

בְּעֶזְרַת הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ אֵךְ וְרַק לְשֵׁם שְׁמַיִם. לְמִיפְרָק קוֹב"ה וְשִׁכְנִיתִיה וְיִשְׂרָאֵל מִגּוֹ גְלוּתָא. (עיינן בזהר הקדוש פרשת כי תצא דף רפ"א ע"א)  
בְּשֵׁם כָּל יִשְׂרָאֵל. (לשון תפילת רבי חיים ויטאל) לְתַקּוֹן הַשְּׁכִינָה הַקְּדוּשָׁה, וְלְתַקּוֹן כָּל יִשְׂרָאֵל עִם הַשֵּׁם. (לשון הרמח"ל)  
וְלַעֲשׂוֹת נַחַת רוּחַ גָּדוֹל לְהַבְרָא יִתְבָּרַךְ וְיִתְעַלֶּה. (לשון היסוד ושורש העבודה)

## שיחת חיזוק והתעוררות עם תפילה איך זוכים להרגיש מתיקות ועריבות התורה?

נאמרה בישיבת קול יעקב בנתיבות (בליל י' שבט) ובישיבת ראשית חכמה בירושלים (בליל שבת קודש תצוה) התשפ"ג

**א. ישתדל ויתאמץ להבין היטב כל מה שלומד.** ואם אינו מבין יבכה לכפר חטאתיו. (מין החיד"א בספרו ראש דוד לפרשת פנחס ד"ה ומעתה, בשם האר"י הקדוש. כאשר מצטערים באמת, בוכים) וישאל שוב ושוב, ולא יתבייש. (משנה אבות פ"ב מ"ה וְלֹא הַפִּיֶשֶׁן לִמָּד) ולא יעזוב את העניין עד שיבין הכל לאמיתה של תורה. (מין הגר"י אלישיב זצ"ל)

**ב. ילמד ברציפות, ויתעקש מאוד מאוד לא לדבר ולא להקשיב לדברים בטלים כלל וכלל.** (אבות ג' ז' הַמְהִלָּךְ בְּדֶרֶךְ וְשׁוֹנֶה וּמִפְסִיק וכו' ועיין שו"ע או"ח קנ"א ס"א)

**ג. ילמד בחשק גדול נמרץ, בהתלהבות עצום, ובשמחה שאין לה קץ מלב ומנפש,** (כלשון האר"י הקדוש בהקדמה לשער המצוות שכך צריך לקיים את המצוות) **יותר ויותר ממוצא שלל רב.** (לשון הפלא יועץ ערך שמחה)

ואם חסר לו חשק, ישתדל לקיים **שמונת** עצות אלו:  
**א. ילמד ספרי מוסר.** ואז יבין וישיב אל ליבו את חובתו בעולמו. והלימוד יהיה בשימת לב לח' דברים: א.  
**בקביעות חזקה מידי יום.** (כפסק המשנה ברורה בסימן א סק"י"ב) **ב. בספר שמעניין אותו.** (מין הגר"י אדלשטיין זצ"ל) **ג. לימוד קטע בעיון גדול ואמיתי, ואחר כך יחזור עליו בקול ובניגון דוקא, תמיד במגמה להכנס יותר ויותר להבנת העניין.** (בעיון גדול ואמיתי: כדברי המסילת ישרים בהקדמה, וההמשך מהספר עלי שור ח"יב עמוד קע"ה אות ז) **ד. בהתפעלות.** (רבי ישראל מסלנט בספר שערי אור, ס"ט ס"ב) **ה. בכוונה טהורה לשם שמים.** (משום כאשר ציוני השם אלוקי, ראה רש"י תענית ז' ד"ה לשמה. ועיין בנפש החיים שער ד פרק ג) **ו. על מנת לקיים.** (עיינן אגרת הגר"א) **ז. בכל דבר שלומד יחשוב שהדברים מכוונים אליו ולא יחשוב על אחרים.** ח.  
אחרי כל קטע שלמד יתפלל מקירות ליבו בלב נשבר באמת שיזכה לקיימו.

**ב. יזכור דברי מין הסטייפלער:** אם אין חשק לאכול מצה בליל הסדר אז לא אוכלים? **השם יתברך ציוה לאכול,** אז גם כשאין חשק אוכלים. עכ"ד. והוא הדין בעמל התורה. **ג. ידמיין כאילו כופים אותו ללמוד בעל כורחו.** (ספר בן פורת יוסף פרשת וישב ד"ה פן ב' ע"פ סוד) וידע שאחרי זמן מה שלומד, בעזרת השם החשק יבא. **ד. ילמד ויבין את חשיבות לימוד התורה, וכן ילמד מעשיות על גדולי ישראל כמה מסרו נפשם על עמל התורה.** ה. ידע ויזכור **שכפי הקושי והצער כך השכר,** כדברי המשנה הקדושה באבות (פ"ה מ"ג) **כֵּן הָאֵל הָאֵל אוֹמֵר לְפָנֶיךָ אֶגְרָא אֶגְרָא.** ו. יתחזק **בשמירת העניינים, ובכשרות המאכלים.** (כתבו התוספות בראש השנה דף יז ע"א ד"ה אמר רב, שעבירה פירושו עריות, ולפי זה מה דאיתא ביומא לט ע"א עבירה מטמטמת לבו של אדם, פירושו בעריות. ועיין בספר וטהר לבנו לרבי דב יפה זצ"ל עמוד 7 ד"ה עוה"ב. ובענין מאכלות אסורות כתוב בויקרא בסוף פרשת שמיני פ"א פמ"ג וְנִטְמָתָם בָּם) **ז. יזהר מאוד לא לדבר לשון הרע.** (על פי שיחות הר"ן סימן צא) **ח. ילמד זהר הקדוש.** (על פי שיחות הר"ן סימן קח)

**עיקר העיקרים בחיי היהודי הוא לעמול בתורה הקדושה בכל יום, בכל כוחו,** וכדברי הגמרא הקדושה בסנהדרין (דף צ"ט:) **"אמר רבי אלעזר כל אדם לעמל נברא וכו' לא ימוש ספר התורה הזה מפיו, הוי אומר לעמל תורה נברא".** (פירוש: ללמוד תמיד גם כשיש קושי)

מספרים על גדולי ישראל שזכו להיות שקועים בלימוד באופן כזה שקשה לנו להבין איך זכו לזה, כגון על מרן הרב עובדיה זצ"ל שגם כאשר היה לו חוס 42 מעלות למד בהתמדה כרגיל, ומרן רבי חיים קנייבסקי זצ"ל שגם בעת השינה היה לומד ממש כמו בזמן שהיה ער.

בעזרת השם יתברך נראה שהביאור הוא, **שכיון שזכו להרגיש את המתיקות שבתורה, היו להוטים אחריה,** וכדברי האור החיים הקדוש (דברים כו, י, ד"ה ושמחת בכל הטוב) **"שאם היו פני אדם מרגישים במתיקות וערבות טוב התורה, היו משתגעים ומתלהטים אחריה, ולא יחשב בעיניהם מלא עולם כסף וזהב למאומה, כי התורה כוללת כל הטובות שבעולם"** עכ"ל. זאת אומרת יהודי שזוכה להרגיש את המתיקות והערבות שבתורה, גם אם יתנו לו עולם מלא בכסף וזהב, לא יחשב בעיניו לכלום.

**השאלה, איך זוכים להרגיש**

**את מתיקות וערבות טוב התורה?**

בעזרת השם יתברך נכתוב **שבעה דברים:**

**א. יזהר לקיים מצות עשה של תשובה קודם התחלת הלימוד.** אם האדם אינו מבין טוב את הלימוד, אינו מרגיש את המתיקות, ואחת הסיבות שאינו מבין היא: מחמת העבירות שלו, וכדברי הגמרא הקדושה ביומא (לט ע"א) **תנא דבי רבי ישמעאל עבירה מטמטמת לבו של אדם.** (ופרש"י אוטמת וסותמת מכל חכמה. וכן משמע בתיקוני הזהר הקדוש דף י"א ע"ב ד"ה: **וְכַנּוּנָא דְאֵלִין קְלִיפִין:** וזה לשונו: **וְכַנּוּנָא דְאֵלִין קְלִיפִין,** אינו קוֹשֵׁיין דְחַפְזִין על הַלָּכָה. **תרגום:** וכמו שהקלפות הָלְלוּ הֵם קִשְׁיוֹת שְׁמַכְסוֹת על הַלָּכָה" משמע שהקליפות שנבראו מהעבירות מונעות את הבנת הלימוד) ועל ידי שיעשה תשובה יזכה להבין ולהרגיש את המתיקות.

(ועל פי דברי השערי תשובה שער א סעיף יט **שלושת עיקרי התשובה הם:** **א. להתחרט על מעשיו הרעים.** **ב. להתוודות.** (ונכלל בזה ג' פרטים: א. עם החלטה אמיתית לא לחזור למעשים אלו. (עיינן תענית טז. אדם שיש בידו וכו' ובספר חרדים מצות התשובה פ"ב) **ב. בדמעות.** (מין החיד"א בספרו ציפורן שמיר ס"ט אות קכ"ט) (כאשר כואב לאדם באמת, הוא בוכה) **ג. רק בימות החול.** (עיינן משנה ברורה רפ"ח סוף סקכ"ב) **ג. לעזוב את החטאים** (בשוגג) העוונות (במזיד) והפשעים (בכוונה למרוד חלילה) ובמעלת בעל תשובה אמיתי עיין בזהר הקדוש חיי שרה סוף דף קכט ע"א ד"ה זָכָאִין אִינוֹן. וכתוב בנפש החיים (שער ד פרק ז) **שלפני התחלת הלימוד "להתחשב מעט עם קונו יתברך שמו בטהרת הלב, ביראת ה', ולהטהר מעונותיו בהרהורי תשובה" כלומר להתחזק בטהרת המידות, ביראת שמים, ולקיים מצות עשה של תשובה)**

ואיך יזכה ללמוד בשמחה? על ידי שיתבונן בשתי דברים אלו: **במה זכיתי ואיך זכיתי?** להיות יהודי וללמוד תורה, מתוך מיליארדי גויים ולהבדיל מליוני יהודים שלא זכו!!

**ה' ישנה תלמודו לפחות ד' פעמים.** (בגמרא הקדושה ערובין נד: מכאן אמר רבי אליעזר חייב אדם לשנות לתלמידו ארבעה פעמים) ועל ידי זה הסוגיא תתבהר יותר, ויזכה להרגיש את טעם התורה יותר ויותר. (כדאיתא בערובין שם אף דברי תורה כל זמן שאדם הוגה בהן מוצא בהן טעם)

**יכתוב סיכום מסודר של הלימוד.** לפעמים הסוגיא לא מספיק מחוורת לו, ולכן אינו מרגיש את המתיקות שבה, וכאשר יבין טוב את הלימוד, וישנה ד' פעמים, ויכתוב סיכום ברור, הכל יהיה מסודר במוחו, ובודאי ירגיש את המתיקות. (כתב המהרש"א בבבא בתרא י: ד"ה שהיו: כי עיקר הלימוד ושנעשה בו רושם, הוא הלימוד הבא מכתבת יד וכו')

**יתפלל להשם יתברך דרך תחנונים פני המבקש בפתח, ובנחת** (שולחן ערוך אורח חיים סימן צח סעיף ג) **מקירות ליבו באמת** (ברכות י: **בלב נשבר ונדכה** (תהלים נא יט) **ובדמעות** (ברכות לב: שערי דמעה לא ננעלו) שיזכה לעמוד בתורה, להבין את התורה, ולהרגיש את מתיקות וערבות טוב התורה. וזה נחלק לב' חלקים:

א. כאשר השם יתברך מזכה אותו להתפלל את התפילות שתיקנו חז"ל הקדושים **בעשרה מקומות אלו:** א. שתרגילני בתורתך. ב. והערב נא השם אלוקינו את דברי תורתך בפנינו. ג. והאר עינינו בתורתך. (הנצי"ב מוולוז'ין לא מסר שיעור ביום שלא עלה בידו לכוון כראוי בַּהֲאָר עֵינֵינוּ בְּתוֹרַתְךָ ד. חֲנֻנִי מֵאִתְּךָ חֻכְמָה בִּינָה וְדַעַת / דַּעַה בִּינָה וְהַשְׁפֵּל. ה. הַשִּׁיבֵנו אֲבִינוּ לְתוֹרַתְךָ. ו. פֶּתַח לִפִּי בְּתוֹרַתְךָ. ז. הוּא יִפְתַּח לִבֵּנוּ בְּתוֹרָתוֹ. ח. וְתֵן חֻלְקֵנוּ בְּתוֹרַתְךָ. ט. נְשִׁיחַ בְּחֻקֶּיךָ וְנִשְׁמַח וְנִגְעֵלֵז וכו'. י. שִׁים חֻלְקֵנוּ בְּתוֹרַתְךָ.

ב. מה שהשם יתברך מזכה אותו לדבר עמו "כְּדִבְרֵי הַעֲבָד אֶל רַבּוֹ וּבֶן אֶל אֲבִיו". (כלשון הביאור הלכה סימן תקע"א ד"ה תלמיד חכם, בשם האר"י הקדוש)

בעזרת השם יתברך על ידי כל זה יזכה ללמוד בחשק גדול נמרץ, בהתלהבות עצום, ובשמחה שאין לה קץ מלב ומנפש. (לשון האר"י הקדוש כנזכר לעיל)

**יזהר לא לקבל על עצמו ללמוד יותר מכוחו, וכן משמע בקהלת (פ"ט פ"י) כל אֲשֶׁר תִּמְצָא יָדָךְ לַעֲשׂוֹת בְּכַחַד עֲשֵׂה, שזה מכביד על הנפש, וגרם לכמה יהודים לעזוב את הלימוד, השם ישמור.** (ויש מצוה להשמר מהסכנה, עיין ברכות לב: והלא כתוב בתורתכם רק השמר וכו' וכתוב ונשמרתם מאד לנפשותיכם, ע"כ. ועיין במשנה ברורה סימן קנה, סעיף קטן י"א. ועל כן צריך להזהר לאכול ולשתות ולישון וכו' כפי צורך הגוף)

**יתפלל להשם יתברך שישפיע עליו את מידת האמונה, ויבא לידי התפלל דרך תחנונים, כרש המבקש בפתחו, ובנחת, ושלא תראה עליו כמשא, ובכלל נשבר ונדכה:**

**רבנו של עולם, יהי רצון מלפניך, שתפגשני בכלל עמך ישראל, בְּנִיךָ אֱהוֹיָכָה הַקָּדוֹשִׁים, (ובכללם את פלוני בן פלוני) לְדַעַת, לְכֹכֹר, וְלִהְיוֹת אֶל לִבִּי, שְׁעִיכָה הַעֲיָקָרִים בְּחַיֵּי הַיְּהוּדִי הוּא לְעֹמֹל בְּתוֹרַת הַקָּדוֹשׁ בְּכָל יוֹם, בְּכָל כּוּזוֹ, וְיִהְיֶה רָצוֹן מִלְּפָנֶיךָ, שְׁתַּעֲרֹנִי לְקִיָּים מִצְוַת עֲשֵׂה שֶׁל**

הַתְּשׁוּבָה קוֹדֶם הַלִּימוּד, לְהַתְּוֹרֵט בְּאֵמֶת עַל מַעֲשֵׂי הָרַעִים, וְלִהְיוֹדוֹת בְּדַמְעוֹת, רַק בִּימֹת הַזֹּחֹל, עִם הַזֹּחֲלָה אֲמִיתִית לֹא לְחֹזֶר לְמַעֲשִׂים אֵל, וְלַעֲזֹב אֶת הַזֹּחֲלָה, וְפַעֲלֵי, וְהַזִּכְּנִי לְהַתְּאֵמֵן מְאֹד לְהַבִּין הַיֵּטֵב כָּל מִדָּה שֶׁאֵינִי זֹכֵר לְלִימוּד, וְאִם אֵינִי מִבִּין תַּעֲרֹנִי לְבִכּוֹת לְכַפֵּר עַל הַזִּכְּנִי, וְהַזִּכְּנִי לְשֹׂאֵל שׁוֹב וְשׁוֹב, וְלֹא אֶתְבַּיֵּשׁ, וְלֹא אֶעֱזֹב אֶת הַעֲנִיָּין עַד שֶׁאֲזַכֶּה לְהַבִּין אֶת הַכָּל לְאֲמִיתָה שֶׁל תּוֹרָה, וְהַעֲרֹנִי לְלִימוּד בְּרַצִּיפוֹת, וְלִהְיוֹת מְאֹד מְאֹד לֹא לְדַבֵּר וְלֹא לְהַקְשִׁיב לְדַבְּרִים בְּטָלִים כָּלִל וְכָלִל, וְהַזִּכְּנִי לְלִימוּד וְלִהְיוֹן גְּדוֹל וְזִשְׁלִיבוֹת לִימוּד הַתּוֹרָה, וְהַעֲרֹנִי לְדַעַת מַעֲשִׂיֹת עַל גְּדוּלֵי יִשְׂרָאֵל כִּמְדָּה מִסְרוּ נַפְשָׁם עַל עֹמֵל הַתּוֹרָה, וְהַזִּכְּנִי לְהַתְּוֹזֵק בְּשִׁמְרִית הַעֲנִיָּים, וּבְכַשְׁרוֹת הַמַּאֲכִלִים, וְהַעֲרֹנִי לְקִיָּים פֶּסֶק הַמַּשְׁלָה בְּרוּרָה לְלִימוּד סְפָרִי מוֹסֵר בְּכָל יוֹם, בְּקִבְלֵנוֹת, בְּהַתְּפַלְלוֹת, בְּסִפְרִים שֶׁמַּעֲנִיָּים אוֹתִי, בְּכוּזָה טְהוּרָה לְשֵׁם שְׁמִים מְשׁוּם כֹּאשֶׁר צִוִּיתִנִּי, לִימוּד קָטַע בְּעִין גְּדוֹל וְאֲמִיתִי, וְאֶזְכֹּר כִּךְ הַזִּכְּנִי לְחֹזֶר עָלָי בְּקוֹל וּבְנִיזוֹן דּוֹקָא, תַּמִּיד בְּמִזְמָה לְהַכֵּס יוֹתֵר וְיוֹתֵר לְהַבִּין הַעֲנִיָּין, מִזְוֹךְ מוֹזֵשׁבָה שֶׁהַדְּבָרִים מְכוּזָּנִים אֵלַי, וְלֹא אוֹזְשׁוֹב עַל אֲזוּרִים, וְעַל מִזָּה לְקִיָּים, וְאֶזְכֹּר כִּךְ קָטַע שֶׁאֲזַכֶּה לְלִימוּד תַּעֲרֹנִי לְהַתְּפַלֵּל שֶׁאֲזַכֶּה לְקִיָּמוֹ, וְעַל יָדִי כָּל זֶה אֲזַכֶּה לְלִימוּד בְּחֻשֶׁק גְּדוֹל זְמִירָן בְּהַתְּלַהֲבוֹת עֲצוֹם, וְהַזִּכְּנִי לְהַתְּבַזֵּן בְּמִדָּה זְכִיתִי, וּבִזְכוֹת זֶה אֲזַכֶּה לְלִימוּד בְּשִׁמְרוֹת עֲצוֹמָה יוֹתֵר וְיוֹתֵר מְבוּצָא שֶׁלֹּא רַב, וּבְשִׁמְרוֹת גְּדוּלָה שֶׁאֵין לָהּ קֵץ מְלֵב וּמִנְפֶּשֶׁת, וְהַעֲרֹנִי לְשִׁנוֹת אֶת הַלִּימוּד לְפָחוֹת ד' פְּעָמִים, וְעַל יָדִי זֶה הַסּוּגִיא תִּתְבַּהֵר יוֹתֵר, וְאֲזַכֶּה לְהַרְגִּישׁ אֶת טַעֵם הַתּוֹרָה יוֹתֵר וְיוֹתֵר, וְהַזִּכְּנִי לְכַתּוֹב סִיכּוּם מְסוּדָר שֶׁל הַלִּימוּד, וְהַעֲרֹנִי לְהַתְּפַלֵּל אֵלַיךְ דְּרֹךְ תַּחֲנוּנִים מְקִירוֹת לִיבִי בְּאֵמֶת, בְּכָל נִשְׁבֵּר וְנִדְכָּה וּבְדַמְעוֹת, שֶׁאֲזַכֶּה לְעֹמֹל בְּתוֹרָה, לְהַבִּין אֶת הַתּוֹרָה, וְלִהְיוֹת אֶת הַמַּתִּיקוֹת וְהַעֲרָבוֹת שֶׁבָּה, בִּין בְּתַפִּילוֹת שֶׁתִּיקְנוּ לָנוּ חֲז"ל הַקָּדוֹשִׁים, וּבִין בְּתַפִּילוֹת שֶׁתִּזְכְּנִי לְהוֹצִיא מִלִּבִּי, כְּדִבְרֵי הַעֲבָד אֶל רַבּוֹ וּבֶן אֶל אֲבִיו, וְהַזִּכְּנִי בְּכָלִל עֲמָךְ יִשְׂרָאֵל, בְּנִיךָ אֱהוֹיָכָה הַקָּדוֹשִׁים, לְהַתְּפַלֵּל תְּפִילָה זוֹ בְּקִבְלֵנוֹת, בְּכָל יוֹם וְיוֹם, וּבִזְכוֹת זֶה אֲזַכֶּה לְהַרְגִּישׁ מְתִיקוֹת וְעֲרָבוֹת טוֹב וְהַתְּוֹרָה הַקָּדוֹשָׁה בְּכָל מִיֵּלָה וּמִיֵּלָה, וְלִהְיוֹת בְּתוֹרַת הַקָּדוֹשָׁה יוֹמָם וּלְיָלָה כְּפִי כּוּזִי, אֶךְ וְרַק לְשֵׁם שְׁמִים, בְּרַצִּיפוֹת, בְּחֻשֶׁק גְּדוֹל, וּבְשִׁמְרוֹת עֲצוֹמָה מְאֹד מְאֹד, בְּכָל יוֹם וְיוֹם, כָּל יְמֵי חַיִּי, וְהַעֲרֹנִי לְלִימוּד רַק כְּפִי כּוּזִי, וּבִזְכוֹת זֶה לְעוֹלָם לֹא אֶפְסִיק וְלִיֵּלָה מְלִיֵּלָה בְּתוֹרַת הַקָּדוֹשָׁה יוֹמָם וּלְיָלָה, עַד לִיֵּצִיאֲתִי מִהָעוֹלָם מִמֶּשֶׁ.

בחסדי השם יתברך כמה ראשי ישיבות חשובים מרחובות ומאלעד הסכימו שיחלקו את השיחה ואת התפילה בישיבתם. שמענו שהרבה שהתמידו בתפילה זו 40 יום רצופים זכו לראות שינוי עצום בהרגשת מתיקות התורה ברוך השם. כדאי לאומרה בקביעות **במתנינות ובלב נשבר** מיד אחרי תפילת שחרית, מצוה לצלם ולפרסם. ניתן לשמוע את השיחה בקול הלשון **073-371-82-54** שלוחה 4 **שיעורים 260 289** כדאי לראות באוצר החכמה החל מגירסא 21 את הספר **מזמור לאסף** (כ33 לקחים ותפילות על מסכתות סוכה ביצה ראש השנה) ניתן להשיג את השיחה וכן תפילה זו בפני עצמה, וכן את התפילה להנצל מפגעי הטכנולוגיה בהמצאת כל גדולי הדור שליט"א ועוד כאלפיים שלוש מאות סוגי תפילות בטל: **05484-67-992** נא להשאיר הודעה ברורה בתא הקולי. תזכו למצוות. **לזכות: אדל בת גיטל טובה לשמירה עליונה ברוחניות שתגדל בצניעות ויראת שמים טהורה**

