

לא תקום ולא תטור

ויקרא יט:יח - רש"י

לא תקום – אמר לו: השאילני מגלך, אמר לו: לאו. למחר אמר לו: השאילני קרדומך, אמר לו: איני משאילך כדרך שלא השאלתני, זו היא נקימה. ואיזוהי נטירה? אמר לו: השאילני מגלך, אמר לו: לאו, ולמחר אמר לו: השאילני קרדומך, אמר לו: הילך, איני כמותך שלא השאלתני, זו היא נטירה, שנוטר האיבה בלבו, אף על פי שאינו נוקם.

How far does the איסור go?

אהבת חסד ד:ד-ה

וכונת הגמרא, דאפילו על דברים נקלים כאלה שיש גם כן אסור נקימה ונטירה, וכל שכן בדברים גדולים, כגון: למנע מלהיטיב עמו באיזה דבר, שהוא נוגע למחיתו... וכן כתב רבנו אליעזר ממיץ בספרו במצוה קצ"ז דלאו דוקא שאלת כלים, דהא לאו כלים כתיב בקרא, אלא אפילו שאר ממון, דלאו כלים נינהו. למדנו שמזהרין ישראל, שלא למנע לעשות צדקה וגמילות חסד בממון, בשביל שלא עשה הוא עמו כהיותו, שזהו היא נקימה. וגם מזהרין וכו', שזו היא נטירה, עד כאן לשונו.

ודע עוד, דמוכח מכל הראשונים, דאסור הנקימה הוא אפילו אם לא השיב לו, איני משאילך וכו', אלא משידע בנפשו, שמטעם זה הוא מונע מלהיטיב עמו, עובר בלאו זה. וכן לענין נטירה, אין האסור בזה דוקא על הדבור, אלא על נטירת הלב, אלא צריך שימחה הדבר מלבו

רמב"ם סוף הלכות דעות

העושה קזה עובר בלא תטר. **אלא ימחה הדבר מלבו ולא יטרנו. שכל זמן שהוא נוטר את הדבר וזוכרו שמה יבוא לנקם. לפיכך הקפידה תורה על הנטירה עד שימחה העון מלבו ולא יזכרנו כלל. וזו היא הדעה הנכונה שאפשר שיתקיים בה ישוב הארץ ומשאים ומתנם של בני אדם זה עם זה**

מסילת ישרים פרק יא

ונטירה, להזכיר בעת שהוא מטיב למי שהרע לו איזה זכרון מן הרעה שעשה לו. ולפי שהיצר הולך ומרתיח את הלב ומבקש תמיד להניח לפחות איזה רושם או איזה זכרון מן הדבר ואם לא יוכל להשאיר זכרון גדול, ישתדל להשאיר זכרון מועט, יאמר דרך משל לאדם: אם תרצה ליתן לאיש הזה את אשר לא רצה הוא לתת לך כשנצרכת, לפחות לא תתנהו בסבר פנים יפות, או אם אינך רוצה להרע לו, לפחות לא תטיב לו טובה גדולה ולא תסייעהו סיוע גדול, או אם תרצה גם לסייעו הרבה, לפחות לא תעשהו בפניו, או לא תשוב להתחבר עמו ולהיות לו לרע, אם מחלת לו שלא תראה לו לאויב, די בזה, ואם גם להתחבר עמו תרצה, אך לא תראה לו כל כך חיבה גדולה כבראשונה

על כן באה התורה וכללה כלל שהכל נכלל בו, ואהבת לרעך כמוך, כמוך בלי שום הפרש, כמוך בלי חילוקים, בלי תחבולות ומזימות, כמוך ממש

קונטרס אהבת ישראל ח"ב

עוד איתא בגמרא (סנהדרין כ"ז:): דמי שלא דיבר עם חבריו מחמת איבה שלושה ימים נקרא שונא, ופסול לדון לו דין, בין לרבנן ובין לר' יהודה עיין שם. והנה מצוי מאד בין אנשים, שלפעמים בשביל סכסוך דבר קטן שהיה ביניהם יש להם תרעומת זה על זה, אף ששנאה גמורה אינה נראית ביניהם, אך מכל מקום אינם רוצים להפגש יחד, ובלשון בני אדם נקרא ענין זה שאינו שוה בשוה עמו. אבל באמת הרי חזינו מגמרא הנ"ל שבענין כזה נקרא שונא ועובר על לאו דלא תשנא את אחיך בלבבך. ועל כן צריך האדם שיתבונן בדבר זה, שאפשר שבשביל דבר קטן יכשל האדם בעון החמור הזה, שהוא נורא מאוד.

חפץ חיים - הקדמה

ולפעמים שהמספר עובר גם כן (ח-ט) על לאו (ויקרא י"ט י"ח) ד"לא תקום ולא תטר", כגון שיש לו שנאה עליו על דבר, שבקש ממנו לעשות לו טובה בדבר שאילת ממון וכיוצא בזה ולא היטיבו, ועבור זה נוטר לו שנאה בלבו, וכשרואה אחר כך עליו שום דבר גנאי, מפרסמו בפני אנשים. והוא עובר מתחלה על הנטייה שבלב, על לאו ד"לא תטר", ואחר כך קשנאקם ממנו, וספר עליו עבור זה הדברי גנות שראה עליו, עובר על לאו ד"לא תקום", אלא צריך שימחה הדבר מלבו.

ספר החינוך

אי אפשר לאדם להיות כאבן שאין לה הופכים, שיהיה בשתיקתו שוה כמו על החירופים...מאשר התירה הבא במחלתת להקדים ולהורגו, שאין ספק שלא נתחייב אדם לסבול נזקים מיד חברו, כי יש לו רשות להינצל מידו, וכמו כן מדברי פיהו אשר מלא מרמות ותוך, בכל דבר שהוא יכול להינצל ממנו

What is the best advice to overcome this איסור?

ספר החינוך מצוה רמא

משךשי המצוה. שידע האדם ויתן אל לבו כי כל אשר יקרהו מטוב עד רע, הוא סבה שתבוא עליו מאת השם ברוך הוא. ומיד האדם מיד איש אחיו לא יהיה דבר בלתי רצון השם ברוך הוא, על כן קשיצערהו או יכאיבהו אדם ידע בנפשו כי עונותיו גרמו, והשם יתברך גזר עליו בכה, ולא ישית מחשבותיו לנקם ממנו, כי הוא אינו סבת רעתו, כי העון הוא המסבב, וכמו שאמר דוד עליו השלום (שמואל ב טז יא) הנחו לו ויקלל כי אמר לו ה' יתברך תלה הענין בחטאו ולא בשמעני בן גרא. ועוד נמצא במצוה זו תועלת רבה להשבית ריב ולהעביר המשטמות מלב בני אדם, ובהיות שלום בין אנשים יעשה השם יתברך שלום להם.

What is the שכר for not taking revenge?

שערי תשובה א:כח

ועוד חיב בעל התשובה להכניע ולקיים עליו להתנהג על הדרך שאמרו רבותינו זכרונם לברכה והיו שפלי רוח בפני כל אדם. ושיג מזה שלא יקעס ולא יקפיד על חבריו. וגם לכל הדברים אשר ישמע אל יתן לבו להעביר על מדותיו מעבירין מזה להתכפר על עונותיו. כמו שאמרו רבותינו זכרונם לברכה המעביר על מדותיו מעבירים לו על כל פשעיו. מדה כנגד מדה. וזה פתח תקוה נקבד מאוד ונאמר (איכה ג':כ"ט-ל') יתן בעפר פיהו אולי יש תקוה. יתן למכהו לחי ישבע בחרפה.

משנ"ב תרו:ח

דכל המעביר על מדותיו, מעבירין לו על כל פשעיו. ואם הוא לא ירצה למחול, גם לא ימחלו לו

שער הציון ס"ק ח

דלמעלה דנין מדה כנגד מדה. וצריך למחל לחברו אפלו אם עות כגנדו במזיד ובמרד, ואז מוחלין לו גם כן אפילו על המזידות, וכמו שאמרו בגמרא למי נושא עון למי שעובר על פשע.

שערי קדושה ח"א

הזהר מכל מיני כעס וקפידה וגאוה, אפילו לבני ביתך. ואם יחרף איש לא תעננו, והיה נעלב ולא עולב, כי על זה כתיב (שופטים ה' ל"א) ואוהביו כצאת השמש בגבורתו, והעבר על מדותיך לכל מי שחטא, ולא תרגיש צער אפילו בלבך כי טוב הוא לך, כי כל המעביר על מדותיו מעבירין לו על כל פשעיו ומכל שכן עונות וחטאות, ואם עיני שכל לך היה לך לחפש מי שיצערך כי חיים אתה מבקש לך

What must be done to not violate the איסור?

רמב"ן (ויקרא יט)

והנכון בעיני: כי הוכח תוכיח – כמו: והוכח אברהם את אבימלך (בראשית כ"א:כ"ה), ויאמר הכתוב: אל תשנא את אחיך בלבך בעשותו לך שלא כרצונך, אבל תוכיחנו: מדוע ככה עשית עמדי, ולא תשא עליו חטא לכסות שנאתו בלבך ולא תגיד לו, כי בהוכיח אותו יתנצל לך, או ישוב ויתודה על חטאו ותכפר לו. ואחרי כן יזהיר שלא תנקם ממנו ולא תטור בלבך מה שעשה לך, כי יתכן שלא ישנא אותו אבל יזכור החטא בלבו, ולפיכך יזהירו שימחה פשע אחיו וחטאתו מלבו, ואחרי כן יצוה שיאהב לו כמוהו.

ספר המצות (מצוה רה)

ונכנס בצווי הזה שנוכיח קצתנו לקצתנו כשיחטא איש ממנו לאיש. ולא נטור בלבבנו ולא נחשוב לו עון, אבל נצטוינו להוכיחו במאמר עד שלא ישאר דבר בנפש.

משנ"ב סי' קנו

ומ"מ לא ידבר לו קשות עד שיכלימנו שנאמר ולא תשא עליו חטא אלא יוכיחנו בסתר בנחת ובלשון רכה