



צמיחה מתוך קשיים

אלדר ירדן

השירות בצבא חשוב ומועיל לכלל ולפרט, אולם עלול הוא להיות מלווה בקשיים ובמצוקות, בייחוד בשירות העורפי. במאמר זה נעסוק בקשיים אלה; ננסה להתמודד עם הקשיים על ידי תיאורם בהרחבה, בניית גישה של התמודדות עמם, והצעת דרכי יישום מעשיות.

ראשי פרקים

א. כתיחה

ב. מבוא – החוויה הנפשית והעולם הרוחני

ג. התמודדות עם קשיים ומצוקות – נסיונות ואתגרים

ארבעת השלבים בתהליך

א. הקושי

ב. הרצון

ג. המחשבה

ד. השינוי

ד. השפעת החברה – להיות שונה

1. פתרון שטחי – התבדלות

2. פתרון עמוק – בניית עולם פנימי מתוקן

א. יחס החברה אלינו

ב. הצורך שלנו בחברה

ג. האידיאל להיות בחברה

ה. יישום הגישה בנושאים מעשיים:

1. מבזבוז זמן לניצולו

2. מחוסר צניעות – לעדינות מעשית

3. חספוס במושגי גנבה וגול

4. רכילות ולשון הרע

5. היחס למצוות ולדקדוקיהן

ו. השפעת היחיד על הכלל ועל הניצחון במלחמה

ז. נספחים

1. בין רוח לנפש

2. שורשי הקשיים בצבא

תודתי העמוקה נתונה בזה לכל רבותי וחברי שבזכותם רעיונות גולמיים שהבעתי בכתב קיבלו צורה של מאמר בנוי ומסודר, בהיר וקריא, עמוק וחדשני ומקושר למקורות. מתוך הערותיהם והארותיהם וליבון הסוגיות עמם יצאתי נשכר ותקוותי שהקוראים ייהנו מפרי עמלנו המשותף, והיה בזה שכר כולנו. בפרט אציין את גיסי ראובן גזל שדחיפת אהבתו וטרחתו הכריעו שמאמר זה יצא לאור ולא נגנז, ואת עמיחי העורך שלחץ עלי בעדינות רבה.

א. פתיחה

הלב יכול להיות דואב, כואב ופצוע, או חלילה אף מלא עצבות וייאוש; לכלוך וערפל מעמעמים את בהיקות אורו, עד שלפעמים אף נשכחים אורו ויפיו.

באמת נשמה טהורה יש בקרבנו, לב אמיץ וטהור מלא יושר וגדולה יש בנו, אך מכוסה הוא באבק ונסתר, עד שלעתים, ואולי אצל כולנו במידת מה, כבר נשכח יופיו; התרגלנו שאין הוא בוהק כל כך. לעתים אדם אומר לעצמו:

"כך זה בחיים, שורדים, ממשיכים. הכל בסדר פחות או יותר. הרי אינני מצפה לחיים מלאי שמחה והתלהבות – אלו סתם דמיונות, חיים ילדותיים".

יתרה מכך; לעתים, התגובה לְשִׁמְעַ חיים גדולים ואידיאליסטיים מעוררת פחד: "זה לא אני, זה לא מתאים לי. אלו חיי מתח, שאני רק נופל מהם".

במאמר זה ננסה להראות לך, הקורא, כיצד תוכל לפנות ולבקש חיים גדולים באמת שמתאימים לך וצומחים מתוכך, מתוך הקשבה מלאה לחיים שלך עצמם. כל זאת – אם תאמין בעצמך ותרצה לחשוף מה אומרים לך קשייך, מה נפשך מבקשת. למען האמת, זהו הבסיס העמוק והאמתי ביותר לגדולת החיים – גדולה הצומחת תוך כדי הקשבה לחיים הממשיים שלך – ודווקא מתוך קשייהם ומצוקותיהם, כאבם וייאושם. "...ועשו לכם לב חדש ורוח חדשה"¹.

תהליך אישי זה שלך יהיה חלק מהתהליך הגדול שמתחולל בעם ישראל ובעולם כולו. מתוך כך תוכל להיות שותף בבריאת לב חדש, חי ורענן, שהקב"ה בורא בקרבנו בעת הגאולה, ומתוך כך ממלאנו רוח חדשה:

ונתתי לכם לב חדש ורוח חדשה אתן בקרבכם, וְהִסְרֹתִי את לב האבן מבשרכם, ונתתי לכם לב בשר².

ב. מבוא – החוויה הנפשית והעולם הרוחני

החוויה הנפשית לא היתה מוכרת לדורות הקודמים, שהיו בגלות. הכרת הקשיים וההתמודדות עמם היו תמיד במסגרת הפתרונות המעשיים, ולא היה מקום למציאות הנפשית הנרחבת של דורנו, ואף לא להצעת הגישה המתוארת במאמר. בשובנו לתחיה, יחד עם ראשית צמיחת גאולתנו הציבורית, אף הנפש הפרטית הולכת ונגאלת. תחת לב האבן הולך ומופיע לב בשר.

במקביל, בעולם הכללי, צמחה הפילוסופיה האקזיסטנציאליסטית, שמתמקדת בהכרת החוויה הנפשית, והפסיכולוגיה שעוסקת בהכרת הנפש על בריאותה ומחלותיה ויוצרת כלים לפתרון הקשיים הנפשיים ומחלות הנפש.

1. יחזקאל יח, לא.

2. שם לו כו. ובדומה לכך שם יא יט.

יחד עם זאת, ישנו חסרון המלווה את הפסיכולוגיה הקלאסית – התעלמות מעולם הרוח³. פעמים רבות הנחות יסוד שלה מנוגדות לתפיסת עולם רוחנית בכלל⁴, ולתורת ישראל בפרט⁵.

במאמר זה אנו מבקשים להכיר בחוויה הנפשית ולבקש פתרון לקשיים נפשיים⁶ מסוימים במסגרת תורת ישראל, מתוך מציאת נקודת השקה בין הנפש לבין הרוח. במסגרת זו, הכרת החוויה הנפשית של הקושי מובילה לבנייה מחודשת של רוח האדם ולצמיחה רוחנית⁷, ומתוך כך להתמודדות מעשית טובה יותר. מובן שיכולים להיות עוד הרבה חיבורים אחרים ופתרונות נוספים לקשיים נפשיים שמתאימים לרוח התורה.

ג. התמודדות עם קשיים ומצוקות – נסיונות ואתגרים

בפרק זה נפתח בבניית גישה לקושי ולמצוקה. גישה זו יכולה לבוא לידי ביטוי בדרכים רבות ושונות. יישומים של גישה זו יודגמו בפרק ה.

מובן מאליו שהתמודדות עם קושי היא עניין אישי וכל אחד מתמודד עם קשייו הייחודיים בדרכו הייחודית על פי תפיסת עולמו, מבנה אישיותו ובחירותיו. תקוותי היא שקריאת מאמר זה תועיל לקוראיו.

תהליך – ממצוקה לגאולה

טרם נעסוק בקשיים הייחודיים לצבא, נעסוק בקשיים באופן כללי. באופן טבעי – כשמתוודעים למצוקה ולקושי – מחפשים פתרון מעשי. ישנו תהליך של מעבר מקושי לפתרון. תהליך זה מתחולל באופן טבעי, ובאופן הגלוי אנו עדים רק לשני קצותיו – הקושי ופתרונו. אולם באמת התהליך כולל גם שלבים נסתרים בתוך הנפש – רצון ומחשבה. האדם פועל שינוי מעשי מתוך רצון לשינוי,

3. התעלמות זו כוללת חוסר עיסוק בשאלות של ערכים, צמצום הוויית החיים אל המוחש והנפשי, תוך התעלמות מיצורים רוחניים כמו מלאכים, שדים וכדומה, ומעולמות נוספים כמו גן עדן ועולם הבא, והעמדת מרכז החיים בישות הפרטית האגוצנטרית במקום מבט הרואה את הפרט בתוך הציבור והכלל כולו. (אמנם, ישנם ניצנים שמכונים באופן כללי "הגישה ההומניסטית והאקזיסטנציאליסטית" שאכן נותנת מקום גם לחיי הרוח, אך עדיין אלו ניצנים בלבד. יש לציין, כי רבים ממובילי גישה זאת הנם יהודים. המפורסם מביניהם הוא ויקטור פרנקל. הוא מפורסם בעיקר בזכות ספרו הקצר "האדם מחפש משמעות", אך כתב ספרים ומאמרים רבים נוספים.

4. כגון הנחת יסוד שהמדד המהותי הוא מנוחת הנפש הפרטית, ושכל מציאות של קרע נפשי בין רצונות פנימיים לערכים חיצוניים היא מציאות רעה. לעומת זאת, עולם רוחני טוען לקיומם של ערכים מוחלטים ותובע את מימושם גם על חשבון השלמות הנפשית. מבט עליון תפקידו לגשר בין הנפש לבין הרוח ולתת את המקום הראוי לכל אחת מהן בהתאם לנשמה.

5. למשל, ביחס למוות – הבריאות הנפשית מוגדרת כהכרה של מוחלטות המוות ואי הפיכותו, ואילו אנו בתור יהודים מאמינים בתחיית המתים.

6. התמקדנו בעיקר בקשיים כאלו, שמקורם המובהק הוא חסרון מידותי ורוחני. בנספח 1 הרחבנו בביאור מושגים אלו.

7. אמנם, ניתן לדייק ולומר שמדובר בתיקון המידות, כיוון שלרוב יהיה מדובר בתיקון רוחני חלקי של תחום מסוים כהכשרה לתיקון מידותי בתחום זה. לעומת זאת, צמיחה רוחנית מלאה כוללת תיקון שלם יותר של עולם ההכרה והמידות של האדם – תיקון שאיננו מצטמצם לתחום מסוים.

ומתוך מחשבה שמבררת רצון זה⁸. התהליך המלא כולל ארבעה שלבים: קושי – רצון – מחשבה – ושינוי.

להלן ננסה לחשוף את התהליך שמתחולל בנפש, להרחיב בביאור שלביו, ולהראות שניתן לאפשר לתהליך זה להתחולל באופן עמוק. בזכות המודעות להתרחשות התהליך, נוכל להרחיבו ולחזק כל שלב שבו. התוצאות לכך תהיינה – שינוי עמוק ופתרונות מעשיים רבים ומוצלחים.

מפתרון מעשי לשינוי פנימי

פתרון מעשי מועיל לבעיה מעשית; כאשר מכשיר לא עובד – ננסה לתקנו, אם איננו מצליחים – נחליפו באחר, וכן הלאה. אך כאשר מדובר במצוקה נפשית וקושי פנימי – פתרון מעשי לא תמיד יועיל⁹, ועל כורחנו נבקש פתרון עמוק יותר – שינוי פנימי.

יתרה מכך – לעתים כלל אי אפשר ליצור "פתרון מעשי". אם יש לנו חבר רע – נרחק ממנו, אולם אם המפקד שלנו בצבא לא אוהב אותנו – לא תמיד נוכל לשנות מציאות זאת, אלא ניאלץ לבנות בתוכנו כלים להתמודדות פנימית עם המצב הנתון.

כאשר המצוקה והקושי קשורים לתפקוד שלנו עצמנו – למידות ולהרגלים שלנו – בהכרח מתבקשת התמודדות פנימית עמוקה ויסודית הרבה יותר!

אמנם גם שינוי מעשי טומן בחובו תהליכים פנימיים, אך 'קלקול' נפשי תובע תיקון עמוק יותר¹⁰.

ארבעת השלבים בתהליך

קושי – רצון – מחשבה – שינוי

שלב ראשון – להיות בקושי: הרגשת הקושי ומודעות אליו, ללא הכחשה והדחקה.

שלב שני – הרצון: התמלאות בשאיפה מוגדרת למציאות אחרת.

8. אורות, ישראל ותחייתו יט, עמ' לו: "נכבד הוא הרצון הטוב... אבל מה יעשה הרצון לבדו בחיים? על-כן, כל זמן שאינו מתנשא עד רוממות אור הדעה, ולהקשיב לחכמה עליונה – אינו יכול לפלס נתיבות החיים".

9. אמנם גם כאשר פתרון מעשי יועיל, פעמים רבות הבעיה עלולה לשוב ולהופיע בהמשך החיים, אם לא נצרך לפתרון את העבודה הפנימית שלנו. למשל, התרחקות מחבר רע תועיל רק עד אשר נפגוש אנשים אחרים שרעים לנו, אם לא נבנה בתוכנו יכולת התמודדות עם מפגשים מעין אלו.

10. התהליכים לשינוי מעשי מרוכזים יותר בַּדעה, והרצון רק מְלווה בהם את קומת הדעת, את הנכונות להכיר בחסרון המחשבה הקודמת, וממילא למציאת מחשבה חדשה. לעומת זאת, בשינוי פנימי הדעת עוסקת ברצוננו, בעצמיותנו. בשינוי זה הרצון והדעת אחוזים זה בזה באופן עמוק הרבה יותר.

אמנם אפילו לגבי תיקון פנימי פעמים רבות עדיפה ההתמקדות בתיקון מעשים והתייחסות למידות מאשר התבוננות חודרת לתוך עולמות הרגש, הרצון, השאיפות והתבוננות בפנימיות. עם זאת, סוף סוף בחירת המעשים המועילים צריכה להיות מתאימה

שלב שלישי – מחשבה (תורה): בירור יסודות המחשבה של דעה חדשה¹¹ שמתאימה לרצון שגילינו זה עתה, לעומת חסרונות הדעה הנוכחית שמדריכה את המציאות הקשה שאנו נמצאים בה, והדרכים למעבר מדעה זו לדעה זו.

שלב רביעי – שינוי בפועל: יישום הרצון והדעת החדשים.

נדגים ארבעה שלבים אלו במספר דוגמאות:

א. תיקון עט: קושי – העט לא פועל; רצון – שהעט יפעל; מחשבה – ניתן לתקנו באופן מסוים; שינוי – תיקונו.

ב. החלפת עט: קושי – אינני מצליח לתקנו; רצון עמוק יותר – להביע דברים בכתב; מחשבה – גם כלי כתיבה אחר יועיל למטרתי; שינוי – השגת כלי כתיבה אחר.

ג. התרחקות מחבר רע: קושי – חבר מציק לי; רצון – לחיות בסביבה נוחה ללא חבר רע; מחשבה – ניתן לעבור חדר/כיתה/שכונה; שינוי – מעבר למקום אחר.

ד. התמודדות עם יחס של מפקד: קושי – מפקד שלא אוהב אותי ואין לי אפשרות לשנות את המצב; רצון – למעט את הפגיעה שנוצרת מיחסו כלפי; מחשבה – ניתן למצוא דרכים לשנות את יחסו כלפי, וגם ניתן לקבל את המציאות כעובדה ולהשתדל לא לחוש פגיעה מיחסו כלפי; שינוי – פעולות הממעטות חיכוך, יגרמו לי להבנה, והפנמה שהוא רק "המפקד", והוא לא מכיר את ערכי האמתי.

ככל שהתהליך הוא פנימי ועמוק יותר נעשים כל השלבים קשים ומורכבים יותר.

הקושי: כשמדובר בבעיה טכנית – קל לזהותו וקשה להתעלם ממנו, אך ככל שמדובר בקושי פנימי יותר – **קשה לזהותו, וקשה שלא להדחיקו ולהתעלם ממנו.**

הרצון: כשמדובר בבעיה טכנית – ברור מה רוצים, ואין סיבה שלא לרצות זאת, אך כשמדובר בקושי פנימי – חלק מהותי מהבעיה הוא שלא כל כך ברור לנו למה לצפות, וישנן הרבה סיבות טובות לא לרצות בכך.

קשה לצייר בנפשנו מציאות נפשית-מידותית לא מוכרת ולראותה באור חיובי ואמתי; קשה נפשית להחליט שאנו צריכים להשתנות, כיוון שיש לנו מספיק סיבות "טובות" לא לעשות זאת. (מלבד המאמץ שנדרש מאתנו, יש לנו כל מיני 'רווחים' מהתנהגותנו הנוכחית, ואפילו מה'קושי' עצמו, כגון שמרחמים עלינו.) אנו מעדיפים לוותר לעצמנו ולומר: "מה לעשות, איני יכול להשתנות".

לתהליכים הפנימיים, שאין ספק בקיומם. אי אפשר להתייחס לאדם כאל קופסא שחורה שמנפיקה תוצאות ללא תהליכים פנימיים.

11. הדעת היא ההכרה המעשית של האדם – זו שמובילה למעשי האדם בפועל. מחשבות מבוררות שמתיישות על נפש האדם, הולכות ונקבעות בדעתו, ומתוך כך הוא הולך ועושה שינויים בחייו.

המחשבה: כשמדובר בבעיה טכנית – קל למצוא רעיונות לפתרונות מעשיים, ואם אינם בנמצא ניתן להסתייע בעצות פשוטות, שפועלות ברובד הנגלה של החיים ואינן מצריכות התעלות לעולם חדש. אך כשמדובר בשינוי עצמי – האדם עלול להיות שבוי בתוך תפיסת עולמו, ונזקק להיפגש עם עולם מחשבה אחר, התייעצות עם חברים טובים ועם אנשים מוערכים עשויה לפתוח את המחשבה לעולם חדש. אמנם, השינוי העמוק ביותר עשוי להתחולל מתוך ההקשבה למחשבה העליונה ביותר – המחשבה של הקב"ה יוצר הכל – **התורה**.

השינוי: כשמדובר בבעיה טכנית – מספיק מעט כוח רצון ומרץ להוציא לפועל את השינוי המבוקש, אך כשמדובר בשינוי עמוק ופנימי – נדרש הרבה כוח רצון ותחבולות לנצח את היצר על מנת להשתנות באמת. המוכנות הנפשית והשכלית שבנינו עד כה הספיקו כדי ליצור בקרבנו דעה ורצון ברורים שאנחנו רוצים ויכולים להשתנות, אך במהלך ביצוע השינוי נצטרך ללטש מחדש את כל השלבים הקודמים ולהביאם למדרגה שלמה ואיתנה. שינוי עמוק ופנימי איננו נעשה בבת אחת אלא בתהליך ארוך. לאורך התהליך, אנחנו עשויים להיפגש במצבים חדשים שלא היינו מוכנים די הצורך להתמודדות עמם. הטיפוס במעלה ההרים לקראת הפסגות החדשות שיתגלו לנו דורש בנייה מחודשת של הכרתנו ורצוננו. לאור כל זה, מובן שאין לצפות שהשינוי יהיה בבת אחת מן הקצה אל הקצה, ויש צורך להתכונן מראש **לעלייה מדורגת**.

הרחבת ארבעת השלבים בתהליך

נפרט ארבעה שלבים אלו ונראה מה נדרש לשינוי פנימי ועמוק:

א. הקושי

להיות בקושי

בכל קושי ומצוקה התגובה הראשונית עלולה להיות הכחשה¹², הדחקה וכו'; כדי להמשיך לחיות, כדי לא להישבר, האדם משתדל ככל יכולתו להמעיט מערך המצוקה, להתעלם ממנה ולא לאפשר לנפשו להיות מודעת לה.

אולם, בפרט אם המצוקה נמשכת לאורך זמן, היא ממשיכה לקנן בלב, גדלה ומתעצמת, והמשא הולך וכבד. דרוש אומץ על מנת להכיר במצוקה, על מנת לא לחוש אשמה ביחס להופעת המצוקה, ועל מנת לקבל את המציאות כמות שהיא, ולהודות – "יש לי מצוקה".

12. דרך תגובה אחרת, שאופיינית יותר לנשים, היא פאניקה וחרדה, תוך ניסיון להתמודד עם הקושי בבת אחת, ואין כאן מקום להאריך.

לשים את הקושי במקום

כשמתוודעים לקושי עלולים להיבהל: "זה מפחיד! יש לי קושי! קשה לי! כל חיי הם צרה איומה!!!".

לא! ברוך ד' אני חי. יש לי חיים טובים ומשמעותיים ואני טוב. יחד עם זאת – יש לי מצוקה. דווקא בזכות העובדה שיש לי אמון בסיסי בחיי, אני מוצא את האומץ בקרבי להכיר בכך שיש לי מצוקה, ולגשת להתמודד עמה. אסור שהקושי יעבור את גבולו. אל לו ליצור רושם שכל חיי מתמצים רק בו. לא אתן לו להפילני לעצבות ולייאוש.

קבלת המציאות

ההכרה בקושי ובמצוקה מחד גיסא, ושימת הגבול להם מאידך גיסא – מהווים את שלב הקבלה. קבלת המציאות כפי שהיא – אין פירושה ייאוש משינוי. אדרבה, זהו הבסיס הבריא ביותר לשינוי. אך גם אם לא ייעשה השינוי הדרוש – אין זה מערער את עצם החיים, את ערך החיים שלי כמו שהם למרות הקושי הקיים, וגם לא את שאר המידות הטובות וההצלחות שלי בחיים. במבט אמוני אני מבין שלא רק אני רואה את עצמי כך, אלא גם הקב"ה כביכול רואה זאת באותו אופן. הקב"ה חפץ חיים; הקב"ה נתן לי את החיים כי הוא מאמין בי, כי עדיין לא סיימתי את תפקידי ושליחותי בחיים ובמציאות.

קושי – תפקיד ואתגר

יתרה מזאת – במבט אמוני אנו יודעים שאין קושי וניסיון באים לאדם אלא אם כן בכוחו להתמודד עמם. הקב"ה, שנתן לי את החיים והעמיד אותי בפני התמודדות זו, יודע שיש לי את הכוחות להצליח לעמוד בניסיון. "אם תקום עלי מלחמה – **בזאת** אני בוטח"¹³ – בעצם העובדה שקמה עלי מלחמה אני מוצא מקור לבטחון, כי אני יודע שהקב"ה שם אותי במלחמה, והוא גם נותן לי את הכוחות לנצח במלחמה!¹⁴ אם כן, הקושי אינו אלא תפקיד שהוטל עלי ואתגר שביכולתי לעמוד בו.

קומה חדשה

במבט אמוני עמוק יותר¹⁵, מטרת הקושי היא להביאנו לחשיפת כוחות חדשים שלא הופיעו קודם. הקושי מוביל אותנו לבניית יחס חדש, עמוק ונכון אל החיים, לדליית רצון וחיים גדולים ממעיין החיים שבקרבתנו, ולהופעת קומה חדשה של תפיסת העולם והמבט הרוחני והתורני שלנו.

13. תהלים כז ג.

14. על פי שפת אמת פרשת שופטים תרעד.

15. עיין "לאמונת עתנו" ח"א עמ' קלה-קלח.

ב. הרצון

חשיבות הרצון

שלב הרצון הוא שלב חשוב בפני עצמו. באופן טבעי אנו ממהרים לממש כל רצון שביכולתנו לממשו, או לדחות כל רצון שנדמה לנו שאין ביכולתנו לממשו. כתוצאה מכך נוצר הרושם שהרצון מצד עצמו אינו קיים, אלא רק משמש בתור אמצעי למימוש. אולם באמת יש ערך לכל הופעת רצון ולו הקטנה ביותר¹⁶. יתרה מזאת, **עיקר האדם הוא רצונו**. גם עבד או אסיר יכולים להיות בני חורין ברוחם אף על פי שאנוסים הם ואינם יכולים כעת להוציא את רצונם לפועל¹⁷, היות שהאדם הוא לפי מה שרצונו באמת¹⁸.

רצון גדול

עלינו לתת לרצון מקום, להרחיבו ולהעמיקו: "קשה לי – ואני רוצה לשנות". הקושי גדול ולכן צריך שגם הרצון לשינוי יהיה גדול, **שתהיה בנו ציפייה למציאות אחרת לגמרי**. לא להסתפק בטיפול קוסמטי קטן וקל בלבד, אלא לשאוף לשינוי משמעותי ולתיקון עמוק ומהותי, שעלינו לברר מה הוא, וכיצד הוא יראה.

רצון רצוי ומשמח

מדמים אנו לעצמנו פעמים רבות שאנו רוצים מציאות אחרת, אך איננו מתקרבים אליה כלל, כי בסתר לבנו באמת איננו רוצים בה. (למשל, אנו רוצים לפגוש מישהו משום שבעבר היה חבר שלנו, אך בסתר לבנו אנו מרגישים, שלאחר הזמן הרב שעבר כלל לא תהיה לנו שפה משותפת, ורק יתמוסס לנו החלום, ולכן באמת עדיף לנו לא להיפגש עמו כלל.)

16. "לית רעווו טבא דאיתאביד" (= אין רצון טוב שנאבד), ראה משיבת נפש לז. הרב קוק כתב רבות על ערכו של כל הרהור תשובה. כל פרק ז באורות התורה עוסק בערך הרהור תשובה וציור תשובה בפני עצמם. ראה: "היא מנחמת אותו גם בהרהור תשובה, בנקודה אחת קטנה מאורה הגדול כבר מונח אושר רם ונשא של עולם מלא" (שם פסקה א); "הרהורי תשובה הם הם מגלים את עומק הרצון, והגבורה של הנשמה מתגלה על ידם בכל מלא הודה" (שם ד); "בהרהור תשובה לבד ג"כ מתקנים הרבה את עצמו ואת העולם" (שם ו); ועיין עוד בכל הפרק.

17. ראה למשל: הרב קוק, מאמרי הרא"ה, מאמר "חרותנו" עמ' 157: "אנו יכולים למצא עבד משכיל שרוחו הוא מלא חרות". דוגמא טובה לכך היא אסירי ציון, וביניהם נתן שרנסקי (ראה ספרו "לא אירע רע").

18. הרב קוק עסק במובנים עליונים הרבה יותר של הרצון. עם זאת, יש שייכות מסוימת לנידון שלנו. למשל, באורות הקודש ח"ג סעי' לט עמ' נה: "הרצון הוא היסוד לכל החיים"; אורות התשובה ט א: "...היסוד הגדול שהרצון הטוב הוא הכל, וכל הכשרונות שבעולם אינם אלא מלאויו... הטוב האמתי של ההצלחה הגמורה, שאינה תלויה כי אם באדם עצמו, ולא בשום תנאי חיצוני, והוא רק הרצון הטוב ... כי הרצון הטוב הנשמה תדיר מהפך הוא את כל החיים והמציאות לטובה". אמנם מוסיף הרב שם להבדיל בין רצונות: "הרצון הבא מכחה של תשובה הוא הרצון העמוק של החיים. לא הרצון השטחי, שהוא תופס רק את הצדדים הרפיים והחיצוניים של החיים, כי אם אותו הרצון שהוא הגרעין היותר פנימי ליסוד החיים, והרי היא העצמיות הגמורה של הנשמה". באותה המידה שזהו רצון אמתי, ולא דמיונות שווא וחלומות, כך ערכו עולה (אף על פי שלפעמים גם לאלו יש ערך מסוים). למשל, כאשר אין שום רצון וניסיון להופיעם במציאות זהו סימן לחסרון עמוק ברצון עצמו. ראה דברי הכוזרי (ב כד) על התפילות לשוב לציון ללא כל ניסיון לעלות לארץ, שהן "כצפוף הזריר, כי בלא כוונת הלב אנו אומרים דברים אלה או דומיהם".

עובדה זו נובעת לעתים מכך שהאופן שבו אנו מציירים לעצמנו את המציאות הרצויה הוא עלוב, והטוב המצוי בה אינו יכול לחפות על עליבותה. ברם, באמת ניתן לצייר את השינוי שאנו רוצים בו כחלק ממציאות טובה וגם אהובה ורצויה.

דוגמא: אנו רוצים להקפיד יותר בשמירת הלשון, אך איננו מצליחים ליישם זאת בפועל. ייתכן שהסיבה לכך נעוצה בתפיסתנו את שמירת הלשון כסגירת הפה באופן קבוע, ללא יכולת לשוחח שיחה חיה ורעננה. אולם אליבא דאמת, שמירת הלשון באופן הנכון היא היא המאפשרת שיחה זורמת ובריאה!

אמנם, ייתכן שבאמת ישנו צורך בתקופת מעבר של מיעוט שיחה, עד שנפשנו תתרגל לא לדבר ולא לשמוע לשון הרע, ורק אחר כך נוכל לשוב ולהרבות בשיחה בריאה ונקייה. אך אם לא נדע שישנה אפשרות לערוך שיחה בריאה ונקייה ללא לשון הרע, ודווקא ללא לשון הרע, אנו עלולים לעולם לדלג בין שתי האפשרויות האחרות: האחת – ריבוי שיחה עם לשון הרע; והשנייה – מיעוט שיחה או אי דיבור כלל. אבל, ישנה גם אפשרות שלישית – שיחה מתוך יחס של כבוד ואהבה כלפי כל אחד.

כאמור, פעמים רבות בדרך לשינוי הרצוי ולקיום המצוות ישנו צורך בתקופת מעבר הכרוכה במאמץ, זהירות וקושי נפשי, אך **הציור המחשבתי של המציאות הרצויה חייב לפנות אל המציאות השלמה** העתידה לבוא לפתחנו. אם נדע לצייר אותה בעיני רוחנו – נדע גם לחפוץ בה.

לפעמים, כבר עתה יש לנו מושג כללי מה אנו רוצים, אולם הפרטים דורשים בירור, ובהירות הרצון זקוקה לחיזוק; ולעתים, אף המושג הכללי שלנו לוט כולו בערפילי דמיונות, אך למרות זאת לא נעזוב את הרצון לשינוי ולהתקדמות, ואור התורה יעזור לנו לבררו ולהאיר את צלליו.

נושא זה של רצון רצוי ומשמח – קשה מאוד שיופיע ללא השלב הבא – אור התורה שיאיר לפנינו את הרצון, ויצייר את הטוב והמשמח שבו. למעשה כל השלבים אחוזים הם זה בזה¹⁹, ולעולם אין משלימים שלב אחד לגמרי. יש לחזור על התהליך מחדש בכל פעם. בכל אופן, לאחר חשיפת הרצון כפי יכולתנו עלינו לעבור לשלב הבא.

ג. המחשבה

אור תורה

רבי פנחס בן יאיר מלמדנו: "תורה מביאה לידי זהירות וכו"²⁰. התורה היא הבסיס לכל המעלות בסולם המידות. התורה גורמת לאדם להשתנות, והיכולת להשתנות באופן עמוק היא רק על ידי התורה.

19. אורות התשובה י ד: "אמוץ הרצון והארתו ואמוץ השכל – אחוזים הם זה בזה".

20. עבודה זרה כ ע"ב.

כל לימוד תורה מאיר את חיי האדם, וכל מצווה ממלאת אותו בכוח רוחני, עז וטהור. לימוד התורה מרומם את החיים, מעדן אותם ומעורר לתקן את כל פגמיהם.

מלבד ערך לימוד תורה באופן כללי, יש ערך מיוחד לעיסוק בתורה דווקא באותו נושא שמעוניינים לתקן – לברר את הלכותיו וטעמיהן, ולהאירו באור בהיר וחי. כאשר הלימוד נספג בנפשו של הלומד ומחדש את הכרתו, דעתו, רצונו והרגשותיו – יודע האדם להתייחס לתהליכים העוברים עליו, ולהתמודד עמם בצורה הראויה²¹.

לימוד ההלכות, ובניית היחס כלפיהן

המוסר הטבעי שלנו אינו יודע לשקול נכון ולהכריע בין ערכים. תמיד יש לחשוך בשיקולינו שמהם שגויים ומוטעים על ידי תפיסותינו החלקיות, נטיותינו האישיות, ויצרנו. ההלכה היא הבסיס החזק שמייצב את חיינו על דרך האמת והתיקון.

זאת ועוד: ישנו פער בין השאיפות הפנימיות הכמוסות שנשמטנו לבין נטיות נפשנו הפשוטות, ואפילו בין עולמנו הרוחני הגלוי לבין נטיות חיינו ונפשנו. בחיים בפועל אנו רחוקים מאוד מליישם את מחשבותינו ותפיסת עולמנו. היצרים וצדדי הנפש הגסים מסיטים את חיינו מדרכנו הפנימית, כמעט שאינם מותירים הזדמנות לשיקול דעת וברורים מוסריים ואידיאליים, והעולם הרוחני שלנו אינו זוכה להזדמנות לבוא לידי ביטוי. ההלכה פונה אל החיים עצמם – בהוראות ברורות ומפורטות היא מבססת אותם ומוציאה לפועל את העולם העליון בחיי המעשה שלנו. ההלכה מביאה לידי ביטוי את האידיאלים העליונים והמוחלטים של כנסת ישראל, בהתאמה גמורה לשאיפות נשמתנו²².

עלינו לחזק את האמונה בערכן של המצוות ודקדוקיהן, ואת הפשטות הבריאה והטבעית שלא עוברים עברות²³. ככל שנאמין בערכן של המצוות וככל שנתמלא דעה אמיצה ופשוטה נגד החשבונות של כל "הוראות ההיתר" למיניהן; ונגד כל מיני מחשבות של אידיאלים שחשובים, כביכול, יותר מההלכה; ונגד כל מיני ויתורים לעצמנו, הנובעים מחולשות למיניהן, ונתחזק בהכרה שפשוט לא עוברים עבירות – נזכה לבסיס החזק ביותר לתיקון חיינו!

ההתרחקות מעבירות הלא היא מידת הזהירות במסילת הישרים לרמח"ל, הקודמת לכל המידות בסולם עבודת ד', ורק היא המבוא להן! בסיס זה נוצר, בין השאר, על ידי לימוד קבוע של הלכות

21. ומכאן ערכו של ספר זה – הארת התורה בנושא זה. כל מי שמצוי בהתמודדויות אלו ויהגה בספר זה – מן הסתם יהגה, ברב או במעט, אף במצבו האישי, ויקיים את דברי הרמב"ן (באגרתו לבנו, "אגרת הרמב"ן", המודפסת כמעט בכל סידור): "וכאשר תקום מן הספר – תתבונן באשר למדת אם יש דבר שתוכל לקיימו...".

22. "עיקר לימוד תורה לשמה, בעניינים הרוחניים... ובעניינים המעשיים – צריכים להבין שהם כולם סעיפים ולבושים של אור היושר והצדק האלקי, ובתוך כל הפרטים יחד נמצאת הנשמה האלקית של שכלול העולם...". אורות התורה ב ב (עמ' יא). עיין עוד שם ג ז; ג ב; ה ז, וכן "כל תורה שבעל פה כולה לכל פרטיה היא הסתעפות שורש רוחה הקדוש של האומה, וכולם יחד – הפרטים ופרטי הפרטים – מציגים הם במלוא החיים והאורה את נשמתה בכל מלוא קומתה". שם ג/ה ט (עמ' יד).

23. ולא משנה אם זה מפני יראת העונש, יראת הרוממות, או כל אחת מן הסיבות והמידות שביניהן.

ועיסוק בהן. ככל שהדיוק בקיום המצוות רב, כך גדלה השפעתן, ורק לימוד ההלכות וידיעתן לפרטיהן עשויים להביא לקיומן המדויק.

לימוד ההלכות בנושא המיוחד שרוצים לתקן יכול להיעשות ברמות שונות ובאופנים שונים: לימוד מהמקורות בעיון, הלכה למעשה מספרי הפוסקים, שאלות לרבנים, וכן הלאה.

לימוד אמוני-רוחני

אור חיי תורה: במקביל ללימוד ההלכות, ישנו צורך בעיסוק נפשי-רוחני באותם נושאים שהאדם חפץ לתקנם.

לצערנו, פעמים רבות ישנו בעומק הנפש ציור עלוב של דרך התורה. זהו ציור של דרך חיים קיצונית, עצבנית ולא טבעית, שדורשת מאבק תמידי של דיכוי הרגשות האנושיים הטבעיים לשם יישום מערכת חוקים שאין להם טעם. כשציור זה טמון בעומק הנפש – גם אם יאמר אדם לעצמו שהוא רוצה להקפיד יותר בקיום המצוות – הסיכויים קטנים שהשינוי אכן יתרחש²⁴.

עקב כך, ישנו צורך בבירור אמוני, נפשי ורוחני של אותם נושאים טעוני שיפור. יש צורך לבנות את האמון העמוק שדרך התורה היא הטבעית באמת, ומתאימה לנפש האדם יותר מכל טבעיות גסה וחומרנית. אין בה כלל דיכוי של הרגשות האנושיים²⁵, אלא לבלוב ופריחה של הרגשות האנושיים העדינים והעזיזים גם יחד, ושל כל החושים הבריאים הגלויים והנסתרים בקרב נפשו ורוחו של האדם²⁶. יש לצייר לנגד עינינו את החיים הישראליים הטהורים כחיים מלאים, מלאי יצירה וחדווה, הרבה מעבר לכל מה שיכולים לתת החיים השוקקים מלאי הגסות והשפלות! עיקרון זה נכון בכל תחומי התורה והחיים²⁷.

אמנם, כאמור לעיל, פעמים רבות נדרשת תקופת מעבר הדורשת אומץ וגבורה. תקופה שיש בה צורך במאמץ לכבוש את כוחות הנפש שסטו מן הדרך לבל ימשיכו להופיע בצורתם הקלוקלת, עד אשר ישוּבו למקורם ויתקונו. אך הידיעה שבסופו של דבר, לאחר שהעידון יחדור לנפשנו, נזכה להגיע לחיי טוהר עם חופש – תאמץ את רוחנו גם בתקופה זו²⁸.

יש צורך בבירור נפשי אמוני של כל אחד מהנושאים שרוצים לתקן באופן מפורט – מה הם היסודות הרוחניים והנפשיים שהתורה מדריכה אותנו להעמיקם בנושא זה, וכיצד הם מתבטאים במצוות המפורטות.

24. הרב קוק כתב רבות על החסרון בבירור האמונה בצורה קבועה כמביא לעזיבת התורה. קל וחומר שחסרון כזה לא יכול לקרב אליה. על אדם שאיננו מברר את אמונתו ונשאר באמונה נמוכה המצוירת בפניו את חוקי ד' "רק בתור כח תקיף שאין להימלט ממנו והכרח הוא להשתעבד אליו" אומר הרב: "ואף אם יאמר כל היום כולו שאמונתו זו היא בד' אחד – היא מילה ריקה שאין הנשמה יודעת ממנה כלום, וכל עדין רוח מוכרח הוא להסיח דעתו ממנה". (אורות עמ' כחו)

25. ראה אורות התשובה יב א: "איננו נעשה זר אל העולם".

26. ראה אורות התורה יא ו: "התורה מזככת את המידות ואת כל התכונות הנפשיות".

27. אורות ישראל ה טו: "יִדְעַע לעולם, שדרכי החיים של העונג האמתי אנחנו משפיעים בעולם, את אושר החיים הנותן לו את ערכו...".

28. עיין מוסר אביך ב א (עמ' כג-כה).

חיי תורה: יתרה מכך, התורה פותחת בפני האדם מבט חדש על חייו. היא משחררת אותו מהשיעבוד ליצר, המחפש רק את הרגשת החיים הפרטית, ובונה בו את היכולת להתקשר לחפץ העמוק יותר הקיים בקרבו – לחיות את הכל! לראות בשמחת הכל, לחפוף בטוב לכל. לחפוף בטוב מוחלט ושלם כפי שצפוי במקור התורה, במבט הא-לוקי. לאהוב באמת את הטוב והישר בעיני ד' יותר מכל רצון של חיים פרטיים.

לאור זה, גם לימוד של כל נושא פרטי יהיה מתוך התבוננות מחודשת ממקורה של תורה – מטרת הלימוד איננה רק ידיעת פרטי הלכות על מנת שלא לעבור על מצוות ד' בתחום זה, אלא המטרה היא ללמוד במה לחפוף, להתבונן מה הוא הטוב והישר בעיני ד'.

לדוגמא: איננו באים ללמוד רק מה צריך להיות אורך השרוולים והחצאית, או באיזו מידה ואופן אסור להסתכל על נשים – אלא קודם כל אנחנו לומדים מדוע יש צורך בצניעות של הנשים, ומדוע ובאיזה מובן על הגברים להתרחק מהן.

בירור מושגים וערכים: לא אחת שני מושגים דומים מתקשרים אצלנו יחד, וצריך לדעת להבחין ולהפריד ביניהם²⁹; או, ערך מסוים החשוב בעינינו גורר בעקבו דברים רעים, כי איננו יודעים כיצד להביא אותו לידי ביטוי באופן אחר שלא יזיק לנו³⁰. למשל, הרצון לקשר עם החברה עלול להביא אותנו להתנהג כמותה. ע"י בירור המושגים נלמד כיצד ניתן לשמור על אופיינו וערכינו יחד עם נטילת חלק בחברה³¹.

ד. השינוי

שינויים מעשיים

לאחר שלושת השלבים הקודמים אנחנו חשים פער אדיר בין הקושי הגדול במציאות הקיימת לבין הרצון האדיר והאידיאלי שממלא את לבנו. פער זה כל כך גדול עד שלפעמים נדמה לנו שעלינו להתייאש מלכתחילה: האם יש סיכוי לשינוי כה גדול? ועוד: האם יהיה ערך לשינוי קטן במשימה כה גדולה? אם כן הם פני הדברים – אולי עדיף לא להדגיש כל כך את הפער³²?

אבל האמת היא, שדווקא מתוך הרצון העז לשנות את המציאות – נמצא כוחות בנפשנו להתחיל בשינוי קטן שילך ויגדל, ודווקא מתוך ראיית המרחב הכללי של קשיינו מחד גיסא וחלומנו מאידך גיסא – נוכל למצוא בדיקוק את הדרך הנכונה לנו בשלב זה. מתוך ההכרה בפער הגדול, הרצון לשינוי נעשה חזק ואמתי, ואין דבר העומד בפני הרצון!

29. בלשון הרא"ה: "מידות מצרניות ונסירתן" (מוסר אביך ג א, עמ' לז).

30. עיין מידות הרא"ה, "אל המידות", פסקא ב, עמ' נה.

31. נרחיב בדוגמא זו בפרק העוסק בהשפעת החברה. יישום נוסף של עיקרון זה בתחום הצניעות נציע בסוף הפרק על הצניעות בהבחנה בין כבוד לקשר.

32. אמנם כבר ביארנו את ערכו של כל רצון קטן, וערכו של הרצון מצד עצמו, אך אפילו מי שהעז להתחיל לפתח את רצונו מתוך

אם איננו יכולים לדלג בתשובה פתאומית³³ ולשנות את כל חיינו מהקצה אל הקצה בבת אחת³⁴, הרי דרך התשובה ההדרגתית³⁵ פתוחה לפנינו!

מאפיינים בעלייה המדורגת

אי אפשר לדלג על הפער בין הרצוי למצוי בבת אחת, ועלינו לבנות סולם המאפשר התמודדות עם הנושא. סולם זה צריך להיות אישי, ואפילו המבנה הכללי של הסולם תלוי מאוד במבנה הנפשי, למרות זאת ננסה להעלות כמה מאפיינים ואפשרויות שונות לבניית סולם זה.

מהקל לקשה: עיקרון בסיסי בבניית הסולם הוא עלייה מדורגת מהקל לקשה³⁶. ביצוע משימה קלה ממלא כוחות לקראת ביצוע המשימה הבאה, וכך גם המשימה הקשה ביותר נותרת קלה – בהיותה תוספת קושי קטנה בלבד על קודמתה³⁷.

החמור – מייד! אין עושים עֲבֹרוֹת. קל וחומר שאין עושים עברות חמורות. גם אם זה לא קל בכלל – יש להתמלא כוחות ולעמוד בפרץ – לברוח מעברות חמורות, ומעברות בכלל.

אם לא מצליחים – אין ליפול לעצבות ולייאוש, אך גם אין להיכנע. אפילו אם חלילה נכשלים בעברה – צריך לפחות לעמוד בפרץ ולא לעבור עברות חמורות ממנה. יחד עם זאת, אין להחליט שאי אפשר להימלט מעֲבֵרָה זו בפעם אחרת, אלא לשוב מייד בתשובה ולהתחיל מחדש.

מתיקון המעשים לתיקון הפנימיות: השאיפה היא להגיע לתיקון פנימי, ובאמת אי אפשר להגיע לתיקון גמור של המעשים ללא תיקון פנימי. אף על פי כן, הדרך המעשית היא להתחיל בתיקון המעשים ומתוך כך במשך הזמן מגיעים לתיקון הפנימיות. "אחרי הפעולות נמשכים הלבבות"³⁸.

אמונה זו, עלול לשוב ולתהות על ערכה בעומדו מול פער אדיר זה. גם כאן התשובה שעיקר ערכו של הרצון הוא בעצם הרצון נכונה, אך מלבד זה אנו משיבים שדווקא על ידי הרצון הגדול נגיע לשינויים.

33. אורות התשובה פרק ב.

34. אורות התשובה יג ו: "כשהאדם רוצה שכל חושיו וכחותיו הפנימיים יתקדשו בבת אחת, וכן שכל הפגמים המעשיים יתיישרו מיד וישתלמו בתיקון מוחלט – לא ימצא לנפשו שוב מעמד ולא יוכל לחזק את רצונו לצעוד על דרך השלמות האמתית".

35. על דילוג והדרגה עיין באורות התשובה יד יז.

36. עיקרון זה מופיע בהלכות גרים – מלמדים אותו הלכות מהקלה לקשה (ראה פרק יד מהלכות איסורי ביאה לרמב"ם). גם הסולם של "מסילת ישרים" בנוי על פי עיקרון דומה: כל מידה היא בסיס המאפשר להמשיך למידה שאחריה במסילה. אמנם המבחן במס"י לִיְכוּלֵת לטפס בשלבים איננו לפי הקלות או הקושי כפי המורגש לאדם הפרטי, אלא על פי יסודות עקרוניים של קלות וקושי, שתקפים לגבי כל בני האדם.

37. עיקרון הקשור להדרגה זו מופיע באורות התשובה יג ו; יג ט – תיקון מכאן ולהבא ואחר כך תיקון העבר.

38. פתגם נפוץ. מקורו בספר החינוך (למשל מצווה טז ועוד).

ד. השפעת החברה – להיות שונה

השפעת החברה היא נושא כללי – שאר הנושאים הם תוצאה של השפעה זו. למעשה, רוב הקשיים בצבא נובעים מכך שהחיל נתבע להתמודד עם דרישות רבות במציאות חדשה, ובתוך חברה חדשה שעולמה שונה מאוד מעולמו. במקום להיות מושפע לטובה מהטוב שבחברה החדשה ובדרישות החדשות, הוא מושפע ממנה לרעה, ומוצא את עצמו בקושי נפשי. היות שזוהי המציאות, נתייחס קודם כל לקושי זה בפני עצמו בהרחבה, ורק לאחר מכן נעסוק ביישום הגישה שהצגנו בפרק הקודם. את מידת הקושי שבהשפעת החברה קשה להרגיש. היא מחלחלת ומשפיעה עלינו באופן עמוק כל כך, שיהיה לנו קשה לבחון את המציאות כפי שהיא באמת.

החברה משפיעה עלינו בכך שהיא קובעת נורמות להתנהגות, להרגשה, למידות, ולחשיבה.

נורמות להתנהגות כוללות השלמת ציוד, דיבור גס, מגע בין גברים לנשים וכו' – כל הנושאים המעשיים שיובאו בהמשך.

נורמות להרגשה ולמידות כוללות זלזול, תלונות, ציניות, זילות נושא הצניעות ושאר הרגשות ומידות רעות.

נורמות לחשיבה כוללות תפיסת עולם נהנתנית, אגואיסטית, ללא אמת מוחלטת וכו'.

1. פתרון שטחי – התברלות

הנורמות השליליות שצוינו יכולות לגרום לנו לרצות להתבדל מהחברה, אולם בבואנו להתבדל ישנן שלוש סיבות שבדרך כלל יהדהדו בראשנו, וידרשו מאתנו להיות חלק מהחברה:

א. לחץ חברתי: חברה איננה אוהבת שמתבדלים ממנה.

ב. צורך נפשי: אנו בעצמנו, במידה רבה או מועטה, זקוקים לחברה.

ג. אידיאל: אנו רואים בשייכות לחברה אידיאל, לפחות במידה מסוימת.

ננסה לברר כל אחת משלוש סיבות אלו לקשר שלנו עם החברה, וכן ננסה למצוא דרך להתמודד עמה.

2. פתרון עמוק – בניית עולם פנימי מתוקן

לעומת הרצון להתבדל, נציע פתרון עמוק, הכולל בניית עולם פנימי מתוקן ומתייחס לשלוש הסיבות שהוזכרו.

א. יחס החברה אלינו

עמדה פנימית חזקה: ככל שנבנה בתוכנו עמדה חזקה יותר ובהירה יותר לגבי דרכנו – פחות נושפע מהחברה, ונוכל לבנות לעצמנו גישה בריאה יותר בהתמודדות עמה. לכן, פעמים רבות בשלב הראשון נבנה את ההכרות החדשות בתוכנו פנימה – ורק אחר כך, כשהעמדה הפנימית תהיה חזקה, נתחיל גם להקרין אותה לסביבה³⁹.

עמדה גלויה: לפעמים גם אחרי שברורה לנו עמדתנו והשוני שבה מהעמדה המקובלת, נדמה לנו שעדיף להחביא גישות ועמדות שאינן מקובלות. ישנו פחד שמא החברה לא תקבל את זה, או שמא מישהו ייעלב וכו'. אך פעמים רבות המציאות בדיוק הפוכה! אמירה גלויה מונעת חוסר נעימות ומאפשרת לחברה לקבל את העמדה השונה בכבוד. מי שמתייחס לעצמו ברצינות ומכבד את עולמו הפנימי – זוכה גם לכבוד מהסביבה.

כבוד לזולת: עם זאת, אין שום צורך להתנגח ולזלזל. לא זו הדרך לקיים את מצוות התוכחה, וככלל מוטב להשאיר אותה למי שיודע להוכיח⁴⁰. באמת, אין שום מקום לזלזול בזולת. סביר להניח שגם לו יש כמה מעלות טובות... הבסיס החשוב ביותר לכך שהחברה תקבל את השונה הוא, שהוא עצמו יכיר בה – שיכבד את הזולת. "איזהו מכובד – המכבד את הבריות"⁴¹! לא צריך להעריך את החברה על חסרונותיה, אלא קודם כל להעריך את האדם שמולנו על עצם היותו "צלם א-לוקים". עלינו להעריך את העובדה שכל אחד הוא בעל בחירה על חייו, ורצון טוב מדריך אותו, ואפילו אם רצון זה נסתר ומעומעם – יש לכבדו ולהעריכו. מתוך כך נוכל גם למצוא את מעלותיו, ואף ללמוד ממנו!

לסיכום, מי שאוחז בשלושה יסודות אלו – יש לו עמדה פנימית חזקה והוא מביע אותה באופן גלוי מתוך כבוד לחברה – זוכה להערכת כולם!!

ב. הצורך שלנו בחברה

שליטה בצורך: אמנם יש לנו צורך בחברה, אך אין הוא צריך לצאת אל הפועל בכל זמן ובכל מצב. ננסה לספק את הצורך שלנו בחברה **בצורה מחושבת** שתאפשר לנו לבחור כיצד לתת מקום לצורך החברתי שלנו – עד כמה, עם מי ומתי.

לדוגמא, ייתכן שבהרבה מקרים חשוב שניקח חלק בשיחות של צוות העבודה. כך ניפתח לשמוע כיוונים שונים מהרגילים לנו וגם נוכל להביע עמדה משלנו על הנושא. כך נוכל למלא את הצורך שלנו להיות חלק מהאווירה שבמדור ולא רק מהעבודה השוחקת שבו (דבר שגם ייתן לנו יותר חשק לעבוד בו). אולם, כאשר השיחות עוברות לפסים שאסורים על פי ההלכה (לשון הרע, חוסר צניעות וכד') עלינו לדעת כי יש לנו גם אישיות משלנו, שאיננה יכולה לסבול דברים כאלה, ועלינו לעזוב

39. ראה דוגמא להלן בפרק ה סעי' 1 – "מבזבז זמן לניצול".

40. כלומר עד שנתמלא באהבת הבריות ונדע גם אנחנו כיצד מוכיחים בעדינות מתוך אהבה ורצון כן לעזור ולתקן, ולא משום טעם של גאוה, כעס וכו'.

41. אבות ד א.

את הדיון. נחזור אליו אם וכאשר הדברים ישתנו. בעקבות השליטה בצורך שלנו בחברה, נוכל במשך הזמן לברור לעצמנו את החלקים הטובים שבה, ולדחות את המיותרים והמזיקים.

עידון הצורך: אנו צריכים לברר לעצמנו שהצורך האמתי שלנו בחברה הוא בעצם צורך בקשר אוהב ובריא. במשך הזמן נלמד לחוש כיצד חברה רעה (ביחסה לזולת או לחיים בכלל) גורמת לנו תחושת גועל פנימי ואיננה יכולה למלא את הצורך שלנו בקשר חברתי.

השינויים שלנו ביחס לצורך החברתי, מובילים אותנו ליצירת קשרים בריאים וטובים יותר. כתוצאה מכך, אנשים עשויים לבקש את קרבתנו. תהליך זה עשוי להעמיד אותנו במרכז של חברה בריאה שתיווצר סביבנו.

ג. האידיאל להיות בחברה

כאשר נבחן את ההשלכה הקשה של השפעת החברה עלינו, תתעורר בקרבנו שאלה: "כיצד ייתכן, שדווקא נסיון ליישם אידיאל – להיות חלק מהחברה – משפיל אותנו?" בעקבות זאת, נגיע למסקנה שמהו חסר באידיאל שלנו, ונקודת האמת שבאידיאל זה מתערבבת עם יסודות שאינם רצויים. חוסר עמידתנו על שלנו בהגשמת שאיפותינו (מה גם שאיננו מכירים כל כך את שאיפותינו הפנימיות, העמוקות יותר), וכן היותנו מושפעים מהחברה ילמדונו לבקש קשר מסוג שונה עם החברה – קשר ערכי.

קשר זה יגרום לקשרים בריאים ולחיזוק עצמיותנו. גם לחברה עצמה טוב להתאחד בקשר עמוק, אוהב ואמתי. קשר רדוד ומשפיל הנו גרוע לא רק לנו, אלא לכל אחד ואחד. לפיכך עלינו לברוח מקשרים גרועים ולהתחבר רק באופן בריא וטוב. קצה התהליך הוא בהשפעה על החברה. מתוך הליכה בדרך זו החברה תוכל בשלב ראשון – לקבל את השונה, בשלב שני – לכבד אותו, להעריך אותו ולדאוג לו, ובשלב שלישי – ללמוד ממנו ולהיות מושפעת לטובה!!

ה. יישום הגישה בנושאים מעשיים

כל אחד מחמשת הנושאים שנעסוק בהם הוא רחב ועמוק בפני עצמו. מטרתנו היא רק להראות כיצד הגישה מיושמת באופן כללי. ננסה לגעת בכל נושא ובכל שלב בו על קצה המזלג, עם התייחסות למציאות הכללית של הציבור כולו. ההתמודדות תכלול מספר שלבים (לאור פרק ג) והם:

הקושי וסיבותיו, הרצון, תורה, ושינוי מעשי.

הקושי וסיבותיו: בבואנו להגדיר את הקושי – נתאר קשיים עיקריים שקשורים לציבור כולו⁴². בנוסף להגדרת הקושי נעסוק גם בסיבותיו. אמנם, בפרק העוסק בגישה לא ביארנו שיש צורך

42. אמנם יש הבדל בין מה שנעסוק בהמשך בנושא הגזל שכולל מבט על תהליכים בכלל החברה לבין העיסוק בנושא הצניעות, שאיננו מתייחס, למשל, לפגיעות העמוקות בצניעות שנעשות באופן עקרוני ומערכתי בצבא דווקא – הכנסת בנות ליחידות רבות כולל קרביות וכו'.

לבחון את הסיבות לקושי, אך בחינה זו עשויה להועיל מאוד. התבוננות זו הנה מרכיב חשוב בשלב המחשבה, אך בבואנו לפרוש את התמונה השלמה – אנו מציגים את הסיבות לקושי יחד עם הקושי עצמו⁴³. לרוב נציין סיבות לקושי המייחדות את השירות הצבאי.

מעבר לכך, **היישום האישי** שלך לעולם יישאר בעיקרו לשיקול דעתך. תוכל לחפש בתיאור הכללי נקודות ששייכות למציאות חייך, אך מעבר לכך, אין שום תחליף לעבודה האישית ולהתייעצות אישית.

1. מבזבוז זמן לניצולו

שלב ראשון – הקושי וסיבותיו

הקושי

לכאורה כולנו יודעים שהזמן הוא המשאב האנושי היקר ביותר וראוי לעשות כל מאמץ לנצלו, ולמרות זאת פעמים רבות איננו עושים כך. כולנו חשים בחסרון הגדול שבזבוז הזמן, ובכל זאת איננו מצליחים לעמוד בנסיון. מה הן הסיבות לכך? מדוע איננו מצליחים לנצל את הזמן?

הסיבות לקושי

אווירה כללית: המכנה המשותף של הסיבות שיובאו להלן הוא האווירה! כביכול אין שום מונע מניצול הזמן הרב שיש, ורק האווירה איננה מאפשרת זאת. סיבת הקושי נראית סיבה קטנה, אך אם נזלזל בה לא נוכל להתמודד איתה. המציאות היא שאווירה משפיעה עלינו מאוד! נפרט שלושה גורמים סביבתיים:

א. הסביבה הצבאית: הסביבה הצבאית מקשה מאוד את ניצול הזמן. כאשר המפקד מבקש לעשות מטלה, אני מניח שאם אגמור את המטלה הוא ייתן לי מטלה נוספת, ולכן עדיף לי לבצע את המשימה לאט, תוך כדי שיחה עם החבר'ה. יותר מכך: אם אנסה להזדרז – החברה תגיב בהערות, כגון "קח את החיים בקלות", "מה הלחץ?!". מובן, שעשיית משימות הדורשות השקעה ומאמץ נוסף מ"זמני הפרטי" לטובת הצבא – נתפסת כדבר שלא בא בחשבון באווירה כזו. במקביל, כאשר יש לחץ בעבודה, הזמן הפנוי נתפס כזמן שמוכרח להיות מנוצל למנוחה, לעישון סיגריה, או לכל צורך נפשי אחר – רק לא ללימוד תורה, או לכל צורך רוחני אחר.

ב. האווירה הפנימית: גם התחושה הפנימית נוגדת את ניצול הזמן מכמה כיוונים. ראשית, ישנה תחושה שגם כאשר אני עושה את המטלות שלי, איני מרגיש שזהו ניצול זמן מוצלח, כי אינני מעריך די הצורך את השירות שלי ואת המטלות שמוטלות עלי. שנית, ישנה תחושה פנימית שלא שייך ללמוד תורה גם כאשר יש לי זמן פנוי, כי זה "לא מתאים"/"לא שייך לאווירה שאני

⁴³ לעתים, האדם מגלה את הסיבות לקושי בעצמו כבר בשלב הראשון – יחד עם המודעות שלו לקיומו של הקושי. במצב זה, הסיבות לקושי מהוות עבורו חלק מהקושי עצמו ומעוצמתו.

מצוי בה"/"ממילא אין לי אפשרות לשקוע בלימוד עמוק וארוך". נדמה שרק באווירה ישיבתית אפשר ללמוד.

ג. **סיבה כללית:** באופן כללי הגורם למיעוט ניצול הזמן הוא מיעוט תפיסתנו את ערך העניין. נראה שבכל זאת איננו חדורים די הצורך באהבת החיים ובחשיבות ניצול הזמן – בהכרת הערך של חיינו ושל כל רגע ורגע בהם, וביכולת לגייס כוחות נפש לחיפוש נתיבים למימושם. לפיכך, יש צורך לבנות כוח פנימי חזק, כנגד כל הגורמים החיצוניים.

שלב שני – הרצון

החיים שלנו חשובים. יש לנו תפקיד. ככל שנחשיב את עצמנו כבעלי שליחות, כך לא נוכל לאפשר לזמן לעבור ללא התקדמות. הרצון כולל שני חלקים – אהבת החיים והערכתם בכלל, ואמון בשליחותנו המיוחדת בפרט. לגילוי שליחותנו המיוחדת דרכים רבות. אחת מהן היא על ידי התבוננות. הרי לכל אחד יש חלומות ושאיפות – ברר מה הם חלומותיך, התמלא בהם, הגדל אותם וטהר אותם, וחשוף על ידי זה את שליחותך המיוחדת.

שלב שלישי – תורה

כל לימוד תורה יוצר בעומק הנפש אמון בחיים ובטוב המצוי בהם, והכרה עמוקה של ערך חיי האדם ותפקידם. מתוך כך מתעורר הרצון לנצל כל רגע בחיים. מעבר לכך, לימוד האמונה מברר ומעמיק מגמות אלו:

התורה מאירה את ערכם של החיים, האדם וישראל. ערך החיים בכלל – כשפע טוב א-לוקי מתוך בריאה בחירתית, ולא כקיום סתמי הכרחי; ערך האדם כבעל בחירה – אשר כל נתיב חיינו תלוי רק בו, ואף תיקון העולם כולו והתעלותו תלויים בו; וערכו ותפקידו של עם ישראל – עם שמתמציית בו כל סגולת האדם ויסוד הבחירה שלו, עם שבו תלוי השפע הטוב לכל העולם בפרט, וגם גאולתו הכללית.

טוב ואחריות: ללא אמונת התורה⁴⁴, באופן בלתי מודע החיים נתפסים אצלנו במידה מסוימת⁴⁵ כמקום של מאבק של הכל בכל, מאבק קיומי סתמי, ללא שום סיבה נעלית. התורה מאירה את החיים באור של אחדות, טוב ואידיאליזם. ההוויה ביסודה היא מציאות של חסד וטוב. עם זאת, אין משמעות הדבר שאין צורך בעבודה וניתן לשבת בחיבוק ידיים. התורה מבררת את מהותו ותפקידו של עם ישראל ושל כל יחיד בתיקון העולם ובאחריותו ליטול חלק בקירוב הגאולה, וחלילה וחס גם ביכולתו להרחיקה במעשיו הרעים.

44. אמנם, ייתכן אדם שלא למד תורת ישראל והוא מלא באמונה, וייתכן גם ההפך – אדם שלמד תורה שלא לשמה, על מנת ללעוג וכדומה – שהתורה לא השפיעה עליו לטובה, אך על פי רוב התורה ממלאת באמונותיה את לומדיה.

45. לפי מיעוט האמונה שבקרבנו.

אלו הן שתי הכרות, שנצרכות מאוד על מנת שייוצר החפץ לניצול הזמן: ההכרה האחת – שהעולם הוא טוב ואין סיבה לייאוש. הכרה זו מולידה רצון אידיאלי ליטול חלק בהופעת הטוב בעולם, ויוצרת כוחות נפש להתמודד עם הקשיים וסיבוכי החיים, שבלעדיה בוודאי יביאו עצבות ודלדול כוחות. ההכרה השנייה – שיש תפקיד ואחריות לכל אדם באופן ייחודי, ולכן ישנה מטרה, ולמענה יש צורך לנצל כל רגע⁴⁶.

שלב רביעי – שינוי מעשי מדורג

כחייל, שתי אפשרויות בפניך לניצול הזמן:

א. הרחבת העשייה הצבאית, באיכות ובכמות.

ב. ניצול שעות הפנאי לצרכים פרטיים.

לבנות בתוכך פנימה

קודם כל עליך לבנות את ערך הזמן בתוכך פנימה – לבצע היטב את המשימות המוטלות עליך ו"להגדיל ראש" כפי ראות עיניך, וכן לנצל היטב את שעות הפנאי בהן החברה מאפשרת לך לעשות כרצונך. כמובן, יש לנצל גם את שעות הפנאי שמחוץ לצבא (בהן אינך מושפע מהחברה הצבאית באופן ישיר). להרגיש בעצמך עד כמה זמנך יקר.

כיצד? בקריאה, בעשיית חסד, ביצירה, במפגשים טובים עם חברים (גם חיילים שנראה לך שלא תוכל לקשור איתם קשר משמעותי – תוכל לגלות שישנם הרבה אופנים של קשר טוב איתם), וכן הלאה.

וכמובן, גם אם זה קשה, מאוד רצוי ללמוד תורה. לשם כך, עליך למצוא את נושאי הלימוד הקלים והמתאימים ביותר לנפש שלך – ולעסוק בהם. רצוי מאוד ליצור לעצמך קביעות, ועדיף בחברותא.

להבהיר לחברה הסובבת

רק לאחר ההתחזקות הפנימית בערך זמנך, תוכל להקרין את חשיבות זמנך בעיניך גם לסובבים אותך. כעת תוכל להבהיר שזמנך יקר, ושהתנהלות שאיננה מאפשרת לך לנצל את זמנך פוגעת בך. כיוון שהיחס שלך לפעילות הצבאית הוא יחס של ראש גדול, מפקדיך יתייחסו אליך בהתאם ויותר

46. במקביל לדברי הרב צבי"י טאו ביחס לציבור: "כאן יש לשאול אם אמנם... אנו מלאים אמונה ובטחון ומלאים ודאות וראיית חשבון העולם. אם כן – אין עלינו להביט כלל על המגרעות? לא נשים לב למשבר? נשב באדישות ובחיבוק ידיים? ... חס ושלום... דוקא מתוך הכרה זו, משום שאנו שייכים כל כך לכל, ובטוחים בנצח ישראל ובסדר הא-לקי של גאולתנו ... מתוך כך הרי כל חסרון ממלא את לבנו צער וכאב נורא, ואנו באים להוכיח ולתקן" (לאמונת עתנו א, "תוכחה מגולה ואהבה מסותרת" עמ' כד).

יחשפו בפניך את המטרות והמשימות כפי שהן הוצגו בפניהם, על-מנת שתוכלו יחד לתכנן את העבודה. במקביל, הם גם יהיו יותר מוכנים לאפשר לך לסיים את המשימות שלך בזמנים מוגדרים ולפנות עבורך מקומות מתאימים וזמנים לניצולן כפי ראות עיניך. כולם יבחינו בכך ששעות הפנאי שלך אינן מחלישות אותך, אלא רק מוסיפות לך עוז וגבורה, עם עצה ותושיה לפעילות הצבאית.

2. מחוסר צניעות – לעדינות נשמתית

שלב ראשון – צרת חסרון הצניעות

לצערנו הרב, כשם שהצניעות כה דרושה לנו, כלשון התורה "לא תקרבו לגלות ערוה"⁴⁷, וכלשון השו"ע "להתרחק מנשים מאד מאד"⁴⁸, כך הצניעות חסרה מאוד במחוזותינו. נתוודע אל הקושי. ראשית – לעובדות, לצדדי חוסר הצניעות שבחינו בהווה, ושנית – להשפעה הנפשית הקשה של עובדות אלו על נפשנו.

א. חוסר הצניעות – הכרת העובדות

גם את נושא העובדות נחלק לשניים: חוסר צניעות פעיל, וחוסר צניעות סביל (בעל כורחנו).

חוסר צניעות פעיל⁴⁹

הסתכלות אסורה בעריות⁵⁰ – על נשים/תמונות לא צנועות⁵¹ (מרצון/נכונות להסתכל), כמו גם הסתכלות על נשים צנועות לשם הנאה⁵².

קשר נפשי וחברי עם נשים מעבר לגבול הרצוי של יחס ענייני ומעשי בעת הצורך⁵³.

47. ויקרא יח ו

48. אבה"ע כא א.

49. רמב"ם הלכות איסורי ביאה כא ב: "...ואסור לאדם לקרוץ בידיו וברגליו, או לרמוז בעיניו לאחת מן העריות, או לשחוק עמה, או להקל ראש, ואפילו להריח בשמים שעליה או להביט ביפיה אסור, ומכין למתכיון לדבר זה מכת מרדות, והמסתכל אפילו באצבע קטנה של אשה ונתכוון להנות – כמי שנסתכל במקום התורף, ואפילו לשמוע קול הערוה או לראות שיערה אסור".

50. רמב"ם הלכות תשובה ד ד: "העושה אותן – אין חזקתו לשוב מהן ... המסתכל בעריות מעלה על דעתו שאין בכך כלום, שהוא אומר 'וכי בעלתי או קרבתי אצלה?' והוא אינו יודע שראיית העיניים עון גדול, שהיא גורמת לגופן של עריות, שנאמר 'ולא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם'".

51. רמב"ם איסורי ביאה כא כא: "וכן אסור לאדם להסתכל בנשים בשעה שהן עומדות על הכביסה (וזרועותיהן מגולות)... שלא יבוא לידי הרהור".

52. רמב"ם איסורי ביאה כא ב: "...והמסתכל אפילו באצבע קטנה של אשה ונתכוון להנות – כמי שנסתכל במקום התורף..."

53. לגבי יחס אנושי בסיסי של כבוד ונימוס יש מקום רב להתבוננות הלכתית מדויקת, וכל אחד יפנה אל רבותיו. רק אציין לאיסור שאילת שלום: "אמר שמואל אין שואלין בשלום אשה" (קידושין ע), ופירש רש"י: "שמא מתוך שאילת שלום יהיו רגילים זה עם זה... ויבואו לידי חיבה... שמרגיל לבה ודעתה אצלו"; ולדברי הרא"ה ביחס לאיסור זה: "מפני יקרת ערך הצניעות נדחית מידת דרך ארץ ממקומה עד שלא לשאלו בשלום אשה" (מידות הרא"ה, צניעות, עמ' צ).

מגע בדרגות שונות של ביטוי קשר – מחוסר זהירות ועד לחיבה וכו'.
שפה – שימוש בביטויי לשון וסגנון גסים הקשורים לעריות, ואף **שיחות מפורשות** על ענייני צניעות שאינן במקום.
ייחוד – הימצאות אינטימית לבד עם אישה/שתי נשים באופן אסור, מתוך רצון או הסכמה.
מחשבות והרהורים אסורים.

חוסר צניעות סביל

ראייה – ראיית נשים בלבוש לא צנוע⁵⁴, וראיית תמונות שאינן צנועות, על כורחנו.
שמיעה – שמיעת דיבורים בסגנון של גסויות, ביטויי לשון של חוסר צניעות, ודיבורים מפורשים על תאוות בענייני צניעות.
מגע: נשים עלולות לגעת בנו מחוסר מודעות, ובמקרים קיצוניים למרות ידיעתן שאינן רצוננו בכך.
קשר נפשי: קשר נפשי ברמה מסוימת עשוי להיות טבעי ואנושי עבור החברה.

ב. חוסר הצניעות – ההשפעה הנפשית

אף על פי שההשפעה הנפשית של חסרון הצניעות על חיינו הפנימיים היא גדולה לאין ערוך, קשה מאוד להיות מודעים להשפעה זו ולחוש אותה! איננו שמים לב עד כמה מושגי החיים שלנו שטופים בתפיסה חושית-תאוותנית, כמה דמיוננו מלא גסות וחוסר צניעות, וכמה כל אלו אינם מאפשרים התפתחות של עולם טהור ואצילי, ערכי ואידיאלי. רצוי מאוד לבנות תודעה זאת. לחוש את הפער בין חיי קדושה לחיינו. "...שכל מקום שאתה מוצא גדר עריות – אתה מוצא קדושה"⁵⁵, ובמקום שלא – לצערנו הרב – לא! נשתדל ככל יכולתנו לבנות תחושה זאת בנפשנו.

האם יש סיכוי לשינוי?

שני קשיים עיקריים חוברים יחד לעמוד מולנו בהתמודדות זו:
 מצד אחד, החברה הסובבת אותנו אינה מתחשבת בנו ואינה מבינה כלל את עולמנו, ומתוך כך עלולה לא להבין שינוי בהתנהגותנו.
 ומצד שני, אנחנו בעצמנו איננו מצליחים לחשוב על שינוי. נדמה לנו שאין לנו יכולת לשנות מאומה, מכמה סיבות:
 ראשית, אנו בעצמנו נגועים בתאוה וקשה לנו לחפוץ באמת בשינוי.

54. מ"ב סי' עה ס"ק ז: "וכתב הפמ"ג דבמקומות שדרך להיות מכוסה – אף ראייה בעלמא אסור..."

55. ויקרא רבה, פרשה כד, ד"ה א"ר יהודה.

שנית, נדמה לנו שהשינוי היחיד האפשרי הוא ללכת לקיצוניות, אולם איננו רוצים להתנהג בצורה קיצונית, ואיננו רוצים שיתפסו את התנהגותנו כקיצונית.

שלישית, אנחנו יוצרים אידיאליזציה של המצב. במובן מסוים אנחנו חושבים שדווקא רצוי עירוב בין המינים. אילו היה מדובר בחוסר צניעות גס, הרי רק היצר השפל שבקרבו היה חומד זאת, והיינו חשים סלידה ממצאיות זו, אבל כיוון שמדובר ביחס לנשים שנמצאות סביבנו – ראייתן או קשר עימן עלולים להיראות בעינינו מצב טוב ובריא, שהרי אין שום מצווה של שנאה בין המינים.

שלב שני – הרצון

עתה, לאחר שהתוודענו לקושי, נפנה לשלב השני בדרך התיקון.

עיקר הרצון בנושא זה הוא להתנקות ולהיטהר מכל אלה.

בהווה – שני פנים להופעת רצון זה: מצד אחד התחושה הפשוטה של הקושי והפגיעה בנפשנו, ומצד שני ככל שנתוודע לטהרה שבעולמנו הפנימי, לערכה וליופיה – נרצה שטהרה זו תופיע הרבה יותר, ולשם כך נבקש להתנקות מכל מעכביה.

בעתיד – מלבד הפגיעה בטוהר נפשנו בהווה, ישנה פגיעה עמוקה גם בטוהר ביתנו שאנו עתידים לבנות. ביתנו העתידי הוא החלום הגדול ביותר שלנו. עבורו אנחנו מוכנים לעשות הרבה מאוד. איך נוכל לפגוע בו במו ידינו?!

שלב שלישי – מבט של תורה

הלכה: כאמור, עיסוק בהלכה מחדד את האיסורים, מעלה אותם לתודעה, ומונע מאתנו להורות היתר לעצמנו במקומות שאין לכך מקום. בימינו נשים פנויות אינן טובלות, ולכן חלים עליהן כל דיני "נידה"⁵⁶ שהובאו לעיל. מלבד זאת, על נשים נשואות חלים איסורי אשת איש (וגם הן לפעמים "נידה"). לכן, כמעט כל הנשים שאנו פוגשים כיום הן אסורות "איסור ערוה" מן התורה וכל קרבה⁵⁷ אליהן אסורה!!

אמונה: במיוחד בנושא זה עלינו לבנות בתוכנו מבט שונה. המבט הרגיל שלנו על החיים אינו מספיק להתמודדות זו. איננו מוצאים סיבה מספקת להתמלא בכוחות האדירים הדרושים לעמידה איתנה על משמרת צניעותנו, כי איננו מבינים די הצורך את הצורך בכך.

לימוד הסוגיות, בירור הלכתי והעמקה אמונית ידריכו אותנו ויאמצו את רוחנו בבניית מבט זה ובהתמודדות זו. התורה חושפת בפנינו את המציאות על שני פניה: האחד – עוצמת המשיכה

56. מ"ב סי' עה ס"ק ז: "...וכתבו הפוסקים דבתולות דידן בכלל נידות הן משיגיעו לזמן וסת ובכלל עריות הן".

57. בהגדרת קרבה ראה מה שהבנו לעיל, וכן על כל אחד יש להוסיף ולברר (עם רבותיו) עד היכן הדברים מגיעים בדיוק בסביבתנו הנוכחית.

המינית, והשני – ערך חיי נשמתנו וערך הצניעות ואמתה. בעקבות הבנות אלו, יחד עם עבודה פנימית חזקה וארוכה, יהיה בכוחנו להתמודד עם היצר. בנוסף לכך, נתמודד עם צד מסויים נוסף – האידיאליזציה של תערובת המינים – על ידי הבחנה בין "כבוד" ל"קשר".

1. עוצמת המשיכה המינית

נפתח במבט התורני אודות הצד הנמוך שבסוגיה זו.

חז"ל חושפים עד כמה חזקה העוצמה המינית, עד כמה היא פועלת עלינו בלי משים ואיך היצר מרגיל אותנו לעריות לאט לאט: "הלב והעיניים הם מרגלים לגוף ומסרסרים לו את העבירות: העין רואה והלב חומד והגוף עושה את העבירות"⁵⁸; "ר' עקיבא אומר: שחוק וקלות ראש מרגילין לערוה"⁵⁹; "אל תרבה שיחה עם האשה, שסופך לבוא לידי ניאוף"⁶⁰; "כך אומנותו של יצר הרע: בתחילה אומר לו עשה כך ולבסוף אומר לו עשה כך, ולבסוף אומר לו לך עבוד עבודת כוכבים והולך ועובד"⁶¹.

אמנם, התורה גם מלמדת שהקב"ה טבע בנו בכוונה יצר חזק כל כך, לשם קיום העולם. מכאן אנו מגיעים גם לחשיבות שהתורה מייחסת לקשר טהור בין איש לאישה.

קשר נפשי וגופני עם אישה הוא ערך גדול מאוד בתורה. דווקא משום כך הוא דורש דרך מיוחדת ומקום מיוחד – רק בין איש לאשתו לאחר חתונתם. כוח האהבה הוא כוח מיוחד בנפש. זהו כוח מלא עוצמה שמסוגל לחבר בין שני אנשים שונים חיבור עמוק ורצוף לאורך זמן, ולמרות קשיים שונים. כל שימוש בכוח זה שלא למטרה זו פוגע בו. האם תוכל להתייחס לקשר עם אישה בתור קשר עמוק וקדוש לאחר שהתרגלת כל כך לראות בנשים מקור לסיפוק היצר והרגש בלבד?⁶²

מלבד זה, מכל קשר נותרים זכרונות. מבלי לשים לב עורכים השוואות. הן בזמן חיפוש בת-זוג, והן חס וחלילה בנישואין עצמם, עלולה לצוף השאלה: "האם האישה הזאת באמת טובה יותר מפלונית שהייתי איתה בקשר"? מחשבות מעין אלו מקשות במציאת בת-זוג, ויותר מכך – הן מפריעות ליצירת בית על יסודות של אמון ואהבה.⁶³

58. רש"י במדבר טו לט.

59. אבות ג יג.

60. נדרים כ ע"ב.

61. ניסוח זה מובא פעמיים בש"ס: פעם אחת ביחס למי שמשבר כליו בחמתו – שבת קה ע"ב, ופעם שנייה לגבי עריות: "אמר רב: המקשה עצמו לדעת היא בנידוי. ולימא אסור?! דקמגרי יצר הרע אנפשיה. ורבי אמר: אמר נקרא עבריון, שכך אומנותו של יצה"ר: בתחילה אומר לו... – נדה יג ע"ב"

62. אמנם למעשה, היצר איננו מסתפק בשום דבר. "מרעיבו – שבע, משביעו – רעב" (סוכה נב ע"ב). מי ששקוע בדמיונות של היצר – נדמה לו שראיית נשים ומחשבה עליהן הן סיפוק היצר, אך למעשה כל אלו הם רק גירויים שלו!

63. נקודה זאת ברורה גם לחילונים ובשיחות עמם הם מודים בכך. תופעת ריבוי מקרי הגירושין מעידה על בעיה זאת.

2. ערך הצניעות ואמתה

ענה נעבור להבנת הצד המרומם שבצניעות על פי מבטה של התורה.

א. ערך הצניעות: הצניעות איננה מכסה ומסתירה את האמת, אלא מאפשרת לנו שלא ללכת שבי אחרי המציאות החיצונית הגסה ולשכוח את הפנימיות הטהורה והעליונה. הצניעות היא לבוש החושף ומגלה את העולם האמיתי⁶⁴.

ב. עדינות נשמתית: החיים הטהורים הם חיים אציליים, חיים נשמתיים. חיים אלו אינם יכולים להופיע בנפש גסה, מפאת עדינותם ושיגובם. ככל שנלמד להכיר חיים ערכיים וטהורים ונחפוץ בהם – נבקש לשמור על עדינות נפשנו, על מנת לאפשר להם להופיע⁶⁵.

3. בירור מושגים – כבוד במקום קשר

לפעמים נוצר קשר נפשי כאשר עובדים יחד. במחשבה ראשונה נדמה שזהו כורח המציאות, אך לאחר בירור המושגים עולה שיש שני מושגים שונים: כבוד וקשר. לפיכך, אין הכרח ביצירת קשר. ככל שמכבדים, ניתן להמעיט בקשר האישי. יחס ענייני לנשים איננו יחס קר אלא נובע מן ההכרה שכל האנושיות והפנימיות מתעצמות בקרבן, ומתוך הכבוד שאנו רוחשים להן, ולא מתוך הופעת האנושיות והפנימיות כלפי חוץ ללא ציפייה לקשר עמוק וקבוע במסגרת המתאימה.

שלב רביעי – שינוי בפועל

סלידה מגסות

אמנם יש לתקן את דרכנו בפועל, אך אי אפשר להסתפק בזה. מוכרח להיות קודם לכך ביסוס איתן של סלידה פנימית מגסויות למיניהן.

סגנון דיבור גס: סלידה עמוקה צריכה למלא את לבנו ביחס לגסות. ככל שסלידה זו תהיה גדולה בקרבנו, הסובבים אותנו ירגישו פחות בנוח להתבטא בגסות לידנו. למרות זאת, לא יוצר נתק מוחלט מחברה זאת. הרצון להמשיך ביצירת קשר עם החברה ולא להתבדל יוביל לפיתוח ערוצי תקשורת בריאים, ולמציאת נושאי שיחה וסגנונות נקיים ובריאיים.

תמונות גסות: כשמדובר בתמונות גסות – העמידה צריכה להיות בלתי מתפשרת! זה לא מתאים לנו, איננו יכולים לראות את זה. גם אם עד היום אפשרנו לתמונות עירום להיות בחדרנו, או שלא

64. נושא זה מבואר בהרחבה, בהעמקה ובסגנונות שונים בספר "כתנות אור".

65. עדינות זו איננה רכרוכיות אלא מלאת גבורה, ואף על פי כן, אם רומסים אותה בגסות מצליחים לפגוע בה, לכסות ולהעלים אותה.

אמרנו כלום וסבלנו בשקט – הגיע הזמן לעשות תשובה, ולבקש לעבור חדר, ואם אין חדר אחר – לעבוד/לישון בחוץ!⁶⁶

לא לגלוש: לכולנו יש גבולות מסוימים, שנקבעו על פי מה שלמדנו מן התורה וקיבלנו מרבתינו. אף על פי כן הרבה פעמים אנו **גולשים** הרבה מעבר לגבולות אלו. יש צורך לשוב ולהזכיר לעצמנו את הגבולות שלנו ולתקן את הסטיות.

לדוגמא, אם אנחנו רואים בשאילת "מה שלומך?" כל בוקר דבר חיובי, וסוברים שזה מותר כשה מתוך נימוס ולשם שמים, אך גולשים לשיחה ארוכה הכוללת קשר נפשי ו/או לקשר קליל ו"צחוקים" – עלינו לשוב ולהבהיר לעצמנו שאסור ליצור שום קשר נפשי עם אישה שלא למטרת נישואין, ולהוסיף יְרָאָה ורצינות שימנעו גלישות כאלו.

לא לטשטש: לעתים יש תחושה שהדרך באופן כללי ידועה לנו, אבל עדיין אנחנו מרגישים שיש לנו "סטיות קלות" מדרך זו. במצבים מעין אלה עלינו לבחון כל הזמן את המציאות שלפנינו ואת הגישה שלנו אליה, ולחדד את הקווים האדומים שלנו.

3. חספוס במושגי גְנֵבָה וְגָזֵל

שלב ראשון – הקושי

המציאות הכללית בצבא: אולי יותר מכל מערכת ציבורית, במערכת הצבאית ישנה שחיקה של מושגי הגְנֵבָה.

העיוות מתחיל במושג "להשלים ציוד" – מושג שמנסה לומר שגניבת ציוד מהצבא או מחייל אחר אינה מוגדרת "גְנֵבָה", כביכול "הכל נשאר בצבא" ו"הצבא זה אנחנו". התופעה נמשכת בשימוש בכספי ציבור לצרכים פרטיים, או סתם בזבז והשחתת ציוד צבאי. כשאווירה זו מחלחלת – אין שום מונע משחיתות ברמות הגבוהות של הפיקוד, החל מזלזול בכספי ציבור, וכלה בגנבות של סכומים גדולים.

הקושי האישי: גם מי שנקלע לנורמה שכזו ומוצא את עצמו גונב בשעת הצורך, או נוטל לעצמו כל אֲבָדָה, גם כזו שצריך להכריז עליה, ואיננו מחפש את בעליה – מרגיש את הסתירה הפנימית בנפשו, את ההידרדרות הקשה וההיסחפות אחרי נורמות שקריות שאינן מתאימות לו, אולם הוא מדחיק תחושות אלו, וממלמל לעצמו "טעמי היתר". למשל, "הרי אף אחד לא ייזק מכך שאקח לו, הרי גם הוא ייקח מאחרים, עד שמישהו ייקח מהאפסנאי, ולו לא חסר". ישנו קושי טבעי שלא 'לעגל פינות' כשמדובר בממון שאף אחד לא ישים לב או יתרעם על כך שנלקח. הוא היה רוצה לחדול מדרכיו הרעים, אך איננו מוצא כוחות בנפשו לכך.

66. במצבים מסובכים ביותר יש לשקול את ההפסד מול הנזק: אחד מחברינו שנקלע למצוקה קשה בנושא זה קיבל "חיוני" מרבו שביקש מהצבא לשחררו, על מנת שיוכל לשקוד על התורה ועבודת ה', וכך הופסק שירותו הצבאי באמצע.

שלב שני – הרצון

הרצון הוא להיות אמת, לא להיסחף אחר הנורמות, אלא לחיות לפי עולם טהור ואמתי. פשוט לא לעבור על מצוות חמורות כמו איסורי גִּבְהָה⁶⁷ וגזל⁶⁸! "דין פרוטה כדין מאה"⁶⁹. להיות מלא גבורה, לנצח במלחמת היצר, להכריז על האמת ולנהוג על פיה.

שלב שלישי – תורה

הלכה – יחס לרכוש ציבורי: התורה מבהירה לנו (דבר שהוא לכאורה פשוט מאוד) שרכוש ציבורי איננו רכוש של מישהו מהציבור. רכוש צה"ל שייך לצה"ל, כלומר למדינה כולה, ושימוש בו הותר למי שהופקד בידו ולמטרות המסוימות שלשמן הופקד, ולא לאף אחד אחר!

יתרה מכך: ההלכה מורה לנו שהאפשרות לחזור בתשובה מעוון גזל הציבור קלושה ביותר. הן מצד הקושי להשיבו, שהרי על הגזלן להשיב לכל אחד ואחד מהנגזלים, והן מצד בקשת הסליחה – האינטגרלית בתהליך התשובה – שאין כאן מישהו מוגדר לפנות אליו ולבקש את סליחתו!⁷⁰

אמונה – אפסות תאוות הרכוש: התורה מדגישה לנו כי הרכוש היחיד האמתי שלנו הוא חיינו הפנימיים – הערכים שאנו בונים בקרבנו, והמעשים הטובים שאנו עושים, ולא שום רכוש חיצוני⁷¹. כאשר נעמיק בתוכנו תודעה זאת, נבין כי על כל שימוש ללא רשות ברכוש של אחרים (או במילים אחרות: פעולת גזל) אנו משלמים מחיר כבד: אנו ממירים את עמידתנו הפנימית, שהיא רכושנו האמתי, שבה נמצא את כל אושרנו ואותה שום כוח חיצוני לא יוכל לגזול, ברכוש שאיננו שלנו באמת, וממילא גם האושר שאותו רכוש יכול לגרום לנו הוא כזה – חיצוני ורגעי⁷².

שלב רביעי – שינוי מעשי

השפעת החברה: גם אם הצלחנו להתגבר על השפעת האווירה הכללית, ומפעמת בנו עמדה מוצקה כי עלינו להקפיד על רכוש הזולת והציבור – בעומדנו בפני שינוי מעשי שוב עומדת מולנו שאלת החברה: "אם אני לא אשלים ציוד, ואחרים כן יגנבו ממני – אני אתרושש"!! ושוב, עמידה ערכית מוכיחה את עצמה: חייילים שומרים על ציוד חֲבֵרם כיוון שהם יודעים שהוא לא משלים ציוד.

67. רמב"ם הל' גנבה א ב: "איזהו גנב? זה הלוקח ממון אדם בסתר ואין הבעלים יודעים".

68. רמב"ם הל' גזלה א ג: "איזה הוא גזל? זה הלוקח ממון האדם בחזקה".

69. רמב"ם הל' גנבה א א: "וכל הגונב ממון משווה פרוטה ולמעלה עובר על לא תעשה, שנאמר לא תגנב", וכן בהל' גזלה א א: "כל הגוזל את חברו שוה פרוטה עובר בלא תעשה, שנאמר לא תגזול".

70. רמב"ם הלכות תשובה ד ג: "העושה אותם אי אפשר לו שישב בתשובה גמורה, לפי שהם עונות שבין אדם לחברו ואינו יודע חברו שחטא כדי שיחזיר לו או ישאל ממנו למחול לו".

71. אבות ב ג: "מרבח נכסים – מרבח דאגה... קנה שם טוב – קנה לעצמו, קנה לו דברי תורה – קנה לו חיי העולם הבא".

72. "הצדיק שלא שם לבו בחמדת העולם לא יתגלגל גזל לידו, דכתיב 'לא יאונה לצדיק כל אָנָן' (משלי יב כא) – מנורת המאור נר א, כלל ב, חלק א, פרק ב.

4. רכילות ולשון הרע

שלב ראשון – הקושי וסיבותיו

דיבור, שמיעה וקבלה: נושא זה כולל דיבורי לשון הרע ורכילות, שמיעתם וקבלתם בלב, כלומר להחליט שמה שנאמר הוא נכון. (בנוסף על אלו: אבק לשון הרע ואבק רכילות). מטבע הדברים, גם מי שאיננו רוצה לדבר לשון הרע – שומע, ופעמים רבות אף מאמין. בנוסף, ההתרגלות לשמוע דברים אלו ולהאמין להם גורמת לאדם לאבד את הזהירות ולהיסחף אף הוא לדיבורים אלו.

שכיחות יתר בצבא: דיבורי לשון הרע ורכילות נפוצים במידה רבה לא רק במערכת הצבאית, אולם מספר סיבות גורמות להיותם נפוצים עוד יותר בצבא, והרי חלקן:

א. **שיעמום** וצורך למלא את הזמן בנושאי שיחה.

ב. **תפקיד הדורש** בחינה מתמדת של חיילים אחרים.

ג. **מסגרת:** הימצאות במסגרת בה כולם נמצאים ביחד כל הזמן ונבחנים כקבוצה (כמחלקה, כמדור וכד'), כך שלידיעה לגבי התנהגותו של כל חייל בודד ישנה השפעה ישירה או עקיפה על חבריו.

השפעת הדיבור: אווירה שבה אין שום בעיה לומר דברים רעים על כל אחד ולהשפיל כל אחד בפניו ושלא בפניו יוצרת תחושה של עולם חייתי, שיש צורך להיאבק בו על מקומי בחברה, על מנת שאולי בזכות זה פחות ידרכו עלי וישפילו אותי.

ללא מפלט: החייל הדתי, שאיננו רוצה להיסחף לאווירה זו, איננו מצליח בשום אופן להימלט ממנה. פעמים רבות מאוד, תוך כדי שיחת חברים (או שיחת צוות שמוכרחים להשתתף בה), הוא מוצא את עצמו שומע דברי לשון הרע ורכילות. לנסות לבקש מהחברה לחדול מכך איננו עולה על דעתו.

שלב שני – הרצון

אי אפשר להסתפק בנתינת פתרון פשוט שמתייחס לסיבות המיוחדות לצבא, אלא יש צורך בלימוד יסודי של בעיית הקושי בשמירת הלשון בכלל. רק בהיקף כזה נוכל לעמוד על סוגיית הרצון והתורה באופן מלא.

מחשבות טובות ועין טובה: כשנבחן לעומק את האפשרות להינצל מלשון הרע נגיע למסקנה שרק תיקון עמוק של המחשבה והרצון בתוכנו יכול להוביל לתיקון מלא. לאור זה נבין, שהיכולת לחשוב מחשבות רעות היא החטא היסודי – "ואיש את רעת רעהו אל תחשבו בלבבכם"⁷³. מי שחושב רעה על רעהו, כמעט בלתי אפשרי שלא יוציא מחשבתו בדיבור, ומי שמוכן לחשוב רעה על רעהו יהיה לו קשה מאוד להימנע משמיעת לשון הרע ומקבלתו.

73. זכריה ח יז.

הרציה עסק בנושא זה וציטט פסוק זה פעמים רבות, בפרט בערב יום הכיפורים. למשל, בעיר"כ תשל"ו בשיחה עם חברי קשת: "במשנה 'אין יוה"כ מכפר עד שירצה את חברו'... הלשון היא כח המדבר. היא גילוי הפנימיות. לא קיים יו"כ הממשי האמתי החיוני אם קיים איזה ניצוץ של אבק פגיעה במישהו... אין יוה"כ מכפר עד שירצה את חברו – באופן אמתי, ברור ומוחלט. לסלק כל אי הבנות, 'קפידות', סגנונות וכו'. עליהן להיעקר מהשורש. זה חיוב דאורייתא... 'ואיש את רעת רעהו אל תחשבו בלבבכם'

לפיכך, הרצון המלא הוא לא רק שלא להאמין, לא לשמוע, ולא לדבר לשון הרע, אלא אף לא לחשוב כלל רעה על אף אחד⁷⁴ (מלבד רשעים גמורים⁷⁵). הרצון הוא לחיות בעולם שמח ואוהב, שאנחנו מכבדים ומעריכים בו את כולם. אמנם מבחינה מעשית, כאשר המחשבה איננה טהורה עדיין, רצון זה כולל לא לשמוע, לא להאמין, ולכל הפחות לא לדבר לשון הרע.

סימני שאלה על הרצון: שאלות רבות מתעוררות בקרבנו ביחס לרצון זה. מצד אחד – איך מגיעים למצב שבו אין רוצים לדבר לשון הרע על אף אחד, ולא מוכנים לשמוע על אף אחד לשון הרע? ומצד שני – הרי ברור שאנחנו רוצים לדעת הרבה דברים על העולם, ולא רק מפאת הסקרנות הטבעית, אלא גם למען התועלת – לדעת ממה להיזהר ומה לבקש, ואף מפאת עצם הרצון החברותי לשוחח. על כן עולה השאלה: איך אוספים ידע זה מבלי לעבור על הלכות לשון הרע? (כבר הרחבנו למעלה⁷⁶ על אודות הקושי לרצות לחדול מדיבורי לשון הרע מפני המחשבה המוטעית שאין אפשרות לשוחח הרבה בלי לעבור על איסור לשון הרע).

נקודות אלו ואחרות דורשות בירור וליבון, ומובילות אותנו לשלב הבא.

שלב שלישי – תורה

באופן כללי ההתמודדות התורנית עם לשון הרע, כמו עם שאר הנושאים, כוללת צדדים הלכתיים ורוחניים:

- א. **הלכה:** לימוד ההלכות, יסודותיהן וטעמיהן. נפרט מעט את נושא זה.
- ב. **אהבת הבריות:** בניית היחס היסודי של אהבת הבריות, והשמירה על כבודן (לרוב, אין אדם אומר לשון הרע על אוהביו, ואיננו מוכן לשמוע עליהם לשון הרע)⁷⁷.
- ג. **ערך הדיבור וכוחו:** לימוד ערך הדיבור החיובי לעומת כוח השפעתו ההרסנית כשהוא שלילי⁷⁸.
- ד. **מניעים:** בירור המניעים לדיבור לשון הרע ורכילות ותיקונם. גם בנושא זה נרחיב.

– הכרחי לעכשיו ומכאן ולהבא, להרבות את ההדדיות, את שיתוף האידיאליות, ולהתחנך ולהכיר שאין רעת רעהו, יש רק טובת רעהו". גם בקשר ליחסים בין הציבורים השונים בכלל ישראל עוסק הרצ"ה בכך, במאמרים "אל היסוד" (לנתיבות ישראל א עמ' ל-לב), "את אחי אנכי מבקש" (שם עמ' קו) ועוד.

74. מי שיודע על חסרונות בחברו, או על מעשים רעים שעשה, ולא משמועה – רשאי להאמין לגמרי למראה עיניו, אך ראוי להשתדל שלא לזכור דברים אלו (כדברי הגמרא "אם ראית... שעבר עבירה בלילה – אל תהרהר אחריו ביום, שמא עשה תשובה". מלבד זאת, לא יתוסף דבר אחד טוב מזכירת מעשים רעים של אדם. זכרון זה יביא לכך שבסופו של דבר תאמר את הדברים הרעים האלה במקום שאין צריך לאמרם). רק מקרים מסוימים מותר לזכור – כאשר המטרה היא חיובית, כמו לעזור לו לתקן חסרונותיו אם הוא יכול, או לחזור בתשובה על חטאיו, או להזהיר אחרים מפניו וכדומה, אך כל זה נשקל בפלס האמת והתועלת הברורה. מעבר לכך, יש להשתדל לזכור את הטוב שבכל אחד וזבה להתמקד.

75. אמנם צדיקים עליונים עסוקים בלימוד זכות אף על רשעים גמורים, כדבריו המפורסמים של ר' נחמן: "ואפילו מי שהוא רשע גמור צריך לחפש ולמצוא בו איזה מעט טוב, שבאותו המעט אינו רשע...". (ליקוטי מוה"ן קמא, תורה רפב).

76. בפרק ג (סע' ב), כשעסקנו באופן כללי בשלב הרצון.

77. "ואהבת לרעך כמוך" – רבי עקיבא אומר זה כלל גדול בתורה". עיין גם במידות הראי"ה מידת האהבה, בליקוטי אמרים (תניא)

פרק לב, ובעוד מקומות רבים בספרי רבי נחמן מברסלב והרב קרליבך.

78. בנושא זה ניתן לעיין בנתיב לשון הרע למהר"ל, ובפרקים רבים באורות הקודש ח"ג.

א. יסודות הלכתיים

1. **פעולות אסורות:** כאמור, לא רק שאסור לומר לשון הרע, אלא אף לשמוע לשון הרע. וגם לאחר שנשמעו, בטעות או בהיתר (למשל כדי להינצל מנזק), יש איסור להאמין לדברים שלא לצורך התועלת הספציפית שלשם נאמרו. מעבר לכך, איסור אבק לשון הרע כולל גם דיבורים שעלולים להישמע כדיבורי לשון הרע, או שעלולים לגרום לאחרים לומר לשון הרע (כגון כשמשבחים אדם בפני שונאיו).
2. **דברי לשון הרע:** בין חסרונות ידועים ובין שאינם ידועים, בין כאלו שבעליהם חושב אותם לחסרונות, ואפילו כאלו שהוא עצמו איננו מחשיב אותם לחסרונות.
3. **לתועלת:** מותר לומר לשון הרע לשם תועלת, אך יש לכך תנאים רבים, המחייבים לימוד. באופן כללי היתר זה קיים רק בתנאי שהתועלת שתצמח ברורה ביותר.

ב. מניעים עמוקים ללשון הרע

חברותיות ורצון להעשרת החיים: האדם הוא יצור חברתי. הוא אוהב לדבר עם חברו ולשמוע את סיפוריו. הוא אוהב להעשיר את עולמו, ואיננו מבחין אם עושר זה – ברכה יש בו, או שמא הוא לו לרועץ. נדמה לו כאילו ידיעות נוספות על רוע של אנשים מוסיפות לו הבנה בענייני העולם, אך למעשה ידיעות אלה משפילות את חייו ויוצרות אצלו רושם שקרי, כאילו העולם רע. למעשה, יסוד זה מתגבר בעטיו של שיעמום.

עין רעה: עין רעה יוצרת בתוך האדם מבט שקולט את הרע שבאנשים, מתמקד בו וזוכר אותו. תפיסת עולם פנימית זו תצא בשלב הבא⁷⁹ החוצה על ידי לשון הרע.

גאווה: כאשר האדם רואה עצמו כיצור נפרד בעולם, הוא מבקש לבצר את מקומו כבעל ערך וחשיבות יותר מכל אחד אחר. לשם כך הוא מבקש להמעיט בגדולת אחרים, או לפחות מוכן בקלות להאמין שיש בהם חסרונות, ולספר זאת.

התמודדות עם מניעים אלה

חברתיות והעשרת החיים: ניתן להעשיר את החיים בהרבה ידיעות טובות, משמחות ומועילות, והקשרים החברתיים יכולים להתפתח לאפיקים טובים ומבורכים, מתוך נקיות הלשון.

עין טובה: התמקדות באהבת הבריות ובלימוד זכות⁸⁰ עליהן מפתחת עין טובה כנגד העין הרעה.

79. לעתים שלב זה מופיע מתוך מידות רעות ככעס, נקמה וכו', ולעתים באופן עדין יותר, מתוך מיעוט מאמץ למנוע מאמירות של לשון הרע "להשתחרר" החוצה.

80. רצוי מאוד להקדיש זמן מיוחד לעיסוק בלימוד זכות. אם נקשיב למחשבות הפנימיות שלנו נוכל לזהות נקודות חיוביות שאנו מכירים אצל חברנו ולהדגיש אותן, ויחד עם זה לגלות מחשבות שליליות שלנו, לברר אותן ולתקן אותן. דרכים לתיקון יכולות להיות תשומת לב לקשיים שעומדים לפני חברנו, לרקע האישי והמשפחתי שלו, ולצדדי תועלת שבמידותיו השליליות, ועוד.

הערכה עצמית: הערכה עצמית היא תיקון של הגאווה. מי שמעריך את עצמו, וזוכה להערכת החברה בזכות הטוב שבו, איננו נזקק לבסס את ערכו באופן דמיוני על ידי השפלת זולתו.

פתרונות לקשיים במציאות הצבאית

כעת, נשוב לפתרון הקשיים המיוחדים בצבא שגורמים להתגברות הבעיה:

- א. **שיעמום:** הפתרון הראשי והטבעי לשיעמום הוא ניצול הזמן!! חיפוש אפיקים שימלאו את חיינו משמעות ועניין.
- ב. **תפקיד:** צריך ללמוד היטב את ההבחנה בין דיבור לשון הרע לתועלת⁸¹, שהוא מותר, לבין דיבור לשון הרע שלא הותר, למרות ההקשר הכללי של תפקיד הדורש שיחה על חיילים. מעבר לזה, ככל שמפקד יבין שמטרתו היא הצלחת חייליו וגבורתם הצבאית, הוא יתמקד יותר בדרכים המועילות והמחזקות וידע שכל התמקדות בשלילי בפני עצמו רק תקשה עליו להשיג את מבוקשו.
- ג. **מסגרת:** אין ספק שמדובר במציאות קשה, שדורשת מאמץ. המאמץ כולל התמודדות עם פער בין הגישה הרצויה למצב בחברה⁸². כאמור, לעתים מותר לספר על אופן התנהגותו של חייל אחר – לתועלת, ושוב יש לבחון אם תועלת זו עומדת בתנאים ההלכתיים שמתירים, וכן גם מי ששומע את הלשון הרע צריך לזכור לא להאמין!

שלב רביעי – יישום בפועל

קודם כל לא להאמין! גם אם אין ברירה ומוכרחים לשמוע לשון הרע, אין שום הכרח לקבל את תוכן הדברים כאמת. ההתמקדות באי קבלת לשון הרע מביאה למצב שבו אתה כבר אינך אדיש לנושא זה, אלא נמצא בהתמודדות ובמאבק. המודעות לנושא גוברת, והתחושה עד כמה קשה לא להאמין ללשון הרע ששמעת תאמץ את רוחך לברוח בכל הזדמנות שתוכל לא לשמוע כלל לשון הרע, כדי שלא תבוא לידי ניסיון.

תיקון מעשי מוביל לתיקון עמוק: מתחילים בתיקון המעשי ורק מתוך כך מגיעים לתיקון הפנימי העמוק. לפיכך, קודם כל נעשה כל מאמץ לא לדבר ולא לשמוע לשון הרע, ורק מתוך כך נוכל גם לא לחשוב רעה על רֵעֵינוּ⁸³.

81. באופן כללי, כ"ל, המבחן העיקרי הוא האם באמת התועלת שתצמח ברורה והכרחית, או שמא ניתן למצוא דרך אחרת להביאה.

82. עיין לעיל בפרק ד: השפעת החברה – להיות שונה.

83. "חפץ חיים – השיעור היומי" מאת הרב שמעון פיקלמן והרב יצחק ברקוביץ, מבוא, עמ' 28: "לראות טוב היא המטרה, אולם אין התורה מסתפקת בזאת. היא סוללת את הדרך לקראת המטרה הזו על ידי צעדים מעשיים, הלא הן הלכות שמירת הלשון. באמצעות שינון אותן הלכות מכשיר עצמו כל יהודי לראות את הטוב בזולתו".

5. יחס למצוות ולדקדוקיהן

שלב ראשון – הקושי וסיבותיו

חייל עלול למצוא את עצמו רחוק מקיום מצוות ודקדוקיהן, אף על פי שהוא היה מעוניין בכך. הוא מרגיש שהוא לא הוא, שהרי הוא רוצה לנהוג אחרת, ואף על פי כן הוא איננו מוצא כוחות נפש ורוח לשנות את המצב ולקיים מצוות. האווירה איננה מובילה לכך.

האווירה הצבאית איננה מעודדת קיום מצוות, בודאי שלא דקדוק בהן. מעבר להוראות צבאיות שנוגדות קיום מצוות, החברה החילונית משדרת לחייל המאמין שמעשיו הם חסרי תועלת או שייכים לתחום הצרכים הנפשיים הפרטיים שלו.

התחושה הפנימית: באמת, קיום מצוות ללא עולם ערכים חי שמחיה אותן הולך ונשחק ומאבד את חיינו – "ותהי יראתם אותי מצנת אנשים מלמדה"⁸⁴. כשלא מספיקים ללמוד תורה, כשעסוקים בעשייה ללא אידיאל, וכשמושפעים מחברה נהנתנית, אגואיסטית, מתלוננת, מריחה, צינית וכו' – קשה מאוד לקיים מצוות מתוך אהבה, וממילא קשה בכלל לקיים מצוות ולדקדק בהן.

שלב שני – בעיית הרצון

בנושא זה אנחנו נפגשים עם בעיה קשה. אם נשים לנגד עינינו את הרצון לקיים את המצוות מתוך הזדהות והבנה מלאה שלהן – הרי לא הגענו למדרגה זו, ואם נבקש לקיימן ללא אלו – אין בנו כוח לכך. התורה אמנם מבססת לנו את הערך של שמירת המצוות וקיומן גם ללא הזדהות – כגון, בהסבירה לנו שסוף סוף זאת האמת וזהו רצון ד' מאתנו, ובהבטיחה לנו שזוהי הדרך היחידה לדבקות בד' ולשכרנו בעולם הבא – אך אנו עלולים לחוש שוב ושוב במניעה הפנימית, שהרי סוף סוף איננו יודעים כיצד זה פועל, מה הקשר בין המצוות לשכרן וכו'.

שלב שלישי – תורה גדולה

בנושא זה עסק רבות הראי"ה קוק, ובין השאר כתב:

אנו צריכים להתאמץ בכל היכולת בשמירת המעשים, לחבבם ולאמצם... ולצרף אל רוממות המעשים את ההשבה אל תעופת הרעיון האצור וגנוז בהם⁸⁵.

הרב מדרוך אותנו לאחוז בשני פתרונות גם יחד: מצד אחד – להתאמץ בקיום המצוות ודקדוקיהן, למרות הקושי. עצם המאמץ לשמור על דקדוק המצוות נותן את פריו. ומצד שני – להאיר את חיינו באור תורה וערכים על ידי לימוד תורה באופן כללי, ולימוד ממוקד על כל מצווה שאנו רוצים לחזק את הקשר שלנו אליה.

84. ישעיה כט יג.

85. אורות התחיה ו. אמנם דבריו של הרב שם עוסקים בהנהגת הציבור כולו, אך גם היחיד בבואו להנהיג את עצמו ולכוון את דרכיו עשוי למצוא בדברים אלה הדרכה לכך.

שלב רביעי – יישום

בנושא הדקדוק בקיום המצוות, קודם כל ניזכר בהערות הכלליות שדיברנו עליהן בפרק ג: מהקל לקשה, החמור תחילה, ומפתרון מעשי לתיקון פנימי. שנית, רצוי להתקדם ברמה המעשית באופן משולב עם הלימוד – ללמוד נושא מסוים או הלכה מסוימת ומתוך כך להתחיל ביישום.

ראינו, אם כן, חמש סוגיות בולטות בחיי הצבא (ניצול זמן, צניעות, גזל, לשון הרע וקיום מצוות), והתמודדנו איתן על פי שיטת ארבעת השלבים (קושי, רצון, תורה, יישום). עתה, ברצוננו להאיר עוד נקודת מבט יחודית על כל המכלול.

1. השפעת היחיד על הכלל ועל הניצחון במלחמה

כאמור, קשייו של החייל הפרטי נובעים מקשיי החברה הישראלית בדורנו. ננסה לראות כיצד התמודדות בריאה של החייל הפרטי עם קשייו ובניית שירות צבאי וחיים מלאים בריאות וישרות, טהרה ותורה, עוצמה וענווה, עשויות להשפיע לטובה על כל המערכת הצבאית ורוח הלחימה בצבאות ד' בפרט, ועל חיי עם-ישראל והעולם כולו בכלל. תיקון זה יצעיד אותנו בעזרת ד' עד לגאולה השלמה, בהופעת משיח צדקנו במהרה.

השפעה רוחנית סגולית: בראש ובראשונה ישנה השפעה סגולית. כל מעשה טוב קטן, וכל תיקון של פרט קטן בחיי כל יחיד – עיקר ערכם בעצמם, בערך העצמי הסגולי שלהם.

השפעה מוסרית גלויה: באופן גלוי – כל חייל שיוצא ממצוקתו הפרטית, מתמלא בהארת חיים ופועל בדרכי יושר ואמונה, אומץ וישע – הרי הוא מחזק את כל סביבתו הקרובה הקשורה בו בקשר נפשי, וסביבתו מקבלת ממנו חיים ואור. כשהקשר החברתי שהוא בונה סביבו הוא קשר של אמת וטוב, כשהוא עסוק בתוך העולם הזה, בתוך האווירה הצבאית, בהקפדה על הליכות חיי עולמים הקשורות לעולם העליון – הוא יוצר אווירה אחרת, ובכך משנה את פני צבאנו. החוסן הצבאי והלאומי נבנה מכל התיקונים הפרטיים הללו בחיי כל יחיד.

השפעה על תוצאות המערכה: באופן כללי – קיום התורה והמצוות הוא הערובה לניצחוננו. זהו יסוד שמופיע פעמים רבות בתורה ובנביאים⁸⁶. ברור הדבר שהקב"ה נלחם לנו, ועל כן שעת מלחמה היא שעת מבחן להתאמת דרכינו לרצון ד'. אם אנחנו מקיימים רצונו – אף הוא נלחם לנו. אפילו גבורת היחיד נבחנת על ידי קיום המצוות: "מי האיש הירא ורך הלבב" – "ירא מעבירות שבידו"⁸⁷, ו"כל המרפה עצמו מדברי תורה אין בו כח לעמוד בעת צרה"⁸⁸.

86. למשל, ויקרא כו ד': "אם בחקתי תלכו ואת מצותי תשמרו ועשיתם אתם... ורדפתם את איביכם ונפלו לפניכם לחרב..."

87. דברים כ ח, וברש"י שם על פי רבי יוסי הגלילי במשנה בסוטה.

88. ברכות סג ע"א.

נעמיק את ההסבר: הרב קוק מסביר⁸⁹ שהטעם העמוק להשפעה זו על תוצאות המערכה הוא הרצון הפנימי של עם ישראל לנצח, שתלוי במעמדו המוסרי. תכונתה הפנימית של האומה מתאימה לאידיאלים הא-לוקיים, ולכן הליכה לאורם מעודדת את רוחה, מאירה את צדקת קיומה, ונותנת לה עוז. לעומת זאת, התרחקות מדרכה ומאופייה של האומה נותנת מקום למיעוט גבורה ולייאוש ההיולד בקרבה. על שניים מהנושאים שעסקנו בהם, מעידה התורה בפרט שהם קשורים לגבורתנו הצבאית:

א. צניעות

"כי ד' א-לקיך מתהלך בקרב מְחַנֵּךְ, להצילך ולתת איביך לפניך, והיה מְחַנֵּךְ קדוש, ולא יראה בך ערות דבר ושב מאחריו"⁹⁰. הקב"ה קדוש, ועל כן הוא מתהלך בקרב המחנה רק אם גם אנו חיים בקדושה, ואין קדושה ללא צניעות. הקדושה היא מעולם עליון, ולכן היא נסתרת. כאשר מסתירים את השפל והגשמי, ומתחילים להיות קשובים לפנימי ולעליון שבקרבתנו – זוכים להיות מסוגלים גם להיפגש במידת מה עם העליון והנסתר מכל.

יש בעניין זה צדדים רבים – נסביר אחד מהם: אם איננו מכירים אלא את הגלוי, גם כל השגחה ניסית נסביר באופנים גלויים, ולעולם לא נוכל לראות את השגחת ד' עלינו. ממילא השגחת ד' עלינו לא תועיל לפעול עלינו רוממות וקדושה, ועל כן לא נהיה ראויים לה, וללא השגחת ד' איננו יכולים לנצח במערכה.

ב. שמירת הלשון

"דורו של אחאב – אף שהיו עובדי עבודה זרה היו יורדין למלחמה ונוצחין, (מפני) שלא היה ביניהם דילטוריא (=לשון הרע)"⁹¹. שמירת הלשון היא תוצאה של רחישת כבוד עמוק לזולת, וממנה נובע מצב של אחדות אמתית. בזמן אחאב, אף על פי שהיתה עבודה זרה – היתה אחדות בישראל. האחדות היא המאפשרת השראת שכינה, כי אין הקב"ה שוכן אלא על כלל ישראל בשלמותו. עם השראת השכינה מגיע גם הניצחון.

כאשר בשירות העורפי, בכל מקום שקשה יותר לשמור בו על אווירה ערכית, תתקן האווירה – מוכרח שגם האווירה בשירות הקרבי תעלה מדרגה. מתוך כך נזכה שד' יעשה לנו חיל, וכאבותינו השבים אל משה ואומרים "לא נפקד ממנו איש"⁹² – כן נזכה שהכל יתקדמו רוחנית ומידותית, ואז, בעזרת השם יתברך, ישובו כל חיילינו בשלום ללא פגע – לא יפקד איש.

89. אורות ישראל א ד-ה; אורות ישראל ב א; אורות המלחמה ג: "עזבנו את הפוליטיקה העולמית מאונס שיש בו רצון פנימי"; ישראל ותחייתו ב.

90. דברים כג טו.

91. "שמירת הלשון" שער הזכירה פ"ב. מקורו במדרש שוחר טוב פ"ז.

92. במדבר לא מט.

שליחות

הידיעה שהתיקון הרוחני של הפרט והכלל משפיעים על הצלחת המלחמה, מעוררת את ההכרה בשליחותו של כל אחד ואחד לתיקון קשייו וחסרונותיו.

נרחיב את מבטנו על אופייה של שליחות זו.

קשייו של החייל העורפי קשורים בקשר הדוק למצבו הרוחני של עם ישראל בדורנו, ומכאן גם נובעת שליחותו המיוחדת להתמודד עם קשייו. לאור זאת נתבונן קמעא על מהותו של הדור וקשייו.

עם ישראל שב אל ארצו, מחדש את חייו, ושואף להופעה מלאה ועליונה שלהם – הופעה מקורית ורעננה. כנסת ישראל יודעת את מטרתה בחידוש חייה. יודעת היא את תפקידה עלי אדמות – להיות כיסא למלכות ד', בסיס להופעת השכינה בעולם – שם שלם על כסא שלם. אך גם יודעת היא, שתהליך גאולתה רק החל. ההתחלה החומרית⁹³ המופלאה⁹⁴ של דורנו היא צעד ראשון בדרך הארוכה אל התגלותה השלמה של כנסת ישראל. בינתיים, צריכה היא לעמוד על נפשה מפני כל המתקוממים נגדה.

צבא ההגנה לישראל – צבא ד' הוא, צבא קודש! תפקידו הוא להגן על האומה, כדי לאפשר את קיומה וצמיחתה. את עצם הווייתו יונק הוא מגבורתם של האבות וממלחמותיו של מלך המשיח לביעור הרע מהעולם. אמנם, את כוחו ואת הופעתו הגלויה הוא יונק ממעמד חיי האומה בהווה; צה"ל הוא צבא העם, ועל כן סובל הוא גם כן את מכאוביה⁹⁵ של האומה ומושפע מכל תחלואיה.

לפיכך, על כולנו – על כל מי שזכה לגדול בציבור מאמין ולדבוק בתורה, וגם לצאת לצבא ולאחוז בסף – מוטלת **שליחות גדולה** לעמוד מול כל הקשיים והמצוקות, וליטול חלק בתיקון עצמו בשירות העורפי, מתוך כך בתיקון הצבא כולו, ומתוך כך בתיקון החברה בכללה.

ז. נספחים

בפרק זה ניישם את שיטת ארבעת השלבים בבעיות שורשיות מקבילות.

1. בין רוח לנפש

לאורך המאמר עסקנו בבעיות נפשיות, והצענו גישה לפתרונן – תיקון מידותי ורוחני. גישה זו מתאימה לבעיות נפשיות שנוצרות עקב חסרונות מידותיים ורוחניים. בנספח זה נרחיב ביחס בין נושאים אלו, וברעיון שעומד בבסיס פתרון זה.

93. כלומר, ההתחלה שעוסקת רק בקיום החומרי של האומה – שלטון בארץ, כלכלה וצבא, ללא עיסוק בחיי הרוח של האומה ובירור התרבות המקורית שלה.

94. מלשון פלא ולא כבלשונו "מקסים". לקוח מדברי הראי"ה: "דורנו הוא דור נפלא... חושך ואור משמשים בו בערבוביה..." (מאמר הדור, אדר היקר עמ' קח).

95. הנונה היא למכאובים רוחניים, לחסרונות הקשורים לכל התהליכים הארוכים של דלדולנו בגלות, ואף להתפרצות הכפירה

בין קושי נפשי לקושי רוחני

ראשית, עלינו להבחין בין בעיה נפשית לחסרון מידותי-רוחני, ומתוך כך בין קושי נפשי לקושי רוחני:

חסרון רוחני קשור לעולם הדעות והמידות שלנו. בעיה נפשית, לעומת זאת, שייכת לתחום הרגשות והתהליכים הנפשיים.

לאחר מכן, כאשר נהיה מודעים לבעיה, תהיה הרגשה של קושי.

קושי רוחני הוא מודעות לחסרון הרוחני – הכרה בכך שזהו מצב חסר ושאיפה לתיקונו.

קושי נפשי הוא הרגשת הבעיה בנפש האדם – תחושה של חוסר הצלחה לפעול באופן שלם עם הנפש פנימה ושל סתירות פנימיות בין רצונות שונים של האדם, שמייצרת רגשות קשים כמו מרירות, תסכול, עצבות ויאוש.

אמנם, ישנם קשרי גומלין בין שני התהליכים העוברים על האדם – הנפשי והרוחני. בעומקי עומקים אכן ישנה אחדות פנימית, שהרי נפש האדם אחת היא, אלא שברמה הגלויה אלו הן שתי רמות נפרדות באדם – נפש ורוח.

שורשי הבעיה הנפשית

ישנן שתי אפשרויות למקורה של בעיה נפשית:

א. ליקויים נפשיים ונסיבות החיים.

ב. הרוח, ויכולת העמידה שלה בנסיבות החיים.

גם הפתרונות יהיו שונים בהתאם: לבעיות מהסוג הראשון הפתרון הוא נפשי, ולבעיות מהסוג השני עיקר הפתרון הוא תיקון החסרונות המידותיים והרוחניים⁹⁶.

דוגמא

העצבות היא **קושי נפשי**. לעומת זאת, היסחפות אחרי נורמות של השלמת ציוד זהו **חסרון רוחני**. עצבות יכולה לנבוע מ**ליקויים נפשיים**, כגון גישה נפשית שרואה בכל מצב כישלון, או מייחסת חוסר ערך למעשים שהאדם עושה, ו**מנסיבות החיים**, כגון כישלונות, מות קרוב, פרידה מחבר טוב וכדומה.

96. והצד החומרני של האומה דווקא ערב הגאולה. "ועצת ד' אשר יעץ, להחל אור גאולה, מעולפת במטמוני מסתרים, כמו שאנו רואים בעינינו, ומנוגעת בהמון נגעים של עניי הדעת סובלי חולאים רוחניים" (אגרות הרא"ה ב, אגרת שעח, עמ' לז). במקרים גבוליים ניתן לבחון את הבעיה משני הכיוונים, ואז סוג הפתרון תלוי באדם שבוחן אותה.

עם זאת, עצבות יכולה לנבוע גם מבעיות רוחניות. למשל, מי שעקב חטאיו חושש שמא כל חבריו יפסיקו לאהוב אותו ולהעריך אותו, שהתורה מבקשת להרחיקו מהחברה, ושהקב"ה כועס עליו ולכן הוא עצוב. אדם כזה נמצא בבעיה כפולה: יש לו חסרון רוחני – חטאיו, והוא גם בבעיה נפשית – חשש שמא חבריו לא יאהבו אותו, או אכזבה עצמית ודימוי עצמי נמוך.

חסרונות רוחניים שמקורם בצרכים נפשיים

במקביל, ההיסחפות אחרי נורמות שליליות של החברה, תופעה שהיא חסרון רוחני, ניזונה מהצורך הנפשי בחברה. גם מי שיודע שאין ראוי להיות בקשר עם החברה בצדדיה השליליים, עלול להישאר קשור אליה ומושפע ממנה מחוסר כוחות נפשיים להיות שונה ממנה ולעמוד בלחציה.

יחסי הגומלין הללו בין הרוח לנפש מעוררים אותנו לבקש את נקודת המגע ביניהם. מהי נקודת המגע ביניהם?

הרצון

הרצון ממצע בין הרוח לנפש, בין עולם הדעות והמידות לבין הרגשות ומצבי הנפש. מצד אחד, הרצון הגלוי הוא תוצאה של ההכרה והדעת שנבנתה בנו. מה שאדם יודע ומבין שהוא טוב וחשוב – הוא רוצה. מצד שני, הרצון הנפשי הוא המקור לכל הרגשות ומצבי הנפש. רצון שמצליח להתבטא ולהופיע במציאות מוליד רגשות של הנאה ושמחה, הערכה ואהבה, ואילו רצון שאיננו יוצא לפועל מוליד כעס ועצבות, קנאה ושנאה.

לפיכך, יש שתי אפשרויות להתמודדות עם כל קושי נפשי: פתרון מקומי, המתבסס על הרצון הנפשי הגלוי (או רצון סמוי, שקרוב להיות גלוי והאדם כבר בָּשָׁל להכיר בו), ופתרון שורשי, שמעמיק את עולמו הרוחני של האדם ובונה בקרבו רצון חזק יותר.

פתרון כל סוג בעיה בפני עצמו ולשם עצמו

עלינו לדעת, שטוב וחשוב לפתור כל אחד משני סוגי קושי אלו (נפשי ורוחני) בפני עצמו, מצד עצמו, ובאופן המתאים לו. פתרון קשיינו הנפשיים טוב וחשוב גם אם לא נפתור במקביל את בעיותינו הרוחניות. הבריאות הנפשית טובה ורצויה מצד עצמה, ויחד עם זה היא גם הבסיס הנכון ביותר לבניית עולמנו הרוחני ולתיקון קלקוליו. במקביל, פתרון בעיותינו הרוחניות טוב וחשוב גם אם לא נפתור במקביל את בעיותינו הנפשיות. במשך הזמן, עולם רוחני ישר ועמוק, רחב ומבוסס ייתן לנו מרחב מחיה גם לתיקון בעיותינו הנפשיות.

הקשיים שהוצגו – בעיות נפשיות שפתרוןן תיקון רוחני

חמשת הקשיים שהוצגו בפרק זה הם תחומים רוחניים. חוסר ניצול זמן, חוסר צניעות, גזל, אי שמירת הלשון, וחוסר דקדוק במצוות הם קלקולים במידות ובקיום התורה. אמנם, פעמים רבות נוצרים קלקולים אלו נגד רצוננו. איננו מצליחים להתמודד עם הקשיים במסגרת הצבאית ואנחנו מוצאים את עצמנו במצב של פער גדול בין התנהגותנו לרצוננו. פער זה עשוי להופיע בצורת קושי כפול – רוחני ונפשי: יסודו הוא רוחני, אך תוצאותיו הן קושי נפשי, שאינני מי שאני רוצה להיות, ומתוך כך גם אינני מי שד', משפחתי, וחברי היו רוצים לראות. הקושי הנפשי עלול לתפוס מקום גדול, ללא ההבחנה שיסודו הוא בעיה רוחנית, ושפתרונו האמתי הוא בניית קומה רוחנית חדשה. הפתרון המתבקש לקושי הנפשי יבוא, אם כן, רק בשילוב התמודדות רוחנית.

2. שורשי הקשיים בצבא

א. חירות במערכת הצבאית

הקושי: ישנם מספר יסודות במערכת הצבאית שמקשים על החייל לחיות בה כבן חורין.

א. חוסר שליטה: לחייל יש מפקד מעליו, הנותן לו פקודות. לפיכך, הוא מוצא את עצמו במצב של חוסר שליטה על חייו. הרגשה זו אופפת אותו ומקשה גם על המצבים והזמנים שבהם השליטה נותרת בידו⁹⁷ (כשעות המנוחה לסוגיה).

ב. עשייה ללא הבנה: גם פקודות שיתכן שטובות הן ונצרכות מאוד – "החייל הפשוט" איננו יודע מה התועלת בהן, אם בכלל.

ג. חוסר הערכת הפיקוד: פעמים רבות חיילים נחשפים לחולשות ולחסרונות של מפקדיהם ומאבדים את ההערכה כלפיהם. מצב זה מעצים את הקושי למלא אחר פקודותיהם, ולחיות תחת מרותם. גם אם אין אפשרות להיות עצמאיים לחלוטין, תורגש חירות מסוימת, אם לפחות תהייה הזדהות עם דרישות המערכת והערכה לדרג הפיקודי, אך כשגם אלו חסרות – החירות נפגעת עוד יותר.

תחושת הקושי: התחושה קשה מאין כמותה, כאשר לעתים אפילו צרכיו הבסיסיים ביותר של האדם כהליכה לשירותים, אינם ברשותו, והוא צריך לעמוד בזמנים.

הרצון: הרצון שלנו לחופש, רצון שאיננו בא לידי ביטוי, עשוי להעמיק את תודעתנו, ולהוביל אותנו לחיפוש מקורו ועומקו של הרצון. אם נתמיד בכך, נוכל גם לבטא את עומק רצוננו – הרצון לחירות פנימית. גם אם לא נזכה לחופש חיצוני, עיקר מבוקשנו הוא החירות הפנימית.

⁹⁷ ראה "מכתבי יוני" עמ' 40: "ובכן, הדבר המשגע ביותר בכל הצבא הזה הוא אי הידיעה לאן אלך... נראה שאוכל לסבול הכל, חוץ ממצב של אי ידע – מצב של תלות במוצא שפתיו של איש אחר והחלטתו."

הפתרון: כתגובה לבעיה זו, עלינו לבנות את החירות הפנימית בקרבנו ואת חשיבות הצבא מצד עצמו, גם ללא תלות במפקדינו. כיוון שאין לנו אפשרות לפתור את הבעיה עצמה וליצור לעצמנו חופש – אנחנו מוכרחים להתמקד בחירותנו הפנימית. חירות זו אינה תלויה בהופעתה כלפי חוץ, אך בהתגברותה היא גם סוללת לעצמה דרכים להופעתה במידת האפשר. חירות זו נבנית, בין השאר, על ידי התמודדות עם הקשיים הכלליים והפרטיים שבצבא, כפי שמתואר במאמר.

הערה למפקדים: חשוב שהפיקוד הצבאי יהיה מודע לנושא זה ויעסוק בו. כשם שחשוב שהחיילים יהיו ממושמצים לדרג הפיקודי – כך, ויותר מכך, חשוב שזה לא יבוא על חשבון הערכת הפיקוד וההזדהות עם מטרות הצבא ושיטותיו. לשם כך חשוב לשמור במידת האפשר על חירותם האישית ועל "צלם אנוש" של צניעותם הפנימית. משמעת אמתית שעומדת למבחן בעת צרה של מלחמה איננה בנויה בעיקרה על פחד והרגלים, אלא בעיקר על הזדהות עם צה"ל, ערכיו ומפקדיו.

ב. חשיבות הצבא בעינינו

הקושי: השינוי ביחסנו הכללי לצבא הנו קושי גדול ושורשי. לפני הגיוס אנחנו מביטים בהערצה על כל חייל בצה"ל, ובטוחים שהשירות בצבא הוא מימוש אחד האידיאלים החשובים ביותר. אולם, במשך השירות הקשיים והשחיקה עושים את שלהם, ואנחנו מתחילים להמעיט מערכו של השירות הצבאי, כאשר לזה מצטרפת ההערכה הנמוכה שיש כלפי השירות העורפי בפרט. קושי זה מחשיך את כל עשייתנו בזמן השירות הצבאי, ומחליש את רצוננו לתקן את חיינו ולמצוא מקור לשמחה בעשיית הטוב בזמן השירות.

הרצון: הרצון כפול בנושא זה. מצד אחד, לא להיות תלויים בכך, ולשאוף לתקן את חיינו אפילו בתוך מסגרת שאיננו מכירים בערכה. מצד שני, ברצוננו למצוא את הדרך להשיב ללבנו את ערכו של השירות הצבאי, שאיננו תלוי כלל בקשיינו הפרטיים שבמהלך השירות.

התורה: לפיכך, יש צורך בבירור ערכם של עם ישראל, מדינת ישראל, הצבא, והשירות העורפי בפרט. התורה מאירה כל מציאות בהקשר הכללי שלה, ומבררת את ערכה.