

# דיבורים של אמת

## אליעד שטרן

### בפתח הדברים

תורות קיב ו-ט בליקוטי מוהר"ן הן תורות מקבילות ומשלמות העוסקות בתיקון התפילה באמצעות דיבורים של אמת ומהוות מסה מרכזית בתורת ר' נחמן ביחס לתודעת התפילה. הן מתארות כיצד האדם מוצא עצמו מוקף במניעות ובמסכים המפרידים בינו לבין הקב"ה ומפריעים לו לפנות אליו בישירות. ר' נחמן מרחיב בתורות אלו על הצורך לדבר "דיבורים של אמת" במדרגות שונות שיצליחו לבקוע מבעד למסכים ולהעלות את הדיבור והתפילה למדרגתם המתוקנת. נציג תחילה את עיקרי המהלך של תורות אלו – צדדי הבעיה וצדדי הפתרון, ולאחר מכן ננסה לעמוד על פשר ההצעה של ר' נחמן במובן הקיומי ובמובן המעשי. בהמשך הדברים אנסה להציע שלושה קווי פרשנות יסודיים, אינפורמטיביים וקיומיים, ביחס להבנת מהותם של אותם "דיבורי אמת" ומהות הפתרון שמציע ר' נחמן. הן במובן העמוק והן בממשק של ההצעה עם חיי היומיום.

מטעמי מיקוד, לא נוכל לסקור את כלל הדיבורים והדקויות שמובאים במסה זו סביב בעיית המסכים ואת שלל צדדי הפתרון שלה. אולם על אף הרצון לקצר ולפשט, אני סבור שקריאה רצינית ומעמיקה מחייבת לימוד כולל של מהלכי התורות הנ"ל. רק קריאה מדוקדקת תוביל לקבלת תמונה מלאה – הן בפן האינפורמטיבי, והן בפן הפרשני<sup>1</sup> של המסה.

### סקירת מהלך התורות<sup>2</sup>

ר' נחמן פותח ומסביר שהקב"ה ברא את העולם כשהקדושה והסטרא אחרא מעורבים זה כנגד זה. קיומו של היש במציאות הוא זה שמוליד את קיומו האפשרי של האין; קיום הקדושה בעולם מחייב גם את קיום העדר הקדושה, והשילוב האנושי בין עליונים ותחתונים

<sup>1</sup> אחד הפתחים המועדים לשגיאות ואנאכרוניזם פרשניים במסות כגון זו של ר' נחמן נובע מטווח הפרשנות התחבירי הנרחב שאפשר לספק לטקסט שלו, הנתפס לעיתים כחולות נודדים הנתונים לפרשנות אולטרה-רחבה. אני מבקש לגשת אל הלימוד מתוך מודעות לעובדה זו ומתוך ניסיון מובהק להתגדר בפרשנות הנראית לי הכרחית. בסקירה שננסה לתת ממועף הציפור נבקש בין היתר לפרשן את חלק מהדברים באופן מסוים ולהשמיט חלקים אחרים שלא נוגעים אל לב הבירור ורק מסתעפים ממנו, ועל כן דיון רציני בטענות ובניתוח התורות מחייב בעיניי השוואה עצמאית לדברי ר' נחמן עצמו בפנים, מה שיוביל להבנת כלל אפשרויות הקריאה מתוך התרשמות אובייקטיבית.

<sup>2</sup> ציטטתי כאן מתורה קיב, אולם גם בתורה ט הדברים נסקרים באופן דומה. לצורך הדיון שלנו לא אתעכב על ההבדלים הדקים שבין התורות ואתייחס אליהם כאל מסה אחת. ואכן, רב הדמיון על השוני.

## מחולת המחנים

כולל בתוכו באופן מובנה קושי דו כיווני. המטאפורות המרכזיות שבהן משתמש ר' נחמן לאורך תורות אלו הן ה"תיבה" וה"מסכים". אנחנו מצויים מאחורי מסכים המבדילים בינינו לבין הקב"ה. הימצאות הקיום האנושי אחורי מסכים מקשה עלינו להתפלל כראוי ולדבר דיבורים אמיתיים, בין היתר בגלל שהדיבור האנושי הוא כלי חסר במהותו. קשה לחוות תודעה רוחנית עמוקה של תפילה ושל אמונה בדרך ההנהגה העל-טבעית באופן אותנטי, בהיותנו מורכבים גם מצדדים נמוכים וחומריים. התפילות שלנו מצטברות להן מתחת למסכים, לא מצליחות לבקוע ולהתרומם למעלה מעבר לעיסוק בחומרי ובפשוט. הפתרון שהוא מציע לחסרון הדיבור הזה הוא לדבר דיבורים של אמת:

"צהר תעשה לתיבה... הנה ידוע כי 'סביב רשעים יתהלכון' (תהלים יב). כי הסטרא אחרא מסבבת הקדושה... וכאשר יעורר רוחו לשוב אל ה', קשה לו מאד להתפלל ולדבר דיבורים לפני ה', כי הן מסבבין אותו מכל צד, לכל אחד לפי ענינו כנ"ל. ומחמת שא"א לו להוציא דיבור לפני אלקים בדחילו ורחימו וחיות כראוי, לכן כל הדיבורים והתפלות שהוא מדבר לא יוכלו לבקוע המחיצות והמסכים המבדילים לעלות למעלה, ונשארים למטה תחת המסכים. עד אשר יזכה וישוב באמת, וידבר דיבורים הראוין להתקבל בדחילו ורחימו מעומקא דליבא בהתעוררות גדול, אזי מבקע הדיבור המאיר את כל המחיצות והמסכים המבדילים, ויעלו עמו כל הדיבורים שהיו מונחים למטה עד הנה."

ר' נחמן ממשיך ומתאר איך אותם דיבורים של אמת עוזרים למלא את חסרון הדיבור. האמת היא חותמו של הקב"ה בעולם. גם אם אנחנו, בעיני הבשר והדם שלנו, לא מצליחים לראות מדוע מציאות או קביעה כלשהי היא אמת, המבט האלוקי יכול לכונן אותה כאמת.<sup>3</sup> ר' נחמן מציין שדיבורים של אמת הם הצעד הראשון שאדם יכול לעשות, הם הפתח שדרכו אפשר לצאת מן הבעיה:

"אך איך יזכה לזה, העיקר שהכל תלוי בו הוא אמת, לילך בדרך אמת לפי מדריגתו, כי חותמו של הקדוש ברוך הוא אמת (שבת

<sup>3</sup> הדוגמא הקלה להמחשה היא מהותן של מצוות "שמעיות" חסרות פשר, שעל אף שאין להן מובן אנושי מתקבל על הדעת, אנחנו יודעים שבמבט האלוקי יש להן משמעות. אולם למעשה, זה נכון באופן עקרוני גם על מצוות שכליות שכביכול ניתן לקבוע את טעמן. גם במצוות שאנחנו על פניו מבינים, יש צד שהן נכונות בגלל ההחלטה האלוקית שהגדירה אותן ככאלו ולא בגלל הסיבות שאנחנו מוצאים להן.

## דיבורים של אמת

נה יומא סט), והוא יסוד הכל, כי אמת הוא ראש תוך סוף. וכיון שהוא במדרגת אמת, אזי כביכול נתלבש בו אור השם יתברך בעצמו, אשר חותמו אמת, ואז נאמר עליו ה' אורי וישעי (תהלים כז). וכיון שה' אור לו, יוכל למצוא פתחים הרבה לצאת מהחשך והגלות שהוא סגור שם. כי באמת יש שם פתחים הרבה, כשארז"ל (יומא לח ע"ב מנחות כט ע"ב) הבא לטמא פותחין לו, יש לו פתחים הרבה. וכיון שנמצא שם פתחים, היה יכולת לצאת. רק הכסיל בחשך הולך (קהלת ב), ולא יראה הפתחים לצאת, והוא אסור וקשור שם, ולא יתנו לו לצאת. עד אשר יזכה לדבר דיבורי אמת לפני ה', אזי הדיבורים מאירים, וה' אור לו כנ"ל. ואז, פתח דבריך יאיר מבין פתיים (תהלים קיט). כי הדיבורים המאירים, היינו דיבורי אמת כנ"ל, הם מראין לו הפתח... ומי שזוכה לאמת, וה' אור לו כביכול, הוא מקיים העולם, ונותן שפע לכל השלשה עולמות. והיינו דכתיב צהר תעשה לתיבה, כלומר שתדבר דיבורי אמת המאירים..."

נשים לב כבר עתה כי הוא חוזר ומדגיש במספר מקומות לאורך המסה שדיבורים של אמת הם לא הפתח עצמו, אלא האור שמאיר לנו היכן הפתח נמצא, היכן "פתח התיבה". הוא אמנם לא מסביר מפורשות בשלב זה איך אמורים להראות דיבורים של אמת הלכה למעשה, אבל אני רוצה לחזור בהמשך אל התיאור כאן של הדיבור כ"פתח" בשביל להבין בצורה בהירה יותר את מהותם של דיבורים אלו.

בהמשך, ר' נחמן ממשיך ומחלק שבדיבורים של אמת יש שתי מדרגות. יש מדרגה בה הם בבחינת חלון [כפירוש רש"י: 4 "יש אומרים חלון"] שדרכו יכול להאיר אור אחר, ויש מדרגה גבוהה יותר בה הם בבחינת אבן טובה המאירה בעצמה [כפירוש רש"י: "יש אומרים אבן טוב"]. אדם צריך לשאוף כל ימיו שאולי יזכה פעם אחת לדבר דיבור של אמת לאמיתו במדרגה הגבוהה, כוליה האי ואולי. במילים אחרות, דיבורים של אמת יכולים להיות כהופעה ראשונית פלטפורמה להשראה רוחנית חיצונית, ובצורתם הגבוהה הם גם יכולים להיות ההשפעה עצמה, מקור השפע בעצמו. ר' נחמן ממשיך לפרט איך כאשר אדם מוציא דיבור של אמת הוא משפיע שפע לשלושת העולמות – עולם הגשמי, עולם הגלגלים ועולם המלאכים. הוא מעניק משמעות ותכלית לכל הבריאה כולה על שלל רבדיה בכך שהוא מנכיח בה, על אף חומריותה, משהו רוחני ואמיתי שהוא חלק מעולם אלוקי גבוה. האדם הוא

<sup>4</sup> בראשית ו, טז ד"ה 'צהר'.

## מחולת המחנים

החיבור בין עליונים ותחתונים, דרכו מגיע השפע לעולם ואצלו מתחוללת ההתכתשות בין הגשמי לרוחני.<sup>5</sup>

בהמשך התורה חוזר ר' נחמן ומנסה לבאר כיצד אמורים להראות דיבורים של אמת באופן מעשי. הוא מציע שאדם הרוצה לדבר דיבורים של אמת, צריך לדבר כפי כוחו ויכולתו במקום בו הוא נמצא. גם אם אדם מסוגל לומר בכנות רק "אנא השם הושיעה" ולא יותר מכך – הרי שזו האמת לאמתו<sup>6</sup> ואותה הוא צריך להגיד. כמו כן, הוא מרחיב על ייחודיות גווני התפילה השונים המתאימים לכל אחד ואחד:

"והעיקר, שבתפילתו ותחינתו ובקשתו, אף על פי שא"א לו לדבר שום דיבור בתפילה ותחנונים, מגודל החשך והבלבול המסבב אותו מאד מאד מכל צד, אף על פי כן, עכ"פ יראה לדבר הדיבור באמת, באיזה מדריגה נמוכה שהוא. כגון למשל, שיאמר ה' הושיעה, באמת. אעפ"י שאינו יכול לדבר בהתלהבות והתעוררות כראוי, אעפ"כ יאמר הדיבור באמת, כפי מה שהוא. וע"י הדיבור האמת, יזכה לראות הפתחים שבתוך החשך, ועי"ז יזכה לצאת מחשך לאור, ולהתפלל כראוי, וכנ"ל..."

...ויש בכלל דברים הנ"ל, ענינים גבוהים בענין התפלה, לכל אחד לפי מדריגתו... כי יש י"ב שערים כידוע, וצריך להעלות תפילתו לשער השבט שלו, כי אם יגיע לשער שבט אחר לא יוכל לעלות... ובזה נעשה זיווג למעלה, ודרך הוא בחינות זיווג, מלשון (בראשית ו) כי השחית כל בשר את דרכו. והיינו שנצטער אבא בנימין כל ימיו על תפילתו שתהא סמוכה למטתו (ברכות ה ע"ב), כי איש למטה אבותיו תשלחו, שצריך לשלוח. התפילה למטה אבותיו, היינו לשבט שלו כנ"ל. והיינו שתהא סמוכה למטתו, למטה שלו."

<sup>5</sup> בעולם החומרי הטבעי יש רק קיים ולא קיים. אין מונחים של "ראוי" ו"לא ראוי". רק הריבד האנושי במציאות מסוגל, בזכות הדעת שנתן בנו הקב"ה, להוסיף גם את ההבחנה בין ראוי ולא ראוי, בין נכון ולא נכון. האדם הוא הנברא היחיד שקיבל כלי כלשהו להנכיח באמצעותו אקטיבית ובחירית את האמת האלוקית בעולם באמצעות יכולתו לדבר ולהשיג בשכל.

<sup>6</sup> הביטוי "אמת לאמתו" חוזר בתורות אלו מספר פעמים, ור' נחמן מחדש אותו כחידוד לעומת הביטוי "אמת לאמתה". כבר ברובד הלשוני ניתן להבין את משמעות השינוי: "לאמתה" פירושו של דבר "לנכונותה של האמת" בעוד ש"לאמתו" מתייחס אל האדם ואל "האמת שלו", או באופן יותר מדויק – אל האמת כפי שהוא מגיע אליה במדרגתו שלו. לקריאה נוספת על מושג "האמת לאמתה" עיינו במאמרו של הרב דן האוור "האמת לאמתה – תורה קט"ו בליקוטי מוהר"ן" באתר "תורת הר עציין".

## דיבורים של אמת

כאמור, ר' נחמן סומך דברים אלו, על הפסוק: "צהר תעשה לתיבה ואל אמה תכלנה מלמעלה ופתח התיבה בצידה תשים". הוא מרחיב על כך שאת הפתח לצאת מן התיבה, מן הדיבור החסר, צריך לשים דווקא בצידה של התיבה, דווקא כנגד הסטרא אחרא. "אמה" מסמלת ראשי תיבות של "אש, מים, וחמש מוצאות הפה" – היינו את החיבור הבלתי טבעי שקיים באדם המחבר רוח וחומר ואת היותו בדרגת מדבר, הלא היא "רוח ממללא"<sup>7</sup>. רק הכליון למעלה ופתיחת הפתח דווקא בצד הסטרא אחרא יעזרו להאיר את הדיבור. אדם שמדבר דיבורים של אמת כבר יזכה לראות שהפתחים לצאת מבעד למסכים רבים ופשוטים ליישום.

ומה יעשה אדם שלא מסוגל להתפלל באמת יותר מאשר רק מילים ספורות? בקריאה פונדמנטליסטית ניתן להבין שר' נחמן מציע אקטיבית שלא להתפלל כשאינ מוחין, אלא רק כאשר יש באדם קריאה טבעית אמיתית לתפילה ממקומו. יתכן שיש גרעין של אמת בקריאה שכזו, אבל אני סבור שהוא מציע כאן פתח לתהליך מתמשך וקבוע שנועד לאפשר לאדם להתפלל תמיד, ולא מתכוון רק לערער את טעם קיומה של תפילה חסרת כוונה. הבנה שכזו מצריכה אותנו לברר למה בדיוק הוא מתכוון כאשר הוא קורא לנו שלא לדבר דיבורים מאחורי מסכים אלא רק דיבורים של אמת. בהמשך ננסה להבין מהי ההצעה המעשית של ר' נחמן עבור מי שחפץ להתפלל אך מצוי מאחורי מסכים ומה היא משקפת.

זהו המבנה הכללי של תיאור הבעיה והפתרון. על פניו, לאורך הדברים כולם, ר' נחמן לא מסביר מפורשות מה הם בדיוק אותם דיבורים של אמת בעומקם ומהי כוונתו המעשית המדויקת לאופן שבו הם אמורים להתקיים ולהראות. עם זאת, אני סבור שכמה מן ההגדרות והאפיונים שהוא כן מספק לנו יכולים לשפוך אור ולהאיר לנו את הפתח בהבנת הפתרון שהוא מציע. ננסה לבאר היטב את הצעתו דבר דבור על אופניו היכן שסתם מלפרש.

## התיבה והמסכים כסמל

עוד לפני שננסה לעמוד על פשר אותם "דיבורים של אמת", כהקדמה חשובה נוספת, הייתי רוצה לבחון את המטאפורות המרכזיות בתורה זו. התיבה, הלא היא תיבת נח בפסוק המקורי המצוטט בתורות אלו, מהווה בשלל הקשרים סמל להתכנסות או לתמציתיות.<sup>8</sup> התיבה מהווה גם סמל להפרדה בין פנים לחוץ, בעיקר מתוך מטרה לשמור על התוכן המאוחסן בה. רש"י על התורה למשל כבר משווה בעקבות המדרש בין תיבת נח ובין תיבת הגומא של משה, השוואה המבליטה את היותה של התיבה יחידה המפרידה באופן הרמטי בין פנים

<sup>7</sup> תרגום אונקלוס לתיאור האדם "נפש חיה".

<sup>8</sup> להרחבה בעניין תפיסה זו המשתקפת בתורת הרב קוק עיין גם במוסר אביך, פרק ב', סוף סעיף א'.

## מחולת המחנים

וחוץ ומגנה על תוכנה הפנימי. אני סבור שלא לחינם ר' נחמן בוחר לדרוש את דרשת דיבורים של אמת דווקא על סמל התיבה.

גם הדיבור, למעשה, בנוי כמו תיבת נח המבדילה בין פנים וחוץ. כל מילה ומילה מכונה בשפה העברית "תיבה" כי כל מילה היא מסמן של מסומן עקרוני שמבוטא באמצעותה. חשיבות יתרה להבחנה זו מצויה בייחוד בעברית שהיא שפת הקודש שבמאמרה נברא העולם. בתוך כל מילה מסתתר תוכן פנימי כלשהו, מתחבא רעיון בעל משמעות. אמירת המילה היא נקיטה מעשית של המסמן ולא של המסומן, ואין קיומה מחליף היות הדבר בעצמו. יתכן שממש כמו בתיבות אוצר או בשלל תיבות אחסון שונות, גם בעולם הדיבור המילים מכונות תיבות בשל היותן הקליפות השומרות על התוכן הפנימי שבהן. המילים מהוות כלים, ידיים לאחוז בהם ברעיונות המופשטים, לנהל את העולם המחשבתי והבין-אישי שבמציאות ולהעניק לבוש מציאותי לאידאות. המילים הן אמנם רק הבל פה מבחינה פיזית, אבל הן טומנות בחובן עולם ומלואו. אם נשים לב, חסרון הדיבור שהזכרנו בתחילת הדברים הוא לא חסרון בתוכן הפנימי הרעיוני שטמון במילים אלא בנתיבי התקשורת שלו וביכולתו לצאת החוצה אל העולם. גם במשל וגם בנמשל, תיבה יכולה לשמש באופן המיטבי רק כאשר הפתח שלה מאפשר מצד אחד את שמירת התוכן הספון בה, ובו בעת גם את היכולת להוציא אותו החוצה כשיש בכך צורך מצד שני. אחרת – התיבה הופכת לכלוב.

גם המסכים מהווים מטאפורה למחסום בדרכי התקשורת. כפי שראינו, ר' נחמן מתאר באופן כמעט ציורי איך שתפילותיו של האדם "נתקעות" כביכול מתחת למסכים. זו אולי ההמחשה הטובה ביותר להיותו של הדיבור חסר מצד היכולת המעשית להוציא את תוכנו לאור ולא מצד פגם בעצם מהות המסומן. הדיבור האנושי כביכול כלוא בכלוב, מסוכך במסכים. התוכן הרעיוני המבוטא בו אינו חסר כשלעצמו, אלא שהימצאותו בעולם החומרי מאלצת אותו להיתקע בדרך החוצה. אני סבור שר' נחמן חושף בפנינו חלק גדול מכוונתו הנסתרת בבחירתו להשתמש דווקא במונחים אלו.

נדגים את הפער הקיים בין מסמן למסומן, ואת השלכותיו הרלוונטיות לענייננו. באופן ראשוני – הפער הוא העובדה שהמילה "שולחן" מתארת את הרהיט שולחן, אולם אי אפשר לאכול עליה. אפשר לאכול רק על השולחן עצמו. ההברות היוצאות מהפה רק מרמזות אל הרהיט עצמו. בשביל שלמילה תהיה משמעות עלינו להעניק גם את התוכן המסומן אליו היא מתייחסת. אם למשל אדם מבקש סליחה ולא מתכוון לדבריו, הרי שהמילה "סליחה" שהוציא מפיו ריקה מתוכנה המהותי. אדם שמבקש סליחה צריך להצטער באמת כדי שסליחתו לא תהיה רק מן השפה ולחוץ. אנחנו מבחינים כעת כי קיים פער בין היכולת שלנו לומר את המילה ובין חוסר הצורך ההכרחי שלנו להיות מזוהים עם מה שהיא מבטאת. גם

## דיבורים של אמת

בדוגמאות מתקדמות יותר אנחנו פוגשים את הפער הזה, וכאן הוא כבר מתחיל להיות קיומי ומשמעותי יותר. אדם מתפלל לקב"ה באמצעות מילים. האם המילים שהוא מוציא מהפה משקפות את רחשי ליבו האמיתיים, או שמא הוא אומר אותן מן השפה ולחוץ? הרי האפשרות להישאר מנותק מהנאמר קיימת באופן מובנה מעצם השימוש בכלי הדיבור. האם המתפלל מצוי בתוך התיבה או מחוץ לה? האם הוא נוגע בבקשה שטמונה במסמנים שהוא משגר? אפשר בנקל להתפלל ממקום חיצוני למילים. לקיים טקס תפילה ולא לדבר במובן הישיר עם הקב"ה. מבחינה מסויימת, אנחנו עלולים לחוש כי פרספקטיבה מעין זו מעמידה אותנו מול כלי שבור וחסר תקנה.

אפשר להניח, שלא רק השימושים המטאפוריים הספציפיים הנ"ל נבחרו בקפידה, אולי סיפור המבול והתיבה כולו עומד ברקע הצעתו של ר' נחמן. התיבה שציווה הקב"ה על נח לבנות היוותה תיקון מסוים של המצב השלילי בו היה שרוי דור המבול. סמל התיקון של התיבה משתקף הן בהסתמך על דברי המדרש שאומר שנח בנה אותה במשך זמן כה רב כדי שאולי יראו הרשעים שבדור ויחזרו בהם, והן מעצם היותה תא המילוט שמתוכו כוננה האנושות מחדש בצורה נכונה יותר משהייתה לפני קחייתה.

אז מה מציע לנו ר' נחמן לעשות? דיבורים של אמת נשמעים כמו פתרון גישור טוב ברמה הפילוסופית כדי לסגור את הפער הקיומי בכלי הדיבור, אולם מה משמעותם המעשית? מה הפוטנציאל כאן, איך זה נראה בפועל? אילו מעשים או כוונות צריך לייצר בשעת התפילה כדי שהדיבורים בה יהיו דיבורים של אמת? ומה יעשה אדם שלא מצליח להתחבר בכנות ובאותנטיות למילות התפילה, האם כוונת הדברים היא שעליו להימנע מלהתפלל בשם הבחירה באמת? מהי ההצעה שמציף כאן ר' נחמן? אחרי מספר שנים שאני הולך עם השאלות האלו, ברצוני להציע שלוש קריאות אפשריות שיסבירו יותר לעומק את הצעתו של ר' נחמן.

## מודעות כמוכוונות

בשלב הראשון אני רוצה להציע שר' נחמן אכן לא מציע פתרון קונקרטי בצורת "דיבור קסם" או כוונה מיוחדת כאלו או אחרים, אלא מדבר על תיקון תהליכי של מישור התודעה שלא קשור רק להתרחשות התפילה אלא למקומו של הדיבור בחייו של האדם באופן כללי. במובן מסוים זה אפילו ההסבר המתבקש יותר. ההצעה הפרשנית הראשונה לחידוש העקרוני של ר' נחמן היא להבין שהוא קורא להציף את העובדה שהדיבור שלנו חסר ולהנכיח את הבעיה הזו בשיח הכללי של חיינו.

## מחולת המחנים

הבעיה הגדולה עם חסרון הדיבור היא לא רק עצם הפער המובנה בין מסמן ומסומן, אלא לפעמים דווקא בעיקר העובדה שאנחנו בכלל לא מספיק מודעים לקיומו של הפער הזה ושהשיח שלנו לא מספיק לוקח אותו בחשבון. לא תמיד ולא בהכרח הדיבור כבול להיות בשניות, אבל זה עלול לקרות לו יותר ויותר ככל שאנחנו פחות רגישים לאפשרות כזו. בהרבה תחומים שונים ומגוונים בעולם חוסר המודעות לבעיה כלשהי מקשה על מציאת הפתרון שלה, אבל בהקשר של חסרון הדיבור הדברים נכונים באופן פנימי ומובנה יותר. חוסר המודעות לבעיה לא רק "מקשה" על האפשרות שהפתרון ימצא, אלא ממש מולידה בעצמה את הכשל. כשאדם הולך בעולם בתודעה שדיבורו שלם, שהוא מסוגל להביע את עצמו באופן מלא באמצעות הדיבור ושביכולתו להצביע באמצעות מילותיו בדיוק על התוכן הפנימי אותו הוא חפץ להביע, הוא כלל אינו פתוח להבין שזה לא תמיד המצב. תהומות הנפש חבויים כל העת מתחת לפני השטח ונותנים את אותותיהם, ולא ניתן לכמת ולהצריך את השפעתם בלא מודעות. לעומת זאת, אם נציף את בעיית חסרון הדיבור ונעסוק בה, אם נדבר על קיומם של המסכים ושל דפנות התיבה [ממש כפי שעושה ר' נחמן לאורך התורה בעצם]<sup>9</sup>, ממילא נהיה מסוגלים להתחיל לטפל בבעיה הזו. רק שיח חיים כוללני רב מישורי המבוסס באופן עמוק על רגישות לפער האפשרי בין המסמן והמסומן ועל המודעות לחסרון הדיבור יכול לאפשר לאדם לשים לב לקיומו של פער שכזה ולנסות בכלל להתחיל לגשר עליו.

אדם שתודעת הדיבור בחייו היא תודעה של שימוש בכלי שלם, מגיע לתפילה מתוך חווית הצלחה ומתוך תחושה שהבקשות שלו עולות למעלה כמו שהן לאחר שפירט אותן. הוא מרצה את רצונותיו כלפי שמיים ומתמלא בכך בתחושה של עשיית הדבר הנכון הנדרש. הרי ביכולתו לבקש במדויק את צרכיו, וכך עשה. הוא לא שם לב שהמילים שלו חסרות, שיש דברים מהותיים שאין ביכולתו לבקש ולבטא בשלמות גם כלפי חוץ. תחושת השליטה בכלי הדיבור מייצרת חוויה אשלייתית של מסוגלות לדבר אל הקב"ה, בעוד שתחושת חסרון הדיבור מייצרת מבט מפוכח שמבין שלא את הכל אפשר להגיד בצורה מלאה. לפי פרשנות זו, ההצעה של ר' נחמן לדבר דיבורים של אמת היא כאמור הצעה כוללנית לשינוי השיח, בשלל תחומי החיים. ר' נחמן מציע לנו לעצור לרגע ולדבר איתו על הדיבור שלנו. מה הוא מסוגל לעשות, מה הוא לא מסוגל לעשות. להתחיל קודם כל בניפוץ האשליה לפיה יש

<sup>9</sup> במאמר מוסגר אציין: נדמה לי שזה מצטרף לרשימה של תורות נוספות שבהן עצם כתיבת הדברים ע"י ר' נחמן כתורה מסודרת מוציאה אותם אל הפועל באחדות תוכן וצורה. נדמה לי שזה נכון גם בתורות שהוא מספר על "מה שמספרים על הצדיקים" - בהן הוא בעצם מספר על עצמו ומגשים את הסיפור על הצדיקים [תורה קפו למשל], בתורות שבהן הוא מדבר על דיבור עם הזולת בדברי תורה, שהן הגשמה של דיאלוג כזה מעצם לימודן [תורה קפד למשל], ובתורות בהן הוא מדבר על מציאת חן ונגיעה בפנימיות תוך ניסיון למצוא חן באמצעות נגיעה בפנימיות [תורה א' למשל].



## דיבורים של אמת

ביכולתנו לבטא את עצם התוכן ולא רק את המסמן שלו. האשליה הגדולה שמהווה בלי ששמנו לב עד כה את אחד המסכים המשמעותיים בתהליך התפילה המבוסס על דיבור, על טקסט ועל מסמנים. מעתה והלאה, אדם שלמד את התורות האלו ועצר לחשוב עליהן בצורה רצינית, מקבל הזמנה לעיצוב מחדש של תודעת הדיבור בעולמו. הדיבורים יהפכו להיות דיבורים של אמת ברגע שנתחיל להיות יותר מודעים לכמה שבעצם במהות הם אינם כאלו, הם רק המסמנים לאמת. לא רק בתפילה, אלא גם בשאר תחומי החיים. שינוי יסודי של השיח והתפיסה של כלי הדיבור האנושי שלנו יוביל לאפשרות לתקן אותו.

אפשר לתהות האם בפרשנות זו אני מסביר קונקרטי "מה המתכון" לדיבורים של אמת כמו שחיפשתי לברר, אבל נדמה לי שהצעת הקריאה הזו [כמו גם הבאות אחריה] בעיקר טוענת שר' נחמן מלמד אותנו לייתר את הצורך לשאול את השאלה "איך זה נראה בפועל". זו נקודה מהותית במתודיקה של התורות האלו, ויש שיאמרו שאף בתורתו של ר' נחמן כולה. חשוב לשים לב שר' נחמן הקפיד לאורך הדברים לא "לגלות" לנו איך נראה הפתח לצאת דרכו מבעד למסכים, אלא חזר והדגיש שמי שידבר דיבורים של אמת יראה כבר בעצמו שבאמת יש פתחים הרבה לצאת מהחושך. זה מהותי, הבחירה שלו לא לגלות לנו. אני חושב שהוא מדבר בדיוק על הנקודה הזו. אין דבר כזה "דיבורי מפתח" או "דיבורי קסם" מיוחדים שיצליחו לחלץ אותנו מהצרה ולעקוף את המסכים אם רק נדע מה הם ונכוון לדבר כמותם. לא זו השאלה. אם זה מה שאנחנו מחפשים – ר' נחמן רומז לנו שלא הבנו בכלל מה הבעיה שבגללה אנחנו עוד כלואים בתיבה. את הבעיה הזו פותרים בשינוי תודעתי ביחס לדיבור. מי שמאמץ לעצמו תודעה של התמודדות עם כלים חסרים ביחס לדיבור שלו וככה הוא הולך בעולם, גם בתפילה וגם מחוץ לה, הוא אדם שהשיח שלו והכרתו הכללית מודעים לקיומה של השניות. מעתה, הוא פנוי לראות שיש גם פתחים לצאת דרכם מהחושך הזה. הוא פנוי להכיר בפער הזה ולהתחיל להיות מסוגל לעבוד עליו ולהתאמץ לסגור אותו ולעמוד בתפילה באותנטיות. הרי אמנם הדיבור לא מהווה בהכרח את הבעת התוכן המסומן בו, אבל עם כוונה נלווית והרבה מאמץ אפשר לגרום לו להיות כזה. אחרי שנעצור ונרגיל את עצמנו להקשיב לעובדה הזאת ולחשוש מהאפשרות שאנחנו מתבטאים מהשפה ולחוץ בלבד, נמצא גם את הדרך לזהות שיש איך לגשר על הפער. השיח המתוקן יפתח בפנינו את היכולת להתאמץ לעמוד מאחורי הדברים שאנחנו מוציאים מהפה.

הדגמנו קודם את הפער בין מסמן למסומן באמצעות בקשת סליחה. נדמה לי שאם ניישם את ההצעה של ר' נחמן בדוגמא הזו נוכל לומר שאדם שלא מודע לפער בין התוכן הפנימי של הסליחה ובין טקס האמירה הטכני שלה עלול למצוא את עצמו מבקש סליחה מבלי לרצות באמת את מושא הבקשה. הדרך לעבוד על הבעיה הזו היא קודם כל בתשומת הלב

## מחולת המחנים

לפער הזה, ברגישות. לשים לב שאמנם הוצאתי מהפה את המילה סליחה, אבל למעשה לא חוללתי במציאות שינוי של מחילה ולא הענקתי לה את התוכן הפנימי הנלווה שהיא אמורה להביע. ככל שאדם יהיה רגיש יותר לעובדה שלא מספיק רק לבקש סליחה ושהיא אמורה לבטא רגש מסוים, ככה הוא יהיה בעל כלים רגישים ונוכחים יותר גם לגשר על הפער הזה. כי הרי אפשר גם לבקש סליחה ולהתכוון למשמעותה, אפשר גם לעמוד מאחורי המילים. הפער הזה מובנה אולם אינו הכרחי. הבעיה מתחילה בחוסר המודעות אליו שמייצרת אותו במובן העמוק.

“צהר תעשה לחיבה” היא אם כן קריאה לתיקון התפיסה והתודעה ביחס לכלי הדיבור בתפילה ומחוץ לה.<sup>10</sup> נדמה לי שמפגש עמוק עם אנשים שתודעת חסרון הדיבור נוכחת אצלם ומולידה דיבור זהיר יכול לעזור לשים לב לחוסר הקשבה אפשרי שקיים אצלנו. באופן אישי, חלק גדול מהשינוי שעבר אצלי בהבנת דברי ר' נחמן בתורות אלו היה בעקבות מפגש עם אנשים קשובים שגרמו לי לחוויה קיומית של רצון לתקן את הדיבור וללמוד להקשיב.

### אינטימיות עם המציאות

בשלב השני, אני רוצה לטעון שר' נחמן מציע לנו שינוי כוללני לא רק ביחס למקומו של הדיבור בחיינו אלא גם ביחס ליכולת להיות קשובים ומחוברים לכלל מישורי המציאות ולהיותנו פתוחים בכנות למתן הזדמנות לאחרות. כפי שראינו, לקראת סוף התורות מקשר ר' נחמן את העיסוק בדיבורים של אמת לדברי אבא בנימין בגמרא בברכות: “כל ימי הייתי מצטער על תפילתי שתהא סמוכה למיטתי”.<sup>11</sup> עוד מוסיף ר' נחמן את המדרש הדורש כי המבול הגיע בגלל חטא העריות הרמוז בדברי הקב"ה לנח: “כי השחית כל בשר את דרכו על הארץ”. אני חושב שבמחול דרשות הפסוקים והמימרות האלו, ר' נחמן צובע בשכבה נוספת את זהותה של התנועה הנפשית הנדרשת כדי לעקוף את המסכים. התיבה שבונה נח מסמלת כעת גם את כינון האנושות מחדש על יסודות של תיקון אינטימי של הקשר הזוגי. ר' נחמן חוזר ומשתמש אם כן במטאפורה המרכזית של התורות האלו מכיוון נוסף: התיבה היא לא רק “המילה” אלא גם הקשר הזוגי והתא המשפחתי. ממש כפי שהיא היתה עבור נח והעולם בסיפור חטא דור המבול. באופן רמוז [בקטע בו הוא עוסק בדרשה על “תפילתי שתהא קרובה למיטתי”] הוא משווה במידת מה את הגורמים לקיומם של המסכים אל

<sup>10</sup> מכיוון שבחתי לעשות כאן רדוקציה למסה בתורות אלו, ולהסביר את כולה על בסיס העיסוק בסוגיית 'תיקון חסרון הדיבור', ראוי בעיני להפנות בקצרה (ובאופן כללי) אל שיעוריו של הרב שג"ר על ליקוטי מוהר"ן. לפי שיעורים אלו, אחד הקווים המנחים בתורות בהן עוסק ר' נחמן בהיבטים שונים של הדיבור, היא לראות בכך עיסוק בתיקון הדיבור. נדמה לי שהרב שג"ר מרבה גם הוא לקרוא את העיסוק של ר' נחמן בקיומו של הדיבור בשלל הקשרים ברדוקציה של תיקון החסרון; ואין כאן המקום להאריך.  
<sup>11</sup> לעיל באזור הערה 6.

## דיבורים של אמת

חטאיהם של דור המבול, ואת הפתרון שסיפק הקב"ה למציאות אל הפתרון לבעיית המסכים שלנו בתפילה.

ר' נחמן דורש בדרכו הייחודית שכשאבא בנימין מצטער על תפילתו שתהיה סמוכה למיטתו הוא מייחל ליכולת לחבר את התנועה הנפשית של ההימצאות בזוגיות אל עבודת התפילה. לגשת אל המציאות כולה ברגישות ובאינטימיות. אינטימיות היא מצב נפשי של חיבור אמיתי פנימי. היא מתבטאת בשיאה בקשר זוגי נכון ומתוקן המביא לידי העצמה של כל אחד מהצדדים בו [להבדיל למשל מהזולת הזוגיות בה חטאו דור המבול], אבל היא תנועה נפשית שקיימת גם ביחס ליכולת להיות נוכח בחוויות אחרות. אדם אינטימי מסוגל להקשיב לזולת ולהיות בחוויית מפגש ישירה איתו, בשלל מישורי ממשק. שריר ההקשבה שלו מפותח, היכולת להגיע למפגש כנה ואמיתי בין הפנים שלו לחוץ עמו הוא בא במגע הינה אותנטית. ר' נחמן רומז לנו שאי היכולת להתחבר אל הקב"ה בתפילה היא גם קצת חסרון ביכולת להיות מחובר לדברים אחרים ושונים באופן כללי. זו בעיה יסודית חובקת חיים ביכולת הורדת המחיצות והתערטלות נפשית.

זוגיות בריאה ואמיתית שאדם מרגיש בה באינטימיות מהווה העצמה של האדם גם ביחס לעצמו. היא גורמת לו להיות שלם וכנה יותר גם עצמו. ההיחשפות הנפשית מול אדם אחר היא גם במידה רבה היחשפות של האדם מול עצמו. הורדת המחיצות בין פנים לחוץ המהווה בסיס ליצירת קשר אינטימי ומתן מקום לזולת בעולמך היא גם הזדמנות עבור האדם עצמו להביט פנימה על עצמו ביתר בהירות. הבחירה לחלוק את הסודות הפנימיים עם הזולת ולא להחביא אותם ממנו היא שער גדול לחוויית חיים שונה בתכלית. היא הופכת את ההיכרות שלי עם עצמי מחד, ואת היכולת שלי לתת מקום אמיתי לזולת מאידך, לשלמים ומתוקנים יותר. אדם שבוחר לחיות בחוויה כזו של כנות, אדם שמדבר דיבורים של אמת ויודע גם לבטוח במציאות האחרת ממנו ולא לחשוש ממנה, פנוי ונקי להגיע גם לתפילה שלו כחלק מדיאלוג פנימי עם בוראו ולא כחלק מהתרחשות חיצונית לו.

נדמה לי שזו הסיבה שר' נחמן מקשר דרשות אלו בחיבורי ה'בחינות' הייחודיים שלו למדרש על שנים עשר השערים השונים שדרכם עולות התפילות. לכל אחד יש את השער שלו בשמיים, ובהתאמה לכל אחד יש את העשב שלו והשער שלו במציאות. אדם שינסה לחיות את מי שהוא לא, שלא יהיה קשוב למי שהוא באמת ולמה שהקב"ה נתן בו, עלול למצוא את עצמו משקיע מאמצים בכניסה לשער הלא נכון. מנותק מעצמו וממה שנכון לו באופן פנימי. כדי להעלות את התפילה למקומה הנכון, כדי להצליח להתפלל בכנות ובאופן שישקף את רחשי הלב הפנימיים, על האדם להכיר את השער שלו לעולם. עליו להכיר את האמת לאמיתו

## מחולת המחנים

שלו, ולא רק לאמיתה החיצונית האידאית שמנותקת ממנו.<sup>12</sup> רק מתוך הקשבה עצמית אדם מסוגל להבין מהו השפע שלו בעולם. מה בכלל נחשב שפע בעיניו. בתורה ט' זה אפילו מקבל מקום מרכזי יותר בפתיחת התורה.<sup>13</sup>

ר' נחמן גם מתאר בשלב מוקדם יותר של התורות איך דיבורים של אמת מעניקים שפע לכל שלושת העולמות – עולם המלאכים, עולם הגלגלים ועולם הגשמי. מבלי להיכנס למשמעות הדברים המלאה, נוכל לומר שיש באמירה הזו מרכז משמעותי של יסוד האמת כתכלית היצירה והמציאות. לדבר דיבורים של אמת ולהלך בעולם הזה מתוך אמת זו הנכחה של הקב"ה במציאות. זה הצינור של השפע האלוקי בעולם שבזכותו יש הצדקה וקיום למציאות. האדם המדבר דיבורים של אמת, מנכיח את הקב"ה שחותמו אמת במציאות ומעניק בכך שפע גם לנבראים הנשגבים ממנו.

כאמור, לאורך הדברים חוזר ר' נחמן ומדגיש שדיבורים של אמת אינם הפתח עצמו לצאת מהחושך אלא האור המגלה את עיניו של מי שמדבר אותם ומאפשר לו לראות בעצמו שבאמת יש פתחים רבים לצאת מהחושך. הדברים מוסברים באופן נהיר גם לאור הצעה פרשנית זו. ר' נחמן לא בא לטעון שהדרך להצליח לעקוף המסכים היא לדבר דיבורים עם סגולה עצמית שיעשו עבורנו את העבודה. הוא קורא לנו לחולל שינוי ביחס התודעתי שלנו אל המציאות. הוא קורא לנו להתנהל מחדש בעולם בו הקליפות החיצוניות והאור הפנימי מעורבים ועשויים זה כנגד זה ולהיפתח אל הטוב שבעולם. הרשעים הולכים סביב סביב, לא מסוגלים להתחבר אל אורו הפנימי של הקיים. הקדושה דורשת להכיר במקומו האישי של האדם בעולם ובנקודת הטוב שבו, להכיר באמת לאמיתו.

גם לפי הצעת קריאה זו העיסוק בתפילה הוא רק חלק מעיסוק בתיקון נרחב יותר להתנהלותו של אדם במציאות. הצורך באינטימיות ובנכונות להיפתח אל הזולת מקבל ביטוי גם ביכולת להתפלל. זו לא בעיה מהותית בעולם התפילה אלא בעיה כלל קיומית שנחשפת בתפילה במשנה תוקף, שפתרונה לא מתחיל רק בעת התפילה אולם משפיע גם על האופן שבו היא תתרחש.

<sup>12</sup> ובמובן זה, אני מניח כאן קריאה פרשנית כמעט הפוכה מהקריאה הקודמת. אם בהתחלה דיברנו על העצמת תודעת "האמת לאמיתה", הרי שעתה אנחנו עוסקים בצמצום התודעה לנקודת כנות חודרת ומעמיקה של "אמת לאמיתו".

<sup>13</sup> כאמור, בחרתי שלא לעסוק בניחות ההבדל בין סדר הדברים בכל אחת מן התורות, אולם על רגל אחת אני אגיד שנדמה לי שהיסוד הזה של חוויית המציאות ממקום של אינטימיות אכן מועצם יותר בתורה ט', בעיקר בשל הבחירה לפתוח את הדיון מהמדרש על השערים ולא מהמדרש על התיבה.

## בין טקס לרחשי לב

בשלב השלישי אני רוצה להציע פרשנות קריאה שחוזרת ומתמקדת בקושי הקיים דווקא בעולם התפילה, בניגוד לשתי הקריאות הקודמות שטענו לקשיים כלל קיומיים. אם בהסברים הקודמים לתזה של ר' נחמן היה אפשר לזהות את הבעיה ואת הפתרון בתורות אלו עם בעיות כלליות יותר בעולם האנושי ובקיום החומרי החסר, הרי שבקריאה זו אני רוצה להציע שמדובר בעיסוק נקודתי בהתרחשות התפילה ובקשיים הטמונים בה. אחת הבעיות המובנות בתפילה היא הפער המובנה בין מה שאינטואיטיבי לאדם להביע ובין מה שהטקס הדתי דורש ממנו לעשות ולהרגיש.

לתפילה יש הופעות שונות במציאות. חלקן טבעיות וחלקן טקסיות. חז"ל כבר היו ערים לפער בין רחשי הלב הטבעיים ובין נוסח המילים הקבוע והדריכו אותנו להתפלל מתוך רחמים ותחנונים ולא מתוך קבע. מצד אחד, אדם הולך בעולם עם רחשי תפילה. מציאות החיים מולידה אצל האדם רחשי תפילה, בייחוד כאשר יסוד זה מועצם בה ומקבל מקום משמעותי בשיח.<sup>14</sup> מצד שני, טקס התפילה המהווה עצירה ממרדף היומיום ועמידה אל נוכח הנבדל ממנו הוא לא תמיד חוויה אינטואיטיבית, בייחוד במישורים הרגשיים שקיימים בו. הנוסח הקבוע והזמנים המחייבים עלולים להקשות על רתימת הרצונות הטבעיים אל טקס התפילה. לפעמים [ואולי אף: לרוב] אין לאדם מוחין או אפילו ריכוז פשוט להציף את רחשי ליבו דווקא בעת התפילה ולא פשוט לגשר על הפער בין הרצון האינטואיטיבי ובין הטקס המסודר. אדם יכול לרצות מאוד להביא את רצונות חייו לידי מימוש כאשר הוא עומד להתפלל ולא להצליח בכך. אדם גם יכול לרצות "להצליח" לקיים את מצוות התפילה ולחוות את הטקס שהיא מהווה בצורה הטובה ביותר, ועם זאת למצוא שלא קיימים אצלו רצונות אמיתיים שכאלו. יכולת הגישור הזו בין התפילה הרוחשת והתפילה הנדרשת אינה מובנת מאליה. נדמה לי שאפשר בנקל להזדהות עם התחושה המתסכלת של חוסר היכולת להתרכז בתפילה דווקא בשעה שאתה יודע שיש דברים שיושבים על ליבך, והדברים יודעים ומורגשים בחוש.

ההצעה של ר' נחמן להתמודד עם הפער הזה היא להציף את עצם קיומו ובעיקר לנטות אל מה שאינטואיטיבי. להעדיף את האמת לאמיתו על האמת האובייקטיבית. להעדיף להגיד "אנא ה' הושיעה" בכוונה ותו לא, מאשר לעמוד ולפלל אל המסכים האטומים. גם כאן חשוב להבין שר' נחמן כאמירה עקרונית לא מתווה את האופן המעשי שבו הדברים יראו. על

<sup>14</sup> הרב קוק אפילו מרחיב את היקף קיום התפילה ביסוד המציאות ואומר ש"המציאות כולה מתפללת". עיין למשל בדבריו בהקדמה לעולת ראייה בפרק על "התפילה המתמדת של הנשמה" בו הוא מרחיב רבות באבחון רעיון זה.

## מחולת המחנים

שאלתנו דלעיל האם הוא ממליץ לאדם בלי מוחין שלא להתפלל כי המסכים מפריעים לו כעת, הוא בכלל לא מתיימר לתת תשובה מעשית. יתרה מזאת, הוא לא מגלה לנו איך נראים בפועל דיבורים של אמת וכיצד "לשלוט" בהם מהסיבה הפשוטה שאם נדמה לנו שיש אפשרות לעשות דבר כזה, זה אומר שהבנו לא נכון.

הדרך האמיתית והתהליכית לגשר על הפער בין טקסיות התפילה וטבעיות רחשי הלב היא להיות קשובים לרחשים אלו לאורך החיים. אדם שיודע להצביע על רצונותיו הצפים ועולים לאורך שגרת החיים ולהכיר בהם כתפילות הוא אדם שימצא את הפתחים להכניס אותם אל טקס התפילה שלו. אדם שההכוונה שלו וברירת המחדל שלו במהלך העיסוק בקשיי החיים היא להתפלל לקב"ה על קשייו, והוא מאמין שרחשי הלב האלו הם בעצם תפילה ואפשר להפנות אותם כלפי מעלה, הוא אדם שמילות התפילה הקבועות והמקובעות יאירו לו יותר ואף יהוו מנוף לביטוי מועצם ומדויק יותר לרגשות אלו. הפער בין הטקס לבין הרגש הטבעי הופך אצלו לפער לא מהותי, וזה השלב הראשון בדרך להצליח לגשר עליו לגמרי. אפשר להסביר את זה במובן הפסיכולוגי הפשוט – ככל שהמודעות לשיח עם הבורא מלווה חלק גדול יותר מאירועי החיים ומהרצונות שלנו, ככה היא הופכת להיות פעולה יותר טבעית ומתאימה לנו גם כשהיא טקס חיצוני של קבע כביכול. אפשר להסביר את זה גם במובן הרוחני – אדם מתפלל הוא אדם מתפלל. זה ממש מקום נפשי. היכולת לתת אמון בטקס התפילה היא קודם כל היכולת לתת אמון בקיומה של תפילה במציאות. אדם שלא מאמין ביכולתה של תפילה להשפיע על חייו, אדם שלא רואה את עצמו בשיח עם בוראו ובאמת באמת מתחת לכל הכיסויים הוא לא מוצא את עצמו פונה אל ה' עם רצונותיו כי אינו מאמין שיש משמעות לפנייה שכזו ושהיא תשפיע עליו שפע חיצוני נוסף על ערכה הפסיכולוגי, הוא בוודאי גם אדם שבהגדרה יתקשה למצוא את משמעותה הטקסית של התפילה. יותר ממה שר' נחמן מציע לנו "פתרון" ליציאה מהמסכים, הוא רומז לנו לעצור רגע ולשאול את עצמנו האם אנחנו מאמינים בתפילה שלנו או לא. לא בטקס התפילה, אלא בתנועה הנפשית של פנייה אל הבורא. תקרת הזכוכית של היכולת להימצא בנוכחות נפשית מלאה בתפילה לא תלויה ביכולת הריכוז במהלך התפילה או בהתרחשות זו או אחרת בתוך הטקס, אלא בחיבור הנפשי וברמת האמון שיש לאדם בכך שרצונותיו הם תפילה ושל תפילה יש יכולת להשפיע במציאות. קשה לך עם דבר מסוים? חשבת להתפלל על זה, או שזו לא באמת אופציית פתרון בחיים שלך? יכול להיות אולי שזו בכלל אפשרות כנה למחצה בחיך?

ראובן ושמעון עמלים שניהם לפרנסתם. שניהם נפגשים על אותו ספסל באחורי בית הכנסת בוקר אחר בוקר בטרם הם יוצאים לעבודה. גם ראובן וגם שמעון עומדים בתפילה ומבקשים מהקב"ה שפע גשמי ופרנסה בנחת בברכת השנים. נניח אפילו שאנחנו מנטרלים

## דיבורים של אמת

מההתרחשות מחשבות זרות וחוסר יכולת "טכני" או מקרי להתרכז. אלא שראובן מוצא במילות התפילה ביטוי כנה להתמודדות עם עול הפרנסה שעל כתפיו, בעוד ששמעון מרגיש שהבקשה נשאת אצלו מן השפה ולחוץ. בין אם זה בגלל ארכאיות הנוסח ובין אם זה בגלל עייפות שעת הבוקר המוקדמת שאינה בהכרח העיתוי האידיאלי לעיסוק ברחשי הלב הכמוסים. כך או כך, שמעון לא מצליח להרגיש אותנטי בבקשתו והדיבור לא מאיר לו. שורש הנתק לא נעוץ בכך שהפרנסה לא מעניינת אותו, אלא בכך שהתפילה לא נחוות ככלי רלוונטי בחיים שלו. ר' נחמן לא יכול להעניק לשמעון אף פתרון קסם עבור אותה תפילת שחרית. שמעון לא "טעה" בשום שלב של טקס התפילה. זה לא שהוא אמר משהו לא נכון או לא כיוון כוונה נדרשת זו או אחרת. ר' נחמן כפסיכולוג טוב מציע לשמעון לשאול את עצמו אם הוא בכלל נותן הזדמנות להתרחשות הרוחנית הזו בעולם שנקראת תפילה. עד כמה בעולמו הפנימי יש מקום לפעולה כזו, עד כמה הוא מאמין שיועיל להתפלל על פרנסתו. עוד לפני העובדה שהיהודים עשו מזה טקס, האם הוא מאמין ביכולת הנפשית להתפלל. יש אנשים שקושי הפרנסה הוא עבורם משהו להתפלל עליו, הוא מתרגם ישירות לנושא לתפילה כחלק מהחיבור לרחשי הלב העולים מהמציאות כל העת. יש אנשים שעבורם אותה הבעיה בדיוק לא מקבלת הזדמנות אמיתית לדיבור ושיחה עם הבורא כי כל הרעיון של שיחה עם הבורא נראה להם לא אמיתי. הפתרון של שמעון הוא תהליכי ויסודי בבחינת השאלה האם אני בכלל מאמין במה שאני עושה. וכפסיכולוג יהודי מאמין, ר' נחמן מעמיק שלב נוסף מעבר לערך הסידורי הפסיכולוגי הפשוט שתורם ה"אמון העצמי" והרצאת הרצונות, ומדבר על קומה נוספת חיצונית של שפע שנחשפת לאדם בעקבות תהליך התפילה.

קריאה זו עשויה להיתפס כמעט יותר קיצונית בהסבר דברי ר' נחמן. כביכול אנחנו שומעים כאן שר' נחמן מחזיר את הכדור למגרש של האדם וטוען כלפיו שהבעיה טמונה בו. שהוא לא מספיק מאמין. לא רק כי הוא אנושי וזה קורה לכולם, לא רק כי הוא לא קשוב מספיק כי כאלו אנחנו, אלא ממש כי הוא כביכול לא מספיק מאמין באופן אישי. בפרשנויות הקודמות שהצענו עד כה הבעיה סומנה כבעיה כללית בקיום האנושי, בעוד שבקריאה הנוכחית אנחנו עלולים לשמוע האשמה ספציפית יותר כלפי אדם שלא מצליח להתפלל. זו תלייה של אי היכולת להתפלל ולדבר דיבורים של אמת במהלך התפילה במקומו הנפשי של האדם עצמו. אבל למעשה, אני חושב שהבנת ההצעה של ר' נחמן באופן זה היא דווקא העצמת כוחו של האדם שאינו מאמין והאדרת המקום שהוא כן נמצא בו בכל אופן. כדי להמחיש את הדברים אציע דוגמא מעולם החינוך המוכר לנו. לנגד עיני רוחי עומדים שני מחנכים שעוברים בין התלמידים הצעירים הישנים על תלמודם במהלך הסדר: הראשון דוחק וגוער בהם שיצאו החוצה ויסתלקו מבית המדרש עד שידעו להתייחס כראוי אל הגמרא, והשני מבקש מהם לסגור את הש"ס ולומר לו מה הם כן רוצים להספיק ללמוד איתו ביחד בזמן המועט שנותר.

## מחולת המחנים

יתכן שמבחינה כמותית, תלמידיו של המחנך השני ידעו פחות גמרא [=יסתפקו בלומר בתפילתם "אנא ה' הושיעה" ותו לא, אם נחזור אל הנמשל], אבל אני סבור שבעולם החינוך המודרני רבים יסכימו איתי שחווית החיבור שלהם אל עולם הלימוד תהיה משמעותית יותר ועשויה עוד לשוב אל המסלול יום אחד. הרי לא סתם הם זנחו את הלימוד. משהו בו לא דיבר אליהם, לא היה שייך אליהם. לצפות שסיבוב בחוץ ישנה משהו לטובה זה במובן מסוים קצת ללכת ראש בקיר. האמון שר' נחמן נותן כאן באדם בתחום הזעיר שבו הוא כן יכול לזהות את עצמו כאדם מתפלל גורם בעיניי להצעה הזו להיות דווקא הנגישה ביותר אל האדם שמוצא את עצמו מסובב במסכיו ובקליפותיו של הסטרא אחרא. הוא קורא בהתרגשות "אנא השם הושיעה" וממלא במעט הזה את כל עולמו בכנות גדולה מאוד, מתחת לכל המסכים מסתבר שהוא עדיין מחובר.

גם זו, אם כן, הצעה כוללנית לשינוי תהליכי ותודעתי בחייו של האדם. ר' נחמן מסיט את מוקד העיסוק מהמכניזם של טקס התפילה אל השאלות היסודיות הנוקבות על מקומו של רעיון התפילה בעולמנו הרוחני, ורומז לנו ששם נמצא הדיון האמיתי. השאלה איך מגיעים עם זה לתפילה היא באמת שולית מול הבירור השורשי מה מקומה של התפילה הזו בחיים שלנו, ובדיוק את זה ר' נחמן רוצה שנבין. מי שידבר דיבורים של אמת, מי שיבין שהרצונות השונים שלו הם תפילות, שהקשיים בחיים הם נושא לשיחה עם הקב"ה ושיש טעם לדבר איתו עליהם, כבר לא באמת יצטרך לעסוק באופן מהותי בקושי של תפילת הקבע. נוכחות מועצמת של פנייה אל הבורא היא גישה שהופכת גם טקס של קבע למצע שיחה פורה, ואם אנחנו לא רואים את זה אולי כדאי שנשאל את עצמנו בכנות אם אנחנו לא שרויים עדיין בחושך ואם לא כדאי שנמשיך לעבוד ולדייק בכנות עד כמה אנחנו מאמינים בתפילה, עד כמה היא אמת לאמיתתנו ונכונה למקום שלנו. כדאי שנמשיך לברר מה ביכולתנו לעשות כדי לשנות את התודעה הזו.

נסכם כי התודעה הנדרשת מאיתנו לשם תיקון התפילה מתמצה בשלושה אפיקים. בשלב הראשון הצבענו על הצורך לתקן את הדיבור ולהיות מודע לחוסר השלמות שבו. בשלב השני הצבענו על הצורך לתקן את תחושת השייכות והיכולת להיות באינטימיות עם המציאות. בשלב השלישי הצבענו על הצורך להזדהות עם לב ההתרחשות הרוחנית שסביבו נבנה טקס התפילה.

## מילה לסיום

בשולי הדברים ברצוני להוסיף ולומר שאני סבור כי שלושת ההצעות העקרוניות שפרסתי פה לא מהוות באמת קריאות שונות או סותרות במסה של ר' נחמן. גם בגלל שהן מבוססות



## דיבורים של אמת

על מוקדים שונים לאורך התורות ואכן משקפות דרשות והצעות שונות שלו, אבל בעיקר בגלל שהן נובעות כולן מאותו מקום נפשי אחיד של הקשבה שאליו מכוון אותנו ר' נחמן. בשלב כלשהו אפילו התלבטתי אם לא עדיף לוותר על החלוקה הפנימית ביניהן ולהציג אותן כהצעה אחת אחידה, אולם לשם חידוד הזוויות השונות שבכל אחת מהן העדפתי מתודית להשאיר ככה את הצגת הדברים. לקח לי זמן להבין שבעצם מדובר בפרזנטציות שונות של אותן נקודות עקרוניות, אבל גם אחרי שמצאתי זהות עקרונית בין כלל ההצעות העדפתי להשאיר אותן מונחות באופן זה. כאמור, במהלך השנים האחרונות עסקתי רבות בתורות אלו ובניסיון לעמוד על פשר ועומק ההצעה שבהן לתיקון התפילה, ואני תודה לבורא עולם בראש ובראשונה על שזיכה אותי שיאירו לי הדברים בתפילתי ובחיי, ושנית על כך שזיכה אותי שאצליח להעלות אותם על הכתב לאחר מאמץ רב. מי ייתן ויתקיימו דברי ר' נחמן בתורה זו:

”גם בזה שיזכה לבקוע פתח לצאת, יזכה גם אחרים עמו, לעורר לתשובה רשעים אחרים, להוציאם מהחשך והגלות שהם אסורים שם”.