

דרכי החיזוק

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

83

שיחה ממרן הגאון רבי גרשון אדלשטיין שליט"א • פרשת ויחי תשע"ג

ששך גדול שלו הוא שנאמר יבחר אלוקים חדשים, וחיודשי תורה היינו כנ"ל, שמוסיף בהירות והבנה במה שלומד.

והדרך לקבל בהירות והבנה היא על ידי חזרה, כי החזרה אינה רק בשביל לזכור, וכל חזרה מוסיפה בהירות והבנה, כל מי שרגיל בחזרה מרגיש את הטעם והמתקנות בזה, שמקבלים יותר בהירות ויותר הבנה, אין זה משנה אם חוזרים על גמרות או על שיעורים, ואפילו על ספרי מוסר כל חזרה מוסיפה בהירות, יותר הבנה ויותר חיזוק.

וכל אחד צריך לנצל את כוח הסקרנות שבטבעו לדברי תורה, ולא להתעניין ב"חדשות" אחרות שאין בהם שום תועלת, ואמנם זהו ניסיון, וידוע שבכל דור ודור יש ניסיונות המתחדשים מזמן לזמן, והמסילות ישרים (פרק א') כתב שהאדם נמצא בכל רגע בתוך ניסיונות ומלחמת היצר, ועיקר מציאות האדם בעולם הזה היא להתגבר ולעמוד בניסיון.

והנה מובא בשם הגר"א (אבן שלמה ז, ו) שיש תאוה גדולה מאד לדברים בטלים, וביאר הטעם בזה מפני שאמרו חז"ל בריש מסכת פאה "ותלמוד תורה כנגד כולם", וידוע שקדושת התורה יותר מכל המצוות, ואמנם בוודאי צריכים לקיים כל המצוות, אבל התורה מקדשת את האדם יותר ממצוות, וכשלומד בזמן שאינו חייב לקיים מצוות נוטל שכר כנגד כולם, ומצד שני אמרו חז"ל שגם ביטול תורה כנגד כולם, וכן ידוע שכל מצוה שהיא יותר גדולה, גם העונש בביטול המצוה גדול יותר.

והמשיך הגר"א לבאר שהרי שנינו בפרקי אבות (ד, ב) מצוה גוררת מצוה ועבירה גוררת עבירה, והביאור בזה כי כשאדם עושה מצוה מקבל בזה רוח של קדושה, ורוח הקדושה מקדשת אותו ונותנת לו את הכוח לגמור את המצוה ולעשות עוד מצוות אחרות, וכן להיפך כשאדם עושה עבירה שורה עליו רוח טומאה, ורוח הטומאה גם כן יש בה מתיקות, ומושכת לעוד טומאה ולעשות עוד עבירות.

וככל שהמצוה יותר גדולה יש חשק יותר גדול לקיים את המצוה, מפני שרוח הקדושה גדולה יותר ומושכת יותר לקיום המצוה, וכן להיפך כשהעבירה יותר גדולה יש יותר חשק להמשיך בעבירה. לכן יש הנאה גדולה מאד בלימוד התורה, כי מצות תלמוד תורה גדולה מאד, וממילא רוח הקדושה גדולה יותר ומושכת מאד לתורה, וכן להיפך יש תאוה גדולה לדברים בטלים, כי ביטול תורה הוא איסור חמור מאד, וממילא רוח הטומאה גדולה מאד ומושכת ביותר לדברים בטלים.

והביא באבן שלמה מדברי הגר"א שיש שלוש סיבות לביטול תורה. הא' "טרדת התאוות שסובר שזוהו עצם הטוב ולעולם יתקיים אצלו" - אם אדם שקוע בתאוות העולם ואין לו זמן לתורה. והב' "מפני שנמשך אחר דברים בטלים וקשה לו מאד לפרוש מהם" - היינו מפני התאוה הגדולה בדברים בטלים וכנ"ל. והג' "מפני שרוצה להשיג התורה בלא עמל ויגיעה, וכשרואה שאינו מוצא בה טעם עוזב אותה" - שאינו רוצה להתאמץ ולעמול בתורה, וכיון שלומד בלי מאמץ ובלי ריכוז מלא של כל כוחות המוח, אין טעם ומתיקות בלימוד כזה, וממילא נמשך לביטול תורה.

וכתב שם הגר"א כי העצות לכל הסיבות האלו. כנגד הסיבה הא' שאדם שקוע בתאוות העולם, צריך להזכיר לעצמו יום המיתה שלא יישאר כלום מכל התאוות. וכנגד הסיבה הב' שיש תאוה ומשיכה לדברים בטלים, צריך להתבונן שעל ידי התורה ישיג יותר טעם והנאה אמיתית. וכנגד הסיבה הג' שרוצה ללמוד בלא מאמץ, העצה לזה היא להתחזק בעמלה של תורה, וכשילמד מתוך יגיעה וריכוז המחשבה, יקבל טעם ומתיקות בלימוד, וממילא לא יהיה ביטול תורה.

ולזה צריכים חיזוק תמיד בקביעות בספרי המוסר, ומלבד סדרי המוסר בישיבות שהם חצי שעה ביום, יש גם זמנים אחרים לחיזוק, למשל בשעת התפילה, אפשר לקבל חיזוק ממילות התפילה, אם מגיעים לתפילה בזמן ומתפללים במתינות וביישוב הדעת, מרגישים טעם בתפילה.

חיזוק תמיד

אמרו חז"ל (ברכות לב, ב) "ארבעה צריכים חיזוק תורה ומעשים טובים תפילה ודרך ארץ". ופירש"י, שיתחזק אדם בהם תמיד ובכל כוחו. הסיבה שצריך חיזוק תמיד, זהו מפני שהחיזוק הוא נגד היצר הרע, והיצר הרע נמצא תמיד ואינו ישן, וכמו שכתב בחובות הלבבות (שער יחוד המעשה פ"ה) "שאתה ישן לו והוא ער לך", לכן צריכים חיזוק תמיד.

והדברים הצריכים חיזוק מצינו גם בפרקי אבות (א, ב) על שלושה דברים העולם עומד על התורה ועל העבודה ועל גמילות חסדים. והנה "העולם" הוא גם האדם, וכמו שכתבו בספרים כי האדם הוא "עולם קטן", והאדם צריך חיזוק בשלושה דברים אלו: תורה, עבודה, היינו תפילה שהיא עבודה שבלב, וגמילות חסדים, היינו מידות טובות, ולא מספיק מידות טובות בלב, אלא צריך להתנהג בפועל לפי המידות הטובות, וזהו "מעשים טובים".

והדבר הרביעי הנזכר בגמרא הוא "דרך ארץ", ופירש"י שם: "אם אומן הוא לאומנותו, אם סוחר הוא לסחורתו, אם איש מלחמה הוא למלחמתו", וענין זה כולל גם את כל צרכי הגוף. וכבר דיברנו פעם שצרכי הגוף הם גם צרכי הנשמה, כי אם הגוף אינו מסודר וחי חיים לא מסודרים, גם הנשמה סובלת מזה, שאינו יכול לתפקד, ואינו יכול ללמוד ולהתפלל כראוי, לכן כל הסדר הנצרך לבריאות הגוף זהו גם צורך הנשמה.

וכתוב בספר החינוך (מצוה תפ"ח) כי צרכי הגוף הם ארבעה, מזון - אכילה ושתייה, שינה כל אחד לפי צרכו, וגם מנוחה חוץ משינה, מפני שאי אפשר לעסוק בפעילות ממושכת כל הזמן ללא מנוחה, והדבר הרביעי הוא שמחה, שהשמחה גם כן נצרכת לבריאות הגוף, ואם אדם שרוי בעצבות הרי הוא עצל, כי העצבות והעצלות תלויים זה בזה, וצריך להתחזק לעסוק בכל צרכי הגוף לשם שמים, כדי שיוכל לתפקד ולעסוק בתורה ובמצוות.

ואם אדם יבין ויחשוב שכל מה שהוא עושה זה לצורך הנשמה, וגם כשהוא אוכל וכשהוא ישן, כשהוא נח וכשהוא שמח, הרי זה לצורך קיום כל התורה כולה, ואין זה ביטול תורה שעוסק בצרכי הגוף כי "ביטולה זהו קיומה", אם יחשוב על זה יהיה שמח ומאושר מאד, שהרי כל היום הוא "עוסק במצוה", ונחשב שבאותו הזמן הוא עוסק בכל המצוות שעתידי לקיים אחר כך. וזהו באמת הרגשה נעימה מאד למי שחושב על זה.

ביטול תורה

אבל יחד עם זה צריכים גם לשמור ולקיים שלא יהיה בטלה, ולא לעשות דברים שאינם עסק במצוה. ולמשל יש טבע של סקרנות לדעת מה נעשה בעולם, ויש לדעת כי הסקרנות היא טבע טוב בשביל תורה, וכמו שהבאנו כמה פעמים מדברי רש"י על הפסוק (דברים ו, ו) "ויהיו הדברים האלה אשר אנוכי מצווך היום" - "לא יהיו בעיניך כדיוטגמא ישנה שאין אדם סופנה אלא כחדשה שהכל רצים לקראתה", והיינו כמו חוק חדש שהוציא המלך, שכולם סקרנים ורוצים לדעת מה הם פרטי החוק, כך צריכה להיות ההשתוקקות והסקרנות לדעת את דברי התורה.

ולכן במקום לשמוע "חדשות" של דברים בטלים שאין בהם שום תועלת, צריך שתהא הסקרנות לשמוע דברי תורה ולחדש חיודשי תורה, והיינו כמו שכתוב בכתר ראש (אות נ"ו) בשם הגר"ח מוואלוז'ין: "חיודשי תורה נקרא כל מה שלומד יותר ומתבררים הדברים מחוורים אצלו, כל זמן שאתה ממשמש בהם כו' אתה מוצא בה טעם, וכשמרבה לחזור נתבאר בזה טעמים ופירושים שנתחדשו, וזה נקרא חיודשי תורה, בין שהוא מחדש או אחר, רק שיצא הדבר לאור", עכ"ד.

ומצינו שהפליגו חז"ל במעלת מי שמחדש חיודשי תורה, שזהו דבר גדול מאד, ובילקוט (שופטים רמז מ"ט) אמרו "וכל מי שמחדש דברי תורה על פיו דומה כמי שמשמיעים אותו משמים ואומרים לו כך אמר הקב"ה בנה לי בית

וכתב בספר יערות דבש "ובדוק ומנוסה אם יתפלל אדם שחרית וקריאת שמע בכוונה שבו ביום יזכה לדבר מצוה ויצליח בעסקו, ואין צריך לומר שיצליח בו ביום בתורה ומצוה גוררת מצוה, וכן להיפוך או לי על שברי בעת שאיני מתפלל בכוונה כראוי, כל היום אין שמועתי בתורה מכוונת, קרעים אלביש, ולהיפוך אם אזעק ואשווע להשם מקירות לבבי בתפילה לחונני דעה כי דלותי עד מאוד בעוה"ר, אף הוא ירחם עלי להאיר עיני בתורתו".

מידות טובות

והנה זהו בנוגע לחיזוק בתורה ובתפילה. והנוגע לחיזוק במידות טובות, לעשות מעשים טובים מתוך אהבת חסד ומידות טובות, ידוע שאם אדם מתאמץ ודואג לעשות בשביל חברו, מתוך אהבת חסד, זוכה עבור זה מידה כנגד מידה, ומן השמים נותנים לו מה שהוא צריך בכל העניינים. וכגון מי שדואג לחברו בצרכי הגוף, ומדבר איתו דברים שעושים לו מצב רוח טוב, כדי שירגיש טוב ויהיה שמח בחלקו.

יש הרבה אנשים שזקוקים למילה טובה, ומרן החזון איש זצ"ל אמר פעם בנוגע לצעירים שכל אחד צריך לקבל "כפית של כבוד" בכל יום, שירגיש שמחשיבים אותו ומעריכים אותו.

ידוע מעשה שהיה בישיבה לפני שנים רבות, בבחור אחד שהיה מיואש מעצמו ולא הרגיש טוב בישיבה, והחליט בלבו לעזוב את הישיבה מיד לאחר שבת, ובביל שבת אחרי התפילה כשכולם עוברים לומר גוט שבת לראשי הישיבה, ניגש אליו בחור אחד וטפח על שכמו והתעניין בשלומו, וכשראה שיש מי שמתעניין בו וחושב עליו, שינה את דעתו והחליט להישאר בישיבה, מפני שכבר קיבל את ה"כפית" של כבוד שהיה חסר לו.

וכשנמצאים בתוך חברה, אי אפשר לדעת מי באמת זקוק לעידוד, כי בדרך כלל אדם מסתיר את הקשיים שלו, ולא רוצה שירגישו עליו שהוא מסכן, ומתבייש מזה, וכל אחד ואחד בלי יוצא מן הכלל צריך לדעת, שכל קשר שיש לו עם מישהו – או אם אין לו קשר צריך שיהיה קשר – לתת לשני הרגשה טובה שאני מחשיב אותו ומעריך אותו, ולא צריך לחפש חסדים ברחובות, כי החסד נמצא בהישג ידו של כל אחד ואחד.

ומי שמשדל ועושה מעשים טובים כאלה, ונותן הרגשה טובה לאחרים, מן השמים נותנים לו מידה כנגד מידה שגם הוא ירגיש טוב מאד, וכמו שאמרו (אבות ג, י) "כל שרוח הבריות נוחה הימנו רוח המקום נוחה הימנו", היינו שאם רוח הבריות נוחה הימנו מפני שהוא נוח לבריות, והוא עוזר לכולם, ונותן הרגשה טובה לכל אחד ואחד, אזי בזכות זה גם רוח המקום נוחה הימנו, ומן השמים נותנים לו סייעתא דשמיא בכל מה שהוא צריך.

והחובות הלבבות (שער יחוד המעשה פ"ה) פירש "כל שרוח הבריות נוחה הימנו רוח המקום נוחה הימנו" – שאם רוח הבריות נוחה הימנו זהו "סימן" שרוח המקום נוחה ממנו, היינו שהוא עושה מעשים טובים ובשמים מרוצים ממנו, לכן מן השמים עשו שתהא רוח הבריות נוחה הימנו. וגם זה הוא כני"ל, שאם אדם עושה מעשים טובים ועוזר לכולם, בשמים מרוצים ממנו ונותנים לו מידה כנגד מידה שהבריות מחשיבים ומכבדים אותו.

וענין זה שייך בכל שטחי החיים, אם בעזרה גשמית, או בנתינת כבוד, או בכל עזרה אחרת שהיא, מי שעוזר בגשמיות לאחרים, לא יחסר לו כלום בגשמיות, ומי שעוזר ברוחניות, אם אחד אינו מבין את מה שלמד, והוא מסביר לו בסבלנות מתוך מידות טובות ואהבת חסד כדי שיבין, זה נקרא תורת חסד וכמו שאמרו (סוכה מט, ב) "תורה ללמד זהו תורה של חסד", ומן השמים נותנים לו הצלחה בתורה יותר מדרך הטבע, מידה כנגד מידה. וכך גם מי שמחזק אחרים ביראת שמים או במידות טובות, כל השפעה שמשפיע על אחרים, זוכה לסייעתא דשמיא מידה כנגד מידה.

והנה בכל מוסד, תלמוד תורה או בית יעקב, יש מנהל, ומתחתיו יש פקידים, ובדרך הטבע המנהל חושב, היות והוא המנהל, והפקידים צריכים להיות ממושמעים אליו, צריך שיפחדו ממנו, שאם לא יפחדו ממנו לא יעשו את מה שהם חייבים לעשות, ומפני זה הוא מתנהג באופן שיפחדו ממנו, כי אז הפחד ויראת העונש ישפיע עליהם שיעשו את מה שצריכים לעשות, ויעסקו יותר טוב בחינוך. זהו הטבע אצל רוב האנשים.

אבל יש אנשים בעלי מידות טובות מיוחדות שאינם מסוגלים להתנהג בשררה, בתקיפות ובדרישות, וכפי שידוע לי על מנהלת אחת בבית יעקב שהייתה מתחשבת מאד בצרכי המורות, ונותנת להן יחס טוב מאד, והתוצאה הייתה שכל המורות תפקדו וחינכו בשלמות, וכל קושי שהיה בניהול, המורות היו משתפות פעולה לעזור לה בניהול, ובית הספר הצליח יותר מן הרגיל, ובמשך הזמן התפרסם איך שהצליחה, ומינו אותה למפקחת על הרבה

מוסדות חינוך. זוהי המציאות, כשמתנהגים עם אחרים במידות טובות, זוכים לסייעתא דשמיא מידה כנגד מידה.

ועוד היה מעשה במנהלת אחרת שהייתה מסורה מאד לעבודתה, ועסקה בזה ממש לשם שמים, ובית הספר היה כל החיים שלה, וכל המורות ידעו וראו שהיא עושה הכל לשם שמים, והעריכו אותה על כך, ובאמת בית הספר הצליח מאד. והיינו גם כן מפני שאם עושים לשם שמים, מצד החיוב ואהבת החינוך הטוב, בוודאי עוסקים בזה מאהבה ומתוך מידות טובות, וממילא יש סייעתא דשמיא להצלחה גדולה מידה כנגד מידה.



והנה יש דברים דקים מאד בענייני המידות. לפעמים יכול להיות אדם גדול שמשפיע ברוחניות על הרבה אנשים, ובין המושפעים יש גם אדם גדול שמקבל השפעה ממנו, והמושפע אינו יודע שקיבל את ההשפעה ממנו אלא סבור כי ההשפעה הגיעה לו ממקום אחר. בדרך הטבע איכפת לראשון מדוע השני אינו יודע שקיבל את ההשפעה ממנו, ולא מפני שמחכה לתודה, אלא מפני שרוצה שיחשיב אותו יותר, וגם אדם גדול שבדרך כלל אינו מחפש כבוד, יכול להיות שבתוך תוכו הוא שמח כשמישהו יודע את החשיבות שלו.

אבל מי שהוא בעל מדרגה לא איכפת לו מזה, שהרי העיקר הוא שהשפיע ויש לו את זכות ההשפעה, וכתוב בספרים שכל המעשים הטובים שעושים מכוחו נוקפים לזכותו עד סוף כל הדורות, וכמו אבא שמשפיע על בני המשפחה אינו חושב כלל אם יודעים שהוא המשפיע, ושמה מחמת עצם הדבר שקיבלו השפעה טובה ממנו, כך גם כשמשפיעים ברוחניות על אחרים אין זה משנה אם המושפעים יודעים, והעיקר הוא שבשמים יודעים ומעריכים את זה. ובאמת זוהי דרגה גבוהה מאד, והטבע אינו כן.

ובסוף שמונה עשרה אנו מבקשים "אלוקי נצור לשוני מרע" – בתחילה מבקשים שהפה לא ידבר לשון הרע, "ולמקללי נפשי תידום" – היינו שלב לא יהיה איכפת לי ממה שמבזים אותי, ואחר כך מבקשים על דרגה גבוהה יותר "ונפשי כעפר לכל תהיה" – להיות כמו עפר שדורכים עליו, וכמו שאמר אברהם אבינו (בראשית יח, כז) "ואנוכי עפר ואפר".

ובמקום אחר הערנו בזה, מדוע מבקשים רק על דרגת ענוה "כעפר", הרי יש דרגת ענוה יותר מזה, וכמו שאמרו חז"ל (חולין פט, א) "גדול שנאמר במשה ואהרן יותר ממה שנאמר באברהם דאילו באברהם כתיב ואנוכי עפר ואפר ואילו במשה ואהרן כתיב ונחננו מה", והיינו כי משה ואהרן אמרו "ונחננו מה" שלא החשיבו עצמם לכולם, וזוהי דרגה יותר גבוהה מעפר שיש בו איזה חשיבות, אם כן מדוע לא מבקשים על דרגת ענוה כמו משה רבינו.

ואמרנו לבאר שאם היו מבקשים על דרגת ענוה של "ונחננו מה", זה היה תפילת שווא, שלא שייך במציאות להיות כמו משה רבינו שהתורה אמרה עליו (במדבר יב, ג) "והאיש משה עניו מאד מכל האדם אשר על פני האדמה", והיינו שלא שייך בכל הדורות אדם עם דרגת ענוה כמו משה רבינו, ולכל היותר יכולים לבקש ונפשי "כעפר" לכל תהיה, שזוהי דרגתו של אברהם אבינו בענוה, ולזה כל אחד יכול להגיע, כמו שאמרו חז"ל (תדא"ר פרק כ"ה) חייב אדם לומר מתי יגיעו מעשי למעשי אבותי אברהם יצחק ויעקב.

אברהם אבינו בוודאי לא היה איכפת לו אם מחשיבים אותו, ולא חשב על זה כלל, וכשמבקשים "ונפשי כעפר לכל תהיה" אנו מתפללים שזוכה לדרגת ענוה כמו אברהם אבינו, שאין זה בדרך הטבע, ואפילו מי שנולד עם מידות טובות, לא נולד עם טבע כזה, וצריך תפילה וסייעתא דשמיא שישתנה הטבע.

והעצה לכל הדברים האלו היא רק על ידי חיזוק תמידי, כי היצר הרע קיים תמיד וצריכים חיזוק תמידי כנגדו, ותבלין היצר הרע הוא תורה, תפילה, וקביעות בספרי המוסר. יהי רצון שזוכה לזה!

לעילוי נשמת
הרה"ג ר' חיים אריה ב"ר שאול זצ"ל
נלב"ע י"ד טבת תשנ"ד
תנצב"ה