

תפילת הבעל שם טוב / ישי שפיר

הקדמה

רבי ישראל בעל שם טוב מייסד החסידות והדמות המוכרת ביותר בתולדותיה. הבעש"ט והחסידות שינו את פני עבודת ה' בפרט והיהדות ככלל. שנת היוולדו המדויקת איננה ידועה, אולם ההערכה הינה כי שנת היוולדו הינה בסביבות 1695 בירכתי הכפר "אוקופ" הנמצא באזור הרי הקרפטים. בילדותו התייתם מהוריו ואף על פי כן הצליח להיתפס כאדם מבריק ועילוי. בבגרותו הבעש"ט היה נוהג לברוח ליערות ולשדות ולשהות בטבע. לאחר נישואיו השניים עם אחותו של רבי גרשון מקיטוב תלמיד הרש"ש הקדוש, החל להרבות בהתבודדות ביערות ונתפס בעיני הבריות כמשונה. לחצים רבים הופעלו על אשתו להתגרש ממנו, אך היא שהכירה אותו ידעה על גדולתו ורוחב דעתו. לאחר מכן הסתובב בכפרים ובעיירות ונדע כבעל סגולות רפואיות רבות המסייעות לחולים ע"י קבלה מעשית. מכאן שמו 'בעל שם טוב', על שם מקצועו כבעל שם ומרפא. הבעש"ט נפטר בשנת 1760 בחג השבועות עפ"י המסורת החסידית.

דבריו נשמרו רק בעקבות תלמידיו שהעלו על הכתב את תורתו. בין תלמידיו נמנים: המגיד ממזריטש, רבי יוסף מפולנאה 'בעל התולדות' ורבי פנחס מקוריץ. מהתורות שנשמרו עולה תפיסה ששמה דגש בין היתר על התעוררות הלב ומעניקה לכל יהודי את האפשרות להיות קרוב לה'. בתורתו הוא מדגיש שוב ושוב את העובדה ש"לית אתר פנוי מיניה" ושעל האדם לחשוף את אלוקים בכל דרכיו ופעולותיו.

אחת מהמהפכות שיצר הבעש"ט בעבודת ה' של היהודי הפשוט, העולות מעדות תלמידיו, הינה עבודת התפילה. במאמר זה אנסה לבחון מהי תפילתו של הבעש"ט ובעיקר אתמקד בחידושו לגבי המחשבות הזרות ה"מפריעות" לאדם בשעת

תפילתו. נבחן את גישתו הכללית של הבעש"ט למחשבות הללו ומהם דרכי ההתמודדות השונים אותם הוא מציע למתפלל במצבים השונים בהם המתפלל נמצא. המקור העיקרי שבו משנת הבעש"ט אודות התפילה נפרשת בפנינו הוא 'עמוד התפילה' אשר מקבץ בו אימרות מפי הבעש"ט העוסקות בתפילה שמופיעות בספרי תלמידיו השונים וקובצו למקום אחד.

התפילה אצל הבעש"ט היא אירוע משמעותי ביותר של האדם המאמין, היא הנותנת לו את היכולת לקבל גילויים גבוהים ממנו¹, התפילה לשיטתו של הבעש"ט היא שיא הדביקות של האדם בבוראו עד כדי כך שיש אמירה המיוחסת לגיסו, אך נראה שהיא איננה רחוקה משיטתו שלו.²

"שמעתי אומרים שהרב הקדוש מו"ה גרשון אמר פעם אחת למוריניו הריב"ש ז"ל בזה הלשון, כל זמן שאתה תוכל עוד בתפילה לומר ברוך אתה על פי רצונך תדע כי עדיין לא הגעת לכוונת התפילה, כי כל כך צריך האדם להיות בהתפשטות עד שאפס מאתו כח ושכל לדבר התפילה"

אנו רואים כמה הדביקות אותה מחפש הבעש"ט היא טוטאלית, עד כדי כך שכל מילה שהאדם מצליח להוציא מוכיחה עליו שהוא זה שהוציא אותה, כלומר האדם נכח בתפילה וזה סותר את כוונת התפילה שהיא להדיבק בה' ולהתבטל בפניו כמה שיותר עד היות האדם כאין. אך הבעש"ט לא מסיים בתפילה עצמה אלא רואה בה גם אמצעי להמשך הדביקות בה'.³

¹ הנשמה אמרה להרב, שמה שזכה שנתגלו אליו הדברים העליונים לא מפני שלמד הרבה בש"ס ובפוסקים הרבה, רק משום תפילה שהיה מתפלל תמיד בכוונה גדולה, ומשם זכה למעלה עליונה: (צוואת הריב"ש דף ד' ע"ב)

² בעל שם טוב בראשית פרשת נח אות קלב

³ בתפילה בלחש כשהוא מדבק עצמו למעלה אז זוכה ומעלין אותו יותר למעלה באותה תפילה כמו שאמרו רבותינו ז"ל (יומא ל"ח ב) בא ליטהר מסייעין אותו, ועל ידי התפילה זו זוכה שידבק

לבעש"ט יש שני ממדיים עיקריים שבהם הוא מתמקד בתורתו על התפילה –

(א) התמקדות במילה עצמה ואף באותיותיה⁴

(ב) המחשבות הזרות.

במאמר זה אתעסק במחשבות הזרות המגיעות אל האדם ומסיטות אותו מהתפילה.

המחשבות הזרות

ובספר דברי יחזקאל הביא וזה לשונו, שמעתי שהיה בימי בעש"ט הקדוש איש מפורסם ושאלו תלמידיו אם ליסע אליו לראות מה טובו, והרשה להם ליסע, ושאלו אותו איך ידעו אם הוא צדיק אמת, ואמר להם שיבקשו מאתו עצה על מחשבות זרות ואם יתן להם עצה ידעו שאין בו ממש, שעל דבר זה צריך אדם ללחום עד רגע אחרונה וזאת עבודת האדם

במחשבתו למעלה, ומכח זה יוכל לבוא עוד למדרגה יותר גדולה אפילו שלא בשעת התפילה, שיהא דבוק למעלה: (צוואת הריב"ש דף ד' ע"ב)
⁴ צוהר תעשה לתיבה ואל אמה תכלנה מלמעלה וגו'. ריב"ש ע"ה אמר, צוהר תעשה לתיבה, שתהיה התיבה שאדם מדבר בתורה ובתפילה מצהיר, כי יש בכל אותיג) עולמות ונשמות ואלהות, ועולים ומתקשרים ומתיחדים זה עם זה, עם אלהות, ואחר כך מתיחדים ומתקשרים יחד האותיות ונעשה תיבה, ואחר כך מתיחדים יחודים אמיתיים באלהות, וצריך האדם לכלול נשמתו בכל בחינה ובחינה מהנזכר ואז מתיחדים כל העולמות כאחד ועולים ונעשה שמחה ותענוג גדול עד אין שיעור, וזהו תחתיים שניים ושלישיים וגו', דהיינו עולמות ונשמות ואלהות, תלת עלמין אית ליה וכו' (זוהר ח"ג קנ"ט א), וצריך לשמוע בכל תיבה מה שאומר, שהשכינה עולם הדיבור (שם ר"ל א) מדברת והוא שושבינא לה, צוהר, שתצא בבהירות, ולעשות נחת רוח ליוצרו, וצריך אמונה גדולה לזה, דהשכינה נקראת אמונת אמן (שם ט"ז ב) ובלא אמונה נקרא חס ושלוש נרגן מפריד אלוף (משלי ט"ז, כ"ח), ואל אמה תכלנה מלמעלה, היינו אמא, או יש לומר אחר שיצא התיבה מפיו אין צריך לזכור אותה להלן, והענין שלא יראה שהולכת למקום גבוה, דוגמא שאין יכול לראות בשמש, וזהו תכלנה מלמעלה, ובמה אתה יכול לעשות כן, בא אתה וכל ביתך אל התיבה(יד) היינו בכל גופך וכוחותיך תבוא אל התיבה: (צוואת הריב"ש דף ח' ע"ב, ובספר אור תורה)

בעולם הזה ללחום עם המחשבות זרות ולעשות הכל לשמו יתברך, כן

הובא משמו בדרש טוב דף כ"ז ע"א⁵

בסיפור זה אנו מתחילים ללמוד על יחסו של הבעש"ט אל המחשבות הזרות, אנו רואים שעניין זה הוא מקרה מבחן עבורו האם האיש המפורסם הוא צדיק אמת או צדיק של שקר, הבעש"ט מסביר למה דווקא המחשבות הזרות הם המבחן. זוהי עבודת האדם בעולמו וכל מטרת האדם היא להעלות את העולם הזה עם כלל הניצוצות שבו אל ה' ואם אותו צדיק לא מבין שזה מטרת האדם אזי כנראה הוא צדיק של שקר. המחשבות הזרות כאן מוצגות כדבר הכרחי בעולם, וכמובן החובה של האדם להתעסק איתם.

מחשבות זרות אצל הבעש"ט למרבה הפלא זה כל סוגי המחשבות, בין הרהורים סתמיים העולים מחייו של המתפלל ובין אם אלו תאוות המציקות לאדם, אפילו מחשבות כפירה כלליות. האם לדעת הבעש"ט המחשבות הזרות הם לכתחילה? האם זוהי עבודת ה' של האדם או שמא פשוט להתפלל את כוונת הסיודור? הבעש"ט עונה תשובה חד משמעית:

מבואר בכתבי האר"י זלה"ה שאין בחינת תפילה של יום זה דומה לתפילת יום מחר, עד ביאת המשיח, וזהו כוונת המשנה (ברכות כ"ח ב) העושה תפילתו קבע אין תפילתו תחנונים, יעוין שם, ושמעתי בשם מורי מופת על זה מן המחשבות זרות שבאין לאדם באמצע התפילה מסוד השבירה (קג) ורפ"ח ניצוצין שצריך האדם לברר בכל יום, והם באים שיתקן אותם ולהעלותן, ואין מחשבה זרה של יום זה דומה למחשבה זרה של מחר, והוא בחון למי שנותן לב על זה.⁶

⁵ מקור מים חיים בראשית פרשת נח הערה פ"ח
⁶ בעל שם טוב בראשית פרשת נח ק"כ.

ממקור זה עולה שהמחשבות הזרות הם לכתחילה ואינן טעות שיש לדחות אותה, הם החידוש שיש בתפילה, ככלל אפשר להגיד שאצל הבעש"ט עניין החידוש הוא עניין חשוב ביותר, תפיסתו מתמצתת במשפט הידוע "תענוג תמידי איננו תענוג"⁷, עבודה נכונה עם המחשבות הזרות היא זו שתהפוך את תפלתנו מתפילת קבע לתפילת תחנונים בעלת יכולת חידוש.

מכיוון שאצל הבעש"ט התפשטות האדם והתכללותו בבורא היא עניין התפילה, הוא היה חייב לגשת ולעסוק גם במחשבות הזרות אשר מסיחות את דעתנו. אבל לא רק בגלל המטרד שבהם עסק הבעש"ט במחשבות הזרות, לדעתי אתגר המחשבות הזרות הוא השיא בשביל הבעש"ט ולא סתם הוא כל כך התמקד בו והציע הרבה דרכים להתמודד איתו כמו שאפרט בהמשך. כאמור שניים מחידושו הגדולים ביותר של הבעש"ט הם "לית אתר פנוי מיניה", השני הוא האמונה שכל אחד מישראל יכול לעבוד את ה' וזה לא דבר השמור לצדיקים בלבד, בעקבות החידושים הללו אנו מבינים שהמחשבות הזרות הם נקודת המפגש בין שני החידושים מכיוון שעצם האמירה 'מחשבה זרה' היא לא הגיונית לאדם שמאמין כי כל מחשבה, דיבור ומעשה הוא בעל ניצוץ אלוקי וכמובן בגלל שזו חוויה אשר כל מתפלל מתמודד עימה ולכן זוהי עבודה שיש לכל אחד לעשות.

"והענין כי האדם מחויב להאמין כי מלא כל הארץ כבודו יתברך לית אתר פנוי מיניה וכל המחשבות של האדם יש בו מציאותו יתברך וכל מחשבה הוא קומה שלימה, וכאשר יעלה במחשבתו של אדם בעת עסקו בתפילה איזה מחשבה רעה וזרה היא באה אל האדם לתקנה ולהעלותה, ואם אינו מאמין בזה אין זה קבלת עול מלכות שמים שלימה, כי מקצר

⁷ "עוד יש לומר והחיות רצוא ושוב, כי תענוג תמידי נעשה טבע ואינו תענוג, לכך האדם עולה ויורד בעבודת ה' יתברך כדי שיהיה תענוג שהוא עיקר עבודת ה' כמו ששמעתי ממורי: "בעל שם טוב בראשית פרשת נח"ב

חס ושלום במציאותו יתברך, ובזה מובן האומר שמע שמע וכו' וקשה למה אמר שתי פעמים, וצריך לומר כי מעיקרא לא איכוון דעתיה, דהיינו שהיה לו איזה מחשבה זרה, אמנם אם ידע ששם גם כן הוא מציאות ה' יתברך לא היה צריך לומר שתי פעמים שמע, וזהו צחות לשון הש"ס מחינן ליה במרזפתא דנפחא, והכוונה כי המחשבה עצמה הוא מכה את האדם כמו במרזפתא דנפחא כדי לתקנו ולהעלותו, ולמה הוא חוזר פעם שנית לומר שמע כאילו חס ושלום בפעם ראשון לא היה שם מציאות ה' יתברך, ונמצא הוא מקצר במציאותו יתברך ובקבלת עול מלכות שמים, ולכך אמר משתקין אותו, ודברי פי חכם חן⁸

הבעש"ט קורא את הגמרא⁹ בצורה מהפכנית. אביי מביין כי הסיבה שהאדם קורא פעמיים 'קריאת שמע' נובעת כנראה בגלל שהוא לא כיוון בקריאה הראשונה ולכן חוזר עוד פעם על הקריאה והפעם עם כוונה. הבעש"ט מחדש לנו אחרת מהפשט, אין דבר כזה לא לכוון נכון אין מחשבה שאתה יכול להסתכל עליה ולהגיד שהיא איננה רצויה ועלי לחשוב אחרת, המחשבה שהגיעה אליך היא איננה טעות, לא במקרה דווקא עכשיו בזמן התפילה היא הגיע אליך, המחשבה הגיעה אליך כדי להעלותה, מכיוון ש'מלא כל הארץ כבודו'. אזי גם באותה מחשבה שהמתפלל רוצה לדחותה יש בה נוכחות אלוקית מסויימת, אם אין המתפלל מאמין בזה אזי אין הוא מאמין ש'לית אתר פנוי מיניה' ולכן יש להכותו כי הוא נחשב ככופר ממש!

⁸ בעל שם טוב בראשית פרשת נח אות קטז

⁹ אמר רבי זירא, כל האומר שמע שמע - כאומר מודים מודים דמי. מיתיבי: הקורא את שמע וכופלה - הרי זה מגונה. מגונה הוא דהוי, שתוקי לא משתקין ליה! - לא קשיא: הא - דאמר מילתא מילתא ותני לה, והא - דאמר פסוקא פסוקא ותני ליה. אמר ליה רב פפא לאביי: ודילמא מעיקרא לא כוון דעתיה, ולבסוף כוון דעתיה? - אמר ליה: חברותא כלפי שמיא מי איכא? אי לא כוון דעתיה מעיקרא - מחינן ליה במרזפתא דנפחא עד דמכוין דעתיה. (תלמוד בבלי מסכת ברכות דף לג עמוד ב)

לפני הביורור שנעשה אודות המושג "העלאת המחשבות הזרות" והדרכים אותן מציע לנו הבעש"ט. ניתן להציע את הפרשנות הטריטוריאליה להעלאת המחשבות מתוך הפסקה הקודמת. לפי הבעש"ט אין מחשבה מיותרת. המחשבה אותה אדם חשב היא חשובה ושלימה, לכן אם באמצע התפילה עולה במתפלל מחשבה זרה עליו להופכה לחלק מהתפילה. למשל עולה למתפלל החוב שהוא חייב להחזיר לחבירו אז על המתפלל להתפלל על פרנסה או על חבירו, בניגוד להבנה הבסיסית שיש לדחות את מחשבת החוב. הבעש"ט פורס בפנינו אופציות אחרות להעלאת המחשבות ואותן אתאר כעת.

דרכי התמודדות עם המחשבות הזרות

1. להעלותה למידתה.

וכאשר שמעתי ממורי איך יתקן מחשבות זרות, אם הוא הרהורי נשים יכוין להעלותן ולדבקן בשרשן שהוא חסד, בסוד ואיש אשר יקה אחותו חסד הוא (ויקרא כ, יז), ומחשבת עבודה זרה פגם בת"ת ישראל, ודי בזה. א"כ אתי שפיר אשר ראיתם את מצרים היום, שהם המחשבות זרות של היום, שהם המצירים לאדם, לא תוסיפו לראותם עוד עד עולם, והב"ן.¹⁰

הרב יעקב יוסף כ"ץ מפולנאה מבאר לנו את כוונת הבעש"ט על דרך ההעלאת המחשבות הזרות, כל מחשבה המגיעה אל האדם בזמן התפילה אפשר לחברה לשרשה, כלומר לאחת מעשרת הספירות. הוא מדגים – מחשבת הרהורי נשים היא בשרשה מגיעה מכח מידת החסד כלומר ההשתוקקות לדבר, לכן יש להתפלל על

¹⁰ תולדות יעקב יוסף שמות פרשת ויקהל

עצם מידת החסד כלומר להתפלל על להרבות את השתוקקות האדם. בכללי אצל הבעש"ט מסווגים ההרהורים לשלושה מידות אליהם יש להעלותם.

א. חסד - כמו שהרי"י מפולנאה כתב.

ב. גבורה - מחשבות של כעס/שנאה

ג. תפארת - דברים שגורמים לך להתפעלות שאלו בעיקר מחשבות על העולם הזה.

כאמור הבעש"ט חידד לנו את המשמעות של "לית אתר פנוי מיניה" שאין דבר, מחשבה-דיבור-מעשה, בעולם שהוא נטול אלוקות. כל דבר יש בו ניצוץ אלוקי שהגיע אליו משבירת הכלים ועלינו לברר את הניצוץ ולהוציאו מהקליפה שבה הוא טמון. כך מתחדש לנו בעקבות לימודו של הבעש"ט אודות העלאת מחשבות הזרות וברור הניצוץ הטמון בהם ולכן אל לנו לעזוב את המחשבה אלא להתאמץ בה. יוצא שבזמן התפילה כל מחשבה מתחברת למסע התפילה בו אנו צועדים. אם מגיע מחשבה שהיא איננה קשורה עלינו לחברה למסענו ולהבין שאולי עכשיו היא נראית לנו כאוייב אך עלינו לשנותה לאוהבת ולחלק משמעותי מהתפילה.

2. המחשבה מעוררת את האדם.

הבעש"ט מציג לנו דרך נוספת להבנת משמעותן של המחשבות הזרות. בדרך זו הבעש"ט עוסק פחות במחשבה עצמה ובשורשיה הנטועים בעולם האצילות אלא בפעולתה על האדם וברגשותיו.

"קכב. גם כי יבואו איזה מחשבות זרות, קבלתי ממורי איך ידע איזה מחשבה מקו החסד שנפלה בסוד השבירה וצריך לתקנה ולהעלותה, אמנם יש מחשבות שהם הרהורי עבירה, וכאשר באה מחשבה זו, אז ידע האדם שיש עליו דינים ורוצים להענישו על כן יחרד חרדה גדולה ונעשה יחוד יראה ונורא ויתפרדו כל פועלי און, וכאשר פירש הפסוק ידעתי כי

אשה יפת מראה את וגו' (בראשית י"ב, י"א) ופסוק פן יהרגוני וגו' (שם כ"ו, ז') שהוא סימן העונש שיכנוס הרהור האשה בו¹¹

בפסקה זו הבעש"ט מציג דרך שונה מן ההעלאת המחשבות שראינו עד כה, הוא עדיין רואה בה ערך ולא סתם מחשבה שעל האדם יש לדחותה ללא כל התייחסות, אולם פה, דרך ההתייחסות אליה הוא מתוך זעקה ושבר על המחשבה שנפלה עליו, האדם מזועזע מהמחשבה עצמה אשר עלתה בקרבו בזמן התפילה אבל בעיקר האדם מזועזע מהדינים שרוצים להענישו על הרהור העבירה שהסיטו מן התפילה. דווקא מתוך אותו שבר שהאדם נמצא בו הזעקה היא הפתרון. ובדיעבד מסתבר שמחשבה הזרה היא חיובית ופעלה טוב באדם ובעולמו, ובכך כאשר מגיעה אל המתפלל מחשבה זרה עליו להיחרד מן הדינים שיש עליו וכך הוא מעלה אותה.

בעיני המשך טבעי לאותה תחושת הריחוק והפחד שהאדם חווה בתפילתו היא בקשת התשובה¹², הוא לא עוצר רק בפחד מן הדינים אלא בשאיפה לתיקון מצבו הרוחני, אדם המתמודד עם הרהור תאוה דווקא בזמן בו הוא אמור להיות הכי מחובר לבורא ובדבקות עילאה חווה משבר עמוק, הוא בטוח שהוא צדיק ואותה מחשבה זרה מזכירה לו שהוא רק בשר ודם בעל תאוות, אל לו ליפול לעצבות ולריחוק מן ה' ית' אלא להתוערר לתשובה¹³.

¹¹ כתונת פסים דף מ"ב סוף ע"ד.

¹² וכן אם שומע אחד מדבר בעת שהוא מתפלל, יאמר למה הביאו ה' הלום לדבר בתוך תפילתי, הלא כל זה בהשגחה פרטית, אך הדיבור הוא השכינה ושרתה השכינה בפיו של זה האדם כדי שאחזק את עצמי לעבודה, כמה יש לי לחזק את עצמי בעבודה הוא תפילה, ובפרט אם האיש המדבר הוא גוי או קטן, נמצא כביכול השכינה באדם זה, כמה ראוי לעשות בזריזות: (צוואת הריב"ש דף י"ד ע"ב)

¹³ שמעתי ממורי כי אדם השלם אם יזדמן לו איזה ביטול תורה ותפילה יש לו להביין שגם זה הוא ידו יתברך שדוחה אותו כדי שיתקרב יותר בסוד שמאלו תחת לראשי וימינו תחבני וגו' (שיר השירים ב', ר'), ודברי פי חכם חן, וזהו ששמעתי מן מוהר"ר עיין בקונטרס אחרון: (תולדות יעקב יוסף ריש פרשת וישב דף ל"ב ע"א ויקהל דף ע"ה ע"ג)

וכך המחשבה פעלה לא רק בעולמות העליונים כי אם גם בעולמו הפנימי של האדם, ויצאנו נשכרים מאותה מחשבה זרה שנפלה לנו בעת תפלתנו.

3. לבטל את המחשבה ע"י המשך ההתעסקות בתפילה

דרך שלישית שבא מציע הבעש"ט להתמודד עם המחשבות זרות היא דרך ביטולה. כלומר דווקא אם תמשיך להתפלל זה ישחרר את המחשבה ממקומה הנוכחי ויעלה אותה למעלה. חשוב לציין שדרך זו היא עדיין בגדר העלאת מחשבות זרות מכיוון שהמחשבה למרות חוסר ההתייחסות אליה היא מועלית מעצם הזכרתה.

קח. בשם ריב"ש, כאשר בא לאדם מחשבה זרה בתפילה או בלימוד, ישבור המחשבה זרה ההוא, וידבוק עצמו בבורא יתברך, ובזה מתקן ניצוץ קדוש שיש במחשבה ההוא, והוא משל לאדם שהיה מונה מעות והיה בנו בשביה ובא אצל אביו ואמר הרי יש לך מעות פדני מהשביה¹⁴ (ליקוטים יקרים דף ט"ו ע"ג)

בפסקה זו המובאת בשם 'בעל הליקוטים יקרים' ניתן לראות שהבעש"ט מציע לבטל את המחשבה ע"י התדבקות בבורא ית' וביטול המחשבה וזה תיקונה. הוא ממשיך ומביא משל שלכאורה לא קשור, מכיוון שניתן להבין כי המשל מדבר בכללי על מחשבה זרה המגיעה בזמן הכי מתאים כמו הבן שמגיע בדיוק בזמן ספירת המעות. אך בעיון נוסף במשל אפשר להבין כמה הוא מדויק לאופן העלאת המחשבה דווקא ע"י ביטולה. אם בעיני רוחנו נמשיך את המשל ברור כי האבא ימשיך לעסוק בספירת המעות על מנת לשחרר את בנו וכך בנמשל כאשר המתפלל ימשיך לעסוק בתפילה ובדבקות בבורא רק כך הוא יוכל לשחרר את הניצוץ

¹⁴ בעל שם טוב בראשית פרשת נח אות קח

האלוקי הטמון בקליפה, קרי המחשבה הזרה. עצם העלאת המחשבה בזמן הדבקות של המתפלל כבר קרבה לה, והניצוץ שבה חזר לבוראו.

4. שינוי צירופי האותיות

הצעה נוספת להתמודדות שמעניק לנו הבעש"ט היא דרך שינוי צירופי האותיות. כלומר נתינת שם למחשבה הזרה ומתוך כך על המתפלל לשנות את צירופי האותיות של אותו הדבר. למשל, "ש.ק.ר" ל- "ק.ש.ר" וכך עולה אותה מחשבה זרה. הדרך הזו מושתתת על האמונה שהעולם נברא מהאותיות. ע"י השתלשלות אותיות מהאות א', שהיא אלופו של עולם ועד סוף האותיות והבריאה. האותיות הן המרכיב של כל הבריאה כולה והבדלי הדברים נובעים משינויי צירופי האותיות¹⁵

"מבעל שם טוב, אם יפול לאדם מחשבה זרה יחשוב שהכל בא מאותיות והם קדושים, רק שנצרפו במחשבתו לשטות, על כן אם יכול להפוך אותיות הללו לדברים קדושים, היה טוב מאוד, או על ידי היפוך התיבות של המחשבה זרה, או בהפסק התיבות לשתיים, והן בראשי תיבות של המחשבה זרה, ודוקא שלא יופסק מהדביקות¹⁶" (דרכי צדק אות כ"ה)

¹⁵ והנה כמו שיש כ"ב אותיות בדבור תורה ותפלה, כך יש בכל עניני החומר והגשמי שבעולם ג"כ כ"ב אותיות שבהם נברא העולם וכל אשר בו, וכמ"ש בש"ס דברכות (נה א) יודע הי' בצלאל לצרף אותיות שנברא בהם שמים וארץ וכו'. רק שהאותיות מלוכבש בחומר עניני העולם בכמה כסויין ולבושין וקליפין, ובתוך האותיות שורה רוחניות הקדוש ברוך הוא, הרי שכבודו ית' מלא כל הארץ וכל אשר בה, לית אתר פנוי מני', כמבואר בתיקונים (ת' ע' קכב ב), רק שהוא בהסתרה. וכאשר אנשי הדעת יודעין מזה ההסתרה, אינו אצלם הסתרה ושינוי, וז"ש בתיקונין הנ"ל אבל אינן דתליין מהקדוש ברוך הוא לא אשתני מהם וכו', והבן זה. ונודע כי אות א הוא חכמה ומחשבה, כמ"ש בפסוק (עזרא) ואאלפך חכמה (איוב לג, לג). (תולדות יעקב יוסף בראשית פרשת בראשית, א.)

¹⁶ בעל שם טוב בראשית פרשת נח אות קו

הדרך כאן כאמור היא משחק ושינויים בצירופי האותיות. הבעש"ט מדריך אותנו קודם כל להזכר שגם למחשבה שהגיעה אלינו יש יסוד שהוא האותיות¹⁷ והיסוד הזה הוא א. חלק אלוך ממעל ב. הוא דינאמי. מעניין לראות שהבעש"ט מודע לקושי שבדרך זו "על כן אם יכול להפוך האותיות" אין זה עניין פשוט ולא את כל המחשבות יכול המתפלל לשנות בהם את צירוף האותיות, לכן מדגיש הבעש"ט שרק במקרה שעולה למתפלל צירוף אחר אשר יעלה את המחשבה למעלה אזי יפעל בדרך זו. הזרימה של התפילה חשובה מאוד לבעש"ט כי כל הפסקה בתפילה גורמת בהכרח להפסקה בדביקות של המתפלל בבורא. דרך זו היא הדרך בה האדם מתעסק בצורה האיטנסיבית ביותר מבין שאר השיטות במחשבה הזרה. על האדם לעצור לעצור רגע ולתת שם למחשבה, פתאום המחשבה האמורפית מקבל מילה ואותה אתה צריך לשנות לצירופי אותיות שיכולים להעלות את מחשבתך.

הדחיקת המחשבות הזרות

אחרי שראינו את שלל ההצעות והדרכים להתמודדות עם המחשבות הזרות מופיעה בכתבי תלמידיו בשם רבם גם אמירות הפוכות. יש מספר פסקאות בהם הבעש"ט ממליץ לברוח מן המחשבות הזרות ולהדבק בתפילה.

"קלט. ריב"ש ע"ה אמר, כשאדם טובע בנהר, והוא מראה כמה תנועות שיוציא עצמו מן המים השוטפים אותו, בודאי הרואים אותו לא יתלוצצו עליו ועל תנועותיו, כך כשמתפלל ועושה תנועות, אין להתלוצץ עליו, שהוא מציל את עצמו ממים הזדונים, שהם הקליפות הבאים לבטלו ממחשבתו בתפילתו"¹⁸

¹⁷ גם זה חידוש לכשעצמו להגיד שאנחנו חושבים באותיות כלומר במילים במקום בתמונות.
¹⁸ ליקוטים יקרים דף ט"ו ע"א, אור האמת דף פ"ג ע"ב

פסקה זו היא פסקה המייצגת את התפיסה הנגדית להצעתנו עד עכשיו. כאן מתוארת המחשבה הזרה כמים הזידונים המאיימים על האדם לטבוע וכמו שאדם צריך להלחם בכל כוחו כדי לשמור על חייו, כך עליו להלחם בכל כוחו במחשבה הזרה שמאיימת על תפלתו. אם כך, מה עלינו לעשות? להעלות את הניצוץ הגלום במחשבה או עלינו לברוח ממנה כמו מי שכפאו שד? הבעש"ט עונה על שאלה זו ונותן לנו את הכלי הראשון והעיקרי המאפשר לנו לדעת מתי להתעסק עם המחשבה ומתי לזנוח אותה.

“ואם נפשך לומר במה אדע איזה מחשבה לדחותה ואיזה לקרבה ולהעלותה, יתבונן האדם אם בשעה שבאה המחשבה זרה מיד עלה במחשבתו במה לתקנה ולהעלותה אז יראה לקרבה ולהעלותה, ואם לא יעלה מיד במחשבתו במה לתקנה, אז מסתמא באה לבטל את האדם בתפילתו ולבלבל מחשבתו, ואז יש רשות לדחות המחשבה ההוא כי הבא להורגך השכם וכו'”¹⁹

הבעש"ט מעניק לנו כלל אצבע פשוט מאוד המאפשר לנו לדעת דבר זה, אם בזמן מחשבה כבר עלתה למתפלל הדרך להעלותה או שמא אין בידו היכולת להעלותה ברגע התפילה. אצל הבעש"ט עיקר התפילה הוא הדביקות בבורא ולכן אם המחשבה הבאה לאדם רק תוקעת לו את רצף התפילה והוא מתחיל להסתבך במחשבות אין להעלותה הרי הוא כבר לא בדביקותו והוא נמצא רק בחיפושים מסובכים אחרי פיתרון למחשבה ועליו לעזוב את אותה המחשבה להלחם בה ולדחותה אך אם כבר מתאפשר לו ונמצא בידו הפתרון עליו להשתמש באותו הפתרון על פי הדרכים אותן לימד אותנו הבעש"ט.

מחלוקת תלמידי הבעש"ט

¹⁹ בן פורת יוסף דף נ' ע"ב וע"ג, ועיין שם עוד דף נ"ג ע"ד

תופעה מעניינת אותה ניתן לראות היא כי דווקא בדורות שאחרי הבעש"ט חלק מתלמידי תלמידיו חשבו שאל לו לאדם הפשוט לעסוק בהעלאת מחשבות זרות. זוהי לטענתם עבודת הצדיק בלבד. אחד מהמחזיקים העיקרים בגישה זו הוא 'בעל התניא', הרש"ז מלאדי.

"ואפילו אם נופלים לו הרהורי תאוות ושאר מחשבות זרות בשעת העבודה בתורה או בתפלה בכוונה אל ישית לב אליהן אלא יסיח דעתו מהן כרגע. וגם אל יהי שוטה לעסוק בהעלאת המדות של המחשבה זרה כנודע כי לא נאמרו דברים ההם אלא לצדיקים שאין נופלים להם מחשבות זרות שלהם כ"א משל אחרים. אבל מי שנופל לו משלו מבחי' הרע שבלבו בחלל השמאלי איך יעלהו למעלה והוא עצמו מקושר למטה"²⁰

'בעל התניא' יוצא חוצץ כנגד ההבנה שהעלאת המחשבות הזרות היא עבודה לכל אחד. הוא מסביר שההבדל המהותי בין הצדיק לשאר האנשים זה מקור המחשבות הזרות. אצל הצדיק המחשבה מגיעה ממחשבות של אנשים אחרים שתלויים בו ולכן מחשבתם יכולה ליפול אליו, ואילו על האדם הפשוט אשר מחשבותיו הזרות הם שלו אין הוא יכול להעלותן הרי הוא מקושר בהן מטה. אי אפשר להתכחש לחשש האמיתי שמעלה 'בעל התניא' שאולי זו עבודה הגדולה מיכולתיו של האדם הפשוט, וכל התעסקות בהעלאת המחשבות רק תבלבל את האדם בדברים שאין ביכולתו לעשות. מנגד לשיטת 'בעל התניא' ניצב האדמו"ר מקאמנא²¹ שהוא כנראה הדובר החריף ביותר המצודד ביכולתו ואף חובתו של כל אדם להעלות את מחשבותיו.

²⁰ תניא ליקוטי אמרים פרק כח

²¹ ר' יצחק אייזיק ספרין בעל היכל הברכה, 1806-1874.

“ודלא כטפשים שאומרים שענין העלאת המחשבות אינם אלא לזכי נפש קדושים, והם הבל, וקרוב שאינו מאמינים במציאות השם יתברך בכל תנועה ומחשבה, אלא כל ישראל קדושים... אמנם לפעמים מתגבר הרע במחשבות אסורות, ואלו צריך לדחות בשתי ידים”²²

האדמו"ר מקאמרנא כאמור לא מסכים כלל עם הטוענים שעבודת המחשבות זרות נועדה לצדיקים. אותם האנשים הרי קרובים הם מאוד לאמירה שיש קומה ומחשבה ללא נוכחות אלוקית ודבר זה אינו מקובל לא על תלמידי הבעש"ט וכל שכן אינו ייתכן אצל רבם, הבעש"ט עצמו. אומנם קיימת אפשרות של דחיית המחשבות הזרות אבל זה במקרי קיצון שבהם הרע מתגבר בבירור על הטוב שבמחשבה.

סיכום

במאמר הצגתי את מחשבת התפילה אצל הבעש"ט בעיקר סביב חידושו ביחס הראוי למחשבות הזרות. הסברנו כי נושא זה של המחשבות הזרות מרכזי בהגות של הבעש"ט מכיוון שעניין זה משלב את שני חידושו הגדולים - "לית אתר פנוי מיניה" ושעבודת ה' היא גם לאדם הפשוט.

חילקנו את דרכי התמודדותו במחשבות הזרות,

- (1) להעלות את המחשבה למידתה.
- (2) להתעורר מתוך המחשבה לתשובה.
- (3) דווקא להמשיך בתפילה ומתוך הזכרת המחשבה בזמן התפילה היא תתעלה.
- (4) שינוי צירופי האותיות.

²² היכל הברכה, פרשת מקץ, דף רמח ע"ב.

ראינו גם את האופציה הנגדית שקיימת בכתבי תלמידי הבעש"ט, הדחקת המחשבה. מצאנו שחילוק אותו מציעים הוא אם נמצאת בידו בזמן המחשבה אחת האופציות המאפשרות את העלתה וזאת על מנת לשמור על רצף התפילה שחינוי לדבקות בבורא. ראינו גם את נציגי כתות ממשיכי דרכו של הבעש"ט, 'בעל התניא' הטוען שעבודת העלאת המחשבות היא אך ורק בשביל הצדיק ולעומתו האדמו"ר מקאמרנא החושב שזו עבודת כל יהודי, כי כפירה במחשבה הזרה הרי היא ככפירה בהמצאות ה' בכל דבר בעולם.

בנימה אישית, לימוד שיטת הבעש"ט פתח בי צוהר לעולם מרהיב של תפילה המחוברת לחיי. דברים רבים שלא העלתי בדעתי כי ניתן להתפלל עליהם הועלו מעלה בזמן תפילתי. תחושת התפילה השתנתה - מתחושה של נוקשות ואתגר להחזיק מעמד ולא לסטות מכוונת התפילה הפשוטה, לתחושה של זרימה ועמידה כנה אל מול ה' עם כל מה שיש בי ועם כל מחשבותיי. בין העמוקות והיפות ובין רדודות ומביכות. מתוך כך תפילתי התחדשה ונסוכה בי תחושת געגוע ורצון לתפילה הבאה כבר עם סיום תפילתי זו.