עם יד על הלב : מה אתם יודעים על הכבד ?

מאת: חיים קרמר
מאי 9, 2021

הגוף שלנו הוא מעבדה שלמה שהולכת איתנו לכל מקום . אז עם יד על הלב : מה אתם יודעים על הכבד וההיבט הרוחני שלו ?

“שמו של איבר זה – הכבד ” כך מלמד רבי נחמן (ליקוטי מוהר”ן א , כט) “משקף את כל מובני המילה . עיקרו של דבר : הכבד מטהר את הדם שחומרים מיותרים מכבידים עליו .”

תפקידו של הכבד , כמו של שאר מערכות הסינון של הגוף , הוא תפקיד נכבד בהחלט . אם מספקים לו תזונה נאותה , הכבד משמש כמסנן הראשי של הגוף לטיהור המערכת כולה . אם לא , הוא מעבד את החומרים הזרים , אך מחזיר אותם לדם . חומרים מיותרים מצטברים בגוף , ובסופו של דבר פועלים כנגד בריאותו .

למערכת זו יש השלכות בתחום הרוחני , שהרי האוכל שהגוף מעכל יכול

להזין ולטהר את המערכת , או להזיק לתפקוד הגוף , שהכל תלוי באופן העיכול . בהתאם, המזון יכול להוסיף לכוחו של אדם ולסייע לו בחיפושיו הרוחניים , או להחליש אותו ולבלום את הניסיונות שלו להתעלות רוחנית .

כאשר דנים בכבד , נזכור שהנפש , אותו חלק של הנשמה המשתלב בגוף , שוכנת בדם . לכן היא קשורה בטבורה לכבד , האיבר שתפקידו העיקרי נוגע בדם . המילה 'נפש' קשורה בחשק , כמו בפסק (בראשית כג , ח): "אם יש את נפשכם " – "אם אתם רוצים ". לכן מחזור הדם נושא את התשוקות והרצונות הבסיסיים שלנו . מידת 'סינון מחזור הדם ' – כמה אנו מפתחים את הרוחניות שלנו ומתגברים על היצרים הראשוניים שלנו – תקבע את מסלול עלייתנו בסולם הרוחני .

אולי גם זה יעניין אתכם :

מערכת העיכול כקרש קפיצה לצמיחה רוחנית

המפתח לבריאות אמיתית נמצא בפירות

אכילה ומחשבה מזינה

אתה מה שאתה אוכל

התלמוד מלמד אותנו (חולין קט , ע"ב): "הכבד כולו דם ." הכבד מהווה תחנת מעבר ראשית עבור הדם , נוזל החיים האנושי הזורם דרך הגוף . לכן , כאיבר המטהר את נוזל החיים שלנו קשה להגזים בחשיבות הכבד לגוף .

מכיוון שהוא נמצא "בצומת " מערכת הדם , הכבד יכול לשמש כמטהר יעיל של הדם המזוהם הזורם בגוף שלנו , אבל הוא גם יכול להגביר את זיהום הדם. מחזור הדם הוא נדבך יסודי במבנה הרוחני שלנו . אם יש מישהו חושק (מדרגת נפש) בחיי חומר , ישקף דמו את הבחירה שלו . כבד יספוג את "רכיבי התשוקה " ויעבד את התאווה חזרה אל תוך המערכת . אם האדם מבקש רוחניות , הכבד יעבד "רכיבים רוחניים " וישחרר דם טהור אל המערכת.

הדם, שצבעו אדום , מסמל חום , כעס ושפיכות דמים . הוא מקביל לעשיו , שהיה "אדום " (בראשית כה , כה). כך מסמל עשיו הן את כוחות הרשע והן את הכבד , מוקד פעיות הדם בתוך הגוף . כעס והאשמות הם עוצמתו , ומי שנופל קרבן לתכונות אלה מוסר את עצמו להיות תחת השפעתו ושליטתו

של עשיו (ליקוטי מוהר”ן נז, ו).

המזון יכול להוסיף לכוחו של אדם ולסייע לו בחיפושיו הרוחניים,
או להחליש אותו ולבלום את הניסיונות שלו להתעלות רוחנית.

אולם, אין לראות בדם ובאדם רק ישויות העויינות קיום רוחני. בקבלה מייצג הצבע האדם גבורות, משפטים-דינים או עוצמות, והוא קשור לתכונת הפחד. כאשר אדם משתוקק לאלוקות דמו (כלומר כוחו) ינותב באותה מידה לכיוון יראת השם ועבודתו. אם כזה מצוי תחת שלטונו של הבורא ומשוחרר מהשפעתו של עשיו.

וכך מלמד אותנו רבי נחמן: שורשה של כל נשמה יהודית באחת משבעים הנשמות של בני ישראל שירדו למצרים בתחילה (בראשית מו, כז). לשבעים נשמות אלה ישנם שורשים בשבעים הפנים של התורה. כאשר אדם מקיים את התורה, הוא מושך רוחניות – את האלוקים – אל עצמו. אולם, אם הוא מרחיק את עצמו מן התורה, כאילו שקע בעבודת אלילים. הוא מושך אליו את כוחות הסיטרא אחרא – המתגלים בשבעים האומות. “כוחות” אלה מתממשים אם כן בשבעים ההיבטים של אופי האדם (ליקוטי מוהר”ן לו, א).

בני ישראל מושרשים בתורה, לה ישנם שבעים פנים – מחשבות ואמירות המנחות את האדם לאורך נתיב הרוחניות ומשנות את תכונותיו הרעות. תכונות רעות אלה נקראות ‘שבעים תכונות האופי’, ומתייחסות לתכונות הגלומות באופיין של שבעים האומות (המונח ‘שבעים אומות’ מקורו במספר האומות המנויות בספר בראשית י). כל מי שמרחיק את מאורה הרוחני של התורה מאפשר לתכונות השליליות של האומות להכות שורש בתוכו ולהתגלות בהתנהגות רעה או בלתי מוסרית.

יתירה מזו, בדיוק כפי ששבעים נשמות ישראל מושרשות ביעקב, מושרשות שבעים האומות בעשיו ובישמעאל. לכבד, כאיבר המייצג חומריות גסה, יש בסך הכל שבעים כלי דם ראשיים, המקבלים להשפעותיהן השליליות של ‘שבעים האומות’. הכבד עצמו מקביל לעשיו, בעוד יותרת הכבד מקבילה לישמעאל (תיקוני זוהר, תיקון כא, דף נב, א). האדם יכול לבחור בתורה ולקשור את עצמו למקורו של יעקב, הוא יכול גם לחפש גשמיות ולקשור את עצמו למקורות הרעים – עשיו וישמעאל.



אם מספקים לכבד תזונה נאותה הוא משמש כמסנן הראשי של הגוף לטיהור המערכת כולה

בכל דברי רבותינו אין איבר כה מושמץ כמו הכבד . הזוהר משווה בין הכבד לבין “עשיו האדמוני ” אשר כל עוד אינו מיטהר ושם אל אלוקיו , הוא מסמל את כוח הרשע עצמו . הכבד מקביל גם לעבודת אלילים , שהיא קרובה ליוהרה ולשחצנות ומקבילה לאש הגיהינום . כך כותב מחבר הספר “שערי קדושה ” (א, ב):

מיסוד האדם עולה מידת הגאווה , גסות הרוח , בשל היותו היסוד הקל והגבוה מכולם . ובכלל הגאווה – הכעס, כי האדם נעשה כועס כשלא עושים את רצונו משום שהוא גאוותן , ואילו היה שפל רוח ומכיר בחסרונותיו לא היה מתכעס כלל . הגאווה והכעס , אם כן , הן למעשה מידה אחת . תולדותיה של הגאווה הן שלוש : הקפדנות בליבו , כי לולא הגאווה לא היה מקפיד בליבו , כמו שביארנו , בקשת השררה והכבוד להתגאות על בני האדם , והשנאה לזולתו על היותו גדול ממנו , שגם היא תולדת הגאווה (עד כאן דבריו).

הכעס, הגאווה , העצבנות והשנאה אינם זקוקים לפרשנות . כולם מודים בפה אחד שתכונות אלה גרועות . למרות זאת , הן שולטות ללא פרופורציה בחברה כולה . הנה מספר נקודות , מתוך רבות , שמציין רבי נחמן בדבר משקלן של תכונות אלה והדרכים לשלוט בכבד ובכיס המרה – להשפיע עליהם באופן חיובי , כדי להתגבר על השפעותיהם השליליות :

- הגאווה מביאה לידי עוני (ליקוטי עצות, גאווה וענווה, ג).
- אכילה ושתייה מביאות ליוהרה (ספר המידות, גאווה א, טז).
- הגאווה שקולה כעבודה זרה. על ידי התקרבות לצדיק ניתן להכניע את הגאווה (ליקוטי מוהר”ן י, ה).
- איש יהיר הוא בעל מום (ספר המידות, גאווה א, כג).
- הכעס גורם לאדם לקרוע את נשמתו לקרעים (ליקוטי מוהר”ן חלק א, סח).
- הכעס מביא עמו התבזות, האדם הזועם משפיל את עצמו (ספר המידות, כעס א, טז).
- הכעס (או ה’חימה’) גורם לאדם להפסיד את כספו. העושר הוא ‘חומת מגן’ וכשהאדם כועס הוא הופך את ה’חומה’ ל’חימה’, וכך מפסיד את עושרו (ליקוטי מוהר”ן חלק א, סח).
- שנאת חינם מכשילה את האדם באכילת מזון טרף (ספר המידות אהבה ב, ד). דבר זה מזין את הכבד, מקור הכעס והשנאה, וגורם לשנאה נוספת.
- האנדרלמוסיה היא מסימני השנאה (ליקוטי מוהר”ן יז, ה).
- תקשורת הדדית באה עם השלום, ועל ידי מחלוקת אי אפשר לדבר (ליקוטי מוהר”ן א, רלט).
- בגלל תאוות האכילה האדם אוהב בן אחד יותר מילדיו האחרים (ספר המידות, אהבה ב, ה).
- האכילה בשבת מביאה אהבה ושלום (ליקוטי מוהר”ן נז, ה-ו).
- האהבה והחסד הן מילים נרדפות זו לזו (שם לא, ו).
- האהבה מביאה לידי שמחה (שם סא, ח).

“כאשר האדם אוכל, ניזון הכבד תחילה” אומר רבי נחמן. “אחר כך הוא מעביר חומרים מזינים אל תוך הגוף, אשר, בסופו של דבר, מגיעים למוח. ברור, שכאשר האדם צם, נעקף הכבד, שהרי המוח ניזון מהמאגרים הנמצאים כבר בגוף, ואילו הכבד נותר ללא חומרים מזינים טריים. לכן, בזכות הצום, נעשה הכבד משועבד למוח.

“ישנם שני סוגי שלום. האחד הוא הפסקת אש, האחר – דו שיח המתנהל בשלום. הצום מייצג הפסקת אש (ריסונם הזמני של האויבים, כוחותיו של ‘עשיו’, הנמצאים בכבד, אין זה שלום קבע). לעומת זאת, השבת – כאשר אנו נדרשים לאכול, מייצגת שלום יציב יותר – דו שיח הרמוני בין כוחות מסוכסכים, בו אפשר לסעוד בלי להיות משועבד להשפעת עשיו. בשבת מושל המוח בכיפה” (ליקוטי מוהר”ן חלק א, נז: ז-ח).

האכילה ברוח השבת עשויה לרומם את הראייה הרוחנית של האדם.

באמצעות מעשה האכילה הגשמי ביותר , אפשר להתעלות מעל למהות הגשמית אשר אנו חלק ממנה ! זאת משום ששבת דומה לשבת , ישיבה בשלום ובשלווה . האכילה , העשויה להוביל לשלווה , כמו בסעודת שבת משפחתית נינוחה , מסוגלת להכניע את האויבים שלנו ולהביא שלום , כמו שכתוב : “להשיב אויב ומתנקם ” (תהילים ח , ג).

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

מאמרים מרתקים נוספים בנושא בריאות – הגוף והנפש תמצאו בקישור הזה .