

## שמנה פרקים, פרק רביעי - ברפואת חולי הנפש

המעשים הטובים - הם המעשים השוים, הממוצעים בין שתי קצוות ששתיהן רע: האחת מהן - תוספת, והשנית - חסרון. והמעלות - הן תכונות נפשיות וקניינים ממוצעים בין שתי תכונות רעות: האחת מהן - יתרה, והאחרת - חסרה. מן התכונות האלה יתחילו הפעולות ההן. והמשל בו: הזהירות, שהיא מידה ממוצעת בין רוב התאוה ובין העדר הרגש ההנאה. הזהירות היא מפעולות הטובות. ותכונות הנפש, אשר תתחייב ממנה הזהירות - היא מעלת המידות. אבל רוב התאוה - הוא הקצה הראשון. והעדר הרגש ההנאה לגמרי - הוא הקצה האחרון, ושניהם רע גמור. ושתי תכונות הנפש, אשר מהן יתחייב רוב התאוה, והיא: התכונה היתרה. והעדר ההרגשה, והיא: התכונה החסרה - שתיהן יחד פחיתויות מפחיתויות המידות.

וכן הנדיבות - ממוצעת בין הכליות והפיזור. והגבורה - ממוצעת בין המסירה-לסכנות ובין רך-הלבב. והסילסול - ממוצע בין ההתנשאות ובין הנבלה. ופרוש סילסול - הוא: מי שמתכבד כראוי ואינו מתנבל בדבר. וההתנשאות - היא: שיתכבד האדם יותר מן הראוי לו. והנבלה - ידועה, והיא: שיעשה אדם מעשים בלתי הגונים שיש בהם פחיתות הרבה וחרפה. והנחת - ממוצעת בין הקיטרוג והקטרנות, ובין רכות הטבע, מה שקורין בלע"ז: מולד"ה והוא: מי שהוא בלא דיבור ובלא מעשה לכבדות טיבעו וקור מזגו, והוא כנגד הקיטרוג שיבוא מחידוד טיבעו וחוס מיזגו. והענוה - ממוצעת בין הגאווה ובין שיפלות הרוח. וההסתפקות - ממוצעת בין אהבת הממון ובין העצלות. וטוב לב - ממוצע ביו הנבלה ויתרון טוב הלבב (ומפני שאין למידות האלה שם ידוע בלשונו - צריך לפרש עניניהם, ומה שרוצים בו הפילוסופים: לב טוב - קוראים: מי שכל כונתו להיטיב לבני אדם בגופו, ועצתו, ובממונו בכל יכלתו, בלתי ששיגהו נזק או ביזיון, והוא: שעושה דברים הנזכרים ב"לב טוב", ואפילו אם ישיגהו בזה נזק גדול, או ביזיון, או טורח רב והפסד מרובה - והוא: הקצה הראשון). והסבלנות - ממוצע בין הכעס והעדר הרגשת חרפה ובוז. ובושת פנים - ממוצעת בין העזות והבישנות (פרוש ניראה לי מדברי רבותינו, זיכרונם לברכה, שהבישן הוא אצלם: מי שיש לו רוב בושת. ובושת פנים, היא הממוצע - ממאמרם: "לא הבישן למד" (אבות ב, ה), ולא אמרו: 'אין בושת פנים למד'. ואמרו: "בושת פנים לגן עדן" (שם ה, כ), ולא אמרו: ה"בישן" - ולזה סידרתים כך). וכן שאר המידות יצטרכו על כל פנים לשמות מונחים להם מהסכמה, שיהיו העניינים מובנים.

והרבה פעמים יטעו בני אדם באלו הפעולות ויחשבו אחד מהקצוות - טוב ומעלה ממעלות הנפש. פעמים יחשבו הקצה הראשון - טוב, כמו שיחשבו המסירה לסכנות - מעלה, ויקראו המוסרים-עצמם-לסכנות: גיבורים. וכשיראו מי שהוא בתכלית זאת המידה, רצוני לומר: שמוסר עצמו לסכנות ומוסר עצמו למיתה בכונה, ופעמים ינצל במקרה- יחשיבוהו בזה ויאומרו עליו שהוא: גיבור. ופעמים יחשבו הקצה האחרון שהוא טוב, ויאמרו על פחות הנפש - שהוא: סבלן. ועל העצל - שהוא: שמח בחלקו. ועל נעדר הרגש ההנאות לעבי טיבעו - שהוא: נזהר, כלומר: ירא חטא. ועל זה המין מן הטעות יחשבו גם כן הפיזור ויתרון טוב הלב מן הפעולות הטובות - וזה כולו טעות. ואמנם ישובח באמת הממוצע, ואליו צריך לאדם שיכוון וישקול פעולותיו כולם תמיד עד שיתמצעו.

ודע שאלו המעלות והפחיתויות אשר למידות לא יגיעו ולא יתישבו בנפש, רק בכפול הפעולות הבאות מן המידה ההיא פעמים רבות ובזמן ארוך והרגילות בהן. ואם היו הפעולות ההן טובות, יהיה המגיע לנו מהן - מעלה. ואם היו רעות, יהיה המגיע לנו מהן - פחיתות. ומפני שאין אדם בטבעו בתחילת ענינו בעל מעלה, ולא בעל חסרון - כמו שנבאר בפרק השמיני - והוא ירגיל בלא ספק פעולות מקטנותו, כפי מנהג קרוביו ואנשי ארצו. ואפשר שיהיו הפעולות ההן ממוצעות, ואפשר שיהיו מותרות, או מחסרות, כפי שספרנו, ותהיה נפשו חולה - ראוי שילכו ברפואתו כדרך רפואות הגופות בשוה: כשם שהגוף, כשיצא משוויו נראה אל איזה צד נטה ויצא, ונעמוד כנגדו בהפכו, עד שישוה אל השווי. וכששתוה, נסלק ידינו מן ההפוך ונשוב לעשות לו מה שיעמידהו על שוויו - כן נעשה במידות בשוה. והמשל בו: כשנראה אדם שהיתה לו תכונה בנפשו וחסר בה נפשו מכל טובה לרוב הכליות - וזו פחיתות מפחיתויות הנפש. והפועל אשר יעשהו - מפעולות הרע, כמו שבארנו בזה הפרק. וכשנרצה לרפואות זה החולי, לא נצוהו להרגיל בנדיבות - שזהו, כמו שירפא מי שיגבר עליו החוסר בדבר הממוצע השוה, שלא יבריאהו מחוליו. אבל צריך שנביאהו לפזר, ויכפול מעשה הפיזור פעם

אחר פעם פעמים רבות, עד שתסור מנפשו התכונה המחייבת לכילות, ויהיה קרוב להגיע אל תכונת הפיזור - ואז נסלק פעולות הפיזור, ונצוהו להתמיד על פעולות הנדיבות וישקוד עליהן: לא יותר ולא יחסר.

וכן כשנראהו מפזר - נצוהו לעשות פעולות הכילות ולשנותן. אבל לא ישנה פועל הכילות פעמים רבות כשנותו פועל הפיזור. וזה החידוש הטוב - הוא סדר הרפואה וסודה, והוא: ששוב האדם מן הפיזור לנדיבות - יותר קל ויותר קרוב, מישבו מן הכילות לנדיבות. וכן שוב נעדר הרגשת ההנאה נזהר וירא חטא - יותר קל ויותר קרוב לשוב, משוב בעל התאוות נזהר. ולזה נכפול על בעל התאוות פעולת העדר ההנאה, יותר משנכפול על נעדר ההרגשות פעולת התאוה. ונחייב על רך הלבב מסירת עצמו לסכנות, יותר משנחייב המוסר עצמו לסכנות רכות הלבב. ונרגיל הנבל ביתרון טוב הלבב, יותר משנרגיל מי שיש לו יתרון לב טוב בנבלה - זהו סדר רפואות המידות וזכרהו.

ולזה הענין לא היו החסידים מניחים תכונת נפשותיהם תכונה הממוצעת בשוה - אך היו נוטים מעט לצד היתר, או החסר, על דרך הסיג והשמירה. רצוני לומר, על דרך משל: שהיו נוטים מן הזהירות - לצד העדר הרגש ההנאה מעט. ומן הגבורה - לצד מסירות נפש בסכנות מעט. ומטוב הלבב - לצד יתרון טוב הלבב מעט. ומן הענוה - לצד שיפלות הרוח מעט, וכן בשאר הענינים. ואל זה הענין רמזו באמרם: "לפנים משורת הדין" (ברכות ז, א).

אבל מה שעשו אותם החסידים בקצת הזמנים, וקצת המקומות, וקצת אנשים מהם גם כן מנטות אחר הקצה האחד: בצום, וקום בלילות, והנחת אכילת בשר ושתית יין, והרחקת הנשים, ולבוש הצמר והשער, ושכונת ההרים, והתבודד במדברות - לא עשו דבר מזה אלא על דרך רפואות, כמו שהזכרנו. ולהפסד אנשי המדינה גם כן: כשיראו שהם נפסדים בחברתם וראות פעולותיהם, עד שיפחדו מהפסד מדותיהם בעבורם - ועל כן ברחו להם למדברות ולמקום שאין שם אדם רע. כמאמר ירמיה הנביא, עליו השלום: "מי יתנני במדבר מלון אורחים ואעזבה את עמי ואלכה מאתם, כי כולם מנאפים עצרת בוגדים" (ירמיה ט, א). וכאשר ראו הכסילים שהחסידים עשו אלה הפעולות ולא ידעו כונתם, חשבו שהן טובות וכונו אליהן, בחשבם שיהיו כמותם. ויענו את גופתם בכל מיני עינוי, ויחשבו שהם קנו לעצמם מעלה ומידה טובה ושעשו טובה, ושבזה יתקרב האדם לשם - כאלו השם יתברך שונא הגוף ורוצה לאבדו. והם לא ידעו שאלו הפעולות רע, ושבחן תגיע פחיתות מפחיתויות הנפש. ואין להמשילם אלא לאיש שאינו יודע במלאכת הרפואות, כשיראה בקיאים מהרופאים שהשקו חולים נוטים למות סמים הנקראים בערבית: שחם, חנטל ומחמודה, ובלע"ז - קולוקיניטידא ואשקמוניא. והצבר, ובלע"ז - אולואי וכיוצא בהם. ופסקו מהם המזון, ונרפאו מחולים ונמלטו מן המות הצלה גמורה - ואמר הסכל ההוא: אחר שאלו הדברים מרפאים מן החולי, כל שכן שיעמידו הבריא על בריאותו, או יוסיפו כוח. והתחיל לקחת אותם תמיד ולהתנהג בהנהגות החולים, שהוא יחלה בלא ספק - כן הם חולי הנפשות אלו בלא ספק בלקחם הרפואות על הבריאות.

וזאת התורה התמימה המשלמת אותנו כמו שהעיד עליה יודעה: "תורת ד' תמימה משיבת נפש, עדות ד' נאמנה מחכימת פתי" (תהילים יט, ח) - ולא זכרה דבר מזה. ואמנם כונה להיות האדם טבעי הולך בדרך האמצעי: יאוכל מה שיש לו לאכול - בשווי, וישתה מה שיש לו לשתות - בשווי, ויבעל מה שמותר לו לבעול - בשווי, וישכון במדינות ביושר ובאמונה. לא שישכון במדבריות ובהרים, ולא שילבש הצמר והשער, ולא שיענה גופו. והזהירה מזה, לפי מה שבא בקבלה. נאמר בנוזר: "וכפר עליו מאשר חטא על הנפש" (במדבר ו, יא). ואמרו רבותינו, זכרונם לברכה: "וכי על איזה נפש חטא זה? - אלא על שצער עצמו מן היין. והלא דברים קל וחומר: מה זה שצער עצמו מן היין - צריך כפרה, המצער עצמו מכל דבר ודבר על אחת כמה וכמה" (תענית יא, א).

ובדברי נביאינו וחכמי תורתנו ראינו, שהיו מכוונים על השווי ושמירת נפשם וגופם, על מה שתחייבם התורה. וענה השם יתברך על יד נביאו למי ששאל לצום יום אחד בעולם אם יתמיד אם לאו, והוא אמרם לזכריה הנביא: "האבכה בחודש החמישי, הנזר כאשר עשיתי זה כמה שנים?" (זכריה ז, ג) וענה אותם: "כי צמתם וספוד בחמישי ובשביעי וזה שבעים שנה, הצום צמתני אני? וכי תואכלו וכי תשתו הלוא אתם האוכלים ואתם השותים" (שם ה-ו). ואחר כך צוה אותם ביושר ובמעלה לבד לא בצום, והוא אמרו להם: "כה אמר ד' צבאות לאמור: משפט אמת שפטו, וחסד ורחמים עשו איש את אחיו. ואלמנה ויתום, גר ועני אל תעשו, ורעת איש אחיו אל תחשבו בלבבכם" (שם ט-י). ואמר אחר כך: "כה אמר ד' צבאות: צום הרביעי וצום החמישי וצום השביעי וצום העשירי יהיה לבית

יהודה לששון ולשמחה ולמועדים טובים, והאמת והשלום אהבו" (שם ח, יט). ודע שה"אמת" - הן המעלות השכליות, מפני שהן אמיתיות לא ישתנו, כמו שזכרנו בפרק השני. וה"שלום" - הן מעלות המידות, אשר בהן יהיה השלום בעולם.

ואשוב אל כונתי. שאם יאמרו אלו המתדמים באומות מאנשי תורתנו - שאיני מדבר אלא בהם - שהם אינם עושים מה שעושים אותו: מהטריחות גופותם, ופסוק הנאותיהם, אלא על דרך הלימוד לכוחות הנפש, כדי שיהיו נוטים אל הצד האחר מעט, כפי מה שארנו בזה הפרק, שראוי שיהיה האדם כן - זוהי טעות מהם, כאשר אבאר. וזהו: שהתורה לא אסרה מה שאסרה, ולא צותה מה שצותה - אלא מפני זאת הסיבה, רצוני לומר: כדי שנתרחק מן הצד האחד יותר על צד ההרגל. שאיסור המאכלות האסורות כולם, ואיסור הבעילות האסורות והאזהרה על הקדשה, ומה שהצריך בכתובת אישה וקדושיה, ועם כל זה אינה מותרת תמיד, אבל תאסר בעת הנידות והלדה, ועם כל זה גזרו רבותינו, זכרונם לברכה, למעט המשגל ומנעוהו ביום, כמו שבארנו בסנהדרין - זה כולו, אמנם, צונו השם יתברך להתרחק מקצה רוב התאוה רחוק גדול, ולצאת מן המצוה אל צד העדר הרגשת ההנאה מעט, עד שתתחייב ותתחזק בנפשותינו תכונת הזהירות.

וכן כל מה שבתורה: כנתינת המעשרות, והלקט, והשכחה, והפאה, והפרט, והעוללות, ודין המיטה ויובל, והצדקה "די מחסורו" (דברים טו, ח) - זה כולו קרוב מיתרון טוב לבב, עד שנתרחק מקצה הנבלה רחוק גדול ונתקרב לקצה יתרון טוב לבב, עד שיתחזק לנו "לב טוב". ובזאת הבחינה בחן רוב המצוות, תמצאן כולם שהן מלמדות ומרגילות כוחות הנפש. כמו שאסרה הנקימה והנטירה וגאולת הדם, באמרו: "לא תקום ולא תטור" (ויקרא יט, יח). "עזוב תעזוב" (שמות כג, ה). "הקם תקים עמו" (דברים כב, ד) - עד שיחלש כוח הכעס והרוגז. וכן "השב תשיבם" (שם שם, א) - עד שתסור תכונת הכילות. וכן: "מפני שיבה תקום והדרת פני זקן" (ויקרא יט, לב). "כבד את אביך ואת אימך" (שמות כ, יב). "לא תסור מן הדבר אשר יגידו לך" (דברים יז, יא) - עד שתסור תכונת העזות ותגיע תכונת הבושת. ואחר כך הרחיק מן הקצה האחרון, רצוני לומר: רוב הבושת. ואמר: "הוכח תוכיח את עמיתך" (ויקרא יט, יז). "לא תגורו מפני איש" (דברים א, יז) - עד שיסור רוב הבושת גם כן וישאר בדרך האמצעי. וכשיבוא האיש הסכל בלא ספק וישתדל להוסיף על אלו הדברים, כמו: שיאסור המאכל והמשתה, מוסף על מה שנאסר מן המאכלים. או יאסור הזווג יותר על מה שנאסר מן הבעילות. ויתן כל ממונו לעניים או להקדש, מוסף על מה שבתורה על ההקדשות ועל הצדקות, ועל הערכים - יהיה עושה מעשה הרעים והוא לא ידע, ויגיע אל הקצה האחר ויצא מן המצוה לגמרי. ולחכמים בזה הענין דבר, לא שמעתי כלל יותר נפלא ממנו, והוא בגמרא דבני מערב בעפרק התשיעי מנדרים, דבר בגנות המקבלים על עצמם שבועות ונדרים עד שישארו כעין אסורים. אמרו שם בזה הלשון: "אמר רב אידי בשם רבי יצחק: לא דיך במה שאסרה תורה, אלא שאתה אוסר עליך דברים אחרים" וזה הענין שזכרנו בשוב בלא תוספת ובלא חיסרון.

הנה התבאר לך מכל מה שהזכרנוהו בזה הפרק: שצריך לכוון אל הפעולות הממוצעות, ושלא יצא מהן אל קצה מן הקצוות - אלא על צד הרפואות ולעמוד כנגדו בהפך. כמו שהאדם היודע במלאכת הרפואות, כשיראה מזוג שנשתנה מעט שינוי, לא ישכח ולא יניח החולי להתחזק עד שיצטרך אל רפואה חזקה בתכלית. וכשידע שאבר מאבריו חלוש, ישמרו תמיד ויתרחק מדברים המזיקים לו ויכוון למה שיועילהו, עד שיבריא האבר ההוא, או עד שלא יוסיף חולשה - כן האדם השלם צריך לו שיזכור מידותיו תמיד, וישקול פעולותיו, ויבחן תכונות נפשו יום יום. וכל מה שיראה נפשו נוטה לצד קצה מן הקצוות, ימהר ברפואה ולא יניח התכונה הרעה להתחזק בשנותו מעשה רע, כמו שזכרנו. וכן ישים לנגד עיניו המידות הפחותות אשר לו וישתדל לרפואתם תמיד, כמו שזכרנו - שאי אפשר לאדם מבלתי חסרון. שהפילוסופים כבר אמרו: "כבד הוא ורחוק שימצא מי שהוא בטבע למעלות כולם, ר"ל: למעלות המידות ולמעלות השכליות, מזומן ומוכן". אבל בספרי הנביאים נמצא זה בהם הרבה. אמר: "הן בעבדיו לא יאמין ובמלאכיו ישים תהלה" (איוב ד, יח). "ומה יצדק אנוש עם אל, ומה יזכה ילוד אשה" (שם כה, ד). ושלמה המלך, ע"ה, אמר סתם: "כי אדם אין צדיק בארץ, אשר יעשה טוב ולא יחטא" (קהלת ז, כ). ואתה יודע שאדון הראשונים והאחרונים: משה רבנו, ע"ה, כבר אמר אליו השם יתברך: "יען לא האמנתם בי להקדישני לעיני בני ישראל" (במדבר כ, יב). "על אשר מריתם את פי למי מריבה" (שם כד). "על אשר לא קדשתם אותי בתוך בני ישראל" (דברים לב, נא). וחטאו, ע"ה, הוא: שנטה לצד אחד מן הקצוות ממעלת המידות, והיא: הסבלנות. כאשר נטה לצד הרגזנות באמרו: "שמעו נא המורים" (במדבר כ, י), דקדק עליו השם יתברך: שיהיה אדם כמוהו כועס לפני עדת ישראל במקום שאין ראוי בו הכעס. וכיוצא בזה בדין האיש ההוא - חילול השם

הוא. מפני שמתנועותיו ומדבריו כולם למדים, והיו מקוים להגיע בהם אל הצלחת העולם הזה והעולם הבא - ואיך יראה בו הכעס, והוא מפעולות הרע, כמו שבארנו, ולא יבוא כי אם מתכונות רעות מתכונות הנפש. אבל אמרו בענין: "מריתם את פי" - הוא כמו שאבאר, והוא: שלא היה מדבר עם סכלים, ולא עם מי שאין לו מעלה. אבל עם אנשים שהקטנה שבנשיהם היתה כיחזקאל בן בוזי, כמו שזכרו החכמים, וכל מה שיאומר או יעשה יבחנוהו. וכאשר ראוהו שכעס, אמרו: שהוא, ע"ה, ודאי אין לו פחיתות מידה, ולולא שהיה יודע שהשם יתברך כעס עלינו בבקשת המים ושאנחנו הכעסנוהו, יתברך, לא היה כועס - ואנו לא מצינו שהשם יתברך כעס בדברו אליו בזה הענין, אבל אמר: "קח את המטה והקהל את העדה" וגו' (במדבר כ, ח).

והנה יצאנו מכונת השער. אבל התרנו ספק מספקי התורה, שנאמר בו דברים רבים, ונשאל פעמים רבות: "איזה חטא חטא" וראה מה שנאמר בו ומה שאמרנו בו אנחנו - והאמת תעשה דרכה.

ואשוב אל כונתי: כי כשיהיה האדם שוקל פעולותיו תמיד ומכון אל אמצעותם, יהיה במדרגה עליונה ממדרגת בני אדם, ובזה יתקרב אל השם יתברך וישיג אל טובו - וזה הדרך השלם שבדרכי העבודה. וכבר זכרו החכמים, זכרונם לברכה, זה הענין וכתבו עליו ואמרו: כל השם אורחותיו ומשגית בהם - זוכה ורואה בישועתו של הקדוש ברוך הוא, שנאמר: "ושם דרך אראנו ביגע אלהים" (תהילים נ, כג). אל תקרי "ושם", אלא "ושם". וה"שימה" - היא השיעור והסברא. זה הענין אשר פרשנו בזה הפרק כולו בשוה, וזהו שיעור מה שראינוהו שצריך בזה הענין.