

א. זפוף המדות בדרך הדעת הוא קודם לזכוך בדרך הרגש, כי אם לא ידע מה טוב ומה רע, איך ירגיש לקנות את הטוב בטבע של קנין ולהרחיק את הרע שבנטיה הטבעית אחר הקרגל.

[1] "והיאך היא הדרך לאהבתו ויראתו? בשעה שיתבונן האדם במעשיו וברואיו הנפלאים הגדולים ויראה מהן חכמתו שאין לה ערך ולא קץ - מיד הוא אוהב ומשבח ומפאר ומתאנה תאוה גדולה לידע השם הגדול... וכשמחשב בדברים האלו עצמן מיד הוא נרתע לאחוריו ויפחד..."  
(רמב"ם, הלכות יסודי התורה, ב; ב)

[2] "...אינו אוהב הקב"ה אלא בדעת שידעהו, ועל פי הדעה תחיה האהבה: אם מעט- מעט, ואם הרבה- הרבה. לפיכך צריך האדם ליחד עצמו להבין ולהשכיל בחכמות ותבונות המודיעים לו את קונו כפי כח שיש באדם להבין ולהשיג..."  
(רמב"ם, הלכות תשובה, י; ו)

[3] "...האהבה כמו-כן, אם לא נשתדל לקבוע אותה בלבבנו בכלל האמצעים המגיעים אותנו לזה - איך תמצא בנו?..."  
...האהבה - שיהיה נקבע בלב האדם אהבה אליו ותברך, עד שתתעורר נפשו לעשות נחת רוח לפניו..."  
(רמח"ל, הקדמת מסילת-ישרים)

[4] "אין עונג ושמחה לאדם בעשותו מעשים, כי אם אחרי שמצוין בלבבו היטב תכליתם, וכפי ידיעתו [את] הטובה הצומחת ממעשיו, כן תרבה שמחתו בהם. ומאשר השמחה ונחת-הרוח שנמצאת בלב על ידי המעשים, היא הסיבה העיקרית להתמדה עליהם, כי האדם כוסף לאור וצהלה מטבע נפשו השכלית, ובורח מתוגה וקדרות... על כן נצטוינו לעשות את מעשה המצוות בשמחה, כמו שאמר הכתוב יתחת אשר לא עבדת את ד' א-להיך בשמחה ובטוב לבבי (דברים כח, מז). ומאד נדע כי כל מה שתצוונו התורה על דבר התלוי בלב, אין כוונתה שנקנה אותו הדבר בעצמו על ידי השקפתנו עליו, כי זה אינו בכלל הבחירה, וכמו שהמצנה לאהבה את ד' וליראה ממנו, איננה מתפרשת כי אם שנעסוק בדרכים שבטבעם להקנות לנו היראה והאהבה, דהיינו- לימוד התורה וחלקיה, וידעת דרכי השם יתברך ומידות טובו, שעל ידי הדיעה הברורה באלה תבוא היראה והאהבה בטבע, כן הציווי לעבוד את ד' בשמחה, גם כן הכוונה על ההשתדלות בידיעת התועלת הנמשכת מהתורה והמצוות, ואז נחוץ לשמוח בהם, ולא יהיו עלינו כמשא כבד, כי אם לעטרת תפארת"

[5] "הנה, הרוצה לפקח על עצמו שיתים הנה השקפות הצריכות לו. האחת- שיתבונן מהו הטוב האמתי שיבחר בו האדם והרע האמתי שינוס ממנו, והשנית- על המעשים אשר הוא עושה, לראות אם הם מקלל הטוב או מקלל הרע..."  
(רמח"ל, מסילת ישרים, תחילת פרק ג)

[6] "שִׁיעָלָה לְפָנָיו זְכוֹרוֹן כָּל מַעֲשָׂיו, וַיִּשְׁקַל אוֹתָם כְּמוֹ כֶּן בְּמֵאזְנֵי הַמִּשְׁקָל הַזֶּה- לְרֵאוֹת מֶה יֵשׁ בָּם מִהֲרַע, לְמַעַן יִדְחָה אוֹתוֹ, וַיִּמָּה מִן הַטּוֹב לְהִתְמַיֵּד בּוֹ וּלְהִתְחַזֵּק בּוֹ, וְאִם יִמָּצֵא בָהֶם מִן הַרַע- אָז יִתְבַּוְּנוּ וַיִּחְקֹר בְּשִׁבְלוֹ אֵיזָה תִּחְבֹּלָה יַעֲשֶׂה לְסוּר מִן הַרַע הַהוּא וְלִטְהַר מִמֶּנּוּ..." (רמח"ל, מסילת ישרים, פרק ג)

[7] "הָרִינוּ רואים שהמידות הטבעיות באדם אינן נקבעות כי אם כפי הדעת, ולפי ידיעתו - בִּין שתהיה אמיתית או כוזבת - יִדְבְּקוּ מִיִּדוֹתָיו, וְהִקְטִין, הַבְּלִתִּי-מִכִּיר כִּלְל שׁוֹם עֲנָן, אֵין לוֹ מִיִּדוֹת כִּלְל, וְכִשְׂגִדְל וַיִּכִּיר שֶׁהַמֵּאֲכָל הוּא טוֹב- יֵאֱהָבֵנוּ, וּמִי שִׁיִּקַּח מִמֶּנּוּ וְהוּא צָרִיךְ לוֹ- יִכַּעַס עֲלָיו, וְכִל מֶה שֶׁתִּפְשֵׁט הַדַּעַת יוֹתֵר- כֵּן יִתְפַּשְׁטוּ הַמִּיִּדוֹת. עַל כֵּן, כִּשְׂאֵנוּ בָאִים לְקוֹבַעַן כּוֹלֵן בְּיִרְאַת הַשֵּׁמִיִּית וְאֵהֲבֵנוּ- צָרִיךְ עַל-כֹּל-פְּנִים שֶׁתִּתְפַּשֵׁט הַדַּעַת בְּדַרְכָּיו הַיִּשְׂרָיִם וְהַכִּרְתּוֹ, שֶׁעַל פִּיהֵן יִתְכַוְּנוּ הַמִּיִּדוֹת, וּמֶה שִׁיִּחְסַר מֵהַדַּעַת כְּפָלִי-כְּפָלִים בְּעָרְפוֹ יִחְסַר מֵהַמִּיִּדוֹת, כִּיִּן שֶׁהוּא שׁוֹרֵשׁ לַחַן וְנוֹשָׂאן..." (מוסר אביך, א ; א)

[8] "...כי סערת הלב והתפעלות הנפש מתנגדת לגמרי לחכמה שתתנשב באדם, ואם כי טובה היא לפעמים התפעלות טובה וקדושה, אינה כי-אם לקבוע ביותר בעומק הנפש את קנין הדעת שכבר קנתה, אז ישתרש יותר ויוכר יותר, אבל קביעות דעת והשכל בתחילתה מנוחה-שלמה דרושה לה, ושמענתא בעיא צילותא כיומא דאיסתנא (מגילה כ"ח ע"ב), קל-וחומר בדברים הקדושים הנזקים פענייני העבודה השלמה, וזמן תפילה לחוד וזמן תורה לחוד (שבת י"א). ואם ראוי ומחוייב להקדים תשובה ואמונה ויראה פשוטה לכל לימוד, ומה גם ללימוד היראה. אבל סערת הנפש-כפי המוכרח ראוי להגביל לה זמן אחר, להקדים או לאחר, אבל הלימוד יהיה במנוחה בשוב בשמחה, כמו שהורנו חז"ל במ"ח דברים של קנין התורה...ואז יצליח.

ומפני שטבע כל לימוד להסעיר מעט את כוחות הנפש, והרבה יותר מטבע כל לימוד הוא בענין לימוד היראה וכל פרטי העבודה, מפני הנטיה הנפשית שהנפש נוטה להם בטבעה...אם מוצא הוא בעצמו שלבבו נסער, לשמחה בענייני האהבה או לחרדה בענייני היראה, הוא סובר שבוה הוא משלים חוקו, והרי הוא מתרפה-בעצמו מהידיעה האמיתית...וכשהוא מוצא חידוש הרגשה בלב הוא בא להחליט מזה שאך זאת היא תורת היראה. אבל באה מזה רעה גדולה והשפחת שמו יתברך, שהוא עיקר החיים השלמים, שכאשר סערנו עוברת אינו מוצא בנפשו מאומה, ובא מזה חייו להבזות בלבבו כל ענין היראה...על כן החובה רבה על כל מי שחננו ד' יתברך להבין בדרכי היראה ואורחות קנייתה ולימוד דרכיה, לפרש הדברים עד מקום שידו מגעת...ובזה יהיו הדברים קנויים וקבועים אצלם, כי יתורה מביאה לידי זהירות..." (מוסר אביך, א ; ז)

[9] "כִּלְלָה הוּא, שְׁשִׁינוּי הַרְגֵל הוּא דְבַר כְּבוֹד, וְאֵינוֹ נֹחַ לְאָדָם, וְזֶהוּ גַם בְּמַעֲשֵׂים חוֹמְרִיִּים, שֶׁפְּעוּלָתָם כְּבֹדָה, וְצָרִיךְ הָאָדָם לְהִנָּע אֲבָרָיו לָזֶה, וּמְכַל-מְקוֹם אִם הַרְגִיל אָדָם עֲצָמוּ בְּאִיזוֹ תְנוּעָה תְדִירָה יִקְשֶׂה לוֹ מְאֹד לְמוֹנְעָה מִמֶּנּוּ, וְעַל אַחַת כַּמָּה וְכַמָּה תְנוּעוֹת מִחֲשֻׁבוֹת הַנֶּפֶשׁ, שֶׁהֵן בְּנִי-רֶשֶׁף (איוב ה, ז), קִלִּים מְאֹד בְּתְנוּעָתָם, וְהוֹרְגוּ לְחֹשֶׁב תְּמִיד כְּפִי צִוּרֵי-הַלֵּב הַגָּסִים, בְּאוֹפֵן הַשְּׂגָת כֹּל עֲנִיִּי הַחוֹמֵר וְהַדְּמִיוֹן וְאוֹפֵן הַנוּעַם בָּהֶם מְעַנֵּן הַנְּאוֹת הָעָרֵב הַגּוֹפְנִי וְאֵהֲבֵת כְּבוֹד וְגֵאוּה וְיִתֵּר הַדְּרָכִים הַמְּעוֹקְלִים, שֶׁבְּחִיבוֹר מִחֲשֻׁבוֹת הַנֶּפֶשׁ עִם מְזַג הַגּוֹף בְּלֹא סִידוֹר מוֹסְכָם מֵהַחֲכָמָה הַמְּחִינָה בְּעֲלִיָּה וְצִיָּאוֹ קוֹצִים וְדַרְדְּרִים בְּאֵין סִפְק..." (מוסר אביך, ב ; א)

<sup>1</sup> צילותא - דעת צלולה ומיושבת, שאינו טרוד בכלום מחשבה (רש"י)

כיומא דאיסתנא - כשמנשבת רוח צפונית יום אורה הוא, ונוח לכל (רש"י לעירובין סה ע"א)

ב. קל מזה טובה יש לה חסרונות הבאים עמה, וזו היא העבודה השלמה: להוציא לאור-עולם את המדות הטובות מנקות מכל סיגי החסרונות שלהן.

[1] "...וְדָבָר זֶה הוֹדִיעֵנו חֲכָמֵנוּ וְכָרוֹנֵם לְבָרְכָה בְּאוֹמְרָם יוֹם לוֹ לְאָדָם שֶׁלֹּא נִבְרָא יוֹתֵר מִשְׁנִבְרָא, וְעֵכָשׁוּ, שְׁנִבְרָא - יִפְשֹׁט בְּמַעֲשָׂיו, וְאִכָּא דְאִמְרֵי יִמְשֵׁמֵשׁ בְּמַעֲשָׂיו. וְתִרְאֶה שְׁשֵׁנֵי הַלְשׁוֹנוֹת הֵם שְׁתֵּי אֲזָהָרוֹת טוֹבוֹת וּמוֹעִילוֹת מְאֹד, כִּי הֵנָּה הַיִּפְשׁוּט בְּמַעֲשָׂים הוּא לַחֲקֹר עַל כָּלֵל הַמַּעֲשָׂים וְלַהֲתַבּוֹן בּוֹ, הַנִּמְצָא בָהֶם מַעֲשָׂים אֲשֶׁר לֹא נַעֲשׂוּ, אֲשֶׁר אֵינֶם הוֹלְכִים עַל פִּי מִצְוֹת ד' וְחֻקֵּי, כִּי כָּל אֲשֶׁר יִמְצָא מֵאֵלֶּה יִבְעָרֵם מִן הָעוֹלָם, אִךְ הַמְשֵׁמוֹשׁ הוּא הַחֲקִירָה אֲפִלּוּ בְּמַעֲשָׂים הַטּוֹבִים עִצְמָם, לַחֲקֹר וְלִרְאוֹת הַיֵּשׁ בְּעֵנֵינָם אֵיזָה פְּנִיָּה אֲשֶׁר לֹא טוֹבָה, אוֹ אֵיזָה חֶלֶק רַע שֶׁיִּצְטָרֵךְ לְהַסִּירוֹ וּלְבַעֲרוֹ, וְהָרִי זֶה כִּמְשֵׁמֵשׁ בְּבִגְד לְבַחֵן הַטּוֹב וְחֹזֵק הוּא, אוֹ חֶלֶשׁ וְכֹלֵי, כִּן יִמְשֵׁמֵשׁ בְּמַעֲשָׂיו לְבַחֵן תְּכוּנָתָם בְּתַכְלִית הַתְּבַחֵנָּה עַד שֶׁיִּשְׁאַר זֶךְ וְנִקְי. כָּלֵל הַדְּבָר: הֲתִיָּה הָאָדָם מַעֲשֵׂוֹ עַל מַעֲשָׂיו כָּלֵם וּמִפְקָם עַל כָּל דְּרָכָיו..." (רבי משה חיים לוצאטו, מסילת ישרים, פרק ג)

[2] "לעולם צריכים לכוון, שלא יביא זיכוך המידות לחולשת המידות, טהרת הרצון לדלדול הרצון... וכפי מה שיכוון האדם את דעתו לשם השלום והאמת יגלה לו אור ד' בצורה יותר תמימה ובהירה..." (הראי"ה קוק, שמונה קבצים, ב; רמד)

[3] "בירור מידות הנפש יש בו שני ענינים. האחד - עצם ידיעתו להבחין בהן בין טוב לרע, לתלקן על משמרותן, לישבן בנפש ולחלבישן עליו, ושיהיו מוכנות ברשותו בכל עת. השני - הפרדת המידות ונסירתן. ביאור הדבר: ההשקפה השטתית על המידות הטובות היא גי"כ התחלה טובה, והמביאה לשלמות במשיכת יופין והדרון, אבל יש מידות שהן מצרניות מטבען, וכשרוצה האדם לצייר בו איזו מידה שלא באופן ברור- תימשך ממילא אחריה הסמוכה לה, אע"פ שאינה הגונה ואינה דרושה להפצו. וצריך האדם להעמיק לדעת להפריד בכח החכמה והבינה, שעולות למעלה מטבען של המידות, ומכניסות את המידות בחדריהן ומציירות אותן כראוי ומפרידות הראוי להפריד, - כל מידה ממידה שהיא מצרנית בטבעה, לקחת כל מידה בפני-עצמה שלא תעלה ערבונה עמה. וזהו קצין הנסירה שזכר הארי"ז"ל. ענין המצרים שבין המידות וטשטוש גבוליהן הוא מכמה סיבות. פעמים המידה סמוכה לחברתה מצד שצויריהם השטחיים שוים הם, וכל מידה אי-אפשר שקנה האדם אותה כי-אם כשיציירנה ציור חזק, וכשלא ישלים את ציור המידה המבוקשת בברור גמור יצא יותר מהמידה המבוקשת ממנו או פחות, מהדומות לה בצויריהן השטחיים רק לפום-ריקהטא. וצריך לזה חקירה פרטית על כל המידות וענייניהן, איך הן מתמצרות אלו באלו וע"י מה הן מתמצרות, כדי לדעת אפשרות הפרדתן. אך הלימוד הזה יכול להיות מתחלף בכל אדם, שיש נפשות שסדרי המצרים במידותיהם מחולפים מבנפשות אחרות, וזה ראוי להימצא, מצד חילוף הדעות והצוירים המתחלפים באיש מןמשתנהו. ומכל-מקום נראה שיש למצוא כללים קרובים באופן שיהיה יותר קל לכל אחד לברר דרכי המצרים ולדון על הפרט ללכת בדרך טובים..."

גבורת-הנפש היא מידה יקרה מאד, מצטרקת לכל קנין השלמות, בין בפרט ובין בכלל. אבל מעטים הם הקונים אותה על טהרתה, מפני שהיא גם מצרנית בצוירה לכמה מידות רעות: כעס, גאווה, שנאה, נחון, נקימה, וכיו"ב. יש שהיא תימצא בין אותם שלא שמו אל ליבם יראת ד', אבל עם שכנותיה הרעות, ובאנשים שנטו שיכמם לסבול עול וראָה, ולא השתדלו לעין בפרטיות תקנת

מידותיהם, לא הבחינו בינה לבין שכנותיה הטובות אותה והזניחוה כולה. אך בדרך הראויה, להפריד ולבזר פסולת מתוך האוכל, כל שכנותיה הרעות תסורנה למשמעתה אל הטוב והישר בעיני השייית...

הענוה היא מידה טובה כשיודע ענין הענוה ומושגה היטב ויודע איך להתנהג בה ולהכניסה בנפשו. אבל בהשקפה שיטחית תימשך אחרי מידת הענוה מידת העיצבון, מפני שציון החיצוני הוא קרוב זה לזה, שהשמחה היא מפגרת הכוחות הנפשיים והגאוה גם-כן מפגרת, אלא שהשמחה מפגרת באופן הטוב, והגאוה מפגרת על דרך רע, והענוה מקבצת ומינשבת וכן העוצב, אלא שזה על דרך טוב וזה על דרך רע... ובאמת- אע"פ שמצד חיצוניותן כמו דרך אחד להן אבל בעומק שורשיהן הן רחוקות מאד זו מזו..."

(מוסר אביך, ג; א)

[4] "...החולשה והקצב הפנימי שהתבערה של יראת-שמים מחוללת בקרב הנפש, היא מצד עצמה חיסרון ומחלה, וצריכים לקנות מושגים ברורים במקצוע-של-קודש זה, עד שהסילוד הבלתי-תרבותי יהיה הולך ופוחת, ובמקומו תבוא עוצמה והרחבת הדעת" (שמונה קבצים, א; רפג)

[5] "הננו מתעקבים בדרך ההשקמה והננו מפגרים בה, מפני התרדה היתרה שהננו מרגישים בנפש בעת אשר רעיון התשובה עובר לפנינו. הננו נשארים מלאי חלקלה ומחשרי אגל משפעת דכאותה של התשובה. ובשביל כך עצמו דוחים אנו את הרעיון הזה, מקור כל ההצלחות, מרשמי נפשו, והננו נשארים תועים במדבר החיים. אבל לא יוכל מצב כזה להתקיים..." (אורות התשובה, יז; ו)

[6] "מהות חשבון הנפש הוא שיהיה האדם נושא-ונותן בשכל על כל עניני נפשו וחיוב עבודתו לאלקים יתברך. אבל ראוי שלא לשכוח כי אין החשבון מענין המדמה, אלא ענין שכלי צרור ומבורר, וכמו שבכל חכמה... כן לתכלית אפשרות חשבון-הנפש הכרחי הוא מקודם לברר וללבן אצלו הידיעות הדרושות לזה, שתהיינה ברורות בשקלו וחרותות בלבבו, ואז יוכל לחשוב בהן ולא תקלש נפשו כל-כך בהשתוקקה לחשב חשבונה, כי תמצא די שפק הדרוש לה לצורך החשבון. והנה, נראה שיש טעות מצויה בכמה בני-אדם, שכל דבר מקרי נתפס הוא כעצמי - וזהו ענין היצר-הרע - ובוה הדבר רגיל שאחרי פירור החשבון וצמאון הנפש באמת לישר דרכיה על-פי רצון הבורא יתברך- בראותה עד כמה הרחיקה מדרך הקודש תקלש ותתבייש ותתעצב ויך הלב. וכל-זה, אף על פי שאינו טוב בעצמו, מכל-מקום הוא מקרה נולד מפירור התכמה והידיעה של חשבון-הנפש, וגורם שמצד שלמות הנפש להרחיק ממנה אלה ההפסדים, שהם: החולשה, והבושת העודפת, ומכל-שכן העיצבון ורוך-הלב, יהיו אלה לה למעוררים ומחזיקים יותר אל הדרך הטובה והישרה. כי הנפש ההולכת בתום ויושר בדרך השם יתברך לא תקלש, רק תחגור על והדר. ולא תתבייש, רק תרומם קרן בפבוד אשר עוטר בו מא-לוה כל הנפשות יתעלה. לא תתעצב, כי חדות ד' מעוזה. ולא ירך לבבה, כי מגדל על שם ד' לצדיק מתהלך בתומו. אבל הניגשים אל דרך השם יתברך ורצונם ללכת באורחות חובות-הלב בלא תלמוד הקודם למעשה- יטעו בהלכה זו, ויעלה על לבבם כי החולשה והעיצבון זהו מעצם החשבון הנפשי והיראה הצרופה, אבל הנפש לא תקובל עליה בסבר פנים יפות מה שהוא נגד חוקה, על כן יהלכו קדורנית ולא יוסיפו עבודה וחכמה... על כן ראוי לשון ללמוד ולעין שורשי היראה על פי עומק דברי חז"ל והשכל הישר שקנן השייית את האדם, ככל משפטי התורה שאנו דנים בפרטיהם באמצעות השכל הישר והנזף..."

(הראייה קוק, מוסר אביך, ד; א)