

# ארבע נסודות



## שיחת חברים היכרות ראשונית עם ארבעת היסודות

**יעקב:** מה הכוונה שיסוד האש מגיע אחרי יסוד הרוח?

**צבי:** הכוונה היא שנקודת ההתחלה של רצון האדם לפעול היא לא מהפחד של יסוד האש, אלא מהרצון הפשוט לקיים תפקידו, מיסוד הרוח. אנחנו מדברים עכשיו על אדם שלא מפחד מה"בלתי נודע". הוא יודע שד' מנהל את העולם, והוא יודע שכל מה שהוא צריך לדעת ולדאוג לו, זה שהוא ישלים את התפקיד שד' נתן לו. כל השאר כבר בשליטה - בשליטת ד'. בשפת ארבעת היסודות, זה אומר שכשזה מגיע לחיים שלו, הצעד הראשון של האדם הזה הוא רוח - יציאה לדרך לבצע את עבודתו, פשוט כי זה התפקיד שד' נתן לו. אחרי שהוא כבר יודע שזה התפקיד שלו, אז כצעד שני, הוא עכשיו יכול לפחד שאולי הוא יוסח ולא יבצע את תפקידו, והאשמה תיפול עליו.

**יעקב:** מאוד מעניין... אתה מתכווין להגיד שהוא רק מפחד מלפשל בגלל שהוא כבר מרגיש שזה האחריות שלו, מיסוד הרוח?

**צבי:** כן, כי אדם כזה, אין לו פחד מהבלתי ידוע! מה שלא האחריות שלו, הוא לא דואג לזה - זה העניין של ד'! הדאגה היחידה שלו היא שהוא יעשה את עבודתו נכון, או במילים אחרות, שהוא יגשים את יסוד הרוח שלו עד לסוף.

**יעקב:** והפחד הזה נחשב פחד חיובי?

שימושים ביסוד האש, אחד חיובי ואחד שלילי?

**צבי:** כן, אבל יותר מזה. יש הקבלה נקודתית בין ההבדל בין אהבה לתאוה, וההבדל שאנחנו מדברים עליו עכשיו - בין אם אדם יכעס על המצב שלו או יתאמץ להתגבר על הקשיים.

**יעקב:** זה נשמע קצת מסתורי... נראה לי שאתה הזה שצריך לעדכן פרטים כאן...

**צבי:** אז בוא נלך לאט. כבר הנחנו את היסוד העיקרי שבוע שעבר, וננסה לבנות עליו עכשיו. אתה זוכר שדיברנו על שני סוגי פחד?

**יעקב:** בטח - יש את הפחד מהבלתי ידוע, ואז יש סוד פחד יותר מבורר, שזה הפחד מפשלות, כלומר מהחלטות לא נכונות שתגרומנה לאדם לא לעשות את מה שהוא באמת יודע שהוא יכול והוא רוצה לעשות.

**צבי:** יפה מאוד! זה מה שאמרנו שבוע שעבר, ועכשיו אני רוצה לקחת את זה עוד שלב אחד קדימה: אם היינו רוצים להגדיר את ההבדל בין שני סוגי הפחדים האלו מהמבט של ארבעת היסודות, ההבדל הוא בין יסוד האש העובד בעצמו, ובין יסוד האש המגיע אחרי יסוד הרוח. במקרה של פחד מהבלתי נודע, יסוד האש כאן עובד בעצמו, מבוסס על אפס. אולם, כשהפחד הוא שאדם לא פועל כמיטב יכולתו, זה מקרה של יסוד האש שמגיע אחרי יסוד הרוח.

**רקע:** בשבוע שעבר, יעקב וצבי דברו על התגובות השונות שיש לאנשים כשהם נקלעים למצב קשה, כשביצוע רצונם האמיתי דורש השקעת מאמץ. הם הסבירו שהטבע של יסודות העפר והמים יוצר נטייה להימנע מעבודה קשה, ואילו הטבע של יסוד האש להתגבר על התנגדות יכול לעודד את האדם דווקא להתאמץ. אולם, אותו יסוד האש עצמו גם יכול לגרום לאדם לכעוס על המצב שלו ולנסות להילחם ולעבוד נגדו. יעקב וצבי מנסים להבין איך למנוע את הכעיה הזאת...

**צבי:** יעקב, שבוע שעבר עצרנו באמצע... אתה זוכר איפה היינו?

**יעקב:** כמובן! היינו באמצע לנסות להבין איך להשתמש ביסוד האש לעזור לנו לא להתעצל או להיות נינוח בחיים - כלומר, שזה יעזור לנו להשקיע בהשגת המטרות שלנו אפילו כשה ידרוש הרבה מאמץ להצליח - בו בזמן שאנחנו מוודאים שהאש הזאת לא גורמת לנו להתעצבן מעצם המצב שדורש ממנו מאמץ. ואני כבר מחכה "על סיכות" לתשובה...

**צבי:** אז קדימה! כדי להבהיר את התמונה, אני רוצה לאזכר את השיחה שלנו מלפני כמה שבועות על יסוד המים, כשהבחננו בין שתי המידות העיקריות שנובעות מיסוד המים - האהבה והתאוה. יש קו מקביל חזק בין הדיון שלנו אז, והדיון שלנו עכשיו ביסוד האש.

**יעקב:** אתה מתכווין כי גם כאן יש שני

אדם לא מפחד מהכאב עצמו. מה שגורם לפחד זו העובדה שהוא לא רוצה את הכאב, שזה נעשה בעל כורחו, שאין לו שליטה על המצב. זו הסיבה שזה נקרא "פחד מהבלתי נודע" - זה פחד מלא להיות בשליטה. זה איך שכל פחד שליילי עובד: יש תוצאה שהאדם רוצה למנוע... שיתכן שתקרה בכל אופן. ככל ששלוות הנפש של האדם מגיעה מהרגשת שליטה על המצב, כך הוא ידאג יותר ויותר במצבים כאלו. ואילו ככל ששלוות הנפש של האדם מגיעה מהפקדת עצמו בידיים של ד', כך הוא ידאג פחות ופחות במצבים כאלו.

**יעקב:** מאוד מעניין... אז לחזור לאיפה שהיינו, אתה מסביר את שני סוגי הפחד שהזכרנו שבוע שעבר. אם הבנתי אותך נכון, הפחד מהבלתי נודע נובע מהתנגדות לאי שליטה על המצב, שמגיעה מיסוד האש עצמו. זה ההיפך של ביטחון בד', שדורש שכל מצב נשלט ע"י ד', ושכל תוצאה שד' יביא היא לטובה, ואי אפשר להילחם בתוכנית של ד' ולשלוט במקומו.

**צביד** השני, הפחד מלא לעשות את עבודתך נכון נובע מההבנה שיש לכל אחד דרך מסויימת שהוא צריך לעבור, שזה חלק מסויים בתוכנית של ד' שהוא העבודה של האדם לעשות. זה המסלול, הכיוון, שלפיו יסוד הרוח שלו צריך לנוע ולהניע אותו. אחרי הידיעה מה התפקיד שלי, אז יש מקום ליסוד האש שלי לבוא ולהתנגד לכל מה שרק יכול להסיח אותי מקיום תפקידי - שכולם הם ה"יצר הרע" שלי. האש הזו לא סותרת את הביטחון בד', כי כשזה מגיע לעבודת חיי, אני לא יכול להאשים את ד'.

**צבי:** בדיוק. נפלא! אז עכשיו, לחזור לשאלה ששאלת שבוע שעבר: כשאדם נמצא במצב קשה, הוא יכול להשתמש באותו יסוד האש או להיות מצוברח מהמצב עצמו, או הוא יכול להסכים לקבל את המצב, ואז להשתמש ביסוד האש להכריח את עצמו להתאמץ לעשות מה שהוא צריך לעשות. אז מה ההבדל בין שתי האופציות?

**יעקב:** כן...

תמיד אדם מפחד מתוצאה לא רצויה! בוא נגיד שיש מלחמה, ומישהו מפחד שטיל יפול לידו - כמובן שהוא מפחד מהתוצאה, ולא מהפעולות שלו!

**צבי:** זה לא בהכרח נכון בכלל. יש הבנה שכל אחד שמוכרח לחיות במצב תמידי של סכנה בסוף מגיע אליה: שאדם רק יכול לעשות את מה שהוא יכול, ואחרי שהוא מרגיש שהוא עשה את שלו כמיטב יכולתו, הוא מפסיק לדאוג. ובסוף היום, זוהי האמת

## מקורות ומקבילות שיחת חברים

**דברי הרמב"ם שבורחים מה' לה'**  
פירוש המשניות ר"ה פ"ד מ"ז.  
**שהאדם הבוטח אינו מפחד למרות שאולי זה יהיה כואב**  
ספר עלי שור ח"א שע"ד סוף מאמר ראשון.  
**פתרון כללי לכל התנגדות בחיים המצב מה', וההתנגדות רק מהיצה"ר** ספר עלי שור ח"א שער ג' סוף מערכה א', ספר תיקון כח הכעס פרק כ' "צורת החיים

- לא רק בגלל שאין ברירה אחרת, אלא כי זו המשמעות של ביטחון בד'. התפקיד של האדם בחייו זה רק "לעשות כמיטב יכולתו", אבל אחרי שהוא עשה את שלו, התוצאה היא בידי ד'. ובגלל שאנחנו יודעים שכל מה שד' עושה הוא לטובה, איפה יש מקום לפחד שמהו רע יתרחש?

**יעקב:** כל מה שד' עושה הוא לטובה, אבל לפעמים זה כואב... זה לא סיבה לפחד?

**צבי:** לא, זה לא. אם אדם היה יודע ב100% שמה שקורה לו הוא מד' ולטובה, אז הוא לא היה מפחד, אפילו אם זה היה כואב. זו עובדה - לעתים קרובות, אנשים עוברים כאב מרצונם, אבל בגלל שהם יודעים שזה משהו שהם מסוגלים לעבור, והם הסיקו שזה לטובתם, אז הם לא מפחדים. למרות שזה עדיין כואב. זה כואב, אבל זה לא מפחיד.

**צבי:** כן. הסיבה לזה היא כי התפקיד של כל אחד הוא החלק המסויים בתוכנית הגדולה של ד' שד' נתן לו, וזהו החיבור שלו עם ד'. לכן, אדם אמור לפחד מלהפסיד את זה, והפחד הזה אמור לדרבן אותו לעשות את עבודתו נאמנה. כמובן, גם הפחד הזה צריך להיות מאוזן. הקב"ה רק דורש מן האדם לעשות כפי יכלתו ומדרגתו, והאדם צריך להאמין בה' שהוא יעזור לו בעבודתו, ורק לדרוש מעצמו כפי מה שה' באמת רוצה ממנו.

**אבל** כאשר זה מאוזן נכון, אז כמו שאמרנו בשיחה האחרונה, הטבע של הפחד מסוג זה הוא רק לגרום לאדם לחזק את עצמו, כי התוצאה היא בידיים שלו! הפחד שלו ממה שיקרה אם הוא יאבד קשר עין עם יסוד הרוח שלו, עם רצונו הפנימי, רק גורם לו להתחזק בהם, ולוודא שהוא לא מסיח דעתו מהמטרה והרצון האמיתיים שלו.

**יעקב:** זה מזכיר לי את דברי הרמב"ם המפורסמים שבגלל שאנחנו מפחדים מד', אנחנו בורחים אליו - כי אין מישהו אחר שיכול לעזור לנו. זה בדיוק מה שאתה אומר כאן - כשאתה מפחד לאבד קשר עין עם המטרה שלך, אתה תמיד חוזר אליה ומזכיר את קיומה לעצמך.

**צבי:** השוואה טובה. אבל תבין - כל זה זה רק בגלל שאנחנו מדברים על פחד חיובי, פחד שמבוסס על הרגשת שליחות מיסוד הרוח. פחד שליילי, מצד שני, זה לא פחד מפספוס אישי, אלא פחד עצמי שמהו מסויים יקרה. זה פחד מאי שליטה על עצם התוצאה, בלי קשר אם זה אשמתי או לא. אלו הם שני סוגי הפחד שהזכרנו - יש את הפחד שאולי לא אעשה מה שעלי לעשות, שאז פשוט צריכים לברר מה עלי לעשות. ויש את הפחד שמהו שליילי יקרה, שזה פחד של אש עצמו, בלי קשר למה שעשיתי או לא עשיתי.

**יעקב:** אבל למה אתה קורא לפחד מסוג השני הזה "פחד מהבלתי נודע"? פחד מסוג זה שייך כמעט בכל מצב של פחד - כמעט

שד' רוצה ממך עכשיו זה דווקא להיות בלי עבודה קבועה, אז יסוד האש שלך יכול לעודד אותך לא לפספס בהשלמת האתגר הזה! אתה רק צריך להבין שבדיוק זה הוא התפקיד שלך בחיים עכשיו. זה המסלול - הרוח - בו ד' מכווין אותך, ואם כך, אז בוודאי יש לך את הכח לעמוד בו. ואם ככה, עכשיו זה המקום ליסוד האש שלך להיכנס לתמונה, ולהתנגד לכל מה שיעמוד בדרך שלך ויגרום לך להיכשל במסלול זה.

**יעקב:** הגישה הזו נשמעת פיתרון שלם לכל בעיות החיים! אז בוא נעצור כאן, כדי שאוכל לעכל את כל זה, ונמשיך בשבוע הבא!

למשל, בוא נגיד שיום אחד הבוס מודיע לך שאתה תפוטרו. שלב ראשון זה להבין שד' סידר את המצב הזה, לא הבוס, אז אין מקום לכעוס או להאשים גורם זה או אחר. אתה צריך להסכים להבין שהיותך במצב ספציפי זה הוא חלק מהמסלול הכללי שד' תיכנן עבורך, ואתה צריך לקבל אותו בלי להילחץ.

אחרי שכבר הסכמת לקבל את המצב, השלב השני הוא לעבוד בתוך המצב לנסות להבין איך ד' רוצה שתתמודד איתו. כאן השימוש החיובי ביסוד האש יכול לעזור לך: כמובן, החיים הם הרבה יותר קשים בלי עבודה קבועה. אולם, אחרי שתבין שמה

**צב'י:** בדיוק מה שאמרנו עכשיו! המצב של האדם כלול בתוך תפקידו או לא? מי שם את האדם במצב הנוכחי שלו?

**יעקב:** ד'...

**צב'י:** בדיוק! אז כשאדם מתעצבן מהמצב שלו עצמו, זה שימוש לא נכון של יסוד האש, ממידת הכעס! כשזה מגיע למצב שלך עצמו, אתה צריך להסכים לקבל אותו, לסבול אותו, ולהאמין שזה מה שד' רוצה, ושזה לטובה. אחרי שכבר הסכמת לקבל את המצב שלך, כל מה שאתה צריך לעשות הוא להבין מה ד' רוצה ממך בתוך המצב הזה.

## סיכומים שיחת חברים

### פחד שלי

יסוד האש עובד מעצמו, מפחד שמשהו בלתי רצוי יקרה בלי קשר להתערבות הפעולות שלי בכלל. זה פחד מאי שליטה על התוצאה, ומהתוצאה שלא בידיים שלי, שאין לי שליטה עליה. זהו שימוש ביסוד האש שהוא שימוש במידת הכעס - על המצב, או על "גורמים" שונים...

### פחד חיובי

הרוח מכווין את החיים שלי במסלול מסויים ואז האש מפחד שלא אסטה ע"י בחירה שגויה מהמסלול הזה של קיום תפקידי. אני רק מפחד מהפעולות שלי ולא מתוצאות שהן לא בידיים שלי. כל מה שמעבר למיטב יכולתי, הוא רק בידיים של ד' ולא העניין שלי בכלל. לא לפעול ולא לדאוג.

## פיתרון כללי לכל בעיות החיים! כדלהלן:

- ◆ להסכים לקבל את המצב שד' הטיל עלי עם ההבנה שזה חלק מהמסלול
- ◆ שד' תיכנן עבורי - תפקידי בחיי. ואז, מתוך הכרת יסוד הרוח הזאת,
- ◆ להפעיל את יסוד האש לעזור לי להמשיך בבטחה ולהתגבר על כל קושי



# 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: "שאוּל בהיותו שונא, אמר לא בא בן ישי אל הלחם, ומחמת שנאה אינו יכול להזכיר שמו", עכ"ל.

וזהו גדר מצות מחיית עמלק, מחה 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 לשנא 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 לשנא 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.

## מדור הכרת המידות תכונות ארבעת היסודות בדברי רבותינו

מידת הקדמה: בעזרת ה' החל מהשבוע, במקום לדון במדור הזה כל שבוע על אחת מהמידות הפרטיות שבאדם, ננסה קודם לעבור על התכונות הכלליות של ארבעת היסודות שנתבאר בדברי רבותינו. ותקוותינו היא שע"י הכרת התכונות, יקל עלינו לזהות יותר בקלות מאיזה יסוד כל מידה ומידה נובעת, שהרי כל תכונה של כל יסוד היא שורש לכמה וכמה מידות.

התכונות הכלליות של ארבעת היסודות: בדברי רבותינו אפשר למצוא איך שביארו לגבי כל יסוד מארבעת היסודות כמה וכמה תכונות יסודיות. השבוע, כשלב ראשון, ננסה לסקור ארבעה תכונות יסודיות [המתחלקים לב' זוגות של תכונות הפכיות] שנאמרו על ארבעת היסודות: קר - חם, לח - יבש. ונביא מדברי רבותינו איך שחילקו את התכונות הנ"ל ע"פ ארבעת היסודות.

נתחיל עם דברי ר' סעדיה גאון (אמונות ודיעות מאמר ראשון, הדעת הששית), ששם לא מוזכרים להדיא ארבעת היסודות כשלעצמן, אלא בתור ארבעה תכונות: "שכל הגשמים מורכבים מארבעה יסודות, והם החום והקור והלחות והיובש..." [וכעין זה מצינו אצל ראשונים אחרים, אף מבין אלו שהביאו את עניין ארבעת היסודות, שחלק מהראשונים נטו יותר להתעסק בתכונות של היסודות מביסודות עצמן, ובעז"ה נביא את דבריהם להלן כל אחד במקומו].

ואלו דברי הרמב"ם (הלכות יסודי התורה פרק ד' הלכה ב'), שחילק את התכונות הנ"ל בין ארבעת היסודות: "טבע האש חם ויבש והוא קל מכולם, והרוח חם ולח, והמים קרים ולחים, והארץ יבשה וקרה והיא כבידה מכולם, והמים קלים ממנה לפיכך נמצאים למעלה על הארץ, והרוח קל מן המים לפיכך הוא מרחף על פני המים,

והאש קל מן הרוח."

מה שמתבאר מדברי הרמב"ם הוא שבחלוקה של קר - חם - לח - יבש, יש לכל יסוד ב' תכונות: אש - חם ויבש, רוח - חם ולח, מים - קר ולח, עפר - קר ויבש. [בדבריו מבואר עוד חלוקה של קל וכבד, ששם יש הדרגה: אש הקל שבכולם, למטה ממנו רוח, למטה ממנו מים, ועפר הכבד שבכולם, ובעז"ה נגיע לשם בהמשך].

והנה, כדברי הרמב"ם מצינו בזוה"ק (פרשת וארא, כד): "תא חזי, אש הוא בשמאלא לסטר צפון, דהא אש תוקפא דחמימותא ביה ויבישו דיליה תקיף, וצפון בהפוכא דיליה הוא, ואתמוזג חד בחד ואיהו חד. מים לימינא והוא לסטר דרום, וקודשא בריך הוא לחברא לון כחדא עביד מזגא דא כמזגא דא, צפון איהו קר ולח אשא חם ויבש אחלף לון לסטר דרום, דרום

ממשיך הזוה"ק להסביר איך שכל מבנה ארבעת היסודות הוא בצורה של מיזוגים וחיבורים בין היסודות, כי אש חם ויבש ומים קר ולח, וזה "מחלוקת", אבל רוח מגשר ביניהם, כי חמימותו נוטה לצד האש, ולחותו נוטה לצד המים, וככה הוא מאחד ביניהם. וכן העפר, בקרירותו הוא נוטה לצד המים, וביבישותו הוא נוטה לצד האש, והוא ג"כ מאחד ביניהם. [אלא שבדברי הזוה"ק מוגדר שפעולת יסוד העפר הוא שהוא "מקבל" מכולם, ולא כיסוד הרוח שהוא "מאחד" בין האש והמים, ובעזה"י הנקודה הזו יתבאר להלן מתוך דברי הרמ"ק.]

עוד הגדרה יסודית שלמדנו מדברי הזוה"ק הוא שאם ארבעת היסודות מקבילים לארבע רוחות העולם, אז תכונות ארבעת היסודות מקבילים ל"פינות" של דרומית מזרחית, מזרחית צפונית, צפונית מערבית, מערבית דרומית. והציור הוא ככה:

בעזה"י בשבוע הבא ננסה להמשיך ללמוד מתוך דברי רבותינו על התכונות של ארבעת היסודות, וננסה לאט לאט להתקדם לשלב שבו נוכל להכיר ולהרגיש איך התכונות האלו מתבטאים בתוך מידותינו ונפשותינו.

קר ולח דהא קרירא אתאחד בקרירא, בג"כ צפון אתאחיד במערב בסטרא דא, דרום דאיהו חם ויבש בהוא יבישותא דיליה אחיד ליבשותא דמערב בסטרא אחרא, ואתאחיד מערב בתרין סטרין, וכן אתאחיד דרום במזרח דהא חמימותא דדרום אתאחיד ביה בחמימותא דמזרח, ומזרח אתאחיד בצפון דהא לחותא דיליה אתאחיד בלחותא דצפון. השתא אשתכח דרומי"ת מזרחי"ת, מזרחי"ת צפוני"ת, צפוני"ת מערבי"ת, מערבי"ת דרומי"ת, וכלהו כלילן דא בדא לאשתלשלא חד בחד."

תורף דברי הזוה"ק הוא כך: הזוהר מתחיל בדבר הידוע שהמבנה הכללי הוא שמים לצד ימין ואש לצד שמאל, שהרי הכלל הוא שמאל דוחה וימין מקרבת. וכלפי ד' רוחות העולם, ידוע כי מזרח, מערב, דרום, וצפון, מקבילים (לפי הסדר) לפנים, אחור, ימין, ושמאל (עי' עוד ברמב"ן פרשת במדבר לענין הדגלים, שהביא כן מהמדרש רבה). ויוצא שימין מקביל לדרום ושמאל לצפון. אולם, ברוחות העולם (ביחס לארץ ישראל) ידוע כי הצפון הוא קר ולח, ולעומת כן הדרום חם ויבש. ומבאר הזוה"ק שהקב"ה רצה לאזן ולמתן את הקצוות של האש והמים, ולכן הקב"ה החליף שכל יסוד יופיע בעיקר בצד של הפכו, ככה שייצאו יותר מתונים ומזוגים. ושוב

איהו חם ויבש, מים קרים ולחים, וקודשא בריך הוא מזיג לון כחד דנפקי מיא מדרום ועאלין בגו צפון, ומצפון נגדי מיא, נפיק אשא מצפון ועאל בתוקפא דדרום ומדרום נפיק תוקפא דחמימותא לעלמא, בגין דקודשא בריך הוא אוזיף דא בדא וכל חד וחד אוזיף לחבריה מדיליה כדקא חזי ליה. כגוונא דא, רוח ומזרח בגין דיוזיף כל חד לחבריה ואתכליל דא בדא לאתחברא כחד, ת"ח אשא מסטרא דא מים מסטרא דא, ואינון מחלוקת, עאל רוח בינייהו ואחיד לתרין סטרין, הדא הוא דכתיב (בראשית א) ורוח אלהים מרחפת על פני המים, דהא אשא קאים לעילא בסטרא דא, ומים קיימי על אפי ארעא, רוחא אעיל בינייהו ואחיד לתרין סטרין ואפריש מחלוקת. עפר מיא קיימי עליה ורוחא ואשא ומקבלא מכלהו בחילא דתלתא אלין דקיימי עלה. ת"ח רוח ומזרח, מזרח חם ולח, רוח חם ולח איהו ובגיני כך אחיד לתרין סטרין דהא אש חם ויבש ומים קרים ולחים רוח איהו חם ולח סטרא דאיהו חם אחיד באשא, סטרא דאיהו לח אחיד במיא, ועל דא אסכים בינייהו ואפריש מחלוקת דאשא ומיא. עפר איהו קר ויבש ועל דא מקבל עליה כלהו וכלהו עבדי ביה עבידתייהו ומקבלא מכלהו לאפקא בחיליהון מזונא לעלמא, בגין דבמערב אתאחיד עפרא דאיהו קר ויבש וסטרא דאיהו קר אחיד בצפון דאיהו



## מדור דברי הרב [מתוך שיעור הקדמה לסדרת תיקון המידות]

הראשון שהוזכר לעיל להתרגל לקנות את המושכלות, להכיר את הכוח בשכל. עכשיו אנחנו מצרפים לזה נקודה אחת נוספת, והוא לנסות לראות, האם הוא מכיר את כח זה בתוך עצמו. בין אם הוא נפגש עם מידה טובה או עם מידה רעה, כל מה שנפגש עמו.

זה לא השלב השלישי של "מושכל מודע ומורגש ביחד", אנו מדברים על נקודה אחרת, שיהיה ברור. לראות היכן כח זה נמצא בתוכו. הוא נפגש עם המושג שנקרא זריזות, הוא מנסה להכיר היכן הזריזות נמצאת בתוכו, וכן שמחה. לאט לאט האדם מקבל מושכלות, אבל לאט לאט הוא מתחיל להתרגל ראשית שהמושכלות הם לא דברים הפורחים באוויר.

יכול להיות שהאדם למד על שמחה הרבה פעמים, ועל תיקון תאוה, ומנסה באופן כללי להתעורר לדבר, אבל מעולם הוא לא ניסה לזהות היכן הכוחות הללו נמצאים אצלו. כאן מדברים לא לקבל היקף שלם, ולא "מושכל מודע ומורגש", אלא שכל כח שנפגש איתו, הן לטוב והן לביש, בשיעור מסויים שנפשו יכולה להכיל, שינסה לראות היכן הוא מכיר את הכח הזה בנפשו.

[המשך בס"ד בשבוע הבא]

הוא היה בן עשרים, אז מגיל שמונה-תשע עד גיל עשרים עברו י"ב שנה, אז עכשיו הוא יחכה ג"כ אחד עשרה-שתים עשרה שנה עד שיכנס למהלכי העבודה? לנפש אין סבלנות לכך.

לכן, ודאי שאם היינו באים לדון לכתחילה, סדר הדברים הוא מה שנתבאר בפעם הקודמת. אבל אנו נמצאים ע"ג נייר מחוק, לא ע"ג נייר חלק מעיקרא, ולכן, עכשיו ננסה להסביר איך הדברים מתראים יותר למעשה בתוך כל המורכבות של צורת החיים שבה אנו נמצאים. אבל ודאי שסדר למקרא לכתחילה, הוא כנ"ל.

אנחנו מכוונים עכשיו כיוון, לא ניגע בנקודה הפרטית המעשית עד הסוף.

ככל שהאדם נפגש עם ענייני ידיעת כוחות הנפש - אין נפק"מ אם זה במסגרת כאן, או בזמן שלומד מוסר, או ששמע שמוע"ס פלוני, או שהתעוררה מחשבתו לחשוב לכך, או שמתוך נפשו הוא מרגיש את אותם כוחות - האדם ירגיל את עצמו, שכל פעם שהוא נפגש עם כל סוג של כח, הוא רק ינסה ראשית לראות האם הוא מכיר את הכח הזה בתוך עצמו.

כמובן, שאם הוא נפגש באותו יום עם עשר דברים הוא לא יכול להכילם. אבל כדוגמא, האדם נפגש פעם, פעמיים, שלוש פעמים בשבוע עם כוח מסויים, כל כוח שלא יהיה, אז יש את החלק

[בשיעור הראשון שהובא במדור הזה, התבאר בדברי מו"ר שיש ג' שלבים כלליים בעבודת "הכרת המידות": הכרת ה"צורתא דשמעתתא" של דקות העבודה הפנימית, לימוד כללי ופרטי הסוגיות של כוחות הנפש, והכרה פנימית בכוחות של האדם מתוך עומק הכרת עצמו. בשיעור הבא, שאנחנו מתחילים השבוע, ממשיך מו"ר להוריד את הדברים לרמה יותר מעשית.]

נתחיל עכשיו לכוון את הדברים יותר לכיוון של מעשה. בפעם הקודמת הזכרנו שיש ג' שלבים בנפש האדם, וכך הדברים היו צריכים להיראות אם הכל היה כתיקונו. כלומר, אם העולם היה כתיקונו, אז כמו שלומדים הוויות אביי ורבא בגירסא דינקותא, כך היו גם לומדים ידיעות בכוחות הנפש בגירסא דינקותא. ואז, כמו שכאשר האדם נמצא בתחילת ימיו הוא לומד הוויות אביי ורבא והוא עוד לא מכיר את השלבים הבאים, ולכן יש לו את הסבלנות לעסוק באותם שלבים, גם כן היה צריך להיבנות, באותו סדר, מהלכי העבודה.

אבל לא כך הם פני הדברים. כך חקקה חכמתו יתברך שמו, שהמעט של הבני אדם שנפגשים עם עולם כוחות הנפש הפנימיים, זה נעשה בבגרותם. וכאשר האדם נמצא בבגרותו, רוב בנ"א אין להם את הכח הנפשי לעבור את התהליך שילד בכיתה ה', ו' ז' עבר, ועכשיו הוא עושה חשבון: עד שהוא הגיע להבין בלומד'ס

# בלבניפדיה עבודת ה'

יום ג' רח' הרב בלוי 33 ירושלים 20:30

# בלבניפדיה מחשבה

יום ד' רח' קדמן 4 חולון 20:30



במקרה של הקושי שלך בנהיגה, הדבר הראשון שאתה צריך לבדוק הוא אם הקושי מגיע מעצם הנהיגה עצמה או שמא זה נגרם מגורם חיצוני (למשל אם אתה או מישהו שאתה מכיר היו פעם בתאונה, וכדו'). אם הקושי הוא בנהיגה עצמה, מסתבר שהוא מגיע מיסוד העפר. הטבע של יסוד העפר הוא לרצות להרגיש יציב ומובטח, והטבע של נהיגה בכביש, כשכל הרכבים סביבך נעים מהר ואתה צריך לעמוד בקצב איתם, יכול לגרום לאדם כזה "חששות" ו"אי-נוחות".

משהו שאולי יכול לעזור לך הוא להתמקד ביציבות ובסדר שקיימים בתוך התנועה של נהיגה עצמה. במקום להתמקד בעובדה שהכל נע, אתה יכול להתמקד באיך שכולם נעים פחות או יותר ביחד, בקצב אחיד. ההתמקדות בתחושת הסדר הזו בתוך התנועה עצמה יכולה לעזור ליסוד העפר שבך להמשיך להרגיש רגוע אפילו תוך כדי נהיגה. [אולם מאידך, אם אחד מהרכבים סוטה באופן קיצוני מהסדר, זה יכול להטריד את מנוחתך. עצה נוספת, היא להתמקד בנהיגה הזהירה שלך מבלי לתת את הדעת יותר מדאי על הנעשה מסביבך. עצם ההתמקדות יוצרת רוגע, ובמיוחד כאשר הינך מתמקד בדבר זהיר ויציב.]

**בהצלחה!**

ליסוע במהירות מופרזת - הם מודדים את המהירות שלהם ביחס לרכבים האחרים שבכביש, ו"זורמים" עם כולם. הגישה הזאת נובעת מיסוד המים, כמו הטבע של מים בנהר שכל המים זורמים ביחד.

3. יש נהגים שפשוט נהנים מעצם התנועה של נהיגה. לפעמים הם יסעו מהר ולפעמים הם יסעו לאט, אבל כל זמן שהם זזים, הם ננוחים. רואים לדוגמה, כשיש פקקים, יש נהגים מסויימים שמנסים לא לעצור בכלל. הם מעדיפים להמשיך להתקדם מאוד לאט, מלעצור ולהתניע שוב ברציפות, כי הם נהנים מהתנועה של הנהיגה, וזה מתסכל עבורם לא לנוע. זה מגיע מיסוד הרוח, שטבעו לנוע בתמידות.

4. יש נהגים שעיקר התמקדותם בנהיגה הוא לעקוף את כולם, [ופעמים אף באופן פראי, כשמדלגים מנתיב לנתיב לצורך עקיפה מהירה ומסוכנת]. הנהגים האלו מודדים את התקדמותם לא בכמה הם מתקרבים ליעדם, אלא בכמה רכבים הם השאירו מאחוריהם על הדרך. או לחילופין, הם מודדים את התקדמותם בכמות הדקות שהוריד מכשיר הניווט שלהם תוך כדי הנסיעה מזמן ההגעה המשוער הראשוני שלו. הגישה הזאת מגיעה מיסוד האש שטבעו "לכבוש" את כל מה שסביבו. [לפעמים אנשים אלו יוצאים משעת נסיעה מותשים, כי אצלם זה שעת מלחמה. אולם יש כאלה שנהנים מהמלחמה...]

עקב נסיבות חיי, אני צריך להעביר חלק לא מבוטל מהיום שלי בנהיגה. הבעיה היא שכבר מההתחלה, נהיגה הייתה קשה לי, ולמרות שכבר התרגלתי אליה, היא עדיין מעוררת בי חששות ואי נוחות. איך אפשר לטפל בבעיה זו לפי שיטת ארבעת היסודות?

## תשובה:

כדי להבין יותר טוב את שורש הקושי שלך עם נהיגה, בוא ננסה לנתח את הדרכים השונות בהן אנשים ניגשים לנהיגה מהמבט של ארבעת היסודות.

אם נשים לב, נבחין שיש באמת ארבע גישות שונות לנהיגה בין אנשים, מבוססות על ארבעת היסודות. נמחיש את זה ע"י ציור של ארבעה סוגים שונים של נהגים בכביש:

1. יש נהגים שנוסעים לאט ובהירות. לפעמים הם נוסעים הרבה יותר לאט מכולם, אבל אפילו אם לא, הם נוטים להיצמד לימין, אף פעם לא ממהרים לעקוף רכב אחר, שמים לב למהירות המותרת, תמיד משאירים רווח נכבד ביניהם לבין הרכב שלפניהם, וכו'. זה מסמל את יסוד העפר, שזו הכי לאט, ושהכי יציב ו"בטיחותי" מכל היסודות.

2. יש נהגים ש"זורמים" עם זרם התנועה. נהגים אלו לא כל כך שמים לב למהירות המותרת, אבל גם לא מתכוונים דווקא

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 למלא 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 לשורש 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 לכטא 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 לבחון, 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 והריסת 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 החוזקות שיש לו על אחרים **הערכה עצמית נמוכה** - הרגשת נחיתות שנובעת מהעמדת עצמו נגד אחרים והדגשת החולשות שלו, או מיסוד העפר (**פרטים יבואו...**) **ענוה** - 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

