

ביטחון

למשוך אור מהעמיד

הביטחון הוא אחד מעמודי התווך העיקריים של העבודה הרוחנית של היהודי בפרט, ושל האדם בכלל. אנשים שואפים להגיע לביטחון כלכלי, ביטחון בריאותי, ביטחון חברתי, ביטחון זוגי. כשיש לאדם ביטחון חזק, זה מביא כוח ושמחה.

ככל שיש לאדם ביטחון יותר חזק, כך הפעולות, הדיבורים והמחשבות שלו יותר חזקים. הכל יותר חזק ומלא שמחה כשיש לאדם ביטחון בעצמו ובמה שהוא עושה. כשאין ביטחון, זה מוריד את השמחה. אם אדם עובד והוא לא בטוח שיתנו לו משכורת, זה אחרת מאשר אם הוא יודע שיתנו לו משכורת. שניהם עובדים אותו הדבר, אבל לזה יש ביטחון בשכר שלו ולשני אין. מי שהביטחון שלו רופף, זה מוריד לו לפעמים את שמחת החיים עד לאפס. ההגדרה הכללית של ביטחון היא הרגש שבעתיד יהיה בסדר מכל מיני בחינות, שיהיה לו עתיד טוב. בלשון המקובלים זה נקרא למשוך אור מהעמיד.

למדנו בשיעורים אלה שההרגשה הטובה של האדם באה מכך שהכלים שלו מלאים באור. אור זה שפע שבא מהבורא, שמהותו תענוג. כאשר הוא ממלא את הכלים של האדם, את הרצונות שלו, האדם מרגיש שמח ומאושר. כשהכלים ריקים מאור, האדם מרגיש חולשה, חולי, חיסרון. כל הדברים השליליים נאחזים במקום בו חסרה לאדם הארה.

האור הוא בלי זמן.

האדם צריך לחיות בהרגשה תת-מודעת שגם מחר יהיה לו אור, שגם מחר יהיה בסדר. הוא יאכל, הוא יהיה בריא. מי שדאג לו היום, ידאג לו גם מחר. אפילו אם הוא לא חי בתודעה שמישהו דואג לו, כמו אנשים שלא קשורים לבורא בכלל, הוא יכול לקבל את הביטחון העצמי הזה מהבית. זה כמעט עניין תורשתי. אם ההורים משדרים ביטחון, הוא הופך לחלק מהתת-מודע של הילדים. לעומת זאת, יש הורים שכל הזמן דואגים איך לגמור את החודש, דואגים ממחלות, משדרים כל הזמן תחזיות ודאיות על עתיד שחור ומסרים שכולם גנבים ושקרנים. הילדים שלהם יגדלו באווירה של ריקנות, בתחושה שכל הזמן הריק והחושך מחכה להם. ילד כזה יצטרך להתמודד כל החיים עם חיסרון, לא יהיה לו ביטחון, כי המילוי הוא לא דבר טבעי אצלו. התולדה של המצב הזה היא פחד. פחד וחרדה הם התקשרות לחיסרון בעתיד, ואילו הביטחון הוא ההפך, התקשרות למילוי בעתיד. כאשר הוא קיים באופן תת-מודע, האדם לא מפחד לעשות, לבנות, ליזום, לפתוח עסק, לעבור דירה. יש לו ביטחון שיצליח, שנובע מהרגשה תת-מודעת שיהיה בסדר. אני זוכר את אבא שלי ז"ל, שהיה בעל ביטחון גדול. הוא היה איש קשה יום, לא היה לו הרבה כסף. פעם אחת היה צריך להחליף את הארונות במטבח. אמא שלי מאוד חששה מאיפה נביא את הכסף, אבל הוא הקרין כאלה שלוה וביטחון שזה הרגיע את כולנו. ובאמת, היתה לו יותר עבודה באותו זמן והכל הסתדר. ראינו את זה בחוש. הוא לא היה דתי במיוחד, אבל היתה לו ההרגשה הזו שמי שנתן לך היום, ייתן לך מחר. יש מי שדואג לך. יהיה בסדר.

יש כאלה שאיבדו את ההרגשה הזו. היום הרבה אנשים חיים בחוסר ביטחון. זה גלגל שמתגלגל הלאה, וילדים שיוצאים מבית כזה צריכים לבנות את הביטחון שלהם לבד. כתוב בתהלים: "כי אבי ואמי עזבוני וה' יאספני" (תהלים כז, י). אם מההורים לא קיבלתי את הביטחון, אני יכול לקבל אותו

מה". בשיעור זה נלמד איך לחזק את הביטחון אצלנו כך שלא נפחד יותר. מי שקשור למציאות האמיתית, אין לו ממה לפחד.

מהות הביטחון – מנוחת הנפש

רבנו בחיי, בספרו "חובות הלבבות" שנכתב לפני כ-900 שנה, הקדיש את "שער הביטחון" לעיסוק במידת הביטחון. בתחילת הפרק הראשון שם הוא מגדיר את המושג: "מהות הביטחון היא מנוחת נפש הבוטח". הסימן לכך שאדם הגיע לביטחון אמיתי, הוא מנוחת הנפש. זהו מצרך מבוקש היום שאי אפשר לקנות בשום מקום, כי ישנה אנדרלמוסיה גדולה שמערערת לאנשים את כל הביטחון שלהם. מנוחת נפש פירושה מינימום תנועות בנפש. כאשר יש הרבה תנועות בנפש, והיא קופצת כל רגע מנושא לנושא, זה מחליש את האדם – הוא כל הזמן טרוד מה יהיה עם הזה ועם ההוא, צריך לסדר את זה, לנסוע לשם, לענות על הודעות... גם אם הגוף שלו לא זז, בתוכו הוא כל הזמן בטרטורים ותנועות נפש. תנועת הנפש מחלישה, ומנוחת הנפש מחזקת. מי שיש לו מנוחת הנפש הוא כמו סלע יציב. אפשר להישען עליו, אפשר לבטוח בו. הוא מעניק יציבות מיד כשמתחברים אליו. אנשים שנמצאים בתנועת הנפש, נדמה כאילו האדמה רועדת לידם, כי אין להם יציבות. היום רבים נמצאים במצב הזה, ולכן החולי הנפשי גדל, כי במקרים רבים חולי נפשי מגיע מתנועות נפש מיותרות. כל תנועה נובעת מחוסר. כשהכלים ריקים, האדם יתנועע כל הזמן כדי לחפש מילוי. כך זה בקיום הפיזי, אדם שחסרים לו בגדים יזוז כדי להשיג אותם, וכך גם בנפש. אדם שהנפש שלו ריקה, בכל מקום הוא מחפש: אולי פה המילוי, אולי פה הישועה. לעומת זאת, כשאדם נמצא במנוחת נפש, הוא לא מוטרד מדברים. לא מזיזות אותו שמועות חיצוניות, דברים חיצוניים, חדשות חיצוניות, כי הוא מלא. ככל שאדם יותר ריק, כך תנועת הנפש שלו יותר חזקה. הדבר שהכי גורם לחוסר שלווה, הוא חוסר ביטחון: מה יהיה איתי, מה יקרה איתי, מי יאכיל את הילדים שלי, מה אם יפטרו אותי. פחדים גורמים לתנועות, חסרונות גורמים לחולשה וחולי. כל האנרגיה והשמחה יורדת. גם אם ייתנו לאדם כזה את המאכלים הכי טעימים, הוא לא יינה מהם כי אין לו שמחה.