## "הגוף נהנה מן הגוף"

ב

הלכה מפורשות ארבע הכנות הגוף לתפלה, וכך מונה אותן הרמב"ם[[1]](#endnote-1):

תקון הגוף כיצד? כשהוא עומד בתפלה צריך לכוון את רגליו זו בצד זו. ונותן עיניו למטה כאילו הוא מביט לארץ, ויהי לבו פנוי למעלה, כאילו הוא עומד בשמים. ומניח ידיו על לבו כפותין, הימנית על השמאלית ועומד כעבד לפני רבו… ולא יניח ידיו על חלציו.

במ"א[[2]](#endnote-2) מבואר כי ארבע הכנות אלו מכוונות כנגד אותיות שם הוי' ב"ה: **י** – "עיניו למטה" (כנודע שכח הראיה שייך לחכמה), **ה** – "לבו למעלה" (בסוד "בינה לבא"[[3]](#endnote-3)), **ו** – "ידיו על לבו" (שהרי מדות הלב כלולות בחסד וגבורה, שכנגד יד ימין ויד שמאל), **ה** – "רגליו זו בצד זו" (ובמלכות נאמר "רגליה יֹרדות…"[[4]](#endnote-4)). ההלכות מסודרות ברמב"ם על פי צירוף **היהו** המאיר בחדש טבת (צירוף היוצא מסופי התיבות של הפסוק "נברכ**ה** לפנ**י** **ה**וי' עֹשנ**ו**"[[5]](#endnote-5)) – החדש העשירי, שבבחינת "העשירי יהיה קדש להוי'"[[6]](#endnote-6). על חדש טבת נאמר שהוא "חדש שהגוף נהנה מן הגוף"[[7]](#endnote-7), ועל פי המבואר כאן, בענין הכנת הגוף לתפלה, טבת הוא מקור ההנאה האלקית מתיקון הגוף – "הגוף [העליון, כביכול] נהנה מן הגוף [של האדם המתפלל]".

אכן, מכיון שבדברי חז"ל "הגוף נהנה מן הגוף" קאי כפשוטו, על זיווג איש ואשה, יש להבין לכל לראש כיצד מתבטאות ארבע הכנות הגוף גם ביחס לזיווג (ובפרט שמהות התפלה היא חיבור – כנודע[[8]](#endnote-8) מהלשון "התופל כלי חרס"[[9]](#endnote-9) – והיא זמן היחוד העליון, כנודע בקבלה). ובתמצית:

**י** – תכלית: "עיניו למטה" היינו כוונת עין השכל למצוות הזיווג, כשגולת הכותרת היא מצות "פרו ורבו"[[10]](#endnote-10). כל מצוה נעשית בארץ, ובהיות ש"המעשה הוא העיקר"[[11]](#endnote-11) תכלית עיון העינים להביט אל המעשה – להביט למטה. על כך נאמר "הוי' בחכמה יסד ארץ"[[12]](#endnote-12) – העינים מביטות למטה, אל הארץ. תפקיד כח הראיה של החכמה (ממנה בא כח ה"שוב"[[13]](#endnote-13) לקיים מצוות בארץ) לצפות "במחשבה תחלה"[[14]](#endnote-14) את ה"סוף מעשה" הרצוי – "איזהו חכם? הרואה [מראש] את הנולד"[[15]](#endnote-15) (וכן, "מחשבה תחלה" שייכת בפרט לספירת החכמה: **מחשבה** היא אותיות **חשב** **מה**, כשם ש**חכמה** היא אותיות **כח** **מה**, וכן "תחלה" מכוונת ל-**י** שבשם הוי' ב"ה במבנה ה'מרובע' של תחלה-ראש-תוך-סוף[[16]](#endnote-16)).

**ה** – דבקות: "לבו למעלה" היינו כוונת הלב אל השרש האלקי ודבקות בו בעת המעשה (כאשר, משום ש"עיניו למטה", אין כוונת הלב אל השרש גורעת מהריכוז ותשומת הלב למעשה במציאות). חוית ה"לבו פנוי למעלה, כאילו הוא עומד בשמים" היא תנועת ה"רצוא"יג של הבינה – "כונן שמים בתבונה"יב. בעת הזיווג "לבו למעלה" היינו התבוננות הלב ב"רצוא" ותשוקה לשרש המשותף העליון של הנשמות. בשרש הנשמות מזהה כל אחד מבני הזוג בעיקר את תכונותיו הנעלות של בן זוגו, משום ששרשו שלו הוא על-מודע עבורו, ואילו בן הזוג משקף את העל-מודע הזה בגלוי[[17]](#endnote-17), ולכן דבקות הלב בשרש הנשמות שואבת ממנו כח להגביר את עוצמת האהבה.

[ולתוספת העמקה: ה-**ל** של ה**ל**ב היא "מגדל הפורח באויר"[[18]](#endnote-18) – היא מגיעה ב"רצוא" עד ל"אוירא דכיא" בו הנשמות קיימות בשרש אחד. בסוד "**ג** אמות **אמש**" שבספר יצירה[[19]](#endnote-19) ה**א**ויר הוא הכתר, ובו השרש הכולל כאחד את ה**מ**ים-החכמה (שבסוד ה-**י** שבא**י**ש) ואת הא**ש**-הבינה (שבסוד ה-**ה** שבאש**ה**). האיש והאשה כלולים יחד באות **א** שב**א**וירא – האיש רמוז ב-**י** העליונה שבציור ה-**א**, והאשה רמוזה ב-**י** התחתונה בציור זה. "התגלות עתיקא בבינה"[[20]](#endnote-20) – ה-**ל** של "בינה לבא" שואפת לעלות אל הכתר, והשרש המשותף שבכתר מתגלה דווקא במדרגה הבינה (וכאשר **א** הכתר מתגלה ב"**בינה** יתרה באשה יותר מבאיש"[[21]](#endnote-21) הופכת היא ל**נביאה**, הרואה בבירור את השרש האלקי המשותף וממשיכה ממנו חיים והשראה לחיי הנישואין.]

**ו** – רגישות: שימת הידים על הלב, במעין 'מדידת דופק'[[22]](#endnote-22), מבטאת את הרגישות הלבבית לקצב של בן הזוג בזיווג[[23]](#endnote-23) (בניגוד גמור לשימת הידים על החלציים, המבטאת התמכרות להנאה הפיזית של האדם עצמו מהזיווג). הידים מקבילות לאהבה ויראה, שהן השרש לכל מדות הלב. תיקון מדות הלב הוא בשני המאפיינים של תנוחת הידים – "… כפותין הימנית על השמאלית, ועומד כעבד לפני רבו". העמידה כעבד לפני רבו היא ההכנעה הדרושה על מנת שהאדם לא יתמכר להרגשותיו שלו באופן של "יש מי שאוהב". הגברת הימין על השמאל היא הגברת האהבה והרצון לנתינה על הגבורה והמדידה של הזולת בדין (ואז הופך השמאל-הכנוע-לימין עצמו לכח מדידה שכל ענינו רגישות לבן הזוג וצרכיו). תיקון כזה של מדות הלב הוא המאפשר את הרגישות לזולת וההתאמה אליו הנחוצה בזיווג.

**ה** – צניעות: "לכוון את רגליו זו בצד זו" היינו כיוון וישור ההרגלים הטובים המעשיים של בני הזוג. ישור הרגלים הוא כדי להתדמות למלאכים, בהם נאמר "רגליהם רגל ישרה"[[24]](#endnote-24). בזיווג תקון הרגליים היינו בעיקר צניעות הזיווג – סוד "בשתים יכסה רגליו"[[25]](#endnote-25) האמור במלאכים[[26]](#endnote-26).

[ועוד, ה"רגל ישרה" של המלאכים – הנעדרת ברכיים ("קפיצין" בלשון חז"ל[[27]](#endnote-27)) – מלמדת שאין ישיבה לפני ה'[[28]](#endnote-28). בחסידות[[29]](#endnote-29) מבואר כי ישיבה היינו כפיפת הראש-המוחין כלפי מטה והגבהת הרגלים-המעשים כלפי מעלה, ואם כן הדגשת העמידה בהקשר של הזיווג מלמדת שאין להשקיע את המוחין במעשה זה מחד (ועל דרך הפתגם החסידי[[30]](#endnote-30), בסוד "יגיע כפיך [– ולא יגיעת מוחך[[31]](#endnote-31)] כי תאכל"[[32]](#endnote-32), ש"אין להכניס את הראש בערדליים"), ולאידך שעל הרגליים להיות נטועות היטב בקרקע באופן מעשי ומתוקן (ואף על פי כן אין נעלים ברגלי המלאכים, כדי שהעמידה היציבה על הקרקע לא תהפוך לשקיעה-נעילה בגשמיות, ועל כן צווי הפרישה מהגשמיות מנוסח בתורה בלשון "של נעליך מעל רגליך"[[33]](#endnote-33)). אי כפיפת הרגליים מסמלת גם אי נכונות להשתחוות – עד שהיו צדיקים (כדוגמת רבי חיים מצאנז, בעל ה"דברי חיים", ורבי מרדכי מקרעמניץ) שהקפידו שלא לכופף לעולם את ברכיהם, מחוץ להשתחוואות בתפלה – והיינו שמירת האדם מהשפלת עצמו הגורמת לו להכנע לתאוותיו ולהמשיך בכך חיות לחיצונים[[34]](#endnote-34)].

סדר הצירוף בדברי הרמב"ם – **היהו** – מלמד כי הסדר הנכון של מדרגות אלו הוא צניעות-תכלית-דבקות-רגישות, כאשר כל מדרגה מכינה את זו הבאה אחריה: בלי הקדמת הצניעות הדרושה, המעדנת את בני הזוג ומשרה עליהם תחושת יראת שמים וזכרון מה שלמעלה מהם, אין הם יכולים לזכור את התכלית הרצויה של הזיווג ולחוש בה. רק מתוך זכרון התכלית מתרוממים מעל המגע המקומי הנמוך וזוכים לדבקות אמיתית, שיש בה גם זכרון של בני הזוג בשרש המשותף. רק מתוך דבקות בשרש נשמת בן/בת הזוג והתפעלות ממנו ניתן להשתחרר מהשעבוד לתאוה העצמית ולהגיע לרגישות אמיתית לתחושותיו ולקצבו של הזולת, בגוף ובנפש.

1. . הלכות תפלה פ"ה ה"ד. [↑](#endnote-ref-1)
2. . תורת חיים גליון 24, עפ"י שיעור י"ט אב ה'תשנ"ט. [↑](#endnote-ref-2)
3. . "פתח אליהו" – הקדמת תקוני הזהר. [↑](#endnote-ref-3)
4. . משלי ה, ה. [↑](#endnote-ref-4)
5. . תהלים צה, ו. פסוק זה הוא שירת הכלבים, החותמת את פרק שירה. [↑](#endnote-ref-5)
6. . ויקרא כז, לב. [↑](#endnote-ref-6)
7. . מגילה יג, א. [↑](#endnote-ref-7)
8. . תורה אור עט, סע"ד (ובכ"ד). [↑](#endnote-ref-8)
9. . כלים פ"ג מ"ה (לפי אחת הגרסאות). וראה גם רש"י לבראשית ל, ח. [↑](#endnote-ref-9)
10. . בראשית א, כח (וראה בשער ד בתורה "שארה כסותה ועונתה בסוד ההריון" וביין משמח ח"א שער ה בתורה "שלש מצוות הנישואין"). [↑](#endnote-ref-10)
11. . על פי אבות פ"א מי"ז. [↑](#endnote-ref-11)
12. . משלי ג, יט. [↑](#endnote-ref-12)
13. . יחזקאל א, יד (וראה לקו"ת ריש פרשת מצורע, ובכ"ד, שבינה וחכמה הן בסוד "רצוא ושוב"). [↑](#endnote-ref-13)
14. . מתוך זמר "לכה דודי": "סוף מעשה במחשבה תחלה". [↑](#endnote-ref-14)
15. . תמיד לב, א. [↑](#endnote-ref-15)
16. . ראה סוד הוי' ליראיו שער ד פי"א (עמ' קפו). [↑](#endnote-ref-16)
17. . ראה ביין משמח ח"ב שער א בתורה "לא זז מחבבה עד שקראה אמי". [↑](#endnote-ref-17)
18. . חגיגה טו, ב. סנהדרין קו, ב (וראה רש"י שם). [↑](#endnote-ref-18)
19. . פ"א מי"ג (ואילך). [↑](#endnote-ref-19)
20. . ראה זהר ח"ב קעח, ב. תו"א ריש פרשת לך לך, ובכ"ד. [↑](#endnote-ref-20)
21. . נדה מה, ב. [↑](#endnote-ref-21)
22. . ודוק בסיפורי מעשיות מעשה מז' בעטלערס אודות הבעטלער בלי ידיים (וכן יש לכוון את שאר התכונות לבעטלערס המקבילים להם, ודוק). [↑](#endnote-ref-22)
23. . ראה שכינה ביניהם פ"ז. [↑](#endnote-ref-23)
24. . יחזקאל א, ז. [↑](#endnote-ref-24)
25. . ישעיה ו, ב. [↑](#endnote-ref-25)
26. . וראה יין משמח ח"א שער ז בתורה "בושה, צניעות, תשוקה". [↑](#endnote-ref-26)
27. . ירושלמי ברכות פ"א ה"א ושבועות פ"ו ה"ה. [↑](#endnote-ref-27)
28. . בראשית רבה סה, כא. [↑](#endnote-ref-28)
29. . ראה תו"א בראשית ד"ה "השמים כסאי". [↑](#endnote-ref-29)
30. . ראה תורת מנחם ח"א עמ' 183. [↑](#endnote-ref-30)
31. . ראה לקו"ת חקת סו, ג ודרושי ר"ה סג, ד – ובכ"ד. [↑](#endnote-ref-31)
32. . תהלים קכח, ב. [↑](#endnote-ref-32)
33. . שמות ג, ה (וראה רבינו בחיי עה"פ, ובזהר ח"ב רכב, א). [↑](#endnote-ref-33)
34. . כמבואר בחסידות (ראה תו"א קב, ב ובכ"ד) שהחיצונים יונקים מהגבהת עצמם למעלה בגאוה למקום בו "אם צדקת מה תתן לו" (איוב לה, ז) או משפלות התאוה לינוק מהשמרים הגסים שבתחתית סדר ההשתלשלות (ויש צורך בחרב פיפיות, בעלת שתי פיות, להכרית את יניקת הקליפה מלמעלה ומלמטה), ודוק. [↑](#endnote-ref-34)