



**לשאלות בני נוער בכל הנושאים
"חברים מקשיבים" בכל ערב,
טל' 1599-5000-54
makshivim.org.il
וברשת:**

הזמן לחזור לעצמי

הרב יוני לביא - מנהל מוקד 'חברים מקשיבים'



מתנהל מאבק סוער בין הטוב לרע, ודרכם של מאבקים ממושכים כאלו שהם סללים גם זמנים של משבר ורגעי חולשה. אפילו הצבא הטוב בעולם לא מצליח תמיד בכל מבצע. לצדיק זה קורה שבע פעמים ויכול לקרות גם שבעים, אך מה שמבחין בינו לבין הרשע זו העובדה שהוא מתעקש לקום! הוא לא מוותר ולא מתייאש, ומסרב להקשיב לקולות המחלישים הטוענים שאין סיכוי ושהוא גמור. בסופו של דבר הוא יוצא מתוך המאבק הזה גדול יותר ו'במקום שבעלי תשובה עומדים, צדיקים גמורים אינם עומדים' (ברכות לד ע"ב).

הרב, קשה לי להאמין שאפשר לעשות תשובה על כל הדברים החמורים שעשיתי... 😞

חז"ל חשבו אחרת. הם קבעו באופן נחרץ: "אין לך דבר שעומד בפני התשובה" (רמב"ם הלכות תשובה ג, ד). התשובה היא מתנה גדולה שקיבלנו משמיים. כוח פלאי שמסוגל לכבס אפילו את הכתמים השחורים ביותר. עוד לא נולד החטא שתשובה לא יכולה לתקן, וחדוש אלול הוא הזדמנות מצוינת להתנער ולהתעורר, להשאיר את העבר מאחור ולפתוח דף חדש. בלעת בקיץ הזה הרבה ג'אנק-פוד רחוני ואכלת כמה דברים מקולקלים? זה הזמן לעשות שטיפת קיבה ולחזור להיות בריאה ושמחה, דקלה, כמו שאת אמורה להיות.

זה נשמע מאוד מעודד ומחזק, הרב. אבל אני חצה להיות ריאלית. זה הרי לא אלול הראשון שלי. יש דברים שאני כבר עובדת עליהם המון זמן ולא נראה לי שמשוהו השתנה. אני די תקועה באותן נקודות ולא חאה למה השנה זה יהיה אחרת. מה הטעם לרצות ולחלום אם בתכלס דברים לא זזים? 😞

בוחאי שיש בזה טעם. כך סתם הרב קוק זצ"ל בספר המדעים 'אורות התשובה' (מומלץ במיוחד ללימוד בימים אלו): "מה שמוטבעים לפעמים במניעות גדולות, בין בענינים שבין אדם למקום, בין בענינים שבין אדם לחברו, לא יעבכ כלל את התשובה הרחנית. וכין שמבקשים לשוב אל ה' שבים. והאדם מתחדש כבירה חדשה". כלומר גם בדברים שעדיין לא הצלחנו לתקן יש ערך גדול ל"תשובה החחנית", לעצם הרצון והשאפה לטוב שקיימת בנו. אסור להרשות לאף אחד לכבד את החלומות שלנו או לומר שאין להם משמעות.

מעבר לזה צריך לדעת שיש לי לא קורה ביום אחד. זהו תהליך שאורך זמן, וההצלחה שלו לא נמדדת רק בניצחון הסופי על הרע (אם דבר כזה אפשרי בכלל), אלא בכל צעד קטן שעושים לעבר המטרה.

ובכל זאת, מה יעזור לי להתקדם? אני לא חצה למצוא את עצמי עוד שנה טוב באותה נקודה, מסתבכת באותם דברים...

נסי רגע לעצום עיניים ולדמיין את עצמך עכשיו בעוד שנה. איך הולכת להיראות דקלה בראש השנה תשע"ט? את מסוגלת לראות משהו? להרגיש? לדמיין איזה מין אדם את חצה להיות?

וואו, זה נראה תרגיל מעניין 😊. אני מוכנה לנסות.

מה שתראי זה 'החזון' שלך. היעד שאליו את חותרת. השלב הבא הוא לגזור ממנו תוכנית עבודה. מה את צריכה לעשות היום כדי להתקדם אפילו קצת לעבר המטרה הזו. תבחרי שניים או שלושה דברים להתחיל לעבוד עליהם בחודש הקרוב, ותחשבי מה יוכל להיות הצעד הבא לאחר מכן. חשבי מה יוכל לתמוך בך ולחזק אותך בדרך אל היעדים שהצבת ומה עלול להפריע לך ולהסיט אותך מן המטרה. אחד הדברים שעוזרים מאוד הוא לקבוע פעם בשבוע זמן להתבוננות אישית, ועדיף בכתיבה. לכתוב לעצמך במחברת פרטית איך עבר השבוע, במה הצלחת ובמה עוד צריך להשתפר. צ'פרי את עצמך על הצלחות ורשמי אילו משפטים תגידי לעצמך בלב לחיזוק ברגעים של חולשה. שטף החיים עלול לגרום לאדם קצת לשכוח מעצמו, והמשימה שלנו היא להיות עקשנים ולא לוותר. לא 'לישון את החיים' אלא לחיות אותם ברמה הכי גבוהה ואמיתית שאפשר. שתהיה לך שנה טובה ומתוקה, דקלה, ואת מחמנת לעדכן איך הולך לך.

הרב, אני לא יודעת איך זה קרה לי, אבל החופש הזה היה הכי גרוע בחיים שלי... 😞😞😞

אני מצטער לשמוע מה קרה שהיה נורא כל כך?

אז ככה, קוראים לי דקלה ואני בת 16 וחצי. השבוע חזרים ללימודים, ואחרי מה שעבר עליי בחודשיים האחרונים אני פשוט לא מצליחה לדמיין את זה. אני מרגישה מפורקת לרסיסים. עשיתי כאלו שטויות בחופש שאני מתביישת לספר... 😞

יכול להיות שאת קצת מחמירה עם עצמך? אצל כולם תקופת החופש שונה מהלימודים. כשאין מסגרת רגילה באמת קשה יותר לשמור על חלק מן הדברים שאנחנו רגילים אליהם כל השנה.

לא, הרב, אתה לא מבין. זה לא שפספסתי פעם בטעות שחירתי כי קמתי מאוחר. אני מדברת על דברים אחרים לגמרי... הייתי במשך שבוע בחוף לבנון ליד הכינרת. מכיר?

ממיר.

נו, אז אתה יודע איך זה. בהתחלה זה היה רק לטעום. לנסות, לבדוק, להרגיש קצת איך זה להיות משוחררת... בסוף נסחפתי לגמרי... שתיים; עישנתי; התעסקתי עם בנים. שברתי את כל הכללים שלי 😞😞 ועשיתי דברים שאני פשוט לא מאמינה. אם המחנכת שלי הייתה יודעת מה הלך איתי שם היא הייתה מתעלפת על המקום, אימא שלי הייתה חוטפת התקף לב ואבא שלי היה זורק אותי מהבית...

ואיך את מרגישה עם זה?

בזמן שזה קרה השתדלתי לא להרגיש, לא לחשוב. לעשות כזה 'ניתוק' ממה שאני ופשוט לזרום. עכשיו כשאני חושבת על זה בא לי להקיא.

זה דווקא סימן טוב. זה אומר עליך משהו.

מה? שאני צבעונית? 😞

להפך. שכל השטויות האלו שעשית – זה לא באמת את! עובדה שכשאת חושבת על זה בדיעה צלולה, כשאת מתחברת לאני הפנימי שלך, ברור לך שכל מה שקרה שם הוא סוג של חלום רע. סרט על מישוה אחת שברור שאת לא חצה להיות חלק ממנו. חז"ל משתמשים בביטוי מעניין ואומרים: "אין אדם עובר עבירה אלא ק נבנסה בו רוח טטות". המעשים הרעים שיוצאים מאיתנו הם תוצאה של איזו רוח רעה, זהו, כביכול משהו חיצוני שחדר אלינו והשתלט למה דקות על המערכת. ופתאום אנחנו מגלים שאנחנו במקום שבכלל לא רצינו להיות בו. שהוא אולי נוצץ וצבעוני מבחוץ, אבל בתוכו אין באמת כלום. ובאותו רגע אנחנו שמים יד הלב ונזכרים מי אנחנו באמת ולמה אנחנו רוצים להיות שייכים: "אלוקי נשמה שנתת בי טטורה היא". את מאמינה בזה, דקלה?

אם היית שומע, הרב, איך אני מדברת בהתלהבות עם חניכות שלי בבני עקיבא או עם חברות על אידיאלים ותורה, היית בשוק ממני. זה לא שאני סתם מדקלמת. אני באמת מאמינה בזה. זה מדבר אלי. אבל מצד שני, אחרי חופש כזה וכאלו נפילות אני כבר יוצאת מבלבלת 😞 ולא ברור לי – מי אני באמת?

אני חושב שאת יודעת את התשובה לשאלה הזו. ובכל זאת אולי שווה להסביר קצת יותר איך להתייחס לאותן נפילות, ל'זמנים השחורים' שמאיימים להשתלט על הספינה שלנו ולגרוח למצולות את כל המערכת. האיש הכי חכם בעולם, שלמה המלך, אמר משפט קטן של ארבע מילים המקפל בתוכו את אחד העקרונות הגדולים של החיים: "שבע יפול צדיק וקם" (משל כו, טו). ההבדל בין צדיק לרשע אינו נעוץ בה שהרשע נכשל והצדיק לא. גם צדיקים נופלים. אני חוזר, דקלה, גם צדיקים נופלים. בעולם הזה