



ט"ו

ארבע המרות (הליחות) חלק ב

מאת: אוריאל ארי גורפינקל

הקדמה

המרות הן ארבע תמציות הראשוניות שמהן נוצרים כל מרכיבי הגוף על כל חלקיו, החלקים נוזליים וגם החלקים המוצקים. הנוכחות התמידית של המרות בגוף היא הכרחית לקיומו בלעדיתן לא יהיה קיום לחומר לכן הן תמיד נמצאות בגוף בצורה ממשית ומקנות איכות אנרגטית (1) לכל מרכיבו.

תפקיד המרות

לארבע המרות תפקידים חיוניים רבים: אמצעי המחבר בין הכוחות הרוחניים לבין הגוף (2), מזינות ומרוות את כל חלקי הגוף, לאפשר תהליכים התפתחותיים של גדילה, להניע את איברים לתפקד כראוי, למזג ולאזן את האנרגיה של האיברים, לחמם ולקרר את הגוף.

המרות והאיברים

לכל מרה יש איבר התואם לאיכויות האנרגטיות שלה בו היא שוכנת, יחדיו הם עובדים באופן סינרגטי בגוף. המשמעות של עבודה סינרגטית היא שביחד הם מכפילים ומשלישים את השפעתם.

"אמר רבי מאיר: מרה אוכמה בטחול, סומקא בכבד מרה ירוקה במרה, מרה דוורה בריאה"
(תיקוני הזהר עמ' ע – זוהר חדש עמ' רכז)

תרגום: אמר רבי מאיר מרה שחורה בטחול, אדומה בכבד, מרה ירוקה במרה, מרה לבנה בריאה (3).

הזהר מסביר מקור יצירת ומשכנם של ארבעה המרות, מרה שחורה בטחול, מרה ירוקה בכיס המרה ומרה לבנה (ליחה) בריאה. לכל מרה מיוחסת איבר מסוים שממנו היא נוצרת ואיבר נוסף בו היא שוכנת. הדבר המחבר בין המרות לאיברים היא איכות אנרגטית זוהה. הכבד הוא האיבר העיקרי לכל תהליכי ההזנה של הגוף והדם שבתוכו הוא האמצעי שדרכו הוא יכול להזין את כל האיברים. הדם מתפשט בכל הגוף באמצעות מערכת כלי הדם לכן היא שוכנת בשני האברים שתפקידם להזרים דם, הלב המזרים הדם שבעורקים והכבד המזרים הדם שבוורידים. הדם והכבד יש להם האיכות האנרגטית זוהה חום ולחות מפני שהדם נוצר בכבד. הריאות הן קרות ולחות מפני שתפקידם לקרר את הגוף לכן הליחה (מרה הלבנה) (4) שוכנת בריאות מפני שהיא קרה ולחה כמו הריאות. הליחה הנוצרת בכבד עוברת בישול נוסף בריאות כדי לקבל את מידת הלחות המתאימה (5). ביחד הליחה והריאות מקררות את חום הלב וחום המוח (6).

הליחה שוכנת גם במוח כדי לקרר את חומה של הנפש השכלית השוכנת בין קרומי המוח ובתוך חדרי המוח. לולי קרתה של הליחה לא יכול הגוף להתקיים בגלל חומתה של המוח (7). הליחה מתפשטת לכל הגוף באמצעות מערכת העצבים לכן מערכת העצבים היא קרה ולחה.

"כבד – אשא סומקא, מרה אשא ירוקה, טחול אשא אוכמה, יותרת הכבד כלילה דכולהו"
(זהר ע' רלב ורלד)

תרגום: אש אדומה בכבד, אש ירוקה בכיס המרה, אש שחורה בטחול והקרומ העוטף את הכבד מכליל את כולם.

ספר הזהר מכנה את המרות בשם אש מפני שאש משנה את מצב הצבירה של החומר כך גם המרות יש להן השפעה דומה על הגוף. האיכות האנרגטית של המרות יוצרת ומניעה תהליכים של בישול \ חילוף חומרים. החום של האש מרכז, ממס, מפרק מדביק, מערבב ומזרים וכך גם המרות תפקידם ליצור ולהניע תהליכים של פירוק, המסה והתמרת חומרים באמצעות האיכויות האנרגטיות שלהן.



בס"ד

המרות וצינורות נוזלי הגוף

"אמר רבי שמעון (בר יוחאי) : תלת מאה ושיתין וחמישה גידין , מנהן חורין , מנהון אוכמין , מנהון סומקין איתכלילו דא ברא ואתעבירו גוון חד" . (ספר הזוהר חלק א נ"א)

תרגום : אמר רבי שמעון בר יוחאי 365 צינורות מהם לבנים ומהם שחורים ומהם אדומים ערבב וחבר בניהם ונתן להם צבע אחד.

גוף האדם מורכב ממערכת סבוכה של צינורות הנושאים בתוכם את נוזלי הגוף , כל קבוצה של צינורות אלה מובדלת מהאחרות לפי סוג הנוזל שבו היא נושאת בתוכה ובהתאם לכך היא נקראת. צינורות לבנים הכוללים לצינורות המעבירים את הליחה , צינורות של מערכת העצבים מערכת הלימפה ונוזלים המקררים את הגוף. צינורות אדומים הם כלי הדם המעבירים ליחות חיוניות לאיברים וצינורות שחורים הם כלי הדם הנושאים בתוכם דם רווי במותרות בעיקר מרה שחורה בלתי חיונית.

הדם והכבד

" ואמר רב כהנא: תרי בניני דגופא אינון כבדא ולבא, וקדמאא הוא כבדא, דאמר רב יהודה : הכבד קולט הדם ומשמש בו לפני הלב, ולמה הוא אדמוני ? על שבוילע הדם תחילה. רבי אלעזר אומר : למה נקרא שמו ראשון ? על שהוא ראשון לבלוע הדם מכל מאכל והוא ראשון לדם... " (זוהר חלק א ע' קלח)

תרגום : 2 האיברים עיקרים לקיום הגוף הם הכבד והלב. הכבד קודם ללב ברובד החומרי של הזנה שאמר רב יהודה הכבד קולט הדם שמגיע ממערכת העיכול עשיר ברכיבים תזונתיים ומבשל (8) ומעביר אותו ללב. זאת הסיבה לצבע אדום של הכבד מפני שהכבד מייצר את הדם (9). אמר רבי אלעזר למה נקרא ראשון? מפני שהוא האיבר הראשון שקולטת את הדם העשיר ברכיבים תזונתיים ממערכת העיכול והוא הראשון לייצר דם חדש מאותו מזון . המזון הנספג במערכת העיכול עובר למחזור הדם דרך ווריד השער ישירות לכבד כדי לעבור בישול שני ההופך אותו לדם חדש העשיר במרכיבי חיוניים להזנת הגוף . הדם החדש שנוצר בכבד מתחלק לארבע תמציות החיוניות שהן ארבעה המרות, דם, ליחה, מרה אדומה ומרה שחורה (10).

הדם והלב

תועלת הלב להעביר הדם לתוך עורק אבי העורקים הגדול כדי שיתגלגל הטיב שבו בכל הורידים ולשמור את רוח הנפשי ולזונו וכ"ז יקרה בפעולת רוח החיונית (11) (ספר מעשה טוביה)

הלב הוא האיבר החשוב ביותר בגוף מפני שהוא משכן לנפש החיונית . הנפש החיונית היא מקור החיים של הגוף. הנפש החיונית מולידה את רוח החיים והכוח החיונית (vital force). הכוח החיוני מתלבשת בדם כדי להגיע לכל תא וגוף ולהחיות אותו. הכוח החיוני היא החום והלחות שבגוף.

הדם והליחה

"והדם הולך בגידים והליחה מעורבת בבשר . סדר קרת הליחה כנגד חומת הדם, וחומת הדם כנגד קרת הליחה. ואם יהיו שניהם שווין במסיכתן (ביחסיהן) זהו שלום הגוף. ואם יעז (תגבר) הדם ותסור (תתפשט) המרייה (מרה אדומה) בדם ותעורר השחון (מחלות עור) וההרס ואם ישפל (תפחת) הדם ותעזז הליחה תגבר קרתה במותניים ובברכיים ופעמים יכאבו הרגליים ימעזו הקרסוליים על כן נמסך זה כנגד זה להיות הגוף מרפא שלום..." (ספר הרפאות)



בס"ד

גוף האדם מורכב מניגודים אנרגטיים חום וקור, לחות ויובש, הבאים לידי ביטוי באיברים השונים ובארבעה המרות. האיזון בין המרות מאפשר לגוף לתפקד כראוי. איזון המרות נקרא מזג טבעי (הומאוסטזיס- סביבה יציבה).

היחסים התקינים בין ארבע המרות יוצר מתח אנרגטי חיובי המאפשר את קיום של כל התהליכים המטבוליים והביוכימיים להם זקוק הגוף כדי להתקיים. כל שינוי ביחסים בניהן יצור סביבה פנימית בלתי מאוזנת הפוגעת בגוף והיא הבסיס הפתולוגי לכל המחלות. העדר איזון של המרות נקרא אל-מזג.

בדם נמצאת המרה האדומה שהיא חמה ויבשה והיא שמקנה לדם את החום שבו. הליחה שהיא קרה ולחה שומרת על לחות הדם ומונעת מהמרה האדומה להתגבר ולעלות את חום הדם. היחסים השווים בין שני המרות בדם יוצרות איזון עדין המאפשר לשמור על חום והלחות התקינים לקיום הגוף. המצב הרצוי הוא כשיש יחס שווה בניהן בגוף, אם הדם תגבר על הליחה יופיעו מחלות חום באיברים ובעור כמו סוג מסוים של מחלות אוטו-אימוניות, דלקות, אקזמה, פסוריאזיס וכ"ו. אם תגבר הליחה על הדם יופיעו נזלת, ליחה בריאות, כאבי ראש, נפיחויות, כאבי מפרקים וחולשה בגפיים, לכן הגוף תמיד ישאף לשמור על המצב המאוזן בניהן.

הליחה והמוח

"ומשם תוצאות הליחה היוצרות מן המוח והיא קרה כשלג לנוכח חום המוח שאילו חום המוח היה הגוף נשחת מן קרת הליחה ולולי קרת הליחה היה הגוף נשחת מפני חום המוח, כי כוח המוח חם ויבש וכוח הליחה קרה ולחה על כן נכוננו שניהם להיות מסיכותם שווה בעירוב לחמם ולקרר". (ספר הרפואות)

בספר היצירה כתוב שהראש נוצר מיסוד האש הסיבה לכך היא מפני שהנפש השכלית שהיא חמה ויבשה שוכנת במוח, לכן המוח הוא איבר חם ויבש. כדי לאזן את חום המוח ולמתן את חומתה שלא תזיק לגוף המוח צריך את הקור של הליחה. הליחה שוכנת בין קרומי המוח ומציף את המוח מכל צדדיו, כידוע המוח "צף" בנוזל לבן הנקרא נוזל המוחי-שדרתי שנמצא בחלל התת-עכבישי בין הגולגולת לבין קליפת המוח, בחדרי המוח ובתעלת חוט השדרה. בתורת הקבלה כתוב שהנפש השכלית תפקידה לקיים את כל התהליכים העצביים, חושיים ומוטורים של הגוף לכן היא מתפשטת בכל חלקי הגוף בצינורות של מערכת העצבים. כדי לאזן את חומתה ויבשתה של הנפש השכלית כדי שתאפשר למערכת העצביים לתפקד כראוי מזגו אותה בצורה טבעית עם הליחה שהיא קרה ולחה.

הליחה והלב

"הריאה חובקת את הלב כאדם המחבק את אהובתו וקורתה מקררת את הלב ולבתו וחמו המלהיבים אותו בלבת מרה האדומה, נמצא הריאה אוהבת הלב והמוח". (פירוש המיוחס לרבי סעדיה גאון לספר היצירה פרק מ"ה משנה ב).

מקור הליחה הוא בריאה כפי שכתוב בספר הזהר "מרה דזורה (לבנה) בריאה" תפקיד הריאות הוא לקרר ולמזג את חום הלב וחום המוח באמצעות הליחה שהיא קרה ולחה. מנגנון הניגודים האנרגטי הוא עדין וייחודי, זה כנגד זה, הליחה הקרה שבריאות ממזגת את חום הדם והמרה האדומה שבלב.



בס"ד

המרה אדומה (ירוקה) והליחה

"...המרה הולידה את הליחה והמרה נולדה מן הגידים..." (ספר הרפואות)

המנגנון האנרגטי בנוי מאיזונים של האיכויות הראשוניות (12) במרות ובאיברים . המרות הם חלק בלתי נפרד ממנגנון הזה . כדי שהמזג הטבעי (13) יישאר יציב המרות חייבות להיות מאוזנות ביחסיהן הכמותי ובאיכויותיהן . לכן הנוכחות של המרה האדומה מחייבת הנוכחות של הליחה וזה מה שאומר הכתוב שהמירה הולידה את הליחה , הנוכחות של המרה האדומה חמה ויבשה מחייבת כנגדה הנוכחות של הליחה שהיא קרה ולחה.

המרה האדומה (ירוקה) ומערכת העיכול

"המרה האדומה יוצאת מן הכבד כי שם מקום מקורה ומנוחתה בקרב העליון (14) וכוחה חם ויבש והחמה נוהגת (15) בה לפי כוחה ודע כי הקרב העליון הוא מקור כל מחלה כי משם תולדות כל חולי" (ספר הרפואות)

המרה האדומה היא תמצית האם של כל הנוזלים והמרכיבים החמים ויבשים שבגוף. לכן המרה האדומה היא בעלת פעילות אנרגטית המניע את כל התהליכים הכרוכים בספיגה פירוק והתמרה. המקום הראשון והעיקרי בו מתקיימים תהליכים אלו הוא מערכת העיכול , בקיבה מתבצע עיקר הפירוק המזון ובמעיים הדק מתרחשים תהליכים של ספיגת כל רכיבי המזון החיוניים. זאת המשמעות של "ומנוחתה בקרב העליון וכוחה חם ויבש" . "כי הקרב העליון הוא מקור כל מחלה כי שם תולדות כל חולי", זה המפתח והעיקרון הבסיסי של הרפואה היהודית שהיא רפואה מונעת. מקור כל מחלה מתחיל בהרגלי אכילה לא נכונים המשבשים את כל המערכות הגוף.

המרה השחורה והטחול

"הטחול...המתחבר בפי האצטומכא להביא אליה מן השחורה ההיא כי הוא משכן המרה השחורה וזה יעורר חפץ האכילה מפני טעם החמוץ שבה שזה דרך הדברים החמוצים לעורר חפץ האכילה". (ספר שבילי אמונה)

הסינרגיה התפקודית בין המרות לאיברים מאפשרת את תפקודם. הקשר בין האיברים והשפעה האנרגטית בניהם השומרת על המזג הטבעי (סביבה יציבה) מתקיים באמצעות המרות. לטחול יש שני תפקידים עיקריים במערכת העיכול : 1-הקור של הטחול ממזג את חום הכבד שהוא איבר חם, 2- לעורר את התיאבון . שני תפקידים אלה מתרחשים באמצעות המרה השחורה העוברת מטחול לקיבה דרך כלי הדם.

המרה השחורה ומחלות הנפש

"ואם תרום המרה השחורה להגביר על שלושת המוסדות הנותרים אז ישפיל הגוף מלאמץ כוח ותחסר הדעת ותשתומם הרוח ותהפך הגעת לשגעון לכל מיני תולדותיו לדבר בלי חפץ ולצחוק בלי דעת ולבכות בלי יגון ולכעוס לריק וליפול על הארץ פתאום..." (ספר הרפואות)

גוף האדם מורכב משני חלקים הפוכים במהותם רוח (נפש) וחומר (גוף) אף על פי כן הם עובדים בסינרגיה מושלמת היוצרת יחסים גומלין ומעגלים בלתי פוסקים . לכל אחד מארבעה היסודות אש, אוויר , מים ועפר משויכים לו תכונות בנפש האדם ולכל אחת מארבעת המרות משויכות תכונות המשפיעות על רגש האדם. לכל מרה יש השפעה על מצבי הרוח ושינוי ביחסים בין המרות תשפיע על מצבי הרוח ועל היכולות הקוגניטיביות . אומנם בין ארבעת המרות המרה השחורה היא בעלת ההשפעה הקשה והחמורה ביותר בנפש האדם והיא מקור לכל תחלואי נפש חשוכי מרפא החל מחרדה , דכאון ומחלות נפש קשות יותר.

סיכום:

נושא המרות העסיק את טובי הרופאים המסורתיים לאורך כל ההיסטוריה של הרפואה ורבים נחלקו בדעותיהם . ההסברים והפירושים שיחסו להן היו בהתאם לרפואה ולתרבות שהם השתייכו להן זאת הסיבה לריבוי הפירושים השונים שנתנו למרות. הנני חוקר רפואה יהודית לכן אני מציג את ההשקפה של הרפואה היהודית בנושא . מאחר שנושא המרות מקורו בתורת הקבלה שבספר היצירה בספר הזהר



בס"ד

ובספרי קבלה נוספים נראה לי שהסבר של הרפואה היהודית הוא המקורי ואמתי. המרות הן התמציות הגולמיות של כל מרכיבי גוף האדם ומשמעותן היא בשני משורים שונים המתנהלים כיחידה אחת. מצד אחד המרות מהוות את חומר הגלם בגוף האדם ומצד שני יש להן ביטוי אנרגטי. הווי אומר שבתוך כל חומר גשמי יש את החומר עצמו ואת האנרגיה המחוברת בין חלקיו השונים המשפיעה על מצבי הצבירה שלו והיכולת הנעה חדירות וכ"ו. יחד עם זאת אותה אנרגיה גשמית שבתוך החומר היא נוצרת מאנרגיה זכה יותר בעלת ביטוי רוחני יותר המשפיעה על הרבדים הרגשיים והנפשיים של האדם.

הערות:

1- אנרגטיקה, כינוי כוללני לתופעות תנועה ודינמיקה. **2- הכוחות הרוחניים,** הגוף הוא מכלול של רוח וחומר, הכוחות הרוחניים השורים בגוף מגוונים ולכל אחת מהם יש איכות אנרגטית שונה. **3 – מרה אדומה,** במקורות הקבליים המרה האדומה נקראת מרה אדומה ובכתבי הרפואה היא נקראת מרה ירוקה ואף צהובה. **4- הליחה,** ברפואה היהודית המרה הלבנה נקראת ליחה ברפואה היוונית היא נקראת מרה לבנה. בקבלה מרה לבנה הוא כינוי למזג שמח ואופטימי להבדיל ממזג מרה שחורה. **5 – הלחות שבריאיות** מגיע מאוויר, יסוד האוויר רובו לח ומקצת חם לכן האוויר שנכנס דרך הנשימה הוא בעיקר לח ומקצת קר. זאת הסיבה שבמסכת ברכות בעמוד ס"א דף ב' כתוב שהריאות שואבים כל מני משקין. **6- הליחה מקררת את חום הלב והמוח,** פירוש לספר היצירה לרבי סעדיה גאון ז"ל. **7- חומתה של המוח,** זה כנגד זה חום כנגד קור ולחות כנגד יובש המנגנון המקיים את גוף האדם בנוי על מזוג בין ארבעת האיכויות, ספר הרפואות. **8- בישול,** תהליך התמרה באמצעות חום המוכר היום כחילוף חומרים אנזימטי. **9- מייצר הדם,** מעשיר את הדם ברכיבים חיוניים שמגעים ממע' העיכול. **10- תהליך יצירת המרות,** עובר כמה שלבים המכונים בישול, הבישול הראשון מתחיל בפה ומסתיים בקיבה, הבישול השני מתרחש בכבד בו נוצרות תמצית הגולמית של ארבע המרות, בישול שלישי מתרחש באיברים כחלק מהשלמת המרה החיונית להזין את האיברים ובישול רביעי מתרחש בתהליך פינוי המותרות (פסולת רעילה) המתפנה מהגוף דרך הצואה, שתן וזיעה. **11- הרוח הנפשי,** הכוח הרוחני המתלבש בגוף ומחיה אותו נקראת נפש. הנפש מתחלקת בגוף לשלוש תת-כוחות כל אחת בהתאם לאיכותה ותפקידה שוכנת אחד משלושת האיברים המרכזים, מוח, לב וכבד. הנפש מתחלקת לנפש השכלית והיא הזכה והעדינה מבין שלושת הנפשות, היא שוכנת במוח והיא אחראית לכל התפקידים הקוגניטיביים, חושיים ורגשיים. הנפש השנייה היא הנפש החיונית היא שוכנת בלב והיא למעשה הכוח החיוני או כוח החיים המחיה את כל האיברים האמצעות החום המולד והלחות השורשית. הנפש השלישית היא הנפש הטבעית השוכנת בכבד והיא אחראית לכל התפקודים והתהליכים הבסיסיים לקיום הגוף. **12 – איכויות ראשוניות- חום קור לחות ויובש.** **13- המזג הטבעי,** "המזג הוא הערך והיחס של ארבעת האיכויות ראשוניות יחד הנולדות מהרכבת היסודות כדי לעשות פעילותיו ביושר" (ספר אוצר החיים של רבי יעקוב בן יצחק צהלון). המזג הטבעי הוא מושג בסיסי בהבנת גוף האדם ברפואה היהודית. המזג הטבעי הוא מכלול התכונות הפיזיולוגיות המולדות המאפשרות את התפקוד התקין של כל האיברים והסינרגיה התקינה בניהם היוצרת סביבה פנימית מאוזנת, המאפשרת את קיום החיים האנושיים. המרכיבים שבמזג הם: החום הטבעי, הלחות השורשית, והיחסים בין ארבע הליחות הכלליות שבכל איבר ואיבר, שלושת המרכיבים האלה יחדיו יוצרים ארבעה מזגים (טיפוסים) בבני אדם המגדירים את תכונותיהם הייחודיות.

14- הקרב העליון, קיבה, כבד, כיס מרה והתחלת המעי הדק. **15- והחמה נוהגת,** בספר היצירה כתוב שלכל איבר יש השפעה אנרגטית מאחד מכוכבי הלכת. המרה האדומה מקבלת השפעה האנרגטית משמש לכן היא חמה ויבשה כמו השמש.

מקורות:

ספר הזהר, פירוש לספר היצירה, ספר היצירה, ספר הרפואות לאסף הרופא ז"ל, ספר חכמוני לרבי שבתי דונולו ז"ל, ספר שביי אמונה לרבי מאיר אלדבי ז"ל, כתבי רפואה לרמב"ם, שמונת פרקים לרמב"ם, מדרש הרפואה לרבי משה פרלמן ז"ל, ספר נוצר אדם לרבי אליעזר מנצור סתהון ז"ל, ספר מבוא שערים לרמח"ל זצ"ל, ספר היסודות לרבי יצחק בן שלמה הישראלי ז"ל, ספר אוצר החיים לרבי יעקוב בן יצחק צהלון ז"ל, ספר צרי הגוף לרבי נתן בן יואל פלקירה ז"ל, ספר דרך מצוותיך לאדמו"ר הצמח צדק זצ"ל, ספר התניא לרבי שניאור זלמן מליאדי זצ"ל, ספר ביאורי הזהר לאדמו"ר הצמח צדק זצ"ל.



בס"ד

אוריאל ארי גורפינקל 0587840770

חוקר רפואה יהודית, הרבליסט קליני, נטרופת, מטפל הוליסטי, אורמטרפיסט קליני ורוקח מסורתי.
המרכז לרפואה היהודית בארץ הקודש.

מייל: refuayehudit@gmail.com

אתר הרפואה היהודית : www.jewishtherapy.co.il