

# 致正在考虑自杀的以色列士兵

你们并非无可救赎。你们此刻带着那样的感受读着这些文字，这本身就证明你们的灵魂仍然活着——它正在哭喊着渴望被治愈。

我不是来为加沙发生的一切开脱。我写这封信，是因为我读过你们一些战友留下的遗书。几乎每一封遗书都写着同样的话：“我发现自己竟然能做出我原本认为人类做不出来的事。”这说明他们内心仍然残存着人性灵魂。这也说明你们也并非无可救赎。他们带着真相死去，而你们可以活得足够久，把真相说出来。

在犹太世界里，有一句话被重复的次数几乎超过其他所有句子：

“世上绝没有绝望这回事。”

(《利库提·莫哈兰》第二卷78)

即使犯下了最不可想象的罪行，也绝没有绝望。

大卫王为了娶一个人的妻子，安排谋杀那位忠诚的士兵——但当他痛哭悔改之后，他成了弥赛亚的祖先。玛拿西王让无辜之血洒满耶路撒冷——但当他在狱中悔改时，归回之门为他大大敞开。唯一真正能锁上这扇门的，只有在旅程结束前就把你们从世上带走的行为。

我将生死、祝福与咒诅摆在你面前——所以你要选择生命。

《申命记》30:19

上帝不是在等待你们的死亡。上帝在等待你们的归回。今晚不要让自己沉默，不要再让战争机器多赢得一场胜利。

## 归回 (Teshuvah) 的五个步骤

犹太传统教导，真正的归回 (Teshuvah，悔改、回归) 有五个步骤。每一个都艰难，每一个都是重新选择生命的方式。

1. 承认过错。此刻压碎你们的痛苦——那种难以承受的清醒——已经就是第一步。
2. 悔恨。你们拼命忍住的眼泪，就是这一步。
3. 认罪。先在上帝面前私下承认——“我向你陈明我的罪，不隐瞒我的恶”（诗篇32:5）——之后在必要时向他人、甚至法庭认罪。
4. 决心不再重犯。无论压力多大，坚定决定永不再犯。“恶人当离弃自己的道路，不义的人当除掉自己的意念，归向耶和华，耶和华就必怜恤他。”（以赛亚书55:7）
5. 修复。尽可能去赔偿、修复——Tikkun，修复世界。这可能意味着抚养失去家长的寡妇与孤儿，用你们的声音去阻止那台机器，在时机成熟时站出来作证。

第五步会让你们失去你们以为的全部生活——朋友、家人、也许整个社交圈。塔木德警告说：“悔改是伟大的，因为它直达荣耀宝座” (Yoma 86a)。真正的归回像死亡一样艰难——但它不是死亡，它是生命。

归回不是逃避后果，而是决定直面后果——活得足够久，去阻断由你们亲手开启的伤害链条。自杀让故事在伤害继续扩散的地方戛然而止；归回让你们活下来，开始修复破碎的一切。这封信的目的不是保护你们免受审判，而是阻止下一场毁灭——把想死的意志转化为保护生命、作证、重建的意志。那股让你们想消失的痛苦，可以变成拯救他人生命的真正力量。

## 伊斯兰教里也有一条同样的路

这里有一件事可能会让你们惊讶：伊斯兰——大多数受难者的信仰——教导的归回之路 (Tawbah) 几乎一模一样。

“你说：我的仆人们啊！你们这些对自己过度的人啊！不要对安拉的慈悯绝望，安拉确实赦宥一切罪过。他确是至赦的、至慈的。”

(《古兰经》 39:53)

“除非他们悔改、归信并力行善功——对这些人，安拉将把他们的恶行变成善行。”

(《古兰经》 25:70)

许多虔诚的巴勒斯坦人能背下这些经文。如果他们看到一名前士兵多年如一日地走在这条路上——公开认罪、默默修复、彻底改变生活——很多人会承认其真诚。他们的经典本身就命令他们这样做。

## 共同的人性

有一句话几乎一字不差地同时出现在《塔木德》和《古兰经》里：

凡救一人，如同救全人类。

《塔木德·桑赫德林》 37a；《古兰经》 5:32

选择活下去，选择转身对抗毁灭机器，你们就成了卡住它齿轮的一粒沙子。这就是能想象到的最高形式的归回——拯救整个世界的归回。

## 如果今晚念头太吵

先迈出一小步安全的步伐，而不是最后一步。

- **打破沉默 (Breaking the Silence)** 加密、保密、不审判。很多人说，他们第一次能重新呼吸，就是终于把真相说出口的那一刻。
- **为和平而战 (Combatants for Peace)** 以色列与巴勒斯坦前战士一起为和解而努力。许多人在那里痛哭、当面请求宽恕，然后重新开始生活。
- **拒绝服役网络 (Mesarvot)** 为决定不再在被占领土服役的士兵提供实际支持。
- **独立心理咨询：** BetterHelp.com 或 Open Path Collective

- **立即有危险：**拨打以色列民间危机热线 **Eran 1201**，或使用聊天 eran.org.il/chat

这些路没有一条是容易的，每一条都比死亡更难。正因如此，它们才是唯一算得上归回的路。

已经有少数但不断增加的案例——仍然太少——以色列退伍军人开始了安静而长期的赔偿工作：为服役期间他们知道受伤的加沙儿童支付医疗费、匿名捐出薪水、在安全时公开作证，或干脆拒绝预备役征召并承担后果。他们每一个人都说同一句话：罪恶感没有消失，但它不再继续增长，第一次感到自己不再在增添伤害。

归回之门永远不会关闭。

《申命记·拉巴》2:24

致每一位曾经穿上军装、如今不敢照镜子的人：你们仍然被折磨这一事实，恰恰证明你们里面的上帝形象尚未死去。请留下来。归途残酷，但真实，两边墙外都有人走过这条路，也会陪你们一起走。你们并不孤单。选择生命。选择修复。选择活下去并作证——为了让其他人也能活下去。