

הצניעות – מודעות לפנימיות האדם ושליטה בתאוות אלי גריץ

לעיני
אפרים בן מנחם מענדל
יהודית בת יואל
ולעיני
דוד בן יצחק יהודה
אסתר מענטשא בת אליהו

תוכן

הקדמה

1. השפעת התאוה על הראיה האמיתית

2. יחסו של האדם לעצמו

3. יחסו של האדם אל אשתו

הקדמה

מטרתה של הצניעות היא למקד את תשומת הלב והמוח במהות הפנימית של הדבר ולא רק בגילוי החיצוני המתבטא במעטפת החומרית של הדבר. (במאמרי על הצניעות שהתפרסם ב"מכרמי שומרון" מס' 28, הדגשתי את הצניעות כביטוי של מידת הענווה כתכונה נפשית. במאמר זה עיקר הדגש הוא על צניעות כהתמודדות עם תאוות וחיצוניות הגוף).

מתחנכים ומחנכים אנו לצניעות רבה ויש לכך סיבות ומטרות ברורות במציאות החברתית שבה חיים במערב גברים ונשים שאין להם אפשרות (מבחינה הלכתית) להגיע לקשר שלם ובריא (אינם נשואים).

אולם מהי מידת הצניעות הנדרשת בין איש ואישה ובין אדם לעצמו?

הגמרא¹ מספרת על מעלת הצניעות הגדולה של ר' יוסי "מימי לא ראו קורות ביתי אימרי חלוקי" וגדול ממנו ר' יהודה הנשיא "שלא הכניס ידו תחת אבנטו" ובכך זכו למדרגות גבוהות של קדושה².

בגמרא³ מסופר על האישה הצדיקה "קמחית" שזכתה ל- שבעה בנים כהנים גדולים ולדעתה זכתה משום ש"מימי לא ראו קורות ביתי קלעי שערי".

יש לבחון את הדרכת הצניעות בשני היבטים⁴:

- א) יחסו של האדם אל עצמו (צניעות האדם כשאיין אף אחד בסביבה)
- ב) יחסו של האדם אל בן זוגו (איש ואשתו)

1. השפעת התאוה על הראיה האמיתית

אדם הראשון בהיותו בגן עדן לפני החטא לא היה זקוק לבגדים⁵ "ויהיו שניהם ערומים האדם ואשתו ולא יתבוששו", מאחר ולא היתה בו תאוה גופנית ולפיכך לא היתה אצלו משיכה רגשית שמסיחה את דעתו מלראות דברים באמיתתם.

לפני החטא⁶ ראה אדם הראשון את המציאות בראיה שכלית טהורה שאינה מושפעת מדמיונות ורגשות הנובעים מהתאוה הגופנית, ולכן ראה במציאות רק אמת ושקר, לפיכך לא היה לו צורך בבגדים מכיון⁷ ש"היה עניין האברים ההם אצלם כמו עניין הפה והפנים והידיים אצלנו".

1 שבת קיח ע"ב וראה רש"י שם.

2 המהר"ל בנתיב הפרישות עמי קט"ו, מסביר את ההבדל בין מדרגות ר' יוסי ורבי.

3 יומא מז ע"א, ומובא גם בזוהר לפר' נשא ונפסק במג"א והמשניב או"ח סימן ע"ה, וראה בתוספות ישנים שם כיצד הייתה הקפדתה.

4 עיין גם בעין אי"ה ברכות סב ע"א עמי 354 פסקה רנ"ז.

5 בראשית ב', כה.

6 רמב"ם - מורה נבוכים ח"א, פ"ב.

7 ספורנו - בראשית ב', כה.

אולם אחר שחטא ונמשך אחר דמיונותיו ותאוותיו, הוא התחיל להתרגש מאיברים מסוימים והחל חוסר האיזון בזיהוי האמת והשקר. כאשר אדם מתרגש יתר על המידה הוא הופך דברים מסוימים לבעלי ערך עצמי ויורד בעיניו ערכם של דברים אחרים. לאחר שחטא השתנה היחס של האדם אל גופו⁸:

ותפקחנה עיני שניהם וידעו כי עירומים הם ויתפרו עלה תאנה ויעשו להם חגורות ... ויאמר את קולך שמעתי בגן ואירא כי עירום אנכי ואחבא.

"וידעו" - נהיו מודעים לכך שהם ערומים ומכיון שיש לכך השפעה לכן צריך להתכסות בבגדים.

יש מקומות בגוף האדם הגורמים גירוי רב יותר ולכן צריך לכסותם. אולם יש מקומות "כמו עניין הפה והפנים והידיים אצלנו" שאינם מגרים כ"כ ולכן אין צורך כ"כ גדול לכסותם. נכונה העובדה, שעוצמת הגירוי נמדדת גם לפי הרגל האדם. אדם הרואה דבר בפעם הראשונה מתרגש יותר מהרואהו בפעם המאה ולכן חז"ל, בעומק אבחנתם הגדירו לנו מה הם המקומות שצריכים להיות מכוסים תמיד ללא הבדל תרבות והרגלי לבוש בחברה, מכיון שבכל מקרה עוצמת הגירוי הנובעת מהם היא חזקה מדי וגורמת להפרת האיזון ביחס השכלי לדברים, וכן יש מקומות שהכיסוי שלהם מתחייב בהתאם להרגלי הלבוש החברתיים והם נתונים להכרעה בכל דור.

אני רוצה לעסוק בהמשך בחשיבות הצניעות מבחינה נפשית וחינוכית, גם במקומות שבהם אין חובת כיסוי הלכתית. האדם חי⁹ במאבק מתמיד (מאז חטא האדה"ר) בין שאיפות הנפש ושאיפות הגוף.

עולם המחשבה הוא הפנימי ביותר ורגשותיו נמצאים בנקודת ביניים הנמצאת בתווך, בין הגוף והמחשבה. אפשר¹⁰ לחלק בין "שורשי המידות" ו"דעות".

"שורשי המידות" הם אינסטינקטים מידתיים-רגשיים מולדים הנובעים מכוחות הגוף.

"דעות" הן ההשפעה על שורשי המידות הנקנית באמצעות המחשבה. כלומר: המחשבה היא הכח שבאמצעותו פועלים על האינסטינקטים הרגשיים המולדים.

כאשר אדם מתנהג בחדרי חדרים בצורה לא צנועה הוא נותן לעצמו מקום זמן שבו מתבטאת המעטפת החיצונית שלו בשליטה ובהדגשה ועלולה לחלחל אליו התחושה שזהו עיקר האדם.

8 בראשית ג', ז - ט.

9 תוספות בעניין השלכה מעשית בתניא פל"ב.

10 עלי שור - ח"א, עמ' קמ"ד, וחלוקה זו נמצאת לענ"ד בבסיס תפיסת הנפש בספר התניא.

לפיכך, אדם הרוצה להרגיל את עצמו להתייחס לעצמו ולסביבה בהתאם להתייחסות השכלית האמיתית ולהיות מושפע פחות ככל האפשר מרגשות תאוה גופנית, צריך להשתדל להרבות¹¹ בצניעות.

[פעמים רבות משתמשים אנשים באמצעים חיצוניים מושכי עיניים כדי להטות את תשומת הלב לכיוונים שהם רוצים כגון: מוכר פירות המערבב פירות משובחים עם פירות רקובים והמוכר כלי ישן ורעוע ומבריקו באמצעים כימיקליים כדי שיראה מבריק וחדש¹². המשיכה הרגשית לאסתטיקה מטה את תשומת הלב מהחשוב באמת והוא טריות הפרי וחוזק הכלי].
הראב"ד¹³ מסביר את חשיבות שמירת העיניים כמכשיר לשליטה עצמית:

והראש לכל הגדרים שישמור האדם את עיניו מכל מה שאינו שלו ואף אם ימעט ראיתו ממה שהוא שלו, אז יקרא צנוע וביישן כעניין שאמרו על אותו האיש שהייתה אישתו חגרת ולא הכיר בה כל ימיו ואמרו עליו כמה צנוע אדם זה שלא הכיר באשתו. ואם ישמור את עיניו נמצא ליבו שמור ומתוך שיהיו עיניו וליבו שמורים נמצא כולו שמור...

שמירת העיניים היא מכשיר ראשון במעלה לשמירת הלב ומכאן להסתכלות נכונה על המציאות.

חז"ל¹⁴ מגלים לנו "גמירי, דאין יצה"ר שולט אלא במה שעניו רואות" אולם בדבר שלא ראה האדם - גירויו התאוה הוא קטן. מדוע?
מסביר המהר"ל¹⁵ "כי העין כח הנפש" - העין היא כח הגוף שהשפעתו חודרת עמוק אל תוך הנפש וחוקקת ומעוררת את כוחות הנפש. פעולת הראיה שהיא המשפיעה החזקה ביותר על כח הדמיון ומחזקת אותו לעורר את התאוות הגופניות.

לפיכך, תפקידם של הרגלי הצניעות גם בדברים המותרים:

- 1) לעורר פחות, ככל האפשר את כוחות התאוה.
- 2) כשכוחות התאוה חלשים, יכול השכל להתבונן בצורה אמיתית על המציאות.

יוצא מכאן שהתנהגות צנועה תוביל את האדם לראיית האמת.

11 וראה ב"שם משמואל - פרי קדושים, שנת תרע"ה ד"ה "ולפי האמור" עמי רצ"ג "שע"י גדר הערה ישוב הדבר נמנע אצלו ולא יחמדהו כלל ושוב תופיע קדושת הנפש בעצמה וזה לשון התורת כהנים פרושים היו קדושים תהיו..."

12 בבא מציעא נט ע"ב - ס ע"א ושו"ע חו"מ - רכ"ח, ט-י.

13 בעלי הנפש - שער הקדושה, עמי קכ"ז. בהוצאת מוסד הרב קוק.

14 סוטה ח ע"א.

15 נתיב הפרישות - פ"ב, עמי קט"ו. וכן בהמשך בפגם של חטא הראיה מול חטא הגוף בד"ה "ובפרק הרואה".

3. יחסו של האדם לעצמו

חז"ל הקפידו על צניעות בזמן שאדם מתלבש ואפילו בשעה¹⁶ שנמצא בבית הכסא, במקום שבו אסור להרהר בדברי תורה - מדוע? הגמ'¹⁷ קובעת "אין קורין צנוע אלא למי שצנוע בבית הכסא". מסביר הרב קוק¹⁸ שתכונה של דבר מסוים נקבעת לפי המידה שבה מצליח אותו דבר לשמור על תכונתו, גם במצבים הקשים ביותר, המקשים על קיום תכונה זו, לפיכך אדם המצליח לשמור על תכונתו האנושית (שכלית, רוחנית) גם במצב השפל והבהמי ביותר שבא לאדם מעצם טבעו (בית הכסא). אדם כזה ראוי להיקרא צנוע, כי הוכח שצניעותו עומדת במבחני המציאות. לכן מדריכה התורה אדם הרוצה להתקדם ולהתעלות מעל לראיה בהמית חושית ולהביט על העולם במבט אלוקי אמיתי שונה בצניעות גם בינו לבין עצמו בכל המצבים.

2. יחסו של האדם אל אשתו

בזמן שאין האישה נידה, רשאי בעל, מבחינה הלכתית, לראות את המקומות המכוסים שבגופה מפני שהנזק העצום שעלול להתרחש אצל איש ואישה שאינם נשואים, הלא הם הרהורים והקירבה הפיזית לערוה, אינם קיימים בין איש לאשתו בזמן שאין אשתו נדה. אולם היחס בין איש לאשתו אינו מסתיים במה שמותר ואסור.

שאיפת התורה להקים בית שבו יש נאמנות מוחלטת בין איש לאשתו והמחייבת הזדהות נפשית גדולה ככל האפשר ביניהם.

כאשר אדם מתבונן בחבירו הוא רואה קודם כל את גופו ולאחר מכן הוא מכליל במערך הנתונים גם את ההיבטים הנפשיים שהוא מכיר בחבירו.

גם בין איש לאשתו, ככל שהאיש יראה את המקומות המכוסים של אשתו, הוא עלול, עקב יצרו התקיף, למקד את תשומת הלב והיחס הנפשי שלו יותר אל גופה ופחות אל נפשה של רעייתו. ככל שהמפגש ביניהם בשגרת היום יום יהיה מפגש בין הביטויים הנפשיים של כל אחד ולא בין הגופות של כל אחד, כך עשוי לגדול ולצמוח הקשר הנפשי ביניהם.

ממובן, כמו בכל תחום בחיים, הקיצוניות היא הרת אסון.

חז"ל מדריכים אותנו גם כיצד להגיע לאיזון נכון וטוב.

הגמ'¹⁹ מספרת על אשתו של אבא חלקיה, שהיתה יוצאת לקראתו בכל יום כשחזר מעבודתו והיא מקושטת במיטב בגדיה וכל זאת כדי שלא יתן עיניו באשה אחרת. כלומר: כאשר יש לאיש תאוה גופנית לנשים אחרות, צריכה

16 שבת קיח ע"ב, שו"ע, או"ח, סימן ב'. שו"ע - או"ח, סימן ג'.

17 ברכות סב ע"א.

18 עין איה - ברכות סב ע"א, ד"ה "ההוא ספדנא", עמ' 350.

19 תענית כג ע"א.

אשתו למושכו בעזרת יופיה החיצוני, אבל זהו טכסיס מלחמה בשעת הצורך ולא שגרת חיים.

גם בליל טבילה ודומיו, ימים בהם בא לידי ביטוי הקשר הפיזי בין בני הזוג ויוצר את ההשלמה של הקשר הנפשי, יש ערך רב בהתקשטות הרעיה באופן החיצוני, בכדי לעורר את רגשותיו של בעלה כלפיה.

גם בשעות של קושי נפשי יש להשתמש בקישוט חיצוני כדי לעורר את רגשותיו החיוביים של הבעל ביחס לאשתו, כדברי²⁰ ר"ע שנפסקו בשו"ע, שהתירו לאישה להתקשט בימי נידותה, כדי שלא תתגנה על בעלה, אע"פ שברור שעלול הקישוט לעורר פרץ של רגשות גופניים מעבר למותר ולנדרש בתקופה זו, לכן אומרת הגמ' ש"בקושי התירו", אבל בשל החשיבות הרבה לחיזוק הקשר הרגשי בעת משבר רגשי, זוהי הדרך הנכונה.

שלוש הדוגמאות הנ"ל מלמדות על הכיוון והמגמה בחיי בני הזוג: עיקר העיקרים הוא בניית קשר של הזדהות נפשית רוחנית בין בני הזוג, אך כאשר לצורך שעה מתעוררות סערות מחוץ לבית או בתוכו, יש להשתמש בכלי הנפלא שנתן הקב"ה לאדם והוא היופי החיצוני.

יש יופי חיצוני שנובע מהיופי הפנימי של הנפש ויש יופי חיצוני הנובע מהגוף.

גם בגוף יש מקומות המגרים יותר את התאוה ויש מקומות שמגרים פחות. לכן גם בשעה שמשתמשים ביופי ככלי להשלמת הקשר הנפשי, יש להשתמש בכך בצורה מדורגת, דהיינו להבליט את היופי הנובע מהנפש (בד"כ הפנים, כמובא על משה רבינו "כי קרן עור פניו") ואח"כ את היופי שבגוף, במקומות שפחות מגרים תאוות בשרים.

חשוב להבהיר! אין כוונתי חלילה לכך שחיי זוגיות יהיו שכליים ונטולי רגש. להיפך, ראויה להיות מנה גדושה של רגש, אך מקור נביעתו צריך להיות עקב מעלותיו הנפשיות והמידותיות של בן זוגו ולא עקב מראהו החיצוני הנאה (או שאר הבלטות חיצוניות מושכות עין ולב, כמו לשון חלקלקה וכד') אפילו בשעת הקרבה הפיזית הגדולה ביותר בין איש ואשתו, מדריכים חז"ל²¹ "תלמיד חכם מאפיל בכסותו...", כדי שגם אז לא תהיה תשומת הלב ממוקדת בגוף.

גם הטעם שמובא בחז"ל לעניין זה "שלא תתגנה בעיניו", נובע מאותו שורש, שגם אם יש באשתו מומים גופניים, ראוי שלא יגרום הדבר לריחוק נפשי ביניהם או לפחות להקטין את מידת הריחוק הנפשי. לכן משבחים חז"ל²²:

מעשה באדם אחד שנשא אישה גדמת ולא הכיר בה עד יום מותה,
אמר רב בא וראה כמה צנועה אישה זו שלא הכיר בה בעלה, א"ל
רבי חייא זו דרכה בכך, אלא כמה צנוע אדם זה שלא הכיר באשתו.

20 שבת סד ע"ב, ובשו"ע יו"ד קצ"ה, ט'.
21 נידה יז ע"א, שו"ע או"ח רמ"י, יא'.
22 שבת נג ע"א.

קשה להבין כפשוטו, שאדם חי עם אישה ואינו רואה שיש לה יד אחת, מפני שרק עוור או שוטה אינו מבחין שלניצב מולו וחי עימו אין יד, אלא צריך להבין שלא הקדיש תשומת לב לעובדה זו והצליח לאגור בקרבו כוחות נפש עצומים, כדי להתרכז רק במה שיש באשתו ולא במה שחסר לה.

[חז"ל קובעים²³: "אסור לאדם שיקדש אישה עד שיראנה, שמא יראה בה דבר מגונה ותתגנה עליו ורחמנא אמר ואהבת לרעך כמוך" ומעטים האנשים שיכולים לחיות חיים מאושרים וטובים עם בני זוגם כאשר הם מגויסים בעיניהם, אולם אדם שכבר נשוי ומגלה מומים באשתו (בין מומים גופניים ובין מומים נפשיים) צריך לאגור כוחות נפשיים ולהצליח להתרכז בצדדים החיוביים, אלא אם כן אינו מצליח ו"רואה בה ערות דבר" (שפירשו, אפילו לא דבר ערוה אלא בסך הכל מקדיחה תבשילו), שאז כיון שמאוסה היא בעיניו אי אפשר לחיות חיים תקינים וצריכים להתגרש].

אמנם בקשר שבין איש לאשתו בימים המותרים, יש חוש נוסף המעורר את הקשר הגופני והוא חוש המישוש המתבטא בגוונים השונים של המגע ביניהם ולכן גם בו יש להשתמש בצורה מווסתת, כדי להפיק ממנו את המיטב להשלמת הקשר הנפשי ולא להפכו לשגרה ממאיסה שמקיימת מגע פיזי נטול משמעות נפשית.

אולם הנזק הרוחני שעלול ליצור חוש המישוש, קטן מחוש הראיה, מפני שחוש הראיה משאיר רשמים עמוקים בזכרון ובכח הדמיון ויש לו השפעה רבה על נפש האדם ותפיסת עולמו. לעומתו חוש המישוש הוא אמנם החוש המקרב ביותר אל הגוף הזר (מגע מושלם ולא רק ראייה מרחוק) אולם רשמיו בנפש קטנים יותר ונעלמים מהר יותר.

בכל הנ"ל ראוי להעיר שתי הערות חשובות:

1. הדברים אמורים בצניעותו של האיש וצניעותה של האישה, בינם לבין בוראם ובינם לבין בני זוגם. אין הבדל מהותי בעקרון הצניעות שבין איש לאשתו, אלא בהבדל אחד שהאיש הוא בעל יצרים תאוותניים חזקים יותר ולכן כדי לעזור לו בפיתוח הקשר הנפשי המתוקן לאשתו ראוי שאשתו תעזור לו בצניעותה. אולם, כמובן בלי קשר לצניעות אשתו, צריך האיש להתאמץ ולפתח בעצמו קשר נפשי מתוקן לאשתו וכן לשמור על צניעותו בכדי לעזור לאשתו להיגש עם הלכי נפשו ולא בעיקר עם גופו.

2. הדקדוק הנ"ל בענייני הצניעות - מטרתו להביא למצב מושלם, אולם הוא רק מדרגה שניה או שלישית. קודם להקפדות אלו, צריכים בני הזוג להשקיע ולעמול בפיתוח קשר נפשי רגשי בדרכים נוספות ורבות ולהעזר ביופי החיצוני לבניית הקשר, ולאט לאט (כל אחד והקצב שלו ולפי התקדשות שני בני הזוג!) לעלות ולהתעלות בבניה ויצירה גם של הפרטים הקטנים יותר.

גם בצניעות שבין אדם לבוראו יש לעמול בפיתוח הכוחות הרוחניים והנפשיים ע"י עמל בתורה, תפילה ומצוות - והשלמות מגיעה גם בצירוף הפרטים הנ"ל.

23 קידושין מא ע"א, ועיין ב"פרקי אהבה" לרב שלמה אבינר, עמ' 25-23 באריכות.

יש מקום לשאול מדוע כותבים חז"ל במספר מקומות הדרכה להתקדשות בענייני צניעות, אולם אין כמעט הדרכה להתקדשות בעניינים אחרים (אכילה, מוסיקה, ספרות, אומנות) מלבד הדרכות בענייני דרך ארץ או הלכות העוסקות באיסורים ממש!

לעני"ד, יש שתי סיבות, שמן הסתם הן רק חלק מסיבות נוספות:

1. יצר המין הוא החזק ביותר מבחינת עוצמת התאוה ומצד שני הצורך בשימוש בו הוא הכרחי לקיום הבריאה ולכן הצורך בהדרכה של התורה שתכוון ותיישר את האדם לדרך המאוזנת והמושלמת הוא רב ביותר.

2. אנו חיים בתוך עולם של "העלם", שבו מסתתר הקב"ה וצרכים אנו לגלותו. וא"כ באדם עצמו הגוף הוא הגלוי וכוחותיו הרוחניים נעלמים ממראה העין, לפיכך יש צורך רב יותר בהדרכה כיצד ליצור הסתכלות נכונה על חלקי האדם.

מוקד המאבק באדם הוא בין גוף לנפש או ליתר דיוק, בין נטיות בהמיות המתגלות דרך הגוף לבין נטיות אלוקיות.

כל הדברים שאיתם אדם מתעסק, הן מבחינה תרבותית (ספרות, מוסיקה, אומנות) והן מבחינת צרכיו הקיומיים (אוכל, בגדים) הם מקורות השפעה חיזוניים על אחד מצדדי המאבק: **חומריות או אלוקיות**. לכן צריך להדגיש קודם את השורש ולאחר מכן להדריך ולכוון את מקורות ההשפעה.

אמנם, יש לפעמים שהאדם והחברה כל-כך אטומים מבחינה רוחנית, כך שאין הם יכולים להבין את השורש ולכן צריך להתחיל דווקא מהדברים הצדדים ואח"כ להגיע לשורש ולמוקד, אולם חז"ל שמעבירים מסר לדורות מדגישים את השורש, כדי שלא נשכח מאין מתחיל כל עניין הצניעות.

בכל המאמר ניסיתי להדגיש שיש להסתכל על השקפת התורה בשני

מישורים:

(א) במישור ההלכתי - זהו מינימום שבו כל אדם צריך לחיות, בלעדיו הפרצות גדולות מדי ואין יכולת לאדם הפרטי להסתפק בשיקול דעתו לעומת מה שבחנו חז"ל במשך הדורות וביררו הלכה לציבור.

(ב) במישור ההדרכתי - חז"ל לדורותיהם השונים השאירו לנו הדרכות שונות כדי לכווננו אל דרך היושר והאמת. כל אחד לפי מדרגת עיונו בתורה מגיע אל הדרך המתוקנת ביותר בשבילו.

כאשר עולים במעלות שמעל דרישת ההלכה, דרוש עיון מצד האדם. האם התעלות בכיוון מסוים אינה גורמת לנפילה מכיוון אחר, וההתמודדות ושיקול הדעת נתונים לכל אדם כיצד הוא בוחר לעבוד את ה'.