

עֵקֶר הַרוּח־חַיִּים מִקְבְּלֵין מִהַצְדִּיק (תורה ח)

קונטרס

# רוחא דחיי

שיחות ומאמרים  
ע"פ משנתו של  
רביה"ק מוהר"ן מברסלב זי"ע  
מאת

הרה"ח ר' חיים בנימין וורטהיימר ז"ל

קונטרס כ"ה

"נעים זמירות ישראל"

לשון הקודש (מתורגם מאידיש)

## תוכן השיחה

ללמד לעצמנו את השפה הפשוטה  
אדם יכול להסתובב שנים בברסלב...  
רבונו של עולם, אני בא אליך!  
אל תברח – תדחף את עצמך, תטפס!  
סיפור חייו של דוד המלך

היה הולך במדבריות וצועק...  
לשורר בטונים הנכונים...  
התבודדות היא ניגון של חיים  
"נעים זמירות ישראל"  
הניגון עולה ויורד...

הערות והארות ניתן להשאיר ב"קו רוחא דחיי" טל' 02.3.02.47.43 שלוחה 0

© כל הזכויות שמורות

כדי לקחת זכות והשתתפות בהוצאת הקונטרסים ניתן לפנות

בירושלים 05331.93747 בבי"ש 05341.52325

לתרומה ממוחשבת בכרטיס אשראי בטל' 037630585 שלוחה 6491 <

ניתן להאזין לשיעור ב"קו רוחא דחיי" טל' 02.3.02.47.43 שלוחה 2 < 25

גרפיקה ועימוד: י. גרוס 0527644765

ישמח לב מבקשי ה'

קו רוחא דחיי 02.3.02.47.43

בארה"ב 1.605.477.6808

שמעו ותחי נפשכם

חלק מהוצאות הקונטרס נתנדב

ע"ר' שלמה יהודה ויצהנדרל שליט"א

לרגל שמחת נישואי בתו

בזכות זה יזכו לבנות בית נאמן

בישראל

להשתתפות בהוצאת הקונטרס

ולקחת חלק בזיכוי הרבים בעת

שמחתכם או לזכרון יקיריכם

נא לפנות לטל' 0534159773

## "נעים זמירות ישראל"

ההתבודדות וה'עשרה-מיני-נגינה' שמביאים לקבלת עול התשובה

[שיחה שנמסרה ב'שבוע של התעלות' – ניסן תשע"ח]

### ללמד לעצמנו את השפה הפשוטה

נחזור על הנקודה מה שרבנו לימד אותנו – שיסוד היהדות הוא התבודדות. "ההתבודדות הוא מעלה עליונה וגדולה מן הכל"<sup>א</sup>, "מקטן ועד גדול אי אפשר להיות איש כשר באמת - בלי התבודדות"<sup>ב</sup>.

ההרגל בהתבודדות, הוא היסוד אשר צריך האדם לקנות בנפשו. מי שרוצה לזכות ללכת בדרך של רבנו הקדוש – שגילה לנו כאילו פלאי פלאות, כאלו עצות נפלאות וכאלו דיבורים נפלאים בשכל נפלא, המוציאים את האדם משאול תחתית ומרימים אותו אל תכלית המעלה – אך הכלים לכל זה אינם אלא על ידי התבודדות.

ר' נתן אמר:<sup>ג</sup> "השיחות שלנו, אפילו השיחות שלנו - אם אין משמנים אותן בהתבודדות, איני מקנא בכם". כי בלא התבודדות אין לאדם מה לעשות אפילו עם השיחות הנעלות ביותר העיקר הוא של כל השיחות;

א. ליקוטי מוהר"ן תורה כ"ה תנינא.

ב. שם תורה ק'.

ג. בשיש"ק חלק ג' ק"א: פעם אחת כשדיבר מוהרנ"ת את דיבוריו הקדושים ועורר את אנשי

כל מה שמדברים, כל מה שלומדים, כל מה שאנו יודעים וכל מה שמבינים – ייכנסו לתוך דיבורים פשוטים 'בין אדם לקונו'.

אדם צריך ללמד עצמו השפה הפשוטה של דיבור עם השם יתברך – **”רבונו של עולם, עזרני”**.

על כל דבר ודבר צריך לבקש: **”דבוננו של עולם, עזרני... רבונו של עולם, עזרני שאזכה להתפלל. רבונו של עולם, עזרני שאזכה ללמוד. רבונו של עולם, עזרני שאזכה לידע מהתכלית. רבונו של עולם, עזרני שאזכה שלא אשכח לעולם מ'עלמא דאתי'”**.

רבונו של עולם, עזרני שאזכה להאמין בהרבי. רבונו של עולם, עזרני שאזכה להאמין בר' נתן. רבונו של עולם, עזרני שאזכה לבקש ולחפש אחר הצדיק. רבונו של עולם, עזרני שאזכה לדעת כל אלו המדרגות העליונות של השגות הרבי. שאזכה לדעת מה שלומדים עכשיו מהתורה של **”למעלה מן הזמן”** (תורה ס”א תניינא), **לזכות לצאת מה'זמן' ולהיכנס ל'למעלה מן הזמן'...”**.

אף שהם דברים עליונים וגבוהים שכלל שהם גבוהים, מכל מקום הם נכנסים בתוך דבורים פשוטים. ומבקשים על זה, ודווקא על ידי דבורים פשוטים האלו. **”אני אמרתי, והוא ביקש”**.

שלומנו לעבודת ה', נענה ואמר: **”אם אינכם משמנים ומורחים את הדיבורים האלו בתפילה - איני מקנא בכם!”**. ובשיש"ק חלק ב' סימן תרס"ג שאמר מוהרנ"ת כעין זה לבנו רבי יצחק אודות ידידותו עם רבי מרדכי: **”אם יש לך התבודדות על הדבר - הרי שמקנא אני בך; ואם לאו - איני מקנא בך!”**.

וראה ברוחא דחיי קונטרס ג': רבי נתן אמר: **”אפילו את השיחות שלנו, ללא התבודדות איני מקנא בכם...”** - כל דברי הרבי צריכים להפוך לדיבורים להשם יתברך... כל מה שמדברים צריך לדבר אל השם יתברך... אם אתה מדבר זאת רק בפני בן אדם, ואינך יכול לומר זאת להשם יתברך - עדיין לא אמרת כלום... אתה צריך להיות מסוגל לומר זאת לריבונו של עולם!

## אדם יכול להסתובב שנים בברסלב...

היה לנו כאן עכשיו, הפסקת חשמל. ”מה עושים? התנתק החשמל; מישהו מכם מבין בחשמל?“ דבר אחד נוגע: ”האחראי על החשמל נמצא? כבר התקשרו אליו?!“ – אם היה לך את הקשר עם האדם הנכון, אין שום בעיה – ”אה, הוא כבר מטפל בזה... זהו זה“.

אין לך קשר – התנתקת מהקשר, אינך יכול להתקשר לאותו אדם – אז אני לא יודע; יורד כאן גשם, אני לא יודע מאיפה זה מגיע; מאיפה זה נתקע כאן – אולי פה ה'קצר', אולי שם ה'קצר'... אני לא יודע איך זה יגמר, הכל תקוע כאן... מסתובבים פה איזה מאה אנשים; צריך ללכת לפה, צריך ללכת לשם... מה יהיה? הכל תקוע. אבל אם יש מישהו שאפשר לדבר איתו מילה – אין שום בעיה. ”בואו נקרא לו!“

כך זה תפילה. הבעיה היא גדולה מאד; מונחים ושקועים בבוץ... אם אתה יכול לקרוא: ”ריבוננו של עולם, עזרני“ – יש עם מי לדבר!

אינך מכיר את השפה? – אזי אינך יכול לעזור לעצמך כלל. כן מבין בחשמל, לא מבין בחשמל... מבין פה, מבין שם; שמעת פעם איזה שלוש מילים על חשמל... – אתה לא יכול לעזור לעצמך. אם אתה יודע איך לקרוא לחשמלאי, כבר נושעת.

כך זה בכל עבודת השם: כל מה שלומדים, הכל הוא כדי שנדע למי לקרוא. שוב, בדבר זה [בבעיה זו] – הוא ה'מבין'. בדבר זה – הוא גם כן ה'מבין'. כל מה שלומדים הוא [כדי שנדע], לקרא על ידי זה לקרוא להשי"ת!

אם לקחו את הענין והכניסו אותו בהתבודדות – בתמימות של שיחה ודיבור לפני השי"ת כמו ילד שמדבר עם אביו, כמו שמדברים עם חבר טוב

– כך קנה לעצמו דרכה של ברסלב. אם לא – אין כאן כלום; הכל נשאר תלוי באויר, ומהכל לא יוצא שום דבר.

אדם יכול להסתובב בברסלב שנים על גבי שנים. ולשמוע שיחות ודיבורים, אבל שום דבר לא נדבק בו; לא נהיה מזה כלום. אך אם קנה לעצמו הקנין הזה – את הקנין של לדבר עם השי"ת, לדבר עמו פעם אחר פעם – פעל את פעולתו!

### רבונו של עולם, אני בא אליך!

אפילו אם הוא לא יודע איך מדברים, אפילו אם הוא מדבר רק מילים שבורות – אבל זהו היעד; סביב זה הכל סובב: לנסות לדבר עם הבורא. הרבי מביא<sup>ד</sup>: ”מי שמתבודד את עצמו ובודל את עצמו מבני אדם, מזדקקין עליו מלמעלה”. ברגע שאתה מתנתק מבני אדם והולך לדבר עם הבורא – אפילו אם עדיין אין לך שום דרך איך לפתוח בכלל את הפה. עצם זה שהתנתקת מבני אדם – אתה מבין עכשיו: 'אני צריך את הבורא. אני עדיין לא יודע איך מדברים עם הבורא, אבל אני צריך את הבורא...' – הבורא כבר איתך!

כמו שאדם קובע לעצמו תור אצל פקיד חשוב, או אצל שר נכבד. הוא צריך לסדר עניין כלשהו, אז הוא קובע לעצמו תור. הגיע הזמן, והוא יושב שם; אפילו אם הוא עדיין לא יודע איך לדבר, אבל הוא יושב איתו.

עצם העניין – אפילו אם הוא לא יודע איך לדבר, ההוא מסתכל עליו, והוא מסתכל עליו; פתאום ההוא רואה שהוא לגמרי אבוד... "אה, אני מבין

ד. ראה ברוחא דחיי קונטרס ב' (עמ' כ"ב): ככל שנכנסת באדם יותר התבודדות, כך הוא יותר 'ברסלב' – זו העצה העיקרית שהרבי מלמד אותנו. וכל אחד לפי המידה שחודרת בו ההבנה שאין שום עצה אחרת, ואין שום דבר אחר בעולם. לא בגשמיות, לא ברוחניות, לא בדברים התלויים בזמן ולא בדברים התלויים בשום דבר אחר. זה העניין, כל דבר תלוי בדבר אחד בלבד: "לבקש מהשם יתברך!".

ה. ספר המידות ערך התבודדות, אות א'.

– אתה אדם אבוד. צריך לשאול אותך; רגע, מה הבעיה שלך? ”ההוא הוריד את עצמו אליו. עצם העובדה שהוא יושב לפניו, זה לבד כבר סיפור אחר לגמרי.

אבל זה שבכלל לא רוצה לקבל על עצמו את עול ההתבודדות, הוא בכלל לא רוצה להיכנס לזה. הוא אומר: ”זה לא בשבילי. זה לגמרי לא בשבילי. זה גבוה מדי עבורי, זה לא בשבילי“ – הוא מתנער מזה.

כפי שדברנו אתמול: יש מי שמתנער מזה כי אין לו כוח לסבול את זה שהוא עומד ואין לו דיבורים – ממילא הוא בכלל לא עושה התבודדות – וזה מביא שהוא אוחז שאי אפשר לעשות התבודדות. ממילא הוא מזלזל אפילו באחרים שכן עושים זאת, וזה ממשיך הלאה והלאה.

כל זה מכיוון שלא רוצים לקבל על עצמנו את עול התמימות – שהדבר הוא אכן כך; ”אני עדיין לא יודע איך, אבל זה כך, זו הדרך!“ כפי שדברנו אתמול: אל תהיה ”שלימזל!“ תכניס את עצמך לתוך העניין... תתפוס פה קצת, תתפוס שם קצת, תטפס; יעזרו לך מהשמים.

כשבאים אל הקדוש ברוך הוא – הקדוש ברוך הוא בא אליך. עצם העובדה שאתה מתנתק מאנשים ואומר ”אני בא אל הקדוש ברוך הוא“ – גם הקדוש ברוך הוא מתפנה מהכל... כך אומר הרבי: בשעה שאדם מניח את בני האדם, הקדוש ברוך הוא גם כן ”פונה מכל עסקיו“ אליך.

אתה ”פונה מכל עסקיו“; אתה אומר: ”יש לי אלפי בלבולים וטרדות, אני מניח את הכל. אני עוזב את כל הטרדות, אני הולך אל הקדוש ברוך הוא! יש לי עכשיו פגישה שקבעתי לעצמי – פגישה עם הקדוש ברוך הוא. זה חשוב מהכל“.

ו. שיחות הר"ן ע: כי כְּשֶׁאֶחָד מִיִּשְׂרָאֵל רוֹצֵה לְדַבֵּר עִם הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ לְפָרֵשׁ שִׁיחָתוֹ לְפָנָיו יִתְבָּרַךְ, אֲזֵי הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ מְשַׁלֵּיךְ כָּל עֲנִינָיו וְכָל הַגְּזֵרוֹת שְׂרוּצָה לְגֹזֵר חַס וְשְׁלוֹם, וְכָל הָעֲסָקִים שְׁלוֹ שְׁהוּא יִתְבָּרַךְ עוֹסֵק בָּהֶם כְּבִיכּוֹל, וְהוּא מְשַׁלֵּיךְ הַכֹּל וּפּוֹנֵה עֲצָמוֹ רַק לְזֶה הָאִישׁ שְׂרוּצָה לְדַבֵּר עִמּוֹ וּלְפָרֵשׁ שִׁיחָתוֹ לְפָנָיו, לְבַקֵּשׁ מֵאֵתוֹ שְׂיַעֲזְרֵהוּ לְהִתְקַרֵּב אֵלָיו יִתְבָּרַךְ

עדיין לא היית היום אצל הקב"ה... עוד לא היית היום אצל הקב"ה! יש לך קביעות – הרבי הכין לך קביעות. נהיית ברסלבר; הרבי מסדר לך שתהיה לך קביעות. עוד לא קיימת את הקביעות הזו – לך מהר לקביעות, הנח את הכל בצד!

### אל תברח – תרחף את עצמך, תטפס!

מגיע בחור ברצינות. הוא מניח את הכל בצד, הוא מניח הכל בצד: "אני חייב לקיים את ההתבודדות שלי היום". כנגד רצינות זו, אף הרבוננו של עולם מתנהג עמו ברצינות כביכול: אני מניח את הכל בצד; הוא צריך לבוא אלי. אני מניח את הכל בצד. ואף שיש עליו דינים וקטרוגים יש טענות עליו – אבל אני רוצה לשמוע מה הוא אומר, אני רוצה לשמוע מה הוא אומר. אה, נעבאך וגם לא יכול לדבר? אז אהיה ארך אפים. אנסה לתת לו מעט דיבורים." הרבוננו של עולם בעצמו יורד אל האדם הזה. כשאתה מתקרב ומזמין עצמך לרבוננו של עולם – הרבוננו של עולם מזמין עצמו אצלך.

אבל אדם שבכלל לא רוצה להתחיל את כל העניין הזה. אין לו כח, אין לו כוח לכל העסק הזה. כמו שבחור אומר לפעמים: "אין לי כוח להתחתן. אני לא יודע; אני לא מכיר אותה, היא לא מכירה אותי... מה? אני לא יודע מה... אין לי כוח לאנשים חדשים. אני לא ... בבית של ההורים שלי: אני מכיר את אבא שלי, את אמא שלי, את האחים שלי, את האחיות שלי; איתם נולדתי, איתם אני יכול לחיות. אין לי כוח להכיר אנשים חדשים, להשתעבד. אין לי כוח להתרגל לחיות עם אדם חדש. זה לא בשבילי, יש לי כבודות בעניין הזה..." – אז תישאר בחור מעוכב, תישאר לשבת ככה תמיד...

יש אנשים כאלה, זה ידוע, יש בחורים מעוכבים כאלה שכל נושא החתונה קשה להם; הוא לא יודע, הנושא הזה מעיק עליו... הוא נשאר ככה עד גיל ארבעים, עד גיל שישים, עד שכבר לא רצו אותו.

כך גם אדם שיושב עם הריבונו של עולם: ”נו, אין לי כח... ההתבודדות זה קשה מדי עבורי. זה נושא קשה מדי. 'מעלה גדולה ועליונה' – אני לא יודע... דברים גדולים וקשים מדי בשבילי...” – אז תישאר לשבת...

אבל האדם המקבל על עצמו את העול. נכנסים, מתחילים; לא מתחמק זהו התחלת עבודת השם, הבריאח התיכון של עבודת השם: **נכנסים, מתחילים, מטפסים, מדברים...**

כך נכנסים לעבודת השם, זוהי כל הנקודה. כל עבודת השם – כל הנקודה – היא לדחוק את עצמך לדבר עם הש"ת; לדחוק את עצמך לדבר עם הש"ת.

## סיפור חייו של דוד המלך

לדרך הזו קרא הרבי' - זוהי דרכו של דוד המלך. דוד המלך חיבר את כל ספר התהלים. מהיכן יצא התהלים? כמו שאדם, גאון עולם, מחבר ספר - ספר גאוני כלשהו. גאון כזה, שתמצית גאונותו הוא עשה חיבור, שהוא הסולת של חכמתו. מהדורה אחר מהדורה; הוא כתב שוב ושוב באופן מתומצת יותר, עד שהוציא תחת ידו חידושים נפלאים כאלו, מדויקים בתכלית הדיוק, שכל מילה שלו היא קילורין לעיניים. זהו זה, כל דבריו חתוכים וברורים. פוסק, מחדש, גאון - דברים נפלאים כאלו, דברים חתוכים...

ז. ראה ליקוטי מוהר"ן תורה ק' תניינא: ספרו לי שאמר, שמקטן ועד גדול אי אפשר להיות איש כשר באמת, כי אם על ידי התבודדות וכו' **וְכָל עֶסְקוֹ שֶׁל דָּוִד הָיָה עֲנָן זֶה, שֶׁהָיָה מְשַׁבֵּר לְבָבוֹ מְאֹד לְפָנָיו הַשָּׁמַיִם יִתְבַּרַךְ תָּמִיד שֶׁזֶהוּ עֶקֶר סֵפֶר תְּהִלִּים שְׁיָסַד.** ראה בליקו"מ תורה קנ"ו: כי מה שמדברים בינו לבין קונו הוא בחינת רוח הקדש ודוד המלך, עליו השלום, שהיה מעלתו גדולה מאד, **יָסַד מְזָה סֵפֶר תְּהִלִּים.** ובשיחות הר"ן ס"ח: הִזְהִיר מְאֹד כְּמָה פְּעָמִים עַל עֲנָן הַשִּׁיחָה בֵּינוֹ לְבֵין קוֹנוֹ שֶׁכָּל אָדָם יְדַבֵּר וְיִשְׁיחַ בֵּינוֹ לְבֵין קוֹנוֹ וכו' וְאָמַר שְׁדוּד הַמֶּלֶךְ עָלָיו הַשְּׁלוֹם, **יָסַד מְזָה סֵפֶר תְּהִלִּים.** (וראה גם בליקו"מ תורה ק"א תניינא

דוד המלך חיבר את ספר התהלים. אומר הרבי: התהלים - מהו התהלים?  
**התמצית של ההתבודדות של דוד המלך!**

דוד המלך עסק בהתבודדות כל חייו. רבי נתן אמר פעם לרבי<sup>ה</sup>: **”יגעתי בקראי, נחר גרוני, פלו עיני מיחל לאלקי – שכבר נחר גרוני מרוב שאני צועק אל השי”ת...”** – השיב לו רבינו: **”עדיין לא נחר גרוני; דוד המלך היה נחר גרונו כפשוטו ממש! שצעק את נפשו...”**

כתוב בזוהר הקדוש<sup>ט</sup>, על העורב - כתוב אצל התיבה (תיבת נח), שכאשר שלח את העורב - שואל הזוהר הקדוש: **”מי זה העורב?”** ועונה הזוהר הקדוש: **”זהו דוד המלך, שצעק אל השם יתברך כמו שהעורב צועק אל השם”**.

כמו הציפור, העורב, שצועק לקדוש ברוך הוא, צועק וצועק וצועק. כבר ברגע שמתחיל להאיר היום, שומעים אותם ראשונים מבין כל הציפורים. שמתם לב פעם? הראשונים שמתחילים להרעיש הם העורבים; **”קרא! קרא! קרא!”** מאוחר יותר מתחילות גם שאר הציפורים, אבל הם הראשונים שמרעישים [כמו שאומרים: אין לו אפילו קול יפה, אלא הוא רק מרעיש ומרעיש...].

**ח.** חיי מוהר”ן תקמ”ה: פעם אחת הייתי קובל לפניו על עניני, והייתי אומר לפניו בדרך קבלנא **”יגעתי בקראי נחר גרוני פלו עיני מיחל לאלקי”** (תהלים סט), והרים ידיו מעט ואמר בלשון רפה אמ-כן מה לעשות (פלומר פי בודאי אסור להרהר אחריו יתברך ובודאי צדיק ה’). אחר-כך ענה ואמר לי הלא אם דוד המלך עליו השלום אמר **”יגעתי בקראי נחר גרוני”** היתה כפשוטו, שפבר קרא כל כך עד שהיה עיף ויגע ממש בקראו, ונחר גרונו ממש בפשיטות, אבל אתה תהלה לאל עדין אתה בכחך וכו’.

**ט.** ראה זוהר חדש פרשת נח: וישלח את העורב, זהו דוד, שהיה קורא עמהן תמיד כעורב וכו’. אמר רבי פנחס, למה נקרא שמו עורב, שהיה הולך בהרים כעורב. והיינו דאמר לשאול, (שמואל כו) כאשר ירדף הקרא בהרים. אמר לו, שמתני להיות כקורא בהרים, כתיב הכא קורא, וכתוב התם, (תהלים קמז) לבני עורב אשר יקראו וכו’. וזהו שבא הפתוב להורות, וישלח את העורב, זה דוד, שהיה קורא תמיד כעורב וכו’, עיי”ש.

כך היה דוד המלך צועק וצועק... צועק, צועק... היה הולך במדבריות וצועק, וצועק לקדוש ברוך הוא...

דוד המלך היה גאון עולם בהתבודדות; הוא היה גאון ההתבודדות. צעק, צעק, צעק - - -

### היה הולך במדבריות וצועק...

כתוב בשם האריז"ל – רבי נתן מביאי – האר"י ז"ל מאריך בזה הרבה יא, שנשמת דוד המלך היתה הנשמה שנפלה ביותר בעמקי הקליפות מחמת חטא אדם הראשון

ובחטא עץ הדעת כתוב י: "נשרו איבריו" – כאשר אדם הראשון אכל מעץ הדעת, נפלו ממנו חתיכות. מה זה היה? הוא היה הכלליות של כל הנשמות; כל נשמה היא איבר כלשהו מחלק אחר של אדם הראשון. ברגע

י. ראה בליקו"ה ברכות השחר ג' ג-ד.

יא. ראה בשער הגלגולים הקדמה ז': דע, כי דוד המלך ע"ה, היתה נפשו גבוהה עד מאד, אמנם על ידי חטאו של אדה"ר הקדום, מאז ירדה אל עמקי הקליפות בסטרא דנוקבא של הקליפה, וכאשר נולד דוד, היה פעם א' שיצא מן הקליפות וכו'. ובהקדמה כ"ז: וזה סוד טעם מספיק אל דוד המלך ע"ה ידידו יתברך, ומצינו בו שהיה יצרו מתגבר עליו וכו', והוא פלא גדול, אלא הטעם מובן עם הנזכר, כי אז היתה התחלת יציאתו מעמקי הקליפות. ובזה תבין כמה פסוקים שהיה אומר דוד המלך ע"ה על עצמו, טבעתי בין מצולה וכו', וכיוצא. (וראה עוד בהקדמה ל"ח).

יב. ראה שער הגלגולים הקדמה כ"ג: כי כל הנשמות כולם היו כלולים באדם הראשון קודם שחטא. וכאשר חטא, נשרו איבריו ממנו, שהם אותם הנשמות שהיו כלולות בו, ונפלו לעמקי הקליפות וכו', עיי"ש. (וראה גם בהקדמה ל"ט). ובליקוטי הלכות הל' ערלה ד, ו: פ' אדם הראשון ה'ה כלול מכל הנשמות וכו' וכמובא מזה בכתבי האר"י ז"ל באריכות בספר הגלגולים, עין שם וכו'. ומחמת זה קשה מאד למצא הראש וההתחלה לתשובה מחמת שאין מי שיידע את מקומו, מחמת שמחטא אדם הראשון נשרו איבריו ונפלו ממנו כמה נשמות ונתבלבל מקומם מאד וכו' על-כן עקר תקון התשובה אי אפשר להתחיל פי אם על-ידי הצדיקים אמתיים שהם אוהזים בכסא הכבוד, דהינו בשרשי נשמות ישראל וכו'.

שאדם הראשון אכל מעץ הדעת, נהיית בעולם נפילה כזו... נפלו חתיכות, נשמות נפלו לתהום תחתיות... נפלו לתוך הקליפות.

עכשיו, הנשמה הנמוכה ביותר שנפלה – היתה נשמתו של דוד המלך. נשמה גבוהה מאוד נפלה אל תוך התהום, אל שאול תחתיות, אל הבוץ, אל המקומות הנמוכים ביותר. כשדוד המלך נולד, הוא נולד בתוך תחתית הקליפות.”

כל סוגי הניסיונות שבעולם שיש לבני אדם, הכל עבר על דוד המלך. כל מיני קטנות המוח וכל מיני תאוות, כל מיני.. מה לא עבר על הנשמה הקדושה הזו... ודוד המלך לא יכול היה להחזיק מעמד, מבלי לצעוק אל הקדוש ברוך הוא – יומם ולילה, יומם ולילה!

ואמר רביז”ל” ש”זרע דוד המלך” הם זרע של ‘לב נשבר’. כי טבוע בהם הלב נשבר של דוד המלך, ואינם פוסקים מלהיות בשברון לב ולזעוק להשם יתברך; לזעוק, ולזעוק, ולזעוק, ולזעוק.

**יג.** ראה בליקוטי הלכות הל’ ברכת השחר ג, ד: וְזֶה בְּחִינַת נֶפֶשׁ דָּוִד שֶׁהוּא בְּחִינַת מְשִׁיחַ, שְׁנִתְּפָסָה שָׁם גַּם כֵּן, וְעָלְיוּ הַתְּגַבְּרוּ בְּיוֹתֵר בְּיוֹתֵר בְּלִי שְׁעוֹר, וְעַל-כֵּן כְּמָה גִלְגּוּלֵי עֶבֶד קִדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא עַד שֶׁהוֹצִיא נֶפְשׁוֹ מִשָּׁם בְּדֶרֶךְ גִּנְבָה וְעֶרְמָה, כִּי ”עַם עֲקָשׁ תִּתְּפֹתֵל” כְּתִיב, כְּמִבְּאֵר זֶה הַסּוּד בְּכַתְבֵי הָאֲר”י (שער הגלגולים הקדמה ל”ח), שְׁמַחְמַת זֶה הַכְרָחָה נֶפֶשׁ דָּוִד לְצֵאת תַּחֲלָה עַל-יְדֵי בְּנוֹת לוֹט עַל-יְדֵי מַעֲשֵׂה מְשֻׁנָּה וְדָבָר זֶר כְּזֶה, וְכֵן עֲנֵן יְהוּדָה וְתָמַר וְכוּ’ וְכוּ’, שֶׁכָּל זֶה הָיָה לְהוֹצִיא נֶפְשׁוֹ בְּדֶרֶךְ גִּנְבָה מִהַסְטֵרָא אַחֲרָא, שֶׁעֲשָׂקָה אוֹתָהּ וְלֹא רָצְתָה לְהֵנִיחַ לְצֵאתָ כִּי אִם בְּדֶרֶךְ גִּנְבָה, כְּמִבְּאֵר בְּכַתְבֵּים (עיין בְּלִקוּטֵי תוֹרָה עַל אִיּוֹב). [..] שְׁזָהוּ בְּחִינַת דָּוִד הַמֶּלֶךְ עַל-יְדֵי הַשְּׁלוֹם, שֶׁהָיָה כָּל יָמָיו בְּסִכְנָה גְּדוּלָה כַּנֶּ”ל, וְכִמוֹ שֶׁכְּתוּב ”אֶפְפוֹנֵי חֲבָלֵי מוֹת וּמִצְרֵי שְׂאוֹל מְצֹאוֹנֵי” וְכוּ’, ”טַבְּעָתִי בֵּינוֹן מִצּוּלָה וְאִין מְעַמָּד וְכוּ’, הַצִּילֵנִי מִטֵּיט וְאֵל אֶטְבְּעָה” וְכוּ’, וְכֵן כָּל סֵפֶר תְּהִלִּים שְׁנִתְּיֶסֶד מִהַתְּפִלוֹת שֶׁהִרְבָּה לְהַתְּפַלֵּל לְהַנְצִיל מִהַיֶּצֶר הָרַע וְחִלּוֹתָיו לְבַל יֵאָבֵד נֶפְשׁוֹ חַס וְשְׁלוֹם, וּבְדֶרֶךְ זֶה צָרִיךְ כָּל אָדָם לִלְקֹךְ, כִּי אִין שׁוּם עֲצָה וְתִקְנָה לְהַנְצִיל מִכָּל זֶה, כִּי אִם עַל-יְדֵי רַבּוּי תְּפִלוֹת וְתַחֲנוּנִים בְּלִי שְׁעוֹר כָּל יָמֵי חַיָּו כְּמוֹ דָּוִד הַמֶּלֶךְ עַל-יְדֵי הַשְּׁלוֹם כַּנֶּ”ל, וְכְּמִבְּאֵר אֶצְלָנוּ כְּמָה פְּעָמִים.

**יד.** ליקוטי מוהר”ן תורה ק’ תנינא: וְהָיָה מְזָכִיר כְּמָה וְכְּמָה צְדִיקִים מְפָרְסְמִים אֱמִתִּיִּים וְאָמַר, שֶׁכָּלֵם לֹא בָּאוּ לְמַדְרַגְתָּם כִּי אִם עַל יְדֵי הַתְּבוּדָּוֹת וְגַם תְּפַס אִישׁ אֶחָד פְּשׁוּט מִנְּכַדֵי הַבַּעַל שֶׁם טוֹב, זְכָרוֹנוֹ לְבָרְכָה וְאָמַר: גַּם זֶה מְפָרֵשׁ שִׁיחָתוֹ בְּכָל פַּעַם לְפָנֵי הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ בְּבִכְיָה גְּדוּלָה וְאָמַר שֶׁזָּרַע הַבַּעַל שֶׁם טוֹב רְגִילִים בְּזָה בְּיוֹתֵר, **כִּי הֵם מְזַרְעֵ דָּוִד הַמֶּלֶךְ עַלְיוֹ הַשְּׁלוֹם וְכָל עַסְקוֹ שֶׁל דָּוִד הָיָה עֲנֵן זֶה**, שֶׁהָיָה מְשַׁבֵּר לְבוֹ מֵאֵד לְפָנֵי הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ תְּמִיד שֶׁזָּהוּ עֶקֶר סֵפֶר תְּהִלִּים

לדוד המלך הייתה התחזקות כזו, הוא צעק וצעק... הוא לא ויתר לעצמו; צעק וצעק. הוא שהיה ניחר גרונו כעורב; צעק וצעק אל השם <sup>טז</sup> – ומהצעקה הזו אל השם זוקקה התמצית של ספר התהלים.

ספר תהלים – כל תיבה ותיבה מתהלים, כפי שהרבי אמר <sup>טז</sup> על התורות שלו שכל תיבה רחוצה בדמעות, כך היא כל תיבה בתהלים: רחוצה בהתבודדות של דוד המלך. אלו לא סתם מילים – אלו מילים ושטופות! כל תיבה היא ימים, ימים של לב; זה מה שמונח בכל תיבה.

## לשורר בטונים הנכונים...

תהלים – זהו הדרך של ”עשרה מיני נגינה“ בתוך התהלים טמון עשרה מיני נגינה אלו. כלומר: מהי הפנימיות של עבודת השם? הפנימיות של

שִׁסְד, כְּמִבְאֵר בְּמָקוֹם אַחֵר. וּבְחַיֵּי מוֹהַר רַ"ן רל"ו: גַּם כָּבֵר שְׁמַעְנֵנוּ שְׁמַחְמַת שְׁמִשְׁפָּחָתוֹ בְּאֵה מִמְּלָכוֹת בֵּית דָּוִד פִּיּוּעַ לְהַעֲלֹם, **עַל־כֵּן עַל־פִּי הָרֵב הֵם הוֹלְכִים בְּלֵב נִשְׁבֵּר וְאִין רְגִילִים בְּפָנִים שׁוֹחֲקוֹת**. כִּי דָוִד הַמֶּלֶךְ עָלָיו הַשְּׁלוֹם יָסַד סֵפֶר תְּהִלִּים שְׂרָבּוּ הוּא דְבָרֵי כְבוֹשִׁים הַיּוֹצֵאִים מִלֵּב נִשְׁבֵּר. כִּי כָל דְּבָרָיו הֵם רַק צְעָקוֹת וְתַחֲנוּנִים בְּלֵב נִשְׁבֵּר מְאֹד. עַל־כֵּן גַּם זָרְעוּ עֲתָה יֵשׁ לָהֶם לֵב נִשְׁבֵּר עַל־פִּי הָרֵב וְכו' אֲבָל אֲנִי מְזַהְרִים לְהִיּוֹת בְּשִׁמְחָה תָּמִיד.

**טז.** ראה ליקוטי הלכות הל' אומנין ד, ל"ה.

**טז.** ראה שיחות הר"ן קכ"ד.

**יז.** פסחים קיז. זוהר אמור דף קא. וראה בליקו"ה פו"ר ואישות ג, ט"ז: כִּי עָקַר הַדְּבָקוֹת וְהַתְּקַרְבוֹת לְהַשֵּׁם יִתְבַּרַךְ הוּא עַל־יְדֵי קוֹלוֹת, **שֶׁהֵם בְּחִינַת עֶשְׂרֵה מִיני נְגִינָה, שְׁבָהֶם כְּלוּלִים כָּל הַקּוֹלוֹת שְׁבָעוֹלָם**, שְׁעַל יָדָם עָקַר הַהֲתַקְרְבוֹת יִשְׂרָאֵל לְאַבְיָהֶם שְׁבָשְׁמִים. כִּי כָּל הַתְּפִלוֹת וְהַשִּׁירוֹת וְהַתְּשַׁבְּחוֹת וְהַתְּחַנּוֹת וּבְקִשּׁוֹת וְדוּוּיִים וְרִצּוּיִים וּפְיוּסִים, וְכָל הַשִּׁיחוֹת שְׁאָדָם מְשִׁיחַ בֵּינוֹ לְבִין קוֹנוֹ בְּהַתְּבוֹדְדוֹת וְכו', הַכֹּל כְּלוּל בְּעֶשְׂרֵה מִיני נְגִינָה שֶׁהֵם עֶשְׂרֵה לְשׁוֹנוֹת שְׁנֵאמַר בָּהֶם סֵפֶר תְּהִלִּים, כְּמוֹ שְׁאָמְרוּ רַבּוֹתֵינוּ זְכוֹרָנָם לְבִרְכָה (פְּסָחִים קז) בְּמִזְמוֹר, בְּנִצּוֹחַ, בְּנִגּוֹן וְכו', כְּמִבְאֵר בְּדָבָרֵי רַבֵּנוּ זְכוֹרָנוּ לְבִרְכָה (סִימָן רה) לְעֲנֵן הַעֲשָׂרָה קַפִּיטִיל תְּהִלִּים שְׁגֵלָה שֶׁהֵם תְּקוּן לְמַקְרָה לִלְהָ, עֵין שֵׁם.

וְזֶה יְדוּעַ שֶׁסֵּפֶר תְּהִלִּים כְּלוּל מִכָּל הַלְּשׁוֹנוֹת שֶׁל תְּפִלָּה וְתַחֲנוּנִים וְכו' כַּנ"ל, כִּי רַב סֵפֶר תְּהִלִּים מְדַבֵּר מְצַעְקוֹת וְצְעָקוֹת וְשׁוֹעוֹת לְהַשֵּׁם יִתְבַּרַךְ, וְכַמָּה לְשׁוֹנוֹת שֶׁל תַּחֲנוּנִים שְׁיַעֲזְרוּ הַשֵּׁם יִתְבַּרַךְ לְעֲשׂוֹת

עבודת השם, הפנימיות של ההתבודדות – היא נקודת הנגינה, נקודת התפילה. זה נקרא "נגינה". דהיינו: גם אם לא אומרים זאת בניגון, יש בזה את התכונה של הניגון, את השורש של הניגון.

קודם לכן שרנו, והתעוררה בי הנקודה הזו. שרנו את השיר של המגיד מזלוטשוב. הניגון הזה הוא ניגון גדול של תשובה, ניגון יסודי וחזק מאוד. בדרך כלל, אנשים רבים מאוד נתקעים עם הניגון הזה באמצע, צריך לעלות גבוה יותר, מתחילים שוב מהאמצע, נתקעים...

רצונו, ולצאת ממצולות ים של עכירת תאוות עולם הזה והבליו וכו', ובתוך אלו הצעקות והתחנונים של דוד המלך, עליו השלום, בתוך זה הוא מתחיל לזמר ולשבח ולהודות ולהלל להשם יתברך וכו', **וְכָל אֱלוֹ הַדְרָכִים וְהַנְתִּיבוֹת הַקְדוּשִׁים שֶׁל סֵפֶר תְּהִלִּים כָּל זֶה הוּא בְּחִינַת עֲשָׂרָה מִיְיָ נְגִינָה**, שהוא בחינת עשרה לשונות שנאמר בהם ספר תהלים, שבהם כלולים כל הבקשות וכו' ושירות ותשבחות וכו' שאומרים כל ישראל בכל מקום שהם, שעקר ההתקרבות להשם יתברך הוא על-ידי-זה וכו' שעקר התקרבות ודבקות ישראל להשם יתברך הוא על-ידי בחינת קולות הקדושים של שירות ותשבחות ותפלות ותחנונים וכו', ונגונים וזמירות וכו', שכל זה הוא בחינת עשרה מיני נגינה וכו'.

פי כל הקולות, שהם בחינת עשרה מיני נגינה, זהו בחינת חוש השמע ששם הרגשת הנגינה והקולות, בחינת (ברכות טו) השמע לאזניך מה שאתה מוציא מפיה, ועקר ידיעת האמונה הקדושה הוא על-ידי בחינת חוש השמע, כי שמיעה בלבא תליא, כמו שכתוב, "וְנָתַתָּ לְעַבְדְּךָ לֵב שׁוֹמֵעַ" (כמו שאיתא בזהר הקדוש ומובא בדברי רבנו זכרוננו לברכה סימן כב) ששם בהלב ששם תליא שמיעה, שם עקר ידיעת תשוקת אמונתו יתברך בבחינת נודע בשערים בעלה כל חד לפום מה דמשער בלביה וכו'. וכל זה הוא בחינת שמיעה כמו מי ששומע קול המדבר והמשמיע, אבל אי אפשר לראותו וכו' ועקר ההשגה שהשיג היה רק בבחינת חוש השמיעה וכו' (עיין פנים באריכות). וזהו בחינת מה שהארקנו לעיל בענין מעלת קדשת הנגונים שישאל מזמרים בשביל התקרבות להשם יתברך, כי הנגונים הם בבחינת עשרה מיני נגינה שהם כלליות כל התפלות ושירות ותשבחות וכו', כלליות הקולות דקדושה, שהם בחינת חוש השמיעה שעקר דבקות ישראל להשם יתברך הוא על-ידי-זה כנ"ל, **וְיִוְתֵר מִמֶּה שֶׁכָּתוּב כָּאֵן מוֹנֵן לְכָל אֶחָד וְאֶחָד, לְכָל חֵד כְּפֹנִים מֵה דְמִשְׁעֵר בְּלִבִּיה מַעֲלַת נְעִימַת הַנְּגוּן כְּמֵה גְדוֹל כְּחוֹ לְעוֹרֵר וְלְהַמְשִׁיךְ אֶת הָאָדָם לְהַשְׁמִיךְ יִתְבָּרַךְ**, כי לגדלתו יתברך אין חקר, ואי אפשר לדבר מגדלתו יתברך כלל רק כל חד כפום מה דמשער בלביה, כמו שכתוב, "נודע בשערים בעלה" כנ"ל. וכל אחד ואחד כפי השעור שבלבו יכול לידע בעצמו שעקר הדבקות להשם יתברך הוא על-ידי דבורים וקולות ונגונים, שכל זה הוא בחינת עשרה מיני נגינה כנ"ל. (וראה גם בליקו"ה הל' נשיאת כפיים ה, ו ובשיחות הר"ן רע"ג).

הסיבה לכך שנתקעים, היא מפני שלא יודעים איך שרים. באופן כללי, אנשים שנתקעים בניגון, זה מפני שהם לא יודעים איך שרים.<sup>יב</sup> הרבי אומר ט: **”שאדם יכול להוציא קול, קול דממה דקה - והקול הזה יהיה כל כך גבוה, עד שילך מסוף העולם ועד סופו...“**. כלומר: אדם יכול לפעמים להשמיע קולות כאלו, קולות כאלו – מסוף העולם ועד סופו... ומה שנשמע הוא רק קול דממה דקה.

כי האמת היא, שהקול אינו (רק) מה שמוציאים החוצה; הקול הוא מה שמונח בפנים, בתוך המחשבה. אדם יכול להרגיש את ”צעקת הלב“, אדם יכול להרגיש את הכאב שלו, את הריחוק מהבורא, את הנפילות שלו, את הבלבול, את גסות הקליפה שמונחת עליו [קליפה בעובי שני מטר, שהוא אינו יכול לזוז... הוא תפוס תחת קליפה; הוא אינו יכול להתכופף, הוא אינו יכול לזוז בגלל קליפות כאלה...]. וכאשר הוא מרגיש זאת – הוא צועק.

אבל אלו סוגי קולות שאפילו אי אפשר להוציא בצלילים שנשמעים. אלו צלילים שנמצאים במוח; במוח, במחשבה ובלב. שם נמצאת עיקר הצעקה. אפילו כשאדם שר, העיקר הוא שהלב צריך להיכנס אל הפנימיות.

ממילא, בזמן שאדם שר, גם אם הוא עולה לטונים גבוהים, הוא לא צריך לעלות כל כך חזק עם הקול; הקול יכול להישאר מעט מאופק. העיקר שצריך לעלות, צריך לעלות עם הפנימיות.

**יח.** וראה בליקוטי הלכות הל' פו"ר ואישות ג, י"ז: **כי חכמה זו של נגינה, גדולה ויקרה מכל החכמות שבועולם**, כפי מה שהבנתני מפי רבנו זכרוננו לברכה. ובשיחות הר"ן רע"ג: כי מעלת הנגון אין לשער, וכבר מבאר בדברי רבנו זכרוננו לברכה, כמה תורות גבוהות מענין נגון.

**יט.** שיחות הר"ן ט"ז: **דע, שיכולין לצעק בקול דממה דקה בצעקה גדולה מאד ולא ישמע שום אדם כלל**, כי אינו מוציא שום קול כלל רק הצעקה היא בקול דממה דקה וזה יכול כל אדם. דהינו שיציר במחשבתו הצעקה ויכנס קול הצעקה במחשבה ויציר בדעתו קול הצעקה ממש עם הנגון כדרך שצוּעֵקִין. ויכנס בזה עד שיצעק ממש בבחינת קול דממה דקה ושום אדם לא ישמע כלל וכו'. ובלא דבור (הינו קשאין מוציאים שום דבור בשעת הצעקה הנזכר לעיל) קל יותר לצעק כנ"ל, כי כשאדם להוציא הדבור קשה יותר לתפס את הקול אל המחשבה ולבלי להניחו לצאת דרך הקנה המוציא קול, אבל בלא דבור קל יותר. (עיי"ש ההסבר וראה בחיי מוהר"ן רמ"א).

אך כיון שהאדם אינו רגיל בהתבודדות, אינו רגיל בפנימיות – הוא כלל אינו יודע מה זה אומר. לכן, אם הוא מתחיל לעלות, במקום שהפנימיות תעלה, שהטון יעלה – הקול הוא שעולה.

הטון צריך לעלות, לא הקול צריך לעלות. הקול יכול להישאר נמוך; אין צורך להתאמץ כל כך. לך קצת יותר בעדינות, תעלה מעט – כך תוכל למשוך גבוה יותר, והוא יוכל למשוך עוד יותר גבוה. בזה תלוי העניין כולו.

כשאדם לא יודע מה פירוש ”לעלות”: כשצריך לעלות, הוא חושב – כמו שבאמצע השירה משהו עולה על כיסא, הוא נעמד... כך אדם עולה עם הקול – אתה יכול להישאר לשבת, אתה לא צריך לעלות... הטון צריך לעלות, הפנימיות צריכה לעלות.

הוא בכלל לא יודע מה זה טון, רוב האנשים בכלל לא יודעים מה זה טון... עיקר הטון הוא בפנימיות; עיקר הטון הוא הכאב. ישנם טונים כאלו שכמעט ולא מרגישים אותם בקול... זהו העיקר.

## התבודדות היא ניגון של חיים

למה אני אומר זאת? כי אותו הדבר קיים גם בהתבודדות: הדרך של ההתבודדות היא דרך של נגינה. למעשה, כשאדם יושב לפני הקדוש ברוך הוא – זוהי דרך של נגינה; הוא מבטא את עצמו.

עצם העובדה שהוא מרגיש סגור, זה כבר חלק מהנגינה. הוא ממתין – זה כבר חלק מהנגינה. הוא רוצה לדבר – זה כבר חלק מהנגינה. זה כבר חלק מהעניין.<sup>2</sup>

<sup>2</sup> ראה ליקוטי הלכות הל' תפילת המנחה ז, ד: ..שָׁזְהוּ בְּחִינַת צְמָאָה נְפֹשֵׁי לְאֱלֹקִים וְכוּ' בְּחִינַת לְבִי וּבְשָׂרֵי יִרְנְנוּ אֶל אֵל חַי, וְכֵן בְּפִסּוּקִים הַרְבֵּה שָׁזָה בְּחִינַת כָּל סִפְרֵי תְהִלִּים שֶׁל דָּוִד הַמֶּלֶךְ עָלָיו הַשְּׁלוֹם שֶׁהוּא נְעִים זְמִירוֹת יִשְׂרָאֵל, כִּי זֶה בְּחִינַת יוֹד מִינֵי נְגִינָה שֶׁכֻּלָּם הֵם בְּחִינַת הַשְּׁתוֹקָוֹת וְרִצּוֹן וְכִסּוּפִין חֲזָקִים וְנוֹרָאִים עַד אֵין סוּף וְכוּ'. שָׁזָה בְּחִינַת כָּל הַנְּגוּנִים דְּקִדְשָׁה שֶׁבְּעוֹלָם

אבל כיון שאין לו סבלנות, והוא רוצה להתפרץ פנימה – זה לא הולך. הוא טורק את הדלת ויוצא לגמרי. אין לו כוח להמשיך. **לא, לא: שב, חכה, תנסה. תטפס, תתאמץ. אנחה, עוד משהו, דיבור, חצי דיבור, שמץ...** כך מתרוממים, כך מתרוממים. זוהי דרך של ”עשרה מיני נגינה“ – עולים עוד מדרגה ועוד מדרגה. מעט למעלה, מעט למטה, שוב פעם, מנסים... זהו החן, זהו החן שמושך את הקדוש ברוך הוא אליו. לזה הקדוש ברוך הוא מחכה.

הרי הקדוש ברוך הוא ברא את האדם כדי שיקרא אליו מרחוק, שיצעק אליו מהמרחק; לקרוא, לקרוא לקדוש ברוך הוא. לכן זהו השעשוע הגדול ביותר עבור הקדוש ברוך הוא, והתענוג הגדול ביותר עבור האדם – כאשר הוא מרגיל את עצמו בדרך קדושה זו.

## ”נעים זמירות ישראל“

הדרך הקדושה של הקריאה; לקרוא לקדוש ברוך הוא, לדבר איתו, לטפס... לא בורחים מהדרך הזו. לא בורחים. להפך, משתעבדים לדרך. כתוב, הרבי מביא בתורה ע”ג, העוסקת בתהילים ובספירה. אומר שם הרבי כ<sup>א</sup>: כתוב פסוק **”נאם הגבר הקם על, ונעים זמרות ישראל“**. אומרים

ואף-על-פי-כן יתקיים כי כל הנגונים הם בחינת עולה ויורד וכו' בחינת מי עלה שמים ויירד שעה כל אמונות וחקמות הנגינה וכו'.

**כא.** וזל”ש: וזה בחינת (שמואל ב כ”ג): נאם הגבר הוקם על ודרשו רבותינו, זכרונם לברכה (מועד קטן טז): שהקים עלה של תשובה ונעים זמרות ישראל. **כי על ידי בחינת נעים זמירות ישראל, דהינו ספר תהלים שיסד, על ידי זה הוקם עלה של תשובה;** כי על ידי תהלים זוכין לתשובה כנ”ל. וראה בליקו”ה אונאה ג, ב: כי דוד הוא בחינת כלליות התפלה שבני ישראל הכשרים מתפללים לה’ יתברך שיזכו לשוב אליו באמת, כי הוא **נעים זמירות ישראל**, וכל התפלות נקראין על שמו, כי כל ספר תהלים שחבר דוד המלך עליו השלום נתיסד על ענין זה שזנפה לשוב אליו יתברך מכל הנפילות שבעולם, כי אין חכמה ואין תבונה ואין עצה לעמד נגד הבעל דבר כי אם על ידי תפלה שעל ידי זה זוכין לכל העצות ולכל אפני הישועות, לזכות לצאת

חז”ל: ’נאום הגבר הוקם עול’ – ”שהקים עֲלָה של תשובה“; דוד המלך הוא זה שהקים את עול התשובה, ו’נעים זמירות ישראל’. אומר הרבי: על ידי שהכניס את ”נעים זמירות ישראל“, דרך הנעימות של זמירות ישראל – על ידי זה ”הוקם עולה של תשובה“.

כיצד מקבל על עצמו אדם עול תשובה? ע”י ’דרך הנגינה’, ע”י הדרך של תהילים, הדרך של התבודדות – זהו עול התשובה.<sup>22</sup>

אדם אומר: ”אין לי כוח לכל העסק הזה, לקחת על עצמי עול של תשובה, לנסות – נופלים, קמים שוב. צריך לחכות, וזה לא הולך ויש כבודות... – יאללה, אין לי כוח...“ [נלך לאלו שראינו היום – נלך ל”תפוצ’פס” ולכל הדברים האלו שם – ונעשה חיים טובים. יסבירו לנו מצוות חדשות, עם עניינים חדשים מה חייבים ומה צריך... יעשו לנו חיים קלים יותר...] כל זה הוא ”פריקת עול“.

מגלות נפשו ולהתקרב אליו יתברך וכו’. כי עד דוד המלך עליו השלום לא היה התפלה בשלמות, כי כל התפלות נקראין על שמו כנ”ל, כי הוא חבר המשה ספרים תהלים שהם כלולין מכל תפלות ישראל, שהם כנגד המשה חמשי תורה, כי כל תפלותיו של דוד, שהוא ספר תהלים, הכל היה בשביל שיזכה לקים את התורה בשלמות שהיא כלולה מחמשה חמשי תורה ועל כן חבר כנגד זה חמשה ספרים תהלים.

**כב.** ראה בליקוטי הלכות הל’ ראש חודש ה, ז: וזה בחינת מה שכתב רבנו זכרוננו לברכה בליקוטי תנינא בסימן עג שעקר התשובה על-ידי אמירת תהלים, כי כל ספר תהלים הם תחנונות ובקשות של דוד המלך עליו השלום, שבקש מה’ יתברך לזכות להתקרב אליו ולקיים תורתו ומצותיו, כמו שכתוב, ”אחת שאלתי מאת ד’ אותה אבקש שבתי בבית ד’ כל ימי חיי וכו”’, וכתב, ”הורני ד’ דרך אהלך באמתך וכו”’, וכן הרבה. וכל מה שבקש להנצל מאויביו ושונאיו כל כוונתו להנצל משונאיו הנפש, שהם הסטרא אחרת וחילותיו וגם כל השונאים בגשמיות שבקש להנצל מהם, הכל היה בשביל שיזכה לקים את התורה והמצוות וכו’. ועל-כן עקר התעוררות התשובה הוא על-ידי תהלים כנ”ל, כי עקר התשובה זוכין על-ידי שעושין מתורות תפלות, שזהו בחינת תהלים כנ”ל.

מאיפה מגיעה פריקת העול? מכיוון שאי אפשר לשאת את העול, את עול התשובה. זהו עול; וצריך עדיין לעבור שוב את "תשובת המשקל" - כך אומר הרבי י" - מכניסים אותך שוב לתוך הניסיונות...

צריך לצעוק ממעמקים: "גיוואלד! תאוות בוערות, מידות רעות בוערות... גיוואלד, בוערת אש כחום היום; זה בוער, זה שורף, אי אפשר להחזיק מעמד, אי אפשר להחזיק מעמד... מה יהיה איתי?".

**צעק! צעק! שפוך ליבך לפני ה' יתברך, למד את עצמך איך מכל הדברים הללו נולדות צעקות ובכיות עם געגועים... איך מכל הדברים הללו נוצרים ניגונים נפלאים... היכנס אל הנעימות של "נעים זמירות ישראל" - זהו המקיים את 'עול התשובה'!**

### הניגון עולה ויורד...

זה אכן הולך הלוך ושוב - אך צריך לקבל על עצמו עול. אדם אינו רוצה לקבל את העול של הניגון; הוא רוצה לשיר רק כמתנגן לו. לא, כן צריך להיכנס אל תוך העול. נכנסים אל העול. ומשם, משם, נוצר הניגון. מקבלים את העול; מקבלים את העול; לא יודעים איך אפשר יהיה לעמוד בזה... ומהדבר הזה עצמו נוצר הניגון.

*"גיוואלד, ריבוננו של עולם! לקחתי על עצמי עול, אבל אינני יודע איך עומדים בעול הזה. קיבלתי על עצמי להיות ערלאכער איד; קיבלתי על עצמי להיות ברסלב'ר - אבל אני רחוק מברסלב. החלטתי שברסלב היא חיי, אבל מה לי ולברסלב בכלל? החלטתי להיות חסיד ברסלב, אבל אינני יודע כלל מהי דמותו של ברסלב'ר..."*

*החלטתי להיות ערלאכער איד, אבל אני ההפך מערלאכער איד. אני 'מגושם שבמגושמים', 'מורד שבמורדים' אני... אני הפוך לגמרי. לבי אבן*

ממש, לבי רחוק לגמרי מהשם יתברך; חס ושלום אינני רוצה בזה כלל,  
 רחמנא ליצלן - אבל אני כן רוצה בזה!!!  
 גוואלד! גוואלד! הרי זה 'תרת' דסתרי' אצלי. יום ולילה משמשים  
 אצלי בערבוביה - מה קורה איתי? גוואלד געשריגן: איפה אני בעולם?  
 - - -

הוא צועק, הוא לא מוותר. מזה יוצאים כל הדיבורים הללו. שם, מתוך  
 המרירות, מתוך המתיקות - מזה יוצאים כל הדיבורים הללו; מזה זה נוצר כד.  
 אבל כשאדם לא מקבל על עצמו את העול כלל - אזי הוא כלל לא  
 מחויב. נו, לשם מה לו להיות "מצווה ועושה", הוא יכול להיות מ"חסידי  
 אומות העולם"... למה לו להיות מ"פושעי ישראל", כשהוא יכול להיות  
 מ'חסידי אומות העולם'?

אדם שהיה מ'חסידי אומות העולם', והוא החליט שהוא רוצה להתגייר -  
 הוא התגייר, והפך להיות מ'פושעי ישראל'... [מה עדיף להיות: 'חסידי אומות  
 העולם' או 'פושעי ישראל'? מה אתם אומרים?!].

"אין לי כוח... הבה נהיה מחסידי אומות העולם; יכבדו אותי; גוי חסידי..."  
 [יש יהודי חסידי, ויש גם גוי חסידי; 'חסידי אומות העולם'...]. אבל הוא  
 מ"פושעי ישראל": "בְּאִשֶּׁר תִּמְוֹתַי אָמוֹת כִּי"; רק מבזים, רק צועקים... -  
 "אין לי כוח לקחת את העול הזה!".

**כד.** ראה באוצר היראה ערך נגינה נ"ד. [וראה בסיפורי מעשיות מעשה "מבן המלך ובן השפחה",  
 מענין הניגון שנעשה מקול נהמת החיות וכו'. ובליקוטי מוהר"ן תורה נ"ד ותורה רפ"ב מענין  
 הניגון ובידור הטוב מהרע וכו'. ובסיפוי"מ מעשה י"ג היום השישי וכל השיחות וההלכות הנלווים  
 עליה, ובכוכבי אור חכמה ובינה ל', כי עמוק הוא.

וראה ברוחא דחיי קונטרס ג' (עמ' מ"ז): יש ניגון רבותי! יש ניגון, שהניגון הזה - הניגון... רבותי!  
 יש ניגון, רבותי, התעוררו מהשינה, יש ניגון... בן המלך - "בן המלך האמיתי", היה ביער בין החיות;  
 עם כל הנחשים, עם כל העקרבים, עם כל הפחדים - ובאמצע הוא התחיל לשים לב, הוא ראה  
 שיש ניגון. "איש היער" אמר לו: "דע לך שיש ניגון!" - הוא התחיל להטות אוזן ושמע שיש ניגון;  
 כל התלאות שעוברות על האדם, הכל הוא ניגון אחד גדול... צריך ללמוד, יש איזה ניגון - כל  
 התהפוכות שמתרחשות בעולם הן ניגון אחד גדול.

**כה.** ראה ליקוטי הלכות הל' שלוח הקן ה', י"ז.

כך גם האדם: ”אין לי כוח... צריך להיות ברסלבר? אני לא ברסלבר! אני לא ברסלבר, זהו זה צריך להיות ברסלבר ו'לא' להיות ברסלבר?! אין לי כוח...”.

בא יהודי וצועק, ומהדבר הזה [עצמו] הוא עושה דיבורים: ”ריבוננו של עולם, מה קורה איתי כאן? גוואלד... עליתי כיתה והפכתי להיות הגרוע ביותר בכיתה, בכיתה הקטנה הייתי הטוב ביותר, רציתי להתקדם – והפכתי להיות הגרוע ביותר, רחמנא ליצלן. מה קורה איתי כאן? גוואלד...”.

הוא צועק, הוא צועק, הוא צועק - - -

כך זה עובד. בכל דרגה מתחילים מהמדרגה הנמוכה ביותר של אותה דרגה. נכנסים פנימה – זה מר, זה חשוך, אלו אבנים, לועסים אבנים. ממש כפי שנותנים לאדם ללעוס אבנים ושיניו נשברות – כך נותנים לו ללעוס את עבודת ה'. נותנים לו ללעוס, והוא נהיה ”לעוס” לגמרי; האבנים לועסות אותו, הוא נשחק – ”מה יהיה כאן?!”

הוא מדבר, הוא נאבק ומנסה לטפס... מזה – מזה זה קורה. מזה נוצר העניין כולו.

הקדוש ברוך הוא יעזור שכולנו נתחזק, נקבל על עצמנו את העול ונזכה ל”וּנְגַנְוֹתַי נְגַן כָּל יְמֵי חַיֵּינוּ עַל בֵּית ה' כִּי, אֲמֵן

## פניני דחיי:

- עצם הפרישה מבני אדם כדי ללכת להשי"ת – היא חשובה ביותר. השם ית' כבר נמצא עם האדם ברגע שהוא רוצה לדבר איתו.
- אפילו מילים שבורות ומגומגמות הן חשובות.
- הבעיה היא כשאדם בורח לגמרי מהתבודדות. אנשים מתייאשים כי קשה להם כשאין להם מילים.
- צריך לקבל על עצמנו את עול התמימות. לא להיות "שלימזל" (חסר אונים) – אלא לדחוק את עצמנו לתוך הדרך הזו.
- להניח את הכל בצד עבור ה"פגישה" עם השם.
- כשכשאדם בא להשם יתברך - השם יתברך כביכול בא אליו גם כן.
- השם יתברך "פונה מכל עסקיו" אל האדם שמחפש אותו.

### עקשנות ותמימות

- כשאדם לוקח את ההתבודדות ברצינות - גם השם יתברך לוקח אותו ברצינות.
- אפילו אם האדם אינו יכול לדבר - עוזרים לו מלמעלה.
- השם יתברך יורד אל האדם שמשתדל ומנסה.

### עצת העצות

- היסוד של היהדות ושל ברסלב הוא התבודדות. ללא התבודדות אי אפשר להיות ליהודי ערלאכער איד באמת.
  - כל העצות, הדיבורים וההשגות של הרבי – הכלי לקבל אותם הוא התבודדות. הדברים הגדולים ביותר נכנסים לתוך כלים על ידי תפילה פשוטה.
  - כל הלימודים צריכים להביא לרואו להשי"ת. ברסלב זה לא רק לשמוע שיחות, אלא לדבר עם השם.
  - רבי נתן: אפילו השיחות הגדולות ביותר אינן מועילות בלי התבודדות. העיקר הוא להכניס את הכל לתוך דיבורים פשוטים לפני השם.
  - ללמוד לדבר בפשטות: "ריבוננו של עולם, עזור לי". משל לחשמל: אם יש קשר עם האדם הנכון – הכל מסודר. כך גם בעבודת השם: אם יודעים לקרוא "ריבוננו של עולם עזור לי", יש עם מי לדבר.
- ### לבוא אל המלך
- משל לאדם שמגיע לשר חשוב אף על פי שאינו יודע מה לומר. עצם העמידה לפני השם היא כבר דבר כשלעצמו.

### נגינה והתבודדות

- תהילים היא הדרך של "עשרה מיני נגינה".
- הפנימיות של עבודת השם והתפילה היא נגינה.
- נגינה אמיתית נובעת מפנימיות הלב.
- אנשים נתקעים כי הם לא יודעים מהו "טון". עיקר הטון הוא בפנים – לא החיצוניות של הקול.
- קול יכול להיות שקט אך עמוק מאוד. הצעקה האמיתית היא בלב ובמחשבה. צריך לעלות אל הפנימיות, לא רק בגובה הקול.
- התבודדות היא גם כן דרך של נגינה. אפילו חסימה ושתיקה הן חלק מהנגינה. כשמתרגלים לדרך הזו – היא הופכת לתענוג הגדול ביותר.
- צריך סבלנות ולא לברוח. מעט דיבורים, אנחה, משהו – זה בונה את הדרך. כך מתקדמים מדרגה אחר מדרגה.
- זהו החן שמושך את הקדוש ברוך הוא. הקדוש ברוך הוא נהנה כשאדם קורא לו מרחוק.

### נעים זמירות ישראל

- דוד המלך הקים את "עול התשובה" – ע"י נגינה, תהילים והתבודדות. "נעים זמירות ישראל" – מכך נבנית התשובה.

- משל לאדם שמפחד להתחתן ונשאר בחור מבוגר. כך גם בעבודת השם – צריכים להיכנס תחת העול. מי שאינו רוצה להתחיל כלל – נשאר עומד במקומו.
- עבודת השם מתחילה בכך שהאדם דוחק את עצמו לדבר עם השם יתברך.

### דוד מלך ישראל

- דרך ההתבודדות היא דרכו של דוד המלך. דוד המלך צעק אל השם יתברך כל חייו. דוד המלך היה ה"גאון" של ההתבודדות.
- דוד המלך מכונה "עורב" – משום שצעק אל השם יתברך כעורב. הוא הלך למדבריות וצעק אל השם יתברך יומם ולילה.
- רבי נתן אמר שהוא כבר צרוד מרוב שצעק אל השם יתברך. אמר לו הרבי: דוד המלך היה צרוד כפשוטו...
- האריז"ל: נשמתו של דוד המלך היתה נפולה מאוד בתוך הקליפות. כל הניסיונות והנפילות עברו על דוד המלך – ולמרות זאת הוא לא הפסיק לצעוק אל השם יתברך.

- תהילים הם התמצית של התבודדות דוד המלך. הם יצאו מתוך זעקתו של דוד המלך. כל מילה בתהילים ספוגה בדמעות ובהתבודדות.

- אנשים רוצים להשליך מעליהם את העול כי הוא קשה. אך תשובה פירושה לעבור קשיים וניסיונות. צריך לצעוק אל הקדוש ברוך הוא ממעמקים. רק מתוך תאוות, ניסיונות וכאב יכולים לבוא תפילות וניגונים.
- כל דרגה מתחילה מהמדרגה הנמוכה ביותר.
- אדם יכול להרגיש מלא בסתירות – ובכל זאת לצעוק אל הבורא.
- המנגינה עולה ויורדת – וכך גם עבודת השם. יש לקבל על עצמנו את העול גם כשקשה. מתוך המאבק והשברון נולדים דיבורים להשית.
- עבודת השם יכולה להרגיש כמו 'ללעוס אבנים'... אך באמצעות הדיבור וההתאמצות לעלות אל הבורא – נעשה בסוף דבר גדול.