

סדר קיום מצוות עשה דתשובה לבני תורה

(לעבירות שאדם דש בעקביו)¹

עצות מעשיות

הקושי בתשובה של חטאי הבני תורה שאין ברוב חטאיהם הרגשת חטא, אלא ענינים שדש בעקביו ולכן נגרם קושי להתוודות ולהתחרט עליהם ולעזבם

כ' הרמב"ן בפרשת ניצבים על הפסוק "כי קרוב אליך הדבר מאוד בפיך ובלבבך לעשותו" דקאי אמצוות תשובה דסמיך לה, ע"כ, ואיתא במדרש רבה על מקרא זה, ומה שאמר משה גדול מכולן בפיך ובלבבך לעשותו הוצא דבר מתוך פיך עכ"ל. ומתבאר בדברי המדרש שמצוה זו הינה קלה שבקלות, והיינו דמצוות תשובה כה קלה כהוצאת דיבור מפיו של אדם ותו לא מידי.

והנה ענינו רואות לכאורה שאין כך פני הדברים, ואפי' בימי התשובה ואף ביום הכיפורים קשה למצא בן תורה שיעיד על עצמו שקיים מצוות תשובה כהלכתה אפי' בדיעבד, וזהו חיוב גמור שנצטוונו במצוות עשה של תשובה ביוה"כ כמו מצות אחרוג בסוכות. והמעכבים לקיום מצוה זו קיימים, בכל חלקי עיקרי התשובה:

בו יבואר: 1. המעכבים. 2. אופן הקיום:

א. בחרטה וידידי ב. בעזיבת החטא וקבלה על העתיד.

א. המעכבים: בחרטה.

אין חרטה ברוב האיסורים שאדם דש בעקביו משום שאין עומד לנגד עיניו של השב אלא עבירות שלא הורגל בהם ואין דש בהם (כגון: ביטול תפילה ואכילת איסור וכד') שבאים רק לפרקים או עבירות שאי"צ להם משמוש כלל (כגון: לשוה"ר ותפילה וברכות שלא בכוונה) אבל אלו שדש בהם ואף צריכים משמוש (כגון: כל מיני עניני גזל שנדבק באדם בחיסרון הקפדה על ממון, העלמת עין מצדקה, לשה"ר בבדיחותא, כיבוד אב ואם כהלכתו ופרטיו, ביומו תתן שכרו, כעס, תאוה, גאוה, לפרטיהן) על אלו ודומיהן אין הדעת נוטה, ללא משמוש מוקדם תחילה.

ב. המעכבים בוידידי:

לכתחילה על המתוודה לפרט חטאו ולא סגי באמירת חטאתי עויתי פשעתי, ויותר מכך דאף כשמפרט ואומר גזלתי - דעתו על גזילה, ואין דעתו על ממון חברו שנשתייר בידו, וכל מיני ספיקות שהורה בהם לקולא וכיוצ"ב.

אופן הקיום: דחרטה וידידי

העיצה: לקיים וידידי וחרטה מהודרים ע"י ידידי אישי כו"א לפי מעשיו

1. יִשָּׁב בינו לבין עצמו ויכתוב בתחילה את הענינים שמרגיש שאינו נוהג בהם כשורה וכהלכה.

2. יעביר את סדר יומו ואת הנהגותיו עם חבריו, ויכתוב את הצריך תיקון בקצרה (בדרך של וידידי וכדלקמן).

3. משגמר כל הנ"ל ואין עולה על דעתו בפשפשו עוד ענינים הצריכים תיקון, יקח סדר הוידידי המפורט לפי א' ב' שחיבר החיד"א, או הוידידי שהובא בחיי אדם, ומובא בכמה סידורי תפילה, ובכל חטא יראה אם נכשל בו, ואם כן יציין המכשלה שיש לו באותו חטא (כגון גזלנו - השארתי ממון חברי אצלי, דיברנו לשון הרע - לעגתי לאנשים וחוגים ומוסדות מסוימים, וכיו"ב) יש להזהר בעבירות התלויות בהרגשת הלב, בהרהורי עבירה, או שנאת הבריות, שלא יפרט כ"כ ויגרום לו להרהר בה שוב.

הערה: יכתוב כל זה בלשון וידידי, לא עשיתי כך וכך או עשיתי כך וכך, דעי"ז יוכל, א. לקיים וידי מהודר ומפורט הנוגע לליבו ולמעשיו. ב. יעצור רגע ויתאנח אנה על מעשיו שמזכירים בו ויקיים בזה חרטה עכ"פ במשהו, (ואם יזכה שישתנוגנו כליותיו כמ"ש ר' יונה אשריו, ואפ"ל דישתנוגנו כליותיו על מצבו הירוד בכללותו ולא בכל חטא בפ"ע כשאי אפשר לו ובאמת עיקר החרטה היא לאחר שכבר עזב את החטא (כמ"ש ברבננו יונה שער א' אות ט' וע"ע כוכבי אור סימן ז' משכ"ב) ולכן בשלב זה יקיים החרטה רק כמה שיכול). ודוי זה כדאי לקוראו ביום הכיפורים כדי לקיים המצווה בהידור

עד כאן ביארנו אופן קיום שני חלקי התשובה, א. הוידידי, ב. החרטה כהלכתם.

¹ ע"פ אנרות הנרי"ם מעובד למציאות ימינו - מאמר זה היה לעיני הנה"צ רבי משה אהרון ברוומן שליט"א מחבר ביאור תשובת ישראל על אנרות הנרי"ם, והאיר בו את הארותיו.

ועתה נעסוק בב' חלקי התשובה: ג. עזיבת החטא. ד. וקבלה על העתיד. ונשוב לביאור המעכבים שבהם ואופן הקיום: (החילוק בין עזיבה לקבלה: עזיבה עניין מעשי ואילו קבלה היא בליבו ומצפוננו וע"ע חוב"ה ש"ת רפ"ד ובמנוח הלכות שם)

המעכבים: דעזיבת החטא וקבלה על העתיד – רבוי החטאים ומבדותם

הנה כתב הרמב"ם שיאמר "ולא אשוב בדרך הזה עוד", לכאורה איך שייך לקיים דין זה באיסורים, כגון תפילה שלא בכונה, ביטול תורה, לשה"ר, כעס ושאר מידות רעות, (כידוע קל יותר ללמוד ש"ס מלתקן מידה רעה אחת). הרי המחשבה שמכאן ואילך לא ידבר לשה"ר, או שמעתה יכוון בתפילה, אינה אלא משאלת לב ולא הרהור תשובה, דאין במחשבה וברצון זה כח לשנות את המצב.

והנה אע"פ שבענין "הרהור תשובה" מצינו קולא גדולה בדברי רבינו יונה בשערי תשובה, דהחוטא אשר יקבל ע"ע לילך אצל חכם ויעשה מה שיורהו, ברגע קטון יצא מאפילה לאור גדול. מ"מ כ"ז במי שעובר עבירות שאין אדם דש בעקביו (כחילול שבת ואכילת איסור וכד'), מחמת חוסר ידיעת ההלכה או מחומרתה או פריקת עול, שלגביו שייך שיילך אצל חכם ויורהו את האסור והמותר וחומר הענינים, ויתחזק וישוב אל ה' ויקבל עליו עול מלכות שמים, וע"י הרהור וקבלה לעשות כן יתקן דרכיו.

אמנם בפשיטות ענין גדול זה לא נוהג כלל בבני תורה היודעים את האסור והמותר, אלא שמחמת ההעלם וההרגל הם נכשלים בענינים שאדם דש בעקביו, ומה יועיל ע"ז "חכם שיורהו", ולפי"ז בבני תורה לכאורה אין שייך הרהור תשובה, דמה יוכל להרהר שיגרום לו תיקון דרכיו, בעקבותיה, אתמהה.

ובפשטות, אצל בן תורה שייך הענין ש"ילך אצל חכם", במה שיקבל ע"ע ב' דברים: א. חשבון הנפש. ב. ללמוד מוסר, שע"ז יתקנו רבות מהנהגותיו, ובאמת המקבל על עצמו ללמוד מוסר ולעשות חשבון הנפש, יקיים בזה עזיבת החטא (ברוב עניניו) על דרך כלל, במה שהתיצב בדרך לא טוב, שע"ז ישנה החפץ שבלב מלחפון ברע יחפון בטוב, כמ"ש "יעזוב רשע דרכו ואיש אוון מחשבותיו", שע"ז מתקן הוא מחשבותיו, אמנם על מנת לקיים את תחילת הפסוק "יעזוב רשע דרכו" דהיינו תיקון דרכיו למעשה, לזה עדיין צריך לבקש ולחפש דרך מעשית, שבו יוכל לתקן דרכיו ומעשיו, ולתכנן לעצמו את הדרך אשר יעלה בה במעלות התשובה ותיקון דרכיו שלב אחר שלב, ולזה לא מספיקה התעוררות שבלבו לתקן דרכו מחמת כבודות ורבוי החטאים, שאי אפשר לעזובם ע"י רצון והחלטה שבלב בלבד, (ונבאר להלן מהי הדרך המעשית אשר ילך בה השב ע"פ מה שהורנו הגרי"ם).

והנה ישנם מס' דרכים הנהוגים אצל בני תורה קדושים בימי התשובה, ונציין בהם את הפרטים החסרים לצאת בהם ידי חובת מצוות תשובה כהלכתה.

1. קבלה בענין מסויים כגון בברהמ"ז לברך מתוך ברכון, או אפי' קבלה לחיזוק בת"ת אע"פ שהם קבלות חשובות ומרכזיות בעבודת ה' – עדיין אי"ז 'לא אשוב בדרך הזה עוד', בשאר ענינים. (ואחר שנבאר את הדרך המעשית לעזיבת החטא נחזור לבאר את חלקו של ענין נשגב זה "קבלה אחת אמיתית" בתוך מעשה התשובה – כפי שהורנו רבותינו).

2. חיזוק בתורה ויר"ש ותפילה בימי התשובה, וכע"ז פסק בשו"ע דהאוכל פת פלטר אע"כ בעשי"ת לא יאכל – מ"מ אי"ז חפצא דתשובה כלפי העתיד – דלא אשוב בדרך הזה עוד. (ובפשטות ענין זה הוא, א. דהשי"ת שהוא קרוב אלינו צריכים ג"כ להתקרב אליו. ב. דזה מסייע לתשובה, להרגיש שהמצב הירוד של כל השנה אינו חלק בלתי נפרד מאיתנו).

מבואר מהגרי"ם דיש ב' סוגיות בימים אלו, א. מצוות התשובה: חרטה, וידי עזיבת החטא בכל החטאים. ב. הכנה ליוה"כ ע"י תשובה – דיוה"כ אין מכפר בלא תשובה, וחידוש הגרי"ם דאע"ג דמעיקר הדין בעינן תשובה שלימה בכל החטאים, מ"מ כל בחינת בעל תשובה מועלת להארת יוה"כ (להכתב לחיים – לסייעתא דשמיא לבא ליטהר – ולמדרגות בכפרה), וככל שירבה בבחינת עזיבת החטא – תגבר מדרגת יוה"כ שלו.

ובאמת אע"ג דאין בזה עזיבת החטא בכל עניניו לענין חובת מצוות התשובה המוטלת על האדם, מ"מ לענין כפרת יוה"כ התלויה בתשובה, וכן לשאר טהרת יוה"כ והסייעתא דשמיא לבא ליטהר כל בחינה בתשובה ועזיבת החטא, מועלת לאין ערוך, וככל שירבה חלקים בתשובה – עזיבת החטא, כן ירבה טהרתו ביום הכיפורים. וכמ"ש הגרי"ם באגרותיו (אגרת ז') "יוה"כ דבר טוב מאד, יום סליחה וכפרה, וכו' אם היינו עושים ההכנה הראויה לתיקון דרכינו, כי יום הכיפורים מכפר עם התשובה היא עזיבת החטא – אכן גם המעט טוב מאד, אין ערוך לה בעניני תבל לראות לכה"פ שתהיה איזה קבלה על להבא ביוה"כ. ואין לנו מסחור הנושא פרי רווח כמו לעשות הכנה בלימוד המוסר, ולהתבונן להטיב דרכיו, עד אשר יבא לאיזה קבלה להבא ביוה"כ, ובכל בחינה קטנה שבקטנות, אשר יכין האדם את עצמו, להגדיל בחינת יום הכיפורים שלו, אין ערוך ואין די באר הצלחת נפשו להנצל מצרות רבות ונצורות ואין לנו רווח גדול מזה", עכ"ל.

א"כ בודאי זוהי ההכנה האמיתית ליוה"כ כמשי"נ. עכ"פ אין כאן אלא מעט עזיבת החטא כמ"ש כי יום הכיפורים מכפר עם התשובה היא עזיבת החטא – (פי' תיקון כל דרכיו) אכן גם המעט טוב מאד.

א"כ אכתי הדרא קושיא לדוכתא, לכן עליה הרוצה לקיים כל חובתו חובת מצוות התשובה ועזיבת החטא כמ"ש הרמב"ם שיאמר ולא אשוב בדרך הזה עוד", מהי הדרך אשר ילך בה. (ויעויין בספר בית אלוקים להמביט, דמי שקיים רק חרטה ויודיו ולא עזיבת החטא, אע"ג דאי"ז תשובה כהלכתה, מ"מ מקל הוא בעונשו).

אע"פ שחיוב תשובה הוא בכל החטאים – הורנו הגרי"ס דרך קלה ונמונה תקון כל הקלות ולא הכבידות – שהם רוב חטאיו – ואף יפתח פתח עי"ז לכבידות.

והנה אף בקיום חובת מצוות התשובה, ועזיבת החטא בכל החטאים, זכינו לאורו של הגרי"ס, שסלל לנו את הדרך, ואלו דבריו באיגרת ח' "מה מאוד עתיקין הדברים בעשייתם, למצא בהם דרך מעט ויסוד ראשי ואבן פינה לתשובה, לעזיבת החטא בעיקר בדברים שבני אדם רגילים להכשל בהם, ועזיבתם קשה מאוד כי אחר שיתבונן האדם בכשלונות מעשיו, וימצא כי רובם הגדול המה קלות ביותר לקיימם א"כ נקל לפניו לקבל על עצמו קבלה של קיימא, לשמור אותה בגדר הקלות לפניו, אשר למין בפ"ע יחשב וזוה ינור כמעט מרוב עוונותיו בנקל כי מידת העונש ואיכות העונש גודלת בהיותן מהקלות", עכ"ד בשינוי לשון קצת.

בדברי הגרי"ס אלו מבואר ב' חידושים: א. חידוש להלכה, דתשובה בחלק הקל נחשבה מין בפני עצמו, וחשיב מעשה תשובה גמור בחלק זה, ולא כתשובה לחצאין. ב. חידוש בנפש האדם, דדרך בחינת הקלות שבכל חטא, הוא הסולם שעל ידו ניתן לשוב מן החטא כולו, ולא בכל החטא בבת אחת - בחטאים שקשה לעזובם.

ובאגרת ט"ו ז"ל "והאדם צריך לחפש דרכיו לעשות קבלה חזקה, כמעט בכל פרטי עניניו, להשמר לכה"פ את אשר נקל לפניו בכל פרטי התורה והמצוה, וזוה יש דרך אשר יקיים מצוות התשובה ברוב חלקי עוונותיו וכו'", ע"ש.

ובדבריו נראה מבואר, דיש חיוב תשובה טפי במה שנקל לפרוש, דלכך חמירי טפי מחמת שנקל לפרוש מהם, וזו המדרגה העומדת לפני השב בתשובתו, ועליה יש תביעה וחיוב לשוב בתחילה, ועד כמה שידו מגעת לעזוב חטאו בב"א מחויב לשוב, ועי"ז יהיה יסוד ואבן פינה לשאר עזיבת החטא. (וכתב עוד דאלו הקלות הם נחשבים רוב עוונותיו).

עצת הגרי"ס שינמכתה לדורו עדיין למדרגתו קשה מאוד, ולכן חובה עלינו לילך בעקבות הגרי"ס למצא דרך – תקון כל הקלות לנו לפי מדרגתו.

ומ"מ אף אחר מה שהיקל עלינו ר' ישראל סלנטר בקיום חובת מצוות התשובה, דבוודאי אי אפשר לתקן הכל בבת אחת, אלא יתקן רק "בחינת הקלות" בכל חטא, דהיינו יתחיל בשלב הקל בכל ענין וענין (כגון: ביטול תורה בעת שנקל ללמוד, חסרון ידיעת התורה לסכם הסוגיות, תפילה – לכוון באבות, לשה"ר – ללמוד שני הלכות כל יום בח"ח וכדו'), עיצה זו כוחה יפה לדורו של הגרי"ס למיעוט עוונותיהם ורוחב דעתם, אבל אנו בעניותנו עדיין אין קולא זו מספקת עבורנו, שהרי ישנם עשרות רבות של מצוות ודקדוקי הלכה ומידות ודיעות, שאף שינוי קטן א' בכל ענין, אי"ז שייך בבת אחת לפי מדרגתו. א"כ מוטל עלינו לחפש דרך לפי מדרגתנו, שעל ידה נוכל למצא "דרך מעט ליסוד ראשי ואבן פינה לתשובה לעזיבת החטא".

אופן הקיום: דעזיבת החטא וקבלה לעתיד העיצה: רשימת תקון כל הקלות – וקריאתם בכל ערב ר"ח (לתזכורת)

אופן הקיום: יקח פירוט החטאים שכתב לצורך הוידוי ע"פ המשמוש, ווידוי החיד"א, וכד', יכתוב בקצרה בדף נפרד דרך לתיקון, דהיינו כמ"ש ר' ישראל סלנטר שלב הקל שניתן לעשות ולהתקדם בתיקון אותו החטא (כגון ברשימת הוידוי דיברתי לשה"ר, וכן לעגתי לאנשים וחוגים ומוסדות מסוימים, ברשימת התיקון יכתוב: ללמוד שני הלכות בחפץ חיים ביום, או על אי זהירות מתוספת שבת, יכתוב התקון: להתפלל מנחה גדולה ביום שישי וכיו"ב).

הערה: אע"פ שברשימת הוידוי כללנו אף חטאים שקשה לתקנם, ואף דברים שאין בכוונתו ובכוחו של השב לשוב, דמ"מ שייך הוא בוידוי וחרטה עליהם, דבאמת אינו חפץ בהם, רק שאין ידו משגת בשלב זה לתקנם, מ"מ ברשימת עזיבת החטא לא יכתוב אלא דברים שידו משגת לשוב בהם, ויכתוב רק אופן הקל שיעמוד בו בשלב הבא ממדרגתו, וכמש"נ, אע"פ שלבסוף יהיו בידיו ענינים רבים שמחמת רבויים לא יוכל לעמוד בהם (חסרון זה יתבאר בסמוך).

רשימה זו יקרא בכל ער"ח (וסימנך לזכור אחר תפילת יוכפ"ק שעוסק קצת בתשובה), ובכל חודש יברור לו מספר ענינים שחפץ ביותר לתקנם, וידיגישם, ורשימה מודגשת זו תהיה לנגד עיניו במשך כל ימי החודש, ויוסיף בתחילת רשימה זו לשון תפילה - אנה ה' תסלח ותמחול לי על חטאיו, ובפרט בענינים אלו שמפורטים כאן ותעזור לי לתקנם, (לדוגמא: ללמוד שני הלכות בחפץ חיים כל יום כדי להנצל מלשה"ר, להתפלל מנחה גדולה ביום שישי כדי להזהר בתוספת שבת, להגיע לשחרית רבע שעה לפני ברכו כדי להתפלל בכוונה, לא לדבר דברים בטלים ב-5 דקות הראשונות של הסדר כדי ללמוד בהתמדה, לא להתקרב למקום נסיון כדי להנצל ממכשולות, להקפיד באמירת מאה ברכות, להאיר פנים לפלוני, להתפייס עם פלוני, ללמוד מוסר בכל יום, לקרא דף תזכורות זה, להחזיר חוב לפלוני, וחפץ לפלוני, ולברר שאלה פלוניות בהלכה שמסופקת לי, וכל כיו"ב). ועי"ז ירויח ד' דברים: א. יקבל סיעתא דשמיא להנצל מכך, ב. יזכר בכך כל השנה וימנע מעשייתם. ג. עוד יועיל לו שיגיע הפרק שנכשל יזכר בדרך הקלה שניתן לתקן, ולא ילך אחר הרגלו ועצלותו וליבו – רק אחר שכלו שסידר ובריר לעצמו דרך קלה להנצל. ד. כן לא יתייאש מגודל כבדות החטא, דא"צ לתקן רק השלב הקל שלפניו ותו לא – בשלב זה.

והנה בענינים רבים די בקריאתו ברשימת תזכורות אלו, ועי"ז ישים אל ליבו לתקנם, ולתועלת זו א"צ רק שיקפיד לקרא דף תזכורת אלו במשך השנה, ולזה סגי בקבלה שיקבל על עצמו לקרא רשימה זו בכל ערב ראש חודש ולהדגיש בתוכה ענינים שיהיו לנגד עיניו במשך כל החודש.

עיצה נוספת: העמדת משימות קטנות ומעקב יומי עליהן (ללא קבלה גמורה רק להשתדל בהם)

אמנם ישנם ענינים שאין די בתזכורת כדי לתקנם, ומסוגלים לתיקון רק ע"י קבלות מעשיות לתיקון דרכיו, (עכ"פ בחלק הקלות שבהם ע"מ להמשיך אל הכבידות, כמ"ש"ג), כגון, ביטול תורה, כוונה בתפילה, ולשה"ר, ולימוד המוסר, ועוד כהנה וכהנה.

בענינים אלו אי אפשר לתקן הכל בבת אחת ואף מספר קבלות גמורות בבחינת הקלות קשה מאד, לכן יברור לעצמו (בזמן קריאתו בער"ח), כמה ענינים שחפץ לתקנם באותו חודש, ולא יקבל בהם קבלה גמורה אלא להשתדל בהם, ובשעה שעוסק בלימוד המוסר באותו חודש יתעורר ויתבונן בפרט בענינים אלו, ולחזוק העניין, עוד יקבל על עצמו לעקוב עליהם מעקב יומי אחר הצלחותיו במשימות אלו (מומלץ ע"י טבלה של רשימת המשימות שרוצה להשתדל בהם ורשימת כל ימי החודש), ויקבע עת קבוע ביום (כגון אחר איזה תפילה) שבו הוא מסמן את שיעור הצלחתו וכשלונו במשימותיו, כמ"כ יציין כל יום את סיבת ההצלחה או הכישלון, סימון זה בלבד כוחו עצום לשנות את המצב, ע"י שרואה הוא לגד עניני הצלחותיו וכשלונותיו וסיבותיהן ואם נכשל מספר פעמים מחמת אותה סיבה יתחזק ויתעורר לשים אל ליבו תחבולות להצליח, ופשוט שבדרך זו יזכה לתקן בחינות קלות רבות, ואף יתקדם לתיקון הכבידות.

הערה: פעולה זו של מעקב יומי אחר מס' משימות ומתן ציונים, אינה קשה לביצוע, כפעולת חשבון נפש הידועה, שרבים מאיתנו ניסו לישמה ולא החזיקו בה מעמד, כיון שהמעקב שדיברנו בו הוא מעקב על מס' משימות מוגדרות ובזמנים מוגדרים ולא חישוב כל פעולות האדם במשך היום, ומאידך התועלת בהם גדולה, כיון שבמשימות אילו ביררנו לעצמינו שבכוחם לשפר את עיקרי דרכינו, כגון את הלימוד, התפילה ובין אדם לחבירו וכיו"ב, ע"י שיתקן בהם את השלב הקל העומד לפנינו, וע"ז נפתח בהם פתח לתשובה, לשלבים הכבדים יותר, וכמו שכתב הגר"ס.

הדמיון לעצת הגר"ס דאף במתיבת רשימת תקון הקלות ובקריאתה יורד חומר כל העוונות שברשימה – וכמשי"ת

ואף שאר דברים שלא זכה לתקן, מ"מ במה שהם כתובים לפניו, ויודע ומכיר במעשיו אלו שאינם כשורה, כבר בזה מקל חומרת מעשיו, דאינו כאומר מותר, וכמומר לדבר אחד, אלא רק כנכשל, (וע"י רבינו יונה שער שלישי בחומר מי שאין ליבו נוקפו דחמיר כ"כ, דהמלבין פני חברו ברבים כרוצח, ואין לו חלק לעוה"ב, ואילו רוצח עצמו, יש לו חלק – מטעם דליבו נוקפו). וא"כ זכינו לתקן בחומר כל עוונותינו. וזה כעצתו של הגר"ס "לתקן איזה בחינה קלה בכל עניניו, דע"י יוכל ליסוד דרך מעט ליסוד ראשי ואבן פינה לתשובה לעזיבת החטא" המתאימה לפי מדרגתו, שא"א לנו לתקן כ"כ בחינת קלות בכל עוונותינו, מ"מ לכל הפחות ככוחינו לתקן את חומרת כל עוונותינו, ממדרגת מומר לדבר א' למדרגת ליבו נוקפו".

וע"ע באגרות הגר"ס בריש איגרת ל' דהמרגיש בפגם וגנות כשלונותיו, אף אם לא מועיל לו מיד לתקן בפועל ממש, בכל זאת בספר החיים יחשב, בהיותו חי מרגיש בחיסרון דרכו שאינה טובה לו, ובזה יכלול עצמו בכלל "עושה תשובה" ויחובר אל החיים לזכות בהם, באשר יש ביטחון שיגיע לאחרית טובה, לתיקון עצמו, עכ"ד בשינוי לשון קצת.

אחר שסיידר לעצמו תוכנית מעשית לעליה במשך השנה הבאה (ללא קבלות) יוכל ג"כ לקבל ע"ע איזה קבלה א' אמיתית (כדברי רבותינו)

הנה סידרנו עד עתה דרך תשובה מבלי לקבל קבלות (חוץ מהקבלה לקרא את רשימותיו בכל ער"ח, ולברור מתוכם א. רשימת תזכורות מודגשות שתהיה לגד עניניו במשך כל ימי החודש. ב. לברור עניינים להשתדל בהם ולציין לעצמו ציונים במעקב יומי, כנ"ל), עתה יוכל לברור לעצמו קבלה אחת אמיתית אפי' לזמן מוגבל כמבואר בדברי רבותינו, כדרכם של בני עליה, וכמו שהורנו הגר"ס (באגרת ז') "לראות לכל הפחות שתהיה איזה קבלה על להבא ביוה"כ וכו' ובכל בחינה קטנה אשר יכין האדם את עצמו להגדיל בחינת יוה"כ שלו (פ' בעזיבת החטא), אין ערוך ואין די באר הצלחת נפשו להנצל מצרות גדולות ונצורות ואין לנו רווח גדול מזה..." עכ"ל.

אחר שסיידר אדם לעצמו דרך תשובה כללי, א"כ בקבלה שיקבל ע"ע אפי' היא קטנה אינה רק עזיבה של חטא פרטי, אלא אף עשייה וקיום של כל מעשה התשובה בכללות

ובאופן זה נחשב מעט קבלותיו ורשימת התזכורת ודרכי התקון, כקיום של חובת מצוות התשובה בשלב זה, משום שעשה תשובה עד כמה שידו משגת, דאי אפשר לקבל ע"ע לתקן את הכל בבת אחת, משא"כ כשאינו מתכנן דרכיו בתכנית מעשית בדרך של עליה, אין קבלותיו נחשבות אלא כקבלות פרטיות, ולא כקיום כל חובת התשובה אשר עלי.

הקבלות המומלצות – קטנות ופריים רב

הערה: בסדרי העדיפויות בקבלותיו של בן תורה, יש לתת קדימה לענינים שבהם תלויה מדרגתו הרוחנית, ובעיקר ענינים של לימוד המוסר, או לעשות חשבון הנפש, שהם קבלות שפריים רב, לזכות להרבה עזיבת החטא, וכן ע"י זוכים לשוב אל ה', שזהו עיקרה של התשובה על דרך כלל, ועוד בדברך המעשית שסיידרנו, מקיים הרישא דקרא – "עזוב רשע דרכו", אך ע"י לימוד המוסר וחשבון הנפש, יקיים ג"כ הסיפא דקרא – "ואיש און מחשבותיו", שע"י יעורר ליבו ורצונו לתקן את מעשיו בדרך שסיידר לעצמו, ובלא לימוד המוסר וההתעוררות שבלב, אף לא יגיע לתיקון המעשים ועקירתם משורשם.

וכן יש לתת עדיפות בקבלותיו, לדברים שבהם תלויה עיקר מדרגת הבן תורה, כגון: א. בבין אדם לחבירו, ובעיקר בלשה"ר המצוי והחמור, ב. בתפילה ובברכות, כמ"ש מרן הגרא"מ שך זצ"ל, דהפרוץ בתפילות או בכרכות, יקבל על עצמו, שלא להתפלל ולא לברך ברכת המזון רק מתוך הסידור, ובזה עשה גדר והתחלה חזקה, ג. וכ"ז רק אחרי קבלה לחיזוק בלימוד התורה, דודאי זהו עיקר העיקרים הנצרך לבן תורה, ועוד שעי"ז יתרום ויתקדם בשאר חלקי עבודת ה', כמו שאמרו חז"ל "בראתי יצר הרע בראתי לו תורה תבלין".

לסיכום: ע"י דרך תשובה זו נמצא שמקיים כל שלשת חלקי התשובה, א. וידוי – מפורט ומהודר. ב. חרטה – מפורטת בכל החטאים (אף במה שאין יכול לתקן). ג. עזיבת החטא וקבלה על העתיד – ע"י שיאמר "לא אשוב בדרך הזה עוד" ויוסיף "אלא בדרך התוכנית שסידרתי לעצמי דרך תיקון המעשים". וזהו הדרך לקיום מצוות התשובה במה שמחויב בשלב זה (וכמ"ש הגרי"ס).

דברי עידוד: המסדר לעצמו דרך תשובה עד כמה שסבור שיידו משגת – מתקן אף דברים שלא טורח בתיקונם כלל – ואף דברים שסבור שאין בכוחו לתקן כלל (מרבנו יונה – ואף מעדויות של בני זמנינו)

סיום: א. ועל ידה יתקן אף דברים שסבור שלא יוכל לתקנם, וזה מכח מצוות התשובה וקירבת ה' כמו שכתב רבינו יונה על הפסוק "ומל ה' את לבבך..." פ"י סיוע מעבר ליכולתו. – ועניין חשוב זה בעיקר נאמר במי שעושה כל מה שיידו משגת (לפי קוצר דעתו עכ"פ), – ולהוי ידוע שהעידו בני תורה שסידרו לעצמם דרך תשובה זו או אחרת לפי השגתם שנתקנו ענינים רבים בהנהגתם מבלי שעמלו לתקנם כלל, ובתוכם אף ענינים שהיו סבורים שאין בכוחם לתקן כלל.

ב. ובשאר ימי השנה שמצווים על התשובה, כגון בתעניות או בזמן גזרות קשות או בעת צרה (שיש חיוב מן התורה לתשובה דכ' "בצר לך ומצאך כל הדברים האלה ושבת וכו'), יוכל ליקח קבלה מהרשימה אפי' לאותו יום או לזמן קצר ויצטרף לו למעשה התשובה שכבר עשה בימי התשובה.

ג. ובאופן זה שייך אף בבן תורה מש"כ ר' יונה "דבעל תשובה המקבל ע"ע לילך אצל חכם ויעשה מה שיורהו ברגע א' יצא מאפילה לאור גדול", ה"נ בבן תורה ילך אצל חכם היינו שיחכים לידע הצריך תיקון בעצמו ע"י פשוט, ויסדר דרך של עליה, וברגע אחד יצא מאפילה לאורה על ידי הרהור תשובה לעשות כן.

ד. ולפי"ז יתבאר הפסוק כי קרוב אליך הדבר מאד וכו', דאמנם מעשה התשובה כבד מאד, מ"מ אין לשב אלא לתקן החלק הקרוב אליו ע"ד להמשיך כמו שהורנו הגרי"ס.

סוף דבר:

מי שאינו יכול לקיים דרך זו ישתדל לקיימה באופן אחר, רק צריך לידע את יסוד הדברים:

ידוע הדבר מה שהיקל הגרי"ס שבחלק עזיבת החטא אי אפשר לקיים הכל בבת אחת, וכשמקיים השלב שבו הוא עומד חלק הקל שבכל חטא וחטא [על דעת להמשיך במלאכתו זו] זו היא הדרך הנכונה להגיע לתשובה שלימה.

ולכן השתדלנו למצא דרך ייחודית לעזיבת החטא לכמה שיותר חטאים מבלי לקבל קבלות רבות, כגון ברשימת תזכורות, וכן רשימת דרכי תיקון מעשיו שיהיו לנגד עיני השב בתשובה בכל ימות השנה, ועי"ז ישיב אל לבו לתקנם, ולא יסיח דעתו מהם, ויברור מתוכם בכל חודש מס' ענינים שישתדל בהם בפרטות ויעקוב אחריהם מעקב יומי, ולא ימלט שבכך יתקנו ענינים רבים, [כמאמר הכתוב (תהלים נא) וחטאתי נגדי תמיד].

אמנם קולא זו של הגרי"ס לשוב במקצת עוונות היא רק בחלק עזיבת החטא, ולא בחלק הוידוי והחרטה, משום דאפשר לעשותם בימי התשובה בשלימות הראויה. ולכן סידרנו אופן היותר מועיל לוידוי ולחרטה מפורטת ומבוררת.

הערה חשובה:

מי שלא סיפק בידו לעשות כנ"ל בכל פרטי התורה והמצוה, יעשה כן אפי' בחלק קטן, כגון בעיקר סדר יומו והנהגתו, בדבר שסבור שהוא עיקר הצורך לשנותו ולתקנו, דבודאי זהו עיקר התועלת למעשה היוצאות מהתוכנית הנ"ל. עוד נראה דמי שלא סיפק בידו לעשות כן קודם יזה"כ, יקבל ע"ע לעשות כן לאחר יום הכיפורים, ולכה"פ לערוך רשימה של עיקרי הדברים שחפץ לעבוד עליהם בשנה הבאה ולקראה בכל ערב ר"ח ולברור מתוכם מס' ענינים לתזכורת ולמעקב באותו חודש, וכמ"ש נ, וכל זה בודאי לתשובה גדולה תחשב לו.

הסבר ודוגמא למילוי דף המעקב

(1) רשימת המשימות:

בטור זה, יש לרשום את השלבים המעשים (השלבים הקלים), העומדים לפניו לתיקון בעיקרי דרכיו, שחפץ לתקנם, או עכ"פ לזכרם, במהלך כל השנה, (בדף זה יכתוב רק רשימה מצומצמת של דברים הנצרכים והדחופים ביותר, ואם יש לו רשימה גדולה יותר יכתבנה בדף נפרד – ויקראנה בכל ער"ח כמש"נ במאמר)

לדוגמא: (דוגמאות של שלבים קלים העומדים לתיקון בשלב זה)

1. תורה – חיזוק ברציפות הלימוד, לפרק זמן מסוים.
2. ידיעת התורה – כתיבת העולה לו מלימודו בקצרה, וחזרה ע"ז.
3. תפילה – להגיע מס' דקות קודם תחילת התפילה, מס' פעמים בשבוע.
4. כוונה בתפילה – התבוננות בכל ברכה בשמונ"ע קודם אמירתה. (באיזה מס' תפילות וברכות).
5. לשה"ר – לימוד שתי הלכות חפץ חיים כל יום.
6. קדושה ומלחמת היצר – בכל מצב של נסיון, תכף לחשוב ולא שוה לנו.
7. כעס – הכרת זמנים הגורמים, והמועדים לכעס, והרחקה מהם.
8. אמונה – תפילה בשפה פשוטה, בכל זמן, על כל צורך קטן או גדול.

(2) טור משימה חודשית

מתוך פירוט זה יבחר לעצמו כמה עניינים למעקב יומי בחודש זה.

חשוב לציין: שאי"ז קבלות, ואין הקפדה בשלב זה אם לא הצליח, רק ההקפדה לציין הציון והסיבה הגורמת. כמובן, שבדבר שחשוב שמסוגל לקבל, ויעמוד בזה, בודאי יקבל בל"נ ויעקב במעקב אחר הצלחותיו אם מסוגל לזה.

(3) טור מסקנות:

במידה ורואה ברציפות ציון שלילי, או להפך, כשרואה ברציפות ציון חיובי, יעיין בסיבה ויראה מה המכנה המשותף שגרם לכשלון או להצלחה, ויציין המסקנא בטור המסקנות.

לדוגמא:

תורה – רציפות הלימוד, נתברר לו אופן מסויים הגורם לו קבוע לבטלה – יציין כיצד ניתן להתרחק ממכשול זה.

ידיעת התורה – נתברר לו שאם לא כותב את העולה לו מן הסוגיא בו ביום, למחרת כבר מתערפל אצלו הידיעה – יציין לקבוע זמן בתוך הסדר כל יום לכתיבה.

כעס – נתברר לו שעייפות גדולה או רעב גורם לו לכעס בזמנים מסוימים – יציין שלא להגיע למקומות אלו המועדים לכעס. במצב של עייפות או רעב.

(4) וחוזר חלילה – מסקנות אילו, ניתן לכותבם בטור "המשימה החודשית" בצורה מפורטת וברורה יותר.

מכתב מאחד האברכים

נצרך כאן מכתב שקיבלנו, ובוודאי ימצא הציבור בו איזה תועלת.

לכבוד וכו' ברצוני להודות על מאמכם הנפלא, וכמו כן ברצוני להודות לכותב המכתב שפרסמתם בשנה שעברה, גם אני הייתי באותו מצב של כותב המכתב הנ"ל.

היה קיים אצלי עירפול מושגים בכל עניני התשובה, אחד ידעתי את דברי הרמב"ם הברורים בה' תשובה, שתשובה ענינה וידוי חרטה ועליבית הטא כל החטאים, ומאיך יודע אני מה שחורנו רבותינו שדרכו של בן תורה בימי התשובה היא: א. להתחלק בתורה ובתפילה וכו' בימי התשובה. ב. לקבל קבלה א' אמיתית על העתיד.

ופלאה דעת ממני נשבעה לא אוכל לה, איככה יצאתי ידי חובת התשובה, בכל דרכי שאני חפץ לתקנם, וזו יחיה עבר שנין אפיון, לא ישוב אל ה' אם כל התקדמותו תהיה בקבלה אחת וכל שנה, ואף בקבלה זו לא בכל שנה הייתי מרביע התקדמות, שהרי פעמים לא הייתי עומד בה, וכך חליתי על קבלה אחת מספר שנים, או החלפתי לקבלה אחרת, ולשוב אל ה' לא צבתי, ולקרבתי ה' לא קרבתי.

ונתפלא לידי מאמרכם כמים קרים על נפש עייפה, ומצאתי מבור לנפשי התוהה, ובדברכיכם הבהירים ביררתם, דא"נ לא שייך מעשה תשובה אחד על כל הענינים, ותשובה בודאי חיובה היא חרטה, וידוי וקבלה על העתיד בכל פרט ופרט, אלא שאין ליכנו כלב הארי לקבל קבלות רבות, וא"כ אי"ל חובת התשובה העומדת לפנינו בשלכ לה, רק חובתנו היא כפי מה שבכוחנו לקבל (וכאמור באר"ס), אמנם כ"ל הוא כלפי מהלך של קבלות שבו כוחנו מושג, אך אי אתה בן חורין מאחפש תחבולות נוספות אדרך של עליה בשנה הבאה.

ולמה סידרתם באופן מופלא, דרך ללא קבלות, אלא רק תלכורות ותכנית מעשית לעבודה לשנה הבאה, ולצאת יקרא תשובה, של שנינו לטובה שיהיה בשנה הבאה בעקבות תכנית זו, היא פרי מעשה התשובה שנעשה בימים הנוראים שבשנה החולפת.

וכך נהאתי בשנת תשס"ח, ערכתי וידוי אישי על עיקרי מעשיו, ולאחר מכן הוצאתי מתוכי רשימה של השלבים המעשיים הכאים שעלי לעשות כדי לתקנם, וברשימה זו הייתי מעיין בכל ערב ר"ח, ומדעי בתוכה כמה ענינים הנראים בעיני קרובים, או נזכרים לתיקון, וברשימת מודעים אלו הייתי מעיין לעיתים תכופות יותר.

אמנם בשנת תשס"ט, הוספתם בתוך דברכיכם גם את הצורך במעקב יומי, וב"ה לכיתי כלכות הדברים, לקחת כמה ענינים הנראים בעיני יותר דחופים ונזכרים לתיקון, ועליהם השתדלתי לתת זיון יומי, וזיונית א"כ את הסיבה האוראת לזיון, לטוב או למוטב. אך כפי הידוע אכל מבקש ה', רבים הם המעכבים, והשכחה מצויה בכל דרך עליה, ולא לכיתי לעמוד בתכנית זו בכל השנה ברציפות, והפרוד עדיין רבה על העומד.

אך באינכם האחרון, לכינו אור חדש של כותב המכתב, שבו הוסיף את עצמו הנפלאה, ללבש דיבוק חברים, ועי"ל ליצור קבוצה תומכת לעבודה נפלאה זו, וב"ה לכיתי בשנת תש"ע, גם כמה בני עליה לזנות קבוצה כפי"ל, וב"ה לכינו להתמיד במהלך של עליה זו בכל השנה, וראינו הרבה ברכה בעליונו.

ברצוני להוסיף גם את חלקי, ולכתוב כאן את סדר ההשתתפות ובודאי ימצא הציבור בלה איפה תועלת. וכך נהגנו: היינו מתאספים אחת לשבוע (15 דקות בסוף הסדר), כולנו בני בית מדרש אחד, כדי למנוע את הטורח בקיבוץ, וחילוקין בין בני הקבוצה דל' מעקב חודשי (מ"ב דל' המעקב בע"ל 6) שבו כתב כל אחד מספר משימות שרצה לעקוב אחריהם מעקב יומי, וכדי לתת חיפוק לפנינו קבענו איפה קנס סימלי למי שלא עמד בזיון היומי.

חשוב לזיון: רוב המשימות שעקבנו אחריהם, לא היו כלל בתורת קבלה, ולא היה קפידא שלא לקיימם, רק הקפידא היה לתת זיון עליהם בכל יום, וכן לזיון את הסיבה האוראת לזיון (לטוב או למוטב), אלא שעצם המעקב וזיון הסיבה האוראת היא ארמה לתיקון של רוב הענינים, כמעט ללא מאמץ.

אופן ההתאספות: א. היינו מבררים אצל בני הקבוצה האם עמדו במעקב היומי, ב. בכל שבוע לפי התור היה א' מבני החבורה מדרב בפני בני החבורה, בעיקר איפה עיזה מעשית שיצא לו במהלך שבועות. ג. השתדלנו לקחת משימה אחת מותפת לכל הקבוצה, (לדאמא מהשנה החולפת: 1. תורה: להשתדל איפה למן לרציפות בלימוד. 2. ידיעת התורה: ע"י כתיבת העולה מן הסוגיא בכל יום בקבוצה, וחלרה על כתיבה זו. 3. חסד. 4. אמורה: להקפיד להתפלל על כל דבר קטן וסוד כיו"ב. ובכל שבוע א' מבני החבורה בתורו הביא איפה מאמר חלי"ל בפנינו שעסקנו בו.

כסיומה של שנה זו אני עומד נפעם מן ההתקדמות, כשאני מעיין בדפי המעקב של תחילת השנה וסופה, אני לא מאמין שמדובר באותו אדם, דברים שהיו נראים בעיניי שאינם ניתנים לתיקון ושינוי, ב"ה כבר מאחרי, לא יאמין כי יסופר.

בעקבות קבוצתנו נפתחו במהלך השנה עוד קבוצות נוספות ומכאן ב"ה שומעים את אותם דברים נפלאים.

וכך בל"ל ובגלגלת ה' אקיים בשנה זו כל חלקי התשובה, כפי מה שידו משעת בשלכ לה, א. אכתוב את הודיו האישי לעצמי, כדי לזכות לוידי טוב ממנוק הלכ ואקראנו ביום הכיפורים. ב. אתחיל כפי מה שידו משעת בשלכ לה. ג. אוסיף הקבלה על העתיד, כמו שכתב הרמב"ם שיאמר "ואל אשוב בדרך הלה עוד...". ואסיף בלשני "אלא אף בדרך תיקון המעשים שסידרתי לעצמי". ד. היינו 1. רשימת השלבים המעשיים הקלים העומדים לפנינו לתיקון, (ע"פ הודיו) — רק בדברים שבידי להתקדם בהם בשלכ לה, כמשנ"ת במאמרו. 2. קריאת רשימה זו בכל ערב ראש חודש. 3. בחירה לאותו החודש מתוך רשימה זו: א. דברים רק לתלכורת וקריאה כל יום בצד דל' המעקב. ב. דברים למעקב יומי. 4. ועוד בל"ל אשתדל לקבל קבלה א' קטנה ביום הכיפורים שאוכל לעמוד בה במשך כל השנה, כפי מה שחורנו רבותינו, וכמ"ש הר"ם "להשתדל להיעזר איפה קבלה ביה"כ", שהרי קבלה אחת אכה"פ יש בכוחו לקבל כבר בימי התשובה כמשנ"ת.

עוד הערה חשובה ברצוני להעיר, מנסיון עבודתנו בשנה זו, דאמנם במאמרכם הארכתם למצא דרך תשובה בכל פרטי התורה והמצוה, בודאי מפורט וברשימת דרכי תיקון, באמת לזו נזכר בשביל קיום מצוות תשובה בכמה שיותר ענינים, אמנם עיקר התועלת המעשית שיצא לנו בפועל, התמקדה בחובות המרכזיות של בן תורה, ולכן מי שלא סיפק בידו לעשות כסדר הנ"ל, בכל פרטי התורה והמצוה, אע"פ שהפסיד בלה את מצוות התשובה באלו הענינים, מ"מ את רוב התועלת המעשית היוצאת מדרך התשובה הנ"ל, עדיין יוכל לקבל אם רק יסדר לעצמו תכנית עבודה, ודרכי תיקון, בתורה, ובתפילה, ובמחמאת היצר, ובכין אדם לחיבור, ובכל מה שמצוי לו בסדר יומי, (ולא בשאר כל פרטי התורה והמצוה), ויקבל ע"ע לבחור מהם בכל חודש מס' נקודות להשתדל ולקבוע כנ"ל בודאי לתשובה גדולה תחשב לו, ולכה על ידה כס"ד להכתב בספר החיים.

נ.ב. מאמר זה נכתב לעורר לב המעיין ולא להסתמך עי"ז להלכה, ישמע חכם ויוסף לקח ונבון תחבולות יקנה.

לע"נ רבי אברהם בן ר' שלמה זצ"ל - גלב"ע י"ג אדר תשס"ז

ולע"נ רבי ראובן בן ר' אליהו זצ"ל - גלב"ע ד' אלול תשס"ה

בכל עניני המאמר או המעונינים בעותקים להפצתו ניתן לפנות לטל: 05276-73472 או בפקס: 153-2-6514121 [להשאיר הודעה]

ניתן להשיג דף זה בשיבת מיר בנין "פרידמן" קומה תחתונה - ליד המעלית דפים בודדים, או כמות לצורך רבים.

כמו"כ יהיה ניתן להשיג במקום זה את הספר החשוב "תשובת ישראל" ביאור על "אגרות הגרי"ס" בעניני תשובה מהגה"צ ר' משה אהרן ברורמן שליט"א