

## פרשת ניצבים/ג'ק גילרון

פרשת ניצבים תמיד הפרשה שקוראים לפני ראש השנה – הוא כולל פרק ל' – שלפי חז"ל הוא פרשת התשובה - ולמה? - השורש שוב מופיע 8 פעמים בתוך הפרק (בדוק!)

אני רוצה לדון באחד הביטויים הידועים בו:

"לא בשמים היא לאמר מי יעלה לנו השמימה ויקחה לנו וישמיענו אותה ונעשנה"

"לא מעבר לים היא לאמר מי יעבור לנו אל עבר הים ויקחיה לנו וישמיענו אותה ונעשנה"

"כי קרוב אילך הדבר מאוד בפוך ובלבבך לעשותו"

שימו לב לשינוי הגוף בין החלק הראשון לשני! בחלק הראשון זהו משהו קהילתי ציבורי. כאילו צריכים נביא או חכם הדור בארץ רחוקה (ספורנו)

למה בסדר הזה? – כי זה מתחיל עם הכי בלתי אפשרי, עובר דרך האפשרי אבל קשה, ואז לאפשרי ביותר. כי מה קורה שאנו לא משנים ולא משתנים – יש אפשרות לשנות בכל רגע ואנו לא ברוב המקרים לא משנים גם שאנו לא מרוצים מהרגל דבר מגונה שאנו עוסקים בו ולא מרפים ממנו) או מחוסר מעש – יותר תשומת לב לילידים, לבלבן זוג, לחבר, לקהילה - מה תוקע אותנו?

אחד הקוצ'רים הכי ידוע בפיתוח יכולות הבן-אדם – TONY ROBINS אומר שהרגל זה כמו תעלה, ונוצר כזה בתוך המוח שלנו, תבניות לא מועילות. הרגל נעשה עמוק יותר וקשה לשבור ככל שאנו מתמידים בו, אז לפעמים אנו יושבים בתחתית התעלה וחומות נדמה לנו שמגיעות לשמים. איך משתנים – מחליטים לעשות אחרת ומתחייבים להחלטה – השורש של להחליט באנגלית – decide יש בו את השורש הלטינית to cut בהחלטה אנו חותכים את הדרך אחורה ורק נדבקים לדרך שאנו רוצים ללכת בו. ומחפשים את הצעדים הקטנים שיכולים לעזור. השינוי מתחיל בהחלטה, זוהי המשמעות של "קרוב הוא אילך הדבר מאוד בפוך ובלבבך לעשותו. צריך לשבור את ההרגל.

"סור מרע ועשה טוב" לפעמים העיסוק במעשים הלא ראויים גורם לכך שאנו מתייאשים מעצמנו ומתקשים לסלוח לעצמנו. זה לא הדרך לעשות חשבון נפש כי הוא מרפה את הידיים שלנו. החסידים אומרים "אל תתעסק עם המעשים הרעים כמו כלב עם הפרשות שלו, עשה טוב! תמצא משהו טוב לעשות בכל יום אפילו הקטן ביותר. ואז תאמר הנה עשיתי. ייצור של תחושה של "עשיתי משהו ראוי" נותן תחושה חיובית ומתוך הרצון להרגיש את זה עוד יותר, אנו נימשך לעשות עוד מעשים טובים.

כמו שאמרתי לפני כן לפעמים קשה לנו עם עצמנו ואנו כועסים על עצמנו עד חו"ש שאנו מתייאשים מעצמנו (אנו מרגישים רחוק מדמות האידיאלית של עצמנו כמעט כמו מרחק שמים מן הארץ). יש סיבה שתורת משה מתנסחת כמו שהיא מתנסחת בנושא התשובה. איך נתגבר על הייאוש הזה?

שמואל ריינר מביא מסה על תשובה בעלון שבת שלום של תנועת עוז ושלום ומביא דבריו של הרבי נחמן מברסלב:

"דע כי צריך לדון את כל אדם לכף זכות, ואפילו מי שהוא רשע גמור, צריך לחפש ולמצוא בו איזה מעט טוב, שבאותו המעט אינו רשע... חייב האדם לנסות לדלות איזה נקודה אחת קטנה של טוב ולבנות עליה תילי תילים של זכויות, על ידי זה מעלה אותו באמת לכף זכות, ויוכל להשיבו בתשובה וזה בחינת "ועוד מעט ואין רשע,

והתבוננת על מקומו ואיננו. " הבעש"ט אמר שמסקנותיו של אדם לגבי זולתו הן מסקנותיו לגבי עצמו, לרע ולטוב. ורבי נחמן לקח את זה הלאה. אם אדם מחפש בעקשנות אפילו ברשע גמור איזה כף של זכות, הרי לעצמו הוא עושה אותו דבר. ובעצם מוצא זכויות בעצמו.

שמואל ריינר ממשיך: כאשר האדם בוחן את עצמו ויש לו שתי לאפשרויות להתייחס למעשה הטוב: הוא יכול לבטלו בשישים ולייחס לו חשיבות של אפס. והוא יכול להתייחס אליו כשאור בעיסה שהופך את העיסה כולה לשאור. בבחינת צפחת השמן (בסיפור של אלישע והאלמנה) להעצים את המעשה ולבנות עליו את הפן הטוב האישי שלו. התשובה הזו לא מרחיקה את האדם מעצמו אלא מקרבת, מחבקת אותו ומושיבה אותו בזרועות עצמו. מתוך ההקלה העצמית הזו, יכול האדם לחפש היכן בין ה"אשמנו בגדנו" הוא נתן צדקה את הנקודות הטובות הללו שבין החטאים.

מהו העניין הזה "מאוד" מתייחס לקרוב - אדם שרואה את הפוטנציאל לטוב הטמון בעצמו, בעצם מוצא את התקווה לקחת הצעד הראשון לחזור לעצמו לערכיו להתחבר לאמיתי שבו לחומל שבו, זה יוצר את הדינמיקה את המומנטום – פיו אומר לו שיש את הטוב שעליו הוא יכול לבנות, ולבו שומע ויוצר את דחף לעשות ולתקן.

כן נזכה כולנו לשמוע הדבר הקרוב מאוד אלינו שפינו תשמיע אותו ללבנו ונתחיל לעשות צעד קטן אחר צעד קטן את הדרך בחזרה לטוב וכך נשוב עד ה' אלהינו.