

מאמר על קונטרס ההתפעלות

הרב יצחק שפירא

לקבלת הקובץ ולהערות ניתן לפנות לאביחי אביעזר:

Kenig1986@gmail.com

הקדמה

גילוי אלוקות בנפשם, בכל חד לפום שיעורא דיליה

אדמו"ר האמצעי כותב בתחילת קונטרס ההתפעלות שאביו, אדמו"ר הזקן, מסר את הנפש על כך שיהיה גילוי אלוקות אצל כל יהודי. זהו עניינו של קונטרס ההתפעלות: להוציא לפועל את הרצון של אדמו"ר הזקן, ולהראות איך יכול להיות גילוי אלוקות אצל כל אחד ואחד.

וזה לשונו:

והעיקר להעמיד ולקיים עיקר תוכן וכוונת רצון הקודש של אדוני אבי מורי ורבי ז"ל, נשמתו עדן, באור תורתו אשר הופיע עלינו זה שלשים שנה. וזהו כל מגמתי מנעוריי לכל אהוביי ומבקשי דברי אלוקים חיים באמת, שיוקבע בנפשם אור חיי עולם לתכלית המכוון, שהוא ענין גלוי אלוקות בנפשם בכל חד לפום שיעורא דיליה וכידוע:

וממשיך שם אדמו"ר האמצעי:

...אשר לא פעם ושתים שמעתי מפי רוח קדשו ז"ל, שכל עיקר מגמתו ויגיעתו, במסירות נפש ממש, על אנשי שלומנו, רק שיוקבע בנפשם גלוי אלוקות, דהיינו שיהיה התפעלות נפשם רק התפעלות אלוקות דוקא, ולא התפעלות חיי בשר שאינו התפעלות אלוקות כלל.

...ועל כן בענין הדביקות אמר "ואתם הדבקים", פירוש: אתם, מצד שרש נשמתכם, הדבקים ממילא בהתקשרות עצמיית ותמידיית, ולא בחינת התפעלות לפרקים, כמו שאמר רשב"י בחד קטירא אתקטרנא ביה אחידא כו' (וכמו שיתבאר בסמוך במדריגה החמישית דנפש האלוקית בבחינת יחידה כו'), וזה יש בכל נפש מישראל גם מי ששרשו בבחינת נפש דעשיה בלבד.

כלומר אדמו"ר האמצעי רוצה שני דברים שיש ביניהם מתח: גם שהגילוי יהיה גילוי אלוקות, וגם שהגילוי הזה יגיע לכל אחד ואחד. עניינו של קונטרס ההתפעלות הוא לשמור על המתח הזה: אף על פי שהקונטרס פונה לכל אחד ואחד הוא תובע גילוי אלוקות, ואף על פי שהקונטרס תובע גילוי אלוקות הוא פונה לכל אחד ואחד.

כיוון שאדמו"ר האמצעי כתב את קונטרס ההתפעלות בשביל כל אחד, הוא כתב אותו גם בשבילנו, בדור הזה. לכן במאמר הזה הסברנו את דברי אדמו"ר האמצעי, וגם המחשבו את דבריו על ידי משלים, על מנת לקיים את רצונו של אדמו"ר האמצעי, שקונטרס ההתפעלות יפנה לכל אחד ואחד. אבל מה עם הצד השני של רצונו של אדמו"ר האמצעי? האם ההסברים וההמחשות במאמר הזה אכן מגלים גילוי אלוקות?

אדמו"ר הזקן ואדמו"ר האמצעי השקיעו את עצמם בתוך הספרים שהם כתבו, וכך ההסברים שלהם לא רק יכלו להיקלט בשכל אנושי, אלא גם יכלו לגלות אור אלוקי. אנחנו מתפללים לה' שההסברים והמשלים שבמאמר הזה ימצאו חן בעיניהם של אדמו"ר הזקן ואדמו"ר האמצעי, וכך גם ההסברים הללו יוכלו להביא גילוי אור אלוקי.

מי שאמר לשמן וידלוק, יאמר לחומץ וידלוק!

מספרים חכמינו על ר' חנינא בן דוסא:

חד בי שמי חזייה לברתיה דהוות עציבא. אמר לה: בתי, למאי עציבת? אמרה ליה: כלי של חומץ נתחלף לי בכלי של שמן, והדלקתי ממנו אור לשבת. אמר לה: בתי, מאי איכפת לך? מי שאמר לשמן וידלוק, הוא יאמר לחומץ וידלוק! תנא: היה דולק והולך כל היום כולו, עד שהביאו ממנו אור להבדלה.

בתו של ר' חנינא בן דוסא הדליקה בטעות את נרות השבת בחומץ במקום בשמן, וגילתה זאת רק לאחר שכבר היה אסור להדליק נרות. ראה אותה ר' חנינא בן דוסא שהיא עצובה ואמר לה: מה איכפת לך? מי שאמר לשמן וידלוק, יאמר לחומץ וידלוק! ואכן, הנר דלק בצורה ניסית לא רק כמו נר של שמן, אלא אף יותר מכך, עד שהדליקו ממנו את הנר של ההבדלה.

ניתן לדרוש את הסיפור הזה, ולומר שהוא מסביר את הדברים שנכתבו לעיל:

שבת היא תענוג מאלקות, והשמן הוא רזי התורה. אם כן, השמן, שבו מדליקים את הנר בדרך כלל, הוא משל לכך שכדי להגיע לתענוג מאלקות צריך להאיר את עצמינו על ידי רזי תורה, על ידי מאמרי החסידות שנאמרו ונכתבו על ידי רבותינו נשיאנו, שמשולים לשמן זית זך, שמאיר את נשמותינו באור אלוקי.

אך מאמרי החסידות רחוקים מאיתנו מאוד, ואנו זקוקים להרבה הסברה ותיווך כדי לגשר על הפער. כשאנו באים להסביר את דבריהם, אנו מוצאים את דברינו משולים לחומץ, שלא יכול להאיר באור אלקי. על כן אנו במרירות [עציבת] ובתקווה שה' יחון אותנו, והדברים ימצאו חן [כשמו של ר' חנינא] בעיני אדמו"ר הזקן ואדמו"ר האמצעי. וכשם שמאמרי החסידות [שמן] מאירים באור אלוקי, כך גם יאמר ה' לחומץ וידלוק, ויאיר את נשמותינו באור אלוקי. אמנם, לאחר שנעשה הנס, וההסבר שנתפס בשכלנו אכן מאיר באור אלוקי, האור האלוקי נמשך יותר ממה שהוא נמשך בדורות הקודמים, שכן הוא מגיע עד לשכל האנושי של הדור שלנו, בעקבתא דמשיחא.

אנחנו מתפללים לה' שגם בדור של עקבתא דמשיחא, שהוא בבחינת ערב שבת בין השמשות, מי שאמר לשמן וידלוק, יאמר לחומץ וידלוק.

חלק ראשון:

אהבת רעיא מהימנא

מבוא לקונטרס ההתפעלות

אהבת רעיא מהימנא

אהבת נפשי אויתיך ואהבת רעיא מהימנא בכל אחד ואחד

שני מיני אהבה

בפרק מד בתניא, מחלק אדמו"ר הזקן בין שני סוגים של אהבת ה' - 'אהבת נפשי אויתיך' ו'אהבת רעיא מהימנא'. כל אחת מן האהבות היא אהבה כללית, ובתוכה נכללים פרטים רבים ומדרגות שונות, וגילוי המדרגות השונות בנפש, הוא בהתאם למאמצים שהאדם משקיע כדי להוליד ולגלות בתוך נפשו אהבת ה'.

אהבת נפשי אויתיך

תחילה מסביר אדמו"ר הזקן מהי אהבת "נפשי אויתיך".

אך אחת היא אהבה הכלולה מכל בחינות ומדרגות אהבה רבה ואהבת עולם¹, והיא שוה לכל נפש מישראל וירושא לנו מאבותינו. והיינו מה שכתב הזהר² על פסוק "נפשי אויתיך בלילה וגו"³: "דירחים לקודשא בריך הוא רחימותא דנפשא ורוחא, כמה דאתדבקו אילין בגופא וגופא רחים לון וכו'". וזהו שכתוב "נפשי אויתיך", כלומר מפני שאתה ה' נפשי וחיי האמיתים לכך אויתיך, פירוש שאני מתאוה ותאב לך כאדם המתאוה לחיי נפשו, וכשהוא חלש ומעונה מתאוה ותאב שתשוב נפשו אליו,

¹ 'אהבה רבה' ו'אהבת עולם' הן שתי מדרגות של אהבה שמוסברות קודם בתניא.

² חלק א סח, א.

³ ישעיה כו, ט.

וכן כשהוא הולך לישן מתאווה וחפץ שתשוב נפשו אליו כשיעור משנתו. כך אני מתאווה ותאב לאור אין סוף ברוך הוא חיי החיים האמיתיים, להמשיכו בקרבי על ידי עסק התורה בהקיצו משנתי בלילה, דאורייתא וקודשא בריך הוא כולא חד. כמו שכתב הזהר שם, דבעי בר נש מרחימותא דקודשא בריך הוא למיקם בכל לילא לאשתדלא בפולחניה עד צפרא כו'.

בפשט מתארות המלים "נפשי אויתך בלילה" את קריאת הנפש לקב"ה בזמן החושך והגלות ופירושן הוא "נפשי אותה לך ה'",⁴ או שהן באות לתאר קריאה אל ה' בכל כוחות הנפש "בכל כוחי אויתך"⁵. אדמו"ר הזקן מפרש את המלים בצורה מחודשת יותר⁶, על פי דברי הזהר ש"נפשי" הוא הקב"ה, שהוא נפשי וחיי האמיתיים, ולגביו האדם הוא כגוף חסר חיים. וכשם שהגוף בהיותו חלש ומעונה, מתאווה שתשוב אליו נפשו, כך אני מתאווה אליך ה' שתשוב לשרות בתוכי ולהחיות אותי. לפי פירוש זה מתפרש הפסוק כך: "אתה ה' נפשי ועל כן אויתך בלילה"⁷.

אהבת נפשי אויתך מתארת את ההשתוקקות של האדם לקב"ה. לפעמים האדם רוצה שה' יהיה נוכח, ומבחינתו חיפוש חיות בכל מקום אחר הוא טפל וחסר טעם. לפעמים הרצון קל יותר, והאדם רוצה שהקשר עם ה' יהיה חלק משמעותי מהחיים שלו. כך או כך, האדם צמא לנוכחות גלויה של ה' בחייו, כזו שתתן לו תחושה שהקשר עם ה' משמעותי ומחיה אותו. לא מספיק הצמאון, ומהאדם נדרש לבטא את הצמאון בלימוד התורה ובקיום מצוות.

בלקוטי אמרים חלק ב' הנקרא גם "חינוך קטן" - מוזכרת אהבה זו פעם נוספת:

כשיתבונן היטב בעומקא דלבא בדברים המעוררים את האהבה לה' בלב כל ישראל... כי הוא חיינו ממש. וכאשר האדם אוהב את נפשו וחיינו, כן יאהב את ה',

⁴ כפירוש המצודות.

⁵ כפירוש הרד"ק.

⁶ ומבחינה מסוימת הוא נראה הכי פשוט.

⁷ וכן פירש המלבי"ם על פי דברי הזהר הנ"ל.

כאשר יתבונן וישים אל לבו כי ה' הוא נפשו האמיתית וחיינו ממש, כמו שכתוב בזהר
על פסוק נפשי אויתך וגו'.

אהבת רעיא מהימנא

בהמשך פרק מד בתניא מתבארת האהבה השניה שהיא בלשון הפרק "אהבה רבה וגדולה"⁸ מאהבת נפשי
אויתך:

ואהבה רבה וגדולה מזו, והיא מסותרת גם כן בכל נפש מישראל בירושה
מאבותינו, היא מה שכתב ברעיא מהימנא⁹ "כברא דאשתדל בתר אבוי ואימיה,
דרחים לון יתיר מגרמיה ונפשיה ורוחיה כו" [= כבן שמשדל אחרי אביו ואמו, שאוהב
אותם יותר מעצמו ונפשו ורוחו] כי הלא אב אחד לכולנו.

ואף כי מי הוא זה ואיזהו אשר ערב לבו לגשת להשיג אפילו חלק אחד מני
אלף ממדרגת אהבת רעיא מהימנא. מכל מקום הרי אפס קצהו ושמץ מנהו מרב
טובו ואורו מאיר לכללות ישראל בכל דור ודור, כמו שכתוב בתיקונים¹⁰
דאתפשטותיה בכל דרא ודרא לאנהרא לון וכו'. רק שהארה זו היא בבחינת הסתר
והעלם גדול בנפשות כל בית ישראל, ולהוציא אהבה זו המסותרת מההעלם
וההסתר אל הגילוי להיות בהתגלות לבו ומוחו - לא נפלאות ולא רחוקה היא, אלא
קרוב הדבר מאד בפך ובלבבך, דהיינו להיות רגיל על לשונו וקולו לעורר כוונת לבו

⁸ אין הכוונה כאן לאהבה רבה הבאה מלמעלה שהוסברה בפרק מג, ולקמן יתבאר מדוע בחר אדמו"ר הזקן באותו ביטוי שעלול
ליצור כביכול בלבול מושגים, ראה הערה 39.

⁹ זוהר חלק ג רפא, א.

¹⁰ קיב, א.

ומוחו, להעמיק מחשבתו בחיי החיים אין סוף ברוך הוא, כי הוא אבינו ממש האמיתי ומקור חיינו, ולעורר אליו האהבה כאהבת הבן אל האב.

אם באהבה הקודמת ה' הוא הנפש והרוח של האדם, הרי שבאהבה זו האדם רוצה את ה' יותר מאת עצמו-נפשו-רוחו-(ונשמתו¹¹) – הוא רוצה את ה' לא רק כמי שמחיה אותו, אלא יותר מכך, כמי שחשיבותו גדולה מחשיבות החיים של האדם. ה' כל כך חשוב עד שאין שום רצון בחיים כמציאות עצמאית, כל הרצון מופנה אליו ויש לאדם נכונות למסור את הנפש בשביל רצון ה'.

אהבת רעיא מהימנא אצל כל יהודי

אהבה זו היא פלאית ואינה בגדרי הטבע הרגיל והמוכר לנו, איך יתכן שהאדם יאהב את ה' יותר מאשר את עצמו? לאהוב את ה' כמו שהוא שיא החיים, וחזן ממנו שום דבר לא מעניין - זה הגיוני. לאהוב את ה' באופן שהאדם לא רוצה את עצמו ובכלל לא מחפש שה' יחיה אותו, אלא כל מה שמעניין אותו הוא רק למלא את רצון ה' - זה רחוק. יותר מזה, יש כאן תיאור בו האדם עושה כביכול חסד עם הקב"ה?! מה הקב"ה צריך את האדם, ואיך האדם יכול לעזור לה'!?

אכן, אדמו"ר הזקן אומר "כי מי הוא זה ואיזהו אשר ערב לבו לגשת להשיג אפילו חלק אחד מני אלף ממדרגת אהבת רעיא מהימנא". לכאורה זו לא אהבה של בני אדם כמונו, זו אהבה של צדיקים שעליהם אמרו חכמינו¹² ש"אם הם כמלאכים אנחנו כבני אדם, ואם הם כבני אדם אנחנו כחמורים וכו'". כך הוא מביא בפרק י בתיאור השיא של אהבת הצדיק הגמור:

ועוד נקראים בני עליה, מפני שגם עבודתם בבחינת 'ועשה טוב', בקיום התורה ומצותיה, הוא לצורך גבוה, ומעלה מעלה עד רום המעלות, ולא כדי לדבקה בו

¹¹ כך הלשון בפרק י, בעוד אצלנו הוא מסיים את הציטוט במלה "רוחיה", ומשמיט את המלה "נשמתיה".

¹² שבת קיב, ב.

יתברך בלבד, לרוות צמאון נפשם הצמאה לה' כמו שכתוב "הוי כל צמא לכו למים"¹³, וכמו שכתוב במקום אחר.

אלא כדפירשו בתיקונים¹⁴: "איזהו חסיד המתחסד עם קונו, עם קן דיליה, לייחדא קודשא בריך הוא ושכינתיה בתחתונים". וכמו שכתוב ברעיא מהימנא פרשת תצא: "כברא דאשתדל בתר אבוי ואימיה, דרחים לון יתיר מגרמיה ונפשיה ורוחיה ונשמתיה כו', ומסר גרמיה למיתה עלייהו למיפרק לון כו'", וכמו שכתוב במקום אחר.

אהבה כזו, בה היהודי עובד את ה' לא כדי לרוות נפשו הצמאה לה' בלבד (כאהבת נפשי אויתך כמבואר קודם), אלא כבן המשתדל עבור אביו ואמו, שאוהב אותם יותר מנפשו רוחו ונשמתו ומוסר עצמו למיתה כדי להציל ולפדות אותם – היא אהבת הצדיק גמור.

אפשר לטעות ולחשוב שאהבת רעיא מהימנא היא נחלת הצדיק הגמור בלבד, אלא שבמשפט הבא בפרק מד כתוב בדיוק הפוך¹⁵ - מכל מקום הרי אפס קצהו ושמץ מנהו מרב טובו ואורו מאיר לכללות ישראל בכל דור ודור". אדמו"ר הזקן אומר שאהבת רעיא מהימנא קיימת אצל כל יהודי - "ועמך כולם צדיקים"¹⁶, במעט על כל פנים, וגם עליה נאמר הפסוק "כי קרוב אליך הדבר מאד בפיך ובלבבך"¹⁷, דהיינו שכל אחד צריך ויכול להוציאה מהעלם אל הגילוי.

¹³ ישעיה נה, א.

¹⁴ ב, א.

¹⁵ הפוך מהמחשבה הפשוטה, ויותר מכך הפוך ממה שכתוב בשורה הקודמת.

¹⁶ ישעיה ס, כא.

¹⁷ דברים ל, יד.

הקושי לאהוב

נקודת ההנחה של אדמו"ר הזקן היא, שאהבת רעיא מהימנא, אהבה שבה האדם אוהב את ה' יותר מאשר את עצמו, קיימת בתוך האדם, והאדם צריך להוציא אותה מהעלם לגילוי בתוך הנפש. לא רק שקשה לקבל נקודת הנחה כזו, למען האמת קשה אפילו להבין מה המשמעות שלה.

אם נשים לב, יש כאן שני קשיים: קושי אחד הוא להבין מהי האהבה. הקושי השני הוא להבין איך צריך ואפשר להביא אותה לידי גילוי בנפש. אדמו"ר הזקן מדבר כאן (בפרק מד) על הקושי השני, ומסביר איך קרוב הדבר לכל אחד להוציא את האהבה מהעלם לגילוי. הקושי הראשון לא כל כך מוסבר בפרק, ובעיקר בגללו קשה לנו לקבל את הדברים. אם נבין לאיזו אהבה הוא מתכוון ואיפה כל אחד שקורא את הפרק יכול למצוא את האהבה הזו אצלו, נוכל להבין איך אדמו"ר הזקן מצייר שאפשר וקרוב - "כי קרוב אליך הדבר מאד בפיך ובלבבך" - להוציא את האהבה הזו לידי גילוי.

האם עבודת ה' של יהודי היא לצורך עצמו?

לפני שנסביר מהי אהבת רעיא מהימנא, נחזור קצת אחורה, ונעמיק יותר באהבת נפשי אויתך. מתואר כאן משהו שמשתוקק לקשר עם ה' - לדבקות שתרווה את נפשו. במלים שלנו, הוא קצת חסר חיים והוא מחפש שהקשר עם ה' יהיה אותו. אם נסתכל על עבודת ה' הזו בעין ביקורתית, אפשר לשאול, האם זו לא עבודת ה' שכולה אינטרס אישי של האדם? לכאורה האדם לומד תורה ומקיים מצוות רק כדי לקבל חיות, ואם כן מבחינתו הוא מרכז העניינים, ולא ה'.

השאלה מתחדדת עוד יותר לאור מה שכתוב בתחילת ספר התניא:

בסוף פרק א של ספר התניא אדמו"ר הזקן מצטט את דברי חכמינו שאומרים ש"כל טיבו דעבדין האומות - לגרמייהו עבדין"¹⁸, ו"כל צדקה וחסד שאומות העולם עושין אינם אלא להתייהר וכו'"¹⁹. אדמו"ר הזקן מסביר לפי זה, שגוי פועל לצורכי עצמו, ואפילו כאשר הוא עושה מעשה שנראה טוב, הוא משאיר את עצמו במרכז העניינים.

¹⁸ על פי תיקוני זוהר תיקון ו, וראה לוח התיקון על ספר התניא שם.

¹⁹ על פי בבא בתרא י, ב, וראה לוח התיקון כנ"ל.

אבל אם גם יהודי עובד את ה' בשביל שהקשר עם ה' יחיה אותו, אם כן גם היהודי משאיר את עצמו במרכז, ובמה עבודה זו טובה יותר ממעשיו הטובים של הגוי, שנעשים לצורך עצמו²⁰?

כדי להבין זאת צריך להבין היטב מהי עבודת ה' של יהודי.

הבדלי הנפשות בין יהודי לגוי

כשאדמו"ר הזקן רוצה להסביר מהי עבודת ה' של יהודי, הוא כותב שליהודי יש נפש אלוקית²¹, שעל ידה הוא יכול לעשות מעשים טובים לצורך גבוה - בשביל ה', ולא מפני שכך רצונו שלו, בדיוק להיפך מצורת העבודה של הגוי:

"מפני שגם עבודתם בבחינת 'ועשה טוב' בקיום התורה ומצותיה הוא לצורך גבוה ומעלה מעלה עד רום המעלות, ולא כדי לדבקה בו יתברך בלבד, לרוות צמאון נפשם הצמאה לה"²².

כשקוראים את פרק א' בתניא, וגם קודם לכן כשקוראים את הגמרא, נוטים לחשוב שעיקר החידוש הוא שאפילו מעשיו הטובים של גוי נובעים משיקולים אינטרסנטיים, גלויים או נסתרים, של כבוד אישי וחשיבות עצמית בעיניו ובעיני הסביבה. נראה כאילו חז"ל רוצים לחדש לנו איך להסתכל על גוי, ולכן הם מציירים אותו יותר גרוע

²⁰ אפשר לנסח את השאלה גם בצורה נוספת: האדם מרגיש שאם אין תענוג בעבודת ה' שלו, התחושה הזו מראה שעבודת ה' לא באמת קשורה אליו, וממילא הוא לא באמת קשור לה'. אבל מצד שני האדם מרגיש שאם יש לו תענוג בעבודת ה', הוא עובד את ה' בשביל התענוג שלו ולא בשביל ה', ושוב הוא לא באמת קשור לה'.

²¹ בפרק ב' שם. אצל היהודי יש שתי נפשות ושתייהן שונות מנפש הגוי כל אחת באופן שלה. כאן נתייחס רק להבדל בין הנפש האלוקית של היהודי לנפש הגוי. בהמשך המאמר נחזור להתייחס גם להבדל בין הנפש הבהמית של היהודי שמקורה בקליפת נגה, לנפש הגוי שמקורה בג' קליפות הטמאות.

²² אמנם אדמו"ר הזקן כותב זאת על צדיקים עליונים, שהם בבחינת "ראיתי בני עליה והם מועטים", אבל "מכל מקום הרי אפס קצהו ושמץ מנהו מרב טובו ואורו מאיר לכללות ישראל בכל דור ודור... בנפשות כל בית ישראל. ולהוציא אהבה זו המסותרת מההעלם וההסתר אל הגילוי, להיות בהתגלות לבו ומוחו, לא נפלאות ולא רחוקה היא, אלא קרוב הדבר מאד בפך ובלבך", כפי שצוטט למעלה מאהבת רעיא מהימנא בפרק מד.

ממה שהוא נראה לנו בתפיסה הראשונית. אבל האמת היא שהחידוש העיקרי טמון בכך שיהודי הוא אחד שיש לו נפש אלקית והוא יכול לעשות טוב ללא שום כוונה אישית אלא לגמרי בשביל ה'. הרי לכאורה יש כאן טענת פשוטה וצודקת, איך אני יכול לעשות משהו שלא בשביל האני? מהיכן נובעת התמסרות מוחלטת לקב"ה? במושגים לוגיים אמירה מסוג זה סותרת את עצמה, שכן אומרים לאדם שיש בתוכו מניע לעשות מעשה ללא שום מניע אישי. לכן, באופן פשוט, המניע האנושי הבלעדי הוא אינטרס אישי, ואין לאדם יכולת להתמסרות אמיתית אל מה שמחוץ לו.

לכן גם כאשר האדם עוזר לשני, הוא עושה זאת בעל כרחו כחלק ממה שהוא עצמו רוצה. למשל, כאשר אחד אוהב את השני, האם הכוונה שהוא רוצה שלשני יהיה טוב, או שהכוונה היא שהנוכחות של השני מטיבה לו, ולכן הוא מחפש את קרבתו? או למשל, האם כאשר אחד מרחם על השני, האם הוא עושה זאת כי הוא רוצה שלשני לא יהיה רע, או שהרחמים על השני עושים לו תחושה טובה? באופן פשוט האדם לא יכול להפריד בין שני הדברים הללו, והוא עושה טוב לשני בשביל עצמו.

הדבר משתלשל לכל מערכות היחסים בחיים, כמו חברה, משפחה וקשר זוגי. כל מהלכי האדם בעולם סובבים סביב האינטרס אישי, ואין אפשרות, וגם אין שאיפה, לצאת מגבולות העצמי. אדם אוהב, דואג, מעניק כי הוא רוצה להיות אחד שאוהב דואג וכו', ואין מציאות בה אדם מתמסר למה שחוץ לו בלי שיהיה לו מניע בתוכו. לעולם האדם פועל מתוך מניעים, וכל מניע שנמצא בתוך האדם הוא רווח אישי. אפילו אם האדם עושה מעשה מסויים כי הוא חושב שהמעשה חשוב, המניע למעשה הוא הרצון של האדם להיות אחד שעושה דברים חשובים וכך להיות חשוב.

הטענה ההגיונית הזו, עם כמה שהיא הגיונית, מקוממת את היהודי. הוא לא מסוגל לחשוב שהוא כלוא בתוך הדאגה לאינטרסים שלו, ללא שום אפשרות לצאת מעצמו ולעשות משהו שהוא לא אינטרס אישי. יהודי לא יכול ולא רוצה לחשוב שאת כל מערכת הקשרים שלו עם הסובבים אותו הוא עושה בשביל עצמו.

בשלב זה יש מעין התנגשות בין הטבע של היהודי לומר שאפשר לצאת החוצה, לבין ההגיון האומר שהאדם עסוק רק בעצמו. אם נעצור כאן, ההגיון ינצח את הטבע והיהודי עלול לחשוב שהטבע הקיים בתוכו לא משקף מדרגה אמיתית ועמוקה יותר וכך ישאר מתוסכל ממצבו. אדמו"ר הזקן רוצה לומר שההתקוממות שבטבע היא משהו אמיתי והיא עדות על מדרגה פנימית יותר, שעל האדם לגלות ולחשוף אותה ולהוציא אותה לפועל, כך שהיא תשפיע על כל רבדי החיים.

אהבת רעיא מהימנא – מתנה מה'

מהי אם כן המדרגה העמוקה שנמצאת בתוך היהודי? מהיכן באמת נובעת היכולת של היהודי לעשות טוב מנפשו האלקית ללא שום מניע של רווח אישי? התשובה היא שהתמסרות לא נובעת מהאדם. מצד האדם לא תיתכן אפשרות כזו, אלא שהקב"ה עשה פלא וברא נשמה אלקית שרצונה להתמסר אליו ולא לעצמה. יתירה מזו, היהודי מצד עצמו לא יכול לזהות שכך עובדת הנפש, הוא עלול תמיד לחשוש שעבודתו נגועה באינטרס, אלא שהקב"ה מגלה

לו שהוא חלק אלו-ה ממעל ועליו לדעת ולהאמין שיש לו אפשרות לעשיית טוב שנקיה מכל אינטרס (והמניע הפנימי העמוק תמיד נקי מאינטרס וכפי שיבואר)²³.

כשהאדם מבין שיש כאן משהו שמגיע מה' ולא ממנו, הטענה ההגיונית לא סותרת את הטבע שלו. עד עכשיו הוא הרגיש שיש בתוכו מניע לכל מה שהוא עושה, ולכן הוא הסתבך בשאלות האם זהו מניע שלו או שיש כאן משהו אמיתי. אבל אחרי שהוא מפנים שה' ברא אותו כאחד שרוצה לעשות מצוות וזה הטבע שלו, הוא כבר לא מסתבך, שכן ברור שהרצון לעשות לא נובע מהאדם אלא מה'.

אלא שצריך לשים לב: המתנה שהאדם מקבל מה' לא מתבטאת רק ברצון של האדם לצאת מעצמו ולעשות דברים ללא אינטרס. הרצון של האדם לעשות דברים ללא אינטרס הוא ההופעה של המתנה הזו בדרך השלילה, כלומר האדם קיבל מה' את היכולת ואת הרצון להסתכל על עצמו ולומר שהוא לא רוצה להיות אנוכי. זה מה שהוא לא רוצה. אבל מה הוא כן רוצה?

המתנה הזו באה לידי ביטוי בתוך האדם בעיקר באופן חיובי: ה' נתן לאדם במתנה את היכולת להסתכל על עצמו כמו שה' מסתכל עליו, ומצד ה' האדם הוא חלק ממנו, חלק אלוק ממעל ממש. האדם רוצה להרגיש שהוא חלק

²³ עולה מהדברים שהגילוי של אהבת רעי' מהימנא מופיע בכך שיהודי לא רוצה לעשות את מעשיו לשם אינטרס בלבד. כך, כאשר אדמו"ר האמצעי רוצה להראות שהנפש האלוקית קיימת באופן טבעי בתוך היהודי, הוא אומר שגוי עושה גם את המעשים הטובים שלו לשם אינטרס, ולעומת זאת אצל יהודי מעשה טוב אף פעם לא נעשה רק לשם אינטרס, אלא מצד הנפש האלוקית הוא חפץ בטבעו במעשה הטוב ולא באינטרס. וכמו שאמרו בגמרא (ראש השנה ד, א) שכאשר יהודי נותן צדקה בשביל שיחיו בניו זו מצווה גמורה, ואילו אצל גוי זה נחשב אינטרס בלבד, ולכן לא נחשב מעשה טוב כמו אצל יהודי (ראה קונטרס ההתפעלות בתחילת פרק ד, בתיאור המדרגה הראשונה של הנפש האלוקית). וראה הערה 41.

מה²⁴, והרצון הזה הוא רצון יותר פנימי אפילו מהרצון לחיות²⁵. היכולת להסתכל על עצמו כחלק מה', והרצון להרגיש חלק מה', הם המתנה שהאדם מקבל מה²⁶.

הרצון לחיות

נסביר זאת קצת יותר:

²⁴ לפני שהנשמה נכנסה לגוף היא היתה חלק מה', והאדם רוצה להרגיש שגם עכשיו, לאחר כניסת הנשמה לגוף, הוא עדיין חלק מה'. וכפי שכתוב בספר התניא פרק לא:

ולזה אשים כל מגמתי וחפצי להוציאה ולהעלותה (= את הנפש) מגלות זה, להשיבה אל בית אביה כנעוריה, קודם שנתלבשה בגופי, שהיתה נכללת באורו יתברך ומיוחדת עמו בתכלית. וגם עתה כן תהא כלולה ומיוחדת בו יתברך, כשאשים כל מגמתי בתורה ומצות...

²⁵ וכפי שכתוב בספר התניא בפרק יט:

...שישראל הקרוים אדם נשמתם היא למשל כאור הנר שמתנענע תמיד למעלה בטבעו, מפני שאור האש חפץ בטבע ליפרד מהפתילה ולידבק בשרשו למעלה... ואף שעל ידי זה יכבה... אף על פי כן בכך הוא חפץ בטבעו.

כך נשמת האדם... חפצה וחשקה בטבעה ליפרד ולצאת מן הגוף ולידבק בשרשה ומקורה, בה' חיי החיים ברוך הוא.

הטבע הזה של הנשמה בא לידי ביטוי בטבע של היהודי למסור את הנפש שלא לעבוד עבודה זרה, כפי שמוסבר שם בתניא. כאשר אדם מוסר את הנפש המציאות שלו, כפי שהוא מכיר אותה, נעלמת, והוא חוזר להיות חלק מה'. הטבע של היהודי למסור את הנפש על מנת שלא לעבוד עבודה זרה, מגלה שהרצון הפנימי של היהודי להיות חלק מה' הוא יותר מהותי לו מאשר הרצון שלו לחיות.

²⁶ כמובן, הרצון להיות חלק הוא הפוך מהרצון לחיות בצורה אינטרסנטית. לכן הרצון של האדם לחוש שהוא חלק מה', הוא החלק החיובי של הרצון של האדם לא להיות מרוכז בעצמו ולא לחיות רק בשביל עצמו.

ה' רוצה שהאדם יחיה, שהרי ה' ברא אותו. יותר מזה, ה' לא רוצה רק שהאדם יחיה, ה' רוצה גם שהאדם ירצה לחיות, ויחיה מתוך חשק.

מעבר לרצון של ה', יש את הרצון של האדם לחיות כפי שהוא מופיע בתוך האדם. רצון לחיות שבו לא ניכרת זיקה הכרחית לרצון של ה' שהאדם יחיה, ולהיפך, הרצון הזה של האדם אפילו מבטא רצון לחיות גם אם ה' לא רוצה שהאדם יחיה.

הרצון של האדם לחיות מופיע בשתי צורות: ההופעה הראשונה היא שהאדם חושב שהחיים הם דבר טוב ויקר. לכן האדם רוצה לחיות, ולכן הוא גם חושב שטוב שאחרים יחיו וירצו גם הם לחיות. אבל יש גם הופעה נוספת לרצון של האדם לחיות; האדם מרגיש שהרצון לחיות הוא רצון עיוור שחשוב לו יותר מכל דבר אחר, והוא מרגיש שהרצון לחיות כל כך חזק אצלו, עד שהוא קודם לרצון שלו לשים לב ולהיות רגיש לסביבתו. האדם מרגיש את הרצון לחיות כל כך חזק, עד שנראה לו שהוא מוכן להשתמש בכל מה שנמצא סביבו לטובתו, בלי לשים לב האם זה טוב או לא. יותר מזה, הרצון של האדם לחיות גורם לו להרגיש שאפילו הקדוש ברוך הוא 'קיים' כביכול בשבילו, וגם הוא משרת את המטרה הזו.

כמובן, הרצון של האדם בא לידי ביטוי במציאות; העובדה שהוא מרוכז בעצמו וברצון שלו לחיות גורמת לו הרבה פעמים שלא להתחשב בזולת, ואפילו לנצל את הזולת. אמנם, כפי שנכתב למעלה, האדם מקבל במתנה מה' את הרצון לא להיות אנוכי, ולכן הוא משתדל, מי פחות ומי יותר, שלא לפגוע בזולת. אבל למרות ההשתדלות הזו, האדם שם לב שהאנוכיות שלו באה על חשבון הזולת. כאשר האדם רואה שהוא חי את החיים שלו גם על חשבון הזולת, אפילו בדקות, זה מזכיר לו וממחיש לו שמצד הרצון העיוור שלו לחיות הוא היה מוכן לנצל את כל הסביבה שלו, ואפילו את ה', בשביל החיים שלו.

הרצון של האדם לחיות גם אם זה בא על חשבון הסביבה, מלמד שמה שהאדם חושב שהחיים הם דבר טוב ויקר זה לא רק טוב, אלא יש בזה גם חלקים שליליים. המחשבה שהחיים הם דבר טוב ויקר כוללת גם את הרצון שאנשים אחרים יחיו גם הם, וגם את הרצון שאנשים אחרים רק ישרתו את הרצון של האדם לחיות.

הרצון של האדם לעומת הרצון של ה'

החלק הטוב של הרצון של האדם לחיות מגיע מכך שה' רוצה שהוא יחיה, ורוצה שהאדם ירצה לחיות. אם האדם רוצה לחיות כי ה' רוצה שהוא יחיה, זה מוציא את האנוכיות מתוך הרצון של האדם לחיות (וכפי שיוסבר יותר בסמוך). אבל אם האדם רוצה לחיות כי זהו הרצון שלו, ובלי קשר לכך שה' ברא אותו וה' רוצה שהוא יחיה - הרצון שלו לחיות יבטא רצון עיוור, שלא מתחשב ברצונות של הסביבה.

על מנת לחדד זאת, צריך להסביר: למה האדם תופס את הרצון של עצמו כרצון אנוכי, בעוד את הרצון של ה' האדם לא תופס כרצון אנוכי?

התשובה נעוצה בכך שהאדם הוא נברא, ו'מציאותו לא מעצמו'. כלומר לעולם האדם זקוק לדברים שחוץ לו בשביל לחיות. הוא זקוק לה' שיברא אותו ולהורים שיולידו אותו, הוא זקוק לעולם שיתן לו אוכל ושתיה ושאר צרכים, והוא זקוק לאנשים שיעזרו לו ויהוו לו חברה. ממילא כאשר האדם מרוכז ברצון לחיות, והרצון הזה קודם אצלו לרגישות לסביבה ולרגישות לה' - האדם מרגיש שהוא מנצל את סביבתו, ואפילו את הקדוש ברוך הוא, בשביל עצמו. זו הסיבה שהאדם מרגיש שהרצון הבסיסי שלו לחיות הוא רצון אגואיסטי.

אבל הקדוש ברוך הוא 'מציאותו מעצמו'. הוא בורא ולא נברא, והוא לא זקוק לדברים שחוץ לו חס ושלום.²⁷ ממילא כאשר הוא רוצה משהו הוא לא מנצל את סביבתו, ואין ברצון הזה אנוכיות. ה' רוצה את העולם ואוהב אותו, וזה מה שגורם שהעולם יהיה קיים, ואין ברצון של ה' רצון לנצל עולם קיים לצרכו. לכן כאשר האדם רוצה לחיות כחלק מהרצון של ה', זה מוציא מהרצון לחיות את האנוכיות שבו.

הארה מאהבת רעיא מהימנא בנפשות כל בית ישראל

כאשר האדם מתבונן בכך שהרצון שלו לחיות מצד עצמו הוא אנוכי, ואילו הרצון של ה' הוא לא אנוכי, מחלחלת אליו המחשבה שהוא מעדיף לחיות כי ה' רוצה ולא כי הוא רוצה. המקום בנפש בו האדם רוצה את רצון ה' ולא את הרצון שלו לחיות הוא הארה מאהבת רעיא מהימנא, שנמצאת בנפשות כל בית ישראל, כפי שנכתב לעיל בשם ספר התניא. ההארה הזו מניעה את האדם לא לחיות כי הוא רוצה, אלא לחיות כי זה עושה נחת רוח לה'.

הרצון לחיות הוא כמובן לא רצון שולי בתוך הנפש של האדם; הרצון לחיות הוא עצם הנפש של האדם, עצם האישיות שלו. כאשר האדם רוצה לחיות כחלק מהרצון של ה', ולא כי הוא רוצה, הוא בעצם רוצה שלא תהיה לו אישיות נפרדת, אלא להיות חלק מה'.

כפי שנכתב, האדם קיבל מה' את היכולת להסתכל על עצמו כמו שה' מסתכל עליו. ה' רואה את האדם כחלק ממנו, והאדם יכול להיות מודע להסתכלות של ה', ולהסתכל על עצמו כמו שה' מסתכל עליו. כאן מוסבר יותר מזה: האדם קיבל מה' לא רק את היכולת לראות את עצמו כחלק מה', אלא גם את הרצון להרגיש שהוא חלק מה', ולא חי רק בשביל עצמו. כאשר האדם רוצה לחיות כי ה' רוצה שהוא יחיה - האדם מרגיש שהרצון שלו לחיות הוא לא רצון עיוור שקיים בו, אלא הוא חלק מהרצון של ה'.

²⁷ ראה הלכות יסודי התורה ביד החזקה פרק א, הלכות א-ג.

אדמו"ר הזקן אומר שלכל יהודי יש נפש אלוקית, שהיא חלק אלוך ממעל ממש. בתוך המילים 'נפש אלוקית' יש מעין סתירה פנימית: המילה 'נפש' מבטאת את החיות של האדם, ואילו המילה 'אלוקית' אומרת שהחיות היא חיות אלוקית. אדמו"ר הזקן מתכוון לומר שמצד אחד יש ליהודי חיות שהיא מתנה מה', והיא חלק מה', חלק אלוך ממעל, ומצד שני היא מתלבשת ממש בתוך היהודי, ועל כן לא רק שהיהודי הוא חלק מה', אלא היהודי גם יכול להרגיש שהוא חלק מה'.

נמצא שכאשר היהודי מרגיש את האישיות שלו כנפרדת ועומדת בפני עצמה, הוא לא מזוהה עם הנפש האלוקית, אלא יש לו נפש אלוקית שקיימת בתוכו. אבל כאשר היהודי מרגיש שהוא חלק מה', הזהות שלו היא הנפש האלוקית שלו, ולא הנפש הבהמית שלו.

כי קרוב אליך הדבר מאוד

הרצון הפנימי הזה של האדם, הרצון שלו להיות חלק מה' ולא לרצות לחיות בצורה אנוכית, מאיר יותר כאשר האדם מתבונן בצדיקים, ומציב אותם כדמויות שאחריהם יש להימשך. האדם רואה שאצל צדיקים הרצון הפנימי הזה בא לידי ביטוי בפועל במעשים הטובים שלהם, וזה גם ממחיש לו שהנקודה הזו קיימת בתוכו, וגם מושך אותו לרצות שגם אצלו הרצון הפנימי הזה יצא לפועל.

סיפורי צדיקים והחיים בקרבתם יכולים לעורר את המקום הזה בנפש, והתורה והמצוות מביאים את המקום הזה לידי ביטוי. שכן את המצוות האדם עושה כדי לקיים את רצון ה', וכך האדם מגלה שהוא רוצה את הרצון של ה' יותר מאשר את הרצון שלו²⁸.

²⁸ להלכה נפסק ש"מצוות צריכות כוונה לצאת בעשיית אותה מצווה" (שולחן ערוך אורח חיים ס, ד). לכן אם אדם עשה מצווה בלי לדעת שהוא מקיים מצווה באותו זמן - הוא לא יצא ידי חובה, ועליו לחזור ולקיים את המצווה לשם מצווה. למשל, אם אדם תקע בשופר בראש השנה כחלק מתזמורת, והוא לא זכר שיש מצווה לתקוע בשופר - הוא לא יצא ידי חובה, ועליו לתקוע שוב בשופר לשם מצווה (ראה אורח חיים תקפט, ח). כלומר בשביל לצאת ידי חובה על האדם לקיים את המצווה כחלק מהרצון של ה', ולא כחלק מהרצון שלו.

דוגמה חריפה לזה מובאת בהלכות פסח (אורח חיים תעה, ד): אם אנסו אותו גויים לאכול מצה בליל הסדר נגד רצונו - כיוון שהוא ידע שיש מצווה לאכול מצה, ובפועל הגוף שלו אכל ונהנה - הוא יצא ידי חובה. אבל אם הוא לא ידע שהיום ליל הסדר - לא יצא ידי חובה, וצריך לאכול שוב לשם מצת מצווה, אפילו אם הוא התכוון לאכול מצה על מנת לזכור את יציאת מצרים (לדוגמה, אם הוא חשב שזה יום אחר של פסח). כלומר אם אדם יודע שהמעשה שהוא עושה הוא רצון ה' - אפילו אם הוא עושה אותו בעל כרחו ונגד רצונו הוא יוצא ידי

לכן אף על פי שהאדם מרגיש שהרצון לחיות כחלק מהרצון של ה' הוא רחוק מהתחושה הפשוטה שלו, אף על פי כן גם על הרצון הזה נאמר "כי קרוב אליך הדבר מאוד". הרצון לא להיות אנוכי קרוב מאוד אל האדם, וההתבוננות בכך שה' רואה את האדם כחלק ממנו גם היא בהישג ידו של האדם. שני הדברים הללו יחד גורמים לאדם להבין שהרצון לחיות כחלק מהרצון של ה' הוא הרצון הכי פנימי שלו.

העמקת המחשבה – יציאת האהבה מהעלם אל הגילוי

בדרך כלל הנקודה הזו נמצאת ככח מקיף על הנפש ולא כל כך שמים לב לקיומה. אדמו"ר הזקן רוצה ללמד אותנו שצריך להעמיק בחשיבה על הנקודה הזו מתוך ידיעה שהיא אכן קיימת, וכך להוציא אותה מהעלם אל הגילוי, כמו שהוא כותב "דהיינו להיות רגיל על לשונו וקולו לעורר כוונת לבו ומוחו להעמיק מחשבתו בחיי החיים אין סוף ברוך הוא כי הוא אבינו ממש האמיתי ומקור חיינו ולעורר אליו האהבה כאהבת הבן אל האב".

בשלב זה האהבה היא עדין כח מקיף בנפש, ולכן נראה לאדם שלחשוב שיש לו אחיזה במקום הזה זו מחשבה דמיונית, והוא לא רואה טעם להעמיק בה. אדמו"ר הזקן אומר לו ש"לא יחוש, מאחר שהוא אמת לאמיתו מצד עצמו בבחינת אהבה מסותרת". – האדם לא צריך לחשוש שזה דמיוני, כי בתוכו יש באמת מקום כזה, וכשהוא חושב על המקום הזה בנפש ומדבר עליו, באמת מתגלה בתוך האישיות חלק מהאהבה.

לפי כל מה שאמרנו אפשר להבין למה היה חשוב לאדמו"ר הזקן לצייר בתניא, שהוא ספר של בינונים, את מדרגת הצדיק הגמור. גם בינוני, ואפילו רשע וטוב לו, צריך שיהיה לו ציור שיותר נעים וטוב להיות אחד שלא עסוק רק בעצמו, שיש מקום בו הוא מרגיש שהוא היה יותר רוצה להיות צדיק שנתון בדבקות בה' ולא נתון בעצמו.

יציאת מצרים – שחרור האב והבן

לכל התהליך המתואר כאן אדמו"ר הזקן קורא יציאת הנפש האלקית ממאסר הגוף:

חובה (במצוות הקשורות באכילה, כיוון שהגוף נהנה). אבל אם הוא לא יודע שהמעשה הזה הוא רצון ה' – הוא לא יוצא ידי חובה, אפילו אם יש לו רצון גדול לעשות זאת.

"והנה בכל דור ודור וכל יום ויום חייב אדם לראות עצמו כאילו הוא יצא היום
ממצרים. והיא יציאת נפש האלהית ממאסר הגוף משכא דחויא ליכלל ביחוד אור
אין סוף ברוך הוא"²⁹.

מצרים הוא מקום הנפש בהיותה בתחושה של מיצר, כלואה ואסורה במאסר הגוף, בעיסוק סביב עצמה,
בחיפוש ענג ו"חיים" בענייני העולם הזה. יציאת הנפש היא השחרור והפניה של הנפש לחפש את ה' שהוא "חיי
החיים".

לפי הדברים מתבארת כאן עוד שאלה חשובה: כשאדמו"ר הזקן מסביר את הזוהר שאהבת רעיא מהימנא היא
כאהבת בן שמוכן לפדות את אביו מהשביה אפילו במחיר מסירות נפש - "דרחים לון יתיר מגרמיה ונפשיה
ורוחיה ונשמתיה כו', ומסר גרמיה למיתה עלייהו למיפרק לון כו'" - הוא מסביר שמי שנמצא בשביה ויוצא,
הוא הבן "והנחת רוח הוא כמשל שמחת המלך מבנו שבא אליו בצאתו מבית האסורים". לכאורה אדמו"ר
הזקן הפך את המשל, לפי הזוהר מי שיוצא מהמאסר הוא האב, ולפי ההסבר של אדמו"ר הזקן מי שיוצא מהמאסר
הוא הבן שמתקבל בשמחה אצל אביו.

על מנת לענות נשאל שאלה נוספת:

לכאורה על דברי הזוהר - שיהודי בעומק נפשו אוהב את ה' כמו בן שאוהב את אביו ואמו יותר מנפשו רוחו
ונשמתו, ומוכן למסור את נפשו על מנת לפדות אותם מהשביה - יש קושיה מהגמרא בסנהדרין³⁰:

הגמרא שם אומרת שאין חשש שאב יהרוג את בנו כאשר הוא בא לגנוב, ולכן אף על פי שהוא בא במחתרת
לגנוב מהבן, אסור לבן להרוג אותו, כי ברור שהאב בא רק בשביל לגנוב ולא בשביל להרוג. לעומת זאת, אם בן בא
במחתרת אצל אביו, יהיה מותר לאב להרוג את הבן, כי בן כן עלול להרוג את אביו בשביל לגנוב. כלומר אב מוכן
לוותר על עצמו (ועל הרצון שלו לגנוב) בשביל לא לפגוע בבן, ואילו בן לא תמיד מוכן לוותר על עצמו בשביל לא
לפגוע באב. אם כן, כאשר הזוהר ואדמו"ר הזקן מדברים על אהבת ה' שבה האדם אוהב את ה' יותר מאשר את עצמו,
ורוצה לוותר על עצמו בשביל אהבת ה' - היה עליהם להביא דוגמה מאהבת האב לבן ולא מאהבת הבן לאב!

²⁹ תניא פרק מז.

³⁰ עב, ב.

כמובן, אם הזוהר היה ממשיל את האהבה שלנו לה' לאהבת אב לבן - המשל היה קשה, שכן ה' הוא האב ואנחנו הבנים, כמו שכתוב "בנים אתם לה' אלוהיכם". אלא כוונת הזוהר היא שלפעמים אהבת האב על הבן היא כל כך גדולה, עד שהיא מתגלה גם אצל הבן. הבן רואה שאביו מוותר על עצמו בשביל אהבת בנו, וזה מעורר את הבן להידמות לאב, ולוותר גם כן על עצמו בשביל אהבת האב.

בדרך כלל האדם תופס את אהבת הוריו אליו כדבר טבעי ומובן מאליו. כיוון שהאדם אוהב את עצמו באופן טבעי, קשה לו לתפוס שההורים שלו יוצאים מעצמם ומוותרים על עצמם למענו. לכן הוא תופס את הדאגה של הוריו אליו כדבר טבעי, והוא לא מזהה את האהבה של הוריו אליו. במצב הזה אהבת ההורים לבן מכוסה ולא גלויה. ההורים רואים שגם אם הם יגלו יותר את אהבתם לבן, ויתנו לו יותר דברים וכדומה - עדיין הבן לא יצליח לזהות את האהבה שלהם אליו, וזה גורם שהם לא יוכלו לגלות את האהבה שלהם אליו כמו שהם היו רוצים.

אבל לפעמים אהבת ההורים לבן מתגלה בלב של הבן, והבן שם לב עד כמה ההורים שלו אוהבים אותו ומתמסרים אליו, וזה מעורר אותו לוותר על עצמו גם כן למענם. כלומר כאשר הבן מוסר את עצמו בשביל אהבת אביו, מתגלה אהבת האב לבן בתוך הבן, והבן מוכן למסור את עצמו על האב, כמו שהאב מוותר על עצמו בשביל הבן. כאשר זה המצב, האב יכול לגלות יותר ויותר את אהבתו לבן, בלי לחשוש שהאהבה שלו לבן תגרום לבן להיות אנוכי יותר.

כאשר אהבת האב מתגלה אצל הבן, אהבת האב לבן יוצאת מהשבי. עד עכשיו אהבת האב לבן היתה מכוסה אצל הבן, והאב לא היה יכול לגלות את אהבתו לבן כמו שהוא היה רוצה, כי הבן עלול להבין אותה לא נכון; אבל כעת האהבה הזו יוצאת לחופשי ומתגלה אצל הבן, והאב יכול לגלות את אהבתו לבן יותר ויותר.

אבל לא רק אהבת האב לבן יצאה לחופשי, אלא גם הבן עצמו יצא לחופשי. עד עכשיו הבן היה כלוא בתוך האנוכיות שלו, ולא שם לב לאהבת ההורים אליו; אבל כעת הבן משוחרר מהאנוכיות של עצמו, ויכול לאהוב את הוריו באמת, ולא לאהוב רק את עצמו.

לכן כאשר הזוהר אומר שהאב יצא מן השביה, מסביר אדמו"ר הזקן שהכוונה היא שבעצם הבן יצא מהמצרים של אהבת עצמו.

כך זה גם בנמשל:

ה' מוותר, כביכול, ומניח את כל העולמות, עליונים ותחתונים, ומייחד שכנתו על עמו ישראל בכלל, ועל כל יהודי בפני עצמו בפרט, וזה מעורר את האדם לאהוב את ה' עד כדי מסירות נפש³¹.

הסיבה שבשלה 'אהבת רעיא מהימנא' נתפסת כדבר רחוק מהנפש היא, שבדרך כלל אנחנו לא שמים לב שה' מוותר על עצמו, כביכול, בשבילנו, ומה שה' בורא אותנו ומחיה אותנו לא נתפס אצלנו כוויתור וכהתמסרות, אלא כמציאות מובנת מאליה. במצב כזה אהבת ה' אלינו נמצאת בשבייה. ה' לא יכול, כביכול, לגלות את אהבתו אלינו ולהיטיב איתנו ולהשפיע לנו כפי שהוא היה רוצה, כיוון שזה לא עוזר לנו לזהות את האהבה שלו אלינו, וממילא האהבה שלו אלינו לא מוציאה אותנו מהאנוכיות שלנו.

אמנם, כאשר היהודי מעורר מחשבתו ומוחו, וחושב ומדבר על כך שה' לא זקוק לשום דבר אחר, כפי שנכתב למעלה, והוא בורא אותנו לטובתינו ("בשביל אהבת האדם התחתון" בלשון אדמו"ר הזקן³²) - אהבת ה' אלינו מתגלה אצלנו, ומעוררת אותנו לאהוב את ה' עד כדי מסירות נפש. כלומר כאשר יהודי מוסר את הנפש על קדושת ה' מתגלה בתוך הלב של היהודי אהבת ה' אליו, שעד עכשיו היתה מסותרת בתוך הלב. במצב כזה ה' יכול לגלות את אהבתו אלינו יותר ויותר, בלי לחשוש שאנחנו ננצל את האהבה שלו לצורך האנוכיות של עצמנו.

כך ה' יוצא, כביכול, מהשבייה, ויכול לגלות את אהבתו אלינו, וגם אנחנו יוצאים מהשבייה, ולא עסוקים רק ברצונות האנוכיים של עצמנו. לפי זה, כאשר הזוהר אומר שהאב יצא מן השבייה הוא מתכוון ליציאה מהעלם לגילוי, וכאשר אדמו"ר הזקן אומר שהבן יצא מן השבייה הוא מתכוון ליציאה ממצב לא מתוקן למצב מתוקן.

איזהו חסיד - המתחסד עם קונו

עולה מהדברים שהרצון של האדם לחיות מצד עצמו הוא רצון עיוור. האדם מרגיש שהוא רוצה לחיות, אבל הוא חש שהוא רוצה זאת בעל כרחו, והוא לא בוחר לרצות לחיות. לעומת זאת, אצל ה' הכל מבחירה, וכאשר הוא רוצה משהו, הוא רוצה אותו לכתחילה. כאשר האדם מתבונן בכך שהרצון של ה' הוא רצון בחירי, כלומר ה' באמת רוצה, והרצון שלו הוא לא רצון עיוור כמו אצל האדם - האדם מחפש להיות קשור לרצון של ה', ולא לרצון שלו. הרצון של האדם להיות קשור לרצון של ה' ולא לרצון שלו הוא הארה מאהבת 'רעיא מהימנא'.

³¹ כפי שכתוב בתניא פרקים מו - מט, ראה לקמן הערה 161.

³² תניא פרק מט.

גם בחיי היום יום הרגילים הרבה פעמים האדם מרגיש שהוא לא רוצה לחיות בשביל עצמו, אלא בשביל אחרים. לכל אחד יש הורים ובן זוג וילדים וחברים וכו', והוא מרגיש שאם הוא היה חי בשביל עצמו זה לא היה כל כך שווה לו, והוא רוצה ומחפש לחיות בשביל אחרים. לפעמים זה אף יותר בולט, כאשר אדם חולה במחלה סופנית לא עלינו וכדומה, והוא מרגיש שמצד עצמו הוא לא היה עושה כל כך מאמצים להמשיך לחיות, אבל כיוון שיש סביבו אנשים שלהם חשוב לחיות - לכן הוא כן מתאמץ להמשיך לחיות.

כלומר במידה רבה האדם מחפש שלא לחיות רק בגלל הרצון העיוור שלו לחיות. כאשר האדם מתבונן בכך, הוא מבין שכיוון שה' רוצה שהוא יחיה, הוא שמח יותר לחיות, שכן אז הוא לא חי בגלל הרצון שלו, אלא בגלל הרצון של ה'. מעשי המצוות עוזרים ומאפשרים לאדם להוציא לפועל את הרצון לו ואת השמחה שלו לחיות בגלל שזה מה שה' רוצה. כאשר האדם מקיים מצוות מתוך התבוננות כזו, הוא "מתחסד עם קונו".

מעשי המצוות עוזרים ומאפשרים לנו שלא נהיה נתונים רק ברצון שלנו, אפילו אם זהו רצון להידבק בה', אלא שבעיקר נהיה נתונים ברצון של ה' לגלות את עצמו בעולם, במציאות. בצורה כזו היהודי

"עובד את ה' בבחינת 'ועשה טוב', בקיום התורה ומצותיה, לצורך גבוה ומעלה מעלה עד רום המעלות, ולא כדי לדבקה בו יתברך בלבד, לרוות צמאון נפשם הצמאה לה', כמו שכתוב "הוי כל צמא לכו למים" וכמו שכתוב במקום אחר. אלא כדפירשו בתיקונים, איזהו חסיד - המתחסד עם קונו, עם קן דיליה, לייחדא קודשא בריך הוא ושכינתיה בתחתונים...³³"

אמנם אהבה כזו לה', אהבה שבה האדם מחפש לחיות לא בגלל שהוא רוצה אלא כדי "להתחסד עם קונו", היא האהבה של משה רבינו, ש"מי הוא זה ואיזהו אשר ערב לבו לגשת להשיג אפילו חלק אחד מני אלף ממדרגת אהבת רעיא מהימנא...³⁴". מרוב שמשה רבינו אוהב את ה', הוא רואה את כל החיים שלו לפי איך שה' רוצה אותו, ולא לפי איך שהוא רוצה את עצמו. משה רבינו לא חי את החיים כחיים שלו, אלא הוא מתייחס לחיים

³³ תניא סוף פרק י, והובא לעיל בתחילת הפרק.

³⁴ תניא פרק מד, והובא לעיל בתחילת הפרק.

שלו, לפי איך שה' כותב אותם בתורה. הרי "משה כתב ספרו"³⁵, ואם כן הוא רואה את כל החיים שלו, מאז שהוא נולד ועד שהוא הסתלק מן העולם הזה, כסיפור שה' מספר בתורה, ולא כחיים נפרדים. אבל כמובן, משה רבינו הוא 'אבי הנביאים', ו"לא קם נביא עוד כמשה, אשר ידעו ה' פנים אל פנים"³⁶, ולנו, שאנחנו מאוד עסוקים בעצמנו ודואגים לעצמנו, קשה להשיג אפילו חלק קטן מהאהבה הזו של משה רבינו.

אבל אף על פי כן משה רבינו הוא אחד משבעת הרועים, והוא מנחיל את הדעת שלו ואת האמונה שלו ואת אהבת ה' שלו לכל עם ישראל, וכמו שכתוב בתניא³⁷:

מכל מקום הרי אפס קצהו ושמץ מנהו מרב טובו ואורו מאיר לכללות ישראל
בכל דור ודור, כמו שכתוב בתיקונים דאתפשטותיה בכל דרא ודרא לאנהרא לון
וכו".

ההארה של משה רבינו בכל דור ודור ואצל כל אחד ואחד מישראל, באה לידי ביטוי כאשר יהודי מקיים מצווה
בשביל לעשות נחת רוח לבורא, כמו שכתוב שם בתניא:

שתועלת יציאתה אל הגילוי כדי להביאה לידי מעשה, שהוא עסק התורה
והמצות שלומד ומקיים על ידי זה, כדי לעשות נחת רוח לפניו יתברך כבן העובד את
אביו.

כאשר יהודי מקיים מצווה כדי לעשות נחת רוח לבורא, הוא גם כן מרגיש קצת שהוא סיפור של ה', שכן הוא
נראה כמו שה' רוצה אותו. ה' רוצה שהוא יחיה וייראה בצורה מסויימת, וכך הוא אכן נראה. בכך היהודי נעשה מעין
סיפור של ה', כמו משה רבינו, שהחיים שלו הם סיפור שה' כותב בתורה.

³⁵ בבא בתרא טו, א.

³⁶ דברים לד, י.

³⁷ פרק מד שם, והובא לעיל בתחילת הפרק.

אהבת רעיא מהימנא בעומק אהבת נפשי אויתך

בדברינו קודם על אהבת נפשי אויתך, כתבנו שלא ברור ההבדל בינה לבין עבודת גוי הבאה מתוך אינטרס. כעת, אחרי שהסברנו את אהבת רעיא מהימנא, צריך להסביר את ההבדל.

באהבת 'נפשי אויתך' היהודי אמנם מחפש לקבל חיות מה', אבל בעומק זה רק בגלל שרצון ה' שהיהודי יקבל חיות מהעבודה, וכאשר הוא עובד את ה' בחיות ומתוך אהבה הוא מקיים מצוות "ואהבת את ה' אלקיך"³⁸.

ה' מצווה אותנו לעבוד אותו גם מתוך התעוררות הלב שלנו, כלומר לא לעשות זאת כמצווים בלבד, אלא גם מתוך רצון שלנו והתרגשות שלנו, וכך מקיימים את מצוות "ואהבת את ה' אלוך בכל לבבך". אם כן, כאשר יהודי מחפש לקיים מצוות מתוך אהבה וחיות, הוא עושה זאת כי כך ה' מצווה אותו.

אם הקב"ה היה בא בתביעה אל היהודי שיעבוד בלי שום חיות מהעבודה, אפילו אם החיות היתה מותרת אבל לא רצויה, היהודי לא היה מסוגל לקבל חיות ולהרגיש שהוא מנצל את ה' תוך כדי עבודתו. אם כן, גם כאשר יהודי עושה מצווה על מנת לרוות נפשו הצמאה, בתוך הנפש שלו מסתתרת 'אהבת רעיא מהימנא'. היהודי קודם כל מוכן

³⁸ראה רמב"ם בספר המצוות:

מצות עשה ג - לאהוב את ה' - היא שציונו באהבתו יתעלה. וזה שנחשוב ונתבונן במצותיו ומאמריו ופעולותיו עד שנשיגהו, ונהנה בהשגתו בתכלית ההנאה. (וראה לשון דומה בספר החינוך מצווה תיח: "ונתענג בהשגתו בתכלית העונג").

כלומר ה' מצווה אותנו ליהנות ולהתענג מהקשר איתו, ואנחנו אוהבים את ה' ומתענגים מהקשר איתו כי זהו הרצון של ה'.

וכך כתוב בקונטרס ההתפעלות, בביאור המדרגה של 'דחילו ורמימו טבעיים':

והמדרגה הד' שלמעלה מזו, הוא אשר מחמת ההתבוננות אלהו' שמתפעל במחשבה בכי טוב כנ"ל, מיד מתפעל בלבו בבחינת התפעלות מורגשת באור וחיות גדול... ועל זה נאמר "ואהבת... בכל לבבך" דוקא, והוא עיקר המצווה בעבודה שבלב... ועל זה נאמר "קרבת אלוקים לי טוב" לי ממש.

ורוצה לעשות את רצון ה' ללא רווח אישי, ורק בגלל הציווי של ה' הוא מחפש לעבוד את ה' מתוך חיות. לכן גם עבודת ה' בה אדם מחפש לקבל חיות היא רצויה ואף מצוה, והיא שונה לחלוטין ממעשה טוב שגוי עושה מתוך אינטרס.

אהבת רעיא מהימנא מכונה גם "אהבה רבה"³⁹ - אהבה שבאה מלמעלה ואינה קיימת ביהודי מצד עצמו. בכל יהודי יש נפש אלקית שהיא חלק א-לוה ממעל, ומכוחה יש בתוכו אהבה נסתרת לה' כאהבת רעיא מהימנא, שמניעה אותו לעשות את רצון ה' ללא רווח אישי.

החיות שיש בקיום המצוות

כאשר ילד מקבל דברים טובים מהוריו, כמו מתנות או ממתקים וכדומה, עיקר ההנאה שלו היא לא מהמתקים, אלא מכך שההורים שלו נהנים ממנו. ההורים רוצים שהבן שלהם יהנה, והילד נהנה מכך שההורים שלו רוצים שהוא יהנה, ולכן המנות גורמות לו לאהוב אותם יותר. אם ההורים היו דואגים שלילד יהיה כל טוב, אבל הם עצמם היו מתרחקים ממנו, ועסוקים בעצמם או בעבודה וכדומה - הילד לא כל כך היה נהנה מהמתקים והמתנות שהם היו מעבירים לו.

כך זה גם לגבי החיות שיש ליהודי מהמצוות. עיקר ההנאה והחיות שיש ליהודי מהמצוות היא מכך שה' רוצה שיהיה לו חיות. ה' רוצה שהיהודי לא יחיה סתם, אלא יחיה מתוך הרגשת האהבה של ה', ולכן ה' נתן לנו מצוות, וציווה אותנו לעשות אותם "בכל לבבך". כאשר יהודי מקיים מצוות בחיות, עיקר ההנאה שלו היא לא מהחיות שיש במצוות, אלא מכך שה' אוהב אותו, ורוצה שיהיה לו חיות. אם ה' לא היה רוצה שליהודי יהיה חיות מהמצוות - החיות במצוות אכן לא היתה שווה כל כך בעיני היהודי. אבל כיוון שה' ציווה שנעשה את המצוות מתוך חיות, החיות שיש במצוות מגלה שה' רוצה אותנו, וגורמת לנו לגלות את האהבה שלנו לה'.

³⁹ בדרך כלל הביטוי "אהבה רבה" מכוון למצב בו האדם מקבל התעוררות גדולה מלמעלה והוא מרגיש אהבה גדולה שלא באה ממנו אלא מה'. מצב בו האדם מקבל מלמעלה אהבה קיים גם בשיא של אהבת רעיא מהימנא וגם בשיא של אהבת נפשי אויתך, כפי שמבואר בתניא פרק מד, אבל שלא בשיא האהבה, אהבת 'נפשי אויתך' ואהבת 'רעיא מהימנא' מגיעות מהתבוננות של האדם, ולא מלמעלה.

אף על פי כן אדמו"ר הזקן משתמש במילים 'אהבה רבה' לאהבת רעיא מהימנא, כיוון שבאהבת 'רעיא מהימנא' ההתבוננות היא רק הכלי והדרך לחשוף את האהבה לה' שהיהודי מקבל במתנה מה', והיא לא קיימת בתוכו מצד עצמו.

הרבה פעמים הילד לא שם לב לניתוח שמתואר כאן, ונדמה לו שהוא מחפש את ההנאה מהמתנות ולא מחפש את ההורים. אף על פי כן, כיוון שברור להורים שבפנים הילד מחפש אותם, הם שמחים לתת לו, והם רואים שהנתינה מגלה את האהבה שלהם.

אבל לפעמים הילד משדר להורים שהוא רוצה רק את מה שהם מביאים לו, ולא רוצה אותם כלל. אם, למשל, יש בן שבא להורים רק בשביל לבקש כסף, וחוז' מהזמנים שבהם הוא צריך כסף הוא לא מגיע להורים ולא מתקשר ולא מתעניין בשלומם; בצורה כזו ההורים לא שמחים להעניק, ולא נהנים מההנאה של הבן, כיוון שהם מרגישים שהבן מנצל אותם בהנאה שלו.

כך זה גם בעבודת ה': אם ה' היה חושב שהיהודי נהנה מהחיות שיש במצווה, ולא מכך שהמצווה מגלה את הקשר ביניהם - ה' לא היה נהנה מהחיות שיש ליהודי מהמצוות. אבל ה' יודע שכל יהודי בתוך תוכו אוהב את ה' ומחפש לחוש שה' רוצה אותו. לכן הוא מצווה אותנו שיהיה לנו חיות בעבודת ה', כי הוא יודע שבפנים כל יהודי מחפש את ה' ולא מחפש את החיות שיש במצוות מצד עצמה. ה' מצווה אותנו בציווי כזה, כי בפנים היהודי אוהב את ה' לגמרי, אפילו אם לא היתה לו מכך שום הנאה, והוא מחפש ליהנות מהעבודה רק בגלל שלה' יש נחת רוח ושמחה מכך.

נפש בהמית של יהודי

אם כן, הוצגו כאן שתי מדרגות ברצון האדם לעשות את רצון ה': הרצון הפנימי, שנקרא 'אהבת רעיא מהימנא', הוא רצון שהיהודי קיבל במתנה מה' לעשות נחת לה' ללא שום מניע אישי. לעומת זאת, ב'אהבת נפשי אייתיך', היהודי רוצה לחוש בנעימות ובחיות שיש בעבודת ה'. אמנם, אף על פי שבאהבת 'נפשי אייתיך' היהודי רוצה לחוש בנעימות שיש בעשיית רצון ה', ברור לו שהנעימות הזו היא לא העיקר, והעיקר הוא את רצון ה'. יותר מכך: חלק מרצון ה' הוא שליהודי יהיה חיות בעבודתו, ולכן היהודי מרשה לעצמו וגם מתאמץ לחפש שיהיה לו חיות בעבודת ה'.

מתחת לשתי המדרגות הללו נמצאת המדרגה של עשיית טוב שלא על מנת לעשות את רצון ה':

למעלה נכתב שכאשר גוי עושה מעשה טוב המעשה הזה נעשה בשביל אינטרס; או מתוך אינטרס גמור, כלומר שהוא מצפה לקבל תמורת המעשה הזה כסף או כבוד, או לשם אינטרס עדין יותר, שבו הוא מחפש להרגיש שהוא אחד כזה שעושה מעשים טובים, כלומר הוא מצפה לקבל תחושה טובה מכך שהוא עושה טוב לאחרים⁴⁰.

לעומת זאת, כאשר יהודי עושה טוב, אפילו כאשר הוא לא עושה זאת בגלוי על מנת לעשות את רצון ה', הרבה פעמים המעשה הזה נובע מתוך רצון אמיתי להיטיב לזולת, ולא מתוך אינטרס. הסיבה לכך היא שליהודי יש מידות טובות גם בנפש הטבעית-הבהמית שלו, וכמו שכתוב בתניא בסוף פרק א:

...וגם מדות טובות שבטבע כל ישראל בתולדותם, כמו רחמנות וגמילות

חסדים, באות ממנה, כי בישראל נפש זו דקליפה היא מקליפת נוגה שיש בה גם כן טוב, והיא מסוד עץ הדעת טוב ורע.

מה שאין כן נפשות אומות העולם, הן משאר קליפות טמאות שאין בהן טוב כלל, כמו שכתב בעץ חיים שער מ"ט פרק ג': וכל טיבו דעבדין האומות לגרמייהו עבדין.

הארת אהבת 'רעיא מהימנא' בתוך הנפש הבהמית של היהודי

גם כאשר יהודי עושה מעשה טוב מתוך המידות הטובות שנמצאות בנפש הטבעית שלו, גם שם נמצאת הארה מאהבת 'רעיא מהימנא', וכפי שיוסבר:

אם לא היתה ליהודי גם את הנפש האלקית, היה הטבע של הנפש הבהמית לאהוב יהודי אחר הופך לעוד טבע. כלומר האדם לא היה חושב שהוא גומל חסדים מתוך רצון טוב שה' שם בתוכו, אלא כי כך הטבע שלו. כשם שאפשר לחשוב שאדם מוליד ילדים בגלל שזהו הטבע שלו, ולא בגלל שה' טבע בו אהבה לזולת - כך אפשר לחשוב שהאדם

⁴⁰ למעלה (תחת הכותרת 'הבדלי הנפשות בין יהודי לגוי') נכתב שעיקר החידוש בהדרגה הזו הוא לא שהגוי לא יכול לעשות מעשה ללא אינטרס, שכן זה דווקא הגיוני. עיקר החידוש הוא שהיהודי מקבל מה' במתנה את הרצון ואת היכולת לעשות טוב ללא אינטרס. אמנם, כיוון שליהודי יש 'חוש' בעשיית טוב ללא אינטרס, הוא נוטה לחשוב שכולם כמוהו, וגם הגויים רוצים ומחפשים לעשות טוב ללא אינטרס. ממילא דברי חכמינו, שכל טוב שהגויים עושים הוא בשביל עצמם, הם אכן חידוש; לא מצד ההיגיון שבדבר, אלא מצד התחושה של היהודי.

עוזר לשני בגלל שזהו הטבע שלו, ולא בגלל אהבה מיוחדת לזולת שה' טבע בו. לולא הנפש האלוהית היהודי לא היה מבין נכון את הטבע שלו; הוא היה חושב שאין הבדל בין הטבע הזה לבין הטבע שלו לאהוב לאכול, למשל, וגם ברצון להיטיב לשני האדם דואג לעצמו.

כלומר אם הרצון לעזור לזולת הוא טבע, ולא משהו אלקי, זה גורם לאדם לחשוב שעשיית טוב שנקיה מאינטרסים - היא דמיון שלא קיים. כי כאשר אין נפש אלקית, האדם מנכס את עשיית הטוב לעצמו, לטבע שלו, ובכך היה מפיל אותו.

בשביל שהיהודי יוכל להבין טוב את הטבע שלו, הוא חייב להשתמש בשכל של הנפש האלוהית, ולשים לב שבאמת זה לא עוד טבע, אלא זהו רצון שה' טבע בו. כלומר הטבע של היהודי, ליצור קשר אמיתי עם הזולת, יכול להתקיים רק כאשר היהודי מקשר את הטבע הזה לה'. אם היהודי מבין שה' טבע בו את הרצון להיטיב לזולת - הוא יכול להאמין שיש לו טבע לעזור לזולת באמת ולא מתוך אינטרס. כך האדם יכול להתחתן ולהוליד ילדים וליצור יחסי חברות וחברה, ולא לחשוב שהוא עושה את הכל מתוך אינטרס. אבל אם היהודי לא יחפש את הקשר עם ה', הוא לא יוכל להבין את הטבע שלו, והטבע שלו להיטיב עם השני ידעך, ולא יוכל לצאת אל הפועל.

עולה מהדברים שהרצון להיטיב לזולת, שהיהודי חש כרצון טבעי, זו מתנה שהוא קיבל מה', לרצות לעזור לזולת ללא אינטרס. בכל פעם שיהודי מטיב לזולת יש בו הארה מאהבת 'רעיא מהימנא', שמניעה אותו לעשות מעשה טוב ללא מניע אישי.

לכן אפילו כאשר יהודי עושה מעשה טוב מתוך אינטרס, אין זה דומה לגוי שעושה מעשה טוב מתוך אינטרס. ליהודי יש 'חוש' בכך שהיה ראוי שהוא יעשה את המעשה מתוך רצון אמיתי להיטיב ולא מתוך אינטרס, ולכן גם כאשר הוא עושה מעשה בשביל אינטרס כזה או אחר, הוא שמח שהאינטרס שלו גרם לו להיטיב לשני, והוא מבין שהיה יותר טוב אם הוא לא היה עושה את המעשה לשם אינטרס⁴¹. לעומת זאת, כאשר גוי עושה מעשה לשם אינטרס - הוא חש שזה דבר טוב מצד עצמו, והוא לא מחפש מניע אחר.

⁴¹ הגמרא אומרת (ראש השנה ד, א; בבא בתרא י, ב), שכאשר יהודי נותן צדקה בשביל סיבה מסויימת - "בשביל שיחיו בני, בשביל שאזכר לחיי העולם הבא" - זה מצווה גמורה, ולעומת זאת כאשר גוי נותן צדקה לשם מטרה כזו לא נחשב מעשה טוב כמו אצל יהודי. ומסביר רש"י (בראש השנה שם): כאן בישראל. שלבו לשמים, ואם מריעין לו בחייו אינו קורא לו תגר, אלא תולה היסורין בעונו. אבל עובד כוכבים אם אין מטיבין לו כגמולו קורא תגר.

ארבע מדרגות בנתינת צדקה

אם כן, מנינו כאן ארבע מדרגות במניע לעשיית הטוב: עשיית טוב מתוך אהבת 'רעיא מהימנא', עשיית טוב מתוך אהבת 'נפשי אייתיך', עשיית טוב לשם הזולת אבל לא מתוך אהבת ה' גלויה, ועשיית מעשה טוב מתוך אינטרס. כדי לתת סדר ליחס בין המדרגות, אפשר להביא דוגמה מנתינת צדקה: כאשר האדם נותן צדקה מתוך אהבת רעיא מהימנא, הוא מרגיש שהמניע לנתינת הצדקה לא בא ממנו אלא מה'; כשהוא נותן צדקה מתוך אהבת נפשי אויתיך הוא מרגיש שיש לו הרבה חיות מעשיית רצון ה'; אם הוא נותן צדקה מצד המידות הטובות של הנפש הבהמית, הוא מרגיש שה' עשה את הטבע שלו, שאם הוא ייחס אותו לעצמו הוא יפול, ואם הוא יהיה מואר, אפילו קצת, מכך שה' רוצה את הטוב הזה, הנפש הבהמית תתרומם; לבסוף, האדם יכול לתת צדקה גם מתוך האינטרס האישי שבנפש הבהמית, כאשר הוא נותן צדקה על מנת להרוויח משהו, כגון כבוד או תחושה טובה, וכדומה.

ארבע מדרגות בחיות שבעבודת ה'

ניתן להציג את שתי המדרגות התחתונות - פעולה מתוך רצון טוב של הנפש הטבעית, ופעולה מתוך אינטרס - גם כשתי מדרגות של התלהבות:

לפעמים כאשר אדם מתפלל, הוא מחפש להתלהב ולחוש חיות בתפילה. הוא חושב שהמטרה היא להתלהב, וככל שהוא יותר יתלהב כך ה' ישמח יותר, ולכן הוא נתון בהגדלת ההתלהבות שלו יותר מאשר במחשבה על הקשר עם ה'. האדם מרגיש שיש לו רצון טבעי להתפלל, והתלהבות טבעית שאמורה לבוא לידי ביטוי בתפילה, והוא מתאמץ

כלומר, גם כאשר יהודי עושה מעשה טוב לשם אינטרס, עדיין 'ליבו לשמים', והוא שמח שהוא עושה מצווה, ואין זה דומה לגוי שעושה מעשה טוב לשם אינטרס.

[הגמרא מדברת גם על יהודי שעושה מעשה טוב לשם אינטרס בלבד, ובמודע הוא לא מתכוון לשם מצווה כלל, ואף על פי כן מעשה הצדקה שלו נקרא מצווה גמורה. מנהג העולם כיום, לתת צדקה לשם מצווה, מתוך תפילה שבזכות המצווה ה' ישפיע שפע בגשמיות וברוחניות - זה לא מעשה שהאדם עושה רק בשביל אינטרס. בנתינת צדקה כזו האדם מתכוון לשם מצווה, אלא שהרצון שה' ישפיע לו מזרז אותו לעשות את המצווה. הגמרא מדברת גם על מקרה כזה, אבל גם על מקרה קיצוני יותר, שבו האדם עושה מעשה טוב לשם אינטרס בלבד, ואף על פי כן זה נקרא מצווה. ראה קונטרס ההתפעלות עמוד קמג.]

להוציא את הטבע הזה שלו מן הכח אל הפועל. כאשר האדם עסוק בהוצאת הטבע שלו אל הפועל, הוא יותר נתון בהתלהבות, ופחות נתון בקשר עם ה'.

מצוות 'ואהבת' פירושה שהאדם יצור עם ה' קשר שיש בו חיות והתלהבות. אבל אין הכוונה שמצוות 'ואהבת' היא ההתלהבות. ההתלהבות היא חלק ממצוות 'ואהבת', אבל היא לא האהבה עצמה, כמובן, אלא הביטוי שלה. כאשר אדם מתפלל ועסוק בעיקר במימוש ההתלהבות הטבעית שלו, הוא עסוק בהתלהבות כעיקר ולא כביטוי לקשר.

התלהבות כזו לא דומה לאהבת 'נפשי אייתיך'. באהבת נפשי אייתיך אמנם האדם רוצה שהקשר עם ה' יהיה בחיות, וכך הוא יקיים את מצוות "ואהבת את ה' אלוקיך", אבל האדם מבין שהחיות היא ביטוי של הקשר, והיא לא הקשר עצמו. ככל שלאדם יותר ברור שה' רוצה את הקשר, וההתלהבות היא רק ביטוי של הקשר, האדם עסוק בעיקר בקשר עם ה', ולא בהגדלת ההתלהבות שלו.

אבל במדרגה שמתחת לאהבת 'נפשי אייתיך', שניתן לכנות אותה 'רצון להתלהבות', האדם לא חושב על כך שההתלהבות אמורה להיות תפלה לקשר וביטוי של הקשר. להיפך, הוא חש שהוא עסוק בעיקר בהגדלת ההתלהבות, והוא חושב בטעות שזה מה שה' רוצה. הוא חושב שככל שההתלהבות תגדל זה אומר שהקשר עם ה' עמוק יותר, ולכן הוא חושב שה' רוצה שהוא יהיה עסוק בהגדלת ההתלהבות.

אין הכוונה שהאדם מחפש רק התלהבות, ולא מעניין אותו כלל הקשר עם ה'. להיפך, האדם מחפש את הקשר עם ה', שהרי לשם כך הוא בא לבית הכנסת. אם האדם היה מחפש רק התלהבות, הוא היה יכול לחפש זאת במקומות אחרים, שבהם קל יותר להגיע להתלהבות. האדם בא לבית הכנסת כי הוא מחפש להתלהב דווקא בקשר עם ה', ולא בדברים אחרים, אלא שהוא חושב בטעות שה' רוצה שהוא יהיה עסוק בלעורר את ההתלהבות הטבעית שלו.

כאמור, כאשר האדם חושב שההתלהבות היא טבעית לו, והוא עסוק בעיקר במאמץ להוציא את הטבע שלו אל הפועל, הוא פחות עסוק במאמץ לחשוב שה' רוצה ממנו את הקשר⁴². ממילא הרצון להתפלל ולהתלהב בתפילה נעשה דומה לשאר הרצונות הטבעיים של האדם, שאם האדם עושה אותם כי זה הטבע שלו - אין בזה קשר גלוי לה'. לכן המדרגה של 'רצון להתלהבות' דומה למעשה טוב שהיהודי עושה מתוך הטבע הטוב שלו. במדרגה הזו האדם נתון בכך שהוא מעורר את הטבע הטוב שלו, ולא ביצירת הקשר עם ה'.

⁴² הדברים כתובים כאן כ'כותרת', כמעין פתיחה למדרגות של קונטרס ההתפעלות שיוסברו בפרק הבא, ושם יורחב העניין יותר. נכתב כאן שכל אחד יכול להבין שההתלהבות היא חלק מהקשר והיא ביטוי של הקשר, אבל היא לא הקשר עצמו. איך כן אפשר להסביר את הקשר עצמו לא כתוב כאן, והדברים יבוארו יותר במדרגה 'מחשבה סתם'.

גם במדרגה הזו יש הארה מאהבת 'רעיא מהימנא': ההחלטה של האדם לחפש להתלהב דווקא מהקשר עם ה', - היא הארה מאהבת 'רעיא מהימנא'. כאשר האדם שם לב שהוא לא רוצה ליהנות ולקבל חיות מדברים שלא קשורים לה', הוא מבין שהוא מחפש את הקשר עם ה'. בצורה כזו הוא חושף את האהבה המסותרת שלו לה', והמחשבה הזו עוזרת ומאפשרת לו להתקדם מן המדרגה של 'רצון להתלהבות' לאהבת 'נפשי אייתיך' ואהבת 'רעיא מהימנא'⁴³.

לעומת זאת, לפעמים כאשר אדם מתלהב בעבודת ה' ובתפילה, הוא נתון ברצון להתלהב בשביל עצמו, בשביל לקבל כבוד וכדומה. הוא מרגיש שאם הוא יתפלל בהתלהבות האנשים האחרים (או הוא עצמו) יעריכו אותו יותר. הוא נהנה להתלהב, כי בהתלהבות יש יותר חיות וכך הוא מרגיש את עצמו מלא יותר ומוצלח יותר, ומכיוון שהוא נתון ברצון לקבל חיות ובמלאות שלו מעצמו, הוא לא נתון כלל בשאלה האם ה' רוצה את זה או לא, אלא הוא נתון רק בכך שהוא רוצה להתלהב. התלהבות כזו מקבילה לאדם שעושה מעשה טוב לשם אינטרס, ואין בה כלל הארה מאהבת 'רעיא מהימנא'⁴⁴.

בלשון אדמו"ר האמצעי, כאשר האדם מתלהב ונתון ברצון לקבל חיות מעצמו - ההתלהבות הזו נקראת 'אש זרה'. על המדרגה שמעל זה, כאשר האדם נתון ברצון להתלהב דווקא מעבודת ה', אומר אדמו"ר האמצעי שהיא 'קרובה לאש זרה'. היא קרובה לאש זרה, כיוון שהאדם נתון בעיקר ברצון ליהנות ולהתלהב; אבל היא לא אש זרה ממש כיוון שהאהבה המסותרת של האדם לה' גורמת לו לרצות להתלהב דווקא מעבודת ה'. אדמו"ר האמצעי מלמד את האדם, שכאשר הוא שם לב לכך שהוא רוצה לקבל חיות דווקא מהקשר עם ה', הוא חושף את האהבה המסותרת שלו לה', והוא יכול להתקדם ולהתעלות באהבת ה'.

⁴³ כלומר: הדרך לגלות את אהבת רעיא מהימנא בתוך אהבת 'נפשי אייתיך' היא, לשים לב שהחיות שיש בעבודת ה' היא טפלה לרצון לעשות את רצון ה' אפילו ללא שום חיות. לעומת זאת במדרגה הזו, שבה האדם חש שהוא מחפש בעיקר את החיות ואת ההתלהבות, הדרך לגלות את אהבת רעיא מהימנא היא, שהאדם יתנה שהוא לא מוכן ליהנות מדברים שלא קשורים לעבודת ה'.

⁴⁴ אמנם, כפי שנכתב לעיל, גם כאשר יהודי עושה מעשה טוב מתוך אינטרס, אין זה דומה לגוי שעושה מעשה טוב מתוך אינטרס, כי ה' אוהב את היהודי ומאיר בתוכו כל הזמן, ונוטע בתוכו אהבה לה' כל הזמן, גם אם כרגע היהודי לא מודע לזה. ממילא הנפש של היהודי שונה, והרצון שלו לעשות טוב משפיע גם כאשר הוא רוצה לעשות טוב או להתלהב לשם אינטרס בלבד. אבל אף על פי כן אין זה נקרא הארה מאהבת 'רעיא מהימנא', כי מצב של 'הארה' הוא מצב שבו האהבה של היהודי לה' נמצאת אצלו במודעות (או פחות או יותר), וכאשר יהודי עושה מעשה טוב מתוך אינטרס, או מתלהב מתוך אינטרס, הוא לא נתון ולא מודע כלל לאהבה שלו לה'.

אם כן, הוצגו כאן ארבע מדרגות בחיות שיש בעבודת ה': באהבת 'רעיא מהימנא' עצמה האדם כלל לא מתעניין בשאלה האם יש לו חיות ותענוג בעבודת ה', אלא רוצה לעשות נחת רוח לה' ללא שום מניע אישי⁴⁵. באהבת 'נפשי אייתיך' האדם מחפש שתהיה לו חיות בעבודת ה' כחלק מהקשר עם ה', והחיות טפלה לקשר עם ה', והיא לא העיקר. ההארה של אהבת 'רעיא מהימנא' בתוך אהבת 'נפשי אייתיך' היא המודעות של האדם לכך שהחיות טפלה לקשר עם ה', והקשר הוא העיקר. במדרגה של 'רצון להתלהבות' האדם נתון בהגדלת ההתלהבות, וחושב בטעות שזה מה שה' רוצה, והוא לא מודע לכך שה' רוצה שההתלהבות תהיה ביטוי של הקשר. ההארה מאהבת 'רעיא מהימנא' במדרגה הזו היא זו שמניעה את האדם לרצות להתלהב, ולכן הוא מחפש להתלהב דווקא מדברים שקושרים לה'. מתחת לזה נמצאת התלהבות שהאדם נתון רק בה, ולא נתון כלל בשאלה האם ה' רוצה את ההתלהבות הזו או לא, ובמדרגה הזו אין כלל הארה מאהבת 'רעיא מהימנא'.

אהבת רעיא מהימנא בתוך כל אחד ואחד מישראל

כפי שנכתב בתחילת הפרק, אדמו"ר הזקן אומר שהארה מאהבת 'רעיא מהימנא' קיימת אצל כל יהודי. על כל יהודי לדעת שהוא דבוק בה', כמו שכתוב⁴⁶ "ואתם הדבקים בה' אלוכם חיים כולכם היום", והוא יכול להוציא את הדבקות הזו מההעלם אל הגילוי בעבודת ה' היום יומית, כפי שהוסבר בפרק הזה באריכות. גם היכולת של היהודי לעבוד את ה' מתוך אהבת 'נפשי אייתיך', ואפילו מתוך 'רצון להתלהבות', נובעת מדבקות אמיתית של היהודי בה', שנמצאת בפנימיותו, ונתונה לו במתנה גמורה מה'.

לכן אדמו"ר האמצעי פותח את קונטרס ההתפעלות בכך שכל נפש מישראל דבוקה בה' מצד שורש נשמתה:

⁴⁵ חשוב לשים לב: באהבת רעיא מהימנא יש הרבה יותר חיות ותענוג מאשר במדרגות נמוכות יותר, אלא שהאדם לא מחפש את החיות, ולא עוצר לנוח ולחוש את התענוג, וכפי שיוסבר באריכות בהמשך המאמר, במדרגה של 'דחילו ורחימו שכלים'.

⁴⁶ דברים ד, ג.

...ועל כן בענין הדבקות אמר: "ואתם הדבקים". פירוש, אתם מצד שרש

נשמתכם הדבקים ממילא בהתקשרות עצמיית ותמידיית... כמו שאמר רשב"י "בחד

קטירא אתקטירנא, ביה אחידא כו'... וזה יש בכל נפש מישראל⁴⁷.

אדמו"ר האמצעי פותח את דבריו בתיאור של ר' שמעון את הדבקות שלו ביום הסתלקותו, ואומר שהדבקות

הזו נמצאת בכל אחד ואחד מישראל.

אדמו"ר האמצעי אומר שאדמו"ר הזקן מסר את נפשו על כך שכל יהודי יוכל לגלות שיש בתוכו את הדבקות

הזו:

אשר לא פעם ושתים שמעתי מפי רוח קדשו ז"ל, שכל עיקר מגמתו ויגיעתו

במסירות נפשו ממש על אנשי שלומנו רק שיוקבע בנפשם גלוי אלקות, דהיינו שיהיה

התפעלות נפשם רק התפעלות אלקות דוקא... והענין יובן בהקדים הידוע על פסוק

"ואתם הדבקים בה' כו' חיים כולכם כו'".

כל ספר התניא מבוסס על דברים אלו; אדמו"ר הזקן פותח את דבריו בכך שיש צדיק בינוני ורשע, ואומר⁴⁸

שאהבת 'רעיא מהימנא' היא עבודת הצדיק. ולקראת סוף ספר התניא הוא אומר שעבודת הצדיקים הזאת, אהבת 'רעיא

מהימנא', נמצאת אצל כל אחד ואחד, ו"קרוב מאוד" לכל אחד ואחד להוציא את האהבה הזו מהעלם אל הגילוי⁴⁹,

שהארה מאהבת 'רעיא מהימנא' תאיר גם אצלו:

⁴⁷ כפי שיוסבר בהמשך המאמר, בקונטרס ההתפעלות אדמו"ר האמצעי מונה אחת עשרה מדרגות של 'התפעלות' וחיות בעבודת ה'.

הדבקות שעליה כתוב כאן בפנים היא המדרגה האחת עשרה, המדרגה הגבוהה ביותר, והיא אהבת ה' של משה רבינו ור' שמעון בר יוחאי, ועליה אומר אדמו"ר האמצעי שהיא נמצאת אצל כל אחד מישראל.

הסיבה לכך, כפי שנכתב בפנים, היא שכל אהבת ה' של כל יהודי נובעת מכך שבפנימיותו הוא דבוק בה' לגמרי, כמו שכתוב "ואתם

הדבקים בה' אלוכם חיים כולכם היום".

⁴⁸ בפרק י', והבאו דבריו בתחילת הפרק.

⁴⁹ בפרק מד, וכפי שצוטט בתחילת הפרק.

ואף כי מי הוא זה ואיזהו אשר ערב לבו לגשת להשיג אפילו חלק אחד מני
אלף ממדרגת אהבת רעיא מהימנא, מכל מקום הרי אפס קצהו ושמץ מנהו מרב
טובו ואורו מאיר לכללות ישראל בכל דור ודור... ולהוציא אהבה זו המסותרת
מהעלם וההסתר אל הגילוי, להיות בהתגלות לבו ומוחו, לא נפלאות ולא רחוקה
היא, אלא קרוב הדבר מאד בפיו ובלבבו...

אם כן, גם עבודת הבינוני שמוסברת בספר התניא, גם היא מבוססת ובנויה על עבודת הצדיק, ועל הארת משה
רבינו שבכל דור ודור, שהיא אהבת 'רעיא מהימנא' שנמצאת בכל נפש מישראל⁵⁰, וכפי שאומר אדמו"ר האמצעי,
שאדמו"ר הזקן מסר את נפשו לגלות את הדבקות שיש בתוך כל אחד ואחד.

⁵⁰ בפרק י של ספר התניא, כאשר אדמו"ר הזקן רוצה להציג דמות של צדיק, הוא מביא את ר' שמעון בר יוחאי, שאמר על עצמו
"ראיתי בני עליה והן מועטים", ועל אהבת ר' שמעון בר יוחאי אומר אדמו"ר האמצעי שהיא קיימת בכל אחד ואחד מישראל, ואדמו"ר הזקן
מסר את נפשו על מנת שכל אחד ואחד יוכל לגלות את האהבה הזו.

חלק שני:

חמישה חלקים בקשר בין איש לאשה

שמהווים משל

לחמש מדרגות של התפעלות

בקשר עם ה'

מדרגות של התפעלות

בקונטרס ההתפעלות אדמו"ר האמצעי מדבר על אחת עשרה רמות של התפעלות של הנפש בעבודת ה'.

מה זה 'התפעלות'?

כאשר אדם עושה מעשה בצורה חיצונית ובדרך אגב, הנפש שלו נמשכת רק קצת בתוך המעשה. אבל לפעמים אדם יכול להתרכז יותר במה שהוא עושה, ואז הנפש שלו יותר נמשכת במה שהוא עושה, ולפעמים אדם שקוע כל כולו בתוך מה שהוא עושה, ואז הנפש שלו ממש נמשכת בתוך המעשה. ההימשכות של הנפש בתוך עבודת ה' נקראת בלשון אדמו"ר האמצעי 'התפעלות'.

אדמו"ר האמצעי מדבר על שתי קבוצות של חמש מדרגות של התפעלות, כנגד נפש-רוח-נשמה-חיה יחידה, כאשר בכל מדרגה הנפש נמשכת יותר בתוך עבודת ה' של האדם, והאדם 'מונח' ושקוע יותר בקשר עם ה'. הקבוצה הראשונה נקראת בלשון אדמו"ר האמצעי 'עובדי ה' בגופם', והקבוצה השנייה נקראת בלשון אדמו"ר האמצעי 'עובדי ה' בנשמתם'. בלשון ספר התניא, הקבוצה הראשונה היא חמש מדרגות באהבת 'נפשי אייתיך'⁵¹, והקבוצה השנייה היא חמש מדרגות באהבת 'רעיא מהימנא'.

עשרת המדרגות הללו מרכיבים את עבודת ה' כפי שאדמו"ר האמצעי מצייר לנו, אבל אצל האדם עבודת ה' מצויירת, הרבה פעמים, בצורה אחרת. הצורה שבה האדם תופס את עבודה ה' לפני שהוא לומד את דברי אדמו"ר האמצעי היא מדרגה נוספת, שעליה אדמו"ר האמצעי מדבר לפני כל המדרגות. יחד הגענו לאחת עשרה מדרגות.

⁵¹ בפרק הקודם למדנו שבאהבת 'נפשי אייתיך' האדם נמשל לגוף שמרגיש תאב ומעונה, והקב"ה לנפש, וכמו שהגוף תאב שנפשו תחיה אותו, כך האדם תאב לכך שה' יחיה אותו. לכן אהבת 'נפשי אייתיך' נקראת בלשון אדמו"ר האמצעי 'עובדי ה' בגופם'.

לעומת הגוף, שמרגיש שהוא קיים בזכות עצמו, אלא שהוא 'עייף ומעונה', הנשמה מרגישה שאין לה קיום משל עצמה. הנשמה לא מרגישה שהיא קיימת באופן עצמאי כמו שהגוף מרגיש, שהרי אם לא יהיה גוף הנשמה תיראה לנו כאין. הסיבה לכך היא שהנשמה בטלה לה, ומודעת לכך שכל הקיום שלה הוא מה', ואין לה קיום עצמאי.

כאשר צדיקים חיים כי זהו רצון ה', ולא רוצים לחיות בגלל רצון שקיים בטבע מצד עצמו (וכפי שהוסבר באריכות בפרק הקודם על אהבת רעיא מהימנא), הם מזדהים עם התחושה של הנשמה שלהם, שאין לה קיום משל עצמה אלא כל הקיום שלה הוא מכך שה' רוצה אותה, עבודה מהמקום הזה בנפש מכונה 'עובדי ה' בנשמתם'.

חמשת המדרגות של ההתפעלות נקראות בלשון אדמו"ר האמצעי: מחשבה סתם, מחשבה טובה, דחילו ורחימו טבעיים (חיות של הרגש), דחילו ורחימו שכליים (חיות של השכל), ורצון פשוט. למדרגה שבה האדם מצייר את עבודת ה' לפני שהוא לומד את דברי אדמו"ר האמצעי קראנו במאמר 'רצון להתלהבות'⁵².

במאמר הזה נמשיל את עבודת ה' לקשר בין איש לאשה; נתבונן באחת עשרה רמות של התפעלות של הנפש שיש בקשר בין בני זוג, ומהם, בעזרת ה', ניקח לעבוד את ה'.

⁵² ובלשון אדמו"ר האמצעי, במדרגה הזו האדם "חפץ להתפעל ויהיה לו מזה חיות".

חמישה חלקים בקשר בין בני זוג

כאשר באים לתאר קשר בין איש לאשה, אפשר לחלק את התיאור לחמישה חלקים, כאשר בכל חלק מקום פנימי יותר בנפש נמשך ונתון בתוך הקשר:

א. בקשר טוב ויציב בין בני זוג, שני בני הזוג מרגישים שהקשר הוא חלק מהם, טוב להם לחיות יחד, והם לא מעלים בדעתם אפשרות של פירוק הקשר. הקשר ביניהם הוא המציאות שלהם, והם לא מכירים ולא יכולים להעלות על הדעת מציאות אחרת.

כיוון שהקשר בין בני הזוג הוא המציאות שלהם, הם מתרחקים ככל האפשר מדבר שעלול לפגוע בקשר. הם נוהרים שלא יקרו דברים שיערערו את הקשר, והם מתחזקים את הקשר, ועושים את כל מה שצריך על מנת שהקשר לא ייפגע. הם דואגים אחד לשני ועסוקים בהבאת פרנסה ובגידול הילדים והם עושים את כל זה כדבר ברור מאליו, כיוון שהמציאות המשותפת היא המציאות שלהם.

החווייה הזו באה לידי ביטוי בעיקר בזמן השגרה, כאשר בני הזוג עסוקים בפעולות שמקיימות את המציאות המשותפת שלהם.

החלק הזה של הקשר נקרא בלשון אדמו"ר האמצעי 'מחשבה קרה' או 'מחשבה סתם'. כלומר החלק הזה לא מדבר על הרגש שבני הזוג מרגישים בקשר ביניהם, אלא על כך שהקשר ביניהם מונח להם בפשיטות.

ב. כאשר יש קשר טוב בין בני הזוג, הם לא עסוקים בעזרה זה לזה רק כדי לשמר את הקשר הקיים, אלא כל אחד מהם נהנה לעשות דברים בשביל שלשני יהיה נעים ונחמד. החלק הזה של הקשר בא לידי ביטוי כאשר בני הזוג משקיעים אחד בשני מעבר למה ששגרת החיים מחייבת אותם.

החלק הזה בקשר נקרא בלשון אדמו"ר האמצעי 'מחשבה טובה'. כלומר הם לא תופסים את הקשר רק כמציאות שבה הם חיים, אלא גם כרצון להיטיב זה לזה. לכן המחשבה שלהם על הקשר היא לא רק 'מחשבה סתם', אלא היא 'מחשבה טובה', כלומר המחשבות שלהם על הקשר מניעות אותם לפעול פעולות שייטיבו לשני, ויגרמו שיהיה לו נעים.

ג. בשני החלקים הראשונים האהבה של בני הזוג זה לזה באה לידי ביטוי בעיקר במעשים שלהם. בני הזוג אוהבים זה את זה, ולכן ראשית כל הם דואגים לשמר את הקשר ביניהם, ויותר מזה - כל אחד גם משתדל להיטיב לשני ולגרום שיהיה לו נעים.

החלק השלישי מתאר את לב הקשר; בני הזוג מרגישים שהקשר ביניהם לא רק גורם להם לעשות פעולות אחד בשביל השני, אלא גם מוליד בתוכם רגש חם זה כלפי זה. לכל אחד מבני הזוג יש תענוג מכך שהשני מתרגש מהקשר ונהיה שמח ומאושר יותר, והתענוג הזה מחבר בין בני הזוג ומקשר אותם זה לזה.

החלק הזה של הקשר בא לידי ביטוי בעיקר כאשר בני הזוג מדברים על הקשר ביניהם, וכל אחד מתרגש מכך שהשני מתרגש. החלק הזה בקשר מקביל למה שנקרא בלשון אדמו"ר האמצעי 'דחילו ורחימו טבעיים', כלומר 'התרגשות טבעית'.

ד. מקום פנימי יותר בנפש מאשר התרגשות הלב, הוא כאשר הדעת תפוסה בקשר. הקשר בין בני הזוג לא רק מרגש אותם ונעים להם, אלא הוא מעסיק אותם, והדעת שלהם נתונה בו. הקשר תופס את דעתם בצורה כזו, עד שבני הזוג מרוכזים רק בקשר ביניהם, ולא מסיחים את הדעת לשום דבר אחר, וכל שאר עיסוקי החיים נעשים הרבה יותר חיוורים והרבה פחות מעניינים מאשר הקשר ביניהם.

החלק הזה בא לידי ביטוי בצורה חזקה במיוחד בהכנות של בני הזוג לייחוד ביניהם. בזמן הזה בני הזוג כל כך טרודים בקשר ביניהם, שהם לא מפנים את מחשבתם לשום דבר אחר, ועסוקים רק זה בזה.

החלק הזה בקשר מקביל למה שנקרא בלשון אדמו"ר האמצעי 'דחילו ורחימו שכליים'. כלומר השכל 'מתרגש' כביכול ומתמלא חיות, וזה בא לידי ביטוי בכך שהאדם טרוד בקשר ומתמלא ממנו ולכן הוא תפוס בו ולא עסוק בדברים אחרים.

ה. בנקודה הכי פנימית של הקשר בני הזוג מרגישים שהקשר תופס אותם, והם נהיים חלק מהקשר ולא הקשר חלק מהם.

החלק הזה בא לידי ביטוי בצורה החזקה ביותר בזמן הייחוד בין בני הזוג. החלק הזה של הקשר נקרא אצל אדמו"ר האמצעי 'רצון פשוט', כי בחלק הזה האדם מרגיש שהוא הגיע למה שהנפש שלו רוצה ומחפשת, וברצון הזה הנפש מביאה את עצמה לידי ביטוי.

אשר קדשנו במצוותיו - כאדם המקדש אשה

בספר התניא⁵³ כתוב שה' קידש אותנו במצוותיו כמו שאדם מקדש אשה, והייחוד בין איש לאשה יכול להיות משל לייחוד הנפש בה' בשעת עשיית המצוות:

⁵³ פרק מו.

וזהו שאומרים "אשר קדשנו במצותיו", כאדם המקדש אשה להיות מיוחדת עמו ביחוד גמור, כמו שכתוב "ודבק באשתו והיו לבשר אחד"⁵⁴. ככה ממש ויתר על כן לאין קץ הוא יחוד נפש האלוהית העוסקת בתורה ומצות ונפש החיונית ולבושיהן הנ"ל באור אין סוף ברוך הוא. ולכן המשיל שלמה עליו השלום בשיר השירים יחוד זה ליחוד חתן וכלה, בדביקה חשיקה וחפיצה בחיבוק ונישוק.

כלומר קשר בין בני זוג יכול להיות משל לקשר עם ה', וכן כתוב "כי בצלם אלוהים עשה את האדם", כלומר ה' ברא את האדם כך שהוא יוכל להיות משל לה'. לכן החלקים שנמנו למעלה בקשר בין בני זוג יכולים להיות משל למדרגות שאדמו"ר האמצעי מונה בעבודת ה' בקונטרס ההתפעלות.

אלא שצריך לשים לב להבדל גדול שיש בין המשל לנמשל: בקשר בין איש לאשה, כאשר האדם תפוס בקשר, זה בדרך כלל מעורבב אצלו, ומבטא שני מקומות שונים בנפש: זה מבטא גם את המקום בו הוא מחפש קשר אמיתי, וגם את המקום בו הוא רוצה את הקשר בשביל עצמו. כלומר גם את המקום בו הוא מחפש להתענג ובשביל זה הוא רוצה את הקשר, וגם את המקום בו הוא מתענג מהקשר עצמו ולא מחפש להשתמש בו.

לכן בקשר בין איש לאשה ככל שעולים בהדרגה, ובני הזוג נתונים יותר בקשר, הם יותר ויותר צריכים להתאמץ שהם לא יהיו נתונים כל אחד בהנאת עצמו ובטובת עצמו, אלא יהיו נתונים בטיפוח הקשר ובמחויבות אליו.

הסיבה שדווקא כאשר בני הזוג נתונים יותר בקשר הם יותר צריכים להתאמץ להיות עסוקים בקשר ולא בעצמם, היא שקשר בין איש לאשה מורכב גם ממשיכה נפשית וגם מצורך גופני. בכללות, המשיכה הנפשית גורמת שהאדם יהיה נתון בעצם הקשר, והצורך הגופני גורם שהוא יהיה נתון בעצמו. אבל בקשר עם ה', להבדיל, זה לא כך. כיוון שההתקדמות בקשר עם ה' היא נפשית ולא גופנית⁵⁵, ככל שעולים בקשר, כלומר הקשר תופס מקום פנימי יותר ועמוק יותר באדם, ברור שהאדם יותר נתון בקשר ולא בהנאת עצמו.

העובדה שההתקדמות בקשר עם ה' היא נפשית ולא גופנית גורמת גם דבר נוסף: ככל שעולים יותר בקשר כך קשה לנו לזהות שאנחנו שייכים לקשר כזה, ויש בתוכנו מקום שבו אנחנו כל כך קשורים לה'. כיוון שההתקדמות

⁵⁴ בראשית ב, כד.

⁵⁵ כמובן, הקשר עם ה' הוא לא רק בעולם המחשבה והרגש, אלא הוא גם בעולם המעשה, ואדרבה עיקר המצוות הן מצוות מעשיות, אבל מכל מקום בעשייה של המצוות אין אנוכיות.

היא נפשית, ככל שהקשר מתקדם כך הוא מופשט יותר, וקשה לנו לדמות אותו בתוכנו. בקשר בין איש לאשה קל לנו לזהות אפילו את המדרגות הגבוהות, כי יש להן ביטוי גם בגופניות⁵⁶. אבל בקשר עם ה' ככל שמתקדמים במדרגות כך נראה, בהשקפה ראשונה, שהמדרגה הזו רחוקה מאיתנו ולא שייכת אלינו. אבל באמת אדמו"ר האמצעי מתכוון לומר שכל המדרגות, עד למדרגות הגבוהות ביותר, נמצאות בתוכנו, והוא רוצה ללמד אותנו איך לזהות ואיך לחשוף אותן⁵⁷.

כל המשמה חתן וכלה

ככל שבני הזוג ישימו במרכז את המשיכה הגופנית, ואת ההנאה העצמית שיש לכל אחד מהם - כך הקשר בין האיש והאשה לא יוכל להיות משל לקשר עם ה'. בקשר כזה כל אחד מבני הזוג עסוק בעצמו יותר מאשר בקשר, וממילא אי אפשר מקשר כזה להבין את הקשר עם ה'.

לעומת זאת, ככל שהתענוג שבקשר נובע מכך שטוב לשני - כך הקשר בין האיש והאשה יכול להיות משל מכוון יותר לקשר עם ה'. כל אחד מבני הזוג גורם לשני להיפתח לקשר, ולא להיות עסוק רק בעצמו, וכך הקשר בין בני הזוג יכול ללמד אותם לפתוח את הלב לקשר עם ה'.

⁵⁶ המימד הנפשי שבקשר בין איש לאשה מלוכש בתוך המימד הגופני, ולכן יש לנו אפשרות לזהות את המימד הנפשי מתוך המימד הגופני, מה שלא קיים בקשר עם ה'. אמנם גם בקשר בין איש לאשה קשה להפריד בין המימד הגופני למימד הנפשי, וקשה לדבר על המימד הנפשי בפני עצמו. כלומר גם בקשר בין איש לאשה החלק הנפשי דורש התבוננות ומאמץ על מנת להבין. ראה בהמשך המאמר את החלק שמדבר על 'דחילו ורחימו טבעיים', ועוד יותר בחלק שמדבר על 'דחילו ורחימו שכליים', בקשר בין בני זוג.

⁵⁷ כך הוא כותב בפרק הראשון של קונטרס ההתפעלות:

שיש בנפש האלוקית חמש מדרגות: נפש, רוח, נשמה, חיה, יחידה, והיותר נעלה הוא בחינת יחידה, והוא בחינת התקשרות ודביקות העצמי שדבוק וקשור בתמידות, כמו שכתוב) באדרא זוטא, זוהר חלק ג רצב, א) "ב'ה אחידא, ב'ה להיטא כו", וישנו גם בכל אחד מישראל, בכל חד לפום שיעורא דיליה.

וכפי שהוסבר בפרק הראשון.

לכן אומרים חכמינו⁵⁸ שכל המשמח חתן וכלה כאילו בנה אחת מחורבות ירושלים. כשם שירושלים יכולה להיות בנויה ויכולה להיות חרבה, כך הקשר בין בני הזוג יכול להיות כמו ירושלים הבנויה ויכול להיות כמו ירושלים החרבה. הקשר יכול להיות כמו ירושלים הבנויה והשכינה תשרה ביניהם, אם בני הזוג הם יחפשו שהקשר ביניהם יהיה דוגמה יפה לקשר בין הקדוש ברוך הוא לעם ישראל. אבל הקשר יכול להיות גם כמו ירושלים החרבה ו'אש אוכלתן', אם כל אחד מבני הזוג יחפש לנצל את השני להנאת עצמו. מי שמשמח את החתן והכלה בוודאי רוצה שהקשר ביניהם יעלה בצורה טובה, וזה לא מעורבב אצלו בדברים אחרים. לכן על ידי שמחתו הוא מכווין את בני הזוג לרצות לבנות קשר טוב, והוא כאילו בונה אחת מחורבות ירושלים.

בני זוג שצריכים לבנות את הקשר ביניהם

כאמור, אפשר להסתכל על קשר בין בני זוג בחמש הסתכלויות, זו לפנים מזו. אלא שהרבה פעמים לא זוהי התחושה של בני הזוג. לפעמים התחושה של בני הזוג היא שאף על פי שהם רוצים לבנות ביניהם קשר טוב, המצב בינתיים הוא שהם עדיין לא יודעים איך לעשות זאת, והם מנסים ללמוד. הם יודעים שיש דבר כזה קשר טוב שהם מאד היו רוצים אותו אבל הם אפילו לא יודעים לצייר אותו.

בני הזוג מתארים לעצמם שקשר זה דבר נעים ויהיה להם טוב ביחד והם יאהבו זה את זה. אבל הרבה פעמים כאשר זה מגיע למעשה, הם לא יודעים איך לעשות זאת ואפילו מאיפה מתחילים להסתכל על זה, והם צריכים להתייעץ עם אנשים שיעזרו להם לבנות נכון את הקשר.

כאשר זוהי התחושה של בני הזוג, אפילו המדרגה הבסיסית של הקשר אותה תיארו קודם - שבני הזוג מרגישים שהקשר ביניהם הוא המציאות שלהם, והם לא מכירים ולא רוצים להכיר מציאות אחרת - אפילו אותה אי אפשר להגיד על הקשר ביניהם. הם אמנם מאוד רוצים לבנות קשר טוב ונעים זה עם זה, אבל התחושה שלהם בינתיים היא שכל אחד עומד בפני עצמו, והקשר ביניהם הוא תוצאה אפשרית של המעשים שלהם, ולא המציאות העכשווית.

כאשר בני הזוג הולכים ליועץ שיסביר להם איך עליהם לבנות את הקשר, היועץ אומר להם שגם את הבניה של הקשר ניתן לחלק לחמישה חלקים, שמקבילים לחמשת החלקים שתוארו קודם. אלא שלפני חמשת החלקים הללו היועץ קודם כל מסביר להם איך הם תופסים את הקשר ביניהם עכשיו, ומה יעזור להם להתקדם מהתפיסה הראשונית

⁵⁸ ברכות ו, א.

שלהם לחמשת החלקים של בניית הקשר. כפי שנכתב בפתיחה, התפיסה הראשונית מכונה במאמר הזה 'הרצון להתלהבות'.

א. הרצון להתלהבות

הרצון להתלהבות בקשר בין בני זוג

לפעמים בתחילה היה לבני הזוג נעים זה עם זה, והם התלהבו זה מזה, והיה להם טוב ביחד, והם חשבו שהם יודעים מה זה קשר טוב ואיך יוצרים אותו. אבל לפתע אירע ביניהם איזה משבר, והקשר ביניהם נעלם, והם לא יודעים איך ליצור אותו מחדש, והם צריכים ללכת ליועץ שיסביר להם איך לבנות את הקשר ביניהם.

היועץ אומר לבני הזוג שמצד אחד ההתלהבות שהיתה להם מהקשר, והתחושות הנעימות שהיו להם בקשר, הם וודאי טובות מאוד וחשובות מאוד. הידיעה שקשר בין איש ואשה הוא צורת חיים נעימה וטובה, מרגשת ומלהיבה, היא דבר מבורך, וההחלטה שהקשר יהיה על פי התורה, ובני הזוג יחפשו להתלהב דווקא אחד מהשני ולא מאנשים אחרים - היא וודאי דבר יקר מאוד.

אבל מצד שני, אומר היועץ לבני הזוג, הרבה פעמים דווקא ההתלהבות שלהם היא עצמה הגורם למשבר שאירע ביניהם. ההתלהבות והנעימות שיש בקשר עלולה לתת לבני הזוג תחושה שהקשר ביניהם מתרחש מאליו, ללא עבודה וללא מאמץ שלהם. תחושה כזאת מובילה את בני הזוג לתפוס קשר בצורה לא נכונה. בני הזוג עלולים לחשוב שקשר בין איש ואשה אמור להיות נעים ומלהיב בצורה ספונטאנית, מעצם המפגש ביניהם, ואם צריך להתאמץ בשביל שיהיה קשר - כנראה הם באמת לא מתאימים זה לזה. על פי התפיסה הזו קשר בין בני זוג אמור להיות מובן מאליו, כלומר התענוג שבקשר והתחושה הטובה שבו מתרחשים ממילא, ללא מאמץ, והמאמץ של בני הזוג נועד לממש ולהגדיל את העונג שהקשר מסוגל לתת. תפיסה כזו גורמת לבני הזוג להתאמץ ולהשתדל להגביר את ההתלהבות מהקשר, לצאת לטיולים יחד וכדומה, אבל המאמץ להשקיע אחד בשני ולוותר זה לזה ולחשוב מה השני רוצה וכדומה, נראה להם כסימן לחוסר קשר ואולי גם חוסר התאמה. קשר בין בני זוג אמור להיות סוחף, וכיוון שהם לא מרגישים שהקשר סוחף אותם, זה כלל לא נראה להם כמו קשר.

כך מסביר היועץ לבני הזוג איך התפיסה שלהם את הקשר היא זו שגורמת למשבר ביניהם. כאשר בני הזוג מבינים מה לא טוב בתפיסה הראשונית שלהם, היועץ יכול להסביר להם איך כן נכון לתפוס קשר, וההסבר הזה הוא החלק הבא, שנקרא 'מחשבה סתם'.

הרצון להתלהבות בקשר עם ה'

עבודת ה' - לימוד תורה, תפילה וקיום מצוות - הרבה פעמים ממלאת את האדם בחיות ויוצרת אצלו התלהבות. כאשר אדם בא לבית הכנסת, למשל, ומתפלל בקול ובהתלהבות, ומשתדל שגם החברים שלו יתפללו כך, זה יוצר אווירה של חיות. זה נותן תחושה שהקשר עם ה' הוא לא חוקים יבשים, אלא קשר שיכול לנסוך באדם חום והתלהבות.

אלא שלפעמים האדם מרגיש שאף על פי שיש התלהבות, זה לא מצביע בהכרח על קשר עם ה'. הוא מרגיש שגם כאשר יש בתפילה שלו שמחה והתלהבות, עדיין זה לא מראה שיש לו אהבת ה'. הוא חש שהתלהבות יכולה להיווצר מהאווירה החברתית, או שהיא אפילו מיוצרת בצורה מלאכותית על ידי הפעולות של המתפללים, אבל הרבה פעמים אין בה נוכחות של ה', והיא לא יוצרת אהבת ה'. לפעמים, כאשר האדם שם לב שהתלהבות שלו לא מחזקת את האהבת ה' שלו ואת תחושת הנוכחות של ה', זה גורם לו לחוש שהתלהבות היא חיצונית, והתלהבות שלו נחלשת. יכול להיות שבפעמים הבאות שהוא יבוא לבית הכנסת, כבר לא כל כך יהיה לו כח להתפלל בחום ובהתלהבות, כמו שהוא היה מתפלל עד עכשיו.

מצד אחד העובדה שלאדם יש התלהבות בעבודת ה' היא דבר יקר מאוד. חשוב מאוד שאדם ידע שהקשר עם ה' הוא קשר שבא לידי ביטוי גם בהתלהבות. בנוסף, כאשר אדם מחפש שהתלהבות שלו תבוא לידי ביטוי דווקא בעבודת ה' ולא בדברים אחרים - זה בוודאי טוב מאוד. כאשר אדם מחפש שהתלהבות שלו תבוא מתפילה וקיום מצוות ולימוד תורה, זה כמובן עדיף עשרות מונים מאשר אם הוא יחפש שהתלהבות שלו תבוא מדברים בטלים או אפילו אסורים חס ושלום.

אבל מצד שני מאוד יכול להיות שדווקא ההנאה של האדם מכך שיש לו התלהבות מעבודת ה' - היא זאת שגורמת שהתלהבות תיחלש. כאשר יש לאדם התלהבות מעבודת ה' נראה לו שכך אמורה להיראות עבודת ה' באופן טבעי. נדמה לו שהתלהבות שלו בעבודת ה' התרחשה מאלוהי, ללא מאמץ מצידו, אלא מעצם המפגש עם המצוות או התפילה. כאשר זו התפיסה של האדם, אם הוא רואה שעליו להתאמץ בשביל שתהיה לו התלהבות בעבודת ה' - נראה לו שזה חיצוני. הוא מרגיש שבמקום שעבודת ה' תלהיב אותו, עליו להתאמץ ולהלייב את עצמו, והתלהבות הזו נראית לו התלהבות חיצונית, שלא נובעת מאהבת ה' ומהקשר עם ה'. התחושה הזו גורמת לו לחשוב שכל התלהבות בעבודת ה' היא חיצונית ולא אמיתית, וזה מחליש לו את היכולת לעבוד את ה' בהתלהבות.

חשוב לשים לב: כאשר אדם מחפש לקיים מצוות מתוך התלהבות, זה יותר טוב מאשר לקיים מצוות מתוך 'מצוות אנשים מלומדה'⁵⁹. האדם לא רוצה לקיים את המצוות ברמת המעשה בלבד, אלא רוצה שהמצוות יבטאו קשר

⁵⁹ על קיום מצוות מתוך 'מצוות אנשים מלומדה' לא מדובר בכל אחת עשרה המדרגות של קונטרס ההתפעלות. קונטרס ההתפעלות מדבר על המחשבות והרגשות של האדם בזמן הקשר עם ה', אבל כאשר אדם מקיים מצווה בלי לחשוב שום דבר, רק מתוך 'מצוות אנשים מלומדה', הוא נתון בעשייה של המצווה ולא חושב על הקשר כלל. אין במצווה הזו שום התפעלות ושום כוונת הלב, ומצד כוונת הלב המצווה הזו נשארת בעולם הזה התחתון, ולא עולה כלל למעלה. וכמו שכתוב בספר התניא פרק לט:

עם ה'. ממילא האדם רוצה שהמצוות שהוא מקיים יהיו מלאות חיות, והוא לא יעשה אותן בצורה טכנית בלבד. אלא שלפעמים דווקא הרצון הטוב של האדם לחפש שעבודת ה' לא תהיה בבחינת 'מצוות אנשים מלומדה' הוא עצמו תוקע אותו, וגורם לו לחפש התלהבות שלא נובעת מהקשר עם ה'.

אין הכוונה לומר שהאדם רוצה רק את ההתלהבות של עצמו, ולא מתעניין כלל בקשר עם ה'. להיפך, האדם רוצה לחזק את הקשר עם ה', אלא שהוא חושב בטעות שהדרך לחזק את הקשר עם ה' היא על ידי הגדלת ההתלהבות שבקשר, ולכן הוא עסוק במחשבה על ההתלהבות. אבל באמת המחשבה על ההתלהבות מחלישה את הקשר עם ה' ולא מחזקת אותו, שכן כאשר האדם חושב על ההתלהבות המחשבה שלו עסוקה בעצמו, ולא בקשר עם ה'⁶⁰. כאשר

אבל עבודה בלי התעוררות דחילו ורחימו אפילו במוחו בבחינת גילוי, דהיינו לעורר האהבה הטבעית המסותרת בלב להוציאה מההעלם והסתר הלב אל הגילוי, אפילו במוחו ותעלומות לבו על כל פנים, רק היא נשאת מסותרת בלב כתולדתה כמו שהיתה קודם העבודה - הרי עבודה זו נשאת למטה בעולם הפירוד הנקרא חיצוניות העולמות, ואין בה כח לעלות וליכלל ביחודו יתברך שהן עשר ספירות הקדושות... והיינו אפילו אם אינו עוסק שלא לשמה ממש, לשום איזו פניה חס ושלום, אלא כמו שכתוב (ישעיה כט, יג) "ותהי יראתם אותי מצות אנשים מלומדה", פירוש מחמת הרגל שהורגל מקטנותו שהרגילו ולימדו אביו ורבו לירא את ה' ולעבדו.

⁶⁰ כאשר אדם לא רוצה כלל לחזק את הקשר עם ה', אלא מקיים מצוות בשביל 'פניה' מסוימת, כגון כדי להיחשב צדיק (בעיני עצמו או בעיני אחרים) - כוונה כזו בוודאי לא נחשבת כחלק מהקשר עם ה'. וכמו שכתוב בספר התניא בסוף פרק לט:

וכשעוסק שלא לשמה ממש לשום איזו פניה לכבוד עצמו, כגון להיות תלמיד חכם וכדאי גוונא, אזי אותה פניה שמצד הקליפה דנוגה מתלבשת בתורתו, והתורה היא בבחינת גלות בתוך הקליפה לפי שעה.

אף על פי כן, כאשר האדם חוזר בתשובה, ומתחרט על כך שהוא עשה את המצווה לכבוד עצמו - המצווה הזו חוזרת להיות חלק מעבודת ה'. וכמו שכתוב שם בהמשך הדברים:

עד אשר יעשה תשובה שמביאה רפואה לעולם, שבשבו אל ה' גם תורתו שבה עמו. ולכן אמרו רבותינו זכרונם לברכה (פסחים נ, ב): "לעולם יעסוק אדם וכו' שמתוך שלא

האדם מבין שיכול להיות שהוא בכלל לא מצייר לעצמו נכון מה זה עבודת ה', ולכן ההתלהבות שלו נחלשת, הוא בשל להתחיל ללמוד את חמשת החלקים או המדרגות שיש בעבודת ה'.

לשמה בא לשמה" בודאי, שבודאי סופו לעשות תשובה בגלגול זה או בגלגול אחר, כי לא ידח ממנו נדח.

אמנם, בשונה ממי שעוסק בתורה ומצוות לשם איזו פניה, עשיית מצוות מתוך 'מצוות אנשים מלומדה' יכולה לעלות ולהיות חלק מעבודת ה' ללא קשר לחזרה בתשובה. וכמו שכתוב שם בתניא:

אך כשעושה סתם, לא לשמה ולא שלא לשמה, אין הדבר תלוי בתשובה, אלא מיד שחוזר ולומד דבר זה לשמה הרי גם מה שלמד בסתם מתחבר ומצטרף ללימוד זה ופּרַחא לעילא, מאחר שלא נתלבש בו עדיין שום קליפה דנוגה. ולכן "לעולם יעסוק אדם כו". וכן הענין בתפלה שלא בכוונה.

אדם שקיים מצוות מתוך 'מצוות אנשים מלומדה' לא צריך להתחרט על הכוונה שהיתה לו בשעת קיום המצווה, כי לא היתה לו שום כוונה, לא כוונה טובה ולא כוונה לא טובה. מה שעליו לעשות הוא מעכשיו להוסיף פנימיות וכוונה במעשה המצוות, וזה יעלה גם את המצוות שהוא עשה ללא כוונה.

דוגמה ל'מצוות אנשים מלומדה' היא מנהל שמחלק מתנות שגרתיות לעובדים שלו, ולא תמיד הוא יודע אפילו למי הוא נותן את המתנה. מנהל שנתן מתנות בצורה מנהלתית, בלי להכיר את עובדיו, לא יצר איתם קשר. אבל אם הוא יתחיל להכיר את עובדיו ולהאיר להם פנים, העובדים יתייחסו אחרת גם למתנות שהוא נתן להם בעבר, ויתברר שהמתנות הללו כן יוצרות קשר. כך זה גם בעבודת ה'. כאשר אדם מקיים מצווה מתוך כוונה הוא מעלה איתו גם את המצוות שהוא עשה מתוך 'מצוות אנשים מלומדה'.

לעומת זאת אם מנהל מחלק מתנות, אבל לא חשוב לו הקשר עם העובדים אלא רק הקידום של עצמו, וחשוב לו שיתייחסו אליו כמנהל טוב גם אם הוא לא מנהל טוב וכדומה, זה נקרא 'לגרמיה'. הוא נותן מתנה בגלל שהוא רוצה להרוויח משהו, ולא בשביל ליצור קשר. במקרה כזה, אם המנהל רוצה להשתנות וליצור קשר טוב עם העובדים שלו, עליו לחשוב על כך שהוא לא רוצה להשתמש בתקשורת עם העובדים בשביל הקידום שלו או בשביל צרכים אחרים שלו. עליו לשים לב שסוג תקשורת כזה גורם פירוד בינו לבין העובדים, ולא יוצר ביניהם קירוב.

עולה מהדברים שלפני עשר המדרגות בעבודת ה' שמבוארות בקונטרס ההתפעלות, יש עוד שלוש מדרגות, זו למעלה מזו: לגרמיה, מצוות אנשים מלומדה, ואדם שעוסק בהגברת ההתלהבות שיש בעבודת ה', במקום לתת את הדעת על הקשר עם ה'.

ב. מחשבה סתם

מחשבה סתם בקשר בין בני זוג

לחשוב על הקשר ולא על התוצאה של הקשר

לאחר שהיועץ ניתח לבני הזוג איך נראית תפיסת העולם שלהם לגבי קשר בין איש ואשה, ושיש בתפיסה שלהם דברים טובים ודברים לא טובים, הוא יכול להסביר להם איך צריך לתפוס נכון קשר טוב בין איש ואשה: בתחילה בני הזוג חשבו שההתלהבות שיש בקשר בין איש ואשה אמורה להיות טבעית. צורת חשיבה כזו גורמת לכל אחד מבני הזוג לחפש וליצור התלהבות, וממילא כל אחד מבני הזוג מחפש, במובן מסויים, את ההתלהבות של עצמו. אין הכוונה שבני הזוג לא מתעניינים בקשר ביניהם, וחושבים רק על עצמם. להיפך, בני הזוג רוצים לחזק את הקשר ביניהם, אלא שהם חושבים בטעות שהדרך לחזק את הקשר היא על ידי הגדלת ההתלהבות שבקשר, ולכן הם עסוקים במחשבה על ההתלהבות. היועץ מסביר להם שהחשיבה על ההתלהבות מרחיקה אותם זה מזה, ולא מקרבת אותם זה לזה כפי שהם חשבו, שכן כאשר כל אחד מבני הזוג חושב על ההתלהבות - הוא חושב על ההנאה של עצמו ולא חושב על השני. כמובן, ההנאה מהקשר וההתלהבות מהקשר הם דבר טוב ומבורך, והם מהותיים לקשר, אבל אם כאשר בני הזוג יחשבו על השאלה איך לחזק את הקשר ביניהם הם יחשבו על הגדלת ההנאה וההתלהבות - המחשבה הזו עלולה להחליש את הקשר ולא לחזק אותו.

קשר מוציא מבני הזוג את התכונות הטובות שגנוזות בהם

הסיבה שבני הזוג חשבו שהמחשבה על הגדלת ההנאה תחזק את הקשר ביניהם היא, שבני הזוג תפסו קשר כמקום שבו כל אחד אמור להרוויח. ממילא הם חושבים שכל אחד מבני הזוג יותר יהנה ויותר ירוויח - הקשר ביניהם יתחזק. לאחר שבני הזוג מבינים שיש בתפיסה הזו דברים שמרחיקים אותם זה מזה, היועץ מסביר להם איך נכון לצייר קשר טוב בין איש ואשה.

היועץ אומר לבני הזוג שקשר בין איש ואשה הוא מקום שמוציא מבני הזוג את הדברים הטובים שגנוזים בהם, ועל ידם הם בונים יחד את הקשר ביניהם ואת המשפחה שלהם. הקשר יכול להוציא מהם את הטוב לב שלהם, את השמחה בזולת, את ההזדהות עם הזולת, את הרצון לעזור וכדומה. כלומר הקרבה בין בני הזוג גורמת שלבני הזוג יהיה נעים להוציא את התכונות הטובות שבתוכם לפועל. כל אחד מבני הזוג רוצה לבנות את החיים שלו עם השני, והרצון הזה גורם לו ליהנות מכך שהוא משקיע את הכחות והחשק שלו בבניין המשותף. על בני הזוג לצייר לעצמם שכך נראה קשר נכון, וקשר כזה הוא מושך ומהנה.

כלומר הרבה פעמים האדם חושב שהוא חיפש קשר כי הוא רצה לקבל משהו מהקשר. היועץ מלמד את בני הזוג שמה שבאמת הם חיפשו קשר מרומם שיוציא מהם את התכונות הטובות שגנוזות בתוכם.

כפי שנכתב, לפני שבני הזוג באו ליועץ הם חשבו שההשקעה שלהם בקשר אמורה להיות בהגדלת ההנאה מהקשר, לצאת לטיולים יחד וכדומה, ובצורה כזו המחשבה של כל אחד מבני הזוג נתונה בהנאה מהקשר. כמובן, ההנאה מהקשר היא דבר טוב מאוד, אבל כאשר המחשבה נתונה בהנאה, האדם עסוק בתוצאה של הקשר ולא בקשר עצמו. איך אפשר לחשוב על הקשר עצמו? - היועץ מסביר לבני הזוג שעל כל אחד מהם לחשוב איך הקשר נראה מהצד של השני, מה השני רוצה שיהיה בקשר וכדומה. כאשר המחשבה נתונה על הנוכחות של השני בקשר, האדם חושב על הקשר ולא על התוצאה שלו.

בני הזוג כחלק מיחידה אחת

כאשר הקשר בין בני הזוג הוא קשר טוב, האיש רואה שהקשר עושה לו טוב והוא מודה על זה לאשתו, והוא רואה שגם לאשה הקשר עושה טוב, והוא שמח בזה. האיש מסתכל על האשה, ורואה שגם אצלה זה כך: היא רואה שהקשר עושה לה טוב והיא מודה על זה, והיא רואה שהקשר עושה לו טוב, והיא שמחה בזה. גם האשה תופסת את הקשר מארבעת הכיוונים הללו: היא רואה שהקשר עושה לה טוב ומודה על זה, ורואה שהקשר עושה גם לבעלה טוב ושמחה בזה, ורואה שגם בעלה תופס כך את הקשר ביניהם.

כלומר כאשר האדם מוציא את עצמו מהמרכז, ורגיש יותר לנוכחות של השני - הוא יכול לשים לב עד כמה הוא מודה לשני ושמח בו. כל אחד מבני הזוג רוצה שהנוכחות של השני תוציא ממנו דברים טובים - הודאה לשני ושמחה בו. הוא לא רוצה לצייר את עצמו במרכז, ואת בן הזוג ואת הקשר כמשהו שממנו הוא יכול להרוויח. הוא רוצה לצייר את שניהם כחלק ממה שהוא אחד, כחלק מקשר.

לשם ההמחשה, כאשר יש שלום בית בין בני הזוג הילדים מציירים את האבא והאמא כיחידה אחת: הילדים רואים שהאבא חש שהקשר טוב לו, והוא מודה על כך לאמא, והאבא רואה שהקשר טוב לאמא ושמח בזה; הם רואים שהאמא חשה שהקשר טוב לה, והיא מודה על כך לאבא, והאמא רואה שהקשר טוב לאבא ושמחה בזה;

כך גם בני הזוג יכולים לצייר לעצמם שקשר משמעו ששניהם חלק ממה שהוא אחד. המחשבה על הנוכחות של השני, ועל כך שהאדם לא מחפש להרוויח מן הקשר, אלא מחפש שהקשר יוציא ממנו דברים טובים, מאפשרת לאדם לצייר שקשר טוב זה קשר שבו הנוכחות של השני חזקה וחשובה לא פחות מהנוכחות של עצמו.

אם האדם תופס קשר כמציאות שהוא אמור להרוויח ממנה - הוא שם את עצמו במרכז; אבל כאשר האדם מצייר שבקשר טוב נעים לו שהקרבה לשני מוציאה ממנו דברים טובים - הוא מוציא את עצמו מהמרכז, והוא יכול לראות את הקשר כמקום שכולל את שניהם.

כאמור, הרבה פעמים האדם חושב שמה שנעים לו זה מה שהוא מקבל מהקשר; הוא לא שם לב שכאשר הוא בקשר הוא מודה לשני ושמח בו, וזה מה שעושה את הקשר לקשר טוב, וזה מה שנעים לו וזה מה שהוא מחפש. היועץ מסביר לבני הזוג שכאשר הם מחפשים קשר טוב - זה הקשר אותו הם מחפשים⁶¹.

מחשבה קרה

היועץ מסביר לבני הזוג שהעובדה שהם באו אליו להתייעץ מראה שהם אכן מחפשים קשר שבו נעים לאדם שהקשר מוציא ממנו דברים טובים, ולא קשר שבו כל אחד מחפש להרוויח. שהרי למרות שהקשר שלהם לא זורם בצורה חלקה, ולמרות שההתלהבות בקשר ביניהם נחלשת - למרות זאת הם רוצים להמשיך את הקשר ביניהם. הם ממשיכים לחיות יחד, וממשיכים לעשות את הדברים שהם אמורים לעשות בשביל המציאות המשותפת שלהם, ומשתדלים לא לפגוע זה בזה, ואפילו הולכים להתייעץ איך לחזק את הקשר ביניהם. העובדה שהם כל כך משקיעים בקשר שלא ברור אם הם מרוויחים ממנו, מראה שבאמת הם רוצים את הקשר, ולא מחפשים להרוויח מהקשר ולנצל אותו כל אחד לטובת עצמו.

החלק הזה של הקשר נקרא 'מחשבה קרה', והוא מקביל לחלק הראשון שנקרא כך, כיוון שבחלק הזה בני הזוג רוכשים תפיסת עולם נכונה, שמציירת להם איך החיים צריכים להתנהל. בני הזוג מבינים שהקשר מוציא מהם דברים טובים, והם מבינים שצורת חיים כזו אמורה להיות צורת חיים טובה ונעימה, ולכן הם רוצים להיות מחוייבים לקשר ביניהם, והם ממשיכים את החיים המשותפים שלהם כחלק מהמחוייבות הזו.

אבל בפועל בני הזוג עוד לא מרגישים שההתחייבות הזו נעימה להם. הם רק מבינים שזה טוב להם, אבל ההבנה הזו עוד לא מחלחלת, ועוד לא גורמת שיהיה להם חיות ליזום ולעשות זה למען זה.

⁶¹ עיקר החידוש בחלק של 'מחשבה סתם' הוא שהחשיבה על הקשר מקדמת את הקשר. אם בני הזוג מציירים לעצמם קשר כדבר שבו כל אחד מהם אמור להרוויח - המחשבה על הקשר לא תקדם את הקשר, אלא להיפך, תאכזב ותתסכל אותם. שכן כאשר כל אחד מבני הזוג מחפש איך הוא ירוויח, כל אחד עסוק בעצמו. בצורה כזו עצם המחשבה על קשר מוצלח מרחיקה את בני הזוג זה מזה, שכן כאשר הם חושבים על הקשר כל אחד חושב על עצמו ולא על השני. כל אחד חושב שהיה אמור להיות לו נעים מהקשר בגלל כל מיני דברים, אבל בגלל בן הזוג לא כל הדברים הללו יכולים לצאת לפועל. לכן הרבה פעמים בני זוג מעדיפים לא לחשוב איך הם מציירים לעצמם את הקשר, על מנת לא להתאכזב, ולהצליח להיאחז במה שיש. לעומת זאת, כאשר בני הזוג מציירים לעצמם קשר כדבר שמוציא מהם דברים טובים, כאשר הם חושבים על קשר מוצלח כל אחד חושב איך הוא יכול להוציא מעצמו יותר על מנת שהקשר יהיה טוב יותר. ממילא המחשבה על קשר מוצלח מקרבת אותם זה לזה ולא מרחיקה אותם זה מזה.

בחיי הנישואין בני הזוג משקיעים אחד בשני, ועכשיו כבר מצוייר להם שההשקעה הזו היא דבר טוב. הם כבר לא חושבים שעיקר הקשר הוא הרצון לקבל, ואם הקשר לא סוחף אותם זה לא נקרא קשר, כפי שהם חשבו בתחילה. הם כבר לא חושבים שההשקעה זה בזה היא בדיעבד, במקרה של קשיים, ולא חושבים שהיה עדיף אם היה להם קשר טוב ומהנה בלי שהם יצטרכו להתאמץ בשביל זה. הם כבר מבינים שעיקר הקשר הוא הרצון לתת, וכאשר הקשר הוא חזק הוא בא לידי ביטוי בהתלהבות, וההתלהבות היא תוצאה של הרצונות הטובים שלהם. הם כבר מבינים שהם מחפשים קשר כזה שבו נעים להם להשקיע זה בזה, כי נעים להם שהקשר מוציא מהם תכונות טובות ומעשים טובים. אלא שהם עדיין רק מבינים את זה, ועדיין לא מרגישים את הנעימות שיש בהשקעה זה בזה. לכן החלק הזה של הקשר נקרא 'מחשבה קרה', כי הוא בונה את צורת החשיבה בלבד.

אבל אף על פי שבני הזוג עדיין לא מרגישים שנעים להם שהקשר מוציא מהם דברים טובים, אף על פי כן עצם ההבנה שכך נראה קשר טוב היא חלק עיקרי מהקשר. השלב הראשון בבניית הקשר הוא ההבנה שכך נראה קשר טוב. לאחר שבני הזוג מבינים זאת, אפשר וצריך לעבור לחלק הבא של בניית הקשר שנקרא 'מחשבה טובה'.

מחשבה סתם בקשר עם ה'

לחשוב על הנוכחות של ה'

כאשר אדם מרגיש שההתלהבות שלו בעבודת ה' נחלשת, והוא הולך לרב או משפיע וכדומה, על מנת שיסביר לו איך לעבוד את ה', המשפיע מסביר לו שעד עכשיו המחשבה שלו היתה עסוק במידה רבה בשאלה איך להגדיל את ההתלהבות בעבודת ה', והמחשבה הזו החלישה את הקשר עם ה' ולא חיזקה אותו. על מנת לחזק את הקשר עם ה' על האדם לא לחשוב על הגדלת ההתלהבות, אלא לתת את דעתו על הקשר עם ה'⁶². נתינת הדעת על הקשר עם ה' מתחילה ב"התבוננות בגדולת ה'".

לעיל, במשל, נכתב שהקשר נבנה מכך שהאדם מסתכל גם על הצורה שהשני רואה את הקשר, ולא מסתכל על הקשר רק מזווית הראיה שלו. על האדם לחשוב איך הקשר נראה מהצד של השני, מה השני רוצה וכדומה. כך הנוכחות של השני מתחזקת, והאדם מודע יותר ורגיש יותר לנוכחות של השני.

⁶² וכפי שנכתב במשל:

לפני שבני הזוג באו ליועץ הם חשבו שההשקעה שלהם בקשר אמורה להיות בהגדלת ההנאה מהקשר, לצאת לטיולים יחד וכדומה. בצורה כזו המחשבה של כל אחד מבני הזוג נתונה בהנאה מהקשר. כמובן, ההנאה מהקשר היא דבר טוב מאוד, אבל כאשר המחשבה נתונה בהנאה, האדם עסוק בתוצאה של הקשר ולא בקשר. היועץ מסביר לבני הזוג שעל כל אחד מהם לחשוב איך הקשר נראה מהצד של השני, מה השני רוצה שיהיה בקשר וכדומה. כאשר המחשבה נתונה על הנוכחות של השני בקשר, האדם חושב על הקשר ולא על התוצאה שלו.

⁶³ כאשר האדם מחפש את ההתלהבות במקום לתת את הדעת על הקשר עם ה' - זה עצמו גורם שההתלהבות תיחלש. לאדם לא נעים לחוש שהוא צריך להלהיב את עצמו, והוא שם לב שחיפוש התלהבות לא יכול להוליד קשר, וזה עצמו גורם שההתלהבות מעבודת ה' תיחלש (ולפעמים זה אפילו גורם לחשוב בטעות שלא אמורה להיות התלהבות בעבודת ה').

כלומר המשפיע מסביר לאדם שהמצב הנוכחי שלו הוא תוצאה של תהליך בין ארבעה שלבים: בתחילה הוא נתן את דעתו על הקשר עם ה'; לאחר מכן נתינת הדעת גרמה לו להיות נתון בעבודת ה' ולהתלהב ממנה; לאחר מכן ההנאה מההתלהבות גרמה לו לחשוב שעבודת ה' היא ההתלהבות שיש בה, ולא המאמץ לתת את הדעת על הקשר עם ה', והאדם התחיל פחות להשקיע, ויותר לחפש שתהיה התלהבות בקשר עם ה'; לבסוף, כיוון שהאדם פחות משקיע בעבודת ה', הוא פחות נתון בעבודת ה', ולכן עבודת ה' שלו היא חיצונית, והקשר עם ה' לא מלהיב אותו. האדם שם לב רק לשלב האחרון שבתהליך הזה, אבל באמת זהו תהליך שמורכב מארבעה שלבים.

כך זה גם בקשר עם ה'. אלא שיש הבדל בין המחשבה על השני, כאשר מדובר על קשר עם בשר ודם, לבין מחשבה על ה': כאשר הקשר הוא בין שני בני אדם, שני הצדדים הם דומים, ולכן קל, יחסית, לכל אחד לשים לב לצורת ההסתכלות של השני על הקשר. לעומת זאת, הפער בין האדם לבין ה' הוא אין סופי, כמובן. אבל למרות הפער בין צורת ההסתכלות של האדם לצורת ההסתכלות של ה', ה' רוצה שהאדם יתאמץ להסתכל על הקשר גם מזווית הראיה של ה', כביכול, ולא רק מהזווית שלו.

אמנם, אף על פי שנראה שיש בזה הבדל בין המשל לנמשל, בין קשר בין איש ואשה לקשר בין האדם לה', באמת יש כאן גם נקודת דמיון: בקשר בין איש ואשה אפשר לומר ששני הצדדים הם בני אדם, ולכן הם דומים, ומכירים זה את צורת ההסתכלות של זה. אבל אפשר לומר גם שאחד מבני הזוג הוא איש, והשני הוא אשה, והם שונים זה מזה ולא ממש מכירים זה את זה, וזו הסיבה שעליהם להתאמץ על מנת להיות רגישים זה לזה ולהצליח להסתכל כל אחד מזווית הראיה של השני.

לכן המשל של קשר בין איש ואשה הוא משל מכוון לקשר עם ה': מצד אחד יש דמיון פנימי ושייכות עמוקה בין האדם לבין ה', כיוון שה' ברא את האדם בצלמו. אבל מצד שני האדם שונה מה' לגמרי, כיוון שה' הוא בורא והאדם נברא, ולכן על האדם להשקיע זמן ומאמץ בהתבוננות על הקשר מזווית הראיה של ה'.

להתבונן בגדולת ה'

כתוב במשנה תורה לרמב"ם⁶⁴:

יסוד היסודות ועמוד החכמות לידע שיש שם מצוי ראשון, והוא מציא כל נמצא, וכל הנמצאים משמים וארץ ומה שביניהם לא נמצאו אלא מאמתת המצאו. ואם יעלה על הדעת שהוא אינו מצוי - אין דבר אחר יכול להמצאות. ואם יעלה על הדעת שאין כל הנמצאים מלבדו מצויים - הוא לבדו יהיה מצוי, ולא יבטל הוא לבטולם. שכל הנמצאים צריכין לו, והוא ברוך הוא אינו צריך להם ולא לאחד מהם.

⁶⁴ יסודי התורה א, א-ג.

'נברא' הוא מציאות שנוצרה ממציאות אחרת שקדמה לה, והוא זקוק למציאות שמחוץ לו בשביל להתקיים. לעומת זאת ה', הבורא, 'מציאותו מעצמו', כלומר הוא לא נברא ממציאות אחרת שקדמה לו חס ושלום, והוא לא זקוק לשום דבר ולאף אחד.

על האדם לחשוב על כך שאף על פי שה' "אינו צריך להם ולא לאחד מהם" בלשון הרמב"ם, אף על פי כן הוא מחיה ומהווה את הבריאה כולה, והוא אוהב אותה, ורוצה להיות איתו בקשר:

ה' מחיה את העולם ומהווה אותו מאין ליש באופן תמידי. כפי שכתוב בתניא⁶⁵, בריאת העולם לא דומה ליצירת כלי. לאחר שהאומן יצר כלי, הכלי כבר קיים בלי קשר לאומן, והאומן חי את חייו בלי קשר לכלי שיצר. לעומת זאת הבריאה לא קיימת מצד עצמה, אלא כל הקיום של הבריאה תלוי בבחירה של ה' בכל רגע. ה' מהווה את העולם כולו מאין ליש כל הזמן, ואם ה' יסיח את דעתו, כביכול, מהבריאה, לרגע אחד - כל הבריאה תחזור להיות כלולה במקורה. כלומר האמונה בה' אין פירושה שהעולם קיים וגם ה' קיים בו, והאדם יוצר קשר עם ה' כי שניהם נמצאים בעולם. אמונה בה' פירושה שהאדם מודע לכך שכל הקיום שלו הוא מבחירה של ה'⁶⁶.

⁶⁵ שער היחוד והאמונה פרק ב.

⁶⁶ מצד אחד, כאשר קוראים או שומעים את הביטוי 'להתבונן בגדולת ה'', הנטייה הראשונית היא לחשוב על הפער שיש בין ה' לאדם; ה' הוא גדול והאדם הוא קטן ואפסי, ולכן על האדם לעבוד את ה'. כיוון חשיבה כזה מעורר בלב תחושה של יראה. מצד שני, בחסידות הביטוי 'גדולת ה'' הוא ביטוי שמכוון לספירת החסד שהיא אהבה, ולא לספירת הגבורה שהיא יראה. ממילא נשאלת השאלה: האם התבוננות בגדולת ה' היא התבוננות בכך שה' הוא גדול וממילא רחוק, או התבוננות בקרבת ה' לאדם, ובחסד שה' עושה עם האדם?

התשובה לכך היא שהחסד של ה' בא לידי ביטוי בכך שהוא אוהב את האדם ורוצה להיות איתו בקשר. כפי שנכתב למעלה, בקשר בין שניים כל אחד צריך להסתכל על הקשר מזווית הראיה של השני. ממילא, אם האדם בקשר עם ה', עליו לראות איך ה' מתייחס אליו, ואיך ה' מסתכל עליו, ומצד ה' כל העולם הוא חלק ממנו. וכפי שאומר הרמב"ם (יסודי התורה ב, י):

"נמצאת אתה אומר הוא היודע והוא הידוע והוא הדעה עצמה, הכל אחד. ודבר זה

אין כח בפה לאמרו, ולא באוזן לשמעו, ולא בלב האדם להכירו על בוריו".

אם, למשל, אדם חושב על הכוס שהוא מחזיק ביד, הכוס היא ה'ידוע', האדם הוא ה'יודע', והמחשבה של האדם היא ה'מדע'. כך זה אצל האדם, אבל אצל ה' הכל אחד, כלומר כל העולם הוא חלק מה'.

חסד נעשה בין שניים; מי שיש לו נותן למי שאין לו וכדומה. אבל בקשר עם ה', לא מדובר על שניים קיימים שהאחד עושה חסד עם השני, אלא היחס של ה' לאדם הוא הגורם לכך שהאדם יהיה קיים. לכן אי אפשר לומר 'להתבונן בחסד ה'', שכן כך האדם לא יבין איך

מעבר לכך שה' מהווה את האדם מאין ליש, ה' גם אוהב אותו ודואג לו. לשם ההמחשה, אם אחד מבני זוג יכין לשני ארוחה חמה ושתיה וכדומה, השני ירגיש נאהב ומוערך. לפי זה, מה ירגיש אדם שבן הזוג לא רק מכין לו את האוכל, אלא גם עומד ומחזיק לו את הצלחת או השולחן, כדי שיהיה לו איפה לאכול? על האדם לחשוב שה' לא רק מחזיק לאדם את השולחן עליו הוא אוכל, אלא גם מהווה את השולחן ואת האוכל, ואין שום דבר שקיים בזכות עצמו.

ה' מתייחס אליו. כאשר האדם מנסה להבין איך ה' מתייחס אליו, הוא מתבונן בכך שמצד ה' העולם בכלל והאדם בפרט הם חלק מה', וזה נקרא 'גדולת ה'.

למה זה נקרא 'גדולת ה'?

גדולה פירושה התפשטות. כאשר אומרים על מלך שהוא גדול, מתכוונים לומר שהוא מתפשט על מדינות רבות ומולך עליהן. בשער היחוד והאמונה מסביר אדמו"ר הזקן שמידת הגדולה של הקדוש ברוך הוא, היא התפשטות החיות:

ופירוש הגדול היא מדת חסד והתפשטות החיות בכל העולמות וברואים לאין קץ ותכלית להיות ברואים מאין ליש וקיימים בחסד חנם.

אדמו"ר הזקן מאריך להסביר שם, שכיוון שכל הברואים מתהווים ממידת גדולתו של ה', כלומר מהתפשטות החיות, לכן הם חלק מה', שהרי אין להם קיום מצד עצמם. לכן התבוננות במידת הגדולה היא התבוננות בכך שמצד ה' כל הנבראים הם חלק ממנו.

[אלא שיש הבדל בין גדולה של מלך בשר ודם לגדולת ה'. מלך בשר ודם שהמלכות שלו מתפשטת, היה בתחילה מלך קטן, שמלך על ממלכה קטנה, ולאחר מכן המלכות שלו התפשטה על ממלכה גדולה יותר, והוא נעשה מלך גדול. לעומת זאת אצל ה' זה לא כך. אצל ה' מה שהוא נקרא גדול לאחר שהוא ברא את האדם, אין הכוונה שקודם הוא היה נקרא 'קטן' חס ושלום. הכוונה היא שלמרות שה' לא צריך 'לא להם ולא לאחד מהם' כפי שכתוב בפנים בשם הרמב"ם, הוא החליט גם להתקרא גדול, ולשם כך ברא את האדם.

כך מסביר אדמו"ר הזקן את דברי חכמינו "במקום שאתה מוצא גדולתו שם אתה מוצא ענותנותו" - מה שה' גדול זה השפלה בשבילו. מרוב שה' אוהב את האדם הוא עוזב את המקום בו הוא לא זקוק לשום דבר ולאף אחד, ויורד למקום שבו הוא נמצא בקשר עם אדם שהוא ברא כחלק ממנו, ובכך הוא נקרא גדול.]

אם כן, התבוננות בגדולת ה' מעוררת אצל האדם גם אהבה וגם יראה; האדם מתבונן גם בכך שהוא בטל, וזה מעורר יראה, וגם בכך שה' מאוד רוצה בו, וזה מעורר אהבה.

האדם לא יכול לתפוס את זה כל הזמן, כי בצורה כזו הוא לא יוכל להיות. אבל מידי פעם האדם צריך להקדיש זמן לחשוב על כך, על מנת לשים לב שה' מחיה אותו, והוא לא חי בזכות עצמו.

בין בני זוג כל אחד חש שהרבה דברים שיש לו הם בזכות בן הזוג. יש לו אושר בחיים בזכות בן הזוג, ויש לו לאן לבוא בסוף היום בזכות בן הזוג וכדומה. ככל שהאדם יותר שם לב כמה דברים טובים יש לו בזכות בן הזוג, כך הוא יותר מכיר תודה, ויותר נהנה להיות בקשר ולהיות מחוייב לקשר. על האדם לחשוב על כך שביחס לה' כל הדברים שיש לו הם בזכות ה'. אין לאדם שום דבר שקיים בזכות עצמו, כולל החיים שלו, אלא הכל זה מתנה מה', שמחיה אותו ומהווה אותו מאין ליש באופן תמידי.

בנוסף, ה' לא רק מחיה את האדם ואוהב אותו, ה' גם מצווה את האדם להיות איתו בקשר על ידי תורה ומצוות. את כל הבריאה ה' מחיה ומהווה באופן תמידי, אבל הוא לא מחכה ממנה לתגובה. לעומת הבריאה כולה, מכל יהודי ה' מצפה לתגובה. לשם ההמחשה, בין בני זוג כל אחד אוהב את השני ומחליט להיות מחוייב לקשר איתו, וגם מצפה מבן הזוג לאהוב אותו בחזרה, ולהיות גם הוא מחוייב לקשר. קשר בין בני זוג בנוי על ציפיה הדדית, כאשר כל אחד מבני הזוג מצפה מהשני להיכנס גם הוא אל הקשר. אם אחד מבני הזוג ירגיש שהשני לא מעוניין בקשר, ולא רוצה להתחייב אליו - גם הוא לא ירצה ולא יוכל להתחייב לקשר. כך זה גם בקשר עם ה': על ידי תורה ומצוות ה' גם רוצה שיהיה קשר בינו לבין היהודי, וגם מצפה מהיהודי להיות איתו בקשר. ה' גם מצפה מהיהודי להגיב לנוכחות של ה', וגם מגיב לפניה של היהודי אליו, ואומר שאם היהודי יעשה מצוות תהיה לה' נחת רוח.

הציפיה של ה' לקבל תגובה ולהיות בקשר היא הסיבה לבריאת העולם, כמו שכתוב "אם לא בריתי יומם ולילה, חוקות שמים וארץ לא שמת⁶⁷". לכן כל הבריאה, שאין ממנה ציפיה לתגובה, נבראה בשביל מי שיכול ואמור לקיים מצוות ולהיות בקשר עם ה'. על האדם לחשוב על כך שאף על פי שה' הוא 'מציאותו מעצמו', ולא זקוק לשום דבר ולאף אחד, אף על פי כן, ה' החליט להכניס את עצמו למקום כזה שבו הוא כאילו כן זקוק ומתאוה לדברים אחרים, וכמו שאמרו חכמינו "התאוה הקדוש ברוך הוא להיות לו דירה בתחתונים"⁶⁸. ה' הכניס את עצמו למקום שבו הוא מתאוה, כביכול, להיות בקשר עם האדם ולקבל ממנו נחת רוח.

⁶⁷ ירמיהו לג, כה.

⁶⁸ ראה תנחומא נשא טז, במדבר רבה פרשה יג, ו.

לצייר נכון את הקשר עם ה'

כאשר האדם חושב על כך שה' מחיה אותו ואוהב אותו ורוצה להיות איתו בקשר, הוא מבין שהיה ראוי שגם הוא ירצה להיות עם ה' בקשר. הוא מבין שהיה ראוי שהוא יהיה מודע לכך שהקשר עם ה' זה מה שהוא מחפש, והקשר עם ה' זוהי צורת החיים היחידה שמתאימה לו באמת. ממילא היה ראוי שהקשר עם ה' ילהיב אותו וימלא אותו בתחושה של אהבה ודבקות.

במשל, בני הזוג מציירים לעצמם מה זה קשר טוב: בקשר טוב האדם לא חושב על התוצאה של הקשר ועל ההנאה שלו מהקשר, אלא על הקשר ועל הנוכחות של בן הזוג, ועל כך שיהיה לו נעים שהקשר יוציא ממנו דברים טובים. בקשר טוב האדם מצייר איך הקשר נראה מהצד של השני, ומה השני רוצה מהקשר. כך זה גם בעבודת ה'. על האדם לחשוב על הנוכחות של ה', ולהיות מודע לכך שאף על פי שה' הוא 'מציאות מעצמו' הוא בחר להיות בקשר עם האדם, והוא רוצה שהאדם יהיה איתו בקשר. המחשבה על הנוכחות של ה' מאפשרת לאדם לצייר את הקשר כפי שהוא נראה בעיני ה'. האדם מצליח לצייר לעצמו מה ה' רוצה, ואיך הקשר מצוייר, כביכול, בעיני ה'⁶⁹.

השאלה איך להגדיל את ההתלהבות גורמת לאדם לחשוב על עצמו כדבר נפרד שעומד בפני עצמו, שכן הוא נתון במחשבה על ההתלהבות ובמאמץ להתלהב, ולא במחשבה על ה'. לעומת זאת, המחשבה על כך שה' רוצה את הקשר עם האדם גורמת לאדם לצייר שקשר טוב עם ה' הוא קשר שבו האדם לא עומד בפני עצמו, אלא הוא חלק. ה' רואה אותנו כחלק ממנו, ורוצה שגם אנחנו נראה את עצמנו כך, ונשמח שאנחנו חלק ממנו⁷⁰.

⁶⁹ במשל במדרגה הזו היועץ מצליח להסביר לבני הזוג איך נראה קשר טוב: קשר טוב הוא קשר שבו כל אחד חושב על הנוכחות של השני, ומעניין אותו מה השני חושב על הקשר. כך זה גם בנמשל: בציור הראשוני, כאשר האדם חושב על הקשר עם ה', הוא חושב מה אמור להתחולל אצלו בעקבות הקשר, וזה גורם לו להתאמץ להגביר את ההתלהבות מעבודת ה'. האדם מצייר כך קשר עם ה', כי הוא לא מכיר דרך אחרת לצייר לעצמו קשר. האדם עסוק באופן טבעי בתחושות שלו, וממילא כאשר הוא מצייר לעצמו קשר הוא מצייר לעצמו מה אמור להתחולל אצלו. אבל כאשר האדם חושב על הנוכחות של ה' ועל כך שה' רוצה בקשר איתו, הוא סוף סוף מצליח לצייר לעצמו איך ה' מסתכל על הקשר, ואיך הקשר מצטייר בעיני ה'. עבודת ה' במדרגה הזו היא המחשבה על הציור הנכון של הקשר, כפי שה' מסתכל עליו.

⁷⁰ זוהי הצורה שבה האדם יכול לצייר לעצמו שבקשר עם ה' הוא לא המרכז, אלא הקשר הופך אותו להיות כחלק, כלומר האדם מצייר שבקשר עם ה' האדם מחפש להיות חלק מה'. ובדומה למה שכתוב במשל:

כאשר האדם חושב על הקשר ולא על התוצאה של הקשר, הוא לא חושב על עצמו ועל ההנאה שלו, אלא חושב כמה טוב היה לצייר את עצמו ואת השני כחלק ממשוהו שלם. כשם שכאשר יש שלום בית בין בני הזוג אז הילדים מציירים את האבא והאמא כיחידה אחת, כך גם בני הזוג יכולים לצייר לעצמם שקשר משמעו שניהם חלק ממשוהו אחד.

אם כן, ב'מחשבה סתם' הציור מה זה קשר טוב עם ה' משתנה: האדם לא מצייר שככל שהוא יהיה מרוכז במחשבה איך לגרום שתהיה התלהבות מהקשר, הקשר עם ה' יתחזק. הוא מצייר לעצמו שככל שהוא יחשוב על הנוכחות של ה', וישים לב כמה ה' רוצה את הקשר, כך הוא ירגיש כמה גם הוא עצמו רוצה את הקשר⁷¹.

וראה תניא פרק לא:

ולזה אשים כל מגמתי וחפצי להוציאה ולהעלותה [= את הנפש] מגלות זה, להשיבה אל בית אביה כנעוריה קודם שנתלבשה בגופי, שהיתה נכללת באורו יתברך ומיוחדת עמו בתכלית, וגם עתה כן תהא כלולה ומיוחדת בו יתברך כשאשים כל מגמתי בתורה ומצות להלביש בהן כל עשר בחינותיה.

מבואר בתניא מה שהוסבר בפנים, שה' רואה אותנו כחלק ממנו, ורוצה שגם אנחנו נראה זאת כך, ונשמח שאנחנו חלק ממנו (וכפי שהוסבר בפרק הראשון). אמנם צריך לשים לב שבתניא מדבר על אדם שרוצה שהנפש שלו תהיה חלק מה', כפי שהיא היתה קודם שהיא נכנסה לגוף, ואילו במדרגה של 'מחשבה סתם' לא מדובר על אדם שרוצה זאת בפועל, אלא על אדם שמצייר שכך נראה קשר טוב עם ה'.

⁷¹ ובלשון המשל, האדם מצייר שהקשר יכול ואמור להוציא ממנו דברים טובים, ולא מצייר שהוא מחפש להרוויח מן הקשר. וכך כתוב במשל:

כאשר אדם מצייר שבקשר טוב נעים לו שהקרבה לשני מוציאה ממנו דברים טובים, והוא לא מחפש קשר שבו כל אחד מבני הזוג רוצה להרוויח מן הקשר - האדם מוציא את עצמו מן המרכז, ויכול לחשוב על הנוכחות של השני בקשר: איך השני מסתכל על הקשר, ומה השני רוצה שיהיה בקשר. כאשר הנוכחות של השני מודגשת, האדם יכול לצייר שבקשר הוא חלק ממה שהוא אחד, ולא משהו נפרד שאמור לקבל מן הקשר.

כך זה גם בעבודת ה': על האדם לחשוב על הנוכחות של ה', שזה נקרא 'להתבונן בגדולת ה' ', וזה מאפשר לו להוציא את עצמו מהמרכז, ולראות איך ה' מסתכל על הקשר, ולחפש להיות חלק מה' ולא להיות נפרד (ראה הערה קודמת).

אלא שלפעמים נדמה לאדם שיש הבדל בין המשל לנמשל, בין קשר בין בני זוג לבין הקשר עם ה':

בקשר בין בני זוג האדם חש את הנוכחות של השני, אבל בקשר עם ה' האדם עלול לחוש שהוא זה שממציא את הנוכחות של ה', ואת היחס של ה' אליו. לשם ההמחשה, כאשר אדם רואה שמישהו מתייחס אליו, הוא יכול להתייחס אליו בחזרה ויכול להתעלם ממנו. אבל גם כאשר הוא מחליט להתעלם, ברור לו שהשני עדיין מתייחס אליו, וההתעלמות שלו לא מעלימה את היחס של השני. לעומת זאת כלפי ה'

בדומה למה שנכתב בפרק הראשון, סיפורי צדיקים והחיים בקרבת צדיקים יכולים לגלות ולחזק את הציור הנכון של הקשר עם ה'. כאשר האדם מחפש שדיבורו ואורח חייו יהיה מסביב להנהגות של צדיקים, הוא מבטא בזה צורת חשיבה מסויימת. צורת חשיבה שעל פיה הקשר עם ה' אמור להיות מלא חיות, כמו אצל צדיקים, והאדם היה רוצה שגם אצלו הקשר עם ה' יראה כך⁷². התנהגות כזו משייכת את האדם לתפיסת עולם שעל פיה הצדיקים הם הדמויות שאחריהם האדם רוצה להימשך.

האדם עלול לחוש שהוא לא מחליט רק אם להתייחס לכך שה' מתייחס אליו או להתעלם מההתייחסות של ה'. האדם עלול לחוש שהוא ממציא את עצם היחס של ה' אליו, ואם הוא יחליט להתעלם ולא לחשוב על ה', גם ההתייחסות של ה' אליו לא תהיה קיימת.

אבל אף על פי שמצד התחושה האדם עלול לחוש כך, מצד ההגיון ברור שהמחשבה הזו לא הגיונית. הרי ברור לאדם שהוא לא המציא את עצמו אלא משהו ברא אותו, ואם כן ברור שה' ממציא את האדם ולא האדם את ה'. כאשר האדם חושב על כך הוא מבין שברור שה' מתייחס אליו, אלא שעל מנת שהאדם יוכל לחוש בכך הוא צריך לתת את דעתו ולחשוב על הנוכחות של ה'.

על האדם לשים לב ולחשוב על כך שה' מתייחס אליו בארבע התייחסויות זו על גבי זו: ראשית, ה' בורא את העולם בכלל ואת האדם בפרט; מעבר לכך, ה' נותן לאדם תורה ומצוות, ומצפה מהאדם להגיב לקשר איתו (וכמו שהוסברו שתי ההתייחסויות הללו לעיל באריכות). בנוסף, ה' גם מזמן לאדם מצבים שעל ידם הוא יוכל לשים לב להתייחסויות שלו. למשל, ה' שולח את האדם להיוולד במשפחה מסויימת, ולחיות בחברה מסויימת, ולהתקרב לאנשים שילמדו אותו וכדומה. לבסוף, ה' שולח לאדם גם מחשבות טובות, ונותן בליבו לשים לב להתייחסות של ה' אליו. כלומר אף על פי שנדרש מהאדם להתבונן בגדולת ה', ולחשוב על כך שה' מתייחס אליו, יחד עם זה על האדם לשים לב שה' שלח לו את המחשבות הללו. וכמו שמובא בשם הבעל שם טוב שהרהורי תשובה של האדם מגיעים מבת קול שיוצאת בכל יום מהר חורב (ראה כתר שם טוב הוצאת קה"ת אות קמו). המחשבה על ארבעת צורות ההתייחסויות הללו של ה', עוזרת לאדם לקלוט את הנוכחות של ה', ולא לחשוב שהוא הממציא אותה.

⁷² בקונטרס ההתפעלות מובא, בהקשר הזה, משל: הרבה פעמים האדם מאוד נהנה לדבר או לחשוב על כסף או על כבוד של אנשים אחרים, אף על פי שאין לדיבורים הללו שום השלכות על החיים שלו בפועל. הסיבה לזה היא שכסף או כבוד תופסים מקום חשוב בסולם הערכים של האדם, ולכן האדם נהנה לדבר עליהם ונמשך לדבר עליהם, גם כאשר זה לא נותן לו כסף או כבוד בפועל. (ראה את דברי קונטרס ההתפעלות בהמשך, כאשר מצוטט קונטרס ההתפעלות בקשר ל"מחשבה טובה").

בצורה דומה, אם האדם יתרגל לחשוב על הקשר עם ה' ועל כך שהוא היה רוצה שהקשר שלו עם ה' יהיה מלא חיות כמו אצל צדיקים, זה יעזור לו לשנות את סולם הערכים שלו. אמנם לכסף וכבוד האדם נמשך באופן טבעי, ולכן הוא נהנה לדבר עליהם, ובקשר עם ה' זה לא כך. אבל אם האדם יתרגל לדבר ולחשוב על הקשר עם ה', זה יבנה אצלו תפיסת עולם שונה וסולם ערכים שונה.

'מחשבה קרה'

המחשבה על כך שה' רוצה להיות בקשר עם האדם, והיה ראוי שהאדם ירצה להיות איתו בקשר בחזרה, היא לא דווקא מלאת חיות. להיפך, הרבה פעמים המחשבה היא 'מחשבה קרה' בלשון אדמו"ר האמצעי, שאין בה התלהבות אלא רק מחשבה על הצורה שבה היה ראוי שיהיה הקשר עם ה'.

כלומר ב'מחשבה סתם' האדם בונה ומשייך את עצמו לתפיסת עולם רצויה ונכונה. הוא מבין שהקשר עם ה' אמור להיות קשר חי שסוחף אותו, וגורם לו לעשות מצוות בחיות. אבל אף על פי שהוא מבין את זה במחשבה, המחשבה הזו לא מזיזה אותו, והוא ממשיך לעשות את המצוות כחלק מאורח החיים. הוא מרגיש שאורח החיים שלו לא קשור למה שהוא חושב על הקשר עם ה'. הוא יכול לתאר לעצמו שאצל צדיקים המחשבה על ה' גורמת שהקשר עם ה' יהיה חי יותר, אבל על עצמו הוא לא מרגיש כך. הוא אמנם מבין שהיה ראוי שהרצון של ה' להיות איתו בקשר יגרום לו לקיים מצוות בחיות, אבל בפועל זה לא קורה.

אבל אף על פי שהמחשבה הזו היא 'מחשבה קרה', במחשבה הזו האדם חושב על הרצון של ה', ולא על הרצון שלו. עצם המחשבה על כך שה' רוצה מהאדם משהו, ומצווה את האדם לעשות את רצונו - היא עצמה מצווה. המצווה הזו היא מצוות 'עבודת ה', וכמו שכתוב בספר התניא:⁷³

...דהיינו להתבונן במחשבתו על כל פנים גדולת אין סוף ברוך הוא ומלכותו אשר היא מלכות כל עולמים עליונים ותחתונים, ואיהו ממלא כל עלמין וסובב כל עלמין... ומניח העליונים ותחתונים ומייחד מלכותו על עמו ישראל בכלל ועליו בפרט... והוא גם הוא מקבל עליו מלכותו להיות מלך עליו ולעבדו ולעשות רצונו בכל מיני עבודת עבד... הרי התורה שלומד או המצוה שעושה מחמת קבלה זו ומחמת המשכת היראה שבמוחו נקראות בשם עבודה שלימה ככל עבודת העבד לאדונו ומלכו... והתורה אמרה "ועבדתם את ה' אלהיכם וגו'" "ואותו תעבדו וגו".

⁷³ תניא פרק מא.

כפי שנכתב למעלה, התבוננות בגדולת ה' פירושה שהאדם חושב על כך שה' לא זקוק לאף אחד ולשום דבר, ואף על פי כן הוא מתייחס לאדם ומצווה אותו לעבוד אותו ולעשות את רצונו⁷⁴. כאשר האדם חושב על כך שה' רוצה שהוא יהיה מחוייב לו, ו"יעשה רצונו בכל מיני עבודת עבד" - האדם מקיים בזה את מצוות "ועבדתם את ה' אלוהיכם".

מצוות עבודת ה' היא השורש לכל המצוות האחרות. ה' רוצה שהאדם יקיים את המצוות מתוך מחשבה על רצון ה', והמחשבה של האדם על כך שה' מצווה אותו גורמת שהאדם יקיים את המצוות קודם כל מתוך מחוייבות לרצון ה'. וכפי שצוטט קודם מספר התניא:

"הרי התורה שלומד או המצוה שעושה מחמת קבלה זו ומחמת המשכת היראה שבמוחו נקראות בשם עבודה שלימה ככל עבודת העבד לאדונו ומלכו ... והתורה אמרה "ועבדתם את ה' אלהיכם וגו'" "ואתו תעבדו וגו"⁷⁵.

⁷⁴ ובלשון התניא:

"ואיהו ממלא כל עלמין וסובב כל עלמין... ומניח העליונים והתחתונים ומייחד מלכותו על עמו ישראל בכלל ועליו בפרט".

⁷⁵ בלשון המדוברת כיום הביטוי 'עבודת ה' מתייחס לתפילה בכוונה, דהיינו להשתדלות של האדם להיות מרוכז בתפילה ולהשקיע בה מאמץ, וכמו שאומרים חכמינו "ולעבדו בכל לבבכם: איזוהי עבודה שהיא בלב - זו תפילה" (תענית ב, א). אך הרבה פעמים כאשר האדם אומר 'עבודת ה' הוא מתכוון בעיקר להרגשת הריכוז והמאמץ שלו, והוא לא חושב שהעמידה שלו מול רצון ה' היא הנקראת 'עבודת ה'. לעומת זאת אדמו"ר הזקן אומר ש'עבודה' פירושה להיות מוכן להיות עבד של ה', ולהיות מרוכז במה שה' מצפה ממנו במצוות, ובכך שהוא תלוי בה' בתפילה.

נתינת דגש על תחושת ההשקעה נמצאת במדרגה של 'רצון להתלהבות'. לעומת זאת נתינת דגש על המחשבה שה' רוצה שהאדם יהיה מוכן לעמוד מול ה' ולומר שהוא זקוק לו ותלוי בו, ולהודות בכך שהמציאות שלו תלויה ברצון ה' - נמצאת במדרגה של 'מחשבה סתם'.

הערה נוספת בקשר לביטוי 'לעבדו בכל לבבכם' היא, שבלשון השגורה כיום הביטוי 'לעבוד מכל הלב' מתייחס בדרך כלל לעבודת ה' מתוך אהבה ושמחה, אבל כאן מסביר אדמו"ר הזקן שהביטוי 'לעבדו בכל לבבכם' מתייחס, כפשט הלשון, לעבודת עבד, שתלוי באדונו ומלכו, וכפי שיוסבר:

מעבר למצוות 'עבודת ה', ב'מחשבה סתם' האדם מקיים גם את מצוות 'אהבת ה'. ההבנה שבמחשבה על הקשר עם ה' האדם מקיים מצווה, גורמת לאדם להבין שהמחשבה על הקשר גם היא חלק מהקשר⁷⁶. לכן במחשבה זו האדם

בלשון אדמו"ר הזקן הביטוי 'לבב' כולל גם את הרצונות הטבעיים של האדם, וכמו שאומרים חכמינו "בכל לבבך - בשני יצריך".
וכמו שכתוב בתניא פרק מט:

עיקר קריאת שמע לקיים בכל לבבך וכו' בשני יצריך וכו', דהיינו לעמוד נגד כל מונע
מאהבת ה', ולבבך הן האשה וילדיה, שלבבו של אדם קשורה בהן בטבעו"

(הרצונות הטבעיים הם הרצונות שהאדם באופן טבעי נוטה להימשך אחריהם גם אם ה' לא רוצה אותם, והעבודה בתפילה היא לרצות את הרצונות הטבעיים הללו רק אם ה' רוצה אותם. וראה בפרק הראשון 'אהבת רעיא מהימנא' (תחת הכותרת 'הבדלי הנפשות בין יהודי לגוי', עמוד 12) שבאופן פשוט הרצון הטבעי של האדם הוא רצון אינטרסנטי, וכך נראים גם כל מערכות החיים של האדם כמו משפחה וקשר זוגי, והיהודי לא רוצה שהרצון שלו יהיה רצון של אינטרס).

לכן פירוש הפסוק "ולעבדו בכל לבבכם" יהיה שהאדם צריך לשעבד גם את הרצונות הפשוטים שלו לרצון ה', ולהתנהג עם הרצונות הפשוטים שלו כמו שעבד מתנהג עם הרצונות הפשוטים שלו. עבד לא עושה שום דבר בלי לשאול קודם את אדונו; כאשר הוא רוצה לאכול הוא מבקש קודם מאדונו, וכאשר הוא רוצה לשתות הוא קודם מבקש, כי אין לו משלו כלום. כך גם אנחנו בתפילה מבקשים רשות על כל הרצונות הפשוטים שלנו. על האדם לשים לב שהוא עבד, כלומר אין לו משלו כלום, וכל דבר שהוא רוצה הוא צריך לבקש מה', וכמו שאנו אומרים בתפילת ראש השנה: "ואם כעבדים - עינינו לך תלויות עד שתחננו..."

אם כן, הפסוקים "ועבדתם את ה' אלוהיכם", "ואותו תעבדו" שמדברים על מצוות, מתכוונים לומר שעל האדם לעשות מצוות מתוך עמידה מול רצון ה', ושימת לב לכך שהוא אמור לעשות מה שה' רוצה ממנו. והפסוק "ולעבדו בכל לבבכם", שעליו אמרו חכמינו "איזוהי עבודה שבלב זו תפילה", מתכוון לומר שעל האדם להעמיד את עצמו לפני ה' כעבד שאין לו משלו כלום, וכל דבר שהוא רוצה הוא צריך לבקש.

⁷⁶ וכפי שכתוב במשל:

בחלק הזה בני הזוג רק חושבים על הקשר - אבל עצם המחשבה על הקשר גם היא חלק מהקשר ביניהם.

מקיים גם את מצוות "ואהבת את ה' אלוך"ך"⁷⁷, וכמו שכותב הרבי מליובאוויטש (בשם הרמב"ם והחינוך)⁷⁸: "שמעשה המצוה של מצוות אהבת ה' הוא ההתבוננות, והיא המביאה את האדם לרגש האהבה בלב". לכן אף על פי שהמחשבה הזו היא מחשבה קרה, יש בה קשר עם ה' יותר מאשר במאמץ של האדם להגדיל את ההתלהבות שלו.

קשר אמור להיות סוחף ומלהיב. לכן כאשר אדם מרגיש שאף על פי שהוא מתאמץ להתלהב מהקשר עם ה', הקשר לא סוחף אותו - נראה לו שאין לו קשר טוב עם ה'⁷⁹. אבל האמת היא שהמאמץ שלו להתלהב מהקשר עם ה' הוא עצמו מה שגרם להתלהבות שלו להיחלש. על האדם לשים לב לכך שהקשר עם ה' נוצר מכך שה' רוצה מאוד בקשר בינינו. מעצם זה שה' רוצה להיות איתנו בקשר, ואנחנו מודעים לכך וחושבים על זה - נוצר קשר עם ה'. ככל שניענה לרצון של ה', כך הקשר גם יגרום לנו להתרגשות ויסחוף אותנו, כפי שיבואר במדרגות הבאות, אבל ההתחלה של הקשר היא לשים לב ולחשוב על כך שה' רוצה את הקשר איתנו. כאשר האדם חושב על כך שה' רוצה את הקשר, הוא לא נתון במחשבה על עצמו, אלא במחשבה על ה' ועל הקשר עם ה'.

קיימות שתי סיבות לכך שאנשים לפעמים מעדיפים להתרכז בהגדלת ההתלהבות מאשר במחשבה על הקשר עם ה'. הסיבה הראשונה תוארה בפיסקה הקודמת: כיוון שבמחשבה על הקשר עם ה' אין חיות, אנשים חושבים בטעות שהיא לא חלק מהקשר עם ה'. אבל יש גם סיבה נוספת: המחשבה על הקשר עם ה' מעמידה את האדם מול המצב האמיתי שלו, שהוא חושב שהיה ראוי שיהיה לו קשר חי עם ה', אבל בפועל אין לו קשר כזה. המחשבה הזו לא נעימה, ולכן הרבה פעמים אנשים מעדיפים להסיח ממנה את הדעת, ולהיות עסוקים בהגדלת ההתלהבות. אבל באמת על האדם לשים לב שחוסר הנעימות שיש במחשבה הזו היא בעצמה קשר עם ה'.

המחשבה על כך שהאדם מעדיף לחשוב על הקשר עם ה' מאשר לחשוב על הגדלת ההתלהבות ולהתאמץ להתלהב - היא הבסיס לכל המדרגות שיבוארו בהמשך. גם כאשר הקשר עם ה' יגרום לאדם להתמלא בחיות

⁷⁷ אמנם ב'מחשבה סתם' האדם מקיים את מצוות 'אהבת ה' בהעלם ולא בגילוי, וכפי שיוסבר במדרגה של 'מחשבה טובה'.

⁷⁸ ראה ליקוטי שיחות כרך לד פרשת ואתחנן שיחה ב' (משיחת שבת פרשת משפטים תשמ"ז), שמאריך שם בזה.

⁷⁹ וכמו שכתוב במשל:

קשר בין בני זוג אמור להיות סוחף, וכיוון שהם לא מרגישים שהקשר סוחף אותם, זה כלל לא נראה להם כמו קשר.

והתלהבות ואהבה ודבקות, על האדם לזכור את הבסיס: הוא מעדיף לתת את דעתו על הקשר עם ה', מאשר לחשוב על התלהבות שאין בה נתינת הדעת על הקשר.

'דרך ארוכה וקצרה'

בעבודת ה' בדרך של 'מחשבה סתם' יש שתי מעלות: המעלה הראשונה היא שאף על פי שהמחשבה הזו היא 'מחשבה קרה', שלא גורמת לאדם שתהיה לו חיות והתלהבות בעבודת ה', אף על פי כן יש במחשבה הזו קשר עם ה' יותר מאשר במאמץ להגדיל את ההתלהבות, שכן ב'מחשבה סתם' האדם נתון בחשיבה על הקשר עצמו.

המעלה השנייה היא ש'מחשבה סתם' היא השער להעמקת הקשר עם ה'. ככל שהאדם יתעצם עם המחשבה על הקשר עם ה', כך המחשבה הזו תהפוך להיות קשר פנימי, שלא נמצא רק במחשבה, אלא קשר שמלהיב את האדם וסוחף אותו.

ב'מחשבה סתם' האדם נמצא במציאות שבה הוא מבין וחושב על כך שאף על פי שהיה ראוי שיהיה לו קשר חי עם ה' - בפועל אין לו קשר כזה. המחשבה על כך היא חלק מהקשר עם ה' והיא הבסיס לכל עבודת ה', כיוון שהיא משנה את כיוון ההסתכלות של האדם; במחשבה הזו האדם מחליט שהוא לא רוצה לחשוב על ההתלהבות שלו, אלא על הקשר עם ה'. כל עוד האדם יחשוב שמחשבה שאין בה חיות היא לא חלק מהקשר עם ה', ואם אין לו קשר חי עם ה' זה כלל לא נקרא עבודת ה' - הוא לא יוכל לייקר את המחשבה על הקשר עם ה'. אבל כאשר האדם מבין שמחשבה על הקשר עם ה' היא עצמה חלק מהקשר, המחשבה הוא תוכל להיעשות פנימית לאדם יותר ויותר, ותביא אותו לעבוד את ה' בחיות ובהתלהבות, בהתרגשות ובדבקות.

המאמץ להגדיל את ההתלהבות הוא דרך 'קצרה וארוכה'. מצד אחד המאמץ מושקע ישירות בהתלהבות, ואפשר לראות בו פירות מידיים. מהבחינה הזו, המאמץ להתלהב נראה כדרך קצרה יותר. אבל מצד שני, כאשר האדם מתאמץ להתלהב הוא מרגיש שזה מלאכותי, והוא נתון בעצמו ולא בקשר. לעומת זאת הדרך של 'מחשבה סתם' היא דרך 'ארוכה וקצרה'. מצד אחד, האדם עסוק רק במחשבה איך ראוי להיות הקשר, ולכאורה נראה כאילו הוא לא עסוק בקשר עצמו. לכן האדם עלול לחשוב בתחילה שאין לו קשר עם ה'. אבל מצד שני במחשבה על הקשר האדם

נתון במחשבה על הקשר עצמו, ולא במחשבה על עצמו. לכן דווקא בדרך הזו קל יותר לראות איך האדם יכול להגיע לקשר חי וסוחף עם ה', אף על פי שזו דרך ארוכה יותר⁸⁰.

בין 'מחשבה סתם' ל'מצוות אנשים מלומדה'

אף על פי שב'מחשבה סתם' המחשבה על הקשר עם ה' עדיין לא מניעה את האדם לעבוד את ה' בחיות, אין הכוונה שהאדם מקיים מצוות מתוך 'מצוות אנשים מלומדה'. מדובר כאן על אדם שעושה מצווה, כי הוא מבין שראוי שהמצווה תהיה מתוך הרגשה של קשר עם ה', אבל בפועל הוא מרגיש מגושם, ולא מרגיש קשר עם ה'.

ההבדל בין קיום מצוות מתוך 'מצוות אנשים מלומדה' לבין קיום מצוות מתוך 'מחשבה סתם', הוא כמו ההבדל בין מנהל שנותן מתנות לכל עובדיו לכבוד החג הקרב כי זהו הנוהל המקובל, לבין אדם שנותן לחברו מתנה לכבוד אירוע כמו יום הולדת או חתונה וכדומה כי זהו הנוהל המקובל. כאשר אדם נותן מתנה לחברו כי זהו הנוהל המקובל, הרבה פעמים הוא לא חש בשום חיות בנתינת המתנה. אבל אף על פי כן הוא נותן את המתנה מתוך תפיסת עולם שיש לו לגבי חברות. הוא מעוניין להיות בקשר עם חברו, והוא חושב שנתינת המתנה תחזק את הקשר ביניהם. עשיית מעשה ללא חיות, שנראה כ'מצוות אנשים מלומדה', אבל נעשה מתוך תפיסת עולם שמעשה כזה יוצר קשר - נקראת 'מחשבה סתם'. לעומת זאת כאשר מנהל מחלק מתנות לעובדיו, במיוחד אם זה בחברה גדולה שיש בה הרבה עובדים וכדומה, לא רק שבנתינת המתנה אין חיות, הרבה פעמים לאף אחד אין שום מחשבה שהמעשה הזה אמור ליצור קשר. המנהל כלל לא מכיר את עובדיו, וזה גם לא חסר לו. נתינת המתנה היא חלק מהחובות והזכויות שיש בעבודה, והיא לא חלק מנהל של חברות. מעשה שנראה כמו מעשה של יצירת קשר, אבל אין בו שום כוונה של יצירה קשר, נקרא 'מצוות אנשים מלומדה'.

⁸⁰ בגמרא (עירובין נג:) מסופר על ר' יהושע שהגיע לצומת דרכים, ושאל ילד באיזו דרך הולכים לעיר. הילד אמר לו שאחת מהדרכים היא קצרה וארוכה, והשניה היא ארוכה וקצרה. ניסה ר' יהושע ללכת בדרך הקצרה, אבל לפני העיר היו שדות ופרדסים, והוא לא יכל ללכת דרכם. הוא חזר לילד, ושאל אותו למה הוא הטעה אותו, והילד ענה לו שלזה הוא התכוון במילים 'דרך קצרה וארוכה'. כלומר יש דרך קצרה, אבל היא קשה יותר להליכה, ולא ברור האם אפשר להגיע דרכה אל היעד או לא, ויש דרך ארוכה יותר, אבל איתה אפשר להגיע ליעד בבטחה.

אדמו"ר הזקן כותב שספר התניא מלמד ללכת ב'דרך ארוכה וקצרה'.

כך זה גם בעבודת ה': אם אדם עושה מצוות מתוך הרגל, כחלק מאורח החיים של יהודי שומר תורה ומצוות, בלי לחשוב על ה' בכלל - זה נקרא 'מצוות אנשים מלומדה'. אבל ב'מחשבה סתם' האדם חושב על ה', ומקיים את המצוות כחלק ממחוייבות לעבודת ה', ולא רק כחלק מאורח החיים שהוא רגיל אליו.

ג. מחשבה טובה

מחשבה טובה בקשר בין בני זוג

לאחר שהיועץ הסביר לבני הזוג איך עליהם לצייר את הקשר אותו הם הולכים לבנות, הוא אומר להם שלא מספיק לחשוב איך נראה קשר, אלא עליהם גם לבנות אותו בפועל. לאחר שהצטייר להם שקשר נעים הוא קשר שבו בני הזוג נהנים להשקיע בקשר, עליהם למצוא מקום בחיים שלהם שבו ההשקעה בקשר תהיה נעימה להם. על כל אחד מבני הזוג לחשוב מה הוא יכול לעשות בשביל לבנות את הקשר, ואיך ההשקעה בקשר לא תתן לו תחושה של טרחה ותחושה שהשני מנצל אותו, אלא תחושה של עונג. תחושה שהוא עושה בדיוק את מה שמתאים לו ומה שהוא היה רוצה לעשות. הוא נהנה לחוש איך הקרבה לשני והקשר איתו מגלים בתוכו רצונות טובים וחשק להיטיב עם השני.

כאשר האדם עושה פעולה למען הקשר וחש בה חיות ותענוג, גם אם זו פעולה קטנה, הוא חש שכל התובנות שלו על קשר טוב הן לא רק תיאורטיות, אלא גם מעשיות. הוא חש שבתוך המעשה הקטן שלו נכנס משהו גדול, כלומר הציור היפה שלו על איך צריך להיראות קשר טוב, הצליח להתגשם בתוך המעשה הקטן אותו הוא עשה.

אין הכוונה שיש שלב בבניית הקשר שבו על בני הזוג להפסיק לחשוב איך צריך להיראות קשר נכון, ושדווקא הוא מושך ומענג. להיפך, העשייה בפועל וההשקעה בקשר צריכים להיות מלווים כל הזמן בפיתוח החשיבה על מה זה קשר נכון. המעבר מ'מחשבה סתם' ל'מחשבה טובה', אין פירושו זניחה של החלק הקודם, החלק של 'מחשבה סתם', אלא צירוף של שני החלקים יחד⁸¹. כלומר אם הרצון לצאת מידי מחשבה תיאורטית יגרום לבני הזוג להשקיע את עצמם בעשייה בפועל בלבד - זה לא יהיה טוב. בצורה כזו בני הזוג ישקעו בתוך העשייה, והעשייה עלולה להיות יבשה וחסרת חיות. בצורה דומה, אם בני הזוג יגיעו למסקנה שעליהם להשקיע אחד בשני גם אם ההשקעה תגרום להם תחושה של טרחה בלבד וחוסר נעימות - זה גם לא טוב. על בני הזוג להיות עסוקים בנתינת הדעת על כך שקשר טוב הוא קשר שבו נעים להם שהקרבה ביניהם מוציאה מהם דברים טובים, ולחשוב על כך שקשר נכון הוא קשר

⁸¹ כך זה גם בכל החלקים של בניית הקשר שיתוארו בהמשך. אף על פי שמצד אחד כל חלק הפוך, ברמה כזו או אחרת, מהחלק שקדם לו, יחד עם זה כל חלק לא בא להחליף את החלק הקודם, אלא להתבסס עליו ולהמשיך אותו.

שבו יש להם חשק להיות עסוקים בבניין המשותף של הקשר ושל המשפחה. בני הזוג צריכים שגם יהיה להם בראש את הציור הנכון על קשר טוב ומהנה, וגם שהציור הזה יביא אותם לידי מעשה בפועל, ולידי השקעה זה בזה מתוך חיות.

כאשר המחשבה על הקשר מזיזה את בני הזוג, וגורמת שיהיה להם יותר חיות בהשקעה שלהם זה למען זה - המחשבה על הקשר היא כבר לא רק תפיסת עולם נכונה, אלא משהו שנוגע בנפש ומזיז אותה. לכן החלק הזה נקרא 'מחשבה טובה'.

מחשבה טובה בקשר עם ה'

מחשבה שמזיזה את האדם

ב'מחשבה סתם' האדם חושב על כך שה' מחיה אותו ואוהב אותו ורוצה להיות איתו בקשר, וזה גורם לו להבין שהיה ראוי שגם הוא ירצה להיות עם ה' בקשר, ולהבין שהקשר עם ה' זוהי צורת החיים היחידה שמתאימה לו באמת. האדם מבין שלצדיקים יש קשר טוב עם ה', והם נהנים ומתענגים מהקשר הזה, והוא חושב שהלוואי וגם הוא היה צדיק, וגם לו היה קשר כזה עם ה'. ב'מחשבה טובה', לעומת זאת, המחשבה על הקשר עם ה' כבר לא גורמת לאדם רק לחוש שהיה ראוי שיהיה לו קשר טוב עם ה', אלא מזיזה אותו לעשות מצוות מתוך חיות בפועל. האדם חש שהמחשבה על הקשר עם ה' גורמת גם לו לחוש קצת חיות ותענוג ברצון לעשות מצוות, ולא רק תחושה שהלוואי והייתי צדיק⁸².

כאשר יש לאדם חיות ותענוג מקיום המצוות, אפילו כאשר זה בא לידי ביטוי במעשה אחד או בחלק קטן מהמעשים שהוא עושה, הוא מרגיש שהוא מתחיל לממש את המחשבות שהיו לו על הקשר עם ה'⁸³. מחשבה כזו היא לא רק תפיסת עולם נכונה על הקשר עם ה', אלא היא תחילת ההרגשה של הקשר. לכן המחשבה הזו כבר לא נקראת 'מחשבה קרה' או 'מחשבה סתם', אלא נקראת 'מחשבה טובה'⁸⁴.

⁸² וכמו שכתוב במשל:

לאחר שהצטייר לבני הזוג שקשר נעים הוא קשר שבו הם נהנים להשקיע בקשר, עליהם למצוא מקום בחיים שלהם שבו ההשקעה תהיה נעימה להם.

⁸³ וכמו שכתוב במשל:

כאשר האדם עושה פעולה למען הקשר וחש בה חיות ותענוג, גם אם זו פעולה קטנה, הוא חש שכל התובנות שלו על קשר טוב הן לא רק תיאורטיות, אלא גם מעשיות. הוא חש שבתוך המעשה הקטן שלו נכנס משהו גדול, כלומר הציור היפה שלו על איך צריך להיראות קשר טוב, הצליח להתגשם בתוך המעשה הקטן אותו הוא עשה.

⁸⁴ קידושין מ, א:

מחשבה טובה מצרפה למעשה, שנאמר (מלאכי ג, טז): "אז נדברו יראי ה' איש אל רעהו ויקשב ה' וישמע, ויכתב ספר זכרון לפניו ליראי ה' ולחושבי שמו"; מאי "ולחושבי

שמו"ר? אמר רב אסי: אפילו חשב אדם לעשות מצוה, ונאנס ולא עשה - מעלה עליו הכתוב כאילו עשה.

כלומר ביחס לרצון לעשות מצווה הגמרא אומרת שני ביטויים: "מחשבה טובה הקדוש ברוך הוא מצרפה למעשה", ו"חשב אדם לעשות מצווה ונאנס ולא עשה, מעלה עליו הכתוב כאילו עשה". למה צריך שני ביטויים לאותו דבר?

כדי לענות על זה צריך להקדים את דברי אדמו"ר הזקן בספר התניא. בספר התניא (פרק טז) אדמו"ר הזקן מדגיש ש'מחשבה טובה' היא לא רק מחשבה על דברים טובים, אלא גם מחשבה שמביאה וגורמת לאדם לעשות דברים טובים (כלומר 'מחשבה טובה' לא רק במשמעות של טובה לעומת רעה, אלא גם 'מחשבה (שגורמת) טובה', לעומת מחשבה גרידא).

יש שני סוגים של מחשבות, 'מחשבה טובה' ו'מחשבה סתם', והגמרא רצתה לומר שדווקא מחשבה טובה מצטרפת למעשה, ודווקא במחשבה כזו, אם האדם נאנס ולא עשה, מעלה עליו הכתוב כאילו עשה. נסביר זאת על ידי דוגמה:

נניח שאדם יושב באוטובוס ורוצה לרדת בתחנה הקרובה, ובדיוק כשהוא רוצה לקום נכנס לאוטובוס אדם מבוגר. אם האדם קם ממקומו, וחושב "איזה טוב שבדיוק רציתי לקום, כך אני גם מרוויח מצווה", הוא מקיים בזה מצווה. אבל אם בסוף הוא לא קם ממקומו, כי בדיוק כאבה לו הרגל וכדומה, אי אפשר לומר שהוא קיים מצווה. בפועל הוא לא פינה את מקומו, וגם במחשבה הוא לא רצה לקום כדי לקיים מצווה, אלא רצה לקום בכל מקרה. מחשבה כזו נקראת 'מחשבה סתם'. האדם שמח שנקרתה לידו מצווה בלי שהוא התכוון לכך, אבל לא היתה לו מחשבה שהוא רוצה לקיים מצווה, ומחשבה כזו לא יכולה להיות 'כאילו מעשה'. אבל אם אדם לא התכוון לרדת בתחנה, ורצה לקום רק בגלל שהוא רצה לפנות את מקומו לאדם מבוגר, במקרה כזה הוא קיים מצווה גם אם הוא נאנס ולא קם בסוף. כי היתה לו מחשבה טובה שמניעה אותו לעשות מצווה, ועל זה אמרו חכמינו ש"חשב לעשות מצוה, ונאנס ולא עשה - מעלה עליו הכתוב כאילו עשה". "חשב לעשות" - הכוונה למחשבה טובה שמניעה את האדם לעשות מצווה, ואז אפילו אם הוא לא עשה בפועל נחשב לו כאילו הוא עשה. אבל אם לא היתה לו מחשבה שמניעה אותו לעשות מצווה, במקרה כזה רק קיום מצווה בפועל נחשב למצווה.

כך למד אדמו"ר הזקן מהגמרא שיש שתי רמות של מחשבה לקיים מצווה, שרק אחת מהן נקראת 'מחשבה טובה'. ממילא לומד מזה אדמו"ר הזקן שגם כאשר אדם מקיים מצווה בפועל, הכוונה שלו יכולה להיות ברמה של 'מחשבה טובה', וברמה של 'מחשבה סתם'. כלומר יש כאן ארבע רמות של מעשה ומחשבה:

1. מחשבה סתם, ונאנס ולא עשה - לא נחשבת כאילו הוא עשה.
2. מחשבה טובה, ונאנס ולא עשה - מעלה עליו הכתוב כאילו עשה.
3. מחשבה סתם עם מעשה - נחשב למעשה שהכוונה לא מרוממת אותו.
4. מחשבה טובה עם מעשה - הקדוש ברוך מצרף מחשבה טובה למעשה, וזה נחשב לאדם שהוא לא רק עשה מצווה, אלא הוא גם עשה מצווה עם כוונה. (כוונה כזו עולה לעולם הבריאה, עולם השכל, כי האדם עשה את המצווה בגלל המחשבה שהוא חשב. אמנם אף על פי שהמחשבה מניעה אותו למעשה, אין בה התפעלות ורגש פנימי, ועל כן זה לא נקרא 'דחילו ורחימו

יש שלב שבו מחשבה 'קרה', שלא מזיזה את האדם, היא דבר טוב. כאשר האדם מחפש התלהבות במקום לתת את דעתו על הקשר עם ה', מחשבה 'קרה' היא דבר טוב, כי היא מכוונת את האדם לכיוון הנכון. הכיוון הנכון הוא לחפש את נתינת הדעת על הקשר עם ה' ולא לחשוב על הגדלת ההתלהבות.

אבל יש שלב שבו מחשבה קרה היא כבר לא טובה. לפעמים אדם יכול למצוא מקום שבו נעים לו ויש לו חיות לעשות מצוות, אבל הוא כבר התרגל לקיים מצוות מתוך מחוייבות בלבד, והוא לא רוצה להתאמץ לקיים מצוות מתוך חיות. במקרה כזה, אם האדם ימשיך לחשוב על כך שהיה ראוי שעבודת ה' שלו היתה מלאה בחיות, ולא יפריע לו שזה נמצא במחשבתו בלבד, הוא יראה בזה שלמרות שתפיסת העולם הזו היא יפה וחשובה - היא לא באמת נוגעת לו. על האדם להתאמץ למצוא את המקומות שבהם נעים לו ומחיה אותו להשקיע בקשר עם ה'. הוא לא אמור רק להגיד 'הלוואי שהיה לי חיות בעבודת ה'', אלא המחשבה הזו אמורה גם להזיז אותו לעשות דברים בפועל מתוך חיות.

אין כוונת הדברים לומר שיש שלב שבו האדם צריך להפסיק להתבונן בגדולת ה', ולחזור להשקיע את מחשבתו בשאלה איך להגדיל את ההתלהבות, כמו שהוא חשב במדרגה של 'רצון להתלהבות'. במדרגה של 'מחשבה טובה' האדם לא חושב שהגדלת ההתלהבות תחזק את הקשר, אלא חושב על כך שה' מחיה אותו ואוהב אותו ורוצה להיות איתו בקשר, ועל כך שגם הוא רוצה להיות עם ה' בקשר וזה מה שהוא מחפש, והמחשבה הזו גורמת לו לעשות מצוות מתוך חיות. האדם רוצה להשקיע בקשר עם ה' ולהיות מחוייב לקשר עם ה', אבל לא רוצה שההשקעה הזו תתן לו תחושה של ריחוק מה'. הוא רוצה גם את המחוייבות שיש בעבודת ה', וגם את הנעימות שיש בעבודת ה', והוא מרגיש

שכליים', ואפילו לא 'דחילו ורחימו טבעיים', כפי שנראה בהמשך, אבל מכל מקום הקדוש ברוך הוא מצרף מחשבה טובה למעשה, ולא מתייחס רק למעשה, אלא גם למחשבה שהניעה את המעשה.)

כלומר הגמרא התכוונה להגיד שני דברים על מחשבה טובה: מחשבה טובה גם מתלבשת במעשה כאשר האדם עשה מצווה בפועל, וגם נחשבת כאילו הוא עשה כאשר נאנס ולא עשה מעשה בפועל. לכן הגמרא כותבת על מחשבה טובה שני ביטויים: גם "מצטרפת למעשה" וגם "מעלה עליו הכתוב כאילו עשה".

בתוך המאמר נכתב שאף על פי ש'מחשבה סתם' היא מעלה גדולה ביחס למדרגות שמתחתיה ('לגרמיה', 'מצוות אנשים מלומדה', ו'רצון להתלהבות'), היא לא מחשבה שמניעה את האדם לעשות מעשה. לכן אם האדם נאנס ולא עשה את המעשה, המחשבה מצד עצמה לא יכולה להיחשב כאילו הוא עשה את המעשה, כי זו מחשבה שלא מניעה את האדם לעשות מעשה. לעומת זאת 'מחשבה טובה' היא מחשבה שמניעה את האדם לעשות מעשה, ולכן גם אם האדם נאנס ולא עשה את המעשה, המחשבה יכולה להיחשב לו כאילו הוא עשה את המעשה.

שדווקא המחויבות יכולה להביא אותו לקיים מצוות מתוך חיות⁸⁵. כלומר האדם לא חושב על הגדלת ההתלהבות, אלא על כך שהוא רוצה להשקיע בקשר עם ה', וכחלק מההשקעה בקשר הוא מתאמץ למצוא את המקומות בהם יש לו חשק לקיים מצוות.

כאשר אדם מתאמץ למצוא את המקומות בהם יש לו חשק לקיים מצוות, קשה לו לשים לב האם הוא נמצא במדרגה של הרצון להתלהבות, או במדרגה של 'מחשבה טובה'. כלומר קשה לאדם להבדיל ולשים לב האם המחשבה שלו מרוכזת בהגדלת ההתלהבות, או שהיא מרוכזת ברצון להשקיע בקשר עם ה', קשר שיש בו חיות. מרוב רצון למצוא את המקום בו יש לו חיות בעבודת ה', האדם עלול להתבלבל ולחזור להציב לעצמו את הגדלת ההתלהבות כמטרה. על מנת שזה לא יקרה האדם צריך להחשיב ולייקר את המדרגה של 'מחשבה סתם', ולשים לב שהיא מדרגה טובה וחשובה, והיא הבסיס לכל עבודת ה'. ב'מחשבה סתם' האדם חושב על הקשר עם ה', גם כאשר זוהי מחשבה שאין בה חיות, וכך הוא מבדיל את עצמו מהרצון להגדיל את ההתלהבות. אחר כך הוא רוצה להישאר עם אותה מחשבה עצמה, אבל שהמחשבה הזו, שקודם היתה 'מחשבה סתם', תניע אותו לעשות מצוות מתוך חיות בפועל.

כלומר כאשר אדם נמצא במדרגה של 'מחשבה טובה' הוא לא עוזב את המדרגה של 'מחשבה סתם', אלא להיפך: הוא נשאר עם אותה המחשבה, והמחשבה הזו גם מניעה אותו לעשות מצוות בפועל מתוך חיות⁸⁶.

⁸⁵ כפי שיוסבר באריכות בכותרת הבאה.

⁸⁶ וכמו שכתוב במשל:

אין הכוונה שיש שלב בבניית הקשר שבו על בני הזוג להפסיק לחשוב איך צריך להיראות קשר נכון, ושדווקא הוא מושך ומענג. להיפך, העשייה בפועל וההשקעה בקשר צריכים להיות מלווים כל הזמן בפיתוח החשיבה על מה זה קשר נכון. המעבר מ'מחשבה סתם' ל'מחשבה טובה', אין פירושו זניחה של החלק הקודם, החלק של 'מחשבה סתם', אלא צירוף של שני החלקים יחד... על בני הזוג להיות עסוקים בנתינת הדעת על כך שקשר טוב הוא קשר שבו נעים להם שהקרבה ביניהם מוציאה מהם דברים טובים, ולחשוב על כך שקשר נכון הוא קשר שבו יש להם חשק להיות עסוקים בבניין המשותף של הקשר ושל המשפחה. בני הזוג צריכים שגם יהיה להם בראש את הצירור הנכון על קשר טוב ומהנה, וגם שהצירור הזה יביא אותם לידי מעשה בפועל, ולידי השקעה זה בזה מתוך חיות.

וראה שם בהערה 81.

מצוות עבודה ומצוות אהבה

נסביר קצת יותר את ההבדל בין 'מחשבה טובה' למדרגה של 'רצון להתלהבות':

למעלה נכתב שב'מחשבה סתם' האדם מקיים את מצוות עבודה ה'. האדם חושב על הנוכחות של ה' ועל כך שה' רוצה שהאדם יעבוד אותו ויעשה את רצונו. אמנם המחשבה הזו לא גורמת שתהיה לו חיות בעבודת ה', אבל היא גורמת שהוא רוצה להיות מחוייב לעבודת ה' ולקיים מצוות בקבלת עול. לכן במחשבה הזו האדם מקיים את מצוות "ועבדתם את ה' אלוהיכם". עוד נכתב שם, שכיוון שהמחשבה הזו היא עצמה חלק מהקשר עם ה', האדם מקיים ב'מחשבה סתם' לא רק את מצוות עבודה ה', אלא גם את מצוות אהבת ה'.

אלא שצריך לשים לב שיש הבדל בין מצוות עבודה ה' למצוות אהבת ה': כאשר אדם מקיים מצוות מאהבה, הוא עושה זאת מתוך רצון שלו, ולעומת זאת בקבלת עול האדם מקיים מצוות בגלל הרצון של ה', ולא מתוך רצונו שלו. אם כן, ב'מחשבה סתם', שבה האדם נתון בכך שהוא עבד של ה' ומחוייב לעשות את רצונו, לא מקיימים את מצוות אהבת ה' בגילוי אלא בהעלם, כאשר היא כלולה בתוך מצוות עבודה. כלומר כיוון שהאדם רוצה להיות מחוייב לעבודת ה' כדי להיות בקשר עם ה' - גם זה חלק מהקשר עם ה', והאדם מקיים בזה גם את מצוות אהבת ה'. אבל המצווה שבה בעיקר האדם נתון ב'מחשבה סתם' היא מצוות עבודה. מצוות אהבת ה' מתחילה להיות ניכרת בפני עצמה במדרגה של 'מחשבה טובה'.

ב'מחשבה טובה' האדם מזהה שהמחשבה שלו על כך שהוא עבד של ה' לא רק מכווצת אותו, אלא גם משמחת אותו. כאשר האדם מעמיק בזה, זה מעורר בתוכו את המקום בנפש בו הוא עובד את ה' לא רק כי ה' רוצה בזה, אלא גם כי הוא עצמו רוצה בזה. כמובן, האדם רוצה להיות מחוייב לרצון ה', ולעשות את רצון ה' גם אם הוא עצמו לא חש שהוא רוצה בזה. אבל בפועל הוא כן רוצה בזה, והוא שמח שה' מצווה אותו. המחשבה על הקשר עם ה' גורמת שיהיה לו חשק לקיים מצוות, והוא לא מקיים מצוות רק מתוך קבלת עול. לכן ב'מחשבה טובה' האדם מתחיל כבר להתעסק עם קיום מצוות "ואהבת את ה' אלוהיך" בפועל⁸⁷.

⁸⁷ עיקר מצוות אהבת ה' מתקיימת במדרגה הבאה, כאשר אהבת ה' נמצאת גם ברגש של האדם ולא רק במחשבה שמביאה לידי חיות במעשה, וכפי שיוסבר בהמשך. אף על פי כן, אדמו"ר האמצעי אומר שכאשר המחשבה של האדם גורמת לו לעשות מצוות מתוך חשק, זה גם נקרא מצוות אהבת ה'.

אמנם גם במדרגה של 'מחשבה סתם' וגם במדרגה של 'רצון להתלהבות' האדם מקיים את מצוות אהבת ה', אבל כפי שנכתב בפנים, אהבת ה' שלו היא בהעלם ולא בגילוי.

אפשר היה לשאול: למה בכלל קיימת מצוות 'עבודה'? למה לא מספיקה מצוות 'אהבה'? אם האדם מוצא בתוכו את המקום בו הוא רוצה להיות בקשר עם ה', לכאורה זה מספיק על מנת ליצור קשר עם ה', ולמה צריך גם את מצוות 'עבודה'?

אפשר לשאול את השאלה גם בניסוח אחר: היה אפשר לחשוב שמצוות 'עבודה' היא רק בדיעבד. כאשר האדם לא מרגיש בתוכו אהבת ה' עליו, בלית ברירה, לעבוד את ה' מתוך 'קבלת עול', ובזה הוא מקיים לפחות מצוות 'עבודה'. אבל כאשר האדם כבר מוצא בתוכו את המקום בו הוא אוהב את ה' ורוצה את הקשר איתו, במקרה כזה אין צורך כבר במצוות עבודה. אבל בספר התניא לא כתוב כך. וכך כתוב בספר התניא⁸⁸:

ברם צריך להיות לזכרון תמיד ראשית העבודה ועיקרה ושרשה. והוא כי אף שהיראה היא שרש לסור מרע והאהבה לועשה טוב, אף על פי כן לא די לעורר האהבה לבדה לועשה טוב, ולפחות צריך לעורר תחלה היראה הטבעית המסותרת בלב כל ישראל, שלא למרוד במלך מלכי המלכים הקדוש ברוך הוא...
מה שאין כן אם לומד ומקיים המצווה באהבה לבדה, כדי לדבקה בו על ידי תורתו ומצוותיו - אינה נקראת בשם 'עבודת העבד', והתורה אמרה "ועבדתם את ה' אלוהיכם וגו'", "ואותו תעבדו וגו'".

כלומר גם כאשר האדם מקיים מצוות אהבה, אם הוא לא מקיים גם מצוות 'עבודה', עבודת ה' שלו חסרה, והאהבה לבדה לא מספיקה.

הסיבה לכך היא שבקשר בין שני בני אדם, או בקשר בין בני זוג (כמו במשל), הנוכחות של הזולת ברורה. האדם רואה את הזולת, ויכול לראות שהזולת רוצה להיות איתו בקשר, ומה שמוטל על האדם הוא לחפש ולמצוא בתוכו את המקום בו הוא רוצה את הקשר עם הזולת. לא מוטל על האדם לחפש את הנוכחות של השני, אלא רק את הרצון להיות עם השני בקשר.

⁸⁸ פרק מא.

לעומת זאת, בקשר עם ה' על האדם לא רק לעורר בתוכו את האהבה לה', אלא עליו גם להתאמץ ולהיות מודע לעצם הנוכחות של ה'. ה' הסתיר את עצמו, וגרם שלא רק הקשר איתו לא יהיה גלוי, אלא גם הנוכחות שלו לא תהיה גלויה, והגילוי שלה תלוי בעבודת האדם.

לכן ה' מצווה את האדם לעבוד אותו. לעבוד את ה' פירושו לשים לב לנוכחותו, ולא להתעלם מנוכחותו ומרצונותיו. במצוות עבודה האדם בוחר לעמוד מול הנוכחות והרצונות של ה', ובמצוות אהבה האדם מעורר את הרצון שקיים בתוכו להיות בקשר עם ה'.

אם האדם יחפש לקיים מצוות בחיות ומתוך אהבה בלבד, ללא מחוייבות וקבלת עול, הוא שם מול עיניו את הרצון שלו, ולא את הרצון של ה', וממילא הוא יהיה ממוקד בחיפוש החיות בתוכו ובהגדלת ההתלהבות שלו. לעומת זאת, כאשר האדם מקדים את מצוות עבודה למצוות אהבה, הוא קודם כל מודע לכך שה' רוצה ממנו ומצווה אותו, ועל גבי זה הוא גם מחפש לעשות את הציווי הזה מתוך חיות ומתוך אהבת ה'.

אמנם קודם נכתב שבקשר בין שני בני זוג הנוכחות של הזולת ברורה וגלויה, ולכן נראה שמספיק לעורר את האהבה זה לזה. אבל אף על פי כן, גם בקשר בין בני זוג צריך להקדים עבודה לאהבה. שכן אף על פי שהנוכחות של הזולת גלויה, הרבה פעמים האדם שקוע ברצונותיו, ולא שם לב לרצונותיו של השני. כלומר האדם יודע שקיים עוד מישהו חוץ ממנו, ואף על פי כן הוא שקוע ברצונותיו שלו, ולא מודע למה שהזולת רוצה ממנו. כאשר האדם מחפש חיות בקשר, אבל לא מספיק מודע למה שהזולת רוצה ממנו, המחשבה שלו נתונה יותר בהגדלת ההתלהבות מאשר בקשר עם הזולת, וההתלהבות עלולה רק להרחיק בין בני הזוג. אבל כאשר האדם מודע לכך שקשר טוב הוא קשר שבו האדם מחוייב לקשר ומשקיע בקשר, ומחפש שהקשר יוציא ממנו דברים טובים, ולא מרוכז במחשבה שהוא רוצה לקבל מן הקשר - הוא לא שקוע ברצונות של עצמו, אלא ברצונות של הזולת ובנוכחות של הזולת. לאחר שהאדם הקדים את ה'עבודה', את הציור הנכון של הקשר - על גבי זה יכולה להתעורר האהבה, כלומר שהאדם רוצה את הקשר, ולא עסוק ברצונותיו שלו.

ארבע צורות חשיבה

המחשבה על הקשר עם ה' יכולה לבוא לידי ביטוי במעשה, כאשר אדם עושה מצווה מתוך מחשבה על הקשר עם ה', ויכולה לבוא לידי ביטוי גם ללא מעשה, כמו מחשבה בתפילה או בהתבוננות בקשר עם ה'. אם כן, יש כאן ארבע צורות חשיבה שעל ידם האדם יוצר קשר עם ה': א. 'מחשבה סתם' שבאה לידי ביטוי במעשה; ב. 'מחשבה טובה' שבאה לידי ביטוי במעשה; ג. 'מחשבה סתם' ללא מעשה; ד. 'מחשבה טובה' ללא מעשה.

נסביר זאת על ידי דוגמה:

כאשר אדם מביא לחבירו מתנה, הוא יכול לעשות זאת מתוך שתי כוונות אפשריות: אפשר לתת מתנה כי זהו הנוהל המקובל, שכאשר אדם בא לאירוע הוא מביא מתנה. אבל לפעמים אדם מביא מתנה לא בגלל שזהו הנוהל המקובל, אלא כי הוא חשב על חברו, וחיפש מה לעשות על מנת לשמח אותו.

כאשר אדם מביא לחבירו מתנה כי זהו הנוהל המקובל, מצוייר לו שקשר בין חברים מוציא מהאדם את הדברים הטובים שבו. תפיסת העולם שלו לגבי קשר אומרת שקשר גורם לאדם ליהנות מכך שהוא נותן לשני. אמנם כיוון שהמתנה לא חרגה מן הנוהל המקובל, היא לא מבטאת השקעה בקשר, אלא רק תפיסת עולם. תפיסת עולם שבה קשר בין חברים מוציא מהאדם דברים טובים ופעולות טובות⁸⁹. כלומר המתנה הזו מבטאת 'מחשבה סתם'.

לעומת זאת, כאשר אדם נותן מתנה לחבירו לא מתוך נהל מקובל אלא מתוך התעוררות להיטיב איתו ולשמוח אותו, המתנה לא מבטאת רק תפיסת עולם, אלא גם את החיות שתפיסת העולם הזו יוצרת. האדם לא רק תופס קשר בצורה טובה, אלא תפיסת העולם הזו גם יוצרת אצלו חשק להשקיע בקשר. כלומר מתנה כזו מבטאת 'מחשבה טובה'.

כשם שמחשבה יכולה לבוא לידי ביטוי במעשה שיוצר קשר כמו נתינת מתנה, כך מחשבה כזו יכולה ליצור קשר גם ללא מעשה. במשל העיקרי שעליו דובר במאמר הזה, קשר בין בני זוג, 'מחשבה סתם' ו'מחשבה טובה' יכולות לבוא לידי ביטוי במחשבה, ללא מעשה, ויכולות לבוא לידי ביטוי במעשה.

כלומר, אם המחשבה על הקשר גורמת לבני הזוג לעשות מעשים שמחזיקים ובוניס את הקשר ביניהם מתוך מחויבות לקשר - זהו מעשה שנובע מ'מחשבה סתם', ואם המחשבה גורמת להם רצון וחיות לעשות את המעשים שמחזיקים ומטפחים את הקשר - זהו מעשה שנובע מ'מחשבה טובה'.

אבל הביטויים 'מחשבה סתם' ו'מחשבה טובה' מדברים בעיקר על ההשקעה של האדם במחשבה ולא במעשה. כפי שנכתב למעלה, כאשר בני זוג חושבים על הקשר ביניהם, עצם המחשבה על הקשר בונה ויוצרת את הקשר. מחשבה כזו יכולה לבוא לידי ביטוי גם ב'מחשבה סתם', וגם ב'מחשבה טובה': כאשר בני זוג רוצים שיהיה להם קשר טוב וחושבים איך לטפח את הקשר ביניהם, או הולכים ליועץ שיסביר להם, זה נקרא 'מחשבה סתם'. היועץ בונה להם תפיסת עולם נכונה לגבי קשר, ומלמד אותם לחשוב שקשר מוציא מהם דברים טובים ורצונות טובים. כאשר תפיסת העולם הזו גם נותנת לבני הזוג חיות וחשק להעמיק יותר במחשבה על הקשר ולחשוב יותר זמן, או ללכת בשמחה למפגשים עם היועץ וליהנות מהם וכדומה - זה נקרא 'מחשבה טובה'.

⁸⁹ כמובן, אם אדם מציייר קשר כצורת חיים שבה הוא אמור לקבל, ולא כצורת חיים שמוציאה ממנו דברים טובים, ולפי זה הוא נותן מתנה כיוון שכך גם החבר שלו יביא לו מתנה בבוא העת וכדומה - זה לא נקרא מחשבה סתם. המדרגה הזו נקראת 'לגרמיה', כלומר האדם עשה את הפעולה בשביל עצמו ולא בשביל השני. בהקשר של עבודת ה', לפעמים אדם מקיים מצוות בשביל 'פניה' מסויימת, בשביל עצמו. כוונה כזו בוודאי לא נחשבת כחלק מהקשר עם ה', אלא להיפך, היא מרחיקה את האדם מה'.

כך זה גם בעבודת ה'; כשם שבקשר בין אנשים המדרגות 'מחשבה סתם' ו'מחשבה טובה' יכולות לבוא לידי ביטוי במתנות או במעשים שבונים את הקשר, ויכולות לבוא לידי ביטוי במחשבה על הקשר - כך בעבודת ה' המדרגות 'מחשבה סתם' ו'מחשבה טובה' יכולות לבוא לידי ביטוי על ידי עשיית מצוות, ויכולות לבוא לידי ביטוי על ידי התבוננות ותפילה.

בשתי המדרגות הללו של הקשר עם ה', 'מחשבה סתם' ו'מחשבה טובה', כאשר האדם עושה מצוות הוא כמו אדם שנותן מתנה. הוא עסוק במעשים שצריך לעשות בשביל ליצור קשר. כמו שנכתב קודם לגבי מתנה, אדם יכול לקיים מצוות כחלק ממחויבות לאורח החיים של עבודת ה' (וזה נקרא 'מחשבה סתם'), או מתוך התעוררות וחשק להיות בקשר עם ה' (וזה נקרא 'מחשבה טובה').

כמו כן, המדרגות הללו ('מחשבה סתם' ו'מחשבה טובה') יכולות לבוא לידי ביטוי גם בהתבוננות ותפילה. כאשר אדם חושב איך צריך להיראות הקשר עם ה' זה 'מחשבה סתם', וכאשר המחשבה הזו גם יוצרת אצלו חשק וחיות להשקיע זמן וכח לחשוב על הקשר עם ה' - היא נקראת 'מחשבה טובה'⁹⁰.

⁹⁰ כתוב בספר התניא פרק טז:

...שגם אם אין יד שכלו משגת להוליד אהבת ה' בהתגלות ליבו, שיהיה ליבו בוער כרשפי אש וחפץ בחפיצה וחשיקה ותשוקה מורגשת בלב לדבקה בו, רק האהבה מסותרת במוחו ותעלומות ליבו, דהיינו, שהלב מבין ברוח חכמה ובינה שבמוחו גדולת אין סוף ברוך הוא, דכולא קמיה כלא חשיב ממש, אשר על כן יאתה לו יתברך שתכלה אליו נפש כל חי לידבק ולהכלל באורו...

הנה, כשמעמיק בעניין זה בתעלומות תבונות ליבו ומוחו, ופיו וליבו שווין, שמקיים כן בפיו כפי אשר נגמר בתבונת ליבו ומוחו, דהיינו, להיות בתורת ה' חפצו ויהגה בה יומם ולילה בפיו, וכן הידיים ושאר אברים מקיימים המצוות כפי מה שנגמר בתבונת ליבו ומוחו, הרי תבונה זו מתלבשת במעשה דיבור ומחשבת התורה ומצוותיה... וזה רמזו רז"ל באמרם: (קידושין מ, א): "מחשבה טובה הקב"ה מצרפה למעשה".

מחשבה לעומת רגש

הביטוי 'מחשבה טובה' מראה על כך שבמדרגה הזו עבודת ה' עדיין קיימת רק במחשבתו של האדם, ועדיין לא גורמת לו להתרגשות. אמנם המחשבה על הקשר עם ה' מזיזה את האדם, וגורמת לו לעבוד את ה' בחיות, אבל אף על פי כן האדם תופס שעיקר הקשר עם ה' בא לידי ביטוי בעשיה בפועל, במחשבה בדיבור ובמעשה. כלומר האדם לא תופס את הרגש כעיקר הקשר עם ה', אלא את העשיה⁹¹.

נתינת מתנה, בין אם נתינת המתנה מבטאת 'מחשבה סתם', ובין אם היא מבטאת 'מחשבה טובה', לא מגלה, בדרך כלל, על ההתרגשות של האדם מהקשר, אלא רק כמה מחשבה הוא משקיע בו. כשם שכך זה במעשה של האדם, כך זה יכול להיות גם במחשבה ובדיבור של האדם: כאשר בני זוג הולכים ליועץ וחושבים על הקשר ביניהם, בין אם זה ברמה של 'מחשבה סתם', ובין אם זה ברמה של 'מחשבה טובה' - המחשבה הזו היא עוד לא הרגש שבקשר עצמו, אלא המחשבה עליו. אמנם גם זה חלק מהקשר, כי לחשוב על הקשר זה חלק מהקשר, במיוחד כאשר המחשבה על הקשר מזיזה את בני הזוג ומפעילה אותם. אבל עדיין הם נתונים בחיפוש אחר הקשר, ולא נמצאים במצב בו הקשר מרגש אותם. כל עוד בני הזוג נהנים לחשוב איך הם היו רוצים להשקיע זה בזה, אבל עוד לא יודעים מספיק איך ליהנות ולהתרגש זה מקרבתו של זה, הם מבטאים את הקשר ביניהם בחלקים החיצוניים של הנפש, מחשבה ומעשה. בני הזוג עסוקים ביצירת הקשר ונהנים מבניית הקשר, אבל הם עדיין לא נמצאים במצב בו הקשר גורם להם להתרגשות והתפעלות.

כאשר האדם מתבונן בגדולת ה', ומבין ש"אשר על כן יאתה לו יתברך שתכלה אליו נפש כל חי לידבק ולהכלל באורו" - זה נקרא 'מחשבה סתם', כי האדם רק מבין שראוי לו להיות בקשר עם ה' ("יאתה לו"), אבל ההבנה הזו לא מצטרפת למעשה ולא מוסיפה בו חיות. כאשר האדם "מעמיק בעניין זה", ו"פיו וליבו שווין, שמקיים כן בפיו כפי אשר נגמר בתבונת ליבו ומחו"ו", כלומר המחשבה מניעה ומוסיפה חיות במעשה - זה נקרא 'מחשבה טובה'.

⁹¹ וכפי שאומר אדמו"ר האמצעי על 'מחשבה טובה', שהיא אהבה ויראה שנוגעת למעשה בלבד (ויצוטטו דבריו בהמשך).

כך זה גם בעבודת ה': כל ארבעת הביטויים של הקשר עם ה' עליהם נכתב - מצוות והתבוננות מתוך 'מחשבה סתם', ומצוות והתבוננות מתוך 'מחשבה טובה' - עדיין לא מבטאים עבודת ה' שיש בה רגש, אלא עבודת ה' שיש בה רק מחשבה או מחשבה ומעשה.

אבל האהבה היא רגש. כאשר בני זוג אוהבים זה את זה, המעשים והמחשבות שלהם מבטאים את ההרגשה הפנימית שלהם זה כלפי זה, שהיא האהבה עצמה. כך זה גם בעבודת ה': עיקר מצוות "ואהבת את ה' אלוהיך" בא לידי ביטוי ברגש, ומעשה המצוות, וההתבוננות והמחשבה על הקשר עם ה', מביאים לידי ביטוי את האהבה ואת הרגש הפנימי.

ההבנה שהאהבה זה מה שמתחולל בתוך האדם, ולא רק בחלקים החיצוניים של הנפש שלו, מחשבה ומעשה, - מביאה את האדם למדרגה הבאה: אהבת ה' ברגש, או בלשון אדמו"ר הזקן ואדמו"ר האמצעי 'דחילו ורחימו טבעיים'.

ג. דחילו ורחימו טבעיים

בקשר בין בני זוג

להיות זקוקים זה לזה ותלויים זה בזה

לאחר שבני הזוג למדו שהם נהנים מההשקעה שלהם זה בזה, היועץ מסב את תשומת ליבם לנקודה נוספת: הם אמנם למדו ליהנות מהפעולות שהם עושים זה למען זה, אבל הם עלולים להעריך את הקשר ביניהם רק על פי הפעולות שלהם, ועליהם לשים לב שבקשר יש גם רובד פנימי יותר, והוא התחושה שנולדת אצלם בלב. כל אחד מבני הזוג נהנה ומתרגש לראות איך השני מתרגש מהקשר ונהיה שמח ומאושר יותר, ועצם התחושה הזו מעמיקה את הקשר ומקרבת את בני הזוג זה לזה. כל אחד מבני הזוג נהנה לא רק מכך שהשני משקיע בקשר ועושה פעולות למען הקשר, אלא הוא נהנה מכך שהשני מתרגש ממנו ושמח בקרבתו, וההנאה הזו מחברת אותם זה לזה במקום פנימי יותר.

בשונה ממחשבה, שמזיזה את האדם לפעול פעולות מעשיות, כאשר משהו מרגש את האדם הוא מזיז את האדם בפנימיותו ומחיה אותו, ולא רק גורם לו לעשות פעולות. כלומר כאשר האדם מתרגש יש תנועה בתוכו. זוהי לא רק תנועה שמוליכה את האדם לעשייה ולמטרה מסוימת, כמו במחשבה, אלא האדם בעצמו נע, וזו לא תנועה שהיא אמצעי למשהו אחר.

לשם ההמחשה, כאשר אדם חווה אירוע מרגש, הרגש נתפס בתוכו ומסעיר אותו, עד שההתרגשות באה לידי ביטוי גם בגוף, בהסמקה או הזעה או עליה קלה של הדופק, וכדומה. הביטוי הגופני של ההתרגשות הוא המחשה לכך שעכשיו האדם לא חושב בלבד, אלא מתחוללת בתוכו תנועה פנימית שנקראת התרגשות.

המדרגה הזו היא לא מחשבה. ב'מחשבה טובה' וב'מחשבה סתם', כאשר האדם חושב המחשבה קיימת וכאשר האדם מפסיק לחשוב המחשבה נעלמת, ולכן האדם חש שהמחשבה היא חיצונית יחסית. לעומת זאת בחלק של 'התרגשות טבעית' (שמקביל למה שנקרא בלשון אדמו"ר האמצעי 'דחילו ורחימו טבעיים'), הרגש חי בתוך האדם ולכן לפעמים האדם חש את ההתרגשות גם לאחר שהוא הפסיק לחשוב על מה שריגש אותו. כלומר המדרגה הזו פנימית ולא חיצונית כמו המדרגות של המחשבה.

לפעמים אף על פי שבני הזוג משקיעים הרבה בקשר, הם מרגישים שאם הקשר ביניהם מתמצה בהשקעה הדדית בלבד - הוא נשאר יבש. בני הזוג רוצים שהקשר יתבטא גם בתחושה פנימית, בהתרגשות. הם רוצים לחוש

שהקשר מחיה אותם, ובלי זה הם מרגישים שהקשר לא חי⁹². יתירה מזו, הם מרגישים שמחוץ לקשר יש דברים שמחיים אותם, עבודה או חברים וכדומה, ובקשר הם צריכים להשקיע אבל הוא לא מחיה אותם, וזה גורם לאבד את הטעם בקשר. במצב כזה ההשקעה בקשר מכבידה עוד יותר על הקשר, כי בני הזוג מרגישים שהקשר הוא מקום שבו הם צריכים להשקיע בלי שהוא יחיה אותם. בני זוג שנמצאים במצב כזה מרגישים שהם נמצאים במבוי סתום. הם משקיעים זה בזה, ולמרות זאת הם לא מתרגשים זה מזה.

במצב כזה היועץ מסביר לבני הזוג שהם לא מציירים נכון מה זה קשר. קשר הוא לא רק מקום שבו כל אחד משקיע בשני, אלא בעיקר צורת חיים שבה כל אחד מבני הזוג מרגיש שהוא זקוק לשני. לכן אם בני הזוג רוצים שיהיה ביניהם קשר, עליהם להחליט שהם זקוקים זה לזה וצריכים זה את זה, ולא רק משקיעים זה בזה. היועץ מסביר להם שכאשר הם חיפשו קשר הם חיפשו בדיוק את התחושה הזו: הם חיפשו להרגיש שהם זקוקים זה לזה.

אדם, מטבעו, לא יכול להרגיש מאושר כאשר הוא לבד. הוא זקוק לעזרה ולתמיכה ולעידוד ולחום ואהבה, ולכן הוא זקוק למשפחה ולחברים ולחברה לחיות בה, ולענייננו הוא זקוק לקשר שבין איש לאשה. הטבע הזה גורם לאדם לחוש בדידות ותחושה לא נעימה כאשר הוא לבד, ורצון וציפייה ליצור קשר ולהתחתן.

האדם יכול להתייחס לתחושת הבדידות הזו בשתי צורות: הוא יכול להחליט שכיוון שלא נעים לו לחוש בדידות, עדיף לו להתעלם מן התחושה הזו ולא להתייחס אליה, כלומר להמשיך לחיות לבד תוך התעלמות מתחושת הבדידות המתמדת. אבל אפשר להתייחס לתחושת הבדידות גם כמקפצה, כתחושה שמעוררת ליצור קשר כיוון שלאדם לא נעים להיות לבד. בצורה כזו האדם לא רוצה להתעלם מתחושת הבדידות, אלא להיפך. הוא מרגיש שתחושת הבדידות היא חלק מהבשלות שלו ליצור קשר ולהקים משפחה.

כך זה גם ביחס לתחושת התלות והנזקקות של האדם. כאשר אדם בקשר עם אנשים אחרים, ולענייננו בקשר בין איש לאשה, הוא חש שהוא תלוי בזולת וזקוק לו. אם הזולת יאהב אותו יהיה לו טוב, ואם הזולת לא יאהב אותו יהיה לו לא נעים. האדם יכול להתייחס לתחושת התלות הזו כדבר לא טוב, ולנסות להתעלם ממנה. בני הזוג יכולים לומר לעצמם שכיוון שכבר יש להם קשר, והם משקיעים בו - הם כבר מצאו דרך חיים טובה, והם מסתדרים בלי להדגיש את תחושת התלות שלהם זה בזה. כל אחד מבני הזוג מרגיש שהוא לא רוצה לתת לשני תחושה של נזקקות,

⁹² אין הכוונה שבני הזוג מחפשים להתרגש ומשתמשים בקשר כאמצעי להתרגשות שלהם, אלא בני הזוג מחפשים שיהיה ביניהם קשר, והם מרגישים שאם הקשר ביניהם הוא ללא התרגשות הוא לא קשר שלם. לכן המחשבה של בני הזוג בשלב הזה לא ממוקדת בהגדלת ההתלהבות, כפי שהיא ממוקדת בשלב של "רצון להתלהבות", אלא בני הזוג חושבים על כך שכל אחד זקוק לשני וצריך את הקשר איתו, וכפי שיוסבר בהמשך.

ולא רוצה לחוש כך בעצמו, ולכן עדיף להתעלם כמה שאפשר מהתחושה הזו. אבל בני הזוג יכולים להתייחס לתחושת התלות ככלי ליצירת קשר; העובדה שהאיש והאשה זקוקים זה לזה מושכת אותם זה לזה ויוצרת בתוכם געגועים וכיסופים זה לזה. הגעגועים הללו יוצרים את הקשר ביניהם.

יכולים להיות זוגות שחיים בצורה טובה בלי להדגיש את תחושת התלות שלהם זה בזה. הם נהנים להשקיע אחד בשני, ולא חסרה להם תחושת ההתרגשות הפנימית בקשר. אבל הרבה פעמים זוגות חיים כך בהדחקה ובהשלמה עם המצב, בגלל חוסר הבנה. כל אחד מבני הזוג לא רוצה לחוות תחושה של נזקקות, כי הוא חושב שזו תחושה לא טובה ולא נעימה, וממילא הוא גם לא רוצה לתת לבן הזוג לחוות תחושה כזו. בצורה כזו הנפשות של בני הזוג לא מקבלות את מה שחסר להם. כי באמת כל אחד מבני הזוג רוצה לחוש שהשני זקוק לו, ורוצה להביע את זה שהוא זקוק לשני ותלוי בו, כדי לקבל חום ואהבה ולהרגיש חזק יותר את הקשר עם השני. כלומר לא רק שתחושת התלות היא לא תחושה לא נעימה, אלא לגמרי להיפך: ככל שתחושת התלות יותר מודגשת, כך הקשר חי יותר, והאדם מרגיש אהוב ורצוי.

זו הסיבה שהחלק הזה של הקשר נקרא 'התרגשות טבעית'; בחלק הזה בני הזוג בונים לעצמם 'רגש טבעי', כלומר הם מצליחים לזהות רגש שטבעי להם, ולומדים לחשוף אותו. הרגש הוא טבעי לבני הזוג, כי יש להם נזקקות טבעית לקשר, והנזקקות היא היוצרת את ההתרגשות.

כאשר כל אחד מבני הזוג מרגיש שהשני גורם לו להיות תלוי בו וזקוק לו - זה מסעיר אותו. הוא לא אדיש לקשר או חושב על הקשר בלבד, אלא הוא זקוק לשני והשני זקוק לו. לכן אם בני הזוג ידעו לפרש את תחושת התלות כתחושה טובה שמחזקת את הקשר ביניהם, התלות שלהם זה בזה תעשה את הקשר ביניהם לקשר חי, שמחולל בתוכם תנועה נפשית חזקה.

על בני הזוג להבין שתחושת התלות שלהם זה בזה היא מרכיב מהותי מהקשר, ותחושת ההתרגשות הפנימית שלהם זה מזה היא גם כן מרכיב מהותי מהקשר, ושתי התחושות הללו קשורות זו בזו בקשר הדוק. עולה מהדברים שאם קודם (בחלק של 'מחשבה טובה') בני הזוג חיפשו להשקיע בקשר, עכשיו הם מחפשים לחוש שהם חסרים בלי הקשר, והם זקוקים זה לזה.

ממה נוצרת התלות של בני הזוג זה בזה

התלות של בני הזוג זה בזה נוצרת מהברית שהם כרתו ביניהם. בני הזוג החליטו ליצור ביניהם קשר שבו ברור לכל אחד מהם שאת הדברים המהותיים של הקשר (כמו יחסי קרבה שנהוגים רק בין בני זוג) כל אחד יכול לקבל רק מהשני, ולא מבחון. ממילא כל אחד מהם תלוי בשני, כי רק מהקשר איתו הוא יכול ורוצה לקבל את מה שהוא זקוק לו.

בצורה כזו כל אחד מבני הזוג גורם לשני להיות זקוק לו, וזה מה שהם חיפשו בקשר. כאמור, כל אחד מבני הזוג רוצה להיות זקוק לשני ולקבל ממנו חום ואהבה, ורוצה שהשני גם כן יהיה זקוק לו, וכך הוא ירגיש שהשני אוהב אותו. כל אחד מבני הזוג רוצה גם להתגעגע לשני, וגם לחוש שהשני מתגעגע אליו, ואת זה הם יצרו על ידי ההחלטה שלהם להיות תלויים זה בזה⁹³.

כאשר בני הזוג מבינים שההתרגשות שלהם זה מזה נוצרת מכך שהם מחליטים לקבל את החיות שלהם מהקשר ביניהם ולא ממקום אחר, הם יכולים להבין גם איך לחשוף את התלות הזו ולהעצים אותה, כאשר הקשר זקוק לזה:

⁹³ בצורת החשיבה הראשונית, הרבה פעמים אנחנו חושבים שההתקבעות בקשר מחלישה את הרגש. כלומר אנחנו חושבים שכאשר הקשר הוא חדש יש בו התרגשות, וכאשר הקשר כבר התקבע הוא פחות מרגש, כיוון שהדברים כבר ברורים וקיימים. כאן מוסבר משהו הפוך: בני הזוג החליטו שהם רוצים ליצור ביניהם קשר כזה שבו לכאורה לא יהיה חידוש, הם יהיו בקשר כל הזמן רק אחד מהשני, ולא יכניסו משהו 'חדש' לקשר חס ושלום - ודווקא זה מה שיוצר התרגשות בקשר ביניהם.

ההתרגשות בקשר חדש נובעת מכך שמהו חדש, שהוא חיצוני לאדם, נעשה לחלק ממנו. יש כאן משהו לא מוכר, שלא היה חלק מהאדם קודם לכן, ועכשיו הוא נעשה חלק ממנו - וזה באמת חדש ומפתיע ומרגש. אבל מבחינה מסוימת דווקא בהתקבעות של הקשר יש חידוש גדול יותר: ככל שהאדם יותר מתקבע בתוך הקשר, כך חלקים נוספים של הנפש שלו נמצאים בתוך הקשר, כי הוא לא רק נמצא בקשר, הוא גם מקובע בתוך הקשר. הוא לא רק נהנה מהקשר, הוא גם זקוק לקשר ותלוי בו.

כלומר: אם האדם יוצר קשר חדש בלי להיות מחוייב אליו, הוא לא מרגיש תלוי בקשר. ממילא המקום הפנימי בנפש, בו האדם זקוק לשני ומחפש להיות תלוי בו לא נעשה חלק מהקשר. לעומת זאת, כאשר האדם מחוייב לקשר ומתקבע בתוכו, הוא כל הזמן חושף יותר ויותר תלות ונזקקות בשני, וכל הזמן חלקים פנימיים של הנפש, שלא היו חלק מהקשר, נעשים חלק מהקשר. לכן בהתקבעות של הקשר יש חידוש והתרגשות שלא קיימים בקשר חדש.

החידוש הזה הוא חידוש גדול יותר, כי כאשר דברים חיצוניים נעשים חלק מהאדם, גם ההתרגשות היא חיצונית יחסית, וכאשר דברים מתוך הנפש של האדם נכנסים לתוך הקשר - ההתרגשות היא פנימית יותר. כלומר, אם ההתרגשות של האדם היא רק מדברים חדשים, הוא לעולם לא יוכל להתקשר אליהם בצורה פנימית, כיוון שהוא מתרגל להתרגש רק מדברים חדשים. לכן הוא לא יוכל להיות תלוי וזקוק באמת למה שהוא מתרגש ממנו, כי אחרי כמה זמן הוא כבר ירצה משהו חדש. לכן התרגשות כזו תמיד תהיה רק בחלקים החיצוניים של הנפש. לעומת זאת, אם האדם שם לב שההתקבעות שלו בקשר היא זו שיוצרת התרגשות בקשר - הוא מכניס כל הזמן חלקים נוספים של האישיות שלו אל תוך הקשר, וההתחדשות הזו היא התחדשות פנימית ולא חיצונית.

אם אדם יחשוב שקשר חדש הוא מרגש וקשר 'ישן' לא, הוא עלול להרגיש בקשר כמו בכלא; הוא לא יכול ליצור קשר חדש, והקשר הישן משעמם אותו. לעומת זאת, אם אדם ישים לב שההתקבעות בקשר יוצרת את ההתרגשות - ככל שהוא יהיה יותר מקובע בקשר כך יהיה בקשר יותר התחדשות והתרגשות.

כאמור, יש חלקים של הקשר שבהם ברור שאי אפשר לקבל את החיות שלהם אלא מן הקשר, כמו יחסי קרבה שנהוגים רק בין בני זוג. אבל לכל אחד מבני הזוג יש גם דברים שבהם הוא מקבל חיות מבחוץ בלי שזה יפגע בקשר. למשל, בדרך כלל לכל אחד מבני הזוג יש עיסוקים נוספים וחברים שהוא נהנה מחברתם, וזה לא אמור לפגוע בקשר. אבל אם ההתרגשות של בני הזוג מדברים אחרים גורמת להם לחוש שהם לא זקוקים זה לזה, הם ירצו לוותר על הדברים האחרים ועל החיות שבהם, על מנת שהם יוכלו לחוש שהם חסרים זה את זה, ולחוש שכל אחד מקבל את חיותו מהשני. למשל, אם אחד מבני הזוג הולך הרבה פעמים להיפגש עם חברים, והוא מתחיה מהמפגש עם החברים יותר מאשר השהות עם בן הזוג - זה עלול לתת לו (וגם לבן הזוג כמובן) תחושה שהוא לא כל כך זקוק לקשר עם בן הזוג, והחיים שלו מלאים גם בלעדיו. כמובן, כל אחד מבני הזוג רוצה שהשני ימצא דברים שמחיים אותו, אבל הוא לא רוצה שהדברים הללו יגרמו לכך שהם לא יצטרכו זה את זה וכל אחד יוכל להסתדר לבד.

להסתכל על ההשקעה בקשר מזווית נוספת

היועץ אומר לבני הזוג שעליהם להמשיך להשקיע בקשר כפי שהם השקיעו עד עכשיו, אבל להסתכל עליה מזווית נוספת: עד עכשיו בני הזוג חשבו שההשקעה היא נתינה זה לזה, ועשיית דברים טובים אחד למען השני. ההשקעה הזו, בסופו של דבר, לא רק תרמה לקשר אלא גם הכבידה עליו, כי היא נתנה לבני הזוג תחושה שקשר הוא מקום שמשקיעים בו בלי לקבל ממנו חיות. אבל עכשיו היועץ אומר לבני הזוג לשנות את צורת ההסתכלות, ובמקום לחשוב שההשקעה היא רק בנתינה זה לזה, עליהם לחשוב שההשקעה היא בעיקר בעזיבת העיסוקים האחרים שיש להם.

ניתן דוגמה: נניח שהאיש החליט שהוא יוצא כל יום שעה מוקדם יותר מהעבודה, על מנת להיות יותר בבית ולהשקיע בקשר. או נניח שהאשה החליטה שהיא מפחיתה את מספר ההרצאות או החוגים שהיא הולכת לשמוע בערב על מנת להישאר בבית ולהשקיע בקשר. עד עכשיו בני הזוג חשבו שההשקעה היא הנתינה, הזמן שכל אחד מקדיש לשני. עכשיו היועץ אומר להם לחשוב אחרת: לחשוב שעיקר ההשקעה שלהם בעזיבת העיסוקים האחרים היא בניית צורת חשיבה שמה שחסר להם זה הקשר. על כל אחד מבני הזוג לחשוב שגם אם הוא היה הולך עכשיו לעבודה או להרצאה וכדומה זה לא היה ממלא אותו, כי עדיין היה חסר לו קשר. לכן הוא לא נשאר עכשיו בבית רק כדי לעזור לבן הזוג, אלא בעיקר כדי להעמיק את התחושה (גם כלפי עצמו וגם כלפי בן הזוג) שהעיסוקים האחרים הם לא מה שחסר לו ולא מה שממלא אותו, ומה שבאמת חסר לו וממלא אותו זה הקשר עם בן הזוג.

אם ההשקעה בבן הזוג פירושה רק נתינה היא אכן עלולה להכביד על הקשר, אבל אם ההשקעה בקשר אומרת שבני הזוג רוצים להביע שמה שחסר להם זה הקשר - ככל שבני הזוג ישקיעו הם ירגישו שני דברים: הם גם ירגישו שהם זקוקים לקשר וחסרים בלעדיו, וגם ירגישו שהקשר מתחזק ויכול למלא אותם.

הדרך הנכונה ליצור התרגשות בקשר

בחלק של 'הרצון להתלהבות' הוסבר איך לא נכון ליצור התרגשות בקשר; כאשר בני הזוג עסוקים במחשבה על הגדלת ההתלהבות על מנת לייצר התרגשות - הם לא חושבים על הקשר ביניהם, אלא כל אחד חושב על ההנאה של עצמו, ברמה כזו או אחרת, וצורת החשיבה הזו עלולה להרחיק אותם זה מזה ולא לקרב אותם זה לזה.

כאן, בחלק של 'התרגשות טבעית', היועץ מסביר לבני הזוג איך כן מייצרים התרגשות בקשר; על מנת ליצור התרגשות בקשר על כל אחד מבני הזוג לחשוב על כך שהקשר עם בן הזוג חסר לו, והוא זקוק לשני ותלוי בו. על כל אחד מבני הזוג לחשוב על כך שאם יהיה לו חברים ועבודה וכדומה, אבל הוא לא יהיה נשוי - הוא יחשוב שחברים ועבודה זה יפה, אבל בלי בן זוג הוא בודד. ככל שהאדם חושב על כך שהוא זקוק לשני, הוא מתגעגע אליו, והגעגועים הללו הם ההתרגשות שבקשר⁹⁴.

כלומר הדרך הנכונה ליצור התרגשות בקשר היא לא לעשות פעולות מרגשות, אלא לתת את הדעת על החיסרון שיש לכל אחד ללא השני, ולרצות שהחיסרון הזה לא יתמלא ממקום אחר, אלא רק מהקשר ביניהם.

⁹⁴ אמנם, בשביל להבין נכון את החלק של 'התרגשות טבעית', על האדם להקדים את החלק של 'מחשבה סתם' ו'מחשבה טובה'. החלק של 'מחשבה סתם' מכונן ומרגיל את האדם לתפוס שהמחשבה על השני היא יותר יקרה מהרצון שלו לקבל חיות מהקשר, ובחלק של 'מחשבה טובה' הוא רוצה שהמחשבה הזו לא תהיה רק מחשבה תיאורטית, אלא גם תניע אותו להשקיע בקשר בפועל. רק כאשר האדם מקדים את החלק של 'מחשבה סתם' ו'מחשבה טובה', הוא יכול בחלק של 'התרגשות טבעית' לחפש שהקשר יובע על ידי חיות והתרגשות, בלי שזה יבוא על חשבון המחשבה על הקשר.

דחילו ורחימו טבעיים בקשר עם ה'

רגש שנתפס בתוך האדם

למעלה, במשל של קשר בין בני זוג, נכתב שבין בני זוג לא מספיק להשקיע בקשר ולעשות דברים טובים זה למען זה, אלא בני הזוג מחפשים ליצור קשר שיש בו גם התרגשות. כך זה גם בעבודת ה'. במדריגה השלישית האדם לא מקיים מצוות או מתבונן רק על ידי מחשבה על הקשר עם ה', אלא גם על ידי התרגשות⁹⁵.

במדריגה הזו עבודת ה' מזיזה את האדם עד שהרגש נתפס ו'חי' בתוכו, ויש תנועה וחיות גם בנפש שלו וגם בגוף שלו. האדם נהיה קליל יותר ואפשר לראות חיות בפנים שלו, ולפעמים גם הדופק עולה קצת או שהגוף מתחמם קצת וכדומה (ואם הרגש הוא סוער יותר, גם הביטוי שלו בגוף הוא חזק יותר והאדם מזיע או מצטמרר, וכן הלאה).

כפי שנכתב במשל, הביטוי הגופני של ההתרגשות הוא המחשה לכך שהרגש נתפס באדם, והמחשבה של האדם על ה' לא נשארת חיצונית לו כמו ב'מחשבה סתם' וב'מחשבה טובה'⁹⁶.

⁹⁵ ובלשון המשל:

לאחר שבני הזוג למדו שהם נהנים מההשקעה שלהם זה בזה, היועץ מסב את תשומת ליבם לנקודה נוספת: הם אמנם למדו ליהנות מהפעולות שהם עושים זה למען זה, אבל הם עלולים להעריך את הקשר ביניהם רק על פי הפעולות שלהם, ועליהם לשים לב שבקשר יש גם רובד פנימי יותר, והוא התחושה שנולדת אצלם בלב. כל אחד מבני הזוג נהנה ומתרגש לראות איך השני מתרגש מהקשר ונהיה שמח ומאושר יותר, ועצם התחושה הזו מעמיקה את הקשר ומקרבת את בני הזוג זה לזה. כל אחד מבני הזוג נהנה לא רק מכך שהשני משקיע בקשר ועושה פעולות למען הקשר, אלא הוא נהנה מכך שהשני מתרגש ממנו ושמח בקרבתו, וההנאה הזו מחברת אותם זה לזה במקום פנימי יותר.

⁹⁶ ובלשון המשל:

בשונה ממחשבה, שמזיזה את האדם לפעול פעולות מעשיות, כאשר משהו מרגש את האדם הוא מזיז את האדם בפנימיותו ומחיה אותו, ולא רק גורם לו לעשות פעולות. כלומר כאשר האדם מתרגש יש תנועה בתוכו. זוהי לא רק תנועה שמוליכה את האדם לעשייה ולמטרה מסוימת, כמו במחשבה, אלא האדם בעצמו נע, וזו לא תנועה שהיא אמצעי למשהו אחר.

וואהבת את ה' אלוקיך

לפעמים אנשים חושבים שקשר עם ה' לא אמור להיות מובע על ידי התרגשות. אמנם הנטייה הראשונית שלהם היתה לחפש ולרצות שהקשר עם ה' יתבטא על ידי התרגשות, כמו שקשר בין בני זוג, ובכלל קשרים אנושיים, מתבטאים גם על ידי התרגשות. אבל במחשבה שניה נראה להם שזה לא ייתכן. בין בני זוג הרגש הוא הדדי, וכל אחד מתרגש מכך שהשני מתרגש ממנו. ממילא מובן איך נראה קשר בין שניים שבא לידי ביטוי בהתרגשות, אבל בקשר עם ה' זה נראה רחוק: קשה לאנשים לצייר שההתרגשות של האדם 'מרגשת' את ה', וממילא נראה להם שההתרגשות שלהם לא קשורה לעבודת ה'. צורת החשיבה הזו גורמת לאנשים לחשוב שהקשר עם ה' שונה מקשר בין בני זוג, ובקשר עם ה' לא אמור להיות רגש.

אבל אדמו"ר האמצעי אומר שבפירוש התורה ציוותה עלינו שהקשר עם ה' יהיה על ידי רגש, וכמו שכתוב "וואהבת את ה' אלוקיך". ה' רוצה שהקשר שיש לנו איתו יהיה קשר נפשי, שמתבטא על ידי רגש, וקשר כזה הוא קשר שעושה לו נחת רוח. לכן כשם שבקשר בין בני זוג אדם לא היה מסתפק בקשר שלא מתבטא על ידי רגש, והיה מרגיש שזה לא מה שהוא מחפש - כך גם בעבודת ה' על האדם לא להסתפק בקשר שמובע על ידי מחשבה ומעשה בלבד, ועליו לחפש קשר שמובע על ידי התרגשות⁹⁷.

לשם ההמחשה, כאשר אדם חווה אירוע מרגש, הרגש נתפס בתוכו ומסעיר אותו, עד שההתרגשות באה לידי ביטוי גם בגוף, בהסמקה או הזעה או עליה קלה של הדופק, וכדומה. הביטוי הגופני של ההתרגשות הוא המחשה לכך שעכשיו האדם לא חושב בלבד, אלא מתחוללת בתוכו תנועה פנימית שנקראת התרגשות.

⁹⁷ ובלשון אדמו"ר האמצעי:

...ועל זה נאמר "וואהבת... בכל לבבך" דוקא, והוא עיקר המצוה בעבודה שבלב,

לייגע את עצמו במחשבה כל כך עד שיתפעל הלב דוקא.

יותר מזה, לא רק שקשר שמתבטא על ידי רגש עושה לה' נחת רוח, ה' בעצמו גם כן 'מתרגש' כביכול מהקשר עם האדם וכמו שכתוב "כי אהבך ה' אלוֹקֶיךָ"⁹⁸, "אהבתי אתכם אמר ה'"⁹⁹, "על כן המו מעי לו"¹⁰⁰, וכדומה. כשם שבקשר בין בני זוג כל אחד מתרגש מכך שהשני מתרגש ממנו, כך גם בקשר עם ה'. כאשר האדם שם לב שה' אוהב אותו ומתרגש ממנו כביכול, זה מעורר אצל האדם גם כן התרגשות להיות בקשר עם ה'.

ה' הוא נושא הפכים

אלא שיש הבדל בין ה'התרגשות' של ה' מהקשר כביכול, להתרגשות שקיימת בין בני זוג. כאשר בני זוג מתרגשים זה מזה, הרגש נתפס בתוכם ותופס אותם, והם מרגישים שההתרגשות נוצרת בתוכם ללא בחירה. הם מרגישים שהרגש שנוצר בתוכם הוא דבר טבעי, שקורה להם בלי שהם יוכלו שהוא לא יקרה. הם כן בחרו לחשוב זה על זה, ולהיות מחוייבים לקשר זה עם זה, ולהשקיע בקשר ביניהם - וכל זה הביא אותם לכך שהם נהנים להיתפס למשיכה ביניהם, ולהתרגש זה מזה ללא בחירה.

אבל אצל ה', להבדיל, שום דבר לא קורה ללא בחירה. לכן כאשר ה' אומר לנו שהוא אוהב אותנו, הכוונה היא שהוא בוחר לאהוב אותנו. הוא לא מתרגש מאיתנו כמו שבני אדם מתרגשים זה מזה, כי בני אדם יכולים או להיות תפוסים ברגש או לבחור, והם לא יכולים גם להתרגש באמת וגם לבחור בזה לחלוטין. אבל ה' הוא 'נושא הפכים', והוא גם בוחר להתרגש, וגם הרגש תופס אותו, כביכול. כאשר ה' אומר לנו שהוא אוהב אותנו, ורוצה

⁹⁸ דברים כג, ו.

⁹⁹ מלאכי א, ב.

¹⁰⁰ ירמיהו לא, יט. המילה 'המו' פירושה רעשו וגעשו, כמו בפסוקים "יהמו יחמרו מימיו ירעשו הרים בגאותו סלה" (תהילים מו, ד), "הוי המון עמים רבים כהמות ימים יהמיון, ושאון לאמים כשאון מים כבירים ישאון" (ישעיה יז, יב. וראה מצודת ציון שם: "המון ושאון פתרון אחד להם"). גם המילה 'רגש' עצמה היא מלשון רעש (ראה למשל מלבי"ם לתהילים סד ג: "תסתירני מסוד מרעים מרגשת פעלי און", מפרש המלבי"ם: מרגשת - המרד בקול המיה, והוא הפך הסוד).

הביטוי "על כן המו מעי לו" מראה על רגש רוגש וגועש, ובא לומר שאף על פי שה' בוחר להתרגש, וכפי שייכתב בהמשך, הרגש הוא רגש פנימי וחם וסוער, כביכול.

שאנחנו נאהב אותו, הוא רוצה שנשים לב שהוא מתרגש ונכנס לרגש והרגש תופס אותו כביכול, עד שהוא אוהב אותנו ומעיו הומים עלינו.

כאשר האדם רואה שה' לא חייב להתרגש ממנו ואף על פי כן ה' כן מתרגש ממנו, זה מרגש אותו אפילו עוד יותר, שכן הוא מבין שה' בוחר להתייחס אליו. לשם ההמחשה, כאשר אבא רואה את הילד שלו, הוא יכול לבחור להתרגש ממנו, והוא יכול לבחור להמשיך להיות עסוק בענייניו ולא להתרגש ממנו. אבל אף על פי שהאבא בוחר להתרגש מהילד, אף על פי כן ההתרגשות של האבא היא אמיתית ופנימית¹⁰¹. כאשר הילד רואה שהאבא מתרגש ממנו, זה מרגש את הילד ומגדל אותו, ונותן לו תחושה שהוא רצוי. כך זה גם בקשר עם ה'. האדם רואה שה' בוחר להתרגש ממנו ולהתייחס אליו, וזה מה שגורם לאדם שהקשר שלו עם ה' יהיה קשר פנימי שמובע על ידי התרגשות. אדם שחושב שקשר עם ה' הוא לא קשר שאמור להיות מובע בהתרגשות, מתעלם מרצון ה'. ה' אוהב אותנו ורוצה שאנחנו נחוש בזה ונאהב אותו בחזרה. אדם שמתעלם מהרצון של ה', דוחה את האהבה של ה' ובוחר לא להתייחס אליה¹⁰².

לעומת זאת אדם שמחפש שהקשר עם ה' יובע על ידי התרגשות, מראה בזה שהוא מודע לאהבה שה' אוהב אותו ולהתרגשות שה' מתרגש מהקשר איתו. האדם מרגיש שההתרגשות שלו מהקשר עם ה' היא היענות לאהבה של ה' ולהתרגשות של ה' ממנו.

¹⁰¹ אמנם בפסיקה הקודמת נכתב שרק ה', שהוא 'נושא הפכים', יכול גם להתרגש וגם לבחור, ובני אדם לא יכולים גם להתרגש באמת וגם לבחור בזה לחלוטין. הכוונה פה היא, שבשונה מבני זוג אבא בוחר האם להתפנות מעיסוקיו ולהתרגש מהילד או לא. אבל לאחר שהוא התפנה מעיסוקיו ובחר להתרגש, הרגש תופס אותו, והוא לא יכול לבחור בו כל הזמן. אם הוא היה מחליט כל הזמן, זה לא היה נקרא התרגשות. לעומת זאת ה' בוחר כל הזמן להתרגש, גם תוך כדי ההתרגשות, כביכול.

¹⁰² במקרה כזה, רגש האהבה של ה' עלול להפוך לרגש של כעס, וכמו שכתוב "והיה כאשר שש ה' עליכם להיטיב אתכם ולהרבות אתכם כן ישיש ה' עליכם להאביד וגו'" (דברים כח, סג). כלומר מה שה' אוהב אותנו ושמה בנו, זה עצמו עלול להפוך להיות כעס עלינו, אם נתעלם מהאהבה שלו אלינו. רגש האהבה של ה' אלינו כל כך חזק, עד שהוא תובע מאיתנו להיענות לו.

לפעמים אדם מוכן להתייחס ולהראות חיבה לילד או לחבר, אבל אם אותו ילד או חבר לא מעוניין בקרבה הזו, אז האדם עוזב אותו וממשיך הלאה כרגיל. התייחסות כזו מראה שאין ביניהם קשר חזק. לעומת זאת בין בני זוג אי אפשר לא להתייחס. או שיש רגש של אהבה או שיש רגש של אכזבה וכעס, כי כל אחד מצפה מהשני שיענה לאהבה שלו. האהבה החזקה של ה' לעם ישראל משולה לאהבה בין בני זוג, וה' מצפה מאיתנו ודורש מאיתנו להיענות לאהבה שלו.

האדם זקוק בטבעו לקשר עם ה'

בשביל לעורר את המקום בו אנחנו אוהבים את ה' ומתרגשים מהקשר עם ה', צריך לשים לב שהצורך בקשר עם ה' טבוע בתוך היהודי מטבעו. כמו שבין איש לאשה האהבה נמצאת בטבע האדם, כך אצל יהודי יש אהבת ה' בטבעו, אהבה שקיבלנו במתנה מה', כפי שהוסבר בפרק הראשון. כדי להבין זאת, צריך להתבונן קצת בהבדל בין בורא לנברא:

אצל ה' התענוג הוא עצמי. הוא לא זקוק לשום דבר חיצוני לו שימלא לו חסרונות, והתענוג שלו הוא מתוכו, מעצמו. בלשון החסידות ה' הוא 'מקור התענוגים', וכך כתוב בליקוטי תורה¹⁰³:

ופירוש מקור התענוגים שאינו כמו התענוג למטה שהוא נמשך מדבר שחוץ ממנו, כמו ממאכל ערב או מהשגת דבר חכמה. מה שאין כן למעלה הרי אין שום דבר חוץ ממנו יתברך כלל, ואם כן התענוג עליון אינו כי אם על דרך שמציאותו מעצמותו. הרי אין דוגמתו כלל בתענוגים שבעולם ואין מערך וסוג שלו כלל.

כלומר כמו שהמציאות של ה' היא מעצמותו, והוא לא זקוק, חס ושלום, למציאות אחרת שתמציא אותו, כך התענוג שלו, כביכול, הוא מתוכו, והוא לא זקוק למשהו חיצוני שיגרום לו תענוג.

לעומת זאת, פירוש הביטוי 'נברא' הוא שיש מציאות אחרת שקדמה לו והמציאה אותו, ובראה אותו. הוא זקוק למישהו אחר בשביל עצם הקיום שלו. ממילא מובן שכיוון שהחיות של הנברא תלויה במישהו אחר, החיות והתענוג שיש לו לא נובעים מתוכו, והוא זקוק למישהו אחר ולמשהו אחר בשביל שיהיה לו תענוג. הוא זקוק לכל מיני דברים אחרים בשביל להתענג, כמו אוכל טעים או תובנות וכדומה, והתענוג והחיות לא נמצאים בו מצד עצמו.

הסיבה לכך שהדברים שגורמים לאדם תענוג מגיעים אליו מבחוץ, והאדם לא יכול להרגיש שטוב לו מעצם זה שהוא חי היא, שהמחשבה של האדם לא מייצרת דברים ממשיים. גם אם האדם חושב שטוב לו מצד עצמו, והוא לא זקוק לדברים אחרים שיגרמו לו חיות ותענוג, בסופו של דבר הוא חש שזה דמיון. כל עוד אין דברים ממשיים שגורמים לו תענוג, והוא מנסה לייצר את התענוג בתוכו, זה דמיון בלבד. האדם מתייחס למה שמתרחש בתוכו בלבד

¹⁰³ ליקוטי תורה לפרשת בשלח דף א, ג.

כאל דמיון, ולכן רק חיות שהוא מקבל מבחוץ נתפסת אצלו כחיות אמיתית, כמו שהאדם מודע לכך שאפילו את עצמו הוא לא יכול 'להמציא', ובשביל להיות קיים הוא צריך שה' יברא אותו.

לעומת זאת, אצל ה' הכל נמצא בתוכו, כביכול. כל העולם מתקיים מכך שה' חושב עליו ורוצה אותו, וכמו שכתוב "כי לא מחשבותי מחשבותיכם"¹⁰⁴. כלומר להבדיל ממחשבת האדם שלא מייצרת דברים ממשיים אלא דמיון, אצל ה' המחשבה מייצרת ומקיימת את כל המציאות שאנחנו חיים בה¹⁰⁵. ההבנה שהעולם שאנחנו חיים בו קיים מכך שה' חושב עליו, עוזרת לנו להבין שאצל ה' אף על פי שהתענוג הוא מתוכו, הוא לא דמיון אלא מציאות.

זו הסיבה שהאדם זקוק לקשרים. ה' ברא את האדם כזקוק, כנברא שהחיות שלו והתענוג שלו לא נובעים מתוכו, והוא זקוק לקשר עם מישהו אחר שיחיה אותו. לא רק קשר עם הבורא, אלא גם קשרים חברתיים; קשר בין הורים לילדים, קשר בין איש לאשה וקשר בין חברים. בלי קשרים האדם בודד, כיוון שהוא מרגיש שהקיום שלו לא עומד בזכות עצמו, והוא זקוק למישהו אחר שירצה בו ויאשר לו שהקיום שלו הוא טוב. אם האדם לא יהיה מוקף באנשים שאוהבים אותו ורוצים בו, הוא יחוש שלא טוב שהוא חי, וכמו שכתוב "לא טוב היות האדם לבדו". האדם, מכח היותו נברא, לא יכול לחוש שהקיום שלו טוב מצד עצמו.

¹⁰⁴ ישעיה נה, ח.

¹⁰⁵ ראה תניא פרק מח:

ולקרב אל השכל יותר הוא בדרך משל: כמו האדם שמצייר בדעתו איזה דבר שראה או שרואה, הנה אף שכל גוף עצם הדבר ההוא וגבו ותוכו ותוך תוכו כולו מצוייר בדעתו ומחשבתו, מפני שראהו כולו או שרואהו, הנה נקראת דעתו מקפת הדבר ההוא כולו, והדבר ההוא מוקף בדעתו ומחשבתו. רק שאינו מוקף בפועל ממש רק בדמיון מחשבת האדם ודעתו. אבל הקדוש ברוך הוא דכתיב ביה "כי לא מחשבותי מחשבותיכם כו'", הרי מחשבתו ודעתו שיודע כל הנבראים מקפת כל נברא ונברא מראשו ועד תחתיתו ותוכו ותוך תוכו הכל בפועל ממש. למשל כדור הארץ הלזו, הרי ידיעתו יתברך מקפת כל עובי כדור הארץ וכל אשר בתוכו ותוך תוכו עד תחתיתו הכל בפועל ממש, שהרי ידיעה זו היא חיות כל עובי כדור הארץ כולו והתהוותו מאין ליש.

אבל כמובן, עיקר הקשר שהאדם מחפש הוא קשר עם בוראו. בסופו של דבר, אף אחד לא יכול לאשר לאדם את קיומו, חוץ מהבורא שברא אותו¹⁰⁶. כלומר, כשם שלאדם יש צורך להתחתן על מנת לא להיות בודד, כך ויותר

¹⁰⁶ לפעמים האדם חש שהוא לא יכול לחוש תענוג מהחיים שלו. הסיבה לכך היא שהאדם לא הוליד את עצמו ולא בחר לחיות, ואי אפשר ליהנות ממשהו שלא רוצים בו ולא בוחרים אותו. האדם חווה את המציאות שלו כנתון, כמקום בו הוא חי ללא שישאלו אותו מה דעתו והאם הוא רוצה בזה, וממילא הוא לא יכול לומר בעצמו שהוא נהנה מעצם הקיום שלו. לכן האדם זקוק לכך שמישהו אחר ירצה בו ויהנה ממנו. האדם עצמו רוצה את עצמו מתוך אילוף; כיוון שהוא כבר חי, הוא נאלץ לרצות את עצמו. אבל מישהו אחר רוצה באדם מבחירה; הוא לא חייב לרצות את האדם, אבל הוא רוצה לרצות בו. לכן כאשר יש מישהו אחר שרוצה באדם, האדם מרגיש שהוא רצוי לכתחילה, ולא בדיעבד.

אבל אף על פי כן, התחושה שלאדם אין תענוג מהחיים של עצמו, לא נגרמת רק לאנשים שאין להם סביבה שרוצה בהם. חשים כך גם אנשים שיש להם קשר זוגי, חברים טובים והורים אוהבים. הסיבה לכך היא שהאדם חש שאף אחד לא יכול לרצות אותו באותה עוצמה שבה הוא עצמו לחוץ על הקיום שלו. הוא מרגיש שיש לו צורך חזק לחיות, והצורך הזה חזק יותר מאשר האהבה של ההורים והסביבה. על כן גם אם ההורים והסביבה שלו מאוד אוהבים אותו ורוצים בו - הם לא יכולים לתת לו תחושה שעצם הקיום שלו רצוי, וההמחשה לכך היא שכמה שהם ירצו בו הם לא יוכלו להמציא את הקיום שלו, וליצור אותו יש מאין. כלומר הקיום שלו חזק יותר ממה שהסביבה מסוגלת לרצות, וממילא חזרה הקושיה למקומה: האדם עצמו לא יכול ליהנות מהחיים שלו כי הוא חווה את הקיום שלו כנתון, ואחרים גם לא מסוגלים לרצות את הקיום שלו עד הסוף.

התשובה לכך היא שה' רוצה באדם, והתענוג שיש לה' מהקיום שלו אכן בורא ויוצר את הקיום שלו. רק ה' רוצה את הקיום של האדם יותר ממה שהאדם רוצה את עצמו, ורק התענוג של ה' מהאדם גדול יותר מהלחץ של האדם לחיות. אדרבה, התענוג של ה' מהאדם הוא מה שמוליד את הלחץ של האדם על החיים שלו. כיוון שה' רוצה את האדם, האדם יכול לחוש שהחיים שלו באמת טובים ומוצדקים, וזה מה שדוחף אותו לרצות לחיות.

אם האדם ינסה לחוש שטוב לו מצד עצמו, הוא יחוש בודד. הוא יחוש שהוא מנסה לרצות את עצמו והוא לא יכול, ובעצם אין אף אחד שיכול לרצות אותו באמת. לעומת זאת, ככל שהאדם יותר מתגעגע לה' ומתפלל אל ה' שיתן לו חיות, כך יותר בא לידי ביטוי שמה שמחיה את האדם זה התענוג של ה' ממנו. צורת חשיבה כזו גם גורמת שהאדם יוכל לחוש את התענוג שיש בקיום שלו, וגם גורמת שהלחץ של האדם לחיות יהיה יותר מבחירה, ופחות מתוך טבע עיוור. הוא פחות חווה את הלחץ לחיות כאינסטינקט, ויותר חווה את החיים שלו כחלק מהרצון של ה' בו.

מכך יש לאדם צורך וגעגועים להיות בקשר עם ה' על מנת לא להיות לבד, וכמו שכתוב בתניא¹⁰⁷: "כבן קטן הקורא לאביו לבא אליו להיות עמו בצוותא חדא, ולא ליפרד ממנו ולישאר יחידי חס ושלוה". ה' רוצה את האדם, והאדם מחפש לחוש את התענוג שיש לה' ממנו, וכך הוא יוכל להרגיש רצוי ואהוב.

יותר לעומק, מה שהאדם מחפש שיהיה לו תענוג מהקיום של עצמו, לא נובע מכך שיכול להיות לו תענוג מעצמו, אלא מכך שהנשמה שלו, שהיא 'חלק אלוק ממעל ממש'¹⁰⁸ זוכרת שהיא היתה חלק מה', חלק מכך שלה' יש תענוג מעצמו. האדם מתגעגע לחזור להיות חלק מהתענוג שיש אצל ה', ששם התענוג הוא תענוג עצמי¹⁰⁹. במילים אחרות, האדם מחפש לחוש שטוב לו מצד עצמו, כי יש לו חוש בכך שלה' טוב מצד עצמו. אם כן, החיסרון שיש באדם, שהוא לא יכול לחוש שטוב לו מצד עצמו, מכוון אותו לא רק לרצות להרגיש שה' אוהב אותו, אלא שגם יתנוצץ ויאיר לו שבאמת הוא חלק מה', שכך ה' רואה אותו כחלק ממנו¹¹⁰.

הצורך של האדם לחוש שיש לו תענוג מעצמו הוא הרבה יותר גדול מהצורך שלו לקבל תענוג מזולתו. אמנם אנחנו כנבראים מרגישים שתענוג שהאדם מתענג מעצמו הוא דמיון, ותענוג שהאדם מקבל מזולתו הוא מציאותי,

¹⁰⁷ סוף פרק לז.

¹⁰⁸ תניא תחילת פרק ב.

¹⁰⁹ האדם מודע לכך שהנשמה שלו היתה חלק מה', והיא רוצה להמשיך להיות חלק מה' גם בעודה בתוך הגוף. ראה, למשל, תניא פרק לא:

לזה אשים כל מגמתי וחפצי להוציאה (את הנפש) ולהעלותה מגלות זה להשיבה אל בית אביה כנעוריה, קודם שנתלבשה בגופי, שהיתה נכללת באורו יתברך ומיוחדת עמו בתכלית. וגם עתה כן תהא כלולה ומיוחדת בו יתברך, כשאים כל מגמתי בתורה ומצות...

¹¹⁰ הפיסקה הקודמת שמדברת על כך שהאדם זקוק לקשר עם ה' כדי להרגיש רצוי ואהוב, מתייחסת לאהבת 'נפשי אינתיך', ואילו הפיסקה הזו, שמדברת על הרצון של האדם להתבטל ולהתכלל ולהיות חלק מה', מתייחסת לאהבת 'רעיא מהימנא'. ראה באריכות בפרק ראשון.

הפיסקה הקודמת מתארת את החוויה של הנשמה מצד היותה מלוכשת בגוף, והפיסקה הזו מתארת את החוויה של הנשמה מצד עצמה, שחוויה זו "מושללת מכל בחינת 'יש' בתכלית, אלא היא בבחינת ה'אין' האלוקי... כניצוץ מהשלהבת והוא חלק אלוק מממש, על כן נהנית מהזיו (האלוקי)", בלשון קונטרס ההתפעלות (פרק ג).

אבל אף על פי כן הצורך של האדם לקבל תענוג מעצמו הוא חזק, ותענוג שהוא מקבל מזולתו לא יכול לענות על הצורך הזה.

הצורך הזה של האדם, שיהיה לו תענוג מעצמו, יכול לקבל מענה רק אם האדם ישים לב שהוא הבין את הצורך הזה בצורה לא נכונה: האדם חושב שבגלל שהוא קיים יש לו צורך לחוש תענוג מעצמו, וזה לא נכון. באמת הצורך שלו נובע מכך שהנפש שלו היתה חלק מה', וה' רוצה שגם עכשיו, לאחר שהאדם נברא כנשמה בגוף, האדם ידע שה' רואה אותו כחלק ממנו. האמונה התמימה שה' רואה אתה אדם כחלק ממנו, וההיענות לרצון ה' שתהיה לאדם אמונה כזו, ושדעתו של האדם תהיה נתונה בכך - הם המענה לצורך העמוק והבסיסי הזה של האדם.

לכן גם כאשר האדם מסובב בקשרים חברתיים ומשפחתיים, אם הוא לא עסוק בקשר עם ה', הוא חש שכל הקשרים האחרים לא נותנים מענה לצורך של הנפש.

זו הסיבה שהחלק הזה של הקשר עם נקרא 'דחילו ורחימו טבעיים'; בחלק הזה האדם בונה לעצמו 'רגש טבעי', כלומר הוא מצליח לזהות רגש שטבעי לו, ולומד לחשוף אותו. הרגש קיים באדם וטבעי לו, כי יש לו נזקקות טבעית לה', והנזקקות הזו היא היוצרת את הגעגוע ואת הכיסופים של האדם לה'.

על מנת לעורר בתוך האדם את המקום בו הקשר עם ה' נוגע בו ונתפס בתוכו כרגש טבעי, על האדם להשקיע את מחשבתו בכך שהוא זקוק לקשר עם ה', ולשים לב עד כמה הוא חסר ללא הקשר הזה. כשם שבין בני זוג, ככל שהאיש והאשה ירגישו כמה הם זקוקים זה לזה, כך הקשר ביניהם יהיה עמוק יותר - כך זה גם בקשר עם ה'. ככל שהאדם ישים לב כמה הוא זקוק לקשר עם ה' כך הוא יותר יתגעגע אליו, והקשר יהיה יותר חי ויגרום לתנועה מורגשת בנפש.

האדם מודע, כמובן, לכך שהוא תלוי בה', אבל לפעמים הוא עלול לחשוב בטעות שעדיף לא לחשוב על זה יותר מידי. האדם עלול לחשוב שאם הוא יחשוב יותר מידי על כך שהוא תלוי בה', זה רק יגרום לו לתחושה לא נעימה ביחס לקשר עם ה', ויגרום לו לכעוס על ה' ולהתרחק ממנו, ולכן עדיף לו להשקיע את המחשבה בכך שה' אוהב אותו ורוצה לעזור לו ולהיטיב איתו, ולא בכך שהוא תלוי בה' ולא יכול בלעדיו. יותר מזה, האדם עלול לחשוב שה' מעדיף שהאדם לא יחשוב על התלות שלו בה', כדי שהמחשבה הזו לא תחליש את הקשר בין האדם לה'.

אבל המחשבה שתלות היא תחושה לא נעימה נובעת מהבנה לא נכונה, ממחשבה שתחושת התלות היא לא חלק מבניית הקשר. אבל המצב המתוקן הוא שככל שהאדם ירגיש כמה הוא זקוק לה' ותלוי בו, כך היחס של ה' אליו יותר ירגיש אותו¹¹¹. עיקר עבודת האדם היא להתבונן כך שרגש התלות והנזקקות יהיה חלק מבניין הקשר.

כך זה גם מצד ה': ה' מצווה אותנו להתפלל ולהתחנן אליו לא בשביל שתהיה לנו תחושה לא נעימה, אלא כדי להעמיק את הקשר איתנו; ה' רוצה שהקשר בינינו לבינו לא יתמצה בהשקעה מעשית בלבד, אלא שהקשר יהיה גם קשר נפשי, קשר שמתבטא בהתרגשות ובתנועה פנימית חזקה של כיסופים וגעגועים אליו. ככל שנרגיש כמה אנחנו חסרים מבלעדי הקשר עם ה', וכמה אנחנו זקוקים לקשר הזה, כך נגלה שהקשר בינינו לבין ה' הוא קשר חזק וחי.

להדגיש את החיסרון

כאשר אדם בא להתפלל או לעשות מצווה, והוא רוצה להתפלל או לעשות מצווה עם רגש, ולא ברמה של עשייה בלבד - הרבה פעמים הוא חושב שעליו למצוא את הרגש המתאים ולהתאמץ להזדהות איתו. חסר לו הקשר הנפשי עם ה', ועליו להתאמץ לזהות ולחוש את הרגש אותו הוא צריך להרגיש, וכך למלאות את החסר. אבל הרבה פעמים האדם מרגיש שהוא לא יכול להתאמץ להתרגש. נראה לו שהתרגשות היא תחושה שמתרחשת מאליה, לפעמים היא באה ולפעמים לא, אבל אין דרך להתאמץ ולעורר אותה, ואם האדם כן ינסה לעורר את הרגש, זה יהיה רגש מאולץ ולא טבעי.

¹¹¹ ובלשון המשל:

בקשר בין איש לאשה, כל אחד מבני הזוג חש שהוא תלוי בזולת וזקוק לו. אם הזולת יאהב אותו יהיה לו טוב, ואם הזולת לא יאהב אותו יהיה לו לא נעים. האדם יכול להתייחס לתחושת התלות הזו כדבר לא טוב, ולנסות להתעלם ממנה. בני הזוג יכולים לומר לעצמם שכיוון שכבר יש להם קשר, והם משקיעים בו - הם כבר מצאו דרך חיים טובה, והם מסתדרים בלי להדגיש את תחושת התלות שלהם זה בזה. כל אחד מבני הזוג מרגיש שהוא לא רוצה לתת לשני תחושה של נזקקות, ולא רוצה לחוש כך בעצמו, ולכן עדיף להתעלם כמה שאפשר מהתחושה הזו. אבל בני הזוג יכולים להתייחס לתחושת התלות ככלי ליצירת קשר; העובדה שהאיש והאשה זקוקים זה לזה מושכת אותם זה לזה ויוצרת בתוכם געגועים וכיסופים זה לזה. הגעגועים הללו יוצרים את הקשר ביניהם.

אדמו"ר האמצעי מכוון את האדם לא לחפש למלא את מה שחסר לו, אלא להדגיש ולהבליט את החיסרון, ולא למלא אותו. על האדם לשים לב כמה הוא זקוק לקשר, והוא משתוקק לקשר, והוא חסר בלי הקשר. על האדם לא להתאמץ להתרגש, אלא להתאמץ לחוש כמה הקשר חסר לו¹¹².

¹¹² ובלשון אדמו"ר האמצעי, כאשר הוא רוצה להסביר מה חסר לאנשים שנמצאים במדרגה של 'מחשבה טובה', אבל לא מרגישים שחסרה להם המדרגה של 'דחילו ורחימו טבעיים':

ואמנם הנה אחר העיון היטב הדק בסיבות המחלה הזאת המתפשטת ברוב אנשים, הנה הוא בא ממקום אחר, והוא אשר אין להם לב נשבר (המכונה בלשון אשכנז 'צו בראכינקייט') האמיתית בעצם טבעם... עד שהוא איש שלם לגמרי בעצמו (כלומר, בלשוננו, לא חסר לו הקשר עם ה', אלא הוא מרגיש מושלם בפני עצמו). על כן קבלת דברי חסידות על השלימות הזאת לא יוקלט בפנימית ועומק לבו ומוחו כלל רק דרך מעבר בעלמא, כאדם ששומע ורואה ענין שחוץ ממנו, אף על פי שנהנה ומתפעל לפי שעה מיד יתעלם והיה כלא כו'... ודבר זה שמעתי בפירוש מפי אדוני אבי מורי ורבי ז"ל ששמע בזה הלשון מהרב המגיד ז"ל שלא יוכל אדם לבוא לקבלת אמיתית רזין דאורייתא והשגת עמוקות האמיתית באור אין סוף עד שיוקבע בנפשו ממש, בלתי אם יש בו המרה שחורה הטבעית והעצמית שמושרשת בו מנעוריו דוקא.. (דהיינו צו בראכינקייט האמיתית בטבע עד שמואס ממש בחייו בתמידית בכל שעה ושעה), אז ישכון בו ממקור כל החיים מקורא דכולא להחיות רוח נדכאים, וכמו שכתוב "את מי אשכון את דכא ושפל רוח כו'" (ראה ישעיה נז, טו)... וחי נפשי אשר בטעות זה נפלו רבים מהגדולים שבחדשים (החסידים החדשים), לולי קצת מהישגים שידועים האמת וגם המה עזבו דרך זה מצד נפילתם בעולם הזה כו'. והגם שישמעו בדרושים בזה דברים רבים באור תורה אמיתית של אדוני אבי מורי ורבי ז"ל נשמתו עדן, יאמרו שזהו רק לקטני הערך כמו בעלי תשובה וכהאי גוונא. וחי נפשי שהגדולים צריכים לזה הרבה יותר מהקטנים, וזהו עיקר סיבת נפילתם מעט מעט בלי הרגש בנפשם כלל וכלל כידוע בבירור ודי למבין.

ממילא האדם שם לב שמה שחסר לו זה לא בדיוק מה שהוא חשב קודם שחסר לו. בתחילה האדם חשב שחסרה לו ההתרגשות בעבודת ה', ולכן הוא התאמץ להתרגש, על מנת למלא את החיסרון הזה. אבל כעת האדם מבין שעליו להבליט ולהדגיש את מה שבאמת חסר לו - את הקשר עם ה'.

על האדם למצוא בתוכו את המקום שבו הוא לא רוצה להיות לבד, את המקום בנפש שנראה בתחילה כבדידות קיומית או אפילו כדיכאון, המקום שבו האדם מרגיש שמצד עצמו רע לו ולא טוב לו עם עצמו כאשר הוא לבד, ולשים לב שהתחושה הזו היא באמת תחושה טובה של געגועים לה', שמהווים מימד של עומק בקשר עם ה'. דווקא ההבלטה של החיסרון וההדגשה שלו היא זו שיוצרת געגועים ורגש אמיתי, ולא המאמץ להתרגש.

לפעמים אדם מרגיש שהוא מקיים מצוות, ואפילו משקיע בקיום המצוות ומשתדל להקפיד ולהדר וכדומה, ואף על פי כן הקשר עם ה' לא יוצר אצלו התרגשות. האדם רואה שתחומי עניין אחרים מעוררים אצלו התרגשות, והקשר עם ה' לא גורם לו להתרגשות, וזה מרגיל אותו להניח שהקשר עם ה' לא יכול ליצור התרגשות וענייני העולם הזה כן.

אבל האמת היא שלפעמים הסיבה שהקשר עם ה' לא מעורר אצל האדם התרגשות היא שהאדם מתרגש ומתחיה מדברים אחרים. התחושה של האדם שהוא מתחיה ומתרגש מתאוות ומענייני העולם הזה היא זו שגורמת לו לשכוח שהוא זקוק לקשר עם ה'. האדם מרגיש שמספיק טוב לו בפני עצמו, גם בלי הקשר עם ה', והוא בא לחפש התרגשות בעבודת ה' כשהוא מרגיש שגם בלי עבודת ה' לא חסר לו כלום.

כאשר האדם מבין שתחושת התלות והנזקקות לה' היא זו שבונה את הקשר עם ה', וכל עוד הוא לא יתבונן וישקיע בתחושה הזו, הקשר עם ה' יהיה חיצוני ומכביד - הוא מחפש לעזוב את ענייני העולם הזה שמרגשים אותו, וגורמים לו לשכוח שמה שמה שממלא אותו ומה שמחיה אותו באמת זה הקשר עם ה' ¹¹³. ¹¹⁴

¹¹³ ובלשון המשל:

על בני הזוג להבין שתחושת התלות שלהם זה בזה היא מרכיב מהותי מהקשר, ותחושת ההתרגשות הפנימית שלהם זה מזה היא גם כן מרכיב מהותי מהקשר, ושתי התחושות הללו קשורות זו בזו בקשר הדוק. כאשר ברור לבני הזוג שהם רוצים להרגיש זקוקים זה לזה ולהתרגש זה מזה - הם יכולים להבין שאם דברים אחרים גורמים להם להתרגשות, והקשר ביניהם לא גורם להם להתרגשות - זהו מצב בעייתי. זה נותן להם תחושה שהם זקוקים לדברים אחרים, שנמצאים מחוץ לקשר, בשביל להתרגש, והם לא מספיק מרגישים כמה הם זקוקים זה לזה.

ממילא, אם ההתרגשות של בני הזוג מדברים אחרים גורמת להם לחוש שהם לא זקוקים זה לזה, הם ירצו לוותר על הדברים האחרים ועל החיות שבהם, על מנת שהם יוכלו לחוש שהם חסרים זה את זה, ולחוש שכל אחד מקבל את חיותו מהשני. כמובן, כל אחד מבני הזוג רוצה שהשני ימצא דברים שמחיים אותו, אבל הוא לא רוצה שהדברים הללו יגרמו לכך שהם לא יצטרכו זה את זה וכל אחד יוכל להסתדר לבד.

¹¹⁴ וראה תניא פרק כז:

...ולא עוד, אלא אפילו בדברים המותרים לגמרי, כל מה שהאדם זוכה יצרו אפילו שעה קלה, ומתכוין לאכפיה לסיטרא אחרא שבחלל השמאלי, כגון שחפץ לאכול ומאחר סעודתו עד לאחר שעה או פחות, ועוסק בתורה באותה שעה. כדאיתא בגמרא (פסחים יב, ב): "שעה רביעית מאכל כל אדם, שעה ששית מאכל תלמידי חכמים". והיו מרעיבים עצמם שתי שעות לכוונה זו, אף שגם אחר הסעודה היו לומדים כל היום.

וראה בפרק לח, כאשר אדמו"ר הזקן מדבר על 'דחילו ורחימו טבעיים':

...רק שזוכר ומעורר את האהבה הטבעית המסותרת בלבו, ומוציאה מהעלם והסתר הלב אל הגילוי במוח על כל פנים, שיהיה רצונו שבמוחו ותעלומות לבו מסכים ומתרצה בריצוי גמור באמת לאמיתו למסור נפשו בפועל ממש על יחוד ה' כדי לדבקה בו

לפני המדרגה של 'דחילו ורחימו טבעיים', כאשר האדם עשה מצווה או התפלל וכדומה, הוא עזב את עיסוקיו האחרים על מנת להשקיע בקשר עם ה'. אבל במדרגה של 'דחילו ורחימו טבעיים' האדם עוזב את עיסוקיו האחרים

נפשו האלהית ולבושיה ולכללן ביחודו ואחדותו, שהוא רצון העליון המלוכש בתלמוד תורה ובקיום המצוות.

אחת מההגדרות של 'דחילו ורחימו טבעיים' היא מסירות נפש, כיוון שבמדרגה הזו האדם עוזב את עיסוקיו כדי להביע ולחשוף את המקום שיש בתוכו, שבו העיסוקים האחרים, ואפילו החיים, לא שווים לו אם הם נותנים לו תחושה שהם ממלאים אותו והוא לא זקוק לקשר עם ה'. וראה בפרק מא שכאשר האדם עוזב את עיסוקיו בשביל עבודת ה' זה גם נקרא מסירות נפש:

אבל יחוד נפשו והתכללותה באור ה' להיות לאחדים, בזה חפץ כל אדם מישראל באמת לאמיתו לגמרי בכל לב ובכל נפש, מאהבה הטבעית המסותרת בלב כל ישראל לדבקה בה', ולא ליפרד ולהיות נכרת ונבדל חס ושלום מיחודו ואחדותו יתברך בשום אופן אפילו במסירת נפש ממש. ועסק התורה ומצוות והתפלה הוא גם כן ענין מסירת נפש ממש, כמו בצאתה מן הגוף במלאת שבעים שנה, שאינה מהרהרת בצרכי הגוף, אלא מחשבתה מיוחדת ומלוכשת באותיות התורה והתפלה, שהן דבר ה' ומחשבתו יתברך, והיו לאחדים ממש, שזהו כל עסק הנשמות בגן עדן.

וראה בליקוטי תורה לפרשת ניצבים (מו, ד):

...ועל דרך זה על כל פנים מסירת הרצון לה' בכל עניני רצונות הנפש, להיות בטל רצונך; להיות עוצם עיניו וכנ"ל, וכן בשמיעה ודיבור, וכן לא תתורו אחרי לבבכם ביטול רצון כנ"ל. וכן בעשיית טוב בעל כרחך דוקא לעשות הכל בהיפוך רצונו. וזהו גם כן בחינת מסירות נפש, כי מה לי קטלא כולה וכו' (לא משנה אם קוטלים חצי מהנפש הבהמית או כולה. כלומר אין הבדל מהותי בין מסירות נפש ממש לבין מסירות חלק מהנפש על ידי ביטול הרצון)."

צריך לשים לב, שגם כאשר האדם עסוק בביטול רצונותיו, המטרה היא לא ביטול הרצון מצד עצמו, אלא הרצון של האדם לחוש את הצימאון הטבעי לה', וכך הם המשך הדברים שם בליקוטי תורה:

ולא יחפוץ ברצון ותאוות גשמיות... כי אם "כלה שארי ולבבי" אליו יתברך ממש".

והשקיעה בענייני עולם הזה, לא רק בשביל שיהיה לו זמן ופניות כאמצעי להשקיע בקשר עם ה', אלא בעיקר מתוך רצון לתת ביטוי לכך שרק הקשר עם ה' יכול לחיות אותו, ולהבליט עד כמה הוא זקוק לקשר עם ה' ועד כמה הוא לא יכול בלעדיו, וממילא כל העיסוקים האחרים לא יכולים למלא אותו¹¹⁵.

¹¹⁵ובלשון המשל:

עולה מהדברים שאם קודם (במדרגה של מחשבה טובה) בני הזוג חיפשו להשקיע בקשר, עכשיו הם מחפשים לחוש שהם חסרים בלי הקשר, והם זקוקים זה לזה.

עד עכשיו בני הזוג חשבו שההשקעה היא נתינה זה לזה, ועשיית דברים טובים אחד למען השני, וההשקעה הזו בסופו של דבר רק הכבידה על הקשר, כי היא נתנה להם תחושה שקשר הוא מקום שמשקיעים בו בלי לקבל ממנו חיות. אבל עכשיו היועץ אומר לבני הזוג לשנות את צורת ההסתכלות, ובמקום לחשוב שההשקעה היא בנתינה זה לזה, לחשוב שההשקעה היא עזיבת העיסוקים האחרים שיש להם.

ד. דחילו ורחימו שכליים

בקשר בין בני זוג

לאחר שבני הזוג שמו לב לכך שהתפיסה הנכונה של הקשר פתחה להם את הלב להנות מהקרבה ביניהם, היועץ אומר להם לשים לב לנקודה נוספת: אמנם על בני הזוג לשמוח בכך שהתחיל להתפתח ביניהם רגש, והקשר לא בא לידי ביטוי רק במעשים, אבל אם הם ישימו לב מה הוליד את הרגש הזה - הקשר ביניהם יעמיק יותר.

היועץ אומר לבני הזוג לשים לב שבשביל שיתפתח ביניהם רגש של אהבה, הם נתנו את הדעת זה על זה, וזה גרם להם להחליט שהם רוצים שיהיה ביניהם קשר טוב, ולחשוב מה עליהם לעשות בשביל זה, ולשים לב עד כמה הם זקוקים לקשר ביניהם. אלא שעד עכשיו בני הזוג התייחסו לנתינת הדעת כאל אמצעי, ככלי שמסייע להם להגיע לרמת קשר מסוימת. במדרגה הרביעית היועץ רוצה להסביר שנתינת הדעת היא עיקר הקשר, והיא לא רק כלי למשהו אחר.

שותפות בשמחות ובקשיים

כאשר אחד מבני הזוג נותן את דעתו על השני, הוא מזדהה ומשתתף עם השני בשמחות שלו ובקשיים שלו. כאשר לאחד יש שמחה זו גם השמחה של השני, וכאשר לאחד יש קושי זהו קושי גם של השני. כל אחד מבני הזוג יוצא מעצמו ולא חווה רק את החוויות שלו, אלא נתינת הדעת שלהם זה על זה היא כל כך חזקה, עד שהשמחות והקשיים של האחד נעשים משותפים לשניהם. כאילו כל אחד נמצא וחי במקום הנפשי של השני.

לא מדובר כאן על ההשלכה של נתינת הדעת, כלומר על עזרה של בני הזוג זה לזה וכדומה. מדובר פה על תחושה פנימית של הזדהות והשתתפות, ולא על ההשלכה המעשית שלה. נתינת הדעת של בני הזוג זה על זה היא עצם הקשר ביניהם, התחושה שהם שניים שנעשו אחד, עד שהאירועים והרגשות שלהם משותפים, והם לא אירועים ורגשות של כל אחד בפני עצמו.

כל אחד מבני הזוג מחפש שהשני יזדהה עם מה שעובר עליו. האשה רוצה שהאיש יחוש כאילו מה שעובר עליה קורה גם לו, והאיש רוצה שהאשה תחוש שמה שעובר עליו קורה גם לה.

תחושת ההזדהות הזו קושרת את בני הזוג זה לזה הרבה יותר מאשר התרגשות, שכן התרגשות יכולה להיות גם ללא קשר. למשל, ספר או סרט עם עלילה דרמטית עשויים לרגש את האדם, אבל הרגש הזה לא מבטא קשר עם הזולת. כאשר ההתרגשות של בני זוג היא התרגשות כזו, שאין בה נתינת הדעת זה על זה, ההתרגשות הזו רק מרחיקה אותם זה מזה. התרגשות כזו לא מבטאת את הקשר ביניהם, ובמידה מסוימת היא אפילו מבטאת ניכור.

כאשר בני זוג מחפשים קשר, חלק מרכזי ממה שהם מחפשים הוא שהדעת שלהם תהיה נתונה זה על זה. כל אחד מבני הזוג מחפש שהדעת של השני תהיה נתונה עליו. לכן, למשל, לפעמים כאשר אשה מציגה קושי או בעיה

בפני בעלה, היא לא מצפה שהוא דווקא יפתור לה את הבעיה, אלא בעיקר שהוא יקשיב, ודעתו תהיה מרוכזת במה שעובר עליה, והיא תוכל להרגיש שמה שעובר עליה כאילו עובר עליו. וכן לצד השני: לאיש חשוב שלאשתו יהיה איכפת מכך שיהיה לו טוב; שהוא יתפתח לכיוונים שטובים לו, ושהיא תשמח כאשר טוב לו. היועץ רוצה ללמד את בני הזוג שהבעיות והקשיים שיש בבניית הקשר הם הרבה פעמים רק סימפטום לכך שכל אחד מבני הזוג מחפש שהשני יתן את דעתו עליו.

בשביל להמחיש את התנועה הנפשית שיש בנתינת הדעת, ניתן דוגמה מאירועים שלא נמצאים בשגרת היום יום. כאשר אחד מבני הזוג חולה, למשל, השני דואג לו ומצטער בצער, וזה מקל על החולה. או למשל, כאשר לאחד מבני הזוג יש שמחה בתחום העיסוק שלו, כמו סיום מסכת או אירוע משמח בעבודה וכדומה - גם השני שמח בשמחתו, והשותפות של בן הזוג מוסיפה על השמחה. כלומר כאשר אחד מבני הזוג נותן דעתו על השני, זה מוליד אצל השני רגש.

כפי שנכתב, נתינת הדעת היא עצם הקשר. כלומר כאשר אחד מבני הזוג מזדהה עם השני ונותן דעתו על השני, הוא כאילו נמצא איתו יחד ברצונות שלו וברגשות שלו, וכך נוצר ביניהם קשר פנימי ועמוק. כיוון שקשר חי מתבטא בהתרגשות (כפי שנכתב במדרגה הקודמת), הקשר שנוצר מכך שאחד מבני הזוג נותן דעתו על השני, מוליד התרגשות אצל השני. כלומר נתינת הדעת היא פנימית יותר מההתרגשות, והיא זו שמולידה את ההתרגשות.

על מנת להסביר טוב יותר שנתנת הדעת היא עצם הקשר ועיקר החיות שבקשר, והרגש הוא רק ביטוי של עצם הקשר ורק חיות שנגרמת מהקשר, ניתן דוגמה נוספת: כאשר אחד מבני הזוג נמצא בסכנה, בן הזוג נותן את הדעת עליו, והמחשבה שלו טרודה ועסוקה כל כך במה שקורה לבן הזוג, עד שהוא כל כולו תפוס ונתון בתוך האירוע של בן הזוג, והוא לא שם לב לדברים אחרים. הוא לא שם לב לאירועים אחרים שקורים מסביבו, והוא אפילו לא שם לב להתרגשות החזקה שמתחוללת בתוכו. הוא כל כך נתון במה שקורה לשני, עד שאין לו פנאי נפשי לשים לב שהוא מתרגש. לפעמים, לאחר שהאירוע חולף האדם שם לב עד כמה הוא התרגש, ופתאום הוא מודע לכך שהוא מזיע או מותש וכדומה. אבל תוך כדי האירוע הדעת שלו תפוסה מידי, והוא לא שם לב אפילו להתרגשות שלו. באירוע כזה קיים רגש חזק מאוד, אבל הרגש בלוע בתוך נתינת הדעת ולא מורגש כדבר נפרד.

בדוגמה הזו רואים שבנתינת הדעת יש יותר חיות והיא יותר תופסת את האדם מאשר הרגש שנולד ממנה. היחס הזה בין נתינת הדעת לרגש נכון תמיד, ולא רק באירועים מיוחדים. כאשר אחד מבני הזוג מספר משהו לא טוב שקרה לו באותו היום, והשני מביע רגש שאין בו מספיק נתינת הדעת - זה נותן תחושה של רגש מלאכותי, כי נתינת הדעת היא הפנימיות של ההתרגשות, והיא המולידה אותה. כאשר אחד מבני הזוג נותן את דעתו על השני הוא יוצא מעצמו ומזדהה ומכניס את עצמו (גם אם קצת) למצבו של השני. הוא לא רק מתרגש מהשני, אלא הוא ממש שותף עם השני.

הרצון של כל אחד מבני הזוג להתמסר ולהיות זקוק

עד כאן הוסברה נתינת הדעת של בני הזוג זה על זה ביחס לאירועים שעוברים עליהם, אירועים שלא קשורים דווקא לקשר ביניהם. בני הזוג כל כך נותנים דעתם זה על זה, וכל כך מזוהים האחד עם הרצונות והשאיפות של השני, עד שהם חווים את האירועים שעוברים על כל אחד מהם בנפרד כאירועים משותפים, ואת הרצונות והרגשות שיש לכל אחד מהם בנפרד כרצונות ורגשות של שניהם.

מכאן והלאה תוסבר נתינת הדעת עמוקה יותר, נתינת הדעת של בני הזוג על הקשר ביניהם, ולא על אירועים חיצוניים. האיש נותן את דעתו על כך שהאשה מתמסרת לקשר וגם זקוקה לקשר, וכן האשה נותנת את דעתה על כך שהאיש מתמסר לקשר וגם זקוק לקשר:

היועץ מסביר לבני הזוג שכל אחד מהם גם זקוק לשני וגם מתמסר אליו, כלומר גם מקבל וגם נותן. באופן פשוט, כאשר האחד זקוק לשני, לדוגמה אם האשה זקוקה לאיש, היא מקבלת ממנו, ואם האשה מתמסרת לאיש היא נותנת לו. כלומר בכך שהאשה זקוקה לאיש, היא מרגישה שהקשר טוב לה, ובכך שהאשה מתמסרת לאיש היא מרגישה שהקשר טוב לה¹¹⁶. אבל אם זה כך - גם האשה וגם האיש לא ירגישו טוב עם התחושות הללו; אם האשה תרגיש שהיא זקוקה לאיש, והיא רוצה לקבל ממנו - היא תרגיש אנוכית. היא תרגיש שהיא רוצה את הקשר בשביל עצמה, והיא לא רוצה להרגיש כך. יותר מזה: כיוון שהאשה באמת זקוקה לאיש (וכן להיפך), ובלי קשר לא יהיה לה נעים לחיות - היא תרגיש שאחת החוויות הכי מהותיות לה היא חוויה אנוכית, וזה יהפוך את תחושת התלות והנזקקות לחוויה עוד יותר לא נעימה. גם לאיש לא יהיה נעים להרגיש שמשתמשים בו, והאשה רוצה את הקשר רק בשבילה, רק בגלל שהיא זקוקה לזה¹¹⁷.

מצד שני, אם האשה תחליט להתמסר לאיש, ולרצות שהקשר יהיה טוב לאיש ולא לרצות שהקשר יהיה בשביל עצמה - גם זה לא יהיה נעים לשניהם; האיש ירגיש שהאשה לא נהנית מהקשר, ועושה את כל הדברים מתוך 'קבלת עול', רק בשביל הבעל. בצורה כזו הוא לא ירגיש שהאשה אוהבת אותו, כי היא בכלל לא נהנית בכל מה שהיא עושה למענו. גם האשה לא תרגיש טוב, והיא רק תישחק ותרגיש שהקשר מתיש אותה ומכביד עליה, והוא לא חלק מהחוויה הפנימית שלה.

¹¹⁶ מכאן והלאה יהיה כתוב 'אשה' ו'איש' לצורך הדוגמה בלבד, אבל מה שכתוב נכון לשני הצדדים.

¹¹⁷ התחושה הלא נעימה של האיש היא זו שגורמת, בעצם, לתחושה הלא נעימה של האשה, שכן היא מרגישה שבזה שהיא זקוקה לאיש היא רק מעיקה עליו.

היחס של בן הזוג עושה את ההתמסרות והנזקקות לתחושות טובות ונעימות

למרות כל האמור, כל קשר בנוי על כך שבני הזוג גם זקוקים זה לזה וגם מתמסרים זה לזה, ואף על פי כן קשר הוא דבר טוב ונעים, שאנשים מחפשים אותו ורוצים אותו. מה שהופך גם את תחושת הנזקקות וגם את תחושת ההתמסרות לתחושות נעימות ומושכות, זה צורת ההסתכלות של בן הזוג עליהם; כאשר האיש מרגיש שהאשה זקוקה לו זה נעים לו. כך הוא מרגיש שיש לו למה לחיות. יש מישהו שזקוק לו, וזה מוציא את החיים שלו מהסתמיות שלהם. כאשר האשה חשה שהאיש נהנה מכך שהיא זקוקה לו - היא כבר לא מרגישה שתחושת הנזקקות שלה היא תחושה אנוכית. ההנאה של האיש מהנזקקות של האשה הופכת את הנזקקות הזו להיות לא רק קבלה אלא בעיקר נתינה. האשה נהנית להיות זקוקה לאיש, כי היא חשה שהאיש נהנה מכך שהיא זקוקה לו.

גם תחושת ההתמסרות הופכת להיות תחושה טובה ונעימה בגלל היחס של בן הזוג. כאשר האיש מעריך את ההתמסרות של האשה אליו (ולא מקבל אותה כמובנת מאליה), עד שהוא חש שכל הדברים הטובים שהוא עושה הם מכח אשתו - יוצאים אל הפועל התכונות הטובות והרצונות הטובים של האשה, שלא יכלו לבוא לידי ביטוי ללא הקשר עם האיש.

למשל, על ידי ההתמסרות של רחל לר' עקיבא, יצאה מרחל היכולת להוליד תורה לדורי דורות, וכפי שאמר ר' עקיבא "שלי ושלכם שלה הוא"¹¹⁸. אם רחל היתה מתחנתת עם מישהו אחר, ולא עם ר' עקיבא - לא היו יוצאים אל הפועל הרצונות והיכולות הטובים שבתוכה. ההתמסרות של רחל לר' עקיבא, והיחס של ר' עקיבא להתמסרות הזו, הוציאה מרחל הרבה דברים טובים, ובכך ההתמסרות שלה הופכת להיות בעיקר קבלה, ולא רק נתינה.

בחלק הקודם של הקשר בין איש לאשה (שנקרא 'רגש טבעי') הוסבר שאדם רוצה ומחפש להיות זקוק, והנזקקות היא זו שעושה את הקשר בין האיש לאשה לקשר מלא רגש וגעגועים. אבל האדם לא רוצה רק להיות זקוק. מעבר למה שנכתב, שהאדם לא רוצה להיות זקוק בלבד כי אז הוא ירגיש אנוכי, ישנה גם סיבה נוספת (ועיקרית): אם האשה (למשל) תרגיש זקוקה לאיש, והאיש ירגיש שזה הגיוני ומובן שהאשה זקוקה לו, ויתן לאשה תחושה שהיא מקבלת ממנו בהזדקקות שלה, ולא נותנת לו - האשה תרגיש שהאיש מנצל לרעה את הגעגועים שלה אליו, ואת ההזדקקות שלה אליו. האשה תרגיש שהיא נתנה לאיש את כל מה שהיה לה, והאיש לקח את זה והשתמש בזה לטובתו. לכן האשה רוצה להרגיש שהיא תלויה באיש ונזקקת לו, אבל יחד עם זה היא רוצה שהאיש יחוש שהנזקקות שלה אליו היא מתנה שהיא נותנת לו.

¹¹⁸ נדרים נ, א.

כך זה גם לעניין ההתמסרות: האשה (למשל) רוצה להתמסר לבעל ולהרגיש שהיא רוצה את טובתו יותר מאשר את טובתה. אבל יחד עם זה היא מרגישה שאם גם הבעל ירגיש כך, ויחשוב שטובתו באמת יותר חשובה מטובתה, ולכן טוב שהיא תתמסר אליו - הוא ינצל בזה את ההתמסרות שלה לרעה. לכן האשה רוצה להתמסר לאיש, ויחד עם זה רוצה שהאיש ישמח בהתמסרות שלה, ויחוש את האמון שיש בהתמסרות הזו. התחושה הזו של האיש תאפשר לאשה להרגיש שהיא רוצה להתמסר, שכן כך יש לה לאן להפנות את הכחות והכשרונות והרצונות שלה, והיא לא היתה רוצה לחוש שאין לה שום דבר או אף אחד שאליה היא יכולה להתמסר.

האשה רוצה שהאיש יתייחס לנזקקות שלה כאל נתינה, ולהתמסרות שלה כאל קבלה, וכן האיש רוצה שהאשה תתייחס לנזקקות שלו כאל נתינה ולהתמסרות שלו כאל קבלה. ככל שהאשה תתייחס לנזקקות של האיש כאל נתינה ולהתמסרות שלו כאל קבלה, כך לאיש יהיה יותר חשק להתמסר ולהיות נזקק לאשה, וככל שהאיש יתייחס לנזקקות של האשה כאל נתינה ולהתמסרות שלה כאל קבלה יהיה יותר חשק להתמסר ולהיות נזקק לאיש.

לעיל, בחלק של 'התרגשות טבעית' נכתב שלבני הזוג יש השתוקקות טבעית לקשר, ואת ההשתוקקות הזו כל אחד מבני הזוג חש בתוכו. לעומת זאת כאן, בחלק שמקביל למה שנקרא בלשון אדמו"ר האמצעי 'דחילו ורחימו שכליים', יש ציפיה לתגובה של השני, ורצון עז להיענות לו. כך כל אחד מבני הזוג לא עסוק רק ברצונות ובתחושות שלו, אלא נתון ועסוק ברצונות ובתחושות של השני, וזה עיקר הקשר ביניהם. כך כל אחד מבני הזוג מוציא את עצמו מהמרכז, ורואה את עצמו ואת בן הזוג כחלק ממשהו שלם, כחלק מקשר¹¹⁹.

¹¹⁹ גם בחלק של 'מחשבה סתם' נכתב שבכך שכל אחד מבני הזוג חושב על מה שהשני רוצה מהקשר הוא מוציא את עצמו מהמרכז, ורואה את עצמו כחלק מקשר. וכך נכתב שם:

כאשר הקשר בין בני הזוג הוא קשר טוב, האיש רואה שהקשר עושה לו טוב והוא מודה על זה לאשתו, והוא רואה שגם לאשה הקשר עושה טוב, והוא שמח בזה. האיש מסתכל על האשה, ורואה שגם אצלה זה כך: היא רואה שהקשר עושה לה טוב והיא מודה על זה, והיא רואה שהקשר עושה לו טוב, והיא שמחה בזה. גם האשה תופסת את הקשר מארבעת הכיוונים הללו: היא רואה שהקשר עושה לה טוב ומודה על זה, ורואה שהקשר עושה גם לבעלה טוב ושמחה בזה, ורואה שגם בעלה תופס כך את הקשר ביניהם.

כלומר כאשר האדם מוציא את עצמו מהמרכז, ורגיש יותר לנוכחות של השני - הוא יכול לשים לב עד כמה הוא מודה לשני ושמח בו. כל אחד מבני הזוג רוצה להנוכחות של השני תוציא ממנו דברים טובים - הודאה לשני ושמחה בו. הוא לא רוצה לצייר את עצמו במרכז, ואת בן הזוג ואת הקשר כמשהו שממנו הוא יכול להרוויח. הוא רוצה לצייר את שניהם כחלק ממשהו אחד, כחלק מקשר.

עד כאן מה שנכתב לעיל, בחלק של 'מחשבה סתם'. מה שנכתב כאן, הוא המשך ופירוט של הנכתב שם: כשם שב'מחשבה סתם' מתוארים שמונה זוויות הסתכלות של האיש והאשה על הקשר, והרגישות לזוויות ההסתכלות הללו גורמת לכל אחד מבני הזוג להוציא את עצמו מהמרכז ולהסתכל על שניהם כחלק מקשר, כך גם כאן, בחלק של 'חיות שבשכל', מתוארים שמונה זוויות הסתכלות של האיש והאשה

נתינת הדעת - הציפיה של בני הזוג זה לזה

המשמעות של הציפיה העמוקה של בני הזוג זה לזה היא שבני הזוג נותנים דעתם זה על זה, והדעת שלהם תפוסה בקשר ונתונה בו.

לעיל נכתב שכאשר בני הזוג מזדהים זה עם הרצונות והרגשות של זה - זה יוצר שותפות וקשר עמוק. בני הזוג נותנים את דעתם זה על זה עד שהאירועים שעוברים על האחד נעשים כאירועים משותפים, כלומר הדעת של כל אחד תפוסה ונתונה במה שעובר על השני. כמובן, הדעת יכולה להיות נתונה בכמה רמות, כפי שהוסבר והומחש שם; הדעת לא תפוסה במה שעובר על השני ביום יום כמו שהיא תפוסה ונתונה באירועים מיוחדים או חריגים. אבל מכל מקום, קשר פירושו נתינת הדעת של בני הזוג זה על זה עד שהדעת נתונה ותפוסה בקשר, ברמה כזו או אחרת. כשם שבנתינת הדעת על אירועים חיצוניים, שהם לא חלק מהקשר ביניהם, הדעת של האיש נתונה במה שעובר על האשה והדעת של האשה נתונה במה שעובר על האיש, גם בנתינת הדעת על הקשר עצמו הדעת תפוסה ונתונה במה שעובר על בן הזוג. אלא שכאן נתינת הדעת לא באה לידי ביטוי בהזדהות, אלא להיפך:

על הקשר. אלא שמה שמתואר בחלק של 'מחשבה סתם' כשמחה והודאה של בני הזוג זה לזה, מתואר כאן כנזקקות והתמסרות של בני הזוג זה לזה. האיש נזקק ומתמסר לאשה, ורואה איך האשה מסתכלת על הנזקקות שלו ואיך האשה מסתכלת על ההתמסרות שלו, וגם אצל האשה יש את ארבעת זוויות ההסתכלות הללו.

השמחה של בני הזוג זה בזה וההודאה של בני הזוג זה לזה מבטאים בעיקר את הגישה שלהם לקשר: קשר טוב מצוייר בעיניהם כקשר שבו בני הזוג מודים זה לזה ושמחים זה בזה. לעומת זאת, הנזקקות וההתמסרות של בני הזוג זה לזה כפי שהם מתוארים כאן, והציפיה והדריכות של כל אחד מהם לראות את התגובה של השני, תופסים את הדעת ואת כל האישיות, וכך בני הזוג תפוסים בקשר ולא רק מתארים לעצמם איך נראה קשר. כלומר ההודאה והשמחה הם ההסתכלות על הקשר מבחוץ, והנזקקות וההתמסרות מתארים איך בני הזוג תפוסים בקשר (בהתאמה: כאשר אדם זקוק לשני הוא מודה לו, וכאשר אדם מתמסר לשני הוא שמח בכך שטוב לו), ולכן ההודאה והשמחה שייכים בעיקר בחלק של 'מחשבה סתם', והנזקקות וההתמסרות שייכים בעיקר בחלק של 'חיות שבשכל'.

בכך שהאשה זקוקה לאיש, למשל, היא לא מצפה מהאיש להזדהות עם ההשתוקקות שלה אליו, עד שהוא יחוש שזו גם ההשתוקקות שלו. להיפך, היא מצפה מהאיש לרצות את ההשתוקקות שלה אליו, ובכך לייצר את ההשתוקקות הזו. ככל שהאיש יותר ישמח בכך שהאשה זקוקה לו, כך האשה יותר תוכל ויותר תרצה להביע את ההשתוקקות שלה אליו.

כך זה גם ביחס להתמסרות: בכך שהאשה מתמסרת לאיש, למשל, היא לא מצפה מהאיש להזדהות עם ההתמסרות שלה, עד שהוא יחוש שזו גם ההתמסרות שלו. להיפך: כאשר האשה מתמסרת לאיש היא רוצה לחוש שהאיש זקוק לה. בכך שהאיש זקוק לאשה הוא מעורר אצלה את הרצון להתמסר. וכן להיפך, בנזקקות ובהתמסרות של האיש לאשה.

בציפיה הזו של האיש והאשה זה לזה, הדעת של כל אחד מהם תפוסה ונתונה במה שעובר על השני, אבל זה לא גורם להזדהות של התחושות, כאילו כל אחד חווה את התחושות ואת האירועים של השני, אלא לכך שכל אחד מייצר אצל השני תנועה נפשית הפוכה מהתנועה הנפשית שלו.

אמנם, אף על פי שכל אחד מבני הזוג לא מזדהה עם התחושה של השני, אלא מעורר אצל השני תחושה הפוכה משלו, אף על פי כן יש כאן הזדהות חזקה של בני הזוג זה עם זה, ונתינת הדעת חזקה זה על זה. הדעת של בני הזוג נתונה בכך ששניהם נזקקים זה לזה ומתמסרים זה לזה, וגם בכך שכל אחד מהם מצפה שהשני גם יזדקק וגם יתמסר. לכן שני בני הזוג נמצאים באותה תנועה נפשית של רצון להיות בקשר.

כאמור, נתינת הדעת כזו, שמייצרת תנועה נפשית הפוכה אצל השני, היא נתינת הדעת פנימית יותר מאשר נתינת הדעת שמייצרת הזדהות. בנתינת הדעת שמייצרת הזדהות, כל אחד מבני הזוג מזדהה עם התחושות והרצונות של השני, תחושות ורצונות שהם לא חלק מהקשר ביניהם. לעומת זאת, נתינת הדעת שבה כל אחד מבני הזוג מייצר אצל השני תחושה הפוכה מהתחושה שלו היא נתינת הדעת על עצם הקשר ביניהם. בנוסף, בנתינת הדעת שמייצרת הזדהות, כל אחד מזדהה עם תחושה שכבר קיימת אצל השני. לעומת זאת, בנתינת הדעת שעליה מדובר כאן, כל אחד מבני הזוג יוצר אצל השני את התחושה. למשל, בכך שהאיש רוצה שהאשה תשתוקק אליו, ומעוניין בהשתוקקות שלה - הוא יוצר את ההשתוקקות הזו. האשה רואה שהאיש מעוניין בהשתוקקות שלה, וזה גורם לה להשתוקק אליו. וכן להיפך: ההשתוקקות של האשה לאיש היא זו שגורמת לאיש להתמסר לאשה ולרצות את הקשר ביניהם.

גם בנתינת הדעת שאנו עסוקים בה עכשיו, נתינת הדעת על עצם הקשר, הדעת תפוסה ונתונה במה שעובר על השני בכמה רמות שונות. עד כאן הוצגה הרמה הראשונה, החלשה יותר, של נתינת הדעת¹²⁰, ומכאן נעבור לרמה הבאה.

¹²⁰ עד כאן מתוארת ציפיה פנימית תמידית של בני הזוג זה לזה. ציפיה שלא תמיד שמים לב אליה, אבל היא קיימת בפנים כל הזמן, והיא זו שיוצרת חיי שגרה טובים של קשר.

חיי שגרה שבנויים על ציפיה פנימית תמידית, לא יכולים להיות משל לעבודת ה' ב'דחילו ורחימו שכליים' שעליה מדבר קונטרס ההתפעלות. כאשר קונטרס ההתפעלות מדבר על 'דחילו ורחימו שכליים', הוא מדבר על חיות גדולה מאוד שנמצאת במוחין, בנתינת הדעת, והחיות של השכל היא כל כך חזקה עד שהיא בולעת בתוכה אפילו את ההתרגשות של האדם. בשביל להמחיש זאת נכתב למעלה שכאשר אחד מבני הזוג נמצא בסכנה לא עלינו, וכדומה - השני כל כך נתון במצבו וכל כך טרוד ממנו, עד שאין לו פנאי נפשי אפילו לשים לב להתרגשות של עצמו. תחושות כאלו הן תחושות חזקות ולא שגרתיות. פה מדובר על חיי השיגרה, כלומר על החלק של 'מחשבה סתם'. אלא שצריך לשים לב שגם החלק של 'מחשבה סתם' בנוי על נתינת הדעת, וללא החלטה של בני הזוג שכל אחד מצפה לתגובתו של השני, אי אפשר לבנות חיי שיגרה של נישואים. אפשר לומר שנתינת הדעת שנמצאת באופן פנימי וסמוי בחיי השיגרה היא החלק של 'חיות שבשכל' שבתוך 'מחשבה סתם'.

אמנם, הרגע של ההחלטה של בני הזוג להתחתן, שהוא הרגע שבו הם החליטו לחיות בציפיה מתמדת זה לזה, הרגע הזה כן יכול להיות דוגמה ל'דחילו ורחימו שכליים'. זהו רגע שבו נתינת הדעת חזקה יותר מההתרגשות של בני הזוג זה מזה, ומולידה את ההתרגשות שלהם זה מזה, ואת הגעגועים שלהם לחוש שוב עד כמה הקשר ביניהם חזק.

רגע כזה הוא אמנם רגע נדיר ולא שגרתי, אבל הוא מקרין על כל חיי הנישואים, והוא המעמיד והחיות של חיי הנישואים.

[כך זה גם בעבודת ה': כפי שמוסבר בספר התניא (פרק יט), בלב כל אחד ואחד מישראל יש אהבה מסותרת לה', אהבה שקיימת כל הזמן ויכולה להביא את האדם למסור נפשו בפועל על קידוש ה'. אלא שבחיי השיגרה האהבה הזו לא תמיד יוצאת לפועל, ולכן היא נקראת 'אהבה מסותרת'. אמנם לפעמים, כאשר מזדמן לאדם רגע של בחירה והחלטה חשובה, כמו ההחלטה באיזו ישיבה ללכת ללמוד או החלטה לחזור בתשובה וכדומה, ברגע הזה של ההחלטה ושל הכניסה לעבודת ה' חדשה יכול לפעמים להיות לאדם גילוי של 'דחילו ורחימו שכליים'.]

הנזקקות וההתמסרות של האשה

הנזקקות וההתמסרות של האשה והאיש הוצגו, עד לכאן, בצורה סימטרית: כל אחד מבני הזוג רוצה גם להתמסר וגם להיות זקוק, וכל אחד מהם רוצה שהיחס של השני יעשה את הנזקקות שלו לנתינה ואת ההתמסרות שלו לקבלה. אמנם, כאשר מתייחסים לפרטים, הנזקקות וההתמסרות של האשה ושל האיש שונים זה מזה:

האשה זקוקה ויש לה צורך להרגיש שהיא אהובה וחשובה בעיני האיש ושהוא מתלהב ממנה ורוצה אותה. אמנם הצורך של האשה להרגיש שהאיש רוצה אותה מחולק לשניים: מצד אחד האשה רוצה שהאיש ירצה אותה מאוד עד שהיא כאילו תיעשה חלק ממנו; אבל מצד שני היא רוצה שהאיש ירצה את האישיות שלה, והיא רוצה שהאיש יוותר על ההתלהבות שלו ממנה על מנת שההתלהבות שלו ממנה לא תמחק את האישיות שלה. כלומר מצד אחד האשה רוצה שהאיש ירצה אותה כל כך עד שייראה כאילו אין לו אפשרות אחרת אלא לרצות אותה, ובכך היא בעצם תיעשה חלק לא נפרד ממנו, וממילא חלק מהאישיות שלו¹²¹. אבל מצד שני האשה רוצה שתהיה לאיש כל

¹²¹ אם האיש רוצה את אשתו עד שכאילו אין לו אפשרות אחרת אלא לרצות אותה, האשה הופכת להיות חלק מהאישיות של האיש. כמו שיש לאיש אופי מסויים, כך הוא נשוי לאישה מסויימת, והקשר שלו עם אשתו הוא חלק מההגדרה של האישיות שלו.

האשה גם רוצה שכך ייראה הקשר שלה עם בעלה, וגם לא רוצה: מצד אחד האשה רוצה שהמקום שלה יהיה ברור, והאיש לא יחשוב בכל פעם מחדש שאולי הוא כבר לא רוצה אותה. אם האיש צריך כל הזמן לחשוב אם הוא רוצה אותה או לא, האשה לא מרגישה אהובה, ולעומת זאת אם האיש רוצה אותה כל הזמן בלי להתלבט ובלי לחשוב על זה, אלא כאילו היא חלק מהאישיות שלו – האשה מרגישה אהובה ומוגנת.

אבל מצד שני כאשר האשה מרגישה שהיא חלק מהאישיות של האיש, היא מרגישה שהאיש מתייחס אליה ואל הקשר איתה כאל דבר ברור מאליה, והיא שוב לא מרגישה רצויה. היא לא מרגישה שהאיש בוחר בה, אלא שהיא פשוט חלק ממסלול החיים שלו.

בגלל שני הצדדים הללו, האשה רוצה שני דברים הפוכים: האשה רוצה גם שהאיש יבחר בה כל פעם מחדש, וגם רוצה שהבחירה הזו לא תערער את התחושה שלו, שכאילו אין לו אפשרות אחרת אלא לרצות אותה.

אף על פי שאלו שני דברים הפוכים, קשר בין איש ואשה נושא בתוכו מטבעו הפכים, כיוון שהאיש והאשה, במידה מסויימת, הפוכים זה מזה. כיוון שבקשר בין איש לאשה יש שתי דמויות הפוכות זו מזו, הקשר ביניהם יכול להכיל בתוכו שתי תפיסות הפוכות: האיש מייצג את התחושה שהאשה היא חלק ממנו, והאשה לא רוצה לבטל את התחושה של האיש, אלא לצרף אליה גם את התחושה שלה, שהיא רוצה שהאיש יבחר בה כל פעם מחדש.

הזמן גם האפשרות לרצות אותה וגם האפשרות לא לרצות אותה, על מנת שהוא לא יהיה נתון רק בהתלהבות שלו, אלא גם בזה שהוא רוצה אותה ואת האישיות שלה.

תחושת הנזקקות של האשה, כלומר הצורך של האשה לחוש שהאיש רוצה בה ומתלהב ממנה, עלולה לגרום לה לחוש אנוכית. אבל כאשר האשה רואה שהאיש רוצה אותה, וההזדקקות שלה אליו גורמת לו להתרגשות והתלהבות - היא חשה שהיחס של האיש אליה הופך את הנזקקות שלה מקבלה לנתינה. כלומר הנזקקות של האיש לאשה הופכת את הנזקקות של האשה לאיש מקבלה לנתינה.

כאמור, האשה לא רוצה רק להיות זקוקה לאיש, אלא רוצה גם להתמסר אליו. האשה רוצה שהרצונות של בעלה, והחיות שיש לו מהרצונות הללו, יכניסו תוכן לחייה, וגם היא תתמלא מהחיות שלו. כאשר האשה מתמסרת לרצונות של בעלה, היא חשה שהקשר עם האיש מוציא ממנה את התכונות הטובות שבה ואת הרצונות הטובים שבה בחיות, וללא הקשר עם האיש היא לא היתה יכולה להכיר את הכחות האלו בתוכה, ולא היתה יכולה להוציא אותם לפועל בצורה כזו.

אבל בשביל שהאשה תוכל להתמסר לאיש, היא צריכה שהאיש יחשיב מאוד את ההתמסרות שלה אליו, וייתחם להתמסרות שלה כאל הדבר החשוב ביותר. אם האיש לא יחשיב את ההתמסרות של האשה כדבר החשוב ביותר, האשה תרגיש שהיא מתמסרת לאיש, וממלאת את רצונו, רק בתור מילוי חובה. היא רוצה לשמור על הקשר עם האיש, ולכן עליה לרצות את האיש. בצורה כזו, גם האיש וגם האשה לא מרגישים שהמעשים שהאשה עושה כדי לעשות את רצון האיש הם חלק מהקשר ביניהם. האיש לא רוצה את הדברים הללו כחלק מהקשר (אלא כרצונות שלו, שאינם חלק מהקשר), והאשה, מצד עצמה, לא רוצה אותם כלל, ועושה אותם רק כדי לרצות את בעלה. כאשר האשה עושה את רצון האיש בצורה כזו - היא לא מרגישה שרצון האיש מאפשר לה להוציא לפועל את החיות שיש בה, ואת הדברים הטובים שיש בה. להיפך, האשה מרגישה שהיא נאלצת להשקיע את החיות שלה בדברים שכלל לא מעניינים אותה.

אבל אם האשה חשה שהאיש מחשיב את ההתמסרות שלה אליו, יותר מדברים אחרים, האשה לא מרגישה שכאשר היא עושה את רצון האיש היא משקיעה את החיות שלה בדברים חיצוניים, אלא בדברים שמשותפים לשניהם.

את השורש לשני הצדדים האלו, שמייצגים הדמויות של האיש והאשה, ניתן למצוא בסיפור בריאת האדם: בתחילה היה רק איש, והאשה היתה חלק ממנו, ורק אחר כך האשה נפרדה מהאיש והם נעשו שתי אישיות נפרדות. לכן האיש מרגיש יותר את התחושה ששניהם אחד, והאישה מרגישה שהיא רוצה גם להיות חלק מהאיש, וגם שהאיש יבחר בה כאישיות נפרדת.

להעמקה ראה הערה 135.

ממילא האשה מרגישה שכאשר היא עושה את רצון האיש היא מבטאת את הקשר ביניהם, ולא משקיעה את עצמה בדברים שלא מעניינים אותה.

כך היחס של האיש להתמסרות של האשה הופך את ההתמסרות של האשה מנתינה לקבלה, ובכך מאפשר לה להתמסר. בכך שהאשה מתמסרת לאיש היא כביכול מוותרת על האישיות שלה, לכן רק אם גם האיש מצידו יעזוב את הכל ויתמקד באשה ובהתמסרות שלה - רק אז האשה יכולה להרגיש שיש להתמסרות שלה הצדקה.

הנזקקות וההתמסרות של האיש

האיש מחפש להיות שקוע ונתון כל כולו בתוך העניין בו הוא עסוק, ולכן הוא זקוק לאשה. כל עוד האיש לא התחתן, הוא מרגיש שהוא יכול להיות עסוק בהרבה עניינים, אבל באף אחד מהם הוא לא ממוקד ונתון בו כל כולו. האשה גורמת לאיש להתמקד בה ובקשר איתה ובבניית המשפחה איתה, ואין שום דבר שהאיש יכול להיות ממוקד ונתון בו כל כולו כפי שהוא נתון בקשר עם האשה, וזה מה שהאיש מחפש.

אמנם, יחד עם זה שהאיש רוצה להיות שקוע ונתון כל כולו בקשר עם האשה, האיש לא רוצה להרגיש שהוא נכנס למשהו חיצוני לו, והוא כלוא בו ולא יכול לצאת. האיש רוצה להרגיש שהאשה רוצה להיסחף אחרי ההתלהבות שלו עד שהיא נעשית חלק ממנו, וכך הוא יהיה נתון כל כולו בהתלהבות שלו, ולא במשהו חיצוני. האיש מחפש וזקוק לאשה שתתלהב מהחלומות שלו ומהשאיפות שלו, ובכך תאפשר לו להיות להיות שקוע כל כולו בקשר איתה.

כיוון שהאיש זקוק לאשה, ורוצה להיות נתון כל כולו בהתלהבות שנוצרת מהקשר איתה, הוא מרגיש שההתלהבות שלו עלולה להיות אנוכית, והוא לא רוצה בזה. האיש רוצה להרגיש שהוא מתמסר לאשה ולא רק זקוק לה. בכך שהאשה גורמת לאיש לוותר על ההתלהבות שלו ממנה על מנת לא למחוק את האישיות שלה, ובכך שהאשה גורמת לאיש לוותר על ההתלהבות שלו מכל מיני דברים אחרים ולהיות ממוקד בקשר איתה - על ידי זה האיש מתמסר לאשה ולא רק זקוק לה. כך האיש מקבל מהאשה את היכולת להתמסר, ואת היכולת להרגיש שההתלהבות שלו ממנה היא לא אנוכית.

האיש רואה שיחד עם זה שהאשה רוצה שהוא יתלהב ממנה, היא שמחה מכך שהוא רוצה אותה ומתעניין בה, ולא רוצה רק לסחוף אותה, ושמחה מכך שהוא מוותר על כל הדברים האחרים בשביל להתמקד בקשר איתה. ההנאה של האשה מהוויתור ומההתמסרות של האיש, היא מה שהאיש מחפש. ההנאה של האשה גורמת לאיש לחוש שהוא

לא רק נתון בהתלהבות שלו, אלא הוא מיטיב לאשה ורוצה בטובתה. ההנאה של האשה גורמת לאיש לחוש שהאישיות של האשה יקרה לו יותר מכל ההתלהבות שלו. כך היחס של האשה הופך את ההתמסרות של האיש מנתינה לקבלה¹²².

כל אחד מבני הזוג מייצר את ה'קושי' אצל השני

כפי שנכתב, נתינת הדעת הזו, שבה בני הזוג מצפים זה לזה, לא מייצרת הזדהות של התחושות, אלא להיפך, נתינת הדעת על השני מולידה אצלו תחושה הפוכה: בכך שהאיש מתמסר לאשה הוא גורם לאשה להשתוקק לאיש, ובכך שהאשה משתוקקת לאיש היא גורמת לאיש להתמסר אליה וכן הלאה.

ההבדל הזה יוצר הבדל נוסף: בנתינת הדעת שיוצרת אצל בני הזוג הזדהות של כל אחד עם התחושה של השני, כל אחד מבני הזוג שמח בשמחתו של השני, ומזדהה עם הרצון של השני להיחלץ מהקשיים שהוא נתון בהם. לשם ההמחשה, כאשר אחד מבני הזוג בסכנה וכדומה, גם השני חש שהוא כאילו נתון בסכנה ורוצה להיחלץ ממנה, והוא שרוי במתח כאילו מה שקורה לשני קורה גם לו.

לעומת זאת, בנתינת הדעת שבה כל אחד מבני הזוג מוליד אצל השני תחושה הפוכה, כל אחד מבני הזוג לא מזדהה עם הרצון של השני להיחלץ מהמצוקה, אלא להיפך: כל אחד רוצה שהמצוקה של השני תמשיך ותתגבר עוד ועוד.

למשל, כאשר האשה משתוקקת אל האיש, היא נתונה במעין 'מצוקה'. היא זקוקה לאיש וצריכה אותו, והנזקקות הזו תופסת את כל האישיות שלה. כשם שההשתוקקות לחיות תופסת את כל האישיות של האדם, ולכן הרצון של האדם לחיות הוא חזק, והאדם לא יכול להיות אדיש כלפיו, כך הרצון לקשר תופס את האדם ולא נותן לו מנוח¹²³.

¹²² בכך הושלמו שמונת זוויות ההסתכלות של האיש והאשה זה על זה (ראה הערה 119): (1) האשה זקוקה לאיש ורוצה להרגיש אהובה, (2) ויחד עם זה רוצה להרגיש שהאיש נהנה ושמח בנזקקות שלה אליו; (3) האשה מתמסרת לאיש, (4) ויחד עם זה מצפה שהאיש יחשיב וייקר את ההתמסרות שלה אליו, ולא יתייחס אליה כאל דבר מובן מאליה; (5) האיש מחפש וזקוק להיות שקוע כל כולו בקשר עם האשה, (6) ויחד עם זה מצפה שהאשה תיסחף אחריו ותתלהב ממנו, ולא תתן לו תחושה שהוא כלוא במשהו חיצוני שהוא לא חלק ממנו; (7) האיש רוצה להתמסר לאשה, ולוותר למענה על ההתלהבות שלו ממנה, (8) ומצפה שהאשה תהנה מהוויתור ומההתמסרות שלו למענה;

¹²³ בדרך כלל ההשתוקקות לבן הזוג לא נתפסת כמצוקה, בגלל התענוג שיש בהיענות של בן הזוג להשתוקקות הזו. אבל אם נבודד את ההשתוקקות מההיענות, לדוגמה כאשר אחד מבני הזוג משתוקק והשני לא נענה - נוכל לראות שההשתוקקות היא אכן קושי ומצוקה.

נתינת הדעת של האיש על האשה היא הרצון של האיש שהאשה תשתוקק אליו ותהיה נזקקת לו וצריכה אותו. כלומר כיוון שהאיש מעוניין בתשוקה של האשה ורוצה בה, הוא מגביר אצלה את ה'מצוקה' ואת הנזקקות. וכן נתינת הדעת של האשה על האיש היא כדי להגביר את ההשתוקקות ואת ה'מצוקה' של האיש. כביכול האיש והאשה נתונים במצוקה, בתשוקה לקשר, וכל אחד מגביר לשני את התשוקה ואת ה'מצוקה'¹²⁴ בה הוא שרוי. כל אחד מבני הזוג לא חושב שהנזקקות וה'מצוקה' של השני הם בדיעבד, והיה עדיף שהם לא יהיו, אלא להיפך: הוא רוצה אותם ומייצר אותם ומלבה אותם.

לעיל בחלק של 'התרגשות טבעית' נכתב שכל אחד מבני הזוג חושף את הגעגועים ואת הרצון הטבעי לקשר שקיים בו. לעומת זאת כאן, בחלק של קשר שבא לידי ביטוי בחיות של השכל, כל אחד מבני הזוג מגביר לשני את המצוקה, ואת התשוקה ואת הגעגועים. ב'התרגשות טבעית' כל אחד מבני הזוג מזהה את התחושות שקיימות בתוכו, כלומר הוא חושף תחושות הקיימות, ולא מוליד אותם, ולא מגביר אותם. אבל בחלק של 'חיות שבשכל' כל אחד מבני הזוג מצפה לתגובה של השני, והתגובה של השני מייצרת נזקקות וגעגועים חדשים, ובכך היא מגבירה את התשוקה, ולא רק חושפת תשוקה טבעית קיימת.

דודי לי ואני לו

לפי האמור כאן, ניתן להבין טוב יותר את היחס הנפשי של בני הזוג למה שהם דורשים זה מזה: כל קשר בין בני זוג בנוי על דרישה הדדית, כאשר כל אחד מבני הזוג דורש גם מעצמו וגם מהשני להיות עסוק ונתון בקשר ביניהם ובמשפחה שהם מקימים. על פי מה שנכתב כאן, כל אחד מבני הזוג רוצה שהשני ידרוש ממנו, שכן כך הוא יוכל להפיק מעצמו את מירב הכחות והכשרונות שלו, ולהשקיע אותם בחיות בדברים הטובים אותם הוא רוצה לעשות, כמו הקמת משפחה על אדנים של תורה וגמילות חסדים ויראת שמים וכדומה. כלומר הדרישה של כל אחד מהשני היא במידה רבה נתינה, כאשר כל אחד מקבל מהשני את היכולת להשקיע את עצמו בדברים טובים.

ככל שכל אחד מבני הזוג יתייחס לדרישה של השני ממנו כאל נתינה שהשני נותן לו, וירצה שהשני ידרוש ממנו - כך גם כאשר הוא ידרוש מהשני הדרישה שלו תוכל להתפרש כנתינה לשני ולא כקבלה ממנו. בצורה כזו, ככל שבני הזוג יוכלו לדרוש יותר זה מזה, כך הם יהיו שקועים יותר ונתונים יותר בתוך הקשר ביניהם ובתוך החיים המשותפים אותם הם בונים.

¹²⁴ ראה בלשון רש"י לשבת קמ, ב (ד"ה "מרגניתא") על הדרכת רב חסדא לבנותיו, שהגברת התשוקה אצל בן הזוג נקראת 'לצער'.

וכך אומר רש"י על הפסוק "דודי לי ואני לו"¹²⁵:

דודי לי ואני לו - הוא כל צרכיו תבע ממני ולא צוה אלא לי; עשו פסח, קדשו בכורות, עשו משכן, הקריבו עולות, ולא תבע מאומה אחרת: ואני לו - כל צרכי תבעתי ממנו ולא מאלוקים אחרים.

כלומר בכך שה' תובע מאיתנו הוא נותן לנו את עצמו, וכפי שכתוב "דודי לי", כלומר דודי נותן את עצמו לי על ידי שהוא תובע רק ממני. וכן לצד השני: בכך שאנחנו תובעים את כל צרכינו רק מה' אנחנו מתמסרים לו ונותנים את עצמנו לו, וכפי שממשיך הפסוק - "ואני לו". כל אחד מבני הזוג' מתייחס לתביעה של השני ממנו כאל נתינה של עצמו. אפשר לומר שכל אחד מבני הזוג יכול לתת לשני הרבה דברים, אבל רק בכך שהוא תובע ממנו - השני יכול להרגיש שהוא נותן לו את עצמו ממש¹²⁶.

הציפיה לתגובה של השני, ותחושת השותפות בתגובה שלו

אם כן, כל אחד מבני הזוג רוצה גם לדרוש מעצמו וגם לדרוש מהשני, ובעיקר רוצה שהשני יתייחס לדרישה הכפולה הזו בצורה טובה: כל אחד מבני הזוג דורש מהשני, ומצפה שהשני יהנה מהדרישה הזו, וייתחם אליה כאילו הדרישה הזו נותנת לו; וכן כל אחד מבני הזוג דורש מעצמו, ומצפה שהשני ישמח בדרישה הזו ויעריך אותה, ובכך הדרישה העצמית הזו תהפך לקבלה, והוא יוכל לדרוש מעצמו בשמחה ובמסירות.

למשל, אם אשה רוצה להיכנס לפרוייקט חסד גדול, שיגרום לה להיעדר מהבית בצורה משמעותית, או לדרוש את תשומת ליבה בצורה משמעותית, יותר ממה שהיא ובעלה היו רגילים עד עכשיו; כאשר האשה רוצה להציע את

¹²⁵ שיר השירים ב, טז.

¹²⁶ במאמר הזה הקשר בין איש לאשה מהווה משל וצורת הסבר לקשר בינינו לבין ה'. אמנם לפעמים היחס מתהפך, וקשר בין איש לאשה יכול להיות מוסבר רק על ידי הקשר בין האדם לה'. הסיבה לכך היא שקשר בין איש לאשה יכול להיות טוב רק כאשר הוא משל לקשר בין האדם לה'. כל עוד קשר בין איש לאשה הוא לא משל לקשר עם ה', הוא נשאר קשר אנושי בלבד, שבסופו של דבר האנוכיות היא חלק ממנו, והאנוכיות הזו גורמת לגאווה ותאוה וכעס שלא מניחים לקשר להיות קשר טוב. אבל כאשר הקשר בין האיש לאשה הוא משל לקב"ה, כלומר הקשר בין בני הזוג גורם להם להבין עוד יותר ולרצות עוד יותר את הקשר עם ה' - בצורה כזו הקשר בין האיש לאשה מקבל השראה וחיות מקשר שהוא כולו קשר טוב.

העניין לפני בעלה, היא מקווה שבעלה ישמח בהצעה הזו, ולא ירגיש שהיא דורשת ממנו דברים קשים מידי, או דברים שאין לו חשק בשבילם, כי אז היא תרגיש שבעלה לא מספיק שותף איתה ולא מספיק מזדהה עם הרצונות שלה. אבל מצד שני, האשה לא רוצה להרגיש שבעלה שמח בקלות מידי, כי אז היא תרגיש שהוא לא זקוק לה ולא מתעניין בקרבתה. אמנם האשה רוצה שבעלה ישמח להשתתף בפרוייקט אליו היא מתגייסת, אבל היא לא רוצה להרגיש שבעלה מוכן לשמוח במה שהיא עושה כי הוא לא צריך לוותר בשביל זה על כלום. היא רוצה להרגיש שהוא מוותר למענה על הקרבה ביניהם, והוא שמח לוותר בשבילה, כי הוא מזדהה איתה ועם הרצונות הטובים שלה.

הציפיה של האשה לראות שבעלה שמח בהצעה שלה כוללת בתוכה דבר נוסף: האשה לא רוצה לחוש שבעלה מפחד לפגוע בקשר ביניהם, ולכן מתגייס בעל כרחו. האשה רוצה שבעלה יחוש שהוא יכול לסרב, ולא להסכים להצעה אותה היא מעלה, והסירוב שלו לא יפגע בקשר כלל. יחד עם זה האשה רוצה, כמובן, שבעלה יגיד 'כן', ולא יסרב. היא מקווה שבעלה ישמח בהצעה שלה ויהיה שותף ברצונות הטובים שלה, ויתגייס לדברים הטובים אותם היא עושה, מרצון ובלב שלם¹²⁷.

בשיחה כזו בין בני הזוג יש רגישות רבה. כל אחד מבני הזוג מצפה לתגובתו של השני, ומרגיש שהתגובה של השני מאוד משמעותית לו, ויש לה השלכה רבה על הקשר ביניהם. אבל הרגישות הזו לא מאיימת על הקשר בין בני הזוג, אלא להיפך: יש ברגישות הזו נתינת דעת של בני הזוג זה על זה יותר מאשר בדרך כלל, ועיקר השותפות ביניהם

¹²⁷ כיוון שקשר בין בני זוג מובא כאן כמשל לעבודת ה', ובנמשל אנחנו האשה וה' הוא האיש - לכן הדוגמה שהובאה בפנים היא דוגמה מאשה.

כמובן, בקשר בין איש לאשה יש גם דוגמאות הפוכות, בהם האשה מתגייסת ומתמסרת לרצונות הטובים של בעלה, כאשר הרצון שלה להתמסר והתגובה שלו להתמסרות שלה יוצרים את הקשר העמוק ביניהם. כמו שמספרים חכמינו שרחל שלחה את ר' עקיבא ללמוד תורה, ונשארה לבדה במשך עשרים וארבע שנים על מנת שר' עקיבא ילמד תורה. ההתמסרות החזקה של רחל לר' עקיבא גרמה לר' עקיבא להחשיב את כל התורה שהוא למד, כתורה שבאה מכחה של רחל - "שלי ושלכם שלה".

גם הדוגמה שהובאה בפנים, על איש שמתגייס למעשי החסד של אשתו, מצויה בדברי חכמינו: חכמינו מספרים (מסכת דרך ארץ פרק ו) שאשתו של הלל הזקן נתנה לעני את הסעודה שהיא הכינה לו ולאורחו, והלל והאורח נאלצו לחכות זמן רב (בלי לדעת מה הסיבה לכך שהם מחכים). חכמינו מספרים שהלל חכה באורך רוח, ולבסוף גם שיבח את אשתו.

הזמן שבו הלל מחכה עד שאשתו תכין את הארוחה מחדש, הוא זמן שבו הלל ואשתו נותנים דעתם זה על זה, ובוחשים זה בזה שכל אחד מזדהה ומשתתף עם הרצונות של השני. כך גם הזמן שבו רחל מחכה לר' עקיבא, ור' עקיבא לומד תורה מכחה. לכן המפגש ביניהם, כאשר הלל אומר לאשתו ש'כל מעשיה לשם שמים', וכאשר רחל אומרת שמצידה ר' עקיבא יכול ללכת ללמוד עוד שנים עשרה שנה, וכאשר ר' עקיבא אומר "שלי ושלכם שלה הוא" - הוא מפגש עם רושם חזק, כי הוא מצליח לבטא את הקשר החזק ואת גודל האמון בין בני הזוג.

נמצאת ברגישות הזו. העוצמה שיש בנתינת הדעת בשיחה כזו היא גדולה, דווקא בגלל הרגישות שיש בה, והיא נותנת להם כח לעשות וליישם את הדברים בשותפות¹²⁸.

לאחר השיחה בני הזוג יכולים לחוש שהשיחה ביניהם היתה נעימה ואפילו מרגשת, והם מתגעגעים לעוד שיחות כאלו. אבל תוך כדי השיחה, המחשבה והדיבור על כך שהשיחה מרגשת רק יפריעו. הרגישות שיש בשיחה

¹²⁸ ניתן להמשיל זאת לתענוג שנובע מפחד או מסכנה, למשל, כאשר אדם נוסע באופנים במהירות גדולה בירידה; התענוג שיש בנסיעה כזו נובע מכך שהאדם רוצה לחוש את החיות שבו. כאשר האדם מסתכן, הוא חש חזק יותר את הרצון שלו לחיות, והוא 'נוכח' בתענוג שיש לו מכך שהוא חי, תענוג שלא כל כך מורגש בחיי השגרה.

תענוג כזה מורכב משני רצונות מנוגדים: מצד אחד האדם רוצה להסתכן על מנת לחוש את התענוג שיש בחיים, אבל מצד שני הוא לא רוצה להיפצע וכדומה - כי אז הוא שוב לא ירגיש את התענוג שבחיים. ככל שהסכנה תהיה גדולה יותר, כך האדם יחוש חזק יותר את החיות שלו, ולכן הוא מחפש דווקא את המקום בו יש שני רצונות מנוגדים. הוא מאוד רוצה להסתכן, ומאוד רוצה שלא יקרה לו כלום. המתח שיש בין שני הרצונות המנוגדים הללו גורם שהאדם יהיה דרוך מאוד, והמחשבה שלו תהיה תפוסה מאוד במה שהוא עושה. האדם מרוכז מאוד בחיות שלו, והוא דרוך ונתון כל כולו בתוכה.

כלומר, לפעמים אדם יכול לעשות משהו בדרך אגב, ותוך כדי זה גם לעשות דברים אחרים. למשל, לרחוץ כלים ויחד עם זה לדבר בטלפון וכדומה. כאשר אדם עושה מעשה כזה, שאותו הוא יכול לעשות כלאחר יד, הוא לא חש שהחיות שיש במעשה גורמת לו להיות מרוכז בה, וגורמת לנפש שלו להימשך ולהישאב ולהיות נתונה במה שהוא חש ועושה. אבל כאשר החיים של האדם עומדים על כף המאזניים הוא לא נשאר אדיש לזה, והוא דרוך ונתון כל כולו בתוך ההתרחשות. ככל שהנפש של האדם יותר נמשכת אחרי החוויה - כך האדם חש את החיות שבו בצורה חזקה יותר, והתענוג שלו גדול יותר.

חוויה כזו נקראת 'חיות שבשכל', והיא מקבילה למדרגה שנקראת בקונטרס ההתפעלות 'דחילו ורחימו שכליים'. הניגודיות שיש בין שני הרצונות החזקים של האדם גורמת לאדם להיות דרוך ונתון כל כולו בהתרחשות וכמו שכתוב בקונטרס ההתפעלות על המדרגה הזו "כי נטרד מוחו וליבו כולו".

כך זה גם בקשר בין איש לאשה: דווקא בגלל שהשיחה ביניהם היא רגישה, דווקא בגלל זה נתינת הדעת שלהם זה על זה היא עמוקה יותר, והתענוג שיש להם מהקשר ביניהם הוא חזק יותר. אם לא היתה קיימת רגישות בין האיש לאשה, הם לא היו חשים עד כמה הם זקוקים זה לזה ועד כל אחד מצפה מהשני להתמסר לקשר ביניהם. השיחה הרגישה ביניהם עוררה את נתינת הדעת שלהם זה על זה, וגרמה להם להיות דרוכים יותר ונתונים יותר בקשר ביניהם, ובכך העמיקה את החיות ואת התענוג שיש בקשר.

כזו גורמת לבני הזוג להיות דרוכים ונתונים במחשבה זה על זה, ולא להסיח את דעתם לדברים אחרים. לא רק דברים אחרים לגמרי יסיחו את דעתם מהשיחה, אלא אפילו ההתרגשות מהשיחה יש בה הסחת הדעת מהשותפות ומהקשר¹²⁹.

נתינת הדעת בהכנות לייחוד

דוגמה נוספת, ובמידה מסויימת עיקרית יותר, לנתינת הדעת של בני הזוג זה על זה, היא ההכנות לייחוד ביניהם, וכפי שבשולחן ערוך מתוארת הציפיה של האשה שהאיש יפקוד אותה, כציפיה לכך שהאיש יתן דעתו עליה: "...והוא מכיר בה שהיא משדלתו ומרצה אותו ומקשטת עצמה לפניו כדי שיתן דעתו עליה, חייב לפקדה"¹³⁰.

בהכנות לייחוד האיש והאשה זקוקים זה לזה מצד אחד, אבל מצד שני כל אחד מהם רוצה לחוש שהוא נותן לשני בכך שהוא זקוק לו, ולא רק מקבל ממנו. כפי שהוסבר, כל אחד מבני הזוג רוצה שהשני יהיה זקוק לו, וכאשר הוא מראה לשני שהוא נהנה מהנזקקות שלו אליו, השני יכול להרגיש שבנזקקות שלו הוא לא רק מקבל אלא בעיקר נותן. אם אחד מבני הזוג יתן לשני תחושה שבכך שהוא נענה לו הוא עושה לו טובה, השני ירגיש שהבעת הנזקקות

¹²⁹ למעלה נכתב שכאשר אחד מבני הזוג נמצא בסכנה וכדומה, בן הזוג השני דרוך ונתון במחשבה על מה שקורה לבן זוגו, עד שהוא לא שם לב למה שקורה סביבו, ואין לו פנאי אפילו לשים לב להתרגשות שלו. כמובן, באירוע כזה קיים הרבה רגש, אבל האדם כל כך נתון במה שקורה, עד שהוא לא שם לב לכך שהוא מתרגש. רק לאחר שהאירוע חלף האדם שם לב עד כמה הלב שלו דופק או עד כמה הוא מזיע וכדומה.

כך זה גם כאן. בשיחה כזו בין בני זוג קיים הרבה רגש, אבל בני הזוג שמים לב אליו רק לאחר השיחה. תוך כדי השיחה נתינת הדעת של בני הזוג זה על זה היא זו שיוצרת את הקשר ביניהם, והמחשבה על כך שנעים להם להיות בקשר רק מפריעה לנתינת הדעת.

¹³⁰ אורח חיים רמ, א.

וראה באגרת התשובה בתחילת פרק ט, שזהו המשל הגשמי לדחילו ורחימו שכליים:

שעל ידי שמתבונן בגדולת ה' בהעמקת הדעת, ומוליד מרוח בינתו דחילו ורחימו שכליים ובטוב טעם ודעת... ולא די לו באהבה טבעית המסותרת לבד וכו'... אזי נקראת האם רובצת על האפרוחים וכו'. והנה עיקר האהבה היא אתדבקות רוחא ברוחא כמו שכתוב "ישקני מנשיקות פיהו וכו'" כנודע.

שלו והרצון שלו לקשר נוצלו לרעה, והוא לא יחנה לחשוף את הנזקקות שלו. התגובה שכל אחד מבני הזוג מצפה לה היא, שבן הזוג יענה לנזקקות בכך שהוא יראה לו עד כמה הוא זקוק לנזקקות הזו¹³¹.

נסביר זאת טוב יותר: התענוג שיש לאדם מקשר תלוי מאוד בתגובה של השני ובדריכות של השני, והתלות הזו היא התחושה של הקשר: האם השני יהיה נתון בקשר גם כן, והקשר יעניין ויתפוס גם אותו, או שאת השני זה לא כל כך מעניין? בשונה מחוויה מסעירה אחרת, בתחושה של קשר האדם יכול להיות נתון רק אם השני נתון בקשר גם כן, ומתעניין בו ועסוק בו. התענוג שבקשר נובע מכך שכל אחד מצפה לתגובה של השני, ונהנה לראות את התענוג של השני מכך שהוא זקוק לו. אם האחד לא נתון בתענוג שיש לו מהקשר, מיד גם לשני אין תענוג, ונעלמים כל המתח וההשתוקקות. ולהיפך; אם האחד רואה שהשני נהנה מאוד מהקשר, ומצפה ממנו להיכנס לקשר, זה גורם לו עוד יותר להיכנס לקשר ועוד יותר להתענג ממנו. האיש נהנה מכך שהאשה זקוקה לו, ומצפה ממנה שגם היא תהנה ותשמח. התגובה הזו של האיש לציפיה של האשה גורמת לאשה ליהנות מכך שהאיש זקוק לה, ולצפות ממנו עוד יותר ליהנות ולשמוח בה, וכך התגובה והציפיה של האחד מגדילה את התגובה והציפיה של השני, וכך הלאה, יותר ויותר¹³².

¹³¹ כפי שנכתב, כל אחד מבני הזוג רוצה גם להיות זקוק וגם להתמסר, ורוצה שהתגובה של השני תעשה את הנזקקות שלו לנתינה ואת ההתמסרות שלו לקבלה. הציפיה לתגובה של השני היא חזקה, וגורמת לבני הזוג לתת דעתם זה על זה. הדוגמה הראשונה שהובאה בפנים לנתינת הדעת, שאחד מבני הזוג יוזם שיחה שבה הוא מבקש מהשני להתגייס לפרויקט שלו, היא דוגמה לכך שאחד מבני הזוג מצפה מהשני להתמסר, והוא רוצה לראות מה תהיה התגובה של השני לציפיה הזו. הדוגמה השנייה שהובאה - ההכנות לייחוד - היא דוגמה לכך שכל אחד מבני הזוג חושף את הנזקקות שלו לשני ומצפה לראות מה תהיה התגובה של השני לכך. בני הזוג נותנים דעתם זה על זה, וכל אחד מהם רוצה לקבל מהשני תגובה לציפיה שלו ממנו.

¹³² הנקודה הזו, שככל שהאחד דרוך יותר כך גם השני דרוך יותר, נכונה גם בדוגמה הקודמת; שיחה בין בני הזוג, שבה אחד מבני הזוג רוצה שהשני יתגייס לעניין שחשוב לו:

כאשר אחד מבני הזוג רוצה לדבר עם השני על עניין חשוב, והוא מפנה לשם כך זמן מיוחד, וקורא לשני לדבר איתו ב'ארבע עיניים' - השני רואה את הדריכות שבעניין, ונהיה גם הוא דרוך וקשוב. הדריכות עולה עוד יותר, כאשר האחד מציג את הנושא, ומתברר שהוא נותן אמון בשני שיתגייס למענו. הדריכות שיש באמון הזה גורמת גם לשני להיות דרוך ולענות בצורה שתענה על האמון. בצורה כזו הציפיה שיש לבני הזוג זה מזה גורמת להם להיות נתונים בשיחה ביניהם ובאמון שיש להם זה בזה.

לעומת זאת, כאשר האחד מתחיל לדבר עם השני על משהו שחשוב לו, והוא רואה שהשני עסוק בדברים אחרים, ומקשיב לו ב'חצי אוזן' - הוא מבין שהשני עכשיו לא 'נמצא איתו', והוא מפסיק לדבר על הנושא שחשוב לו, והדריכות שלו מתפוגגת. וכן, אם האחד מראה שהוא נותן אמון בשני שיתגייס למענו, וזה לא גורם לשני להיות דרוך - או בגלל שהוא לא מוכן להיענות, או בגלל שהוא מוכן להיענות

לכן המפגש שיש בין בני הזוג בסיטואציה כזו הוא מפגש מאוד רגיש, שיש בו הרבה נתינת הדעת של בני הזוג זה על זה. כל אחד מבני הזוג מצפה מאוד לתגובה של השני, והתגובה של השני מאוד חשובה לו, והוא מבין שהתגובה שלו מאוד חשובה לשני. זוהי סיטואציה שבה כל אחד מבני הזוג מרגיש צורך להיות מדויק מאוד, על מנת שהוא יצליח לבטא אהבה ואמון ולא אנוכיות. כל אחד מבני הזוג דרוך, כי הוא רוצה לבטא אהבה ואמון, והוא שם לב שגם השני דרוך כי הוא רוצה לבטא אהבה ואמון, וזה גורם לו עצמו להיות עוד יותר דרוך, ועוד יותר לרצות לבטא אהבה ואמון, וחוזר חלילה.

כאשר בני הזוג נותנים דעתם זה על זה בצורה כזו, הם תפוסים ונתונים לגמרי בקשר ביניהם, וחשים שהתעסקות בכל דבר אחר תסיח את דעתם מלהיות נתונה בקשר. לא רק דברים אחרים לחלוטין יסיחו את דעתם מן הקשר, אלא אפילו התעסקות בחלקים אחרים של הקשר תסיח את דעתם. אם בני הזוג יחשבו איך הם יכולים לעזור זה לזה ביום אחר, או אפילו אם בני הזוג ישימו לב עד כמה הקשר ביניהם נעים, ויתגעגעו לכך שהקשר יהיה להם נעים גם בהזדמנויות אחרות - המחשבות הללו והגעגועים הללו יסיחו את דעתם מן הקשר¹³³.

בחלק של 'התרגשות טבעית' הוסבר שהאדם מחפש להיות נזקק לזולת, והנזקקות הזו יוצרת את הגעגועים שבקשר. החלק הזה, שמקביל למה שנקרא בלשון אדמו"ר האמצעי 'דחילו ורחימו שכליים', מתאר חלק עמוק יותר של הקשר, ותחושה פנימית יותר של הקשר. בתחושה הזו האדם לא חש רק את הנזקקות שלו ואת הגעגועים שלו לשני, אלא נתון גם בנזקקות שלו לשני וגם בהיענות של השני לנזקקות שלו. כלומר הוא לא חש רק את הצימאון שלו לקשר עם השני, אלא הוא חש בו זמנית את הצימאון שלו לשני ואת הרוויה שלו מהנוכחות של השני. בתחושה הזו בני הזוג לא חשים רק את הגעגועים ואת הרצון לגשר על המרחק ביניהם, אלא כל אחד מהם חש גם את הנוכחות

בקלות מידי, וזה לא נראה לו דורש אמון - הדריכות של הראשון מתפוגגת, והציפיה שלו שהשני ישים לב לכך שהוא נותן בו אמון לא נענית.

הכלל העולה הוא שהדריכות של האחד תלויה בדריכות של השני, ורק כאשר האחד נותן דעתו על הקשר ומרוכז בו - גם השני יכול להיות מרוכז בקשר.

¹³³ וכן כתוב בשולחן ערוך, שעל מנת שהקשר בין האיש לאשה יהיה קשר טוב, אסור לדבר בזמן ההכנות לייחוד בעניינים אחרים (אורח חיים רמ, ט).

של השני בצורה כל כך חזקה, עד שהם נעשים שותפים זה עם זה וכל אחד מהם מרגיש הוא נעשה חלק ממה שהו שלם¹³⁴.

החיות שיש לבני הזוג מכך שהם נתונים ושקועים בתוך הקשר ביניהם, גורמת שהחיות שיש להם בכלל בחיים מעניינים אחרים - למשל כסף וכדומה - הופכת להיות חיוורת יחסית לחיות שיש בקשר ביניהם¹³⁵.

¹³⁴ גם למעלה (בעמוד 39, בתיאור חמשת החלקים של קשר שזורם באופן טבעי) הובאו ההכנות לייחוד כדוגמה לדחילו ורחימו שכליים, אלא שיש הבדל בין מה שהוסבר שם למה שמוסבר כאן:

הקדוש ברוך הוא ברא את האדם כך שלבני זוג יש תענוג טבעי מהקשר ביניהם, אלא שעל בני הזוג להתאמץ לתת דעתם זה על זה על מנת לגלות את התענוג הטבעי שיש בקשר ביניהם. למעלה ההכנות לייחוד הובאו כדוגמה לכך שבקשר בין בני זוג יש הרבה תענוג טבעי שנובע מכך שהם דרוכים ונתונים מאוד בקשר ביניהם. לעומת זאת כאן ההכנות לייחוד הובאו כדוגמה לכך שהמאמץ של בני הזוג לתת דעתם זה על זה מחבר אותם ונותן לכל אחד מהם לחוש את הנוכחות של השני.

¹³⁵ ההכנות לייחוד מתוארות כאן כדוגמה העיקרית לקשר חי בין בני הזוג, קשר של 'דחילו ורחימו שכליים'. אבל הדוגמה הזו חסרה ולא שלמה, כל עוד לא מוסיפים לה נקודה מהותית:

חכמינו אומרים "גדולה הכנסת אורחים יותר מקבלת פני שכינה". מוסבר בחסידות ('שכינה ביניהם' עמוד קסד) שחכמינו מתכוונים לומר שהכנסת אורחים גדולה יותר מאשר הקשר הטוב והאינטימיות שיש בין האיש והאשה. אף על פי שקשר טוב בין בני זוג נקרא 'קבלת השכינה', כמו שאמרו חכמינו "איש ואשה זכו שכינה ביניהם", חשוב שעשיית חסד עם הזולת תהיה חשובה יותר בעיני בני הזוג. אם האיש והאשה יחפשו רק שהקשר ביניהם יהיה חי ומרגש, ולא יחפשו קודם כל שהקשר ביניהם יביא לידי ביטוי את רצון ה' - הם עלולים לגלות שהקשר ביניהם חסר משמעות.

כך ניתן ללמוד גם את מאמר חכמינו "ואל תרבה שיחה עם האשה" (אבות א, ה). אם האיש והאשה חושבים שבעצם זה שהם מדברים זה עם זה ונעים להם זה עם זה, הם יוצרים קשר טוב ביניהם, הם בטלים מדברי תורה וסופם לירש גיהנום (כהמשך המשנה שם). כלומר הם עלולים לגלות שהקשר שלהם חסר משמעות וריק מתוכן של דברי תורה, והם עלולים לירש גיהנום כבר בעולם הזה, כלומר לגלות שבסופו של דבר גם הקשר ביניהם לא נעים להם.

בפנים נכתב שכל אחד מבני הזוג רוצה שהשני ידרוש ממנו, על מנת שהוא ירגיש שנעים לו להוציא לפועל את הרצונות הטובים שלו ואת הכחות הטובים שחבויים בו. עכשיו מובן שהכוונה היא שכל אחד מבני הזוג רוצה שהשני ידרוש ממנו להביא לקשר את רצון ה'. כל אחד מבני הזוג דורש מהשני, ורוצה שהשני ידרוש ממנו, שהקשר ביניהם לא יהיה קשר ריק, אלא יבטא את רצון ה' בעולם.

גם כאשר כל אחד מבני הזוג חושף את הנזקקות שלו בפני השני, הכוונה היא שכל אחד מבני הזוג מצפה שהשני יראה לו שה' רוצה בקשר ביניהם. הוא לא רוצה לראות רק שהשני אוהב אותו, אלא רוצה שהאהבה של השני תראה לו גם את האהבה של ה' אליו.

דחילו ורחימו שכליים - נתינת הדעת עד שהאדם נתון כל כולו

נתינת הדעת עד כדי שהאדם נתון כל כולו היא החלק הרביעי של הקשר, ולכן החלק הזה מקביל למה שנקרא בלשון אדמו"ר האמצעי 'דחילו ורחימו שכליים'. כפי שנכתב בתחילת החלק הזה, נתינת הדעת היא הפנימיות של כל החלקים שבקשר, אבל בשאר החלקים נתינת הדעת לא כל כך חזקה עד שהאדם נתון כל כולו:

ב'מחשבה סתם', כאשר בני הזוג חושבים איך צריך להיראות קשר טוב ביניהם, יש קצת נתינת הדעת; ב'מחשבה טובה', כאשר נתינת הדעת היא חזקה יותר, היא גורמת לבני הזוג גם לעשות מעשים זה למען זה; כאשר יש עוד יותר נתינת הדעת, היא מולידה בקשר בין בני הזוג גם רגש, והחלק הזה של הקשר נקרא 'דחילו ורחימו טבעיים'.

במדרגות הקודמות אפשר לחשוב שעיקר הקשר הוא ההשלכה של נתינת הדעת - המעשים והוויתורים שבני הזוג עושים זה לטובת זה, וההתרגשות של בני הזוג זה מזה - ונתינת הדעת היא רק אמצעי. אבל באמת נתינת הדעת היא עיקר הקשר. בחלק של 'דחילו ורחימו שכליים' בני הזוג נתונים ותפוסים בקשר עד שכל אחד חווה את מה שעובר על השני כאילו הוא עובר עליו. בפרט כאשר בני הזוג עסוקים ונתונים בעצם הקשר ביניהם, כל דבר אחר,

ה' ברא את האדם בצלמו, וברא אותו כאיש ואשה, כלומר ה' ברא את האדם כאחד שמשקף את היחס של ה' לבריאה. כמו שהבריאה היא חלק מה' ויצאה ממנו, כך האשה היתה חלק מהאדם ויצאה ממנו. (לכן כתוב (בראית א, כז) "ויברא אלוקים את האדם בצלמו, בצלם אלוקים ברא אותו, זכר ונקבה ברא אותם". לא כתוב "בצלם אלוקים ברא אותם", אלא "בצלם אלוקים ברא אותו, זכר ונקבה ברא אותם". כלומר הפירוש למילים "בצלם אלוקים ברא אותו" הוא "זכר ונקבה ברא אותם". ה' ברא את האדם כשניים שמשקפים את מערכת היחסים של ה' לבריאה.)

ה' ברא את האדם כאיש ואשה שאוהבים זה את זה וזקוקים זה לזה ומשלימים זה את זה, ולכן הוא ציווה אותנו להתחתן ולהקים משפחה. כל אחד מבני הזוג רואה שהשני רוצה בו, ויודע שהשני רוצה בו כי כך ה' ברא אותו וציווה אותו. ממילא האהבה של השני אליו מבטאת את האהבה של ה' אליו. אם כן, כאשר אדם מחפש קשר, הוא בעצם מחפש מישור שבאהבה שלו יראה לו שה' אוהב אותו.

כל אחד מבני הזוג לא מחפש רק שהשני יאהב אותו, אלא גם שה' יאהב את הקשר ביניהם. אם בני הזוג יחפשו רק שכל אחד יאהב את השני, הם ירגישו שהקשר ביניהם הוא אנוכי, ולא מבטא את מה שמונח בתוכם, את הבריאה שלהם בצלם אלוקים.

לקדוש ברוך הוא יש נחת רוח מן הקשר, כאשר האיש והאשה מרגישים שהקשר ביניהם הוא קשר טוב רק כאשר הקדוש ברוך הוא מעוניין בו, ויש לו ממנו נחת רוח. בני הזוג מרגישים שאם הקשר הוא בשבילם בלבד, זה כלל לא קשר, ורק אם ה' רוצה בו הקשר ביניהם הוא קשר טוב. כאשר הקשר בין האיש והאשה הוא קשר כזה - זהו קשר שיש לה' נחת רוח ממנו. ככל שבני הזוג רואים יותר את הקשר ביניהם כמשל לקשר של ה' עם הבריאה - כך ה' יותר גלוי בקשר ביניהם.

שהוא לא נתינת הדעת שלהם זה על זה, מסיח את הדעת מן הקשר. לא רק התעסקות בדברים חיצוניים תסיח את דעתם מן הקשר, אלא אפילו החלקים האחרים של הקשר - המחשבה על הדברים שהם יכולים לעשות זה למען זה, ואפילו ההתרגשות זה מזה - תסיח את דעתם מן הקשר ביניהם¹³⁶.

לזהות את נתינת הדעת

הרבה פעמים בני הזוג חושבים שהעוצמה של הקשר תלויה בעוצמת הרגש שיש בו, ולא בעוצמה של נתינת הדעת שלהם זה על זה.

הסיבה לכך היא, שהעוצמה שיש ברגש היא חזקה ומפתיעה. ההפתעה שיש בהתרגשות גורמת לבני הזוג להתפעל מהרגש, ולא לשים לב שהפנימיות של הרגש היא נתינת הדעת שלהם זה על זה. כפי שנכתב למעלה, רגש ללא נתינת הדעת הוא רגש חיצוני ומלאכותי, וממילא עוצמת הרגש תלויה בעוצמת נתינת הדעת שיש לבני הזוג זה על זה. אלא שההפתעה שיש ברגש מונעת מבני הזוג לשים לב שהרגש נולד מנתינת הדעת. כאשר בני הזוג חושבים שהדרך להעצים את הקשר היא להתרגש זה מזה, זה גורם להם לחשוב שנתינת הדעת שלהם זה על זה היא רק הדרך והאמצעי להגיע להתרגשות, וההתרגשות היא עיקר הקשר.

ישנה סיבה נוספת לכך שבני זוג עלולים לחשוב בטעות שהעוצמה של הקשר ביניהם תלויה בעוצמה של הרגש, ולא בעוצמה שבה הדעת נתונה ותפוסה בקשר:

כפי שנכתב למעלה, כאשר הדעת של בני הזוג נתונה מאוד זה על זה, כמו בזמן שאחד מהם נמצא בסכנה וכדומה, הרגש החזק שקיים במצב כזה לא מורגש, מרוב שהדעת של האדם נתונה בצורה חזקה במה שקורה לשני. כך זה גם בשיחה חשובה שיש בין בני הזוג, או בהכנות לייחוד ביניהם. כאשר בני הזוג נמצאים בתנועה נפשית כזו, לא רק שהם לא חווים את הרגש החזק שיש ביניהם, הם גם לא פנויים להתעסק בשאלה באיזו עוצמה הקשר ביניהם. רק לאחר שהשיחה חלפה, בני הזוג יכולים לחוש שהשיחה היתה נעימה להם, והם מתגעגעים לעוד שיחות כאלו. את הגעגועים האלו הם חווים בעוצמה. הם כבר לא נתונים לחלוטין בתוך הקשר ביניהם, ויש להם פניות למדוד את עוצמת הקשר ביניהם, והם חשים את העוצמה שיש להם בגעגועים זה לזה. כלומר כאשר הדעת של האדם נתונה מאוד במה שקורה לבן הזוג - האדם לא חווה את ההתרגשות שיש בזה, וגם לא נתון בשאלה איזו עוצמה יש לקשר, וכאשר האדם כן חווה את ההתרגשותו את העוצמה של הקשר - הדעת כבר לא כל כך נתונה במה שקורה לבן הזוג.

¹³⁶ אף על פי שזמנים כאלו הם זמנים מיוחדים, הזמנים הללו משפיעים ונותנים השראה על כל החיים המשותפים של בני הזוג.

לכן נראה לאדם שעוצמת הקשר תלויה בעוצמת ההתרגשות שיש בו, ולא בעוצמה שבה הדעת נתונה בבן הזוג, כי בזמן שהוא חווה את ההתרגשות ואת העוצמה של הקשר, הדעת שלו כבר לא כל כך נתונה במה שקורה לשני.

אבל באמת עיקר העוצמה של הקשר היא דווקא כאשר הדעת של בני הזוג כל כך נתונה זה בזה, עד שהרגש שיש בזה לא מורגש. כאשר הדעת של בני הזוג נתונה ותפוסה בקשר ביניהם, כל אחד מהם נמצא כל כולו בתוך הקשר, ולא רק מתרגש ממנו. בני הזוג מזוהים זה עם זה ושותפים זה עם זה, ולכן הם לא צריכים להתגעגע זה לזה. הם לא צריכים לגשר על המרחק ביניהם, אלא הם לגמרי ביחד, וההתרגשות שלהם זה מזה בלועה בקשר ביניהם, ולא מורגשת בפני עצמה.

אם בני הזוג יחשבו שהעוצמה של הקשר תלויה בעוצמת ההתרגשות ביניהם, כאשר הם ירצו לחזק את הקשר ביניהם הם יתאמצו להגביר את ההתרגשות שלהם זה מזה, ולא לחזק את נתינת הדעת שלהם זה על זה. המאמץ להגביר את ההתרגשות עלול ליצור התרגשות חלשה שאין בה נתינת הדעת. אבל כיוון שבני הזוג לא יודעים לשים לב שההתרגשות חלשה בגלל שאין בה נתינת הדעת - הם עלולים לחשוב שהם לא הגבירו מספיק את ההתרגשות, ולכן ההתרגשות חלשה. בסופו של דבר בני הזוג עלולים לחפש ריגושים במקום לחפש לתת את הדעת זה על זה.

בנוסף, כיוון שהתרגשות שאין בה נתינת הדעת היא התרגשות חיצונית ומעושה, בני הזוג עלולים להתאכזב מההתרגשות וזה מזה. כל אחד מבני הזוג מתאכזב מכך שהוא לא מקבל מבן הזוג את הקשר אותו הוא מצפה, וזה עלול לגרום לו להתייאש (ברמה כזו או אחרת) מהרצון ליצור קשר.

'דחילו ורחימו שכליים' בקשר עם ה'

כפי שנכתב במשל, בקשר בין איש ואשה כל אחד מבני הזוג זקוק לשני ומתמסר אליו, והיחס של השני הופך את הנזקקות לנתינה ואת ההתמסרות לקבלה. היחס הזה גורם לציפיה עמוקה אצל בני הזוג. כל אחד מבני הזוג מצפה שהשני יתייחס אליו בצורה טובה ונכונה, וממילא הוא דרוך ומרוכז כל כולו בתגובה של השני, ולא מסיח את הדעת לדברים אחרים.

כפי שנראה, הציפיה הזו, ליחס של השני, קיימת גם בקשר בינינו לבין ה'.

יהי רצון

כפי שנכתב באריכות בחלק של 'דחילו ורחימו טבעיים', האדם חסר מעצם היותו נברא, וזקוק מטבעו לקשר עם ה'. לכן האדם מתפלל אל ה'. כאשר האדם מתפלל אל ה', הוא מבקש מה' שיקרב אותו אליו ויאיר לו פניו, והוא יוכל לחוש את הקשר ביניהם. האדם לא רוצה לחוש רק את הגעגוע לה', כמו ב'דחילו ורחימו טבעיים', אלא הוא רוצה לחוש גם שה' נענה לגעגועים שלו, ואוהב אותו ורוצה בו.

גם כאשר האדם מתפלל על צרכיו, גם אז הוא בעיקר רוצה ומחפש את הקשר עם ה', וכפי שצוטט לעיל בשם רש"י על שיר השירים: "ואני לו - כל צרכי תבעתי ממנו ולא מאלוקים אחרים". היה אפשר לחשוב שישראל מבקשים את כל צרכיהם מה', כי כל אלוהי העמים אלילים שאין בהם ממש. אבל רש"י לא כותב כך. רש"י כותב שעם ישראל מתפלל רק לה' כי הוא מתמסר אליו, "ואני לו", ולא כי זו הדרך היחידה של עם ישראל להינצל מצרותיו¹³⁷.

¹³⁷ וראה אגרת התשובה בתניא פרק ו', שבזמן הגלות יש ליהודי בחירה האם לקבל השפעתו מהיכלות הסטרא אחרא או מהיכלות הקדושה, ואם הוא בוחר לקבל מהיכלות הסטרא אחרא, הוא יכול לקבל ביתר שאת ויתר עז, אלא שעליו לבחור לקבל מהיכלות הקדושה. כך גם כאן משמע מלשון רש"י, שישראל יכולים לקבל ממקורות אחרים ולא מה', אבל הם לא רוצים. הם מתמסרים לה', ורוצים לקבל רק ממנו.

לכן אנחנו אומרים בתפילה "יהי רצון". אנחנו מבקשים מה' שירצה את מה שאנחנו רוצים. אנחנו כל כך רוצים את הקשר עם ה', עד שגם מה שאנחנו צריכים ורוצים לא שווה לנו אלא אם כן ה' רוצה אותו. בתפילה אל ה' אנחנו מבטאים את זה שכל דבר שאנחנו רוצים, אנחנו רוצים רק אם ה' רוצה אותו.

כבורה בתאנה בראשיתה

אבל אם האדם רק ישים לב שהוא זקוק לה' מטבע היותו נברא, זה עלול לתת לו גם תחושה לא נעימה, ולא רק תחושה של קשר. אם האדם יחשוב שה' ברא אותו כאחד כזה שלא יכול להסתדר לבד, והוא זקוק ונצרך ומסכן - זה עלול ליצור אצלו כעס על ה', ולא יתן לו תחושה שהקשר עם ה' הוא דבר נעים.

בנוסף, אם האדם יתפוס בתפילה רק את הנזקקות שלו, הוא ירגיש אנוכי. אם האדם יתפוס את הקשר כחד כיווני - האדם מתפלל לה' על מה שהוא צריך, וה' נותן לו את צרכיו - האדם ירגיש שהוא משתמש בקשר עם ה' בשביל הצרכים שלו. האדם ירגיש שהקשר שלו עם ה' מסתכם בכך שה' נותן לו את מה שהוא רוצה, ואם זה אכן כך - זה לא נקרא קשר.

אבל באמת לא רק אנחנו זקוקים לה', אלא גם ה', מצידו, רוצה שנתפלל אליו ומצווה אותנו להתפלל אליו. וכפי שכתוב ברמב"ם¹³⁸:

מצות עשה להתפלל בכל יום, שנאמר "ועבדתם את ה' אלוהיכם"¹³⁹. מפי השמועה למדו שעבודה זו היא תפלה, שנאמר "ולעבדו בכל לבבכם"¹⁴⁰, אמרו חכמים: אי זו היא עבודה שבלב? זו תפלה.

משל למה הדבר דומה? לאדם שיכול להיות בקשר של מצווה, קשר בין איש לאשה, ויכול להיות גם בקשר של עבירה, קשר של זנות. אם הוא יבחר בדרך של הזנות הוא גם יקבל תענוג (ואולי אפילו יותר, כמו שאמרו חכמינו (סנהדרין עה, א) "מזמן שנחרב בית המקדש ניטל טעם ביאה וניתן לעוברי עבירה"), אבל כך הוא לא יוכל ליצור קשר אמיתי, שבו בני הזוג מתמסרים זה לזה.

¹³⁸ הלכות תפילה א, א.

¹³⁹ שמות כג, כה.

¹⁴⁰ דברים יא, יג.

ה' רוצה שנעבוד אותו בכל ליבנו, ולכן הוא מצווה אותנו להתפלל אליו. ממילא מובן שה' נהנה ושמח מכך שאנחנו מתפללים אליו ורוצים אותו, וכפי שכתוב בהושע¹⁴¹: כענבים במדבר מצאתי ישראל, כבכורה בתאנה בראשיתה ראיתי אבותיכם: ומפרש ה'מצודת דוד': כבכורה - כתאנה המבושלה באילן, התאנה ראשונה לכולן, שהיא משמחת לב רואיה, כן ראיתי אבותיכם. רצונו לומר, כן שמחתי כאשר ראיתי את אבותיכם נמשכים אחרי :

ה' רואה את ההמשכות שלנו אחרי כחשד שאנחנו עושים איתו, וכפי שכתוב בירמיהו¹⁴² : הלוך וקראת באזני ירושלים לאמור: כה אמר ה', זכרתי לך חסד נעוריך, אהבת כלולותייך, לכתך אחרי במדבר בארץ לא זרועה.

אם האדם שם לב שה' שמח בכך שאנחנו נמשכים אליו, ומה שאנחנו זקוקים לה' ומתפללים אליו, משמח אותו, ונותן לו, כביכול, תחושה טובה - האדם מרגיש שהקשר הוא דו כיווני. הוא לא רק לוקח מהקשר, אלא כביכול כפי שהוא נהנה מהקשר עם ה', כך ה' נהנה מהקשר איתו.

אם כן, כיוון שה' נהנה מהתפילה שלנו ושמח בה, התפילה לא נותנת לאדם תחושה שהוא מסכן ולא תחושה שהוא אנוכי, אלא נותנת לאדם תחושה של קשר¹⁴³.

¹⁴¹ ט, י.

¹⁴² ב, ב.

¹⁴³ וכפי שכתוב במשל:

תחושת הנזקקות של האשה, כלומר הצורך של האשה לחוש שהאיש רוצה בה ומתלהב ממנה, עלולה לגרום לה לחוש אנוכית. אבל כאשר האשה רואה שהאיש רוצה אותה, וההזדקקות שלה אליו גורמת לו להתרגשות והתלהבות - היא חשה שהיחס של האיש אליה הופך את הנזקקות שלה מקבלה לנתינה. כלומר הנזקקות של האיש לאשה הופכת את הנזקקות של האשה לאיש מקבלה לנתינה.

האדם רוצה שה' ירצה את התפילה שלו

בחלק של 'דחילו ורחימו טבעיים' הוסבר באריכות שהאדם זקוק לה' מטבעו, ולכן הוא מתגעגע וכוסף אליו. כאן מוסבר דבר נוסף: מה שהופך את הנזקקות של האדם לתחושה נעימה של כיסופים, זה היחס של ה' לתפילתו של האדם.

ב'דחילו ורחימו טבעיים' הוסבר שהאדם יכול לחשוב שבדידות ותלות הן תחושות לא נעימות, אבל הוא יכול להתייחס לתחושות הללו כמקפצה לקשר. בגלל שהאדם בודד הוא רוצה קשר, וכאשר האדם תלוי במישהו הוא מתגעגע אליו. אף על פי שההסבר הזה הוא נכון, משמע ממנו שתחושות הבדידות והתלות בפני עצמן הן לא טובות, ורק כאשר האדם מתייחס אליהן כדרך ליצירת קשר, התחושות הללו נהפכות לטובות.

לעומת זאת, ב'דחילו ורחימו שכליים', לא התחושה של האדם הופכת את תחושת התלות והנזקקות של האדם לתחושות טובות, אלא היחס של ה'. ה' רוצה שהאדם יהיה תלוי בו וזקוק לו, כי הוא רוצה שהאדם יהיה איתו בקשר, והוא יודע שזה מה שהאדם מחפש. כאשר האדם חש שה' רוצה את הנזקקות שלו, האדם שמח בכך שהוא זקוק ונצרך לקשר עם ה', שכן כך ה' שמח בו. כלומר ב'דחילו ורחימו שכליים' האדם שמח בנזקקות שלו בגלל שה' שמח בה ונהנה ממנה. האדם מרגיש שבכך שהוא זקוק לה' הוא עושה לה' נחת רוח, וזה גורם לו לרצות שה' ירצה את הנזקקות שלו.¹⁴⁴

נחת רוח לפני שאמרתי ונעשה רצוני

במשל נכתב שכל אחד מבני הזוג זקוק לשני ורוצה להתמסר אליו, ומצפה שהשני יתייחס נכון לנזקקות ולהתמסרות שלו, וייתייחס לנזקקות כאל נתינה ואל ההתמסרות כאל קבלה. הציפיה הזו גורמת לבני הזוג לתת דעתם זה על זה ולהיות נתונים בקשר.

כך זה גם בקשר עם ה'. עד כאן נכתב שהאדם זקוק לה', ויחד עם זה הוא מצפה שה' ירצה את הנזקקות שלו ויהנה ממנה. כעת צריך להסביר שהאדם גם מתמסר לקשר עם ה', ומצפה לתגובה של ה' להתמסרות הזו.

¹⁴⁴ וכפי שנכתב במשל:

מה שהופך גם את תחושת הנזקקות וגם את תחושת ההתמסרות לתחושות נעימות ומושכות, זה צורת ההסתכלות של בן הזוג עליהם.

האדם לא רק רוצה לקבל מה', אלא רוצה גם לעשות את מה שה' רוצה ממנו, ולקיים מצוות. האדם מרגיש שכאשר הוא מבטא את הרצונות שלו - הוא מבטא רצונות קטנים וצרים ואנוכיים, ולעומת זאת כאשר הוא מבטא את הרצונות של ה', הוא מבטא רצון טוב ומהותי. האדם נברא מרצון ה', וממילא האדם מרגיש שהרצון של ה' מהותי ומשמעותי לו, לאין ערוך מאשר הרצונות שלו. לכן האדם מרגיש שגם הרצונות הטובים שלו, כמו הרצון להתחתן ולהוליד ילדים וכדומה - יהפכו להיות חשובים ויקבלו משמעות אם ה' ירצה בהם. האדם רוצה להיות חלק מהרצון של ה' ולהתלהב מכך שהוא עושה את מה שה' רוצה, ומחפש שהחיים שלו יבטאו את רצון ה' על ידי קיום התורה והמצוות.

כמובן, אם ה' לא היה רוצה את המצוות - לא היה לקיום המצוות שום משמעות, ולא היתה לאדם יכולת להתלהב מרצון ה' ולהתמסר אליו. אבל באמת ה' מאוד רוצה את המצוות, ומאוד נהנה מכך שאנחנו מתמסרים לרצונו, ועושים את מה שהוא רוצה, עד שהמצוות שאנחנו עושים גורמים לו נחת רוח, וכמו שאומרים חכמינו "נחת רוח לפני, שאמרתי ונעשה רצוני"¹⁴⁵.

ככל שהאדם יותר מודע ויותר חש עד כמה ה' רוצה את המצווה - כך הוא יותר יכול להתלהב במצוות, ויותר רוצה להתמסר לרצון ה'. כך היחס של ה' למצוות שהאדם עושה, מאפשר לאדם להתמסר לה' ולעשות את רצונו¹⁴⁶.

¹⁴⁵ רש"י לבמדבר כח, ח, על פי הגמרא בזבחים מו, ב.

הרצון החזק של ה' שנעשה מצוות, לא בא לידי ביטוי רק בכך שעשיית רצונו עושה לו נחת רוח, אלא גם בכך שאי עשיית רצונו גורמת לו לכעוס, כביכול, כמו שכתוב "וחרה אף ה' בכם" (דברים יא, ז), וכדומה.

¹⁴⁶ וכפי שנכתב במשל:

האשה לא רוצה רק להיות זקוקה לאיש, אלא רוצה גם להתמסר אליו. האשה רוצה שהרצונות של בעלה, והחיות שיש לו מהרצונות הללו, יכניסו תוכן לחייה, וגם היא תתמלא מהחיות שלו. כאשר האשה מתמסרת לרצונות של בעלה, היא חשה שהקשר עם האיש מוציא ממנה את התכונות הטובות שבה ואת הרצונות הטובים שבה בחיות, וללא הקשר עם האיש היא לא היתה יכולה להכיר את הכחות האלו בתוכה, ולא היתה יכולה להוציא אותם לפועל בצורה כזו.

אבל בשביל שהאשה תוכל להתמסר לאיש, היא צריכה שהאיש יחשיב מאוד את ההתמסרות שלה אליו.

הוא כל צרכיו תבע ממני

כשם שהאדם מתפלל לה' על מה שיקר לו וחשוב לו, וכאשר ה' נענה לו זה עושה לו נחת רוח, כך ה' מצווה את האדם על מה שיקר וחשוב לו, וכאשר האדם עושה את רצונו של ה' זה עושה לו נחת רוח.

וכך כתוב ברש"י על שיר השירים¹⁴⁷: "דודי לי - הוא כל צרכיו תבע ממני ולא צוה אלא לי; עשו פסח, קדשו בכורות, עשו משכן, הקריבו עולות, ולא תבע מאומה אחרת". כלומר, ה' כביכול צריך מאתנו שנעשה מצוות, שהרי לשונו של רש"י היא "הוא כל צרכיו תבע ממני". בתפילה בא לידי ביטוי מה שאנחנו צריכים את ה', ועל ידי המצוות בא לידי ביטוי מה שה' צריך, כביכול, אותנו.

מצד אחד, אם האדם לא יהיה מודע לכך שה' צריך אותו וזקוק לו, הוא ירגיש שהעבודת ה' שלו הולכת לריק. הוא יתאמץ לקיים מצוות ולהתמסר לעבודת ה', בלי שאף אחד באמת יהיה צריך את זה, וזה יתן לו תחושה כאילו הוא עובד סתם¹⁴⁸.

¹⁴⁷ שיר השירים ב, טז (והובא לעיל).

¹⁴⁸ יש איסור לעבוד בעבד עברי עבודה שהאדון לא צריך אותה:

כל עבד עברי – אסור לעבוד בו בפרך. ואיזו היא "עבודת פרך"? ... או עבודה שאינו צריך לה, אלא תהיה מחשבתו להעבידו בלבד שלא יבטל (רמב"ם הלכות עבדים א, ו).

אם כן, אם יהודי חושב שה' לא צריך את המצוות שהוא עושה, הוא מרגיש שהוא עובד עבודה של עבד כנעני ולא של עבד עברי.

אבל מצד שני, אם האדם יחשוב רק שה' זקוק לו, הוא גם כן לא יוכל ליצור קשר עם ה'. שכן ה' לא זקוק לשום דבר ולאף אחד¹⁴⁹, וממילא, אם האדם חושב שה' זקוק לו, זה מראה שהוא כלל לא קשור לה', אלא לאיזשהו דמיון¹⁵⁰.

שני הצדדים הללו בולטים מאוד בעבודת הקרבנות: מצד אחד כתוב בקרבנות שהם ל"ריח ניחוח לה'", מה שלא כתוב על מצוות אחרות. כביכול ה' מריח את הקרבנות, וזה עושה לו נחת רוח. אבל, מצד שני, כתוב על קרבנות

¹⁴⁹ ראה רמב"ם הלכות יסודי התורה א, ג:

שכל הנמצאים צריכין לו, והוא ברוך הוא אינו צריך להם ולא לאחד מהם.

וראה ברמ"ח אותיות אות יב, שכיוון שהאדם הוא חלק אלו, גם אצל האדם יש בחינה כזו. וזה לשונו:

הצמח צדק אמר במאמר אחד מהות עניין 'כרת' - כשהוא אומר "איך דארף דאס, איך דארף דאס" (אני צריך את זה, אני צריך את זה). כי כשאומר "איך וויל דאס" (אני רוצה את זה), אין זה כל כך רע, כי הרי לא"א (לכל אחד?) יש נפש המתאוה, אבל כשאומר "איך דארף דאס" זהו מפני שנכרת נפשו משרשה. וביאר הרש"ג, שזה יתבאר על פי דברי הרמב"ם "הכל צריכים לו ואין הוא צריך לכולם", וזהו אמיתת אלוקות, וצריכים כל הנשמות להרגיש שהם חלק אלוקה. אבל כשאומר "איך דארף דאס", הלא נכרת נפשו האמיתית האמת, שאין הוא צריך להם.

¹⁵⁰ בנוסף, אם האדם היה חושב שה' צריך את המצוות, הוא היה מרגיש מנוצל. הוא היה מרגיש שה' ברא אותו בשביל הצרכים שלו, ושהוא חייב לעבוד את ה', רק כדי למלאות את צרכיו של ה'. אלא שהאדם לא חש כך, כי הוא מבין שזה מוזר לחשוב שה' ברא אותו לצרכיו. אבל אף על פי שהאדם לא חש שה' מנצל אותו לצרכיו, עדיין נשארת בליבו טרזניה כלפי ה': לשם מה הוא ציווה אותו לקיים את המצוות? אם המצוות הן לטובת האדם - למה האדם לא מרגיש שהמצוות מיטיבות איתו; ואם הן לא לטובת האדם - לטובת מי הן, ובשביל מה האדם חייב לעשות אותן?! (הטרזניה הזו קיימת בלב האדם גם כלפי הקשיים שהוא חווה וגם כלפי עצם קיומו בעולם - לשם מה הוא סובל ולשם מה הוא בכלל נברא, ומי 'מרוויח' מזה - ולא רק כלפי קיום מצוות.)

כלומר, למחשבה שה' כביכול מנצל את האדם, ומצווה אותו לקיים מצוות לצרכו, יש השלכה על התחושות של האדם, עם כל כמה שהמחשבה הזו מוזרה גם בעיני האדם עצמו.

שה' כלל לא צריך אותם ולא רוצה בהם, וכפי שאומר הנביא¹⁵¹ "כי לא דברתי את אבותיכם ולא צויתים, ביום הוציא אותם מארץ מצרים, על דברי עולה וזבח". יותר מזה: עבודת הקרבנות נראית כאילו ה' אוכל וצריך לאכול (וכך גם יכול להישמע מלשון הפסוקים "את קרבני לחמי לאישי"¹⁵², ועל הדרך הזו פסוקים רבים). המחשבה שה' צריך את הקרבנות, ועוד יותר מזה, שה' צריך לאכול - היא מחשבה מוזרה מאוד, וכמו שכתוב בתהילים¹⁵³: "לא אקח מביתך פר, ממכלאתיך עתודים: כי לי כל חיתו יער, בהמות בהררי אלף... האוכל בשר אבירים ודם עתודים אשתה:" ובעוד מקומות הרבה.

אם כן, אם האדם יחשוב שה' לא צריך אותו זה לא יהיה נכון, וגם אם האדם יחשוב שה' כן צריך אותו זה גם לא יהיה נכון. האמת היא שה' גם לא צריך את האדם וגם כן צריך את האדם בו זמנית. ה' בוחר להיות צריך את האדם, ואף על פי שבחירה וצורך הם שני הפכים, ה' הוא 'נושא הפכים', והוא גם לא צריך אף אחד וגם צריך את האדם בו זמנית.

בדביקה חשיקה וחפיצה

אף על פי שה' בוחר להיות צריך אותנו, זה לא מוריד מההשתוקקות שיש לו, כביכול, שנהיה קשורים אליו. ה' כל כך אוהב אותנו ורוצה בנו, עד שכביכול הוא לא יכול בלעדינו, ואין לו שום אפשרות אחרת חוץ מלרצות אותנו, והוא ממש צריך את המצוות שמחברות אותנו אליו ואותו אלינו. לכן לשון רש"י היא שהמצוות הן צרכים של ה', כביכול.

וכך אומרים חכמינו:

¹⁵¹ ירמיהו ז, כב.

¹⁵² במדבר כח, ב.

¹⁵³ ג, ט.

בשלוש לשונות של חבה חבב הקדוש ברוך הוא את ישראל: בדביקה, בחשיקה ובחפיצה. בדביקה - "ואתם הדבקים"¹⁵⁴; בחשיקה - "לא מרובכם מכל העמים חשק ה"¹⁵⁵; ובחפיצה - "ואשרו אתכם כל הגוים כי תהיו אתם ארץ חפץ"¹⁵⁶; ואנו למדים אותה מפרשה של רשע הזה: בדביקה - "ותדבק נפשו"¹⁵⁷; בחשיקה - "שכם בני חשקה נפשו בבתכם"¹⁵⁸; בחפיצה - "כי חפץ בבת יעקב"¹⁵⁹;

למה חכמינו לומדים את האהבה של ה' אלינו מהאהבה של ה'רשע הזה', שכם בן חמור?

שכם בן חמור אוהב את דינה בת יעקב אהבה של יצרים. היצר תוקף אותו והוא מרגיש שהוא לא יכול להתגבר עליו, והוא חפץ וחושק ודבק בדינה בת יעקב, כאילו אין לו אפשרות אחרת. חכמינו אומרים שהעוצמה של התשוקה של ה' אלינו לא פחותה מהעוצמה של התשוקה של שכם בן חמור. ה' הוא 'נושא הפכים', ולכן הוא בוחר להיות צריך אותנו, ויחד עם זה התשוקה שלו אלינו היא ממש כאילו הוא צריך אותנו, ולא יכול בלעדינו.

אשר יעשה אותם האדם

אם האדם יחשוב שה' צריך אותו, ולא יהיה מודע לכך שה' כל כך אוהב אותו עד שהוא בוחר להיות צריך אותו, האדם יתייחס כאילו ה' חייב אותו. בעשיית המצוות בצורה כזו האדם יגרום שה' לא יהיה מעוניין במצוות, כי ה' לא חייב את המצוות, ולא 'כלוא' בצורך בהן.

¹⁵⁴ דברים ז, ד.

¹⁵⁵ דברים ז, ז.

¹⁵⁶ מלאכי ג, יב.

¹⁵⁷ בראשית לד, ג.

¹⁵⁸ שם, ח.

¹⁵⁹ שם, יט.

כך קרה בתקופת בית המקדש הראשון, שבו בני ישראל חשבו שה' לא יחריב את בית המקדש, כי הוא צריך את בית המקדש, וצריך את הקרבנות, וצריך את עם ישראל, ולכן אין חשש שה' יחריב את בית המקדש. ה' שלח את הנביאים לומר לעם ישראל שאם הם יחשבו בצורה כזו - הוא לא יהיה מעוניין בקרבנות שלהם, והוא יחריב את בית המקדש ויגלה את עם ישראל מארצו¹⁶⁰.

לעומת זאת, אם האדם מודע לכך שה' בוחר להיות צריך אותו, הוא עושה את המצוות כי הוא רוצה שה' יבחר להיות צריך אותו. ה' לא חייב להיות צריך את האדם, ולמרות זאת הוא החליט להיות צריך אותו - וזה גורם לאדם להודות מאוד לה' על כך שה' בחר להיות צריך אותו, וזה גורם לאדם לרצות ולהשתוקק לקיים עוד ועוד מצוות, על מנת לחוש שה' בוחר להיות צריך אותו.

האדם מרגיש שאם ההתלהבות מהחיים תהיה ההתלהבות שלו - כי הוא צריך לחיות, והוא נהנה לחיות, והוא מתלהב לחיות - אז ההתלהבות תהיה קטנה ואנוכית. קטנה - כי הוא לא יודע מספיק להגיד כמה זה טוב לחיות וכמה

¹⁶⁰ ראה, למשל, ישעיהו א, יא:

למה לי רוב זבחיכם יאמר ה', שבעתי עלות אילים וחלב מריאים ודם פרים וכבשים

ועתודים לא חפצתי:

וראה ירמיהו ז, פסוקים ד-יב:

אל תבטחו לכם אל דברי השקר לאמור: היכל ה', היכל ה', היכל ה' המה... הנה אתם בטחים לכם על דברי השקר לבלתי הועיל: הגנב רצח ונאף והשבע לשקר וקטר לבעל... ובאתם ועמדתם לפני בבית הזה אשר נקרא שמי עליו ואמרתם נצלנו למען עשות את כל התועבות האלה: המערת פרצים היה הבית הזה אשר נקרא שמי עליו בעיניכם... כי לכו נא אל מקומי אשר בשילו אשר שכנתי שמי שם בראשונה וראו את אשר עשיתי לו מפני רעת עמי ישראל:

ומפרש ה'מצודת דוד':

אל דברי השקר - אל דבר שאין בו ממש. שהם אומרים היכל ה' וכו' המה, רצונו לומר הלא היכל ה' המה בתוכנו, ולא יחריב ה' את היכלו.

צריך לחיות; ואנוכית - כי הוא מתלהב מעצמו ובשביל עצמו; אבל אם ה' צריך אותו, וה' מתלהב ממנו - אז החיים באמת הופכים להיות אמיתיים ונצרכים ומלהיבים.

לכן האדם מחפש להיות חלק מההתלהבות של ה', ומחפש לקיים מצוות על מנת לחוש כמה ה' בוחר להיות צריך אותו ומתלהב ממנו¹⁶¹.

¹⁶¹ בפרק מט של ספר התניא אדמו"ר הזקן אומר שה' עוזב את הכל ובוחר באדם, וזה גורם לאדם לעזוב את הכל ולחפש להיכלל

בה':

והנה, כמים הפנים לפנים: כמו שהקדוש ברוך הוא, כביכול, הניח וסילק לצד אחד, דרך משל, את אורו הגדול הבלתי תכליתי, וגנוז והסתירו ... והכל בשביל אהבת האדם התחתון להעלותו לה', כי אהבה דוחקת הבשר - על אחת כמה וכמה, בכפלי כפליים לאין קץ, כי ראוי לאדם גם כן להניח ולעזוב כל אשר לו, מנפש ועד בשר, ולהפקיר הכל בשביל לדבקה בו יתברך, בדביקה חשיקה וחפיצה, ולא יהיה שום מונע מבית ומבחוץ.

איך האדם דבק בו יתברך? ממשיך אדמו"ר הזקן שם:

והנה כאשר ישים המשכיל אלה הדברים אל עומקא דלבא ומוחא, אזי ממילא "כמים הפנים לפנים" תתלהט נפשו, ותתלבש ברוח נדיבה, להתנדב להניח ולעזוב כל אשר לו מנגד, ורק לדבקה בו יתברך וליכלל באורו בדביקה חשיקה וכו' בבחינת נשיקין ואתדבקות רוחא ברוחא כנ"ל.

את 'בחינת נשיקין ואתדבקות רוחא ברוחא' אדמו"ר הזקן הסביר בפרק מו (ולזה הוא מתכוון באומרו 'כנ"ל'):

כי הניח הקדוש ברוך הוא את העליונים ואת התחתונים, ולא בחר בכולם כי אם בישראל עמו... כדי לקרבם אליו בקירוב ויחוד אמיתי, בהתקשרות הנפש ממש, בבחינת נשיקין פה לפה לדבר, דבר ה' זו הלכה, ואתדבקות רוחא ברוחא, היא השגת התורה וידיעת רצונו וחכמתו, דכולא חד ממש, וגם בבחינת חיבוק הוא קיום המצות מעשיות...

כאשר האדם מקיים מצוות בהתלהבות, כי הוא רוצה להימשך אחרי ה' ולחוש שכאילו ה' צריך אותו - הוא מרגיש שהוא צריך את ה', ולא ה' צריך אותו. הוא לא מתייחס לה' כאילו ה' תלוי במשהו חיצוני, וכביכול כבול אליו וכלוא בתוכו. כאשר האדם מתייחס כך למצוות, ה' שמח לצוות אותו לקיים מצוות כאילו הוא צריך אותן. כך המצוות שהאדם עושה מבטאות את ההתלהבות של ה', והם לא משהו חיצוני לה¹⁶². כך היחס של האדם למצוות, גורם שה' יתן מצוות ויתלהב מהמצוות כאילו הוא צריך אותן¹⁶³.

אם כן, כאשר האדם מודע לכך שה' בוחר בו, זה גורם לו לרצות "רק לדבקה בו יתברך וליכלל באורו" על ידי קיום התורה והמצוות.

היחס של האדם למצוות הופך את המצוות מצורך של ה', כביכול ("הוא כל צרכיו תבע ממני"), למתנה שה' נותן לנו, חיבוק ונישוק ואידבקות רוחא ברוחא.

¹⁶² ובדומה למה שנכתב במשל:

אמנם, יחד עם זה שהאיש רוצה להיות שקוע ונתון כל כולו בקשר עם האשה, האיש לא רוצה להרגיש שהוא נכנס למשהו חיצוני לו, והוא כלוא בו ולא יכול לצאת. האיש רוצה להרגיש שהאשה רוצה להיסחף אחרי ההתלהבות שלו עד שהיא נעשית חלק ממנו, וכך הוא יהיה נתון כל כולו בהתלהבות שלו, ולא במשהו חיצוני. האיש מחפש וזקוק לאשה שתלהב מהחלומות שלו ומהשאיפות שלו, ובכך תאפשר לו להיות להיות שקוע כל כולו בקשר איתה.

¹⁶³ חכמינו אומרים (ספרי דברים שמג) שה' עבר על כל האומות, ורצה לתת להם את התורה, והם לא רצו. רק עם ישראל רצה לקבל את התורה (עוד לפני ששמע מה כתוב בה), ואמר "נעשה ונשמע" - ולכן ה' נתן את התורה לעם ישראל. הרי לנו שה' רוצה את המצוות בגלל שעם ישראל רוצה, ואם עם ישראל לא ירצה את התורה והמצוות - ה' לא ירצה אותם.

אדמו"ר הזקן מסביר שההתניה הזו - שה' רוצה את המצוות רק אם עם ישראל רוצה אותם - היא לא מאורע חד פעמי, אלא בכל פעם שהאדם עושה מצווה - האדם הוא העושה את המצוות למצוות. וכך אומר אדמו"ר הזקן (ליקוטי תורה לשיר השירים, יג, ג):

...הנה הארתם והמשכתם הוא על ידי ישראל, כמו שכתוב (ויקרא יח, ה) "אשר יעשה

אותם האדם וחי בהם", וכתוב "ועשיתם אתם" - שישאל עושים אותם להמצות... והיינו

על ידי רוח אייתי רוח.

אתערותא דלעילא באתערותא דלתתא תליא

אף על פי שה' צריך את המצוות, כביכול, ה' מחכה שנעשה את המצוות מתוך בחירה. אם על כל מצווה ה' היה מראה לנו את הנחת שיש לו מהמצווה הזו - היינו נמשכים לעשות מצוות הרבה יותר מאשר לתאוות גשמיות¹⁶⁴. אבל ה' מסתיר את עצמו, ומחכה שאנחנו נבחר בו מרצוננו, ונקיים את המצוות מתוך בחירה חופשית.

ה' אוהב אותנו ורוצה אותנו, ולכן הוא רוצה שנעשה את המצוות מעצמנו. בכך שה' מסתיר את עצמו, הוא מגלה כמה האישיות שלנו חשובה לו, ולכן הוא מחכה לנו, שנרצה אותו.

ציפיה זו, של ה' לנו, נקראת בלשון הקבלה והחסידות 'אתערותא דלעילא' - באתערותא דלתתא תליא מילתא¹⁶⁵ - ההתעוררות של מעלה תלויה בהתעוררות של מטה. ה' תולה את ההתעוררות שלו, כביכול, בהתעוררות שלנו, והוא לא מוכן להתעורר בלי שאנחנו נתעורר קודם ונעורר את ההתלהבות שלו.

הרצון של עם ישראל לעשות את המצוות מושך ומביא את הרצון של ה' לתת את המצוות. על ידי זה שהיהודי רוצה לקיים מצוות, גם ה' רוצה את המצוות, וכך היהודי מושך את ה', כביכול, לשרות בתוך המצוות. וכמו שממשיך שם אדמו"ר הזקן:

ואחר כך... להיות המשכה, ב'אמשיך רוח', שיהיה הארת אור אין סוף ברוך הוא

שורה ומתגלה בתלמוד תורה ומצות.

אם אנחנו לא רוצים לקיים את המצוות, ה' כאילו אומר שהוא כלל לא ציווה אותם ("כי לא דברתי את אבותיכם ולא ציוויתם", כפי שהובא בפנים), וכך הוא לא שורה בתוך הציווי. אבל כאשר אנחנו רוצים לקיים את המצוות, ה' אומר שהוא בהחלט ציווה את המצוות, והוא צריך שנקיים את המצוות ("כל צרכיו לא תבע אלא ממני") - וכך הוא שורה, כביכול, בתוך הציווי.

¹⁶⁴ כשם שילד מעדיף את הקרבה של ההורים, יותר מאשר ממתק שמציעה לו השמרטפית, למשל.

כך מסופר על ה'סבא משפולי' שהתפלל פעם לה' ואמר לו: "את התאוות שמת לנגד עינינו, ואת הגיהנום והגן עדן שמת ב'ראשית חכמה'. אילו היית עושה להיפך - את הגיהנום והגן עדן היית שם לנגד עינינו, ואת התאוות בספר - אזי אף יהודי לא היה עושה, חס ושלום, שום דבר רע..." (סיפורי חסידים של הרב זווין, מועדים, סיפור מס' 28).

לשים את הגיהנום והגן עדן לנגד עינינו, פירושו שה' יגלה את הנחת רוח שיש לו מכל מצווה שאנחנו עושים, ואת הצער שיש לו ממעשים לא טובים, ואזי היהודים יימשכו לעשיית רצון ה' בשמחה, הרבה יותר מאשר לתאוות.

¹⁶⁵ זוהר לך לך פו, ב.

אנחנו אומרים בתפילה "אתה הוא קודם שנברא העולם, ואתה הוא לאחר שנברא העולם". כלומר, גם לאחר שנברא העולם ה' ממלא את כל העולם, ואין שום מציאות חוץ לו, בדיוק כמו שהיה קודם שנברא העולם. אבל אף על פי כן ה' רוצה שהוא יבחר בנו ואנחנו נבחר בו, כאילו אנחנו אישיות חיצונית לו, בעלת בחירה חופשית עצמאית. כלומר, ה' מוותר על עצמו לגמרי, כביכול, כי הוא רוצה לבחור לתת לנו בחירה וכך להתייחס אלינו כאל אישיות עצמאית בעלת רצונות ובחירות, ולשמוח באישיות העצמאית שלנו.

לפעמים אדם מרגיש שלה' אין ברירה אלא לחכות שהאדם יקיים מצוות מרצונו, שכן לאדם יש בחירה חופשית. האדם הוא לא בעל חיים, אלא הוא בעל בחירה, וממילא אם ה' רוצה שנקיים מצוות, אין לו ברירה אלא לחכות עד שנרצה לקיים אותן. כאשר אדם תופס כך את הבחירה החופשית שלו, הוא הופך את הבחירה החופשית לדבר שמרחיק אותנו מה'. ה' מצטער, כביכול, וכואב על כך שהבחירה החופשית שהוא נתן מרחיקה את האדם מה', וגורמת לו לחשוב שהעולם בכלל והוא בפרט קיימים פה מצד עצמם, ולא מצד הבחירה של ה'.

אבל האמת היא שה' נותן לנו את הבחירה החופשית בגלל שהוא אוהב אותנו, ורוצה בנו כאישיות בעלת בחירה. כאשר אנחנו מבינים זאת, ובוחרים לקיים את רצונו של ה' בשמחה, מתוך בחירה חופשית בה' ובתורתו - ה' שמח שהוא נתן לנו אישיות עצמאית ובחירה חופשית. בצורה כזו המצוות שאנחנו עושים מגלות עד כמה ה' רוצה לבחור בנו, ושמח באישיות שלנו¹⁶⁶.

¹⁶⁶ וראה במה שנכתב במשל:

בכך שהאשה גורמת לאיש לוותר על ההתלהבות שלו ממנה על מנת לא למחוק את האישיות שלה, ובכך שהאשה גורמת לאיש לוותר על ההתלהבות שלו מכל מיני דברים אחרים ולהיות ממוקד בקשר איתה - על ידי זה האיש מתמסר לאשה ולא רק זקוק לה. כך האיש מקבל מהאשה את היכולת להתמסר, ואת היכולת להרגיש שההתלהבות שלו ממנה היא לא אנוכית.

האיש רואה שיחד עם זה שהאשה רוצה שהוא יתלהב ממנה, היא שמחה מכך שהוא רוצה אותה ומתעניין בה, ולא רוצה רק לסחוף אותה, ושמחה מכך שהוא מוותר על כל הדברים האחרים בשביל להתמקד בקשר איתה. ההנאה של האשה מהוויתור ומההתמסרות של האיש, היא מה שהאיש מחפש. ההנאה של האשה גורמת לאיש לחוש שהוא לא רק נתון בהתלהבות שלו, אלא הוא מייטיב לאשה ורוצה בטובתה. ההנאה של האשה גורמת לאיש לחוש שהאישיות של האשה יקרה לו יותר מכל ההתלהבות שלו. כך היחס של האשה הופך את ההתמסרות של האיש מנתינה לקבלה.

כך זה גם בנמשל: ה' מתמסר אלינו, כביכול, בכך שהוא נותן לנו בחירה חופשית, וכך האישיות שלנו לא נמחקת. כפי שנכתב בפנים, אם ה' היה מראה לנו את התענוג שיש לו מקיום המצוות היינו נמשכים אחריו ללא בחירה חופשית (וכך, בעצם, לא היה לנו אישיות עצמאית), אבל ה' הסתיר את עצמו ואת 'ההתלהבות' שלו כביכול על מנת להתייחס אלינו כאל אישיות עצמאית, ולחכות שאנחנו נבחר בו

לעמוד בציפיה

עולה מהדברים שהעמידה של האדם מול ה' היא מתוך ציפיה מתמדת: כאשר האדם מתפלל, הוא מצפה שה' יהנה מההשתוקקות שלו וישמח בה, וכך האדם ירגיש שה' מחכה לתפילה שלו, והתפילה שלו לא מבטאת רצון אנוכי בלבד; כאשר האדם מקיים מצוות, הוא מצפה שה' ייקר את המצוות שהוא עושה, וירצה אותן מאוד מאוד. האדם לא רוצה להרגיש שהוא מתלהב ממה שהוא עושה, אלא רוצה להרגיש שהוא חלק מהרצון ומההתלהבות של ה'.

גם היחס של ה' לאדם מתבטא בציפיה. בשונה מהיחס של ה' לכל הבריא, שזהו יחס שאין בו ציפיה, מהאדם ה' רוצה משהו, ומצפה ממנו:

ה' כל כך רוצה את המצוות של האדם, עד שהוא נותן לאדם תחושה שהוא צריך אותו וצריך את המצוות שהוא עושה. אבל יחד עם זה ה' מצפה שהאדם לא יחשוב שהרצון של ה' הוא כמו הרצון של האדם, ולא יחשוב שה' צריך את האדם מטבעו, כפי שהאדם צריך את ה' מטבעו. ה' מצפה מהאדם להיות מודע לכך שהוא בוחר להיות צריך את המצוות, ואף על פי שהוא בוחר, זה לא מקטין את עוצמת הרצון שלו שהאדם יקיים את רצונו. כך ה' לא ייראה כאילו הוא תלוי במשהו חיצוני מתוך הכרח, וכבול אליו וכלוא בתוכו, כביכול, אלא להיפך; האדם מקיים מצוות כי הוא רוצה לחוש שה' בוחר להיות צריך אותו. כך קיום המצוות הוא חלק מההתלהבות של ה', ולא משהו חיצוני לה', חס ושלום.

כך זה גם ביחס לבחירה החופשית שה' נותן לאדם: בכך שה' נותן לאדם בחירה חופשית, ה' מתאפק, ולא מראה לנו את ההתלהבות שלו מכך שאנו מקיימים את המצוות. אם ה' היה מראה לנו את ההתלהבות שלו מכך שאנו מקיימים את המצוות, היינו נמשכים לקיים את המצוות ממילא, והרצון שלנו והבחירה שלנו לא היו ניכרים. אבל ה' מסתיר את עצמו ואת ההתלהבות שלו, בגלל שהוא אוהב את האישיות שלנו ואת הבחירה שלנו, והוא רוצה שהן

מבחירתנו. יחד עם זה ה' מצפה שנשים לב ל'וויתור' שלו למעננו, ונתייחס לבחירה החופשית כאל מתנה שהוא נותן לנו, ולא כאל דבר שקיים מאלינו.

בכך, אם כן, הושלמו שמונת זוויות ההסתכלות על הקשר בינינו לבין ה' (ראה הערה 119): (1) האדם מתפלל אל ה' ומשתוקק אליו, (2) ויחד עם זה רוצה שה' יהנה מההשתוקקות שלו; (3) האדם עושה את מצוותיו של ה', (4) ורוצה ומצפה שה' יחשיב וייקר את המצוות שהוא עושה; (5) ה' מצווה את האדם לקיים מצוות, (6) ומצפה מהאדם להתייחס אליהן כאל מתנה שה' נותן לו, ולא כאל צורך של ה'; (7) ה' נותן לאדם בחירה חופשית, (8) ומצפה מהאדם ליהנות מכך שה' נותן לו בחירה חופשית, ולא להתייחס לזה כאל דבר שקיים מאלינו;

תהיינה ניכרות וגלויות. אבל יחד עם זה ה' מצפה שהאדם יהיה מודע לכך שה' נותן לו בחירה חופשית מתוך רצון לבחור בו כאישיות עצמאית, ולא יחשוב שהבחירה החופשית שלו היא כאילו בעל כרחו של ה'. ה' מאוד רוצה שהאדם יהיה משהו חיצוני בעל אישיות עצמאית, אבל הוא גם רוצה שהאדם יהיה מודע לכך שבאמת הוא חלק מה', ולכן הוא לא באמת חיצוני.

להיות נתון בקשר עם ה'

כפי שנכתב למעלה, בקשר בין איש ואשה ככל שהאחד דרוך יותר ונתון יותר בקשר, כך גם השני דרוך יותר ונתון יותר בקשר. כך זה גם בקשר עם ה':

אם האדם לא יחשוב על כך שה' צריך, כביכול, את המצוות שלו, הוא לא יעשה את המצוות מתוך היענות לרצון של ה', וממילא הוא לא ישמח בקשר שנוצר עם ה' על ידי המצוות. וכן אם האדם לא יחשוב שה' רוצה שהוא יתפלל אליו, הוא לא יוכל להתפלל מתוך כיסופים וגעגועים לה', כי אי אפשר להתגעגע למי שלא מחכה ומצפה שיתגעגעו אליו.

וכך, ככל שלאדם ברור יותר שה' מצפה לתפילה ולמצוות שלו, ושל ה' יש נחת רוח מרובה מהמצוות והתפילה שלו - כך זה מכין אותו ומזמין אותו להיות נתון יותר בתפילה ובמצוות. בצורה כזו, כאשר האדם עושה מצוות הוא נתון בנחת רוח שיש לה' מהמצוות שהוא עושה, והוא יכול לעשות את המצוות בשמחה. וכן כאשר האדם מתפלל הוא נתון בכך שה' רוצה שהוא יתגעגע אליו, וזה גורם לו להתפלל מכל הלב¹⁶⁷.

¹⁶⁷ דוגמה לכל הנאמר כאן היא השמחה של האר"י בקיום המצוות:

האר"י אמר על עצמו שהוא זכה לרוח הקודש, ושיתגלו לו סודות התורה, בזכות השמחה הגדולה שהיתה לו בקיום המצוות (הקדמת ספר חרדים, התנאי הרביעי. וראה תורה אור כ, ב). כלומר כאשר האר"י בא לקיים מצווה, הוא שמח מאוד על כך שה' אומר לו שהוא רוצה ממנו משהו, והשמחה של האר"י בפניה הזאת של ה' אליו, גורמת שה' יגלה לו את סודות התורה.

מהם סודות התורה? בכתבי האר"י כתוב כמה נחת רוח יש לה' מהמצוות והתפילות; כתוב שם בפרטי פרטים איך לה' יש תענוג מסויים ממצווה אחת, ותענוג אחר ממצווה אחרת. תענוג מסויים מתפילה אחת, ותענוג אחר מתפילה אחרת. וכן בתוך התפילות והמצוות עצמן: ה' מתעניין בכל פרט שבמצוות ושבתפילות, וכל פרט פועל אצל ה' תענוג מיוחד משלו. אלו סודות התורה שמתגלות לאר"י מכח השמחה שלו במצוות.

לעמוד מול הרצון של ה'

על מנת להבין טוב יותר את הדריכות שיש בציפיה של האדם לה', צריך לשים לב שבציפיה של האדם לתגובה של ה' יש תהליך¹⁶⁸; בתחילה האדם עושה מעשים מתוך הסתכלות אחת, וככל שהוא יותר עומד בציפיה מול ה', כך הוא מסתכל אחרת על מה שהוא עשה בתחילה. בתחילה האדם רוצה שה' ימלא את משאלותיו, ורוצה שה' ירצה את המשאלות והרצונות שלו. אבל בסוף התהליך מתגלה שזה בעצם הפוך: ה' רוצה שהאדם ישים לב שהרצונות שלו הם חלק מהרצון של ה'. על האדם לשים לב שהרצונות שלו והבחירה החופשית שלו קיימים כי ה' רוצה אותם. אם

כאשר ה' מגלה לאר"י את סודות התורה, ומראה לו כמה נחת רוח יש לו מהמצוות - האר"י עוד יותר שמח במצווה שהוא עושה או בתפילה שהוא מתפלל, כי מתגלה לו עוד יותר כמה ה' שמח בהן. כאשר האר"י שמח יותר במצוות שהוא עושה, ה' מגלה לו עוד יותר את סודות התורה, וכן הלאה וכן הלאה עד אין סוף.

לכן השמחה של האר"י מלאה גם בציפיה גדולה. האר"י שמח במצוות שה' נותן לו, ומצפה שה' ישמח במצוות שלו ובשמחה שלו, ויראה לו עוד ועוד כמה נחת רוח יש לו מזה. האר"י לא שמח כי עכשיו יש לו מדרגה גבוהה יותר, והוא בעל רוח הקודש ויודע את כל כוונות האר"י וכדומה. אם האר"י יתייחס כך למה שהוא מקבל מה' - ה' לא ירצה לגלות לו את השמחה ואת הנחת רוח שיש לו מהמצוות. האר"י רוצה שהשמחה שלו תהיה רק מזה שה' רוצה את הקשר איתו, והוא רוצה את הקשר עם ה'.

כך השמחה של האר"י במצווה מלאה ביראה, והיראה מלאה בשמחה, וכמו שכתוב "וגילו ברעדה" (תהילים ב, יא). היראה מראה עד כמה הקשר הוא עמוק, ועד כמה שני הצדדים מאוד מצפים זה מזה, ומאוד מתענגים על הציפיה שלהם זה מזה.

[היה אפשר לחשוב שהאר"י כתב מה על האדם לכוון על מנת לפעול בשמים את מה שהוא מכוון. פה מוסבר אחרת: האר"י מצייר לאדם איך ה' מסתכל על המצוות ועל התפילות של האדם, ואיזה נחת רוח המצוות והתפילות פועלות אצל ה'. כאשר האדם מכוון, ונתון בנחת רוח שהמצוות והתפילות פועלות אצל ה', זה משמח אותו מאוד, והוא מתפלל ועושה את המצוות ביותר חשק ויותר התלהבות. כאשר האדם מכוון בצורה כזו, הכוונה של האדם, והחשק וההתלהבות שלו, משמחים את ה' ומגלים את הנחת רוח שלו.]

¹⁶⁸ יש כאן תהליך בן שמונה שלבים (שהוא ההתייחסות של האדם לשמונת זוויות ההסתכלות על הקשר בינו לבין ה', ראה הערה

:(166)

א. האדם רוצה שה' ימלא את רצונותיו; ב. האדם רוצה שה' ישמח בכך שהוא רוצה ממנו ומתפלל אליו; ג. האדם רוצה גם לעשות את מה שה' רוצה, ולקיים מצוות; ד. האדם רוצה שה' ירצה את המצוות שהוא עושה, ויחשיב אותם; ה. ה' רוצה שהאדם יקיים מצוות; ו. ה' רוצה שהאדם ישים לב שהוא לא צריך את האדם ואת המצוות שלו כמו שאנשים צריכים, אלא ה' בוחר להיות צריך את האדם; ז. ה' רוצה שהאדם יקיים מצוות מתוך בחירה חופשית; ח. ה' רוצה שהאדם יהיה מודע לכך שה' נתן לו את הבחירה החופשית, כי ה' רוצה בו ובאישיותו שלו;

האדם רוצה לחיות, ורוצה דברים אחרים, כי ה' רוצה אותם, זה באמת מבטא את מה שה' רוצה, אבל אם האדם רוצה דברים לא בגלל שה' רוצה אותם - זה לא מבטא את מה שה' רוצה¹⁶⁹.

על האדם לשים לב שה' רוצה ממנו שני דברים סותרים: ה' רוצה שהאדם גם ירצה לחיות (ועוד דברים) מרצונו שלו, וגם רוצה שהאדם ירצה לחיות רק אם ה' רוצה את זה. כאשר האדם מרגיש שהוא רוצה לחיות, ומתפלל על זה לה', ה' בא אליו בתביעה, ואומר לו שזה לא יפה. זה לא יפה שהאדם עסוק בעצמו וברצונות שלו, ועוד משתמש בקשר עם ה' על מנת להמשיך להיות עסוק ברצונות שלו. כאשר האדם מודע לתביעה של ה' ממנו, הוא אומר לעצמו: אם כך, אני לא ארצה לחיות, ובוודאי לא אבקש על זה מה'. אני ארצה לחיות רק אם זה מה שה' רוצה, ולא ארצה

¹⁶⁹ ראה ליקוטי תורה לפרשת נשא (כו, סוף עמודה ב ותחילת עמודה ג), שהתפילה היא כמו סולם:

ולכן התפלה היא סולם מוצב ארצה וראשו מגיע השמימה, שצריך להתחיל ממטה מטה... וצריך להיות כסדר, ממטה למעלה, תחלה ממדרגות התחתונות, עד שיבא לקיום ו"אהבת" למסור נפשו באחד ממש, ולהיות ואהבת בכל לבבך כו'...

כי הנה מצד שרש נפשו האלקית במקור חוצבה, הרי היא בטבעה עולה ונכללת במאצילה ברוך הוא, והנשמה אינה צריכה תיקון לעצמה. רק שמצד כחות הנפש הבהמית המלוכשים בעולם הזה, שכל חיותם הוא מצד כחות החיונית של המאכלים שבנוגה, שבהם מחיה האדם חיי גופו ונפשו הבהמית, הרי הוא מקושר למטה, וצריך להעלות ולקשר נפשו בה', עד דאתכפיא סטרא אחרא ואתהפכא כו' ולעבדו בכל לבבכם בב' לבבות כו'. לכך צריך להתחיל ממטה למעלה בתפלה, והיא סולם מוצב ארצה וראשו מגיע השמימה עד שמגיע לאחד.

...ולכן עשה אלקים את האדם בארץ לקבל החיות מן הדברים הגשמיים, כדי שיתכללו כל כחות הדומם צומח חי, והחיות אשר בהם, להחיות נפש כל חי ורוח כל בשר, בחיות הנפש ורוח האדם העולה למעלה בקריאת שמע ותפלה. ולכן צריך האדם להתפלל בכל יום.

את זה בתור משהו שאני רוצה. אבל אז ה' גם כן בא אליו בתביעה: ה' אומר לאדם שהוא רוצה שהאדם יחיה ויבחר בה' מתוך בחירה חופשית שלו, מתוך רצון שלו, ולא רק כי זה מה שה' רוצה.

אף על פי שאלו שני דברים סותרים, האדם מגלה שהוא רוצה את שניהם: האדם גם רוצה לחיות, וגם רוצה לחיות רק אם זה מה שה' רוצה. אם ה' לא היה רוצה שהאדם יחיה - לאדם לא היה נעים לחיות, ואם לאדם לא היתה בחירה חופשית - גם אז לא היה נעים לו לחיות. כלומר שני הרצונות הסותרים הללו של ה', מרכיבים יחד את הרצון של האדם לחיות.

למעלה נכתב שה' הוא 'נושא הפכים'; הוא גם בוחר שיהיה את האדם, וכל כך רוצה אותו עד שכאילו אין אפשרות שהאדם לא יהיה, והוא גם לא צריך את האדם בו זמנית. ה' הוא 'נושא הפכים', וזה טבע בנו שני דברים הפוכים: אנחנו גם צריכים לחיות, והרצון לחיות טבוע בנו בצורה חזקה בעל כרחנו, ואנחנו מרגישים שאין אפשרות אחרת אלא לרצות לחיות, ואנחנו גם רוצים לחיות רק אם ה' רוצה את זה.¹⁷⁰

¹⁷⁰ מצד אחד, אם האדם ירגיש שה' לא צריך אותו - זה יפחיד אותו, שכן אם ה' לא צריך את האדם, אז אולי הוא לא יחיה אותו. אבל מצד שני, גם אם האדם ירגיש שה' כן צריך אותו - זה גם יפחיד אותו. שכן אז האדם ירגיש שהוא חי בעל כרחו, כי ה' צריך אותו, ולא כי הוא בוחר בזה. בצורה כזו האדם ירגיש שהוא לא רצוי, ואולי אפילו ה' משמתש בו לצרכו (ראה הערה 150).

אבל כיוון שה' הוא 'נושא הפכים', הוא גם רוצה את האדם עד שהוא כאילו צריך אותו, והוא גם לא צריך אותו, בו זמנית. לכן אמנם לאדם יש יראה מה', אבל זו יראה טובה, יראה מתוקה: לאדם יש יראה מה' כי ה' צריך אותו, ולאדם יש יראה מה' כי ה' לא צריך אותו. אבל זו יראה מתוקה, כי האדם מגלה שה' רוצה את הרצונות שלו. גם הרצון שלו לחיות מגיע מהרצון של ה', וגם הרצון שלו לא לחיות סתם, בעל כרחו, מגיע מה'.

ככל שהאדם יותר מודע לרצונות של ה', כך היראה שלו גדלה. כי האדם בסופו של דבר בן אדם, והוא לא יכול להכיל את שני הרצונות הללו בו זמנית. ממילא, בכל פעם שהוא מרגיש שהוא רוצה את אחד הרצונות, הוא מרגיש שה' לא רוצה אותו, אלא רוצה את הרצון ההפוך, כפי שכתוב בפנים: כאשר האדם רוצה לחיות, ה' לא רוצה את זה, כי ה' לא רוצה שהאדם יחיה סתם, בעל כרחו. ואם האדם מחליט לא לרצות לחיות, ולעשות מה שה' רוצה, ולא את מה שהוא רוצה - גם את זה ה' לא רוצה.

אבל ככל שהיראה גדלה, כך היא גם נעשית מתוקה. שכן התביעה של ה' מהאדם מגלה ומזכירה לאדם שהוא רוצה גם את הרצון ההפוך. כאשר האדם מרגיש שה' רוצה גם את הרצונות ההפוכים שלו, גם את הרצונות שלו שהוא ניסה להדחיק - הוא מרגיש שה' רוצה אותו לגמרי.

אם האדם היה מודע רק לכך שה' רוצה אותו וצריך אותו, הוא היה חושב שהרצון שלו לחיות מתוך בחירה, ולא מתוך הכרח, מנוגד לרצון של ה'. ה' רוצה מאוד שהוא יחיה, אבל האדם לא רוצה לחיות כך. כאשר האדם מרגיש שהרצון שלו מנוגד לרצון של ה' זה לא נעים לו. הוא מרגיש שהוא רוצה משהו, וה' חושב שזה לא טוב שהוא רוצה את זה. כך זה גם אם האדם היה מודע רק לכך שה' לא צריך אותו.

אם כן, האדם שמח שה' תובע ממנו שני דברים סותרים, כי כך מתגלה שגם האדם רוצה את שניהם. האדם רוצה שכל פעם שהוא ירצה דבר אחד - ה' יגיד לו שהוא רוצה גם את הדבר השני, והאדם לא יכול להסתפק רק ברצון אחד¹⁷¹.

האדם, מצד עצמו, לא יכול לרצות יחד שני דברים הפוכים. אמנם שני הרצונות קיימים אצלו בלב, אבל בפועל הוא לא יכול להכיל שני רצונות הפוכים בו זמנית, ועליו להחליט בכל פעם מה הוא רוצה. יותר מזה, אפילו את הרצון האחד האדם לא יכול לרצות בצורה חזקה, כיוון שבפנים הוא כל הזמן רוצה גם את הרצון השני, והסתירה בין הרצונות מחלישה את הרצון שלו. כאשר האדם רוצה לחיות, הרצון הפנימי, שלא לרצות משהו שה' לא רוצה, מפריע לו לרצות לחיות; מנגד, כאשר האדם רוצה לעשות רק מה שה' רוצה, הרצון הקיומי לחיות (שמגיע מכך שה' רוצה שהאדם יחיה) מחליש את הרצון של האדם לעשות רק את מה שה' רוצה. אם כן, האדם יכול לרצות בפועל רק רצון אחד בכל פעם, וגם את הרצון הזה הוא רוצה בצורה חלשה.

אבל כאשר האדם עומד מול ה', שני הרצונות שמוטבעים בתוכו יכולים לבוא לידי ביטוי. כיוון שה' הוא 'נושא הפכים', והוא רוצה את שני הרצונות גם יחד, אצל ה' הרצון האחד לא מחליש את הרצון השני. לכן כאשר האדם

אם האדם היה מודע רק לכך שה' לא צריך אותו, הוא היה חושב שהרצון החזק והקיומי שלו לחיות מנוגד לרצון של ה'. הוא היה מרגיש שהוא רוצה לחיות, וה' לא רוצה בזה וחושב שזה לא טוב שהוא יחיה, וזה לא היה נעים לו.

אבל כיון שה' גם בוחר להיות צריך את האדם וגם לא צריך אותו כלל - האדם מרגיש שכל הרצונות שלו מגיעים מהרצון שלו ה'. בצורה כזו אמנם יש יראה גדולה, אבל היראה הזו מתוקה.

¹⁷¹ מה שנכתב כאן, שכל פעם שהאדם רוצה רצון אחד ה' מראה לו שהוא רוצה את הרצון ההפוך, דומה למה שנכתב במשל שכל אחד מבני הזוג מעורר אצל השני תנועת נפש הפוכה ממה שהוא חש, ויוצר אצל השני 'קושי' ו'מצוקה' ובכך מגביר אצלו את התשוקה, וכפי שנכתב במשל:

נתינת הדעת הזו, שבה בני הזוג מצפים זה לזה, לא מייצרת הזדהות של התחושות, אלא להיפך, נתינת הדעת על השני מולידה אצלו תחושה הפוכה: בכך שהאיש מתמסר לאשה הוא גורם לאשה להשתוקק לאיש, ובכך שהאשה משתוקקת לאיש היא גורמת לאיש להתמסר אליה וכן הלאה.

... (בנתינת דעת כזו) כל אחד מבני הזוג לא מזדהה עם הרצון של השני להיחלץ מהמצוקה, אלא להיפך: כל אחד רוצה שהמצוקה של השני תמשיך ותתגבר עוד ועוד.

רוצה רצון אחד, ה' גם רוצה שהאדם ירצה זאת בצורה הרבה יותר חזקה, וגם רוצה את הרצון ההפוך לגמרי מהרצון של האדם¹⁷².

התביעה של ה' מהאדם מגלה את הנוכחות של ה'. האדם לא חש רק את הרצון שלו, אלא בכל פעם שהוא רוצה משהו, הוא גם חש שה' רוצה זאת יותר ממנו, וגם חש שה' תובע ממנו משהו הפוך, וכך האדם מודע לכך שהוא עומד מול ה'.

לעיל, בחלק של 'דחילו ורחימו טבעיים', הוסבר שהאדם מטבעו זקוק לה' ותלוי בו, והנזקקות הזו יוצרת אצל האדם געגועים וכיסופים להיות בקשר עם ה'. את הגעגועים הללו האדם מרגיש בתוכו, בינו לבין עצמו. לעומת זאת, ב'דחילו ורחימו שכליים' האדם לא חש רק את הרצון שלו, אלא גם את הציפיה של ה' ממנו, וזה מגלה לאדם את הנוכחות של ה'.

המחשבות של האדם נשלחות אליו מלמעלה

במשל של 'דחילו ורחימו שכליים' נכתב, שבחלק הזה של הקשר בין איש לאשה בני הזוג נתונים בנוכחות של השני, ולא רק בגעגועים ורצון לחוש את הנוכחות של השני. אלא שלפעמים נראה לאדם שיש הבדל בין המשל לנמשל:

במשל, התגובה של בן הזוג היא ממשית, והאדם צריך רק להתייחס אליה ולתת דעתו עליה. ככל שהאדם יותר דרוך ויותר מצפה לתגובה של השני, כך הוא יותר נתון בנוכחות של השני.

לעומת זאת, בקשר עם ה' התגובה של ה' נמצאת במחשבה של האדם, וממילא האדם עלול לחשוב שהוא לא חש את התגובה של ה', אלא את המחשבות שלו. כאשר האדם לא חש את התגובה של ה', הוא לא חש את הנוכחות של ה', וממילא הוא פחות דרוך ונתון בקשר עם ה'. כפי שנכתב למעלה, בקשר הדריכות צריכה להיות דו סטריית;

¹⁷² כאשר האדם עומד מול ה', וחש את התביעה של ה' ממנו, האדם עומד מול ה' ביראה. מה שמוסבר כאן הוא, שהיראה לא מגיעה רק מכך שה' רוצה הפוך ממנו, אלא גם מכך שה' רוצה את מה שהאדם רוצה, יותר חזק ממנו. האדם מרגיש שה' רוצה יותר ממנו שהוא יחיה, וזה מלחיץ, כי האדם הרבה פעמים רוצה רק להיות סתם ולא מעבר לזה, אבל ה' רוצה שהוא יחיה עם כל הכח ועם כל הכוונה, ולא 'ימרח'. כמו כן האדם רוצה לחוש שהוא בוחר להיות, אבל הוא מפחד לחוש שהחיים שלו לא הכרחיים, אבל ה' מאוד רוצה שהאדם יתייחס לחיים שלו כאל חיים בחיירים, ולא מוכרחים.

ככל שגדלה היראה מה', גדלה גם החיות של האדם, כמו שכתוב "יראת ה' לחיים" (משלי יט, כג).

ככל שהאחד דרוך ומצפה לקשר, כך השני נעשה דרוך יותר, ואם האחד לא נתון בקשר, גם השני לא יכול להיות נתון בו.

על מנת להבין טוב יותר את הדריכות שיש בתפילה ובקיום המצוות, נתבונן בדברי הבעל שם טוב, שמובאים בספר 'תולדות יעקב יוסף'¹⁷³:

מהבעל שם טוב זלה"ה, בענין מה שאמרו ז"ל "בכל יום בת קול יוצאת מהר חורב ומכרות כו'", והקשה: ממה נפשך - אם אי אפשר לשום אדם לשמוע הכרוז הזה, אם כן למה יוצא בת קול כלל, ואם אפשר שישמע, מאי טעמא לא נשמע? וביאר, כי למעלה אין אומר ואין דברים רק עולם המחשבה, אם כן מה שמגיע לאדם מהרהורי תשובה הוא מן הכרוז וכו'.

כשם שכל העולם נברא מרצון ה' בכל רגע, כך גם המחשבות של האדם מגיעות אליו מרצון ה'. לכן, אומר הבעל שם טוב, כאשר יש לאדם הרהורי תשובה, הם מגיעים אליו מה', מבת קול שיוצאת בכל יום ויום מהר חורב. לכן ברור שמה שכתוב למעלה, שהאדם חושב על כך שלה' יש נחת רוח מהמצוות שלו ומהתפילות שלו - גם המחשבות הללו מגיעות לו מה'. כאשר האדם מתפלל ומקיים מצוות הוא מצפה שה' ישמח במצוות שלו ובתפילה שלו. מאיפה האדם ידע אם ה' שמח במצוות שלו או לא? אם ה' שולח לו מחשבות טובות, מחשבות על הנחת רוח שיש לה' מהמצוות שלו ומהתפילות שלו - זה מראה לאדם שה' רוצה להראות לו את קרבתו, ולהראות לו את הנחת רוח שיש לו ממנו.

כך ידע ר' חנינא בן דוסא אם התפילה שלו התקבלה או לא:

אמרו עליו על ר' חנינא בן דוסא, שהיה מתפלל על החולים ואומר זה חי וזה מת. אמרו לו: "מנין אתה יודע?" אמר להם: "אם שגורה תפילתי בפי יודע אני שהוא מקובל, ואם לאו יודע אני שהוא מטורף".

ומסביר רש"י:

¹⁷³ תולדות יעקב יוסף לפרשת צו, הובא בכתר שם טוב אות רנה.

אם שגורה - אם סדורה תפילתי בפי במרוצה, ואיני נכשל, ותחנתי נובעת מלבי
אל פי כל מה שאני חפץ להאריך בתחנונים: שהוא מטורף - החולה. לשון אחר:
טורפין לו תפלתו בפניו. כלומר התפלה שהתפללו עליו מטורפת וטרודה ממנו ואינה
מקובלת¹⁷⁴:

כלומר המחשבות של האדם, ודיבורי התפילה שבהם הוא מוציא את המחשבות - מגיעים לאדם מלמעלה, ועל
פי המחשבות והדיבורים שלו האדם יכול לדעת אם ה' נענה לו. אם כן, כאשר האדם נתון במחשבות על התגובה של
ה', הוא אכן נתון בנוכחות של ה' ולא רק בגעגועים שיש לו לה'.

כמובן, התשובה של ה' תלויה בצורת הבקשה של האדם. לפעמים האדם חושב שמספיק שהוא יתפלל, והוא
כלל לא מצפה, ולא יודע שעליו לצפות, לחוש נוכחות של ה' ולכך שה' יאיר לו פניו, וכלל לא מצפה שתהיה לו 'הארת
המוחין' בתפילה. במקרה כזה, כאשר אין אתערותא דלתתא, יכול להיות שלא תהיה גם אתערותא דלעילא, וגם אם
תהיה אתערותא דלעילא האדם כלל לא ישים לב אליה, כי הוא לא פתוח אליה. או לפעמים לאדם אין כח להתפלל,
והוא לא משקיע בכוונה בתפילה, ובצורה כזו הוא בוודאי לא יוכל להתפלל טוב. לפעמים החטאים של האדם מעכבים
אותו מלהתפלל, והוא חש שהלב שלו אטום, ועליו להתאמץ יותר להתפלל ולחזור בתשובה וכדומה¹⁷⁵. וכן לפעמים

¹⁷⁴ ברכות לד, ב.

¹⁷⁵ ראה תניא פרק כט:

אך עוד אחת צריך לשית עצות בנפשות הבינונים, אשר לפעמים ועתים רבים יש
להם טמטום הלב שנעשה כאבן, ולא יכול לפתוח לבו בשום אופן לעבודה שבלב זו תפלה...
ובפרט כשיזכור טומאת נפשו בחטאת נעורים, והפגם שעשה בעליונים, ושם הוא למעלה
מהזמן וכאלו פגם ונטמא היום חס ושלום ממש. ואף שכבר עשה תשובה נכונה, הרי עיקר
התשובה בלב, והלב יש בו בחינות ומדרגות רבות, והכל לפי מה שהוא אדם, ולפי הזמן
והמקום, כידוע ליודעים. ולכן עכשיו, בשעה זו, שרואה בעצמו דלא סליק ביה נהורא
דנשמתא, מכלל שהיום לא נתקבלה תשובתו ועונותיו מבדילים, או שרוצים להעלותו
לתשובה עילאה יותר מעומקא דלבא יותר.

האדם לא מודע לכך שכאשר יש הארה בתפילה זו היענות של ה' לתפילתו. האדם רוצה שתהיה לו הארה בתפילה, אבל הוא חושב שהוא זה שמייצר את ההארה על ידי מאמציו להתפלל בכוונה וכדומה. הוא לא מייחס את ההארה להיענות של ה', אלא ליכולת שלו להתפלל טוב. לכן על האדם לתת צדקה לפני התפילה¹⁷⁶, על מנת לשים לב שההיענות של ה' היא צדקה שה' עושה איתו, ולבקש מה' שיעשה איתו צדקה וחסד, ויענה לתפילה שלו.

עד שנטרד ליבו ומוחו כולו

לפעמים האדם כל כך מרוכז בציפיה שלו מה' ובציפיה של ה' ממנו, עד שהוא נתון כל כולו בתפילה או במצווה שהוא עושה, והוא לא שם לב למה שקורה. לא רק למה שקורה מסביבו הוא לא שם לב, אלא אפילו להתרגשות שלו הוא לא שם לב. כאשר האדם נתון כל כך הוא בקשר הוא מאוד מתרגש, אבל מרוב שהאדם מרוכז במה שהוא חושב על ה' ומה שה' חושב עליו, הוא לא שם לב אפילו להתרגשות שיש לו מזה. החיות שיש לו מכך שהוא נתון בעצם הקשר עם ה' בולעת בתוכה את החיות שיש בהתרגשות, והאדם לא שם לב אליה, ולא רוצה לשים לב אליה, כי זה יסיח את דעתו מהקשר עם ה'.

וכך אומר אדמו"ר האמצעי בקונטרס ההתפעלות:

על דרך משל במילי דעלמא, כאשר האדם מכוון בנקודת לבו בכל עומק דעתו בהפלגת איזה עסק טוב שכל נפשו נמשך אחריו, אשר עדיין לא יוכל להביא בלבו הדבר בבחינת התפעלות כי נטרד מוחו ולבו כולו, רק בעצם איכות טוב הדבר ההוא כו', והוא הנקרא בחינת מוחין דגדלות שבחב"ד כו'. וגם ששם יש גם כן אהבה ויראה בהעלם, אבל נקרא דחילו ורחימו שכליים בלבד שהוא למעלה מדחילו ורחימו טבעיים שבלב.

וראה במאמר 'תשובה בשמחה', בתחילת פרק שלישי.

¹⁷⁶ ראה שולחן ערוך אורח חיים צב, י: "טוב ליתן צדקה קודם תפלה".