



Published on www.bilvavi.net

[Home](#) > דע את נפשך 003 יסוד הרוח שורש היסודות

דע את נפשך 003 יסוד הרוח שורש היסודות

בפרקים הקודמים ביארנו שארבעת היסודות שמהם מורכבת הנפש: אש, רוח מים עפר מקבילים לארבעת הכוחות: כוח המכלה, כוח המניע, כוח המקיים וכוח המייצב. בפרק זה נעסוק ביסוד הרוח.

א. יסוד הרוח - שורש היסודות.

כלל יסודי הוא שכל אחד מארבעת היסודות מורכב אף הוא מכל ארבעת היסודות. יסוד האש מורכב מהרוח מים עפר, יסוד הרוח מורכב מאש מים ועפר, יסוד המים מורכב מאש רוח ועפר, ויסוד העפר מורכב מאש רוח ומים. וא"כ כל אחד מהיסודות מורכב מכל ארבעת היסודות.

אולם צריך לדעת שבתוך ארבעת היסודות ישנו יסוד אחד שהוא היותר פנימי והיותר שורשי שבהם, וזהו בעצם יסוד הרוח.

יסוד הרוח הוא יסוד התנועה, הוא מניע את הכל. כאשר אנו מגדירים שיסוד הרוח הוא השורש והפנימיות של שאר היסודות, משמעות הדבר ששאר היסודות הם רק לבוש ליסוד הרוח. ומכאן שכל שאר היסודות הם רק ביטוי יחסי לתנועה: יסוד האש - זוהי בעצם תנועה לכליו, יסוד המים - זוהי בעצם תנועה לקיום. כלומר, הן האש והן המים הם בעצם תפיסות של רוח ליחסיות מסוימת. ובאמת, אין תפיסה של אש ביחסיות לכליו, ואין תפיסה של מים ביחסיות לקיום.

וכן הוא ביסוד העפר שהוא היסוד המייצב והמעמיד, ואף שנראה לכאורה שאין לו שייכות ליסוד הרוח. אולם זוהי התפיסה עפ"י חיצוניות הדברים, כי בעומק, גם יסוד העפר הוא ביטוי המתחס לתנועה, הוא מעמיד ומייצב את התנועה בצורה מובנית.

נסביר - לכאורה אנו מבינים שאם יסוד העפר מייצב ומעמיד אזי אין תנועה. משל למה הדבר דומה, יש לנו בנין, בנין בונים מעפר הרי שיסודו מהעפר, וכיון שיסודו מהעפר הרי שהבנין אמור לעמוד, הוא לא אמור להתנועע, וא"כ לכאורה הבנין הוא הפך תנועת הרוח.

אולם בעומק הרי ברור ופשוט וידוע לכל שגם גרמי השמים נמצאים בתנועה מתמדת, וגם כדור הארץ נמצא כל הזמן בתנועה סיבובית מתמדת. הרי לנו שגם יסוד העפר לא נח ולא שוקט גם לא לרגע קט, אלא הוא חוזר ומתנועע בכל עת ובכל שעה.

א"כ אף שהתפיסה החיצונית הפשוטה מורה לכאורה שיסוד העפר מונע את תנועת הרוח, אולם התפיסה הפנימית היא שיסוד העפר רק מייצב את התנועה. כאשר התנועה לא מיוצבת היא עלולה לגרום נזקים, אך כאשר התנועה מיוצבת הרי שהיא עשויה לבנות.

משל למה הדבר דומה, אם נסובב קרוסלה בתנועה מהירה ביותר, הרי שהיושבים בה מסתכנים בסכנת חיים, אך אם נסובב אותה בצורה מבוקרת אזי התנועה יכולה להתקיים.

לא יסוד האש ולא יסוד המים מייצבים את התנועה, אלא יסוד העפר הוא זה המייצב את התנועה. לדוגמא: הזכרנו בפרק הקודם, שכאשר רוצים לקיים אש בצורה מבוקרת, אפשר לעשות זאת ע"י יסוד העפר. הרי שע"י יסוד העפר מייצבים את התנועה לכילוי.

א"כ בעומק, גם יסוד העפר מתיחס ליסוד הרוח, יסוד העפר הוא יצוב של התנועה.

לפי זה נבין שהן יסוד האש והן יסוד המים והן יסוד העפר כולם בעצם יסודות כיצד לעצב את תנועת הרוח. האש מעצבת את תנועת הרוח לכילוי, המים מעצבים את תנועת הרוח לקיום, ויסוד העפר מעצב את יסוד הרוח ליציבות.

א"כ נבין כאן נקודה יסודית ושורשית, על-אף שאנו מסבירים שלכאורה ישנם ארבע יסודות, ואנו שמים אותם בשורה אחת שנקראת ארבעת היסודות: אש רוח מים עפר. אך בעומק יותר שלושת היסודות: אש מים עפר, הם בעצם הכוונה ליסוד האחד שנקרא יסוד הרוח.

יסוד המים מצד אחד, יסוד האש מצד שני, יסוד העפר נקרא הכלי של היסודות - 'מנא דכולהו', ויסוד הרוח הוא היסוד ב-'ה' הידיעה.

ב. תנועת יסוד הרוח.

ביררנו שיסוד הרוח הוא לא עוד יסוד, אלא הוא עצם היסודות.

לפי זה ננסה להבין את יסוד הרוח קצת יותר לעומקו. בשונה משאר היסודות הגדרנו שיסוד הרוח הוא היסוד, וכאן נשאלת השאלה להיכן יסוד הרוח מתנועע?

כפי שנתבאר, אזי או שהרוח מכלה או שהיא מקיימת או שהיא מייצבת, זה תלוי באיזה יסוד היא מתלבשת. יסוד האש הוא יסוד לעצמו, וכן יסוד המים הוא יסוד לעצמו, וגם יסוד העפר הוא יסוד לעצמו, מה שאין כן הרוח היא תמיד מתלבשת מאחד משלושת היסודות האחרים.

הרוח יכולה ללבות את האש, היא יכולה גם לכבות אותה. הרוח שהיא כוח התנועה היא כוח המחזוריות שבמים, המים מתנועעים מכוח יסוד הרוח שמניע את תנועת מהלכי המים. ויסוד הרוח מקבל את האיזון הנכון שלו מיסוד העפר, יסוד העפר מעצב ומגדיר את יסוד הרוח בצורה הראויה עד כמה שיסוד העפר שולט על הרוח. וכאשר הרוח מתגברת על יסוד העפר לזה יקרא רעידות אדמה וכדומה, זה מה שקורה כאשר יסוד העפר לא מצליח להעמיד את חוזקו מול יסוד הרוח.

ג. חסרון ביסוד הרוח.

הבנו שיסוד הרוח הוא בעצם מניע את הכל. כעת נתבונן בהבחנה כיצד משתתף יסוד הרוח עם כל אחד משאר היסודות.

רוח ביחס ליסוד האש -

כאשר ביארנו את ענינו של יסוד האש, הוצרכנו להסביר כיצד הוא מתחבר עם כל שאר היסודות. ביסוד הרוח החיבור עם שאר היסודות הוא מובנה בעצם, שהרי כל עניינה של הרוח היא הולכת מהלכי האש מים עפר.

על דרך כלל כאשר יסוד הרוח מתחבר עם האש אזי הוא מלבה ומחזק אותה, כדוגמת גחלים עמומות שברצוננו ללבותם, הרי שהפעולה המוכרת היא לנפנף מעליהם עם חתיכת קרטון וכדומה. העיקרון הוא להשיב רוח על הגחלים וע"י כך הן מתלבות.

בהקבלה למושגי נפש, יש אדם שהמציאות של תנועה שבו היא חלשה, וע"י שמניעים אותו כדוגמת השבת רוח על הגחלים, ע"י כוח הפעילות אנו מלבים את תפיסת האש שבקרבו. כלומר יש כאן מציאות של אדם שכוח הפעילות שבקרבו חלשה, ובכדי לחזקה אנו מלבים את האש.

נסביר - ישנו מצב בנפש האדם שיש לו חוסר רצון לפעולה (כמו שמוכר וידוע לכל). הרי שאנו צריכים ליצור מצב חדש שיגרום לו רצון לפעולה. אילו יסוד הרוח היה יסוד לעצמו, אז היינו מוצאים את הפתרון בתוך יסוד הרוח עצמו לכאורה. אך כיוון שכל עניינו של יסוד הרוח היא בעצם הולכה של שאר היסודות, הרי שכאשר אנו רוצים לגלות את יסוד הרוח של התנועה מיד מתעוררת השאלה - 'רוח של מה? רוח שמוליכה איזה מהיסודות?'.
לדוגמא: ישנו אדם שהחיים שלו הם מאבקים ומלחמות כליון. בשעה שלדאבוננו המדינה הגיעה להסכם שלום הוא יושב מובטל, אין לו תנועה. בשביל שתהיה לאותו האדם תנועת אש של מלחמה, צריך ליצור ליבוי על ידי איזו תיגרה, ורק כשהוא שומע שמתפתחת איזו תיגרה מיד הברק חוזר לו לעיניים, כי. החיות שלו נבנית על גבי כילוי. ובשעה שאין את מה לכלות, אין לו חיות.

לאדם כזה אי-אפשר לתת רוח כעצם לעצמה, אלא אנו יוצרים מצב שיוצר סיבה לגילוי, וביחס לדוגמא הנ"ל אנו מעמידים נקודת תבערה כמשל של הגחלים, ואז אני נותן לו ללבות את אותו תהליך. וכאשר הוא יעשה כן הוא יגיע לאש של כילוי.

בדוגמא הזו לאותו אדם היתה חסרה תנועה שנקראת רוח. זיהינו שאצלו הרוח מתלבשת ביסוד האש. ממילא צריך למצוא איזו נקודת התנוצצות אש, וכאשר הוא ימצא את הניצוץ הזה, הוא ילבה אותה עד שהוא יהפוך את זה לתבערה שלמה.

רוח ביחס ליסוד המים -

לעומת זאת ישנה אפשרות שיסוד המים הוא היסוד העיקרי באדם החסר תנועה. שכאשר הוא לא מוצא דבר-מה לקיים אותו, אין לו חיות.

למשל אדם העומד בראש אירגון סיוע לנזקקים, כאשר היה לו תקצוב מהמדינה לעמותה היה לו הרבה חיות, הוא עזר לקיים הרבה נפשות נדכאים. אבל כאשר המדינה החליטה לקצץ את התקצוב, אין לו הרבה אפשרויות לתת קיום וסיוע לאחרים, עם זה גם החיות שלו נגמרת, ונעצרת לו התנועה. וא"כ כאשר ניצור לאדם זה מצב שהוא יכול לקיים משהו, זה יעורר לו את התנועה בחזרה.

הרי שכאשר אנו מזהים אדם שהתנועה אצלו מתלבשת ביסוד המים, הרי שכאשר נרצה להגביר את יסוד הרוח שלו, אנו בעצם צריכים למצוא לו יעדים ואמצעים לתת להם קיום. כיון שיסוד המים שולט אצלו, הרי שכאשר ניצור לו מצב שהוא יכול לתת קיום, ממילא תתעורר אצלו יסוד הרוח לתנועה, כי יהיה לרוח מקום להתלבש ביסוד המים.

רוח ביחס ליסוד העפר -

וכן על זו הדרך באדם שיסוד העפר הוא העיקרי בנפשו, הרי שהרוח מתלבשת אצלו ביסוד העפר, וזה מתראה בכך שאדם כזה אוהב להניע תהליכים מובנים. וכאשר הוא לא מוצא תהליכים מובנים להשתתף בהם הוא לא מוכן להניע כלום. כאשר הוא מבחין שהקרקע לא יציבה בתהליכים שהוא מפעיל, הוא לא יעשה.

לדוגמא: אם הוא רואה שהמפעל שהוא יקים לא יהיה יציב לטווח ארוך הוא לא יקים אותו.

דוגמא נוספת: אדם כזה שפוטר מהעבודה, והוא נכנס לתפיסה נפשית של דיכאון ועצבות וחוסר פעולה, כיוון שכוח הרוח נחלש.

אדם זה היות ויסודו מהעפר הרי שפתרונו הוא שנסדר לו עבודה מסודרת ויציבה, ולא כל מיני עבודות מזדמנות. אנשים שבנויים מיסוד העפר צריכים עבודה שברור להם שיש בה הפרשה לקרנות פנסיה, שיש ביטוח מנהלים למקרה של קריסת המפעל וכו' תנאים שיראו שהמשרה אליה הוא ניגש היא יציבה.

אם אנו רוצים לעורר אדם כזה לתנועת רוח בהתלבשות ביסוד העפר, צריך לסייע בעדו להכשיר תנאים לתנועה יציבה, וכאשר התנועה תהיה יציבה אז הוא יפעל.

נסכם את הנקודה הכללית - כאשר אנו מזהים אצל אדם חיסרון ביסוד הרוח, הדבר מתבטא בחוסר רצון לפעולה. הרי ששלב ראשון בהתמודדות עם הבעיה הוא לזהות במי מהיסודות שבנפשו מתלבש יסוד הרוח. עפ"י הנתון הזה נעניק לו פתרון מותאם כגון: מי שיסודו מהאש, נכניס אותו לתחרויות ואתגרים קשים שמצריכים ליבוי והתלהטות של יסוד האש שבנפשו. מי שיסודו מהמים, אזי נבנה לו תהליכים שיוצרים הרגשה של נתינת קיום. ומי שיסוד מן העפר, נצטרך לבנות לו מהלכים של

תנאים שיכולים ליצור מצב עקבי.

הרי שהעקרון ברור, צריך לפתח את הרוח שנמצאת במצב של חסר, זאת ע"י שנמצא תמריצים המתאימים ליסוד בו מתלבשת הרוח שבקרב האדם.

ד. התעצמות יתר ביסוד הרוח.

ליסוד הרוח יכולות להיות גם בעיות הפכיות של פעילות יתר. יש אדם שכוח הרוח שלו נמצא במצב בלתי ניתן להשקטה, אזי הוא כל הזמן מתנועע. זה אדם שלא מסוגל לשבת במקום, כל הזמן הוא זז ממקום למקום, או מעבודה לעבודה, או ממחשבה למחשבה, מרעיון לרעיון, מפעילות לפעילות.

כמובן שעצם היסוד של הרוח הוא חיובי, אך גם צריך לדעת למתן אותו.

כיצד ממתנים את יסוד הרוח?-

כשם שבבעית החסר ביסוד הרוח הפתרון היה נעוץ בסוג היסוד בו הרוח מתלבשת: אש מים או עפר, גם כאן עלינו ראשית לזהות באדם הזה מהו היסוד בו מתלבשת הרוח בנפשו.

רוח ביחס ליסוד האש -

אם נזהה שהרוח מתלבשת ביסוד האש, הרי שצריך להחליש את תנועת הרוח הזו.

עפ"י התפיסה החיצונית הרי שכשם שבגשמיות כאשר רוצים להשקיט אש שבוערת עושים זאת ע"י שנרחיק ממנה את כל חומרי הבעירה, והיינו את כל החפצים הסמוכים לה וממילא האש לא תמצא מה לשרוף ותדעך. כך גם כאשר הרוח מתלבשת ביסוד האש שבנפש, האדם יתלהט מכל סיבה שיכולה להביא להתלהטות. אך אם הוא לא ימצא סיבה להתלהטות הוא יושקט.

אדם כזה שיש לו פעילות יתר, הרי שהפתרון החיצוני הוא לנסות להרחיק את האדם הזה מכל גירוי שיכול ליצור התלהטות. כמובן זהו פיתרון חיצוני ומאוד חלקי, כי אי-אפשר לסגור את אותו אדם שלא יהיה מודע לכל מה שקורה בעולם, ובמיוחד בזמנינו שקיימים המון כלי תקשורת שמגרים להתלהטות בכל נושא שעולה על הפרק.

סוג נוסף של פתרון כיצד להשקיט את יסוד הרוח המתלבש באש, הוא לחנוק את האויר מסביב. ברם גם זה אינו פתרון מוצלח במיוחד, כי אם נביא את האדם הזה למצב שאין לו בו תנועה, הוא יפול מיד למצב ההפכי של חסרון בתנועה, כיוון שאצלו העודף של התנועה היא תפיסת התנועה.

רוח ביחס ליסוד המים -

אותו קושי מתעורר גם במקרה שיסוד הרוח המתגבר מתלבש ביסוד המים. אלו אותם אנשים שעסוקים מבוקר עד לילה בתפעול של קרנות חסד ועזרה לזולת הפועלים עשרים וארבע שעות ביממה.

בהסתכלות החיצונית זה נראה טוב מאוד, אבל בדרך כלל צריך לרחם על בן או בת הזוג שלהם. אולם מבלי להכנס לבעיה בזוגיות שבדרך כלל נוצרת מהגישה הזו, נבין שאדם שזמין עשרים וארבע שעות הוא בעצם לא בן-אדם. כיוון שבשלב מסוים הוא נכנס לתפיסה שנקראת תפעול יתר, וזה יוצר מצב של רוח ללא מעצורים.

כמו שישנם אנשים שהרוח אצלם מתלבשת ביסוד האש, והם מכלים, נלחמים, ורבים. הם כאלו שמחרחרים מריבות בעולם כולו בכלל ובתוך משפחות בפרט, כאותן המשפחות שלעולם אין בבית שלהם שקט, ותמיד יש להם רשימה של עשר היריבים האחרונים שאין סיכוי להשלים איתם. במקביל לכך ביסוד המים ישנם אנשים בעלי חסד אדיר, בעלי הטבה באופן קיצוני. אם אתה מבקש ממנו שיבוא לעזור לך הוא שוכח שיש לו אישה וילדים, והוא עסוק כל הזמן באותה עזרה.

זה נקרא תפעול יתר של קיום. וכל דבר שהוא יתר, הוא לא טוב.

אותו אדם שנכנס לתפעול יתר הוא בעצם יוצא מצורה של תפיסת רוח מובנית לרוח שאינה מובנית שהיא בבחינת הרס.

לפי התפיסה החיצונית הפתרון הוא להרחיק מהאנשים האלו את הגירויים לתנועה לא מובנית, ומהמכלה להרחיק על ניצוץ של אש, ומהמקיים להרחיק את הנזקקים כדי שנוכל להשקיט אותו.

רוח ביחס ליסוד העפר -

אולם הגישה הפנימית לפתרון הבעיה הוא השילוב של יסוד העפר בנפשו והיינו ליצור לפעילות המוגברת הזו איזשהו סדר עם יסוד העפר. שהפעילויות המוגברות לא יפנו לכל צד שמזדמן להם. כי אם הפעילויות נעשות באופן שהיכן שמזדמן לשם הולכים, הרי שבין אם מדובר במכלה או בין אם מדובר במקיים, זה פשוט פורץ לכל צד, כי הכילוי מתחדש בכל יום במקום אחר וכן גם הקיום, תמיד יהיו סיבות להילחם ותמיד יהיו נזקקים לעזור להם בעולמינו, וזה מביא לפעילות יתר שיוצאת מכלל שליטה ומניבה כל מיני תופעות שליליות.

וא"כ התהליך המתבקש על מנת ליצב את אותם פעלתני יתר היא יצירה של תהליכים מסודרים.

לא ראוי שאדם יקום בבוקר מטלפון שהוא קיבל, ועוד לפני שהוא הספיק ללבוש את המכנסים והחולצה, הוא כבר על הרכב בדרך לעזור. אלא יש סדר מראש, וכל עוד שלא מדובר בפיקוח נפש ממש, יש כללים ויש סדר כיצד פועלים.

המטרה בהשתתף הסדר, היא לתת רמת יציבות מסויימת באותו שדה פעילות.

רוב האנשים שסובלים מפעילות יתר, הפעילות שלהם לא מסודרת. מה שאין כן כאשר הפעילות מסודרת היא משקיטה במידת מה את התנועה שבדבר. חלק מהבעיה לתנועה ביסוד האש ויסוד המים היא הדילוג מענין לענין. כאשר אדם מקפץ מענין לענין זוהי פעילות יתר. אם נקח את הסה"כ של יום הפעילות של האדם, אם הוא קופץ מענין לענין, הוא עושה את אותם הדברים מבלי סדר, הרי שרמת הפעילות שלו מוקצנת יותר. מה שאין כן אם הוא יעשה את אותם הדברים בסדר מוגדר, מבלי לקפץ מענין לענין, רמת הפעילות שלו תהיה שקטה יותר.

א"כ אדם שסובל מפעילות יתר, אי-אפשר למצוא לו פתרון בתוך יסוד האש או למצוא לו פתרון בתוך יסוד המים, אלא הפתרון היחיד שהוא יכול למצוא הוא מתוך יסוד העפר. ביסוד העפר ישנו יציבות סדר ומשטר, הוא מעמיד חומה - "הַמַּיִם לְהֵם חוּמָה, מִיַּמִּינָם וּמִשְׂמָאלָם"^[1], הרי שלמרות שיש מערכת שלמה של מים ושל הענקה, אך צריך להיות מסודרים.

לדוגמא: אדם עשיר שנכנסים אליו אנשים רבים ומבקשים צדקה, הרי שלא ראוי שהתהליך יתנהל כך שמי שלוחץ יותר מוציא יותר, ותלוי ברמת הדמעות שהוא הצליח לפרוק באותו רגע. אלא צריך להיות תהליך מסודר - יש סכום כסף מסויים עבור פעילות צדקה, צריך לסדר אותו לפי הגדרים הראויים. ואם בא אדם מתלהב שמנסה להוציא יותר, דוחים אותו לבוא מחר. עד מחר נשקט את הרוח ונכנס שוב לתהליך של סדר.

הרי שבכדי שיהו גבולות לתנועת הכילוי הנובעת מיסוד האש, ולתנועת הנתינה של הקיום שנובעת מיסוד המים, אנו מוכרחים להשתמש ביסוד העפר, יסוד הבנין יסוד הסדר.

ה. יסוד ה-אין'.

עד עתה ביארנו את הדרך להשקטת יסוד הרוח באופן חיצוני ואופן פנימי. הסברנו שכאשר הרוח מתלבשת ביסוד האש או המים קשה להשקט אותה, ולכן צריך להכניס את האדם למהלך של יסוד העפר שזהו בעצם תהליך מובנה ומסודר שיוביל למיתון התנועה. אולם זהו רק צד אחד של המטבע.

הצד השני של המטבע עמוק הרבה יותר. הרי הסברנו שישנם ארבע יסודות, וארבעת היסודות הם בעצם יסוד אחד של רוח ושאר שלושת היסודות מונעים על גבי יסוד הרוח. בעומק ישנם חמישה יסודות, היסוד החמישי הוא בעצם היסוד הבלתי מתנועע. כלומר, אל מול היסוד השורשי שהוא יסוד הרוח, שהוא יסוד התנועה, ישנו יסוד חמישי שנקרא יסוד ה-אין', שהוא היסוד הבלתי מתנועע. ולכן אנו מגדירים שהוא עומד מכנגד לארבעת היסודות, שהרי יסוד הרוח הוא השורש של כל היסודות כולם, כל היסודות נמצאים בתפיסה של תנועה, של תהליך. מה שאין כן יסוד ה-אין', היסוד החמישי, הוא יסוד של השקטה של היפך התנועה.

מתי אדם נצרך להשתמש ביסוד האין'?

כאשר אדם נמצא בתפיסה של יסוד רוח מובנה, הוא אפילו לא רואה סיבה לכאורה להגיע למצב של השקטה של יסוד הרוח. אדרבה הכל פועל כסדר: קם בזמן, חוזר בזמן, ישן בזמן, לכאורה הכל בסדר. אולם חסר לו היסוד החמישי.

כאשר יש לאדם הפרעה ביסוד הרוח, אז הוא מוכרח להשתמש ביסוד החמישי, וכאשר אין לו הפרעה, בעומק הוא גם מוכרח להשתמש ביסוד ה-אין', אך אין לו סיבה חיצונית שתוביל אותו להשתמש ביסוד ה-אין'.

ננסה להסביר - כל אדם נהנה מפעילות מסוימת. אם הוא אדם שיסוד האש שבו חזק, אזי הוא נהנה מאתגרים ומלחמות, תחרויות וכדומה. אדם שיסוד המים הוא החזק שבו, אזי הוא נהנה מתהליך של קיום ונתינה, אלא אם כן מטבעו הוא אנוכי מאוד אז הוא חי בקיום עצמי. אדם שיסוד העפר הוא הכוח החזק שבו אז בעצם הוא נהנה מתהליכים מובנים, הוא נהנה להוביל דברים שיש בהם בנין ויציבות.

כל אדם שינסה לזהות את עצמו באחת משלושת הקטגוריות הללו ודאי ימצא, ויהיו כאלו שימצאו את עצמם בשלושתם, אבל עדיין מוכרח שיסוד אחד שיותר חזק מהאחרים. שלושת המצבים הללו מוגדרים כחיות מהרוח, כמו שנאמר בפסוק - "וַיְהִי הָאָדָם, לְנֶפֶשׁ חַיָּה" [2] מפרש התרגום - 'לרוח ממללא', כלומר החיות שבו נובעת מהתנועה שבו, מהרוח שבו.

במקביל לכך אדם צריך למצוא חיות מהעדר תנועה. במובן החיצוני זה קיים אצל כל אדם, הרי מי לא אוהב נופש? כל אחד רצה לנפוש. שהרי רק מתקרבת חופשת הקיץ כל העיתונים ואמצעי הפרסומת מנסים לשווק לנו את הנופש המיוחל.

התפיסה הפשוטה היא כי הנופש הוא העדר של פעולה. אך אצל רוב האנשים הנופש מתפרש כטיסה בשמי הארץ, או לעלות לקרוסלת ענק שמסתובבת במהירות לא נורמאלית. זה לא נופש של מנוחה, הרי כולם יודעים שאחרי נופש כזה, צריך עוד נופש כדי לנוח מהנופש. הרי שהנופש של ימינו מתפרש כפעילות מסוג אחר.

זהו המצב אצל רוב הציבור, לפעילויות היחודיות הנ"ל קוראים נופש, אבל באמת זו יציאה מפעילות מסוג אחד לפעילות מסוג אחר. משל למה הדבר דומה - אדם שעבד עשר שנים במשרה מסוימת ונמאס לו, אז הוא מחפש לעשות הסבת מקצוע. כלומר, הוא לא מחפש להפסיק לעבוד, אלא הוא מחפש סוג תנועה שונה. כך גם בתפיסת הנופש, אנשים לא מחפשים מקום טוב לנוח בו, אלא מחפשים סוג של תנועה שונה מהרגיל. ובעומק יותר יש כאן חיפוש של תנועה מסחררת במיוחד שתצליח לעקור את סוג התנועה הרגיל והמוכר. כיוון שכל עניינם הוא להשכיח את התנועה היום יומית הרגילה, הרי שלשם כך הם חייבים למצוא איזו פעילות מוקצנת.

הוברר, שמה שנקרא היום בפי העם נופש זה לא באמת נופש.

וא"כ נבין שכאשר באנו להסביר מהי התפיסה של היפך תנועת הרוח שהוא יסוד ה-'אין', זוהי בעצם תפיסה לקבל חיות ממקום של שקט.

נתבונן, במעמד מתן התורה שעל הר-סיני שעליו אמרו חז"ל - חמור לא געה, ציפור לא צייץ, כל העולם כולו שתק. היתה החרשה גמורה כפי שמבואר בדברי רבותינו. הרי שהתורה נתנה מהמקום השקט ביותר שקיים בנבראים.

זהו מקור החיות!

מקור החיות שלנו הוא מהתורה הקדושה שמשה רבינו קיבל בהר-סיני. וכפי שהבחנו התורה ניתנה מהמקום השקט ביותר.

כמו כן מבואר בנביא - "וַיֹּאמֶר, צֵא וְעִמְדַתְּ בְּהַר לְפָנַי ה', וְהִנֵּה ה' עֹבֵר וְרוּחַ גְּדוּלָּה וְסִזְק מִפְּרֶקֶת הַרִים וּמִשְׁבַּר סְלָעִים לְפָנַי ה', לֹא בְרוּחַ ה'; וְאַחֵר הָרוּחַ כְּעֵשׂ, לֹא בְּרֵעֵשׂ ה'. וְאַחֵר הָרֵעֵשׂ אֵשׁ, לֹא בְּאֵשׁ ה', וְאַחֵר הָאֵשׁ, קוֹל דְּמָמָה דְּקָה." [3]

כל זמן שאדם מזהה את החיות שלו רק ממקום של רוח, של תנועה, או מכל סוג אחר של תנועה, בין אם היא מולבשת ביסוד המים, בין ביסוד העפר. בעצם יש לו רק חצי חיות. כי החצי השני של החיות הוא כאשר האדם מצליח לשלב את שני צידי המטבע: מחד תנועה של רוח, ומאידך חיות ממקום של שקט.

אדם שיש לו חיות ממקום של שקט, אצלו הרוח יכולה להיות יציבה.

1. השקטת פעילות יתר בשימוש ביסוד ה-'אין'.

כאשר אנו עומדים בפני התמודדות עם תפעול יתר של רוח. העיצה הראשונה שניסינו להעמיד היתה ע"י השלטת סדר ומשטר. זהו ריסון של יסוד הרוח בעזרת יסוד העפר. אולם צריך להבין שבעומק אין המטרה כאן רק למצוא פתרון לתפעול יתר, אלא ככלל אדם צריך להביא את עצמו למצב שהוא מקבל חיות גם מהעדר תנועה, מנקודה של שקט בנפש.

כמובן שישנם בני-אדם שהדברים ידועים להם והם יותר קרובים לליבם, ויש כאלו שלמרות שהדברים ידועים להם אך הם אינם קרובים לליבם, ויש גם כאלו שהדברים הללו לא ידועים להם. הצד השווה הוא שכולם חייבים להגיע לשם.

על מעמד הר סיני נאמר בפסוק - "מִשְׁמַיִם, הִשְׁמַעְתָּ דִּין; אֶרְצָךְ יִרְאֶה וְשִׁקְטָה" [4], היה שם שקט. אם לא היה שם שקט לא יכלו ישראל לקבל את התורה. ואם לא היו מקבלים את התורה ח"ו היו מתקיימים הדברים כדרשת חז"ל - "ויהי ערב ויהי בקר יום הששי ה' יתירה למה לי? מלמד שהתנה הקב"ה עם מעשה בראשית ואמר להם אם ישראל מקבלים התורה אתם מתקיימין ואם לאו אני מחזיר אתכם לתוהו ובוהו" [5].

הקיום של העולם הוא התורה. התורה נמשלה לאש - "הֲלוֹא כֹה דִּבְרֵי בְּאֵשׁ, נֶאֱמַר ה" [6]. וכן התורה נמשלה למים - "הוֹי כֹל-צִמָּא לְכוּ לַמַּיִם" [7] ואין מים אלא תורה. אולם מאידך התורה נמשלה וגם ניתנה בקול דממה דקה, בהשקטה.

וא"כ נבין ששימוש ביסוד רוח מבלי להקביל אליו השקטה, הרי שבעומק זהו תפעול יתר. נכון שאצל רוב בני-האדם לא ניכרת תזזיות של פעילות יתר, אולם כיון שאין להם מימד של השקטה עמוקה בנפשם, הרי שהם נמצאים בתהליך של תפעול יתר בצורה של: קמים ישנים והפעילות הרגילה שבאמצע וחוזר חלילה למשך שבוע חודש שנה ובגלגל של שבעים שמונים שנה לערך. הרי שבעומק חסר כאן מימד של איזון בתוך התפעול של החיות שבתוך האדם.

התפעול הנכון הוא כאשר הוא מלווה בצורה נכונה, וזה כאשר במקביל לשורש היסודות שהוא יסוד הרוח המניע את היסוד: אש מים ועפר ישנה השקטה שהוא יסוד ה-'אין'. יסוד ה-'אין' הוא בעצם הפתרון ליסוד הרוח, ובעומק יותר כפי שביארנו שיסוד הרוח הוא השורש לכל היסודות כולם, וא"כ יסוד ה-'אין' מהווה פתרון לכל ארבעת היסודות.

ההשתמשות בכוח ההשקטה שבנפש האדם, הזכרנו אותה במובן הראשון ביחס לבעיה של תפעול יתר קיצוני אצל אדם. אך

בעומק אצל כל אדם שלא הגיע להשקטה ישנו תפעול יתר, רק שיש לזה הגדרה מעודנת - 'משוגע נורמאלי', כלומר זהו שיגעון שהוא בגדר הנורמאלי.

לדוגמא: אדם שעובד עשר שעות ביום, נחשב לנורמאלי, אבל זה בעצם נורמאלי משוגע. זה שהוא נורמאלי זה לא אומר שהוא לא משוגע, שהרי הוא חי עם תפעול יתר, וצורת החיים לא אמורה להיות ככה.

ז. מבט אל תוך הנפש מבחוץ.

כאן מושרש הסוד הפנימי של ההבנה של כל ארבעת היסודות. ישנם אנשים רבים שמנסים לחקור איזה יסוד הם שייכים. הם אומרים שהם לא מצליחים לאזן את עצמם ולהגיע לתפיסה של איזה יסוד הם משתייכים בעיקרון. ודאי שכל אדם שיחפש את עצמו ימצא שהוא שייך גם לאש גם לרוח גם למים וגם לעפר והכל נכון. אבל אדם צריך להבחין בבירור איזה מן היסודות הוא החזק אצלו.

כל זמן שאדם נמצא בתוך הדבר, הוא לא יכול לראות אותו. יסוד מובהק זה מבואר במסילת-ישרים, שאין מי שיכול ליעץ לאדם באיזה שביל ללכת במבוך החיים - אלא רק מי שנמצא מעל המבוך ורואה אותו מלמעלה בבירור.

כאשר אדם נמצא בתוך העיר הוא לא רואה מה קורה ברחוב הבא, אך מי שחג במסוק מעל העיר הוא רואה מה קורה בכל מקום.

הרי שכל זמן שהאדם נמצא בתוך המערכת של ד' היסודות הוא לא יכול לזהות מהו היסוד החזק שבו. באמת אי-אפשר לומר שבכלל לא ניתן לזהות באופן זה מהו היסוד החזק, כי ודאי שישנם אנשים שנטיית הנפש שלהם חזקה מאוד לאחד מארבעת היסודות, ואצלם הזיהוי הוא יותר בנקל. אולם אדם ממוצע שאין לו נטיה ברורה לאחד מן היסודות, הוא לא יוכל לדעת מהו היסוד החזק אצלו אלא אם כן הוא יצא מהמערכת של ארבעת היסודות ויביט עליה מלמעלה.

רק כאשר אדם מגיע ליסוד החמישי שהוא בעצם הצד השני של היסודות, כאן הוא במצב שהוא נמצא מחוץ ליסודות. כל היסודות הם נבנים על יסוד הרוח שמניע אותם. כאשר האדם מונע בתוך אותה רוח קשה לו לזהות להיכן התנועה, כל אחד ורמת הקושי שלו: או שהוא כלל לא מזהה, או שהזיהוי קשה ומעורפל.

לעומת זאת כאשר אדם מגיע לתפיסה של שקט, הוא נמצא מחוץ לארבעת היסודות. ואז הוא יכול למצוא איזה יסוד הוא העיקרי בנפשו (זה לא מוכרח שהוא ימצא, אך מבחוץ יותר קל למצוא). אך כל זמן שאין השקטה בנפש אי-אפשר להגיע למצב של הבנה ברורה בנפש האדם, כפי שמבאר הרמח"ל שרק מי שנמצא מחוץ למבוך רואה את כולו.

אדם שלא הגיע להשקטה עמוקה בנפשו, הוא לא מכיר את ארבעת היסודות כראוי בנפשו, ממילא הוא לא יכול להגיע להכרה ברורה, איזהו מהיסוד החזק בנפשו. כאשר אדם מגיע להשקטה בתוך נפשו משם הוא נמצא בעמדת חוץ, בעמדת על, משם הוא יכול להשקיף אל תוך תוכו, ולראות מהו היסוד המונע בקרבו.

ח. להכיר את היסודות מנקודת שורשן.

המודעות העמוקה שהאדם צריך להגיע אליה על מנת לזהות את היסודות שבקרבנו הוא לא להכיר את היסוד בענפים שלו, אלא להכיר את היסוד בשורשו.

משל למה הדבר דומה, צוות מכבי האש קיבל דיווח על שריפה באזור מסוים, צוות הכיבוי מגיע ומכבה את השריפה. לאחר שתי דקות הם מקבלים שוב טלפון שישנה עוד שריפה, הם מגיעים לשם ומכבים שוב. לאחר שתי דקות שוב דיווח על שריפה נוספת וכן על זו הדרך.

מה המובן בזה? - כנראה שישנו איזה מוקד של בערה שממש מתפרצות להם עוד ועוד שרפות שמתלקחות, ואם נפתור את בעית מוקד הבערה לא יהיו עוד ענפים ופירות לבעיה. אולם אם המוקד לא אותר, אזי לא יעזור אם נכבה שריפה פה ושריפה שם, כי אלו רק הענפים ותהליך השריפות ימשיך הלאה.

והנמשל, ליסודות יש שורש ויש להם ענפים. אדם שרואה נקודות כילוי בנפש הוא יכול לזהות זאת כיסוד אש או בענפים או בשורש. משל למה הדבר דומה: כאשר פסיכולוגים מטפלים בבעיות של יסוד הכילוי, מגיעים אליהם אנשים עם בעיה של רצון להתאבדות, זה כבר מצב שמזהים את הרצון לכילוי כאשר הוא מגיע רחוק מאוד. אך כאשר אדם רוצה לזהות את היסוד של הכילוי אצלו בנפש, הוא יכול לזהות את זה במעשים הרבה יותר קטנים, זה ברור ופשוט לכולם. אולם עבודה יותר פנימית ועמוקה היא לזהות את יסוד הכילוי בנטיות נפשיות מאוד מאוד דקות.

הזיהוי העמוק לא מתלבש במעשים, אלא הוא מזוהה במחשבות הקטנות ביותר שחולפות בנפש האדם, כיצד הוא מתמודד עם דברים.

ככל שאדם נמצא בחוץ הוא יכול לזהות את המחשבה מראשיתה, כאשר היא מתגלית בקרבנו. הוא מזהה מהיכן היא יצאה ומאיזה יסוד היא התגלתה.

לדוגמא: אדם שיש לו שונא, שהוא צריך להתמודד איתו. מהי המחשבה הראשונית? - אדם שיסודו מהאש המחשבה הראשונית שתחלוף במוחו שצריך לנסות לסלק אותו מהמפה. כיצד לעשות זאת תלוי כל אחד לפי רמת המוסריות שבקרבנו. לעומת זאת אדם שיסודו מהמים, אזי עולה במחשבתו כדוגמת הפסוק - "אם-כעב שִׁנְאַךָ, הָאֲכָלְהוּ לֶחֶם; וְאִם-צָמְאָה, הִשְׁקָהוּ מַיִם"^[8], בדיוק ההיפך מהאש, הוא הולך איתו בשיטה שהוא יקיים אותו ואז הוא יתחבר אליו, וממילא תתבטל השינאה. ביטול השינאה מגיע דרך קיום. אדם שיסודו מהעפר, הוא ינסה לישר עם שונאו את ההדורים אחד לאחד, מה הם הבעיות ומה הם הפתרונות.

הדברים הללו צריכים להיות מזוהים אצל האדם במחשבות הראשוניות שלו ולא בתוצאות. הבחינה לא יכולה להיות בתוצאות כיון שלדוגמא אולי מדובר בשונא שאי-אפשר לכלות אותו, אזי פונים לשיטות אחרות. כלומר, זה שהאדם לבסוף פעל בשיטה מסוימת זה לא אומר שזו נטיית הנפש שלו.

בכדי שאדם יוכל להעמיק בזיהוי מי הוא, הוא צריך לזהות את המחשבות במקור הראשוני וברצון הדק שבתוכו.

בכדי שאדם יוכל להבחין במחשבות בשורשן, בדקות הרצונות, הוא צריך להיות במקום שהוא יכול להביט על עצמו מבחוץ. כאשר הוא חי מבחוץ הוא יכול לזהות את הדברים בראשית שלהם. ומאידך ככל שהאדם שקוע יותר בתוך עצמו, הוא לא חש בתנועה שמתחוללת ומתנוצצת, אלא הוא מזהה את התנועות האלו רק כאשר הם כבר הגיעו רחוק. כדוגמת אדם חלמן שעד שלא מגיע איזשהו דחפור והורס לו את הבנין, הוא לא שם לב שקודם לכן היתה כאן איזה שהיא תזוזה מסביב לבנין: הסתובבו כאן כל מיני אדריכלים, ומודדים, ומסמנים, ותובלות של טרקטורים וכו'. רק כאשר רצו להרוס את הבנין הוא שם לב שמשהו כאן מתחיל לבעור מתחת לרגליו.

ישנם אנשים שקמים בבוקר וחושבים שהיה כאן רעם שהיכה ביום בהיר, הם מקבלים הודעה על דבר מה ולא מבינים איך הנושא הזה פתאום קפץ עליהם. לעומתם יש כאלו שיש להם חוש דק, הם מריחים את הדברים קודם. כמו שברעידות אדמה החיות חשות את הסכנות כמה דקות קודם שהן מתרחשות, הרי שישנם סימנים והחיות מריחים את הרעידה המתקרבת. כך גם בנפש האדם, היא קולטת בתדרים יותר דקים, והתדר לאט לאט הולך ומתעבה.

מי יכול לקלוט תדר דק?- ככל שאדם קרוב יותר למקור, קרוב יותר לשורש, הוא נמצא בחוץ, הוא יכול לקבל את המקור כשהוא דק. ככל שהאדם רחוק יותר הוא מזהה את התדרים כאשר הם גסים.

אנחנו נמצאים במצב שכל הזמן הרוח מניעה אותנו. יסוד הרוח הוא היסוד בה' הידיעה כפי שהסברנו בראשית הפרק. וככל שאדם מודע לתנועה המתמדת שאצלו, ולא רק בגוף, ולא רק בדיבור אלא התנועה מתמדת גם במחשבות הקטנות ביותר, כך הוא יוכל לנתב את שאר היסודות המתלבשים על גבי יסוד הרוח.

אולם בלא חיבור לשורש אי-אפשר לזהות את התנועה רק כשהיא באחריתה, משל למה הדבר דומה - ארה"ב מחליטה להילחם בעירק, אולם אין בין הארצות הללו גבול משותף אלא להיפך יש ריחוק גאוגרפי רב ביניהם, אזי צבא ארה"ב שולח נושאת מטוסים שצריכה לעבור את האוקיינוס, לסבוב את כל אפריקה עד שהיא מגיע למפרץ הפרסי. שאדם שקם בבוקר ורואה בחוף נושאת מטוסים הוא אומר לעצמו - 'זה סימן שיש מלחמה'. אבל אדם שקצת בודק את השורש, הרי כבר משעה שנושאת המטוסים יצאה מחופי ארה"ב הרי שברור לפנינו שישנו כאן תהליך שיכול לנטות למציאות של מלחמה.

הנמשל, לא צריך לחכות שהדבר יגיע לחוף שלי, שהוא יגיע לידי, לנקודת ה בפועל המעשית. אני צריך לזהות אותו בנקודת המקור שלו, בנקודת הראשית שלו. ובזיהוי כזה אני נמצא בעמדה יותר טובה לטפל נכון בנושא.

למשל זיהוינו עץ שמבצבץ ועולה מאליו במקום שלא נוח לנו שיהיה שם עץ, כגון קרוב למבנה או במקום מרכזי שישמש בעתיד לצרכים אחרים שלא מתאים שיהיה שם עץ. אזי אדם שחש את הדברים מהראשית, יעקור את העץ בקלות, בידו או לכל היותר עם מעדר. אולם אדם שיבין את הבעיה רק כאשר השורשים של העץ מתחילים להרים לו את הבלטות או מעקמים לו את קירות הבית, אז כבר הרבה יותר קשה להתמודד עם הבעיה, צריך להנדס את העקירה באופן שלא תגרום לבית להתמוטט יחד עם עקירת העץ.

כאשר אנו רוצים להתמודד עם תנועה של רוח למקום הלא נכון, אם נזהה את אותה תנועה רק באחריתה, הרי שאנו נצטרך להתמודד עם סופת הוריקן שכאשר היא מגיעה אין מה לעשות ואי-אפשר להילחם בה. במקרה הכי טוב אפשר לזהות את זה קצת קודם שהסופה מגיעה, כדי להודיע לכולם שיתפנו למרחבים ממוגנים או שיצאו מהבתים כדי שלא יתמוטטו עליהם.

אבל אם אדם מזהה את ראשית התנועה במקורה, שם הוא יכול לבלום אותה ולנתב אותה ולשלוט עליה.

כאשר אמרנו שאפשר לעצור את יסוד הרוח ע"י יסוד העפר שהוא סדר ויציבות, בעומק זה לא רק יציבות בתוך התנועה, אלא זו יציבות מהראשית שאני מניע אותה להיכן שאני רוצה. אדם שעושה סדר לאחר שיש בלאגן, דומה לחברה שנמצאת בפשיטת רגל, ועכשיו מביאים מפרק שיעשה סדר. אולם הדרך הראויה היא לבנות מראש את הדברים בצורה נכונה.

אם אנחנו במהלך שמנסים לכלוא את הרוח, אזי אם מנסים לכלוא אותה ע"י סדר לאחר שהיא מתפרצת, העבודה הזו כבר הרבה יותר קשה. אבל אם אננו מזהים את הרוח בראשיתה, שם אננו יכולים לעצור אותה ולכוונה לנקודה הראויה.

בעומק יותר, כאשר הסברנו בראש הפרק שאדם שאין לו רצון לתנועה צריך ללבות אצלו את התנועה בהתאם ליסוד העיקרי שזיהינו בנפשו: אש מים או עפר. אדם שבמקביל לתנועה יש לו כוח של אי-תנועה הוא מגיע גם לתנועה חיובית.

הבנו שאדם יכול לרסן תנועת פעילות יתר ע"י השקטה בחיבורה לאי-תנועה. אולם בעומק יש בזה גם תפיסה הפוכה. כאשר יש לאדם שקט עמוק, בבאופן טבעי יתלווה לזה פעולה מאוזנת ונכונה (כאשר השקט הוא אמיתי).

לסיכומם של דברים, הסברנו כיצד להתמודד עם חריגות ביסוד רוח, הן כאשר היסוד חלש בנפש והן כאשר היסוד חזק מדאי. לעולם התרופה הפנימית היא להגיע לאותו המקום של השקטה, ולקבל משם מקור חיות ומקור איזון.

[1] שמות יד, כב

[2] בראשית ב, ז

[3] מלכים א יט, יא

[4] תהילים עו, ט

[5] שבת פח.

[6] ירמיה כג, כט

[7] ישעיה נה, א

- [1] [דע את נפשך](#)
- [2] [מבוא לארבעת היסודות מהספר דע את נפשך](#)

Source: <https://bilvavi.net/shiur/היסודות-שורש-הרוח-003-דע-את-נפשך>

Links

[1] <https://bilvavi.net/daes.nafshecha>

[2] <https://bilvavi.net/into4yesodos>