

ארבע וסודות



שיחת חברים היכרות ראשונית עם ארבעת היסודות

נכנע, כי פשוט אין לו את האומץ לסרב.

יעקב: אז כן, אתה צודק שיש גם את האפשרות הזאת, של כניעה...

צבי: אז כשאמרתי שיסוד האש הוא מה שנותן לאדם את הכח להתנגד לקשיים שלו, התכוונתי שיסוד האש עוזר לאדם לא ליפול לתוך האפשרות השלישית הזאת של כניעה בלי סיבה מוצדקת - שלמרות הקושי, האדם ימשיך להתנגד ללחץ, או בתור מלחמה, או בתור התמודדות.

יעקב: ואיזה יסוד הוא כן הגורם לאדם להיכנע לקשיים ולא לנסות אפילו להילחם נגדם?

צבי: תגיד לי אתה - מה נראה לך?

יעקב: לא יודע... הייתי חושב שתגובה כזאת כנראה נובעת מעצלות פשוטה, כשאדם לא מוכן להתאמץ למרות שזה כולו לטובתו...

צבי: אז מובן שאתה לא יודע מאיזה יסוד הוא, כי העצלות מגיעה מיסוד העפר, שעוד לא למדנו! אבל בנוסף לעצלות, יש עוד סיבה שגורמת לאדם להיכנע לקשיים, והיא מיסוד המים.

יעקב: איך קשור יסוד המים לכניעה לקשיים?

צבי: כי יסוד המים שבאדם גורם לו לנסות להתאחד עם הסביבה שלו ולזרום איתה, והגישה הזאת היא ההיפך של הגישה לה אדם זקוק כדי לעמוד חזק בדיעה ובעמדה שלו. אלו הן שתי נטיות הפכיות באדם - יש נטייה לשלום, ויש נטייה לאמת. הנטייה לשלום שואפת להתאחד עם כולם, והנטייה לאמת שואפת לעשות מה שאני יודע שהוא

צבי: יפה מאוד!

יעקב: אז זה מה שאני לא מבין - למה אנחנו אומרים שיסוד האש הוא מה שנותן לאדם כח להתמודד מול קשיים? לכאורה, כשאדם עומד מול קושי, הכח של יסוד האש אמור לגרום לו להילחם עם המצב שלו, ולא להסכים לקבל אותו בשום אופן!

צבי: שאלה מצויינת! השאלה שלך בעצם נוגעת במהות מידת הכעס, ואני רוצה שנדבר על זה לאט וביסודיות. אבל קודם כל, תן לי רק להסביר איך הכח של התנגדות יכול לעזור לאדם להתמודד מול הקשיים שלו: אמרת שיש שתי דרכים שאדם יכול להתייחס לקשיים שלו, או בלחימה נגדם, או בהמודדות איתם. אבל האמת היא שיש אופציה שלישית שמאוד רווחת. הוא יכול פשוט להיכנע אליהם. לעתים קרובות, פשוט אין לאנשים את הכח או את האומץ לעמוד מול האתגרים מלכתחילה, וכשהם נקלעים למצב קשה או מאתגר, במקום לעשות מה שהם באמת צריכים לעשות, הם פשוט נכנעים אל הלחץ...

יעקב: אתה יכול להביא לי דוגמה איך זה יכול להתממש ביום יום?

צבי: זה קורה כל הזמן, בכל מיני מצבים מאתגרים. לפעמים הם אתגרים פנימיים, למשל כשאדם עומד מול מלחמת היצר קשה והוא מרגיש שאין לו כח לעשות את מה שהוא יודע שהוא צריך לעשות, ולכן הוא פשוט נכנע ליצר שלו. אבל לעתים קרובות זה מתרחש אפילו במצבים פשוטים מאוד, למשל כשמוכר מנסה לשכנע את מישהו לקנות משהו שהוא יודע שהוא לא צריך, או כשגייס כספים מנסה לשכנע את מישהו לתרום למטרה שהוא יודע שהוא לא מאמין בה, אבל בכל זאת האדם

רקע: בשבוע שעבר, יעקב וצבי המשיכו את הדיון שלהם על יסוד האש, והתמקדו בהגדרת שתי המידות הרעות שהוא גורם: כעס וגאווה... יעקב, רקע: בשבוע שעבר, יעקב וצבי המשיכו את הדיון שלהם על יסוד האש, והתמקדו בהגדרת שתי המידות הרעות שהוא גורם: כעס וגאווה...

צבי: נו, איפה אנחנו, יעקב? אתה רוצה להמשיך לדבר על יסוד האש, או שכבר נעבור ליסוד העפר?

יעקב: אני עוד לא מרגיש מוכן להמשיך הלאה... אני עדיין מנסה להבין איך אני אמור להשתמש ביסוד האש בצורה נכונה. יש משהו שלא כל כך ברור לי עדיין...

צבי: שהוא...?

יעקב: לפני שבועיים, כשהגדרנו את יסוד האש כראשונה, אמרנו שיסוד האש נותן כח של התנגדות ולחימה. אז הוספנו שכח ההתנגדות הזה הוא גם מה שנותן לאדם כח להתמודד ולעשות את מה שהוא צריך לעשות אפילו מול אתגרים וקשיים.

צבי: מצוייין... אז מה הבעיה?

יעקב: הבעיה היא ששתי המידות האלו נשמעות הפוכות אחת מהשנייה! איך שאני רואה את זה, כשאדם עומד מול מצב מאתגר, או הוא יכול להסכים לקבל את המצב כמות שהוא ולהתאמץ ולהתמודד איתו, או הוא יכול להילחם נגד המצב: או בהכחשת המציאות, או בהאשמת אחרים, או בכריחה ממנו, או במלחמה גמורה... שכולם בדרך כלל לא מועילים... בכל אופן, אלו נראות לי שתי הדרכים האפשריות להתמודד עם קשיים - או בהסכמה לקבלם או בלחימה נגדם...

האמת. אם יש למישהו טבע מדי חזק של שלום, מיסוד המים, זה יכול להחליש את כוח האמת שלו, כי הוא כל הזמן מתמקד רק על מה שהסביבה רוצה... ואפילו כשזה באמת הזמן לעמוד על שלו, למשל כשהוא צריך להילחם נגד יצרו או להתגונן מפני מי שמנצל אותו, אדם כזה עלול מטבעו לפנות פשוט לכיוון ה"השלמה" ולהיכנע להתנגדות...

יעקב: וואו! לא נראה לי שהייתי אי פעם חושב לקשר בין מה שהאדם "רודף שלום" לבין העובדה שאין לו את האומץ לעמוד מול הפיתויים שלו... רק שכשאתה אומר את זה עכשיו זה נשמע כל כך מובן מאליו שאין לי מושג למה אף פעם לא חשבתי על זה...

צבי: אז זוהי הנקודה שהזכרנו לפני שבועיים: הזכרנו אז שלכל מצב בחיים יש שני צדדים, צד מהנה וצד מאתגר. וביארנו, שהטבע של יסוד המים הוא לקבל את המצב ולזרום איתו ולא להתנגד. זה דומה בדיוק למים גשמיים שתמיד יזרמו עם הזרם ואף פעם לא יזרמו לאחור. אין למים כמעט שום כח של התנגדות, ובאופן דומה, אין למים "חוט שדרה" - הם תמיד מאמצים את הצורה של הכלי בו הם נמצאים, ואין להם צורה בפני עצמם.

יעקב: זה בדיוק כמו שאומרים על אותם אנשים ששיטתם בחיים זה "לזרום" - אתה אומר שזה הטבע של יסוד המים?

צבי: בדיוק, אבל אתה חייב להבין את המשמעות של צורת החיים הזו אם לא מאזנים אותה נכון עם יסוד האש: אם אדם ניגש לחיים עם גישה כזו של "לזרום", אז כשזה מגיע לצד הנעים של החיים, זה יחסית בסדר: הגישה הזאת גורמת לו להתחבר ולהתאחד עם כל דבר נעים שהוא פוגש. כמובן זה יכול לגרום בעיות רציניות אם הוא יתחבר לדברים רעים שאסור להתחבר אליהם, וזה בטח מקום אחד שחייבים להפעיל את יסוד האש. אבל גם אם נשים את זה בצד לבינתיים, מה קורה כשזה מגיע לצד המאתגר של החיים? למשל, אדם כזה הוא מאוד אוהב, ויש לו שלום בית מצויין. אבל מה קורה כשפתאום משהו קרה שגרם לחילוקי דיעות חזקים? איך מגיב משהו שתמיד "זורם" כשהוא עומד בפני מצב מאתגר כזה?

יעקב: נו, תגיד לי...

צבי: אז מה שקורה בסוף עם אדם כזה הוא שלמרות העובדה שכל הגישה שלו לחיים היא לנסות ליצור יחסים נעימים על ידי יסוד המים, בסוף הוא לא יצליח להישאר מחובר באמת לשום אדם! כי בהתחלה, כל פעם שאדם כזה פוגש מישהו, הוא נמשך אליהם ומרגיש מחובר איתם. אבל ככל שהזמן עובר, תמיד מתברר שאין יחס בחיים שהוא רק נעים, ויש גם צד מאתגר לכל יחס. וכשאדם כזה עומד מול משהו שאינו לפי טעמו, כל מה שהוא ידע לעשות איתו הוא רק לברוח ממנו, או להשלים עם המצב ולהתייאש...

סיכומים שיחת חברים

תגובות למצב קשה:

- 1) לקבל אותו ולהתמודד איתו - **מיסוד האש שמתאמץ** למרות כל קושי
- 2) להילחם בו ע"י הכחשת המציאות, האשמת אחרים, או בריחה מהמצב - **מיסוד האש המתנגד**
- 3) להיכנע לו - **יסוד העפר המתעצל** או **מיסוד המים שמנסה להשלים** עם כל דבר

יסוד **המים** מניע את האדם ע"י **חיבור לדומה**, והשינוי חודר לתוכו **לאט לאט**.

יסוד **האש** מניע את האדם ע"י **התנגדות לשונה**, והשינוי יותר **עוצמתי ופתאומי**.

"מידה טובה מרובה" - כמו שיש יותר מים מאש בעולם הגשמי, כך גם צריכים להשתמש ביסוד המים הרבה יותר מביסוד האש בכוחות נפשינו.

שני סוגי פחד:

פחד שלילי - פחד מהבלתי ידוע, ההיפך של אמונה וביטחון
פחד חיובי - פחד מחוסר ניצול כוחותי ע"י בחירה לא נכונה

יעקב: זה מזכיר לי מה שהגדרנו כתאווה לעומת אהבה - קשר שבו אתה מנסה לקחת רק את הצד המהנה...

צבי: בדיוק!

יעקב: בסדר. אז נראה לי שהבנתי את הרעיון שרצית להעביר עם כל זה - שיסוד האש הוא מה שנותן לאדם כח לקחת את המצב שלו לידיים ולהתאמץ לעשות מה שהוא באמת רוצה, במקום רק לזרום עם הזרם... אבל עדיין לא הבנתי 100% למה זה חייב להיות שהאש יכולה לעורר את האדם להתאמץ הרבה יותר חזק מהמים...

צבי: בוא ננסה להסביר את זה טיפה יותר עמוק: יש הבדל שורשי בין ההסתכלות של יסוד המים שבאדם לזו של יסוד האש. יסוד המים שבאדם עובד דרך התמקדות בדומה, ואילו יסוד האש עובד דרך התמקדות בשונה. כשיסוד המים מתמקד בדומה, זה יוצר חיבור פנימי לסביבה, ומושך את האדם לאט לאט להתחבר יותר ויותר אליו. השינוי שמחולל יסוד המים הוא לא חד ופתאומי, אלא זה מתרחש יותר לאט, אבל חודר עמוק. ובאמת כך מתקמים יחסים בין בני אדם - הם לוקחים זמן, אבל עם הזמן, הם חודרים יותר ויותר עמוק.

יעקב: בדיוק כמו שהמים משקים צמח - לאט ובטוח, השורשים חודרים יותר עמוק ויותר עמוק באדמה...

צבי: בדיוק. יסוד האש, לעומתו, מתמקד בשונה, שזה מעורר באדם התנגדות לסביבה. וסו"ס, טבע ההתנגדות מחייב את האדם לפעול הרבה יותר חזק מההימשכות. הרי זה מובן - ההתנגדות מאיימת על האדם ומחייבת לו לפעול, משא"כ ההימשכות אחר הדומה, שאין כאן שום בעיה - זה רק משהו נעים מבחוץ שמושכת את ליבו בעדינות.

ורואים, למשל, שאם יש שריפה בכניין, הפחד מהאש יכול לגרום לאדם לפעול במהירות ועוצמה שאף פעם לא דמיין שהוא מסוגל להם! כמובן שזה דוגמה קיצונית, כאשר האדם עומד מול משהו "שונה" שמאיים על כל חייו בבת אחת, ולא כל מקרה של שוני והתנגדות הוא כל כך קיצוני. אבל אף על פי כן, הכלל ברור: יסוד האש, שמעורר את האדם באמצעות התנגדות לשונה, מעורר את האדם בצורה הרבה יותר חדה ועוצמתית מיסוד המים, שמניע את האדם להימשך אחרי הדומה והנעים.

בריחה מלהודות בקושי מסויים יכולה לנבוע מיסוד המים, שרק רוצה לראות את החיובי ותמיד מחפש את האופציה הכי מושכת. לכן, כל עוד שאפשר להתעלם מבעיה, זה עלול להיות הרבה יותר מושך להכחיש בקיומה מלהכיר בה. אבל אתה מעלה עוד נקודה, שהיא שיש אנשים שממש נלחמים מול המציאות של הבעיה שלהם. זו גם בעיה שכיחה - שיש לאדם אתגר שהוא צריך להתמודד איתו באופן תמידי, אבל בגלל שהוא כל כך מצוברח ומתוסכל מכל המצב שלו, הוא מעדיף להכחיש את הבעיה לגמרי. הוא מעדיף להעמיד את עצמו כאילו החיים שלו הם מושלמים, למרות שכך הוא הולך ראש בראש עם המציאות כל היום, מלהשלים עם המציאות כמות שהיא ולנסות להתמודד בצורה הגיונית לפתור את הבעיה.

יעקב: כן, בדיוק לזה התכוונתי - לתיאור השני שתיארת...

צבי: אז האמת היא כמו שאמרת, שגם הגישה השלילית הזאת נובעת מיסוד האש, והיא ממידת הכעס. אבל נראה לי שקצת מאוחר כבר להרחיב על הנושא הזה, אז אולי נשמור את זה לשבוע הבא. מה שנצטרך ללבוש זה יהיה מהי בדיוק הנקודה שמבדילה בין שתי הגישות האלו של יסוד האש, שנקרא להן כעס, והתאמצות - לקבל מצב קשה כמות שהוא ולהתאמץ להתמודד איתו נכון. באמת, כבר פרשנו את כל היסודות - אבל בוא נחכה לשבוע הבא כדי שזה יצא ברור ממש!

יעקב: נשמע נהדר! אני כבר מצפה...



האמיתי הוא להוציא את הכוחות שלו מן הכח אל הפועל, ושתלוי בו ובבחירתו אם הם באמת ייצאו לפועל, זה מעורר בו פחד שהוא לא יחמיץ את ההזדמנות הזו. זה פחד ששייך רק לבחירה שלו.

מקורות ומקבילות שיחת חברים

בריחה מול התמודדות - תיקון כח
הכעס עמו' 120-121.

שני סוגי הפחד - ספר עלי שור ח"א
שער ג' "דעת תורה" פרק ראשון.

יעקב: ולמה בדיוק זה מוגדר כפחד חיובי? איך פחד זה שונה מכל פחד אחר?

צבי: כשהאדם מבין שכל הכוחות מופקדים בידיו, כלומר שהוא יודע שהוא באמת רוצה לעשות את הטוב, ושהוא יכול לעשות אותו, וכל פחדו הוא רק שהוא לא יטעה בדרך ויעוות את התהליך ע"י סטייה אחרי דמיונות חיצוניות, אז הפחד הוא רק "מסיר מכשול". האדם לא בונה את בסיס חייו על הפחד, אלא הוא רק משתמש עם הפחד בכדי להינצל מן הטעויות העלולות לצוץ על הדרך. ובשפת ארבעת היסודות - עיקר חייו בנויים על יסוד הרוח, שהוא רצונו האמיתי והפנימי להוציא את כוחותיו אל הפועל, והוא משתמש עם יסוד האש רק כאשר הוא מרגיש שיש איזה פיתוי או קושי שעלול לעכב אותו בדרכו.

יעקב: בסדר, אני שומע...

צבי: בעזרת ה' עוד נרחיב ע"ז, אבל בוא עכשיו נחזור לנקודה שהעלית בהתחלת השיחה שלנו. מה שיצא לנו בינתיים הוא שחוץ מהאפשרויות של או להיכנע למצב קשה או להתמודד איתו, יש גם את האפשרות להילחם נגד המציאות של הקושי מלכתחילה...

יעקב: נכון, בדיוק. נראה לי שזה מאוד שכיח שאנשים פשוט מנסים לברוח מהבעיות שלהם במקום להודות במציאותן ולהצטרך להתמודד איתן...

צבי: אז עכשיו נבין שיש כאן שתי נקודות:

יעקב: כמה חבל... אם אדם רק היה יכול לנצל את העוצמה הזו של האש בצורה נעימה, הוא היה יכול להשיג כל כך הרבה...

צבי:... שכחת יעקב? אמרנו שהמטרה שלנו היא כן ללמוד איך לנצל את כח האש בצורה הנכונה! אבל אתה צודק, שעכשיו אנחנו מבינים שיש גם צד שני למטבע - כדי שחיי האדם יהיו מאוזנים כמו שצריך, ברור שהוא לא יכול לבנות את חייב בעיקר על ההתנגדות או על הפחד מהשלילי. ד' ברא את העולם בצורה "מידה טובה מרובה". בדיוק כמו שיש הרבה יותר מים גשמיים בעולם מאש גשמית, כך צריך להיות עיקר הדגש בחיי האדם על החיובי ולא על השלילי.

יעקב: אבל האם זה באמת נכון שכל יסוד האש מבוסס על פחד והתנגדות? הרי כח הפחד נשמעת כמידה רעה, שלא אמור להיות לה חלק בחיים אידיאליים... אני מבין מה שאתה אומר שפחד יכול לעורר את האדם להתאמץ יותר מכל כח אחר, ובאמת אינני מכיר כח אחר באדם שיכול לפעול בכזה כח ועוצמה. אבל זה עדיין מאוד קשה לי - לכאורה פחד הוא מידה רעה, ואיפה יש כאן "זה לעומת זה", כח דומה לצד הטוב העומד לעומת כח הרע של הפחד?

צבי: זוהי באמת הנקודה המרכזית שאנחנו צריכים ללבוש בנוגע לשימוש התמידי ביסוד האש! אז בוא נסביר את זה ככה:

הגדרת שמידת הפחד היא מידה רעה, אבל באמת זה לא כ"כ מדויק. בכלליות, יש שני סוגים של פחד: יש פחד חיובי ויש פחד שלילי. פחד שלילי זה פחד שבנוי על אפס, פחד מהבלתי נודע. זה הוא כאשר האדם מרגיש שכדי להיות רגוע, הוא חייב להיות "בשליטה" ולדעת מה קורה. אם אדם כזה לא מרגיש שהוא "מעל המצב", הוא מתחיל לאבד עשתונות, כי הוא מרגיש ש"מי יודע" מה עלול לקרות. פחד כזה הוא ההיפך של האמונה והביטחון שד' תמיד שולט, שאף פעם אין לאדם שליטה על המצב שלו, ושכל מה שד' עושה הוא לטוב.

אולם, יש גם סוג חיובי של פחד. פחד חיובי הוא פחד שכל כולו מבוסס על מודעות בהירה למציאות הכוחות שהקב"ה נתן לכן אדם. כאשר האדם מודע למציאות שרצונו

ארבעת היסודות בלשון רבותינו

[מייסד בבחירות שהאדם שרוצה באמת לדעת את עצמו ואת מידותיו, יש לו ללמוד בעיון ובמתינות את תורת ארבעת היסודות] אחרי שניסינו לעמוד על המידות העיקריות הפועלות בקרבינו, נעסוק בתורת ארבעת היסודות, ועליה נבסס את עבודתנו המתוארת בשער זה. רבינו חיים ויטאל מבאר את יסודות המידות בשערי קדושה... יש ללמוד בתשומת לב מרובה את שני הפרקים הראשונים בספר שערי קדושה, ששם מבוארים היסודות לעבודת המידות. אחר כך נבחן בעצמינו מהו מצב מידותינו לאור ארבעת היסודות הנ"ל.

(ספר עלי שור, חלק א', "דעת עצמינו", פרק ג)

יש ללמוד בתשומת לב מרובה את תורת ארבעת היסודות. מרוב עומק הדברים נמנע המחבר מכל הסבר בתוך הפרק. אולם, כדי לקרב את הדברים אל תפיסתנו יש להוסיף כאן דברי ביאור קצרים... אי אפשר לצמצם עומק ורוחב הדברים בתוך שורות אחדות, ומי יודע אם ספר שלם היה מספיק לתאר את כל פרטי השאיפות והיחסים שביניהן (שם, הערות ומילואים שבסוף הספר)

ארבעת היסודות - יסוד האש - תיקון כח השנאה

אש שברוח שבאש

הקלקול

אש-כילוי, רוח-התעוררות, אש-שנאה. והיינו שמכלה את תנועת התעוררות שמעוררת או מזכירה את מי ששונא. וכמ"ש החיד"א (פני דוד, במדבר אות ג) וז"ל: "שאל בהיותו שונא, אמר לא בא בן ישי אל הלחם, ומחמת שנאה אינו יכול להזכיר שמו", עכ"ל.

וזוהו גדר מצות מחיית עמלק, מוחה תמחה את זכר עמלק, כי עמלק הוא השונא לישראל, וכמ"ש במעשי ה' (חלק מעשה תורה, פרק לה) וז"ל: "ובעמלק נאמר לך והכיתה את עמלק שהוא השונא המוחלט, עכ"ל. ולכך נצטוונו למחות זכר עמלק, שלא ישאר לו זכר, כאדם השונא לחבירו שאינו רוצה לזכור ממנו כלל. (ומאידך, נצטוונו "זכור אשר עשה לך עמלק", והוא כדי למחות אותו שלא ישאר זכרו, והבן.) ועיין רמב"ם ספר המצוות (עשה מצוה קפט, ול"ת מצוה נט).

והנה ישנם ב' סיבות מדוע השונא אינו רוצה שיזכר שמו של השונא. (א) כיון שנזכר זכרו, זה מעורר אצלו את כל מה שעשה לו השונא, והיינו ש"זכרו" מעורר את כלל "זכרון" מעשיו. (ב) ששנאתו של השונא כל כך חזקה, ורוצה למחות את השונא ואת כל דבר השייך לו מחייה גמורה. והוא מצוות מחיית עמלק, רק שבעמלק זו מצוה, אבל בישראל עובר בלא תעשה, "לא תשנא את אחיך בלבבך".

התיקון

שנאה זו היא שנאה חזקה ומוחלטת, ועיקר תיקונה, תחלתו לזכור את השונא, ולו זכירה קלה, על מנת ללמוד ממנו מה לא לעשות, והיינו לא לעשות כמוהו.

נקודה זו קלה לאדם יותר, מפני שגם הזכרון הוא זכרון של שלילה, ללמוד מה לא לעשות, ולכן כח הזכרון זה יותר קל לאדם להסכים לו, כי לא סותר לגמרי את שנאתו.

אחר שנתרגל לשנוא את השונא, ולא ללמוד ממעשיו אלא ללמוד ממעשיו מה לא לעשות, אז יתקדם שלב נוסף. כי אמרו חז"ל הרואה סוטה בקלקולה יזיר עצמו מן היין (ברכות סג ע"א). והבן מאד, שיש לסוטה זו זכות, שעל ידי נזהר הנזיר מן היין, והבן היטב, שאע"פ שעשתה מעשה רע, מ"מ יש לה זכות פורתא. וכן כאן יתבונן שכיון שלומד מן השונא מה לא לעשות, יש לו לשנוא לפחות זכות זו, ועי"ז נחלש מעט שנאתו איליו (אולם לפעמים זה יכול להגביר את השנאה), כי סוף כל סוף הוא 'רבו' בענין מה לא לעשות. ולאט לאט יחלש שנאתו.

בלבני - זיכוי הרבים



הגדרת המידה: כידוע מאוד, אכזריות היא בדרך כלל מידה רעה וגרועה מאוד, היפך ממידת הרחמנות שהיא מסימני כלל ישראל, וכדברי הגמ' הידועים (יבמות עט.). "שלשה סימנים יש באומה זו הרחמנים והביישנים וגומלי חסדים". אך, כאן נתמקד על השימושים הטובים שמצינו במידת האכזריות כשהיא במקומה ובגבולה הנכון, ונסה להגדיר מתי ואיך כן ראוי להשתמש בה.

מהות המידה ע"פ "ארבעת היסודות":

ידוע ששורש המילה "אכזר" הוא מלשון "אך זר", ועיין איוב (יט, יג) "אחי מעלי הרחיק וידעי אך זרו ממני" ופירש"י "אך זרו. ל' אכזר", וכ"כ רש"ה (דברים לב, לג). וממבט ארבעת היסודות, שורש מידת האכזריות הוא בתכונת הקרירות של יסוד העפר, שעל ידה האדם מתנתק רגשית מסביבו (כטבע יסוד העפר להיות עומד לעצמו), ועיד"כ איננו מתפעל מראיית צערם של אחרים. ולכן מידת האכזריות מיוחסת לעמלק, שנאמר עליו "אשר קרך בדרך" - לשון קרירות, וכמ"ש הרמב"ן (דברים כב, ו) ע"פ דברי המשנה בקידושין (פב). "ידוע בטבחים שוחטי השורים הגדולים והחמורים שהם אנשי דמים זובחי אדם אכזרים מאד, ומפני זה אמרו טוב שבטבחים שותפו של עמלק". וזהו היפך רחמים, מלשון חמימות של יסוד הרוח, וכלשון הפסוק (בראשית מג, ל) "נכמרו רחמיו", ופירש"י: "נכמרו - נתחממו, ובלשון משנה על הכומר של זיתים (בבא מציעא עד, ד), ובלשון ארמי במכמר בשרא (פסחים נח), ובמקרא עורנו כתנור נכמרו, נתחממו". [כמו כן, זה יכול לנבוע מתכונת הקושי של יסוד העפר, היפך הרכות של יסודות המים והרוח].

מידת האכזריות בתורה ובדברי

רבתינו: א. למען שליטת הדעת - "שחורות כעורב, במי אתה מוצאן [לדברי תורה]... רבא אמר במי שמשים עצמו אכזרי על בניו ועל בני ביתו כעורב" (עירובין כא:). וכבר האריכו רבותינו להסביר את המאמר הנ"ל, וכלל הדברים הוא כמו שכתב האלטער מקלם, "על כן אמרו ז"ל על הפסוק שחורות כעורב אין התורה מתקיימת אלא במי שמשים עצמו אכזרי על עצמו ועל בניו כעורב, אף שאכזריות מידה מגונה, אמנם מי שאינו מתחכם לכל יניח זאת אהבת הבנים על הטבע המוטבע אין מפריע יותר ח"ו מה שיוכל להיות מאהבת

עצמו ואהבת בנים בטבע. על כן חייבו חז"ל להסיר הטבע, ולהעמיד האהבה על השכל, ובוזה יטיב באמת יותר לו ולבניו, כי אהבה מקלקלת השורה, ואילו השכל יעמיד כל דבר על מכונו" (בית קלם אמונה ומידות ב, עמו' שלא). כלומר שהאדם צריך לעורר מידת האכזריות רק כדי לאזן את מידת הרחמנות הטבעית והבהמית שלא תשלוט עליו, ואז יפעול ע"פ השכל ושיקול הדעת, כדי שבסוף יעשה מה שמידת הרחמים האמיתית קובעת.

ב. להשליך צערם על ה' - "כי הא דרב אדא

בר מתנא הוה קאזיל לבי רב, אמרה ליה דביתהו ינוקי דידך מאי אעביד להו, אמר לה מי שלימו קורמי באגמא" (המשך הגמרא שם). כלומר שרב אדא בר מתנא היה הולך ללמוד, ושאלה אותו אשתו מה יאכלו ילדיו, כיון שלא היה אוכל בבית, והוא השיב "וכי נגמרו הירקות באגם?". וביאור הדברים הוא כנ"ל, שמדובר במצב שע"פ שיקול הדעת, הדבר הנכון גם מבחינת בני ביתו היה לא להרבות בהשתדלות אלא ללכת ללמוד ולהתחזק בבטחון, ורב אדא השתמש במידת האכזריות רק כדי להתגבר על הקושי הרגשי שמונע אותו מללכת ללמוד. [וזוה שייך לרוב גם לפי מדריגתו, כגון במצבים שהאדם דואג על דברים שאין ביכלתו לשנות אותם, וכדומה]. ודאי שלפעמים העבודה בכהאי גוונא הוא עדיין לרחם על בני ביתו ולנסות לחזק אותם, כגון ע"י דברי חיזוק בבטחון, אבל לפעמים [כגון אם אינם מוכנים באותו זמן לקבל] העבודה היא להתחזק בבטחון שהקב"ה יודע בצערם ויעזור גם להם. וכתב הגר"א (ליקוטי הגר"א על אבן שלמה, פ"ג אות ד') שע"ז נאמר "נותן לבהמה לחמה לבני עורב אשר יקראו" - "למי שנעשה אכזרי כעורב, הקב"ה נותן להם לחם".

ג. שלא ימנע מלהוכיח לטועים - "וכבר

כתבו בעלי המוסר שהנשים שמראות געגועים לילדים ומונעים אביהם מלהכותם, עליהן הכתוב אומר ידי נשים רחמניות בשלו ילדיהן, שגורם לו שתהא סופו יורש גיהנום" (פלא יועץ ערך אבירות לב). ועיין דרוש נאה בתורת משה להחת"ס על הפסוק "וישלח את הערב ויצא יצוא ושוב עד יבשת המים", שפרש"י "עד יבשת המים - פשוטו כמשמעו, אבל מדרש אגדה, מוכן היה העורב לשליחות אחרת, בעצירת גשמים בימי אליהו, שנאמר והעורבים מביאים לו לחם ובשר". ופירש החת"ס, "טעם העורב שלא הלך ויצא יצוא ושוב עד יבושת המים, דהיינו בימי עצירות המים בימי אליהו, דוודאי אם נח

בצדקתו הציל את כל העולם אז הוא מושל מצד השכל בכל מיני ברואים ומוכרח אני לסכן עצמי בשליחותו, אבל נח לא ה' נחשב בעיני העורב לצדיק, כי כבר אמרנו שהי' תמים בדורו עם בני דורו ולא הוכיחם. וגבי אליהו היה ההיפוך, שהוכיחם, וגזר עליהם להמית ע"י עצירת גשמים, ואח"כ הרג נביאי הבעל, והי' מראה אכזריות נגד אנשי דורו... והעורב בטבעו הוא אכזר גדול אפי' על בניו, לא היה נח שהיה נוהג ברחמים נחשב לצדיק בעיניו... הנני מוכן לשליחות בימי אליהו שהוא צדיק בעיני והלך באכזריות עם רשעי הדור ההוא...". וכ"ז פשוט ע"פ הנ"ל, שצריכים לרחם ע"פ הדעת, ולא להיות בבחינת "חושך שבטו שונא בנו" (משלי כג, יד). וכבר ביארו שלכן כתוב על ה' "כרחם אב אל בנים ריחם ה' על יראיו" (תהלים קג, יג) ולא "כרחם אם", כי האב אף שהוא מרחם מ"מ הוא גם מייסר את בנו, כמ"ש "כי כאשר ייסר איש את בנו ה' אלקיך מייסרך" (דברים ח, ה).

ד. כדי שלא יפריע למנוחת הנפש - "רבי

יוחנן אמר כל ימי עני רעים זה רחמן וטוב לב משתה תמיד זה אכזרי" (ב"ב קמה:), והיינו כדברי הגמ' (פסחים קיג:) "תנו רבנן שלשה חייהן אינם חיים, הרחמנין, והרתחנין, ואיניני הדעת". וכוונת המימרות האלו כי ריבוי ההתרגשות מבטלת מהאדם כל יישוב דעתו ומנוחת נפשו, ולכן לפעמים צריכים לעורר את מידת האכזריות שבנפש להתנתק מהרחמים, בכדי לחזור ליישוב הדעת.

שימוש הנכון במידת האכזריות: יש

בדברים האלו מקום להטעיה גדולה, כי האדם עלול לחשוב בהרבה מקרים שמצד עבודתו ועלייתו הפרטית בתורה, בבטחון, או במנוחת הנפש, ראוי לו להשתמש במידת האכזריות, וכנ"ל. אך, כל מהות מידת הרחמים הוא להסתכל לא על עצמו ועלייתו, אלא להביט על הזולת ולהיכנס למצבו וצערו.

ולכן, יש כאן דקות גדולה מאוד, כי כל

שימוש באכזריות צריכה באמת להיות מיוסד רק על הרחמנות, דהיינו כאשר כח הדעת קובע שגם בהתחשבות עם מבטו של הזולת, הדבר הנכון הוא לא להיכנע לרצונו אלא לעשות מה שיותר טוב לו. וע"ז נאמר "כל מי שאין בו דעה אסור לרחם עליו" (ברכות לג.), (ועי' פירוש מימרא זו בהרחבה בפירוש "בלבבי משכן אבנה" למסילת ישרים פ"ב).

מה שהוא מודע. מודע, ומרגיש את מה שהוא מודע. ריבוי הדברים צריך לאט לאט ליצור את שלושת החלקים, אם האדם באמת משתמש איתם.

א"כ תמצית הדברים - לא מדברים על עבודה מעשית כמעשה גמור, זו עוד נקודה לעצמה. מדברים על שלב של קניין מהלכי המחשבה, שלב של בירור הסוגיות בהדרגה, ושלב של מודעות עצמית ומורגשת לכוחות הנמצאים בתוכי. אדם שילך בכזו דרך במשך כמה שנים, אז הוא יתחיל להיות ראוי להיכנס לעבודה למעשה.

לא באנו להפקיע את העבודה למעשה מיד עכשיו - אדם שהיה רגיל שיהיה לו כל מיני קבלות בעניינים פרטיים, אשריו וטוב לו, ובינתיים ימשיך כל זמן שאין לו בהירות בתוך נפשו. אבל לא ביחס למה שנאמר. ביחס למה שנאמר צריך לעבור את שלשת השלבים.

אני מדגיש, שלעבור את השלבים האלה לוקח לפחות כמה שנים. מי שאין לו סבלנות של כמה שנים, אז למה הקב"ה נתן לו ימי חיינו שבעים שנה? בשבילו היה מספיק לחיות יום אחד!...

לומדים את הדברים בעומקם ודקותם ומנסים למצוא אותם בתוכם. ולכן, כל צורת מהלך הדברים פועלת היכן שהיא פועלת. אבל צורת רבותינו באופן ברור, הייתה ללמוד את הדברים בבהירותם, לראות איפה הם נמצאים בנפשי, להיות מודע לזה, ומרגיש את זה. כאן מונח ההיקף הרחב של מהות העבודה.

ולכן, שלב ראשון, צריך להתרגל לקבל את מהלכי המחשבה, את ה"שניט", צורת מהלך. שלב שני, להתרגל לקבל סוגיות יותר ברורות ויותר ברורות ויותר ברורות, איש לפי ערכו, הן בהשכלה, והן בנפשו הפרטית. תפסת מרובה לא תפסת, תפסת מועט תפסת - גם אם יצא לאדם חמש אחוז, עשר אחוז, עשרים אחוז מהוועד, די לו איפה שהוא נמצא עכשיו. אבל העיקר הוא ההתרגלות האיטית, ללמוד לאט לאט את הדברים יותר בבהירותם.

שלב השלישי, לאט לאט להגיע לנידון של איפה הכוחות האלה נמצאים בתוכי. אנחנו לא מחפשים טוב ולא מחפשים עכשיו רע - אנחנו מחפשים להכיר את צורת הנפש. עוד לא מדברים כלל על עבודה למעשה, אלא להכיר את הנפש. להכיר את כוחותיה. להכיר אותה כמושכל, להיות מודע לזה, ומרגיש את

[בקטע שלפנינו מו"ר את דבריו על ג' שלבי הלימוד והתועלת שאפשר להפיק משיעורי ארבעת היסודות].

לפ"ז נבין למעשה, בקצרה ממש: שלב ראשון של הוועדין שהוזכר, זה לקנות צורתא דשמעתתא. שלב השני הוא להתרגל ללמוד להכיר את חלקי הנפש. לא רק צורתא דשמעתתא, אלא להתרגל ללמוד להכיר את חלקי הנפש, הכרה שכלית, והכרה נפשית. גם אם אדם לא יכול להקיף עכשיו כל סוגיא עם כל חלקיה, אבל להתרגל שכל פעם תצא לו נקודה אחת בנפשו בצורה יותר בהירה. לא רק הכרה שכלית, אלא אף נפשית.

צריכים להבין נקודה מאוד יסודית: כשאנחנו לומדים בהיות דאביי ורבא, אנחנו משכילים מה שכתוב בגמרא, מה שכתוב בראשונים, מה שכתוב באחרונים. כשלומדים סוגיות בעבודה, צריכים להשכיל אותם בהשכלה, ולאחר מכן, ללמוד איפה הם נמצאים בתוכי! זו ההשכלה המודעת המורגשת שעליה דובר, וזהו השלב השלישי.

ברוב הפעמים, כשבני אדם לומדים ספרי מוסר, הם לומדים את זה כידיעות כלליות, ולכל היותר הם "מרא דחושבנא" - הם עושים חשבון הנפש. אבל הם לא

בלבביפדיה עבודת ה'

יום ג' ז' אלול רח' הרב בלוי 33 ירושלים 20:30

בלבביפדיה מחשבה

יום ד' ח' אלול רח' קדמן 4 חולון 20:30



"מעל" המצב. לכן, כשזה מגיע למצב בו אין לו שליטה, הוא מיד מרגיש לא רגוע, וזה יכול לגרום לו לחשוב בכיוון שלילי ולהרגיש ש"מן הסתם" הדברים לא יסתדרו בשבילו.

הדרך לבנות את הכח הנגדי לפסימיות - הכח של אופטימיות - היא על ידי איזון הכוחות הנ"ל. באמצעות יסוד האש, אדם צריך להסכים לעובדה שלא הוא שולט על הכל ומעל הכל, אלא ד' שולט על הכל ו"מעל המצב", ולהיות רגוע בהפקדת עצמו לידיים של ד'. באמצעות יסוד הרוח, הוא צריך לרסן את יסוד המים מלעבור גבולות ההגיון, על ידי חישוב של ההתפתחויות האפשריות בכנות ובנאמנות למציאות. אולם, כשזה מגיע להרגשתו בלב, ולאיק הוא "מניח" ומצייר בליבו מה שיקרה, כאן הוא צריך להפעיל את יסוד המים. כי הכלל הוא ש"רוצה ד' את יראיו, את המייחלים לחסדו" - ד' רוצה שנקווה ושנחשוב חיובי. החיוביות הזאת נובעת ממודעות לכך שהמידה השרשית בה ד' מנהיג את עולמו היא חסד, ומידה טובה מרובה ממידת פורעניות. זה השורש של האופטימיות האמיתית של יסוד המים, שיכולה להתגבר על הדאגות והפסימיות של יסודות הרוח והעפר.

בהצלחה!

גורם הפוך לפסימיות יכול להיות מיסוד המים. יסוד המים הוא בטבעו אופטימי ומנסה להתרחב ולשפוע חיוביות. אולם, אם האדם מדי אופטימי ולא נזהר לרסן את האופטימיות שלו על ידי שכלו, זה יכול לגרום לו לפתח תקוות לדברים לא מציאותיים. כתוצאה מזה, הוא ינחל הרבה אכזבות מיותרות בחיים. מתכונת זו יכולה אחרי זמן לגרום לאדם להיות ממורמר ולהפסיק לקוות, כי הוא כבר התרגל לעובדה שכל פעם שהוא מתמלא תקווה, התקווה תמיד מאכזבת אותו.

גורם נוסף לפסימיות יכול להיות שאדם הוא מאוד שקול, ובכל מצב, במקום "לזרום" (ע"י יסוד המים) ולהתמודד עם כל שלב כשהוא מגיע, הוא תמיד מחשב את כל ההתפתחויות האפשריות מכל הכיוונים השונים - מיסוד הרוח. כתוצאה מזה, תמיד יש לו כל מיני דאגות מבעיות שאולי תצצנה, וטבעו לחשב את כל הצדדים לא נותן לו להתעלם מהצדדים המדאיגים. כמו כן, עצם זה שהוא תמיד רואה ריבוי של אפשרויות יוכל כבר לגרום לו להרגיש ספיקות ולא ובטוח. ובעניינינו, עצם העובדה שיתכן שהאוטובוס יאחר לבא, יגרום לו מיד להתחיל כבר לדאוג מה אפשר לעשות בינתיים.

גורם אחרון לפסימיות יכול להיות מיסוד האש. יסוד האש יכול לגרום לאדם לרצות לשלוט במצב, ורק להירגע כשהוא

שמת לב שיש לי נטייה לחשוב בצורה שלילית ללא שום סיבה נראית. למשל, כשאני מגיע לתחנת אוטובוס, עוד לפני שבדקתי מתי האוטובוס הבא אמור להגיע, אני מיד מתחיל לחשוב בכיוון שלילי שבטח אצטרך לחכות הרבה זמן. איך אפשר לתקן את הבעיה הזו לפי דרך ארבעת היסודות?

תשובה: המבט של ארבעת היסודות יכול לעזור לך לחדור לשורש של הבעיה, ולשם כך נחלק את המידה של "פסימיות" - הנטייה לחשוב בכיוון שלילי - לארבע קטגוריות משניות:

הגורם הפשוט ביותר לפסימיות הוא יסוד העפר. יסוד העפר שבאדם מגיע מהגוף שלו שנברא "עפר מן האדמה". כשיסוד העפר של אדם איננו מאוזן כראוי, האדם מרגיש כבידות ושפלות. חז"ל כותבים שיסוד העפר "לית ליה מגרמיה כלום" - אין לו משלו כלום. בדיוק כמו שהעפר הגשמי רק יכול להצמיח פירות על ידי קבלת גשמים (מים), אור שמש (אש), ואוויר (רוח) משאר היסודות, כך הגוף הגשמי רק יכול לפעול כשהוא מקבל כח משאר היסודות הפחות חומריים. יסוד העפר, כשמשתמשים בו לבד, גורם לאדם הרגשות של עצלות ועצבות, ולכן הוא נוטה לחפש אחר הצד של החיים הדומה לאופיו - הצד השלילי והחסר.

ארבעה גיליונות שבועיים תובנות מעוררות מדי שבוע



סיכומים שיחת חברים א'

♦ כל המידות והרצונות שלנו מורכבים מאותם ארבעת היסודות. האופי הייחודי של כל אחד הוא ביטוי של הרכב מיוחד וייחודי של ארבעת היסודות שלו. ♦ העבודה שלנו: לכוין את היסודות האלו בכיוון הנכון. ♦ לימוד ארבעת היסודות יעזור לי לקשר את חיי היום יום שלי לשאיפה שלי להתקרב אל ד'. ♦ האזנה לקווי נייעס נובעת מיסוד האש ומנסה למלאות את המקום של השאיפה שלי לקשר עם ד'!

סיכומים שיחת חברים ב'

♦ יסוד הרוח - היסוד הכי בסיסי ולא עפר כמו שחשבת. ♦ המצב הטבעי של האדם הוא לנוע ולא לנוח כמו שחשבת. ראיות לכך: אי אפשר לשבת במקום הרבה זמן. נוצר דחף לזוז רק לשם ♦ תנועה ולא כדי להשיג משהו. גם תינוק הננה כשמנדנדים אותו בלי מטרה כלשהי. ♦ בחירה חופשית מול רצונות מולדים: המסקנה - הבחירה היא איך לכוין את הרצונות האלו. אבל אי אפשר ליצור רצונות חדשים או להיפטר מרצונות שנמצאים, אפשר רק לזכך אותם.

סיכומים שיחת חברים ג'

רוח הוא המניע מאחורי כל הפעולות, גם אלו שמבטאות את אחד מהיסודות האחרים. **משל:** מנוע של רכב מתניע אותו אבל ההילוכים מכוונים את התנועה. **נמשל:** יסוד הרוח גורם את התנועה הבסיסית ויסוד האש או יסוד המים מכוונים את התנועה בכיוון מסוים. **הנפ"מ למעשה:** ייתכן שפעולה בעייתית מסוימת נובעת מצורך פשוט לתנועה ולא מצורך כ"כ קשור לצורה בה היא מתבטאת. **לדוגמה** - אכילת יתר יכולה לנבוע משיעמום (צורך לתנועה) ולא דווקא מתאוה (רצון להנאה). **הפיתרון** יהיה בהתאם לשרש הבעיה - ניתוב לתנועה חיובית נצרכת. חלוקת 4 היסודות לזוגות של הפכים: **רוח** (הנע) כנגד **עפר** (הנח) **מים** כנגד **אש** (הסבר בהמשך) ג.ב. - לא לשכוח: כל התחלות קשות!

סיכומים שיחת חברים ד'

(יסוד הרוח - דחף לתנועה) ♦ יסוד המים - צימאון והשתוקקות לחיבור לאנשים / לעבודת ד' / לחיים בכלל / לדביקות בה'. ♦ החיבור הזה מתבצע באמצעות הנאה ותענוג. הכלל: אין חיבור אמיתי בלי הנאה. ♦ יסוד המים מתבטא במידות האהבה והתאוה. ♦ האהבה - חיבור אמיתי עם מערכת יחסים שלימה כשהנאה היא רק חלק מהתמונה, והיא כלי לחיבור, ולא הנאה לשם הנאה. התאוה - חיפוש אחרי הנאה בלבד, תענוג לשם תענוג.

סיכומים שיחת חברים ה'

כלל בלימוד ארבעת היסודות: להתמקד בחיובי לפני השלילי! (אף שהשלילי פעמים יותר מורגש) האהבה מתבטאת ברובד החיובי וברובד הפנימי. **ברובד החיובי:** על ידי נתינה-חסד וקבלה-הכרת הטוב הדדית. כשעושים פעולות אלו **במטרה לבטא את האהבה הפנימית**, הן באמת מעוררות אהבה זו שנקראת "**אהבה תלויה בדבר**". **ברובד הפנימי:** ע"י רצון משותף בין שני אנשים נוצרת הרגשה של אחדות שמולידה הרגשת תענוג ואהבה שנקראת "**אהבה שאינה תלויה בדבר**".

סיכומים שיחת חברים ו'

(אהבה - הביטוי החיובי העיקרי של יסוד המים). **האהבה מתחלקת לשלושה:** א) **אהבת ישראל** - שמתחלקת שוב שלושה: א) אהבת עצמו ב) אהבת המשפחה וחברים קרובים ג) אהבת כל כלל ישראל עובדים מבפנים לבחוף, להעצים את האהבת עצמו (**ביטחון עצמי**) - במודעות ל - והפעלת ה - כוחות החיוביים שלך באחדות והרמוניה, ואז מרחיבים את המעגל וכוללים גם את המשפחה, ואז גם את החברים, ובסוף, גם את כלל ישראל. **ב) אהבת התורה** - כשאני לומד את החלק שלי בתורה ומחובר אליו אני מרגיש שהתורה מבטאת את עצם הרצון שלי להתקרב אל ד'. **ג) אהבת ד'** - כשאני מרגיש את רצוני להתקרב אל ד' מה שאני באמת מרגיש זה רצון ד' שאני אתקרב אליו, והרצון הזה של ד' הוא עצם מה שמושך אותי אליו.

סיכומים שיחת חברים ז'

♦ מי שמפנים את הסוגיות של המידות יוכל לזכור אותם גם בלי יכרון יוצאת דופן. ♦ לומדים את חכמת המידות עם הלב כמו עם השכל. ועיקר החכמה הוא ♦ להכיר את פנימיות המידות ולא חיצוניותן. לומדים קודם בשכל, ואז חוזרים ♦ ומנסים להכיר - איפה אני נמצא בכל זה. ♦ אם לא היו לנו יסודי חכמת המידות מחז"ל, לא יינו יכולים להסתדר לבד. זה משום שתי סיבות: א. כי מידות הקנאה התאוה והכבוד מוציאות אותנו מעולמינו הפנימי, ואיננו מרגישים את שורשי מידותינו הדקים. ב. כי הנגיעות של המידות האלו מונעת לנו מלרצות להכיר את עצמינו באמת. ♦ בלימוד חכמת המידות ע"פ ה"מפה" של חז"ל, אנחנו כבר מבצעים את השלב הראשון בתיקון המידות, בבחירה ללמוד ולהכיר מהו הדרך הפנימי הישר שחז"ל מסרו לנו!

סיכומים שיחת חברים ח'

יסוד האש - כח להתנתק מהסביבה ולהתנגד לה. **בצד שלילי/המסוכן** - לחימה בסביבה הריסת הסביבה. ♦ "מתוך שלא לשמה בא לשמה" - רק אם המטרה היא לשמה וה"שלא לשמה" ♦ שם רק לעודד ולעזור להגיע למטרה של "לשמה". ♦ מידת הכעס של יסוד האש - רק אפשר להשתמש בה לשם שמים. אם זה ♦ לא לשם שמים, צריכים רק כעס חיצוני בלי להתערב רגשית. **בצד החיובי/מרוסן** - **הכח להתאמץ** - להתגבר מול התנגדות

סיכומים שיחת חברים ט'

גאוה - הרגשת חשיבות שנובעת מהעמדת עצמו נגד אחרים והדגשת החוקות שיש לו על אחרים **הערכה עצמית נמוכה** - הרגשת נחיתות שנובעת מהעמדת עצמו נגד אחרים והדגשת החולשות שלו, או מיסוד העפר (**פרטים יבואו...**) **ענווה** - הערכת עצמו שנובעת מהערכת כוחותיו המולדים שניתנו לו מאת ד' ♦ משל לארבעת היסודות - הצבעים העיקריים. כמו שאפשר ליצור אינספור ♦ גוונים מעירוב הצבעים העיקריים, כך אפשר לשלב את ארבעת היסודות באינספור אופנים והרכבים, לכל אדם, מידה, וחפץ בעולם יש את כל רבעת היסודות, רק בהרכבים שונים שמשפיעים על האופי שלו. **יסוד האש** - הביטוי השלילי שלו מתחלק לשתי מידות עיקריות: **כעס** - התנגדות לסביבה, לא יכול לבוא לידי שימוש שלא לשמה **גאוה** - העמדת עצמו בתחרות עם הסביבה. אם המטרה היא להשפיל את השני, היא עדיין לא יכולה לבוא לידי שימוש שלא לשמה. אבל אם המטרה היא להפיק הנאה מהרגשת החשיבות, אפשר להשתמש בה שלא לשמה ע"מ להגיע ללשמה.

סיכומים שיחת חברים י'

תגובות למצב קשה: (1) לקבל אותו ולהתמודד איתו - **מיסוד האש** **שמתאמץ** למרות כל קושי (2) להילחם בו ע"י הכחשת המציאות, האשמת אחרים, או בריחה מהמצב - **מיסוד האש המתנגד** (3) להיכנע לו - **יסוד העפר המתעצל** או **מיסוד המים שמנסה להשלים** עם כל דבר ♦ **יסוד המים** מניע את האדם ע"י **חיבור לדומה**, והשינוי חודר לתוכו **לאט לאט**. ♦ **יסוד האש** מניע את האדם ע"י **התנגדות לשונה**, והשינוי יותר **עוצמתי ופתאומי**. "מידה טובה מרובה" - כמו שיש יותר מים מאש בעולם הגשמי, כך גם צריכים להשתמש ביסוד המים הרבה יותר מביסוד האש בכוחות נפשינו. **שני סוגי פחד:** פחד שלילי - פחד מהבלתי ידוע, ההיפך של אמונה וביטחון. פחד חיובי - פחד מחוסר ניצול כוחותי ע"י בחירה לא נכונה

תובנות מעוררות מדי שבוע

