

כל פרור של התעוררות יכול להחזיר אותנו להיות טובה של חיים

1. זוכרים - התנעת הרצון הטוב - אבות ד, ב

בן עזאי אומר: הו' רץ למצוה קלה (כבמזוה), ובזרם מן העברה. שמצוה גזרת מצוה, ועברה גזרת עברה. ששכר מצוה, מצוה. ושכר עברה, עברה:

2. גם בדברים שאי אפשר לתקן אותם במחשבה כ"א במעשה, כמו בין אדם לחבירו, מ"מ אין לשער את הגודל שיש בכל הרהור של תשובה, אפילו כשהוא בא מצד יראה פשוטה יראת העונש, 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 (של מחשבת תשובה - רצון טוב), הקודש היסודי שבתוכה זהו שוה כל עושר, וכל חפצים לא ישוו בה.

3. איך נתחזק את המתנה הנפשית הנ"ל - טור סימן רסב

ויסדר שלחנו ויציע המטות ויתקן כל עניני הבית כדי שימצאנו ערוך ומסודר בבואו מבית הכנסת, דא"ר יוסי בר יהודה שני מלאכי השרת מלוין לו לאדם בע"ש מבה"כ לביתו אחד טוב ואחד רע, כשבא לביתו מצא נר דלוק ושלחן ערוך ומטה מוצעת מלאך טוב אומר יהי רצון שיהא כן לשבת הבאה ומלאך רע עונה אמן בעל כרחו, ואם לאו מלאך רע אומר יהי רצון שיהא כן לשבת הבאה ומלאך טוב עונה אמן בעל כרחו.

4. חזוק הצד הטוב של האדם - פרישה על או"ח סימן רסב

בעקידת יצחק... כתב.. כי במלאכי עליון אין בהם רע בשום פנים אבל המה השני כחות הנמצאות לאדם תמיד אחד טוב והוא הכח השכלי ואחד רע והוא הכח התאוני אשר מצד חומר.. (של האדם) והם נקראים בלשון חז"ל יצר הטוב ויצר הרע וכשאדם מכיין לעבוד יוצרו ויזכור את יום השבת ששקולה כנגד כל המצות לקדשו ולכבדו הנה כבר התחיל לענות היצה"ר להרגילו אל רצון טוב ומעתה כל אשר יאמר לעשות כמוהו יש לו כח עליו לעשותו ומוסיף עליו יום יום ויצה"ר כאשר החל לנפול לפניו לא יוכל לקום אבל יענה אמן בעל כרחו ויסייעהו ואם בהיפך להיפך..

5. מצוה גוררת מצוה – עין יעקב- ענף יוסף

ככופר במעשה בראשית (ספר מרפא לשון): מלאך טוב
 אומר כו' ומלאך רע עונה אמן. האלהיים האלה תארו את
 השכל אשר באדם בשם מלאך טוב. לפי שהוא מבהיל
 את העולם החומרי ומלוואו תבל ויושבי בה. ומחשיב
 את העולם הרוחני למעלה למשכיל. ומדמה את כח
 המדמה בשם מלאך רע. למה שהוא הופך הקערה על

רבה פי' י"ב אמר מהו אומר אליך לא יגש אמר הקב"ה
 בנוהג שבעולם מלך יוצא לדרך וכל הלגינות יוצאין ענ
 לשמרו והוא זקוק להם ליתן לכל אחד פרנסתו ומזונות
 אבל אני מסרתי לך אלף משמאלך ורבבה מימינך שיה
 שומרים אותך ואין אחד מהם יגש אליך ואומר לך
 אותי: לעולם יסדר אדם שולחנו במוצאי שבת א
 שאינו צריך. פי' הט"ז דעל ההכנה קאי שיפרוס מ
 אבל בענין הסעודה יעשה כמנהגו וכתב בא"ז וב
 בשם פסקי תוספות שיהדר לאכול מין מאכל שת
 אליו יותר אף שהוא ביוקר ואם יתאב לאכול הרבה מ
 יהדר אחריהם כפי יכלתו אבל לא יכין מכל מין אלא
 שמשער שיוכל לאכול ממנו. אלא שלא ישער בצמ
 רק בריוח. וכן הדין בכל ג' סעודות בשבת ע"כ. ו
 הבוחר במעשה והפעולות הגסים. בעל כרחו יענה אמן. כי [רואה] שהשכל נתגבר עליו ומושל בו יראת אלהים.

ענף יוסף
 פיה. ואומר אין טוב באדם רק שיאכל וישתה. וישתדל
 בתענוגות בני אדם ואת הנפש ירחיק הלאה. את הריק
 יקרב והמלא יסיע. וידענו ג"כ כי השתדלות הנפש
 יוסף אומץ בכחות הנפש. ויתהווה מזה קנין בנפש
 להיות בתורת ה' חפצו ובתורתו יהגה וגו'. וע"ד אומרם
 ז"ל (אבות פ"ד מ"ב) מצוה גוררת מצוה. והיפך זה
 ההשתדלות הגופני יוסף אומץ לאכול לשבעה ולמכסה
 עתיק. אם יעיר ואם יעורר את האהבה הערבה. עד
 שתחפץ להתאוות תאוות עודפות מן הוא והלאה. ע"ד
 אמרם ז"ל (שם) עבירה גוררת עבירה. והוא שאמר התנא
 כי המלאך הטוב והוא הכח השכלי. רואה את האדם
 בוחר במנוחות הנפש וקדושת השבת ושבתת המלאכה
 (יעיד עליו. נר דלוק. ושולחן ערוך כו') אומר יהי רצון
 שתהא לשבת אחרת כך. ומלאך הרע והוא הכח החומרי
 הבוחר במעשה והפעולות הגסים. בעל כרחו יענה אמן. כי [רואה] שהשכל נתגבר עליו ומושל בו יראת אלהים.