

קורס לומדים להרגע, שיעור 7

סיפור עם סיני

לפני שנים רבות חיה בסין נערה בשם לינג-לינג. היא התחתנה ועברה לגור עם בעלה וחונתנה. מיד עם הגיעה, גלתה לינג-לינג שחונתנה היא אישה קשה ביותר. החונתנת מתחה ביקורת על לינג-לינג ורדתה בה ללא הרף. תוך זמן קצר הבינה לינג-לינג שיש לה חונתנת בלתי נסבלת ואין סיכוי שהן תסתדרנה ביניהן. לינג-לינג היתה מתוסכלת מלשונה החדה והמעליבה של חונתנה, תסכול שהלך והעמיק ולווה לא פעם בוויכוחים קולניים.

הכעס והאומללות בבית גרמו ללינג-לינג ולבעלה מצוקה גדולה. בצר לה, פנתה לינג-לינג לרופא כפרי בשם מר חואנג, אשר עסק בצמחי מרפא ואיתו הייתה בקשר. היא סיפרה לו על המצב ושאלה אותו אם יוכל לתת לה רעל כלשהו שבאמצעותו תוכל להרעיל את החונתנת ולשים קץ לסבל שלה.

מר חואנג השיב לה: "אני מבין את הבעיה ולכן אתן לך פורמולת צמחים אשר תרעיל את חונתנתך באיטיות רבה. פעם ביומיים, הכיני ארוחה טעימה והכניסי מעט מצמחים האלו לתוך המנה שלה. כדי שהפורמולה תפעל, עליך לעסות את כתפיה וראשה של החונתנת וכדי שאיש לא יחשוד בך כשהיא תמות, עליך לנהוג בידידות רבה כלפיה: תמנעי מוויכוחים, הרבי לציית לה ולמלא את משאלותיה והתייחסי אליה כמו למלכה".

לינג-לינג הודתה למר חואנג ומיהרה לביתה כדי להתחיל במימוש מזימת הרצח של חונתנה. היא זכרה את המלצתו של מר חואנג בנוגע למניעת חשדות ולכן שלטה במזגה, צייתה לחונתנת והתייחסה אליה כאילו היתה אמה וטפלה בה בעיסוי.

בתוך ששה חדשים, השתנה המצב בבית. לינג-לינג למדה לשלוט ברוחה עד כדי כך מעט אף פעם לא התרגזה או איבדה עשתונותיה. במהלך ששת החודשים הללו היא נמנעה מכל וויכוח עם החונתנת. בזכות זאת שהיא הייתה חביבה יותר, השתנתה הגישה של החונתנת כלפי לינג-לינג והיא התחילה לאהוב אותה כמו בת. היא ספרה לקרוביה כי לינג-לינג היא הכי טובה שיכלה למצוא. לינג-לינג וחונתנה נהגו עכשיו זו בזו כאם ובתה וכל זאת לאושרו של בעלה של לינג-לינג.

לאחר זמן חזרה לינג-לינג למר חואנג בבקשה לעזרה אחרת: "מר חואנג, עזור לי למנוע מהרעל להמית את חונתנתי. היא הפכה להיות אשה נעימה ואני אוהבת אותה כמו את אמי". מר חואנג חייך והשיב לה: "אין לך צורך לדאוג. מעולם לא נתתי לך רעל כלשהו. הצמחים שנתתי לך היו צמחים לחיזוק הצי והדם ולשיפור הבריאות. הרעל היחיד שהיה קיים היה בגישתך כלפי חונתנתך, אבל הוא אינו קיים עוד והתפוגג בשל האהבה שהענקת לה".

משל על גן עדן וגיהנום

אדם אחד דיבר עם אלוהים על גן עדן וגיהנום. אמר אלוהים לאדם: "בוא, אני אראה לך את הגיהנום". הם נכנסו לחדר בו ישבה חבורת אנשים סביב קדירת תבשיל ענקית. כולם היו מורעבים, נואשים, על סף מוות מרעב. כל אחד החזיק כף שהגיעה לקדירה, אך ידית הכף הייתה ארוכה יותר מזרועם, שלא ניתן היה להשתמש בה כדי להגיש את התבשיל לפה. הסבל היה נורא.

"בוא עכשיו אראה לך את גן עדן", אמר אלוהים כעבור זמן מה. הם נכנסו לחדר נוסף, זהה לראשון - קדירת התבשיל, חבורת האנשים, אותן כפות ארוכות ידית. אבל שם כולם היו מאושרים ושבעים.

"אני לא מבין" אמר האדם, "למה כאן הם מאושרים ובחדר השני כולם אומללים, כשהכול אותו דבר?", אלוהים חייך. "אה, זה פשוט", הוא אמר. "בגן העדן הם למדו להאכיל אחד את השני..."



ד"ר דליה רזניצקי מדענית, מנחה ומרצה

אימון התודעה

כלים לחיים שמחים ובריאים יותר

