

רגע להתבונן

הרב יחזקאל שובקס

מסר שבועי קצר
פרשת פנחס תשפ"ה

אורח לרגע

תגובות הקוראים

תגובות על גיליון בלק בענין 'משפחה חונקת'

את הנושא שהצפת השבוע, אני דווקא מוצא בתוך הבית פנימה. מופעל עלי לחץ רב, להיות נוכח כמה שיותר, וכל יציאה שלי החוצה תחת עין בוחנת. אני מבין שהנושא הזה לא קשור דווקא למשפחה המורחבת אלא יכולה להתרחש בתוך הבית. בזכות, התחלתי פתאום לקלוט שההתנהגות הזאת לא מראה בהכרח על קשר חזק וטוב, אלא ההיפך מזה.

*

הצורך בשליטה הזה, ולדעת מה כל אחד מרגיש זה מטורף וקשה.

אף פעם לא חשבתי למה יש לי בעיה בשאלה סתמית שאבא שלי שואל: "אתה בסדר? הכל בסדר אתכם?" - פתאום הבנתי למה זה מרגיש לי חונק, נותן תחושה של חשיפה, או חדירה לחיים הפרטיים שלי. ההתפכחות כאן כל כך חשובה, כי נראה לי שזה עובר גם אלי בתורשה. גם אצלי יש צורך לדעת כל הזמן, מה הילד שלי מרגיש ושישתף בחוויות. אני צריך לבדוק אם זו התעניינות טבעית או מעבר לכך?

*

פירסמת את המכתב ששלח לך הבן בקשר למה שאמא שלו כתבה. אני מניח שאמא שלו מקבלת את המאמרים שלך, אז איך היא מרגישה כאשר אתה מפרסם את הדברים שלה ברבים ושולל אותם?

הערת הכותב: יישר כוח לרגישות שלך. וזו הזדמנות להדגיש שוב, לעולם לא אעודד חשיפת פרטים אישיים של אנשים ברבים. כאשר אני מפרסם מכתב כזה, זה אחרי עיוות הפרטים המהירים, עד שגם ה"אמא" הנ"ל לא תזהה שזה קשור אליה בכלל.

תגובות ניתן לשלוח למייל ptachlo1@gmail.com

אפשר רגע

שו"ת קצר

שאלה: מתחילים הדיבורים בבית על 'בין הזמנים' הקרוב. אם שואלים אותי, אני רוצה דבר אחד. מעבר להמשך השיגרה, אז בזמני הפנוי: לשבת בבית, לבלות ברונע ובשלווה. לא רוצה לראות שמש בכלל.

תשובה: השאלה שלך מנוסחת באופן ישר, וזה דווקא טוב. אתה מייצג פלח נכבד באוכלוסיית ההורים המאויימים מהיציאות החוצה, מהנסיגות המתמשכות מההשתזפות בשמש, והלאות בעצמות.

ולכן חשוב להדגיש. החופש זה אומנם גם החג של הילדים, אך לפני הכול ההורים לא אמורים לסבול. יתרה מכך, כאשר ההורים סובלים, הילדים לא יכולים ליהנות. זה בלתי אפשרי.

חשוב מאוד, מבעוד מועד, לחשוב על בילוי משפחתי משותף שכל הצדדים יכולים ליהנות. ייתכן שזה יתקיים במקום ממוזג ונוח. הילדים יטרכו לוותר על מחצית מהחלומות, אך החצי השני של החלום, יתממש להם עם הורים השמחים ונהנים, וזה לא פחות חשוב.

שאלות ניתן לשלוח למייל ptachlo1@gmail.com

הגבול הדק בין קירבה אוהבת לפוגעת

בבית אנחנו מעודדים קירבה, אחדות, שהייה בצוותא. אנחנו רוצים לראות אותם בחדר אחד, משחקים יחד, קוראים יחד ומסתכלים באלבום יחד. ("תראה איזה חמוד זה. תביא את המצלמה!")

ויש קו דק, עדין ביותר, כמעט בלתי נראה, מרחק של ס"מ בודד, שעובר בין קירבה חיובית בין אחים ואחיות בבית, בין דודים ואחיינים, בין סבא לנכד, שאנחנו כמהים לראות אותה, לבין קירבה שלילית הרסנית שמותירה פצעים לשנים רבות.

ברגעים אלו שאני כותב את הדברים אני חש חרדה. ולא בכדי. גם אני אבא לילדים. סבא לנכדים. החרדה היא טבעית. פתאום המון מחשבות.

ואני יכול לשמוע את עצמי אומר לעצמי: "יחזקאל! תפסיק עם ההפחדות נכב! די! בוא תראה את הנקודות היפות בחיים".

ואני יודע שהקול הזה נובע מתוך חוסר אונים. כי ההרגשה היא אין מה לעשות.

ומה שמעניין, שכולנו מחזיקים בבית כלים מסכנים חיים. יש שקעים של חשמל. יש סכינים חדים. יש מסור חשמלי. ואנחנו פחות מפקחים.

כי כל החיים אנחנו מלמדים את הילדים את הכללים. כל אחד יודע מאיזה גיל מחזיקים סכין, ואיך מחזיקים. לא מחזיקים חס ושלום חפץ חד לשקע חשמלי, וגם לא נוגעים בידיים רטובות. המסור אך ורק באישור אבא.

וכאשר מתעורר חשד, כי פתאום המסור לא נמצא במקומו הטבעי, אנחנו מיד חוקרים.

אך ככל שזה נוגע לקירבה פיזית, הילדים יודעים מה כן, ולא יודעים מה לא. אנחנו סומכים על המלאך בשמים שלימד אותם לפני שירדו לעולם. אנחנו לא לימדנו אותם. וגם כאשר מתעורר חשד, אנחנו נוטים להאמין למלאך טוביאל. הוא אומר שהכול טוב.

*

בתקופת החופש אנו מעודדים עוד יותר את הקירבה. נמצאים ביחד המון שעות, בבילויים, נסיעות וטיולים. האווירה הנעימה היא לעתים בעוכרנו. זה מייצר רגעים גדולים של קירבה שמתעתעת. פתאום נראה למישהו שהתקרבות נוספת מעבר לגבולות המותרים, תביא איתה רגשות עילאיים יותר למען אחדות המשפחה.

ולכן אנחנו זקוקים לשמירה יתירה. מתוך ההבנה של הצורך העצום, הוצאנו בס"ד קורס **דיגיטלי להורים** - "ושמרו". הוקלט במיוחד עבור צפייה במחשב (או האזנה לטלפון). פרקים קצרים, ברורים, בתוספת תקציר. יש גם חוברת מצוירת עבור לימוד עם הילדים.

וכעת בונים מיוחד. דף הוראות מיוחד עבור הכללים הנצרכים בבית. כללים פשוטים שאפשר להסביר אותם לילדים בשפה ברורה ופשוטה. כללים שאפשר לשון ולחזור עליהם בכל הזדמנות.

פגשתי לא מעט אנשים שעשו את ההשתדלות הנכונה הזאת, וזכו לסייעתא דשמיא. ילדים שהבינו את הכללים, שיתפו איתם פעולה, ידעו להתריע כאשר התעורר חשד, ומנעו עוגמת נפש מרובה, וגם האחדות המופלאה במשפחה נשמרה כראוי.

לרכישת הקורס ולפרטים נוספים פנה לכתובת המייל ptachlo1@gmail.com

אני מבקש להכניס אותכם לעולם קשה ומורכב בטיפול. טיפול שפוגש, כאב עמוק, כעס עצום, חוסר אונים משתלט, ודילמות עד אין מספר.

רבים מתוכנו עברו חוויות קשות בחיים, קלות כחמורות, קצרות או מתמשכות.

ברוב המקרים, קל לעבד את החוויות הללו, מפני שאפשר בהחלט לעשות הפרדה ברורה בין הטובים והרעים.

היתה זו שעת ערב מוקדמת. דמדומים. התחיל להחשיך. הילד רכב על אופניים בדרך הביתה. פתאום הגיח צעיר עם שיער מגודל, חסם את הילד, העיף אותו, עלה על האופניים ודחה כל הדרך. הילד המפוחד, הכאוב, המצולק, נותר מאחור.

גדל הילד והיה לאיש, ועדיין סוחב את ההשלכות מאז, חרדות, חוסר אונים, הרגשה של חוסר צדק וכו'. ועדיין, זה סיפור קל לטיפול. יש כאן ילד טוב, צדיק, עדין. יש צעיר פוקר, אכזר, שווד. ניתן לעשות הפרדה ברורה בין הטוב לרע.

בעבודה איתו, נאפשר לו לכעוס על הצעיר הרע, נעשה הפרדה ברורה בינו לבין כל האנשים הטובים בעולם שאפשר בהחלט להרגיש בטוח ביניהם, נבנה יחד את ההגנה הטבעית שלו על עצמו. ואז יחזור להרגיש בטוח בחייו, בס"ד.

כמה שונה הסיפור, כאשר הילד נפגע ממישהו שבו הוא הכי בוטח, סומך עליו, אוהב אותו. איך ניתן להפריד כאן בכלל?

עוד יותר קשה, כאשר הילד אמור להמשיך לתת בו אמון, להמשיך לסמוך עליו, להמשיך לאהוב אותו. התסבוכת היא נוראית. מצד אחד - נעשה לו עוול ענק. משהו שמשליך על החיים. מצד שני - איך אפשר לכעוס עליו, הוא הרי אוהב אותך אהבת נפש?

ובכלל, איך נעשה הפרדה בין הטובים והרעים. הרי האיש הטוב ביותר - הפך להיות רע ברגע, אז עדיין נשארו אנשים טובים בעולם!?

וכאשר הילד הזה יגדל ויהיה לאיש, כיצד יסביר לילדיו על בן המשפחה, שהוא כל כך אוהב אותו, אך גם מחזיק המון טינה כלפיו?

*

פגשתי המון הורים שעשו הכול כדי להגן על הילדים. הגנו עליהם מהחילוניים בשכונה הסמוכה, הגנו עליהם מהחברים הרעים בתוך השכונה, הגנו עליהם מ"המשוגעים" ברחובות, אפילו הגנו עליהם מהשפעה רעה של חברים בכיתה.

לא חסכו מאמץ וכסף. התקינו מצלמות אבטחה, הרחיקו כל מיני בריונים, הזהירו את המשוגעים.

דבר אחד לא עשו: לא הגנו עליהם בתוך הבית. והתמימות, או, התמימות!

בבית שלנו אין אנשים רעים, כולם אוהבים, כולם צדיקים, כולם טובים. יש המון אהבה מאחד לשני. אך לפעמים, דווקא המקומות הכי קרובים והכי חמים, עלולים להיות פגיעים עבור הילדים.

*

בשבוע שעבר הזכרנו בקצרה את נושא הגבולות הפיזיים בתוך הבית, ואמרנו שנפתח צוהר רחב יותר.

בחוץ אין קירבה פיזית כמעט, וכאשר יש קירבה פיזית היא מיד מעוררת חשד. הילדים מזהרים בדרך כלל על הצורך לשמור מרחק.