

15

## תחבולת היצר

תניא לקוטי אמרים | פרק כו



### עצבות מייאשת

קשיי החיים אינם המכשול היחיד בדרך אל השמחה. לעיתים קרובות העצבות שאנחנו חשים היא דווקא פנימית, ואפילו רוחנית. אנחנו מתוסכלים ומאוכזבים ממצבנו הרוחני. עצבות על ריחוק מה' ועל מצב רוחני ירוד נראית ממבט ראשון רגש ראוי ומבורך, אולם האדמו"ר הזקן מלמד שגם עצבות כזאת יכולה להיות רעה ומזיקה, ואם לא נסיר אותה מעלינו היא עלולה להרחיק אותנו מן הקדושה ולגרם לנו לחטוא.

כאשר הרהורי חרטה מן הסוג הזה מתעוררים בשעה שאנחנו עוסקים בעבודת ה', הם עלולים להחליש אותנו ולעכב אותנו משמחת הלימוד ומשמחת התפילה, ולכן עלינו לדחותם ולהמשיך לעבוד את ה' בשמחה גדולה. גם כאשר אנו עוסקים בענייני העולם הזה, בצורכי הפרנסה וביתר העניינים הגשמיים, אין בנו פניות אמיתית לתהליך שלם של חרטה ותשובה. העצבות על החטאים עלולה להפיל אותנו לייאוש ולחולשה, שידרדרו אותנו לחטאים נוספים.

כדי להבחין בין שברון לב אמיתי ונכון על הריחוק מה' ובין עצבות מדומה שמפילה אותנו אל החטא, יש להתבונן בשורש של העצבות, במה שמוליד אותה. שברון לב אמיתי, חשבון נפש שמוביל לתשובה, מגיע מתוך תחושות של אהבת ה' ושל יראתו, המעוררות צער נכון ואמיתי על החטאים ועל החיץ שהם יוצרים בינינו ובין ה'. לעומת זאת, עצבות שלא קדמה לה התעוררות באהבת ה' וביראתו היא עצבות פסולה, שבאה להחליש אותנו ולהפריע לנו במלחמה התמידית מול הנפש הבהמית. גם במקרה שהעצבות הפתאומית הזאת מביאה איתה הרהורי חרטה על חטאים שראוי לחזור עליהם בתשובה, ואפילו על חטאים חמורים, זוהי עדיין עצבות שקרית ויש לסור ממנה. במבט מפוכח ובהומור מסותר תוהה האדמו"ר הזקן איך פתאום באמצע היום "נופלת עלינו" העצבות על ענייני עבודת ה'. אין זאת, הוא מסיק, אלא עצת היצר.

## לקבוע זמן

במקום שנתמסר לעצבות שמופיעה באמצע עיסוקינו, הרוחניים או הגשמיים, עלינו לפנות זמן להתבוננות פנימית אשר מביאה להרהורי חרטה ולתשובה אמיתית. באותם זמנים קבועים מראש נוכל להתבונן בגדלות ה' ולעורר בליבנו רגשות קודש של אהבת ה' ויראתו, ומתוך כך מרירות הלב על חטאינו תביא אותנו לתשובה שלמה. בסיום התהליך הזה עלינו להרפות מן העצב ולהאמין שה' קיבל את תשובתנו וסלח לנו, ומתוך כך תשוב אל ליבנו השמחה השלמה בה'.

אַךְ הָעֲצָבוֹת מִמְּלֵי דְשִׁמְיָא (בענייני עבודת ה') צָרִיךְ לְשִׁית עֲצוֹת בְּנִפְשׁוֹ לִיפְטֹר מִמֶּנָּה

אֵין צָרִיךְ לִזְמַר בְּשַׁעַת עֲבוֹדָה (עבודת ה'), שְׁצָרִיךְ לַעֲבֹד ה' בְּשִׁמְחָה וּבְטוֹב לִבָּב

אֵלֵא אֶפְלוּ מִי שֶׁהוּא בַּעַל עֲסָקִים וְדָרֶךְ אֲרֵץ, אִם נוֹפֵל לוֹ עֵצֵב וְדֹאגָה מִמְּלֵי דְשִׁמְיָא (בענייני עבודת ה') בְּשַׁעַת עֲסָקָיו

בִּידוּעַ שֶׁהוּא תַחֲבוּלַת הַיֵּצֵר – כְּדִי לְהַפִּילוֹ אַחַר כֵּךְ בְּתִאווֹת חֵס וְשְׁלוֹם, כַּנּוֹדַע שְׂאֵם לֹא כֵן, מֵאַיִן בָּאָה לוֹ עֲצָבוֹת אֲמִתִּית מִחֲמַת אֲהַבַת ה' אוֹ יִדְאָתוֹ, בְּאַמְצַע עֲסָקָיו

וְהִנֵּה, בֵּין שְׁנִפְלָה לוֹ הָעֲצָבוֹת בְּשַׁעַת עֲבוֹדָה (עבודת ה') בְּתִלְמוּד תּוֹרָה אוֹ בְּתַפְלָה, וּבֵין שְׁנִפְלָה לוֹ שְׂלֵא בְּשַׁעַת עֲבוֹדָה, זֹאת יֵשִׁים אֵל לִבּוֹ: כִּי אֵין הַזְּמַן גְּדָמָא (הזמן איננו מתאים) כַּעַת לְעֲצָבוֹת אֲמִתִּית, אֶפְלוּ לְדֹאגַת עוֹנוֹת חֲמוּרִים חֵס וְשְׁלוֹם

רַק לְזֹאת, צָרִיךְ קְבִיעוֹת עֵתִים וְשַׁעַת הַכֶּשֶׁר בִּישׁוּב הַדַּעַת, לְהִתְבּוֹנֵן בְּגִדְלַת ה' אֲשֶׁר חָטָא לוֹ

כְּדִי שָׁעַל יָדֵי זֶה יִהְיֶה לִבּוֹ נִשְׁבֵּר בְּאַמְתַּת בְּמִרְרוֹת אֲמִתִּית...

מִיָּד אַחַר שְׁנִשְׁבֵּר לִבּוֹ בְּעֵתִים קְבוּעִים הֵהֵם, אֲזִי יִסִּיר הָעֵצֵב מִלִּבּוֹ לְגַמְרֵי, וַיֵּאֱמִין אֲמוּנָה שְׁלֵמָה כִּי ה' הָעֵבִיר חֲטָאתוֹ וְרַב לְסַלֵּחַ

וְזוֹ הִיא הַשְּׂמִיחָה הָאֲמִתִּית בְּה' הַבָּאָה אַחַר הָעֵצֵב, כַּנּוֹדַע לְעִיל.

## שאלות לסיכום ולחזרה:

1. מה הנזק שיכולה לגרום עצבות על מצבנו הרוחני?
2. איך אפשר להבחין בין שברון לב אמיתי לבין עצבות מדומה על ריחוק מה'?
3. איך מתחרטים על חטאים באופן נכון?