל לבנות את הקשר עם הבורא

לא כל כך חשוב מה אנחנו מבינים או לא מבינים במהלך הקריאה בספר הזוהר. אפשר לשאול שאלות אם תרצו, אבל העיקר הוא להשתדל. עלינו להשתדל להבין את מה שהם רוצים להגיד לנו, עד כמה שאפשר.

הם אינם מספרים לנו על היסטוריה, על גיאוגרפיה או על הכוכבים, אלא רק על תיקון הנשמה. כל חכמת הקבלה מדברת על תיקון הנשמה בלבד, על הדרך שבה אני מגיע לקשר עם הבורא. כמו שאנחנו לומדים, קיים רק אור, כלי, ומסך שמקשר ביניהם. הבורא מתייחס לאדם, והאדם צריך להתייחס בחזרה לבורא. אם הוא מתייחס אליו נכון, בהתאם לאופן שהבורא מתייחס אליו, הוא מגלה את הבורא ואת הקשר ביניהם.

הזוהר מספר לנו על הדרך לבנות את הקשר הזה בינינו, ושאר הפרטים שנקרא אינם חשובים. זאת משום שהזוהר מדבר אך ורק על הדרך שבה אני פותח את הנשמה שלי וכך מרגיש ונמצא בקשה, במגע עם הבורא.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 25.12.09

לחפש את הזוהר בתוכי

הזוהר מדבר על הבירור הפנימי שעלי לערוך בתוכי. לא מדובר כאן באף מילה על העולם הזה, אלא רק על עולמו הפנימי של האדם. האדם הוא עולם קטן. אני חייב להתעמק בתוך עצמי ולמצוא בתוכי: אילו מתכונותי מסמלת כל מילה שכתובה כאן. יש בתוכי רק שתי תכונות: קבלה והשפעה, ושום דבר מעבר לכך. תתחיל לחפור בפנים ולחפש, כמו בחשיכה, לאור הנר – היכן נמצאות שתי התכונות הללו בתוכך, כפי שמכנה אותן ספר הזוהר. ואז בתוכך, בתוך עצמך, יתחיל להתגלות מרחב חדש עם תכונות מגוונות של קבלה והשפעה. וכל המילים שבספר הזוהר ימצאו שם את מקומן. בדומה לילד שמתחיל להרגיש בהדרגה את הסובב אותו, כך ייווצר בך עולם פנימי חדש. אז תבין שגם העולם הזה שאליו אתה רגיל, מורגש בתוכך. כך ספר הזוהר משנה אותנו. אבל זה מתרחש בתנאי שאנחנו מחפשים את כל הנאמר בתוכנו, ולא מנסים לשפוט הכל בשכל, כמשהו חיצוני לנו.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 20.11.09

לחזור להכרה

יש לי רצון, ומלבדו לא קיים דבר. בתוך הרצון הזה יש משהו שנקרא, נניח, "דוד", "אברהם", "יצחק", "משה", "יוסף", "ימין", "שמאל", "אמצע", "גיהינום", "גן עדן" וכו'. כל מיני דברים – והכול בתוך הרצון. לא יכול להיות שאני מרגיש משהו, מתאר משהו, חושב על משהו, שאינו הרצון. הבורא ברא רצון בלבד. ועכשיו עלי להתחיל להכיר את הרצון שלי. אני חי בו, אבל איני יודע כיצד אני חי. אני מפעיל אותו, הוא מפעיל אותי. זה נקרא לחיות "ללא הכרה".

הזוהר מתחיל להחזיר אותי להכרה. הוא מתחיל להסביר לי ממה מורכב הרצון שלי, כיצד אני משפיע על הרצונות, כיצד אני מסדר אותם, מתקן אותם, מעדכן אותם. כך למשל, איני יכול לעבוד עם הרצון העיקרי שלי שנקרא "דוד", "מלכות". עלי לקבל אל תוך הרצון הזה תיקונים מ"אברהם", מ"יצחק" וכו'. בינתיים אני רק שומע, אבל אני רוצה להכיר את זה. כל זה הרצון שלי, זה נמצא בי.

אם אני רוצה להכיר את הרצון הזה, משתוקק לזה כמו תינוק, מגיע אליי אור מקיף, ממצב ברור יותר ומאיר לי, ואני מתחיל לחוש באותו מצב במקצת. אני מתחיל לייחס

לכל הבחנה כזאת הרגשה – זה לא כל כך טוב, זה קצת יותר נעים, זה קצת למטה, זה קצת למעלה. וכך אני מתקדם, מפני שאין לנו דבר מלבד להרגשה.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 21.12.09

לראות את המציאות האמיתית

כשאנו יושבים מול הזוהר, אנחנו קוראים על המרכיבים שנמצאים בתוך הכלי הרוחני שלנו. מהו "הכלי הרוחני"? זה תלוי ביחס שלי. אין כלי גשמי וכלי רוחני, אלא זה תלוי באדם. הכלי הרוחני מתגלה כשאני מתחיל להתייחס לעצמי ולכל העולם כאל רצון אחד שנברא על ידי הבורא, שרק מורגש על ידי כאלפי רצונות, כתכונות שונות, שנעות בכיוונים ובמגמות שונות – הכול שונה, הכול מרוסק ומפוזר לכל כיוון. ממצב שבו איני רואה את הסיבה למה שמתרחש ולאן הכל הולך, עלי להתחיל להתייחס לזה כאל מכלול אחד, כמו לכלי אחד, שכל מה שנראה לי – זו הנשמה שלי.

אני חייב לאסוף את כל הנתונים הללו יחד, עד כמה שאני מסוגל לכך, בצורה ריאלית, לא דמיונית, ולברר את היחס שלי לכל מה שקורה. ובינתיים איני עושה דבר, אלא נותן

לאור לפעול. כפי שכתוב: "עולם כמנהגו נוהג". אני מתייחס לכל כרגיל, ומבקש מהאור לברר עבורי את היחס הנכון לתמונה שנקראת "עולם", לרצונות הללו – בין אם הם שלי ובין אם לא, בין הם נמצאים מחוץ לי או בתוכי. אני עדיין מבולבל. אבל לאט לאט, על ידי הלימוד, אני מזמין את המאור, משתדל להיות עם כולם, לחשוב שאנחנו כלי אחד, ומתוך כך אני מתחיל לראות את המציאות הנכונה.

ניתן לדמות זאת לתינוק שנולד ומתחיל להרגיש את המציאות – הוא לא יודע לקראת מה הוא הולך, ומה הוא עומד להרגיש. בדומה לכך, גם אנחנו לא יודעים ולא צריכים לדעת לאן אנחנו הולכים. זה עוד יתגלה. כיצד? לא משנה לי. המקובלים רק נותנים לנו כללים פשוטים כאלה – "עליכם להשתוקק" – ואם נשתוקק, לא נצטרך לעשות יותר דבר. הפעולה שלנו, היא רק לפתוח את עצמנו עד כמה שאפשר לכיוון שממנו צריך לבוא הסדר החדש שלנו.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 23.12.09

הדרך להיכנס להרגשת העולם הרוחני

אני מלמד אתכם איך "לעשות פוקוס" על העולם הרוחני. במידה שיהיו לך עיניים כלפיו, תוכל לראות אותו, ואז תבין ותרגיש. על כך כתוב: "אין לו לדיין אלא מה שעניו ראות" ו"כל מה שלא נשיג לא נדעהו בשם ומילה". מה יצא מזה שתדע שמות, אם אינך משיג אותם? לכן אנו לומדים עכשיו על הדרך להשיג את הדברים. "השגה" משמעותה שברור לי בכל החושים, בכל השכל שלי, שאני נמצא בזה, שאני חי את זה, שאני טבוע בזה, נכלל מזה, שזה אני.

אנו מדברים על הדרך שבה אנחנו נכנסים להרגשה. דומה הדבר לתינוק שנכנס להרגשת העולם הזה, בצורה טבעית, פשוטה. האם אפשר לתת לו הסבר שכלי? מה אפשר להסביר לו? תחילה, הוא צריך להתמלא בכל מיני התפעלויות. לאחר מכן, הוא רוכש הבחנות שונות: זה חם, זה קר, זה מאיר, זה חשוך, זה קשה, זה רך וכו'. מתוכן הוא רוכש שכל, שמורה לו שזה טוב לו וזה רע לו, לזה הוא נמשך ולזה לא. אבל כל זה רק אחרי שהוא מגלה את אותן ההבחנות. באותו האופן, עכשיו אנו עומדים לגלות את המציאות הרוחנית, ועל זה אנו מדברים. לכן אין טעם לשאול אותי "מהו הדבר הזה

בפנים?“, כי אין מה לדבר על כך. אני רוצה שאנו נלמד רק על הדרך להיכנס להרגשה הזו.

עלינו לקחת את הדרך שבה אנו רואים את העולם הזה ודווקא “לשבור את הפוקוס”. לא לראות את העולם הזה אלא לעשות פוקוס על נקודה אחרת לחלוטין, למקד בה את כל תשומת הלב שלנו ולהתחיל לראות דרכה בלבד. הדבר מזכיר תמונות תלת-ממדיות, שכשמסתכלים בהן, תחילה לא רואים דבר. אך כשלא מסתכלים על שטח התמונה, כשמפזרים את הפוקוס ולא מתמקדים בתמונה עצמה, אלא מנסים כביכול לחדור פנימה, אנו מתחילים לראות. זהו סוג המאמץ שעליו אנו מדברים בזמן לימוד הזוהר.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 23.12.09

השתוקקות שהיא תפילה

לפני כל קטע שאנחנו קוראים מהזוהר עלינו לחזור לכוונה: אנחנו עוסקים עכשיו בתורה הפנימית, שמתגלה בתוך האדם. יש בנו כל מיני מחשבות, לאחר מכן מתעוררים בנו כל מיני רצונות, ויש לנו גם כל מיני תכונות; ובתוך תוכם, מתגלה המציאות הרוחנית שעליה אנחנו קוראים. לכן כל

הריכוז והציפיות שלנו צריכים להתמקד בגילוי המציאות הזאת בפנים, בתוכנו.

עלי לדאוג לכך כל הזמן, להשתדל לראות היכן וכיצד אני מגיב לכך: האם משהו בתוכי זו בהתאם למילים האלו? תדמינו אפילו, לא חשוב. תשתדלו לאתר את התנועות הפנימיות הללו. ועצם השתוקקות הזאת היא כבר תפילה. לאחר שנתרגל להתייחס כך לטקסט, נוסיף להרגל הזה גם את הקשר בינינו, כי הזוהר נכתב רק כדי לבנות את הקשר הזה.

וגם הקשר הזה שבינינו, אינו בין הגופים, אלא בפנים, בתוכנו. בתוכי קיימות כל הנקודות של הנשמות של כל אחד ואחד, ואני צריך לבנות בפנים את הקשר הזה, בין מה שנקרא ה"אני" לבין הדמות, המודל של יתר הנשמות. בקשר הזה שאני בונה בפנים, אני בונה את הכלי הפנימי הרוחני שלי, שבו תתגלה האלוקות. כלומר, כל הריכוז צריך להיות לתוך עצמנו.

ולא חשוב אילו מילים אנחנו קוראים – אנחנו יכולים לקרוא מילים שמזכירות לנו שמות או מקומות מהתנ"ך, או כל מיני צמחים וחיות, או עבודה בבית המקדש, או כל מיני

פעולות של בני אדם כמו אהבה, שנאה, לידה, מיתה. אין זה משנה. עלינו לזכור תמיד שמדובר בסך הכול על התופעות הפנימיות שלי. איני שומע את המילה עצמה, אלא רוצה לאתר את מה שנמצא אחריה, את התגובה שצריכה להיות לי כלפיה, ורק אז אני מבין את משמעות המילה. זאת, מפני שהמילים עצמן נלקחו מהעולם הזה, אך עליהן להביא אותי להרגשה הפנימית של העולם הפנימי, של העולם העליון.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 25.11.09

קושי שהוא ברכה

עלינו להתייחס לזוהר כמו אל סגולה. לא חשוב מה אני קורא אלא חשוב החיפוש, הרצון לאתר בתוכי את כל המתרחש בפנים. יש תקופות שבהן זה הולך לאדם והוא ממש "פורח", מגיב פנימית על כל מילה, ולפעמים לא. אך עלינו להבין, שאם אנו אומרים שהדבר העיקרי בזמן לימוד הזוהר היא היגיעה, אז דווקא הזמנים הקשים, שבהם אני מתייגע ולא מוצא בטקסט שום דבר, אלא הולך בכוח, הם הזמנים המועילים ביותר להתקדמותי; הרבה יותר מזמנים אחרים, שבהם אני כביכול מוצא תגובה טובה לכל מילה

בטקסט, מגלה הבחנות בתוכי ונמצא בהתפעלות. בקיצור, "דעת תורה הפוכה מדעת בעלי בתים", כמו שמורי הרב"ש נהג לומר.

דווקא במצבים שבהם קשה לנו לחדור אל הטקסט, אנחנו משיגים הרבה תועלת מכל יגיעה קטנה, לעומת המצבים שבהם אתה מתפעל ולא מתייגע, אלא נמצא על מי מנוחות, ולכן מפסיד. כלומר, דווקא הזמנים שבהם אדם ממש מחזיק את עצמו בשיניים הם המועילים ביותר. דווקא אלו מצבי העבודה, שבהם עלינו להשתדל לרכז את עצמנו בפנים עוד ועוד ולאתר בתוכנו את אותה מילה, מושג, את אותן שילוב ביניהם וכו'. על ידי המאמצים הללו אנו גדלים, כמו תינוק.

לפעמים, כשאני מעבד טקסטים, לוקח לי שלוש או ארבע שעות להיכנס לתוך הטקסט ולראות בו משהו. ואני יודע שאין מה לעשות, מלבד למאמץ שצריך לתת והזמן שצריך לעבור. ודווקא השעות שבהן אני מחכה להיכנס פנימה, הן השעות הטובות ביותר להתקדמות.

לכן עליכם לראות במצבים הללו ברכה – נותנים לכם מקום לעבודה, אפשרות להרוויח, ומסבירים לכם שעכשיו הזמן לתת יגיעה. תביאו את הכוח שלכם, תרכזו את עצמכם,

תשתדלו ותזכו. אז בואו לא נפסיד את הדברים הללו ו"נפתח" את עצמנו, נחפש בתוכנו את כל ההבחנות שהזוהר מדבר עליהן.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 20.12.09

להשתוקק לקדושה בחושך

כשאני קורא בספר הזוהר, עלי להשתוקק להרגיש שהוא מדבר עלי. הוא מספר לי בצורה מאוד מוזרה, משונה כזאת, על מה שקורה בתוכי, ובתוכי בלבד. יש לי כבד, ריאות, כליות, טחול, מערכת העיכול וכו', ומלבד למערכות הללו, יש בתוכי גם הרגשה, ועליה בלבד הספר הזה מדבר. באותה הרגשה קיימים הרבה מאוד רצונות, תכונות, מחשבות, דחפים למיניהם. עלי לשאול את עצמי: מלבד לבשר שעלי, מיהו האדם שבי?

ומה אני רואה? בדיוק את מה שמחברי הזוהר מתארים לנו כאן. עליך להשתדל לאתר ולראות את זה. בתוך ה"אדם" שבי יש תכונות שנקראות "יעקב" ו"עשו", ו"שור" ו"חמור", "ציפורים" ו"עצים", "אדם הראשון" ו"תיבת נוח". "עץ", הוא רצון מיוחד שבי, תכונה מיוחדת.

"התיבה", זו תכונה מיוחדת שאני יכול להסתתר בה, שיכולה לשמור עלי.

עלי להתחיל לעבוד עם זה. מה זה נותן לי? האמת שזה לא נותן כלום, שום דבר. אך על ידי ההשתדלות לאתר את הדברים הללו, מגיע אליך כוח המכונה "המאור המחזיר למוטב", ואליו עליך להשתוקק. נניח שאתה יוצא מהשיעור ואומר לעצמך: "הצלחתי! הרגשתי שהבנתי היום מיהו יעקב, מיהו עשו, מיהו ישראל וכו'" נו, אז מה? זה לא אומר דבר. ייתכן שבפעם הבאה שתצא, תאמר לעצמך: "לא הבנתי דבר, הכול יבש, לא יכולתי להתרכז. הצלחתי להתאמץ למצוא את זה בתוכי במשך דקות ספורות בלבד". אך דווקא אותן דקות ספורות הן הרווח שלך.

זו "ההסתרה". רק מי שמשקיע את עצמו, ומכבד את הזמנים האלו, את הרגשת חוסר הטעם, חוסר ההארה, ורוצה להתקדם על פניה לקראת ההשפעה בלבד, מרוויח.

לא לחינם כותב בעל הסולם ב"הקדמה לתלמוד עשר הספירות", שדווקא מצבי ההסתרה, הם המצבים שבהם אתה יכול להתייגע, ולהראות שאתה באמת משתוקק

להתקרב לאלוקות. אין ספק שזה הפוך לחלוטין מכל מה שאנו רגילים אליו בעולם הזה, שבו אנו שופטים הכול לפי ההרגשה האגואיסטית שלנו.

לכן מי שעובד בחושך, ומרגיש שאין שום טעם, צריך להבין שהמצבים הללו מאוד מועילים להתקדמות לקראת ההשפעה, עד כדי כך שעם הזמן הוא כלל לא יחפוץ במצבים אחרים, אלא יבין שהיגיעה היא השכר. אותם רגעים שבהם נותנים לך להתייגע, מבלי לקבל משהו להחיות בו את האגו שלך, את היצר הרע שלך, את הגאווה, את ההבנה, את השכל, את ההרגשה – אבל בכל זאת יש לך אפשרות ללחוץ קצת ולעשות מאמצים אדירים – הם המצבים הטובים ביותר. היכולת להגיע לנקודת המגע הזאת עם הקדושה בחושך, היא השכר. במצבים שכאלה ברור שאינך משוחד לרצון לקבל שלך.

לכן עלינו לשמוח במצבים שבהם אין טעם. באמצעותם האדם גדל. וודאי שחשובה כאן מאוד תמיכת החברה וההתפעלות וההתרגשות הכללית, שכוללת את כל החברים שלנו ברחבי העולם. כשאתה לא מקבל תמיכה

מהבורא, למרות שהיא כן מגיעה ממנו, אתה יכול להשתוקק לתמיכה מהקבוצה – וזה הדבר הטוב ביותר. יש כאן מקום לתפילת רבים, למאמץ הנכון באמת.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 20.12.09

עקשנות ויגיעה בכיוון הנכון

שאלה: מה חשוב יותר בלימוד ספר הזוהר: עקשנות, יגיעה או הכנה שכלית?

צריך רק יגיעה ועקשנות, ללא שום שכליות.

ב"הקדמה לתלמוד עשר הספירות", באות קל"ג, מסופר על הדרך שבה האדם מנסה לטפס במעלה ההר, וכל שומרי המלך עוצרים בעדו בהתמדה. בדרכו אל המלך, עליו לעבור את כל השומרים הללו, עליו להיות חכם יותר, עקשן יותר, חזק יותר. עליו לעבור את כל הקשיים הללו ולעלות איכשהו במעלה ההר הזה, וכך לזכות להגיע אל המלך.

אז ודאי שלא מדובר כאן על חוסן פיזי, על חכמה או פיקחות. כל שנחוץ לנו היא סבלנות. אבל חשוב שתהיה

בחירה נכונה ביגיעה בכיוון הנכון – בקבוצה שמסייעת
לך לכוון את עצמך. זה כל מה שנדרש – עקשנות בגילוי
המטרה וסבלנות בהשגתה. אני אומר לכם את זה מהניסיון
שלי ושל רבים מתלמידי.

מתוך השיעור הווירטואלי על ספר הזוהר, 27.12.09

בלבולים והפרעות בזמן הלימוד

לבנות יחס נכון לחיים

אתמול שאלו אותי: "איך עלי להתנהג בחיי אם אני שומע שהכול בפנים, שהכול בתוכי? איך אני צריך להסתכל על העולם? איך אני צריך להסתכל על אוהביי, אויביי, ובכלל על כל מה שקורה מסביבי?". אני מבין שאנשים מתבלבלים מכך שהם שומעים על אבחנות פנימיות שונות, אבל עלינו להבין ש"יש מצוי ורצוי", כלומר, מה שאנו מרגישים זה מה שקיים, ו"אין לדיין אלא מה שענינו רואות" – מתוך כך עלינו לעבוד, ומתוך כך עלינו לדבר.

מצד שני, אנו מכוונים את עצמנו להגיע לראייה אמיתית יותר, פנימית יותר, בלתי תלויה באגו, ברצון לקבל שלנו, לפתוח את ההסתרה, לגלות את האמת ולהיות בעולם של שני כוחות: כוח הבורא וכוח הנברא. זהו עולם שונה

מהעולם שבו אנו חיים היום, כשכוח הבורא נסתה, ורק כוח הנברא מגולה. ויחד עם זאת, אנו לומדים שיש מציאות אחרת, שבה אנו רואים את הכול כשני כוחות בתוכנו, שאין מציאות מבחוץ.

אבל הדברים הללו עדיין אינם מציאותיים. איננו מסוגלים להבין שאנחנו נמצאים בתוך סרט ועד כמה החיים שלנו משתנים, כשהסרט הזה משתנה. אנחנו עדיין חושבים שמשהו עוד יקרה עם העולם שלנו, כי בינתיים אנו רואים רק זווית אחת של המציאות.

לכן כשאנו מדברים על מה שהזוהר צריך להביא לנו, עלינו בכל זאת להשתדל להיכנס ממש פנימה, אפילו שאחר כך נצא בחזרה לחיים בעולם שלנו. אבל בזמן שאני קורא את הזוהר ונמצא בו, עלי להימצא בו ממש, משום שאיני יכול עדיין להימצא בשני העולמות. בינתיים אני נמצא רק במצבי הנוכחי, ולכן עלי להתנתק ממצב זה ולהשתדל לבנות את התמונה האמיתית, כמו ילד שרוצה להיות גדול בכל מה שרק אפשר – להתלבש כגדול, להיראות כגדול, לדבר כגדול, להתנהג כגדול, שכולם יתייחסו אליו כגדול – ולא בחלק כן ובחלק לא.

כך עלינו לתאר לעצמנו בכל החושים, בכל האפשרויות, בכל הפנטזיות שלנו, שהזהר מדבר על העולם החדש שבו אנו נמצאים. כלומר, על התכונות שבנו, שבהן אנו נמצאים ובהן אנו רואים את המציאות החדשה. במציאות הזו אנו חיים בתוך הרצונות – רצון הבורא והרצון שלנו, בשני רצונות שמתגלים זה כנגד זה בתוכנו. אותם אנו מרגישים וביניהם אנו נמצאים כקו השלישי, כ"אני", וחוץ ממנו אין כלום. שני הכוחות – וה"אני" שנמצא ביניהם.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 16.12.09

להעלות את הנקודה שבלב מעל הפרעות

לפעמים, בזמן השיעור משתלטות על האדם מחשבות על כל מיני בעיות גשמיות, כאילו שהוא צריך לפתור אותן דווקא עכשיו.

הפרעות "גשמיות", פירושו כל מה ששייך לעולם הזה, שמתוכן עלינו לעלות אל העולם הרוחני.

הבעיות הגשמיות האלו שמצטיירות בפנינו הן כלי עזר בשבילנו, כך שעל ידי ההתגברות עליהן נוכל לעלות מעלה.

הרי העבודה, הבנק, הסופרמרקט, הבריאות, הילדים וכו', הן מדרגות רוחניות שירדו לעולם הזה, ועומדות בפניך עם כל הניגודיות שבהן. הבנק, הכספומט, הבריאות וכו' הן מדרגות שמתוכן עליך לדחוף את עצמך אל הרוחניות, הן כעין מסננת הדוקה וצפופה שדרכה עליך לעבור.

התנאים הקשים שיוצרות לך המדרגות העליונות גורמות לך להרגיש נחיצות במאור המחזיר למוטב. ולכן, דווקא כשקשה לאדם, עליו להוציא את הנקודה שבלב שלו מתוך ערמת הבעיות והמחשבות הגשמיות ולעלות מעליהן.

אם האדם "לוקח את עצמו בידיים" וממשיך לקרוא וללמוד בהתמדה בספר הזוהר, אז חוסר הבהירות, הערפל והבלבול נעלמים.

האור עובד עלינו! "מה שלא עושה השכל, עושה הזמן". דווקא בכך ספר הזוהר חזק במיוחד. עלינו רק לתת לו את האפשרות לזרום דרכנו בחופשיות. עלינו לקרוא כל קטע מהספר, לגמוע אותו לתוכנו כדי שהוא ימלא את כל התאים שלנו, את כל הציפיות שלנו.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 31.12.09

לאחוז בחברים מעל כל הפרעות

שאלה: איך הקריאה שלנו עכשיו בזמן השיעור עוזרת לנו להתכלל ולהגיע לחיסרון לגילוי הבורא?

אתה צריך להתחבר עם כל יתר החברים עם הראש ועם הרגש שלך, ובעיקר עם הרגש ולא עם הראש, וכך גם בכל העולם ועם כל העולם, כי כולנו – אלו שמבינים, אלו שלא מבינים, אלו שנמצאים בהכרה, בחצי או ברבע הכרה, לא חשוב – כולנו חלקי המלכות דאצילות. תחת המלכות דאצילות אין כלום. אם נתקן אותה, הכל יהפוך לעולם האצילות, ויעלה עוד יותר גבוה לעולם האין סוף.

אז ראשית, עלינו לחשוב על כך שכולנו נמצאים במערכת. שנית, עלינו לרצות להרגיש את המערכת הזאת. המערכת – הזו היא אני. כל מה שנכתב ונאמר עליה מתרחש בי בלבד – "מים", "רשעים", "צדיקים", "בניינים", "שבירות", "חורבן" – לא חשוב מה, הכל מדובר עלי. ולא רק עלי, אלא על מה שאני נבנה ונכלל ממנו. אני רוצה לחוות את החלקים האלה, להרגיש את אותן התמונות, את אותם המצבים שעליהם מספר הזוהר.

הזהר נותן לך תבניות: מלכות נמצאת בצורה של "שכינה", "שפחה", "גבירתה", "חורבן"; אתה נמצא במצב מסוים כלפי היסוד, כלפי תפארת, כלפי מה שנמצא מתחת לפרסא. הוא כל הזמן נותן לך סיטואציות שונות ועליך רק לרצות לחוש בהן, לחיות בהן ממש, מפני שכולנו בטוח נמצאים בתמונות האלה, בכל המצבים האלה, בשכבות האלה שבתוכנו. הכל נמצא, עלי רק להשיג, להרגיש את התמונה הזאת ב.

אז ודאי שיש ערפול, לפעמים בחושים, לפעמים בשכל, לפעמים בלבול עם דברים אחרים. לפעמים אתה מתאר פתאום את העולם הזה. הוא מדבר על חורבן בית המקדש, ופתאום אתה חושב על החורבן בירושלים. איך דבר כזה ייתכן? אבל זה מה שאתה חושב. אתה מתחיל לחשוב על נח, על האדם הראשון ועל אברהם, ועל כך שזה באמת קרה בבבל העתיקה או כל מיני תיאורים כאלה. לפעמים

אתה מצוי בכזה "סיתום", שאתה מתאר לעצמך צורות גשמיות למיניהן.

כך אתה מקבל מקום ליגיעה, להתחיל לרכז את עצמך שוב ולאחר את הרוחניות ממש כמו דרך כוונת, עד שהיא שוב נעשית ברורה לך ואתה נכנס לתוכה. כך, מתוך הכניסות והיציאות, אתה בונה את עצמך בכל פעם מחדש.

לכן "לא החכם למד", לא בשכל אלא בסבלנות. תקרא פרשה ועוד פרשה, יעבור שבוע ועוד שבוע, אולי עוד חודש, ואז תתחיל להרגיש איך זה עובד עליך.

מתוך שיעור הערב "זוהר לעם", 15.11.09

הזוהר והחיבור לאחרים

כלי שלם לגילוי הזוהר

הזוהר לא נפתח, אם לא לומדים אותו בקבוצה. אי אפשר ללמוד את הזוהר לבד. זאת, מפני שהזוהר נכתב על ידי קבוצת מקובלים, מתוך כלי שלם. כל עשרת בעלי הזוהר, היו כלי שלם, עשר ספירות עיקריות. כל אחד מהם מייצג ספירה מסוימת, כוח מסוים, שהבורא ברא ככלי שלם.

לכן, רק אם נשתוקק ליצור כלי שלם כזה בינינו, נוכל לקבל מהם את המסר הזה, והוא ישפיע עלינו. אחרת, זה לא יקרה. אם נלמד ונשתדל לעשות זאת בכל דרך שהיא, נרגיש מהר מאוד כיצד הכוח שטמון בזוהר פועל עלינו ומחבר בינינו. אבל אך ורק במידת החיבור בינינו, נוכל לקבל את המסר שלהם ולהבינו במקצת.

"להבין" מלשון "הלב מבין", ברצונות, שכבר מסודרים להבין את המסר הרוחני, להבין את הדבר שהם רוצים

למסור לנו ברגשות. לא ניתן ללמוד בצורה שכלתנית, ואם הדבר מתאפשר זהו "סם המוות".

לכן חייבת להיות קבוצה שעברה הכנה, שכבר הגיעה לייאוש מסוים כתוצאה מהשלבים שהיא עברה. חייבים להיות באותה קבוצה אנשים שחשבו להשיג את הרוחניות לבד ועברו בדרכם אשליות ובירורים למיניהם. ובתום כל הבירורים, לאחר שהם מוכנים לבטל את עצמם במידת מה ורואים שבכוחם לבד הם לא יגיעו – רק אז כדאי לגשת לזוהר ולהתכלל במה שנמצא שם. זאת, מפני שאז יש כבר הכנה להתכלל, להתבטל.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 19.11.09

גילוי הבורא בין הנשמות

כדי להבין את ספר הזוהר עלינו להתחבר, למצוא את נקודות המגע בינינו ולהשתדל לגלות את הקשר בינינו. בעזרת הקשר הזה נוכל לפתוח את הספר, כי כל מה שהספר מדבר עליו נמצא בין הנשמות, בין הרצונות שלנו.

אם נרצה להשפיע זה לזה, הרצונות שלנו יקראו "נשמות". ואז בקשר בין הנשמות נגלה את ה"בורא", את האור שקושר ומחבר אותנו יחד. על כך מדבר ספר הזוהר, הוא מדריך אותנו כיצד לגלות את האור הזה. לכן עלינו לחשוב על הדרך להגיע לאחדות, לערבות, ל"ואהבת לרעך כמוך", כדי לגלות את האור. וספר הזוהר יעזור לנו בכך.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 24.11.09

ערבות הדדית בלימוד הזוהר

שאלה: מהי "ערבות" בלימוד? כיצד אני יכול לעזור לחבר?

"ערבות בלימוד" פירושו, שאם החברים לא יחשבו עלי ואני לא אחשוב עליהם, בצורה הדדית, שום דבר לא יקרה. לא מספיק רק לקרוא את הזוהר, מפני שעלינו לבוא עם דרישה לתיקון. והתיקון הוא בחיבור. לכן, אני רוצה לעזור לאחרים, ושהאחרים יעזרו לי. לשם כך התאספנו כאן יחד. בינינו אנו יכולים לגלות את ההשפעה ההדדית,

שבה נוכל להרגיש את הבורא, את הכוח שברא אותנו, את הכוח שמחזיק אותנו, את אותו הכוח שלא ניתן לגלות ללא הערבות, כפי שהדבר התרחש במעמד הר סיני.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 27.11.09

חיבור לפני הכול

שאלה: בזמן הלימוד עלי להתחבר רגשית אל הטקסט, אך מצד שני עלי גם לחשוב על החיבור. אך אם אני חושב על החיבור, אני בורח מהטקסט, ואילו כשאני חושב רגשית על הטקסט, אני בורח מהחיבור. כיצד אפשר לשלב בין השניים?

אתן לך טיפ: תחשוב שאתה נמצא בין המקובלים שכתבו את הזוהר, בין בעלי הזוהר. עשרה אנשים יושבים בקבוצה, הם כולם גדולים, מקובלים, ואתה מחובר איתם יחד באהבה, באחדות ובכול, ואתה רוצה לשמוע את מה שהם אומרים. אתה כמו נמצא ביניהם, נעלם ביניהם כמו ילד קטן. תנסה כך אם אינך יכול אחרת, אולי זה יעזור. אבל החיבור חייב להתרחש. אז אם אינך מסוגל להימצא בחיבור עם החברים שליך, תנסה לעשות כך וייתכן שכך תצלח.

מתוך שיעור הערב "זוהר לעם", 28.11.09

ספר הזוהר פועל רק על קבוצה

עלינו להבין שספר הזוהר פועל על הקבוצה, ולא על אדם פרטי. לכן, אם לא נחשוב על האיחוד בינינו בזמן הלימוד, נפספס את העיקר. עלינו להיות מאוחדים בזמן הקריאה בספר הזוהר, ולחשוב בכל מילה ובכל דיון עליו, על איחוד הכלים בלבד.

אתם יכולים להגיד: "אבל אתה כל הזמן מדבר על כך שעלינו להרגיש את הדברים בתוכנו, שעלינו להיכנס פנימה, ושם, בתוך הרצונות שלנו, לחפש את החיות, את הדגים, את נוח, את הבורא, את בני האדם שבנו, ואיתם לעבוד. ואילו כאן, אתה שוב חוזר לקבוצה שנמצאת מבחוץ".

אלא שהעניין הוא שהקבוצה אינה נמצאת מבחוץ. הקבוצה היא מיון וחיבור כל הרצונות שבי שנקראים "מחוץ לי". כל מה שאני מרגיש כנמצא מחוץ לי, נמצא למעשה בתוכי. ועלי לקשור את מושג ה"אני" שבתוכי, עם מושג ה"חיצוניות", ה"זולת" שבתוכי. איני מרגיש שהזולת נמצא מחוץ לגופי, אלא בתוכי, בתוך הרצונות שלי. כך מתחלקים הרצונות שלי. חכמת הקבלה מלמדת אותנו שיש את פנימיות ואת

חיצוניות הכלי, את המקיף והפנימי, ושעלינו לתקן את הפנימיות והחיצוניות על ידי החיבור ביניהן. לכן "הקבוצה", הם הרצונות שאני מחבר אלי. אתה יכול להגיד: "רגע רגע, מה פירוש 'לחבר את כולם אלי'? אבל יש בי רצונות שאיני יכול לתקן!". לכן אני עונה שאתה מחבר אותם, ממיין אותם ורק לאחר מכן אומר: "את זה, איני יכול לתקן, אבל זה שלי, אין משהו שאינו שלי".

הגישה הזאת מאפשרת לאדם לכלול את כל העולם, כמו שכתוב: ה"אדם הוא עולם קטן". לכן הכרחי לחשוב על כך כל הזמן, ולהשקיע בכך יותר ויותר מאמצים הדדיים בכל פעם. כל אחד מאיתנו צריך לחטט בתוכו, למיין ולסדר בתוכו את כל הדברים האלה. כך עלינו לנהוג במשך היום, מקריאה לקריאה בספר הזוהר. רק כך נגלה את השלמות ולא נתבלבל.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 7.12.09

לספק לכולם את הכוח להחזיק בזוהר

יש עניין של ערבות בלימוד הזוהר. לכן על כל אחד מאיתנו להתחייב כלפי הסביבה להחזיק בכל הכוח בנושא שעליו למדנו, להתרשם ממנו, לחוש אותו מבפנים, כך שהוא יחיה בו במשך היום, ולרצות שכל חבריו יהיו כל היום בהרגשה פנימית של התמונות והציורים שהזוהר מביא לאדם, ללא הפסקה.

לכן בעבודה, בעסקים, בבית, במשפחה עלינו לרכז את תשומת הלב והמוח שלנו במידה ההכרחית לאותו המקום, ואילו בכל שאר כוחותינו עלינו להיות מרוכזים סביב מה שאנחנו לומדים והדברים שמהם אנחנו מתרשמים בשיעורים שלנו. באופן כזה כל אחד יספק לסביבה והסביבה תספק לו את הערבות, את ההכרחיות ואת הכוח להחזיק בהתרשמות הזאת, כך שהאור שנמצא בזוהר יתחיל להשפיע עלינו. אם נעשה זאת, אנחנו פשוט נתחיל להרגיש דברים שלא הרגשנו בעבר. הכל תלוי בהכרחיות שכל אחד מרגיש, ובהתחייבות של כל אחד מאיתנו כלפי הסביבה, כערבות ממש. אם כך יהיה, נצליח בזה במהרה.

מתוך שיעור הערב "זוהר לעם", 15.11.09

לתקן את הקשר בינינו

בהרבה מקרים הזוהר כותב לנו ש"הכל אחד", ומספק הסבר שקושר בין הדברים השונים. ואם גם אנחנו נתכוון לראות כך את הדברים, באמת נתחיל לראות כיצד זה מצטבר ומתגלה כאחד. בואו נתחיל עכשיו, בשיעור הזה, לעשות תרגיל שכל מה שהזוהר מתאר מתרחש ביני לבין הזולת. זה באמת נכון, רק שלפעמים אפשר לחפש את זה בפנים, לפעמים בחוץ, "אחרי העור", אחרינו, מחוץ לנו. הזוהר מדבר אך ורק על הקשר ביני לבין הזולת. "ימין", "שמאל", "אמצע", כל הסוגי ההתקשרות – מדברים רק על הקשר הזה.

מדוע? מפני שכשהקשר הזה התקיים, לא היה על מה לדבר, הכל היה מגולה, הכלי והאור היו מלאים. אלא שאז הקשר נשבר. ומה עלינו לעשות עכשיו? לתקן אותו. לכן, כל חכמת הקבלה מדברת רק על הדרך לתקן את הקשר בינינו, בין הנשמות. ה"נשמות" זה הרצון להשפיע שבנו.

כל ג' הקווים, עשר הספירות, הפרצופים, העולמות, מאה עשרים וחמש המדרגות – כל אלה הם רק בקשר בין כל אחד לכולם, בכל אחד ובכולם, עד שהכול מתחבר ונוצרת הדבקות השלמה.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 31.1.10

הכל מושג בחיבור

אם אנו מדברים על המציאות הכללית, אז ודאי שצריך לדבר על כך שעלינו להתחבר יחד. הזוהר בכלל לא מדבר על צורה אחרת, אלא הכול נאמר רק כלפי המלכות, השכינה, כנסת ישראל, כינוס הנשמות. לכן במידה שבה אדם רוצה להסתכל נכון על המציאות, כלומר דרך המלכות, שנקראת "תמונת ה'", הוא מזדהה עם תכונת המלכות, שכוללת את כולם. ובמידה שהוא מוכן להתכלל עם הכול, עם כולם, הוא מגיע ל"ואהבת לרעך כמוך", כי איך עוד אפשר להתחבר עם הכול? אין חיבור אחר.

נוכל להרגיש את המציאות האמיתית שעליה הזוהר מספר לנו, לשמוע אותה או אפילו לראות אותה, רק אם נהיה מוכנים לעמוד בתנאי הזה – להתכלל במלכות, שכוללת בתוכה את הכל, לרצות לקלוט לתוכנו את כל התכונות העליונות מאיתנו, ובכך להידמות לכתה. לשם כך עלינו לחשוב על כל העולם ועל כל התיקון, שכל הנבראים יתחברו ויהיו כאגודה אחת, בכוונה להשפיע נחת רוח לבורא. ובתוך כל הנבראים האלה, יש לנו קבוצה גדולה שבה כולנו

מתקשרים יחד, ומביאים על ידי הלימוד הזה את יתר הפירמידה האנושית אחרינו לאותה המשימה.

מאוד עוזר לחשוב על החיבור, לפחות מידי פעם. זה יגרום לנו להיות מתאימים לאור המקיף, ואז הוא ישפיע עלינו. אם נשכח מזה לחלוטין, אם נתנתק מזה – לא נצליח.

אם אנחנו נמצאים בהרגשה של קנאה, שנאה, במצב של דחייה כלשהי מהחיבור, הזוהר לא יעזור. כמו שכותב הזוהר בעצמו: באים החברים ומגלים שהם שונאים זה את זה, אבל לאחר מכן הם מתגברים על זה, עד שהם מתחילים לאהוב זה את זה. ודווקא התהליך הזה הוא שנקרא "ההכנה ללימוד הזוהר".

עלינו להקפיד על כך מאוד, במיוחד בחלק הזה של חכמת הקבלה. הזוהר מדבר לכולם, והמטרה שלו היא רק לחבר. ברגע שיש חיבור, אנחנו מרגישים את המתרחש בתוכו. העולם הרוחני מתרחש בחיבור, הבורא נמצא בחיבור, והוא כבר נמצא, איננו צריכים לעשות דבר, אלא רק להגיע לאותה התמונה שכבר קיימת. כל המדרגות האלו קיימות, איננו צריכים לבנות אותן. עלינו רק להתאים את עצמנו

לאותן מדרגות, ואז, במידה שבה נתאים אליהן, נרגיש את המתרחש בהן.

הכול מושג אך ורק על ידי עוצמת החיבור – ככול שעוצמת החיבור תהיה גדולה יותר, כך גם הגילוי יהיה חזק יותר, גבוה יותר.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 22.11.09

להיות כלי אחד

שאלה: האם קריאה משותפת בספר הזוהר מושכת "אור מקיף" שיכול לחולל שינוי מהותי בכל האנושות?

אם אני מזדהה עם כל הנמצאים עכשיו יחד איתנו בקריאת ספר הזוהר, אני מקבל את מה שכולם מקבלים, כי כולנו נשמה אחת. אני מקבל במידה שבה אני נמצא בתוך הנשמה האחת הזאת, בכלי האחד הזה. ואילו במידה שבה אני יוצא מהחיבור וחושב על עצמי, שאני נכלל בהם כדי לקבל משהו לעצמי, איני מקבל דבר.

אני חייב להיות בהם, יחד איתם, כמבנה האחד שברא הבורא. הבורא ברא אדם אחד, וכל החלוקה הזאת לרצונות זרים ושונים, היא פרי הדמיון שלנו.

מי מקבל את האור שמגיע מהבורא? המלכות, שכינתא, הכונסת את כל הנשמות. אני זוכה במידה שבה אני נכלל בכל הנשמות האלו שבמלכות, במידה שבה אני גורם לזיווגה עם זעיר אנפין.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 14.12.09

"אם אתה לא במלכות אתה לא קיים"

שאלה: ספר הזוהר מעורר בי חוויות פנימיות חזקות. אבל ברגע שאני משתדל לחשוב על האיחוד בין הנשמות, הכל נעלם מיד ואין באפשרותי להתרכז יותר בטקסט שאני קורא. מה עלי לעשות?

תאר לעצמך שאתה מתחבר אל הבורא דרך מנגנון שנקרא אוסף כל הנשמות, מלכות דעולם האצילות, ושבצורה אחרת אינך יכול להתחבר עם הבורא, עם זעיר אנפין. הרצון שלך הוא לאחד את כל חלקי הנשמות השבורות, אתה

רוצה להיות איתם במלכות דעולם האצילות ולהתחבר עם זעיר אנפין.

ואם אינך מתאר לעצמך כיצד אתה מחבר את כל הנשמות בתוכך ומביא אותם לחיבור עם הבורא – אז אתה לא קיים כלפי רוחניות. אתה צריך להשתדל לראות את התמונה הזאת בתוכך.

מלכות – זה לא הרצון שלך להתמלא בשביל עצמך, אלא הרצון להתחבר עם יתר הנשמות, שאותן אתה מרגיש כמרוחקות וכנפרדות ממך. ככל שאני רוצה להתחבר אליהן יותר, כך הקיום שלי במלכות הוא ממשי יותר. מלכות דעולם האצילות זו תוצאה של המאמצים שלי להתחבר לנשמות האחרות, זה הרצון המשותף של כל הנשמות!

מצב זה דומה למעמד קבלת התורה בהר סיני, שבו כולנו היינו מחויבים להתחבר "כאיש אחד בלב אחד", כדי להתחבר עם הבורא. הנקודה המרכזית שבה אנחנו מתחברים עם הבורא היא זו שנקראת מלכות דעולם האצילות.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 3.1.10

לחפש כוח חיצוני להתקדמות

דרך ספר הזוהר הבורא מראה לנו כל מיני דוגמאות שאנחנו מתרשמים מהן. אנו לא מבינים אותן, אך אנחנו רוצים לחקות אותן, כמו ילד קטן. אם אינך רוצה או אינך יכול, עליך לפנות לקבוצה או לבוא בבקשה לעזרה מהספרים. אבל אתה מחויב לחפש משהו שידחוף אותך קדימה ויעזור לך להתאחד עם המצבים והפעולות שעליהם מספר לך ספר הזוהר, אף על פי שאינך מבין בהם כלום, אבל אתה רוצה להבין.

מדובר על מצבים עליונים, על השפעה רוחנית, ואני רוצה להרגיש אותם ולהיות בהם! כיצד אוכל לעשות זאת? כל השאלות האלה צריכות להטריד אותנו כל הזמן. לא משנה אם איני זוכר כלום ממה שקראתי. אבל אם ציפיתי לכך שהטקסט ישפיע עלי, אם רציתי להיכנס לעולם הזה, להרגיש על מה מדבר הספר – אז אני ארגיש בצורה חזקה מאוד כיצד הקריאה בספר משפיעה עלי, למרות שאינני זוכר אפילו מילה אחת.

מצבי הרוח שלי, התכונות השונות שלי, נקודת המבט שלי על העולם ועל עצמי – כולם ישתנו. אתחיל להרגיש בכל מיני שינויים מדי יום, עד שביום בהיר אחד תגיע הקפיצה. וכל זה יקרה כתוצאה מהקריאה בספר הזוהר. איני יודע על מה אני קורא, ומה הספר רוצה להגיד לי. אין לי שום קשר לספר, מלבד לדבר אחד – אני רוצה שהספר הזה יתגלה לי!

זאת הדרך שבה פועל האור המקיף, זהו נס של ממש. הרי מלבד לאותו נס אין עלינו אף השפעה אחרת מהעולם העליון. הנס הזה פועל עלינו למרות שאין בינינו קשר. הרי אין קשר בין הרצון לקבל והרצון להשפיע. כל הקשר מתבצע על ידי הבורא, שהוא השורש לכל. לכן הקשר הנסתר הזה נקרא "נס" או "סגולה".

כמובן שפועלת כאן חוקיות מדויקת של יחסי האור והרצון, לפי נוסחה קפדנית של פעילות הדדית ביניהם, אבל הנוסחה הזאת נסתרת ממני. לכן, עבורי – זה נס. אני לוחץ במקום אחד, ובמקום אחר משהו קופץ – ואיני מבין כיצד הקשר הזה עובד. כל שנאמר לי הוא שעלי לקרוא ולרצות, וכל השאר יגיע לבד.

להרחיב את הנקודה שבלב

אדם שבאמת יש לו השתוקקות לרוחניות, לא יירגע ולא יסתפק במועט. תמיד תהיה לו תחושה, שהוא אינו מבין ואינו יודע. זאת, מאחר שהוא אינו מרגיש את הרוחניות. דווקא הנחיצות להרגיש את העולם העליון מביאה להתעוררות הנקודה שבלב. להרגשה שאני מוכרח להרגיש בתוכי את התמונה הרוחנית הזו.

ספר הזוהר – זהו ספר הרפתקאות! אבל לא כזה שבו אני קורא או רואה סרט על המסך. צריך להיכנס פנימה אל תוך ספר הזוהר, לא כמו בעולם שלנו שאינו אלא אשליה ודמיון. עלינו להיפטר מכל האשליות, התעתועים והדמיונות.

הדרישה לכך מגיעה מהנקודה שבלב, ורק הקבוצה יכולה להגדיל ולהרחיב אותה. רק קבוצה יכולה לתת את הכוח נוסף שנחוץ לנקודה שבלב האדם כדי להשיג את המטרה. לכן אם האדם לא יכניע את עצמו כלפי הקבוצה כדי לקבל ממנה את הכוח הזה, הוא לא ישיג דבר. בכך מסתכמת הערבות ההדדית שלנו, שבלעדיה איש מאיתנו לא ישיג את הכלי הרוחני.

מתוך שיעור הקבלה היומי, 28.1.10

להחזיק בחברים במחשבה מעל כל ההפרעות

הזוהר אינו מספר רק על פעולות ותכונות רוחניות, אלא גם על הקשר ההדוק בין הנשמות. על מנת להרגיש ולשקם אותן, עלינו ללמוד את הזוהר בקבוצה של חברים שחושבים כמונו.

אפשר להשוות את היחס הפנימי שצריך להיות לנו כלפי הלימוד, ליחסים בצוות של ספינה שנקלעה לסופה בלב ים. כל חברי הצוות הנמצאים על הסיפון מחזיקים זה בזה, כדי שהגלים הסוערים לא יסחפו אותם.

אם מישוהו עוזב את ידו של החבר ומנסה להיאחז במעקה הספינה, הוא מיד נסחף לים הפתוח.

כך גם בלימוד ספר הזוהר: עלינו לאחוז זה בזה בכוח המחשבה המשותפת, כדי להתגבר על כל ההפרעות בדרך לאיחוד הרוחני.

במידת האיחוד בינינו, נתמלא באור החכמה, אור החיים ונעלה למצב שבו נייבש את הים, כלומר, נספוג את כל אור החיים לתוכנו ונתקדם כמו על היבשה לקראת חוף המבטחים, לקראת עולם האינסוף.

מתוך השיעור הווירטואלי על ספר הזוהר, 6.12.09

