



בין עצבות למרירות

מידת העצבות בעצמה היא מדה מגונה מאוד, ובפרט הרוצה להשיג חכמה ורוח הקודש. ואין דבר הגורם מניעת ההשגה, אפילו אם יהיה ראוי אליה, כמו מדה של

העצבות (מדברי האר"י)

אפי דברי האר"י, היכן נמצאת העצבות בסולם שהשלב הראשון בו הוא לא כל כך טוב? והשלב השני הוא גרוע מאוד?

לפעמים מטעה היצר הרע לאדם, ואומר לו שעבר עבירה גדולה.... וכוונתו שיהא האדם בעצבות מכח זה, ויבטל בעצבותו מעבודת הבורא יתברך. (מדברי הבעש"ט)

אמה גורמת העצבות אפי דברי הקצו שם טוב?

שימי לב! היצר הרע שמנסה להכשיל את האדם, משכנע אותו או מזכיר לו שהוא כבר נכשל במשהו. העצבות שמחשבה זו משרה על האדם מחלישה אותו ואז הוא מתרחק מעבודת הבורא. כפי שמוקדא בתנ"א, לאדם עצוב יש פחות מרץ וחשק להיחלץ, להתאמץ. הוא משתדל פחות לקיים מצוות ואינו נלחם חזק ביצרו כדי לא לעבור עבירות.

עצבות מרחיקה אותנו מעבודת ה'. ואולם, כאשר קשה להתגבר על היצר הרע, מיוצג לנו אצמ"ר הזקן להשתמש במידה זוהי לעצבות, הנקראת מרירות. אצמ"ר הזקן אומר שבמצב כזה עלינו להתבונן כיצד על ידי המצבים האלו אנו שונים התייחסנו מהקב"ה והתקרבותנו לכוונות האומאה. הרגשת המרירות שתעזור לנו תיתן לנו דיוקא רבון לשנות את מצבנו הירוד ותעניק לנו מרץ חדש במלחמת היצר. הרגשת המרירות היא כאמור חיובית-בתנאי שלא משתמשים בה יותר מדי, שכן רוב הזמן צריכים להיות בשמחה.

אך באמת, אין לב נשבר ומרירות הנפש על ריחוקה מאור פני ה' והתלבשותה בסטרא אחרא (-צד אחר, טומאה) נקראים בשם עצבות כלל בלשון הקודש. כי עצבות היא-שליבו מטומטם (-אטום) כאבן ואין חיות בליבו. אבל מרירות ולב נשבר – אדרבה, הרי יש חיות בליבו, להתפעל ולהתמרמר. (תניא פרק לא)

כיצד מגדיר אצמ"ר הזקן את העצבות? והמרירות?