

## דרכי החיזוק

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

586

### שיחת רש"י מן ראש הישיבה הגר"ג אדלשטיין שליט"א • תולדות תשפ"ג

כאן חיסרון ב'תמיד', כי תמיד פירושו כל הזמן שאפשר. וכך מתבאר גם מדברי התוספות (ראה בהערה).

ולכן לולי הדרשה מהפסוק במועדו שאפילו בשבת, היינו חושבים שלא מקריבים קרבן תמיד בשבת, ואף שזה רק ששה ימים - חוץ משבת, זה גם כן נקרא תמיד, כי תמיד נקרא לפי מה שאפשר.

ולכן החיזוק תמיד צריכים על ידי לימוד המוסר, אפילו שבששי ושבת לא עוסקים בזה, אבל עדיין זה נקרא תמיד, כי עושים מה שאפשר.

#### החיזוק בשבת מהתפילות והמזמורים

אך יש להוסיף עוד בזה, כי אמנם בשבת אין סדרי מוסר קבועים בישיבות, אבל יש חיזוק אחר, מהתפילות של שבת, שמתפללים הרבה תפילות מיוחדות על רוחניות: אתה קידשת, קדשנו במצותיך ותן חלקנו בתורתך, וטהר לבנו לעבדך באמת, וכן כל המזמורים שמוסיפים בתפילה, מזמור שיר ליום השבת, ולכה דודי, וכל הלכו נרננה, הם כולם דברי חיזוק ואמונה, וכל נוסח התפילות של שבת, מעריב ושחרית, מוסף ומנחה, הכל משפיע ונותן חיזוק.

וגם במוצאי שבת יש תפילה מיוחדת שמוסיפים בשמונה עשרה אתה חוננתנו, ובה מבקשים הרבה בקשות על רוחניות, ומסיימים בבקשה מיוחדת, שזוכה להיות 'מדובקים ביראתך', והיינו תפילה על יראת שמים, שנהיה מדובקים, יראת שמים עם דבקות! ודבקות פירושה שהיראה דבוקה באדם כל רגע בלי הפסק, דבקות ביראת שמים, על זה התפילה במוצאי שבת, והתפילה עצמה משפיעה ונותנת חיזוק. וכן כל המזמורים משפיעים.

אך כמובן זהו רק אם חושבים על מה שאומרים, ומבינים את פירוש המילים הפשוט, אז זה משפיע ונותן חיזוק.

ויש עוד ענין בלימוד המוסר, וכבר דיברנו על זה, שאמרו חז"ל (יומא לח, ב) הבא ליטהר מסייעין אותו, מי שבא ליטהר זוכה לסייעתא דשמיא ברוחניות, ואם לומדים מוסר זה נקרא 'בא ליטהר' ויש סייעתא דשמיא, כי אדם הלומד מוסר, למה הוא לומד ומה מטרתו בזה? כי הוא רוצה להתחזק, ורוצה להוסיף יראת שמים, ומידות טובות, אהבת תורה ועסק התורה, וזה נקרא בא ליטהר שמשפיעין אותו ויש סייעתא דשמיא לחיזוק.

#### דבקות בתורה מביאה לכל המדרגות

ובמסילת ישרים הביא את הברייתא של רבי פינחס בן יאיר כיצד מגיעים לכל המדרגות, זהירות וזריזות, עד רוח הקודש ותחיית המתים, וכתב שם (פרק ד-ה) שקודם מתחילים עם תורה, וכפי שהקדים רבי פינחס בן יאיר ואמר: תורה מביאה לידי זהירות!

ומה הפירוש 'תורה', כמה תורה ואיזו תורה נקראת 'תורה בשלמות' שמביאה את האדם לשלמות? - להיות כל הזמן בדבקות המחשבה בתורה, הדבקות המקסימאלית, בלי היסח הדעת מדברי תורה.

\* משיעורו של רבינו שליט"א, ביום ראשון השבוע:

בתוס' יבמות דף ד' ע"ב הקשו מדוע אין לומדים מייבוס לכל התורה כולה שעשה דוחה לא תעשה שיש בו כרת, כמו שמצות עשה של ייבוס דוחה לא תעשה של אשת אה. ותירצו "דשאני אשת אח דמצוותו בכך, ואי אפשר בענין אחר לקיים מצות ייבוס, דאם לא כן בטלה מצות ייבוס".

והנה בגמרא דף ה' ע"ב רצו ללמוד שעשה דוחה לא תעשה שיש בו כרת מפסח ומילה ותמיד שדוחים שבת, ולפי דברי התוס' אמנם בפסח ומילה מובן שלא נחשב 'מצוותו בכך' מפני שאפשר לקיים גם שלא בשבת, אבל בתמיד אם לא יקריבו בשבת לכאורה כבר אין זה 'תמיד', כיון שאינו בכל יום, ומדוע לא נחשב שמצוותו בכך להקריב גם בשבת, שאם לא כן יחסר ב'תמיד'.

אכן באמת הרי מצינו בגמרא פסחים דף ע"ז שהוצרכו לדרשה מיוחדת שקרבן תמיד דוחה את השבת, ממה שנאמר 'במועדו', ולכאורה מדוע לא נלמד ממה שנאמר שניים ליום עולה 'תמיד' שצריך שיהיה תמיד בכל יום ואפילו בשבת, שאם לא יקריבו בשבת כבר אין זה תמיד.

ומבואר ומוכח מזה שגם 'תמיד' לא צריך להיות ממש בכל יום, אלא תמיד בכל זמן שאפשר, ולכן לולי הפסוק במועדו היה אסור להקריב בשבת ואף על פי כן נחשב 'תמיד' כיון שהוא תמיד בזמן המותר. ולכן גם קרבן תמיד לא נחשב 'מצוותו בכך' להקריבו בשבת, כי אפשר להקריב גם שלא בשבת ועדיין זה נקרא 'תמיד' כיון שמקריבים תמיד בכל הזמן שאפשר.

ברוח חיים על פרקי אבות (פ"א משנה א') מובא מעשה שהיה עם ה"ט"ו שישב ועסק בתורה עם התלמידים, ובאה אשה אחת לבקש שיתפלל עבור בנה הילד שהיה חולה, ואמר לה כי אינו יכול להפסיק מהלימוד לתפילה, אבל הזכות של עסק התורה יהיה לרפואת הילד, ובאמת הילד הבריא.

וכן עכשיו, הגאון רבי שמעון בעדני שליט"א חולה, וזקוק לרחמי שמים, וזכות עסק התורה שלנו, תלמוד תורה דברים, יהיה לזכותו של הרב, החולה **רבי שמעון בן חביבה**, לרפואה שלמה בתוך שאר חולי ישראל.

#### החיובים במעשים, בדיבור, במחשבה ובלב

הנה יש הרבה חיובים שהתורה מחייבת, ובהם חיובים במעשים, מצוות שעושים במעשה, וגם בדיבור, יש מצוות כגון קריאת שמע ותלמוד תורה שהם בדיבור, כמו שכתוב ודיברת בס, וגם במחשבה, כגון אמונה, אנכי השם אלוקיך, שהמצוה היא להאמין, אמונה בעשרת הדיברות.

וכמו כן יש גם חיוב על טבע הלב, שיהיה לב טוב, עם מידות טובות, וכך כתב הרמב"ם בהלכות תשובה (ז, ג) שיש חיוב על ה'ידעות', והיינו מידות, שיהיו מידות טובות, ואם יש איזה חיסרון במידות צריך לתקן את המידות, ויש עצות איך לתקן את הלב, שהלב יהיה לב טוב, יותר ממה שהיה קודם.

ואם כן יש שני צדדים: מעשים טובים או מעשים רעים. דיבורים של מצוה או דיבורים אסורים. מחשבות של מצוה או מחשבות אסורות. מידות טובות או מידות רעות. והחיוב הוא לחזק את המידות הטובות, המעשים והמחשבות הטובות, ולהמשיך בהם ביתר חיזוק. ועל המעשים הרעים והמחשבות הרעות צריך לחזור בתשובה, ולתקן את ההנהגה בפועל.

והנה כיצד עושים תשובה, והאיך מתקנים את המידות, הרי יש יצר הרע, על המעשים ועל המחשבות, וכיצד אפשר להתגבר על היצר הרע? העצה לכך היא לימוד ספרי המוסר, שספרי המוסר משפיעים חיזוק, לקיים את המעשים הטובים, ולחזור בתשובה מן המעשים הרעים.

#### הצורך בחיזוק תמיד בכל יום

ובגמרא ברכות דף ל"ב אמרו, ארבעה צריכים חיזוק, ופירש רש"י שם מהו חיזוק? שיתחזק אדם בהם "תמיד ובכל כוחו", ויש להתבונן מה נקרא 'תמיד', האם הכוונה בכל רגע, או בכל יום, או בכל יומיים, מה זה תמיד?

והנה מצינו בקרבן התמיד שנקרא תמיד והוא בכל יום, ואמנם הוא פעמיים ביום, תמיד של שחר ותמיד של בין הערביים, אך יש גם תמיד שהוא פעם אחת ביום, כמו מנחת חבתין של כהן גדול, שהיא פעם ביום, ונאמר עליה (ויקרא ו, ג) "מנחה תמיד" [ויעיין בזה ברש"י בתחילת פרשת תצוה].

אם כן גם החיזוק שכתב רש"י **צריכים חיזוק 'תמיד'**, היינו **לכל הפחות פעם אחת ביום, שבכל יום צריכים חיזוק**, והדרך לזה כאמור היא על ידי לימוד המוסר בכל יום, שזה משפיע ונותן את החיזוק, ובכל יום מקבלים עוד השפעה ועוד השפעה ומוסיפים חיזוק תמיד. ורש"י כתב גם 'בכל כוחו', היינו לעסוק בחיזוק כפי הצורך להשפעה, כל אחד לפי הצורך שלו לחיזוק - באיכות החיזוק, והכמות היא בכל יום, כפי הצורך שבביל החיזוק.

והנה בישיבות יש סדר מוסר בכל יום, חצי שעה לפני תפילת מעריב, אבל ביום ששי ושבת אין סדר מוסר קבוע, ויש להתבונן אם כן היכן היתמיד, הרי זה לא תמיד, וחסר החיזוק התמיד, מאחר שאינו בכל יום ויום.

#### 'תמיד' - לפי הזמן שאפשר

אבל באמת 'תמיד' נקרא כאשר הדבר נעשה בתמידות בכל הזמן שאפשר, גם אם אינו ממש בכל יום, וכך גם בלימוד המוסר, ביום ששי ושבת אי אפשר לעסוק בסדר מוסר קבוע, כיון שעוסקים בצרכי השבת, ואמנם באלול יש סדר מוסר גם לפני מנחה, אבל הסדר הקבוע בלילה אי אפשר שיהיה בששי ושבת, וכיון שאי אפשר ועושים את כל מה שאפשר, זה גם כן נקרא תמיד.

והראיה לזה מקרבן התמיד, שמקריבים תמיד בכל יום - וגם בשבת, ובגמרא פסחים דף ע"ז למדו כן מדרשה מיוחדת שנאמר 'במועדו' ואפילו בשבת, ומשמע שאלמלא דרשה זו לא היינו יודעים שצריכים להקריב קרבן תמיד בשבת, ואף על פי שנאמר שניים ליום עולה 'תמיד' והרי תמיד זה בכל יום, ואם לא מקריבים בשבת זה כבר לא בכל יום, מכל מקום היינו חושבים שכיון שאי אפשר להקריב בשבת מחמת איסור מלאכה שיש בזה, כבר אין

## יראת העונש – פחד מעונשי שמים

ויראת העונש פירושה לדעת שיש עונשי שמים בעולם הבא וגם בעולם הזה, יש חטאים שנענשים כאן בעולם הזה, כגון דברים שבין אדם לחברו וחילול השם (עין קידושין דף מ'), ויש חטאים שנענשים בגיהנום בעולם הבא.

ומה יותר גרוע, האם גיהנום בעולם הבא או עונשים בעולם הזה? הנה בעולם הזה יש ייסורים שהגוף לא יכול לסבול אותם, ואינו מחזיק מעמד בייסורים כאלה, אבל הנפש חזקה יותר מן הגוף, והנפש סובלת גם את הייסורים הקשים ביותר שהגוף לא יכול לסבול אותם, והרי הגיהנום זה ייסורי הנפש, כשהנפש כבר בלי הגוף, והנפש קיימת וסובלת את הייסורים האיומים ביותר, ייסורי הנפש שאין לנו מושג מה הם.

ובגמרא אמרו (ברכות נו, ב) שהאש של גיהנום היא פי ששים מהאש שלנו, והנה אש שלנו זה דבר שמרגישים בחוש שזה שורף וכואב, והגיהנום הוא פי ששים מזה, והיינו לא רק שזה כפול ששים, אלא זה משהו אחר לגמרי, והוא באיכות אחרת לגמרי, כמו דבר שבטל בששים, ייסורי הנפש שאין לנו מושג מה הם, והנפש קיימת וסובלת את הייסורים.

ואמרו חז"ל (עירובין יט, א) כי הנפש בגיהנום מצדיקה את הדין ואומרת ריבונו של עולם יפה דנת יפה זכית יפה חייבת יפה תיקנת גיהנום לרשעים וכו', כי הנפש מבינה שזה מגיע לה, ומבינה שזה לטובתה, כי הגיהנום מרפא את הנפש. ואחרי לכל היותר י"ב חודש בגיהנום, הנפש כבר נקייה, ויש גן עדן של תענוגי הנפש, שהם גם כן תענוגים שאין לנו מושג ואיננו יכולים לתאר מה הם, כמו שנאמר (ישעיה סד, ג) עין לא ראתה אלוקים וזולתך!

## התועלת והצורך בלימוד המוסר

אבל למעשה כיון שהתבלין הכי חזק נגד היצר הרע הוא עסק המוסר, לכן יש יצר הרע שלא ללמוד מוסר, ולכן יש כאלה שלא מבינים את זה, עד כמה הכרחי עסק המוסר, ויש גם אנשים חשובים, שלא מבינים מה הצורך ההכרחי בלימוד ספרי המוסר, כי היצר הרע נלחם ומפריע לזה.

וכבר סיפרתי על בעלי משפחה שהתחילו ללמוד בכל יום קצת מוסר, ומרן הגרא"ל שטינמן זצ"ל אמר פעם שאפילו חמש דקות ביום זה גם משפיע, אם לומדים כל יום בקביעות חמש דקות בספר מוסר, ובעלי משפחה סיפרו שהתחילו ללמוד בכל יום קצת מוסר, ובבית ראו שהאווירה השתנתה, והנתיחה אווירה יותר נעימה בבית, והרגישו על ראש המשפחה שהוא אדם אחר, ושאלוהו מה קרה וכיצד השתנית, שאתה אדם אחר לגמרי, והתברר כי הוא עוסק בספרי מוסר.

אבל היצר הרע מפתה שלא לעסוק במוסר, וגם בשיבות, לא כל אחד מבין את הצורך ללמוד מוסר ולהקפיד על סדר המוסר.

ואחזור על מה שכבר סיפרתי בעבר, מעשה בבחור צעיר, בגיל של ישיבה קטנה, שהיה אנוס ומוכרח לעבוד, מצד המשפחה, שלא הבינו את חשיבות התורה, והכריחוהו לעבוד בשביל הפרנסה, ולא היה יכול ללמוד בישיבה, אך בסוף היום הוא היה בא לישיבה ולמד מוסר חצי שעה בסדר המוסר שלפני מעריב, ושאלתי אותו מדוע הוא לומד דווקא מוסר ולא גמרא? ואמר כי הוא מרגיש שללימוד המוסר מחיה ומחזק אותו יותר מהגמרא.

והסוף היה שזכה לסייעתא דשמיא בזכות המוסר שלמד, ומן השמים גלגלו שכבר לא היה מוכרח לעבוד, ונכנס ללמוד בישיבה קטנה ואחר כך בישיבה גדולה, וכבר התחתן והקים את ביתו וממשיך לעסוק בתורה, וכיום הוא מזכה הרבים בתורה ויראת שמים! כל זה בזכות היבא ליטרה של חצי שעה מוסר. וזוהי המעלה של עסק המוסר.

וחבל שלא כולם יודעים את המעלה, ואת הצורך והתועלת הגדולה שיש בזה, שיהיה קביעות של ספרי המוסר. וכאמור היצר הרע מפתה ומפריע במיוחד לזה, כי המוסר הוא התבלין הכי חזק כנגדו, ולכן יש אפילו אנשים חשובים שלא מבינים את זה, שיש צורך ללמוד בכל יום איזה קביעות של מוסר, ולכל הפחות כמה דקות, אבל בקביעות יום יומית, שאז זה משפיע, וכמו שנאמר (עין אדר"י פ"ו) אבנים שחקו מים, אם זה קביעות יום יומית – זה משפיע, ולא כולם יודעים את זה. זהו כוחו של היצר הרע.

אבל מי שכבר יש לו סייעתא דשמיא להבין, והוא כן עוסק בחיזוק תמיד בכל כוחו בספרי המוסר, הוא באמת מאושר וחי חיים מאושרים, אשריך בעולם הזה, ואמרו באבות פרק ששי כך היא דרכה של תורה פת במלח ומים במשורה וכו' ובתורה אתה עמל ואם אתה עושה כן אשריך בעולם הזה, והיינו במיעוט תענוג, שזה לכתחילה, והוא אחד מארבעים ושמונה דברים שהתורה נקנית בהם. כך הדרך לכתחילה וזו המציאות, שמיעוט תענוג נותן חיים מאושרים בעולם הזה, אשריך בעולם הזה.

אך הדרך לזה היא על ידי קביעות ספרי המוסר. יהי רצון שכל כלל ישראל יזכה שיהיה להם את ההבנה הזו לעסוק בספרי מוסר.

ובגמרא עירובין דף נ"ד הובא בזה הפסוק (משלי ה, יט) באהבתה תשגה תמיד, ופירש רש"י: בשביל אהבתה תעשה עצמך שוגה ופתי להניח עסקיך ולרוץ לדבר הלכה, ע"כ. והיינו שמרוב אהבת התורה, נעשה האדם כמו 'שוגה' שאינו בר דעת ושוכח מכל עסקיו.

והביאו בגמרא שם דוגמא לזה מרבי אלעזר בן פדת, שהיה מן האמוראים והיה מרא דארעא דישראל אחרי רבי יוחנן (כדאיתא בנדה דף כ'), והוא היה יושב ועוסק בתורה בשוק התחתון של ציפורי וסדינו מוטל בשוק העליון של ציפורי, והיינו שהיה שקוע כל כך בתורה ועוסק כל הזמן בתורה, ומתוך לימודו הלך מהשוק העליון של ציפורי למעלה, והשאיר שם את סדינו (היינו הבגד העליון) ושכח אותו מרוב שהיה שקוע בלימודו. זה נקרא באהבתה תשגה תמיד, וזוהי תורה בשלמות.

## הדבקות בתורה של רבי ברוך בער

וגם בדורות האחרונים היה דבקות בתורה כזו, כמו שמסופר על מרן הגאון רבי ברוך בער זצ"ל, שהיה עם דבקות כזו שהראש היה תפוס בתורה עד שלא היה יכול להפסיק מלחשוב בזה, ופעם אחת היה מעשה שהגיעו לשאול אותו עצה באיזה ענין, והוא שמע על דברי שואל, אך לא הצליח להתרכז להבין את השאלה, כי הראש היה תפוס בתורה ולא הצליח להסיח דעת מהתורה, כזו דבקות בתורה! וזוהי הדרגה של באהבתה תשגה תמיד.

ולכן באמת היה מעשה, שבזמן שהגרמנים ימ"ש כבשו את פולניה וליטא, בכל מקום שנכנסו רצחו והרגו את כל היהודים, אבל כשנכנסו לקמניץ, ששם היה מקום מגוריו של רבי ברוך בער, הם לא נגעו ביהודים לרעה, ואמרו שכל מה שרבי ברוך בער רוצה הם יתנו לו, הרוצחים האכזריים האלה, שבכל מקום שהגיעו הרגו את היהודים, בקמניץ זה היה אחרת, ואמרו שיתנו לרבי ברוך בער מה שהוא רוצה, ומה הסיבה לזה? כוח התורה!

וזהו מה שנאמר (דברים כח, ז) "וראו כל עמי הארץ כי שם השם נקרא עליך ויראו ממך", כשעמי הארץ רואים את קדושת התורה, כי שם השם נקרא עליך, הם מפחדים, ויראו ממך, ועמי הארץ זה הגויים, לא עם ישראל, אלא עמים אחרים, כשהם רואים כי שם השם נקרא עליך הם מפחדים, פחד! ואצל מי זה היה? אצל רבי ברוך בער, שהיה עם דבקות כזו בתורה, על ידי זה היה שם השם נקרא עליך ויראו ממך, שגם הגויים האכזריים ביותר לא יכולים לעשות שום דבר, והם ביאיין אוינים, ואין להם שום אומץ לעשות משהו כל זמן שהוא נמצא בעיר. זהו הכוח של דבקות בתורה.

## היצר הרע נלחם בעיקר נגד תורה

והנה תורה בשלמות בדרגה כזו כמו שהזכרנו מרבי ברוך בער, הרי זה קשה מאד, וצריך בזה מאד להילחם כנגד היצר הרע, כי היצר הרע מתנבז במיוחד נגד תורה, ונלחם עם כל הכוח שלו נגד עסק התורה, מפני שהתורה היא התבלין כנגדו, ולא אכפת ליצר הרע שאדם יעשה הרבה מצוות ומעשים טובים, והעיקר שלא יעסוק בתורה, כי אז היצר הרע שולט.

וכן הביא בקובץ הערות להגרא"א וסרמן (בביאורי אגדות על דרך הפשט) בשם החפץ חיים: "ודוגמת זה במלחמת היצר אשר הקב"ה העיד בראתי יצר הרע בראתי לו תורה תבלין, ושום כלי זין אחר לא יצלח נגד היצר הרע רק לימוד התורה כמו שהאריך בזה במסילת ישרים... לכן היצר הרע מתחזק ומתאמץ לבטל מלימוד התורה יותר מכל המצוות, וכן שמעתי מפה קדוש רבינו בעל החפץ חיים בזה הלשון: לא אכפת לו ליצר הרע שיהודי יצום ויבכה ויתפלל כל היום ובלבד שלא ילמוד!"

## תורת היראה תבלין ליצר הרע

ולכן מובא במשנה ברורה סימן א' בשם קדמונים, שתבלין היצר הרע הוא תוכחת מאמורי חז"ל, והיינו לימוד ספרי המוסר, שהם גם כן דברי תורה, ויש בהם הרבה דברי חיזוק ליראת שמים ולמידות טובות, זהו התבלין שמועיל באופן ישיר נגד היצר הרע.

ואמנם גם לזה היצר הרע לא מסכים, אבל אם יש סדר קבוע יש סייעתא דשמיא, ובישיבות יש סדר מוסר קבוע, וכשעוסקים בזה בקביעות הרי זה בא ליטהר שמסייעין אותו, וזוכים לסייעתא דשמיא כנגד היצר הרע.

ולכן סדר המוסר שבישיבות אינו מידת חסידות, אלא הוא ממש הדבר היחיד נגד היצר הרע, וגם למי שאינו לומד בישיבה, סדר מוסר קבוע זה הדבר היחיד וההכרחי ביותר כדי שהתנהגות תהיה בשלמות.

**הכוח הכי חזק נגד היצר הרע זה יראת שמים ופחד,** ומה היא יראת שמים? היראה הפשוטה זה יראת העונש, ואמנם הרמב"ם (הלכות תשובה י, א) כתב שיראת העונש היא מדרגה קטנה מאד ששייכת לנשים ועמי הארץ, אך כבר אמר רבי ישראל סלנטר שבזמנינו גם יראת העונש היא מדרגה גדולה שאינה פשוטה, והלוואי שיהיה לנו יראת העונש.



לעילוי נשמת  
רבי ישעיה ב"ר משה זצ"ל  
נלב"ט ט"ו אלול תשפ"א  
תנצב"ה

לע"נ מרת פנינה הענא פערל קרליץ ע"ה  
בת הר"ר נחמן הכהן ז"ל  
נלב"ט ד' כסלו תשע"ב - תנצב"ה  
נדבת בנה הר"ר נחמן הי"ו

גיליון זה מוקדש לעילוי נשמת  
הרב אליעזר ב"ר יצחק קיסטר זצ"ל  
נלב"ט ז' כסלו תשע"ח  
תנצב"ה