

# דרכי החיזוק

ארבעה צריכים חיזוק (ברכות לב:) - שיתחזק אדם בהם תמיד בכל כחו (רש"י)

11

## שיחה ממרן ראש הישיבה הגר"ג אדלשטיין שליט"א • יום רביעי לסדר במדבר תשע"א

בכל כוחו", החיזוק הראשון צריך להיות בתורה, כי אי אפשר להתחיל כלום בלא תורה, שהיצר הרע הוא חזק מאד, והרי הוא מפתה ומבלבל ומפריע ומונע כל חיזוק, והרפואה היחידה כנגדו היא על ידי תורה תבלין, וכמו שכתב המסילת ישרים פ"ה: "פשוט הוא שאם הבורא לא ברא למכה זו אלא רפואה זו, אי אפשר בשום פנים שיפרא האדם מזאת המכה בלתי זאת הרפואה, ומי שיחשוב להינצל זולתה אינו אלא טועה".

אכן לא מספיק החיזוק בעסק התורה, וצריכים גם חיזוק בתפילה, כי ההצלחה בתורה תלויה בסייעתא דשמיא, ואם אדם אינו מתפלל הרי הוא חסר באמונה, שהוא סבור שיכול להצליח בכוחו ועוצם ידו, ואז אינו זוכה לסייעתא דשמיא ואינו מצליח בתורה, לכן מבקשים בתפילה בקשות רבות על תורה, כמו בברכות התורה שמבקשים "והערב נא השם אלוקינו את דברי תורתך בפנינו", וכן בברכת אהבה רבה ובתפילת שמונה עשרה "השיבנו אבינו לתורתך", גם בתפילות האמוראים שבסוף שמונה עשרה מבקשים "פתח לבי בתורתך".

ויש לדייק שמקדימים בקשה על שמירת הלשון "נצור לשוני מרע" ועל ענוה "ולמקללי נפשי תידום ונפשי כעפר לכל תהיה", מפני שהדברים האלה הם הקדמה ותנאי לתורה, ורק אחר הדברים האלה אפשר לבקש "פתח לבי בתורתך", וכשאדם הוא בעל שמירת הלשון עם ענוה ועסק התורה, אזי יכול לבקש עוד "וכל החושבים עלי רעה מהרה הפר עצתם וקלקל מחשבתם", שבזכות הדברים האלה מגיע לו סייעתא דשמיא למנוע הפרעות לתורה - הפר עצתם וקלקל מחשבתם.

ועוד אמרו שצריך חיזוק במעשים טובים, דהיינו מידות טובות, וכמו שצריכים תפילה על הצלחה בתורה, כך צריכים גם להתפלל על מידות טובות, כי תפילה היא על כל מה שהתורה מחייבת, על קיום התורה ועל מידות טובות, שיזכה לסייעתא דשמיא בתורה ובמידות טובות, והחיזוק בשלושה דברים הללו, תורה תפילה ומידות, הרי זה כולל הכל, כי אלו הם שלושת עמודי העולם, תורה עבודה וגמילות חסדים.

ואחרי כל הדברים האלה צריכים גם חיזוק בדרך ארץ, דהיינו צרכי הגוף ההכרחיים לאדם, כי צרכי הגוף שבאים מחמת השאיפות האלה של תורה ותפילה ומידות טובות וכל מה שהתורה מחייבת, הרי הם צרכי הגוף לצורך קיום כל התורה כולה, מפני שצריכים כוחות לתורה עבודה וחסד, וכוחות אלו באים על ידי קיום כל צרכי הגוף כראוי, מזון, שינה, מנוחה ושמחה, לכן יש להתחזק בכל צרכי הגוף מתוך השאיפות האלה, כדי שיהיו לו כוחות להתחזק בכל הדברים הצריכים חיזוק.

וכשאדם מתחזק בעשיית כל צרכי הגוף לשם שמים אזי גם צרכי הגוף נחשבים למצוה עבורו, וכמו שכתב הרמב"ם (הלכות דעות ג, ג) כי אדם שישן כדי שיהיה לו כוח לעבוד את השם, הרי הוא עובד השם בשנתו, כי הוא ישן מפני שמוכרח לישון, ויכול גם לדבר קצת דברים בטלים, לנוח קצת, לטייל משהו, וכל זה כדי שיהיה לו כוח

אנו עומדים לפני חג השבועות וצריכים הכנה לקבלת התורה, וידוע מה שכתבו בכל הספרים כי הזמן הזה מסוגל להכנה לתורה, וכמו שביאר בספר החינוך (מצוה ש"ו) שכך ביציאת מצרים היו חמישים יום של הכנה עד מתן תורה, וההכנה הייתה בחיזוק השאיפה והחשק לקבל את התורה, עד כדי כך שספרו את הימים, מתי כבר יגיע הזמן של קבלת התורה.

וההכנה הסופית היא כמו שכתוב (שמות יט, א-ב) "בחודש השלישי לצאת בני ישראל מארץ מצרים ביום הזה באו מדבר סיני; ויסעו מרפידים ויבואו מדבר סיני ויחנו במדבר ויחן שם ישראל נגד ההר", ופירש"י, "ויחן שם ישראל - כאיש אחד בלב אחד אבל שאר כל החניות בתרעומות ובמחלוקת", והיינו ממה שכתוב "ויחן" לשון יחיד למדו שהיה כאיש אחד בלב אחד, וכלול בזה שני דברים, א' שהייתה להם שאיפה אחת לקבל את התורה, וב' שהייתה אחדות ביניהם בלא חילוקי דעות, והיו באהבה ואחוה ושולם ורעות, זהו לב אחד, שיש מטרה אחת ורצון אחד לכולם, וכן יש אחדות וכל אחד חושב גם על השני ואוהב אותו, זו ההכנה האחרונה שהייתה במסעות.

והנה הכתוב אמר "ויחן שם ישראל נגד ההר", ומבואר כי כבר כשעמדו נגד ההר היה להם את הדרגה הזאת של כאיש אחד בלב אחד, ויש לפרש כי עצם ההתקרבות להר סיני היה דבר גדול מאד, שהתקרבו להר סיני שזהו המקום המיוחד לתורה, וככתוב (שמות יט, יז) "ויוצא משה את העם לקראת האלוקים מן המחנה ויתייצבו בתחתית ההר", שזכו להתקרב להר סיני [אם כי לא עלו בהר אלא משה רבינו, ואהרן נדב ואביהוא היה לכל אחד מחיצה לעצמון] וההתקרבות להר סיני עצמה הייתה דרגה גבוהה מאד, וכמו שאנו אומרים בהגדה של פסח "אילו קרבנו לפני הר סיני ולא נתן לנו את התורה דיינו", כי ההתקרבות להר סיני נתנה להם מדרגה של קדושה עם אחדות ושאיפה לתורה, וקיבלו שם דרגה של מידות טובות ואמונה וחשקת התורה.

ועתה כאשר אנו עומדים בימי הספירה, הלא ימים אלו מסוגלים להכנה לקבלת התורה, וכל שנה ושנה חוזרת בהם ההשפעה המיוחדת מן השמים לזכות לדרכי ההכנה לתורה, ואמנם יש בחירה לכל אדם, אבל צריך גם סייעתא דשמיא להצליח בדרכו, והכוחות ניתנים לו מן השמים, וימים אלו יש בהם השפעה מיוחדת וסייעתא דשמיא, וכל אחד יכול לנצל את הימים, אם ינהג באותה הנהגה כמו שהיה בזמן יציאת מצרים, עם התחזקות בשאיפה לתורה ומידות טובות ואהבת תורה, ועל ידי כך יזכה לסייעתא דשמיא מיוחדת לקבל את החיזוק, והימים האלה מסוגלים עד לחג השבועות שהוא זמן קבלת התורה ממש, ואפשר לזכות בו יותר, וכמו שהאריכו בספרים כי חג השבועות הוא יום הדין על הצלחה בתורה, וכפי ההכנה של כל אחד ואחד הרי הוא זוכה ביום הדין.

ועיקר ההכנה לתורה צריכה להיות בהתחזקות בדברים הצריכים חיזוק, וכפי שרגילים אנו להזכיר מדברי הגמרא בברכות (לב, ב) שאמרו "ארבעה צריכים חיזוק ואלו הן תורה ומעשים טובים תפילה ודרך ארץ", ופירש"י כי החיזוק צריך להיות "תמיד

לקיים את כל מה שהוא חייב, ונמצא כי השינה היא הכשר מצוה ועבודת השם, שאם הוא ישן כדי שיהיה לו כוח ללמוד תורה, נחשבת שינתו כחלק מעסק התורה, ואם הוא ישן כדי שיוכל לעסוק בתפילה ובחסד, נקרא עוסק בהם גם בשעת שינתו, כי השינה היא הכשר מצוה והכנה להם.

אך יש לדעת ולזכור שכל זה הוא רק בתנאי שאדם מתחזק גם בכל הדברים המוקדמים לזה, תורה תפילה ומידות טובות, כי אז החיזוק בצרכי הגוף הוא גם לקיום התורה, אבל אם אדם אינו מחוזק בכל הדברים הצריכים חיזוק, אזי היצר הרע מחזק אותו לצד אחר, ומושך אותו לצרכי הגוף של כסף וכבוד, שהם צרכים שאינם הכנה לתורה אלא ההיפך מזה, ולא זהו הדבר שצריך חיזוק תמיד, ורק אם יש חיזוק תמידי בתורה תפילה ומידות טובות, אז צרכי הגוף הם גם חלק מההכנה לתורה.

וכדאי לדעת מעשים שהיו, דברים הקיימים גם בימינו אנו, שיש בהם לימוד גדול בדרכי המידות הטובות הנוגעים למעשה כהכנה לקבלת התורה, ומפאת הזמן הקצר אזכיר רק כמה עובדות כפי שיספיק הזמן, אולי בפעם אחרת נרחיב בזה.

הנה לכל מוסד יש מנהל ויש פקידים, כך בבית חרושת, תלמוד תורה או ישיבה, וידוע כי בדרך העולם התלמידים מרגישים עם המלמדים יותר בידידות מאשר עם המנהל, והמנהל אינו אהוב על התלמידים, כי על פי רוב המנהל הוא מפחד (אין זו יראת הרוממות אלא יראת העונש), והמלמדים בעצמם מפחדים גם הם מן המנהל, אמנם יש גם יוצאים מן הכלל, אבל על פי רוב מפחדים מן המנהל, וכשיש בין התלמידים אחד שצריך לשפר את התנהגותו, כיצד אפשר להשפיע עליו? הרי אם יפחידו אותו זה לא ישפיע עליו, ויישאר כמות שהיה מבלי לשנות את טבעו.

וכמו שידוע כי כאשר מכניסים פושע לבית סוהר, הרי זה מועיל להכניס בלבו יראת העונש, אבל בטבעו הוא נשאר פושע ואינו משתנה, ומעשה שהיה בפושע שחזר בתשובה ונכנס ללמוד בישיבה, והיה צריך לעמוד במשפט חמור מאד על התנהגותו בעבר, וחששו מאד שיצטרך להיכנס בבית סוהר או לכל הפחות יקבל איזה קנס איום, והלכו והסבירו לשופט את השינוי הגדול שהתחולל בו שכבר אינו פושע, והלה קיבל את הדברים בהבנה ושיחרר אותו ופטרו מכל חיוב ועונש, כי עכשיו הוא ירא שמים, וכבר אינו צריך ליראת העונש של בית סוהר, כי כל טבעו השתנה לטובה, אבל פושעים שנכנסים בבית סוהר, אין יראת העונש מועילה לשנות את טבעם.

וכך גם מנהל או מלמד שרוצה להשפיע על ילד שישתנה לטובה, לא יעזור להפחיד את הילד עם יראת העונש, כי אמנם הילד יתחיל להיזהר ולא יפריע עוד לאחרים, אבל בטבעו לא ישתנה כלל.

ומכיר אני מנהל חידר שיש לו מידות טובות מיוחדות, והוא אהוב מאד על התלמידים, וכשילד נכשל באיזה דבר אינו מעיר לו מיד אלא משתהה זמן מועט, וכפי ששמעתי ממו"ר הגה"צ רא"א דסלר זצ"ל שסיפר על הנהגת אביו, כי בילדותו אם היה נכשל באיזה התנהגות לא טובה, לא היה אביו מעיר לו מיד, אלא השתהה זמן מה ורק אחר כך היה אומר לו "היודע אתה שמגיע לך עונש על מה שעשית?" - כך הילד אינו חושב שאביו מעניש אותו מתוך הכעס אלא לטובתו כדי לחנכו, וגם אותו מנהל דרכו עם התלמידים בידידות כמו אב לבן, וכשהוא מעיר להם מתוך ידידות השפעתו עליהם גדולה הרבה יותר, שאינם מפחדים ממנו מיראת העונש אלא יש להם יראת הרוממות כלפיו, וכל זה נובע ממידותיו הטובות, וכפי שאני מכיר אותו שיש לו מידות טובות טבעיות ומאור פנים תמיד.

עוד אני מכיר אדם שמשמש כר"מ בקיאות בישיבה קטנה, והנה ידוע כי בישיבה קטנה בסדר שני התלמידים עייפים והמשמעת קשה מאד, וצריך תקיפות מיוחדת כדי להשיג משמעת בישיבה

קטנה בסדר הבקיאות, אך אותו ר"מ ידוע שיש אצלו את המשמעת הטובה ביותר מכל שאר הרמ"ים, אף על פי שאינו תקיף כלל, וכפי שסיפר לי בעצמו פעם כמסיח לפי תומו שאינו מסוגל לפגוע בילד, ואינו יכול להוציא מילה פוגעת מפיו, ופשוט כי זה הגורם למשמעת הטובה שיש אצלו יותר מכולם, כי לתלמידים יש יראת הרוממות כלפיו, מחמת מידותיו הטובות שמתנהג עימם בידידות ואינו פוגע בהם.

ושמעתי גם בזמן האחרון על ישיבה אחת שיש שם אחד שמתעסק עם התלמידים, והם תלמידים שצריכים גישה מיוחדת לטפל בהם, והוא סובל ומתאפק ומחכה עד שיירגעו, וכך הם נרגעים ומקבלים את דבריו באהבה ורוצים לשמוע את מה שהוא אומר, וכבר אינם רוצים להפריע לו, מפני שיש להם יראת הרוממות כלפיו והם אוהבים אותו, כך החינוך משפיע יותר מתוך אהבה ויחס טוב לתלמידים, שעל ידי זה יש להם יראת הרוממות והם רוצים לשמוע דברי רבם האהוב עליהם.

אלו הם מידות טובות ומעשים טובים הצריכים חיזוק, יחד עם תורה ותפילה, ועל ידי החיזוק בדברים אלו כל צרכי הגוף הם אחרת לגמרי, שאפילו השינה היא עבודת השם, ונחשבת חלק מהעסק בתורה ועבודה וחסד.

בפרט עתה בעמדתנו לפני חג השבועות, צריכים להתחזק בכל הדברים האלה כהכנה לקבלת התורה, ועלינו להתבונן כיצד מתחזקים בזה.

הנה ראשית החיזוק הוא על ידי מחשבות של חיזוק, כל מחשבת חיזוק משפיעה מאד בפנימיות האדם, בפרט אם מוציא את מחשבת החיזוק גם בדיבור בפה, היינו לא שידבר בזה כדי שאחרים ישמעו, אלא שתהא המחשבה כל כך חזקה אצלו עד שלא יוכל להתאפק ומוכרח להוציא החוצה, דיבור כזה מחזק את המחשבה, ויש בזה תועלת גדולה לחיזוק הפנימיות.

וכך כל מעשים ומחשבות של חיזוק משפיעות על האדם, וכמו שביקש מרן ראש הישיבה הגרא"מ שך זצ"ל בצוואתו, להתחזק במחשבה אחת של מוסר לעילוי נשמתו, מפני שגם מחשבה אחת משפיעה הרבה, ולהיפך מחשבה שאינה טובה משפיעה לצד השני, ויותר קשה להתעלות בדרגה מאשר לרדת בדרגה, וכתוב בחובת הלבבות (שער ייחוד המעשה פ"ה) כי לא יקטן בעיני האדם שום מאמץ שהוא עושה בעבודת השם, וכל מאמץ הקטן ביותר ברוחניות זה דבר גדול מאד ומוסיף קדושה ושלמות, ולהיפך כל ירידה ברוחניות זהו טומאה והיפך הקדושה.

ועתה בדורנו זה אנו רואים בהתגשמות הנבואה (עמוס ח, יא) "הנה ימים באים נאום ה' אלוקים והשלחתי רעב בארץ לא רעב ללחם ולא צמא למים כי אם לשמע את דברי השם", לא רק כאן בארץ ישראל אלא בכל העולם רואים צימאון גדול לשמוע את דבר השם, ואפילו גויים צמאים לשמוע דברי אמונה - כפי שידוע לי.

אם כן עתה לפני חג השבועות, בזמן שיש כזו סיעתא דשמיא בעולם, ודאי גם לנו יש סיעתא דשמיא, וכל אחד יכול לנצל את האפשרות, וכדאי לו הדבר, והרי הוא גם חייב לנצל זאת, אם יש אפשרות ולא מנצלים אותה זה חמור מאד, ובסיעתא דשמיא יוכל כל אחד לזכות לתורה בכל השנה על ידי החיזוק בימים אלו.

לעילוי נשמת  
מרת **שושנה שאי** ע"ה  
בת הר"ר אהרן סמין ז"ל  
נלב"ע י"ד ניסן תשע"א  
ת. נ. צ. ב. ה.