

פניני חינוך מהפרשה

חינוך מהפרשה – פרשת שופטים

הבחור הרהר רגע קל ואמר "נראה לי שאני ארגיש אותו".

מדוע?

"כיון שאני חוויתי זאת על בשרי!!!"

ואכן, כאשר אדם חווה את הדברים על בשרו, קל לו יותר להתחבר עם ההרגשות של האחר הנמצא בסיטואציה דומה. ולעיתים אף יכול להרגיש ממש את מה שהאחר חש ומרגיש.

ומכאן יצאנו לסלול דרך לרגשותיו ובאמצעות אימון נכון לבחון מה הסביבה מרגישה כלפינו.

נושא זה מלווה אותנו רבות, כמעט יום יום. וככל שנתאמן בזה יותר, כך נצליח לגעת באחר וקודם לכן בעצמנו, ואף יותר. אך יש כאן בחינה נוספת:

הדבר אינו כרוך רק באימון ברגשות אלא גם באימון ברגשות.

משמעות המושג אימון – הוא כמובן מלשון "אמונה", דהיינו, כאשר נאמין באמונה אמיתית ופשוטה שכל הקורה אותנו כאן בעולם המעשה, לא קרה באופן סתמי, אלא באופן מושגח, מוקפד ומדוקדק מאת הבורא יתברך, כך נבין יותר שהאירוע אותו עברנו וחוונו הוא בעצם עוד כלי ומתנה שקיבלנו מאת הבורא בכדי לאמן את עצמנו להיות טובים יותר. לחיות את חייו באופן טוב ונכון יותר, כלפינו וכלפי הסובבים אותנו, ולפני הכל – כלפי בוראנו.

ונפתח נא פתח רחב יותר בדברים:

כיצד רבי שמחה רכש את אמונם של הנערים?

שמו של רבי שמחה יצא לפניו כמסייע לבני נוער מבתי הרוסים.

אימון ואמון ברגשות

אחת המלאכות היותר מורכבות בעבודה עצמית מול האחר היא לנסות להתחבר עם הרגשות שלו.

אין מדובר רק ב"ידיעה" או ב"הבנה" מה הוא מרגיש, ואף לא בהסברה טובה ע"י שיקוף נכון, אלא במשהו הרבה יותר עמוק ואמיתי. אף שגם אלו הנזכרים הם יסודות חשובים בחיי חברה תקינים, ובתקשורת בין אישית נכונה.

ונסביר:

לאחרונה שוחחתי עם בחור בוגר על מה שבני משפחתו וסביבתו חווים כתוצאה ממעשיו ומהתנהלותו.

הבחור ניצב בעיקר בעמדת מגננה וניפק הסברים שונים למעשיו, כאשר היה ניכר שהוא מתקשה להתחבר עם רגשותיהם. תוך כדי שיחה נזכרתי שלפני תקופה מסוימת הוא סיפר לי על חוויה לא נעימה שעבר. היה זה בשעת לילה מאוחרת כאשר חזר מחתונה ומיהר לביתו, "קצת כושר גופני לא יזיק", הרהר והחל לרוץ. דא עקא שבאחד הסמטאות שבין הבניינים שעבר כדי לקצר את דרכו לא הבחין באבן, הוא נתקל בה השתטח מלוא קומתו ונחבט כהוגן, כתוצאה מכך משקפיו נשברו והוא נחבל בידו וברגלו, גם פניו נשרטו בצורה ניכרת, דבר שהותיר את רישומו על פניו תקופה ארוכה.

כשנזכרתי בזה שאלתי אותו: כיצד תגיב או תתייחס לבחור שבא לשוחח עמך ומספר לך את שאירע לו עתה, כאשר רץ ונפל ונחבל, ונשברו משקפיו... וכו'.

"אני ארחם עליו"...הגיב מיד.

שוב שאלתי: "האם רק תבין אותו או אולי אפילו תצליח להרגיש אותו?"

מבט פנימי על ניסיונות ומהמורות

ניסיונות שונים עוברים על האדם במשך החיים עלי אדמות, ולכל ניסיון יש תפקיד וייעוד משלו: לפעמים המטרה היא כפרת עוונות. לפעמים אלו איתותים שעליו לשפר את מעשיו. ולעיתים הניסיונות נועדו לפקוח את עיניו כדי לראות גבוה ולהמחיש לו תובנות שונות.

לפעמים נדמה לאדם כי הוא מבין היטב את זולתו, מכיר את הרגשתו, מיטיב לדעת את מניעיו, אבל זו טעות. מי שלא התנסה אישית בחוויה, לא יוכל לעולם לדעת בדיוק כיצד מרגיש אדם שנקלע אליה.

הנה בספר בראשית בפרשת 'לך לך' נאמר בציווי: "לך מארצך וממולדתך ומבית אביך אל הארץ אשר אראך" (בראשית יב, א). ומבאר רש"י: להנאתך ולטובתך.

שואל על כך בעל ה'הפלאה', הרה"ק רבי פנחס הורביץ זצוק"ל מפרנקפורט (בספרו: 'פנים יפות'): אם הקב"ה בכבודו ובעצמו מבטיח לאברהם שלא יפסיד מכך, ושההליכה תהיה להנאתו ולטובתו – מה הניסיון בזה?

ומתרץ לפי הנאמר בהמשך (שם, פסוק ד): "וילך אברם כאשר דבר אליו ה'", כלומר, אברהם הלך לא למען טובות ההנאה שתצמחנה לו מכך, אלא רק כדי לקיים את מצות הבורא.

מוסיף אחד המפרשים (ספר 'זכותא דאברהם'), שאין המקרא יוצא מידי פשוטו (שבת סג, א) ובכל זאת, יש לו כאן תועלת רוחנית: אברהם אבינו היה, כידוע, עמוד החסד (זוה"ק פרשת ויצא דף קמו,): והיה משתדל במיוחד במצות הכנסת אורחים. כדי לקיים את המצוה בשלמות הוא היה מחפש כל הזמן ללמד 'חידושים', מה עוד אפשר לעשות כדי להנעים לאורחיו ולשפר את הרגשתם של הבאים בצל קורתו.

אמר לו הקב"ה: "לך לך מארצך...." כלומר, צא אתה עצמך מביתך, תטעם את קשיי הטלטול בדרכים, הזדקק בעצמך להתארח אצל הזולת, ואז תדע כיצד מרגיש האורח, מה חסר לו ומה יש לעשות למענו כדי 'לשכלל' את הכנסת האורחים.

למדנו מהו אימון נכון שגלגלה ההשגחה לאבי האומה אשר הוא מושתת על אמון (אמונה) מלא בבורא, שאם ייעד

ר' שמחה ניחן בכישורים מיוחדים, ובעזרתם הוא הצליח לחדור לנבכי נפשם של הנערים, הוא מדובב אותם, מקשיב להם הקשבה אמיתית, מגלה אמפתיה כלפיהם, ואמנם מאמציו נושאים פרי, והם נמשכים אחר הכוונתו הנכונה, עד שעולים חזרה על דרך המלך.

"הוא ממש אומן, מניין מאגרי הסבלנות הבלתי נדלים שלו?" תמהו מכריו שעמדו נדהמים מול הצלחותיו, "איך הוא יודע לרכוש את ליבם ואמונם של הנערים שעמם הוא משוחח? היכן הוא למד אמנות זו?"

ר' שמחה היה מתחמק באמרו: "זו מתנת שמים..."

אך באחד הימים, בשיחה של גילוי לב, סיפר ר' שמחה לידידו הטוב: "האמת היא שמעולם לא למדתי אומנות זו בשום מקום, אבל בכל זאת יש לי ניסיון רב ועשיר מאד..."

"???"

"למעשה, הניסיון שלי בעניין זה היה אישי... לצערי, היתה לי ילדות קשה מאד, גדלתי בתנאים לא תנאים, אחי ואני סבלנו הרבה, ואני זוכר שכבר אז גמלה בליבי החלטה שאני אשתדל לעצור את שרשרת הסבל, שילדי לא יסבלו כמוני. ההחלטה לא היתה קלה, היו לי משקעים מהעבר, אבל כיום אני יודע שהצלחתי להיבנות – לא רק למרות הקשיים, אלא דווקא בגללם! לאחר שחשתי על בשרי טעויות שונות, ידעתי שלא עוד!

ידעתי כמה קשה היתה התחושה שהקרקע שלרגלי רועדת, כשלא היה מי שהקשיב לי באמת, ואי היציבות הוא הדבר היציב ביותר שחוויתי..."

אספתי לעצמי תובנות שונות, ואני מיישם אותן בחיי היום יום, לא רק כלפי ילדיי, אלא כלפי בני נוער שנמצאים במצב שבו הייתי בזמנו, אני מבין לליבם, וחש שאני משלים להם את החסר. אני חושב, שלעולם לא הייתי מגיע לכך, אילו לא הייתי חש את הקשיים בעצמי.

בעבר הייתי שואל במרירות: מדוע היה גורלי בילדותי כה מר? אבל היום אני יודע את התשובה: זו היתה ההכשרה שלי לקראת התפקיד שבורא העולם הועיד בעבורי... דווקא לאחר שחוויתי זאת בעצמי, היו לי תובנות חדשות שסייעו לי להבין את ההרגשה הקשה הזאת...

דווקא בגלל שכל כך הצטיין בדבר גלגלה לו ההשגחה העליונה את הזכות להיות במקום שבו יוכל להרגיש על בשרו את הרגשותיהם של האחרים, ועל ידי כך יזכה להמשיך ולקיים מצוה חשובה זו ביתר שלמות פנימית.

מחזק ומפעים מאוד למתבונן!

כשתרגיש על בשרך - תבין טוב יותר

החורף הרוסי השתולל במלוא עוזו. על דלתותיו של רב העיירה, מרן הרב מפונוביז' זצ"ל, התדפקו הנזקקים והמסכנים: "רבי, עזור לנו, אין לנו כסף לעצים להסיק את האח בביתנו. קר לנו!" בידיו של הרב היתה קרן מיוחדת למטרה זו. הוא חילק וחילק, אך הכסף תם והבקשות לא פסקו.

ראה זאת הרב והחליט לצאת לגייס כספים. הוא נקש על דלתות העשירים והעניים כאחד, כל אחד התבקש לתת ככל יכולתו. כולם שמחו לתרום למטרה נעלית זו, לבד מהעשיר הגדול בעיירה שלצד עושרו היה מפורסם ככזה שידידיו קפוצות ומעולם לא הרים תרומה לצדקה.

הרב ביקש ללמד את העשיר לקח שהוא לא ישכח לעד. הוא חיכה לערב קר במיוחד, חבש את כובע הפרווה שלו והתעטף במעיל צמר חם ויצא לדרכו. כשהגיע לבית העשיר הוא הודיע לשוער כי ברצונו לראות את בעל הבית. העשיר מיהר לכבודו של האורח הנכבד. "רבי, אני שמח כל-כך שבת לבקרני. היכנס נא לביתי!"

"לא אוכל להיכנס כי אני מאוד ממהר", השיב הרב, "אך ברצוני לשוחח עמך בקצרה..."

וכך החל הרב לשוחח עמו על דא ועל הא. העשיר היה לבוש בכותונת קלה כשלהרגליו נעלי בית והחל לחוש את הרוח הקרה. "רבי, מדוע שלא ניכנס? קר בחוץ, נוכל לשבת ליד האח הבעורת וליהנות מכוס תה מהבילה..."

"תודה על ההצעה, אך הנה אני כבר מסיים והולך", התעקש הרב.

כשחלפו עוד רגעים אחדים העשיר חש כי אצבעות רגליו קופאות מקור. "כבוד הרב, אינני יכול עוד! אני מוכרח להיכנס הביתה בטרם אקפא מקור!"

הפעם נעתר הרב ונכנס עמו לביתו. "הגעתי לכאן כדי לאסוף כספים עבור העניים והנזקקים בעירנו." אמר לו.

תפקיד, הרי שכל הקורה בא ונעשה על ידי דווקא מחמת תוכנית מסודרת הרי שהדבר בא לתועלת.

כאשר תפיסה זו תתבסס במוחו של האדם אט אט ייכנס הדבר לליבו ויתנו הדברים את אותותיהם גם כלפי רגשותיו, ולכל הפחות יתמעטו אצלו התחושות השליליות.

מדוע נשבה הרב בין הגויים?

מסופר על הרה"ק רבי נחום מטשרנוביל זי"ע, שהשתדל כל ימיו במצות פדיון שבויים. לשם כך נדד בכפרים ובעיירות, התדפק על פתחי נדיבים כדי לאסוף מעות של צדקה, ואחר כך היה משלשל שלמונים לכיסיהם של עריצים רשעים שהיו שובים יהודים תמימים על לא עוול בכפם, כדי לפדות את אחיו מידיהם ולהוציאם מהשבי.

באחד הימים, כאשר הגיע אל העירה ז'יטומיר, העלילו עליו גויי המקום עלילת שקר זדונית. לא הועילו כל הצטדקויותיו שמדובר בחשד שוא, הוא נכבל באזיקים והובל אל בית האסורים, עד שבחסידי שמים הצליחו להצילו משם.

אמר לו אחד הצדיקים: "כמו אברהם אבינו בזמנו, שהפך להיות נע ונד בדרכים כדי להיטיב להבין את צרכיו של האורח, אף אתה, היות שמצות פדיון שבויים חביבה עליך, העניקו לך משמים הזדמנות והתנסות כדי להבין קצת יותר את סבלותיו של האדם השבוי. לאחר שחשת מעט את הטעם של ישיבה בשבי הגויים, תקבל מושג מה המשמעות של הישיבה בכלא, ועד כמה חשוב לפדות את אחיך השבויים בידי הנכרים..."

למתבונן, נקודה עמוקה חבויה כאן בחלק האמון (אמונה) שבדברים.

מן הסתם יהיה מאן דהו המביט על קורותיו בזה העולם במבט שטחי יותר, שיאמר, הייתכן? האמנם? הרב עצמו אשר טרח רבות בכדי לפדות את השבויים האומללים מבית השבי, נפל בעצמו לשבי? ואולי אף יהרהר כיצד יתכן שבאותו דבר בו הצטיין, דווקא בו נפל, ועוד לידיהם של ערלים? (גם אם לא יחשוב זאת כמתריס ח"ו כלפי מעלה, אך עדיין יכול לעבור כזה סוג של הרהור אצל מאן דהו).

אולם באספקלריא טהורה וישרה ייראו הדברים אחרת! לא "כיצד?" ולא "מדוע?" אלא **דווקא בגלל!!!**

אך לפי דברינו, נראה לומר שנקודה נוספת מונחת כאן והיא ההרגשה והחוויה העצמית אותה גלגל הבורא ככלי ומכשיר לעבוד אותו, לפי עוצם וגודל התפקיד שהועיד לי ועל הרגשת החוויה הזו לא אוותר, והיא תלויה אותי כל חי.

נוגע אלי או לא נוגע אלי ומה שבנתיים

סיפר פעם מגיד המישרים הנודע, הגה"צ רבי שלום שבדרון זצ"ל, על אשה שעברה ברחובה של עיר וראתה התקהלות היסטורית של עוברי אורח. כששאלה מה קרה, אמרו לה שיש כאן ילד שנפל ונחבל. "נו, זה מאורע שגרתו שאינו מצדיק תגובה היסטורית כזו, אפשר לקחת אותו לקופת חולים ולחבוש את פצעיו!" הגיבה האשה והתקרבה למרכז המעגל. לפתע הבחינה שהילד הזה הוא בנה שלה, ואז פרצה בסדרת זעקות שבר נוראות, "תזמינו אמבולנס, ומיד..."

פעמים רבות שומעים אנשים שאומרים: "לו הייתי אני במקומו, לא הייתי מגיב כך!" או: "אני במקומו לא הייתי מאבד עשתונות במקרה כזה!" אבל האמירות הללו חסרות כל בסיס, ההשוואה פסולה: אמנם נדמה לך שאתה היית מגיב אחרת, אבל לזולתך יש אופי אחר, רקע שונה, וזה גורם לו להגיב אחרת. סביר להניח שבתחומים אחרים שבהם יש לך חולשה – הוא יגיב טוב יותר...

אין זו חכמה להיות 'חזק' בחולשות של אחרים, אין כאן בסיס להשוואה, כמו שאין עורכים תחרות בין ארנב לצב...

ראיה שיש בה המחשה

ההמחשה היא אחד האמצעים המסיעים לקרב את הדמיון למציאות. על משה רבנו נאמר: "וירא בסבלותם" (שמות ב, יא), ומביא רש"י: "נתן עיניו וליבו להיות מצר עליהם". כלומר, כל עוד משה רבנו גדל בארמון פרעה, אף שהוא בודאי תיאר לעצמו את גודל המצוקה של בני ישראל – זה עדיין לא הספיק, כי אינה דומה שמיעה לראיה (מכילתא פ' יתרו יט, ט).

להיות במקום שבו אפשר לראות, לתת את הלב, יכול להביא לא רק להבנת המצב אלא לחוויית המציאות לפי גודל ועוצם מדרגתו של מי שנאמר עליו "פה אל פה אדבר בו".

"אין להם כסף כדי לרכוש עצים ולחמם את ביתם. אני בטוח שכעת, כשחשת על בשרך את תחושת הקור המקפיא, לא תאטום את אוזניך ותתרום בעין יפה." וכך היה.

חז"ל ירדו לסוף דעתו של אדם ואמרו: "אל תדין את חברך עד שתגיע למקומו", ומסבירים כי "למקומו" – הכוונה מקומו ממש! כלומר, אותו רקע, אותם תנאים, אותו אופי, אותן חולשות וכן הלאה. והיות שלעולם לא נגיע למקומו ממש – ממילא אי אפשר לדונו...

להבין את הזולת ממש לא נוכל לעולם, אבל ההתנסות האישית בכל זאת מקרבת אותנו יותר מכל דרך אחרת, מאפשרת לנו להבין קצת יותר ממה שהיה נדמה לנו, בהיותנו בעבר השני של המתרחש...

מדוע אכל הרב מפונביץ' זצ"ל בר"ה לבדו?

באחת ההזדמנויות סיפר לי מו"ר הגאון רבי יוסף יזרעאלי שליט"א מה שסיפר הגאון רבי אברהם כהנמן על אביו הגדול ראש ישיבת פונביץ', הגרי"ש כהנמן זצ"ל:

במשך שנים רבות, היה אבי זצ"ל סועד בראש השנה כשהוא לבדו ללא אורחים על השולחן. גם הרבנית לא היתה סועדת עמו בסעודה זו. אף אחד לא ידע מדוע, עד שיום אחד גילה את פשר העניין:

בצעירותי הסתובבתי ברחבי העולם בכדי לנסות בכל דרך להגשים את שאיפת חיי ולהקים את ישיבת פונביץ' המעטירה כאן בארה"ק. בשנת תרפ"ט נסעתי לעיר שיקאגו שבארה"ב, לערוך מגבית עבור הישיבה, היה זה לפני ראש השנה, הבנתי שהמקום והחברה אינם מתאימים עבורי לליל ראש השנה... הייתי נבוך, מצד אחד איך אוכל בחברת אנשים כאלו? ובפרט בערב ראש השנה?! ומאידך, לא יכולתי לסרב...

מצאתי פתרון. אמרתי להם שאני נוהג לאכול בליל ראש השנה ביחידות, והם קיבלו את דבריי בהבנה. מאז אני נוהג לאכול ביחידות בליל ראש השנה, כיון שכך יצא מפי (אפילו שלא בכוונה) וכבר אמרה תורה: "ככל היוצא מפיו יעשה"...

מני אז, עד סוף חיי, נזהר הגרי"ש לקיים את דברו, כדי שלא להיכשל חלילה באמירת שקר.

ניתוח על פי מודל אמ"ת מאפשר לנו להעריך מה אנחנו מרגישים ומה אנחנו חושבים בסיטואציות מסוימות.

אם נתרגל לחשוב לא רק מה היה האירוע שעבר עלינו, ומה המחשבה שנוצרה אצלנו בגין אותו אירוע וכיצד הגבנו (דבר המועיל ללא ספק לעבודה נכונה עצמית עם סיטואציות מורכבות), אלא אף מה היה האירוע שבגללו ומחמתו נולדה תגובתו של חברנו, אזי נדע יותר להליץ עליו טוב ואולי אף קצת להרגיש אותו.

העולם שסביבנו – קורונה

ובסיום דברינו ניגע בנקודה מעשית וחשובה, אותה ייצרה התקופה – קורונה תש"פ, ובחסדיו המרובים:

כשמדברים על בריאות, על פעם והיום, עולה בראשי ווארט יהודי מדהים ששמעתי בצעירותי וכך אמר:

פעם, כשיהודי תושב העיירה חלה, כל העיירה חרדה והיטלטלה. זעקות הכאב שלו נשמעו בכל רחבי העיירה וחתכו בבשר החי של התושבים. כולם ידעו בכל רגע נתון מה קורה איתו, וכשהמצב שלו הידרדר ונטה למות, כל העיירה חגרה שק והתעטפה בצער וביגון. בבתי הכנסת כולם, של החייטים ושל שואבי המים, דיברו בדאגה על החולה הזה, ועל סיכויי הקלושים לשרוד את המחלה.

היום, העולם השתנה. כשאדם סובל ממחלה קלה, הוא נותר בבית כדי לנוח מעט עד שהוא חוזר לאיתנו. אבל ברגע שהוא נחלה יותר מדי, מיד מעבירים אותו לבית חולים סגור. הרשויות עושים הכל כדי שלא יפריעו יותר מדי את מנוחת הבריאים ואת שגרת החיים של העולם הבריא. וכך אנחנו מקבלים תמונה מעוותת של המצב, כי העולם שבו אנחנו מסתובבים, הוא עולם שמחייך ומטייל ועליו, בעוד שאנחנו שוכחים שישם' בפנים יש עולם מלא של חולי ומכאוב, יגון ואנחה.

ולמה כדאי שנדע זאת?

קודם כל כדי שנזכור להודות לקב"ה על כל יום שבו אנחנו קמים בריאים ושלמים! איזה חסד עצום. וכמובן, להתפלל על העתיד, שיתמיד ה' בריאותנו. אל תשכחו, שלא כל אותם חולים נולדו כך. גם הם היו אנשים בריאים וחסונים עד שנחלו.

קריאת המצלמה

איש יקר הקרוב לליבי מאוד, ניוון בכוחות אדירים של יכולת לדאוג ולהכיל אנשים רבים במשך היום, ובמשך שנים.

באחת מההזדמנויות סיפר לי אביו, שכשהיה בנו המדובר ילד קטן נערך בשכונתנו אירוע גדול לילדי חברת התהילים שקיימנו כל שבת בבית הכנסת המרכזי, ועליה הייתי מופקד. לאירוע הגיעו ילדים רבים ובני משפחותיהם.

בשיאו של המעמד, הוגרלה מצלמה גדולה ומשוכללת, שבמושגים של לפני 25 שנה נחשבה מתנה יוקרתית.

כולם חיכו לרגע שבו יוציא המנחה את הפתק מהתיבה ויקראו את שמו של הזוכה, אשר היה לא אחר מאשר בני שגם נמנה על חברי ילדי חבורת התהילים.

בתחילה התביישתי, סיפר האב, הנה עכשיו יטענו כולם "פרוטקציה"! ודאי שהיה כאן איזה פטנט כדי לבכר את הבן.... אך להפתעתי לבסוף כולם הודו "זה מהשמים, זו הגרלה!"

כשהגענו לבית, שאלתי אותו היכן המצלמה, והוא התחמק. לאחר בירור התגלה שבסיום האירוע הוא ראה ילד קטן, יושב ובוכה. כששאל אותו מה קרה, השיב הילד בדמעות שהוא קיבל רק פרס קטן, ואכזבתו היתה גדולה ביחס לציפיות שהיו לו....

"אז נתתי לו את המצלמה", סיים הבן בפשטות.

אכן כן, כשלומדים כבר מקטנות להרגיש את השני, ומתחנכים לכך, אזי זוכים לתרגל ולתאמן (אמון ואימון) להכיל אנשים רבים משך יממה אחת.

א.מ.ת – עבודה מעשית

בכל דבר בחיים קיים א.מ.ת. אירוע, מחשבה, ותגובה.

האות א' מתייחסת לאירוע המפעיל. האירוע שמהווה מניע וסיבה לצורה שבה אנחנו חושבים ומרגישים כלפי משהו.

האות מ' מתייחסת למחשבה. סוגים שונים של מחשבות מתעוררות בנו כתגובה לאירוע מסוים וגורמים לנו לחוש סוגי רגשות שונים.

האות ת' מתייחסת לתוצאה או לתגובה למחשבות.

התמודדות חווייתית למשתדלים לחיות אמונה, אותם אמורים הם לעבור.

תחילה עם קבלת ההודעה מקופ"ח שב"ה מבני משפחתנו נמצאו חיוביים...

האחריות מחייבת לנתח את המצב ולבדוק -

מה צריך לעשות עכשיו? למי להודיע? מה עם מסגרות הלימודים השונות? בדיקות וחקירות ליד מי היינו ומי היה בקרבנו יותר מרבע שעה? לברר האם הדבקנו מישהו? האם היינו ליד סבא וסבתא או מבוגר אחר?

אחר כך -

מבול של טלפונים מכל מיני מתעניינים הדואגים לשלומנו (או סתם סקרנים...), ידידים, חברים, מכרים, בני משפחה ועוד... מצב בהחלט מתבקש.

ועוד סוגים של התארגנויות, והתאקלמות למצב החדש.

מדהים, ואפילו מפעים, לראות סוגים שונים ומגוונים של תגובות. וישנם את אלו שכל מה שעומד למול עיניהם היא הדאגה לעצמם... השיחה איתם בדרך כלל תסתיים בדרך זו או אחרת: 'טוב, נקווה שאנחנו [בעצם הם] בסדר' [לא נדבקנו]. וחלקם אף מתנסחים בצורה ישירה: 'התקשרנו רק לוודא אם "הכנסתם" אותנו לבידוד'... ואצל כולם החתימה שווה: 'נצפה לטוב בעזר ה' יתברך'.

לעומת זאת, לא נתכחש לעובדה שישנם אנשים מדהימים, והרבה, המהווים מקור השראה למידות טובות שאותם אי אפשר יהיה לשכוח.

מסופר, כי בעיצומה של מלחמת השחרור נולד להגר"ח שמואלביץ בן. בימים אלו היתה סכנה של ממש בהליכה ברחוב ללא מגן ומחסה, אבל ברית המילה התקיימה בבית החולים, כשהפגזים נוחתים מכל עבר ומרעידים את קירות הבית. בדרך לא דרך עשו ר' חיים ובני ביתו את הדרך עד לבית החולים.

כשהסתיימה הברית ורצו לחזור, גברו ההפגזות, ולכן הדרך חזרה נעשתה בריצה, וצריך היה להמתין לנפילתו של הפגז לרוץ ולתפוס מחסה בפתחו של בית, להמתין שוב לנחיתתו של הפגז הבא ושוב למהר ולמצוא מסתור בפתחו של בית אחר.

ושנית, כדי שנדע לכוון בתפילותינו על כל החולים, שיברואו ושיקומו ממיטת חוליים במהרה. הם זקוקים כל כך לתפילות שלנו והתפילות שלנו, עוזרות! זה בדוק!

צידה לדרך

אליכם, אחינו החיוביים, המבודדים, וגם לאלו שב"ה שליליים ומשחררים...

נקודה למחשבה.

בימים אלו, בהם עם ישראל (וכל העולם כולו) שרוי בצל הקורונה ותחת מגבלותיה, באוירה שונה בתכלית שלא הורגלנו אליה, מתהוות תובנות רבות ומשמעותיות - למתבונן.

המבוגרים שבינינו, אף שראו הרבה בחייהם, מה שהדור הצעיר לא ראה וחווה, בכל זאת מעידים כי תקופה זו שונה בתכלית ואף אבותיהם לא שערוה.

ברור שכל יהודי חושב ומבין שיש כאן הנהגה שמיימית ומכוונת ממדרגה ראשונה. כן, כפשוטו. זהו דבר הנראה לעין בחוש, המתכחש לזה פשוט עוצם את עיניו ואינו רואה כיצד העולם כולו מתנהל אחרת, מדבר אחרת, חושב אחרת ועוד.

אך ישנה נקודה עמוקה יותר.

אין לתאר את ההבדל בין מי שחווה את הדברים בעצמו, עם בני משפחתו, לבין מי שחי בצל העניין בכללות. לא הרי מי שחש את התסמינים (סימפטומים), נבדק וקיבל את התשובה החיובית והשתייך באמצעותה לקבוצת המאומתים, המחייבת את הכניסה לבידוד על כל המשתמע מכך, כהרי מי שרק שמע על כך מהצד השני וניזון ממידע תקשורתי בלבד. אין די בהבנה התיאורטית כדי להרגיש כמו מי שנמצא בתוך הסיטואציה עצמה. אלו לא רק שני דברים אלא רחוקים זה מזה כרחוק מזרח ממערב. ואכן, קשה לבטא זאת במילים.

בשורות הבאות ננסה לעורר תובנה אחת מיני רבות אותה יצרה התקופה ביתר שאת, תחת הכותרת - "להרגיש את האחר".

לאחר שיחות רבות עם כאלו שבני משפחתם נמצאו מאומתים וכמי שחווים זאת, ישנם כמה מישורים של

הם השכילו לצאת מהתפקיד של "שופט" או "מיינץ" וכיוצא בזה, ולבוא מתוך מקום של להרגיש את האחר! לשים את עצמם במשבצת שהוא [האחר] נמצא עתה, ולא לעשות זאת ממקום של רחמים מרובים, דבר היוצר אצל הצד השני תחושת מסכנות ועליבות, אלא פשוט להיות איתך! זו כבר יותר מחכמה גדולה, זו אומנות!

גם תקופה זו יכולה לעבור לידינו.... אך ללא שנעבור בתוכה....

אפשר לקחת אותה כתקופה שנייחל שרק תעבור כבר, והלוואי כמה שיותר מהר.

ומאידך, אפשר לקחתה כשיעור משמעותי לחיים. שיעור עמוק ורב ערך, שיש שלמדוהו מתוך אינפורמציה מהתקשורת ויש שלמדוהו ממקום שבו חוו זאת בגופם, ליבם ונפשם ממש.

לאילו נאמר – חבל להחמיץ! חבל לפספס את השיעור הזה ולהמשיך לעבור רק לידו. כדאי מאוד לקחת אותו בשני ידיים ולהכניסו פנימה אל הלב.... כבר עתה לקבל החלטה טובה, ולו אחת בלבד... כשנצא מהבידוד נדע להושיט כתף בכל דרך אפשרית... גם משהו קטן מאחרי הדלת, בצירוף פתק קטנטן, מחמם את הלב ופועל רבות ונצורות.

בימים אלו, משהו קטן לילדים הוא בעצם דבר גדול. לא זו בלבד, גם אם קשה או לא מסתדר, אפשר לתת את הלב... ממקום אמיתי ונקי.

אולי זה הזמן לתגבר את יכולת התרגול בנושא זה, בפרט לאלו שלא הוזקו לבידוד, לאמץ אל ליבם כיהודים, ועוד לפני כן כבני אדם, ולפעמים הם עצמם יופתעו לגלות עד כמה הלב גדול, מרגיש ומכיל.

ולאחינו החיוביים והמבודדים נאמר, בידינו הבחירה להיכן להטות את מחשבתנו וליבנו, אם למקום של ביקורת והתמסכנות, או למקום של צמיחה ואפילו התרוממות, ודווקא בזכות הקושי! ואף אם ציפיתם לאיזה יחס שלא הגיע וכדומה אל תדונו לכף חובה, יש שהחשש והפחד מהדבקות מוגבר אצלם ובצדק, ויש אשר עמוסים בטרדות החיים, אך בתוך תוכם אוהבים אתכם, תחשבו גם עליהם בדרך של לימוד זכות.

באחת הפעמים של ההתקדמות שבין פגז לפגז, הבחין ר' חיים בפתחו של אחד הבתים בילד, שהיה חבוש בידי וברגליו, וים של צער ומכאוב נסוך על פניו המיוסרות. ר' חיים נעצר כך באמצע הרחוב והחל בוכה! בן משפחה שליווה אותו, זעק לעברו למהר ולתפוס מחסה מפני הפגז שעומד ליפול, ואולם ר' חיים לא מסוגל היה למוש ממקומו, והמשיך להתבונן בילד הסובל כשהוא בוכה וממרר על כאבו, בהיותו הוא עצמו נתון בסכנה.

לאחר זמן מה המשיך ר' חיים במנוסתו מפני הפגזים, וכשהגיעו למחסה הסביר לבן משפחתו, מדוע לא יכול היה לזוז ממקומו בראותו את צערו של הילד. הוא הסביר ואמר, "סכלים חושבים ש'לשאת בעול' פירושו רק לעזור לשני, וכאשר אדם נפצע וכבר חבשו אותו בידי וברגליו, ומעתה מסוגל כבר לעשות הכל בכוחות עצמו, כבר אין במה לעזור לו. לא ולא!", הרעים בקולו ר' חיים מנהמת ליבו, "נכון שלעזור לו פיזית אי אפשר, אבל מה עם 'נשיאה בעול'? אפשר ואפשר לעזור לו – להתחלק עמו בכאב!". זה נקרא לחיות את הזולת! זוהי שלמות של ערבות!

הבה נכיר טובה לאותם שאכן "נשאו בעול"! בזמן שהיינו מנותקים ומבודדים, כשהכל לוטה בערפל, אף אחד לא יודע מתי יהיה הסוף ולא יודעים איך להסתדר עם ההתחלה, היו כאלו שבאו ושימחו, דאגו להפיג את המתח והשעמום, התאמצו וטרחו, קנו, בישלו ואפו, חלקם הגיעו בכוחות עצמם או שלחו על ידי בני משפחתם. יש שהתקשרו, התעניינו (באמת...), עודדו וחזקו, ובעיקר נתנו את ההרגשה שהם איתנו, פשוט להתפעל ממי שגם בביתו היו מבודדים ובכל אופן מצא את הזמן כמה רגעים לפני שבת להניח מיני מתיקה מאחרי הדלת.

השורות הבאות מוקדשות להם.

כן, אנשים נפלאים שיש הרבה מה ללמוד מהם.

הם גם יודעים מתי הזמן המתאים להתקשר ולשוחח, כיצד להזדהות עם המצב, איך לבטא את תחושת ליבם ובעיקר בשביל ובעבור מי שזקוק לזה עכשיו. חכמה גדולה היא גם להבחין מתי זו אינה השעה המתאימה לכך...

לדעת מה לומר זו חכמה, אך לדעת מה לא לומר - זו חכמה גדולה יותר.

הבדידות אצלם עלולה להיות מועצמת עוד יותר וישנה חשיבות מכרעת ברגישות יתרה של המשפחה וחברים, הן במניעת או הפחתת תחושת הבדידות, והן בהכלה ובתמיכה. התקשרו אליהם, אפילו מספר פעמים ביום, סתם כדי לשוחח. שיחות טלפון שוברות שיעמום ונותנות משהו להתמקד בו, הן גם מעניקות תמיכה והרגשה טובה.

אם מדובר במבוגרים שבינינו, בקשו מהילדים, נכדים ונינים ליזום שיחות באופן קבוע. מומלץ להכניס שיחות כאלו לסדר היום ולוודא כי הן מתקיימות. הֵיו רגישים, הדגישו שאתם מבינים, שאתם תומכים, שאתם קשובים. הזכירו להם שוב ושוב, שהמצב זמני, ושבסייעתא דשמיא המשבר יחלוף.

ואולי כל מה שאנו עוברים, או עברנו, בא ללמדנו כיצד להרגיש יותר את האחרים, להיחלץ חושים בצאתנו ואפילו תוך כדי שהייתנו, ולהיות קצת יותר עם מי שסביבנו.

חשוב שנבין שגם אנשים המוקפים באנשים, וגם אנשים אהובים ונאהבים, יכולים להרגיש בודדים. תפקידנו הוא להיות רגישים ומודעים. חשוב לדבר עם המבודד, להזכיר לו שוב ושוב שהוא אינו לבד, שיש אנשים שקשובים לו ומוכנים לסייע ולתמוך, ושזו תקופה מורכבת לכולם, ובעזרת ה' היא תחלוף והחיים יחזרו לשגרה.

בתקופה זו, נוצר מצב מורכב בו ישנם כאלה שנמצאים לבדם, בלי יכולת לצאת החוצה או להיפגש עם אחרים.

מופץ לעילוי נשמות ישראל אשר אין מי שיזכיר וינציח שמותם

הארות והערות יתקבלו בברכה במייל זה

שבת שלום

מיכאל זכריהו