



כשהבלבול הוא חלק מהשפיות

מי לא מכיר את התלונה: "איזה עולם משוגע".

די להקשיב לכמה שיחות אקראיות ברחוב, במקום העבודה או במפגש עם חברים, כדי לשמוע שוב ושוב את אותה אנחה: אנשים איבדו את השכל, העולם השתגע, כבר אי אפשר להבין אף אחד.

הבעיה היא שכל אחד מאותם "לא נורמליים" מסתובב עם אותה תחושה בדיוק. גם הוא בטוח לגמרי שהוא בצד השפוי, ודווקא האחרים הם אלה שאיבדו את הכיוון. כל אחד משוכנע שהשקפתו מאוזנת והגיונית, בעוד שדעותיהם, התנהגותם ובחירותיהם של האחרים הן הבלתי מובנות והקיצוניות.

לאחרונה נתקלתי בדברים מרתקים, ואולי בעצם לא כל כך מפתיעים, אלא פשוט כאלה שאנחנו לא תמיד אוהבים להודות בהם.

כך אמר הרה"ק מפיאסעצנא, בעל חובת התלמידים:

"אם יסתכל איש על מחשבותיו הנובעות, אף של יום אחד, יראה שכמעט אין חילוק בינו לבין משוגע, רק בזה שהמשוגע מביא מחשבותיו לפועל. אבל מחשבותיו לעצמו, הם אצלו ממש כמו אצל משוגע..." (הובא בספרו דרך המלך, במאמר 'עניין השקטה').

קראתי זאת, וחייכתי לעצמי.

כי באמת, מי מאיתנו לא חשב פעם מחשבה לא הגיונית, דמיון מופרך, רעיון משונה, או תרחיש שלא היה ולא נברא? כולנו מכירים את הרגעים האלה שבהם הראש שלנו מצליח להמציא סיפורים, לתאר מצבים שלא קיימים, ולפעמים גם להפחיד אותנו מהדברים המביכים ביותר שעלולים לקרות... רק שאנו, ברוך ה', מצליחים לעצור בזמן. יש לנו את המחיצה הבריאה הזו שמפרידה בין מה שמתרוצץ בראש לבין מה שאנחנו אומרים וגם באמת עושים.

וזה מזכיר לי משהו שקרה אצלי פעם: הגיע אלי אדם מבוהל, אחרי שראה מישהו שדעתו נטרפה עליו. הוא הביט בי בעיניים מודאגות ושאל, כמעט בלחש, אם ייתכן שגם הוא עצמו... אולי... לא כל כך נורמלי.

חייכתי אליו ואמרתי: "ואולי באמת? ובעצם, אולי גם אני לא נורמלי? הרי גם אותו אדם שראית חושב שהוא בסדר גמור, והוא בכלל לא קולט עד כמה דעתו משובשת עליו..."

ואז אמרתי לו: "יש הבדל אחד קטן: הוא לא יגיע אלי לשאול האם ייתכן שמשוהו השתבש אצלו. מי שבא לשאול, כבר הוכיח שהוא בצד הבריא, **כי עצם היכולת להטיל ספק בעצמנו, לעצור ולשאול – היא עצמה סימן לשפיות.** המשוגעים האמיתיים בטוחים שהם בסדר גמור..."

וכאן נזכרתי במשפט ששמעתי פעם בציניות, אבל יש בו הרבה מן האמת:

"די גאנצע וועלט איז האלב משוגע, און די האלבע וועלט איז אינגאנצען משוגע" [כל העולם חצי משוגע, וחצי העולם לגמרי משוגע].

המשפט הזה תמיד גרם לי לחייך, מפני שלפעמים אני מקבל הרושם שהוא מדויק מדי. **בתוך כל אדם שפוי מסתתר אדם לא שפוי.** לפעמים אנחנו מודעים לנוכחותו, לפעמים מצליחים להשתיק אותו, ולפעמים הוא מצליח לשכנע אותנו שהוא דווקא צודק. הוא לוחש לנו רעיונות קיצוניים, דמיונות שאין להם אחיזה במציאות, או פרשנויות מופרזות למה שקורה סביבנו.

כולנו מכירים את הרגע שבו אנחנו מתעוררים אחרי טעות ושואלים את עצמנו: "איפה היה השכל שלי? איך עשיתי דבר כזה? אולי אני לא נורמלי..."

אבל האמת הפשוטה היא שזה בסך הכל אותו חלק מבולבל שבתוכנו שקפץ לרגע החוצה. זה טבעי לגמרי. הוא תופס את השליטה לכמה שניות יותר מדי, וזה קורה לפעמים לכל אחד. מי שמבין זאת איננו נבהל מטעות רגעית, אלא אומר לעצמו, אולי אפילו בחיוך: "זה היה המשוגע הקטן שלי. עכשיו מחזירים אותו למקום".

המודעות הזו מכניסה אותנו לפרופורציות, ומלמדת אותנו שחולשה רגעית איננה מוכיחה שאדם איננו נורמלי. היא מוכיחה שהוא אנושי.

ודווקא הניסיון להילחם בכל כוחנו בכל מחשבה משונה או בכל רגש לא רצוי, עלול להפוך אותם למרכז חיינו. אדם שנבהל מעצם העובדה שעלתה בו מחשבה מוזרה, מתחיל לעסוק בה ללא הרף: למה חשבתי כך? מה זה אומר עליי? אולי משהו לא תקין אצלי? וככל שהוא בודק את עצמו יותר, כך המחשבה תופסת מקום גדול יותר.

לפעמים, מה שמפחיד אותנו אינו המחשבה עצמה, אלא המסקנה שאנו מסיקים ממנה על עצמנו. אך האמת היא שמחשבות אינן תעודת זהות. הן אינן מגדירות מי אנחנו, אלא הן רק חלק ממה שמתרחש בתוכנו. לא כל מחשבה מבטאת רצון, לא כל דמיון משקף מציאות, ולא כל רגש רגעי מעיד על אופיינו.

והיכולת לומר לעצמנו: "זו רק מחשבה. זה רק החלק המבולבל שבי שמבקש כרגע תשומת לב" – מאפשרת לה להופיע ולחלוף וגם להשאיר אותנו במקומנו.



האמת המפתיעה היא שלהיות שפוי באמת אין פירושו למחוק את החלק הלא-שפוי שבנו. השפיות היא היכולת לנהל אותו: להכיר בו, להבין אותו, ולדעת מתי לתת לו להתבטא ומתי

להחזירו למקומו. שכן אין הוא אויב שיש למחוק, אלא כוח שיש בו גם צד מועיל, וצריך רק לדעת לנהוג בו נכון.

דווקא היכולת לצאת לרגע ממסילות החשיבה המוכרות, ולהעז לחשוב מחשבות לא שגרתיות, היא אחת מאבני היסוד של יצירתיות אמיתית.

יש רגעים שבהם דווקא המחשבה ה"משוגעת" פותחת דלת שלא הצלחנו לפתוח בדרכים הרגילות. אדם עלול להיות תקוע זמן רב בתוך בעיה מסוימת, עד שפתאום עולה בראשו רעיון שנשמע בתחילה לא הגיוני, אך דווקא הוא מצליח לשחרר את הפקק. המשוגע הקטן שבקרבתנו מסוגל לצאת לרגע ממסילות החשיבה המוכרות. לא תמיד צריך להקשיב לו, אבל כשנותנים לו מקום במידה הנכונה – הוא עשוי להפוך למתנה.

רבים מן האנשים ששינו את העולם – ממציאים, אמנים, מדענים ומנהיגים – העזו לחשוב מחשבות שבתחילה נשמעו מופרכות. לעיתים, מה שמבדיל בין רעיון פורץ דרך לבין רעיון מופרך אינו המחשבה עצמה, אלא היכולת לבחון אותה בשיקול דעת, לקחת ממנה את מה שטוב ולהניח בצד את השאר.

בסופו של דבר, צריך גם לנחות. להשיב את המשוגע הקטן למקומו ולהחזיר את הסדר. אבל היכולת לתת לו מקום לרגע, מבלי להיבהל ממנו, מעניקה לנו גמישות מחשבית, ראש פתוח וחיים פחות כבולים להרגלי החשיבה שלנו.

ייתכן שזו בעצם ההגדרה המדויקת לשפיות: לא היעדרם של טירוף קטן, פחד, קנאה, כעס או חולשה, אלא היכולת לזהות אותם, לקבל את עצם קיומם, ולא לתת להם לנהל אותנו.

וכמעט כבדרך אגב, אנו מרוויחים גם משהו גדול מאוד ביחס שלנו אל הזולת.

ההבנה הזו יכולה לשנות לא רק את היחס שלנו לעצמנו, אלא גם את האופן שבו אנו מסתכלים על הזולת: פחות שיפוטיות, יותר חמלה, ובהכרה שגם בו מתקיימת אותה מורכבות אנושית שקיימת בנו. וכך, במקום למהר לשפוט, נוכל לעצור לרגע ולחשוב: האם מה שעובר עליו עכשיו, זה מה שעובר עלי בזמנים אחרים?!

ברגע שאנו משלימים עם העובדה שגם בנו יש צדדים לא מאוזנים וחלקים לא שפויים, נעשה לנו קל יותר להבין שגם אחרים מתמודדים עם אותו מאבק פנימי, רק עם איזון שונה, רגישות אחרת, או כוחות אחרים.

וזה השיעור החשוב ביותר שאנו צריכים ללמוד מכל הסיפור הזה:

**ככל שאנו לומדים להכיר את ה"משוגע" שבתוכנו,
כך אנו מוכנים לקבל ביתר קלות גם את ה"משוגע" של זולתנו.**

