

פרשת כי תצא

די לדחות את הטיפול בדחיינות!

אחת המצוות המופיעות בפרשתנו היא:

"בְּיוֹמוֹ תִּתֶּן שְׂכָרוֹ וְלֹא תָבוֹא עָלָיו הַשֹּׁמֵשׁ כִּי עֲבִי הוּא וְאֵלָיו הוּא נִשָּׂא אֶת נַפְשׁוֹ וְלֹא יִקְרָא עָלָיְךָ אֶל ה' וְהָיָה כִּךָ חָטָא".

המצווה היא על פי דברי חז"ל, לשלם את שכרו של האדם שסיים את עבודתו סמוך לסיום העבודה, אם סיים ביום עד סוף היום ואם סיים בלילה עד סוף הלילה.

וכתב החפץ חיים בספרו אהבת חסד:

"עוד ראיתי לחבר אל ההלכות דין תשלומי שכר שכיר, מפני שהוא דבר העומד ברומו של עולם, שיש על זה כמה וכמה לאוין מפורשין בתורה ויש בני אדם מזלזלין בהם בעוונותינו הרבים ונקל להם לאחר את התשלומין בשביל איזה סיבה קלה, כגון שמתעצל לילך וליקח את ממונו שהניח ביד אחרים, או לילך ולפרוט את המטבע הגדולה שיש לו, בשביל לשלם להשכיר בזמנו ומן הדין מחוייב בכל זה אפילו אם הפועל עשיר וכל שכן אם הפועל עני.

ממשיך החפץ חיים ואומר:

"והרבה מהם, שהם אנשים ישרים ובעלי מידות טובות ומקיימים שארי מצוות התורה כדת וכהלכה והמצוה הזאת של תשלומי שכר בזמנו רפויה בידם בעוונותינו הרבים, אפילו במקום שנוגע לטרחא בעלמא".

והוא מסביר שהבעיה היא מחוסר הידיעה, כי פעמים רבות מדובר על אדם שלא היה מבטל מצוות עשה ולא תעשה מן התורה, אלא שהוא לא מודע.

המצווה מדברת על מציאות שלאדם יש את הכסף, ואפשר לומר שהסיבה היחידה שהוא לא משלם היא מידה ידועה ובעייתית: דחיינות.

בעיית הדחיינות היא בעיה עתיקה מאד, ניתן לראות את בעיית הדחיינות כבר במשנה הראשונה בש"ס, השיטה שנפסקה להלכה לגבי זמן קריאת שמע של ערבית, היא שיש לקרוא קריאת שמע של ערבית עד חצות, למרות שזמנה כל הלילה, וזאת כדי להרחיק את האדם מן העבירה, מסביר רש"י: "לזרז את האדם, שלא יאמר: יש לי עוד שהות, ובתוך כך יעלה עמוד השחר ועבר לו הזמן", חכמים אומרים לאדם תקרא עד חצות בשל בעיית הדחיינות.

בגמרא בבא בתרא אומר ריש לקיש שאם אדם אומר שפרע חוב לפני הזמן שהיה חייב, אינו נאמן, כי חזקה אין אדם פורע בתוך זמנו, ומוסיף ריש לקיש ואומר: 'ולוואי שיפרע בזמנו!', וכך נפסק להלכה.

למרות הפגיעה העצומה של הדחיינות, אנשים דוחים את הטיפול בבעיה...

הדחיינות גורמת נזק כלכלי, לדוגמה, תושבי ארצות הברית משלמים מדי שנה כחצי מיליארד דולר בקנסות על איחורים בהגשת דו"חות מס שנתיים, היא גורמת לנזק בריאותי - מחקר שנערך ב-2004 באוניברסיטת וינדזור הקנדית קבע שאנשים שסובלים מדחיינות חולים יותר כיוון שהם דוחים בדיקות תקופתיות, התעמלות וביקורים אצל הרופא.

בעיית הדחיינות מתעצמת והופכת להיות בעיה חמורה כאשר היא פוגעת באחרים!

כמו שכותב ספר החינוך בטעם מצוות 'ביומו תתן שכרו':

כי שהשם ברוך הוא חפץ בקיום האדם אשר ברא, וידוע כי באיחור המזונות, יאבד הגוף. ועל כן ציונו לתת שכר שכיר, כי אליו הוא נושא את נפשו להתפרנס בו. ולפי הנראה, על כן שם גבול זמנו יום אחד ולא יותר, כי דרך בני אדם להתענות יום אחד לפעמים.

כל זמן שנטיית הדחיינות פוגעת רק באדם עצמו, זה כמובן מאד לא טוב, אך אין בכך איסור, אך שנטיית הדחיינות פוגעת בחובותיו כלפי הקב"ה, כגון נתינת צדקה שהבטיח לתת, אז יש איסור 'בל תאחר', או פספוס זמן ק"ש או תפילה בשל דחיינות שעל זה נאמר 'מעוות לא יוכל לתקון וחסרון לא יוכל להימנות'.

אך חמור לאין ערוך הוא שנטיית הדחיינות פוגעת במישהו אחר, באדם שעבד ומצפה ומחכה לקבל את כספו, והשכר מתעכב בשל דחיינות של מי שעשו בשבילו את העבודה.

המצב הזה יכול לפגוש אותנו בהרבה מקומות, שאנשים מחכים לתשובתנו, לתגובתנו...ואנחנו דוחים ומתעכבים, והרבה מאד פעמיים אנחנו לא יודעים שהאנשים בצד השני, ממתינים ודורכים, ומצטערים מהעיכוב.

כדבריו החמורים של הזוהר הקדוש:

"לא תבוא עליו השמש" הזהר שלא תאסף ולא תסתלק בשבילו מן העולם עד שלא יגיע זמנו...בוא וראה, מי שלוקח שכרו של העני, הוא כאילו לוקח את נפשו ונפש אנשי ביתו, הוא המעיט את נפשו, הקב"ה ממעט ימיו וממעט נפשו מעולם ההוא. כי כל אלו דיבורים שיצאו מפיו של העני כל אותו היום, כולם עולים לפני הקב"ה ועומדים לפניו, ואחר כך עולה נפשו ונפשם של אנשי ביתו ועומדים באלו דיבורים של פיו (דהיינו שתובעים דין לפני הקב"ה) ואז אפילו נגזר על אותו האדם כמה ימים וכמה טובות, כולם נעקרים ממנו ומסתלקים ממנו...

לא לחינם קורא הלל הזקן לכולנו: "אם לא עכשיו - אימתי?", כי הזמן לפעול ולעשות הוא עכשיו! אנו בימי אלול ורבינו יונה בשערי תשובה כותב בחומרה על מי שמתעכב לשוב בתשובה:

ודע, כי החוטא כאשר יתאחר לשוב מחטאתו יכבד עליו מאד ענשו בכל יום, כי הוא יודע כי יצא הקצף עליו ויש לו מנוס לנוס שמה, והמנוס הוא התשובה, והוא עומד במרדו והנו ברעתו, ובידו לצאת מתוך ההפכה, ולא יגור מפני האף והחמה, על כן רעתו רבה.

ורבינו יונה אף אומר שזה אחד הדברים שמבדיל בין עמי הארץ לתלמידי חכמים:

לא ימצא איחור התשובה זולתי בעמי הארץ, אשר הם ישנים שוכבים ולא ישיבו אל לבבם, ולא דעת ולא תבונה להם למהר להמלט על נפשם. ויש מהם נדחים מעל השם ברוך הוא ולא יאמינו לעונש החטא. ואמרו רבותינו זכרונם לברכה: 'אם ראית תלמיד חכם שעבר עבירה בלילה אל תהרהר אחריו ביום, כי באמת עשה תשובה'.

והבעיה הגדולה כמו שאומר רבינו יונה בהמשך, שמי שלא מתקן, ייפול שוב ושוב באותו העניין כיוון שלא תיקן את הבעיה.

ממה נובעת בעיית הדחיינות, הדבר נחקר וכתבו עליו הרבה, אך אפשר לומר שהבעיה נובעת מכך שרובנו מעדיפים סיפוק מיידי על פני סיפוק לטווח ארוך.

ניתנו כמה פתרונות לבעיית הדחיינות, ונראה שהפתרון הטוב ביותר הוא הפתרון הפשוט ביותר: קשיחות!

חלוקת המשימה למטלות קטנות, קביעת מועדים קצרים לעשייתן וקביעת סנקציות על אי עמידה בהם, מעלות את היעילות, משפרות את הביצועים והתוצאות ונותנות הרגשה טובה יותר. הפסיכולוג שיין אוונס הציג ממצאים שלפיהם דחיינים כרוניים שפרטו משימות גדולות ומרתיעות לרשימה של סדרת פעולות קטנות ובנות ביצוע העלו פי שמונה את סיכוייהם להשלים את המשימה. את התהליך, שמופיע גם ברב־המכר לניהול זמן "לגרום לדברים לקרות", אוונס מכנה "כוונות יישום". "במקום לומר לעצמך 'אני חייב לטפל בבריאות שלי', אמור 'אני אלך מחר בשבע בבוקר למכון הכושר'", הסביר אוונס את מסקנותיו.

עוד כתב אחד מחוקרי הדחיינות, פרופ' טימותי פיצ'יל: "צריך לזכור שאנחנו דוחים את מה שדוחה אותנו, ולרוב אלה דברים שאנחנו לא מצליחים למצוא בהם משמעות עבורנו, ושאנחנו לא יודעים איך להתחיל אותם. ושני הדברים האלה קשורים זה בזה. המשמעות היא זו שמשפיעה על תחילת התהליך. המחקר שלנו בתחום הראה שמי שנחשבים לדחיינים ומקבלים משימה בעלת משמעות עבורם, מצליחים להתחיל אותה יותר בקלות מאשר אנשים שמקבלים משימה שלא אומרת להם כלום. יש מי שלא יודע איך להתחיל לפתור תרגיל בחשבון, ולא מוצא בכך כל משמעות לחייו, ומי שעבורו כתיבת טקסט היא קשה ומרתיעה עד שאינו מוצא סיבה להתחיל בה. ולכן, הפתרון הוא לרוב פשוט להתחיל. רוב הפחדים מביצוע משימה נמוגים ברגע שמתחילים בה, בניסויים שערכנו גילינו שהחשש מהמטלה והמשמעות שמוצאים או לא מוצאים בה משתנים לחלוטין כמה דקות אחרי שמתחילים לבצע אותה. והרבה פעמים אפילו נהנים מזה".

יהי רצון שנזכה לפעול ולעשות את הדברים הטובים והנכונים, בזריזות ובמהירות!