

היה לי מורה/ אהרון אלמוג

**היה לי מורה שהיה נכנס
בסופה לכיתה ואומר:**

לרשום מהר

מה לרשום, היינו שואלים

לא חשוב, לרשום

וכך רשמנו כל השנה

וכך אני רושם עד היום.

לדעתי לבקש סליחה זו מעלה.

לבקש סליחה אמיתית זו מעלה
אלוהית.
גם העניין שלאחר הסליחה הוא חשוב.

אם מבקשים סליחה מכל הלב
מרגישים טיהור. אם מבקשים סליחה
למראית עין מרגישים סלידה, סלידה
מעצמי.

כל יום אני עושה מעשים שעליהם צריך
לבקש סליחה.

לעיתים אני מבקשת ולעיתים אני לא.

לעיתים אני מבקשת גם כאשר אני לא
מתכוונת.

זה קורה לי בעיקר עם ילדי האהובים.

זה פוגם בי באיכות החיים.

לחיות בהווה מבלי להאשים את
שהיה.

אשם = אמש

לסיים, לעבור, לוותר, לשחרר
טינה,

להחליט לחיות, להתחיל מחדש
כאילו אין אתמול.

מה שהיה נגמר! אתה תמיד
אומר ומנסה להמשיך הלאה

ואני שקועה בלהתחשבן ולא
לשכוח.

פוגעת בעצמי ובך.

לא צריך סיבה לסלוח,

מספיק להרגיש

**את הצורך על מנת להמשיך
לאהוב,**

**להישאר יחד ולשמור על
החברות.**

יש לבקש סליחה

שמרגישים כך

יכולים להתחיל מחדש

להמשיך את הביחד.

לטעמי, "סליחות" הן לא אירוע חד פעמי,
אלא מודל התנהגות שאני מאמצת בחיי
האישיים המשפחתיים והמקצועיים.

מודל זה מעודד פתיחות, הכלה, חרטה,
הזדמנויות אפשריות, והתחלת חדשות.

כמו שנאמר:

סליחה היא המפתח לפעולה אחרת.

מתי פג התוקף של להגיד סליחה?
שנה? שנתיים? עשר? כל החיים?
מתי מתחיל תהליך השכחה שאחרי
הסליחה?
שנה? שנתיים? עשר? כל החיים?
וכמה מחירים משלמים בכל השנים
הללו? וכמה ייסורים?
ואיזו ברכה זו לדעת לסלוח ולשכוח?

אבל לפחות לתת לזמן זמן
ולקוות שהזמן יוביל לסליחה
והשלמה.

**בכל יום ולילה אני מביע חרטה
כלפי הילד והילדה שלי,
על כך שאני לא נמצא איתם.
ברגעים הטובים וברגעים
הקשים.
בגדילה שלהם ובכלל.**

אני מבקש סליחה מה' על מעשיי

המושג סליחה מביא אותי להדהוד
פנימי עמוק.

כי המילה סליחה נראית לי שזורה
.... עם המילה אשמה.

וכדי שהסליחה תהיה ממקום אמיתי
ועמוק,

אני מרגישה שאני צריכה ללמוד
לסלוח לעצמי על טעויות שעשיתי
ועל מחדלים ועל חוסר שלימות ועל
חוסר רציה.

ורק אחרי שאוכל לסלוח לעצמי,

תהיה קבלה אמיתית של עצמי

ורק מהמקום הזה אוכל לסלוח
לאחרים.

יותר מכל הסליחות.

הייתי רוצה לבקש סליחה מעצמי.

סליחה ששפטתי אותי לחומרה.

סליחה שבקרתי כל מעשה שעשיתי
ואת זה שלא עשיתי.

סליחה שבקרתי כל מילה שאמרתי או
את זו שלא אמרתי.

סליחה..... שלא ידעת לקבל את
"האיכסה" שלך וניסית להיות

.miss perfect

שלקחת אחריות גדולה מדי גם על
דברים שלא את עשית בכלל.

סליחה מ... שהייתי קשה מידי איתה

ותודה שאני לומדת היום לסלוח.

סליחה מובילה אותי תמיד לרגעים של
חשבון נפש על כל הדברים שאני עושה
או לא עושה נכון.

וכמו תמיד מאוד קל לראות עד כמה

אני מרגישה לא בסדר כלפי אינספור
אנשים ודברים שעשיתי או לא עשיתי,
הספקתי ולא הספקתי.

אז כמו במילים כלפי כל האנשים
הרשומים שם
אני מרגישה צורך לבקש סליחה

על שלא הייתי מספיק שם בשבילם

לפחות במידה שהייתי מעוניינת....
צריכה.

ואולי זה הצורך לסלוח לעצמי והם אפילו
לא יחשבו כך על שלא הייתי מספיק אני,
כפי שהייתי רוצה בשבילם, כפי שהייתי
רוצה.

והנה הגיעה השעה

בה אני עושה חשבון נפש עם
סובבי הוריי וילדיי.

רוצה אני לבקש סליחה מכם הורים
יקרים, על שלא הייתי מספיק
לצידכם ברגעים הקשים והאפלים
בחייכם.

מילדיי אני רוצה לבקש את
סליחתכם הגדולה מעומק ליבי.

ולכם קהילה וסביבה

על כך שלא תמיד אני מצליח
לתרום מעצמי ולראות את
האחרים.

כשטיילנו בחו"ל חיפשנו כתובת.

פניתי לבחור צעיר ואמרתי באנגלית
Excusmy... הוא עצר אותי מיד ואמר
לי "חבל על הזמן דברי עברית".

צחקנו ואמרנו... איך הוא זיהה?!
אמרתי רק מילה אחת?!

חשבתי לעצמי שבמילה שאמרתי
חסרה מנגינה.

"המנגינה" שקיימת רק כשאתה מדבר
בשפה שלך.

ובמנגינה של הסליחה שלי יש:

חרטה
והתנצלות.
התחלה
והתרגשות.
אולי קצת חשש
והכי הרבה אהבה

Regret seethed and

Sighed, refused to
stop.

But the soul soured
and saved;

And words resaid;
Actions replayed

Say yes to sorry.

אני לא סולחת לעצמי,

אני לא יודעת איך זה קרה.

לא פעם אנו מוצאים עצמנו עם
מצפון לא שקט עקב אמירה או
התנהגות כלפי הזולת.

אמירת הסליחה היא הבעת
חרטה.

סליחה בשבילי היא הכרה
במעשה שעשיתי

והרגשה יותר טובה אחרי
ההתנצלות.

סיפור על סליחה

בבית-ספר באירלנד ביקשה מורה
מתלמידיה לחשוב על אדם שהם לא
סלחו לו. ואז ביקשה מהם לקחת תפוח
אדמה שייצג את האדם הזה, ולהכניס
אותו לשקית. התלמידים נשאו איתם
את השקית עם תפוח האדמה במשך
שבע ימים לכל מקום – למגרש
המשחקים, לכיתה, הביתה ולמיטה
בשעות הלילה. ככל שעברו הימים
החלו תפוחי האדמה להירקב, להעלות
ריח רע והיו למטען מעיק ומאוס. כך
המחישה המורה לתלמידים עד כמה
מכביד ומיותר לשאת רגשות שליליים,
כעסים ומועקות, וגם שריחם אינו טוב
במיוחד.

**סובלנות היא מילת מפתח
להצלחה בלמידה**

לגילוי הייחוד שבנו

**והדרך הטובה ביותר להגשמת
כל חלומותינו.**

שתיה שנה טובה,

מוצלחת בשאר סובלנות

ויכולת להגשים חלומות

