

# Dimensions of Happiness

## Parasha Ki Tavo

תחת אשר לא עבדת את ה' אלקיך בשמחה ובטוב לבב מרב כל  
 Because you did not serve Hashem with joyfulness and with gladness of heart, by reason of the abundance of all (Devarim 28:47).

2 ע"י טורי ה' וואגה-ע"ה

שמים וארץ, איש ואשה, נשמה ונפש — ניגודים הם. לא תמיד הם נשארים ניגודים. יש, שמשפיעים זה על זה לטובה, ויש שמתאחים לגמרי. בכל התקשרות הניגודים יש שמחה, וזה מקומה ומהותה של השמחה: בכל מקום שהיא נמצאת יש התקשרות או התאחדות. הבה ונראה:

הגשמים הם השפעת השמים על הארץ; המים העליונים זורים והתחתונים נקבה והן אומרים אלו לאלו קבלו אותנו, אתם בריותיו של הקב"ה ואנחנו שלוחיה מיד הם מקבלים אותן. הה"ד תפתח הארץ — כנקבה שהיא פותחת לזכר" (בר"ר פ"ג, ד). הרי הגשמים הם הזיווג שמים וארץ, וכשהם יורדים כל העולם שמחים (שם פ"ג, ד). לכן כל אדם שאין לו אשה שרוי בלא שמחה (בבב"א ט"ז, ב), שאין לו עם מי להתאחד.

\* שמחה של מצוה היא שמחה האדם המתקשר עם בוראו על ידי המצוה על התורה אמרו: ביום חתונתו זה סיני, וביום שמחה לבו אלו דברי תורה (שהש"ר סופ"ג). בסיני הזיווג כביכול הקב"ה עם ישראל על ידי מתן תורה — זו חתונתו וזו שמחתו גם בעבודת בית המקדש יש התאחדות הכלל ישראל עם הקב"ה. לכן דרשו גם על זה: ביום חתונתו זה אהל מועד, וביום שמחה לבו זה בית עולמים" (שם).

הרי שמים וארץ, מצוה ותורה ועבודת ביהמ"ק — כל מקום שיש בו התאחדות זיווג יש שם שמחה, ומשום היא כי כל השמחות האלו אינן באות ממילא, כי אין התאחדות והתקשרות בלי דעת. לכן נאמר בתוכחה כפי חבא "תחת אשר לא עבדת את ה' אלקיך בשמחה ובטוב לבב מרב כל — ועבדת את אויביך כו' בר"ב כו' ובתוס' כל", ואמר רב נחמן "בחוסר כל — בלא דיעתי" (גדרים מא ע"א), וממילא "מרב כל" הוא מרב דעת, אך שמחה של דעת לא הבא ממילא, וצריכים להתלמד כיצד להגיע אליה, וזה החלי.

ועד ראשון

3 רבינו חיים ויטאל ב"ע מכאן בשערי הקדושה את ארבעת היסודות שבתם תלויות כל המידות היסוד העליון הוא יסוד האש, ממנו באים גאון וכעס היסוד השני הוא הרוח, וסימניו: שיחה בטלה ואסורה, אחריו — יסוד המים, הגורם אהבת הענוגים (חמדת ממון, אהבת נשים, קנאה), היסוד התחתון הוא

יסוד העפר, ותולדותיו עצבות, עצלות ויאוש. העפר הוא הכבד והגס מכל היסודות — וזהו הרוחניות של הגוף. נמצא כי אבות כל המידות הרעות הן ארבעה: הגאון והכעס והכלל ומתדבק עמה, והשיחה בטילה, וזאת התענוגים, והעצבות, והפחד, הן ארבע מידות טובות, נמשכות מארבעת יסודות הטוב שבנפש היסודית" (ע"ש ח"א ע"ר ב'). מהו התיקון של יסוד העפר? "השמחה התדירית בחלקו, כי כל דעבדיו מן שמיא לטב; וגם לזרז עצמו בחמלית השמחה בעבודת קונו". הרי שמחה בחלקו ושמחה במצוה — בהו מעלה האדם מעל לכבדות גופו ומשתחרר מהעצבות והעצלות והיאוש. כבר דברנו על ענין זה בפרק היריונות כי בלי שמחה אין זריזות, וגם הרחמי מל"נו על זה כאן. מכל מקום, השמחה היא עבודה מיוחדת, והתכרח לא יגונה להתלמד בזה ביתר הרחבה.

4

מאמין אמיתי צריך להיות שמח בחלקו, כי ברור לו שאין הקב"ה מקפח כל ברית, ובכחות שהוא נתן לו יכול האדם בהחלט להגיע לשלימותו, הוא יודע גם כן כי כל הנבראים בצביונם ובקומתם נבראו אין אדם דומה לשני, הן הוא היחיד בתרכוב זה של כוחות בכל העולם, ואין מלכות נוגעת בחברתה כמלוא גיפה, לכן חייב אדם לקבל את עצמו כפי שהוא ולהיות מרוצה עם כל מה שיש לו הן ברוחניות והן בגשמיות. וזה העומק בשמחה זו, שהאדם מוצא שלום עם עצמו וגורלו וחי בהרמוניה עם עצמו.

Pirkei Torah - R. Gifter - pg 287

ושמחה בכל הטוב אשר נתן לך ה' אלקיך ולביתך אתה — והלוי והגר אשר בקרבך  
 And you shall be glad with all the goodness that Hashem, your G-d, has given you and your household — you and the Levi and the proselyte who is in your midst.

After having toiled and labored over his crops, a farmer naturally rejoices when he harvests them. Why then does the Torah give a command to rejoice?  
 Human nature is such that man is never happy with what he has.

Even if he has succeeded in his hard work, he nonetheless remains somewhat unhappy over the idea that he did not acquire even more. However, someone who lives with the conviction that everything comes from Hashem in the measure that He deems fit is not disturbed by such feelings. By commanding us to rejoice, the Torah is telling us that we must be satisfied with what Hashem has given us and that we may not allow our desires for more to impede our rejoicing in the slightest.

This Midrash teaches a fundamental lesson about the Jewish people and the Torah in the long battle against the external forces which seek to destroy us. The Esau-nations, their culture and their values are represented by straw: straw has only one kind of value, and that lies in quantity. A few pieces of straw are worthless; only in bulk does straw achieve value. Its worth is proportional to its mass. Those nations and cultures which oppose the spiritual, value the material, and the material has value in its mass; he who has more is wealthier. When Esau comes to meet Jacob he proclaims his wealth: "I have much." His wealth lies in the sheer volume and mass of his possessions - "I have much." These nations would swamp the Jewish people if they could, eliminate us and our historical commitment to spiritual values, and establish a world unfettered by moral niceties and considerations of the spiritual; in fact, they would gladly use their bulk and might to destroy Jacob.

And that is why Jacob is likened to fire. Straw achieves value in bulk, but fire is fire no matter how little of it there is. One spark is enough to ignite a whole world of straw; and in that final and inevitable battle between the might of muscle and the light of genuine spirit, it is the small spark of real fire which will prevail. When the bales of straw, that substance which is nothing but the outer layer of the wheat within, pile up and threaten the lone coal-seller and his embers, one tiny spark from those embers will set the world ablaze and all externality and superficiality will be transformed into light.

9 16 10

אחרי כל הענינים שקדמו לפרק זה אם אמנם צדו מהם עבודה רצינית, לא ייתכן שיהיה זה קשה להגיע לשמחה של ממש עם חלקו. בהתלמדות למעשה אין כאן צורך אלא במקום להתעורר בקביעות לשמחה זו. המקום לזה הוא בברכת ששעשה לו כל צרכי וברכת המכין מצדדי גבר" בברכות השחר. יש להניד כל בוקר שתי ברכות אלו בהתבוננות מרובה ובחיוך רב באמונה עד שמגיעים ממש לשמחה בחלקו. וזאת לא יום או יומיים אלא חדשים רבים.

10 Rav Schwab on Prayer - pg 20

Who has provided me my every need. This berachah was originally intended to be said when the shoes are put on, as this is usually done upon finishing dressing. It is noteworthy that this is the only berachah in which the word לי appears. The individual person stresses that Hakadosh Baruch Hu has given me all that I need. I have awakened, regained my senses, walked and gotten dressed. I have everything; I am happy with my lot. Regarding others, however, it would be highly inappropriate to say שעשה לי כל צרכי "Who has provided us with all our needs." We are required to attempt to help others improve their lot in life with gemilus chassadim (acts of lovingkindness). [For further development of this ethical concept see Maayan Beis HaSho'evah, Lech Lecha 12:10.]

11 bracha Illustration - pg 441

Klal Yisrael is herein blamed for not serving Hashem with joy (Targum Onkelos, ibid.). The observance of the mitzvoos mandates not merely going through the motions of each commandment. We must also experience a sense of joy in the performance of the mitzvah. This joy is a mitzvah unto itself, with its own reward. Moreover, he who forfeits this special mitzvah is subject to punishment (Rabbeinu Bechaya, ibid.).

13 תחונן איש ניצח כתב שמי שמטיל

ציצית בארבע-כנסות כדין ירגיש בזה שמחה מפורזה שזכה להתקשר עם בוראו (אגרות ח"א סי' י'). עבודה זו לעורר שמחה במצוה בודאי עבודה ממושכת היא. כבר אמרנו כי שמחה של מצוה היא התקשרות האדם עם בוראו ע"י המצוה. כלומר: תוך כדי עשיית המצוה הוא יכול להרגיש את קירבתו ית' אליו. לא בקלות מגיעים להרגשה יקרה זו. ולא תמיד זוכים אליה. אך גם ההתלמדות וההשתדלות לעורר השמחה במצוה תועלת רבה היא.

14 חתום האלוקים חלק 3 - 224

אמנם בקטנותנו נוכל למצוא בה עצה גדולה מאד. אפילו אם תהיה רק בבחינת "הקדמה לחשובה" הרי כל אחד מאתנו ששה הרבה מצוות חיצוניות. יש מן שאין אנו מרגישים בהן שום "חיות", ומאידך ישנן אחרות שאנו מוצאים בהם איוה טעם ותרגשה. העצה הגדולה היא שבשחול בכל עז לחקן על כל פנים מצוות אלה שהן אמנם אצלנו חיצוניות אבל יש לנו בהן קצת תרגשה, ונקרב אותן אל פנימיותנו. אף שהמסך המכדיל של מטמם החטא במקומו עומד, כי עדיין לא עשינו תשובה. אין ספק שעל ידי המאמץ הזה שאנו נעשה. כשגשתל להכניס אל תוך לבנו את אותן המצוות שעד עתה עשינו רק באופן חיצוני, יאיר לנו אור גדול שיוכל לבסוע דרך הטמטום. כי רבנו יינה דיבר על ראשונים כמלאכים. אבל אנו לפי שכל מדרגתנו אדרבה בכל נקודה ונקודה של מאמץ לפנימיות נוכח לסייעתא דשמיא מרובה מאד, כפתחו של אולם נגר כל חודו של מחס כידוע.

12

רבינו חיים ויטאל מצרף אל השמחה בחלקו את השמחה במצוות. ושתי שמחות אלו ביות מגבירות את האדם על כבידות גופו. בירדעה אינו מתקשה להיות שמח בחלקו: הוא זקוק רק למבט אמיתי על עצמו כדי להגיע אליה. יותר קשה הוא להגיע לשמחה במצוות: עליה כותב הרמב"ם בסוף ה' לולב: "השמחה שישמח האדם בעשיית המצוות ובאבתת הא' שצויה בהן עבודה גדולה היא". וכך כתב הפנימני. וכמו שהתחננים צריכים מחשבה וכוונה בן השמחה במצוות ותורתו צריכים מחשבה וכוונה. שתשמח במצוה עצמה מאהבת המצוות. כה. ושתכיר מה שהטוב לך בה. וכאילו אתה בא לאכסניתו קראו אל שלחנו" (ג. אהבה זו - דעת היא (שלהי ה' תשובה). בודאי, כשעושים המצוה בדרך "מלומדה" - אין דעת ואין אהבה ואין שמחה. הנה האריוול גילה לתלמידו כי הוא זכה לכל ההשגות הנוראות שלו על ידי שהיה שמח מאד בכל מצוה שקיים. אבל אהנו - כיצד נגיע לשמחה במצוה?

לכל אחד מאתנו יש טעם באיזו מצוה. אם בלימוד גמרא. אם בתפילה. אם בשבת. אם בחסד. לכה"פ כאתה מצוה גשתל לעורר שמחה אמיתית: לא נכנס בפתח פתאום למצוה זו (כעצת המס"י) ונתבוננו כי על מצוה זו ציונה הקב"ה בעצמו ואתו אנו מתקשרים על ידה.

תקון יסוד העפר מחייב עוד שמחה שניה: שמחה במצוות.

השמחה בחלקו היא שמחה בקנינים הטבעיים. השמחה במצוות היא שמחה בקנינים אלקיים. הרי כל מצוה היא ענין אלקי ומעשה למעלה מן הטבע. אשר על כן נאמר: הן עם כלביא יקום וכארי יתנשא על מה שהן עומדין ממטתן שחרית והושפין טלית והפילין ומתפללים. כי באמת כל מצוה מצריכה התגברות

על טבעים להיות גבור כארי ממש יען המצוות הן למעלה מן הטבע (בלק. חמישי ורש"י וגור אריה שם). והנה עשיית מצוה כאשר צוה ה' היא יראה. והשמחה במצוה היא אהבה. הרי גם המצוה והשמחה הן תריין גרפיין דפרוין לעילא. עד היכן מגיעים גרפיין אלה בפרווחתן לעילא נוכל ללמוד מכנין המשכן.

18 על עשיית כלי המשכן חזרת התורה כמה פעמים וכהלכתם היו ראויים את משה"ב פי פקודי. כאשר נעשו כל הכלים כמצותם וכהלכתם היו ראויים לשרת עליהם השכינה. אילו היה חסר משהו בריבוע המזבח וכדומה — לא היה המשכן ראוי להשראת השכינה. עוד זאת היה במשכן שנבנה כולו מנדבת לבו של כל אדם מישראל. הקב"ה היה יכול לצוות על מתן עשרה שקלים בכסף או שוה כסף לבנין המשכן כמו שצוה על מחצית השקל. רצה הקב"ה דווקא שיתן כל איש כאשר ידבנו לבו. דווקא בנדבה. ודבר גדול מגלה בזה הרמזין עה"פ קחו מאתכם תרומה לה'. כל נדיב לבו יביאה את תרומת ה' — זהב וכסף ונחשת (ויש ויקהל), וז"ל הרמזין: ועל דרך האמת הוא יביאה את תרומת ה' כמו עם תרומת ה'. שיביא התרומה העליונה. ולרבותינו מדרש בותפתח ותראו את הילד שראתה עמו שכינה'. (בהתרומה העליונה) שהוכיח גם כן כוונתו לשכינה. ותהיה כונת הפסוק כד: כל נדיב לבו יביא את השכינה יחד עם תרומתו בכסף זהב ונחשת. והדברים מפליאים: איך ומהיכן יביא האדם מישראל את השכינה למשכן? ענין עמוק יש בזה: "איך היא בר אבא היכן מצייני שהקב"ה בקרא לבן של ישראל — מן הדין קרא צור לבבי וחלקי אלקים לעולם" (שהש"ר פ"ה ב). הן השכינה שוכנת בתוך לבן של ישראל! כאשר יתרי מתעורר בלבו להביא תרומה הוא מעורר את השכינה בלבו. ובהביאו את התרומה מתלווה השכינה עם התרומה. זאת אשר רצה הקב"ה. ובזה השרו בני ישראל את השכינה במשכן — כל אחד הביא "החיבת" שכינה למשכן!

כאשר נתבונן, אומר ה"חפץ חיים" ז"ל בספרו "שם עולם" (חלק ב, פרק יא), נראה שמרוב טרדתנו בהבלי העולם אבדנו את כח ההרגש הנטוע בנפש האדם. שכן כאשר אדם זוכה להפגש עם מלך או עם אישיות נכבדה אחרת, הוא מתמלא אושר ושמחה על כך. אושרו יגדל עשרות מונים אם ייודע לו שהוא נשא חן בעיני המלך וכי הדברים שאמר למלך זכו להערכה ונכתבו בציווי המלך בספר הזכרונות שלו. ברוב אושרו ופנה לכל ידידיו ויספר להם על הכבוד וההערכה שזכה להם, ומרוב שמחה הוא עשוי גם לשכוח צרות שונות אשר פקדוהו.

אם כך הם פני הדברים באשר להערכה מצד מלך בשר ודם, מובן היטב מה גדול צריך להיות אושרנו על הזכות הגדולה שנפלה בחלקנו ללמוד תורה ולקיים מצוות. הרי בכל רגע שאדם לומד תורה, מקיים מצוות, מתפלל ומברך ברכות, הוא זוכה להשביע את רצונו יתברך. ואם שיחה קצרה עם מלך בשר ודם שימיו קצובים גורמת לאדם שמחה גדולה, נוכל להבין בקל וחומר כפול ומכופל באלפי אלפים, מה גדול השמחה שצריכה לפקוד את המדובר לפני מלך מלכי המלכים הקב"ה שהוא אלקי השמים והארץ והוא חי וקיים לנוצח! התורה מגלה לנו שהקב"ה שמח בדברינו ובמעשינו הטובים וכותבם על ספר שואמר: "ויכתב ספר זכרון לפניו" (מלאכי ג). פעולותינו מתפרסמות בפני ריבירבבות מלאכים קדושים, כמבואר בזוהר הקדוש שהמלאך גבריאל עומד ומכריז בכל לילה ומפרסם את מעשי בני האדם. ובויתר יש לשמוח שמחה עצומה כאשר נזכרים אנו שעל אף היותנו גושע עפר קרוצי חומר, זוכים אנו בתפילתנו לדבר עם אלקי השמים כמו המלאכים במרום. הלא מן הראוי הוא שתדמע עינו מרוב שמחה, שנוכח לפניו ונקבל על עצמנו לקיים תורתו בכל נפשנו ומאודנו. וכאן פנה אלינו ה"חפץ חיים" ושאל: "היגידה טא אחי ותתבונן בנפשו, האם עלה דבר זה ברעיון פעם אחת בשבוע או פעם אחת בחודש, או על כל פנים פעם בשנה, להיות כל כך שמת וטוב לב מקיום המצוות כמו האיש במשל הנילוי?" רעיון זה נרמו בפסוק "תחת אשר לא עבדת את ה' אלקיך בשמחה וגו'" ומירשו המפרשים שראוי לו לאדם להיות שמח וטוב לב מעבודת ה' יותר מרוב כל התענוגים שיש במציאות. וידוע מה שהעיד האר"י ז"ל על עצמו שזכה לרוח הקודש משום שהיה שמח בשמחת המצוה יותר משמחת ען גדן.

עשיית כלי המשכן. כאשר צוה ה' היא יראה; נדבת לבו של כל אדם מישראל היא אהבה. וע"י שתריין יחו שרתה השכינה במשכן. אהבה ויראה של כל ישראל הן תריין גרפיין דפרוין לעילא — עד להשראת שכינה בגלוי במשכן! הרי עוד "זוג כנפיים": המצוה והשמחה. ורבינו חיים יטאל מחייב שתי שמחות כדי לתקן יסוד העפר. כפי שראינו: השמחה בחלקו כבר מרוממת את האדם מעל לכל עצבות ומשרה שמחה בלבו. אך בצרפו שמחה לעשיית המצוות הוא נמצא כבר מעל לכובד גופו כי במעשים אלקיים הוא עוסק. והוא שמח בהם, ובוה מתבלבל. העצלות מכל וכל. הן בשתי שמחות אלו ביחד הוא מתקן את יסוד העפר שבו לגמרי.

אלה הן שתי זוגות כנפיים לאדם דפרוין לעילא. לקיים וקוי ה' יחליפו כח. יענו אבר כנשרים. ירצו ולא ייגעו. ילכו ולא ייעפו" (ישעיה מ, לא).

בכו כל העם על ששכחו מצוות התורה בגלות בבל. ותקפתם החרטה על כל עונותיהם. הרי בכיה זאת הייתה תשובה גדולה. ולמה אמר להם נחמיה אל תתאבלו ואל תבכו ואל תעצבו? מכאן מקור לחז"ל מתקני התפילות שהפקיעו מתפילות ר"ה כל הירודיים, אף ששני ימים אלה הם הראשונים בעשיית. והתשובה על ר"ה אינה תשובה על חטאים פרטיים אלא קבלת מלכות שמים כשמותה אמיתית! "חזות ה' היא מעונכם" — השמחה האמיתית במלכותו ית' היא היא צורת ראש השנה. לכן אחרי התקיעות אנו אומרים, "אשר העם יודעי תרועה. בשמך יג'רון כל היום, ובצדקתך ירונו" — דווקא פסוקים של גיל דיומנות. כי אין לך רוממות ושמחה גדולה מקבלת מלכותו ית'. באמת היה לנו לרקוד מרוב שמחה באמרנו, "עלינו לשבח לארון הבל, לתת גדולה ליוצר בראשית". אלא שמאימת הדין לא ניתן לרקוד. יאות לימי התשובה שיתחילו בתשובה כללית של קבלת מלכות שמים כשמחה אמיתית. ואחריה תבוא התשובה הפרטית על החטאים. שהכפרה עליהם תהיה ביום הכפורים.

<sup>9</sup> Then Nehemiah, who is Hattirshatha, \* as well as Ezra the Kohen, the scholar, and the Levites who were helping the people understand, said to all the people, "Today is sacred to HASHEM your God; do not mourn and do not weep." For all the people were weeping,\* as they heard the words of the Torah. <sup>10</sup> He said to them, "Go, eat rich foods and drink sweet beverages, and send portions to those who have nothing prepared, for today is sacred to our Lord. Do not be sad; the enjoyment of HASHEM is your strength!"

Firstly, is it a mitzva to be happy? There is no direct commandment to be happy; it is not one of the 613 formal commandments of the Torah. And yet we find statements in the Torah and in the words of the Sages to the effect that we should be happy. Why? What sort of obligation is this? Why is it not expressed as a commandment if it is worth striving for?

"Serve Hashem ("the Name" of God) with joy." Here it would seem that we are obliged to be happy; the verse states thus. Again, what is the nature of this obligation?

Also, when the Torah describes the horrific curses which will befall the Jewish people if we fail to live up to our Torah obligations, after listing the most agonizing holocaust-type brutalities which we will suffer, it states the reason for these horrors: "Because you did not serve Hashem your God with joy..." It appears, almost incredibly, that the reason for our immense suffering throughout history is that we failed to be joyous - is this possible? Is it even conceivable? Is that the problem - lack of joy?

23 The answer to these questions is one of the most important secrets of life; understanding it well can make the difference between a life of frustration, even depression, and success. Very few subjects are as critical to self-fulfillment as this.

The answer depends on understanding correctly what happiness is:

\* Real happiness is what you experience when you are doing what you should be doing.

When you are moving clearly along your own road, your unique path to your unique destination, you experience real happiness. When you are moving along the path that leads to yourself, to the deep discovery of who you really are; when you are building the essence of your own personality and creating yourself, a deep happiness wells up within you. The journey does not cause happiness - the journey is the happiness itself.

And amazingly, the expression on your face may not be a smile. The face may reflect pain, the face may be tearstained and taut with strain; but if the journey is proceeding, if you are aware that you are building what you must build, your

heart will be singing within you despite the pain of your body and the tears on your face.

And even more amazingly, your heart will be singing because of the pain. This needs explanation; let us think into it carefully.

4 The truth is that the journey of life is always made against resistance. Life is work, and work is always performed against resistance. When you strain against the resistance of ordeals and difficulties and move ahead, when you perceive that you are winning the battle and moving, building, your deepest essence experiences happiness even while your body is aching. And that happiness is generated by the experience of moving ahead against resistance, building when the building is difficult. Things that come easy give only a superficial happiness; if no work is invested there can be very little satisfaction.

25 Let us go further. The pain itself is pleasurable because it is the means of building the desired result; but there is more. The depth of the pleasure felt in the intensity of the effort is really the anticipation of the result. It is the looking forward to what is being built; the vision of the end-point, that fuels the effort. The dream of the satisfaction of achieving the result provides the pleasure within the pain of the journey. \* The more one looks forward to the joy of the end-point the more one enjoys the labor of getting there.

You can see this clearly by considering its opposite: imagine you are forced to labor intensely on something which is to be destroyed before it is completed - that would be torture. If you knew that your effort would achieve no result at all, that effort would become sheer pain. The sweetness of the journey lies in the anticipation of reaching the destination. In every

bit of effort, in every moment of exertion, lies the awareness that a part of the result has been built, and that is its happiness. In fact, in many experiences in life, the anticipation is more pleasurable than the result itself.

26 So the work derives its happiness from the expectation of the end-point.

And amazingly, the end-point derives its happiness from the work! If you think about it deeply, you will realize that the real satisfaction of the result lies in the fact that your work built it! A result which happens without effort, a gift received free, means far less than a result which you labored to achieve. The depth of your happiness at the journey's end lies in the effort that you invested to get there. The rich satisfaction you feel when you look at what you have built is really the knowledge of how hard you worked to build it. The delicious taste of a hard-won result derives almost entirely from the knowledge of how hard you worked to get there. In fact, the result is you because you invested yourself to create it.

27 Why is all this so? Why is the world built this way in the first place? What can we learn about the nature of the world from this understanding of the relationship between work and result, journey and destination?

Life is a journey through the world. And the next world is the destination. The Torah concept is that life is movement, a journey to a destination. The next world is the destination of that journey, and the journey has meaning only because there is a destination.

If you grasp your life as a journey to an amazing destination, the building of an eternal result, the difficulties of life become meaningful. In fact, it is those very difficulties which build the result most significantly.

28 And our idea of that result is that it is pure pleasure. The Jewish idea of the next world is that it is a dimension of pleasure, and the pleasure is exactly the feeling, the knowledge, that you built it.

\* Our concept of the next world is that it is a state in which you experience yourself absolutely clearly. No illusions, no facades. Just you. If you have built yourself correctly, achieved your potential through the hard work of a life lived to the full, the result is the ecstasy of being exactly what you should be and knowing that you are the cause of your own achievement. Nothing could bring a deeper happiness.

(And the opposite: our concept of the pain of the next world is the experience, the knowledge, that you could have achieved greatness and failed. If the opportunity of life has been wasted, the pain is immense. And it is nothing other than the pain of a self which might have been, should have been, and was not.)

Life is temporary, but the result is eternal. The work of life may be painful, but it builds a result which is pure happiness and that happiness is forever. In other words, the limited, finite dimension of this world and its effort creates an unlimited dimension of happiness.

Now we can begin to understand the answer to the questions we posed at the beginning of our discussion:

"Serve Hashem with joy." Does this mean that there is an obligation to try to be happy? Is it a mitzva to be happy? Is happiness an end in itself? The verse is clear: it does not state "Be happy"; that is not the aim. It states "Serve Hashem with happiness"; that is the aim. That is the emphasis: serving, working to build, that is the primary obligation; and in that serving the proper mode is joy. If you serve as you should, the joy is guaranteed. If you take care of the work, the happiness will take care of itself.

And "Because you did not serve Hashem your God with joy..." The reason for our suffering throughout history is not that we failed to be joyous - that is not the problem. The problem is not that part of the verse; it is the beginning of the verse, that is the key: "Because you did not serve." Defaulting on the service, the work that is required of us, that is the problem. And of course, as we have explained, if there is no work, there is no joy.

Happiness is not the goal, but it is the assured result of moving towards the goal.

For one who knows this secret deeply and lives it, for one who is always moving towards the goal, indeed "there is no sadness in the world."

But very often they are simply the superficial substitute for the really hard work of building the self.

There is nothing wrong with building things in this world; some of those things may be necessary and most worthy. But when the building here becomes a substitute for the real work of building the self, building that which will last for eternity, that is a tragedy. This world and its achievements must always be the vehicle for the real journey.

You cannot afford to forget that the road leads somewhere; you cannot afford to forget the destination.

You cannot afford to forget to deliver the goods. Do not get so involved in the journey that you forget where you are going. Do not get so involved in the excitement of doing and moving and building that you forget to ask yourself where it all leads. You do not want to travel for years and then discover that it has been the wrong road, or that you were so preoccupied with the trivia of the journey that you hardly moved at all, or that you forgot that you had goods to deliver.

You have goods to deliver: yourself. You have the most important and precious goods to deliver; and only you can deliver them. You have yourself and the future of the Jewish people in your hands, and one day you will be asked that final

באו עליך הצרות, הסיבה ברורה - "לא עבדת את ה' אלקיך", אלא את עצמך עבדת! לא את ה' אלקיך שרת, אלא את תאוותך ואת כבודך; וכמו שאמרו חז"ל (יומא ט.) שבית שני נחרב מפני שנאת חיים. שנאת חיים מגלה על כל צורת עבודת ה' של האדם. מי ששונא את חברו, אוהב את עצמו. לפיכך עבודת ה' שלו, מכוונת לתועלתו, לכבודו, לריווח ממוני או לשאר מידות.

32

A central feature of the sensation of depression is the feeling of hopelessness and despair, the feeling of no movement towards any goal, the feeling of the impossibility of reaching any goal. And the cause of depression is exactly that: absence of movement towards a goal. When the neshama, the soul, senses that life is sliding by and no meaningful progress is taking place, no real development is occurring, there is a sense of stagnation, of despair. Happiness is the response of the neshama to its journey through life, the response of the neshama to its own development, its own growth and achievement. And depression is the response of the neshama to stagnation, to a situation of motionlessness and the absence of achievement.

33

Your neshama knows that it is here to grow, to develop. That journey is the essence of life. So when your neshama senses that the journey has come to a halt, that life is sliding by and you are going nowhere, you will become depressed. The

34

What is the cure for depression? What should we tell someone who is depressed? What does such a person need to do?

The answer is: get moving! If the problem is lack of meaningful movement, get busy moving in the right direction. As soon as the soul feels that it is moving and on the correct course for its own development and fulfillment, it will forget all sadness; the depression will end. You cannot feel depressed when you know you are moving correctly towards a correct goal.

35

Some people build collections of beer cans, some build collections of valuable paintings. Some devote themselves to sporting achievement, some to business. Some people build muscle, some build empires. All of these have the potential to satisfy the need to produce, to move, to build, at least for a while.

שפת חיים - ספר חסידים - א - ע"ג

כך גם דין ראש השנה, הוא כעריכת תקצוב ולא כמשפט. בריה הנידון הוא על תקצוב השנה הבאה, כלומר אילו כלים ואמצעים יינתנו לנו כדי שנעמוד בתפקיד השנה החדשה. כל אדם מקבל בריה תפקידים וכלים לעמוד בתפקידו. ועל זה הוא נידון, אילו כלים יקבל לעבודתו בשנה הבאה. בריה אין דנים אם להענישו או לזכותו אלא דנים על הנתינה החדשה, ובה יש להביא בחשבון את מעשי השנה שעברה.

39

אמנם מעשי האדם שעברו קובעים בדין ר"ה אולם לא העבר עיקר אלא העתיד. דין ר"ה אינו כמשפט בשר ודם שנשפט על מעשיו בעבר ועליו לתת עליהם דין וחשבון, ולפי זה נקבע השכר או העונש. אמנם כך יהיה המשפט ביום הדין הגדול והנורא שבו ידונו על כל מעשה שנעשה בעבר כדי לקבוע את השכר או העונש אבל דין ראש השנה אינו כן, בו עוסקים בעיקר בעתיד. הדין הוא תוצאה מייחודו של היום, מכיון שיום זה הוא "ראש" השנה הכלול בו כל השנה הבאה, ממילא דין הש"ת במהות ה"ראש" שיינתן לנו מה נקבל לצורך השנה החדשה. זהו "היום הרת עולם" מלשון הירון - ביום זה מקופל כל עתיד השנה הבאה, ולכן "היום יעמיד במשפט".