

תורת אביגדור

הגאון ר' אביגדור מילר זצ"ל

שיחות מוסר והדרכה בפרשת השבוע
מיסודות על שיעוריו, ספריו, וכתבי תלמידיו

בא תשפ"ג

חיים של אושר

מהדורת כנסת ישראל

לזכות רפואה שלימה

חיה מלכה בת-בת-שבע

בתוך שאר חולי ישראל

פרנס השבוע

לע"נ

צילה בת בצלאל

נלב"ע ה' שבט, תש"פ

נתרם ע"י בנה ראובן לעווט

אפשר לתרום "בנורים פלוס" או "נורים פון" (03-763-0585 - קרן 2985)

להנצחות: 076-599-4020



לזכות מרדכי וטובה ארמן

ולעילוי נשמת

אליעזר מנחם בן אברהם שמואל
אלטע דבורה בת אשר

חיים שלמה בן דוב בער
גיטל בת מנחם מנדל

ניתן להשיג את החוברת בחינם:

ביתר עילית

058-324-5544 גבעה A
052-760-2289 גבעה B

ערים אחרות

054-853-5670 אלעד
054-662-2428 אשקלון
052-716-9528 אופקים
08-864-6516 אשדוד
03-570-3134 בני ברק
055-674-8959 .. (רחוב השלושה 24) בני ברק
058-322-1089 בני ברק (קרית הרצוג)
054-851-9014 ברכפלד
02-534-2467 טלזסטון
052-447-4126 מודיעין
054-844-1570 נתבות
08-974-3086 קרית ספר
052-760-6491 רכסים

צומת בר אילן ספרי אור החיים
בר אילן 4
054-844-7327 קרית היובל
052-266-9937 קרית משה
02-650-2327 רוממה-המ"ג
רחוב אהליאב 21/32 (בתוך התיבת דודא)
רחביה ביכ"נ הגר"א
02-586-0088 רמות
058-718-5065 רמת אשכול
050-412-7721 רמת שלמה

בית שמש

055-677-8301 קריה
053-232-1710 רמב"ש א'
052-767-4151 רמב"ש ג'
054-842-7664 רמב"ש ג'
052-763-4167 רמב"ש ד'
052-710-9132 רמת אברהם

ירושלים

053-318-4381 ארזי הברירה
052-763-2150 ביהכ"נ הר צבי
054-841-9231 בית וגן
054-841-7272 גאולה-זכרון משה
058-325-5458 גבעת שאול
058-321-9933 גני גאולה

הר נוף

054-851-9014 ישיבת מיר
052-766-5331 נוה יעקב
סורוצקין שער הספר
31 סורוצקין
02-536-2280 סנהדריה
054-859-3064 סנהדריה המורחבת
עזרת תורה 1 ספרים ווינקעל
עלי הכהן 15
02-538-8613 עזרת תורה 2

להוספת חוברת באזורכם, נא להוסיף בקשה ולציין אזור המבוקש

אנו זקוקים מאוד לתרומות

נבקש מאוד מכל מי שנהנה מהחוברת כל שבוע שיתרום לפחות סך 10 ש"ח לחודש

הנצחת מדור שו"ת - 250 ש"ח | הנצחת חצי פרשה - 750 ש"ח
פרנס השבוע (יותר משלושת אלפים חוברות!) - 1500 ש"ח



ניתן לתרום בעמדות נדרים פלוס

או בנדרים פון: 03-763-0585 קרן מס' 2985

or at [TorasAvigdor.org/donate](https://torasavigdor.org/donate) (specify "towards Hebrew edition")

לכירורים והנצחות: 076-599-4020

או לקבלת החוברת במייל: ey@torasavigdor.org

חוברת מס' 147

הדפסה - גרפול MAT 02-5337722

תורת אביגדור

פרשת בא

חיים של אושר

תוכן

- א' - ללמוד על האושר / 3
- ב' - לראות את האושר / 7
- ג' - לחוות את האושר / 11

א' - ללמוד על האושר

אביב או סתיו - למאי נפקא מינה?

עם ישראל עמד לצאת מארץ מצרים, מבית עבדים, ומשה רבינו מזהיר אותם לבל ישכחו את היום הגדול הזה. "וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה אֶל הָעָם זְכוֹר אֶת הַיּוֹם הַזֶּה אֲשֶׁר יֵצְאוּ מִמִּצְרָיִם... הַיּוֹם אֲתֶם יֹצְאִים בְּחֹדֶשׁ הָאָבִיב" (שמות יג, ג-ד). ולכאורה יש שאלה פשוטה: מדוע הזכיר משה כי היום הוא "חודש האביב"? לכאורה מזג האוויר הוא הנושא הכי פחות חשוב כעת. האם חסרים יסודות ועניינים שעליהם יכול היה משה לשוחח עם בני ישראל במעמד חשוב זה? ממתית התורה מתייחסת לעניינים מסוג זה?

זאת ועוד, האם מזג האוויר הנאה באמת שינה משהו בהרגשתם של בני ישראל? הלא הם עמדו לצאת מעבדות לחירות! שאלו נא אדם שהשתחרר מבית הכלא לאחר ששהה שם חמישים שנה, שאלו אותו מה היה מזג האוויר באותו יום נפלא - האמינו לי, הוא לא יזכור ענין פעוט זה. הדבר האחרון שמעניין אותו ברגע זה הוא מזג האוויר! הלא הוא אדם חופשי! מאי נפקא מינה אם בחוץ יורד גשם או שזורחת שמש אביבית?

ובכל זאת, התורה רואה צורך להדגיש עובדה זו, שיציאת מצרים התרחשה בחודש האביב, ורש"י אף מוסיף ומסביר: "וכי לא היו יודעין באיזה חודש, אלא כך אמר להם, ראו חסד שגמלכם, שהוציא אתכם בחדש כשר לצאת, לא חמה ולא צינה ולא גשמים".

בפסוקים בשיר השירים (ב, י-יג) גם כן מושם דגש על העונה בה הוציא ה' את עמו ישראל ממצרים. שלמה המלך מתאר את דבריו של הקב"ה לבני ישראל באותו יום נשגב: "קומי לך רעיתי יפתי ולכי לך" - השי"ת מעורר את עם ישראל, עמו האהוב והיפה, לקום ולצאת ממצרים. "כי הנה הסתיו עבר הגשם חלף הלך לו" - העונה הגשומה והסגרירית עברה, וכעת יהיה נעים יותר לנסוע במדבריות. "הנצנים נראו בארץ" - העצים החלו להצמיח את ניצניהם, ועוברי האורח צוהלים למראה הצבעים המרהיבים. "עת הזמיר הגיע וקול התור נשמע בארצנו" - קולם הערב של ציצי הציפורים מוסיף אף הוא תענוג והנאה עבור אלו הנוסעים בתקופה זו של השנה. "קומי לך רעיתי יפתי ולכי לך" - כעת הוא הזמן, רעיתי יפתי! כעת הוא הזמן המתאים לצאת ממצרים.

עיבור השנה - על מה ולמה?

לא זו בלבד שהתורה מלמדת אותנו כי הקב"ה כיוון את זמן יציאתם של בני ישראל ממצרים לעונה זו של השנה, אלא שהתורה אף מצווה על בית דין לדאוג ולוודא שחג הפסח יחול בחודש האביב, ולא כאשר בחוץ שורר עדיין החורף: "שמור את חדש האביב ועשית פסח לה' אלקיך כי בחדש האביב הוציאך ה' אלקיך ממצרים" (דברים טז, א), ומכאן למדו חז"ל (ר"ה כא, א) שחובה על בית דין לחשב האם חג הפסח יצא בחודש האביב, ובעת הצורך מחויבים הם לעבר את השנה ולהוסיף חודש נוסף על מנת לוודא שפסח לא יחול בחורף. וכל זה למה? כדי שנזכור שיצאנו ממצרים בחודש האביב.

זוהי שאלה גדולה: עם ישראל יוצא ממצרים לאחר מאתיים ועשר שנות עבדות. יש לזכור כי הם לא יצאו ריקם אלא בשלל גדול, ואין ספק אם כן שליבים התפרץ מרוב שמחה. מה יוסיפו להם כמה ציצי ציפורים או פרחי אילנות? אנחנו מדברים כאן על התלהבות גדולה ואושר אמיתי! איזו משמעות יש לעניינים צדדיים וקטנים שכאלו, נחמדים ככל שיהיו?

חידושו של הסבא

שאלה זו שמעתי בשם מרנא הסבא מסלבודקה זיע"א, בלומדי בישיבת סלבודקה בליטא. ותשובתו לשאלה זו היא יסוד גדול שעליו מושתתים חיי האושר וההצלחה בעולם הזה, וכיון שכן, נקדיש את דברינו להבנתו והרחבתו של היסוד המתבאר בדבריו.

הסבא זצ"ל הסביר שעונת האביב, על כל הנאותיה המגוונות, נבחרה בדווקא על ידי השי"ת כדי להגביר ולהעצים את המעמד הזה של יציאת מצרים. למרות ששמחתם של בני ישראל הרקיעה שחקים, ועל אף החירות הנכספת לה זכו סוף סוף והעושר האגדי

שנפל בחלקם, הקב"ה ציפה מהם לא להתעלם מהעובדה שהם יוצאים בחודש האביב, אלא לשים לב לאילנות המלבלבים ולציפורים המצייצות.

וכל כך למה? משום שבמעמד זה, בו יצאו בני ישראל מכבלי מצרים והפכו לעבדי ה', ביקש הקב"ה ללמדם יסוד גדול בעבודת האדם, והוא, שאושרו האמיתי של עובד ה' אינו מגיע מהאירועים הגדולים והמרגשים של החיים. אותם רגעים מיוחדים של שמחה גדולה והתרגשות עצומה, ולא משנה מהי חשיבותם - בין אם מדובר ברכישת רכב חדש, לידת תינוק, או אפילו יציאת מצרים - אינם הופכים את האדם לאיש שמח באמת. רק המתנות הקטנות של החיים, חוויות קטנות של אושר כגון מזג אוויר נאה ורגוע, צינע המרנין של הציפורים, מראה מרהיב של פריחה אביבית - אלו הם הדברים המחדירים אושר אמיתי בנפש האדם.

כמובן שאנו שמחים בדברים הגדולים. אין לתאר את גודל השמחה שמרגיש האדם כאשר נולד לו ילד. וכשזוכים לחתן את הילד הזה - השמחה גדולה עוד יותר! זכית בפסי? איזו שמחה! סיימת מסכת? התקבלת לעבודה אליה קווית להתקבל? כל אלה הם אירועים של אושר גדול, וכולן הן סיבות טובות לצהול ולשמוח, **אולם הם לא יהפכו אותך לאדם מאושר!** רק הנאות החיים הפשוטות והיומיומיות, אותם חסדים "קטנים" שהש"ת מרעיף עלינו תמיד - הם אלו שבכוחם להפוך אותנו לאנשים שמחים.

הסיבה לכך נעוצה בעובדה שנפש האדם חיה את הפרטים הקטנים, שקרובים יותר לתפיסתה מאשר החוויות המרגשות והמסעירות. האירועים הגדולים, על אף שהם נותנים לאדם פרץ של שמחה והתלהבות, אינם נקלטים בנפשו פנימה, והוא אינו מתחבר אליהם כפי שמתחבר לדברים פשוטים וקטנים. לכן, רק אותן חוויות נעימות ומענגות שאנחנו חווים בחיי היום יום, הן אלו שישפיעו על נפשנו ויחדירו בה אושר אמיתי וקבוע.

"משקפיים ורודות" - מציאות שאינה קיימת

אכן, אי אפשר פשוט לבוא לאדם ולומר לו, "נו, תשמח! מתי כבר תלמד לראות את הצד החיובי של החיים!?" משפט זה ודומיו הם דיבורי סרק. הנושא של אושר ושמחה הוא חכמה, וכמו כל נושא חשוב, יש ללמוד אותו היטב, והדבר כרוך במאמץ לא קטן. אותם "חכמים" שמצהירים: "היה אופטימי! תשמח! תביט על העולם במשקפיים ורודות!" אינם מסייעים לאיש. אלו דברים נבובים וחסרי תוכן.

אם חפצים אנו לקנות בנפשנו מבט חיובי אמיתי, אם אנו רוצים להשיג אושר בר-קיימא, מצפה לנו עבודה רבה. ומהי? עבודתנו היא להעריך כל הנאה קטנה שאנו חווים, ולשמוח בה. זוהי תמציתה של עבודה זו. כדי להפוך לעבדי ה' ולעבוד אותו בשמחה כפי שהוא דורש מאיתנו, מוטל עלינו להקדיש את חיינו לבחינה מדוקדקת של כל פרט ופרט מההנאות והטובות אותן אנו מקבלים מאיתנו יתברך.

נקדים ונאמר: מי שיטען שניסיון החיים לימד אותו שלא כך הם פני הדברים, ושלא ניתן להגיע לאושר אמיתי בדרך זו - דבריו הם דברי הבל! אין לו כל "ניסיון" בזה, שכן הוא אף פעם לא ניסה לעשות זאת! דרך זו היא **ערובה** לחיים של אושר והנאה, אלא שכאמור, עלינו לדעת כיצד לעשות זאת, ולהיות מוכנים להשקיע בכך מאמצים רבים.

איזהו עשיר?

נפתח במסע אל השגת האושר האמיתי בלימוד דבריהם הידועים של חז"ל במסכת אבות. המילים מוכרות היטב לכולנו, אך ספק אם יש מי שאכן מבצע אותם בפועל: "איזהו עשיר? השמח בחלקו" (אבות ד, א). כאמור, כולנו למדנו את המשנה הזו, אך האם אנו מיישמים אותה?

מטרתה של משנה זו אינה לספק לנו מידע מעניין, ולהגדיר מהו המושג "עשירות". לא ולא! המשנה אומרת את הדברים משום שהם נועדו עבורנו! אחרת, לשם מה הם נאמרו? הדברים נכתבו כדי **שאנחנו** נקיים אותם! הקב"ה רוצה **שכל אחד ואחד מאיתנו** יהיה אותו עשיר השמח בחלקו!

חשוב לציין ש"שמח בחלקו" אין פירושו "שבע רצון מחלקו", כלומר שדי לו בזה. הפירוש הוא כפשוטו: שמח! היינו שהאדם מלא בשמחה כתוצאה ממה שיש לו. הקב"ה רוצה **שנהנה** מהעולם הזה, ושנהיה אנשים שמחים. אכן, זוהי אומנות שעלינו להתחיל וללמוד אותה.

לפני שנתחיל, עלינו לסלק ממוחנו את המבט לפיו המושג "פרישות" מתקשר עם צער ואומללות. לא! הפרוש אינו אדם אומלל, אלא אדם ששמח על אף שאינו חי חיי מותרות. הוא מרגיש אושר מההנאות הפשוטות והמגוונות שמספקים לנו החיים עצמם. חז"ל מלמדים אותנו כי מי שחי חיים כאלה, הוא הוא המאושר, ועליו נאמר, "אם אתה עושה כן, אשריך בעולם הזה".

מוטל עלינו לפתוח את עינינו, לאמץ את שכלנו ולהיות מוכנים לעבוד קשה על מנת למצוא את האושר האמיתי הטמון בחיים. אם נעשה כן, השמחה שטבע ה' בנפשנו תפרוץ החוצה מעצמה, והחיים בעצמם יהפכו למלאים עונג ושמחה. נזכה לאושר רב ואינסופי - ללא רכב חדש וללא ביקורים בגן חיות או בלונה פארק. החיים בעצמם יהפכו אותנו לאנשים שמחים.

מגוון ההנאות

האושר אינו מגיע מדברים גדולים, אך גם לא מדבר אחד קטן. מהו ה"חלק" שבו אנו אמורים לשמוח? "השמח בחלקו" פירושו לשמוח בחלקנו בחיים, והמושג "חיים" אינו כולל רק פרט אחד או שנים, אלא אינספור פרטים ופרטי פרטים. החיים מורכבים מעשרות

אלפי תופעות וחוויות, ומשימתנו היא לקחת כל תופעה שכזו וללמוד אותה, כך שהיא תגרום לנו שמחה ואושר.

מי שילמד כיצד שתיים מתופעות אלו מביאות לאדם אושר, הרי שיש לו כעת שני דברים שמשמחים אותו. ואם יבחן חמישיים תופעות, הרי שיהיו לו חמישיים. ככל שתבחן יותר נושאים ותלמד להעריך תופעות רבות יותר, כך תגדל מידת האושר שתחוש. זהו שאומר דוד המלך ע"ה: "כִּי שִׂמְחָתֶנִּי ה' בְּפַעֲלֶךָ בְּמַעֲשֵׂי יְדִיךָ אֲרַנֶּנּוּ" (תהילים צב, ה). כיצד יגיע האדם לידי שמחה בה? על ידי התבוננות ב"פעלך ומעשי ידיך". כאשר אדם נותן את דעתו ומתבונן בטובותיו של הבורא יתברך, הדבר מביא לליבו שמחה אמיתית וקבועה.

לעומת זאת, מי שמדבר במונחים כללים, אין אלו אלא מילים בעלמא. אי אפשר לשמוח מ"הכל", כי "הכל" הוא למעשה "לא כלום". הדרך להשיג שמחה אמיתית עוברת דרך פרטים. כאשר מצרפים פרט לפרט, כשאדם מתבונן ושמח בתופעה אחת, ואז מוסיף עוד אחת ועוד אחת, הרי שבזה הוא מתחיל לחוות את האושר האמיתי הטמון בחיים.

ב' - לראות את האושר

העושר מתחיל לתפוח

כל אדם יכול להגדיל את עושר האושר שלו בכל יום ויום, בכך שילמד לשמוח בפרטים הקטנים של החיים. לאט לאט, יום ועוד יום, האדם צובר עוד ועוד עושר. ולפתע הוא מגלה שליבו כבר "מתפוצץ" מרוב שירה לה! הוא פוסע ברחובות ברוקלין, ו"משתגע" מרוב שמחה!

כיון שרכש האדם את העושר הזה, שוב לא ידע אומללות מהי. הוא אינו מסוגל שלא לשמוח, שהרי בכל יום ויום הוא חווה אלפי דברים משמחים. לא משנה אילו אירועים עוברים אליו, הוא מודה לה' על כך שיש לו אוויר לנשימה ללא כל הגבלה. יש לו גם מי שתיה ללא הגבלה. הוא זכה ויש לו אפילו קורת גג, נעליים, והרשימה עוד ארוכה.

מי שזכה לקנות בנפשו את האושר הזה, יהיה לו את הכח לעמוד בפני כל הניסיונות של החיים. החיים אינם קלים, ויש בהם הרבה עליות ומורדות. מי שלא קנה בנפשו את מעלת ה"שמח בחלקו", הרי שכל כספו ורכושו לא יועילו לו, והוא ישאר אדם אומלל במהותו, כי הוא מעולם לא למד שמחה אמיתית מהי.

עיקר "חלקו" - החיים בעצמם

מעתה עלינו לברר לעצמנו - מה בדיוק אמור לגרום לנו אושר? מהו ה"חלק" שלנו שבו מצופה מאיתנו לשמוח? מהי הבחינה הבסיסית ביותר של "חלקו", שכל אחד ואחד מאיתנו זכה לו? התשובה היא, ש"חלקו" פירושו החיים בעצמם! זהו "פשט" חדש במשנה, שמסתמא לא חשבתם עליו! בני אדם נוטים לחשוב ש"שמח בחלקו" פירושו, שכאשר יהיו לי חצי מיליון דולר, או אז אהיה שמח בחלקי, על אף שעדיין אין לי שני מיליון. לא, זה לא נקרא "חלקו"! "חלקו" פירושו שעצם העובדה שאתה חי ונושם, אמור לגרום לך שמחה עצומה.

אין אושר כמו האושר של החיים בעצמם! בכוחה של חוויית החיים להביא לאדם אושר עז ביותר, אלא שכל כך התרגלנו לעובדה זו, שאנחנו מתעלמים מהאושר הגדול הטמון בה. החיים הם תענוג גדול ביותר, ששום תענוג אחר לו ישווה לו! והראיה לכך היא, שגם העשיר הגדול ביותר יהיה מוכן להקריב את כל ממונו בכדי שיוכל להמשיך ולחיות.

כל אחד ואחד מכם מכיר אנשים, חלקם בגילכם, שכבר אינם בין החיים. אני בעצמי גם כן נזכר בחברי ילדות, שחלקם כבר אינם בין החיים. היה לי ידיד שנפטר בגיל ארבע עשרה, וחבר נוסף שלמד איתי בישיבה נפטר בגיל עשרים.

החיים הם התענוג הגדול ביותר! ניקח לדוגמא יהודי שלאחר ביקור אצל רופא המשפחה, נשלח באופן בהול לרופא מומחה, כי רופא המשפחה ראה בבדיקות משהו מדאיג. כעת האיש חושש מפני הדברים אותם הוא עלול לשמוע. הרופא המומחה עורך לו סדרה של בדיקות, ושולח אותו לביתו להמתנה מורטת עצבים של מספר ימים. כמובן שבמשך אותם ימים, האיש אינו מסוגל לחשוב על דבר מלבד שיחת הטלפון מהרופא. בינתיים הוא שקוע בהרהורים נוגים - מה שווה כל מה שיש לי אם חיי עומדים להסתיים? לבסוף הוא נקרא אל חדרו של הרופא, וזה מושיב אותו ומודיע לו, "אני שמח לבשר לך שהכל תקין אצלך!"

האיש יוצא מהמרפאה ומרגיש "בעננים". הוא האדם המאושר ביותר בעיר כולה! וזאת משום שכעת הוא מרגיש את האושר המתוק שבחיים עצמם. האושר שבהליכה פשוטה ברחובותיה של ברוקלין, הידיעה שאני חי וקיים, היא הנאה שכל מנעמי תבל לא ישוו לה.

נחיתה מהירה וטראגית

הבעיה היא שהרגשת ה"בעננים" נמשכת פרק זמן קצר ביותר, ומהר מאוד האיש מוצא את עצמו חזרה על קרקע המציאות. הוא כבר שכח הכל. איזו טרגדיה גדולה! הנאה זו של החיים עצמם, צריכה היתה לגרום לאדם אושר שנמשך עוד ועוד.

אולם כך הוא טבע האדם. מי שלא למד ולא השקיע בנושא הזה, יתרגל מהר מאוד למציאות זו שהוא חי ושהכל בסדר אצלו, והוא כבר לא ירגיש שום שמחה מכך. כפי שכבר

אמרתי, עלינו להכין לעצמנו תכנית מסודרת להשגת האושר, כי הוא לא יגיע משמיעת שיחה כזו או אחרת. מי שלא יתחיל במלאכה זו, להפוך את עצמו לאדם מאושר, הרי שעבורו כל הדברים שנאמרו כאן הם בזבוז זמן מוחלט.

כאמור, על האדם **ללמוד** כיצד להיות שמח בחלקו - כלומר בעצם העובדה שהוא חי. הזדמנות טובה לתרגל עבודה זו היא כאשר אנו עוברים על יד בית הלוויות - בשדרה הסמוכה ישנם שלושה כאלה. בעודך חולף על פני בית הלוויות הראשון, אמור: "ברוך ה' שאני נמצא בצד הזה של הגדר, ולא בצד השני!" איני מתבדח כעת! זוהי עבודה רצינית ביותר! וכאשר תגיע לשני, אמור שוב: "ברוך ה' שאני בחוץ!" כך גם בשלישי: "ברוך ה' שאני נמצא בחוץ!" אמור את זה בפך שוב ושוב. הזכות להיות בצד הנכון של בית הלוויות היא שמחה עצומה ואינסופית!

אמנם כעת מוטל עלינו להרחיב עוד את מעגל השמחה, שכן ישנם עוד כל כך הרבה דברים משמחים ומענגים. לא רק שאתה חי, אלא שהכליות שלך מתפקדות כראוי. אני מכיר אדם ששתי כליותיו קרסו לגמרי, והוא ממתין כבר שנים בתור להשתלת כליה. בינתיים עליו לעבור טיפולי דיאליזה שלוש פעמים בשבוע, שכל אחד מהם גוזל ממנו זמן וממון רב. אולם הוא שמח שהוא חי. הוא מאושר מכך שקיים מכשיר רפואי המאפשר לו להמשיך לחיות, והוא מרגיש את התענוג שבחיים עצמם. אי אפשר לתאר את גודל האושר שהוא היה מרגיש אילו יכול היה להשיג כליה! הוא היה "משתגע" מרוב שמחה!

המושג המאושר

הנה לנו אדם אחר שאכן זכה לקבל תרומת כליה מאחותו, וכעת זכה לתואר "מושתל כליה" על כל המשתמע מכך. אכן, על אף שהוא כבר אינו זקוק לדיאליזה, עדיין מצבו אינו פשוט כל כך. יהודי זה צריך לקחת תרופות לדיכוי מערכת החיסון שלו, כדי שגופו לא ידחה את הכליה החדשה. הלא הכליה היא גוף זר, וטבעו של הגוף הוא לדחות כל גוף זר החודר אל תוכו, ולכן עליו ליטול תרופות שימנעו מהגוף לדחות את הכליה מצילת החיים.

אלא שמצב זה יוצר אצלו מציאות לא פשוטה, כי כעת הוא אינו יכול ליטול תרופות אחרות להן הוא זקוק, מחשש שמא תרופות אלו ישבשו את השפעתן של התרופות לדיכוי מערכת החיסון. לדוגמא, אסור לו ליטול אנטיביוטיקה, ומשכך הוא חשוף לזיהומים שלא תהיה לו יכולת לטפל בהם. הוא ממשיך לחיות עם כליה מושתלת, אך הוא חשוף לסכנות.

האם נראה לכם שמבטו של אדם זה על העולם זהה לזה שלכם? כשהוא רואה אדם שנראה עצוב ומדוכא, הוא חושב לעצמו, "האיש יצא מדעתו! כיצד מסוגל הוא להיות עצוב כשיש לו כליה משלו!" כליה היא שמחה עצומה! יש לך כליה המתאימה באופן מדויק לכל המערכות שבגופך! כשהוא רואה אותך ברחוב, הוא אינו מבין מדוע אינך יוצא מכליך מרוב התלהבות. לא זו בלבד שיש לך כליה משל עצמך, אלא שיש לך שתי כליות! אינך רק מיליונר, אלא מולטי-מיליונר!

כמה אווילים הם בני אדם שאינם שרים ומזמרים על מה שיש להם! בעודנו פוסעים ברחוב, עלינו לעורר באופן תדיר את השמחה בתוך נפשנו, ולחשוב כמה טוב ונח לנו, ולהתבונן בעשירות הגדולה שבה התברכנו.

ככל שנתרגל עוד ועוד את המחשבות הללו של השמחה בחלקנו, כך השמחה תהפוך לחלק מאישיותנו. לאט לאט, אדם קונה בנפשו מבט חיובי ואופטימי על החיים, והופך לאדם מאושר. "כמה טוב לי שאני חי!" אתה חושב לעצמך בעודך חולף על פני בית העלמין. "ולא רק שאני חי, אלא אף יש לי שתי כליות בריאות! אני עשיר!"

תערובת נפלאה

כאמור, כדי להצליח להיות שמחים בחלקנו, עלינו להתמקד בפרטים. עלינו לעבוד בכל פעם על פרט מסוים, על נושא אחד, ולשמוח בו. לדוגמא, תוכלו לבחור להתמקד השבוע על האוויר - להנות מהתענוג ששמו "אוויר לנשימה". קחו נשימה עמוקה מהאוויר ואמרו, "אה! איזה תענוג!" האפשרות לנשום אוויר היא באמת ובתמים הנאה גדולה. האוויר הוא תערובת נפלאה של חומרים הנחוצים לנו על מנת לחיות, שניתנה לנו בחינם, ושום תרופה שנרכש בבית המרקחת לא תשווה לתערובת המופלאה הזו.

אולם כדי שנעריך את המתנה הנפלאה הזו, עלינו לעבוד על זה ולחנך את עצמנו לכך. כאשר אתה פוסע לבית הכנסת, אמור לעצמך: "כמה טוב שיש לי אוויר לנשימה. איזו מתנה נפלאה נתן לי ה'! אכן, בתחילה דיבורים מעין אלו נשמעים כמו חידוש גדול. אוויר?! הלזו תיקרא מתנה? אני חושש שאפילו בקרב יהודים תלמידי חכמים הדברים עשויים להישמע כחידוש. אולם זוהי עובדה פשוטה שאינה ניתנת לוויכוח: האוויר הוא המתנה הבסיסית והחיונית ביותר עבורנו. אדם יכול לחיות מספר ימים ללא מזון, וגם מים הם דבר שניתן לחיות בלעדיו, גם אם לפרק זמן קצר יותר, אולם אוויר הוא דבר שנחוץ לנו בכל עת ורגע, ואי אפשר לחיות בלעדיו כלל וכלל.

"אוקיינוס" של אוויר

במדרש (בראשית רבה יד, ט) דרשו חז"ל את הפסוק בתהילים (קנ, ו), "כל הַנְּשָׁמָה תְּהִלָּה יְ-הוָה - עַל כֵּל נְשִׁימָה וְנְשִׁימָה תְּהִלָּה יְ-הוָה", ומורי ורבי הגרי"א שר צוק"ל התבטא שכוונת חז"ל ל"הלל שלם", לא "חצי הלל"! על כל נשימה שאנחנו נושמים, חובה עלינו לשיר ולהלל לבוראנו! אמנם אין לנו די זמן לזה, כי אנחנו עסוקים בלנשום, אולם לכל הפחות עלינו לדעת שעד כדי כך גדול הוא תענוג זה, שמן הראוי היה לשיר הלל שלם על כל נשימה שאנחנו נושמים.

מי שמרגיש קצת מיואש או מדוכא, יש לי עצה טובה שבילוי: לפתוח את החלון ולקחת נשימה עמוקה של אוויר צח. האוויר הוא כמו תרופה רבת-עוצמה, שאיננו קולטים את גודל השפעתה עלינו. החמצן שבאוויר מתערב עם הדם שבגופנו, ובכך עובר אל כל חלקי

גופנו ומחיייה אותם. אני ממליץ לכם לתרגל עבודה זו: לקחת מספר נשימות, ולהתרכז בתענוג שאתם חווים, ובכך להעריך את המתנה הגדולה הזו.

האוויר הוא תערובת של כמה וכמה חומרים שעורבו יחד על ידי הקב"ה באופן המועיל והמהנה ביותר עבור האדם. הוא שם אותנו בתוך "אוקיינוס" של אוויר. אנחנו כמו דגים המוקפים במאות קילומטרים של אוויר צלול ובריא, וכאן אנחנו חיים בבריאות ובאושר. כדאי שנהנה מהאוקיינוס הזה כל עוד אנחנו נמצאים כאן.

להתחנך להתענג

האושר שלנו אינו טמון בבית נופש בהרים או על שפת הים. הלא אם לא יהיה לנו אוויר, הרי שכל מנעמי תבל לא יועילו לנו כלום. האושר טמון באוויר! צריך לתרגל את זה ולחנך את עצמנו לזה. אנחנו פוסעים בשדרה לאחר שירד גשם, האוויר מלא בניחוחות מתוקים של עצים וצמחים שונים המתערבים עם כל שאר הניחוחות הנפלאים שברא ה' בעולמנו, ולנו לא נשאר אלא לשאוף ממנו מלא הריאות ולהתענג על האושר הנהדר הזה.

ישנם אנשים של"ע מתקשים לנשום, וכל נשימה עולה להם במאמץ גדול. עלינו להודות לה' על היכולת להנות מהמתנה הנפלאה הזו ללא כל מאמץ. עלינו לחנך את עצמנו להנות ולהתענג על האוויר, ובכך נקנה בנפשנו הערכה אמיתית ואושר גדול מהמתנה ששמה אוויר.

ג' - לחוות את האושר

מוזר ומאושר

למעשה, כדי להשיג מעלה זו של "השמח בחלקו", אין מנוס מלהיות מעט "מוזרים", פירוש, לחשוב מחשבות ולהרגיש הרגשות שנראות כמוזרות בעיני מי שלא התחנך לכך. לא תמיד נוכל לשתף את הרגשותינו עם חברינו וידידינו, שכן הדבר יעורר אצלם שחוק ובוז, מה שעלול להשפיע אף עלינו. כך מזהיר אותנו שלמה המלך בספר משלי (כג, ט):

"בְּאֶזְנֵי כְּסִיל אֵל תִּדְבֹר כִּי יְבוֹז לְשֹׁכֵל מְלִיכָה."

אם תתחיל לדבר על הדברים שאתה שומע כאן, תתפרסם ברחבי השכונה כ"המשוגע ההוא מקצה הרחוב, זה ששמח בכך שיש לו כליות!" נסה להסביר להם את האושר שאתה מרגיש מכך שאתה מסוגל לנשום, והם יחשבו אותך לבלתי שפוי. אולם באמת הם אלו שאינם שפויים, שכן הם מפסידים את העונג הגדול המזומן לנו כאן בחיי העולם הזה.

אכן, ישנם הבאים בטענות שווא נגד לדרך זו. פעם ניגש אלי יהודי וטענתו בפיו: "מדוע אתה מחנך יהודים להנות מהחיים?! האם זוהי תכלית החיים, לרדוף אחר תענוגים?!" הוא כעס עלי! הבטתי בו ואמרת, "ראה את ההבדל בינינו. אתה עונד על זרועך שעון יד - ואילו אני לא. אתה מגיע לכולל ברכב, ואילו אני הולך ברגל. מי כאן רודף אחרי תענוגים, אני או אתה? אתה רודף אחרי תענוגים ואינך משיג אותם, ואילו אני, איני מחפש תענוגים - הם פשוט רודפים אחרי! אני הולך ברחוב עם שני 'רכבי פאר' - הלא הם הנעליים שלרגלי, ונושם את האוויר שברא הקב"ה, ואני נהנה מהחיים. אני חולף על פני בית העלמין בדרכי לכולל, וליבי מתמלא בשמחה והודיה לה' על כך שאני נמצא בצד החיצוני של החומות הללו". סוג זה של תענוגים הוא חיוב גמור! מצוה גדולה היא להנות כך מהחיים!

אוזניות, רמקולים ומצלמות

מי שמתבונן במה שיש לו, אינו זקוק ל"מקומות בידור" כאלו ואחרים כדי להנות ולשמוח. האושר נמצא ממש כאן, בהישג ידינו! הבט על עצמך! ברוך ה', אתה חי! יש לך שתי רגליים, ושתייהן שוות בגודלן! בצידי ראשך יש שתי "אוזניות" משוכללות, שאין צורך לרכוש אותן בחנות. הן ניתנו לנו בחינם!

יש לך שיניים! שיניים חותכות מקדימה, ושיניים טוחנות מאחור. ברוך ה'! יש לך לשון שעובדת בצורה תקינה, ו"רמקול" עוצמתי בגרון - הלא הם מיתרי הקול. ברוך ה'! והעיניים! שתי "מצלמות" משוכללות הממקמות בראשנו. אה! איזה תענוג! וברוך ה' שיש לנו שתי רגליים ואת היכולת ללכת עליהן. ההליכה היא משימה בלתי פשוטה בעליל, ויכולת האיזון שמקנות לנו הרגליים היא נס! ברוך ה', ברוך ה'! וזו רק ההתחלה.

עלינו ללמוד גם כיצד לשמוח בבגדינו. ולא מספיק לצאת ידי חובה בברכה כללית של "מלביש ערומים". עלינו ללמוד ולהתבונן בכל פרט ופרט מבגדינו ובכך להפוך לבני אדם מאושרים. הכיסים, הכפתורים, הכל. צריך ללמוד כל אחד מפרטי לבוש אלו.

שעשה לי כל צרכי

עוד פריט לבוש אותו עלינו ללמוד ולהעריך הם הנעליים. הנעליים הן אושר גדול! האם אי פעם חשבתם על כך? הידעתם שיש מקומות בעולם שבהם לאנשים אין נעליים? במקומות אלו, התענוג הגדול הזה מוגבל אך ורק לראש השבט. רק לו יש נעליים, וגם הוא אינו נועל אותם מדי יום, אלא רק לכבוד אירועים מיוחדים. אם מגיע איזה אורח חשוב לכפר, כגון איזה גנרל מצבא ארה"ב, ראש השבט מוציא את נעליו החגיגיות מהארון, ונועל אותם כדי לעשות רושם חיובי על האורח הנכבד. עלינו לשמוח בנעלינו, והעובדה ששפר עלינו גורלנו להיוולד במדינה שבה לכל אחד יש נעליים, אינה צריכה להפחית מאומה משמחתנו והנאתנו!

חז"ל תיקנו על כך ברכה מיוחדת, אותה אנו מברכים בכל יום: "שעשה לי כל צרכי". אולם לרוב אנחנו מתעצלים ואיננו חושבים אפילו על פירוש המילות של הברכות שאנחנו מברכים. אולם למען האמת, איני מדבר כעת על ברכות השחר שתיקנו חז"ל, אלא על הליכה פשוטה ברחוב - קח לך דקה אחת בכל יום, בעודך פוסע ברחוב, כדי לשמוח בנעליים שלךגליך. ואל תחשוב רק על הנעליים באופן כללי, אלא על הפרטים. "אה! כמה טוב שיש לי שרוכים שבקצוות יש ציפוי פלסטי. אילו לא היה להם את הציפוי הזה, הייתי צריך לטרוח הרבה כדי להשחיל אותם אל תוך חוריהם. אילו לשרוכים שלי לא היה ציפוי פלסטי בקצה, הייתי צריך להרטיב ולסובב את הקצה כדי שהוא יכנס אל תוך החור. אה! ברוך ה'!" האם אי פעם חשבתם על כך?

החום המופלא

עלינו ללמוד להעריך את העובדה שיש לנו קורת גג. ולא רק שיש לנו בית, אלא שיש בו חימום. אני יודע שנקודה זו היא חידוש עבור רובכם. חימום? האם בכלל יש מושג של בית ללא חימום? התשובה היא שכן, חימום הוא מתנה גדולה, מתנה שיש להעריך אותה ולהנות ממנה.

בילדותי, לא היה מושג של חימום בבית. החדר היחיד בבית שהיה מחומם היה המטבח, שבו היה מוצב תנור הפחמים. ובתנור זה היה כמובן צורך לפנות את האפר שהצטבר שם כאשר הגחלים התאכלו, ולהכניס פחמים חדשים. בתור ילד, כשרציתי לשבת ולקרוא, הייתי נכנס אל המטבח ושוכב על הרצפה, שכן בשאר חדרי הבית לא היה חימום. לא היו רדיאטורים. אמנם היו תנורי נפט, אבל היה צורך למלא בהם נפט, ולא תמיד הם עבדו כמו שצריך. וגם כשהם כן עבדו, הפיח שהיה יוצא מהם היה משחיר את החדר כולו. מי שישן עם תנור נפט, היה קם בבוקר כשפניו מכוסות בשכבה של פיח שחור. העובדה שלכולנו יש כיום חימום בחדרי הבית היא תענוג גדול, שקשה לדור הצעיר להעריכו.

כאשר אתה חוזר עם בנך מבית הכנסת בליל שבת חורפית, אמור לו, "חיימק'ה, כמה טוב שיש לנו חימום בבית!" אמנם הוא יביט בך במבט מוזר, ולא יבין ממה אתה מתרגש. הוא חושב שזו אחת המוזרויות של הדור המבוגר, אולם אל תתן דעתך לכך. זו הדרך לגדל ילדים, ובסופו של דבר הם עוד יודו לך על כך.

פלא ושמו "ברז"

כאשר למדתי בישיבת סלבודקה, לא היה מושג של מים זורמים בבתים. מי שרצה מים היה צריך ללכת מספר דקות ולדלות מים מהבאר, וגם אז אי אפשר היה לשתות את המים מכיון שהם לא היו נקיים, והיה צורך להרתיח אותם לפני השתיה. ואילו אצלנו, אנחנו פותחים את הברז, והנה יש לנו מים זכים וראויים לשתיה, ללא כל הגבלה! איזו עשירות, איזה אושר! ולא רק מים קרים, אלא גם מים חמים! מים חמים הזורמים מהברז! איזה "לוקסוס"! בעבר, מי שרצה מים חמים היה צריך להרתיח אותם, ואילו אנחנו פותחים את

הברז, ויש לנו מים חמים! אם תחשבו על כך בכל פעם שאתם פותחים את הברז, תתחילו להיות "שמחים בחלקכם".

אדם צריך ללמוד לדבר אל עצמו ולהזכיר לעצמו את המתנות הגדולות שבהן חנן אותה ה'. בעודך עולה במדרגות אל ביתך, לחש לעצמך, "כמה טוב שיש לנו מדרגות". בביתי יש מדרגות, ופעמים רבות אני חושב על כך שבזמן הגמרא לא היו מדרגות, וכדי לעלות לקומה גבוהה יותר היה צורך בסולם, שנקרא בלשון הגמרא "דרגא". נסו פעם לטפס על סולם כדי להגיע לקומה השניה - זה לא כל כך קל. למען האמת, גם הסולם הוא המצאה די טובה, כי בלעדיו היה צורך לעלות בעזרת חבל. אבל סולם אינו דבר בטוח כל כך, והמדרגות שיש לנו הם לוקסוס של ממש. מי שילמד להנות ממדרגות ביתו, חייו יהיו מלאים בתענוג ובאושר.

להפוך למיליונר

מבט כזה על החיים מגיע אך ורק עם עבודה עקבית ועיקשת. בשבוע הראשון, מקדישים חמש דקות ביום כדי להנות מהאוויר. בשבוע שאחר כך, מתמקדים על הנות מהיכולת ללכת. אחר כך עוברים לחמש דקות של מחשבה אודות הבגדים. כך, לאט לאט, מגדיל האדם את הונו, והופך לאיש עשיר באמת, שחדרי אוצרותיו מלאים באבני חן יקרות של "שמח בחלקו".

אבל צריך לעשות את זה בפועל! לא מספיק לשמוע אותי אומר את זה. וזה דורש עבודה מאומצת. הלא אפילו להפוך למיליונר מדומה, כזה שבחשבון הבנק שלו מופקדים מיליון דולר, נדרשת עבודה, וזה לא בא בקלות. על אחת כמה וכמה שכדי להפוך למיליונר אמיתי של "השמח בחלקו" נדרש זמן ומאמץ רב. מי שחפץ לזכות להיות מהעשירים השמחים בחלקם, עליו לקבל על עצמו את משימת החיים הזו, לשמוח ולהודות לה' על כל טובה שהוא מקבל. "תודה לך ה' על ארוחת הבוקר שנתת לי! תודה לך ה' על כך שגופי מתפקד כראוי!" אל תסמכו על הברכות שאתם מברכים, כי צריך לומר את הדברים במילים שלנו. וגם מי שאינו מרגיש את הדברים בתחילה, אם אך יקפיד לומר אותם, הרי שאחר הדיבור נמשכת המחשבה, והוא אכן יהפוך לאדם עשיר. אכן, זה לא יקרה ביום אחד. בתחילת הדרך הוא לא ירגיש כל כך מאושר מארוחת הבוקר שלו, אולם אם ימשיך לחשוב ולומר את המילים, לאט לאט הם ימצאו מקום מנוחה בשכלו, וישפיעו עליו השפעה אמיתית.

הערובה לאושר

יסוד זה למדנו מדבריו של המסילת ישרים, שהחיצוניות מעוררת את הפנימיות. גם אם אינך מרגיש שמחה מכך שאתה נושם, אל תתן לעובדה זו להניא אותך מלומר ולחשוב מחשבות של אושר ושמחה, ולאט לאט תיווכח כיצד השמחה האמיתית פורצת מעמקי נשמתך. וכך תוסיף עוד ועוד דברים, עוד תופעות שבהן אתה שמח, ובמשך הזמן פרטים

אלו מצטברים לכדי עושר רב, ואתה תהפוך למיליונר אמיתי. לאחר תקופה מסוימת יהיו לך ארבעים או חמישים עניינים שעליהם עבדת ושבהם אתה מרגיש שמחה ואושר. אבל זו רק ההתחלה, שכן יש עוד כל כך הרבה תופעות משמחות, אבל ארבעים כאלו כבר יספיקו כדי להפוך אותך לאדם שמח ועשיר. אם אתה עדיין איש צעיר - אפילו איש צעיר בגיל ששים - ותמשיך לצעוד בדרך זו בעקביות, הרי שבגיל תשעים תהיה כבר עשיר מופלג.

אני מבטיח לכם שמי שינהג כעצה זו, יהפוך לאדם שמח. לא רק שהוא יהפוך לאדם שמח, אלא שהוא יהיה עבד ה' בעל שלמות מיוחדת.

בדברינו כאן דיברנו רק על מספר דוגמאות, ולמען האמת הרשימה עוד ארוכה, ויש עוד הרבה מאוד על מה לדבר, אך לכל הפחות פתחנו את הנושא. זוהי חכמה מורכבת שיש ללומדה בעיון וליישם אותה בפועל, אבל לפחות אנחנו יודעים שיש כאן עבודה, עבודת השמחה. הקב"ה דורש אותה מאיתנו, והיא זמינה לכל דורש.

יהיה מי שישאל: "כיצד זה שמעולם לא שמעתי דיבורים מעין אלו מרבותי?" אך זו טענת שווא. הצדיקים האמיתיים יודעים שזוהי הדרך אל האושר האמיתי בחיים. זוהי הדרך שהקב"ה הודריך אותנו בה כאשר יצאנו ממצרים, כאשר אמר לנו, "היום אֶתֶם יִצְאִים בְּחַדְשׁ הָאָבִיב". היופי של האביב, יחד עם אלפי פרחים "רגילים" מחיינו, הם המקור האמיתי לשמחה ואושר בחיינו.

שבת שלום ומבורך!

בואו נהיה מעשיים

חיים של אושר - שלב אחרי שלב

התורה מדגישה שיציאת מצרים התרחשה בחודש האביב, על מנת שנדע שמה שמביא לאדם שמחה ואושר אינם הדברים הגדולים, אלא דווקא הפרטים הקטנים, שלכאורה נראים כבלתי משמעותיים. אם נתמקד באושר הקיים בפרטים הקטנים הרבים, זה מה שיגרום לנו להיות אנשים מאושרים.

השבוע, נקבל על עצמנו בלי נדר להודות לה' באופן מפורט על אחת מהטובות המרובות שהוא נותן לנו. נתבונן כיצד היו נראים חיינו אילו הדבר הזה, שנראה לנו כמובן מאיליו, היה נלקח מאיתנו, ונביע את מחשבותינו במילים. לאט לאט, נתחיל להעריך את ההנאות שמספקים לנו החיים, ונשיג שמחה אמיתית בה'.



שאלות ותשובות

מתוך תשובות שהשיב הרב זצ"ל לשואלים

שאל אביך ויגדך זקניך ויאמרו לך

שאלה:

בת דודתי למדה באוניברסיטה, וטוענת כי היא כלל אינה מתחרטת על כך, שכן לא היה לה כל השפעה עליה. מה אוכל לענות לה?

תשובה:

היה פעם אדם שהיה מזלזל לגמרי בכל חוקי התנועה. הוא היה נוסע בפראות, וכולם הזהירו אותו שיום יבוא והוא יתחרט על כך. אך למעשה, כל נביאי הזעם טעו באזהרותיהם, שכן הוא מעולם לא התחרט על מעשיו. וזאת משום שיום אחד הוא התנגש בעוצמה בעמוד חשמל, ומשם עשה את דרכו הישר אל חדר המתים.

הוא אינו מתחרט על כך שנסע במהירות מופרזת, כי הוא כבר אינו בין החיים. אילו לא היה מוצא את מותו בתאונה, אלא היה נשאר נכה לכל החיים, או אז הוא היה מתחרט, אולם כיום שהוא מת הוא אינו יכול להתחרט.

אותה נערה שלמדה באוניברסיטה אינה מתחרטת על כך מכיון שהיא כבר מתה. היא איבדה את שכלה. ה"השכלה" אותה רכשה שם, כמוה כניתוח להסרת המוח. אכן, יתכן וכבר מתחילה לא היה לה שכל, זו גם אפשרות, אולם מה שכן היה לה הוחלף באוסף מלאכותי של רעיונות ומושגים. כיום, מה שמלמדים שם אלו מושגים מסוכנים ורעילים. בין היתר הם מלמדים את האדם לסמא את עיניו כדי שלא להבחין בנפלאות הבורא הנראים בטבע. לימודי הביולוגיה למשל מתוכננים במיוחד כדי שהתלמידים לא יבחינו בתכנית ובתכלית שהטביע הבורא יתברך בעולמו.

ולכן, אם בת דודתך טוענת כי היא למדה באוניברסיטה ולא היתה לך כל השפעה עליה, הסיבה לך היא שהיא כבר נמצאת בחדר המתים.

מדור זה נתרם לע"נ:

להנצחות: 076-599-4020