



פרק כ"ח בספר התניא

להסיח את הדעת

אנחנו רוצים להתרכז בתפילה ופתאום חודרות לראש מחשבות אחרות, זרות. לא ננסה "לקדש" אותן, רק נסיח את הדעת מהן.

וְאִפִּילוּ אִם נוֹפְלִים לוֹ הִרְהוּרֵי תַאֲוֹת וּשְׂאָר מַחֲשָׁבוֹת זָרוֹת בְּשַׁעַת הָעֲבוּדָה בַּתּוֹרָה אוֹ בַּתְּפִלָּה בְּכוּוֹנָה, אֵל יִשִּׁית לֵב אֱלִיהֶן, אֲלֵא יִסִּיחַ דַּעְתּוֹ מֵהֵן כָּרָגַע. וְגַם, אֵל יְהִי שׁוֹטֵה לַעֲסוֹק בְּהַעֲלָאת הַמַּדּוֹת שֶׁל הַמַּחֲשָׁבָה זָרָה, כְּנוֹדָע, כִּי לֹא נֶאֱמְרוּ דְּבָרִים הֵהֵם אֲלֵא לְצַדִּיקִים, שְׂאִין נוֹפְלִים לָהֶם מַחֲשָׁבוֹת זָרוֹת שְׁלָהֶם כִּי אִם מִשָּׁל אֲחֵרִים. אֲבָל מִי שֶׁנוֹפֵל לוֹ מִשָּׁלוֹ, מִבְּחִינַת הָרַע שֶׁבִּלְבוֹ בְּחָלָל הַשְּׁמָאֲלִי, אֵיךְ יַעֲלֶהוּ לְמַעֲלָה, וְהוּא עֲצָמוֹ מְקוּשָׁר לְמַטָּה:

ההפרעה לא הגיעה סתם...

אם קשה לנו בשעת התפילה, זה צריך לשמח אותנו! זה אומר שהצד ההפוך מן הקדושה, מתאמץ להפריע לנו, כי הוא רואה שאנחנו מתפללים טוב!

אֵךְ אֶף-עַל-פִּי-כֵן, אֵל יְפֹול לְבוֹ בְּקֶרְבוֹ לְהִיּוֹת מְזָה עֶצֶב נִבְזָה בְּשַׁעַת הָעֲבוּדָה, שְׁצָרִיךְ לְהִיּוֹת בְּשִׁמְחָה רַבָּה, אֲלֵא אֲדַרְבָּה, יִתְחַזֵּק יוֹתֵר וְיוֹסִיף אוֹמֵץ בְּכָל כָּחוֹ בְּכוּוֹנַת הַתְּפִלָּה בְּחֻדּוֹה וּשְׁמֻחָה יִתִּירָה, בְּשׁוּמוֹ אֵל לְבוֹ, כִּי נִפִּילַת הַמַּחֲשָׁבָה זָרָה הִיא מִהַקְלִיפָה שֶׁבְּחָלָל הַשְּׁמָאֲלִי, הָעוֹשֶׂה מְלַחְמָה בְּבִינוּנֵי עַם נֶפֶשׁ אֱלֹהִית שָׁבוּ. וְנוֹדָע דֶּרֶךְ הַנִּלְחָמִים וְכֵן הַנֶּאֱבָקִים יַחַד, כְּשֶׁאֶחָד מִתְגַּבֵּר, אֲזִי הַשְּׁנִי מִתְאַמֵּץ לְהַתְגַּבֵּר גַּם כֵּן בְּכָל מַאֲמָצִי כָחוֹ. וְלָכֵן, כְּשֶׁנֶּפֶשׁ הָאֱלֹהִית מִתְאַמֶּצֶת וּמִתְגַּבֶּרֶת לְהַתְּפַלֵּל, אֲזִי גַם הַקְלִיפָה מִתְגַּבֶּרֶת כְּנִגְדָּהּ, לְבַלְבְּלָהּ וּלְהַפִּילָהּ בְּמַחֲשָׁבָה זָרָה שְׁלָהּ. וְלֹא כְּטַעוֹת הָעוֹלָם, שְׁטוּעִים לְהוֹכִיחַ מִנִּפִּילַת הַמַּחֲשָׁבָה זָרָה - מְכָלָל שְׂאִין תְּפִלָּתָם כָּלוּם, שְׂאִילוֹ הַתְּפִלָּל כְּרָאוּי וְנִכּוֹן - לֹא הָיוּ נוֹפְלִים לוֹ מַחֲשָׁבוֹת זָרוֹת.

שמי: _____ כיתה: _____



שתי נפשות על במה אחת

שתי נפשות נמצאות בתחרות בתוכנו, מי תתפוס את תשומת הלב שלנו בשעת התפילה. הנפש הבהמית רוצה לחזק את הקשר שלנו לעולם החומר, והנפש האלוקית רוצה לחזק את הקשר שלנו לכל דבר קדוש, טהור וטוב. איך עוזרים לנפש האלוקית לנצח? על ידי כך שמתעלמים מהפרעות הנפש הבהמית.

- והאמת הִיא כְּדַבְרֵיהֶם, אִם הִיְתָה נֶפֶשׁ אַחַת לְבִדָּה, הִיא הַמִּתְפַּלֶּלֶת וְהִיא
- הַמִּחְשֶׁבֶת וּמַהֲרֶהֶרֶת הַמִּחְשְׁבוֹת זְרוֹת. אֲבָל בְּאַמֶּת לְאַמִּיתוֹ, הֵן שְׁתֵּי
- נֶפְשׁוֹת, הַנִּלְחָמוֹת זו עִם זוּ בְּמוֹחוֹ שֶׁל אָדָם, כָּל אַחַת חֹפְצָה וּרְצוֹנָה
- לְמִשׁוֹל בּוֹ וְלִהְיוֹת הַמוֹחַ מְמוּלָא מִמֶּנָּה לְבִדָּה, וְכָל הַרְהוּרֵי תוֹרָה
- וִירָאת שָׁמַיִם – מִנֶּפֶשׁ הָאֱלֹהִית, וְכָל מִילֵי דְעֵלְמָא – מִנֶּפֶשׁ הַבְּהֵמִית,
- רַק שֶׁהָאֱלֹהִית מְלוּבֶשֶׁת בָּהּ. וְהוּא כְּמִשַּׁל אָדָם הַמִּתְפַּלֵּל בְּכוֹוֶנָה, וְעוֹמֵד
- לְנִגְדּוֹ עָרֵל רָשָׁע, וּמִשִּׁיחַ וּמַדְבֵּר עִמוֹ כְּדִי לְבַלְבְּלוֹ, שְׂזֵאת עֲצָתוֹ בְּוַדַּאי,
- שֶׁלֹא לְהַשִּׁיב לוֹ מִטוֹב וְעַד רָע, וְלַעֲשׂוֹת עֲצָמוֹ כְּחֹרֶשׁ לֹא יִשְׁמַע, וְלִקְיִים
- מֵה שֶׁכָּתוּב: "אֵל תַּעֲזֹב כְּסִיל בְּאוֹלָתוֹ, פֶּן תִּשְׁוֶה לוֹ גַּם אֶתָּה". כֵּךְ, אֵל יָשִׁיב
- מְאוּמָה וְשׁוּם טַעֲנָה וּמַעֲנָה נֶגֶד הַמִּחְשְׁבָה זָרָה, כִּי הַמִּתְאַבֵּק עִם מְנוּוֹל –
- מִתְנוּוֹל גַּם כֵּן; רַק יַעֲשֶׂה עֲצָמוֹ כְּלֹא יוֹדֵעַ וְלֹא שׁוֹמֵעַ הַרְהוּרִים שֶׁנִּפְּלוּ
- לוֹ, וְיִסִּירם מִדַּעְתּוֹ, וְיִוְסִיף אוֹמֵץ בְּכַח כְּוֹנֵתוֹ.

לבקש רחמים

אם לא מצליחים לעמוד כנגד מחשבות הנפש הבהמית, מבקשים מה' שירחם עלינו ויעזור לנו.

- ואם יִקְשֶׁה לוֹ לְהִסְיָרם מִדַּעְתּוֹ, מִפְּנֵי שְׁטוּרֵדִים דַּעְתּוֹ מְאֹד בְּחִזְקָה – אֲזִי,
- יִשְׁפִּיל נֶפְשׁוֹ לֵה' וְיִתְחַנֵּן לוֹ יִתְבָּרֵךְ בְּמִחְשְׁבָתוֹ, לְרַחֵם עָלָיו בְּרַחֲמָיו
- הַמְּרוֹבִיִּים, כְּרַחֵם אֲב עַל בָּנִים הַנִּמְשָׁכִים מִמוֹחוֹ, וְכִכָּה יִרַחֵם ה' עַל נֶפְשׁוֹ
- הַנִּמְשָׁכֶת מֵאִתּוֹ יִתְבָּרֵךְ, לְהַצִּילָה מִ"מִּים הַיְדוּנִיִּים", וְלִמְעַנּוֹ יַעֲשֶׂה, "כִּי
- חִלַּק ה'" – מִמֶּשׁ – "עִמוֹ":

שמי: _____ כיתה: _____