



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

מבשרי אֶחָזָה

בית ספר לרפואה שלמה
על פי משנת הבעל שם טוב

עם מו"ר הרב סטבסקי ועם ד"ר חיים רוזנטל

מפגש יג | עבודת ההשתוות





חֲלִי נַפֶּשׁ וְחֲלִי רוּחַ

דברים כח כח: "יִכָּכֶּה יְהוָה בְּשִׁגְעוֹן וּבְעֵירוֹן וּבְתִמְהוֹן לֵבָב".

מהו הגורם לשיגעון?

מהו ההבדל בין

"שִׁגְעוֹן"

ל"עֵירוֹן"

ול"תִּמְהוֹן לֵבָב"?

תרגום יונתן: "ימחינכון מימרא די'י בשווייתא דמטפשא, מוקדא

ובסמיתא, ובשיעממות ליבא".

רש"י: "ובתמהון לבב - אוטם הלב".

מצודות דוד על זכריה יב ד: "בתמהון - אבדת הלב, כאדם

המתמיה ומתאיאש".

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

שאלות

האם ניתן להגדיר את סוגי חולי הנפש?

מהו חולי נפש?

האם חולי נפש היא מחלה קבועה?

מהו שוטה ושוטה לשעתו?

ממה נובע חולי הנפש?

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

שאלות

❖ מהו חולי רוח?
האם חולי רוח היא מחלה קבועה?
מהו שוטה ושוטה לשעתו?
ממה נובע חולי הרוח?

❖ מעשה ברבי אשר פרוינד:
"היום הייתי משוגע שתי פעמים"

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

סיבת השיגעון

שתי סיבות מציין הבעש"ט לתופעת השיגעון:

הגאווה

והניתוק מהמציאות.

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

שגֶּעוֹן וּמִדּוֹת

מִבְּשָׂרֵי
אֲחִיזָה

מפגש יג | עבודת ההשתוויות

1

בית ספר לרפואה שלמה על פי משנת הבעל שם טוב



חֲלֵי נֶפֶשׁ

ע"י ניתוק בין הרוח לנפש
הנפש הבהמית סובלת מחוסר הספקה
וממלאה עצמה בתאוות מופרזות.
תוצאות: תנועות כפייתיות,
ונוצרים עוויות בתנועות הפנים והגוף.

מבשרי
אחזה



חלי רוח

ע"י ניתוק בין הנשמה לרוח

הרוח הבהמית הגסה סובלת מחוסר הספקה וממלאה עצמה וברגשות מנותקות מהמציאות.

תוצאות: פריצת רגשות גדלות וגאווה,

מחשבות ורגשות טורדניות,

פקק ברגשות, קושי בדיבור, גמגום,

כעסים, קנאה, דיכאון, חרדות,

רגשי רדיפה, פיצול אישיות.

מבשרי
אחר



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

תופעות שונות

- ❖ התקפי זעם
- ❖ עצבות
- ❖ דיכאון
- ❖ מרה שחורה
- ❖ חרדות
- ❖ אלימות
- ❖ התמכרויות שונות
- ❖ הפרעות אכילה
- ❖ צריכת סמים
- ❖ שתיה מופרזת
- ❖ מחשבות אובדניות
- ❖ פגיעה עצמית
- ❖ פגיעה עצמית

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א'ל חי העולמים

הגדרות התנהגותיות של הפרעות רוח

❖ לא מן הישוב

❖ "רוח שטות"

❖ "שוטה"

❖ "משתטה"

❖ "משגע"

❖ "מטרף"

❖ "נכפה"

מבשרי
אחזה



"מִשְׁטָּתָהּ" וְ"רוּחַ שְׁטוּת" – רוּחוֹ מִשְׁוֹטָט וְאֵינוֹ מִרְגִּישׁ בַּמַּצִּיאוֹת

❖ "אֵין אָדָם עוֹבֵר עֲבֵרָה אֶלָּא אִם כֵּן נִכְנָס בּוֹ רוּחַ שְׁטוּת".
[תלמוד בבלי מסכת סוטה ג ע"א]

❖ "עֲתִים חָלִים [שפוי], עֲתִים שׁוֹטָה:
כְּשֶׁהוּא חָלִים – הֵרִי הוּא כְּפִקָּח לְכָל דְּבָרָיו,
כְּשֶׁהוּא שׁוֹטָה – הֵרִי הוּא כְּשׁוֹטָה לְכָל דְּבָרָיו".
[ראש השנה כח ע"א]

❖ "שׁוֹטָה – פֶּסוּל לְהַעֲיֹד.
וְזֶהוּ שׁוֹטָה: שִׁיצָא יַחֲדֵי בְלִילָה, וְהָלַךְ בְּבֵית הַקְּבֵרוֹת,
וְהִקּוֹרֵעַ כְּסוּתוֹ, וּמֵאֲבָד מֵה שְׁנוֹתָנִין לוֹ.
וּבְאַחַד מֵאלוֹ שְׁעוֹשֶׂה דֶּרֶךְ שְׁטוּת – נִקְרָא שׁוֹטָה":
[טור שולחן ערוך חושן משפט סימן לה סעיף ח וסימן רלה סעיף כא]

❖ "נִשְׁתַּטִּית וְנִתְרַפְּאָת וְנִשְׁתַּטִּית וְחָזַר וְנִתְרַפְּאָת":
[ספר טורי זהב על אבן העזר סימן קיט סעיף יד]

מִבְּשָׂרֵי
אֲחִזָּה



"שוטה": שרוחו משוטטת בלא כוון

"שפוי ונשתטה, וחזר ונשתפה - כשר.

זה הכלל: כל שתחלתו וסופו בדעת - כשר."

[משנה מסכת גיטין פרק ב משנה ו]

"ושנטרפה דעתה, היינו: שוטה שנטרפה דעתה מחמת חולי".

[תלמוד בבלי מסכת נדה יג ע"ב]

"האדם נקרא עולה ויורד, שאי אפשר לעמוד במדרגה אחת תמיד.

רק שיש ב' סוגים בעניין זה: כי יש דעייל ונפיק, וכמו שנאמר ויעל אברהם

ממצרים, שירד ועלה עם כל המדרגות התחתונות. מה שאין כן סוג ב' היורד

ואינו יכול לעלות רחמנא ליצלן".

[ספר בעל שם טוב על התורה פרשת לך לך אות י]

מבשרי
אחזה



"אמרו רבותינו ז"ל {משנה אבות פ"ד}: איזהו חכם? הלומד מכל אדם.
כי חכם מכיר את עצמו וחסרונו, מה שאין כן **השוטה** מכיר אחרים ליתן בהם דופי ואינו מכיר את עצמו לידע חסרונו.
אמנם יכול כל אדם לידע את עצמו כשירצה.
אם כן, בזה יוכל כל אדם לידע את עצמו ומדרגתו: אם הוא דן את כל אדם לזכות - אזי הוא בקדושה, ששם היכל זכות על שם כך שפותחין בזכות כל אחד. ואם הוא דן את כל אדם לחוב - אזי הוא בקליפה ששם היכל החוב שדנין האדם לחוב.
ובזה כתבתי במקום אחר: אל תדין את חברך עד שתגיע למקומו".
[ספר בעל שם טוב על התורה פרשת קדושים אות ו]

"וזה השוטה: שרודף להשיג גדולות ונפלאות לכבוד עצמו, נשאר בעל מופת של דמיוני".
[ספר בעל שם טוב על התורה פרשת בראשית ממ"ח אות קנב]

מבשרי
אחזה



שָׁגֶעוֹן: שְׂרוּצָה לָגַעַת בְּכָל דָּבָר מִשָּׁגַע שְׂרָשׁ ג' "ע: לְהִתְיַגֵּעַ, גִּעְגּוּעַ, לָגַעַת

דברים כח לד: "וְהָיִיתָ מִשָּׁגַע מִמֶּרְאֵה עֵינֶיךָ אֲשֶׁר תִּרְאֶה".

תרגום יונתן: "ותהוון משתטיין מפורענותא ומן מחמי עיניכון
דתיחמון תזועון".
[ותהיו משוטטים מפני הפורענות וממראה עיניכם המזעזע אתכם].

מבשרי
אחזה



מִטְרָף: נִלְקַח מִמֶּנּוּ הַקֶּשֶׁר בֵּין הַנִּשְׁמָה לָרוּחַ שֶׁל יִטַּת עוֹלָם הַהֶרֶס וְהַתְהוּ

איוב יח ד: "טִרְף נִפְשׁוֹ בְּאִפּוֹ, הִלְמַעְנָד תַּעֲזֹב אֶרֶץ - וְיַעֲתֶק צוּר מִמְּקוֹמוֹ".
תרגום יונתן: "דמצער נפשיה ברוגזיה, אפשר דאמטולך תשתבק ארעא
וטינר יסתלק מן אתריה".

טור שולחן ערוך חושן משפט סימן לה סעיף ח וסימן רלה סעיף כא:
"והרמב"ם כתב ולא שוטה שהולך ערום ומשבר כלים וזורק אבנים בלבד,
אלא כל מי שנטרפה דעתו ונמצא דעתו משובשת תמיד בדבר מן הדברים.
אע"פ שהוא מדבר ושואל כענין בשאר הדברים –
הרי זה פסול ובכלל שוטה יחשב".

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

טרוף הדעת – נטרפה דעתו

תלמוד בבלי מסכת בבא בתרא קנו ע"ב: "תטרוף דעתו עליו".

❖ שלשה מיני כחות להשגת המציאות יש באדם:

"כחות המשכלים".

"כחות המרגשים".

"כחות המוחשיים".

❖ אור הנשמה מאיר בכחות המשכלים של האדם.

אור הרוח מאיר בכחות המרגשים של האדם.

אור הנפש מאיר בכחות המוחשיים של האדם.

❖ כח הדעת תפקידו לקשר ולחבר

את הכחות המשכלים עם הכחות המרגשים והמוחשיים באדם.

"והאדם ידע את חוה אשתו ונתהר ויתלד {בראשית ד א}."

והוא לשון יחוד וזיווג וחבור.

❖ אדם שאצלו ג' כחות אלה מחברים "יש בו דעת".

אדם שאצלו ג' כחות אלו אינם מחברים "אין בו דעת".

מבשרי
אחזה



נכפה [מחלת הנפילה: אפילפסיה] – כפיה

משנה מסכת בכורות פ"ז משנה ה: נכפה, אפלו אחת לימים - רוח קצרית באה עליו.

רמב"ם פירוש המשניות: "נכפה ידוע ונקרא כך לפי שמתהפך שלא ברצונו. ורוח קצרית מקרה מחמת מרה השחורה וכו' שגברה עליהן המרה השחורה כל כך עד שנפסדו פעולות הגוף וכחותיו".

שולחן ערוך חושן משפט סימן לה סעיף ט-י: "הנכפה. פירוש המוכרח ליפול לארץ מחמת חולי המשגע אותו לעתים. בעת כפייתו - פסול, ובעת שהוא בריא - כשר. ואחד הנכפה מזמן לזמן, או הנכפה תמיד בלא עת קבוע, והוא שלא תהיה דעתו משובשת תמיד, שהרי יש נכפים שגם בעת בריאותם דעתם מטורפת וכו'. וכן המבוהלים והנחפזים בדעתם, והמשתגעים ביותר - הרי אלו בכלל השוטים".

מבשרי
אחזה



בעל שם טוב על התורה פרשת בראשית ממ"ח אות נא:
"הכעס הוא רוח רעה ממש, ורוח נכפה, ואל זר.
על כן יבקש מבעל הרצון בדמעות שלא יעבור עליו רוח רעה
לכעוס, ותמיד יהיה לו לב רחב ושמח,
לסבול כל היסורין מאנשי ביתו ומן הכל,
ואז יתעלה בעליה יתירה.
ותמיד יהיה מלא רצון ושמחה לכל בריה.
בפנים יקבל כל אדם בסבר פנים יפות ובשמחה,
וכל המסתכל בו יהי נכנס בו שמחה בלב,
מאור השכינה שמאיר על פניו.
ועיקר חיות האדם הם המידות טובות,
ועיקר המידות טובות הוא הכנעה".

מבשרי
אחזה



❖ האם כל אלו הן הגדרות קליניות קבועות?
❖ האם יש בהן שינוי ע"י טיפול וע"י שינוי התנהגות?
❖ האם יש בחירה על מצבי חולי נפש וחולי רוח?
❖ האם יכול האדם לבחור את מצבו הנפשי והרוחני?
❖ מעשה ברבי אשר פרוינד.

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א'ל חי העולמים

כיצד טיפל הבעל שם טוב בחולי נפש ובחולי רוח?

**ע"י הסרת המחיצות בין הנשמה לרוח
וחיבורם מחדש – ריפא את חולי הרוח.**

**ע"י הסרת המחיצות בין הרוח לנפש
וחיבורם מחדש – ריפא את חולי הנפש.**

כיצד?

בשני אופנים:

ע"י הארת רוח חדשה בקרבם.

וע"י עבודת ההשתוות.

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א'ל חי העולמים

על מה סמך הבעל שם טוב
בנושא טהרת הרוח
וחידוש הרוח בלב?

מבשרי
אחזה



❖ תהלים נא יב: "לֵב טָהוֹר בָּרָא לִי אֱלֹהִים וְרוּחַ נָכוֹן חֲדָשׁ בְּקִרְבִּי".
רד"ק: "ואתה עזרני בה וסמוך לבי ורוחי שיהיה טהור ונכון שלא ימשול בי
יצר הרע עוד, על דרך וּשְׁבַת קֹדֶם ע"א: בא לטהר - מסייעים אותו. וזהו הבריאה
והחידוש".

❖ יחזקאל יא יט: "וְנָתַתִּי לָהֶם לֵב אֶחָד וְרוּחַ חֲדָשָׁה אֶתֶן בְּקִרְבָּכֶם".
מצודות דוד: "ורוח חדשה - רצון חדש".

❖ יחזקאל יח לא: "הַשְּׁלִיכוּ מֵעֲלֵיכֶם אֶת כָּל פְּשָׁעֵיכֶם אֲשֶׁר פָּשַׁעְתֶּם בָּם
וַעֲשׂוּ לָכֶם לֵב חֲדָשׁ וְרוּחַ חֲדָשָׁה".
מצודות ציון: "ורוח - ענין רצון, כמו {יחזקאל א:} אל אשר יהיה שמה הרוח
ללכת".

❖ יחזקאל לו כו: "וְנָתַתִּי לָכֶם לֵב חֲדָשׁ וְרוּחַ חֲדָשָׁה אֶתֶן בְּקִרְבָּכֶם
וְהִסְרֹתִי אֶת לֵב הָאָבֶן מִבְּשָׁרְכֶם וְנָתַתִּי לָכֶם לֵב בָּשָׂר".
מצודות ציון: "ורוח - ענין רצון, כמו {ישעיה לו:} הנני נותן בו רוח. והסירותי
- מלשון הסרה".

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

הסרת רוח רעה והמשכת רוח טובה חדשה ע"י יחודים

בעל שם טוב על התורה פרשת יתרו ממ"ח אות כ-כג:
"ענין פונת המקוה שמתעלים האדם במקוה שהוא הבינה שהוא
התשובה ואור הלבן המדיח כל הפגמים.
והוא שם אהי"ה ב[אותיות] התי"ן [אל"ף ה"ה יוד ה"ה] גימטריא
מקו"ה, ואחר כך יוצא ונולד בריה חדשה, כמו שאמר הכתוב (תהלים נא
יב): **לב טהור ברא לי אלהים ורוח נכון חדש בקרבי**.
"שם אהיה במלוי יודי"ן עולה קס"א, כזה: **אלף הי יוד ה"י**.
ובמלוי אלפי"ן עולין קמ"ג, כזה: **אלף הא יוד ה"א**".

מבשרי
אחזה



הַשְׁתַּוּת הַנֶּפֶשׁ וְהָרוּחַ

❖ עפ"י הבעש"ט ניתן להינצל וגם לצאת מחולי רוח
ע"י פעולת השתוות כוחות נפשו ורוחו לרצון
העליון.

❖ האדם תמיד משתווה למשהו.
❖ הבחירה היא למי ולמה
הוא מתאים ומשווה את כוחות נפשו ורוחו.

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



מִשְׁתַּנֶּה עִם כָּל מַצָּב לְטוֹבָה

"שׁוֹיִתִּי יְהוָה לְנִגְדִי תָמִיד
כִּי מִיָּמִינִי בַּל אָמוּט - אֶף בְּשָׂרִי יִשְׁכֹּן לְבָטָח וְתַהֲלִים טַז ח-טו.
שׁוֹיִתִּי - לְשׁוֹן הַשְּׁתוּוֹת.
בְּכָל דְּבַר הַמֶּאֲרָע - הַכֹּל שׁוֹה אֶצְלוֹ,
בֵּין בְּעֵנֶיךָ שֶׁמִּשְׁבָּחִין אוֹתוֹ בְּנֵי אָדָם אוֹ מַבְזִין אוֹתוֹ.
וְכֵן בְּכָל שְׂאֵר דְּבָרִים.
וְכֵן בְּכָל הָאֲכִילוֹת: בֵּין שְׂאוֹכֵל מַעֲדָנִים בֵּין שְׂאוֹכֵל שְׂאֵר דְּבָרִים -
הַכֹּל שׁוֹה בְּעֵינָיו.
שֶׁהוֹסֵר הַיֵּצֵר הָרַע מִמֶּנּוּ מְכַל וְכָל.
וְכָל דְּבַר הַמֶּאֲרָע לוֹ, אוֹמֵר:
הֲלֹא זֶה הוּא מֵאֲתוֹ יִתְבָּרֵךְ, וְאִם בְּעֵינָיו הִגּוֹן - בְּעֵינֵי לֹא כָּל שֶׁכֶּן":
[ספר צוואות מריב"ש טוב שער ב הנהגות א-ה]

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



שֶׁלֶשׁ דְּרָגוֹת בְּהִשְׁתַּוּוֹת מִדּוֹת הָאָדָם

עבודת ההשתוויות היא עמוד גדול
בעבודת הנפש ובעבודת מידות הרוח.
הבעש"ט מונה שלושה סוגים:

א. **תיאום** תנועות הנפש והרוח עם כל מצב שבא אל האדם
{ "אם בְּעִינָיו הָגוֹן - בְּעִינָי לֹא כָּל שֶׁכֶן" }.

ב. **שוויון הנפש** מול כל מאורע { "הכל שְׁוֶה אֶצְלוֹ" }.

ג. **דבקות הנשמה** בתוך אותיות שם הוי"ה ב"ה { "שְׁוִינִי יְהוָה לְנֶגְדִי תָמִיד" }.

העוסק בהשתוויות הנפש עם כל מצב שבא אליו - אינו מתאכזב.
כיון שאינו מתאכזב מן המציאות - משתמרת אצלו השמחה.

והיא **מגמה נפשית כוללת**

שבה המשתווה מסיר מעצמו את הציפיות החיצוניות
ומשחרר את נפשו מהן.

מבשרי
אחזה



כיצד השתוות הנפש משפיעה על הבריות

הרוחנית

הנפשית

והגופנית?

מבשרי
אחזה



השתוות הנפש והרוח בכל מצב

"שְׁוִיתִי יְהוָה

לְנֶגְדִי

תָּמִיד

כִּי מִימִינִי בֵּל אֲמוּט –

אֶף בְּשָׂרִי יִשְׁכֹּן לְבָטָח (תהלים טז ח-ט).

כָּלֵל גָּדוֹל: הַשְׁתּוּת.

שְׁיִהְיֶה שְׁוֶה אֲצִלוֹ

אִם יַחְזִיקוּהוּ לְחֶסְרוֹן יָדִיעָה

אוּ יוֹדַע בְּכָל הַתּוֹרָה כָּלָה.

וְהַדָּבָר הַגּוֹרֵם לָזֶה – הוּא הַדְּבָקוּת בְּהַבּוֹרָא תָדִיר.

שְׁמִיחַת טְרָדוֹת הַדְּבָקוּת – אֵין לוֹ פְּנָאִי לְחֶשֶׁב

בְּדָבָרִים אֱלֹהִי

שְׁטָרוֹד תָּמִיד לְדָבֵק עֲצָמוֹ לְמַעַלָּה בּוֹ יִתְבָּרֵךְ:"

[ספר צוואות מריב"ש טוב שער ח הנהגות א-ב]

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



❖ בפעולת ההשתוות

האדם מתאים את כוחות נפשו למציאות

ולא את המציאות אליו

ואינו מקשה רוחו כנגדה

ואינו נלחם עם המציאות ונגדה

❖ האדם המשתווה עם רצון הבורא

הוא המשוחרר מלחץ חברתי

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

שוויון הנפש

שוויון הנפש - "הכל שוה אצלו"
יהיה אצלו שווה הנהגת הבריות כלפיו וכל העולם החיצוני כולו כלא כלום.
שהרי לא אצל בני אדם הוא עובד
הם אינם בעלי הבית של הנפש שלו וגם לא סמכות עבדו.

מבשרי
אחזה



וא"כ אלה הם השלבים.

- [א.] דבקות רצונו היא רק ברצון בוראו.
[ב.] אינו מתאכזב ואינו נופל ברוחו מול כל ניסיון ומניעה.
[ג.] משוחרר הוא מכל ציפייה אנושית ומכל דאגה כלל.
[ד.] ועצם זה מסב לו שמחה עצומה.
[ה.] ושמחה זאת מתפשטת גם אל גופו ומשרה בטחון בקרבו,
בחינת: אֵף בְּשָׂרִי יִשְׁכֹּן לְבָטָח (שם טז ט).

עבודה קשה היא עבודה על ההשתוות
בה אני צריך להשוות ולהתאים את כל כוחות הגוף והנפש
לכל מצב שמאיר כעת מאת ה'
ואז אני משתווה עם המצב ואני משתווה עם רצון ה'.

כאן עבודת ההשתוות מתמקדת בקבלת כל דבר בשוויון נפש
בלא להתפעל כלל מהזולת ומהחברה החיצונית ומדעות אנושיות עלי
אלא לקשור הכל לשורשו יתברך שמו.

מבשרי
אחזה



השתוות נרנח"י

דבקות הנשמה באותיות שם הוי"ה – "שְׁוִיתִי יְהוָה לְנֶגְדִי תָמִיד"
מדרגה נוספת של עבודת ההשתוות הפועלת על השמחה ישירות, והיא ההשתוות המביאה לידי דבקות ה', כפי שנדרש מתורתו של דויד המלך:

"שְׁוִיתִי יְהוָה לְנֶגְדִי תָמִיד, כִּי מִימִינִי בֹל אָמוּט, לִכֹּן שְׁמַח לְבִי וַיִּגַּל כְּבוֹדִי –
אֶף בְּשָׂרִי יִשְׁכֹּן לְבָטָח וְתַהֲלִים טַז ח-ט.

יהיה אצלו שווה אם ישבחוהו או יקניטוהו,

שהרי טרוד הוא בדבקות הבורא ברוך הוא", ולא בבריאה או בעצמו.
ותנועת הנפש של המשתווה היא כלפי פנים וכלפי מעלה
ולא כלפי חוץ וכלפי מטה.

הדבקות משמרתו ומגינתו מכל פגעים ומשמחתו תדיר.
וכאשר מקיימים הכלל הגדול של שְׁוִיתִי יְהוָה לְנֶגְדִי תָמִיד –
אזי תיכף מתקיים בו המשך הפסוק: כִּי מִימִינִי בֹל אָמוּט,
עד כי מוקף הוא באור הדבקות המגינה עליו ברוחניות ובגשמיות.

מבשרי
אחזה



לצורך דבקות והשתוות הנשמה שלי בהשי"ת עלי לרכז ולאסוף את רצונותי ומחשבותי ולקשרם בשם הוי"ה ברוך, דהיינו בארבע אותיות שם **י ה ו " ה** כנגדי מולי על מסך הנשמה והמחשבה.
וכאשר איש הישראלי מרכז את ראייתו בד' אותיות שם הוי"ה ב"ה מעל ראשו בגובה התפילין על מסך מחשבתו - משתווה ונדבקות נשמתו בו יתברך,
בחינת: **שְׁוִיתִי יְהוָה לְנֶגְדִי תָמִיד.**
ומכיון שבתוך ד' אותיות שמו יתברך אחוזים ד' כוחות נפשו
[המעשה, הרגש והדיבור, המחשבה והרצון]
וד' אורות נשמתו של איש הישראלי [נרנ"ח] -
יש לו עבודת השתוות ודבקות מתמדת.

מבשרי
אחזרה



כי אור הנפש וכוחות המעשה שלו אחוזים באות ה' אחרונה
של שם הוי"ה ב"ה,

ואור הרוח וכוחות ההרגש והדיבור שלו אחוזים באות ו'
של שם הוי"ה ב"ה,

ואור הנשמה וכוחות המחשבה שלו אחוזים באות ה' ראשונה
של שם הוי"ה ב"ה,

ואור החיה וכוחות הרצון שלו אחוזים באות י'
של שם הוי"ה ב"ה,

אור היחידה וכוחות המדמה והתענוג ומסירות הנפש שלו אחוזים בקוצו העליון של אות י'
של שם הוי"ה ב"ה –

לכן היא עבודה מתמדת של השתוות כוחות הנפש והתלבשות אורות הנשמה בהשי"ת.

מבשרי
אחזה



עבודת "שְׁוִיתִי" באופן זה של איש הישראלי המשתווה,
היא להזכיר לעצמו את שם "יְהוָה לְנִגְדֵי תְמִיד" בכל המצבים.
לא רק כאשר לומד תורה ומתפלל ומברך ועושה מצווה,
אלא "לְנִגְדֵי תְמִיד",

כהוראת החכם מכל אדם {משלי ג ו}: "בְּכָל דְּרָכֶיךָ דַּעְהוּ - וְהוּא יִיָּשֶׁר אֲרָחֶיךָ",
עפ"י מצות סיני {דברים יא כב}: "לֹא־תִהְיֶה אֶת־יְהוָה אֱלֹהֶיךָ לְלַכֵּת בְּכָל דְּרָכֶיךָ
וּלְדַבֵּק בּוֹ".

היינו: שבכל האופנים אני מזכיר לעצמי את אותיות שם הוי"ה ב"ה
ומסתכל באותיות הבהירות של השם הקדוש אשר באמצעותו הבורא יתברך
מהווה אותי ואת העולם כולו ומתלבש בו אורו ושכינתו.
ועבודתי היא לקשור ולדבק עצמי לשם הוי"ה יתברך,
ובזה משווה את כוחות הנפש שלי אליו יתברך.

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

דְּרָכֵי הַשְׁתִּיּוֹת שֶׁל

כַּחוֹת הַנֶּפֶשׁ וּמַדּוֹת הָרוּחַ וְדַרְגּוֹת הַנִּשְׁמָה

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

בְּנֶפֶשׁ	בְּנִשְׁמָה	בְּגִלּוֹי הַפְּעֻלּוֹת
מִדָּמָה וְתַעֲנוּג	הִיחִידָה	דְּבִקוֹת וְהִתְפַּלְלוֹת בְּבוֹרָא יִתְבָּרַךְ
הָרָצוֹן וְהַחִיּוֹת	הַחִיָּה	הַשְׁתַּוּוֹת הָרָצוֹן עִם הַבוֹרָא יִתְבָּרַךְ
הַמַּחֲשָׁבָה	הַנִּשְׁמָה	תּוֹרָה לְשִׁמָּה
הַהֲרָגָשׁ וְהַדְּבוּר	הַרוּחַ	עֲדוֹן הַמַּדּוֹת בְּרָכוֹת וְתַפִּלָּה בְּכֹנֶנָה
הַמַּעֲשֵׂה	הַנֶּפֶשׁ	מַצּוֹת כְּהִלָּכָה

מִבְּשָׂרִי
אֶחָדָה