

צ'בזטי מזהר"ן

תנינא

דף מד.

עם

ביאור חברותא

ללימוד בעיון

תורה קבג

אמר שהמתמיד בלימוד ספרו יהיה נעשה איש כשר באמת  
ובעל מה גדול כי יש בה עמקות נוראה שאין בשום ספר  
(ה"מ שמו שמה)

תורה אור  
 תהלים פו (ב) שְׁמֵרָה נִפְשִׁי  
 פִּי הַסֵּיד אֲנִי הוֹשַׁע עַבְדְּךָ  
 אֱלֹהֵי הַבּוֹשֶׁת אֱלֹהֵי:  
 דְּבַר הַיָּמִים - ב' יז (ו) וְיִגְבֶּה  
 לְבֹ בְּרִיךְ יְיָ וְעוֹד הַסֵּיד  
 אֵת הַמְּנוּחַ וְאֵת הָאֲשֵׁרִים  
 מִיְהוּדָה.

ח"ו [1]. וע"י טבילה כמים נפתחין נקבי הויעה. וזה טוב מאד  
 לבריאות הגוף. רק שלא יהיו המים קרים ביותר. כי אז מיא  
 מטרשי [2] להנקבים הנ"ל. אבל כשאין המים קרים מאד. אזי  
 הטבילה בהם טובה מאד : **גם** כבר מבואר שאין  
 העבודות וסיגופים שקורין [3] (האריוואני) מוזקים כלל [4]. ומי  
 שמוזק לו העבודה והסיגופים זהו רק מחמת גדלות :

**קכד שמעתי** בשמו שאמר, שלפעמים מגיע לאדם  
 הרהור תשובה והשתוקקות להשי"י באיזה מקום שצריך שם  
 באותו המקום דייקא להתחוק בזה הרהור תשובה  
 וההשתוקקות כגון לדבר שם איזה דיבורים של תחינות ובקשות  
 או דברי השתוקקות בפה ובלב כפי הענין ולא ימתין ולא יזוז  
 ממקומו. אעפ"י שאין זה המקום מוכן לכך. כגון שלא במקום  
 קביעות לתורה ותפילה. רק בדרך הילוכו וכיוצא. כי כשיוזו  
 ממקומו יכול להיות שיפסוק [5]. וכן ממנו ז"ל בעצמו ראינו  
 ענין כזה כמה פעמים שלפעמים נשאר עומד באמצע הבית  
 ודיבר עמנו וגילה לנו תורה נפלאה ושיחה נאה מאד וגילה  
 דרכים נפלאים לעבודת השם יתברך והתעוררות גדול וכו' ולא  
 רצה לזוז ממקומו. עד שנמר מה שרצה. וכן היה כמה פעמים :

**קכה מענין** אמירת תהלים דיבר עם אחד, ואמר לו,  
 שעיקר אמירת תהלים לומר כל מזמורי תהלים על עצמו.  
 למצוא א"ע בתוך כל מזמור ומזמור. ושאל אותו ז"ל איך.  
 ופירש לו רבינו ז"ל קצת. כי כל המלחמות שביקש דהמע"ה  
 שיצילחו השי"י מהם, הכל צריכין לפרש לעצמו על מלחמת  
 היצה"ר והיילותיו. וכיוצא בזה בשאר המזמורים. [6] (וכמבואר  
 מזה לעיל בסי' קא [7]) ושאל אותו, איך יפרש לעצמו  
 "בהפסוקים שדהמע"ה משבח א"ע כגון **שמרה נפשי כי חסיד  
 אני** [8] וכיוצא בזה. השיב לו, גם זה צריכין לפרש על עצמו,  
 כי צריכין לדון א"ע לכף זכות, ולמצוא בעצמו איזה זכות  
 ונקודה טובה אשר בבחי' הנקודה טובה הזאת הוא בחי' חסיד  
 וכיוצא. ואמר לו רבינו ז"ל, הלא אצל יהושפט כתיב **ויגבה לבו  
 בדרכי ה'** (ד"ה ב' יז) שבדרכי ה' ועבודתו ית' הגביה לבו קצת.  
 עוד אמר לו רבינו ז"ל, הלא בבוקר אנו אומרים בתחילה מה  
 אנו מה היינו וכו'. ואנו מקמינים עצמינו מאד [9]. ואח"כ אנו  
 אומרים **אבל** אנהנו עמך בני בריתך וכו' [10]. שאח"כ אנו  
 מחזקים עצמינו ומרימים את עצמינו ואנו מספרים את  
 גדולתינו ומתפארים שאנהנו עמו בני בריתו זרע אברהם יצחק  
 ויעקב וכו'. כי כך צריכין להתנהג בעבודת ה' כנ"ל : ועיין מזה  
 בסוף ספר הראשון בסי' רפ"ב. על פסוק **אזמרה לאלקי בעודי**  
 [11].

להתיבות לבד עד ברוך שאמר. ע"כ ראוי לאדם לנהם א"ע  
 ולשמה א"ע על אשר עכ"פ הוא זוכה לומר התיבות של  
 התפילה : **ושמעתי** שהי' מדבר עם איש פשוט אחד מענין  
 תפילה שקשה מאד להתפלל ונתן לו עצה, ואמר לו, שיחשוב  
 בלבו שאינו צריך להתפלל כ"א עד ברוך שאמר. כי אולי הוא  
 צריך בגילגול זה לתקן רק חלק זה מהתפילה. כי אולי בגילגול  
 הראשון כבר התפלל בכוונה שאר חלקי התפילה, רק חלק זה  
 עד ברוך שאמר הוא צריך עכשיו בגילגול זה להתפלל בכוונה,  
 וע"כ יכניס כל כחו בזה המעט להתפלל בכוונה עד ברוך  
 שאמר. ואח"כ כשיגיע לברוך שאמר, יחשוב אולי צריך לתקן  
 חלק זה כגון מב"ש עד **ויברך דוד**. ויתפלל עוד אותו החלק  
 בכוונה. וכן להלן. והכלל שלא יבלבל דעתו בתחילה בכל  
 התפילה כי יהי' קשה וכבד עליו. רק יתאמץ בכל פעם לומר  
 מעט מעט בכוונה, כי מעט יכולין להתפלל בכוונה. ואח"כ עוד  
 מעט וכו' כנ"ל : **גם** כבר מבואר, שבאמת ע"פ הרוב, אין  
 יכולין להתפלל כל התפילה בכוונה רק מעט. כי כ"א מתפלל  
 איזה חלק מהתפילה לפי בחינתו. כי אית מארי דידין ומארי  
 דרגלין וכו' [12]. כמבואר במ"א [13].

**קכב לענין** המחשבות זרות שבתפילה, וכבר ידוע שכל  
 מחשבה ומחשבה היא קומה שלימה כמובא [14]. ואמר,  
 שכשהאדם עומד ומתפלל כסדר ואינו משגיח על המחשבות  
 זרות, ועי"ז הוא מנצה אותם ומעבירם ממנו. [15] (וכמבואר במ"א  
 [16] שאין צריכין להסתכל עליהם כלל, רק לילך כסדר ו'בתפלתו  
 ולבלי להביט לאחוריו כלל ועי"ז ממיאל יסתלקו [17]). אזי בדרך  
 הילוכו בתפילתו, הוא מפיל אותם, לזה הותך יד ולזה הותך רגל  
 וכיוצא בזה בשאר האברים. פי' כמו למשל בענין מלחמה  
 כשצריך לילך ולעבור בין הרבה רוצחים ואורבים. וכשהוא  
 גבור ועובר ביניהם, אזי בדרך הילוכו הוא מפיל אותם. כי לזה  
 הותך יד בדרך הילוכו ומפילו, ולזה הותך רגל וכו' וכיוצא בזה.  
 כן הוא ממש בענין התפילה. שכשמתפללין כסדר ואין משגיחין  
 על המחשבות זרות ודוחין אותם ומפילם, אזי בדרך הילוכו  
 בתפילתו, הוא הותך לזה יד, ולזה רגל וכו' כנ"ל. כי כל מחשבה  
 זרה הוא קליפה והיא קומה שלימה כמובא. וכשמסתגבר  
 להתפלל כסדר ולבלי להסתכל עליהם, אזי הורג אותם, או  
 הותך מהם אברים אברים כנ"ל :

**קכג אמר** שמקוה אינה מוזקת כלל [18]. והדאקטיר שיאמר  
 לו שמקוה מוזקת, אינו דאקטיר כלל. אדרבה טבילת מקוה טובה  
 מאד לבריאות הגוף. כי יש נקבים קטנים הרבה בגופו של אדם,  
 והם נקבי הויעה שדרך שם יוצא הויעה מן האדם. והם צריכין  
 לפתוח. כי אם נסתמין נקבי הויעה יוכל ליהלש וליפול לחולשה

## חזק חזק חזק

<sup>10</sup> תורה קא תנינא  
<sup>11</sup> בתקפא - בהפוסקים, בתרלד ותולו - בהפוסקים, ומתוצו - מהפוסקים  
<sup>12</sup> \* תהלים פו ב'  
<sup>13</sup> מתוצו- מאד  
<sup>14</sup> חיי מוהר"ן תמג  
<sup>15</sup> נראה שרבו החשיב מאד את התורה הו שבה סיים את החלק הראשון ועוד הוכיח אותה בחלק השני תורה  
<sup>16</sup> ותורה מה ותתם בה את ספרו כאן.

<sup>17</sup> בתקפא בכותרת נשמש- קכה, ובתולו תוקן  
<sup>18</sup> עיין תיקון יח דף לב:  
<sup>19</sup> עיין שיחות הר"ן סימן עה.  
<sup>20</sup> עיין בעש"ט עה"ת פרשת נח אות קטו ומקור מים חיים שם.  
<sup>21</sup> מוהר"ת בתקפא  
<sup>22</sup> סוף תורה עב, ושיחות הר"ן סימן עב וסימן עה, וחי"מ תקו, ותניא פכ"ה, ותורה רגל ותורה נ' תנינא  
<sup>23</sup> מתוצו - בתפילתו  
<sup>24</sup> עיין תורה נא תנינא  
<sup>25</sup> עיין בעש"ט עה"ת פרשת יתרו אות טו  
<sup>26</sup> עיין ספר הברית ח"א מאמר יז פ"ד  
<sup>27</sup> פי' סתמין הנקבים (ועיין תולין מו: מו: בקררי לא דמטרשי ופרשי' לשון טרשים שמקשים אותה כאבן)  
<sup>28</sup> מוהר"ת בתקפא, במשך הנחל-האריוואני  
<sup>29</sup> עיין שיחות הר"ן סימן רחצ  
<sup>30</sup> עיין שיש"ק ח"א סימן תרעה. ושם ח"ה סימן קמט  
<sup>31</sup> מוהר"ת בתקפא

# מאמר מקוה אינה מזקת כלל

## מספה"ק ליקוטי מוהר"ן תנינא

זמן ומקום אמירת התורה  
לא ידוע

### פתיחה

מקוה אינה מזקת כלל והדוקטור שאומר שמקוה מזקת, אינו דוקטור כלל. כי כשאין המים קרים ביותר אזי אדרבא טבילת המקוה טובה מאד לבריאות הגוף, כי נפתחין נקבי הזעה על ידי זה, כידוע להדוקטורים הבקיאים (לק"ע מקוה א) וגם כשהמקוה קר מאד אינו מזיק אלא לבעל גאוה.

### שיחות

הרקע לאמירת התורה ראה **נעימות נצח** (לרב חיים מנחם קרמר) תורה קבג הערה ובו רבנו חי בעיצומה של המהפכה התעשייתית (תק"י-תר"י). ההיסטוריונים מציינים שאחת מההתקדמויות העיקריות שהביא העידן התעשייתי לחברה באירופה הייתה מהפכת ההיגיינה. תנאי המגורים והתזונה השתפרו, ואתם גם המודעות להרגלי ניקיון ושמירה על הגיינה, כמו רחצה תכופה של הגוף ורחיצת ידיים בסבון במים כמה פעמים ביום. נערכו כינוסים שבהם רופאים ומנהיגי ציבור ביקשו להעביר את המסר לכל בני האדם. היעד החיוני היה להביס מחלות מדבקות כמו דבר, כולרה, טיפוס וקדחת צהובה. המקוואות בימי רבנו לא זכו לחיטוי בכלור, לחיפוי בקרמיקה ולשמירה על חום קבוע, כפי שהם בימינו. לא הייתה מערכת ביוב בתוך המבנים, ובוודאי לא מערכות לסינון ולחיטוי המים. לכן אין תימה בדבר שעם המודעות הגוברת לחשיבות השמירה על הרגלי היגיינה מודרניים, רופאים באותה תקופה התנגדו לטבילה במקוה. רבנו דוחה את טענותיהם של אנשי הקהילה הרפואית וטוען שאדרבה, טבילה במקוה היא לא רק בלתי מזיקה, אלא גם מועילה לבריאות.

לקוטי הלכות  
אין

### קושיות

- א. והדאקטיר שיאמר לו שמקוה מזקת, אינו דאקטיר כלל - צ"ע משמע שדאקטיר שמודה שאינה מזקת הוא בן דאקטיר? והרי בשיחות הר"ן אות נ' אמר להתרחק מרופאים כמטחוי קשת כי מזיקים יותר ממה שמועילים. ועוד אדרבה דייקא דאקטור שטועה יותר ראוי לקרא לו דאקטור, שהרי כך נהג לומר שהרופאים בדרך כלל טועים. שמעון גבירץ דחה שרבנו לא התכווין להבחנת החולי, אלא לרפואת החולי בלבד. וצ"ע כי אמר להתרחק מהם כמטחוי קשת משמע לא לשמוע להם כלל. ואולי אמר להתרחק שמא יבוא לשמוע להם ולהתרפא מהם שבזה הם מזיקים יותר ממועילים.
- ב. והדאקטיר שיאמר לו שמקוה מזקת, אינו דאקטיר כלל - צ"ע גדול מדוע אינו דאקטור הרי לפי כל חוקי הרפואה מקוה קר קרוב לגרום לדלקת ריאות שהייתה אז מחלה שאין לה תרופה. וגם חז"ל/ז' הזהירו מאד מצנינים ופחים. דהיינו קור וחום והנה מחום א"צ להזהיר שהרי האש שורף אלא להקיש זה לזה ולומר שקור מסוכן כמו אש. נראה אע"פ שרבנו סתם דבריו בתחילה שמקוה אינה מזקת כלל. אבל מה שאמר על הדאקטיר כוונתו לדר' שאמר שגם מקוה שאינו קר מזיק.
- ג. והדאקטיר שיאמר לו שמקוה מזקת, אינו דאקטיר כלל, ומבאר דבריו כיון שמקוה שאינו קר הוא אדרבה טוב מאד לרפואת הגוף. - צ"ע לכאורה כיון שדברו דווקא על מקוה ולא על בית מרחץ (ששם היה לכל אחד קערה של מים לעצמו) משמע שעיקר טענתם היה כיון שהמים במקוה לא נקיים וגורם למחלות. ומה כוונת רבנו שמדבר על נקבי הזיעה שנפתחים במקוה, הרי לכאורה אדרבה עי"ז המים מלאים מזוהמת הזיעה שיצאה מהטובלים, ועוד שהנקבים נפתחים גם חוזר ונכנס זוהמת המים ומזיק. נראה שמוכרחים לומר שהכל כלול במה שסתם ואמר בכלליות מקוה אינו מזקת כלל, אע"פ שזה נגד ההגיון וכללי הרפואה. וכמבואר בראשית חכמה שע"י המקוה נדבק בבורא והוא שומר עליו שלא יזיק לו אפילו מים קרים. רוצה לומר אע"פ שהכל בידי שמים חוץ מצנינים ופחים, מקוה שאני, וא"כ כ"ש סיבה אחרת כגון זוהמת הזיעה שהיא בן בידי שמים.

ד. רק שלא יהיו המים קרים ביותר כי אז מיא מטרשי – משמע שמים קרים פותחים את נקבי הזיעה ורק מים קרים ביותר סותמים. וצ"ע מדנקט לשון הגמ' בחולין מו: כיצד בדיקת נקב בריאה, ע"י שמשרה אותה במים, לא בקרים ולא בחמים כי הם סותמים את הנקב, אלא בפורשים. משמע שמים קרים סותמים ורק פורשים לא סותמים. וצ"ע אם יש לחלק בין ריאה שהיא חתיכת בשר המת, לגוף חי.

ה. רק שלא יהיו המים קרים ביותר כי אז מיא מטרשי – משמע שמים קרים פותחים את נקבי הזיעה ורק מים קרים ביותר סותמים – וצ"ע ממנהג העולם לרפואת הגוף לשהות בסאונה שהיא מקום של אדים חמים שמחמם הרבה את הגוף וגורם לו להזיע הרבה, ולכאורה אדרבה מוזיק לגוף משתי סיבות אחת שהוא חום והרי חמים סותמים כמבואר בחולין מו: ועוד שמזיע הרבה ומבואר בספר הברית שהזיעה יותר מדאי מוזיק. ובאמת ממה נפשך אם חם סותם, הרי לא מזיע יותר מדאי, ואם מזיע יותר מדאי הרי שחם לא סותם. וכן רואים בחוש שאדרבה כמה שיותר חם יוצא יותר זיעה. ובספרים מבואר הטעם כדי לקרר את הגוף, כידוע הכלל שמים מתאדים מקררים, הפך הגו הנדחס שגורם חום (כידוע שכך פועל המזגן). וכנראה שבחולין מו: הכוונה למים חמים מאד ששולק את הבשר.

ו. גם כבר מבואר שסיגופים אינם מזיקים – צ"ע מה הקשר לדלעיל? ונראה כוונתו למקווה קר וטבילה בנהר מכוסה בקרח וגלגולי שלג. וקמשמע לן אע"פ שבוזה באמת מצד חוקי הרפואה כן מוזיק. אבל כשעושה לשם שמים להכניע עזות הגוף לזכבו ה' שומר עליו.

ז. צ"ע כי יש מעשה באחד שמת מרוב צומות שנהג בהן. ורבי גרשון מקיטוב גינה אותו שמת כיון שרצה לחקות אותו. וצ"ע הרי עשה להכניע עזות הגוף לשם שמים ומדוע ה' לא שמר עליו? נ"ל שיש חילוק בין מקווה לתעניות, שמקווה אמרו צדיקים בפירוש שלא מוזיק. אבל תעניות לא אמרו, אדרבה אמרו בתענית יא: שמי שאין בכוחו ומתענה נקרא חוטא. ואם הוא ת"ח אסור כי ממעט במלאכת שמים. ועל כן נראה הגדר בזה שכל דבר שעושים נגד הטבע, שייך רק למי שבכל דרכיו כופר בחוקי הטבע, אבל אם אין לו אמונה שלימה שאין טבע, אזי הטבע חזק ממנו.

## הקדמה

רבנו אומר כאן שמקווה אינה מזקת כלל. להבין את החדוש בדבריו צריך לדעת שמקוואות של אז לא היו נקיים, ולזיהום הגוף לא היה את התרופות שיש היום, ועוד שלא בכל מקום ובכל זמן היה מקווה חם, וטבילה בקור האוקראיני במים קרים, על פי חוקי הרפואה קרוב מאד לגרום לחולי דלקת ריאות שבזמננו לא היה לה תרופה. וכבר אמרו חז"ל הכל בידי שמים חוץ מצינים ופחים (קור וחום). דהיינו שצריך להיזהר מקור כמו מאש. וסכנתא חמירה מאיסורא, וכתוב (דברים ד' טו) "ונשמרתם מאד לנפשותיכם".

עוד עד הבעש"ט היתה תקנת עזרא לבעל קרי, וגם אותה רבים ביטלו. ורבנו מדבר כחמישים שנה אחרי הסתלקות הבעש"ט שהחזיר אצל החסידים את תקנת עזרא<sup>1</sup>, ותלמידיו עוד הוסיפו לחזק את מעלת הטבילה בכל יום לתוספת קדושה. ועדיין אצל הרבה מתנגדים לא התקבל וגם היו שטענו שהמים לא נקיים וגורמים למחלות וגם על מקווה קר טענו שהוא מסוכן כנ"ל.

עוד נראה שעניין טהרת המקווה שהיא טבילה במים, בשלמא מה שחייבה תורה וחז"ל, ישראל קדושים קיימו ככל החוקים, אבל כשבאו החסידים לטעון שמועיל לתוספת קדושה, כבר צריך יותר אמונת חכמים לקיים דבר שאינו קל, ועוד בלי הבנה אלא עניין נעלם ולא מובן בשכל. על כן צריך חיזוק ובפרט מי שלא קיבל מרבו, היו ויש הרבה טענות ליצה"ר לבטל אותה, וכידוע לא הטענה סיבה לבטל טבילה, אלא העצלות לטבול הוא סיבת הטענה. ובפרט בזמננו כנ"ל שלא בכל מקום היה חימום והמים לא היו נקיים.

ועל רקע זה בא רבנו ואומר בתוקף שאפילו טענת הרופאים המומחים ברפואת הגוף טועים בהזהרתם מטבילה במקווה. כי האמת שמקווה אינה מזקת כלל בשום אופן וכל שכן כשהמים לא קרים אזי היא רפואה. ומכלל לאו אתה שומע הן, שמאחר שהמקווה לא מוזיק בשום אופן כלל, אין שום סיבה להפסיד את התיקון הנפלא הזה שרבנו ומוהרנ"ת דברו עליו נפלאות, וציוו לטבול בכל יום גם כשאין מקווה נקי וחם. כי מטהר את הלב והמח ומוסיף דעת<sup>2</sup>, והוא לשון תקווה כי על ידו יש עוד יותר תקווה לתקן כל הפגמים ובפרט פגם הברית. עוד ראה תורה נו"ו סוד המקווה ובעיקר של שבועות.

<sup>1</sup> עיין תורה תמימה דברים ד' ט' "השמר לך ושמור נפשך מאוד" שם מתייחס גם לפסוק טו "ונשמרתם מאד לנפשותיכם" ומביא דעת המהרש"א בברכות לב: שזו טעות כי הפסוק מדבר בשכחת התורה כמו פסוק ט' ולא בנוק הגוף. אבל ציין לרמב"ם הלכות רוצח פרק יא הלכה ד' שמביא פסוק ט' לענין שמירת הגוף.

<sup>2</sup> ראה מאור ושמש פרשת אמור – ובזמנים הקודמים שהיה דבר ה' יקר בימים ההם ולא היו יודעים מיראת הרוממות כלל, זאת היה מחמת שהיו לומדים תורה ולא נוהרו בטבילה זו, והכת שבת צבי ימח שמם שהיו אז בימים ההם, ומוזה נעשו אפיקורסים שלמדו ספרי קבלה בטומאת הגוף, והיה העולם שמם עד שבאו שני המאורות הגדולים לעולם הבעל שם טוב הקדוש ואדמו"ר הרב רבינו אלימלך נשמתם בגנוי מרומים והם פתחו שער לה' צדיקים יבואו בו שלא יהרהר אדם שום הרהור תורה עד שיטבול עצמו לקריו, שחכמי הגמרא לא ביטלוהו אלא מפני שאין רוב הציבור יכולין לעמוד בה, אבל אותן האנשים הרוצים להשיג גופי התורה ומצוות צריכין להיות נוהר מאד בטבילה זו:

<sup>3</sup> לקוטי הלכות נטילת ידים שחרית הלכה ב אות א' – וזה בחינת 'מקוה', שהיא בחינת עלמא דאיתי, כידוע, ופי מקוה בגימטריא קנ"א (שער הפגנות שפת א), בחינת 'בינה' עלמא דאיתי, כמוכא (זהר משפטים צח.), בחינת (ימיה יד, ח): "מקוה ישראל ה' מושיעו בעת צרה". פי

עוד איתא בשם כמה צדיקים שהבעש"ט אמר שקבלה בידו שטבילה אחת לא מזקת בכל אופן. ונראה הטעם כיון שהגוף לא מספיק להתקרר והנקבים לא מספיקים להפתח. אבל מרבנו משמע שגם יותר מטבילה אחת לא מזיק שהרי אמר שמקוה שאינו קר בריא לגוף כי פותח את נקבי הזיעה, וזה לא נעשה בטבילה אחת אלא כששוהה במים איזה זמן<sup>17</sup>.

עד כאן ההקדמה

\*

## תורה קב

רבנו מתחיל שמקוה לא מזיק כלל משמע בכל אופן. וממשיך שאדרבה היא רפואה כשהמים לא קרים. ומסיים בעבודות וסיגופים שאינם מזיקים, נראה שחוזר לבאר את הרישא, שאפילו מקוה של מים קרים ביותר אינה מזקת כשמתכווין לסגף גופו לשם שמים.

**אמר שמקוה אינה מזקת כלל** [ח"ו/ט]. נראה מה שהוסיף לומר 'כלל', הוא לרבות אפילו כשהוא קר. (וי"א אפילו לאדם חולה<sup>18</sup>) ומפורסם אצל הצדיקים קבלה מהבעש"ט שטבילה אחת<sup>19</sup> אינה מזקת גם בקור,

כָּל הַצְּרוֹת וְהַיְסוּרִין הֵם רַק מֵהַעֲדֵר הַדַּעַת, מִבְּחִינַת חֻכְמַת הַטֵּבַע כְּנ"ל, דְּהֵינּוּ שְׂאֵין יוֹדְעִין, חֵס וְשְׁלוֹם, שֶׁהַכֵּל בְּהַשְׁגָּחָה וְכו', וְזֶה עֵקֶר הַטְּמָאָה כְּנ"ל. וְעַל כֵּן הַיְשׁוּעָה מֵהַצָּרָה וְהַטְּהָרָה מֵהַטְּמָאָה הוּא עַל יְדֵי מְקוּהָ, שֶׁהוּא בְּחִינַת עֲלֵמָא דְאֵתִי, בְּחִינַת מִימֵי הַדַּעַת, בְּחִינַת: 'כִּי תִמְלֵא הָאָרֶץ דַּעַת פְּמִימֵי וְכו', כִּי עַל יְדֵי שְׁנִכְנִסִין לַמְקוּהָ, וְסוּתְמִין הַעֵינַיִם מַחִיזוּ דְהֵאֵי עֲלֵמָא, וְנִתְעַלֵּם וְנִתְפַסֵּה שֶׁם בְּתוֹךְ מִימֵי הַמְקוּהָ, שֶׁהוּא בְּחִינַת מִימֵי הַדַּעַת, בְּחִינַת עֲלֵמָא דְאֵתִי, עַל יְדֵי זֶה הוּא נִכְלָל בְּתוֹךְ בְּחִינַת הַדַּעַת, בְּבְחִינַת הַשְׁגָּחָה, כִּי סוּתֵם עֵינָיו מַחִיזוּ דְהֵאֵי עֲלֵמָא – שְׂמִתְגַּבֵּר הַטְּעוֹת שֶׁל חֻכְמַת הַטֵּבַע, שֶׁמִּשָּׁם בָּאִים כָּל הַצְּרוֹת וְכָל הַטְּמָאוֹת, שְׂעַל יְדֵי זֶה נִפְגְּמִין הַעֵינַיִם, שֶׁשָּׂרֵשׁ וְחִיּוּתָם מִבְּחִינַת 'עֵינֵי ה'', שֶׁהֵם בְּחִינַת הַשְׁגָּחָה, כְּמוֹכֵן בְּמֵאֲמַר הַנ"ל, וְכַשְׁנוּפְלִין מֵהַדַּעַת וְסוּבְרִין שִׁישׁ טֵבַע, חֵס וְשְׁלוֹם, זֶה בְּחִינַת פְּגַם הַעֵינַיִם, וּמִזֶּה בָּאִין כָּל הַצְּרוֹת וְכו' כְּנ"ל. וְעַל כֵּן צְרִיכִין לְסַתֵּם אֶת עֵינָיו לְגַמְרֵי מַחִיזוּ דְהֵאֵי עֲלֵמָא, וְלִהְיוֹת מִתְעַלֵּם וְנִכְלָל בְּתוֹךְ הַמְקוּהָ, שֶׁהִיא בְּחִינַת הַדַּעַת שֶׁל עֲלֵמָא דְאֵתִי, שְׂאֵי יִתְגַּלֵּה הַשְׁגָּחָתוֹ יִתְבַּרֵךְ בְּעוֹלָם וְיִתְבַטֵּל הַטֵּבַע לְגַמְרֵי, וְעַל יְדֵי זֶה מִמְשִׁיךְ הַשְׁגָּחָה מִסוּף הַעוֹלָם מִבְּחִינַת הַמְקוּהָ, וְעַל יְדֵי זֶה בָּא לֹא יְשׁוּעָה לְכָל מַה שְׂצָרֶיךָ, בְּחִינַת "מְקוּהָ יִשְׂרָאֵל ה' מוֹשִׁיעוֹ בַּעַת צָרָה" וְכו'.

<sup>17</sup> **תורה נו אות ז** – וְזֶה בְּחִינַת הַמְקוּהָ שֶׁל שְׁבוּעוֹת, שֶׁהִיא בְּחִינַת מְקוּהָ שֶׁל שְׁעַר הַחֻמְשִׁים, שֶׁהוּא שְׁעַר הַעֲלִיּוֹן מִחֻמְשִׁים שְׂעָרֵי בֵּינָה (כְּמוֹ שְׂמִיכָא בְּפְנֵינֵי שְׁבוּעוֹת). שֶׁהוּא בְּחִינַת שְׁכָל וְדַעַת עֲלִיּוֹן, בְּחִינַת חֹסֶד עֲלִיּוֹן וְרַחֲמִים גְּדוּלִים כְּנ"ל. וְעַל כֵּן הַמְקוּהָ מוֹשִׁיעַ בְּכָל הַצְּרוֹת, כְּמוֹ שְׂכָתוּב (יְרֵמְיָה י"ד): "מְקוּהָ יִשְׂרָאֵל מוֹשִׁיעוֹ בַּעַת צָרָה". כִּי הוּא חֹסֶד עֲלִיּוֹן, שְׂמוֹשִׁיעַ מִכָּל הַצְּרוֹת: וְעַל כֵּן הַמְקוּהָ מְטַהֵר מִכָּל הַטְּמָאוֹת, כְּמוֹ שְׂכָתוּב (יְחֻזְקָא ל"ו): "וְזָרְקֵתִי עֲלֵיכֶם מִים טְהוּרִים וְיִטְהַרְתֶּם" וְכו'. כִּי 'אֵין יְסוּרִין בְּלֹא עוֹוֹן' וְכו' (שְׁבַת נ"ה), וְעַל כֵּן הַמְקוּהָ שְׂמוֹשִׁיעַ מִכָּל הַצְּרוֹת וּמִכָּל הַיְסוּרִים, הוּא מְטַהֵר מִכָּל הַטְּמָאוֹת וּמִכָּל הַחֻטָּאִים: וְזֶה בְּחִינַת מֶן, בְּחִינַת מְקוּהָ שֶׁל שְׁעַר הַנֶּהֱן, שֶׁהוּא בְּחִינַת דַּעַת גְּדוּלָה, כִּי הֵמֵן בְּחִינַת דַּעַת:

<sup>18</sup> **בספר שפתי צדיק** (דף מז) כותב בשם הרה"ק רבי דוד מטאלנא ז"ע שאמר, בשם הבעל שם טוב איתא שטבילה אחת אין בית מיוחש, ואני אומר שבי פעמים הוא טוב, וג' פעמים הוא רפואה.

<sup>19</sup> עיין בעש"ט עה"ת פרשת יתרו אות טו

<sup>18</sup> **בעל שם טוב** פרשת יתרו אות טו – קבלה מקודש הקדשים ורוח אפינו הבעל שם טוב זצ"ל כי כשצריך למקוה וטובל את עצמו פעם אחת, לא יזיק לו בשום אופן<sup>19</sup>: (משמרת שלום בדיני השכמת הבוקר סימן ב')

**מקור מים חיים** שם הערה כו) ואני המסדר קבלתי מחסידים ואנשי מעשה בשם רבינו הגדול מאלכסנדר מוה"ר חנוך העניך הכהן זצ"ל שהיה רגיל לומר שהוא מקבל על ערבות שלו שטבילה פעם אחת לא תזיק לעולם, ואולי גם הוא ז"ל קיבל כך בשם הבעש"ט ז"ל:

**באורחות רבנו** על רבי יעקב ישראל קנייבסקי זצ"ל בהספד שאמר עליו ר' אברהם הורוביץ סיפר שנהג לטבול גם כשהיה חולה מאד וגם במקוה קרה ואמר אחר שיצא מהמקוה, שהמקוה הקר היטיב לו מאד. ומסופר שם, כי בחור מישיבת בית מאיר שחום גופו עלה לשלושים ותשע מעלות חום, שאל את הרב ע"ה אם במצבו יש לו לטבול בערב שבת, ואמר לו הרב, כי טבילה אחת אינה מזיקה, ויטבול טבילה אחת, רק שיזוהר להתנגב היטב. (הובא באטוהר ואתקדש עמ' קסד)

<sup>19</sup> **בספר "רוא דעובדא"** מאמרי הרה"ק רבי אליעזר זאב מקרעטשניף זצוק"ל (שער האותיות מקוה אות יב): מסופר הרה"ק רבי יחזקאל מקוזמיר ז"ע חלה פעם מחלה אנושה על רגליו ל"ע, והזמינו את הרופא המפורסם הצדיק רבי חיים דוד מפיעטערקוב ז"ע, שהיה ממקורביו לטפל במחלתו. כאשר בא הרופא ובחן מחלתו, נתן לו איזה תרופות, והזהירו שלא ילך לטבול במקוה, כי הלחות והרטיבות מסוכן מאד לרגלו החולנית. אולם הרה"ק לא היה מסוגל להתאפק מללכת לטבול, אולם מאחר שלא רצה לעבור בפרהסיא על דבריו, הלך לטבול בהיחבא בשעה שלש לפנות בוקר. בבואו אל המקוה נבהל מאד ממראה עיניו בפגשו שם את הרופא שגם כן בא לטבול. כשהבחין בו הרופא עלה בת צחוק על פניו. אולם לא דיברו ביניהם מאומה. אחר כך שלח הרה"ק מקאזמיר לקרוא לרופא, ושאלו למה צחק בעת שראה אותו, במקום שהיה צריך לבעוס עליו. השיב לו רבי חיים דוד: כאשר אני מבקר אצל חולה אני בא בתור רופא, ואז אני מטפל בו לפי חוקי הרפואה. ועל פי חכמת הרפואה, הטבילה במקוה סכנה גדולה היא לרגלי החולה, ולכך צויתך שלא תלך למקוה. אך על פי דרך האמת אין רפואה מועילה וטובה ביותר מטבילת המקוה. ומכיון שראיתי את הרה"ק שטובל במקוה, עלתה בי שמחה, כי ידעתי שעכשיו תבוא רפואתו השלמה<sup>20</sup>. וכן מובא משמו למי שהוא בעת צרה, סגולה להיות בטוהר ולטבול במקוה. (הובא בואטוהר ואתקדש עמ' קסד)

**בספר חצר הקודש** ביאלא ב' עמ' 60 סיפר (רבי ישעיה אביגדור) בעצמו להרה"ח אברהם יחנן גולדברג הי"ו, שפעם סבל ממיחושים ברגליו, והרופא הזהירו כי סכנה גדולה לרגליו באם יילך למקוה, כי הרטיבות עלולה להזיק לרגל באופן נורא ביותר. לכך ר' ישעי-אביגדור לא היה מסוגל ... וכי לא ללכת למקוה?! בצר לו, מבית הרופא שם פעמיו והלך לשאול את פי מרן החלקת יהושע ז"ע, וכל אשר יאמר לו יעשה. מששמע הרבי את שאלתו, קם הרבי ונעמד מלוא קומתו, ואמר: "מיהו זה שאומר שאסור לך ללכת למקוה? אני לא מסכים למה שהם אומרים! תלך ותהיה לך רפואה שלימה!!" אחר כך טרם צאתו מחדר הרבי, הוסיף לו הרבי ואמר שלא יאמר לאיש

ובשם האדמו"ר מקלויזנבורג<sup>12</sup> שהיא הלכה ואין מורין כן, כדי שלא יסמוך על הקבלה אלא ילך במסירות נפש והיא תשמור עליו. אולי אפשר להוסיף עפ"י האריז"ל<sup>13</sup> על הפסוק בתהלים "ה' יסעדנו על ערש דוי", שביאר שהחולי הוא הסתלקות החכמה שהיא ספירה עשירית על כן נתהפך עשר לערש ויוד לדוי. ולפי זה אדרבה המקוה היא רפואה כי היא משפיעה חכמה ודעת כמבואר בלק"ה מקוה<sup>14</sup>.

**והדאקטיר שיאמר לו (לרבנו) שמקוה מזקת, אינו דאקטיר כלל.** אע"פ שרבנו הזהיר הרבה להתרחק מרופאים ודאקטורים, כי הם מוזיקים יותר ממה שמועילים, וטוב להתרחק מהם ולסמוך על ה' (כמבואר בשיחות הר"ן אות נ' /טו). נראה שנקט כאן בלשון בני אדם שנדמה להם שדאקטור הוא החכם ברפואת הגוף, ועל זה אומר שאם הוא אומר שמקוה שאינה קרה מזקת נמצא גם לשיטתם שהוא לא חכם ברפואת הגוף. כי **אדרבה טבילת מקוה טובה מאד לבריאות הגוף.** דהיינו גם בגשמיות מקוה שמימיו לא קרים אלא בחום הגוף<sup>15</sup>, היא רפואה לגוף, **כי יש נקבים קטנים הרבה בגופו של אדם, והם נקבי הזיעה דהיינו שדרך שם יוצא הזיעה מן האדם** שהיא החלק הדק של הפסולת המצטברת

שהרבי הוא זה שאמר כי מותר לו לילך למקוה. וכך אכן עשה המשיך ללכת למקוה, ונצר את פיו ולא סיפר לאיש מאומה. מעניין מאוד כי פעם אמר הרבי זי"ע: כי אילו היו שומעים לי, הייתי מרפא את כל החולים בכח האמונה והמקוה בלבד, אלא שמופקני אם יהיו מסוגלים לעמוד בזה ... ופעם אמר לכ"ק אדמו"ר שליט"א: שעוד יגיע זמן ויכירו הרופאים שטבילה במקוה מסוגלת לרפואה. וזה לשיטתו כי לא זו בלבד שטבילה במקוה אינה מזקת, אלא הרי היא סגולה גדולה בין ברוחניות ובין בגשמיות.

<sup>14</sup> **ראיתי בשם רבי יצחק אייזק מזידיטשוב,** שאמר שיש לו קבלה מדודו רבי צבי מזידיטשוב, שטבילה אחת אפילו במים קרים ביותר אינה מזקת, ואמר שנרמז במשנה (פרה ג' ח') שאמרו חכמים לכה"ג לפני ששורף את הפרה אדומה 'אישי כהן גדול טבול אחת', הכוונה שיטבול רק טבילה אחת ולא תזיק לו הצינדה. (הובא באטטר ואתקדש עמ' קסא) **עוד ראיתי בשם מהר"א מבעלזא בשם זקנו מהר"ש שמקוה חם מוזק לגוף ולנפש.** (שם קסב)

<sup>15</sup> **ראה ספר אטטר ואתקדש** (לרבי יצחק אליעזר יאקאב) עמ' קס הערה צח – כה דיבר בקדשו הגה"ק כ"ק מרן אדמו"ר מקלויזנבורג וצוק"ל בעידן רעוא דרעוין (פרשת כי תצא תשמ"א נדפס בדברי תורה ח"ח בא"י גליון ת"פ): שמעתי מצדיקים שמקובל מהבעל שם טוב הק' זי"ע שטבילה במקוה אינה מזקת. אולם אם אדם חלוש בא לשאול אם לילך למקוה קרה, יענוהו שלא ילך, כדי שלא יסתכן, כי הסיבה למה יכלו הצדיקים הק' לשבור גזיוא דברדא ולטבול כשהקור בחוץ היא מקפא ולא הויק להם כלל, היתה מפני שהלכו במסירות נפש, וכוחו וזעמיהם להם, אולם אחרי שבא אדם לשאול, ויש לומר לו כבר שהמצוה לא תזיק לו שוב אין לו יותר זכות וזו של המסירות נפש שתגן עליו, אבל באמת אם היה אומר לעצמו וכי אלך להתפלל לא כיהודי, ואם כבר אצטנן מה כבר יכול להיות, והיה הולך מעצמו לטבול בלי לשאול שאלות, לא היה ניזוק כלל. וכפי שהכרתי צדיקים שהלכו בהצנע לטבול מתחת לקרח כשהיה להם חום גבוה מאד ולא הויק להם כיון שהלכו בכוונה בין אם ישארו בחיים ובין אם חלילה לאו, לא יוותרו על מנהג ישראל לילך למקוה לפני התפלה ואפילו בשאין חיוב, ולכן ניצל מכל חולי בזכות המסירות נפש, וזו הלכה ואין מורין כן, שאם בא לשאול ואינו מוכן להקריב עצמו עבור קיום המצוה כמו בשעת יציאה למלחמה, יש להשיב לו בשלילה כדי שלא יסתכן.

<sup>16</sup> **שער הפסוקים** (להאריז"ל) ספר תהילים סימן מ"א: ה' יסעדנו על ערש דוי כל משכבו הפכת בחליו: הנה ענין החולה, הוא לסבת שאור החכמה הנקרא חיים, כמש"ה והחכמה תחיה בעליה, נסתלקה ממנו. והנה החכמה היא יו"ד שבשם כנודע, וכשהוא מסתלק מן האדם, נעשת לו דוי", שהוא הפוך יו"ד, כי נהפכה מרחמים לדין, וע"כ נפל בחוליו. גם יו"ד במספרה עשר, וגם היא נהפכה ונעשת ערש, להורות על המטה ששוכב עליה בחליו. ולכן כדי שיתרפא, צריך שהקב"ה יסעדנו על ערש דוי" שלו, שבא לו מחמת חסרון שפע החכמה. וכאשר יסעדנו, וימשיך לו מזון מן החכמה, כנזכר בזהר בפרשת בשלה, כי מזון החולה נמשך מן החכמה, ואז כל משכבו שהם הערש והדוי הנזכר, נהפכים לו בחליו לטוב, ונעשית עשר ויו"ד, ועל ידי כך מתרפא:

<sup>17</sup> **ראה לק"ה מקוה א' א' – על פן אי אפשר להטהר מן הטמא אלא על ידי מימי המקוה, שהם פחינת מימי הדעת, פחינת (ישעיה יא, ט): 'כי מלאה הארץ דעה את ה' פמים לים מכסים', ובה שוננס האדם לתוך המקוה ונתעלם ונתפסה בה, בזה הוא מבטל עצמו בבחינת מה, בבחינת אין, כאלו אינו פעולם כלל, ונכלל בבחינת 'מה', שהוא פחינת אדם, פחינת חכמה, שהוא פחינת מימי המקוה, שהם פחינת חכמה ודעת פנ"ל, פי המים הם בבחינת קדם 'פסדר', פי המים קדמו לעולם, והתחלת סדר הבריאה היה מהמים (רש"י בראשית א, א), נמצא, שהמים הם בבחינת קדם, 'פסדר', פי הם קדמו לעולם, והתחלת סדר הבריאה שהוא פחינת אלה בית 'פסדר' התחילה מהם, ועל פן שוננס לתוך המים ונתעלם ונתפסה במים – הוא נכלל ונתבטל לבחינת 'מה', פחינת חכמה, פחינת קדם, פחינת 'פסדר' ונתבטליו כל הטמאות הנמשכין מבחינת 'שלא פסדר' מבחינת 'אנא אמלך' לבחינת 'פסדר', לבחינת חכמה, לבחינת קדש.**

<sup>18</sup> **שיחות הר"ן אות נ' – מענין דוקטורים ורפואות (צב) הרבה לדבר עמנו מאד והיה מגנה מאד מאד ענין רפואות ודוקטורים, ומהיר מאד מאד לכל מי שרוצה לחוס על חייו ועל בניו ובני ביתו, שיתרחק עצמו מאד בתכלית הרחוק מלעסק חס ושלוש ברפואות ודוקטורים. ואפלו מי שיש לו חולה בתוך ביתו ואפלו אם החולאת חזק חס ושלוש רחמנא לצלן אף על פי כן ישליך על ה' יהבו וישען באלקיו לבד ואל יעסק ברפואות ודוקטורים כלל, אפלו במקום שיש דוקטורים מופלגים אף על פי כן אל יסמך עליהם ואל ימסר חייו בידם, כי הם קרובים למיתה יותר מחיים רחמנא לצלן: כי אפלו מי שהוא דוקטור גדול אי אפשר לו לכוון החולאת והרפואה השיבת לו לפי מזגו וטבעו וכפי החולאת שלו וכפי העת והזמן. כי יש בזה כמה וכמה שנויים שצריך הדוקטור לכוון בהם מאד וקשה לו מאד שיכון ולא יטעה בכל הפרטים כאשר הם בעצמם מודים בזה. ובקל בקל יוכל לקלקל לו הרבה הרבה שלא יועיל שום תקנה לחייו חס ושלוש, ואפלו הדוקטור הגדול מאד מכל שכן וכל שכן רב הדוקטורים המצויים במדינתנו אשר רובם אינם יודעים בין ימינם לשמאלם והם רוצחים ממש והורגים נפשות בידים (צג) חס ושלוש, צריך לברך מהם כמטחוי קשת לבל ימית עצמו או החולה שמוסר להם בידים חס ושלוש. ואפלו כשסומך על דוקטורים גדולים הוא סכנה גדולה מאד ורחוק מן החיים מאחר שנפל ביד הדוקטור. ואי אפשר להאריך ולספר כל מה שספר רבנו זכרונו לברכה בענין זה:**

<sup>19</sup> **כך נראה לי ממה שאומר שרק מים קרים ביותר מטרשי, משמע שמים קצת קרים לא מטרשי, אע"פ שבחולין מו: לענין בדיקת ריאה אמרו שרק פושרים לא מטרשי, לכן נראה לי שרבנו מתכוון עכ"פ לפושרים או קרוב לפושרים, דהיינו כחום הגוף. ועוד כי פחות מחום הגוף מסתמא מרגיש קר. ועוד ממה שבחוש רואים שמים חמים מוציאים יותר זיעה ממים קרים קצת.**

במהלך הדמים בגוף<sup>17</sup>. והם צריכין לפתוח כדי שתוכל הזיעה שהיא פסולת תוכל לצאת<sup>18</sup>. כי אם נסתמין נקבי הזיעה יוכל ליחלש וליפול לחולשה ח"ו [ט] ולחולי העור<sup>19</sup>. וע"י טבילה במים חמים נפתחין נקבי הזיעה. וזה טוב מאד לבריאות הגוף. רק שלא יהיו המים קרים ביותר. כי אז מיא מטרשי דהיינו סותמין [כא]/[כב] להנקבים הנ"ל. אבל כשאין המים קרים מאד. אזי גם מצד הטבע הטבילה בהם טובה מאד :

ובאמת גם כשמימי המקוה קרים ואפילו קרים מאד, או כשהאוויר מחוץ למקוה קר מאד, ראוי שלא יזיק לו כלל, אפילו מקוה קר, כי המקוה היא דביקות בבורא שמשגיח עליו, כמבואר בראשית חכמה<sup>20</sup>. ואדרבה כיון שסובל מהקור נמצא שהטבילה היא סיגופים, והרי כבר מבואר שאין העבודות וסיגופים<sup>21</sup> שקורין כיה(האריוואני) כגון גלגולי שלג מזיקים כלל [כז]. וכמו שאמר פעם רבנו<sup>22</sup> למה אתם תולים את החולי

<sup>17</sup> כמבואר בספר הברית חלק א מאמר יז נפש החי שבמדבר פרק ד' – דע אחי וראש כי מרוצת הדם וסיבובו באדם הנקרא (צירקולאציה סאנגווינאס) הוא עיקר חיות האדם ובריות גופו, כי הדם הוא הנפש הגורם בתנועתו החמום, ועל ידי הדפיקה מתמרס חלקי השומן שבו והוא עובר ושב בכל הגוף כמו הנהרות הטובות הנוזלים ומשקים את כל פני האדמה, אמנם גם כן נמשך מזה בטבעו רעות, כמו הד' יסודות שנבראו לטוב הכללי אל העולם אבל נמשך מהם גם כן רעות כמו הרעשים והרעמים והברקים וכדומה, ככה נולד על ידי מרוצת הדם שמרים רבים הגורמים הרקבון, כי שומן הדם מתהפך על ידי הסיבוב החזק ורוב החמימות ליסוד גפריי ואשיי, וחלק הדם מיסוד העפר שבו נהפך על ידי חום התנועה ליסוד מלח כמו שיקרה בכי יותן עפר שבה יסוד מלח לתוך האש, וחלק העב שבו נהפך לליחה עבה, וחלק המים שבו אינם מקבלים שום שינוי, אך מקבלים בתוכם טעם מחלקי גפריית ומלח ושמן שרפה הנשארים אחרי האש, והוא טעם לפגם מלוח וסרוח כמו שהם במי רגלים והזיעה, ואלמלא הם נשארים בגוף מולידיים הרקבון ומשחיתים את כל הגוף, לכן ברא הטוב והמטיב באדם כח הדוחה הנקרא בלשונם (מאטוס סעקרעציה) וכח המברר שהוא המפריש תמיד חלקי הרע מן הטוב הנקרא בלשונם (מאטוס עקסרעציה), וכח המברר הזה יש לו ד' כלים בגוף אשר על ידם מפריש חלקי הרעים ואלו הם, (א) הורידים, (ב) העור, (ג) הכבד, (ד) הכליות:

<sup>18</sup> ראה נעימות נצח תורה קבג הערה [ג] לגוף האדם יש כמה אופנים לסילוק פסולת ועודפים, כולל הטחול, הכליות, המעינים ובלוטות הזיעה. רבנו מתייחס כאן לאחרון מבין אלה. בלוטות הזיעה, שמפרישות זיעה דרך הרבה נקבים בעור, מסלקות מהדם את הרעלים המצטברים בו. כשהפסולת הזו יוצאת עם הזיעה, רמת הדם המזוהם בכליות מתייצבת. אם, לעומת זאת, הנקבים סתומים מסיבה כלשהי, הרעלים שמצטברים בתוך הגוף גורמים לגוף להיחלש ולחלות.

<sup>19</sup> ספר הברית ח"א מאמר יז פ"ד

<sup>20</sup> ספר הברית שם – הקיטורים וחלקי הדקים הרעים מיסוד האש והמים שבאדם יוצאים דרך נקבי העור הנקרא (פארוס) אפילו דרך העינים הם יוצאים תמיד אע"פ שאין האדם מרגיש בהם, וכשהם רבים נרגש חלקי המימיים והם הזיעה.... ומהות הזיעה הוא רסיסים קטנים מאד עד כי לא תשורנו עין אדם והמה עולים דרך נקבי העור למעלה בתוך האויר כאד היוצא ועולה מן הארץ, אבל בעת אשר יתחמם הגוף ביותר יתחברו הרסיסים הקטנים אלה באלה ואחד באחד יגשו והיו לטפות גדולות ויורגשו לעין יפה, והיה אם ישאר הרבה מהם בין בשר אדם ועורו עד כי לא יוכלו לצאת דרך הנקבים הדקים והקטנים שבעור יתהוו מהם שחין ואבעבועות.... ואחר כי הזיעה היא מחלקי לחות הרעות שבאדם יובן כי יציאת הזיעה מגופו גם זו לטובה לאדם, אך כל זה כשהוא יוצא בערך הראוי והמומצע אבל אם יוצא זיעה הרבה יותר מהצורך לא טוב כי מוליך עמו אז חלקי ליחות הטובים ומחליש הגוף מאד:

<sup>21</sup> פי' סותמין הנקבים (ועיין חולין טו: מז: בקריי לא דטרשי ופרשי' לשון טרשים שמקשים אותה כאבן)

<sup>22</sup> חולין דף מז: – כדרב יוסף דאמר רב יוסף האי ריאה דאושא אי ידעינן היכא אושא מותבינן עלה גדפא או רוקא או גילא אי מבצבצא טרפה ואי לא כשרה ואי לא ידעינן היכא אושא מיתנינן מתיכלתא דמיא פשוירי ומותבינן לה בגוה, בחמימי לא דכווצי, בקריי לא דמטרשי, אלא מותבינן בפשוירי, ונפחינא לה, אי מבצבצא טרפה ואי לא כשרה.

פרשי' – דמיא פשוירי ומותבינן – לכולה ריאה לתוכה שכל מקום שיש בה נקב יבצבצו המים: בחמימי לא דכווצן לה – והנקב נסתם ואין זו בדיקה יפה: דמטרשי לה – מקשין אותה כאבן ואם אין שם נקב בקרום העליון ויש נקב בתחתון מתקרע העליון מחמת שהוא קלוש ומים הקרים מותחין אותה כשמתקשה שקורין דייר"ש:

<sup>23</sup> ראשית חכמה – שער האהבה – פרק אחד עשר – ובסוד המקוה כבר נודע מה שפירש הרשב"י ע"ה בזוהר (פרשת פנחס) ובתיקונים שהיא בסוד עילאה ט' נקודין לכל סטר וכו' ע"ש. וסוד המקוה הוא סוד ידו"ד שהמקוה בו מ' סאה וכן ידו"ד בו ד' אותיות כל אות כוללת עשר והיינו סוד מקוה ישראל ידו"ד והבן בזה מ"ש מה מקוה מטהר הטמאים אף הקדוש ברוך הוא מטהר את ישראל דהיינו טהרת נשמותיהם הדבקות בשמו, נמצא הטובל הוא דבק בידו"ד ממש לטהר גופו ונפשו, גופו במים ונפשו ברוחניות השם השורה שם, ובוזה לא יזיקהו אפילו יהיה המים קרים כי מאחר שהוא דבק בידו"ד אי אפשר שיבוא לו היזק כמו שאמר המשורר (תהלים צא, כ) אומר לידו"ד מחסי ומצודתי וגו' כי הוא יצילך מפח יקוש דהיינו צנים פחים. וכן שאר המזמור, כי מלאכיו יצוה לך וגו' על כפים ישאונך פן תגוף באבן רגליך ושאר המזמור. אמנם צריך לעשות המצוה בשמחה שאם אינו עובד בשמחה נענש, כמו שנאמר (דברים כה, מז) תחת אשר לא עבדת את ה' אלהיך בשמחה ובטוב לבב. ונכון גם כן להרהר תשובה שהתשובה היא בסוד המקוה וכן הנשמה נפשעת משם, ובהיות האדם חוטא התשובה היא מסתלקת וכן הנשמה מסתלקת מעל האדם והוא רחוק מהדבקות ועל ידי כניסת האדם במקוה שהיא ס מרובעת אימא דרביעא על בנין, האם שהיא תשובה תשוב ה' וי"ו חוזרת ורובצת על הבנים, וכן הנשמה תחזור לאדם ועלת העלות ישרה על נשמתו. ושמעתי מחכם אחד זקן כי מי שהוא טמא אין הנשמה שורה בו עד שיכנס למקוה, ודין הוא מהטעם שפירשתי.

<sup>24</sup> ראה מעשה יב מהבעל תפלה – ואצל אלו האנשים (של הבעל תפלה) כל העבודה הגדולה שבעבודת ה' שנדמה לרוב העולם לדבר קשה מאד לקבל על עצמם עבודה כזאת בפרט סיגופים ותעניתים וכיוצא, אבל אצלם כ"ז יקר מכל התענוגים שבעולם כי יש להם תענוג מן הסיגוף הגדול או מתענית וכיוצא יותר מכל התענוגים שבעולם.

במצוות ראוי יותר שתתלו בעבירות. עכ"ל. כי שרש כל העבירות היא הגאווה, אבל מקוה היא הכנעה/כ"ו. ומוי שמזיק לו העבודה והסיגופים/כ"ו זהו רק מחמת גדלות/ל: : נראה הטעם כי סיגוף הוא מסירות נפש כדי להכניע את הגוף החוצץ בינו ובין הקב"ה, על כן ע"ז הקב"ה עוד יותר משגיח ושומר עליו שלא ינוק. אבל גדלות דהיינו גאווה וגסות הרוח, היא להפך, כמבואר בסוטה ה.ל"א שמבדיל ומרחיק מאד את הקב"ה ממנו, כי הקב"ה אומר עליו אין אני הוא יכולים לדור בעולם אחד/ל"ב, ואזי מתרחק ממנו לעולם העליון, להשגיח ממרחק בלבד (מהרש"א). והביאור נ"ל, כי "ה' צילך"/ל"ג ומה שהקב"ה יורד להשגיח עלינו היא ממדת ענוותנותיה, וכמ"ש אשכח את דכא ושפל רוח, וכלפי בעל גאווה גבה לב אזי "ה' צילך" הוא שמתגאה לעלות למעלה לעולם העליון. וכמבואר גם בתורה ריט/ל"ד ע"ש, ובירמיהו (כג כג/ל"ה) "האלקי מקרוב" פרש"י שהקב"ה כביכול לא רואה טוב ממרחק על כן משגיח רק על הסמוכים לו. פירוש כי אצל הקב"ה שהוא מעל המקום קרוב ורחוק הכוונה שפל או בעל גאווה.

עד כאן ביאור חברותא לתורה קב תנינא

<sup>10</sup> עיין שיחות הר"ן סימן רחצ

<sup>11</sup> שיחות מוהר"ן אות רצח – פעם אחת בא לפניו בערב יום הכפורים איש אחד מאנשיו שנחלש באותן הימים וספר לפניו צערו וחולשתו. ועמד שם עוד אחד מאותו העיר של זה האיש הנ"ל, שהיה אוהבו, ואמר לפני רבנו זכרוננו לברכה שחולאתו הכבידה עליו בשביל שהלך היום למקוה לטבל. ענה רבנו זכרוננו לברכה ואמר: למה אתם תולים הכבדת החולאת במצוות, טוב וראוי יותר שתתלו בעברות. וזה היה בערב יום כפור האחרון של קדם הסתלקותו הקדוש באומאן:

<sup>12</sup> הרה"ק רבי יהושע מדיזקוב ז"ע, בספרו "עטרת ישועה" (פרשת וישלח ד"ה א"י): על כן נמשך רפואה על ידי המקוה, כי כל התגברות החולאים, באה לאדם על ידי פירוד בין היסודות, והם בבחינת 'גאות' בסוד: 'אנא ימלוך'. ועל זה מתגברין זה על זה, כח האש על המים או על הרוח. אבל על ידי התמזוגות היסודות, והכנעה כל אחד לפני חבירו ממשכין רפואה, ולזה מועיל המקוה, אותיות קו-מה בבחינת 'זנחנו מה'. שעל ידי זה נמשך אלופו של עולם, ונתחבר עצמו עם פ"ר הדינים, ונעשה רפ"א כנודע, וזוכה על ידי זה לרפואה עד כאן דבריו. (הובא באטרה ואתקדש עמ' קסג)

<sup>13</sup> סיגופים למי שיש בו גדלות הם מוזיקים – שמעתי מהריצ"ח בשם רבי לוי יצחק זצ"ל סי-גוף באידיש זה גוף, וכמו שאומרים כששוכרים מידה נדיה שנים. וראה תורה לו אות ג' שצדקה ותענית בחי' אחת. דהיינו שרק כשהתענית היא בבחי' גמילות חסדים שכל כוונתו להחליש את החומר כדי להגביר את האור. אבל גדלות היא שסוף כוונתו לעצמו, ואזי גם הצדקה שלו היא חסד דקליפה, והתענית לא מאיר את הגוף. וכך גם כל הסיגופים שצריך להיות רק בכונה להחליש את הגוף כדי להגביר את האור. אבל כשהוא גס רוח אזי עם כל הסיגופים רק מחליש את הגוף אבל נשאר חשוך.

<sup>14</sup> ואעפ"כ בשיח שרפי קודש חלק א אות קעג – אָמַר רַבֵּנוּ ז"ל: שְׁפַל צְדִיק הַדּוֹר הָאֵמֶת לְאֵמֶתוֹ יֵשׁ לוֹ כַּחַּ לְהִנְהִיג הָעוֹלָם כְּמוֹ שֶׁהוּא יוֹדֵעַ, וְהַצְדִּיקִים הַקְּדוֹמוֹנִים הֵיךְ עָקַר תְּשׁוּבָתָם סִגּוּפִים וְתַעֲנִיטִים, וְרַבֵּנוּ ז"ל אֶצְלוֹ עָקַר הַתְּשׁוּבָה לְבְרוּחַ מִן הַכְּבוֹד וְלִסְבוּל שְׁפִיכוֹת דָּמִים וּבְיָזוּנוֹת. (שם פג). (עיין בליקו"ה אר"ח ח"ב הל' בה"פ ה', יא, דף צט.ק. ולהלן סעיף קעה, ותרנ"ב).

<sup>15</sup> סוטה דף ה. – אמר רב חסדא ואיתימא מר עוקבא כל אדם שיש בו גסות הרוח אמר הקדוש ברוך הוא אין אני והוא יכולין לדור בעולם שנא' מלשני בסתר רעהו אותו אצמית גבה עינים ורחב לבב אותו לא אוכל אל תקרי אותו אלא אתו לא אוכל.

<sup>16</sup> מהרש"א – כל אדם שיש בו גסות הרוח שכינה מיללת עליו, שנאמר 'וגבוה ממרחק יידע'. פירש"י ממרחק מקודם שתבא הפורענות בו עכ"ל. והוא דחוק. ונראה לפרש דה"ק קרא 'כי רם ה' ושפל יראה' רואה הקב"ה להגביהו ולקרב אליו את השפל כדאמרינן בסמוך, אבל המגביה עצמו, אין הקב"ה מקרבו, אלא 'ממרחק יידע' לקונן עליו, היפך מידת בשר ודם שהגבוה מקרב את הגבוה, כדאמרינן בסמוך. ולזה נסמך דרש רב עזריא כו' לכאן בענין זה בעצמו, ונסמך נמי לכאן הך דרשה אין אני והוא יכולין לדור בעולם א' כו', אי למ"ד אתי דכא, הרי הקב"ה מקרב השפל אליו להיות בעולם א' למעלה, ואי למ"ד אני את דכא, הקב"ה מקרב עצמו בעולם א' למטה אל השפל. אבל בגסי הרוח הקב"ה מרחיקו להיות למטה, והקב"ה למעלה בעולם העליון, והיינו גבוה ממרחק גו' וק"ל.

<sup>17</sup> ראה מהרש"א שכך היא גרסתו בגמרא.

<sup>18</sup> ראה השל"ה הקדוש בספרו שני לוחות הברית – תולדות אדם – השער הגדול אות (שו) ובמדרש (ספר והזהיר משפטים מג): אָמַר לוֹ הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא לְמַשָּׁה, לֵךְ אָמַר לָהֶם לְיִשְׂרָאֵל בִּי שְׁמִי אֶהְיֶה אֲשֶׁר אֶהְיֶה (שמות ג, יד), מִהוּ אֶהְיֶה אֲשֶׁר אֶהְיֶה, כְּשֶׁם שְׁאֵתָה הוּא עִמִּי, כִּי אֲנִי הוּא עִמָּךְ. וְכֵן אָמַר דָּוִד (תהלים קבא, ה) ה' צִלְךָ עַל יַד יְמִינִי, מִהוּ ה' צִלְךָ, כְּצִלְךָ. מִה צִלְךָ אִם אֵתָה מְשַׁח לּוֹ הוּא מְשַׁח לָךְ, וְאִם אֵתָה בּוֹכָה לּוֹ הוּא בּוֹכָה כְּנִגְדָךְ, וְאִם אֵתָה מְרָאָה לּוֹ פָנִים וְעוֹמֹת אוּ מְסַבְּרוֹת, אֵף הוּא נוֹתֵן לָךְ כֶּף, אֵף הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא צִלְךָ, כְּשֶׁם שְׁאֵתָה הוּא עִמּוֹ, כִּי הוּא הוּא עִמָּךְ, עַד כֵּאֵן. הִפָּה הוּא עַל דְּרָךְ מִה שְׁכַתְּבִתִּי, כִּי הָעֲלִיּוֹנִים מְתַעוֹרְרִים כְּפִי הַתְּעוֹרְרוֹת הַתְּחַתּוֹנִים. וְלִזְה דְּמִוּ הָעֲלִיּוֹנִים אֶצֶל הַתְּחַתּוֹנִים, כְּדִמְיוֹן הֵצֵל אֶצֶל הַצְּעוּרָה, לְהִיּוֹתָם מְתַחֲסִים וְנִעְרָכִים זֶה עִם זֶה, וְלִכְךָ יַעֲזֹר הֵצֵל, כְּפִי מִה שְׁתַּעוֹרֵר הַצְּעוּרָה, כִּי כְּפִי הַפְּעֻלוֹת אֲשֶׁר יַעֲזֹרוּ הַתְּחַתּוֹנִים, כְּפִיָּהֶם יַעֲזֹרוּ הָעֲלִיּוֹנִים, טוֹבוֹת אוּ רְעוֹת. וְהוּא אֶמְרָם וְאִם אֵתָה מְרָאָה לּוֹ פָנִים וְעוֹמֹת אוּ מְסַבְּרוֹת כו', וְהוּא אֶמְרָם גַּם כֵּן כְּשֶׁם שְׁאֵתָה הוּא עִמִּי כו', וְכֵל זֶה הוּא מִצַּד הַיְחִס וְהַדְּמִיּוֹן אֲשֶׁר בֵּינֵיהֶם, וְלִכֵּן יִשְׁמְעוּ וְיַעֲזֹרוּ הָעֲלִיּוֹנִים אֶל הַתְּחַתּוֹנִים, וְהוּא שִׁפְתָּתָם הַמְּקוֹר הָעֲלִיּוֹן וְיָרֵד שִׁפְעֵ הַבְּרָכָה וְהָאוֹר:

<sup>19</sup> ראה סוף תורה ריט – עוד מעין הנ"ל, שְׁמַעְתִּי בְּשִׁמּוֹ, שְׁאֶמַּר עַל פְּסוּק (יְרֵמְיָה כ"ג): "אִם יִסְתַּר אִישׁ בְּמִסְתָּרִים וְאֲנִי לֹא אֶרְאֶנּוּ, כִּי בְּשִׂאֲדָם מִקְטִין אֶת עֲצָמוֹ, אִזְ הֵשֶׁם יִתְבָּרֵךְ גַּם כֵּן מִקְטִין אֶת עֲצָמוֹ, אֲבָל בְּשִׂאֲדָם מִתְנַאֵה וּמִתְגַּדֵּל, אֲנִי הֵשֶׁם יִתְבָּרֵךְ גַּם כֵּן מִרְאֵה גְאוֹתוֹ וְגִדְלוֹ, וְזוֹה: "אִם יִסְתַּר אִישׁ בְּמִסְתָּרִים", שְׂבִשְׂהָאֲדָם מִקְטִין וּמִסְתִּיר אֶת עֲצָמוֹ בְּמִסְתָּרִים, דְּהֵינּוּ שְׂמִסְתִּיר וּמַעֲלִים וּמִקְטִין אֶת עֲצָמוֹ בְּעִנְיַת וְשִׁפְלוּת, אֲזִי וְאֲנִי לֹא אֶרְאֶנּוּ, שְׂאֲנִי גַם כֵּן מִרְאֵה עֲצָמִי אֵלָיו בְּבַחֲיִנַת לֹא. שֶׁהוּא בַּחֲיִנַת אֵין וְאֶפְסַ בַּחֲיִנַת עִנְיַת וְשִׁפְלוּת, וּבְכַ"ל:

<sup>20</sup> ירמיה פרק כג (כג) הָאֱלֹהִים מְקַרְבֵּי אֲנִי נֶאֱמַר יְדוּד וְלֹא אֱלֹהִים מְרַחֵק: (כד) אִם יִסְתַּר אִישׁ בְּמִסְתָּרִים וְאֲנִי לֹא אֶרְאֶנּוּ נֶאֱמַר יְדוּד הֲלוֹא אֶת הַשְּׂמִים וְאֶת הָאֶרֶץ אֲנִי מֵלֵא נֶאֱמַר יְדוּד: פִּרְשׁ"י (כג) האלהי מקרוב – שאיני רואה אלא בסמוך לי ואין בי כח לשפוט את התחתונים שהם רחוקים ממני ואיני יודע במעשיהם: (כד) אם יסתיר איש – זהו כפל תמיחה האלהי מקרוב כדרך כל תמיחות הכפולות:



הרה"ק רבי יחיאל מיכל מזלאטשוב זי"ע היה ידוע חולי, ואסרו עליו הרופאים לטבול במקוה. פעם אחת בהשכימו בבוקר התכוון כדרכו בקודש ללכת לטבול במקוה, ובא אליו היצר הרע וטען בפניו "מה לך כי תטבול, הלא חולה אתה ואסרו עליך הרופאים לטבול במקוה, וממילא אף לפי ההלכה אסור לך לטבול, שכן צייתה התורה הקדושה 'ונשמרתם מאוד לנפשותיכם' ...". אך הרה"ק רבי מיכל'ע לא הקשיב אליו ולא שמע בקולו, אלא הלך כדרכו לטבול, טבל עלה ונסתפג ועשה עבודתו הקדושה כדרכו מימים ימימה. בגמר עבודתו הקדושה שאל את היצר הרע: מאין לך ידיעת כל ההלכות שנטפלת עלי קודם ... ענהו היצר: "וכי יש לך אדם מישראל הלומד תורה שאינני לומד יחד אתו? ...". (אור הצפון קנז)

