

שער 1

חזק ויאמץ לבן

פרקי העשרה והדרכה בענייני
חינוך לצניעות בגיל ההתבגרות

- אין לעשות שימוש במידע שנחשף בשיחה אישית עם הנער/ה כנגדו/ה בהזדמנות אחרת.

אתם יודעים, רבותי, בכל חתונה שעם ישראל שר, שרים "עוד ישמע... בערי יהודה ובחוצות ירושלים", מסתמא יש לזה אלף אלפים טעמים. אבל אתם יודעים, כשאליעזר, השידוך הראשון, החתונה הראשונה, שהייתה של יצחק ורבקה, וזה בגלל שכשאברהם אבינו התחתן עם שרה, הוא עדיין לא היה בן ברית [=מהול]. רק אח"כ הקב"ה גילה לו ועשה ברית עם אברהם אבינו. אבל החתונה הראשונה הייתה של יצחק אבינו. אליעזר הלך למצוא את רבקה, וכתוב בתורה: "ויצא יצחק לשוח בשדה", יצחק אבינו הלך להתפלל שאליעזר יביא לו את בת זוגו. וכולם יודעים שבהמ"ק, הר הבית, הר הקודש, נקרא לפעמים "שדה". מדוע הוא נקרא "שדה"? בגלל שכתוב בנביאים: "ציון שדה תחרש". אז יצחק הלך, "ויצא יצחק לשוח בשדה", הלך להתפלל על עם ישראל, כי הוא ראה את בהמ"ק בחורבנו והלך להתפלל על בניין בהמ"ק. באותו הרגע ממש באה רבקה, "והנה רבקה". כלומר, הפעם הראשונה שיהודי ראה את בת זוגו, היה ממש בבית-המקדש! לכן אנו שרים כל הזמן, בכל חתונה, "עוד ישמע... בערי יהודה ובחוצות ירושלים", והאמת היא שכל חתונה היא בירושלים, אפילו אם היא בדאלאס או בסין. (ר' שלמה קרליבך, פתחו

שערי הלב, דברי שיר, עמ' 382)

"וה' יתברך יזכנו לעשות רצונו ולעבדו בלבב שלם".

והנה טוב מאוד

נחות החיים והרבייה בעין תורנית

העיסוק בענייני צניעות ובהכנה לקראת חיי משפחה בגיל הנעורים

אחד מן הנושאים המעסיקים ביותר את בני הנוער והמתבגרים הצעירים הוא תחום "בינו לבינה" וההתמודדות עם כוחות החיים והיצרים הגופניים הגואים, ובעיקר עם יצר העריות. לרבים מבני הנוער, הנמצאים בעיצומם של ימי ההתבגרות, עולות שאלות רבות בתחום המותר והאסור. כמו כן, רבים מהם לא מסתפקים אך ורק בשאלות אלו והם שואלים את עצמם שאלות נוספות מתחום ה"ראוי" וה"נכון". הם מבינים, אמנם, שעליהם לחכות לשלב המתאים על מנת ליצור קשר בר קיימא ויציב, אולם ערפל כבד מעיב על הציפייה הזו. הם עוסקים בשאלות שלא נותנות להם מנוח, ובהן: האם התורה אכן מתנגדת לחיים במובן הכי טבעי שלהם? ! מדוע הלכות צניעות כל כך מקשות על החיים? ! האם יש למה לצפות בעתיד בתחום זה, והאם הציפייה תשתלם?

ראוי לכל מחנך לעסוק במתן מענה לשאלות אלו במסגרת שיחה עם תלמידיו, וכבר ידועה הנחייתו של בעל החפץ-חיים, רבי ישראל מאיר הכהן מראדין, כי בימינו ראוי שההורים (והמחנכים) ישוחחו עם ילדיהם סביב ההגעה לגיל ההתבגרות בנושאים אלו. גם היום, לא כל המתבגרים והמתבגרות זוכים לשיחה חשובה כזו, בדברים שלהלן ניתן למצוא דברי רקע והקדמה שיסייעו בכך.

להורה והמחנך העומד עדיין נבוכ מול סוגיה זו נזכיר כי תחום זה מהווה חלק חשוב בתורה, ואין מניעה לעסוק בו בצניעות ובהירות הראויה. התורה כולה היא דבר ה' ויש לעסוק בכל חלקיה, וזאת בגיל ובעיתוי הנכון, ולא בכדי תיקנו חז"ל את הקריאה

1. "בזיכרוני, כשהייתי עלם כבן שש-עשרה שנה, קראני פעם ביחידות והעירני בזה הלשון, הלא אתה הולך ומתגדל, וכבר הגעת לפרק שצריך אנכי להזהירך, להתרחק מן הרהורים ומן כל דבר המביא לזה, כי מביא לידי מכשולים רבים, והזכיר לי מאמר חכמינו על ונשמרתם מכל דבר רע, שלא יהרהר ביום שלא יבוא וכו' ועוד דברים, וסיים אמנם איני חפץ להאריך בזה, כי ריבוי דברים בזה ג"כ מזיק, והכלל כמו שכתב הרמב"ם כי אין ההרהור מצוי אלא בלב פנוי מתורה, וצריך להשיא דעתו לתורה, שהיא אילת אהבים וכו' (מזיכרונות בנו, הגאון הרב אריה ליב הכהן, בתוך: כל כתבי חפץ חיים השלם ח"ג, ירושלים, תשל"ה, עמ' מא). ור' הרב שלמה וולבה, זריעה ובניין בחינוך, פלדהיים, תשנ"ו, עמ' נ.

בפרשת העריות לתפילת המנחה של יום-הכיפורים (מגילה לא, א), על מנת ללמדנו שגם כאשר אנו משתוקקים להיות כמלאכים, עלינו להיות מודעים לעצמתם של כוחות החיים (אבודרהם, תפילות יוה"כ). אכן, גם את הלכות צניעות וטעמיהן יש ללמוד וללמד בצניעות.

קושיה קיומית

מתבגרים דתיים רבים, ובמיוחד אלו המקפידים על קלה כבחמורה, חשים בקרבם את הניגודיות העצומה הקיימת בין דרישות ההלכה בתחום הצניעות לבין תביעותיהם הנפשיות והגופניות בתחום זה. בחויית הקיום שלהם הם חשים כי ההלכה מתנגדת באופן מוחלט לחיים הטבעיים. תחושת עומק זו לעתים עוטה על עצמה ניסוח פילוסופי, ובפיה הטענה: אם התורה אכן ניתנה על-ידי יוצר האדם, המכיר את טבעו, איך ייתכן שהיא סותרת תכונה טבעית מובהקת כל כך?!

מועקה נוראה שכזו, אם לא תזכה לאוזן קשבת ולמענה חינוכי ראוי, עלולה להביא את המתבגר הצעיר לעזיבת התורה ומצוותיה, או, לחילופין, לחטא של התכחשות לעצמיות עד לכדי חיים כפולים בין שתי מערכות הנמצאות בנתק מוחלט, "האני העצמי" ו"האני הדתי". זאת היא הטרגדיה הנוראה של תחום הצניעות, "צבת בצבת עשויה", את הקשר הזה קשה מאוד למתבגרים הצעירים להתיר בכוחות עצמם ובנקודה זו הם פונים להוריהם ומחנכיהם ומבקשים את עצתם והדרכתם, "אוי לי מיוצרי אוי לי מיצרי" (ברכות סא, א).

"וחי בהם"

ראשית, נאמר באופן הברור ביותר: היהדות מקדשת דווקא את החיים ולא את ההימנעות מהם. הברכה האלהית הראשונה לבני המין האנושי הייתה: "פרו ורבו" (בראשית א כב) - יישוב העולם ותיקונו. מגמתן של הלכות צניעות אינה להילחם בכוחות החיים ולמעטם כי אם למנוע את סילופם של כוחות החיים ורגשות האהבה ואת המדרון החלקלק המוביל לתאוה הרסנית, המפוררת את יסודות הקיום החברתי בעולם (ר' מורה"נבוכים ג: מט).

על הפסוק "וירא אלהים את כל אשר עשה והנה טוב מאוד" (בראשית א לא) אומר המדרש: "וְהֵנָּה טוֹב" זה יצר טוב, "וְהֵנָּה טוֹב מְאֹד" זה יצר רע. וכי יצר הרע טוב

מאוד? – אתמהא! אלא שאילולי יצר הרע לא בנה אדם בית ולא נשא אשה, ולא הוליד בנים ולא נשא ונתן (בראשית רבה ט: ט).

יצר הרע נקרא "טוב מאוד" והוא מאפשר את המשך קיומו של העולם. זאת ועוד, הגמרא בתחילת מסכת חגיגה קובעת כי "לא נברא העולם אלא לפרייה ורבייה, שנאמר: "לא תוהו בראה, לשבת יצרה" (ישעיהו מה יח), וכך אמר הנביא ישעיהו לחזקיהו מלך יהודה, שהיה מהמלכים הצדיקים ביותר שקמו לעם ישראל, שנגזרה עליו מיתה בעולם הזה ושאין לו חלק לעולם הבא משום שבטל מקיום מצוות פרייה ורבייה, וזאת למרות שלכאורה היו לו נימוקים מוצדקים לכך (ברכות י, א).

דוגמה מאלפת למצב שהיה שורר בעולם ללא כוחות החיים והרבייה ניתן למצוא במסכת יומא (דף סט, ב), שם מתארת הגמרא שבראשית ימי הבית השני, בעקבות חולשת בני דורם, אנשי כנסת הגדולה ביטלו את יצר העבודה-זרה והעבירו אותו מן העולם. לאחר מכן, ברצונם לנצל את רצון זו, ביקשו רחמים על מנת שיתבטל גם יצר העריות. אולם מהר מאוד הם נוכחו לדעת שאין העולם יכול להתקיים בלעדיו, וזאת משום שאפילו בעלי-החיים הפסיקו להתרבות, ועל כן הסתפקו בהחלשתו, מה שגרם לכך שאדם לא יתאוה לקרובות משפחה מדרגה ראשונה.

מקור היצרים - בקדושה

בנקודה זו ראוי להרחיב מעט. מהו מקור של דחף החיים המתגלה במשיכה המינית? הכוונה איננה לשאול כיצד מתרחש תהליך זה מהבחינה האנטומית או ההורמונלית, אלא לברר מהי הסיבה האמונית לכך שהאדם כך שמוטמעת בקרבו משיכה חזקה כל כך לצורך זיווגו?

על מנת להשיב לשאלה זו, יש לעסוק באחד מסודות הבריאה: "סוד הנסירה". הגמרא (ברכות סא, א; עירובין יח, א) מתארת את האדם הראשון כיצור המורכב מצד זכרי וצד נקבי המחוברים זה לזה, "זכר ונקבה בראם ויקרא את שמם אדם" (בראשית ה, ב), "אחור וקדם צרתני ותשת עלי כפוך" (תהלים קלט ה). ודאי שדברים אלו עמוקים מאוד ואין להבינם כפשוטם (ע' גבורות השם, פרק סח; גור אריה לבראשית ב ז), אולם הכיוון הכללי הוא כי משמעותה של יצירה אלהית ראשונית היא כקביעת היעד, הגדרת המטרה שאליה יש לשאוף; כלומר: יצירת ישות אחת המורכבת מצד זכרי (משפיע) וצד נקבי (מקבל). אדם לא "בחר" בחוה לבת זוגו, אלא היא נוצרה כחלק ממנו, אחר כך ה'

הפריד את "הצלע" הזו מהאדם, והיא הפכה לישות עצמאית ("עזר כנגדו"). לאחר מכן, ה' הפגיש אותם בשנית והם התחברו מתוך מודעות עצמית וזכו לברכת ה'.

המעשה האלהי בבריאת האדם מעלה את השאלה הפשוטה: אם ה' רצה שאדם וחוה יהיו מחוברים, מפני מה הפרידם? ואם רצה שיהיו נפרדים, מפני מה בראם מחוברים?

התשובה לשאלה זו, תפתח לנו פתח להבנת מהותה של ברית הנישואין. היצירה הבראשיתית הכופה את מצב האחדות המוחלטת נועדה על מנת לאפשר את היתכנותו של החיבור בין האיש לאישה מלכתחילה. שהרי, לולי היו הזכר והנקבה במהותם "אחד", לא היה אפשרי ששתי מהויות שונות כל כך זו מזו תתאחדנה ותהפוכנה למציאות אחת. על כן, ה' יוצר את האיש ואת האישה מלכתחילה מחוברים, ובכך מאפשר את ההתחברות העתידית העצמית שלהם מתוך בחירה ורצון עצמי על-ידי החלטתם להתחבר בחזרה ולחיות במשותף. יתרה מזו, דווקא הפירוד הפיזי הוא המעיד על החיבור הנפשי העמוק, שהרי במצב שנוצר לאחר הנסירה, כל אחד מהם יכול היה לפנות לדרכו וללכת לאשר יחפוץ, ומשלא עשה כן, הראה את קישורו העמוק כלפי השלמתו דווקא על-ידי בן זוגו, המנוגד אליו. "על כן יעזוב איש את אביו ואת אמו ודבק באשתו והיו לבשר אחד".

פעולת החיבור הפיזי בין האיש לאישה מכונה בתורה "ידיעה" – "והאדם ידע את חוה אשתו" (בראשית ד א). "ידיעה" היא הדרגה הגבוהה ביותר של חיבור. דווקא בפעולת הזיווג נמצאת הקדושה העליונה, מפני שבה לא רק נשמתם הרוחנית של בני הזוג מתאחדת, אלא גם גופם הגשמי (ע' בשל"ה הקדוש, שער האותיות, עמק ברכה, עה: "אין קדושה בכל הקדושות כקדושת הזיווג"). דווקא האדם הוא המחבר בין רוח וגשם, ובין שמים לארץ, מפני שהוא עצמו מורכב משתי המהויות הללו (דרך השם ח"א, פרק ג).

המעשה היוצר את חלות האיחוד המחודש שבין האיש והאישה, נקרא "קידושין", לאמור: יש כאן הופעת קדושה! וכך אנו מברכים תחת החופה: "אשר קידשנו במצוותיו וציוונו על העריות ואסר לנו את הארוסות והתיר לנו את הנשואות לנו על-די חופה וקידושין... מקדש עמו ישראל על-ידי חופה וקידושין".

"הרי את מקודשת לי", אומר החתן, מלשון "הקדש", משמע: מיוחדת לי ומזומנת לי (תוספות קידושין ב, ב ד"ה "דאסר"). זהו מקורם של כוחות החיים. לא יצריות ותאוה שפלה יש כאן, כי אם קדושה ועשיית רצון ה' וממילא התחברות אליו, ולכן "איש

ואישה, זכו – שכינה בניהם” (סוטה יז, א). כאשר הם מתאחדים, אזי ה' בעצמו נעשה שותף אתם בהופעת חיים חדשים בעולם (גדה לא, א).

”חולת אהבה אני”

בספרי הנביאים והכתובים נמשלת מערכת היחסים בין כנסת-ישראל לקב”ה למערכת יחסים בין איש לאשתו. הדוגמה הבולטת ביותר לכך “שיר השירים”, שהוא, כדברי ר”ע, קודש קודשים (ידיים ג: ה), וכן פסוקים רבים בהקשר הזה מופעים דווקא במגילת איכה, מגילת החורבן: “בתולת ציון”, “הייתה כאלמנה”, ועוד.

הגמרא במסכת יומא (נד, א) אומרת שבקודש הקודש היו הכרובים בדמות זכר ונקבה, וכשהיו ישראל עושים רצונו של מקום היו מעורים זה בזה “כמעט איש ולויות”. עד כדי כך מגיעים הדברים! דבר זה לא יכלו הרומאים הערלים (כלומר: אטומים רוחנית) להבין, וכאשר נכנסו להיכל חשבו שישראל שטופים בתאוות ח”ו (כמותם). וכן חז”ל לימדו אותנו שעל הפקפוק בייחוס קדושה לענייני הזיווג נסמית (התעוורה) עינו של בלעם הרשע. “מי מנה עפר יעקב ומספר את רובע ישראל” – בלעם לא האמין ביכולת של קידוש המעשה הטבעי והפשוט, וחשב שזהו גנאי לייחס לרבש”ע מעורבות בו (גדה לא, א). דברים חריפים מאוד בנושא זה נכתבו על-ידי הרמב”ן, מגדולי הראשונים, באיגרת מיוחדת שכתב בנושא: “איגרת הקודש” (כתבי הרמב”ן, מוסד הרב קוק).

דווקא המינות הנוצרית, שלא יכלה לסבול את מחשבת אחדות ה' עד אשר פגמה באחדותם של מרכיבי החיים היותר יסודיים, הרוח והחומר, וגרמה לנתק ביניהם, היא זו אשר דוגלת בדיכוי כוחות החיים של האדם כאידיאל דתי, “אשרי הגבר אשר יסרס עצמו למלכות שמים”, נאמר באוון-גיליון. לנזירים ולכמרים (הקתולים) אסור לשאת אישה, וכן נאסר עליהם להרבות בצבירת רכוש גשמי.

בישראל, לעומת זאת, האיש הקדוש ביותר, הלא הוא הכהן הגדול מאחיו, חייב להיות נשוי בעת עבודתו במקום הקדוש ביותר – בית-המקדש, ביום הקדוש ביותר בשנה – יום הכיפורים, וזאת משום שנאמר בו “וכפר בעדו ובעד ביתו” (ויקרא טז, ו) וחז”ל קיבלו שהכוונה במילה “ביתו” היא לאשתו (יומא א: א). אדם שאינו נשוי חסר את חוויית החיים הפשוטה, הטבעית והנורמלית, ועל כן אמרו חז”ל כי “כל אדם שאין לו אישה אינו קרוי אדם” (יבמות סג, א).

את חומר הגלם לבניית כיור הנחושת במשכן העדות תרמו הנשים, אותן הנשים שהיו מקושטות במצרים. הן הביאו את המראות שבהן היו מתייפות ומעוררות את תשוקת בעליהן במצרים, "תחת התפוח עוררתין" (שה"ש ח ה), ועל-ידי כך גרמו להמשך קיומו של העם היהודי כאשר הגברים היו שבורים ורצוצים מעול הנוגש המצרי (תנחומא, פקודי, ט). ועוד נאמר במדרש (שמות רבה א: יב) שהן היו הנשים הצדקניות שבזכותן נגאלו ישראל ממצרים. על כן, דווקא מראות אלו נתרמו למשכן וביותר יועדו לכיור הנחושת, שממנו קידשו הכהנים את ידיהם ורגליהם בהיכנסם לעבודה מדי יום, וכן ממנו היו משקים את האישה הסוטה, שלא למדה ממעשי אותן נשים צדקניות והפכה במעשיה ("מעשה בהמה") את היופי האסטטי למקור פירוד, במקום למקור של איחוד.

"היום יום הולדת"

כידוע, גיל החיוב במצוות שונה בין המינים. אצל הבנים הוא שלוש-עשרה (אבות ה: כא) ואילו אצל הבנות – שתיים-עשרה (כדעת רבי בגמרא, נדה מה, ב). ככל שיעורי תורה, זוהי הלכה למשה מסיני (ש"ת הרא"ש, כלל טז; ש"ת מהרי"ל, סי' נא). אולם, מלבד מניין השנים, אין הילד נעשה לבר-מצווה עד שיהיו לו גם שתי שערות (הנקראות סימנים) במקום הערווה (נדה מו, א), הווי אומר: אין די בבשלות שכלית, יש גם צורך בבשלות מינית. השינויים במקומות צנועים שבגוף מסמנים את עובדת הפיכתו של הילד הקטן לאדם בוגר המסוגל להוליד ואת בשלותה של הנערה להפוך לאם.

המשמעות האמונית של התהליך הפיזיולוגי היא כבירה. הקב"ה הפקיד בידי בני הנעורים פיקדון יקר, אשר יאפשר להם, בבוא עתם, להיות שותפים לקב"ה במעשה בראשית, בהעמדת דורות המשך שישביחו את מעשה ה' שבבריאת העולם. ולכן מוצבת בפניהם הדרישה לשמור אמונים ולא למעול בשליחותם ולהעביר את הפיקדון הלאה, לדורות הבאים, בקדושה ובטהרה.

לנצח ולייסד את ה"מלכות"

האנושות כולה מאוחדת בכמיתה לחיים. האדם, באשר הוא, מחפש את "עץ החיים" ומתייסר במאבקו עם מר המוות, וזאת משום שהכמיתה לחיים גנוזה עמוק בנפשו.

באדם ישנה מציאות רוחנית, נשמה, שמקורה הוא בעולם ללא זמן, היא מעל מושגי הזמן ונצחית. נצח אינו רצף של זמן בדידי אינסופי, אלא מהות אחרת, אופן קיום אחר, ללא זמן, ללא קצבה וללא הגבלה. האדם כמה לחיות לנצח. הוא רוצה להיות בן אלמוות, כמו נשמתו.

אולם, כיצד מיושם הדבר בפועל? מסביר הרב קוק כי יש רק שאיפה אחת הגוברת על רצונו של האדם לחיות והיא רצונו להחיות שאיפה זו מתממשת באמצעות ילדיו. וכך כתב הרב:

יצרא דעריות יוכל ללפף [=לאחר] את האדם יותר עמוק מהשורש של קישור החיים שלו עצמו, מפני שהוא נעוץ בנטיית המשך החיים של הדורות כולם... ולעומת זה [=במקביל לכן] בקדושה יכולים לעלות על ידי קדושת הברית למדרגת דוגמא של צדיק בכל הדורות. (שמונה-קבצים א: שנו)

כוח ההולדה הוא יסוד התחברות האדם אל הנצח. על כן הקפידו חכמים, ובעיקר המקובלים, בעלי הסוד ופנימיות התורה העוסקים תדיר בחיבור זה אל הנצח, בהדרכתם על שמירת כוחות החיים בקדושה ובטהרה והכנתם לקראת ייעודם (האר"י, שער רוה"ק, תיקון כז).

מקור החומרה היתרה שהתורה מייחסת לחטאי עריות הוא בכך שגילוי עריות הוא ניתוק כוח הנצח ממקורו, זוהי חתירה תחת המרקם החוקי המוחלט המהווה את הבסיס המוסרי לקיום העולם וגורם בכך סכנה ממשית להמשך קיום העולם.

כהכנה חשובה, לפני שיעסקו בבוא העת בהעמדת תולדות ובקיום העולם, מוטל על המתבגרים הצעירים בני דורנו תפקיד חשוב. עליהם לברר את זהותם, לבנות את אישיותם ולגבש את חוסנם, תוך עיסוק בבניין "האני הפרטי" לקראת היכללותו המיוחדת ב"אני המשפחתי" ו"האני הלאומי".

על כל נער ונערה לשאול את עצמם: מה תפקידי ושליחותי בעולם ומה עלי לעשות על מנת למלא אותה בהצלחה? כיצד אני רוצה שמשפחתי תיראה בעוד מספר שנים? על אלו ערכים אהנך את ילדיי בבוא העת?

אמנם, בתהליך זה יש עליות וירידות, ולחצי הסביבה המתירנית והרוחות המנשבות בה מעמידות בפנינו אתגרים רבים, אולם לא מפני קשיי הדרך ואתגריה נשכח את היעד הגדול שלקראתו אנו מתקדמים. ואי"ה, יום אחד אנחנו נגיע. "אם אשכחך ירושלים תשכח ימיני" (תהלים קלז ה).

יצא דערויות לקראת שיבת הנבואה

שיחה על אתגרי שמירת הברית בדורנו

מכתב ברכה מאת הגאון הרב משה יחיאל צוריאלי לשיחה זו:
כבוד ידידי הרב שליט"א,

קראתי בתשומת-לב דברים נפלאים שקיבצת והסברת בחוברת "שמירת הברית בדורנו" ואני סבור כי חובה רבה לפרסם אותה בין כל אוכלוסיות הנוער, בני תורה. אין פגם שמדברים על נושא זה, וכמו שחובת כל אדם מגיל עשר ללמוד משניות, כולל מסכת נדה, ומגיל חמש-עשרה גם עוסק בסוגיות של מסכת נדה. גם סגנון דבריך אינו מעורר גירוי יצר. וגם מגיל חמש לומד על מעשה לוט, ומעשה תמר, ומעשה יוסף, ומעשה דוד וכתב שבע וכו'. התורה היא קשורה לחיים המעשיים. השיטה שאתה מציין הוא לא להשאיר מוחו של האדם חלל ריק. אבל אם עסוק הוא ב"שויתי ה' לנגדי תמיד" וגם בהזכרה הקבועה שאנו עומדים מול הנוכחות המוחלטת, וכל מעשינו הם בשירותו של מלך מלכי המלכים, זה עצמו מציל אותו. חשובים מאוד דברי עידוד שהבאת מדברי הרב צדוק ומדברי הרב קוק ואחרים, כדי שהאדם לא ייפול ברוחו. וכדברי חז"ל (אבות ב: יג) "אל תהא רשע בפני עצמך", כלומר בל יטעה האדם: "כאשר אבדתי אבדתי". אלא "לעולם יראה אדם את עצמו כחציו חייב וחציו זכאי" (קידושין מ, ב) ויאמר "כגון אנו בינונים" (ברכות סא, ב). צריכים להגיד לכל הצעירים, "כל הגדול מחברו יצרו גדול הימנו" (סוכה נב, א) אבל בסופו של דבר, יצרנו מסור בידינו, למרות כל הגירויים השטניים. ואם (משלי כד טז) "שבע יפול צדיק"

* שיחה שנאמרה בפני תלמידים בישיבה תיכונית בכיתה י"א, תשע"ג. על אודות העיסוק בעניינים אלו עם תלמידים, ר' העמק-דבר (ויקרא טו ב): "לפי שקשה לדבר בענייני זיבה וקרי שהוא באיברי הזרע שמתפעלים במחשבה, והיינו סבורים שיותר טוב למעט הדיבור והלימוד בהם, ורק משה הוא מוכרח ללמד ישראל הקבלות שיש לו בעל פה שלא יאבדו מישראל, אבל אחר שכבר לימדם שוב אין המצווה להגות בהם כמצוות ת"ת שהמה למצווה אפילו בלי תועלת למעשה ולזכירה, משום הכי כתיב בפרשה זו 'ואמרתם אליהם', שגם אהרן ילמד עם ישראל אחר שכבר למד משה בסדר המשנה כמנהגו וה"ה כל רב לתלמידיו, ומשום שבאמת בלימוד התורה אין יוצא רע והיא אילת אהבים ויעלת חן".

וכך הייתה הדרכתו של מרן החפץ-חיים לדבר עם הבנים הגדולים בעניינים אלו, ותלמידים הרי הם כבנים (ר' על כך זריעה ובניין בחינוך, שם), ור' עוד בנושא זה בהסכמות מו"ר הגר"א שפירא והגר"מ אליהו לחוברת והייתם קדושים, בעריכת יגאל אבן דנאן ודניאל גאמס, תשנ"ז.
1. עורך סדרת הספרים אוצרות-הרא"ה וספרים נוספים.

העיקר הוא כי אח"כ "וקם". וגם יוסף הצדיק, שזהו הנקרא "צדיק" והוא ביסוד, נכשל בחטא זה, אבל עדיין נקרא "צדיק" כי היה לוחם נגד היצר. המלחמה היא החשובה, ולא תמיד הנצחון. ואשריך שנתת כלי נשק כיצד יתמודד האדם הנבון והחכם לשלוט על המקשים של המחשב, ולא ישוטט בשדות זרים. "לך בכוחך זה, והושעת את ישראל!" (שופטים ויד).

השמח במפעלך, משה צוריאלי.

"דור אחרון" ושיבת הנבואה

מעולם, בכל תולדות עמנו ועד עצם היום הזה, לא ניצב בפני נער יהודי בגיל העשרה אתגר רוחני כפי שניצב בפני נער מתבגר, דתי, בן ימינו. ניתן לקבוע ברמה גבוהה של ודאות, שלא היה ניסיון כזה בכל הדורות שלפנינו. הניסיון של הדור האחרון מבחינה רוחנית הוא "שמירת ברית קודש", כך מובא במקומות רבים².

בעבר הרחוק וגם הקרוב, אדם שרצה לעבור על עבירה מתחום העריות היה נזקק בדרך כלל למאמץ גדול כדי לעשות זאת. גם על מנת לחטוא בחדרי חדרים היה נדרש מאמץ מסוים. ענייני ניאוף וזימה נחשבו לתאוות אסורות שאדם מן היישוב מובדל ומופרש מהן ויורא שמים היה מסוגל לקיים את ההלכות הקשורות לתחום זה בהשקעת מאמץ סביר.

לעומת זאת, בדורות האחרונים, בעקבות שינויים רבים בחברה ובתרבות הכללית ובמיוחד עקב התפתחות המדיה הוויזואלית, המצב השתנה שוני מהותי. הנורמה המקובלת כיום גם בקרב חוגים דתיים שונים היא לראות את הלכות צניעות וקדושה כחומרות הנוגעות ליחידים-סגולה ולעומת זאת לראות את ההליכה אחר שרירות הלב³ כבריאות וכנורמליות⁴. מצב זה, עלול לגרום לחולשת לב פנימית לאותו "חיל אשר

2. למשל צדקת הצדיק לרבי צדוק הכהן מלובלין (אות קט): "הוצאת ז"ל... ובעקבי משיח מתגבר מאד עוון זה, וכמו שכתב בספר ראשית חכמה כי כמעט אין אדם בדורו שניצול...". "עיקר הניסיון של כל אדם בעולם הזה הוא בתאוה הזאת של ניאוף... (שיחות הר"ן, קטו).
3. כדוגמת רחצה מעורבת, אי הקפדה על דיני ייחוד ודיני נגיעה של חיבה, מראות אסורים ועוד.
4. הגמרא במסכת סנהדרין צז, א צפתה שבעקבות משיח יתרחשו השינויים הללו. וכך מובא שם: "מאי יסור מרע משתולל" (ישעיהו נט טו) ? אמרי דבי ר' שילא: כל מי שסר מרע - משתולל על הבריות". פירש שם רש"י (ד"ה משתולל על הבריות): "כל העולם אומרין עליו שוטה הוא. היינו משתולל לשון שטות כמו מוליך יועצים שולל".

נגע אלהים בלבבם" (שמואל א' יכו) אשר מנסה ללכת על פי "דבר ה' – זו הלכה" (שבת לקח, ב) חרף הקשיים הסביבתיים והפנימיים.

לאותם נערים יקרים וחביבים אנו רוצים לומר כמה מילים, שאנו תקווה שייסעו להם להשיב אל לבבם את הדרכת התורה.

ראשית, ננסה להתבונן על פשר השינוי ביחס לענייני עריות, שעליו עמדנו לעיל. ישנה מסורת עתיקה המקובלת באומה⁵ כי סמוך לביאת המשיח תתחדש הנבואה, ואכן, רבים וגדולים מבין המקובלים שבחכמי ישראל בדור האחרון⁶ ראו את דורנו, דור ה"אתחלתא דגאולה", כדור התנוצצות שיבת הנבואה⁷. היעד של שיבת הנבואה הוא הגורם להתערורותם המחודשת של יצרא דעבודה-זרה, שמובנו תגבורת כוחות החיים באופן לא מרוסן, ויצרא דעריות, שמובנו תגבורת מיוחדת בענייני עריות⁸.

5. וכ"כ הרמב"ם באיגרת תימן: "יש אצלנו קבלה גדולה ונפלאה קיבלתי אותה מאבי שקיבל מאביו ומאבי אביו והוא קיבל הדבר וכן הדבר עד תחילת הגלות של ירושלים... שבנבואת בלעם רמז שתחזור הנבואה לישראל אחר שתפסוק מהם... ואין ספק שחזרת הנבואה היא הקרמת המשיח, שנאמר: 'ונבאו בניכם ובנותיכם' (יואל ג א)". גם רס"ג באמונות ודעות (מאמר ח) מאמץ מסורת זו, ועוד רבים וגדולים.

6. וכך כתב מרן הרב קוק אשר "גם הוא על המקובלים ייחשב": "באמת, חסרון רוח הקודש בישראל הוא לא חסרון שלמות, כי אם מום ומחלה, ובא"י היא מחלה מכאבת, שהיא מוכרחה להירפא, כי אני ד' רופאך..." (אורות, אורות ישראל ט: ז). וביתר פירוט כתב: "אל מעין הנבואה הננו נקראים, צחי צמא אנחנו, אבל מעין גנים, מקור מים חיים, לפנינו הוא... מרוחו של משיח זורמים ונושבים רוחות, והנם באים עדינו. הננו מתקוממים, מתנערים ומבקשים חיים חדשים, חידוש ימים כקדם" (שמונה-קבצים ד: כא). וכך כתב תלמידו, "חוקר ומקובל", הרב הנזיר: "אמנם בתחיית הקודש, בתחיית האומה ושובה לארץ קדשה, בקיבוץ גליות ובנין המדינה, הכרח הוא, שתקום ותתחדש רוח הנבואה בישראל, חוזים ונביאי קודש..." (מגילת סתרים, יומני הרב הנזיר, נכתב בתשכ"א).

7. "דור חדש יקום. בנים בני חורין ייוולדו. בתחיית ישראל המדינית בארץ קדשו. ישוב בו רוחו. מקור מחצב נשמתו, רוח הנבואה" (הרב הנזיר, קול-הנבואה, עמ' ה). וכן כתב אחד מגדולי המקובלים בדור הקודם, הרב יהודה זרחיה סגל, במכתבו לרצי"ה קוק, אודות יום העצמאות: "... ביום גדול זה אשר בו מוקם כבוד שמים ומוחזרת השכינה לישראל כי כבוד ה' המחולל בגויים הולך ומתקדש בעצם קיום המדינה ומרכזו לנדחי ישראל וממנה יתד וממנה פינה לחלוצת הנבואה בעמנו שע"ז יתעוררו לבניין הבחירה (ע' זבחים סב, א – ג' נביאים וכו') ולקיים המצוה של בניין הבית כראוי ואז בוודאי ובוודאי יבוא קץ הפלאות והעבודה בו תעורר רחמי הקב"ה לשלוח לנו בן דוד משיחו..." (מכתב שפורסם לראשונה ע"י ר' שאול שיף, הצופה, תשס"ב).

8. הגמרא במסכת יומא טט, ב עוסקת בקשר שבין ביטול יצרא דע"ז והחלשת יצרא דעריות לבין הפסקת הנבואה, וכך כתב ר' צדוק הכהן מלובלין ברסיסי לילה (יג): "כפי המעלה והשלמות שיש לאדם כך לעומתו חסרון כנגדו ממש כפי ערכו... ובהיות יצרא דע"ז שליט, היינו להיות אור

בשונה מתפיסה אמונית פשוטה, המבוססת על הצד הגלוי של המציאות בלבד⁹, והמזהה בהתעוררות יצרית זו אך ורק ביטוי להפקרות ולירידת הדורות, הרי שמבט פנימי יותר¹⁰, המבוסס על הבנת תהליכי העומק של פנימיות התורה והנהגת

הנבואה נגלה, אז להיות רואה בעין מראות אלהים מזה נמשך יצה"ר לעשות אלהים אחרים הנגלים לעין. ולכן אמרו ביומא דכשביטלוהו אנשי כנה"ג אמרו 'לא איהו ולא אגריה'. פירוש אגריה – שלמות הנמשך ממנו, כי מעת שנעקר יצרא דע"ז נסתלקה נבואה מישראל".
 ור' עוד אדר היקר, עמ' ל-לא: "... מאז שבטל יצרא דע"ז, נסתלק כח החיים הרענן של יסוד האהבה האלהית מן העולם. כח האהבה האלהית, ככל כח טבעי בלתי מעובד שבנפש האדם, צריך הוא ללימוד של פיתוח וכשרון עבודה. פיתוח האהבה האלהית תלוי ודאי בדרישתה של תורה, בכל מילואה לכל צדדיה, 'ואהבת את ה' אלהיך בכל לבבך ובכל נפשך ובכל מאורך' [...] ומתוך כשלון כח המוסרי, שלא היה אפשר לישראל לקבל רוב טובה של החיים הבריאים והטובים, עד בוא 'יום חבוש ד' את שבר עמו ומחץ מכתו ירפא', היה הכרח למעט צביון החיים מיסודו, הפראי הטבעי, לבטל יצרא דע"ז, שאמנם היה 'כגוריא דנורא בבית קדשי הקדשים'; הכח הרענן של האהבה הכללית לאלהות, שעמד על טבעו החזק, ממנו לוקח היסוד לעבודת הקדש, בעלותו עד מקומו ושרשו ועד תעודתו במציאות החיים הכלליים. אבל מאז אבד כח החיים של האהבה את ערכו הטהור, הרומנטיקה עם כל סעיפיה לא תוכל עוד להחזיק מעמד בטהרתה, "מיום שחרב בית-המקדש ניטלה... וניתנה לעוברי עבירה...."

9. "אנו רואים שכשמביטים על העולם לשפטו מצד ההשפעה של הנגלות שבתורה לבד, בלא השפעתה של תורת חסד הנובעת ממקור ההשכלה האלהית הצפונה, מתגדלת מאד מדת הדין, שנאת הבריות ויאוש מכל צד, ואין דרך לעמוד במעמד נפשי מתובל בקדושה בדור שפרצות רבות מזדמנות בו, כי אם בהצטרפות של הדייקנות העולה מהשפעתה של התורה הנגלית עם חסדה ואור פניה של התורה הצפונה, שאז מתמזגים החסדים והגבורות ביחד וכאים לידי מיתוק" (אורות-התורה י: טו).

10. "לפעמים יש מנהיג גדול והדור אינו מתוקן, ולעומתו מנהיג קטן ממנו, אבל הדור מתוקן הוא. ודורו של שלמה יותר גדול הוא משל משה, אלא שאין העילוי בדור עצמו, אלא בכלל סדר העולם, וע"פ סדר העולם היה אז הכל מתוקן, סיהרא באשלמותא בימי שלמה. אמנם יש ביסוס עולם מצד פנימיותו ויש ביסוס מצד חיצוניותו, ובכלל מצד החיצוניות, כל ימי החורבן אין לך יום שאין קלתו מרובה משל חברו, אבל מצד הפנימיות העולם הולך ומתבסס. ועקבתא דמשיחא הוא מצב של ירידה חיצונית וביסוס פנימי, ע"כ הוא מביא לאורו של משיח שבו מתמלא הכל, גם הביסוס החיצוני, כי כשהפנימיות מבוסמת, קל הוא מאד לבסס את החיצוניות. ובעלי רזין צריכים הם להודיע לעולם, שהירידה שלו היא רק חיצונית, אבל בפנים הכל מתעלה, וממילא ההארה היא גדולה. ועצם הנשמות גדולות הן, וגם בתוך החוצפא יש גדלות וקדושה. וכי יבא כנהר צר רוח ד' נוססה בו. והתשובה בזמן הזה היא תמיד תשובה עילאה, תשובה מאהבה, שזדונות נעשים זכיות גמורות, והחטא אינו יכול לפגום כ"כ כבדורות הראשונים, מפני רוב הביסוס של העולם ושפע הרחמים והחסדים שזורחים בו. והצדיקים שבדור יכולים להמשיך שפע של חסד גדול כזה, עד כדי למחוק לגמרי את כל עוונות הדור ולהפכם לזכיות ממש, גם בלא תשובה גלויה מצד הדור, כ"א ע"י התשובה השכלית של הצדיקים לבדם, שהם שבים בעד הדור כולו, ובמחשבתם הם מחברים אליהם את כל הנשמות כולן של הדור, עד שהן מתחברות עמהן, ונעשו כולן שלמות

ההיסטוריה על-ידי רבש"ע, "קורא הדורות מראש" (ישעיה מא ד), מזהה כאן מגמה אחרת, "תת-קרקעית", החבויה בתוך המגמה הגלויה, והיא תכליתה של אותה התעוררות יצרית ומתרחשת באמצעותה, "כי יבוא כנהר צר – רוח ה' נוססה בוי" (ישעיהו נט יט), "והיה על מצלות הסוס – קודש לה" (זכריה יד כ). מבט זה מלמדנו כי ההתעוררות היצרית בתקופתנו נובעת מתוך שהגיעה העת שבה על עבודת ה' לצאת "מן המצר", מן הצמצום ה"מחניק"¹² שבו הייתה שרויה במהלך ימי הגלות¹³, ולשוב למקום הראוי לה, "מרחביה"¹⁴.

כל זאת, כנאמנות להדרכת חז"ל (ברכות ט: ה): "ואהבת את ה' אלהיך בכל לבבך... בשני יצריך, ביצר טוב וביצר רע". זהו החידוש המיוחד של תקופתנו, ואכן, זוהי תורה רחבה, המזיקקה לימוד והעמקה בשאלה: כיצד עובדים את ה' עם שני היצרים, עם הגוף¹⁵ וכל כוחות החיים, ולא מסתפקים אך ורק בצדדי השכל הטהור והשאיפות הרוחניות והמוסריות.

תורה רחבה זו, "תורה דלעילא", נתבעת מבני הדור החדש, "דור הגאולה", הנקראים לדעת "להפוך חושך לאור ומר למתוק"¹⁶. וזאת יש להבין, אדם הנטול כוחות חיים לא יכול לעבוד את ה' כראוי. אדם שלא חשק באהבה כלל¹⁷, או אדם שלא מצא את עצמו מתמודד מול היכולת למשול ברוחו, להיות "טוב אך אפים מגיבור ומושל ברוחו מלוכד עיר" (משלי טז לב) ו"להרגיז יצר טוב על יצר הרע" (ברכות ה, א), מה הוא

ומזוככות. וההזרחה החיצונית החסרה להם מתמלאה מיד מהבהקת האור שבנשמת הצדיקים, מה שלא היה אפשר לעשות בעת חסר הביסוס הפנימי" (שמונה-קבצים א: תרסט).

11. ע' נצח-ישראל, פרק לט.
12. "... וחבלי משיח הפנימיים הם חבלי משיח עצמו: הירידה למעמקי הסבות של כל מוחין דקטנות הם הם יסורי חנק לרוחא דמלכא משיחא דבגלותא בתראה בסיפיה, המתקן את הצעדים האחרונים, 'אשר חרפו אויביך ד' אשר חרפו עקבות משיחך, ברוך ד' לעולם אמן ואמן'" (שמונה-קבצים ד: לב).
13. כדברי הגמרא (ברכות ח, א): "מיום שחרב בית-המקדש אין לו לקב"ה בעולמו אלא ארבע אמות של הלכה", ועל כך נאמר בגמרא: "אין לך ביטול תורה גדול מזה..." (חגיגה ה, א)
14. ע' בספר קול-התור, פרק ב, אודות משמעות שם זה בתהליך הגאולה.
15. על מצב הגוף לעתיד לבוא כתב הרמח"ל בדעת-תבונות (פח): "ויהיה כולו כרוך אחר הנשמה, בלתי מתפרד ממנה, כי לא יעשה דבר לבדו, ולא יהיה ברצונו מה שלא יהיה ברצונה, עד שכמעט לא יהיה נבחן לדבר בפני עצמו, אלא כמו מובלע בין כוחות הנשמה הטהורים".
16. זוהר ח"א ד, א.
17. "מי שלא חשק לאישה דומה לחמור, ופחות ממנו. והטעם – כי מהמורגש צריך שיבחין העבודה האלהית" (רבי אליהו ד-יודאש, ראשית-חכמה, שער האהבה, סוף פרק ד, בשם ר"י דמן עכו).

יכול להבין באהבת ה'?! מה הוא מבין ב"וארשתוך לי לעולם"?! (הושע ב כא) או ב"אוזר ישראל בגבורה"?!

ובאמת, קטונתי לדבר בפניכם בדברים העומדים ברומו של עולם, אך "אוי לי אם אומר ואוי לי אם לא אומר", ואני מדבר בפניכם "לא מפני שיש בי כוח לדבר אלא מפני שאין בי כוח לדום", בראותי את המבוכה הגדולה שבה בני הנוער שרויים נוכח התמודדות זו.

"ה' שפתי תפתח" ו"דאגה בלב איש ישיחנה"

אפשר וצריך לעסוק בנושא זה משתי בחינות. אפשר לדבר על "סור מרע" ואפשר לדבר על "עשה טוב". אך לפני כן, צריך להזמין את ה' להיות אתנו, עלינו לפנות אליו ולבקש ממנו להיות שותף אתנו בתהליך דרישת אלהים שהרי "יצרו של אדם מתגבר עליו בכל יום ואלמלא הקב"ה עוזרו, אין יכול לו" (קידושין ל, ב). כדי לחיות חיים רוחניים, אני חייב להיות בקשר מתמיד עם ה'.

קשר זה נבנה בעמל של לימוד תורה, בהשתפכות הנפש של תפילה, ברצינות ובכוונה של יראת שמים, בחדווה ובשמחה של דיבוק חברים, באהבת חסד של עזרה לזולת, בעוז ובתעצומות של אהבת ישראל, במסירות נפש על ארץ-ישראל וביישוב הדעת של שימוש תלמידי-חכמים – כך נבנה קשר אמיתי עם ה'. ללא קשר זה, האדם עלול להימצא בסבך רוחני שבו אין לו סיבה לקום מהמיטה בבוקר, מחמת ייאוש, עצבות ודיכאון ומתחושת שיעמום וחוסר ערך. כל אלו הם תחלואים נפשיים נפוצים ביותר כיום.

נסביר את הדברים קצת יותר. בדור הזה, כאמור, איני צריך להיות להוט אחר עריות או להיות חוטא באופן קיצוני בכדי להגיע למחוזות מורכבים וקשים מבחינה נפשית ורוחנית, אשר לעתים רבות לא אוכל לצאת מהם בכוחות עצמי. אדם רגיל מן היישוב יכול למצוא את עצמו בקלות רבה ובלחיצת מקש במקומות שמהם לא יוכל לצאת לבדו. אם לא אשתף את ה' בהתמודדות הזו אני יכול להישאר לכוד במכמורות החטא. בהיותי בודד, במקום נפשי, נסתר וסודי זה, אני זקוק לעזרה רוחנית. עליי לשתף כוח גדול ממני בהתמודדות. כוח זה, תפקידו לעזור לי לפנות אל מקור הכוחות כולם, אל רבש"ע, באמת ובלי פניות. לשם כך, עליי למצוא חבר או ידיד לשם שיחה בענייני עבודת ה', ולהתייעץ עם רב בעניינים אלו. רק כך אוכל לכוון את

עצמי לחוף מבטחים, בלי הונאה עצמית שאני כבר יכול להתמודד לבד ולא זקוק לה' שיהיה בעזרי.

עצה זו אינה חדשה כלל. כבר בזמן חז"ל, התנאים הקדושים, אשר עליהם נאמר: "קטן שבכם מחייה מתים"¹⁸, ואחריהם רבותינו האמוראים, מצאנו שהם העידו, ברמה גבוהה של נקיות עצמית, על התמודדויותיהם עם "יצרא דעריות", וזאת בדברים אשר נקבעו בתלמוד הבבלי לדורות. מי לנו גדול מרבי מאיר ורבי טרפון, התנאים הקדושים ומענקי הדורות אשר הנחו את בני ביתם "שמרני מפני בתי, מפני כלתי" (קידושין פא, ב)¹⁹, ורבי עמרם החסיד, הזועק בקול גדול "אש בבית עמרם" כאשר היה נתון במאבק כביר עם יצר העריות (שם). וכבר בירך רבן יוחנן בן-זכאי את תלמידיו: "יהי רצון שתהא מורא שמים עליכם כמורא בשר ודם" (ברכות כה, ב) וכי לא כך נאמר: "ומוטב שאקרא שוטה כל ימי, ואל אהיה רשע שעה אחת לפני המקום?!" (ערויות ה: 1).

אנו חייבים לשתף את הזולת בענייני עבודת ה' שלנו²⁰. רק כך ניתן להתמודד באופן נכון, מבלי ליפול ברוחנו. נזכור גם שהתמודדויות אלו של חז"ל²¹ התרחשו בימים שבהם אומות העולם, באופן כללי, היו "גדורות בעריות" וצניעות בסיסית נשמרה, בחברה הכללית, ולמרות זאת חז"ל לא התביישו למנות לעצמם שומרים ומזכירים, קל-וחומר אנחנו.

18. "אמר: ידענא זוטאי דאית בכו מחיה מתים" (ע"ז י, ב).
19. "ולכן לו בכח יגבר איש לקים דברי חכמים ויוסיף גדר וסיג ומשמרת למשמרת לעצמו לפי מה שהוא אדם, וכל המרבה לעמד על המשמר הרי זה משובח. וכמו שמצינו ברבותינו הקדושים, שהיו אומרים לתלמידיהם שמרוני מפני בתי, מפני כלתי, כמובא בש"ס (קידושין פא, ב). וה' לא ימנע טוב להולכים בתמים" (רבי אליעזר פאפו, פלא-יועץ, ערך מחשבה).
20. "לספר בכל פעם לפני המורה לו דרך השם, ואפילו לפני חבר נאמן, כל המחשבות והרהורים רעים אשר הם נגד התורה" אשר יצר הרע מעלה אותם על מוחו ולבו תמיד... ולא יעלים שום דבר מחמת הבושה, ונמצא על-ידי סיפור הדברים שמוציא מכוח אל הפועל משבר כוח היצה"ר שלא יוכל להתגבר עליו... והוא סגולה נפלאה... (צעטיל [=פתקה] קטן לרבי אלימלך מליזנסק זצ"ל).
21. כותב רבי חיים מוולוז'ין (נפש החיים, ב"ב, תשמ"ט, עץ החיים, צח): "שאלתיו [=את הגר"א] לעניין מחשבה רעה, והשיב: הרהורי עבירה, גם התנאים [נ"א: הראשונים] לא ניצלו מזה, כדארז"ל: ג' דברים אין אדם ניצל וכו', ואם יבוא לך מחשבה רעה תסיחנה מדעתך, ואדרבה, בזה כופה לסט"א, רק אם מפנה לבו ומחשב בו היא חולי רע ר"ל". ושם (צט): "עניין הסתכלות בעריות הוא שמאריך לראות להנאותו".

נעלה נקודה תועלתית נוספת בשיתוף ובשיחה עם חבר בעבודת ה'. מחקרים רבים שנעשו בתחום המדיה האלקטרונית מראים על השפעה הרסנית של רשת האינטרנט על יחסם של בני נוער לתחום האישות. על כן, אסור לכם להיות תמימים! כשאתם קוראים מאמר או ידיעה ברשת, עליכם לדעת מי הוא הכותב ומהי השקפת עולמו, מה מטרתו ולאן הוא רוצה להוליך את קוראיו. יש לדעת, שמסירת מידע וקביעת עמדה נפשית ביחס אליו הולכים יחדיו. ברשת האינטרנט דברים שהם חריגים ביותר עלולים להפוך לנורמה מקובלת, וכאשר צעירים מגיעים לחיי משפחה, צצים להם לפתע כל מיני דמיונות מעוותים שמקורם בדברים שנצפו ברשת.

זכרו נא את הדרכת חז"ל (אבות ב: ה): "לא הביישן למד". עדיף לשאוב את ידיעותיכם בתחום הזה מפי מחנכים או מדריכים שאתם נותנים בהם אמון, ולא מ"בורות נשברים אשר לא יכילו המים". אם יש לכם שאלות בנושאי ההתבגרות, על השינויים המתחוללים בגופכם או על תהליכים נפשיים שאתם עוברים, עליכם לשאול ולדבר על כך עם דמות מוסמכת. אל תניחו למדיה בלתי מבוקרת לעצב את השקפת עולמכם בתחום יסודות חיי המשפחה.

בחזרה לחיים עם יצרא דערויות ועמידה בניסיון

מהי ההשלכה החינוכית והרוחנית של היסודות הרוחניים שאותם ראינו כעת? ראשית, העברת מוקד ההתמודדות הנפשית בחזרה אל החיים ולא בבריחה מהם. בני "דור אחרון" אינם נמדדים אך ורק ביכולת המקדמית שלהם להתגבר על היצר, כבכל הדורות, אלא ביכולת שלהם לא ליפול ברוחם גם אם אירעה להם נפילה רגעית. "תשתפכנה אבני קודש בראש כל חוצות, בני ציון היקרים המסולאים בפז..." (איכה ד א). וכך מובא בספר צדקת־הצדיק (מג) מאת רבי צדוק הכהן מלובלין:

פעמים יש אדם עומד בניסיון גדול כל כך עד שאי אפשר לו שלא יחטא... ובזה הוא נחשב אנוס גמור דרחמנא פטריה, וגם בהסתת היצר בתוקף עצום שאי אפשר לנצחו שייך אונס... יש יצר הרע גדול כזה שאי אפשר באדם לכופו, והוא אונס גמור ואין

בזה עונש אף דעשה איסור, כיוון דהיה אנוס. אבל האדם עצמו אינו יכול להעיד על עצמו בזה, כי אולי עדיין היה לו כוח לכופ היצרה.²²

על מנת להבין דברים מופלאים אלו של ר' צדוק, נשאל עצמנו: מדוע אדם נמשך כל כך בטבעו אל יצר העריות? כותב על כך מרן הרב קוק:

יצרא דעריות יוכל ללפף [=לאחוז] את האדם יותר עמוק מהשורש של קישור החיים שלו עצמו, מפני שהוא נעוץ בנטיית המשך החיים של הדורות כולם. ולעומת זה בקדושה יכולים לעלות על ידי קדושת הברית למדרגת דוגמא של צדיק בכל הדורות. (אורות הקודש ח"ג, עמ' רצח, "תקון הברית והרצון")

ישנה רק שאיפה אחת בחיי האדם הגוברת על שאיפתו לחיות, והיא שאיפתו להחיות, ליצור חיים ולהיות שותף לקב"ה במעשה בראשית, "והייתם כאלהים..." הנטייה המינית היא תרגום של רצון האדם להיות נצחי כרבש"ע, להידבק בה', ועל כן, מבחינה רוחנית, האדם משתוקק מאוד לעניין זה. כמו כן, רבש"ע, "אשר יצר את האדם בחכמה", ברא את האיש באופן כזה שיציאת שכבת הזרע מגופו כרוכה בתחושת נעימות. כך יוצא שהנאה זו מחזקת ומסייעת לטבעו האנושי הכללי של האיש להעמיד תולדות. אך מה עושה התרבות המערבית? היא מנתקת את המיניות מהילודה וגורמת בכך לשיעבוד מוחלט ולהנאה נרקסיסטית.²³

לעומת זאת, "והתענג על ה' ויתן לך משאלות לבך" (תהלים לד), העונג ביהדות כרוך במילוי החובה, "האדם לא נברא אלא להתענג על ה'²⁴, וזוהי "חובתו בעולמו"²⁵. האיש חייב כלפי אשתו במספר חיובים, "שארה כסותה ועונתה לא יגרע", ואכן, גם חובת קיום מצוות פרייה ורבייה מוטלת על האיש ולא על האישה.²⁶ אדם החי בעידן שבו לעתים "הסתת היצר בתוקף עצום שאי אפשר לנצחו" (צדקת הצדיק, לעיל) זקוק לחיזוק רב ולהגדרה מחודשת של יעדי מאבקו.

22. ור' נתיבות שלום: שיחות לבני הישיבה לתקופת שובבי"ם, מאמר "יגעת ומצאת": "שהניסיון הוא לא עצם הדבר, כי יתכן שזה באמת אין בידו להתגבר, אלא הניסיון אם יתחזק, ודווקא בזה נכשל ע"י נפילת רוחו..."

23. הנאה עצמית קיצונית.

24. מסילת-ישרים, פרק א.

25. שם.

26. יבמות סה, ב.

גיל ההתבגרות ואתגריו

האדם מטבעו מחפש אחר אושר ותחושת עונג, ואכן קשה לבחורים צעירים לחיות בתחושה שעונג כזה נמנע מהם כעת, אך זהו מצב זמני. עליכם לזכור שהעונג הזה הוא חלק ממכלול שלם של חיים, הוא נובע מלקיחת אחריות וממערכת שלמה של התחייבויות כלפי בת הזוג שלכם. אכן, בימינו, ישנו פער גדול בין זמן הבשלות הגופנית לבין זמן הבשלות הנפשית, אך יבוא יום, ולאחר שתבנו את האישיות שלכם, לאחר שתגדירו לעצמכם מי אתם ומה אתם רוצים לעשות בעולם הזה, אז תוכלו לחפש את בת הזוג המתאימה ביותר עבורכם לשם כך, וכשתמצאו אותה²⁷, אי"ה, תמצאו גם חיים וגם עונג. "מצא אישה מצא טוב" (משלי יח כב), "ראה חיים עם אישה אשר אהבת" (קהלת ט ט).

ובינתיים, גם בגיל הזה, אם תדבק בה' – יהיה לך טוב. תהיה מאושר, תהיה לך שמחת חיים, תחיה חיים של משמעות. אבל אם תשתעבד לסיפוק יצרי מזדמן, תחוה תחושת רעב תמידית²⁸.

דומה הדבר לניסיון להשקות את הצמאים בחומץ, שכידוע, רק מגביר את הצימאון. יתרה מזו, השקיעה הנפשית בהרהורי עבירה ושזיפת העין במראות אסורים יוצרת אצל האדם עצבות ודיכאון, הגורמים לכך שהאדם מנסה לברוח מהם אל פורקן יצרי רגעי, אך כתוצאה מכך הדיכאון רק מתגבר, וחוזר חלילה.

לעומת זאת, נזכור את דברי רבי עקיבא (יומא ט: ח): "אשריכם ישראל, לפני מי אתם מיטהרין ומי מטהר אתכם, אביכם שבשמים, שנאמר: 'וזרקתי עליכם מים טהורים וטהרתם'. ואומר: 'מקוה ישראל ה', מה מקוה מטהר את הטמאים, אף הקב"ה מטהר את ישראל".

התשובה מענגת ומשמחת הרבה יותר מאשר החזרה על החטא. "אשריכם ישראל", "מקווה ישראל ה'". בכל פעם לאחר נפילה עלי לשאול את עצמי: האם אני מאמין בקלותה של תשובה או לא? ! בסדר, נפלתי. כעת, מה ההמשך? האם עלי להתייטר ולומר לעצמי שאני "שקרן וחסר ערך"? !

27. "מפני שדרכו של איש לחזור על אשה ואין דרכה של אשה לחזור על איש, משל לאדם שאבדה לו אבידה – מי חוזר על מי? בעל האבידה מחזר על אבידתו" (קידושין ב, ב).

28. "איבר קטן יש באדם, משביעו – רעב, מרעיבו – שבע" (סנהדרין קז, א).

התשובה היא חד-משמעית: לא! מדוע? משום שזאת לא עבודת ה' של הדור שלנו! רבים מחכמי ישראל בדור זה הורו לנו שזאת אינה הדרך. נזכיר כאן שניים מהם שרבש"ע שלח לנו אותם, "שני הכהנים הגדולים"²⁹, רבי צדוק הכהן מלובלין בריס"י-לילה³⁰ ומרן הרב קוק באורות-התשובה³¹, שמדריכים אותנו לתקן הכול בשמחה ובאופן חיובי.

נדגים זאת דרך התבוננות במחזה נפוץ בקרב בני עלייה. בגיל ההתבגרות, כידוע, ישנה תופעה טבעית של ראיית "קרי לילה". מבחינה הלכתית, ברור שאין כאן איסור³², משום שלא מדובר ביציאה רצונית. מה צריך לעשות לאחר מקרה לילה? פשוט מאוד, קמים, נוטלים ידיים, מחליפים בגדים, מנקים את המקום אם צריך וממשיכים הלאה. אין צורך ב"תיקונים" למיניהם, בצומות וסיגופים או בגלגולי שלג. אמנם, מבחינה רוחנית יש שני סוגי קרי³³. יש קרי שבא עם חלום או הרהורים,

29. כל מי ששורש נשמתו הוא מספירת החסד זוהי ההתמודדות שלו, תיקון היסוד, שעריות זה סיבוך של כוחות נתינה והשפעה ולכן דווקא הכהנים, שהם אנשי החסד, "תומיך ואוריך לאיש חסידך", הם האחראים על קדושת הבית היהודי (כמו שמצאנו בהבאת הסוטה למקדש ובפרשת נגעי הבתים).

30. "לגבי הנשמות הרגילות מבני ישראל, די להם על הוצאת ז"ל בתשובה רגילה כמו על כל מצוות עשה, שאינו זו מהמקום עד שמתקבל בתשובתו" (ריס"י-לילה, טו) ובפרי צדיק עה"ת פרשת וישב כתב: "כנראה מהזוהר הקדוש שאינו מועיל תשובה לפגם זה, ובאמת ידוע שאין דבר עומד לפני התשובה ועל הכל יש תיקון, אם רק נותן אל לבו זאת, ויתמרמר על גודל הפגם להיות נשמר בזה מכאן ולהבא, ממילא יוכל לחסות בה' שיהיה נתקן הכל".

31. ר' למשל יד: יא: "מרעיונות כאלה של קדושה ושל תשובה שהם מביאים לידי עצבות צריכים להתרחק לפעמים, כי יסוד השמחה הקשורה בעומק הקודש הוא גדול מכל תוכן של קדושה ושל תשובה אחרת. על כן, כאשר באות לו מחשבות של יראה ושל תשובה בדרך עצבון, יסיח דעתו מהם עד שתתכונן מחשבתו ויקבל עליו כל התוכן של קדושה ושל יראת שמים בדרך חדוה ושמחה הראויה לישרי לב עובדי ד' באמת".

32. "בכל התורה כולה לא נזכר בפירוש עוון דהוצאת ז"ל רק נזכר שנענשו דור המבול וער ואונן כי לא היה אפשר לכתוב האיסור בפירוש, מאחר שהשי"ת יסד בטבע העולם שיארע זה ג"כ לאדם באונס [=קרי] ויהיה צעקה גדולה על מה עשה ה' ככה לנו להכשילנו..." (צדקת הצדיק, קכא), וע"פ קבלה כתב בהמשך: "רק שבאמת זה יסד השי"ת בבריאה בראיית קרי בלילה שהוא כמו הכרח וצורך הבריאה" (שם, רמה).

33. "ויש מי שיקרה לו ע"י ריבוי אכילה ושתייה או ע"י חולשה ועייפות או ע"י שאינו שוכב כראוי וכל זה אינו כלום (והוא כמו תינוק שמשתיין בשנה). גם יש ששומרים אותו מלמעלה וניצול מן המקרה או שהמזל שומר אותו וניצול. גם לפעמים נדמה להאדם בשניה בחלום כאילו הוא נופל ואח"כ מתעורר משנתו, גם זה מן השמים שמצילין אותו מזה. רק מי שיקרה לו ח"ו מחמת הרהורים, מזה נבראים ממש קליפות ח"ו כמבואר בספרים. אבל מי שיאמר באותו היום אלו

והוא בעייתי רוחנית משום שמקורו בהרהורי עבירה³⁴. לעומת זאת, ישנו קרי שבא ללא חלום, והוא טבעי לגמרי. אולם, גם לאחר קרי מהסוג הראשון מספיק לרחוץ בתשעה קבין מים שאובים (ברכות כב, ב), כלומר: להתקלח במשך מספר דקות³⁵, וכן להתחזק בשמירת-העיניים. למחמירים במיוחד אפשר לטבול במקווה או לומר "תיקון הכללי", וזהו.

אין דבר העומד בפני התשובה

אך, דעו רבותי, שגם אם אדם נפל באופן מעשי וגרם גירווי לעצמו במזיד, אם הוא רוצה באמת לשוב בתשובה, ודאי שהדבר יעלה בידו. אל לו להפחיד את עצמו שהוא "רשע" ו"אין לו תשובה" ו"ה' ירחם" ו"הוא הולך לגיהנום" ומה יהיה?! יש כאן תופעה מעניינת: באופן מפתיע, את כל מה שנכתב על חומרת החטא בדברי הקבלה³⁶

העשרה קפוטל תהלים בוודאי יתקן בזה מאד מאוד" (שיחות הר"ן, קמא). ור' נפש-החיים לרבי חיים מוולוז'ין (עץ החיים, צה) "רק אם יראה קרי מחמת ראיות ערווה והרהורים רעים ר"ל, חולי רע הוא, וגם על זה אין לדאוג כלל, כי אין זה עיקר החטא, רק שנתגלה המחשבה לחוץ, וכל שכן שמדאגה יכול לראות".

34. "ת"ר ו'נשמרת מכל דבר רע' - שלא יהרהר אדם ביום ויבוא לידי טומאה בלילה" (ע"ז כ, ב).

35. "יש אנשי מעשה שנוהגים בתקנה זו וטובלין את עצמן לקריין, ואם קשה עליהם הטבילה רוחצין את עצמן בתשעה קבין" (משנה-ברורה פח: ד).

36. "בעניין מה שכתוב בזה"ק (ח"א קפח, א; שם ריט, ב) שעל פגם הברית בפרט מאן דאושיד זרעא בריקניא חס ושלום וכו' אין מועיל תשובה, אמר רבנו ז"ל שאין הדבר כן, רק על הכל מועיל תשובה. ואמר שבוזה המאמר זהר אין שום אדם מביין הפשט רק הוא לבד. והכלל: שבאמת מועיל תשובה בודאי על חטא זה אפילו אם הרבה לפשוע ח"ו בזה. וכבר מבואר בספרים הנדפסים כבר שעיקר התשובה הוא לבל יעשה עוד מכאן ולהבא, והוא מוכרח לעבר באלו המקומות והענינים שהיה בתחילה ולהתנסות שם. וכשמרחם על עצמו עכשיו ואינו עושה עוד מה שעשה מקודם ומשבר תאוותו, זהו עיקר התשובה" (שיחות הר"ן, עא).

ור' של"ה, שער האותיות, קדושת הזיווג, טו: "מתחילה אבוא להציל ממיתה נצחית את הקורא המאמר הזה שאין תשובה לחטא זה, ואז החוטא מתייאש ויאמר כאשר אבדתי אבדתי, ויעשה משאלות לבו ויאמר נואש. אלא באתי לעורר החוטא שיקום בזריזות לעשות תשובה, ואל יתמהמה רגע אחד. כי ע"כ אין דברי המאמר הזה כפשוטו שלא יועיל תשובה, כי אין דבר בעולם שלא יתוקן בתשובה, אפילו מי שהוא כופר בעיקר, כמו שלמדו רז"ל מפסוק 'שובה ישראל עד ה' אלהיך'".

וספרי המוסר³⁷ הוא זוכר בעל פה, אבל גמרא מפורשת³⁸ המדברת על הנער שהושיבו אביו מקולח ומבושם בפתח בית־זונות עם צרור כסף "ומה יעשה אותו הבן ולא יחטא", הוא שוכח? ! וכי יש כאן מישוהו שחושב שדברי הגמרא לא כוללים גם אותו? ! התשובה על חטא זה במזיד היא כמו כל תשובה על כל עבירה³⁹, אלא שיש צורך בקצת יותר כוונה⁴⁰. יש צורך בעזיבת החטא, חרטה וקבלה לעתיד, ובמיוחד לימוד תורה⁴¹ וזיכוי הרבים⁴², ואם אפשר גם להקפיד על אמירת ק"ש שעל המיטה, טבילה במקווה כשאפשר ו"תיקון הכללי" מדי פעם.

37. "אלו החסידים המחמירים לומר אין תיקון לחטא הזה ר"ל כאשר שמעתי מפייהם, הם המרבים פושעים בישראל ומרחקים מלבוא תחת כנפי השכינה. אשר בעל העוון ר"ל בשמעו אלה, אומר: אין תשובה לחצי דבר, וכאשר אבדתי אבדתי. ואלו גורמים גלות השכינה, ואינם נקראים חסידים כי אם חסרים, ועונשם גדול למאוד" (כתר ראש, ליקוטים מהגר"ח מוולוז'ין).

38. "א"ר חייא בר אבא אמר רבי יוחנן: משל לאדם אחד שהיה לו בן, הרחיצו וסכו והאכילו והשקהו ותלה לו כיס על צוארו והושיבו על פתח של זונות, מה יעשה אותו הבן שלא יחטא? !" (ברכות ל"ב, א)

39. "בדבר חטא ניאוף ביד ורגל והוצאת זרע לבטלה שהרבה פעמים שב וחזר לאיולתו ועתה שב ממש ורוצה לידע סדר תשובה, הנה ממכתבך ניכר שתשובת המשקל הוא עיכוב בתשובה, וח"ו לחשוב זה כי אדרבה הרבה דברים מעיקרי התשובה כהא דהשבת גזל הקלו בכמה דברים מפני תקנת השבים.. וכ"ש שהוא אסור לומר שתשובת המשקל שהוזכר אפילו ברוקח יהיה עיכוב לתשובה דהיה זה מניעה לשבים שעל הרבה דברים מהם א"א לקיים כלל תשובת המשקל שנאמר שם... אבל לבד הראיות הוא דבר פשוט וברור שתשובה בעזיבת החטא בגמר דעת בלבד שלא יחטא לעולם וגם צריך להתחרט על מה שעבר, הוא התשובה שהצריכה תורה, אבל חייבה להשב בתשובה להתוודות חטאו בשפתיו וגם לומר ששב בתשובה ועזב חטאו שלא יחטא יותר לעולם והתחרט על שעבר כדאיתא ברמב"ם (הל' תשובה ב: ב)... אבל מ"מ מן הראוי וטוב לתשובה להתוודות בכל לילה קודם שנתו על חטא זה ולומר בפה מלא איך שמתחרט על מה שחטא ומקבל שלא יחטא יותר כל ימיו וגם להתענות בשנה ראשונה פעם אחת בשני חדשים ובשנה שניה פעם אחת בג' חדשים ובשנה שלישית שני פעמים, ואין להחמיר בתעניות אלא תרבה בלימוד התורה שזוהו העצה היותר גדולה שלא להביא לידי הרהור כדאיתא ברמב"ם בפכ"א מא"ב הי"ט ובסוף פכ"ב ע"ש. וגם תראה לישא אשה בהקדם האפשרי אם כבר באת לשנים שייך לזה והשי"ת יקבל תשובתך ויכפר לך ויסייע לך שלא ליכשל שוב לא בחטא זה ולא בשום חטא" (הגר"מ פיינשטיין זצ"ל, שו"ת אגרות משה או"ח ח"ד סי' קטז).

40. שו"ת עשה לך רב ח"ג, סי' לז, ע"פ הזוהר (ח"א סב, א): "בר בתשובה סג"י, כלומר, יש צורך ב"תשובה גדולה" ניתן לומר שתשובה מאהבה היא אכן תשובה גדולה ומעולה.

41. רבי חיים מוולוז'ין מספר (נפש־חיים, ב"ב, תשמ"ט, עץ־חיים, צד): "שאלתי [את הגר"א], אחד נכשל בעוון קרי, ר"ל, כמעט במזיד? והשיב: 'כל העוסקין בתורה אין להם לדאוג כלל'."

42. ע' צדקת־הצדיק, קכו: "מאן דמזכי לחייביא - מועיל גם כן לתקן זה שהוא נקרא לוקח נפשות."

אולם ההתמודדות האמיתית שלי כלפי המשך החיים היא, כיצד אני מאפשר לעצמי לחיות חיים רוחניים סדירים למרות התנודות השונות שהזמן גרמן. איך אני לא מפיל את עצמי כל פעם שנפלתי, בגלל שנפלתי. נדגים: אם עד עכשיו הייתי נופל שלוש פעמים בשבוע, בעיקר בשעות הערב או כשאני לבד בבית, אז אני מציב לי יעד אמיתי בתודעתי: לא ליפול אף פעם, ולשם כך אני משתמש בכל אמצעי העזר שישנם ברשותי, מתקין אינטרנט מסונן, ממקם את המחשב במקום בולט בבית ומשתדל להתחזק. אבל אם למרות זאת נפלתי פעמיים בשבוע, אז התקדמתי.

אחרי עוד חודשיים אני מציב לי עוד יעד – לא ליפול בכלל, ומתאמץ ליישם אותו, אבל אם נפלתי פעם אחת בשבוע בלבד, אז התקדמתי. אך אם לפתע, לאחר שלושה חודשים של התקדמות, פתאום קרתה לי תקלה ונפלתי ארבע פעמים בשבוע אחד, אז אני לא תולה את עצמי על עץ גבוה חמישים אמה, אלא אני אומר ומכוון מכל הלב: "ברוך אתה ה', הרוצה בתשובה", וחוזר להאמין בעצמי וממשיך במאמץ. אני לא מתכחש לכוחות החיים שלי, אני לא בורח מהם ואני לא מרגיש מאוים מכול דבר שזו בכדור הארץ ולא הופך להיות אדם שעוין את העולם ואת הבריות⁴³.

אולם, לאחר כל זאת, חשוב שתדעו, שאם מישהו סובל ממש ומרגיש שהוא לא מסוגל יותר להתמודד או מתחיל לפתח דפוס כפייתי של הוצאת ז"ל או נתקל במחשבות טורדניות חוזרות ונשנות סביב הנושא, עליו לפנות בהקדם לקבלת עזרה מקצועית. אסור להמשיך לסבול. נערים רבים שסבלו תקופות ממושכות ופנו לסייע, קיבלו את איכות חייהם בחזרה.

חובנות ונלים הנרתיים להתמודדות

זכרו את כלי ההתמודדות – "רק לעכשיו", או "רק להיום". "מה שהיה היה, העיקר להתחיל מהתחלה"⁴⁴. ניקח כדוגמה אדם שקשה לו ומתמודד יום-יום בניסיון זה. עליו לחשוב לעצמו בבוקר: הרי אני כבר "נקי" שש שעות, ועבור כל רגע ורגע של

43. "הצנוע מכיר כי לא מפני שנאה על המין הוא מתרחק ועושה גדרים כ־אם מפני התכלית הכללית היפה" (מידות הראי"ה, צניעות).

44. "והיה רגיל להתחיל בכל פעם מחדש, דהיינו כשנפל ממדרגתו לפעמים לא היה מייאש עצמו בשביל זה, רק אמר שיתחיל מחדש כאילו לא התחיל עדיין כלל לכנוס בעבודתו ית' רק עתה הוא מתחיל מחדש. וכן בכל פעם ופעם תמיד היה רגיל להתחיל מחדש והיה לו כמה התחלות ביום אחד, שגם ביום אחד לפעמים נפל מעבודתו, והיה מתחיל מחדש, וכן כמה פעמים ביום אחד" (שבחי הר"ן, 1).

איפוק אני נוחל "ש"י עולמות" (סוף עוקצין), "ישב אדם ולא עבר עבירה נותנים לו שכר כעושה מצווה" (מכות כג, ב) 45. וכי אין זו סיבה מספיק טובה בשביל לשמוח הבוקר? ! אז מה אם אחרי שש שעות וארבעים שניות פתאום בא יצה"ר, "המנוול הזה", (קידושין ל, ב) והפיל אותי? ! אז אני אשתף אתו פעולה? ! אני אגיד לו: קדימה, בוא תפיל אותי עוד יותר, תפיל אותי להרהורי עבירה שקשים מעבירה, שאני אתחיל לחשוב על עצמי שאני חוטא, מתועב, מטונף, ואחר כך אני אתחיל לשאול את עצמי איך אני בכלל מניח תפילין ומה פתאום אני אומר דברי תורה בשולחן שבת? ואני משוכנע בכך שאם רק המחנך שלי היה יודע מי אני באמת, אז הוא אפילו לא היה אומר לי "בוקר טוב"... עד מתי אני אשתף פעולה עם ההלקאה העצמית הזו? !

אולי במקום זאת אני אגיד לו: אמנם ניצחת בקרב, אבל אני מבטיח לך, שאני אנצח במלחמה. אני רוצה דבקות בה', "ואני קרבת אלהים לי טוב" (תהלים עג כח), ואני לא אוותר על זה. "נשמה שנתתה בי טהורה היא", אני יודע שלמרות הנפילה שלי, הקב"ה הוא "השוכן איתם בתוך טומאתם" (ויקרא טז טז), ודרכו שהוא "ממכה עצמה מתקן רטייה" (סליחות ליום ג' שלפני ר"ה), ועל כן אני ממשיך ומתחיל מחדש. זו היא דרך תשובת הדור.

45. "אמרו רז"ל: ישב ולא עבר עבירה, נותנין לו שכר כעושה מצוה, ואע"פ שזה דבר מתמיה, איך אפשר שיקנה האדם שום שלמות בהיותו יושב ובטל ובלתי עושה שום פעולה? ... והתשובה בזה היא, שהאדם היושב ובטל, בלי ספק א"א שיקנה בזה שום שלמות, אבל אם בא לידו דבר עבירה, ונמנע ולא עשה מפני יראת ה', הנה הוא זוכה בזה לחיי העוה"ב כאילו עשה מצוה, ומזה הצד יתנו כל מצוות ל"ת שבתורה שלמות בנפש. כי מי שישב ולא אכל בשר חזיר לפי שהיה לו מה יאכל או שהיתה נפשו קצה בו, איננו ראוי לקבל שכר בזה. אבל אם היה מתאוה לאכול בשר חזיר, או שלא היה לו מה יאכל ונזדמן לפניו בשר חזיר, ונמנע מלאכלו מפני יראת ה' ולהשלים מצותו שציווה שלא לאכלו, אע"פ שהיה רעב ותאב אליו - הרי זה ודאי ראוי לקיבול שכר... וזה הדרך, אע"פ שייראה קל ההשגה, אינו כן, אבל הוא קשה מאד. שהרי דוד המלך שאמר על עצמו 'שמרה נפשי כי חסיד אני' (תהלים פו ב), כשנזדמן לו ענין בת שבע, שלא היה לו מונע אחר אלא יראת ה' בלבד, לא היה בו יכולת לכבוש את יצרו לאהבת ה', כי ההימנע מעשות העבירה בעבור יראת ואהבתו הרי הוא כאילו עשה מ"ע כתיקנה על הכוונה הראויה. ועל זה הדרך יתנו מצוות ל"ת שלמות בנפש בהיותן בלתי נעשות כמו שיתנו מ"ע שלמות בנפש בעשייתן" (רבי יוסף אלבו, ספר העיקרים ג: כז).

עלי לדון את עצמי לכף זכות⁴⁶. תורה רפב בספר ליקוטי-מוהר"ן נקראת "אזמרה"⁴⁷ בעקבות הפסוק "אזמרה לאלהי בעודי" (תהלים קד לג), ב"עוד" שלי דייקא, בטוב האלהי שבקרבי, ועלי לדון את עצמי לכף זכות. עלי לדעת שנשמה זו מציאות, "כימי השמים על הארץ", ונשמה אלהית בקרבי – זו מציאות קבועה! החטא הוא מקרה מזדמן⁴⁸. מקרה אינו מתמיד, מקרה הוא עובר. אי אפשר לפגום את הנשמה, אפשר לכל היותר לחסום את ההארה שלה, "עוונותיכם היו מבדילים בינכם ובין ה' אלהיכם" (ישעיהו נט ב), אבל בדיוק כמו שחסמתי את ההארה, כך אני יכול לשחרר את החסימה. "אם אתה מאמין שיכולים לקלקל, תאמין שיכולים לתקן" (ליקוטי-מוהר"ן ח"ב, ק"ב). אני יכול לנקות את לבי, "והסירותי את לב האבן מברכסם ונתתי לכם לב בשר" (יחזקאל לו כו).

איך אפשר לעשות זאת? ישנן הרבה דרכים, וכל אחד צריך למצוא את הדרך שלו. אפשר ללמוד תורה בשמחה, אפשר להגיד תהלים כל יום, אפשר לעשות חסד ולהתנדב ואפשר גם להיות יהודי פשוט, בלי "חכמות", מה שרבי נחמן מברסלב מכנה: "להשליך עצמו על השי"ת"⁴⁹. להגיד לה' בלשון תפילה ותחנונים: "ה',

46. "כשם שצריך אדם להאמין בהשי"ת כך צריך אח"כ להאמין בעצמו. רוצה לומר שיש להשי"ת עסק עמו..." (צדקת-הצדיק, קנד).

47. "ידע, כי צריך לדון את כל אדם לכף זכות, ואפילו מי שהוא רשע גמור, צריך לחפש ולמצוא בו איזה מעט טוב, שבאותו המעט אינו רשע, וע"י זה שמוצא בו מעט טוב ודן אותו לכף זכות, ע"י זה מעלה אותו באמת לכף זכות, ויוכל להשיבו בתשובה... וכן צריך האדם למצא גם בעצמו, כי זה ידוע שצריך האדם ליזהר מאד להיות בשמחה תמיד, ולהרחיק העצבות מאד מאד (כמבואר אצלנו כמה פעמים). ואפילו כשמתחיל להסתכל בעצמו ורואה שאין בו שום טוב, והוא מלא חטאים, ורוצה הבעל דבר להפילו ע"י זה בעצבות ומרה שחורה, ח"ו, אע"פ כן אסור לו ליפול מזה, רק צריך לחפש ולמצוא בעצמו איזה מעט טוב, כי אין אפשר שלא עשה מימיו איזה מצוה או דבר טוב... ואזי כשמחיה ומשמח את עצמו ע"י זה כנ"ל אזי הוא יכול להתפלל ולזמר ולהודות לה', וזה בחינת 'אזמרה לאלקי בעודי', 'בעודי' דייקא, היינו ע"י בחינת ה'עוד' שלי שאני מוצא בעצמי בחינת עוד מעט ואין רשע כנ"ל, ע"י אותה הנקודה, ע"י זה אוכל לזמר ולהודות לה' כנ"ל. וזהו 'אזמרה', אזמרה דייקא, היינו זמירות ונגונים שנעשין ע"י שמלקט הנקודות טובות כנ"ל" (ליקוטי-מוהר"ן, שם).

48. תפארת-ישראל, פרק כח. ור' עוד נתיבות עולם, נתיב התשובה.

49. "טוב מאד להשליך עצמו על השי"ת ולסמוך עליו. ודרכי כשבא היום אני מוסר כל התנועות שלי ושל בני והתלויים בי על השי"ת שיהיה הכל כרצונו ית' וזה טוב מאוד. גם אזי אין צריך לדאוג ולחשב כלל אם מתנהג כראוי אם לא מאחר שסומך עליו ית'. ואם הוא ית' רוצה בעניין אחר הוא מרוצה להתנהג בעניין אחר כרצונו ית'. וכן כשמגיע שבת או יו"ט אזי אני מוסר כל ההתנהגות וכל העניינים והתנועות של אותו השבת או היו"ט להשי"ת שיהיה הכל כרצונו ית'. ואזי אין

תעזור לי, אל תעזוב אותי, בלעדיך אני לא מסוגל, בבקשה אל תעזוב אותי, כי אם אתה עוזב אותי, אני נופל". ואפשר גם לשלב, כל פעם לקחת יסוד אחד ולהחליף, הכול לפי הצורך.

"עולם חסד יבנה" - חסד ועריות

דעו רבותי, שלא משנה מה אתם חושבים על עצמכם כתוצאה מנפילותיכם, כל שנייה שאתם חיים, "כל זמן שהנשמה בקרבי", יש בכם את היכולת לקום ולהתחיל מחדש, "תתחדש כנשר נעוריקי" (תהלים קג ה). "וקוי ה' יחליפו כוח" (ישעיהו מ לא). אל לכם לשקוע ברגשות אשם. מכל דבר אפשר ללמוד מוסר לעבודת השם⁵⁰, שכבת זרע לא מסמלת את החטא, אלא את פוטנציאל החיים. ניתן ללמוד ממנה לא רק את עיקרון "מאין באת? מטיפה סרוחה", אלא גם שבעבודת השם עלי להיות בבחינת "דבר היורה כחץ" (חגיגה טו, א), "כחיצים ביד גיבור כן בני הנעורים" (תהלים קכז ד). אני צריך להיות "כאיילה שלוחה", "רץ כצבי". בגיל זה אני מלא מרץ נעורים, להט, רצון לפעול, לתקן, לעשות, ליצור וליזום, עלי לרתום את כל הכוחות האלה של ה'חסד' המתעורר בגופי, עבור עשיית חסד.

חסד ועריות קשורים זה בזה⁵¹. משמעות החסד בהקשר זה היא לקחת את הכוחות המתעוררים ומתגברים בי למקום של הטבה, למקום של דאגה לזולת ושל בניין החיים. לדעת היטב, לאורך כל שנות ההתבגרות, שעלי להאמין בעצמי ובכוחותי ולא ליפול ברוחי ובדעתי, גם אם נפלתי – בין בשוגג ובין במזיד, וקל וחומר באונס. וגם אם ח"ו מישהו עבר על עריות ממש, לא רק בתחום של שמירת הברית אלא הגיע

שמתנהג באותו השבת ויו"ט שוב אינו חושב וחושש כלל שמא לא יצא י"ח בהנהגת קדושת אותו היום מאחר שכבר מסר הכל להשי"ת וסמך עליו ית' לבד" (שיחות הר"ן, ב).

50. רבי יוחנן כשהיה רואה נמלה היה מתפעל (חולין סג, ב), וע' כוזרי א : סח-סט, ג : יז ; אורות התורה ג : ח ; עין אי"ה שבת ה : יב.

51. "ואיש אשר יקח את אחותו... חסד הוא" (ויקרא כ יז) ובגמרא (סנהדרין נח, ב) נדרש הפסוק "כי אמרתי עולם חסד יבנה" על קין שנשא את אחותו, ועסקו בכך בספרים.

למקומות הרבה יותר מורכבים מזה, עם בת זוג כזו או אחרת⁵², ובכל מצב שהוא⁵³, שידע שיש לו תקווה, ואם הוא רק ירצה, "הרהור תשובה"⁵⁴ והוא כבר "צדיק גמור"⁵⁵, ובעתיד ימשיך להתקדם בקצב שלו⁵⁶.

52. כתב הנודע-ביהודה (מהרו"ק, או"ח, סימן לה): "והנה מה שביקש מעלתו ממני לסדר לבעל תשובה זה תשובה על עונו, הנה עונו גדול מנשוא מצד חומר העוון עצמו, עוון אשת איש, ובפרט שהתמיד בחטא זה שלוש שנים רצופות והיה עמה בבית בודאי שאין מספר לרוב פעמים שבא עליה, ולא יספיקו לו שנות תמושלח למספר התעניות בתשובת המשקל לפי תשובות הרוקח שדבריו דברי קבלה, אלא שאומר אני כל זה אם היה התענית דבר המעכב בתשובה, אבל באמת אין התענית רק דבר טפל לתשובה, ועיקר התשובה הוא עזיבת חטא, וידוי דברים בלב נשבר, חרטה בלב שלם, התקרבות והתלהבות לאהוב את הבורא, והיינו תשובה שישוב אל ה' וירחמהו, וישוב אל ה' היינו שידבק בו, אבל שאר דברים תענית וסיגופים אינם עיקרים. ותדע, הרי זה בלתי ספק שהתשובה מכפרת כפרה גמורה ודבר זה מפורסם בתורה ונביאים וכתובים ובשני התלמודים ובכל המדרשים והנביא אומר (יחזקאל יח) ובשוב רשע מרשעתו וגו' (שם לג) כל חטאתיו אשר חטא לא תזכרנה לו וגו'. אלא ודאי שאין לסיגופים ותעניות עיקר מן התורה ועיקר התשובה הוא חרטה גמורה. וזה יכול להיות ברגע אחד. ואף שאמרו חז"ל שאם עבר על כריתות ומיתות ב"ד תשובה ויהי"כ תולים ויסורים ממרקים, הרי שהיסורים עיקר הכפרה, ואי אפשר לגמור הכפרה בלי יסורים. אומר אני, הן אמת שצריך יסורים אבל כבר אמרו חז"ל עד היכן תכלית יסורים אפילו הושיט ידו לכיס לייטול שלוש ועלו בידו שתיים, הן אמת שדברי הרוקח דברי קבלה והרי הוא נתן תשובת המשקל, אומר אני שודאי נחוץ הוא לבעל תשובה כדי לשבור לבו הזונה שיוכל להתחרט בלב שלם, וכל זמן שלא נשבר לבו א"א להיות החרטה בלב שלם בלי ערמה, וכל זה מן הסתם, אבל מי שיוכל ליבוח יצרו על-ידי התורה שכבר העידו חז"ל שאם אבן הוא נמוח וגם התורה מתשת כח, לזה אני מיקל מאוד בתענית וסיגופים, אבל החרטה ושכירת הלב והבכי זה נחוץ מאוד והמרבח בכי במסתרים משובח".

וכתב הגר"ע יוסף (יביע-אומר ח"ב, אה"ע, סי"ב) ביחס לתשובה בעניין אשת איש: "ויתמיד בתשובה ומעשים טובים ככל כוחו ויהיה שמח ביסורין ויתענה כפי כחו וע' גנוי חיים (קנ, ב) ויעסוק בתורה הרבה. ושב ורפא לו".

53. ע' בשו"ת מהרי"ט (ח"ב, או"ח, סימן ח) שעסק בתשובתו של אדם שהיה רוצח ונואף באשת איש ועובד ע"ז וכתב אודותיו: "אמנם כי אחרי שובו ניחם על רעתו, ואחרי הוודעו והכיר מרדו ספק על ירך, אין לך דבר שעומד בפני התשובה, שהוא יתברך נותן יד לפושעים וימינו פשוטה לקבל שבים, ואפי' הרבה לפשוע ושב בתשובה שלמה לפניו ית', הקב"ה מקבלו דכתיב: 'רשעת הרשע לא יכשל בה ביום שובו מרשעו'".

54. "כשבאים לשוב בתשובה צריכים לדעת שאין שום מניעה בדבר. אפילו אותם כ"ד הדברים המעכבים את התשובה, תיכף כשמבקשים ובאים לשוב עליהם שוב אינם מעכבים. ואין לבטל שום נטייה של תשובה, לא קטנה שבקטנות, מפני שפלותה, לומר שאין הרעיון הקטן ראוי לפי מדתו שהאדם משער את עצמו, ולא את הרעיון היותר גדול, לומר שהוא גבוה יותר מערכו. כי הכל עולה ומצטרף ביחד לקומה שלמה ועולם מלא של תשובה, שהוא יקר, גדול וקדום מכל העולמות האחרים" (אורות-התשובה יד: ג).

55. "גם בדברים שא"א לתקן אותם במחשבה כי אם במעשה, כמו בין אדם לחברו, מכל מקום אין לשער את הגודל שיש בכל הרהור של תשובה, אפילו כשהוא בא מצד יראה פשוטה יראת העונש,

אם כך, מדוע אני מייאש את עצמי? ! עלי לשאול את עצמי באופן הברור ביותר: האם אני מאמין בעיקר הרוחני הזה של התשובה או שאני לא מאמין בו? מה זה משנה לי כעת, שבעבר לפני ששכתי אל ה', כשהייתי בכיתה פלונית, הייתי בקשר עם זאת או אחרת? וכי אני אמשיך לרדוף את עצמי כל חיי? ! עלי לזכור ש"אין רבש"ע בא בטרוניה עם בריותיו" (ע"ז ג, ב).

התיקון והעתידי

כתב מרן הרב קוק באורות-התשובה (יג: ט):

יסוד התשובה צריך לעולם להיות מונח על התיקון של להבא. ובתחילה לא ישים כ"כ לעיקר מעכב על דבר העבר, כי אם יבוא מיד לעסוק בתיקון העבר ימצא מניעות רבות ויהיו דרכי התשובה וקרבת ד' קשים לפניו, אבל בהיותו עסוק באמת לתקן את מעשיו, הדבר מובטח שאז יעזרוהו מן השמים ג"כ על תקנת העבר.

על העתיד. לא על העבר, העבר – אין, גמרנו. היה וחלף. אבל מה אתך עכשיו? מה אתה רוצה לעשות עם המצב הנוכחי? האם אתה רוצה להמשיך להיות מלא תחושת רחמים עצמיים? להמשיך להיות מיאוש ועצוב? קדימה, צא משם! "יש לך כנפי רוח, כנפי נשרים אבירים, דרוש אותם וימצאו לך מיד" (אורות-הקודש ח"א, עמ' פד). תאמין

מפני שכל מדה קטנה שבקטנות גורמת לעורר בנפש ובעולם את המדות הקדושות והגדולות, ואור קודש מאור פני עליון מופיע בכל זיו בהדר אהבה ובנועם ד' ע"י כל מחשבה הנוטה לטובה; ואפילו אם יש בה סיגים רבים, החן הפנימי שלה, הקדש היסודי שבתוכה זהו שווה כל עושר, וכל חפצים לא ישוו בה" (אורות-התשובה יד: יד).

56. סיפר הרב שמואל אליהו (שיעור לימי השובבי"ם, נמצא באתר ישיבה): "כו"כ פעמים באו אלי גברים ונשים וביקשו תיקון על חטאי העבר בעריות וכד'. שאלתי את מו"ר הרב ואמר לי להדריך אותם לקבל ע"ע כל שנה לצום פעם אחת או פעמיים או להתענות תענית דיבור כל חיייהם בשובבי"ם. ובאמת התיקון שונה מאדם לאדם כי גם הקלקול שונה מאדם לאדם. יש נכשל במחשבה ויש נכשל במעשה. יש בע"ת שנכשלו ויש דתיים שנכשלו (שזה הרבה יותר קשה). יש שנכשלו במעשה חמור ויש במעשה חמור יותר. יש שנכשלו לאונסם ויש שגירו יצר הרע בעצמם. יש נכשלו פעם אחת ויש נכשלו פעמים רבות. יש נכשל בעצמו יש מחטיא גם אחרים. לכן התיקון הוא שונה מאחד לאחד לפי מדרגתו ולפי מדרגת עונו. בספרי המקובלים כתוב כי תיקונים אלו צריכים להיעשות ע"י צומות רבים וקשים. מו"ר הרב מקל הרבה ואומר שהעיקר הוא תיקון השובבי"ם שנעשה בכמה דרכים. יש ספרי לימוד לתיקון הברית. יש תפילות לתיקון הברית. ויש תעניות אכילה ויש תעניות דיבור. אמנם אומר מו"ר הרב שגם מי שעשה פעם אחת את התיקון בשנה אחת, ראוי לו שיעשה את התיקון כל שנה ושנה וחטאתי נגדי תמיד'. הטעם שהרב מקל בזה הוא בגלל שהתקופה הזו היא תקופה של תשובה וצריך להקל על בע"ת".

בכוחך. אם רק תרצה, תוכל לצאת. עליך להאמין שבעז"ה, בבוא הזמן, כשיגיעו הגיל, הזמן והעת לכך, תמצא את בחירת לבך ושניכם תכרתו ברית לעד.

בתרבות המערבית, כפי שהזכרנו, אין כריתת ברית, משום שהיא דוגלת במתירנות מינית. היא מפרידה בין המיניות לבין המחויבות וגורמת בכך לעוולות נוראיות. בייחוד אמורים הדברים כלפי נערות פתיות, אשר תמורת מס שפתיים חיצוני ודברי חלקלקות המופנים אליהן מנערים ריקים ונבערים, הן מאפשרות לאותם נערים לזלזל בכבודן ומתירות להם מגע גופני כזה או אחר, הגורם להן בסופו של דבר תחושת עצבות ואומללות ופגיעה נפשית קשה.

היהדות, לעומת זאת, מקדשת את הברית, את המחויבות. ברית קודש, המורכבת מברית הלב, "היא חברתך ואשת בריתך" (מלאכי ביד) ומברית הבשר, "ודבק באשתו והיו לבשר אחד" (בראשית ב כד), "והאדם ידע את חוה אשתו" (שם ד א). עלי לדעת שיום אחד אני אמצא אותה, גם אם זה קשה וגם אם זה יהיה בגיל עשרים וחמש וגם אם זה יקרה רק בגיל שלושים או חלילה מאוחר יותר, אני אמצא אותה. ונכון, אני עובר עם עצמי בינתיים מה שאני עובר, כי אני צריך עוד להתפתח, לרכוש כלים ומוכנות לחיי משפחה, אבל יש בי כוחות רבים, וכל יעד שאני עובר מגלה בי עוד משהו, עוד כוח רצון, עוד השתוקקות ועמל. "מה חובתו בעולמו", "אדם לעמל יולד". העבודה שלי היא להשקיע מאמץ, על התוצאה הסופית אני לא תמיד האחראי הבלעדי, לפעמים יש לרבש"ע תכניות אחרות. לכן אני עובד את ה' בלי "חשבונות" ואני מבקש ממנו: רבש"ע, תנחה אותי שלא אפול בדעתי.

"שבע יפול צדיק וקם" (משלי כד טז), שימו לב, אין כאן תיאור דמיוני בסגנון "אם יהיה פעם צדיק ויפול אז שידע כי הוא יכול לקום..." , אלא יש כאן קביעת מציאות מוחלטת.

הצדיק שעליו דיבר הפסוק איננו צדיק שלא נופל כלל, למרות שייתכן וישנם גם יחידי סגולה כאלו, הצדיק שעליו דיבר הפסוק, הוא צדיק "בעלת-שובה", שנופל, אך למרות זאת, הוא קם. אם נשאל את עצמנו: כיצד הוא מצליח בכל פעם לקום מחדש? התשובה היא שגם כאשר הוא נפל, הוא לא מפסיק לחשוב על עצמו ועל כוחותיו באופן חיובי. הוא זוכר שרבש"ע אוהב אותו גם כעת, מאמין בו ומחיה אותו, ובזאת הוא מצליח להישאר בצדקותו ולא משלים עם הנפילה כמצב קבוע. על ידי כך הוא מצליח להצדיק עליו את הדין וחושף את צדקת ה', שאינו מעמיד את האדם בניסיון שאינו יכול לעמוד בו. צדיק זה רואה את העמידה בניסיון כניצחון

הרוח בקרב על התודעה העצמית שלו. בהכרעה העצמית, הפנימית, בשאלה: מי אני באמת? האם אני "החוטא" או "המתמודד".

תשובה מאהבה ובריאות הגוף

אנחנו חיים בדור נפלא. כתב מרן הרב קוק ב"מאמר הדור"⁵⁷:

דורנו הוא דור נפלא, דור שכולו תימהון. קשה מאוד למצוא לו דוגמא בכל דברי ימינו. הוא מורכב מהפכים שונים, חושך ואור משמשים בו בערבוביה. הוא שפל וירוד, גם רם ונשא; הוא כולו חייב, גם כולו זכאי. אנחנו חייבים לעמוד על אופיו למען נוכל לצאת לעזרתו.

ובהמשך כותב הרב:

הוא לא יוכל לשוב מיראה, אבל מאוד מוכשר הוא לשוב מאהבה שיראת הרוממות תתחבר עמה.

בדורנו, אם כן, עבודת ה' צריכה להיות בעיקרה מאהבה ומיראת רוממות ולא מיראה נמוכה של חרדה ופחד או עונשי גוף וייסורי נפש. הרב צבי יהודה קוק היה אומר על כך משפט חריף: "דור שלא מפחד להישרף בטנקים, גם לא מפחד להישרף בגיהנום"⁵⁸. אנחנו דור של "דורשי ייחודך". דור של דורשי ציון, שצריכה דרישה (סוכה מא, א), אנחנו דור של "דרשתי קרבתיך", לא פחות! אנחנו דורשים נבואה. כולנו, "כל הכתוב לחיים בירושלים" (ישעיה ד ג), "אחד היולד בה ואחד המצפה לראותה" (כתובות עה, א). אנחנו שייכים לעם ישראל ש"אם אין נביאים הן, בני נביאים הם" (פסחים יו, א), ובמיוחד הדברים שייכים לדור הזה, דורם של בני הנביאים החוזרים אלינו.

הנבואה תשוב, בית-המקדש ייבנה ועבודת ה' תשוב להיות מורכבת משתי האשות – אש התמיד, שהיא מן השמים, ואש מן ההדיוט. אותו "גוריא דנורא" שיצא מבית קודשי הקודשים עם ביטול יצרא דע"ז והחלשת יצרא דעריות, חוזר בזמננו לקודש הקודשים על ידי התהליך המופלא של שיבת עם ישראל לארצו. ובין השאר גם על ידי "התעמלות, שצעירי ישראל עוסקים בה בארץ-ישראל לחזק את גופם בשביל להיות בנים אמיצי כוח לאומה" (אורות, אורות-התחיה, לד), והם זקוקים לשם כך ל"רוח

57. נמצא בתוך ספרו עקבי הצאן.

58. שיחות-הרצי"ה – "הדור".

לוהט זורח על גבי שרירים חזקים", וממילא תביעותיהם הגופניות צריכות לבוא לידי ביטוי⁵⁹, משום שאין קדושת הגוף בלי גוף⁶⁰!

כדברי מרן הרב קוק (שם, לג'61):

גדולה היא תביעתנו הגופנית, גוף בריא אנו צריכים, התעסקנו הרבה בנפשיות, שכחנו את קדושת הגוף, זנחנו את הבריאות והגבורה הגופנית, שכחנו שיש לנו בשר קודש, לא פחות ממה שיש לנו רוח הקודש. עזבנו את החיים המעשיים, ואת התבררות החושים ואת הקשור עם המציאות הגופנית המוחשית, מפני יראה נפולה, מפני חוסר אמונה בקדושת הארץ, "אמונת" זה סדר זרעים – שמאמין בחי העולמים וזורע". כל תשובתנו תעלה בידינו רק אם תהיה, עם כל הוד רוחניותה, גם תשובה גשמית יוצרת דם בריא, בשר בריא, גופים חטובים ואיתנים, רוח לוהט זורח על גבי שרירים חזקים, ובגבורת הבשר המקודש תאיר הנשמה שנתחלשה, זכר לתחיית המתים הגופנית...

השיבה שלנו אל הגוף וכוחותיו, זוהי המחיייה הגדולה של "זכר עמלק"⁶² והמינות⁶³ המכששת באחדות ה', אשר היא יסודה של הדת הנוצרית המדברת גבוהה-גבוהה על "מילת הלב" ומשאירה את הבשר בערלתו. כל זאת, משום שהמינות לא מסוגלת לראות בגוף משכן לקדושה. זוהי "קליפת אדום", שיסודה נפילה מטפיזית של ערך

59. והוסיף שם הרב: "ואל ייפלא אם יש חסרונות במהלך החיים של העוסקים באימוץ הגופני ובכל החיזוקים הארציים שבישראל, כי אפילו הופעת רוח הקודש צריכה בירור מתערובות ציחצוחי טומאה שמתערבים בה, והיא הולכת ומיטהרת, מתקדשת ומתבררת, פודה את עצמה מגלותה, עד שבאה לכלל דרך צדיקים 'אור נוגה, הולך ואור עד נכון היום'".

60. אורות-התשובה א: א – תשובה גופנית, ור' שמונה-קבצים ו: ח: "החטאים שחסרון סידור גופני גורם אותם, הם נדרשים להיות מיתקנים תחילה, על ידי הטבת אורח החיים, שיישוב הדעת החכמה המעשית צריכים לבוא לעזרתה".

61. ע' קונטרס טובים מאורות לגרי"מ חרל"פ, נדפס בסוף מי מרום ח"ג ולחם אבירים, ירושלים, תשל"ז.

62. "שהיה לוקח ערלותיהם (מילותיהם) של ישראל וזורק כלפי מעלה", ור' זוהר ח"ב סה, ב.

63. "מהרה יתקיים בנו, שמעו עמים ירגזון, מהרה יסור המסווה מהעולם, וידעו כי עם ד' אנחנו, כי יד ד' עלינו לטובה. כי מרכז העולם ומרכז האנושיות אנחנו, כי אמת גלויה ובהירה היא כל התכונה של הנבואה, המספרת כל כך בשבח הנצחי של ישראל. יפלו כל מגדלי התווה אשר הוקמו על יסוד המארה של עזיבת ד' את ישראל, ינפצו עלי סלע כל סלעי המגור של המאיימים עלינו לאמר, עמא דאהדרניהו מריה לאפיה מיניה... (שמונה-קבצים ו: רב).

הגוף⁶⁴, ועל כן הגוף בתרבותם הופך לחוצץ בפני הקדושה וגורם בכך לשיעבוד האיום של "הלעיטני נא מן האדום האדום הזה, כי עייף אנכי" (בראשית כה ל).

את סוד החיבור בין הנשמה שמחיה את הגוף שנותנת לו אור, קיום והפרחה⁶⁵ רק ישראל יודעים לספר⁶⁶. דווקא ישראל, שהבינו את הציווי של "והתקדשתם והייתם קדושים" בתור הוראה של "קדש עצמך במותר לך"⁶⁷, הם המסוגלים להשלים את הקדושה הזו של הפרישות וההיבדלות הלוחמת בטבע⁶⁸ ביחד עם מוכן נוסף של קדושה עליונה, קדושה במשמעות של זימון, ייעוד, וייחוד⁶⁹, ולהטיל על האיש חיוב קבוע ביחס לאשתו, חיוב "עונה" שעומד ברשות עצמו וללא תלות במצוות פרייה ורבייה⁷⁰.

64. ואולי לכן ראשו של עשיו בלבד קבור במערת המכפלה, אך לא גופו.

65. ר' אורות, אורות-התחיה, א.

66. שם, ישראל ותחייתו, א.

67. שעל פיו גזרו חז"ל על "שניות לעריות" (יבמות כ, ב).

68. "רו התנועות העכשוויות מתברר בזה שהקודש עצמו, אור העולם, העומד למעלה מהטבע, מהגופניות והחברתיות, תובע הוא מהעולם בכלל, ומישראל הפזור והשבור בפרט, את הדקיון של הטבע, הפשטות, הבריאות, הנורמליות, שבחיים, בהרגשה, בשכל, בהתפעלות. מתקרבים אנו אל כל תביעות הטבע, מתלככים אנו בזוהמתו, אין מוצא להגן כי אם ע"י הארות גדולות, ע"י הופעות נשמתיות אלהיות, מגלות רזי עליון, מודיעות האגור בסתרי חושך. בקירוב אל הטבע יש שנאת הקודש הרגיל, הצורך את הטבע, המשדד את מערכתו. הקודש הרגיל, המורגל מאז להתהלך עם הטבע בקרי, אוגר הוא את שארית כחו להלחם עם הטבע, אבל לוחם הוא עם הטבע שלו, כושל הוא ונופל במלחמתו. הטבע המתנשא לתבוע את דקיונו, שנעור ע"י תביעת הקודש הגנוזה בקרבו, מתנשא עם כל שלילותיו, שונא הוא את הקודש, גם הטבע שלו, גם את הודו, פיו ובריאותו. פה נופל הטבע, ונכשל במלחמתו. לויתן ושור הבר שניהם נופלים במלחמתם, ונעשה מבשרם סעודה יפה לצדיקים. מי שלא נשקע בהבלים, לא זנו עיניו אחרי קניגיאות של אמות העולם, המשחיתות את תפארת הנשמה, את הוד אצילותה וטהרת מדותיה, הרי הוא זוכה ומזכה לראות קניגיון מלבב זה, עומד הוא ממעל לשניהם. גבריאלי, בכח אל עליון, מעורר את המלחמה. צור עולמים, בהגלות אורו וקודש עליונותו, גומרה. העושו יגש חרבו. רואה היא הנשמה הניזונה מלחמה הפנימי של תורה, את הכחות הבהמיים שביבשה ושבים מתאבקים, לוחמים בקצף, מתנפלים זה על זה, כל אחד חושב אני אכבוש הכול. אבל לא לדגי הים ולא לבהמות הרים הנצחון, כי אם לקורא בשם ד', והוא ימלט, וימלט הכל" (אורות-הקודש ח"ב, עמ' שיז).

69. "דאסר לה אכולי עלמא כהקדש" (קידושין ב, ב), ור' תוס' שם ד"ה "דאסר".

70. וכמובא באיגרת הקודש המיוחסת לרמב"ן (כתבי רבנו משה בן נחמן ח"ב, עמ' שטו-שלז, מוסד הרב קוק, ירושלים, תשכ"ד): "דע כי חיבור זה הוא ענין קדוש ונקי כשיהיה הדבר כפי מה שראוי ובזמן הראוי ובכוונה הנכונה ואל יחשוב אדם כי בחיבור הראוי יש גנאי וכיעור ח"ו".

ברית המילה וארץ־ישראל

"וביום השמיני ימול בשר ערלתו" (ויקרא יב ג). הברית עם רבש"ע קשורה דווקא לאיבר ההולדה⁷¹. איך אפשר להבין דבר כזה? כאן מופיעה קדושת הגוף הישראלי באופן המוחלט, "ועל בריתך שחתמת בבשרנו" (ברכת המזון), מפגש עם קדושת דורות ישראל הקיימים "כימי השמים על הארץ" (דברים יא כא), "דור הולך ודור בא והארץ לעולם עומדת" (קהלת א ד) "אתם עדי נאום ה' ואני אל" (ישעיה מג י), ברית קודש⁷² של "התהלך לפני והיה תמים" (בראשית יז א). וברית ציבורית זו מתממשת רק בארץ־ישראל, שיורשים אותה בזכות ברית המילה⁷³.

יוסף הצדיק קבור בשכם. בשכ"ם, ראשייתבות – ברוך שם כבוד מלכותו⁷⁴, שכם היא בירתה הגיאוגרפית של הארץ בתקופת האבות, אליה הלך אברהם אבינו בכניסתו הראשונה לארץ ובה נערך בירור רוחני נוקב⁷⁵ עם טומאתם של שבעת עמי כנען ושכם בן חמור, אשר לקח את דינה בת יעקב, אך גם התברר ערכה של ברית המילה כמייחדת את יעקב וזרעו בלבד⁷⁶. דווקא משום מידתו המיוחדת של יוסף, "צדיק יסוד עולם" (משלי י כה), זכה הוא לרשת את שכם ולהיקבר בה.

יוסף, זאת כולם יודעים, עמד בניסיון ונמנע מגופה של עבירה, אבל חז"ל דרשו (סוטה לו, ב) על הפסוק "ותשב באיתן קשתו ויפוזו זרועי ידיו" (בראשית מט כד) שיצאו ממנו טיפות זרע. זה לא פשוט, הוא לא נכשל בגוף העבירה, אבל הייתה נפילה מסוימת

71. "אחד מתנאי המילה ומטעמיה הוא לזכור תמיד כי היא אות אלהי אשר ציוונו האלוה לשימו בכלי התאוה הגוברת באדם כדי שיוכל האדם להתגבר עליה ולא ישתמש בה כי אם כראוי לטבעו בשימו את הזרע בתנאים הנאותים בזמן הנאות אולי יהיה זרע זה מצליח אשר ימצא ראוי לקבל את הענין האלהי" (כוזרי, א: קטו).

72. "... ההשקפה האופטימית של 'זירא אלהים את כל אשר עשה והנה טוב מאד', היא נותנת מקום לאידיאליות להתפשט גם על הנטיה המינית. ואם ירד טבע הבשר ויצר לב האדם עד כדי התפתחותה של הערלה, הנה יסול לו האדם את דרכו האצילית בתיקון ברית קודש, על ידי המילה, ואז ימצא את כל כחותיו נטויים למטרה כללית אידיאלית קדושה, ומבשרו יחזה אלוה, ויקדש את קדוש ישראל, ד' אחד..." (אורות־הקודש ח"ג, עמ' ש).

73. זוהר ח"ב כג, א; שם לב, א.

74. ר' אוהב ישראל מאפטא, פרשת וישב, באריכות.

75. ראשית חכמה, שער האהבה, פרק ד – דביקה, חשיקה, חפיצה, וכן דברי חז"ל אודות נשמותיהם של ר"ע ורבי חנינא בן תרדיון (ר' אור־החיים לבראשית מט ט).

76. "הנודר מערלים מותר בערלי ישראל ואסור במולי האומות, שאין הערלה קרואה אלא לשם הגויים, שנאמר: 'כי כל הגויים ערלים'" (נדרים, לב, א).

שהיו לה גם השלכות רוחניות (ש). וכי בגלל זה הוא כבר לא "יוסף הצדיק"? ! אין לך צדיק גדול ממנו! וכי אפשר לדרוש יותר מנער בן שבע-עשרה בנסיבות של יוסף, שנאלץ להתמודד עם אשת פוטיפר? יוסף הוא הוא הצדיק, הצדיק שלא נופל בדעתו, גם אם נפל.

פלטי בן ליש הוא הדוגמה שהגמרא מביאה⁷⁷ לעמידה מוחלטת בניסיון של עריות. אתם יודעים מי זה פלטי בן ליש בדור שלנו? זה כל נער מתבגר... אבל אם רבש"ע שם אותי דווקא בדור הזה, זאת משום שיש בי כוחות גדולים ועצומים ובידי להצליח להתמודד, וגם אם אפול, אמנע מפילה חוזרת אל תהומות הייאוש והעצבות החמורים מהחטא עצמו.

על הדור שלנו אומרת הגמרא במסכת סנהדרין (צח, א) "אמר רבי יוחנן: אין בן דוד בא אלא בדור שכולו זכאי או כולו חייב"⁷⁸. כתב הגר"א בביאוריו לתיקוני-זוהר⁷⁹: "ודאי באופן השני". מסביר זאת הרב קוק⁸⁰ על-פי תיקוני-זוהר בסוד "כולו הפך לבן טהור הוא", בהרת לבנה שפשתה במקצת בעור טמאה, אבל אם כולה הפכה לבנה טהורה.

נאמר בגמרא (סנהדרין צז, א) "אמר רבי יצחק: אין בן דוד בא עד שתיהפך כל המלכות למינות". מסביר זאת המהר"ל (נצח-ישראל, פרק לט⁸¹), שאם רק חלק מהמציאות מקולקל

77. "אמר רבי יוחנן פלטי שמו ולמה נקרא שמו פלטיאל? שפלטו אל מן העבירה. מה עשה? נעץ חרב בינו לבינה, אמר: כל העוסק בדבר זה ידקר בחרב זה. והכתיב 'וילך אתה אישה'? שנעשה לה כאישה. והכתיב: 'הלוך ובכה'? על המצוה דאזיל מיניה. 'עד בחורים'? שנעשו שניהם כבחורים שלא טעמו טעם ביאה. אמר רבי יוחנן: תוקפו של יוסף ענוותנותו של בועז, תוקפו של בועז ענוותנותו של פלטי בן ליש" (סנהדרין יט, ב).

78. "עוד אמר שאין בן דוד בא אלא בדור שכולו זכאי או כולו חייב. כי מעלת מדרגת המשיח אינו שייך רק אם כל הדור זכאי או כל הדור חייב. כי יש לך לדעת כי המשיח יהיה משלים כל העולם, ואם הדור זכאי, כולם ראוי להשלמה. ואם הדור כולו חייב, והם בעלי העדר והפסד, וההעדר הוא קודם הווייה, ולפיכך בשביל הדור שכולו חייב יבוא המשיח. ועוד אמר 'אם ראית דור שנתמעט וכו', פירוש, כי הדור אשר יבוא בו משיח הוא דור שפל יותר מכל הדורות. ואלו יזכו אל המשיח, כאשר אין כאן הווייה בעולם כלל, ויש כאן העדר, ואז יתחדש הוויית המשיח, ויש בו הווייה אל כל העולם. וכאשר שהוא כאן חסרון הווייה לגמרי בעולם, כפי חסרון הווייה יתחדש הווייה שלמה..." (נצח-ישראל, פרק לט).

79. נדפס בעמ' 251, ור' בהרחבה על כך בספר הקדמות ושערים לבעל הלשם ו: ט.

80. ע' בהרחבה אגרות הראי"ה ח"א, עמ' שע; מאמרי-הראי"ה, עמ' 99; אורות-הקודש ח"ב, עמ' תנב.

81. ור' עוד גבורות השם, פרק כט, ביאור המהר"ל אודות "וירכיבם על החמור".

אז צריך לתקן אותו, אבל אם כל המציאות התקלקלה עד היסוד, זה סימן שסדר עליון יותר מופיע, ועל כן הסדר הקודם מפנה את מקומו, ואלו הם ימות המשיח.

עלינו לעשות "תיקון". זהו ביטוי קבלי, "לתקן" מובנו – להיות אנחנו, להיות טבעיים. ברגע שאני טבעי, על פי "נשמה שנתת בי טהורה היא", אז אני מתקן את המלאכותיות שהייתה בגלות ואז יש בכוחי להפוך את האות ב' שב"כולו חייב", ביטוי שמובנו עבודת ה' באופן של חיוב והכרח, לאות ו', "כולו חייו", ביטוי למשאת נפשו האמיתית של הדור – לחיות את חייו באופן הראוי והנכון על פי הטבע, כולו – חייו. מבחינה רוחנית, "כולו חייב" מובנו ללא בחירה, אין כבר אפשרות אחרת. הדור, כביכול, מוכרך לנהוג כך⁸².

חז"ל אומרים לגבי יהודה ותמר, "מלאך דחפו" (בראשית רבה פה: ח). ר' צדוק מסביר זאת⁸³ כהכרח אלהי, סדר אלהי מיוחד. התהליך הזה של ה"חוצפא יסגא" הכרחי על

82. "כי קץ הגלות ישנו אפילו יהיו ישראל רשעים גמורים ח"ו" (אור החיים לויקרא כה כה).

83. "וקדושת זרעא דלאה בפנימיות ואתכסיא נתברר ביהודה אחר הירידה מאחיזי שהיה בירידה ושפלות עד שהיה נראה היפך הקדושה להתחבר עם הקדושה בעינים... והנה זהו תכלית הירידה שנדמה לשקוע בחושך הגמור שאפילו אור היום החול נעלם ממנו לא אור קדושת השבת לבד, אבל כל זה מצד ההתגלות בעוה"ז שהפנימיות נעלם והנגלה בו הוא עלמא דשקרא... ומצד האמת לא היתה בזה קדושה וכולו בקדושה דמאתו ית' יצאו כבושים לברוא אורו של משיח שהוא תכלית ושורש המציאות הקדושה בעוה"ז..." (ישראל קדושים ח"ב, עמ' עא).

ור' עוד בשם משמואל (במדבר, נשא, תרע"ג): "וביהודה ותמר מפורש במדרש (פרשה פ"ה), שזימן לו הקב"ה מלאך הממונה על התאוה. ולכאורה יש לומר, היתכן שמן השמים יכריחו לעבירה, והלא הקב"ה בעצמו שומר מצוותיו, וכתוב לפני עיוור וגו', אך התירוץ בזה יש לומר, שמאחר שכן צריך להיות, מהטעמים המובאים בחכמי האמת, וכל מלכות בית דוד נשתלה דוקא בדרך זו, הוא כמו הוראת שעה, ושוב אין כאן עבירה כלל. אך יוסף לא ידע מזה, דבמדרש מובא שקינטר את יהודה ברמזו במעשה תמר... וזה שאמר, דברים שלא נתגלו לך נתגלו לי... והנה בכתבי האריז"ל, שהנשמות הגבוהות שצריכין להוציא מתחת יד החיצוניים, שנשבו בחטא אדם הראשון, צריך להיות שהחיצוניים לא יבינו, ועל כן נשמת דוד המלך ע"ה היו צריכים להוציא ע"י ענין תמר ויהודה ובעוז ורות, שחשבו החיצוניים שודאי הוא ענין של חטא, ובודאי הנשמה בבואה לעולם ע"י חטא תתקלקל עוד יותר, ותשוב לידם מקולקלת מבראשונה..." (בראשית, יחי, תרע"ה).

ור' עוד בשיעורי דעת לרב יוסף יהודה לייב בלוך (ח"ב, עמ' קסו, כל הגדול מחברו): "מצינו במדרש (בראשית רבה פה: ח), ויט אליה אל הדרך, בעל כרחו, כלומר היתה מלחמה בנפש יהודה, והכריע בו כח אחד ודחפו בע"כ. ואמרינן שם, ביקש לעבור וזימן לו הקב"ה מלאך שהוא ממונה על התאוה, אמר לו יהודה להיכן אתה הולך, מהיכן מלכים עומדים, מהיכן גואלים עומדים. איזו שייכות יש לו למלאך הממונה על התאוה לשאלות אלו? אבל באמת כשהיתה המלחמה בנפש יהודה, התחילה ההתנגשות בין השורשים הגבוהים, בין הכחות העליונים השונים, וזאת היתה תנועת המלחמה בין הכחות השונים שבנפש יהודה. אין אנו צריכים לומר

מנת ליצור את השינוי הדרוש לגילוי סתרי תורה⁸⁴ ולשיבת רוה"ק, זהו המהלך הרוחני של דורנו.

לסיכום:

ההתמודדות הגדולה שלנו עם "יצרא דעריות" היא בגלל מעלת הדור ולא בגלל גנותו. על הדורות האחרונים מוטל אתגר גדול, הם צריכים להחזיר את כוח הקדושה לגוף ועל כן הם מתמודדים עם הסיגים שבגוף ועם המשיכה היתרה אחריו. אין להיבהל ואין להירתע, יש להתקדם לאט ובבטחה ועלינו לדעת שלמרות ומתוך כל הנפילות צומח האור הגדול של בניין הרצון⁸⁵ וקידוש החיים, ועל כן נדע באופן הכי ברור בעולם: "נשמה שנתת בי טהורה היא", נקודה. מומלץ מאוד לקרוא וללמוד בספרים החשובים⁸⁶ שנכתבו בעניינים שעסקנו בהם היום כדי לקבל חיזוק בדברי

דוקא כי בנפש יהודה היתה מורגשת רק מלחמת כחות רוחניים, יש לומר, כי בנפש יהודה התעוררו באמת כחות טבעיים פשוטים, אבל היתה להם התקשרות עם השרשים העליונים, סיבתם ומקורם היו כחות עליונים, וכשהכריע כח אחד עליון היתה הדחיפה כחו של מלאך. איתא במדרש (שם ב') שבטים היו עסוקים במכירתו של יוסף... והקב"ה... בורא אורו של משיח. מה גדלה התעמולה בעולמות העליונים ברגע זה, בשעה שהיה נחוץ לברוא אורו של מלך המשיח, כמה כחות עליונים התנשאו והתנגשו זה בזה, והמלחמה הזאת השתלשלה ובצבצה בנפש יהודה בדמות כחות נפשיים המתרוצצים בו. כמה גדלה בו המלחמה... בכל זאת אמרו חז"ל (שם ג') תמר לש"ש נתכוונה, כי לבעבור ייברא מזה מלך המשיח היה נחוץ שתצטרף כאן מחשבה לש"ש טהורה... וע' גור-אריה בראשית, שם, וחידישי-אגדות, סוטה י, ב.

84. "בלא החוצפא דעקבתא דמשיחא, לא היה אפשר לבאר רזי תורה בגילוי גמור. רק על ידי התעבות ההרגשות שעל ידי החוצפא, יהיה אפשר לקבל הארות שכליות עליונות מאד, וסוף סוף שהכל ישוב לתיקון גמור" (שמונה-קבצים ב: קח).

85. "עיקר תיקון פגם הברית הוא קידוש הרצון והארתו הברורה, עד שהרצון היותר חזק מצד הטבע הגופני, ייש לו שורש בקדושה חזק מאד מפני הופעת החיים שבו, שהוא הרצון של נטיית המין, אור הקדושה שופע בו כל כך עד שהצד הקדוש שבו הוא הרודה בחיים וממשיך את פעולתו והופעתו. והצד של החול, וקל-וחומר של הטומאה שבו, הוא בטל לגמרי לצד הקודש, ואז באמת לא יקרב נגע באהלו, ונעשה צדיק משומר מכל מוקש, וכשהרצון עולה במדרגה עליונה של קודש כזאת, אז הוא מתברר גם מכל מדות רעות ומכל מעשים רעים שבעולם, אפילו מהדברים היותר קלים שהאדם דש אותם בעקביו" (אורות-הקודש ח"ג, עמ' רצח).

86. נזכיר את: הרב שלמה אבינר, טהרת הברית: לבנים בגיל תיכון, ספרית חוה, בית-אל, תשנ"ד; יגאל דנאן ודניאל גאמס (עורכים), והייתם קדושים: שמירת הברית נוכח אתגרי ימינו, ירושלים, תשנ"ז; כותנות אור: אוסף מאמרים בענייני צניעות, ישיבת ההסדר ירוחם, תש"ס; הרב יהושע שפירא, אשיב ממצולות, ישיבת ההסדר ר"ג, תשס"ד; היצר הלב והאדם: הרב אלי שיינפלד, התמודדות רוחנית ועצות למעשה, ספריית בית-אל, תשע"ב; הרב ליאור לביא, יוצר אור: על היצר והאור בחיינו, פרקי התמודדות, אלון-שבות, תשע"ג.

תורה, שצריכים חיזוק תמידי (ברכות לב, ב). ונסיים באשר פתחנו: "הבא ליטהר - מסייעין אותו" (יומא לח, ב). כולכם ברוכים.