

הלכות דעות פרק ב

פרק ב

רפואת הדעות הרעות

מהות חולי הנפש

א.

החולים טועמים מר למתוק וכן חולי הנפש

חולי הגוף טועמין המר מתוק והמתוק מר, ויש מן החולים מי שמתאוה ותאב למאכלות שאינן ראויין לאכילה, כגון העפר והפחם, ושונא המאכלות הטובים, כגון הפת והבשר, הכל לפי רוב החולי.

כך בני אדם שנפשותיהם חולות - מְאֻוִּים ואוהבים הדעות הרעות, ושונאים הדרך הטובה, ומתעצלים ללכת בה, והיא כבידה עליהן למאד לפי חליים.

פסוקים המדברים על כך

וכן ישעיהו אומר באנשים הללו "הוי האומרים לרע טוב ולטוב רע, שמים חשך לאור ואור לחשך, שמים מר למתוק ומתוק למר" (ישעיהו ה:כ'), ועליהם נאמר "העוזבים ארחות ישר ללכת בדרכי חשך" (משלי ב:יג):

ב.

החכמים רופאי הנפשות

ומה היא תקנת חולי נפשות? ילכו אצל החכמים, שהם רופאי הנפשות, וירפאו חליים בדעות שמלמדין אותם, עד שיחזירו לדרך הטובה.

והמכירים בדעות הרעות שלהם ואינם הולכים אצל החכמים לרפא אותם, עליהם אמר שלמה "ומוסר אוילים בזו" (משלי א':ד):

דרכי רפואת הנפש

ג.

וכיצד היא רפאותם?

מי שהוא בעל חימה - אומרין לו להנהיג עצמו שאם הוכה וקולל לא ירגיש כלל, וילך בדרך זו זמן מרובה, עד שתיעקר החימה מליבו. ואם היה גבה לב - ינהיג עצמו בביזיון הרבה, וישב למטה מן הכל, וילבש בלויי סחבות המבזין את לובשיהן, וכיוצא בדברים אלו, עד שייעקר גובה הלב ממנו, ויחזור לדרך האמצעית שהיא הדרך הטובה, ולכשיחזור לדרך האמצעית ילך בה כל ימיו:

ד.

ועל קו זה יעשה בשאר כל הדעות, אם היה רחוק לקצה האחד, ירחיק עצמו לקצה השני, וינהוג בו זמן מרובה, עד שיחזור לדרך הטובה, והיא מידה בינונית שבכל דעה ודעה:

דעות שאין לנהוג בבינונית

ה.

ויש דעות שאסור לו לאדם לנהוג בהן בבינונית, אלא יתרחק עד הקצה האחר, והוא גובה הלב, שאין הדרך הטובה שיהיה האדם "עניו" בלבד, אלא שיהיה "שפל רוח" ותהיה רוחו נמוכה למאד.

ולפיכך נאמר במשה רבינו "עניו מאד" (במדבר י"ב:ג), ולא נאמר "עניו" בלבד.

ולפיכך ציוו חכמים, () מאד מאד הוי שפל רוח.

ועוד אמרו "שכל המגביה ליבו כפר בעיקר, שנאמר "ורם לבבך ושכחת את י"י אלהיך" (דברים ח:יד) ."

ועוד אמרו, "בשמתא דאית ביה גסות הרוח, ואפילו מקצתה":

1.

וכן הכעס דעה רעה היא עד למאד, וראוי לאדם שיתרחק ממנה עד הקצה האחר, וילמד עצמו שלא יכעוס ואפילו על דבר שראוי לכעוס עליו. וכן, אם רצה להטיל אימה על בניו ובני ביתו, או על הציבור אם היה פרנס, ורצה לכעוס עליהם כדי שיחזרו למוטב - יראה עצמו בפניהם שהוא כועס כדי לייסרם, ותהיה דעתו מיושבת בינו לבין עצמו, כאדם שהוא מדמה איש בשעת כעסו, והוא אינו כועס:

2.

אמרו חכמים הראשונים, "כל הכועס כאילו עובד עבודה זרה", ואמרו שכל הכועס אם חכם הוא חכמתו מסתלקת ממנו ואם נביא הוא נבואתו מסתלקת ממנו. ובעלי כעס אין חייהם חיים. לפיכך ציוו להתרחק מן הכעס עד שינהיג עצמו שלא ירגיש אפילו לדברים המכעיסין, וזו היא הדרך הטובה. ודרך הצדיקים, הן עלובין ואינן עלובין, שומעין חרפתן ואינן משיבין, עושין מאהבה ושמחים ביסורים, עליהם הכתוב אומר "ואוהביו כצאת השמש בגבורתו" (שופטים ה:ל"א) :

ח.

ירבה בשתיקה

לעולם ירבה אדם בשתיקה, ולא ידבר אלא או בדבר חכמה או בדברים שצריך להן לחיי גופו.

אמרו על רב תלמיד רבינו הקדוש שלא שח שיחה בטילה כל ימיו, וזו היא שיחת רוב כל אדם.

גם בצרכי הגוף לא ירבה

ואפילו בצרכי הגוף - לא ירבה אדם דברים, ועל זה ציוו חכמים ואמרו, "כל המרבה דברים מביא חטא", ואמרו, לא מצאתי לגוף טוב אלא שתיקה:

ט.

גם בדברי תורה יקצר

וכן בדברי תורה ובדברי חכמה - יהיו דברי החכם מעטים ועניניהם מרובים, והוא שציוו חכמים ואמרו, לעולם ישנה אדם לתלמידיו דרך קצרה.

אבל אם היו הדברים מרובים והענין מועט - הרי זו סכלות, ועל זה נאמר "כי בא החלום ברב ענין, וקול כסיל ברב דברים" (קהלת ה'ב') :

י.

סייג לחכמה שתיקה. לפיכך לא ימהר להשיב, ולא ירבה לדבר, וילמד לתלמידים בשובה ונחת, בלא צעקה, בלא אריכות לשון, הוא ששלמה אומר

"דברי חכמים בנחת נשמעים" (קהלת ט"ז):

איסור חנופה

יא.

אסור לאדם להנהיג עצמו בדברי חלקות ופיתוי, ולא תהיה אחת בפה ואחת בלב, אלא תוכו כברו, והענין שבלב הוא הדבר שבפה.

ואסור לגנוב דעת הבריות, אפילו דעת הגוי:

יב.

כיצד,

- לא ימכור לגוי בשר נבילה בכלל שחוטה,
- ולא מנעל של מתה במקום מנעל של שחוטה,
- ולא יסרב בחבירו שיאכל אצלו והוא יודע שאינו אוכל,
- וירבה לו בתקרובת והוא יודע שאינו מקבל,
- יפתח לו חביות שהוא צריך לפתוח אותן למכרן כדי לפתותו שבשביל כבודו פתח,

וכן כל כיוצא בזה.

אפילו מלה אחת של פיתוי ושל גניבת הדעת - אסורה, אלא שפת אמת, ורוח נכון, ולב טהור מכל "עמל והוות":

יג.

לא יהיה אדם בעל שחוק והתל, ולא עצב ואונן, אלא שמח.
כך אמרו חכמים, "שחוק וקלות ראש מרגילין לערוה".
וציוו שלא יהא אדם פרוץ בשחוק, ולא עצב ומתאבל, אלא מקבל את כל האדם בסבר פנים יפות:

יד.

וכן, לא יהיה בעל נפש רחבה נבהל להון, ולא עצל ובטל ממלאכה, אלא בעל "עין טובה", מעט עסק ועוסק בתורה, ואותו המעט שהוא חלקו ישמח בו.
ולא יהיה לא בעל קטטה, ולא בעל קנאה, ולא בעל תאוה, ולא רודף אחר הכבוד. כך אמרו חכמים, הקנאה והתאוה והכבוד מוציאין את האדם מן העולם.

כללו של דבר - ילך במידה הבינונית שבכל דעה ודעה, עד שיהיו כל דעותיו
מכוונות באמצעות, והוא ששלמה אומר "וכל דרכיך יכוננו" (משלי ד:כ"ו) :