

בארי לונג

על גידול ילדים באהבה, צדק ואמת

מאנגלית: ניצן מיכאלי

עריכה: שדמה קידר



אוסף קטעים מתוך הספר

(מתוך הפרק 'להיות הורה')

אתה הורה, או שיום אחד תהיה; או שאתה מבוגר ללא ילדים, אבל עדיין אינך יכול להימלט מההתניות שהוטבעו בך בילדותך. לכן אני שואל אותך: מה אתה רוצה בחיך? האם אתה יודע מה אתה רוצה? רק מעטים בעולמנו יודעים באמת מה הם רוצים.

"אנו רוצים להתחתן וללדת ילדים. ואנחנו רוצים שהכול יהיה בסדר; שהילדים יגדלו באושר ויתחתנו ושגם להם יהיו ילדים, ונכדינו יבקרו אותנו וכולנו נהיה משפחה גדולה ומאושרת."

אבל רק לעתים רחוקות החיים מתנהלים לפי תכניותך. איש אינו מקבל את חייו ארוזים בנייר צלופן. למעשה יש לך רק שתי אופציות: אתה יכול לרצות להיות אמיתי עם החיים, או שאתה יכול לרצות כל דבר אחר פרט לאמת - בחירה שלרוב תגרום לך בלבול וסבל.

בתחילת דרכם, משתוקקים מרבית האנשים לכל דבר שהוא - מלבד לאמת. התוצאה היא מנות גדושות של ספקות ואומללות. התבונן בשכניך, התבונן באימך ואביך. הם קיבלו פחות או יותר את מה שרצו ואז הורישו לנו את רצונותיהם. הם חינכו אותנו לרצות את אותם הדברים; וכך המשכנו - לרצות לקבל את אותם הדברים עם אותה התוצאה. התבונן בחיך שלך. ייתכן שהכול בסדר עכשיו, אבל הבעיות, הצרות והתסכולים לא יאחרו לבוא - אלא אם תבסס את חיך על השאיפה לדבר שקודם לכול - לאמת.

"אני רוצה את אמת החיים. אני רוצה את החיים כפי שהם. אני רוצה להיות נאמן לחיים."

עבור ההורה, פירוש הדבר להיות אמיתי עם החיים שעליהם הוא אחראי. והחיים הראשונים שעליהם אני אחראי הם חיי. אחריות כזו משמעה לרוקן את עצמי - להיפטר מהאחיזה בכעס, במאוויים,

בתרעומת, בקנאה ובסבל. החיים הנוספים שעליהם אני אחראי כהורה הם חיי ילדיי. וכמידת יכולתי לקחת אחריות על חיי ולהיפטר מכל המטענים הרגשיים הללו, כך אוכל להיות ישר ואמיתי יותר עם ילדיי. כך, דרך חיי ודרך ילדיי, אתרום משהו בעל ערך ממשי לטובת המשפחה האנושית.

(מתוך הפרק 'חיבוק של אהבה')

עלינו ללמד את ילדינו מהי אהבה. אחרת הם יספגו את תפיסת האהבה המתעתעת של העולם, את אותו הבלבול שאנו עצמנו ספגנו מהעולם.

- "סבתא שולחת לך את אהבתה."

- "ליום הולדתך, בהרבה אהבה מדוד יעקב."

כרטיסי הברכה, מטבעות הלשון השחוקות והשגרתיות - מרוקנים את האהבה ממשמעות והופכים אותה לנכובה, כמו אהבה של בובה או של דובי.

אדם שבשיחה אישית מתלונן שאינו יודע מהי אהבה, פונה לילדו רגע לאחר מכן ואומר "אני אוהב אותך". כזו היא הבערות בעולמנו, מקום שבו גברים ונשים מדברים ומדברים, אבל אינם מקיימים בחייהם את מה שהם אומרים. כך הופכת האהבה למצב מעורפל ובלתי ברור.

כדי להמחיש לילדים מהי אהבה אנו חייבים להפוך את האהבה לממשית - ליותר מסתם מילים. עלינו לעודד אותם לחוש אותה בגופם הם; כי רק חוויה פנימית בגוף היא ידיעה של ממש. אני מציע שכבר בגיל מוקדם תשב עם הילד ותחבק אותו. לא סתם חיבוק, אלא חיבוק של ממש. חיבוק חם של אהבה.

"אבא ואימא אוהבים אותך. האם אתה מרגיש את חום אהבתנו?

את החיבוק החם?"

תחילה חבק את הילד באמת, ואז חבק אותו חיבוק סתמי. "אתה מרגיש את ההבדל? אין בו ממשות ואין בו כוונה, נכון? אבל כאשר אני מחבק אותך באהבה אתה מייד מסוגל לחוש זאת בחיבוק."

"עכשיו אתרחק ממך, אתה מרגיש מה קורה?"

“בוא נתחבק שוב. אתה מרגיש את החמימות?”
 כך אתה מתחיל להמחיש לילד מהו חיבוק חם ואוהב. יש לחיבוק שני היבטים: האחד, החום הפיזי שמפיק הגוף, שהוא יותר על פני השטח. האחר, עמוק יותר, הוא החום הנפשי. את חום הגוף מעניקים לי החיים. את החום הנפשי מעניקה לי התודעה. כאשר אני מעורר במודע את האהבה בתוכי אני מזרים חום נפשי בתוכי. וחום האהבה הנפשי הוא תמיד עמוק ומספק יותר.
 כמבוגר אתה יכול לזהות את התחושה הזאת בחיי האהבה שלך. כולנו ילדיה של אימא אדמה, והכמיהה לחום האהבה שבין גבר ואישה מוטבעת בנו. אנו משתוקקים תמיד להתמלא באותה איכות נסתרת ומופלאה של החום הנפשי.

עלינו להמחיש בפני הילדים מהי אהבה ולהראות להם היכן היא שוכנת. ברגע המתאים, שבו יחדיו, אימא אבא והילד. בחרו בזמן בו הילד נינוח ומסוגל להקשיב.

“בוא נשב ונשחק במשחק ‘חפש את המטמון’. נגלה ביחד היכן נמצאת האהבה. אתה אוהב את אימא?”
 “כן”, עונה הילד.

“איפה אתה מרגיש את אהבתך לאימא?”
 סביר להניח שהילד יצביע על אזור הבטן.
 “שם אתה חש שאתה אוהב את אימא?”
 “כן.”

“ואת אבא? באותו מקום?”
 “כן, כן.”

המטרה היא להמיר את הרעיונות שיש לנו על אהבה בתחושה גופנית. כך יתבגר הילד עם תחושה ממשית של אהבה: “אה כן! אני חש אהבה. זה המקום בו נמצאת אהבתי.”
 יש הרבה אפשרויות ללמד זאת: “אתה רואה את הציפור הקטנה שם? נכון שזה נעים לשמוע אותה שרה? אתה אוהב לשמוע אותה? האם אתה יכול להרגיש את האהבה הזאת בתוכך?”

אם כבר בגיל הרך תמחיש לילד את התחושה הממשית של האהבה, מאוחר יותר, כאשר האנרגיה המינית תתחיל לגאות בגופו, לא תהיה לו בעיה לזהות את תחושת האהבה.

גבר : נניח שהילד לא יתפוס את זה מייד? נניח שהוא לא יצביע על בטנו, אלא על ראשו...

אז הייתי עונה לו: "אתה באמת חש את זה שם? לא נראה לי. כי בראש כמעט אין תחושות (פרט לכאב ראש). אני מרגיש את האהבה כאן, בבטני. שם ניתן לחוש חמימות."

המשך לכוון את תשומת לבו של הילד לתחושה. "האם אתה מרגיש את זה בבטן? זה כמו בארוחת הבוקר, כשאתה מרגיש איך הלחמנייה ממלאת את הבטן בחמימות. חמימות היא סוג של אהבה והגוף צומח מאהבה. לכן גם המזון הוא סוג של אהבה עבור הגוף. יש לנו בגוף משהו שנקרא עיכול, זהו תהליך המתרחש למטה בבטן. העיכול הופך את המזון לאנרגיה שמאפשרת לנו לחיות בעולם... זה כמו להוסיף דלק לסוג של מדורה הנמצאת בבטן. וזה אותו הדבר עם אהבה, אותה חמימות."

"אתה רואה את העלים היפים שם על העץ? התבונן בהם. אתה רואה איך אור השקיעה מבליט את צבעי השלכת שלהם במלוא הדרם? נכון שזה יפה? גם זו תחושה של אהבה. אתה חש אותה, נכון? ואתה יכול להמשיך לחוש בתוכך את היופי שאיתך, הלא כן?"

"אתה רואה, אינך יכול לחשוב על אהבה. אי אפשר באמת לחשוב עליה. אפשר רק לחוש אותה. וזו תחושה טובה, נכון?"

ככל שתרכה לדבר כך אל הילדים הקטנים, תמחיש להם יותר ויותר את תחושת האהבה - לא את רעיון האהבה שאנשים נוהגים לאכסן דרך קבע בראשם. וככל שירבו לחוות את התחושה הפיזית של אהבה בגופם, כך הם יהיו מוכנים יותר בהמשך לאהבה מינית. כשיגדלו, הם כמובן ייסחפו יותר ויותר לעולם המנטאלי ובהדרגה יאבדו מגע עם התחושה - עד שהדחף המיני בגיל ההתבגרות יחזיר אותם לגופם. חיבור לגוף בשנותיהם המוקדמות, במידת האפשר,

יעזור להם מאוחר יותר לעבור בקלות יחסית את הכאב הבלתי נמנע משברונות הלב ומהאכזבות המיניות.

(מתוך הפרק 'דיבור ישיר')

אם : אני מנסה להיות פתוחה וישרה עם תום, אבל לפעמים אני תוהה אם אינני מעבירה אליו את החששות שלי כאשר אני מדברת עליהם בגלוי. אני יודעת שבכל פעם שאני מוטרדת הוא מבחין בכך, לכן אינני מנסה להסתיר זאת מפניו. אבל מצד שני אני לא רוצה להכביד עליו עם הדאגות שלי. איפה עובר הקו בין הפתיחות שלי כלפיו לבין הצורך להגן עליו?

הקו הוא ברור: אל תספרי לו את מה שהוא אינו צריך לדעת עכשיו. ישנם דברים רבים שתום אינו צריך לדעת מכיוון שניסיון החיים שלו עדיין מועט מכדי שיוכל להתמודד איתם. וכשאת מדברת איתו על דברים שאינם מענייניו, זה עלול לגרום לו לחרדות. לא כדאי לרוץ קדימה מדי עם הילדים. כשילד שואל שאלה, אל תחשבי שהשאלה הבאה היא בלתי נמנעת. עני על השאלה הראשונה והניחי לזה. אין כל צורך להרחיב את תשובתך ולענות על שאלות שעדיין לא נשאלו.

אב : לרוב אנו מנסים להסביר לו כמה שיותר. האם אתה אומר שזה לא לעניין?

רק לנו, המבוגרים, יש צורך להסביר ולהרחיב; הצורך נמצא בנו, לא בילדים. פשוט ענו על השאלה שנשאלה. כך אתם מאפשרים לילד לעכל את התשובה לפני שיעבור לשאלה הבאה, שאותה במרבית המקרים הוא ישאל מאוחר יותר. כך הילד יקבל את התשובה הנכונה עבורו, כרגע, ולא תצטרך להרחיב על נושאים שאינם מענייניו.

אם : לפעמים אנחנו מדברים על נושאים שנוגעים רק לנו גם בשעה שתום נוכח בחדר. יש כמה נושאים שלמרות שהם מדאיגים אותי אינני

רוצה להסתיר אותם מפניו. למשל בית הספר. הוא יודע שיש לי חששות בנוגע למעבר שלו מהגן לבית הספר היסודי... למרות שאינני רוצה להדאיג אותו.

בשביל מה את רוצה לספר לו על חששותייך? חששות אינן עובדות. חשוב להיצמד לעובדות. למשל: "בית הספר אינו כמו הגן שהיית בו עד כה; זו תהיה התנסות חדשה עבורך. יהיו שם הרבה יותר ילדים..." וכן הלאה.

אלו העובדות. ואין בהן חששות, הלא כן?

נכון... אבל לא כדאי לומר מה מדאיג אותי?

לא. לא הכול, ולא בנוכחותו. אל תדברי בנוכחותו על מה שהוא אינו צריך לדעת. ישנם דברים שאינם מיועדים לאוזניו. שיחה בינך לביני אינה שיחה בין תום לביני, או בינך לבין תום. כשאת מדברת לילד, דברי אל הילד. ואם משהו מדאיג אותך ואת רוצה לדבר על כך עם בן זוגך, בחרי ברגע המתאים; כי כאשר הילד מקשיב, סביר להניח שהוא יקבל רושם מוטעה על העניין. ורשמים אינם העובדות בשטח. אל תניחו לילדים להקשיב מהצד לקטעי שיחות ביניכם ולקבל רושם מוטעה על המצב. דברו איתם ישירות והיו מאוד ברורים.

אני זוכרת מילדותי שהוריי נמנעו מלדבר על הרבה דברים בנוכחותי, אבל בכל זאת חשתי שמהו לא בסדר וזה העיק עליי מאוד כי לא ידעתי במה מדובר. לכן חשבתי שעדיף להיות ישרה וגלויה עם הילד שלי.

כמובן שעלייך לדבר עם תום על מה שקורה, אבל דברי איתו רק על העובדות, על מה שהוא צריך לדעת. ודברי ישירות, התייחסי אליו כבוגר הנמצא בגוף צעיר ובעל ניסיון חיים מועט.

אבל מהי הבעיה שמטרידה אתכם? על מה אתם רוצים לדבר

איתו?

אב: בעיות כלכליות, חסר לנו כסף כרגע.

כסף הוא לעתים קרובות אחת מהסיבות העיקריות לדאגות וחששות. אבל אתם יכולים לדבר איתו על כך ישירות מבלי שזה יהפוך לבעיה עבורו. הסבירו לו איך העולם מתנהל באמצעות כסף ומה מצבה של המשפחה כרגע.

"אין לנו הרבה כסף עכשיו, אבל תמיד אנחנו מסתדרים איכשהו. אבא עובד קשה, אני תומכת בו, ואנו עושים כמיטב יכולתנו להסתדר עם מה שיש. לכן אנחנו משתדלים שלא לבזבז כסף עכשיו. או במילים אחרות, איננו יכולים לקנות כרגע את מה שאנשים עם יותר כסף יכולים, אבל זה בסדר. כי תמיד אנחנו מסתדרים." דברו אליו כך, באופן מעשי, כדי שיוכל להבין. זוהי גישה עניינית וישירה, נכון?

אם: כן, כנראה דיברתי איתו יותר מדי על דברים שמדאיגים אותי. לפני כמה ימים היה לו סיוט בלילה לאחר ששמע כי ייתכן שניאלץ לעבור לבית קטן יותר, כדי שנוכל לשלוח אותו לבית ספר פרטי. נראה שהשיחה הזאת השאירה עליו רושם עמוק, מכיוון שבחלומי, נאלצנו לעזוב את הבית בחוסר כול.

זוהי דוגמה טובה. אני נזכר במשהו דומה שקרה לי. בזמן המיתון כשהייתי בן חמש או שש היינו במצוקה כלכלית. אבי נאלץ לעבוד בעבודה נוספת וקם מדי יום בארבע בבוקר כדי לאמן סוסי מרוץ. כשנודע לי מדוע נאלץ אבי לקום מוקדם כל כך, לקחתי את זה על עצמי. המצפון שלי לא נתן לי לישון ובאמצע הלילה מיהרתי בבהלה לחדר השינה של הורי וניערתי את אבי: "אבא, אבא, אתה לא צריך כבר לקום?"

לכולנו יש דאגות כספיות ומובן מאליו שאנו דנים בכך. אבל עדיף להימנע מלדבר עליהן בנוכחות הילדים.

אני חושבת שכל החרדות שלי, בנוגע לכסף או כל דבר אחר, נובעות מהפחד שמשוה ישתבש. אני חשה כאילו האהבה שלי קשורה בעבותות

לפחדים שלי. אני תמיד נכנסת ללחץ כשתום יוצא לשחק בחוץ מחשש שמשוהו יקרה לו.

כמבוגרים עלינו ללמוד איך להתמודד עם חרדות - איך לעמוד מול המצב כפי שהוא מבלי להיכנס ללחץ מיותר. זכרי: החרדות אינם העובדות בשטח.

לסיפור שסיפרתי מימי ילדותי, היה המשך בבגרותי... אשתי ג'ולי גססה מסרטן. בשלב מסוים, נודע לנו על קליניקה שנותנת טיפול דיאטטי מיוחד למצבים כאלה, וחשבנו שנוכל לקבל מהם עזרה. אבל אנחנו חיינו בלונדון והקליניקה הייתה במקסיקו. השקענו מאמץ אדיר לגייס כספים כדי להגיע לשם. קנינו כרטיסי טיסה ללוס אנג'לס ואחר כך לסאן דיאגו. ומכונית עם נהג הייתה אמורה לקחת אותנו משם למקסיקו. עשינו את כל ההכנות הדרושות. הגענו לשדה התעופה מוקדם יחסית וחיכינו בשער העלייה למטוס. לפתע גיליתי שהדרכונים עם הוויזה למקסיקו נעלמו. רצתי בטירוף חזרה לשער הכניסה ובדקתי את הרצפה לאורך כל הדרך - ללא הצלחה - ואז דהרתי חזרה לשער - בדיוק בזמן כדי לראות את דלתות המטוס נסגרות.

"עצרו!" זעקתי "אל תסגרו... אתם לא יכולים לעשות לנו את זה!" גייסתי מתוכי את כל הסמכות האפשרית ופקדתי "פיתחו את הדלת! היא חייבת להיכנס!"

"אי אפשר אדוני", הם אמרו. "מאוחר מדי."
וג'ולי, שהייתה רגועה לחלוטין, אמרה: "כל סוסי המרוץ הלכו במכה." וזו הייתה האמת לאמיתה.

התמוטטתי על הרצפה. כן. זו האמת. כל סוסי המרוץ מתו בבת אחת. דחפתי ככל שיכולתי. עשיתי את כל מה שהיה בכוחי לעשות ועכשיו הייתי צריך 'למות', לוותר על הכול בבת אחת, ומייד.

על אף שכולנו משתדלים כמיטב יכולתנו, עלינו להשלים עם העובדה שבסופו של דבר אהובי לבנו נלקחים מאיתנו, והחיים בחוכמתם סוגרים את הדלת.

סבא : אנחנו משתדלים לשמור על תמימותם של הילדים ככל האפשר, להגן עליהם מעולם המבוגרים ; וכמובן שמעורבים בכך גם אינטרסים אישיים, מכיוון שאנו נהנים מהתמימות שלהם... אני נהנה לשחק ביכאילוי עם נכדיי... אני חושב שהילדים מעוררים בנו זיכרונות מילדותנו אנו, מהשנים בהן היינו משוחררים מדאגות ויכולנו להאמין לכל דבר, כמו למשל סנטה קלאוס...

ובכן, כפי שאני רואה את הדברים, כמובן שעל הילד לדעת מלכתחילה שאין סנטה קלאוס וסבא כריסמס לא יורד בארובה. זהו פשוט סיפור. סבא כריסמס אינו אמיתי.

אז איך אתה מסביר את זה לילד מבלי להשבית את השמחה?

הייתי אומר לו: "סנטה קלאוס אינו אמיתי כמו שהירח אינו עשוי מגבינה צהובה, ולמרות שאנשים נהנים להעמיד פנים שהוא קיים, הם יודעים שהוא לא באמת קיים. זה פשוט בשביל הכיף." אמרו לילדים את האמת כבר מהתחלה.

"הרעיון שעומד מאחורי סבא כריסמס נובע מהעובדה הבסיסית שמרבית האנשים בימינו כבר אינם זוכרים אותה. מדי יום ביומו אנו מקבלים שפע עצום של מתנות: האוכל שאנו אוכלים, האוויר שאנו נושמים, הבית החם והנעים שלנו. אבל מכיוון שאנו לוקחים את כל זה כמובן מאליו ושוכחים שאלו מתנות, פעם בשנה אנו מכניסים את הכול לצרור אחד וקוראים לזה כריסמס; מאגדים את כל המתנות הללו לדמות מרגשת אחת: סבא כריסמס שמביא את המתנות בשק שלו. מובן שזו אינה האמת. זה פשוט סיפור. אבל הפלא בכל המתנות שאנו מקבלים - יופיים של החיים ושל כל היצורים הקטנים והגדולים וציוץ הציפורים בגן - הוא ללא ספק אמיתי."

אני טוען ששום דבר לא יקרה לילדך אם תגלה לו שאין סנטה קלאוס. אבל אתה בהחלט תגרום נזק אם תשקר לו; מכיוון שיום אחד הוא יופתע לגלות - כפי שקרה גם לי בילדותי - שהאיש הזה אינו קיים.

וכפי שאתה עצמך אמרת, הילד התמים מאמין לכל דבר. אבל מה אתה חושב שקורה כאשר אתה מגלה לו יום אחד שאין כזה דבר סנטה קלאוס, לאחר שהוא האמין בזאת שנים? שזה בעצם לא 'על אמת'. הרצפה נשמטת מתחת לרגליו. זוהי בגידה. אבל אנשים חושבים שזה בסדר מכיוון שהם בוגדים ונבגדים כל הזמן. הם בוגדים באהבה ובכל דבר אחר, כאשר הם אינם חיים ומקיימים את הדברים שהם מדברים עליהם.

הילד צובר במהירות מטענים רגשיים, אבל עדיין מאמין בתמימותו לכל דבר. והאנשים שאוהבים לטפח את הסיפורים והאמונות האלו אומרים: "נו באמת, זה לא נורא לספר לילד שסנטה קלאוס קיים!" אבל אני טוען שזה בהחלט נורא לגרום לילד להאמין בסנטה קלאוס, ואז פתאום לומר לו שבעצם זה רק סיפור. זהו עוול אמיתי.

(מתוך הפרק 'לתת מעצמך')

האגוצנטריות המתפתחת בילדים (בין הגילאים ארבע לשבע בערך) גורמת להם לעתים להתעלם מאחרים ולהתכנס בעולמם הפרטי. אבל אפשר לעזור להם להתגבר על הנטייה לסגת לתוך עצמם באמצעות המחשה יומיומית של נתינה ושמחת חיים.

למשל: ילד קטן משחק עם עצמו בבית בשעה שמישהו בא לבקר את ההורים. האורח שנכנס הביתה פונה אל הילד ואומר לו שלום. אין תגובה. הילד מתעלם, אינו מגיב ואינו עונה. מאוחר יותר כשמתאים לו, והמבוגרים שקועים בשיחה, הילד עובר לידם ומפגין בניד ראש או בסימן מינימלי אחר שהוא מבחין באורח. התנהלות כזו אינה מקובלת. ואם הילד יחזור על כך שוב ושוב זה יהפוך להרגל; זה יהפוך לעוד אלמנט באישיותו שיגרום לו בעיות בעתיד, ויתגלה בחיי האהבה שלו, בעבודתו ובספקות העצמיים שיציקו לו באמצע הלילה. ולמרות שכעת אנשים משלימים עם ההתעלמות המזלזלת הזו, בכגרותם הם יתרחקו ממנו. הוא מצדו יפרש את הניתוק הזה כבדידות; הוא יסבול מדיכאונות ויאלץ לסגל לעצמו העמדת פנים

שאינה טבעו האמיתי כלל וכלל, אלא מנגנון הגנה שמוכן להכות בכל רגע או להיות נרגן דרך קבע.

כמובן שישנם ילדים שמטבעם מופנמים יותר, אבל עדיין, כדאי מאוד לעודד ילד שנסוג דרך קבע לתוך עצמו להיפתח ולהעניק מעצמו - ולו רק משום שהוא מצפה שאחרים ינהגו כך כלפיו. את ההדרכה הנכונה אתה יכול לתת רק כאשר הילד פתוח וקשוב. אבל לאחר שהבהרת את עצמך, אסור לך לוותר. ואם הוא ממשיך להתעלם מאנשים ואינו מקדם את פניהם בברכה, עליך להמשיך להזכיר לו לומר שלום. אבל בלי כעס. נסה תמיד לעודד אותו בקלילות ולהפוך זאת למשחק.

"בוא נשחק ב'קבלת פנים'. המשחק הוא שבכל פעם שמישהו נכנס הביתה אנחנו נחייך ונאמר לו שלום."
 "לא. לא רוצה."

"בסדר. אבל עכשיו אני חייב לשאול אותך אם גם אתה היית רוצה שאנשים שנכנסים הביתה יתעלמו ממך ולא ידברו איתך? הרי זה ברור שאם אתה לא רוצה לדבר איתם, גם הם לא ירצו לדבר איתך. ומה אם זה מישהו שנעים לך להיות איתו? אתה מבין, הרי אינך רוצה שאותו אדם יתעלם ממך - זה בטוח לא ימצא חן בעיניך, נכון? לכן עליך להיפתח לאחרים. אז קדימה, בוא נתרגל את זה עכשיו. אני אצא החוצה ואחזור פנימה ואתה תוכל לומר שלום ולהתייחס אליי, להעניק לי משהו מעצמך..."

לפעמים זו אשמתם של המבוגרים שמוותרים לילד. למשל, באירועים חברתיים הם יתייחסו ל'ביישנות' שלו כאילו הייתה תכונת אופי אטרקטיבית ויחייכו זה לזה בהסכמה שזה חמוד. כך הם שוללים מהילד את האפשרות להתפתח כיאות. אין מה לשבח אותו על שהוא מתכנס בתוך עצמו, צריך להסביר לו שזה לא לעניין.

ההתנהלות החברתית של המבוגרים עשויה לכלכל את הילדים, אבל עליהם ללמוד איך להתמודד עם המצבים האלה; בדיוק כפי שבשלב מסוים עליהם לעבור משימוש בכפית לשימוש בסכין ומזלג. למשל, לחיצת ידיים כברכת שלום אינה טבעית לילד, וכאשר הוא עומד מול אדם המושיט לו את ידו הוא עלול לסגת במבוכה. זוהי

הזדמנות לקחת אותו הצדה (ברגע המתאים כמובן) כדי להסביר לו מדוע אנו לוחצים ידיים. וזה סיפור מרתק.

“אתה יודע מדוע אנשים לוחצים ידיים? מכיוון שבימי קדם, כאשר אנשים חגרו חרבות, זו הייתה הדרך הפשוטה והמהירה לומר ‘שלום’, אין לי כוונות רעות. החרב שלי נמצאת בנדנה וידי הריקה מושטת אליך. אני מברך אותך לשלום ואני נפתח לקראתך.’ מכאן באה לחיצת היד. ולמרות שבימינו זה הפך להרגל, המשמעות האמיתית, שאני נפתח אליך כדי לפגוש אותך, עדיין טמונה שם. אז כדאי לזכור זאת ולא להושיט את היד סתם מתוך הרגל, אלא להפוך את המחווה הזו לאמיתית בכך שתיפתח לאדם שאותו אתה פוגש.”
לעודד את הילד להיפתח ולתת מעצמו זוהי אחת מהמתנות הנפלאות ביותר שהורה יכול להעניק לילדו.

*

אב: מה בנוגע לדמי כיס לילדים? בנונו בן שבע ואנו קונים לו את רוב הדברים שהוא רוצה, אבל לאחרונה התחלנו גם לתת לו דמי כיס בכל יום שבת. איך אפשר ללמד את הילדים להתנהל עם כסף?

כשמגיע הזמן לתת להם דמי כיס, שזה בערך בגיל הזה, הייתי משוחח עם הילד ומסביר לו:

“אימא ואני חושבים שאתה כבר בוגר מספיק שיהיה לך כסף משלך. ואנו רוצים לתת לך סכום כסף כלשהו בכל שבת. מה דעתך?”
“כן, בבקשה! זה יהיה אדיר.”

“טוב. אבל עליך להבין שיחד עם הכסף אתה מקבל אחריות. אתה יכול להשתמש בכסף כדי לקנות דברים קטנים או ממתקים שאתה רוצה. אבל כשזה ייגמר, אל תבוא ותבקש עוד. כלומר עליך לדעת איך לכלכל את מעשיך בתבונה. כמובן שלקניות הגדולות יותר כמו בגדים וצעצועים יקרים, אנחנו עדיין אחראיים. אז החל מהשבת הזאת תקבל עשרה שקלים בשבוע, ויהיה עליך להסתדר עם זה עד השבת הבאה. ובלי להלוות!”

אינני יודע עד כמה עשרה שקלים מספיקים לילד בימינו, אבל אני מציע שכאשר יגיע הזמן להעלות את דמי הכיס לעשרים שקל, תאמר לילד: "מעכשיו אתה צריך לקחת יותר אחריות. החל משבוע הבא נעלה את דמי הכיס שלך לעשרים שקל. אבל זכור להשתמש בכסף בתבונה. ובשבועות הראשונים, הייתי שמח אם תבוא ותאמר לי על מה אתה מתכנן להוציא אותו. האם זה בסדר מבחינתך?"

כך אתה שומר על ערוץ תקשורת פתוח בינך לבין הילד, ובעת ובעונה אחת מכין אותו להיות אחראי למעשיו בעולם.

בגיל ההתבגרות, כאשר הצורך בכסף יבטא למעשה את הצורך בעצמאות, על ההורה לדעת שבנו או בתו באמת נוהגים באחריות עם הכסף שניתן להם. לעתים קרובות בני נוער מבקשים כסף בשעה שלמעשה הם אמורים לבקש עצה. ולכן חשוב שתדע על מה הם מתכננים להוציא את הכסף.

כאשר אתה נותן למתבגרים כסף מבלי שיתנו דין וחשבון על כך, סביר להניח שהם יבזבזו אותו או ישתמשו בו לרעה על חשבונך. ייתכן שאפילו ישקרו לך כדי לקבל את מבוקשם. זה לפחות מה שבדרך כלל קורה, מכיוון שבחברה האנוכית ונטולת האהבה שלנו, כולם רוצים עצמאות מבלי לקחת אחריות.

במוקדם או במאוחר ייקלע הצעיר למצב שבו הכסף, או חסרונו, יכניס אותו לקונפליקט. ייתכן שלא היה זהיר ובזבז את הכסף שחסך; או שהוא רוצה משהו שאינו יכול להרשות לעצמו ואתה אינך מוכן לשלם את החשבון. מה שלא יהיה, זוהי הזדמנות להכניס את המשמעות והחשיבות של הכסף לקונטקסט שונה.

"בני, העולם ינסה ללמד אותך שכסף הוא הדבר החשוב ביותר; זה מה שכולם מדברים עליו. הכסף מאפשר לנו לבלות וליהנות בעולם. אבל אנחנו מנסים להיות נאמנים לחיים ממשיים יותר, פנימיים יותר; למקום שבו הכסף הוא משני והאהבה וההרמוניה הן הדבר הראשון במעלה. נכון שעלינו להשלים עם דרכו של העולם וכל מה שהוא מלמד אותנו, ונכון שבעולם הכסף הוא הדבר החשוב ביותר; אבל בבית הזה האהבה קודמת לכסף. כאשר אנשים שמים את הכסף במקום הראשון, הכסף הופך לאהבה שלהם ואז הם מתחילים לסבול.

"נכון שהכסף חשוב ואנו בהחלט זקוקים לו, אבל הוא אינו חשוב כמו אהבה. זאת מכיוון שהאהבה חיונית לנו בשעה שהכסף רק נחוץ לנו.

"אסביר לך את ההבדל שבין נחוץ וחיוני. 'נחוץ' משמעו שאנחנו צריכים לנקוט בפעולה. הכסף לא יגיע אליך מבלי שאתה או מישהו אחר ירוויח אותו בפעולה כלשהי. אינך יכול לדעת כמה כסף יש לך מבלי שתספור אותו - וזוהי פעולה. אינך יכול לקנות דבר מבלי שתשלם - שוב פעולה. הכסף הוא הדלק שנחוץ לפעילותו של העולם. אבל אהבה איננה פעולה. אנו יודעים אהבה כאשר אנו דוממים, כאשר אנו בהרמוניה עם הציפורים והעצים. אהבה היא מצב פנימי שבו אנו אחד עם מה שאנו מכנים אלוהים או חיים. מצב בו אנו במגע עם המתקיות והטוב שבנו. במילים אחרות האהבה היא החיוניות שלנו.

"כסף ואהבה: כאשר הכסף הופך לאהבה שלנו ואנו מאבדים אותו אנו חשים מועקה כבדה. אבל זו לא באמת אהבה. מועקה באה והולכת, כמו שאר הדברים שבאים כאשר הם 'נחוצים' והולכים לאחור מכן. הרי אם היית מקבל לפתע סכום כסף גדול מייד הייתה המועקה נעלמת. לכן מועקה אינה אמת, בעוד שהאהבה, או האמת, נוכחת בתוכנו תמיד, חיונית תמיד, אפילו כאשר אינך נמצא עימה במגע. זה מה שהופך אותה לממשית.

"כל הדברים הנחוצים יכולים להילקח ממך - כסף, ביתך, אפילו העולם כולו - ולמרות זאת יש בכוחך לחוש את החיוניות בגופך, כי כאשר נלקח מה שנחוץ אנו נותרים עם ה'חיוני', עם תחושה או הוויה של אהבה.

"כאשר אתה הולך לישון אתה מאבד מגע עם העולם. אתה מרפה מה'נחוץ' ומחליק חזרה ל'חיוני'. ובבוקר שלמחרת אתה מתעורר ואומר "אהה, ישנתי כל כך טוב." זאת מכיוון ששינה עמוקה היא חיונית לנו; איננו יכולים לחיות בלעדיה.

"אתה יודע... זה גם מה שקורה לנו כשאנו מתים, אנו מחליקים חזרה לעולם החיוני. רק שהפעם זה לתמיד, ואנו משאירים את כל מה שנחוץ מאחורינו. לכן אתה שומע אנשים אומרים: "לא משנה עד

כמה אתה עשיר, תמיד האהבה עדיפה מכסף, מכיוון שאינך יכול לקחת איתך את כספך כשאתה מת."

(מתוך הפרק 'השפעותיו של העולם')

אב : מאז שמיכאל בנו נולד אין לנו טלוויזיה בבית. חשנו שהוא צריך ללמוד מהתנסויות ממשיות ולא מהמציאות הווירטואלית של הטלוויזיה ; למרות שהקרובים המודאגים שלנו בטוחים שאנו שוללים ממנו משהו חשוב ביותר. אבל כעת כשהוא כבר הולך לבית הספר, הוא נחשף ללחץ החברתי של בני גילו עד כדי כך, שבמקום לומר שאין לו טלוויזיה בבית הוא מתחיל להמציא תירוצים על שפספס תכנית זו או אחרת. ולמרות שהרבה ממשחקי הילדים מבוססים על תרבות הטלוויזיה, זה לא עוצר מבעדו להצטרף אליהם.

עד כה חשת שאין מקום לטלוויזיה בגידול הילד שלך, ובצדק. אבל כעת נראה שנוצר אצלו מתח הדוחף אותו לשקר במקום להודות שאין לו טלוויזיה. עליך לבחון את העניין בקפידה ; האם אתה רוצה שהמתח הזה יצטבר בתוכו ?

עד עתה הוא היה מאוד מרוצה ושמח בחלקו ללא טלוויזיה.

זוהי אמירה שצריך לבדוק אותה. אל תשכח שעד כה לא הייתה לו אלטרנטיבה. אנחנו לא יודעים אם הוא לא היה מרוצה ושמח בחלקו גם עם טלוויזיה.

כן, לפעמים אני חושב שהוא היה שמח לצפות בסרטים מעניינים על טבע וחיות או בתכניות איכותיות, אבל יש לו הרבה ספרים והוא נוטל חלק כמעט בכל דבר שאנו עושים. אנו בוחנים את המצב ודוחים את הקץ ככל האפשר, אבל אנו מודעים לכך שהטלוויזיה הפכה לחלק מהחיים של כולם ותמיד יש לחץ ללכת בתלם. לכשיגיע הרגע, נקנה טלוויזיה, אבל נגביל את הצפייה שלו.

כן, נראה לי שהזמן הזה מתקרב, ובהחלט אפשר להגביל את הצפייה ולבחור בתכניות מתאימות.

אני נזכר במשהו שהמחיש לנו איך מסרים משחיתים עוברים דרך המדיה מבלי שנרגיש. למרות שאין לנו טלוויזיה אנו מקשיבים לרדיו. ערב אחד, לאחר הארוחה, מצאנו את עצמנו מקשיבים לאחת מאותן אופרות סבון פופולאריות שאינן נגמרות לעולם. לאחר זמן מה קמתי וסגרתי את הרדיו. ואז מיכאל שאל: "למה הם כל הזמן מתווכחים וצועקים?"

שאלה טובה! והיא מראה שהבית שלו הוא בית של הרמוניה ולא של מריבות.

ובכן, מיכאל הצעיר, התשובה היא זו: הם מתווכחים כדי לוודא שתדע איך לאמלל את עצמך ואת האחרים מסביבך. אופרות הסבון מספקות בידור המוני והן משקפות את הדרך שבה האנשים בחברה שלנו חיים - דרך של מריבות וקונפליקטים. החברה שלנו משתמשת בקונפליקטים האלה כדי לספק בידור ודרמה לאנשים. ומכיוון שקונפליקטים מוצגים במדיה כבידור, ילדינו מחקים את הדפוסים האלה; הם לומדים לריב ולהתווכח ובכך לאמלל את עצמם.

*

אם: בני הקטן רוצה לשחק בצעצועים אלקטרוניים ומשחקי מחשב, ואני יודעת שזה מזיק לו. האם עליי למנוע זאת ממנו? פשוט לומר לא?

האם את יכולה פשוט לומר לא? האם את יכולה להיות החלטית כל כך בחברה שהופכת ליותר ויותר מנטאלית ואלקטרונית? אם תמנעי מהילד טלוויזיה ומשחקים אלקטרוניים תעוררי אצלו התנגדות. עדיף לנקוט בגישה מאוזנת. הרשי לו במידה, בלי להגזים. הניחי לו לחוות זאת אבל הגבילי אותו ככל שניתן. את זו שצריכה להחליט על המינון המתאים, וזה תלוי בנטיית של הילד ובקצב ההתפתחות שלו. קחי

בחשבון שאינך יכולה לבודד את הילד לזמן רב מדברים שילדים אחרים נחשפים אליהם ללא הגבלה, מכיוון שהוא מתרועע איתם. את אומרת שבנך רוצה לשחק במשחקים האלה וזה המצב - הילדים בעידננו המודרני נמשכים לזה יותר ויותר. אבל כאימו של הילד את גם רוצה שהוא יחווה את אמת החיים, על פי הבנתך; ולכן אינך מעוניינת להיענות לכל רצונותיו. הניחי לו לשחק במשחקים, אבל הגבילי אותו. וכמובן עלייך להסביר לו מדוע זה מספיק לעכשיו.

ההתפתחות הטכנולוגית המואצת מעידה על כך שהגזע האנושי מאיץ ועוזב את האדמה; תהליך שילך ויגבר בשנים הבאות. אנו הופכים ליצורים יותר ויותר מנטאליים ופחות ופחות פיזיים. לכן הייתי מדבר אל הילד כך:

"הגזע האנושי מאבד בהדרגה את המגע שלו עם האדמה. לפני מאה שנים היית צריך לצאת לחצר ולחלוב את הפרה כדי לקבל את החלב שלך. היום אם נשאל 'מאיפה מגיע החלב?' מרבית הילדים יענו שהוא מגיע מהמקרר (על פי דיווח עיתונאי שקראתי). הדבר הקרוב ביותר לפרה שילדים פוגשים הוא הפרה בטלוויזיה, וסביר להניח שזו פרה מצוירת שיודעת לדבר.

"אתה רואה? אנו מאמצים לעצמנו תמונת עולם שהיא יותר ויותר מנטאלית, במקום לנשום אוויר נקי ולגעת באדמה. כשהייתי צעיר לא היו טלוויזיות ולא מחשבים והיום העולם גדוש בהם. לפני מאה שנה היו הרבה יותר עצים; אבל מרבית העצים האלה נכרתו. לפני מאתיים שנה מרבית האנשים חיו בכפרים מכיוון שהיו מעט ערים. ולפני אלפיים שנה כמעט כולם היו ציידים או חקלאים שחיו במגע הדוק מאוד עם הטבע.

"כך בהדרגה אנו מתרחקים מהאדמה, אבל לאחרונה התהליך הזה קיבל תאוצה מסחררת. רק לפני זמן קצר נחת האדם הראשון על הירח ועכשיו, אתה בטח יודע שאסטרונאוטים טסים לעתים תכופות לתחנות חלל המקיפות את האדמה. הקידמה דוחפת אותנו אל החלל, הרחק הרחק מהאדמה, מהעצים ומהפרות.

"וככל שאתה ובני דורך תרבו לשחק במשחקי מחשב וצעצועים אלקטרוניים מעשה ידי אדם, כך תאבדו יותר ויותר מגע עם האדמה

והטבע. נכון שיש מקום בעולם הזה לאלקטרוניקה ולשאר תוצריו של האדם, לא ניתן לעצור את הקידמה. אבל חשוב לדעת להבחין בין יצירי הטבע לבין יצירת האדם; האם אתה מבחין בהבדל?

“אנחנו כאן כדי ליהנות מחיינו על פני האדמה. משחקי המחשב שלך מעניקים לך סיפוק מנטאלי, אבל הטבע מאפשר לך ליהנות מחוויות ממשיות יותר. אז למה לא לנסות?”

זה מה שהייתי אומר לילד, ואז הייתי יוצא איתו לטיול - לוקח אותו לשדות ומלמד אותו לשאוף עמוק לתוכו את ריחה של האדמה. הולך איתו לרפת קטנה בכפר כדי להראות לו איך חולבים פרות; שיוכל לראות את העטין ולגעת בו, להריח את החלב החם ולהצמיד את לחיו לעורה הגמיש והחי של הפרה.

(מתוך הפרק 'המיניות המתעוררת')

אם: בתי בת האחת עשרה מתחילה להימשך לבנים. המורה שלה בבית הספר אומרת שהיא ילדה נבונה ומוכשרת, אבל לאחרונה דעתה מוסחת מהלימודים בשל כך.

ומה הילדה חושבת? דיברת איתה על כך? לא? אז מצאי את הרגע הנכון. למשל, כאשר היא מדברת על אחד הנערים מבית הספר זו הזדמנות טובה לברר מה היא חשה.

עד עכשיו היא התייחסה לכולם כחברים, בנים ובנות. אבל בזמן האחרון פתאום קרה משהו; היא רבה עם אחד הבנים וכעת הם לא מדברים זה עם זה.

זה קורה להרבה בנות בגיל הזה, הלא כן? “אוף, אני שונאת אותו.” זה חלק מגיל ההתבגרות וכדאי לגלות אמפיתיה ולומר משהו כמו, “כן, אני מבינה... נמאס לך ממנו” כדי לפתוח את הדלת לדיאלוג רציני יותר בבוא הזמן.

טבעי שזה יסיח את דעתה מהלימודים, ואינך יכולה לעשות דבר בעניין מלבד להמשיך לשוחח איתה. עודדי אותה לסמוך עלייך. היא

צריכה לדעת שאת מסוגלת להקשיב לדבריה מבלי לנסות לחנך או להדריך אותה (עד שהרגע הנכון יגיע). אל תנהלי דיאלוג של אם ובת, שבו הסמכות בידך, אלא שיחה נעימה כמו בין שתי חברות. "אני רוצה לספר לך משהו. כשהייתי בגילך, נדלקתי לגמרי על נער אחד. אני לא זוכרת את שמו עכשיו, אבל הוא היה קצת יותר מבוגר ממני והוא גר במורד הרחוב..."

האם היא צריכה לעבור דרך כל מה שאני עברתי? ההתנסויות המיניות המביכות, שברונות הלב והדיכאונות? אני מבינה שזה חלק מתהליך ההתבגרות, אבל מה אני יכולה לעשות כדי לעזור לה?

היא חייבת להתנסות, אבל את בהחלט יכולה לעזור לה אם תהיי פתוחה איתה ותעני בכנות לשאלותיה על אהבה ומיניות. תקשורת גלויה עם האם חשובה ביותר לילדה בגילה - בעצם חשובה לשייך. שוחחי איתה גלויות על אהבה וזוגיות כדי שתוכל תמיד לבוא אלייך או לאביה לברר אם הדברים שהיא שומעת מחברותיה נכונים. עליה לדעת שהיא יכולה לבטוח בך וביכולתך להדריך אותה בנבכי האהבה מתוך ניסיוןך האישי.

נצלי כל הזדמנות אפשרית; למשל כשהשדיים שלה מתחילים לצמוח היא עשויה לומר משהו על כך; ואפילו אם לא תאמר דבר, משהו בהתנהגותה יראה שהיא מתחילה להיות מודעת לשדיה. נצלי את ההזדמנות הזאת להסביר לה על תהליך ההתבגרות כולו. אמרי לה שהאנרגיה המינית מתחילה להתעורר בתוכה ולמרות שאלו רק הניצנים הראשונים, הם מעידים על כך שהיא הופכת לאישה שיכולה להביא תינוקות לעולם, וכמובן שיש צורך בשדיים ובפטמות כדי להניק אותם.

חשוב גם לדבר איתה על הווסת עוד לפני המחזור הראשון, להסביר מה קורה בעת המחזור ומהי משמעותו. אני מניח שהיא כבר יודעת שתינוקות יוצאים מהרחם ואיך הם הגיעו לשם. אבל עלייך לוודא שהיא שומעת את הדברים כראוי ממך ולא רק מחברותיה בבית הספר. תארי בפניה את העובדות הביולוגיות: איך בתקופת המחזור הרחם משיל את הרירית שהתעבתה בתוכו, מכיוון שללא

הפריה היא כבר אינה נחוצה. אבל כשאישה נכנסת להריון נפסק המחזור, משום שאז הרירית ברחם מתפתחת לשלייה שתזין את התינוק. תני לה את העובדות המדעיות, אבל קשרי אותן תמיד לחיי היומיום. למשל, ספרי לה על השינויים שחווית בגופך כנערה ושאת חווה היום כאישה בוגרת.

וכעת, כאשר היא מגלה עניין בבנים, ספרי לה על המשיכה שבין גבר לאישה ועל הדחף של הגבר להחדיר את איברו לתוך האישה. "הדחף המיני קיים בכל המינים. זהו דחף טבעי שחיוני לחיים על פני האדמה. אצל החיות הדחף המיני הוא אינסטינקטיבי, וגם אצלנו הוא אינסטינקט. הדחף שלנו להזדווג ולהתרבות הוא עיוור ואצל הגבר הוא מתבטא ברצון להיכנס לגוף האישה ולזרוע את זרעו כדי להוליד ילדים.

"אבל הגבר והאישה אינם כמו שאר החיות שפשוט חייבות להתרבות. אמנם גם אנחנו חיות, אבל איננו פועלים אך ורק מתוך אינסטינקט חייטי. יש לנו את היכולת לבחון את עצמנו ולהיות מודעים לעצמנו. ובמשיכה שלנו זה לזו מעורבים שיקולים רבים אחרים מלבד הצורך לפרות ולרבות.

"כגבר ואישה גילינו בתוכנו יחדיו את היכולת, או ליתר דיוק, את העוצמה לאהוב. הדחף המיני לבדו אינו עושה אהבה. לשם כך נדרשת איכות נוספת של ידיעה או נוכחות של אהבה. ולגבר ולאישה יש את היכולת להפרות את הדחף המיני באהבה, כלומר איננו מזדווגים רק מתוך דחף מיני או על מנת לעשות ילדים.

"כמובן שהדחף להתרבות חזק ביותר בתוכנו, וכאשר אנו עושים אהבה תמיד קיימת אפשרות להיכנס להריון. אבל בתקופתנו יש אמצעי מניעה שבמרבית המקרים מגנים עלינו מהריון בלתי רצוי (וגם ממחלות המועברות באמצעות מגע מיני). אך הם בהחלט אינם מגנים עלינו מהאובססיה לסקס; ויתרה מזו, הם אפילו מגבירים את הסיכוי שנבלבל בין סקס לאהבה. לכן חשוב שתתחילי לדעת את הדברים האלה. כי כשתבגרי ותהפכי לאישה, זה ממש חשוב שתדעי להבחין בין סקס לאהבה ותמצאי לך אהבה של ממש."

כך את יכולה להתחיל להראות לבתך את ההבדל שבין אהבה לסקס. בקשי ממנה שתיעזר בכך בכל פעם שהיא מתבלבלת. המשיכי

לשוחח איתה על התנסויותיה. ואם את עצמך מיישמת בחייך את כל מה שאת אומרת לה, לא תתקשי להמחיש לה היכן נגמרת האהבה ומתחיל הסקס; ואיך כגבר ואישה קיימת בנו היכולת המודעת, או העוצמה, לאחד את הדחף המיני עם אהבה. התנסותך האישית תמיד תסייע לך להמחיש לילדה את הדברים האלה.

“את רואה עד כמה חשוב להיזהר שלא בלבבל בין אהבה לדחף מיני? המין הוא הדחף להזדווג. הוא דוחק ומרגש, וכפי שאת כבר יודעת, הנפילה לאחר הריגוש היא בלתי נמנעת. באהבה אין שום דבר דוחק ודוחף; יש רק תשוקה ומתיקות חושנית. לכן עדיף שלא להרשות לגבר להחדיר את אברו לתוכך ללא אהבה.”

(מתוך הפרק 'הידע האלוהי')

לעולם אל תלמד את הילד להאמין באלוהים. כי להאמין בכל דבר שהוא זוהי אווילות. לא משנה במה אתה מאמין - תמיד תמצא מישהו שלא מאמין בזה. ואז יש לך עם מי להתווכח, ולפעמים גם להילחם. אחד מאיתנו מאמין באיסלאם והאחר בנצרות. שתי האמונות מתנגשות זו בזו ועד מהרה יש לנו מלחמה. אינני מאמין באיסלאם. אבל אני אומר שאני יודע את המהות של האיסלאם, שהיא אהבת האל או עבודת האל, כפי שמוחמד הטיף לה. אינני מאמין בישוע הנוצרי. אבל תמצית הנצרות היא: ואהבת את אדוני אלוהיך בכל לבבך, בכל גופך ובכל מאודך; ואכן אני אוהב את אדוני אלוהי בכל לבי, בכל גופי ובכל מאודי. התמצית של כל הדתות היא אהבת אלוהים, או החיים במלואם. ובנוגע למערכות האמונות שהדתות דוגלות בהן, אשר נובעות מתוך ידע חלקי של החיים - עדיף רק לדעת עליהן, אם אתה חייב. אבל בשם אלוהים, אל תתחיל להאמין בהן. אינני מאמין בדבר. מדוע שאאמין באלוהים כאשר אני יודע אותו?

כל הדתות תלויות באמונות. כאשר אתה מאמין במשהו, קל לתמרן אותך ולגרום לך לדמיין שהחיים אינם מה שהם. זהו טיבן של אמונות. והעולם מלא בהן. למשל, כולם מאמינים (או רוצים להאמין) שהם מתקדמים לקראת משהו. המדענים מאמינים בקידמה.

מרבית הנוצרים מאמינים שהם הולכים לגן עדן או לגיהנום. אבל האמת היא שכולם הולכים למות, ואיש מאיתנו אינו הולך לשום מקום.

הטריק שהדתות משתמשות בו הוא לנטוע בילדים סט של אמונות. אבל אני מלמד אתכם להציג בפני הילד את העובדות כפי שהן, עכשיו בחיים האלה, ואז אין כל צורך באמונות.

הרי אתה מכיר את עצמך, את התבונה שאתה. אז דבר אל אותה התבונה שבילד. כשאתה קולט את האמת שמאחורי דבר מסוים, אתה יודע בוודאות וללא צל של ספק שזה נכון. והידיעה הפנימית הזאת מספיקה; אין צורך יותר להאמין במשהו או במישהו אחר. וילדיך הם בדיוק כמוך.

אם שמעת אמת בדבריי (אמת שהמחשתי באמצעות עובדות החיים) אינך צריך להאמין למה שאני אומר. אתה פשוט שומע את האמת וחי אותה. אין צורך באמונה; וזה ברור לחלוטין שזו אינה האמת של בארי לונג, אלא שלך. וכאשר אתה מיישם את האמת הזאת, בדרכך שלך, אתה ממחיש אותה לילדיך דרך אורח חייך וניסיוןך האישי; אתה מראה להם בדרך מעשית ונבונה איך לחיות חיים רוחניים בעולם הזה. והדוגמה האישית שאתה נותן בחיי היומיום היא הלימוד שלהם. יחד עם זאת, כמובן, הם ממשיכים לקבל את הדרכת העולם באמצעות דתות כאלה או אחרות. ומורים ואנשי דת למיניהם מלמדים אותם שהחיים הרוחניים הם משהו נפרד לחלוטין מחיי היומיום שלהם, ודוחפים למוחם הצעיר דוקטרינות דמיוניות, מבלבלות וחסרות שחר.

הדתות אינן מתייחסות באופן פרקטי לדברים החשובים בחיי היומיום של האנשים, כמו למשל איך להתמודד עם ילד תובעני, או איך לעשות אהבה מבלי לאמלל ולייסר זה את זה. אנו כולנו אנשים רגילים. ישוע ובודהא היו אנשים רגילים. אני חי כאן בעולמנו - במקום בו גברים ונשים עושים אהבה, מגדלים ילדים ומתייסרים. זהו המקום בו אני חי ועובד, מכיוון שאני אדם רגיל.