

כוחות הכתר

הכוח הראשון של הכתר - אמונה

העניין הוא לראות את השורש של הדברים. לבנות שכל שמייצר שמחה, אהבה, וכבוד, כל המידות הטובות. לשם כך צריך להתחיל מהכתר, משורש כוחות הנפש. אי אפשר להתחיל באמצע, להחליט שמעכשיו נהיה שמחים כמו פלוני. צריך לפעול לפי הנוסחה כמו שהיא כתובה בספרים, ומי שיעשה זאת יחוש מיד שינוי. זה לא עניין של זמן, אלא של רצינות והשקעה בכל יום. בכתר יש שלושה כוחות: אמונה, תענוג ורצון. על התענוג לא נדבר כרגע, אלא נתמקד באמונה ורצון. האמונות חייבות להיות מסודרות. אם אין אמונה מסודרת, לא מגיעים לשמחה אמיתית. צריך להאמין שיש בורא לעולם. זה לא נוגע רק ליהודים, אלא לכל בני האדם. לדעת שבורא העולם זה דבר אמיתי, ולהבין שהוא טוב ומטיב. בורא עולם, אור אין סוף, הוא טוב ומטיב – טוב לטובים ומטיב לרעים. הדבר הבסיסי ביותר הוא לדעת שהוא משפיע לנו רק טוב כל הזמן. כלומר, כל מה שקורה איתי, הכל לטובתי. אפילו אם עשיתי טעות וקיבלתי עונש, ברוך השם זה לטובה, כי הוא יודע בדיוק מה לתת לי בשביל לתקן את הדבר הזה כדי שלא אחזור עליו. אדם שעושה תנועה לא נכונה ומרגיש כאב, זה לא עונש, זה תיקון. בורא העולם רוצה עכשיו שהמפרק הזה ינוח כדי שהוא יתרפא, אז הוא שולח כאב כדי שלא יזיזו אותו. מי שאין לו אמונה, יקלל את הרגע שבו עשה תנועה כזו, וכל הזמן ישב ויסבול כי הוא לא יכול לשחק כדורגל עכשיו. אבל מי שיש לו אמונה אמיתית שיש בורא לעולם והוא טוב ומטיב, אומר לעצמו שאלמלא הכאב הזה, הרגל לא היתה חוזרת להיות בריאה. ה' מרפא אותי עכשיו. זה מביא שמחה, כי ה' כל הזמן מטיב לנו.

דבר נוסף שצריך לדעת הוא, שאין עוד מלבדו! יש בורא לעולם, ואין עוד מלבדו. זאת האמונה הבסיסית שלנו. לכן, שני הדיברות הראשונות הם: "אנוכי ה' אלוקיך" – קודם כל תדע שיש הוויה, אנחנו חיים, ו"לא יהיה לך אלוהים אחרים על פניי" – אין עוד כוחות, אין אלילים, אין כל מיני אנרגיות, לא מעננים, לא מעצים ולא מהשמש. כולם משמשים את הבורא, ובמצוותו משמשים אותו. יש בורא לעולם ואין עוד מלבדו. כל אחד צריך להתבונן בזה לפחות 10 דקות ביום. אם רוצים להגיע לשמחה אמיתית, אי אפשר בלי זה. יש בתי כנסת שכתוב בהם: "דע לפני מי אתה עומד". לפני התפילה צריך להתבונן בזה. כל תנועה, כל מילה, כל ראייה, הכל זה ה'. בלעדיו אין כלום. בספר התניא נאמר (פרק לג), שאם אדם רוצה להגיע לשמחת נפש אמיתית, זה המפתח הראשון: להתבונן ב"ממלא כל עלמין וסובב כל עלמין, וכולא קמיה כלא חשיב". לא ניכנס לזה לעומק עכשיו, רק אסביר בפשטות: "ממלא כל עלמין" – בורא עולם מחיה כל דבר והוא נמצא בכל תנועה. "וסובב כל עלמין" – הוא הסיבה הראשונה לכל מה שקורה פה, אין שום דבר שקורה במקרה. זו ההתבוננות העיקרית. הוא מחליט איך הלב שלי יעבוד עכשיו. אני חי עכשיו כי כך הוא רוצה. אם הוא לא ירצה, הלב יפסיק בן רגע. יש אנשים שברגע אחד הלכו מהעולם, אף אחד לא חשב שזה יקרה. למתחילים, ההתבוננות הזו לוקחת כמה דקות עד חצי שעה. תדעו שעשיתם אותה נכון כאשר תגיעו להתרגשות בלב,

לצמרמורת או בכי. זה מראה שלא רק חושבים על הדברים אלא מכניסים אותם ללב. בצורה כזו אפשר להכניס את השמחה ללב.

הכוח השני של הכתר - רצון

אחרי האמונה, בא הרצון. אולי אפילו לפניו – שניהם בדרגה של הכתר. הרצון הוא הכלי היסודי, מה שאני רוצה. שורש העצבות הוא שאין לאדם את מה שהוא רוצה. הוא רוצה משהו ולא משיג אותו. זה לא חייב להיות דבר חומרי כמו כסף. יכול להיות כבוד, יחס, מעמד, מקום בבית הכנסת. לפעמים אנשים רבים במשך שנים על דברים כאלה. הכשל העולמי הוא, שאנשים רוצים דברים שהם לא צריכים. רצים ורודפים כל החיים אחרי דברים שבאמת אין להם צורך בהם. אנחנו יודעים מה אדם צריך: קורת גג, אוכל, בגדים, לפרנס את המשפחה, לא הרבה. מי שרוצה דברים כמו כבוד מהרבה אנשים, זה לא צורך קיומי עבורו. הוא יכול להיות מנהל מחלקה בבנק, להרוויח יפה, אבל עד שמנהל הבנק לא יעזוב והוא יהיה במקומו, זה לא מספיק לו. הוא רוצה להיות מנהל בנק. אמא של אמרה לו: עד שלא תהיה מנהל, דוקטור, עו"ד, זה לא שווה. עד שהוא לא מגיע לשם הוא חי בעצבות.

כאשר מכניסים לנפש רצונות מיותרים זה יוצר פסולת. זה גורם לחללים בנפש ומביא לעצבות. כך אי אפשר להגיע לשמחה. לכאורה נראה שאנשים שמחים מזה שהם רודפים ומשיגים את מבוקשם, אבל לא זו הנוסחה. השמחה מגיעה מהיכולת לנתק בראש את הרצונות, לוותר. לומר לעצמי: את זה אני לא צריך. אדם שרוצה 1 ויש לו 1, יותר מאושר ממי שרוצה 100 ויש לו 99. בהקדמת ספר הזוהר כתוב שאברהם אבינו לימד אותנו, שכדי לנתק את כל הרע מאיתנו בבת אחת, הדרך היא לא לרצות. אל תדרוש כלום מאף אחד, אל תהיה תלוי במשהו שיינתנו לך אחרים. לא כסף, לא מילה טובה, לא צריך שום דבר מאף אחד. אדם כזה הוא משוחרר וחופשי, ומי שבאמת מגיע לזה, יהיה מיד בשמחה. לא מספיק רק להגיד לעצמנו שמהיום אנחנו לא צריכים כלום, בעוד הלב ממשיך לדרוש. מה שחשוב זה הרצון האמיתי. על ידי עבודה של התבוננות רצופה במשך שנה-שנתיים, אפשר להגיע למצב בו כבר לא תלויים ברצונות מדומיינים שהחברה מלמדת אותנו – לטוס ארבע פעמים בשנה לחו"ל, כל מיני ענייני מעמדות, כסף והשפעה. בתורת הקבלה זה נקרא צמצום – לצמצם רצונות, להוריד רצונות מיותרים.

הכח השלישי - מחשבות

אחרי אמונה ורצון, הדבר השלישי הוא מחשבות. המחשבות מייצרות רגשות. כאשר הולכים באמונה ורצון שיש בורא לעולם, אין עוד מלבדו, הוא ממלא כל עלמין וסובב כל עלמין, ומחברים עם הרצון לבורא – נוצרת מכך מחשבה של השגחה פרטית. אדם כזה חי בצורת חשיבה נכונה. הוא מבין שאין שום תנועה קלה בעולם שאינה מכוונת מלמעלה. "אין אדם נוקף אצבעו מלמטה אלא אם כן מכריזין עליו מלמעלה" (חולין ז, ב). אם מישהו עשה לך טוב, נתן לך מחמאה או סכום מסוים, זו הכרזה מלמעלה. אם עשו לך להפך, גם זו הכרזה מלמעלה. שום דבר לא קורה במקרה. יש דרך פשוטה להגיע למחשבה הזו, והיא להודות על כל דבר. הודאה בפה על כל ענין וענין שקורה לנו. על הדברים הטובים קל להגיד תודה, אבל

צריך להגיד תודה על כל דבר, גם על דברים לא נעימים, שהם לא בדיוק לפי התוכניות שלנו. להיות מלא הודיה ותודה על כל דבר, כל הזמן. מצאת חניה? תגיד תודה. לא מצאת? תגיד תודה.

איך אפשר להגיד תודה על משהו שלא הולך טוב? אפשר, אם יודעים שיש בורא לעולם והוא לא מנהל אותו במקריות. אם הוא רוצה שאסתובב פה עוד סיבוב, יש לזה סיבה. אנחנו לא יודעים מה יקרה לנו בחיים, לאן כל דבר יוביל, מה יהיו השלכות של כל מעשה. מי שיודע ומתכנן הכל זה בורא העולם. אם אני מעביר שיעור, אני מתפלל לפניו שהוא יהיה מוצלח, שכל אחד יקבל ממנו מה שצריך, ואני יודע שלמעשה לא אני מעביר את השיעור אלא בורא העולם. זו אשליה לחשוב שאנחנו עושים משהו. כמה אנשים למדו איך הריאות עובדות, איך יוצא שתן בשירותים? לא יודעים כלום, והכל קורה מאליו. מי שמבין את זה, חי בהשגחה פרטית. שום דבר לא קורה במקרה. אם עשיתי עוונות, אני צריך לעשות תשובה על זה, אבל זה לא במקרה. גם העונש הוא לא במקרה. הגמול והעונש, כולם מסודר בסדר של "צדיק וישר הוא". האדם צריך לעשות את חלקו, לעשות השתדלות, ואם זה לא הולך אז להתפלל. באמצעות הודאה תמידית מגיעים להכרה שהכול בהשגחה. מי שלא מצליח להודות בפה, שיודה במוח. תודה בורא עולם, תודה אינסוף ברוך הוא, תודה על הכל, תודה על מה שיש ועל מה שאין. מתוך המחשבה שהוא טוב ומטיב, מתברר שהכול טוב. אם אדם חי במוחין כאלה, הוא מתגבר ומשליט את השכל הזה על כל המעשים שלו, וכך תבוא לו שמחה. שלושת הדברים הללו – אמונה, רצון ומחשבה – הם היסודות. צריך הרבה התבוננות, חכמה בינה ודעת, כדי להגיע לדעות ישירות של השגחה פרטית. מעטים משיגים את ההשגחה הפרטית. במציאות רואים מקרים כמו רוכב אופנוע שמת בגיל 24 והיה בחור טוב. למה זה קרה לו? צריך לדעת את כל העולמות בשביל זה, את כל גלגולי הנשמות. אנחנו לא יודעים למה זה חי וזה מת, זה חולה וזה בריא, זה מרוויח וזה מפסיד. לפעמים נראה שהכול הפוך. אבל מי שחי בהשגחה פרטית, יהיה בשמחה כל הזמן עם כל מה שקורה, כי את הכל ה' עושה. הכל לטובה. בדרך כלל אנשים רואים את זה בסוף הדרך.