

# רק לשמוח יש

"תחת אשר ל עבדת את ה'... בשמחה..." (דברים כח מז)

## המשמחים

רבי ברוקא חוזאה הוה שכיח בשוקא דבי לפט. הוה שכיח אליהו גביה אמר ליה איכא בהאי שוקא בר עלמא דאתי?... אדהכי והכי אתו הנך תרי. אתי אמר ליה הנך נמי בני עלמא דאתי ניהו. אזל לגבייהו אמר להו מאי עובדיכו? אמרו ליה אינשי בדוחי אן מבדחינן עציבי אי נמי כי חזינן בי תרי דאית להו תיגרא בהדייהו טרחינן ועבדינן להו שלמא (תענית כב).  
כדוחי – שמחים, ומשמחים בני אדם: טרחינן – צמילי דנדיחותא צינייהו:

## חשיבות השמחה

עיקר יישוב הדעת הוא על-ידי שמחה. כי על-ידי שמחה יוכל להנהיג את המוח כרצונו ולישב דעתו לחשוב על תכליתו הנצחית. כי שמחה היא עולם החירות. ועל כן, כשמקשר שמחה לדעתו, אזי דעתו בחירות ויכול לישב דעתו (קיצור ליקוטי מוהר"ן, תנינא י"ב)

ע"י מרה שחורה ועצבות, המוח והדעת בגלות וקשה לו ליישב דעתו לשוב אל ה', ומחמת זה הוא רחוק מהשי"ת. כי עיקר מה שהעולם רחוקים מהשי"ת הוא מחמת שאינם מיישבין עצמן היטב מה התכלית מכל העולם. אבל ע"י שמחה, המוח מיושב ויכולין ליישב עצמו היטב כי שמחה היא עולם החירות. וע"כ כשמקשר שמחה לדעתו אזי דעתו בחירות ואינו בגלות, ויכול להנהיג המוח והדעת כרצונו, ליישב דעתו היטב. (רי"ן מברסלב, הנהגות צדיקים ד)

## בזכות השמחה

ואמרו רז"ל דשכר מצוה בהאי עלמא ליכא אבל בשכר השמחה אדם אוכל בעוה"ז והשכר היותר גדול שיש על השמחה שזוכה להשגת החכמה והשגת השלימות, שכן גילה סודו רבינו האר"י ז"ל שמה שזכה להשגת חכמה נפלאה והשגת רוח"ק הכל היה בשביל שהיה שמח שמחה רבה בעוסקו בתורה ובקיימו שום מצוה יותר ממוצא שלל רב (פלא יועץ)

סתרי תורה מתאחדים בשמחה (אוה"ק א צא)

העצבות אינה עבירה, והשמחה אינה מצוה. אולם טמטום הלב שהעצבות גורמת – שום עבירה לא תוכל להביאו. ולמקום שהשמחה יכולה להביאו – גם מצוה לא תביאנו (רבי אהרן מקרלין)

## הסכנה שבעצבות

"יהודה בר נתן הוה שקיל ואזיל בתריה דרב המנונא, אתנח, אמר ליה, יסורים בעי ההוא גברא לאתויי אנפשיה" (ברכות ס).

כפי התנהגות האדם כך הוא ממשיך השפעה מלמעלה, אם הוא תמיד בשמחה ומאמין שכל מה דעביד רחמנא לטב עביד, הוא גורם שגם למעלה יומתק הכל וממשיך עליו שמחה, אבל אם הוא דואג ומתאונן הוא מביא עליו עצבות ויסורים באים עליו (משמרת אתמר, בשלח)

כל הנמשך אחר צערו יותר מדאי – הצער נמשך אחריו (רי"ן מברסלב, ספר המידות, עצבות לד)

העצבות מזיקה יותר לעבודת השם יתברך מהחטא המעציב את החוטא (החווה מלובלין)

יצר הרע אינו מעוניין בחטאיו של האדם, הוא מעוניין בעצבות שלאחר החטא (רבי נחמן מברסלב)

**עצבות מביא לכל העברות**, לפי שכאשר האדם מסתובב מלא עצבות אמת הוא שאינו מאמין שהקב"ה הוא טוב ומטיב. הוא סבור בדעתו שאין הקב"ה שווה לצדו ותומך בו (בצילא וישלח תשע כט)

עזיבת הדת באמריקה נבעה מכך שלמרות שמסרו נפשם על קיום התורה ושמירת שבת, שידרו בבית שקשה להיות יהודי. כשמקימים תורה ומצות ואף במסירות, אך ללא שמחה, התורה הזאת מתקשה לעבור לילדים (הרב משה פיינשטיין על יהדות אמריקה) (בצילא ויגש תשעה ח, בא תשעו כט)

### שמחה וצער

כשאדם שמח כל היום, בנקל לו יותר שיהי לו איזה שעה לב נשבר לפרש שיחתו היטב ולשפוך לבו כמים נוכח פני ה', וכן להיפך אחר לב נשבר בא שמחה. וזה סימן אם היה לו לב נשבר בשבא אח"כ לשמחה (ר"נ מברסלב, ליקוטי עצות, שמחה לב)

עיקר מעלת הבכיה הוא כשהבכיה מחמת שמחה וגילה. ואפילו החרטה טוב מאד שתהי מחמת שמחה, שמרוב שמחתו בהשי"ת הוא מתחרט ומתגעגע מאד על שמרד נגדו. עד שיתעורר לו בכיה מחמת שמחה (ר"נ מברסלב, ליקוטי עצות, שמחה כ)

התשובה באמת צריך להיות מתוך שמחה ולא מתוך מרה שחורה ועצבות אבל טוב לב נשבר. והסימן לידע אם התשובה הוא מלב נשבר או מתוך עצבות. כי אם הוא מתוך עצבות הוא בעל מרה שחורה והוא בכעס על כל העולם ואם בוא יבוא אחד לשחוק ממנו הוא מלא כעס על מה שמבלבלין אותו, אבל תשובה בלב נשבר הוא בעצמו מרגיש כי הוא גרוע מכל האדם אפי' מפחות שבפחותים וממילא לא יקפיד על שום דבר (מטה אפרים)

אין רואין את הנגעים שחרית ובין הערבים... (סנהדרין לד:)

"שחרית ובין הערבים" – כאשר האדם מתפלל תפלתו – אז אין הזמן שיחפש אחרי נגעי לבבו, דכתיב: "עבדו את ה' בשמחה". ואם יחשוב על חטאיו, הרי יתעצב אל לבו, ותפלתו תהיה לחטאה. אלא יבחר לו זמן מיוחד, כגון חצות הלילה וכדומה, באופן שלא יפריע לו בעבודת ה' (תפארת שלמה)

ואפילו צרת הנפש כגון על חורבן בהמ"ק ועל חטאיו שחובה להצטער ולהתאונן לא כל העתים שוות אלא זמן עציבותא לחוד וזמן חדוה לחוד ובשמחתו לא יתערב זר, וצריך האדם להיות שליט ברוחו להתעצב כשירצה ולשמוח כשירצה, ולא יכנס אחד בגבול חבירו אלא השמחה והעצבות יעמודו איש על מקומו לכשירצה יוציא זה וכשירצה יוציא זה. ולפעמים צריך לשמוח מצד א' ולהתעצב מצד א' ויהיה עין במר בוכה ולב שמח, כגון בר"ה ויוה"כ, ... ולפעמים יגביר השמחה והעצבות יהיה מועט כצל עובר כגון בימים טובים באומרו מפני חטאינו גלינו מארצנו (פלא יועץ)

**מרירות היוצאת מעונג** וגעגוע אינה נכנסת לעולם לגבול עצבות (מי מרום יח רזי לי מו)

עיקר העבודה הוא שגם המרירות אשר הגיע לו ע"י מלחמות ביצר - גם זה יהא ערב לו. ויהא לו ממש תענוג ונייחא מגוף המלחמה ההיא המרור לו (סדר הזמנים עה"מ לבעל עבודת יששכר ז)

## שמח בחלקו

עיקר השמחה שבחר בנו מכל העמים... מתוך כ"כ הרבה יצורים שיש בעולם (סדר הזמנים עה"מ עג לבעל עבודת יששכר)

אע"פ שלפעמים נוטלים מהאדם הרצון שלו חלילה, כי ברצוננו לעבוד הש"י ובאים עליו התנגדות ועיכובים בע"כ - בכל זה יבין וישכיל כי גם זה הוא רצון הש"י לעבדו גם בזה (תפארת שלמה מועדים קלו:)

כשיוצא מהסוכה מחמת הגשמים... לא יאריך בעצבון ודאגה ולא יתהפך ח"ו בשמחה לתוגה, כי זמן שמחתנו הוא, ואין לנו אלא לקיים מאמרו ית' ולשמוח בשמחת החג הקדוש, והוא ית' יעשה הטוב בעיניו (מטה אפרים תרכו-תרמד כ)

בכל מאוּדך - בכל מידה ומדה שמוּדד לך הרי מודה לו, להרגיש תענוג אלוּקי בכל פרט ופרט

(פלא יועץ ר' מרדכי צבי מהורניסטופול נה נב)

יצחק אוהב את עשיו, כי נהנה מיגיע כפיו (אמרי שאול מוזיץ רנו)

חיוב לברך על הרע כשם שמברך על הטובה לקבלינהו בשמחה (ברכות נד, ס:) גם בעינני גשמיות וגם בעינני רוחניות. אף שע"י נתבטל מלקיים מצוות - כי גם זה רצונו ית"ש (ד"ת צאנו א' תג ב-ג)

וישמח לבו בזה אשר ידוע אשר מעשיית מצוה קלה אפילו מפחות בערך - מזדעזעים מלאכים ושרפים (פלא יועץ עה"ת לרב מרדכי צבי מהורסטופול קט)

## החוזר בתשובה

"העיקר שאין יכול להיות שמח, הוא משום המחשבה כי השי"ת זוכר הנשכחות, מעשי האדם שהוא עצמו אינו זוכרם, וזה מבלבל את המחשבה שלו ומפריע את שמחתו" (בית אברהם סלוניס קלב)

"...אם הקב"ה רואה שאיש יהודי גם אחרי שנפל בידי היצה"ר מחזק את עצמו ולוחם נגדו בכל כוחותיו, כמו איש מלחמה שגם אחרי שהכדור פגע בו ודמו שותת, עומד עדיין על משמרתו ולוחם, אין למלך נחת רוח גדול מזה" (בית אברהם סלוניס קכח).

מנקה הארמון בניגון ( ) .

## אמצעים לגרום לשמחה

וצריך לחזק א"ע שיבא לשמחה בכל מה דאפשר, ולהשתדל לבקש למצוא בעצמו איזה נקודות טובות כדי לבא לשמחה... ועכ"פ יש לו לשמוח במה שזכה להיות מזרע ישראל שלא עשהו גוי. וזאת השמחה היא בודאי שמחה נפלאה בלי שיעור ואין בה שום בלבול מאחר שהוא מעשה הש"י בעצמו. ויהיה רגיל לומר בפיו ובלבו בשמחה גדולה ברוך אלקינו שבראנו לכבודו והבדילנו מן התועים וכו', ובוה יוכל לשמוח כל ימיו בכל מה שיעבור עליו.

גם כמה פעמים צריכין לשמוח את עצמו ע"י מילי דשטותא מילי דבדיחותא.

ומריבוי צרות האדם, שסובל כל אחד בגוף ונפש וממון, ע"כ ע"פ רוב אין יכולין לשמוח את עצמם כי אם ע"י מילי דשטותא, לעשות עצמו כשוטה כדי לבא לשמחה, שכל החיות בגוף ונפש תלוי בזה. גם למעלה נעשה מזה יחוד גדול ע"י בדיחא דעתיה. דהיינו שמחה. (ר"נ מברסלב ליקוטי עצות כט)

ע"י צדקה בלב שלם בא לידי שמחה. (ר"נ מברסלב ספר המידות, שמחה ד)

ע"י עצות טובות שתתן תזכה לשמחה (ר"נ מברסלב ספר המידות, שמחה ז)

ע"י הריקודין והתנועות שאתה עושה בגוף נתעורר לך שמחה (ר"נ מברסלב ספר המידות, שמחה ח)

ברבות השמחה נתחזק כח השכלי, והמאכל והמשתה הם סיבה גדולה לשמחת הלב ולהרחיק העצבות ודאגות (ר"נ מברסלב ספר המידות, שמחה ג)

### יו"ט ושבת

יו"ט דומה לאיש עני שהמלך בא לביתו, ויש לו שמחה גדולה שעל אף שפלותו זכה שהמלך בא לביתו.

שבת דומה לאיש עני המתארח אצל המלך שבעת ההיא שוכח מכל שפלותו (תורת אבות סלוניס פ:)

### הענג והשמחה

הענג והשמחה, הם דברים מוכרחים להיות מתלויים אל כל עסק רוחני.

רק כשיתענג האדם וישמח במעשה הטוב והיושר, אז יהיה חרוץ לעשותם בתכלית שלמותם ולהוסיף עליהם מדי יום ביומו. רק אז יהיה חל רוח השכינה וזיו כבודה על האדם, כי עז וחדוה במקומו, ויעזר לו להיות נעטר בחוט של חן וחסד, שימצאו מעשיו ופעולותיו ג"כ חן בעיני כל הבריות, ויצאו גם הם בדרכיו, ותרבה הברכה והטובה בעולם. רק כשיש ענג ושמחה פנימית בלב מצורפים למעשה הטוב והצדק, אז הם מתבססים באדם להיות קבוע בדרכי הא-ל הטוב ב"ה, וממקור נפשו ימצא מים חיים נוזלים להשכילו ולהדריכו בארחות חיים. (הרב קוק זצ"ל, אדר היקר)

כשם שהתורה והמצוה המשמחים את הלב - הם החיים "כי הוא חייך ואורך ימך", כן לעומת זה כל דאגה ועצבון הוא חלק מן המות... בעצבון טועמים את טעם המיתה (מי מרום ה' עמ' כא)

### תנאי למלכות

פעם אחת היה מלך והיה לו בן יחיד. ורצה המלך למסור המלוכה לבנו בחייו ועשה משתה גדול.

ובוודאי בכל פעם שהמלך עושה משתה השמחה גדולה מאד. והיו שם כל שרי המלוכה וכל הדוכסים והשרים. והיו שמחים מאד על המשתה. וגם בני המדינה היו נהנים מזה שמוסר המלוכה לבנו בחייו, כי כבוד גדול למלך. והיתה שם שמחה גדולה מאד והיו שם כל מיני שמחה מקהלות שחקנים וליצנים, הכל היה שם במשתה.

כשנעשו שמחים מאד, עמד המלך ואמר לבנו: היות שאני חוזה בכוכבים, ואני רואה שאתה עתיד לירד מן המלוכה, לכן תראה שלא תהיה לך עצבות כשתרד מן המלוכה, רק תהיה בשמחה. וכשתהיה בשמחה גם אני אהיה בשמחה. גם כשתהיה לך עצבות, אף על פי כן אני אהיה בשמחה על שאין אתה מלך, כי אינך ראוי למלוכה, מאחר שאינך יכול להחזיק עצמך בשמחה כשאתה יורד מן המלוכה. אבל כשתהיה בשמחה, אזי אהיה בשמחה יתירה מאד. (רבי נחמן מברסלב שער אמונה)