

בס"ד

# חינוך לאור הפרשה

פרשת וארא

הכרת הטוב

גיליון מס' 128 תשפ"א

הרב יהונתן דדון

[yd0527606276@gmail.com](mailto:yd0527606276@gmail.com)

## חינוך לאור הפרשה/פרשת וארא

### הכרת הטוב

לונדון, שעת בין ערביים בבית בו התארח הגה"צ רבי שלום שבדרון זצ"ל. הרב יורד במדרגות הבית, ולפתע קורס ארצה, נופל מסיבה שאינה ברורה. בני הבית נבהלו, כולם רצו להקימו, אך הרב סירב לקום, באומרו כי תחילה עליו לברר את סיבת הנפילה, מדוע קרה לו כדבר הזה? מארחיו ניסו לדבר אל לבו, כי סיבת הנפילה היא עקב הסוכרת ממנה הוא סובל, אולי בגלל גילו המתקדם או מצב בריאותו הרעוע. אך רבי שלום דחה את הטענות הללו, ואמר כי הוא חש חובה לברר מה הסיבה הרוחנית לנפילתו הפתאומית. לאחר שהתאושש, מיהר ויצא אל ראש ישיבת מנצ'סטר, הגאון רבי יהודה סגל זצ"ל, לשואלו לפשר העניין. כששב, פניו קרנו באושר, נודעה לו סיבת הנפילה, וכך אמר: 'מכרי פלוני, שעשה עמי חסד לפני כמה שנים, בא להזמין אותי לשמחה במעונו בני יורק הרחוקה. השבתי לו שאיני בקו הבריאות ולא אוכל לבוא, אך לא הייתה זו תגובה ראויה. הן הוא גמל עמי חסד בעבר, מוטלת עליי חובה להוקירו ולהכיר בטובתו, ולסור לשמחתו למרות שהדבר דורש ממני לטוס מרחק כה רב, במאמץ לא פשוט... לנוכח זאת, מיד אדר הרב כגבר חלציו, והודיע כי הוא טס מיד לניו יורק, להספיק להשתתף ב'שבע ברכות' האחרון של אותו מכר. הוא אכן הגיע, לאחר טיסה ארוכה ומתישה, כדי להכיר בטובתו, כדי להוקירו, כדי להשיבו בגמילות חסד אישית מרגשת על שטרח למענו בעבר!

\*

סיפור זה, המופיע בספר 'קול חוצב', בא ללמדנו: ככל שאדם גדול יותר, כך הוא מבחין ומכיר יותר בטובות שגומלים עמו, וחש מחוייב להשיב בהכרת טובה. ואם חלילה בא קושי על האדם, שעת ניסיון, התמודדות לא מוכרת – אולי צריך לבדוק את השלמות במידת 'הכרת הטוב', אולי לא הוקרנו מספיק את מי שגמל עימנו טובה. הבה נכיר טובה לכל מי שמטיב עימנו, זה מה שמרומם אותנו, זה מה שמונע 'נפילות' לא רצויות, זו הדרך שלנו להרבות טוב בעולם!

(הרב קובלסקי שליט"א)

\*

### **"זה כל האדם!"**

סיפר אחד מתלמידיו של רבי חיים שמואלביץ זצ"ל: לפני שנים רבות הזמינו אותי, כבוגר ישיבת טלז להשתתף בהנחת אבן הפינה שנערכה ביישוב טלז – סטון. מעולם לא עשיתי דבר ללא התייעצות עם רבי חיים, והלכתי לשאול אותו מה לעשות האם להשתתף בטקס בישיבה ולבטל סדר מהכולל או שאמשיך בסדרים שלי כרגיל. רבי חיים חשב זמן רב, ולאחר מכן אמר לי בהתרגשות עד שהדברים חדרו בעצמותיי, וכה אמר לי: "אינני יודע כמה הכרת טוב יש לך לישיבת טלז שם למדת בבחרותך לעומת הביטול תורה שיגרם לך בגין כך, קשה לי לענות לך כיצד עליך לנהוג, אולם דבר אחד ברצוני לומר לך ועליך לשנן זאת תדיר כי "הכרת הטוב זה כל האדם!". הרגשתי אז שהדברים יוצאים מלבו של לב טהור וגדול במעשים הדורש ממני מה שהוא בעצמו מקיים תמיד...

\*

מדוע אמר רבי חיים שמואלביץ זצ"ל ש"זה כל האדם"? מהי מידת הכרת הטוב? מה הכוונה "הכרת" הטוב? חז"ל אומרים: "כל הכופר בטובתו של חברו סופו שיכפור בטובתו של הקב"ה". וצריך להבין: מדוע כפיות טובה כלפי הזולת מביאה לכפירה בטובתו של ה'?

הכרת הטוב מורכבת משני חלקים: האדם צריך שתהיה לו מודעות שיש טוב בעולם. האדם צריך לבטא את זה שהוא מודע לכך שיש טוב, כלפי מי שהיטיב עמו. התרגלנו שכל מה שסביבנו מובן מאלינו, לרבות החנווני שקם בבוקר ודואג שיהיה לחם טרי, נהג האוטובוס שמסיע אותנו, ההורים שלנו, בני הזוג או החברים שחפצים בטובתנו. זה נראה לנו שהם תמיד שם... פשוט התרגלנו. כתבו חכמי המוסר: ככל שהאדם יותר משכלל ומברר את מהות הכח הזה, של הכרת הטוב, הוא יותר מוציא אותו לפועל. וזו המטרה שלנו, לנתק את עצמנו מתוך ההסתכלות של הדברים המובנים מאליהם ולהתחיל, בצורה מודעת, לפתח חשיבה שיוצאת מתוך נקודת הנחה שאף אחד לא חייב לנו כלום. ברגע שנצליח להיות מודעים כלפי כל דבר שעושים למעננו, גם נתחיל ולהגיב לו על ידי הכרת תודה.

\*

מה הכוונה "הכרת" הטוב? להכיר – להודות בטובה. לא להתכחש ולהתעלם... כשאני "רואה" אדם אחר זה לא אומר שאני "מכיר" אותו... "לראות" את הטובה זה לא מספיק, צריך "להכיר" בה... להכיר טובה זה לפתוח את העיניים – לראות ולהכיר את הטובות שאנחנו מקבלים. וכמובן, להודות למי שקיבלנו ממנו את הטובה.

\*

כתוב במדרש: "לאה תפסה פלך הודיה ועמדו הימנה בעלי הודיה, יהודה – 'ויכר יהודה ויאמר צדקה ממני', דוד אמר – 'הודו לה' כי טוב'" (בראשית רבה פרשה ט"א). לכאורה יש כאן ערבוב של שני דברים – "ויכר יהודה ויאמר צדקה ממני", פה יהודה לא מודה מלשון תודה אלא הוא מודה בדבר, לעומת זאת דוד זו לשון הודיה – "הודו לה' כי טוב". כותב "הפחד יצחק": לשון זו של הודיה בלשון הקודש יש בה שני דברים – א. מודה במקצת, מודה בדבר כמו שיהודה הודה על הדבר. ב. הודאה מלשון תודה. צריך לדעת ששני הדברים האלה

קשורים, כי אם אדם לא מודה שהדברים לא ממנו אלא מאיתו  
יתברך, אז הוא גם לא מסוגל לומר תודה. לכן ההקדמה לתודה זה  
ההודאה, להבין שזה מהבורא יתברך.

\*

### אי הכרת הטוב – פגיעה בעצמנו...

כידוע, שלוש המכות הראשונות, מכה אהרון ולא משה רבינו. וכך  
הסביר רבי תנחום במדרש: "ויאמר ה' אל משה אמור אל אהרן נטה  
את ידך" – אמר רבי תנחום: אמר לו הקדוש ברוך הוא למשה – המים  
ששמרוך בשעה שהושלכת ליאור לא ילקו על ידיך" ... וכך גם לפני  
מכת כינים: "ויאמר ה' אל משה אמור אל אהרן נטה את מטך והך את  
עפר הארץ" – אמר רבי תנחום: אמר לו הקדוש ברוך הוא למשה –  
עפר שהגן עליך כשהרגת את המצרי אינו דין שילקה על ידך לפיכך  
לקו ג' מכות אלו על ידי אהרן". ידועה השאלה: מדוע שייכת מידת  
הכרת הטוב ליאור ולעפר הרי הם דוממים, הם לא "מרגישים" כלום  
ואין בהם דעת כלל וכלל? הרב אליהו דסלר זצ"ל (מכתב מאליהו ח"ג עמ' 101)

מסביר זאת כך: "יסוד גדול ומקיף בכוחות הנפש של האדם  
מתגלה לנו בזה: כל מדות הנפש מושפעות ונפעלות על ידי הרגש,  
ולא רק על ידי השכל. לכן אם אין אנו מכירים טובה לדומם שנהנינו  
ממנו וכל שכן אם אנחנו מבזים אותו נפגע הרגש, שאינו מגיב רק  
בהתאם לחוקי ההיגיון. הרגש של בעל מעלת החסד, שרוצה אך  
לתת וליהנות אחרים, אסיר תודה הוא לכל אשר הפיק ממנו הנאה,  
בכל צורה שהיא, ואפילו לדומם. והכלל הוא: פגיעה ברגש משפיעה  
באופן ישיר על המידות וממילא נפגמת מדת הכרת הטוב". כלומר,  
אם משה רבינו היה מכה על היאור, היאור לא היה מרגיש כלום, אך  
מידת הכרת הטוב של משה רבינו הייתה נפגמת, משום שהיאור  
הציל את משה רבינו שתיבתו הייתה ביאור, ואם הוא יכה על היאור,  
הוא בעצמו יפגע במידת הכרת הטוב שבו. המכיר טובה קונה

לעצמו מעלת עין טובה. הוא מתרגל להתבונן בנקודות האור ולא מתמקד בשליכה. כך יראה את הטוב שסובב אותו בעולם, את הטוב שבאנשים סביבו, ולא פחות חשוב מכך את האור הטוב שבו עצמו. מידה חשובה זו של הכרת הטוב, מטיבה עם האדם עצמו. אומלל הוא בעל העין הרע ומאושר הוא המוצא את הטוב הגדול והמרובה הסובב אותו, הטוב שבו, הטוב שברעיו ובמשפחתו, הטוב הגדול והעצום שנותן לו הקב"ה.

\*

יופיה של הכרת הטוב וקסמה יוצא הדופן, נחשפים גם בפרשת שמות, בה מתואר סיפור נישואי משה לציפורה – בתו של יתרו. משה בורח למדיין, נעמד על יד הבאר, ומושיע את בנות יתרו מהרועים המתנכלים להן. הן שבות הביתה מוקדם מהרגיל, ואביהן שואל שאלה, שהיא בעצם זעקה מהדהדת: 'למה זה עזבתן את האיש' – הלא איש עשה עמכן טובה, סייע לכן בהשקיית הצאן. כיצד יתכן שעזבתן אותו כך, בשולי הדרך? המתבקש ביותר הוא להזמין הביתה, להגיש לו ארוחה. הלא הוא עשה עמכן טובה, היכן הכרת הטוב שלכן? כיצד יתכן שנותר בחוץ, לאחר שגמל עמכן טובה?! בעקבות זאת, משה מוזמן הביתה, מתעכב בבית יתרו והופך לחתנו. יתרו – חותן משה, זכה בחתן שהוא מנהיג ישראל שנתן את התורה, זכה שחתנו הוא הנביא הגדול ביותר בכל הדורות, רק הודות להכרת הטוב. הכרת הטוב של יתרו הפכה לזכות עילאית, שהובילה אותו לחתן המובחר ביותר! וכמים הפנים לפנים: הכרת הטוב של משה לחותנו, על שפתח בפניו את ביתו והשיא לו את בתו, הייתה עצומה ובלתי נתפסת. עד כדי כך, שכאשר בורא עולם מגיע למשה רבינו ומבקש להטיל עליו את המשימה לגאול את ישראל ולהצילם מיד מצרים, משה מסרב בגלל הכרת הטוב לחותנו. המדרש בפרשת שמות מגלה, כי משה טוען בפני בורא עולם, שאינו



יכול לצאת ממדיין למצרים ולגאול את ישראל ללא הסכמת חמיו, שכן חמיו פתח בפניו את ביתו, והוא חייב לו הכרת הטוב. הבה נתבונן – היה אומר הסבא מסלבודקה דצ"ל: על כף המאזניים מוטלת השליחות החשובה, הנעלית, הנשגבה ביותר – להציל את בני ישראל ממצרים. למשה רבינו ניתנת הזכות להיות גואלם ומנהיגם, להוציאם מטומאת מצרים, להביאם להר סיני, ולתת להם את התורה. אך משה מסרב, מוותר על התפקיד הנשגב ביותר, בשל חובת הכרת הטוב! כי הכרת הטוב, בסולם הערכים הנעלה של משה, מחייבת, תופסת וערכית יותר מכל תפקיד, מכובד, נשגב ונעלה באשר הוא. כדאי לוותר על תפקיד מנהיג ישראל, כדאי לעכב את גאולת ישראל ממצרים – כי הכרת הטוב חשובה יותר. הכרת הטוב היא ערך כה נעלה ומחייב, שלא ניתן להתעלם ממנו ולדלג עליו, גם במחיר שעם ישראל יישאר במצרים עד לבוא גואל אחר!

\*

### עד היכן מגיעה מידת הכרת הטוב?

הגאון רבי משה פיינשטיין דצ"ל הגיע לפגישה עם גביר בקומה רביעית בבניין משרדים ללא מעלית. הוא היה אז בגיל שמונים וחמש, ובקושי רב טיפס את המדרגות ברגל. כשהסתיימה הפגישה הוא ירד למטה לאיטו ועמד להיכנס לרכב שלקח אותו. לפתע נעמד במקומו כנזכר בדבר מה, ובלי לומר מילה נוספת סב על עקבותיו וצעד לעבר הבניין. שני תלמידים שליוו אותו הזדרזו לשאול: "האם הרב שכח משהו?"... "כן", השיב להם, "אני צריך לעלות". "שהרב לא יטרח", נדעקו שניהם, "אנחנו נעלה"... אך רבי משה אמר להם: "זה עסק שלי!" והחל לטפס למעלה. מה גורם לאדם בן שמונים וחמש לטפס ארבע קומות ברגל, לאחר שרק הרגע ירד? מה גורם לו לסרב לעזרה ולהתאמץ בעצמו? התלמידים עלו איתו,

ראוהו מתנשם ומתנשף במאמץ, ונח בין קומה לקומה. כשהגיע לקומה רביעית, נכנס למשרדו של הגביר. הלה קם ממקומו מופתע, האם התחדש משהו מאז השיחה ביניהם? רבי משה פנה ואמר: "שכחתי להודות לך על כוס התה שהכנת לי, באתי לומר יישר כח! התה היה מצויין" ... התלמידים נאלמו דום. כשנרגעו מעט... שאלו את רבם: "כבוד הרב, האם לא יכולת לשלוח אותנו לומר תודה?" "יכולתי", השיב להם בפשטות, "אבל מי שתה את התה, אני או אתם? אני שתיתי, ולכן אני הוא שצריך להודות!" ...

\*

### הכרת הטוב גם בדברים "קטנים"...

מידי שבוע היה הגאון רבי חיים שמואלביץ דצ"ל מוסר שיעור בביתו לתלמידי ואברכי הישיבה. באחד מימי החנוכה, באמצע השיעור, נכנסה הרבנית עם קערה מלאה בסופגניות והניחה אותה על השולחן. עצר רבי חיים את השיעור, ונטל לעצמו סופגניה. לאחר מכן ביקש רבי חיים מתלמידיו שכל אחד יטול לעצמו סופגניה... לאחר שאכלו, שאל אותם: "האם הסופגניות טעימות לכם?" השיבו השומעים: "כן, כן" ... פנה רבי חיים וקרא בקול גדול לעבר המטבח: "מרים, הסופגניות מאד טעימות, וכולם אומרים שהן מאד טובות!" ואז, סובב את פניו לעבר תלמידיו ואמר בשקט: "הכרת הטוב" ...

\*

### כיבוד הורים - הדרך להכרת הטוב לה'

כתוב בעשרת הדיברות: "כבד את אביך ואת אמך למען יאריך ימך על האדמה אשר ה' אלוקיך נתן לך". והגמרא (קידושין ל"ט"ב) אומרת: "שלשה שותפים הן באדם: הקדוש ברוך הוא ואביו ואמו. בזמן שאדם מכבד את אביו ואת אמו, אמר הקדוש ברוך הוא מעלה אני עליהם כאילו דרתי ביניהם וכבדוני". כלומר, היחס האמור להתעצב בנפשו של האדם כלפי הוריו, הוא מעין היחס שאמור



להתעצב בנפשו כלפי הקב"ה. מדוע? היחס להורים בונה באדם את מידת הכרת הטוב. הכרת הטובה להורים היא הפתח לכל ההתפתחות המוסרית. כח הכרת הטובה המופיע בנוגע להורים יפתח באדם אישיות מכילה ולא אגואיסטית. כאשר אדם מכיר טובה למקור חייו – ההורים, הוא יכיר טובה כלפי מקור החיים – הקב"ה. ההורים הם הצינור שדרכו ירדה נשמתנו לעולם, ומכיוון שכך, היחס אליהם הוא היחס כלפי מקור החיים. כיבוד הורים הוא ביטוי לכך שאדם מבין כי הוא אינו יחיד, אלא חלק משרשרת גדולה. נתבונן בדברים שכתב בספר החינוך במצות כיבוד הורים: "משורשי מצוה זו, שראוי לו לאדם שיכיר ויגמול חסד למי שעשה עמו טובה, ולא יהיה נבל ומתנכר וכפוי טובה. שזו מידה רעה ומאוסה בתכלית לפני אלוקים ואנשים. וייתן אל ליבו, כי האב והאם הם סיבת היותו בעולם, ועל כן באמת ראוי לו לעשות להם כל כבוד ותועלת שיוכל. כי הם הביאוהו לעולם, גם יגעו בו כמה יגיעות בקטנותו. וכשיקבע זאת המידה בנפשו, יעלה ממנה להכיר טובת האל ברוך הוא, שהוא יתברך סיבתו וסיבת כל אבותיו עד אדם הראשון, ושהוציאו לאור העולם, וסיפק צרכיו כל ימיו, והעמידו על מתכונתו ושלימות אבריו, ונתן בו נפש יודעת ומשכלת, שאילולי הנפש שחננו האל יהיה סוס כפרד אין הבין. ויעריך במחשבתו, כמה וכמה ראוי להיזהר בעבודתו ברוך הוא".

ובאמת כדאי לכל אדם שיתבונן כמה הוא חייב תודה להוריו. הרי כשאדם עשה למישהו טובה קטנה, ברור שמגיעה לו על כך תודה... ואם טרח בעבורו טרחה מרובה יותר, כבר לא יודע כיצד להודות, פיו מלא תודות... וכשטרח יותר ועשה לו טובה גדולה יותר, כבר חש צורך לקנות לו מתנה... וכשמדובר בטובה מתמשכת, זו כבר באמת מחויבות לא פשוטה... ואילו ההורים היקרים שלנו, עשו ועושים בשבילנו מעל ומעבר. הם דואגים ומתמסרים, מתאמצים

ועושים הכל כדי שיהיה לנו טוב. כל כך הרבה הכרת הטוב צריכה להיות לנו להורים שלנו. על ידי מצות כיבוד הורים, מחנכת אותנו התורה הקדושה, בין היתר, לתרגל בנפשנו שוב ושוב מידה זו של "הכרת הטוב". לצאת מתחושת האנוכיות המושרשת בנו מינקותנו ש"הכל מגיע לי", ולסגל לעצמנו רגש טהור ועדין של עין טובה ומבט מעריך, על הטובות הרבות המקיפות אותנו.

\*

### חינוך להכרת הטוב

אנחנו רוצים שהילדים שלנו יהיו בעלי מידות טובות, שהילדים יכבדו אותנו וילכו בדרכי אבותינו. אנחנו מייחלים לכך שהילדים שלנו יכירו טובה לקב"ה וילכו בדרכיו. כמובן שצריכים להתפלל על זה כל יום ולהתחנן לה' שנזכה לכך. יחד עם זאת מוטל עלינו לעשות את ההשתדלות. מהי ההשתדלות? לחנך את הילדים מגיל קטן להכיר טובה. להודות על כל דבר ואפילו אם זה משהו קטן. להכיר טובה לגננת, לנהג אוטובוס, למוכר במכולת, ללמד את הילדים ששום דבר לא מובן מאליו. ילד שלומד להכיר טובה, לומד לא לקבל כל דבר כמובן מאליו, זה יוביל אותו להכיר טובה להוריו, להודות להם על כל מה שהם עושים בשבילו, ולכבד אותם כנדרש. כשיגדל, הוא ילמד להכיר טובה לבורא יתברך שממנו הכל.

\*

### לסיום: המכיר טובה – מאושר יותר!

הפסיכולוגים רוברט אימונס ומייקל מק'קאלו ערכו מחקר מעניין. לחצי מהמשתתפים נאמר: "יש הרבה דברים בחיים, קטנים וגדולים, שאנחנו יכולים להעריך ולהכיר עליהם תודה. כתבו כל יום חמישה דברים טובים שקרו לכם היום. אלו לא חייבים להיות בהכרח דברים עמוקים במיוחד, אפשר לכתוב גם על הנאות קטנות כמו 'הקפה שלי הבוקר היה פשוט נפלא' ואלו יכולים גם להיות דברים גדולים – כמו

תודה רבה שאני בריא". ואילו לחצי השני של המשתתפים נאמר רק לכתוב מה הם עשו באותו היום. בכל מקרה, מדובר היה בפעולה של מספר דקות ביום. כשעקבו אחריהם לאורך זמן, החוקרים גילו תוצאות מרחיקות לכת. חברי הקבוצה שהכירה תודה לא רק למדו להעריך את מה שקורה, אלא גם היו מאושרים יותר. בנוסף, הם היו החלטיים, נמרצים ואופטימיים יותר. הם גם נהיו יותר נדיבים, ואפילו נהנו מבריאות טובה יותר. עם התפתחות ה'פסיכולוגיה החיובית', הנושא של הכרת תודה הפך לאחד התחומים הנחקרים ביותר בפסיכולוגיה. מחקרים רבים מראים כי לאנשים אסירי תודה יש תחושת רווחה גדולה יותר בחיים ובריאות נפשית מוגברת: הם חווים יותר שמחה, שביעות רצון מחייהם ומהקשרים הבין אישיים שלהם, התפתחות אישית, תחושת ייעוד בחיים וקבלה עצמית, ישנים טוב יותר וחווים פחות דיכאון ולחץ. יש להם דרכים חיוביות יותר להתמודד עם הקשיים בחיים (קבלת תמיכה מאנשים אחרים, גדילה מהקושי, הקדשת זמן גדולה יותר להתמודדות עם הקושי וכד') והם משתמשים פחות בדרכים שליליות להתמודדות עם קשיים אלו (התעלמות מהבעיה, הכחשת הבעיה, האשמה עצמית, התמודדות דרך שימוש בסמים/אלכוהול וכד'). למעשה נמצא כי להכרת תודה היה הקשר הגבוה ביותר עם תחושת רווחה בחיים, יותר מכל שאר תכונות האישיות שנחקרו.

שבת שלום!

העלון יוצא לאור  
בסיוע תלמוד תורה  
"נצח ישראל" בית שמש

לתגובות ולקבלת העלון במייל: [yd0527606276@gmail.com](mailto:yd0527606276@gmail.com)