



השיעור המרכזי בבית הרב קוק רח' הרב קוק 9 ירושלים בכל יום שלישי 20:00

בסייעתא דשמיא

חוברת ל"ט
תורת הנפש

מאיפה מביאים שמחה בדרכו של הראי"ה קוק

הרב יצחק חי זאגא

מאיפה מביאים שמחה?

שלום לכולם. יש נטיה לחשוב, שהשמחה מותנית בכל מיני גורמים חיצוניים. חברים, הורים, כל מיני אנשים שנתקלנו בהם, ארועים אקראיים בחיינו. אם זו היתה האמת, היתה זו אמת אומללה. כי משמעות המחשבה הזו היא, שאנחנו לא יותר מ"כדורגל" של החיים. מישהו חייך אלינו הבוקר, שמחנו. נהג האוטובוס היה בלתי מנומס בעליל, נמחק לו חיוכנו. המורה או המעסיק חלקו לנו שבחים, הפכנו שוב שמחים. חבר לכיתה או לעבודה השמיע חוות דעת מקיפה ושלילית באשר להצלחותינו, ונהיינו שוב עצובים. נפשנו עפה לה מצד אל צד, על ידי כל שחקן כדורגל חובב, שעבר בסביבתנו, והחליט לבעוט בכדורי מצב רוחנו, לכאן או לשם. לא נעים.

הרב קוק בספרו אורות הקודש, חלק מוסר הקודש עב', כתב מילים חריפות מאד, על ההשקפה המיואשת הזו, 'המחשבה, שהאושר תלוי, במה שהוא חוץ ליכולתו של האדם, ממה שהוא חוץ להוייתו, וחוץ לרצונו, מחשבת פיגול הוא [מחשבה פסולה], רשעות וסכלות היא מרופדת'.

הרב לא הסתפק בזאת, והמשיך ותאר את תוצאותיה הנוראיות, של המחשבה הגורסת כי שמחתו של האדם, אינה נתונה בידו, וכתב שמחשבה זו, 'היא מעוררת את כל התכונות השפלות, וכל המידות הרעות...'. אדם שחש כי החיים מכריחים אותו להיות

להרבות שמחה בישראל

עצוב, הוא אדם מריר, כועס ומתוסכל. איך יתכן שהבורא הטוב לכל, ורחמיו על כל מעשיו, הכניס אותי למצב כל כך מדכא?! הוא תמה.

מכאן עלול האדם להגיע, כפי שמתאר זאת הרב קוק, למצב של 'שכחת ד' וטובו, אורו וישעו, חכמתו חסדו וגבורתו'. שהרי חייו כל כך עצובים, והבורא הוא שלא "ארגן" לו חיים שמחים, אז מדוע לפנות אליו, ומי אמר שבאמת הוא טוב? וממילא שוכח האדם גם את אור ד', וכח הישועה הגנוזה בו. מחליט הוא שכנראה חסרים לקדוש ברוך הוא, יועצים טובים, או ששכח הוא את חסדיו, ושמא יכולתו מוגבלת..

ראו עד כמה מזיקה ושלילית היא, המחשבה העקומה, לפיה האדם כאילו כפוף לעצבות, ואינו יכול לשלוט על מצב רוחו, על שמחתו. עתה אנו מבינים היטב, מדוע כינה הרב, את המחשבה המיואשת הזו, 'מחשבת פיגול', מחשבה פסולה, המרופדת ברשעות וסכלות. השאלה היא, מהי התפיסה הנכונה, אשר כן תרומם אותנו, לחיים מלאי אמונה ושמחה, שתביא אותנו אל ההבנה, שהשמחה היא עניין של החלטה, של עשייה, של דרך חיים. הרי התחושה שגורמי חוץ הם המכריעים את גורל שמחתנו, לא נוצרה בחלל ריק. לכאורה, יש לה סיבות כבדות ביותר, באופיים של חיינו.

כדי לצאת מן התחושה הזו, צריכים אנו להכיר תפיסת חיים כוללת, אשר תדריך אותנו בפועל, כיצד יכולים אנו להשפיע ואף לשלוט על שמחתנו, בפיתולי רחובות החיים. אז בואו נצא לדרך.

עולם התיקון

ראשית, צריכים אנו להבין את סביבת חיינו העולמית. חשוב שנפנים היטב, כי העולם בו אנו חיים, הוא 'עולם התיקון'. תיקון חטא אדם הראשון.

אדם הראשון חי בגן עדן. לא היה צריך לעבוד לפרנסתו, ולא להתמודד עם יצרים ותאוות, העולים מתוכו. הנחש הרע, היה מבחוץ לו. חוויותיו הרוחניות, היו ברמה בלתי נתפסת. עונג ושמחה, היו מנת חלקו הקבועה.

מסיבות עמוקות, המוסברות בחכמת הקבלה, ולא כאן המקום לעסוק בהם, לא הצליח הוא לעמוד, בזוהר המופלא של האור אשר האיר לתוכו. בגד הוא בעצמיותו הטהורה, ניסה להיות כאלוקים, היודע טוב ורע, ובחטאו, הפיל הוא את כל העולם יחד איתו.

מאז, הפך עולמנו, לעולם שמאופיין בתערובת טוב ורע, עצבות ושמחה, יאוש ותקוה. עולם של התמודדויות, חסרונות, ונסיונות. אך צריך לזכור, שכל אלה עם כל אי נעימותם, אינם אלא לבושים חיצוניים, לאור והטוב, אשר בעקבות החטא, נגנו עמוק בפנימיות החיים.

מאותה נקודה של נפילת העולם מגן עדן, ואילך, עמל האדם לגלות את האור הגנוז בפנימיות כל דבר. לסלק את החושך, להסיר את הבגדים המלוכלכים, מעל כל הטוב והטהור. לתקן את העולם, לרוממו ולהשיבו למצבו הטוב, כפי שהיה קודם החטא, ואף יותר מכך.

אם ינסה האדם להתכחש למצבו האמיתי של העולם, וינסה ביאושו לצלול אל התענוגות הגשמיים, תוך שהוא מדמיין, כי הם הגן עדן עלי אדמות, ימצא את עצמו, נופל לסבל גדול עוד יותר.

אושרו של האדם, במדרגתו הנוכחית של העולם, הוא אושר התיקון. כל פינה אפילה במציאות, שיזכה לרוממה ולתקנה, ולעשותה מאירה, תהפוך לשמש של שמחה מחודשת, בשמי חייו הפרטיים והכלליים.

מי שמבין את העולם באופן הזה, משנס מתניו מול כל התמודדות, ומבין שנדרש הוא למאמץ של תיקון, אשר יהפוך את החושך המעציב, ללא יותר מאשר חומר גלם, ליצירת אור חדש, שמחה חדשה.

שמחת המאמץ

ישנה תפיסה מערבית נוצרית, אשר תפסה לה מעמד במקומותינו, ולפיה חוסר העשייה, ה"זולה", ה"סתלבת", אלה הם כביכול, המביאים את האושר לאדם. אבל תורתנו לעומת זאת אומרת, שה"סתלבת" מאפיין את המתים, השוכבים ב"זולה" כזו, שחבל על הזמן. ד' יצילנו. מי שמבין נכון את הסביבה העולמית בה אנו חיים, מבין היטב, שהאושר והשמחה, קשורים במאמץ ובעמל.

אל לו לאדם להמתין, שיתרחש משהו חיצוני, אשר ישמח אותו. האושר והשמחה, הם פרי עבודתו של האדם בעצמו. הכל בידיים שלו. שמחה עושים, אושר מייצרים.

כדי להמחיש את הדברים, בואו ניקח שני חיילים שיצאו לחופשה. האחד, ארגן לעצמו עשרים סרטים. סידר לעצמו כורסא נוחה מול המסך בבית, פיצות וכמה בקבוקי שתיה, שלט לוידאו, שלט למזגן, וטלפון אלחוטי, כדי שחס וחלילה לא יצטרך לעשות שום תנועה מיותרת, והחל לצפות בסרטים בזה אחר זה.

לעומתו, החייל השני, החליט לנצל את החופשה באופן שונה לגמרי, והלך לעבוד בקטיף תפוחים ברמת הגולן. שניהם נפגשים בסוף היום לארוחת ערב. מי לדעתכם יאכל את ארוחתו יותר בתיאבון, ויותר בשמחה? התשובה ברורה לכל. מדוע? משום שהמאמץ, העשייה, ההשתדלות לעשות את העולם טוב יותר, זהו המצב הנפשי הנכון, למי שרוצה לחיות חיי שמחה.

אז מי שרוצה לחיות את חייו באמת, מי שרוצה להיות אדם שמח ומאושר, שלא יחפש את החדלון וחוסר המעש, כי המאמץ והעמל, הוא המביא לאדם את שמחת החיים.

נזר הבריאה

גם לאחר נפילת העולם, נותר האדם 'נזר הבריאה', היינו, זה שבמחשבותיו, רצונותיו ומעשיו, משפיע הוא על הברואים כולם, על ההויה כולה. הגם שאין אנו במדרגה לראות במוחש, את השפעת פעולותינו על העולם, והגם שאין לפעולותינו תוצאות ניכרות ומידיות, מלמדת אותנו תורתנו הקדושה, כי במעשינו, אנו גוזרים את גורלו של העולם,

בכל רגע נתון, וכפי שכתב הרב קוק במוסר הקודש מב', 'בעליית רצונו של אדם, כל הברואים מתעלים, ובשפלותו, כולם נשפלים'.

הוסיף וכתב הרב במוסר הקודש מג', שהעולמות כולם, זה הגלוי לעינינו, ואף העולמות השמימיים הרזיים, 'הינם בידו של אדם, להרבות בהם חן ואור, חיים שמחה וכבוד, כשהוא הולך בדרך ישרה, כשהוא מתחזק ומתאזר בגבורה טהורה לכבוש לפניו דרכי חיים טובים..!'. וכן להיפך – 'ובידו להכאיב בהם כל חלקה טובה, בהשפילו את נפשו, בהשחיתו את דרכיו..!'.
סיים שם הרב קוק, שמי שמבין את גודל האחריות הקוסמית המוטלת על כתפיו, בהיותו נזר הבריאה, יתחזק מאד בעשיית הטוב, כי 'איך זה תוכל תכונת הרע להתרומם לקחת חלק בחיי האדם ובמעשהו, כשחשבון נשא ומרומם כזה ערוך לפניו'.

העולם זקוק לך

ההכרה וההבנה הזו, הידיעה שהעולם זקוק לך, היא אחד המנועים החשובים ביותר באדם, המביאים אותו לחיי עשייה ושמחה. לפעמים אנו פוגשים, אנשים חסרי כח הנעה, כבויים ומדוכאים. אחת הסיבות המרכזיות למצב זה, היא תחושתם כי איש לא זקוק להם, העולם יסתדר איתם ובלעדיהם, וכלום לא ישתנה אם יעלמו מן הנוף. זוהי אחת ממצוקות הנפש הקשות ביותר לאדם.

הרב קוק באגרת שא' כתב, שכל מי שיתחזק בהבנה, שהעולם כולו מושפע ממעשיו, ימצא את עצמו מתמלא ממנה, במרץ וגבורה, עוז וחדות עשייה. כי מי שידוע שהעולם כולו זקוק לעבודתו, לאורו, אין לו זמן לבזבז על מחשבות סרק מדכאות.

ככל שנבין ונאמין, עד כמה השפעתנו הכרחית לקיומו של העולם, נתמלא במרץ אדיר, בשמחה ובגבורה לחריצות בעבודה. ההבנה העמוקה של סביבת חיינו, ההכרה בגודל אחריותנו והשפעתנו, אף כי אינה נראית במוחש, על ההויה כולה, על תיקון העולם, הידיעה הגדולה, שברואי מעלה ומטה, מלאכים ושרפים, אנשים וגם תולעים קטנות, תלויים כולם בעבודתנו אנו, היא אחת מאבני היסוד החשובות בבנין השמחה.

השפעת הלימודים הרוחניים

לכאורה, לאור דברינו אלה, היינו מצפים שכל בני האדם יהיו מלאי מרץ של עשיית טוב, שהרי העולם כולו, תלוי ומצפה לאורם. אך לא כך הוא המצב. למה? מסביר הרב קוק באגרת שא', שהעצלות והרפיון אינן באות אלא מחוסר אמונתנו, בתועלת העצומה שבמעשינו הטובים. מהקושי בסיגול הידיעה וההכרה הרזית, שהעולם כולו זקוק לעבודתנו.

הדרך לקרב את הדברים אל הציור השכלי, היא על ידי התבוננות האדם באחדות העולם. בעובדה שהעולם כולו בדרך כזו או אחרת אינו אלא רקמת חיים אחת גדולה, המורכבת מרקמות שונות, המתחברות זו עם זו, ומשפיעות זו על זו.

כשלומד האדם לימודי אמונת ישראל, לומד הוא להכיר את נשמת העולם, נקודת החיות האלוקית הפנימית, המסתתרת בתוך המציאות, מחיה את העולם כולו, ומביאתו להשלמתו ותיקונו.

כהמשך ישיר להכרות עם נשמת העולם, לומד הוא להכיר גם את נשמתו שלו. מתוך כך, בא הוא לראות את הקשר החי והמתמיד, שבין נשמתו שלו, לנשמת העולם כולו, ואת גודל השפעתו על כל ההויה.

על ידי לימודים רוחניים מעמיקים, הולכת ומתחזקת באדם, התחושה הברורה, בדבר השפעתו הסגולית על העולם. ממילא, ככל שיתגבר האדם בלימודו זה, כן יגבר בקרבו אור השמחה והגבורה, אהבת ד', והחשק לחיות ולעשות טוב.

הרצון להיות טוב

אחרי שלמדנו על אופיו של עולמנו כעולם התיקון, על האושר שבמאמץ, על עובדת היותנו נזר הבריאה, על אחריותנו הקוסמולוגית הנובעת מכך, ועל לימודי האמונה הנדרשים, כדי שנעכל את ענינו ותפקידנו האוניברסלי, יכולים אנו להבין, שרבות משאיפות חיינו, הינן שאיפות מוטעות, בלתי טבעיות ובלתי בריאות, עד כי אפשר לומר, שיותר מחצי כאבינו הנפשיים, נובעים משאיפות חיים עקומות.

הרי ברור, שמי ששואף להיות עשיר, ובזה תולה הוא את אשרו ושמחתו, נותן הוא ממילא את גורל שמחת חיו, בידיהם של אחרים. כל כך הרבה אנשים וגורמים חיצוניים, צריכים להסכים ולעזור לו לממש את שאיפתו זו, כדי שיזכה אולי להיות עשיר, ולהיות מאושר. האם יתכן שהקב"ה תלה את גורל שמחת חיינו, בידיהם של אחרים? ברור שלא. כפי שעולה בבירור מכל מה שלמדנו עד כה, שאיפת חיו המרכזית של האדם, היא השאיפה לתיקון העולם. וכמו שבנפילתו, הפיל האדם את העולם כולו, כך גם בתיקונו, יתקן הוא את ההויה כולה, יחד איתו.

על פי הבנה זו, שאיפת חיו העיקרית, הטבעית, והבריאה, של האדם, היא השאיפה להתעלות רצונו אל הטוב, שהרי בהטבת רצונו, יעלה הוא את כל העולם לתיקונו ושלימותו.

הרצון להיות טוב, הוא הרצון המרכזי, שסביבו סובבים החיים כולם. זוהי פסגת ההצלחות. זוהי משאת נפשו של האדם הבריא, הטבעי, המיושר לטבעו האלוקי. 'ולישרי לב שמחה'.

השאיפות המוטעות, לעושר וכבוד, וכל מיני ענינים וקנינים, המדומיינים כמקור האושר, השמחה, והטעם בחיים, הם גורמי העצבות העיקריים בדורנו.

השחרור מהזיות האושר, אל האושר האמיתי, הגנוז ברצון להיות טוב, לעשות טוב, ולתקן העולם, הוא המקור האמיתי, לשמחת החיים.

מי שחפץ בחיי שמחה, יעשה את כל מעשיו, עסקיו, כלכלתו, ועבודתו, בכל מקצוע שיבחר, מתוך השאיפה והמטרה, להיטיב ולתקן את העולם. כך יהפכו חיינו, לחיי עשייה של שמחה.

שמחת הרצון החופשי

עתה יכולים אנו להבין, מדוע גורס הרב קוק, שהאדם שליט על שמחת החיים שלו. כשעיקר שאיפת החיים, בתוך כל ענייניו ועסקיו של האדם, תהיה מרוכזת בפיתוחו והתעלותו של הרצון הטוב, ובזה יתלה הוא את אושרו ושמחתו, הרי ברור לגמרי, שאין מי בעולם שיוכל למנוע ממנו, מלהגיע לשמחה ואושר. כי ההתעלות, וממילא גם השמחה והאושר, לגמרי בידיך.

מעשיך יעציבוך ומעשיך ישמחוך. הכל בידיים שלך.

מסקנה זו כשלעצמה, צריכה לרומם את האדם, למצב של שמחת חיים קבועה, שתהיה שרויה עליו תמיד. כפי שכותב הרב קוק במוסר הקודש עב', 'ואיך לא יהיה האדם מלא תמיד עוז וחדוה, אם טובת הטובות, עושר העשירות, הצלחת ההצלחות, מסור ונתון בידו..!'

ההתעלות הפנימית של האדם, אל הרצון הטוב החפץ להיטיב, היא אוצר כל הטוב, אשר תביא לאדם את הברכה בכל מעשי ידיו. מי שיעמיד את שאיפות הרצון הטוב, כמטרה המרכזית של חייו, יזכה לחיים מלאי אורה ושמחה.

כשהנשמה מאירה

יש מי שיאמר, הבנתי הכל, אבל מה אעשה והעצבות תוקפת אותי? נופלת עלי כמו חומת אבנים משתקת?

אחד כזה, אם ילך לתורות הנפש שאינן ממקור ישראל, עלול למצוא את עצמו עם כדורים כימיים, שישעבדו אותו לכל החיים, בשעה שכל הבעיה שלו, היא בעיה נפשית טהורה, הנובעת מחוסר ידיעה של תורת הנפש היהודית.

עונת הדכאון הפסיכיאטרית, היא כשמתחיל להחשיך, אי שם בתחילת הסתיו. אז מגיעים הרבה אנשים עם בעיות דכאון. אחת משיטות הטיפול היא להושיבם תחת מנורה מיוחדת המקרינה הרבה אור.

והנה אצל עם ישראל, בדיוק באותו זמן, חל חג הסוכות, הוא חג השמחה. הציווי 'ושמחת בחגך', נאמר בעיקר על חג הסוכות, הגם שהוא נכון לגבי כל חג. אז איך יתכן, שעונת הדכאון הפסיכיאטרית, היא בדיוק עונת השמחה היהודית?

אומר הרב קוק, 'כשהנשמה מאירה, גם שמים עוטי ערפל, מפיקים אור נעים'. במילים אחרות, הכל תלוי ברמת התפוקה, שהאדם מפיק, מתוך מעיין החיים שניתן בתוכו. נסביר את הדברים.

מעיין ולא מחסן

יש נטיה אצל רבים מאיתנו לחשוב, שהאני שלנו, הוא כמו מחסן חיים שניתן בתוכנו, עם "קירות" ידועים. כך אני כשקר לי, וכך אני כשעצוב לי, כך זה כשאני שמח, והפעילות הזו הכי חביבה עלי. זה לעולם לא ישתנה, כי ככה אני.

זו טעות תפיסתית נוראה. כי משמעותה המעשית היא, שלעולם לא יוכל האדם להשתחרר מחסרונותיו, להתרומם למדרגת חיים גבוהה יותר, מזו שנגזרה עליו על ידי "קירות" "מחסן" החיים שלו.

האמת האלוקית היא, שהאני של האדם אינו מחסן חיים, אלא מעיין חיים. או אולי ליתר דיוק, צינור חיים, הפתוח בשורשו העליון אל מעיין החיים האינסופי, ובצדו הארצי, אל המציאות המוגבלת. בריאותו של האדם היא, כשהוא יונק מלמעלה, ומזרים דרכו את האור, אל המציאות הארצית שכאן למטה. אם לא יונק האדם מלמעלה, או אינו מזרים חיים למציאות כאן למטה, הרי הוא במצב שאינו בריא ואינו טבעי.

משמעות ההבנה הזו היא, שעצמת החיים של האדם ואיכותם, תלויים ברמת תפוקת החיים שהוא מפיק מתוך צינור החיים שלו. מאחר ושורש חיותו של האדם באינסוף, הרי שאם נשאל, כמה חיים יוכל לדלות מתוך מעיינו העצמי? התשובה תהיה – אינסוף.

כל אדם יכול להשתנות ולהפוך לאדם חדש לגמרי, עם עצמות חיים איכותיות ברמה שלא חווה מעולם, אם רק ידע ויאמין בתורת הנפש היהודית, המלמדת אותו על קיומו של מעיין החיים האלוקי, ממש בתוכו, ויקום וידלה מתוך עצמו, בגבורה גדולה, עוד ועוד חיים. אז לאן אנו צריכים לפנות במצב של חוסר שמחה? - לתוך מעיין החיים שבתוכנו. שם מסתתר לו האור המבוקש, ולא במקומות זרים.

משמעות הדברים היא אדירה. שמחה או עצבות, אינם אלא ענין של החלטה. אמנם איננו מחליטים מה יתרחש איתנו במהלך חיינו, אבל אנחנו בהחלט מחליטים, כיצד להתחסל למאורעות שעוברים עלינו, וכמה חיים לדלות מתוכנו, לשם הארת מציאותנו. מאחר ומעיין השמחה נמצא ממש בתוכנו, רק אנחנו בעצם מחליטים, אם להיות שמחים או עצובים. אם כך, בואו נחליט לדלות מתוכנו כוחות חיים, ולהיות שמחים.

היכן הוא הדלי?

ישאל השואל, הבנתי שמעיין החיים והשמחה, נמצא עמוק בתוכי, והבנתי גם שאני צריך להחליט לדלות מתוכו שמחה והתחדשות חיים. אבל היכן הוא הדלי? איך דולים? הפסוק בתהלים יט' אומר, 'פקודי ד' ישרים משמחי לב'. המילה 'ישרים' באה לומר, שמדובר במעשים, המיישרים אותנו לטבענו הישר, כפי שעשה אותנו האלוקים. כשאדם עושה חסד עם אדם אחר, הוא לא רק מקיים מצוה, הוא גם יונק חיים מתוך האור המסתתר במעשה המצוה. האור הזה, הוא הדלי הדולה מתוך אישיותו שלו, מתוך מעיין החיים שבתוכו, חיים חדשים, חיי שמחה מאושרים.

החיים מלאי דליים טובים ומעולים, לדליית שמחת חיים. בכל פינה מוארת או אפילה, ממתינים ומצפים הם לנו, שנבוא ונשתמש בהם, נדלה בהם אורות וחיים, נאיר את האור הגדול הגנוז עמוק בתוכנו, ובתוך המציאות כולה. כך נשמח לא רק את עצמנו אלא את כל העולם כולו יחד איתנו. הדליים של החיים הם מעשי המצוות, עשיית הטוב והישר. אנחנו הדולים, המופקדים על דליית החיים, על תיקון והארת העולם. אז קדימה לעבודה.

הרבה אושר ושמחה לכל עם ישראל

ספרי הרב יצחק זאגא

מדות הראי"ה מבואר – חדש!!!

אורות התשובה מבואר

אורות חיים – חגים ומועדים

מחיר כל ספר – 50 ש"ח

דמי משלוח בדואר – 15 ש"ח

ניתן לשלם בפייבוקס או ביט

לרכישת הספר שלחו מסרון -

058-5-216-216

או בצעו רכישה באתר

[רוח ירושלמית - חנות הספרים](#)

להתחיל את היום באורות..

5 דקות יומיות מתורת הרב קוק

ישירות לטלפון או לתיבת הדוא"ל שלך!

לתפוצה בדוא"ל: orot.laderech@gmail.com בווטסאפ: 0585-216-216

לשיעורים מוקלטים - היכנסו לאתר

רוח ירושלמית

yerushalayim.org.il