



פסיכולוגיה על פי הקבלה · שיעור רביעי: סודות בים השמחה

ההיריון של הנשמה

שיעור 4 מתוך 10 בקורס פסיכולוגיה על פי הקבלה. הסרטון המלא, ומתחתיו השיעור כתוב ומעובד לקריאה.

הסבא, האבא והאמא

אנחנו מתקדמים בעזרת ה' בתוך עולם הספירות שבנפש האדם. ספירה מלשון דבר ספור ומדוד, דבר שיש לו גבול, לעומת הכוח האינסופי שמחזיק את כל המערכת. חכמה, בינה ודעת מזוהות עם הנשמה, עולם המחשבה. חסד, גבורה ותפארת מזוהות עם הרוח, עולם הרגש. נצח, הוד, יסוד ומלכות מזוהות עם הנפש, עולם המעשה. ומעל כולם הכתר, האורות המקיפים, שפנימיותו אמונה, תענוג ורצון.

כל הרעיון של האדם בבריאה הוא להשליט את המוח על הלב, את הנשמה על הרוח ועל הנפש. לכן אנחנו הולכים מלמעלה למטה: מי שיודע להשתמש נכון בראש, כל שאר כלי העבודה שלו יישלטו על ידי הנשמה.

החכמה היא הניצוץ, ההברקה של השכל, כמו הגן שבו מקופל כבר כל העתיד. בלשון הקבלה היא נקראת פרצוף אבא. הבינה נקראת פרצוף אמא. והכתר נקרא אריך אנפין ועתיק יומין, כביכול הסבא שבנו. כך אמר הכתוב: "שאל אביך ויגדך, זקניך ויאמרו לך" (דברים לב, ז). בכל אדם יש סבא, שממנו שואבים את הכוחות, יש אבא, שנותן את הכותרת, ויש אמא.

ראינו שאדם יכול להיתקע בחכמה. אלה בעלי הכותרות, שיש להם חמישה רעיונות איך להיות מיליונרים ואין להם שקל בכיס. חסרה להם אמא. האבא נותן את טיפת הזרע, את הקוד, ורחם האם הוא שלוקח את הקוד ומחלק אותו לידיים ולרגליים, עד שנוצר הילד. הילד הנולד נקרא בקבלה זעיר אנפין: המידות שנולדות בנו, חסד, גבורה, תפארת, נצח, הוד ויסוד. וכשהחכמה והבינה עובדות כראוי, וזה נקרא זיווג אבא ואמא, נולדת באדם הדעת, שאמורה להלביש את כל המידות. על זה אמרו חז"ל: "דעה קניית, מה חסרת" (ויקרא רבה א, ו). ועל ההפך אמר שלמה המלך: "גם בלא דעת נפש לא טוב" (משלי יט, ב).

הערב אנחנו נכנסים אל האמא. החיצוניות של הבינה היא כוח ההתבוננות, והפנימיות שלה היא כל עולם השמחה, כמו שנאמר: "אם הבנים שמחה" (תהלים קיג, ט).

עלמא דחירו

בלשון המקובלים נקראת הבינה עלמא דחירו, עולם החירות. בשלמותה היא עולם החופש והגאולה מכל המיצרים של העולם הזה. ולכן היא קשורה למספר חמישים. חז"ל אמרו: "חמשים שערי בינה נבראו בעולם, וכולן ניתנו למשה חסר אחד" (ראש השנה כא, ב). ובשנה החמישים, שנת היובל, ציוותה התורה: "וקראתם דרור בארץ לכל ישיבה" (ויקרא כה, י). הבינה היא שורש החירות.

ועוד אומרים המקובלים על הבינה: דינין מתערין מינה, דינים מתעוררים ממנה. ונראה עוד מעט שאין סתירה בין שני התיאורים.

ובפתח אליהו שבהקדמת תיקוני הזוהר נאמר: "בינה ליבא, ובה הלב מבין". הבינה היא המפתח של הלב, של כל עולם הרגשות, ולכן היא נקראת גם אובנתא דליבא, תבונת הלב. מה שאדם מתבונן בו בראשו, זה מה שהוא מרגיש בלבו.

בינה מלשון בניין

המנוע הפנימי של הבינה הוא ההתבוננות. אחרי שקיבלתי הברקה, כותרת של חכמה, אני צריך להתבונן בה. בעל התניא מגדיר זאת בדיוק: כשהאדם מוציא את כוח שכלו אל הפועל, "שמתבונן בשכלו להבין דבר לאשורו ולעמקו, מתוך איזה דבר חכמה המושכל בשכלו, נקרא בינה" (תניא, פרק ג).

בינה מלשון בניין. גם הבן נקרא כך מלשון בניין. אם תתבונן נכון בילד שלך, גם אתה תיבנה. הוא בונה אותך ואתה בונה אותו. ההתבוננות היא הכוח היחיד שמסוגל לבנות את האדם.

כאן גם ההבדל בין ילד למבוגר. לילד אין עדיין הכישרון לבנות עתיד, לתכנן אסטרטגיה של שנים. המבוגר, שהבינה שלו פועלת, כבר מסוגל לכך. ויש אנשים רבים שאינם מצליחים לכלכל את ביתם ולחיות בהתאם למשכורת. חסרה להם בינה, הכוח לסדר את הדברים ולרקום עור וגידים בכל מערכת הבית.

המקובלים ממשילים את הבינה לאדריכל. החכמה רואה את הבניין כולו בהבזק אחד, והבינה פורסת את התוכנית: היכן היסודות, היכן הקירות, כמה יעלה וכמה זמן יימשך.

עצור

ומכאן נבין למה דינים מתעוררים מן הבינה. כשהקדוש ברוך הוא רואה שאדם רץ בעולם ואינו נבנה, הוא עוצר אותו, ובדרך כלל העצירה באה בפשטות דרך ייסורים.

חז"ל שאלו למה נקראת הארץ בשם הזה, ואמרו: "שרצתה לעשות רצון קונה" (בראשית רבה ה, ח). אבל יש ריצה אחרת, ריצה של טירוף, של מרוץ בלי הפסקה. ובתוך הריצה הזאת אין שום בינה.

קחו לדוגמה את תמרור העצור ואת הרמזור האדום. כמה הם מעצבנים. אדם כבר בתנופה, והנה עצור. אבל הוציאו את התמרורים ואת הרמזורים מן הכבישים, ותקבלו אנדרלמוסיה שלמה. העצירה היא שבונה את הכביש. כשאני עוצר אני מסוגל להסתכל ימינה ושמאלה, אני מסוגל להתבונן.

זו אחת הסיבות שזוגות רבים נבנו מחדש דווקא מתוך משבר. המשבר יוצר את העצירה, ובעצירה האדם מתחיל לעבד את הניצוץ שקיבל מן החכמה ולרקום לו עור וגידים.

ואני בטוח שכל מי שמגיע לשבת וללמוד דברים כאלה הגיע מתוך עצירה כלשהי, שבה התחיל להתבונן ולשאול מה הוא עושה כאן, ונולד בו רצון להיחשף לאינפורמציה על העולם ועל עצמו.

על זה אמר דוד המלך: "אל תהיו כסוס כפרד אין הבין" (תהלים לב, ט). הסוס רץ, ולכן אינו מסוגל להבין. להבין מלשון בינה.

החוש השישי

המקובלים אומרים שבבינה, ברבדים העמוקים שלה, טמון גם החוש השישי. על בריאת האישה נאמר: "ויבן ה' אלוקים את הצלע" (בראשית ב, כב), ודרשו חז"ל: "מלמד שנתן הקדוש ברוך הוא בינה יתירה באשה יותר מבאיש" (נדה מה, ב). הבינה היתרה הזאת היא האינטואיציה, כוח על שכלי שמעל המודע.

וזה מה שצריך להיות לכל יהודי. כשנפתח את הספירות כראוי, נוכל לראות את העולם ברבדים עמוקים, ולקבל מסרים ותדרוכים שמעל השכל הרגיל.

ההיריון של הנשמה

המקובלים מלמדים שכל רעיון, כל הברקה, עובר תהליך של עיבוד בתוך הבינה, וזה סוד ההיריון. אחרי קליטת הזרע יש תקופה שבה נרקמים עור וגידים ונוצר הוולד. וכשאנחנו מדברים על הנפש, הוולד הוא מידה חדשה, שכל חדש, ראייה חדשה ונכונה של כל המציאות שסביבנו.

בקבלה התהליך הזה נקרא עיבור, יניקה ומוחין: אחרי העיבור באות הלידה והיניקה, ואחר כך המוחין, תחילה מוחין דקטנות ואחר כך מוחין דגדלות.

בחודשים הראשונים של ההיריון יש בחילות והקאות, כי הגוף מתרגל לקבל משהו חדש. כך בדיוק בנפש. רבים שואלים אותי: מאז שהתחלתי ללמוד, לחפור וליישם, התחיל אצלי בלגן. אני אומר להם שהם בהיריון. הגוף הרוחני מתרגל לקבלת אור חדש.

וגם כאן יש דינים. מי שעובר תהליך אמיתי של שינוי בעולם החשיבה ונולדים בו שכלים חדשים ומידות חדשות, מגלה שהוא מתחיל לכעוס על הסובבים אותו. והם מצידם מבינים עבודה, אוכל ושינה, ונדמה להם שהוא מדבר אליהם צרפתית. צריך להתגבר על הדינים האלה כדי לעבור את ההיריון בנפש בצורה נכונה.

כוח המדמה

הכוח שמלווה את הבינה בכל ההיריון הזה, בעיבוד הנתונים וברקימת עור וגידים, נקרא כוח המדמה, כוח הדמיון. הוא המכשיר שממחיש את הדברים. כל עולם המשלים והמטאפורות, כל "למה הדבר דומה", נובע מספירת הבינה. הדמיון לוקח את מה שנקלט בחכמה ומלביש אותו בתמונה שאפשר לגעת בה.

ולכן גם הדמיון של הנשים פורה בדרך כלל יותר, כי יש בהן בינה יתרה. השאלה היא רק איך משתמשים בו.

הפלה, היריון מדומה והיריון מחוץ לרחם

כמו בגוף, גם בנפש יש לפעמים הפלות, היריונות מחוץ לרחם והיריונות מדומים. אומרים ברחוב: אין שכל, אין דאגות. מי שמגלה את כוחותיו הפנימיים פותח ארגז כלים כבדים, וכלים אפשר להפעיל לטובה ולרעה.

ההפלה היא כך. במהלך ההיריון מתחילים מאבקים בין הרובד העליון שבראש לבין המידות, שאינן מוכנות לקבל. אדם נכנס להיריון של שלושה ושל יציאה מן הכעס, וכל המערכת, שרגילה להירגע דרך הכעס, אינה מבינה מה קורה כאן. מתחילים קונפליקטים, וזה צער ההיריון.

המקובלים אומרים שהצער הזה נולד מחטא אדם הראשון, ועליו נאמר: "בעצב תלדי בנים" (בראשית ג, טז). לפני החטא הדברים היו נעשים בלי צער. עכשיו כל עלייה עוברת דרך מאבק פנימי. מי שרוצה לעלות קומה צריך מאמץ, וכאן לצערנו רבים נופלים בדרך. היו מקומות שבהם פתחתי שיעורים עם חמש מאות איש, ובסוף נשארו מאתיים. לשלוש המאות האחרים כבד ההיריון.

ויש היריון מדומה. אדם לקח כותרת של חכמה, האמא קיבלה אותה, והוא השתמש שלא כראוי בכוח הדמיון. החכמה אמורה לשמור על הבינה בתוך גבולות האמת, וכשהאדם חורג מהם הוא בונה לעצמו בניינים באוויר. ויש מצבים נפשיים קשים, שבהם אדם עולה פתאום לשיאים ואחר כך צונח אל התהום. ברובד הפנימי זה חוסר איזון בבינה, ומי שסובל מכך חייב כמובן לקבל טיפול רפואי מסודר ומקצועי. אבל השורש הרוחני הוא אור גדול שנכנס בלי כלי לקבל אותו.

ויש היריון מחוץ לרחם: אדם מסגל לעצמו כותרת שהוא אינו בנוי לקבל. לכן בשיעורי קבלה חלק מן הלומדים ממשיכים, הנשמות שמסוגלות לקבל את האור הזה, ואחרים פורשים ואומרים שסיבכו להם את החיים. עליית מדרגה דורשת פרופורציות נכונות והרבה בקרה.

שלושה רבדים

עכשיו נלמד את נוסחת הקסם. כל ספירה פועלת בשלושה רבדים: רובד העולמות, רובד הנשמות ורובד האלוקות. נראה את הבינה בכל אחד מהם.

ברובד העולמות, באה כותרת של חכמה: אני צריך בית משלי. הבינה מקבלת אותה ומתחילה לרקום עור וגידים. זה האדריכל. כמה אנחנו מכניסים בכל חודש, כמה אפשר להחזיר. ושימו לב. בעצב תלדי בנים, ובעצב תלדי בתים. פתאום, במפה שהבינה מכינה, מתברר שצריך לצמצם כאן ולצמצם שם, לעבוד עוד שעתיים ביום, לוותר על יציאות. הנה התחיל ההיריון. בכותרת של החכמה הכל היה טיול נעים. כשהבינה מעבדת את הנתונים, מגיע המחיר.

או שאדם רוצה להחליף את הרכב. האמא מקבלת, פורסים את התשלומים, ופתאום הבית כולו מחושבן. מכבים אורות, שמים שעון על הדוד, ובני הבית תמהים מה קרה. מחליפים את הרכב. הבינה יוצרת דין, כי התוכנית יוצרת גבולות, ואדם שחי עד היום בלי חשבון מרגיש שצעדיו הוצרו.

ואת הבית ואת הרכב יקנה באמת מי שמשך מן הכתר רצון, תענוג ואמונה. כשהכתר משפיע על האדם, והוא מושך ממנו רצון עז, אמונה בכוחו ותענוג מן המטרה, הוא מצליח לעבור את התהליך גם ברובד החומרי.

וההפלה ברובד הזה היא כשאחרי שיש תוכנית ויש אדריכל ויש הכל, האדם אומר: עזבו אותי, תנו לי לחיות חופשי, מי צריך את כל הלחץ הזה. כך גם בזוגיות. פעם מצליחים לא לכעוס, ופעם הכעס מתפרץ שוב. זה ההיריון שבדרך, עד שתיוולד מידה מתוקנת. ויש מי שמתייאשים באמצע.

הדלק של השמחה

כאן מגיע אחד ממרכזי הדלק הגדולים, והוא השמחה. ראיתי נשים בהיריון שהקושי ניכר בהן, ובכל זאת בפנים יש שמחה, כי עוד מעט ייוולד התינוק.

וכך האדם בכל דרך, גם ברובד העולמות, חייב להיות בשמחה. עליו לראות כבר עכשיו את העונג של התוצר, וגם התהליך עצמו צריך לשמח אותו. הבינה יוצרת את התוכנית, ובתוכנית יש דינים, וכשיש לידה יש שמחה. "אם הבנים שמחה".

רובד הנשמות

ברובד הנשמות ההתבוננות פונה אל תוך עצמנו, אל הנשמה היהודית, אל העוצמה והכוח שבה. המילה יהודי קרובה למילה ייחוד. יש לנו ייחודיות, כמו שאנו אומרים בתפילה: "אתה בחרתנו מכל העמים". מדובר בכוחות פנימיים מיוחדים, שעליהם דיברנו בהרחבה בפתיחת הקורסים.

כשאדם מתבונן ברובד הזה, הוא מתחיל להזדהות עם העוצמה שבנשמתו, וממנה עם העם היהודי כולו. בקבלה זה נקרא התחברות הנשמות, והחיבור הזה הופך לאנרגיה עצומה. ויש לצערנו אנשים מבודדים, ועל כך נרחיב בספירת הדעת, שהיא סוד הייחוד.

רובד האלוקות

ברובד השלישי האדם מתחיל להתבונן באלוקות. כאן מתעוררות השאלות הגדולות על רצון הבורא ועל פשר הייסורים, וכאן נבנה הקשר עימו. גם בקשר הזה יש עליות וירידות, עד שהאלוקות מתגלה בתוך האדם ובחיו. כשאתה מתבונן בדבר, אתה מתחבר אליו. כשבעל מתחיל להתבונן באשתו, בעומק, בתכונות שלה ובאופי שלה, במה הוא יכול לשמח אותה ובמה להעניק לה, עצם ההתבוננות הזאת יוצרת קשר. "בינה ליבא, ובה הלב מביין". הבינה מפעילה ישירות את הלב. ולכן גם כאן מקור כל הפחדים, ועל כך נרחיב בספירת הגבורה. שימוש לא נכון בבינה, בדמיון שבבינה, יוצר פחד וחרדה. העולם נראה מאיים, והדאגה למחר ממלאת את הלב. אם הבינה מתבוננת בצד השלילי שבעולם, הלב מתמלא חרדות. ואם היא מתבוננת בטוב, ובאלוקים שמתגלה גם בתוך מה שנראה לנו רע, הלב מתמלא שמחה.

הטוב והמטיב

בעולם שלנו אלוקים מתגלה לכאורה בטוב וברע. כשעולים לרובד האלוקות, לעולם האחדות, מגלים שהכל טוב. בקבלה זה נקרא ייחוד הוי"ה ואלוקים.

הנביא אומר: "ביום ההוא יהיה ה' אחד ושמו אחד" (זכריה יד, ט). הגמרא מקשה שהרי גם היום הוא אחד, ומשיבה: "העולם הזה, על בשורות טובות אומר ברוך הטוב והמטיב, ועל בשורות רעות אומר ברוך דיין האמת. לעולם הבא, כולו הטוב והמטיב" (פסחים נ, א).

והמקובלים מלמדים שאדם יכול, עוד כאן בגלות, לטעום מן העולם הזה שבו הכל טוב, שבו גם הרע מתגלה כטוב. והדרך היחידה לשם היא ההתבוננות. כשהאדם מתבונן באלוקות הוא מתחבר אל ההנהגה האלוקית, ושם כל העונג וכל השמחה. זה עלמא דחירו, עולם הגאולה.

למקובלים גדולים אין קושיות על הקדוש ברוך הוא. אנחנו, במדרגתנו, אומרים גם זו לטובה: אינני מבין, זה אינו מתאים לי, ובכל זאת הכל לטובה. זו מדרגה טובה, אבל היא הנמוכה. המדרגה העליונה היא ראייה שכלית של הטוב. על זה אמר שלמה המלך: "החכם עיניו בראשו" (קהלת ב, יד). הוא רואה את העולם דרך החכמה והבינה, מלמעלה, ומשם אין קושיות.

אני יוסף

זה כמו מה שקרה ליוסף ואחיו. אחרי כל הטלטלה, ההאשמה בריגול והדרישה להביא את בנימין, הם עומדים מול שליט מצרים שנראה להם אכזר. ובבת אחת: "ויאמר יוסף אל אחיו אני יוסף, העוד אבי חי, ולא יכלו אחיו לענות אותו כי נבהלו מפניו" (בראשית מה, ג). ומיד הוא מסביר להם: "ועתה לא אתם שלחתם אתי הנה, כי האלוקים" (בראשית מה, ח).

אחרי התדהמה בא שחרור עצום. השליט הנורא הוא יוסף אחינו, וכל מה שנראה כגזירה התגלה כהשגחה. זו התפרצות השמחה אחרי משבר גדול.

בתורת החסידות מבואר שהמתקת הגבורה, שפנימיותה יראה ופחד, באה דווקא בשמחה ובצחוק. ולא בכדי יצחק אבינו, איש הגבורה, נקרא על שם הצחוק, כמו שאמרה שרה: "צחק עשה לי אלוקים, כל השמע יצחק לי" (בראשית כא, ו). כשאני מבין פתאום מה הקדוש ברוך הוא רצה, אני מתמלא שמחה.

ויש אנשים שבתוך משבר עמוק כבר רואים אותם מחייכים. אין זה שיגעון. הם קלטו את התמונה. אינני שוכח תלמיד חכם גדול שהכרתי, שבנו היה מאושפז בבית החולים כבר שלושה ימים, והרופאים לא הבינו מה עובר עליו. בשבת בבוקר יצאנו יחד מן התפילה, וראיתי אותו מחייך. שאלתי אם הילד כבר בבית, והוא אמר שעדיין

לא, ושאלתי מאין השמחה. אמר לי שבתפילה קלט מה הקדוש ברוך הוא רוצה ממנו, וסידר איתו את העניין. במוצאי שבת, כך אמר לי, הוא יחזור עם הילד הביתה. וכך היה. הוא הבין שהאשפוז הוא חלק ממערכת היחסים שלו עם הקדוש ברוך הוא, קלט את התקלה ותיקן אותה. כל הרעיון הוא להפעיל את הבינה.

אשרי הגבר אשר תיסרנו יי

דוד המלך אומר: "אשרי הגבר אשר תיסרנו יי" (תהלים צד, יב). כבר למדנו ששם הוי"ה מקביל לספירות. היו"ד היא אבא, החכמה. הה"א הראשונה היא אמא, הבינה. הוא"ו היא שש הקצוות, מחסד ועד יסוד, והה"א האחרונה היא המלכות. אשרי האדם שהייסורים שלו נמשכים מן יי"ה, מאבא ואמא, שבאים להדריך אותו ולעצור אותו, שבאים ליצור בו התבוננות. עצור, תירגע, לאן אתה הולך. זה כל סוד הביניין.

ואותו דבר כשהקדוש ברוך הוא רואה שהאדם מאבד את הקשר איתו. אנחנו כמו עדר עם הרועה. לפעמים הכבש סוטה מן המסלול ונבלע ביער. על זה מתפלל דוד המלך: "תעיתי כשה אבד, בקש עבדך" (תהלים קיט, קעו). אם אתה רואה שאני מאבד את הכיוון, עשה לי טובה ובקש אותי.

ועל זה אמר: "שבטך ומשענתך המה ינחמני" (תהלים כג, ד). השבט עצמו הוא הנחמה, כי הוא אומר לי שאינך מוותר עליי. ומי שהגיע לשפל גמור, שאין עוד שבט ואין עוד מי שמבקש אותו, עליו נאמר: "ודרך רשעים תאבד" (תהלים א, ו). אבד הקשר לגמרי.

ופחות מזה, כשהקדוש ברוך הוא רואה שאדם מתבלבל. אדם נכנס לשכרון חושים, בטוח שהוא הגאון שיוזע לסדר כל דבר. הקדוש ברוך הוא סוגר לו את הברז לחודשיים. האדם מפרפר ופתאום פונה אליו: ריבונו של עולם, מה קורה. והתשובה: תתעורר, ואל תחשוב שאתה עושה הכל בעצמך. התורה הזהירה על כך במפורש: "ואמרת בלבבך כחי ועצם ידי עשה לי את החיל הזה. וזכרת את ה' אלוֹקֶיךָ, כי הוא הִנְתֵּן לְךָ כֹחַ לַעֲשׂוֹת חֵיל" (דברים ח, יז יח). כך קורה ליחידים, לפעמים למנהיגים, ואפילו לאומות שלמות אחרי ניצחונות גדולים.

יש תדר שבו האדם אמור לבקש את הקדוש ברוך הוא. ואם אנחנו איננו מבקשים אותו, הוא מבקש אותנו. זה כל עניין הייסורים. המקובלים אומרים שמי שנמצא בקשר מלא עם הקדוש ברוך הוא אינו צריך ייסורים, ואם בכל זאת באים עליו ייסורים, זה כבר עניין אחר, של תיקונים מגלגולים קודמים, שאינו שייך לגלגול הזה.

טעמו וראו

על הקומה הזאת נאמר: "טעמו וראו כי טוב ה'" (תהלים לד, ט). אפשר לדבר על עונג השבת שעות, על המשפחה סביב השולחן והנרות הדולקים, ומי שלא טעם יתמה אם האנשים האלה נורמליים. בשבילו שבת היא חוף ים וכוס משקה ביד. אי אפשר להסביר לו. צריך לטעום.

וכך בעניין הצניעות. נשים שלא הכירו את העולם הזה שמעו על בת מלך הלבושה בכבוד, ולא הבינו על מה מדברים. וכשחוו את החוויה בעצמן, הרגישו אצילות בנפש, כאילו חוט של חסד משוך עליהן, ואמרו שזה עולם אחר. "כל כבודה בת מלך פנימה" (תהלים מה, יד). אין כאן עניין של חיצוניות. אנחנו מדברים על פנימיות.

גם הקדוש ברוך הוא שמח

המקובלים אומרים שברובד הזה, בהתבוננות באלוקות, נמצא מקור השמחה. טעם הדבר: גם הקדוש ברוך הוא שמח בנו. "ישמח ה' במעשיו" (תהלים קד, לא). רצונו שנכיר אותו. כך ציווה דוד המלך את שלמה בנו: "דע את אלוקי אביך ועבדהו בלב שלם" (דברי הימים א כח, ט).

הקדוש ברוך הוא אינו מחפש עדר שהולך אחריו בעיוורון. כך נאמר למשה רבנו לפני מתן תורה: "הנה אנכי בא אליך בעב הענן, בעבור ישמע העם בדברי עמך, וגם בך יאמינו לעולם" (שמות יט, ט). קודם שומעים ורואים, ואחר כך מתחזקת האמונה, אחרי עולם הידיעה. ויש אמונה ברבדים גבוהים עוד יותר, שהיא נשיאת ההפכים, ועליה נדבר בהמשך.

והרמב"ם קובע שהדרך לאהבת ה' היא ההתבוננות: "בשעה שיתבונן האדם במעשיו וברואיו הנפלאים הגדולים, ויראה מהן חכמתו שאין לה ערך ולא קץ, מיד הוא אוהב ומשבח ומפאר ומתאוה תאוה גדולה לידע השם הגדול" (הלכות יסודי התורה ב, ב). כל שיר השירים בנוי על האהבה שבין עם ישראל לקדוש ברוך הוא, בתיאורים מופלאים, והדרך אליה היא אחת: התבוננות במעשה ה'. בעל התניא מוסיף שהחכמה והבינה הן "אב ואם המולידות אהבת ה' ויראתו ופחדו" (תניא, פרק ג). מן ההתבוננות נולדים הרגשות.

וכך בבית. גם אהבת הבעל לאשתו נולדת מהתבוננות. מי שאינו מסוגל להתבונן בעמל שלה, ביגיעה שלה, במה שהיא מעניקה לבית בטבעיות, בצער ההיריון, בהבאת הילדים לעולם, בקימות בלילה, אינו מסוגל לאהוב אותה.

מבחינתו היא אינה עושה דבר מיוחד. זה נקרא בינה קבורה. ולעומתו יש מי שעושה מכל דבר קטן רעש גדול של הכרת טובה.

לא מגיע לי כלום

וכאן סוד עמוק. המקובלים אומרים שהבינה קשורה ישירות למלכות, ופנימיות המלכות היא שפלות. האדם שמח באמת, ברובד העמוק, כשהוא מבין שלא מגיע לו כלום. אנחנו נבראים, והבורא אינו חייב לנו דבר. לא מגיע לנו בית, לא מגיעה לנו אישה ולא מגיעה לנו בריאות. ברובד הנשמות, לא מגיע לנו שנולדנו יהודים עם נשמה יהודית. יכולנו להיוולד בכל מקום אחר בעולם. וברובד האלוקות, לא מגיע לנו הקשר עם הקדוש ברוך הוא.

ומי שמבין זאת מצליח לשמוח בכל הרבדים. יש אנשים שאין להם קורת גג, ויכולנו להיות במקומם, ולכן על הבית שנתן לי הקדוש ברוך הוא אני שמח עד השמיים. וזה מתחיל בדברים הפשוטים ביותר, בגוף. נדמה לנו שטבעי שהכליות עובדות, ודי לראות כמה אנשים מחכים להשתלת כליה. נדמה לנו שטבעי להיות בריא, ודי בסיבוב אחד במחלקות של בית חולים גדול כדי לראות עיר שלמה. מה שנראה לנו טבע, הבינה צריכה ללמד אותנו להתבונן בו.

חז"ל אמרו: "איזהו עשיר, השמח בחלקו" (אבות ד, א). העשיר הוא מי שמשתמש בבינה ומבין בהמחשה שיכול היה להיות חסר כל. והוא שמח בכל הרבדים, גם באלוקות. אל תשווה את עצמך לגדולים ממך. יש לך קשר עם הקדוש ברוך הוא, ואפילו גרם אחד ממנו הוא אוצר. יכולת לעבור כאן שבעים או שמונים שנה בלי לדעת עליו ובלי להיות בקשר איתו, בלי להבין מה הן ספירות ומהי נשמה יהודית, ולחשוב שאתה בסך הכל בעל חיים מפותח.

נקודות טובות

ואגלה לכם סוד. המקובלים אומרים שמי שמח בחלקו, מגדילים לו את החלק. יש למי להגדיל, כי כל הגדלה תגדיל גם את שמחתו. ומי שאינו שמח בחלקו, אם יגדילו לו, רק יבכה יותר. על זה אמר הלל: "מרבה נכסים, מרבה דאגה" (אבות ב, ז). כשלא הצלחת לראות בבינה את היופי ואת האור שבחלקך, אין למה להגדיל.

רבי נחמן מברסלב לימד בתורה הידועה "אזמרה" (ליקוטי מוהר"ן א, רפב) שעל האדם לחפש ולמצוא נקודות טובות, באחרים ובעצמו. הוא דורש את הפסוק "ועוד מעט ואין רשע, והתבוננת על מקומו ואיננו" (תהלים לז, י): כשמוצאים עוד מעט טוב ומתבוננים בו, האדם כבר אינו במקומו הקודם. ומיד הוא מוסיף שכך צריך האדם למצוא גם בעצמו, כי צריך להיזהר מאוד להיות בשמחה תמיד ולהרחיק את העצבות. ובלשוננו: מה שהצלחת להבין שהוא טוב, שם תחיה. שם תתרכז, על זה תודה, ושם תהיה. וזה הדלק להיריון הבא, ולעוד היריון, ולעוד עלייה. ואדם שאין לו שמחה, אין לו דלק לנסוע.

השמחה היא אחד מן הדלקים הגבוהים ביותר, ולכן יש עליה ציווי מיוחד: "עבדו את ה' בשמחה" (תהלים ק, ב). והתורה אף מונה בין סיבות הקללות "תחת אשר לא עבדת את ה' אלוקיך בשמחה ובטוב לבב" (דברים כח, מז). ומסופר על האר"י הקדוש שגילה כי את כל מה שהשיג, השיג בכוח השמחה שבה קיים את המצוות. ובחסידות אומרים: שמחה פורצת גדר.

גם בגוף זה כך. כיום גם הרפואה והפסיכולוגיה מכירות בכך שמצבה הרגשי של האם בזמן ההיריון, מצב רוחה ומצב הזוגיות שלה, משפיעים על התינוק. אישה צריכה לשמוח ביום נישואיה ולהשלים עם נישואיה, כדי שתוכל לקלוט ולבנות את הוולד, ובמהלך ההיריון לשמוח, עם כל הקושי ועם כל התהליך. וכולנו, בנפש, נמצאים באיזשהו תהליך של עיבור.

הדור הזה

המקובלים אומרים שעכשיו, באלף השישי, כולנו נכנסים אל הקומה של האלוקות. ככל שזה נשמע גבוה, אגלה לכם שהנשמות שירדו בדור הזה הן נשמות גבוהות מאוד. בדור סוער כזה לא היו שולחים נשמה חלשה, היא לא הייתה שורדת. מכאן החיפוש של היום, שיעורי הקבלה וקורסי המודעות. כל אחד יודע לומר שהכל בסדר, ובכל זאת חסר. ומה שחסר הוא אלוקות. חסר הקשר עם היצרן. אפשר לחיות בלי קשר עם האבא הגדול שנה ושנתיים, ופתאום הנשמה מתחילה לבעוט.

ותראו את הסדר. בתחילה השקיעה האנושות את כל הבינה שלה בעולמות. האחים רייט רצו לעוף, וזו הייתה ההברקה של החכמה. אחר כך התבוננו במעוף הציפורים ולמדו איך הן נשענות על הרוח, וזו הייתה הבינה. כך נולדו התגליות המדעיות, ברובד העולמות. אחר כך עלינו לקומת הנשמות ושאלנו מיהו יהודי. ועכשיו, גם בלי

שנרצה, אנחנו חוקרים באלוקות. ההנהגה האלוקית היא שמביאה אותנו לקומה הזאת, ובה אדם מתחיל להיות מבוגר באמת.

הטלפון לאבא

תארו לעצמכם את העוצמה: קשר ישיר עם היצרן. אני מכיר נשים ואנשים שפתחו איתו קשר רציני, עם תפילה ושיחה של ממש, ורואים בעיניים איך הדברים עובדים. אחת מהן סיפרה לי שמאז שהיא בקשר, הכל אחרת.

האבא רוצה את הקשר. רק שיש לנו הרגשה של בושה. כמו מי שלא ראה את אביו עשרים שנה, לא מכתב ולא ביקור, ופתאום נתקע בלי כסף ומרים אליו טלפון. אדם אומר לעצמו: עם כל הבלגן שאני נמצא בו, איך ארים אליו טלפון, ועוד לבקש. זו הרגשה שקרית. מה שלא יהיה, הקדוש ברוך הוא שמח בטלפון. והטלפון יכול להיות תפילה ובקשה, ויכול להיות גם התבוננות, לראות איך הקדוש ברוך הוא מתגלה בתוך החיים.

על זה אנו מברכים בכל בוקר "פוקח עורים", ובכל תפילה "מחיה מתים". המקובלים מעירים שאיננו רואים בכל יום מתים שקמים לתחייה, ולכאורה היה מתאים יותר לומר שעתיד להחיות. ומבארים שכל אדם, בכל שלב של התפתחותו, נחשב מת ביחס לקומה הבאה, והעיניים הנפקחות הן האור הגדול שמתגלה בתוכו. ועם כל זה, העבודה ברבדים האלה אינה סותרת את העולמות, והאדם ממשיך להשתמש בבינה גם בענייני העולם הזה.

אין עוד מלבדו

וכשמגיעים לרובד האלוקות, יש פסוק אחד שאני נותן לכם כמפתח: "אין עוד מלבדו" (דברים ד, לה). אין אנשים, אין עולם, יש רק הוא. בלשון הזוהר הקדוש, הקדוש ברוך הוא ממלא כל עלמין וסובב כל עלמין, וכך מביא בעל התניא שמן ההתבוננות בזה נולדות היראה והאהבה. הוא ממלא כל עולם מבפנים ומקיף את כל העולמות מבחוץ.

ממילא, אם מישוהו ציער אותך, גם זה מאת ה'. דוד המלך אומר: "בקמים עלי מרעים תשמענה אזני" (תהלים צב, יב). כשאחרים קמים עליי, אוזניי שומעות. אני מקשיב: מה אתה רוצה לומר לי, אני מבין, תודה. זה מברק מן הקדוש ברוך הוא. רוב האנשים מסתובבים בעיניים עצומות, כמו בתרדמה, ולכן לפעמים נותנים להם טלטלה קטנה: פקח את העיניים, יש כאן מלך.

ומובא בשם הבעל שם טוב שאדם הנמצא בצרה, בצומת דרכים, אם יעצור ויתבונן ויאמר בלב שלם שאין עוד מלבדו כלל, שהוא בעל הכוחות כולם והכוח היחיד שמניע את הגלגל, העניין כבר מסודר. אפילו רגע אחד בקומה הזאת ממתיק את הדינים.

וההתבוננות הזאת פתוחה לכל אחד: בים, בבעלי החיים, בכל רובד של הבריאה. המוח שלנו מכיל עשרות מיליארדי תאי עצב, וכולו גוש של פחות מקילו וחצי. ובאמת אין זה חומר בלבד. אלה הספירות, הכוח האלוקי שמניע את כל המערכת. אדם שמתפעל מחכמה כזאת מתאהב ביצרן. ואפשר גם לעבור כאן שבעים שנה בלי להבין דבר, כמו סוס, שאין לו הספירות שאנחנו מדברים עליהן.

ביקשתי כוח

ראיתי פעם מאמר יפה, שכותבו אינו ידוע, והוא מסכם את הנושא בכל שלושת הרבדים.

ביקשתי מאלוקים כוח, ואלוקים נתן לי קשיים כדי לחשל אותי. ביקשתי חכמה, ואלוקים נתן לי בעיות לפתור. ביקשתי שפע, ואלוקים נתן לי מוח, בריאות וכוח לעבוד. ביקשתי אומץ, ואלוקים נתן לי מכשולים להתגבר עליהם. ביקשתי אהבה, ואלוקים נתן לי אנשים עם בעיות כדי שאעזור להם. ביקשתי טובות, ואלוקים נתן לי הזדמנויות. לא קיבלתי שום דבר ממה שביקשתי, וקיבלתי כל מה שנחוץ לי.

אדם יכול לבקש כוח ולחשוב שיקום בבוקר גיבור על. זו אחת המכות של הדור שלנו: הכל עכשיו, אין כוח להריונות, אין סבלנות לתהליכים. והקדוש ברוך הוא בנה את עולמו בשבעת ימי בראשית, יום אחר יום. בהתבוננות אפשר לראות אותו גם בבעיות שנתן לנו לפתור, וגם בכלים שנתן לנו לפתור אותן.

קחו לדוגמה את העישון. כמה אדם מתייסר ממנו, יוצא החוצה בקור ובגשם ובקושי נושם, ובכל זאת ממשיך. הקושי הוא שבספירת הבינה לא הצלחנו לבנות תוכנית, כי בתוכנית נצטרך לוותר על התענוג ועל ההרגל. וכשנשכיל בבינה ונפרוס תוכנית נכונה, ונמשוך מן הכתר רצון ואמונה בכוחנו, נפרק את ההרגל צעד אחר צעד. כך בזוגיות וכך בכל תחום. כששתמשים נכון בחכמה ובבינה ומושכים מן הכתר, נולדת הדעת, וממנה יורדים אל המידות, אל ההתמודדות עם החרדות ועם הכעסים, עם כל הקשיים הגדולים של היום יום.

הבינה מלמדת אותנו לקחת בחשבון ש"בעצב תלדי בנים", ולדעת שבסופו של דבר "אם הבנים שמחה".

יהי רצון שנזכה לעבור את כל ההיריונות של הנשמה בשמחה, ולראות בעינינו את הוולד הנולד, אדם רגוע, שלם ומאושר.

המימד הנוסף · הרב יוסף ביטון שליט"א

050-590-1349 · ravbiton.com · פסיכולוגיה על פי הקבלה, שיעור 4