

## תוכן

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| פרק א: גופנפש/איש-אשה           | 21 |
| 1. "יוצר האדם"                  | 21 |
| 2. המצווה כמחברת בין הגוף לנשמה | 38 |

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| פרק ב: קדושה מהי            | 41 |
| 1. הגדרת המושג "קדושה"      | 46 |
| 2. אדם הראשון, החטא ותיקונו | 50 |
| 3. קדושת החיבור בהלכה       | 55 |
| 4. תשוקת האשה               | 59 |
| 5. פרישות של יחידי סגולה    | 64 |
| 6. תורת א"י                 | 72 |

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| פרק ג: היצר                 | 77 |
| 1. טיבו של היצר             | 77 |
| 2. מקומו של היצר בקשר הזוגי | 81 |

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| פרק ד: מצוות עונה ומצוות פרייה ורבייה | 87 |
| 1. מצוות פרייה ורבייה                 | 87 |
| 2. מצוות עונה                         | 94 |

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| פרק ה: תענוג בקדושה      | 97  |
| 1. "האהבה דוחקת את הבשר" | 97  |
| 2. התענגות במסגרת ההלכה  | 100 |

## פרק א

### גופנפש/איש-אשה

#### 1. "יוצר האדם"

"בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם שֶׁהַכֹּל בְּרָא לְכָבוֹדוֹ."

זוהי הברכה הראשונה של 'שבע ברכות' הנאמרות לראשונה מתחת החופה, ויש לתמוה על התוכן של פתיחה זו במעמד הנשגב והמיוחד שבכוחו לאחד איש ואשה בברית נישואים. מה הקשר בין כבודו של הקב"ה בעולם לבין החופה, ויתרה מכך מדוע דווקא עם 'יריית הפתיחה'?

נראה כי חז"ל שתיקנו ברכות אלה, רצו ללמדנו לימוד חשוב הנוגע לכלל עבודת ה' שלנו בעולם הזה. בתקנה זו הביעו תפיסה מהותית שעל פיה בכל דבר, גם בתוך העניינים הגשמיים עצמם, צריך להתגלות "כבודו" של הקב"ה. לית אתר פנוי מני, אין מקום פנוי מנוכחותו של הקב"ה. כל מה שהקב"ה ברא, כל אבר ואבר שהקב"ה ברא - הוא לכבודו, גם מה שנראה בעין האנושית חומרי ונמוך מאוד. כאן בדיוק טמון הקושי: לאדם בעל נשמה וגוף קל יותר לגלות את כבוד ה' בעניינים הרוחניים. לדברים הגשמיים יש לבושים המסתירים את נוכחותו של הבורא. וזהו, אפוא, האתגר של האדם: להראות "שהכל", גם גופו הגשמי, הוא "לכבודו" של הקב"ה. כל הדברים כולם, הן הרוחניים והן הגשמיים, ובתוכם החתונה ובניית חיי הנישואים - מוסיפים לכבודו של הקב"ה. אדרבה, אדם העוסק בעניינים גשמיים עומד מול האתגר הגדול של גילוי הניצוץ האלוקי החבוי במעטפת החומריות. שני בני הזוג עומדים לפני שלב חדש שבו הם מצווים לחשוף את הצדדים

בעבודת ה' שטרם יכלו לבוא לידי ביטוי. הנישואין מביאים עמם גילוי גדול יותר בצד הגופני, וזה מה שיאפשר גילוי רוחני גבוה בהרבה.

(2) "בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם יוֹצֵר הָאָדָם".

הברכה השנייה תמוהה אף יותר: "יוצר האדם". מה עניין יצירת האדם לחופה וקידושין? ניתן היה לצפות שחז"ל יתקנו לומר ברכה זו לאחר לידת תינוק במזל טוב. אלא שלימוד גדול לימדנו חז"ל במעמד מרגש זה האפוף קדושה והדר: ברגע זה נוצרת יצירה חדשה, נוצר אדם חדש.

מהו אדם? בתחילת ספר בראשית, התורה נותנת לנו הגדרה כפולה של הישות המכונה "אדם":

הראשונה: "בצלם אלוקים ברא אותנו, זכר ונקבה ברא אותם". משמע שהאדם הנברא ב"צלם אלוקים" הוא ישות מחוברת של איש ואשה. וידועה היטב דרשת חז"ל שכל אדם שאינו נשוי אינו ראוי לתואר "אדם".

ההגדרה השנייה: "וייצר אלוקים את האדם עפר מן האדמה ויפח באפיו נשמת חיים". רק צירופם יחד של הגוף והנשמה מהווה אדם של ממש והישות האנושית הינה החיבור הקיים משחר בריאתו בין הצד החומרי שבו ובין הצד הרוחני שבו.

יש קשר הדוק בין שני היגדים אלו. התורה מלמדת אותנו כיצד ליצור את ההרמוניה בין ה"עפר מהאדמה" לבין ה"חלק אלוך ממעל": "ייעודו של האדם הוא לגלות את 'צלם אלוקים' שבו וייעוד זה יכול להתגלות במלואו רק בזכר ונקבה יחדיו. כשהקב"ה ברא אדם המורכב גם מהזכר וגם מהנקבה הוא טבע בהם ציור של אחדות. רושם זה נחקק בתוכם גם לאחר היפרדם, ויצר את הכמיהה והכיסופים לחידוש השלמות והאחדות. ברם כיסופים אלה הם כיסופים גם לה' ית'. שני סוגי הכיסופים שואפים בשורשם למטרה אחת: גילוי צלם אלוקים.

מתחת לחופה מתחולל הפלא של הפיכת שתי נפשות לנפש אחת. אך זו אמירה ערטילאית המקבלת ממשות רק ברגע ששני הגופים הופכים להיות אחד - וזהו אף הנוסח של התורה - "ודבק באשתו והיו לבשר אחד". עניין זה משתקף בתהליך ההלכתי שנעשה בעת החופה. שני שלבים במעמד החופה<sup>1</sup> - שלב הקידושין שבו הכלה נהיית אשה נשואה מבחינה פורמלית בלבד. בשלב זה היא אסורה על העולם כהקדש (ע"פ קידושין ב, ב) ועדיין אינה מותרת לבעלה. "כלה ללא ברכה [=ללא שבע ברכות הנישואין] אסורה לבעלה כנידה" (מסכת כלה, פרק א). בשלב השני, שרק בעקבותיו נחשבת האשה לאשתו לכל דבר מבחינה הלכתית היא החופה, שעיקר תוכנה הוא איחודם בפועל של החתן והכלה והיתרם לחיות חיי אישות. הרמב"ם (הל' אישות פרק י, הלכה ב) אף סובר מטעם זה שחופה שנערכת בשעה שהאשה נידה ואינה מותרת בביאה אינה תקפה כלל (אמנם רוב הפוסקים חולקים עליו בנקודה זו).

(3) דרשות מהר"ל, דרשה לשבת שובה:

"שנשמה היא יחידה ועומדת בגוף ראוי שיהיה אחדות לגוף כמו הנפש שהיא יחידה, ואין אחדות אלא על ידי תשמיש שנאמר (בראשית ב) 'והיו לבשר אחד' ואחדות זה כאשר הוא מזדווג ומתחבר אל אשתו או יש כאן אחדות לגוף, וכאשר יש כאן חיבור ואחדות עם אשתו, אז הנפש שהיא יחידה מיושבת אצל הגוף, לכך כאשר ממעט בתשמיש המיטה הוא ממעט אחדות הגופני ואז אין הנפש מתיישבת בגוף".

המהר"ל מדגיש את הקשר ההדוק בין תחושת האחדות שהאדם חווה בין גופו לנשמתו ובין כוליות החיבור בין איש לאשתו. יש השפעה תמידית ביניהם. כפי שנפש האדם אינה שלמה ללא

1. בזמן התלמוד שני שלבים אלו לא נעשו בבת אחת, אלא בהפרש של חודשים מספר שבהם היתה הכלה מקודשת אך לא נשואה. קעת המנהג הוא להסמיך את החופה לקידושין ולעשותם בזה אחר זה.

החצי השני שלה, כך גוף האדם אינו שלם ללא החצי השני שלו. **דווקא מתוך האחדות הגופנית בין האיש והאשה – "והיו לבשר אחד" – ניתן להגיע לאחדות בין הגוף לנפש בתוך האדם עצמו.** התוצר המבורך של הצלחת ההתחברות בין הגופנפש של האיש לבין הגופנפש של האשה הוא קבלת גופנפש חדש של "זכר ונקבה בראם" – אדם חדש־שון, מימוש הכיסופים.

המהר"ל מדגיש שהגוף זקוק יותר מהנפש לפעילות של התאחדות, כי הנפש בטבעה היא אחת. "זכר ונקבה בראם" – הנפש עצמה מתקיימת בהרמוניה, ואנו צריכים לפעול כדי שהיא תתיישב בגוף, וזה נעשה בהתאחדות שני הגופים.

כשחווה ניצבה לראשונה מול אדם הראשון, הלה חש מיד שאינו דומה מפגש זה לכל המפגשים הקודמים שבהם לא מצא לעצמו עוזר<sup>2</sup>. "לזאת יקרא אשה כי מאיש לוקחה זאת" (בראשית, ב, כג) מכריז האדם בראותה, הווה אומר שיש כאן אישיות, יש כאן "צלם אלוקים", יש כאן נשמה! הכתוב מעיד שרק לאחר שברא הקב"ה את האשה קיבל האדם, שהוא בשר ודם, ממד מיוחד ונעשה זכאי להיקרא איש<sup>3</sup>. עם כל זאת, כשאדם מביט בהתפעלות לעבר אשתו החדשה, המילים הראשונות שיוצאות מפיו מפתיעות: "זאת הפעם עצם מעצמי ובשר מבשרי". אדם הרגיש את קישורו לאשתו דרך העצם והבשר, לא דרך הרוח! מילותיו עולות בקנה אחד עם האופן שבו אנו מתחברים לבורא: "מבשרי אחזה אלוך". כל

2. על פי ב"ר יז, ה וברש"י בראשית ב, כ: "ולאדם לא מצא עזר – כשהביאן [את החיות] הביאן לפניו כל מין ומין זכר ונקבה, אמר: לכולם יש בן זוג ולי אין בן זוג...".

3. על פי פרקי דרבי אליעזר יב: "עד שהיה לבדו נקרא שמו אדם. ר' יהושע בן קרחה אומר על שם בשר ודם נקרא שמו אדם ומשבנה לו עזר אשה, שמו איש והיא אשה. מה עשה הקב"ה נתן שמו ביניהם י"ה, אם הולכים בדרכי ושומרים מצוותי הרי שמי נתון ביניהם ומציל אותן מכל צרה, ואם לאו הריני נוטל את שמי והן נעשים אש ואש".

עצמותי תאמרנה מי כמוך ה'". היהדות סולדת מאהבה אפלטונית. הגוף הוא הצינור לכל החוויות כולן, ורק דרכו ניתן לעבוד את ה'.

כדי להבין טוב יותר את הקשר הכפול בין גוף לרוח ובין שלמות הקשר בין איש לאשתו, וכדי שנהיה מסוגלים ליצור אותו, יש להתבונן קודם כל על הפלא שברא ה' באדם ו"קשר דבר רוחני בדבר גשמי"<sup>4</sup>. על האדם להמשיך את הפעולה שעושה הקב"ה שמחבר את הנשמה לגוף. בניית הקשר והתעצמותו תלויות בנו ועלינו לפעול ולעשות על פי הדגם שה' הורה לנו.

תהליך ההתקשרות בין הגוף לבין מה שמעבר לו תלוי באופן פרדוקסלי דווקא בבריאות הגוף.

#### (4) הרב קוק זצ"ל, אורות התשובה פרק א:

"[התשובה] הגופנית סובבת את כל העברות נגד חוקי הטבע, המוסר והתורה, המקושרים עם חוקי הטבע, שסוף כל הנהגה רעה הוא להביא מכאובים ומחלות, והרבה סובל מזה האדם הפרטי והכללי. ואחרי הבירור שמתברר אצלו הדבר, שהוא בעצמו בהנהגתו הרעה אשם הוא בכל אותו דלדול החיים שבא לו, הרי הוא שם לב לתקן את המצב, לשוב לחוקי החיים, לשמור את חוקי הטבע, המוסר והתורה, למען ישוב ויחיה וישובו אליו החיים בכל רעונותם. המדיצינה [חכמת הרפואה] עוסקת בזה אמנם הרבה, אבל לא נשתכללה כפי הנראה עדיין לגמרי עבודה גדולה זו, ולא נמצא עדיין הפתרון הנכון לכל שאלות התשובה הגופנית, עד כמה שיש בגבולות החיים להחזיר לאדם את כל האכזר ממנו מצד החטאים מהרסי הגוף וכוחותיו. וכפי הנראה מקצוע של תשובה זו תלוי הוא, בקשר חזק, ביתר חלקי התשובה הרוחנית – הטבעית, האמונית והשכלית".

4. או"ח, ס' תכו, סעיף ב, הגהות הרמ"א.

הרב קוק פותח את ספרו על התשובה בקריאה **לשמירת הגוף!** שמירת הבריאות במובן הכי פשוט שלה – תזונה נכונה ומאוזנת ושמירה מכל מה שעלול להביא מחלה על האדם. חטא גדול הוא להחדיר לגוף אלמנטים ההורסים אותו. האם אנו באמת קולטים את משמעות הדברים שכתב הרב? הרי זהו הצעד הראשון במצוות התשובה אליבא דהרב! מלבד ההבנה שיש כאן דרישה לשמור על המתנה הנפלאה שהקב"ה נתן לנו, הרב כותב שתשובה זו הכרחית כיוון שהיא תלויה "בקשר חזק ביתר חלקי התשובה הרוחנית...". לא ניתן לטפל בנשמה כשהגוף מוזנח וחולה!

#### (5) הרב קוק זצ"ל, ערפלי טוהר טז:

"לפעמים על ידי מה שמתאמצים להיות מדובק ברוחניות עליונה מתרוממים כל כוחות החיים הרוחניים למעלה, בעולם המחשבה העליונה. והגוף נעזב מן הנשמה, ועל ידי זה מידות הרעות שולטות בו. ואחר כך, כשהסתכלות נגמרת וכוח החיים חוזר לרגילות שלו, מוצאת הנשמה את הגוף שבור בקלקולי תכונותיו. ומתחילה מלחמה פנימית גדולה ומסוכנת מאוד. ובשביל כך צריכה היא התשובה וחפץ זיכך המידות להיות קודמת להעלייה ההסתכלותית, ואז מכשירים איזה צד של מנע בין הגוף אל הנשמה גם בהתעלותה העליונה.

צדיקים באמת צריכים להיות אנשים טבעיים, שכל תכונות הטבע של הגוף ושל הנפש יהיו אצלם בתכונה של חיים ובריאות. ואז הם יכולים בעילויים להעלות את העולם וכל יקומו עימם".

כשמתאמצים לעסוק ברוחניות תוך התעלמות מהכוחות הטבעיים, גורמים לכך שכוחות החיים מידלדלים. מצב זה יוצר משבר פנימי המוליד מידות מקולקלות.

רק אדם בעל נפש בריאה המקבל ומתקן את התכונות הטבעיות שבו, יוכל להתעלות למדרגות רוחניות גבוהות יותר.

בשתי הפסקאות שהבאנו הרב מתריע מפני סכנה חמורה המסוגלת להביא חורבן על האדם. גישה שמטיפה להפרדת הרוח

מהגוף באמצעות טיפוח הצד הרוחני והזנחת הגוף ודיכוי צרכיו – גישה זו זרה לרוח התורה; היא משדרת שהנשמה היא חלק אלוך ממעל ואילו הגוף – לא. על-אף שברובד העיוני נראה כאילו ברור לנו שהגוף הוא יצירה אלוקית וכביכול העניין מובן מאליו, מסתבר כי לא הפנמנו שבאמת כך הוא הדבר, ורבים רבים אינם מיישמים זאת בפועל. גם אם יודעים לדרוש דרשות יפות ושנונות בעניין, אין זה בא לידי ביטוי באופן מעשי. גישה זאת שמקורה ביוון העתיקה והפכה חלק אינטגרלי של הדוקטרינה הנוצרית, הצליחה לחלחל עמוק בעם היהודי. שורשה מצוי כבר בתפיסתו של בלעם הרשע, נביאם של הגויים.

#### (6) נידה לא, א:

"דרש רבי אבהו מאי דכתיב מי מנה עפר יעקב ומספר את רבע ישראל מלמד שהקדוש ברוך הוא יושב וסופר את רביעיותיהם של ישראל מתי תבא טיפה שהצדיק נוצר הימנה ועל דבר זה נסמית עינו של בלעם הרשע אמר מי שהוא טהור וקדוש ומשרתיו טהורים וקדושים יציץ בדבר זה מיד נסמית עינו דכתיב נאם הגבר שתום העין".

בלעם אינו מסוגל לראות בקשר הפיסי בין איש לאשתו קדושה ורוחניות. מי שמסתכל בראייה שטחית אינו מסוגל לראות שהאלוקות נמצאת בכל שטחי החיים, גם החומריים. לעומת זאת, אברהם אבינו מתאפיין קודם כל ב"עין טובה" (על פי פרקי אבות ה, יא). על כך כותב רבי צדוק הכהן מלובלין (תקנת השבים, סימן ו): "ותאוות בני ישראל הדבוקים באלוקים חיים כמו שהם קיימים לעולם כך כל כוחותיהם, כי הכל דבוקים בקדושה. ועל כן אמר ומספר רובע ישראל, דעל דבר זה נסתמית עינו כו', דאותו רשע לא הבין איך יהיה בזה קדושה... כי עיקר החמדה מהעין כמו שנאמר לא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם, דעין רואה ולב חומד. ועיקר הניאוף בעין כמו שנאמר ועין נואף וכו'". ללאה, לעומת זאת, "עיניים רכות", ובשבה דיבר הכתוב, לא בגנותה. אצל לאה, הראייה היא ראייה של יראה (אותה מילה בחילוף אותיות,