תורה כג - ליקוטי מוהר"ן תנינא - על השמחה מחשבת –מועדים – פורים שם\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

בס"ד  **"מוכרחים להיות שמח?"**

עִנְיַן הַשִּׂמְחָה, עַל פִּי מָשָׁל, שֶׁלִּפְעָמִים כְּשֶׁבְּנֵי אָדָם שְׂמֵחִים וּמְרַקְּדִים אֲזַי **חוֹטְפִים אִישׁ אֶחָד מִבַּחוּץ שֶׁהוּא בְּעַצְבוּת וּמָרָה שְׁחֹרָה וּמַכְנִיסִים אוֹתוֹ בְּעַל כָּרְחוֹ לְתוֹך מְחוֹל הַמְרַקְּדִים** וּמַכְרִיחִים אוֹתוֹ בְּעַל כָּרְחוֹ שֶׁיִּהְיֶה שָׂמֵחַ עִמָּהֶם גַם כֵּן, **כֵּן יֵשׁ בְּעִנְיַן הַשִּׂמְחָה**. כִּי כְּשֶׁאָדָם שָׂמֵחַ אֲזַי הַמָּרָה שְׁחֹרָה וְיִסּוּרִים נִסְתַּלְּקִים מִן הַצַּד, אֲבָל מַעְלָה יְתֵרָה לְהִתְאַמֵּץ לִרְדּף אַחַר הַמָּרָה שְׁחֹרָה דַּוְקָא לְהַכְנִיס אוֹתָהּ גַם כֵּן בְּתוֹך הַשִּׂמְחָה בְּאפֶן שֶׁהַמָּרָה שְׁחוֹרָה בְּעַצְמָהּ **תִּתְהַפֵּך לְשִׂמְחָה** **שֶׁיְּהַפֵּך** הַמָּרָה שְׁחֹרָה וְכָל הַיִּסּוּרִין לְשִׂמְחָה כְּדֶרֶך הַבָּא לְתוֹך הַשִּׂמְחָה, שֶׁאָז מִ**גּדֶל** הַשִּׂמְחָה וְהַחֶדְוָה **מְהַפֵּך כ**ָּל הַדְּאָגוֹת וְהָעַצְבוּת וְהַמָּרָה שְׁחֹרָה שֶׁלּוֹ לְשִׂמְחָה נִמְצָא שֶׁחוֹטֵף הַמָּרָה שְׁחֹרָה וּמַכְנִיס אוֹתָהּ בְּעַל כָּרְחָהּ לְתוֹך הַשִּׂמְחָה, כַּמָּשָׁל הַנַּ''ל. וְזֶה בְּחִינַת, ''שָׂשׂוֹן וְשִׂמְחָה יַשִּׂיגוּ וְנָסוּ יָגוֹן וַאֲנָחָה'' ([ישעיהו לה, י](https://www.sefaria.org/Isaiah.35.10?lang=he&utm_source=torah.etzion.org.il&utm_medium=sefaria_linker)). שֶׁהַיָּגוֹן וַאֲנָחָה **בּוֹרְחִים וְנָסִים** מִן הַשִּׂמְחָה. כִּי בְּעֵת הַשִּׂמְחָה, דֶּרֶך הַיָּגוֹן וָאֲנָחָה **לַעֲמד מִן הַצַּד** כַּנַּ''ל, אֲבָל צָרִיך לִרְדּף אַחֲרֵיהֶם דַּיְקָא, וּלְהַשִּׂיגָם וּלְהַגִּיעָם, לְהַכְנִיס אוֹתָם דַּוְקָא לְתוֹך הַשִּׂמְחָה כַּנַּ''ל. וְזֶהוּ ''שָׂשׂוֹן וְשִׂמְחָה יַשִּׂיגוּ'' וְכוּ', שֶׁהַשָּׂשׂוֹן וְשִׂמְחָה יַשִּׂיגוּ וְיִתְפְּסוּ אֶת הַיָּגוֹן וַאֲנָחָה שֶׁהֵם **נָסִים וּבוֹרְחִים** מִן הַשִּׂמְחָה לְהַכְנִיס אוֹתָם בְּעַל כָּרְחָם לְתוֹך הַשִּׂמְחָה כַּנַּ''ל. כִּי יֵשׁ **יָגוֹן וַאֲנָחָה שֶׁהֵם הַסִּטְרָא אָחֳרָא שֶׁאֵינָם רוֹצִים לִהְיוֹת מֶרְכָּבָה אֶל הַקְּדֻשָּׁה**, וְעַל כֵּן הֵם בּוֹרְחִים מִן הַשִּׂמְחָה. עַל כֵּן צָרִיך לְהַכְרִיחַ אוֹתָם לְתוֹך הַקְּדֻשָּׁה דְּהַיְנוּ הַשִּׂמְחָה בְּעַל כָּרְחָם, כַּנַּ''ל

1. הסבירי מה המשל שמביא ר' נחמן?

­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. מה הם השורשים הפעולות –שחוזרות בקטע?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. למה המרה שחורה והיסורים 'עומדים מן הצד'? מה הכוונה? ­

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. מה הסכנה בעצבות ומרה שחורה?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

למה צריך להכניס את המרה שחורה פנימה?מה המטרה? ­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

מה הכוונה שהיגון והשמחה בורחים? ­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. מה הסבר הפסוק לפי דברי ר' נחמן?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

הסבר והרחבה -הרב דן האוזר –מתוך אתר ישיבת הר עציון

.אין ספק שהשמחה הינה מרכיב משמעותי בדרכו של רבי נחמן בן שמחה מברסלב. גם העובדה שר' נחמן לא מוותר למרות השחורות העומדות מבחוץ, ומתעקש 'לשמח' גם אותן, **גם היא אופיינית לר' נחמן, שכל עניינו הוא לנחם אותנו במקומות הנמוכים אליהם אנחנו מגיעים.** ר' נחמן לא ידבר אתנו על מעלות גבוהות מבלי שירד אתנו עד למקומות שמהם הם צומחים. הוא לא ידבר על השמחה מבלי שייגע בשורשיה, המצויים באדמת הטרשים של המציאות. הכל טוב ויפה! **אבל למה בכח? האם אפשר לנשמה שתשתכנע מטפול כוחני שכזה? הכיצד דווקא השמחה, שצריכה לכאורה להיות כל כך ספונטנית ומשוחררת תתעורר על ידי כוחנות זו?**

נראה שר' נחמן ידע שנשאל את שאלה זו, ולכן צייר את התורה שלפנינו **במשל,** על מנת שהמציאות החיה תעמוד בפנינו ותשכנע אותנו שאכן זה עובד! ראו איך האנשים העצובים העומדים מבחוץ נגררים אל תוך המעגל בעל כורחם ופתאום עולה חיוך על פניהם. ר' נחמן יודע שהם עצמם הסתתרו מאחורי אותם **טיעונים רבים** כנגד ההכנסה הכוחנית של המרות השחורות אל תוך השמחה והריקוד ומשום כך הם לא הצליחו לצאת ממעגל העצב והדיכאון. ר' נחמן מצביע לנו על האנשים שנכנסים בכוח לריקוד, מראה לנו תמונה וכבר בכך חוטף אותנו ללא הסברים לתוך המעגל, ומראה לנו שזה עובד! **'הכנס את העצבות בכח לתוך הריקוד של השמחה, וראה איך הכל ישתנה!' טוען בפנינו ר' נחמן**. אך כיצד זה קורה? ומה פשר המחטף הזה?

ר' נחמן מציין כי דרכן של המרות השחורות **לעמוד מן הצד** ובכך אולי מאפיין לא רק את העצבות, אלא אף את היפוכה – השמחה. ייתכן שר' נחמן מרמז לנו שעיקרה של העצבות הוא דרכה להתבונן על המציאות **מעמדת צופה מבחוץ. שם, בעל כורחו נתפס האדם למדוד, לבקר, להשוות ולצאת תמיד עם טעם של החמצה**. המדידה וההשוואה לעולם יצאו נפסדות. השמחה היא, לעומת זאת, היכולת של האדם לעמוד **במרכז חייו** מבלי להביט עליהן מבחוץ, מבלי לבקר או לשפוט. ההתייצבות במרכז היא כל כך פשוטה וטבעית שר' נחמן מרשה לעצמו 'לגרור' אותך אליה, ביודעו שלבסוף, לכשתהיה שם, תתרצה.

גם כשהצהיר ר' נחמן את הצהרתו המפורסמת **"אין שום ייאוש בעולם כלל",** הוא ככל הנראה ידע היטב שמציאות של אנשים מיואשים בוודאי יש. לכך אי אפשר להתנגד. אולם, טענה אחרת בפיו של ר' נחמן: **הייאוש הינו אשליה.** הוא הסיפור שאדם מספר לעצמו, **חבל. שיעור אחד בשבוע במקרה הטוב... דברים חשובים ! תשלימי!**נובע מן **המבט מבחוץ** על החיים. שם, מעמדת הצופה, מרשה האדם לעצמו להתייאש. משם הוא מתחיל למדוד ולבקר את חייו ומשם הוא מגיע לתוצאות שיפוט זה. יודע ר' נחמן שכאשר יעמוד **במרכז** חייו, כל הטיעונים הללו יישרו מאליהם כעלי שלכת, כלא היו. "אין שום ייאוש בעולם כלל", משמעו, אם כן, שגם **הייאוש איננו אלא אשליה.** הוא נראה קיים ונוכח, אך בעצם הוא אינו כזה כלל, וכך גם המרות השחורות והעצבות. למעשה, **תמונת העולם חסרת האונים החלה עוד מהרגע שהאדם שם את עצמו בעמדה של צופה פסיבי.** כיוון שכך, גם תוצאות עמדה זו יהיו גם הם פסיביות בעל כרחם, ועל כן חוסר האונים. פאסיביות מולידה פאסיביות. עמדת צופה יכולה רק להביט בפאסיביות ובחוסר אונים על תמונת עולמה, **אלא אם כן תכנס לתוך התמונה ולתוך מעגל החיים.** במקום לענות לכל שאלותיו ולפתור את כל טרוניותיו של המדוכא, ר' נחמן בוחר **לגרור אותו** ממקומו הפסיבי והצופה **אל תוך המעגל.** לקרוע אותו מן האין אונים שהוא שם את עצמו בו ולהכניסו אל מעגל הרוקדים. לזוז, לנוע, לקפוץ. **במקום להיענות לעמדתו של העצוב ולנסות לפייס אותו במקומו, בוחר ר' נחמן לשנות את נקודת המבט שלו.** נקודת מבט הינה דבר כל כך ראשוני, הבנוי על כל כך הרבה הנחות יסוד, שאין לעשות זאת אלא במחטף. ברי לו לר' נחמן שמנקודת המבט הנוכחית, לא יוכל העצוב והמדוכא לראות את אשר יראה עוד מעט, ואין אלא לקחת אותו לנקודת מבט שונה בעל כורחו. אך ר' נחמן מכין אותנו ליותר מזה. לא רק שהמרות השחורות לא יעמדו מן הצד, אלא לכשינסו להכניסן אל תוך השמחה והריקודים, **הן ינוסו, ויברחו מלהיות "מרכבה לקדושה".** ככל הנראה, לא רק שהמרות השחורות מקובעות בנקודת מבט מסוימת, כפי שתיארנו עד כה, אלא שהן גם **מפחדות** מנקודת המבט המוצעת להן, מפחדות מלהיכנס למרכז מעגל הרוקדים. עמדת הצופה היא אמנם פסיבית, ונראה שהאדם לא ממש רוצה בה ויחסו כלפיה הוא לכל  הפחות ניטרלי, אולם נראה שבעומק הוא **מעוניין בה ביותר.** האדם **מפחד** לעמוד במרכז חייו ודווקא פסיביות זו "מצילה" אותו מלפעול, ומלהיות שותף ומלהיות אחראי על חייו. בורח הוא מאימת הקיום. מגודל האחריות של היות האדם במרכז חייו, ומגודל המשמעות של קיום זה. בורח הוא מלהיות "מרכבה לקדושה". כביכול מרגיש האדם את גודל התביעה של המשמעות לחייו, ומעדיף **להימנע מעול זה**. משל למה הדבר דומה, למי שבפעם הראשונה לומד נהיגה. כאשר הוא נכנס למכונית הוא **נבהל** מן העוצמה שניתנה בידיו, מן החירות להנהיג את המכונית לאן שלא ירצה. כך, ייתכן שבעומק ההימנעות מן השמחה מסתתר **הפחד הקיומי מלאחוז במושכות החיים, ומלהתמודד עמם באמת.** נוח יותר להאשים אחרים, לסבול את התוצאות, אך לא לשאת באחריותם.יותר מזה, להיות "מרכבה לקדושה" משמעו להיות בטל לקדושה, להיות כלי לאמת וליושר, וצינור לטוב ולראוי. המרה השחורה מפחדת מביטול זה פחד מוות. הביטול נראה בעיניה כאיון עצמי ועל כן היא נסה ובורחת ממנו, במה שנראה בעיניה כניסיון נואש להציל את חייה. היא מעדיפה להישאר בעמדת הצופה בעל ה'ישות' (מלשון 'יש', ההיפך מאין), מאשר הרוקד שכל תנועתו הינה ביטוי לאיון המתמיד של כל עמדה מקובעת. איון אשר מאפשר לזרימה של שפע עליון לזרום בעורקיה. באופן לא מודע, כל תלונותיה של המרה השחורה על המציאות לא באו אלא לבכות ולהתאונן על הכלל הקדום במציאות – שמי שרוצה להיות במרכז ולקבל מלכות, צריך באופן פרדוקסלי דווקא להתבטל. ההנהגה ניתנת דווקא לעניו. למי שיודע להתבטל ליושר, לצדק ולאמת. מסתבר שכלל מתעתע זה חל אפילו על השמחה, שהכל חושקים בה, וזו לא תבוא על מי שרוצה בה למען עצמו וישותו. הריקוד עליו ממליץ לנו ר' נחמן נועד לשחרר אותנו מישות זו. תרקוד ותשתחרר מישות זו, אומר לנו ר' נחמן, ותראה איך השמחה תתעורר בקרבך מאליה. תן תשומת לב לעומדים בעצב. שמח גם אותם ותראה איך גם השמחה שלך מקבלת את כוחה ותעצומותיה ממקור עליון. מכאן גם אפשר לענות על שאלה נוספת שעולה מן התורה שלפנינו. **מה הרווח של השמחה מכך שהיא מכניסה אל המחול שלה את המרות השחורות?** ר' נחמן מתאר את המרדף אחר המרות השחורות כ"מעלה יתירה" ונראה שכוונתו היא לא רק מצד ה'גמילות החסדים' שעושים עם המרות השחורות, אלא גם משום **שהשמחה בעצמה עולה קומה כתוצאה מכך**. נראה שכל עוד השמחה הייתה עסוקה בעצמה, מלאה בשביעות רצון, היה בה מעט פגם של ישות, והיכן שיש שישות, כפי שכבר ציינו, אין מלכות ואין שפע שופע מלמעלה. במוקדם או במאוחר, מי שמלא בעצמו – יפסיק לרקוד. גופו ילאה ונפשו תתעייף מן הריקוד. הוא לא יוכל להישאר במרכז רחבת הריקודים, במרכז חייו. הפתיחות למרות השחורות במשל, משמעה **פתיחות לאחר ומתוך כך ביטול אליו,** המאפשר גם ביטול כלפי מעלה, ופתיחת הצינורות לשפע ממקור עליון לרדת דרכו. אך גם בנמשל, בו המרות השחורות הן שלו עצמו, ואחר העצבות שלו עצמו הוא רודף, הרי שהמרדף אחריהם והרצון לשמח אותן, מעניק גם לשמחה עצמה עומק שלא יכול להיות בה לו רק הייתה עסוקה רק בעצמה. כביכול אומר לנו ר' נחמן: כשאתה שמח שטוב לך מה הפלא? ברור שתשמח! אך זוהי שמחה העסוקה בעצמה ועל כן סופית, מוגבלת ושטוחה. 'שמחה של יישות'. **אולם, אם מצליח אתה גם לשמח את העצבות שבך, את התסכולים שלך, הרי שהשמחה עצמה מתבררת כתשתית יסודית יותר, הרבה מעבר לך ולאינטרסים שלך. שמחה כזו היא שמחה שיש בה אמונה, שמחה בה', "מרכבה לקדושה". על שמחה שכזו אפשר להישען גם כשקשה והמרות השחורות דוחפות אותך לעמוד בצד.**

**תורה כד**

מצוה גדולה להיות בשמחה תמיד, ולהתגבר להרחיק העצבות והמרה שחורה בכל כחו. וכל החולאת הבאין על האדם, כולם באין רק מקילקול השמחה. ... וגם חכמי הרופאים האריכו בזה, שכל החולאים – על ידי מרה שחורה ועצבות, והשמחה הוא רפואה גדולה.

**והכלל,** שצריך להתגבר מאד בכל הכוחות להיות אך שמח תמיד, כי טבע האדם – למשוך עצמו למרה שחורה ועצבות מחמת פגעי ומקרי הזמן, וכל אדם מלא יסורים, על כן צריך להכריח את עצמו בכח גדול להיות בשמחה תמיד ולשמח את עצמו בכל אשר יוכל, ואפילו במילי דשטותא. אף שגם לב נשבר הוא טוב מאד, עם כל זה הוא רק באיזו שעה, וראוי לקבוע לו איזה שעה ביום לשבר לבו ולפרש שיחתו לפניו יתברך, כמובא אצלינו, אבל כל היום כולו, צריך להיות בשמחה, **כי מלב נשבר בקל יכולין לבא למרה שחורה**, יותר מאשר יכולין ליכשל ע"י שמחה ח"ו, לבוא לאיזה הוללות ח"ו, כי זה קרוב יותר לבוא **מלב נשבר למרה שחורה.** **על כן צריך שיהיה בשמחה תמיד**, רק בשעה מיוחדת יהיה לו לב נשבר: