

## אהבה ותענוג

העולם נמצא במרדף מתמיד אחרי אהבה והרגשת תענוג. אהבה הוא רגש שמביא את האדם לצאת מחוץ לגבולות עצמו, ולהתחבר במערכת הרגשות, מחשבות ורצונות שלו עם מישהו שונה ממנו. זה רגש מפליא מאוד. כי ידוע שאדם קרוב מאוד לעצמו, ומרגיש את עצמו במלוא העוצמה. מה גורם לו פתאום לא להרגיש את עצמו בכלל, אלא רק את השני ?

**ידוע הסיפור על האם שבנה התינוק נתקע בין גלגלי מכונית, והאם רצה אל המכונית והרימה אותה. באיזה כוח ? בכוח האהבה כמובן. שעה קודם, אם היו מבקשים מאותה אמא להרים את אותה מכונית, היא הייתה צוחקת. כמובן. וכי איך אפשר להרים מכונית כבדה כזו ?**

כשיש מצב של סכנה, אמא בדרך כלל תוותר על גופה וחייה כדי להגן על ילדיה. הכל מכוח האהבה.

כשיעקוב אבינו ראה לראשונה את רחל, הוא עמד ליד הבאר שהייתה מכוסה באבן גדולה. קבוצת רועים שעמדה שם לא הצליחה להרים את האבן. אבל ברגע שיעקוב ראה את רחל, הוא קיבל כזאת חיות, שהצליח להרים את האבן לבדו.

האהבה, זורמת מהחלקים הרוחניים הגבוהים שלנו, ומוקרנת אל הגוף הפיזי. היא נותנת לאדם חיות מיוחדת, ושמחה מיוחדת. אדם שנמצא בדיכאון – הוא אדם שלא אוהב. שלא מסוגל לצאת מחוץ לגבולות עצמו, ולכן אין לו חיות. הוא שקוע ביסוד העפר שבתוכו.

כידוע אדם מורכב מארבעה יסודות – עפר, מים, אש ורוח. יסוד העפר הוא היחיד שלא מסוגל לעבור מעבר לגבולותיו. לעומת זאת – אדם שאוהב מישהו מוכן לצאת מכליו למען האדם שהוא אוהב, לוותר על האינטרסים שלו, על הנוחות שלו, והוא עושה זאת בשמחה, כי הוא פועל מתוך כוח האש והרוח שבתוכו שמטבעם לצאת מגבולותיהם.

הכוח הפורץ גבולות הזה, הוא כוח שכולם מחפשים. מדוע ? כי מהכוח הזה מקבלים חיות ותענוג.

אבל – פה מתחיל הבלבול והבלגאן בחשיבה שלנו.

## דייג אוהב דגים ?

אדם חושב שאיפה שהוא יקבל תענוג- סימן שאת זה הוא אוהב. יש בדיחה קלאסית על האיש שאמר שהוא אוהב דגים. אז שאלו אותו - אם אתה כל כך אוהב דגים, למה אתה אוכל אותם ? אם היית אוהב אותם באמת, היית מאכיל אותם ולא אוכל אותם. הוא כמובן, אוהב את עצמו, ולא את הדגים. או יותר נכון הוא אוהב את התענוג שנגרם לו ע"י אכילת הדגים.

ומה הטעות כאן ?

האדם מורכב מנפש בהמית ונפש אלוקית, ומעוד חלקים רוחניים. כל חלק מקבל תענוג ממהו אחר. הנפש הבהמית מקבלת תענוג מתאוות גשמיות. הנפש האלוקית- מנסה להכניס קצת תוכן ומוסר בתאוות האלו, ושם נמצא התענוג שלה. הרוח מקבלת תענוג ממילים, דיבורים, אמנות, ומוסיקה - שמבטאים את מעלת האדם והאנושות. הנשמה - מקבלת תענוג מקשר עם הכוח שהוא מעבר לאדם, מקשר עם אור אינסוף של בורא עולם. התורה מתייחסת לאדם כאל מערכת המורכבת מהחלקים של נפש רוח ונשמה. ההוראות שהתורה נותנת לאדם על מנת שיחיה חיים מאוזנים, מבוססות על הבנת המבנה העדין של החלקים האלה. אם אנחנו מקשיבים להוראות היצרן האלו, אנחנו מצליחים להפעיל את המכונה המשוכללת הנקראת "אדם" בצורה בה המערכות השונות שלו מאוזנות, ומזינות זו את זו. אם אנחנו מתעלמים מהוראות היצרן, וחושבים שאנחנו יכולים להסתדר לבד - המערכת על פי רוב יוצאת מכלל פעולה תקינה. מדוע ? כי חסרה לנו אינפורמציה מדויקת על המבנה. סך הכל, הרי אנחנו לא בראנו את עצמנו, מישהו ברא אותנו, ומחייה אותנו. אלא שביהירותנו אנחנו מנסים לאטום את אוזנינו להנחיות שלו, כי נדמה לנו שמה שהוא רוצה מאיתנו כבד עלינו. או גדול עלינו. או אולי פשוט - לא נוח לנו.

נדמה לנו שבאנו לכאן ליהנות, ו"לעשות חיים". למרות שכולם רואים שזה לא בדיוק הולך. אף אחד לא מצליח ליהנות לגמרי כל הזמן. חלק מהאנשים נהנים חלק מהזמן, בחלק מהעצמה. אבל רוב הזמן אנחנו נלחמים קשה בתהפוכות החיים כדי לשרוד. מי הבטיח לנו שהכל ילך בקלות ? ואם אף אחד לא הבטיח- למה אנחנו כל כך סובלים ?

צריך לזהות היכן הטעות.

מכאן נובע שיש איזו בעיה בראיה שלנו את הדברים.

## בן זוגי כראי להשתקפות שלי

ניקח כדוגמא את יחסי הזוגיות והנישואין בישראל.  
הסקרים קובעים, כי במגזר החילוני כל זוג שלישי מתגרש.  
איך נוצר מצב קטסטרופאלי כזה, שלא היה אצלנו אף פעם?  
הרי הברכה שהיו מברכים תמיד את החתן והכלה הייתה:  
" שתבנו בניין עדי עד ! " - כלומר, משהו שתהיה לו השפעה לדורי דורות.  
מה השתבש עד כדי כך, שאנשים היום יגחכו לשמע ברכה כזו?  
האם הם לא רוצים לבנות בניין עדי עד של משפחה תומכת, אוהבת,  
ומטופחת, שתעניק להם אהבה עד יומם האחרון?  
בודאי שהם רוצים. אז למה זה לא עובד במציאות?  
כי על פי רוב, האהבה שאנשים רוצים לקבל היא בעצם אהבה עצמית.  
הם מאוהבים בעצמם, ובאיך שה"אני" שלהם משתקף דרך השני.  
אוהבים את התענוג שנגרם להם מהזולת. הם רואים מעט מאוד את  
הזולת כפי שהוא. זה השורש לכל הבעיות הפרודים והמחלוקות.

כי כשהתורה מדברת על "ואהבת לרעך כמוך" - היא מדברת על כוח  
שמחבר.

עם אהבה אפשר להתחבר לכל אדם ולכל דבר.  
אבל אהבה היא כוח של הנפש, ולא כל האנשים שווים בכוח האהבה  
שלהם.

**אנשים חושבים שאהבה זה משהו הם צריכים לקבל, ולא מבינים  
שאהבה נולדת בעיקר מכוח של נתונה.**  
למה יותר מכולם אנחנו אוהבים את הילדים שלנו? כי להם אנחנו נותנים  
הכי הרבה. אתה נקשר דווקא למי שאתה נותן לו, ולא למי שאתה מקבל  
ממנו.

## **כוח לאהוב**

יש אנשים שיש להם מעט מאוד כוח של אהבה, והם יכולים לאהוב רק  
את החתול שלהם. בשביל לאהוב את השכן, כבר לא נשאר להם כוח  
אהבה במלאי.  
יש כאלה שאוהבים את השכן, אבל רק שכן מסוים. את השני כבר לא, כי  
הוא לא נחמד.  
יש כאלה, שכבר מסוגלים לאהוב הרבה אנשים, אבל רק מסוג מסוים,  
שדומה להם.  
צדיקים הם אנשים שיש להם הרבה כוח באהבה. הם מסוגלים לאהוב כל  
יהודי, רק משום שהוא צלם אלוקים. מה הסוד שלהם? איך הם

מצליחים להתייחס באותה מידה של חום ואהבה לכל אחד ? ( וזוהי תכונה שאופיינית לכל גדולי ישראל).  
**הסוד הוא שהם מתייחסים לנשמה של האדם, ולא לעטיפות ולקליפות החיצוניות שמסתירות אותה.**

אם אנחנו מתייחסים לאגו, לאישיות, לדעות, ולהתנהגות של מישהו - תמיד נוכל למצוא בו איזה דופי, או לפחות שוני מאיתנו. אבל הנשמות - ברובד הגבוה יותר של האדם - הן דומות ושוות כולן בנות של מלך מלכי המלכים. כולן טהורות. הן רק עטופות בעטיפות שונות ומשונות.  
צדיק - הוא אדם שיכול לראות ישר לנשמה.  
גדולי ישראל אהבו אפילו את הרשעים, כמו שאנחנו אוהבים אנשים מאוד אהובים.  
ככל שאדם מסוגל לאהוב יותר אנשים, זה סימן שהוא מפותח יותר מבחינה רוחנית.

אומר הבעל שם טוב : מי שיש לו חוש של שמיעה רוחנית, מקושר עם כללות עם ישראל, ויכול להרגיש עונג רוחני מכל איש מישראל לחוד...  
אם האהבה מתרחבת, ומתפרסת מעבר לתחומים הצרים של ה"אני" - ואדם אוהב תחום רחב מאוד של אנשים, ואוהב גם את כל הבריאה, עד שהוא מרגיש חיבור עם הנפש הפועמת בכל דבר שנברא בעולם - זה סימן חזק לרוחניות.

למעשה אהבה זו מצווה.  
אמרנו שמצווה היא מלשון - צוותא - צוות - חיבור.  
המצווה מתחברת תחתונים עם עליונים, והופכת אותם לצוות, לדבקות. אנחנו מוצאים את האהבה בשתי מצוות עיקריות.

**א. ואהבת את ה' אלוקיך - זה הפסוק הראשון בקריאת שמע.**  
**ב. ואהבת לרעך כמוך.**

מה פרוש ואהבת את ה' אלוקיך? למה ה' מצפה מאיתנו ? איך הוא יכול לצוות עלינו לאהוב אותו, הרי אהבה זה דבר שברגש, ואיך אפשר לצוות על אדם להרגיש משהו ? לכאורה, רגש זה דבר ספונטאני ?

מה זה לאהוב את ה', ומה זה לאהוב בכלל ? ...

**אהבה זה כוח של חיבור.**

ה' רוצה שנתחבר אליו, שנתדבק בו, שנדע אותו. כמו שנאמר על אדם הראשון- והאדם ידע את חוה אשתו... כלומר הוא נדבק בה בהתחברות מושלמת, עד למדרגה של ידיעה. כאשר אדם יודע משהו, זה סימן שהדבר הזה הוא חלק מהווייתו, חלק מפנימיותו.

ביחסי אהבה בנישואין, אנחנו מתאמנים על היכולת לצאת מגבולות עצמנו, ולהתחבר לכוח שמחוץ לנו.

אהבה כזו- נותנת לנו כוח ודלק לחיים. כי אם אנחנו יוצאים מהעטיפה שלנו ומסוגלים לחדור ולחוות את הפנימיות של מישהו אחר – אז גם הפנימיות והדעת שלנו מתרחבת.

מדרגה אחת מעל יחסי האהבה בזוגיות, היא ביכולת להתחבר עם האור הרוחני של הבורא.

הצדיק מסוגל להתחבר עם השכינה – כמו שבעל ואישה מחוברים. באהבה עזה.

משה רבנו, נקרא בזוהר הקדוש- "בעלה דמטרוניתא". כלומר הבעל של השכינה. כי היה לו חיבור מושלם עם השכינה. ( האור של ה') ספר שיר השירים, שכתב שלמה המלך, החכם באדם – שהוא פסגת הסוד של פנימיות התורה – עוסק בדיוק בזה. הוא עוסק בחיבור הנשמה עם השכינה, כמו קידושין בין בעל ואישה.

וכמו שאהבה בין איש לאשתו בונה את האדם, מפתחת אותו, מתקנת אותו, ומכוונת אותו לצמיחה והתעלות, כך גם קשר האהבה עם השכינה מרומם ומעלה את האדם. ההבדל הוא שאהבת ה' אלינו אף פעם לא משתנה ואין בה ירידות ועליות. ה' תמיד אוהב את הנשמות, כי הן גזרות ממנו, והוא לא מתייחס לעטיפות החיצוניות שלהן, שהן רק לצורך תיקון. לאחר התיקון הקצר של 120 שנה בעולם הזה, הנשמה משילה את העטיפות, וחוזרת הביתה – לדבקות השלימה עם האור האינסופי של הבורא. ככל שהיא תיקנה את עצמה יותר במשך החיים, הנשמה זוכה לחיבור מענג ושלם יותר עם ה'.

והדרך לתיקון הזה, ולהרחבת הכלי כדי לקבל את האור של ה' עוברת דרך בית ספר שנקרא- "ואהבת לרעך כמוך".