

COGNITIVE RESTRUCTURING

Background

The Ibn Ezra seems to be dealing with a fundamental question here, yet he doesn't seem to answer it. The question is, "How can I possibly not desire that which I see as beautiful?" His answer is that I should know that I can't obtain that which HASHEM has decreed for others.

Questions

Anyone who has ever worked on himself knows that one of the most powerful instincts in man is desire. And we know that one of the most difficult areas for a person to truly develop is *bitachon*, the knowledge that everything comes from HASHEM. So it would seem that the Ibn Ezra is telling us to use one of our weakest tools, *bitachon*, to fight one of the strongest tools of the *yetzer harah* - desire. Why is this weak tool the one to use to help a person in the fight against one of the most powerful drives in man?

And even more to the point, how does knowing that I can't have something prevent me from wanting it? We know that oftentimes it is just the opposite. Because it is forbidden, that makes me want it even more.

ספר שמות פרק כ

יד לא תחמד בית רֵעֶךָ לא תחמד אִשֶׁת רֵעֶךָ וְעַבְדוֹ וְאִמְתּוֹ וְשׁוֹרוֹ וְחֲמֹרוֹ וְכֹל אֲשֶׁר לְרֵעֶךָ

Do not covet the house of your friend; do not covet the wife of your friend, or his slave, or his maidservant, or his cow, or his donkey, or anything that is his.

אבן עזרא על שמות פרק כ פסוק יד

יד לא תחמוד - אנשים רבים יתמהו על זאת המצוה. איך יהיה אדם שלא יחמוד דבר יפה בלבו כל מה שהוא נחמד למראה עיניו. ועתה אתן לך משל. דע כי איש כפרי שיש לו דעת נכונה והוא ראה בת מלך שהיא יפה לא יחמוד אותה בלבו שישכב עמה. כי ידע כי זה לא יתכן. ואל תחשוב זה הכפרי שהוא כאחד מן המשוגעים שיתאווה שיהיו לו כנפים לעוף השמים. ולא יתכן להיות כאשר אין אדם מתאוה לשכב עם אמו אע"פ שהיא יפה. כי הרגילוהו מנעוריו לדעת שהיא אסורה לו. ככה כל משכיל צריך שידע כי אשה יפה או ממון לא ימצאנו אדם בעבור חכמתו ודעתו. רק כאשר חלק לו השם. ואמר קהלת (לאשר) [ולאדם שלא עמל בו] יתננו חלקו. ואמרו חכמים בני חיי ומזוני לאו בזכותא תליא מלתא אלא במזלא. ובעבור זה המשכיל לא יתאוה ולא יחמוד. ואמר שידע שאשת רעהו אסרה השם לו יותר היא נשגבה בעיניו מבת מלך בלב הכפרי על כן הוא ישמח בחלקו ולא ישים אל לבו לחמוד ולהתאוות דבר שאינו שלו. כי ידע שהשם לא רצה לתת לו. לא יוכל לקחתו בכחו ובמחשבותיו ובתחבולותיו. על כן יטח בבוראו שיכלכלנו ויעשה הטוב בעיניו

Many people wonder about this mitzvah. How is it possible that a man should not desire something that he feels is beautiful. [To answer this,] I will give a moshol. A simple villager with a good mind when seeing a princess will not desire to be with her, even though she may be beautiful, for he knows this will never happen. This villager will not fantasize like an insane person that he will sprout wings and begin to fly.

So, too, any intelligent person has to realize that a beautiful woman or money doesn't come to a man because of his wisdom or knowledge, but rather in accordance with what HASHEM has decreed. Therefore, an intelligent person will not desire or covet [what is someone else's]. To him, another man's wife will be more removed than the princess was from the villager because he understands that whatever HASHEM does not want to give him cannot be gotten.