

## מהי תשובה?

### תניא אגרת התשובה | פרקים א, ד, ה



חלקו השלישי של ספר התניא, איגרת התשובה, עוסק, כשמו, בנושא התשובה. התשובה מקיפה את כל מעגלי הזמן שלנו כעובדי ה'. בכל יום, בכל חודש ובכל שנה יש זמנים שמיוחדים לתשובה. יותר מכך, התשובה נמצאת שם כל הזמן, מאפשרת לנו לתקן את עצמנו ולהתקרב לה'.  
מהי בעצם התשובה? מה התוכן הפנימי שלה? מה מתרחש בה? על כך בא בעל התניא לדון ולהתבונן כאן.

### לשוב אל ה'

אנחנו רגילים לבלבל בין תשובה לחרטה. לעיתים נראה לנו שעיקר עניין התשובה הוא הצער על החטא המסוים שעשינו וההתנקות ממנו. אולם אדמו"ר הזקן מעמיד את עיקר מהותה של התשובה על החזרה אל הקשר עם ה'. כאשר אדם חוטא הוא מפריד עצמו מה', וכאשר הוא רוצה לתקן זאת הוא צריך להחליט שהוא חוזר ומקשר עצמו אל ה', בליבו, במחשבותיו ובמעשיו. לא די בכך שיתחרט על מעשה ספציפי ויחליט לתקן את מעשיו באותו נושא, על האדם להחליט שהוא חוזר ומקשר עצמו אל ה' בכל המצוות ובכל המעשים.

התשובה המתוארת בספר התניא היא, מצד אחד, קלה מאוד: איננו צריכים להתעסק בעבר ובחטא, אלא "רק" לעזוב את החטא. אולם מן הצד השני, היא תובענית מאוד. חוסר הרלוונטיות של העיסוק בעבירה הספציפית הוא מפני שבעצם פחות משנה איזו עבירה עשינו. עצם הריחוק שלנו מה', שנגרם על ידי כל עבירה, הפניית העורף אליו והנתק שגרמנו במו ידינו - הם עיקר הבעיה. חזרה בתשובה על פי הגישה הזאת דורשת מסירות גדולה, מכיוון שגם חטא קל הוא חמור ביותר. על הדף החדש שאנו פותחים להיות נקי לגמרי, מכיוון שאין מקום לכל כתם, בכל צבע, גודל וצורה.

בקבלת עול מלכות שמים של תשובה עלינו לקבל על עצמנו הכול מחדש ממש, לשמור את כל המצוות, מצוות עשה ומצוות לא תעשה. לא רק לקיים מחדש את המצווה שהחסרנו, או לשמור שלא לעבור על האיסור שעליו עברנו, משום שלא זוהי עיקר הבעיה! הבעיה היא עצם המרידה בה'

שהתבטאה בעבירה על איסור מסוים, ולכן חזרה בתשובה מכל חטא היא קבלת עול מצוות ה' מחדש בכל פרטיהן ודקדוקיהן, ובלי התייחסות ספציפית לחטא פלוני או אלמוני.

התשובה כוללת חרטה, מחילה, וידוי ולפעמים גם תענית ואף ייסורים שמכפרים, אולם הבסיס של התשובה הוא החזרה אל ה' מעומק הלב, כמתואר בפסוק: "ושבת עד ה' אלוך ושמעת בקולו ככל אשר אנכי מצוך היום ו בניך בכל לבבך ובכל נפשך" ובפסוקים אחרים. הווידוי והחרטה מקבלים את משמעותם מן ההחלטה הפנימית להתקשר לה', לדבוק בו ולקיים את מצוותיו. כך שבים אל ה'.

...מצוות התשובה מן התורה, היא עזיבת החטא בלבד (כדאיתא בגמרא פרק ג' דסנהדרין ובחשן משפט סוף סימן לד' לענין עדות).

דהינו, שיגמור בלבו בלב שלם, לבל ישוב עוד לכסלה, למרד במלכותו ויתברך, ולא יעבר עוד מצות המלך חס ושלום, הן במצוות עשה הן במצוות לא תעשה. וזהו עקר פרוש לשון "תשובה"; לשוב אל ה' בכל לבו ובכל נפשו, לעבדו ולשמד כל מצותיו,

כמו שכתוב: "יעזב רשע דרכו ואיש און מחשבתי, וישב אל ה' וגו";

ובפרשת נצבים כתוב: "ושבת עד ה' אלקיך ושמעת בקלו וגו', בכל לבבך וגו'", "שובה ישראל עד ה' אלקיך וגו'", "השיבנו ה' אליך וגו'".

## יעקב חבל נחלתו

אי אפשר לדון במהותה של התשובה מבלי להתבונן קודם בחטא. מהו החטא? ומה התיקון הנדרש בעקבותיו? אדמו"ר הזקן מלמד אותנו שכאשר אנחנו עוברים על רצון ה' אנחנו מנתקים את הקשר הרציף שקיים בינינו ובינו.

הנפש האלוקית של כל אדם מישראל, שהיא חלק א-לוה ממעל ממש, ומקורה בה' עצמו, ניתנה בנו באופן של נפיחה, "ויפח באפיו נשמת חיים". העולם כולו נברא בדיבור, אך הנפיחה, נשיפת האוויר מן הריאות, היא פנימית יותר וישירה יותר.

הדיבור הוא חיתוך של האוויר שיוצא מן הריאות באופן טבעי, בלי מאמץ. באופן טבעי, אין צורך להשקיע כוח מיוחד כדי לדבר. לעומת זאת, ניפוח מוציא את האוויר ממקום פנימי יותר ובמאמץ גדול. כדי לנפח צריך לגייס את כוחות הגוף ולהוציא אוויר רב מהריאות באופן מרוכז. כאשר ה' נפח בנו את נשמתנו, הוא השקיע בנו מאמץ ונתן בנו את כוחותיו באופן מרוכז ומכוון.

הייחודיות של נשמת היהודי אינה רק בשורש האלוקי שלה, בכך שה' נתן בה את עצמו, אלא גם בצורה שבה ה' הוריד את הנשמה אל תוך הגוף הגשמי, כאן למטה, בעולם הזה. בניגוד לדיבור, בנפיחה יש מעבר ישיר של אוויר מריאותיו של המנפח לריאותיו של המנופח. אם יהיה נתק או חציצה בין המנפח למנופח, האוויר לא יוכל לעבור והניפוח ייפסק.

ה' נתן בנו את נפשנו האלוקית באופן של ניפוח, בקישור ישיר, בלי נתק ובלי מחיצה. החיבור המיוחד בין ה' לבינינו בא לידי ביטוי בדימוי נוסף בפסוק "עקב חבל נחלתו" – כמו חבל, שקצהו האחד קשור למעלה וקצהו האחר למטה, ושני הקצוות מחוברים כל העת, כך גם אנחנו מחוברים כל הזמן אל ה' ואין בינינו הפרדה.

לפעמים נדמה לנו שהמציאות הגשמית, והעולם בכללותו, מפרידים ומנתקים בינינו ובין ה'. אולם העולם נברא ברצון ה', וה' ממלא את כולו, ולכן אין בעולם מה שיחצוץ בינינו ובין ה', מלבד העוונות שלנו: "עוונותיכם היו מבדילים ביניכם לבין אלוכיכם".

העוונות, המעשים שאינם לרצון ה', הם המציאויות היחידות המנגדות לה' ולרצונו, והם יוצרים נתק והפרדה בינינו. כאשר האדם חוטא הוא מנתק עצמו מן הקרבה הבלתי אמצעית לה' בכך שהוא עובר על הרצון העליון, ובאותה שעה הוא מנתק חוט אחד מתוך תר"ג החוטים בחבל שקושר ומחבר אותו אל ה' כל העת.

כאשר אנו באים לחזור אל ה' ולעשות תשובה, עלינו ליצור מחדש חיבור במקום הנתק.

וְהִנֵּה, הַמְשַׁכֵּת וְיִדְיֵת הַנֶּפֶשׁ הָאֱלֹקִית לְעוֹלָם-הַזֶּה לְהַתְּלִיב בְּגוֹף הָאָדָם, נְמַשְׁכָּה מִבְּחִינַת פְּנִימִיּוּת וּמְקוֹר הַדְּבָר,

הוא הַבֵּל הָעֲלִיּוֹן, הַמְרַמֵּז בְּאוֹת הַ"א תַּתְּאָה בְּנוֹכַח לְעִיל,

וְכִמוּ שְׁכַתוֹב: "וַיִּפַּח בְּאַפָּיו נְשֵׁמַת חַיִּים, וַיְהִי הָאָדָם לְנֶפֶשׁ חַיָּה",

וּמֵאֵן דְּנִפְחָ וְכוּ' [-מתוכיה נפח, כלומר: מי שנופח נופח מתוכו].

וְזֶהוּ שְׁכַתוֹב: "כִּי חָלַק ה' עִמּוֹ, יַעֲקֹב חֶבֶל נַחֲלָתוֹ",

פְּרוּשׁ, כְּמוֹ חֶבֶל, עַל-דֶּרֶךְ מְשָׁל, שְׂרָאִשׁוּ אֶחָד קָשׁוּר לְמַעְלָה וְקָצֵהוּ לְמַטָּה.

כִּי הִנֵּה, פִּשְׁט הַשְּׁכַתוֹב מֵהַ שְׁכַתוֹב "וַיִּפַּח", הוּא לְהוֹרֹת לָנוּ, כְּמוֹ שְׁעַל-דֶּרֶךְ מְשָׁל כִּשְׁהָאָדָם נוֹפֵחַ לְאִיזָה מְקוֹם,

אִם יֵשׁ אִיזָה דְבָר חוּצָץ וּמִפְּסִיק בִּינְתַיִם אֵין הַבֵּל הַנוֹפֵחַ עוֹלָה וּמַגִּיעַ כָּלֵל לְאוֹתוֹ מְקוֹם,

כְּכֹה מְמַשׁ, אִם יֵשׁ דְבָר חוּצָץ וּמִפְּסִיק בֵּין גּוֹף הָאָדָם לְבְּחִינַת הַבֵּל הָעֲלִיּוֹן.

אֵךְ בְּאַמְתָּ, אֵין שׁוּם דְבָר גְּשָׁמִי וְרוּחָנִי חוּצָץ לְפָנָיו יִתְבָּרַךְ,

כִּי "הֲלֹא אֵת הַשָּׁמַיִם וְאֵת הָאָרֶץ אֲנִי מֵלֵא", וְ"מֵלֵא כָּל הָאָרֶץ כְּבוֹדוֹ", וְ"לֵית אֲתֵר פְּנוּי מִיָּה" [אין מקום פנוי ממנו], "בְּשָׁמַיִם מִמַּעַל וְעַל הָאָרֶץ מִתַּחַת אֵין עוֹד",

וְ"אִיהוּ מִמֵּלֵא כָּל עֲלָמִין וְכוּ'" [והוא ממלא את כל העולמות]

אֵלֵא כְּמוֹ שְׁכַתוֹב בִּישְׁעִיה: "כִּי אִם עוֹנוֹתֵיכֶם הִיוּ מִבְּדִילֵיכֶם בֵּינֵיכֶם לְבִין אֱלֹקֵיכֶם".

והטעם, לפי שהם נגד רצון העליון ברוך הוא המחיה את הכל,  
כמו שכתוב: "כל אשר חפץ ה' עשה בשמים ובארץ" ...  
והוא על-דרך משל, מחבל עב שזור מתריג חבלים דקים,  
ככה חבל ההמשכה הנזכר לעיל – כלול מתריג מצות,  
ובשעובר חס ושלום על אחת מהנה – נפסק חבל הדק וכו'.

## תשובה'

התנועה הנפשית-רוחנית של חזרה אל ה' משמעת מן המילה תשובה, כפי שהיא מתפרשת בספר הזוהר: תשוב - ה, תשוב האות ה"א שבשם הוי"ה. החיבור המחודש שלנו עם ה' מתייחס לאות ה"א בשם הוי"ה, וליתר דיוק: לכפילות של האות ה"א בשם זה.

אפשר לראות את שם הוי"ה כחיבור של שמות קצרים יותר, שכל אחד מהם מסתיים באות ה"א: שם י"ה, ושם ו"ה. הצירוף י"ה מסמל את גילוי האלוקות בעולם הנסתר, הנקרא גם "עלמא דאתכסיא", והאות ה"א בשם זה נקראת ה"א עילאה (עליונה). הצירוף ו"ה מסמל את גילוי האלוקות בעולם הנגלה, "עלמא דאתגליא", והאות ה"א המופיעה בו נקראת ה"א תתאה (תחתונה).

ה"א תתאה וה"א עילאה מציינות שני רבדים במקור נשמת האדם. ה"א תתאה, השייכת לעלמא דאתגליא, מציינת רובד גלוי יותר במקור הנשמה, רובד שבא לידי ביטוי במעשה האדם. כאשר האדם חוטא, הנשמה שלו יורדת יחד איתו אל החטא והטומאה, ועליו להשיבה למקורה, בתשובה תתאה.

ה"א עילאה, השייכת לעלמא דאתכסיא, מציינת רובד פנימי כל כך, עמוק ונסתר, עד שהחטא אינו פוגם בו כלל, ובכל זאת, גם בו יש צורך בתשובה, משום שעצם התהוות הנשמה הוא סוג של ירידה: היא כבר אינה כלולה בה' כפי שהייתה לפני כן. כאשר אדם דבק בה' בתורה, בתפילה ובמצוות הוא שב בתשובה עילאה, ומחזיר את הדבקות של מקור הנשמה בה'.

הפרקים הבאים באיגרת התשובה יעסקו בתשובה תתאה ובתשובה עילאה, במהותן וביחס ביניהן.

אָמְנָם, הַתְּחַלַּת מִצְוֹת הַתְּשׁוּבָה וְעֵקֶרָהּ, לְשׁוּב עַד ה' בְּאַמֶּת וּבְלֵב שְׁלֵם,

הַהֶכְרֵחַ לְבָאֵר הַיֵּטֵב בְּהֶרְחֶבֶת הַבְּאוּר,

בְּהֶקְדִים מַה שְׁכָתוּב בְּזֶהֱר הַקְדוּשׁ בְּבְאוּר מִלַּת "תְּשׁוּבָה" עַל-דֶּרֶךְ הַסּוּד;  
"תְּשׁוּב ה'",

ה' תְּתַאֶה [תחתונה] - "תְּשׁוּבָה תְּתַאֶה",

ה' עֲלֵאָה [עליונה] - "תְּשׁוּבָה עֲלֵאָה".

## שאלות לסיכום ולחזרה:

1. במה התשובה המתוארת בספר התניא קלה מאוד ובמה היא תובענית מאוד?
2. איזה קשר מיוחד יש לכל יהודי עם ה'?
3. איזה שוני מחולל החטא בקשר הזה?