

ארבע וסודות



שיחת חברים היכרות ראשונית עם ארבעת היסודות

יסוד העפר לא בהכרח קשורים לגוף בכלל...

יעקב: רגע - אבל מה עם כל השיחה שלנו שבוע שעבר על זה שיסוד העפר הוא הגשמי ביותר מכל היסודות, ולכן גורם לאדם להזדהות עם חומריות, וגורם לו להיעצב או להתעצל?

צבי: כשאנחנו אומרים שיסוד העפר של המידות שלנו יכול לגרום לאדם להזדהות עם גשמיות, כל הכוונה שלנו היא רק שבגלל שארבעת היסודות הרוחניים מקבילים לארבעת היסודות הגשמיים בהם העולם נברא, אז כתוצאה, המידות של יסוד העפר מזדהות בקלות עם הגוף הגשמי, כי שניהם מושרשים באותו יסוד, של עפר, ולכן חולקים טבע דומה. אולם האמת היא שזה רק היצר הרע שגורם למידות האלו להזדהות עם הגוף, כי באמת, המידות האלו של יסוד העפר, הם חלק חיוני של הנפש עצמה, ולא מושרשות בגוף בכלל! המידות מושרשות ביסוד העפר רוחני איתו הנפש נוצרה, ואילו הגוף נוצר מארבעה יסודות גשמיים, כמו כל העולם הגשמי.

יעקב: אז מה התכוונת כשאמרת שאפשר לראות את יסוד העפר כמדרגה הכי גבוהה, לפי

צבי: יפה מאוד, וזו התשובה הפשוטה. אולם האמת היא שהרמח"ל נותן לנו תשובה יותר עמוקה גם כן. התשובה שהרמח"ל נותן לנו היא שד' ברא את הגוף כך שהוא מושך אותנו מהרוחניות ומסתיר את נוכחות ד'. לכן, התפקיד שלנו הוא בדרך כלל להתרחק מגשמיות כמה שאפשר, ורק להשתמש בה כמה שצריכים עבור עבודת ד' עם כוונה לשם שמים. אולם, הרמח"ל מסביר, שהמטרה הסופית של כל זה היא שהגוף עצמו ייטהר, והוא עצמו יבטא את עומק החיבור שלנו עם ד'. זאת אומרת שבאיזשהו מקום, המדריגה הרוחנית הכי גבוהה היא שהקדושה תכלול גם את הגוף.

יעקב: אתה מתכוון להגיד שהיסוד העפר שבנו הוא הגוף שלנו, ושהמדריגה הכי גבוהה היא שאפילו הגוף יתחבר לרוחניות?

צבי: כן... אבל לא בדיוק. בוא אני אסביר קצת יותר: כשאנחנו מדברים עכשיו על יסוד העפר, אנחנו מדברים על יסוד העפר שבתוך המידות שלנו, בתוך הנפש שלנו. אנחנו לא באמת מדברים כאן על יסוד העפר של הגוף כנגד יסוד הרוח של הנשמה. כל מה שאנחנו מדברים עליו זה בתוך המידות והנפש עצמם. למשל, כמו שנראה עוד מעט, המידות של

רקע: בשבוע שעבר, יעקב וצבי התחילו ללמוד על יסוד העפר, ודברו על איך הוא בא לידי שימוש באופן שלילי, כגורם לאדם להזדהות עם הגשמיות...

צבי: יעקב, אתה מוכן להמשיך ללמוד על יסוד העפר?

יעקב: כן, אני דווקא מאוד מסוקרן לשמוע איך יסוד העפר, שנראה הכי גשמי מכל היסודות, יכול לבוא לידי שימוש בדרך טובה וטהורה לגמרי...

צבי: לא רק שיסוד העפר יכול לבוא לידי שימוש בדרך טובה, אבל באופן מסוים, יסוד העפר הוא דווקא יותר גבוה משאר היסודות.

יעקב: איך?

צבי: אז אם אתה זוכר, דיברנו שבוע שעבר על השאלה למה האדם נברא משני חלקים נפרדים, הגוף והנשמה, בשונה מכל שאר הבריות שנבראו רק כחלק אחד.

יעקב: בטח. ואמרנו שהסיבה היא כדי שתהיה לו בחירה אם ילך אחרי גופו או אחרי נשמתו...

דברי הרמח"ל שאומר שהתכלית של עבודת ד' היא להוריד את הרוחניות לגוף ולעולם הגשמי?

צבי: התכוונתי ככה: כשזה מגיע למידות של יסוד העפר, היצר הרע מנסה להשתמש בהם לגרום לנו להזדהות עם הגוף והעולם הגשמי, כמו שהסברנו. אולם הדרך האמיתית להביא אותם לידי שימוש היא בדיוק ההיפך. המידות האלו הן בדיוק הכלים של הנשמה, בהן היא אמורה להתחבר לגוף שלנו ולמסור לו את רוחניותה, וכך לטהר את הגוף שהוא לא יתנגד לרוחניות!

המידות של יסוד העפר הן דוגמת מתווך בין הנשמה והגוף. הנשמה עצמה היא רוחנית, ואילו הגוף הוא גשמי. איך מורידים את הרוחניות לגוף? זה התפקיד של המידות של יסוד העפר, כמו שנראה בעזרת ד'.

ממילא, אם המטרה של כל העבודה שלנו היא לטהר את הגוף ואת העולם הגשמי ולהביאם לרוחניות, אז המידות של יסוד העפר, שהן הכלים שבאמת משיגים ומגשימים את המטרה הזאת, יכולות להיחשב כמדריגה הכי גבוהה בתוכנו. כל שאר המידות הן יותר כמו "הכשר מצוה", ואילו המידות של יסוד העפר משיגים בפועל את המטרה.

יעקב: אבל יש לי שאלה: המדריגה הזאת שאתה מתאר, שהגוף לא מתנגד לרוחניות, נשמעת כמדריגה מאוד גבוהה! אולי משה רבינו הגיע למדריגה הזאת כש"קרן אור פניו", אבל חוץ מזה, נראה לי שרק נשיג אותה אחרי תחיית המתים... לכאורה, כל עוד שאנחנו בעולם הזה, הגוף מתנגד לנשמה, והתפקיד שלנו הוא לבחור ביניהם נכון, כמו שאמרת שבוע שעבר!

צבי: אתה מדבר על השגת המדריגה המושלמת, כשהגוף לא מתנגד לנשמה בכלל. אז אתה צודק - בגלל חטא אדם הראשון, כבר לא נגיע למדריגה הזאת עד תחיית המתים. אבל זה לא אומר שעד אז

מקורות ומקבילות שיחת חברים

תכלית העבודה הוא לטהר ולקדש את הגוף - דעת תבונות ח"א אות סט ואילך, קונטרס האדם ביקר [הרב וולבה] [בעקבות תורתו] אות ו-ז. הנפש נוצרה מארבעה יסודות רוחניים והגוף מארבעה יסודות גשמיים - שערי קדושה ח"א פ"א. יסוד העפר שבאדם כמתווך בין הנשמה והגוף - האדם ביקר שם. אחר חטא אדה"ר א"א לנו לטהר את הגוף לגמרי - דעת תבונות אות פו, דרך השם ח"א פ"ג אות ט'. הקושי להגשים את הרצון הוא כי א"א לעשות הכל בבת אחת - מורה נבוכים, ח"א, פרק לד. ביאור יסוד העפר - דע את נפשך פ"ה.

הגוף חייב להישאר ההיפך המוחלט של כל רוחניות! האמת היא שכל החיים שלנו, חוץ מלגדול בהשגת עוד רוחניות, אנחנו גם חייבים לטהר ולתקן את הגוף שלנו יותר ויותר באופן תמידי. זה משהו שאנחנו בטח מסוגלים לעשות - זו אחת מהעבודות העיקריות שלנו! רק שאפילו עם כל העבודה שלנו, אנחנו לא יכולים להשיג מושלמות, את התיקון השלם. ולכן תמיד תישאר רמה מסויימת של התנגדות של הגוף לרוחניות, וזה תיפתר רק בתחיית המתים.

יעקב: אני שומע... אז אולי אתה יכול להסביר מה כל זה אומר במילים פשוטות? מה הכוונה של "לטהר את הגוף" ש"מבטא עומק החיבור שלנו עם ד"? ואיך נכנסות לכאן המידות של יסוד העפר?

צבי: נו, זה בדיוק הנושא שהיינו אמורים ללמוד היום, אז בוא נתחיל: מה הביטוי החיובי של יסוד העפר בתוכינו?

בוא נוציא את הציור שהשתמשנו בו כבר כמה פעמים כדי להמחיש את היחס בין ארבעת היסודות. הנה:

יעקב: העיקר שרואים כאן בציור הוא שיסוד העפר הוא במדריגה שונה לגמרי מהיסודות של מים ואש...

צבי: בדיוק. כמו שיסוד הרוח היה מעל המים והאש וסיפק את הכח הכללי שהניע את התנועות של גם המים וגם האש, זה נכון בכיוון השני לגבי יסוד העפר. הוא ברמה יותר נמוכה, מתחת ליסודות של מים ואש. והנה המפתח: התפקיד של יסוד העפר הוא לבצע בפועל את הרצונות של גם יסוד המים וגם יסוד האש.

יעקב: מה הכוונה בדיוק של "לבצע בפועל"?

צבי: אנסה להסביר. בוא ניקח דוגמה פשוטה של אדם שלא ברמה רוחנית גבוהה בכלל. שאיפתו בחיים היא להתעשר, והוא משקיע את כל החיים שלו בשאיפה הזאת. איך עובד התהליך הזה של הגשמת שאיפתו?

זה עובד ככה: ראשונה, יסוד הרוח שבתוכו נותן לו תחושה שהחיים הם לא בשביל לשבת רגל על רגל בלי לעשות כלום, והוא מרגיש דחף פנימי לקום ולעשות משהו עם עצמו. כשהוא מתחיל בדרכו לראות מה לעשות עם החיים שלו, הוא מונע בעיקר על ידי יסודות המים והאש שלו. התאוות של יסוד המים גורמות לו לרצות כל מיני

רצון גדול, ומתרגמים אותו לשלבים קטנים ורגועים. זה התפקיד של המידות של יסוד העפר.

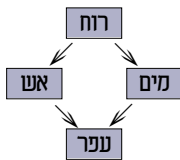
סיכומים שיחת חברים

אין המידות של יסוד העפר הנפשי הן הגשר המתווך בין הגוף והנשמה כי הן דומות בתכונותיהן לגוף שמשתייך ליסוד העפר הגשמי.

כתוצאה מההזדהות הקרובה שלהן עם הגוף:

מצד הטוב: הן הצינור שמעביר את הרוחניות לגוף ומטהר ומתקן אותו. **ומצד הרע:** היצה"ר מפתה אותן להזדהות עם הגוף ולהימשך למטה.

הרוח מניע, המים והאש מכוונים, והעפר מבצע!



שאלה: מה מיוחד ביסוד העפר שנותן לו את היכולת לבצע?
תשובה: הכח להגביל ולצמצם שאיפה גדולה למשימות קטנות ופרטיות ברות-ביצוע.

יעקב: וואו, נפלא! נראה לי שהבנתי את הרעיון בגדול, אז אולי נפסיק כאן, ונסיים...?...

צבי: בעזה"י... אני כבר מחכה!



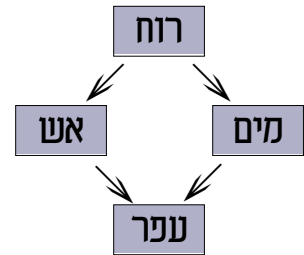
שאנחנו לומדים מארבעת היסודות - שאפילו אחרי שכבר רצית לעשות משהו - לעשות אותו בפועל זה שלב בפני עצמו!

הסיבה השורשית לזה היא כי אדם לא יכול להגשים את כל הרצון שלו בבת אחת. אם אדם היה יכול, תוך שנייה, להגשים את כל רצונותיו, לא היו לו שום קשיים בביצוע. הבעיה היא שזה לא עובד ככה. בוא ניקח את החבר שלנו שרצה להתעשר. אם כל מה שזה היה דורש היה לקנות כרטיס הפיס הזוכה, לא הייתה לו שום בעיה בלעשות את זה. אבל בחיים האמיתיים, כדי להגשים את חלומותיו, הוא היה צריך לבנות את העסק שלו לאט, לאט, לאט. הוא הלך שלב אחר שלב, התחיל מאוד קטן, ואז העסק נבנה והתפתח, צעד קטן אחר צעד קטן. ולאורך כל הדרך, היו נסיגות, והוא היה צריך להיות נחוש ולהמשיך קדימה. מה נותן לאדם את היכולת להגביל את כל השאיפות שלו ולתרגם אותם מחלומות גדולים מופשטים, לפעולות יומיומיות קטנות? זה הסוד של יסוד העפר.

יעקב: אז כנראה שזה נקרא יסוד העפר כי הוא מבט פרקטי "עם שתי רגליים על האדמה" - וככה הוא הופך חלומות מופשטים למציאות ממשית.

צבי: נכון, בטח. אבל עמוק יותר, הדבר העיקרי שעושה יסוד האש הוא שהוא מגביל את העוצמה של היסודות האחרים ומייצב את השאיפות שלהם כדי שיוכלו להתגשם. כמו שראינו בדוגמה של להתעשר, כדי שאדם יצליח בהגשמת שאיפותיו, הוא צריך להפעיל מערכת פרקטית ויסודית, שלב אחר שלב. חוץ מהמוטיבציה, זה דורש כמויות של מידות הסבלנות, העקביות, הנאמנות, הסדר, ותשומת הלב לפרטים הקטנים. לכל המידות האלו יש מכנה משותף: שהם מגבילים את הרוח - את כמות התנועה - של

דברים שאפשר לרכוש רק על ידי כסף, ומידת



גאווה של יסוד האש גורמת לו לרצות לעלות על כל הסובבים אותו ושלא יהיה לו פחות ממה שיש להם. אבל אחרי כל זה, הרצונות של האדם עדיין מרחפים באוויר. זה שהאדם רוצה להתעשר לא אומר שהוא מוכן באמת לצאת ולעשות מה שזה לוקח על פי דרך הטבע להתעשר. מה חסר לו?

יעקב: לכאורה מה שחסר לו זה שיתכן שהוא יתעצל ופשוט לא יעשה את מה שהוא רוצה לעשות...

צבי: יפה מאוד - זה צד אחד של המטבע של יסוד העפר, כשיש לך את כל היסודות האחרים במקומם, אבל דברים נתקעים כשזה מגיע לשלב של יסוד העפר. אבל עכשיו אנחנו מדברים על הצד החיובי של יסוד העפר, שקיים בדיוק לטפל בבעיה ההיא. כל הרעיון של השימוש החיובי ביסוד העפר הוא להבין איך להגשים בפועל את הרצונות שלך.

יעקב: אבל למה צריכים יסוד חדש בפני עצמו לעשות למעשה את מה שאתה רוצה לעשות? אם אתה כל כך רוצה לעשות אותו, אז מה מעכב אותך?

צבי: שאלה מצויינת! הנה יסוד גדול

ארבעת היסודות - יסוד האש - תיקון כח השנאה

מים שבאש שבאש

הקנאה, והשנאה שהוזכר למעלה וישנאו אותו, היתה מפני קנאת האהבה, כמ"ש ויראו אחיו כי אותו אהב אביהם מכל אחיו וישנאו אותו, עכ"ל.

התיקון יש אהבת הדומה ויש אהבת השונה. כאשר כל אהבתו היא אהבת הדומה, אזי קרוב לשנא את השונה, כי הוא הפכו, אולם אם מרגיל את הנפש לאהוב הן את הדומה והן את השונה, אזי רחוק יותר מלשנא את הפכו. כי זהו אהבה שלימה, אהבת הדומה ואהבת השונה יחדיו (א"כ יש מצוה לשנא).

והבן מאד, שכמו שיש אהבת הדומה ואהבת השונה, כן יש שנאת הדומה ושנאת השונה. שנאת הדומה - בבחינת "אומן שונא את בני אומנתו", כי יש ביניהם תחרות המביאה לידי שנאה, כמו שנתבאר לעיל. וכמו כן יש שנאת השונה, שנאה מלשון שנים, וככל ששונה ממנו יותר, כן הם נחשבים יותר ויותר כשנים, וכך תגדל שנאתו.

שיסכים להיות שני לבורא, כן יסכים להיות שני לזולתו.

הקלקול מים-אהבה, אש-שנאה. וככל שאוהב דבר, כן ישנא את הפכו. וככל שתגבר אהבתו לנאהב, כן יגדל שנאתו להיפכו. ולפיכך, ככל שיגדל שנאתו להפכו, כן תגדל אהבתו לאהובו. וזו היא שנאה שהיא תולדת האהבה.

וכתיב (עמוס ה) "שנאו רע ואהבו טוב". ולמדונו רבותינו, שככל ששונא את הרע יותר, כן תגדל אהבתו לטוב יותר, וככל שאוהב את הטוב יותר, כן תגדל שנאתו לרע יותר. וכמו כן, ככל שתגדל אהבתו להקב"ה, כן ישנא את הרע יותר. וזש"כ "משנאיך ה' אשנא וגו', תכלית שנאה שנאתים", כי כיון שאהבתו להקב"ה היתה תכלית האהבה, לכן אף שנאתו לשונאי ה' היתה תכלית השנאה.

ופעמים אהבה לאחד מוליד שנאה אצל האחר, כמ"ש (בראשית לז, ג) וישראל אהב את יוסף מכל בניו וגו' ויראו אחיו כי אותו אהב אביהם מכל אחיו וישנאו אותו. וביאר ברבינו בחיי (שם יא) וז"ל: "ויקנאו בו אחיו - בידוע כי השנאה ברוב תבוא מצד

מדור הכרת המידות תכונות ארבעת היסודות בדברי רבותינו [3]

הקבלת ארבע התכונות לארבעת היסודות אחד לאחד: והנה, על אף שמבואר ברמב"ם שלכל יסוד מארבעת היסודות יש שתי תכונות, והבאנו שכן נמצא כבר בזוה"ק, מ"מ מבואר להדיא בדברי רבותינו שלכל יסוד יש תכונה אחת עיקרית, כך שארבע התכונות

ויסוד הרוח מצרף את שניהם, וליסוד העפר חסר את שניהם. אולם, הבאנו שברמב"ם מבואר שיש באמת ארבע תכונות נפרדות, ואין הקור רק העדר החום ולא היובש רק העדר הלחות, וא"כ שוב צ"ב פשר הדבר שלכל יסוד יש ב' תכונות שונות, ומהי התכונה השורשית של כל יסוד. [

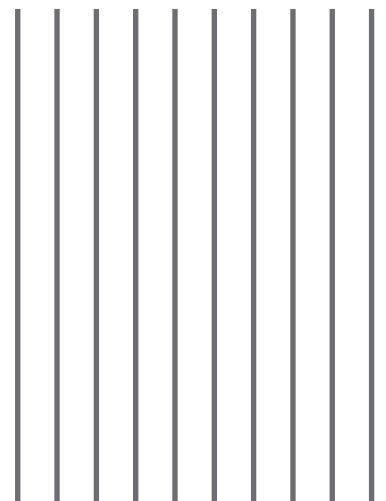
הקדמה: בשבוע שעבר המשכנו ללמוד את דברי רבותינו על התכונות קר - חם - לח - יבש של ארבעת היסודות, ועמדנו על כך שבפשוטו יש לכל יסוד ב' תכונות, וצריכים לגלות מהי התכונה השורשית של כל אחד מהיסודות. [ובהתחלה הבאנו שיטת הרמ"ק שיש בעצם רק ב' תכונות של קר וחם,

מושכל ראשון:



תכונות היסודות

[ע"פ הרמב"ם והזוה"ק]:



מקבילות לארבעת היסודות אחת לאחת. אך, הסדר הזה מביא אותנו לפום ריהטא לחלוקה הנראית קצת קשה ותמוה, ולכן ננסה בעזוה"י לברר אותה לאט לאט.

ונתחיל עם הקושי: הרי, אם ברצוננו לחלק את ארבעת התכונות של קר - חם - לח - יבש מול ארבעת היסודות, ישנם רק שני אפשרויות, ששניהם מתנגדים לכאורה למושכל הראשון, וכמבואר בטבלה שלפנינו, עם הסבר מפורט למטה:

ונסביר את נקודת הקושי: המושכל ראשון טוענת, לכאורה, כי שיא הלחות נמצא ביסוד המים, ושיא החום ביסוד האש. אך, מההתבוננות בטבלה הנ"ל עולה ברור שא"א להקביל ככה את התכונות ליסודות, כי א"כ לא נשאר לרוח, שלדברי הרמב"ם והזוה"ק הוא חם ולח, שום תכונה! [וכן נשאר לעפר שני תכונות, קר ויבש].

[והנה, האמת הוא שישנם הגורסים בדברי הזוה"ק (שמות כד.) שגם הרוח קר ויבש כמו העפר, ולדידהו אין שום יסוד חם ולח, ואצלינו בזה"ק מובאים שני הגירסאות. והנה, הרמ"ק בפרדס רימונים דוחה את הגירסא הזו, אולם בלשם (ביאורים, שער טנת"א, פ"ו, אות יח, סימן א') מקיים את הגירסא הזו. ולדידהו, י"ל שהקור ברוח, היובש בעפר, החום באש, והליחות במים, והכל א"ש, וכן מובא בספר אוהב ישראל (פרשת ויצא), שהקור ברוח ומשם מידת העצלות. ושורש הדברים, כי במציאות אכן ידוע כי הרוח מקרר את האדם, וכן הוא מייבש אותו, וכמו שטען הלשם (שם), וז"ל, "וכן יסוד הרוח

שהוא קר ויבש, וכמו שאנו רואין בחוש שהרוח הוא מקרר ומייבש". אולם, שורש תנועת הרוח הוא מהחום והלחות שבאוויר המתפשטים, וזה מה שגורם לכל תנועת הרוח, ולכן שיטת רוב רבותינו הוא כמו שהוכיח הרמ"ק שהרוח חם ולח, וכמו שיתבאר מדברי התיקוני זוהר להלן.]

הנקודה הזו היא פתח להבנה יותר עמוקה בתכונות היסודות, וננסה להציע את המקורות ולהסביר אותם לאט לאט.

והנה, אלו הם דברי התיקוני זוהר (דף קכד.): "הדא הוא דכתיב 'כה אמר ה' מארבע רוחות באי הרוח', מסטרא דאוויר קדמאה... (יסוד הרוח) איהו לח, מסטרא דחכמה (יסוד המים) איהו קר, מסטרא דאימא (יסוד האש) איהו בחמימו סגי... ומסטרא דשכינתא תתאה (יסוד העפר) איהו יבש, דאיהו ארץ דאתמר בה ויקרא אלהים ליבשה ארץ..."

מבואר להדיא מדברי התיקוני זוהר כאפשרות א' שהבאנו בטבלה למעלה, שסדר הקבלת התכונות הוא שהלחות מקבילה ליסוד הרוח, וליסוד המים מקביל הקור.

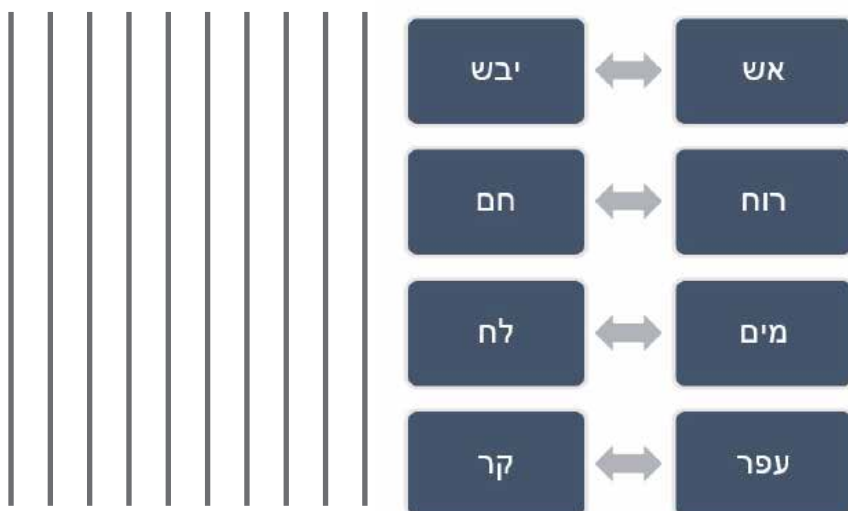
וביאר שם הגר"א, וז"ל: "מפרש ארבע איכויות, לח ויבש קר וחם, מסטרא דאמצעיתא (רוח) לח, וימינא (מים) קר, ושמאלא (אש) חם, וארץ (עפר)

יבש... והם ד' יסודות, אע"ג דבכל אחד ב' איכויות, מכל מקום אלו הם עיקרים ופועלים יותר. דאוויר רכותו נרגש, שהוא ספוגי והכל נכנסין בו, לח מאד יותר מהמים, אין ספוגי כמוהו. וארץ יבש מאד, שאין דבר בעולם נכנס בו בלא חפירה, והוא יבש מכל, אבל איכויות הקר והחם אינם נרגשים כל כך. והאש נרגש חמימותו יותר מיבשותו, שהוא שורף למרחוק. וכן המים מקררין למרחוק מאד, שכל הקרירות שלנו הכל מהמים שבימים והכפור שנוולד מהאדים שבימים."

הרי שהגר"א מבאר בדברים ברורות, שכל יסוד יש לו ב' איכויות - תכונות, אבל אחד מהם היא התכונה העיקרית, וזה בסדר הנ"ל של חום - אש, לח - רוח, קור - מים, ויבש - עפר.

[מאידיך גיסא, לכאורה מצינו בדברי הגר"א במקום אחר שתכונת הלחות יותר עצמי למים מתכונת הקור, וז"ל באדרת אליהו (בראשית א, א), "כמו שראינו בחומר המים אשר נמצא לו ב' תכונות שונות, קר ולח, ולא ידענו איזה מהם עצם ואיזה מהם מקרה, אפס נשכילם כאשר יתפשרו המים, אז הקרירות הולך ממנו ורק הלחות לבדו קיים, מזה נדע שהלחות עצם לו ולא הקרירות". אך, בעזוה"י יתבאר בהמשך שיש הבדל בין תכונת ה"לחות" ותכונת

אפשרות ב':



אפשרות א':



מדור דברי הרב [מתוך שיעור הקדמה לסדרת תיקון המידות]

להיכנס לעומק דקדוק הסוגיא, כיון שהוא רק מתחיל לסדר את נפשו. לא צריך כל יום לשבת על זה שעה או שתיים. הפוך, זה נעשה בהדרגה איטית, ולכן זה בא באופן יותר רגוע ושלי, ומבורר.

כאשר נעשה לו סדר של כל כוחות נפשו הטובים שהוא מכיר כרגע, וכוחות נפשו השלילים שמכיר כרגע, אז הוא עובד בחודשים הקרובים לנסות לעשות סדר בכוחות הנפש, מה הם הכוחות הטובים החזקים, ומה הכוחות השלילים החזקים. העבודה של הסדר הזו, זו לא עבודה של סדר של דיני קדימה של צדקה, על דרך הדקדוק עד הנקודה האחרונה, מה הראשון מה שני ומה שלישי. בכדי להגיע למסקנות אמיתיים מה ראשון שני ושלישי זה עמוק, עמוק, עמוק. אבל זה יוצר עוד בהירות ועוד בהירות בנפשו.

[המשך בס"ד בשבוע הבא]

האדם היה רואה את עצמו רק במראה, אבל כאשר האדם עובד באופן הזה, הוא מתחיל לראות את עצמו מתוכו, מתוך עצמו. זה אופן של הסתכלות חדש, שנקנה לאט לאט, בהדרגה.

ככל שמתרחק הזמן והוא מתחיל לראות שמצב נפשו הולך ונעשה יותר בהיר, כאן מגיעה נקודה נוספת. השלב הבא, הוא שהאדם מתחיל לסדר את כל המעלות ואת כל החסרונות שהוא מכיר בנפשו.

מי שחושב שלוקח שעה או שתיים לרשום את כל המעלות והחסרונות, זה קפיצת הדרך. זה צריך לקחת לפחות חודש-חודשיים שכל פעם שמתעורר בנפשו איזה נקודה הוא רושם אותה. זה לא שכל בלבד. כיוון שהוא עבר את התהליך הקודם שהוא נפגש עם דברים ומתחיל להכירם בתוך עצמו, אז הוא עושה רשימה. רשימה זו אינה כ"כ קלה עד הסוף, כי לפעמים יש דבר שמצד אחד הוא מעלה ומהצד השני הוא חיסרון, אבל לא צריך

[התבאר בדברי מו"ר שבוע שעבר שלמתחילים את לימוד כוחות הנפש בבגרותם, אפשר לצרף לשלב של הכרת ה"צורתא דשמעתתא" גם עוד חלקים מתוך שאר חלקי העבודה. עד עכשיו התבאר שכל פעם שאדם לומד על כוח מכוחות הנפש, יש לו לשאול את עצמו האם והיכן הוא מכיר את אותו הכוח בנפשו שלו. ההרגל הזה משנה את כל פני הלימוד מלימוד מושכלות מופשטות, ללימוד מושגי נפש פנימיים.]

אחרי שהוא רואה שזה הפך להיות טבעי אצלו, זה לא שהוא הגיע לעומק חקר נפשו. מי שחושב שהגיע לעומק חקר נפשו, סימן שהוא לא מכיר את נפשו כלל! כל פעם מגלים עוד עומק ועוד עומק, עוד כח ועוד כח, עוד דקות ועוד דקות. אבל הוא מתחיל לראות שהמבט שלו השתנה, והוא מתחיל לראות בעצמו דברים שהוא לא הכיר. כל פעם שהוא נפגש עם משהו הוא מתחיל לראותו לא רק מבחוץ אלא מתוכו. הוא עובר תהליך של התראות פנימית של האדם אל עצמו. פעם



4

גיליונות שבועיים תובנות מעוררות מדי שבוע



בלבבי ארבע יסודות מודפס

חדש

ה', אהבת תורה, ואהבת ישראל, כך יהיה פחות "חלל ריק" עבור הנסיונות האלו להיכנס.

ד. יסוד האש - יסוד האש נותן לאדם כח של מסירות נפש - להתגבר ולהילחם מול היצה"ר ראש בראש לא לעשות משהו לא נכון. לפעמים זה יכול להיות מלחמה קשה, אבל אם האדם מזכיר לעצמו שה' שם אותו במצבו ומביט על מעשיו, ושה' מאמין בו ויעזור לו לנצח אם הוא רק יעשה כמיטב יכולתו, אז הוא יוכל להעיר את הכח הפנימי שלו של מסי"נ למען ה', ובעזרת ה' הוא יוכל להתגבר. במצבים כאלו, חשוב לזכור כי כל רגע במלחמה הוא מלחמה בפני עצמה, ואין לך להתייחס בגלל שנדמה לך שבסוף תיכנע אחרי כמה רגעים. תוכל להתגבר לשתי שניות? אז עכשיו, תלחם לשתי שניות אלו, ותראה לה' את המסירות נפש שלך שאליו הוא מצפה, ותשכח ממה שיהיה אחרי. בדרך כלל, עיקר התוקף של מלחמת היצר הוא רק עבור כמה שניות. ברגע שתוכל להעיר את המסירות נפש שלך ולהשתמש מאחיזת היצר עליך משך אותם כמה רגעים, כבר עשית את רוב העבודה.

אין ספק שהנסיונות הקשים שאנחנו מתמודדים איתם בדורינו הם חלק מחבלי משיח. כנראה שבכדי שנוכל לזכות לקבל פני משיח, הקב"ה הביא אותנו למצב שכל יהודי שרוצה להישאר נאמן אליו חייב לפעמים לגלות מסירות נפש למענו ית'. בוא נתחזק לעמוד איתן מול הקשיים המזדמנים אלינו, ונתפלל לה' שבאמת נצליח!

ברמה יותר עמוקה, יש עוד תכונה של יסוד העפר שיכולה לעזור לאדם גם כשהוא כבר בתוך מצב נסיון, והיא כוח הריכוז. כמו שאפשר לתקוע יתד באדמה והוא יישאר תקוע במקומו, על דרך זה, אפשר להתרגל להשתמש במידת הריכוז של יסוד העפר למקד את עיניך בנקודה מסויימת בסביבה, ולהשאיר אותן תקועות שם אפילו כאשר משהו אחר כבר היה מושך את תשומת לבך וגורם לך להסתכל. זהו הרגל ומידה שאדם יכול לקנות, שיכול לעזור לו הרבה מאוד בשמירת העיניים - להתאמן ביכולת למקד את מבטך על משהו ולא להזיז את עיניך משם עד שיעבור פרק זמן.

ב. יסוד הרוח - אחת מהדרכים העיקריות להתגבר על הנסיונות של שמירת העיניים, היא ע"י הנסיון להעסיק את הראש, ואת האדם בכלל, בתנועה אחרת חיובית. הכי טוב זה להיות עסוק עם מחשבות של תורה, כמו שכתב הרמב"ם שאין מחשבת עריות מתגברת אלא בלב הפנוי מן החכמה. אבל אפילו אם זה לא תורה, השלב הראשון הוא שלא תהיה משועמם. תמצא משהו חיובי להעסיק את עצמך בו! הדבר הכי מסוכן כשאדם עומד מול נסיונות כאלו הוא שהוא יהיה משועמם, כי הבטלה מביאה לידי זימה.

ג. יסוד המים - יסוד המים יכול לייצר באדם או תאוה אנוכית, או אהבה אמיתית וקשרים עם אחרים. ביחס לנידון שלנו, זוהי עוד דרך להחליש את נסיונות התאוה. ככל שהאדם מרגיש "מלא" יותר בקשרים אמיתיים, החל מאהבת עצמו - להרגיש סיפוק אמיתי מכוחותיו והצלחותיו - וכלה באהבת

כשאנחנו מגיעים לימי הקיץ, שמביאים איתם נסיונות קשים בשמירת העיניים. איך אוכל להשתמש במבט של ארבעת היסודות לעזור לי להתגבר על הנסיונות האלו?

תשובה: לצערינו, העמידה בנסיונות האלו היא עבודה גדולה היום לא רק בימות הקיץ. בכלל, מאז שביטלו אנשי כנסת הגדולה את היצה"ר לע"ז, המקום הכי גדול של מלחמת היצר תמיד היה בענייני קדושה. הברייתא המפורסמת של ר' פנחס בן יאיר, שעליו מבוסס המסילת ישרים, פותחת בציטוט של המילים של הפסוק המזהיר לשמור את עצמינו ממחשבות אסורות. אז הברייתא ממשיכה, שבכדי ללחום בנסיון הזה, ר' פנחס בן יאיר חידש את כל המהלך שלו בעבודת השם להגיע עד כדי קדושה, שאז האדם ניצול לגמרי מהנסיונות האלו. אך עד אז, אנחנו חייבים תמיד לעבוד להגיע יותר ויותר קרוב לקדושה, ואם זאת, בוודאי שאנחנו צריכים לחפש עיצות איך למזער ולהתגבר על הקשיים האלו.

על פי ארבעת היסודות, נוכל לתת ארבע עצות כלליות:

א. יסוד העפר - ברמה הכי פשוטה, אחת מהתכונות של יסוד העפר היא הכוח להעמיד גבולות. בדומה לחול שמשמש כגבול למי הים, כך יסוד העפר שבאדם יכול להעמיד גבולות לתאוותיו שמיסוד המים. הגבול הזה צריך האדם להפעיל כבר לפני שהוא במצב נסיון, והאדם חייב לטכס עיצה איך להעמיד את הגבולות הנכונים כדי שהוא לא יבוא למצב נסיון.

בלבניפדיה עבודת ה' יום ג' רח' הרב בלוי 33 ירושלים 20:30

בלבניפדיה מחשבה יום ד' רח' קדמן 4 חולון 20:30



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: לכונן 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 נהנה כשמנדנדים אותו בלי מטרה כלשהי. ◆ בחירה חופשית מול רצונות מולדים: המסקנה - הבחירה היא איך לכונן את הרצונות האלו. אבל אי אפשר ליצור רצונות חדשים או להיפטר מרצונות שנמצאים, אפשר רק לכוך 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 מסויים. **הנפ"מ למעשה:** ייתכן שפעולה בעייתית מסויימת נובעת מצורך פשוט לתנועה ולא מצורך כ"כ קשור לצורה בה היא מתבטאת.

לדוגמה - אכילת יתר יכולה לנבוע משיעמום (צורך לתנועה) ולא דווקא מתאווה (רצון להנאה). **הפיתרון** יהיה בהתאם לשרש הבעיה - ניתוב לתנועה חיובית נצרכת. חלוקת 4 היסודות לזוגות של הפכים: **רוח** (הנע) כנגד עפר (הנח) כנגד אש (הסבר בהמשך) נ.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 והתאווה. ◆ האהבה - חיבור אמיתי עם מערכת יחסים שלימה כשההנאה היא רק חלק מהתמונה, והיא כלי לחיבור, ולא הנאה לשם הנאה. התאווה - 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 החיצוני וברובד הפנימי. **ברובד החיצוני:** 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 לשלושה: (א) אהבת עצמו (ב) אהבת המשפחה וחברים קרובים (ג) אהבת 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 התאווה 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, אנו 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 והריתת 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'

גאווה - 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...**) **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 משפיעים על האופי שלו. **יסוד האש -** הביטוי השלילי שלו מתחלק לשתי מידות עיקריות: **כעס -** התנגדות לסביבה, לא יכול לבוא לידי שימוש שלא לשמה **גאווה -** 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

סיכומים שיחת חברים יא'

פחד חיובי ◆ **פחד שלילי** ◆ 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 שלא יבוא בדרכי לקראת היעד שלי!

סיכומים שיחת חברים יב'

אין יסוד שהוא בעצם טוב או רע. לכל יסוד יש ביטויים חיוביים וביטויים שליליים. **ביסוד הרוח -** צד הטוב - דחף לתנועה משמעותית - צד השלילי - דחף לתנועה סתמית, בלי משמעות, כמו שיחה בטלה **ביסוד העפר -** הצד הטוב (**נשלים בעזרה שית"ת שבוע הבא**) - הצד השלילי - הזדהות עם הגוף והחומריות. מתבטא בעיקר על ידי עצלות, עצבות, כבידות, ושפלות **מידת התאווה -** עיקרה חיפוש תענוג מיסוד המים. כשמחפשת דווקא תענוג חומרי, זה בצירוף יסוד העפר.