



קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב' · שיעור ראשון: אין עוד מלבדו

מי שאמר לשמן וידלוק

שיעור 1 מתוך 10 בקורס קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב'. הסרטון המלא, ומתחתיו השיעור כתוב ומעובד לקריאה.

השורש שבתוך השורש

השיעור הזה, הפותח את החלק השני של הקורס, עוסק ביסוד שעליו עומדת כל עבודת האימון על פי הקבלה: אין עוד מלבדו. נלמד מדוע דווקא כשאדם מתחיל לצעוד אל יעדיו צצים פתאום קשיים, וכיצד ההכרה שהכל מאת ה' ממתקת את הדינים, מסירה מן האדם את הלחץ והופכת אותו לכלי שהשפע עובר דרכו.

בעולם האימון מכירים כלל ידוע: חלק קטן מן הפעולות שלנו הוא השורש שממנו באה רוב ההצלחה. מי שיודע באיזו פינה של השדה טמון הנפט, אינו עמל בכל השטח. הוא חופר במקום הנכון. בשיעור על סולם יעקב נרחיב בכלל הזה.

התלבטתי לא מעט לפני שהחלטתי לפתוח דווקא בקומה הזאת. חשבתי לעצמי שגם בתוך השורשים יש שורש אחד גדול, שאם נתקן אותו ונתאמן בו, כל השאר יעשה קל יותר. גם ביהדות אנחנו מוצאים את הרעיון הזה. רבי עקיבא אמר על ואהבת לרעך כמוך: "זה כלל גדול בתורה" (ספרא קדושים ד, יב). לכאורה אין קשר בין שמירת שבת לבין ואהבת לרעך כמוך, אבל רבי עקיבא מלמד אותנו על השורש. מי ששם את הדגש על ואהבת לרעך כמוך, יראה הצלחה ברוב רובם של התחומים התורניים. וכך אמרו חז"ל על השבת, ש"השבת שקולה כנגד כל המצוות" (שמות רבה כה, יב), ועל הציצית: "שקולה מצוה זו כנגד כל המצוות כולן" (מנחות מג, ב). יש מצוות שמקפלות בתוכן אור שנראה אותו בכל התורה כולה.

וכך גם במידות. מידה אחת שיש באדם, טובה או רעה, מבצבצת בכל מעשיו. מי שסובל מגאווה, נראה אותה בעבודה, ביחסים עם בן הזוג ועם הילדים, בכל מקום שילך, משום שהיא דבר שורשי.

השורש שעליו נעמוד בשיעור הזה הוא החוק הנפלא שנקרא אין עוד מלבדו. ראינו את המשפט הזה על מכוניות ושמענו אותו כסיסמה פעמים רבות. הוא לקוח מן הפסוק "אתה הראת לדעת כי ה' הוא האלוקים, אין עוד מלבדו" (דברים ד, לה), ויש בו עומק שנגלה אותו צעד אחר צעד.

דווקא כשמתחילים לצעוד

יש חוק קבוע: ברגע שאדם מתחיל לצעוד, מתחיל גם הבלגן. יושב אצלי יהודי שלומד באופן קבוע כבר שנתיים, הוא וחבר שלו. שניהם היו רחוקים מיהדות כרחוק מזרח ממערב, והוא אפילו בר מצווה לא עשה. לפני כמה חודשים התחיל להניח תפילין, ובא אליי ואמר: כבוד הרב, מאז התפילין הראשונות יש לי רק בלגן. אמרת לנו שהכל יהיה טוב, ומאז שאני מניח תפילין הכל מתבלגן.

זה עניין עמוק במודעות עצמית. כשאדם מתחיל להיות מודע, הוא מתחיל גם לראות. מודעות פירושה לצאת מעצמי ולראות את עצמי מלמעלה. אישה שמתחילה לסדר את הבית מגיעה למקומות יפים ונפלאים, אבל מגיעה גם אל המרתפים ואל הפינות המוזנחות. מי שאינה מתעסקת בבית כלל, לעולם לא תגיע אל המקומות האלה. לפני שהתחלנו ללמוד מודעות עצמית ואימון, חיינו וזרמנו. כשמתחילים לקבל מודעות, אישה יוצאת מעצמה גם בעולם הזוגיות, ופתאום היא רואה דברים שלא ראתה קודם.

יש מושג שנקרא האמת כואבת, וכבר אמר שלמה המלך: "ויוסיף דעת יוסיף מכאוב" (קהלת א, יח). שגור בשם רבי נחמן מברסלב משל למים שמרתיחים אותם: כל מה שהיה שקוע בהם עולה אל פני השטח. וזה הפלא. אדם מתחיל לנהל יומן, מקבל אחריות על חייו, נעשה רציני, ודווקא אז צצות בעיות. באו אליי בני זוג שכמעט נפרדו אחרי שלמדו זוגיות על פי הקבלה. האישה אמרה לי: ירד לי האסימון, אני מרגישה שלא מכבדים אותי. עד אז היא זרמה, ופתאום קלטה איך נראים חייה.

מודעות והתחלה של צעדים מביאות איתן, נרצה או לא נרצה, ניסיונות. הניסיון בא לנסות אותנו, כלומר להרים אותנו. אצל אברהם אבינו הכל היה שקט ושלו. הבלגן, במירכאות, התחיל כשהכיר את ה'. מאז שנכנס למערכה השליכו אותו לכבשן האש, הוא נצטווה לעקוד את בנו, ואשתו ילדה רק בגיל תשעים. לפני כן יכול להיות שהכל היה בסדר. וכאן אנחנו רוצים ללמוד איך מתמודדים באמת עם הקשיים האלה.

אין עוד מלבדו כלל

שגור בשם הבעל שם טוב הקדוש דבר שנראה כמו סגולה, ובשיעור הזה נבין את עומקו. אדם ששורים עליו דינים, כלומר צמצום, בלגן, קשיים בפרנסה, בזוגיות או בבריאות, יאמר: אין עוד מלבדו כלל. יאמר וימחיש לעצמו את הדבר הזה, ואז יתמתקו מעליו הדינים. עלינו להבין מה הקשר בין אין עוד מלבדו לבין מיתוק הדינים.

בפשטות, אין עוד מלבדו פירושו שהקדוש ברוך הוא, אותו כוח אין סופי שיצר את היקום, ממלא את כל העולמות ומחיה אותם, והוא גם סובב את כל העולמות ומקיף אותם. בלשון המקובלים, הוא ממלא כל עלמין וסובב כל עלמין. כל מה שאנחנו רואים כאן הוא כוחו של אין סוף ברוך הוא, שמניע בכל רגע את כל העולמות.

שמאל דוחה וימין מקרבת

שימו לב כיצד אנחנו הולכים על פני האדמה: שמאל, ימין, שמאל, ימין. כך מתקדמים קדימה. אומרים המקובלים שגם ברוחניות, וגם בכל דרך של הגשמה עצמית, אנחנו צועדים בצעדים של שמאל וימין. רבותינו לימדו: "לעולם תהא שמאל דוחה וימין מקרבת" (סוטה מז, א), וזו גם הדרך שבה הקדוש ברוך הוא עובד איתנו. אתה רוצה להתקרב אליו ולגלות אותו, והרי זה כל הרעיון שלנו כאן בבריאה.

ראו כמה לימוד אנחנו צריכים כדי להבין את עצמנו, ואנחנו בסך הכל ברואים. את הבורא איננו יכולים לתפוס כלל. אומרים המקובלים שאין סוף ברוך הוא ברא את העולם, ושם העולם מלשון העלם. הוא ברא עולם מסובך כל כך. מי שמבין בגוף האדם יודע על מה אני מדבר: איזה עומק מקופל בחומר התורשתי, בכל בעל חי, בכל זבוב. אגרונום יכול לשבת איתנו שבועות על עץ אחד או על פרח אחד. הכל כאן מסובב בים של סיבוכים טבעיים, וזה מה שנקרא טבע, וזה מה שנקרא עולם. ומי שנעלם בתוך העולם הוא ה'. לכן המילה הטבע עולה בגימטריה כמו אלהים.

מצד שני העולם נקרא גם בריאה, מלשון דבר ברור. אם כך, העולם הזה נעלם הוא או ברור, וזה תלוי בכל אחד ואחד. אומר הזוהר הקדוש שהקדוש ברוך הוא נודע לכל אדם "לפום מה דמשער בלביה" (זוהר ח"א קג, ב), כלומר לפי מה שהוא משער בלבו. כפי מה שלבו של אדם יכול להכיל, כך מתגלה אליו הקדוש ברוך הוא בתוך העולם הנעלם הזה.

כשמתחילים לצעוד ולפעול, יש שמאל דוחה וימין מקרבת. השמאל הדוחה פירושו שהקדוש ברוך הוא דוחה את האדם. הוא רוצה לפעול, יש לו כל הכלים, הבין את השיעור, שמע אותו מאתיים פעמים, ואין כלום. ופתאום שבוע אחד הוא פועל. חושב חיובי, מלא אורות, הכל ורוד, הכל זורם. ופתאום, בשבוע שאחריו, הכל מתהפך. הקושי הזה בדרך הוא השמאל הדוחה, וכדי להבין למה הוא בא צריך לרדת אל העומק של אין עוד מלבדו.

טיפה של מזל

השבוע הנפלא שהיה לך עשה ממך גיבור. עברת קורסים, אתה כבר יודע הכל. אבל אומר לך הקדוש ברוך הוא, ביני לבינך: אם אני לא בתמונה, אתה כלום.

פעם, בסוף שיעור שנתתי בו כללים רבים וטכניקות רבות, ואינני זוכר אפילו באיזה קורס, ניגשה אליי אישה ואמרה: כבוד הרב, השיעור היה מצוין, אבל שכחת לומר שצריך גם טיפה של מזל. היא צדקה. צריך שהקדוש ברוך הוא, אותו כוח אין סופי, יאשר את מה שאני יוצא איתו לדרך, וזה נקרא סייעתא דשמיא. כשאין סייעתא דשמיא, אפשר לפעול עם כל הכללים שבעולם, ולא יקרה כלום.

ידוע על ציירים גדולים שחיו כל ימיהם בעוני מרוד, ורק אחרי מותם נמכרו ציוריהם במיליוני דולרים. ואנחנו רואים לפעמים אדם שכמעט לא למד קרוא וכתוב, והוא עשיר גדול.

אמר שלמה המלך: "כי לא לקלים המרוץ ולא לגבורים המלחמה וגם לא לחכמים לחם" (קהלת ט, יא). לכאורה, כשמסתובבים בעולם רואים בדיוק את ההפך. הגיבורים מנצחים במלחמה, והחכמים מביאים לחם. אבל כוונת שלמה המלך עמוקה יותר. הגיבור אינו מנצח בזכות גבורתו. ה' ברא אותו גיבור מלכתחילה, משום שייעד אותו למסלול של מלחמה. ומי שנגזר עליו עושר, ניתנה לו החכמה שתוביל אותו במסלול הזה. והראיה: אנחנו רואים חנות מול חנות, אותם מוצרים בדיוק, ואף על פי שזו מתנהגת אל הלקוחות יפה יותר, דווקא השנייה הולכת ומתעשרת, וזו הולכת ומתדלדלת. "כי אלוקים שפט, זה ישפיל וזה ירים" (תהלים עה, ח), והוא ש"מאשפת ירים אביון" (תהלים קיג, ז).

כאן יש פרדוקס. מצד אחד, אנחנו כבני אדם צריכים להתנהג בבריאה בדרך הטבע: לעשות הכל, להביא פרנסה, להשתמש בכל הטכניקות כדי שהזוגיות שלנו תצליח. ומצד שני, תירגעו. אין עוד מלבדו כלל. אדם מצליח בצעד אחד, לפעמים בשניים שלושה צעדים, וכבר הוא מתהדר בפני כל השכונה, כבר הוא מודע וכבר

הוא מאמן. תירגע. המקובלים מגלים שבדרך כלל השמאל הדוחה מגיע בדיוק ברגע שאנחנו מייחסים לעצמנו, אפילו במעט, את ההצלחה. מפני המחשבה הזאת הזהירה התורה: "ואמרת בלבבך כחי ועצם ידי עשה לי את החיל הזה, וזכרת את ה' אלוֹקֶיךָ כִּי הוּא הֵנִתֵּן לְךָ כַּח לַעֲשׂוֹת חֵיל" (דברים ח, יז, יח).

משרתי המלך

לאין סוף ברוך הוא יש רעיון אחד בנו: שנבין שאין עוד מלבדו. זה כל העניין. כך אומר הנביא: "כל הנקרא בשמי ולכבודי בראתיו, יצרתיו אף עשיתיו" (ישעיה מג, ז), ושנינו: "כל מה שברא הקדוש ברוך הוא בעולמו, לא בראו אלא לכבודו" (אבות ו, יא). כביכול אומר הקדוש ברוך הוא: בראתי אותך מורכב מחומר ומרוח, מעולם ומבריאה, ואתה נמצא בתוך כל הבלגן הזה כדי שתגיע למסקנה שאין עוד מלבדו כלל, שהטוב והרע אני עשיתי. כלשון הפסוק: "יוצר אור ובורא חשך, עשה שלום ובורא רע, אני ה' עשה כל אלה" (ישעיה מה, ז).

שמעתי ממקובל גדול שהקדוש ברוך הוא ברא את העולם כך שנכיר אותו, נעבוד אותו ונהיה רוחניים, ואם נזכה, נתברך גם בגשמיות. והנה אנחנו יוצאים לעולם ורואים שרוב הכוחות מתנגדים לזה. כל העולם מוכר היום חומר, ומעטים מוכרים רוח. ואפילו כשכותבים ספר על כוחות הרוח, הרבה פעמים כל כולו כסף, אחוזות ומכוניות יוקרה, כי שם העולם אחוז. והקדוש ברוך הוא חפץ בהפך הגמור: שהנשמה תשלוט על החומר, והחומר ישרת את הרוח.

אתה רוצה כסף, יאמרו לך: לך לעבוד. אינך מרגיש טוב, יאמרו לך: לך לרופא. ואם תאמר לאדם שאינו מרגיש טוב שיתפלל, יסתכלו עליך כמשונה. אין הכוונה שלא צריך ללכת לרופא, חלילה. התורה אומרת "ורפא ירפא" (שמות כא, יט), ואמרו חז"ל: "מכאן שניתנה רשות לרופא לרפאות" (ברכות ס, א). הדבר מפליא. לכאורה, אם הקדוש ברוך הוא קבע שאדם לא ירגיש טוב, אין זה מקומו של הרופא להתערב, לתת תרופה ולהוציא את האדם בריא. ולכן היה צורך ברשות מפורשת מן התורה. ודאי שהולכים לרופא ומקבלים טיפול, וזו הדרך הנכונה. אבל כשיצאת מן הרופא בריא, צריך לדעת מי ריפא אותך.

בעיניים אני רואה שמי שעובד יש לו, ומי שאינו עובד אין לו. זה הטבע. ובתוך המערכת הזאת עליו לראות שאין עוד מלבדו כלל: ה' מרפא, ה' מפרנס, ה' נותן בריאות. גם הספרות החדשה שעוסקת בהצלחה ובהגשמה עוסקת בכוח הזה, אלא שמתביישים לקרוא לו בשמו, כי השם מחייב. קוראים לו היקום או הכוח העליון, אבל כולנו מדברים על אותו כוח אין סופי.

ועכשיו שימו לב היטב. כשאני אומר אין עוד מלבדו, פירוש הדבר שגם הכוחות שמונעים אותי ממנו אינם אויבים שלו. הם נשלחו על ידי ה'. אדם הולך לבית הכנסת או לבית המדרש, אישה יוצאת לשיעור, ובדיוק אז מצלצל הטלפון: חברה מציעה לצאת, יש כרטיסים במחיר מוזל למופע, ודווקא היום. אלה כוחות שבאו לקחת אותך מן השיעור. אומרים המקובלים, וכך שגור בשם הבעל שם טוב הקדוש, שמי שחושב שכוחות ההסתרה, הסטרא אחרא, הכוחות שמתנגדים לקרבת ה' ולהגשמה עצמית, הם רשות בפני עצמה, קרוב לעבור על "לא יהיה לך אלהים אחרים על פני" (שמות כ, ג). הם משרתי המלך. תפקידם להתגבר עליך, להוציא אותך מן הצעדים, לשמוט אותך מן היד, לפרק את הזוגיות.

חמש שעות מחוץ לדלת

ופתאום אדם מרגיש שהזוגיות שלו מתפרקת, ואינו יודע מה לעשות. אין עוד מלבדו כלל. ה' רוצה שתבין שגם כשהזוגיות הייתה בריאה, זה היה ממנו, ושתפנה אליו לעזרה.

מספרים שפעם דפקה בתה של אישה גוססת על דלתו של אחד האדמו"רים. אמה הייתה באותה שעה בחדר ניתוח, והיא בכתה והתחננה שיקבל אותה. האדמו"ר שמע הכל מבפנים, והשאיר אותה בחוץ חמש שעות. כשהכניס אותה לבסוף, שאלה אותו מדוע השאיר אותה בחוץ, הרי ידע הכל. אמר לה: בגלל זה השארתי אותך בחוץ. את חשבת שהכל תלוי בי, ומי אני בכלל. ושאל אותה מה עשתה בשעות האלה, כי ראה רעש גדול בשמים. אמרה לו: כשראיתי שגם אתה סוגר בפניי את הדלת, הפכתי את כל השמים, דיברתי עם הקדוש ברוך הוא בצעקות. אמר לה: את סידרת את העניין בעצמך, ואת יכולה כבר לקבל קהל.

זה מה שקורה לנו. ה' סוגר את הדלת כדי שנבין שאין עוד מלבדו, וכדי שנפנה אל המלך.

כאן עולה השאלה היכן הבחירה שלנו, אם ה' עושה הכל. הבחירה שלנו היא ברצון: לרצות לעשות את רצון ה', או לרצות לעשות שטויות. וכבר אמרו חז"ל: "בדרך שאדם רוצה לילך בה מוליכין אותו" (מכות י, ב). וכך מוליכים אותו: שמאל דוחה וימין מקרבת. דוחים אותך מן הקדושה. התחלת לצעוד, את מרוצה, את מתקדמת, ובאים כוחות הרשע. כל מה שהם רוצים הוא שתתחילי לפנות אל מי שצריך לפנות אליו. וכשאת פונה ישירות אל ה' ומבקשת ממנו בפשטות, מיד הימין מקרבת.

אי מסתייעת זילי עבידי

ובעומק, כשנפנים כל הזמן שאין עוד מלבדו, לא נצטרך שידחו אותנו. אמרו חז"ל: "למה נקרא שמן כשפים, שמכחישין פמליא של מעלה" (סנהדרין סז, ב). הכישוף מכחיש כביכול את הנהגת ה'. ה' זיווג בני זוג, ובא אדם ועושה כישוף כדי להפריד ביניהם. כך זה נראה מבחוץ.

ומספרת הגמרא שם על אישה שניסתה ליטול עפר מתחת לרגליו של רבי חנינא, כדי לעשות לו כישוף. אמר לה: "אי מסתייעת, זילי עבידי. אין עוד מלבדו כתיב" (שם). כלומר, אם תצליחי, לכי ועשי, שהרי כתוב אין עוד מלבדו. והגמרא מקשה, הרי אמרו שהכשפים מכחישים פמליא של מעלה, ומשיבה: "שאני רבי חנינא, דנפיש זכותיה" (שם). רבי חנינא שונה, כי זכותו מרובה. הוא צדיק גדול, ואצלו אין עוד מלבדו כלל.

ברגע שאני יודע שהכל מה', שגם הרע שמגיע אליי בא מה', ממקור הטוב, והוא הטוב ביותר בשבילי, כל מה שרוצים ממני הוא שאחזור אל אין עוד מלבדו, שאבין שהכל מה'. כשאני חוזר לכך, נגמר הסיפור, והדלת שוב נפתחת. היא נשארת סגורה כל זמן שאני שקוע בכחי ועצם ידי: אני החכם, אני סיכמתי, אני עשיתי, אני פעלתי. כשאנחנו אומרים שכוחות הרשע סוגרים דלת, הכוונה שה' כביכול רק זז. כאן עכשיו יש אור, אבל טבעו של כדור הארץ הוא חושך. האור מגיע ומסלק את החושך, וכשהוא מסתלק, חוזר הטבע וחוזר החושך. כך גם אנחנו. בטבענו אנחנו חומרניים ומחפשים שטויות. ואם בכל זאת נעשה איתנו נס ופלא, ואנחנו באים ללמוד ומשתפרים, הכל אין עוד מלבדו.

ונחנו מה

ועכשיו שימו לב היטב למה שאנחנו מרוויחים כשאנחנו מגיעים למסקנה שאין עוד מלבדו. אמר משה רבנו: "ונחנו מה" (שמות טז, ז). הוא שעלה לשמים והוריד את התורה, שקרע את הים והכה את מצרים, אומר על עצמו ונחנו מה. אברהם אבינו אמר: "ואנכי עפר ואפר" (בראשית יח, כז), והוא שיצא למלחמה מול צבאות המלכים וניצח. דוד המלך הכה את גלית, והנשים שרו לכבודו: "הכה שאול באלפו ודוד ברבבתיו" (שמואל א יח, ז). רבבה היא עשרת אלפים איש, ולא בכלי נשק של ימינו, אלא בחרב. ודוד חוזר מן המלחמה ואומר: "ואנכי תולעת ולא איש" (תהלים כב, ז).

וסוד הדבר הוא שאין עוד מלבדו כלל. כביכול אומר דוד: עשרת האלפים שנפלו, אני בסך הכל בניתי כלי. הראיתי שראוי שהאור יעבור דרכי, ואז האור עבר דרכי. הניצחון של המלך, הניצחון של ה'. ומשה רבנו אומר: אל תחשבו שאני עושה משהו. אני בסך הכל בניתי כלי, הפכתי להיות כלום.

השתוות הצורה

וכשהאדם הופך להיות כלום, נכנס לפעולה חוק קר ויבש בקבלה שנקרא השתוות הצורה. אמחיש זאת. בדרך כלל נוצרת כימיה בין בני אדם כשהם דומים זה לזה, כשיש ביניהם עניין משותף. זוגיות מצליחה נמצאת בדרך כלל במקום שיש בו התעניינות משותפת: שניהם אוהבים ספורט, שניהם אוהבים רוחניות. וכשכל אחד חי בעולמו, הם קרובים לפירוד. לכן אני משתדל תמיד להדריך זוגות למצוא עניין משותף, בנושא הילדים או בכל נושא אחר.

מי שמדבר בשפה שלי וחושב כמוני, טוב לי איתו. ודרך אגב, זה אחד הדברים הנפלאים שבעוצמת היהדות. הרצאה באלקטרוניקה תרדים את רוב השומעים. כשמדברים יהדות, יכולים לשבת בקהל אלקטרונאים וכימאים, מורות וטייסים, וכולם נהנים, משום שהנשמות שלנו קשורות זו בזו.

וכך גם הקדוש ברוך הוא. כביכול, יש לו כימיה עם מי שמשדר איתו על אותו תדר. והתדר של ה' פשוט: הוא טוב ומטיב לכל, וטבע הטוב להיטיב. הקדוש ברוך הוא אינו מקבל. הוא רק נותן, רק משפיע. ברגע שהאדם הופך להיות משפיע על הזולת, הוא בכימיה עם המשפיע הראשי. וכאן הנקודה והעומק: כיצד נהפוך להיות משפיעים.

צינורות של שפע

יש אמרה שאם אתה מבקש צדקה, אל תלך אל מי שעובד קשה. כשהוא בא לתת לך שקל, הוא מחשב כמה נסיעות בטרקטור עלה לו השקל הזה. לך אל מי שקיבל ירושה, אל מי שהכסף בא לו בקלות, ולו קל יותר לתת. וזה הטעם שקשה לנו להעניק: אנחנו חושבים שעבדנו קשה מאוד כדי לקבל ולייצר את מה שיש לנו. אדם שעובד קשה כל כך להרוויח כסף, קשה לו לתת.

דמיינו אדם שנכנס אל המקום של אין עוד מלבדו. כל מה שחשב שעשה בכוחו מתגלה לו כדמיון. את הכסף קיבל מבורא העולם. "יושב הקדוש ברוך הוא וזן מקרני ראמים ועד ביצי כינים" (שבת קז, ב), ואתה חלק מן

הבריאה. ואמרו חז"ל: "כל מזונותיו של אדם קצובים לו מראש השנה ועד יום הכפורים" (ביצה טז, א). אלה חוקים קרים, ואני מעלה אתכם היום קומה. ה' זן ומפרנס את הכל. העבודה היא ההשתדלות שלנו, ויש לה טעמים משלה. ה' יודע שאילו לא עבדת היית משתעמם, ולכן נתן לך עיסוק לימך. אבל את הפרנסה נותן ה'.

אם אני מגיע לאין עוד מלבדו ברמה הזאת, קל לי להשפיע. אם אני מבין שאת החכמה הזאת לא אני חידשתי, אלא רק עשיתי השתדלות, ואני בסך הכל מכשיר את עצמי להיות צינור שמעביר אליכם את השפע, קל לי להעביר אותו הלאה. לא אתקמצן על מאמרים, לא אתקמצן על חכמה.

לעניות דעתי, גם תגליות גדולות רבות באו לעולם מתוך רצון אמיתי להיטיב לבריאה, ומי שגילו אותן נעשו צינורות שדרכם העביר הקדוש ברוך הוא את הדברים האלה אל העולם. ועל משה רבנו כתוב: "וירא בסבלתם" (שמות ב, יא). כל מחשבתו הייתה נתונה לעם ישראל, והוא היה רועה צאן פשוט. הוא הפך להיות כלי, ודרכו עבר השפע.

כשמתחילים להמחיש את אין עוד מלבדו, הכל אצלך במתנה, ואז אפשר לחלק לאחרים. נניח שיש לך בלב שלושה קילו אהבה, מתנה מה'. תן קילו לבן הזוג. אין סיבה לשמור את כולם לעצמך ולהסתובב כל היום סביב עצמך.

כשאנחנו מגיעים לאין עוד מלבדו ומתחילים להשפיע, נוצרת זרימה. קשה לומר זאת, אבל אומר. כתוב: "אני אמרתי אלהים אתם ובני עליון כלכם" (תהלים פב, ו). אנחנו הופכים להיות נשמות. הגוף הוא המקבל, הוא האינטרס, מה יוצא לי מזה. ברגע שאנחנו עוברים את המחסום הזה ונעשים משפיעים, אנחנו נדמים לה'. יש השתוות הצורה, ואנחנו נעשים כביכול הנבחרים שדרכם ה' מטיב לעולם ולזולת. אנחנו נכנסים אל תוך הצנרת.

אם תשימו לב, בעולם יש קבוצה של מקבלים וקבוצה של נותנים. זו המציאות, ואנחנו בוחרים היכן להיות. כדי להיות בקבוצת המשפיעים צריך להבין במאה אחוז שאנחנו מקבלים הכל מה', ואנחנו כלום. ובעומק, ככל שנהיה כלום יותר, נקבל שפע גדול יותר, ונוכל לתת יותר.

נר שדלק עד ההבדלה

אין עוד מלבדו ברמה שאני מדבר עליה היא רמה שבה אדם רואה פתאום שהכל מה', ונעשה רגוע ושלו. כל המתח וכל הלחץ יורדים. אף אחד מאיתנו אינו קם בבוקר בלחץ שמא הלב לא יפעם או שהכליות לא יעבדו. אין

עוד מלבדו כלל, והוא שמחיה את כל המערכת הזאת. והרי להפעיל את הלב, את הכליות, את כדור הארץ ואת השמש, מסובך הרבה יותר. אם כך, אין סיבה לחיות בלחץ על הילד ועל כל השאר.

הגמרא מספרת על רבי חנינא בן דוסא, שראה בין השמשות את בתו עצובה. שאל אותה מה קרה, ואמרה לו שכלי של חומץ התחלף לה בכלי של שמן, והדליקה ממנו את נר השבת. אמר לה: "מי שאמר לשמן וידלוק, הוא יאמר לחומץ וידלוק" (תענית כה, א). ומוסיפה הגמרא: "היה דולק והולך כל היום כולו, עד שהביאו ממנו אור להבדלה" (שם).

אנחנו ניגשים אל השמן בביטחון גמור, מדליקים והולכים לדרכנו. המדענים יפרקו לנו את הבעירה לחומרים, אבל את החומרים יצר ה', והוא שאמר לשמן שידלוק. כך גם חוק הכבידה פעל מאז שנברא העולם, הרבה לפני שמישהו גילה אותו. אצל רבי חנינא בן דוסא אין עוד מלבדו כלל. יש רק ה' בבריאה, והוא מתלבש בשמן ובחומרים, באנשים ובשליחים שהוא שולח.

היפלא מה' דבר

ועכשיו נראה זאת אצל האבות. הקדוש ברוך הוא בישר לאברהם ששרה, בת תשעים, תלד בן בשנה הבאה. "ותצחק שרה בקרבה" (בראשית יח, יב). טבעי שאישה בת תשעים תצחק כשמבשרים לה בשורה כזאת. ובכל זאת הקדוש ברוך הוא מקפיד ושואל את אברהם: "למה זה צחקה שרה" (בראשית יח, יג). ושרה מתנצלת: "לא צחקתי, כי יראה" (בראשית יח, טו). לכאורה הייתה יכולה לומר בפשטות שוודאי צחקה, הרי היא בת תשעים.

ההקפדה כולה היא בשלוש מילים: "היפלא מה' דבר" (בראשית יח, יד). אין פלא שהקדוש ברוך הוא אינו יכול לעשות. כולם מתלהבים מן המטוס ומן הטלפון, אבל כל מה שאדם בונה במעבדות הוא חיקוי עלוב לעומת אוזן אחת או טיפת דם אחת שיצר הבורא. מפעל של מכוניות מעסיק אלפי פועלים, ויש בו רעש ובלגן ופסולת, והעין לבדה מורכבת לאין שיעור יותר ממכונית. ואישה הרה אינה מרגישה פועלים מסתובבים בבטנה, לא רעש ולא בלגן. לפעמים היא מתנפחת מעט, נעשית כבדה מעט, והגוף שלה מייצר אדם שלם. ואומר ה': היפלא מה' דבר.

זה כל הקאוצ'ינג. מי שיוצא אל היעד שלו בלי היפלא מה' דבר, מוטב שיישאר בבית. אלה שחלמו לראשונה לעוף באוויר, כשעוד לא ראו דבר כזה מעולם, היה להם ברמה שלהם היפלא מה' דבר, והאמונה שלהם והיציאה שלהם לדרך הורידו לעולם את מה שאנחנו רואים היום. אם אין לנו היפלא מה' דבר, לא נמשוך עלינו את השפע.

בענייני זוגיות אני חוזר תמיד ואומר שיש בכל בית שותף שלישי. הכל יפה, הטכניקות, הפסיכולוגיה וכל העניינים. אבל אם ה' לא מחליט שהזוג הזה ממשיך באהבה, חבל על הזמן. ואם ה' לא מחליט שמהיום יש לך שקט כלכלי, חבל על הזמן. היום לוקחים אדם שכבר נעשה עשיר גדול, מספרים איך התחיל ממחסן קטן ומוכרים את הסיפור לכל העולם. אבל על האדם הזה נגזרה העשירות. גם אם יהיו לך מאתיים מחסנים, אם ה' לא יחליט שאתה מתעשר, לא תתעשר.

וה' מחליט לפי הדרך שאדם רוצה לילך בה, אבל צריך אמונה. אנחנו צריכים להאמין בעצמנו ולהאמין בה'. זה אין עוד מלבדו: להפנים שהקדוש ברוך הוא הוא כל הכוחות כולם, והוא סוד ההצלחה שלי, בזוגיות, בפרנסה ובכל דבר שאני עושה. מי שמפנים את זה באמת, זוכה לראות דברים נפלאים.

וישכם אברהם בבקר

ראו איך חי אברהם אבינו באין עוד מלבדו. בעקדת יצחק נאמר: "כי עתה ידעתי כי ירא אלוקים אתה" (בראשית כב, יב). והרי "עשרה נסיונות נתנסה אברהם אבינו" (אבות ה, ג), ודווקא כאן נאמר עתה ידעתי. וטעם הדבר: ה' אמר לו קודם "כי ביצחק יקרא לך זרע" (בראשית כא, יב), ממנו ייצא עם ישראל. ועכשיו הוא מצווה עליו להעלות את יצחק לעולה. היה מקום לומר: ריבונו של עולם, אולי שכחת את מה שאמרת לי. ואברהם לא אמר דבר.

כתוב: "וישכם אברהם בבקר" (בראשית כב, ג). מי שמשכים בבוקר, ישן בלילה. זו גדלותו של אברהם: למחרת הוא עוקד את בנו, והוא הולך לישון בזמנו, כמו מי שיש לו יומן מסודר של אימון, קבע זמן שינה, והוא ישן. אין עוד מלבדו כלל. ה' אמר לי שממנו ייצא עם ישראל, ועכשיו הוא אומר לי את ההפך. מי אני שאבין. זו הנקודה הפרדוקסלית שבקצה ההיגיון.

ולכן כשאנחנו מתחילים לצעוד ורואים קשיים ומניעות, כוחות שמונעים אותנו מן הקדושה, תירגע. שם צריך רק להבין שאין עוד מלבדו. שם צריך להבין שגם כשהיה לך טוב, זה היה ה'. ואם תפנה אליו בפשטות, כמו ילד טוב אל אבא טוב, הוא יסיר את המניעות ואתה תמשיך לצעוד. זה השמאל והימין. המקובלים מלמדים שהם כנגד נצח והוד, ושם שורשם של האמונה והביטחון. כל המערכת שאנחנו לומדים כאן, אם לא נכניס לתוכה אמונה וביטחון, חסר בה העיקר. צריך לצאת אל היעד בביטחון שאגיע אליו, ולדעת שגם אם יהיו קשיים בדרך, אמשך. אלף פעמים אפול, אלף פעמים אקום.

וזה כל סודו של רבי נחמן מברסלב בהתבודדות: לדבר עם המלך. לצערנו, אנחנו מגיעים אליו רק כשאנחנו גמורים. רק אחרי שניסינו את כל הכוחות, במירכאות, וראינו שאף אחד מהם אינו עובד, אנחנו פונים אל המלך. ולואי שנתחיל להבין מראש שאין עוד מלבדו.

כפי האמונה כך השפע

היו אצלי בני זוג שהייתה ביניהם בעיה חמורה של שלום בית. עם הבעל לא היה אפשר לדבר, ולהביא אותו לייעוץ לא בא בחשבון. האישה שאלה אותי מה עושים. אמרתי לה: לפני שמגיעים לגירושין, בואי ננסה משהו. נתתי לה עבודה של מחשבה חיובית עליו, יחד עם תפילה אל המלך. בפשטות: ריבוננו של עולם, חדור אל תוך הקופסה שלו, שנה לו את הנתונים, חדור אל הלב שלו ושדר לו את הרגשות. כך דיברה עם ה' כמה חודשים, כמו שהדרכתי אותה, ואחר כך סיפרה לי שבעלה נעשה אדם אחר.

ה' עושה פלאות למי שמאמין שהוא יכול לעשות פלאות. זה בדיוק כמו החוקים שאנחנו לומדים: כמידת האמונה, כך המידה שהקדוש ברוך הוא מודד לאדם. כביכול שואל ה' את האדם כמה הוא מעריך אותו. מי שקובע בלבו גבול קטן למה שה' יכול לתת לו, מקבל לפי הגבול שקבע, ומי שמרחיב את אמונתו מרחיב את הכלי.

סיפרו לי נשים רחוקות משמירת מצוות, שאינן מדליקות נרות שבת, שבחדר הלידה הן מוצאות את עצמן פונות רק אל ה'. אחת מהן אמרה לי: לו ראית אותי שם, איזו דתיה הייתי. רק ה'. בחדר הלידה ידעה לפנות אליו ישירות. חבל לעצור רק שם. אפשר לפנות אליו הרבה לפני כן, כי אין עוד מלבדו.

עץ שפירותיו מרפאים

כשיש אין עוד מלבדו, נוצרת כימיה. אנחנו הופכים להיות משפיעים, ויהיה לנו קל לעשות טוב, כי נפסיק לסובב סביב עצמנו. האגו, האני, המקבל ששואל מה יוצא לי מזה, כל אלה הם מחסומים בפני השפע. מי שחושב שעמל בעצמו על כל דבר, מתקמצן, וקשה לו לתת ברוחניות, באהבה, בחכמה ובפרגון. וכשאני מבין שהקדוש ברוך הוא נתן לי את כל הכוחות האלה, לא לחלק אותם יהיה פשע.

פעמים רבות ישבתי עם מקובל אחד, שמקבל קהל מן הבוקר ועד הלילה. שאלתי אותו פעם אם אינו מתעייף. אמר לי: דמיין שגדל אצלי בבית עץ שפירותיו מרפאים אנשים. איזה לב צריך להיות לאדם כדי לסגור אותו

לשעות ולא להכניס איש. ה' נתן לי מתנה, דברים שיכולים לעזור לאנשים, ואני לא מסוגל לומר לאדם שבא אליי: אל תבוא.

וכך גם אנחנו, כל אחד במה שיש לו: להשפיע, לשתף, לתת. וזה דבר נפלא. כשהקדוש ברוך הוא רואה שאת משפיעה על האחרת, שאכפת לך גם מן השנייה, פתאום לך עצמך נעשה קל יותר. את מגשימה את עצמך, את פועלת. כי הפכת להיות שותפה של ה' בתיקון הבריאה, ויש זכות יתרה לקרובים אליו. ומי שנשאר בקבוצת המקבלים, זה המחסום שלו.

ועוד דבר. נרצה או לא נרצה, נעשינו מין קבוצה, והמקובלים אומרים שיש כוח עצום בקבוצה. כשכולנו עובדים ביחד על אותו דבר, נוצרת אחדות של נשמות, והיא יוצרת עוצמה. אמרו חז"ל: "אין הקדוש ברוך הוא מואס בתפלתן של רבים, שנאמר הן אל כביר ולא ימאס" (ברכות ח, א). ציבור הוא עוצמה, וכשרבים עובדים יחד, נוצר כלי גדול. את הסוד הזה, ואת סודו של ואהבת לרעך כמוך, נלמד בשיעור על הכח שבקבוצה.

נגענו כאן בדבר עמוק, ואולי גם כבד. יש מי שעלול לשמוע אותו ולחשוב שהוא מייאש. ההפך הגמור. מי שייכנס אל המצב שאני מדבר עליו, ידבר עם ה', יבקש ממנו ויבין שה' עושה את הכל, יגלה כמה הדבר משחרר, וכמה קל יותר לצעוד כשיודעים מי צועד איתנו.

יהי רצון שנזכה להפנים את מה שלמדנו, לחיות באמת באין עוד מלבדו, ולזכות לביאת גואל צדק במהרה בימינו.



קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב' · שיעור שני: הבחירה

חרות על הלוחות

שיעור 2 מתוך 10 בקורס קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב'. הסרטון המלא, ומתחתיו השיעור כתוב ומעובד לקריאה.

אל תקרא חרות אלא חירות

כל אחד מאיתנו בטוח שיש לו בחירה חופשית. בשיעור הזה נבדוק, בעקבות מאמר החירות של בעל הסולם, כמה חירות יש באמת לאדם שעוצב בידי הוריו, סביבתו והרגליו, ונגלה שהבחירה מרוכזת כמעט כולה בנקודה אחת, בבחירת הסביבה. ומשם נעלה אל סוד החירות שזכו לה ישראל במעמד הר סיני, החירות ממלאך המוות.

בשיעור על השגחה מטריתית עמדנו על כך שההשגחה העליונה מובילה את המין האנושי כולו אל תכלית אחת, אל המעבר מעל מנת לקבל לעל מנת להשפיע, ושיש שתי דרכים להגיע אליה. האחת היא כוח דוחף, דרך הייסורים, שבה מה שלא הבנו בשכל אנחנו לומדים על בשרנו. והשנייה היא כוח מושך, דרך התורה והמצוות, שעליה נאמר "משכני אחריו נרוצה" (שיר השירים א, ד), כי התורה מתוקה ומלאה אור כל כך, עד שהיא מושכת את האדם אחריה.

בשיעור הזה אנחנו עולים קומה, והוא דורש מעט ריכוז. נלך בו צעד אחר צעד בעקבות בעל הסולם, הרב יהודה לייב אשלג, שכתב על הנושא מאמר שלם. הוא פותח בדברי חז"ל על הלוחות. כתוב בתורה: "והמכתב מכתב אלהים הוא חרות על הלחת" (שמות לב, טז), ודרשו חז"ל: אל תקרי חרות אלא חירות. והמדרש מפרש שזו "חרות ממלאך המות" (שמות רבה מא, ז). ובמשנה נאמר על אותו פסוק: "שאין לך בן חורין אלא מי שעוסק בתלמוד תורה" (אבות ו, ב). ננסה להבין את המושג הזה, חירות.

חוק הפרוס על כל החיים

האנושות למדה עם השנים שאסור לפגוע בחירותו של היחיד. במשך דורות רבים שעבדו בני אדם את חבריהם, ורק בהדרגה קלט המין האנושי שלשלול מאדם את חירותו ולשעבד אותו לרצונו של אחר הוא דבר פסול. את זה רואים כבר בעולם החי. כותב בעל הסולם: "שבעלי החיים הנמצאים תחת ידינו, מתים כשאנו עושקים מהם את החפש. וזאת עדות נאמנה, שההשגחה אינה מסכימה לשעבודה של שום בריה" (מאמר החירות). וברוך ה', היום כמעט שלא נמצא מצב שבו שוללים מאדם את חירותו, אלא אם כן פגע בחברה ונשפט על כך כדין.

אבל כאן מעורר בעל הסולם שאלה מפתיעה. לפני שאנחנו נלחמים על חירותו של היחיד, כדאי לבדוק כמה חירות יש ליחיד הזה עצמו, והאם יש בנו בכלל את התכונה שנקראת בחירה חופשית.

התענוג והמכאוב

הבורא טבע בתוך המערכת, כבר מבראשית, שני כוחות שמפעילים את כל החי: אנחנו נמשכים אל העונג ובורחים מן הכאב. הנמר אינו בורח מן הכאב מתוך בחירה חופשית. כך הוא בנוי, וכך חיים כל בעלי החיים את חייהם. ואצלנו, בני האדם, הסיפור דומה מאוד.

היתרון שלנו על בעלי החיים הוא בדבר אחד. בלשון בעל הסולם: "ומותר האדם על בעלי החיים הוא: שהאדם יכול להסתכל למטרה רחוקה". אדם מסוגל להתייטר שנה שלמה בשביל עונג שיבוא רק בעוד שנה, כמו סוחר. מי שמחליטה ללמוד רפואה מוכנה לשבע שנים של עמל ויגיעה, משום שבסופן היא רואה הגשמה של חלום, פרנסה והרחבה, כלומר עונג. ואמא שהשכיבה את תינוקה בחצות אינה רוצה לקום אליו בשתיים בלילה, אבל הבכי שחודר אל תוך תוכה מקים אותה מן המיטה. בשורה התחתונה, המנוע הוא אותו מנוע, עונג וכאב.

ועכשיו שימו לב ללשונו החריפה של בעל הסולם: "אם נניח שאין חרות לרצון וכל אחד מאתנו אינו אלא כמין מכוונה הפועלת ויוצרת על ידי כחות חיצוניים, המכריחים אותה לפעול בצורה זו. זאת אומרת שכל אחד חבוש בבית האסורים של ההשגחה, אשר על ידי שני מוסרותיה התענוג והמכאוב, מושכת ודוחפת אותנו לרצונה, למקומות הנרצים לה". ומיד הוא מוסיף: "אין אני בעל המעשה, ואין אני העושה, משום שאני רוצה לעשות, אלא משום שעובדים אתי בעל כרחי ושלא מדעתי".

אנחנו כאן כחומר ביד היוצר. גם מי שבא ללמוד שיעור כזה נמשך אליו בכוח העונג. אילו היו הדברים נאמרים בלשון של איומים ועונשים, מעטים היו באים לשמוע. ההשגחה מביאה את האדם ללמוד עומק ופנימיות דרך דברים שגורמים לו עונג.

בעל הסולם מוסיף שהאדם המאמין מוצא בכך לפחות נחמה, כי הוא יודע שיש לקדוש ברוך הוא בכל ההנהגה הזאת מטרה טובה. אבל מי שרואה בעולם רק חוקי טבע של כאב ועונג, מובל ואינו יודע לאן, שהרי לטבע אין שכל ואין השגחה. לפי השקפה זו, כותב בעל הסולם, "כל אחד אסור במוסרות הטבע העור, שאין לו, לא דעת, ולא חשבון". ובכל זאת יש לבחירה מקום, ונגיע אליו אחרי שנבין איך האדם נבנה.

יש מיש

שלמה המלך גילה כלל גדול: "ואין כל חדש תחת השמש" (קהלת א, ט). כל מה שאנחנו רואים בעולם נתון לחוק הסיבתיות, ואנחנו תוצאה של מה שקדם לנו. בעל הסולם כותב שכל התהוות בעולם "אינה נמשכת בבחינת יש מאין, אלא יש מיש. דהיינו על ידי מהות ממשית, שפשטה צורתה הקודמת, ולבשה הצורה המתהווית עתה". את החומר הראשון הזה הוא מכנה בשם מצע.

כל אדם היה פעם טיפה במוחו של אביו, ובטיפה הזאת היה כלול הכל, כל התכונות של מי שעתיד להיוולד. היא ירדה אל רחם אמו, וקיבלה גם שם תכונות. ולכן אנחנו רואים את האב והאם, ובמיוחד את האב, משתקפים בילדים. והאב עצמו הוא תוצר של טיפה קודמת שהתבשלה במוח הסבא. הטיפה אינה נפסדת. היא פושטת צורה ולובשת צורה, ומה שאנחנו רואים היום הוא תוצר של מאות ואולי אלפי שנים. האדם, כותב בעל הסולם, "נמצא בשיעור מסויים, כמו העתקה, המעותקת מספר לספר". ובלשון הגמרא: "יורש כרעיה דאבואה הוא" (עירובין ע, ב), היורש הוא כרגלו של אביו. וכשם שאנחנו מקבלים מן ההורים ירושה גשמית, אנחנו מקבלים מהם גם ירושה רוחנית.

זה הסוד של כל הנטיות שלנו. זה נוטה להתבודד מן החברה, וזה נוטה להיות מעורב בה. זה נוטה לכעס, וזה לוותרנות. כשאנחנו קטנים אין לנו הסבר לכל זה, ועם הזמן אנחנו מבינים שאלה ירושות מאבותינו, ואבותינו קיבלו אותן מאבות אבותיהם.

חטה מוציאה חטה

בעל הסולם ממשיל זאת לחטה. זורעים חטה באדמה, והיא נרקבת ומצמיחה חטה. לא יצא ממנה שיבולת שועל ולא עגבניות. אם נשפר את האדמה, את המים ואת קרני השמש, ייתכן מאוד שנקבל חטה משובחת יותר ובכמות גדולה יותר, אבל בסופו של דבר נקבל חטה. כך גם במצע של האדם. כמו מטען תורשתי, כבר כלול בו כל מה שיש בנו בכוח, וגם המקסימום שנוכל להוציא מעצמנו היה טמון כבר בטיפה שפשטה צורה ולבשה צורה.

ויותר מזה. לפעמים נמצא בילד דבר הפוך מן ההורים, וגם זו ירושה, על דרך השלילה. כותב בעל הסולם: "ומכאן אמרו כל מה שיש בלב האב בסתר, מתגלה אצל הבן בגלוי". נניח שהאב היה קמצן גדול, אבל כל הזמן הוא נאכל מבפנים על שאינו נדיב ואינו משפיע. או שהיה כעסן, ותמיד היו לו רגשי אשמה על שאינו רגוע. אלה דברים שלא הצליח להתגבר עליהם, וייתכן מאוד שנמצא בילד את ההפך מן האב. אפשר למצוא אב שכרוך אחרי השתייה, וילד שמתנגד לשתייה חריפה בצורה מדהימה. התכונות שהאב לא הביא לפועל, ונשארו אצלו בפוטנציאל, יכולות להופיע אצל ילדיו בפועל. נמצא שחלק גדול מן המציאות של האדם הוא תורשה.

כשהנטייה נעשית מושכל

הגורם הבא שמעצב אותנו הוא הסביבה. שמים את החטה בסביבה מסוימת, ובהתאם לכל מה שיש בה, הנטיות מתחילות להתפתח ולהפוך למושכלות. הסביבה מקרינה ומשפיעה, והיא מלמדת אותנו איך להוציא את הנטיות הקיימות אל הפועל. מה שמתפתח בנו הוא מה שכבר קיים, אלא שהוא נעשה מושכל.

הנה דוגמה. ילד קטן קיבל במצע שלו קמצנות. הוא מקבל סוכריות ומחביא אותן, ואינו יודע למה. הוא פשוט קיבל את זה בירושה. הוא גדל, והסביבה מלמדת אותו להפוך את הנטייה למושכל. הוא אומר לעצמו שהקמצנות שלו אינה סתם, ושמסתתר מאחוריה דבר גדול: הוא אינו רוצה להזדקק לבריות, ולכן הוא חוסך. זו כבר התקדמות גדולה. כך כותב בעל הסולם: "נניח שמגן על עצמו במנהגו זה שלא יצטרך לבריות, הרי שהשיג בחינת קנה מדה לקמצנות שיכול לוותר בזמן שלא יהיה לו מציאות מהפחד הזה. נמצא שהשתנה הרבה לטובה". כשיהיה לו די והותר ויהיה בטוח שלא יזדקק לבריות, הוא יכול להתחיל לתת לאחרים. באמצע הדרך זה נראה כמו עיקום, אבל ברגע שהנטייה נעשתה מושכל בעל טעם, היא נעשתה מידה שיודעים להשתמש בה.

הרגל נעשה טבע שני

ויש עוד קומה, הגורם שמשפיע על המצע עצמו, וזה ההרגל. כותב בעל הסולם: "וכן לפעמים מצליח לעקור נטיה רעה מתוכו לגמרי, והוא על ידי הרגל, אשר כוחו יפה להעשות לו טבע שני". בזה עולה האדם על החטה, שהחטה משתנה רק בפרטים, ואילו האדם יכול להפוך נטייה שלמה ולעקור אותה משורשה. והגורם הרביעי הוא הגורמים החיצוניים, שפועלים במעגלים רחבים יותר, כמו הכלכלה, הטרדות והמשברים, וגם הם משפיעים על המושכלות שלנו.

אבל גם כאן אין לנו הרבה בחירה, כי את העיצוב הזה נתנה לנו הסביבה. לא בחרנו למי להיוולד, באיזו שכונה לגדול, באיזה גן ובאיזה בית ספר. בעל הסולם כותב שגם השקפת עולמו של אדם, אם הוא "דתי, או לא דתי, אם חרדי קיצוני, או לא דתי קיצוני, או בינוני", נקבעה בו על ידי ארבעת הגורמים האלה. מי שגדל בחוג מסוים נושא בדרך כלל את השקפת החוג שלו, ולא מתוך בחירה ושיקול דעת. רוב העיצוב שלנו, המצע ועוד הסביבה, אינו בשליטתנו, ובלשון בעל הסולם: "באופן שאנו מסורים בידיהם של ארבעה גורמים הללו, ממש כחומר ביד היוצר".

היכן לזרוע את החטה

ועכשיו שימו לב היטב. אחרי שהתבגרת, אחרי שנעשית בעל השכלה, הבחירה החופשית שלך מתרכזת במקום אחד, בבחירת הסביבה. אתה יכול לבחור היכן לזרוע את החטה. הגעת לגיל שבו אתה משתחרר מן הכבלים של ההורים, של בית הספר והשכונה, ואתה עומד ברשות עצמך. עכשיו, כשאתה רוצה להוציא את הכוחות מן הכוח אל הפועל, לעקור את ההרגלים הרעים ולהשריש הרגלים טובים, אתה צריך סביבה טובה. הסביבה היא האקלים שלנו, היא השמש והטל, והיא שמוציאה מאיתנו את הכוחות ומשרישה בנו כוחות חדשים.

ואחרי שבחרנו סביבה, נגמרה הבחירה, ומשם יוצא תוצר מוגמר. מי שבחרה לשים את בתה בבית ספר מסוים, שתסתכל על תמונת המחזור. זה מה שייצא, ושלא תשלה את עצמה שבתה תצא שונה מכל השאר.

וסביבה אינה רק בשר ודם. בעל הסולם מונה בסביבה גם את הספרים. הספרים שאנחנו רוכשים והידע שאנחנו קונים מעצבים אותנו, מולידים בנו רצונות ומגלים בנו חסרונות, ודרכם אנחנו יכולים לעקור מידה רעה ולהשריש מידה טובה. הרב הוא סביבה, החברים הם סביבה, וכל האינפורמציה שאנחנו חשופים לה היא סביבה. מכאן

אפשר להבין את ההקפדה הגדולה של קהילות שומרות תורה על הסביבה שלהן, שלא ייכנס לתוכה דבר זר שישפיע על המצע שהן מעבירות מדור לדור.

כך כותב בעל הסולם על ארבעת הגורמים: "אנו מוצאים אשר למרות שכחותינו חלשים מלעמוד כנגד גורם הראשון", שהוא המצע, "עם כל זה, יש לנו היכולת והבחירה החפשית, להגן על עצמנו משאר שלשת הגורמים". והוא מפרש: "שאפשר לנו תמיד להוסיף בדבר בחירת הסביבה שלנו, שהם החברים, הספרים, המורים, ודוגמתם. בדומה, לאחד שירש כור חטים מאביו, אשר יוכל לעשות ממדה קטנה הזו, עשרות רבות". את החטה הוא אינו יכול להפוך לדבר אחר, אבל הוא יכול לבחור לה אדמה פורייה.

מטעם שלא בחר

ותראו את לשונו: "אולם יש חירות לרצון לבחור מלכתחילה בסביבה כזו, בספרים ומדריכים כאלו שמשפיעים לו שכליות טובות. ואם לא יעשה זאת, אלא מוכן לבוא בכל סביבה המזדמנת לפניו, ולקרוא בכל ספר שמזדמן לפניו. שמשום זה ודאי יפול בסביבה רעה, או יבלה זמנו בספרים שאין בהם תועלת, שהם מרובים ויותר נוחים לפניו. שמתוך זה נעשה כפוי להשכלות גרועות ורעות, המביאים אותו לחטא ולהרשע, ודאי ענש יענש, לא מטעם המחשבות והמעשים הרעים, שאין לו בחירה עליהם, אלא מטעם שלא בחר להיות בסביבה הטובה, כי בזה וודאי יש בחירה" (מאמר החירות).

זו הסביבה המזדמנת: כל שיגעון חדש שיוצא אל השוק, כל קבוצה שמציגים לפנינו על המסך, נעשית פתאום חברה שמשפיעה עלינו. האדם אינו נענש על הרע שעשה אחרי שנקלע לחברה רעה, שהרי לפי מה שלמדנו הוא היה מוכרח לעשות אותו. הוא נענש על כך שבחר מלכתחילה להיות בסביבה רעה. וגם העונש הזה אינו אלא בית הספר של הייסורים, שבא להוציא אותו משם.

במקום חריפותם שם שיבושם

מן העומק הזה הסיקו חכמים מן הפילוסופים שאין לנו בחירה כלל, ושהשכל שקיבלנו, המכשיר הגדול הזה, אינו אלא משקף את המצע ואת הסביבה. בעל הסולם מביא את דבריהם, שהשכל "דומה למראה המקבל צורות

הנמצאות לנגדו", ומשיב: "אולם במקום חריפותם, שם שיבושם, כי הדמיון שבאדם משמש עם השכל, לא פחות מהמיקרוסקופ לעינים".

דרך המיקרוסקופ אני רואה חיידקים זעירים שהחוש שלי אינו יכול לגלות, ואני מתרחק מהם. החושים לא גילו את הנזק, והמיקרוסקופ גילה. המיקרוסקופ הזה הוא המוח. אני יכול ללמוד מאחר מושכל שעדיין לא התפתחתי אליו, לקנות אותו ממנו ולפעול על פיו, וכך לחסוך זמן. והוא ממשיך זאת לרופא ולחולה: "ואפשר לדמות הדבר לחולה שאינו רוצה לשמוע לעצתו של הרופא, בטרם שיבין בעצמו איך עצתו תרפא אותו. ועל כן מתחיל בעצמו ללמוד חכמת הרפואה, הרי יוכל למות מחליו, בטרם יספיק להבין חכמת הרפואה".

זו דרך התורה. שלמה המלך אמר שהחכמה באה "לתת לפתאים ערמה לנער דעת ומזמה" (משלי א, ד). התורה נותנת לנער דעת ותבונה של מבוגר. דברו עם נער בן שלוש עשרה שיושב ולומד גמרא, ותשמעו אדם בוגר. כשאני לומד בספריהם של רבי שמעון בר יוחאי, האר"י הקדוש ובעל הסולם, אני מתחבר לחברה שלהם. גם להם היה מצע וקו של דורות, ותראו מה יצא מן הקו שלהם. אני יכול לקנות מהם מושכלות, להתנהג על פיהם, לשנות את המצע עצמו ולהפוך הרגל לטבע שני. אינני צריך לחכות עד שאבין הכל בעצמי. מי שרוצה לקנות דירה אינו חייב ללמוד שנים על נדל"ן. הוא יושב עשר דקות עם חבר שעוסק בתחום, ויודע מה עליו לעשות.

תורה היא מלשון הוראה, והיא באה לחסוך לנו את הזמן. מי שרוצה ללמוד הכל על בשרו, רשאי. יש כאן שני מסלולים, ובסוף שניהם מגיעים לאותה מסקנה, שצריך לצאת מן הרצון לקבל לעצמו ולהתחיל להשפיע. על ההולך בדרך התורה כותב בעל הסולם: "הרי לעיניך שנפטר האדם מתוך זה מכל אותם הנסיונות המרים המחויבות לו לעבור עליו עד שיתפתח בו עצמו אותו השכל הבהיר, ואם כן נפטר מיסורים, וגם מרויח זמן".

ארבעים שנה של שינה

מי שמשכיל להתחבר לחברה נכונה, לספרים ולמורה דרך, חוסך לעצמו ברבות השנים הרבה ייסורים ומשברים. מדברים היום הרבה על משבר גיל הארבעים. אני אומר שאין כאן משבר של גיל. יש כאן ארבעים שנה שבהן אדם ישן ולא עבד על עצמו.

בעל הסולם מלמד שכל זמן שמכונת הגוף במלואה, "דהיינו עד אמצע שנותיו", האגו עומד בכל קומתו, והאדם רוצה עושר מרובה וכבוד גדול. "אולם כעבור אמצע שנותיו אז מתחילים ימי ירידה" (מאמר החירות), והרצון לקבל הולך ונכבה לאט לאט. מי שבמחצית הראשונה רק קיבל ולקח, ולא למד להשפיע, נשאר באמצע החיים בלי תחליף, וזו מעין מיתה.

על כך שנינו: "זקני עם הארץ, כל זמן שמזקינין, דעתן מטרפת עליהן... אבל זקני תורה אינן כן, אלא כל זמן שמזקינין, דעתן מתיישבת עליהן" (משנה קנים ג, ו). ראינו גדולי תורה שבזקנה מופלגת המשיכו ללמד את הדברים העמוקים ביותר. מי שלמד, השכיל ובנה את עצמו, מגיע לגיל ארבעים ועולה עוד שלב בסולם, וזוג שבנה את חייו יחד, רק מתחיל אז לפרוח. אבל מי שישן עד גיל ארבעים מתעורר פתאום ואינו מבין היכן היה עד עכשיו. וכשמרבים לדבר על המשבר הזה בכל מקום, גם זוג שלא היה לו שום משבר מתחיל לחפש אותו. כך פועלת סביבה.

הזירה האמיתית של הבחירה נפתחת רק אחרי שהנקודה שבלב מתעוררת. ייתכן שאצל אדם מסוים היא מתעוררת רק בגיל ארבעים, ויש מי שלוקח את הבגרות החדשה הזאת ומפרק בה את כל מה שבנה.

ממלכת כהנים וגוי קדוש

נחזור אל הר סיני, המקום שבו נעשו ישראל בני חורין. שם הגיעו למצב שעליו נאמר: "ואתם תהיו לי ממלכת כהנים וגוי קדוש" (שמות יט, ו). הקדושה של הכהן היא בכך שאין לו מעצמו כלום, כמו שכתוב: "לא יהיה לכהנים הלויים כל שבט לוי חלק ונחלה עם ישראל... ה' הוא נחלתו" (דברים יח, א, ב). הכהן מסר את עצמו לשרת את העם בבית המקדש, וכל כולו להשפיע. ובעל הסולם מבאר שלפני מתן תורה קיבלו ישראל על עצמם לבטל כל קניין פרטי, וזו משמעות המילים ממלכת כהנים, ושהמדרגה העליונה של הדבקות, להיות משפיעים ולא מקבלים כמו הבורא, היא שנקראת גוי קדוש.

כולם ביטלו את האגו לחלוטין. לכן כתוב: "ויחן שם ישראל נגד ההר" (שמות יט, ב), ופירש רש"י: "כאיש אחד בלב אחד". ובמסכת דרך ארץ זוטא אמרו שאמר הקדוש ברוך הוא: "הואיל ושנאו ישראל את המחלוקת ואהבו את השלום ונעשו חנייה אחת, הרי השעה שאתן להם את תורת" (מסכת דרך ארץ זוטא, פרק השלום).

זה עם שעבר את כור ההיתוך של מצרים. גם אנחנו בחרנו אז בדרך הייסורים, ועברנו את מצרים ואת המדבר ואת ימי ההכנה, עד שהגענו לפסגה. ועל הפסגה הזאת אמרו חז"ל: "ישראל שעמדו על הר סיני פסקה זוהמתן" (שבת קמו, א). זוהמת הנחש היא העל מנת לקבל, והיא מלאך המוות. לכן מנו חז"ל את העני בין הארבעה שחשובים כמת (נדרים סד, ב), כי הוא נמצא כל הזמן במצב של קבלה ואינו יכול לתת. החיים האמיתיים הם להשפיע ולתת.

חירות ממלאך המוות

מבאר בעל הסולם שבמעמד הר סיני הגיעו ישראל להשתוות הצורה, ומי שדומה לבורא בשלמות נמצא בנצח, ואין לו מוות. מוות הוא העדר, דבר שהיה קיים ונלקח. חז"ל מלמדים שיש מיתה קשה ויש מיתה נוחה: "אסכרא דמיא כחיזרא בגבבא דעמרא דלאחורי נשרא... נשיקה דמיא כמשחל בניתא מחלבא" (ברכות ח, א). המיתה הקשה דומה לקוצים שנסתבכו בצמר ומושכים אותם לאחור, ומיתת הנשיקה, שזכו לה גדולי הצדיקים, דומה לשערה שמוציאים מתוך החלב.

ומבארים המקובלים את ההבדל. הגוף כולו רצון לקבל, וכשהאדם לא תיקן אותו, המוות לוקח ממנו את כל העולם ואת כל התאוות, והוא אינו רוצה לעזוב. זה סוד הקוצים שבצמר. אבל הצדיק, שכל ימיו היה על מנת להשפיע נחת רוח לה', אינו מחובר לחומר, וממילא אין לו ממה להיפרד. כך כותב בעל הסולם על ישראל בסיני, "שלא היה להם שום רצון של קנין לעצמם אלא רק בשעור של השפעת נחת רוח שיוצרים יהנה מהם", ולכן זכו לחירות ממלאך המוות. גם אם הגוף בטל, הם לא מתו. ולכן אמרו חז"ל על הצדיקים "שבמיתתן נקראו חיים" (ברכות יח, א), ועל הרשעים "שבחייהן קרויין מתים" (ברכות יח, ב), שהרי הרשע כל ימיו רוצה וחסר.

המקובלים מלמדים שלסטרא אחרא אין אורות, והיא אינה יכולה לתת כלום. זה הסוד של אנשים שרצים ורצים אחרי החומר. אמרו חז"ל: "אין אדם יוצא מן העולם וחצי תאותו בידו" (קהלת רבה א, יג), מי שיש לו מאה רוצה לעשות אותם מאתיים. החומר אינו יכול למלא אותנו. מה שממלא את האדם הוא רק אור, ואור יש רק בקדושה.

וכשהגיעו ישראל להשפעה גמורה, השכינה שרתה בהם. על זה אמרו חז"ל: "האבות הן הן המרכבה" (בראשית רבה מז, ו). כדי שהקדוש ברוך הוא ישרה בנו, עלינו לפנות לו את המקום. אם אני נמצא שם, הוא אינו יכול להיכנס.

נחת רוח ליוצרו

שאלו אדם למה הוא עושה מצווה, והוא ישיב שהוא רוצה להרגיש טוב ולהיות בריא. ויש מי שבוחר בחיי תורה משום שהוא רואה בהם חיים טובים: כבוד, שבתות וחגים, שלום בית, ילדים שמביאים נחת, ובסוף גן עדן. רבי נחמן מברסלב כותב על כך דבר חד: "כי יש מי שעובד כל ימיו ורודף אחר תאוות עולם הזה, כדי למלאות בטנו וכרסו בתאוות עולם הזה. ויש מי שעובד ומשתדל, כדי לזכות לעולם הבא, וגם זהו נקרא מלוי בטן" (ליקוטי מוהר"ן תנינא, לז). ודאי שמי שבוחר בעולם הבא חכם יותר, כי הוא בוחר בעולם הנצחי. אבל גם זה אינו העיקר, כלשונו: "שעיקר התכלית הוא רק לעבוד ולילך בדרכי ה' לשמו יתברך". הרעיון האמיתי הוא לפעול כדי לעשות נחת רוח ליוצרו. גילו לי המקובלים שפעולה מסוימת עושה נחת רוח, ואני פועל.

מסופר על אחד מגדולי החסידות שבשנה אחת לא היו אתרוגים במקומו, ורק לאדם אחד היה אתרוג. האיש הסכים לתת לו אותו בתנאי שימסור לו בתמורה את כל חלקו בעולם הבא. הצדיק הסכים, נטל את האתרוג והתחיל לרקוד. אמרו לו: רבי, הרי אין לך עכשיו עולם הבא. השיב: עכשיו, כשאין לי עולם הבא, אני מקיים מצווה בפעם הראשונה לשמה לגמרי.

אומרים המקובלים שכשאנחנו מתחילים לגעת בזה, נעשה לנו כבוד. נסו לעשות חסד עם חבר בלי שום אינטרס, לכבוד ה' בלבד, וזה קשה, כי מוציאים אותך מן התמונה. אנחנו רגילים לשאול תמיד מה יוצא לי מזה, אם לא היום אז בעוד שנה. הדלק שמניע את העולם הוא הכבוד, הפרגון והאגו. הוציאו מן העולם את הפרסום ואת המחמאות, ומעטים יזיזו אבן. הוציאו ממנו את הכסף, ואנשים יעצרו את מכוניותיהם באמצע הכביש. ולכן, ברגע שאדם מוציא את האגואיזם ורוצה לפעול, נעשה לו כבוד, כי אין לו דלק.

אבל כך הדבר רק כל זמן שאדם אינו קולט למי הוא עושה נחת רוח. כשהוא זוכה להתחבר לאלוקות, הוא נעשה ככבשן של אש. זו השתוות הצורה, ועל זה, מלמדים המקובלים, צריך להתפלל. כולנו אומרים "אין עוד מלבדו" (דברים ד, לה), אבל לדעת זה דבר אחד, ולהרגיש זה דבר אחר. צריך לצעוק: ריבונו של עולם, שמענו עליך ולמדנו עליך, ואנחנו כבר יודעים שאין עוד מלבדך ושאתה מנהל כאן את כל המערכה, ואנחנו רוצים גם להרגיש את זה. ברגע שאדם מרגיש זאת, הוא ממריא, ומתודלק מן הקודש ולא מן החושך. הדלק של האגו מוגבל תמיד. הכבוד הוא בלון שמתפוצץ באוויר, וראו מה קורה לאנשים שמגיעים לפסגות.

שלושה צועקין ואינן נענין

נמצא שבחירה חופשית אין לנו הרבה, והתחום שבידינו הוא בחירת הסביבה. מי שמבין שלימוד אחד יכול להכניס בו מושכל, ללמד אותו הרגל שייעשה טבע, ולחסוך לו שנים של מריבות וצער, יודע להעריך אותו. בסוף כל זוג מגיע לשלום בית, או שהם נפרדים. ומי שיכול לחסוך לעצמו עשרים שנות מריבות בלימוד, ומוותר עליו בגלל טרחה קטנה, לא הבין את הרעיון כלל.

אדם מעשן סיגריות. הוא יכול לקרוא ספר שיסביר לו את הנזקים שהעישון גורם. הוא עוד אינו בשל לזה, אבל הוא מאמין למי שכתב אותו, לוקח את הסיגריות וזורק אותן. והוא יכול גם להמשיך לעשן, עם אמבולנסים, בדיקות וניתוחים, עד שהרופא יגיד לו שעוד סיגריה אחת עלולה לעלות לו בחייו. זו הבחירה, למה אני מתחבר. קרא ספר כזה פעם, פעמיים, חמש פעמים, והוא יחדור, כי כך ברא ה' את העולם. וכך גם מי שבא ללמוד. האווירה, השיעור, המושכלות והחברה חודרים פנימה, ואנחנו משתנים, נרצה או לא נרצה. אנחנו בחרנו רק לבוא, והתוצאות באות מעצמן. לכן המלחמה הגדולה היא על הסביבה.

הרמב"ם הולך בזה עד הקצה, והיום אפשר להבין אותו: "ואם היו רעים וחטאים שאין מניחים אותו לישיב במדינה אלא אם כן נתערב עמהן ונוהג במנהגם הרע, יצא למערות ולחוחים ולמדברות" (רמב"ם, הלכות דעות ו, א). ובגמרא אמרו: "שלושה צועקין ואינן נענין", ואחד מהם הוא "הקונה אדון לעצמו", ויש מפרשים שזה מי "דביש ליה בהא מתא ולא אזיל למתא אחריתי" (בבא מציעא עה, ב), מי שרע לו בעיר הזאת ואינו הולך לעיר אחרת. הוא צועק לה' שיציל אותו, ואין עונה. מי שבנו מוקף בחברה רעה, ומצפה שהבן יגדל אחרת ואינו משנה דבר, עליו נאמר: קום, עזוב את המקום, ואחר כך נדבר.

כפי תהיה

עכשיו נבין את מה שנאמר על אברהם ושרה: "ואת הנפש אשר עשו בחרן" (בראשית יב, ה). אמרו חז"ל: "כל המלמד את בן חבירו תורה, מעלה עליו הכתוב כאילו עשאו" (סנהדרין צט, ב). ועוד אמרו: "וכל המלמד את בן עם הארץ תורה, אפילו הקדוש ברוך הוא גוזר גזירה, מבטלה בשבילו, שנאמר: ואם תוציא יקר מזולל כפי תהיה" (בבא מציעא פה, א; ירמיה טו, יט). כפי תהיה, כמו הפה שלי: אני גוזר גזירה, ואתה מבטל אותה.

המהרש"א מבאר מדוע דווקא את המתנה הזאת מקבל מי שמלמד בן עם הארץ תורה. השכר הוא מעין המעשה. לפי גזרת הטבע לא היה בן עם הארץ נעשה בעל תורה, "דכל המוליד בדומה הוא מוליד, אבל הלומד עמו מבטל טבעו וגזרתו" (מהרש"א, חידושי אגדות בבא מציעא פה, א), ולכן זוכה המלמד שהקדוש ברוך הוא מבטל את גזרתו בשבילו.

ולפי דרכו של בעל הסולם הדברים נפלאים. לבן עם הארץ היה מצע מסוים, קו של דורות קרוב יותר לארציות. באת אתה ולימדת אותו מושכלות, תורה של רשב"י ושל האר"י, קבלה וגמרא. הכנסת בו דרך חדשה, לימדת אותו הרגל שנעשה טבע, ושינית במידה מסוימת את כל הקו שלו. מידה כנגד מידה: כמו ששינית אצלו את הטבע, קח מתנה לשנות את הטבע.

נמצא שכדי להשתנות, כדי להגיע להרגל שמשנה את הטבע, אנחנו צריכים סביבה. זו הבחירה שלנו: ספרים, מורה דרך, שיעורים וחברה טובה. כל עניין האימון, ההרגלים והחזרות נשען על כך, כי את הידיעה על מה להתאמן, איזה הרגל לשנות ומה טוב ומה רע, אפשר לקנות רק מסביבה טובה. אשרינו שזכינו לבחור בסביבה נפלאה, בחברתם של גדולי ישראל, ענקי עולם.

יהי רצון שנזכה להפנים את הדברים ולהפיק מהם תועלת בעולם הזה ובעולם הבא, ונזכה לביאת גואל צדק במהרה בימינו.



קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב' · שיעור שלישי: הכח שבקבוצה

משכני אחרריך נרוצה

שיעור 3 מתוך 10 בקורס קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב'. הסרטון המלא, ומתחתיו השיעור כתוב ומעובד לקריאה.

מדרגה שמעל הטבע

בחיבור בין נשמות יש כוח עצום, והוא מקרב את האדם אל המדרגה הגבוהה של עבודת ה' לשמה. דרך פסוקי הפתיחה של שיר השירים ופירוש המלבי"ם נלמד על שתי מדרגות בהשגת האלוקות ועל המחיצה שמעכבת את הנשמה מלהידבק בבוראה, ומשם נגיע אל הכוח העצום שיש בתפילת רבים, באחדות ובאהבת החברים, כפי שלימדו חז"ל, הזוהר הקדוש והאר"י.

עבודת ה' לשמה פירושה עבודה שאינה על מנת לקבל פרס. בתפילה, בקיום המצוות, ב"ואהבת לרעך כמוך" (ויקרא יט, יח) ובכל מעשה של חסד והטבה לזולת, כל פעולה שאנחנו עושים בימי חיינו אמורה להיעשות אך ורק כדי לעשות נחת רוח ליוצרנו. זה הרעיון העמוק שבשבילו ירד האדם לעולם. והדבר הזה הוא על אנושי. כל המגמה הטבעית של האדם היא על מנת לקבל, האינטרס האישי, ואדם אינו זז ממקומו כשאין לו בדבר שום עניין. והנה התורה דורשת ממנו לפעול כך שהוא עצמו אינו בתמונה כלל, ושלא ייצא לו מזה דבר מלבד נחת רוח לה'.

לכן מלמדים המקובלים, ובעל הסולם האריך בזה, שהמדרגה של על מנת להשפיע, אפילו במעט האחוזים, מגיעה כמתנה משמים. בלשון הקבלה זו אתערותא דלעילא, התעוררות שבאה מלמעלה למטה, והיא באה אחרי אתערותא דלתתא, אחרי ההשתדלות של האדם, המלחמה, העמל והיגיעה לעבוד את ה' בכוחות עצמו. כשאדם מתייגע עד מקום מסוים, הוא קולט שעבודה נקייה כזאת אינה בידיו. אז יוצאת מעומק לבו תפילה של מי שידע שעשה את כל מה שהיה בידו, ושמעתה הוא זקוק לעזרה שמימית. המקובלים מלמדים שתפילה כזאת, מתוך הכרה עמוקה שאין אדם יכול להושיע את עצמו ורק ה' יכול להושיעו, היא התפילה שנענית, ואז נותן הקדוש ברוך הוא לאדם את המתנה הזאת.

ושם מרוכז כל התענוג, כמו שאמר הנביא: "אז תתענג על ה'" (ישעיהו נח, יד). המילה אז מלמדת שהתענוג בא אחרי היגיעה. ועל דברים כאלה אמרו חז"ל: "יגעתי ומצאתי, תאמן" (מגילה ו, ב). מציאה היא דבר שלא עמלת עליו, ובכל זאת גם אחרי היגיעה זו מציאה. אנחנו עמלים ומתייגעים, אבל אהבת ה', אהבה רבה ויראת הרוממות הן דברים שמקבלים במתנה. גם אילו עמלנו עוד אלף שנה, לא היינו מגיעים בכוחנו לקומה של לשמה.

כוחה של הסביבה ועוצמת ההשפעה שלה על האדם ידועים. בשיעור הזה אני רוצה לרדת עמוק יותר, אל הכוח שבקבוצה, ולראות כיצד אפשר לקרב בעזרתו את המדרגה של לשמה. נעבור דרך כמה פסוקים בשיר השירים, שחושפים בפנינו את הדרך כולה.

חמש יציאות של הנשמה

שלמה המלך חיבר שלושה ספרים: משלי, קהלת ושיר השירים. אין כאן המקום לעסוק בשיר השירים כולו, ואנחנו לוקחים ממנו רק את פסוקי הפתיחה, אבל כדאי להקדים מילה על הספר. המלבי"ם מבאר ששיר השירים נחלק לחמישה שירים. חמש פעמים יצאה נשמתו של שלמה המלך מן הגוף, פרצה את מחיצות החומר, את התאוות ואת המחסומים, ונדבקה בדודה, שהוא הקדוש ברוך הוא. בארבע הפעמים הראשונות זה היה בחייו, כשחל עליו הרוח האלוקי במראות אלוקים, ובכל פעם שבה הנשמה אל הגוף כשהתעוררו כוחות החומר, שהם הנקראים בשיר בנות ירושלים. בפעם החמישית יצאה הנשמה ונפרדה מן הגוף, כשנאסף שלמה אל עמיו, ודבקה באלוקיה לנצח. בכל שיר ושיר מתאר שלמה המלך את ההרגשה ואת השיחה שהייתה לנשמתו עם הקדוש ברוך הוא באותה שעה.

וכך הוא פותח: "שיר השירים אשר לשלמה. ישקני מנשיקות פיהו כי טובים דדיך מיין. לריח שמניך טובים, שמן תורק שמך, על כן עלמות אהבך. משכני אחריו נרוצה, הביאני המלך חדרי, נגילה ונשמחה בך, נזכירה דדיך מיין, מישרים אהבך" (שיר השירים א, א-ד).

ריח של אלוקות

שלמה המלך כוסף. הוא מגלה לנו שיש בעבודת ה' מדרגה שנקראת נשיקה, ואליה נכספת נשמתו. ויש כאן מושגים של יין ושל ריח. מבאר המלבי"ם שיש בגדול שתי מדרגות בהשגת האלוקות, והמדרגה הראשונה מזוהה

עם הריח. ריח נמצא במקום מסוים, ואפשר להריח אותו גם ממרחק של כמה מטרים. אינך רואה את מקורו ואינך משיג את עצמותו, ובכל זאת אתה יודע בבירור שהוא קיים.

וכך לשונו: "השגת הנפש תהיה בשני דרכים. מה שתשיג את ה' על ידי השכל והבינה והעיון, שאז לא תשיג את עצמו, וגם לא תשיגנו מצד עצמו, רק מצד סימני החכמה והיכולת והרצון הנראים מהנהגתו את העולם, וזה נמשל במשל הריח, שהגם שהדבר המורח הוא במקום סתר בלתי מתראה, בכל זאת נדע בבירור שישנו במציאות על ידי הריח הטוב שיגיע ממנו לחוש הריח" (מלבי"ם, שיר השירים א, ב). ומוסיף: "וכן רוחניות ה' מורח אצל החכמים מצד הריח הטוב המורק מחכמתו על כלל המציאות, ויריחוה המשכילים ביראת ה'" (שם).

את עצמותו יתברך איננו משיגים. אבל דרך הבריאה, דרך החכמה שנמסכה בכל פרט ופרט שבה, דרך ההנהגה ודרך הרצון האלוקי שמתגלה בעולם, אנחנו משיגים את ה' במדרגה של ריח. בכל תחום שניגע בו, בגוף האדם או בכדור הארץ, בכל פרט של ההנהגה הכללית שבה מנהיג ה' את הבריאה, אם רק נעמיק בו, נראה אין סוף של חכמה, אין סוף של שלמות ודיוק מדהים. זו מדרגת הריח, וההשגה הזאת מביאה את האדם לדבקות מסוימת בה'.

דבקות רוחא ברוחא

אבל יש מדרגה גבוהה ממנה. ממשיך המלבי"ם: "יש השגה גדולה מזאת אשר תדמה כנשיקה... והיא עת ישפך ה' את רוחו על הנפשות אשר הוכנו והתקדשו אל הנבואה ורוח הקדש, שאז תצא הנפש מאדמתה ותדבק בשכל הנפלא ובקודש הקדשים" (מלבי"ם, שיר השירים א, ב).

זה מה שכתוב בזוהר הקדוש בפרשת משפטים: "נשיקה בפה, דהא פומא אפקותא ומקורא דרוחא הוא, ועל דא נשיקין בפומא, בחביבותא, ודבקין רוחא ברוחא, דלא מתפרשן דא מן דא" (זוהר ח"ב קכד, ב). הנשיקה היא בפה, מפני שהפה הוא המוצא והמקור של הרוח. בפה מתבטאת כל הרוח של האדם, ולכן את הפסוק "ויהי האדם לנפש חיה" (בראשית ב, ז) תרגם אונקלוס: "והות באדם לרוח ממללא" (אונקלוס שם). וכשמגיעים למדרגת הנשיקה, זו דבקות של רוח ברוח. זו השוואת הצורה שעליה אנחנו מדברים כל הזמן. כל הדבקות כולה מובאת בשיר השירים כמדרגה של נשיקה.

שמחה הבאה מלמעלה

ונבאר את המילים כי טובים דדיך מיין. נאמר "ויין ישמח לבב אנוש" (תהלים קד, טו), אבל היין פועל דרך הגוף. בתחילה הוא משמח את הגוף, ורק דרך הגוף הוא מגיע אל הנפש. זו עלייה מלמטה למעלה. וכך מבאר המלבי"ם: "היין יגביה כחות הנפש, ילהיב את החום הטבעי, וישמח רוח האדם, אבל ההתלהבות הזו היא אש זרה, כי בא מלמטה למעלה, מן הגוף אל הנפש. ועל כן היא אש זרה ושמחה של חול. לא כן התלהבות הנפש ושמחתה על ידי חלות הרוח הקדש והנבואה, היא חדות ה' ושמחה של קדושה הבאה מלמעלה למטה, אש אלוה המתפשט מן הנפש אל הגוף, עד שעמודי הגויה יתפלצון ויכנעון תחת קדושת הנפש, ולכן דודיך טובים מיין" (שם).

תראו את הלשון המתוקה הזאת. מדרגת הריח דומה ליין. בה אנחנו מגיעים אל האלוקות דרך הטבע, דרך החכמה והאין סוף שנמצאים בעולם החומר, דרך ההנהגה של ה' את הבריאה. ושלמה המלך אומר: אני כוסף למדרגה הגבוהה יותר, לנשיקות, לרוח שתנוח עליי מלמעלה למטה.

על כן עלמות אהבוך

נשאר לברר מניין בא לאדם הרצון למדרגת הנשיקות. ובלשון שאנחנו מדברים בה, מהיכן נולדת הכמיהה אל העל מנת להשפיע, אל הלשמה, אל השוואת הצורה שהיא מעל לטבע האדם. על כך אומר שלמה המלך: "לריח שמניך טובים, שמן תורק שמך, על כן עלמות אהבוך" (שיר השירים א, ג).

מבאר המלבי"ם שהנפש חושקת אל הנשיקות ואל היין הרוחני, "כי כבר הרגישה בו היא והעלמות רעותיה... מצד ההשכלה בפעולות הנרגשות ממנו, הגם שלא הכירו עצמותו פנים אל פנים" (מלבי"ם, שיר השירים א, ג). העלמות הן כינוי לחכמה, לבינה ולדעת. השמן, הוא מבאר, "מורה על השפע המורק ממנו על המציאות" (שם). והעלמות הן "הכוחות השכליות המשרתות את הנפש הרוחנית, אהבוך, כי הכירו בכבודך ומעלתך על ידי הריח שהוא סימני החכמה וההנהגה הנראים מפעולתך, עד שהכירוך על ידי השכל והעיון, הגם שלא השיגו את עצמותך על ידי הנבואה, כי ההשגות השכליות נתלות בחומר, אשר הוא למסך מבדיל ביניהם ובין ההשגה הנקיה להשיג כבוד ה' כפי מה שהוא" (שם).

כשאדם מגיע למדרגת הריח, רואה את האלוקות בכל הבריאה ואת הסדר המופתי שבה, ומתקדם בעבודת ה', ממילא הוא מבין שכל מה שהוא עוסק בו הוא השלכה בלבד ואינו עצמותו יתברך. אז הוא כוסף אל המקור. הוא רוצה לחוות את השוואת הצורה, את מקורה של כל המציאות האין סופית הזאת. כדור הארץ הוא טבע מדהים, שלוחה של ה', והקדוש ברוך הוא מחדש בטובו בכל יום תמיד מעשה בראשית. ההנהגה כאן מופלאה, והכל בשיא השלמות. גם הגוף שלנו מדהים. אמר איוב: "ומבשרי אחזה אלוה" (איוב יט, כו). אינני צריך הרבה. אני מסתכל על עצמי, ואפילו ברמה הגופנית, בחומר עצמו, בלי לדבר על מה שהוא רומז בספירות ובהנהגות, אני רואה אלוה, אין סוף. זו מדרגת הריח, שבאה על ידי השכל, העיון והחכמה שבדבר. אני מבין שמי שיצר את כל זה הוא כוח אין סופי, ואני כוסף ליותר.

והיותר הזה הוא הרגשה. כבר לא השכל הקר וההבנה הקרה, אלא להרגיש את מציאות ה'. וכדי להרגיש את מציאות ה', צריך להיות חלק ממנו. זו השוואת הצורה, זו מדרגת הנשיקה, דבקות של רוח ברוח. כל ההשגה שבמדרגת הריח עוברת דרך החומר, דרך העולם ודרך הגוף, כמו היין שמגיע אל הנפש דרך הגוף. והגוף כשלעצמו הוא מסך. הטבע כשלעצמו הוא צמצום, מסך בינינו לבין האור האלוקי. מצד אחד העולם מעלים את האלוקות, ומצד אחר האלוקות נראית בו. אבל גם מה שהאלוקות נראית בבריאה, הוא עדיין מדרגה של ריח.

הביאני המלך חדרי

ועל כך מבקש שלמה המלך: "משכני אחרוך נרוצה" (שיר השירים א, ד). מבאר המלבי"ם: "משכני והוציאני מן המסגר הזה שהוא מן החומר הסוכך ביני ובין מראות אלקים, והוא על ידי שתחול עליה שפע הנבואית, שאז בנח הרוח אוכל להפרד מן הגויה שהיא חדרי שלמה, כי תמשכני ממנה אל הדבוק הרוחני, ואז אחרוך נרוצה, אני והעלמות רעותי שהם כחות השכליות" (מלבי"ם, שיר השירים א, ד).

המחיצה שבינינו לבין האלוקים היא הרצון לקבל, האגואיזם. במילים פשוטות, הגוף וכל הרצונות שלו, כל מה שנובע מן הנפש הבהמית. יש לנו רצונות וחסרונות שנובעים משני מקורות: האחד הוא הנפש הבהמית, והשני הוא הנפש האלוקית. שלמה המלך אינו מבקש כאן התעוררות שתבוא ממנו. הוא מבקש שהשפע האלוקי הנבואי יחול עליו, ושבעקבות האור הגדול הזה תפרוץ החוצה כל הנשמה וכל התוכן הפנימי שלו, ואז תהיה הדבקות.

ומבאר המלבי"ם מדוע היא מבקשת עזרה מבחוץ: "הביאני המלך חדרי... המלך הגדול אשר סבב את העיר ירושלים, שהוא הכח המתעורר והיצר המולך בגויה, הוא הביאני וסגרני בבית כלא בחדריו, עד שלא אוכל לצאת

אל דודי ולא אוכל להשכיל את ה' ואמיתתו השכלה זכה ואמתית, כי לקחני המלך הזה לפלגש ואת עלמותי לשפחות, להשתמש בהם כחפצו" (שם).

המלך הזה הוא היצר הרע. חז"ל דרשו על הפסוק בקהלת: "ובא אליה מלך גדול וסבב אתה, זה יצר הרע" (נדרים לב, ב). ובמדרש קוראים לו מלך זקן וכסיל, ומבארים שנקרא מלך "שהכל שומעין לו" (קהלת רבה ד, יג). הוא יצר מסגר, בית כלא בתוך הגוף, לנשמה האלוקית שכל רצונה וחשקה הוא להידבק ביוצרה. הוא סבב אותה בתאוות, בדמיונות וברצונות, בתוך גוף חומרי. לכן אומרת הנשמה בשיר: אני זקוקה לעזרה. וכך אמרו רבותינו: "אין חבוש מתיר עצמו מבית האסורים" (ברכות ה, ב). צריך שיבוא כוח חילוץ. הכוח הזה הוא אותה רוח נבואית, רוח הקודש, אותה סייעתא דשמיא על כל מדרגותיה, שבה אדם מקבל אור והשראה. כמובן, הדבר בא בעקבות התפילות שהכין, העמל שעמל והכלים שבנה, ולפי הכלי כך תהיה ההארה.

וכך אומר הזוהר הקדוש: "ובזמנין דחשך, דאיהו יצר הרע, מכסה על יצר הטוב, דאיהו אור, איהו כמאן דתפיס בבית האסורין דיצר הרע" (זוהר ח"ג רמז, א). כשהחושך מכסה על האור הגדול של האדם, על יצר הטוב, על הכוחות הטובים, על הנפש האלוקית, האדם נמצא בבית האסורים של היצר הרע. שלמה המלך מגלה לנו כאן סוד. מה שמעכב את הדבקות ואת השוואת הצורה, מה שמעכב את הנשמה מלהיות במלוא עוצמתה ומלתת לנו את ההשגות, את העונג ואת ההרגשה הנפלאה, הוא המחיצה שנקראת גוף.

גיל ושמחה

ובזה, אומר שלמה המלך, "נגילה ונשמחה בך" (שיר השירים א, ד). מבאר המלבי"ם את ההבדל בין גיל לשמחה: "הגיל היא השמחה הפתאומית על התחדש האור האלהי עליה, והשמחה היא השמחה התמידית אחר כך, בהתמיד האור ולא יאסף" (מלבי"ם, שיר השירים א, ד). תחילה בא הגיל, השמחה הפתאומית, כשרוח ה' נחה על האדם. ואחר כך בא ונשמחה בך, השמחה התמידית. ועלינו להשתדל, בעמל, ביגיעה ובתפילה, שהאור הזה ישרה תמיד עם האדם, וממילא ישרו עמו תמיד התענוג והשמחה.

ועל המילים נזכירה דרך מיינ הוא כותב: "היין הרוחני המשמח הנפשות על ידי ההשגה הנבואית... זאת נזכר תמיד בשמחה תמידית, לא כיין הגשמי שאחרי יפיג יינו אחריתו שמחת תוגה" (שם). גם דברים חומריים יכולים להביא את האדם לשמחה ולעושר מסוים, אבל אחריהם באה התוגה. יש עלייה ויש נפילה. אבל מי שהגיע למדרגות שאנחנו מדברים עליהן, גם כשהוא בירידה ובנפילה, אין זה משנה את עיקר הדבר. הוא כבר חלק מן

האלוקות. הוא הבין, הוא טעם, הוא ראה, והוא יודע. השמחה שורה עליו גם בשעת הנפילה, כי בנפילות ובירידות ובכל התלאות שאנחנו עוברים, בעולם הרוחני ובעולם הגשמי, ה' תמיד איתנו. ודאי שאין זה כמו בשעות של גדלות המוחין, אבל השמחה שורה על האדם. וכשמגיעים לקומות האלה באופן תמידי, זה האוויר שנושמים שם. החמצן של הקומה הזאת הוא תענוג ושמחה, וזה העל מנת להשפיע.

ועכשיו אפשר להבין את מה שנאמר: "עבדו את ה' בשמחה" (תהלים ק, ב). לכאורה קשה לצוות על שמחה, שהרי אין אדם מייצר שמחה בפקודה. אבל על ידי הדרך שעברנו כאן, אנחנו יודעים לפחות היכן נמצא המשכן של האור הגדול הזה, ולאן עלינו להגיע. והמפתח, אומר שלמה המלך, פשוט: זעקה ותפילה אל ה' יתברך, מתוך הבנה עמוקה שאנחנו נמצאים בבית האסורים של החושך, של היצר הרע. כל גאווה, כל אינטרס, כל קנאה, כל כעס, כל עצלות, כל מידה רעה באשר היא, צריך לדמיין אותה כמו כבלים, כמו שרשראות כבדות שקושרות אותנו אל הקרקע ואינן נותנות לנו להתרומם. כשאדם יבין ויפנים שזה האויב, וממנו עליו להשתחרר, הוא יבין גם שאין חבוש מתיר עצמו מבית האסורים, ואז תבוא התפילה.

שחרור אני ונאווה

וממשיך שלמה המלך: "אל תראוני שאני שחרחרת, ששזפתני השמש, בני אמי נחרו בי, שמני נטרה את הכרמים, כרמי שלי לא נטרתי" (שיר השירים א, ו). יכול לבוא אדם ולומר: מה לי ולמדרגות האלה. איפה אני ואיפה מדרגות של ריח ושל נשיקות, דבקות של רוח ברוח והשוואת הצורה. אומרת לו הנשמה: אל תראוני שאני שחרחרת. השחרות הזאת, בית האסורים, המידות הרעות, הגוף, הטבע, כל המסכים שברא ה' בעולם, נבראו במדרגה של שחרות שבאה משיזוף השמש. אין זו שחרות של העצם. גם החומר כולו אור, וגם המסך עצמו כולו אור.

ברגע שאדם מבין את זה, הוא יודע שאין מבקשים ממנו דבר שאינו בר שינוי, מן הסוג שעליו אמר הנביא: "היהפך כושי עורו ונמר חברברתיו" (ירמיהו יג, כג). כל המידות הרעות שלנו, כל הבעיות, כל השפל שאנחנו נמצאים בו בדור האחרון, הם שחרות קלה. עם רצון אמיתי, עם ריכוז בנקודה אחת ועם מטרה אמיתית, אתה יוצא מכל השחרות, משתחרר מן הטיט הגדול ויוצא לחופשי. כי אל הנשמה האלוקית עצמה אין השחרות הזאת מגיעה. כל זה נמצא מסביב לה.

משל למנורה בעלת אור עצום, שמניחים עליה בד על גבי בד ועוד בד. המקום נעשה חשוך יותר ויותר, אבל במנורה עצמה לא חסר דבר, והיא דולקת במלוא עוצמתה. כל העבודה שלנו היא רק להסיר את המסכים. כך היא הנשמה של האדם. בעצמותה היא לא השחירה חלילה, וכל השחרות היא לבוש. לכן אנחנו אומרים בכל בוקר: "אלהי נשמה שנתת בי טהורה" (ברכות ס, ב). הנשמה עדיין טהורה.

לכן אומר לנו שלמה המלך שלא להיבהל מן הרצונות, מן התשוקות ומן הבקשות הגבוהות האלה. לכל יהודי ויהודי יש חלק ונחלה בקומות האלה, באשר הוא שם. ודאי שהדבר מתחלק לאלף ואחת מדרגות, אבל כל יהודי צריך לכסוף ולרצות. אנחנו צריכים לדעת מה לרצות. ושתי דרכים מובילות אותנו אל הגשמת החלום הגדול הזה. הדרך האחת היא להבין מה ערכה של התפילה ומה עוצמתה. והדרך השנייה היא זו שבה פתחנו: הכוח שבקבוצה.

תפילתם של רבים

הקדוש ברוך הוא טבע בעולם שאין דומה עבודת היחיד לעבודת הרבים. אומרת הגמרא: "מנין שאין הקדוש ברוך הוא מואס בתפלתן של רבים, שנאמר הן אל כביר ולא ימאס" (ברכות ח, א). אם אתה נמצא בתוך מניין, בתוך רבים, ודאי שלא ימאסו בתפילתך. אני מדבר כאן על שלוש התפילות שסידרו לנו רבותינו הקדושים, על תפילת שמונה עשרה וכדומה. כשאדם מתפלל לבדו, תפילתו עומדת בביקורת גדולה: מי הוא, מה הוא, מה הוא מבקש והאם מגיע לו. וכשהוא מתפלל עם הרבים, "הן אל כביר ולא ימאס" (איוב לו, ה), והקדוש ברוך הוא עונה לכולם.

ידוע ומפורסם להלכה ולמעשה עניין המניין. צריך עשרה אנשים, ושוב אנחנו חוזרים אל המספר עשר, כנגד עשר הספירות. אמרו חז"ל: "כל בי עשרה שכינתא שריא" (סנהדרין לט, א). רק אז אפשר לומר קדיש וברכו, ורק אז אפשר לעשות חזרת הש"ץ, שהרי "כל דבר שבקדושה לא יהא פחות מעשרה" (ברכות כא, ב). הרבה דברים תלויים דווקא ברבים. וכך גם בתשובה, רבותינו מלמדים שאין כוחה של תשובת היחיד ככוחה של תשובת הרבים. זה עולם אחר.

ברב עם הדרת מלך

וזו העוצמה הגדולה של הרבים. רבותינו מלמדים שבכל יהודי ויהודי יש הנקודה שבלב, האור הגדול שהגיע איתו לעולם, התחום שבו הוא כבר מתקן, מה שכבר תיקן בגלגול קודם. יש לו טריטוריה שלמה של אור זך ונקי, שאין לחברו. וכשיש עבודה בקבוצה, כשקבוצה של אנשים רוצים אותו דבר, מתעניינים באותו דבר ושואפים לאותו דבר, קורה דבר מופלא. כשאנחנו רוצים אותו דבר, אוהבים אותו דבר ושונאים אותו דבר, יש בינינו במידה מסוימת השוואת הצורה, ואנחנו הופכים מנקודה אחת חלשה לעוצמה ולכוח.

ככל שמספר האנשים גדל, כך גדל הכלי לקבלת האור. על זה נאמר: "ברב עם הדרת מלך" (משלי יד, כח). ככל שהעם רב יותר, כך גדלה הדרת המלך, והמלך כביכול במלוא עוצמתו. פירוש הדבר שאנחנו מאפשרים גילוי גדול יותר של השראת השכינה בארץ. ואינני מדבר כאן על מספרים. כשאתה בקבוצה, יהיה גודלה אשר יהיה, אתה לא לבד ואינך פועל לבד. זה כל עניין הערבות, כמו שאמרו חז"ל: "שכל ישראל ערבים זה בזה" (שבועות לט, א).

כשהציע אלישע הנביא לשונמית לדבר עליה אל המלך, השיבה: "בתוך עמי אנכי ישבת" (מלכים ב ד, יג). והלל הזקן לימד: "אל תפרוש מן הצבור" (אבות ב, ד). כשאדם נמצא בתוך עם ישראל, בתוך הציבור, הדין כללי וההשגחה כללית. וברגע שהוא מפריד את עצמו מן העם, זו הסכנה הגדולה ביותר, כי הוא פועל כיחידה נפרדת, וממילא העוצמה קטנה. אין דומה מצב שבו הנשמות מתחברות, האורות והנקודות מתחברים, לאדם שעומד בפני עצמו מחוץ לעם.

כאיש אחד בלב אחד

כתוב על מתן תורה: "ויחן שם ישראל נגד ההר" (שמות יט, ב). ופירש רש"י: "כאיש אחד בלב אחד, אבל שאר כל החניות בתרעומות ובמחלקת" (רש"י שמות יט, ב). והמדרש מלמד שבכל המסעות היו "נוסעים במחלקת וחונים במחלקת, כיון שבאו כלם לפני הר סיני נעשו כלם חניה אחת", ואז "אמר הקדוש ברוך הוא הרי שעה שאני נותן תורה לבני" (ויקרא רבה ט, ט). כשהגיע עם ישראל לאחדות הזאת, לרצון הכללי הזה, כשכולם רצו את ה' וכולם רצו תורה, אהבו זה את זה ושנאו את המחלוקת, אמר הקדוש ברוך הוא שהגיעה העת לתת תורה. זו האחדות, וזה השלום. ושנינו: "לא מצא הקדוש ברוך הוא כלי מחזיק ברכה לישראל אלא השלום" (משנה עוקצין ג, יב). כשיש שלום, יש דבקות ויש השוואת הצורה בין הנשמות, וזה הכלי שמחזיק את הברכה.

וכך אמר שלמה המלך: "הולך את חכמים יחכם" (משלי יג, כ). אדם שהולך עם חכמים, ירצה או לא ירצה, מתבשם בתוך הקבוצה, מתעצם ומקבל אורות זה מזה. פעמים רבות הוא אינו יודע כלל מהיכן בא לו האור, ואינו יודע שנקודה טובה של חברו היא שהשפיעה עליו. ההשפעה יכולה לבוא באופן טבעי, בלי שום פעולה, ועל אחת כמה וכמה כשהעבודה קבוצתית, כשאנחנו עמלים ומתייגעים יחד לקראת מטרה משותפת, שהיא השראת השכינה בארץ. מי שלומד עם חבורה מרגיש את זה על בשרו. כשהדברים נעשים יחד, האתגר, הדיונים, השיחות זה עם זה, גם הקושי וגם התירוץ, אנחנו מחוברים. וברגע שאנחנו מחוברים, היחס של השמים אלינו שונה. זה יחס לקבוצה.

אמרו חז"ל: "מלכותא דארעא כעין מלכותא דרקינא" (ברכות נח, א). להבדיל אלף אלפי הבדלות, כשאדם יחיד דופק על דלתו של מלך ומבקש ממנו דבר גדול, זה דבר אחד. וכשבאה אליו קבוצה של מאות אלפי אנשים עם בקשה מסודרת, זה עולם אחר לגמרי. כך אנחנו הופכים להיות חלק מן הכוח הזה, שכל עניינו לעשות נחת רוח ליוצרו, להשפיע על הזולת, לשמה באמת.

וקנה לך חבר

המקובלים מבית מדרשו של בעל הסולם האריכו מאוד בעניין אהבת החברים. כשאחד נותן לחברו, נוצר ביניהם קשר, וכשנוצר קשר אי אפשר להפסיק אותו. אתה מתגעגע לראות את חברך, הוא עולה במחשבתך, ואתה אוהב אותו עד כדי כך שאם לא ראית אותו זמן רב, אתה חייב לראות אותו. מסופר על חברים שהקשר ביניהם היה כזה, שאחד מהם התעורר באמצע הלילה ואמר בלבו שהוא חייב ללכת עכשיו לראות את חברו. הוא לא היה מסוגל להירדם, הלך והעיר את חברו, ושניהם הלכו להעיר חבר שלישי, וישבו יחד בלילה, עסקו בתורה, דיברו ושיתפו זה את זה. זה קצת עניין ההתוועדות, שאינה דווקא הרצאה או שיעור, אלא שיתוף, דיבור ונתינת עצה. זה הסוד של "עשה לך רב, וקנה לך חבר" (אבות א, ו).

ובתכליתה של אהבת החברים הם מלמדים שאהבת החברים צריכה לפעול שתאהב את חברך ולא את עצמך, ומי שאוהב את חברו יכול להגיע לאהבת ה'. זו דרך העבודה: כשאדם מאבד את האהבה העצמית ומבטל את עצמו בשביל חברו, הוא יכול על ידי זה להתבטל גם לבחינה גבוהה יותר. ודרך הקבוצה הדבר קל יותר.

לכל אחד מאיתנו יש קבוצה מקורית ושורשית, והיא הבית, האישה והילדים. אבל שם עדיין יש משהו מן האינטרס. אחרי הכל מדובר בבעל, באישה ובילדים, בדברים קרובים אלינו, שהם חלק מאיתנו. מה שאין כן

בקבוצה, כשהנתינה היא של אחד לשני, בסוד הגדול של "ואהבת לרעך כמוך" (ויקרא יט, יח). שם האפשרויות, הגובה והסיכויים להגיע ללשמה גדולים הרבה יותר מאשר בתוך הבית.

זה היה הסוד לאורך כל ההיסטוריה. זה היה סוד הקהילה, שהרי עם ישראל חי תמיד בקהילות, וזה סוד השבטים. לצערנו, בדורות האחרונים, כשעברנו לחיות בצורה עירונית ועם ההתפתחות הגדולה של הטכנולוגיה, נחלשנו מאוד בכל מה שנוגע לקהילה, לקבוצה, לאחדות ולאפשרות להיטיב זה עם זה. וזה בגדול מה שאני מבקש לומר בשיעור הזה.

טובים השנים מן האחד

כל אחד ואחד מאיתנו צריך למצוא לו מסגרת, שיעור קבוע, פגישה פעם בשבוע. סוד ההצלחה הוא הביחד, העוצמה והכוח שבידיעה שאינך לבד. כשאדם צריך להתמודד עם כל המערכה הזאת בעצמו, זה קשה מאוד, וההתלהבות יורדת. וכך אמר שלמה המלך: "טובים השנים מן האחד... כי אם יפלו האחד יקים את חברו... והחוט המשלש לא במהרה ינתק" (קהלת ד, ט-יב). קבוצה היא כוח, עוצמה ואור, והאור הגדול הזה הוא השכינה. בעשרה שכינה שורה, וכשהם יותר, העוצמה גדולה יותר.

אחרי שגילינו את הסוד הגדול של עוצמת הסביבה, הגיע הזמן לבחור ברב טוב, ביועץ טוב ובספרים טובים, וגם במקום שאפשר להתכנס בו ולבוא ללמוד. הגברים יכולים ליצור מעין התוועדות, אותו שיתוף שעליו דיברנו, כמו המנהג הנפלא שיש בחסידות חב"ד, שפעם בשבוע באים ויושבים יחד, ומתוך הפתיחות מגיעים לכנות ולשיתוף. אחד מספר על בעיה שהוא נמצא בה, והשלישי כבר עבר אותה ויכול לייעץ לו בדיוק מה לעשות, כי הוא כבר היה שם. אחר חלש בעבודת ה' ומבקש עצה, "ותשועה ברב יועץ" (משלי יא, יד). הוא זורק את השאלה לאוויר, והחמישי מביא עצה שקרא באיזה ספר. כך אנחנו מנצלים עד תום את האורות הגדולים שנקראים נשמות, וממילא מקצרים את הדרך.

כל אחד צריך למצוא לו נקודה תורנית, ובוודאי יש כזאת בכל מקום. הקדוש ברוך הוא ברא מקומות שיש בהם שיעורים, ויש רבנים של ערים ורבנים של שכונות. צריך להתחבר למערכה הזאת, למעגל הענק שנקרא עם ישראל, למעגל שנקרא עובדי ה'. מי שנמצא בתוך המעגל, הישועות קרובות אליו.

ובבית מדרשו של בעל הסולם נמסרה הדרכה מעשית לחבורה כזאת, שכבר נפגשת פעם בשבוע. לפני שאדם מגיע לישיבת החברים, עליו לחשוב מה הוא יכול ומה הוא צריך לתת לחבורה. כל השבוע הוא מחכה ליום הזה, מצפה לשעה שבה יתאחד עם החברים ומתכוון אליה. הוא חושב מה באמת יוכל לתרום לחבורה ביראת שמים, ואיך יעזור לחברים בגשמיות וברוחניות, במילה טובה ובעידוד. עליו להיזהר שלא ליצור מצב רוח רע בחבורה. אפילו כשיש חבר שזקוק לעזרה, לא מדברים על כך בשעת הישיבה, אלא בפרטיות. וכשהוא בא אל החבורה, אינו בא בביקורת. הוא בא בהרגשה שכל אחד גדול, כל אחד טוב, ואין חסרונות ואין טענות. ואחרי הישיבה עליו להתבונן איזו תועלת הפיק ממנה.

כך נוצרת יחידה אחת, ויש בה כוח, עוצמה וסייעתא דשמיא. אז מגיעים למדרגה שבה הקדוש ברוך הוא מדבר דרך אנשים. אתה מוצא את האלוקות בדבריו של חברך, ואתה מוצא אצלו את ההשלמה לחסרונותיך.

תפילה כלולה מכל ישראל

וכך כותב האר"י הקדוש בשער הכוונות: "קודם שהאדם יסדר תפילתו בבית הכנסת... צריך שיקבל עליו מצות ואהבת לרעך כמוך, ויכוין לאהוב כל אחד מבני ישראל כנפשו, כי על ידי זה תעלה תפילתו כלולה מכל תפילות ישראל, ותוכל לעלות למעלה ולעשות פרי. ובפרט אהבת החברים העוסקים בתורה ביחד, צריך כל אחד ואחד לכלול עצמו כאילו הוא אבר אחד מן החברים שלו... ואם יש איזה חבר מהם בצרה, צריכים כולם לשתף עצמם בצערו, או מחמת חולי או מחמת בנים חס ושלום, ויתפללו עליו. וכן בכל תפילותיו וצרכיו ודבריו ישתף את חברו עמו" (שער הכוונות, דרושי ברכת השחר). ומוסיף רבי חיים ויטאל: "ומאד הזהירני מורי ז"ל בענין אהבת החברים שלנו של חברתינו" (שם).

אנחנו רואים כאן דבר מדהים. אצל המקובלים, ועוד מימי רבי שמעון בר יוחאי, הדגש הוא על האהבה. אמר רבי שמעון לחבריו: "אנן בחביבותא תלייא מלתא" (זוהר ח"ג קכח, א), אצלנו הדבר תלוי באהבה. ועכשיו אנחנו מתחילים להבין מדוע. רק על ידי זה מגיעים לאהבת ה', להשוואת הצורה ולדבקות, ושם עלינו לשים את הדגש. ובוודאי שאינני אומר שהקבוצה, אהבת החברים והנתינה לזולת יבואו חלילה על חשבון הבית. בראש ובראשונה ברא הקדוש ברוך הוא את המעגל הצמוד, הקרוב אלינו ביותר, ושם עיקר החיבור עם האישה ועם הילדים, בהשפעה ובנתינה ככל האפשר. אבל יחד עם זה, פעם בשבוע הולכים לשיעור, הולכים לקבוצה ומתחזקים יחד.

אם אפשר, אחד מוסר שיעור קצר, ואחר כך יושבים, דנים, שואלים ומשתפים. כשעוברים את זה וחווים את זה, מבינים על מה אנחנו מדברים, ומתחילים לטעום משהו מן החיבור הזה.

לכן מלמד האר"י שכדי שהתפילות שלנו יעשו פרי, כשאתה בא להתפלל עליך לכלול את עם ישראל בתוך תפילתך. אל תהיה יחידה נפרדת שיש לה בעיה מסוימת וצריך לסדר לה אותה. אתה חלק מעם ישראל, והבעיה שלך צריכה להיות בעיה של כלל ישראל.

נשמה אחת

כי ברובד העמוק, מלמדים המקובלים, כל השורש שלנו בא מנשמה אחת, נשמתו של אדם הראשון, שהתחלקה לשישים ריבוא נשמות שורשיות, ומהן כל עם ישראל. בעומק הדברים, כולנו נשמה אחת. ממילא, אם יש צרה ליהודי בקצה העולם, הדבר משפיע עלינו, וכשיהיה טוב לעם ישראל, יהיה טוב גם לנו, כי אין עם ישראל ואנחנו. וכך אומר הזוהר הקדוש: "תלת דרגין אינון מתקשרן דא בדא, קודשא בריך הוא, אורייתא, וישראל" (זוהר ח"ג עג, א). הכל דבר אחד.

וכדי להיכלל באחד הזה, כל אחד מאיתנו צריך לצאת מעצמו, לשבור את האהבה העצמית, את האגואיזם. ומה שייתן לנו את הכוח לעשות זאת, מה שיהיה לנו למקפצה ויחסוך לנו זמן רב, הוא דווקא להיות חלק מקבוצה, חלק מחבורה שצועדת קדימה אל אותה פסגה נפלאה: להגיע להשוואת הצורה, להגיע לדבקות, להידבק במידותיו של הקדוש ברוך הוא ובהנהגתו.

מי שהולך בדרך הזאת מתחיל לחוש את העונג, את העוצמה ואת השלמות שעליה אנחנו מדברים. ומי שמיישם את הדברים זוכה שיתקיים בו "אז תתענג על ה'" (ישעיהו נח, יד), ושיתקיים בו מה שאמר דוד המלך: "לולי תורתך שעשעי אז אבדתי בעניי" (תהלים קיט, צב), ומה שכתב בעל מסילת ישרים, ש"האדם לא נברא אלא להתענג על ה' ולהנות מזיו שכינתו" (מסילת ישרים פרק א).

יהי רצון שנזכה להפנים את אשר שמענו, להיכלל באהבה בכלל ישראל, ולביאת גואל צדק במהרה בימינו, אמן.



קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב' · שיעור רביעי: הצעד ליעד

אבנים שחקו מים

שיעור 4 מתוך 10 בקורס קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב'. הסרטון המלא, ומתחתיו השיעור כתוב ומעובד לקריאה.

הצעד הקטן

אחד מחוקי ההצלחה הגדולים ביותר הוא חוק הצעד הקטן. מתוך יציאתו של אברהם אבינו מארצו וממולדתו ומבית אביו, ומתוך דרכו של רבי עקיבא, שהתחיל ללמוד אלף בית בגיל ארבעים ונעשה רבן של כל ישראל, נלמד כיצד צעדים קטנים ועקביים מנטרלים את הפחד מן השינוי ומביאים את האדם אל היעד. ובסופו נבנה כלי עבודה מעשי לכל אחד מאיתנו, יומן פריצת דרך.

בשיעור על לחיות הווה עמדנו על כך שכל מה שיש לנו באמת הוא ההווה. העבר כבר עבר, ועם השלכותיו לומדים להתמודד בעזרת ה', והעתיד מסור בידי שמים. וככל שאדם נמצא כאן ועכשיו בכל כוחו, במה שהוא עושה ועם מי שעומד מולו, כך הוא יעיל יותר ומצליח יותר.

על היסוד הזה אנחנו בונים עכשיו קומה נוספת. כדי ללמוד את חוקי ההצלחה, נלך אל המצליחנים הגדולים באמת. אחד מהם הוא רבי עקיבא בן יוסף, שממנו אפשר ללמוד את סוד החשיבה החיובית. בימים שבהם ישן עם רחל אשתו על התבן, והיה מלקט את התבן משערותיה, אמר לה: "אי הואי לי, רמינא ליך ירושלים דדהבא" (נדרים נ, א). אילו היה לי, הייתי נותן לך ירושלים של זהב, תכשיט שרק העשירים הגדולים ביותר יכלו להרשות לעצמם. ומספרים חז"ל שלא נפטר מן העולם עד שהיו לו שולחנות של כסף ושל זהב, "ועד שעלה למטתו בסולמות של זהב" (אבות דרבי נתן ו, ב).

כאן נלמד ממנו חוק נוסף שבו השתמש כדי להצליח בחיים. אבל לפני רבי עקיבא, נלך אל מי שהצליח בגדול עוד לפניו, אברהם אבינו.

ממינוס מאה אל הפסגה

רבי עקיבא התחיל מאפס. אברהם אבינו התחיל ממינוס מאה. הוא עשה את צעדיו הראשונים בעולם בבית של עובדי עבודה זרה. המדרש מספר שתרח אביו היה עובד צלמים, ופעם אחת יצא לדרכו והושיב את אברהם למכור במקומו (בראשית רבה לח, יג). בלשון של ימינו אפשר לומר שלאביו הייתה חנות של אלילים. מי שקנה רהיט חדש ורצה אליל שיתאים לצבע הסלון, בא אל תרח, ותרח הכין לו אחד כזה למחר. וכל הסביבה של אברהם הייתה שקועה באותה עבודה זרה.

מתוך החושך הזה גילה אברהם את האלוקות בכוח מחשבתו בלבד. מסופר במדרשים שבתחילה חשב שהשמש היא האלוה, וכשראה אותה שוקעת חשב שהירח הוא האלוה, וכך המשיך לחקור בשכלו. ורבותינו המשילו אותו לאדם שהיה עובר ממקום למקום, ראה בירה דולקת ותמה איך ייתכן שבירה כזאת עומדת בלי מנהיג. הציץ עליו בעל הבירה ואמר לו: אני הוא בעל הבירה. "כך לפי שהיה אבינו אברהם אומר תאמר שהעולם הזה בלא מנהיג, הציץ עליו הקדוש ברוך הוא ואמר לו אני הוא בעל העולם" (בראשית רבה לט, א).

אברהם היה גם אצטגנין גדול, חוזה בכוכבים. וכשראה במזלות שלא יהיו לו ילדים, אמר לו הקדוש ברוך הוא, כפי שמביא רש"י מן המדרש: "צא מאצטגנינות שלך, שראית במזלות שאינך עתיד להעמיד בן" (רש"י בראשית טו, ה). את הכוכבים השאר לי.

ומאותו מינוס מאה הגיע אברהם אל פסגת המין האנושי. בני חת אמרו לו: "נשיא אלוקים אתה בתוכנו" (בראשית כג, ו), והקדוש ברוך הוא אמר לו: "כי אב המון גוים נתתיך" (בראשית יז, ה). ועד היום אנחנו חותמים בשמו את הברכה הראשונה שבתפילה, מגן אברהם, כמו שדרשו חז"ל על המילים "והיה ברכה", והביא רש"י: "בך חותמין ולא בהם" (רש"י בראשית יב, ב). וכאן עלינו לברר את סוד ההצלחה הזאת, ואיך עובר אדם ממינוס מאה אל פלוס מאה.

הניסיון שבשינוי לטובה

שנינו במשנה: "עשרה נסיונות נתנסה אברהם אבינו עליו השלום ועמד בכלם" (אבות ה, ג), וכל ניסיון קשה מן הקודם לו. ושימו לב היטב, דווקא בפרשת לך לך טמון הסוד שאנחנו מחפשים.

לפני הציווי הזה עבר אברהם ניסיון קשה מאוד מול נמרוד. רש"י מבאר שנמרוד היה "יודע רבונו ומתכון למרד בו" (רש"י בראשית י, ט). אברהם התחיל לספר לכולם שיש בורא לעולם, ונמרוד השליך אותו אל כבשן האש. זהו אור כשדים, כמו שמביא רש"י מן המדרש (רש"י בראשית יא, כח), ויש מרבותינו שמנו גם אותו בין עשרת הניסיונות. אברהם יצא משם חי, וכל העולם עמד נגדו. על כך דרשו חז"ל את הכינוי אברם העברי: "כל העולם כלו מעבר אחד והוא מעבר אחד" (בראשית רבה מב, ח).

ואז אמר לו הקדוש ברוך הוא: "לך לך מארצך וממולדתך ומבית אביך אל הארץ אשר אראך" (בראשית יב, א). קום, ארוז את חפצך ועזוב את כל המהומה הזאת. ועוד הבטיח לו: "ואעשך לגוי גדול ואברכך ואגדלה שמך והיה ברכה" (בראשית יב, ב). רש"י מפרש "ואברכך", בממון (רש"י שם). ואכן בהמשך הדרך נאמר: "ואברם כבוד מאד במקנה בכסף ובזהב" (בראשית יג, ב). אברהם נעשה אחד העשירים הגדולים של דורו, בדיוק כמו שהבטיח לו הקדוש ברוך הוא.

רבותינו מונים את הציווי הזה בין עשרת הניסיונות, וכאן קשה להבין מה הניסיון שבו. במקום שבו הוא נמצא זורקים אותו לאש, כולם שונאים אותו ורודפים אותו, ואביו מתנגד לשינוי שעשה בחייו. והקדוש ברוך הוא אומר לו: צא מכאן, ואני אעשה אותך גדול ועשיר.

משל למה הדבר דומה, לאישה שנגלה אליה אליהו הנביא ואמר לה: ארזי את חפצייך, את עוברת לגור בעיר אחרת, והנה המפתחות של האחוזת והנה המפתחות של המכונית החדשה. אין צורך לשאול אם יהיה לה קשה לעזוב את דירתה הקטנה. היא תעוף משם. וזו השאלה הראשונה: מהו הקושי שבדבר הזה, שנמנה בין עשרת הניסיונות.

השאלה השנייה עולה מלשון הפסוק עצמו. האלשיך הקדוש מעיר שהסדר כאן הפוך (תורת משה לאלשיך, בראשית יב, א). אדם יוצא קודם כל מבית אביו, אחר כך ממולדתו, כלומר מעירו, ורק בסוף מארצו. והקדוש ברוך הוא אומר לאברהם לצאת תחילה מארצו, אחר כך ממולדתו, ורק בסוף מבית אביו. התשובה לשתי השאלות היא סוד ההצלחה, והיא גם סוד השיעור הזה.

קשה לאדם להשתנות

התשובה לשאלה הראשונה היא חוק קר ויבש: קשה לאדם להשתנות. אפילו כשהשינוי הוא לטובה, ואפילו כשהוא רק ירוויח ממנו.

ישבתי פעם עם אדם יותר משלושת רבעי שעה, והסברתי לו כמה הוא ירוויח אם יפסיק לעשן. הוכחתי לו את הדבר בכל דרך הגיונית. הוא הביט בי כאילו נפלתי מן הירח, והושיט יד אל הסיגריה. ומספרים על אסיר שישב בכלא עשרים וחמש שנה, וכשפתחו לפניו את השערים ואמרו לו ללכת הביתה, לא רצה לצאת. התרגלתי, אמר, כאן החדר שלי, השאירו אותי כאן.

כך אנחנו בנויים. יש בנו קושי עמוק לשנות את מה שהתרגלנו אליו. ולכן אומר הקדוש ברוך הוא לאברהם: אף על פי שכאן רודפים אותך, לקום ולצאת זה ניסיון. אבל זה עוד הניסיון הקל.

ארצך, מולדתך ובית אביך

העומק מתגלה בתשובה לשאלה השנייה. יש שלושה מוקדים שמקרינים על האדם השראה והשפעה, ודרכם נבנו סולם הערכים שלו, ההשקפות שלו והתכונות שלו.

ההקרנה הראשונה היא הארץ. מי שהסתובב בעולם מבין על מה אני מדבר. יש ארצות שבהן האנשים מאופקים וקרירים, וכל מילה שלהם מחושבת, ויש ארצות שבהן האנשים מחייכים ופשוטים. לא אשכח שלט שראיתי באחת הארצות, שפנה אל האנשים בלשון של בקשה: בבקשה, לא לעשן. ויש מקומות שבהם השלט מאיים בגולגולות ובאיקסים, והעברין ייענש. כשמקום חי שנים ארוכות במתח ובמאבק, האווירה הזאת חודרת לכל תושביו, וממילא נפגעות הסבלנות והעדינות שבין אדם לחברו. לכל ארץ יש הקרנה משלה, וההקרנה הזאת בנתה אותנו.

ההקרנה השנייה, החזקה ממנה, היא העיר. אני רואה את זה בתור מרצה, ואינני יכול לתאר כמה זה בולט. יש ערים שבהן אני אומר משפט אחד, וכל האולם צוחק ושמח. ויש מקומות שבהם אפשר לספר את הבדיחה הטובה ביותר, וכולם מביטים בי ואינם מבינים מה אני רוצה מהם. יש מקום שבו כל דבר נקלט מיד, ויש מקום שבו אתה מדבר כמעט עם עצמך. יש ערים סוערות ודינמיות, ויש ערים רגועות, והדרום אינו דומה לצפון. כל עיר מקרינה על יושביה.

וההקרנה החזקה מכולן היא בית אביך. פעם התלונן לפניי אדם שאשתו היא העתק מדויק של אמה. אמרתי לו שהיה עליו לדעת זאת מראש, הרי ברור שהיא לא תהיה העתק של השכנה. אנחנו מלווים זוגות, ואני אומר לכל מי ששואל: מי שרוצה לדעת מה יהיה איתו, יסתכל בתוך הבית. אם האב מכבד, ואם האם מכבדת ומפרגנת, זה מה שיקבל. וכך רואים בעיניים: ילדים שגדלו בבית שבו מעשנים או שותים לשכרה, הולכים פעמים רבות בדרך הזאת בעצמם. חז"ל המשילו את הילד לנייר חדש: "הלומד ילד למה הוא דומה, לדיו כתובה על נייר חדש" (אבות ד, כ). ואת הכתב הראשון על הנייר הזה כותבת הסביבה הקרובה ביותר.

ועכשיו מובן הסדר שבפסוק. הקדוש ברוך הוא מלמד את אברהם את סוד ההצלחה: מן הקל אל הכבד. צעד אחד קטן יכול להגשים חלום גדול. אברהם עומד במינוס מאה, וכל השפעות סביבתו טבועות בו. תחילה הוא מתנקה מהשפעת הארץ, שהיא החלשה ביותר. כשסיים את הניקיון הזה, הוא עובר אל העיר. ורק בסוף הוא ניגש אל המקום הקשה מכולם, אל בית אביו.

לך לך בגימטריא מאה

ויש בזה רמז נפלא. המילים לך לך עולות בגימטריא מאה, ובמדרש לקח טוב נאמר על כך: "רמז לו שבן מאה שנה יוליד בן" (מדרש לקח טוב, בראשית יב, א). ויש שרמזו עוד שאותיות לך לך הן אותיות לכלך, כאילו אמר לו הקדוש ברוך הוא: כשתגמור לנקות את כל הלכלוך שדבק בך מן הסביבה, תזכה לבן.

כשיצא אברהם לדרכו היה בן שבעים וחמש, כמו שנאמר: "ואברם בן חמש שנים ושבעים שנה בצאתו מחרן" (בראשית יב, ד). ויצחק נולד לו כשהיה בן מאה: "ואברהם בן מאה שנה בהולד לו את יצחק בנו" (בראשית כא, ה). כך נולד יצחק אבינו, העולה התמימה, שדרכו יצא עם ישראל מן הכוח אל הפועל, והחלום התחיל להתגשם.

התבוננו בתהליך. אברהם עושה את הצעד הראשון, ואת הפירות הוא רואה אחרי עשרים וחמש שנה. כאן אנחנו לומדים את החוק הפשוט: צעדים קטנים, צעדים מינוריים, צעד קטן ועוד צעד קטן. זה המתכון להצלחה בכל פרויקט שנלמד כאן בעזרת ה', ובהמשך נראה מה העוצמה ומה הפסיכולוגיה שבדבר הזה.

אבנים שחקו מים

את אותו חוק אנחנו פוגשים אצל רבי עקיבא. הוא עצמו סיפר: "כשהייתי עם הארץ אמרתי: מי יתן לי תלמיד חכם ואנשכנו כחמור. אמרו לו תלמידיו: רבי, אמור ככלב. אמר להן: זה נושך ושובר עצם, וזה נושך ואינו שובר עצם" (פסחים מט, ב). עד כדי כך שנא את תלמידי החכמים.

ואותו אדם נעשה רבן של כל ישראל. הגמרא מספרת ששנים עשר אלף זוגות תלמידים היו לו, וכולם מתו בפרק אחד, "והיה העולם שמם, עד שבא רבי עקיבא אצל רבותינו שבדרום ושנאה להם: רבי מאיר, ורבי יהודה, ורבי יוסי, ורבי שמעון, ורבי אלעזר בן שמוע, והם הם העמידו תורה אותה שעה" (יבמות סב, ב). ואמר רבי יוחנן שסתם משנה היא רבי מאיר, סתם תוספתא רבי נחמיה, סתם ספרא רבי יהודה וסתם ספרי רבי שמעון, "וכלוהו אליבא דרבי עקיבא" (סנהדרין פו, א). כל התורה שבעל פה שבידינו, כל הש"ס, עוברת דרך רבי עקיבא.

ונקודת המוצא שלו הייתה רחוקה מכל זה: בן ארבעים, שונא תורה, ועם הארץ שאינו יודע אלף בית. כך מספרים חז"ל: "מה היה תחלתו של רבי עקיבא. אמרו בן ארבעים שנה היה ולא שנה כלום" (אבות דרבי נתן ו, ב). פעם אחת עמד על פי הבאר וראה אבן חקוקה, ושאל מי חקק אותה. אמרו לו שאלה המים הנופלים עליה תמיד, בכל יום. "אמרו לו עקיבא, אי אתה קורא אבנים שחקו מים" (שם), כלשון הפסוק באיוב (איוב יד, יט). "מיד היה רבי עקיבא דן קל וחומר בעצמו: מה רך פסל את הקשה, דברי תורה שקשה כברזל על אחת כמה וכמה שיחקקו את לבי שהוא בשר ודם" (שם).

רבי עקיבא ראה שם את שיא המוצק, הסלע, ובתוכו חור שיצר שיא הרך, המים. בלי מקדחה ובלי כלי חציבה, טיפה ועוד טיפה. והתורה נמשלה למים, ואם המים חקקו את האבן, גם התורה תחדור אל הלב שלו. וכאן סוד ההצלחה. ביחס לחור הגדול שבסלע, גם הטיפה הראשונה עשתה את שלה, וגם השנייה, וגם השלישית. נקודה ועוד נקודה, צעד ועוד צעד. רבי עקיבא הבין את סוד ההצלחה בחיים.

מי שאינו יודע אלף בית לומד בתלמוד תורה, עם הילדים הקטנים. ואכן מספרים חז"ל שהלך רבי עקיבא עם בנו וישבו שניהם אצל מלמד התינוקות. תארו לעצמכם אדם בן ארבעים, עם זקן, שיושב בין ילדים קטנים. ומסופר שבימים הראשונים חזר הביתה שבור, כי הילדים לא נתנו לו מנוח. לקחה רחל אשתו חמור, שמה על גבו עפר ופרחים ויצאה איתו לשוק. ביום הראשון התקבצו כל אנשי השוק סביב החמור המוזר. ביום השני רק חצי מהם, ביום השלישי פחות מזה, ואחרי שבוע עברו כולם ליד החמור ולא שמו לב אליו כלל. אמרה לו: אתה רואה,

עקיבא. אתה בן ארבעים ונכנסת ללמוד עם הילדים, ובוודאי כולם מתייחסים אליך. עוד יום ועוד יומיים, תירגע, ואחרי שבוע איש לא ישים לב, ותהיה כאחד התלמידים. ראו איזו מורה הייתה לו. ורבי עקיבא נעשה רבן של כל ישראל.

וזה סוד ההצלחה הגדול ביותר, גם בעסקים ובמפעלים הגדולים שהצליחו: צעדים קטנים, צעדים מינוריים.

ניטרול אימת היעד

כדי להבין את כוחו של הצעד הקטן, נתבונן לרגע בדרך שבה פועלים המוח ומערכת העצבים. כשאנחנו עושים פעולה וחוזרים עליה שוב ושוב, נוצר מסלול. וברגע שנוצר מסלול, קשה לנו לשנות אותו. כשרוצים לעשות דבר שמתנגד למסלול הזה, כל הגוף מתנגד.

מי שקם בשבע בבוקר במשך כמה שנים ומחליט פתאום לקום בשש וחצי, מגלה שכל המערכת שלו מתקוממת. יש כאן מסלול של שנים, שנבנה יום אחר יום. וכך גם אדם שמעשן שנים רבות. הצעד המינורי יוצר מסלול חדש בלי לזעזע את המערכת, וזה כל סודו. ואני קורא לכוח הזה ניטרול אימת היעד.

אישה נכנסת לרופא, הוא מביט בבדיקות ואומר לה שעליה לרדת שלושים קילו. היא שומעת שלושים קילו, ומיד היא אומרת לעצמה שזה בלתי אפשרי. אדם מעשן שתי קופסאות ביום, ואומרים לו להפסיק לעשן. בעיניו זה כמו לבקש ממנו להזיז הר.

מי שמשתמש בסוד הצעד המינורי אומר לו: מהיום אתה מעשן חצי סיגריה פחות ביום. את זה אפשר לעשות, ומערכת העצבים לא תעשה מזה מהומה. ומי שצריכה לרדת במשקל, תתחיל לפי הדרכת הרופא במאתיים גרם, בחצי קילו בחודש. ברגע שהחלטנו על צעד קטן, הרווחנו דבר עצום: ניטרלנו את אימת היעד.

יש בנו פחד מן השינוי, כמו שלמדנו מאברהם אבינו. המערכת שלנו אינה מוכנה לקבל שינויים חדים, כי יש בה מסלולים של שנים. מי שרגילה לצעוק כל בוקר עד שכל הבניין שומע, אם נאמר לה להפסיק לצעוק, היא לעולם לא תעשה זאת. אבל אם נאמר לה להנמיך מעט את הקול, את זה היא יכולה לעשות.

זו גם הסיבה שאנשים נשארים תקועים במצבים שאינם טובים להם. אין להם אומץ לקום ולשנות, אפילו כשהשינוי הוא לטובתם. יש מי שנשאר רווק שנים ארוכות, ובכל פעם הוא מוצא סיבה אחרת מדוע ההצעה אינה

מתאימה, ולפעמים, בעומק, זה הפחד מן השינוי. המסלול שבמוח ובמערכת העצבים נעשה רחב מדי, והוא כבר אינו מוכן להשתנות. כדי להשתנות, צריך צעד מינורי קטן אל היעד.

חבל קפיצה במקום הליכון

היום הכל מדברים על ספורט, ואת חשיבותו כתב הרמב"ם כבר לפני יותר משמונה מאות שנה: "כל זמן שאדם מתעמל ויגע הרבה ואינו שבע ומעיו רפין, אין חלי בא עליו וכחו מתחזק, ואפלו אוכל מאכלות הרעים" (רמב"ם, הלכות דעות ד, יד). חבל שאנחנו מחכים שיבואו מחקרים ויאמרו לנו את מה שכתב הרמב"ם. ובכל זאת, היום הכל יודעים שתנועה היא מן הדברים החשובים ביותר לבריאות ולאיכות החיים, ואנשים רוצים להתחיל.

פגשתי פעם אדם שהרופא אמר לו שהוא חייב להתחיל לעשות ספורט. שאלתי אותו אם כבר התחיל. הוא הוציא דף ואמר לי שהוא צריך סכום גדול מאוד כדי להתחיל. הוא הראה לי רשימה: הליכון, מכשיר לכפיפות בטן, ועוד מכשיר ועוד מכשיר. שאלתי מדוע לא ילך למכון כושר, והוא הוכיח לי שאין לו זמן, וכל זה חייב להיות אצלו בבית. אמרתי לו: קנה חבל קפיצה פשוט וזול. קפיצה בחבל מפעילה את הגוף כולו. התחל בחמש דקות ביום, ובוא אליי אחרי שנה של צעדים מינוריים. אחר כך נדבר על המכשירים.

ויש שעושים בדיוק את ההפך. מי שיש לו כסף הולך וקונה את כל המכשירים, ומשתיק בזה את מצפונו. ואחר כך רואים מכשירים כאלה מוצעים למכירה, כמעט חדשים. אנחנו משתיקים את עצמנו בקנייה. אחת החליטה לאפות עוגות, והלכה וקנתה את התנור הטוב ביותר, את המיקסר המשוכלל ואת כל התבניות בכל הצבעים. ועוגה לא ראו ממנה. יש מתכונים, יש רעש, יש שיחות טלפון, והבית אוכל ביצים. את כל האנרגיה פרקה בקנייה, במקום לצעוד את הצעד המינורי האמיתי, כמו חמש דקות של קפיצה בחבל, שכל אחד יכול לעשות.

ויש לצעד הקטן מעלה גדולה נוספת. כל שינוי דורש בדרך כלל אנרגיה, כסף וזמן. הצעד המינורי זול וזמין, ואינו דורש הרבה אנרגיה. ראינו איך ספורט, שיפור ניכר בבריאות ועלייה באיכות החיים, יכלו לעלות הון, ובסוף עלו מחיר של חבל וחמש דקות ביום.

וכך בכל דבר. מי שרוצה לעשות דיאטה רצחנית, תירגע. אף אחד לא צריך לרצוח כאן אף אחד. היא ממשיכה לאכול כרגיל, רק במקום עשרים בורקסים, חמישה עשר. ובמקום עוגת גבינה שלמה, שלושה רבעים ממנה. החיים נמשכים כרגיל, רק בצעד אחד קטן. ובדרך כלל אנחנו עושים את ההפך. כשאנחנו מבינים שחייבים

להשתנות, ואדם החליט שעליו לעשות ספורט, הוא מתחיל בשעה ביום. אחרי שלושה שבועות כל גופו כואב, והוא מודיע שזה לא בשבילו. ואף אחד לא ביקש ממנו שעה ביום.

יומן פריצת דרך

ועכשיו לעבודה המעשית. כל אחד ואחד מאיתנו קונה יומן, ואנחנו קוראים לו יומן פריצת דרך.

החוק הראשון: מה שאינו קיים ביומן, אינו קיים אצלנו. מה שאינני מתעד בתוך היומן פשוט אינו קיים.

ראו כיצד שמר הקדוש ברוך הוא על הטרויות של יציאת מצרים, דבר שאירע לפני אלפי שנים. הוא נתן לנו מצוות שמלוות אותנו בכל יום, כמו התפילין והציצית, שהן זכר ליציאת מצרים, וכך נשארנו בנו עוצמת הזיכרון. וכך גם כשיש יומן, ואני מעיין בו מדי פעם, אני מחיה את הדבר כל הזמן. מה שכתוב ביומן הוא מפת ההצלחה שלי.

וגם זה חלק מסוד ההצלחה: מקורות השראה. יש כוח גדול לקבוצה, וכשעושים דבר כזה יחד, יש בזה עוצמה. מה טוב ומה נעים אם לכל אחת תהיה חברה שהיא מתחלקת איתה בתובנות שלה. כדי להצליח צריך השראה, מאשתו של אדם, מחבר, מחברה או מרב. כל אדם יזהה את מקורות ההשראה שלו, את מה שמשרה עליו עוצמה וכוח, ויתחבר אליהם.

היומן נפתח בחשבון כולל, מעין מאזן של הנפש. זו עבודה פסיכולוגית עמוקה וחזקה, ונראה ממנה פירות רבים. אנחנו עוצרים ובודקים מה מצבנו עד היום, לפני הצעדים ולפני השינויים. כותבים את החיים שלנו עד כאן, בסדר כרונולוגי, ומחלקים אותם לשלוש קבוצות. הקבוצה הראשונה נקראת הצלחות. כותבים בה כל דבר שהיה הצלחה בחיים, כל דבר שהיה אבן דרך להצלחה, ואם אפשר לצרף תמונות שקשורות לאותה הצלחה ולאווירה שלה, מה טוב ומה נעים. הקבוצה השנייה נקראת כישלונות. והקבוצה השלישית נקראת החמצות.

הצלחות, כישלונות וחרטות

כאן אני מבקש שנתרכז. אתם לא תאמינו איזו רשימה של הצלחות תצא לכם, ותתחילו לחייך. וכשרשימת ההצלחות עומדת מול עינינו, נשאל את עצמנו כמה ההצלחות האלה משפיעות עלינו בהווה, ואם אנחנו שואבים מהן השראה וכוח.

כל קיומנו בגלות נשען על ההצלחות של פעם: קריעת ים סוף, יציאת מצרים, בית המקדש והנביאים. הדברים של פעם הם שמחזיקים אותנו היום. וכך גם בחיים הפרטיים. כל ההצלחות שלך צריכות להיות מקור שאתה יונק ממנו השראה, כוח ועוצמה. הצלחת בעשרים דברים, ועכשיו אתה יוצא בצעד מינורי אל יעד חדש. זה קטן עליך, יש לך כבר רשימה שלמה של הצלחות.

לצערנו, הטוב נעשה אצלנו מובן מאליו, וזו טעותו של המין האנושי. כולם דוהרים קדימה בהסתערות, ואינם מספיקים ליהנות מדבר אחד לפני שהם כבר רצים אל הבא. צריך לעצור, ליהנות ממה שיש, מן ההצלחות, ולקבל מהן השראה.

את רשימת הכישלונות תלווה רשימה נוספת, רשימת החרטות, ובה נכתוב על מה התחרטנו בחיים. כאן מתחילים לבדוק יותר פנימה, אם הפקנו לקחים, או שהרשימה של היום דומה מאוד לרשימה של לפני עשר שנים. לפני עשר שנים התנהגתי בדרך מסוימת אל בעלי, וזה גרר אחריו תוצאות מסוימות. ואתמול קרה בדיוק אותו דבר. עשר שנים עברו, ועדיין לא הפנמתי לאן הדרך הזאת מובילה.

זה חוק קר ויבש, חוק הסיבה והתוצאה, הפעולה והתוצאה. מה שאנחנו זורעים, אותו אנחנו קוצרים. מי שזרע מלפפונים לא יקצור צמח אחר, אף שהאדמה היא אותה אדמה. כך ברא הקדוש ברוך הוא את עולמו. והעולם מתנהל בשני מישורים, החשיבה והעשייה. כשהחשיבה שלנו חיובית, והעשייה שלנו והצעד המינורי שלנו נכונים וחיוביים, נקצור בסוף הצלחה, שלוה וטוב. מי שהולך בדרך הזאת זוכה לראות את פרי מעשיו הטובים.

פעלנו רע, ונוצרה לנו רשימה של חרטות. מהיום מתחילים לצמצם את הרשימה הזאת, גם כן בצעדים מינוריים. חרטה שנשאת תקועה בלב היא רעל, היא מתישה אותנו, ואת זה צריך לנטרל. במקום להתחרט שוב ושוב, צריך לעשות מעשים נכונים ולחשוב נכון, ואז לא יהיה לנו על מה להתחרט.

המכנה המשותף

ועכשיו שימו לב היטב, כי כאן נמצא סוד העבודה כולה. נחפש מכנה משותף לכל ההצלחות. לכל אחד ואחת מאיתנו יש מכנה משותף פרטי לכל ההצלחות שלו, ושם הוא מגלה היכן העוצמה שלו. וכך יש לכל אחד מכנה משותף גם לכל הכישלונות.

אדם אחד עשה את הבדיקה הזאת, וגילה שכל הכישלונות שלו, מן הקטן ועד הגדול, וכל ההחמצות שלו, נבעו ממידה רעה אחת שהייתה מושרשת בו עמוק: דחיינות. הכל הוא דחה למחר. הוא אמר לי: התבוננתי לעומק, וזה המכנה המשותף של כל המהומה שבחיים שלי. ומכאן ואילך הוא עובד על דבר אחד בלבד. כשיקנה את מידת הזריזות, נקבל אדם חדש. במקום לעבוד במאתיים מישורים, אנחנו מצמצמים הכל אל נקודה אחת.

וכך גם המכנה המשותף להצלחות. אחת תגלה שבכל ההצלחות שלה לא התבלבלה בשעת משבר, הייתה רגועה, נחושה ועקבית, ולא כעסה. אחרת יכולה לגלות שהמכנה המשותף לכל ההצלחות שלה הוא בעלה, ושלפני שהכירה אותו לא הצליח לה דבר. ואחר יגלה שזו חברה מסוימת.

ויש לזה יסוד בהלכה. הרמב"ם כותב שאסור לנחש, "כגון אלו שאומרים הואיל ונפלה פתי מפי או נפל מקלי מידי איני הולך למקום פלוני היום שאם אלך אין חפציי נעשים, הואיל ועבר שועל מימיני איני יוצא מפתח ביתי היום" (רמב"ם, הלכות עבודה זרה יא, ד). כל זה אסור משום "לא תנחשו" (ויקרא יט, כו). אבל סימן מותר, וכך כותב הרמב"ם בהלכה שאחריה: "מי שאמר דירה זו שבניתי סימן טוב היתה עלי, אשה זו שנשאתי ובהמה זו שקניתי מברכת היתה, מעת שקניתי עשרתי" (שם, ה), ואת כל אלה הוא מתיר. אדם יכול לומר: מיום שהכרתי את האדם הזה, הכל הצליח לי. מיום שקניתי את הדירה הזאת, הכל הלך לי.

ייתכן מאוד שתגלי שהמכנה המשותף היה חברה טובה שהתנתקת ממנה, והיא הייתה בתוך הצנרת של ההצלחות שלך. אני רק זורק דוגמאות. כשאדם מתבונן, הוא מוצא את מה שהיה נעלם ממנו. וברגע שמצאתי את המכנה המשותף של ההצלחות, אני מתחיל למנף אותו ולהשתמש בו בצעד המינורי, בתוכנית שתוביל אותי אל היעד.

את קבוצת ההחמצות בודקים בעיון, אם באמת היו ההחמצות בגללך. ייתכן מאוד שאדם יגלה שרובן לא היו תלויות בו כלל, ופתאום תיפול מלבו אבן גדולה. ואת הכישלונות, אחרי הפקת הלקחים, בודקים באמת: אילו נקלעת עכשיו לאותו מצב בדיוק, כיצד היית נוהגת. אם התשובה היא שבדיוק באותה דרך, סימן שהכישלון עדיין חלק ממך, ומיד מתחילים לעבוד כדי להוציא אותו מתוכנו.

אנחנו יורדים כאן מעט יותר לעומק, כי אנחנו כבר מתחילים לצעוד. כדי לקום ולצעוד צעד מינורי ומסודר אל היעד, האדם צריך לדעת היכן הוא עומד היום.

עולים מאה ויורדים שבעים

סיפר לי יהודי יקר שיצא לטפס בהרי האוורסט. הפסגה מתנשאת לגובה של יותר משמונה אלפים מטר, ולאורך הדרך פזורים כפרים קטנים בגבהים שונים. הוא סיפר לי כמה הדרך מסוכנת, ושיש מטפסים שלא חזרו ממנה, כי הגובה יוצר לחץ עצום על הגוף. הוא עצמו הגיע לגובה של כחמשת אלפים מטר, הרגיש שגופו אינו עומד בזה, וירד.

שאלתי אותו כיצד מצליחים המטפסים להגיע לפסגה, והוא אמר לי שהדבר פשוט. עולים מאה מטר ויורדים. עולים שוב ויורדים שבעים. עולים מאה ועשרים ויורדים. עולים ויורדים. אלה הצעדים המינוניים. הגוף מתרגל ללחץ, לאקלים ולמציאות החדשה, ושוב ממשיכים. לפעמים נשארים יומיים או שלושה באחד הכפרים, שבהם המקומיים מביאים למטפסים אוכל ושתייה, וזו פרנסתם.

הקדוש ברוך הוא יכול היה לברוא את עולמו ביום אחד, ובכל זאת ברא אותו בשישה ימים. יש בזה לימוד בשבילנו: להירגע, ולדעת שאין צורך לעשות הכל בבת אחת. וגם את ימי האדם עשה הקדוש ברוך הוא ארוכים, כדי שנבין שעלייה ברוחניות ובשלמות אינה נעשית ברגע אחד, והיא עניין של סבלנות. שגור הפתגם שהסבלנות היא אילן ששורשיו מרים ופירותיו מתוקים.

שענפיו מעטין ושרשיו מרבין

בצעד מינורי אחד קטן, השלושים קילו כבר אינם מפחידים. וכך בכל דבר. מי שרוצה להתקרב לתורה ולמצוות יכול להתחיל בנטילת ידיים בבוקר. גם אם בתחילה אינו יודע ליטול כהלכה, ופשוט לוקח כלי ושופך מים על ידיו, הוא מתרגל לצעד הזה וממשיך לצעד הבא, ואחריו לצעד שאחריו, ומי יודע לאן יגיע. וכך בקשר עם הקדוש ברוך הוא. התחילי בדקה ביום. דברי איתו דקה, ואחר כך שתי דקות. אמרי תודה על הדבר הגדול ביותר שקיבלת בחיים, ואחר כך על הדברים הקטנים יותר.

ואם לא נתחיל ולא נצעד, אנחנו בסכנה. כך שנינו: "כל שחכמתו מרבה ממעשיו, למה הוא דומה, לאילן שענפיו מרבין ושרשיו מעטין, והרוח באה ועוקרתו והופכתו על פניו" (אבות ג, יז). זו הסכנה של אנשים בוגרים כמונו, שעוברים קורס ועוד קורס ועוד קורס. "אבל כל שמעשיו מרבין מחכמתו, למה הוא דומה, לאילן שענפיו מעטין ושרשיו מרבין, שאפלו כל הרוחות שבעולם באות ונושבות בו אין מזיזין אותו ממקומו" (שם). מי שמעשיו מרובים

נמצא כל הזמן בלך לך. הוא צועד קדימה כל הזמן, בקטן. הוא אינו מרעיש עולמות ואינו מבהיל את עצמו, והכל ברוגע ובצעדים קטנים. וזה סוד ההצלחה שלנו בחיים.

הבית כולו הפוך, ואינך יודעת מאיפה להתחיל. התחילי בחדר הקרוב ביותר לסדר. וכך לפני פסח. יש נשים שכשמגיע פסח הופכות לאדם אחר, ה' ישמור. ויש נשים שניגשות ללוח השנה, רואות מתי חל פסח ומתחילות בזמן, ארון אחד כאן ומדף אחד שם, בצעדים מינוריים. ויום לפני החג הן יושבות בחצר עם כוס קפה, רגועות, כאילו פסח כלל אינו מגיע. היה לי חבר שעבר את החגים ברוגע גמור, ושאלתי אותו מה סודו. הוא אמר לי שמיד כשיוצא החג, הוא מתחיל להפריש בכל פעם סכום קטן לקראת החג הבא, וכשהחג מגיע, הכל מוכן ורגוע. זה צעד מינורי, וזה הסוד.

אנשים מזלזלים בקוד הזה. הם חולמים על זכייה גדולה בהגרלה, שתשנה את חייהם בבת אחת. ושלמה המלך כבר אמר: "הון מהבל ימעט, וקבץ על יד ירבה" (משלי יג, יא). מה שמצטבר מעט מעט, הוא שגדל.

וכך גם בתורה. בעל תשובה נכנס לבית המדרש, רואה קיר שלם של ספרים ונבהל, כי נדמה לו שעליו ללמוד את כל זה. אומרים לו: עליך ללמוד שורה, ועוד שורה. אמרו חז"ל: "כל השונה הלכות בכל יום, מובטח לו שהוא בן העולם הבא" (נדה עג, א). אפילו שתי הלכות ביום. ומחר עוד שתיים, וכך ארבע, שש, שמונה ועשר.

ומי שמורידה מעט מאוד בכל יום, תראה אחרי שנה עולם אחר. בלי סבל ובלי מתח, הכל בנחת וברוגע. אנחנו רוצים שינויים גדולים, להפוך את העולם בבת אחת, ומייסרים את עצמנו בכך. והכל נעשה בקטן. אני מכיר אנשים שעבדו עם החוק הזה והגיעו לפסגות.

מצוה גוררת מצוה

אנחנו לוקחים את היומן וממשיכים. כותבים בגדול את היעד. כל אחד בוחר לעצמו יעד לשנה או לחצי שנה, כל אחת בתחום שלה, ביהדות או בהתפתחות הרוחנית שלה. אחת יודעת שהיא כעסנית, וגילתה שהמכנה המשותף לכל המהומות שבחייה הוא הפתיל הקצר שלה, ולכן היא רוצה לעבוד על מידת הכעס. אחרת תגלה שהיא עצלה. ואחרת תגלה שהיא פשוט איננה. כבר עשר שנים היא מסתובבת ליד הילדים וליד בעלה, ומרחפת. היא אינה מבינה מדוע בכל מקום עבודה שהיא מגיעה אליו, אחרי חודשיים שולחים אותה הביתה. ובסוף היא מגלה את המכנה המשותף: אני לא נמצאת בעולם הזה, אני רק מסתובבת כאן עם הגוף. ואז היא מתחילה

להתאמן בכל יום, להיות נוכחת חצי שעה, ואחר כך עוד חצי שעה. ומי שבבוקר בבית צועק על הילדים כאילו הוא עומד במסדר בבסיס צבאי, צריך שיזכירו לו שעכשיו הוא אבא, והוא בבית. כשייצא אל הבסיס, יהיה שם.

כל אחד, מתוך העבודה שעשינו, יגלה את מה שעליו לשפר. ומי שכבר בוגרת קורסים ויודעת את הדרך, תבחר צעדים של התקדמות ושל שיפור בכל תחום, כלכלי או רוחני. כותבים את היעד, וכותבים את הצעד המינורי שיוצאים לעשות בפועל. וכל יומיים או שלושה רושמים את התובנות שנוצרו בעקבות העשייה: מה זה עשה לנו, איזו השראה קיבלנו, איך אנחנו מרגישים עם זה. פשוט חיים את הצעדים, חיים את השינוי. ותראו שזה אינו קשה.

בסוף כל שבוע ובסוף כל חודש נותנים לעצמנו ציון מאחת עד עשר. ניקח דוגמה מוחשית. בחרת לרדת במשקל, אין כאן משחקים. צעדים מינוריים, ובסוף החודש שקילה. אם נראה שעלית קילו, סימן שלא עשית צעדים מינוריים, עשית דמיונות מינוריים. מה שנזרע, אותו נקצור. ואחרי שנתנו ציון אמיתי, מפנקים את עצמנו. מי שאוהב לטייל, יצא לטיול. מי שאוהב משהו אחר, יקנה לעצמו מתנה קטנה. העיקר להיכנס למערכת של עשייה.

וכשנכנסים אליה, מגלים עולם אחר. שנינו: "מצוה גוררת מצוה" (אבות ד, ב). כך ברא הקדוש ברוך הוא את העולם, כתגובת שרשרת. אדם נכנס לעשייה, צעד אחר צעד, ופתאום הוא מצליח, ופתאום הוא קוצר פירות. קחו לדוגמה את הספורט. מי שמתחיל לזוז, מרגיש אחרי זמן קצר כמה השתנו ההרגשה שלו והנשימה שלו, וכמה הוא חי. וזה עוד בגשמיות, ועוד לא דיברנו על הרוחניות.

אמר הקדוש ברוך הוא: "שובו אלי ואשובה אליכם" (מלאכי ג, ז). אתה עושה צעד, ואני אתן לך שניים. וכשאדם מתחיל להשתפר, ברוחניות ובגשמיות, דעו לכם שהקדוש ברוך הוא רוצה שנצליח גם בגשמיות. שלמה המלך מקדיש חלק גדול מספר משלי למוסר לעצל, ומראה כמה חייו של העצל הרוסים, בפרנסה וברוחניות כאחד. אבל הכל משמיים, ואמרו חז"ל: "בדרך שאדם רוצה לילך בה מוליכין אותו" (מכות י, ב). אם אנחנו נזוז, משמיים יזיזו אותנו הרבה יותר.

ועם זאת, גם בצעדים המינוריים כל אחד מכיר את כוחותיו, וכל אחד נמצא בדרגה אחרת. אחת שכבר מלומדת בדיאטות לא תסתפק בהורדת כפית קצפת. היא מלומדת במלחמה הזאת, והיא יכולה לצעוד צעד גדול יותר, שבשבילה הוא עדיין מינורי. כל אחד צריך להכיר את מידתו.

אני אומר לכם מעצמי. כשהפסקתי לעשן, אחרי שנים רבות של עישון, חבר שעבר את אותה דרך הכין אותי מבחינה נפשית לקושי. ומה שראיתי לא ייאמן. כשהקדוש ברוך הוא רואה שאדם יוצא לכבוש יעד, הוא מיישר לפניו את הדרך. כמו במדבר, שהלכו ענני הכבוד לפני ישראל, ורש"י מביא שאחד מהם היה הולך לפניו, "מנמיך את הגבוה ומגביה את הנמוך" (רש"י במדבר י, לד). מה שמבקשים מאיתנו הוא רק להתעורר ולעשות את הצעד הראשון, ומשמיים מסייעים בהמשך. הצעד הראשון הזה נקרא פריצת דרך.

אפשר לחלק את היום ליומן לכמה יעדים, ואין צורך להסתפק ביעד אחד. מכיוון שמדובר בצעדים ולא במהפכות, אפשר לצעוד בכמה כיוונים במקביל. ואחרי חודשיים או שלושה, אדם מביט לאחור ורואה לאן הגיע ולאן התקדם. את מה שכל אחד יצעד אליו, יבחר לעצמו בעזרת ה'. אינני יכול לקבוע לכם מה אתם רוצים. יש מקומות שעושים זאת בקבוצות, ויש בזה כוח, אבל נתחיל כך, לאט לאט, והפירות עצמם ייתנו לנו את הכוח להמשיך הלאה. זו ההגשמה העצמית. ולא נשכח את היסוד: בלי נוכחות כאן ועכשיו, אין צעדים ואין יומנים.

חיל האוויר וחיל הרגלים

וכשאנחנו מדברים על היעד, אנחנו מצרפים אליו את כוח הדמיון. לפני השינה עושים דמיון מודרך מסודר. מי שבחרה לרדת במשקל, כבר רואה את עצמה בדמיון קונה בגדים במידה שהיא רוצה. מי שבחרה בקשר עם הקדוש ברוך הוא ובתפילה, כבר רואה את עצמה עומדת ומתפללת. מי שבחרה בשמירת שבת, כבר רואה את שולחן השבת הארוך ואת הקידוש. כל אחת לפי סגנון הצעד שלה. בלי דמיון מודרך ובלי כוח המחשבה אין הצלחה, ועל כך כבר הרחבנו במקומות אחרים.

אנחנו פועלים כמו צבא שיש לו חיל רגלים וחיל אוויר. הצעד המינורי הוא חיל הרגלים, שמתקדם על הקרקע, ומן הצד השני אנחנו תוקפים מן האוויר בדמיון המודרך. ככל שהדמיון יהיה ורוד יותר, חזק יותר ומוחשי יותר, וככל שנחיה אותו יותר, כך נקרב אלינו את היעד. זו מתמטיקה פשוטה.

וכדי שלא נשכח את הנוכחות שבכאן ועכשיו, אספר לכם מה קרה לי. אשתי ובתי באו לבקר את בתי הגדולה, לא רחוק מן המקום שבו הייתי. דיברתי עם אשתי בבוקר, והייתי עסוק מאוד כל היום. בסביבות שש ורבע בערב היא פשוט נכנסה לי למחשבה, והחלטתי להתקשר ולשמוע מה שלומה. היא אמרה לי: אתה לא מבין, חבל שלא ביקשתי ממך. התברר שהיא יצאה בלי טלפון, הסוללה של בתי נגמרה, ושתייהן ישבו בתחנה וחיכו לאוטובוס. שיביא אותן לצומת, כדי לנסוע משם הביתה. רגע לפני כן אמרה לבתי: אם אבא יתקשר עכשיו, הוא יקפיץ אותנו.

ובדיוק כשסיימה לומר זאת, התקשרתי. באתי, לקחתי אותן והורדתי אותן בצומת. חמש דקות אחר כך הגיע האוטובוס שלקח אותן הביתה. אילולא התקשרתי, היו נשארות שם, מחמיצות אותו ומחכות שעה לאוטובוס הבא. זו העוצמה של מי שזורם עם הכאן ועכשיו. זו דוגמה קטנה מעולם החומר, ויש דוגמאות גבוהות ממנה לאין שיעור.

ואחת החוויות הגדולות של הכאן ועכשיו היא התפילה. שגור בפי רבותינו שתפילה בלא כוונה היא כגוף בלא נשמה. מי שמדברת עם הקדוש ברוך הוא באמת, מרגישה שהוא עונה לה ומכוון אותה, ויש שזוכות לראות ניסים. כך אמר דוד המלך: "קרוב ה' לכל קראיו, לכל אשר יקראהו באמת" (תהלים קמה, יח). הקדוש ברוך הוא אינו חפץ בדיבור מן השפה ולחוץ. מי שרוצה לדבר איתו, ידבר איתו באמת, ואז השפע יורד.

אל נזניח את הדבר הזה. גם הוא יכול להופיע ביומן, כיעד בפני עצמו, עם ציון מאחת עד עשר: כמה השבוע הייתי נוכחת באמת, וכמה ריחפתי באוויר. אם בשיחות עם הילדים הייתי נוכחת רק חצי מן הזמן, הצעד המינורי הוא להגיע לחמישים ושניים אחוזים. וכן על זה הדרך.

ועם זאת, צריך להשתמש בכלי הזה בחוכמה. אין חובה להיות כל הזמן כאן ועכשיו. אם יש מישהי שכל האנרגיות שלה שליליות, ואת יודעת שכשתפגשי אותה היא תשפוך עלייך את כל רכילויות השכונה ואת כל החדשות הקשות, אין שום צורך להיות שם בכל כוחך. להפך, כשהיא מגיעה, מותר לרחף מעט. איש אינו מבקש מאיתנו להתייגר. אבל כשאת עוסקת בדבר שהריכוז שלך בו מועיל לך, לבית, לילדים ולבעל, שם תהיי כולך. והכתוב עצמו מכיר בכך שיש שעות שבהן מותר לאדם להסיח מעט את דעתו מן הצער, ועל כך אמר שלמה המלך: "תנו שכר לאובד ויין למרי נפש" (משלי לא, ו).

זו הדרך שלנו: צעד קטן ועוד צעד קטן, טיפה ועוד טיפה, עד שגם האבן הקשה ביותר נחקקת.

יהי רצון שנזכה בעזרת ה' לצעוד בכל יום צעד קטן אל היעד, ולראות בעינינו כיצד הטיפות הקטנות חוקקות בלבנו את אור התורה.



קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב' · שיעור חמישי: השגחה מטרית

החנות פתוחה והחנווני מקיף

שיעור 5 מתוך 10 בקורס קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב'. הסרטון המלא, ומתחתיו השיעור כתוב ומעובד לקריאה.

עוד קומה בסולם

בעל הסולם מלמד יסוד עמוק: ההשגחה העליונה על העולם היא השגחה מטרית, שכל כולה מכוונת אל התכלית, גם כשהשלים שבדרך נראים הפוכים ממנה. נבין מדוע העולם מצטייר בעינינו לפעמים כמבוכה גמורה, כיצד כל הבריאה דוחפת את האדם, בדרך התורה או בדרך הייסורים, אל תיקון אחד, להפוך למשפיע, ומה פירוש המשנה "הכל נתון בערבון, ומצודה פרוסה על כל החיים" (אבות ג, טז).

בשיעור על מנת להשפיע עמדנו על כך שהקדוש ברוך הוא ברא את האדם כדי להיטיב עמו בתכלית הטוב, בעולם הזה ובעולם הבא, וכדי שיוכל לקבל את ההטבה ברא בו רצון לקבל, שהוא ההפך הגמור מן הבורא, שכולו משפיע. מכאן שכל עבודת האדם היא להפוך את הרצון הזה ולהגיע להשתוות הצורה עם היוצר, וזו הדבקות, ובה גנוזים העונג, השלווה והעושר הפנימי שכל המין האנושי מחפש. והעבודה הזאת נעשית בשני שטחים: בין אדם לחברו, במצוות "ואהבת לרעך כמוך" (ויקרא יט, יח), שעליה אמר רבי עקיבא "זה כלל גדול בתורה" (ספרא קדושים ד, יב), ובמדרגה גבוהה יותר, לשמה, כלומר לפעול כדי לעשות נחת רוח ליוצרו.

עכשיו אנחנו מטפסים בעזרת ה' עוד קומה בסולם הגדול הזה. נצא מתוך שאלה מעניינת מאוד ששואל בעל הסולם, רבי יהודה לייב הלוי אשלג זכר צדיק וקדוש לברכה, ומתוך התשובה עליה נבין מה פירושה של השגחה מטרית, וכיצד היא נוגעת לחיים של כל אחד מאיתנו.

שתי הנהגות הפוכות

כותב בעל הסולם: "הנה כל בר דעת המסתכל במציאות הערוכה לעינינו, הוא מוצא בה ב' הפכים מקצה אל הקצה" (מאמר השלום, אות ב). כשאנחנו מתבוננים בבריאה, אנחנו רואים שתי הנהגות, אחת הפוכה מן השנייה. ההנהגות האלה הן שהעלו לאוויר העולם, במשך כל ההיסטוריה, שיטות פילוסופיות ואידיאולוגיות רבות.

ההנהגה האחת היא השגחה מופלאה על הבריאה ועל כל מה שחי על פני הארץ. בעל הסולם נותן דוגמה מן העובר. מן הטיפה הראשונה משתלשלים הדברים, והיא מגיעה אל הרחם, ושם ההשגחה מכינה לה מקום בטוח, מסודר בחכמה רבה. יש שם הגנה, יש מזון במידה מדויקת, והעובר שמור מכל פגעי העולם. רחמים גמורים ודיוק נפלא. מגיעה השעה, וההשגחה נותנת לו לזמן קצר כוחות עצומים לפרוץ את החומות שמקיפות אותו, והוא יוצא מרחם אמו אל עולם מחבק, אוהב ודואג. ברא לו אבא, ברא לו אמא, ונטע בהם טבעים נפלאים של אהבה ואכפתיות, מנגנונים שאי אפשר לתאר במילים. התינוק רק משמיע קול קטן, והאם קמה מתוך שיא השינה. כך הוא גדל בחום, באהבה ובעוצמה, עד שהוא נעשה חזק, מסוגל להתמודד עם המציאות, עצמאי, ויוצא אל החיים. ומי שמבין בבעלי חיים רואה שם דברים מדהימים, כיצד כל חיה בנויה בדיוק כך שתגיע אל מזונה. רחמים ודיוק שאין כדוגמתם.

ומן הצד השני, אנחנו פוגשים בהיסטוריה ובכדור הארץ מציאות שנראית כאילו משהו כאן עושה ככל העולה על רוחו. פתאום הטבע משתולל, גלי ענק, אסונות, ופתאום הרחמים הגמורים שראינו על העובר נעלמים מן העין. כלשונו של בעל הסולם, המסתכלים בדרכי הכלכלה והקיום של המציאות, "הרי בולטים לעיניהם אי סדרים ובלבולים גדולים, כמו שלא היה כאן שום מנהיג ושום השגחה, ואיש הישר בעיניו יעשה, וכל אחד בונה על חורבנו של חברו, ורשעים השגו חיל וצדיקים נרמסים באין חמלה" (שם). זו השאלה המפורסמת של צדיק ורע לו, רשע וטוב לו (ברכות ז, א).

מכוח הקושייה הזאת יצאו שיטות שונות, ובעל הסולם מונה אותן. שיטה אחת אמרה שאין כאן אלא טבע. מצד אחד הוא מדויק להפליא, ומצד שני הוא מתקלקל ומשתולל, כי אין לו רגש ואין לו שכל. "ולפיכך כינוהו בשם טבע, כלומר, משגיח החסר דעה והרגש" (שם, אות ג). שיטה אחרת לא יכלה לקבל שמי שסידר את כל החכמה הנפלאה הזאת יהיה חסר דעה, ולכן אמרה שיש כאן שני כוחות: אחד בורא ומקיים את הטוב, והוא אחראי לכל מה שראינו בעובר, ואחד בורא ומקיים את הרע, והוא אחראי לכל המבוכה, לאנדרלמוסיה ולאסונות. בשיעור הזה ננסה לגעת בעומק הדברים ולפתור את התעלומה הזאת, מה באמת קורה כאן, בעולם שלנו.

משל בן המלך

בעל הסולם מביא משל. מלך גדול נולד לו בן לעת זקנותו, והיה חביב לו מאוד, ומיום הולדו התחיל לחשוב על עתידו. הוא רצה שבנו יהיה חכם, ולכן קיבץ את הספרים היקרים ואת החכמים המצוינים שבמדינה והכין לו בית מדרש לחכמה. רצה שיאהב נגינה, וקיבץ את גדולי המנגנים והמשוררים. רצה שייהנה ממטעמי עולם, וקרא לטובי הטבחים והאופים. בנה לו היכלות ובנה לו מקומות עונג. כותב בעל הסולם: "והנה נתגדל הבן ובא בשנים, והוא סכל אין לו חפץ במושכלות, והוא סומא אינו רואה ואינו מרגיש מיופי הבניינים, והוא חרש לא ישמע בקול משוררים וכלי זמר" (מהות הדת ומטרתה, אות ד).

ומיד הוא מוסיף: "אולם עובדא כזה יכול שיארע למלך בשר ודם, מה שלא יתכן לומר כלפי השי"ת, אשר ענין אונאה אין נוהג בו כמובן" (שם). אצל מלך בשר ודם התוכנית יכולה להיכשל. אצל הקדוש ברוך הוא אין דבר כזה. אם הוא ברא את כדור הארץ, והרעיון שלו הוא להיטיב מאה אחוז עם הבריאה, בעולמות העליונים שלמעלה מעולמנו, בדבקות בו יתברך, שהיא אין סוף של הנאות, לא ייתכן שנסתובב כאן במפעל ונראה שרוב רובם של בני האדם כלל אינם בכיוון.

ועכשיו שימו לב. אם נצא מנקודת הנחה שהקדוש ברוך הוא ברא את העולם בשביל התורה והמצוות, ואחר כך נצא לאוויר העולם ונראה שרוב האנשים אינם בתמונה, היינו עלולים לחשוב שהוא ברא את כל המערכה הזאת, ובסך הכל קומץ קטן מכל תושבי כדור הארץ, אולי עשירית, אולי אחוז אחד ואולי פחות מזה, שיחקו אותה כמו שצריך, וכל השאר כביכול הולכים לאיבוד. על כך אומר בעל הסולם: כשברא הקדוש ברוך הוא את המפעל, הוא תכנת אותו כך שתהיה כאן מאה אחוז הטבה. וזו לשונו: "ועם זה מובן אשר תכלית הזו בטוחה לנו לכולנו בהחלט, דאם לא כן אתה מטיל פגם בהשגחתו ית' לומר שאינה מספקת למטרתה ח"ו" (שם).

זו המטרה התכליתית: שכולנו נבוא לתיקוננו. והתיקון שלנו, לפי כל מה שלמדנו, הוא להפוך להיות משפיעים, לזולת ולה'. זה התיקון של כל אחד מאיתנו. ואם שמתם לב, כל המערכת של הבריאה מכריחה אותנו להגיע לשם.

אומר בעל הסולם שהקדוש ברוך הוא ברא שני סוגים של מנועים שמביאים את האדם אל התכלית הזאת.

המנוע האחד נקרא תורה ומצוות. שימו לב שכל מערכת המצוות כולה היא השפעה, נתינה והענקה. כל המערכת סובבת על הציר הזה. היא מזככת אותנו, מטהרת אותנו ויוצרת בנו את הכלי לקבל את השפע האלוקי

המנוע השני, אומר בעל הסולם, הוא מערכת קשה מאוד, והיא נקראת דרך הייסורים. הקדוש ברוך הוא ברא מין מנגנון בתוך הטבע עצמו, שהבריאה הולכת ומתפתחת מתוך עצמה, עילה אחר עילה, מצב אחר מצב, עד שאנו באים לכלל הכרה לבחור בטוב ולמאוס ברע. וכך הוא כותב על שתי הדרכים: "דרך זו היא אמנם ארוכה בזמן ומלאה יסורין ומכאובים. ועל כן הכין לנו כלפי זה דרך נעימה וטובה, שהיא דרך התורה והמצוה, המסוגלת להכשירנו לתכליתנו בזמן קצר ובלי יסורין" (מהות הדת ומטרתה, אות ד).

את המנגנון הזה מסביר בעל הסולם על פי משנה אחת בפרקי אבות, שבלי ההסבר שלו היא נשארת סתומה.

הכל נתון בערבון

שנינו במשנה: "הוא היה אומר, הכל נתון בערבון, ומצודה פרוסה על כל החיים, החנות פתוחה, והחנוני מקיף, והפנקס פתוח, והיד כותבת, וכל הרוצה ללות יבא וילוה, והגבאים מחזירים תדיר בכל יום, ונפרעין מן האדם מדעתו ושלא מדעתו" (אבות ג, טז). זו לשונו של רבי עקיבא.

נתחיל מן הערבון. נניח שאני נותן לחבר סכום כסף גדול כדי שנעשה עסק ביחד, חצי חצי. אני חושש שהוא ייקח את הכסף ויפזר אותו על הבלים, וכל הקרן תרד לטמיון. לכן אני לוקח ממנו ערבון. לא מפני שאני צריך את הערבון עצמו, אלא כדי להבטיח לעצמי שבכסף הזה הוא יעשה עסקים. כך בדיוק מסביר בעל הסולם: הקדוש ברוך הוא ברא שמש ורוח, גלקסיות וכוכבים, אכילה ושתייה, חמצן, לב וכליות, מערכת ענק, ונתן אותה לבני האדם לעסוק בה, כדי שירוויחו על ידה בסופם את התכלית הנשגבה של הדבקות בו. "כל מה שהשי"ת הניח בעסק הבריאה ונתנה לבני אדם, לא נתן להם על הפקר אלא הבטיח את עצמו בערבון" (מאמר השלום, אות יג).

והערבון הוא מה שהמשנה אומרת מיד: "ומצודה פרוסה על כל החיים". מפרש בעל הסולם: "שהחכים השי"ת ופרש מצודה נפלאה כזאת על האנושות, שאף אחד ממנה לא ימלט" (שם). רשת פרוסה על כל החיים, והיא מבטיחה שבסוף נגיע אל התכלית ונקבל את ההטבה שתכנן מן ההתחלה.

ועכשיו נבין את זה בחיים שלנו. יש לך שתי דרכים להבין שמצוות ואהבת לרעך כמוך היא מן הדברים הגבוהים ביותר בתורה, ושיש כאן בעל הבית, והוא קבע שאנחנו צריכים לעבוד כאן במפעל על מנת להשפיע. יש לך את דרך בית המדרש: לשבת בשיעור, ללמוד את הדברים, להתחיל להתאמן עליהם ולקנות אותם. ניקח דוגמה.

אתה צריך להבין שעליך להשפיע ולהיטיב עם אשתך. דרך אחת היא שתבוא לשיעור, תלמד, תחכים, תפנים ותצא לפעולה. ויש דרך שנייה: תריב איתה כל שני וחמישי, תעברו ייסורים, תגיעו לבתי דין ותפתחו תיקים, ואתה תהיה זרוק חודשים אצל אמא שלך ואחר כך תחזור לאשתך. ולכן שלא תסתובב, תגיע בסוף לאותה נקודה עצמה: אתה צריך להעניק בבית, אתה צריך לשבת עם הילדים, ואתה צריך להקדיש זמן לאשתך. אם לא תבין את זה מתוך השיעור, מתוך דרך התורה והמצוות, הבריאה עצמה היא המצודה הפרוסה על כל החיים, והיא תכוון אותך לשם.

חוק ההתפתחות

בעל הסולם קורא למנגנון הזה חוק ההתפתחות. יש חוק שהאנושות תמיד מתפתחת ותמיד עולה, והיא עולה דווקא מתוך כך שהרע צף. הוא צף וצף ומתגבר, עד שאי אפשר עוד לחיות איתו, ואז החברה מוקיעה אותו ומוציאה אותו מתוכה. התבוננו בכל התקנות והשיפורים שבני האדם עושים. הם באים תמיד אחרי שיש מבוכה, אחרי שיש צרות ובעיות. מגלים את הבעיות, כבר אי אפשר לעמוד בהן, ואז מתקנים תקנות ומשפרים. מי שרוצה לתקן באמת אינו מסתפק בטיפול בתוצאה. הוא בודק מאין הרע מגיע ומה שורשו, וכיצד אפשר לרפא את העוני ואת המצוקה שמהם הוא צומח. וכך אנחנו משתפרים כל הזמן. ומי שגרם לכל זה הוא דווקא הרע, דווקא החושך.

וזו לשונו של בעל הסולם: "שההנהגות המקולקלות המצויות במצבי האנושות, הן עצמן הגורמות והבוראות את המצבים הטובים. וכל מצב טוב אינו אלא פרי עמלו של מצב הרע שקדם לו" (מאמר השלום, אות יד). והוא מכנה זאת "החוק של ההתפתחות שהטביע הקב"ה באנושות, הדוחף אותנו תמיד קדימה" (שם).

כך המין האנושי הולך ומתפתח, ולאט לאט מבינים שתושבי כדור הארץ צריכים להשפיע אחד לשני, כלומר להגיע לתיקון שלנו. ונגיע, לא משנה מאיזה כיוון. כל אחד ואחד. הקדוש ברוך הוא פרש כאן מצודה, והמצודה הזאת היא הערבון, כאילו הבטיח הקדוש ברוך הוא שבסוף באמת תקבל ממנו מאה אחוז. וזה שאמרו חז"ל: "כל ישראל יש להם חלק לעולם הבא" (משנה סנהדרין י, א). כולנו נגיע אל הסוף הטוב הזה, והשאלה היחידה היא באיזו דרך אנחנו רוצים להגיע.

כל דעביד רחמנא לטב עביד

עכשיו אנחנו מתחילים להבין את מה שאמרו חז"ל: "לעולם יהא אדם רגיל לומר: כל דעביד רחמנא לטב עביד" (ברכות ס, ב), כל מה שעושה הקדוש ברוך הוא, לטובה הוא עושה. לפעמים אנחנו שומעים על דברים מזעזעים, שהמוח שלנו אינו יכול לשאת ואינו יכול להבין. מי שמנסה לפרש דבר כזה מגיע למקומות שאי אפשר להגיע אליהם.

כאן מגלה לנו בעל הסולם יסוד גדול. הגופים מתחלפים, והנשמות חוזרות. וזו לשונו: "הגם שאנו רואים את הגופים שמתחלפים ועוברים מדור לדור, הנה זהו רק מקרה הגופים, אולם הנפשות, שהן עיקר העצמות של הגוף, המה אינן נעדרות כמשפט בני חילוף, אלא המה נעתקות ובאות מגוף לגוף מדור לדור. שאותן הנפשות שהיו בדור המבול, הן נעתקו ובאו בדור הפלגה ואח"כ בגלות מצרים ואח"כ ביוצאי מצרים" (מאמר השלום, אות יב). אנחנו אותן נשמות מאדם הראשון ועד היום. היינו בדור המבול, בדור הפלגה ובמצרים, והולכים וחוזרים. הגופים משתנים, והפנימיות הולכת ומתעדנת. זה נקרא סוד הגלגולים.

ובסופו של דבר כולנו נגיע אל קבלת ההטבה הנפלאה, שנקראת דבקות בה', שאין לנו בה מושגים. על העולם הבא אמרו חז"ל: "צדיקים יושבין ועטרותיהם בראשיהם ונהנים מזיו השכינה" (ברכות יז, א). זה תענוג שכאן אפשר רק לטעום ממנו מעט, כמו טיפה, וצריך להזדכך לרמות גבוהות מאוד כדי לחוות אותו באמת.

לכן, כשאנחנו שומעים על אסונות, וכשאנחנו בעצמנו עוברים משברים ונפילות, עלינו לזכור את הכלל הזה. המעשה כשלעצמו, בעיניים של בשר, הוא רע. אבל כשאני מסתכל עליו מתוך השגחה מטריתית, אני יודע שהמעשה הזה מצטרף לעוד הרבה מעשים שנעשים כאן בבריאה, וכולם דוחפים קדימה. זה חוק ההתפתחות. הטבע דוחף את האנושות קדימה, והתורה והמצוות דוחפות קדימה, ותמיד קדימה. והמקובלים מלמדים שמה שתוקן אינו הולך לאיבוד לעולם. נשמה שיורדת שוב לעולם אינה מאבדת את כל מה שתיקנה, ואינה צריכה לחשוש שתהרוס הכל מחדש. מה שתיקנת, שמור בכספת.

החנות פתוחה

נמשיך במשנה: "החנות פתוחה, והחנוני מקיף" (אבות ג, טז). רבי עקיבא ממשיל את כדור הארץ לחנות. החנות פתוחה. אנחנו מסתובבים כאן ואיננו רואים שום חנווני. נושמים, אוכלים, שותים ועושים כרצוננו. אומר בעל

הסולם שרבי עקיבא מצייר לנו כאן שני סוגים של בני אדם.

הסוג הראשון הם אלה שמבחינתם החנות פתוחה, בלי בעלים. הם עושים ככל העולה על רוחם, ומבחינתם אין דין ואין דיין. מסתובבים בכדור הארץ, אוכלים ושותים, ואולי אפילו אומרים מילה טובה למפעל: יצרת מפעל אדיר, כל הכבוד על השמש, כל הכבוד על האיים הנפלאים, טוב שבראת לנו חופים רחוקים וטיולים בקצות תבל. נהנים ועושים מה שבא להם, בלי שום קשר לתורה ובלי שום קשר למצוות. אין חנווני. וכדי להרגיש טוב עם המצפון, נתנו לו שמות. קראו לו טבע, קראו לו שני כוחות. כל הרעיון הוא שהחנות תישאר פתוחה, כי אם תעמיד בה חנווני, אתה מסבך אותם.

מסופר בדרך הלצה על אדם שהיה כל הזמן פסימי ומדוכא, ופתאום רואים אותו עולה במדרגות, שורק ומחייך. תפס אותו השכן ושאל מה קרה לו. אמר לו: גיליתי מה גרם לי את כל הצרות בחיים. הפסקתי לפתוח את תיבת הדואר. אני בהרגשה שאין כמוה. שמע השכן ואמר לעצמו, זה עובד. גם הוא הפסיק לפתוח את תיבת הדואר. מים, חשמל, ארנונה, שום חשבון אינו מטריד אותו, והוא נהנה מן החיים. אחרי כמה חודשים כל הבניין מוקף, הוצאה לפועל, שוטרים, מהומה. אותו דבר בדיוק. יש אנשים שאינם רוצים לפתוח את תיבת הדואר, אבל המצודה פרוסה על כל החיים.

רבת עם אשתך, נפגעת, הצטערת. הפנם: אתה צריך לשנות מידות, להתחיל להשפיע, להתחשב בזולת. לא הבנת, זה חוזר שוב. ושוב. זה לא ייפסק. הייסורים הם המצודה. כביכול הקדוש ברוך הוא מחויב לחנך אותנו, ללמד אותנו ולפתח אותנו בהתפתחות גבוהה, עד שנגיע אל הרגע שבו נופל אצלנו האסימון. זה הסוג הראשון של בני האדם, ותכף נראה מי מסדר להם את העניינים.

כל הרוצה ללוות

הסוג השני הם אלה שעליהם נאמר "וכל הרוצה ללוות יבא וילווה" (שם). הם יודעים שיש כאן חנווני. ואף על פי שיש חנווני, הוא אינו עומד עלינו ותובע את שלו, כי החנווני מקיף, כלומר נותן בהקפה. הוא אינו לוחץ: אכול, שתה, עשה כרצונך. כלשונו של בעל הסולם: "אע"פ שאינך רואה כאן שום חנווני, תדע שיש חנווני. ומה שאינו תובע תשלומיו, הוא מפני שנותן לך בהקפה" (מאמר השלום, אות יד).

אלה שקלטו שיש חנווני ראו את הדיוק שבטבע ואת העוצמה שבו, וראו שיש כאן אלוקות. ומפני שיש חנווני, הם לוקחים הכל רק כהלוואה. אכילה, שתייה, לינה, בריאות, חכמה, הכל כהלוואה. ועל ידי תורה ומצוות הם משלמים. והתשלום הוא שמה שתכננת במקור של כל הבריאה הזאת ושל כל המפעל, אני מקיים אותו. אני כל הזמן משפיע, מתקן את כל עניין הקבלה ופועל על מנת להשפיע, ומגדיל כל הזמן את האחוזים שלי בהשפעה לזולת, בהשפעה לשכינה, בהשפעה לה'. זה התשלום.

ויש בדרך הזאת יתרון גדול, אומר בעל הסולם. היא מהירה יותר, וההתקדמות נתונה בידיים שלך, מתוך הבחירה החופשית. וכך הוא כותב על דרך התורה: "שאנו מרוויחים זמן. כי הוא פועל לדעתנו, ויש בידינו להרבות בעסק ולמהר בזמן כפי חפצנו אנו" (מהות הדת ומטרתה, אות ו). כשזה בא על ידי ייסורים, לטבע יש זמן. כמה פעמים אנחנו אומרים על מישהו שזה פשוט לא נקלט אצלו. לטבע יש זמן. תראו זוגות שרבו עד גיל חמישים, ופתאום, בגיל חמישים או שישים, נופל להם האסימון. אוהבים זה את זה, יוצאים לטיולים, הוא מכין לה קפה. ויש כאלה שהתהליך אצלם הפוך, ודווקא בגיל שישים הם נפרדים. אומר בעל הסולם: הבריאה עובדת.

מדעתו ושלא מדעתו

וממשיכה המשנה: "והגבאים מחזירים תדיר בכל יום, ונפרעין מן האדם מדעתו ושלא מדעתו" (אבות ג, טז). אלה שמסתובבים כאן כביכול כאוכלי חנם, הגבאים גובים מהם. הגבאים הם הייסורים, הטבע עצמו, הבריאה עצמה, המכשולים והנפילות שמכוונים את האדם כל הזמן. ומה שהקדוש ברוך הוא גובה הוא ההתקדמות שלי. זו הגבייה. אין כאן חשבון של נקמה, עשית כך ולכן קבל מכה. הרעיון הוא שתתפקח, תבין ותפנים. מסביר בעל הסולם שהגבאים של ההתפתחות גובים מן הסוג הראשון בעל כורחם: "הגלים סוערים ובאים עליהם על ידי הרוח החזקה של ההתפתחות הדוחפים אותם מאחוריהם ומכריחים הבריות לפסוע קדימה" (מאמר השלום, אות טז).

מכאן נולד גם כל עולם המוסר והאתיקה. בני האדם נכשלו, הסתבכו וסבלו מסכסוכים, ומתוך כך למדו לשפר את עצמם, עד שהבינו שכדאי להם להיות בסדר עם החברה. כותב בעל הסולם על תורת המוסר האנושית, "שכל עיקרה של התורה היא איננה יותר רק סיכום של הנזקים שנולדו לעינינו על ידי גרעיני האגואיזם" (מהות הדת ומטרתה, אות ו). ואילו אצל שומר התורה והמצוות הפירעון הוא מדעתו. הוא בוחר לשלם בזמן, מתוך רצונו.

ועכשיו תראו את לשונו של בעל הסולם, שממנה לקוח המושג השגחה מטריתית: "הרי בולט לעיניך שהשגחתו ית' על המציאות שברא, אינה אלא בדמות של השגחה מטריתית, מבלי לקחת כלל בחשבון את סדר השלבים של ההתפתחות. כי אדרבה, דרכם לרמות אותנו ולהתיק עינינו מלהבין את תכליתם, בהיותם תמיד במצב ההפכי אל גמר מלאכתם" (מהות הדת ומטרתה, אות ג). ועל דברים כאלה, הוא אומר שם, "אין חכם כבעל הניסיון". רק מי שראה את הבריה בכל שלבי התפתחותה עד שלמותה יכול להירגע, ולא להיבהל מן התמונות המקולקלות שבדרך.

בדרך ההתפתחות אנחנו רואים תמיד את ההפך מן התכלית. התבוננו בצמיחתו של עץ. הזרע נרקב בתוך האדמה, הכל נראה נהרס, ומתוך זה דווקא צומח עץ. בעל הסולם נותן דוגמה מבעל חי ומאדם. התכלית של האדם היא להיות חכם, ואין מה להשוות אדם לבהמה. אבל ראו את ההתחלה שלנו: תינוק רך, שאינו יכול לעשות כלום ותלוי לגמרי באחרים. ובעוד כמה שנים, מי יודע, אולי ייצא ממנו גדול הדור. לעומת זאת, התכלית של בעל החי מועטת ביחס לאדם, ובהתחלה שלו הוא כבר עומד על רגליו. כמו שאמרו חז"ל, שור בן יומו קרוי שור (בבא קמא סה, ב). מי שלא ראה מעולם את סוף ההתפתחות, ויראה תינוק שנולד ועגל שנולד, יאמר על העגל, כלשונו של בעל הסולם, "שכאן נולד נפוליאון חדש" (מהות הדת ומטרתה, אות ג), ועל התינוק יאמר שלא ייצא ממנו כלום.

כך גם בדורנו. המקובלים מלמדים שאנחנו הולכים לקראת הגאולה, ובעינינו אנחנו רואים דווקא נסיגה. אומר בעל הסולם: המציאות שלפני השלמות נראית תמיד הפוכה ממנה. וזה מה שגילו לנו רבותינו באמרם כל דעביד רחמנא לטב עביד. כל מה שקורה משרת את המטרה הסופית, והבריאה הולכת אל תיקונה. איך בדיוק מתחברים כל החלקים ואיך מושלם הפאזל, את זה איננו יודעים. אבל בתור יחיד, עליך לדעת מה ה' אלוך שואל ממך: להשפיע. אם לא תבין את זה, תחזור לאותה נקודה עצמה שוב ושוב, עד שתתחנך ותשבור את הקליפה שלך.

צדקה, צא דקה

חבר טוב, חסיד חב"ד, אמר לי פעם דבר יפה. צדקה, אמר, נשמעת כמו צא דקה. צא מעצמך דקה אחת. היד אינה נכנסת מיד אל הכיס, כי איננו עוזבים את עצמנו. ברגע שאדם רואה מישהו שמבקש צדקה, הוא נזכר בבן שהוא צריך לחתן ובמכונת שהוא צריך להחליף. מבקשים ממך סכום קטן, ואתה כבר נכנסת לחשבונות של

חתונות. הוא ייתן צדקה רק כשייצא מעצמו לדקה. ואם אינו רוצה לצאת, עוצר אותו שוטר בצד הדרך ונותן לו דוח. הטבע כופה עלינו. כל מה שרצו ממך היה צדקה, והיית יכול לתת אותה מרצונך, במקום שראוי לתת. עד שתבין שאתה צריך להשפיע, שום דבר לא יעזור.

ויש כאן דבר שקשה להאמין, והוא פועל במקומות שמתחת למודעות. יש שאישה מקשה על בעלה ומכבידה על חייו, והיא בעצמה אינה יודעת מדוע. בעומק, היא בית הספר שלו, והיא שוברת בו את האגו. ותראו, כשהוא מתחיל להשפיע, לתת ולהעניק, הדברים נרגעים. הקשיבו לתלונות של נשים: הוא לא יושב עם הילדים, הוא לא עוזר, הוא לא מוציא אותי, הוא לא בבית. כל התלונות סובבות סביב נתינה. ולכן האישה נקראת "עזר כנגדו" (בראשית ב, יח). אצל הנשים אחוזי ההשפעה והנתינה גבוהים כבר מלכתחילה. כל המערכת של היריונות וגידול ילדים טבועה בהן מבראשית. אצל הגבר זה לא כך. לכן אנחנו, הגברים, צריכים את עזרתן. הנשים הן בית הספר שלנו לתת ולהעניק.

הקדוש ברוך הוא ברא את המנגנון הזה. ולכן, כשאנחנו פוגשים דברים רעים, אנשים במשברים, דברים שנהרסים, עלינו לחכות, להמתין ולהירגע. דבר טוב עומד להיוולד כאן. כך ברא ה' את עולמו: מה שבורא את הטוב הוא דווקא הרע שמתגלה לעינינו.

מידת ההשתוות

ועכשיו נבין מהו הרע הזה. שמעו מה כותב בעל הסולם: "אשר ענין התענוג והעידון, כל עיקרו הוא בשיעור השוואת הצורה ליוצרה" (מהות הדת ומטרתה, אות ה). כמה תתענג, כמה שלווה תהיה לך, כמה תהיה מאושר, הכל תלוי בשאלה כמה אחוזים פינית מתוכך את הרצון לקבל לעצמך, וכמה אתה משפיע.

זה מפרש לנו תעלומות. אתם רואים מתנדבים, והם מלאי חיים ומאושרים. אישה מתנדבת באיזה ארגון, אינה מקבלת על כך שקל, והיא מאושרת ומספרת על זה בעיניים בורקות. האדם שלידה אינו מבין: אין משכורת בסוף החודש, והיא מאושרת עד הגג. זו השוואת הצורה ליוצרה.

וממשיך בעל הסולם: "ולפיכך מאוס לנו האגואיזם וכואב אותנו בתכלית, להיותו הפכי הצורה מהיוצר ית'. אולם מיאוס הזה אינו שווה בכל נפש, אלא מתחלק בינותינו לשיעורים" (שם). העבודה שלנו, ומה שהבריאה תעשה

בסופו של דבר, היא ההתפתחות הזאת. וההתפתחות בעומקה היא זו: אתה עולה קומה, רואה את הרע שבך, מזהה אותו, מנקה אותו, ועולה עוד קומה.

בגלל זה רבים מתלוננים. אמרה לי פעם אישה שמתתפת בכל הקורסים בהתמדה: פתאום אני מגלה בעצמי דברים. כן, ככל שאדם עולה, הרע שבו בולט יותר. זה כמו חולצה לבנה תחת אור רגיל. אם יביאו זרקור חזק יותר, יראו בה כל כתם. אותו דבר בדיוק.

מן האדם הפרא

בעל הסולם מתאר את הסולם הזה מן המדרגה השפלה ביותר: "כי האדם הפרא הבלתי מפותח כלל, אינו מכיר את האגואיזם לתכונה רעה ולא כלום, ולפיכך משתמש עמה בגלוי לבלי שום בושה ובלי שום גבול, גוזל ורוצח לעיני כל בכל אשר תמצא ידו" (מהות הדת ומטרתה, אות ה). אנחנו יכולים לראות אדם פרא שאינו מתבייש באגואיזם שלו. הוא גונב, פורץ, חומס ולוקח, ולפעמים אפילו מתגאה בזה. כל העולם יודע מה הוא עושה, והוא פועל בלי שום בושה.

יש מדרגה גבוהה יותר, של מי שמתבייש באגואיזם. "והמפותח מעט כבר מרגיש איזה שיעור באגואיזם שלו לבחינת רע, ולכל הפחות מתבייש להשתמש עמו בפרהסיא... ובסתר עדיין מבצע כל זממו" (שם). הוא לוקח וחומס, אבל בסתר.

יש מדרגה גבוהה עוד יותר, של מי שהאגואיזם כל כך מאוס עליו, שגם בסתר הוא מנקה אותו. גם כשהוא פועל להיטיב עם הזולת, הוא מזהה מיד את המנגנון שלוחש לו: האיש הזה מקושר, בעוד שנה או שנתיים אתה עלול להזדקק לו. גם זה אגואיזם, והוא מנקה גם את זה. וכך כותב בעל הסולם: "והיותר מפותח הימנו נמצא מרגיש את האגואיזם לדבר מאוס ממש, עד שלא יוכל לסובלו בתוך עצמו ודוחה ומפרישהו לגמרי כפי שיעור הכרתו אותו, עד שאינו רוצה ואינו יכול ליהנות מעמל אחרים" (שם).

לכן אמרו חז"ל: "גדול הנהנה מיגיעו יותר מירא שמים", ולמדו זאת מן הפסוק "יגיע כפיו כי תאכל אשריו וטוב לך" (ברכות ח, א; תהלים קכח, ב). המעלה היא שלא להזדקק לאחרים. ולכן גם אמרו שעני חשוב כמת (נדרים סד, ב). הטבע כפה עליו את הקבלה, והוא תלוי באחרים. ומשום כך יש בהלכה גדרים ברורים מתי מותר לאדם לקבל.

ועוד אמר שלמה המלך: "ושונא מתנת יחיה" (משלי טו, כז). החיים האלה הם שבירת האגו, על מנת להשפיע. מי ששונא מתנות יחיה חיים טובים, כי יש לו השוואת צורה. ומי שאוהב מתנות נמצא כל הזמן בקבלה ובפירוד מה, וזה מוות. החיים והמוות האמיתיים הם הדבקות והפירוד.

ומבשרך לא תתעלם

תראו מה בעל הסולם אומר בהמשך. רק כשאדם הגיע למדרגה שאינו רוצה ליהנות מעמל אחרים, אז מתחיל כל המנגנון לעבוד: "אז מתחילים להתעורר בקרבו ניצוצין של אהבת זולתו המכונה אלטרואיזם, שהיא מידת הטוב הכללית" (מהות הדת ומטרתה, אות ה). זה מה שלמדנו אצל רבי עקיבא על ואהבת לרעך כמוך. רק אז האדם מתחיל בכלל לטעום מזה. יש אנשים שאינם יודעים כלל מה זה לאהוב אדם אחר, כי לאהוב את הזולת באמת מתחילים רק אחרי שניקית את האגואיזם. ואז מתחיל לצמוח האילן הנפלא של על מנת להשפיע, של לשמה.

בהרצאות על זוגיות אני נוהג לפנות למישהו מן הקהל. פעם פניתי לאישה שהייתה חודש לפני חתונתה, והחתן שלה ישב לידה. שאלתי אותה מה מצאה בו. אמרה לי: הוא אוהב אותי, הוא מפנק אותי, הוא מכבד את ההורים שלי, ואני יודעת שהוא יהיה שותף פעיל בחיים. שאלתי אותו מה מצא בה, והתשובה הייתה אותו דבר. כל אחד בא לקחת. לכן, כשאנחנו מדריכים זוג לפני נישואים, אנחנו מלמדים אותם מן ההתחלה: אל תשלו את עצמכם. אומרים לו: היא רוצה ממך מאה אחוז. ואומרים לה אותו דבר עליו. ואתם נכנסים עכשיו אל המערכה ואל העבודה. התחילו לתקן את מידת האגו, את מידת הקבלה, והתחילו להשפיע. זו העבודה, זו הזירה, זה כור ההיתוך, בתוך הבית. שם האדם נבחן.

וגם זה, כותב בעל הסולם, "מתלקח אצלו בסדר התפתחות הדרגתי. דהיינו מתחלה מתפתח בו חוש האהבה וההשפעה לצרכי קרוביו ומשפחתו" (שם). כמו שאמר הנביא: "ומבשרך לא תתעלם" (ישעיה נח, ז). אינך יכול להתעלם מבשרך, מבנך, מבתך ומאשתך. ובחיים שלנו רואים את המדרגות האלה בבירור. מי שבא אל הנישואים מתוקן בעניין הזה, הדאגה שלו לילדים גדולה יותר, דקה יותר ומדוקדקת יותר, וכך גם היחסים שלו עם אשתו. אם גדלת בבית שבו משפיעים, נותנים ומעניקים, קל לך יותר להיכנס אל הזירה של הנישואים. ואם גדלת בבית שבו האב יושב כמו מלך וכל הבית משרת אותו, מה תאכל ומה תשתה, אתה מגיע אל האישה של

ימינו, והיא אומרת לך: קום והכן לעצמך. היא תתקן אותך, וזה קשה יותר. וכך גם החברה. היא מוקיעה מתוכה את מי שרוצה רק לקבל, אינה מקבלת אותו, ואז הוא נאלץ לתקן את עצמו.

האימונים מתחילים בקן המשפחתי. אומרת הגמרא: "למה נקרא שמה חסידה, שעושה חסידות עם חברותיה" (חולין סג, א). ושגור בשם בעל חידושי הרי"ם מגור, שלמרות זאת היא עוף טמא, כי היא עושה חסד רק עם חברותיה, ומחוץ לתחום שלה אינה עושה חסד. זה שלב של התפתחות. ההתפתחות הראשונה של ההטבה לזולת, שהיא התיקון הכללי, מתחילה בבית ובמשפחה, אבל אסור שתיעצר שם.

ממשיך בעל הסולם: "וכשמתפתח יותר, מתרחבת בו מידת ההשפעה לכל בני סביבתו, שהם בני עירו או בני אומתו. וכן מוסיף והולך עד שמתפתחת בו בחינת אהבת זולתו על כל האנושות כולה" (מהות הדת ומטרתה, אות ה). הוא כבר נכנס לוועד הבית, אכפת לו מן השכונה, מן הסביבה ומן המעגל הרחב, וכך הלאה, עד שאכפת לו מן העולם כולו. ראינו זאת בדורנו אצל הרבי מליובאוויטש, שאהבתו לכל יהודי הגיעה לממדים עצומים, ושלוחיו הגיעו לכל פינה בכדור הארץ, כדי שגם יהודי בקצה העולם יזכה להניח תפילין, שהרי התורה והמצוות, כמו שאמרנו, הן שמזככות את האגו ומביאות להזדככות הנשמה. האהבה הזאת הולכת ומתפתחת, הולכת וגדלה, עד שאדם מגיע למצב שאכפת לו מכל העולם כולו. וזה תפקידו של עם ישראל בבריאה, כמו שאמר הנביא: "ונתתיך לאור גוים" (ישעיה מט, ו), ללמד את העולם את דרך ההשפעה והנתינה.

הדלק של העלייה

בעל הסולם מסביר כאן דבר נפלא. יש שניסו לבנות חברה שכולה נתינה לזולת, שבה כולם שווים והכל למען הכלל, אבל הוציאו את הבורא מן התמונה. אצלנו, גם כשאני מטיב עם הזולת, אני עושה זאת מפני שה' שמח בזה. בעל המפעל אמר שזה המנגנון, ואני עושה זאת כדי לעשות נחת רוח לה'. ובלי זה, אומר בעל הסולם, אין דלק. כדבריו: "כי מי ומה יחייב את היחיד להרבות תנועותיו להתייגע לשם החברה" (מאמר השלום, אות ח). ואם יעמידו שומרים שישגיחו שאנשים יטיבו זה עם זה, גם השומרים עצמם צריכים כוח שיניע אותם. הדבר דומה, כלשונו, "כמו הרוצה להניע מכונה בלי תת לה חומרי דלק" (שם, אות ט).

אבל כשהעבודה היא לשם ה', הפעולות האלה עצמן גורמות זיכוך והשתוות הצורה, ובהשתוות הצורה אני מקבל מיד. מי שעובד לשמה עולה מיד בדרגות, וממילא יש לו דלק לעלות לעוד דרגה. ניקח דוגמה. אדם התחיל להיטיב עם אשתו, להעניק לה ולעשות למענה, והיא פסיבית. כלום. שנה, שנתיים, עד שהוא כמעט משתגע.

אנחנו בנויים כך שאנחנו צריכים דלק כדי להמשיך להיטיב. והקדוש ברוך הוא נותן את הדלק הזה: הזדככת, התעלית, עלית קומה, הגעת להשתוות הצורה. זה הדלק.

והפלא הגדול הוא שהסימן לכך שעלינו קומה הוא שצף רע חדש. אנשים מתבלבלים מזה. הם בעלייה, מתקדמים בעבודת ה', ופתאום תוקף אותם רע, נופלת עליהם איזו סתירה, ואינם מבינים מאין זה הגיע. וזה מבואר בתורת רבי נחמן מברסלב, כמו שכתב תלמידו, שכל פעם שאדם רוצה לצאת ממדרגה למדרגה, הרע מתגבר עליו, ו"צריך שיהיה לו ירידה קדם העליה" (ליקוטי הלכות, הלכות נשיאת כפים ד, ו). הירידה הזאת מראה שהאדם עולה קומה, כי כשעולים קומה, הרע צף.

זה כמו בניקיון הבית. בניקיון שטחי הכל נראה בסדר. מתחילים להזיז כמה דברים הצידה, וכבר מתגלה משהו. מגיע פסח, מזיזים את הארונות הכבדים, ופתאום מגלים שגם בבית של האישה הנקייה, שכל השכונה מתגאה בה, יש לכלוך, כי הארון הזה כבד, ומעולם לא הזיזה אותו. מי שמזיז את הדברים רואה את הכלוך. כך גם בעבודה הפנימית: הייסורים שמתגלים הם עלייה במדרגה.

הסקוטש של האם

כל עניין השכר והעונש אינו נתפס בקבלה כמו שמקובל לחשוב, עשית כך ולכן מכות. איננו שותפים של ה' שהוא מתחשבן איתנו. העונש על פי הקבלה פירושו: אני צריך לקדם אותך אל התכלית.

ניקח דוגמה. ילד יצא לשחק והתלכלך בזפת, וצריך לנקות אותו. האם הרחמנייה, שכל כולה רחמים, צריכה לקחת סקוטש ולשפשף. היא בוכה יחד איתו, אבל היא חייבת לנקות את הכלוך. הלכלוך הזה הוא האגואיזם. כל עבירה, כל מרד בה, עניינה לקחת לעצמנו. גם "ולא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם אשר אתם זנים אחריהם" (במדבר טו, לט), גם כל עניין הגזל, הכל הוא לקחת, לקבל. כל המרד בה' בא מפני שאני עומד במרכז התמונה, וכל זה צריך לזוז הצידה. ואם התלכלכנו, הייסורים באים לנקות את הכתם, והניקיון שלו הוא הלימוד, ללמד אותנו שטעינו.

לכן המקובלים אומרים, וכך גם בגמרא, שהטבע פועל מידה כנגד מידה: "שכל מדותיו של הקדוש ברוך הוא מדה כנגד מדה" (סנהדרין צ, א). לקחת הלוואה מאדם לפני שמונה שנים ולא החזרת. אחרי שמונה שנים בא מישהו, לוקח ממך הלוואה ואינו מחזיר, ולפעמים זה אפילו אותו סכום בדיוק. הקדוש ברוך הוא מסדר את

הדברים מידה כנגד מידה, כדי שהאדם יבין, יקלוט וינקה את הבעיה. ועוד דוגמה. אתה מסוכסך עם אדם ולא סגרת איתו את החשבון, ולכן שתלך תשמע את שמו, במוסך, במכולת, בסופר. נדמה לך שהוא רודף אחריו. סגור איתו את החשבון. אלה הייסורים. הבריאה עצמה מנקה את הזוהמה ואת הרע, וכך אנחנו מתפתחים. וככל שנרבה בתורה ומצוות ונשווה את הצורה בדרך הטובה, כך לא נצטרך ייסורים.

ובחרת בחיים

מכאן שזו בחירה שלנו. כתוב בתורה: "ראה נתתי לפניך היום את החיים ואת הטוב ואת המות ואת הרע" (דברים ל, טו), ונאמר: "ובחרת בחיים" (שם, יט). פרשיות שלמות בתורה מדברות על כך. "אם בחקתי תלכו" (ויקרא כו, ג), יהיו שפע וכלכלה, "ונתתי גשמיכם בעתם" (שם, ד), "וחרב לא תעבר בארצכם" (שם, ו). החרב לא תעבור, כי אין בה צורך. העם ממוקד, קלט את הרעיון של שבירת האגואיזם ושל ההשפעה, ועובד על פי התורה והמצוות. אין צורך שתעבור חרב בארצו, ואין צורך שישבו ויתפללו על הגשם, כי הגשם יורד בעתו.

ומן הצד השני כתוב בתורה דבר אחר: "ואם בחקתי תמאסו" (שם, טו), כאילו אומרים: הדרך הזאת לא מתאימה לנו. והקדוש ברוך הוא אומר: אין בעיה. אל התכלית כולנו נגיע, במסלול השני. יש שני מסלולים, פשוט וקל. במסלול השני הרע צף וצף, עד שהחברה אינה יכולה לסבול אותו, ואז היא מוקיעה אותו ומסלקת אותו. כך ראינו פעמים רבות בתולדות העולם: הרע משתולל שנים ארוכות, מגיע לשיאו, ובסוף מגיע הרגע שבו הוא מתמלא וצריך לנקות אותו. התבוננו במה שקרה במבול. שם עלה האגואיזם עד כדי כך שהיה צורך בהתחדשות גמורה, להרוס הכל ולבנות מחדש. ולפעמים קורה דבר דומה גם בחייו של אדם. כל החיים מתרסקים, ומשם דווקא מתחילה צמיחה חדשה.

זו ההשגחה המטרתית. השלבים שבדרך מטעים את העין, והתכלית בטוחה. החנות פתוחה והחנווני מקיף, והגבאים גובים מכל אחד, אם מדעתו ואם שלא מדעתו. אשרי מי שבחר ללוות מדעתו, לשלם בכל יום מעט מן החוב בדרך של תורה, מצוות ונתינה, ולחסוך מעצמו את הדרך הארוכה של הייסורים.

יהי רצון שנזכה לפרוע את חובנו מדעתנו ומתוך שמחה, ולראות בעינינו כיצד כל מה שעושה הקדוש ברוך הוא, לטובה הוא עושה.

המימד הנוסף · הרב יוסף ביטון שליט"א

050-590-1349 · ravbiton.com · קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב', שיעור 5



קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב' · שיעור שישי: השוואת הצורה

ובו תדבק

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

מן הבחירה אל הדבקות

התורה מצווה אותנו "ובו תדבק" (דברים י, כ), ובשיעור הזה נלמד מתוך מאמר לסיום הזוהר של בעל הסולם מהי הדבקות הזאת: חיבור רוחני שאינו תלוי בזמן ובמקום, ונוצר רק מתוך השוואת הצורה, במוח ובלב. נראה כיצד אדם שנברא כולו רצון לקבל יכול להפוך לרצון להשפיע בכוח התורה והמצוות, ומהו מקומו של הדור שלנו, שבו כבר ניתן לנו מצד ה' כל האור, ונשאר לנו להכשיר את עצמנו לקבל אותו.

בשיעור על הבחירה עמדנו על כך שרוב מה שאנחנו הוא ירושה. אנחנו העתק של הורינו, והם העתק של הוריהם, ועיקר הבחירה שבידינו הוא בחירת הסביבה: החברה, הרב, הספרים. ומי ששותל את עצמו במקום הנכון ומתחבר אל עולמם של רבי שמעון בר יוחאי ושל האר"י הקדוש, זוכה למה שנאמר "והיה כעץ שתול על פלגי מים, אשר פריו יתן בעתו ועלהו לא יבול" (תהלים א, ג). ההרגל נעשה אצלו טבע, ונכנסות בו תכונות חדשות שלא קיבל מן הבית.

מכאן אנחנו מטפסים. עד עכשיו הסתובבנו, כמו שאומרים, בחלקו התחתון של ההר, ומעתה מתחילים לעלות באמת. הפרק שלפנינו הוא מן החשובים שבעבודת ה', והוא דורש ריכוז והתבוננות.

להידבק באש אוכלה

גם הפעם אנחנו לומדים מתורתו של בעל הסולם, רבי יהודה לייב הלוי אשלג. כשסיים לפרש את כל ספר הזוהר בפירוש הסולם, נשא דברים לרגל סיום הדפסת הזוהר עם הפירוש, והם נקראים מאמר לסיום הזוהר. בפתח דבריו הוא עומד על שאלה פשוטה.

כתוב בתורה "את ה' אלהיך תירא, אתו תעבד ובו תדבק" (דברים י, כ). רובצת עלינו, בני אדם קרוצי חומר, מצווה מופלאה: להידבק בקדוש ברוך הוא. וכבר עמדו חז"ל על הקושי שבדבר, שהרי נאמר "כי ה' אלהיך אש אכלה הוא" (דברים ד, כד), ואין בשר ודם יכול להידבק באש אוכלה. ותשובתם, כפי שמביא אותה בעל הסולם: "הדבק במדותיו. מה הוא רחום, אף אתה רחום. מה הוא חנון, אף אתה חנון" (מאמר לסיום הזוהר, על פי ספרי דברים מט ושבת קלג, ב).

וכאן מקשה בעל הסולם. לכאורה הוציאו חז"ל את הכתוב מפשוטו. אילו היה כתוב להידבק בדרכיו, היינו מבינים שהכוונה למידותיו, לרחום ולחנון. אבל הכתוב אומר ובו תדבק, בו עצמו. ועוד צריך להבין מדוע דווקא ההליכה במידותיו היא שיוצרת את הדבקות ואת ההתמזגות בבורא יתברך.

בלי זמן ובלי מקום

התשובה של בעל הסולם היא יסוד גדול. יש הבדל מוחלט בין חיבור בעולם החומר לבין חיבור בעולם הרוח. בעולם החומר כל המושגים שלנו של חיבור ושל פירוד תלויים בזמן ובמקום. אנשים שיושבים יחד באולם אחד מחוברים, כי הם נמצאים באותו זמן ובאותו מקום. כשייגמר המפגש, כל אחד יעלה לרכבו ויסע לדרכו, הזמן והמקום ישתנו, וייווצר פירוד.

ברוח, אומר בעל הסולם, זה עולם אחר לגמרי. החיבור שם אינו קשור לזמן ואינו קשור למקום, ואת החיבור ואת הפירוד יוצרת מציאות שנקראת השוואת הצורה. וכלשונו: "השוואת הצורה, שיש בין שני רוחניים, מובנת לנו כדביקות. ושינוי הצורה, בין שני רוחניים, מובן לנו כפירוד" (מאמר לסיום הזוהר).

צורה היא מלשון ציור, הפנים של הדבר. לאדם יש גוף ויש נשמה, והנשמה היא הצורה. כשיש השתוות צורה בין שניים, פירוש הדבר שהציור הפנימי שלהם שווה, שהפנימיות שלהם שווה.

כך נוצרת אהבה בין בני זוג. היא נוצרת כששניהם אוהבים אותו דבר. ברגע שהם אוהבים אותו דבר, הם השתוו בצורה, וזה מה שמאחד אותם. וכך כותב בעל הסולם: "כי מפני שהאחד אוהב, כל מה שחבירו אוהב, ושונא, כל מה שחבירו שונא, נמצאים דבוקים זה בזה, ואוהבים זה את זה" (שם).

סיפר לי פעם אדם על מישהו שהגיע בטעות למקום זר ומרוחק, ושם התברר שהאיש החשוב במקום הוא, כמוהו, איש ג'ודו. השניים ישבו יחד שעות ארוכות ודיברו על ג'ודו. מה שחיבר ביניהם היה האהבה המשותפת לאותו

וכך גם מי שבא ללמוד את הדברים האלה. אנשים אינם נפגשים במקרה סביב שיעור כזה, וגם אינם ממשיכים במקרה לטפס איתנו בהר. יש להם מכנה משותף, רצון משותף להשתפר, להתעלות ולהזדכך, והרצון המשותף הזה הוא עצמו השוואת צורה.

מה הוא רחום

ומכאן לדבקות בבורא. כדי להשוות צורה עם הקדוש ברוך הוא, אומר בעל הסולם, עליי ללכת בדרכיו. וכל דרכיו סובבות סביב חוק אחד פשוט: הרצון להשפיע. רחום פירושו משפיע, חנון פירושו משפיע, ארך אפיים פירושו משפיע. אצלו הכל השפעה. וכלשון בעל הסולם: "מה הוא יתברך, כל מעשיו הם להשפיע ולהועיל לזולתו, ולא לתועלת עצמו כלל", ומכאן: "אף אתה, כל מעשיך יהיו להשפיע ולהועיל לזולתך" (שם).

ברגע שאנחנו מתחילים להשפיע, לתת ולהעניק בכל הרבדים, אנחנו משווים את צורתנו לצורתו יתברך. לכן אין דרך אחרת לדבקות, וחז"ל פירשו את הכתוב כפשוטו ממש. דבקות רוחנית אינה יכולה להיווצר בשום דרך זולת השוואת הצורה, ומי שהולך במידותיו של הקדוש ברוך הוא, דבוק בו עצמו.

כך גם בבית. בעל ואישה שרוצים להגיע לדבקות, לאיחוד, צריכים לאהוב אותו דבר ולהתקרב זה אל זה ברצונות. מי שיש לו רצונות הפוכים צריך לכופף את עצמו. וככל שהם מתעניינים יותר בדבר אחד, כך הם נעשים אחד. וכשיש שני רצונות נפרדים, קורה בדיוק ההפך: פירוד.

וזה הפירוד ברוחניות. אם השוואת הצורה היא ללכת באותן דרכים ולרצות אותם רצונות, הפירוד הוא לרצות הפוך ולהתנהג הפוך. אדם שמתנהג באכזריות נפרד מן הקדוש ברוך הוא. בעל הסולם ממשיל זאת לגרזן שחותך ענף מן העץ. הענף נפרד מן העץ, ויש כאן הפרדה מוחלטת. וכלשונו: "שינוי הצורה פועל ברוחניות, כמו גרזן המפריד בגשמיות" (שם). כל מעשה שלנו שסובב סביב הציר של לקבל יוצר פירוד מן הבורא יתברך, ובאותו משקל כמו בחומר. העובדה שהדבר רוחני ואינו נראה לעין אינה מקטינה אותו.

ואותו דבר בזוגיות. מגיעים אליי זוגות, ולפעמים אחרי ארבעה או חמישה משפטים אני כבר רואה כמה רחוק הגיע הפירוד. הם יצרו פירוד על גבי פירוד, עד שהגיעו מים עד נפש. לאחד מהם אמרתי: זה כאילו לפני ארבע

שנים עלית על רכב ונסעת דרומה, והיא עלתה על רכב ונסעה צפונה, ואתם כבר ארבע שנים בתנועה, כל אחד בכיוון ההפוך מן השני. פער כזה קשה מאוד להשלים. וזה בדיוק מה שקורה ברוחניות.

מוחא וליבא

בעל הסולם מלמד שבהשוואת הצורה יש שני רבדים: "ויש בהשוואת הצורה האמורה, בחינת מוחא ובחינת לבא" (שם). יש רובד של מוח ויש רובד של לב. אנחנו לומדים כאן דברים גבוהים. בעזרת ה' נדע אותם תחילה, ולאט לאט הם גם יחלחלו פנימה.

ברובד של המוח עליי לחשוב את המחשבות שהקדוש ברוך הוא חושב, להשוות את צורתי לצורתו במחשבה. כביכול, כמובן. המושגים מוח ולב נאמרים כלפי מעלה רק בדרך השאלה, והם רבדים של ההשגה שלנו באלוקות. כל פעם שאני חושב מחשבה שהקדוש ברוך הוא חושב אותה, יש השוואת צורה ביני לבינו. וכל פעם שאני חושב הפוך ממנו, אני נפרד ממנו.

לדוגמה, כתוב "לא הביט און ביעקב ולא ראה עמל בישראל" (במדבר כג, כא). הקדוש ברוך הוא אינו רואה רע בעם ישראל. כל פעם שאדם רואה רע ביהודי, הוא חושב הפוך ממה שה' חושב. וכל פעם שהוא מוצא רע בחייו שלו, בשעה שהקדוש ברוך הוא כולו טוב, הוא חושב הפוך ממנו, וזה יוצר פירוד. וכל פעם שאנחנו חושבים כמו הבורא, אנחנו דנים את העולם לכף זכות ורואים בו את הנקודות הטובות.

זה הסוד של החשיבה החיובית. היא השוואת צורה. אצל הקדוש ברוך הוא אין אפילו רגע אחד של מחשבה שלילית, כי הוא מקור הטוב, כל השפעותיו טובות וכל מעשיו בבריאה טובים. ומה שנראה לנו אחרת, כבר עמדנו עליו בשיעורים אחרים.

וברובד של הלב, הדברים נוגעים בעיקר למעשים. מאחורי כל מעשה שלנו צריך לעמוד הרצון להשפיע. כשאני נפגש עם בני משפחתי, השאלה שצריכה ללוות אותי היא היכן אני משפיע והיכן אני מעניק, ברובד הרוחני וברובד הגשמי.

נקודה שאין בחברו

ההשפעה אינה רק בעניינים חומריים. המקובלים מסבירים, ורבי נחמן מברסלב כותב זאת בספריו, שבכל אחד מאיתנו יש מעלה שאין בחברו: "כי יש בכל אחד מישראל דבר יקר, שהוא בחינת נקודה, מה שאין בחברו" (ליקוטי מוהר"ן לד, ד). לכל אחד ניתנה מאת ה' יתברך נקודה טובה משלו. וכשאנחנו מדברים עם חבר, ואפילו כשאנחנו מיטיבים איתו בדבר חומרי, מתקיים בלי ידיעתנו מה שנאמר בקדושה, "ומקבלין דין מן דין" (תרגום יונתן ישעיה ו, ג). הנקודה שלנו משפיעה על הנקודה של החבר, והחבר משפיע בנו. וכך כותב שם רבי נחמן, שבבחינה הזאת שיש באדם יותר מחברו "הוא משפיע ומאיר ומעורר לב חברו" (שם).

וזה נעשה ממילא. אין צורך דווקא לדבר עם החבר על הנקודה הטובה שבו. כל פעולה שנעשית ביניהם מעבירה את ההשפעה. לכן מסופר על רבי נחמן מברסלב שהיה משחק שחמט עם משכילים גדולים, ולא דיבר איתם על יהדות, ובכל זאת קירב אותם. האורות שיש בנשמה משפיעים זה על זה, נרצה או לא נרצה.

ועכשיו שימו לב היטב. כשאנחנו פועלים במוח ובלב, במחשבה ובמעשה, ושניהם סובבים סביב הציר של להשפיע, אנחנו מזדככים ומתעלים לאט לאט, ונוצר מצב של השוואת צורה.

חלק אלוה ממעל

זו בעצם המטרה, תכלית החיים. בשביל זה באנו לעולם, בשביל ובו תדבק, וזו כל המציאות שלנו בעולם הזה. ואת הדרך אליה מסרו לנו אבותינו הקדושים, וקיבלנו אותה מן הקדוש ברוך הוא על ידי הנביאים: הכלי שמסוגל לזכך אותנו ולהביא אותנו להשוואת הצורה הוא התורה והמצוות.

מי שמתבונן בתורה מתחילתה ועד סופה רואה זאת. דרש רבי שמלאי: "תורה תחלתה גמילות חסדים, וסופה גמילות חסדים" (סוטה יד, א). בתחילתה הקדוש ברוך הוא מלביש את אדם ואת חוה כתנות עור, ובסופה הוא קובר את משה רבנו בגיא. ועוד קודם לכן מלמדים חז"ל שהקדוש ברוך הוא קישט את חוה והביא אותה אל האדם (ברכות סא, א). כל התורה כולה סובבת סביב השפעה ונתינה, ודרך התורה והמצוות עלינו להגיע אל התכלית שעליה אנחנו מדברים.

כאן מקשה בעל הסולם קושיה עמוקה, וביחד נבין אותה: לבקש דבר כזה מבריה קרוצת חומר הוא כמו לבקש ממנה ללכת באוויר.

בתוכנו יש חלק אלוקי. נאמר באדם "ויפח באפיו נשמת חיים" (בראשית ב, ז), ובעל התניא כותב שהנפש השנית שבישראל "היא חלק אלוה ממעל ממש", ומביא מן הזוהר: "מאן דנפח מתוכיה נפח" (תניא פרק ב). מי שנופח, מתוכו ומפנימיותו הוא נופח.

וכשיצא החלק הזה מן הקדוש ברוך הוא ובא אלינו, הוא היה צריך להיפרד ממקורו כדי שנוכל לקבל אותו. ולשם כך היה צריך מנגנון שייצור את הפירוד, והמנגנון הזה הוא הרצון לקבל. לכן נבראה הנשמה כולה רצון לקבל, כדי שהחלק הזה ייפרד מן האלוקות ויעבור לנחלת האדם. בעל הסולם כותב שהנשמה היא הארה הנמשכת מעצמותו יתברך, ושינוי הצורה של הרצון לקבל הוא שהפריד אותה ממנו ועשה אותה לחלק נפרד.

ולא זו בלבד, אומר בעל הסולם. החלק האלוקי הזה נכנס אל תוך גוף, שהוא שיא הרצון לקבל: רעב, צמא, שינה, פינוק, תאוות. כל תנועה של הגוף היא רצון לקבל. וכך כותב בעל הסולם: "אין אדם יכול להזיז אבר, בלי שיפיק מזה איזה תועלת לעצמו" (מאמר לסיום הזוהר). אדם מזיז את ידו ממקום למקום כי הוא מבין שכך יהיה לו נוח יותר. לולא האינטרס הזה לא היינו זזים כלל, לא היינו נישאים, לא מגדלים ילדים ולא עושים דבר.

והאמת צריכה להיאמר. כמעט הכל אגואיזם. גם מי שנראה צדיק וחסיד, כשבודקים לעומק, הרצון לקבל פועל בו. אפילו החינוך של ילדינו אינו תמיד באמת בשביל הילדים. לא פעם אנחנו רוצים שיאמרו עלינו איזה חינוך נתנו, ושהבן שלנו לומד במקום חשוב. ואין זה מפני שאנחנו אשמים במשהו. כך נבראנו: נשמה שהולבשה ברצון לקבל, בתוך גוף.

ועכשיו, אומר בעל הסולם, באים ומבקשים מן האדם את ההפך הגמור: להפוך ממקבל במאה אחוז לנותן במאה אחוז, משפיע במוח ובלב. ובעל הסולם עצמו כותב על כך בפשטות: "אכן אני מודה, שהוא דבר קשה מאד" (שם).

תבלין ליצר

התשובה של בעל הסולם היא שאין שום אפשרות להגיע להשוואת הצורה מכוחו של האדם לבדו. יש דרך אחת בלבד, והיא קשה ומייגעת: עשיית מצוות ולימוד תורה. ולולא העסק בתורה ובמצוות לשמה, כותב בעל הסולם, "אין שום תחבולה שבעולם, מועילה לנו להפוך טבעו" (שם).

הקדוש ברוך הוא יצר את המצב הזה מראש, כמו שאמרו חז"ל: "בראתי יצר הרע ובראתי לו תורה תבלין" (קידושין ל, ב). ומכאן אנחנו מתחילים להבין מהו יצר הרע. תמיד קראנו לו כך, ונדמה היה לנו שמדובר באיזה יצור מפחיד. יצר הרע הוא הרצון שלנו והתשוקה שלנו לקבל כל הזמן לעצמנו. כל העבודה סובבת סביב הרצון לקבל, וקיום תורה ומצוות במלוא העוצמה הוא הכוח היחיד שמסוגל להפוך אותו לרצון להשפיע.

יש בזה כמה רבדים. יש רובד מובן, שכבר עמדנו עליו: התורה עצמה מצווה על נתינה. לא תגנוב, לא תגזול, חסד בין בני הזוג, הכל השפעות. אבל יש רובד עמוק יותר. יש בתורה אור. עד כדי כך אמרו חז"ל, כביכול בשם הקדוש ברוך הוא: "הלואי אותי עצבו ותורתי שמרו, מתוך שהיו מתעסקין בה המאור שבה היה מחזירן למוטב" (איכה רבה, פתיחתא ב).

אבר שחזר אל הגוף

את מעלתו של אדם שעבר את המסלול כולו וזכה להידבק בה, מסביר בעל הסולם במשל מופלא. הגוף ואבריו אחד הם. כל אבר יודע מה קורה עם שאר האברים. אם הגוף רוצה שאבר אחד יענג אותו, האבר יודע מיד ונרתם לכך. ואם אבר אחד מרגיש שצר לו המקום, הגוף כולו יודע ומעביר אותו למקום נוח. בכל רגע נתון יש קשר ישיר בין כל החלקים. הם מרגישים מה האחר מרגיש, מבינים מה האחר צריך, וכשצריך כולם נרתמים לטובת אותו חלק.

אבל אם, חס ושלום, נקטע אבר מגוף האדם, החלק הקטוע כבר אינו מקבל שום מידע. אין מסרים, אין ידיעות, אין הרגשות. הוא נפרד מן הגוף. ואם יבוא רופא ויחבר אותו בחזרה, החלק הזה ישוב לקבל מידע, להחליף מידע ולהרגיש את מה שמרגיש הגוף כולו.

כך הנשמה. היא נפרדה ממקורה בגלל שינוי הצורה של הרצון לקבל, ועוד יותר כשהתלבשה בגוף של העולם הזה. וכשאדם יוצא לדרך, עובד, משיג ומגיע להשוואת הצורה, הוא מתחיל לחשוב כביכול כמו שהקדוש ברוך הוא חושב. הוא דומה לאבר שחזר והתחבר אל מקורו, אל שורשו.

זה העונג שאנחנו מרגישים בשיעורי תורה. גם כשאנחנו מבינים הכל ואיננו קולטים הכל, עצם העיסוק במה שאנחנו באמת צריכים להגיע אליו נותן לנו הרגשה מרוממת, הרגשה של בית. אנחנו צריכים להגיע למצב שבו

נרגיש ונבין כביכול כמו הבורא. ומחשבותיו של הקדוש ברוך הוא, אומר בעל הסולם, הן סודות התורה: "כי מחשבותיו יתברך הן סודות התורה" (מאמר לסיום הזוהר).

חבל לטובע

לתורה יש פשט, רמז, דרש וסוד, ובעל הסולם ממשיל אותה לחבל: "הדבר דומה לאדם, טובע בנהר, שחברו זורק לו חבל, כדי להצילו" (שם). הקדוש ברוך הוא ברא אותנו עם גופים, ואנחנו זרוקים בתוך הקליפות, בתוך הרצון לקבל. מה שהוא עשה הוא לזרוק לנו חבל כדי להוציא אותנו משם.

תחילת החבל, הקצה שנגיש לכל אדם, היא פשט התורה: הדברים הפשוטים, החומש, ההלכות. כולנו חייבים לעבור דרכה, וזה יכול להיות עדיין מתוך רצון לקבל, מתוך שלא לשמה, כמו שאמרו: "לעולם יעסוק אדם בתורה ומצות אף על פי שלא לשמה, שמתוך שלא לשמה בא לשמה" (פסחים נ, ב). ולאט לאט אנחנו מטפסים לאורך החבל עד שמגיעים אל סודות התורה, שהם כבר המחשבה של הקדוש ברוך הוא, כביכול. המחשבה עצמה, ולא רק המעשים.

הטיפוס הזה מתבטא במדרגות הפנימיות של הנשמה: נפש, רוח, נשמה, חיה ויחידה. בעל הסולם מלמד שכל אחת מחמש המדרגות האלה כלולה גם היא מחמש: נפש דנפש, רוח דנפש, נשמה דנפש, וכן הלאה. אלה מדרגות בהשוואת הצורה. אנחנו עובדים, עמלים ומתייגעים, הרצון להשפיע גדל והרצון לקבל קטן, ואנחנו מקבלים תוספת אור, ועוד אור, ועוד אור. ובכללותו, כך כותב בעל הסולם, הן מאה עשרים וחמש מדרגות. מי שמגיע לכולן זוכה להשוואת הצורה בשלמות.

מעטים זכו לכך. זכה משה רבנו, זכו רבי שמעון בר יוחאי וחבריו, ובעל הסולם כותב שבעלי הזוהר, רשב"י ודורו, זכו לכל מאה עשרים וחמש המדרגות בשלמות. זכה לזה גם האר"י הקדוש. אבל מי שאינו זוכה לכל המדרגות אינו יוצא בידיים ריקות. כל מי שנמצא במסלול זוכה לפי שיעורו.

עולם מלשון העלם

עוד כותב בעל הסולם שהמדרגות האלה נקראות עולמות. מי שמשיג השגה ומגיע למדרגה מסוימת מכיר ומבין את כל מי שעמד באותה מדרגה בכל הדורות, ויש לו עמהם השגה משותפת, כמו אנשים שנמצאים בעולם אחד.

לכן יכלו בעלי ההשגה לחבר ספרים ולרשום בהם את השגותיהם ברמזים ובמשלים, בין השורות, כמו שאומרים, ומי שעומד באותו עולם מבין אותם. ומי שאינו נמצא בקומה הזאת אינו מבין מהם דבר. בשבילו זו שפה זרה, ומי שאינו מכיר את השפה אינו יכול לדבר בה.

ויש בשם עולם גם לשון העלם. הקומה שמעל האדם נעלמת מעיניו, והוא אינו מבין ממנה דבר. כמו שמי שעוד לא הגיע לעולם מסוים אינו מבין את הנעשה בו, כך גם מי שנמצא בתוכו אינו מכיר את מה שמעליו.

ואני חושב שאולי זה ההסבר לכך שאנחנו מתחברים לספרים מסוימים ואיננו מתחברים לאחרים. כשספר מדבר אליך, אתה שם, באותה קומה. וכשהוא אינו מדבר אליך, אתה עוד לא שם, והדברים נשמעים לך כסיפורים יפים בלבד. יש כאן הרגשה ויש כאן הבנה.

להמחשה, חשבו על גילאים. אדם בן ארבעים מתבונן בהתנהגות של בחור בן עשרים, והוא כבר מכיר את הסרט. הוא יודע מה הבחור יעשה, יודע שעוד מעט יתחרט ויחזור, וכמה פעמים אנחנו אומרים על ילדינו: עזבו אותו, עוד יומיים הוא יבין את הטעות. אנחנו יודעים זאת כי היינו שם. הלכנו באותה דרך ואנחנו מכירים אותה. עם השנים נוצרת בגרות, נוצרת ראייה אחרת. התבגרנו והחכמנו, וכמו שאומרים, מה שלא עשתה התורה עושה הזמן.

לכן ציוותה התורה "מפני שיבה תקום" (ויקרא יט, לב), ואיסי בן יהודה דורש: "אפילו כל שיבה במשמע" (קידושין לב, ב). גם מפני אדם זקן שאינו תלמיד חכם קמים. השנים שהלך על פני האדמה פיתחו אותו, החכימו אותו והבשילו אותו, ורצה או לא רצה, יש לו קשר עם האלוקות ויש לו מידה של השוואת צורה. העולם הזה הוא מפעל, וגם הזמן והניסיונות של החיים מזככים את האדם, לצד התורה והמצוות.

זמן נתינה וזמן קבלה

בעל הסולם מביא שנאמר פעמים רבות בזוהר שלא יהיה דור כדורו של רבי שמעון בר יוחאי עד דורו של מלך המשיח. ובימות המשיח יתקיים מה שנאמר "כי מלאה הארץ דעה את ה' כמים לים מכסים" (ישעיה יא, ט), וכל אחד ואחד יוכל לזכות לדבקות ולהשגה. החלום הזה של ובו תדבק, השוואת הצורה בשיא המדרגה, שייך לכל אחד מאיתנו. כשיגיע זמן ביאת גואל צדק, כולנו נעלה לקומה הזאת, והיא תהיה לנו קומה טבעית.

זה הסוד של המשיח, שנאמר בו "עני ורכב על חמור" (זכריה ט, ט). החמור רומז לחומר, לרצון לקבל. יהיה מצב של רכיבה מוחלטת על הרצון לקבל, רק ההשפעה תשלוט בעולם, וממילא כולנו נעלה לאותה קומה.

ועוד דבר מדהים מלמד בעל הסולם. בעולם החומר הנתינה והקבלה באות כאחת. אני נותן לך מתנה ואתה לוקח אותה, והכל קורה בבת אחת. ברוחניות זה אינו כך. וכלשונו: "שענינים רוחניים, אינם כענינים גשמיים, שבהם הנתינה והקבלה באים כאחד. כי ברוחניות, זמן נתינה לחוד, וזמן קבלה לחוד" (מאמר לסיום הזוהר). יכולה להיות נתינה, והקבלה תבוא רק כעבור כמה שנים, כי לוקח זמן עד שנהיה מוכשרים לקבל את האור.

מימי רשב"י ועד הדורות האחרונים לא היה פירוש שמבאר את הזוהר כולו. האר"י פירש, הבעל שם טוב דיבר, אבל פירוש מסודר על כל הזוהר, שבו פרושות כל מאה עשרים וחמש המדרגות, לא היה, ובעל הסולם כותב שהביאורים שקדמו לו לא ביארו אפילו עשרה אחוזים מן המקומות הקשים שבזוהר. היום יש לנו את פירוש הסולם, יש את הפירוש מתוק מדבש, ויש פירושים רבים שפירשו את הזוהר על פי כתבי האר"י ועל פי הרש"ש. כל הזוהר פרוס לפנינו עם פירושיו, כל סודות התורה, כל מחשבות ה'. מצד הקדוש ברוך הוא הנתינה כבר נעשתה. הוא נתן לנו את האפשרות להגיע להשוואת הצורה, ובעל הסולם קובע שהתגלות הזוהר בדורנו היא הוכחה ברורה שאנחנו כבר נמצאים בימות המשיח, בתחילתו של אותו דור.

ובעל הסולם ממשיך זאת לארץ ישראל. מצד ה' הארץ ניתנה לנו, אבל עדיין לא קיבלנו אותה באמת, שהרי "אין גאולת הגוף בלי גאולת הנפש" (שם). כל זמן שרבים מבני עמנו חיים לפי רוחן של תרבויות זרות ולא לפי רוח התורה, דומה הדבר לגוף שקיבלנו בלי נשמה. הנתינה נעשתה, ומה שנשאר הוא לעלות קומה ולהכשיר את עצמנו לקבלה. ואז, כותב בעל הסולם, ייבנה בית המקדש ונרגיש בשמחת הגאולה.

ואותו דבר בסודות התורה ובזוהר הקדוש. הכל כבר נמצא. מה שנשאר הוא ללמוד, להתפתח, להחכים, להתעלות ולהכין את עצמנו לקבל עוד אור ועוד אור. וכשיגיע העם לרמה שבה יהיה מוכשר לגאולה, זו תהיה הגאולה. גלות היא פירוד מה', וגאולה היא הדבקות בה'.

הכל פרוס לפנינו

וזה כל הסוד הגדול. אנשים מגיעים לפסגות ואומרים: חסר לי משהו, זה עדיין לא זה. ויכול לשבת יהודי פשוט בצריף, עם אופניים, בלי מכוניות ובלי כל המודרניזציה, והוא דבוק בה' ומתענג בכל רגע. מכוניות ובתים הם

צעצועים. מי שהיה בביתו של הגאון רבי חיים קניבסקי זצ"ל ראה זאת בעיניו. גדול עולם, שהעולם כולו נשען עליו, השוואת הצורה במדרגה מבהילה, וראו באיזו פשטות חי. כל מה שמדבר על לקבל אינו מדבר אליו, זו אינה השפה שלו.

אין זה אומר שאי אפשר לחיות בעושר. יכול להיות אדם עשיר גדול שדבוק בה' במדרגות הגבוהות ביותר, ומשתמש בכל עושרו רק כדי להשפיע ולתת. הדברים אינם סותרים זה את זה.

זו כל העבודה של הדור הנפלא שלנו, וזו הזכות הגדולה שנפלה בחלקנו: הכל פרוס לפנינו. בדורות הקודמים לא היה דבר כזה, שאנשים יבואו וישבו לשמוע שיעורים בסודות התורה, או ישמעו שיעור כזה בנסיעה ברכב. על זה נאמר: "והשלחתי רעב בארץ, לא רעב ללחם ולא צמא למים, כי אם לשמע את דברי ה'" (עמוס ח, יא). העולם כבר רווי באגואיזם, ברצון לקבל, והוא מבקש טיפה של אמת. אנשים מחפשים אמת.

פך השמן הטהור

ויש בזה קשר לחנוכה. מצוות נר חנוכה חביבה מאוד, ואין אדם שיכול לדלג עליה. וכך פוסק הרמב"ם: "אפילו אין לו מה יאכל אלא מן הצדקה שואל או מוכר כסותו ולוקח שמן ונרות ומדליק" (רמב"ם הלכות מגילה וחנוכה ד, יב). זו מצווה מדרבנן, ובכל זאת חיובה גדול כל כך משום פרסומי ניסא (שבת כג, ב).

וכדאי להתבונן באיזה נס מדובר. כל אחד יספר את מה שמספרת הגמרא: כשנכנסו היוונים להיכל טימאו את כל השמנים, ואחרי שגברה מלכות בית חשמונאי "בדקו ולא מצאו אלא פך אחד של שמן שהיה מונח בחותמו של כהן גדול, ולא היה בו אלא להדליק יום אחד. נעשה בו נס והדליקו ממנו שמונה ימים" (שבת כא, ב).

והרי היו בתולדות עמנו ניסים גדולים מזה. לבתו של רבי חנינא בן דוסא התחלף בערב שבת כלי של חומץ בכלי של שמן, והיא הדליקה מן החומץ את נר השבת. כשראה אותה אביה עצובה, אמר לה: "מי שאמר לשמן וידלוק, הוא יאמר לחומץ וידלוק". ומספרת הגמרא: "היה דולק והולך כל היום כולו, עד שהביאו ממנו אור להבדלה" (תענית כה, א). מי שקבע את החוק שהשמן דולק הוא הקדוש ברוך הוא, והוא יכול לקבוע שגם החומץ ידלוק. ועל החומץ של רבי חנינא בן דוסא לא עשינו חג, אף על פי שזה נס גדול יותר. בחנוכה כבר היה שמן ליום אחד, והשמן הזה המשיך לדלוק.

זה כמו ההבדל שבנס של שרה אמנו. חז"ל אומרים עליה: "אפילו בית ולד אין לה" (יבמות סד, ב), ולכן הלידה שלה הייתה נס גמור. אישה שיש לה רחם ונפקדת לאחר זמן, הנס שבה קטן יותר.

ויותר מזה. בתפילת על הנסים אנחנו מודים על כך ש"מסרת גבורים ביד חלשים ורבים ביד מעטים". קומץ חשמונאים ניצחו צבא אדיר של האימפריה היוונית, ואת זה לא עשינו לעיקר החג. רבים ראו בחנוכה סיפור של גבורה ושל כוח, ולא הבינו את הרעיון האמיתי.

אור מדומה

הרעיון האמיתי פשוט. יוון נלחמה בעם ישראל, כמו שאנחנו אומרים בתפילה, "להשכיחם תורתך ולהעבירם מחקי רצונך". היא קמה נגד האור שלנו, והיא באה גם כן עם אור. היוונים לא באו עם חומר. הם באו עם הפילוסופיה היוונית, עם מוחות גדולים, ואמרו: יש לכם תורה, גם לנו יש, ויש לנו מה להציע לעולם.

המאבק הקשה באמת הוא מאבק של רעיונות, של פילוסופיות ושל אידיאולוגיות. כמה אידיאולוגיות קמו בעולם, סחפו אחריהן המונים ונעלמו כלא היו. כל רעיון שאינו מעוגן בתורה, קיומו הוא עניין של זמן. וטראו אותנו: אותן תפילין מלפני אלפי שנים, מרובעות, ואם נתעגלה פינה אחת הן פסולות, כמו שאמרו "תפילין מרובעות הלכה למשה מסיני" (מנחות לה, א). אותו ספר תורה באותן אותיות, אותן ציציות, אותה שבת. הטכנולוגיה משתנה, וגדולי ישראל מסבירים לנו מה אומרת ההלכה על כל חידוש, אבל זו אותה הלכה עצמה, בפלטה של היום כמו בתנור של פעם. זו הדרך שנאמרה בשיר השירים: "צאי לך בעקבי הצאן ורעי את גדיתך על משכנות הרעים" (שיר השירים א, ח).

בתקופת ההשכלה רבים נפלו, וגם בימי יוון רבים התייוונו. הם התלהבו והתפעלו, ראו שגם שם יש אור, וחשבו שגם שם אפשר להתעלות. וזה מה שקורה גם היום. חלק גדול מן הספרות החדשה בענייני הנפש לקח מעט מאצלנו, כדי שיהיה לו מה לומר לעולם, וכל השאר דמיון אחד גדול. זה נקרא אור מדומה.

ואנחנו מדליקים את החנוכייה זכר לפך אחד, חתום בחותמו של כהן גדול. בכל דור ודור השאיר לנו הקדוש ברוך הוא צדיקים שהשמן שלהם לא נפגע ולא הזדהם, לא מתרבות יוון ולא משאר התרבויות. אצלם השמן טהור, התורה טהורה, והם מאירים לנו בכל פעם את הדרך. וזה מה שאמרו חז"ל: "ראה הקדוש ברוך הוא שצדיקים מועטים, עמד ושתלן בכל דור ודור" (יומא לח, ב).

זה פרסום הנס הגדול של חנוכה: שבתוך כל החושך וכל התרבויות, אנחנו עדיין מחזיקים את הלפיד. כמה פעמים כבר הספידו את עולם התורה, ובכל פעם התקיימה ההבטחה "כי לא תשכח מפי זרעו" (דברים לא, כא).

ואני רואה בזה נס גם בימינו. ברוך ה', האורות המדומים הולכים וכלים. מה שמציעים היום לעיני הציבור הוא ברובו בידור ריק, ואין בו דבר שיכול לעמוד מול אור התורה. ויש בזה נחמה. באחרית הימים יתגלה החומר בכל פשטותו, ומי שיתבונן בו יבין שאין בו תוכן ושהוא רק מעביר בו את הזמן. וכשיבוא אור התורה, יהיה קל לבחור בו, כי כבר אין שם מה למכור.

עלינו להודות לה' יתברך. לפני דורות אחדים היינו בבעיה גדולה, בימי ההשכלה וכל הרעש שלה. ומי שמבין במפה ההיסטורית רואה שסודות התורה שגילו האר"י הקדוש והבעל שם טוב ירדו לעולם בדורות שבהם החלו להתגלות גם סודות המדע. זה לעומת זה, כדי שיהיה משקל נגד, כמו שכתוב "גם את זה לעמת זה עשה האלהים" (קהלת ז, יד).

נחת רוח ליוצרו

אנחנו נמצאים בדור נפלא, וכל הזמן מכשירים את עצמנו לגאולה השלמה. כל מה שעלינו לעשות הוא להשפיע ככל האפשר. אם גילינו משהו, אם הבנו משהו, אפשר להשפיע על החברים, לשתף אותם ולהתחיל להפיץ את האור הזה שאנחנו זוכים לחוות.

לפעמים עולה בלב הרגשה: מה לי ולדברים הגבוהים האלה, הרב מדבר על עולמות עליונים ואני עוד רחוק. זה אינו נכון. עצם השמיעה ועצם ההבנה הם זכייה. אמרנו שזו נתינה, ולפעמים הקבלה לוקחת זמן. יש דברים שקיבלתי ממורי ורבותיי, ורק עכשיו הם מתחילים לרדת אליי ולהתבהר. וכך אמרו חז"ל: "לא קאי איניש אדעתיה דרביה עד ארבעין שנין" (עבודה זרה ה, ב), אין אדם עומד על דעת רבו עד ארבעים שנה. כך גם אנחנו. זה המעבר שלנו מעולם לעולם, מהבנה להבנה, וזה הזיכור.

אבל צריך גם לדעת שאין כאן משחק. לא ייתכן שנסתובב בעולמות גבוהים ונישאר שקועים ברצון לקבל. צריך להתחיל בעבודה הזאת, להיות כנים ואמיתיים, לעצור ולבדוק מדוע אנחנו עושים כל פעולה. ואפילו אם אדם נמצא שם רק בשלושים או ארבעים אחוזים, עליו להתחיל להכניס אל תוך מחשבתו: אני עושה את זה על מנת

לעשות נחת רוח לה' יתברך. אני מיטיב עם הילד, עם אשתי, והאישה מיטיבה עם בעלה, לא מפני שהוא כל כך גדול, אלא מפני שה' ציווה, ויש לו יתברך שמחה מכך. איך ולמה, זה אינו עניין שלנו. כך גילו לנו רבותינו. אנחנו נמצאים בדור שבו נתן לנו הקדוש ברוך הוא את האפשרות. הדברים כתובים ומפורסמים, נגשים לכל מי שמבקש אותם, ואנחנו מוכשרים לכך. הנתינה מצד ה' כבר נעשתה. מה שנשאר הוא הקבלה. יהי רצון שנזכה להפנים את מה שלמדנו, להכשיר את עצמנו לקבלת האור הנפלא הזה ולהשוואת הצורה בכל מאה עשרים וחמש המדרגות, ונזכה לביאת גואל צדק במהרה בימינו.

המימד הנוסף · הרב יוסף ביטון שליט"א

050-590-1349 · ravbiton.com · קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב', שיעור 6



קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב' · שיעור שביעי: התענוג

אז תתענג על ה'

שיעור 7 מתוך 10 בקורס קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב'. הסרטון המלא, ומתחתיו השיעור כתוב ומעובד לקריאה.

קומה של תענוג

יש תענוג אמיתי שאדם יכול לטעום בעבודת ה', התענוג שבדבקות ובהשוואת הצורה. בעקבות מאמר מספר שמעתי נלמד מדוע הלשמה, שהיא מתנה שיורדת מלמעלה, דורשת בכל זאת את עבודתנו ואת תפילתנו, ומדוע התענוג מגיע דווקא אחרי תקופה של עבודה יבשה, בלי טעם ובלי חיות.

בשיעור על השוואת הצורה עמדנו על שאלתו של בעל הסולם על הפסוק "ובו תדבק" (דברים י, כ): כיצד יכול בשר ודם לדבוק בבורא. ולמדנו שהדבקות ברוחניות היא השוואת הצורה, כדברי חז"ל "מה הוא חנון ורחום, אף אתה היה חנון ורחום" (שבת קלג, ב). הרצון לקבל הוא שהפריד את הנשמה מן השלם שממנו נחצבה, וככל שהאדם הופך אותו לרצון להשפיע, הוא חוזר ונדבק בבוראו.

ועכשיו אנחנו עולים עוד קומה, אל הבנה עמוקה יותר בתוך המערכת הזאת, וננסה להבין מהו באמת המושג שנקרא תענוג.

בנו של בעל הסולם, רבי ברוך שלום הלוי אשלג זכר צדיק וקדוש לברכה, רשם את הדברים ששמע מפי אביו, והם נקראים בשם שמעתי. יש שם מאמרים רבים, ואני רוצה שנלמד יחד מאמר אחד, ששמו "לשמה זהו אתערותא דלעילא, ולמה צריכים אתערותא דלתתא". בעל הסולם שואל בו שאלה עמוקה מאוד, והתשובה שלו פותחת לנו את סוד התענוג.

לשמה שמעל הטבע

כל מה שלמדנו מכוון למטרה אחת: לעבוד את ה' לשמה, כלומר לשם ה'. המקובלים קראו לזה לשם השכינה, להקים את השכינה מן העפר. ובשפה הפשוטה שלנו, לעשות כל דבר על מנת להשפיע נחת רוח לבורא. זו המטרה. היא שמביאה אותנו להשוואת הצורה ולדבקות, וממנה נפתח השער אל התענוג שעליו נלמד עכשיו.

וצריך להבין שהקומה הזאת היא קומה על אנושית. כשאנחנו מדברים על עבודת ה' לשמה במאה אחוז, כשכל הפעולות היומיומיות שלנו וכל המעשים שאנחנו עושים יהיו אך ורק כדי לעשות נחת רוח לבורא, אנחנו מדברים על מצב שמעל גדרי הטבע. בעל הסולם קורא לזה טבע שני, הנקרא רצון להשפיע. זה נגד הטבע. לקחת אדם ולומר לו: מהיום אתה עובד, עושה ופועל, ואתה עצמך אינך בתמונה, אינך מקבל דבר.

בעל הסולם כותב במאמר הזה שכל דבר שנותנים לאדם להבין, שאם יעסוק בתורה ובמצוות ישיג משהו, מוכרח להיות בו תועלת לעצמו, "כי אחרת אין האדם מסוגל לעשות משהו" (שמעתי, מאמר ה). נסו לדמיין שמוציאים עכשיו את הרצון לקבל מכדור הארץ, את האינטרס מכל המין האנושי. אנשים היו עוצרים את המכוניות באמצע הרחוב והולכים לישון, כי אין בשביל מה לנוע. כל מה שיוצר בנו תנועה הוא, לצערי, אינטרס קר. אנחנו מלבישים אותו, עוטפים אותו ומשכנעים את עצמנו, ובשורה התחתונה הדלק שמניע אותנו הוא האינטרסים הצרים, האנוכיות, התאוות והרצונות הנמוכים.

אומר בעל הסולם: הלשמה היא דבר שמגיע מן השמים. בלשון הקבלה זה נקרא אתערותא דלעילא, התעוררות מלמעלה. זה אור שהאדם מקבל מאת ה' יתברך, מלמעלה למטה, ובלשונו: "זהו הארה הבאה מלמעלה. ורק מי שטועם זה, הוא יכול לדעת ולהבין" (שם). מי שזוכה לאור הזה נכנס כביכול לגלקסיה אחרת, לעולם שיש לו חוקים משלו, ושם הכל נקרא על מנת להשפיע. זה עולם שהולך נגד כל המוסכמות של כדור הארץ.

ומכאן שאלתו של בעל הסולם. אם בסופו של דבר כל עניין השוואת הצורה, כל עניין הלשמה וכל עניין הדבקות הוא מתנה שיורדת מלמעלה, צריך להבין לשם מה נדרשת אתערותא דלתתא, ההתעוררות מלמטה, ולשם מה כל העבודה שלנו. כל מה שאנחנו לומדים כאן הוא שעלינו לאמן את עצמנו, להתחיל במעגל הקרוב ולתת ולהעניק לזולת, לקיים "ואהבת לרעך כמוך" (ויקרא יט, יח), להרגיל את עצמנו לפעול שלא על מנת לקבל, ולהילחם עם עצמנו כל הזמן. ואם ההבנה הזאת וההרגשה הזאת הן על אנושיות, לכאורה אין טעם בכל ההשתדלות שלנו.

תפילה שבונה כלי

ועל כך אומר בעל הסולם דבר מדהים. אמנם הטבע השני הזה הוא כוח שיורד בסופו של דבר מלמעלה, אבל האתערותא דלתתא היא המסלול, היא הדרך שבה נבנה כלי לקבל את האור הזה. האור מגיע מלמעלה, ואי אפשר להבין אותו בכלים שכליים, ומי שמכין את הכלים לקבל אותו הם אנחנו, בני האדם הקטנים.

ובניית הכלי נקראת תפילה. כך כותב בעל הסולם: "כי תפלה נקרא חסרון, ובלי חסרון אין מלוי" (שם). העבודה שלנו היא החיסרון והכלי, והמילוי עצמו הוא מתנת אלוקים.

והתפילה הזאת צריכה להיות תפילה שלמה, מעומק הלב. ועומק הלב פירושו, כלשון בעל הסולם, "שהאדם יודע מאה אחוז, שאין מי בעולם שיכול לעזור לו, אלא ה' בעצמו" (שם). זו המדרגה של "לב נשבר ונדכה אלהים לא תבזה" (תהלים נא, יט), ושל "קרוב ה' לכל קראיו, לכל אשר יקראהו באמת" (תהלים קמה, יח). האדם צריך להגיע למצב שבו הוא זועק: ריבונו של עולם, די, אינני יכול לסבול עוד לעבוד אותך כשאני כולי עמוס באינטרסים. אינני מסוגל עוד להיטיב לבני אדם בצורה כזאת, כשכל הזמן אני מחפש את התועלת שלי. כשאדם מגיע לאפיסת כוחות כזאת, התפילה שמעומק הלב יוצרת את הכלי, ואז מגיע האור.

ונשאר לברר כיצד מגיעים לתפילה כזאת. אומר בעל הסולם שהדרך היא להתחיל באתערותא דלתתא, ולעבוד על עצמנו להשפיע ולא על מנת לקבל. ואז נגיע למסקנה שהדבר בלתי אפשרי, שהוא על אנושי. בלי שנצא למסע, לא נבין זאת. רק אחרי שאדם עושה מאמץ של מאה אחוז, הוא מבין שבלי אינטרס אין הוא זז. פתאום הוא מתחיל לראות שכל מעשיו, גם המעולים שבהם, נעשים מתוך אינטרס אישי. לפעמים שקוף יותר ולפעמים פחות, לפעמים עבה וגס ולפעמים דק, אבל הכל אינטרס אישי, אגואיזם צרוף.

וכשאדם עמל, יגע, משתדל ומגיע למסקנה שעשה מבחינתו מאה אחוז ולא הצליח, הוא מגיע לתפילה. ובלשון בעל הסולם, את הידיעה הזאת, שאין מי שיעזור לו אלא הקב"ה, "האדם יכול להשיג דוקא אם הוא השקיע כל הכוחות מה שיש ברשותו, ולא עזר לו" (שם).

גם על כפתור

לצערנו הרב, אנחנו מתפללים באמת רק כשאנחנו קולטים שאיננו יכולים לעשות דבר. כל עוד נדמה לנו שיש בידינו לעשות משהו, אפילו גרם אחד, אנחנו מניחים את ה' בצד ופונים אליו רק בדברים גדולים. וזה שקר, כי

באמת האמיתית, גם את המעשה הקטן ביותר איננו יכולים לעשות לבד.

מסופר על רבי נחמן מברסלב שראה את תלמידו רבי נתן כשחסר כפתור בבגדו, ושאל אותו אם התפלל על כך. רבי נתן תמה, שהרי על כפתור אין צורך להתפלל, אפשר לתפור אותו בתוך רגע. ורבי נחמן ביקש ללמד אותו שגם הדבר הקטן ביותר אינו בידינו בלי ה'.

ולכן, כדי להגיע לתפילה כזאת, שתבנה כלי לקבלת האור, צריך אתערותא דלתתא. אנחנו צריכים להתחיל לפעול בעצמנו ולהשתדל להיות נקיים מאינטרס. לבחור פעולה, פרויקט, עשייה נטו, משהו שאין לי בו שום אינטרס ושאני מקבל ממנו דבר, התנדבות כלשהי. ובמהלך הזה אדם מגלה פתאום שגם בהתנדבות הוא מחכה למחמאה, שיגידו עליו, שיצלמו אותו. ואז הוא רואה שזה לא הולך לו.

מרד הגוף

ובעל הסולם מעמיק עוד יותר. ברגע שאדם יוצא לפרויקט כזה, של עשייה שהיא כולה לשמה, כל גופו מקבל כבודות, חושך. הגוף נכנס למרד. ובלשונו: "ורק אז הוא מתחיל לראות, שאין האברים מסכימים לדעה זו" (שם). זה כמו לבקש מן הגוף לפעול בלי דלק.

כדאי לבדוק מה הפעיל אותנו עד היום. אדם אומר שהוא קם בבוקר כמו שעון. נראה אותו קם כמו שעון בלי הצ'ק של סוף החודש. הקימה הזאת בבוקר היא הצ'ק. והחיוך אל הבוס, הורידו את הצ'ק ותראו מה יישאר ממנו. תשעים אחוז מן הפעולות שלנו סובבות סביב הצ'ק. שמעתי פעם אדם שאמר לי שאינו רואה בני אדם, הוא רואה צ'קים, סכומים שהולכים ובאים.

ובמדרגה שעליה אנחנו מדברים, לפעול כדי לעשות נחת רוח לבורא פירושו לקום פתאום באחת בלילה, כשאף אחד אינו יודע ואף אחד אינו שומע, רק אתה וה'. לשבור את קליפת השינה, לשבת ולעמול בתורה הקדושה. וטעם הדבר: המקובלים ורבותינו גילו שעסק התורה עושה נחת רוח לבורא. כיצד זה עושה לו נחת רוח, זה כבר אינו מעניין אותי. וכך גילו שכשאני מיטיב עם אדם מסכן, נעשה לו נחת רוח. ולקום כך באמצע הלילה, בלי מצלמות, שם מתגלה מה באמת הדלק שלנו.

ויש אינטרסים גסים ויש אינטרסים דקים. יש אנשים שהגשמיות אינה מדברת אליהם כלל, והם מחפשים דברים מעודנים יותר, כמו כבוד והערכה. ויש גבוהים עוד יותר, שפסלו את כל כדור הארץ ועובדים בשביל גן העדן. אין

זה משנה. כל זמן שאנחנו עדיין בתמונה, על מנת לקבל, זה פסול במדרגה מסוימת. וזו העבודה.

ברגע שאתה מנסה לפעול נקי, יש מרד מוחלט של כל הגוף. אתה יוצא לבקר חולה בנהריה, והגוף שואל אותך אם השתגעת. הוא עורך בדיקה: החולה אינו עשיר, ומעולם לא עשה לך טובה, ולשם מה לטרטר אותו עד שם. אבל אם תאמר לגוף שהחולה הוא מיליונר, ושכל מי שנכנס לחדרו יוצא עם צ'ק, תראה את הגוף רץ.

ועל זה אמר דוד המלך: "כי עונתי עברו ראשי, כמשא כבד יכבדו ממני" (תהלים לח, ה). הכבדות שנפלה עליו קשורה בעוון. ומבחינת הגוף, זה העוון: אתה בא להתנגד לו ולומר לו שאין לו שום רווח מן המעשה הזה. והגוף משיב במרד. הוא אינו זז. באה כבדות, באה עצלות, פתאום עצבות, פתאום לא בא לו.

זעקה מעומק הלב

לכן אומר בעל הסולם שרק כשאדם מתחיל לפעול, יש לו סיכוי להתפלל באמת על הדבר העל טבעי הזה. כשהוא פועל ורואה את כל המחסומים, הוא קולט שאינו יכול. ומצד שני, הוא כבר קלט את הרעיון, כבר שמע והבין שזו הפסגה. יש בו רצון למשהו נסתר שאינו יודע מהו, גלקסיה אחרת, חוקי טבע אחרים, טבע שני. וכשהרצון הזה פוגש את חוסר היכולת, מגיעה התפילה, זעקה מעומק הלב: ריבונו של עולם, האינטרסים שלי מגעילים אותי.

כולנו מכירים את התחושה הזאת מבחוץ. בא אלינו אדם, ואנחנו רואים בעליל שבא לקחת משהו, וכל המחמאות שלו מעוררות בנו סלידה. אנחנו מרגישים שזה לא טוב. אבל האנשים האלה הם מראות שלנו. בווריאציות שונות, אנחנו בדיוק אותו דבר.

וכשאדם מתפלל כך מעומק הלב, מיד יורד מן השמים השפע האלוקי הזה.

טעמו וראו כי טוב ה'

ועכשיו שימו לב היטב. אומר בעל הסולם שכאן מרוכז המושג שנקרא תענוג. בקומה הזאת, במציאות שבה אדם עושה מעשה נקי, בלי שום אינטרס אישי, לשם שמים נטו, באותו אחוז ובאותה פעולה נוצרת השוואת הצורה, ושם מתרכזת הדבקות. וזה המקום של העונג המושלם. ועל זה נאמר "טעמו וראו כי טוב ה'" (תהלים לד, ט).

אנחנו רגילים להבין את הפסוק כך: תניח תפילין, תשמור שבת, תקיים "ואהבת לרעך כמוך", ותראה שה' טוב. אבל שם עדיין לא טעמת דבר. כדי לטעום שה' טוב, שהוא כולו טוב וכולו עונג, שכל מה שהוא עושה בבריאה הוא רק טוב, אתה צריך להיכנס לתוכו. לחשוב כמו ה', לראות את הבריאה ואת המעשים שנעשים בה כמו שה' רואה אותם. הקב"ה הוא מקור השפע והטוב, ומטבעו של הטוב להיטיב. כדי לקלוט את המציאות כך, אתה חייב להיות חלק ממנו ולא פרוד ממנו. וכדי להיות חלק ממנו, אתה צריך להגיע ללשמה. והדרך אל הלשמה היא התפילה, הזעקה.

תפילה היא חיסרון. אם לא חסר לך, לא ימלאו לך. שואלים אותי לפעמים מדוע אין גשם, והתשובה פשוטה: לא חסר לנו גשם. פעם היה לאדם שדה, ואם לא ירד גשם, לא היה לו מה לאכול. היה בור בחצר, ואם לא ירד גשם, הבור לא התמלא. ולכן צעקו, ונענו. היום כמעט אין לנו קשר עם הגשם, והחיים שלנו מבולבלים בדברים אחרים לגמרי. ואם אין חיסרון, ה' אינו ממלא.

כדי להגיע להבנה שחסר לי, צריך שני שלבים. בראשון, להבין שקיימת קומה כזאת. ובשני, להתחיל לפעול ולראות שאיננו מסוגלים לבד.

להתענג על ה' ולהנות מזיו שכינתו

יוצא שכאן מקומו של העונג. רבי משה חיים לוצאטו, הרמח"ל הקדוש, מגדולי המקובלים, שחיבר ספרים רבים בחכמת הקבלה, פותח את ספרו מסילת ישרים במילים: "יסוד החסידות ושרש העבודה התמימה הוא שיתברר ויתאמת אצל האדם מה חובתו בעולמו, ולמה צריך שישים מבטו ומגמתו בכל אשר הוא עמל כל ימי חייו" (מסילת ישרים פרק א).

הדבר הראשון שאדם צריך לעשות, ברגע שהתבגר ופקח את עיניו, הוא לעצור ולשאול את עצמו מה הוא עושה כאן. יש אנשים שעוברים שנים רבות בעולם, מתגלגלים ממקום למקום ואינם עוצרים לרגע. אומר לנו המסילת ישרים: אל תעבור כך את חיך. עצור ושאל מה החובה שלך בעולם, וכשתבין אותה, שם תשים את כל מבטך ואת כל עמלך כל ימי חיך.

ואת החובה הזאת מגדיר הרמח"ל במשפט אחד: "והנה מה שהורנו חכמינו זכרונם לברכה הוא, שהאדם לא נברא אלא להתענג על ה' ולהנות מזיו שכינתו" (שם). זה הכל. ובהמשך דבריו הוא מבאר שמקום התענוג הזה

הוא העולם הבא, והעולם הזה הוא הדרך, המקום שבו מכינים את הכלים לתענוג הזה, והאמצעים לכך הם קיום התורה והמצוות, שבין אדם לחברו ושבין אדם למקום.

אבל משהו מן התענוג הזה אנחנו חייבים לטעום כבר כאן. שגור בפי החסידים שמי שלא טעם טעם של עולם הבא כאן, בעולם הזה, קשה לו להגיע אל העולם הבא שם. אדם אינו יכול להיכנס למקום שאינו מכיר כלל, הוא צריך סימנים. ובוודאי שהכל לפי הכלים שניתנו לכל אדם, ויש בזה מדרגות. בלשמה יש מדרגות לאין סוף.

וקראת לשבת ענג

ועוד מקום שבו מצאנו את המושג עונג: "וקראת לשבת ענג" (ישעיהו נח, יג). לכאורה, במבט חיצוני ונמוך, השבת היא ההפך. יושבים ואוכלים חמין, דגים ובשר, והולכים לישון. ואם עונג הוא השוואת הצורה, ואם עונג הוא ההגעה ללשמה ולמדרגות שבהן אני רק משפיע, צריך להבין כיצד נקראת השבת עונג, שהרי בה אני לכאורה רק מקבל, במאה אחוז. ונראה לי לחדש בסייעתא דשמיא שדווקא בזה עצמו טמון הפתרון.

בשבת נעשים כמה שלבים. בשלב הראשון, אומרים המקובלים, אנחנו מקבלים נשמה יתרה. וכך אמרו חז"ל: "נשמה יתירה נותן הקדוש ברוך הוא באדם ערב שבת, ולמוצאי שבת נוטלין אותה הימנו" (ביצה טז, א). כל יהודי מקבל תוספת של אור בנשמה, כל אחד לפי דרגתו, ולכן כל יהודי מרגיש שבת. ומטעם זה אנחנו מריחים בשמים במוצאי שבת. הנשמה היתרה יוצאת, וכדי ליישב את דעתנו אנחנו מריחים, כי הריח הוא מה שמהנה את הנשמה, כדברי חז"ל: "איזהו דבר שהנשמה נהנית ממנו ואין הגוף נהנה ממנו, הוי אומר זה הריח" (ברכות מג, ב).

והאר"י הקדוש מגלה מה נעשה עם הנשמה הזאת. בשבת העולמות עולים. כאילו נכנסים למעלית, עוזבים את עולם העשייה ועולים עד עולם האצילות. אדם רואה אנשים מסתובבים בבית הכנסת ונדמה לו שהם כאן, ומי שיש לו עיניים רוחניות יודע ששומר השבת נמצא באצילות.

עד כדי כך, שיש בזה כוונות אצל המקובלים. ההלכה קובעת שמצווה לרחוץ בחמין בערב שבת, ומי שאינו יכול לרחוץ את כל גופו ירחץ לפחות את פניו, ידיו ורגליו (שולחן ערוך אורח חיים רס, א). והמקובלים מבארים שהחיצונים רוצים להיאחז בנו. הם יודעים שאנחנו עולים לאצילות, ומבקשים לעלות עמנו ולינוק מן המקום

הגבוה הזה. הרחיצה היא מעשה גשמי שרומז על דברים רוחניים: לסלק את החיצונים מן הרגליים, שלא יעלו איתנו לאצילות.

מי שטרח בערב שבת

השבת היא מעין עולם הבא, וכאילו היא באה לומר לנו: בוא וראה איך ייראה בסופו של דבר אדם שיזכה להשפיע. וזה מידה כנגד מידה. כל ששת ימי החול פעלנו ועשינו בשביל השבת, לכבוד שבת. הגמרא מספרת: "אמרו עליו על שמאי הזקן, כל ימיו היה אוכל לכבוד שבת. מצא בהמה נאה, אומר זו לשבת" (ביצה טז, א). כל השבוע לכבוד שבת. ובבתים רבים, ובבתים החרדיים במיוחד, כל מאכל טוב וכל דבר מתיקה שמגיע הביתה באמצע השבוע נשמר לשבת. וכך אמרו חז"ל: "מי שטרח בערב שבת יאכל בשבת" (עבודה זרה ג, א).

יוצא שכל הטרחה של ששת ימי השבוע הייתה על מנת להשפיע, לכבוד שבת קודש. אני מקפיד על כך, וכך אני גם מנהיג בביתי: כשאנחנו מתחילים לאכול בשבת, אנחנו אומרים לכבוד שבת. גם התענוגות הגופניים של השבת הם לכבוד שבת. כל הטיפול כולו הוא כדי להשפיע לשבת. וכשאתה נכנס לשבת, אתה נהנה ממה שאתה עצמך הכנת. וזה פתרון השאלה: העונג של השבת הוא פרי ההשפעה של כל ימי השבוע.

כך בדיוק בעבודה. כשאנחנו עובדים על מנת להשפיע ומגיעים להשוואת הצורה, אנחנו מתענגים מן העבודה שלנו עצמה. אם התפילה שלך שקלה עשרה קילו, תהיה לך השוואת צורה של עשרה קילו ותענוג של עשרה קילו. בסופו של דבר, התענוג שנקבל בעבודה הוא תוצר של ההשתדלות שלנו. אף שהקב"ה משפיע אותו באתערותא דלעילא, הוא בא לפי הכלי שהכנו.

וכשאדם מגיע למדרגה של על מנת להשפיע, המקום הצר הזה שנקרא גוף כבר אינו מפחיד אותו. הוא יכול לאכול, הוא יכול לשתות, הכל קודש ואין חול. חשבו לרגע שכולנו נכנסנו לעולם הזה, כולנו משפיעים במאה אחוז, כקבוצה. אף אחד מאיתנו לא יחסר דבר, כי כל אחד ישפיע לחברו. וכשמגיעים לקומה הזאת, מתקיים "צדיקים יושבין ועטרותיהם בראשיהם ונהנים מזיו השכינה" (ברכות יז, א).

זה מה שקורה לנו בשבת. השבת באה לומר לך: מה שאתה רואה כאן הוא בזעיר אנפין, בקטן. הכל עדיין מלוכלך בגוף, בשינה, באכילה ובשתייה, אבל כבר אין פחד מן הגוף. הגוף עצמו נרתם למשימה בעל כורחו, כמו שכתוב: "ברצות ה' דרכי איש, גם אויביו ישלם אתו" (משלי טז, ז). בסופו של דבר גם הגוף משלים.

ובעומק הדברים, בכל שטח שנכבש ונעבוד בו לשמה, הרגנו בעצם את היצר הרע. הוא מת שם, הוא אינו פועל. כך כותב בעל הסולם: "כי היצר הרע הוא הרצון לקבל" (שמעתי, מאמר ה), וכשהאדם זוכה לרצון להשפיע, הרצון לקבל מתבטל מפעולתו, וזה נחשב שהמית אותו. ברגע שכבשתי שטח והפכתי אותו להשפעה, היצר מת שם. כשהוא אינו פועל יום, יומיים, שלושה, ארבעה, הוא פשוט אינו נמצא.

כשהתענוג מתעכב

וכאן מקשה בעל הסולם קושיה נפלאה. אנחנו רואים אנשים שהתחילו את העבודה הזאת, התפללו וצעקו וקיבלו עליהם עול מלכות שמים בלי שום כוונה אחרת, ובכל זאת לא היה להם עונג גדול כל כך, ולא הייתה להם חיות גדולה כל כך. ואם הדברים שלמדנו נכונים, וכשנכנסים לעולם הזה, אפילו לשעה ואפילו במעשה אחד, יש השוואת צורה, היינו צריכים להרגיש עונג גדול. ובפועל אנשים אינם מרגישים אותו.

ועונה בעל הסולם דבר מדהים: הדבר הזה הוא תיקון גדול, והכל מאת ה'. תאר לעצמך שאדם עובד, צועק, מתפלל ומקבל, ופתאום עובד לשמה שעתיים או יום, ומיד הוא שרוי בתענוג עצום. מה שיקרה הוא שגם הרצון לקבל יסכים לעבוד. הוא יאמר: בואו נראה מה הולך כאן, זה פי מיליון מכל התענוגות שאני רגיל אליהם. הגוף עצמו יירתם, הרצון לקבל עצמו יירתם לעבוד לשמה, כי אין תענוג גדול מזה. ואם הקב"ה היה נותן תענוג מייד לאדם שמתחיל לעבוד אותו באמת, לעולם לא היו מגיעים ללשמה. ובלשונו: "לא היה שום מציאות שיהא באפשרות להגיע לשמה" (שם).

וכאן צריך לדייק מהו הרצון לקבל. שגור הכלל שעל ההכרח אין משבחים ואין מגנים. אדם שהולך לעבוד למחייתו, אין זה אומר שהרצון לקבל פועל בו. הכסף שהוא מרוויח עובר לילדיו ולביתו. הדברים המינימליים שאדם צריך אינם נקראים רצון לקבל. הרצון לקבל הוא מה שמעל ההכרח, מעל המידה הנורמלית: הקומבינות, הערמומיות, המקום שבו אנחנו כבר מתחילים להתבהם. ובעל הסולם מלמד שהצרכים הבסיסיים שלנו הם דבר נורמלי, כי כך ברא ה' את עולמו. אין הכוונה שנפסיק לאכול, לשתות ולישון.

למעלה מטעם ודעת

ונעמיק עוד בדבריו. אם מיד היה ניתן לאדם תענוג, העבודה הייתה מתקלקלת. נניח שאני מוסר שיעור ומלמד שהשבת היא מעין עולם הבא ושיש מצוות עשה לשמור שבת, ונניח שכל מי ששומר שבת היה הולך במוצאי שבת לבדוק את הלוח ומגלה שזכה במשהו. העולם כולו היה מתחיל לעבוד את הלוח, ולא את ה'. לעולם לא היו מגיעים ללשמה.

ראו איזו חכמה יש בדרך שבה ה' מנהיג את עולמו. דווקא כשמתחילים לעבוד אותו, באים בלבול והסתר, דברים שהם ההפך מן העונג שאנחנו מדברים עליו. ואז האדם צריך לעבוד את ה' במה שנקרא בקבלה למעלה מטעם ודעת, באמונה שלמעלה מן הדעת. הוא אינו מבין מה קורה, הכל נראה הפוך, והוא ממשיך לעבוד את ה'. וטעם הדבר: חז"ל אמרו שצריך לעבוד את ה' לשמה, והוא מאמין בחכמים. עכשיו הוא עובד על יבש. הוא אינו מקבל דבר, אפילו לא את העונג המיוחד. וכך הוא מתרגל לעבוד לשמה באמת, וכשיקבל אחר כך את העונג, העונג יהיה לכבוד ה'.

אומר בעל הסולם שהרצון לקבל דומה לגנב. כמו שאומרים הבריות, כשרודפים אחרי גנב, גם הגנב עצמו רץ עם כולם וצועק "תפסו את הגנב" (שם), ואי אפשר עוד לדעת מי הגנב האמיתי. אם נתענג מיד על מעשה שנעשה לשמה, בזמן שעדיין יש בנו רצון לקבל, הרצון לקבל יירתם ויאמר: מצוין, בואו נעבוד לשמה, ראו איזה עונג יש כאן. הוא ירוץ עם כולם ויצעק עם כולם, ואיש לא יזהה אותו.

ולכן, כשאדם מתרגל לעבודה הזאת על יבש, בלי הרגשה, כשה' נראה לו רחוק ואין לו עונג, והוא עובד רק מכוח האמונה, עובד ומתפלל, זו בניית הכלי. בלי חיות ובלי עונג, יבש לגמרי.

אז דווקא

אנחנו מדברים כאן על מושג שכשנכנסים אליו, אל הקומה הזאת ואל העונג הזה, נגמר הסיפור. מי שטעם וראה כי טוב ה', הכל טוב בעיניו. גם מול מראה קשה הוא מבין שהכל טוב, שה' טוב במאה אחוז, והוא כבר אינו רואה רע. זה פשוט לקבל את שכלו של ה'. וזה מה שקורה אצל המקובלים הגדולים.

ואנחנו צריכים לעשות את ההשתדלות שלנו. הרבי מליובאוויטש זכר צדיק וקדוש לברכה היה אומר תמיד שצריך לבקש מה' שיביא לנו טוב הנראה והנגלה. לא טוב שמלוּבש באסון, שאני צריך לפרש אותו. אין לי צורך

בפירושים. צריך לבקש מה' טובות מוחשיות, שאינן מלובשות ברע. כל טוב שמתלבש בצורות כאלה נובע מן החסרונות שלנו, כי ה' הוא הטוב והמטיב, ויש טוב מוחלט שאינו צריך להתלבש ברע.

ובעל הסולם מלמד על חוק ההתפתחות, שהייסורים דוחפים את האדם קדימה. אילו התקדמנו בכוח העבודה שלנו, לא היה צורך בדחיפה הזאת. חז"ל אמרו "אין יסורין בלא עון" (שבת נה, א), ובעומק, העוון שמדובר בו כאן הוא הרצון לקבל עצמו, שעדיין לא תוקן.

אומר בעל הסולם: כשאדם עובד תקופות על יבש, עובד הרבה ואינו מתענג, וממשיך לעבוד באמונה, אז מגיע השפע הגדול, המתנה הגדולה. וכך כתוב: "אז תתענג על ה'" (ישעיהו נח, יד). ובעל הסולם מדויק במילה אז. מקודם, בתחילת עבודתו, לא היה לו תענוג, ועבודתו הייתה בדרך הכפייה. רק אחר כך, כשכבר הרגיל את עצמו לעבוד על מנת להשפיע בלי להסתכל על עצמו, אז הוא זוכה להתענג על ה'. וטעם הדבר: אילו היה מתענג מיד, העבודה הייתה הופכת שוב לשלא לשמה. וגם התענוג שהוא מקבל אז, כלשונו, "הוא על ה', היינו לה' דוקא" (שמעתי, מאמר ה).

וכשאנחנו מדברים על להתענג על ה', מדובר בסוג עונג שבו כל כדור הארץ נעשה פתאום צעצוע אחד גדול. שגור בשם רבי נחמן מברסלב שמי ששמע פעם אחת תורה מפי צדיק אמת, העולם נמאס בעיניו. התאוות הגדולות והתענוגות הגדולים, שהיו בשבילו משהו, נעשים פתאום בעיניו כאפר הארץ, כלום ואפס.

דלק מטוסים

ממשיך בעל הסולם. אדם המתבונן בדברים עשוי לומר שזו דרישה קשה. לעבוד את ה' במאה אחוז, רק בשבילו, כשאנחנו עצמנו איננו בתמונה, נראה קשה מאוד. אבל אם יעשה חשבון לנפשו, יראה שאין זה קשה כל כך. כתוב "כי אדם לעמל יולד" (איוב ה, ז), ושלמה המלך אומר "מה יתרון לאדם בכל עמלו שיעמל תחת השמש" (קהלת א, ג). בין כך ובין כך אדם עמל בעולם הזה כל ימיו.

והחשבון הוא מתמטיקה פשוטה. הרצון לקבל, בסופו של דבר, רוצה תענוגות. כל הזמן רצית לקבל, כל הזמן אינטרסים, כל הזמן אגואיזם. שים את הכל באחוזים, ומדוד כמה תענוג קיבלת בסוף וכמה ייסורים. אם נשאר לך עשרים אחוז תענוג ושמונים אחוז בלגן, אתה במצב טוב. ובדרך שאני מציע לך, לעבוד לשמה, אחרי

ששוברים את הקליפה, יהיה לך תענוג כל הזמן, גם בתוך העבודה עצמה, כי נוצרת השוואת הצורה ואתה שרוי בעונג תמיד. ובלשון בעל הסולם: "אם האדם עובד לשמה, הוא מקבל תענוג גם בזמן העבודה" (שם).

וזה מה שאנחנו רואים אצל גדולי ישראל ואצל המקובלים. זכיתי לגדול בין אנשים גדולים, וראיתי אדם קם בשתיים בלילה באור גדול, כאילו עכשיו בוקר. ריבונו של עולם כל הזמן, אין צרות ואין בעיות. אתה מסתכל עליו ואינך מבין. האדם עצמו כאילו איננו. העונג הזה, הדלק הזה, נקרא דלק מטוסים. עד היום התרגלנו לדלק אופנועים: תענוגות של הבל, אינטרסים אישיים צרים, קצת כבוד, תמונה בעיתון, שבח פה ושם, ותעודות שתלויות על הקיר זו ליד זו. צעצועים. זה דלק אופנועים.

ומי שטעם מדלק המטוסים הזה, אדרבה, מתחיל לחפש איפה המעשה יהיה הכי נקי, שרק ה' יידע ושאיך אחד אחר לא יידע. הוא הופך פתאום לנסתר. קודם רצה להיות גלוי כל הזמן, שכל העולם יידע עליו, ועכשיו הוא רוצה להסתתר ולהסתיר את מעשיו. וטעם הדבר: הוא טעם. "טעמו וראו כי טוב ה'". הוא טעם מהו דלק מטוסים, ולכן הוא יכול לעשות השוואה. לכן, אחרי שטועמים, קל מאוד לעזוב את הרצון לקבל. ולפני שטועמים, באמת קשה.

אור גדול לדור נמוך

דיברנו כאן דברים גבוהים. אבל דעו לכם, מסופר ששאלו פעם את רבי נחמן מברסלב כיצד הוא מוסר תורות גבוהות כל כך. מי שלמד ליקוטי מוהר"ן יודע שאין זה דלק מטוסים, זה דלק של חלליות. והשיב רבי נחמן שאדרבה, ככל שהדור נמוך יותר, צריך להביא לו אור גדול יותר, כי רק בכוח האור הזה ייחלץ. והדור שלנו הוכשר לקבל את האור הזה.

ויש לי חידוש בזה: בדור שלנו, כל מי ששב בתשובה, שב לשמה. בדורות הקודמים היו נבואה ורוח הקודש, ומי ששב בתשובה יכול היה להיכנס לשיעור אצל רבי שמעון בר יוחאי. בדורנו, השב בתשובה לא ראה גילוי, לא פגש את אליהו הנביא, לא עמד לפני משה רבנו ולא התווכח עם יהושע בן נון. הוא היה בשיעור, שמע שה' נמצא ושהוא רוצה שנשמע בקולו, והתחיל לשמוע. אין לשמה גדולה מזו. החושך שנפל עלינו גרם לכך שכל צעד שאנחנו עושים בעבודת ה' הוא לשמה. עם כל הקשיים ועם כל הבלגן, אנשים שורדים ועובדים את ה' בלי לראות בעיניים, בלי נבואה ובלי רוח הקודש, וממשיכים לעבוד.

ומי שיעבוד באמת בדרך הזאת, ויתפלל שהדבר הזה יחסר לו, ברגע שיחסר לו באמת, ה' ממלא. וכך בכל תחום. יש אנשים שחסרה להם פרנסה, ומתברר שעל הדבר הזה עצמו כמעט אינם מתפללים, רק מזכירים אותו פה ושם. ההשתדלות כוללת גם את המעשה וגם את התפילה. כך גם בשלום הבית, וכך בכל דבר. וכדי לדעת אם באמת חסר לאדם דבר, יש סימן אחד: התפילה. מי שאינו מתפלל על דבר, סימן שעדיין אינו חסר לו באמת. השיעור הזה צריך לפחות לעורר בנו את הרצון להתפלל, ולהבין שיש גלקסיה נוספת, שבה חיים אנשים במאה אחוז על מנת להשפיע.

מחיל אל חיל

והתפילה אינה נפסקת לעולם. בכל קומה שאדם מגיע אליה, הוא מבין שיש עוד ועוד, ומקבל עוד חלקים של נשמתו, נפש, רוח, נשמה, חיה ויחידה, שהמקובלים מכנים נרנח"י. המקובלים שזכו להשוואת הצורה הגדולה ביותר עדיין עמדו בתפילה ובזעקה, כי תמיד יש עוד, וכך הלכו, כלשון הכתוב, "מחיל אל חיל" (תהלים פד, ח).

והשפה הזאת, שפת ההשפעה, קרובה מאוד ללבן של נשים. רוב חייהן נתינה: ההריון, הילדים, הבית. הן משפיעות מטבען, ולכן השפה הזאת מובנת להן באופן טבעי. גם גברים יכולים להגיע אליה, אבל אצלם היא לעתים שפה קשה יותר.

ומי שמבקש עצה כיצד להתפלל בכוונה, צריך לדעת שאין כאן עניין של עצות, יש כאן עניין של קומות. כשנכנסים לקומה, חיים בה ומרגישים אותה. זה כמו גיל: אינני יכול לתאר לאדם איך מרגיש אדם בן מאה, כי עוד לא הגעתי לשם. ובכל זאת יש כמה דברים פשוטים: להתפלל מתוך הסידור, להתעכב על המילים ולחזור עליהן פעם ועוד פעם, ולהכין את עצמו לתפילה ולא ליפול עליה בחטף.

אבל העיקר הוא החיסרון. כשמגיעים לחיסרון, התפילה נעשית בכוונה מעצמה. ראו מתי אנחנו מתפללים תפילה אמיתית: כשאנחנו מרימים ידיים. כשיש צרה עם ילד או כשמישהו חולה, איש אינו צריך ללמד אותנו כוונה. אנשים מתפללים על מה שאינו חסר להם, על מה שאינו אכפת להם, ולכן אין בזה כוונה. הבעיה שלנו היא שעוד לא הגענו להבנה שכל הקומה הזאת חסרה לנו. כשהאסימון ייפול, התפילה תהיה בכוונה. זה סוד התפילה בכוונה.

ואנחנו צריכים שגם הדברים הרוחניים יקבלו את המשקל הזה. וזה נעשה כשבאים ולומדים, חוזרים על הדברים, ולאט לאט הם נכנסים אל הלב, עד שהחיסרון נעשה אמיתי והתפילה יוצאת מעומק הלב. יהי רצון שנזכה לטעום ולראות כי טוב ה', ולהתענג עליו בעבודה נקייה, לשמה.

המימד הנוסף • הרב יוסף ביטון שליט"א

050-590-1349 • ravbiton.com • קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב', שיעור 7



קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב' · שיעור שמיני: לחיות הוויה

כמים הפנים לפנים

שיעור 8 מתוך 10 בקורס קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב'. הסרטון המלא, ומתחתיו השיעור כתוב ומעובד לקריאה.

קיימים או חיים

לחיות הוויה פירושו לחיות את הרגע שבו אנחנו נמצאים, כאן ועכשיו. רוב בני האדם אינם חיים באמת, הם רק קיימים, משום שהם שקועים בעבר או בעתיד. נלמד מהי הצלחה בעיני התורה, מדוע היא תלויה במידה שבה אנחנו נוכחים במקום שבו אנחנו עומדים, וכיצד מתאמנים להיות שם במלואנו, בזוגיות, בהורות, בפרנסה ובתפילה.

לחיות הוויה הוא מושג שעולה בדברינו פעם אחר פעם, ועד עכשיו לא העמקנו בו. כשאנחנו מדברים על לחיות הוויה, אנחנו מדברים על דבר שלצערנו כמעט אינו קיים בעולם. אחד מאנשי הרוח אמר פעם שרוב רובם של בני האדם אינם חיים, הם פשוט קיימים, ורק מעטים מאוד חיים באמת.

וההבדל בין לחיות לבין להתקיים פשוט מאוד. אדם קיים הוא אדם שאף פעם אינו נמצא באמת במקום שבו הוא נמצא בגופו. רוב רובם של בני האדם נמצאים בעבר. הם אחוזים בנזקים של העבר, במשברים שעברו עליהם ובטעויות שעשו לפני שנים. אחרים נמצאים כל הזמן בעתיד, בדאגה למחר ובתכנון של מה שעוד לא בא. מעטים מאוד נמצאים בהווה.

ועכשיו שימו לב היטב. העבר כבר חלף, ואת העתיד רק ה' יודע. כך לימדנו שלמה המלך: "אל תתהלל ביום מחר, כי לא תדע מה ילד יום" (משלי כז, א). מה שנשאר בידינו באמת הוא הרגע הזה. החיים הם הרגע שבו אנחנו יושבים עכשיו ולומדים יחד. ברגע הזה אין שום דבר אחר בעולם, יש רק את הלימוד הזה, ואנחנו נמצאים בו במאה אחוז. זה נקרא לחיות.

חכמה שירדה מן השמים

לפני שנעמיק, ראוי לומר מאין אנחנו שואבים את הדברים. ההדרכה שאנחנו מוסרים כאן נשענת על המקורות: על תורתו של האר"י הקדוש, רבי יצחק לוריא אשכנזי, מגדולי המקובלים בצפת, שעל דבריו עומדת חכמת הקבלה כפי שהיא נלמדת עד היום, על דברי רבי שמעון בר יוחאי, ועל דברי רבי משה חיים לוצאטו, הרמח"ל הקדוש. איננו יושבים בלילה, עולים על איזה קוד, ולמחרת מעבירים אותו הלאה. קוד שאדם המציא יכול מאוד להיות שגוי. ראינו אידיאולוגיות ותיאוריות רבות שכבשו את העולם, ובאו אחריהן וסתרו אותן. גם בעולם הפסיכולוגיה השתנו הדברים מן הקצה אל הקצה.

היתרון של החומר שאנחנו לומדים יחד הוא שזה חומר שמימי. אין זה רעיון שעלה בדעתו של מישהו, ואין זה תוצרת המין האנושי, ולכן אנחנו אומרים את הדברים בביטחה. גם מה שנלמד כאן על ההווה אינו טכניקה שמישהו פיתח. כך ברא הקדוש ברוך הוא את עולמו, ונראה זאת מתוך הפסוקים ומתוך דברי חז"ל.

מי שהולך בעצות האלה זוכה לאושר ולהצלחה בחיים. וכשאנחנו מדברים על אושר, אנחנו מדברים על יצירת הרמוניה בין כל החלקים שקיימים באדם. יש בנו חלקים רבים, כל חלק מושך לעצמו וכל חלק משדר משהו אחר. המקובלים מלמדים שהגוף מורכב מארבעה יסודות: אש, רוח, מים ועפר. ברגע שאנחנו יוצרים ביניהם איזון והרמוניה, יש לנו רוגע, יש לנו שלוה, יש לנו שמחת חיים, ויש לנו אושר.

והאושר קשור קשר הדוק לאישור. לאישור הזה יש שני פנים. האחד הוא אישור מן הסביבה, מן העולם. גם הוא מביא אושר מסוים, אבל זו רמה נמוכה, ועוד נגיע אליה. העבודה שלנו היא להגיע לאושר פנימי ואישי, שבו האישור בא מן האדם עצמו. כשאדם נותן אישור לחשיבה שלו, לדיבור שלו ולמעשים שלו, הוא מאושר. וכשחסר לנו אושר, הסיבה היא תמיד שחסר אישור, אם של הסובבים אותנו ואם שלנו. ובדרך כלל האישור העוצמתי, הכוח האמיתי, טמון בתוכנו, באישור שאנחנו נותנים לעצמנו.

אין גלולה של אושר

ודבר אחד צריך לומר בגלוי כבר בתחילת הדרך. האושר וההצלחה בחיים, על פי ההדרכה שאנחנו מדריכים על פי תורתנו הקדושה, תלויים במעשה. אפשר לשבת ולשמוע שיעורים נפלאים ומדהימים, ומי שאינו קם ופועל

בפועל, האושר ירחף תמיד מעליו. הוא ידע שהאושר קיים בעולם, ידע שאולי השכן שלו זכה בו, אבל אם לא נקום ונעשה מעשה, אין על מה לדבר.

איננו מוכרים כאן גלולות שבולעים בצאת מן השיעור ומרחפים. גם כשמדברים על דמיון מודרך, צריך לשבת ולדמיין, ואין מה לעשות. אנחנו דור מפונק מאוד, ומחפשים מישהו שייתן לנו משהו בלי שנעשה דבר. דבר כזה אינו קיים, ופשוט צריך לשכוח ממנו. כשהתפשטו בעולם ספרים שהבטיחו הגשמה קלה בכוח הדמיון, נזרקה לאוויר אשליה שהנה יש כאן משהו קל. אבל כשאנשים התחילו לעבוד באמת בדמיון מודרך, הם קלטו כמה זו עבודה קשה.

כך גם בחשיבה חיובית. עמדנו בארוכה על עוצמתה ועל כוחה, ועל ההשלכות הקשות של המחשבות השליליות. מי שלא עמל ולא יגע ולא אימן את המוח לחשוב חיובי, גם אחרי כל הלימוד עדיין חושב שלילי. אין כאן אשליות. מה שאנחנו עושים כאן הוא אימונים, כדי לקנות את העצות בקניין.

שימו לב כיצד אנחנו נוהגים בקריאת שמע. אנחנו חוזרים עליה כמה פעמים בכל יום, והרי את המשמעות של "שמע ישראל ה' אלהינו ה' אחד" (דברים ו, ד) מבינים כבר בפעם הראשונה. את הרעיון אפשר להבין בשיעור אחד. חוזרים עליו כדי להפנים אותו, וכך נאמר: "ושננתם לבניך" (דברים ו, ז), מלשון שינון. וחז"ל אמרו: "ארבעה צריכין חזוק, ואלו הן: תורה, ומעשים טובים, תפלה, ודרך ארץ" (ברכות לב, ב). אם איננו חוזרים ומשננים את הדברים, איננו מחוברים אליהם, וכשאין חיבור, זה לא עובד. והחיבור הזה הוא בדיוק הנושא שלנו. אני אומר לכם מניסיון דבר שלא יאומן כי יסופר. אנשים שחיו את הדברים, שעשו את התרגילים בפועל, שנפלו וקמו ושוב קמו, אומרים לי שהם פשוט נולדו מחדש. ואין כאן צעדים רבים או דברים מסובכים. די שאדם יעבוד באמת על דבר אחד, על חשיבה חיובית, והוא נעשה אדם אחר לגמרי, אדם חדש.

יושבי בית המדרש ויושבי קרנות

כששואלים אנשים מהו אדם מצליח, שומעים תשובות רבות. יש אומרים שמצליח הוא מי שמגשים את שאיפותיו, יש אומרים שהוא מי שמגיע לכל מה שהוא רוצה בלי להתאמץ, ויש שמודדים את ההצלחה בכסף. ויש בדברי חז"ל מאמר מעניין מאוד, שמאיר את השאלה הזאת באור אחר לגמרי.

כשאנחנו נכנסים לבית המדרש אנחנו מתפללים תפילה קצרה, וכשאנחנו יוצאים ממנו אנחנו אומרים תפילה אחרת: "מודה אני לפניך ה' אלהי ששמת חלקי מיושבי בית המדרש ולא שמת חלקי מיושבי קרנות... אני עמל והם עמלים. אני עמל ומקבל שכר, והם עמלים ואינם מקבלים שכר" (ברכות כח, ב).

בגדול, כל מי שנמצא בכדור הארץ עובד. "כי אדם לעמל יולד" (איוב ה, ז), וכך הוא הדבר. אין טעם לחלום על בריחה מן העמל. ואם כן קשה מאוד להבין את לשון התפילה. אדם שעובד במשרד או בהייטק מקבל שכר. כל נגר מקבל שכר, כל חשמלאי מקבל שכר. כולם עובדים וכולם מקבלים שכר, וצריך להבין מה פשר הדברים שהם עמלים ואינם מקבלים שכר.

אמשול לכם משל. אדם ביקש מנגר לבנות לו פינת אוכל, ולא סגרו ביניהם מחיר מראש. הנגר עבד חודש וחצי, ובסוף קרא לו והראה לו את המוצר המוגמר. שאל האיש כמה עליו לשלם, והנגר נקב בסכום עצום. נדהם האיש ושאל על מה. אמר לו הנגר: אסביר לך. הנגריה שלי פרימיטיבית. אין בה מסורים חשמליים ואין בה מלטשות, הכל ידני, אני מנסר ביד. מה שלוקח במפעל מודרני שבוע, לקח לי חודש וחצי, ולכן עליך לשלם הרבה. ענה לו האיש: מה אכפת לי שאתה תקוע עם מסור ידני. לי אכפת מן המוצר המוגמר. העמל והיגיעה שלך אינם ענייני.

כך הוא בעולם. מקבלים שכר על המוצר המוגמר בלבד. ורבותינו הקדושים מלמדים שאצל הקדוש ברוך הוא הדבר שונה. הקדוש ברוך הוא משלם שכר לאדם לפי העמל, לפי היגיעה, לפי המאמץ וההשתדלות שלו, ולא לפי התוצאה. וזה פשר הדברים, אני עמל ומקבל שכר.

ודעו שכולנו עובדי ה', אם נרצה ואם לא נרצה. כמו במפעל גדול, שכל מי שנמצא בו עובד. יש עובדים מדעת ויש עובדים שלא מדעת, ויש גם מי שמנסים להשתמט, וגם הם מגיעים בסופו של דבר, כל אחד בדרכו.

הצלחה שאינה נמדדת בתוצאה

מכאן שמצליח הוא מי שמגשים את הפוטנציאל האישי שלו, שעמל ויגע במאה אחוז, ואין לזה שום קשר לתוצאה. אישה יכולה להיות עקרת בית פשוטה, שהבית שלה מסודר, החינוך שלה נפלא והיחסים שלה עם בעלה נפלאים, והיא מצליחה מספר אחת בעולם. ואישה אחרת יכולה לשבת בפסגת הקריירה ולהיות כישלון מוחלט כלפי הסובבים אותה וכלפי בני ביתה.

מה שהתאזרח אצלנו, ומה שהראו לנו כל השנים, הוא שהצלחה היא רכבים חדשים, דירות פאר ואחוזות. זו אינה הצלחה. והראיה, שרבים מאוד שרדפו אחרי עושר והצלחה מן הסוג הזה נשברו בדרך. האושר וההצלחה נמדדים במשהו אחר לגמרי.

ולעניות דעתי, וזה מה שנראה בהמשך, אנחנו מאושרים ומצליחים במקום שבו אנחנו מחוברים. במקום שבו הצלחנו להתחבר במאה אחוז, להיות כאן ועכשיו, שם אנחנו מצליחים. אישה שנמצאת בעסק שלה בשבעים אחוז, ההצלחה שלה בעסק היא שבעים אחוז. כשהיא יושבת בסלון ומשוחחת עם בעלה ונמצאת בשיחה בחמישים אחוז, הפירות של השיחה, הקשר שייווצר ביניהם, יהיו חמישים אחוז. וכשהיא עם הילד במאה אחוז, יש לה הצלחה של מאה אחוז עם הילד. ככל שנהיה מחוברים יותר, נהיה מצליחים יותר.

ומי שמסתכל בעין חדה יראה זאת גם אצל אנשי הבמה. אין זו דוגמה לחיקוי, אבל זו המחשה טובה. ההבדל בין שחקן שמצליח יותר לשחקן שמצליח פחות פשוט מאוד. מי ששיחק את התפקיד וחי אותו יותר, אמיתי יותר ומחובר יותר, הצליח יותר. ומי שלא הצליח להתנתק מן המריבה עם אשתו לפני שהגיע לצילומים, הבמאי ראה את זה, העורך ראה את זה, וגם הקהל ראה את זה. שחקן טוב הוא שחקן שמזדהה עם התפקיד, והשחקנים שכבשו את העולם היו אנשים שפשוט הזדהו עם תפקידם במאה אחוז.

הכובע של הגננת

נהוג לומר שהעולם כולו במה, וכולנו שחקנים. אל תטעו, אין במשחק הזה שום דבר שלילי. כל החיים שלנו אנחנו מחליפים במות, מחליפים כובעים ומחליפים תפקידים. כך ברא ה' את העולם, והעולם דינמי.

ומתכון בטוח לכישלון הוא לא לעשות את ההפרדה. באו אליי פעם בני זוג. הבעל התלונן שאשתו מתייחסת אליו כמו אל אחד הילדים, מדברת אליו בקול רם ושואלת אותו כל הזמן אם אכל או לא אכל. לדבריו, היא חושבת שהוא אחד הילדים שלה. אחרי עשר דקות של שיחה התברר שהאישה היא גננת. היא נכנסה הביתה עם הכובע של הגננת, ופשוט שכחה להוריד אותו. אבל כשהיא נכנסת הביתה ובעלה עומד מולה, יש לה כובע אחר, היא אישה. כדי להצליח בזוגיות צריך כובע של גבר וכובע של אישה, במלואם. וכך גם כדי להצליח בהורות.

ויש היום דבר מעניין מאוד. התחילו לדבר על זמן איכות. המצב הגיע לכך שאף אחד אינו מחובר, עד שצריך לייחד זמן מיוחד כדי להיות עם הילד או עם בן הזוג. בלשון שלנו זה נקרא להיות כאן ועכשיו. אבל אחרי האימון

שנעשה, על פי מה שנלמד, כל היום שלנו יהיה איכות אחת גדולה, ולא נזדקק לזמן איכות. כשנשב לשיחה עם בן הזוג, נהיה שם עם הלב, עם השכל, עם כל ארבעת היסודות ועם כל הרגשות, כי נהיה בתוך המציאות.

חלון אל הפנים

מה שאמרתי עד כאן הוא בכללות, לאן אנחנו צריכים להגיע. אבל יש כאן רובד עמוק הרבה יותר. אמר שלמה המלך: "כמים הפנים לפנים, כן לב האדם לאדם" (משלי כז, יט).

רבותינו מלמדים שהקדוש ברוך הוא ברא בעולם חיצוניות, וברא גם פנימיות. את החיצוניות כולנו מכירים. אבל כדי להגיע אל הפנים של אדם אחר, אל פנימיותו, יש חלון אחד, חלון שקוף, למי שמבין. דרך הפנים, הפרצוף, אפשר להגיע אל הפנים, אל הפנימיות, ולא בכדי זו אותה מילה ממש. בפרצוף משתקפת כל פנימיותו של האדם, ובתורת הקבלה יש פרק חשוב ונרחב שנקרא חכמת הפרצוף. אבל החלון הזה פתוח רק למי שנמצא כאן ועכשיו. מי שאינו כאן, אינו רואה דרכו דבר.

כמו שאדם מסתכל במים או במראה ורואה בהם את פניו שלו, כך לב האדם לאדם. הקדוש ברוך הוא ברא באדם רגש שנקרא לב, ואי אפשר לשחק איתו משחקים. בעל יכול לבוא הביתה עם מתנה ולהרעיף מחמאות, והלב של אשתו מרגיש. היא מרגישה שהוא מחפש משהו, שהוא רוצה להיעלם לכמה ימים, שאין כאן אמת. חז"ל אמרו: "ניכרין דברי אמת" (סוטה ט, ב). כשהדברים הם דברי אמת, הם ניכרים.

מסופר על החפץ חיים שבא לבית המשפט להעיד על אחד מתלמידיו. הוא עמד, יהודי זקן, לפני השופט, ודיבר בלשונו מכל לבו, והשופט פסק לטובת התלמיד. אמרו לשופט: הרי אינך מבין את השפה שבה דיבר. השיב להם: יש שפה אחת שכולם מבינים, והיא שפת הלב.

זה הפשט, שמה שיש סביבנו הוא השתקפות של מה שיש בנו. ושגור בשם הבעל שם טוב פירוש עמוק יותר. כשאדם ניגש אל המים ועומד מולם, הוא רואה בהם את בבואתו, בבואה גדולה. כשהוא מתכופף, היא נעשית קטנה יותר. ככל שהוא מתכופף יותר, היא מתקרבת אליו ונעשית קטנה יותר, עד שכאשר הוא מתכופף לגמרי ומרכין את ראשו לשתות מן המים, הוא והבבואה שלו משתווים. זו השוואת הצורה.

וכך לב האדם לאדם. כשאתה מגדיל את עצמך על חברך, גם הוא מגדיל את עצמו עליך. כשאיש באה אל חברתה בגאווה, כאילו היא היודעת הגדולה והמבינה הגדולה, גם חברתה נעשית היודעת והמבינה. כשהיא באה

אל בעלה בתחושה שהיא בסדר והוא הכישלון, גם הוא יבוא אליה בתחושה שהוא בסדר והיא הכישלון. והעולם כולו מגדיל את עצמו כנגד מי שמגדיל את עצמו. ורק כשאדם מקטין את עצמו בפני חברו, עד שאין עוד לאן להקטין, גם חברו מקטין את עצמו בפניו, ונעשית ביניהם השוואה.

ועל פי זה מבארים את מה שנאמר במשה רבנו: "ודבר ה' אל משה פנים אל פנים, כאשר ידבר איש אל רעהו" (שמות לג, יא). משה הקטין את עצמו בפני ה', כמו שנאמר: "והאיש משה ענו מאד, מכל האדם אשר על פני האדמה" (במדבר יב, ג). והקדוש ברוך הוא, כביכול, הקטין גם הוא את עצמו כנגדו, עד שהגיעו להשוואה, פנים אל פנים. התבוננו באיזו דרגה מדובר.

רוח הבריות ודברי חן

ועכשיו שימו לב. כך ברא הקדוש ברוך הוא את עולמו, שההצלחה תלויה הרבה גם בחברה, באישור שהסביבה נותנת לנו. אי אפשר שלאדם יהיה אישור פרטי משלו, ובכל מקום שהוא הולך ישדרו לו את ההפך: אתה כישלון, אתה לא בסדר, אתה טועה. אדם כזה לא יחזיק מעמד זמן רב עם האישור שלו. ובדרך כלל, כשהאישור הפנימי אמיתי, גם הסביבה נותנת אותו. אמרו חז"ל: "כל שרוח הבריות נוחה הימנו, רוח המקום נוחה הימנו" (אבות ג, י). הבריות הן מעין מד של לבבות, שנותן אישור לליבו של אדם ולפנימיותו, לכך שהוא אמיתי.

והדרך לזכות באישור מן הזולת היא כמים הפנים לפנים, להיות כאן ועכשיו. כשאישה משוחחת עם חברתה, והחברה מספרת לה על בעיה, והיא שם במלואה, החברה מרגישה את זה. זו שיחה בריאה. בשיחה כזאת האורות זורמים, ונעשית ביניהן תנועה של נתינה וקבלה. יש בקבלה מושג שנקרא מ"ן ומ"ד, מיין נוקבין ומיין דכורין. הקדוש ברוך הוא ברא את העולם כך שלכל אחד יש מה שאין לחברו, וכולנו נותנים ומקבלים זה מזה, משפיע ומושפע. המקובלים מדברים על ניצוצות שעוברים מאחד לשני, ואנחנו זוכים להתחבר אליהם רק כשאנחנו נמצאים כאן ועכשיו.

רבי נחמן מברסלב מלמד שהסיבה העיקרית שתפילות ובקשות אינן מתקבלות היא שאין להן חן. וזה לשונו: "כי עקר מה שאין נתקבלין הבקשות הוא מחמת שאין להדברים חן, ואין נכנסין בלב של זה שמבקשין ממנו" (ליקוטי מוהר"ן א). כמו אדם שמבקש מחברו משהו: כשיש לדבריו חן, הם נכנסים אל לבו של השני והוא נותן לו, וכשאין בהם חן, הם אינם נכנסים ללבו והוא אינו נותן.

ואני אומר לכם דבר פשוט מאוד. כשאדם נמצא כאן ועכשיו, כשהוא חי את המציאות שהוא מדבר עליה, את מה שהוא שומע ואת הפעולה שהוא עושה, יש לדבריו חן. כשהדברים יוצאים מן השכל בצורה קרה, אין להם חן. הזמר שנתפס בלבבות הוא הזמר שחי את מה שהוא שר. יש זמרים ששומעים אותם עשרות שנים, משום שהשירים שלהם היו החיים שלהם והצרות שלהם, והם שרו מתוך המציאות שלהם. זו העוצמה.

ועוד דוגמה. אישה עורכת לבעלה מסיבת יום הולדת בהפתעה. הבעל נכנס, ואם הוא חד מעט, הוא קולט מיד אם זו מסיבה לצאת ידי חובה או מסיבה אמיתית. הוא קולט אם העוגה נקנתה בדרך אגב בקונדיטוריה, או שהתאמצו בשבילו. קולטים, רואים, מרגישים, חשים. זה נקרא להיות מחוברים. כדי להיות מצליח, צריך להיות מחובר. ותראו אנשים שהצליחו בעסקים: הם חיים את העסק כל הזמן.

הרואה את הנולד

ומכאן גם הסיבה שקשה לנו כל כך לחזות את העתיד. איננו חיים את ההווה. התבוננו ברבי נחמן מברסלב. הוא נסתלק מן העולם לפני יותר ממאתיים שנה, ועד היום הוא מן הדמויות שאנשים נמשכים אליהן יותר מכל, אנשים מכל הסוגים ומכל הקצוות. הוא אינו עומד על במה, אינו צועק ואינו מוציא הקלטות. וסוד הדבר פשוט: הוא חי הווה. הוא חי את המציאות בתמציתה וקלט את העולם שסביבו. אני מדבר על הרוחניות של העולם. הוא ראה כיצד העולם נראה בימיו, קלט את ההידרדרות שכבר החלה, וידע לאן היא מובילה. ולכן כתב דברים שמדברים אל הדורות שאחריו, ועד היום רבים כל כך עולים אל ציונו באומן בראש השנה.

הוא אמר: "אין שום יאוש בעולם כלל" (ליקוטי מוהר"ן תנינא, עח). את המשפט הזה לא היה צורך לומר לפני מאות שנים בצפת, לאר"י הקדוש, לרמ"ק, לאלשיך ולרבי יוסף קארו. אצל ענקי העולם האלה, בדור של גילויים עליונים, לא היה מקום ליאוש. רבי נחמן דיבר אל הדורות שיבואו, אל הדור שלנו, ולכן דבריו נתפסו כל כך.

אמרו חז"ל: "איזהו חכם, הרואה את הנולד" (תמיד לב, א). אי אפשר לראות את הנולד בלי לראות את מה שיש כאן, לידך. רק מי שחי את ההווה יכול לראות את העתיד.

ממלא כל עלמין

רבותינו מלמדים שהקדוש ברוך הוא ממלא כל עלמין, סובב כל עלמין ומחיה את כל העולמות. ובכל זאת, לצערנו הרב, יש אנשים שמסתובבים כאן שנים ואינם רואים אותו, אינם מדברים איתו ואינם שומעים ממנו. הסיבה היא שה' נמצא במקום שבו אנחנו נמצאים כאן ועכשיו, ובמידה שבה אנחנו שם. אם אני כאן ועכשיו בשישים אחוז, אני רואה אותו בשישים אחוז. הקדוש ברוך הוא, שממלא כל עלמין, מדריך אותנו ומוסר לנו מסרים כל הזמן. העולם דינמי, וה' נמצא איתנו בתוך הדינמיות הזאת.

אנחנו כאן כדי לתקן, ונתחיל לתקן את מה שבאנו לתקן רק כשנהיה במקום שבו אנחנו נמצאים. וזה לא יאומן כי יסופר: רוב רובם של בני האדם אינם נמצאים במקום שבו הם נמצאים, וזו הסיבה לכישלונות הגדולים ביותר שלנו בחיים, בעסקים, בלימודים, בזוגיות ובהורות. אנחנו אף פעם לא נמצאים במקום שבו אנחנו נמצאים באמת.

ומכאן גם המרוץ שאינו פוסק. מסופר שכאשר המציאו את הרכבת, באו לאחד מגדולי ישראל וסיפרו לו בהתפעלות שעכשיו אלפי אנשים יכולים לעבור במהירות ממקום למקום. אמר להם: איני מבין לאן העולם ממחר כל כך. ואני אומר לכל אחד: עצור רגע, הרפה. אינך צריך לרוץ לשום מקום. וכמה סכנה יש בנהג שאינו נמצא באמת מאחורי ההגה.

הלב של היום

אמרו רבותינו שהאדם הוא עולם קטן, והעולם הוא אדם גדול. ואם לאדם יש לב, גם לעולם יש לב. העולם בנוי מחיצוניות, והוא בנוי גם מפנימיות. וצריך ללמוד להתחבר אל הלב של העולם, ובלשון פשוטה, אל הלב של היום. אדם מתעורר בבוקר ולפניו יום שלם. ליום הזה יש לב, יש לו פנים, ה' נמצא בו, יש בו הצלחה, יש בו חיבורים בין דברים, ויש דברים שעתידיים להגיע אליך בו. זה נקרא סייעתא דשמיא. כולנו מוקפים בסייעתא דשמיא מכל צד, ויש מי שחיים אותה.

תראו ילדים. ילדים הם כאן ועכשיו, ואיזה עושר יש בהם.

ודרך אגב, גם למודעות עצמית יש צד שצריך להיזהר ממנו. מרוב מודעות, לפעמים נעשה אצלנו בלבול. אדם יוצא לנופש, ובמקום פשוט ליהנות הוא בודק כל הזמן אם הוא נהנה או לא, ומשווה לנופש של השנה שעברה.

הוא נמצא בכל מקום חוץ מכאן ועכשיו. אנשים יושבים במסעדות ואוכלים, ואינם מרגישים את טעם האוכל. מתקלחים, ואינם מרגישים את המקלחת. כל הזמן כולם רצים. אדם נמצא במקלחת, הטלפון מצלצל, והוא יוצא בבהלה כאילו העולם כולו תלוי בשיחה הזאת. אפשר לגמור להתקלח ולחזור אחר כך. הדינמיקה הזאת, לעולם לא להיות במקום שבו אני נמצא, פירושה לעולם לא לחיות.

וכשאנחנו כאן ועכשיו, כל כדור הארץ נעשה חבר. האנשים נעשים עוזרים, והבריאה כולה משתנה כלפינו. פתאום רואים עולם חדש, וכולם איתנו. עד היום היה נדמה שכולם נגדנו, ובאמת זה מפני שלא היינו שם, וזה מרגיז. אישה מדברת עם בעלה, והיא איננה. וכך גם תינוק. הוא בוכה, אמו מרימה אותו ושרה לו, והוא נרגע. היא יכולה להמשיך לשיר, אבל אם היא כבר אינה איתו, אם מחשבתה אצל מישהו אחר, הוא מרגיש וחוזר לבכות. יש בהם את הרגש הזה.

כמים הפנים לפנים. כשם שבבחירה חופשית אנחנו יכולים להיות עצובים או שמחים, כך אנחנו יכולים לחוש את האחר. רבים מכירים את ההרגשה שמישהו נכנס לחדר עוד לפני שראו אותו או שמעו אותו. ניתנה בנו היכולת לחוש את האחר, כדי שהאחר יאיר לנו ונקבל ממנו, וכדי שהבריאה כולה תבוא לעזרתנו. כאילו כדור הארץ אומר: אני עוזר למי שנמצא איתי באמת.

נע ונד

והדור שלנו סובל מן הדבר הזה במיוחד. בדורות הקודמים היה הרבה כאן ועכשיו. אנשים ידעו פשוט ליהנות מן האכילה, מן השתייה ומן הקימה בבוקר. ואנחנו היום חיים כמו תחת קללה שרובצת עלינו, קללת קין: "נע ונד תהיה בארץ" (בראשית ד, יב). כל הזמן נעים וכל הזמן נדים. ויש שביארו: נע בגוף, ונד בנפש. זו הקללה, שגם כשהאדם יושב במקומו, הוא נתון במלחמות פנימיות ואינו נמצא כאן.

והרי כשברא הקדוש ברוך הוא את העולם, וברא לנו את החברה ואת המציאות שסביבנו, הוא ברא אותן לעזר, שיהיו לנו מדריך. אי אפשר שלא נראה את העזרה הזאת.

כשהכנתי את הדברים האלה שוחחתי עם אחד מבניי, והוא סיפר לי על המעסיק שלו. אמר לי: אתה לא מאמין, הוא מקיים בדיוק את מה שאתה מלמד. הוא חי כאן ועכשיו. כשהוא מקבל שיחת טלפון, רואים אותו מדבר עם

האדם בהתלהבות כזאת, וכל כולו מרוכז בו. ועוד אמר לי: אני מרגיש שכל הבריאה נמצאת איתו כל הזמן. הדברים זורמים אליו בקלות, והוא תמיד נפגש בדיוק עם האנשים המתאימים.

ופעם התקשרתי ליהודי יקר שלא הגיע לכולל כבר כשבועיים. עלה במחשבתי להתקשר ולשאול מה שלומו. הרמתי טלפון, והוא אמר לי: כבוד הרב, הפעם אני מרים ידיים, יש לרב רוח הקודש. שאלתי מה קרה. סיפר שבנה בתקופה הזאת בית חדש, ובאותו רגע ישב וערך את רשימת המוזמנים לחנוכת הבית, וברגע שכתב את שמי, הטלפון צלצל. אמרתי לו: אין כאן פלא. כך אני מתקשר לאנשים פעמים רבות, בדיוק כשהם כותבים אותי או חושבים עליי. שאל איך אני עושה את זה. אמרתי לו: אני חי כאן ועכשיו. עלית לי בראש, וחייגתי.

זה נקרא אינטואיציה, דבר שהוא מעבר לרגש ומעבר לשכל, ועל פי הקבלה שורשו בכתר העליון. כשאדם מתחבר לכאן ועכשיו, כאילו הקדוש ברוך הוא אומר לו: אתה כל כך חי, אני איתך. ולא רק אני איתך. הבריאה איתך, האנשים איתך, הסובבים אותך איתך.

ויהי איש מצליח

התבוננו ביוסף הצדיק. בבית פוטיפר מעידה עליו התורה: "ויהי ה' את יוסף ויהי איש מצליח" (בראשית לט, ב), ומוסיפה: "וירא אדניו כי ה' אתו, וכל אשר הוא עשה ה' מצליח בידו" (בראשית לט, ג). ואחר כך, בבית הסוהר, שר בית הסוהר מפקיד הכל בידו, "באשר ה' אתו, ואשר הוא עשה ה' מצליח" (בראשית לט, כג).

תארו לעצמכם שיוסף היה יושב בבית הסוהר ומקונן על מזלו: איפה החלומות שלי, אחיי מכרו אותי, ונכנס לדיכאון. הוא לא היה מצליח. אבל יוסף הגיע לבית הסוהר ונעשה בו הטוב ביותר. וקודם לכן, בבית פוטיפר: יוסף היה תלמיד חכם, בנו של יעקב, שישב ולמד תורה, ופתאום הוא עבד בביתו של שר מצרי, בבית שבו אשת אדונו מנסה אותו יום יום. ויוסף נמצא באותו בית במאה אחוז. אחר כך פרעה מפקיד בידו את ארץ מצרים, והוא נעשה לכלכלן של המדינה כולה ומסדר את כל ענייניה.

וטעם הדבר שה' עמו פשוט. יוסף שם את הכובע במלואו. הוא ידע שה' הוא שהביא אותו למצרים, ואם ה' חפץ שיחבוש את הכובע הזה, הוא חובש אותו עד הסוף.

יש ביטוי מוכר: מציעים לאדם כוסית, והוא משיב: לא, אני בתפקיד. כשאדם בתפקיד, הוא בתפקיד. וכך כשאתה משוחח עם אשתך והילד קופץ פנימה, אתה אומר לו: סליחה, עכשיו אני בעל, בעוד עשר דקות אהיה אבא.

עכשיו אני בעל, עכשיו אני אבא, עכשיו אני נהג. כשאדם נמצא במאה אחוז במקום שבו הוא נמצא, הוא מצליח. וככל שאחוזי הנוכחות שלנו יהיו גבוהים יותר, ההצלחה שלנו תהיה גבוהה יותר.

אפשר לראות את זה בדברים הפשוטים ביותר. אני יכול לטעום תבשיל שהכינה אשתי ולדעת אם היא הייתה במטבח כשבישלה אותן, או שהייתה באוסטרליה. בא אליי פעם אדם וסיפר שהתארח בבית אחד ושתה שם כוס קפה, ומאז הוא אינו מצליח להוציא את הקפה הזה מן הראש. הוא היה בטוח שעשו לו כישוף. אמרתי לו: אף אחד לא כישף אותך. הכינו לך קפה מכל הלב. כשאנחנו כאן ועכשיו, הכל נעשה חי והכל מקבל עוצמה. זה החן שאנחנו מחפשים, וזו ההצלחה שאנחנו מחפשים.

לכל אשר יקראהו באמת

כולם מבקשים היום זמן איכות. הילד מבקש זמן איכות, האישה מבקשת זמן איכות. אבל כל עשרים וארבע השעות של היממה, נרצה או לא נרצה, אנחנו מחליפים כובעים. אם בכל פעם נחבוש את הכובע עד הסוף, נראה איזו הצלחה. כל הבית נעשה חי. האישה מרגישה את זה, והבעל מרגיש את זה.

הקדוש ברוך הוא טוב במאה אחוז. הוא ממלא כל עלמין וסובב כל עלמין, ועשה הכל כאן מלא בטוב ומלא בחיים. אתן לכם משל. אדם עשיר מאוד קם בבוקר ורוצה לומר בוקר טוב, וחס ושלום נעלם ממנו הדיבור. חודשים של רופאים ובדיקות, והוא אינו מדבר. בא רופא מארץ רחוקה ושואל אותו כמה כסף יש לו בבנק. חמישה מיליון דולר, הוא עונה. אומר לו הרופא: הפקד אותם אצלי, ובתוך עשר דקות תדבר, ואפילו תשיר. ברור שהוא יחתום ויעביר את הכסף בלי לחשוב פעמיים. והנה כולנו מדברים. מכאן שכבר יש לנו חמישה מיליון דולר, כאן ועכשיו. אנחנו מדברים, רואים, הולכים ונושמים, וכל אחד מאיתנו עשיר עצום. אבל רק מי שחי כאן ועכשיו מרגיש את העושר הזה.

ויש לזה עזרים. ברכת אשר יצר, שאנו מברכים בכל פעם שאנו יוצאים מבית הכסא, ונוסחה בגמרא: "אשר יצר את האדם בחכמה, וברא בו נקבים נקבים, חללים חללים, גלוי וידוע לפני כסא כבודך שאם יפתח אחד מהם או אם יסתם אחד מהם אי אפשר לעמוד לפניך" (ברכות ס, ב). אנשים ממהרים בברכה הזאת, ולכן מישהו עשה כרזה ובה ציורים של אמבולנס, של לב, של כליות ושל כבד. מי שמסתכל בה נרעד, ומברך בכוונה. עד כדי כך היינו צריכים עזרה. לפני מאה או מאתיים שנה, כשאמרו לאדם שעומדים להתפלל ושהוא פותח ב"אדני שפתי תפתח, ופי יגיד תהלתך" (תהלים נא, יז), הוא הבין שכשהוא עומד להתפלל, הוא מדבר עם ה'.

רבים מתלוננים שתפילתם אינה נשמעת. והפסוק אומר: "קרוב ה' לכל קראיו, לכל אשר יקראו באמת" (תהלים קמה, יח). מי שקורא באמת הוא מי שנמצא כאן ועכשיו. וגם מי שזוכה לקיים "ואהבת לרעך כמוך" (ויקרא יט, יח) הוא מי שנמצא כאן ועכשיו. אדם בא ומספר לך על צרתו. אינני אומר שעליך להיות חולה איתו ולהזדהות במאה אחוז, אבל לפחות שירגיש ששמעת אותו. עצם זה כבר הקל מעליו. לא פתרת לו את הבעיה, אבל לרגע אחד כאילו אמרת לו: תן לי את המשא לעשר דקות, תנוח, המשא עליי עכשיו. הוא ממשיך בדרכו, אבל נתת לו אוויר. לפעמים הבעל צריך את זה, לפעמים הילד, לפעמים חברה, ולפעמים גם אנחנו עצמנו.

כשאנשים היו כאן ועכשיו בתפילתם, הם חיו בין ניסים ונפלאות. בספרות החדשה יש ספרים שלמים שבנויים על כוח התת מודע ועל האינטואיציה, ודרך אגב, כולם מדברים בעצם על ה'. אחד קורא לו היקום, אחר קורא לו התת מודע, אחר קורא לו הטבע, הכוח העליון או מרכז האנרגיה. ואנחנו קוראים לו ה' יתברך ויתעלה, יוצר כל היוצרים. כדי לקרוא לה' באמת, צריך להיות כאן באמת. אנשים מרחפים מעל העניין, וממילא גם מעל העושר ומעל ההצלחה. ה' ממלא כל עלמין, ואנחנו תמיד עוברים לידו, כמו שאדם עובר כל הזמן ליד אשתו וליד ילדיו ואף פעם אינו נמצא איתם באמת.

רשימת הכובעים

ומכאן לאימון. כל אחד יערוך רשימה של הכובעים שהוא חובש בחיים. יש לי כובע של אמא, יש לי כובע של אישה, יש לי כובע של עובדת, וכן הלאה. רושמים את כל הכובעים הקיימים. ומי שרוצה להתקדם יותר, יכול לערוך בצד רשימה נוספת של כובעים שהוא מבקש לחבוש בהמשך הדרך, וגם על זה נעבוד בעזרת ה'.

אחר כך יושבים ומתבוננים, וזה קל מאוד. בודקים בכל כובע, בציון מאחד עד עשר, עד כמה אני באמת נמצאת בו: בתור אמא, בתור אישה, ואפילו בתור מי שמבשלת לבני ביתה. ואל תיבהלו מן התוצאות. היום הכל במיקרוגל, הכל סינתטי והכל בשקיות, ואנשים שכחו מה זה טעם של אוכל. הבעל רוצה להרגיש תבשיל אמיתי, לראות בו את הלב של אשתו. טוב שיש שבת.

כשנעשים מודעים לכובעים, יודעים מתי להוריד אותם ומתי להחליף אותם, ולא נכנסים הביתה עם הכובע של העבודה. איש עסקים נכנס הביתה ומדבר עם אשתו כמו עם לקוחה. היה לי תלמיד, מאמן קרטה, שסיפר לי איזה בלגן נעשה בביתו בגלל האימונים. הוא היה נכנס הביתה כמו לוחם, ואשתו הייתה מבקשת ממנו שוב ושוב

שיירגע. הוא לא הבין מה היא רוצה, הרי הוא רגוע. רק אחר כך הבין שהוא מדבר אליה כמו אל יריב על המזרן. הוא פשוט שכח להחליף את הכובע.

כשנהיה מודעים לכובעים, נקבל שני דברים. הדבר הראשון הוא תיאום. כמו שאומרים, האצילות מחייבת. כשאדם מודע לכובע שהוא חובש, נעשה אצלו תיאום בין הכובע, הדיבור וההתנהגות, והוא נמצא כאן במאה אחוז. כמה פעמים אנחנו רואים אנשים שמתנהגים באופן שאינו מתאים למקום שבו הם נמצאים, ותמיהים מה קרה להם. הם פשוט אינם שם.

הדבר השני הוא הבדלה. במוצאי שבת אנו מבדילים בתוך ברכת חונן הדעת, כמו ששנינו: "והבדלה בחונן הדעת" (משנה ברכות ה, ב). הדעת היא שמבדילה בין קודש לחול, בין מצב למצב. מסופר על אחד מגדולי ישראל שהיה מדריך את תלמידיו: כשאתה מגיע הביתה, אל תיכנס מיד. עמוד חמש דקות בפתח. אם אתה רב, הפסקת להיות רב. אם אתה תלמיד, הפסקת להיות תלמיד. אם אתה איש עסקים, הפסקת להיות איש עסקים. בפתח מתחילים להיכנס אל תוך הבית, אל האישה, אל הילדים, אל הרעש, ונותנים לעצמנו כמה דקות להתרגל למצב החדש. ותלמידיו, כשנכנסו לבית, היו בבית במאה אחוז. הוא הדריך אותם לסגור את הטלפון בכניסה לבית. עכשיו אני אבא ובעל, נקודה. כשאצא מכאן, אהיה בעסק ועם אנשים. בבית, אני בבית במאה אחוז. ואז מתחילים לממש את הפוטנציאל האמיתי שלנו.

אחרי הפעולות נמשכים הלבבות

עמדנו כבר על החיבור שבין המוח לבין מערכת העצבים, וראינו שהרגל חדש נקנה רק על ידי חזרה. לכן זה לא יהיה קל בהתחלה. במשך כל יום נהיה מודעים למה שאנחנו מתאמנים עליו, ובסוף כל יום נבדוק: בעבודה הייתי שש, אולי שבע. בתור אישה הייתי ארבע, חמש. כך נוצרת לפנינו טבלה, ומתוכה רואים את התמונה הכוללת, כמה הייתי כאן השבוע. לאט לאט, בעזרת ה', מעלים את המספרים. הכל עניין של אימונים. אנחנו מתאמנים לחיות, וזה נקרא לחיות הוויה. וכך כתב בעל ספר החינוך: "כי אחרי הפעולות נמשכים הלבבות" (ספר החינוך, מצוה טז).

מי שמתאמן כך מגלה בדרך כלל שהדברים מתחילים לזרום. פתאום יש סייעתא דשמיא, והדברים הולכים. אדם נעשה מעין מגנט של הצלחה. הוא מתחבר לאנשים מצליחים, לאנשים שחיים כאן ועכשיו. הוא מתחיל ליהנות משיחה, מדיבור, מאכילה, מהכנת האוכל, מן הדברים הקטנים ביותר. פתאום אנחנו נעשים כמו ילדים

קטנים שמתלהבים מכל דבר. אנשים יוצאים לטיול, נוסעים שעתיים לצפון, הכנרת פרושה לפניהם וכל הנוף נפתח, והם אינם נהנים.

ואגלה לכם סוד. ליהנות ולהיות מאושר זו בחירה. רבים בטוחים שכשיזכו בהון, כשיתחתנו, כשיגיע הדבר שהם מחכים לו, יהיו מאושרים. ואכן הם מאושרים, אבל רק לירח דבש של חודש או חודשיים. אחר כך הם חוזרים להיות מי שהיו קודם. מי שהיה פסימי ורואה שחורות נשאר כזה, ומי שחשב חשיבה שלילית על כל דבר חוזר לחשוב כך. היית בריחוף, ואתה חוזר אל עצמך. להיות מאושר ומצליח זו הבחירה החופשית שלנו, וכך גם להיות כאן ועכשיו. ואת הדבר הזה קונים באימון.

זה לא פשוט. תגלו במודעות שאתם חובשים כובע, ובכלל אינכם שם, אתם מרחפים מעליו. מהיום, כשהבעל מתקשר, העולם כולו נעלם, ויש רק בעל בכדור הארץ. הוא ירגיש את זה, כי כמים הפנים לפנים, כן לב האדם לאדם. וכשאתה בעבודה במאה אחוז, גם הבית ירגיש את זה.

ובידי האישה מונח כאן כוח מיוחד. "חכמות נשים בנתה ביתה, ואולת בידיה תהרסנו" (משלי יד, א). אישה בונה ואישה הורסת. בידה לשנות בריאה שלמה, היא מולידה ומגדלת אדם, ואווירת הבית כולו נשענת עליה. כשהיא נמצאת באמת, כל הבית חי.

ומה שמפריע לנו להיות כאן ועכשיו הוא לחישת הנחש, שעליה עמדנו בשיעורים על לחישת הנחש. מולה עומדת לחישת הנשמה, ועל המשחק שבין השתיים, משחק של סולמות ונחשים, עוד נדבר. אבל כבר עכשיו אפשר להתחיל להתאמן. אי אפשר ללמוד ולהדריך אנשים שאינם נמצאים. צריך להיות כאן ועכשיו.

יהי רצון שנזכה בעזרת ה' לחיות הווה, להיות נוכחים באמת בכל תפקיד שהוא מטיל עלינו, ולמצוא אותו בכל מקום שבו אנחנו עומדים.



קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב' · שיעור תשיעי: סולם יעקב

סולם מוצב ארצה

שיעור 9 מתוך 10 בקורס קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב'. הסרטון המלא, ומתחתיו השיעור כתוב ומעובד לקריאה.

סולם של סדרי עדיפויות

מי שכבר יודע לצעוד צריך לדעת גם לאן: כיצד בוחרים יעדים, וכיצד בונים סולם של סדרי עדיפויות, שבו כל צעד קטן מכוון אל השורש ונותן אור בכל תחומי החיים. נלמד את כלל העשרים והשמונים, נראה מה ראוי לרשום ראשון ביומן, ונעלה עד היעד העליון שהעמיד הרמח"ל בפתח ספרו מסילת ישרים.

שם השיעור, סולם יעקב, לקוח מחלומו של יעקב אבינו: "ויחלם והנה סלם מצב ארצה וראשו מגיע השמימה" (בראשית כח, יב). בסולם עולים שלב אחר שלב, ובשיעור הזה נלמד כיצד אנחנו בונים לעצמנו סולמות בדרך אל היעדים שלנו, ומה ראוי לבחור כיעד.

בשיעור על לחיות הווה עמדנו על חוק פשוט: ככל שאדם נמצא יותר בהווה, כאן ועכשיו, בגופו ובכל חלקיו הפנימיים, כך גדלים אחוזי ההצלחה שלו. מי שנמצא כאן ועכשיו ממוקד וערני, חושיו דרוכים, הוא קולט נכון ומגיב נכון, ויש לו פחות חרטות על מילה שנזרקה או על תשובה שלא הייתה במקומה. יש אנשים שכשהתחילו להיות כאן ועכשיו, גילו פתאום את הילד שלהם, שעד אז עברו לידו ודיברו מעל ראשו, ויש שגילו מחדש את בן הזוג או את בת הזוג.

ובשיעור על הצעד ליעד למדנו את העוצמה של הצעד המינורי: כמעט כל יעד דורש אנרגיה, זמן וכסף, והצעד הקטן זמין, קל וגם זול. מי שרוצה לרדת במשקל אינו צריך להוריד עכשיו שלושים קילו, די לו בכמה גרמים, ומי שרוצה שבן זוגו ישתנה אינו מחכה שיהפוך למלאך ביום אחד. כך נוטרלה אימת היעד, אותו פחד שגורם לרובנו להעדיף ראש קטן ומשכורת בסוף החודש על פני חלום גדול.

את הצעדים האלה מנהלים ביומן, שקראנו לו יומן פריצת דרך, והכלל קר ופשוט: מה שלא נמצא ביומן, לא קיים. ביומן מציבים יעד, כותבים בצורה מסודרת את הצעד הבא אליו, ומחלקים לעצמנו ציונים מאחת עד עשר, למשל כמה הייתי השבוע כאן ועכשיו. ובפתח היום עשינו מאזן של החיים: רשימה גדולה של הצלחות, שאין להתקמצן בה, כי יש לכל אחד מאיתנו הצלחות רבות מאוד, ולצידה רשימה של כישלונות ורשימה של החמצות. אחר כך חיפשנו את המכנה המשותף של כל רשימה.

הקימה בבוקר

מן הנקודה הזאת אני רוצה להמשיך ולהעמיק. רבותינו מלמדים שמידה טובה אחת שיש באדם מבצבצת בכל מעשיו, וכך גם מידה רעה אחת נותנת את אותותיה בכל חייו. מי שמוצא את המכנה המשותף של ההצלחות שלו, מצא בעצם את סוד ההצלחה שלו בחיים. ובכישלונות יש גם כן מכנה משותף, ובמעט התבוננות אפשר למצוא אותו.

אדם אחד עשה את העבודה הזאת, והתגלית שלו מפליאה. הוא יהודי מאמין, והוא גילה שהמכנה המשותף של כל ההצלחות שלו הוא הקימה המוקדמת בבוקר. כשהוא קם בזמן ומתפלל כראוי במניין, והכל מסודר, כל היום מצליח לו והכל זורם, בעסקים וגם ברוחניות. וכשהתבונן ברשימת הכישלונות, ראה שבכל התקופות האלה הייתה אצלו בעיה בקימה בבוקר.

יש בזה צד טבעי. אדם שקם מוקדם הוא ערני, והוא פותח את היום. כל העדות מכירות את זה בפתגמים שלהן. אצל יהודי מרוקו יש פתגם מחורז, שתוכנו הוא שאת הקימה המוקדמת בבוקר קונים אפילו בזהב. ומן הסבתות שומעים הרבה פעמים: מי שישן, גם המזל שלו ישן, ומי שער, המזל שלו ער.

ויש בזה גם צד קבלי. הבוקר הוא התחלת החסדים. הלילה הוא זמן של דינים, וכשהלילה עובר, מושפעים חסדים לעולם. לכן הוותיקן מקדימים להתפלל עם הנץ החמה, וכבר אמרו חז"ל על קריאת שמע: "ותיקין היו גומרין אותה עם הנץ החמה" (ברכות ט, ב). מי שקם בשעה הזאת עולה על הגל של החסדים, וממילא גם הוא מושפע מן החסד.

אבל יש כאן דבר עמוק הרבה יותר. מגלים המקובלים שלפעמים זה עצם התיקון של האדם. ייתכן שהנשמה הזאת ירדה לעולם כדי לתקן דווקא את עניין הקימה בבוקר, וכל זמן שהאדם מנצח בתחום הזה, יש לו אור על

כל מערכת החיים, כי אצלו זה שורש. כאילו מן השמים מסייעים לאדם בכל התחומים, מפני שהוא עומד בתיקון שלו. וכשהוא חלש דווקא במה שהוא בא לתקן, הדבר נותן את אותותיו בכל המעשים. נמצא שהמכנה המשותף של ההצלחות ושל הכישלונות יכול להיות התיקון עצמו.

ואין זה דווקא בקימה בבוקר. אישה יכולה לגלות שבתקופות ההצלחה שלה התנהגה יפה אל הזולת, ובתקופות הכישלון הייתה עצבנית ולא ראתה איש. כך בזוגיות, וכך בניהול הכלכלי של הבית. רושמים את ההצלחות ואת הכישלונות בצורה מסודרת, ומתוכם עולה מפה שאיתה יוצאים לדרך.

תמנון של צעדים קטנים

ועכשיו אנחנו עולים קומה. יכול אדם לבוא ולומר לי: כבוד הרב, ערכתי את הרשימה הגדולה של ההצלחות ומצאתי את המכנה המשותף, רשמתי את הכישלונות ואת החרטות, ויש לי יומן. אבל אני כבר בן ארבעים או בן חמישים, וכל אחד והתיקון שלו, והחיים שלי פרוסים על פני כל כך הרבה תחומים. יש לי בלגן עם הילדים, יש לי בעיה בכלכלת הבית, אני צריך להשתפר כאן וגם כאן, ויש לי עבודת ה'. אם ארשום יעד בכל תחום ואתחיל לצעוד, אצטרך ספרייה שלמה של יומנים.

התשובה הראשונה היא המעלה של הצעד המינורי. מי שצועד צעד ענק צריך את כל האנרגיות, את כל המשאבים ואת כל הריכוז, וממילא כל שאר התחומים מוזנחים. מי שלמד לצעוד צעדים קטנים יכול לצעוד בד בבד בעשרים מישורים, כמו תמנון ששולח את זרועותיו לכל עבר. הצעדים קטנים, ואנחנו כבר מאומנים להיות כאן ועכשיו. בכל צעד אני נמצא כולי בתוך הצעד הזה, ושום צעד אינו מפריע לצעד השני.

דמיינו אדם שחוזר בתשובה. הוא שמע שיעור, התעורר, ויצא ממנו עם כיפה וציצית. עכשיו מונחות לפניו שש מאות ושלוש עשרה מצוות, שש מאות ושלוש עשרה מישורים. והתורה מבקשת ודורשת ממנו, גם מבחינה הלכתית, לחזור בתשובה. התורה מכירה את עומק הנפש, ויודעת שאפשר לצעוד בהמון מישורים בצעדים קטנים בלי שהדבר יהפוך למשא, בתנאי שנהיה כאן ועכשיו. אם הצעד השלישי והשביעי והשמיני, והראשון והשני, כולם יחד על הראש שלך, ודאי שהמשא יהיה כבד.

הכובד שאנחנו מרגישים בא מכך שהכל מונח עלינו בבת אחת. אנחנו יושבים במקום אחד, והבנק על הראש, והבעל, והילד, והחתונה של הנכדה, כולם איתנו באותו רגע. כשאנחנו כאן ועכשיו, אין לנו הרבה על הגב, כי יש

רק את מה שאנחנו עושים כרגע.

בעלי המוסר הרבו לדבר על עמל ועל כיבוש היצר, ושגור בשם רבי נחמן מברסלב שהפך את הקערה על פיה ולימד שגם קצת זה טוב. זה סוד גדול. קצת, ועוד קצת, ועוד קצת, הם הרבה, ואפשר לעשות הרבה פעמים קצת. נמצא שאפשר לצעוד בכמה כיוונים בבת אחת, כמו תמנון, ואין בזה בלבול, כשמתאמנים להיות כאן ועכשיו. נשארה השאלה לאן צועדים, וזה הנושא שלנו.

עשרים אחוז של שורש

בבחירת היעד, לעניות דעתי, אם אנחנו כבר יוצאים לצעוד, ראוי לצעוד במקומות השורשיים. נסמן יעדים בכיוון כזה, שכל צעד אליהם וכל כיבוש של יעד כזה ייתן אור באלף חלקים אחרים של החיים. אם כבר צועדים, נצעד בגדול, אל יעדים שנקטוף מהם פירות בהרבה מישורים.

יש כלל שקרוי על שמו של כלכלן איטלקי, וילפרדו פארטו, והוא נקרא כלל העשרים והשמונים. הכלל פשוט: ברוב התחומים, מיעוט קטן של הסיבות מביא את רוב התוצאות. בעסק, למשל, עשרים אחוז מן הלקוחות מביאים שמונים אחוז מן הרווחים, ועשרים אחוז מן המוצרים מביאים שמונים אחוז מן התלונות. ובבית, עשרים אחוז מן המתכונים הם שמונים אחוז מן הארוחות.

מכאן אנחנו לומדים שאיננו צריכים בהכרח מאמץ גדול. אנחנו צריכים מאמץ ממוקד. ניקח את הזוגיות. יש בה אלף ואחד דברים שאפשר לשפר, אבל מי שיחקור ויעמיק יגלה שעשרים אחוז מן הדיבורים, מן המחשבות ומן המעשים מול בן הזוג מביאים שמונים אחוז מן ההצלחה. רוב העולם עוסק בטפל ולא בעיקר. אילו היינו עוסקים בעיקר, בלב, בעורק הראשי של העניין, וצועדים שם, היינו מקבלים אור על כל החיים.

הכלל הזה מצוי כבר בדברי חז"ל: "בנהג שבעולם אלף בני אדם נכנסין למקרא, יוצאין מהן מאה למשנה, יוצאין מהן עשרה לתלמוד, יוצא מהם אחד להוראה" (קהלת רבה ז, כח). וכן הוא בכל עניין הבירורים שבחכמת הקבלה. הבט באילן: הוא מלא ענפים ועלים, והפרי הוא רק חלק קטן ממנו. כך כל מציאות בחיינו. אנחנו פועלים במאה אחוז, ובפועל עשרים אחוז מביאים את שמונים האחוזים של ההצלחה האמיתית, בזוגיות, בהורות ובעסק.

בית החולים והגינה

לצערנו הרב, אנחנו מתפקדים בטפל. ניקח דוגמה מעולם העסקים. אדם החליט להקים בית חולים. כולנו מבינים שבבית חולים צריכים להיות הרופאים הטובים ביותר והמכשור הטוב ביותר. אבל צריכה להיות גם גינה נאה בכניסה, עם מדשאות ופרחים, וצריכים גם עובדי ניקיון, שבלעדיהם אי אפשר להחזיק בית חולים.

ועכשיו שימו לב היטב. יש תקציב, ומנהל טוב מחלק אותו לפי דרגות של חשיבות. מה שקרוב יותר אל השלט שבכניסה, אל בית החולים עצמו, שם הוא משקיע את מיטב הכסף. אם יעמוד בפני בחירה בין ערוגות פרחים בכניסה לבין מנתח בכיר שיעבוד אצלו, ואם התקציב יצטמצם ויצטרך לבחור בין חדר מיון עם עוד ארבעה רופאים טובים שמצילים חיים לבין גינה מטופחת, הוא יבחר בעיקר, ויזניח לחודשיים את הגינה שבחוץ. אין זה משום שהגינה אינה חשובה. היא חשובה מאוד. אבל יש סדר עדיפויות.

זה הסולם שאנחנו צריכים לבנות לעצמנו, סולם של סדרי עדיפויות. ואצל רובנו, לצערנו, הכל סלט. כך גם בניהול משק הבית. אומרים לאדם: תשתה בריא. והוא עונה: עזוב אותך, המיצים הטבעיים יקרים. ופתאום הוא יוצא מן המרכול עם שני ארגזים של משקה מתוק ומוגז. במקום שני ארגזים כאלה, אפשר היה לקנות ארגז אחד של מיץ טבעי, ולהיות בריא יותר.

רוב המריבות בבית הן בדרך כלל על כספים. כשצריך משהו שבאמת צריך, אין לו כסף. והכסף הלך לממתקים, לשטויות, ליום הולדת שאפשר היה לחגוג בצניעות ונחגג בפי עשרה. ויש בתים שבהם המצב הפוך לגמרי. אינני אומר שצריך להיות קמצנים, בשום פנים ואופן, זו אינה הדרך שאנחנו מדריכים בה. מה שכן צריך הוא סדר עדיפויות. כשיש לנו סדר עדיפויות, נדע איזה יעד לסמן ולאן לצעוד.

מלך בארמונו

ביומן צריכים להיות שלושה מישורים. כבר למדנו שיש בחיינו מישור של רוחניות ומישור של גשמיות, חומר ורוח, וכולנו מסכימים שגם הרוח צריכה לאכול ולשתות. לצערנו יש הזנחה גמורה של התחום הרוחני, ויש אנשים שפוגשים אותו רק אחרי שהם מתפרקים. עדיף לפגוש אותו כשאנחנו בריאים, שמחים ומרוכזים, ולא כשאנחנו שבורים. ולצד שני המישורים האלה הייתי רושם ביומן מישור נוסף, ואני קורא לו בית.

כשאני אומר בית, אינני מדבר על הקירות. בית הוא בן הזוג, הם הילדים, והנכדים בעזרת ה'. ומי שעדיין אין לה את כל זה, תשים לה את זה כיעד, בעל ומשפחה. בסופו של דבר, מכל מה שיש לנו כאן, מה שנשאר באמת הוא הבית.

ההצלחה שלנו היא ההצלחה בארמון, בבית. רבי שמעון אומר במשנה: "כל ישראל בני מלכים הם" (משנה שבת יד, ד). כל יהודי הוא מלך וכל אישה היא מלכה, אבל מלך שבארמון שלו שום דבר אינו מסודר, ויש בו מתנגדים ובלגן, אינו יכול למלוך גם בחוץ. מלך אמיתי הוא אדם שמלך על עצמו.

כתוב שליוסף היה חלום: "והנה השמש והירח ואחד עשר כוכבים משתחווים לי" (בראשית לז, ט), וגם האלומות של אחיו השתחוו לאלומתו. החלום הזה לא בא מתוך רצון לשלוט באחרים. החלום של יוסף היה למלוך על עצמו, וממילא המלכות שלו תתפשט גם סביבו. הוא עבר תלאות רבות, ובסוף הגשים את חלומו.

כשאנחנו מדברים על אדם חזק, שיצליח בעסקים וביהדות, הוא צריך קודם כל בסיס. אישה שיש לה כל הזמן מריבות עם בעלה, הדבר ייתן את אותותיו בכל. אמנם בעזרת כאן ועכשיו, בעזרת אימון וחשיבה נכונה, אפשר לנצח גם את זה. אבל כשהזוגיות בריאה וחזקה והקשר טוב, יש עוצמה. עוברים הכל וחודרים קירות, כי זו נשמה אחת, מסודרת ומאוחדת. לכן בראש ובראשונה מציבים לנו את הבית.

הכובע שעל הראש

בית כולל את הזוגיות, שתהיה כמו שצריך, וכולל את ההורות. האישה רושמת ביומן שהיא אישה ושהיא אמא, והבעל רושם שהוא בעל ושהוא אבא. רושמים בגדול: איך אני בתור אמא, מאחת עד עשר.

בשיעור על לחיות הוויה למדנו על הכובעים שאדם חובש, ושאסור לשכוח אותם על הראש. גננת שנכנסת הביתה עם הכובע של הגננת, תתחיל לצעוק על בעלה כאילו הוא אחד הפעוטות בגן. ומפקד בצבא שקם בבוקר ומתחיל לחלק פקודות בבית, צריך לעצור ולהיזכר שאלה ילדים ולא בסיס. היום אנחנו מוסיפים קומה. אחרי ששמנו בבית את הכובע הנכון, עושים חיפוש מעמיק היכן נמצאים העשרים אחוז.

אמא נמצאת עם הילדים שלה כמעט כל שעות היממה. אבל עשרים אחוז מן הזמן שהיא איתם, מן הפעולות ומן המעשים, מביאים לה שמונים אחוז מן ההצלחה בחינוך. היום כבר עלו על הדבר הזה וקוראים לו זמן איכות. עלו על משהו נכון, אבל גם זמן האיכות צריך להיות איכותי באמת, וצריך למצוא מהי האיכות.

אתן דוגמה קטנה, ואני סומך על האינטליגנציה שלכם שתמשיכו ממנה הלאה. רשמנו ביומן: שיפור בזוגיות. קל לבחור צעד טפל, כמו לקנות לבעל פותחן חדש לבקבוקי יין. אבל אם אני רוצה לצעוד אל היעד בצעדים עוצמתיים, שיהיו בתוך העשרים אחוז, ולא להתעסק בשמונים האחוזים של הטפל, אני צריך לגעת בשורש.

ויאהב גם את רחל מלאה

למדנו בעניין הזוגיות את מה שכתוב ביעקב, ברחל ובלאה: "ויאהב גם את רחל מלאה" (בראשית כט, ל). מכאן שיעקב אהב גם את לאה, אלא שאת רחל אהב יותר. ובפסוק שאחריו כתוב: "וירא ה' כי שנואה לאה" (בראשית כט, לא). מבאר הרד"ק שיעקב לא שנא אותה, אלא שכנגד אהבתה של רחל נקראה לאה שנואה, והייתה עלובה בעיניה שלא הייתה אהובה כאחותה.

וזה הקוד. אישה צריכה להבין ולהרגיש שהיא מספר אחת. ברגע שהיא מספר שתיים, היא מרגישה שנואה. כשהאישה באה אחרי החברים ואחרי העבודה, היא נעשית פגועה ועצבנית, וזה נותן את אותותיו בכל מערכת הבית, בחינוך, בזוגיות, ואפילו בפרנסה שהיא מושכת אל הבית.

אם הבנתי את הקוד, אני רושם יעד: אשתי מספר אחת, וצועד אליו בצעדים מינוריים. בסוף יום, בסוף שבוע, אני בודק אילו מעשים עשיתי שמבטאים שהיא מספר אחת. הייתה לי עסקה, והיא רצתה לצאת למסעדה, ביטלתי את העסקה וויתרתי על הכסף, כי היא מספר אחת. היו לי ארבע שעות פנויות, ובמקום לשבת עם החברים כמו שעשיתי עד היום, ישבתי איתם שלוש שעות, ושעה אחת הייתי איתה. אלה רק דוגמאות.

אישה שהיא מספר אחת מתנהגת כמו מספר אחת. אתה תקבל ארוחה של מספר אחת, וכשהיא מספר שבע, תקבל ארוחה של מספר שבע. כשהיא מספר אחת, הבית מסודר כמו מספר אחת, וכשהיא יוצאת ללימודים או לעסק שלה, היא מתנהגת גם שם כמו מספר אחת.

ואותו דבר, נשים יקרות, גם הגברים, גם הצדיקים שבהם, רוצים להרגיש מספר אחת. יש בכל אדם צמא להיות מספר אחת, כי "ה' אחד ושמו אחד" (זכריה יד, ט), ונשמתנו היא "חלק אלוה ממעל ממש" (תניא פרק ב). אז האישה מציבה לה יעד: בעלי מספר אחת. הוא חוזר מן העבודה, והיא באמצע שיחת טלפון עם חברה. היא אומרת לה: בעלי הגיע, אדבר איתך אחר כך, ומנתקת. אינכם יודעים מה המעשה הקטן הזה עושה לו. ויש

שעושות בדיוק הפוך. ממשיכות לדבר בטלפון ומסמנות לו: לך למיקרוגל, חמם לעצמך. והוא קם והולך לחבר, כי הרגיש שאין לו בית ואין לו אישה. הוא מספר שתיים.

שמחה כיעד

אם כבר צועדים, נצעד בצורה שורשית. חשבתי היום, ואינני יודע אם זה נובע מגאווה או מאמת, שבעומק כל הקורסים שעברנו יחד, אם שמתם לב, השיעורים שאני מעביר הם שורשיים. הם נמצאים בתוך העשרים אחוז, וכמעט אינם מתעסקים בשמונים. אמרתי פעם בחיור למישהו שלמד איתי, שמה שצריך לעשות הוא לקחת את היומן, לקחת כל שיעור עם הכותרת שלו, ולצעוד בכל הצעדים שלמדנו בו. כך החיים שלנו יתהפכו, כי כל הנושאים האלה נמצאים בתוך העשרים אחוז. גם כשלמדנו על זוגיות לא עסקנו בשטויות. החוק של מספר אחת הוא אחד מהם, הוא שורשי, והוא ייתן את האור שלו בכל מערכת החיים של הזוג.

ניקח דוגמה נוספת. אדם מסמן ביומן יעד: להיות בשמחה תמיד ולחשוב חיובי. בלשונו של רבי נחמן מברסלב: "מצוה גדולה להיות בשמחה תמיד" (ליקוטי מוהר"ן תנינא, כד). את הדברים לוקחים כפרויקט, ולא משאירים את השיעורים באיזו מגירה. אני חוזר על הדברים, משנן אותם ומציב לי יעד, והכל מאורגן בתוך יומן. פעם בשבוע אני נותן לעצמי ציון מאחת עד עשר: כמה חשבתי שלילי, כמה הייתי בעצבות עם פרצוף של תשעה באב. ומתקדמים בצעדים מינוריים. שעה אחת אני שמח, אחר כך שעתיים, ופתאום כל היום.

דמיינו אדם שסימן את היעד הזה וכבש אותו, אדם שמח שחושב חיובי. אלה עשרים אחוז שיביאו לו הצלחה בשמונים אחוז מחייו. מערכת היחסים בינו לבין הזולת תשתפר בממדים עצומים, ויהיו לזה השלכות בעסק ובעבודה, ואף השלכות כלכליות. ובזוגיות, איזו זוגיות נפלאה תהיה לו. כמה בלגן יש בבית כשהבעל נכנס עם פרצוף כאילו מת לו מישהו, ובחוץ, עם החברים, הוא צוחק. שיסתובב גם בבית עם חיוך ועם חיוב.

את זה קונים רק באימון. עוד שעה ועוד שעה, ופתאום אדם מתחיל להיות שמח שש שעות ביום. אינכם משערים איזו עוצמה יש בשש שעות של שמחה. כל מה שעובר עליו בשעות האלה מצליח. למדנו בקבלה שבשמחה כל הערוצים פתוחים. אבל אם אנחנו מתכווצים ומתרכזים ברע של בן הזוג, של הילדים ושל עצמנו, הכל נעשה חושך מסביב. וכבר למדנו מדברי בעל התניא "שמעט אור גשמי דוחה הרבה מן החשך" (תניא פרק יב). המעט הזה הוא העשרים אחוז. צריך למצוא את העשרים אחוז בזוגיות, את העשרים אחוז מול עצמי, ואת העשרים אחוז בהורות.

לנחות על הקרקע

ניקח את ההורות. אבא רושם ביומן את הילדים, ומתחיל לצעוד בצעדים מינוריים. הוא בוחר ילד שהיה, איך אומרים, שקוף, שאביו עבר לידו בלי לראות אותו. כשיש יומן, מתגלות נפלאות. פתאום רואים דברים ואומרים: לא שמתי לב, הילד הזה קיים. זה כמו נחיתה. אדם נוחת אל הקרקע, וכשהוא על הקרקע הוא יכול לראות כמו שצריך.

אנשים אינם שמים לב. יש סביבם אנשים, והם אינם רואים ואינם שומעים. שומעים רק כשיש בלגן, ואז כולם שואלים זה את זה אם שמעו מה קרה. מישהו הביא לי פעם דברים שכתב אדם בודד, וזה היה תוכנם: אל תבוא לבקר אותי ולספר בשבחי אחרי שאמות, בוא כשאני חי, בוא לבקר ותן לי לראות אותך. בעוונותינו הרבים, כמה פעמים זה נכון אצל ההורים. לכולנו יש תירוצים: אני עסוקה עד מעל הראש, ומה לא הייתי נותנת כדי לשבת ליד אמא שלי. סיפורים ומעשיות. מוצאים את הזמן והולכים לבקר אותה, בפרט אם היא בודדה, או את אבא, אם הוא בודד.

ובחזרה אל האבא. הוא יושב ומתבונן בילד, ושואל את עצמו מהו התפקיד שלו כאב. תפקידו שהילד הזה יצליח בחיים, וזה כל עניין החינוך. הוא בודק מה חסר לילד, וקולט שיש לו, למשל, חיסרון בביטחון העצמי. הוא מסמן יעד: אני מקנה לילד הזה ביטחון עצמי. זה יהיה לו מפתח להצלחה בכל החיים, בלימודים, בזוגיות ובפרנסה. והדרך היא כמו שלמדנו: קונים ידע. הוא לומד על הנושא, מטייל עם הילד, ומשקיע בו זמן. בסופו של דבר, מה שנשאר לנו הם הילדים.

מה חובתו בעולמו

ואם אנחנו מדברים על סולם של ערכים, על סולם של סדרי עדיפויות, אין איש שיחלוק על כך שמי שעדיין לא הכניס יהדות לתוך הבית, זה הדבר הראשון. שיהיו שורשים, שתהיה מסורת, שתהיה עוצמה. אנחנו רואים מה קורה היום לצערנו עם הנוער, ה' יעזור. המקום שבאמת מקנה לילד ערכים וכוח להתמודד עם החיים כמו שצריך, הוא היהדות, התורה.

הרמח"ל, רבי משה חיים לוצאטו, מגדולי המקובלים, קרא לספרו מסילת ישרים. במקום סולם הוא עשה מסילה. וכך הוא פותח את הספר: "יסוד החסידות ושרש העבודה התמימה הוא שיתברר ויתאמת אצל האדם מה חובתו

בעולמו" (מסילת ישרים פרק א).

כולנו רוצים להיות מאושרים, להצליח, להיות רגועים ולהיות עשירים, ולשם כך אנחנו לומדים את הדרך הזאת. אבל אחרי כל זה, צריך לברר מה אנחנו עושים כאן בכלל, ולשם מה הביאו אותנו לעולם.

שימו לב שאנחנו נמצאים בתוך בית אחד גדול של הקדוש ברוך הוא. יש בו תאורה. אצלנו התאורה היא נורה חשמלית, ואצלו היא השמש, ומנורת הלילה שלו היא הירח והכוכבים. יש בו נחלים וים. זה אינו בית, זו אחוזה. והוא נתן לנו אותה במתנה: קחו חמצן, אכילה ושתייה, צמחייה, הכל בשפע, הכל שלכם. ולכל אחד ניתן זמן. לכל אחד יש שעון חול, ולאט לאט הזמן אוזל.

כל זה ניתן לנו לשם מטרה, ואותה מגדיר הרמח"ל במילים ברורות: "והנה מה שהורנו חכמינו זכרונם לברכה הוא, שהאדם לא נברא אלא להתענג על ה' ולהנות מזיו שכינתו" (מסילת ישרים פרק א). כל אחד מאיתנו נולד, והיעד שלו הוא התענוג מזיו השכינה, מן הקדוש ברוך הוא בעצמו. "ומקום העדון הזה באמת הוא העולם הבא" (שם). העולם הזה נברא כהכנה, כדי שנשלים את עצמנו כאן בכל המערכת שאנחנו לומדים, ונגיע אל היעד, אל השלמות של התיקון שלנו. ואז אנחנו עוזבים את העולם הזה.

שני עוברים בבטן אחת

שנינו במשנה: "הילודים למות, והמתים להחיות" (אבות ד, כב). מספרים משל על שני תאומים שהיו בבטן אמם. אמר אחד לחברו: איזה יופי יש כאן. אכילה ושתייה, אין צורך לעבוד, רגל על רגל. ענה לו השני: אל תחשוב שנישאר כאן לעולם. יום אחד נצא מכאן, ויש בחוץ עולם. נצא אל בית חולים עם אחיות ורופאים, ויש שם כבישים ומטוסים. אמר לו הראשון: נדמה לי שהתבלבלת. בוא ונעשה סיבוב, ונראה שהכל כאן עגול וסגור, ואין בחוץ כלום. הגיע הזמן, ואחד מהם יצא. אמר השני לעצמו: הוא דיבר יותר מדי, ולכן העיפו אותו. כעבור כמה דקות יצא גם הוא, וראה שחברו צדק: רופאים, אחיות, עולם שלם.

ואנחנו נמצאים בדיוק באותו מצב. כאן נראה לנו שהכל סגור, וזה כל העולם. אבל מה שאנחנו קוראים לו מיתה דומה ליציאה מן העיבור, לידה אל העולם האמיתי. שם הקדוש ברוך הוא, שם המלאכים, שם אברהם אבינו וכל הצדיקים, ושם נתענג מזיו השכינה. יש שם דברים שאין לנו מילים לתאר אותם, אבל ודאי שאפשר לטעום מהם כבר כאן. מי שהולך בדרך ה' טועם מהם.

ואת הכלי שמקבל את האורות שם בונות המצוות. כך ממשיך הרמח"ל: "והאמצעים המגיעים את האדם לתכלית הזה, הם המצוות אשר צונו עליהן האל יתברך שמו" (שם). אלה תרי"ג המצוות שניתנו לנו.

וגם בתרי"ג המצוות, אם נתבונן בעומק, יש במידה מסוימת עשרים אחוז. כל מצווה יקרה לאין ערוך, ובכל זאת רבותינו עצמם הצביעו על שורשים. על הפסוק "ואהבת לרעך כמוך" (ויקרא יט, יח) אמר רבי עקיבא: "זה כלל גדול בתורה" (ספרא קדושים ד, יב). מי שיהיה טוב באהבת הרע, יראה את האור הזה בכל התורה כולה. ועל השבת אמרו בגמרא: "כל המשמר שבת כהלכתו, אפילו עובד עבודה זרה כדור אנוש, מוחלין לו" (שבת קיח, ב). השבת היא שורש שמאיר על הכל. גם ביהדות יש לנו שורשים, יש לנו את העשרים אחוז.

וכשאני מבין שזה העיקר ברמה הגבוהה ביותר, אני מבין גם דבר נוסף. לא ייתכן שאדם יהיה מאושר באמת, ושתהיה לו הרמוניה בפנימיותו, אם אינו מחובר לה'. כדי להגיע למצב הזה צריך לקיים מצוות, וגם כאן הדרך היא הצעד המינורי. מסמנים יעד ומתחילים לצעוד.

מודה אני

פעם התייעצה איתי אישה חשובה מאוד על סימון של יעד כזה, והצעתי לה להתחיל בפתיחת היום. הצעד הראשון הוא מודה אני, ואחריו ברכות השחר. לומר תודה לה' על שאת רואה, על שאת שומעת, על שאת הולכת. כולנו מכירים לא מעט אנשים שלא זכו לזה. מכאן מתחילים.

ואם אנחנו מדברים על מסורת ועל חינוך בבית, אין דבר גדול יותר מילדה שרואה את אמא שלה מתפללת ואומרת תהילים, ושואבת מזה כוח. זו דוגמה אישית, ותהילים לכל החיים. מחר תהיה לה בעיה, והיא תדע לאן לפנות.

הדור שלנו נחלש. די בבעיה קטנה כדי להפיל אנשים. בעיה כלכלית קטנה, וכל הבית קורס. דורות שלפנינו עברו תלאות קשות מנשוא, עלו לארץ ובנו בתים חדשים, והיו בהם כוחות. היום רבים אינם יודעים להתמודד עם בעיות.

אם האמא מקרינה אל הבית עוצמה כזאת ונותנת כלים כאלה לבתה, הבת תדע שגם כשיש בעיה לא מתבלבלים. יש תהילים, יש רב לשאול, יש עסק בתורה, יש תשובה, ויש גם הידיעה שה' לפעמים חושב אחרת ממה שתכננת. מקבלים זאת באמונה, כמו שלימדו חז"ל: "לעולם יהא אדם רגיל לומר: כל דעביד רחמנא לטב

עבִיד" (ברכות ס, ב). אלה כלים עוצמתיים לחיים, והם הירושה שהיא תיקח איתה. ומי שנמצא במצוקה קשה ילך כמובן גם לאנשי המקצוע, והכלים האלה ילוו אותו לצדם. ואת היחס אל בעלה תלמד הבת מאמא שעושה את בעלה למספר אחת.

ומי שכבר שומרת תורה ומצוות, תעלה את כל זה לדרגות גבוהות יותר. כל אחת והחכמה שלה, וכל אחת לפי מדרגתה.

בין אדם למקום ובין אדם לחברו

אם רוצים אור בבית ורוצים צעדים מינוריים, נצעד בכיוונים הנכונים. בואו נעשה סדר ביומן. ברוחניות יש שני מישורים: בין אדם למקום ובין אדם לחברו. בין אדם למקום היא מערכת המצוות שה' ציווה ישירות, כמו שבת והנחת תפילין. בין אדם לחברו הוא לא לגזול, לכבד את האחר, ולקיים את מצוות ואהבת לרעך כמוך.

רבותינו מלמדים שמה שבין אדם למקום קל יותר, כי ה' רחמן, ומה שבין אדם לחברו קשה יותר. לכן שנינו: "עברות שבין אדם למקום, יום הכפורים מכפר. עברות שבין אדם לחברו, אין יום הכפורים מכפר, עד שירצה את חברו" (משנה יומא ח, ט). צריך לסגור את החשבון עם החבר ולסדר את העניין. כך ברא ה' את עולמו. איתו אנחנו מסתדרים בקלות יותר, ואנחנו צריכים לעבוד בשני המישורים.

במישור של בין אדם לחברו בודקים: איך אני עם השכנות, עם האחיות שלי, עם ההורים שלי. ופתאום אדם נזכר: באמת שכחתי אחות אחת. יפה מאוד, מרימים עכשיו טלפון. תגלו הרבה דברים. ובמישור של בין אדם למקום, יעד וצעדים, כמו שאמרנו.

ובבית, הזוגיות. איך אני בתור אישה. רוב הנשים הן אמהות מצוינות. ומרוב חולשת הדורות, לפעמים כבר אין כוח. הבעל חוזר בערב, ואומרים: שיעשה לעצמו פרוסה וילך לישון. ובצדק, האכלת את כל הבית, ורבות היום גם עובדות ועוזרות בפרנסה, ורק הוא חסר לך עכשיו. זה הגיוני, והכל נכון. אבל לפחות פעם בשבוע, שיאכל המסכן כמו בן אדם. צעד מינורי: ביום שבחרתי אני מכינה לו ארוחה כמו שצריך. אלה רק דוגמאות. כל זוג יודע את העניינים שלו, וכל אחת תבחר לה צעד מינורי בתחום. וכן בחינוך הילדים, וכן בשאר המישורים.

כלכלת הבית

ניקח מישור נוסף, כלכלת הבית. אישה נמצאת כל הזמן במינוס ובבלגן, ויש אנשים שמרוויחים פחות ממנה, וברוך ה' אף פעם אינם במינוס. היא אומרת: כולם במינוס. לא כולם. היא נמצאת בקבוצה של המבזבזים בלי מעצורים, בלי תיאום בין הסכום שנכנס לבנק מן העבודה לבין ההוצאות. צריך להתחיל לתאם בין הדברים, ואיזה אור יש בזה.

ניקח את חשבון הטלפון. אם עשרים אחוז מן הדיבורים מביאים שמונים אחוז מן התוצאות, אפשר לחסוך חלק ניכר מן החשבון. מי שרגילה לדבר עם אחותה או עם חברה שעה שלמה, תעשה צעד מינורי: חמישים דקות, ארבעים דקות. כאן ארבעים וכאן ארבעים, ופתאום נשארים בחודש כמה מאות שקלים. פנקי את עצמך, קני בגד, החליפי משהו בבית. אחרי חצי שנה אפשר כבר להכניס הביתה רהיט חדש. בקטן, בצעדים מינוריים. לא אמרנו לרדת לאפס. מורידים עשרה, עשרים אחוז.

וכן בקניות. יש מי שיוצאות למרכול בלי רשימה, והולכות שורה אחרי שורה. המדפים מסודרים בצורה כזאת שתקני גם מה שאינך צריכה, ואינכם משערים כמה דברים אנחנו קונים ואין לנו בהם צורך כלל. המשווקים והיצרנים וכל אנשי יחסי הציבור יודעים את מלאכתם, ולכן הממתקים מונחים תמיד ליד הקופה. יש אלף ואחת דוגמאות כאלה בבית יהודי, שבהן אפשר להוריד פרופיל וליהנות מזה.

ויכול להיות גם בדיוק הפוך. יש בתים שהבעל שם על אשתו קולר, והיא רועדת ליד המדפים שמא תעבור את הסכום שקבע לה. גם בעלים כאלה צריכים להוריד פרופיל. שחרר את הלחץ, תן לאישה לנשום. אינך זה שמפרנס אותה. אתה רק צינור שהפרנסה עוברת דרכו, והיא מתפרנסת בזכות עצמה, וגם היא עוזרת. הסוד הוא גמישות מחשבתית וצעדים מינוריים.

במקום לקנות ממתקים בחמש מאות שקלים בחודש, בחודש הבא קונים בארבע מאות, וחסכת גם ביקור אצל רופא השיניים. במקום לקנות הרבה מוצרים שאינם בריאים, קונים חצי מהם, ובריאים, וכך נכנסת גם בריאות הביתה. וכן הספורט, שהוא דבר חשוב מאוד, וגם בו צריך לתת צעד מינורי.

שעת איכות עם היומן

כך נפרש לפנינו היומן, ואנחנו צועדים בתוך העשרים אחוז. והתוצאה תהיה שמונים אחוז של הצלחה, ואורות גדולים יאירו בבית. ובעזרת ה' נרחיב בכל אחד מן הנושאים האלה במקומו.

גם מי שרק ישמע את הדברים ירוויח את ההתעוררות, וישתנה מעט כאן ומעט שם. אבל מי שרוצה באמת לקצור הצלחות ברמה גבוהה, צריך יומן. זה זמן האיכות שלך: לשבת עם היומן בהנאה. וכשבן הזוג יראה אותך יושבת כך, הוא יבקש לשבת איתך, ויתחיל לנהוג כך כבוד. וכך גם הבעלים.

יהי רצון שנזכה להפנים את אשר שמענו, לבנות כל אחד את הסולם שלו שלב אחר שלב, ולזכות לביאת גואל צדק במהרה בימינו, אמן.

המימד הנוסף • הרב יוסף ביטון שליט"א

050-590-1349 • ravbiton.com • קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב', שיעור 9



קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב' · שיעור עשירי: על מנת להשפיע

כלל גדול בתורה

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

משהו חסר

בשיעור הזה, החותם את החלק השני של הקורס, נלמד את היסוד שעליו עומדת כל חכמת הקבלה: הבורא ברא בנו רצון לקבל, וכל עבודת האדם בעולמו היא להפוך אותו לרצון להשפיע. בעקבות הקדמתו של בעל הסולם לספר הזוהר נראה כיצד ההיפוך הזה מקרב את האדם אל בוראו, בונה אהבה בין אדם לחברו ובין איש לאשתו, ומוריד שפע לעולם כולו.

היום אנחנו לומדים קבלה נטו. דמיינו שאנחנו יושבים יחד על צלע של הר גבוה, ומולנו ים עצום עד האופק, ובשקט הזה אני רוצה ללמוד איתכם בעזרת ה' יתברך את ההקדמה של בעל הסולם, הרב יהודה לייב אשלג זכר צדיק וקדוש לברכה, מגדולי המקובלים שפירשו את הזוהר הקדוש. הוא פירש את ספר הזוהר כולו, וכתב לו הקדמה ארוכה שטמונים בה אוצרות. אנחנו עוברים עליה בעיון ולוקחים ממנה את לב הדברים. בעל הסולם מעלה שם שאלות רבות, ובמרכזן השאלה על תכליתו של האדם בבריאה, על הכוונה שבגללה ברא הקדוש ברוך הוא את האדם.

השאלה הזאת איננה עניין לפילוסופים בלבד. מסתובבים היום אנשים רבים שיש להם הכל. מבחינה כלכלית הכל בסדר, הזוגיות בסדר, הילדים בסדר, ומעמדם בחברה מכובד. ופתאום אתה פוגש אדם כזה בשיעור של קבלה. אתה שואל אותו מה קרה, והוא עונה במילה אחת: משהו חסר.

כשאדם אומר שמהו חסר, הוא בעצם אומר שכל מה שיש לו איננו העיקר. כל זה יכול ללוות את התכלית ויכול לסייע לה, אבל התכלית עצמה עדיין רחוקה ממנו. מי שמרגיש שמהו חסר, עדיין לא הגיע אל הנחלה שלו. וכשאדם מגיע אל המקום שלו, אל הנחלה, הוא מלא שמחה, והכל אצלו טוב ומתוק, משום שהוא נגע בנקודה.

עונה הרב אשלג: כשעלה במחשבתו של הקדוש ברוך הוא לברוא את העולם, עמד לנגד עיניו דבר אחד. הקדוש ברוך הוא טוב ומטיב, כל כולו השפעה, והוא ברא את האדם במטרה אחת ויחידה: להשפיע לו, לתת לו ולהעניק לו רק טוב. בעולם הזה הוא מעניק לנו כפי הכלים שיש בעולם הזה, אבל עיקר ההטבה נמצא בעולמות שמעבר לעולמנו, בעולם הבא.

וכאן, אומר הרב אשלג, מונח דבר עמוק מאוד. כדי שהאדם יוכל לקבל את ההטבה הזאת, היה הקדוש ברוך הוא צריך לברוא יש מאין, והיש מאין הזה הוא הרצון לקבל. לפני שנבראו העולמות ונברא האדם, לא היה בקדוש ברוך הוא עצמו שום רצון לקבל, שהרי אין לו ממי לקבל. הוא היה, הווה ויהיה, קדמון לכל הקדמונים. החידוש של הבריאה הוא בכך שברא אדם בעל גוף, ובו רצון לקבל את ההטבה האלוקית. כך כותב בעל הסולם: "מחשבת הבריאה שהיא בכדי להנות לנבראיו, בראה בהכרח מידת רצון לקבל ממנו ית' את כל הנועם והטוב הזה שחשב בעדם", ומסיק ש"כל החומר כולו, מתחילתו עד סופו, שבבריאה המחודשת, הוא רק הרצון לקבל" (הקדמה לספר הזוהר, אות ז).

לא בכדי תינוק נולד כשידיו קפוצות. אמרו חז"ל: "כשאדם בא לעולם ידיו הן קפוצות, כלומר כל העולם כלו שלי הוא, אני נוחלו" (קהלת רבה ה, יד). התינוק בא לבלוע את העולם כולו, משום שבשורש שלנו יש מנגנון שהקדוש ברוך הוא ברא בנו, רצון לקבל את ההטבה הזאת ואת השפע הזה.

דומם, צומח, חי ומדבר

ועכשיו שימו לב היטב. מבאר הרב אשלג שהבריאה כולה מתחלקת לארבע מדרגות: דומם, צומח, חי ומדבר. אלה ארבע דרגות של רצון לקבל, ובהן מתחלקים כל העולמות (הקדמה לספר הזוהר, אות לד).

כדי להבין זאת, נתבונן מאין נוצרת התנועה. אנחנו נעים תמיד לעבר מטרות, לעבר מקומות שבהם אנחנו רוצים להתמלא. הרצונות שלנו הם בעצם חסרונות. אני חסר, החיסרון מוליד רצון, ואני הולך למלא אותו. אני רעב, הרעב מוליד רצון לאכול, אני נכנס למסעדה, קונה משהו ואוכל. ככל שהתנועה גדולה יותר, היא מעידה על רצונות גדולים יותר ועל חסרונות גדולים יותר. בלשונו של בעל הסולם: "כי הרצון לקבל מוליד צרכים, והצרכים מולידים תנועות" (שם, אות לה).

הדומם הוא הרצון הקטן ביותר לקבל, ולכן אין בו תנועה כלל. הצומח הוא מדרגה גבוהה ממנו. יש בו תהליך של צמיחה ויש בו חיות. העץ נותן פירות ויש בו גם פסולת, והוא כבר זקוק לגשם ולדברים רבים. הרצון לקבל שבו גדול יותר, אבל עדיין בממדים קטנים.

בעולם החי הרצון לקבל גדול עוד יותר, והתנועה גדולה יותר. ובכל זאת מבאר הרב אשלג שבעלי החיים סובבים סביב עצמם, ואין בהם רגש של הזולת, "שאין בהם שום הכנה להצטער בצרת חברו או לשמוח בשמחת חברו" (שם, אות לז). כלב שרואה אצל חברו מלונה מפוארת, אין הדבר נעשה לו חיסרון. יש בו רצון לקבל בכמות גבוהה, התנועה שלו גדולה ויצר ההישרדות שלו חזק, אבל כל בעל חי סובב סביב עצמו בלבד.

וכאן אנחנו עולים אל המדבר. אצל האדם הרצון לקבל עצום עד שאי אפשר לתאר אותו במילים. האדם קיבל כלי של רצון לקבל גדול מכולם, משום שהוא עומד במדרגה הגבוהה ביותר. ואצלו לא די בחסרונות שלו עצמו. בגלל מידות רעות של קנאה ותאוה, ששורשן ברצון לקבל, הוא נעשה חסר גם את מה שיש לחברו. כך כותב בעל הסולם על האדם, שהוא "נמצא חסר גם בכל מה שיש לזולתו ומתמלא קנאה לרכוש לו כל הישות שנמצאת בזולתו... עד שהוא רוצה לבלוע כל הישות שבעולם כולו" (שם, אות לח).

מדובר במפלצת ענק, שהעולם כולו לא יספיק לה. מי שמכיר אנשים בעלי הון עתק יודע על מה אני מדבר. יש אנשים שעושרם בסדרי גודל שקשה לתפוס, ואתה רואה אותם קמים בארבע לפנות בוקר ונלחמים בטלפון על עסקה, כאילו אין להם מה לאכול בבית. זה הרצון לקבל, הרצון לבלוע עולם שלם. בעל חיים אינו צובר הון ואינו כובש עולמות. רק אצל המדבר מצוי הרצון העצום הזה, וכשהוא משתחרר בלי רסן, הוא מסוגל להביא חורבן על רבים.

ושורשו של הרצון הזה גבוה מאוד. אנחנו רוצים לקבל את ההטבה של הקדוש ברוך הוא במלואה, וההטבה שלו היא בממדי ענק, עד העולם הבא. מי שאינו רוצה, אינו מקבל, ולכן ברא הבורא באדם מנגנון של רצון לקבל. האדם הולך וגדל ומתפתח, ובכוח המשיכה הזאת עליו לקבל כראוי את העולם הזה ולקבל את העולם הבא. ומיד נראה מהי התכלית שלו.

שתי מערכות

שימו לב מה עשה הקדוש ברוך הוא בבריאה של יש מאין. הוא ברא שתי מערכות. מערכת אחת היא ארבעת העולמות של הקדושה: אצילות, בריאה, יצירה ועשייה. וכנגדם ברא ארבעה עולמות של טומאה, שנקראים סטרא אחרא, בסוד הכתוב "גם את זה לעמת זה עשה האלהים" (קהלת ז, יד). מבאר בעל הסולם שהקדוש ברוך הוא הטביע את הרצון להשפיע במערכת הקדושה, ואת הרצון לקבל לעצמו נתן במערכת הטומאה (הקדמה לספר הזוהר, אות י).

המערכת השמאלית היא שבונה את הגוף. מרכז הרצון שלנו לקבל מתבטא בגוף. הגוף רוצה כל הזמן. הוא רוצה לאכול ולשתות ולישון, הוא רוצה כבוד וכסף ונוחות, ושוב רוצה ושוב רוצה. זה טבעו של הגוף. הוא נמשך דרך העולמות של הטומאה, והוא כולו קבלה, רצון לקבל. ומן העולמות של הקדושה נבראה בנו הנשמה, על מדרגותיה: נפש, רוח, נשמה, חיה ויחידה. אלה המדרגות שעלינו להתפתח בהן.

מבאר בעל הסולם שירדנו לעולם עם נקודה אחת, והיא נקראת הנקודה שבלב. בלב, שבו מתבטא הרצון לקבל בעוצמה הגדולה ביותר, טמונה נקודה קטנה של קדושה, והיא הולכת ומתפתחת.

עד גיל שלוש עשרה אצל הבנים, ושנים עשרה אצל הבנות, האדם הוא כולו קבלה, וסובב רק סביב עצמו, כמו שנאמר: "ועיר פרא אדם יולד" (איוב יא, יב). לכן אין דורשים מן הילד לקיים מצוות עד שיגדל, שהרי עדיין אין בו הכלים לכך. רק כשאנחנו מתבגרים ומקבלים כוח מעולמות הקדושה לפעול, מתחילים לדבר איתנו על תורה ומצוות, שבעומקן הן תחילתה של הנתינה. כותב בעל הסולם שהגוף "נשאר משועבד תחת המערכה ההיא עד י"ג שנה", ומשם והלאה, על ידי עסק המצוות, "שעוסק על מנת להשפיע נחת רוח ליוצרו, הוא מתחיל לטהר הרצון לקבל לעצמו המוטבע בו ומהפכו לאט לאט על מנת להשפיע" (הקדמה לספר הזוהר, אות יא).

יש סדר שלם של עלייה במדרגות, ואין כאן המקום להאריך בו. כל זה הקדמה. הנקודה העמוקה שאני רוצה להגיע אליה היא אחרת.

הבבואה שבאגם

הרצון שלנו לקבל גרם לפירוד מן הקדוש ברוך הוא. אותו מנגנון שהבורא ברא בנו, הוא עצמו יוצר את כל המרחק. כדי להבין זאת נתבונן במה שיוצר אחדות. בקבלה זה נקרא השתוות הצורה, ופירושו פשוט. בין איש

לרעהו, בין בני זוג ובין חברים, כשאנחנו אוהבים אותם דברים, רוצים אותם דברים והתכונות שלנו דומות, אנחנו קרובים ואוהבים. וככל שיש בנו יותר דברים הפוכים זה מזה, כך אנחנו נפרדים. כך נוצרים גירושים: דבר אחד שרואים הפוך, ועוד דבר שמרגישים הפוך, ועוד דבר ועוד דבר, עד שהקשר נגמר. ולהפך, כל פעולה שאנחנו עושים יחד, כל מטרה משותפת, מוסיפה עוד השתוות צורה. כך כותב בעל הסולם על שני אנשים, ש"בהיותם שווים בצורתם איש לרעהו, שאוהב כל מה שחברו אוהב ושונא כל מה שחברו שונא וכדומה, נמצאים אוהבים זה את זה ודבוקים זה בזה" (הקדמה לספר הזוהר, אות ח).

ועכשיו שימו לב. הקדוש ברוך הוא משפיע במאה אחוז ומטיב במאה אחוז, ואנחנו נבראנו עם מנגנון של מאה אחוז קבלה. יוצא שיש פירוד מוחלט בינינו לבין ה'. זו מתמטיקה פשוטה: ככל שהרצון לקבל גדל בנו, כך אנחנו מתרחקים.

שגור בשם הבעל שם טוב הקדוש הסבר נפלא לפסוק "כמים הפנים לפנים כן לב האדם לאדם" (משלי כז, יט). אדם עומד מול אגם ורואה בו את בבואתו, בבואה גדולה. כשהוא מתכופף, גם הבבואה מתכופפת וקטנה. ככל שהוא מתכופף יותר היא קטנה יותר, עד שהוא נוגע כמעט במים, ואין עוד בבואה מולו. יש השתוות צורה גמורה. כך בין איש לאשתו ובין אדם לחברו. כשאתה מגדיל את עצמך על חברך, ומודיע שאתה מבין הכל ושאתה הגאון, גם חברך מגדיל את עצמו מולך, ועל כל מה שתאמר הוא יאמר את ההפך. כך נוצר פירוד. וכשאתה מקטין את עצמך, הולך וקטן, גם חברך מקטין את עצמו, עד שאתם מגיעים לאחדות. זו השתוות הצורה.

אומרים המקובלים שעבודת האדם, מיום שמתחילה הבגרות בגיל שלוש עשרה או שתיים עשרה, היא אחת: להפוך את עצמנו מרצונות לקבל לרצונות לתת. ככל שהאחוזים האלה גדלים, נוצרת השתוות הצורה. כך הגיעו הנביאים לפסגות. משה רבנו הגיע להשתוות צורה גמורה עם הקדוש ברוך הוא, ועל מדרגה כזאת נאמר: "אני אמרתי אלהים אתם ובני עליון כלכם" (תהלים פב, ו). אלה דברים מבהילים. משה רבנו עמד על ההר ארבעים יום וארבעים לילה, "לחם לא אכל ומים לא שתה" (שמות לד, כח), משום שהגיע להשתוות צורה מוחלטת.

ודווקא שם, בפסגה, כשנגזרה כליה על העם בחטא העגל, ומשה עומד לבקש עליהם, הוא אומר: "ועתה אם תשא חטאתם, ואם אין מחני נא מספרך אשר כתבת" (שמות לב, לב). כל ההיסטוריה שלו, כל גדולתו וכל מעמדו, הוא מוכן למחוק. כביכול אומר משה לקדוש ברוך הוא: כל המעמד שלי הוא על מנת להשפיע, על מנת

לתת. אין לי מעצמי כלום, רק עם ישראל, רק נתינה. ואם העם הזה אינו מתקיים, אין לי צורך בכל השאר. משה רבנו הגיע למאה אחוז השפעה, וממילא הגיע להשתוות הצורה עם הקדוש ברוך הוא.

חלק אלוה ממעל

עכשיו נבין את אותם אנשים שאומרים שמהשו חסר. מה שחסר להם הוא הקשר עם היצרן. זה דומה למכשיר חשמלי שהוצאנו את התקע שלו מן השקע. אילו יכול היה לדבר, היה אומר שחסר לו משהו. ודאי שחסר, הוא מנותק מן החשמל. ככל שאנחנו בפירוד מן האלוקות, נרגיש ריקים ומתוסכלים, נהיה מבולבלים ולא נראה נכון את המציאות. וככל שנהיה קרובים יותר לקדוש ברוך הוא, בהשתוות צורה גדולה יותר, תשרה עלינו שלוה, ונרגיש ביטחון ועוצמה, כאילו האלוקות זורמת בנו.

נאמר באדם הראשון: "ויפח באפיו נשמת חיים" (בראשית ב, ז). כותב בעל התניא שהנפש האלוקית שבישראל "היא חלק אלוה ממעל ממש", ומביא על כך את לשון הזוהר: "מאן דנפח מתוכיה נפח", ומפרש: "מתוכיותו ומפנימיותו" (תניא פרק ב). הקדוש ברוך הוא נפח בנו חלק ממנו, ורק ברא בנו מנגנון של רצון לקבל.

הרצון לקבל, בשורשו, נברא כדי לקבל את כל השפע. והדרך לקבל את כל השפע היא הפוך על הפוך. מתחילים לעבוד, לצאת מתוך העולם של האגואיזם, מתוך האגו. זה נקרא שבירת הקליפות.

ובצורה פשוטה וברורה: בחכמת הקבלה ההבדל בין טומאה לטהרה הוא נטילה ונתינה. אין כאן משחקים. כל מי שנותן, מעניק ומשפיע, נמצא בהשתוות צורה גדולה יותר עם הקדוש ברוך הוא, קרוב יותר אל הקדושה, והוא חלק ממנה. וככל שאדם נוטל יותר ורוצה לקחת לעצמו יותר, הוא קרוב יותר אל הטומאה. הקליפות, שהן הטומאה הגדולה ביותר, הן מאה אחוז קבלה, רק לקחת. כך כותב בעל הסולם: "הוא ית' אין לו שום ענין של קבלה אלא רק להשפיע לבד, והקליפות אין להן שום ענין של השפעה רק לקבל לעצמן להנאתן בלבד, ואין הפכיות גדולה מזו" (הקדמה לספר הזוהר, אות י). ולעומתן, הצדיקים הגדולים שהגיעו לפסגות הם מאה אחוז קדושה, מאה אחוז נתינה.

שני מעגלים

ועכשיו שימו לב מה עשה הקדוש ברוך הוא במסלול הזה של התיקון. הוא ברא לנו שני מעגלים. מעגל אחד נקרא בין אדם לחברו, והמעגל השני בין אדם למקום. הקדוש ברוך הוא יודע שהמרחק בין האדם אליו גדול, ולכן יצר מעגל ראשון, שהוא עולם האימונים. כאן אנחנו מתאמנים על מנת להשפיע, עד שנגיע אל השורש הגדול, אל התיקון הגדול, להשפיע לה'.

יש כאן נקודה פרדוקסלית. הקדוש ברוך הוא אינו צריך דבר, ואין לו שום צורך בנו, כמו שנאמר: "אם חטאת מה תפעל בו... אם צדקת מה תתן לו" (איוב לה, ו, ז). ומצד שני, אנחנו מצווים להגיע למדרגה שבה, כלשון המשנה, "כל מעשיך יהיו לשם שמים" (אבות ב, יב). לשם שמים פירושו על מנת להשפיע נחת רוח לה'. ונחת הרוח הזאת נעשית כשאנחנו נדמים לו יותר ויותר.

ככל שהבן דומה יותר לאביו, כך האב קרוב אליו יותר. כמה ויכוחים יש בבית על השאלה למי דומה הילד. האב אומר שהילד דומה לו, והאם אומרת שהוא דומה לה. לכאורה אין בזה שום נפקא מינה, אבל כשהבן דומה לי, הוא קרוב אליי יותר. כך גם עם הקדוש ברוך הוא. אמרו חז"ל: "מה הוא חנון ורחום, אף אתה היה חנון ורחום" (שבת קלג, ב). ככל שאנחנו מתעלים ונדבקים במידותיו, כך אנחנו עושים לו נחת רוח.

פנימיות התורה

בעל הסולם מביא בהקדמתו את דברי תיקוני הזוהר, שתולים את הצרות הקשות הבאות על העולם בסיבה אחת: שאין עוסקים בחכמת הסוד ואין לומדים קבלה. כך נאמר שם על אלה "דעבדין לאורייתא יבשה, ולא בעאן לאשתדלא בחכמה דקבלה", שעושים את התורה יבשה ואינם רוצים להשתדל בחכמת הקבלה: "וי לון דגרמין עניותא וחרבא וביזה והרג ואבדן בעלמא" (תיקוני זוהר, תיקון ל, עג, ב), אוי להם שגורמים עוני וחרב, ביזה והרג ואבדן בעולם. ובאותו מקום נאמר על הדור: "כל חסד דעבדין לגרמייהו עבדין", כל החסד שהם עושים, לעצמם הם עושים.

קבלה היא הנשמה של התורה. לתורה יש כביכול גוף ויש לה נשמה, ובשפת הקבלה זה נקרא חיצוניות ופנימיות. כל דבר בעולם בנוי מחיצוניות ופנימיות, כמו אגוז, שיש לו פרי ויש לו קליפה. ובכללות העולם, כותב בעל הסולם, ישראל נחשבים לפנימיות העולם ואומות העולם לחיצוניות. ובתוך כל אחד מהם יש שוב פנימיות וחיצוניות, וגם

באומות העולם יש פנימיות, והם חסידי אומות העולם (הקדמה לספר הזוהר, אות סו). ובתורה, הפנימיות היא חכמת הסוד.

חכמת הסוד עוסקת בכוונות, כלומר כיצד אעשה נחת רוח לה' בצורה הנפלאה ביותר. זה נקרא לשמה, לשם ה'. ואילו הפשט ברובו הגדול עוסק בסדרי החיים: שור שנגח את הפרה, מי משלם למי וכמה משלמים. כשאנחנו מזניחים את הפנים, ואומרים שאין צורך ללמוד סוד ואין צורך להתאמץ כל כך בעשיית נחת רוח לה', והעיקר שנהיה אנשים טובים, אנחנו מחלישים את הלב. ומבאר בעל הסולם שכאשר ישראל משפילים את מעלת פנימיות התורה, הם גורמים שגם החיצוניות שבעולם תשפיל אותם ותזלזל בהם, וכשהם מגבירים את עסקם בפנימיות התורה ומחשיבים אותה, מתעלה גם מעלתם בעיני העולם (שם, אות סט).

ואותו דבר, אומר בעל הסולם, מתרחש בתוך כל אחד מאיתנו (שם, אות עא). כשאנחנו מפתחים את הגשמיות שבנו, את הגוף ואת העל מנת לקבל שבנו, ומזניחים את הנשמה, את הנקודה שבלב שרוצה לתת, החיצוניות שבנו מתגברת על הפנימיות. וכשאנחנו מתחילים להחשיב את הפנימיות, להעריך אותה וללמוד אותה, הפנימיות שבנו מתגברת. העבודה שלנו היא בדיוק ההפך מן הטבע: לקחת את המנגנון של הרצון לקבל ולהפוך אותו, מלקבל לתת.

על רגל אחת

הגמרא מספרת על גוי שבא להתגייר. הוא בא לפני שמאי ואמר לו: "גיירני על מנת שתלמדני כל התורה כולה כשאני עומד על רגל אחת". שמאי דחה אותו. בא לפני הלל, וגיייר אותו הלל ואמר לו: "דעלך סני לחברך לא תעביד, זו היא כל התורה כולה, ואידך פירושה הוא, זיל גמור" (שבת לא, א). מה ששנוא עליך, אל תעשה לחברך. זו כל התורה כולה, והשאר הוא פירושה, לך ולמד.

ודאי שהלל התכוון לאותו מאמר מפורסם של רבי עקיבא: "ואהבת לרעך כמוך, רבי עקיבא אומר זה כלל גדול בתורה" (ספרא קדושים ד, יב). יש לעיין כאן בשני דברים. הדבר הראשון, שהלל בחר לומר זאת בלשון של שלילה, מה ששנוא עליך אל תעשה לחברך, ולא אמר לו בפשטות ואהבת לרעך כמוך. והדבר השני, הלשון ואידך זיל גמור, לך ולמד, שהרי הגר ביקש לשמוע את כל התורה כולה על רגל אחת.

ונראה שהלל ראה לפניו אדם שבא מבחוץ, מן החיצוניות של העולם, ועדיין לא הורגל בעולם של נתינה. עם אדם כזה אי אפשר להתחיל מן הקצה, מן המצווה של ואהבת לרעך כמוך, מלהעניק, להשפיע ולתת. אצלו מתחילים בצעד הראשון: אל תעשה רע לאחר. אחרי שתשלים את עצמך בזה, תוכל להתחיל להשפיע טוב לאחר. וזו כוונת זיל גמור: לך והמשך בדרך, עד שתגיע אל המדרגה של ואהבת לרעך כמוך. וכך גם שבע מצוות בני נח, שניתנו לאנושות כולה, רובן איסורים, ועניינן שלא להשחית את העולם: לא לרצוח ולא לגזול. זה השלב של סור מרע.

אבל עם ישראל כבר נושא בתוכו את הנקודה שבלב. יש לנו בכוח את העל מנת להשפיע, משום שאנחנו חלק אלוה ממעל, ורק נברא לנו מנגנון של על מנת לקבל. במהותו של יהודי טבוע העל מנת להשפיע, ככתוב: "בנים אתם לה' אלהיכם" (דברים יד, א). אנחנו בנים של מלך מלכי המלכים, הקדוש ברוך הוא, והבן דומה לאביו. ליהודי אפשר לומר מיד ואהבת לרעך כמוך, ולהתחיל איתו ישר בעשה טוב.

ועכשיו נבין את דברי רבי עקיבא. לפי הפשט הפשוט, כלל גדול פירושו דבר שאתה מוצא בתוך פרטים רבים, בהלכות ובתרי"ג המצוות. אדם הולך ברחוב ורואה אופניים שנשכחו. התורה מצווה עליו לקחת אותם, לשמור אותם בביתו ולתלות מודעות ברחובות, כדי להשיב את האבדה לבעליה: "השב תשיבם לאחריך" (דברים כב, א). ואם ימשיך ללכת ולא ירים אותם, הוא עובר על לאו מן התורה: "לא תוכל להתעלם" (שם, ג). כל זה נובע מן המצווה של ואהבת לרעך כמוך, מן האכפתיות לממונו של חברך.

וכך כל העניין של "כי תראה חמור שנאך רבץ תחת משאו וחדלת מעזב לו, עזב תעזב עמו" (שמות כג, ה). אתה נוסע בדרך ורואה אדם תקוע, ואתה צריך לעצור ולעזור לחלץ אותו. וכך האיסור לגזול את חברך. יש מצווה להלוות לחבר בשעת דחקו, "אם כסף תלוה את עמי" (שמות כב, כד), ויש מצווה לתמוך באדם שירד מנכסיו ולהחזיר אותו אל המסלול, "והחזקת בו" (ויקרא כה, לה). כל עולם החסד, רוב רובן של ההלכות, סובב סביב הנתינה וההשפעה. זה כלל גדול בתורה על פי הפשט, יסוד שחוזר במקומות רבים בתורה. ועל פי העומק שאנחנו לומדים היום, כלל גדול בתורה פירושו שהתורה כולה, בשורשה, עומדת על הרעיון של על מנת להשפיע.

רוח הבריות נוחה הימנו

עכשיו נוכל להבין דבר נפלא שגילו לנו רבותינו: "כל שרוח הבריות נוחה הימנו, רוח המקום נוחה הימנו" (אבות ג, י). לכאורה אין קשר בין הדברים, ואפשר היה לחשוב שאדם נעים הליכות, שהבריות אוהבות אותו, אינו בהכרח אהוב גם למעלה. אבל לפי מה שאנחנו לומדים היום, הדברים נפלאים.

בני אדם ביקורתיים מאוד. הם מסתכלים על כל צעד ושעל של חברים, ומצד הרצון לקבל יש בהם לפעמים אכזריות גמורה. אדם שהצליח שכולם יאהבו אותו, ודאי עבד על עצמו. ובני אדם אוהבים את מי שנותן. מכל הדודות והדודים של ילדותנו, נשארה בזיכרון דווקא הדודה שבכל פעם שהגיעה שמה לנו שטר בכיס, והדוד שבא, חיבק, נישק ונתן ממתק. הדודים שבאו ולא ראו אותנו כלל, נשכחו מזמן. בני אדם אוהבים את מי שמשפיע ונותן, ומתרחקים ממי שרק לוקח ומקבל ואינו משפיע לאחר.

אם כן, אדם שהגיע למצב שרוח הבריות נוחה הימנו, ודאי השפיע, נתן והעניק, ועבד על מידותיו. לכן נוצרה אצלו השוואת הצורה עם הבריות, וממילא נוצרה השוואת צורה עם הקדוש ברוך הוא. הוא פיתח את הנקודה שבלב והגיע באחוזים גבוהים אל העל מנת להשפיע. מאליו נכנס אל השוואת הצורה עם ה', והקדוש ברוך הוא אוהב את מי שדומה לו. זה הסוד הגדול של מה שאנחנו לומדים כאן: כל התיקון שלנו הוא על מנת להשפיע.

להישאר עובר

רבותינו הוסיפו דברים חריפים עוד יותר, שנראים במבט ראשון מוגזמים, וודאי נאמרו כדי להמחיש לנו את עומק העניין. בגמרא נאמר: "וכל העושה שלא לשמה, נוח לו שלא נברא" (ברכות יז, א). ובמדרש אמר רבי יוחנן על הלומד שלא לעשות: "נוח לו שנהפכה שליתו על פניו ולא יצא לאויר העולם" (ויקרא רבה לה, ז). לכאורה זו קללה קשה מאוד, שבגלל שאדם לא למד כראוי, מוטב היה לו שלא ייוולד כלל.

אבל לפי מה שאנחנו מסבירים כאן, הדברים נפלאים. העובר הוא מאה אחוז קבלה. הוא רק לוקח מאמו. כשהוא נולד, ירצה או לא ירצה, הוא כבר נותן. הוא קטן וחמוד ומתוק, ונותן לאמו שמחה גם בלי כוונה. אבל בהיותו עובר הוא רק מכביד עליה ולוקח. וזו כוונת רבותינו: אם יצאת לאויר העולם ונשארת באותו מצב, לא נהפכת למשפיע ונשארת כל הזמן רק מקבל, נשארת עובר. ואם כן, כל הסיבוב הזה של שבעים או שמונים שנה בעולם היה לשווא, שהרי נשארת במדרגה של עובר.

שלא לשמה פירושו שאדם לומד תורה כדי שיקראו לו רבי, כדי שיתעשר, כדי שיהיה בריא, כדי שיצליח. שוב הוא עובד את עצמו. זה נקרא שלא לשמה, שלא לשם ה', ולא על מנת להשפיע נחת רוח ליוצרנו.

כאן הסוד הגדול. יכול אדם להיות בן ארבעים וחמישים, ועדיין ילד קטן שלא הגיע לבר מצווה. הוא עדיין במצב של "ועיר פרא אדם יולד", רק קבלה. ומגלה לנו בעל הסולם שכשאדם נעשה מודע למציאות חדשה, שכל

מטרתו בעולם הזה היא להשפיע, הוא ירגיש זאת בפועל. כשישפיע לשמה, יתחבר, וזה החיבור שעליו אנחנו מדברים. זה מה שאנשים מתכוונים אליו כשהם אומרים שמהו חסר. חסרות בנו התכונות של ה', שהוא רחום ואנחנו עדיין לא רחומים, שהוא חנון ואנחנו עדיין לא חנונים. חסר בנו הדמיון ליצרנו, ולכן חסרה לנו השוואת הצורה, וממילא חסרים לנו הרוגע, השלווה והטוב.

החוט המשולש

בזוהר הקדוש נאמר: "תלת דרגין אינון מתקשרן דא בדא, קודשא בריך הוא, אורייתא, וישראל" (זוהר ח"ג עג, א), שלוש מדרגות קשורות זו בזו: הקדוש ברוך הוא, התורה וישראל. ושגור בפי הכל שישראל ואורייתא וקודשא בריך הוא חד. יש ביניהם השתוות צורה מוחלטת, ואחדות נוצרת מתוך מכנה משותף אחד גדול. המכנה המשותף לקדוש ברוך הוא, לתורה ולישראל הוא על מנת להשפיע.

המטרה השורשית של עם ישראל בבריאה היא להשפיע, כמו שנאמר: "ואתנך לברית עם לאור גוים" (ישעיה מב, ו). הקדוש ברוך הוא כולו השפעה. הוא משפיע גלקסיות וכוכבים, חמצן ומזון, ו"בטובו מחדש בכל יום תמיד מעשה בראשית" (ברכת יוצר אור). זו הזרמה בלתי פוסקת של שפע ושל טוב. והתורה על אותו משקל.

התורה כולה עומדת על ואהבת לרעך כמוך. בעל הסולם מבאר במאמר מתן תורה שאילו ציבור שלם היה מסתלק מעיסוקיו לצורכי עצמו, וכל מעייניו היו לעמוד על המשמר שלא יחסר דבר לחבריו, שוב לא היה שום יחיד צריך לדאוג לקיומו, שהרי ציבור שלם של אוהבים נאמנים עומד על המשמר שלא יחסר לו כלום (מאמר מתן תורה, אות טז). דמיינו שהמין האנושי כולו היה שובר את קליפת הקבלה, עולה מן הדומם אל הצומח, אל החי ואל המדבר, וכולם היו רוצים רק להשפיע זה לזה. רוב הצרות, העוני והייסורים היו עוברים מן הבריאה, שהרי שורש כל המריבות והאסונות הוא העל מנת לקבל. כל יחיד על פני כדור הארץ היה מוצא עולם שלם שמוכן לעזור לו. אם יש לו מיחוש קטן, הרופא הגדול ביותר בא לטפל בו. אם חסר לו ממון, בעלי ההון הגדולים ביותר מסדרים לו. אם חסר לו ברוחניות, מביאים לו את המורים הטובים ביותר. ממילא יש לו הכל. זה תיקון העולם. ועל מלך המשיח נאמר: "עני ורכב על חמור" (זכריה ט, ט). ידוע הרמז שחמור הוא לשון חומר, והחומריות היא העל מנת לקבל. מלך המשיח רוכב על החומר ושולט בו, וכל מהותו נתינה.

זה הסוד של כל גדולי ישראל ומנהיגיו. הרבי מליובאוויטש זכר צדיק וקדוש לברכה, מגדולי הדור הקודם ומן המעניקים הגדולים שבו, שזכינו לקבל ממנו מעט מן המעט, כל ההדרכה שלו וכל החינוך שלו לכל מי שסר למשמעתו היו נתינה, להשפיע, על מנת לתת. שליח לוקח את אשתו ויורד לאיזו פינה נידחת בהונג קונג, שוכר מקום קטן, עושה ממנו בית כנסת ומתחיל לדאוג שם ליהודים. היה יכול לשבת בשקט ובשלווה בארץ הקודש, בכולל מסודר. אבל הוא שליח, ואין לו מעצמו כלום.

על משה רבנו נאמר: "והאיש משה ענו מאד מכל האדם" (במדבר יב, ג), ומפרש רש"י: "שפל וסבלן". סבלן, שיכול היה לסבול כל אחד ואחד. ככל שאדם הוא יותר על מנת להשפיע, כך הוא מסוגל להכיל את האחר יותר, משום שהוא נכנס לתוך האחר ואכפת לו ממנו.

שורש כל המחלוקות, חילוקי הדעות והמריבות הוא שכל אחד סגור סביב עצמו, רואה רק את עצמו ואת האינטרס האישי שלו. אנחנו מסתכלים בצורה צרה וקרה, רק בקוטר שלנו, וממילא האחר אינו קיים. וברגע שיש התנגשות בין הרצון של השני לרצון שלי, נוצרת מחלוקת. אבל אם כל מהותי הייתה על מנת להשפיע לך, וכל ראשי היה תפוס במחשבה איך לעשות לך טוב, לא היה מקום למחלוקת.

מסופר על הגאון רבי אליהו דסלר זכר צדיק לברכה, שאמר לחתן וכלה שנכנסו תחת החופה: דעו לכם כלל אחד פשוט. כל זמן שכל אחד מכם יהיה עסוק איך להשפיע ולהעניק לשני, השלום והאחדות ישרו אצלכם בבית. וברגע שכל אחד מכם יתחיל לחשוב איך הוא מקבל מן השני, דעו שהשלום הסתלק, ומתחיל הפירוד.

דרכיה דרכי נעם

השורש של כל המהות הרוחנית והגשמית של הבריאה הוא על מנת להשפיע, ולקדוש ברוך הוא, לתורה ולישראל יש אותן תכונות. בתורה רואים זאת בכל מקום. השבת היא עשרים וארבע שעות בתוך השבוע, שנשלפות מתוך הג'ונגל של המרוץ. שקט ושלווה, האוכל מוכן והכל מסודר, ומלאכות שצריך לעמול ולהתייגע בהן נעלמו מאותו יום. שב והתענג.

וכך בנישואין. חז"ל משבחים את "האוהב את אשתו כגופו, והמכבדה יותר מגופו" (יבמות סב, ב). התורה דואגת כל הזמן שיהיה לאדם טוב ושתהיה לו שלווה. וכך בטהרת המשפחה. אמר רבי מאיר שהתורה קבעה את ימי

ההרחקה "כדי שתהא חביבה על בעלה כשעת כניסתה לחופה" (נדה לא, ב). הרעיון התורני כולו הוא לעשות לאדם טוב.

ועוד יותר מזה. מחלל שבת במזיד, בזמן שבית המקדש קיים, כשיש עדים והתראה, חייב סקילה. ובכל זאת, אדם נפל ונפצע ויש ספק פיקוח נפש, מתניעים את הרכב ונוסעים. שנינו במשנה: "וכל ספק נפשות דוחה את השבת" (משנה יומא ח, ו). וכותב הרמב"ם שאת הדברים האלה עושים "על ידי גדולי ישראל וחכמיהם" (רמב"ם הלכות שבת ב, ג). התלמיד חכם הגדול ביותר בשכונה הוא שצריך להתניע ולהושיע, כדי ללמד את כולם. השבת ניתנה כדי שלאדם יהיה טוב בעולם ובחיים, ולכן כשנשקפת סכנה לחייו, התורה עצמה מצווה לדחות את השבת.

ובגמרא, כשמבררים איזה ענף של התמר הוא הלולב שבתורה, דוחים ענף שעליו עשויים כקוצים ומסרטים את הידיים, מפני ש"דרכיה דרכי נעם וכל נתיבותיה שלום" (סוכה לב, א; משלי ג, יז). מצווה אינה יכולה להביא לאדם נזק.

וזה מה שנאמר: "והחוט המשלש לא במהרה ינתק" (קהלת ד, יב). המכנה המשותף של שלוש העוצמות, הקדוש ברוך הוא, התורה וישראל, הוא על מנת להשפיע. אדם שמתנהג כך, משפיע ונותן לאחר, נכלל בתוך החוט המשולש הזה.

רבי אליהו דסלר מבאר את הדברים בספרו מכתב מאליו. כוח הנתינה, כוח החסד, הוא שעל ידו משלימים בני האדם זה את זה. הנותן משלים למקבל את מה שחסר לו, והמקבל משלים לנותן בכך שהוא מאפשר לו לתת, ובדרך זו מתאחדים שניהם לשלמות אחת. ומביא את דברי חז"ל: "יותר ממה שבעל הבית עושה עם העני, העני עושה עם בעל הבית" (רות רבה ה, ט). זו הבחינה שבקבלה נקראת דכר ונוקבא, משפיע ומקבל. ולכן אמרו: "כל אדם שאין לו אשה אינו אדם" (יבמות סג, א), משום שהנותן והמקבל משלימים זה את זה.

וממשיך הרב דסלר ומבאר שרבים טועים בעניין האהבה, וחושבים שהיא נמצאת בעיקר בין שניים שדומים זה לזה. האהבה יכולה להתפתח דווקא בין שניים שאינם דומים, שיש ביניהם צדדים מנוגדים רבים, משום שבגלל השוני הם משלימים זה את זה, וזה שורש אהבתם. רק כשגוברת מידת הנטילה, וכל אחד דואג לעצמו בלבד, מתרבה המחלוקת והם נעשים שונאים. ובאופן הזה גם אנחנו כביכול נותנים לקדוש ברוך הוא במעשינו ועושים לו נחת רוח, והחסד הולך ומתפשט, עד שהבריאה כולה בתיקונה מתאחדת בשלמות להווייה אחת. ואילו כוח הנטילה, שבו מושך האדם כל דבר אל עצמו ואל תחום שליטתו, מחריב את העולם, והוא שורש כל המחלוקות.

נתינה מולידה אהבה

מה שמגלה לנו הרב דסלר הוא אחד מיסודות שלום הבית. דווקא במקום שבו אנחנו נופלים, במקום שבו הכוחות מנוגדים וצריך להתאמץ כדי להכיל את השני בתוכך, שם טמון השורש של המפעל האדיר שנקרא אהבה. וטעם הדבר, כמו שלמדנו בהרחבה, שהנתינה היא שמולידה את האהבה. אין דרך אחרת ליצור אהבה בלב האדם זולת הנתינה וההענקה.

אמרו רבותינו: "אדם רוצה בקב שלו מתשעה קבים של חבירו" (בבא מציעא לח, א). כשאדם נותן ומשקיע, הוא מרגיש שייך למקום ולדבר, ואפילו לחפצים דוממים. מה שאדם השקיע בו, הוא מחובר אליו. וכשיש דברים מנוגדים בין איש לאשתו או בין אדם לחברו, והוא מתאמץ ועמל, יוצא מן העל מנת לקבל אל העל מנת להשפיע, מתאמץ להכיל את האחר, להסכים איתו ולזרום איתו, יש כאן כמויות גדולות של נתינה. מאמץ גדול הוא נתינה גדולה, ונתינה גדולה מולידה אהבה גדולה.

זה גם הסוד הגדול של עולם המניעות, כמו שלמדנו בשיעור על אין עוד מלבדו. מונעים מן האדם את הקדושה, והוא צריך להתאמץ, לעמול ולהתיגע. וכשיש עמל ויגיעה ומאמץ גדול, התוצאה היא אהבה גדולה לדבר וחיבור גדול אליו. אילו היה הקדוש ברוך הוא מקבל אותנו מיד, והאדם היה מגיע לפסגות כשהכל זורם לו בקלות, האהבה בינו לבין הקדוש ברוך הוא הייתה קטנה. יוצא שהמפעל האדיר של הקשר בין האדם לבוראו נבנה מן השמאל הדוחה, והיא שמולידה בסופו של דבר את הימין המקרבת.

אם נרד לעומק ולשורש של כל פעולה, של כל מחשבה ושל כל דיבור שלנו, נגלה שמסתתר שם אחד משני דברים. או שאני פועל את הפעולה, מדבר את הדיבור, רואה את המראה ושומע את השמועה על מנת לקבל, או שאני עושה זאת על מנת להשפיע. כדאי שאדם יעשה לעצמו מבחן של יום שלם, ויבדוק כמה השפיע, כמה נתן וכמה העניק, וכמה פעל על מנת לקבל. ברגע שרוב היום שלנו יהיה על מנת להשפיע ולהעניק, אנחנו מגדילים את אחוזי התיקון ואת אחוזי הזיכור שלנו, וממילא מגדילים את המידה שבה נרגיש את הנועם ואת השפע של ה' יתברך.

על העולם הבא אמרו חז"ל: "צדיקים יושבין ועטרותיהם בראשיהם ונהנים מזיו השכינה" (ברכות יז, א). זיו השכינה הוא הכוח העצום של על מנת להשפיע, הטוב והטוהר הזה, האכפתיות מן הזולת. זה האור הגדול.

שלושה ועוד שלושה

שמעתי פעם על אדם שישב והתבונן לעומק איך יוכל לעשות דבר שדרכו יתקן את העולם, והגיע למסקנה פשוטה. הוא לקח אדם שהייתה לו בעיה גדולה, חשבון בנק מעוקל וחובות כבדים לאנשים ולחברות, ומסר את נפשו כדי לסדר לו את העניין. הוא לקח אותו כפרויקט, הלך ואסף כסף מאנשים, הפך עולמות וסידר לו הכל עד הסוף. הוא איפס לו את החשבון והחזיר אותו אל המסלול, לפתיחה חדשה. כשהאיש לחץ את ידו ושאל איך יוכל להחזיר לו על מה שנתן לו, אמר לו: אני משביע אותך בשבועה חמורה, שבעזרת ה' ביום מן הימים תיקח אדם אחר, שנמצא במצב שלך או במצב קל או קשה ממנו, כפי מה שתוכל לעזור, ותיקח אותו כפרויקט ותיטיב לו הטבה גמורה, בלי שום אינטרס ולא על מנת לקבל, בדיוק כמו שעשיתי איתך. וכשתסיים, תשביע אותו שיעשה מעשה דומה לאחר, וכן הלאה. כך, אמר, אוכל לתקן עולם שלם.

דמיינו שכל אחד מאיתנו יעשה זאת לשלושה בני אדם, והשלושה יעשו זאת לעוד שלושה. בזמן קצר נוריד לעולם שפע עצום של השפעה, של טוהר ושל נקיות. הרי לפי מה שאנחנו לומדים היום, קדושה וטומאה הן השפעה וקבלה, נתינה ונטילה. מעשה כזה מעלה את מאזן הקדושה בעולם בממדי ענק. זו העבודה שלנו.

אנחנו יוצאים מן השיעור הזה ומגיעים הביתה, לעבודה, לכל מקום, ומחפשים איפה אפשר להעניק ואיפה אפשר להשפיע. כאן מתחיל האימון. אנחנו כל כך מאומנים להיות סביב עצמנו ולראות איפה אנחנו מרוויחים. כל דרך החשיבה שלנו וכל מנגנוני ההגנה שלנו פועלים סביב שאלה אחת, איפה אני בתמונה. מהיום נתחיל להתאמן ולהפוך את כל המנגנון הזה, ולחפש איפה אני יכול להעניק לאחר, להשפיע ולתת, ולא איפה אני יכול לקבל.

וברגע שמנגנון החשיבה שלנו יתחיל לעבוד כך, גם מן השמים יזמנו לנו מצבים שבהם נוכל להגשים את החלום הנפלא הזה. אמרו חז"ל: "בדרך שאדם רוצה לילך בה, מוליכין אותו" (מכות י, ב). אדם שרוצה לקבל וליטול, מזמנים לו מן השמים מצבים שבהם יקבל ויטול. ואדם שרוצה להעניק ולהשפיע, מזמנים לו מצבים של נתינה.

לפעמים אתה אומר לאדם לתת צדקה, והוא עונה שמצבו קשה ואין לו. מי שמתחיל לתת דווקא כשאין לו, ולו מעט, מתחיל לאמן את נשמתו ולמשוך שפע מן הסוג שלה, שפע של על מנת להשפיע. מי שהולך בדרך הזאת זוכה פעמים רבות לראות כיצד מזמנים לו מן השמים אמצעים וכוחות, בדרכים שונות ומשונות, כדי שיוכל להמשיך להשפיע ולתת.

וזה מה שאמרו רבותינו: "מגלגלין זכות על ידי זכאי וחובה על ידי חייב" (שבת לב, א). אדם שהוא נוטל, שכולו על מנת לקבל, מזמנים לו עוד מצבים כאלה לאורך חייו. וכמו ש"מצוה גוררת מצוה", כך, בר מינן, "עברה גוררת עברה" (אבות ד, ב). ועבירה ברמות הדקות שאנחנו מדברים עליהן היום היא הנטילה, האנוכיות, עולם הגאווה והתאוה. הכל סובב על ציר אחד.

ולכן אמר שלמה המלך: "מפנק מנער עבדו ואחריתו יהיה מנון" (משלי כט, כא). הורים שמפנקים את ילדיהם יותר מדי מרגילים אותם להיות סביב עצמם ולחשוב שכל הבריאה חייבת להם. ילדים כאלה יוצאים לחיים, ופעמים רבות חסר להם ביטחון עצמי וקשה להם למצוא את מקומם בחברה. לעומתם, ילדים שגדלו בבתי שחינכו אותם מקטנות לתת ולהעניק, לסדר את החדר, לעזור בכלים ובשטיפת הבית, ללכת למכולת ולחזור, ילדים שלא הכל סבב סביבם והם היו חלק מן המערכת, גדלים בצורה בריאה.

וכך בין בני זוג. כשאחד מפנק את השני עד שהשני אינו עושה דבר, אינו עוזר ואינו מעניק, הבית עלול להגיע בסופו של דבר אל יועצי הנישואין. אבל בית שמתנהל כך ששניהם מעניקים, נותנים ומשפיעים, שורה בו האהבה, כי הנתינה מולידה אהבה. אהבה בגימטריה אחד. כדי להיות אחד, צריך להשפיע, ומי שנוטל ולוקח נמצא בפירוד.

שעה אחת ביום

זה הסוד הגדול שמגלה כאן בעל הסולם, וזה בעצם הפירוש הגדול של הזוהר הקדוש כולו. בכל הזוהר ובכל חכמת הסוד והקבלה, אנחנו עוסקים בדבר אחד: כיצד נשפיע לעולם שפע בדרך הגבוהה ביותר. בקבלה זה נקרא העלאת מ"ן והורדת מ"ד. העלאת מ"ן היא העבודה שלנו כאן: להיות צדיקים יותר, לכוון יותר במצוות ולעשות אותן יותר לשמה, לכוון ולהיכנס לגנזי המלך. המלך שמח כשבנו מתעניין בסודותיו ובעומק התורה ומתאמץ להשיג אותם, ואז אנחנו גורמים נחת רוח לה'. וברגע שיש נחת רוח לה', יורד יותר שפע לעולם.

כל חכמת הסוד באה לחזק את הפנימיות של עם ישראל, את הנשמה של היהודי, שהיא בעצם על מנת להשפיע. כך יורד שפע לעולם, יורדים חסדים ומתמתקים הדינים. הרצון לקבל לעצמי הוא צמצום, הוא רק אני. וכשאני עוסק בהשפעה, אני עם ישראל כולו. זה הסוד הגדול.

הדברים אינם פשוטים. צריך הרבה עבודה, הרבה עמל והרבה יגיעה. אבל בדרך שאנחנו עובדים בה, ובסוד הגדול שלמדנו בשיעור על הצעד ליעד, מתחילים בצעד קטן. ניקח בעזרת ה' שעה אחת מתוך היממה, ונתחיל להתאמן בה לפעול על מנת להשפיע. האדם הראשון שאני פוגש היום, אני משפיע לו. אני נותן לו מחמאה, מעניק לו ונותן לו מה שאני יכול. ולאט לאט, בעזרת ה' יתברך, נקנה את זה בקניין. נעבור מן הדומם אל הצומח, אל החי ואל המדבר, ונזכה לתיקון הגדול.

יהי רצון שנזכה, בסיומו של הקורס הזה, להפוך יום אחר יום את הרצון לקבל לרצון להשפיע, להידבק במידותיו של הבורא, ולהוריד בנתינה שלנו שפע של חסד ושלום על עם ישראל ועל העולם כולו.

המימד הנוסף · הרב יוסף ביטון שליט"א

050-590-1349 · ravbiton.com · קאוצ'ינג על פי הקבלה, חלק ב', שיעור 10