



לשאלות בני נוער בכל הנושאים
"חברים מקשיבים" בכל ערב,
טל' 54-5000-1599
וברשת: makshivim.org.il

הגיע הזמן לחופש הגדול

הרב יוני לביא - מנהל מוקד 'חברים מקשיבים'



האמת, לא משהו. יום שאתה אומר בו 'מודה אני' בצהריים מתחיל באנרגיות שליליות, ובדרך כלל גם ממשיך ככה. בערב אחר כך אני שוב לא עייף, עוד פעם הולך לישון מאוחר, והבוקר שלמחרת הוא שידור חוזר של אתמול. ושלשום. ולפני שלשום... 😊

תיארת מצוין את המצב. השאלה היא מה עושים עם זה. תראה, לא אמרנו שחייבים לקום כל יום לוותיקין. בפרט בחופש מותר לבנאדם לישון יותר. מצד שני כדאי להתאמץ להתחיל את היום בשעה נורמלית וגם לגמור אותו ככזו. כבר נתקלתי בחבר'ה שהיו גמורים מעייפות בשעה אחת עשרה, אבל התעקשו להמשיך לסחוב כי לא היה נעים להם ללכת לישון בחופש בשעה 'מוקדמת' כזו... אדם בוגר נבחן ביכולת שלו להציב לעצמו גבולות. דווקא עכשיו כשאין מסגרת של בית ספר מגיע המבחן האמתי: איך אני נראה כשלא 'יושבים לי הראש'. האם אני מתפרק, הופך יום ולילה, מאבד את הכיוון, או שהצלחתי לפתח משמעת עצמית ושליטה ואני מסוגל לנהל את היום שלי בצורה נורמלית.

ומה אני עושה בקטע של תפילות? 🙏 כל השנה קשה לי עם זה, ובחופש עוד יותר...

אין ספק שתפילה היא אחד האתגרים הגדולים של החופש. אך בשונה מאתנו, ריבוננו של עולם לא יוצא לחופשה ביולי-אוגוסט. הוא נמצא שם בשבילנו כל השנה והתפילה היא המסגרת המינימלית של הקשר אֵתו. זה נכון לבנים, סטורחים ללכת למניין, אך רלוונטי לא פחות לבנות. כנ"ל לגבי לימוד תורה. האם אני פותח ספר קודש רק כשיש מתכונת מחר? האם אני לומד רק בגלל הציון או בשביל הרב? החופש זו ההזדמנות להוכיח לעצמי שלימוד תורה זה דבר שאומר לי משהו, שחשוב לי שיהיה חלק מן החיים שלי גם כשאין לימודים. מבחינה זאת חמש דקות של לימוד מבחירה שוות יותר משעתיים בשביל הציון. אפשר גם ממש להרגיש איך יום שהתחלתי בתפילה ושיילבתי בו אפילו חמש דקות של לימוד תורה של משהו שמעניין אותי נראה אחרת לגמרי.

סבבה. אני אחשוב על זה. יש לך עוד איזה טיפ בשבילי לחופש? 😊

אחד המפתחות הכי חשובים להצלחה בחיים (וברור שגם בחופש) הוא היכולת להציב לעצמי גבולות. זה מתבטא למשל במה שקורה לנו מול מסך ממש קסם! אתה מתיישב רק לדקה, ופתאום מגלה שעברו שעותיים. שווה להקדיש מחשבה מראש: כמה שעות ביום אני מעוניין להקדיש לאינטרנט ולסרטים? מה יעזור לי לעמוד בזה? מה ישמור עליי מלהגיע למקומות שאתחרט עליהם לאחר מכן?

הרב, דווקא בגלל שאני מכיר את עצמי ויודע שבקלות אני יכול להעביר ימים שלמים בטחינת סרטים, אני מנסה מאוד למצוא עבודה לחופש. זה יעזור גם למלא קצת ת'ארנק. 🍷 לא נעים לחלוב כל הזמן את ההורים...

רעיון מצוין. מה עוד? החופש הוא גם זמן מעולה לכל מיני דברים שתמיד רצית לעשות אבל אמרת לעצמך שאין לך זמן. תחביבים, גילוי כישרונות חביבים וכמובן להיות קצת יותר בסניף, לבלות עם חברים (לא בווצאפ. בחיים האמתיים 😊), להזיע ולתפוס קצת שמש בטיולים, כדורסל, אופניים, ים. בקיצור, כל מה שיעזור לך להיפרד קצת מן המסך ולראות את השמים. ורק עוד דבר אחד חשוב מאין כמוהו: שמור על עצמך!

ברור, אלא מה?

אין לך מושג כמה אסונות קרו בחופש. דברים מיותרים שהיה אפשר למנוע עם טיפה מחשבה ואחריות. החיים יקרים מכדי שנגמור אותם על שטויות מטופשות: טרמפים מסוכנים, טיולים בלי אחריות, פגישה עם זרים מהרשת, חומרים מסוכנים, נהיגה בלי רישיון... אתה חשוב לכל כך הרבה אנשים שאהבים אותך. שמור על עצמך! נדמה לי שאפילו המורים ישמחו לראות אותך בריא ושלם בתחילת השנה הבאה...

אני לא כזה בטוח לגבי המשפט האחרון, אבל לא נתווכח על זה... וואלה, תודה. שיהיה לנו אחלה חופש!

אהלן הרב, מה קורהההה? אני כבר לא יכול לחכות יותר 😊. ספירת הגומר מתקרבת לקו הסיום, ועוד מעט נגיד גוד-ביי לאנגלית, המשוואות הריבועיות עם הנעלמים ייעלמו ובמקום לישון נוכל לישון חחחחחחחח

טוב לראות אותך כל כך עליז. נו, מה תכננת לחופש?

האמת היא שכלום. אני לא מתכנן. אני פשוט זורם. זה הרי כל הכיף. אתה קם בבוקר (אוקיי, בצהריים), יוצא עם חברים (סתם, למי יש כוח לצאת בחום הזה), קצת מחשב (איזה קצת, ההורים שלי מקטרים שאני 'גר' במחשב), סרטים, פיצה, באולינג, אתה יודע, להעביר ת'זמן בסבבה כזה. בקיצור - חופש שששש 😊.

תראה, 'לזרום' זה אחלה כשמדובר בשעתיים. כשמדובר בחודשיים זה כבר סיפור אחר לגמרי... לא נגשט פעם חב'ה מתלוננים שהחופש הגדול פשוט 'ברח' להם מבין האצבעות? שימים ושבועות שלמים זלגו להם, לא ברור לאן?

איזה פגשתי?! לי בעצמי זה קורה כל שנה מחדש. אתה עומד בסוף החופש, מסתכל במראה ואומר לעצמך 'בואנה, אתה רוצה להגיד לי שעברו חודשיים?! דיייייי...'. אבל מה לעשות, הרב, זה הרי כל הקטע בחופש. לא? אחרי שנה שלמה שחופרים לך במוח, שאומרים לך כל הזמן מה-לעשות, איך-להתנהג, לאן-ללכת, להגיע-בזמן, עכשיו יש זמן שבו לא עושים כלום ווווווו

ממש לא. חופש אמתי אינו כזה שלא עושים בו כלום אלא דווקא כזה שעושים בו המון. שמשפיקים אפילו יותר מאשר במהלך הלימודים, רק ההבדל הוא שהפעם לא אחרים מנהלים לך את הזמן אלא אתה אחראי לעשות את זה בעצמך. אם אתה רוצה שהקפיץ הזה יהיה איכותי וברמה הוא חייב להיות מתוכנן מראש.

'מתוכנן', הרב?? 'חופש' ו'תכנון' נשמעות לי מילים סותרות בערך כמו 'חמסין קר' 😊.

אז זהו, שלא. כלל בסיסי בחיים אומר שכל דבר רציני מצליח הרבה יותר כשמתכוננים אליו כמו שצריך. אני מאמין שהחופש הוא חשוב מכדי שנוזלזל בו ונעביר אותו בספונטניות קלילה. מגיע לו שניתן לו את הכבוד הראוי!

אוקיי, אני קולט את הראש. אז מה אתה מציע? איך עושים את זה?

הצעד הראשון הוא לקחת דף נייר ולעשות רשימה של לפחות 15 דברים שאתה רוצה לעשות בחופש הזה. יכול להיות שבתוכם יהיה גם לשכב על החוף ולספור שחפים, אבל גם זה יהיה חלק מן התכנית. אם תשווה את הרשימה שעשית לזו של חבר או שניים אתה עשוי לגלות עוד כמה רעיונות טובים שתרצה להוסיף כדי לשדרג את שלך. השלב הבא הוא לבנות תכנית מעשית שתתרגם את כל החלומות היפים למציאות.

אני זוכר שכשהייתי בכיתה ו' הכנו 'לוח חופש'. קישטנו אותו בציורים של ארטיקים, שמש וכדורים ורשמנו בו את כל הקייטנות והטיולים חחחחחח 😊.

אל תצחק, אני חושב שזה רעיון לא רע בכלל גם לגדולים, הוא יכול לעשות סדר בראש ולעזור לממש את התכניות היפות שלנו. הדבר הבא קשור לנושא של שעות שינה.

אופס, הרב, נגעת בנקודה רגישה. בקטע הזה אני ממש בכאס עם ההורים, אבל מה לעשות, כל השנה קשה לי לקום בבוקר. לפחות בחופש, כשאני לא חייב להגיע בזמן לבית ספר, אני מרשה לעצמי קצת להתפרע.

ואיך אתה מרגיש עם זה?