

דרכי החיזוק

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

566

שיחת רשכבה"ג מרן ראש הישיבה הגר"ג אדלשטיין שליט"א • חקת תשפ"ב

יותר מעונשו של תכלת, והיינו שיש ציצית לבן ויש גם תכלת, ומי שאינו לובש תכלת, זהו מפני שהתכלת קשה להשגה, ולמרות שיכול להשיג עם מאמצים, מכל מקום זהו חטא פחות חמור, אבל מי שאינו לובש ציצית לבן, שזה דבר קל שלא קשה כלל להשיגו, זה חטא יותר חמור, וככל שהדבר יותר קל, החטא חמור יותר אם לא מקיימים.

וכך גם בעסק התורה ויראת שמים, מכיוון שברא הקב"ה בטבע שזה מושך ומעניין ולא קשה, ממילא אם לא עוסקים בזה החטא יותר חמור, וזו זכות יותר גדולה לקיים, וחטא יותר חמור אם לא מקיימים.

החיוב והדרכים לשינוי טבע המידות

יש עוד ענין של מידות טובות, שהוא גם כן מצות עשה, והלכת בדרכיו (דברים כח, ט), מה הוא רחום וחנון אף אתה היה רחום וחנון (שבת קלג, סוטה יד ועוד), וכן ואהבת לרעך כמוך (ויקרא יט, יח), זו מצות עשה של מידות טובות ואהבת הבריות.

ואם זה החיוב סימן שכך טבע האדם, ומי שאין זה טבעו הרי הוא חייב ויכול לשנות את הטבע, כמו שכתב הרמב"ם בהלכות תשובה (ז, ג) שיש חיוב לחזור בתשובה ממידות רעות, ואפשר: יש דרכים לפי כוחות הנפש כיצד לשנות את טבע המידות.

וכגון מה שכבר סיפרנו בעבר, מעשה באחד שהיה כועס הרבה בביתו בזמנים של לחץ, ביום ששי אחרי הצהריים, והיה כועס ומתרגז על בני הבית, ואחר כך היה מתחרט, כי מה הרווח בכעס, והרי בלי כעס אפשר יותר להשפיע, והיה אכפת לו, כי כעס זה חטא ומידה רעה, והתייעץ עם מישהו מה לעשות וכיצד להתגבר על הכעס.

ושמע עצה שבשעת הכעס ישתוק ולא יצעק, כי הוא היה רגיל לצעוק מתוך הכעס, ואמרו לו שיתאפק מלצעוק, ועל ידי זה במשך הזמן יתבטל הכעס, כמו שכתב בארחות צדיקים (סוף שער הכעס) "השתיקה מבטלת הכעס וגם קול נמוך מבטל הכעס, לכן יראה אדם כשכעסו מתגבר עליו שישתוק או ידבר בנחת ולא ירים קולו בכעסו, כי המגביה קולו בשעת כעסו אז יתעורר הכעס, אבל קול נמוך והשתיקה משתיקים הכעס".

וניסה שבוע אחד לעשות כן, והתאפק מלצעוק, והחזיק את הכעס בלבו אבל לא הוציאו לפועל, וזה היה קשה לו מאד, ובא ושאל כיצד יוכל לעמוד בכל יום ששי בקשיים כאלה, ואמרו לו שלא ידאג וינסה להמשיך כך, ובאמת ביום ששי השני כבר היה פחות קשה, והוא כעס ושתק וכבר היה יותר קל, כי כך הטבע, **שדבר שאדם עושה מתוך רצון להיגמל ממידה רעה, במשך הזמן ההרגל נעשה טבע וזה נעשה יותר קל**, ואמנם זה גם בסייעתא דשמיא, כי הוא רוצה ליטור וכן השמים מסייעין אותו, ולכן בשבוע השני נהיה יותר קל, ובשבוע השלישי עוד יותר קל, עד ששבר לגמרי את מידת הכעס וכבר אינו כועס כלל. זהו המציאות במידות, שיש דרכים לשינוי הטבע.

מדרגת הענווה שלא להקפיד כלל

ובגמרא (שבת לא, א) מסופר על הלל הנשיא, איך שהוא היה עניו ולא היה כועס, ומצינו בפרקי אבות (ה, יא) שיש כמה מדרגות, קשה לכעוס, ונוח לכעוס, קשה לרצות, ונוח לרצות, ואילו הלל לא היה 'קשה' לכעוס, אלא יותר מזה, לא היה כועס כלל!

ומביאה הגמרא מעשה שהיה בשני אנשים שהתווכחו תמורת כסף מי יצליח להכעיס את הלל, ובאו אליו בשעת הדחק של ערב שבת ושאלוהו כל מיני שאלות, למה זה כך ולמה זה כך, והלל ענה ביישוב הדעת ובל

עסק התורה חיוב עם מתיקות

יש מצוות שחייבים בהם כל הזמן ואין רגע פנוי מהם, כגון עסק התורה, יש חיוב ללמוד בכל רגע פנוי, כמו שכתוב (יהושע א, ח) **והגית בו יומם ולילה**, וכל אחד לפי כוחו כמה זמן שיש לו, בכל רגע פנוי צריך וחייב לעסוק בתורה, וזו זכות גדולה מאד וחיוב גדול מאד.

והחיוב הוא לכל אחד לפי מצבו כמובן, ומי שיכול כל הזמן ללמוד, שאין לו שום הפרעות ואין לו שום שעבודים ויכול לעסוק בתורה, מלבד צרכי הגוף ההכרחיים שצריך אכילה ושתייה וכדומה, הרי הוא חייב כל הזמן ללמוד, וגם אדם שיש לו משפחה שמשועבד להם וצריך לדאוג לפרנסתם ויכול פחות זמן ללמוד, אבל בכל הזמן הפנוי שיש לו הוא חייב לעסוק בתורה, ואין זמן פנוי מחיוב עסק התורה.

ולכן עסק התורה מעניין ויש מתיקות בדברי תורה כמו שכתוב (תהלים יט, יא) ומתוקים מדבש ונופת צופים, והתורה נמשלה להרבה טעמים כגון יין דבש וחלב, מפני שזה דבר חיוני לנפש שחייבים בו כל הזמן, ולכן עשה הקב"ה שזה מעניין ונעים, וברא את התורה עם טעם ומתיקות מיוחדת, כדי שאדם יוכל לקיים את מה שהוא חייב, לעסוק בתורה כל הזמן ולזכות לחיי נצח.

וכך גם בצרכי הגוף, שהגוף צריך שינה ומזון, אכילה ושתייה, ברא הקב"ה בטבע האדם שיהיה רעב, וגם ברא את המזון טעים, כדי שהגוף יאכל ויתקיים, מפני שצריכים את הגוף, ואמנם התכלית הוא העולם הבא, אבל צריכים את הגוף כדי לעשות את כל המעשים הטובים, ולכן הגוף צריך קיום, וצריך לתת לגוף טעם בכל הדברים האלה שהוא זקוק להם, ולכן האוכל טעים וגם שאר צרכי הגוף יש בהם טעם.

המתיקות בהוספת יראת שמים

יש עוד מצוה של יראת שמים, כמו שכתוב (דברים י, כ) **את השם אלוקיך תירא**, והמצוה היא כל הזמן להוסיף ולהוסיף יראת שמים, כמו שכתב רבינו יונה בשערי תשובה (שי"ג טו ועוד) להתבונן תמיד ביראת השם, והדרך לזה היא על ידי העסק בספרי מוסר, שערי תשובה, מסילת ישרים, חובות הלבבות, ארחות צדיקים, וכן פלא יועץ, ושאר ספרים המוסיפים יראת שמים.

ידוע שעסק המוסר מעניין, וכך הטבע, כי יראת שמים היא צורך הרוחניות של האדם, ולכן מעניין לעסוק בזה ולהוסיף עוד ועוד יראה, ויש הרבה מדרגות ביראת שמים כמו שכתב בשערי תשובה (שם יז) שזה מן המעלות העליונות שיש בהן הרבה מדרגות, ויש חיוב ומצוה להוסיף מדרגות בזה, ולכן הטבע הוא שנהנים מזה.

והוא דבר ידוע שמתחשק לעסוק ביראת שמים, ואנשים שעוסקים ביראת שמים נהנים מזה! כי זהו צורך חיי הנפש, החיים הנצחיים בעולם הבא, שהם תענוגים שאין לנו מושג מה הם, וגם הנביאים לא ידעו מה זה העולם הבא, כמו שנאמר (ישעיה סד, ג) עין לא ראתה אלוקים זולתך, וכדי לזכות לזה חייבים יראת שמים, ולכן יש טעם והנאה בהוספת יראת שמים. וכן כל מה שאדם חייב יותר, יש טבע מיוחד שאדם אוהב את זה, כדי שיוכל לקיים בנקל.

דבר שקל לקיימו – החיוב גדול יותר

ונמצא לפי זה, מאחר שזה דבר קל ולא קשה, הרי זה חיוב יותר גדול ויותר חמור, כי זה קל ולא קשה, ואדרבה זה מאד נעים, ומדוע שלא לעשות את זה. כמו שמצינו בגמרא (מנחות מג, ב) גדול עונשו של לבן

כעס, וניסו שוב ושוב להכעיסו בשאלות שונות, אך הוא לא כעס, והשיב לכל שאלותיהם, כי הלל אינו כועס! ולא שהיה 'קשה לכועס', אלא בכלל לא היה כועס, והכעס לא התעורר אצלו כלל, וזוהי מדרגה של ענווה, שלא אכפת לו ואינו כועס.

ומצינו עוד בגמרא (סוטה מ, א) שרבי אבהו אמר כי הוא חשב שכבר יש לו מידת הענווה, שאינו מקפיד על שום דבר ואינו מחשיב את עצמו, עד שנזדמן לו פעם לראות את רבי אבא דמן עכו שאמר דברי תורה, ובזמנם כשאחד היה אומר דברי תורה לרבים ולא היה לו כוח לדבר בקול רם, היה אדם אחר ממונה שחוזר על דבריו בקול רם, ורבי אבא אמר דברי תורה לציבור, והממונה לחזור על דבריו אמר דברים אחרים ולא את מה שהוא אמר, ורבי אבא לא הקפיד עליו! וכשראה זאת רבי אבהו אמר, חשבתי שאני עניו, אך למדרגת ענווה כזו לא הגעתי.

החיים המאושרים עם מידות טובות

ולמעשה המציאות היא, שמי חי חיים טובים ומי רגוע ומאושר? מי שיש לו מידות טובות! שהוא עניו ולא אכפת לו, ואינו כועס ואינו מקפיד, זה חיים מאד נעימים, והרגשה נעימה לו ולכל סביבתו, והוא מאושר וכולם מאושרים. זוהי התוצאה של חיים לפי המידות הטובות. כל אחד עם מידות טובות, הוא מרגיש טוב וכל הנמצאים בסביבתו מרגישים טוב, שהוא תמיד רגוע ואינו כועס, והרי כעס גם מוזק לבריאות, ועל ידי שאינו כועס הוא מרגיש טוב ובריא, וגם משרה אווירה נעימה מסביב, וכולם מרגישים טוב בחברתו.

וכן כתב בחובות הלבבות (שער הפרישות) על הפרוש שיחברתו שמחה, שאינו דורש לעצמו, אלא מסתפק במועט, ולא חסר לו כלום, כי הוא מסתפק במה שמוכרח, ומה שאינו מוכרח אינו צריך, ועל ידי זה חברתו נעימה ושמחה, ונעים להיות במחיצתו.

והנה כל הדברים שדיברנו, הם מדרגות ואינם דברים פשוטים, והדרך לזכות לכל המדרגות הללו היא רק על ידי עסק תמידי בספרי המוסר, וידוע שרבי חיים מוואלוז'ין אמר פעם לתלמידו רבי זונדל מסלט: "כל ספרי מוסר טוב ללמוד, אבל מסילת ישרים יהיה מנהלך", כל ספרי המוסר הם טובים ומשפיעים, אבל הספר הכי טוב הוא מסילת ישרים, והוא המנהל, שנותן דרך ושיטה לפי כוחות הנפש כיצד להתקדם בכל המעלות, וכן יש ספר פלא יועץ, שהוא ספר מוסר מצוין, עם הרבה דברי מוסר שנותנים הרגשה נעימה וחיים מאושרים מאד.

וזה תלוי בכל אחד ואחד, להיות עם עסק התורה ויראת שמים ומידות טובות, שהם הדברים העיקריים, ואדם ששלם בכל הדברים האלה הוא מאושר וכל סביבתו מאושרת.

ומעשה שהיה באדם גדול ששאלו אותו פעם, אולי אכפת לו ויש לו תרעומת (ובאידיש: 'פאר איבול') על מישהו בענין מסוים, והשיב ואמר "איך ווייס ניט וואס איז דאס פאר איבול", כלומר, אינני יודע מה היא תרעומת. וזוהי מדרגה!

וכן תורה ויראת שמים, וכל ענייני הרוחניות, וכשעוסקים ברוחניות יש סייעתא דשמיא, כמאמרם (יומא לח, ב) הבא ליטהר מסייעין אותן, וזוהי העצה לכל אחד ואחד, כדי לחיות חיים מאושרים, הדרך היא על ידי תוספת מדרגות ברוחניות, להתקדם ולהתקדם כל הזמן עם הדברים האלה, תורה ויראת שמים ומידות טובות, וגם תפילה.

'בא ליטהר' – עם תפילה ומוסר

וידוע מרבי ישראל סלנטר שאמר כי בענייני רוחניות בדוק ומנוסה שהתפילה עוזרת, כמו שאמרו (ברכות נ, א) הרחב פיך ואמלאהו ההוא בדברי תורה כתיב, ואפילו תפילה בלב, שלא בנוסח התפילה הקבוע, אם אדם מבקש בלב מן הריבונו של עולם שיעזור לו ברוחניות, יש סייעתא דשמיא! וכבר סיפרתי את המעשה באדם מחוץ לארץ שהגיע לכותל המערבי, והוא לא היה אדם דתי, וכשהגיע לכותל התחיל לחשוב, שאם

באמת דברי האמונה הם אמיתיים, הוא היה רוצה שמן השמים יעזרו לו בזה, ובאותו הרגע שחשב כן ניגש אליו אחד מהפעילים המחזירים בתשובה ושאל אותו אם הוא רוצה לדעת מה זה יהדות, וזוהי סייעתא דשמיא, כי הבא ליטהר מסייעין אותו.

ועוד מעשה שהיה בצעירה יהודייה מחוץ לארץ שהלכה לכומר וביקשה לדעת מה היא נצרות, והכומר אמר לה, הרי את יהודייה, וכיצד אינך יודעת מה היא יהדות? תבררי קודם מה היא יהדות ואחר כך תבואי אלי, והיא באמת עשתה כן והתעניינה ביהדות, וזכתה לחזור בתשובה, ונישאה לאדם חשוב ובעל השפעה. ופעם הייתי ברמת גן וסיפרתי את הסיפור הזה לפני איזה ציבור, ואמר לי אחד הנוכחים: אני בנה של האשה הזו... ומדוע היא זכתה לזה? כי הבא ליטהר מסייעין אותו, והיא חיפשה וביקשה את האמת, ורק בטעותה לא ידעה היכן האמת והלכה לכומר, אך מן השמים היה סייעתא דשמיא שהכומר יאמר לה את הדרך הנכונה ותחזור בתשובה.

והכלל הוא שהבא ליטהר מסייעין אותו, ו'בא ליטהר' זה על ידי כל פעולה, ואם אדם לומד ספרי מוסר, הרי הוא בא ליטהר, שרוצה לקבל השפעה, עוד דקה ועוד דקה ועוד דקה, ומן השמים מסייעין אותו, וכן עם תפילה, ובפרט תפילה בלב, שהיא תפילה יותר אמיתית, שאינה עם נוסח קבוע, יש סייעתא דשמיא, וכמו שאמר רבי ישראל שתפילה על רוחניות בדוק ומנוסה שהתפילה עוזרת, כי ברוחניות אין הגבלות! כמו שנאמר הרחב פיך ואמלאהו, והבא ליטהר מסייעין אותו.

וזהו העצה הטובה בשביל כל אחד ואחד, ורק צריך להיות בא ליטהר, אבל היצר הרע מונע את זה, וכל דבר שהוא חיזוק ממש, היצר הרע מפתה לדחות את זה, וצריך לדעת שזה היצר הרע, ולהתגבר כנגדו, והאדם חושב שהיצר הרע זה הוא בעצמו, ומרגיש כאילו הוא בעצמו רוצה את פיתוי היצר, אבל זה לא הוא, והיצר הרע זה מלאך חיזוני והוא השטן שמפתה אותו, כמו שאמרו (ביב טז, א) הוא יצר הרע הוא שטן הוא מלאך המוות, יורד ומסית, ואחר כך עולה ומשטין, ולבסוף יורד נוטל נשמה, והאדם חושב שזה הוא, אבל זה לא הוא!

וצריך להיות בא ליטהר כמה שיכול, וכמו מקוה שמטהר רק אם האדם נמצא עם כל גופו בתוך המקוה, שאין אפילו שיערה אחת שיוצאת מחוץ למים, כך גם בא ליטהר צריך להיות בשלמות, ולנצל את כל הזמן הפנוי שיש לו להיות בא ליטהר, בתורה ויראת שמים ומידות טובות עם ספרי מוסר, כל אחד לפי כוחו ולפי האפשרויות שלו, אלו הם הזכויות של בא ליטהר, ואזי מן השמים מסייעין אותו.

*

והלוואי שכל כלל ישראל היו יודעים ועושים את זה, וזה החיים הכי מאושרים, אשריך בעולם הזה, בדרכה של תורה, ואילו מי שיש לו הרבה כסף זה לא חיים מאושרים! כידוע שאם יש הרבה כסף יש כל מיני קשיים, ובראש השנה נגזר מי יעני ומי יעשר מי ישלו ומי יתייסר, ורק אם 'בתורה אתה עמלי' אשריך בעולם הזה, כך ההשגחה וכך המציאות ורואים את זה, שאלו שעוסקים בתורה הם מאושרים, ומדוע זה כך? בדרך הטבע אין זה מובן, אבל זו המציאות, שעוסקים בתורה מתוך הדחק ומסתפקים במועט וחיים חיים מאושרים.

ושמעתי פעם מפי מרן החזון איש זצ"ל שאמר לי על עסק התורה מתוך הדחק "דער אויבערשטער האט דאס ליב", הקב"ה אוהב את זה שעוסקים בתורה מתוך הדחק, וזה לכתחילה, ומי שעוסק בתורה מתוך הדחק הוא אוהב להקב"ה, וכיון שהוא אוהב למקום בודאי יש לו סייעתא דשמיא מיוחדת. יהי רצון שנוכח אנחנו וכל בית ישראל לחיים המאושרים של תורה ומידות טובות ויראת שמים.



נדרת ידידנו החפץ בעילום שמו להצלה בתורה ויראת שמים וליזווג הגון לבנו נ"י	מוקדש לזכות אסתר בת רחל לישועה והצלה בכל העניינים	לעילוי נשמת האברך הרב אברהם ישעיהו ז"ל בן יבלחט"א הר"ר שמאי שליט"א נלב"ע ג' תמוז תשנ"ט - תנצב"ה	לעילוי נשמת הרב גרשון ב"ר אברהם הכהן זצ"ל ראש מוסדות חכמי צרפת עקס-לע-בן נלב"ע ט' תמוז תשס"א - תנצב"ה	לעילוי נשמת הרבני הנגיד הר"ר אליהו ב"ר שמעיה רייכמן ז"ל נלב"ע ג' תמוז תשס"ה - תנצב"ה
--	---	---	---	--