

## בדרכי קניית המידות

### ר' אליאור בהר"ב

- פתיחה
- דרך המעשים
- דרך התבוננות שכלית
- דרך עבודה נפשית
- סיכום

### פתיחה<sup>1</sup>

עולמו של האדם מורכב מצדדים שונים. באופן כללי ניתן לחלק אותו לשלשה תחומים מרכזיים<sup>2</sup>:

- א. מחשבות - השכלות והשגות.
- ב. נפש - עולם תחושות החיים, רגשות ומידות.
- ג. מעשים.

כשאנו מבקשים למצוא הדרכה ממקורה של תורה בכדי לרומם את חיינו ולעשות רצון ה', הרי שלגבי עולם המעשה נראה שזכינו בהדרכות ברורות ומפורטות על פי דרכה של תורה, הלכות והדרכות שמקיפות את מצבי החיים השונים בהם נתקל האדם. מעשים אלו יש לבצע בכלי המעשה העומדים לרשותו של האדם. כך גם בעולם המחשבתי. ישנו מערך מחשבתי עשיר ומקיף הבונה השקפת עולם וחיים, שעליה גדל ובה מתפתח האדם הישראלי. עולם זה יש ללמוד, להעמיק ולהתבונן בו עד לקנין הדעת המבוקשת. בשני תחומים אלה נדמה שהדרך סלולה (באופן יחסי), והנתיב לאדם החפץ להדריך את חיו מסומן וברור.

לגבי התחום הנפשי נראה שהדברים פחות ברורים. ישנן הגדרות של המידות, הדרכות שמגדירות "נקודות ציון" אליהן יש לשאוף ואותן מוטל עלינו לקנות בנפש<sup>3</sup>, אך לא תמיד ברור מהן דרכי הקנין וכיצד על האדם לעבוד בכדי להגיע אל "היעד". אדם

---

1. נתעוררתי לענין זה משיעור ששמעתי מהרב ראובן פיירמן שליט"א שטען (למיטב הבנתי) שלפסיכולוגיה יש כלים לקניית ובנין המידות, דבר שהתורה כמו שהיא בידינו חסרה. אין במאמר זה עיסוק ישיר בנקודה זו אלא הצעת כיווני חשיבה.

2. כמובן יש הרבה לעיין בכל אחד מהתחומים, מה מהותו ועניינו, וכן ביחסים ביניהם, עיין למשל בעולת ראייה חלק א עמוד ד"ה ונתנו על ציצת, ואכמ"ל.

3. כדוגמת מסכת אבות ועוד הדרכות רבות המצויות בדברי חז"ל וחכמי הדורות.

הנפגש, לדוגמא, עם הדרכה של "אל תהיו כעבדים המשמשין את הרב על מנת לקבל פרס אלא הוּו כעבדים המשמשין את הרב שלא על מנת לקבל פרס ויהי מורא שמים עליכם" (אבות א, ג), ויודע בנפשו שאינו שייך למדרגה זו, חסר פעמים רבות את הכלים ואת הדרך המובילה אותו מנקודת המוצא הנפשית שלו לעבר המדרגה המבוקשת. לעולם הנפשי-מידותי ישנם חוקים וסדרים משלו. אין די בידיעה שכלית "יבשה" של האמת מצד עצמה, בכדי להבטיח שישנו חיבור נפשי אמיתי אליה.<sup>4</sup> מאידך, גם המעשה הספיציפי-נקודתי אין בכוחו להבטיח שאכן הדברים נקנו בנפש בצורה אמיתית ושהאדם הפך להיות הוא עצמו רוצה בטוב ובישור. וא"כ נשאלת השאלה האם ישנו בידינו הסולם שצריך להעלותנו שלב אחרי שלב אל אותן מעלות הנקנות בנפש. ברצוני לעסוק באופן כללי בכמה מהכיוונים שמצאתי בדברי גדולי ישראל שעסקו בנושא זה.<sup>5</sup>

4. אמנם ישנו צד של השפעה סגולית ע"י לימוד תורה, מצד "חכמת הקודש הפועלת" (עיין אורות הקודש א, א), שכן בתורה ישנה יכולת להשפיע על האדם העוסק בה, ולרומם אותו גם בצדדים שאינם קשורים באופן ישיר לתוכן השכלי שבו הוא עוסק, כמאמר חז"ל (איכה רבה פתיחתא ב) "הלואי אותי עזבו ותורתי שמרו, מתוך שהיו מתעסקין בה המאור שבה היה מחזירן למוטב", אולם אין בכך בכדי לפטור אותנו מעיסוק ישיר בנושאים אלו. ועיין אורות הקודש חלק ג עמוד רלג: "אף על פי שהתורה והמצוות מזככות הן את המדות, מכל מקום אי אפשר לסמוך על זאת לבד, והכרח לעסוק בזיקוק המדות, ובתיקון המוסר ביחוד". ולפי הרמב"ם אף נראה שזהו תנאי מקדים ללימוד, כמש"כ בפירושו למסכת אבות (ג ח): "זה דבר מוסכם עליו מן הפילוסופים גם כן, שהרגל המעלות כשיקדם לחכמה, עד שיושגו בקנין חזק, ואחר כך ילמד החכמה אשר תזרזהו על הטובות ההן - יוסיף שמחה בחכמה ואהבה בה ושקידה על ההוספה בה, הואיל ותעוררהו אל מה שהורגל. ואם קדמו קנייני הרעות, ואחר כך למד, ותהיה החכמה מונעתו ממה שיתאוה לו בהרגל - תכבד עליו וישליכנה". באופן כללי אפשר לומר שזה כלול במה שאמרו חז"ל (תנא דבי אליהו רבה א) "דרך ארץ קדמה לכל", ועיין עוד באורות התורה (יב, ב) ואכמ"ל.

5. ברצוני לסקור את הנושא באופן כללי, ולכן יתכנו אי דיוקים והכללות שאינן יורדות לסוף כל הפרטים. מכל מקום נראה לי שיש תועלת בעצם הצגת הדברים. כמו כן, נראה לי שאין בנושא זה הדרכה מפורטת דיה, עיין בחתימת המסילת ישרים: "ואתה קורא נעים ידעתי שכמוני תדע אשר לא כליתי בספרי זה את כל חוקי החסידות, ולא אמרתי כל מה שיש לומר בענין זה, כי אין לדבר סוף, ואין להתבונן תכלית. אבל אמרתי קצת מכל פרט שבפרטי הברייתא, אשר עליה יסדתי חיבורי זה, והוא מה שיכול להיות התחלה וראשית להרחיב העיון בעניינים ההם, כיון שנגלה דרכם ונפתח אורחם לעינינו ללכת בהם בדרך מישור. ועל כל כיוצא בזה נאמר: ישמע חכם ויוסף לקח ונבון תחבולות יקנה, והבא לטהר מסייעים אותו: כי ה' יתן חכמה מפיו דעת ותבונה, להישיר איש איש את דרכו לפני בוראו". ועולה מדבריו שהדרכה מפורטת בתחום זה היא מן הנמנע, מכיון שהעקרונות הכלליים באים לכדי יישום בכל אדם לפי עניינו ומצבו. עם זאת, נראה שישנה עוד הרבה עבודה שניתן לעשותה, ומסתבר שהחסרון בכך נגרם גם בעקבות הזנחת העיסוק בעולם המידות והנפש, כמו שמרחיב המסילת ישרים בהקדמה לספרו, ועי' גם מוסר אביך, מצות יראת ה' בביאור תופעה זו בהרחבה.

### דרך המעשים

כתב הרמב"ם בשמונה פרקים (פרק ד):

ודע, כי אלו המעלות והפחיתויות אשר למידות, אמנם ייקנו ויתישבו בנפש, בחזרה על הפעולות ההוות מזו המידה פעמים רבות בזמן ארוך, והתרגלנו אליהן. ואם יהיו הפעולות ההן טובות - יהיה הנקנה לנו מעלה, ואם יהיו רעות - יהיה הנקנה לנו פחיתות.

ואם כן העבודה היא מהחוץ אל הפנים, הפעולות המעשיות משפיעות על הגורם הנפשי. וכן כתב גם בהלכות דעות (א ז):

וכיצד ירגיל אדם עצמו בדעות אלו עד שיקבעו בו, יעשה וישנה וישלש במעשים שעושה על פי הדעות האמצעיות ויחזור בהם תמיד עד שיהיו מעשיהם קלים עליו ולא יהיה בהם טורח עליו ויקבעו הדעות בנפשו. לגבי מקור דבריו כתב בספר דברי ירמיהו<sup>6</sup> על הלי' דעות שם:

במס' יומא דף לח: אמר ר' חייא בר אבא א"ר יוחנן וכו' דבי ר' שילא אמרי כיון שבאה לידו דבר עבירה פעם ראשונה ושניה ואינו חוטא שוב אינו חוטא שנאמר "רגלי חסידיו ישמור", ובירושלמי פאה פ"א ר' ירמיה אמר ר' שמואל בר רב יצחק שומר אדם את עצמו מן העבירה פעם ראשונה ושניה ושלישית מכאן ואילך הקדוש ברוך הוא משמרו, מ"ט הן כל אלה יפעל אל פעמים שלש עם גבר. ורבינו בחר כלשון הירושלמי וישלש.

אמנם יש להעיר, שזהו מקור העוסק בענין התרגלות למצוות, שניתן גם לייחס אותה לרובד המעשי בלבד, ופחות בענין קנין היסוד הנפשי.<sup>7</sup>

מחבר נוסף שהרחיב בכיוון זה הוא ספר החינוך (מצוה טז)<sup>8</sup>:

"...ומתוך המעשה והדמיון שאנחנו עושין נקבע בנפשותינו הדבר לעולם. ואל תחשוב בני לתפוש על דברי ולומר, ולמה זה יצוה אותנו השם יתברך לעשות כל אלה לזכרון אותו הנס, והלא בזכרון אחד יעלה הדבר במחשבתנו ולא ישכח מפי זרענו, כי לא מחכמה תתפשני על זה... **דע כי האדם נפעל כפי פעולותיו. ולבו וכל מחשבותיו תמיד אחר מעשיו שהוא עושה בהם**, אם טוב ואם רע, ואפילו רשע גמור בלבבו וכל יצר מחשבות לבו רק רע כל היום, אם יערה רוחו וישים

6. לרבי ירמיהו לעוו - נולד בשנת תקע"א, נפטר בשנת תרל"ד. מגדולי הדור ורב בעיר אוהעל (פירוש מופיע בפרויקט השו"ת).

7. יתכן גם שזו שיטה ש"גויירה" ע"י הרמב"ם, שלמדה משיטות פסיכולוגיות-פילוסופיות שרווחו בזמנו. עיין גם בספר "תנועת המוסר" (של הרב דב כ"ץ) שחלק מחכמי המוסר השתמשו בטכניקות ויסודות שלמדו מחכמי אוה"ע. ועי' גם לקמן הערה 20. ונראה שסברו שזה בכלל "חכמה בגוים תאמין", וצ"ע בזה ואכמ"ל.

8. וכן במקומות נוספים שם: מצוה מ, מצוה צה, מצוה צט ועוד.

השתדלותו ועסקו בהתמדה בתורה ובמצוות, ואפילו שלא לשם שמים, מיד ינטה אל הטוב, ובכח מעשיו ימית היצר הרע, כי אחרי הפעולות נמשכים הלבבות. ואפילו אם יהיה אדם צדיק גמור ולבבו ישר ותמים, חפץ בתורה ובמצוות, אם אולי יעסק תמיד בדברים של דופי, כאילו תאמר דרך משל שהכריחו המלך ומינהו באומנות רעה, באמת אם כל עסקו תמיד כל היום באותו אומנות, ישוב לזמן מן הזמנים מצדקת לבו להיות רשע גמור, כי ידוע הדבר ואמת שכל אדם נפעל כפי פעולותיו, כמו שאמרנו.

ועל כן אמרו חכמים זכרונם לברכה: רצה המקום לזכות את ישראל לפיכך הרבה להם תורה ומצוות, כדי להתפיס בהן כל מחשבותינו ולהיות בהן כל עסקינו, להטיב לנו באחריתנו, כי מתוך הפעולות הטובות אנחנו נפעלים להיות טובים וזוכים לחיי עד. ורמזו זכרונם לברכה על זה באמרם: כל מי שיש לו מזוזה בפתחו וציצית בבגדו ותפלין בראשו מובטח לו שלא יחטא, לפי שאלו מצות תמידיות ונפעל בהן תמיד...

וא"כ מבואר מדברי ספר החינוך שכולל בהדרכה זו את כלל עולם המצוות,<sup>9</sup> שמשפיע על עולמו הרוחני-נפשי של האדם דרך עולמו המעשי.

ניתן לבאר שהעקרון העומד ביסוד שיטה זו הוא שנפשו של האדם מושפעת מרשמים שהאדם קולט מהסובב אותו. כמו שכתב הרמב"ם בהלכות דעות (א, ב):

...וכל הדעות יש מהן דעות שהן לאדם מתחלת ברייתו לפי טבע גופו, ויש מהן דעות שטבעו של אדם זה מכוון ועתיד לקבל אותם במהרה יותר משאר הדעות, ויש מהן שאינן לאדם מתחלת ברייתו אלא למד אותם מאחרים או שנפנה להן מעצמו לפי מחשבה שעלתה בלבו, או ששמע שזו הדעה טובה לו ובה ראוי לילך והנהיג עצמו בה עד שנקבעה בלבו.

מעשה, על מנת ליצור את הרשמים האלו אנו משתמשים במעשים. המפגש עם דבר שהאדם לא רק מתרשם ממנו באופן חיצוני, אלא גם עושה אותו בגופו באופן בלתי אמצעי, חוקק בנפש רשמים שמעצבים אותה יותר מאשר חוויות חיצוניות שהאדם מתרשם מהן, וממילא משמשים יסוד לעבודת המידות.

כיוון אחר שניתן לבאר בו דרך זו, הוא, שכל מידה נמצאת באדם בצורה מוקטנת. במעשה יש יכולת לא רק להוציא לפועל את התכונה, אלא הוא גם משמש ככוח פועל שמעצים את המידה בנפש.<sup>10</sup>

9. נראה פשוט שיש במצוות גם בחינות עליונות יותר, אך זהו כיוון הסברה מסויים, ואכמ"ל בסוגיית טעמי המצוות.

10. עיין אורות התשובה ו, ו (אמנם שם מדובר על השפעת המעשים על הנשמה, אך ניתן ללמוד מזה גם לעניינו).

יתרון גדול שקיים בדרך זו, הוא בכך שבאופן יחסי לדרכים אחרות היא פשוטה וקלה. שליטתו של האדם במעשיו קלה יחסית, מאשר העיסוק בכוחות המחשבה או הדמיון והרגש, וממילא נתונה בידיו של כל אדם באשר הוא. כתוצאה מזה, דרך זו נתונה לכל אדם בן חורין בכל מקום שהוא, גם אם אין בידו פנאי ויכולת לעסוק בדרכים עמוקות יותר.

### דרך התבוננות שכלית

בספר מסילת ישרים, לאורך כל הספר (פרט למקומות בודדים)<sup>11</sup> דרכי הקנין של המידות הן ע"י התבוננות.<sup>12</sup> ובאופן כללי נראה ממנו שהמהלך הנפשי שלאחר קנין

11. המובאים בהערה לקמן. איני יודע לבאר יוצאי דופן אלו.

12. זהירות: "הנה מה שמביא את האדם על דרך כלל אל הזהירות, הוא לימוד התורה. והוא מה שאמר רבי פינחס בתחלת הברייתא, תורה מביאה לידי זהירות. אמנם על דרך פרט המביא לזה, הוא ההתבוננות על חומר העבודה אשר חייב בה האדם, ועומק הדין עליה". זריות: "הנה האמצעים אשר נקנה בס הזריות, הם הם אותם אשר נקנה בס הזהירות, ומדרגותיהם כמדרגותיהם, וכמו שכתבתי למעלה, כי ענינם קרוב זה לזה מאד, ואין הפרש ביניהם אלא שזה בעשין וזה בלאוין. וכאשר יתאמת אצל האדם גודל ערך המצות ורוב חובתו בהם, ודאי שיתעורר לבו אל העבודה ולא יתרפה ממנה. ואמנם, מה שיוכל להגביר ההתעוררות הזו הוא ההסתכלות ברוב הטובות..."

נקיות: "הנה האמצעי האמיתי לקנות הנקיות, הוא התמדת הקריאה בדברי חכמים ז"ל, אם בעניני ההלכות ואם בעניני המוסרים".

פרישות: "הנה הדרך המובחר לקנות את הפרישות הוא: שישתכל האדם בגריעות תענוגות העולם הזה ופחיתותם מצד עצמם, והרעות הגדולות שקרובות להולד מהם... אבל כשיתברר אל האדם היות הטוב ההוא כוזב לגמרי מדומה ובלוי שום התמדה נכונה, והרע בו אמיתי או קרוב להולד ממנו באמת, ודאי שימאס בו ולא ירצהו כלל".

טהרה: "הנה הדרך להשיג המדה הזאת, קל הוא למי שכבר השתדל והשיג המדות השנויות עד הנה. כי הנה כשיחשוב ויתבונן על פחיתות תענוגי העולם וטובותיו, כמו שכתבתי למעלה, ימאס בהם ולא יחשבם אלא לרעות ולחסרונות הטבע החומרי החשוך והגס. ובהתאמת אצלו היותם ממש חסרונות ורעות, ודאי שיקל לו להבדל מהם ולהסירם מלבו. על כן כל מה שיעמיק ויתמיד להכיר פחיתות החמריות ותענוגיו, יותר יהיה נקל לו לטהר מחשבותיו ולבו..."

חסידות: "הנה ממה שיועיל הרבה לקנות החסידות, הוא גודל ההסתכלות ורוב ההתבוננות, כי כאשר ירבה האדם להתבונן על גודל רוממותו יתברך, ותכלית שלימותו, ורוב ההרחק הבלתי משוער שבין גדולתו ובין שפלותו, יגרום לו שימלא יראה ורעדה מלפניו, ובהתבוננו על רוב חסדיו עמנו, ועל גודל אהבתו יתברך לישראל, ועל קרבת הישרים אליו ומעלת התורה והמצות, וכיוצא מן העיונים והלימודים, ודאי שתתלהט בו אהבה עזה, ויבחר ויתאוה לידבק בו, כי בראותו שהשם יתברך הוא לנו לאב ממש, ומרחם עלינו כאב על בניס, יתעורר בו בהמשך החפץ והתשוקה לגמול לו כבן על אביו. והנה לזה צריך האדם שיתבודד בחדריו, ויקבוץ כל מדעו ותבונתו על ההסתכלות ואל העיון בדברים האמתיים האלה. והנה ודאי שיעזרהו לזה רוב ההתמדה והעיון במזמורי דוד המלך ע"ה וההתבוננות

הדעת הוא ממילאי.<sup>13</sup> באופן מסויים יש כאן מהלך הפוך מהדרך הקודמת, מבפנים - מעולם המחשבה השואף לאמת האוביקטיבית והמוחלטת, החוצה - אל העולם הסוביקטיבי הפנימי של האדם שצריך לשקף לפי מידתו את האמת. ולא מבחוץ - מהמעשים הפרטיים והמבוטאים כלפי חוץ, פנימה - אל נפשו של האדם. יתכן שמקור דברי הרמח"ל הוא בדברי חז"ל במקומות רבים על כוחה של תורה להתמודד עם יצר הרע:

כך הקדוש ברוך הוא אמר להם לישראל: בני, בראתי יצר הרע ובראתי לו תורה תבלין, ואם אתם עוסקים בתורה - אין אתם נמסרים בידו, שנאמר: הלא אם תטיב שאת, ואם אין אתם עוסקין בתורה - אתם נמסרים בידו, שנא': לפתח חטאת רובץ... תנא דבי ר' ישמעאל: בני, אם פגע בך מנוול זה משכהו לבית המדרש, אם אבן הוא נימוח, ואם ברזל הוא מתפוצץ, שנאמר: הלא כה דברי כאש נאם ה' וכפטיש יפוצץ סלע. אם אבן הוא נימוח; שנאמר: הוי כל צמא לכו למים, ואומר אבנים שחקו מים. (קידושין ל:)

וכן במקומות נוספים בדברי חז"ל. אם נאמר כך, אפשר לומר שהרמח"ל הבין שאין כאן רק ביטוי של השפעה סגולית (עיי' הערה 4), אלא גם השפעה נפשית ישירה.

במאמריהם ועינים, כי בהיותם כולם מלאים אהבה ויראה וכל מיני חסידות, הנה בהתבוננו בס, לא ימנע מהתעורר בו התעוררות גדול לצאת בעקבותיו וללכת בדרכיו".

ענוה: "שנים הם המרגילים את האדם על הענוה, הרגילות וההתבונן, הרגילות הוא - שיהיה האדם מרגיל עצמו מעט מעט בהתנהג בשפלות על הדרך שזכרנו, בישיבת המקומות הפחותים וללכת בסוף החברה, ללבוש בגד צנועים, דהיינו מכובדים אך לא מפוארים, כי בהתרגלו בדרך הזה תכנס ותבוא הענוה בלבו מעט מעט עד שתקבע בו כראוי. כי הנה בהיות טבע לב האדם לזוח ולהתנשא קשה עליו לעקור מעיקרה הנטייה הטבעית הזאת, אלא אם כן בפעולות החיצונות המסורות בידו ימשיך מעט מעט הדבר בפנימיותו הבלתי מסור לו כל כך, וכענין שביארנו בזריזות, שכל זה נכלל במאמרם ז"ל (ברכות י"ז): לעולם יהא אדם ערום ביראה, דהיינו שיבקש תחבולות נגד הטבע ונטייתו עד שינצחם. אך ההתבונן הוא על ענינים שונים..."

יראת חטא: "אך דרך קניית היראה הזאת הוא ההתבונן על שני ענינים אמתיים... וכיון שיתברר לו שבכל מקום שהוא, הוא עומד לפני שכנינו יתברך, אז מאליה תבוא בו היראה והפחד פן יכשל במעשיו, שלא יהיו כראוי לפי רוממות כבודו".

קדושה: "והנך רואה שדרך קניית זאת המדה הוא על ידי רוב הפרישה, והעיון העצום בסתרי ההשגחה העליונה ומצפוני הבריאה, וידיעת רוממותו יתברך".

13. עוד יש להעיר, שאף במקומות שישנן בספר הדרכות מעשיות, שניתן לכאורה להשיג דרכן קנין מידותי, אין הרמח"ל מכניס אותן תחת הכותרת של דרכי קניית המידה. דוגמא לדבר בפרק ז (ביאור חלקי הזריזות), שם הרמח"ל מזכיר את מה שע"י הפעולות החיצוניות ניתן להשפיע על "תנועתו הפנימית", זאת למרות שהנושא של קניית הזריזות הוא הנושא של פרק ח. נקודה זו שמעתי מהרב אלי בזק שליט"א (ואינני זוכר מה ביאר בזה).

ויש לעיין בדרך השפעה זו, שלכאורה מתעלמת מהקושי המוזכר לעיל ומהפער הקיים בין התובנה השכלית לבין בניית הנפש ומידותיה.<sup>14</sup>

יתכן שניתן לבאר זאת על פי מה שכתב הרמח"ל בפתיחתו המפורסמת לספרו:

אמר המחבר: החיבור הזה לא חברתיו ללמד לבני האדם את אשר לא ידעו, אלא להזכירם את הידוע להם כבר ומפורסם אצלם פירסום גדול. כי לא תמצא ברוב דברי, אלא דברים שרוב בני האדם יודעים אותם ולא מסתפקים בהם כלל, אלא שכפי רוב פרסומם וכנגד מה שאמתתם גלויה לכל, כך ההעלם מהם מצוי מאד והשכחה רבה. על כן אין התועלת הנלקט מזה הספר יוצא מן הקריאה בו פעם אחת, כי כבר אפשר שלא ימצא הקורא בשכלו חדושים אחר קריאתו שלא היו בו לפני קריאתו, אלא מעט. אבל התועלת יוצא מן החזרה עליו וההתמדה. כי יזכרו לו הדברים האלה הנשכחים מבני האדם בטבע, וישים אל לבו חובתו אשר הוא מתעלם ממנה.

כלומר, ישנה בעיה של דברים שמצד אחד "אמיתתם גלויה לכל", ומצד שני "ההעלם מהם מצוי מאד והשכחה רבה". ניתן אולי לבאר שהנקודה אליה מכוון הרמח"ל, ואותה הוא רוצה לבנות, היא תודעת החיים החיה שבאדם. כלומר, הסיבה שאדם אינו הולך על פי האמת והיושר אינה משום שחסרים לו העקרונות הנכונים, אלא מפני שהוא מסיח את דעתו מהם, התובנות אינן הדרך בה הוא רואה את המציאות אלא רק "סיסמאות" שקיבל בדרך זו או אחרת, וממילא אין בהן כדי להניע אותו לפעול ולחיות את המציאות לפיהן. ככל שגדלה הדעת כך גם האדם פועל לפיה במציאות, וממילא ע"י שנגדיל את מקומה של הדעת בחיי האדם נוכל ליצור בו שינוי.<sup>15</sup>

לדוגמא, גם כשאומרים לילד שמעשה זה או אחר מסוכן, אין בכך מלהניא אותו מלעשותו, כיון שאין הידיעה הזו משמעותית לגביו, למרות שיתכן שהוא יודע להסביר אותה באופן תיאורטי. מאידך, לאדם מבוגר המילה "מסוכן" תופסת מקום משמעותי בתודעתו, ולכן היא משפיעה על רגשותיו ועל מעשיו. כך גם בענייננו, אדם שהמציאות מבוררת לו בצורה אמיתית - כדבר ה' וחסדו, יתמלא רגש אהבה ותודה, וכן להיפך, ככל שתברר לו פחיתות תענוגי העוה"ז, ייקל לו לצאת מהשעבוד אליהם.

14. אפשר היה לומר שיש כאן השפעה סגולית של תורה, עיין הערה לעיל, אך אם כן לא מובן מהו הצורך הגדול לעסוק בלימוד יראת ה', עליו מרחיב הרמח"ל בהקדמתו, שהרי זהו תהליך שקורה ע"י לימוד תורה בכל תחום שהוא.

15. כעין זה כתב בתניא (לקוטי אמרים פרק ג) בהקשר אחר: "והדעת הוא מלשון והאדם ידע את חוה, והוא לשון התקשרות והתחברות - שמקשר דעתו בקשר אמיץ וחזק מאוד ויתקע מחשבתו בחוזק בגדולת אין סוף ב"ה ואינו מסיח דעתו, כי אף מי שהוא חכם ונבון בגדולת א"ס ב"ה, הנה אם לא יקשר דעתו ויתקע מחשבתו בחוזק ובהתמדה - לא יוליד בנפשו יראה ואהבה אמיתית כי אם דמיונות שוא, ועל כן הדעת הוא קיום המדות וחיותן..."

מעתה, עיקר עבודתו של אדם היא "להחיות" את האמת הקיימת בו<sup>16</sup> ולהעמיד אותה לנגד עיניו תמיד. ממילא, אין די בביצוע הבירור השכלי הראשוני, שלגביו אומר הרמח"ל שהוא מבורר לכל אדם, אלא יש צורך בשינון תמידי ש"מחזיק" את התובנה הזו לעיני האדם תמיד.

יש בהסתכלות זו אמון גדול בטוב הטמון באדם, שהרי יסודות הטוב נטועים בו ועליו רק לפתחם. מאידך יש כאן אחריות גדולה, "לא בשמים היא" אלא "בפיך ובלבבך", וממילא "אי אתה בן חורין להבטל ממנה".<sup>17</sup>

מעלה גדולה יש בדרך זו, שהולכת "מלמעלה למטה", מנקודת האמת השכלית עד להגשמתה בחיים, ויש בכך משום פעולה שבאה מצד מעלת האדם כבעל דעה המדריך את חייו ממקור האמת ועל פי זה מכוון את עולמו הנפשי. מאידך, בניגוד לדרך המעשית יותר, זוהי דרך שמחייבת עבודה של התבוננות, שהיא כשלעצמה מהלך ארוך ומורכב יותר.

### דרך עבודה נפשית

בגישה זו אחזו חכמי תנועת המוסר.<sup>18</sup>

בניגוד לשיטות הקודמות, בהן ההשפעה על הנפש היתה בצורה עקיפה, דרך כלים אחרים שברשות האדם, בדרך זו הפעולה ישירה יותר, עיסוק בנפש עצמה. העקרון המנחה בדרך זו<sup>19</sup> הוא שהפער בין התודעה השכלית לבין המדרגה הנפשית הוא פער שיש לצמצמו באמצעים נפשיים, יצירת השפעות ישירות על הנפש, שיגרמו לה להתפעלות והפנמת התוכן הרוחני בתרגום לשפתה.

לשם כך יש צורך בשימוש באמצעים שונים, שינון של פסוקים או מאמרי חז"ל כדי להשפיע באופן זה על נפשו של האדם, וכן לימוד מוסר באופן של התרגשות גדולה "רגשת הנפש וסערת הרוח" (אגרת המוסר), ציורי דמיון חזקים של ציורי יראת העונש מחד וגודל השכר המצוות מאידך, וכן על זה הדרך. בדרך זו, על שלל מרכיביה השונים, ניתן לראות באופן בולט את העיסוק בעולם הנפשי מצד עצמו - התמודדות עם העולם הנפשי ב"כלי העבודה" שלו עצמו (דמיון, התפעלות רגשית).

16. ישנה גם עבודה של בירור עולמו הרוחני של האדם וסילוק סילופים ועיוותים, כמבואר בהמשך דברי הרמח"ל שם ובהמשך ספרו, עכ"פ מודגש בקטע המצוטט לעיל שאין זה הנושא העיקרי של הספר: "אפשר שלא ימצא הקורא בשכלו חדושים אחר קריאתו שלא היו בו לפני קריאתו, אלא מעט".

17. ועיין אריכות דברים בזה במוסר אביך פרק א, מצות יראת ד', שעוסק בדברי הרמח"ל בהרחבה.  
18. כמובן זו אמירה כוללת, שאין בכוחה לכלול את כל תנועת המוסר על כל ענפיה והסתעפויותיה, עכ"פ יש כאן כיוון מסוים שעולה מדבריהם. נעזרתי הרבה בספר 'תנועת המוסר' (שחיבר הרב דב כ"ץ) חלק א, בעיקר בפרקים יט-כ.

19. עיין בספר תנועת המוסר בפרקים הנ"ל ובפרק כא שוודאי גם לשיטה זו ישנו גם עיון ולימוד שכלי של אמיתת הדברים מצד עצמם, עכ"פ אנו עוסקים במיוחד שבשיטה זו.



זוהי שיטה פסיכולוגית המבוססת על מחקר מעמיק של נפש האדם,<sup>20</sup> ומצאה לה סימוכין בדברי חז"ל בחיוב לשנן דברי תורה לא רק כאמצעי לידיעה, אלא כאמצעי לחקיקת הדברים גם במישור הנפשי של האדם, וכן במקורות נוספים. נראה שהיתרון הבולט בדרך זו הוא ההשפעה הישירה, וממילא לכאורה גם האפקטיבית ביותר, על נפשו של האדם, שכן יש כאן "דיבור בשפה שלה". חסרון שניתן לראות בשיטה זו, הוא, שישנו קושי מהותי לבנות בנין יציב ושורשי ע"י רשמים שבמהותם שייכים לתחום ארעי וזמני, ושהרושם שלהם הולך וקהה ככל שדשים בהם יותר. אם למרות זאת נרצה לדרוך בדרך זו, ישנו צורך בהעצמה מתמדת של הרשמים הנפשיים כדי ליצור המשכיות, דבר שיוצר קושי גדול באופן היישום שלה בפועל.

עוד נקודה שחושבני שיש להעיר עליה, שצורת השפעה זו עלולה להיות לוקה בחוסר טבעיות. רוב בני האדם<sup>21</sup> באופן נורמלי אינם נותנים לרגש ולהתפעלות מקום כה גדול בעולמם ההכרתי. לכן, מהלך כזה יהיה כמעט בהכרח מלאכותי לחלק גדול מהאנשים, וממילא יתקשו לקבל ממנו ולהתמיד בו. אין זו רק בעיה טכנית - מעשית של קושי להתמיד, אלא נראה שבאופן אמיתי יש כאן חוסר התאמה למבנה הנפשי של האדם.<sup>22</sup> יתכן אולי לומר שזה מה שעמד בעוכריה של תנועה זו, שלמרות שהעמידה דור של גדולי תורה מופלגים והקימה ישיבות רבות, כמדומני שאין לה כיום כמעט המשכיות במובן העמוק והמקורי של המילה - אנשים שעוסקים בתיקון מידותיהם באופנים הנ"ל, וודאי שלא הפכה להיות נחלת הכלל.

20. כמבואר בספר תנועת המוסר שם פרק יט. עיי"ש שמשוה את שיטתו לשיטתו של חוקר צרפתי בשם אמיל קואה, וא"כ זוהי שיטה שאינה מייחדת דוקא את דרכי קניית המידות בנפש הישראלית.  
21. כמובן, הדבר תלוי בנפשות הפרטיות ובמצב הכללי בדור, ישנם דורות או סוגי אנשים שלהם תתאים דרך זו.

מכיוון אחר, ישנן גם שיטות בחסידות שמבססות את עולמו הרוחני של האדם על תנועות נפשיות חזקות, ואיני מכירן מקרוב לדעת מה מצבן ומה מידת הצלחתן, וכמדומני (אם כי יתכן בהחלט שאין הדברים כך) שגם שם הדברים צריכים חיזוק. עכ"פ הכל כלול בזה שישנם כאלה שלהם זה מתאים.  
22. עיין אוצרות ראי"ה (מהדורת ישיבת ראשון לציון ח"ב עמ' 311, הפנה אותי לזה הרב שלמה דרייפוס שליט"א) - "הגאון ר' ישראל מסלאנט ז"ל ידוע ערך צדקתו ותם דרכו לרבים, בכ"ז השתדל ליסד לימודי היראה בעמנו ולא עלתה בידו כראוי. וזה מטעם עיקרי שאין שום דרך נקבע כ"א על דרכה האמיתי... הוא ז"ל הרבה לדבר רק על הרחבת רעיוני מוסר, ואמר שדרך ההצלה היא רק רגשת הנפש וסערת הרוח, והרבה להרחיב לימודי רעיונות רק ביראת העונש. ולא זו הדרך שתורת ד' נוסדה עליה. אמת הדבר כי יראת העונש הוא פתח גדול אל השלמות בתחילת הישרת האדם, אבל לעשות יסוד מוסד אל הכלל המון בית ישראל, אי אפשר... אפשר שמי שימצא בעצמו שסערת הלב דרושה לו יוכל להשתמש בה לפעמים אבל לא להגבירה על דעתו ושכלו כי תערבב השכל ותסיר מלב העיון האמיתי ואהבת הידיעה ושקידת התורה אל האמת..."

אמנם יש להעיר, שנראה ברור ומוסכם שיש לשיטה זו מקום משמעותי ככלי עזר בכל דרך חינוכית. הדברים ברורים ופשוטים ביחס לקטנים (בגיל או בדעת), שכוחות הנפש והדמיון חזקים אצלם מהכוח השכלי, וממילא היכולת להשפיע באופן אחר מצומצמת יותר, ואף ביחס לגדולים, לפי משקל הזמן והמקום, יש לחווייה הנפשית תפקיד גדול בחקיקת תכנים בנפש.<sup>23</sup>

### סיכום

ראינו שישנן דרכים שונות בעבודת המידות: דרך המעשים - הפשוטה וה"עממית" יותר, מול דרך ההתבוננות - הקובעת את הדעת במרכז, וממילא קשה וארוכה יותר. כמו"כ ישנה גם דרך של השפעה דרך שימוש באמצעים נפשיים, עם מעלותיה וחסרונותיה. ובאמת, נראה שהדבר תלוי בכל נפש ונפש לפי כוחותיה ומצבה. ייתכן גם שבאותו אדם יהיו מצבים ושלבים שונים, בהם יידרש לדרך זו או לחברתה, וכמובן ישנם גם אופנים של שילוב בין דרכים שונות במינונים שונים.

23. עיין אגרות הראי"ה (חלק ב עמוד רכו): "...ולעורר רגש הקדושה, ואפילו את הדמיון הקדוש הממוזג במזג השכל הטהור, בכל עת רצון, ע"י שירי זמרה וחזרת מאמרי קודש בחדות לבב והרחבת דעת".