

به سربازان اسرائیلی که به خودکشی فکر می‌کنند

شما فراتر از رستگاری نیستید. همین که این کلمات را می‌خوانید و احساسی را که دارید حس می‌کنید، اثبات می‌کند که روحتان هنوز زنده است — و دارد فریاد می‌زند که شفا پیدا کند.

من اینجا نیستم تا چیزی را که در غزه رخ داده توجیه کنم. می‌نویسم چون یادداشت‌های خودکشی برخی از همزمانان را خوانده‌ام. تقریباً همه‌شان یک چیز را می‌گویند: «فهمیدم قادر به کارهایی هستم که فکر نمی‌کردم یک انسان بتواند انجام دهد». این یعنی هنوز روح انسانی در آنها باقی مانده بود. و این یعنی شما هم فراتر از رستگاری نیستید. آنها با حقیقت در آغوش مردند. شما می‌توانید آن قدر زنده بمانید که آن را به زبان بیاورید.

در جهان یهود، یک جمله بیش از تقریباً هر جمله دیگری تکرار می‌شود:

«هرگز، هرگز هیچ ناامیدی‌ای در جهان وجود ندارد.»

(لیکوتی موهارن، بخش دوم، درس ۷۸)

حتی بعد از بدترین گناه قابل تصور.

پادشاه داوود قتل یک سرباز وفادار را ترتیب داد تا با همسرش ازدواج کند — اما وقتی با توبه گریست، جدّ مسیحا شد. پادشاه منسی اورشلیم را از خون بی‌گناهان پر کرد — اما وقتی در زندان توبه کرد، دروازه‌های توبه به رویش گشوده شد. تنها چیزی که واقعاً این دروازه‌ها را می‌بندد، عملی است که پیش از پایان سفر، شما را از جهان بیرون می‌کند.

زندگی و مرگ، برکت و لعنت را پیش رویت نهادم — پس زندگی را برگزین.

(تورات، تثنیه ۳۰:۱۹)

هاشم منتظر مرگ تو نیست. هاشم منتظر بازگشت توست. امشب خودت را خاموش نکن و یک پیروزی دیگر به ماشین جنگ تقدیم نکن.

پنج گام توبه (بازگشت)

سنت یهودی می‌آموزد که توبه واقعی — بازگشت — پنج گام دارد. هر گام دشوار است. هر گام راهی است برای دوباره انتخاب زندگی.

1. شناخت گناه. دردی که اکنون تو را در هم می‌شکند — آن وضوح غیرقابل تحمل — همین گام نخست است.
2. پشیمانی. اشک‌هایی که سعی می‌کنی نگه داری، همین گام است.
3. اعتراف. ابتدا در خلوت نزد خدا — «گناهم را به تو اعتراف کردم و جرمم را پنهان نکردم» (مزامیر ۳۲:۵) — و سپس نزد دیگران یا حتی دادگاه، اگر جرمی صورت گرفته باشد.
4. عزم راسخ. تصمیم قاطع برای تکرار نکردن گناه، هر چقدر فشار زیاد باشد. «شروع راه خود را رها کند و مرد گناهکار افکارش را؛ به سوی خداوند بازگردد تا بر او رحم کند» (اشعیا ۵۵:۷).

5. جبران. تا جایی که ممکن است، اصلاح آنچه خراب شده — تیکون، بازسازی. این ممکن است یعنی حمایت از بیوه‌ها و یتیمانی که نان‌آورشان را از دست داده‌اند، به کار گرفتن صدایتان برای متوقف کردن ماشین، شهادت دادن وقتی زمانش برسد.

گام پنجم همه چیز را که فکر می‌کردی زندگی‌ات است از تو خواهد گرفت — دوستان، خانواده، شاید کل دنیای اجتماعی‌ات. تلمود هشدار می‌دهد: «بزرگ است توبه، که تا تخت کبریایی می‌رسد» (یوما ۸۶الف). توبه واقعی به سختی مرگ است — اما مرگ نیست. زندگی است.

توبه فرار از پیامدها نیست. تصمیم روبه‌رو شدن با آنهاست — زنده ماندن به اندازه کافی برای قطع زنجیره آسیبی که با دستان خودت آغاز شده. خودکشی داستان را در جایی تمام می‌کند که آسیب همچنان پخش می‌شود؛ توبه تو را زنده نگه می‌دارد تا شروع به ترمیم آنچه شکسته کرده‌ای. هدف این نامه محافظت از تو در برابر داوری نیست، بلکه جلوگیری از عمل تخریب بعدی است — تبدیل اراده مرگ به اراده حفاظت از زندگی، شهادت دادن، بازسازی. همان دردی که می‌خواهد تو را ناپدید کند، می‌تواند نیرویی شود که جان دیگران را نجات دهد.

همین راه در اسلام هم وجود دارد

و اینجا چیزی که شاید شما را شگفت‌زده کند: اسلام — دین بیشتر کسانی که رنج برده‌اند — تقریباً همین فرآیند «توبه» را می‌آموزد.

«بگو: ای بندگان من که بر خود اسراف کرده‌اید! از رحمت خدا ناامید نشوید. همانا خداوند همه گناهان را می‌آمرزد. او آمرزنده مهربان است.»
(قرآن ۳۹:۵۳)

«مگر کسانی که توبه کنند و ایمان بیاورند و کار شایسته انجام دهند؛ پس خداوند بدی‌هایشان را به نیکی‌ها تبدیل می‌کند.»
(قرآن ۲۵:۷۰)

بسیاری از فلسطینیان متدین این آیات را از حفظ دارند. اگر سال‌ها ببینند یک سرباز سابق این راه را می‌رود — علناً اعتراف می‌کند، در سکوت جبران می‌کند، متفاوت زندگی می‌کند — بسیاری صداقت او را خواهند شناخت. کتاب مقدس خودشان به آنها دستور می‌دهد این را بپذیرند.

انسانیت مشترک

یک جمله واحد، تقریباً کلمه به کلمه، هم در تلمود و هم در قرآن آمده است:

هر کس جان یک انسان را نجات دهد، گویی جان همه انسان‌ها را نجات داده است.
(سنهدرین ۳۷الف؛ قرآن ۵:۳۲)

با انتخاب ماندن در زندگی، با چرخیدن علیه ماشین نابودی، تو یکی از دانه‌های شنی می‌شوی که چرخ‌دنده‌هایش را قفل می‌کند. این بالاترین شکل توبه قابل تصور است — توبه‌ای که جهان‌ها را نجات می‌دهد.

اگر امشب افکار خیلی بلندند

یک گام کوچک و امن بردار — به جای گام آخر.

- شکستن سکوت رمزنگاری شده، محرمانه، بدون قضاوت. بسیاری می‌گویند اولین لحظه‌ای که دوباره توانستند نفس بکشند، لحظه‌ای بود که بالاخره حقیقت را گفتند.
- رزمندگان برای صلح رزمندگان پیشین اسرائیلی و فلسطینی که با هم برای آشتی کار می‌کنند. بسیاری آنجا گریسته‌اند، رو در رو آموزش خواسته‌اند و دوباره زندگی را آغاز کرده‌اند.
- مسارقات شبکه‌ی سربازان امتناع‌کننده‌ی اسرائیلی که حمایت عملی به سربازانی می‌دهد که تصمیم می‌گیرند دیگر در سرزمین‌های اشغالی خدمت نکنند.
- درمان مستقل: BetterHelp.com یا Open Path Collective
- در خطر فوری: با خط بحران غیرنظامی اسرائیل ایران — ۱۲۰۱ تماس بگیر یا از eran.org.il/chat استفاده کن

هیچ‌کدام از این راه‌ها آسان نیست. همه‌ی آنها سخت‌تر از مرگ‌اند. به همین دلیل تنها راه‌هایی هستند که به عنوان «توبه» حساب می‌شوند.

تعداد کمی اما رو به افزایشی از کهنه‌سربازان اسرائیلی — هنوز خیلی کم — کار جبران خاموش و بلندمدت را آغاز کرده‌اند: تأمین هزینه‌ی درمان کودکان غزه که می‌دانند در دوران خدمتشان آسیب دیده‌اند، اهدای ناشناس حقوقشان، شهادت علنی وقتی ایمن باشد، یا صرفاً رد فراخوان و پذیرش عواقب. همه‌ی آنها یک چیز را می‌گویند: احساس گناه از بین نرفت، اما دیگر رشد نکرد و برای اولین بار احساس کردند که دیگر به آسیب نمی‌افزایند.

دروازه‌های توبه هرگز بسته نمی‌شوند.

(تثنیه ۲۴:۲۴)

به هر که این را می‌خواند و روزی یونیفرم پوشیده و دیگر نمی‌تواند در آینه نگاه کند: همین که هنوز عذاب می‌کشی، اثبات می‌کند که صورت خدا در تو نمرده است. لطفاً بمان. راه بازگشت سخت است، اما واقعی است و کسانی — در دو سوی دیوار — آن را پیموده‌اند و با تو خواهند آمد. تنها نیستی. زندگی را برگزین. جبران را برگزین. زنده بمان و شهادت بده — تا دیگران هم زندگی کنند.