

בס"ד **פוע"ה** - פוריות ורפואה עפ"י ההלכה.
מכון פואה Puah Institute - Fertility and Medicine in Accordance with Halacha

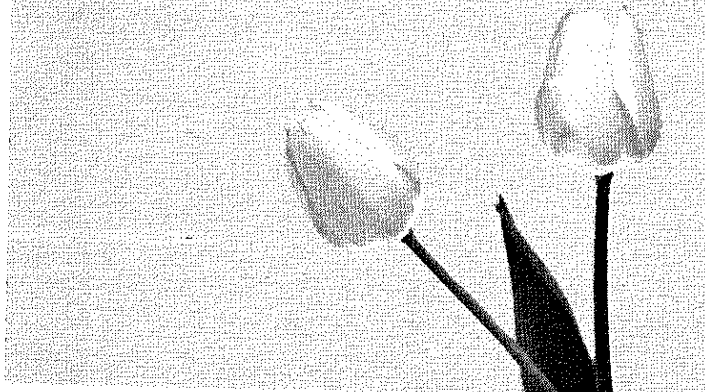
היחידה להלכה יישומית

רחוב קהילת סלונקי 7
 גאות אפקה
 תל אביב 69513
 טל: 03 6477 898
 פקס: 03 6470 319



המתבגר בעיבור הדתי

מדריך הלכתי מעשי



לא למכירה

פנימי

דפי עזר לשיעורו של:
 הרב מנחם בורשטין

כ"ה אייר תשע"א

רח' עזריאל 19, ג. שאול, ירושלים 95477, טלי 02-6515050, פקס, 02-6517501
 19, Azriel St. Givat Shaul, Jerusalem 95477, Tel: 02-6515050 Fax: 02-6517501
 דואר אלקטרוני: E-mail: info@puah.org.il אתר: Site: www.puah.org.il

תוכן עניינים

1	דף עדכון מכון פועיה
2-5	שמירת העניינים—הרב יעקב אריאל
6-10	הדילמה שביצר—הרב פרופ' יהודה לוי
10-11	דיני איסור הוצאת זרע לבטלה—הרב עזריה אריאל
12-18	שמירת הברית—באור ימינו—הרב יחיאל פאוסט
19-22	עקרונות הטיפול הנפשי בתופעת אוננות הבנים—ר' ד"ר אהרן רבינוביץ
23-26	יסוד יוסף—הרב יגאל אבן דנאן
27-37	טהרת הבית—הרב שלמה אבינר
38-46	אשיב ממצולות—הרב יהושע שפירא
47-49	מתוך החוברת "יד שלוחה"
50-51	גירויים ומעצורים—בשטח שבינו לביתה—הרבנית רחל נריה
52-53	חברות בין בן ובת על פי ההלכה—הרב שלמה אבינר
54-55	קדושים תהיו—הרב שמואל כ"ץ
56	סימן נ"א—שול"ת אדרת תפארת—הרב אברהם דורי
56	תשובה לחטא שלל—הרב חיים דוד הלוי
57	שער ותוכן העניינים של חוברת שול"ל בהוצאת מכון פועיה
62-63	מכתב מבחור לרב מנחם בורשטיין ותשובת הרב
64	עצת נפש—מרכז סידע טלפוני עבור נערים מתבגרים ומבוגרים הנמצאים במצוקה
64-66	האפשרויות הניצבות לפני בעל הנטיות ההפוכות
67	יעוץ רוחני ראשוני לצעיר דתי בעל דחפים הומוסקסואליים—ד"ר יואל ב. ולחוסקי
68	הגשת תלונה על הטרדות ותקיפה—חמש נקודות להחלטה—הרב אריה כ"ץ
69-71	מתי זה נורמלי ומתי זה לא? - גב' טליה אתגר
72	ולס להגנת הצומח—גב' נעמי שמר
73	תפילה על חינוך הילדים—השל"ה הקדוש
74-76	המתבגר בציבור הדתי—מדריך הלכתי מעש/נקודות סיכום וחזרה—הרב מנחם בורשטיין



א. המחלקה ליועץ ודבונה בתחומי הנגיףולוגיה והפוריות-שירות חיום לכל פוגה היזע הרפואי וההלכתי חוב שנצבר במכו ומערכת הקשרים המסועמת עם גדולי הרבנים והרפאים מאפשר לזוג ליהנות מהיתרונות הבאים:

1. יעוץ והכוונה בדרך הקצרה לאבחון הבעיה ופתירתה
2. חסכון במשאבים: הנחות בבתי חולים, הפניה ישירה לעיבוד חירופאים בדרך הקצרה והיעילה ביותר, מידע על הזכויות הקיימות במערכת הבריאות
3. המינבה וספר נפשיים, תוך עידוד הוזג לאורך כל שלבי הפוטל
4. מעבה הלכתי מחאים לכל בעיה, ע"פ גדולי הפוסקים או ע"פ כשירותן חרב הפוסק של הוזג
5. השתתפות המכון בזמי עין וכנסים מרענים מאפשרת העברת אינפורמציה עדכנית לזוגות, כאשר נמצא מתוון לבעיותם.
6. במערכת היועץ 10 רכנים בחמש מחלקות: עברית, אנגלית, צרפתית, ספרדית ואודיש.

ההחלץ המורכב והערץ בדפריית מבחנה מחייב על פי ההלכה השגחה קפדנית, למניעת טעות אנוש אפשרית. בשנים האחרונות מנעה המערכת 34 טעויות.



- בזמנה מראש וללא תשלום.
שירותי ההשגחה ניתנים גם באר"ב, צרפת, אוסטליה, קפריסין, רומניה, קיביה וצ'כיה, וכן בנמלות אפשריות נוספות.

הדרת חתנים וכלות	קורסים לדבני חוץ
קורסים לאחיות להכשרתם כבדיקות בטחון המספחה	זמן עיון לתלמידים במערכת החינוך
זמן עיון והדצאות לדבנים	זמן עיון והדצאות לרופאים
זמן עיון והדצאות לעיבוד הרחב בתחומים נרחבים	שיעורים לכוללים בהלכות נדדה
	מחלמה מיוחדת לנשואי כשרות

ה. בית מדרש טוע"ה
כולל לאברכים - להכשרת רבנים משייכים

מלבד ראש המכון הרב מנחם בורשטיין-שליט"א משיבים הרבנים (לפי סדר א-ב).

ניתן לפנות לדבנים המשיבי'ם, בעיקר בין השעות 10:00-17:00

ניתן לפנות לדבנים המשיבי'ם, בעיקר בין השעות 10:00-17:00

- הרב יוסף איתן שליט"א - רב בשכונת פתת ואב י"ם ובבית אל.
הרב אליעזר אלטשולר שליט"א - רב הישוב סוכיאל
הרב יונתן אלון שליט"א - רב הישוב כבכ השחר
הרב גבריאל גולדמן שליט"א - רב הישוב כפר ארזים וראש היחידה לדוברי ספרדים
הרב בנימין דוד שליט"א - רב קהילת מרכז הקהילה בסוכיאל השחר, ראש הוועידה לדוברי צרפתית
הרב אליהו האשון שליט"א - חבר בית מדרש "זלחה ביהוד"ה
הרב נפתלי יצחק - ראש כולל קנטו סטי (לשעבר) וראש היחידה לדוברי אנגלית
הרב מרדכי כהן שליט"א - י"ם ביישוב חורב
הרב אריה כ"ץ שליט"א - חזן, מבוא חורון
הרב אליהו לואיס שליט"א - המחלקה לדוברי אנגלית
הרב יצחק גיסס שליט"א - ראש ישיבת "אלישע"
הרב יהודה (אורי) טר שליט"א - מ"צ ביהודס
הרב לאור שבע שליט"א - רב בגבעת התרומה שבגבעת אליהו, חדרה

	המאון הרב דוב זיסמן שליט"א		ההגנים הראשיים לישראל שליט"א בעבר ובהווה
	המאון הרב נחמן הרצוג שליט"א		המאון הרב משה הלברשטאם זצוק"ל
	המאון הרב עובדיה יוסף שליט"א		המאון הרב מאיר ברינסדורפר זצוק"ל
	המאון הרב יצחק הולברשטין שליט"א		המאון הרב מרדכי אליהו זצוק"ל
	בית ההוראה של המאון הרב זלמן שליט"א		המאון הרב שלמה זלמן אוירבך זצוק"ל
	המאון הרב זלמן נחמיה גולדברג שליט"א		רבני ערים וישובים מוסקס ואמ"רים בארץ ובחוצ"ל
	המאון הרב יעקב ארי"א שליט"א		רבני תפ"ז שליט"א
	המאון הרב יוסף שלום אלישיב שליט"א		הרבנים הראשיים לישראל שליט"א

[illegible]

הנאוי הרב אשר לא שקנה שפירא זצוק"ל

American Friends of Puah
POB 30998 Brooklyn, NY 11230-2998
Tel: 718-3360803
Fax: 718-3360683
e-mail: friends@puah@hotmail.com

סדר המאמרים

13

הקדמה

חלק א'

19 הרב יוחנן דוד סלומון

23 מתוך "יד שלוחה"

68 הרב יוחנן דוד סלומון

73 ראיון עם הרב יעקב אריאל

79 הרב שלמה וולבה

82 רבי יצחק הומנר זצ"ל

85 הרב פרופ' יהודה לוי

94 רבי חיים פרידלנדר זצ"ל

97 הרב משה צוריאלי

102 הרב שלמה אביד

113 רבי חיים פרידלנדר זצ"ל

121 בהדרכת הרב"י נויבירט

124 רבי נחמן מברסלב זצ"ל

חלק ב'

129 מתוך "יד שלוחה"

148 ראיון עם הרב יהואל פאוסט

161 הרב פרופ' דן יוסף ברנר

163 רבי יעקב קנייבסקי זצ"ל

169 הרב שלמה אביד

198 הרב ישראל הם זצ"ל

208 העורכים

212

חלק ג'

נספח להורים ולמחנכים - השעה מאמרים

שלמי תודה * כתובת הכותבים

וְהָיָה קְדוּשָׁה

אסופת מאמרים בעניין שמירת הברית נוכח אתגרי ימינו

בעריכת

יצחק אבן דניאל ודניאל נאמן

עורך ירושלים התשע"ט

מהדורה שלישית מתוקנת ומורחבת: מנחם-אב התשע"ט

שמירת העניינים

ראיון

ש. רבים הם המסתפקים בעניין איסור הראייה "ולא תתורו". מהו האיסור ומהם גדרי המרוקנים - על אלו מקומות, על מי הוא חל וכדו'?

ת. הדברים הם די פשוטים; חז"ל אומרים שטפח באשה ערוה, כל הסתכלות במקום שצריך להיות מכוסה - אסורה. זו הגדרה פשוטה.

ש. הסתכלות אסורה דוקא כשהיא על מנת ליהנות, או אפילו הסתכלות בעלמא (סתם)?

ת. יש להבחין בין ראייה להסתכלות. זאת הבעיה החמורה ביותר בדורנו. אדם הולך ברחוב, ואי אפשר שלא יראה. אמנם שמעתי על אנשים המורידים את המשקפיים שלהם כשהולכים ברחוב; אך זה לא מעשי לכל אחד ואחד, וכבר חז"ל קבעו, שדבר שנעשה בלי כוונה אדם לא נאשם עליו. אם כי ודאי שרצוי להמנע ממקומות שבהם התעורר גודל יותר, כמו שפת הים - שאי אפשר לומר שזה שלא בכוונה, כי אתה הולך למקום שבוודאי הלכוש שם לא צנוע, וכן בשאר מקומות בהם אי אפשר לומר שלא התכוונתי. אבל ברחוב אדם אינו הולך בשביל להסתכל, והבעיה בימינו היא שכל המערכת של האופנה ושל האידה התרבותית - או נכון יותר, התת תרבותית - הבאה לכאן מיני מקומות בעולם, מתכוונת למשוך את האדם להסתכל במקום שלא היה צריך לראות, ואנו משתדלים שלא להסתכל ורק ללכת ברחוב, ומה שהאדם רואה לתומו התורה לא אסרה, ולא דיברה תורה למלאכי השרת. אבל לכתחילה להסתכל ולעניין בדבר שאסור לראות - זה בוודאי שאסור. למרות שקשה מאד שלא להכשל בדברים אלו, אבל כשאדם יודע שעליו לפחות לצמצם זאת, יש סיכוי שיעמוד בכך.

ש. מהו הקשר בין ענייני צניעות לעניין "שמירת העניינים" שכל כך החמירו בו חכמים?

ת. הא בהא תליא. החוכה של הצניעות מבחינה אחת, היא כדי שאנשים לא ייכשלו בענייניהם. בעצם התורה לא אסרה על האשה ללבוש בגד לא צנוע; עיקר האיסור הוא שהיא לא תכשיל את האיש במראה עיניו. ומבחינה שנייה כעומק הדברים אין ספק שצניעות זה עניין של תכונות נפש. חז"ל אומרים שישראל צנועים הם. המושג צניעות הוא חופעת טבע, גם אם אדם אינו רואה איש סביבו, גם אז הוא חייב להתנהג בצניעות, וכך

גם אומרת ההלכה. לכן אלה שני עניינים מקבילים. צניעות מצד עצמה, גם כשאינו אינו רואה, והשני - כדי שלא להכשיל אחרים.

ש. מדוע מייחסים לעניינים חשיבות גדולה כל כך?

ת. הגמרא אומרת ששני סדורים יש לעבירה - העין רואה והלב חומר. העין והאוזן הם שני כלי התקשורת של האדם, תקשורת שהיא שלילית או חיובית. העין היא די סלקטיבית. יש מדרש נפלא הן בעניין העיניים והלב; מה גורר את מה: העין את הלב או הלב את העין? והמדרש אומר שהלב קודם לעין. ברמה מסוימת, הלב מכין את העין. אצל אנשים גדולים מקובלנו שהעין רואה סלקטיבית. יש בכוח חינוך אמיתי להביא לכך שאדם לא יראה מה שלא צריך לראות.

ש. מהי השפעת הראייה על נפשו של האדם?

ת. הראייה היא הכלי החשוב ביותר, שבאמצעותו יודע האדם מה קורה בעולם, ומודעות האדם יכולה להיות חיובית או שלילית. במידה והאדם קולט מידע שלילי הוא גורם לעצמו תודעה שלילית. אם אדם מכין את ראייתו לדבר שלילי הוא מוריד בכך את רמתו הרוחנית. אדם שיש לפניו מטרות, אדם ערכי, המחפש דבר מה ברחוב - הוא מחפש את הדבר בלבד. ואילו אדם שיפס מחפש דברים אחרים ואינו מתרכז בעיקר, ומשתמש בעין לדברים שליליים.

ש. האם הדבר פוגם בענייני קדושה בנפשו?

ת. וודאי וודאי. כאשר האדם משתמש בעיניו לדברים שליליים, הוא מוריד את רמתו המוסרית לפחיתות נפש. ככל שהאדם רואה דברים יותר חיוביים, הוא מעלה את רמתו, וככל שהאדם רואה דברים יותר שליליים, הוא מוריד את רמתו. אין ספק שדרגתו הרוחנית של אדם נבנית מכת ראייתו.

ש. האם ייתכן להחיר היום, לעומת ימי חז"ל, דברים בעניין ההסתכלות, מתוך הטענה הרווחת: אני כבר רגיל בזה ואיני מתגרה מכך?

ת. אם זה נכון, אז מדוע יצרני האופנה דואגים כל כך לגרות את האדם? כנראה, שאנשים לא כל כך רגילים... וגם אם רגילים הם עדיין מתגרים... ש. אבל ייתכן שהגדרים השתנו מאז?

ת. יש דברים שאכן תלויים במקומות; לגבי זרועות ורגליים, זה תלוי במקומות שנהגו לכסות וכו', אבל בדברים אחרים, שחז"ל קבעו שהם מוחלטים, לא יעזור שום דבר, גם אם האדם סבור שהוא רגיל. תסלחו לי, אבל הדבר דומה לאדם העובד בביב שופכין ומנקה אותו ורגלי בריח, והוא קהה רגשות ולא מריח את הריח. הוא קולט את הריח גם שם, אבל נדמה לו שעי' ההרגל זה אינו ריח רע. יש דברים יחסיים כמו שיעור באשה, שמזכיר "ערוך השולחן". הוא אינו מתיר לכתחילה, חלילה, אלא אומר שבמקומות שהנשים נפרצו כדבר זה ואינן מכסות את ראשן אין זה

ערוה חמורה כל כך. הסיבה לכך היא, שהשיער לכשעצמו אינו ערוה בעצם, והראיה - שלפניות הותר הדבר. התורה חיבה אשה נשואה לכסות את ראשה ורואה בפריעת שיערה ערוה. כלומר, מצות התורה היא שעשתה את השיער לערוה. ולכן כשאשה אינה מכסה את ראשה היא אמנם עוברת על מצות מן התורה וגורמת לכך ששיערה יהיה ערוה, אך כיוון שהשיער אינו ערוה מצד עצמו, במקום שנפוצ הדבר, ההרהור אינו חמור כל כך כמו ערוה רגילה, ומותר לקרוא קריאת שמע מול שיער זה. אולם אין כאן היתר, כמובן, לגלות את הראש. אך חלקי הגוף האחרים, חוץ מדייטס ורגליים, אלו ערוות מוחלטות, ותורה זאת לא תשתנה. הקב"ה ברא את האדם כך שיהיו דברים שיגרמו לו לרגישות מסוימת והדברים מאד מורכבים. הקב"ה ברא את האדם כך שיתייחס לגוף של אשה בשונה מלשאר דברים. המטרה היא לצורך דברים שונים, כמו: פרו ורבו, יחסים בין איש לאשה, ואלו מטרות חיוניות; וכשהדבר נעשה למטרות פסולות זה המור מאד. העובדה שאנשים מחפשים את זה ושנשים מתבלשות בכוננה בצורה כזו מוכיחה עד כמה אמור חכמים נכון את נפש האדם. וכאן הדבר חמור עוד יותר, כי יש כאן שני דברים שהם תרתי דסתרי: מצד אחד רצת התורה שאדם יהיה נאמן לאשתו, ומאידך אותו גורם משיכה עלול להטותו לנשים שצריך להתייחס אל האשה כאל אישיות, ולא כאל כושהגשים טוענות שצריך להתייחס אל האשה כאל אישיות, ולא כאל בת מין אחר. הייתי מצפה מן הפמיניסטיזם, שיישמו בראש מאבקן לבוש צנוע לאשה כדי שיתייחסו אליה כאישיות ולא כלמין אחר. כאשר פמיניסטיזם לובשת לבוש לא צנוע היא סותרת את עקרונותיה, כי לא אכפת לה שיתייחסו אליה יותר כנקבה מאשר כאישיות. אגב, יש ביניהן רציניות שאכן אומרות שעל האשה להתלבש בצניעות.

ש. יש מאמרי חז"ל הנראים כמוגזמים אל מול המציאות התרבותית: "כל המסתכל באצבע קטנה כאילו הסתכל במקום התורף" וכדומה. והרי ודאי יש הבדל בין המקומות, ומה עוד שהתורה לא צייתה על האשה לכסות את האצבעות?

ת. נכון שחז"ל דברו פעמים רבות בלשון גוזמא, אך הם רצו להראות לנו את חומרת העניין, כי בדברים אלה אם יאמר אדם: הכל מותר חוץ מדבר אחד, הוא עלול להכשל גם בדברים חמורים יותר. לכן בהלכה אין הבדל בין דברים קלים יותר לחמורים יותר, וכדי שלא יעבור על דברים קשים נאמר גם על הקלים שהם קשים להרגיש את חומרת העניין. אי אפשר לומר שנבעיז מעט קוצים וגשמו על היער שלא יישרף, ולכן כל כבאי יאמר לך ששריפת קוצים כמוה כשריפת יער - למרות שזה לא אותו דבר, כיון שאיש היורע מה היא אם ומדי חומרתה ימנע גם תקלות קטנות.

ש. אך מתוך כך לא באו חז"ל לחייב כיסוי אצבעות?
ת. נכון, לא מחמירים במקומות שמשתמשים בהם וגם לא במקומות שאינם מכוסים תמיד, כי זה לא גורם את אותה החוושה שהתורה מדברת עליה.

ש. מצד שני, מי שמחפש תחושה כזו, ימצא אותה גם באצבע?
ת. זה נכון, אבל זו כבר בחינת סטייה שיש בו, ומקרה כזה הוא חמור מאד; אבל רוב בני אדם בנויים בצורה כזו, שהרגליו לראות אצבע של אשה זה דבר שאינו אסור. כמובן, יש להבחין בין ראייה להסתכלות. כיוון שיש איברים כגוף שבוך כלל גרמים אין בהם איסור ראייה, אבל להסתכל בהם - לחפש בהם משהו מיוחד המאפיין את אותה אשה - זה באמת דבר בעייתי. אם אנן האצבע מהווה גירוי לאדם מסוים כמו מקום אחר הרי שאסור לו לראות שם, וזהו ההבדל בין ראייה להסתכלות, כשבוך כלל ראייה לא גורמת בעיה כזו.

ש. אולי כדי שלא להכשיל אף אחד נאסור לגמרי הסתכלות, כמו שאומרת הגמרא במסכת עבודה זרה שאפילו בפניה אסור להסתכל?

ת. זה אמנם מה שאמרו, שאסור להסתכל בכל הנשים אפילו ברווקה. כמובן שרווקה אי אפשר היה לאסור כמו נשואה, כיון שצריך גם לראותה כדי להתחתן עימה. ראייה שנועדה לצורך דיבור סתמי מותרת; כל ראייה הנובעת מצורך שימושי ונורמלי - מותר. כיון שזה דבר בלתי נמנע לא אסרה זאת התורה. יתירה מזאת, אנשים, כגון רופא, שצריך תוך כדי עבודתו להסתכל במקומות מכוסים, בשבילי זה כמו ראייה, כי הוא מסתכל לצורך ראייה ולא לצורך דבר אחר. אנו רואים בהלכה את ההבדל בין ראייה ערכית שנצרכת, לבין הסתכלות לצורך יצרים. חז"ל גם אמרו שדברים שבוך כלל גלויים לא גורמים לבעיה, ואדם מתייחס אליהם לא כדבר יצרי אלא כדבר הקשור למציאות. אך מקומות שצריכים להיות מכוסים על פי ההלכה, אפילו ראייה בעלמא אסורה.

ש. לא אחת שומעים אנשים שטוענים: אני משתדל באמת, אך מה אעשה שעל כל צער ושעל אני נחלק בדבר ערוה. האם אפשרי בכלל ציווי על שמירת העיניים?

ת. כבר אמרנו שאפשר לצוות על שמירת העיניים, כי ברור כשמש, שבמקומות שבהם אנשים מסתובבים בצורה לא צנועה, כבחוף הים, אסור להסתובב. גם ברחוב יש בעיה, אבל לפעמים צריך להסתובב שם, ונוסף על כך, ברחוב לא כולם מסתובבים בצורה לא צנועה. כל העולם המודרני בנוי על גירויים, ועל כך שאנשים יסתכלו האחד בשני. כל התח תרבות הזאת בנויה הפוך משלנו. ואף על פי כן אי אפשר לומר שלא להסתובב לגמרי, ואם האדם עיוני והולך ברחוב לצרכים חיוניים, כגון לעסקיו, ולא

סתם להזין את עיניו, יש סיכוי שיוכל למנוע את הדברים האסורים. אני לא אומר שיוכל למנוע לגמרי, אבל לצמצם זאת צמצום גדול זה אפשרי, ובמיוחד כשהאדם שקוע בדברים שלו.

ש. אולי צריך לומר לאדם שיוזיק את משקפיו ברחוב?

ת. קשה לומר, כי לפעמים זה לא מעשי. או לגבי נהג, החייב לנהוג במשקפיים. אם אדם סבור שזה יעזור לו ייתכן שיש לזה מקום, אבל לפעמים בלי משקפיים יכול גם הדמיון לעבור. ולפעמים יותר...

ש. אבל להוריד את ראשו האדם צריך.

ת. זה תלוי היכן הראש נמצא. התורה דרשה מהאדם שלא יימצא במקומות אסורים, ושיפנה ראשו לדברים חיוביים, ואז פחות ישים לב לדברים האסורים. יש מספיק דברים טובים ברחוב להסתכל עליהם, פרחים, עצים, חלונות ראוות טובים. יש מידה של סלקטיביות בראייה, ואדם יכול להמנע מלהסתכל לכתחילה בדבר מסוים. ההלכה אומרת שמותר לאדם ללכת ברחוב במקום, שכלי כוונה הוא עלול לראות דברים. ההלכה לא חייבה למי שהולך ליד קטורת עבודה זרה לסתום את אפו, הדבר מוזכר בגמרא בפסחים כ"ה, שמי שאינו מחזיקין הדבר מותר לו.

ש. מהם ההנהגות לאדם החייב לבוא כמגע עם סביבה בה אין נשמרים כללי הצניעות?

ת. הדברים ביסודם די פשוטים, כמו שאומר הרמב"ם, ככל שאדם שקוע יותר בתורה ובדברים חיוביים כך הוא פחות שקוע בדברים אלו. אי אפשר לגרש את התוהו במקלות, אלא ע"י התמלאות בדברים חיוביים. הרמב"ם מדבר על לימוד תורה, ומעניין שהמהר"ל בדרך חיים מדבר על עיסוק במלאכה. כנראה מדובר על שני סוגי בני אדם: הרמב"ם מדבר באדם המסוגל להשקיע עצמו בתורה, והמהר"ל מדבר גם על יהודים שאינם מסוגלים להתעסק רק בדברים אינטלקטואליים. המהר"ל אומר שיש שני יצרים באדם - יצר עבודה זרה ויצר עריות, וכנגד יצר עבודה זרה עומדת התורה, וכנגד גילוי עריות - המלאכה. כשאדם עסוק במלאכה ובדברים חיוביים וערכיים, הרי שבאופן טבעי הוא מסית את דעתו, וזהו הפתרון. לומר לאדם לא לקרוא אי אפשר, אלא שיקרא דברים חיוביים, יש גם עיתונים וספרים טובים. נכון שהיום, לצערנו, הדבר אינו פשוט.

ש. איזה סוג של לימוד תורה ממליץ לבחור, הרוצה להתחזק בלימוד תמידי של שמירת העניינים, ולאדם הרוצה לתקן את אשר פגם?

ת. בשם הגר"א מובא שהתיקון לדברים אלו אינו חייטוט כמה שהיה, אלא לימוד תורה בכלל. גם מי שנכשל בעבירות חמורות מאד, ואפילו קרוב למזיד, הפתרון הוא לימוד תורה שמכפר על הכל (רי' חיים מוולוז'ין בשם הגר"א). לכן כל לימוד תורה שהוא מועיל; מה שמעניין אותו. אין אדם

לומד תורה אלא במקום שלבו חפץ, מי שחפץ בניקיון שילמד נויקין. אורח חיים, תנ"ך או מחשבה. אסור לומר לאדם ללמוד במקום שאין לכו חפץ, כי אז הוא ישתעמם בלימוד ויחפש דברים אחרים, ואילו כאשר הוא לומד מה שמעניין אותו הוא נמשך ללימוד ומתוך כך יפתור את בעיותיו.

רבי מיישא בר בריה דרבי יהושע בן לוי אומר: כל

הראה דבר ערוה ואינו זן עיניו ממנו, זוכה ומקבל פני

השכינה, שנאמר: 'ועוצם עיניו מראות ברע' (ישעיה לג) מה

כתיב בתורה: 'הוא מרומים ישכון' ובתנ"ך: 'מלך ביפו'

תחזנה עיניו' (שם).

(דוד איץ רבה פרק א)

אמר רבא מקובלים אנו, שאין יצר הרע שולט אלא במה

שעיניו רואות.

(סוטה ח)

כשמתגברים על האדם מחשבות רעות והרהורים, והוא

מתחזק ומתגבר עליהם ומנצח אותם, יש להקדוש ברוך

הוא תענוג גדול מזה, והוא יקר מאד בעיני השם יתברך.

הכלל שאי אפשר בשום אופן בעולם שיהיו שני מחשבות

ביחד בפעם אחת. על כן בקל יכין לגרש מחשבות רעות,

רק בשב ואל תעשה, דהינו שלא לחשוב אותו המחשבה,

רק לחשוב איזה מחשבה אחת: בתורה או עבודה או

אפילו משא ומתן, כי אי אפשר שיהיו שני מחשבות ביחד

בשום אופן. וכבר מבואר במקום אחר (לעיל בסי' עב), שאין

צריכין לעשות מלחמה ולנענע ראשו אנה ואנה כדי לגרש

המחשבות רעות, כי אין זה מועיל כלל, אדרבא, על ידי זה

מתגברים יותר, רק לבלי לחשוף עליהם כלל, רק לעשות

את שלו במה שהוא עוסק, בתורה או תפלה או משא

ומתן, ולבלי להסתכל לאחוריו כלל, ועל ידי זה ממילא

תסתלק.

(ליקוטי מוה"ר סי' רלג)

הראוי יש גנאי. חלילה מזה. כי החיבור נקרא ידיעה... שאילו לא היה בדבר קדושה גדולה, לא היו קורין לחיבור ידיעה". ובהמשך דבריו שם מביא הרמב"ן את דברי אריסטו שחוש המישוש הוא חרפה לנו. ומשיג "שיש במאמרו זה שמץ מינות שאינו מורגש... אבל אנו... מאמינים שהשי"ת כל דרכיו משפט וטהרה ונקיות, ונמצא שהכיעור הוא בא מצד פעולות האדם".

הדרך להגשמת הפוטנציאל

נשאלת השאלה, איך נדע לטפל ביצר זה שיהיה לנו לברכה ולא ח"י לקללה? חז"ל מסרו לנו כלל הנראה לכאורה מזה, אבל אם נדייק בו נראוי, נראה שבו שמונה תשובה לשאלה הגורלית הזאת.

"אמר הקב"ה לישראל: בני, בראתי יצר הרע ובראתי לו תורה תכלית"⁹. חבלין משמעותו דבר מה המטעים את המאכל לכל יהיה תפל. מתוך כך יש לתמוה, מדוע השתמשו כאן חז"ל בביטוי "תכלית". לכאורה היצר הוא מחלה שצריכים למצוא לה תרופה, ולא תכלית המטעים דבר לאכילה. האמנם מכשירה לנו התורה את היצר להנאה? אבל הם הדברים, ואמנם זאת היא כוונתם: "כמו שהתכלית מתקן המאכל לשבח, שיכול לאכול אותו שאינו פגום, כך התורה היא התכלית אצל חלמיד חכם שיכול לאכול, ולא יצטרך לסגף את עצמו, וניצל על ידו מיצר הרע"¹⁰. אין זה בגדר "רשות" גרידא. כל תענוג בעולם הזה הוא יצירת ה', וכדרך כלל יש לו תפקיד חיובי בחיי האדם.¹¹

לכן אמרו חז"ל¹²: "עתיד אדם ליתן דין וחשבון על כל שראתה עינו, ולא אכל" - אלא שצריכים להוסיף לו את התכלית. יש ללמוד היטב את התורה, כדי לברר בדיוק את התפקיד הזה ואת הדרך לטפל בו, שאם לא כן, קרוב לודאי שהיצר הרע יכשיל אותנו.

הבה נלמד מה מלמדת אותנו התורה לגבי תפקיד היצר הזה. העיון בתורה מלמדנו כי יעודו להיות מוקדש ליסוד המשפחה, לפיתוחה ולחזיונה. קיום משפחה הרי הוא כמו נס ממש. שכן כשם שפרצופיהם של בני אדם שונים זה מזה, כן גם דעותיהם שונות זו מזו.¹³ גם שותפות מסחרית גרידא לרוב מתקיימת רק בקושי, ואין תחזיק מעמד לאורך ימים שותפות הדוקה ומקיפה בחיי הנישואין?

כאן יתבטא כוחו של היצר. הוא יחזק את האהבה הקישרת את בני הזוג ועל ידו יולדו להם ילדים. בעזרתו יהיו האדם ואשתו לכשר אחד עד שחל עליהם הכלל ההלכתי: "אשתו כגופי"¹⁴. ומאחר והמשפחה היא יסוד האומה, הרי ההשתמשות ביצר להקמת משפחה בלבד יש בה מן הקדושה.

הרב פרופ' יהודה לוי

הדילמה שביצר

שינוי פני היצר

דורנו מצטיין בכך שאנשיו מסרבים להתמודד עם בעיות של אתיקה. בארה"ב ממאנים סרבני גיוס להתגייס בנימוק שהמלחמה היא דבר רע, ואין זה משנה להם אם מדובר בנסיין להשתלט על אומה אחרת או במאמץ להנצל מהשתלטות כזו. מאחר שאין בני דורנו מוכנים לקבל אלא קביעות מוחלטות ופשוטות, לא נשארה, כמעט, שום אתיקה בחייהם. בדרך כזה יקשה להבין איך פעולה מסויימת יכולה להיות האבטיפוס של עברה, ובו בזמן האבטיפוס של מצוה. אבל המוכן להתעמק בדברים יראה שאכן כן הוא.

במונח "יצר הרע" או "יצר" סתם, מתכוונים לעתים בספרות התלמודית לכל נטייה רגשית חזקה, אבל לרוב הכוונה היא ליצר המושך את הגבר אל האשה ואת האשה לגבר.¹ זהו מושג יסודי מאד בעולם המחשבה היהודי והוא גם מושג עמוק. עמקוהו מובלטת בכך, שהחיבור בין הגבר והאשה נקרא לפעמים "דבר מצוה"² סתם, ולפעמים "דבר עבירה"³ סתם. פעולה זו יכולה להיות מצוה אך גם עבירה. וכי יש דבר תמוה יותר?

היצר כשלעצמו אינו טוב או רע, בדין כמו שהחיים כשלעצמם אינם טובים או רעים. אפשר לקדש את החיים ולמלאם ערך עליון, ואז הם נעשים הדבר היקר ביותר, כמעט, שיש לנו. כמו כן אפשר לבזבזם או, חלילה, להופכם לקללה לעצמנו ולסביבתנו. כן לגבי היצר: אם נשתמש בו כהונן, הריהו ברכה עצומה - "טוב מאד"⁴, ואם לא, הריהו "רע" מוחלט⁵. ככלל אין דברים בעולם שהם טובים או רעים בעצמם. בכל דבר גנוז פוטנציאל לטוב או לרע, וככל שהדבר גדול יותר, גדול יותר הפוטנציאל שבו הן לטוב והן לרע. יצר המשיכה שבין המינים, הוא היצר החזק ביותר באדם, כדברי חז"ל "אין אפוטורופוס לעריות"⁶, כלומר: אין אדם יכול לבטוח באף אחד - כולל בו בעצמו - בענין הזה. ומאחר וזה חזק הוא, מובן שיש לו פוטנציאל אדיר.

כדאי להדגיש שגישת זו ליצר המשיכה שבין המינים שונה מן הקצה אל הקצה מן המקובל בדת הנוצרית. לפיה, היצר המושך את הגבר לאשה הוא רע כשלעצמו, ואדם המרגיש בתוכו את היצר הזה הריהו אדם שפל.

אצל כמה כיתות נוצריות אסור לכומר להתחתן. דעת תורה גורסת להיפך. הכהן הגדול ביום הכיפורים, שעליו להיות דוגמה לעמו, חייב דווקא להיות נשוי⁷. היטב לבטא זאת הרמב"ם⁸: "ואל יחשוב האדם כי בחיבור

קדושה משמעה התמסרות גמורה למטרה אחת, להוציא כל מטרה אחרת. ולכן נקרא השלב הראשון של החיתוך "קידושין".

לדברי הרמב"ם זו משמעות דברי הבורא: ¹⁵ "והיו לבשר אחד", שהאדם יחוש את עצמו קשור לאשה אחת, ורק דרך התקשרות זאת ירגיש את עצמו שלם. כל זה מצביע על "תיכנון" המכוון לקראת הקמת משפחות. אם נקח בחשבון גם את גילויי הסוציולוגיה, שתברה יכולה להיות יציבה רק אם היא מבוססת על משפחה בריאה, נחזה מקצת מן המקצת מחכמת הבורא, שהועיד ליצר תפקיד מרכזי במערכת חשובה זו.

צניעות

אם אמנם הענין כה קדוש וטהור, מדוע נדרש לנהוג כלפיו כל כך בצניעות? אכן, היא הנותנת. ככל שהדבר קדוש יותר, יותר פגיע הוא לטומאה. כיוון שבנקל ניתן לעבור משיא הקדושה לשפל המדרגה, אין לך ערובה טובה מן הצניעות. לשמירת הקדושה, יש לכסות בחושך את החלק הפיסי כדי שנוכל לחוש את חלק הרוחני. רק הצניעות יכולה לשמר למעשה זה את אופיו הנעלה, ולהצילו מלהפוך לאש אוכלת.

הסבר נוסף לחובת הצניעות מצאנו בדברי הרמב"ם ¹⁶ הכותב: "לגבי מעשה זה: 'אין ערוך אליו בכל מעשה בשר ודם כשיזופעל בכוונה טהורה וממחשבה זכה ונקיה, קדוש יאמר לו כודאי... נעשה לו האדם שותף עם קונו ומתדמה לו במעשה בראשית... כי מרוב גודל פני חשיבות זה (הפעולה) הוצרך לצניעות ביותר כדי שלא ישלוט בו עין רעה, וכעין שקרה לאבינו הראשון... על כן הוצרכו תולדותיו אחר כך להשמר מחמת זה ולנהוג בצניעות יתירה".¹⁷

אוי לי מיצרי ואוי לי מיצרי - הדילמה שביצר

בני אדם, כמו שאר בעלי חיים, נולדים עם יצרים ומאווים חזקים הדרושים לקיומם ולקיום מינם. אולם בעוד שבבעלי חיים יצרים אלו מוגבלים בטבעם ופועלים רק לפי מידת צרכיהם, הרי בבני אדם אין הגבלה טבעית כזו, וההגבלה מסורה להחלטתם האישית.

הגבלות אלה וקביעת תחומים לביטויי היצרים, מהוות אחד האתגרים הגדולים ביותר בחיי האדם כאשר הוא אדם ובאשר הוא חי בעולם הזה. הצלחת אדם בהתמודדות עם אתגר זה, היא אחת מאמות המידה הצלחתו בחיים. יש לציין שהגבלות מעין אלה אינן ציווי תורה ומוכרחות מבחינת יעוד ומוסר בלבד, אלא יש להן חשיבות גם מבחינת ההצלחה התברנית. בנוסף על כך, גם המציאות כופה עלינו הגבלות המונעות סיפוק תביעות

היצרים. מי שאינו שולט ביצריו ואינו נותן לשכלו לקבוע סדר עדיפויות ביניהם, סיכוייו לאריכות ימים הם קלושים.

מכאן שקיימים שלושה גורמים ראשיים הכופים עלינו להגביל את סיפוק היצרים: המוסר, השכל והמציאות. שלושתם יחד מהווים סכנה מסיימת לבריאות היצרים - או, אם תרצו, אתגר לשמירה על בריאות זאת. הסכנה הזאת טמונה בעובדה, שמניעת פעולת יצר מסוים, במיוחד אם הוא נעצר אחרי גירוי, עלולה לקוטעו או להחלישו. זה מה שאמרנו חכמינו: "כל המסתכל בערוה קשור נעוה"¹⁸. ופירשו שמדובר באיש שמרבה לחשוב על נשים האסורות לו ומתוך כך מעורר - ושוב עוצר בשטף, דבר הגורם לו להפסיד כח גברא שלו. גם הפסיכולוגים גילו שהתעוררות הנשאר בלתי מספקת, עלולה לגרום למעצור בהתפתחות היצר, לגיוונו, ואף להופעתו בצורה אחרת, לעיתים קרובות שלילית. נמצא, שאם היצר לא ייעצר, עלולה האישיות להפגע - או פגיעה גשמית ע"י התנגשות עם המציאות או עם החברה, או פגיעה רוחנית; ואילו אם נעצור את היצר, הוא עלול להיפגע; וזו בעיה רצינית, שכן היצר הזה כה חשוב להידוק קשרי היווה.

בעיה זו קיימת בדרך-כלל, והיא מחריפה לכאורה ככל שאנו שואפים לזמות גבוהות יותר במוסר. הפסיכולוגים נאבקים קשות עם הבעיה הזו, והציעו מספר פתרונות. הנפוץ והפשטני ביותר הוא המתירנות: הכל מותר, כל עוד נשמרות, במידת מה, זכויות הזולת. אבל, עם המשיכה הגדולה שיש לפתרון זה, מתברר שהוא גרוע ביותר. כי בעצם הוא התעלמות מן הבעיה. גם אם נתעלם לרגע מן הגורם המוסרי, עדיין נותרו שני הגורמים האחרים, והבעיה נפתרה רק חלקית, וכעד פתרון חלקי זה שלמנו ביקר. שכן, התעלמות מן הצד המוסרי עלולה להזיק, אפילו מבחינה חילונית. הא כיצד? הנבונים מבצלי המחשבה החילונית הסיקו, מתוך ניסיון, שהחברה בנויה על יסוד המשפחה, כאשר הרב המונע את התפרקותה הוא במידה רבה היצר המושך את בני הזוג זה לזה. וככל שהוא חזק ובריא יותר, הריהו מסוגל להיות ערבון בטוח יותר ליציבות המשפחה. כדי שהיצר ישרת את המטרה הזאת, חייב הוא להיות מכוון ומרוכז באופן בלעדי כלפי כן וזוג קבוע הקשור אליו בקשר של קיימא, שמטבעו תהיה בו יציבות והתמדה. כל פיצול של ביטוי היצר וכל הפניה לבני אדם אחרים, בהכרח יחלישו את כוחו להתחזק את המשפחה. לכן, ככל שישמר בני הזוג בהקפדה שלמה יותר את ביטויי היצר לפני חתונתם, כך תחזק יותר יציבות המשפחה שהם מייסדים.

עכשיו נמנה כמה מן הפגיעות האורבות למי שמאמץ את שיטת המתירנות. מודעות אלה תעזור לנו להבין למה החורה אסרה את הביאה מחוץ למסגרת הקידושין וכמה "ישרים פיקודי ה' משמתי לב".

א. התחברות כזאת באה, בדרך כלל, למילוי תאור גרידא (או להתגאות ב"כיבוש") וכענין זה, האשה עלולה להיות בעיני הגבר אמצעי לסיפוק תאוותו או גאוותו, ולא יותר. הפיכה לאמצעי סיפוק כעין זה, שוללת מן האשה את צלם האלוקים שלה, דבר הפוגע חמורות באישיותה; אולם נפשו של הגבר נפגעת גם היא לא פחות, כשם שנפגעת נפשו של כל הפוגע בחיבורו. ב. כל התחברות בין גבר ואשה ללא מסגרת הנישואין, או מחוצה לה, בהכרח פוגעת בבריות המשפחה שייסדו אחר כך. על ידי התחברות כזאת, הם משתמשים ב"דבק" העומד לרשותם לקשר זמני, וכאשר עולה הצורך ל"הדבקה" קבועה, ה"דבק" אינו יעיל כל כך.

ג. המתירות בעניני מין מזיקה אפילו אם מדובר בבני זוג שכבר החליטו להתחתן. הרי עדיין קיימת אפשרות (המתגשמת לעיתים לא כל כך רחוקות) שאחד מהם יתחרט, ואולי דווקא בשל ההתחברות בהתחברות כלי מסגרת הנישואין, התחברות שאינה מקודשת, ואשר לכן מגושמת היא. על ידי המנעות אפילו מהסתכלות יתר בארוסתו, מבטיח לעצמו בן הזוג שהינה יהיה עליו גם אחרי הנישואין.¹⁹

ד. אפילו אם אכן מתחתנים - ואף עשו כבר קידושין כדת וכדין - כל זמן שלא עשו חופה, החיבור מויק: "כלה בלא ברכה אסורה לבעלה כנדה".²⁰ שכן רק ברכות הנישואין מאהילות על הקשר שבין בני הזוג את הקדושה הנותנת לו את ערכו העצום, ורק הכתובה בה מתחייב הבעל כספית כלפי אשתו, מעניקה לקשר את היציבות שהיא חנאי ראשון לקדושתו.

לאמיתו של דבר, הענין עלול להיות חמור בהרבה. כל שתיארונו עד כה, נכון אפילו כאשר אין מדובר על איסורי אשת איש או נדה. באלה (ולפחות האחרון קיים בדרך כלל במקרים אלו) המצב חמור ביותר, כי לגביהם התורה מלמדת אותנו שהעובר "נכרת מעמו". מכל זה מתעלם הפסיכולוג, הממליץ על מתירות בענין הזה. יתכן שהוא נאלץ להציע כך כי אין בפניו כל דרך אחרת. בעקבות זאת הוא גם מוכרח לקבל את התוצאות המופיעות עם התפוררות המשפחה והשפעתה על הדור הצעיר, תוצאות המתבטאות בצורות שונות: במספר רב של גירושים, עבריינות נוער והתמכרות לסמים (על תופעות הלואי שלה) וכדומה. אך לנו יש מורשה נפלאה. הבה נפנה אליה ונבדוק את פתרונות התורה.

פתרונות התורה

הפתרון הנכון והשלם, והמוטבע בטבע, הוא הכוונה היצר לחכליתו - לקשירת קשר אישי קבוע ויציב דרך הנישואין. ולו התכוונו חכמינו באמרו: "בן שמונה עשרה לחופה"²⁰. בלי ציות לצו זה, קשה למצוא פתרון מושלם לבעיה. וכבר הזהירו חכמינו שמי שלא התחתן עד גיל

עשרים "כל ימיו בהרהורי עבירה".²¹ אולם הפתרון האידיאלי והטבעי הזה, אינו תמיד גם מציאותי. ולכן יש צורך בפתרונות משניים שגם בהם מורה לנו התורה את הדרך, ובהם נדון בהמשך. בנוסף לעצה להינשא מוקדם, מנחה התורה אותנו לפתרון בעיית היצר בשתי דרכים שהן ארבע: מניעת גירוי לשוא (כלומר גירוי שאין עמו סיפוק), והכוונת כוחותיו לכיוונים אחרים.

א. מניעת התעוררות היצר

כדי להבין את השלכותיה של התעוררות שווא של היצרים, נשוב ונעיין בגילויי הפסיכולוגיה. מעצור בהתפתחותו של יצר מתהווה בעיקר אחרי שהיצר התעורר ולא בא על סיפוקו. וכדיק מכך שומרת אותנו התורה. בשתי דרכים נצטוו להימנע מגירוי שווא של היצר. התורה מזהירה: "לא תקרבו לגלות ערוה"²². "אזהרה זו אוסרת עלינו כל קירבה שעלולה להביא לידי גילוי עריות".²³ וכך כותב ספר החינוך: "שלא נתעורר באחת מכל העריות והן קרובות ואשת איש ואפילו בלא ביאה וכו' שנאמר 'לא תקרבו לגלות ערוה'... אמר, לא תעשו שום קרבה שהיא הגורמת והמביאה האדם לגלות ערוה"²⁴ (כאן מדובר ב"קירוב כשר", כלומר נגיעה דרך חיבה²⁵). כתב הרמב"ם, שאפילו הסתכלות גרידא לשם הנאה, הרי היא אסורה בחיוב לאוין, כלומר, איסור מן התורה.²⁶

המעין במצוה זו מבין שתכליתה היא בבחינת סייג וגדר מפני איסור חמור, וכן התבטאו חז"ל: "איוהו סייג שעשתה תורה לדבריה, הרי הוא אומר 'אל אשה בנדת טומאתה לא תקרב'".²⁵ ונשאלת השאלה, הרי בדרך כלל התורה אוסרת איסורים מוחלטים בלבד ומוסרת לידי חכמים את הקמת הסייגים והתקנות, ואילו כאן קבעה התורה עצמה את הסייגים לאיסור ערוה. אין זה אלא שהקירבה לערוה דרך חבה גורמת למחקר נזק מוחלט: קירבה כזו מעוררת את היצר (אם טרם נפגם) ואז אין לאיש מנוס אלא לצאת נפגע באחת מן השתיים: או שהוא מתאפק, ועל ידי כך גורם מעצור ליצרו, או שהוא נענה לתביעות היצר, ועל ידי כך פוגם את נשמתו. מכאן שמעשה הקירבה גורם לנזק ממה נפשך, והרי הוא רע מוחלט, ומובן מדוע נאסר דווקא סייג זה בתורה.

אבל אין צורך במגע ממש כדי לגרום גירוי ליצר. ראייה גרידא די בה לעוררו התעוררות חזקה: "טוב מראת עינים מהלך נפש"²⁶. גם הרמב"ן ידוע היטב בפסיכולוגיה כגורם אדיר לגירוי היצר. והנה גם את אלה אסרה התורה במפורש. את המקרא "נשמרת מכל דבר רע"²⁷ פירשו חכמינו: "שלא יסתכל אדם באשה"²⁸ וכן, "שלא יהרהר אדם ביום ויבוא לידי טומאה בלילה". והסבירו בעומק הבנתם: "הרהורי עבירה קשים מן העבירה, והסימן לכך ריח הכשר"²⁹. (האם מהם למד פאבלוב? כאשר ערך

את נסיונותיו המפורסמים בעצירת רפלקסים, נתן לכלבים להריח כשר כדי לגרום בהם זרימת מיצי הקיבה!) הרי כאן גירוי, שבמקרה הטוב מושך אחריו את התסכול ואת המעצור ופוגע בבריאות היצר - והוא עלול למשוך אחריו גם דברים הרבה יותר גורעים.

במיוחד היום, כאשר גירויים שונים מושכים את האדם מכל צד, דרושה עידנות מיוחדת שלא להיכשל באיסור זה, עידנות לגבי ספרים, עתונים ושאר כלי התקשורת, ועידנות לגבי החברה בה פוגשים כרוחב ובעבודה. מי שמוער לסכנה האורבת לו מבחינה פסיכולוגית ומוסרית גם יחד, ודאי שמודעות זו תעזור לו להתגבר על הנסיונות הללו.

היה מקום לחשוב, שחוסר גירויים יזיק לבריאותו וכוחו של היצר. אך אין הדבר כן. דווקא המניעה הזאת גורמת לבריאותו, כדברי חז"ל: "אבר קטן יש בו באדם: משיביו, רעב; מרעיבו, שבע" ³⁰. מה שאכן מוזק הוא בעיקר התסכול שלאחר הגירוי - וממנו התורה מגנת עלינו במצוותיה הנ"ל.

הצד השני של חובת מניעת הגירוי הוא הצניעות, בעיקר מצד האשה. על האשה לזכור את רגישות הגבר לגירוי כתוצאה מהופעתה, ומוטל עליה לעשות את שלה כדי שלא לגרום לכך. שאם לא כן, הרי היא עוברת על איסור התורה "ולפני עור לא תתן מכשול" ³¹. סיפר גדול האמוראים, ר' יוחנן, שהוא למד יראת חטא מבתולה אחת, אותה שמע מתפללת אל ה' שלא יכשלו בה בני אדם ³². חובת צניעות מיוחדת מוטלת על אשה נשואה, שעליה להתקשט לכבוד בעלה ³³ - וכדי לעזור לה בדבר תיקנו חז"ל תקנות מיוחדות - אך רק לבעלה; וכשהיא יוצאת מן מחוץ לבית, עליה להטמין את יופיה וחינה. מדובר כאן בגירוי בלתי מכוון הקיים כנראה בעיקר אצל האשה. אך ברדאי, שגבר הגורם כך לאשה, עובר אף הוא על האיסור של "לפני עור..." ³⁴.

ב. הכוונת הכוונות

התורה מלמדת אותנו דרך שניה לשמור על בריאות היצר. אמרו חכמינו במשנה: "יפה תלמוד תורה עם דרך ארץ, שיגיעת שניהם משכחת עון" ³⁵. והמפרשים הסבירו שהתעסקות בתורה ובמלאכה גם יחד סופגת את כוחות האדם וכך מחלישה את פעולת יצרו. והרי זה בדיוק מה שגילו הפסיכולוגים מאות בשנים אחר כך - שהתעסקות מאומצת בפעילות שכלית או גופנית מעבירה את עורף האנרגיה מן היצר הזה. במיוחד יעצו חז"ל "אם פגע כך מנוול זה (כלומר יצר הרע), משכזו לבית המדרש, אם אבן הוא נימח (כמו שהסלע לאט לאט נשחק מן המים להם נמשלה התורה), אם ברזל הוא מתפוצץ (מאש התורה) ³⁶". במיוחד בהתעסקות בתורה, שהיא התבלין ליצר הרע ³⁷, יש כדי לשבור את חריפות היצר ולהנעימו. עצם המאמץ של

התעסקות בתורה, יחד עם ההבנה הנובעת מלימודה, ועידון ההתנהגות הנלמדת ממנה, מצילים את האדם מטרדות היצר. "שאין מחשבת עריות מתגברת אלא בלב פנוי מן החכמה [של התורה]" ³⁷.

שלום פנימי

האדם המודרני מציב את האושר בראש מעניו, כאשר "אושר" משמעו מעמד חברתי, שם טוב, כסף, כבוד, אהבת רעים וכו'. ככל שמרוכזות הדיעות כך רבות התמונות שכל אחד מצייר כאושר. אך בסוף מתגלה שהאושר האמיתי והיחיד הוא נחת רוח, היות האדם מרוצה ממצבו ובעיקר מרוצה מעצמו ומאישיותו, כלומר היותו שלם עם עצמו. שלימות כזאת מושגת על ידי התקדשות שמשמעותה שאיפה להיות כולו מסור לדבר נעלה אחר, בלי שיסוע ובלי מריבות פנימיות. על הדרך להתקדשות זו, המעשירה את האדם בשלום פנימי, אמרו חכמינו: "כל מקום שאתה מוצא בו גדר ערוה אתה מוצא קדושה" ³⁸. הרי שעל ידי התגדרות מן הערוה מפתח האדם את כוח השליטה על עצמו ועל כל יצרי. ברור ששליטה על היצר החזק ביותר גוררת עמה שליטה על שאר היצרים, ועושה את האדם למושל בגופו. שליטה זו אין משמעותה פגיעה ביצרים, אלא, אדרבה, שמירה עליהם מכובד מחד, ומחיסכול מאידך. אופן השגתה הוא בהתגדרות מן העריות כפי הנחיות חכמינו.

בכך מוסבר גם למה קוראים מתוך התורה כיום כיפור דווקא את הפרשה המפרטת את איסורי העריות. כהיות יום זה מוקדש במיוחד לעליה בקדושה. והנה עוד פרדוקס: עבורת יום הכיפורים בבית המקדש מצוית מצד אחד על ידי כהן גדול שהיית להיות נשוי, ומאידך על ידי קריאה בגדרי עריות. שנים אלה אינם אלא שני צידיו של אותו מטבע. הקבלה דומה אנו מוצאים במקרא "והתקדשתם והייתם קדושים", פירש ספורנו: "והתקדשתם - בפרשה מן העריות. והייתם קדושים - שיהיה הורע מוכן לשרות שכניה בתוכו" ³⁹. שוב שני צידיו אותו המטבע, כאשר הקדושה אינה מושגת אלא בהקפדה מלאה על שניהם.

הפוטנציאל עצום - אבל מימושו דורש מאמץ מתמיד בפרישות וגם מסירות, כיבוש היצר וגם אהבת דע עזה בנישואין.

מסקנות

אם נציית לתכנית התורה נציל להיעל מהתעוררות היצר שלא במקומה, על ידי המנעות ממגע, מהסתכלות ומהרהור. ובמקומם, הפניית המאמצים בכיוונים קונסטרוקטיביים, דהיינו ללימוד התורה ולעבודה גופנית. ואם נציל, התמורה למאמץ זה תהיה מרובה:

הרב עזריה אריאל
בזכרת ובחסד הרב יהושע ישעיה מייבירט שליט"א

דיני איסור הוצאת זרע לבטלה

א. אסור להשחית את זרע האדם, ולהוציאו בכל אופן שהוא.

ב. כמו כן אסור לגרום לייצאת זרע, גם אם אין כוונתו לכך, וכפי שיבואר בסעיפים הבאים.

ג. אסור לאדם להעסיק את עצמו בהרהורי עברה, וכן להביא עצמו למצב של הרהורים כאלו. ושני איסורים בדבר: מצד עצם ההרהור ומצד היותו גורם להוצאת שכבת זרע לבטלה. לפיכך, אם עולה במחשבתו באופן לא רצוני להרהר כזה, חייב להסירו ממחשבתו ולא לעסוק בו.

ד. אסור לראות אשה (מלבד אשתו בזמן שהיא טהורה), שאינה לבישה באופן צנוע, או כתמונות לא צנועות, המביאות לידי הרהור, כגון בטלויזיה או בעיתון. אשה הלבושה באופן צנוע, מותר לראותה שלא למטרת הנאה. ומותר וראוי להביט בפני אשה פניה כדי לבדוק אם מוצאת חן בעיניו, על מנת לשאתה.

ה. אסור להסתכל בבעלי חיים בשעת זיווגם, כגון ברפת או בסרטי טבע. ו. קריאת ספרים, או עיתונים, שעלולים להביא לידי הרהור עבירה או שמיעת שידים כאלו, אסורה. כמו כן אסורה מכירה והפצה של חומר כזה. ז. חומר הדרכה לקראת חיי אישות, שנכתב על ידי אדם ירא שמים, מותר בקריאה מספר ימים לפני החתונה בלבד.

ח. במסגרת לימוד רפואה או עזרה ראשונה מותר להשתמש בחומר מקצועי הכולל תמונות או כוכות שאינן צנועות. עם זאת, מן הראוי ללמוד רפואה רק אחר הנישואין.

ט. אסור לאדם לגרום להתקשות או התחממות של אבר המילה. לפיכך, אין לכוש בגדים צרים מדי, שגורמים לחיכוך תמידי, אין לרכב על בהמה ללא אוכף, וכיוצא בזה.

י. אין לשכב על הגב או על הבטן אלא על הצד, משום ששכיבה על הגב או על הבטן עלולה לגרום להתקשות אבר המילה. ומותר לשכב על הגב או על הבטן כשמתה את גופו הצידה.

יא. אסור לגנוע בידי באבר המילה שלא לצורך, משום שגורם להרהור עבירה ולחיתום. כשעושה צרכיו מותר גם לאחוז מן "העטרה" (= שורת הכשר המקיפה את האבר) ולמטה אם יש צורך בכך. אדם נשוי, בזמן שאשתו טהורה, שבו החשש להרהור קטן יותר, מותר לאחוז גם בעטרה ולמעלה לצורך זה, ורצוי שגם אדם נשוי ימנע מכך. כמו כן כשמתרחץ

א. נשמר על יצרנו החשוב הזה והוא יהיה תקין לעת הצורך הנכון.

ב. במיוחד נחזק אותו כאחת הערכיות החשובות ביותר ליציבות משפחתנו.

ג. נימלט מסכנה גדולה לטוהר נפשנו וסכנת כשלון בחטאים חמורים.

ד. נשמר על כוחותינו הנפשיים מלהתבזבז במאבקים העשויים להלאותנו.

ה. במקום המאבקים הללו נזכה לשקט, שלווה ושלום פנימיים, שהם הבסיס הטוב ביותר לחיי ברכה ואושר.

הערות

1. ראה מהר"ל דרך חיים לאבות פ"ב מ"ד הכותב בין השאר: "ועיקר יצר הרע - בעריות".
2. "חייב אדם לשמח את אשתו בדבר מצוה" פסחים ע"ב.
3. "מלמד ששניהם לדבר עבירה נתכוונו" סוטה לו"ב.
4. עיין בראשית רבה ט"ז.
5. "ורא אלוקים את כל אשר עשה, והנה טוב מאד - טוב מאד, זה יצר הרע".
6. עיין קידושין לב: "קשה יצר הרע שאפילו יוצרו קראו רע (למרות שברוך כלל היצר אוהב את יצירתו), שנאמר (בראשית ח, כא) כי יצר לב האדם רע מנעוריו".
7. יומא י"ג. ועיין פ"י רש"י היר"ד ויקרא טו, ג.
8. אגרת הקודש פ"ב, מובא ע"י ר"י אלנקוה בס' מנורת המאור ח"ד, כן מובאים רעיונות אלו ע"י ריעב"ץ.
9. קידושין לב.
10. עיין יעקב על עין יעקב שם, וכעין זה כתב מהרש"א בחידושי אגדות שם: "שחולל להנות מתענוגי העולם הזה, ואי אתה בא לידי עבירה" (ורא גם אדר"ג פס"ז בדבר ההשתמשות ביצר הרע).
11. ועיין גם דברי הגמ' יומא טז המספרת על אנשי כנסת הגדולה שביקשו לבצר את יצר הרע של עריות אך נמנעו מכך משום שהבינו שבלעדיו אין לעולם קיום.
12. ירושלמי סוף קידושין.
13. ירושלמי ברכות פ"ט סו"א.
14. ברכות כד, ועוד.
15. בראשית כ, כד.
16. מור וקציעה סי' רמ.
17. ועיין גם בסידור בית יעקב, הנהגת ליל שבת פ"ג, ס"ג.
18. סנהדרין צב.
19. ספר חסידים (הוצאת מ"ג) סי' חתקעת.
20. ריש מ"ו ומהרש"א שם.
21. קידושין כט"ב.
22. ספרא שם.
23. ספר החינוך מצוה קפת.
24. כ"פ הרמב"ם הל' איסורי ביאה כא א, ועיין ב"י ושו"ע שו"ע יו"ד סי' קצ"ה ס"ק כ שמשמע שכן פוסק להלכה.
25. רמב"ם שם כא, ג.
26. קהלת ו' ט ועי' פירושיו ביומא ע"ב.
27. דברים כג, ע"י יח"ט.
28. עי' יומא כט"א.
29. הערה: העובדה שכאן האדם משתמש בכלי הנכבד ביותר שחננו בורא, כלומר בשכל, למטרה שפלה, ודאי גם זה מוסיף חומרה לעבירה. ועי' מ"ז ח"ג פ"ח ומאירי, חיבור התשובה מ"א פ"ז.
30. סוכה נ"ב.
31. ויקרא יט"ד.
32. סוטה כ"א.
33. כ"ק פב"א.
34. אבות ע"פ פ"י.
35. סוכה נ"ב.
36. קידושין לב.
37. רמב"ם סוף הל' איסורי ביאה. הוספתי מלים "של תורה" על סמך מה שהביא את הקרא ממשלי, הנדרש כך בערכין נ"ב.
38. ויקר' כד.
39. ויקרא כז, וספורנו שם.

יכול לרחוץ אותו מקום אם אינו מהעכב בכך, ומותר להתנגב במגבת עבה (כגון זו המצויה בשימוש לניגוב אחרי מקלחת), אם אינו מתחכך עד כדי חימום אותו מקום.

מקורות והערות:

א. מקור האיסור וגדרו: הוצאת זרע לבטלה היא חטאם של ער ואונן (בראשית לח, ז-י, יבמות לד ע"ב), והיא גם, ע"פ מסורת חז"ל, מחטאי דור המבול (בראשית נ"א, נדה יג ע"א ורש"י ד"ה כאילו מביא מבול, פוקי דר"א פכ"ה). ההגדרה הפורמלית המדויקת של האיסור שנויה במחלוקת: יש מן הראשונים שדעתם שהוא איסור דאורייתא, משום 'לא תנאף', כדרשת חז"ל (בגדה יג ע"ב) "אלו המנאפים כיד" (סמ"ק, מצוה רצב). ויש שכללו איסור זה במצות עשה של פריה ורביה, שממנה נובע גם איסור להשתית זרע (תוס' סנהדרין נט"ב ד"ה והא). מקור אחר לאיסור זה הוא הפסוק וְנִשְׁמְרָת מִכָּל דֶּבַר זֶרַע (דברים כג, ו), ראה להלן. ויש מהראשונים שדעתם שהוא איסור מדרבנן. כך נראה מהרמב"ם (הל' אסורי ביאה פכ"א הל' יח, פירוש המשנה סנהדרין פ"ז מ"ד), ומתוס' הרא"ש (נדה מג ע"א ד"ה אוהו).

לכל הדעות זהו איסור חמור, ובגמרא ובפוסקים נאמרו על כך בטוים חריפים: "כאילו מביא מבול לעולם", "כאילו שופך דמים" "כאילו הורג נפש" (גמ' נדה שם ורמב"ם שם). ולשון השר"ע (אה"ע סי' כג ס"א) "ועון זה חמור מכל עבירות שבחוריה".

יש להדגיש, שהאיסור הוא על הוצאת זרע לבטלה, ולא על יציאת זרע לבטלה. כלומר, מה שאינו נגרם ממעשה או מחשבה של האדם הרי זה אונס (פשוט, וראה גם שו"ת רדב"ז ח"ה סי' קסא).

ג. כתוב בחורה "כי תצא מחנה על אויבך ונשמרת מכל דבר רע. כי יהיה כך איש אשר לא יהיה טהור, מקרה לילה, ויצא אל מחוץ למחנה" (דברים כג, ו) ופירשו חז"ל ש"נשמרת" מחיתם לפסוק הבא, כלומר "שלא יהיה אדם ביום ויבוא לירי טומאה כלילה" (ע"ז כ ע"ב). לדעת רוב הראשונים אין זו אסמכתא בלבד, אלא איסור דאורייתא ממש (תוס' ע"ז כ ע"ב ד"ה שלא, סמ"ג ל"ת קנ, סמ"ק מצוה כד, רמב"ן ור"ן בחולין לו ע"ב, וראה בהוספות הרמב"ן למצוות ל"ת, מצוה יא). וברמב"ם (הל' אסורי פכ"א) משמע שאין על זה לאו מיוחד בתורה (אחי"ע ח"ג סי' כד), ואפ"כ נראה שדעתו שהדבר אסור מן התורה. ראה דבריו במורה נבוכים ח"ג פמ"ט. ויתכן שזה כלול ב"והלכת בדרכיו" ככל עניני המדות לדעתו.

מלשון הגמרא בע"ז הנ"ל משמע שאיסור ההרהור נובע מחשש להשתת זרע, וכך נוסה דעת הרב פרנק זצ"ל (הר צבי חו"ד סי' קכד). אבל פוסקים אחרים הוכיחו שישנו איסור עצמי בהרהור, פרט למחוריה באשתו המותרת לו, שבוה יש רק חשש להוצאת זרע לבטלה. כך מוכח מדברי חז"ל על הפסוק וְלֹא תִתְּנוּ אַחֲרֵי לִבְכֶּם, זה ההרהור עברה (ברכות יב ע"ב), ומהרמב"ם (סהמ"ע ל"ת מז, הל' אסורי ביאה פכ"א הי"ט, וראה מו"נ הנ"ל). לפיכך, ההרהור בכל אשה מלבד

דיני איסור הוצאת זרע לבטלה

אשתו הסהורה הוא איסור גמור גם אם לא יביא להשתת זרע (אגרות משה אה"ע סי' טז, צ"ח אליעזר חט"ז סי' נג).

לשון הרמב"ם (הל' אסורי פכ"א) שם "אסור לאדם...שיביא עצמו לירי הרהור, אלא אם יבוא לו הרהור יסיע לבו מדברי הבאי והשתתה לדברי תורה". משמעות לשונו שאין לומר שהאיסור הוא להרהור, שהוא דבר שלא תמיד תלוי ברצון האדם, אלא האיסור הוא להביא עצמו לירי כך, או להמשיך בהרהור שכא לו. ולשון המאירי (חולין לע"ב) "ונשמרת מכל דבר רע, והיא כשהוא עצמו מביא מחשבותיו לכך או שירגיל עצמו בדברים המביאים לירי כך". ובספר 'עור מקודש' באה"ע סי' כג כתב ג"כ שכשמשמרת דעתו מן ההרהור כפי יכולתו אין בו איסור.

ד. הל' אסורי פכ"א ה"ב-ג, והכ"א. שו"ע אה"ע סי' כא ס"א, וראה פרטי הדינים, מהו לכוין כלת צנוע, בספר 'קדושים חזיר' עמ' 911.7696. נדה יג ע"ב, שו"ע אה"ע סי' כג ס"ג, וכתב השר"ע שמי שמלאכתו בהורבת בעלי חיים מותר לעשות זאת.

ו. שו"ע א"ח סי' שז סעיף טז, ומ"ב ס"ק סא.

ז. שו"ע אגרות משה אה"ע סי' קב.

ח. ע"פ הראת הרב נויבירט שליט"א.

ט. בגמ' בנדה יג ע"ב "ש"מ מכנסים אסורים", וזה דווקא במכנסים שגורמים חיכוך, כמבואר בגמרא שם, וכ"כ הרמ"א באה"ע סי' כג ס"ז בהגהה. דין רכיבה על בהמה ללא אוכף נאמר בשו"ע שם בס"ו.

י. בגמ' בנדה ד' ע"א "רבי יהושע בן לוי לייט אמאן דגני אפרקדי", כלומר מונה ומקלל את מי ששובש בגמרא שם, וכ"כ הרמ"א באה"ע סי' כג ס"ז בהגהה. דין רכיבה על בהמה ללא אוכף נאמר בשו"ע שם בס"ו.

יא. במשנה בתחילת פרק שני בנדה "כל היר המרבה לבדוק...באנשים - חיקצין". וזה אפילו כשהתקיימו תנאי ההיתר המפורטים בסעיף זה, ראה תוס' שם ד"ה כל היר. שו"ע אה"ע סי' כג ס"ד, או"ח סי' ג סעיף טז, ובמשנה ברורה ס"ק כז ובניאר הלכה ד"ה לא הותר. וגם בשעת הצורך אין להחזיר נגיעה סתם, כאמור בנדה שם "כל האוחז באמה ומשתין כאילו מביא מבול לעולם" (כי הוצאת שכבת זרע לבטלה היא אחת העבירות שעשו דור המבול).

החילוק בין מעטרה ולמעלה ומעטרה ולמטה כתוב ג"כ בגמ' שם, והובא להלכה באור"ח סי' ג סעיף יד, אה"ע סי' כג סעיף ד. החילוק בין נשוי לאינו נשוי מבואר בשו"ע באור"ח סי' ג סט"ו ובמ"ב ס"ק כ"ז.

אופן נוסף שמתיר לצורך עשיית צרכיו הוא ע"י נגיעה באנשים בלבד, או ע"י כגור או מטלית שעבים דיים כדי שלא יחוש באבר עצמו, וכמ"ש בגמ' שם ובשר"ע באור"ח שם סעיף טז, ובמשנה ברורה ס"ק ט"ז וט"ז.

לענין רחיצה ראה בבאר היטב אה"ע סי' כג ס"ק ה, ובתנאי שישתמש באחד מאופני ההיתר הנ"ל.

הרב יחיאל פאוסט

שמירת הברית – באור ימינו

ראיון

ש. אנו מוצאים שבזוהר ובספרי קבלה מחמירים מאד בעניין שמירת הברית, כאחת העבירות החמורות ביותר, בעוד שמבחינה הלכתית נראה שהאיסור חמור פחות. מה ההסבר לפער זה?

ת. ככלל יש להבדיל בין העולם הפנימי הרוחני לעולם החיצוני החמרי, אף ששרשו של האחרון נעוץ בראשון. המהר"ל בנתיבות עולם (נתיב הפרישות פרק ג') מביא דברים שיסודם בקבלה בצורה יותר פשוטה וגלויה. תמצית דבריו היא, שהאיסור בו אנו עוסקים הוא השחתה של פוטנציאל, ולא של דבר שיצא לפועל. דבר שיצא אל הפועל נמצא במדרגה אחרת מאשר המקור, הדבר בכח. מבחינה אחת, הדבר שיצא אל הפועל הוא גמור ושלם יותר. זאת אפשר לראות למשל במעשה הרציחה: מבחינת הנגלה, ודאי שהריגת עובר היא חמורה פחות מהריגת אדם. עובר הוא יציאה אל הפועל במדרגה יותר נמוכה מאשר היילוד, שכבר הופיע בפועל בשלמות. מבחינת ה"בפועל" יש פער ביניהם, וממילא עונש שונה על הריגתם.

ומנגד בעולם הרוחני: "הרהורי עבירה קשים מעבירה" (יומא כט ע"א), משום שפגימה בעולם הרוח קשה יותר מגוף המעשה, כלשון המהר"ל שם בפרק ב'. וכעין זה גם בנושא שלנו: אין לערבב בין שני המישורים, ולעולם הנגלה המעשי קנה-מידה משלו. מבחינה פנימית, ככל שכח אצור יותר, הרי שזו עצמה גדולה יותר ומבחינה זו הקלקול במדרגה זו עצום מאד. אך מבחינת הראיה החיצונית אין הדבר כך. הראיה החיצונית מביטה דוקא אל ה"בפועל" וככל שגדול הוא יותר, חומרת הפגיעה גדולה יותר. סולם החומרה והענישה שבידי אדם נקבעת על פי הנגלה, וכמובן שמבחינה זו רצח אדם חי, אדם "בפועל", חמור הרבה יותר מאשר רצח טיפת זרע, האוצרת בתוכה פוטנציאל אדיר, ואף שכל המוציא זרע לבטלה כאילו שופך דמים (דברי ר' יצחק ור' אמי, נדה יג ע"א), אין זה מבחינת העולם החמרי שפיכת דמים ממש.

ש. אבל במקרה הזה מדובר בדבר שחכמי הנגלה עסקו בו, והם שהביאו את חומרת הדבר, למרות שכאמור בעולם ההלכתי אין הדבר כך. ת. החכמים היודעים את שני המישורים אינם מטשטשים או מערבבים ביניהם, חלילה. ההלכה המעשית שומרת תמיד על המסגרת של הנגלה, כלומר המישור המובחן בחושי האדם. כמובן, התורה שרשה עליון והמצוות ה"נגלות" כוללות יסודות פנימיים; אך ההתייחסות היא ברובד

הנגלה. ממילא, כשאתה מדבר על דבר שלא יצא אל הפועל, ההתחמקות-מעשית אמנם קיימת, אך חריפה פחות, וזאת למרות שדברים פנימיים הם יותר מהותיים.

במהות, העבירה הפנימית חמורה מן העבירה החיצונית: "הרהורי עבירה קשים מעבירה" (יומא כט ע"א). ובכל זאת לא תהרוג אדם על מחשבת כפירה וחוסר אמונה, ואילו ברגע שהוא יעשה מעשה - ישתתווה לעבודה זרה - אתה כן תהרוג אותו. ההנהגה המעשית אינה סותרת את ההיבט הפנימי ואת הצורך להתבונן בו ולהרשימו בנפשנו. אין איפוא כל סתירה בכך שחכמים יראו בד בבד את שני ההיבטים: המעשי-חיצוני על פי כללי ההלכה, והרוחני על פי תפיסת העולם המתחנת להתבונן בפנימיות הדברים¹.

ש. ישנו פחד, ישנה חרדה סביב הנושא הזה, בגלל החומרה של החטא בפנימיות.

ת. כאן אנחנו צריכים להאיר נקודה אחרת לגמרי. הכלכול מתחיל במה שאנשים קופצים למדרגות שהם בכלל לא שייכים אליהן. אומר משפט שהוא אולי קצת חריף: לא מתעסקים בפנימיות מתוך פחד.

אדם פשוט צריך להתנהג על פי הנגלה. כשאדם רוצה להתנהג על פי החכמה הפנימית, הוא צריך להיות מוכשר וראוי למדרגה זו. וככל שמתקרבים אל הקודש פנימה, הדברים נעשים מתוך נעמיות וגדלות. כשיש גדלות אין פחד. יראה אינה בהכרח פחד. הרב קוק ב"עקבי הצאן" (עמוד קיט) מתאר איך שלעיתים פחד מכניס לשיתוק, ולא פעם הוא נוצר מכך, שאדם ניגש למקום שאין הוא ראוי לו.

ש. האם כונת הרב שעדיף שאדם לא יחנך את עצמו על פי הספרים המביאים את דברי הוזהר בעניין זה?

ת. אם הקריאה בהם מביאה אותו לפחד משתק - שיעזוב את זה. צריך לדעת לקבל את הדברים בפרופורציה הנכונה. זוהר לומדים דוקא בהבנה עמוקה, בתפיסת עולם פנימית. אין ללמוד דברים באופן כזה שאין מטרותם אלא ליצור פחד². אמנם, אם מדובר בהשפעה רגעית, לתת לאדם את התחושה, שאכן העניין הוא עמוק פנימי וחשוב - בסדר; אבל אם מגיעים למצב שאדם חי לפי זה, ונכנס לאיזשהו פחד משתק - אז בהחלט צריך להתרחק מזה; פשוט לעזוב. ולהשתדל ללכת לפי ההלכה בלבד.

ש. אבל בעניין הזה אנחנו מוצאים שכמעט כל החינוך של הספרים מיוסד על דברים פנימיים. ובסופו של דבר אדם שמבדר את הנושא הזה נתקל במוכחות מזעזעות ממש מן הנסתר...

ת. אם אדם מחפש הוא יכול למצוא בווזהר דברים מזעזעים גם על עבירות אחרות.

ש. בנושא הזה אנשים נכנסים ללחץ בקלות.

ת. כי יש כאן נקודה נוספת. לא רק החשיפה הרבה בתחום הזה למקורות פנימיים מכניסה לפחד, אלא הנושא כשלעצמו הוא טעון. חוננו כל הזמן לצניעות והפרדה בין המינים, וקשה לנו להפתח לדברים במידה הנדרשת (יש דובר זה נמשך גם בנישואין ויצר בעיות קשות ואכזרי³). וכשל כך אנשים לוקים לפעמים בחוסר פרופורציה. הרבה פעמים אמרת לאנשים - אני מתכוין לאנשים נשואים, בני תורה - שמחמירים מאד בעניינים שבבמין. שהם צריכים לבדוק האם הם פועלים בהתאם למדרגה בה הם נמצאים. ר' צדוק⁴ חזר הרבה על כך שיש שני יצרים, יצר המין ויצר אכילה, ומשווה ביניהם. גם התורה רומזת לכך בשימוש בביטוי "אכילה" ו"לחם" לענייני מין ("אכלה ומתחתה פיה" (משלי לז), לגבי האשה במשלי, או "הלחם אשר הוא אוכל" (בראשית לטו) אצל פוטיפר לפי חז"ל⁵). האם אותו אדם, שמחמיר בעניינים שבינו לבינה על פי סדרות רבים, מחמיר גם באכילתו? האם הוא אינו אוכל לפעמים איזו גלידה טובה? האם אינו מתקרב לעיתים לסף של 'עבל בשרות התורה'⁶, האוכל דבר עם הכשר מההדר, אך למלאות תאוותו בלבד? אדם צריך לדעת איפה הוא עומד, ולא להעמיד עצמו בחישובים עליונים, שאינם מתאימים לו. אני לא מדבר כאן רק על העניין הזה של הוצאת זרע לבטלה, אלא לעניין הכללי של היחס אל תאוות הגוף.

ש. אותו פחד - כיצד הופכים אותו לחמורץ להתגברות?

ת. בפחד משתק קשה להשתמש לבנין. הכוח הבונה יכול להתגלות כשכאים לנושא שלא מתוך פחד משתק אלא מתוך אהבה. החומרא הגדולה שייכת כשאדם מסוגל לקלוט אותה. יש רמה בסיסית של יראת-עונש, וסביב לזה והלאה מזה יש מדרגות גבוהות יותר, שאדם שלא בנוי לקלוט אותן ויעלה אליהן - פשוט יתמוטט. כשאדם ברמה הזאת, הגבוהה, אז זה שייך. למשל, כשתסביר לאדם שכאן אנו עסוקים ביסוד, בפוטנציאל של יצירת אדם, והמושגים האלה מדברים אליו וחשובים לו, הוא שייך אליהם וזה מביא אותו להמנע מהאיסור, או זה שייך.

ש. אז נשאיר אנשים רגילים רק כרמה של יראת-העונש ההלכתית? לא לדבר על החומרא הגדולה בכלל?

ת. את ההלכה צריך ללמוד, שזה אסור וכי'. אם אתה רוצה להכניס אחר כך גם את הווזהר, אם זה פועל טובות, בסדר, אך אם זה מטיל חרדה ופחד שנשארים כמשקע לטווח ארוך - לא להכניס. כי הווזהר לא בנוי להפחיד. כל ספרי הפנימיות במהותם לא בנויים להפחיד, אלא להיפך - לקרב את האדם, שתהיה יותר שייכות פנימית. עולם פנימי אינו עולם של יראת

העונש. אדם שקורא את הדברים הפנימיים כתפיסה של יריאת העונש, אינו שייך כל כך לעולם הפנימי.

ש. גדולי המוסר השתמשו בזה ליראת העונש?

ת. אינני יודע אם השתמשו בזה ליראת העונש דוקא, זה דבר שצריך לבדוק בכל ספר וספר בפני עצמו, האם הכוונה היתה לצד של יריאת העונש או שמא כונתם ליראת הדוממות, ורק הקורא הוא שמעתיק זאת למה שהוא מסוגל לקלוט, והוא שהופך זאת ליראת העונש⁶.

ש. אם כן כשאנו רואים חומרא כוז בספר מוסר איך עלינו להתייחס אליה? ת. מה שכתוב כחוב, ובודאי הדברים אמיתיים. אך לא כל ספר מתאים למדרגתו של כל אדם, נוסף על כך - וכאן אנו נכנסים לעניין השעון הרבה ביותר - יש לדעת, כפי שכותב הרב (ראי"ה קוק) בכמה מקומות, שיש שינויים באטמוספירה הרוחנית של הדורות⁸. בדורנו איש לא יורה לאדם לשבת כך וכך חזניות וסיגופים כדי לכפר על עבירה. ההדרכות היום הן שונות: ללמוד תורה למשל⁹, אפשר לפרש זאת כ"חולשת הדורות" שלנו, אבל זו איננה המשמעות היחידה הנכונה של התופעה. נכון יותר לומר שזוהי הדרכה שונה של הדורות; הדרכת חוץ-לארץ המיוסדת יותר על יריאת העונש, והדרכה של ארץ ישראל, שבמהותה היא הדרכה המכוונת יותר ליראת הדוממות וכי. לפיכך, השימוש בספרי מוסר שנכתבו בדורות קודמים צריך להיות מבוקר: כמה, איך ומתי. כבואנו להדריך אדם עלינו לדעת מי הוא, מהי התקופה, כיצד פונים ובמה מטפלים, גם מבחינה דידקטית חיצונית וגם מבחינה פנימית.

ש. אנו צריכים לנקוט בדרך של הבנת העונש ולא של פחד?

ת. ללא ספק, זהו הכיוון הכללי שמתאים לדור הזה. הפחד אינו צורת העבודה של הדור. אינני אומר שאין צורך ביראה בסיסית; אדם חייב לתת את הדעת על כך שהוא יתן את הדין על מעשיו. אבל כדרך להתגבר על קשיים - רואי שאין הפחד עיקר הדרך לכך היום. חייבת להיות מעט יראה - כך כותב הרב, אי אפשר שאדם יהיה במדרגה של אהבה בלא קורטוב של יראה. אבל עיקר הדגש צריך להיות על האהבה, ללא ספק. לכן, כשנתקלים בדברים העמוקים של הקבלה, צריך להבין אותם בעומק גדול ומתוך התאמה ושייכות למדרגה זו.

לסיכום, אף שיש ערך וצורך ביראת העונש, יש להיזהר מלהגבירה מעבר למידה הראויה. נוסף על כך, כפי שהענו, הדור שלנו אינו עיקר עבודתו בראש ובראשונה, ולא כל מה שנתאים ונכתב בחוץ-לארץ בדורות אחרים מתאים לדורנו ולמקומנו בארץ ישראל.

החילה, אין אנו מבטלים שום ספר, אלא רק מדינשים את הצורך במינון נכון ובהתאמה למדרגת האדם. מי שחש שיש לו תשתית מתאימה ובריאה

וקורא בספרים אלה יקלוט את דבריהם באופן כריא ונכון, בעוד שקריאה בלא הכנה מתאימה מזיקה.

ש. הרב צבי יהודה קוק זצ"ל גשאל איך לעזור לתלמידים שמתקשים בעניין שמיית הכרית, וענה שצריך להרבות באהבה¹¹. מהי כוונת הדברים?

ת. אני סבור שאין סיום טוב יותר לענייננו מהדברים שזכאת בשם הרב צבי יהודה זצ"ל. הרי שזוהי בדיקת הנקודה: להרבות באהבה. אהבה היא הצד החיובי של האדם, הצד הנעים. הקישור שבא מהעמקה והזרה. להדגיש את החיוב, להרבות את הקישור, ולא להרבות בפחד ובריחה. משמעות הדברים הן מבחינת העיסוק בפנימיות, והן במישור הפסיכולוגי. ש. האם ראיית קרי היא חמורה כהוצאת זרע לבטלה במזיד?

ת. צריך לדעת את הפורפורציות. חז"ל דורשים (בראשית רבה פרשה צטו, ד"ה כחי וראשית אונת) על יעקב אבינו, שאמר על ראובן "בכורי אתה, כוחי וראשית אונת" (בראשית פרק מטג), שלא ראה טיפת קרי מימיו. אם טורחים ללמדנו שזו מדרגתו של יעקב אבינו, מוכן שאצל רוב האנשים זה דבר שקשה להשיג. לא מדובר כאן על היתרים, חלילה, אלא על פרפורציות נכונות. אם זה קשה להשיג, אין זה אומר שאין צורך לשאוף לזה. אבל בין שאיפה כללית ובין מצב בו אדם מחייאש ממדרגה שהוא לא הגיע אליה, המרחק רב. אני חושב שכאן אנו נוגעים באחת הבעיות היסודיות ביותר בכל התחומים ולא דוקא בעניין זה: אנשים מוצאים בדברי חז"ל תיאורים ומדרגות שונות, באבות או בגדולי עולם, ושואלים את עצמם, "נני, אני לא כזה? למדתי בישיבה כבר חצי שנה ועדיין אינני כזה?" ומתיאשים או נכנסים ללחץ.

צריך לדעת: יש מדרגות על גבי מדרגות. לא קונים כל דבר בקפיצת הדרך; זוהי חלק מעצת היצר הרע, שאדם נכנס ליאוש ודכאון, וכשאני משיג איזו מדרגה היא מרגיש שאין ערך לעמלו ולעצמו.

ראשית צריך לעבוד על המישור ההלכתי. תמיד ההדרכה היא כזו. הרמח"ל בשער הפרישות במסילת ישרים (ריש פרק יג ד"ה והתבונן טורח להגיש כי יש מדרגה של מצוות דאורייתא, וכתוספת לה מדרגה של מצוות דרבנן, ורק על גביהן מקומן של הפרישות והחסידות. לכן, ראשית, חייב אדם לדעת מהי מידת חסידות ומיה הלכה. קודם כל צריך לקיים את ההלכה הבסיסית - איזה אין חכמות, צריך להשתדל בלי מקפיקים. נכון שגם כאן עלול אדם להכשל וגם כאן צריך תחבולות איך להלחם. לכן בראש ובראשונה צריך לעמוד בדרישות ההלכה. אם אדם משתולל להתרחק מראיות וממשכות כמשך היום, וראה קרי כלילה - מה הוא יכול לעשות? איזה גדר הלכתי, איזו בעיה הלכתית יש כאן?

ואם תבוא לדון מבחינת המישור הפנימי, הנסתר, שמעבר להלכה, גם כן אין הדבר רלוונטי. אם אדם יכל לעשות יותר כדי להודו, נאמר לו לעשות יותר. ואם לא יכל לעשות יותר - אין כאן שאלה, זהו אונס גמור. כיצד נפטרים מזה - שהרי גם אם זה אונס זה ודאי לא איריאלי? טוב, נפטרים מזה קמצא קמצא, כלי לחץ, כמו שדברנו לעיל.

ש. האם ישנה התמודדות מיוחדת לדור הזה, בעזרת הפסיכולוגיה?

ת. בעולם הפסיכולוגיה יש שני רבדים: הרובד התיאורטי והרובד הפראקטי. מבחינת העקרונות התיאורטיים, יש שיטות שאינן תואמות את הפיסת העולם העקרונית של היהדות, בצדן של שיטות שאינן סותרות ואף מתאימות. מאידך, כאשר יש עצות מעשיות שאינן נוגדות את ההלכה ובנויות על שכל טוב - איננו רואה סיבה לא ללמדן ולהשתמש בהן. גם זו בגדר "חכמה בגוים תאמין" (איכה ובה פרשה ב'ג ד"ה מלכה). אמנם, נכון הדבר, שבעניין זה ררושה זהירות יתירה מבשטח אחר.

ש. אמנם "חכמה בגוים תאמין". אך האם לא טוב יותר ללמוד מהתורה את העצות המעשיות?

ת. הכל נמצא אצלנו. תקרא את ההקדמה של הרמב"ן לתורה¹² ותראה שהכל נמצא בתורה, אך אנחנו שלא כשלמה המלך, איננו יכולים להגיע לכך מתוך התורה.

ש. כלומר, הפסיכולוגים מגלים רבדים בתורה שאיננו מצליחים לגלותם?

ת. הפסיכולוגים מגלים רובד בעולם. תורה פרושה דבר הבא מלמעלה למטה. כלומר, מתוך עולם פנימי, שהקב"ה מעביר לנו את הידיעות הללו. לעומתה, חכמה היא דבר שמתגלה מתוך התבוננות אנושית בעולם שלנו. במילים אחרות, תורה פרושה הוא מה שנמצא מעל לעולם הנגלה, וחכמה היא מה שנמצא בעולם. יש בתורה רבדים שאינם נגלים בעולם. כל העולם מקופל בתוך התורה. חכמה אנושית רואה ומתחסת למה שנמצא בעולם, תורה היא מעל לעולם הנגלה. כמובן, היות והתורה היא נשמת העולם ממילא נמצא בה בפוטנציאל, במהות פנימית, כל מה שמתגלה בעולם. צריך להיות חכמים גדולים מאד כדי לראות מתוך פנימיות התורה איך כל דבר מופיע בעולם הנגלה. גם אצל חז"ל, רב למד מומים מרועי בקר (סנהדרין ה"ב). מדוע? שילמד מהתורה? לא כל דבר פרקטי ניתן להלמד מהתורה, לפחות לא במדרגתנו. ודאי מדרגתו של רב גבוהה דיה, כדי שנוכח שהדבר רחוק מאיתנו היום. זה יפה מאד לומר "הכל נמצא בתורה".

אך אם איננו יכולים לקרוא קריאה פנימית את מה שכתוב בה אז המשמעות המעשית של זה היא קטנה. זו שאלה לא פשוטה עד כמה אנשים בדורנו, ואפילו גדולי הדור, יודעים לקרוא את התורה כרמה הגבוהה הזו שאנו מדברים עליה. אז בודאי שככל שיש יותר גדולי דור

ששייכים לעולם של חכמה פנימית או הם יודעים לקרוא יותר. אך שוב, זהו עד רובד מסוים. אם יבוא מישור ויאמר שיש לו עצה מן התורה, נאמר לו אדרבה, בא ותן את העצה. אבל כל עוד לא זכינו לזה אנו נאלצים להעזר בחכמה חיצונית.

ש. האם יש להעזר בפסיכולוגים למי שמתקשה בעניין זה?

ת. איננו רואה סיבה מהותית שלא.

ש. האם כוונתך דוקא ליועץ ירא שמיים?

ת. בתחומים אלה במיוחד חשוב שהיועץ יהיה אדם ירא שמיים. פסיכולוג דתי הוא ערובה מסוימת, לפחות מבחינה זו שאני מניח שאדם דתי לא יתן עצה מעשית שהיא נגד ההלכה. אבל מבחינת מהותית אין כאן ערובה מוחלטת. לא כל יהודי שומר תורה ומצוות, בצורה הפשטנית של הדברים, הוא גם מספיק עמק ומבין בתורה ובמוסר מהבחינה הפנימית של הדברים. לפעמים, בהירות רבה, ימצא פסיכולוג "חילוני", לפי מעשיו, אבל מבחינת תפיסת העולם הפנימית שלו הוא שייך לעומק דרכה של תורה. אך תמיד ראוי שיהיה הדבר בהתעצות צמודה עם רבו של אותו אדם. אדם חילוני, המכבד את התורה ואת דרכו של אדם שומר תורה ומצוות כיבוד אמיתי, לא יגרום נזקים. הוא אינו צריך לדעת את עצם ההלכה, בשביל זה יש רבנים פוסקים. ברור שבחור המקבל הדרכה מסוימת מפסיכולוג והרבנים נראים לו בעייתיים, יועץ כרוב.

ש. לשם כך על הרב להבין בפסיכולוגיה?

ת. הרב הוא קודם כל פוסק הלכה. מלבד זאת, הוא בעל שכל ישר. יתר על כן, ישנם תלמידי חכמים שנוסף על הידע התורני שלהם, יש להם עין כוחית, טביעת עין גדולה יותר מפסיכולוגים רבים. ישנם תלמידי חכמים גדולים, שהם עצמם יכולים להיות לעזר לאדם מכלי להזדקק לפסיכולוג. אך פה אנו עוסקים במקרה שלא נמצא תלמיד חכם כזה, ובמקרה כזה תלמידי חכמים מפנים להעזר ביועץ פסיכולוגי, ועל פי הנתונים העובדתיים שיקבלו יפסקו הלכה.

ככלל, צריך לזכור, שקשיי התמודדות עם היצר בגיל הזה אינם ממש בעיה, אלא דבר שאדם צריך לעבוד עליו. רק כשיש בזה מימד חריג מן המקובל נצרכת התערבות פסיכולוגית.

ש. מהו אותו מימד חריג, האם כל מי שמתנסה בהוצאת זרע לבטלה צריך לפנות ליועץ?

ת. בעניין זה הרור עכירה אמרו לנו חז"ל שאין מי שאינו נכשל (בבא בתרא קס"ז). ולמרות שאין זו הצדקה לעבור עבירה ח"ו, הרי שברור לכל, שמי שמהרהר אינו צריך לפנות ליועץ פסיכולוגי. רק כשההרהורים הם כפיתיים ואינם ניתנים לשליטה, אז יש לפנות ליועץ. וכן גם בענין אוננות

כיר, ברור שכל עכירה היא אסורה ובעייתית, אך אנו מחפשים את הגבול בו אדם כבר לא יכול להאבק בכוחות עצמו, ועליו להעזר ביעוץ מקצועי. ש. האם הרב יכול להת עצה מעשית פסיכולוגית לפתרון בעיות מסוג זה? ת. אני רוצה להתוות כיוון מחשבה שיכול לסייע בתחומים רבים. הדבר הפשוט המתבקש במפגש עם דברים שליליים הוא ההתמודדות, המלחמה. אדם, שעומד מול מצבים ויצרים המושכים אותו לשלילה, חייב להתמודד, להלחם, ובעזרת ד' גם לנצח. זהו על דרך הכלל.

אולם ישנם מצבים בהם קיימות תחושות "התחפרות". אדם משתל להלחם בשלילה, וכל שהוא משיקע יותר כוחות במלחמה, כך הוא נכשל יותר. לדוגמא: בחור רוצה לברוח מהדבורי עכירה על נשים וכד', ברור שהשלב הראשון הוא מלחמה. עליו לגסות להפסיק להרהר על ידי הפניית מחשבותיו לדברים אחרים, ובעיקר לדברי תורה כדי שלא יהיה לבו פנוי מהחכמה (עיין רמב"ם הל' איסורי ביאה סוף פרק כא). אך לא תמיד זה מצליח. לפעמים התחושה היא, שככל שרוצים יותר לברוח מההרהורים, ככל שמשקיעים בכך יותר מחשבה ואנרגיה, כך הם חוזרים ובעצמה גדולה יותר, ודווקא בשעת הלימוד. לפעמים עובדות שעות ארוכות ללא מחשבה זרה, ודווקא כשהכחור מתיישב ללמוד, הכל מתעורר ובעצמה רבה. דומה הדבר למכונת משקעה כחול, ככל שתנהג ילחץ בעצמה רבה יותר על דוושת הגז, כך תתחפר המכונת ותשקע יותר. נוצרת תחושה של השקעת מאמצים רבים ורצון חזק לתקן - והכל ללא הועיל. כבמקרה המכונת כך אצלנו, אי אפשר ואסור להשתמש בכח, במלחמה חזיתית. ההסבר לתופעה זו - בתמציתיות - הוא הפחד המשתק. אם אדם כל כך רוצה לא להרהר, וכל כך מפחד שאם יכשל יאבד את עצמו ואת עולמו, איבר הוא בכך את יכולת הפעולה החופשית שלו (בהזדמנות זו אני מרגיש חובה לציין שדברים אלו ודברי חכמה רבים אחרים קניתי אצל הגבי בלהה שפר שתחי' מאלון שבות).

מה עושים? העקרן המנחה הוא לשחור, ולהוציא מהפחד המשתק. ללמד את הבחור שיש דבר אינו סוף העולם, ועל ידי כך להחזיר לו את יכולת השליטה העצמית.

איני רוצה במסגרת זו לפרט. הדרכה כזו צריכה להמסר באופן אישי ובהתאמה למקרה, תוך בדיקה של הצד ההלכתי כמובן. דנתי בפרטי הענין בפני מו"ר הראשל"צ הגר"מ אליהו שליט"א, וחילוקי הדברים קשים, ודורשים אבחנה דקה.

מכל מקום, יש לזכור, שישנן דרכים לסייע גם במצבים שנראים לכחור או לסוככים אותו כקשים או אבודים. יש לפנות ולעזר פניה לאנשים

המסוגלים לעזור, ולא לסמוך על הכוחות העצמיים בלבד, כשהדבר אינו מתאפשר ו"אין תבוש מתיר עצמו מכית האסורים" (ברכות דף ה' ע"ב). ש. כיצד צריך להרגיש אדם, המונע עצמו מהוצאת זרע לבטלה, אבל מרגיש שבוזה הוא חוסר מעצמו ביטויים של כוחות חיים ונחיה עצור. האם יש כיוונים אחרים אליהם אפשר לנתב את הכוחות, כהחליך של עידון, כל עוד אין לעורר את האהבה (כלומר, לפני ההתנהגות)?

ת. לגבי השאלה הראשונה, אני חושב שהיא נוגעת מאד בצד ההלכתי ולכן התשובה צריכה להיות כהתאם. אם אדם מגיע למצב של יכולת לעצור את עצמו, והוא אומר אני עוצר את עצמי ולא מוציא זרע והדבר גורם לי לחץ פנימי - אז ודאי שהתשובה פשוטה, אסור. תילחץ, או מה. יש פעמים שאנו יכולים לקיים מצוות או להמנע מעבירות וזה גורם לנו ללחץ, ובכל זאת אנו מקיימים. החיים אינם חלקים. כשאדם צריך ללחוץ את עצמו כדי לא לעבור עבירות או הוא יתמודד עם זה ויתגבר. לאדם יש קשיים והוא מתמודד איתם ובעזרת ד' הוא יתמודד עם זה ויתגבר. לאדם יש קשיים והוא אותו (מכות י ע"ב), והבא לטהר מסייעין אותו (שבת קד ע"א ועור).

בקשר לשאלה השניה - פשוט הוא שאנו עוסקים כל הזמן במצב של בדיעבד. אין מה לעשות, כל זמן שאדם לא מתחנך בגיל צעיר הוא במצב לא בריא ולא נורמלי, לא טוב, ואי אפשר למצוא אידיאלים במצב לא טוב.

מכל מקום, העצה היא להתרחק ככל האפשר מפגישת עם הנושאים הללו במציאות ואף בלימוד. זה בבחינת "סור מרע". וכמובן, לאחוז בעצתו של הרמב"ם (הל' אסורי ביאה פכ"ב הכ"א) להרחיק בתורה.

ש. האם הקביעה ש"זה קשה" להיות רוח בגילאים אלו אינה 'עצת היצר הרע'?

ת. אין כאן מקום להתחכם. זאת עובדה פשוטה שזה קשה. הרי כבר חז"ל במסכת קידושין (ל ע"א) אמרו, שאילו אדם היה נישא צעיר מאד לא היה צריך לחשוש מיצר הרע. כשאנו אומרים שזה קשה אין הכוונה שמותר לאדם לותר לעצמו, אלא שאדם ידע שאם הוא נכשל בזה או לא מצליח תמיד אין זו סיבה לייאוש, כי זו אכן התמודדות קשה ולא מובן מאליה שאדם תמיד מנצח בה.

ש. והאם עבודה גופנית יכולה להיות פתרון?

ת. לא לחינם קבע הרמב"ם דווקא את עניין התורה כרפואה ולא את העבודה. לדעתו, אם אדם יעבוד מספר שעות ביום, הדבר לא יפתור את הבעיה. יש לפעמים מצב של אדם שהוא שקוע מדי ברוחניות, ולפעמים השקיעה העודפת ברוחניות היא זו שיוצרת תסבין. ואין זה המצב שהרמב"ם מתכוון בו שצריך ללמוד תורה. במצב כזה אומרים לאדם: צא מעולם הרוח ולך לעבוד. זהו מצב קצת שונה ממה שדברנו קודם, אין כאן

דיכוי של היצר אלא הפוך, נסיון לחזור לבריאות טבעית על ידי עבודה פיזית. נכון, אמנם, שאם מעבירים אדם בפרך, פותחות תאוותיו, כפי שמספרים חז"ל (שמות וכה פרשה איכ"ד ד' גזירות) על האנשים במצרים, שמרוב עבודה קשה לא רצו להזקק לנשותיהם. אך אין זה הגיוני להדריך כך הלכה למעשה בצורה עקבית.

אני חוזר ואומר, שאי אפשר לברות מזה שזו התמודדות קשה. הפתרון האמיתי לבעיה היא בכך שאדם יתחתן; ועד אז - צריך להסיח דעתו לדברי תורה וכו'. בענין הקשר בין לימוד תורה ובין פגם הכרית, מבאר המהר"ל שוה"צ גופני אמנם, אך שורשו הוא רוחני, פנימי.¹³ יש ביצר הזה סלם, מדרגה על גבי מדרגה, מהומה הגופנית ביותר ועד המישור הרוחני, ואפשר לעדן את היצר לכיוון הרוחני. תמיד יישאר הצד הגופני, למעט יחיד סגולה ממש כמו בן-עזאי (יבמות סב ע"ב), אבל אפשר יותר ויותר לעדן את זה, ואז ההתמודדות נעשית קלה יותר, וגם כשאדם ינשא הוא יתחס לעניין הזה ביתר רוחניות, באיכות גבוהה יותר.

ככלל, מבחינת הצד הגופני עצמו, המטרה שלנו במצב הכינים הזה היא לדאוג את הגוף. למנוע את הביטוי הגופני של היצר הזה. ומבחינת הצד הרוחני, המטרה שלנו היא לעדן, להסיח את הדעת לדברים אחרים, לעשות וליצור. ראשית כל, כעצה פסיכולוגית פשוטה, שבנויה על העובדה שכשאדם עושה דבר אחר הוא לא עושה באותו זמן דבר אחר. וגופף על זה, יש בזה אותו עניין של עידון שהזכרנו.

ש. לא מקובל היום להדריך אנשים להתחתן בגיל צעיר.

ת. אמרנו שזו גמרא מפורשת (קידושין כט ע"ב). אני לא סבור שתלמיד חכמים ידריכו את חלמידיהם בניגוד לגמרא.

ש. העובדה היא, שאני שמעתי ר"מים שאומרים שהאידיאל זה בגיל מאוחר יותר מאשר המוכב בגמרא, ורק כשיש צורך מיוחד נכון להקדים.

ת. דעתי שונה. אנב, אם תעניין בשולחן ערוך של בעל התניא (חלק ד ה' ת"ת פרק ג), תראה שהוא מפרש את מאמר חז"ל של "בן שמונה עשרה לחופה", ואת המאמר שהקב"ה ממחין עד גיל עשרים (מאמרים שמהם נראה שהזמן הרצוי בעיני חז"ל הוא בין 18 ל-20), קבוצה הנובעת מהצורך ללמוד את התורה לפני החתונה. ואז יוצא לפי החישוב שלו שגיל 18 הוא המוקדם ביותר האפשרי. כלומר, הנחת היסוד שלו היא שצריך להתחתן כמה שיותר מוקדם. המהר"ל (דרך חיים, עמוד רע"ג), לעומת זאת, מתייחס לגיל 18 כעניין מהותי יותר, שאז האדם בשל לכן, שהרי עניין הזיווג, גם אם הוא דחף גופני, שורשו הוא עליון מאד, ויש בדבר סודות וצריך רמה נפשית מסוימת כדי שהדבר ייעשה באופן הראוי.

יחנך שרמי"ם סבורים שאנשים הם לא מספיק בוגרים, בשלים נפשית לכך בגיל הזה. יש היום גם שיטות פסיכולוגיות הסבורות שאנשים מתבגרים בעולמנו מאוחר יותר, כי הם לא יוצאים לעבוד בעודם ילדים כמו שהיה מקובל בתקופות קודמות, והם סמוכים על שולחן הוריהם עד גיל מבוגר. דעתי, למרות הכל, אינה כזאת. כמובן שהיכולת להמשיך ללמוד תורה ללא ריחיים בצווארי גם היא מהוה שיקול, אך כל זה אינו אידיאלי לכתחילה.

ש. מה היחס בין תיקון הכרית ובין לימוד תורה. ידועים דברים ממקורות שונים המדברים על כך שזה מעכב את הלימוד. האם לא כדאי לפתור קודם את בעיית 'שמירת הכרית' לפני שלומדים?

ת. אפשר לנקוט כאן במשל כזה. ידוע ש"אם אין קמח אין תורה, ואם אין תורה אין קמח" (אבות פרק ג'יז). יכול אדם לומר, כרגע אין לי לא תורה ולא קמח, וכיון שבלי קמח אין תורה ולהיפך, או אין אפשרות להחליץ מהחסרון הזה, ואני נשאר ריק הן מחתורה והן מקמח. ואפשר לומר להיפך: תנסה לתפוס מה שאתה יכול מן האחר, אף על פי שאין לך את חבירו - ואחר יביא את השני.

אפשר לומר, אחכה עד שאהיה צדיק כדי ללמוד כטהרה. וכמוכן, ע"י זה אדם לא לומד ומפסיד בזה את אחד הכלים הטובים ביותר כדי לתקן את פגם הכרית ולהלחם בו, וידוע מה שאמר אחר התנאים לתלמידו, ששתק כיון שראה קרי כלילה: "פתח פין ויארזו דבריך, שאין דברי תורה מקבלין טומאה" (ברכות כב ע"א).

אני מניח שהשאלות שאתם מציגים באות מן השטח, ורגילים לדון בהם. אבל כולן עצות של יצר הרע כדי לסבך את האדם - מותר ללמוד, אסור ללמוד, אין ערך ללימוד שלי במצב הזה... אלו עצות של יצר הרע.

מקורות והערות

1. עיין בהרחבה בספר באר הגולה למהר"ל עמוד י"ז ד"ה "ובפרק עושין פסין" עד סוף העמוד.
2. "אכל חלילה לנו להשתתם ולהתרחק מהחיים, אנו חייבים לעבוד עם החיים ובעד החיים, לרוממו ולעדנו. חלילה לנו ממחשבות קודרות ונוגות, המטמטמות את הלב ומחשבות את הנפש. הן אינן באות כי אם מלימוד של ארעי והכנה שטחית, אבל הלימוד הקבוצי, השואף להגדיל את הרכוש של הידיעה, בפרט במקצוע הנגזל של הדעה והמחשבה צריך שיעורר את הנפש וישמח את הלב".
- אגרת זו (אגרות א' עמוד כו), ועיין עוד אורות החשובה: פרק י"ג. וכן פרק יד"א.
3. ידועי תאוות אלו (- אכילה ומין) הא כהא חליין". ריש ישראל קדושים לר' צדק הכהן מלובלין - עיין שם. ועיין עוד בבית האוצר למהר"ל עניני כלל קצ"ע עמוד 226.

4. בענין האשה במשלי - עיין יומא ע"א ורש"י שם, כמו כן כתובות יג ע"א, כתובות סה ע"ב.
- ובענין אשת פוטיפר - "ואין אכילת לחם האמור כאן אלא אשה ורומה לו כי אם את הלחם אשר הוא אוכל". שמות רבה פרשה א' ל"ב ד"ה "ואין אכילת לחם" וכן בראשית רבה פרשה פ"ו ו' ד"ה "כי אם את הלחם".
5. "אם כן ימצא בעל תאוה מקום להיות שטוף בזימת אשתו או נשיו הרבות, ולהיות בסוכאי יין וחוללי כשר למז, ויזכר כרצונו בכל הנבלות, שלא הזכיר איסור זה בחתירה, והנה יהיה נבל ברשות התורה..." רמב"ן, ויקרא יט.ב.
6. ראוי להתבונן כאן בכלל העסוק בקבלה ומתוך אלו ספרים. ויעיין בספר הזכרונות לר' צדוק הכהן מלובלין (הודפס אחרי הספר דברי סופרים). עמודים 63, 65 ובמיוחד עמ' 69 ד"ה "ואולם", בשם האריז"ל שלא לקרוא בספרי המקובלים מאהרי תקופת הרמב"ן ועד ימינו (של האריז"ל). ואין כאן המקום להאריך.
7. "אף על פי שהעצבון והפחד בא מפני חטא חרה ומפני העונות כולם, מכל מקום תפק כשמהרהרין בתשובה הרי הכל מתהפך לטובה, וצריכים מיד להתחזק באומץ בטחון בחסד עליין ב"ה ולאחוז בחתירה ועבודה כל אחד כפי מדרגו. ואם לפעמים יראה לו, שהמדה המתעוררת על ידי הקריאה בספרים מעניגי המוסר והיראה אינה לפי מדרגו, יתבונן ויתקור על מדרגו מה היא, ויחזק ויתאמץ במהרה העצמית; וגם מזה אל ינח ידו ממה שמתעורר על ידי הספרים, ואף על פי שקטן מאד הוא צד התפיסה שלו בענינים שאינם כל כך שייכים לו מכל מקום כל מדרגות הטוב והקודש צריכות להיות מקשרות זו עם זו, ויחד כולן יעשו חטיבה אחת להאיר עלינו אור ר' ותרותו העליונה בנעם ר' וטובו". אורות התשובה פרק יד, טו, וע"ע שם שם, טז.
8. "כשהפרט כן הכלל, כשהדריך הנכונה היא לו להתהלך במדרגה התחתונה של המוסר הכללי, אז אם אמנם הדרך היא נמוכה, חשוכה, ופלאה מהומות מלחמה, אבל עם כל הכבודות שלה מכשיריה נכונים לפניה, הכוחות הרעים מתכבשים, היד הגוברת תהיה אז של היושר, של הצדק, של הטוב והתושיה כפי המובן הרגיל והמוסכם, שגם אלה ברובם הם עומדים במצב הכבישה, גם הורכים הפרטיים שלהם הנם מלאים מלחמה ונצחון יחידיו גם הם משתמשים בסמים המרים, למען יקומו ויעמדו על רגליהם, אבל מכל מקום העו והצדק בימינו. כואת היא היהדות שבחזון לארץ, שאינה יכולה להיות במלואה וטהרתה, כי סוף כל סוף, כל הדר בחז"ל דומה כמי שאין לו אלוה', שם בגיא עלמות אי אפשר ללכת במרחב, אי אפשר לשאוף חיים מלאים, כי החיים החברתיים והלאומיים, מורעלים בירעל אויר ארץ העמים שהוא נותן חיים לאותם עמים שהם מוצאים שם את כל מה שהם מבקשים, שהם יכולים לבנות שם את כל מגמותיהם היותר עליונות, אבל אף לא נקודה אחת אידיאלית מיוחדת וחשובה ימצא שם ישראל... אבל לא זאת היא תורת חיים הנצרכת לדור של עקבתא דמשיחא, שהיא מוכרחת להמשך מארץ החיים ממקום בית חיינו. כנסת ישראל התערה לחתיה, ביחס להרצון של הדרו הצעיר. הכוחות נתעוררו בתעורה נפלאה ומתממת. אין בשום אופן אפשרות להכניעם בדרך כבישה, כ"א לרומםם ולשגבם, ולהראות לפנינו את הדרך של האורה והרוממה והאדירה". עקבי הצאן, "הדרור", עמוד קי"ד ועיין באורך כל המאמר, כמו כן שם "דעת אלוקים" עמודים קלט-קמ ועוד מקומות רבים.

9. "...לענין תשובה צריך ב' דברים: א) תקון על העבר. ב) על להבא. ועל העבר הוא טוב יותר מכל הסיגופים לעסוק בתורה וגמילות חסדים ובהו מחנכר עונו. ועל להבא העצה שישים יראת ה' על פניו שהקב"ה מלא כל הארץ כבודו ועומד עליו וראה מעשיו המגועלים ואין לא יבוש מפניו לעבור על רצונו בפניו ממשי". בשם הגר"א. אכן שלמה פרק ד"ב וכן פרק יא"ג. וכן מוזכר דבר זה בכתר ראש, אורות חיים המובא בסידורו אשר ישראל לגר"א אות קל"ג.
10. "לא נעקר את היסוד הגס של יראת העונש מקרב הגות רוחנו. אף על פי שרק בתחתיתיה היותר שפלה של שדרת הרוח, וצריך הוא רק שם לקחת את מקומו, אבל שמרים הללו מאמצים הם את הכח של היין המעולה בהיותם שוכנים בתחתיתו". מידות רא"ה "יראה" סעיף ז וכן לעיל סעיף ג. וראה גם אורות התשובה יד, ד.
11. "על יחס אל תלמידים המתלכטים בבעיות יתקון הכרית, השיב לי: להרבות באהבה". גדול שמושה מאת הרב אברהם רמר וצ"ל עמוד עו.
12. "...כלומר שהכל נלמד מהתורה. ושלמה המלך ע"ה, שנתן לו האלוקים התכונה והמדע, הכל מן התורה היה לו, וממנה למד עד שידע סוד כל התולדות ואפילו כוחות העשבים וסגולתם ... כל דבר מכוסה ומגולה ידעתי. כל זה ידע בתורה, והכל מצא בה, בפירושה, בדרקדוקיה, באותיותיה ובקצותיה, כאשר הזכרתי". הקדמת רמב"ן לפירושו לתורה עמודים ג, ז, מהדורת הרב שעועל, מוסד הרב קוק.
13. "...כי תבור האדם עם אשתו עד שיהיה דבר אחד לגמרי, והחבור הזה אל תאמר כי הוא דבר גשמי כמו שאר בעלי החיים, אין הדבר כך כי יש להם לאיש ואשה כח החבור מן השם יתברך, וכמו שנרמז במלת איש ואשה, כי בהם נשתתף שמו הוא שם י"ה הו"ד באיש הה"א באשה לומר כי השם יתברך מתברר הזיווג הזה ומאחד אותם לכך שמו ביניהם ודבר זה הוא החבור מן האיש והאשה, ולכן כח עליון מתברר אותם ועל זה אמר אהבה שהוא עצם החבור שהוא מן השם יתברך דוחק הכשר הגשמי, שודאי ראוי שיהיה גובר כח החבור על הבשר הגשמי שהוא צומד כנגד זה". באר הגולה עמוד צג. ועיין עוד נתיבות עולם חלק ב, נתיב הצניעות פרק ב' ונתיב הפרישות פרק ב'.

היאוש שבא בתוך הלב, הוא בעצמו מורה על מדרות פנימית עדינה, הנובעת מתוך הכרה עליונה של מוסר ושל קדושה; על כן ראוי הוא שהיאוש בעצמו יחזק לבו של אדם, שלא יפחד וישוב מכל חטא. בתשובה מלאה שלוח ואומץ רוח.
(אורות התשובה ח"ט)

עיקר הנפילות באות מפני שאינו מאמין בקלותה של תשובה.
(שם י"ז)

מתכוון לשנות מערכת ערכים אצל המטופל לפי סולם הערכים שלו, של המטפל. אבות ומייסדי הפסיכואנליזה קבעו בצורה ברורה שהמטפל צריך להיות נייטרלי מבחינת אמונות, אידיאלולוגיות וכדומה, ואל לו לערב את שני התחומים: הטיפול הנפשי ומערכת האמונות והערכים². צעד כזה של המטפל עלול להתפרש ע"י המטופל כולול בו ובערכיו, וכמובן יפגע מאוד בסיכווי הצלחת הטיפול³. אמנם, עמדה זו נחונה לביקורת, ויש הסבורים שאי אפשר לבודד עמדות מוסריות מהטיפול הנפשי, אבל אין חולק על כך שיש לכבד את המטופל, אמונתו ודעותיו⁴. גיאה שיתכן שגישה זו של עובדים מקצועיים מסימים נעוצה בכך שמדובר מאות בשנים היה מקובל שאמונות גורמות למחלות רבות ומסוכנות כולל מחלות נפשיות, קביעות שאינן מקובלות היום⁵. שינוי בחפיסה זו גורר אחרייו שינוי גם בהסתכלות על התופעה מבחינה מוסרית. המטפל, שהינו מודע לעמדה הרפואית, מגיח כדבר פשוט שמצוקתו של המטופל נובעת מאי ידיעה בסיסית, ולכן מרגיש שיש להעמיד את הצעיר על האמת הרפואית. מה שאולי נגלם מהמטפל הוא שהאיסור הדתי אינו קשור לעמדה הרפואית, והאיסור התורני עומד בפני עצמו בעיני המאמין, כמו אלוהי, ולכן הקטנת אי ביטול חומרת התופעה הכנויים על הסכר רפואי מחטיא את המטרה, ונוצר מצב של תקשורת לקויה ואי אמון בין המטפל למטופל.

התייחסות המטפל לאמונות כאל דבר "נורמלי" שאינו צריך לגרום דאגה, נתפסת ע"י הצעיר המטופל הדתי כולול במה שהתורה, ההלכה, רואה כאסור. המטופל יחוש שאינו מוכן כראוי והבסיס הטיפולי נשמט מראשיתו. על המטפל להבין, שכפי שאין טעם להרגיע מטופל דתי שאכל בשר טרף בטענה שאין סיבה לדאוג משום שלא יזק מבחינה רפואית, כך אין טעם להרגיע צעיר הנמצא במצוקה נפשית עקב כך שאונו. עקב מורכבות זו מן הראוי לחפש מטפל המגלה רגישות והבנה מלאה לגאמר. אמנם נכון שישנם צעירים המצביעים על נזק רפואי אפשרי עקב האמונות ונודון בהיבט זה הלאה במאמר.

המטפל צריך להתייחס למצוקתו של המטופל ולתוצאות שפורטו לעיל, החרדה וכו', וכן יש להתייחס בכובד ראש לרגשי האשמה הכבדים של הצעיר. רגשי האשמה כשלעצמם אינם בהכרח פתולוגיים, אדרבה, במקרה שאדם עושה מעשה שלא יעשה, למשל גניבה, ואינו מרגיש רגשי אשמה יש מקום לדאגה. באותה מידה רגשי אשמה המופיעים עקב כשלון בקיום מצוה דתית, או עבירה על איסור דתי אינם חולניים. אולם אם אותם רגשות הם מעבר למקובל ומשתקנים את האדם מלפעול, מכניסים אותו לעצבות, גורמים לדכאון וליתר התופעות שנמנו לעיל, אז יש מקום להתערבות טיפולית ומהווים בעיה נפשית. הנוחה זו מקובלת בפסיכולוגיה⁶ וביהדות⁷.

הטיפול באדם הפונה לזולת במטרה להעזר נפשית או רגשית אינו מצומצם לסוג מסוים של אנשים, או לחתך ספציפי של מקצועות. רבנים, מורים, מתבקשים לעיתים תכופות להושיט עזרה נפשית לאדם במצוקה לא פחות מפסיכיאטרים, פסיכולוגים או עובדים סוציאליים. אמנם נכון הדבר, שבסוג מסוים של בעיות, טוב יעשה הרב או המורה, כשלא יענה לפונה אלא יפנה אותו לאדם מיזמן בעל הכשרה מקצועית. ישנם גם מקרים שרצוי שהמטפל ישתף את הרב בטיפול באדם הנמצא במצוקה¹. מאמר זה יעסוק בקשיים שצעירים לא מעטים מחלבים בהם, קשיים הנגרמים כתוצאה מאמונות, הלא היא הוצאת זרע לבטלה.

המאמר יציג את העקרונות הטיפוליים הספציפיים לאוכלוסיה זו והוא מיועד, לפי רוח הדברים שנאמרו לעיל, למי שנתבקש להושיט עזרה לצעיר במצוקה. חשוב ביותר לציין שכמעט ולא קורה שהצעיר הפונה לעזרה יאמר שהאמונות היא זו שמציקה לו. החרדה והכושה משתקנים אותו ומונעים ממנו לבטא הרגשה זו כפה מלא. המטפל צריך לנהוג בערניות ובמתנות, אם יחוש שאמנם זהו המפריע לצעיר. בנוסף, יש לציין שסביר להניח שלא בהכרח הצעיר מודע לכך שבעיה זו היא שגורמת לו לקשיים המופיעים בחיי יום יום כגון עצבות, קשיים בתפקוד, קשיים בריכוז, אי שקט, חרדה ועצבנות. התהליכים הפסיכולוגיים בעניין זה זהים לתהליכים המוכרים הפועלים בבעיות נפשיות אחרות. השימוש במנגנוני הגנה במטרה להגן על שלמות האגו והדימוי העצמי, אינם שונים ממה שהמטפל פוגש בעבודתו הטיפולית הרגילה. יש לדעת שהאופי המיוחד של התופעה האמונת הוא, שהיא נתפסת על ידי הצעיר כחטא דתי ופגם מוסרי. העובדה שמדובר בתופעה מינית המתרחשת בתקופת ההתבגרות, תקופה רגישה ביותר, גורמת לפעמים לערפול ולהסתר היכולים להתבטא בכך שהצעיר יהיה סבור שרק הוא לוקה בתופעה זו, ולכן הוא אדם שפל, והוא גורע מבין חביריו והטובים אותו.

ישנם עובדים מקצועיים, פסיכיאטרים, פסיכולוגים, ועובדים סוציאליים הנוהגים (כשמתבקשים לטפל בצעיר הפונה אליהם, השרוי במצוקה נפשית הנגרמת עקב כך שהוא מאונן) להקטין בחומרת התופעה, הן מבחינה דתית והן מבחינה מוסרית. כוונתם היא להרגיע את המטופל ולהביא לירידת הקטנת החרדה ויתר התופעות הלא רצויות. נקיטת עמדה זו אינה נכונה גם כשכונת המטפל היא אך ורק כנ"ל, והיא פסולה כשהמטפל

והייתם קדושים

משרת נבחרת נחו ואשר ישר

אמנות מאתרים

מערך נבחרת עם סגן מנכ"ל נאמנים

הטיפול ברגשי אשמה מוגזמים ומזיקים זהה לטיפול במקרים אחרים, שבהם רגשי האשמה חורגים מהמצופה והמקובל. הטיפול מתרכז באישיותו של המטופל, במודע ובלתי מודע, בהתנהגותו המעשית ובחיייו הדמוניים, כעבר בילדותו, במתרחש כהווה בכל שטחי התענינותו, כלומר לאו דוקא בבעיית האוננות, ובציפיותיו לעתיד. לא זה המקום להסביר את התיאוריה והטכניקה של הטיפול הדינמי בנפש האדם. במקרים אלו יש להפנות את המטופל לעזרה מקצועית.

במקרים שהתופעות או הסימפטומים אינם כה חמורים, כשהצער אינו ברכאון המשתק אותו מלתפקד בחיי היום-יום וכשעדיין מעורב בחברה, רבנים ומורים מסוגלים ויכולים לעזור לעציר להיחלץ ממצוקתו. ניתן לחלק את הרגשות המלווים את הצעיר לשלושה סוגים: א. דאגה וחרדה עקב חומרת האיסור. ב. תחושה שהוא הגורע והשפל בבני האדם משום שסובר שרק הוא, או רק מעטים מבין חבריו, נכשלים כמוהו. ג. הדאגה המקננת בליבו שגורם לעצמו נזק בריאותי בלתי הפיך או חמור ביותר. למוחר לצייץ שרגשות אלו יכולים להופיע-כולם יחד או בנפרד. נתייחס קודם לשני הסוגים הראשונים. נאמר לעיל שהעבודה הטיפולית אינה צריכה ואף מנועה מטיפול ע"י המעטת חשיבותה של הפעולה מבחינה מוסרית. הנחה זו אינה עומדת בסתירה שיש להתייחס למשקל חובד שהמטופל מעניק לפעולה זו. ניתן לפתח שיחה סביב הדימוי העצמי של המטופל והשפעת האוננות על זה, ויש להרחיב את השיחה לכלל הרגשותיו ותחושותיו עקב התנהגותו הדתית והמוסרית באופן כללי. לאור זה ניתן לבדוק איתו אם מייחס משקל כבד ביותר לאוננות לעומת עבירות או פגמים מוסריים אחרים. אם נתגלה שאכן כך הם פני הדברים, דהיינו שעבירה זו נתפסת על ידו כחמורה ביותר, יש לברר איתו את הסיבות לכך. הן מבחינה קוגניטיבית והן מבחינה רגשית. תשובות לב תהיה מופנית לעברו, להינכרו, ויחסו הכללי למין ולדחפים הפזיזים יעובדו בכור המבחן השכלי והרגשי. בצורה זו מרכז ההתענינות מועתק מאוננות להסתכלות פנימית מעמיקה, תהליך שיש להניח שבסופו של דבר יביא לאיזון פנימי. מטופלים מסוימים יסבירו את חרדתם דוקא מעבירה זו לעומת עבירות אחרות, על ידי שיעטו את הוזהר שמעריך עבירה זו כחמורה מעבירות אחרות, ובכך "צדיקו" את מצוקתם ופחדם. במקרה כזה יש להפנות את המטופל, בר בכך עם האמור למעלה, לדברי רבי חיים מוולאז'ין ז"ל המצטט את הגר"א שלימוד תורה הינו חוויה מתקנת (מוכאים על ידי הלמודו ב"כתר ראש, ארחת חיים" הנדפס בדרך כלל בסדרו אשר ישראל עפ"י הגר"א, קטע קלג). יש להדגיש שוב, שמידע זה או אחר אין להניחו לפני המטופל בצורה לימודית יבשה.

המטפל צריך להיות צמוד וער לרגשי לבו ותחושותיו של הצעיר ולמצות את ההיבטים הרגשיים. הרעיון שלימוד תורה מהווה תקן לאוננות, "לפגם הברית", מובא גם בהקדמה לספר "אלי טל" לאדמו"ר מסאטמאשאב זצ"ל. המחבר מצטט את דברי חותנו האדמו"ר מקאצק זצ"ל, שהסביר דברי הוזהר שלחטא הוצאת זרע אין תשובה, היא משום שתשובה היא בלב ופגם שבוער הוא במוח, "והרי הקלקול למעלה ממקום התקון" (אין זה המקום להסביר דברים עמוקים אלו). הגאון המחבר מסיק "וע"כ עיין ההלכה שהוא במוח, וכל שכן מי שמחדש חידושים הרי התקן גם כן במוח" עיין שם שמאריך בהסבר דברים אלו. הוא מצביע על סגולתה המיוחדת של השבת, ולימוד הלכות שבת, להיות למזור ותורפה לעבירה זו. עיין גם דברים דומים בשערי טהרה בספר "טהרת ישראל" לרב ישראל יצחק מפראגא קטעים צא וקב.

למרות החשיבות והרעיונות שיש ליחס לעבירות ופגמים, עם כל זה צריך לשמור על פרופורציה, על איזון. מסופר שלעת זקנתו המופלגת של החפץ חיים זצ"ל באו מקורביו להתיעץ עם רבי חיים עוזר זצ"ל, בקשר לבעיה שהטרידה אותם אודות החפץ חיים. הם הביעו את דאגתם וחרדתם שמה נהוגו של החפץ חיים, לקום באמצע הלילה להתחנן ולבכות לפני בורא עולם על מצבו היורד של כלל ישראל, עלולה להזיק לבריאותו. שאלם רבי חיים עוזר: מה עושה החפץ חיים בסיים תפילותיו הוא חוזר לנח, השיבו מקורביו. חייך רבי חיים עוזר ואמר, אם כן הרי אין סיבה לדאגה, הרי גם אחרי האנחות והבכיות החפץ חיים מסוגל לחזור ולנח, וזה סימן שהתנהגותו מונחית בקדקדק קפדני ובמידה נכונה ולכן אין צפוי נזק לבריאותו.

ההרגשה על איזון נפשי המבוסס על נתינת משקל נכון ולא מוגזם לאיזונים קשורה לעור עקרון - השמחה. עבודה טיפולית עם צעירים בקשר לאוננות ובעצם באופן כללי לענינים רוחניים, אינה יכולה שלא לנגוע בחשיבות השמחה כמרכיב באישיות האינדיבידואל וכמשפיע על התנהגותו. למוחר אולי לציין שוב שלא מדובר בהרצאה תיאורית ולא בהטפת מוסר או תוכחה, אלא ב"שיחה כיחד" במטרה להצביע על רגשות ולהכיר בחשיבותם בעיניו האישיים ובהכוננת ההלכית פנימיים בקשר לשמחה ולעצב. השמחה כגואלת את האדם שכה מודגשת בתורת התמידות, נעוצה במאמר חז"ל, "איזהו העשיר השמח בחלקו". השמח בחלקו מצויר בעצם התנהגותו שאינו ידיר, שאינו גאותו, שאינו סבור שמגיע לו יותר ולכן כה חשוכה היא. אמנם אין להסתפק במועט בענינים רוחניים כפי שאדם מצוה בענינים גשמיים, אבל גם ברוחניות השמחה תופסת מקום חשוב ביותר, ופסוק בתורה מזהיר על השמחה. "תחת אשר

לא עבדת את ד' אלוךך בשמחה ובטוב לבב... " (דברים כח, ז). גם בקשר לעבירות הקשורות לדחפים מיניים השמחה "כתרופה" תופסת מקום נכבד בחסידות, עיין בשערי טהרה הנ"ל קטע פ"ב.

אם יש צורך להרחיב את הדבור בענין השמחה אפשר לציין מקורות אחרים המספקים מידע חשוב. בספר "בית אהרן" לרבי אהרן מקארלין מובא: "העיקר מכל המידות הרעות עצבות ומרה שחורה", האדמו"ר מסביר, שעצבות היא עצת היצר הרע להשכיח את האדם מעבודת ד', "אבל הוא דבר מאוס וטריפה, כי הסימן מן הלב נשבר הוא שמחה". בהמשך מובא בשם הבעש"ט, "ועצבות נמשך גם כן מגיאות, כי הוא מחשב בעצמו לפי גודל ערכי שאני איש חשוב מאוד היה צריך להיות לי התלהבות בשעת הללויה כפחד למאור". המשפט האחרון מעניין ביותר, הבעש"ט מלמד שגם הכמיהה לרוחניות, שהיא לגיטימית, ויותר מכך, היא משובחת, כי הרי אין להסתפק במועט ברוחניות, בכל זאת יש להבחין בקו דין המבדיל בין שאיפה רצויה לבין שאיפה פסולה, שמעורבת בה יהירות וגאווה. לפנינו ניתוח פסיכולוגי המעיד על הבנה עמוקה בפנפ האדם. וכן מופיע בספר "שם משמאל" לרבי שמואל מסאכאטשאב (בראשית פרשת וארא שנת תרע"ג), "כי ערלת הגוף גורמת ערלת הלב שיהא אטום ומכוסה מלבוא בו שום חיות דקדושה, וזה ידוע שעצבות ואוהם הלב גורמים לדי מחשבות רעות ומקרה לילה". מעבר לגישה הפסיכולוגית המעניינת, רואים אנו שהוא סבור שעצבות גורמת לקר, זאת אומרת, מבירה את הדחף המיני. אפשר להשתמש ברעיון זה כשיחה עם מטופלים השריים בעצב עקב כך שמאוננים. שימוש בהבנת נפש האדם, אנו מוצאים גם ברברי רבי חיים מוואלאוין (ככתב ראש הנ"ל, קטע קל"ה) וזה לשונו: "הסתכלות עריות ושיחתן... זה הכלל כל מה שיגדור את עצמו ויפדורש מראיה, אח"כ אם יראה יביש יבער בו היצר כאש, אלא כשדעתו לילך בשוק יתפלל ויבקש רחמים לכל יכשל ח"ו...". הבנה עמוקה זו בפסיכולוגיה יכולה להיות מנוצלת על ידי המטפל בשיחה עם צעיר המהוסס בשל כשלון מאמציו להשגור מעבירות הקשורות בדחף המיני. בספר "דברי אהרן" מובא בשם רבי אהרן הגדול זצ"ל, וזה לשונו: (דף כ ע"ב) "עצבות, הרי אינה עבירה, אבל טמטום הלב, שהעצבות גורמת, אין העבירה היותר גדולה יכולה לגרום, כשאומרים צריך להיות בשמחה, אין הכוונה על שמחה של מצווה, כי שמחה זו מדרגה גבוהה היא ולא כל אדם בעל מדרגה הוא, הכוונה היא שלא להיות בעצבות. יהודי שאינו בשמחה ממה שהוא יהודי, הוא כפוי טובה לשמים; סימן שמעולם לא הגיעה ברכת "שלא עשני גוי" לאוזניו, כי מה היא עצבות? עצבות פורשה חייבים לי וחסר לי, הן בגשמיות והן ברוחניות, נמצא שאת

טובת עצמו הוא דורש. יש הבדל בין מרירות לבין עצבות, מרירות פורשה שכיחות הלב על שלא החחיל עוד לעבוד את ד', כי אי אפשר לעבוד את ד' בלי מסירות נפש, כלום היתה לי מסירת נפש? אם לא, הרי שלא החחיל עדיין כלום. וזה ההיפוך מן העצבות, כי אם לא התחלתי עדיין לא מגיע לי כלום, ואין שום דבר חסר לי, אם כן מנין העצבות? רק כחוט השערה בין עצבות למרירות, אבל יש סימן מובהק לשתייה, אם החשבון מתוך עצבת הולכים אח"כ לישון, איננו יכולים לסבול את עצמינו ועל אחת כמה וכמה את חברינו, שרוים בכנס ומלאים יוהרא. אבל לאחר חשבון של מרירות, אי אפשר לישון. כי מהי מרירות? שלא התחלתי לעשות כלום, מיד חוטפים ספר, לומדים ומתפללים ומרגישים יהודי אנני ונהנים כשרואים יהודי אחר. ובכל זאת המרירות הכי מעולה יש לה נגיעה בעצבות, והשמחה הכי גורעת צומחת מתוך קדושה". הדברים הנ"ל מדברים בעד עצמם ובכוחם לפור הרבה אי-הבנות ולהאיר דרכם של צעירים המתלבטים ונמצאים במצוקה נפשית ורוחנית. מקור נוסף ומאגר חשוב בענין השמחה, המרירות, והעצבות, הוא ספר "אורות התשובה" לראי"ה קוק זצ"ל, ראה למשל פרקים ג וז.

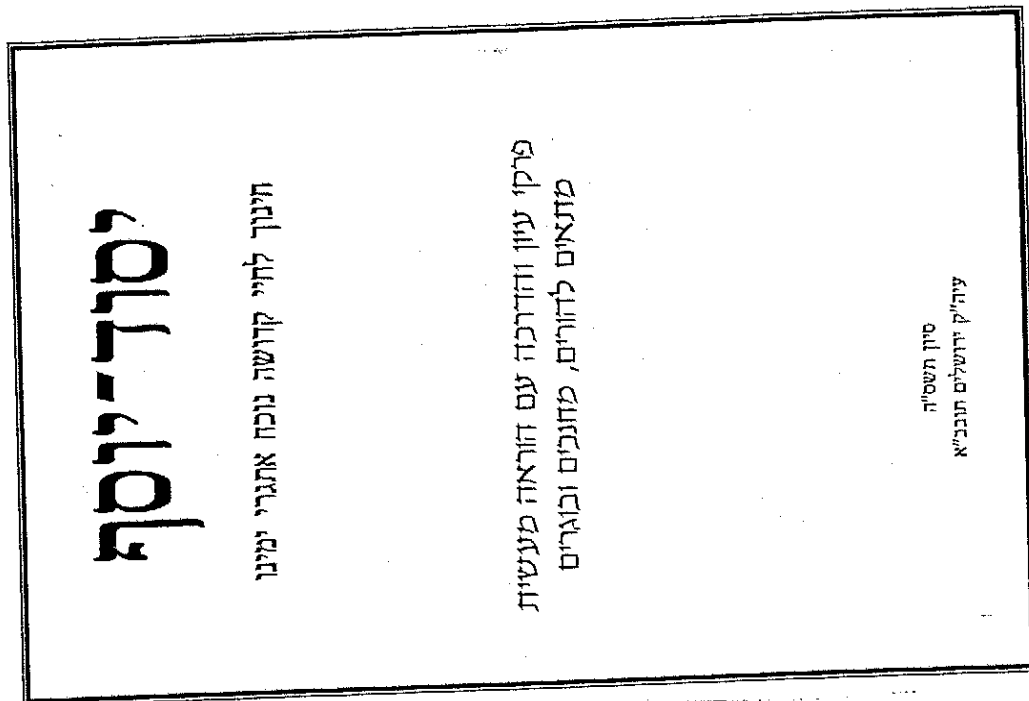
ההרגשה המעיקה שהצעיר עלול להרגיש שהוא גורע מאחרים ושפל באנשים משום שרק הוא או מעטים כמוהו נכשלים באונות, מהוה מרכיב ברגשי האשמה בהם הוא שקוע. הטיפול בזה הינו חלק מהטיפול הכללי בדמויות העצמית על כל מרכיביה וכו'. הנסיון מראה שמידע המסופק למטופל המבהיר לו שהוא אינו היחיד ואף לא מהמעטים, חשוב מאוד ויכול להיות גורם חיובי. אולם עם זה יש לברר בצורה טיפולית למה היה סבור שרק הוא או מעטים כמוהו נלכדים בעוון זה. וכן מדוע עבירה זו שונה מעבירות אחרות כגון סיפור לשון הרע או ביטול תורה, לגביהן בורר לו שכל אחד ממכיריו נכשל. ביזור הנקודה השניה חשוב גם במקרה שאין המטופל סבור שהוא מהמעטים הנכשלים. הביזור חשוב בכדי להגיע ליד הענקת משקל מאוזן לאונות, להעמיד עבירה זו בפרופורציה נכונה, כדי שלא תוכל לגרום לאי איוון נפשי ורוחני.

החשש שהוצאת זרע לבטלה מזיקה לגופו ולשכלו בוקר בלתי הפך מקנן כלב צעירים רבים. הם נתלים ברברי חכמים ופוסקים שאמנם התבטאו בצורה זו. הטיפול בזה אינו קל, ויש להזהר מאוד שלא לדבר בצורה בלתי מכובדת ולפגוע בכבוד חכמים אלו. זמירות זו נחוזה הן מפאת כבודם של חכמים, והן משום שצער בלתי זהיר עלול לגרום לזלזול מצד המטופל ביחס ליתר דברי הפוסקים, או מאידך להתנגדות לטיפול בוימוק שהוא בניגוד לרוח חכמים. במקרים אלו יש לברר האם אמונת חכמים היא שגורמת לחשש או שהיא אמתלא לחששות שבעצם נובעים ממקורות

אחרים. יש לשקול במקרים מסוימים הפניה לגדול בתורה וביראה המבין ללבבותם ולחרדתם של צעירים, שיוכל לעזור בנידון. יש לגשת לפרשה סבוכה זו לפי הכללים שנ"ל, דהיינו הדגשת ערך השמחה, יש להבליט בשיחה את הרעיון שהשקיעה בעצבות ויאוש אינה תורמת לטוב, והיא עצמה אינה נובעת מרוח קדושה, אלא להפך היא משרתת רק את היצר המנסה להפיל אנשים ולמנועם מעבודת הבורא.

אפשר גם להעזר ולהשתמש בדברי רבנו הרמח"ל בדבריו ב"מאמר על ההגדות", וזה לשונו: "עוד צריך שתדע שדברים רבים מעיקרי הסודות ירמוזם חז"ל בענינים מן הטבע או התכונות, וישתמשו מן הלימודים שהיו מלמדים בדורות ההם אנשי החכמה הטבעית והתכונה. ואמנם אין העיקר להם הענין ההוא הטבעי או התכוני אלא הסוד שרצו לרמוז בו, ועל כן לא יוסיף ולא יגרע על אמיתת הענין הנרמז, היות הלבוש המשלי ההוא אשר הלבשוהו אמיתי או לא, כי הכוונה היתה להלביש הסוד ההוא במה שהיה מפורסם בדורות ההם בין החכמים ואותו הענין עצמו היה יכול להתלבש בלבוש אחר כפי המפורסם בדורות אחרים. וכך היה מלביש אותו בעל המאמר עצמו, אלו היה אומר אותו בדורות ההם". רואים אנו שסבור שיתכן שאפילו דברי חז"ל אינם לגמרי תקפים ובלשונו: "אמיתיים", בעניני מדע במקום שדבריהם וכוונתם היו להלביש רעיון במשל. לאור דברים אלו לא יקשה למטופל להבין שקל וחומר שדברי חכמים ופוסקים מדורות מאוחרים, שאינם חלק מן התלמוד או המדרש, ייתכן שאינם לגמרי תקפים לפי הידע הרפואי של היום, כשמדובר בעניני רפואה גרידא. שיחה ברוח זו בנקיטת מלוא הזהירות והכבוד בכוחה להושיט עזרה לצעיר במצוקה ולהיות גורם מכריע בשיקומו הנפשי והרוחני.

1. Robinson, L. H. *Therapist-Clergy Collaboration*, in *Psychiatry and religion: Overlapping Concerns*. ed. L. H. Robinson, Washington, DC. American Psychiatric Press Inc. 1986. PP. 22-31. Rabinowitz, A. *Therapeutic Interventions With Religious Jewish Patients in Israel*. *Journal of Jewish Communal Service*, Vol. 69, No. 23, Winter/Spring, 1993.
 2. Hartman, H. *Psychoanalysis and Moral Values*. New York, International Universities Press, 1960.
 3. Appel, K. E. *Religion*. in *American Handbook of Psychiatry*, Vol. 2 ed. S. Arieti. New York, Basic Books Inc. 1959. p. 1780.
 4. Jung, C. *Psychology and Religion*. New Haven, Yale University Press, 1938.
 - Rabinowitz, A. *Reflections on the Concepts of the Unconscious in Judaism*. *Journal of Psychology and Religion*, 4(1), 1979, 49-57.
 5. Menninger, K. *Whatever Became of Sin?* New York, Hawthorn Books Inc. 1973. PP. 31-37.
 6. Barnhouse, R. T. *How to Evaluate Patients' Religious Ideation*, in *Psychiatry and Religion: overlapping Concerns*. ed. L. H. Robinson, Washington, DC, American Psychiatric Press Inc. 1986. P. 102.
 - Higgins, J. W. *Religion*. in *American Handbook of Psychiatry*, Vol. 2 ed. S. Arieti, New York, Basic Books Inc. P. 1786.
 7. SPERO, M. H. *Hand book of Psychotherapy and Jewish Ethics*. Jerusalem, N.Y. Feldheim, 1986. P. 41.
- וולבה, הרב ש. פסיכיאטריה ודת. בשבילי הרפואה, חוברת ח. בית החולים, קרית צאנז, נתניה, תשמ"ב.



תוכן עניינים

יסוד יוסף

14

פרק ד': חינוך לקדושה
עמ' 92-118
1. אחראי על חייו ועל חיי אחרים 2. קדושה כדרך חיים למעשה 3. קדושה ממעשה קבוע 4. יראה או אהבתו 5. שילוב מתוך שמחה 6. שתי דרכים 7. שני תנאים 8. "משנאיך ד' אשנא" 9. צדיקים בורחים מניסיונותו 10. ודות חיובית 11. תנועות מעורבות 12. אסור להתרגל 13. העקשות משתלמת 14. יותר רחוק - יותר קל

פרק ה': דרך ההתמודדות והתשובה
עמ' 119-144
1. ויהי האתגר 2. פשע - שפע 3. שמחת ההתמודדות 4. מאבק ולא תוצאות 5. לדעת איפה אני 6. משל לתינוקות 7. לזרים את הראשו 8. להסתכל קדימה 9. כאילו לא נפלת 10. "כי חולת אהבה אני" 11. לא להתאגר ולהאמין 12. לא סתם דיברתי 13. כי בשמחה תצאו 14. עשייה בונה 15. אל תתנתק

פרק ו': חרות והנאה
עמ' 145-154
1. עבודת של חרות 2. הגבלה היא ביטוי של חירות 3. חיפוש האשר 4. אהבה או תאוה 5. נתינה או נסילה 6. הנאת הגוף כחרות 7. הודמניות של הנאה בריאה

פרק ז': עצה להתקדמות והתגברות בקדושה בליווי מבוגר
עמ' 155-158

קדושה אני מבקש - שעת פטירתו של רבנו הרב משה צבי נריה זצ"ל
עמ' 159-160

13

תוכן עניינים

17

19

21

28

שלמי תודה

פתיחה

הקדמה

שר"ת עם מרן וראש"צ הגר"מ אליהו שליט"א

חלק א' - יסודות חינוך המתבגר בעידן של משברים

פרק א': קשר גלוי ונמוך
עמ' 33-51

1. מי שצודק צודק ראשון 2. צריכים לדבר 3. דרכים לשיתוף 4. נתק ומלחמה בסמכויות 5. המתנדב 6. עמל ולא הצלחתי 7. התקדמות מתוך שבת 8. לדעת להקשיב 9. ביקורת אהבתו 10. ברוגז - אהבה תוכרי 11. חוס ואהבה כתרס בפני הפורענות 12. חשיבותו של מגע 13. תוצאות המעשים לפי אמונתנו

פרק ב': טבעיות ופתיחות
עמ' 52-70

1. שאלות מביכות 2. התייחסות בטבעיות 3. מקומה של הרגשת החטא והאשמה 4. האיסור לדבר בנושא - השתיקה 5. מסרים בפוליס 6. מלב אל לב 7. עיתות משבר 8. לדבר ישירות 9. לראות את הטוב 10. להעלות לכף זכות

פרק ג': בניית הרצון
עמ' 71-91

1. הודעתו 2. לשכנע בלשון רכה 3. לדעת שזה חשוב 4. יש כוחות 5. העולם בשבילי 6. אל תלכלך 7. כוחנו כראשונים 8. שבר ללא גבולות 9. מקורות מחוקקים 10. ספרות תורנית מחלישה 11. מוכנות לקושי 12. שאיפת גבוהה 13. למקוה משתלם לי 14. התחברות 15. שלא לשמה - מצויין 16. לא רק ההתחלות קשות 17. תפילת הרצון

הוא גדול מכל תוכן של קדושה ושל תשובה אחרת. על כן, כאשר באות לו מחשבות של יראה ושל תשובה בדרך עיצובן יסוף דעתו מהם עד שתתכונן מחשבתו, ויקבל עליו כל התוכן של קדושה ושל יראה שמיים בדרך חיונה ושמחה הראויה לישרי לב עובדי ד' באמת. ואריות התשובה, י"א

הספר אינו "מהדורת ניסיון", אלא מהדורה לאחר ניסיון. הוא נכתב לאחר שנים שחומר זה העבר ונידון עם רבנים, מתכנים, הורים ותלמידים.

אנו תפילה שהספר יבנה קומה נוספת בבניין הקדושה הכללי והפרטי בארץ קדשנו, נוכח אתגרי ימינו.

הערה: בכל מקום שצוין "ספרנו הקדום", הנוגה לספר "זהויתם קדושים" - שמירת הברית נוכח אתגרי ימינו.

הקדמה

האתגר שבזמננו

כותב אור-החיים הקדוש על התורה:

והבטחנו כי לעתיד לבוא ונפיע בנו אל עליון תורת חיים שבש החמישים והשגתו הוא באמצעות הגלויות ובפרט גלות האחרון - משיגים הדבר.

וטעם שנתכונן ישראל במצריים בבירור שער ה' לצד שלא היו כ תורה, מה שאין כן דורות האחרונים באמצעות תורתם ושינוי ליכנ לשער ה' ולחוציא בלעו מפיו, ואז ספו תמו בחינת הטומאה. ושם ג ח

במילים פשוטות, אומר לנו אור-החיים הקדוש, שלפני הגאולה נצטרך להיכנ בניסיונות ובהתמודדות עם היצר לשער הגדול ביותר של הטומאה (שש החשישים מה שלא יכלו לעשות בני" עם משה רבנו ביציאת מצרים).

ושם, בשער החמישים, ע"י התמודדות והתגברותנו, ניקח מהטומאה את כ הקדושה שנפלה לתוכה, וע"י שתצא הקדושה משם נצא גם אנו לגאולה שלמה כל זאת אנו נתבעים ומסוגלים לעשות בזר האחרון משום שיש בידינו או התורה בשלמותה, ובכוחה ניתן לנצח במלחמה גדולה זו.

מתוך דבריו המהממים של אור-החיים הקדוש, ניתן להבין בבירור את הקשיים הגדולים הניצבים בפנינו היום מכל עבר ומאיימים לבלוענו, לא כמקרה וכדבר שולי, אלא כדרך ברורה ומכוונת מאת "קרא הודות מראש" המבקש מאתנו להתמודד בעקשנות כנגד כל התאות והבלבולים וגם הקשיים ביותר. בהתמודדות זו עצמה תלי תיקוננו, כפי שכותב ר' צדוק הכהן מלובלין זצ"ל:

כל אחד ידע שבמה שיצרו תוקפו ביותר הוא כלי מוכן לאותם דברים ביותר להיות נקיים וזכים אצלו. ובדברים שהרבה לפשוע בהם ידע שהוא כלי מוכן להיות דווקא באותו דבר נקי ובר לבב. (נדרת הצדיק אות מס)

פתיחה

19

פתיחה

העולם סובל מפני ששכח את הקדוש, והוא יצא מסבלותיו רק בהיזכר לו את אשר שכח, בזכרו את הקדוש... הננו חולכים ונטבעים במעמקי החול. להצלה אנו צריכים, וההצלה מוכרת לבוא. זהו עניין של הכלל, של האומה, של כל העולם כולו. אור הקדוש מוכרח לבוא בצורתו הבהירה המתקנת כל קלקול... להופעת אור קדוש עליון מלא ושלם ענינו תלויות. ומאמרי הראי"ה עמוד 411

דומה שבקטע תמציתי זה פרס בפנינו הכהן הגדול - הראי"ה זצ"ל - לא רק את הסיבה לסבלו של העולם, אלא גם את הדרך היחידה להיחלצותו מסבלו - דרך הקדושה, המוכרת להופיע בבהירות בשלמות ובגבורה.

בספר שלפניכם השתדלנו להביא בס"ד דרך סדורה ובהירה לחיי קדושה, בחינתנו ובחינתך ילדנו-תלמידינו המתבגרים בתוך המציאות הרוחנית הקשה שבה אנו נחונים, על פי דרך תורתנו הקדושה, הפונה גם לדורנו זה בשפתו המיוחדת לו.

ספר זה הנו המשך לספרנו "זהויתם קדושים" - שמירת הברית נוכח אתגרי ימינו, המיועד ברובו לנערים ובחורים, ומסדרתו לענות לביקוש ולצורך גדול של הורים ומתכנים, להדרכה ברורה "חלכה למעשה", בנושא חינת ילדינו לחיי קדושה במציאות ימינו.

בספר ישנה התמודדות גלויה, גם עם שאלות ודילמות חינוכיות שהצניעות יפה להן, אך תורה היא ועלינו ללמוד ולהתנף לאורה. (ע"פ פסכת בריט ס"ב)

הדרך החינוכית והתורנית את ספרנו זה (וכדורו) היא חינת לראיית האור, כלומר להדגשת כוחותי החיוביים של הנער-האדם. מתוך הדגשת הטוב והגברתו - יתרפאו החולשות ויאירו המחשכים.

מרעיונות כאלה של קדושה ושל תשובה שהם מביאים לידי עציבות צריכים להתרחק למעמים, כי יסוד השמחה הקשורה בעומק הקדוש,

תוכן עניינים

15

חלק ב' - מערכים ושיעורים חלכה למעשה

הקדמה	עמ'
שיעור מס' 1: הגאון ועמל	עמ' 163
שיעור מס' 2: העולם בשבילי	עמ' 165-167
שיעור מס' 3: ההתגברות	עמ' 168-172
שיעור מס' 4: התמודדות	עמ' 173-176
שיעור מס' 5: משמעות הנפילות	עמ' 177-180
שיעור מס' 6: דרך בסורה	עמ' 181-184
שיעור מס' 7: שמחת ההתמודדות	עמ' 185-187
שיעור מס' 8: גבורה	עמ' 188-191
שיעור מס' 9: ניסיונות	עמ' 192-194
שיעור מס' 10: חירות	עמ' 195-197
שיעור מס' 11: התמרדות וגבולות	עמ' 198-201
שיעור מס' 12: הצניעות	עמ' 202-206
שיעור מס' 13: לקחת אחריות למעשה	עמ' 207-210
שיעור מס' 14: הליכות חיים	עמ' 211-216
שיעור מס' 15: ייאוש ותקווה בתשובה	עמ' 217-220
שיעור מס' 16: תשובה והתוודעות	עמ' 221-223
שיעור מס' 17: תשובה במהירות	עמ' 224-226
סיכום מערך שלושת השיעורים בנושא התשובה (שיעורים 13-17)	עמ' 227-229
שיעור מס' 18: אהבה ומשפחה (לכיתת י"ב)	עמ' 230-231
	עמ' 232-237

עוד יוסף זה

לדמותו של אבי מורי ר' יוסף אבדנאן וזכרנו לחיי העוה"ב

(7) האם היית רוצה שישמכו עליך יותר ויתנו עליך עוד אחריות למרות הסיכון שבכך?

- א. כן בהחלט.
- ב. לא תודה.
- ג. חלילה.
- ד. כן, בהדרגה.

(8) איזו דרישה יש לך כאשר אתה מקבל תפקיד אחראי למרות שיש בו הגבלות?

- א. שיש לי כבוד.
- ב. שאני בוגר ואחראי.
- ג. שאני שונה את זה.
- ד. שיש לי סיפוק מעצמי.

(9) האם אתה שמח יותר כשהגך נותן-מוותר על רצונותך למען השני בחסד וכדו', או דווקא כשאתה מקבל?

- א. השמחה דומה.
- ב. הנתינה משמחת פחות מהקבלה.
- ג. הנתינה משמחת יותר מהנתינה.
- ד. אי אפשר לקבוע.

(10) מיהו לדעתכם חבר טוב?

- א. הלוך ונהנה על חשבון חברו.
- ב. המזמין את חברו לארוחות טובות ומצפה להומנה בתמורה.
- ג. מי שנותן מעצמו ומשלו לחברו מבלי לצפות לגמול.
- ד. מי שמוכן לקנות לחברו מהנחת.

(11) מהו לדעתך הגדרתו של גדול?

- א. אדם המסוגל לקחת אחריות בכל.
- ב. אדם גבוה.
- ג. אדם המוותר על רצונותיו למען השני.
- ד. אדם שלא לוקח סיכונים מיותרים.

(12) מהי האחריות הטבעית הנבונה ביותר שניתנה לאדם?

- א. אחריות על מעשיו.
- ב. אחריות על ילדיו.
- ג. אחריות על פרנסתו.
- ד. אחריות על בריאותו.

2. שאל את תלמידך מהי מסקנתם מהשאלון?

השאלון יראה בבירור שתלמידים מבינים שהאדם אחראי על תוצאות מעשיו, והסענה שלא התכוון לדע אינה פוטרת אותו מענישה על מעשיו השליליים.

כמו כן ישנה הכרה ברורה שכלל שהאדם לוקח על עצמו אחריות גדולה יותר, כך הוא מקבל על עצמו הגבלות גדולות יותר, אולם האדם מוכן ושמח לקחת על עצמו אחריות גדולה ותפקידים רבים מכיון שבכך הוא בונה את עולמו ומגיע לשלמותו האמיתית - נתינה. הנתינה נותנת לאדם כבוד והערכה אמיתיים על מעשיו הטובים (ראה באיסוס בענין נתינה וכבוד ב"קונסרס חסד" לרב וסלר - מבית מאליו א.).

לאחר נתינת השאלון פתחנו פתח להכנס לדיון עם הנער על המשמעות של "גדול" (נער פיל מצח) בנושא את הנצח בתוך עצמו - ראוי להוליד - שותף למעשה בראשית.

ככל שנבין כמה יקר ערך הוא אוצר החיים הנמצא בגופנו, כך נבין מדוע רבים כל כך הסיגים וההרזקות שאנחנו מצוים בהם, על מנת לשמור על אוצר חיים זה.

3. קרא לתלמידים את הקטע הבא הממחיש בצורה נפלאה את חשיבות ההקפדה בשמירת המצוות.

קל להוכיח לכל ברידת ששייגים והרחקות הינם אמצעי יעיל, חיוני ואולי יחיד לשמירת האדם מן החטא. שימושם נפוץ בכל תחומי החיים, ואין כל סיבה שלא ישמשו בהלכה. אלא שיש הטוענים שישנם נושאים בהלכה שבהם הסייגים והגזרות מרובים מדי. מן הראוי לבדוק טענה זו.

שיעור מס' 13: לקיחת אחריות למעשה

מטרת השיעור:

הבאת הנער למודעות שבגרותו משמעותה לקיחת אחריות. אחריות זו שומנת בחובה משלוח הגבלות, הישגים והתגברות. כן הוא הדבר בשמירת המצוות בכלל ובשמירת הכרית בפרט. ככל שהעניין גדול ויסודי יותר בתורה - כך יוסלו עליו גזרות וסייגים ע"מ שהאדם לא יכשל ויאבד את גדולתו.

מעריך זה הינו הכנה לשיעור הבא מס' 14 - לימוד ההלכות.

מהלך השיעור:

1. חלק דף שאלון שכתבתם: "אחריות וכבוד עצמי"

בתחילת הדף הבא את הסיפור הבא:

בפתח משפטו של נהג דרסן, משייסיס פרקליט התביעה את קריאת קרב האישיות, התפרץ הנהג הנאשם וקרא:

אינני אשם! לא יכולתי בשום אופן לעצור את המכונית במרחק כ"כ קצר. אף אחד לא יכול לעצור על המקום מכונית שנוסעת במהירות של 140 קילומטר לשעה!

הקהל שנכח באולם פרץ בצחוק. השופט, מבלי לחיך, חיסה את הקהל, ובפנותו אל הנאשם הסביר: אין החוק תובע ממך מה שאינך יכול לעשות.

אבל החוק דורש להעניש אותך על שהגעת, מתוך רשלנות ופזיזות, למתירית מסוכנת כזאת, שבה לא יכולת לשלוט על מכוניתך ולעצור אותה בזמן. ומיד "בענין יהודית" לרב יוחנן דוד סלומון חלק ב' עמ' 110-113

(11) האם לפי דעתך נהג המכונית חף מפשע מכיון שלא הצליח לעצור?

- א. חלקית.
- ב. הוא אשם בכל.
- ג. הוא חף מפשע לגמרי.
- ד. זה תלוי אם הוא היה עייף או לא.

(2) האם לדעתך על הנהג לקבל עונש גם אם לא ידע שאסור לנסוע במהירות של 140 קמ"ש?

- א. כן.
- ב. לא.

ג. תלוי אם הוא לא היה שיכור.

ד. תלוי אם הוא התכוון למהירות הזאת.

(3) האם לדעתך אדם מבוגר שדורג אדם אחז בלי כוונה אך מתוך רשלנות פושעת צריך להעניש?

א. לא.

ב. כן בהחלט.

ג. תלוי אם הוא ידע את התוק.

ד. תלוי כמה פעמים עשה זאת.

(4) האם לדעתך נתינת רשיון נהיגה לאדם מחייבת את הגבלות באיסורים ברורים ורבים (כגון ניל, הגבלת מהירות, ציוד לתחבורה וכדו')?

- א. כן.
- ב. לא.

ג. יש להגביל רק נהיגים צעירים.

ד. יש להגביל רק נהיגים מבוגרים.

(5) האם לדעתך ככל שהאדם לוקח אחריות גדולה על חייו שלו ועל חייכם של אחרים ישנה חובה להגביל אותו ע"מ שלא יפגע באחרים או יפגע בעצמו?

א. בכלל לא.

ב. לפעמים.

ג. כן תמיד.

ד. רק אם הוא רוצה.

(6) האם תהיה מוכן לקחת אחריות על עצמך (בהנחה נשיאת נשק וכדו') למרות האחריות שבכך?

- א. כן תמיד.
- ב. לא.

ג. רק מה שאין בו אחריות.

ד. רק אם אדע שאוכל לעמוד בדרישות.

הבה נקשיב להסברו של קצין צבא: אני אחראי למחסן חומר הנפץ שבבסיס. חומר הנפץ המאוחסן אצלי הוא כזה, שאם תניח עליו סיגריה בוערת, לא יקרה כלום. חומר הנפץ עשוי כך שבדרך כלל הוא מתפוצץ רק על ידי נפץ. אנו נוקטים באמצעי זהירות כדי שחס ושלוס החומר לא יתפוצץ. חומר הנפץ מאוחסן בתיבות פח הנתונות בארגוני עץ. הללו נמצאים במבנה סגור ונעול היטב שכל חלונותיו אטומים. הבנין כולו ממוקם במקום מבודד. הוא מוקף, במרחק כמה מטרים, בגדר גבוהה. על הגדר מבחוץ שלטים ברורים: סכנה, חומר נפץ. אסור לעשן

— האם אין זה קצת מופרז, אדוני הקצין? שואלים אנו.

— כלל נקוט בדיננו, עונה הקצין, שכלל שממדי האסון, אם יקרה חס וחלילה, גדולים יותר, כן יינקטו אמצעי זהירות רבים יותר להבטיח שהאסון לא יקרה. זכור לכם בודאי המקרה של התפוצצות מחסן חמרי נפץ שקרה לפני שנים אחדות. בישוב אזרחי השוכן במרחק 5-6 קילומטרים מהמחסן נופצו שמשות ונסדקו קירות. עלינו להפעיל כללי זהירות מחמירים לגבי נושא שתוצאות ההזנחה בו יכולות להיות כל כך חמורות.

ניישם מה ששמענו מן הקצין. מה שטוב, הגיוני ומופעל בכל צבא מסודר בעולם, טוב הוא גם עבורנו במסגרת הלכה, ולפיו פעלו גם חז"ל. ככל שהחטא הינו חמור יותר ותוצאותיו שליליות יותר, כן ירבו הסייגים סביבו, כדי להבטיח במידת הסיכויים שהאסון לא יקרה. יתכן אפילו שנשוא החשוב במיוחד לאדם מסויים יזכה לשמירה נוספת על הסייגים המקוריים שקבעה התורה. עשוי אדם לקבוע מדעתו הרחוקת וסייגים נוספים לדבר שהוא חפץ בשמירתו, ומעשהו יהיה תואם את הקו הכללי של התורה. ומתוך "בעין יהודית" לרכ יוחנן דוד

סלומון חלק ב' עמ' 110-113

4. הסבר לתלמידים שהגדלות המתייבת את האדם בשמירת המצוות היא המביאה אותו גם אל חיובי הקדושה – ההלכות המלמדות את הדרך לשמירה על אוצר חיים זה. מדברים אלו ברורים הסייגים הרבים (וגם נהגו מה) שהסילו חז"ל על האדם, ע"מ שיצליח להגיע לחיי הקדושה ולא ליפול בחולשותיו. לא בגלל

קסנתו של האדם אלא דווקא מפני גדלותו ואורזותו העצומה. וכך פוסק הרמב"ם:

אסור לאדם לקרוע בידיו וברגליו או לרמוז בעיניו לאחת מן העריות, או לשחוק עמה או להקל ראש, ואפילו להריח בבשמים שעליה, או להביט ביופיה אסור... ואפילו לשמוע קול הערוה ונשיר, או לראות שער אסור. והלכות איסורי ביאה כ"א, ב'

מסקנת השיעור:

ככל שהעניין חשוב יותר, כך השמירה עליו מוכרחת להיות גדולה וקפדנית יותר. ערך משוואתי זה נכון בכל תחום ובודאי לגבי עצם החיים – קדושת האדם, ושמירת אוצר החיים – הורע – שניתן בו הכת להוליד.

לשאלתך איך אפשר לתקן את כל הטאות הנעורים של הרצאות זרע, שאוכלות את לבך ומילול דמעותיך לאין סוף - הנה כתב הגר"א שעיקר התשובה הוא לקבל לחדל מהחטא, והחרטה היא ליתר שאת (אורחות חיים כתר ראש קלג בסידור הגר"א), והרי כ"ה חדלת מלחטא כבר זמן רב, זה עיקר התשובה, וגם החרטה שזכת לך, לכן יש כאן תשובה גמורה.

אבל מה שאתה מבקש כפרה שתמחוק לגמרי את העבר, הנה התקן הגדול והכללי לכל החטאים הוא להורכות חסד וללמוד תורה. כן כותב הגר"א שהאזהרות הנוראות שבספר הזהיר שלחטא זה אין תקן אלא כיסורים נוראים, מסתיימות בהורכה שלימוד תורה הוא מופא לכל (שס). וכן כאשר נשאל רבנו הרב צבי יהודה מה התקן, הוא השיב: להורכות אהבה. ואכן האנו הגדול והעצום שבתורה ושבחסד שורף ומכלה כל טומאה.

באשר לעצה לומר כל יום עשרה פרקי תהילים, זהו חידוש חדש שאין לו מקור, וכמוכן לאמירת תהילים יש ערך עליון מצד התפלה והדבקות, האהבה ויראה, אבל הדרכה לומר דווקא מזמורים אלה על עונן זה היא חידוש. לכן מי שהוא תלמיד של רבי נחמן מברסלב תעשה על פיו כל דבר, כן הוא הדבר זה, אך כאשר לכלל ישראל, ילכו בדרך שטופת האור של חסד ותורה.

לשאלתך איפה מוזכר תיקון זה בגמרא, הנה כתוב בפרוש לגבי העון הנורא של בני עלי, שלא יתכפר בעולה וזבח אכל יתכפר על ידי תורה וגמילות חסדים (ראש השנה יח א), וקל וחומר חטא זה. גם בלי זה, הוא סברה פשוטה שהרכה אור יש בשתי מצוות גדולות אלה, הרבה יותר לאין ערוך מאשר

תיקון הכרית (שבע אגרות).....	3
מלחמת היצר (שש אגרות).....	16
נטיית הפוכות (שתי אגרות).....	24
שמירת העיניים (שש אגרות).....	27
שמירת המחשבה (שלוש אגרות).....	34
אור תורה ומצוה (ארבע אגרות).....	37
פעילות נרעז כשרה (שמונה אגרות).....	39
קשר לקראת נישואין (שמונה אגרות).....	53

שלמה חיים הכהן אבינר

ירושלים תשנ"ד

© כל הזכויות שמורות
מוחר להעתיק ולפרסם חלקים שלא למטרה מסחרית

ניתן להשיג: ספריית חזק בית-אל 90631
ד"ר מנחם בנימין
טל: 02-9973168

שרותי הדפסה: ב. גפן, בית אל כ.

אמירת עשרה מזמורי תהילים, שעל אף קדושתם, קלים הם לעומת מסירות נפש על אהבת הבריות ולימוד תורה.

ב

שאלה. יש לי בעיה חמורה, והיא שאני מציא ז"ל כבר מספר רב של שנים. חמיד רציני להפסיק אך לא מצאתי את הכוחות לעשות זאת וכל ההתחלות שתכננתי כדי להגמל לא עזרו לי. אני עומד כרגע נואש מול הדרך הבלתי נשלט. האם בצד האיסור להוציא ז"ל, מניחה לנו ההלכה גם את הדרכים להתמודד עם הבעיה, או שמא התורה אמרה אסור ובכך הסתפקה? אני משער שיש דרך להתגבר על היצר ולכן אני מבקש מהרב שיסביר לי אותה. בדרך ד', אני חי בחברה בריאה למדי בה מפרידים בין בנים לבנות גם בפעילויות שמחוץ ללימודים. אינני נוגע בבנות וגם איני הולך לסרטים שיש חשש לחוסר צניעות.

תשובה. איני מכיר תחבולה מסוימת כדי לגבור על היצר הרע הזה. מלחמה היצר היא מלחמה תמידית מן הרגע שהאדם נולד ועד היום שנפטר ועד בכלל, וקל וחומר היצר הזה, יצרא דעריות, שהוא היצר החזק ביותר. לכן צריך להלחם בכל האמצעים האפשריים, צריך ללמוד בקביעות ספרי מוסר וראות שמים כגון מסילת ישרים, צריך להפגל לקדוש ברוך הוא שיעזור לנו להתגבר. גם אם לפעמים נכשלים, לא צריך להתייאש, אלא להמשיך להלחם, כי שבע יפול צדיק וקם, עד שלבסוף מנצחים. היצר הרע הזה הוא יצר מרכזי באדם, הקשור לכל היצרים האחרים. לכן הנצחון עליו חלוי בהתמדות כוללת של כל האישיות. אינו די בתשובה תחאה, כלומר תשובה נמוכה פרקטית מעשית להדרג מלחטא מתוך יראת ד', אלא צריך תשובה עילאה, תשובה עליזת של התעלות כל האישיות, הארת כל האישיות לאורה של תורה, התהפכות כל הרע אל הטוב, הבנה עמוקה של

הטוב, השתוקקות פנימית אל הטוב כאשר הוא טוב, המתקת כל היצרים והפיתתם לכח כונה.

כמובן, מהלך ארוך הוא זה, ובינתיים צריך להלחם בכל תוקף, כמו חייל בודד שנחקק על ידי הרבה אויבים, אך אינו מוכר את חייו כל כך בזול, אלא נלחם עד טיפת כח אחרונה, וגם אחרי שהתגבר על האויב, אינו בטוח שלא יתקפנו שוב, והוא נמצא כל ימיו במלחמה. המלחמה הזאת היא חוכן חייני, כזה אנו עוברים את ד' גם על ידי היצר הרע, בכך שאנו גוברים עליו. אנו שמחים שיש לנו הדרגות לגלות את אהבתנו לד' על ידי מלחמה גדולה זו, מסירות נפש גדולה זו. כאשר אנו נופלים, אנו מצטערים, אנו מבקשים, ואנו מתגברים וממשיכים להלחם. האדם הוא כמצב תמידי של מלחמה, נגד אויבו הפנימי היצר הרע, במצב תמידי של מאבקים וסחירות בין התשוקה לטוב לבין היצר לעשות רע. אנו מנסים לבנות שינוי משקל נפשי בתוך הטוב, וכאשר הוא מופר על ידי חטא, אנו שוב עמלים להחזירו. זה התפקיד הראשי של האדם, בנינו של עצמו על ידי עצמו, מתוך מאבק אכזרי יום יומי, מאבק בלי רחם בין יצר הטוב לבין יצר הרע.

העיקר, שלא נרמה את עצמו שהיצר הרע הוא טוב, שלא ניתן לו לגיטימציה, שניזנה מן היצר הרע שנקרא צפוני, כלומר "צפון בלבו של אדם" (סוכה נב א) ואינו יודע ממנו, שבמקום לשלוט עליו, אנו נשלטים על ידו, שחיינו שקועים בחושך בו שום דוחניות אינה מאירה, ובתוך חושך זה נמצא יצר הרע צפון. כך הוא אצל אנשים חסרי כל אומץ, שאינם רוצים להכיר שהחיים הם מאבק, שמתעלמים מן היצר הרע ודוחקים אותו פנימה, בלי לחשוב מה יקרה להם. לעומת הברירה וההתעלמות מן המציאות שהיא מראשיתה דבר מסוכן, צריכה להיות תודעה בורה ואמיצה של המציאות. הסכמה לצאת לקרב, שהוא כבר תחילת הנצחון. היצר הרע הוא פולש שמנסה להשתלט, זורע אי סדר, מושך אותנו לכל עבר, מונע ממנו להתקדם

בדרך שקבענו לעצמנו, מכריח אותנו להטות בעל כרחנו ימין ושמאל, מטיל אותנו בסחף של רגשות במקום השכל שצריך למלוך. כך אנו מאבדים את שיווי המשקל הרוחני שלנו, נעשים משוכשים וקדורעים, נעשים טפשים ומבולבלים.

לכן יש להלחם ביצר הרע בכל האמצעים. כל התחבולות הן טובות, אך קודם כל צריכה להיות החלטה נחושה וקשוחה שאנו נלחמים, מלחמת חיים ומות, מאבק עד כדי מסירות נפש. צריך לחזק את היצר הטוב. צריך לחנך את השכל. צריך ללמוד תורה. צריך ללמוד חלקים פנימיים אמוניים מחשביים מוסריים שבתורה כדי להמשיך את רצון האדם כלפי מעלה. צריך להקריב את יצרנו קרוב לך. הצדיקים מוכנים למתבר גרמיהו בגין יקרא דקודשא בריך הוא, הם מוכנים לשכור עצמם בשכיל כבודו של הקדוש ברוך הוא. "כל הזוכה את יצרו ומתודה עליו, מעלה עליו הכתוב כאילו כיבדו להקדוש ברוך הוא בשני עולמים העולם הזה והעולם הבא" (פנה"ק מג ב). מתודה, כלומר מתודה על חטאו שנמשך מן היצר הרע. כי בגלל היצר הרע ההויה נראית כאילו קדושה, כאילו יש בה שניות חס ושלום, כאילו הטוב והרע נאבקים על משטר העולמים, וכאשר אנו זוכחים את היצר הרע, מתברר ומתגלה ש"ד אחד ושמו אחד" (נח"ד י ט) "ונשוב ד' לבדו כיום ההוא" (ישעיה ב יא).

6

מה שהנך אכול יסורים מפני שלפני הרבה שנים נכשלת בהיציג'ל, זה מעיד על נשמתך העדינה, ריש לדעת שהחרטה הזאת שורפת כשלהבת את עוונך, והנך בזה בעל תשובה גמור. ומה שמצאת בספרים שאין כפרה לעוון זה אלא על ידי מיתה בידי שמים והנך אומר שאם כן הנך מוכן לקבל על עצמך עונש זה, יש לדעת שתשובה גדולה מצילה גם מיתה בידי שמים, ועצם העובדה שהנך מוכן לקבל אותה על עצמך, זאת גם תשובה גדולה. מכל מקום כתוב בספר כתו ראש אורחות חיים לרבי חיים מואלוזין: "תשובה לנכשל בעון קרי כמעט כפושע ר"ל הוא כשעוסק בתורה אין צריך לדאוג כלל, וכוה שאל מרבו הגר"א ז"ל, והראה לו מאמר בתקנותיו ובספרי מוסר המחמירים מאד בענין הזה שצריך לסבול יסורים קשים ומורדים כמות, ואין תקנה כי אם במיתה ממש ע"ש שנאמר ועפר אהר יקח, אבל בסוף המאמר בתקנותיו הזה נמצא דבר טוב למבין שכתב בתקון כ"א וכ"ב, אבל אורחיתא אורך ימים בימינה כו', פירוש שמצלת מן המיתה, ובשמאלה עושר וכבוד שמצלת מן היסורים הקשים במיתה. והספרי מוסר לא הביאו זאת" (ארחות חיים כתו ראש קלג בסידור הגר"א).

לכן עליך לדעת שאינך בגדר טובל ושרץ בידו, אלא הנך יכול ללמוד תורה בשמחה.

מה שהנך עובר עליות וירידות, אינך צריך להבהל כי זה חלקן של כל אדם, והעיקר להוסיף הרבה תורה ויראת שמים, כפי שאמרת בעצמך: "הכל בידי שמים חוץ מיראת שמים, יראת שמים זה החלק שלי, בחלק הזה אני צריך לפעול כמיטב יכולתי, ומה שיהיה יהיה". יראת שמים היא האושר הרוחני הגדול, היא אושר החיים הגדול של האדם.

לכן אינך צריך להצטער שהעליות שלך הן "כישות" ואינך מרגיש טעם, ונרמה לך שרכונו של עולם מסתיר פניו מך, שהרי אם יראת שמים יש לך.

7

הכל יש לך, "סוף דבר הכל נשמע, את האלהים ירא, ואת מצותיו שמור, כי זה כל האדם" (סוף קהלת). יראת שמים ושמיית מצוות, זאת שירת החיים הגדולה, זהו אומץ הנפש הגדול, שלעומתם כל חינוכי החיים אינם אלא פירושים זעירימים, זהו האושר הפנימי הגדול, זאת קרבת אלקים היותר גדולה, זה כל האדם.

ד

כאמת שאלה קשה מאד היא זו, אולי השאלה היותר קשה, כי זהו היצר היותר חזק. לכן אין לחשוב שהפתרון הוא כל כך קל, כגון להתחנך ואז הכל ייפתר, או לילך לצבא ולקטוע את הלימודים בשיבה. אדרבה, צריך להתחנך בלימוד תורה, כי זהו המקור היחיד שאפשר לדלות ממנו עוז כנגד היצר הרע, כדברי חז"ל: בראתי יצר הרע, בראתי לו תורה תכלית (קידושין ל ב), הרי גילגל לנו שאין שום תרופה אחרת אלא התורה, ומתוך לימוד תורה, והתמלאות באור של תורה, החושך הולך, מתמעט ומסתלק (עי' מסילת ישרים פ"ח).

על כל פנים שתי עצות ראשיות יש כדי להתגבר על יצרא והוצאת זרע לבטלה בפרט ויצרא דעויות בכלל, ושתי עצות אלה הן שליטה על כח הרואה וכח החושב, ואילו אינן עצות בעלמא, אלא בעצמן מצוות מן התורה, וסוף סוף ספר הנוהג כותב שכל תרי"ג מצוות הן עצות מרובות של עולם. הדברים מבוארים באריכות על ידי בעל אור החיים הקדוש, על הפסוק "כמעשה ארץ מצרים... לא תעשו, וכמעשה ארץ כנען... לא תעשו" (דברים יג ג), מה שנסמך לפרשת עויות ללמדנו שאם נישמר בזה, גם לא נכשל בעויות, כמו שכתוב בסוף: "אל תטמאו בכל אלה, כי בכל אלה נטמאו הגוים אשר אני משלח מפניכם" (שם כד). הכלל הוא כי כל המצוות אשר ציוה ד' לעם קידשו הן מצוות שאדם יכול לעמוד בהן ולהטות יצונו

ה

לעשותן. אמנם פרישה מעויות היא דבר קשה מאד, שנפשו של אדם מחמתן ואונסתו עליהן לעשותן. כנגד זה צריך האדם להתעצם בשני דברים: תפיסת מרחק מכח הרואה ומכח החושב, שלולא זה לא יצליח להתגבר על החשק של עויות, כמו שמסופר על רב עמרם חסידא, שהיה אדם קדוש, בודאי לא הרהר בעויות והיה משולל מבחינת כח החושב, ככל זאת כאשר לשכיר שניה נפל על פניו יזפיה של אשה, כבר התגבר עליו יצרו, ורק במסירות נפש גדולה הצליח להחליץ (קידושין פא א). עד כדי כך שרבי מחיא בן חרש החליט לסמות עיניו, כי חשש שראית נשים תגרסם לו הכרח לרע (ילקוט שמעוני דחי פסוק בן פורת יוסף רמז קסא), על אף שגם היה משולל כח חושב. גם להיפך, אף מי שמשולל מצד בחינת הרואה, אם לא ירחיק בחינת החושב, מחשבותיו ותגברנה עליו ויתלהט עד שיכשל כמעשה עבירה. הוא מביא דוגמא איך הדמיון והמחשבה יכולים להשלים מה שאין העין רואה ולעורר יצרים שפלים (עבודה זרה כב סוף ע"ב).

יצא שעל ידי אחד משני אלה נשללת שליטת האדם בעצמו והוא חלש נגד תאוותיו, וקל וחומר שאם הוא שולח יד ואוכל מעט מן הרע, הוא כבר מסור בידי תאוותיו. לכאורה לפי זה יוכל רבונו של עולם לצוות את האדם למשול בתאוותיו, רק אם לא בא לידי מבחן הרואה והחושב, שרק לו יש כח ואפשרות לשמוע דבר ד', אבל מי שכבר נפגע מבחינת החושב והרואה, כבר אין הוא שליט ברוחו למנוע מעצמו חשק המכריחו, על פי הטבע האנושי. אבל כאמת אינו כן, לכן אמר רבונו של עולם לא לעשות כמעשה ארץ מצרים שם היינו וכמעשה ארץ כנען שלשם אנו כאים, שתיקה ארצות מושחתות, בהן ישבו או נשב זמן רב, ומחוץ כך בודאי מתעורר כח הרואה וכח החושב, ככל זאת לא יכול האדם לטעון שאין לו מעצור בפני יצרו. הסיבה לכך והפתרון לכך הוא מה שכתוב בתחילת הפרשה: "דבר אל בני

ו

ישראל ואמרת אליהם אני ד' אלהיכם" (ויקרא יח ב). כלומר על ידי דעת ד' ודבקות בד' אפשר לנצח את הכח הטבעי הגשמי, כי הצורה שולטת בחומר, ולכן צדיקים לבם מסור ברישומם והרשעים מסורים ביד לבם (כ"ד לד י), כי הרצון שבמח האדם שולט על החפץ והחשק שכלב עובדה, שבני אדם מקבלים על עצמם תענית ומתגברים על החפץ לאכל, וכך מתנהגים תמיד צדיקים שלבם מסור בידם, הגם שיתאוו תאוות גדולות כלבם, השכל שהוא הנשמה בוחר בדבר ד', וזה המוכן של "אני ד' אלהיכם", בחינת נשמה, וד' משרה שכנינו כאדם בסוד "אהל שכן באדם" (ההילים עח ט), ומכאן זה אדם יכול לנצח החפץ על ידי הרצון, עד שמגיעים למדרגת דוד המלך, שאמר "ותורתך בתוך מעי" (שם פ ט), שמרוב דבקות בד', נתהפך האדם להנהיג כמו הנשמה, וכבר אין צורך לכפות בכח על הלב על ידי שלילת החפץ, אלא שמעצמו חפץ האדם כרצון ד', וזהו "ותורתך בתוך מעי", להרגיש בלימוד תורה כמו מזון שממלא מעי.

בסכום, בחינת החושב בדבר עוה מגבירה את החפץ ומשליטה אותו על הרצון, ואי אפשר לנצח את החפץ, אלא על ידי הרחקת הדבר מראיתו ומחשבתו, אבל אם רואה, הרי מסתכן, כמו שקרה לדוד מלכנו, שעל ידי מה שראה, נתעורר לבו ונכשל (שמואל ב יא).

וגם תחילת המחשבה גורמת תנכרות החפץ. ולזה אמר שלמה המלך: "בני אם יפתוך חטאים חירא" (משלי א י), כלומר, לא להסכים לבוא בשום מגע עם המחשבות האלה, אפילו "בטוען ונטען". אלא העיקר "אני ד' אלהיכם" ליחד שמו יתברך עלינו, ומתוך כך נגיע למעלה הגדולה של שומר בריתו שאין למעלה ממנה. עד כאן תמצית דברי אורי החיים הקדוש. ולכן העיקר הוא דבקות בד' אליה מגיעים על ידי שקידה מתמדת בתורה מתוך אמונה.

ה

שאלה. א) בספר ח"י מוהר"ן (תצ"ב) מכאן ענין אמירת "התקון הכללי" כך: כשם שנעמן נרפא כשטבל בירדן לא בגלל סגולת המים המסוימים ההם, אלא מעצם גזירת הנביא שכן יהיה, כך יתקן פגם הברית ע"י אמירת "התקון" בגלל שר' נחמן מברסלב נשלח לעולם לגלות תקון זה והוא עצמו יפעל בשמים לתקן פגמא כל אדם שיאמר זאת. האם אפשר לומר כזה דבר, שצדיק יתקן בשמים פגם של אחרים? ואם כן - כיצד אפשר לדעת איזה צדיק? ומה היחס לצדיק ד' נחמן באופן ספציפי? האם אפשר לסמוך על תקון זה?

ב) בחוברת גדול שמושה נשאל רבינו הרב צבי יהודה מה לענות לתלמידים שמחלבים כיצד לתקן פגם זה וענה - "להרבות אהבה ואמונה". האם זה סותר את דרך חסידות ברסלב הנ"ל או שאפשר לשלבם? האם יש למי שעוסק בתורה בקביעות איזושהו ענין לעבוד גם בדרך התקון של ד' נחמן? ג) בספר שיחות מוהר"ן (תצ"ו) כתוב לומר (כל בוקר, כמדומני) בקשה: "הייתי רוצה לעבוד ד'... ומקשר עצמי להצדיקים...". האם נכונה הפנייה לד', כביכול דרך צדיקים, והאם פנייה ספציפית זו מקובלת?

תשובה. אכן היחה לחכמים ביקורת על תנועת החסידות החדשה בכלל ועל חסידות רבי נחמן מברסלב בפרט, מפני שהפריזו בענין היסוד של הדבקות בצדיק. עצם הענין של התקשרות לתלמיד חכמים אינו חידוש של החסידות, והגמרא מלאה מזה שצריך לאהב ולכבד ולירא תלמידי חכמים, וגדול שמושה מלימודה, ומה לנו יותר מדרשת חכמים: "את ד' אלהיך תרא (והביס י ט), לרבות תלמידי חכמים" (פסחים כב ב) - שכללו אותם בתוך יראת ד'. אך הכל הלוי בטמפרטורה - בכמות ובאיכות. בכמות, כלומר כמה

פעמים מדברים על זה, האם זו נקודה חשובה מרכזית, או שמדברים על זה יומם ולילה כלי הרוץ. באיכות, כלומר אם אין עובדים את הגבול הדק המבדיל בין היחס הניתן לחלמיז חכם ואדם גדול וקדוש לבין עבודת אדם, שהרי אין לעבוד אדם אפילו כדי להגיע דרכו לרוח הקודש (נפש החיים ג ט). כלתי לך לבדו. כאשר חכמים דרשו "את ד' אלהיך תירא, לרבות חלמידי חכמים", יש שהעדיפו לשתוק מדרשה זו, מחשש שהיא תביא לעבוד על המידה, ויש שקיימו דרשה זו, וכאמת המשך הפסוק מוכיח: "אותו תעבד", שאמנם יש לירא חלמידי חכמים, ויראה זו מסונפת ליראת ד', אבל אותו תעבד, רק את רבותו של עולם.

כודאי ובי נחמן מברסלב היה אדם גדול בתורה, ומה שהוא אמר הוא תורת אמת, אך זהו חלק מן התורה ולא כל התורה. כאשר חושבים שזאת כל התורה, נכנסים לסכנות קשות זאת ועוד, החלק הזה אינו ראשית דבר, אינו ראשית הדרך לכל אדם, אלא שייך דווקא לאנשים עליונים שכבר למדו את החלקים האחרים של התורה, השרים לכל נפש, וכן החעלו בתוקן המדות היסודיות ששוות לכל נפש, ורק אז יכלו לגשת אל הקודש, אל רבי נחמן מברסלב, אבל מי שיחליל בזה לפני שמילא עצמו מכל החלקים האחרים, עלול להטות מאד.

12

גבורת נפש ועבודה חמדיית, התקדמות צעד אחר צעד כמי השליח ההולכים לאט. זאת דרך ארוכה והיא קצרה, במובן שמגיעים לתכלית, לעומת דרך קצרה והיא ארוכה, מבטיחה נפלאות ומכילה למבוי סתום. ומי שחטא, עיקר התשובה כיחס לעתיד הוא שלא יחטא יותר. כאשר לעבר, שיחתורט.

1

שאלה. האם כל נזל שיוצא אחרי התקשות האיבר הוא שכבת זרע לבטלה? האם שכבת זרע לבטלה זהו דווקא אחרי שהתקשה האיבר או גם כשהוא כבר איננו קשה יכולה לצאת שכבת זרע לבטלה? האם זהו דווקא כשמדברים או חושבים על אשה, יוצאת שכבת זרע לבטלה, או שזה איננו משנה, אלא כל נזל שיוצא אחרי שהאיבר התקשה זהו שכבת זרע אע"פ שגרימת התקשותו של איבר איננה קשורה לעיני אשה? אנה להשיב לי בצורה הכי מפורטת שאפשר כדי שאוכל לדעת ממה להזהר, ואולי אם יחברו שיעצ לי להוציא שכבת זרע לבטלה, לבקש מליחה ומחילה מבורא עולם. כמו כן, מהו העונש על הוצאת שד"ל, האם כרת כמו אוכל חמץ בפסח? מיהו נקרא מויד בענין חיוב כרת בהוצאת שכבת זרע לבטלה? האם צריך במויד עדים והתראה כמו בחמץ בפסח להתחייב כרת?

תשובה. הנה לא מצאתי לזה התחשבות בספרי הלכה, אך מבחינה מדעית כרוך שהמעט הזה שמרטיב בהתחלה אינו זרע, אלא נזל אחר של הערמונית שתפקידו לשמן את שובלי הזרע, כדי שהזרע בעצמו יוכל לזרוע בקלות, בהיותו מין נוזל עבה. אחרי קישוי וכדומה יש קצת הרטבה כזאת, כיחוד בחקופה שאחרי הנישואים, ושאלתי את הג"ר יצחק אריאלי זצ"ל, והוא אמר

13

לי שזו תופעה ידועה, מבחינה הלכתית לאו כלום הוא, ואין לחשוש. כמובן שיש להזהר מההרהורים וראיות אסורות, אך זה ענין אחר.

באשר לעונש הוצ"ל, איני זוכר שכתוב שיש עונש של כרת, אלא כתוב מיתה בידי שמים (נה יג א), שזה פחות חמור מכרת. על כל פנים גם לזה יש תשובה, ועל אף שהזהיר מפליג בחומרת עונן זה, כבר מובא בשם הגר"א שלימוד תורה מכפר (ארחות חיים כתר ראש קלג בסידור הגר"א), ובדומה לזה כותב רבנו, הוב צבי יהודה, להרבות באהבת ישראל ואמונה (חובת הדין שמתה).

אני רואה גם משאלתך הקודמת שאתה מלחיץ את עצמך הרבה ומשכית את ששון חייך, ועל אף שהרכבה פעמים החיטוט הפנימי נובע מיראת שמים, בכל זאת יש מצבים שעבודת ד' היא דווקא לא לקחת דברים ללב, אלא לשמור בחלקו החומרי הרוחני, לאכל בשמחה לחמו, "אין טוב באדם שיאכל וישתה והראה את נפשו טוב בעמל" (קהל כ ב), "לשמוח ולעשות טוב בחייו" (שם ג יב).

1

על קרי כאונס אני מציע לא להגיב בחרדה יתירה ובשכרון לב. הרי ברור שמן הדין מי שרואה קרי מאונס אין בידו עון, כמו כל אונס שאין בידו עון. כמובן אם זה תוצאה ממה שאדם הרהר כיום, הרי עבר על "ונשמרת מכל דבר רע" (דברים ג ט) שלא ירהר אדם כיום ויבא לידי קרי בלילה (כתובת מו א). וגם יש ספרים שמציעים שלא לאכול מאכלים חריפים וכדומה בלילה, אך גם כזה, מי שלא שמע לעצה זו וראה קרי, אי אפשר לומר שעבר על איסור, שהרי אין איסור עצמי לאכול מאכלים חריפים וכדומה. ואין זה דומה לראיה והרהור. וגם מה שעולים בחלומות כל מיני ציורים ודמיונות, לא עליך האחריות, וזה אונס, ומה שזה קשור לכל מיני עבירות של גיל נעורים,

14

הרי אלה עבירות שהיו כבר, ונעשתה עליהן תשובה, וכמובן חמדי אפשר להעמיק בתשובה, אך עצם ראיית הקרי היא אונס.

לכן גם אם הסיבה לכך היא הריחוק מאשתי, וחזרה הביטה דק לשכתות, אין זה סיבה לשנות את כל סדרי החיים ולהפסיד את כל המעלה הגדולה בתורה, שזהו תוכן חייך ללמוד וללמד.

העיקר – להחליץ מן המעקה הנפשית הגדולה שלך. בודאי שחשבון נפש חודר ומחמיר – עבודת ד' גדולה היא, אך כתנאי שהוא דוחף את האדם כלפי מעלה אל עבר האור, ולא שהוא משקיע אותו בתוך עצמו ומקפח כל זרמי חייו. לכן עבודת ד' שלך עתה היא דווקא לשמות, לשיר ולרקוד, ולהיות שמח בחלקך. גם אני רואה ענין לנחת את שאלותיך אגב תעניות, שודאי מי שהתענית אינה מחלישה אותו גופנית, מעלה גדולה היא, כדברי הגמרא (תענית יא ב), וכנפסק בשולחן ערוך. אבל במקרה שלך, צריך לחפש את האור בכיוון הפוך, לא בצמצום חיים אלא בהוספת חיים. על אף שאין זה הכיוון שלך, אלא הפוך, אך זו עבודת ד' שלך עתה, לא להיות כל כך לחוץ בעבודת ד', אלא לנוח, לשמוח, להתענג קצת כתענוגות כשרים, לשכוח עוונותיך כולם לעת עתה. אמנם החסידות של חרדת קודש היא לעילא מן החסידות של שמחה, אך כמצבך דרך הרפואה היא חסידות השמחה. כמובן שלמעלה בקודש, שחיה מתאחדות.

15

מלחמת היצר

א

שאלה. בשנים האחרונות ניסיתי להלחם ביצר המין, אך לשווא. נופל אני במפלגתו הלך ונשנו. יודע אני ש"אין דבר העומד בפני הרצון", אך הרצון שלי אינו עז. למדתי ולמד אני את "מסילת ישרים", אך ברצון להתגבר נשאר תמיד זיק של רצון לתאוה. יחסית אני מנותק מחברתן של בנות אך למרות זאת קל מאד להסעיף את יצרי. כיצד אוכל לגבור עליו?

תשובה. איני מכיר קצור דרך ותחבולה, ודבוחי הקדושים לא מסור לנו. בודאי אם היתה דרך קצרה, היתה נמסרת לנו בחורה שבכתב ובחורה שבעל פה. אלא תחום זה הוא כמו כל תחום אחר, שאין ניסים, כלומר אסור לנו לסמוך על ניסים, אלא צריך להלחם. ואדרכה עצם הדבר שאין תחבולה, הוא מסודר כך על פי רצונו של הקב"ה, שרצה שהאדם "בנה מבחינה רוחנית ומוסרית על ידי מלחמה פנימית. יצרו של אדם מתגבר עליו בכל יום, וצריך להלחם נגדו. נכון שמלחמה קשה היא זו, אך לפום צערא אגרא, ומי שזוכה יצרו לרבונו של עולם, הרי הוא כמקריב קרבן. גם לפעמים נכשלים אחר נצחונות רבים. זה מפני שהנצחון רק היה בכחינת שינוי מעשה ולא שינוי אישיות, כלומר שהמעשה הטוב היה בניגוד לנטיות העמוקות שבאישיות נצחון אמיתי על היצר, הוא על ידי שינוי האישיות לטוב. אך זה נעשה על ידי רכוי מעשים טובים, כדברי הרמב"ם, שאם אדם חוזר על פעולה פעמים רבות, או כמו בדרון שלנו נמוע מפעולה רעה הרבה פעמים, זה מכריע את טבעו לטוב במשך הזמן (שפתה פרקים פרק ד). אך כדי לבצע זאת נגד הטבע הרועע שהוטבע באופן זמני, צריך רצון. סוף סוף אין אדם ערשה אלא מה שהוא רוצה. אבל הנך אומר שרצונך אינו עז. אם כן, צריך לעשותו עז. אם

16

אדם כאמת רוצה לא לחטוא ולא להרהר הרהורי עבירה, הוא לא יזהר. אינו די ללמוד ספר מסילת ישרים, צריך ללמוד אותו בדרך שתחזק את הרצון. הדרך לחזק את הרצון היא המחשבה וההתבוננות. השכל הוא חופשי. אדם חושב על מה שהוא רוצה. אדם צריך להתבונן ולבדוק איפה עומד רצונו ולא להרפות עד שיהיה חזק. באופן כללי הרצון לטוב מתחזק על ידי לימוד תורה, הן לימוד תורה ותחבונות על ערכה של התורה והקדושה, הן לימוד תורה באופן כללי. השכל מטה לאט לאט את הרצון אליו. גם עבודת ד' שברגש, כלומר תפילה, מטה את הרצון אל הטוב. צריך להלחם ולהתחזק על ידי התמלאות בחורה ובהתבוננות צריך להפנות את כל המחשבות לחורה, כמו שמסיים הרמב"ם את הלכות איסורי ביאה, כאשר הוא מברך את הדרך להגיע לטהרה יתרה: "יפנה עצמו ומחשבתו לדברי תורה וירחיב דעתו בחכמה, שאין מחשבת צריות מתגברת אלא כלב פגיו מן החכמה. ובחכמה הוא אומר: אילת אהבים ויעלת חן דדיה ידווק בכל עת באהבתה תשגה חמיד". לימוד תורה ממלא את הלב מחיקות ואהבה נפלאה שרוחה מפניה את כל האהבות השפלות. את אותה מחיקות שאדם מוצא ביצרא דעריית צריך לזקק, לטהר ולרומם למתיקות אצילית.

ב

שאלה. אני תלמיד בישיבת הסדר זו השנה הרביעית, ולי בעיה כאובה. על אף שאני משתדל ללמוד תורה ולהשתלם בראת שמים וברוחניות, ואמנם בזמן שאני בישיבה הדבר עולה מעט בידי, הרי כשאני מגיע לביתי אני יורד ירידה נוראה. אני מצליח להתגבר על היצירה בכל הקשור להסתכלויות אסורות ולהרהורים אסורים דה"ל ואיני מסוגל לנתק עצמי מצפיה בטלויזיה ועיין בעיתונים. השניות הזאת, גורמת לי ליסורי נפש קשים. מחד גיסא, בישיבה אני משתדל להקדיש את עיקר כוחי ומרצי לעליה בתורה ויוצאת

17

החשובה הגדולה והמהפכה הגדולה של התחלת חיים חדישים, שטוב השנים מן האחד, שאם האחד נופל השני מקימו.

2. אך אין לתלות כל ההצלחות אך ורק בנישואים, שבודאי אין הם באים במקום המלחמה נגד היצר הרע, אלא הם חלק של המלחמה, שהרי הרמב"ם כעצמו אומר שם: "ואמרו חכמים: גול ועריות, נפשו של אדם מתאווה להן ומחמדתן, ואין אחת מוצא קהל בכל זמן וזמן שאין בהן פרעין כעריות וביאות אסורות", כלומר שיצרא דעריות הוא יצר חזק מאד, "לפיכך ראוי לו לאדם לכופ יצרו בדבר זה ולהרגיל עצמו בקדושה יתירה ובמשכבה טהורה ובדעה נכונה כדי להנצל מהן ... וכן ינהוג להתרחק מן השחוק ומן השכרות ומדברי עגבים שאלו גורמין גדולים והם מעלות של עריות". ולכסוף הוא מוסיף: "ולא ישב בלא אשה שמנהג זה גורם לטהרה יתירה". הנישואים אינם פוטרים את האדם ממלחמת היצר, אלא עוזרים לו בצנחן. צריך בנישואים דבקות בד', ואז שכניה בניהם, ואם לא, אש של תאוה אוכלת אותם.

3. לכן יש להתחזק במלחמה, אך אם הנך רואה שלא תצליח לגצח בלי להתחזק, עליך להתחזק, כדברי הרמב"ם: "אם היה עוסק בתורה וטורד בה והיה מחזיר מלישא אשה כדי שלא יטרח במוננות בעבור אשתו ויכטל מן התורה הרי זה מותר להתאחר... והוא שלא יצרו מתגבר עליו, אבל אם היה יצרו מתגבר עליו חייב לישא אשה" (אישות סו כג ע"י לה"פ). אך יותר טוב שתמשיך ללמוד תורה בלי ריחיים על צוארך, ועצם הלימוד יגרש את חשכת היצר.

שמיים. מאידך גיסא, מחוץ לשיכיה אני מוצא את עצמי, כמעט בעל כרחי, מקדיש זמן ומרץ לדברים אסורים ח"ו. לאחר כל כשלון כזה יש לי תחושה קשה של יאוש ולוקח לי יום או יותר להשתחרר ממנה. לאחר מכן עם הלימוד באה התקוה והשיפור, עד לנסיעה הבאה אני מתמלא שוב רצון עז להצליח בהתמודדות וחזון חלילה. בעבר היו לי מחשבות וספקות באמונתי שמא אני אלא מורף בתוכי, אף שהיום למרות הכל אני חושב כך. אם כי אודה משוכנע בשלמות דרכי רק כאשר אתגבר על זה, כך ש"אחזור מן הכית בשלום". כמוכן שניסיתי, ואני עדיין מנסה ואנסה להתגבר על היצר הרע הזה, כיודעי שזהו המבחן האמיתי לכל האידיאלים שאני סופג בשינבה. אך בינתיים, לדאבוני, הפרוץ מרובה על העומד. לאחרונה חשבתי שאולי עלי להחליף את הגישה ולנסות להתמודד עם היצר הרע הנ"ל בדרך נוספת היינו ע"י נישואין, כלומר אולי ברגע שיהיה לי בית משלי, אנהל אותו על פי הבנתי, ללא טלויזיה, עיתונים ובסביבה שרובה שומרת מצוות, אמוע מנטינות המביאים לידי בזיונות, ואגיע למצב של "פת כסלו". ברצוני לציין שלמעט סיבה זו, לא חשבתי להתחזק בתקופה זו משום שרציתי ללמוד עוד כשנה או יותר ללא ריחיים על צוארי. וגם משום שעוד לא גיבשתי באופן סופי את דרכי בחיים ככלל ובשנים שלאחר ההסדר בפורט.

שאלתי היא האם הפתרון הזה של נישואין לבעיית היצירה הוא פתרון נכון או שמא זה עלול להפוך למלכודת חדשה בכך שלחץ הפיתוי רק יגבר עלי במצב הזה, ועלי להמשיך ולנסות להכניע חזיתית את היצירה".

תשובה. 1. העצה להתחזק הינה בהחלט עצה טובה, כפי שכותב הרמב"ם בסוף הלכות איסורי ביאה: "ולא ישב בלא אשה שמנהג זה גורם לטהרה יתירה". ואכן מי שמתחזק מתפקקין כל עונותיו אפילו לשעבר מתוך

4. על כל פנים, לא יכול לבך בקרבך מפני עוונותיך אלא היה שמח בחלק הטוב שיש בך, ומתוך כך התמלא גבורה במלחמה, והצער הנורא שיש לך על עוונותיך, היחודי שלא יהפך לראש, אלא יהפך לענוה ולהכנעה מפני רכבו של עולם ומתוך כך לאומץ רוחני של אהבת ד'. עליך להתגבר בגבורה גדולה של אהבת ד' ולהדול מיד מכל ההסתכלויות האסורות האלה, ואמנם הדבר הזה קשה, אך זהו גדר הנסיון שמוטלים על האדם דברים קשים וכל שהם יותר קשים, יותר ההתגברות עליהם מגלה אהבת ד', כמשל של מסילת ישרים בפרק החסידות על אותו קצין ששמו שיש לפניו מלחמה קשה. אני מבטיח לך שאם תחדול ארבע חמש פעמים, אחרי זה יהיה לך קל לצאת. אך אם אינך מצליח לחדול בבת אחת, אז לפחות קבע לך סדר של התמעטות הדרגתית, וגם הצער של ההמעטה יחשב לך כקרבן ונסליחת עוון, אך יותר טוב לחדול מיד לגמרי, ודע לך שכל הצער שיש לך על ההפסקה, שדווקא מרגיש כאילו נקרעות ממך חתיכות חיים, הרי הצער הזה גופא הוא לך לכפרה על כל העוונות שעשית, לכן עליך לשמוח גם על הצער הזה.

5. העיקר הוא להגביר את אהבת התורה, כפי שמסיים הרמב"ם את הלכות איסורי ביאה: "גדולה מכל זאת אמרו: יפנה עצמו ומחשבתו לדברי תורה וירחיב דעתו בחכמה שאין מחשבת עריות מתגברת אלא בלב פגיו מן החכמה, ובחכמה הוא אומר אילת אהבים ועלת חן דדיה ידווקא בכל עת באהבתה תשגה תמיד". אהבת ד' הינה יותר עמוקה ועצומה ומתוקה מכל מיני אהבות קטנות התופפות ליבות בני אדם. לכן יש לקבוע קביעות הגונה בספרים שממלאים אותנו אהבת ד', כלומר ספרי אמונה, וגם ספרי אמונה על עבודת ד' כגון ספר נתיבות עולם למהר"ל וביחוד ספר מסילת ישרים.

שאלת איך מתגברים על היצר הרע להסתכל בטוהי תועבה בטלויזיה. מלחמה זו אינה שונה מן המלחמה על כל יצר רע אחר, אלא שזהו יצר חזק מאד, יצרא דערייות. כמובן אם יכולת לשכנע את ההורים שלך להפסיק עם הטלויזיה בכלים שכוללים את האדם להבלים ולשפלות, אשריך וטוב לך, אך כל זמן שכן הוא המצב תצטרך להלחם. כמובן יש לעשות מלחמה בתחבולות, וכל חכם לב ימצא לו תחבולה, והתחבולה הראשית היא לחזק כמשתחי קשת מאותו חדר בו נמצאת הטלויזיה, הרחק מן הכיעור ומן הדומה לו ומן הדומה לדומה לו. אך יחד עם כל התחבולות לא יכול לגצא אלא גיבור, "איזהו גיבור? הכובש את יצרו" (אבות ד' א'). בחיים יהיה לך עוד נסיונות קשים ועוד יותר קשים מאלה. איך תתגבר עליהם? ע"י שתלמד להיות גיבור, לכן הנך נתון עכשיו בנסיונות קטנים, שאמנם עבורך גדולים הם, אך לעומת נסיונות אחרים אשר בחיי האדם, עדיין קטנים הם, ואין אדם נעשה גיבור אלא על ידי שהוא מתגבר, עולה ומטפס מנצחון לנצחון. על כן במקום להיות נואש ושבור מול המצב הזה, עליך להיות שמח שיש לך הזדמנות לצמוח להיות גיבור, ועל מצב כזה שהינך מתגבר על יצרך כשעות מאוחרות כלילה, על כל פעם נאמר "ישב ולא עבר עבירה נותנים לו שכר כעושה מצוה" (קידושין לט ב. ספר העיקרים ג כו). בתחילה קשה מאד לוותר על התענוגות המסוראבים, אך אחר ארבע חמש פעמים, יהיה קל מאד לנצח, והאדם ירגיש טהרה נפלאה על כך שהחשק שלו לחיפוש הזה ירד פלאים, אף שלעולם יצטרך מאד להזהר, כי אין אפסורופוס בעניינים אלה, וגם כאשר יש שלום, צריך שמירה על גבי שמירה. ככל שאדם לומד תורה, ובעיקר ענייני אמונה ומוסר, יותר הוא נעשה גיבור ומסוגל לנצח בקרב. לכן הבט ישר לנוכח האור, הרי בן חיל, ויכול חובל.

שאלת האם יש נוסחת פלא שיכולה לנטול את היצר הרע, כדי לשמור את עצמכם עד יום החתונה. ודאי, יש נוסחה והיא אמונה, אמונה בעצמכם, אמונה שאחם חזקים, יותר חזקים מן היצר. היצר הוא מקסם שוא, ואחרי שמתגברים עליו, מחבר שהוא היה חלש מאד, והתנדף כמו ענן בוקי. הנשמה מלאה כוחות עצומים, כוחות אלהיים, כוחות של טוהר ושל קדושה, כוחות של צמאון לד', רק צריך לדעת זאת. היצר אינו כל כך חשוכ, צריך לזלזל בו, צריך להתחייס אליו כאל דבר מבחין, לא כאל עצם מעצמיות. הוא דומה לחבר רע עם עצות רעות, כאשר הוא פונה אליך, עליך לענות לו בקיקורת חריפה, לצעוק עליו על כך שהוא מגסה לפתות אותך לרעתך. אפשר, אפילו, לגעור בו כדיבור, אפשר לקום כועס נגד היצר, אפשר להעביר את היד מעל המצח כדי לגרש את המחשבות הרעות. צריך לגרש אותו מיד בחופזתו, להתעלם מהן מיד. כמובן להתרחק מן הכיעור ומן הדומה לו ומן הדומה לו, לא להפגש במקום מבודד, שם החטאת רוכז בפתח, להיזהר בדלילות יחוד, ולא עוד אלא להפגש רק במקום שיש בו עובדים ושבים, אשר עצם מציאותם חמנע אחכם מכל שמץ דשמץ של עבירה. בזכות הצניעות, חזכו לבניית בית נאמן בישראל.

ה

שאלה. אני שטוף ביצר הרע של עריות, והדברים באים לידי ביטוי באיסורי תורה שאני עובר, עד כדי כך שאיני מרגיש כבר בטבעי הבריא את חומרת האיסור. האם זה טבעי תורמלי שארגיש הרגשות יצירות כאלה, במיוחד שהתרככות המערכת שוטפת אותנו מכל עבר? האם זה חייב להשתפר בהדרגה, או אפשר בפעם אחת?

תשובה. זה טבעי שיש לאדם יצר הרע כמובן שזה נמצא אצל כולם, אך זה אינו טבעי כמובן שאין זה מתאים למהותו הפנימית האלהית הטהורה, לכן צריך לסלק את היצר הרע ולפחות לדכא אותו בכל תוקף. על כן, לא יפול

לבו של האדם בקרבו כחשבו שהוא מפלצת נוראה מושחתת מן היסוד, אך מצד שני לא ישלים עם המצב, אלא יילחם כלא הרף כדי לזכך את עצמו. כאשר להדרגתיות ולדלילות, יש להבחין בין מעשים לבין מידות. מידות רעות אי אפשר לחקן בכת אחת בחזקת ידי אלא זה פרי של עמל ארוך ועקשני, אך את המעשים הרעים צריך להפסיק מיד. כמובן, זה יוצר מתח בין הנטייה הפנימית של האדם שעדיין שואפת לרע, לבין מעשיו הטובים, ולשם כך צריך עוז וגבורה ושכל גדול. לאט לאט המידות תשתפרנה והמעשים הטובים יורגשו בעונג עצום. אמנם, מיד כאשר האדם סר מידע הוא מרגיש עונג עצום של טוהר פנימית, וזה עוזר לו רבות להמשיך בעצירתו הרוחנית. כיון שבזמן המלחמה יש סחירה בין היצר והנטייה, לבין המעשים והשכל, לפעמים גם נופלים בקרב, ואז יש לאזור כח ולהמשיך להלחם ולא להתייאש כשום פנים ואופן, אלא להתחיל בעבודת ד' בכל פעם מחדש. היצר הרע אינו עייף אלא מתחדש בכל יום, והאדם צריך לחדש כוחותיו הרוחניים בכל יום במלחמתו נגדו. "יצרו של אדם מתגבר עליו בכל יום ומבקש להמיתו... ואלמלא הקדוש ברוך הוא שעוזר לו אינו יכול לו" (פוסק נב ב). אם האדם לברו, זאת כביכול התמודדות לא הוגנת, לכן הקב"ה עוזר לו. מסכרי המהר"ל שהקב"ה עוזר לו על ידי אורה של תורה (נחמכות עלם, נתיב כח היצר).

מהתורה אנו יונקים כוחות מהודשים למלחמה. רבוננו של עולם אינו עייף, "לא ייעף ולא ייגע אין חקי לתבונתו. נתן ליעף כח ולאין אונים עצמה ירבה. ויעפו נערים ורגעו ובחורים כשול יכשלו. וקרי ד' יחליפו כח, יעלו אבר כושרים, ירצו ולא ייגעו ילכו ולא ייעפו" (ישעיה ס כח-לא). יסוד הכל, שיהיה לך אמון בעצמך. "יום החלש יאמר גבור אני", כי באמת גיבור הוא.

י

אין להיות מוטרד כל כך בגלל היצר. אפשר להמשיך להפגש עם בנות למסרת גישוראים וכן להשתתף במאורעות צבוריים כגון הללויות. העיקר הוא להתגבר על היצר. אדם צריך להיות גבור. אם הוא נמצא בנסיון, סימן שיש לו כח להתגבר. אדרבה כאשר מתגבר הוא מתמלא חיים. כתב הגאון מוילנא: "עיקר חיות האדם הוא להתחזק חמיד בשבירת המדות ואם לאו למה לו חיים" (אבן שלמה א ב). צריך להוסיף תורה ואור, וינסו הצללים.

צריך גבורה.

אשכנז ממצולות

על נפתלי הנפש ונועם התשובה בעיניו קדושת הברית

יהושע שפירא

מבוא.....	13
למה זה אנוכי.....	14
הוא ישופך עקב.....	19
"אוש".....	19
בדידות.....	22
כנים אתם.....	24
לפקוד עיניים עוזרות.....	24
אנו בניך ואתה אבינו.....	25
שובו אלי ואשובה אליכם.....	30
תאמין שיכולין לתקן.....	30
יראת ה' לחיים.....	32
עיקר תשובה.....	34
תשובה וכפרה.....	39
חסידים או 'חסידים' ?.....	41
קלותה של תשובה.....	45
לא אותי קראת 'עקב'.....	45
'קלה שבקלות' בדברי חכמים.....	49
חרטה, עזיבה וקבלה.....	60
אחטא ואשוב.....	64
מורכב מידה טובה.....	68
לא יגורך רע.....	68
וכל הרשעה כעשן תכלה.....	70
עושה חסד לאלפים.....	72
לדון לכף זכות באמת.....	74
מטהר טמאים ומטמא טהורים.....	76
אתה תשוּפנו ראש.....	80
"ואתה חשקת נפשי משחת".....	80
הוי מודה לו במאוד מאד.....	81
שטות ושיגעון.....	84
אתה תשוּפנו ראש.....	90
צדור עצות.....	94
סוף דבר.....	104
מקורות לתוספת ועזין.....	107

הימנה, ומילא תחושת חוסר אונים וחוסר יכולת, ויחד עם זה – רגשות אשם נוקבים על כישלונותיו הגלויים לו, ולו לבדו.

כשמבקשים לעבוד את ה' בלב טהור, קמה וגם ניצבה המצוקה המייסרת הזאת בראש. הלא הוא יתברך אשר העיד בתורתו על חומרתם הנוראה של תועבות העריות, ואסר אותן מכל וכל, אך הלא הוא גם יוצר האדם על שני יציריו בקרבן, הוא אשר הטיל אותנו לסערת ההתמודדות הנוראה הזו. מכל זה מתעצמת הטלטלה בין רגשות האשם ובין חוסר האונים, ועלולים בקלות לבוא לעצבות, ותחת רצון להיות בעלי לב טהור – לבוא חלילה ללב מרי, מזוהם מדעל הייאוש.

"אמר ה'... אשיב ממחולות יס". באו הדברים שלפניכם בניסיון להשיב את הנפשות מההזמות המצולה ששקעו בהן, להשיב אותן ממחולות החטא, ממחולות השעבוד, ממחולות היגון והייאוש. באו הדברים להשיב את הנפשות אל מקומן הראוי להן, אל עצמיותן הטובה, הישרה והנקייה מחטא, אל התורה ודרכיה הישרים, ולמעלה ראש – אל ה' יתברך החפץ בטובתן ומחלצן ממוות, מדמעה ומלכת דח, עד שיתהלכו לפניו בארצות החיים.

למה זה אנכי

עוד טרם שאנו ניגשים לעסוק בהתמודדות עם היצר, עלינו להבין מדוע דווקא הניסיון הזה הוא קשה כל-כך? מה יש בתאוות העריות שתופס את האדם חזק כל-כך?

מדברי חז"ל אנו למדים שאין הדברים אמורים בדורותינו אלו בלבד, אלא בכל הדורות – "אין אתה מוצא קהל בכל זמן וזמן שאין בהן פרוצין בעריות וביאות אסורות". מדובר בתאוה מיוחדת, שאיננה עומדת בשורה אחת עם תאוות אחרות המוכרות לנו – כגון גל, רצח וכדומה.

...אמרו: האל ועת רצון הוא, ניבעי רחמי איצרא דעכידה. בעו רחמי

ואיספר בידיה. אמר להו: חו דאי קטליהו ליה לההוא – כליא עלמא.

הבשרו תלחא יומי, ובעו כיעתא בת יומא בכל ארץ ישראל ולא

אשתבת. אמרי: הכי נעכיר? נקטליה – כליא עלמא ניבעי רחמי אפלא

א. תהילים סח, כג.

ב. הלכות איסורי ביאה כב, יט.

לדוד,

בְּרָכִי נַפְשִׁי אֶת ה',

וְכָל קִרְבִּי אֶת שֵׁם קִדְשׁוֹ.

בְּרָכִי נַפְשִׁי אֶת ה', וְאֵל תִּשְׁכַּחְתִּי כָּל גְּמוּלָיו.

תִּסְלַח לְכָל עֲוֹנִי, תִּרְפָּא לְכָל תַּחֲלָאִי.

הַגּוֹאֵל מִשִּׁחַת תַּיִיכִי, הַמַּעֲרִיכִי חֵסֶד וְרַחֲמִים.

הַמַּשְׁכִּיעַ בַּטּוֹב עֲרֹק, הַתַּחֲדִישׁ בְּנֶשֶׁר נְעוּרָיִי.

עֲשֵׂה צְדָקוֹת ה', וּמַשְׁפָּטִים לְכָל עֲשׂוֹנֵי.

יִדְרִיעַ דְּרָכָיו לְמִשְׁה, לִבְנֵי יִשְׂרָאֵל עֲלִילוֹתָיו.

רַחוּם וְחַנוּן ה', אֶרֶךְ אֲפִים וְרַב חֶסֶד.

לֹא לְנֶצַח יִרְבֵּי, וְלֹא לְעוֹלָם יִשׁוּר.

לֹא כְהִטָּאִינוּ עֲשֵׂה לָנוּ, וְלֹא כְעִנִּיתָנוּ גְּמֹל עֲלֵינוּ.

כִּי כָגִבָּה שְׁמִיךְ עַל הָאָרֶץ, גָּבַר חֶסְדְּךָ עַל יְרֵאֵיו.

כִּרְחֹק מִן־חַ מִמַּעַרְבִי, הִרְחִיק מִמֶּנּוּ אֶת פְּשָׁעֵינוּ.

כִּבְתָּם אָב עַל בָּנִים, וְחַס ה' עַל יְרֵאָיו.

כִּי הוּא יָדַע יִצְרָנוּ, זָכוֹר כִּי עֶפֶר אֲנֻחֲנוּ.

מבוא

מן המפורסמות אך לא מן המדוברות – שמילדות עד שיבה מלפפת את האדם תאוותו וכמעט איננה נותנת לו מנוח. ההתמודדות הזאת עלולה להיות מתישה ומתסכלת – בצידה אך מעט סיפוק ושמחת נצחון, ואילו כשלונותיה רבים, צורכים ומייאשים.

היות הנושא הזה מפורסם וידוע, מצד אחד, אך אישי, צנוע ולא מדובר, מצד שני – יוצרת תחושה קשה של כלא מחניק ומייסר, של עבותות גורל המותקות כל אדם למלחמה קשה שאי אפשר לו להמלט

— פלא ברקיע לא יהי. כחלנו לעינה ושכנו. ואהי, דלא מגירי ביה לאניש בקריכותיה.

... אמרו חכמים: הואיל ושעת רצון היא (שכן קודם לכן עלה בידם לבטל את יצר ע"ז) נבקש רחמים גם על יצר העבירה (תאוות עריות). ביקשו רחמים ונמסר בידם. אמר להם (הנביא): ראו שאם תהרגו אותו — יכלה העולם. אסרו אותו שלוש ימים, ובקשו ביצה בת יומה בכל ארץ-ישראל ולא נמצאה (ללא היצר, נעצרה הפריה והרבייה בעולם). אמרו: כיצר נעשה? נהרגו אותו — יכלה העולם! נבקש רחמים על חצינו (שיתבטל) — חצי מן השמים אין נותנים. ניקור את עינינו ושחררנוהו. והעיל הדבר, שלא מתגרה אדם בקרובת משפחתו.

אין תאוות עריות כשאר תאוות. היא טבועה בעצם המציאות, "אי קטליתו ליה לההוא — כליא עלמא". תאוות אחרות מתייחסות לכוחות פרטיים ומסוימים במציאות, מעוותות ומציאות אותם מהקשר הנכון, אך תאוות העריות מתייחסות לעצם החיים, לשורש כל הכוחות. היא חזקה כל-כך, מפני שהיא מגיעה עד אותה נקודה המחיה ומצמיחה ומולידה חיים חדשים. כגודל הבניין — גודל הפיתוי וגודל ההרס.

ומכיוון שהיא כזאת — שורש לכל התאוות כולן — לפיכך, אפילו חטאים של עבודה זרה נתלים בה: "ולא עבדי (ישראל) עבודת כוכבים, אלא להחיר להם עריות בפרהסיא". כשמתכוננים היטב מגלים שכל פוגם באדם מעורר ומזכיר את הפגם היסודי והראשוני הזה, כאשר הוא נובע מתוכו. גם כשמדובר בחטאים ובנפילות מתחומים אחרים לגמרי, מחזירה אותנו הנפילה אל פגם הברית, שהוא נקודת התורפה הבסיסית של האדם. כך אנו מגלים בסיפורו של אדם הראשון, שלמרות שנכשל באכילה — הוא נוטל עלה תאנה ומכסה את ערוותו^ה.

ג. יומא טט ע"ב.

ה. סנהדרין סג ע"ב.

ה. נראה שחטא עץ הדעת, שחידש באדם את המודעות החיצונית לחיים אותם הוא חי, את החוויה המתכוננת מבחוץ בדברים המתחזקים מאליהם ואיננה זורמת איתם בטבעיות, הוא היסוד לפגם הברית ולכל קלקוליו. העץ המתכוננת על החיים מבחוץ מביחנה בעונג הנגרם לאדם ממעשים שהוא עושה, שמה לב לחוויה האישית שהוא מטבעה דבר "ממלא" הבא תוך כדי עשיית משהו הכלימי — ומכוננת אותו. כך הנפכים החוניים והעונג למטרה לעצמן, והאדם מפנה עורף

מכאן גם נובעים דברי חז"ל המפתיעים: "כל הגדול מתבירו יצרו גדול מבניו", המדברים ביצר עריות. כי ההתגלות וההתחזקות בעבודת ה', שכוחן יפה לתקן את המידות בדרך כלל, פועלות גם את ההפך. גודל רוחני משמעו מתח חיים גבוה, וככל שאדם נעשה חי יותר, חיוני יותר — כך הוא נעשה חשוך ופגיע יותר לפיתוי הזה.

נקודת הכשל מוטבעת במעמקי החיים — אדם נדרש לפיות ולרבות, ליישב את העולם בקדושה ובטהרה, ולהפנות את הכוחות שניתנו לו כלפי מעלה וכלפי חוץ, ולעומת זאת עומדת האפשרות להפנות הכל פנימה — להיות ניוון מכל השפע הזה במקום להזין בו את העולם. ומסתבר שכל שכוחות הנפש והחיים גדלים — כך צריך להוסיף והירות בנקודה העדינה הזו, לשים לב לשאלה האם כל השפע והגודל הוא סם חיים, או שמא סם מוות.

ההשלכה המעשית של הדברים היא הנוכחות המתמידה של תאוות העריות במהלך החיים: "אין אפוטורפוס לעריות". אדם שמתאוות לגודל אינו צריך להתמודד עם התאוה הזו בכל רגע. היא מתעוררת במצבים מסוימים. מחזיקים חזק והיא עוברת. אם יושב אדם בטל — לא מובן מאליו שתתעורר בלבו תאוות הגזל, אך ודאי וודאי שתתעורר בו תאוות עריות. עצם זרימת החיים תעורר אותה. לא רק בשעת שרואים מראה אסור או נחשפים לגירוי חיצוני כלשהו, אלא גם בבית ובכית-המדרש היא נמצאת עימנו, ולא ניתן לצפות שתהיה מונח גמורה. אכן, מדובר בייסוין יום-יומי במעשה ובהרהור (שהרי איסור מפורש נתייחד בתורה על הרהור — "ולא תהוו אתרי לבבכם ואחרי עיניכם", ו"הרהורי עבירה

לא-להיו ולעולם ומתבצר בתוך ישותו. הכל מופנה פנימה, והברית והקשר עם הכולל ועם ה' יתברך נעזבים ונשכחים. בברכות החתונה אנו מוצאים התנוצצות של המציאות שלפני החטא: "שמח תשמח דעים האהובים כשמחך יצריך כגן-עדן מקדם". החיבור המחזק בין האיש והאישה פונה כלפי בן הזוג, כפי שהיה לפני החטא. הנישואין הם רסיס מאיר מתוך המציאות הנכונה, גרעין של חיים טהורים שעליו בנוים בני הזוג תיקון בתוך המציאות שלאחר החטא.

ו. סוכה גב ע"א.

ז. כתובות יג ע"ב.

ח. במדבר טז, לט.

קשו מעבירה"ט), ומוכח העניין מהגמרא המונה את ההיחזק בין הדברים ש"אין אדם ניצול מהם ככל יום".

גורם נוסף המכביד את המשא הוא חומרתה של העבירה. כש"ע נאמר שזוהי העבירה החמורה ביותר בחורה", והדברים הללו מרעידים את לבו של כל מי שנכשל בה אי-פעם. המקורות שמלמדים על העבירה ועל חומרתה יוצרים גם הם רושם שמדובר כאן בעניין קבאי ושושני, פגם שאין לו יחס ודמיון אל שאר הפגמים שהתורה מזהירה מפניהם: לומדים את גודל החטא מחטאי דור המבול", מחטא ער ואונן" – מקורות קדמוניים, עוד כטרם ניתנה תורה – ללמוד שעוד מימות עולם נחשב החטא הזה בפשטות ל"רע" – "ויהי ער בכור יהודה רע בעיני ה'". אף מבלי צורך לפרש את הרע שבו. גם הגמרא שהובאה בתחילת הפרק מגדירה את חטאי העריות כ"עבירה" סתם, לרמוז על היותה העבירה היסודית והשושנית ביותר.

בהסתכלות שטחית נראה שחומרת העבירה מכבידה בעיקר על דרך התשובה שלאחר החטא, אך בהתבוננות עמוקה יותר נגלה שעבירה שתשובתה כבדה – גם ההימנעות ממנה קשה יותר. הקנשי יוצר מעין מעגל קסמים: רפיון ידים מן התשובה ומן האמונה בה, שמוביל לעצבות ולהרגשה של ריחוק מה' יתברך ושל חוסר סיכוי. העצב הוא תהומי וחסר סיכוי כל-כך, שהמפלט היחיד ממנו הוא בנתנה המיידית והרגעית שמציע לנו חטא נוסף... וחוזר חלילה.

- ט. יומא כט ע"א.
י. כ"ב קסד ע"ב.
יא. צריך להדגיש שהדברים נאמרו על מנת להדגיש את חומרתה של העבירה מבחינה מסרית, את הכיעור והקלקול הגורל שהיא גורמת, ולא לעניין הלכה פשוטה. וענין על כך בהרחבה באוצר-הפוסקים סימן כג, בדעות השונות מה עונשו של המוציא ש"ז לבטלה, שלכ"ע אין הוא החמור בעונשים.
יב. בראשית נ, יב (ענין פרקי ד"ר אליעזר, פרק כה; לבוש כג, א; רש"י שבת מא ע"א ד"ה "כאלול").
יג. שם לה, ז ט"ז (וענין נדה יג ע"א).
יד. שם שם, ז.
טו. לקמן יורחב בצורך להיזהר מאוד מן העצבות שלאחר חטא. כי לרוב אין היא אלא עצת היצר.

כימינו נוספת על כל אלה גם המציאות הקשה שאנו חיים בה, המקשה את ההתמודדות משתי בחינות: מצד אחד – מלאים הרחובות פריצות נוראה, וכל יציאה מן הבית זורקת אותנו אל זירת התמודדות קשה ומתישה. יש מי שלא רק ברחוב, אלא גם בתוך הבית פגימה נאלץ להתמודד עם כלי חקשורת שונים הנותנים לגיטימציה בוטה לכל כיעור וטומאה (ואמנם בנושא זה בידינו להסיר המכשלה מבחינה). כך או כך – מציאות שבימי חז"ל נדרש האדם לעקוף ולא להיתקל בהן ("איכא דרכא אחריאתא") אינן עוד פניות בודדות של פריצות שאפשר להחעלם מהן.

ומצד שני – גם אופק סיום הניסיון רחוק מעיני האדם יותר מאי-פעם. במשנה נאמר: "בן שמונה-עשרה לחופה", ומסביר הרמב"ם שהכוונה היא לנוער בן שבע-עשרה, בתחילת שנתו השמונה-עשרה". נסו לדמיין לדע עולם שבו מרבית החתונות נערכות בין השביעית לשמינית, וחיוכחו מיד עד כמה הגורם הזה משמעותי.

כל הנחונים שסקרנו מעלים תמונה קשה. היצר סוגר על האדם מכל עבריו: הוא נמצא בראש כל הזמן, חומרתו מרפה את ידי החוטא מלמצוא פתח תשובה ותקווה, והניסיונות נקרים על דרכו בכל אשר הוא הולך. לכאורה שאלה אחת פשוטה יכולה להישאל – למה זה אנכי? מה עלי לעשות וכיצד מצפים ממני להתמודד?

אמר רבי חייא בר אבא אמר רבי יוחנן: משל לאדם אחד שרהה לו בן, הרחיצו וסכו והאכילו והשקו, והושיבו על פתח של זונות. מה יעשה אותו הבן שלא יחמא?^ט

- טו. וראה ב"ב נד ע"ב.
יז. אבות ה, כא.
יח. הלכות אישות טו, ב. וכך מסופר בגמרא (קידושין כט ע"ב) על יחידי גולה שהקדימו עוד את חתונתם והשתבחו בכך:
אמר רב חסדא: הא דעריפא מחבראי, דנסיבא בשתמר. ואי הוה נסיבא בארביסר, הוה אמינא לשטן גירא בעינך.
אמר רב חסדא: מה שעדיף אני מחברי הוא מפני שנשאתי אשה בגיל שש-עשרה. ואם הייתי נשוא אשה בגיל ארבע-עשרה הייתי אומר לשטן: יחן בעינך (מתנה בו).
יט. ברכות לב ע"א.

כשרענו ליק בשוק יתפלל יבקש רחמים לכל יכשל ח'ו בשום גנדור
הטא ודירה עבירה ר"ל לכת.

וכן:

חרופה לבעם ודברים כפלים ולשון הרע והסתכלות עריות ושיחתן,
שיקדים תפילה לצרה, וקודם לכתו בדרך או בבוקר השם אמר יבש"ע
הגני הולך בגיא צלמות ומקום מסוכן, הושעני מיצר הרע ומחשאים
ומענותות ובפסח מעבירה פלוגת' וכו', וירבה כוח מקורות לבנו
יושענו ה"י.

3. איך נלחמים? הניסיון הוא קודם כל ברחוב, לפעמים בבית, והרבה גם
בתוך הראש. בכל הויתות האלה צריך להתנהג כמו שאמרו חז"ל "הרחק
מן הכיעור ומן הדומה לו". קודם כל להימנע ולחנך איך לא להגיע לידי
ניסיון – ונביא כמה דוגמאות נפוצות.

הגמרא¹ אומרת שאם יש שתי דרכים להגיע למקום שצריך, ואחת
מזרז יותר פרוצה אסור ללכת בה. רובנו גרים בעיר, וזה עסק מסוכן,
יציאה לרחוב היא דבר הדרש שיקול דעת, עד כמה הוא נצרך, מתי ובאלו
מקומות.

כך גם בבית – אם יש טלוויזיה ונוצרים מצבים בעיתיים כאלו או
אחרים, יש לתכנן כאלו שעות נמצאים בבית, ובמיוחד בחופש הגדול (או
בבין הזמנים). כדאי מאוד לתכנן טיולים, עבודות ביש"ע, להדריך
בקיטנות, להשתתף בשיבת בין-הזמנים וכדומה.

העיקר הוא למצוא אלטרנטיבה, לא להכניס את עצמך למצב שבו
הכישלון קרוב. עיקר הלחימה – לא להגיע לניסיון ואז להילחם, אלא
להילחם כדי לא להגיע לניסיון, הדבר נעשה על ידי תכנון וצפייה מראש
של מצבים בעיתיים, ועל ידי הימנעות משעמום – המביא לידי חטא.

רכו. כתר ראש (נרפס בסוף סידור הגר"א) אות קלה.

רכו. שם אות עג. ומספר עוד חלמיו של ר' חיים מוולוז'ין: "שאלתי מרובנו –
הסכמתי לחזור לעיר כר אבל אני מחירא מטרחה הצפוני (=היציאה ר'), ואמר
לבקש רחמים מהקב"ה ובלעזו אין עור, והסכמתי חזקה כל שכן שמזקת" (כתר

ראש אות קמו)

רכו. חולין מז ע"כ.

רכו. ב"ב נו ע"כ.

צורר עצות

עד עכשיו עסקנו בתפיסות כוללות, במערכת של הנחות ותפיסות עולם
שיכולות לבנות חיים טובים. אבל לפעמים יש מקום להארות מקומיות,
לעצות ואפילו לפטנטים פשוטים שמוציאים את האדם מהבזך. ככלל
צריך לדעת שעצות הן דבר מיוחד במינו. אמנם לעיתים הן אינן עובדות,
אבל פעמים רבות הן עובדות מעבר למצופה, לעיתים אף הרבה יותר
מאשר החבונותיות עמוקות ברעיונות גבוהים. עצה היא גם בבחינת "קיצור
דרך" – לפעמים לא די לנו בדרכים הסלולות והמקובלות, משום
שבצידיתן אורב היצר הרע ואנו נופלים בהן כל פעם. לכן צריכים
מעקפים, קיצורי דרך מיוחדים שיעקפו את המוקשים.

1. ראש לכל, התורה בעצמה נותנת לנו 'עצה' ויסגולה כדי להציל אותנו
מלתור אחרי עינינו ואחרי לבנו – מצוות ציצית. יש להדר במצווה זו,
למשמש בה, להסתכל ולראות את הציצית לקיים מה שנאמר ו'ראיתם
אותו, ומתוך כך מוכטחים אנו שאף הקב"ה יסייענו שיתקיים בנו ו'לא
התורר'.

2. להרבות בתפלה אל ה' יתברך שיחוס וירחם עלינו ולא יביאנו לא לידי
ניסיון ולא לידי ביזיון ולא ישליט בנו את היצה"ר. בתפלה זו פועל האדם
שתי פעולות, האחת, שכבר הוכטחנו בתורה שהעני "גוי גדול אשר לו
אלהים קרובים אליו". בכל קוראינו אליהם. וכן בתהילים "יקראני
ואענה, עמו אנכי בצרה", כלומר שדווקא בעת צרה ה' יתברך קרוב
אליו ונמצא עימנו ומצפה שנקרא אליו והוא יענה. והשנייה – על ידי
התפלה האדם הופך את נפשו בתוכו פנימה. אם עד התפלה נדמה לו
שהוא מצידו רוצה לחטוא אך 'מה אעשה וא-להי ציווני', ועל כן הוא
'גורר רגליים' וממילא נופל, הרי שעל ידי התפלה מתגלה שאני בעצמי
חפץ ומבקש להשתחרר מכבלי היצר ומשלטונו.

וכן מובא בשם ר' חיים מוולוז'ין:

הסתכלות עריות ושיחתן, אמר – זה הכלל כל מה שיגורר את עצמי
ויפזש מראה אחר כך אם יראה יכער בו היצר כאש, אלא

רכו. דברים ד'.

רכו. תהילים עא טו.

אפשר פשוט לומר ליצר הרע 'תבוא מחר'. גם אם אתה לא יודע איך יהיה מחר, לפחות לא היום. זו תחבולה ישנה של יצר הרע בעצמו כשהוא רוצה להסיט אותנו מקיום מצוות – "לכשאפנה אשנה"י"א. תענוג גדול במיוחד הוא 'להוציא לשון' ליצר הרע ולהשתמש בכלים שלו כנגדו. בכלל זו גישה נכונה לחיים, לגרום ליצר הרע להרגיש קצת חלוש וחיוור, וליצר הטוב להרגיש קצת שובב וערמומי.

6. אחת מתחבולות היצר היא לאיים עלינו על ידי העמדת פנים מרומה כאילו כוחו גדול באין ערוך מיכולתו להיאבק בו. הרמאות היא לעיתים פשוטה להדהים – היצר מציג בפנינו את כוחותיו המצטרפים מכל המושך החיים, ומול זה הוא מעמיד את יכולתו הנוכחית, בשעה זו בלבד. כמה פעמים אנו תופסים את עצמנו בהרהורים נוגים על כן שאין ביכולתנו לעמוד מול כל פיתויי וניסיונות העתיד ומרגישים כאילו עלינו להרוץ גרוד טנקים ביד אחת. אולם למרבה הפלא אנו שוכחים כמה הרהורי תשובה חרטה ומאבק וכוחות רעניים ומחודשים אנו פוגשים בקרבנו מדי שבוע ולפעמים אף מדי יום.

לשם איוון אנו צריכים לתאר לעצמנו מצב הפוך ולהעלות בדמיונו את התחדשות הכוחות של המשך החיים כולל בשעותינו הטובות והיפות כ"ה ויה"כ ושאר זמנים טובים ולהעמיד מולם את היצר עם נסיונו הנוכחי כחלוש ודל וחסר סיכוי.

מתוך כך כשאנו ניגשים ל'קרב' ארוך עם היצר כיצירה נצרכת לעיר או חזרה לבית עם עיתונים וטלוויזיה אנו צריכים לחלק ולפורר את כוח היצר ולהילחם בו במנות קטנות. להחליט למשל להרהר בסוגיא בגמרא או אפילו בפזיקה או במוזיקה יפה עד התחנה הבאה של האוטובוס, עד הסיכוב הבא, עד השעה 2:00 וכדומה. ובאותו זמן גם להיזכר בכל הפעמים שבהם התעלנו והורכנו וכמה שמחה התמלאנו מכך ואיזה שכר טוב צפון לנו לעוה"ב על כל רגע ורגע. ולאחר ניצחון, ואפילו חלקי וקל, עלינו לשמוח מאד ולגשת לטפל בפרוסה הבאה – עד 2:15, עוד תחנה וכר' וכו' וכו'.

רלא. אבות פ"ב מ"ה.

רלב. כמובן, שאם יראה האדם לפניו עפי" עצה זו אין סוף של רבעי שעה המוטלים עליו או כינצא כזה, לא זו בלבד שלא הועלתו דבר, נדמה שאפילו הוקצו.

יש היגיון מהותי ופנימי בדרך שמורים לנו חז"ל להימנע מניסיונות. "אוי לי מיצרי, אוי לי מיצרי-יכ"ס" – ישנה התמודדות קשה של שני כוחות סותרים בתוך הנפש. כשאדם שקשה לו עומד מול החטא, אפילו אם הוא מתגבר – נשאר בו טעם מר. יש לו בעיה קשה: רוח השטות שבחטא עדיין תוססת בקרבנו וטוענת שהוא בעצם כן רוצה את החטא. הוא לא חטא כיוון שהקב"ה רוצה שהוא יימנע מזה, אבל התאוה עדיין בוערת בתוכו. וזה גורם לו לחשוב שהעניין אבוד, ובעצם לא נוצרה שום התקדמות. נדמה לו שהוא לא הרוויח דבר בכך שעמד בניסיון. הכל כפוי, כי הרצון הוא דווקא לחטוא ח"ו, וכמה זמן אפשר להחזיק מעמד בכפייה?!

זו בדיקת המטרה של היצר, ליצור רצף של רוח שטות שתשלוט באדם ותדמה לו שהוא רוצה ומשתוקק לחטוא. ככל שיהיו רגעים רבים יותר של רוח שטות – יעלה בידי הרוב לגבור על מעט רגעים של פיקחון. כך נוצר מצב של "רשעים מלאים חרטות"י. כי אע"פ שישנן חרטות רבות – אין בהן כוח לגבור על השיגעון שהשתרש באדם.

אולם כשאדם משקיע מחשבה איך לא להיכשל מעיקרא, הוא בונה בעצמו יותר ויותר את ההכרה שהוא אינו רוצה בחטא, שזה הרצון האמיתי שלו – ולא כפיית רצונו. יש יותר ויותר רגעים של יישוב הדעת, של צלילות מחשבתית, והאדם מתחיל לחזור לעצמו ולהתפכח מרוח השטות שבעדה בו. יש בידו יותר תשובות כשהוא שבה ומתעוררת בתוכו.

4. אם עובדים ברחוב בעייתית, מותר להוריד משקפיים, לרוץ או להוסיף קו אוטובוס וכד'. גם זה חלק מלהיות לוחם סירות, להיות מוכן למעשים שאנשים אחרים אולי היו חושבים שהם אינם "נורמליים". גם אם החברה שמסביב לא תעריך את מסירות הנפש והגבורה שלנו על התורה ושמירת הבריית – לא בגלל זה נפסיק להיות אנשים של סירות. יש בזה תועלת חשובה גם מעבר להתחמקות מן הניסיון, בכך שזה מכניס אותך לתדמית מסימת – בעיני אחרים, אך גם בעיני עצמך. אחת הופך להיות 'משוגע' על העניין, וזה יוצר אצלך אורה שמעודדת יתר והירות בלהט של 'דוקא'.

5. עצה נוספת היא לרחות את היצר הרע. נכון, לפעמים היצר חוקף וקשה לאדם לקום בחוזק ולהצהיר שהוא מתנער מהרצון לחטוא לגמרי, או

דכט. עירובין יח א.

רל. ראשית חכמה, שער היראה, פרק ג, אלו"ע"פ נדרים ט ע"א.

7. נקודה נוספת של בלבול מושגים המצריך בירור היא התפיסה כאילו כל הטוב שבעולם שייך לי. לעיתים אדם יכול להרפות את אחיזת יצור ע"י ההסבר שגם אם שם, במקום האסור, יש דבר שהוא אכן גורם נעימות והנאה עדיין אין הדבר אומר שהוא שייך לי, ויטב לי אושר. כאשר אדם עובר ליר ארמון או וילה מפוארת של יהודי עשיר עלול היופי המתגלה לעינו להחמיץ את ליבו ולמזר את חייו אם ייתן לקנאה הקשה כשאוכל לשלוט בו. התמימות והענווה שמרפות מן הניסיון לנכס את כל העולם הן המביאות שלווה ושמחה. וכשם שהדבר נכון בממון כן הוא נכון בתאוות אחרות. ההשקפה הפנימית היא שה' שולח את טובו וחסדו לכל אחד כפי הראוי לו, ומה ששמור לאחרים הוא בשבילי בבחינת "עושר שמור לבעליו לרעתו" (ל"ה). גם אם אצליח להשיגו. כך בונה את האדם את עצמו על אדנים של שמחה אמיתית בחלקו, שכדברי רבותינו היא העושר האמיתי¹⁰, וניצל מפלישה והצצה לטוב שנועד ליהנות אחרים, שרק תייסר, תענה אותו ותמזר את חייו.

8. להסיט את כוח התאוה ליישום אחר – למשל לרדף אלפיים כשהניסיון תוקף. כשהתאוה בוערת באדם, פעילות גופנית יכולה לפוגג אותה ולחלל את האנרגיות בצורה מועילה ובריאה.

9. הרבה פעמים מגלים שבשעת ניסיון שוכחים את כל השקפת העולם. "בשעת יצר הרע – לית דמדבר ליה ליצר טוב" (ל"ה). אחת זוכר שהיו לך תשובות טובות ליצר הרע, אבל אתה שוכח אותן בזמן הניסיון. לכן, אם יש פסקה או משפט מתוך מה שלמדנו או ממקום אחר שמדבר אליך ונוגע לך, כדאי לצלם, לניילן ולהניח בכיס. בכל פעם שיש ניסיון אפשר לשלוף אותו מהכיס ולקרוא, אפילו אם זה קורה עשר פעמים ביום. בכל פעם זה

רלג. אמנם, אין להלות אח כל יתבנו על חזוק ההחלטה שלנו בלבד כפי שהבאנו בשם ר' חיים מוולוז'ין בסוף סעיף 2 בפרק זה, וכן הוא אומר שם (נאח קמא) בתרפות רבה ביותר: "גורים והסכמות – אחר רבינו שעושה לו בכל יום ועם כל זה נכשל, ואמר שאמר רד"ל – ד' מתו בעטיו של נחש ולא היה ער תנה יוחר, ולא יהיה עור עד ימות המשיח, ודור המלך ע"ה אומר גם מורים חשן עכרך כר' וניקית מפשע רב".

רלז. קהלת ה' יב.

רלה. אבות ד' א.

רלו. בשעת התגברות יצר הרע אין מי שזוכר את היצר הטוב. נדדים לב ע"ה.

חודר יותר¹¹. יש כזה גם בחינת 'ונהפוך הוא', דווקא בשעת הניסיון אנחנו לומדים תורה ומתעלים.

10. היזכרות בפניהם של גדולי ישראל וצדיקי הדור (אפילו ע"י תמונה), כפי שמצאנו אצל יוסף הצדיק שדמות דיוקנו של אביו הצילתו מן החטא¹².

11. ממז"ר הרב יעקב אריאל שליט"א שמעתי שבימינו צריך להדריך להפריד בין סוגית קדושת הברית לבין שאר ענייני עבודת ה'. אסור שמידת הצלחתו של אדם להתמודדות עם יצרו הדיה עבורו מבחן לשאר ענייני הקדושה שבהם הוא עוסק ולמדת קרבתו אל ה'. אל לו לפקפק בכנות תפלתו ותורתו, וזדאי שלא להמנע מהם, גם אם הוא נגוע בחטאים בענייני הברית¹³. טעם הדבר הוא שהפריצות שוטפת בימינו ללא מעצור ועל-כן היא יוצרת התמודדות בתחום זה בסדרי גודל שאינם דומים לזרורות אחרים, מה שאין כן בשאר ענייני תורה ומצוות (אע"פ שגם בהם השתנה דורנו מכל דור).

12. עצה אחרונה שברצינו להביא מופיעה פעמים רבות מספור בתנ"ך ובדברי חז"ל אולם נדחקה מן התודעה בדורנו בגלל אופיו המיוחד – יראת העונש ואהבת השכר.

יראת העונש היא מתנה נפלאה שנתן לנו ה' יתברך כדי להעלות ולרומם גם את הצדדים הנמוכים והאנוכיים שכנפש לקדושה.

רלו. ככלל, יש שיטה, לספל באמצעות משפטים שקשורים לפחיתו הכנייה של האדם, שאותם צריך לשון פעמים רבות ביום. הרעיון הוא שכל שהמחשבה מתעסקת יותר בתוכן שנותן מענה למה שבעיית עבודה, ובפרט בסיוע כוח הדיבור שהשפעתו על המציאות הנפשית רבה מאוד, כך אכן חודרים התכנים אל תוך הנפש פנימה ודברים מתחילים להשתנות. באופן מסוים נעשה שימוש בדרך זו ע"י תנועת המוסר ביבתי המוסר, ולהבדיל נעשה שימוש בשיטה זו בפסיכולוגיה המורנית.

רלז. מדרש רבה וישב, פרשה פז.

רלט. "לא יטל אדם מן התורה ומן העבודה ומן מנחת הנפש משום טעם שבעולם.

אפילו כשימיר לו לבד ער מאד עניני רוחניות, ויחשוב בדעתו שהוא פושע שאין לו תקנה חלילה. אפילו אם כשלוחותיו רבו בדברים שבין אדם לחבירו, שתשובה ג"כ אינה מכפרת בלא חיקון המעוות, מכל מקום הוא ילך בדרכו בעבודה ותורה, וכשמחה וטוב לב" (קובץ א' שצב).

וכן כותב מרן הרב זצ"ל:

לא נעקר את היסוד הגם של יראת העונש מקרב הגות רוחנו, אע"פ שרק בתחתיתה הותר שפלה של שדרת הרוח הוא יושב, וצריך הוא רק שם לקחת את מקומו, אבל שמרים הללו מאמצים הם את הכח של ה"ן הפעולה, בהיותם שוכנים בתחתיתו.

יראת העונש היא אמנם המדרגה הנמוכה יותר בעבודת ה', אבל היא מדרגה חשובה שאסור לוותר עליה – ובמקומה שלה היא תורמות את תרומתה. גם הרגליים חשובות לנו מאוד, למרות שהן חצד הנמוך ביותר שלנו.

עיקר העבודה אינו נעשה דרך יראת העונש, ובייחוד בדורנו צריך להתרומם למדרגות יותר עליונות, אך ישנם מקומות שבהם צריך ואף הכרחי להשתמש ביראת העונש, ואדם שינסה לעבוד ללא רגליים כלל – הוא מוגבל מאוד.

השמרים עושים את פעולתם במקומם – כי גם אם אדם מרגיש שיראת העונש אינה שייכת לעבודה שלו כלל, עליו לדעת שהצרכים של הנשמה משתנים כל הזמן. גם נשמה שמתאימים לה דברים עדינים וגבוהים – כמו יראת הרוממות ועבודה מאהבה – יכולה להזדקק לפעמים גם לדברים חזקים וגסים¹ כמו יראה פשוטה מצער הנשמה בכל העונשים שאחר המוות.

בשעה שאדם מתגסה בניסיון ורוח שטות חוקפת אותו, הוא מתגשם ויורד, וממילא דווקא דברים כגושמים ופשוטים יותר עשויים להשפיע עליו. כששפה נמוכה משתלטת עליו ואנו עומדים חלילה להפוך לבהמות – צריך להשיב לה לפי שפתה ולומר לה שהיא תקבל דברים טובים אם לא תחטא, ויתתטוף אם תחטא. פשוט שהיוזק האמונה בהתרחשות שבעולם

רמ. אוה"ק ר', עמ' ח"ו, יסוד יראת העונש.

רמא. ר' אהרן מסטראשעלע זצ"ל, מגדולי חלמידי בעל החניא, אומר שקיבל מרבו בשם המגיד והבעש"ט שפעם היו נשמות מעולם העשייה – כגון נפחים וסנדלרים, נשמות מעולם היצירה – כגון עסקנים וגבירים, ונשמות מעולם הבריאה – כגון חלמידי חכמים. אך היום כל הנשמות התערבבו, ויש שעות שאהה ת"ח, ושעות שאהה נפח ושעות שאהה עסקן. וצריך לשים לב לזה ולבדוק היטב מה אהה עכשיו, ולמה הנשמה שלך יוקדק (הנהגה בפחה ומבוא השערים, לשער היחוד והאמנה).

הבא, בכל הייסורים שיש בגיהנום – שמשמעותם הפנימית היא דיכויים והכשרה לחיי עולם הבא – ודאי תועיל כנגד החטא.

הגנו מהדמים לשכלל היצירה. הצרות והרעות שבעולם, הפורעניות והעלבונות, עם כל מה שאנו לוחמים נגדם, עם כל מה שאנו כואבים על ידם, הנה הנם מלא העולם. ומחשבות ויצורים הללו שמסור יראת העונש, בהיותם מוגדרים כגדרים, ממונים ומשוערים, הנם מרימים את אור האצילות שבנשמה, מיישבים את החיים, ומכלאים אותנו חוכן רציני הראוי להיות ליסוד נכון בבנין החברה היותר מאושרת. על גבי נקודה גסה זו הולכים ונבנים בנינים רמים לתלפיות, הניגונות ושאיפות רוממות, מרהיבי עין בקרני הודם.

רק כך אפשר לדבר על משהו רציני, התקדמות רוחנית שאינה תלושה. בלי הורבר הזה כנפש אנו נעשים רכרוכיים, חמיד נהיה חלשים במקומות היותר מגושמים שבנו, אלו שהתאוריות המופשטות לא יכולות לחדור עד אליהם.

והיות פנימית שווה עם מבע היראה מכל אסון, והודיות הטבעית ממנו, והו היסוד הגלוי. אל כל אמוצי החיים, והוא הגורם בקורטוב המעורב של, דמשתכח כי קורטובא כבוא (אינה מצויה אלא קרט בכור, רש"י, חולין קה ב), לחבב את החיים כולם, לעשותם רעניים ומאושרים.

לפעמים יראה מצילה ממוות – כמו יראה אינסטינקטיבית מלהתקרב לקצה גג, או לכביש סואן. אנתנו שמחים על היראה הזו, וכך צריך לשמח גם על יראת העונש שמצילה אותנו מלחטוא – למרות שכמבט ראשון היא נראית מרה ומותירה בנפש רדשם של פחד וצרה הממשמשת לבוא. קצת מזה הוא טוב.

ומסכם הרב –

העוקר את הציור התחתית הזה מסרם הוא את החיים, וגופל מהם את האפשרות של שנשגב, ומרפה את ידיה של הנשמה, ורישום המום מוכרח להיות ניכר בכל תנועה טבעית ושכלית. "ראשית חכמה יראת ה'", ויראת ה' מקור חיים היא למען סור משאול ממו. צוף רכש אמרי נועם, מתוך לנפש ומרפא לעצם.