

תשובת העין כמקור לתשובה רגשית

1. סיבת החולי והמוות

אמר רב בעין הרע מתו (סנהדרין צג, א)

2. סדר החולי והרפואה

השמן לב העם הזה ואזניו הקפד ועיניו השע פן יראו בעיניו וקאזניו ישמע ולקבו יבין וישב ורפא לו (ישעיהו ו, י)

3. שינוי בראיה וסליחה

ורפא - רפואת הנפש והיא הסליחה וכן כתוב רפאה נפשי כי חטאתי לך (רד"ק, שם)

4. נראות כמקור לראיה

שלוש פעמים בשנה יראו כל זכורך את פני ה' אלוהיך במקום אשר יבחר בך המצות וכתב השבועות וכתב הספוד ולא יראו את פני ה' ריקם: (דברים טז, טז)

5. העין המושפעת והמשפיעה

ש"מ היזק ראייה שמיה היזק (בבא בתרא ב, ב)

6. יש בחירה בראיה

דע, שהעבירות והמצוות התוריות אמנם תמצאנה בשני חלקים מחלקי הנפש, והוא החלק המרגיש והחלק המתעורר (שמונה פרקים, ב)

7. פתרון א': תתחבר למעשיך כאן ועכשיו

האי מאן דעייל למתא ודחיל מעינא בישא לנקוט זקפא דידא דימיניה בידא דשמאליה וזקפא דידא דשמאליה בידא דימיניה ולימא הכי אנא פלוני בר פלוני מזרעא דיוסף קאתינא דלא שלטא ביה עינא בישא שנאמר בן פורת יוסף בן פורת עלי עין וגו' אל תקרי עלי עין אלא עולי עין (ברכות נה, ב)

8. ב': מצות ה' ברה מאירת עיניים

והכח המעשי כשיהיה משוכלל כל צרכו ישים מקום להשלים ביותר את כל הקניינים השכליים. אז ימצא האדם את מטרתו בחיים ישר בעולמו הפנימי, ונפשו תדבק ביראת יוצרה... אז תהיה נפש רוממה הרבה יותר, מאותה המדרגה הפחותה של תליית מרכז חייה רק על פי המבט של עולם החיצוני והשפעה של זולתו, שמזה באים רוב הקלקולים הנהוגים בחיים המורגלים, גם יהיה כל כבוד נפשו פנימה. ומתוך שימצא את האושר האמיתי ומנוחת הנפש בעולמו הפנימי, לא יהיה משועבד להשפעה החיצונית של הבריות הסובבות אותו, ועם זה יהיה מתעלה משליטה הרע החיצונית, הפועלת בפועל על אלה הנפשות הנמוכות והחלושות. (עין אי"ה, שם)

ועוד: התבוננות, ק"ש על המיטה, להיכנס לעולם הסיבות של הזולת.