דם חם

מאת: חיים קרמר
נובמבר 30, 2019

כמה פעמים שמעתם את המושג "דם חם"? האם אמרו לכם שאתם אנשים עם "דם חם"? מה אומר רבי נחמן על מושג זה, כיצד לתעל אותו לטובתנו ועל מערכת הצדק העצמית שלנו?

צבעו האדום של הדם מסמל סבל, כעס ושפיכות דמים.

כאשר הגוף נחתך ודם נשפך, האדם חש כאב וסבל.

כאשר האדם סופג השפלה, עלולים פניו להאדים.

אם האדם כועס "ומתחמם", הוא עשוי "להאדים מכעס".

תגובות אלו מייצגות את מידת הגבורה. כשהאדם נשפט על מעשיו הרעים, הוא עלול להיענש בהשפלה או באסון, העלולים להביא אותו לידי כעס. במובן זה, לכל אדם ישנה מערכת צדק עצמית מדויקת הקוצבת לו "סבל" כנדרש. רבי נחמן מברסלב מסביר כיצד פועלת המערכת הזאת:

יצר הרע שלצדיק דומה למלאך. אך אצל רוב בני האדם יצר הרע הוא בעצמם דמם שלהם המזוהם. הוא הגורם להם לפעול בטיפשות ולחטוא. (על פי ליקוטי מוהר"ן חלק א, עב).

הסבל רומז לשיבוש רוחני – כאילו מחזור הדם של האדם המזוהם על ידי יצר הרע, תובע צדק כדי לשוב ולהיטהר. לכן, כאשר אדם סובב ודברים "לא הולכים" כמו שהוא היה רוצה, עליו להבין שדבר נובע מיצרו הרע המתבטא באמצעות דמו המזוהם, מכיוון שהיצר הרע "רוכב" על הדם. מכאן, אומר רבי נחמן, שאפשר להמתיק גזרי דין וסבל על ידי התגברות על תאוות (ליקוטי מוהר"ן חלק א, עב – ב, ד). תוך כדי עשייה, האדם מתגבר על יצרו הרע, "מחזור הדם המשובש" שלו, ומטהר אותו.

גוף האדם מפרק את המזון למרכיביו התזונתיים, על ידי הסבלנות שהוא מגלה בתהליך זה, וסבלנות זו נחוצה וחשובה להתפתחות הרוחנית שלנו. אם נלך צעד נוסף, נבין גם את חשיבותה של הסבלנות כאשר אנו חווים דינים, למשל כאשר אנו סובלים או נאלצים להתמודד עם מצבים בלתי נעימים אחרים. גילוי הסבלנות מהווה בעצמו גורם חשוב בהמתקת גזירות ובטיהור מחזור הדם.

אולי גם זה יעניין אתכם:

תנשמו אוויר נקי

12 טיפים לרגעים קשים

מקור האנרגיה החיובית

אני? בשמחה תמיד!

החיים יפים ופשוטים

שינויים כן נולדים

השקרים רבים, האמת אחת

לעבור את הגשר הצר

כמובן, אין פירוש דברים אלה שכאשר האדם מטהר את מחזור אז צבע דמו משתנה. 'אדום' – רומז תמיד להגבלות, וצבעו של הדם הוא תמיד אדום. אולם, ישנן הגבלות העשויות להועיל כאשר משתמשים בהן לגלות זהירות וריסון. למשל, נהיגה מתגוננת או נטרול מצב נפיץ. מבחינה רוחנית,

הגבורה מייצגת את תכונות יראת אלוקים , ולכן יש לה היבט חיובי ביותר . אולם לצורך העניין , נאמר שהדם דומה ליצר הרע המביא עליו גזירות וסבל .

ככל שהאדם ישלוט יותר על יצרו הרע , כך תגדל שליטתו בסבל , בתסכול ובהשפלה שהוא עלול לחוות , ובאותה מידה תגדל היכולת שלו להתמודד עם הסבל הזה . למה? מכיוון שהוא בנה מידה של ‘שליטה’ או ‘בקרה’ על הגזירות עצמן .

בהתחשב בעובדה שמחזור הדם של האדם משמש כמערכת הצדק הפנימית שלו , ניתן להבין כיצד יוכל לשמש כאמצעי לנפילתו – הן הפיזית והן הרוחנית . אנשים מסתבכים רק בגלל “הדם החם ” שלהם – החיפזון , הפזיזות והכעס שלהם . במעשים שלהם הם מביאים על עצמם את הגזירה ומכתיבים את השלכות הפעולות שלהם .

> ככל שהאדם ישלוט יותר על יצרו כך תגדל שליטתו בסבל , בתסכול
> ובהשפלה שהוא עלול לחוות , ובאותה מידה תגדל היכולת שלו להתמודד
> עם הסבל …

רבי נחמן מלמד (ליקוטי מוהר”ן חלק א , כט – ה , ט), שמחזור דם המזוהם מן החטא מקשה על הפרנסה . הגנב יוצר מזהמי דם בתוך עצמו , הוא הדין גם לגבי מי שנוהג בעסקיו שלא ביושר , שהרי למילה “דמים ” יש שתי משמעויות : ‘דם’ ו ‘כסף’, ושני דברים אלה קשורים זה בזה – מערכת דם נקייה מונעת גניבה , בעוד גניבה מזהמת את הדם ויוצר מחזור שלילי של דחף חזק יותר לגנוב , שטמון בו פוטנציאל גדול עוד יותר לדם מזוהם – וקושי רב יותר לטהר אותו .

יתירה מזו , כפי שרבי נתן מברסלב מראה לנו , המילה ‘מדמה’ עניינה ‘אשליה’, אך היא נגזרת מאותו שורש כמו המילה ‘דם’ (ליקוטי הלכות שלוחין ה , יט). מקורן של האשליות הוא במחזור דם מזוהם , מאותו דם הנושא את כל תאוותיו ורצונותיו של האדם .

מכאן אנו למדים ש ’התשוקה להנאה חושנית נובעת מדמו המזוהם של האדם’, כפי שמסביר רבי נחמן (ליקוטי מוהר”ן חלק א , לו , ג).

במילים אחרות : האדם בעצמו הוא מקור האשליות בן הוא נתון , והגורם הראשי לטעויות שלו .

לטהר את מחזור הדם בבת אחת !

רבי נחמן מלמד שישנן דרכים לטהר את מחזור הדם כולו בבת אחת . הרי החטא נגרם מיצר הרע הממוקם בלב , שמזרים דם מזוהם לכל איברי הגוף .

אחת הדרכים לטהר את הדם היא – להיאלם דום כשסופגים עלבון , להבליג בעת המבוכה . בשתיקתו האדם מפגין את יכולתו לכבוש את רצונו להשיב למעליב כגמולו , ואת הימנעותו מלכעוס , שכן כעס הוא גילוי של יצר הרע . הדבר ניכר במה שחש האדם לאחר שספג עלבון (ביזיון) : כהוא נבוך , הוא מסמיק ופניו מאדימות מרוב בושה . אחר כך הוא מחוויר , כאילו נשאב מגופו כל דמו . הדם מסמל את חטאיו , והחיוורון מסמל טיהור מהחטאים שחדרו למחזור דמו . למרות שהדם עוד זורם בגופו , השליטה העצמית וההימנעות מתגובה הן תשובה אמיתית , שהרי הן מהוות מעשה משמעותי של שליטה ביצר הרע (ראו ליקוטי מוהר"ן חלק א , ו – ב , ה) .

אחת הדרכים לטהר את הדם היא פשוט … לשתוק . להיאלם דום כשסופגים את העלבון , להבליג בזמן המבוכה …

לתשובה , אם כן , בדרך זו ישנם חסרונות . קשה מאוד לשאת בושה . ולא רק , למרות שהיא יכולה להופיע מעצמה , למשל , כאשר אדם טועה ליד אנשים רבים , לפעמים היא נגמרת על ידי אנשים אחרים – והרי ידוע לכל שאסור לבייש אדם ברבים . התלמוד משווה בין הלבנת פני חברו של אדם ברבים ובין שפיכות דמים וקובע – "כל היורדין לגיהינום עולים ,

חוץ משלושה שיורדין ואין עולין , ואלו הן : …. והמלבין פני חברו …"!

רבי נתן דן בבעיה זו ומסביר , שהבושה עלולה אומנם להיגרם על ידי אחרים , שהרי לכל אחד בחירה חופשית לפעול כראות עיניו , אך אל לו לאדם לבקש זאת . טוב יעשה מי שמבזים אותו אם יזכור את היתרונות הרוחניים המתלווים לסבל שהוא סובל .

הרגשת הבושה לא חייבת לבוא ממקור חיצוני . לעיתים קרובות , יודו אנשים בינם לבין עצמם שפעלו בלא שכל ויחושו מידה מסוימת של בושה , אפילו כשהם לבד . להרגיש השפלה על הטעויות והחטאים שלנו משמעו , להרגיש בשפלות שלנו לפני בורא עולם . בושה מסוג זה לא מחייבת את האדם לכבוש את כעסו , אך עצם ההודאה בחטא מייצגת שליטה – החלטה לרסן את התשוקות ולחדול מלחטוא ועל ידי זה להימנע מתוספת בושה . לכן , כל מי שמבקש באמת לעשות תשובה ירגיש בושה על חטאיו .

אחרי שרבי נחמן הסביר כיצד הדרך הטובה ביותר לתשובה היא לחוות השפלה, שאל אותו תלמידו – רבי נתן , "האם הסמקת אי פעם בגלל הבושה מאלוקים ?" (שיח שפרי קודש , תשל) .

כאשר רבי נחמן סיפר על שנותיו הראשונות , אמר : "לפנים הייתי מתבייש כל כך מה ' יתברך , והייתי מרגיש ממש את הבושה על פני . הייתי מרגיש כמי שמתבייש מאוד מפני חברו , ולפעמים אף הייתי מרגיש שפני מתחילות להחליף צבעים], ממש כמי שנבוך מחברו " (שיחות הר "ן , קסח) .

רבי נתן מסביר , שכל אדם זקוק לפחות למעט סבל לפני שישיג רוחניות . סבל זה יכול לבוא בצורת מאבקו האישי ביצרו הרע , או כזה שילבש צורה של התנגדות משפחתית , קשיים כלכליים או בעיה אישית אחרת . סבל שכזה מהווה גם הוא מעין בושה , ומולו אפשר רק להתאזר בסבלנות ולהמתין עד לפתיחת שערי הרוחניות ומציאת נחמה .

לכן , כל סבל – אם הוא מתקבל בסבלנות , הוא מהווה נדבך בשמירה על השתיקה לנוכח בושה , ועשוי לקרב את התשובה האמיתית , המושלמת .

* * *

(המאמר מבוסס על דברי המחבר בספרו אנטומיה של הנשמה . כנסו ותיהנו מהמבצעים המיוחדים של חנות האתר שלנו !) .