להתחיל את היום הכי טוב

מאת: נועה שלום
דצמבר 25, 2022

איך מתחילים את היום הכי טוב ? פשוט, עושים את הדבר הכי טוב. ואיך יודעים מה הכי טוב ? פשוט, מקיימים את העצה של רבי נחמן !

"אם רק הייתי יודע מהו כוחה של התפילה , לא הייתי מענה את הגוף שלי כל כך."

זאת הייתה המסקנה של רבי נחמן אחרי שנים של תענית וסיגופים במסירות נפש ממש. אילו רק ידע בשלב מוקדם יותר בחייו שכל מה שהוא משתוקק להשיג היה יכול להתבצע באמצעות התפילה , הבריאות שלו לא הייתה נפגעת כתוצאה מכל הצומות והסיגופים הפיזיים התובעניים שהיו מנת חלקו בחייו .

ולי גם זה יעניין אתכם :

בלי בושה: דברו על הכל בתפילה

התבודדות – הסידור של הלב

כוחה של תפילה

מכל מילה נברא מלאך

הוא גם היה אומר, “מהקטנים ועד הגדולים בינינו אי אפשר להיות יהודי כשר באמת אלא באמצעות ההתבודדות – התפילה האישית שאדם מתפלל בשפה ובמילים שלו. וזה אומר להקדיש זמן ומקום מסוימים ולשפוך את הלב לפני בורא עולם כפי שהיה (האדם) מדבר עם חברו הטוב ביותר.”

ואחר כך היה מונה שמות של צדיקים – צדיק אחרי צדיק, והדגיש שכל אחד מהם הגיע לרמה הגבוהה שלו רק בגלל התפילה האישית – ההתבודדות.

ולגבי עצמו? “הדרך שלי היא כולה תפילה!” אמר. וזה הפך לנוהג המוצק של חסידיו, לפנות בתפילה לבורא עולם בכל עת, בכל עניין ותחום בחיים – רוחני וגשמי כאחד.

“מהקטנים ועד הגדולים בינינו אי אפשר להיות יהודי כשר באמת אלא באמצעות ההתבודדות!”

פעם אחת הגיע לרבי נחמן אדם אחד שסיפר לו על הכמיהה הגדולה והפנימית שלו. “רבי, אני כל כך רוצה להתקרב לבורא עולם, איך עושים את זה?”

“עצתי לך היא” אמר לו רבי נחמן, “שתפנה ללימוד התורה כי ידוע שזו הדרך להתקרב לבורא עולם.”

האיש העני פלט אנחה קורעת לב. “אבל רבי, אני לא יודע איך ללמוד בכלל! זה שובר לי את הלב, ואני רחוק מלהיות תלמיד חכם...”

אם כך ” השיב רבי נחמן, “העצה הטובה ביותר היא להתפלל! דרך התפילה אפשר להגיע לכל מטרה! זו הדרך לתורה, לדבקות ולקדושה. את הכל מתחילים בתפילה!”

וזה משהו שרבי נחמן עסק בו כל הזמן, ללא הרף, בעליות גג נסתרות, בשקט של היערות, בפרטיות במיטה שלו או על הנהר בתוך סירה קטנה. הוא דיבר את כל אשר היה על ליבו והשתמש בכל ספר תפילות שמצא, אפילו בכרכי התפילות הקטנים שנכתבו לנשים.

כי אצל רבי נחמן, אם זו הייתה תפילה שום דבר לא יכול היה להיות טוב יותר!

מאמרים נפלאים ומרתקים נוספים בנושא צמיחה אישית תמצאו בקישור הזה.