

רץ נצבי וגיבור כארי

מבט שבועי לנבכי הנפש

מאת צביקה קליגר • בשיטת "נפש האדם בתלת מימד"

על פרשת דרכים

נקודת מבט יהודית מהפרשה על עולם הנפש אקטואליה ומה שביניהם

אחד של זולתו, אבל אולי חומש במדבר שזה עתה התחלנו הוא דווקא מקור ההשראה למה שאנחנו הולכים לעשות כאן יחד. נעצום לרגע את העיניים, נראה מדבר, האופק לא נראה, הש" מים פתוחים לנו מכל כיוון, העץ שצומח שם באופק, פתאום בשום מקום, הוא מקור לצל מרענן בחום המדברי, וטפטוף המים, טפטוף המים שאנו שומעים מרחוק, מקבל במדבר מש" מעות שונה לגמרי. כן, זוהי נפש האדם, ככה עלינו להתייחס לכל תהליך שקורה לה, שום דבר הוא לא מובן מאליו, כל תנו" דה ותנועה הם עמוקים הרבה יותר, יש להן משמעות מרחי" קת לכת. אם נביט, נחשוב, נעמיק, נבין, נקבל את המשמעות האמיתית לחיים. יחד נצא לדרך ארוכה ומשותפת!

זה עתה ירדנו מהר סיני, קיבלנו את התורה, אמרנו כאיש אחד בלב אחד "נעשה ונשמע", החזרה לשגרה מהירה יותר ממה שאנו חושבים, הקבלות שקיבלנו על עצמנו צריכות חי" זוקים, תמיכות ועידודים. ההתעוררות לא נעלמת חלילה, היא רק נמצאת ברבדים עמוקים יותר של נפש האדם, במידות שלנו שהם המעטפת החשובה כל כך ללימוד התורה הקדושה. עם צאתנו מחג מתן תורה זה הזמן המתאים ביותר להשיק עלון חדש, עלון שתכניו יעסקו בזווית מיוחדת של נפש האדם, עבר" דת המידות, מבט מעמיק מעט יותר לרבדים העמוקים של ה"אני" שלנו. נכון, קשה מעט לעסוק בנושאים אלה על גבי גליון, מבלי לראות את תווי הפנים שלנו, לחוש את האנרגיות

מכל מילה אנו לומדים תילי תילים של הלכות והנהגות. אם כך מה טמון לנו כאן באריכות וב" כפל הזה שחוזר על עצמו פעם אחר פעם שנים עשר פעמים?

כמה פעמים קורה לנו כשאנו מדברים עם חבר או עם ילד שלנו ובטרם הוא השלים את המשפט הראשון, אנחנו כבר ערוכים עם תשובה מוכנה, יש לנו כבר את כל המידע והאינפורמ" ציה בראש בתאים מוכנים מבעוד מועד מבלי לתת לשני כלל להתבטא, להוציא את אשר על ליבו. או כשהילד שלנו מספר לנו סיפור שכבר שמענו במהלך חיינו כמה פעמים, כמה מהר אני חנו מאבדים את הסבלנות להקשיב לו, במקרים מסויימים נשלים את המשפט במקומו ובמקרים מעט יותר קיצוניים נראה בו כסתם טרחן ונר" דניק.

קשה לנו בתור בני אדם לשמוע שוב ושוב דב" רים שכבר שמענו ולהתייחס אליהם כאילו כעת שמענו אותם בפעם הראשונה, אנחנו מאחסנים מידע ואנשים, בתוך קופסאות אצלנו בראש, יש לזה אמנם גם מעלות, כמו למשל שאנחנו יודעים **המשך בעמוד הבא**

ב" ביום, השלישי, נשיא, לבני זבולן--אליאב, בן-חלן. ב" קרבנו קצרת-כסף אחת, שלשים ומאה משקלה, מורק אחד כסף, שבועים שקל בשקל הקדש; שניהם מלאים, סלת בלולה בשמן--למנחה. ב" כף אחת עשרה זהב, מלאה קטרת. ב" פר אחד בן-בקר, איל אחד כבש-- אחד בן-שנתו--לעלה. ב" שעיר-עזים אחד, לחטאת. ב" ולזבח השלמים, בקר שנים, אילם חמשה עתדים חמשה, כבשים בני-שנה חמשה: זה קרבן אליאב, בן-חלן.

עם יד על הלב! מי מאיתנו באמת קרא הכל, מי דייק בכל מילה ומילה, הרשו לי לנחש שמי עטים מאיתנו, מכיוון שזה באמת קשה, אחרי שנים שלווה פסוקים נראה שכבר הבנו את הר" עיון, זה בטח אותו דבר...

אם כן מדוע בעצם הקב"ה מפרט לנו שוב ושוב את סדר הבאת הקרבנות של כל שבט ושבט, הרבה יותר קצר ותכליתי היה לו היה כתוב את סדר הבאת הקרבנות של שבט אחד ואז לכתוב שיתר הנשיאים הביאו את אותם סדר הקרבנות? בפרט שאנחנו יודעים עד כמה כל מילה ומילה בתורתנו הקדושה שקולה ומדודה,

פרשת נשא (כמדובר פרק ז')

א" ויאמר יהוה, אל-משה: נשיא אחד ליום, נשיא אחד ליום, יקריבו את-קרבנם, לחנפת המזבח. ב" ויהי, המקריב ביום הראשון--את-קרבנו: נחשון בן-עמינדב, למטה יהודה. ג" וקרבנו קצרת-כסף אחת, שלשים ומאה משקלה, מורק אחד כסף, שבועים שקל בשקל הקדש; שניהם מלאים, סלת בלולה בשמן--למנחה. ד" כף אחת עשרה זהב, מלאה קטרת. ה" פר אחד בן-בקר, איל אחד כבש--אחד בן-שנתו--לעלה. ו" שעיר-עזים אחד, לחטאת. ז" ולזבח השלמים, בקר שנים, אילם חמשה עתודים חמשה, כבשים בני-שנה חמשה: זה קרבן נחשון, בן-עמינדב. ח" ביום, השני, הקריב, נתנאל בן-ציוצר--נשיא, יששכר. ט" הקרב את-קרבנו קצרת-כסף אחת, שלשים ומאה משקלה, מורק אחד כסף, שבועים שקל בשקל הקדש; שניהם מלאים, סלת בלולה בשמן--למנחה. י" כף אחת עשרה זהב, מלאה קטרת. יא" פר אחד בן-בקר, איל אחד כבש--אחד בן-שנתו--לעלה. יב" שעיר-עזים אחד, לחטאת. יג" ולזבח השלמים, בקר שנים, אילם חמשה עתודים חמשה, כבשים בני-שנה חמשה: זה קרבן נתנאל, בן-ציוצר.

הוי אוהב את הבריות ומכבדן

(דרך ארץ זוטא פרק א' משנה ה')

ויהי כבוד חברך חביב עליך כשלך

(אבות פרק ב' משנה)

עקב בצד אגודל



סיפור בתלת מימד אני - חברי - ומה האלוקים שואל מעמך?

זורק עלי את הקליפה של הפרי??? רק אחרי תקופה, הצלחתי איך שהוא לקבל את זה, להבין שאין מה לעשות, אלו החיים ...

המבט של חיים משה

(אני יוצא מנקודת הנחה שאנשים לא רעים לכל אחד יש סיבות שבעיניו

נראות טובות ומוסריות לעשות את מה שהוא עושה)

ב"ה יש לי סוף סוף חברים, אבל למה ישראל ממשיך להדבק אלי? הוא עדיין ממשיך לומר לי, "את זה כדאי לך לעשות, את זה לא כדאי לך לעשות", מספיק! יש לי דעה עצמאית. אני מאוד מעריך אותו על מה שהוא עשה עבורי, אבל קשה לי עם זה שהוא מידי קשור אלי. אולי אם אני קצת אחתוך את ה"קשר" (תרתי משמע) שלנו, יהיה לי יותר עצמאות. וכך התגלגל מה שהתגלגל.

נב כשאני ישראל כתבתי את הצד שלו נדהמתי ואוו איך לא הבנתי אותו יש פה באמת עוד צד ואני צריך לבדוק את עצמי כל הזמן כדי שלא יקראו לי דברים מהסוג הזה.

מה ה' אלוקיך שואל מעמך?

מה אתה אומר ישראל, קשה לתת מעצמך לבן אדם ככה ב-100%, להתמסר אליו ללא גבול ואז הוא בועט בך, וכמו שהבנת, זה לא מרשעות, זה מחוסר ידיעה כיצד לפעול, ומחוסר מחשבה על רגשות הזולת, מה שהקב"ה רוצה במקרה הזה זה שתלמד לדון לכף זכות ולחשוב על השני לא רק עליך -אני עזרתי לו וכו', אלא, מה איתו, מה הוא מרגיש, וכו'.

ועוד משהוא שכדאי שתקח מוסר השכל מהסיטואציה הזו, הקב"ה כל כך טוב כלפיך הוא העיר אותך הבוקר נתן לך גוף בריא נתן לך משפחה בריאה ב"ה, נתן לך חברים, הוא כזה אבא טוב ובינינו אתה לא כל הזמן מתנהג כלפיו כראוי תחשוב על איך הקב"ה חש כלפיך, וגם אם קשה לך לחיות את התחושה הזו במהלך כל היום, קבל על עצמך כמה דקות ביום לחיות עם המחשבה הזו.

מכירים את החבר בכיתה שמשום מה לא מצליח למצוא את מקומו בחברה, לא משנה באיזה כיתה אנחנו, הוא לא נספג בחברה. כזה היה חיים משה, מכיתה גן אנחנו יחד ובכל שכבת גיל, לא משנה כמה ילדים חדשים נכנסו לכיתה וכמה עזבו, "חיים משה" שלנו נשאר לבד. לי, שסף הרגישות שלי די גבוה, זה מאוד הפריע. כשמעט גדלנו, החלטתי שאני נכנס לסיפור הזה, הבנתי שהבעיה היא "קצר בתקשורת" בינו לשאר החברים בכיתה והחלטתי שתפקידי יהיה להיות "המגשר" בין חיים משה שלנו לבין שאר חברי הכיתה, תמיד הסברתי לו בשקט מה כדאי ומה לא כדאי לו לעשות, ולחברים בכיתה הסברתי מה חיים משה התכווין... כדי שהם יצליחו להבין אותו. לקחו שנתיים בערך עד שהמאמץ נשא פרי ומיודענו חיים משה הפך לחלק אינטגרלי מכיתתנו. בשעה טובה ומוצלחת!

אבל הופס, כאן משהו השתבש לנו בדרך, חיים משה הרגיש כבר כל כך מעורה בכיתה שהוא החליט שהוא כבר יכול ללעוג לי, להתנכל לי, לרכל עליי מאחורי הגב, וממקום של הגשר שהייתי עבורו והקשר שהצלחתי במאמץ רב לרקום לו עם החברים בכיתה הוא הפך אותי לכשל עבורו. ההרגשה שלי הייתה נוראית, הרגשתי שהוא פשוט נותן לי סטירה מצלצלת במקום הכרת הטוב שחשבתי שמגיעה לי על הדרך הארוכה שעשיתי יחד איתו כדי לבנות לו את מקומו בחברה. חודשים רבים מאוד לקח לי עד שהצלחנו להחזיר את החברות בינו, שאמנם כבר לא חזרה להיות כשהייתה אך בכל זאת היא היתה סבירה ונעימה יחסית.

המבט שלי

קשה לי לקבל את זה שאחרי כל מה שעשיתי למענך אתה ככה מתנהג כלפיי, ויותר מכך לעגת לי בפני החברים בכיתה, לא ידעתי מה לעשות, ממש הרגשתי נבגד, עד שגישרתי בינך לבין כולם השארת אותי בצד השני ושברת את הגשר, עד שסוף סוף אתה נהנה מפירות עמלינו אתה

על פרשת דרכים המשך מעמוד ראשון

שמה שהוא אומר לנו מעניין אותנו גם אם שמי ענו את זה כבר "אחד עשרה" פעם.

במשנה באבות פרק ה' משנה ז', נאמר "שבעה דברים בחכם" אחד מהם הוא "אינו נכנס לדב" רי חברו" דבר נוסף הוא, "שואל כעניין ומשיב כהלכה" על ידי כך ש "אינו נכנס לדברי חברו" על ידי זה הוא יכול להיות "שואל כעניין ומשיב כהלכה".

בואו נסגל לעצמנו פעם ביום, להקשיב לזויתנו עד הסוף, להתעניין באמת במה שהשני אומר, לשמוע, ולהאזין. ולא, לא לתכנן את התשובה מראש תוך כדי השאלה, פשוט להתעניין באמת, ונופתע, לראות, ולגלות, אחד את זולתו מחדש ונזכה בעז"ה להיות מאלה שחז"ל אמרו עליהם "שבעה דברים בחכם" שבת שלום!

אותם באופן אוטומטי לתוך קטגוריות. לכל אדם יש את התחושות שלו, את הרגשות שלו, גם אם הוא עושה את אותה פעולה שחברו עושה יש לו את "הנשמה היתירה" שלו עצמו שעליה עלינו לתת את תשומת ליבנו.

בתחום "הקאוצ'ינג" ובNLP" קיימת הנחת יסוד מאוד חזקה שאומרת ש"המפה אינה פני השטח", דהיינו, מה שאני רואה ושומע במבט ראשון, לא חייב להיות נכון במאת האחוזים כשאני מתקרב למקרה ברובד מעט עמוק יותר, חובה עלי להתעניין ולהסתקרן עד שאני בטוח שהגעתי לחקר האמת שבדבר, לרובד העמוק יותר. זה מה שהקב"ה רוצה שניקח מפרשתנו, להתעניין אחד בשני, להקשיב עד הסוף, ובאמת לתת לשני את ההרגשה (ולא רק את ההרגשה)

לא לדבר עם אנשים זרים, אנחנו יכולים לזהות אנשים במצבי מצוקה ולגשת אליהם ולהציע עזרה, אנחנו מצמצמים את זמן התגובה שלנו ע"י הדמיות והתניות שהמוח שלנו עושה בשיבילנו בכל רגע נתון מכל מצב וסיטואציה. אם כל פיסת מידע שכבר חווינו בחיים הינו חווים אותה בכל פעם כמו בפעם הראשונה היה לנו ממש קשה גם שכלית וגם מנטלית ולכן הקב"ה יצר לנו את התת מודע, באמצעותו המוח שלנו מנתח, משווה, ומגיב, באלפית השנייה. אבל כאן בפרשתנו הקב"ה רוצה ללמד אותנו משהו נוסף, להתעניין האחד בזויתנו, להיות רגישים אחד לרגשותיו של השני, ללמוד לא לקחת כל דבר כמו בן מאליו, לא לקטלג אנשים ולהכניס