

רץ כצבי וגיבור כארי

מבט שבועי לנבכי הנפש

מאת צביקה קליגר - מאמן אישי בשיטת "נפש האדם בתלת מימד"

על פרשת דרכים

נקודת מבט יהודית מהפרשה על עולם הנפש אקטואליה ומה שביניהם

אך כאשר נוכל להתעלות מעל הטבע או מעל האינסטינקט הבסיסי שלנו. כאשר נבחר לראות את האמת נכוחה ולהישיר מבט לילד, יתכן וזו תהיה הזדמנות אמיתית וכנה לשיחה פתוחה נוספת, עם הילד, שיחה זו מתאימה לילד באזור גילאי 11 ומעלה, בגיל נמוך מזה הילדים אינם בוגרים מספיק להבין ולהכיל שיחה שכזו. אך באזור גיל 11 הילד כבר מספיק מבין ושקול יחסית. כמובן שגיל הוא דבר אינדיבידואלי ישנו את הגיל האמיתי וישנו את הגיל הקוגניטיבי/הרגשי, על גיל זה אנו מדברים. בגיל זה הילד מתחיל להבין כי אבא שלו הוא לא "מלך העולם" אבא שלו הוא לא "הכי חזק" "הכי גדול" ולכן יתכן וזו תהיה הזדמנות מאוד עוצמתית עבור הילד לחוות, ישירות וכנות מצד הדמויות אותם הוא מעריך ומעריך.

נוכל לשתף את הילד שלנו בהתמודדות האישית שלנו בצורה כללית. כמו שכל אדם יורד לעולם עם עבודה עצמית, כמו שכל אדם יורד לעולם עם דברים אותם הוא צריך לתקן, דברים בהם הוא צריך להתקדם. גם לי יכול להיות הרבה דברים להתקדם בהם, אני לא מושלם, אני רוצה להיות טוב יותר, אני רוצה להיות צדיק יותר, הקדוש ברוך הוא אוהב אנשים שרוצים להתקדם...

התנהלות כזו משקפת לילד את החיים האמיתיים. לעומת זאת כאשר ה"מודל לחיקוי" אמור להיות מושלם והוא לא, במקרה כזה הילד ייתקל בדיסוננס, והוא, מיותר לחלוטין! מרים שומעת על החלטת עמרם אביה, היא אומרת לו, אמנם פרעה גוזר כליה על הזכרים, אך אתה גוזר כליה על כל עם ישראל! לעמרם ישנם שתי אפשרויות, הוא יכול להתעלם או שהוא יכול להכיר באמת הנכוחה ולהודות לה. ובזכותה, בזכות מרים, עם ישראל זכה לגואל, משה רבינו!

האתגר השבועי: במידה ואתם מוצאים גישה זו יעילה, אולי מהשבוע נעודד מהלך כזה בתוך המשפחה שלנו, התקדמות ועבודה אישית, כולם יחד. בהצלחה רבה! שבת שלום!

בגיל זה הילד מתחיל להבין כי אבא שלו הוא לא "מלך העולם" אבא שלו הוא לא "הכי חזק" "הכי גדול" יתכן וזו תהיה הזדמנות עוצמתית עבור הילד לחוות ישירות וכנות מצד הדמויות אותם הוא מעריך ומעריך

כ: וַיִּקַּח עֲמֶרְם אֶת־יִוְכָבֵד דָּתוֹ לִוֵּי לְאִשָּׁה וַתֵּלֶד לִוֵּי אֶת־אֶהֱרֹן וְאֶת־מִשָּׁה וְגו' בפרשה הקודמת מובא: "וילך איש מבית לוי ויקח את בת לוי" - "וילך איש מבית לוי" להיכן הלך? אמר רב יהודה בר זבינא: שהלך בעצת בתו. מובא שם, שמרים אמרה לאביה, פרעה גוזר כליה רק על הזכרים, אך מכיוון שעמרם גירש את אשתו וכך עשו כל עם ישראל, אתה, עמרם, גוזר כליה על כל עם ישראל.

מרים ניגשת לאביה עמרם "ומוכיחה" אותו... מה עושה אביה? תקופה קצרה לאחר שהחלה הקורונה דיברנו על נושא מאוד חשוב, איך להרגיע ולהסתדר עם הילדים והמשפחה כאשר אנו עצמנו בלחץ, כשאנו בסטרס, כשאנו לא באמת יודעים מה יהיה ביום מחר, כולנו יחד היינו בבית 24/7 האחד על השני רואים שומעים ומרגשים כולם את כולם. דיברנו על איך נוכל להרגיע את הילדים, מה נוכל לענות כאשר הילד שואל אותנו, "אבא מה יהיה???" אחד העקרונות הגדולים עליהם שוחחנו, בתקופה כזו שבאמת ישנה חוסר ידיעה בסיסית ביום המחר, יתכן והדבר הנכון הוא פשוט לשתף את הילדים בכנות אמיתית, במציאות ובאמת הנכוחת, בחוסר הידיעה. כמובן לעשות זאת בחוכמה, לתת לילד את האופציה לדעת את האמת ועדיין לדעת ש "אני בטוח ומוגן, ההורים שלי שם בשבילי"

כל זה טוב ויפה, אך מה קורה כאשר כמו שאמרנו היינו כל הימים יחד והילד שלנו, לא רק שואל אותנו שאלות אישיות, אלא הוא גם מוכיח אותנו? יתכן והילד שלנו אומר לנו איך אתה מבקש ממני לא לדבר בתפילה, כאשר אתה מדבר? איך אתה מבקש ממני לכבד את אחים שלי כששמעתי אותך צועק על השכן אתמול? ייתכן ואנו רק מרגשים שההתנהגות שלו משקפת שיש לו "שאלה פנימית" כזו. שאלות אלו מטלטלות במיוחד, שאלות אלו נותנות לנו רגע שיקוף ומראה על מי אנו באמת, האינסטינקט הראשוני הוא כמובן לתקוף או לברוח, האינסטינקט הראשוני הוא, להוכיח את הילד בחזרה, לקרוא לו חוצפן או לתת מתת יד... או, פשוט להתחמק ו"לא לשמוע". לאחר מכן הרבה פעמים אנחנו "נוקמים" על שאלה חצופה זו.



"הדבר היחיד בעל ערך שנוכל להשאיר לילדינו הוא מה אנחנו, לא מה שיש לנו."
(ליאו בוסקאליה)

סיפור בתלת מימד

אני - חברי - ומה האלוקים שואל מעמך?

מרחרח ומגשש את דרכו אל האומצה העסיסית. בזמן שהנמר בלס התיישב טינג במרחק לא רב. הנמר הבחין בו אך היה עסוק באכילתו, וזה בדיוק מה שטינג רצה. שהנמר יקשר בינו לבין מנת הבשר היומית.

המבט של הזולת

כך נמשך הדבר מספר שבועות. טינג הניח בשר, הנמר התקרב ואכל בשעה הוא צופה בטינג ממרחק שמדי יום התקצר. כעבור חודש ימים, טינג כבר ניצב ליד הנמר. הנמר לא גילה סימני עוינות, להיפך, הוא שש למראה איש חסדו, וחכך את ראשו בהנאה ברגלו של טינג בשעה שזה הוציא את האומצה העסיסית מתרמילו. לרגע הזה המתין טינג. בזמן שהנמר בלס את סעודתו היומית, הוא ליטף את ראשו, אחז בזהירות בשערות שפמו, ו...טיק. טינג אחז ב-3 שערות משפמו של הנמר!!! הנמר סיים את סעודתו, וטינג נחפוץ אל בקתתו של הזקן. "אין לי מה לעשות בשערות האלה!", אמר הזקן בטון משועמם, מבלי להפנות ולו מבט מלוכסן אחד לעבר השלל שהושג בחירוף נפש. טינג חש פטיש של מאות טונות חובט בקדקודו. "אז בשביל מה ביקשת את זה?", צרח טינג בתסכול, "כמעט מתתי בשביל השערות האלה, ועכשיו אתה אומר לי שאין לך מה לעשות איתן?!". השיב החכם הסיני: "רק רציני ללמד אותך כלל חשוב בחינוך: שגם אם בנך מתנהג כמו נמר זועם, עם סבלנות ונחישות תוכל להיכנס ללבו, לדובבו ולהרגיעו, ולהשיג כל שתרצה!..."

מה ה' אלוקיך שואל מעמך

ישראל, לפעמים ישנם למידות, לקחים, שלומדים בקלות, במהירות. אך ישנם למידות אשר צריכות לחלחל ולתת להם את הזמן, ואז הם עושות את העבודה. (הסיפור בחלקו מאתר הידברות)

*להצטרפות למנוי העלון ניתן לשלוח מייל למערכת "רץ כצבי" ותקבלו את העלון לתיבת המייל שלכם מידי שבוע באופן קבוע

בארבע עיניים

"ומותר האדם מן הבהמה אין לבד הנשמה הטהורה!" ההבדל בינינו, בני האדם, בני אנוש, מן הבהמות, אותם יצורים שחיים על אינסטינקטים חייתיים. שלהם יש "נשמה בהמית" ולנו יש "נשמה בהמית וגם "נשמה אלוקית" יש בנו חלקים חייתיים, חלקים שלולא שום גבול, לא היה גבול! אך אותם "חלק אלוק ממעל"- הנשמה האלוקית, הוא משהו מסוים שהקב"ה ברוב חסדו השריש בנו. נקודה זו היא אולי "נקודה" "בורג קטן" אבל הדבר הכי חשוב במערכת שלנו. הדבר היחיד שמפריד אותנו מאותה פרה, חמור, כלב, שמתהלכים להם. אם היינו "בעולם מתוקן" הייתה הפרדה מלאה בין טוב לרע, הפרדה מוחלטת בין מותר לאסור, בין שחור ללבן. אבל אנו נמצאים ב"עולם פגום" עולם בו, טוב ורע משמשים באירובייה. כן, העולם לא מושלם! אנחנו לא מושלמים. ולכן יש הרבה פעמים שנראה דברים כה מנוגדים השוכנים יחד. כל עוד שזה לא פוגע, כל עוד שהאירובייה הזו לא פוגעת באף אחד, ייתכן ונוכל להיות כך "כבני האדם". אך המרחק מפגיעה ללא פגיעה, לפעמים הינו כחוש השערה. איך נוכל אנו לדעת "ככל יכולתנו" שאנו לא נפגע? שאנו לא מזיק? שאנו לא נגיע למקום שהאירובייה לא תשתלט על חיינו. גם כאשר החיים טובים. גם כאשר אנו עושים טוב, גם כאשר אנו "אנשים טובים" בטח לא מזיקים. עדיין נוכל להיות "אנשים בהמיים" עדיין החלק הבהמי יוכל להיות דומיננטי ושוטל ועדיין נעזור לאנשים, נלמד, ניתן צדקה, נתפלל, אך אם הפנימיות, הנקודה, נשארת נקודה. אם אנו לא מגדילים אותה, לא מטפחים אותה, כל הזמן, שוב ושוב את אותו חלק אלוק ממעל" יוכל האדם ליפול, יוכל אותו חלק בהמי לקחת את המושכות ליותר מידי זמן... בצמתים מידי חשובים... כאשר אנו כבני אדם נטפח, נתמסר לחיזוק וגידול אותה נקודה אנושית שלנו. כאשר אנו נישאר עם יד על הדופק שלנו ונרצה להיות "אנשים טובים" יש הרבה יותר סיכוי. יש לנו סיכוי טוב יותר להקדים בעז"ה רפואות למכות... ונצטט את חז"ל הקדושים במילת הזהב שלהם, "אל תאמין בעצמך עד יום מותך!" עלינו לעשות את שלנו ולעבוד את העבודה העצמית שלנו. ויותר מזה, אנו ל ק-ה ול ק-ה עינינו!

להפניית שאלות למדור "בארבע עיניים" או לכל פניה אחרת

ניתן לכתוב למייל : ratzcazvi@gmail.com ונשמח לענות ולהחכים יחד!

