

תוכן עניינים

מבוא	א
פרק א	השורש הפנימי ליצירת שינוי בחיים..... ד
	תורת המידות - איברים נפרדים רפואה כוללנית מול רפואה מקומית השינוי מתחיל מהשורש... מידה אחת טובה ומידה אחת רעה השורש הפנימי של הרע אני כבר לא אשתנה!
פרק ב	היסוד הנפשי להתקדמות בעבודת ה'..... ט
	תורת המידות המידה הטובה חיים רוחניים לעומת חיים גשמיים החלטה אישית ומהותית הסוד להתקדמות בעבודת ה' המלחמה תשוקה לעולם נצחי
פרק ג	חשיבות הכרת המבנה הנפשי של האדם..... יד
	המידה הטובה והמידה הרעה אנשים שונים. נטיות שונות. התקדמות שונה חשיבות הכרת מבנה כוחות הנפש חלוקת העבודה לפי כוחות הנפש - קביעת דרגת האדם השלכות המידה הרעה
פרק ד	החלק האישי והמיוחד לכל אדם בעבודת ה'..... יח
	עבודת המידות ייחודית לכל אדם אין דעתם דומה. אין פרצופיהם דומים. הצורך בשינויים בין בני אדם - השלמת כלל ישראל דמותו של מנהיג - מי שיודע לסבול את כל הדעות עבודת האדם במידותיו שלו בשבילי נברא העולם לעולם לא יהיו שני אנשים שווים קנאת סופרים תרבה חכמה
פרק ה	השורשים הגופניים (הטבעיים) של כוחות הנפש..... כג
	האדם יחידי וייחודי טבע מולד ו'בחירה חופשית' חומרת מידות מקולקלות על פני עבודה זרה המידות עושות רושם בגוף השפעת הגוף על כוחות הנפש - וכוחות הנפש על כוחות הגוף כח התורשה בכוחות הנפש תיקון המידות ע"י שינוי כוחות הגוף
פרק ו	השפעת המזל על הנפש ויכולת הבחירה..... כח
	הכוחות הטבעיים המשפיעים על המידות חנוך לנער על פי דרכו השפעת המזלות על כוחות הנפש הבחירה והמזלות סיפוק תכונות הנפש גם כי יזקין לא יסור ממנה
פרק ז	הדרך אל המידה הטובה..... לג
	פתחה עבודה מעשית - עבודה פרטנית התועלת הכללית בעבודה על מידה פרטית הדרך הישרה שחיפשו התנאים לעבודת ה' אין אמת אחת דרכי עבודה ודרכי לימוד הכר את עצמך - מצא את דרךך
פרק ח	הקשר בין מידות לקיום מצוות..... לט
	פתחה שלימות ביראת שמים ללא תיקון המידות - היתכן? המפגש בין מידות מקולקלות ליראת ה' אדם לעמל יולד כוחות רדומים באדם שלא עמדו בניסיון החיסון הרוחני - התמודדות מול קשיים

פרק ט עבודת המידות בשמירת ההלכה מז

פתיחה | מידות ובין אדם למקום - נפגשים | ניסיון במידות 'מעשה שטן' | מפגש בין איסור שבת לתאוות 'כבוד' | שיטת החזו"א: עבודת המידות ע"י דקדוק בהלכה | תיקון מידות כללי על ידי קיום הדין בדקדוק | תיקון מידות פרטיות על ידי קיום הדין בדקדוק | תיקון המידות ע"י שמירת ההלכה בעידן התעשייתי

פרק י העבודה המעשית - תיקון המידות דרך התמודדות מעשית אל מול ניסיונות..... מט

חידושו של החזו"א בשלבי עבודת המידות | האם מותר להיכנס לניסיון כדי להתגבר עליו? | ערך החיים | אי עמידה בניסיון - הפסד עולמי | כניסה לניסיון בשביל קבלת שכר | כניסה לניסיון כשבוודאות לא יכשל - מותר או אסור? | סיכום:

פרק יא "דרך העבודה" - המאחד והמחלק את כוחות הנפש.....נד

עבודה מעשית | עזיבת דקדוק ההלכה - הגברת המידות הרעות | הכוחות השליליים הם כוחות ראשונים, ותיקון המידות הוא דבר מחודש | עמל התורה ותיקון המידות | חינוך לשאול רב

פרק יב חלוקת המידות ושורשם האחד.....נח

חלוקת כוחות הנפש בספרי היראה | שורש הנועם הנפשי - הרצון לשינוי

פרק יג "והלכת בדרכיו" - מצוות רפואת הנטיות הטבעיות.....סא

פתיחה | התעוררות רגשית | הפרשים ביעילות עבודת המידות | ריפוי המידות או הרפיית המידות? | האם אפשר להשתנות? ולשם מה? | המידות והפעולות | קדושת הנפש | עד שיקבעו בו

פרק יד דרך ה' - הדרך הממוצעת.....סז

רפואת חולי הנפש | הקצוות הרעות | המידה הממוצעת - 50 אחוז? | האם ישנן מידות טובות 'קיצוניות'? | מחלת 'העדר ההרגשות' | דרך ה' - המידה הממוצעת | הדרך לתיקון

פרק טו התפתחות המידות של האדם - והשפעת החברה והתקופה על כך.....עב

פתיחה | קניית הרגלים - פעולות חזרתיות וזמן ממושך | השפעת החברה על נטיות הנפש | הגדרת המידה הממוצעת | הצעד הראשון | לשוב אל השיווי - שבירת המידה הרעה | הבדלים בין רכישת הרגלים שונים | לסיכום:

פרק טז הדרך לשינוי הרגלים - יסודות ועקרונות להצלחה בתהליך התשובה.....עז

הכל לפי רוב המעשה - הרגלים ממושכים | פלס מעגל רגלי - להשתנות בצורה מדורגת | היסוד להצלחה בתהליך התשובה | שינוי לא מבוקר - נועד לכישלון! | מאמרו תשובה

פרק יז המפריע המרכזי ל'תשובה'.....פב

אץ ברגליים חוטא | הכרת השכל מול כוחות הגוף והנפש | קביעת דרגת האדם | השלב הבסיסי לשינוי | הדרך להכרת דרגתו האמיתית של האדם | הבא ליטהר מסייעין אותו(?) | עבודת התשובה

- פרק יח** מחסומים בדרך אל ה'תשובה'..... פו
 כוחות הנפש - קביעת דרגת האדם | אל תט ימין ושמאל! | הנזק בקפיצת מדרגות
 ושאיפות גבוהות בלימוד התורה | סיכום המפריעים לעבודת התשובה
- פרק יט** הצורך והנזק בפעולות קיצוניות..... צ
 תורת המידות | מהי 'עבודת חסידות'? | היחס להנהגות קיצוניות בקרב 'חסידים'
 מסוימים | פעולות רעות - לצורך רפואה | נזקי הקיצוניות | רפואה לחולים ומוות
 לבריאים | התורה השלימה - המשלמת אותנו
- פרק כ** צריכת הנאות הגוף לפי דעת התורה..... צה
 "אל תהי צדיק הרבה" | קיום מצוות התורה מביא לדרך הממוצעת | יחס התורה להנאות
 הגוף | תיקון המידות בשמירת ההלכה | סיכום: דייך מה שאסרה תורה!
- פרק כא** חשבון הנפש - ביקורת ומודעות עצמית..... ק
 פתיחה | דייך מה שאסרה תורה! | טיפול מיידי | מודעות לחולשות | עבודת 'חשבון
 הנפש' | 'ושם דרך - אראנו בישע אלוקים'
- פרק כב** חובת החינוך- כל יחיד לפי שורשו..... קד
 פתיחה | חובת המחנך | אם לא מועיל - מזיק! | חובת החינוך | אבחון שורש
 ההתמודדות | הסבא מקלם: ספו דרכי החינוך | לחשב היטב את דרכי החינוך
- פרק כג** כיצד נראה לימוד מוסר אצל 'שפלי הנפש'..... קח
 חינוך אישי ופרטני לכל אחד על פי דרכו | כוונת לימוד המוסר | חכמת המוסר ללא
 השפעה על הנפש | שפלות הנפש | תוצאות ומעשי שפלות הנפש | אור התורה
 מחייהו | קניין עדינות הנפש על ידי עמל התורה
- פרק כד** לימוד התורה - קשר לבורא והשפעתה על נפש האדם..... קיג
 התאמות דרכי עבודה | שלב הראשון: לימוד התורה בעמל | תופעת הניתוק בין הלימוד
 למעשה | תכלית לימוד התורה | הקשר בין הבורא לנבראים | ההשפעה הגדולה מכל
 ההשפעות | מציאות הקשר עם הבורא - רק דרך התורה | ההגיון וההשכלה
- פרק כה** ההשפעה על האדם והעולם מלימוד התורה..... קיח
 כח וסגולת עמל התורה | דביקות בבורא ע"י לימוד התורה | השפעת הטמון במילות
 התורה | חלוקת השפעת לפי תחומי התורה ואופני הלימוד | כעומק הלימוד כך עומק
 הקשר עם הבורא | השפעת לימוד התורה על העולם כולו | גדול תלמוד תורה יותר
 מהצלת נפשות
- פרק כו** התנאים להשפעת התורה על האדם..... קכג
 השפעת לימוד התורה - על האדם והעולם | ההשפעה השלימה | התנאים ללימוד
 משפיע ומהותם | התנאי הראשון: יראה | התנאי השני: תיקון המעשה
- פרק כז** ההכנה ללימוד התורה..... קכח
 אותי עזבו ותורתי שמרו | השפעה כשיעור ההכנה - מעלת חכמי ישראל | ההכנה
 ללימוד התורה | קב חומטין | ברכת התורה

פרק כח "תנו עוז לאלוקים" - במתן תורה ניתן לאדם כח להשפיע על הנהגת העולם כולו..... קלג

"תנו עוז לאלוקים" | לימוד תורה במעי אימו | בא מלאך ומשכחו | השפעה בכל העולמות | צלם אלוים | הנהגת העולם תלויה כולו בכלל ישראל | "כי לקח טוב" | להתרגל למחשבה...

פרק כט מטרת בריאת היצר הרע והנסיונות..... קמ

פתיחה | מן הכח אל הפועל | חובת החיפוש וההתבוננות | הפיתוי העיקרי של היצר! | שבע יפול צדיק - וקם | כוחה של 'ידיעת האמת' | הקב"ה רוצה בעלי יצר - מהי מטרת בריאתו | גחלת ושלחבת - בכח ובפועל

פרק ל הגחלת והשלחבת - מבנה לימוד התורה ושכל האדם..... קמה

השכל והתורה - זה לעומת זה | חכמה המשפיעה על השכל | הלהטת השלחבת | החכמה והשכל מתלהטים כפי עומק ההתבוננות | כי ה' יתן חכמה - חכמה אינסופית | השפעת התורה על נפש האדם ועל שכלו

פרק לא מידת האמת (א')..... קנ

פתיחה | מדת האמת המתוקנה ומידת השקר המקולקלה | הגדרת 'שקר' | דיוק בפרטים והקושי בכך | סיפור דברים של מה בכך | תרגול אמירת אמת | קבלת סיפורים אצל גדולי ישראל | שקר לצורך | אמות מידה מוסריות

פרק לב מידת האמת (ב')..... קנה

הגדרת שקר | כאילו עובד עבודת כוכבים | מצבים בהם הותר לשנות מהאמת | חומרת גניבת דעת | זהירות מהתרגלות בשקר | אמירת אמת בבירורי שידוכים | חיים בשקר | התרגלות במידות - שריטה בנפש | צורת 'שקרן' | התרגלות בשקר

פרק לג רפואת המידות ורפואת הנפש..... קסא

רפואת המידות ורפואת הגופים | התרופה והתיקון | התאמת התרופה למחלה | התאמת התרופה לנפש - התאמת ספרי מוסר ולימודם

פרק לד 'אהוב את עצמך' - המידות השורשיות בנפש האדם..... קסה

רפואת המידות | החולי האנוש | מבנה הנפש, השתוקקות למילוי הנטיות היסודיות שבאדם | תיקון המידות ואהבת עצמו! | מידות שורשיות | הענף הראשון - יצר הקיום | הישרדות | הענף השני - רצון לקיום נצחי

פרק לה הנטייה החיובית: נטייה לכבוד ועונג מטרת בריאת האדם..... קע

נצחיות רוחנית | רצון פנימי | השורש על פי התורה | שורש כל התאוות | נטייה חיובית | תשוקת החכמה | קניית היכולת לחוש הנאות רוחניות | ואהבת לרעך 'כמוך' - אהוב את עצמך! | נטיות לכבוד ועונג - מציאות חיובית | מטרת בריאתו של האדם - להתענג על ה' | ניתוב הרצונות למקום האמיתי

פרק לו תיקון השפלות כתוצאה טבעית מהשקיעות בחכמה..... קעו

תיקון ה'שפלות' בקניית החכמה | השתוקקות לחכמה, עד שכבר אין התעניינות בדברים אחרים | מתוך שלא לשמה | "הנאה גדולה מכבה הנאה קטנה" | תולדה מחיובת מקנין החכמה | להשתחרר, ללמוד ולהנות...

פרק לו סגולת התורה לתיקון המידות..... קפא

בתולדה | התורה מתקנת המידות בעמלה | סגולת אור | בטבעו | דביקות בתורה | כל
העוסק בתורה לשמוה זוכה לדברים הרבה | ואין כאב לחכם כ... | מעשה החסיד בזוית
הספינה | יעלת חן | סיכום: 'מסלול עוקף מידות'

פרק לח לדמותו של 'המחנך' (א')..... קפז

מידותיו של המחנך | סולם הערכים - שיקול דעת חינוכי | הערכת נושאים מוסריים -
סדר העדיפויות האלוקי | הגבולות הנצרכים לכל 'מידה' | גדול שימושה! | התניה
והפנמה | התניה חיובית בלימוד | התניה ביחס לזמנים | דמות המחנך

פרקלט השפעת המחנך ומידותיו (ב')..... קצג

השפעת דיבורים נכונים המלווים במידות רעות | העברת רגשות | תוכחה לקויה |
החניך מתרגל להיות כמו המחנך | הקלקול מאדם הדוגל ביראת שמים שלא תיקן את
מידותיו | השפעת האוירה בגיל צעיר

פרקמ עומק כוחות נפש האדם..... קצט

רחבה מני ים | חשיפת כוחות הנפש | חוסר הצלחה להוציא לפועל את כוחותיו | הכח
הפנימי! | החשק הייחודי | מי ממציא "תורה חדשה" | בזבוז הכוחות והכישורים

פרקמא מהי הדרך להתקרב אל הבורא יתברך?..... רד

הדרך לדעת רצון ה' | איך מתקרבים לבורא? ואיך נהיים קדושים? | חשיבות דקדוק
ההלכה | שיטה שלמה..

מבוא

בשבח והודאה לבורא יתברך, אנו שמחים להגיש בפני הלומדים את ספר 'תורת המידות', אשר נכתב ונערך על פי שיעוריו של מורנו המשגיח רבי יונתן אבר בספר "אמונה וביטחון" להחזו"א.

פרקי ספר זה נערכו מתוך סדרות שיעורים וועדים שנמסרו על ידי מורינו המשגיח שליט"א לבחורים ואברכים. השקעה רבה ובחינה מדוקדקת נעשו בכדי להעביר את תוכן הדברים בצורה מדויקת ככל האפשר. עם זאת נבהיר כי הדברים נכתבו כפי הבנתו של הכותב וכל טעות, שגיאה או חוסר בהירות יש לתלות בו בלבד. נשמח מאוד לקבל כל הערה והארה בכדי לתקן במהדורות הבאות.

החזו"א סולל דרך לתהליך עמוק ופנימי, על פיו האדם יכול להשתנות, להתקדם, להתעלות ולהשכיל, ולבנות בניין עצמי יסודי ואיתן.

ראשית, ראוי לציין את הבנתו המפליאה והמיוחדת של מרן החזו"א זי"ע בנבכי נפש האדם, ובפרט בנפשו של 'בן תורה'.

דרך העבודה המוסרית של החזו"א, מיוסדת על הכרה עמוקה - אותה הוא מעמיד כחשובה ונצרכת לכל אדם - בהבנת 'המבנה הנפשי' הייחודי לכל אדם ואדם. הכרת חזקתיו וחולשותיו הטבעיות, ובמה נמדדת 'דרגת האדם'. תוך התמקדות בעבודה יסודית ומעמיקה על השורש הנפשי הפנימי - המאחד את כל המידות הטובות והרעות. בעניינים אלו שפירש החזו"א בתחילת דבריו, הארכנו והרחבנו בהבאת מקורות נוספים ומקבילים מדברי חז"ל, הראשונים והאחרונים, ובפרט מדברי הרמב"ם והגר"א.

בעניין זה יש להזכיר ולעורר על החשיבות בהכרות, בידיעה ובהבנה של כוחות נפשו של האדם; כיצד הם פועלים וכיצד פועל עליהם היצר, מהם תחבולותיו ומהם שורשי הניסיונות עימם מתמודד האדם. מידע זה, האדם שואב חיזוק וכוחות להתמודדות ולהתגברות על הניסיונות והאתגרים הנקרים לפניו במשך ימי חייו, וכך הוא יכול לעלות ולהתעלות בדרכי ה'.

על יסוד זה היה חוזר מורנו המשגיח רבי דוב יפה זצ"ל, וכך לימד את תלמידיו בעבודתם האישית ובתפקידם כמחנכים; "ידע הוא כוח" - כאימרה הידועה. והביא

על כך את דברי רמח"ל בחיבורו "דרך עץ החיים": "כי ידיעת האמת מחזקת הנשמה ומרחקת ממנה היצר ודאי, ואין דבר מחליש הנשמה לפני היצר כחסרון הידיעה; ואם היתה הידיעה רחבה ועומדת על לב בני האדם לא היו חוטאים לעולם". הידיעה המדוברת היא ידיעת האמת; ידיעה, הבנה והתבוננות בענייני עבודת ה', בדרכי העבודה ובתכסיסה.

דרך התיקון למידותיו של האדם אותה מעמיד החזו"א, עוברת דרך הבנת יסודות השפעת לימוד ועמל התורה על נפשו של האדם. להרחבת עניין זה, למדנו והוספנו מקורות מדברי רמח"ל וה"נפש החיים", על ההשפעה הרוחנית שישנה על נפש האדם מלימוד התורה, ועל אופן השפעת ה'שקיעות בחכמה' על כלל הנהגתו של האדם העמל ומפעיל את שכלו בה.

בפרקים אלו, אף ניתן דגש בהנחלת המשמעות החינוכית והמעשית של דברי החזו"א ומשנת רבותינו העוסקים בעניינים אלו, ונוספו על כך דוגמאות והמחשות מחייו של בן תורה.

נוסיף, את עצת מורנו המשגיח שליט"א בפני הלומדים, כי בד בבד עם לימוד דברי החזו"א, כדאי לקרוא גם באגרות החזו"א; מהן אפשר לקבל השקפה בריאה והתעוררות פנימית לעבודת ה'.

פרקי ספר זה נערכו מתוך סדרות שיעורים וועדים שנמסרו על ידי מורינו המשגיח שליט"א לבחורים ואברכים. השקעה רבה ובחינה מדוקדקת נעשו בכדי להעביר את תוכן הדברים בצורה מדויקת ככל האפשר. עם זאת נבהיר כי הדברים נכתבו כפי הבנתו של הכותב וכל טעות, שגיאה או חוסר בהירות יש לתלות בו בלבד. נשמח מאוד לקבל כל הערה והארה בכדי לתקן במהירות הבאות.

"לישרים נאוה תהילה": מתוך הכרת הטובה האישית, על נתינת האפשרות לעסוק ולכתוב את דברי התורה הללו. נביע את תודתנו העמוקה למורינו ורבינו המשגיח שליט"א המאלפנו בינה להבין ולהשכיל, ופותח לנו שערי דעת, מנחה ומחנך, מדרך ומייעץ, לבנות את חיי בן התורה בפנימיות, ברוממות ונעימות דרכיה. ומוסר ליבו ודעתו, להכווין יחיד ורבים בעצה ותושייה, ולעורר את הרצון הפנימי; לייחד לבנינו לאהבה וליראה את ה'. לחזות בנועם ה'. ולראות בטוב ה' בארץ חיים. באהבה ובהוקרה, נבוא על הברכה, למו"ר המשגיח שליט"א ולרעייתו הרבנית תליט"א העומדת לימינו - למעננו, שיזכו להמשיך לגדל ולרומם לאלוקינו בכל מפעליהם, מתוך בריאות ושמחה, נעימות ונחת, שלום שלוה ברכה והצלחה.

ממעמקי הלב באה התודה והברכה, לידידנו עורך שיחות מורנו המשגיח שליט"א, הרב ישראל מאיר נבון שליט"א: על ההדרכה והעריכה, על לשונו הבהירה ועל דיוקם של הדברים בעומק ובבינת הלב - בעין טובה, במסירות וביד אומן. ולהרב

אהרן אבר שליט"א על פועלו הרב והמסור להוצאת דברים אלו לאור עולם, ועל כלל הנשיאה בעול ניהול "מכון ישרים דרכי השם", בהוצאה לאור של דברי תורה והדרכה בענייני חינוך ועבודת ה' ממורנו המשגיח שליט"א. יברך ה' חילם ופועל ידם ירצה, תהא משכורתם שלימה וזכות הרבים תעמוד להם להצלחה ברוח וגשם.

מנשים באהל תבורך רעייתי רחל שתחי', אשר האפשרות ללימוד דברי תורה אלו, ההתבוננות בהם, כתיבתם ועריכתם, נזקפת לזכותה, במסירותה ובתבונתה. ייתן ה' ונזכה יחד לגדל את ילדינו לתורה יראת שמים ומידות תרומיות, ולהתהלך באור פני ה', מתוך שמחה ונעימות, נחת והרווחה. בכלל הברכה, אזכיר את הורינו היקרים שיחי' שבעמלם ובחינוכם גידלונו להביאנו לחיי עוה"ז ועוה"ב - מילדותינו ועד עתה.

ובצאתי אפרוש כפי בהודאה לבורא יתברך שמו, על הזכות ללמוד וללמד לשמור ולעשות ולקיים את כל דברי התורה הזאת. ובתפילה שיתקבלו הדברים לרצון ולתועלת בפני מבקשי ה' והבאים לילך ביושר נועם דרכי ה'.

עזריאל דוב (בעריש) וויינברגר

מכון 'ישרים דרכי השם', אב תשפ"ו

פרק א

השורש הפנימי ליצירת שינוי בחיים

תורת המידות - איברים נפרדים

גישה רווחת למידות וכוחות הנפש, המצויה גם בקרב ההוגים בספרי המוסר, היא שישנם מידות רבות ושונות בנפש האדם. המידות מחולקות, כביכול, לאיברים שונים ונפרדים בנפש ואינם קשורים זה בזה.

רושם זה נוצר גם בעקבות חלוקה הקיימת בספרי המוסר. ב"ארחות צדיקים", "פלא יועץ", "מסילת ישרים" (שער הנקיות) ועוד - יש סדר המחלק את המידות, מה שיוצר את הרושם אצל האדם, שהנפש עצמה מחולקת לאיברים נפרדים*. ואם כך, כל המידות - הטובות והרעות - מתחלקות לחלקים שונים בנפש ואינם קשורים אחד בשני.

על-בסיס נקודת הנחה זו, יכולות להתפתח השלכות רבות הנוגעות לעבודה המעשית לתיקון המידות.

על כך כותב החזון-איש בספר 'אמונה ובטחון' (פרק ד' אות א'):

"תורת המדות העמידו חכמי היראה לפרק מיוחד בשלמות העבודה, ואף שקדו עליהם לפרקם למדות מספר, כמו כעס, גאווה, תאוה, אהבת הכבוד, אהבת הנצות, נקמה, צרות עין וכיוצא בהן, ומרב ההרגל נקבע בלב רבים שבאמת השלימות היא בעלת אברים נפרדים".

רפואה כוללנית מול רפואה מקומית

בכדי לקרב את הדברים להבנה, נמחיש את היסוד שאומר החזון"א, על פי משל מעולם הרפואה (על פי דרכם של הרמב"ם והחזון"א, המביאים דוגמאות לעבודת המידות מעולם הרפואה).

א. הרמב"ם בתחילת שמונה פרקים (הקדמה למסכת אבות) עוסק בשלילת עניין דומה. דעת הפילוסופים הייתה, שכביכול יש נפשות שונות, כלומר שכל מידה עומדת ככח בפני עצמה. ע"ז פתח הרמב"ם (שם) וכתב, "דע כי נפש האדם אחת היא". החזון"א כאן שולל רק את ההבנה לפיה יש חלקים שונים בנפש.

בעשרות השנים האחרונות, חוזרות ומתפשטות תפיסות רפואיות המכונות 'רפואות לא קונבנציונליות', או 'רפואה אלטרנטיבית'. ישנו קו מאחד מרכזי, העומד מאחורי מרבית הרפואות הללו, דרכו ניתן יהיה להבין את כוונת החזו"א.

בסיס הרעיון של אותן רפואות הוא, שכל חלקי הגוף קשורים האחד בשני. כך שאם לדוגמא יהיה לאדם איזה חולי בידו, נוכל להבחין בזה בכל הגוף.

דרך איברים מסוימים, רגישים ועדינים יותר, יבלוט החולי, ובהם ניתן יהיה לאבחן את שורש הבעיה. [על יסוד זה מתבססים אבחונים בגלגל העין, בלשון וכדו', דרכם מאבחנים מחלות בכל איברי הגוף.]

התאוריה העומדת מאחורי התפיסות הרפואיות הללו היא, כי מכיון שכל חלקי הגוף קשורים, החולי הוא כללי, ורק בא לידי ביטוי באיבר מסוים. לכן, בכדי לרפא איבר מסוים, לא מטפלים בו ומרפאים אותו באופן ספציפי, אלא מרפאים את המכלול, וע"י כך הגוף יכול לרפא את עצמו. זה פירוש המילה 'רפואה הוליסטית' - רפואה כוללנית.

לעומת זאת, ה'רפואה הקונבנציונלית' מטפלת בכל איבר ואיבר בנפרד. כמובן, בצורה שלוקחת בחשבון את ההשלכות של כל תרופה על איברים אחרים, כדי שלא לפגוע בהם. אך ההתמקדות הרפואית היא באיבר הפגוע באופן ספציפי, תוך התעלמות משאר חלקי הגוף (על דרך זה, גם ההתמחות הרפואית נפרדת לענפים רבים, כשבכל ענף מתמחים בנפרד).

מצד הגישות ה'לא קונבנציונליות' באה ביקורת חריפה כנגד הרפואה ה'קונבנציונלית', על כביכול התעלמות מתפקודו של האדם כמכלול שלם. לטענתם, ישנה איזו 'אנרגיה' (או שלל כינויים אחרים לאותו הדבר, כגון 'הילה', 'נפש' וכדו') שהיא כח כללי הזורם בכל הגוף, ואם נרפא אותו - כל הגוף יתרפא. ולעומת זאת, אם נזניח את שורש הבעיה, החלק הפגוע לעולם לא יהיה באמת בריא.

השינוי מתחיל מהשורש...

בדומה לוויכוח זה, החזו"א בא לעקור את הרושם הנקבע בדעת רבים, מתוך הרגל, כביכול ניתן לעבוד על מידות הטעונות שיפור, כל אחת בפני עצמה; על קנאה לבדה, על כעס לבדו וכדומה.

"ואמנם זה אמת מצד חלי הנפש ומצד מערכת הקרב כנגד משחתותם".

החזו"א מדגיש, כי הוא אינו בא לחלוק על צורת העבודה בפועל - "מערכת הקרב כנגד משחתותם" - אכן, בסדר העבודה צריך לטפל בכל מידה הדרושה תיקון בנפרד. אך אי אפשר להתעלם מהשורש שמזין את כל הכישלונות כולם.

על דרך המשל: גם רופא המטפל בשיטה הוליסטית מסכים, שצריך לטפל באיבר הפגוע, אבל הטיפול יבוא מתוך ראייה והתייחסות כוללת לכל הגוף כולו.

מידה אחת טובה ומידה אחת רעה

ממשיך החזו"א, ומבאר כי ישנה מידה שורשית אחת לכל המידות הטובות, ואחת לכל המידות הרעות.

"אבל בשרשם אין כאן רק מדה אחת טובה ומדה אחת רעה".

ישנו שורש אחד המזין את כל המידות הטובות, ושורש אחד המזין את כל המידות הרעות²; המידה הטובה - מזינה את כל האיברים הטובים בנפש, והמידה הרעה - מזינה את כל האיברים הפגומים בנפש.

הגישה הזו מחייבת אותנו, כשאנו באים לעסוק בעבודת תיקון המידות; אנחנו צריכים להבין, כי לכשלון בתאוה, חסרון בכבוד הזולת, גאוה וכדו' יש יסוד אחד - מידה פנימית אחת העומדת מאחורי הכל.

כך שגם אם האדם יעבוד על המידה המסוימת בה הוא נכשל, אם הוא יזניח את העבודה על המידה השורשית - מידותיו לא באמת יתוקנו.

כדוגמא: אדם הנכשל בקנאה; אף אם ילמד מאמרי חז"ל וספרי מוסר העוסקים בגנות מידת הקנאה, יחזק את עצמו באמונה בהשגחת השי"ת, בהבנה שכל אדם מקבל את מה שמגיע לו וכדו'. זה אמנם 'ירגיע' את הקנאה, אך יחד עם זאת, אם הוא לא יעבוד על השורש שבו נמצאת הבעיה העיקרית - לעולם לא תיפתר הבעיה.

השורש הפנימי של הרע

מבאר החזו"א, מהי ה'מידה הרעה' הפנימית:

"המדה הרעה היא ההזנחה את החיים הטבעיים על מהלכם הטבעי, ובלי כל השתדלות ישתלם במדות הרעות כולן, יהי' כעסן מצוין, נוקם מצוין, גאה מצוין וכן הלאה, לא יחסר לו מכל המדות הרעות שמנו חכמים מאומה".

נסה לבאר מהי אותה 'מידה רעה' הכוללת בתוכה את כל המידות הרעות - "ההזנחה את החיים הטבעיים על מהלכם הטבעי".

ב. בדומה לחוק הפיזיקלי 'חוק כלים שלובים'; גם בנפש, יש כמין צינור אחד הממלא באותה מידה את כל ההסתעפויות שלו.

החזו"א מתאר אדם החי בתחושה שבסך הכל הוא ב"מסגרת" - החיים מוליכים אותו בצורה חיובית, ולא צריך שינוי מהותי ממהלך חייו.

תחושה זו יכולה להימצא אפילו בקרב ציבור בני התורה¹; אדם חש כי הוא בתוך מסלול טבעי - החל מהתלמוד תורה, אותו התחיל עוד בגיל הינקות, דרך ישיבה קטנה, ישיבה גדולה, כולל אברכים ועל זה הדרך. ההמשך צפוי וברור עד לבית הקברות... מבחינתו 'הוא נמצא במסלול הנכון'... לא נדרשת עבודה גדולה, או שינוי מיוחד. לכל היותר, יש להשקיע מאמצים להפיק את המיטב מהמקום הטבעי בו הוא כבר נמצא.

במהלך חיים זה אין סתירה לרצון ושאיפה לגדלות, עשיית שטייגען או חיפוש משרה תורנית. אך הכל בא בגישה של 'להמשיך במסלול', ללא כל התעסקות בשינויים או יצירת מהלכים חדשים; בהזנחת עבודת המידות והישארות עם תכונותיו ומידותיו הרעות הטבעיות - אשר יכולות לצמוח ללא כל רסן.

גישה כזו שייכת בכל חלקי עבודת האדם בעולמו, אף בעסק התורה וקיום המצוות. החזו"א כאן מתמקד בפרט בעבודת המידות; מצב בו האדם משלים עם חסרונותיו ומידותיו הרעות, ומתנחם ומתמקד במהלכו הטבעי, מבלי להשקיע בשינוי טבעו ומידותיו.

אני כבר לא אשתנה!

כך נוצר לו אדם הגדל בתורה, אך יחד עם זאת, אותו אדם "בלי כל השתדלות - ישתלם במדות הרעות כולן, יהי' כעסן מצוין, נוקם מצוין, גאה מצוין וכן הלאה, לא יחסר לו מכל המדות הרעות שמנו חכמים מאומה!"

למרבה הכאב, פעמים ניתן לשמוע מנערים צעירים אמירות בסגנון "אני כבר לא לעולם אשתנה; לא רואה עתיד בו לא אקנא או לא אכעס. כשהייתי צעיר - חשבתי שיום אחד אשתנה, היום כבר אין תקווה". פעמים, שאותם אנשים אפילו מאבדים את הרצון הפנימי לשינוי (הבעיה היא, שמעולם הם לא עסקו בשינוי פנימי, אלא בדמיון כוזב ש"יום אחד הכל יסתדר"...).

את הגישה הזו מגדיר החזו"א, "הזנחת החיים הטבעיים על מהלכם הטבעי" - מציאות בה אדם חושב שהתפתחותו וגדילתו תסתכם בריבוי ידע תורני ועוד אי-אלו דברים הבאים באופן טבעי עם התבגרותו, ותו לא. עד כדי, שעבודת ה', תפילה,

ג. צריך להדגיש כי ספר אמונה ובטחון נכתב לבני תורה - אלו שילמדו "חזון איש"...

תיקון המידות וקרבת ה', נעשים לדברים שכלל לא נכנסים לתוכנית העבודה. ופעמים ישנו אף ייאוש מכל התקדמות ופריצת דרך משמעותית בהם.

המצב הזה, הוא הוא השורש הפנימי של המידות הרעות כולן. אדם החי במצב כזה, אף אם יבין בשכלו שהוא חייב שינוי או תיקון של מידות מסוימות, לא יצליח.

כדוגמת אדם ביקורתי או בעל הסתכלות מרירה על החיים מטבעו, שיתפוס בשלב מסוים שסביבתו סולדת מקרבתו, הוא לא יצליח להתחתן, ילדיו סובלים ממנו וכדו'. ומגיע להבנה שהוא חייב להתחזק ולתקן את המידה הרעה שלו - בלי לעבוד על הנקודה המרכזית והעיקרית, דהיינו "ההזנחה את החיים הטבעיים על מהלכם הטבעי", הוא לא יצליח! אכן, יהיו שיפורים באחוזים מסוימים, אך הוא לא באמת יתקן את עצמו ולא יבנה את עצמו מחדש.