

ה' רוצה לעזור לך

על הברית שה' כורת עם האנושות, ועל הדרך להתגבר על הטרדה הבלתי פוסקת של היצר

הקדמה

התורה מספרת לנו שהקשר בין האנשים הראשונים בעולם, בין אדם הראשון לחווה אשתו בגן עדן, היה קשר תמים, שלא נבע מתאוות ואנוכיות.

בעולם שלנו, לאחר שגורשנו מגן עדן, יש רצון חזק ומשיכה חזקה בקשר בין איש ואשה, שעלולים לגרום שהאדם יהיה שקוע בעצמו, בצרכים ובתאוות שלו, יותר מאשר באהבה ובדאגה לבת הזוג. חלק ממה שמניע את האדם לכסות את החלקים הצנועים שבגופו, קשור לכך שהוא רוצה לכסות את האנוכיות והתאוות, או בגלל שהוא רוצה להתעלם מהאנוכיות ולהתגבר עליה, או בגלל שהוא מתבייש בה.

לעומת זאת, התורה מספרת לנו שבגן עדן אדם וחווה לא התביישו, ולא היו צריכים לכסות את החלקים הצנועים שבגופם:

ויהיו שניהם ערומים האדם ואשתו ולא יתבוששו.

אדם ואשתו בגן עדן לא חשו שהקשר ביניהם נובע מאנוכיות ותאוות, אלא הוא קשר תמים, שמבטא רצון כנה, ולכן הם לא היו צריכים לכסות את החלקים הצנועים שבגופם.

הסיבה לכך שהאדם ואשתו בגן עדן לא חשו שהקשר ביניהם נובע מאנוכיות ותאוות, היא שה' הוא ברא אותם והניח אותם בגן עדן. ה' ברא את אדם וחווה, ורוצה בהם כפי שהם, על מכלול האיברים והתכונות והרצונות שלהם. כיוון שה' ברא אותם ורוצה בהם, אדם וחווה לא מרגישים שהרצון שלהם ליצור קשר הוא רצון אנוכי ולא טוב. שהרי ה' רוצה בקשר ביניהם, וה' רוצה שהם ירצו בקשר ביניהם, וה' רוצה זאת בגלל שהוא באמת אוהב את הקשר, ולא בגלל האנוכיות. לכן אצל אדם וחווה, הקשר היה תמים, ורק לאחר שהם חטאו בחטא עץ הדעת הם נעשו מודעים לתאוות ולאנוכיות שלהם, ונצרכו לכסות את החלקים הצנועים שבגופם.

לאחר חטא עץ הדעת ה' גירש את האדם מגן עדן, ובעולם שלנו היום מורגשים התאוות והאנוכיות בקשר בין האיש והאשה, ובני הזוג צריכים להתאמץ ולהתגבר על האנוכיות שלהם, על מנת ליצור קשר טוב. אבל אף על פי שהעולם שלנו כיום שונה מהמציאות בגן עדן, התורה מספרת לנו על מה שהיה בגן עדן, כי חשוב לנו מאוד לדעת שהתחלנו בגן עדן.

על מנת להסביר מה עוזר לנו לדעת שהחיים התחילו בגן עדן, נדבר קצת על הילדות של האדם:

ילד גדל בתוך הקשר שבין ההורים שלו בתמימות, בלי להיות מודע למשיכה ביניהם, ולתאוות ולאנוכיות שעלולים ללוות אותה. ראשית, כאשר הקשר בין ההורים הוא טוב, מבחינת הילד ההורים הם יותר ישות אחת מאשר כל אחד מהם הוא איש נפרד בפני עצמו. לכן הוא לא מרגיש שיש כאן משיכה בין שניים, שכן הוא חווה את ההורים כאחד, יותר מאשר כשניים. בנוסף, ילד לא חווה בתוכו משיכה בין איש ואשה, וממילא הוא לא מכיר את המשיכה הזו, ולכן הוא לא כל כך יכול להכיר ולהיות מודע למשיכה שבין ההורים שלו.

רק לאחר שהילד גדל וחש משיכה בתוכו, הוא יכול להבין שגם אצל הוריו יש משיכה כזו. אבל כאשר הקשר בין ההורים הוא קשר טוב, ההבנה הזו מגיעה לאחר שהאדם גדל כל הילדות בתוך הקשר שבין ההורים שלו. כלומר ביחס לקשר בין איש ואשה, הילד מכיר קודם את הקשר, ורק לאחר מכן את המשיכה. אין זו רק קדימה כרונולוגית, אלא האדם חווה את הקשר בין ההורים שלו כקשר ולא כמשיכה, גם לאחר שהוא גדל, ומכיר את המשיכה שיש בין איש ואשה. שכן תהליך ההתפתחות של האדם, כילד אצל ההורים בשנים בהם עדיין לא מתעוררת בתוכו המשיכה הזו, בונה בתוכו את המקום שבו בקשר בין איש ואשה הקשר קודם למשיכה.

כך ההתפתחות של האדם אצל הוריו בגיל הילדות, עוזרת לאדם ובונה אצלו אמון בקשר שבין איש ואשה, ומקלה עליו ליצור קשר כזה בעצמו בבוא העת:

כאשר האדם גדל הוא חש בתוכו חזק משיכה ליצור קשר בין איש ואשה. אלא שהאדם חש את המשיכה בתוכו, וממילא הוא עלול לחוש שהוא לא מחפש קשר עם בן או בת הזוג, אלא מחפש למלא את הצרכים שלו. אבל כיוון שהאדם גדל בגיל הילדות בתוך הקשר שבין ההורים שלו, הוא מבין שהמשיכה שהוא חש יכולה ליצור קשר אמיתי, כמו הקשר בין ההורים שלו, וזה מאפשר לו לתת אמון בקשר שהוא יוצר, ולא לחשוב שהוא רק מבטא תאוות וצרכים. אם כן, אף על פי שאיש ואשה חשים שבקשר ביניהם יש גם תאוות ואנוכיות, אצל כל אדם בעומק הנפש יש מקום שבו ברור לו שהקשר קודם למשיכה שהוא חש, וחזק יותר מהמשיכה שהוא חש, והמשיכה רק עוזרת ומאפשרת לו לבטא מקום פנימי בנפש. כלומר אף על פי שהאדם חש שקשר בין איש ואשה נוצר על ידי משיכה, ברור לו שהקשר לא נוצר רק בגלל המשיכה, אלא יש לו מקום פנימי בנפש שבו הוא מחפש קשר, והמשיכה רק מבטאת את המקום הזה. המקום שבו ברור לאדם שהקשר קודם למשיכה, נקרא 'גן עדן', וכשם שהוא נמצא בהסטוריה הקדומה של העולם, כך הוא נמצא במקום קדום ופנימי בתוך הנפש של כל אחד. המקום הזה בנפש מאפשר לאדם לתת אמון בקשר שבין איש ואשה.

כאשר האדם גדל, וחש בתוכו משיכה ליצור קשר בין איש ואשה, האמון שנבנה בתוכו בגיל הילדות, מאפשר לו לתפוס את המשיכה ככלי לקשר. אמנם האדם כבר לא ילד, והוא כן חש בתוכו את המשיכה בצורה חזקה, אבל הוא לא חושב שהמטרה היא המשיכה, אלא להיפך, חושב שהמשיכה היא כלי שמאפשר לו ליצור קשר, והקשר הוא המטרה, ולא המשיכה.

אבל לפעמים התפיסה של האדם מתהפכת: במקום לתפוס את המשיכה כאמצעי ואת הקשר כמטרה, האדם תופס את הקשר כאמצעי, ואת סיפוק היצר כמטרה. כאשר האדם תופס את סיפוק היצר כמטרה, היצר אף פעם לא מסתפק, ודוחק באדם לספק אותו שוב ושוב ולהתעסק איתו באופן תמידי, עד שההתעסקות עם היצר הופכת מהנאה לטרדה שלא מרפה ולמצוקה.

על התהליך הזה, ועל המצוקה הזו, ובעיקר על הדרך שבה ה' עוזר לאדם לצאת מהמצוקה הזו, נכתב המאמר שלפניכם. כל התהליך הזה, שמתחיל מאדם וחווה בגן עדן, כתוב בתורה, שכן ה' רוצה לעזור לך, ורוצה להראות לאדם שהוא אוהב אותו, ורוצה להראות לו את הדרך לתת אמון, ולחיות בצורה טובה ונכונה.

א. ה' מתייחס למצוקה של האדם

היצר של האדם וההתעסקות איתו, נתפסים אצל האדם בתחילה כדבר נעים ונחמד, והאדם נמשך אחרי היצר מתוך רצון ליהנות. אבל ככל שעובר הזמן, היצר מושך את האדם גם כאשר הוא לא מעוניין בכך, והיצר תופס אותו, וגורם לו להתעסק איתו בצורה תמידית, בלי שהאדם יצליח להסיח את הדעת ממנו. ההנאה הופכת למצוקה, כי ההתעסקות עם היצר מציפה את האדם, ולא מאפשרת לו להשתחרר.

בתחילה האדם חש שהיצר רוצה משהו מסויים, ואם האדם יספק את הצורך הזה של היצר, היצר ירפה ממנו. אבל כאשר האדם מרצה את הצורך של היצר, מיד הצורך צץ שוב. האדם מרגיש שבמקום ליהנות מהיצר, הוא נאלץ לספק אותו, ולעולם הוא לא יצליח לספק אותו.

כשם שהאדם חש שההתעסקות עם היצר מציפה אותו, והיצר דורש ממנו להתעסק איתו באופן תמידי, כך האדם חש שההתעסקות עם היצר מציפה את החברה כולה. האדם פוגש את ההתעסקות עם היצר ברחובות, ובפרסומות, ובאמצעי התקשורת ובנושאי השיחה עם החברים וכו', וחש שהיצר דורש מהחברה כולה להתעסק איתו באופן תמידי. אם כן, בתחילה האדם חושב שההתעסקות עם היצר תהיה נעימה לו, ולכן הוא נמשך אחריה, אבל ככל שההתעסקות עם היצר נעשית תמידית והכרחית, האדם חש שההתעסקות עם היצר הופכת למצוקה שאיננה מרפה. מצוקה שלו ושל החברה האנושית כולה.

והנה, כאשר מסתכלים בתנ"ך, בספר הספרים שקיבלנו מה', רואים שהמצוקה הזו של האדם קיימת משחר ימי האנושות, והתנ"ך מספר לנו עליה ומתייחס אליה.

התנ"ך מתחיל בתיאור ההסטוריה האנושית, כפי שה' רואה אותה ומספר לנו עליה. כאשר התורה מתארת את ראשית ההסטוריה האנושית, היא מתארת את ההתעסקות התמידית של האדם עם היצר, ואת המצוקה שזה גורם לו, כסוגיה המרכזית שהאנושות מתעסקת איתה.

וכך מספרת זאת התורה:

ויאמר ה': לא ידון רוחי באדם לעולם, בשגם הוא בשר... וירא ה' כי רבה רעת האדם

בארץ, וכל יצר מחשבת לבו רק רע כל היום.

"הרע" שהתורה מדברת עליו כאן הוא השחתת הזרע, כפי שכתוב כמה פסוקים לאחר מכן:

כי השחית כל בשר את דרכו על הארץ.

התנ"ך מתאר את ההתעסקות של האדם עם היצר, וכיצד ההתעסקות הזו הופכת למצוקה. בהתחלה יש הרבה התעסקות עם היצר, "כי רבה רעת האדם בארץ", ולאחר מכן ההתעסקות הרבה הזו הופכת להיות התעסקות תמידית, שהאדם לא מצליח להיחלץ ממנה, "וכל יצר מחשבות לבו רק רע כל היום". התנ"ך מדגיש את ההתעסקות התמידית עם היצר התמידיות בשתי הדגשות, האדם חושב רק על זה, כל היום.

כאשר האדם מתעסק עם היצר כל הזמן, ולא מצליח להיחלץ מכך, זה מציף אותו במחשבות ובשאלות האם יש טעם בחיים בצורה כזו. המצוקה הגדולה שהאדם חווה בעקבות ההתעסקות התמידית עם היצר, גורמת לאדם לתהות מה הטעם בחיים בכלל.

התנ"ך מספר לנו, שכשם שאצל האדם ההתעסקות התמידית עם היצר גורמת למצוקה, שמביאה אותו לשאול מה הטעם בחיים, כך זה גם אצל ה':

וירא ה' כי רבה רעת האדם בארץ וכל יצר מחשבת לבו רק רע כל היום. וינחם ה' כי עשה

את האדם בארץ ויתעצב אל לבו. ויאמר ה' אמחה את האדם אשר בראתי מעל פני האדמה.

התנ"ך מספר לנו שה' "מתעצב אל לבו", וזו הפעם היחידה שהתורה מתארת את ה' בצורה כזו. כלומר כשם שהאדם מוטרד ועצוב מההתעסקות התמידית עם היצר, גם ה' מוטרד מכך. ה' מזדהה עם המצוקה שלנו, וכאשר הוא רואה שהאדם שואל את עצמו האם יש טעם בחיים, גם ה' שואל את עצמו את השאלה הזו.

התנ"ך מספר לנו על המצוקה של האדם מההתעסקות התמידית ביצר, ועל היחס של ה' אליה, כי ה' רוצה שנדע שהוא מכיר אותנו ויודע את המצב שלנו, ואת המצוקות שלנו, ואת המחשבות שמציפות אותנו בעקבות המצוקות הללו. לה' חשוב לספר לנו, שהשאלה שצפה בעקבות ההתעסקות עם היצר, האם יש טעם בחיים בצורה כזו, היא שאלה שמעסיקה גם אותו, והוא עסוק וטרוד איתנו באותן שאלות ומצוקות שמטרידות אותנו.

אם כן למדנו, שה' מכיר את המצוקה שיש לאדם מההתעסקות התמידית עם היצר, והמצוקה הזו מטרידה גם את ה', וכאילו מכניסה גם אותו למצוקה. ה' רוצה שנדע שהמצוקה שלנו מטרידה גם אותו, וגם לו קשה הקושי שיש לנו, ולכן הוא מספר לנו זאת בתנ"ך. הידיעה שגם לה' קשה הקושי שיש לנו, וחשוב לו שנדע זאת - היא התחלה של התייחסות טובה ונכונה לנושא הזה.

ב. לשם מה ה' ברא את היצר

כתוב בתורה, שלפני שה' ברא את האשה והביאה אל האדם, הוא אמר:

לא טוב היות האדם לבדו, אעשה לו עזר כנגדו.

היצר והמשיכה נועדו לחבר בין איש ואשה, נועדו לגרום לאדם לא להיות לבדו, לא להיות בודד. כאשר האדם לבדו לא טוב לו, וכאשר יש קשר וחיבור בין האיש והאשה, אז טוב להם, ובשביל שיהיה טוב לאדם, ה' ברא את האשה, ועשה שיהיה בין האיש והאשה משיכה ודבקות, כמו שכתוב "על כן יעזב איש את אביו ואת אמו ודבק באשתו".

אבל ככל שהתארכו ימיו של האדם על האדמה, התהפך אצלו היחס ליצר והיחס לחיבור בין האיש והאשה: במקום שהיצר יהיה האמצעי, והחיבור בין האיש והאשה יהיה המטרה, האדם התייחס לחיבור בין האיש והאשה כאמצעי לגרום לו להנאה, כלומר התייחס לחיבור כאמצעי וליצר כמטרה.

בהמשך התהליך הזה, כיוון שהאדם התייחס ליצר כאל מטרה בפני עצמה, הוא זנח את ה'אמצעי', את החיבור שבין האיש והאשה, והתחיל לספק את היצר בינו לבין עצמו, ללא קשר וחיבור שבין איש ואשה.

כך המטרה והייעוד של היצר התהפכו: ה' ברא את היצר על מנת שהוא יגרום לחיבור וקשר, וההתייחסות של האדם ליצר גורמת שהיצר יגרום לפירוד ולא לחיבור.

ככל שהאדם התמקד בהנאה שביצר כמטרה בפני עצמה, היצר נהפך לו ממוקד של הנאה, שהאדם בוחר להתעסק איתו כדי ליהנות, לכח שהאדם חש שהוא מוכרח להתעסק איתו ולספק אותו כל הזמן. האדם חש שבמקום שהוא יבחר להתעסק עם היצר, היצר מכריח אותו להתעסק איתו ולא מרפה ממנו. כך היצר הופך לאדם מהנאה, למצוקה שהאדם לא יודע מה לעשות איתה. במקום שהיצר יגרום לאדם להיות בקשר וכך יהיה לו טוב, היצר גורם לאדם להתעסק איתו ולחשוב עליו כל הזמן, ובכך הוא הופך להיות לו מצוקה ורע. כמו שאומרת התורה:

וירא ה' כי רבה רעת האדם בארץ וכל יצר מחשבת לבו רק רע כל היום.

אם כן למדנו, שהפרשה הראשונה בתורה מתארת תהליך בין האדם כפי שה' ברא אותו, לבין האדם כפי שהוא מתייחס לעצמו. ה' ברא באדם את היצר בשביל לגרום לו ולאפשר לו ליצור קשר על מנת שיהיה לו טוב, והאדם הפך את הקשר והחיבור בין האיש והאשה לאמצעי, ואת היצר למטרה ובהמשך למצוקה, ובכך הפך את היצר מטוב לרע.

ג. ההתעסקות עם היצר גורמת לעצבות

בתורה כתוב שכאשר ה' ראה שהאדם מתעסק עם היצר באופן תמידי ומשחית את זרעו, הוא נעשה עצוב: וירא ה' כי רבה רעת האדם בארץ וכל יצר מחשבת לבו רק רע כל היום. וינחם ה' כי את עשה את האדם בארץ ויתעצב אל לבו.

הוסבר כאן, שהשחתת הזרע גורמת לאדם להיות עצוב, וכיוון שהאדם עצוב, ולא יודע אם יש טעם לחיים, גם ה' עצוב, ולא יודע אם יש טעם לבריאה שהוא ברא, אם האנשים בה עצובים ולא שמחים מכך שהוא ברא אותם. אם כן, יש קשר בין השחתת זרע לבין עצבות. נסביר קצת את הקשר:

כאשר אדם עושה מעשה כלשהו בדרך אגב, המעשה הזה לא שואב אותו, והאדם לא מתלהב ממנו ולא ממוקד ונתון בו מאוד. לכן גם אם אותו מעשה לא יתן פירות, זה לא כל כך יאכזב את האדם. לדוגמה, לפעמים האדם עושה עיסקה קטנה, שהוא יכול להרוויח בה או להפסיד סכום זניח של כסף. כיוון שסכום הכסף שהאדם יכול להרוויח הוא קטן ולא כל כך משמעותי, העיסקה לא שואבת את האדם, ואם העסקה לא תצליח, האדם לא יהיה כל כך מאוכזב. לעומת זאת, אם מדובר בעסקה גדולה, שהאדם יכול להרוויח בה סכום משמעותי של כסף, האדם טרוד מאוד בעיסקה הזו, ומשקיע את עצמו בה, ולא מתעסק בדברים אחרים, ואם העיסקה לא תצליח הוא יהיה מאוכזב מאוד. האדם מרגיש שהוא השקיע את עצמו במה שהוא עשה, ובסופו של דבר לא יצא מכך כלום, וזה גורם לו למפח נפש. כאשר האדם מתעסק עם היצר, הוא מאוד נשאב למעשה אותו הוא עושה, והמעשה מאוד מלהיב ומסעיר אותו, והוא נתון וממוקד בו מאוד, ולא עושה אותו בדרך אגב. לכן כאשר המעשה עובר, והאדם חש שהוא לא נתן פירות, ולא נוצר ממנו שום דבר במציאות, זה יוצר אצלו מפח נפש.

כאשר החשק ליצור קשר בין איש ואשה מביא את האדם להתחתן ולהקים משפחה, האדם חש שהוא משקיע את עצמו מאוד במשהו שיוצר פירות. הקשר בין האיש והאשה הוא מאוד מלהיב ומסעיר, והאדם מאוד משקיע את עצמו בקשר הזה, וזה גורם שהאדם יקבל מהקשר הזה חיבור ואהבה ומשפחה וילדים וכו', והאדם לא חש שהוא השקיע את עצמו במשהו שלא נותן כלום.

אבל כאשר האדם מתעסק עם היצר בינו לבין עצמו, הוא חש שהוא מאוד משקיע את עצמו ונתון מאוד במשהו מלהיב ששואב אותו, ולאחר מכן החוויה הזו חולפת, והוא נשאר עם עצמו כפי שהוא היה קודם, בלי כלום, והוא רק מבזזה בעיני עצמו, על כך שמשוהו שהוא לא כלום מושך אותו בצורה כזו.

ההתעסקות עם היצר שואבת את האדם ומסעירה אותו מאוד, ונראה לו שאין חוויה אחרת שתוכל לשאוב אותו ולהסעיר אותו כך. לכן נראה לאדם ששום דבר לא יכול לתת טעם לחיים, שכן שום דבר לא מסעיר אותו כמו היצר, ומההתעסקות עם היצר הוא נשאר בלי שום דבר.

אם כן למדנו, שההתעסקות עם היצר מביאה את האדם למפח נפש ולאכזבה ועצבות, ולתחושה שאין שום דבר שיכול לתת טעם לחיים.

ד. ההתעסקות עם היצר גורמת לאדם להתכנס לתוך עצמו וליהנות מבדידות ועצבות

יש קשר בין ההתעסקות של האדם עם היצר בינו לבין עצמו, והשחתת הזרע, לעצבות. הקשר הזה הוא לא רק קשר של סיבה ותוצאה, כלומר שהתוצאה של התעסקות עם היצר היא עצבות, אלא החוויה של האדם כאשר הוא מתעסק עם היצר בינו לבין עצמו מאוד דומה לחוויה של האדם כאשר הוא נכנס לעצבות. נסביר את הדמיון בין ההתעסקות של האדם עם היצר בינו לבין עצמו, לבין עצבות:

כאשר האדם מתעסק עם היצר בינו לבין עצמו, הוא מחפש להגיע להנאה מיידית, שלא דורשת מאמץ של יצירת קשר עם אשה. קשר עם אשה דורש זמן והתאפקות וויתור והתחשבות ונתינת מקום לרצונות בן הזוג וכו', ולעומת זאת ההתעסקות של האדם עם היצר בינו לבין עצמו זמינה לו באופן מיידי, וללא שההנאה שלו תהיה תלויה במישהו אחר. ככל שהאדם יתרגל לספק את היצר בינו לבין עצמו, ללא השקעה בקשר עם אשה, כך יהיה לו קשה יותר להשקיע וליצור קשר עם אשה, וההנאה שיש מקשר עם אשה תהפוך בעיניו לטורח ולקושי ולחוסר הנאה. בקשר עם אשה, התלות בבת הזוג עלולה לגרום למתח ולכעסים הדדיים, ולעומת זאת ההנאה שיש לאדם מההתעסקות עם היצר בינו לבין עצמו לא מלווה בדברים כאלו. לכן האדם מתרגל להתייחס להנאה שיש מסיפוק היצר בינו לבין עצמו, כדבר שאליו הוא יכול לפנות ולקבל הנאה ממנו, במקום קשר עם זולת ממש.

האדם יוצר קשר מתוך תקווה שהקשר יביא לו אושר, אבל הטורח שהוא צריך להשקיע בקשר, והמתח שהקשר מביא איתו, גורם לאדם לחוש שהקשר לא מביא לו אושר ונחמה, אלא להיפך, מביא לו כעס ומרירות, והרבה יותר קל וזמין לו לקבל נעימות וחמימות מההתעסקות עם היצר. בסופו של דבר האדם מרגיש שהוא רוצה את עצמו יותר מאשר אחרים רוצים אותו, וממילא ההנאה והחמימות שהוא מקבל מעצמו, מההתעסקות עם היצר בינו לבין עצמו, תמיד תהיה גדולה יותר מההנאה והחמימות שהוא יוכל לקבל מזולתו. שכן רק הוא רוצה את עצמו באמת, ומוכן לקבל את עצמו כפי שהוא.

בצורה כזו האנשים מתרגלים להתייחס לחיים בבדידות כאפשרות סבירה, והרבה פעמים אפילו כאפשרות המועדפת. אם כן, ההתעסקות של האדם עם היצר בינו לבין עצמו, באה על חשבון קשרים עם זולתו, וגורמת לאדם להתכנס לעצמו.

כאשר האדם מרגיש שרק הוא רוצה את עצמו, ורק מעצמו הוא יכול לקבל חום ונעימות באמת, זה עלול לגרום לו באופן כללי להתעניין פחות בקשרים חברתיים (ולא רק בקשר עם אשה), ולחוש שהחוויות שיש לו מעצמו מושכות אותו יותר מאשר קשר עם זולתו. כלומר ההתעסקות של האדם עם היצר בינו לבין עצמו, מחזקת באדם את הנטייה לבדידות, ואת חוסר החשק להתנהג כיצור חברתי. ההתעסקות הגוברת שיש כיום בקשרים שנמצאים ברשתות החברתיות ולא במפגשים ישירים וכדומה, יכולה גם היא להיות דוגמה לכך שהאדם מעדיף להיות בינו לבין עצמו, מאשר לקשור קשרים ממשיים עם זולתו.

כשם שבהתעסקות עם היצר האדם מתכנס לעצמו, ומעדיף את החוויות שיש לו מעצמו מאשר את החוויות שיש לו מקשר עם זולתו, כך זה גם בעצבות:

האדם מטבעו זקוק לאהבה וחום, ולהרגיש שהוא טוב ורוצים בו. אלא שבשביל שהאדם יוכל לחוש שאוהבים אותו ורוצים בו, על האדם להיות תלוי בקשרים חברתיים, ולהתנהג בהם בצורה נכונה. לדעת לשמוח באחרים כפי שהוא רוצה שישמחו בו, ולא להיעלב מכך שיש אנשים נוספים שרוצים תשומת לב וכו'.

כיוון שעל האדם להתאמץ על מנת לקבל חום ואהבה, הוא חש שאף אחד לא יכול להבין אותו, ורק הוא מבין את עצמו.

כאשר האדם חש שקשה לו ליצור קשרים בצורה טובה, הוא מעדיף להתכנס אל עצמו, ולרחם על עצמו, ולחוש שאין מי שאוהב אותו ואין מי שמבין אותו. האדם נהנה להיכנס ולהיות נתון במסכנות וברחמים עצמיים, כי הוא חש שכך הוא מצליח לתת לעצמו תחושה טובה, גם בלי להיות זקוק ותלוי בטובתם של אחרים. יותר מזה, הוא נהנה לחוש שאף אחד לא יכול להבין אותו, כי כך הוא חש שהוא מרחם על עצמו הרבה יותר ממה שכל אחד אחר יכול לרחם עליו, ואף אחד לא יכול לרחם עליו באמת כמו שהוא מרחם על עצמו. כלומר כאשר האדם עצוב ונתון ברחמים עצמיים, האדם נהנה להתכנס לעצמו, וחש שהחוויות שהוא גורם לעצמו נוגעות לו יותר מאשר חוויות שהוא יכול לקבל מקשר עם זולתו.

כאשר המאמץ שיש ביצירת קשרים חברתיים גורם לאדם להתכנס לעצמו, זה גורם לא רק לתחושות עמוקות של רחמים עצמיים, אלא גם לתפיסת עולם שהאדם חי בתוכה, גם כאשר הוא לא נתון ברחמים עצמיים. האדם חש שאם הוא יכול לקבל חוויות טובות ונעימות רק מזולתו, פירושו של דבר שכאשר הוא בפני עצמו לא טוב לו. ממילא האדם חש שהוא מחפש הנאה מקשרים חברתיים על מנת לחפות על חוסר השקט והעצבות שנמצאים בתוכו. כלומר האדם חש שההנאה שיש לו מקשרים חברתיים היא הנאה בלתי כנה, שכן באמת בינו לבין עצמו לא טוב לו, וכאשר האדם חש שההנאה מקשרים חברתיים היא לא כנה, ממילא הוא גם חש שהיא לא מהנה והוא לא יכול להסתפק בה. לכן האדם מעדיף להתכנס לעצמו, ולדבר על כך שבאמת לא טוב לו. בצורה כזו הוא חש שהוא מדבר באמת על החיים שלו, ולא מנסה להדחיק את תחושת הבדידות הקיומית שלו, ואת התחושה שלא ברור לו האם יש טעם בחיים ובמציאות בכלל.

האדם חש שכאשר הוא שואל את עצמו שאלות קיומיות, כמו האם בכלל יש טעם לחיים וכדומה, הוא נוגע במקום עמוק בנפש, מקום בו קשרים חברתיים חיצוניים לא יכולים לגעת. כשם שהאדם נהנה מחוויות מסוכנות, כיוון שהם נוגעות בגבול שבין חיים למוות, ובכך מדגישים את החיים, כך האדם נהנה לגעת בשאלות קיומיות, ולשאל האם בכלל זה טוב לחיות. האדם חש שקשרים חברתיים יוצאים מתוך נקודת הנחה שהחיים הם טובים, ולא מעיזים לגעת במקום העמוק הזה בנפש, ולכן רק העצבות, וההתכנסות שלו לעצמו יכולים לגעת בו באמת.

התוצאה הפשוטה של החוויה הזו היא שהתענוג מכאב ועצבות ייתפס כחזק יותר מאשר התענוג מהחיים עצמם. ניתן לראות זאת בצורה טובה בתחומי התרבות השונים: האדם נחשב לאמן ברמה גבוהה יותר, ככל שהעצבות ותהיות החיים שהוא מפגין באמנות שלו הן עמוקות יותר וקיומיות יותר. כך זה בשירה ובסיפורת ובציור ובפיסול וכו'. אמנות שלא מפגינה עצבות ותהיות קיומיות, נתפסת כאמנות רדודה שאינה נוגעת בנפש באמת, או כאמנות מגויסת וכדומה. לפעמים האדם מתכנס לעצמו בצורה חריפה יותר, וזה יכול להגיע עד דיכאון קליני. הנפש חשה שהחוויות שיש לה בינה לבין עצמה חזקות יותר מאשר החוויות שיש לה משגרת החיים ומקשרים חברתיים, ועל כן היא מושכת את האדם להתכנס אל תוכו, ולהתנתק מהחברה ומהמציאות בכלל.

העצבות גורמת לאדם להתעסק עם היצר, שכן כאשר האדם נהנה מכך שהוא מרחם על עצמו והוא רוצה לתת לעצמו תחושה טובה, הוא מתעסק עם היצר על מנת לתת לעצמו חמימות ונעימות. וכן להיפך, ההתעסקות עם היצר גורמת לאדם להיות בעצבות ובדידות, שכן האדם חש שאת החוויות שהוא מעניק לעצמו הוא לא יכול לקבל מקשרים חברתיים. העצבות גורמת להתעסקות עם היצר, וההתעסקות עם היצר גורמת לעצבות, ושניהם ביחד גורמים לאדם ליהנות מכך שהוא מתכנס לעצמו, ולהיות נתון בצורה חזקה במה שמתרחש בינו לבין עצמו.

בדרך כלל כאשר האדם עצוב ונתון ברחמים עצמיים, הוא לא כל כך שם לב (או לא כל כך מוכן לשים לב) שהוא עושה זאת כי הוא נהנה לרחם על עצמו, וכי הוא חושב שאת הרחמים שהוא יכול לקבל מעצמו הוא לא יכול לקבל מאחרים. להיפך, על פי רוב האדם חש שהוא עצוב בגלל מה שעשו לו האחרים, ולא בגלל שהוא נהנה להיות עצוב ובודד. אם האדם ישים לב שהוא מתכנס לעצבות ולרחמים עצמיים בגלל שהוא נהנה מזה, זה יוכל להיות צעד ראשון בהבנה מה באמת הוא מחפש.

בפרקים הבאים נסביר איפה הוא יכול למצוא את מה שהוא מחפש, בצורה שלא תגרום לו להיות יותר ויותר עצוב.

ה. ה' רוצה לברוא עולם שיש בו תענוג, והאדם מחפש את התענוג הזה

ההתעסקות של האדם עם היצר והשחתת הזרע גורמת לאדם להיות עצוב, ולשאול את עצמו האם יש טעם לחיים. כאשר בני האדם עצובים, ולא יודעים האם יש טעם לכך שה' ברא אותם, גם ה' שואל את עצמו האם יש טעם לברוא אנשים שלא שמחים בכך שהוא ברא אותם.

למה הדבר דומה? לאדם שיצר לעצמו מקום שבו יהיה לו תענוג, ושם הוא יוכל לנוח, ובסופו של דבר אותו המקום רק עושה לו 'כאב ראש', וגורם לו להתעסק איתו כל הזמן. האדם מרגיש שבמקום שיהיה לו תענוג ומנוחה, יש לו עיסוקים רבים ולא נעימים שגורמים לו לאי שקט.

כך ה' ברא את העולם, מתוך מחשבה שהעולם יהיה מקום שבו יהיה לו תענוג מהאנשים אותם הוא בורא, כשם שלאדם יש תענוג ממשפחה וילדים. אבל כיוון שהאדם מתעסק באופן תמידי עם היצר, ושואל את עצמו האם יש טעם לכך שהוא חי, ה' אומר שהעולם אותו הוא ברא לא גורם לו לתענוג, והוא לא מקום שבו הוא יכול לנוח, אלא להיפך, העולם אותו הוא ברא גורם לו לעצבות ולחוסר שקט.

לכן ה' הביא את המבול. ה' כאילו רצה להיות בשקט עם עצמו, ולא להיות עסוק בעל כרחו בתקשורת עם אנשים שלא רוצים שהוא יברא אותם.

אבל אף על פי שה' הביא את המבול על מנת להיות בשקט עם עצמו, ה' אומר שהוא עושה זאת רק בגלל שהאנשים שהוא בורא לא נותנים לו מנוחה, ולא שמחים בחיים שהוא נותן להם. אבל אם היה בעולם מקום שממנו היה לו תענוג, ובו הוא היה יכול לנוח, הוא היה בורא אותו בשמחה, ולא משחית אותו.

המקום הזה אצל ה', שהוא אומר שאם היה לו תענוג ומנוחה מהעולם הוא היה בורא אותו, זה נח הצדיק. נח היה איש אחד בעולם שעשה לה' נחת רוח, ועל ידו ה' אמר, 'שאף על פי שהוא משחית את העולם, הוא עושה זאת רק בגלל שהעולם הוא לא מקום מנוחה בשבילו, אבל הוא עדיין מחפש ורוצה שהעולם יתן לו תענוג ומנוחה.

נח מסמל גם את הנקודה הטובה שיש באנושות בכללה. כאשר האדם מתעסק עם היצר בינו לבין עצמו, יש בהתעסקות הזו הרבה עצבות ויאוש ממצאית אושר בקשר עם בת זוג, וגם יאוש ממצאית אושר בתוך האדם עצמו. אבל בתוך היאוש הזה ישנה נקודת אמונה בכך שבסופו של דבר יש בחיים איזושהו מקום טוב שיכול להביא לאדם אושר, ובו האדם יכול למצוא מנוחה. בעומק הנפש, נקודת האמונה הזו היא מה שמביא את האדם להתעסק עם עצמו שוב ושוב, אף על פי שהוא יודע שלא זה מה שיביא לו תענוג ואושר. האדם כל הזמן ממשיך לחפש את האושר שיש בחיים, אף על פי שהוא לא יודע איפה למצוא אותו.

הנקודה הזו בנפש, שבה האדם מאמין שיש מקום טוב שבו הוא יכול למצוא מנוחה, היא נח הצדיק, שכל בני האדם כיום הם מצאצאיו. כשם שתיבת נח היא נקודה של מנוחה באמצע המבול, כך האדם חש שבתוך המבול של התאוות ושל המחשבות שמציפות אותו ומטרידות אותו ולא נותנות לו מנוח, יש באיזושהו מקום נקודה שבה כן יש בחיים תענוג ואושר ומקום שבו הוא יכול למצוא מנוחה.

אם כן, המבול ותיבת נח מסמלים את ההתייחסות של האדם לעצמו: מצד אחד האדם מתיימש מהנסיונות שלו למצוא אושר בתוכו, ומהמחשבה שההתעסקות עם עצמו תביא לו את האושר שהוא מחפש. מצד שני, האדם יודע שבמקום כלשהו יש תענוג ואושר בחיים, והוא יכול למצוא לעצמו מנוח. הוא יודע שהמקום הזה לא נמצא בהתעסקות עם היצר, אבל הוא לא יודע איפה הוא כן נמצא. הנקודה הזו יכולה להיות הבסיס ונקודת היציאה למקום חדש, שבו ייבנה עולם שבו יש בחיים אושר ותענוג, והאדם יוכל למצוא מנוח לכף רגלו.

נח מסמל את הרצון של ה' שהאדם לא יתימש. על האדם לדעת שאף על פי שהיצר גורם לו למצוקה ולא לאושר, וגורם לאדם לא לדעת האם יש טעם ואושר בחיים, אף על פי כן החיפוש של האדם אחר האושר הוא לא סתם, אלא באמת ה' ברא את האדם מתוך רצון שיהיה לו תענוג ומנוחה בחיים, וה' רוצה לעזור לאדם למצוא את האושר הזה.

ו. להתמקד בדרך טובה, ולהסיח את הדעת מן היצר

האדם מתעסק עם היצר שלו, כי הוא מחפש מקום שבו יהיה לו נעים ושם הוא יוכל לנוח. אבל בהתעסקות עם היצר האדם לא מוצא אושר ומנוחה, אלא להיפך. ראשית, האדם מגלה שההתעסקות עם היצר לא יוצרת לו מקום טוב, אלא הוא נשאר כמו שהוא היה קודם, והאדם חש מאוכזב ומרוקן מכך שהוא השקיע את עצמו בשום דבר. שנית, ההתעסקות עם היצר טורדת את מנוחתו של האדם ולא מרפה ממנו, והאדם חש שהיצר מציף אותו מכל הכיוונים, ולא נותן לו לחיות, בדומה למי המבול.

על מנת לעזור לאדם לצאת מה'מבול' שמציף אותו, ה' מכווין את האדם וממקד אותו. למה הדבר דומה? להורים שרוצים שלבנם יהיו חיים טובים, ולכן הם מכוונים אותו לדרך טובה, ומגדלים אותו, ומראים לו איך לחיות. אם ההורים לא יאמרו לבנם שום דבר, הוא יצטרך לבדוק את כל מה שעולה בדעתו וכל מה שנקרה בדרכו על מנת לדעת איך כדאי לחיות, ובסופו של דבר הוא לא יוכל לדעת מה טוב. כך זה גם בנמשל. ה' רוצה שהאדם יחיה חיים טובים, ולשם כך הוא ממקד את האדם ומכוון אותו להתחתן ולהוליד ילדים וליישב את העולם. בכך ה' מתווה לאדם את הדרך שעל ידה הוא יוכל לצאת מההטרדה הבלתי פוסקת של היצר. על האדם להתמקד בדרך שה' רוצה שהוא יחיה, ולהסיח את הדעת מכל דבר שהוא לא חלק מהרצון הזה. כל עוד ה' לא אמר שהוא רוצה שהאדם יחיה חיים טובים, האדם חשב שאין זה משנה (לא לה' ולא לאדם עצמו) מה הוא יעשה, וממילא הכל היה טוב, והכל היה לא טוב. הכל היה טוב - כלומר האדם יכול לעשות מה שהוא רוצה, שכן אין דרך טובה ודרך לא טובה. והכל היה לא טוב - שכן כל מה שהאדם ניסה לא הביא לו אושר, אלא רק להיפך, עד שהניסיונות של האדם להגיע למקום טוב הציפו אותו בתאוות ובטרדות היצר. כאשר ה' אומר שהוא רוצה שהאדם יחיה חיים טובים, פירושו של דבר שה' רוצה שהאדם יתמקד בדרך חיים מסויימת, שהיא הדרך שה' רוצה שהאדם ילך בה. עצם הרצון של ה' שהאדם יחיה חיים טובים, מאפשר לאדם להתמקד בדרך חיים טובה, ולהסיח את הדעת מהיצר. זה עוזר לאדם לחוש שהמשיכה של היצר לא כופה אותו, אלא מותר לו והוא יכול להסיח את הדעת מהיצר, שכן יש דרך חיים מסויימת וטובה שאותה ה' רוצה. כל עוד אין דרך שה' רוצה ודרך שה' לא רוצה, אין מותר ואסור, וזו הסיבה שלאדם אין דרך להסיח את הדעת מהיצר. אבל כאשר ה' אומר לאדם מה טוב, מה מותר ומה אסור, זה אומר לאדם שיש דרך מסויימת טובה, ונותן לאדם כח להתמקד בדרך הזו, ולהסיח את הדעת מדברים אחרים.

כאשר ה' הציף את העולם במי המבול, הוא אמר לנח הצדיק לבנות תיבה ולהיכנס לתוכה, וכך להינצל ממי המבול. העולם כולו היה מוצף במים שהשחיתו את המציאות, אבל נח היה במקום שבו ה' אמר לו להיות, מקום שבו אין מבול.

תיבת נח מסמלת את הרצון של ה' שהאדם יתמקד בדרך חיים טובה. ה' אמר לנח לבנות תיבה, ובכך אמר מה הוא רוצה שהאדם יעשה. ה' אמר שהוא רוצה שנח ייכנס לתיבה, ובכך הוא גם אמר בעצם שהוא לא רוצה שהאנשים יתעסקו עם היצר כל הזמן, כמו האנשים בדור המבול.

בכך שה' אמר לנח לבנות תיבה ולהיכנס אליה, הוא אמר שהוא רוצה דרך מסויימת, ובכך שנח בנה את התיבה ונכנס אליה, הוא אמר שהוא מתמקד בדרך אותה ה' רוצה, ומסיח את הדעת מכל הדברים האחרים. חכמינו אומרים שנח

בנה את התיבה במשך מאה ועשרים שנה, ופירושו של דבר שנה התאמץ מאוד להתמקד בדרך חיים אותה ה' אומר לו, ולהסיח את הדעת מצורות חיים שה' לא רוצה בהן. אם כן למדנו שבכך שהתורה מספרת לנו על המבול, ועל נח והתיבה, התורה מראה לנו את הדרך להתגבר על היצר, ולהיפטר מהטרדה הבלתי פוסקת שלו. המחשבה שהאנשים מתגלגלים בעולם ללא סיבה, ואין שום דרך חיים שה' רוצה בה, גורמת לאדם להיות עסוק ביצר כל הזמן, ולעומת זאת ההבנה שה' רוצה מאיתנו שנחיה חיים טובים, וההתאמצות להתמקד ברצון הזה, עוזרת לנו להבין שנכון ואפשר להסיח את הדעת מן היצר, ונותנת לנו כח לעשות זאת.

ז. ה' רוצה את האדם, וזה עוזר ומאפשר לו להסיח את הדעת מן היצר

לאחר המבול נח יוצא מהתיבה ומקריב קרבנות לה', והקרבנות עושים לה' נחת רוח. כלומר מהעולם שלאחר המבול, אכן יש לה' תענוג ומנוחה. לכן ה' כורת עם נח (שהוא בעצם האנושות כולה) ברית, שהוא לא יביא יותר מבול לעולם, ולא ישחית שוב את המציאות.

לכאורה ניתן לשאול על כך שאלה: אם ה' רצה לכרות עם האדם ברית שהוא לעולם לא ישחית את המציאות, למה הוא לא כרת את הברית הזו עוד לפני המבול?

התשובה היא שלפני המבול ה' לא הדגיש שהוא רוצה מאוד שהאדם יחיה, והאדם לא מספיק ידע שה' רוצה בו ושמח בכך שהוא חי. זה גרם לאדם להתעסק עם היצר שלו, ולא לדעת האם יש בכלל טעם לחיים, וגם ה' לא רצה להמשיך ולהחיות את האנשים שלא רצו לחיות.

לעומת זאת בזמן נח והמבול זה לא היה כך. ה' רצה שנח יחיה ולכן הוא אמר לו לבנות תיבה, ונח ראה כמה ה' רוצה שהוא יחיה, וזה גרם לו לרצות לחיות ולהתאמץ לחיות, ולבנות את התיבה ולהיכנס אליה. יותר מזה, חכמינו אומרים שכאשר נח בנה את התיבה, הוא סיפר לכולם שהולך להגיע מבול, ואם הם לא רוצים להישמד במבול, עליהם לחזור בתשובה. כלומר אם כל האנשים היו שמים את לבם לכך שה' רוצה שהם יחיו, כמו נח, ורוצים לחיות ומתאמצים לחיות כמו נח, כולם היו ניצלים מהמבול.

אם כן, כאשר ה' כרת ברית עם נח, הוא כרת ברית עם האנשים שרוצים לחיות ומתאמצים לחיות, ולאחר המבול הם היו האנושות כולה. ה' כורת איתם ברית שהוא לעולם ירצה בהם, והרצון שלהם לחיות, לעולם יסב לו תענוג. כלומר ה' לא אומר שגם אם האדם לא ישמח לחיות זה יעשה לו תענוג, אלא להיפך, הוא כורת ברית שהרצון של האדם לחיות, לעולם יסב לו תענוג, ועל כך הוא לעולם לא יתחרט.

הברית הזו של ה' עם האדם, שה' רוצה שהוא יחיה וישמח לחיות, גרמה לאדם באמת לרצות לחיות. האנושות שלאחר המבול מושתתת על הרצון לחיות, והרצון לחיות נעשה רצון בסיסי והמניע העיקרי של האנושות. נסביר:

האדם לא יכול לברוא את עצמו, וממילא הוא לא יכול לרצות את עצמו. כלומר האדם מכיר את עצמו לאחר שהוא כבר נולד וקיים, וממילא הוא לא יכול לומר שהוא חי כי הוא רוצה את עצמו, שהרי הוא חי בעל כרחו, ואף אחד לא שאל אותו אם הוא רוצה לחיות.

לעומת זאת ה' רוצה את האדם עוד קודם שהוא ברא אותו, ולכן הוא בורא אותו. לכן אם רק האדם ירצה את עצמו, הוא יחוש שהוא חי בעל כרחו, והוא לא יוכל להגיד שהחיים שלו הם טובים ורצויים. אבל כיוון שה' רוצה בו עוד קודם שהוא נברא, האדם יכול לחוש שהוא טוב ורצוי, ולשמוח בחיים שה' נתן לו.

בברית שה' כורת עם האדם, הוא מגלה לאדם שהוא רוצה בו, והוא כל כך רוצה בו, עד שהוא לא יתחרט על הרצון הזה לעולם. בכך שה' מגלה לאדם כמה הוא רוצה בו, הוא מאפשר לאדם לרצות לחיות, ולשמוח בחיים שלו, ולא לבזבז את החיים שלו על התעסקות עם היצר, ובכך לאבד את הטעם בחיים.

ח. כיבוד הורים עוזר ומאפשר לאדם להסיח את הדעת מן היצר

התורה מספרת, שלאחר שנח יצא מהתיבה הוא שתה יין והשתכר ושכב מגולה באוהל. בנו חם ראה את ערוות אביו, ובמקום להקפיד על כבודו של אביו ולכסות אותו, הלך לספר זאת לשני אחיו, שם ויפת, על מנת לפרסם את קלונו של אביו. לעומת זאת שני אחיו הקפידו על כבוד אביהם, וכיסו אותו תוך כדי שהם הולכים אחרנית, ולא רואים את ערוותו. כאשר נח התעורר משכרותו, ונודע לו על מעשיהם של בניו, הוא קילל את חם, ובירך את שם ויפת.

כאשר האדם שיכור הוא מאבד את הדעת, וממילא התאוות שלו נעשות גלויות ומודגשות יותר. בכך שחם לא מכסה את אביו, אלא הולך לספר זאת לשני אחיו, הוא מגלה שהוא נהנה לחשוב שהאופי האמיתי של האדם מתגלה דווקא כאשר הוא שיכור, ולא מרסן את עצמו על ידי השכל. כלומר חם חושב שעיקר מה שמודגש אצל האדם זה התאוות שלו, אלא שבדרך כלל האדם מתאמץ להסתיר זאת, ורק בזמן של שכרות מתגלה האדם כפי שהוא באמת. לפי התפיסה של חם, אבא שלו הוליד אותו בעיקר בגלל תאוות, ולא בגלל שהוא רצה ליצור קשר ולהקים משפחה, וחם נהנה לומר זאת ולפרסם זאת.

לחם היה חשוב להדגיש שאבא שלו הוליד אותו בגלל תאוות, ולא בגלל שהוא אוהב אותו ורוצה להקים משפחה ולהוליד ילדים. שכן כך גם חם עצמו יוכל לממש את התאוות ואת האנוכיות שלו, ולחוש בנח עם כך, שהרי זה גם מה שאבא שלו עשה.

כלומר התפיסה של חם בעצם מחזירה את העולם לתקופה שלפני המבול, שבה האדם התעסק עם היצר שלו וסיפק אותו, וכתוצאה מכך האדם חשב שאין טעם לחיים, ולא היה מודע לכך שה' רוצה שהאדם יחיה וירצה לחיות. לעומת זאת כאשר שם ויפת כבדו את אביהם, וכסו אותו ולא ראו את ערוותו, הם הדגישו וייקרו את הרצון של אבא שלהם להוליד אותם, ולא התייחסו לתאוות כדבר עיקרי.

כלומר כיבוד הורים הוא לא לחשוב שההורים הולידו את האדם בגלל התאוות שלהם, אלא בגלל שהם אהבו ורצו את הילדים שלהם. לכל אחד יש תאוות, אבל ההורים יכלו לספק את התאוות שלהם בכל מיני דרכים, והם בחרו דווקא להקים משפחה ולהוליד ילדים, והבחירה הזו של ההורים גרמה שיוולדו הילדים. על הילדים לכבד את ההורים, כלומר לא לתפוס את התאוות של ההורים שלהם כדבר העיקרי שהוליד אותם, אלא את הבחירה והרצון של ההורים להוליד אותם כדבר העיקרי.

אם האדם ידגיש את התאוות של ההורים שלו, הוא בעצם יחשוב שרק בגלל שההורים שלו רצו ליהנות, היה עליו לבוא לעולם. כלומר לא רק שהוא לא יחוש שהוא חי כי רצו בו, אלא הוא גם ירגיש שהחיים הללו לא נעימים, כיוון שהם נכפו עליו לצורך הנאה של אנשים אחרים.

אם האדם יחוש שהוא חי כי משהו ניצל אותו בשביל ליהנות, האדם יתייחס כך גם לחיים שלו. הוא לא יתפוס את החיים כרצון של ה' ושל ההורים שהאדם יחיה וירצה לחיות, אלא יתפוס את החיים כמקום שבו עליו לנצל את סביבתו על מנת להגיע למקסימום של הנאה, כפי שנראה לו שההורים שלו התייחסו כלפיו.

לעומת זאת כאשר האדם מכבד את ההורים שלו, הוא לא מדגיש את התאוות של ההורים שלו, אלא את הרצון שלהם להיות בקשר. אפילו אם בקשר של ההורים שלו התאוות היו מודגשות, בתוך התאוות היה טמון רצון וחשק להיות בקשר, ועל האדם לשים לב לרצון של ההורים שלו להיות בקשר ולהקים משפחה, שכן מהרצון הזה הוא נולד, ולא

להתייחס לתאוות כעיקר המניע לקשר בין ההורים שלו. ה' ברא את היצר כדי שיהיה כלי לקשר בין האיש והאשה, ולא להיפך, וכך על האדם להתייחס לקשר בין ההורים שלו, שהתאוות שהיו בקשר הזה באו על מנת ליצור את הקשר, ולא לחשוב שהקשר ביניהם נועד בשביל התאוות.

הרצון של ההורים להיות בקשר ולהקים משפחה, משקף את הרצון של ה' שהאדם יחיה וירצה לחיות. לכן כאשר האדם מייקר ומכבד את הרצון של ההורים שלו להיות בקשר ולהקים משפחה, הוא יכול לשים לב ולהיות מודע, לרצון של ה' שהוא יחיה, והוא לא יחוש שהוא חי סתם, רק בגלל שמישהו אחר רצה ליהנות. נסביר יותר כיצד הרצון של ההורים בילד, משקף ומביא לידי ביטוי את הרצון של ה' באדם: בימי חייו האדם מוקף בסוגי תקשורת שונים, קשר בין חברים, קשר בין איש ואשה, קשר בין מורה לתלמיד וכו', והאדם נהנה מכך שהוא מוקף בחברה, שכן הוא רוצה לחוש רצוי ואהוב ומוערך. אמנם בכל סוגי התקשורת שמנינו כאן, האנשים אוהבים את האדם ורוצים בו רק מכיוון שהוא כבר קיים, אבל הם לא יכולים לרצות אותו עוד לפני שהוא קיים.

לכן אם היו רק את סוגי התקשורת הללו האדם לא היה יכול להרגיש באמת אהוב ורצוי, שכן הוא היה מרגיש שהוא רוצה את עצמו, והאחרים אוהבים אותו ורוצים בו רק בגלל שהוא 'מבקש' זאת מהם. לאדם עצמו חשוב מאוד שירצו אותו, והוא חש שזה חשוב לו יותר מאשר לסובבים אותו, וזה לא נעים לו, כי בצורה כזו הוא מרגיש כאילו הוא 'נדחף' לקבל אהבה ותשומת לב, ואף אחד לא יאהב אותו אם הוא לא ידחף את עצמו. זו הסיבה שהאדם נהנה להתכנס לעצמו ולהיות עצוב, ולחוש שאף אחד לא יכול להבין אותו ולאהוב אותו כפי שהוא אוהב את עצמו. שכן באמת האנשים שסביבו רוצים אותו רק מכיוון שהוא קיים, וממילא הוא רוצה את עצמו יותר מאשר האנשים שסביבו רוצים אותו.

לעיל הוסבר באריכות (בפרק ד) שכשם שהאדם עצוב כי הוא נהנה להתכנס לעצמו, כך האדם מתעסק עם היצר בינו לבין עצמו בגלל שהוא נהנה להתכנס לעצמו. הסיבה האמיתית שגורמת לאדם להתכנס לעצמו (גם בעצבות וגם בהתעסקות עם היצר) היא הרצון שלו לחוש שהוא רצוי מצד עצמו, ולא רוצים אותו רק לאחר שהוא כבר קיים, ולכן האדם מתכנס לעצמו, ומחפש ליהנות מכך שהוא רוצה את עצמו.

אלא שגם האדם עצמו לא יכול לרצות את עצמו, שכן גם הוא מכיר את עצמו רק לאחר שהוא כבר קיים, והוא לא יכול לרצות שהוא יהיה קיים. לכן כאשר האדם מתכנס לעצמו ומתעסק עם היצר בינו לבין עצמו, זה לא עוזר לו להרגיש שהוא רצוי, וזה רק נותן לו עוד יותר תחושה של בדידות ועצבות, שכן גם הוא עצמו לא מצליח לרצות את עצמו, ולתת לעצמו תחושה של אושר.

האנשים היחידים שאוהבים את האדם עוד לפני שהוא נולד הם ההורים שלו. ההורים רוצים את הילד לפני שהוא נולד, והרצון הזה של ההורים גורם לילד להיוולד. כאשר האדם מכבד את הוריו, ומדגיש ומייקר את הרצון שלהם להוליד אותו, קל לו יותר לחוש את האהבה של ההורים אליו, ולחוש רצוי עוד קודם שהוא מבקש זאת. בכך האהבה של ההורים לבנם משקפת את האהבה של ה' אליו, שכן גם ה' אוהב אותו ורוצה בו עוד לפני שהוא נברא, והרצון של ה' גרם שהוא ייברא. אלא שה' הוא נסתר, וקשה לשים לב לאהבה שלו, והאדם היה יכול לחשוב שהוא סתם מתגלגל בעולם, והוא לא נברא כי ה' אוהב אותו. אבל כיוון שההורים אוהבים אותו עוד קודם שהוא נולד,

האדם קולט שהוא אהוב ורצוי עוד לפני שהוא נולד, ועל ידי זה הוא יכול לשים לב שהוא אהוב ורצוי על ידי ה'. כלומר כאשר האדם מכבד את הוריו, הוא חש רצוי יותר, שכן כך מתגלה שההורים רוצים בו וה' רוצה בו. אם כן, כאשר האדם מחפש לחוש נעימות מתוכו, ולהתכנס לעצמו ולהיות עצוב או להתעסק עם היצר, הוא מחפש בתוכו משהו אמיתי, אבל הוא לא יודע מה הוא מחפש באמת. האדם חש שהוא רוצה לקבל חום ונעימות מעצמו, כיוון שהוא רוצה את עצמו יותר ממה שיכול משהו אחר לרצות אותו, אבל באמת הוא מחפש לחוש שהוא רצוי עוד לפני שהוא רוצה בזה, ועוד לפני שהוא קיים בכלל. אלא שאת זה האדם לא יכול לתת לעצמו. רק ה' שברא את האדם יכול לומר לו שהוא רצוי, ורק ההורים שילדו אותו ורצו אותו עוד קודם שהוא נולד, יכולים לאהוב אותו ובכך להעביר לו את האהבה של ה' אליו.

לכן כאשר האדם מכבד את ההורים, ומרגיש אהוב ורצוי על ידי ההורים ועל ידי ה', זה עוזר לו להסיח את הדעת מהיצר, ולא לחפש להיות רצוי על ידי ההתכנסות לתוך עצמו וההתעסקות עם היצר. בנוסף, כיוון שהאדם מרגיש רצוי ושמח בחיים שההורים נותנים לו ושה' נותן לו, זה מאפשר לו להקים משפחה ולהוליד ילדים, ולתת להם תחושה שהם אהובים ורצויים, ולא באו לעולם רק בגלל התאוות שלו. בצורה כזו היצר בא לידי ביטוי בדרך שבה ה' ייעד לו, ביצירת קשר והקמת משפחה, והאדם לא חש שהיצר רק דוחק בו לספק אותו. לכן כאשר נח יצא מהתיבה, ה' בירך אותו ואמר לו, כפי שהוא אמר לאדם הראשון, "פרו ורבו ומלאו את הארץ". לאחר שה' הראה לאדם שהוא רצוי, האדם חש מבורך, ויכול ללדת ילדים ולתת להם תחושה שהם רצויים. הברכה הזו אכן התקיימה בנח ובניו, שהקימו משפחות לאחר המבול, ומלאו את הארץ, כפי שכתוב "אלה משפחות בני נח לתלדותם". לאחר המבול זוהי הפעם הראשונה שהתורה מתייחסת למושג 'משפחה', שכן לאחר שה' אומר לאדם שהוא רצוי, האדם יכול להקים משפחה.

לעומת זאת כאשר האדם מתעסק עם היצר ומדגיש את התאוות, הוא מרגיש שרק היצר נותן לו טעם לחיים, וההורים וה' לא יכולים לתת לו טעם לחיים. ממילא הוא עוד יותר נתון ביצר, ומספק אותו שוב ושוב, מתוך תקווה שזה מה שיתן לו טעם לחיים.

כיוון שהאדם לא יודע לומר מה הטעם לחיים (או חושב שרק היצר נותן טעם לחיים), ממילא יהיה קשה לו יותר להתחתן ולהקים משפחה. גם בגלל שהעיסוק הבלתי פוסק ביצר מקשה על האדם ליצור קשר, שכן האדם עסוק בעצמו במקום בקשר, וגם בגלל שלאדם יהיה קשה להוליד ילדים ולהנחיל להם תחושה שהם טובים ואהובים. האדם מרגיש שההורים שלו הביאו אותו לעולם בגלל התאוות שלהם, וזה לא נעים לו, והוא מרגיש שאם הוא גם כן יוליד ילדים בגלל התאוות שלו, הילדים שלו יבואו אליו בטענות, כשם שהוא בא בטענות להורים שלו.

אם כן, כאשר האדם מכבד את ההורים, זה עוזר לו להסיח את הדעת מהטרדה הבלתי פוסקת של היצר משתי סיבות: א. האדם מרגיש רצוי ואהוב, ופחות זקוק לקבל חום ונחמה וטעם לחיים מסיפוק היצר. ב. האדם רוצה להקים משפחה ולהוליד ילדים כמו ההורים שלו, וממילא הוא לא תופס את היצר ככח שדוחק בו לספק אותו, אלא ככח שיכול להיות כלי ליצירת קשר ולהולדת חיים. האדם חש את היצר ככח פנימי ומהותי. אם האדם תופס את היצר ככח שדוחק בו לספק אותו, יהיה לו קשה להסיח את הדעת מהיצר, שכן הוא ירגיש שבכך הוא מסיח את הדעת מעצמו, מהאישיות שלו, והוא לא יוכל לרצות בזה, וגם יחשוב שזה בלתי אפשרי.

לעומת זאת אם האדם תופס את היצר ככלי ליצירת קשר ולהולדת חיים טובים בעולם, כפי שההורים שלו הולידו אותו, לא נראה לו שאם הוא יסיח את הדעת מהתאוות הוא יסיח את הדעת מהאישיות שלו, אלא להיפך, הוא ירגיש שבכך הוא מממש את האישיות שלו. שכן דווקא כאשר הוא מסיח את הדעת מהתאוות, קל לו יותר לממש את הכח של היצר שפועם בו ודוחק בו ליצור קשר ולהוליד חיים.

אם כן, חם מייצג את האנשים שמתייחסים לתאוות כעיקר, ולכן מתייחסים להולדה כדבר מבוזה, שמגיע מאינטרסים ותאוות, ושם ויפת מייצגים את האנשים שמתייחסים להולדה כדבר יפה ומבורך, שמגיע מרצון בקשר, ומרצון של ההורים ליצור חיים, ואהבה של ההורים לילדים. בכך שנה מקלל את את חם ומברך את שם ויפת, הוא מטביע באנושות את היחס להולדה וליצירת חיים, וגורם שהחברה תתייחס לאנשים שמבזים את ההולדה, כאנשים מקוללים שמקללים את החברה, ולאנשים שמייקרים את ההולדה ואת הרצון בחיים, כאנשים מבורכים שבונים את החברה.

ט. על ידי הברית עם היהודים, ה' מגלה את הברית עם כל האנושות

בלשון הקדש, השם 'נח' הוא מלשון מנוחה. נח הראה לעולם את הדרך שבה האדם יכול למצוא מנוחה מטרדות היצר, ולרצות לחיות, ולא להתייחס לחיים כאל מצוקה. הדרך להגיע אל המנוחה הזו, היא לדעת שה' רוצה את האדם, ורוצה שהאדם יחיה בדרך חיים טובה ונעימה, ויתחתן ויקים משפחה ויוליד ילדים ויכבד את ההורים.

אבל אם היה רק את נח, האדם היה יכול לחשוב שהאמונה בה' נועדה להיות פתרון למצוקה, ודרך להגיע למנוחה. כלומר האדם עלול לחשוב שהעיקר הוא לא להאמין בה', אלא העיקר הוא הצורך לחפש פתרון למצוקה הנואשת שלו, ואם האמונה בה' פותרת את המצוקה שלו, הוא מוכן להאמין בה'. בצורת החשיבה הזו האדם שם את עצמו במרכז, וחושב שלא ה' הוא העיקר, אלא הוא העיקר.

אם האדם יתייחס כך לאמונה בה', המצוקה שלו לא תוכל לקבל מענה באמת. שכן בצורה כזו האדם נותן הרבה משקל למצוקה שלו, ומרגיש שהיא גדולה ומרכזית מאוד, וממילא האמונה בה' לא תתן לה מענה. נסביר זאת יותר: כאשר האדם תופס את המצוקה שלו כעיקרית ושם את עצמו במרכז, הוא כאילו תופס שהקיום שלו גרם את מציאות ה', ולא ה' גרם את הקיום שלו. כמובן, האדם יודע שהוא לא ברא את עצמו, אבל מצד תפיסת הקשר עם ה', הוא תופס שלא ה' גרם את הקשר עם האדם, אלא האדם גרם את הקשר עם ה'. האדם היה במצוקה, ולכן הוא היה זקוק לה' שיפתור לו את המצוקה, וממילא האדם חש שהוא המציא את האמונה בה' כדי לעשות את החיים לקלים יותר. או בניסוח אחר, האדם חושב שאין זה משנה אם באמת יש ה', או שהאנשים המציאו את האמונה בו, העיקר שיש לאדם משהו טוב שהוא יכול להיאחז בו.

כמובן, אם האדם חושב שהוא המציא את האמונה בה' על מנת לעשות את החיים שלו לקלים יותר, זה לא יכול להפוך את החיים שלו לקלים יותר. שכן כשם שלא עוזר לאדם לרצות את עצמו ולאהוב את עצמו, כך לא יעזור לו להמציא אלקים, ולהגיד שאלקים רוצה אותו.

לכן אחרי נח בא אברהם אבינו. נח בונה תיבה כדי להינצל מהמבול, ובכך הוא אומר שהאמונה בה' מצילה את האדם ממציות לא טובה ומטרדות היצר. כמובן, האמונה בה' באמת עוזרת לאדם ונותנת לו מנוחה ואומרת לו שהוא רצוי, אבל אם מפרסמים את האמונה רק בצורה כזו, האדם עלול לחשוב שהאמונה בה' באה רק על מנת לפתור לו את המצוקה. לעומת זאת אברהם אבינו לא מפרסם את האמונה בה' כדי להציל את עצמו או את העולם מפורענות וקושי, אלא רק כדי לפרסם את האמונה בה'.

זו הסיבה שה' כורת עם אברהם ברית נוספת, מעבר לברית שה' כרת עם נח. ה' כרת ברית עם נח, ואמר לו שהוא רוצה את המציאות, והוא לא ישחית אותה יותר. כיוון שה' אמר שהוא לא ישחית יותר את המציאות, האנושות קיבלה תחושה כאילו ה' לא יכול ללא המציאות, וממילא המציאות היא העיקרית, וה' עוזר לה ומאפשר לה לחיות. האנושות קיבלה תחושה כאילו המציאות היא מאוד מאוד הכרחית ומחוייבת, והאדם לא יכול בלעדיה, וגם ה' לא יכול בלעדיה. לכן ה' כורת ברית נוספת עם אברהם אבינו, ואומר לאברהם אבינו שהוא זרעו יעשו ברית מילה. ה' ציווה את אברהם וזרעו להוריד את הערלה, ועל ידי זה ה' כורת ברית עם אברהם וזרעו, שיהיו קשורים לה', ולא יהיו מוכרחים את המציאות, ולא יהיו מוכרחים את התאוות.

אין הכוונה שה' חוזר בו מהברית עם נח והאנושות. להיפך, ה' כרת ברית עם נח ועם האנושות שהוא רוצה את האדם, ורוצה שהאדם יחיה חיים טובים ונכונים. בשביל שהברית עם האנושות תתקיים, ה' כורת ברית נוספת, עם אומה אחת מתוך האנושות, עם היהודים. על ידי היהודים ה' מגלה לאדם, שמה שהוא כרת ברית שהוא לא ישחית את המציאות, זה לא בגלל שהוא חייב את המציאות, אלא בגלל שהוא רוצה במציאות.

יהודי קשור לה' עוד לפני שהוא בא לעולם, ומיד כשהוא נולד, בגיל שמונה ימים, הוא כורת ברית שהוא לא מוכרח את המציאות, והוא לא מוכרח את התאוות, אלא הוא רק קשור לה'. לכן יהודים בכל הדורות מסרו את הנפש על האמונה בה', כיוון שמראש ה' כרת איתם ברית שהם לא יהיו מוכרחים את המציאות. ה' מגלה ליהודים שהוא לא מוכרח את המציאות, והכוונה היא שהוא מנחיל גם ליהודים את היכולת לא להיות מוכרחים את המציאות.

הברית של ה' עם היהודים, שהם לא מוכרחים את המציאות ואת התאוות, היא בעצם ברית שהחיים של היהודים יהיו בחיירים. כלומר היהודים כורתים ברית שהם לא מוכרחים את המציאות, ואם כן הסיבה לכך שהם חיים במציאות, היא לא שהם מוכרחים את המציאות ואת התאוות, אלא שהם רוצים ובוחרים לחיות, ולהקים משפחה ולהוליד ילדים. ה' ברא את העולם כי הוא רוצה אותו, והוא רוצה שהאנשים יחיו בו, וירצו לחיות, וכיוון שה' רוצה את זה, גם היהודים רוצים את זה, וה' כורת איתם ברית שהם לא יחיו כי הם מוכרחים, ולא יתחתנו ויולידו ילדים בגלל שהתאוות דוחקות בהם, אלא כי ה' רוצה בכך.

על ידי שה' כורת ברית עם היהודים שהם לא יהיו מוכרחים את העולם, אלא יחיו בו כי ה' רוצה בכך, ה' מגלה לכל העולם שהוא רוצה בו. ה' כרת ברית עם נח ועם האנושות שהוא רוצה את המציאות, ולכן הוא לעולם לא ישחית אותה שוב. אבל מכיוון שה' כרת ברית שהוא לא ישחית את המציאות, זה נתן לאנושות תחושה שהמציאות קיימת מצד עצמה, ולא בגלל שה' רוצה בה. על מנת לגלות לעולם שה' רוצה בו, ה' כורת ברית עם היהודים שהם לא יהיו מוכרחים את המציאות, ועל ידי זה מגלה לעולם כולו שהוא לא מוכרח את המציאות, אלא רוצה אותה ובוחר לברוא אותה.

אם כן, הברית שה' כורת עם היהודים מרוממת את כל האנשים בעולם, ומאפשרת לברית שה' כרת עם נח להתקיים.

הסיפור של נח והתיבה והברית שה' כרת עם האנושות, כתוב בתורה שאותה נתן ה' ליהודים. כלומר אף על פי שה' כרת ברית עם כל האנושות, הברית הזאת לא היתה ידועה לעולם ללא היהודים, שכן על ידי שה' בורא יהודים, שקשורים רק לה', ולא צריכים את המציאות ואת התאוות, ה' מגלה לאנשים בכל העולם שהוא רוצה בהם, ורוצה שהם יחיו חיים טובים, ולא יהיו טרודים כל הזמן בטרדות היצר.

י. על האדם להשקיע את עצמו במחשבות על רצון ה'

במה שנכתב עד כאן הוסבר, שעל האדם לחשוב ולהתבונן בדברים מסויימים, ועל ידי זה להסיח את הדעת מן היצר. היה אפשר לחשוב שהזמן שבו האדם צריך לחשוב על כך, הוא כאשר היצר בוער בו ודוחק בו לספק אותו, ובשביל להסיח את הדעת על האדם לחשוב על הדברים שנכתבו כאן. אבל כאשר האדם מנסה לחשוב על כל מיני דברים, מתוך מאמץ להסיח את הדעת מהיצר, הוא מרגיש שהיצר יותר חזק מכל מחשבה שהוא יחשוב. היצר מניע אותו וסוחף אותו, חזק יותר ממה שהמחשבות יכולות להניע ולסחוף אותו. כלומר האדם מרגיש שבשאלה מי יותר חזק, היצר או המחשבות שלו, התשובה היא שהיצר הוא חזק יותר, וממילא נראה לו שאין מחשבות שיכולות לעזור לו להסיח את הדעת מן היצר.

אבל באמת מה שנכתב כאן, שעל האדם לחשוב ולהתבונן על מנת להסיח את הדעת מן היצר, אין הכוונה שעל האדם לחשוב בזמן שהיצר בוער בו, אלא בזמנים הנינוחים שלו, בזמנים בהם היצר לא טורד אותו, והוא יכול לחשוב בנחת על עצמו ועל ה' ועל היצר.

בזמנים בהם האדם נינוח, הוא מרגיש שהיצר מתסכל אותו, והיצר הוא רע, ומונע ממנו ללכת בדרך חיים טובה ונכונה שה' רוצה בה. אם כן, בזמנים שבהם היצר כבר דוחק באדם לספק אותו, האדם חש שהיצר מבטא את האישיות שלו, וקשה לו להסיח את הדעת. אבל בזמנים הנינוחים האדם לא חש שהיצר מבטא את האישיות שלו, אלא להיפך, שהיצר מדכא את האישיות שלו, ולא נותן לו לחיות בצורה טובה ונכונה, כפי שהוא מחפש.

כלומר מה שנכתב שהאדם חש שהיצר חזק יותר מהמחשבות שלו, הכוונה היא שבזמן שהיצר בוער, האדם חש את היצר כמבטא את האישיות שלו, ולכן הוא חזק יותר. אבל בזמנים הנינוחים האדם חש שהמחשבות שלו מבטאות את האישיות שלו, ולא היצר, ואז המחשבות באמת חזקות יותר מן היצר.

בזמנים בהם האדם צריך להילחם ביצר הבווער, הוא לא אמור להתחיל לחשוב על צורת החיים הטובה והנכונה אותה הוא רוצה לבנות, אלא פשוט לברוח, להסיח את הדעת ולהתרחק במהירות ממה שיכול לפתות אותו, כפי שכתוב על יוסף הצדיק שכאשר היתה לו התמודדות עם היצר הוא ברח במהירות ויצא מהמקום - "ויעזב בגדו בידה, וינס ויצא החוצה" (בראשית לט, יב). הזמן הנכון שבו על האדם לחשוב על מה שנכתב כאן הוא בזמנים הנינוחים, שבהם האדם יוזם את המחשבה על הנושא הזה, ובהם הוא יכול לחוש שהמחשבות הללו הם המבטאות את האישיות שלו.

לכן על האדם לחשוב על מה שנכתב כאן לא על מנת לברוח מן היצר, אלא על מנת לחשוב במה הוא רוצה להיות עסוק, וכמה ה' שמח כאשר הוא מחליט להיות עסוק בכך ולא ביצר.

תפיסת העולם הרגילה של האדם, גם כאשר היצר לא דוחק בו, היא שהוא רוצה שיהיה בו יצר, אבל הוא לא רוצה שהיצר ישתלט עליו ויכריח אותו לחשוב עליו ולספק אותו באופן תמידי. האדם לא רוצה לוותר על היצר, שכן הוא חש שהיצר הוא חשק חזק של חיים, והוא לא רוצה לוותר על חשק החיים שלו, אלא הוא רק לא רוצה שהחשק הזה ישתלט עליו. כלומר תפיסת העולם הרגילה של האדם היא, שהוא היה רוצה לספק את היצר קצת, במידה, ולא רוצה שהיצר יכריח אותו בצורה תמידית.

הבעיה היא שצורת התפיסה הזו היא בדיוק מה שמאפשר ליצר להשתלט על האדם. האדם חש שהוא זקוק ליצר, שכן היצר הוא כח החיים שבו, ולכן אין לו ברירה אלא לספק אותו. היצר מפחיד את האדם גם בזמנים הנינוחים שלו,

ואומר לו שאם הוא לא יספק אותו כלל, לא יהיה לו חשק חיים. על ידי התפיסה הזו האדם תופס את היצר כמבטא את האישיות שלו גם בזמנים הנינוחים, וזו הסיבה שהוא לא מצליח להתגבר על היצר כאשר היצר דוחק בו לספק אותו.

לכן כאשר האדם נינוח, ויכול לחשוב עם עצמו בשקט במה הוא היה רוצה להיות עסוק, עליו לבנות לעצמו תפיסת עולם אחרת: על האדם לחשוב שהוא רוצה את היצר רק כאשר ה' שמח בו, ולא רוצה את היצר כאשר ה' לא שמח בו. לפי תפיסת העולם הזו, האדם לא רוצה לספק את היצר קצת, אלא אם ה' לא שמח בכך, הוא לא רוצה את היצר כלל, ואם ה' שמח בכך, כלומר בדרך של יצירת קשר והקמת משפחה, גם האדם רוצה בזה מאוד. בתפיסת העולם הזו, לא היצר נותן לאדם את החשק לחיים, אלא ה' שברא אותו, וטבע בו את החשק ליצור קשר ולהקים משפחה. הדרך של האדם להחליט במה הוא היה רוצה להיות עסוק, היא להשקיע את המחשבה בזמנים הנינוחים, ולחשוב היטב ובצורה שתתיישב על הלב, על כך שזו דרך החיים אותה הוא מחפש, ועל כך שצורות חיים אחרות אינן טובות, ואינן מה שהוא מחפש. ככל שהאדם יותר יחשוב על כך שהוא רוצה להיות עסוק בדרך חיים טובה ונכונה שה' רוצה בה, יהיה לו קל יותר להכווין את חייו לפי דרך החיים הזו, וכך הסחת הדעת מן היצר תהיה יותר בדרך של ממילא, והאדם פחות יצטרך לברוח מן היצר, כי הוא יהיה פחות נתון בו.

כאשר האדם נתון ביצירת קשר ובהקמת משפחה, ובפרנסה ובגידול הילדים וכו', יש לו פחות פנאי לטרדות היצר. אם התפיסה של האדם היא שהוא רוצה לספק את היצר, הוא תופס את הטרדה בחיי המשפחה כמכבידה עליו, וכמונעת ממנו לממש את האישיות שלו. אבל אם האדם חושב על כך שהוא רוצה את היצר רק כאשר ה' שמח בכך, וחושב על כך שהוא רוצה להיות עסוק בדרך חיים טובה ונכונה שה' רוצה בה - הוא שמח להיות נתון ביצירת קשר והקמת משפחה, ושמה שזה גורם לו להיות פחות טרוד בטרדות היצר. כך המחשבה על הדרך שבה האדם רוצה להיות עסוק, עוזרת לו להסיח את הדעת מן היצר בדרך ממילא, שכן לאדם יהיה פחות פנאי להיות נתון בטרדות היצר.

אצל היהודים השקעת הדעת ותשומת הלב במה שה' רוצה היא מצוות לימוד תורה. במצוות לימוד תורה היהודים עסוקים ברצון ה' בכל זמן פנוי שיש להם, ונהנים להיות שקועים בכך ביום ובלילה, ולהגות ברצון ה' ולכתוב עליו ספרים וכו'. היהודים לא לומדים תורה כמענה לצרכים ולקשיים שעולים מהמציאות. אלא ה' נתן תורה מהשמים, וכתב בה מה הוא רוצה, והיהודים רוצים מאוד לדעת מה ה' רוצה, ולהשקיע בכך את הדעת, ולהתייחס לכך כדבר העיקרי בחיים. לימוד תורה והשקעת הדעת ברצון ה', מחזקים ומביאים לידי ביטוי את הקשר של ה' עם היהודים, ואת הברית שה' כורת עם היהודים, שהם קשורים לה' ולא מוכרחים את המציאות ואת התאווה. על ידי שהיהודים משקיעים את עצמם בלימוד הרצון של ה', הם מגלים לעולם כולו את הרצון של ה', וכך האנשים בעולם כולו יכולים להיות מודעים לכך שה' רוצה בהם, ולהסיח את הדעת מן היצר.

כיוון שאנחנו כבר קרובים מאוד לגאולה ולאחרית הימים, הדור שלנו שונה מהדורות שלפניו. בדורות הקודמים רק היהודים למדו תורה, והיה אסור ששאר העמים ילמדו תורה. אבל בדור שלנו הרב יצחק גינזבורג אומר שהגיע הזמן שהיהודים יגלו את התורה ואת רצון ה' החוצה, והאנשים בעולם יכירו את התורה, וילמדו על האמונה בה', ועל כך שה' בורא את העולם ואת האנשים שבו כי הוא רוצה בהם.

זהו ה'מבול' החדש. במבול בימי נח האנשים התייחסו ליצר כאל מצוקה ודבר רע, והשחיתו את הזרע ואת המציאות, כמו שכתוב "וירא ה' כי רבה רעת האדם בארץ, וכל יצר מחשבות לבו רק רע כל היום... כי השחית כל בשר את דרכו על הארץ". המחשבות של האנשים הציפו והטביעו אותם בטרדה הבלתי פוסקת של היצר, וזה השחית את המציאות.

לעומת זאת במבול החדש האדם מוצף ושקוע במחשבות של תורה ובמחשבות על רצון ה', ועל ידי זה הוא לא מרע ולא משחית, ולא נתון בטרדה של היצר. וכפי שאומר הנביא ישעיהו על אחרית הימים: "לא ירעו ולא ישחיתו בכל הר קדשי, כי מלאה הארץ דעה את ה' כמים לים מכסים" (ישעיהו יא, ט). ה' יציף שוב את המציאות במים, אבל המים הללו יהיו מי התורה והדעת, והם לא ישחיתו את המציאות, אלא להיפך, יתנו לה וימלאו אותה בחיים.

אחרית דבר

נסיים את הדברים בנימה קצת אישית:

כותב הדברים הוא תלמידו של מו"ר הרב יצחק גינזבורג, ראש ישיבת 'עוד יוסף חי', שקרויה על שם יוסף הצדיק, ונוסדה על ציונו הקדוש בעיר שכם.

כאשר יוסף הצדיק היה בן שבע עשרה, הוא היה עבד בביתו של שר מצרי, ואשתו של אותו השר ניסתה לפתות אותו לעבירה יום יום, עד שבאחת הפעמים, כאשר היו שניהם לבדם בבית, היא תפסה אותו בבגדו, והוא השאיר את בגדו בידה וברח. אשתו של השר המצרי העלילה על יוסף שהוא זה שניסה לפתות אותה, והשר השליך את יוסף לבית הסוהר, וסוף הסיפור היה שמבית הסוהר יוסף יצא לפתור את חלומותיו של פרעה, ונעשה משנה למלך מצרים. יוסף מכונה 'הצדיק', כיוון שהוא הדמות העיקרית אותה אנחנו משווים למול עינינו כאשר אנחנו חושבים על המלחמה ביצר. יוסף הצדיק נלחם ביצר וברח ממנו, וממנו על כל אחד ללמוד שיש בידו את הבחירה והיכולת והרשות לברוח מן היצר ולא לשקוע בו.

יוסף הצדיק קבור בעיר שכם בין שני הרים, הר גריזים והר עיבל. כאשר בני ישראל נכנסו לארץ בזמן יהושע בן נון, שהיה מצאצאיו של יוסף הצדיק, ה' ציווה אותם ללכת לשכם, לעמוד בין שני ההרים, ולהכריז שמי שמקיים את רצון ה' הוא ברוך ומי שאינו מקיים את רצון ה' הוא ארור ומקולל, ולתת את הברכה על הר גריזים ואת הקללה על הר עיבל.

בני ישראל עומדים בשכם בין שני הרים גבוהים, ואומרים שכאשר הם באים לחיות בארץ ישראל שהיא ארץ ה', עליהם להיות מודעים לכך שהם חיים בין שני הרים, כלומר עומדים בין שתי אפשרויות: אם הם יבחרו בטוב הם יעפילו להר גריזים ויחיו במקום הברכה, אבל אם הם יבחרו ברע לא רק שהם לא יעלו להר הברכה, אלא שהם יחיו במקום הקללה. ה' עוזר לבני ישראל גם בכך שהוא אומר להם שאם הם יבחרו בטוב הם יעלו להר הברכה, וגם בכך שהוא אומר להם שאם הם יבחרו ברע הם יעלו להר הקללה, שכן בשביל שהאדם יוכל לבחור בטוב, עליו לדעת שהחטא הוא לא טוב, והוא יכול וצריך להתרחק ממנו.

כשם שיוסף הצדיק קבור בין הר הברכה להר הקללה, כך כל אחד מאיתנו נתון בין הברכה והקללה ועליו לבחור האם הוא פונה למקום שאחר כך הוא יקלל את עצמו על כך שהוא נכנס לשם, או פונה למקום שבו יהיה לו נעים והוא יברך את עצמו על כך שהוא נלחם ללכת אליו.

במקום הזה, בין הברכה לקללה, אנחנו נתונים כל הזמן. החוברת הזו לא נכתבה על מנת לומר לאדם שאם הוא יעשה כך וכך הוא יותר הוא לא יצטרך להילחם עם היצר, אלא להיפך, החוברת הזו באה לומר שהאדם כל הזמן נמצא בין הקללה לברכה, וה' איתו כל הזמן ורוצה לעזור לו לברוח מן היצר כמו יוסף הצדיק. האדם כל הזמן צריך לבחור בין טוב לרע, וכל הזמן זקוק לכך שה' יעזור לו, כפי שאומרים חכמינו "יצרו של אדם מתגבר עליו בכל יום ומבקש המיתו, ואלמלא הקדוש ברוך הוא עוזרו אין יכול לו".

העזרה של ה' היא קודם כל בכך שה' אומר לאדם שהכל תלוי בבחירתו: אם האדם ילך לצד הטוב זה מבחירתו, ואם הוא ילך לצד הרע זה מבחירתו. בכך ה' מאפשר לאדם לא לחשוב שנגזר עליו לחיות בחטא ובקללה, אלא הכל נתון

לבחירתו. יחד עם זה ה' עוזר לאדם הרוצה לבחור בטוב ומחזק אותו, ומכוון אותו אל הדרך הטובה, ושמח בכך שהוא בוחר בטוב.

ממקומו של יוסף הצדיק ומכחו של יוסף הצדיק אנחנו שולחים לכם עידוד וברכה: ה' איתכם. ה' רוצה שתדעו שאתם יכולים לבחור בטוב, וה' שמח בכם ורוצה שתבחרו בטוב. אנחנו מברכים אתכם שתצליחו, ושתדעו שה' איתכם כמו שהוא היה עם יוסף הצדיק שעליו כתוב "וה' איתו".