

## כיצד נגיע לאהבת ד'?

### הרב איתן שנדורפי

#### הקדמה

משנה ברורה סימן כה ס"ק יד: אמרינן בגמרא: 'כל הקורא קריאת שמע בלי תפלין - הרי הוא כאילו מעיד עדות שקר בעצמו' ח"ו. ופירושו בתוספות לפי שאומר: 'וקשרתם לאות' וגו' ואין קושר. ואף שבדיעבד יצא ידי קריאת שמע, מכל מקום יש לו עבירה מצד אחר, שמראה על עצמו שאין רוצה לקיים רצון ד' יתברך, וזהו עדות שקר שמעיד על עצמו. וכתב בספר 'חרדים' דמזה נלמד כשאומר 'ואהבת את ד' וגו' יראה להכניס אהבת ד' יתברך בלבו, שלא יהיה כדובר שקר ח"ו.

#### מהם הדרכים להגיע לקיום המצוה?

- א. רש"י דברים ו, ו: והיו הדברים האלה - ומהו האהבה?** והיו הדברים האלה - שמתוך כך אתה מכיר בהקב"ה ומדבק בדרכיו.  
**2. ספר המצוות לרמב"ם עשה ג:** המצוה השלישית היא הציווי שנצטוונו על אהבתו יתעלה, והוא שנתבונן ונסתכל במצוותיו וציווי ופעולותיו, כדי שנשיגהו ונתענג בהשגתו תכלית התענוג, וזוהי האהבה המצווה עלינו. ולשון ספרי: 'לפי שנאמר: 'ואהבת את ד' אלקיך' איני יודע כיצד אוהב את המקום. תלמוד לומר: 'והיו הדברים האלה אשר אנכי מצוך היום על לבבך', שמתוך כך אתה מכיר את מי שאמר והיה העולם'. הנה בארנו לך שבהסתכלות תבוא לידי השגה, וימצא לך התענוג ותבוא האהבה בהכרח.
  - 3. ספר החינוך מצוה תיח:** שנצטוונו לאהוב את המקום ברוך הוא, שנאמר: 'ואהבת את ד' אלקיך'. וענין המצוה שנחשוב ונתבונן בפיקודיו ופעולותיו, עד שנשיגהו כפי יכולתנו, ונתענג בהשגתו בתכלית התענוג, וזאת היא האהבה המיוחדת. ולשון ספרי: 'לפי שנאמר 'ואהבת' איני יודע כיצד אוהב אדם המקום. תלמוד לומר: 'והיו הדברים האלה אשר אנכי מצוך היום על לבבך', שמתוך כך אתה מכיר את מי שאמר והיה העולם. כלומר: שעם התבוננות בתורה תתיישב האהבה בלב בהכרח... דיני המצוה: שראוי לו לאדם שישים כל מחשבתו וכל מגמתו אחר אהבת ד', ויעריך בלבו תמיד כי כל מה שהוא בעולם מעושר ובנים וממשלה וכבוד, הכל הוא כאין וכאפס ותוהו כנגד אהבתו ברוך הוא, ויגיע תמיד כל היום בבקשת החכמה, למען ישיג ידיעה בו. סוף דבר: יעשה כל יכולתו להרגיל מחשבות לבו כל היום באמונתו ויחודו, עד שלא יהי רגע אחד ביום ובלילה בהקיצו שלא יהא זוכר אהבת אדוניו בכל לבו. והענין על דרך משל שיהא נזכר באהבת ד' תמיד, כזכרון החושק תכלית החשק בחשוקתו, היום שישגי להביאה אל ביתו... והעובר על זה וקובע מחשבתו בענינים הגשמיים ובהבלי העולם שלא לשם שמיים, רק להתענג בהם לבד, או להשיג כבוד העולם הזה הכוזב להגדיל שמו, לא לכוונה להיטיב לטובים ולחזק ידי ישרים, ביטל עשה זה ועונשו גדול. וזאת מן המצוות התמידיות על האדם ומוטלות עליו לעולם.
  - ב. רמב"ם הלכות יסודי התורה פ"ב ה"ב:** והיאך היא הדרך לאהבתו ויראתו? בשעה שיתבונן האדם במעשיו ובראויו הנפלאים הגדולים, ויראה מהן חכמתו שאין לה ערך ולא קץ, מיד הוא אוהב, ומשבח, ומפאר, ומתאוה תאוה גדולה לידע ד' הגדול, כמו שאמר דוד: 'צמאה נפשי לאלקים לא-ל חי' (תהלים מב, ג). וכשמחשב בדברים האלו עצמן מיד הוא נרתע לאחוריו, ויפחד, ויודע שהוא בריה קטנה, שפלה, אפלה, עומדת בדעת קלה מעוטה לפני תמים דעות, כמו שאמר דוד: 'כי אראה שמייך, מעשה אצבעותיך, ירח וכוכבים אשר כוננתה. מה אנוש כי תזכרנו' (שם ח, ד-ה). ולפי הדברים האלו אני מבאר כללים גדולים ממעשה רבון העולמים, כדי שיהיו פתח למבין לאהוב את השם, כמו שאמרו חכמים בענין אהבה: 'שמתוך כך אתה מכיר את מי שאמר והיה העולם'.
- [עיין ב"מקורות וציונים" ברמב"ם פרנקל וב"ספר הלקוטים" וב"ספר המפתח"!] ]

**ג. 1. ספר מצוות גדול [סמ"ג] מצוות עשה ג:** ויחשוב בלבו הטובות שעשה לו הקב"ה כבר, שבראו... ויכוננהו בחכמה, וברא בו נקבים נקבים, ומחוץ עשה לו נקבי העיניים להביט ולראות בהם, עשה לו העפעפיים לעצום עיניו לישון ושלא להביט ברע... עשה לו נקבי האזניים לשמיעה, עשה לו נקבי החוטם להריח... עשה לו הפה למאכל ודיבור, עשה לו השיניים לטחון המאכל, עשה לו הלשון ללוש המאכל בתוך הפה ולחתך הדיבור, עשה לו בית הבליעה והוושט לבלוע המאכל והמשקה, עשה לו גרגרת להעלות ולהוריד נשמת רוח חיים מן הלב בתוך הריאה אל הנחירים ואל

הפה, ולהוציא הברת קול הדיבור היוצא מתוך סימפוני הריאה הבאה מנשמת רוח חיים, עשה לו הלב להיות בית מכון לרוח חיים ולחשוב כל מחשבות... עשה לו מעיים לקבל פסולת המאכל והמשקה, ומגלגל בתוכם בעקמומית לאט לאט, עד שמגיע למקום הוצאת הגדולים וקטנים, עשה לו שתי הכליות... להוציא צרכיו חוץ לגוף... עשה לו עצמות השדרה ושאר עצמות להיות בניין גופו חזק, שם בשר על העצמות כדי לחמם קור העצמות, עשה לו גידי הדם, הם הווירידין, להשקות הגוף, והולכין מצד לצד ומפה לפה, עשה לו מיתרים שמחזקים דבק העצמות והאברים, עשה לו אברים וקשרים ודבקים וחוליות על שדרה וקשרי אצבעות ידים ורגלים, וזרועות וירכיים וברכיים ושוקים וקרסולים וכפות הרגלים וחוליות הצואר ושכמי הכתפים, כדי שיוכל להתפשט ולכרוע, לכפוף ולזקוף, לעמוד ולישב, קרם לו עור מלמעלה לבשר ולעצמות לגידים ולמיתרים, כדי לכסות את הגוף להיות חם מלהתקרר, ולהגין על ליחות הגוף והאיברים הפנימים, עשה לו גולגולת הראש להיות מלך על כל האברים, ומוח הראש ששם ישכון יישוב דעת הנשמה והחכמה... עשה לו טבור כדי לקבל מחיה בעודו במעי אמו עד צאתו לאויר העולם (יבמות עא, ב), כי לא יוכל הילד לקבל מזון ומחיה מן הפה על שהוא סתום עד צאתו לאויר העולם, עשה לו ידים למשמש ולתפוס ולאחוז ולהחזיק ולעשות מלאכה כדי לחיות את האדם, עשה לו רגלים כדי להעמיד עליהם הגוף ולהוליכו ולהביאו בכל מקום... והיאך יוכל אדם הנבזה והנכאה לעשות מצוות כל כך שיוכל לגמול הטובות שעשה הקדוש ברוך הוא עמו כבר.

2. "מסילת ישרים" פרק ח:... וכאשר יתאמת אצל האדם גודל ערך המצוות, ורוב חובתו בהם, ודאי שיתעורר לבו אל העבודה, ולא יתרפה ממנה. ואמנם, מה שיוכל להגביר ההתעוררות הזה הוא ההסתכלות ברוב הטובות שהקדוש ברוך הוא עושה עם האדם, בכל עת ובכל שעה, והנפלאות הגדולות שעושה עמו מעת הלידה עד היום האחרון.

כי כל מה שירבה להסתכל ולהתבונן בדברים אלה, הנה ירבה להכיר לעצמו חובה רבה אל הא-ל המטיב לו, ויהיו אלה אמצעים לשלא יתעצל ויתרפה מעבודתו. כי הרי הואיל ואינו יכול ודאי לגמול לו טובתו יתברך, לפחות יודה לשמו ויקיים מצותיו. והנה אין לך אדם באיזה מצב שימצא, אם עני ואם עשיר, אם בריא ואם חולה, שלא יראה נפלאות וטובות רבות במצבו. כי העשיר והבריא - כבר הוא חייב לו יתברך על עושרו ועל בריאותו.

העני חייב לו - שאפילו בעונו ממצאו לו פרנסתו דרך נס ופלא ואינו מניחו למות ברעב.

החולה - על שמחזיקו בכובד חוליו ומכותיו ואינו מניחו לרדת שחת, וכן כל כיוצא בזה, עד שאין לך אדם שלא יכיר עצמו חייב לבוראו. ובהסתכלו בטובות אלה שהוא מקבל ממנו, ודאי שיתעורר להזדרז לעבודתו, כמו שכתבתי למעלה, כל שכן אם יתבונן היות כל טובו תלוי בידו יתברך, ומה שמצטרך לו ומה שמוכרח אליו, ממנו יתברך הוא, ולא מאחר, אשר על כן ודאי שלא יתעצל מעבוד עבודתו יתברך, ולא יחסר לו מה שהוא מוכרח אליו.

ד. "שמירת הלשון" סוף ח"ב, בחתימת הספר בחלק מהדפוסים נדפס בראשו: "פרק ב בענין מצות אהבת ד'":

עוד באתי לעורר על דבר מה דאיתא בגמרא (ברכות יד ע"ב): 'אמר עולא: כל הקורא קריאת שמע בלא תפלין כאילו מעיד עדות שקר בעצמו', דהיינו שאומר 'וקשרתם' והוא אינו קושר. ואף שבדעתו לקשור אחר כך, אינו מועיל לזה, כיון שאינו קושר תיכף. ולכאורה פשוט דהוא הדין כשאומר 'ואהבת את ד' אלקיך' יראה להכניס אהבת ד' יתברך בלבו. והיינו כמו שכתב ב'חובת הלבבות' שער אהבת ד' פ"ג, שיתבונן בגדולת הבורא ורוממותו, שהוא מחיה כל העולמות, ובהיפוך קטנות ערך נפשו וזעירותו וזולתו, ואחר כך יכיר רוב טוב הבורא יתברך עליו בהתמדת טובותיו מיום היותו על הארץ, לא לפי מעשיו, ומסתיר עוונותיו מבני אדם, ומאריך לו.

ואם קשה לו לכוון כל זה בעת קריאת שמע, יראה להתבונן בכל זה על כל פנים פעם אחת ביום.

דכי בשביל שהיא מצוה תדירית, שאינה תלויה בזמן, כידוע, יהיה גרוע שלא יראו לקיים אותה על כל פנים פעם אחת ביום. וטוב שיראה להתבונן בזה אחר התפילה, קדם שיכנס לביתו לאכול, ודומיא דשאר מצוות המוטלות על האדם, כמו תפלין, או הלולב ומיניו בחג הסוכות, דאינו אוכל קדם שמקיימם, כמבואר בסיומן תרנ"ב ובסיומן רל"ה.

ה. 1. "אור החיים" הקדוש דברים ו, ה: ואהבת - ... עוד ירצה לעורר לב איש ישראל לאהבת ד' על דרך אומרם ז"ל (ילקוט ס"פ נח) בפסוק 'יושב תהלות ישראל' שלא בחר ד' מכל התהלות זולת כשהללוהו ואמרו לפניו: 'ברוך ד' אלקי ישראל', אז ישב על כסא מלכות עולם, והוא אומר: 'ואהבת את ד' לטעם זה שלא בחר להיות אלא 'אלקיך'. ובהעיר האדם לבו לפרטים כאלו תנתק נפשו ותתר ממקומה בהתעוררות נפלא ורם באהבת הנאהב יתעלה רום תפארת כבודו.

2. מלבי"ם שמות כג, יז: שלש פעמים בשנה וגו' אל פני האדן ד'. ובפרשת תשא אומר: 'את פני האדן ד' אלקי ישראל', וכבר התבאר אצלי בפירוש התנ"ך שכל מקום שיבא שם אלקים בכנוי אל ישראל, כמו 'אלקי ישראל', או 'אלקיך', וכדומה, מורה על הקשר והדבוק שיש לו עם ישראל ביחוד על ידי ההשגחה המופלאה והנסים שיעשה עמהם. מה שאין כן כשמזכיר שם הויה או שם אלקים בלא כנוי, מורה על ההשגחה הכללית. והתבאר זה עוד בפירוש הספרא (אחרי סימן ק"ל) מכמה מקומות. ועל כן בפרשת תשא, שהיה אחר שנתפייס על חטא העגל, והם התיראו אז שיסיר השגחתו מהם בעבור חטאם, כמו שיתבאר שם במקומו, הזכיר שם 'אלקי ישראל', להודיע שעדיין חיבתו עליהם. ועל זה אמר: 'ד' אלקינן ד' אחד', שהזכיר שם אלקינו על הדבוק שיש לו עמהם, ולכן 'ואהבת' כמו שהוא אוהב אותך.

ו. ספר "פלא יועץ" אות א' ערך "אהבה להקב"ה"

כל אחד ואחד, לפי מה שעזרו הקב"ה לעבודתו, כך חייב לאהוב את בוראו על רוב הטובה. שאינו דומה הטובה שיש לכל ישראל בכללות, שנתן לנו תורת אמת חוקים ומצוות טובים, לטובה שגמל למי שנתן לו כח ובריאות, ויכולת מספיקה בישוב והשקט ושלוחה לעבודת ד' יתברך שמו. ומי ששם חלקו מיושבי בית המדרש - נמצא שקיבל טובה גדולה על האחרים.

ומי שחננו ד' חכמה ודעת להתנהג במידות טובות וישרות, ולהכיר גנות האיסורים והמידות הרעות ולהתרחק מהן, באופן שימצא חן ושכל טוב בעיני אלקים ואדם, בהיותו עושה הישר והטוב - זו טובה גדולה רבה ויקרה עד אין חקר... חייב אדם לאהוב את בוראו אהבה עזה, לפי רוב הטובה, ויכנע מאד לפניו, ויאמר: 'קטנתי מכל החסדים ומכל האמת אשר עשית את עבדך, ובמה אקדם ד' ואשלם תודות לו'. וכזאת וכזאת החי יתן אל לבו, ויעמיק וירחיב במחשבתו מחשבות טהורות, עד שיתלהב לבו ברשפי שלהבת אהבת הבורא.

ויכול האדם לעורר את האהבה ואת היראה מכל דבר גשמי וכדומה, כגון אם אוכל או שותה דבר שערב לחכו, ותתענג בדשן נפשו בטיולים, ושמיעת קול ערב... והרווחת מעות שעולה על גביהן, וכדומה, יתן אל לבו: 'אם כך אני אוהב זה הדבר, שהוא כלה ואבד, הבל וריק, אשר בן לילה היה ובן לילה אבד, על אחת כמה וכמה שיש לי לאהוב את הבורא, שהוא מקור כל האהבות והתענוגים, וממנו תוצאות חיים וכל התענוגים'. ויבירח דעתו מאהבת הדבר הגשמי, וידבק באהבת קונו, ואמור יאמר העבד: 'אהבתי את אדוני' (שמות כא, ה), 'מה יפית ומה נעמת אהבה בתענוגים' (שיר השירים ז, ז).

ז. 1. ברכת אהבת עולם: אהבת עולם אהבתנו ד' אלקינו, חמלה גדולה ויתרה חמלת עלינו...

אבינו אב הרחמן, המרחם, רחם נא עלינו, ותן בלבנו בינה, להבין ולהשכיל, לשמוע ללמוד וללמד, לשמור ולעשות ולקיים את כל דברי תלמוד תורתך באהבה... ויחד ללבנו לאהבה וליראה את שמך...

וקרבנתנו מלכנו לשמך הגדול סלה באמת באהבה, להודות לך וליחדך באהבה, ולאהבה את שמך, ברוך אתה ד' הבוחר בעמו ישראל באהבה. שמע ישראל, ד' אלקינו, ד' אחד. ואהבת את ד' אלקיך.

2. ברכת יוצר אור: ברוך אתה ד', א-לקינו מלך העולם, יוצר אור ובורא חשך, עושה שלום ובורא את הכל. המאיר לארץ ולדירים עליה ברחמים, ובטובו מחדש בכל יום תמיד מעשה בראשית. מה רבו מעשיך ד', כלם בחכמה עשית, מלאה הארץ קנייך.

3. תהלים קמו: הללו י-ה, הללו נפשי את ד'. אהללה ד' בחיי, אזמרה לאלקי בעודי. אל תבטחו בנדיבים, בבן אדם שאין לו תשועה. תצא רוחו ישב לאדמתו, ביום ההוא אבדו עשתנתי. אשרי שא-ל יעקב בעזרו, שברו על ד' אלקיו. עשה שמים וארץ את הים ואת כל אשר במ, השמר אמת לעולם. עשה משפט לעשוקים, נתן לחם לרעבים, ד' מתיר אסורים. ד' פקח עורים, ד' זקף כפופים, ד' אהב צדיקים. ד' שמר את גרים, יתום ואלמנה יעודד, ודרך רשעים יענות. ימלך ד' לעולם, אלקיך ציון לזר ודר, הללו י-ה.

4. ברכות השחר: אשר יצר את האדם בחכמה וברא בו נקבים נקבים... שלא עשני גוי, שלא עשני עבד, שלא עשני אשה.

**"תניא ליקוטי אמרים" חלק שני: יש שני מיני אהבת ד':**

האחת היא כלות הנפש בטבעה אל בוראה, כאשר תתגבר נפש השכלית על החומר ותשפילהו ותכניעהו תחתיה, אזי תתלהב ותתלהט בשלהבת העולה מאליה, ותגל ותשמח בד' עושה, ותתענג על ד' תענוג נפלא. והזוכים למעלת אהבה רבה זו הם הנקראים 'צדיקים', כדכתיב: 'שמחו צדיקים בד'' (תהלים צו, יב). אך לא כל אדם זוכה לזה. כי לזה צריך זיכרון החומר במאד מאד, וגם תורה ומעשים טובים הרבה, לזכות לנשמה עליונה שלמעלה ממדרגת רוח ונפש, כמ"ש בר"ח שער האהבה.

והשנית היא אהבה שכל אדם יוכל להגיע אליה כשיתבונן היטב בעומקא דלבא בדברים המעוררים את האהבה לד' בלב כל ישראל. הן דרך כלל, כי הוא חיינו ממש, וכאשר האדם אוהב את נפשו וחיינו כן יאהב את ד' כאשר יתבונן וישים אל לבו כי ד' הוא נפשו האמיתית וחיינו ממש, כמ"ש בזהר ע"פ 'נפשי אויתך' וגו' (ישעיהו כו, ט).

והן דרך פרט שכשיבין וישכיל בגדולתו של ממ"ה הקדוש ברוך הוא דרך פרטית כאשר יוכל שאת בשכלו, ומה שלמעלה משכלו, ואח"כ יתבונן באהבת ד' הגדולה ונפלאה אלינו, לירד למצרים, ערות הארץ, להוציא נשמותינו מכור הברזל, שהוא הס"א ר"ל, לקרבנו אליו ולדבקנו בשמו ממש, והוא ושמו אחד, דהיינו שרוממנו מתכלית השפלות והטומאה לתכלית הקדושה וגדולתו יתברך, שאין לה קץ ותכלית, אזי כמים הפנים אל פנים תתעורר האהבה בלב כל משכיל ומתבונן בענין זה בעומקא דלבא, לאהוב את ד' אהבה עזה, ולדבקה בו בלב ונפש, כמו שיתבאר במקומה באריכות.

והנה ענין אהבה זו רצה משה רבנו ע"ה ליטע בלב כל ישראל בפרשה 'ועתה ישראל' וגו' (דברים י, יב) בפסוק 'הן לד' אלקיך השמים וגו', רק באבותיך חשק וגו', ומלתם וגו', בשבעים נפש וגו', ואהבת וגו' (שם י, יד - יא, א). ולכן סיים דבריו על אהבה זו: 'אשר אנכי מצוה אתכם לעשותה' (י, כב), שהיא אהבה עשויה בלב, על ידי הבינה והדעת בדברים המעוררים את האהבה. ועל זה ציוה כבר תחילה: 'והיו הדברים האלה אשר אנכי מצוה היום על לבבך' (שם ו, ו), כדי שעל ידי זה תבא לאהבה את ד', כדאיתא בספרי על פסוק זה.

והנה על אהבה זו, השנית, שייך לשון מצוה וצווי, דהיינו לשום לבו ודעתו בדברים המעוררים את האהבה. אבל באהבה ראשונה, שהיא שלהבת העולה מאליה, לא שייך לשון צווי ומצוה כלל. ולא עוד אלא שהיא מתן שכרן של צדיקים, לטעום מעין עוה"ב בעוה"ז, שעליה נאמר: 'עבודת מתנה אתן את כהונתכם' (במדבר יח, ז), כמו שיתבאר במקומה. אך הנה ידוע ליודעים טעמא דקרא מאי דכתיב 'כי שבע יפול צדיק וקם' (משלי כד, טז), ובפרט שהאדם נקרא 'מהלך', ולא 'עומד', וצריך לילך ממדרגה למדרגה ולא לעמוד במדרגה אחת לעולם. ובין מדרגה למדרגה, טרם שיגיע למדרגה עליונה ממנה, הוא בבחינת נפילה ממדרגה הראשונה, אך 'כי יפול לא יוטל' כתיב (תהלים לז, כד), ואינה נקראת נפילה אלא לגבי מדרגתו הראשונה, ולא לגבי שאר כל אדם, ח"ו, שאף על פי כן הוא למעלה מכל האדם בעבודתו, כי נשאר בה בחינת רשימו ממדרגתו הראשונה. אך עיקרה מאהבה שנתחנך והורגל בה מנעוריו בטרם שהגיע למדרגת צדיק, וזהו שנאמר: 'גם כי יזקין' וגו'. והנה ראשית הדברים המעוררים האהבה והיראה ויסודן היא האמונה הטהורה ונאמנה ביחודו ואחדותו יתברך ויתעלה.