

דרכי החיזוק

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

60

שיחה ממרן הגאון רבי גרשון אדלשטיין שליט"א • פרשת בלק תשע"ב

לכן אפילו גדולי עולם היו זקוקים לחיזוק תמיד, וכפי שהזכרנו מדברי הגמרא בסנהדרין (ז, ב) על רב שהיו מלווים אותו לביתו ציבור גדול, והיה חושש פן תזוח דעתו, והיינו לא גאוה ממש אלא זיחות הדעת, שהדעת תזוז משהו, ואמר פסוקים של ענווה כדי שלא יושפע מזה, וכן מובא שם על מר זוטרא חסידא שהיו נושאים אותו על כתפיים בשבת הרגל, ואמר פסוקים של חיזוק כדי שלא תזוח דעתו.

וגם בדורות האחרונים, למשל הבית יוסף, כיצד זכה להיות בית יוסף ולחבר שולחן ערוך שנתקבל בכל העולם? מפני שהיה שומע בקביעות דברי תוכחה וחיזוק, וזכה שמן השמים שלחו לו מלאך (מגיד) שיאמר לו דברי תוכחה, וכן ידוע על הגר"א מוילנא שביקש מהמגיד מדובנא שיאמר לו תוכחה, והיינו בנוסף למה שלמד מוסר בעצמו, ביקש גם שיוכיח אותו על הדברים שאינו מרגיש בהם.

והנוגע למעשה לבני ישיבה, צריכים להתחזק בהתמדה ובשמירת הסדרים, סדרי התורה התפילה והמוסר, אני זוכר משנים קדמוניות בישיבה שכולם היו מגיעים בזמן לתחילת הסדר, סדר ראשון התחיל בשעה תשע, וסדר שני בשעה שלוש ורבע, וכן בסדר המוסר ובתפילות כולם הגיעו בזמן ללא שום איחור.

ואמרו חז"ל (ברכות ו, ב) בשעה שהקב"ה בא בבית הכנסת ולא מצא בה עשרה מיד הוא כועס שנאמר מדוע באתי ואין איש קראתי ואין עונה, [והגרע"א בגיליון השי"ס שם ציין לתשובות הרשב"א, שהקשה ממה שאמרו (שם בע"א) כי בעשרה קדמה שכינה ואתיא, והיינו שהשכינה באה קודם לעשרה, וביאר שאין הכוונה שהשכינה תקדם לעשרה, אלא ביחד עם העשירי באה שכינה], וכשמגיע זמן התפילה וחסר הציבור, זהו דבר שהיצר הרע והשטן רוצה בזה.

התמדה ושמירת הדיבור

יש עוד דבר חדש בתקופה האחרונה, שנהיה סקרנות לדעת מה נעשה בענייני העולם הנוגעים לבני תורה, מה היה, מה יהיה ומה ההווה, אבל הסקרנות צריכה להיות בדברי תורה ולא בדברים בטלים, וכפי שהזכרנו כמה פעמים כי צריכים ללמוד מה שמושך ומעניין, יש מי שאוהב את ההעמקה ויש מי שנמשך ללמוד בכמות, כל אחד לפי כוחו ולפי טבעו, מה שמשקיע אותו יותר בתורה, וצריך להתאמץ יותר בעיון, כי זה מקדש את הנשמה.

ועכשיו יש כאלה שרוצים לדעת חדשות, ומבזבזים זמן על זה, ושמעתי כי יש בחורים שיש להם קביעות בכל יום לדבר דברים בטלים לפני השינה, אך באמת צריכים להירדם מתוך דברי תורה ומחשבות קדושות ולא מתוך דברים בטלים, וכתוב באורחות חיים להרא"ש (אות י"ח) "ישלא ישיח שיחה בטלה, ויזוהר ללמוד בלילה עד שישן מתוך דברי תורה, ולא מתוך שיחה בטלה".

ושמעתי ממרן הרב מפוניבז' זצ"ל שאמר כי מוזכר בראשונים על אחד שחלם בלילה בדברי תורה, ושמו שמה גדולה מאד, כי זהו סימן שהראש שלו מונח בתורה, וכמו שאמרו (ברכות נה, ב) שאין מראים לאדם בחלומו אלא מהרהורי לבו, ופירש"י, מה שהוא מהרהר ביום, ואם חלם בדברי תורה בלילה, זהו סימן שהוא שקוע ומונח בלימוד, אבל אם נרדמים מתוך דברים בטלים זהו היפך ההלכה.

ומלבד זאת צריכים לדעת כי הבטלה היא דבר חמור מאד, ורבינו יונה בשערי תשובה (ג, יד) כתב שיש בני אדם שטועים וחושבים כי החטאים שבשב ואל תעשה אינם חמורים כמו החטאים שבמעשה, אבל האמת שיש חטאים חמורים מאד גם בשב ואל תעשה, וכגון ביטול תורה שעל זה אמרו בירושלמי (חגיגה א, ז) מצאנו שוויתר הקב"ה על עבודה זרה ועל גילוי עריות ועל שפיכות דמים, ועל מאסם בתורה לא ויתר.

* אמרו חז"ל (ברכות לב, ב) "ארבעה צריכים חיזוק תורה ומעשים טובים תפילה ודרך ארץ". אם אין חיזוק התורה היא לא תורה, והתפילה אינה תפילה, מעשים טובים היינו מידות טובות, לקיים את כל המצוות מתוך מידות טובות, ודרך ארץ היינו צרכי הגוף, שכל צרכי הגוף יהיו עם חשבון ושימת לב, כדי שיהיה בריא ויוכל לעסוק בתורה ובמצוות. ופירש"י שם כי החיזוק צריך להיות תמיד ובכל כוחו.

מהו חיזוק יתמיד? מצינו תמיד שהוא פעם אחת ביום, כמו הדלקת הנרות בבית המקדש שכתוב בהם (שמות כז, כ) "להעלות נר תמיד", ויש תמיד שהוא פעמיים ביום כמו קרבן תמיד הקרב בבוקר ובין הערביים, ויש גם תמיד שלוש פעמים ביום כמו שלוש תפילות שהם כנגד תמידים (ברכות כו, ב), ולכל הפחות צריכים חיזוק פעם אחת ביום, שאם לא כן אין זה תמיד אלא כמו מוסף...

והסיבה שצריכים חיזוק בכל יום, מפני שהחיזוק בדברים האלו הוא נגד הטבע, כי טבע הגוף שהוא רוצה מנוחה, ומצד טבע הגוף אדם אינו רוצה לעשות כלום, וגם אינו רוצה לטרוח לאכול, אלא שהוא רעב ואין לו ברירה, והרגשת הרעב נותנת לו תאוה לאכול, אבל מצד הטבע היה מעדיף לנוח ולישון ולא לעשות כלום, לא לעסוק בתורה ותפילה וגם לא בצרכי הגוף, ולכן צריך חיזוק תמיד.

וכיצד מתחזקים? על ידי שיש קביעות להזכיר את החיובים, בדיבור או במחשבה, אבל קשה מאד לחשוב מחשבות או לדבר לעצמו, והדרך לזכור היא על ידי קביעות יומית בספרי המוסר, ובמעשה רב הלכות תפילה (אות ס') כתב בשם הגר"א ללמוד ספרי מוסר **כמה פעמים בכל יום.** כשיש לאדם קביעות בספר מוסר שמעניין ומושך את הלב, זה מזכיר את החיובים ומשפיע חיזוק תמיד.

וצריכים חיזוק תמיד בתורה, בתפילה, וגם במידות טובות, והיינו כמו ששנינו באבות (ג, טו) הכל לפי רוב המעשה, וביאר שם הרמב"ם בפירוש המשניות כי יותר טוב לתת אלף פעמים זוז אחד לצדקה מלתת אלף זוז בפעם אחת, שכל נתינה ונתינה מוסיפה בלבו אהבת חסד, ומשפיעה על שינוי טבע המידות, כי ההרגל נעשה טבע - זהו חיזוק תמיד.

ומהו חיזוק 'בכל כוחו'? - בכל כוחות הגוף, ויש גם עניין נוסף בזה כמו שמצינו (שבת קיט, ב) כל העונה אמן יהא שמיה רבא בכל כוחו, ופירש"י, בכל כוונתו, והיינו לא בכל כוחו כפשוטו, אלא העיקר בכל כוונתו, כל אחד לפי טבעו, יש בני אדם שאם יענו אמן בקול רם זה מחזק את הכוונה, ויש כאלה שהכוונה שלהם היא יותר בשקט, בקול דממה דקה, זהו בכל כוחו.

ויש שני עניינים בקביעות לימוד המוסר, ראשית כי בספרי המוסר מקבלים ידיעות חשובות, שיש הרבה דברים שבני אדם אינם יודעים אותם, ויש חיסרון ידיעה מה הם החטאים שבין אדם לחברו ובין אדם למקום, והידיעות האלו כתובות בכל ספרי המוסר, וכשאדם יודע מה החטאים צריך גם לעשות חשבון הנפש על עצמו, מה איתו, האם הוא מקיים או שאינו מקיים.

אמנם לא די בידיעה פעם אחת, כי היצר הרע משכיח את הידיעות, וכמו שכתב בחובות הלבבות (שער ייחוד המעשה פ"ה) שהיצר הרע אינו ישן אף פעם, ואינו מסיח דעת מלהחטיא את האדם, ואמרו חז"ל (ב"ב טז, א) הוא שטן הוא יצר הרע הוא מלאך המוות, יורד ומתעה ועולה ומרגיז נוטל רשות ונוטל נשמה, והיינו שבתחילה היצר מסית ומפתה את האדם לחטוא, ואחר כך עולה ומקטרטג עליו בבית דין של מעלה, ולבסוף יורד ליטול את נשמתו.

* שיחה שנאמרה בישיבת פוניבז' יום ג' לסדר בלק תשע"ב.

וחז"ל קראו לביטול תורה 'מאסם בתורה', מפני שאדם שמתבטל זה סימן שאינו מחשיב את התורה, וכיון שאינו מחשיב תורה לא איכפת לו להתבטל, ומחמת חטא זה היה חורבן בית המקדש, וכמו שאמרו (נדרים פא, א) על מה אבדה הארץ על עזבם את תורתו – שלא בירכו בתורה תחילה, ופירש שם הר"ן בשם רבינו יונה "שלא הייתה התורה חשובה בעיניהם כל כך שיהא ראוי לברך עליה".

ויש עוד דבר שנקרא פלאפון, שאפשר לדבר בזה מתי שרוצים, ואפילו שהמכשיר כשר, ההכשר הוא מצד שאין שם דברים אסורים, אבל הוא גורם לריבוי דברים בטלים, ולזה אין היתר והכשר, והוא יצר הרע של בטלה, והשטן שמסית על ביטול תורה, ואין הכשר להביא את היצר הרע הזה לשיבה.

ובאיגרת הגר"א כתב דברים גדולים על מי שחוסם פיו מלדבר דברים בטלים, והביא בשם מדרש "על כל רגע ורגע שהאדם חוסם פיו זוכה בשבילו לאור הגנוז שאין מלאך ובריה יכולים לשער", אם אדם יכול לדבר דברים בטלים, ומתוך בחירה הוא חוסם פיו ואינו מדבר, עבור רגע אחד בלבד זוכה לאור הגנוז! ומי שזוכה לדרגה כזאת יש לו סייעתא דשמיא גדולה להצלחה בתורה.

והנה היום אין רואים גדולי תורה כמו שהיו פעם, ואף על פי שיש בעלי כישרונות גדולים, והכישרונות אינם פחות ממה שהיה פעם, כי הכישרונות עובדים בתורה וכמו מידות שעוברות בירושה, בכל זאת אין הרבה גדולי תורה כמו בדורות הקודמים, והסיבה לזה מפני שחסר היראת שמים שהייתה פעם, וממילא יש פחות סייעתא דשמיא להצלחה בתורה, וכמו שאמרו (אבות ג, יז) אם אין יראה אין חכמה.

ושמעתי ממורי הגה"צ ר"א דסלר זצ"ל שאמר כי פעם היראת שמים הייתה ניכרת ומורגשת ברחוב, ואפילו האנשים הפשוטים היו בעלי אמונה ויראת שמים, כי היו הרבה גדולים יראי שמים ובעלי מדרגה, וגדולי הדור השפיעו יראת שמים על כל הכלל, אבל התורה הייתה בצנעה בתוך בית המדרש, וכמו שכתוב (משלי יא, ב) "ואת צנועים חכמה", ולא היה ניכר ברחוב מיהו בן תורה.

ועכשיו זה להיפך, שהתורה ניכרת ומורגשת ברחוב, וניכר על בן ישיבה שהוא לבוש כבן תורה, אך אי אפשר לדעת באמת כמה הוא דבוק בתורה, כי היראת שמים אינה כמו שהייתה פעם, ולא רואים יראת שמים ברחוב כמו פעם, וכבר כתב הגאון רבי ישראל סלנטר (אור ישראל מכתב י"ד) שיש ירידת הדורות ביראת שמים, והעצה היא קביעות לימוד המוסר להוסיף יראת שמים.

ועוד צריכים לדעת כי כשמדברים הרבה דברים בטלים, מוכרחים להיכשל גם בדיבורים אסורים, וכמו שכתוב (משלי י, יט) "ברוב דברים לא יחדל פשע", ולא יתכן שלא להיכשל בלשון הרע, או לכל הפחות באבק לשון הרע, ואם מדברים על עוולות שעשו אחרים, אפילו אם זה אמת, הרי זה לשון הרע, ומספרי לשון הרע הם מארבע כיתות שאין מקבלים פני שכניה!

במיעות התענוגים

ויש עוד ענין, מה היא דרכה של תורה, שנינו בפרקי אבות (ו, ד) "כך היא דרכה של תורה פת במלח תאכל ומים במשורה תשתה ועל הארץ תישן וחיי צער תחיה ובתורה אתה עמל ואם אתה עושה כן אשריך בעולם הזה וטוב לך לעולם הבא", ויש לפרש כי פת במלח הוא רק דרך משל, וכך היא המידה בכל קשיים הבאים על האדם, שאם אדם מתגבר על הקשיים ועוסק בתורה אשריו בעולם הזה.

והיינו מפני שעל ידי העסק בתורה שיש בזה מתיקות מיוחדת ותענוג גדול מאוד, שוכחים מכל הקשיים ולא מרגישים שום צער, כי גם אם הוא אוכל רק פת במלח, הרי הוא שבע גם מפת במלח, וכן אינו צמא גם ממים במשורה, וגם אם ישן על הארץ ואינו ישן על מזרון מיוחד, מכל מקום הרי הוא ישן די צרכו ואינו עייף, ואמנם יש לו פחות הנאות העולם הזה, אבל הגוף בריא ויכול לעסוק בתורה.

ומצינו בספר החינוך (מצוה תפ"ח) שישנם ארבעה דברים הנצרכים לבריאות הגוף כדי שיוכל לעסוק בתורה ובמצוות, מזון – אכילה ושתייה כדי צרכו, שינה – שאם לא ישן יהיה מבולבל, וגם מנוחה חוץ מהשינה, שאי אפשר להיות בפעילות ממושכת כל הזמן, וכן צריך

שמחה, מפני שקוצר הנפש מונע את האדם ממלאכת שמים (שערי תשובה ב, ט), וצריך לעסוק בדברים המשמחים כדי שיהיה עם מצב רוח טוב.

אבל כל זה הוא בשביל שהגוף יהיה בריא לעסק התורה, ולא כדי ליהנות מתענוגי העולם הזה, ושנינו באבות (ב, יב) התקן עצמך ללמוד תורה שאינה ירושה לך, ופירש שם רבינו יונה מהו "ההתקן עצמך"? במידות טובות ובמיעוט התענוגים, למעט בתענוגי העולם הזה, וכמו שאמרו חז"ל (גיטין ע, א) סעודתך שהנאתך ממנה משוך ידך הימנה – כשאתה נהנה מהאכילה אל תאכל, והיינו שבירת התאוה הגשמית.

צריכים לדעת כי הנאות העולם הזה מרחיקות את האדם מן הקדושה, וכמו שכתב רבינו יונה בשערי תשובה (א, ל) "כי כל זמן שהאדם הולך אחרי התאוה, נמשך אחרי תולדות החומר, וירחק מדרך הנפש המשכלת, ואז יתגבר יצרו עליו", הנפש המשכלת היא הקדושה שיש באדם, וכל תאוה והנאה גשמית מקלקלת את הקדושה שבאדם, והופכת אותו להיות יותר מגושם, ונמשך אחר הגשמיות.

והיום זה השתנה, מחפשים שהאוכל יהיה יותר טעים, לא מספיק לאכול ולשבע אלא רוצים יותר טעם, לאכול מה שיותר טעים ולשתות מה שיותר טעים [למרות שהמשקאות הטעימים מזיקים גם לבריאות הגוף כידוע], וגם בשינה מחפשים מה שיותר נוח, זהו יצר הרע של התאוה הגשמית. ברם, צריכים לדעת כי תורה מתוך הדחק זה לכתחילה, וכבר הפליגו חז"ל (סוטה מט, א) בגודל מעלתו ושכרו של העוסק בתורה מתוך הדחק.

ועוד אמרו (ברכות ה, א) שלוש מתנות טובות נתן הקב"ה לישראל וכולן לא נתן אלא על ידי ייסורים ואלו הן תורה וארץ ישראל והעולם הבא, והיינו שאי אפשר לזכות להצלחה בתורה אלא על ידי ייסורים וקשיים, וכן ארץ ישראל והעולם הבא, צריכים לזה ייסורים, שהתאוה הגשמית תסתלק, ועל ידי שבירת התאוה הגשמית אין חטאים, וממילא אין גיהינום והוא כבר עכשיו בן העולם הבא.

ואמנם גם מי שאינו חי בדוחק ואין לו קשיים, יכול להחליף את הייסורים בעמלה של תורה, וכמו שכתב רבינו יונה בשערי תשובה (ד, יא) "כי ישית עמלו בתורה וטרחו בה ואשר תידד שנתו מעיניו יעלה במקום ייסורים", אם אדם מנצל את הזמן ולומד כמה שהוא יכול [לא יותר מכוחו שזה מזיק לבריאות הגוף ולהצלחה בתורה], וישן רק כמה שהוא מוכרח ולא יותר, עמל התורה כזה נקרא ייסורים שמועילים לכפרת עוונות, ועל ידי זה זוכים גם להצלחה בתורה.

וכיצד זוכים לזה? ראשית על ידי לימוד המוסר שהוא תוכחה, אך לא די בלימוד המוסר וצריכים גם תפילה על רוחניות, וכפי שמבקשים בסוף שמונה עשרה "נצור לשוני מרע", אף על פי שזה תלוי ביד האדם כמו שכתוב (תהלים לד, יד) "נצור לשונך מרע", והיינו מפני שצריך להתפלל ולבקש רחמים, ובלא תפילה אין זוכים לסייעתא דשמיא, ומי שסבור שיכול להצליח בכוחו ועוצם ידו, מן השמים אומרים לו אדרבה, נראה איך שאתה יכול, ולא מסייעים בידו.

ומבקשים תחילה נצור לשוני מרע, ונפשי כעפר לכל תהיה, והיינו תפילה על לשון הרע ומידות טובות, ורק אחר כך מבקשים פתח לבי בתורתך, כי בלי מידות טובות לא שייך הצלחה בתורה, ואחר כך מבקשים וכל החושבים עלי רעה מהרה הפר עצתם וקלקל מחשבתם, וגם זה שייך רק לאחר כל הדברים הקודמים, אם האדם אינו מדבר לשון הרע, והוא עוסק בתורה ובמידות טובות, אז יש זכות לבקש על המפריעים שלא יפריעו לו – כך הוא הסדר.

נמצא כי החיזוק בדברים הצריכים חיזוק, הוא על ידי ההשתדלות מצד האדם ולימוד המוסר, וגם על ידי תפילה, ובידינו הדבר, ומי שעושה כן יזכה לסייעתא דשמיא!

**נדבת משפחת קרול
לרגל השמחה השרויה במעונם**