

באנו חושך להפך / רועי דובלין

תתאין דמיכין סתימין בחוריכון אתער, מאן מנכון די חשוכא מהפכן לנהורא וטעמין מרירא למתקא עד לא ייתון הכא... (תרגום: אתם התחתונים הישנים ועיניכם סתומות, התעוררו, מי מכם שחושך מהפכים לאור וטעם מריר למתוק עד שלא באו לכאן...)¹

הצורך הבלתי פוסק להתקדמות מודגש בדבריו של הרבי מקוצק: "אם היום אני במקום שהייתי אתמול למה לי ההיום". המהלך של המשיכה האינסופית להשתלמות מונח גם בדברי הרב קוק במקומות רבים ואף תופס מקום נכבד בעולם התשובה שהיה עיסוק מרכזי בהגותו.²

החתימה לשלמות נראית בעיני האדם המאמין כיסוד חשוב לעבודת ה', אני מבקש לתת פן מסוים שבו התפיסה הזו מעוררת באדם כוחות שאינם עולים בקנה מידה אחד עם ההשלמה הטבעית של האדם עם עצמו ועם מקומו בחייו. האדם שחותר תמיד לשלמות הוא לעיתים גם האדם שאינו שמח בחייו, הוא האדם חסר המנוחה שאינו מסתפק אף פעם בנוכחות העכשווית שלו בחיים. מכיוון שאין יכולת לעמוד במשימה הבלתי אפשרית וחסרת הפשרות של השגת השלמות ממילא אין טעם בשום פעולה אל עבר אותה שלמות.

ההשלכות הפחות טובות של תפיסה זו אובחנו רבות ע"י פסיכולוגים. הנגזרות שלה, ואולי תופעות הלוואי שלה מביאות לעיתים לחוסר הערכה עצמית(חוסר ביטחון עצמי), שנאה עצמית,אשמה והשלכות ביקורתיות ודיכאוניות אחרות. התפוסים המחשבתיים היוצאים מתוך נקודת אנוחה זו יוצרים לפי הגדרת הפסיכולוגיה הקוגניטיבית מחשבות המכוננות "עיוותי חשיבה"³. "עיוותי חשיבה" מפורסמים אלו יוצרות בתפיסת האדם את הפרפקציוניזם,והשנאה העצמית, הדבר מביא לשיתוק הרצון הבריא ולדיכאון ברמות שונות.

¹ הקדמת זוהר דף ד' עמוד א' (מהד' וילנא תרפ"ד).

² ראה אורות התשובה פרק ה "הכרחיות מציאות התשובה ופעולתה באדם בעולם ובכנסת ישראל".

³ ד"ר דיויד ברנס "בוחרים להרגיש טוב" בהקדמה, וכן בהערה של פרופ' אהרן בק מייסד התפיסה.

ויקטור פרנקל הוא הוגה אחר שאמנם אינו קשור במישרין לבעיה אך הוא טוען לדרך פתרון משלו. הוא משתמש בכלי המטרה הקולקטיבית של המציאות כריפוי של הפרט:

דברי ניטשה "מי שיש לו איזה למה שלמענו יחיה, יוכל לשאת כמעט כל איך" עשויים לשמש סיסמה מנחה לכל מאמץ פסיכותרפויטי ופסיכוגיני לגבי האסירים. כל אימת שנודמנה שעת-כושר מן ההכרח היה לתת איזה למה - מטרה - לחייהם כדי לחזקם לעמוד ב"איך" הנורא של הווייתם. אוי לו למי ששוב לא ראה פשר בחייו, לא מטרה, לא תכלית, ומשום כך שוב לא ראה טעם להוסיף ולחיות, גורלו נחרץ מהרה. התשובה הטיפוסית, שבה היה אדם כזה דוחה מלפניו כל נימוק שבא לעודד את רוחו, הייתה אך זו: "אין לי עוד תקווה בחיים". מה אפשר לענות על כך? מה שהיה דרוש באמת, היה שינוי יסודי ביחסנו אל החיים. צריכים היינו ללמוד בעצמנו וללמד את האנשים המיואשים, כי בעצם לא הייתה חשיבות למה שאנחנו קיוונו לקבל מן החיים אלא למה שביקשו החיים לקבל מאתנו. צריכים היינו לחדול מלשאול לפשר החיים ותחת זאת לראות את עצמנו כנשאלים על-ידי החיים – יום-יום ושעה-שעה. ועלינו להשיב, לא בדיבור ולא בהרהור – אלא בפעולה נכונה ובהתנהגות נכונה. חיים פירושם, בסופו של דבר, נטילת אחריות למציאת התשובה הנכונה על בעיותיו של אדם וקיום התפקידים שהם מעמידים בלי-הרף לפני כל יחיד ויחיד...⁴

פרנקל כהוגה קיומי מעמיד את התרפיה בידי אדם עצמו, הוא מתנגד נחרצות לתפיסה התנהגותית לפיה אין הגורל נתון בידי האדם. כתגובה לתיאורית פסיכולוגיית האגו והצגת הדחפים של פרויד, פרנקל טוען לאחריות מלאה של האדם לשאלת קיומו, הוא מתנגד לראיית האדם כנדהף למעשיו ולתכונותיו, לדעתו ההפך הוא הנכון, שכן אחריות האדם היא שיוצרת את היותו אדם. מעבר לכך, לפי פרנקל המחלה הנוראית של האדם הינה ה"ריק" הקיומי של האדם, כאשר אדם חש שאין משמעות בחייו ממילא אין לו רצון לחיות, השאיפה למשמעות מוטבעת באדם בעצם קיומו, ממילא התרפיה תהיה מציאת משמעות לחיי האדם.

אך נראה שבתפיסתו הוא מעלה את הבעיה שהצגתי ברמה הגבוהה ביותר- כאשר אין משמעות לחיי ברגע הנתון, כאשר אינני מלא שאיפות או ליתר דיוק

⁴ ויקטור פרנקל, האדם מחפש משמעות, הוצאת דביר, עמוד 97-98.

שאיפותיי אינן משמעותיות מכיוון שהן לא ברות הישג כלשהו, ממילא אין לי למה לשאוף אותן וממילא אין טעם לחיי. הגישה הניהיליסטית שנמצאת בנבכי נפשו של האדם שוללת כל יכולת לתת משמעות לחייו שכן בכל ניתן לתת ספק ניהיליסטי המשאיר את האדם אומלל ומוכה אל מול שאיפה שלא תושלם לעולם.

התשובה שיכול פרנקל לתת היא שהטיפול הנאות למקרה זה הוא מציאת משמעות גם בדברים הקטנים. אך לדעתי אין זו תשובה מספקת שכן אמנם לפרטים הקטנים יש משמעויות קטנות שאולי נוכל ליצור בתפיסת המטופל, אך לא נוכל לעמוד אל מול התפיסות הגדולות, המטרות הגדולות, "המושלמות", שאליהן הוא שואף. דומה הדבר לחולה בדלקת ריאות שהרופא מצליח לרפא את בעיית הגודש באף שמטרידה אותו. יש צורך להודות שהצגת המושלמות חסרת הפשרות מחסלת שוב את התקווה האנושית במשמעות פעילות האדם. אביא כאן את דבריו של פרנקל כאשר הוא בעצמו מזהה בשיטתו את הבעיה שהזכרנו:

דור דור והנורוזה הקיבוצית שלו, וכל דור זקוק לפסיכותראפיה משלו כדי לטפל בה. יכולים אנו לתאר את הריק הקיומי, שהוא הנורוזה ההמונית של ימינו, כצורה פרטית ואישית של הניהיליזם. שהרי אפשר להגדיר את הניהיליזם כהנחה, שאין פשר להווייה. אך הפסיכותראפיה לא תשכיל לעולם לטפל באמת מידה סיטונית במצב דברים זה, אלא אם כן תשתחרר מרישומן ומהשפעתן של המגמות הקיימות של פילוסופיה ניהיליסטית. שאם לא כן תהיה בגדר סימפטום של נורוזה המונית ולא בגדר דרך ריפוי אפשרית של נורוזה זו. כך עלולה הפסיכותראפיה לא רק להיות בבואתה של פילוסופיה ניהיליסטית אלא גם ולו בלא כוונה ובלא יודעין להציג לפני החולה קריקטורה של האדם ולא דמות דיוקן נאמנה לאמת.⁵

"לחפש ולמצוא מעט טוב"

כריאקציה כביכול של השיטה אביא כאן תפיסה אחרת הנעוצה בתורות של ר' נחמן מברסלב:

וכן צריך האדם למצוא גם בעצמו, כי זה ידוע שצריך האדם ליהרר מאד להיות בשמחה תמיד, ולהרחיק העצבות מאד מאד (כמבאר אצלנו כמה

⁵ שם, עמוד 115.

פעמים). ואפילו כשמתחיל להסתכל בעצמו ורואה שאין בו שום טוב, והוא מלא חטאים, ורוצה הבעל דבר להפילו על ידי זה בעצבות ומרה שחורה, חס ושלום, אף-על-פי-כן אסור לו לפול מזה, רק צריך לחפש ולמצוא בעצמו איזה מעט טוב, כי איך אפשר שלא עשה מימיו איזה מצווה או דבר טוב.

(ר' נחמן מברסלב, ליקו"מ קמא, תורה רפ"ב)

ר' נחמן באחת התורות המפורסמות ביותר שלו מניח את העיסוק של השאיפה לשלמות ומתרכז ברגע ובנתון הקיים.

גם הרב קוק, וגם ויקטור פרנקל, מתרכזים בעולם העתידי של האדם, בשאיפתו ובתקוותו העתידית. הדבר בולט מאוד בכיקורת שנותן פרנקל על תורתו של פרויד בטענה שהפסיכואנליזה עוסקת בעבר של האדם וב"התבכשות" שלו בעצמו ואילו הלוגותרפיה עוסקת בעתידו ותקוותו של האדם.⁶

אמנם מכאן נובעת מסקנה שהיא מעין "הפוך על הפוך", דווקא ההוגים שסלדו מהגישות של פרויד ודומיו יוצרים את המקום הניהיליסטי שיכול לגרום לנירוזה דיכאונית ואילו ר' נחמן שנמנע כרגע מהמקום העתידי ומלמד את האדם כיצד להיכנס לתוך נפשו פנימה, מצליח להוציא ממנו את האמונה בטוב העצמי וגילוי הטוב העכשווי באדם.

הדבר שונה מאוד מהניסיון של פרנקל למצוא פשר לחיי האדם שכן לכל פשר ניתן לתת מענה ספקני שיקמט אותו עד היסוד, ר' נחמן לעומתו קורא לאדם למצוא את הטוב שקיים בו ורק לגלות את הממשות של המתבטאת במעשה מסוים. הדבר דומה לחדר חשוך שקרן אור חודרת אליו מתוך שבר קטן בתריס, קרן האור מעידה על שמש עצומה שמאירה כל הזמן והסיבה שהיא לא פועלת בכל כוחה אינה ריאלית כי אם זמנית קונקרטי, בבחינת מחיצות זמניות.

חשוב להעיר כאן שבניגוד לתפיסות דינמיות, הטוענות שהפרעות הדיכאוניות הן סימפטום של מחלה שורשית באדם בדמות מנגנון השמדה עצמית (טאנטוס) ולא נותר לתרפיסט כי אם להאזין לכאבו של החולה⁷, ר' נחמן טוען שהטוב כבר קיים, הוא נמצא חי ובוטט ויש צורך להסיר את המחיצות בלבד. הוא נותן לאדם

⁶ ויקטור פרנקל, שם, נספח-"מבוא ללוגותרפיה".

⁷ עיין למשל אצל ז' פרויד, אבל ומלנכוליה.

טכניקות לגילוי הטוב הזה מתוך אמונה שאין מניעות אמיתיות שעומדות מול האדם.

גם על שאלת הניהיליזם הספקני במציאת הטוב באדם נותן ר' נחמן את הדעת:

ואף שכשמתחיל להסתכל באותו הדבר הטוב, הוא רואה שהוא גם כן מלא פצעים ואין בו מתם, הינו שרואה שגם המצוה והדבר שבקדושה שזכה לעשות, הוא גם כן מלא פניות ומחשבות זרות ופגמים הרבה, עם כל זה איך אפשר שלא יהיה באותה המצוה והדבר שבקדושה איזה מעט טוב, כי על כל פנים איך שהוא, על-כל-פנים היה איזה נקודה טובה בהמצוה והדבר טוב שעשה, כי צריך האדם לחפש ולבקש למצא בעצמו איזה מעט טוב, כדי להחיות את עצמו, ולבוא לידי שמחה כנ"ל, ועל ידי זה שמחפש ומוצא בעצמו עדין מעט טוב. על-ידי-זה הוא יוצא באמת מכף חובה לכף זכות ויוכל לשוב בתשובה, בבחינות "ועוד מעט ואין רשע והתבוננת על מקומו ואיננו" כנ"ל.

(שם)

כדי לעקור מהאדם את הביקורת העצמית, הספקנית וההרסנית שלו ר' נחמן מציע תרפיה של מודל חיזוני. לפני שאתייחס לתרפיה עצמה אקדים כמה מילים על נקודת השיפוט החיובית. החובה לדון כל אדם לכף זכות⁸, ההבנה לפיה יש לראות את כל מעשי האדם באור חיובי ולא בצורה שיפוטית שלילית, היא אבן יסוד חשובה ומובנת, שורשה נעוץ בתפיסה לפיה כל יהודי בתוכו הוא טוב.

כלומר למרות שמעשיו של אדם נראים רעים בתפיסה שטחית ראשונית, באמונה בכוונת הטוב שבו נוכל לראות את מעשיו בצורה חיובית. דוגמא פשוטה לדבר נוכל לראות מתוך התבוננות ביחס שלנו על אנשים. אדם שאינו חביב עלינו ניטה לפרש את מעשיו בצורה שלילית, לעומת זאת כאשר אדם חביב עלינו יעשה את אותם המעשים בדיוק ניטה לפרשם בצורה חיובית. כמוכן שכל הדרמה התחוללה ברמה הקוגניטיבית שלנו בלבד ודבר לכאורה לא השתנה במציאות.

ד"ר דייוויד ברנס⁹ הגדיל לעשות בספרו "בוחרים להרגיש טוב", כאשר השתמש בתפיסה זו כתרפיה קוגניטיבית כדי להתגבר על מרמור וכעס של המטופל. הבעיה בשיטה זו היא שפירוש מעשיו של אדם כטובים, למרות הריח הרע

⁸ חובה זו מופיעה כבר במשנה במסכת אבות, פרק א' משנה ו'.

⁹ דייוויד ברנס הוא פרופסור במחלקה לפסיכיאטריה, פקולטה למדעי ההתנהגות, אוניברסיטת סטנפורד.

שעולה מהם, נראה בעינינו כנאיבי ואף עיוור למציאות. ההבנה שאדם שעושה מעשה שלילי מנסה להצדיק את מעשיו משום שהוא מונע ע"י כוח הטוב שבו, שדוחף אותו להאיר את מעשיו השלילים באור חיובי, ולא כדי להכשיר את השרץ, היא הפתרון לבעיה הזו.

מתוך התפיסה של ר' נחמן כיצד לתפוס את מעשי האחר הוא מציע תרפיה חדשה לאדם לפיה יש ליישם את אותו מודל כלפי האדם עצמו. הקוגניציה הפשוטה של האדם (ואולי החולה במעט) נוטה לקבל את המחשבות השליליות האישיות כאמת עצמית וכשפיטה בלתי מעוררת של האדם את עצמו¹⁰. כאמור מקובל ואולי גם קל יותר לעשות עבודה זו על אדם חיצוני ולשפוט אותו לשלילה, לכן ר' נחמן משתמש באדם חיצוני כמודל אותו נוכל להשליך על עצמנו ולבצע את אותה התרפיה על עצמנו. כך על-ידי עבודה קשה נצליח לדעתו לעקור מעצמנו רגש ספקני מדכא.

בנוסף לעבודה הקוגניטיבית נגד המחשבות הספקניות ותחושות המרמור מציע ר' נחמן את עבודת ה"נקודות הטובות", כלומר התרכזות בחיובי שבאדם ולא בנקודות ספקניות וגרועות יותר. תפיסה זו פותחה רק לאחרונה ע"י מרטין סליגמן. סליגמן, פסיכולוג יהודי אמריקאי מייסד "הפסיכולוגיה החיובית", יצר תפיסה שלמה שכיב זיהוי "נקודות החוזק" של האדם ופיתוח הדימוי העצמי שלו והרחיב את היכולת להסתכל על חצי הכוס המלאה. גישה זו מקנה את היכולת למצוא בעצמך, ולא בדבר חיצוני, את החיוב, הטוב והאושר ומאפשרת לפרש אירועים יומיומיים בצורה חיובית.

כאן נחשף עוד סוד גדול מעבר למה שהצגנו בתחילה, ולשם הבנתו נציג תזה של פסיכולוג בשם בולס:

לפי התיאוריה של בולס התינוק נולד חסר אונים ותלוי באופן מוחלט בהוריו. כאשר תינוק בוכה האם מטפלת בו, מאכילה ומנקה אותו, ואז מצב של אי שקט וחוסר נוחות הופך בבת אחת למצב הרמוני ורגוע. דפוס זה חוזר על עצמו במשך שנים-רעב, כאב, תחושה גופנית לא נעימה, כולן תחושות פנימיות

¹⁰ בהקדמת הספר "בוחרים להרגיש טוב", מסביר ברנס את ההנחה הבסיסית הזאת ובונה את התזה התרפיסטית שלו על בסיס היכולת שלנו להפריד את המחשבות ולקבל אותן כהשערות בלבד ולא כעובדות מוגמרות, תזה שהפסיכולוגיה הקוגניטיבית בכללותה בנויה עליה.

ומציקות, ואז מגיע בדמות ההורה אובייקט חיצוני מהסביבה וע"י שינוי פשוט, טכני במידה רבה, גורם להרמוניה ורוגע. זהו אובייקט השינוי וזה דפוס הציפיות שנחקק לאישיותנו.

עם הבגרות נשארת המשאלה לאובייקט השינוי, האדם הבוגר נותר משתוקק לאותו אובייקט שינוי שיגיע מהסביבה החיצונית ויעשה את אותה פעולה "קטנה בחוץ" שתשנה את הכול מבפנים. כך גם העולם המודרני בו אנו חיים מספק לצרכניו אין סוף אשליות של אובייקטים לשינוי כאלה אותם ניתן לרכוש. החל ממוצרי אופנה לשיפור מצב הרוח, אוכל, ושאר מוצרי יום-יום המצויים נגישים על המדף, וכלה במכוניות, בתים ושאר סמלי סטאטוס.

מובן שמדובר באשליה של שינוי, מאחר שתחושת ההרמוניה והאושר הפנימיים דורשים הזנה מתמדת, ואובייקט השינוי בדמותה של חולצה חדשה שנקנתה אתמול, כבר לא נותן מענה למצוקה החדשה היום. השיטה להשתחרר מהאובייקט החיצוני לפי ר' נחמן אולי תופסת תאוצה עד כדי השתחררות מהאובייקט ה"חיצוני" שנמצא בי, כלומר מעולם הדמיון הביקורתי שקיים בכל אדם ויוצר בו את המחשבות הביקורתיות סביב עצמו. מקורו של האובייקט ה"חיצוני" הזה נמצא בשאיפה לשלמות והרגשת אושר, לכן השחרור ממנו על-ידי התעסקות חסרת פשרות בטוב העצמי יביא לאושר פנימי ולסילוק מחשבות ביקורתיות, ספקניות ומדכאות.

הלב והמעין

מתזה שהוצגה בפסקאות הקודמות מעלה שאלות וקשיים חדשים. שאלה ראשונה היא עד כמה יש לה יכולת לעמוד במבחן המציאות מכיוון שהיא דורשת מהאדם התעסקות בלתי פוסקת בעולמו הפנימי ומציאת טובו הפנימי ולא בטוח שכל אחד מסוגל לכך.

קושי נוסף הוא העובדה שהתזה הזו מנסה להשתיק את אותו הכוח שדורש את התקדמותו של האדם. ההתעסקות חסרת הפשרות בהתבוננות העצמית יכולה לגרום לניווט וחוסר רצון להתקדמות ובכך לכסות על יצר בסיסי וחשוב זה הקיים באדם. ככוחות טבע אנושי רבים ומגוונים, ובדומה לטבע בריא וחשוב כמו יצר המין שמטרתו המשכיות והבאת חיים חדשים לעולם, קיים בנו גם יצר ההשתלמות והשאיפה להתקדמות.

ר' נחמן שהיה ער לצורך החיים הבסיסי הזה מתאר זאת בסיפור מ"שבעה קבצנים" ביום השני:

ויש הר, ועל ההר עומד אבן, ומן האבן יוצא מעין, וכל דבר יש לו לב, וגם העולם בכללו יש לו לב, [...] וזה ההר עם האבן והמעין הנ"ל עומד בקצה אחד של העולם וזה הלב של העולם עומד בקצה אחר של העולם, וזה הלב הנ"ל עומד כנגד המעין הנ"ל וכוסף ומשתוקק תמיד מאד מאד לבוא אל אותו המעין בהשתוקקות גדול מאד מאד, וצועק מאד לבוא אל אותו המעין, וגם זה המעין משתוקק אליו [...]. אך מאחר שהוא מתגעגע אליו כל כך מפני מה אינו הולך אל המעין. אך כשרוצה לילך ולהתקרב אל ההר, אזי אינו רואה השיפוע ואינו יכול להסתכל על המעין, ואם לא יסתכל על המעין אזי תצא נפשו, כי עקר חיותו הוא מן המעין, וכשעומד כנגד ההר אזי הוא רואה ראש השיפוע של ההר ששם עומד המעין, אבל תכף כשילך ויתקרב אל ההר, אזי נעלם מעיניו ראש השיפוע (וזה מוכן בחוש), ואזי אינו יכול לראות את המעין, ואזי תצא נפשו חס ושלום, וכשזה הלב היה מסתלק חס ושלום, אזי יתבטל כל העולם כלו, כי הלב הוא החיות של כל דבר, ובודאי אין קיום בלא לב, ועל כן אינו יכול לילך אל המעין, רק עומד כנגדו ומתגעגע וצועק כנ"ל.

וזה המעין אין לו זמן, כי זה המעין אינו בתוך הזמן כלל, אך עקר הזמן של המעין הוא רק מה שהלב נותן לו במתנה יום אחד, וכשמגיע היום להיות נגמר ונפסק, ואזי כשיגמר היום לא יהיה זמן להמעין ויסתלק חס ושלום, ואזי יסתלק הלב חס ושלום כנ"ל ויתבטל כל העולם חס ושלום כנ"ל, ואזי סמוך לגמר היום, אזי מתחילים לטל רשות זה מזה, שקורין "גזעגנין" (איחולים וברכות פרידה) ומתחילין לומר חידות ושירים (שקורין "לידער") נפלאים זה לזה (באהבה רבה והשתוקקות גדול מאד מאד).

וזה האיש חסד האמת הנ"ל יש לו השגחה על זה. וכשמגיע היום בסופו ממש להיות נגמר ונפסק, אזי זה האיש חסד האמת הוא נותן במתנה יום אחד להלב הנ"ל והלב נותן היום להמעין, ואזי שוב יש זמן להמעין.

(ר' נחמן מברסלב, מעשה משבעה קבצנים)

אני מבקש להתמקד בעניינים הרלוונטיים לדיון שלנו הנובעים מהסיפור, כמובן שניתן לקחת אותו למקומות נוספים ושונים. הלב מייצג את רצון האדם ואת שאיפותיו, המעיין מייצג את מקור השאיפה, המקום בו הדברים מתמלאים ואושרו של האדם מוצא את מקומו. הלב הוא לב האדם עצמו, הוא המקום בו האדם שואף אל המעיין וכוסף אליו כל הזמן.

הסיפור הזה מתסכל ביותר, שלא לומר טרגי, משום שאין בו פתרון למצוקה הקשה. לעולם הלב ישאף ולעולם המעיין יתגלה ושוב יתכסה לפרקים, קו

הסיום לעולם לא יגיע. בנוסף לכל, הקשיים הרבים רק יערימו על גיבור הסיפור המתוסכל, הלב מנסה להתקדם ולהגיע למעיין אך כל קירבה אליו היא דמיונית בלבד. הלב אינו יכול לחיות ללא המעיין אך הוא לעולם גם לא יוכל להגיע אליו, הוא נמצא במצב של שאיפה מתמדת ומתסכלת שנמשכת לנצח.

בסופו של הסיפור אומר ר' נחמן שכאשר יגמר היום יסתלק המעיין. המשך החיות של המעיין תלויה באופן מפתיע דווקא במה שנותן לו הלב. הלב נותן למעיין את מקומו בעולם, או בצורה מדויקת יותר את זמנו בעולם. מבלעדי הזמן הזה אין לו קיום, ניתן לומר שמבלי הרצון למרדף של הלב למעיין, המעיין עצמו היה חסר משמעות בעולם וממילא מסתלק.

בצורה מדהימה מסרטט ר' נחמן את התסכול האנושי שהצגנו כבר בהתחלה, ומפליא לעשות כאשר הוא מציג את עיקר המשך המרוץ אצל האדם עצמו. הרצון הבלתי ממומש הוא זה שמחולל את עצמו, אילו לא היה לאדם רצון או שאיפה ממילא לא היה קיום למקור ובסופו של דבר לא היה קיום לאנושות בכלל.

המעבר שעושה ר' נחמן מתורה רפ"ב שהצגתי לבין הסיפור הנ"ל מביא אותנו להכלה חדשה של מציאות שאיפה לשלמות: הגילוי העצמי של הטוב שבי בכל רגע נתון בד בבד עם שאיפה המתמדת לשלמות אינסופית מתסכלת.

א-להי הדברים הקטנים

הקונפליקט שהעמדנו בדברי ר' נחמן והחוסר בדברי הרב קוק זקוק להשלמה, אביא כאן מקור נוסף מדברי הרב קוק שישלים את התמונה וינסה לעמוד על שני הצירים שדיברנו עליהם, המגמה התכליתית והזיהוי הקיומי העכשווי:

אי אפשר למצא מעמד מבוסס לרוח כי אם באויר הא-להי. הידיעה, ההרגשה, הדמיון והחפץ והתנועות הפנימיות והחיצוניות שלהם, כולם מזיקים את בני האדם שיהיו א-להיים דוקא. אז ימצאו את מלואם, את יחושם השוה והמניח את הדעת. אם מעט פחות מגדולה זו יבקש לו האדם הרי הוא מיד טרוף כספינה המטורפת בים. מקום מנוחתנו הוא רק הא-להים. אבל הא-להים הלא למעלה מכל המציאות אשר יוכל להכנס בקרבנו ממנו איזה רגש ורעיון הוא, וכל מה שהוא למעלה מכל רגש ורעיון בנו הוא לערכנו אין ואפס ובאין ואפס לא תוכל הדעת לנוח. על כן ימצאו על פי רוב תלמידי חכמים מבקשי א-להים יגעים ועייפים ברוח. כשהנשמה הומה לאור היותר בהיר אינה מסתפקת באותו האור הנמצא מהצדק גם כמעשים היותר טובים, לא באותו האור הנמצא מהאמת אפילו בלמודים היותר ברורים, ולא בהיופי - אפילו

בחזיונות היותר מפוארים, אז מתנול העולם בעיניה: היא כל כך מתרחבת בקרבה, עד שהעולם כולו עם כל גשמיותו ורוחניותו גם יחד, עם כל גילוייו החומרניים והרוחניים, נדמה לה לבי עקתא ואורו נעשה לה מחנק.

(הראי"ה קוק, אורות, עמ' ק"ט)

את המודל האוטופי שבו עסקנו, מציג הרב קוק בתור "א-להים" או ה"אור הא-להי". את חוסר המנוחה הנפשית מנתב הרב קוק לכמיהה לאוטופיה הא-להית, הוא גם מעלה את הקונפליקט שבו האדם, ואפילו "תלמידי החכמים" שעוסקים ודורשים באוטופיה, נמצאים בו וסובלים ממנו עד כדי חוסר עניין במיקום הרוחני העכשווי שלהם. לפי ניתוחו כפי שכבר הזכרנו העולם נראה לאותם אנשים מבקשי האוטופיה כעולם חסר משמעות או בלשונו "מחנק", מחנק רוחני נפשי שאינו מקנה את היכולת לחיות את החיים כפי שהם ואת הטוב שבהם.

הם מבקשים מה שהוא למעלה מכחם, מה שהוא לעומתם אין, ולהפך אין ליש אין יכולת גם ברצון לרצות, על כן יחלש לפעמים כח הרצון וכל עז החיים באנשים אשר דרישת א-להים היא מגמתם הפנימית.

(שם)

הרב קוק מציג כאן את הסיבה לפיה הקונפליקט כפי שאנו מכירים אותו אינו פתיר. הרצון לאוטופיה הא-להית, לשלמות, אינו בר השגה מכיוון שהוא הפוך מהתכונה האנושית עצמה. האנושיות היא החיסרון, היא אמנם הופעה א-להית אך הופעה חסרה בלבד.

דברי הרב קוק מובאים על רקע תפיסת האר"י ז"ל¹¹ לפיה כדי לאפשר את בריאת העולם ואת יצירת האנושות היה על הא-ל "לסלק" את עצמו כדי לתת מקום לעולם, בגלל ה"הסתלקות" הזו נוצר חלל פנוי ובתוכו העולם. מכיוון שכך נוצר העולם הרי הוא בנוי על העדר של א-להות וממילא הוא חסר ואינו שלם, וכל רצון להגיע לאוטופיה א-להית הרי הוא חסר סיכוי משום שמשמעותו הוא לוותר על ההעדר וממילא לא להיות קיים¹².

הרב קוק ממשיך ואומר שהבעיה הלוגית קיימת ברצון האדם כפי שהסברנו וממילא כוח הרצון של האדם נחלש ועמו כוחות החיים שהוא מעניק, דבר

¹¹ ספר "עץ חיים" חלק א' פרק א'.

¹² ראה גם אורות התשובה פרק ו' פסקא ז'.

שמביא לכל הנוירוזות שכבר הזכרנו. אך הרב קוק אינו מסתפק רק בהצגת הבעיה ומציג את הפיתרון האופטימאלי מבחינתו:

צריך להראות את הדרך איך נכנסים אל הטרקלין - דרך השער. השער הוא הא-להות המתגלה בעולם, בעולם ככל יפיו והדרו, בכל רוח ונשמה, בכל חי ורמש, בכל צמח ופרח, בכל גוי וממלכה, בים וגליו, בשפירי שחק ובהדרת המאורות, בכשרונות כל שיח, ברעיונות כל סופר, בדמיונות כל משורר ובהגיונות כל חושב, בהרגשת כל מרגיש ובסערת גבורה של כל גבור.

(שם)

לפי הרב קוק הפיתרון נעוץ בתוכנה מחודשת של האוטופיה הא-להית השלמה, הא-ל מתגלה בעולם ככל דבר ואפילו הכי סתמי וקטן¹³, דווקא העבודה התודעתית הזו היא שמשחררת מהחשיבה חסרת המנוחה מהנוכחות העכשווית החסרה, מכיוון שהנוכחות העכשווית הינה כבר המציאות האוטופית שלה אנו מייחלים. הדבר היחיד שהאדם המאמין צריך לעשות הוא "לראות", כלומר לסגל לעצמו את הראייה האוטופית הזו בתוך המציאות.

בנוסף לחידוש התודעתי הזה הרב קוק אינו פוסח על העולם הנפשי של האדם שמסוגל להרגיש את הנוכחות הזו בצורות שונות ומתאר אותו באופן הבא:

הא-להות העליונה, [...] יורדת היא בעצמה בשבילנו אל העולם ובתוכו, ואנו מוצאים אותה ומתענגים באהבתה, מוצאים מרגע ושלום במנוחתה. ולפרקים תפקדנו בברק עליון מזיו של מעלה מאור עליון שמעל כל רעיון ומחשבה. השמים נפתחים ואנו רואים מראות א-להים, אבל אנו יודעים שזהו מצב ארעי לנו, הברק יחלף והננו יורדים לשבת עוד לא בפנים ההיכל כי אם בחצרות ה'. וכשתביעת האורה באה עד הנקודה היותר גבוהה אז מתחלת היא לשאוב שפע אור גדול מהמאור הגנוז שיש בקרבה פנימה, ומתוך תוכה מתגלה לה שהכל שואב אור ממקור היותר עליון, ושהעולמים כולם וכל אשר בהם אינם כי אם גילויים שהם נדמים לנו כעין ניצוצות פרטיים מהתגלות האורה העליונה, אבל כשהם לעצמם הם כולם חטיבה אחת, התגלות אחת, שבה כלול כל היפי, כל האור, כל האמת וכל הטוב. הגלויים הללו הולכים הם במהלכם ומתעלים, הולכים ומתבלטים לעיני כל שהם באמת הנם גלויים של כל הטוב. והשפע הזורם בכל-הטוב, המנשא את שורש הנשמה אל עליונותו, המקטין בעיניה את העולם החומרי

¹³ השווה "צוואת הריב"ש" פסקא קכ"ז עמ' 72, הוצאת ידיעות ספרים.

והרוחני וכל הודו ותפארתו, אותו השפע עצמו מחדש עליה את כל העולמים וכל היצורים לובשים צורה חדשה, וכל מראה של חיים מעורר ששון וישע, וכל מעשה טוב מרנין לב, וכל למוד מרחיב דעה. המצרים הצרים של כל אלה אינם דוחקים את מרחבה של הנשמה, שהיא מסתכלת תיכף ומיד, ורואה שכל אותם הניצוצות הקטנים הולכים ומתעלים, הולכים ומתאגדים ונצברים בצרור החיים המלאים.

(שם, עמ' קב)

הרב קוק מתאר כאן תהליך נפשי של מוטטלת, "רצוא ושוב"¹⁴, ישנו מצב בו ההתגלות הא-להית מופיעה בנפש האדם במלוא עוצמתה עד כדי הרגשת עליוניות נפשית ופעמים שהיא מופיעה בצורה קטנה ואפילו כביכול אינה מופיעה כלל בנפש האדם. תפקידה של "הארה" א-להית זו היא לתת יכולת לאדם "להציץ" אל תוך המציאות המושלמת של העולם ולבנות בתוכו יכולת של התמודדות וגילוי של הא-להות השלמה הזו גם כאשר השגרה חוזרת והנוכחות החסרה חוזרת למקומה.

הקושי שהופך כאן לאתגר יוצר בנפש האדם אהבה לכל מציאות החיים ושמחה בעצמו ובכל רגע נתון של חייו, השנאה העצמית מפאת חוסר השלמות וממילא הנזירות שבאה בעקבותיה מאבדת את עוקצה מכיוון שהפתרון טמון בנפש האדם עצמו ובשימושים שהוא עושה בכל הופעות החיים המתגלות בו ובעולם בכל רגע נתון. גילוי אור מתוך החושך והפיכת המרירות לטעם מתוק.

¹⁴ יחזקאל א', יד; בחסידות חב"ד מרבים להשתמש במושג זה.