

קנין טז - במיעוט שינה, ותקם בעוד לילה

חז"ל אמרו 'לא איברי לילה אלא לגירסא', עיקר עבודת הלילות היא להגות בהן בתורה. עיקר הזמן לזה – הוא כאשר מתגבר לקום משנתו בחצות הלילה.

כמעט כל עמוד בזוהר מזהיר רבי שמעון או אחד התלמידים על העניין הנשגב הזה של קימה בחצות לילה להגות בתורה.

השינה היא אחד משישים במיתה, ואילו התורה היא תורת חיים שבכוחה להחיות מתים, כאשר בני ישראל פרחו נשמתם בהר סיני עורר הקב"ה אותם עם הריח והמתיקות של טללי התורה. ע"י התורה אנו זוכים להתעורר מן השינה וכבידות הגוף ולחיות חיים רעננים ומרוממים.

כתוב בגמרא בבבא בתרא "מאי אשבעה בהקיץ תמונתך? אמר רב נחמן בר יצחק: אלו תלמידי חכמים שמנדדין שינה מעיניהם בעולם הזה, והקב"ה משביען מזיו השכינה לעולם הבא..."

ופירש המהרש"א שם שכוונת הגמרא שהקב"ה ישביעו בעולם הזה את זיו השכינה של העולם הבא. מכיון שמצד חיי העולם הזה אי אפשר להתקיים במיעוט שינה, לפיכך משביע הקב"ה את האדם מזיו שכינתו של עולם הבא דאין בו שום שינה וחלישות כלל. וזהו מה שכתוב 'וקווי ה' יחליפו כוח' שהתורה נותנת כוח ללומדי התורה.

דברי המהרש"א הללו היו נראים בחוש אצל רבינו הגרי"ש אלישיב לעת זקנותו. ישנו תיעוד-וידאו איך הוא קם ממיטתו בחלישות עצומה, ונשען על הנכד שמוליך אותו פסיעה אחרי פסיעה, כאשר בכל פסיעה הוא נאנח בחולשה, עד שמגיע למקום מושבו ליד הגמרא, ואז... לפתע, הכל משתנה, הגמרא נפתחת, חוזר הנדנוד הרענן והחיוני, פוצח בניגון מתוק וערב, ומתחיל בלימוד עמוק... כאשר ראיתי תיעוד זה מיד צצו דברי המהרש"א לנגד עיני – הנה זכיתי לראות זיו שכינה של עולם הבא, איך התורה ממש 'מחיה מתים' ומביאה את האדם לחיים שאין בהם שינה וחולשה.

אנו צריכים לדעת שכל יום הוא מעין חיים שלמים, אנו נולדים בבוקר ומתים בלילה.

ישנן שתי צורות במיתה, הרשעים מתים ע"י שיעורים עם גופם למטה, והצדיקים מתים ע"י שעולים עם נשמתם למעלה. אנו מתפללים על זה בין השאר בתפילה זכה 'ונהיה כל ימינו בתשובה ובמעשים טובים עד סוף רגע האחרון אשר יהיה לרצון לפניך לאסוף את נשמותינו אליך אז יהיו כל מחשבותינו דבוקים בך ואז תצא נשמתנו בקדושה ובטהרה ואז נזכה להיות נוקבא לעלות ממטה למעלה ולהשפיע שפע בכל העולמות מלמעלה למטה...'.

כך גם בשינה – יש לה שני צורות, הרשעים יורדים למטה והצדיקים עולים למעלה. יש מי שנרדם מתוך חידלון ויש מי שמדביק את נפשו בקב"ה בקריאת שמע ובדברי תורה.

הגר"א אומר במשלי על הפסוק 'היתה כאניות סוחר ממרחק תביא לחמה' שבליילה הנשמה עולה למרחקים, לגבהי מרומים, לישיבה של מעלה, להביא משם חידושי תורה. 'ותקם בעוד לילה' ואז היא קמה בחצות הלילה, לאחר שחזרה משיבה של מעלה, 'ותתן טרף לביתה' היא מאכילה את התלמיד חכם בחידושים ובהשגות שקיבלה בעלייתה למעלה.

[ואולי עיקר העניין להיות נייעורים לבילי שבועות, קאי על החצי השני של הלילה, לקיים 'ותקם בעוד לילה', ולהמתין לקבלת התורה כמוש"כ המג"א. אבל בחצי הראשון, אדרבה, לא איברי לילה אלא לשינתא שאז הוא משיג את חכמת התורה העליונה כמוש"כ הגר"א שאז מקיים 'ממרחק תביא לחמה'. ואם נכונים הדברים נבין בזה למה לא שמענו בזמן הראשונים על המנהג הזה הנזכר כבר בזוהר, והוא משום דבלא"ה היה מנהגם לקום לאחר חצות הלילה ללמוד תורה בדרך ת"ח, ובפרט בליל מתן תורה, ורק בתחילת תקופת האחרונים כאשר החלו יותר ויותר לאחר זמן השינה לחצי השני של הלילה, הוצרכו להזהיר ולעורר למנוע השינה קודם מתן תורה].

התורה מצוה שנדבר בדברי תורה ובקריאת שמע 'בשכבך ובקומך', ולכאורה היה ראוי לכתוב להיפך 'בקומך ובשכבך', אבל התורה מלמדת אותנו שה'בקומך' תלוי ב'בשכבך'. איך נצליח להתגבר על השינה, להתעורר בדברי תורה, לקיים 'במיעוט שינה' - זה תלוי באיזה צורה נלך לישון.

רבי יעקב עמדין יש לו שיטה מאד מרחיבה בשיעור של ברכת הגומל, כל סכנת חיים שניצול ממנה אפילו שלא בדרך פלאית, מחייבת הגומל. הוא מתאר כמה ישועות כאלו שהיו לו והוא בירך עליהם הגומל. [בשבט הלוי כתב שלמרות שהמשנ"ב פוסק שלא מברכים על נס של השגחה פרטית בדרך הטבע, מ"מ יש לנהוג כשיטת היעב"ץ מכיון דאיהו עביד עובדא בנפשיה]. מה היו אותם ישועות? כמעט כולם היו בשעה שנרדם בעייפות תוך כדי לימודו והנר שעמד לפניו כמעט שרף אותו...

"...פעם בא מעשה לידי שנרדמתי באמצע הלילה וראשי מוטה על תיבה קטנה משופעת של עץ העומדת לפני על שולחני שעליה כלי כתיבה שלי עומדים, עליה מונח ספרי כשאני לומד או מעיין בו, ועליה אני כותב מה שאני צריך, ועל גבה ממעל עומד נר של חלב תחוב בבית נר של עץ, הקבוע בתיבה, הדולק בלילה להאיר לי במקום למודי. **והנה נפלה תנומה על עפעפי, ישנתי ופני על זרועי**, מוטל על תיבה זו, ובעוד שנשקעתי בשינה כלה הנר כולו, וכבר אחז האור בכלי הלז שהיה תחוב בו הנר ואכלתהו ותלהטו מסביב ולא אדע. גם נשרפו כמה ניירות מכתבים שלי ועשאים אפר. בתוך כך הקיצותי משנתי ואראה והנה אכלה האש בקצות הבית נר, שהיה של עץ יבש תוכו נחר, כמעט קט היה כולו למאכלת אש, עם התיבה ושבתוכה, גם ספרי למודי עומדים בצד הניירות השרופים, ואף אני עצמי הייתי בסכנה גלויה במצב זה, בהיותי שקוע בשינה, ופני סמוכות לבית נר, ונשען על כלי עץ, הקרוב אל הנר השורף כנ"ל באופן שאלמלא לא העירוני מן השמים כאיש אשר יעור משנתו העמוקה, ואנכי לא ידעתי, כבר היה האור נאחז בכובעי ובשער ראשי, והייתי יכול להחבל בפני לכל הפחות, לולי רחמי שמים המרובים וחסדיו הטובים שגומל לחייבים. לכן הסכמתי לברך בעשרה, וכן עשיתי, חסדו ונפלאותיו לבני אדם ספרתי ולו יתברך הודיתי... ושנים שלש פעמים ארע לי נס כזה בזמנים שונים. פעם אחת עסקתי אז בדרך קביעות למודי בטור אורח חיים, שהייתי נשען על הספר בראשי, **כי נפלו חבלי שינה על עיני וארדם**, ונאחז האור בספר הטור, נשרפו בו כמה דפים באמצעיתן, דהיינו שעשה בו נקבים בהל' ברכות, שהיה מונח פתוח לפני, ושלוטה שרפה גחלת הנר שנקבה וירדה ועברה כמה דפים עד שהגיעה לסימנים הללו של ברכות הנס (שאני עומד בהם עתה בספרי זה והם בכלל, כמו שנראה בספר הטור שלי עד היום) אז פסקה, ותהי לנס. על כן נתתי אל לבי שעוררו אותי מן השמים לברך על הנס הנפלא הזה וכיוצא בו. ופעם ב' עיינתי בספר אחר, גם כן באמצע הלילה **ואני יגע ואפול על פני (טוחות בספר, ראשי מונח עליו) ואישן**, ותאחז כמו כן האש מהנר בלוחות העבות של הספר, ותאכל בהם ובדפי הספר (ונראה בו עד עתה) ואיקץ ואראה הפלא, ויהי לאות ההשגחה הפרטית על לומדי תורה לשמה בעינא פקיאח דלא נאים. להווי שמיה די עילאה מברך ומלכותיה לעלמי עלמאי קאים..."

רואים אנו באיזו צורה היו תלמידי חכמים מקיימים בנפשם 'במיעוט שינה', ללמוד כסדר עד כלות הכוחות כאשר ראשם נופל על הספר והנר עודנו דולק... ובאמת הדברים מפורשים בהלכות קושר שדרך תלמידי חכמים שאינם מתירים קשרי נעליהם משבת לשבת כי הם נופלים וישנים על פניהם...

והנה, כל הדברים הללו אינם שייכים (באופן כללי) לדור הזה. רבותינו חינכו אותנו ללכת לישון באופן מסודר וקבוע, על מנת שנוכל לקום רעננים ונמרצים לעבודת הבורא. אך בליל שבועות אנו זוכים לטעום מעט מצורה הנפלאה הזו של לימוד התורה כתיקונה, כפי שהיתה בכל הדורות, להשים לילות כימים בלימוד התורה. לקנות את הקניין של 'מיעוט שינה'.

שינה בשבת

אחד הזמנים בהם אפשר לקנות את הקניין של מיעוט שינה הוא בשבת קודש. מחד גיסא, בשבת יש מצוה לישון לקיים עונג שבת. כשלמדתי בישיבת פונבז' היינו רואים את **הגאון המתמיד רבי חיים ברמן שליט"א** שהיה מגיע כל יום לישיבה בשעה מוקדמת מאד 'כמו שעון', ואילו בשבת קודש היה מגיע 'באיחור' של חמש דקות בדיוק... ומדוע? כי המשגיח ר' חק'ל נ"ע הורה לו שבשבת צריך לישון קצת יותר משום עונג שבת... אך מאידך גיסא, אפשר להאריך בשינת הצהריים באופן שעלול לאבד את הקניין של 'מיעוט שינה'. בפרט בשבתות הללו, שבתות הקיץ, שיש זמן ארוך ויקר אחה"צ, וצריך להיזהר שלא לבזבז אותו בשינה אלא להתגבר ולקום להגות בתורה הקדושה ביום השבת.

שעות אחה"צ בשבת מיועדות ללימוד התורה. הקדמונים תיקנו לזה סדר מיוחד ללמוד אז פרקי אבות. המהר"ל בהקדמתו לפירושו לאבות מבאר שבשבתות החורף חששו הקדמונים שמא מתוך הלימוד המענג ימשך ליבו להגות שעות ארוכות בפרקי אבות ויבטל מסעודה שלישית... אבל בשבתות הקיץ הארוכות אפשר ללמוד בנחת ובאריכות בלא חשש...

זכורני כאשר למדתי בישיבה לצעירים אצל מורי הגרמ"י ליפקוביץ זי"ע, הוא היה מוסר שבעה שיעורים יומיים בשבוע, כולל שבת! [אלא שבשבת לפעמים היה לומד מתוך קצות החושן או חידושי הגר"ח הנוגעים לסוגיא, על מנת להטעימנו 'עונג שבת' אמיתי]

ובמובן שהרבה בחורים היו נעדרים או מאחרים מפני חביבות מצוות 'שינה בשבת תענוג', ואז היה הגרמי"ל נזף בנו: **וכי אתם חושבים שלי לא קשה לקום משנת הצהריים של שבת? אלא מה? אני אומר לעצמי: טוב לגבר כי ישא עול בנעוריו, ומיד אני מתחזק לקום...** [התפעלתי אז שהוא עדיין מחשיב את עצמו "בנעוריו" שצריך עול ומחייב]

זקני רבי שמחה שלמה לז"ל סיפר לי על אחד הצדיקים שהיה ממעט במצות 'שינה בשבת תענוג' ובמקום זאת היה מקיים בהידור 'שינון בשבת תענוג', היה משקן תלמודו שעות ע"ג שעות בלא ליתן תנומה לעפעפיו ביום השבת. שאלוהו תלמידיו מדוע אינו מקיים עונג שבת בשינה?

השיב להם כך: מספרים על הקיסר הצרפתי נפוליאון שמעולם לא היה ישן בשעות היום, וכך היה אומר למקורביו: בשעה שאני ישן – אינני קיסר, וחבל להחמיץ את מעמד המלוכה שבידי אפילו לשעה קלה... כך – סיים אותו צדיק – הנני משתדל להיות ער בכל שעות השבת, מכניסתי עד צאתה, כי חבל לי להחמיץ את שבת מלכתא אפילו לשעה קלה... והיו אומרים הצדיקים במליצה 'שינה בשבת – תענוג', היינו, שאפשר לקיים מצות שינה בשבת ע"י עונג רוחני אף בלא שינה.

היה יהודי 'פשוט' אחד שנהג מנהג פלאי כאחד מגדולי הצדיקים: בשבת קודש לא היה ישן כל המעת לעת, כל הלילה אמר תהלים בהתרגשות, וכן בצהריים היה קורא ושונה, עד סעודה שלישית.

כששאלוהו מנין לך הנהגה פלאית זאת? סיפר להם שבהיותו נער צעיר הפליג באניה יחד עם הרה"ק בעל ה"סידורו של שבת", והנה בליל שבת התאספו כולם סביב הרבי לשמוע דברי תורה, ולאחר זמן החל הנער להתנמנם מעט, הרי נענע את זרועו ועוררו, לאחר שעבר עוד זמן שוב נתנמנם ושוב עורר אותו הרבי, כך שוב ושוב, עד שכמעט שקע בשינה בעל כורחו, או אז תפסו הרבי ואמר לו בשפתיים דולקות: כתוב "ושמרו בני ישראל את ישראל" – אנו שומרים על השבת, ושומר שנרדם באמצע שמירתו הוא פושע!...

מאז, ששמעתי תיבות הללו מפי קדשו של בעל "באר מים חיים" ו"סידורו של שבת", יצא ממני כל טעם בשינת השבת... אינני מסוגל לעצום עיני באמצע שאני מקיים 'שמור את יום השבת'...

עוד בעניין 'מיעוט שינה' בשינת צהרי השבת, אני מביא ממה שרשמתי אחר פטירתו של רבינו הגר"ש אויערבאך זצ"ל: רבינו שמואל זללה"ה היה בשבת קודש אש שלהבתיה מהרגשת קדושת השבת הנוראה, כמעט לא היה ישן כל המעת-לעת, והיה בכל שעה מתרומם ומתקדש עוד ועוד בקדושת השבת. בעוד בליל שבת היה מוסר שיחה בישיבה על דרך המוסר, הרי בשלהי שבתא, בעת רעוא דרעווין, היה מדבר דיבורים גבוהים מאד, בלולים בסודות התורה וסתריה, בשטף גדול. היה מורגש בחוש איך הוא הולך ומשתנה מצורה לצורה בדביקות גדולה.

ובאמת היה רגיל על לשונו להתפעל שאין עוד מועד שכל הג' תפילות ערבית שחרית ומנחה שונות לגמרי זו מזו, כמו שכתב הטור שהם כנגד שבת-בראשית, שבת-מתן-תורה ושבת-עולם-הבא, כי שבת-מנוחה אין בה רגע אחד של בטלה חלילה, אלא להיפך בתוך אותו יום מתעלים ומתרוממים מבחינה לבחינה.

עניין בולט בסדרי הישיבה בשבת קדש, שלא היו יושבים לסעודה לאחר תפילת מוסף, אלא מקדשים על מזונות, ומתיישבים ללמוד סדר לימוד בעיון, ורק אח"כ היו פונים לאכול סעודת שבת. **כל זאת מפני החשש שמא מתוך אכילת החמין תכבד העייפות על הבחורים, וישעו בדברי שקר, להרבות שעות ארוכות בשינת הצהריים.**

בהלווית הרבנית ע"ה סיפר שסדר זה תיקן עפ"י עצתה:

"אינני יודע אם זה המקום לספר, אולם ברצוני להביא רק דוגמא: ברצוני היה לנהוג לעצמי בענין "קידוש במקום סעודה", לסעודת סעודת השבת תיכף לקידוש היום, סמוך לגמר התפילה, אולם היא תבעה ממני וטענה שאיני צודק, שכן תלמוד תורה דרבים עולה על חומרא זו – אי אפשר הכל לחטוף בעולם הזה, אמרה לי, תוותר על ההנהגה בענין קידוש במקום סעודה, אם תלך ללמוד בישיבה, הישיבה מלאה יותר בתלמידים, דבר זה עולה במשקלו הרבה יותר, ועמדה על כך בתוקף ואכן קבלתי דעתה..."

בישיבה היו קוראים לסדר הזה 'הסדר של הרבנית', וראו עד כמה היה ר' שמואל מקפיד שישתתפו בו כולם וילמדו בשקידה ובעיון... כאשר היתה ההשתתפות 'חלשה' ראו כמה כואב לו [אולי גם בגלל שהיה זה כעין 'מפעל חייה' של אשת בריתו ע"ה], מדי כמה רגעים היה מביט אל עבר הדלת לראות אולי עוד בחור יצטרף...

שנזכה לקיים את הקניין הגדול הזה של מיעוט שינה, בזריזות ובחיות.