



"זאני אבטח בר" – הדרך לחיים מלאי שמחה

מבוסס על לקוטי - שיחות חלק ל"ז ומעובד על-פי שיעורו של הרב שניאור אשכנזי

העולם רווי פחדים. חוסר הוודאות גובר, והלב מוצף דאגות: טלפון שלא נענה, שמועות על שינוי בעבודה, בדיקה רפואית – וכל דבר קטן מזניק את הדמיון אל תסריטים קשים. הפחד הוא רגש עוצמתי; הוא משתק את המחשבה, מעלה דופק ולחץ דם, וסוגר את האדם בתוך מעגל מתיש של חרדה. ובכל זאת, יש נקודת מבט יהודית אחרת, דרך חיים שמגדירה את המציאות בעיניים אחרות ומעניקה כוח לחיות ללא פחד, ואף מעל הטבע.

מדוע הפחד כה חזק? ומה הבעיה בו?

הפחד אינו טעות – הוא מנגנון הצלה שהקב"ה ברא באדם. הוא נועד לעורר ערנות, להסיר אדישות ולהגן על החיים. אך כאשר החיישנים הללו פועלים יותר, הפחד משתלט ומעוות את המציאות.

הטבע האנושי נוטה להקצין פחדים. כמו בסיפור הידוע על הרב שישב עם תלמידיו ביער והסביר על ביטחון מושלם בה' – עד שפתאום הגיח דוב ענק, והרב עצמו טיפס על העץ בבהלה. "יש ביטחון", אמר לאחר מכן, "ויש... ליתר ביטחון." הבעיה איננה עצם הפחד, אלא כשהוא שוטף את כל החיים ומנתק את האדם ממבט אמוני עמוק יותר.

מדוע התורה מבקרת את פחדם של יעקב ומשה?

המדרש מתאר תופעה מפתיעה: גם יעקב אבינו וגם משה רבנו – "המובחר שבאבות" ו"המובחר שבנביאים" – פחדו. יעקב חרד מהמפגש עם עשו וארבע-מאות לוחמיו; משה נבהל לאחר שהרג את המצרי, וכן בעת המפגש עם עוג מלך הבשן. אף על פי שהקב"ה הבטיח לשניהם שמירה – הם חששו. אם הובטח להם, כיצד נתנו מקום לפחד? הפחד – אומר המדרש – הוא "סימן של חטא": לא מפני חטא טכני, אלא משום שהוא משקף מבט חלקי על המציאות.

מה באמת הפחיד את יעקב?

יעקב לא פחד רק מהאיום הפיזי של עשו – אלא גם מהתחושה שאיננו ראוי לנס: "שמא יגרום החטא." מבואר שיעקב חשש משתי נקודות שבהן לעשו יש "יתרון רוחני": **כיבוד הורים** – עשו הצטיין בכך. יעקב, לעומתו, לא ראה את הוריו 20 שנה. **איסור שתי אחיות** – יעקב נשא את רחל ולאה, ועבור צדיק כמוהו יש בכך פגם מסוים.

אם כן – כיצד יוכל לעמוד מול עשו? ובכל זאת התורה מלמדת שדרך היהודי איננה פחד – אלא אמונה וביטחון.



"ואני אבטח בך" – הדרך לחיים מלאי שמחה

אמונה: לראות את בעל הבית בכל אירוע

השלב הראשון הוא אמונה: לראות את המציאות כמתנהלת ביד שמיים, לא במרחב הפקר. דוד המלך, במנוסתו מאבשלום בנו, נזרק באבנים ובקללות מצד שמעי בן גרא. אבישי ביקש להרוג אותו – אך דוד הכריז: **"ה' אמר לו קלל"**. אין אדם יכול לפגוע בזולתו ללא רשות מלמעלה. העולם אינו ג'ונגל; הוא מערכת מדויקת ומנוהלת. כמו הסיפור המפורסם של רבי עקיבא – החמור שנטרף, הנר שכבה, התרנגול שנעלם – ורק אז התברר שהכול היה להצלת חייו.

האמונה הראשונה היא: **העולם אינו הפקר. שום דבר אינו קורה בלי רשות.**
האמונה השנייה היא: **הקב"ה הוא טוב ומיטיב, ורוצה בטובת האדם גם בתוך הקושי.**

חסידי מספרים כי באותו תא כלא בו ישב רבינו הזקן, מצאו פתק בכתב ידו עם הפסוק: **"שרים רדפוני חנם ומדברך פחד לבי"**. הרבי מליובאוויטש הסביר (יט כסלו תשל"ד) כי רבינו התכוון להתעלות בכך מעל האימה של המאסר. הוא נכנס לעולם של אמונה האומר **"שרים רדפוני חנם"** – למרות שהם שרים חשובים, הם אינם יכולים לעולל לי דבר. הם חסרי השפעה. תמורת זאת **"מדברך פחד לבי"**, אני חושש רק ממך, מהמסר שה' רוצה להעביר דרך המאסר.

"חובת הלבבות": מהות הביטחון היא מנוחת נפש הבוטח, ושיהיה לבו סמוך על מי שבטח עליו שיעשה **הטוב והנכון לו** בעניין אשר יבטח עליו. **שם פרק ב: שיהיה מי שבטח עליו בתכלית הנדיבות והחסד למי שראוי לו, וגם למי שאינו ראוי לו [מי שחטא]** ותהיה נדיבותו מתמדת וחסדו נמשך לא ייכרת ולא ייפסק.
ספר החינוך רמא: שידע האדם ... כי כל אשר יקרהו מטוב עד רע, הוא סבה שתבוא עליו מאת השם ברוך הוא. ומיד האדם מיד איש אחיו לא יהיה דבר בלתי רצון השם ברוך הוא. על כן כשיצערהו או יכאיבהו אדם, ידע בנפשו כי עונותיו גרמו והשם יתברך גזר עליו בכך, ולא ישית מחשבותיו לנקם ממנו כי הוא אינו סבת רעתו ... כמו שאמר דוד עליו השלום: הניחו לו ויקלל כי אמר לו ה.



"ואני אבטח בך" – הדרך לחיים מלאי שמחה

ביטחון: לא רק לדעת שה' מנהל – אלא להיות בטוח בטוב

הרמה הגבוהה יותר היא ביטחון: לא רק להאמין שיש מנהל – אלא להיות בטוח שהוא יפעל ישועה. זהו כוח נפשי רוחני המשנה ממש את המציאות. זוג שהגיע לרבי לקבל ברכה לילד – אכן זכו להילד. כשבאו החסידים להתפעל, הרבי אמר להם: "זה לא אני – זה הביטחון שלהם." מיד לאחר הברכה, הזוג קנה חדר תינוקות מלא, מתוך רוגע מוחלט שהישועה מגיעה – וזה עצמו פתח את הצינור. הביטחון איננו משחק דמיון. הוא איננו "ננסה, אולי יעבוד." הוא מצב פנימי אמיתי שבו האדם מרגיש שה' יכול, רוצה ויעשה.

ולכן: **"הבטח בה' – חסד יסובבנו"**. מי שמתרומם מעל הגבלות הטבע – זוכה להנהגה שלמעלה מהטבע.

"תחשוב טוב – יהיה טוב"

יסוד אדיר שגילה הצמח צדק: "תחשוב טוב – יהיה טוב" – החשיבה הטובה אינה אמצעי להירגע – אלא הכוח שמושך טוב מלמעלה. משה רבנו, אומרת התורה, פחד. הפסוק הבא: "וישמע פרעה. למה? כי ברגע שמשה נתן מקום לפחד – הפחד עצמו יצר מציאות. הביטחון, לעומת זאת, יוצר מציאות אחרת.

ליקוטי שיחות ל"ו: "יובן זה עפ"י דברי רבנו הצמח צדק, שענה לאחד שהתחנן אצלו לעורר רחמים רבים על חולה מסוכן ח"ו: 'תחשוב טוב – יהיה טוב' ... ונראה לבאר... **ביטחון הוא עבודה ויגיעה בנפשו והיא מביאה את חסדי ה' כתוצאה מעבודת ויגיעת האדם לבטוח בה'. על ידי שהאדם סומך באמת ובעומק נשמתו רק על הקב"ה לבד, עד שאינו דואג כלל, הרי התעוררות זו גופא פועלת שהקב"ה מתנהג עמו באופן זה – גם אם לולי זאת אינו ראוי לזה ... וזהו מה שכתוב 'ויירא משה ויאמר אכן נודע הדבר וישמע פרעה'. היות שמשה היה ירא לנפשו ולא בטח בה' שלא יבוא שום היזק חס ושלום מפעולותיו הטובות – להגן על איש ישראל מהמצרי שהכה אותו ולהוכיח שני עברים נצים – הרי זה עצמו גרם ש'וישמע פרעה' ויבקש להרוג את משה והוצרך לברוח ממנו."**



"ואני אבטח בך" – הדרך לחיים מלאי שמחה

סיכום: דרך החיים היהודית מול פחד

ישנם שני שלבים:

1. אמונה – לראות את המציאות כמתנהלת בידי ה'

- < אין אדם שנוגע במשהו שלא נגזר עליו.
- < אין אירוע שאינו מתוכנן בהשגחה פרטית.
- < הקב"ה טוב ומנהיג את העולם ברחמים.

2. ביטחון – לחיות בתחושת ודאות בטוב

- < הבוטח מושך עליו חסד אלוקי.
- < הביטחון הוא תודעה המעלה את האדם מעל גבולות הטבע.
- < "תחשוב טוב – יהיה טוב."

וכשם שהפחד משתק – הביטחון משחרר. הוא מחדש שמחה, מנקה את הראש מדאגה, ופותח לאדם חיים בהירים יותר. "ואני אבטח בך" – זו הדרך לחיים מלאי שמחה, נחת וברכה עד בלי די.