



קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק א' · שיעור שישי: האור שבחושך ב

המר ששורשו מתוק

שיעור 6 מתוך 10 בקורס קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק א'. הסרטון המלא, ומתחתיו השיעור כתוב ומעובד לקריאה.

הסורק הפנימי

מן העיקרון יורדים עכשיו אל השטח, ולומדים כיצד מאמנים את המוח לדון לכף זכות גם כשכל המאגר שבתוכו נוטה לכף חובה. נעבור יחד על החשבון הפשוט של טובת האדם עצמו, על חילוף העמדות ועל הסכנה שבדוכן הנאשמים, ומשם נעלה אל סוד מיתוק הדינים בשורשם: היכולת להגיע אל המניע הטוב שבעומק כל מעשה, אפילו הקשה שבמעשים, ולמשוך משם רחמים.

בחלק הראשון של השיעור על האור שבחושך עמדנו בהרחבה על דברי המשנה "הוי דן את כל האדם לכף זכות" (אבות א, ו). פעלנו שם לפי החשבון הפשוט שלמדנו בקורס הזה: את הרצון מגדילים על ידי ידע. הבאנו מן הזוהר הקדוש, מדברי הבעל שם טוב ומליקוטי מוהר"ן, הגדלנו את מאגר הידע בעניין, ועמו גדל הרצון, עד שהגענו להחלטה של ממש לשנות את צורת החשיבה שלנו.

וזה שינוי גדול מאוד. לצערנו, רוב המין האנושי מתעניין ברע: ברע של עצמו, ברע של הזולת וברע של הסביבה. לא בכדי החדשות והעיתונות, שבהן מרוכז הרע, הן מה שאנשים צורכים בשקיקה. תחשבו על אישה שפוגשת חברה שלא ראתה שנה שלמה. היא יוצאת מתוך הנחה שהחברה מתעניינת בתסכולים ובבעיות, ולכן היא עושה סריקה על כל השנה ושולפת ממנה את הצרות הגדולות ביותר: מה עשו לה כאן, מה קרה לה שם, מה עבר עליה. וכשהיא גומרת את שלה, החברה עושה בדיוק את אותה סריקה.

אחרי אימונים, הסורק פועל הפוך באופן אוטומטי. ברגע שיש פגישה כזאת, הוא סורק את השנה ומוציא ממנה את כל הדברים היפים והטובים שהיו בה, וזה מה שהן מעבירות זו לזו. אני קורא לזה החלפת כרטיס מסך. אנחנו מחליפים את הכרטיס עצמו, שדרכו אנחנו רואים את כל המציאות.

כאן מתחילה המערכה. ברגע שאני יוצא לדון לכף זכות, הדבר סותר את כל המאגר שלי, את כל צורת החשיבה שלי ואת כל הפרשנויות שלי על העולם. במוח שלנו יש הבנות שאיננו בודקים בכלל. כשהמפתחות בכיס, איש אינו שואל את עצמו אם אלה המפתחות של המכונית שלו או של מישהו אחר. הילדים ישנים בחדר, ואין צורך לבדוק שאלה ילדיו ולא ילדי השכן. ובאותו מאגר יושבים עוד נתונים, שפועלים באותה אוטומטיות בדיוק. אישה חוזרת הביתה ורואה ערמה של כלים בכיור, ומיד צף מן המאגר: בעלי בטח ישב כל היום בטלפון, ולכן הבית נראה כך. אנחנו רוצים שכשנראה את הכלים, יצוף מן המאגר משהו אחר לגמרי. ואם לא נתקין במאגר נתונים חדשים, שום דבר לא ישתנה.

לכן השיעור הזה מעשי מאוד. הוא דומה לאימון של לוחמים, ואנחנו יוצאים עכשיו ללמוד תרגילים.

השבון קר של אינטרס אישי

התרגיל הראשון נקרא אינטרס אישי. אנחנו יוצאים מתוך הנחה שכולנו דואגים קודם כל לעצמנו, וצריך להשלים עם העובדה הזאת. התורה אומרת: "ואהבת לרעך כמוך" (ויקרא יט, יח). המידה של האהבה לזולת היא האהבה לעצמך, ואם אדם אינו אוהב את עצמו, אין עם מי לדבר. ברוך ה', אהבה בסיסית לעצמנו יש לכולנו, ועליה בנוי כל הקורס הזה, שעוסק בדיון וברחמים, בעונג ובכאב: אנחנו מושכים אלינו עונג ובורחים מכאב.

ועכשיו שימו לב היטב. נתקלתי בסיטואציה מסוימת עם אישה, עם בוס, עם חברה. שמעתי שמועה על מישהו. הבעל מאחר. הבעל צעק עלייך ליד אנשים. הבת שלך התנהגה אלייך בזלזול ליד חברות שבאו לבקר אחרי ארבע שנים שלא נפגשתן. הדוגמאות אינן נגמרות. המוח עומד מול הנתונים, ועליו לפעול: לדון לכף חובה או לדון לכף זכות.

כאן נכנס האינטרס האישי, בחשבון קר, כמו בשדה הקרב. הסביבה אינה מעניינת אותי כרגע. אני בודק דבר אחד בלבד: מה טוב יותר לי עצמי, לדון את המצב לכף חובה או לדון אותו לכף זכות.

נבדוק מה קורה כשדנים לכף חובה. הבת הזאת חסרת טקט, היא אינה רואה איש מלבד עצמה. הבעל הזה הוא טעות מיסודה, לא הייתי צריכה להתחתן איתו, הוא אינו מתחשב בכלום ועסוק כל היום בעצמו. אלה הפרשנויות של המוח שלנו, והוא אלוף בהן. בלשון חז"ל זה נקרא כף חובה: אני מטה את הכף לצד החובה.

ועכשיו נבדוק איך אני נראית בסיטואציה הזאת, ומה ההשלכות הרגשיות. כעס, תסכול, הרגשה של נחיתות. הבת פגעה בי בכוונה. הבעל פגע בי בכוונה ולא בטעות. ואם כך, אני כלום, אני אפס. הפכתי אותו לאדם האכזרי והשלילי ביותר בעולם, והנפגע הראשון מכל הסיפור הוא הדימוי העצמי שלי, שהרי לא רואים אותי. וכן הלאה: כעס ותסכול, ומהם עלולים להיגרר פחדים וחרדות.

ההשלכות הרגשיות האלה יוצאות מן החב"ד, מחכמה, בינה ודעת, שהן עולם הפרשנויות, ויורדות אל הגוף, אל חסד, גבורה, תפארת, נצח, הוד ויסוד, אל כל מערכת הגוף. כשכף החובה חזקה, צריך להתכונן גם להשלכות גופניות: חולשה, לחץ בחזה, אדם שמתהלך כפוף. מי שדן פעם לכף חובה כמו שצריך, יודע על מה אני מדבר. זו הרגשה איומה. הדבר נדבק אל המוח, חוזרים עליו ומשננים אותו שוב ושוב, ואם יש מריבה, מתחילים לצייר בדמיון מה היינו רוצים שיקרה לאותו אדם. ויש בזה אפילו מעין הנאה, כי זה נותן איזה רוגע לצד הבהמי שבנו. המקובלים מלמדים שהצד של כף החובה הוא הצד השלילי שבנשמה, הנפש הבהמית. חיה שהזיקו לה מגיבה בהתגוננות לוחמנית, בלי שום פרשנות. מעולם לא ראה אדם נמר שדן לכף זכות. אצלנו יש פרשנות, ומן הפרשנות נולדות השלכות רגשיות שליליות בצורה מבהילה, שיכולות לחדור עד הגוף. כבר עמדנו בקורס על מודעות עצמית על הקשר העמוק שבין המצב הנפשי לגוף. מי שחש בגופו סימנים כאלה, יפנה כמובן לרופא, והעבודה הפנימית באה לצד הטיפול הרפואי ואינה באה במקומו.

כמים הפנים לפנים

וזה עוד כלום. שימו לב מה ההמשך. אתם זוכרים את הכלל: "כמים הפנים לפנים, כן לב האדם לאדם" (משלי כז, יט). אני מתרכז כאן בבית, ואתם תיקחו את הדברים לעבודה, לשכונה ולכל מקום שתרצו. אינני יכול להרבות בדוגמאות, כי היינו צריכים לשבת כאן שעות.

ברגע שיש פרשנות של מצב, בעצם אין עולם, אין אנשים ואין מציאויות. יש רק אדם אחד, ואותו אדם הוא אתה, ומה שיש סביבך הוא הפרשנות שלך למציאות. אישה שבעלה עשה דבר מה, תחווה מן המאורע את הפרשנות שהיא עצמה נתנה לו. המאורע עצמו נשאר אותו מאורע, ותכף נראה זאת.

הכעס, התסכול והרגשת הנחיתות גוררים גם פעולות בשטח. היחס שלך לבעלך יהיה עוין וקר, את מחזירה לו, את אינך מתחשבת, ויש מתח באוויר. כל הבית מורעל מפרשנות מוטעית שלך לעניין אחד. והנפגעת מספר

אחת מן הפרשנות הזאת היא את, או אתה, אין זה משנה. וזה רק בקטן, זה רק הצעד הראשון של האינטרס האישי.

וכאן מתחילה תגובת שרשרת, ספירלה כלפי מטה. כמים הפנים לפנים. לפעמים הוא אינו יודע בכלל מה את רוצה ממנו. הפנים שלך נעשים חמוצים, ההתנהגות שלך עוינת, והוא אינו מבין דבר, כי בעולם הפרשנות שלו הוא לא עשה כלום. הבת מזמן שכחה שצעקה ליד החברות שלך, היא אפילו לא שמה לב שהיו בבית, כי היא באמת עסוקה בעצמה. אין מה לעשות, אנשים עסוקים בעצמם. וכך את מחמיצה פנים, הוא מחמיץ פנים, וכל הבית מורעל. מי שמעט רגיש, כמו שלמדנו בקורס על מודעות עצמית, נכנס לבית כזה ומרגיש את האנרגיות השליליות. כולם יכולים לחייך משום שיש אורח, ובכל זאת מרגישים שהבית מלא ברעלים. הרעלים האלה, שבנשמה ושבאוויר, הם המחסומים שלנו בחיים.

חילוף עמדות

עד כאן ראינו מה קורה כשדנים לכף חובה. עכשיו נלמד תרגילים שמונעים מאיתנו להגיע לשם. התרגיל השני נקרא חילוף עמדות: להעמיד את עצמך במקומו של האחר.

נניח שמגיעה עובדת חדשה למקום העבודה שלך. היא נלהבת, מראה את עצמה, רוצה שכולם יראו כמה היא טובה, כדי שבעל הבית יחבב אותה. וכבר ביום הראשון את מרגישה מאוימת. עד עכשיו היית הכוכבת כאן, ופתאום בא כוכב חדש. מיד מגיעה הפרשנות של כף החובה: היא שוויצרית, היא רוצה להראות שהיא טובה ממני. ועל פרשנות נערמת עוד פרשנות.

תעצרי. החליפי עמדות. תחשבי שאת היא זו שהגיעה עכשיו למקום עבודה חדש. סביר מאוד שהיית מתנהגת בדיוק כמוה. ושאלי את עצמך כיצד היית רוצה שיפרשו את מעשיך אילו את היית במקומה. ומיד את אומרת לעצמך: רגע, אילו אני הייתי שם, הייתי מסבירה זאת כך וכך. כאן המאגר משתנה, כאן הנתונים משתנים. זה אימון של המוח, כיצד להוציא ממנו פרשנות נכונה.

לא פעם קורה שנשמעים מבחוץ צעקות ובכי של ילד. מוציאים את הראש מן החלון, רואים שזה לא הילד שלנו, וחוזרים פנימה בשלווה. כשזה הילד שלי, הכל נראה אחרת לגמרי. ברגע שאנחנו בחילוף עמדות, כל הפרשנות שלנו משתנה.

ושימו לב שעדיין לא נתנו פרשנות טובה למעשה. בשלב הזה אנחנו עומדים במדרגה של "סור מרע" (תהלים לד, טו). קודם כל, אל תדון לכף חובה.

אתה על דוכן הנאשמים

התרגיל הבא מסוכן מאוד, ולכן אני מבקש להקשיב לו היטב. הוא נקרא: אתה על דוכן הנאשמים.

שנינו במשנה: "החנות פתוחה, והחנוני מקיף, והפנקס פתוח, והיד כותבת, וכל הרוצה ללוות יבא וילוה, והגבאים מחזירים תדיר בכל יום, ונפרעין מן האדם מדעתו ושלא מדעתו" (אבות ג, טז). העולם פתוח לפניך, ואתה חופשי לעשות כרצונך, אבל דע לך שהגבאים גובים את החוב.

כך זה גם בחיים הרגילים. אדם יכול שלא לשלם את הקנסות ואת הדוחות, ולנסוע בחופשיות ברחובות העיר. איש אינו מעקל אותו, ואין שום בעיה. אבל יגיע היום שבו יצטרך לחדש את רישיון הנהיגה, ושם יאמרו לו: אין רישיון עד שתשלם את כל הקנסות.

על המשנה הזאת כותב רבי נחמן מברסלב: "כי שמעתי בשם הבעל שם טוב, כי קדם כל גזר דין שבעולם, חס ושלום, מאספין כל העולם אם מסכימין להדין ההוא. ואף את האיש בעצמו שנגזר עליו הדין, חס ושלום, שואלין אותו אם הוא מסכים, אזי נגמר הדין" (ליקוטי מוהר"ן קיג). כלומר, כשנגזר על אדם, רחמנא ליצלן, איזה דין, אין מבצעים אותו עד שהוא עצמו מסכים לו.

ומבאר רבי נחמן כיצד משתפים אותו בדין: "כי בודאי אם ישאל לו בפרוש על עצמו, בודאי יכחיש ויאמר שאין הדין כן. אך מטעין אותו, ושואלין אותו על כיוצא בו, והוא פוסק הדין, ואזי נגמר הדין" (שם). מזמנים לו סיטואציה דומה למעשה שעליו יושבים עכשיו בדין. הוא עצמו כבר שכח שעשה אותו, עברו מאז שנים, והנה עכשיו הגיע המשפט.

וכך מביא רבי נחמן מדוד המלך. נתן הנביא בא אליו וסיפר לו על שני שכנים, אחד עשיר שיש לו צאן ובקר הרבה, ואחד עני שאין לו אלא כבשה אחת קטנה. בא אורח אל העשיר, והוא חס על צאנו ולקח את כבשת הרש. ודוד, שלא ידע שמדברים עליו, פסק מיד: "חי ה' כי בן מות האיש העשה זאת" (שמואל ב יב, ה). אמר לו נתן: "אתה האיש" (שם יב, ז). חז"ל אמרו: "כל האומר דוד חטא אינו אלא טועה" (שבת נו, א), ויש בזה מהלך עמוק שאין כאן המקום להאריך בו. ובעיקרו של דבר, זה מה שעשו לו: הציגו לפניו תמונה, ואמרו לו לפסוק.

אילו היו אומרים לנו במפורש שעכשיו דנים בנו, מיד היינו מסנגרים, מורחים ומעגלים פינות. לכן נותנים לנו סיטואציה שנראית חיצונית, ושואלים מה דעתנו. ואנחנו פוסקים בלהט: צריך להוריד לו את הראש, כפוי טובה שכמותו. ובאמת הסיטואציה היא שלנו.

זה פירוש המשנה, וכך מבאר רבי נחמן: "ונפרעין מן האדם מדעתו, כלומר ששואלין דעתו. ואף על פי כן הוא שלא מדעתו, כי אינו יודע שהדין הוא עליו" (שם).

נניח שאת אומרת על מישהי בעבודה שצריך לפטר אותה. ייתכן מאוד שבאותה שעה ישבו עלייך בדין למעלה, לא ידעו מה לפסוק, שיתפו אותך, ואת פסקת לעצמך. או שחברה מספרת לך על מריבה קשה עם בעלה, ואת פוסקת מיד: אני במקומך הייתי זורקת אותו מן הבית. ייתכן מאוד שגם את עברת סיטואציה דומה עם בעלך, ואת פוסקת עכשיו את הדין שלך. אינני אומר שכל סיטואציה שאנחנו רואים נוגעת לנו. אבל יכול מאוד להיות שבין הסיטואציות שאת רואה, את עומדת בראש. זה נקרא גול עצמי.

לכן כותב רבי נחמן באותה תורה שצריך להיזהר בזה מאוד: "לבלי לגמר הדין עד שישנה וישלש, כי הוא סכנת נפשות" (שם). אתה בא לשפוט, ויכול להיות שאתה הנידון.

כל אחד מן התרגילים האלה מספיק לבדו כדי לשנות את כל הפרשנות שלנו על המעשה. ועדיין אנחנו בשלב של סור מרע. הצעדים האלה מלמדים אותנו לעצור, כך שלא תהיה פרשנות של רע. עכשיו נעבור אל "ועשה טוב".

ועשה טוב

המוח שלנו אינו יודע שקט. תשכחו מזה. הוא עובד או ברע או בטוב, והוא זקוק לפרשנות. לכן עכשיו צריך לפרש את המאורע לטוב.

ניקח דוגמה, וכל אחד יכול למצוא דוגמאות משלו בבית. בעל חוזר מן העבודה בשעה מאוחרת. הוא לא אכל כל היום, וכבר כמה פעמים הודיע לאשתו בטלפון שהוא בדרך ושלא אכל כלום. בדרך הוא כבר ראה בדמיונו את הארוחה. הוא מגיע הביתה, ולא דובים ולא יער. פרשנות שלילית כבר אין כאן, את זה למדנו. ועכשיו נראה מה ההשלכות הרגשיות של פרשנות טובה. איזו אשת חיל יש לי, איזו אישה נפלאה. כמה פעמים אמרתי לה בטלפון שאני רעב ושאגיע מאוחר, והיא, מרוב טרדות, מרוב העיסוק בילדים, בשיעורי הבית ובכביסות, בכל מה שאני אינני מספיק לעשות, הייתה עמוסה כל כך, עד שלא הספיקה להכין לי לאכול. איזו אשת חיל.

וההשלכות הרגשיות חיוביות. קמים בבוקר עם חיוך. תראו לעומתו את מי שקם בבוקר עם פרשנות שלילית: הוא מביט באשתו כאילו היה רוצה לבלוע אותה. וזה רק בקטן. כך בכל סיטואציה, וכך עם הילדים. הבת לא עזרה לאמא: איזו ילדה נפלאה, כמה היא מתמידה בלימודים, כמה היא עסוקה. והמרוויחה הראשונה היא האם עצמה.

ועכשיו שימו לב היטב לסוד של כמים הפנים לפנים. הפנים בלשון חז"ל מורים על הפנימיות, והדבר אינו תלוי בפנים החיצוניים. את יכולה לחייך לחברה ובלב לשנוא אותה, והיא מרגישה זאת מאה אחוז. הקדוש ברוך הוא ברא בנו חיישנים ברמות שאיננו מבינים כלל. אדם נכנס לחדר מלא בשליליות, וכולם מרגישים זאת באוויר. אם פירשתי את המאורע בצורה חיובית, המרוויח הראשון הוא אני, כי כמים הפנים לפנים.

כך בעבודה וכך בשכונה. יש אנשים שנתקלים כל הזמן באנשים שאינם בסדר, ואינם מבינים את פשר הדבר. מי שמשתייך לקבוצה של אלה שמפרשים את החיים לשלילה, את השכונה, את האנשים ואת הנהגים בכביש, פוגש בדרך את חברי הקבוצה שלו. מי שנוסע מתל אביב לירושלים, פוגש בדרך את כל מי שנוסע מתל אביב לירושלים, ואינו פוגש את מי שנוסע לבאר שבע. כך יש מסלולים גם בעולם הרוחני. כשנאמן את המוח שלנו לפרש את הדברים לחיוב, נמצא את עצמנו פתאום בחברה אחרת לגמרי.

וקודם כל, הבית שלנו משתנה. וזה הסוד: כשאחד משתנה, כל הבית מקבל צורה אחרת. די שאחד בבית יתחיל לפרש את המאורעות בצורה חיובית, וכל הבית משתנה. ההשלכות הרגשיות הן קודם כל שלנו, ומשם הן מקרינות על הסביבה. וכשמתרגלים לכך, המוח מאומן להתעניין בטוב. מגיעה סיטואציה, והמוח שלי מחפש מעצמו מה הטוב שבה.

עד שתגיע למקומו

מן הסביבה אנחנו מגיעים אל עצמנו. גם אנחנו עושים לפעמים דברים לא מוצלחים. לפעמים אנחנו טועים, לפעמים התנהגנו אל אחר בזלזול. כשאנחנו לומדים דברים כאלה, אנחנו נעשים מודעים יותר. אבל יש אנשים שאינם מודעים כלל.

פעם בא אליו אדם וסיפר לי על מישהו שעשה מעשים של שטות גמורה. הוא אמר לי: אינני מבין איך אתה רואה דבר כזה ונשאר רגוע. אמרתי לו: תבין, כרטיס המסך שלו שונה. אצלו התמונה בשחור לבן. מה שאתה רואה, הוא אינו רואה. מדובר כאן בנכות של מודעות, ולכן אינני כועס.

כשילד קטן עושה טעות, את אינך כועסת. וכשבעלך עושה טעות את כועסת, משום שהוא גדול. אבל בתחום הזה הוא הילד הקטן שלך. זה לא מצחיק, זו המציאות.

יש כאן שני שלבים עמוקים. השלב הראשון, להבין שכרטיס המסך שלו שונה. השלב השני, להבין שאנחנו מוגבלים. איננו יודעים הכל, ואיננו יודעים מה עבר על האדם. זה מה שאמרו חז"ל: "ואל תדין את חברך עד שתגיע למקומו" (אבות ב, ד). במילים אחרות אמרו לנו: למקומו לעולם לא תגיע. אם הוא גבר, את לעולם לא תהיי גבר, ולכן לעולם לא תוכלי לדון את בעלך לכף חובה. ואם מדובר באישה אחרת, לעולם לא תוכלי לחזור אל ההורים שלה, אל הבית שגדלה בו ואל מערכת החינוך שעברה. יש לנו מוגבלות בנתונים, ולכן לכף חובה אי אפשר לדון לעולם.

החושד בכשרים לוקה בגופו

התחלנו להתעניין בטוב, והמוח מתאמן בכך. ועכשיו אנחנו עולים קומה.

חז"ל הקדושים אמרו: "החושד בכשרים לוקה בגופו" (שבת צז, א). והדבר טעון הסבר, מדוע צריך להלקות אותי דווקא בגופי משום שחשדתי באדם כשר. יש כאן דבר נפלא.

כי בינינו, כל מה שדיברתי עד עכשיו יפה לכלים בכיור, לבעל שמאחר, לבת שצעקה ליד אורחים. אבל יש מעשים אחרים לגמרי: אדם שרצח, אדם שקילל אותך קללה נמרצת באמצע הרחוב, בעל שעשה את הדברים האיומים ביותר. עד עכשיו כביכול טיילנו על החוף. עכשיו אנחנו נכנסים אל הדברים שזועקים לדון אותם לכף חובה, ובשבילם אנחנו עולים אל מושג קבלי שנקרא מיתוק הדינים בשורשם.

ראית אדם שרצח. ראית אדם שגנב מחברו את כל רכושו ועקץ אותו במיליונים. קשה להבין כיצד אפשר לדון אדם כזה לכף זכות, ואם התורה בכלל דורשת זאת מאיתנו.

נחזור לדברי חז"ל, החושד בכשרים לוקה בגופו. רבי נחמן מברסלב כותב כבר בתורה הראשונה של ליקוטי מוהר"ן: "כי איש הישראלי צריך תמיד להסתכל בהשכל של כל דבר, ולקשר עצמו אל החכמה והשכל שיש בכל דבר" (ליקוטי מוהר"ן א). השכל שבדבר הוא העומק שלו, הנשמה שלו, המניע שלו, השורש שלו.

לכל דבר בבריאה יש גוף ונשמה, וגם לכל מעשה. הגוף של מעשה הרצח הוא הרצח. הגוף של אדם שקילל אותנו הוא הקללה. הגוף של הבת שצעקה ליד האורחים הוא הצעקה. ויש לכל מעשה גם נשמה: השכל שבדבר, העומק, השורש, המניע.

ומכאן פשר הדבר שהחושד בכשרים לוקה בגופו. לא טרחת להיכנס אל העומק של המעשה, וראית רק את הגוף שלו. לכן אתה לוקה בגוף, כדי לרמוז לך: התחל להיות מעט יותר עמוק, התחל להיכנס אל הנשמה של הפעולה של האדם. ותכף נראה שבשורש הכל טוב. אפילו במעשים הגרועים ביותר, בשורש ובעומק שלהם, הכל טוב.

הצמצום ושורש הדינים

כדי להבין זאת, נתבונן מהיכן נוצרים בכלל דינים ודברים רעים בעולם. המקובלים מלמדים שכאשר רצה הקדוש ברוך הוא לברוא את העולם, הוא צמצם את אורו. הוא סילק כביכול את האור לצדדים, כדי שתהיה אפשרות לברוא עולם. כמו שלמדנו על השנאים, הקדוש ברוך הוא לא יכול היה לברוא אותנו כשהוא נוכח במלוא עוצמתו, כי היינו נשרפים. לכן הוא כביכול הסתלק.

תסתכלו איך העולם נראה. כאילו אין בעל הבית. רבים אינם מרגישים את ה' כלל, ואינם מבינים על מה מדברים. "עולם כמנהגו נוהג" (עבודה זרה נד, ב), והכל בסדר. אבל מי שמתבונן יודע שיש מי שמפעיל את המפעל: הוא שמדליק את המאור בבוקר, הוא ששם לנו את הירח בלילה, הוא שמחזיק את כל המערכת. ודווקא משום שהוא מנהיג אותה בצורה טבעית כל כך, זה הצמצום הגדול ביותר. בזה הוא הסתיר את עצמו.

והצמצום הזה הוא השורש של כל הדינים. כשהמלך נוכח, אין דינים ואין רע. אם בא אלייך הביתה אורח חשוב, הבת שלך לא תצעק, ובעלך לא יכעס ולא ירים את קולו, וכל זה בגלל האורח. הנוכחות של ה' במלוא עוצמתה מסלקת את הדינים. ניקח דוגמה קיצונית כדי להמחיש: אילו הוצמד שוטר לכל אדם במדינה, לא היו רציחות ולא גניבות. הן קיימות משום שהשוטרים אינם שם, כביכול הם מסתירים את עצמם, ובחלל הזה נוצר הדין.

ולכן, אם ניכנס אל כל מאורע עד לשורשו, עד המניע שלו, שם הכל טוב, ושם מתמתקים הדינים. כלל גדול הוא בקבלה שאין הדינים נמתקים אלא בשורשם, ושורש הדינים הוא בבינה, שנקראת אימא עילאה. כך כותב הרמ"ק, רבי משה קורדובירו, בספרו תומר דבורה: "וכמו שדרך הבינה למתק כל הדינים ולבטל מרירותם, כך

האדם ישוב בתשובה ויתקן כל פגם" (תומר דבורה פרק ד). ובהמשך דבריו הוא מגלה: "שכל מר עליון שרשו מתוק" (שם). כל מר שבעולם, כשמגיעים אל שורשו, מוצאים בו מתיקות.

הדיין והרוצה

אתן לכם דוגמה מן ההלכה. כך פוסק השולחן ערוך לדיינים, כשבאים לפנינו שני בעלי דין: "לעולם יהיו שני בעלי הדין בעיניו כרשעים ובחזקה שכל אחד מהם טוען שקר, וידון לפי מה שיראה לו מן הדברים, וכשיפטר מלפניו יהיו בעיניו ככשרים כשקיבלו עליהם את הדין, וידון כל אחד לכף זכות" (שולחן ערוך חושן משפט יז, י). ומקורו במשנה: "וכשנפטרים מלפניך, יהיו בעיניך כזכאין, כשקבלו עליהם את הדין" (אבות א, ח).

בשעת הדין, הדיין צריך להיות פיקח וחשדן, כדי שלא יזכה את החייב ויחייב את הזכאי. אבל כשהם יוצאים מלפניו, הוא צריך לדון כל אחד מהם לכף זכות. ננסה להעמיק בזה ולהוליך את הדברים עד הקצה. נניח שבזמן הסנהדרין עמד לפני הדיינים אדם שרצח, והם פסקו שהוא חייב מיתה. הדיין עצמו פסק שהאיש רצח ושהוא חייב מיתה, ובכל זאת ההלכה דורשת ממנו לדון אותו לכף זכות.

מכאן אנחנו לומדים הפרדה מוחלטת. כשהדיין יושב בדין, הוא דן בצורה מסודרת: האדם הזה רצח, ועל פי הדין הוא חייב מיתה. אבל כשהוא יוצא מבית הדין, הדיין מצווה לדון אותו לכף זכות. וכדי לדון רוצח לכף זכות, עולים לשורש.

ייתכן שהמניע לרצח היה, לדוגמה, הרצון לחיות. הוא הבין שאם לא יהרוג את האדם הזה, הוא עצמו ימות. זו רק דוגמה, וזו הפרשנות שלנו כשאנחנו דנים לכף זכות. המניע הוא ערך עליון: הרצון לחיות. ושימו לב מה אנחנו עושים כאן. אנחנו מפרידים את המניע מן המחשבה העקומה ומן הפעולה העקומה. בצד אחד עומדות המחשבה הפסולה שהובילה אותו לרצוח, והפעולה של הרצח, שהיא הדבר השפל ביותר בעולם. ובצד השני עומד המניע.

המקובלים מלמדים שכאשר מצליחים להפריד בין המחשבה והפעולה ובין המניע, מגיעים אל הכתר העליון, ובכתר העליון הכל רחמים. האר"י הקדוש מלמד שהכתר העליון, שנקרא אריך אנפין, כולו רחמים גמורים. ואם נממש את מה שאני מדבר עליו כאן, כביכול נעבור לגור בכתר. נעזוב את כל עולם הדינים, את כל צד השמאל, ונעלה אל הכתר העליון. ואז גם המאורעות הגדולים ביותר אינם משתלטים עליי ואינם מעוררים בי רגשות

שליליים, כעסים ותסכולים. אני אינני בעל הבית של הבריאה, אינני יודע את הנתונים ואינני יודע מה היה. ואם אני כבר מתחיל לחקור, אין שום בעיה: אגיע אל המניע, והמניע טוב. בהפרדה הזאת אנחנו מגיעים אל הכתר, וזה נקרא מיתוק הדין בשורשו.

נניח שנכנסת הביתה ופתאום ראית את בעלך נותן סטירה לילד. הפרשנות פשוטה. המניע הוא ערך עליון: האדם הזה בא להגן על כבודו. כנראה הילד רמס את כבודו יום אחר יום, עד שהוציא אותו מכליו, ואז נתן לו סטירה. המחשבה והמעשה שליליים ופסולים, אבל המניע טהור: שמירה על כבוד עצמו.

מגלגלין חובה על ידי חייב

אתן לכם דוגמה מוחשית יותר. חז"ל אמרו: "אין אדם נוגע במוכן לחבירו" (יומא לח, ב). אדם אינו יכול לקחת מן הפרנסה שלך אפילו כמלוא נימה, אפילו שקל אחד. ואם אדם אינו יכול לקחת מחברו אפילו שקל אחד, קשה לומר שהוא יכול לקום ולקחת ממנו את חייו. אם שקל אינך יכול לקחת, נשמה ודאי שאינך יכול לקחת.

ואם כך, הנשמה נלקחה משום שבעל הבית, הקדוש ברוך הוא, החליט שהנשמה הזאת השלימה את תיקונה בעולם. ומדוע השלימה אותו דווקא בדרך כזאת ולא בדרך אחרת, אין לנו פרשנות לכך. ביום שתהיה לנו פרשנות לזה, נהיה אלוקים. על כך נאמר: לו ידעתיו, הייתי. כאן יש לנו מוגבלות.

ואתם מבינים שמצד אחד הרוצח יעמוד על דוכן הנאשמים ויתחייב על הרצח, ומצד שני מותו של האדם הוא רצון ה'. כשמגיעים אל המניע, מגיעים גם אל רצון ה', שהתגלגל דרך אותו מניע.

וכך מצינו בתורה במי שהרג בשגגה. התורה מביאה לכך דוגמה של אדם שחוטב עצים, והברזל נשמט מן העץ ופוגע בחברו, והוא נס לעיר מקלט. ועל ההורג בשגגה נאמר: "ואשר לא צדה והאלהים אנה לידו, ושמתי לך מקום אשר ינוס שמה" (שמות כא, יג). ה' זימן את הדבר לידו. ומביא רש"י מדברי חז"ל שמדובר בשני בני אדם, אחד שהרג בשוגג ואחד שהרג במזיד, ולא היו עדים לא לזה ולא לזה: "והקב"ה מזמנן לפנדק אחד, זה שהרג במזיד יושב תחת הסלם וזה שהרג שוגג עולה בסלם ונופל על זה שהרג במזיד והורגו, ועדים מעידים עליו ומחייבים אותו לגלות, נמצא זה שהרג בשוגג גולה, וזה שהרג במזיד נהרג" (רש"י שמות כא, יג, על פי מכות י, ב). הקדוש ברוך הוא מפגיש את האנשים וסוגר מעגלים.

ואין זה סותר את הכלל שאמרו חז"ל: "מגלגלין זכות על ידי זכאי וחובה על ידי חייב" (שבת לב, א). מי שהיה חייב, על ידו התגלגל הנזק. ואדם אחר זכאי, ועל ידו מתגלגלים דברים טובים: מישוהו צריך לקבל רווח או עזרה, ואת באה ונותנת לו. זה מגלגלין זכות על ידי זכאי.

בכללות, כשאני מגיע אל המניע, אני מגיע אל הכתר, ושם הכל רחמים, ופתאום הכל נרגע.

מחשבת הכתר

ועכשיו שימו לב, כי כל המעגל הזה חוזר בסופו של דבר אלינו. אדם שדן את כל העולם לכף חובה ומתוסכל מכל החיים, שאצלו כולם גנבים ורוצחים וכולם עסוקים רק בעצמם, אינו יכול לחיות עם איש. אין הכוונה שיסתגר במנהרה. הוא יכול להיות בעבודה ובתוך הבית, ואני מכיר בתים שלמים שבהם כל אחד חי בבועה שלו. תקשורת מינימלית: מה צריך, הלכתי, באתי, להתראות. הסביבה נעלמה, משום שהסביבה עוינת, וכולם חשודים ושליליים בעיניו.

ונניח שהתנתקת מן הסביבה. אז הגעת אל עצמך, ושם אתה פוגש את אותו מנוע ואת אותו כרטיס מסך, ועכשיו אתה מפעיל אותו על עצמך. אם לא נלמד להגיע אל הכתר של עצמנו, אל המניע שלי למעשים השליליים שלי, לא נצא מזה. וכשנגיע אל המניע, כל הרגשות השליליים שיש לנו על עצמנו מסתלקים, ובמקומם באים רגשות חיוביים. הרבה מן האשמה שאנחנו נושאים היא פרשנויות שליליות של המעשים שלנו. ואין זה משום שאנחנו רעים כל כך. פשוט לא ידענו שאפשר להגיע אל המניע. זה שכל חדש.

וכשבודקים מה מניע אדם לעשות רע, מגלים פעמים רבות חוסר מודעות. אפילו בבית המשפט בודקים אם אדם כשיר לעמוד לדין או שהוא חסר שפיות. ואני אומר שגם אנשים שפויים לגמרי פועלים פעמים רבות, בשטחים מסוימים, מתוך חוסר שפיות, כלומר מתוך חוסר מודעות. ולכן השוטה פטור מן המצוות. אינני אומר חלילה שמי שמגיע לכתר מגיע לאי שפיות. אבל כשמגיעים לכתר מגיעים אל המניע, וכשמגיעים אל המניע, זה כאילו טיפסת וטיפסת עד שהגעת אל המצב שלפני הצמצום.

וזה סוד גדול בקבלה. כשמגיעים במוח אל קומה מסוימת, מושכים משם אור. כשמגיעים אל הכתר העליון, מושכים משם רחמים גמורים, שאין בהם שום תערובת של דין. וזה נקרא המתקת הדינים בשורשם.

ועל מי שמגיע לכל מה שדיברנו עליו, כותב הרמ"ק: "מחשבתו תדמה למחשבת הכתר. כמו שאותה החכמה לא תפסק תמיד לחשב מחשבות טובות, והרע לא יכנס בה מפני שהיא רחמים גמורים, ואין שם דין ולא שום קשי כלל, כך האדם תמיד תהיה מחשבתו פנויה מכל דבר מכער" (תומר דבורה פרק ב). הכתר העליון אינו מפסיק לחשוב עלינו מחשבות טובות, והאדם שמחשבתו דומה לו מושך את הרחמים האלה אל עולמו. והמקובלים מלמדים שהרחמים שבכתר ממותקים כל כך, עד שהם עצמם כובשים את הדינים הקשים, מבשמים אותם וממתקים אותם.

נניח שהבית כולו ברוגז, כאילו אש בוערת בו. המחשבות שלך, בסגנון של מה שאנחנו לומדים, מושכות רחמים, ולאט לאט תראי שכל הבית משתנה. ולהפך, את מגיעה הביתה עם פרשנויות שליליות של דינים, ובתוך חצי שעה כל הבית מבולגן: הבת רבה, הבן צועק, מגיעים טלפונים של צרות. כל זה משיכה. לכן ברגע שאנחנו מתחילים להתעניין בטוב ולעבוד בצורה כזאת, אנחנו מושכים אלינו טוב.

הנחו לו ויקלל

הרבה פעמים שואלים אותי בקורסים כיצד אפשר לדון לכף זכות דבר כזה או אחר. לקחתי בכוונה את הדוגמאות הקיצוניות ביותר, את הרצח, כדי שלעולם לא נבוא לומר שדבר מסוים אי אפשר לדון לכף זכות. אפשר הכל.

ומה שלא הצלחנו לפרש, נלמד מדוד המלך. שמעי בן גרא יצא לקראתו וקילל אותו, וכלשון דוד עצמו: "והוא קללני קללה נמרצת" (מלכים א ב, ח). אבישי בן צרויה ביקש: "אעברה נא ואסירה את ראשו" (שמואל ב טז, ט). ודוד השיב: "כה יקלל כי ה' אמר לו קלל את דוד" (שם טז, י), ועוד אמר: "הנחו לו ויקלל כי אמר לו ה'" (שם טז, יא).

וכך גם אצלנו. בעלך חזר מן העבודה עצבני והרים עלייך את קולו. ייתכן שיש כאן חשבון שלך עם ה', על איזו טעות שעשית פעם, וה' זימן את הדבר לידו. במקום להתעסק עם בעלך, התעסקי עם ה'. וכשמגיעים אליו, הכל מתבשם. שם הכל טוב, ומאתו יתברך אין רע יוצא כלל.

אלה דברים גבוהים, שיתגלו במלואם לעתיד לבוא. כך כתוב: "אז ימלא שחוק פינו" (תהלים קכו, ב). דווקא אז, כי אז כולנו נגיע אל הכתר, נבין את הפרשנות האמיתית של כל המאורעות שהיו כאן, של כל ההיסטוריה, ונראה ששם הכל היה טוב.

ואתן לכם כמה דוגמאות. שמעתי סיפור מעניין מאוד. גבר ובחורה ישבו זה לצד זה במטוס. היא שלפה שקית במבה ופתחה אותה, ומיד הוא שלח את ידו ואכל ממנה, פעם אחר פעם, עד ששלושה רבעים מן השקית נעלמו. תראו איזו סיטואציה. לא נעים להעיר, והיא כולה רותחת מכעס. בסוף, בדיוטי פרי, לפני שעלתה לטיסת ההמשך, פתחה את התיק שלה ומצאה בו את שקית הבמבה שלה. השקית שממנה אכלו כל הדרך הייתה בכלל שלו. היא הייתה החוצפנית, והיא זו שלקחה.

סגורם של ישראל

כדי שתבינו מהו מוח של כף זכות, מסופר על רבי לוי יצחק מברדיטשוב שביום הכיפורים, בדרכו לבית הכנסת, ראה יהודי יושב ואוכל חצי כיכר לחם, ולידו בקבוק שתייה קרה. ניגש אליו רבי לוי יצחק ואמר לו: בוודאי אינך מרגיש טוב, והרופא הורה לך לאכול. ענה לו האיש: איזה רופא, אני בריא כמו שור. אמר לו: אם כן, בוודאי שכחת שהיום יום הכיפורים. ענה לו: לא, אני יודע היטב שהיום כיפור. ניסה רבי לוי יצחק מכאן וניסה מכאן, עד שהאיש הכריז: אני אוכל ביום כיפור כדי להכעיס את הקדוש ברוך הוא. נשא רבי לוי יצחק את עיניו לשמים ואמר: רבונו של עולם, ראה אילו ילדים יש לך. הוא אינו מסוגל להוציא שקר מפיו. ניסיתי מכאן וניסיתי מכאן, והוא דובר רק אמת. זה מוח של צדיק.

שגור בשם אחד מן הצדיקים: צדיק גדול אוהב רשעים גדולים, וצדיק קטן אוהב רשעים קטנים. צדיק גדול יכול לדון לכף זכות רשעים גדולים, וצדיק קטן יכול לדון לכף זכות רשעים קטנים. ככל שהכתר של המחשבה שלך גדול יותר, כך אתה יכול למצוא את המניעים. ויש אומרים שזה יהיה כוחו של משיח צדקנו: הוא ידון את כל העולם לכף זכות.

ועוד מסופר על רבי לוי יצחק שבפסח פגש יהודי ושאל אותו אם יש בביתו חמץ. השיב לו: חס ושלום, כבוד הרב. פגש יהודי נוסף ושאל אותו אותה שאלה, וגם הוא השיב כך. נשא רבי לוי יצחק את עיניו ואמר: רבונו של עולם, ראה את ילדיך. כתבת בתורתך "ולא יראה לך חמץ ולא יראה לך שאר בכל גבלך" (שמות יג, ז), ואין שוטרים ואין שומרים ואין בתי סוהר, ובכל זאת אין פירור אחד של חמץ בבית של יהודי. יש לך ילדים כאלה בעולם.

ומסופר שפעם אחת שמע רבי לוי יצחק את תלמידו מפרש לרעה מעשה של יהודי, ואמר לו: דע לך שאם תאמר על יהודי שעשה עבירה, אתה מפרסם בעולם שהתפילין של הקדוש ברוך הוא פסולות. זה מושג רוחני. הגמרא מלמדת שגם הקדוש ברוך הוא מניח כביכול תפילין, ודאי לא כמו התפילין שאנחנו מניחים אלא ברבדים

הרוחניים שבעולמות העליונים, ובתפילין של מרי עלמא כתוב: "ומי כעמך ישראל גוי אחד בארץ" (ברכות ו, א).
ושמע התלמיד ושתק.

רבי לוי יצחק מסר את נפשו על עניין כף הזכות, ולכן רבים נוהגים, כשהם בצרה וכשמתעוררים עליהם דינים, להזכיר את שמו של רבי לוי יצחק מברדיטשוב, מתוך תקווה שזכותו תעורר רחמים מן הכתר ותמתיק את הדינים.

ומסופר על הצדיק רבי אריה לוי, שגם הוא היה דן כל אדם לכף זכות. פעם שאלו אותו כיצד קנה את המידה הזאת, והוא סיפר: פעם השתתפתי בלוויה. לנפטר היה מכר קרוב מאוד, שהנפטר עשה עבורו מעל ומעבר, וגם הוא הלך בלוויה. וראיתי שמיד כשהלוויה התחילה לנוע, אותו אדם נעלם, יצא מן השורה ונכנס לחנות לקנות עציץ עם פרחים. כל הלוויה לא נחה דעתי. חשבתי בלבי שאין זה נורמלי לקנות פרחים באמצע הלוויה של מי שאהב אותו כל כך, והייתי כולי רותח מפרשנויות.

לא נחה דעתי עד שחיפשתי את אותו אדם, הגעתי אליו ואמרתי לו: אתה חייב להסביר לי. בלוויה של האדם החשוב לך ביותר, שאתה היית החשוב לו ביותר, הלכת לקנות עציץ. אמר לי: הקשב היטב. באותה עת נפטר בירושלים אדם אחר, שהיה חולה במחלה מדבקת קשה, והרופאים פסקו פה אחד שיש לשרוף את כל החפצים שבאו איתו במגע, וגם את התפילין שלו. הייתי שם, ולא הסכמתי, ועוררתי מהומה גדולה, עד שהסכימו לבקשתי: אקנה עציץ, נניח את התפילין באדמה שבתוכו, ונקבור את העציץ יחד עם הנפטר בקברו. נתנו לי שהות עד השעה שתים עשרה. חמש דקות לפני שתים עשרה נכנסתי לקנות את העציץ, ורצתי איתו מיד לשם, כדי שלא ישרפו, חלילה, את התפילין. אמר רבי אריה לוי: מאותו יום, כל מאורע שאני רואה, אני מוצא לו פרשנות ודן לכף זכות.

ניקוי המאגר

ועכשיו לעבודה המעשית. אני אומר לכם מראש שבהתחלה העבודה הזאת לא תהיה נעימה כל כך, אבל צריך לנקות את המאגרים, ואין ברירה.

הצעד הראשון: לכתוב את כל פסקי הדין של כף חובה שיש במאגר שלנו על הסביבה. אין צורך להתחיל בכל דבר קטן, הכוונה לדברים הגדולים. ואותם קל לזהות, כי בשעת כעס הם צפים מעצמם, כמו מגנט. ניקח

לדוגמה את המאגר על בעלך. לא קשה לדעת מה יש בו. ברגע שאת נכנסת לסיטואציה של כעס, צף התיק שלו. הוא דומה לתיקייה במחשב, שבראשה מופיע שמו של בעלך, ובתוכה כל השליליות. זו הסיבה שכעסים מתפתחים ונמשכים: הנתונים עולים ועולים. את כל הנתונים האלה כותבים, על הסביבה, על הילדים, על הבעל ועל עצמנו.

הצעד השני: לכתוב בצורה מסודרת פרשנות של כף זכות לכל אחד מהם. זה הניקיון של המאגר, זה הפרמוט שלו. מוחקים את התיקייה השלילית, ופותחים במוח תיקייה של כף זכות. על מה שעשה לך לפני חמש שנים, כשנעלם מן הבית, יש לך במאגר רק פירושים שליליים. עכשיו כותבים מה יכולה הייתה להיות הסיבה שנעלם. אינני יודע מה כל אחד ימצא, וכל אחד יכתוב את שלו.

הצעד השלישי: למחול ולסלוח על כף החובה שנמצאת במאגר. זה נקרא תרגיל המחילה. אני אומר לכם שמי שעושה את הצעד הזה בכנות, הופך להיות אדם אחר. זה לא ייאמן כי יסופר. מדמיינים בעיני הרוח את האדם שאנחנו כועסים עליו, שאנחנו מתוסכלים ממה שעשה לנו, מעלים אותו בדמיון, ופשוט מוחלים וסולחים. והדבר יהיה קל, משום שכבר עשינו פרשנות של זכות. כל עוד אין לי פרשנות אחרת, קשה לי לסלוח. ברגע שיש פרשנות של זכות, הסליחה באה כמעט מעצמה.

חז"ל אמרו שהאיש מקבל פיוס בקלות רבה יותר מן האשה, ותלו זאת במקום שממנו נברא כל אחד מהם (נדה לא, ב). לכן מי שהעבודה הזאת קשה לה יותר, תתמיד בה בסבלנות.

עושים זאת לאט לאט, לא ביום אחד. כל יום מוציאים מן המאגר אדם אחד, כל יום מאורע אחד. לאט לאט תרגישו איזה אוויר, איזה ניקיון. אלה רעלים. הטינה, השנאה והכעס שנעצרו במאגר עוד יום ועוד שנה ועוד שנה, מכבידים מאוד על הנפש.

הצעד הרביעי: אחרי שעשינו ניקיון, מתחילים בעבודה יומיומית. המוח שלנו עדיין מתורגל בדרכו הישנה, ובמשך היום עוד נדון לכף חובה אנשים, מאורעות ואת עצמנו. כותבים את כף החובה של אותו יום, ומיד אחריה את כף הזכות.

הצעד החמישי: לכתוב כף זכות על כלל ישראל, ולאמן את המוח בכך. לצערנו הרב, השם ישמור, אנחנו שומעים הרבה יהודים שבעקבות מה שעבר עליהם מתחילים לדבר לא טוב על עם ישראל. וראינו מה קרה למרגלים, שדיברו רע על הארץ, על עצים ואבנים. אמרו חז"ל: "ומה המוציא שם רע על עצים ואבנים כך, המוציא שם רע

על חבירו על אחת כמה וכמה" (ערכין טו, א). עם ישראל קדושים, כל עם ישראל נפלאים. לכן מתחילים להתאמן לומר כף זכות על ישראל, ולכתוב זאת. זה דבר נפלא, וראינו אותו אצל רבי לוי יצחק מברדיטשוב.

מבחן המציאות

ועכשיו שימו לב לעוקץ של כל השיעור: מבחן המציאות. סביבה שמתפתחת ומתקדמת, ואתה בראשה.

אתם זוכרים את מה שכתב רבי נחמן בליקוטי מוהר"ן, שלמדנו בהרחבה בקורס על מודעות עצמית: "ועל ידי זה שמוצא בו מעט טוב, ודן אותו לכף זכות, על ידי זה מעלה אותו באמת לכף זכות, ויוכל להשיבו בתשובה" (ליקוטי מוהר"ן רפב). כשדנים אדם לכף זכות, מוציאים אותו באמת מכף חובה ומכניסים אותו לכף זכות. וכשאני דן את עצמי לכף זכות, אני מוציא את עצמי מכף חובה לכף זכות. זו ההתפתחות, וזו המשיכה של הרחמים.

ועכשיו בדיקה קרה ואכזרית. הסתכלי סביבך. אם סביבך אנשים מחויכים, מתפתחים, מתנהגים יפה, מקבלים זה את זה בסבר פנים יפות, רגועים ושלווים, את עובדת נכון. ואם סביבך רותחים, בלגן וכעסים, אין זה אומר שלא זאת. ייתכן שאת בכיוון הנכון, אבל עדיין לא הצלחת. ואני טוען, וזה בדוק: אחד מבני הבית משנה את הפרשנות, וכל הבית מתהפך.

קראתי פעם עדות של אם אחת, שהחליטה לדון את ילדיה לכף זכות, ולקחה זאת על עצמה כפרויקט של ממש. היא סיפרה שאחרי שלושה חודשים הרגישה כאילו קיבלה במתנה ילדים אחרים. הם מתנהגים אחרת, מדברים בטון אחר, היחס ביניהם השתנה והיחס להוריהם השתנה. וזה מה שאמר רבי נחמן: כשדנים לכף זכות, מוציאים מכף חובה לכף זכות.

ואגלה לכם סוד. כשמאמנים את המוח לפרש את הדברים לחיוב, חיים בעולם אחר. קראתי פעם משל נפלא על כוחה של פרשנות. שני פועלים עובדים בעירייה של עיר גדולה, ומתקנים צינור ביוב ענק באמצע העיר, בחום כבד. זו העבודה של שניהם. האחד מקלל את העירייה ומקלל את מזלו. כל מי שעובר שם, כך הוא חושב, יושב עכשיו במשרד ממוזג, ואני תקוע כאן ומתקין צינורות ביוב, וזה כל מה שיש לי בחיים. והשני מתקין את הצינור ושר בלבו: אשרינו, מה טוב חלקנו.

כשנכנסים אל הדיסק הקשיח של שניהם, הדיסק של הראשון מובן: התעניינות ברע, פרשנות של רע, כרטיס מסך עקום. אבל אצל השני מתברר דבר מפליא. כשהוא מתקין את הצינור, הוא מבין ומאמין באמונה שלמה

שהוא שותף למעשה היסטורי שאין לו אח ורע: יישוב ארץ ישראל בפועל. מצוות יישוב הארץ, שהרמב"ן מונה אותה בין מצוות העשה שבתורה, מתקיימת בבניין, במדרכה ובצינור. כשהוא מתקין את הצינור, הוא מיישב את ארץ ישראל ועושה מצווה. ואיש המשרד הממוזג, שממציא עכשיו משחק מחשב לילדים, אינו מתקרב אליו כלל. ההבדל ביניהם הוא הפרשנות שכל אחד נותן למקצועו, כל השנים שהוא עובד בו.

ושתי טבחיות עובדות במטבח של ישיבה ומקלפות תפוחי אדמה. האחת אומרת לעצמה: אילו אמא שלי הייתה שולחת אותי ללמוד באוניברסיטה, לא הייתי עומדת כאן ומקלפת מאתיים תפוחי אדמה ביום. והשנייה מקלפת ושרה. מתברר שזו שמקלפת ושרה אינה טבחית כלל. היא שותפה בלימוד התורה של מאתיים תלמידים. תפוחי האדמה שהיא מקלפת יזינו את הרבנים ואת התלמידים, והיא שמחה ואומרת לעצמה: הלוואי שיהיו בהם הרבה ויטמינים, ושהבחורים ילמדו כמו שצריך, ואני שותפה לכל זה. "אם אין קמח, אין תורה" (אבות ג, יז), ואני ממונה על הקמח. היא נמצאת בהגשמה עצמית מלאה בתוך עבודת הטבחות.

וכך אם אחת קמה בבוקר ושולחת את הילדים לבית הספר, ואומרת: אני בונה את הדור החדש. והשנייה אומרת: עוד פעם, עוד בוקר, ה' יעזור. כל החיים הם פרשנויות של המוח למאורעות.

ברגע שנעבוד בפועל בצורה הזאת, בהתחלה יהיה קשה. אבל אחרי ארבעה או חמישה חודשים, זו כבר שירה. שינינו פאזה במוח, והמוח עובד בפרשנויות טובות. זה מבחן המציאות: סביבה מתפתחת, ואנחנו בתוכה ובראשה.

ומכאן נעלה עוד קומה, אל לחישת הנחש: הכוח שמונע מאיתנו להגיע להגשמה העצמית, וכיצד חושפים אותו ומטפלים בו.

יהי רצון שנזכה להחליף את כרטיס המסך שלנו, למצוא בכל מר את שורשו המתוק, ולמשוך עלינו ועל בתינו רחמים גמורים מן הכתר העליון.