

# רגע להתבונן

## הרב יחזקאל שובקס

מסר שבועי קצר  
ערב יו"כ תשפ"ו

### אורח לרגע

#### תגובות הקוראים

תגובות על גליון ניצבים בענין 'החזרת ההרתעה'

-----

קראתי בענין רב את המאמר. זה היה מאמר מחדש מאוד, שהבהיר כל כך יפה את הענין של איבוד ההרתעה. גם אהבתי מאוד את משל הרמזור. זו המחשה נפלאה לענין הכיבוי הרגשי, ומשקף מציאות עגומה שרבים נקלעים אליה. יישר כוח על התכנים.

\*

מאמר נפלא, שמציף בעיה כאובה נוספת. קצת דומה לענין הבא:  
אנו כמחנכים / כהורים רוצים להחזיר מושגים מרוממים, ולעיתים בשל כך אנחנו מרוממים את המושג [ימים נראים] כדוגמה עכשווית, עד כדי כך שבלי משים הפכנו אותו לגבוה מעל גבוה ובלתי מושג לחלק מהשומעים, ובשל כך הם מתנתקים מכל התיאורים הנרגשים שלנו.

אין ספק שצריך לרומם מושגים, להכניס להם לדברים שבקדושה, אך בד בבד לראות שהדברים נקלטים אצל השומעים, והם מרגישים שיש להם כלים ישימים להגיע לאותם מושגים מרוממים, ולא שמושגים אלו שייכים לקדושי עליון, או ל'צולים' של הישיבה...

\*

המאמר היה לי עמוק מדי, ולא מספיק מובן. לפעמים אתה כותב רעיון ארוך בכמה משפטים, וסומך על הקוראים החכמים שיבינו מעצמם. אני חושב שכדאי לך להאריך יותר ולהסביר יותר.

תגובות ניתן לשלוח למייל ptachlo1@gmail.com

### אפשר רגע

#### שו"ת קצר

**שאלה:** לאחרונה התוודעתי לכך שאחד מהמשפחה שלי מאד פגוע ממני. כבר כמה שנים. הוא גם לא מוכן לסלוח לי. כעת בערב יום-כיפור אני ממש מוטרד מכך.

**תשובה:** חשוב לבדוק במה הדברים אמורים. האם ייתכן שאכן פגעת בו מבלי משים? אולי יש משהו בהתנהגות שלך או בדיבור שלך שפוגע באחרים, ואתה לא מודע לכך?

אולי הסיבה שהוא לא מוכן לקבל סליחה, זה בדיוק בגלל חוסר המודעות שלך לענין, וכתוצאה מכך, גם חוסר ההכרה שלך במה שעשית. ככל שתהיה מוכן להכיר בזה, מסתבר שהוא יהיה מוכן לקבל התנצלות. לפעמים יתברר שאתה לא פגעת בו מעולם, וכי הוא זה שנפגע ממך, ולשווא. ואז זה ענין שלו לגמרי. הוא זה שצריך למצוא את הדרך כיצד לא להיפגע מאנשים שלא פוגעים בו כלל.

זה משהו שלא אתה ולא הוא תוכלו לקבוע, כי אתם הנוגעים בדבר. נדרש כאן מבט של מישור אובייקטיבי.

שאלות ניתן לשלוח למייל ptachlo1@gmail.com

## 'הכשרת השרץ' - מנגנון הגנה מסוכן

עוד אנחנו עם סיפור המלמד והתלמידים, וצברנו מאות הורים שכבר כועסים 'על החשבון' על המלמד של הילד, וגם צברנו מלמדים פגועים במספר לא פחות מזה. קיימת תופעה של **אצבע קלה על ההדק להתגולל את המלמדים**, שרובם ככולם מוסרים את נפשם יותר מכל אחד אחר, לחנך את התלמידים באהבה.

כעת בערב יום-כיפור, זה הזמן להיות כנים עם עצמינו. ההגנה הזאת קיימת אצל כל אחד מאיתנו: קל לזהות אותה אצל אחרים, אך קשה להודות בקיומה אצל עצמנו, כי ההיגיון שלנו כבר מעוות.

אני מכיר את זה בעצמי. כשמוישה-יודא דיבר, למרות כל האמפתיה שלי כלפיו והיכולת להבין אותו ואת מניעיו, בכל זאת רתחתי מבפנים. היה לי קשה לשאת את מה שמתרחש. אך אותו היגיון מעוות, ככל שזה נוגע אלי, זה הופך להיות היגיון צרוף. כמה היתרים הענקתי לעצמי במהלך החיים, להציק לאחרים, לגרום עוולות, להיכשל בחטאים??

\*

**אז איך באמת אפשר לזהות את כל אותם הגיונות מעוותים אצלנו?**

חזרנו למוישה-יודא. הניסיון להציב בפניו מראה ולהוכיח לו את העיוות המחשבתי, הוא ניסיון שווא. בוא נזכור שהוא איש טוב בעצם. ולכן, ככל שהוא יקלוט את מה שעולל, הוא לא יהיה מסוגל לשאת את עצמו. ולכן ההגנה תילחם בכל הכוח.

אם אלחץ עליו, והוא יזהה סימן שבירה מתקרב בחומת ההגנה שבנה לעצמו, יקום ויברח. "המטפלים הללו! - יתרה באיש הראשון שיפגוש - אסור להתקרב אליהם! יש להם דעות חיצוניות הנוגדות דעת תורתנו הקדושה".

**מה כן?**

נעבוד בשיטה הפוכה לגמרי. נלך ונחקר את המניעים לצורך של מוישה-יודא בשליטה. ככל שההבנה תתחיל לחלחל בו מלמטה, כשיבין היטב את עצמו כיצד בכלל הכול התחיל, יהיה לו קל יותר לשאת את המעשים שלו, וכך פחות יצטרך להתגונן. ואז חומות ההגנה יתמוטטו מאליהן.

זה נכון לגבי כל התנהגות שלנו. ברגע שאנו מרגישים שרגשי האשם כבדים מדי, ההגנות מתחילות להשתלט עלינו. ככל שאנחנו יכולים לתת לעצמינו חמלה, להבין איך הגענו למצב הזה, זה מקל עלינו לזהות את העיוות שבהיגיון.

אז אם הונית את חברת הביטוח, והסברתי לעצמי אלף ואחד תירוצים מדוע זה מותר, ואפילו הידור מצווה. עדיף שאחזקו בעצמי מדוע היה לי צורך להונות אותם? מה קורה איתי בנושא כספים? מדוע אני להוט כל כך להרוויח שקל נוסף, גם כשלא מגיע אלי ביושר?

דווקא אחרי שאני מבין את עצמי, יהיה קל יותר להודות שטעייתי כשהתרתי לעצמי.

**רשימת ה"על חטא" ארוכה.** אולי לא נספיק לפני יום כיפור את כל הרשימה. אז נתחיל בשורה אחת, ונתקדם לשורה נוספת.

גמר חתימה טובה לכולנו.

נפגשתי עם ר' מוישה-יודא. מלמד בכיתה ד'. באחת השיחות הוא מספר נפלאות על עצמו. "השליטה שלי בכיתה היא אבסולוטית. אני נכנס לכיתה, וכבר שניה לפני כן כולם ישובים במקום בדממה. העיניים מופנות אלי. כל העיניים".

אני נדרך. "לפעמים, אני עושה איזה תנועה מהירה בידיים, לאו דווקא עם פשר, ופתאום אני רואה עשרות פרצופים מופוזרים. זה נפלא - אני אומר לך. כך התפילה מתנהלת למופת..."

אני פוער עיניים, והוא מרגיש צורך להסביר: "אין לך מושג כמה ההורים נלחמים בשביל שהילדים שלהם ילמדו אצלי. הנה תראה את המכתב שקיבלתי הבוקר". תיכף מתחיל להקריא. "לכבוד המלמד הנערץ. הכן שלנו לא מפסיק לדבר על הרבה המיוחד..." בינתיים כבר התחלתי לספור, ואולי גם אתם. התחלתי לספור את ה"הגנות" שלו. כמה פעמים מגן על עצמו, מסביר את עצמו, מצדיק את עצמו.

**על מה הוא צריך להגן? מי תוקף אותו?**  
המתקפה היא פנימית.

וכאן נחוץ לתת הקדמה. ר' מוישה-יודא בחיי המעשה, הוא באופן כללי, בעל לב טוב, מודע לרגשות האחר, ורגיש לזולת.

מכל מיני סיבות שעוד נחקור אותן, יש לו צורך עצום להרגיש שליטה אבסולוטית על התלמידים. היטלטל לכל קורס ואימץ כל שיטה להשגת "שליטה בכיתה", והנה הצליח.

ניתן לומר זאת, אולי קצת בגסות: יש כאן נגיעה של 'התעללות'. הילדים מתכווצים מפחד והוא מתענג. ואני (וכנראה גם אתם) מזהים את זה מיד. הוא לא.

**איך זה שהוא עצמו לא מזהה את זה?**

מסתבר לומר, כי כאשר נתקל בילד המפוזר הראשון, זה הציק לו. הרגיש לא בסדר עם עצמו. אך נאלץ להסדיר את רגשותיו, כדי למחר להרגיש טוב. ואז הגיע ההסבר כמו מאליו: "חינוכית, זה ממש טוב לכיתה. בזכות זה יש שקט בשיעורים, בזכות זה יש דרך ארץ... בזכות זה..."

בהמשך, כאשר הגיעה התלונה הראשונה מההורים, המתקפה הפנימית היתה קשה יותר. התהפך בלילה עשר פעמים. המצפון צבט אותו. והרי היה צריך להירדם. ואז צצה המחשבה: "ההורים הללו אין להם גבולות והורסים את הילד. אני מחנך את הילד כראוי". ואז נרדם בשלווה.

בשפה שלנו נקרא לזה: **"הכשרת השרץ"**. זו הגנה כמו כל ההגנות הקיימות, שבאה לעולם כדי להרגיע את הנפש המתייסרת. כדי להמשיך להרגיש טוב.

במאמר הקודם עסקנו במה שקראנו לו **"כיבוי רגשי"**. (גם עמדנו על ההבדל ביניהם, עיי' שם) אך ההגנה הנוכחית היא מסוכנת הרבה יותר. כי כאשר נכבה רגש המצפון, והרגש מפסיק להציק, עדיין קיים שם ההיגיון המזכיר כל הזמן שאנחנו עושים עוול.

אך ב"הכשרת השרץ" גם ההיגיון מפסיק להציק. אדרבה, ההיגיון מגויס כדי להצדיק הכול. והנה הדרך בטוחה להמשיך לנהוג הלאה כך.

\*