

'דרך התאורות והתעוררות - בריבוי-השלום'¹

תיאור צמיחת השיטה ועיקריה במהלך חיי

ברוכה הקורא/ת!

'ואהבת לרעך – כי הוא במהותו חיים-תודעה – כמוך'

מחוויה רוחנית למחקר יוצר

בחרתי להטרים את נושאי של האתר במבוא אישי אשר 'מביט מקרוב' אל חוויות אישיות עמוקות. זאת כדי לחשוף את תהליכי העומק שהתרחשו לאורך כמעט חיים שלמים, ואשר נדרשו כדי להגיע אל ההגות שבספר "תורת מגילת העצמאות".

היכרות עם אישיות הכותב ומהלך חייו, מסייעת לקורא/ת להכנס לנפשו של הכותב, ולהנגיש עבורך את תובנות הספר. מעל האישי זהו ספר אקדמי בשדה 'חוקרים-יוצרים'. חוקרים אשר מחפשים השראה להתפתחות אישית ורוחנית בלימוד אקדמי של טקסטים מסורתיים, ויוצרים תוך כדי דיאלוג עימם. שורשי השקפתי נעוצים בחוויותיי האישיות, בשילוב עם אינטלקט הנמצא בדיאלוג מפרה ורב שנים עם ההגות הציונית-רוחנית עמה בחרתי לשוחח בדרכי האקדמית. ברוחניות כלולים תחומים מוכרים לכולנו: אידיאליים של התרבות המערבית וערכי מסורת, מדעים ותורות מזרחיות, חקר ההתנהגות האנושית היומיומית וצלילה למעמקי הנפש, גישה היסטורית וחזון ערכי. כל אלה ועוד באים לידי ביטוי בחברה הישראלית. אך כיצד אפשרי שילוב מורכב זה ביניהם? למענה על שאלה זאת הקדשתי את לימודי ואת יצירתי.

התוצאה היא הצעת דרך לשדרוג התנהגותנו האנושית-הומנית, מתוך גישה רוחנית. דרך של התעוררות הלב במעלה 'מדרג האנושיות', עם 'התאורות' אור התודעה לשמחת חיים ולאהבת עולם. שמים וארץ נושקים. משמע, לשאוף לשמחת העשייה הפרקטית, היומיומית, בשאיפה להתפשטות התודעה האוהבת ברחבי המציאות.²

¹ מושגים אלה יובהרו בהמשך. פרק זה מבוסס על הרצאה שנשאתי ב'כנס החמישי לדת ולרוחניות עכשווית'. אשר התקיים באוני' תל אביב, 2013.

² ראי/ה על כך א"ד גורדון, מאמר 'האדם והטבע'.

מיסטיקה ושותפות קיומנו בטבע

הסופר, המוזיקאי, הצייר ושאר היוצרים חתומים אישית על יצירותיהם. לעומת זאת, סבורני כי חוויותיו של מיסטיקן, בעל שאר הרוח, שייכות למכנה האנושי-רוחני המשותף לכל. אדם הוא אדם. בהנחה שהחוויה המיסטית נעוצה במכנה האנושי המשותף של כולנו - אתאר כמה חוויות מעולם הרז. החוויות העמוקות-הרוחניות הן של כולנו ממילא, שהרי כולנו שותפים ממילא, במחזור החיים האינסופי והנפלא שבטבע: במסתורין הלידה, בזרימת רוח החיים שבתודעה, בצמיחתנו על האדמה הזאת לאור השמש, דרך העונג והכאב, התשוקה והאהבה, הפגיעות והסבל, אל הבגרות והבשלות עד לקמילה ולמסתורין של המוות.

ברור כי חוויות המודעות לשיתוף הקיומי-תודעתי בינינו, שונה מאוד בינינו. אף ראיית המציאות שונה מאוד בינינו. פעמים רבות, אנו מביטים על המציאות במשקפי הצרכים-האינטרסים שלנו, או במשקפי חשש ופחד עד משקפי אמון או בכל שלל המשקפים והמסכים הפורשים לפנינו את המציאות. 'ראשומון' קראו לסרט אשר תאר 'אותו אירוע' בחמש זוויות ראייה אישיות שונות, על פי אישיות האדם ואופן מעורבותו באירוע. על כן, אני מצהיר מראש, כי המשקפיים שבספר זה הן ערכיות: יש מעשי חסד, יש מעשי רשע, ויש מגוון עצום של מעשים ביניהם.

להבנתי, השותפות האנושית בינינו מתרחשת לא רק בצמתים המרכזיים של חיינו, אלא בתהליך התפתחות האישיותית המשותפת לנו. תובנה זאת התבהרה לי מתוך שותפותי בקבוצות ריקוד חופשי מזה כארבעים שנה. ריקוד חופשי, ללא תנועות מוכתבות, מאפשר חירות אישית. כאשר אני מתבונן בעת הריקוד באישי הקהילה שאני חלק ממנה, ברור כי לכל אדם טביעת תנועותיו הייחודיות, כמו פניו, קולו וטביעת אגודלו. כל אחד ייחודי וכולנו רוקדים את אותה המנגינה. תענוג להתבונן בפסיפס של הביטויים המגוונים של ה'אניים' הייחודיים' לאותן מנגינות. אך בסיום כאשר נפגשים במעגלי שיתוף, במידת רוחב ליבי לשמיעת 'האני' שבזולתי, אני שומע את 'עצמי כפי שהייתי' מפי חברי. בהיותי 'זקן השבט' שבות אלי מפיהם/ן חוויותי בצעירותי, בבגרותי, בגיל העמידה, וכיום בשנות בשלותי. משמע, על פני השטח אנו ייחודיים, ואולי גם בשורש נשמותינו, אך מבחינת התפתחות אישיותנו האנושית אנו עוברים תהליכים ייחודיים אך דומים.³

³ החקר הפסיכולוגי של האדם מניח את מכנה המשותף האנושי. ראה, לדוגמא, את מדרגי התפתחות האישיות על-פי פרויד, אברהם מסלאו, פיאזה, קולברג וגיליגן.

על כן, מתוך ההכרה בשותפות בקיום האנושי הבסיסי, אני חפץ לחלוק עמכם קוראי, את חוויותיי ובעיקר את הדרך שבה הלכתי. דרך שעודנה נפתחת לאורך. דרך בה החוויות צומחות לתובנות, והתובנות מבקשות אימון תודעתי למען מימושן. כי אכן בהתנסויותיי, ובלימוד תורות הרזים והפילוסופיה נוכחתי כי ישנה דרך מוכרת וחדשה, שאותה אני רוצה להמליל ולארגן כדי להבהירה. על כן, לא סיפורי הוא העיקר, אלא דרך ה'התאורות וההתחברות'. כי מה, בתמצית, חפצה הנפש? להיות בטוב - לחוות את היותה 'צורה בצרור החיים' הטובים: לאהוב את עצמה, ולזרום עמה ועם סביבתה, לתרום ולהיתרם, להשפיע ולהיות מושפעת, לאהוב ולהיות אהובה. אך כדי למלא את חפצה של נפשנו 'להיות בטוב' נדרשת דרך חיים במגמה זאת. ואכן, בחברה הישראלית יש מגוון עצום של דרכים המבקשות את המעשה הטוב כדי 'להיות שרוי בטוב'. אף אני אוסיף את קולי בשיחותי עם הוגים שקדמו לי.

אפתח בנקודה המסתורית - סיפור חווית אור אשר עיצבה את מהלך חיי.

מחוייית-אור 'יוגית' ל'אורות הקודש'

אי אז, בתום השירות הצבאי, טיילתי בטרמפים באירופה. בלונדון התאהבתי בפתאומיות ובעוצמה רבה בנערה אמריקאית בשם מרטי. (עמה אני בקשר עד היום). ביום השלישי להיכרותנו ישבנו על הדשא בהייד פארק ושוחחנו על עצמנו. תוך כדי כך חשתי אליה רגש של אהבה שהלך וגבר והתעצם, כמו מדרגה אחר מדרגה. התאהבות נעורים עזה. כשהרגש היה גדול מלהכיל, חיבקתי אותה בלהט. אז קרה משהו מסתורי מאוד: רגע ארוך היה רק אוקיאנוס של אור מתוק ללא שיעור...

ברגע החוויה, 'אני' כלל לא הייתי. לא היה דבר מלבד אור. אור מופלא שטעמו כנקטר האלים. אף לא הייתה תודעת החוויה של האור. מוחי החל למלל את החוויה רק בשולי היציאה מאוקיאנוס האור. בלשון חסידית, שלא הייתה ברשותי אז, אומר כי בעת החוויה: 'האני היה לאין' באור ממלא כל ומטריף במתיקותו. חווית 'אור' זאת, לפני למעלה מארבעים שנים, 'צרבה' את תודעתי, וכיוונה את אורח חיי במגמת טיפוס לפסגה מיסטית זאת ולתובנותיה.

עם שובי לארץ חיפשתי בספרות הרוחנית את תיאורה של חוויתי. ואכן, מצאתיה בספר 'יוגה', שאיני זוכר את שמו. האירוע מכונה בשם מדויק מבחינת חוויתי האישית: 'פריצת סכר האהבה'. אכן - חווית האור המופלא התרחשה מיד לאחר פריצת הסכר של מאגר רגשות האהבה שחשתי

בליבי אל מרטי. לפיכך, שקלתי לנסוע להודו לאשרם. אך דווקא מורתי ליוגה, גב' חנה אדר ז"ל, ותשוקה נכזבת דחפו אותי לוותר על הנסיעה המלהיבה, ולחפש זאת במיסטיקה יהודית שהייתה זרה לחינוכי.

כיוון שגדלתי כחילוני והתחנכתי במערכת החינוך הכללית, התאים לי הלימוד האקדמי של מדעי היהדות. אומנם היה לי רומן קצרצר עם 'חזרה בתשובה', עטור ציצית ותפילין, אך גישה זאת לא התאימה לרוחי החופשית והביקורתית. לא ראיתי עצמי 'חוזר בתשובה', אלא בחרתי 'להתקדם בשאלות'!

למעשה, התקדמות בשאלות, ושאלות על התשובות היא המתודה המדעית המוקנית בלימוד האקדמי. לאכזבתי, בשנה הראשונה באוניברסיטה העברית בלימודי הקבלה מצאתי ניצוצות השראה מועטים – הקבלה הקלאסית רחוקה מדי מעולמי. בשנה השנייה נמצאה לי תמונה מיטיבה יותר בלימודי החסידות. בשנה השלישית ללימודי, הודות למורה רוחנית, פרופ' רבקה שץ ז"ל, התעוררה אהבתי הגדולה לאורות הראי"ה קוק (1865-1935). חווית מציאת כתבים מאירים הובילה לתואר השני. שקעתי בכתבי מורה רוחני דגול זה בכתיבת המחקר לתואר שלישי בהדרכת מורי פרופ' אליעזר שביד.⁴

הסתבר לי בהשוואה לקבלה ולחסידות שמהן ינק הראי"ה קוק כי כל יוצר מדבר בשפתו המושפעת ממציאות חייו. לכן, אף תורת הרזים, ככל ידע אנושי, הולכת ומתבהרת בתהליך הקדמה ההיסטורית. שאלות המציאות המתחדשת והמתפתחת מחייבות תשובות מתחדשות. התובנה שלי – ככל שהתורה הינה עמוקה ועכשווית – כך היא משמעותית ורלוונטית יותר.

מהי, עבורי, חווית הארה?

לקראת סופה של כתיבת הדוקטורט, באחד מהלילות הלבנים עם עלית אור השחר, חוויתי תודעת התבהרות עמוקה לגבי מהותה של תורתו: "אורות הקודש" היא במהותה תורה מיסטית-פאנאנתאיסטית, שבה 'הכל בקודש'!⁵ משמע, המציאות הרגילה, עולם החולין שלנו, מופז באור 'התודעה העליונה'. על כן קראתי לספרי בשם "מהפכת ההארה – דרכו הרוחנית של הראי"ה קוק".

⁴ בכתובים, מאמר על תמצית הגותו של פרופ' אליעזר שביד ז"ל. חתן פרס ישראל למחשבת ישראל בשנת 1994.

⁵ פאנאנתאיזם (מיוונית: הכל באל) – בתורת הראי"ה קוק זוהי תפיסה שלפיה העולם הוא חלק מתודעה האלוהית, במובן של מימוש התודעה העליונה בטבע, אך התודעה העילאית אינה זהה עם הטבע, אלא נמצאת גם מעבר לו. תפיסה מעין זאת מתוארת להלן, בהמשך מבוא זה.

"מקום מנוחתנו הוא רק באלוהים. צריך להראות את השער איך נכנסים אל הטרקלין. השער הוא האלהות המתגלה בעולם! בעולם בכל יפיו והדרו, בכל רוח ונשמה, בכל חי ורמש, בכל צמח ופרח, בכל גוי וממלכה, בים וגליו, בשפירי שחק ובהדרת המאורות, בכשרונות כל שיח, ברעיונות כל סופר, בדמיונות כל משורר ובהגיונות כל חושב, בהרגשת כל מרגיש ובסערת גבורה של כל גבור".⁶

בחוות הארת התודעה - המציאות היומיומית ניראת קסומה, עצומה ללא שיעור, מלאה בחדס שופע בחסדה של השמש, ומעוררת השתאות מהיופי והתבונה הגלומים בה. בתוך כל זאת, כבן הדור השני לשואה, איני יכול לשכוח את האכזריות הבסיסית שבקיום החומרי, עד למלחמות ולשואה. האור מאיר את עצמו ואת המציאות כפי שהיא. אכן, המחלה והסבל נעוצים בקיום הגשמי, בעצם המאבק על הקיום, אך האכזריות נעוצה באובדן הזיקה אל הזולת, בעיוורון של החיים המשותפים לנו. בחולשת חווית 'כולנו רקמה אנושית אחת חיה' באוקיאנוס החיים של הטבע.

אילו הציונות הדתית היתה הולכת בדרכו של הראי"ה קוק כי אז הייתה נעשית לתנועה רוחנית, כמעין חסידות מודרנית הקשורה להשכלה, למדע ולתרבות המערבית.⁷ 'אך לא אלמן ישראל: בשדה החסידות המודרנית ניצב לצידו הרב אשל"ג זצ"ל.⁸ במגמה זאת פעל גם רבי קרליבך, שאל חוגו בישראל השתייכתי כשנתיים. בהופעותיו רקדנו על הבמה, ועיניו הכחולות האירו לי כפני מלאך.⁹ כיום, פועלים ממשיכי דרכו ואחרים - 'הרוחניקים', אנשי 'העידן החדש' המושפעים מתורות המזרח. קבוצות נוספות, חשובות בעיני, הן הקיבוץ הדתי כציונות דתית מודרנית, אנשי אקדמיה דתיים, אלו שנותרו מ'המפד"ל של פעם, עת היתה בברית עם מפלגת העבודה, ורבים אחרים.

⁶ הראי"ה קוק, מאמר 'זרעונים', "אורות" קיט.

⁷ הרב הנזיר, דוד הכהן – עורך "אורות הקודש", היה אמור לעמוד לראש ישיבת 'מרכז הרב'. הוא הודח בכוח בידי הרב צ"י קוק, יוצר תורת 'ארץ ישראל השלמה'. מאיגרא רמא לבירא עמיקתא' - מגג גבוה לבור עמוק.

⁸ ראי/ה הרב ד"ר מיכאל לייטמן, "שני המאורות הגדולים, הרב קוק ובעל הסולם, על גאולת ישראל"

⁹ לימים נשמעו טענות של נשים לא מועטות על ניצול מיני מצידו. 'היתה לו נפש מורכבת' ציינה בתו, אמונה. בשנים האחרונות, גם מורים גדולים רבים נחשפו בקלונם.

אך הדומיננטיות בציונות הדתית נכבשה בינתיים, על ידי 'מאמיני ארץ ישראל השלמה'. אותם 'צעירים' שהתחנכו על ידי בנו של הרב, הרב צבי יהודה קוק. הבן, אשר הושפע מתורת אביו, ויצר את פירושה ב'תורת ארץ ישראל השלמה'. וכך השאיפה לשלמות האדם, כפי שעולה מ"אורות הקודש", הומרה בשלמות הארץ. קדושת גבולות הארץ ופולחן הקורבנות הפכו חשובות מקדושת האדם. כתוצאה מכך, במצב הערכי המהופך, ניתנת רשות למשחית. לדעת רבים, אותם קבוצות של אנשי אמונה קנאים, העושים שימוש אכזרי באמונתם הדתית, יש שובל דמים היסטורי ארוך.¹⁰

על דרך האור לחווית ההארה – מסורת מתחדשת

כתיבת הדוקטורט ארכה לי אחד-עשר שנות חיי משפחה. כאשר בתי מזכירה לי את השנים שישבתי בסלון עם הפנים לספרים והגב למשפחה, מתכווץ ליבי בכאב הצער. אך אז, הלימוד והמחקר היו חשובים בעיני, במחיר לא מודע, של זוגיות והורות בינוניות. בדיעבד הבנתי כי הייתי 'מכור' לדרכי.¹¹ לאחר קבלת הדוקטורט החלטתי להפכו לספר כדי להצביע על מה שבעיני היא תורתו המקורית של הראי"ה קוק. שתיים עשרה שנים נוספות חלפו עד לצאתו של הספר לאור בספריה הציונית: "מהפכת ההארה – על דרכו הרוחנית של הראי"ה קוק". עם צאת הספר לאור התבקש לצאת במסע לפרסומו. אך במקום להתמסר להפצת המסר שבספר, בחרתי להמשיך בדרכי. על אף מספר מפגשים מוצלחים אודות המסרים שבספר, לא חשתי בשלות לכך. כמו כן, עם כל אהבתי והערכתי לכתביו הנפלאים של הראי"ה קוק, חסרו לי בהם שני צירים מרכזיים:

(א) פרקסיס מיסטי, בדומה לתרגולי המדיטציות בתורות המזרח, או לתרגול ה'איון' החסידי. זהו תרגול המבקש להגיע לרבדי חווית איכות התודעה האנושית. חיוניותו של התרגול נובעת מהקשר החשוב בין החוויה ללימוד - כנשמה המתלבשת בגוף הידע.

(ב) דרך אתית שיטתית המסייעת ביומיום והחיונית לגשר בין המציאות הגשמית האינסופית, רבת הפנים והפרטים, לבין חוויות 'אחדות הכל'. דרך שיטתית אשר אמנם תתאים לציבור הדתי, אך במיוחד, לציבור החילוני אשר 'העגלה התרבותית' שלו עשירה בספרות יפה, אך ענייה בספרות מוסר ואתיקה. כידוע, למרבית צערי, הגות אינה נלמדת יותר בתיכונים של 'עם הספר'. (בשונה מצרפת, למשל).

¹⁰ על ממד הקנאות ראה בפרק הראשון ואילך. וספרו של ע. עוז, "שלום לקנאים".

¹¹ צעיר הייתי ולא הבינותי אז את חשיבות הפיתוח של המידות האנושיות, עליהן נכתב ספר זה. 'שגיאות מי יבין'.

בכדי למלא את שני הצירים שחסרו לי בתורת הראי"ה קוק התמקדתי הן באימון מסור ושיטתי בהתחברות לאור – הטבעי והתודעתי, והן ביצירת 'תורת ריבוי השלום'. על תהליך תרגול ההתחברות לאור החיים, אספר להלן – **בסעיף א**; ובפרק השבת, של ספרי 'תורת מגילת העצמאות' רוכזו התובנות של ההשקפה המיסטית-הוליסטית הנובעות מחוויות אלה. **בסעיף ב**, בהמשך אספר על התהליכים בחיי, במהלכם למדתי את האתיקה של הוגי הציונות הרוחנית, ואשר מהם ועל גבם, עיצבתי את 'תורת מגילת העצמאות'. כל פרקי הספר, למעט 'פרק השבת', מתארים דרך של אתיקה ישראלית.

בדרכי שלי, שני אלה שלובים כאמירה קבלית - 'כשלהבת האחוזה בגחלת'.
יצירת 'תורת מגילת העצמאות' והוראתה הינם מפעל חיי.

סעיף (א) פרקסיס רוחני – תרגול 'התאוררות'

התחברות אל האור הפנימי והחיצוני – בדרך האור להארה

כיוון שתודעתי נצרבה בחוויית האור הנעלם - באופן טבעי בחרתי כדרך של תרגול מדיטאטיבי את **דרך האור אל ההארה**. את העבודה הפנימית 'בדרך האור' אני מכנה בשם 'התאוררות'. לאחר למעלה מחמישים שנות לימוד רוחני ותרגול 'התאוררות', אני חש בשל לשתף בכך. בתחילה תרגלתי את 'המדיטציה הטרנסצנדנטאלית' שהייתה פופולארית בשנות השבעים של המאה הקודמת. אך עד מהרה עברתי לתרגול אישי של מדיטציה על אור. איזה אור? בתחילת הדרך, על האור העדין אשר נראה מול עיני הסגורות. זהו, לדעתי, לא רק האור החיצוני החודר דרך העפעפים הסגורות, אלא מפגש תודעה-אור. לא העיניים רואות, אלא אור התודעה רואה ומזהה את האור החיצוני שלנוכח העינים העצומות.

כך חלפו כמה שנים עד אשר נשאלתי על ידי משוררת צעירה בשם מאיה בז'רנו: "למה לעצום את העיניים בעולם כל כך יפה?" הבנתי שגם היא צודקת. מאז החילותי בתרגול שני – פקיחת עיניים במודעות לאורו של עולם. למעשה, הקדשתי הרבה רגעים בהרבה שנים להתבוננות באור הממלא את העולם, הממלא את המציאות בתוכה אנו חיים. תרגול זה דומה לפיתוח השמיעה של המוסיקאי המקשיב לצלילים ולדממה ביניהם. הכוונה היא לא רק לראיית האנשים והחפצים אלא האור הממלא את הרווחים בינינו והאופף אותנו. אכן, כחוכמת קהלת: 'וּמִתּוֹק הָאֹרֶז וְטוֹב לְעֵינַיִם לִרְאוֹת אֶת הַשֶּׁמֶשׁ'. (יא, 7)

לראות את האור הסובב זה תרגול פשוט למדי, אם כי לא מקובל בתרבותנו. כנראה משום שהאור מובן מאליו. אך האדמה, הצמחים, בעלי-חיים, אנשים מסוימים (ואף קולטי השמש) חווים את האור המתמיד. דווקא הדברים הטבעיים המובנים מאליהם, כיוון שהם מתמידים בקיומם, הם חיוניים ביותר. אי-אפשר שלא לראות את מתיקות עוצמתו של האור ביום אביבי בהיר, לאחר החורף הקדורני. אי אפשר שלא להבחין בו בעת טיפוס להרים גבוהים כפס רחב וזורח, או לראותו אופף את כל שדה הראיה מתוך חלון של מטוס בהגביהו טוס, ככדור אור העוטף את כדור הארץ. ולהבדיל, לאחר טיפות עיניים שנועדו להרחיב את האישון, אדם הולך מסוננור מאור השמש הבהיר. כי רק על ידי צמצום עוצמת האור באמצעות האישונים, אנו יכולים לראות. משמע, אנו חיים באוקיאנוס של אור, ולא מייחסים חשיבות לכך, 'כאילו הוא אוויר'. האם דגים מרגישים שהם במים, וציפורים את האוויר. ואנחנו מה?

ואנו, כלום אנו רואים את האור של חיינו?

דווקא משום טבעיותו המתמדת האור כאילו שקוף. שקוף גם אור הלילה. כמו החיים השקופים בנו. כל עוד הבריאות במיטבה - החיים מובנים מאליהם.

האם אנו חווים את ראיית אור השמש ואור הלילה אשר ממלאים ומחיים את הכול? כך המציאות עטופה ומנושקת באור שעבודה הוא כולו חסד – האור הוא כידוע, סוד המשכיות החיים בקוסמוס. אור השמש הינה 'אם העולם'. הצומח והחיי מתקיימים בחסדה השופע. התופעה המסתורית הקרויה תודעה, מהווה את הזרימה בחיי הצומח, החי ואף הדומם. החיבור בין הצומח והחי לבין השמים והאדמה מעיד על אחדות הטבע.

השמים כחולים-לבנים, מסמלים אור וטוהר, שלווה ושקט, תודעה בהירה, אידאליות ומרחב אין-סופי. ואילו הארץ – חומה-ירוקה, חמה, צבעונית, מבולגנת וכאוטית, מלאה בהמולתם כוחות החיים ובמאבקהם, ואכזרית בכאביה ובסופיות החיים עליה. השמים מסמלים רוחניות והארץ – גשמיות. הרוחניות נתפסת כדרך עולה המתנתקת מן הגשמיות. העולם הזה מוכר רק כפרוזדור לעולם ההולך ובא. אך אור השמש מהתך, לשון התכה, בין שמים לארץ.

חווייה משמחת לב היא להתחבר למלאות המתוקה האדירה שבעולם. כי 'מתוק האור בעיניים' – עונג מתקיים בראיית האור שסביבנו. בהמשך התרגול מתרחבת החוויה ומתעמקת. איך לתאר של כל העוצמה הנפלאה הזאת? את המתיקות, את השמחה שבו, את הנועם... 'אילו פינו מלא שירה כיים'...

כאמור, שנים רבות התמקדתי באימון מסור ויומיומי בהתחברות לאור – הטבעי (אור השמש, האש והחשמל). שנים אחר כך, תפסתי שעלי להתחבר במקביל גם לאור התודעתי, משמע, תפיסת התודעה כאור המאיר את כלי המחשבות, הרצונות, הרגשות, התחושות וכו'. על כן, הדרך הרוחנית המוצעת כוללת גם את חקר אופייה של התודעה והתייחסותה למציאות. אומר אני לעצמי: 'במהותי אני גם אור'. כידוע, בתורת הרזים, האור מסמל את הכוח האחד, האוהב, היוצר, התבוני, הנעים והמחייה כל. ובד בבד, האור מאיר את המציאות הנראית לעינינו. האידיאלים והתרגולים שנמנו עד כה אינם לצד החיים, אלא בתוכם. מגמתה של רוחניות הומאנית היא השגת חווית הארה במציאות ומתוך כבוד אליה. על אף שתשומת לבנו בתוך חיי היומיום, על שלל תופעותיהם, מכוונת אל דבר זה או אחר, אל צמצום זה או אחר, הרי שהתודעה עשויה לחוש באינסופיות הזרימה היוצרת.

בשנים המאוחרות יותר – נפגשו שני התרגולים בתובנה בדבר הזהות הנסתרת שבין תפיסת התודעה שלי כאור פנימי, אומנם זעיר כאורו של נר, לבין אורה של השמש, המחייה את העולם כולו. מקובל לראות את שני מרכיבים אלה כנפרדים זה מזה. הראשון – אור התודעה שייך לעולם המיסטיקה הדתית, והשני – תיקון עולם, הקרוי 'קידמה', אשר שייך לתרבות המודרנית החילונית. אך בעומקה של המציאות, שני כוחות אלה פועלים יחדיו כשתי ההמיספרות של המוח. אור השמש מחובר בדרך נסתרת אל התודעה. הדומם, הצומח והחי שרויים באוקיאנוס של אור ותודעה. התודעה היא אור שופע, יוצר, חכם, יודע, נעים ומיטיב.

תרגול ביומיום: 'להתע/אורר אל האור'

המילה התאוררות אומנם נכתבת באות אלף אך מצלצלת (בניב אשכנזי) בדומה למילה התעוררות. כוונת המונח היא - להתעורר אל האור כדרך התעלות. להתעורר מתוך תפיסת המציאות הרגילה אל ראייה עמוקה יותר של המציאות. הכוונה להתעורר מעיוורון תודעתי כדי לראות משהו שקיים, אלא שהיה נסתר קודם לכן. בעיני, זאת נקראת ראייה רזית.

'התאוררות' היא תרגול יומיומי שמציעה השיטה. התרגול הוא לעורר בתודעתי הסתכלות, זימון והתחברות עם האור. התחברות לסירוגין, רצוי בשילוב עם נשימה נעימה: החוצה – לאורו של עולם ומראותיו; ופנימה בהכרה של תודעתי כאור פנימי, וסביבי אל אורה של תודעת זולתי.

לכאורה תרגול פשוט, (יתכן דמוי Mindfulness אך עם הלב), שימת לב למציאות הרחבה והמיוחדת כעת. במשך הזמן מתפתחת יכולת אומנותית של ההתבוננות באור ובמציאות הרחבה כדרך חווייתית להסתכלות ישירה ומעריכה של המציאות.

האור שייך לזרם האנרגיה, זרם החיים שבתוכנו ומסביבנו. ישנן עוצמות חווייתיות בכוח המשיכה של זרמי החיים: ביצירות הטבעית, באינסטינקטים, בתקשורת ובמאבקים. אנו נישאים בזרמי החיים שאנו נתונים בהם. מידת בחירתנו יתכן, מועטה. אך 'הכל צפוי', והרשות נתונה'. הרשות העצמית להתחברות לאור משפיעה לטובה על יכולת ההתחברות למציאות: לעצמי, לזולתי, לחברה שסביבי, לטבע המחבק. ההתאורות משפיעה אנרגיה טובה, חושית וחיונית, המשרתת את עשיית הטוב במציאות.

הציווי לעשיית הטוב הינו מרכזי במקרא ואילך. החל מ'ועשית הישר והטוב', 'ואהבת לרעך כמוך' ומ'אהבת הגר' דרך דברי הלל 'מה ששנא עליך, לחברך לא תעשה, זוהי התורה כולה, ועתה צא ולמד'. אף התרבות המודרנית, ודתות המזרח, דוגלות בציווי זה. ברור כי המציאות רחוקה מחזון זה. על כן, הכלל הערכי של עשיית הטוב נקרא ביהדות המודרנית בשם 'תיקון עולם'. זוהי הסיסמא של זרמי היהדות המודרנית לגבי מגמת כל המצוות הראויות. ה'אבא של המצוות', המגדל באמצעות המצוות האנושיות.

התובנה של היותנו כולנו בעלי תודעה (Sentient Beings בבודהיזם) היא המקור והכח המניע לעשיית הטוב. הפילוסוף היהודי-צרפתי לוינס פרש את הציוויים המקראיים כאשר הגדיר את ראיית פני הזולת כראיית פני האלוהים. שהלוא אהבה במיטבה היא רצון להיטיב לזולתי. זוהי, להבנתי, איכותה של החמלה.¹² עובדים סוציאליים, אנשי מקצועות רפואת הגוף ורפואת הנפש, אנשי חינוך, אנשים טובים, ועוד רבים כהנה, מישמים איכות אצילה זאת בחיינו.

כל אלה מקרבים אותנו אל חוויות האחדות. בעיני, תודעה רוחנית היא חווית הממשות של הרוח האחת, של התודעה היוצרת, המתגלית בכל המציאות: המציאות ואור השמש שבה, החיים ואור התודעה שבהם – והאחדות הגנוזה של החוץ והפנים, של הגשמי והרוחני. 'התאורות' - התחברות אל האור שבמציאות ואל האור שבתודעות, 'והתחברות' עם המציאות היומיומית.

דרישת ההתאורות היא מרכזית בהגותם של שני המאורות הגדולים שבציונות הרוחנית: אהרון דוד גורדון והראי"ה קוק. עיקר משנותיהם הינם הדרכות להתפתחות רוחנית של האדם בראיה

¹² Compassion ~ להיות עם הזולת במהלך סבלו.

עליונה של המציאות הקיומית-יקומית. על כן, המילה 'התאורות', שאותה יצרתי לתיאור התרגול, בעצם נסמכת על הגותם הפורשת את השפע שהעלו מחווייתם העליונה.¹³

המסע אל ההסתכלות העליונה, אל ההתאורות לטוב המשותף, הוא מסע אל חזון האנושי המיטיב לנו. זהו המסע של ערכי היהדות והתרבות המערבית אשר התמזגו בהכרזת העצמאות של מדינת ישראל. זהו מסע אישי ולאומי גם יחדיו. האדם הפרטי שואב את כוחו והדרכתו מן הלאומי ואליו אנו משפיעים את טובנו. זהו גם המסע הבין-לאומי. ב'עולם הגלובאלי'. ברור יותר מבעבר, כי העם הוא פרט במשפחת העמים. עשיית השלום והטוב המשותף, הוא מסע ראוי גם בין העמים, אף עם אויבים. ארגון 'האומות המאוחדות', ובית המשפט הבינלאומי לצדק, על אף מגרעותיהם, מיישמים קדמה אנושית זאת. הצלחת הפיוסים בין מדינות שונות, ובין שבטים ועמים שונים הינם יישום של עקרון נאצל זה. העולם מקרטע בייסוריו לקראת קירבה טבעית-אקולוגית-אנושית רבה יותר. לנוכח משבר האקלים המייסר, ומגפת הקורונה, מתחזקת תובנה זאת.

'נרד נא' מהאידיאלוגיה הגבוהה אל המשך הסיפור הקטן שלי.

ההיווכחות: חווית האור אינה המטרה הסופית

בכל אופן, עקב הגעתי לשנות החמישים, או התרגיל של ערות התודעה, החלו נדודי שינה. אמרתי לעצמי: "לפחות, אנצל זאת להתבוננות באור הפנימי העדין, המרצד גם בחשכת הליל, מול עיני העצמות". בתחילה עלתה תחושה של מהות השינה כטעינת מצבר. בשקט המבורך שמעתי בתודעתי סדרה קבועה של כמה פעמות מזמזמות ואחריהן דממה. לאחר מדיטציות של מספר חודשים, בעת שהגוף רדום כולו, מצאתי דרך להיכנס לתוך האור העדין ולהתרכז בו. מצאתי עצמי שרוי בתוך אור מתוק ושופע בעדינות. שוב הייתי בתודעה של אור שמח ללא תכנים, אף כי לא במצב איון של תודעתי העצמית. זה היה כיף גדול, לילה ועוד לילה ועוד לילה. ברם, לאחר זמן-מה חשתי כי תודעה זאת היא מונוטונית, חסרים בה החיים הממשיים. 'כמה זמן אפשר רק ללקק דבש?' פסגת שאיפותי התגלתה, עבורי, רק כתחנה בדרך. הבנתי כי צדק הראי"ה קוק, אשר בשונה מהשאיפה החסידית אל ה'אין', דרש לשוב מה'אין' אל היש: "עולים אל עולם האצילות ויורדים ממנו אל עולם העשייה."^{*}

¹³ שיח כתבים מדומיין ביניהן ראו בפרק העשירי.

כמובן, שיש חשיבות רבה להיווכחות בדבר זרם התודעה המתוקה, הריקה מתכנים. זוהי היווכחות בתשתית התודעתית המשותפת לכל החיים. אך מצד שני, הלוא גם זרימת התודעה בחוויות עמוקות ואוניברסליות – כגון, עבורי, במשפחתיות, בריקוד, בהאזנה למוסיקה, בהליכה, בקריאה, ועוד – ממחישות את השיתוף האנושי ביכולות של התודעה וחוויות החיים.

כך או כך, חולפות השנים הטובות, האינטנסיביות והמאתגרות בחיי המשפחה, עם העבודה, הסידורים, הכתיבה, החברים וכל מה שמרכיב את חיי היומיום. בתוך המולת החיים היומיומיים לקח לי שנים להגיע לתובנה כי החוויה היומיומית היא נפלאה בעצם. זה המצב, העכשווי הפשוט והנפלא בחיי המשפחה. רק לאחר פטירתם של הורנו נעשה מוחש עומק חסרונם היומיומי.

על כן, התחברות למציאות הסובבת וסיועה היא עיקר הדרך הרוחנית ולא החוויה של ההארה. במילים אחרות, לרובו המכריע של הציבור - דרך החיים המיטיבה, הדרך האתית, היא החשובה. עם זאת, חיוני שתמצא בה תחושת שמחה פנימית, כדי שיהא טעם טוב לחיים במציאות הקשה שלנו.

וכך, בשנות בשלותי, משמע, שנות השישים, חווית האור התגבשה עבורי, בשאיפה להיות, ככל האפשר, בתחושה פנימית של שמחה במהלך היומיום. שמחת אור השמש הפרוס על המרחבים, שמחת המוסיקה, שמחת האהבה, שמחת השגרה ומעשיה, שמחת החברותא ועוד. עם כל זאת, אני ער לכך, שהתמסרות לאורח-חיים שמרכזו לימוד וכתיבה תורמת לסגירות מסויימת, שניתן לכנותה 'חיים בבועה'. כדי להיות מחוצה לה אני מצביע על מדרגה גבוהה הרבה יותר בה נמצאו שני ההוגים המרכזיים שבבסיס ספר זה – א"ד גורדון והראי"ה קוק. שניהם לא רק שהגיעו לתודעה עליונה, אלא עסקו מירב ימיהם בסיוע לזולתם, ובעמדות מנהיגות לנוכח זמנים קשים בתקופתם בתנועה הציונית!¹⁴

סעיף (ב): אור החיים ביום קטנות¹⁵

ניסוח זה מבטא באופן מדויק את השילוב שבין טבעם המואר של החיים/התודעה עם חיי היומיום השגרתיים. השאיפה המבוטאת בספר זה היא להאיר את המציאות היומיומית.

¹⁴ צא"י ולמד"י את כתביהם. אגב, בבודהיזם, דרגה זאת מכונה בשם בודהיסטווה. אני מציין זאת כדי להזמין ציבור הישראלי המתרגל בודהיזם להתחבר גם אל המסורת הרוחנית הציונית.

¹⁵ כשם ספרו הנפלא של א. שפירא על א"ד גורדון. ספר מקביל בתכניו ורעיונותיו להגות זאת.

בשיר לכבוד חנוכה כתב בצעירותו הראי"ה קוק:

צריך שכל איש ידע ויבין,
שבתוך תוכו דולק נר,
ואין נרו שלו כנר חברו,
ואין איש שאין לו נר.
וצריך שכל איש ידע ויבין,
שעליו לעמול ולגלות
את אור הנר ברבים,
ולהדליקו לאבוקה גדולה
ולהאיר את העולם [/ עולמו] כולו.

בשאיפה של היחיד להאיר את חייו עם חיי היחד הגענו אל נושאו המרכזי של ספר זה – אורח-חיים להטבת חיי הפרט, הציבור והלאום. רובו של הספר עוסק בהומניזם היומיומי. ואילו מבוא רעיוני זה נשאר לעסוק בתיאורן של חוויות מיסטיות בהקשר לתהליך התפתחות האישיות בהתאמה לחמישה ממדים של קיומנו - בהם מתמקד ספרי 'תורת מגילת העצמאות'. להלן תתואר בתמצות דרך האורה שב'ריבוי-השלום'. כי התודעה האחדותית כרוכה בחיי היומיום כמו שלהבת בגחלת, כמו הרוח בגוף. בהשקפה זאת, המונח 'דרך האורה' כוונתו לאנרגיה תודעתית המתפשטת והמסייעת בפריצת מחסומים וגדרות נפשיים-תודעתיים בחמשת הממדים של קיומנו. במילים מעשיות יותר – למצוא את הדרכים היומיומיות להיטיב עם המציאות וליהנות בה.

הממד הראשון בחיינו: שלום פנימי - על ה'אני' ופריצת גדר ה'אני' – "הנגלו לך שערי מוות?"

ממורתי הנפלאה, רבקה ש"ץ, שמעתי כי המורה שלה, פרופ' גרשום שלום, חוקר הקבלה הדגול, ניסה טכניקה מיסטית מסוימת אותה גילה בספרות הקבלית. בהיותי אדם צעיר ובוסרי העזתי לנסות את אשר שמעתי. מאחר ויש בטכניקה משום סכנה, לא אתאר אותה. רק אספר כי לפתע, בהתנסות יוצאת הדופן, לאחר זמן של כאבים קשים ביותר, שמעתי את תודעתי מתארת לי מה עומד להתרחש: "כשתכנס מתחת לשולי הפעמון הכאב יפסק." זה היה בהחלט מוזר, כי לא אני, אלא קול פנימי ידע את הצפוי בתהליך הבלתי-מוכר לי. ואכן, כדברי התודעה שבי, נכנסתי כמו

מתחת לשולי פעמון, - או יתכן שניתן לומר זאת ביהודית: 'מתחת ל'כנפי השכינה' – והכאב המייסר פסק מיד. עתה כדור התודעה שלי החל לצוף בנעימות בתוך אור ורדרד כלפי מעלה. תהליך הציפה במעלה הפעמון היה איטי ונעים. נכנסתי למצב של שכרון מתוק. אך אף במצב זה נותרה בי ערנות, לחשש מנזק מוחי, ובחרתי לעצור ולחזור לתודעה רגילה. כעבור יומיים ניסיתי זאת שוב, בכדי לוודא את החוויה, ואכן היא חזרה על עצמה.

עבורי הייתה זאת חוויה כפולת משמעות – הראשונה, בדומה לנאמר בנאום שהושם בפי ה' לאיוב – 'הנגלו לך שערי מוות?' עבורי התשובה היא כן. לאחר כאב ההיקרעות מן הגוף, מתכנסת התודעה בתוך עצמה בנועם ועולה מעלה. אשוב ואומר, אני מאמין כי זוהי חוויה אנושית כללית. זוהי פריצה מתודעת אישיותי המיוחדת, אל תובנה אוניברסאלית של טבע התודעה. ושנית – הבנתי כי את המושג המיסטי המעורפל של 'נשמה' אני מזהה עם עצם התודעה בקרבנו. עבורי – נשמה היא התודעה.

אני מדגיש 'בקרבנו' ולא רק בקרבי. האילוזיה של התודעה שלנו, היא במיוחדות של כל אחת ואחד מאתנו. אלא שהמיוחדות היא על פני השטח. לדעתי, בכול יצור חי פועם אותו כוח חיים, 'אותו חשמל' ואותו 'hardware'. ויחד עם זאת, כל אדם מיוחד בתכניו מבחינת ה'software'. ובכן, כולנו מיוחדים! משמע, דרך רוחנית כרוכה בעילוי התודעה מן האני האיש, אל טבעה של הרוח, של תודעה עצמה.

[הממד השני בחיינו: שלומנו במערכת החברתית - הרחבת האני אל הממד החברתי-נורמטיבי-תרבותי.](#)

בשלב הבא, שלאחר כניסת התודעה לתוכה, התפשטות התודעה משמעה החוצה: רכישת השכלה, ובמיוחד בלימודי ערכי ופיתוח רגישות אנושית. השכלה הומנית זאת נדרשת עבור שתי מטרות נאצלות: הן לרכישת ההדרכות לדרך הרוחנית והן ליצירת מחויבות לעקרונות מוסריים, נורמות חברתיות ואוניברסאליות (כגון אלו שבעשרת הדברות) בכדי לגבור על גדרות האגואיזם – על האפליה למיניה, המצמצמת את תודעת האדם, בבחינת 'אני ואפסי עוד'/'אנו ואפסנו עוד'. בהקשר לחוויית הלימוד-יצירה ידעתי שתי חוויות עמוקות. הראשונה הוזכרה לעיל – אותה התבהרות עם שחר, לאחר שנים של עיסוק בכתבי הראי"ה קוק, בה הציפה אותי התובנה שכתביו המאוחרים, הבשלים, מבטאים את חוויית אחדות התודעה האנושית. חשתי אושר של הבנה עמוקה והתפעמות, בה אור השחר זהר רוגע ועליז יותר מתמיד.

גם החוויה השנייה של ההתגלות ארעה, לאחר מספר שנים ארוכות של חיפוש וחקר, בדמדומי שחר. למעשה, החל משנות השלושים של חיי, תוך כדי העיסוק במחקר הגות הציונות הרוחנית, חיפשתי ליצור פילוסופיה ישראלית - 'יהודית-דמוקרטית'. היה לי ברור שנדרשת החוליה הבאה בשרשרת ההגות הציונית-ישראלית, אלא שהיא 'לא באה לי'. מדי פעם עלו רעיונות, אך הם חסרו את הבסיס הקיומי ונזנחו. ברם התהליך נמשך כחרישת תלמים בראשי, שוב ושוב לזריעה נוספת. רק כעבור כשלושים שנים, עת הגעתי לכתיבת פרק הסיום לספרי השני אודות הוגי הציונות הרוחנית, ארעה ההתגלות הרעיונית השנייה בחיי. העקרון המפרה, כך הסתבר לי בדיעבד, היה קשור דווקא למבנה של פרופיל סיעודי אליו התוודעתי במצבו הקשה של אבי ז"ל באותה עת. וכך, שחר אחד התעוררתי עם חווית התגלות רעיונית לגבי המשמעות האינטגרטיבית של מערכת האידיאלים בתרבות המערבית: חירות, צדק ואחוה. אנו מכירים אותם מהמהפכה הצרפתית, אך מקובל לראות כל אחד מהם כדגל לעצמו. התבהר לי כי רק פרופיל ערכי, משמע, רק מערכת של מרכיבים יוצרת את התמונה השלמה של המצב, ולא רעיון יחיד. אותו שחר ראיתי פרופיל אשר מורכב מאידיאלים: אידיאל החירות עוסק בחירות פנימית משעבודו של הזולת למען מימוש עצמי. **בהגות הציונית היה זה מיכה יוסף ברדיצ'בסקי אשר עסק בעיקר באידיאל החירות. אידיאל הצדק הוא עניין חברתי המשחרר משעבוד האפליה למיניה. אחד-העם עסק באידיאל הצדק החברתי. והאחוה היא עניין שבין אדם לחברו, בה עסק מרטין בובר.** כלומר, האידיאלים הדמוקרטיים המרכזיים עוסקים בשלוש מערכות קיומיות המשלימות זו את זו בחיינו: הנפש, החברה ויחסי הקרבה. ואהרון דוד גורדון? כך חשבתי, מה היתה תרומתו? ברור, ששלושת הממדים הנ"ל קיימים בהגותו, אך הוא התמקד בעניין החיים המשפחתיים-הקהילתיים, הקיבוציים, הכוללים את יכולת ההנהגה המיטיבה לילדנו או לכפיפים לנו. זאת בשונה מהנהגה אנוכית, מושחתת לאומנית ורודנית כפי שאנו מכירים בפוליטיקה של תקופה זאת. הרצון להיטיב במעגלי חיינו באמצעות הנהגה מגדלת, מטפחת, נובע בכתבי גורדון מתוך חווית הזיקה לטבע, בו כולנו חיים. משמע, אלה הינם חמשת הממדים מהם מורכבים חיינו, וזה הפרופיל שבין קטביו, החיוביים והשליליים, ניתן לתאר את טיבם של חיינו!

כך, באותם רגעים של תובנות עם שחר, נמצא לי הבסיס הקיומי-פילוסופי לחיים הטובים אשר חיפשתי שנים כה רבות. על בסיס מערכת זאת נבנתה 'תורת מגילת העצמאות' וההדרכה הערכית שבו.

הממד השלישי בחיינו: שלום ביחסינו הבין-אישיים – הרחבת זיקת האני אל זולתי

ביחס הבין-אישי נעשית פריצת מגבלות הסגירות הנרקיסטית באמצעות 'גישת ריבוי השלום'. מהתובנה כי כל אדם נברא ב'צלם אלוהים' - במובן שתודעתנו היא ניצוץ מהתבונה-אהבה עליונה - מתחייב יחס של כבוד לכל אדם ולעמדותיו. על תפיסת הזולת באמצעות תחושת תודעתו של הזולת – באמצעות כוח 'הדימיון הריאלי' - הרחיב מרטין בובר בהגותו בדבר זיקת היחס: 'אני-אתה'.¹⁶

גם בהקשר לממד זה הייתה לי חוויה מיסטית אשר קושרת יחדיו תודעות שונות לאחת. לקראת סוף שנות העשרים של חיי, ישבתי עם חברי הטוב, ליד האוטו-קראון ששימש לי כבית בעת שלמדתי לתעודת הוראה. הייתה זאת שעת לילה מאוחרת ובשתיקה בהינו בכוכבים. לפתע לנוכח עיני המופתעות, נפתח שער בשמיים, ומאחוריו היה היכל. נפשי התרוממה אליו, ועמדה על סיפו. מתוכו שמעתי קול, האומר: "האישה השנייה מיועדת לך". נציתי חוויה מוזרה זאת בליבי. חלפו מספר ימים ונערת חמד הגיעה אלי לקרוואן, אלא שהיה לי קושי מוסרי עמה ואף זכרתי את המשפט דנן. חלף זמן, ובשיטוטי באוניברסיטה פגשתי באשה שהכרתי ממעגל העבודה החינוכית, אך השוני באישיותנו הדיף ניחוח קל של עוינות. לא בגלל ה'בת קול' התאהבתי בה הפעם כמעט מיד, אלא הודות לאישיותה. זכינו באהבתנו.

ומממד הזוגיות עולים אנו לממד המשפחה.

הממד הרביעי בחיינו: שלומנו באהבה משפחתית וקהילתית ועל מהות המנהיגות.

לפני כעשרים שנים הגיעה גורו יוגית בשם גורו מא לביקור בארץ. ראיתי ושמעתי אותה מרחוק בכנס בים המלח. והנה, בביתי, כעבור יומיים כאשר הייתי במדיטציה, דמותה ניצבה מולי. היא שאלה: "איזו מדיטציה אתה עושה?" עניתי "על האור". היא הושיטה ידה ולחצה על פרקי אצבעותיי השלובות. לחלקיק שניה נפל חושך, ומיד אור גדול, ואז ירד עלי מפל עליון של אהבה. גל מוחשי עצום של אהבה סחף את נפשי. כנחל זורם בשפעה גלגל אותי עמו. כל כך הרבה אהבה...לא תיארתי לעצמי שעשויה להיות קיימת. יותר מאהבת הורי, יותר מאהבת משפחתי. פתאום הבנתי חסד מהו. ידעתי בתוך החוויה כי אהבת פתע זאת נתנה לי לא בזכות אישיותי אלא בחסד היותי אדם. חשתי שכל אדם נאהב בעוצמה נסתרת זאת. מרוב התרגשות תקף אותי

¹⁶ ראה גרבר (2011), פרק ד - 'ניכוח אישי' בתורת מ. בובר.

בכי עמוק של הודיה ותחושה של גאולה. התברר לי כי האהבה שאני מרגיש היא ניצוץ מהאהבה העוטפת אותנו. יש בנו אהבה והיא תנצח, כיוון שהיא שופעת מהתודעה העליונה.

על כן, ההדרכה 'ואהבת לרעך כמוך' וביטוייה באהבת הבריות ובמעשי חסד – היא פריצת מעטפת המחסומים הרגשיים המצומצמת באהבת המשפחה והקרובים אליך בלבד.

המימד החמישי של חיינו: שלומנו במימד הטבעי: 'הודו להוויה כי רב טובה'

לפני מספר שנים סגרתי מעגל - לאחר עיכוב קל של ארבעים שנים, (מאז אותה אהבה נכזבת לנערה שבטלה את נסיעתה להודו עימי), נסעתי להודו ונפאל, עם רעייתי. הודות לששים שנותי, היה זה אף מסע של עלייה רוחנית לרגל. נוכחתי שם כי קידוש החיים בחיי היומיום הוא המיוחד עבורי בהינדואיזם ובבודהיזם: לדוגמא, בברכת הנמסטה – 'אני מכבד את האלוהי שבך', שפע המקדשים שברחובות, הסדהו- הקדוש הערום בדרכים או בבקתת הבוץ ליד נהר הגנגס הקדוש, והדגלים הצבעוניים המקבלים אותך בברכה בשם המקומיים. דווקא לנוכח החרדתיות שבי, ידעתי להוקיר את תחושת הביטחון שנטעו אמונות אלה בהתגלמותן באנשים עימם התגוררתי.

ובנוסף, נוכחתי כי בהימלאיה הנישאה, מלאת ההוד וההדר, קל יותר לחוות את תודעת הנשגבות של הטבע. זה לא מפתיע. אך מפגש עם 'קדוש מקומי', היווה עבורי עליית מדרגה בכך. הוא חי בכוך קטנטן על הדרך, והנוסעים בכביש עוצרים לקבל ולהטען מברכתו. אותנו הוא ארח בכוך וברך אותנו בצ'לום עם גנג'ה. בעליזות רבה המשכנו בדרך לריזורט המקסים שבחיק בטבע. הגענו עם שקיעת החמה בין ההרים. קרני השמש הזהיבו את פרחי הנוי. אכן מראה יפה להלל. אך הפעם, 'עם הברכה' בתוכי חוויתי תחושה מרוממת מאוד. נועם השמש, זיווה המלא עולם, רטט האויר הזוהר, מפגשה המלטף את כל אחד ואחד מעלי העשב – הבשילו בי לחווית גן עדן כאן, עלי אדמות.

כשחזרתי משם גיליתי את מה שידעתי מקודם- המקום נמצא בכל מקום! (השמש הלוטפת בחסדה כל יום את אינסוף העלים, זרימת החיים התבונית בעצים ובשיחים, תכלת השמים הפתוחים, והרוח הטובה המנשימה אותנו, נמצאים בכל מקום). כל השאלה היא – היכן נמצאת תודעתנו של אדם, האם רק בתוך חיי הפרטיים, או מתפשטת אל התודעה הכללית? כאמירה חסידית – 'לא להסתיר את אור השמש בכף ידיו'. כפי שכתבתי לעיל - הלא כולנו, חי כצומח, באותו מחזור החיים, מלידה ועד מוות ומעבר לו. על כן, המכנה המשותף הוא עיקר חיינו, לא

הפרטים המבדילים בינינו. זאת על אף שגם לכל פרט מקומו הייחודי בתמונה הכללית כמעשה פסיפס, ככל מבנה אורגני!

בשנים האחרונות בהן הכתיבה הגיעה החלה להגיע אל סיומה, כבר התקשיתי לזכור שפעם היה כאן חלום ציוני נהדר. דור הורינו, המבוגרים - למעט ניצולי השואה והמשפחות השכולות - על אף קשיי הקיום חיו כחברה משתפת ונעימה. אנו שגדלנו בשכונת פועלים נחמדת, ידענו נעורים במדינה צעירה וצנועה כמו בשיר 'שיעור מולדת' של כוורת: "כך זה היה, פשטות רכה". נכון שהייתה אפליית נשים ומזרחיים, ואת אסונם וסבלם של הפלסטינאים הצניעו מפנינו. אך בכלליות, החברה הישראלית-יהודית זכתה לשבעים שנים טובות יחסית של סולידריות חברתית, שנצרפה עקב זוועות מלחמת העולם השנייה והשואה. אלא שעתה, פני האנושיות הישראלית הן יותר יהירות מתנשאות וכוחניות. איזה כאב וסבל, איזה עיוורון והחטאה - תרתי משמע.

כאילו לפתע, נעשה תוכן הספר לרדיקאלי וחיוני, כי בליבנו פנימה תקוותנו היא להיות 'עם חופשי' ושחר שלום. השקפת הספר הינה חיונית לחיזוק כוחנו של הרבים, המקדישים את חייהם למען הטוב הכללי. הנה, בתקופת מגפת הקורונה ניצבים אנשי רפואה – נשים וגברים, חילוניים ודתיים, יהודים וערבים - בחזית המאבק, תוך סיכון חייהם. בתוך הסערה העולמית, החוצה גבולות ועמים בהפילה חללים, מתחוורת אמת פשוטה: כולנו, בטוב וברע, בתוך זה יחדיו. כולנו יצורים אנושיים הנאבקים על חיינו בעזרת זולתנו. למעשה, כל שדרות המקצועות ההומניים והמוני אחרים – פועלים יומיום במגמה להיטיב.

המסע אל ההתאורות היא דרך אישית ולאומית גם יחדיו. זוהי התעוררות אל ערכי היהדות והתרבות המערבית אשר התמזגו בהכרזת העצמאות של מדינת ישראל. האדם הפרטי שואב את כוחו והדרכתו מן הלאומי ואליו אנו משפיעים את טובנו. זהו גם מסע בין-לאומי: ב'עולם הגלובאלי', ברור יותר מאשר בעבר, כי העם הוא פרט השייך למשפחת העמים. עשיית השלום והטוב המשותף, הוא מסע ראוי גם בין העמים, אף עם אויבים. ארגון 'האומות המאוחדות', ובית המשפט הבינלאומי לצדק, על אף מגרעותיהם, מיישמים קדמה אנושית זאת. הצלחת הפיוס בין מדינות שונות, ובין שבטים ועמים שונים הינם יישום של עקרון נאצל זה. העולם מקרטע בייסוריו לקראת קירבה טבעית-אקולוגית-אנושית רבה יותר. לנוכח משבר האקלים המייסר, ומגפת הקורונה, מתחזקת תובנה זאת.

ובכן, ספרי 'תורת מגילת העצמאות' הוא הצעת דרך לשדרוג התנהגותנו האנושית-הומנית, מתוך גישה רוחנית. דרך של התעוררות הלב במעלה 'מדרג האנושיות', עם 'התאורות' אור התודעה לשמחת חיים ולאהבת עולם. שמים וארץ נושקים. פנים וחוץ נושקים. משמע, לשאוף לשמחת העשייה הפרקטית, היומיומית, בשאיפה להתפשטות התודעה האוהבת במגוון המציאות.¹⁷ בתמצית – חיים טובים ונעימים, חיים לבביים ומאושרים.

לבוחר/ת בבחירה פשוטה ומורכבת זאת – בדרך ארץ, טבעית-רוחנית - מוקדש הספר בהוקרה רבה.

התאורות לאהבת שפע מגוון המציאות בתודעה-הוליסטית

תרגול 'התאורות' כפרקסיס רוחני –

התחברות אל האור הפנימי והחיצוני – בדרך האור להארה

חֲמֻדָּה

דליה רביקוביץ,

שֵׁם יְדַעְתִּי חֲמֻדָּה שְׁלֹא הֵיְתָה כְּמוֹהָ,
וְהַזְמַן הַהוּא הָיָה יוֹם הַשְּׁבִיעִי בַּשָּׁבֶת
וְכָל בְּדֵי אֵילָנוֹת הָיוּ מִתְעַצְּמִים לְגִבָּה.
וְהָאֹר הָלַךְ מִסְבִּיב שׁוֹטֵף כְּנֶהֱר לְנִבֵּעַ,
וְגִלְגַּל הָעֵין אֶת גִּלְגַּל הַחֲמָה חֲמַד.
אָז יְדַעְתִּי חֲמֻדָּה שְׁלֹא הֵיְתָה כְּמוֹהָ.
הַזְהִירוּ רָאשֵׁי הַשִּׁיחִים וְהָאֹר לֹא יָדַע שָׁבַע,
נִתַּךְ בְּגִלִּי הַנֶּהֱר וּבְכָל אֲדוֹוָתָיו נִצַּת,
אֶף רָאשֵׁי הָיָה בְּעִינָיו כְּתַפּוּחַ זָהָב לְבָלַע.
שׁוֹשְׁנֵי נֶהֱר צִהְבוֹת פָּעְרוּ אֶת פִּיהֶן לְבָלַע
אֶת אֲדוֹוָת הַנֶּהֱר בְּחִפְזָן וְגִבְעוֹל הָעֶשֶׂב הִשָּׁט,
וְאוֹתוֹ הַיּוֹם הָיָה יוֹם הַשְּׁבִיעִי בַּשָּׁבֶת

¹⁷ ראי/ה על כך א"ד גורדון, מאמר 'האדם והטבע'.

וְכָל בְּיַד אֵילָנוֹת מִתְעַצְמִים בְּתִשְׁוִקָה לְגִבָּה
וְאֵז יִדְעֵתִי חֲמֻדָּה שְׁלֹא הִיְתָה כְּמוֹהָ.

מתוך "אהבת תפוח הזהב"

כיוון שתודעתי נצרבה בחוויית האור הנעלם - באופן טבעי בחרתי **בדרך האור אל ההארה**. זהו תרגול מעין מדיטאטיבי בעינים פקוחות אל חווית אור השמש והתודעה. את העבודה הפנימית 'בדרך האור' אני מכנה בשם 'התאורות'. באמירה בשלה יותר אומר: דרך האור לתודעת החולין המבורך. לאחר למעלה מחמישים שנות לימוד רוחני ותרגול 'התאורות', אני חש בשל לשתף בכך.

דרכי החלה בשנות השבעים של המאה הקודמת. תרגלתי את 'המדיטציה הטרנסצנדנטלית' שהייתה פופולארית. אך עד מהרה עברתי לתרגול אישי של מדיטציה על אור. איזה אור? בתחילת הדרך, על האור העדין אשר נראה מול העיניים הסגורות. לדעתי, לא רק האור החיצוני החודר דרך העפעפים הסגורות, אלא זהו מפגש תודעה-אור. לא העיניים רואות, אלא אור התודעה רואה ומזהה את האור החיצוני שלנוכח העיניים העצומות.

כך חלפו כמה שנים עד אשר נשאלתי על ידי משוררת צעירה בשם מאיה בז'רנו: "למה לעצום את העיניים בעולם כל כך יפה?" הבנתי שגם היא צודקת. מאז החילותי בתרגול שני – פקחת עיניים במודעות לאורו של עולם. למעשה, הקדשתי הרבה רגעים בהרבה שנים להתבוננות באור הממלא את העולם, הממלא את המציאות בתוכה אנו חיים. תרגול זה דומה לפיתוח השמיעה של המוסיקאי המקשיב לצלילים ולדממה ביניהם. הכוונה היא לא רק לראיית האנשים והחפצים אלא האור הממלא את הרווחים בינינו והאופף אותנו. אכן, כחוכמת קהלת: 'וּמִתּוֹק הָאֹרֶז וְטוֹב לְעֵינַיִם לִרְאוֹת אֶת הַשֶּׁמֶשׁ'. (יא, 7)

לראות את האור הסובב זה תרגול פשוט למדי, אם כי לא מקובל בתרבותנו. כנראה משום שהאור מובן מאליו. אך האדמה, הצמחים, בעלי-חיים, אנשים מסוימים (ואף קולטי השמש שבגג) חווים את האור המתמיד. דווקא הדברים הטבעיים המובנים מאליהם, כיוון שהם מתמידים בקיומם, הם חיוניים ביותר. אי-אפשר שלא לראות את מתיקות עוצמתו של האור ביום אביבי בהיר, לאחר החורף הקדורני. אי אפשר שלא להבחין בו בעת טיפוס להרים גבוהים כפס רחב וזורח, או לראותו אופף את כל שדה הראיה מתוך חלון של מטוס בהגביהו טוס - כדור אור זוהר עוטף את כדור הארץ.

להבדיל, לאחר טיפות עיניים אשר מרחיבות את האישון, אדם הולך מסוננר מאור השמש הבהיר. כי רק על ידי צמצום עוצמת האור באמצעות האישונים, אנו יכולים לראות בבהירות. משמע, אנו חיים באוקיאנוס של אור, ולא מייחסים חשיבות לכך, 'כאילו הוא אוויר שקוף'. תמהתני אם דגים חשים שהם במים, וציפורים את האוויר. ואנחנו מה? ואנו, כלום אנו רואים את האור של חיינו?

דווקא משום טבעיותו המתמדת האור כאילו שקוף. שקוף גם אור הלילה. כמו החיים השקופים בנו. כל עוד הבריאות במיטבה – הרי החיים מובנים מאליהם.

האם אנו חווים את ראיית אור השמש ואור הלילה אשר ממלאים ומחיים את הכול? כך המציאות עטופה ומנושקת באור שעבודה הוא כולו חסד – האור הוא כידוע, סוד המשכיות החיים בקוסמוס. אור השמש הינה 'אם העולם'. הצומח והחיי מתקיימים בחסדה השופע. התופעה המסתורית הקרויה תודעה, מהווה את הזרימה בחיי הצומח, החי ואף הדומם. החיבור בין הצומח והחי לבין השמים והאדמה מעיד על אחדות הטבע ועל טבע התודעה.

השמים כחולים-לבנים, מסמלים אור וטוהר, שלווה ושקט, תודעה בהירה, אידאליזם ומרחב אין-סופי. ואילו הארץ – חומה-ירוקה, חמה, צבעונית, מבולגנת וכאוטית, מלאה בהמולת כוחות החיים ובמאבקהם, ואכזרית בכאביה ובסופיות החיים עליה. השמים מסמלים רוחניות והארץ – גשמיות. הרוחניות נתפסת כדרך עולה המתנתקת מן הגשמיות. העולם הזה מוכר רק כפרוזדור לעולם ההולך ובא. אך אור השמש מהתך, לשון התכה, בין שמים לארץ. חוויה משמחת לב היא להתחבר למלאות המתוקה האדירה שבעולם. כי 'ומתוק האור בעיניים' – עונג מתקיים בראיית האור שסביבנו. חוויה עמוקה של חמדה שכזאת. בהמשך התרגול מתרחבת החוויה ומתעמקת. איך לתאר של כל העוצמה הנפלאה הזאת? את המתיקות, את השמחה שבו, את הנועם... 'אילו פינו מלא שירה כים'...

שנים רבות התמקדתי באימון מסור ויומיומי בהתחברות לאור – הטבעי (אור השמש, האש והחשמל). שנים אחר כך, תפסתי שעלי להתחבר במקביל גם לאור תודעתי. אומר אני לעצמי: 'תודעתי אף היא אור'. משמע, תפיסת התודעה כאור המאיר בתוכי את כלי המחשבות, הרצונות, הרגשות, התחושות וכו'. על כן, הדרך הרוחנית המוצעת כוללת גם את חקר אופייה של התודעה והתייחסותה למציאות.

כידוע, בתורת הרזים, האור מסמל את הכוח האחד, האוהב, היוצר, התבוני, הנעים והמחייה כל. ובד בבד, האור מאיר את המציאות הנראית לעינינו.

בשנים המאוחרות יותר – נפגשו שני התרגולים: ההתבוננות באור השמש שמסביב ותפיסת תודעתי כאור פנימי. מקובל לראות את שני מרכיבים אלה כנפרדים זה מזה. אך בעומקה של המציאות, שני כוחות אלה פועלים יחדיו כשתי ההמיספרות של המוח. המחיצה המפרידה בין החוץ והפנים, נפלה לנוכח התובנה בדבר הזהות הנסתרת שבין תפיסת התודעה שלי כאור פנימי, אומנם זעיר לכאורה, כאורו של נר, לבין אורה של השמש, המחיייה את העולם כולו. אור השמש וכל כוכביא מחובר בדרך נסתרת אל התודעה. הדומם, הצומח והחי שרויים באוקיאנוס של אור ותודעה. התודעה היא אור שופע, יוצר, חכם, יודע, נעים ומיטיב את המציאות הטבעית.

מגמתה של רוחניות הומאנית היא השגת חווית הארה במציאות ומתוך כבוד אליה. על אף שתשומת לבנו בתוך חיי היומיום, על שלל תופעותיהם, מכוונת אל דבר זה או אחר, אל צמצום זה או אחר, הרי שהתודעה עשויה לחוש באינסופיות הזרימה היוצרת.

דרך התרגול ביומיום: 'להתע/אורר אל האור' / אל הטוב העמוק שבמציאות

המילה התאוררות אומנם נכתבת באות אלף אך מצלצלת (בניב אשכנזי) בדומה למילה התעוררות.¹⁸ כוונת המונח היא - להתעורר אל האור כדרך התעלות. להתעורר מתפיסת המציאות הרגילה המפורדת אל ראייה עמוקה יותר של חיבוריה. הכוונה להתעורר מעיוורון תודעתי כדי לראות משהו שקיים, אלא שהיה נסתר קודם לכן מראייתנו. בעיני, זאת נקראת ראייה רזית.

'התאוררות' היא תרגול יומיומי שמציעה השיטה. התרגול הוא לעורר בתודעתי הסתכלות, זימון והתחברות עם האור. התחברות לסירוגין, רצוי בשילוב עם נשימה נעימה: החוצה – לאורו של עולם ומראותיו; ופנימה בהכרה של תודעתי כאור פנימי, ואל אורה של תודעת זולתי. לכאורה תרגול פשוט, **תשומת-לב** למציאות הרחבה והמיוחדת כעת. במשך הזמן מתפתחת יכולת

¹⁸ במקרא לפועל 'לאורר' יש משמעות של לקלל. יתכן והכוונה בביטוי זה היא 'להכותו בסנורים', שמשמעו להכותו

בעיוורון. אולם, כאשר אדם 'מתאורר' מעצמו, הריהו בטוב.

אומנותית של ההתבוננות באור ובמציאות הרחבה כדרך חווייתית להסתכלות ישירה ומעריכה של המציאות.

האור שייך לזרם האנרגיה, זרם החיים שבתוכנו ומסביבנו. ישנן עוצמות חווייתיות בכוח המשיכה של זרמי החיים: ביצירות הטבעית, באינסטינקטים, בתקשורת ובמאבקים. אנו נישאים בזרמי החיים שאנו נתונים בהם. מידת בחירתנו יתכן, מועטה. אך 'הכל צפוי', והרשות נתונה'. הרשות העצמית להתחברות לאור משפיעה לטובה על יכולת ההתחברויות למציאות: לעצמי, לזולתי, לחברה שסביבי, לטבע המחבק. ההתאוררות משפיעה אנרגיה טובה, חושית וחיובית, המשרתת את עשיית הטוב במציאות.

במקורותינו, הציווי לעשיית הטוב הינו מרכזי במקרא ואילך. החל מ'ועשית הישר והטוב', 'ואהבת לרעך כמוך' ומ'אהבת הגר' דרך דברי הלל 'מה ששנוא עליך, לחברך לא תעשה, זוהי התורה כולה, ועתה צא ולמד'. אף התרבות המודרנית, ודתות המזרח, דוגלות בציווי זה, לשדרוג המציאות הרחוקה מחזון זה. הכלל הערכי של עשיית הטוב נקרא ביהדות המודרנית בשם 'תיקון עולם'. זוהי הסיסמא של זרמי היהדות המודרנית לגבי מגמת כל המצוות הראויות. תיקון העולם / המציאות שלי הינו האיפיון הנאצל המגדל באמצעות כל המצוות האנושיות.

התובנה של היותנו כולנו בעלי תודעה (Sentient Beings בבודהיזם) היא המקור והכח המניע לעשיית הטוב. הפילוסוף היהודי-צרפתי לוינס פרש את הציוויים המקראיים כאשר הגדיר את ראיית פני הזולת כראיית פני האלוהים. שהלוא אהבה במיטבה היא רצון להיטיב לזולתי. זוהי, להבנתי, איכותה של החמלה.¹⁹ עובדים סוציאליים, אנשי מקצועות רפואת הגוף ורפואת הנפש, אנשי חינוך, אנשים טובים, ועוד רבים כהנה, מישמים איכות אצילה זאת בשגרת חיינו, על פני האדמה, 'לא בשמים היא'.

כל אלה מקרבים אותנו אל חוויות האחדות. בעיני, תודעה רוחנית היא חווית הממשות של הרוח האחת, של התודעה היוצרת, המתגלית בכל המציאות: המציאות ואור השמש שבה, החיים ואור התודעה שבהם – והאחדות הגנוזה של החוץ והפנים, של הגשמי והרוחני. 'התאוררות' - התחברות אל האור שבמציאות ואל האור שבתודעות, 'והתחברות' עם המציאות היומיומית.

דרישת ההתאוררות היא מרכזית בהגותם של שני המאורות הגדולים שבציונות הרוחנית: אהרון דוד גורדון והראי"ה קוק. עיקר משנותיהם הינם הדרכות להתפתחות רוחנית של האדם בראיה

¹⁹ Compassion ~ להיות עם הזולת במהלך סבלו.

עליונה של המציאות הקיומית-יקומית. על כן, המילה 'התאורות', שאותה יצרתי לתיאור התרגול, בעצם נסמכת על הגותם הפורשת את השפע שהעלו מחווייתם העליונה.²⁰

ההיווכחות: חווית האור אינה מטרה סופית

בכל אופן, עם הגיעי לגיל חמישים, ומכת פיטורין קשה, החלו נדודי שינה. אמרתי לעצמי: "לפחות, אנצל זאת להתבוננות באור הפנימי העדין, המרצד גם בחשכת הלילה, מול עיני העצומות". בתחילה עלתה תחושה של מהות השינה כטעינת מצבר. בשקט המבורך שמעתי בתודעתי סדרה קבועה של כמה פעמות מזמזמות ואחריהן דממה. וחוזר חלילה. זמזום הדומה לחיבור מכשיר חשמלי למטען.

לאחר מדיטציות של מספר חודשים, בעת שהגוף רדום כולו, מצאתי דרך להיכנס לתוך האור העדין ולהתרכז בו. מצאתי עצמי שרוי בתוך אור מתוק ושופע בעדינות. שוב הייתי בתודעה של אור שמח ללא תכנים, אף כי לא במצב איון של תודעתי העצמית. זה היה כיף גדול, לילה ועוד לילה ועוד לילה... ברם, לאחר זמן-מה חשתי כי תודעה זאת היא מונוטונית, חסרים בה החיים הממשיים. 'כמה זמן אפשר רק ללקק דבש?'. פסגת שאיפותי התגלתה, עבורי, רק כתחנה נהדרת בדרך. הבנתי כי צדק הראי"ה קוק, אשר בשונה מהשאיפה החסידית אל ה'אין', דרש לשוב מה'אין' אל היש: "עולים אל עולם האצילות ויורדים ממנו אל עולם העשייה."²⁰

כמובן, שיש חשיבות רבה להיווכחות בדבר זרם התודעה המתוקה, הריקה מתכנים. זוהי היווכחות בתשתית התודעתית המשותפת לכל החיים. זרם נסתר של 'חשמל' המפעיל את כולנו. אך הלוא גם זרימת התודעה בחוויות עמוקות ואוניברסליות – כגון, במשפחתיות, בשיח חברים, במעשי סולידריות, בהאזנה למוסיקה, בלימוד וקריאה וכו' – ממחישות את השיתוף האנושי ביכולות התודעה ובחיות שבנו.

כך או כך, חולפות השנים הטובות, האינטנסיביות והמאתגרות בחיי המשפחה, עם העבודה, הסידורים, הכתיבה, החברים וכל מה שמרכיב את חיי היומיום. בתוך המולת החיים היומיומיים לקח לי שנים להגיע לתובנה כי החוויה היומיומית היא נפלאה בעצם. זה המצב, לדוגמא, הפשוט העכשווי והנפלא בחיי המשפחה. וכך, רק לאחר פטירתם של הורנו נעשה מוחש עומק חסרונם היומיומי.

²⁰ שיח כתבים מדומיין ביניהן ראו בפרק העשירי.

על כן, התחברות למציאות הסובבת וסיועה היא עיקר הדרך הרוחנית ולא החוויה של ההארה. במילים אחרות, לרובו המכריע של הציבור - דרך החיים המיטיבה, הדרך האתית, היא החשובה. עם זאת, חיוני שתמצא בה תחושת שמחה פנימית, כדי שיהא טעם טוב לחיים במציאות הקשה שלנו.

וכך, בשנות בשלותי, משמע, שנות השישים, חווית האור התגבשה עבורי, בשאיפה להיות, ככל האפשר, בתחושה פנימית של שמחה במהלך היוםיום. שמחת אור השמש הפרוס על המרחבים, שמחת המוסיקה, שמחת האהבה, שמחת השגרה ומעשיה, שמחת החברותא ועוד.

בשלב זה של חיי, בשנות השבעים שלי, אני מחבר בתודעתי את האור הפנימי שלנגד עיני העצמות עם אורו של העולם. ואז, אני אף פוקח את עיני ורואה את האור הממלא עולם וחש עצמי בתוכו, כאילו ללא הפסק וללא גבולות בינינו. תודעה ענווה ושמחה של היות בעולם המואר.

עם כל זאת, אני ער לכך, שהתמסרות לאורח-חיים שמרכזו לימוד וכתובה תורמת לסגירות מסויימת, שניתן לכנותה 'חיים בבועה'. כדי להיות מחוצה לה אני מצביע על מדרגה גבוהה הרבה יותר בה נמצאו שני ההוגים המרכזיים שבבסיס ספר זה – א"ד גורדון והראי"ה קוק. שניהם לא רק שהגיעו לתודעה עליונה, אלא עסקו מירב ימיהם בסיוע לזולתם, ובעמדות מנהיגות מעשית לנוכח זמנים קשים בתקופתם בתנועה הציונית!²¹

²¹ צא"י ולמד/י את כתביהם. אגב, בבודהיזם, דרגה זאת מכונה בשם בודהיסטווה. אני מציין זאת כדי להזמין ציבור הישראלי המתרגל בודהיזם להתחבר גם אל המסורת הרוחנית הלאומית.