

# אָרץ: סימן י עצות סגולות להסיר הכעס ותיקונים ע"י אפים נד 107

**טז) ונ"ל** דאמירת כל ספר תהלים הוא בודאי סגולה לבטל הכעס, דהנה כתבו בספרים (ס' גנוי יוסף פ' שמות בשם השליה, וכס' רשפי אש, וכס' תשואת חן בשם הה"ק ר"ר זושא ז"ל, הינא כס' ליה) שסגולה נפלאה להמתיק הדינים לומר כל ס' תהלים בפעם אחת, ופירשו עפ"ז (תהלים ק"ו) מי ימלל גבורות ה' ישמיע כל תהלתו, ופירוש ימלל מלשון מודלין מדידות, ור"ל מי יכול למלל ולשכר הגבורות מי שישמיע כל תהלתו שיאמר כל ס' תהלים בפעם אחת, וזהו ואלה שמות בני ישראל הבאים ס"ת תהלים כי ידוע שס' שמות גנר גבורה, ולזה בא הרמז בתחלת הספר איך להמתיק הגבורות, והנה הכעס שיש באדם הוא מצד הגבורות והדינים, לכן ע"י אמירת כל ס' תהלים שהוא סגולה להמתיק הדינים בודאי ממילא יתבטל ג"כ מדת הכעס, וכמו ענין המקוה שכתבו בספרים שע"ז נמתקין כל הדינים, כתבו כמו כן שמבטל הכעס, וכן הוא זה, ונ"ל רמז גדול ונפלא לדבר שכן **מזמורי תהלים הם ק"ג בגמטריא כע"ס, ואפשר**

שדהע"ה יסרו במספר זה לכונה זו משום תיקון הכעס, לפי שנו"ד במדה זו כמו שדרשו חז"ל (כ"ר פס"ג) ע"פ והוא אדמוני (שמואל א' מ"ז) עיי"ש, ולכן עשה זה לבטל הכעס, ולכן נ"ל שמי שנכשל בכעס יעשה תקנה זו לומר כל תהלים בפ"א כמו שכתבו שיטבול אח"כ, וכן בענין מה שכתבנו (נסימן ג' סעיף מ"ז) עצה לענין זה שיקבל עליו שאם יעבור יקנוס עצמו טוב הוא שיקבל עליו להתנהג בקנס זה שאם יכשל בשום צד כעס יעשה מיד ב' דברים אלו לטבול במקוה ולומר כל ס' תהלים, כי מלבד פעולת הקנס ישיג פעולה טובה גם מצד עצם המעשה:

**יז) ובספר** צדקת הצדיק (אות פ') כתב תיקון לכעס שינוי מקום כמ"ש תורה גלות לרוצח ונאמר בקין (בראשית ד') נע ונד תהיה בארץ, ע"כ, ונ"ל לפ"ז: שמצות סוכה היא מסוגלת לזה כי היא בחינת גלות, וי"ל קצת רמז ע"ז שמלת סוכה יש בה אותיות כע"ס כי אותיות אחע"ה מתחלפין וגם בא"ב דאלב"ם מתחלף ה"א בעי"ן:

**יח) ובספר** אור צדיקים מהה"ק ר' מאיר פאפרש ז"ל כתב וז"ל, העונש לכעס תיקון חבירי מהרמ"ק חצי כסף לצדקה, ויקבל מלקיות, ויום א' לא יאכל בשר ולא ישתה יין, ויטבול עצמו להמשיך הנשמה **שנית**

נ"כ קצת הארה מקדושת א"י. ובפרט מנענועים שיש ללדיקים לא"י נמשך ביותר קדושת א"י גם לנאן. עיי"ש בפרפראות לחכמה, והוא סגולה להכעס ולעצבות כי כל הכועס כאלו עובד עכו"ם, אבל א"י הוא בחי' אמונה בחי' ארץ אפים היפך הכעס עכ"ל, ובס' לקוטי עצות כתב וז"ל ע"י קדושת א"י זוכין לשכר בשלימות הכעס, ע"כ צריכין לבקש מאד מהש"י שיזכה לבוא לא"י מהרה, כי ע"י קדושת א"י זוכין לבחינת ארץ אפים, דהיינו שיאריך אפו על כל מה שעובר עליו, ולא יכעוס ולא יקפיד על שום אדם אפי' עשה כנגדו מה שעשה, וכ"כ בס' שיחות הר"ן על הה"ק ר' נחמן מבאריסלאב ז"ל שע"י היותו בא"י זכה לשכר מדת הכעס בתכלית מאד ונעשה טוב גמור בלי שום צד קפידא בעולם שלא יכפת ליה כלל וכדל' שום דבר, ואפי' מי שהיה עושה לו כל הרעות שבעולם לא היה בלבו שום צד שנאה וקפידא עליו, אדרבה היה אוהבו ולא היה בלבו עליו כלל וכדל':

**י) עוד** כתב בלק"ע וז"ל, תיקון לכעס הוא תענית, וזה עיקר מעלת התענית שמכניע הכעס, ע"כ ביום התענית מתגרה הבע"ד באדם ומזמין לו כעס כדי לקלקל התענית, ע"כ צריך שמירה יתירה לזה לשמור א"ע מאד מאש של הכעס ביום התענית ע"כ: **יא) ובספר** המדות למחר"ן ז"ל כתב, ע"י צדקה נתבטל הכעס, ועוד כתב שמי שהוא כעסן ידור גדר וישלם תיכף וע"ז יבטל הכעס:

**יב) עוד** כתב שם, ע"י שקר או שמסתכלין בפני שקרן בא לידי כעס:

**יג) עוד** שם, מי ששומר א"ע מלעבור על לא תחמוד ע"ז ניצול מכעס ומגאווה ומחסרון אמונה הבאה ע"י כעס וגאווה:

**יד) עוד** שם, ע"י אכילה נסתלק הכעס, ובפרט פת שחרית הוא סגולה לבטל הכעס, ובס' לקוטי עצות כתב שע"י אכילת שבת נתבטל הכעס:

**טז) ובספר** עשר אורות מביא, שפ"א בא אחד לפני רבינו הקדוש ר' יעקב יצחק מלובלין זצלה"ה והתנצל שהוא כעסן, אמר לו בזה"ל איהר מיט נישט רייכערין קיין פאקע צובעך ווארין דאס נרייכערין איז מסוגל להסיר הכעס ע"כ: