

להיחלץ מבלבול בלי להילחץ

חטא דור המבול: נתינה ללא הקשבה, חסד ללא דין, חיבור ללא מפגש פנימי. ההוא חיי בסערה רגשית מלא בלבולים ורק שבת וציור מרגיעים אותו. הוא חיי ברדיפה אחרי תובנות גדולות אך חסר לו תפילה... כי המוח הימני ענק והוא שורש הכלים והאדם לא מספיק פיתח אותם... או גיטרה, או ציור, או גיטן... או טיולים, שימוש תלמיד חכם, חוויה של חול שהוא קודש. ואם לא מקבל מזה ירצה לקבל מרעש...

1. ישוב הדעת בניחותא

הנה בזוה"ק דנח הוא שבת לשון נייחא. ונראה דהנה כתיב (ישעי' נ"ז) "והרשעים כים נגרש, השקט לא יוכל", ומלת רשע היפוך מלת צדיק, וידוע מאמר הזוה"ק דצדיק נקרא מי ששומר הברית, וממילא יובן אשר רשע נקרא מי שפוגם בברית. ובאשר אמרו ז"ל (אבות ד, ג) אין לך אדם שאין לו שעה ואין לך דבר שאין לו מקום. כי כל דבר יש לו שורש למעלה ולמטה, ומאן דפגים ברית מקלקל האחיזה שלו בשורש, ע"כ שוב אין לו מקום. וזהו מה שכתוב: והרשעים כים נגרש, השקט לא יוכל, שאין להם מנוחה. וזה מאמר האר"י ז"ל על הכתוב כי גר יהיה זרעך שכל הגלות באה מפגם הברית... (שם משמואל, נח, תרע"א)

2. עיקר הבריאות: חיבור למציאות

אלה תולדות נח נח איש צדיק - הואיל והזכירו ספר בשבחו שנא' (משלי י) זכר צדיק לברכה ד"א למדך שעיקר תולדותיהם של צדיקים מעשים טובים (בראשית ט, ט ורש"י שם)

3. ואין חיבור למציאות ללא טיהור המדמה

צהר תעשה לתבה ואל אמה תכלנה מלמעלה וגו', ריב"ש ע"ה אמר, צהר תעשה לתבה, שתהיה התבה [שאדם מדבר בתורה ובתפילה] מצהיר, כי יש בכל אות עולמות ונשמות ואלהות, ועולים ומתקשרים ומתייחדים זה עם זה, עם אלהות, ואחר כך מתייחדים ומתקשרים יחד האותיות ונעשה תיבה, ואחר כך מתייחדים ייחודים אמיתיים באלהות, וצריך האדם לכלול נשמתו בכל בחינה ובחינה מהנזכר ואז מתייחדים כל העולמות כאחד ועולים ונעשה שמחה ותענוג גדול עד אין שיעור, וזהו תחתיים שניים ושלישיים וכו', דהיינו עולמות ונשמות ואלהות, תלת עלמין אית ליה וכו', (זוהר פ' שלח דקנ"ט ע"א) וצריך לשמוע בכל תבה מה שאומר, שהשכינה עולם הדיבור (זוהר פינתס דר"ל ע"א) מדברת והוא שושבינא נקראת אמונת אמן (זוהר רקרא דט"ז ע"ב) ובלא אמונה נקרא ח"ו (משלי ט"ז) נרגן מפריד אלוף... (עמוד התפילה, בעל שם טוב על נח)

4. כניסה לחודש הבהירות

...שלמה גמר מלאכת המקדש בחודש מרחשון ובשנה אחת עשרה בירח בול כלה הבית (מלכים א' ו' ל"ח) מהו בירח בול בירח שהביא הקדוש ברוך הוא את המבול (פסיקתא רבתי א)

5. כלי חיצון: ענווה

כשרואה אדם בעצמו שחולך לו שלא כסדר, ידע שיש לו גדלות ויעשה תשובה וישפיל את עצמו ויהיה בבחינת מה, ואזי יחזור לילך לו כסדר (ליקוטי עצות, ענה וגאווה)

6. כלי פנימי: תורה מחוברת לעומק ולכלל

אבל התשוקה להרחיב את האידיאלים האלוהיים ולחיות בהם בחיי הפרט והכלל, לראות בתפארת עוזם באומה ובעולם, בכל עזה ותקפה, עד כדי שתהא ראויה להיות נשמה נצחית לעם שלם, וממנה לעולם כולו עדי עד, בכל צדדי החיים ההויים והנצחיים, זאת היא הנשמה הפנימית, תורת אמת ותורת חיים. (דעת אלוהים, עקבי הצאן, עמ' קלו)

ככל שהאדם מברר את הלא מודע ונהיה מודע יותר, כך גודל חיבורו לעצמו ואמונתו. לאמין כלומר להעביר מהלא מודע אל המודע...