

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

האתגר הכי גדול הוא למצא את המשאבים הנכונים שיעזרו לנו להתמודד מול זה, בנוסף למצא את המשאבים והכוחות שיעזרו לנו לעבור את זה ולא רק לעבור אלא לצלוח בהצלחה יתרה, ישנו שלב לאחר שאנו משתנים ומתמודדים עם כל מה שמגיע, מגיע שלב בו אנו כבר נמצאים במקום בו אנו עוזרים לאחרים, אנו לא עסוקים רק בלשרוד רק בלהתאקלם, אנו רואים עוד דברים מלבד עצמנו, וזהו שלב בו אנו רוצים כבר לתת לאחרים ממה שיש לנו, אנו נותנים ועוזרים לאחרים מניסיונונו כוחנו ותקוותנו, והשינוי הגדול והעוצמתי ביותר הוא כאשר אנו חוזרים לאותו מקום בו היינו לפני השינוי, לשכונה לעיר, לחברה, למשפחה ואנו יוצרים שם שינוי, אנו מביאים את השינוי לשם, למקום בו היינו ואולי יכולנו אפילו לייצג משהו אחר לחלוטין, אבל כרגע אנו כל כך חזקים ובטוחים שזה מאפשר לנו לבא לפה שוב ולתת את מה שיש לנו עכשיו!

כאשר נעקוב אחרי המסע של יתרו נשים לב שכך היה: ממש כך, יתרו עבר בכל השלבים הללו וצלח אותם בזה אחר זה, וזה מתקשר אלינו כי בדורנו ישנם כל כך הרבה "יתרויים" בכל שכבה של החברה ובכל הבט, עם זה חברתי, דתי, מצב סוציאקונומי, בכל מצב ישנם את אותם שהיו כל כך... ואז הם חוו שינוי לטובה ומצאו את הדרך הנכונה, הישרה, האמתית, הטובה, והאתגרים שכל אחד מאתנו עובר ע"מ להגיע בסופו של דבר לחלק הזה שנקרא "החזרה הביתה" בסופו של דבר, שווים לנו את זה!

האתגר השבועי: רוצים לדעת איזה כלי פותח על אותו בסיס? ואיך ניתן למצא את זה בחיינו? בטור בארבע עיניים!

בהצלחה רבה! שבת שלום!

כמה אנשים היו היכן שהם היו,

עם מעמד

מכובד כזה או

אחר, בכל

שכבות

החברה,

ולמרות זאת

כאשר הם

הבינו שישנה

דרך אחרת

אמתית יותר,

נכונה, הם

עוזבים הכל

ויוצאים לדרך

חדשה על מנת

למצא את הדרך

הנכונה

א) וישמע יתרו כהן מדין חתן מושה את כל אשר עשה אלהים למושה ולישראל עמו כי הוציא יהוה את ישראל ממצרים: (ב) ויקח יתרו חתן מושה את צפרה אשת מושה אחר שלוחיה: (ג) ואת שני בניה... (ה) ויבא יתרו חתן מושה ובניו ואשתו אל מושה אל המדבר אשר הוא חנה שם הר האלהים:

הפרשת שלנו נקראת פרשת "יתרו" על שם יתרו חותן משה רבינו, חשבתם על כך שהפרשה הזו קרויה על שם של אדם, כשנבדוק את כל פרשיות התורה אנו נראה שכל הפרשות הקרויות על שם של אדם, ישנו מסר נוסף אותו אנו לומדים מהחיים והדברים שעשו אותם בני אדם, מה עשה יתרו? מה אנו למדים לחיינו? מה הגדולה? ומה נתן לו את הכוח?

היום בדורנו אנו ישנם הרבה "יתרויים" מה הגדולה של יתרו? יתרו היה כהן לע"ז הוא היה מאותם אנשי דת המייצגים משהו מאוד מסוים, וכאדם שמייצג משהו, הגיוני שאט אט הוא יתבסס עוד יותר ועוד יותר בעמדתו הוא, אך למרות הכל למרות כל מה שהוא מייצג או ייצג, יתרו משליך את כבודו את כל "הטרם" והולך אחר האמת, כמה קשה, כמה מורכב, תארו לכם, כמה אנשים שאנו מכירים או שיצא לנו לעשות את המהלך הזה בחיים, כמה אנשים היו היכן שהם היו, עם מעמד מכובד כזה או אחר, בכל שכבה של החברה, ולמרות זאת כאשר הם הבינו שישנה דרך אחרת אמתית יותר, נכונה, הם עוזבים הכל ויוצאים לדרך חדשה על מנת למצא את הדרך הנכונה? ומה קורה כאשר מגעים ומוצאים את הדרך? תמיד ישנם קשיים להתחיל את הדרך עצמה, תמיד ישנם אתגרים כאלה ואחרים, אתגרים חיצוניים ופנימיים שינסו למנוע את השינוי שיצרו את הקשיים בשבילנו.

ספינה הכי בטוחה היא עוגנת בנמל,

אך לא לשם כך נועדו ספינות.



(אמרה ידועה)

סיפור בתלת מימד

אני - חברי - ומה האלוקים שואל מעמך?

המבט של הזולת

הטעות התבררה מיד: כששמע הסטייפלער כי 'לר' חיים כואב הגב, הבין שהכוונה לבנו - רבי חיים, בעוד בתו הרבנית ברזם התכוונה לחתנה - הגאון רבי חיים קלופט שליטי"א. וכך, רבי חיים אחד ישב וציפה לאבי חמותו, בעוד רבי חיים השני מקבל מסאג, ללא כל צורך, ואינו פוצה פה!

מיד מיהרה הרבנית ברזם לבית אחיה, רבי חיים קנייבסקי שליטי"א, להתנצל על הטעות. לנוכח עיניה המופתעות נגלה מחזה מדהים: רבי חיים עודו שוכב במיטה באותה תנוחה, כאשר ציווה לו אביו: נכון, לא כואב לו הגב, הוא בריא לחלוטין ואין לו כל בעיה רפואית. גם זמנו אינו בידו - רבי חיים מסיים כל שנה את כל התורה, ולכל דקה ושעה ביומו יש תפקיד והספק מוגדר, והוא לא מהאנשים שיכולים לשכב שעות ארוכות במיטה ללא מטרה. אך אביו היה כאן, ביקש לטפל בו והורה לו לשכב בתנוחה כזו. ואם אבא אומר - זה מה שעושים, בלי להבין, בלי להקשות, בלי לנסות להתחכם, בלי תירוצים שאין זמן!

מה הי אלוקיך שואל מעמך

ישראל, תראה איזו מסירות של הסטייפלער, הוא רק שמע איך מרגיש בנו וישר רץ לעזור לו, וחשיבות של הזמן הייתה כל כך חשובה גם לו וגם חשובה עד היום ל ר' חיים קנייבסקי שליטי"א, ולמרות זאת הוא הלך לעזור לו ורץ לשם כרחם אב על בנים, ומצד שני איזה כיבוד הורים יש לר' חיים ועד כמה אנו יכולים ללמוד מזה לחיינו אנו!

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

בארבע עיניים

חלק גדול מבני האדם עוברים בחייהם מסע כזה או אחר של שינוי, ישנו כלי הנקרא "מסע הגיבור", את הכלי הזה דגמו מתוך תיאוריה של חוקר אמריקאי האומר שישנן תחנות מסוימות אותם, לטענתו, כל "גיבור" עובר. ב NLP דגמו ויצרו כלי הנקרא "מסע הגיבור" בסיומו של המסע האדם מגיע לשלב הסופי בו הוא נמצא במקום שהוא כבר יכול להעניק משלו לאחרים. מה הם השלבים? השלב הראשון זה השלב בו האדם "שומע את הקריאה" האדם שומע מתוכו את הקריאה לצאת אל המסע המחכה לו, הקריאה הזו דורשת מאתנו להתאזר באומץ ובעוצמה להפוך למשהו אחר. השלב השני הוא ה "היענות לקריאה" זה השלב בו אנו נענים לקריאה ומחליטים לצאת אל הדרך למרות או בגלל הכל. השלב השלישי הוא "הצטיית הסף" לאחר שהחלטנו לצאת אל הדרך אנו נדרשים לעשות את הצעד הראשון, על מנת לצאת אל הדרך בפועל ואנו עושים את הצעד הראשון, כמובן שעלנו להבין מהו אותו צעד. השלב הבא הינו "מציאת משאבים" מכיוון שאנו יודעים עד כמה הדרך מאתגרת, עלינו למצא משאבים שיסייעו לנו לצלוח את כל מה שיבוא מולנו, נחפש ונמצא משאבים חיצוניים כגון כסף חברים קהילה, ומשאבים ויכולות פנימיים כגון סבלנות, התמדה. השלב החמישי הוא "התמודדות מול אתגרים" השלב הזה נוכח כל הזמן, אנו מתמודדים כל הזמן מול אתגרים אבל כאשר אנו מודעים למשאבים שלנו אנו יכולים לצלוח אותם ביתר קלות. השלב השישי הוא "טרנספורמציה - השתנות" זהו השלב בו אנו משתנים, נהפכים להיות, הופכים את האתגרים למדרגות, זהו השלב בו אנו מבינים שאנו עושים את זה, ונהפכים ל "אני החדש- הגיבור" אנו מגלים את האני האמיתי וזה מוביל אותנו לשלב השביעי האחרון, והראשון בדרך חדשה, "השלמת המשימה" זהו השלב בו אנו משיגים את מטרותנו, וסוגרים מעגל, ובעקבות כך אנו מסוגלים לחזור "לבית שלנו" ולעשות גם שם את השינוי. אני מזמין לקחת את התבנית הזו ולצאת למסע שלכם... בהצלחה!

להפניית שאלות למדור "בארבע עיניים" או לכל פניה אחרת

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

