

## הנפש והחינוך

ע"פ התורה

### שלוחת הנפש

התקדמות אמיתית:

■ **אדם רגוע** יכול להתמודד עם אתגרים בביטחון ולצמוח מהם.

■ **אדם רגוע** פתוח ללמידה, משום שאינו מושקע כל הזמן בהתגוננות מפני פחדים.

■ **אדם רגוע** מסוגל ליצור קשרים חברתיים בריאים, משום שהוא לא פועל מתוך חרדה אלא מתוך אותנטיות.

#### העצה המעשית – "דאגה בלב איש ישיחנה"

והנה, להיות כי כל מה שיש בקדושה יש דוגמתה בסטרא אחרא כקוף בפני אדם – לזאת "דאגה בלב איש ישיחנה" (משלי יב, כה).

היות היראה היא אבן שואבת, לכן העצה **שיסיחנה מדעתו** – כדי שלא יומשך הדבר ההוא אליו.

ואיך מבאר יותר: "**ישיחנה לאחרים**" – רוצה לומר שיגביה העניין ההוא **מהיראה אל הדיבור**, אשר הוא למעלה מהיראה. ואז נתקטן היראה רעה עד שבטלה לגמרי.

הערבי נחל מציע כאן **עצה מהפכנית למניעת קשיים נפשיים**: כאשר אדם מלא בדאגות וחרדות – אין להשאיר אותן בפנים.

"**ישיחנה**" – העצה היא להוציא את החרדה מהלב אל הפה, **לדבר עליה**. הדיבור מרומם את החרדה ממקומה הפנימי, מקטין את כוחה, ומבטל את פעולתה כאבן שואבת.

#### היישום החינוכי

**תפקידנו כמחנכים והורים הוא ליצור אווירה של רוגע ושלווה** שבה הילד יכול לצמוח:

**להימנע מלהטיל חרדות על הילד** – לא להפחיד מכישלונות, לא להפחיד מהעתיד, לא להטיל עליו לחצים מיותרים.

**ליצור מרחב בטוח לשיחה** – להיות זמינים לשמוע את חרדות הילד, לתת לו מקום להוציא את הדאגות מהלב אל הפה. "**ישיחנה לאחרים**" – השיחה עצמה היא הריפוי.

**להיות עצמנו רגועים** – ילדים סופגים את המצב הרגשי של המחנך. מחנך מלא חרדות מעביר חרדות. מחנך רגוע משדר ביטחון ושלווה.

**להחדיר ביטחון במקום פחד** – במקום לומר "אם לא תלמד תיכשל", לומר "אני בטוח שתצליח". במקום "אל תפחד מהמבחן", להגיד "אתה מוכן ואתה מסוגל".

**הרוגע והשלווה אינם מותרות** – הם התנאי הבסיסי להתפתחות נפשית, רגשית ורוחנית של הילד. כאשר ניצור אווירה של שלווה וביטחון, נגלה שהילדים **פשוט צומחים מאליהם**, ללא צורך בלחצים ובפחדים. כי "אשר יגורתי יבוא לי" – גם בטובה.

#### הרוגע והשלווה כבסיס להתפתחות

אחת השאלות המרכזיות בחינוך היא: מהו התנאי הבסיסי שיאפשר לילד להתפתח, ללמוד ולצמוח בשלוות הנפש?

התשובה שעולה מדברי הערבי נחל היא פשוטה אך עוצמתית:

#### רוגע ושלווה פנימית.

**הערבי נחל** מלמד אותנו יסוד על מהותו של היראה והפחד:

**מידת היראה היא כאבן שואבת** שיש לה סגולת המשכה להמשיך אליה כל מיני מתכות וכדומה. כך מידת היראה – סגולתה להמשיך הדבר היראוי ההוא, הן ביראה הטובה – יראת ה', הן ביראה אחרת אשר את זה לעומת זה.

וכמאמר איוב (ג, כה): "**פחד פחדתי ויאתני, ואשר יגורתי יבוא לי**" – כי ברית כרותה ליראה ששואבת וממשיכה הדבר ההוא אליו, כי אבן שואבת היא.

#### החרדה כאבן שואבת לקשיים

הערבי נחל מגלה לנו עיקרון עמוק: **מה שאנו חוששים ממנו – נמשך אליו**. "אשר יגורתי יבוא לי" – ברית כרותה שהחרדה והפחד פועלים כאבן שואבת המושכת אל המציאות את הדבר ממנו אנו חוששים.

כאשר ילד חי בחרדה מתמדת – חרדה מכישלון, מביקורת, מאכזבה, מדחייה – **החרדה הזו עצמה הופכת לגורם המרכזי שמביא את הקשיים**:

**אדם שחושש מכישלון** יתקשה להתמודד עם אתגרים, יימנע מלנסות דברים חדשים, ובכך **יגביר את סיכויי הכישלון**.

**אדם שחושש מביקורת** יהיה מתוח ומודאג, וכתוצאה מכך **יטעה יותר ויזכה לביקורת נוספת**.

**אדם שחושש מדחייה חברתית** יתנהג בחוסר ביטחון, ו**יהפוך את החרדה למציאות**.

החרדה יוצרת מעגל שלילי: הפחד מושך את הדבר ממנו חושש, הדבר שממנו הוא חושש מחזק את הפחד, האדם נכלא במלכוד פנימי שמונע ממנו להתפתח.

#### הרוגע והשלווה כתנאי לצמיחה

ומנגד, מלמד אותנו הערבי נחל על **הצד הטוב של היראה**:

**והירא מאת ה' ממשיך כביכול את ה' אליו**.

והיינו "**אשר יגורתי יבוא לי**" – כי הוא יגור מפני ה', והרי כביכול ה' משרה שכירתו עליו. ולכן השכינה במקום המתפלל כראוי.

**כאשר אדם חי ברוגע פנימי**, ואינו מוטרד מחרדות ופחדים – הריהו פתוח לקבל השפעה טובה. הוא יכול ללמוד, לצמוח, להתפתח. **הרוגע הוא תנאי הכרחי לכל**

## דבר האידה



### הרדשם שנשאר לעד

לפני שבוע ניחמתי את בניו ואחיו של המחנך הנודע רבות בשנים הרב אליהו חשין ז"ל.

בשיח עם האבלים, דיברו כמונו על דמותו של המנוח בפן החינוכי שבו. בין הדברים גילה בנו של המנוח עובדא מצמררת שנודע לו רק עתה על הכוח לדורות שיש אצל המחנך, וכך סיפר: "אתמול הגיע אדם לנחם את המשפחה וסיפר שיש לו בן שעקב הרפתקאות שונות ירד מדרך התורה. כיום הוא נער בן שבע עשרה שגר בחו"ל, וכבר הרבה זמן לא יכולתי להשפיע עליו שישמור תורה ומצוות.

והנה לפני כמה ימים, כאשר נפטר רבי אליהו, נזכרתי שבני למד אצלו ומאוד אהב אותו, ושלחתי לו הודעה על כך. לאחר כמה שעות בני החזיר לי הודעה: 'עקב שכל כך העריך ואהב את הרבי חשין, קיבלתי על עצמי לחזור להניח תפילין בכל יום'."

זוהי איפוא העוצמה האדירה של עשיית רושם המטביעה חותם ומשפיע לדורות – כאשר מחנך זוכה להשאיר רושם אצל התלמיד, גם אם ח"ו הוא יהיה בירידה ובניסיון, הוא יתעורר יום אחד ויחזור למוטב בכוחו ובזכותו של אותו מחנך.

#### הרושם שעושה יעקב בבית א-ל

את הלימוד הזה – שצריכים לעשות רושם בליבות התלמידים – אנו למדים מדברי **הבאר מים חיים** על פרשת ויצא:

"והנראה פירוש דבריהם מה שעושה רושם במקום יציאתו:

**הוא על דרך משל מנורה של פריקים העשויה חוליות חוליות, וכשאחד רוצה לפרקה וליטול חוליא אחת ממנה למקום אחר על איזה זמן, הנה עושה רושם בגוף המנורה ובחוליא הזו למען ידע לעת אשר יחזיר האיבר להמנורה לאיזה מקום יחזירנה, שתחזור למקום שורשה אשר נלקחה משם.**

וכן הצדיק העובד ה' – כשפעם אחת יסייע לו ה' ששיג מודריגה גדולה לפניו, כל אחד לפי מודריגתו, ונודע אשר אי אפשר לעמוד תמיד במודריגה גבוה, אז הנה הוא **עושה לו רושם וסימן** לומר אשר עוד דעתו לחזור לשם בזמן אחר.

...ואכן על כל פנים **לא כל העיתים שוות**, ו'עת לעשות לה' הפרו תורתך' – שבעת אשר יחלש גופו ואיבריו ומוחו ושכלו, יזכר ליפול ממודריגתו. ואן צריך **לעשות לו רושם וסימן במקום אשר יצא משם**, לידע לחזור למקום קביעתו, ויכיר את מקומו ממקום שבו לעומתו.

#### תעשו רושם עמוק

מכאן אנו למדים לקח חשוב למחנכים ולהורים: תפקידנו אינו רק ללמד תורה או להעביר ידע, אלא **לעשות רושם עמוק בנפש הילד והנער**.

כשם שיעקב אבינו עשה רושם במקום יציאתו כדי שיוכל לחזור אליו, כך אנתנו צריכים ליצור אצל הילדים רושם של התעוררות והתקשרות חזקה, רושם ואפקט של אהבה עזה ונאמנה למקורות הקדושה שלהם – לתורה, למצוות, ולערכי היהדות.

**הרושם הזה הוא שיחזיר אותם הביתה** כשהיו בניסיון, כשירדו ממודריגתם, כשיתרחקו. בזכות אותו רושם עמוק שהטבענו בליבם, יזכרו מהיכן באו, יכירו את מקומם, וידעו לאן לחזור.

וכך היה בסיפור שלנו – הרבי חשין זכה לעשות רושם כה עמוק בלב התלמיד, עד שגם כאשר התלמיד היה רחוק בחו"ל, רחוק מהתורה והמצוות, דווקא בשעת הפטירה של הרבי – התעורר בקרבו הרושם, והבן חזר להניח תפילין.

**זהו כוחו של מחנך אמיתי** – לא רק ללמד ולהדריך, אלא להשאיר רושם נצחי, חותם בלב, שיוביל את התלמיד לחזור למקורו גם בימים הקשים ביותר.

שבתי שאלם ואברהם  
פרה אלתרן יצאן



## פותחים את הלב

בוועידת משפיעים נידון בכובד ראש כיצד ניתן ליצור חיבור טוב יותר עם המושפעים. כל אחד בתורו הוסיף עצות ותובנות ייחודיות, אבל עצה אחת שבה את ליבי, וכך סיפר אחד המשפיעים:

"מזה שנים שהנני משמש כמגיד שיעור לבחורים בישיבה. בשעתו, הנהיג ראש הישיבה שכל מגיד שיעור, בתחילת היום עוד בטרם מתחיל לדבר עם הבחורים בלימוד, עליו להיכנס לבית מדרש ולגשת לכל תלמיד ותלמיד להאיר לו פנים בברכת 'בוקר טוב'. כשרק לאחר מכן מתחילים להרביץ תורה.

תל"ת, במשך שנים כבר נישאו רבים מתלמידיי, וכנהוג ומקובל הם שולחים לי הזמנה לפני נישואיהם עם הקדשה וכמה מילים, והבחורים כולם מציינים בעיקר את המאור פנים ואת החיוך הרחב שאני מקבל אותם בכל בוקר. הם מזכירים זאת יותר מעצם הלימוד - מה שמראה כמה זה חשוב ביותר לכל תלמיד".

### הלב מעורר את כלי המעשה

זהו מובן ביותר מהפסוק בפרשתנו:

**"וישא יעקב רגליו וילך ארצה בני קדם" (כט, א)**

"שמועה טובה תדשן עצם" (משלי טו, ל) - בשורה טובה יפה כוחה להשפיע על האדם מבחינה פיזית וממשית, כי הנפש משפיעה גם בפועל על הגוף. כתוצאה מכך הלב מתרונן והאדם מתמלא במצב רוח טוב, מה שמקל עליו לפעול ולעסוק גם בדברים קשים.

יסוד זה למדים אנו בדברי רש"י בפרשתנו **"וישא יעקב רגליו"** משנתבשר בשורה טובה שהובטח בשמירה, נשא לבו את רגליו ונעשה קל ללכת. כך מפורש בבראשית רבה.

וכפי שביאר **הייטב לב** בפרשת פרה:

**"הלב הוא מעורר כלי המעשה"**, על דרך 'וישא יעקב את רגליו' (בראשית כט, א) - נשא לבו את רגליו (רש"י).

והיינו דכתיב (שמות טו, א) 'אז יישר משה ובני ישראל', פירש רש"י: **עלה בלבו שישיר, אחר כך 'ויאמרו לאמר' בפה.**

וזהו שנאמר (איכה ג, מא) **'נשא לבבנו אל כפים'** (כלי המעשה) אל אל בשמים, החוקר לב".

### הלך החינוכי

כשאנו מאירים פנים לתלמיד, מקבלים אותו בחיוך ובשמחה - אנו משפיעים קודם כל על ליבו. הלב המלא בשמחה ובתחושה טובה הוא זה שמעורר את כלי המעשה, הוא זה שנותן לתלמיד כוח ורצון ללמוד, להתמיד, ולהצליח. ואפשר לומר בזה שלך מבקשים בתפילה **"הוא יפתח לבנו בתורתו"** ולא 'ראשינו בתורתו' כי כאשר הלב פתוח, נפתח גם הראש והתורה נכנסת במוחינו וליבנו.

לא התורה לבדה עושה את הדבר - אלא **התורה יחד עם מאור הפנים**, עם החיוך, עם ההרגשה הטובה שהתלמיד מרגיש בנוכחות המנחה.

זוהי משמעות **"נשא לבו את רגליו"** - כשהלב מלא בשמחה ובהרגשה טובה, הרגליים נעשות קלות ללכת, המעשים נעשים קלים לביצוע, והדרך כולה הופכת לנעימה ומוארת.

## מעוררים את המוטיבציה

באסיפת הורים ישב מלמד עם האב, ועלה דיון על כך שהמחנך נותן כל הזמן מתנות ופרסים לילדים. האב שאל: "למה להרגיל אותם לכך? למה לא להחזיר בהם את חשיבות לימוד התורה מגיל הילדות ללא ע"י מתקנים ומתנות וצ'ופרים" תמידיים?"

### הדרגה בחינוך - מהגשמי לרוחני

את התשובה לשאלה זו כיצד לעורר את המוטיבציה ואת החשק ללימוד תורה אצל הצעירים אנו מוצאים **בקדושת לוי** על פרשתנו:

**משל בזה** - לתינוק שמרגילין אותו לילך לבית הספר, ומרגיל אותו אביו **על ידי דבר שהתינוק מתאוה לו**. דהיינו שאומר לו ששם בבית הספר יש דבר שהתינוק מתאוה לו, ועל ידי זה מרגילו לילך לבית הספר. וכיון שמרגילו - אז לומד עמו הרבה תורה.

**כך הקדוש ברוך הוא** הראה לנו בים סוף ניסים ונפלאות. ולא היה עיקר הטעם של הניסים והנפלאות - הניסים והנפלאות עצמם. רק הניסים והנפלאות עשה והראה לנו **כדי שנדע שיש אלוה בעולם ונתאוה לו לעבדו**.

ולכן עשה לנו ניסים ונפלאות בים סוף - כדי שעל ידי זה **נתאוה לקבל התורה ביום מותן תורה ולעבדו בלבב שלם**. ונמצא **עיקר הניסים והנפלאות היה בים סוף כדי שנקבל התורה במעמד הר סיני**, ונתאוה לו לעבדו ולקבל התורה.

### הלך החינוכי

הקדושת לוי מלמד אותנו יסוד חשוב בחינוך: **יש מקום ללמידה הדרגתית**, שמתחילה בדברים גשמיים ומגיעה לרוחניים.

כשם שהקדוש ברוך הוא לא נתן לנו את התורה מיד, אלא תחילה הראה לנו ניסים ונפלאות בים סוף כדי **ליצור תשוקה וחיבור** - כך גם אנחנו כמחנכים צריכים לדעת שלפעמים **הפרסים והמתנות אינם המטרה, אלא האמצעי**.

המטרה היא ליצור אצל הילד **חיבור וחיבה** ללימוד, להרגיל אותו להגיע ללמוד תורה בשמחה, ליצור אצל הילד **תשוקה ללמוד**. וכאשר החיבור הזה נוצר - אז הילד ילמד הרבה תורה, לא בגלל הפרסים, אלא מתוך אהבה פנימית.

הצעירים נקראים תינוקות של בית רבן עד געל עשרים הן עדיין בגדר של לימוד תורה של תשב"ר ולכן בכל גיל יש למצוא את העזרים והדרכים כיצד לעורר את המוטיבציה בכדי למשוך את לבם לתורה.

**אין זה פשרה על האידיאל** - זוהי דרך החינוך הנכונה. כשם שבים סוף היה ה"בחור" המתאים לאותו שלב, ובמתן תורה כבר היה ה"זקן" המתאים לשלב הבא - כך גם בחינוך: **מתחילים מהמקום שבו הילד נמצא**, ומעלים אותו בהדרגה למעלה למעלה.

אל מע"כ הרב אלחנן רייזמן שליט"א קראתי את דברך בהתרגשות גדולה. בגליון משמעות פרשת לך לך.

הדברים נכתבו בעומק ובחום לב נדיר, וניכר שהם נובעים ממקום של התבוננות אמיתית בנפש האדם.

אהבתי במיוחד את הדרך שבה כבודו תיאר את שלבי ההתפתחות - הילדות כשלב טבעי ותמים, הנעורים כמאבק בין כוחות לא שווים, והבגרות כרגע שבו מתחיל להאיר "אור ה'" באדם. יש כאן שילוב מופלא בין עין חינוכית מפוכחת לבין לב מלא בהנהגה.

נפלאה במיוחד ההתייחסות של כבודו לעניין כוח התאוה - לא ככוח שלילי שיש לדכא, אלא כעוצמה גדולה שהקב"ה טבע באדם כדי שתהיה לו אפשרות להעלותה. הביטוי שכתבת, על כך שכל תאוה היא "טיפה מן הטיפה" של תענוג עליון, הוא רעיון שמאיר את כל ההסתכלות על נפש האדם באור חדש. גם החיבור שעשית בין ההבנה הפסיכולוגית לבין דברי הבאר מים חיים, ובפרט הסיום במושג "היובל הגדול" - חירות מיצר הרע ומתאוות עולם הזה, הוא ביטוי לגישה עמוקה ומפויסת: לא דיכוי, אלא שליטה מתוך חיבור ויישוב הדעת.

ניכר שכבודו חי את הדברים שהוא כותב. מאמר כזה מחנך, מעורר ומאיר - לא רק במחשבה אלא גם בלב. יישר כוח גדול, ותבוא עליך ברכת שמיים על עמלך להאיר את נפש האדם מתוך קדושה ומתוך דעת.

מודה אני לכבוד תורתו על דבריו המעמיקים, ועל היכולת לחבר תורה עם נפש, חז"ל עם חינוך, ויראת שמים עם צמיחה אישית. יהי רצון שתזכו להמשיך להפיץ אור של עומק, אמונה וחכמה לתלמידים רבים, ולהעמיד דורות של בני עליה הבאים מתוך אמת פנימית ועמל של קדושה.

בכבוד ובהערכה מרובה,

**ישעיה אייכלר**

מטפל רגשי בכיר

תגובת המערכת:

תודה רבה על דבריך החמים והמעוררים. שמחים שהמאמר נגע בליבך ועורר מחשבות חדשות. אכן, המטרה שלנו היא להאיר את נפש האדם מתוך הבנה עמוקה של התורה הקדושה ושל הנפש האנושית כאחד.

דברך מחזקים אותנו להמשיך בדרך זו - דרך של הבנה, של חמלה, ושל אמונה שכל אדם יכול לגדול ולהתעלות. תבוא עליך ברכה!

המערכת

**ייעוץ וליווי אסטרטגי חינוכי**  
למערכות חינוך, תתי"ם וישיבות  
פל' - 053-3101081

**לב הילד**  
מרכזי קידום אישי בתתי"ם  
פל' - 050-4150217

**לב הבחור**  
משפיעים אישיים וקבוצתיים  
להתאמת משפיע פל' - 053-3120261

טלפון: 02-566-7066 דוא"ל: info@ahira.org אתר: ahira.org פל' 058-3274859

m025667066@gmail.com

**האירה**  
אור לכל אחד