



עצות מעשיות בעבודת ד' לחיילי העורף

הרב אברהם בלידשטיין

ראשי פרקים

א. ראשית דבר

ב. הקדמה או השקפה כללית

ג. נוחות

1. נוחות פנימיים

א. רצון

ב. בחירה חופשית

ג. גיוס מלוא הכוחות שלך

2. הקב"ה

א. התבוננות

ב. תפילה פרטית, תפילת רשות

ג. תפילה קבועה, תפילת חובה

ד. לימוד תורה

ה. מצוות, הלכה

3. חברה

א. האור שבסביבתך

ב. האור שלך

ג. האור ממרחק

4. העולם הזה

א. חפצים, פק"ל כיסים

ב. זמן, מקום

ג. חגיגה

ד. מצבים

1. בינו לבינה

א. השקפה

ב. עצות מעשיות

2. שיעמום

3. כישלון

ה. סיכום

א. ראשית דבר

אנסה לתת כאן, בראשי פרקים, כמה עצות מעשיות לעבודת ד' בצבא. ותפילתי לקב"ה, שיסייע לי להועיל בעצות אלו לבניו עושי רצונו, המוסרים את נפשם ומתאמצים על מנת להתחזק בקדושה וביראה. ואולי כבר כאן עצה ראשונה, ראש לכולן – להתפלל לקב"ה שיסייע בידינו; שיצרף מחשבותינו הטובות למעשים טובים, שיסייע לנו להוציא לפועל את רצונו להתקרב אליו יתברך ולעשות את רצונו.

והעצות – הרבה מהן עשויות להועיל לכל אדם, בכל מצב, אך חלקן מתייחסות במיוחד למצב של חייל בתפקיד עורפי. אין כאן השקפה סדורה על איזושהו עניין, אלא רק עצות מעשיות. לכן, התועלת תלויה בהקדשת זמן ומאמץ ליישום העצות. אין הרבה תועלת בעיון בדברים לחוד. כך, לדוגמא, כאשר אני מציע להתבונן, אין הכוונה רק לדעת עובדה מסוימת, אלא לעבודה שלמה – להתפנות מדברים אחרים ולהתבונן ברוגע באותו עניין. התועלת איננה בידיעת העובדה שבה מתבוננים,

אלא בתנועה נפשית עמוקה יותר – התרפקות, כמיהה, התחיות. וכן הלאה על זה הדרך בעצות האחרות.

הערה נוספת – לא כל עצה מועילה לכל אדם בכל מצב; צריך לגוון ולהיות יצירתי; צריך לגלות דרך ניסוי וטעייה מה מועיל לך ומה לא.

דברינו במאמר מופיעים בסדר הבא: ראשית – הקדמה, ובה הצעה מסוימת איך להתייחס למצב שאתה נכנס אליו כעת, עם הגיוס לצבא. אני מקווה שההתייחסות הזאת תועיל בהתקדמותך הרוחנית בצבא. אחר כך – פירוט של **כוחות** שיכולים לעמוד לך בעתות שונות, ועצות מעשיות כיצד לחזק אותם או להשתמש בהם. ולבסוף – התייחסות לכמה **מצבים** אופייניים לשירות שאתה נכנס אליו, עם עצות מעשיות להתמודדות במצבים האלה.

ב. הקדמה או השקפה כללית

אתה עומד להיכנס למצב שונה, לכאורה – לא פשוט, בהרבה מובנים. אני רוצה להדגיש שני צדדים של אותה מטבע:

א. אתה עוזב סביבה שבה אמונה, יראת שמים ועבודת ד' מובנות מאליהן, ומגיע למקום שבו אתה השונה. אתה נתון בהתלבטות מתמדת – להשתלב או להתבלט? אתה בודד. קשה לך למצוא עם מי להתייעץ.

ב. אתה מגיע לסביבה שעלולה להחליש אמונה, צניעות, יושר.

בהתבוננות נוספת, אתה נכנס למצב שיש בו הזדמנות גדולה, בדיוק מהסיבות הנ"ל.

א. עליך לבנות את הבניין הרוחני שלך בכוחות עצמך, בלי להסתמך על אחרים. ההתמודדות שלך עם הקושי בונה בתוכך משהו. ובכלל, לאדם דתי החי כיום במדינת ישראל אין הרבה מצבים שבהם הוא נקרא למסירות נפש על הדברים שהוא מאמין בהם – שֶׁמַח בהזדמנות שנקרתה בדרכך.

ב. לפעמים, גם במצבים שנראים ככישלון יש בניין – אפילו בעצם ייסורי המצפון.

ג. כמו בכל קושי – ההתמודדות אתו יוצרת מפגש עמוק יותר עם עצמך, על כוחותיך וחולשותיך.

ד. הבדידות והקשיים הם תוצאה (בין השאר) של המפגש הישיר עם צדדים מסוימים של "עם ישראל". זו כמובן גם הזדמנות גדולה – להיכרות הדדית, לשינוי תפיסות מוטעות, לקיום עמוק יותר של "ואהבת לרעך כמוך" תוך שבירת סטיגמות. ויש כאן גם הזדמנות גדולה במישור הרוחני:

- להביא קדושה וערכים למקומות שבהם בלעדיך היה פחות אור.
- לגלות אור, במקום שנראה כאילו אין בו אלא חושך.
- ה. הקב"ה נתן לך כנראה תפקיד חשוב שיש בו קושי – והוא גם שומר עליך, מגן, נותן כוחות. יש כאן אם כן הזדמנות למפגש ישיר יותר עם הקב"ה, מתוך היענות לתפקיד המיוחד שהוטל עליך, ומתוך ההסתמכות על חסדיו.

ג. כוחות

1. כוחות פנימיים

א. רצון

התמודדות עם קושי, או התקדמות, תלויות במידה רבה ברצון של האדם. גלגלי ההצלה, מלמעלה או מהצדדים, לא יועילו אם האדם אינו מעוניין להינצל. **רק מי שרוצה מאוד בשינוי, ימצא את הכלים ואת הכוח להפעיל אותם כדי לשפר את מצבו.** הנה כמה עצות להעצמת הרצון:

- **יושר.** התבונן בעצמך ביושר: מה אתה באמת רוצה? למה? עד כמה זה חשוב לך, באמת?
- **סבלנות.** אל תנסה לכפות על עצמך רצונות שאינם שלך, גם אם הם באמת נעלים.
- **מימוש.** כשמתעורר בך רצון לקדושה, לעבודה, לקרבה להקב"ה – אל תחמיץ את ההזדמנות. תן לרצון הזה ביטוי ממשי. גם אם הרצון מצומצם או נמוך מאוד – הביטוי המעשי שלו עשוי להעצים אותו. הרבה פעמים, חוסר רצון (כגון "אין לי כוח להתפלל עכשיו") מתגלה כרצון קטן מהמצופה ("אין לי כוח להתפלל עכשיו ארבעים דקות, יש לי כוח להתחנן מעומק הלב במשך דקה"), ומי שיממש אותו (ואכן יתחנן במשך דקה) – עשוי לזכות לדברים הרבה.

ב. בחירה חופשית

הרבה פעמים אנו מטילים את האחריות למצבנו על כל גורם אפשרי, חוץ מאשר על עצמנו: הסיבה והחברה, הרצפה העקומה, הילדות שלנו, בחירות שבחרנו בעבר והכתיבו את המצב הנוכחי, מדיניות הממשלה, מפקד כלשהו ועוד סיבות רבות ומגוונות. לוויתור על האחריות יש כמה מחירים: חטאנו לאמת (שהרי האמת היא שיש לנו בחירה חופשית מסוימת, בכל מצב); חטאנו להקב"ה (שנתן לנו את הבחירה החופשית ובו זמנית הטיל עלינו אחריות); הבחירה החופשית ביחס למצב המסוים – אובדת, וכוח הבחירה שנתון בנו – מתנוון והולך. עצות להעצמת כוח הבחירה:

- **התבוננות במצב.** התבונן במצב. נסה לדמיין אנשים אחרים באותו מצב. האם באמת אין לך בחירה כאן בכלל? גם כשהרוע נראָה בלתי נמנע – האם אין לך בחירה לצמצם אותו? למזער נזקים? להגביל אותו בזמן? להשפיע על האופן שבו דברים ייעשו? וכו'. מימוש של כוח הבחירה, גם אם הוא חלקי ביותר – מהווה ניצחון ובונה בניין רוחני. במצב בו נראה לך שיש לך בחירה מסוימת, אלא שהיא מצומצמת מאוד – כיצד תוכל להרחיב את תחום הבחירה שלך?

- **התבוננות בעצמך.** אילו כוחות יש בך שיכולים לעזור לך? במה אתה חזק? מה עזר לך עד היום? ובמיוחד – מה הם הכוחות הייחודיים לך?

- **תפוס את המצב כהזמנה.** נניח שהמצב הזה הוא הזמנה מהקב"ה אליך – לאן הוא מזמין אותך? לאיזה תיקון, לאיזו התקדמות? מה ייבנה אצלך כתוצאה מעמידה במבחן הזה?

- **סמן לעצמך מראש גבולות אדומים.** בהרבה תחומים היצר פועל בעזרת מדרון חלקלק, שבו הצעד הראשון נראה תמים, אך לאחריו, אתה מוצא עצמך מחליק מטה מטה במדרון. גבולות אדומים, שמוצבים לפני הקטע החלקלק, יכולים להועיל. כדאי גם לקבוע מראש מה תעשה אם... לדוגמא – אם תמצא את עצמך אחרי שבוע שלם שבו לא למדת תורה בכלל, זהו מצב חירום, ואז באותו רגע יש להזעיק כוחות הצלה (לחשוב מראש מה הם כוחות ההצלה אצלך) וכד'.

ג. גיוס מלוא הכוחות שלך

יש לך כוחות, חלקם גלויים וידועים, חלקם עלומים וייחודיים לך. גייס את מלוא הכוחות שלך בעבור המשימות שחשובות לך באמת. אל תנהג בטיפשות, כשאתה יכול לנצל את חכמתך. אל תעמוד בודד, כשאתה יכול לפנות לחברים. השתמש ביצירתיות שלך כשהחשיבה המרובעת איננה מועילה כבר.

2. הקב"ה

הכל תלוי כמובן בסייעתא דשמיא, בו יתברך. ביחס לעובדה פשוטה זו אין צורך ואין יכולת לתת עצות. ובכל זאת, גם ביחס לעובדה הפשוטה הזאת יש משהו שתלוי בנו – היניקה שלנו ממנו, ההשתוקקות, הדבקות, החיבור. להלן כמה עצות שיכולות לעזור בהתקשרות בו יתברך:

א. התבוננות

יש כמה הפרות יסודיות על אודות יחסו של הקב"ה אלינו, שההתבוננות בהן יכולה לתת לנו חיזוק בעבודתו:

- הקב"ה בטובו ברא אותי, ובאהבתו אלי מקיים אותי, וממשיך לי שפע בכל רגע ורגע.
- אני יהודי, שם ד' נקרא עלי, יש בי חיבור פנימי וחי לקדושה. החוט הזה נטווה מכמה נימים: קשר אישי-פנימי, קשר משפחתי, קשר לאומי. כדאי להתבונן בכל אחד מהנימים האלה בפני עצמו, אך אין כאן מקום להאריך בזה.
- במקום ובמצב שאני נמצא בו, בכל רגע נתון – הקב"ה מטיל עלי תפקיד, ומעניק לי כוחות למילוי.

ב. תפילה פרטית, תפילת רשות

- להתרגל להגיב למה שעובר עליך – אירועים, תחושות, שמחה או עצב – בפנייה ישירה להקב"ה. להגיב מייד, ברגע שמרגישים, ברגע שקורה. כדאי לרכוש הרגל זה עוד לפני הגיוס לצבא – זה יכול להיות נכס אדיר לקראת שירות כמו שלך.
- להרחיב הרגל זה גם לזמנים "סתם" – המתנה בתור, נסיעה סתמית, רמזור אדום, מעברים – כמו תפילה בכניסה וביציאה של בית המדרש, של כנך; לעמוד רגע בדלת, יד על המזוזה, ולהגיד את הדברים הפשוטים שמרגישים או רוצים באותו רגע.
- לפנות זמן באופן מכוון, ממירוץ החיים; אולי גם לקבוע מקום. בזמן הקבוע הזה לדבר בפשטות, או לשתוק, להתבונן בנוכחותו יתברך.
- לבקש ממישהו קרוב שיתפלל עליך; לפרט לו מה בדיוק אתה רוצה, ולמה דווקא אליו אתה פונה.

ג. תפילה קבועה, תפילת חובה

- לפני התפילה – להתכונן, לפנות זמן (אפילו קצר מאוד) לפרישה ממירוץ החיים, להתקדשות לקראת ד', להתבונן בגדולתו ובקטנותו, להתבונן בחסדיו עליך, לחשוב על מה אתה רוצה להתפלל, לדמיין את עצמך בירושלים, במקום המקדש, מול קודש הקודשים; להעמיד את עצמך מולו יתברך.
- בתפילה עצמה – בכל ברכה (או בברכה אחת, או בתפילה אחת בשבוע, או במילה אחת בתפילה) למצוא מה תופס אותך? מה זה אומר לך? מה אתה אומר כאן? על מה אתה רוצה לבקש, לספר, להודות?
- אחרי התפילה – לשבת שעה קלה, ולקחת אתך מהתפילה משהו שיאיר את חייך עד התפילה הבאה.

ד. לימוד תורה

- מינימום של לימוד קבוע, ביום ובלילה.
- הספק קבוע ביום, באיזושהו לימוד. לפעמים עדיף שהלימוד הזה לא יהיה קבוע בזמן, אלא שצריך לגמור אותו באותו יום.
- להשתדל שיהיה בלימוד ממד של עיון, של יצירה – גם אם הוא מצומצם מאוד בזמן. ניתן לפתוח חומש עם רש"י לחמש דקות, ולעיין בד"ה אחד ברש"י, בפסוק אחד בתורה, ולשאול: מה התורה בעצם באה לומר לי כאן? או – איזה קושי בפשט יש כאן? מה הטריד את רש"י? או – מה יוצא לי מזה למעשה (בין אם זה הלכה, או מוסר או הדרכה לחיים)? וכד'. מומלץ מאוד להתחיל (עוד לפני הגיוס) מִחֶבְרַת חידושים המבוססת על עיון קצרצר שכזה.

- קשר חי בלימוד עם אנשים אחרים – שיעור קבוע, בית מדרש, חברותא קבועה, או אפילו מישהו לדבר אתו בלימוד בטלפון. ואולי הטוב ביותר – לקבל עליך להעביר שיעור קבוע בקהילה שאתה משתייך אליה או בבסיס שאתה משרת בו.

ה. מצוות, הלכה

מעבר לעצם החיוב לקיים את ההלכה לדקדוקיה, ניתן להיעזר בהלכה, במצוות, ככלי להתקדשות; "אשר קדשנו במצוותיו". אתה רוצה להתברך? המחמיר תבוא עליו ברכה. אתה רוצה להתקדש בתחום מסוים (שמירת העיניים, יחסים חברתיים, עצלות... כל מה שתרצה)? בחר לך את המקבילה המתאימה בעולם המצוות, ונסה להדר באותו תחום, לתת לו משקל נוסף בחיך. אתה רוצה לחזק את מודעותך לנוכחותו של הקב"ה? הדר במזוזה ובהתייחסותך אליה, וכן הלאה.

3. חברה

הקושי מובן, אין כאן המקום לפרט את הבעיות. אנסה לתת כמה עצות:

א. האור שבסביבתך

במקומות שנראים חשוכים ביותר, מסתתרת קרן אור; לכל אדם יש נשמה קדושה. כל מעשה, גם אם הוא מגונה ביותר, יש לו איזה שורש בטוב. התפיסה הזאת היא נבואה שמגשימה את עצמה. מפתיע לגלות, איך שיחה שמידרדרת לגסויות, הופכת לשיחה על רמה ברגע שאחד מהמשתתפים מניח הנחה זו ופועל לפיה.

אספר כאן מעשה שהיה: מכוח תפקיד שהוטל עלי ישבתי בוועדה שבה ישבו בין השאר שלוש בחורות, אחרי שירותן הצבאי. היה זה יום חם, וככל שנעשה חם יותר – הלבוש נעשה צנוע פחות, עד שנעשה מאוד לא נעים לשבת שם. ואז שאלתי אותן, איך לדעתן ניתן להשפיע על הבנות הצעירות שלומדות בתיכון שליד ביתי, ללכת יותר בצניעות? הן התחילו לתת תשובות לעניין, חלקן ממש לעומק – ובמקביל, בלי לשים לב (היה ברור מדבריהן שאינן מבינות את הרמז), ההופעה חזרה להיות נעימה יותר, והשיחה הפכה לדיון ערכי ומשמעותי. תהליך ממש דומה ראיתי גם בצבא, כאשר מש"קיות הדריכו אותנו באימון 'אכזריות', ועוד. ובאמת, יש בוודאי אור אצל כל אחד מהאנשים שסביבך, שהוא ייחודי לו, ושאינו קיים אצלך – חפש את האוצרות האלה, והם ימצאו לך.

ב. האור שלך

עם כל ההשפעה שיכולה להיות לחברה עליך – יש בכך איזה טוהר פנימי, איזו קדושה גרעינית, שאינה יכולה להיפגם משום דבר חיצוני. העבודה כאן היא קודם כל לדעת את זה, ולהבין שכל פעם שאתה מרגיש קושי עם סביבה מסוימת, תסכול או תחושת כישלון – זהו ביטוי מיוחד של אותה

נקודה פנימית, שסובלת מכל זיוף ולו הקטן ביותר. הפעל את האור הזה בכל הזדמנות – לדוגמא, כשאתה מברך, גם בנוכחות אנשים שאינם מבינים זאת, התנתק לרגע מכל מה שסובב אותך, והעמד את עצמך בדמיוןך מול מי שאמר והיה העולם.

ג. האור ממרחק

דאג להיות מחובר באופן קבוע לסביבה נוספת, מלבד הסביבה הצבאית שתעבוד בתוכה: משפחה, חברים, חברותא, בית מדרש, שיעור קבוע, קשר עם ר"מ מהעבר, או עם הישיבה. ואולי הטוב ביותר – ליצור חבורה של אנשים כמוך, שמעוניינים להיפגש על בסיס קבוע לעבודה משותפת על הנושאים הללו.

4. העולם הזה

הרבה מהקשיים מתלבשים אצלנו בלבוש של העולם הזה: פיתויים ארציים, עצלות החומר, אפרוריות היום-יום וכד'. ניתן לעשות פעולת היפוך, ולהשתמש בעולם הזה כתרופה, כקרב הצלה, ככלי עזר להתמודדות. הזכרנו כבר לעיל את המצוות וההלכה ככלי להתקדשות, והרי ההלכה עוסקת כולה בהתנהגותנו בעולם החומר. להלן כמה עצות נוספות שמנצלות את עולם החומר על מנת להתחזק בעבודת ד':

א. חפצים, פק"ל כיסים

כחיילים, הזהות שלנו נקבעת על ידי חפצים שאנו נושאים עמנו: דסקיות, מדים וסמלים למיניהם. ניתן להשתמש באותו אמצעי כדי לחזק את זהותנו כעובדי ד'. שוב – בהלכה יש הרבה מזה: מילה בגוף עצמו, תפילין, ציצית וכו'. ניתן להוסיף לזה: פק"ל הכיסים יכלול גם ספר (תהלים/משניות/חומש עם רש"י); אפשר גם שבצ'מידן יהיה ספר עיון מעמיק, או רמב"ן (שני כרכים, מקיף את כל התורה), או תנ"ך (התועלת בכך מושגת גם אם לעולם לא תפתח את אותו ספר); בגדי שבת (גם אם יש לך רק חמש דקות ללבשם במהלך השבת).

ב. זמן, מקום

נצל את הממדים האלה על מנת לקבע את עבודת ד' שלך. אל תלך שולל אחר הרומנטיקה הקוראת לעשות רק כשמרגישים מבפנים שבאמת רוצים לעשות. יחד לך מקום וזמן לכל מיני דברים בעבודת ד', לא רק ללימוד ולתפילה, ששם ההלכה כבר עשתה זאת בעבורך, אלא גם לדברים שמעבר לחיוב המינימלי: זמן קבוע ביום לשיחת טלפון עם מישהו שמחזק אותך בעבודת ד' שלך, זמן ומקום קבועים לעשיית חסד, להתכוננות לפני התפילה וכד'.

ג. חגיגה

אנחנו טובים בהלקאה עצמית על כישלונות – השתמש בעולם הזה על מנת לחגוג הצלחות בעבודת ד': הצלחת לכוון בתפילה? תגמל את עצמך בצ'ופר כלשהו. סיימת מסכת? ערוך 'סיום' עם אנשים שבאמת יקרים לך. פינת קפה בירכתי בית הכנסת, וכיבוד קל בשיעור קבוע – הופכים את האירועים הללו למושכים יותר, גם בעבור החלקים הנמוכים יותר בנפש. התנאָה לפני ד' במצוות – השקע בהן, גם במובן החומרי.

ד. מצבים

בחרתי כאן רק מדגם, ואני מקווה שהוא מייצג, ושאפשר יהיה להכליל ממנו לעוד מצבים ועניינים.

1. בינו לבינה

הקושי גדול כמובן, לכל אדם בכל מצב, ק"ו בצבא, בהקשרים שתהיו נתונים בהם. אנסה לתת כמה נקודות למחשבה – בהשקפה כללית, ואחר כך כמה עצות מעשיות:

א. השקפה

- המשיכה החזקה בין האיש לאשה, יסודה כמובן טוב. אין כאן מקום להאריך בזה, וגם אין בכך תועלת. התועלת הגדולה תבוא מעיון שלך בעניין הזה: לשם מה נטע בכ הקב"ה כוחות אלו? ובכך כבר עצה ראשונה, להתבונן בדבר.

- הגבלת הביטוי של כוחות אלו נובעת מהצורך לשמור על עניין האישות בגלל גודלו וחשיבותו – לא משום שהוא דבר מקולקל. ושוב – התבונן בדבר.

- התבונן בגודל הנזק שעלול לבוא מפריצת הגדרות בעניין הזה. הנזק איננו רק בעברה על הלכה כזו או אחרת, אלא בפגיעה בכל שלמות ההתקשרות האישותית, ובאופן עמוק יותר, בגיבוש הזהות הבוגרת שלך.

- כל הצלחה בתחום הזה (התגברות על היצר, איפוק, שמירת הגבולות הראויים), לא רק מונעת נזק, אלא גם בונה בניין פנימי של קדושה. במקביל, לכל נפילה יש מחיר כפול: מלבד מה שאתה נופל, אתה גם מאבד מה שבנית עד עכשיו בטהרה.

ב. עצות מעשיות

- לחגוג כל הצלחה בתחום הזה (התגברות על היצר, איפוק, שמירת הגבולות הראויים).
- לפי המדרש, יוסף הצדיק, אחרי כל הטענות שהשיב לאשת פוטיפר, ראה דמות דיוקנו של אביו (או אמו) וזה מה שנתן לו כוח עמידה. חدد לעצמך דמויות דיוקן כאלו, שתוכל לחקותן – אולי גם יוסף הצדיק עצמו, ודמויות נוספות מדברי חז"ל.
- להעז ולהיעזר בעניין הזה, על אף המבוכה, באנשים שאתה סומך עליהם. קשר השתיקה בעניין הזה הוא בעצמו לפעמים עצת היצר.
- לאמץ תגובה אוטומטית למצבים בעייתיים. כך לדוגמא – כל פעם ששומעים דיבור לא ראוי, "לנקות" את האוזניים בעזרת פרק תהלים, וכד'.
- נקה את השטח סביבך: מצוירים ותמונות בעייתיים, מכתובות בשירותים וכו'. עבודת הניקוי עשויה לעזור להפנים נקיות בנפש, מלבד התועלת הסביבתית.

2. שיעמום

- שיעמום הוא מצב בעייתי, המביא לידי עבירה. קשה לעמוד ולהילחם בו, כי בו עצמו אין לכאורה משהו שלילי באופן מובהק, והוא בדרך כלל תוצאה של מצב חידלון. הנה כמה עצות:
 - א.** החזק אתך כמה אופציות מעניינות, שאין בהן מכשול – ואפילו אם הן לכאורה חסרות תוכן מבחינה רוחנית. לדוגמא – עיתון נקי, תחביב תמים (איסוף בולים או בניית דגמי מטוסים), וספר טוב (כן, ספר חולין). כל אלה עדיפים לא רק על פני עברה, אלא גם על פני בילוי זול ומדלדל.
 - ב.** פרט למחברת החידושים (שהוזכרה לעיל בפ"ג סע' 2 בלימוד תורה), ניתן להוסיף מחברת מחשבות, או יומן.
 - ג.** כתוב מכתבים (ממש, עם מעטפה וכתובת) לאנשים שאתה מכיר. הכתיבה מאפשרת התבוננות מבחוץ על מצבך, ועוזרת לקבל פרופורציות ראויות.

3. כישלון

- אף אחד מאתנו אינו מושלם. למרות זאת, לא בכל רגע אנו חווים חוויית כישלון. חוויה כזו קיימת כאשר איננו עומדים בציפיות של עצמנו או של אחרים מאתנו, או כאשר אנו נופלים מהסטנדרט שהיינו רגילים לעמוד בו. לפעמים אדם שפָּשַׁל מרגיש שהוא חסר ערך; הוא כבר אינו מאמין בעצמו. לפעמים הדברים מגיעים עד כדי כך, שכל ההישגים הקודמים מאבדים את ערכם בעיניו – כאילו הכל היה שקר, התגלה עכשיו שבשורשו הוא מקולקל ואין לו סיכוי...

וזו עצת היצר, להרוויח רווח כפול מכל נפילה שלנו – לא רק שנכשלנו בדבר המסוים, אלא אנו גם מאבדים את האמון שלנו בכוחות שיש בנו. התגובה שלנו על ההסתבכות גורמת לנו רק להסתבך עוד יותר.

והעצה לזה: ברגע שמרגישים נפולים – "שבע ייפול צדיק וקם", לקום ולהתפלל להקב"ה, לספר לו איפה אני, כמה נפלתי והתרחקתי ממנו וכמה אני רוצה בקרבתו, כמה אני משתוקק לשוב אליו; לספר לו, שכל תחושות הייאוש נולדות מאותה תשוקה, מאותה שייכות אליו. ניתן להיעזר לשם כך בחבר או במורה דרך – לספר לו, לבקש ממנו שיתפלל עליך. ולקוות שהקב"ה לא ימאס את התפילה, וד' החפץ בתשובה, יאיר לך את הדרך בחזרה אליו.

ה. סיכום

קצת קשה לסכם את הדברים שנכתבו כאן – אין בהם כמעט דבר, לא חידוש ולא מהלך, ללא העבודה שעשויה לבוא אחר קריאתם. אז במקום סיכום יש כאן פתיחה – קח את הדברים הלאה, והלוואי שיישאו פרי. ועוד פתיחה: אם בכל מאמר יש לכותב סיפוק מכך שהוא מקבל תגובות – במאמר כזה על אחת כמה וכמה, שהרי זה כל העניין כאן – ההתעוררות המשותפת, העיסוק המשותף בעניינים אלה של התקדמות בעבודת ד'. לכן, מלבד התחינה שאכן הדברים יישאו פרי, אוסיף עוד תחינה, שכל מי שיש לו הערה ישתף אותי בה – בין אם סגנונית ובין אם תוכנית, הן בדברי השקפה כלליים והן בדברים הנובעים מהתנסות אישית.