

עבודת ימי השובבי"ם

נזכיר ארבעה ענינים עיקריים הנהוגים בברסלב, בענין ימי השובבי"ם, עם הרבה פרטים מעשיים, והנהגותיהם של אנשי שלומינו.

א. צעקה לה' ואמירת סליחות. ב. תהלים. ג. תענית. ד. הימנעות מאכילת דבר מן החי. והעיקר – התשובה בפועל.

ונפרט לפי הסדר הזה.

הזכרות וההתקשרות לרבינו הקדוש – היא עצמה התיקון

בכל ספרי רבינו ומוהרנ"ת, כמעט ולא נזכרו כלל עניני שובבי"ם.

רבי אפרימ'ל קרקובסקי מפשעזבורז' ב'עונג שבת' (עמ' רלד) כותב: "היום הוא זמן שובבי"ם... ולקיים עצת רבינו ז"ל לידע את יוסף, ועי"ז בעזה"ל נוכל להתגבר על מלך חדש, שאמר חכמינו ז"ל 'יצרו של אדם מתחדש עליו בכל יום', וכמדומה לי כי יש שיחה שאמר רבינו ז"ל כי מי שיוזע ממני אין צריך להתענות, ומי שאינו יודע ממני מה יועילו לו התעניות. כי רבינו ז"ל נותן תיקונים לכל הדברים אליו לכל אחד כפי בחינתו, יהי רצון שנזכה להתקרב אל רבינו ז"ל באמת, ויהיה טוב לנו בזה ובבא".

וב'מענים בנחלים' (מכתבי רבי משה קרמר שליט"א, מכתב ס) כותב: "עיין שם (תורה ח) בפירושו להי"ג מידות 'ה' ה' וגו' ארך אפים וגו', דעל ידי כל הנ"ל 'נושא עון ופשע' – שזוכין לכפרת עוונות, כמו שכתוב 'ואיש חכם יכפרנה'. וגם זוכין על ידו למידת 'ונקה', שמבואר בביאור הליקוטים שהוא ענין בירור המידות הנ"ל, עד שנעשה כולו טוב ונקי לגמרי מכל רע, אפילו בכוח, עיין שם. וזה שייך לימי השובבי"ם, וכמבואר כמה פעמים בדבריו הקדושים שעיקר תיקון הברית הוא על ידי התקשרות אמיתי לצדיק האמת".

בשם רבי צבי חשין שליט"א שמעתי, ש'שובבי"ם' (360) עולה בגימטריה 'רב"י נחמ"ן' בדיוק. כי ענין רבינו עצמו הוא שמירת הברית ותיקון הברית.

רבי שאול סירוטה שליט"א הזכיר, כי התרופה למצב זה, בו האדם שובב ומשוגע ממש (וכדברי מוהרנ"ת להלן), הוא לציית לדברי הבעל שכל, הלוא הוא רבינו הקדוש, כמבואר בשיחות הר"ן (אות סז).

צעקה לה'

ובכל זאת, יש התייחסות יחידה בליקוטי הלכות לענין שובבי"ם, בהלכות גילוח (ה, ח):

"וזה בחינת שובבי"ם שבהם נוהגים הכשרים להתענות ולצעוק להשם יתברך בתפילות וסליחות".

מוהרנ"ת מבאר שם, שמחמת חסרון הדעת, כל אחד הולך בעולם אחרי שרירות לבו, כמו משוגע ושובב ממש, ואינו מסתכל על התכלית הנצחי, 'וילך שובב בדרך לבו' (ישעיה נז, יז), ומחסרון הדעת הזה נובעות כל הצרות והגלויות רחמנא ליצלן. ועל זה קורא הנביא ירמיה (ג, יד): 'שובו בנים שובבים'.

וכאשר יבין האדם בעצמו כל זאת, יחוס על עצמו ויצעק הרבה להשי"ת, ועל ידי הצעקה יזכה להוליד את המוחין והדעת לפי בחינתו, להינצל מהצרות והגלות ולזכות לגאולה – בכלל, ובפרט, בכל אדם ובכל זמן. וכפי שאנו רואים בקריאת התורה שקוראים בימים אלו בענין גלות מצרים, שגאולתם היתה על ידי הצעקה. עד כאן תמצית דבריו הקדושים¹.

נמצא שהעצה למעשה בימים אלו היא לעסוק בצעקה להשי"ת, שעל ידה יוליד דעת ומוחין לפי בחינתו ויזכה לגאולה פרטית וכללית.

סליחות

כאמור, מזכיר מוהרנ"ת בדבריו את אמירת הסליחות בימים אלו.

¹ זה לשונו: "וזה בחינת שובבי"ם, שבהם נוהגים הכשרים להתענות ולצעוק לה' יתברך בתפילות וסליחות. כי באלו הימים קורין בתורה בענין גלות מצרים וגאולתם שהיה על ידי צעקה כנ"ל, וכמו כן צריכין עתה בגלות הזה, כנ"ל. וזהו 'שובו בנים שובבים', שעיקר כל הצרות והגלויות, רחמנא ליצלן, הם על ידי חסרון הדעת, שזהו בחינת 'שובבים', שכל אחד הולך בעולם כמו משוגע ושובב ממש, כמו שנאמר 'וילך שובב בדרך לבו'. וכשיבין האדם בעצמו כל זאת, איך הוא שובב ומשוגע ממש, כי הולך אחרי שרירות לבו ואינו מסתכל על תכליתו הנצחי – בוודאי יחוס על עצמו ויצעק הרבה לה' יתברך. ועל ידי זה יזכה, לפי בחינתו, להוליד המוחין והדעת, שעל ידי זה עיקר הגאולה בכלל ובפרט בכל אדם ובכל זמן".

ובשיח שרפי קודש (ח"ד רה, ובעיקר ח"ח קפב) מובא, שאמנם באומן לא היו אומרים סליחות בימי השובבי"ם, אולם כאן בארץ ישראל היה רבי לוי יצחק בנדר נוהג לומר את הסליחות לשובבי"ם בציבור, בבית הכנסת 'ישועות יעקב' בשכונת מאה שערים, לפני תפילת הותיקין. וגם הפציר רלו"צ בכמה מאנ"ש שיבואו לאומרם בציבור בבית מדרשנו.

תהלים

במכתבי שמואל לרבי שמואל הורוויץ (ח"א מכתב נ) בשם רבי אברהם שטרנהארץ, ובשיח שרפי קודש (ח"ב תקלח), כתבו - שמוהרנ"ת היה לו בכל יום שיעור וסדר קבוע לאמירת תהלים; ובימי השובבי"ם היה מוסיף עוד באמירת תהלים², בנוסף על הקביעות היומיומיות. והוא ע"פ הנאמר בליקוטי תנינא (סי' עג) שתהלים מסוגל לתשובה.

ובמכתבי שמואל בכמה מקומות מעורר על אמירת תהלים בימים אלו ולהרבות בהם. וראה עוד שם (מכתב כג) בענין מעלת אמירת ספר תהלים ג' פעמים בלי דיבור, ושייכותו לשובבי"ם³.

וב'אוסף מכתבים' לרבי יעקב מאיר שכטר שליט"א (ח"ג קסח) כתב: "לדעתי את המאמר ע"ג בליקוטי מוהר"ן ח"ב רמז רביה"ק לימי השובבי"ם. יסוד המאמר נאמר על הפסוק (שמות א, א) 'ואלה שמות בני ישראל הבאים מצרימה את יעקב איש וביתו באו', סופי תיבות 'תהלים תשובה'. ומה שמזכיר מנהג העולם שעוסקים בתהלים רק באלול וכו' מפני שאז הדבר בולט יותר.

"ומכיון שימי שובבי"ם הם ימי תשובה וגם ימי ירידה, כמובא – מתאימים דברי רבינו שם לימים אלו. ושם הוא אומר שאפילו מי שאין לו שום התעוררות לתשובה, יש בכוח אמירת תהלים לעוררו וכו'", יעו"י"ש עוד.

תענית

בליקו"ה גילוח (שם ה, ח) מזכיר מוהרנ"ת שימי השובבי"ם נוהגים הכשרים להתענות.

ובספר 'בנתיבות הנחל' לר' יהושע דרוק (עמ' שלב) כתב שכן נהג רבי אברהם שטרנהארץ, להתענות יום אחד בכל שבוע.

ובשיח שרפי קודש (ח"ד, רד; ח"ח, קפ) מובא, שהיו כמה מאנ"ש שצמנו יום אחד בשבוע, אולם כדי לצאת ידי דעת רבינו שהזהיר לא להתענות, היו טועמים איזה דבר בסוף היום, לפני תפילת מנחה.

ושם (ח"ח קפא) מובא שהיו שנהגו לצום ביום חמישי, והיו שנהגו ביום שישי. ובפרט ביום שישי יש ליזהר לאכול משהו לפני כניסת השבת, כדי שלא ייכנס לשבת כשהוא מעונה. (וראה בדברי רל"י במכתביו 'תמימי דרך' המועתק בסוף המאמר שכותב ששמע באומן מאנ"ש שבענין שובבי"ם יש בזה חילוקים וכל אחד לפי כוחו, ומכלליות המכתב משתמע שדבריו בזה הם לגבי התענית בשובבי"ם).

ובספר 'היכל הצדיק' (לר"ד קפשיאן עמ' קכח) כתב ששאל את הגה"ח רבי נתן צבי קניג זצ"ל בענין תעניות השובבי"ם, ואמר לו שאי אפשר לאנשים כמונו לבטל דבריו של האריז"ל שהם דברים גבוהים הנוגעים לתיקונים הנעשים למעלה, ושרבי נתן ורבי נפתלי היה להם ספק בענין השובבי"ם כיצד להתנהג. ולשאלה כיצד יש לנהוג למעשה, השיב הגרנ"צ שאם היה יכול היה מתענה בהם.

ובמכתבי שמואל (ח"א מכתב טו, וגם פח) כותב רבי שמואל הורוויץ: "ובודאי שקשה להתענות, עכ"פ תענית שעות גם כן טוב, למשל חצי יום בשבוע בימי שובבי"ם, ביום ה' או ביום ו'". ואח"כ מוסיף שאף שעה או שעתיים גם כן טוב למי שאינו יכול יותר.

[יש לציין, ישנה עובדה ידועה שמוהרנ"ת התענה פעם באיזה זמן מיוחד, ומורינו ר' נפתלי שאלו, הלוא רבינו לא החזיק מתעניתים? והשיב מוהרנ"ת: רבינו החזיק מה'גראבן סידור' – הסידור העבה, והסידור מצווה לצום, והראיה – שמובאות בו הסליחות ליום זה.

ובספר 'בנתיבות הנחל' שם כתב ששמע מרבי נחמן בורשטיין שהיה זה בשובבי"ם.

מאידך, רל"י בנדר סיפר שעובדא זו אירעה כאשר מוהרנ"ת התענה בתענית בה"ב (כך מובא בשיש"ק החדש ח"ג אות תיב, וב'בנתיבות הנחל' שם שכ"ה בגליון 'טעם זקנים' צ, ושכך אמר לו רא"י כרחל בשם רל"י).

אלא שעל זה תמה רנ"ב, ומובא גם בשיש"ק החדש (שם בהערה), שהרי בה"ב נזכר בשו"ע, והיה למוהרנ"ת לענות שמתענה משום שנזכר בשו"ע [ויודעה שיחת מוהרנ"ת שתענית שמצווה השו"ע לצום יש לחטוף כמו 'לעקאח'ל?]

ורנ"י בורשטיין עצמו מיישב שנראה שמוהרנ"ת רצה ללמד, שמלבד המובא בשו"ע, גם להסידור העבה יש משקל בפני עצמו.

² יש להעיר, כי לאחרונה נדפס בשם רל"י, כי מוהרנ"ת היה מוסיף בימי השובבי"ם, נוסף על קביעות התהלים היומיומיות שלו – גם את העשרה מזמורים של ה'תיקון הכללי. אכן, שמעתי מהרב אליעזר חשין כי מדובר בשגגה בהבנת דברי רל"י, ואדרבה רל"י אמר כי לא ידוע לו בדוקא על הוספת ה'תיקון הכללי, אלא על הוספת מזמורי תהלים בסתם.

³ אלו דבריו: "הנה כעת ימי השובבי"ם, זמן מסוגל לתיקון הברית, כמובא בכתבי האריז"ל ושאר ספרים הקדושים. ועל פי דבריהם הקדושים, הסגולה – להתענות. אבל בדורותינו החלושים, יש עצות אחרים במקום תענית, כמו אמירת תהלים שנוהגין פה בירושלים עיה"ק קהילות הרבה לומר ג' פעמים תהלים בלי דיבור באמצע, ועל פי ספרי צדיקים ובפרט הצדיק הקדוש רבי ר' אלימלך מליזענסק זצ"ל, זה חשוב כמו תענית משבת לשבת, שזה נחשב להרבה תעניות, כידוע. וזה עושים על כל פנים פעם אחת בשנה, בימי השובבי"ם. וגם מובא בליקוטי מוהר"ן חלק ב' סימן ע"ג שתהלים מסוגל לתשובה, ופותח כל שערי התשובה, ולכן נוהגים בימי תשובה כמו ימי הספירה וימי אלול לומר תהלים... ובכלל, מבאר רבינו ד"ל המאמר הזה על פרשת שמות (שמתחילין השובבי"ם), עיין שם".

לפדות בצדקה

עוד כתב במכתבי שמואל (מכתב עה, וגם מכתבים י, פח, צב): "וגם כי כתיב (דניאל ד, כד) 'וְחִטָּאָךְ בְּצִדְקָה פָּרְקִי', כי אין כח להתענות, יכולים לפדות בצדקה".

גם רבי אפרים'ל ב'עונג שבת' (עמ' רלד) כותב: "היום הוא זמן שובבי"ם, וקשה לנו להתענות, יהי רצון שנזכה לתקן על ידי צדקה לעניים הגונים".

אי אכילת דבר מן החי

בשיחות הר"ן (אות קפה) מובאות כמה מההנהגות שנתן רבינו לאנשיו כתיקון, לכל אחד כפי שורש נשמתו. ומוזכר שם: "וציוה לכמה אנשים... ושלא יאכלו מעת לעת אחד בשבוע דבר מן החי".

ובספר יסוד ושרש העבודה (שער המפקד פרק ב) נזכרת הנהגה זו ביחס לימים אלה: "ונזהרים כל ימי השובבי"ם מלאכול דבר מן החי".

הרבה מייחסים לרבינו הנהגה שלא לאכול דבר מן החי יום אחד בכל שבוע מימי השובבי"ם [ניתן משום שכך מובא בקובץ של שיחות מר' משה גלידמאן-טשענסטחובער בשם רבינו. אולם שיחה זו אינה מרמ"ג (ר"א חשין)].

מאידך, רל"י בנדר נשאל על כך כמה פעמים, ואמר שאין זו הנהגה מרבינו, אלא אנשי שלומינו נהגו כך [בארץ ישראל] (שיש"ק ח"ד, רד; ח"ח, קפ). עוד מובא בשיש"ק (חלק ח שם), שאולי הזקנים שבדורות עברו הם אלו שתיקנו זאת לכלל הציבור ע"פ המובא ביסושה"ע, וע"פ המובא בשיחות הר"ן שרבינו נתן זאת כתיקון לכמה אנשים.

באיזה יום להימנע מדבר מן החי

במכתבי שמואל (ח"א מכתבים טו, נ) מזכיר לעשות זאת בימים שני ורביעי בשבוע. ושם (מכתב נ) מבאר שהוא על פי מה שרבינו ציוה למוהרנ"ת שביום ב' וד' לא יאכל דבר מן החי בכל המעט לעת.

ניש להעיר שאמנם באבני"ה ברזל (התקרבות מוהרנ"ת אות ט) כותב רש"ה שבעשי"ת של תחילת התקרבות מוהרנ"ת נתן לו רבינו הנהגה זו, אבל לא כותב שהיה זה פעמיים בשבוע אלא פעם אחת בשבוע, וגם לא מציין שם האם נתן לו דוקא יום מסויים, ואיזה (וכ"ה גם בשיש"ק החדש ח"ב אות ע ביחס למוהרנ"ת).

רל"י נשאל על כך, ועונה שאין זה שייך ליום מסויים דוקא, אלא כל אחד יוכל לבחור לו איזה יום שירצה בשבוע ('דעת זקנים' ח"א עמ' קסא).

אופן חישוב יום'

בשיש"ק (ח, קפ) מובא שנוהגים כן רק ביום ולא בלילה.

וכ"כ הר"ר יהושע דרוק במכתב שהתפרסם לפני כמה שנים ב'לוח ברסלב' בשם רל"י ועוד מאנ"ש.

אולם הזכיר שם ר"י דרוק (וכן בספרו בנתיבות הנחל עמ' שלב) שר' שמואל שפירא היה מתחיל הנהגה זו מהערב, שיהיה מעט לעת שלם של כ"ד שעות, וזאת בהתאם להנהגה שנתן רבינו לכמה מאנשיו.

וכ"כ ר' שמואל הורוויץ (מכתבי שמואל ח"א נ) שלא יאכל דבר מן החי מהערב, בכל המעט לעת.

מה נחשב 'דבר מן החי'?

בפשטות: בשר, עופות ודגים, וכן חלב וביצים. וכן מנה אותם רש"ה (מכתבי שמואל ח"א טו), וכן הביא ר"י דרוק בלוח ברסלב שם בשם רל"י.

והזכיר הרב דרוק עוד, שלעומת זאת - רבי גדליה קעניג לא היה נמנע מאכילת ביצים וחלב.

איזה סיגוף

ובמכתבי שמואל (ח"א טו) כתב: "ועכ"פ כמה שיכולים לעשות איזה סיגוף לנפשו, גם כן טוב ומועיל, ושלא יזיק לבריאות הגוף".

והעיקר:

במכתבי שמואל (ח"א ג) כותב: "והעיקר – לשמור המוח והעיניים, 'ולא תתורו' וכו', וזוה מתקן יותר מהכל! תשובת המשקל, כמובא בתורה כז". וראה שם עוד הרגש נפלא (וכן במכתב סז)⁴.

בשיש"ק (ד, רד) כתב, שאנ"ש היו אומרים, שהנהגות אלו כמו התענית, אין הם התשובה בעצמה, רק הם זכרון בעלמא – שצריך לעשות תשובה, כל אחד לפי עינו.

וב'תמימי דרך' – מכתבי רבי לוי יצחק בנדר (מכתב עה), כתב: "אודות השובבי"ם, שמעתי באומאן מאנ"ש שיש בזה חילוקים כל אחד כפי כוחו, כמו שאמר אדמו"ר ז"ל: כשבריאיים – צריכים לעשות ולעשות, וכשלא בריאיים – להניח אז את כלי העבודה. זה הוא עבודה קשה, כי רבינו ז"ל לא היה מכביד על שום אחד יותר מכוחו, רק עיקר הכל הוא להרבות בתפילה והתבודדות, שזה יסוד הכל, ויכולין לזכות לכל טוב".

להערות והארות: shlomonechemyah@gmail.com

⁴ אלו דבריו שם: "ופלא, שדווקא בזמן שישראל נזדככו בעומק הקליפות במצרים, מקור הזמה - וכל נקודה טובה שנזדככו, פעל שאפילו עד היום כשקוראין הפרשיות שלהם יכולים לזכות לתיקון הברית! ואז דווקא זמן המוכשר לתקן הברית עפ"י כתבי האריז"ל. וכמו שאמר רבינו ז"ל שם בתורה ע"ג חלק ב, שדווקא במצרים, בהמיצר - זכו לתשובה מלאה, ודי למבין".

ובמכתב סז, כתב: "הנה כעת פרשת משפטים מימי השובבים המסוגלים על פי האריז"ל לתקן החטאים. ומזה נלמד מוסר גדול, שמפני שעם ישראל נזדככו ונצטרפו בגלות מצרים לתקן חטא דור המבול שחטאו בפגם הברית וז"ל, רחמנא ליצלן, שהם הם אלו הנשמות; וכן בדור הפלגה, בבנין המגדל למרוד בהשי"ת כביכול, ועל ידי זה נענשו בגלגול זה בהשלכת הילדים ליאור, ובחומר ובלבנים וכו', כמובא כל זה בכתבי האריז"ל. ומפני שנזדככו ונצטרפו בסבול יסורים וכו'.

ואעפ"י שעבר עליהם מה שעבר ביהדות, ונשאר בהם רק נקודות טובות – 'לשונם ושמם ולבושם', ונאמר עליהם 'בדמייך חיי'; אף על פי כן, על ידי זה זכו אחר כך לניסים ומופתים גדולים, והארת השכינה, ומדרגות גדולות ביציאת מצרים וקריעת ים סוף ומתן תורה, ולהתקרבות לצדיק האמת משה רבינו עליו השלום, ולהיבחר לעם ישראל על ידי זה; עד שאפילו כשקוראים הפרשיות האלו – מסוגל הזמן לדורות לתקן הפשעים, רח"ל, מפני שהם סבלו ונזדככו ונצטרפו וכו'.

ומזה נלמד התחזקות גדול, שאין אנו יודעים כלל מה שנעשה עם האדם! הן בכלל, והן בפרט; כי יכול להיות, בעת שהאדם נזדכך ונצטרף על ידי הנסיונות שלו - שאז על ידי זה יזכה הרבה יותר ממה שהאדם חושב שאם היו לו עליות גדולות וכו' והיה זוכה וכו'. ודי למבין.

ודווקא כשבאים על האדם המחשבות, והוא דוחה אותם ב'שב ואל תעשה' בחושבו ענינים אחרים וכו', ולוחם עם היצרין רעים - הם ההרהורים רעים – ומגרשם, ואז דווקא מוציא כל ניצוצות הקדושה שהשליך והפיל בתוך הסטרא אחרא על ידי עוונותיו וכו', בבחינת 'תשובת המשקל' ממש, 'בהיינו דעאל' (עיין סוף תורה כ"ז לקוטי מוהר"ן), יותר הרבה מכל עבודותיו! וכו', ואף על פי שעובר עליו בין כך מה שעובר עליו וכו', אף על פי כן, כל העתקה וזיז – נעשו תיקונים גדולים!".