

תוכן העניינים

מודעות יהודית

41	דעת - טוב או רע?
17	מבול החכמה
18	בנין קומת הדעת
20	שתי מגמות חיים
23	שמע ישראל
25	דע את עצמך
26	מודעות יהודית
29	המימוש העצמי היהודי
30	לך לך
33	מה השליחות שלי?
35	דע את אלוקי אביך ועבדהו

- 37 עבד ה' הוא לבדו חופשי
39 לעשות רצונך חפצתי

להיות בדרך

- 42 הדרך אל האושר
44 החטא ועונשו
47 הגרוש מגן עדן
49 לעבוד את האדמה
53 דרך עץ החיים
55 הנחש - טוב מאד
57 השיבה לגן עדן
59 לא עליך המלאכה לגמור
63 עם ישראל - עם של דרך
65 שותפים בתיקון עולם
67 להיות כאן ועכשו

אהבת עולם

- 69 אהבה - סוד החיים
72 אהבה מהי?
73 אהבת עולם אהבתנו
76 אהבה היא סליחה
78 עבודת האהבה
80 ואהבת את ה' אלוקיך
83 והלכת בדרכיו
85 אהבה עצמית

87	חלון או אבן טובה
91	עוררו את האהבה

אני מאמין

94	הכל תלוי באמונה
97	מהי אמונה?
100	גנים של אמונה
103	רבה אמונתך
104	חכמה בגויים תאמין?
107	עבודת האמונה
	שש המצוות התמידיות -
108	כנגד ששת קצוות המרחב
111	האמנתי כי אדבר
112	הרפו ודעו כי אנכי אלוקים
115	דרך אמונה בחרתי
116	אין עוד מלבדו

כח המחשבה

119	הסוד
121	מחשבה מהי?
122	מחשבה, דיבור ומעשה
125	הבו גודל לאלוקינו
126	מחשבת השפע
129	הביולוגיה של האמונה
133	החיים כמראה

- 135 תחשוב טוב - יהיה טוב
 136 ניהול המחשבות
 138 ממחשבה למעשה - הדרכה מעשית

מתנת הבחירה

- 144 זכות הבחירה
 146 מודעות לבחירה
 149 בחירה היא חרות
 150 הבחירה שלא לבחור
 156 ובחרת בחיים למען תחיה
 851 לא להביט לאחור
 161 תומיך גורלנו
 163 בחירה חופשית
 164 בוחרים להרגיש
 166 בוחרים את נקודת המבט
 168 לבחור

מתחרות לחרות

- 169 להיות הכי הכי
 071 החיים כלונה-פארק
 173 התמכרות להצלחה
 174 הכל - או לא כלום
 177 משפחה בתחרות
 180 אהבה על תנאי
 182 לשמר את המנוע הפנימי

186	הזהרו בבני עניים שמהם תצא תורה
188	מעבדות לחרות
191	זכה - נעשית לו סם חיים
196	מחול הצדיקים

ברכת הסליחה

991	סליחה - מי את?
201	סליחה מימות עולם
204	לשכוח ולסלוח?
207	עושה שלום במרומיו
209	פגיעה היא מפגש
213	שחרר את השליח
217	עבודת הסליחה
219	אשרי - מסכן אני
223	סליחה לעצמי
226	לא תשנא את אחיך בלבבך

ואני תפילה

228	דברים העומדים ברומו של עולם
230	החסר - סיבת התפילה
232	נכספה וגם כלתה נפשי
234	האדם - בעל תפילה
236	הקב"ה מתאווה לתפילתנו
238	התפללתי ונושעתי
241	תפילה - אוצר מתנת חינוך

243	עבודת התפילה
245	עבודת השחייה
249	לב הזמן ופריו
252	בשם כל ישראל
254	שהייה - תרגיל דמיון מודרך

נספח: כלים לסליחה

256	המפגש
259	הארגז

מתנת הבחירה

זכות הבחירה

בחסדיו הגדולים נתן לנו הקב"ה מחדר האוצרות שלו מתנה שאין לה אח ורע – מתנת הבחירה.

כל הנבראים בעולם פועלים בצורה מוגדרת וידועה מראש על ידי מערכת חוקי טבע. מים יגיעו לרתיחה בטמפרטורה קבועה; קרן שמש תישבר תמיד לאותה קשת של צבעים; מזרע של עגבניה יצמח תמיד שיח עגבניות – ולעולם לא מלפפונים. אפילו בעלי חיים בדרגת בריאה גבוהה אינם בעלי בחירה. בכל בעל חיים טבועה מערכת הקובעת מראש את תגובותיו. ניתן לצפות כיצד יחפש את מזונו, באיזה אופן יגיב מול סכנת חיים, והיכן הוא יתפוס מחסה מפגעי הטבע – לאורך כל ימי חייו.

האדם הוא היחיד מבין הברואים שקיבל את האפשרות לבחור את תגובותיו ולהחליט מה תהיה דרכו בכל מצב נתון: הישתוק או יגיב, יוותר או יתעקש, ישמע או יתעלם, ישאר או ילך לדרכו? אפילו ספר זה שאתה קורא, נטלת לידך מתוך בחירה מלאה, ואחר שהחילת לקרוא, בחרת להמשיך בכך עד לרגע זה... יכולת הבחירה של האדם היא העושה אותו נעלה מכל הברואים. הוא בעל מחשבה ובידו להחליט כיצד לפעול ואיך להגיב למצבי חיים שונים.

באחד הבקרים נכנסה למשרדי צעירה כבת עשרים וחמש. "אמא שלחה אותי לכאן", היא הסבירה. לפני חמש שנים סיימה את הלימודים בתיכון והיא עדיין 'מחפשת את עצמה'. פעמיים כבר התחילה מסלול לימודים. על המסלול הראשון אחותה המליצה, ובאשר לשני, "אבא לחץ". היא לא גילתה כל ענין בלימודים אלו ועזבה לאחר תקופה קצרה. היא רצתה להתחתן ולהביא ילדים "כדי לשמח את סבתי נוחה עדן". כרגע הציעו לה עבודה, ו"המורה שלי לשעבר אומרת שההצעה פשוט תפורה עלי. אז מה עלי לעשות?!"...

"ומה אָתְּ אומרת?" שאלתי אותה. "מה טוב בשבילך?"

היא הביטה בי וענתה לי במבוכה: "מה זאת אומרת? אני סומכת לגמרי על המורה, אבל אחותי לא התלהבה ואמא עדיין מתלבטת. אז איך אני אמורה להחליט???"

התורה בבראשית אומרת זאת במילים "הן האדם היה כאחד ממנו לדעת טוב ורע."¹³² ומסביר רש"י שם: "הרי הוא [האדם] יחיד בתחתונים כמו שאני יחיד בעליונים, ומה היא יחידתו? לדעת טוב ורע." האדם הוא הבריאה היחידה היודעת להבחין בין טוב לרע,

132 בראשית ג, כב.

ועל כן יכולה לבחור ביניהם. שורשה של הבחירה במקום הגבוה ביותר – בנשמת האדם.

אחד משלושה עשר עיקרי האמונה הוא "שהבורא יתברך שמו גומל טוב לשומרי מצוותיו ומעניש לעוברי מצוותיו". עיקר זה עומד על היסוד שכל אדם שנברא בצלם הוא בעל בחירה בכל עת ובכל ענין, הנושא באחריות על כל בחירה ובחירה בחייו, ובשל כך הוא מקבל שכר על בחירות מוסריות ונענש על בחירות שאינן תואמות את מוסר התורה.

בעת הבחירה נמצא האדם ברום מעלתו הרוחנית, בבחינת "ותחסרהו מעט מאלוקים". קשה לתפוש בשכל האנושי את מידת האמון שמעניק לנו הבורא במתן זכות הבחירה, ובו זמנית את גודל האחריות הטמונה בכח הבחירה שבידנו.

מודעות לבחירה

המשמעות המעשית להיותו של האדם נברא בצלם היא שכח הבחירה הוא חלק מעצמיותו, והוא בוחר מיום הוולדו ועד נשימתו האחרונה.

בהתבוננות בהתנהגותם של תינוקות ניתן לראות כי הם מגיבים באופנים שונים מול ארועי חייהם. אי אפשר לצפות מראש מה תהיה תגובתם בכל רגע נתון. כל תינוק הוא אדם קטן יחיד ומיוחד. לדוגמא, אמא מניחה את תינוקה בן עשרת החודשים בלול כדי שישתעשע בצעצועיו לזמן מה. הרשות בידו לבחור במגוון תגובות למציאות הזו – לשתף פעולה ולשחק בשמחה, או לפצוח בצרחות מחרישות אוזניים עד שיחזור לזרועות אמו, או להתחיל לזרוק את הצעצועים מהלול לכל עבר...

נכון אמנם שתינוקות אינם מודעים לעובדה שהם בעלי בחירה, אולם חוסר המודעות שלהם אינו שולל את העובדה שהם בוחרים בכל פעם מחדש את רגשותיהם ואת פעולותיהם מול המציאות שבה הם נמצאים.

למרבה הפליאה, אי אפשר לומר בוודאות שכל האנשים הבוגרים מודעים לעובדת היותם בוחרים – הם בוחרים את הפרשנות שלהם למציאות, את הרגשות ביחס למה שקורה ואת התנהגותם במצבים שונים. יש אף אנשים חכמים ומשכילים הסבורים שהגורל גלגל אותם למקומות שהם נמצאים בהם.

“לא נותרה לי בררה, אז קניתי דירה בקומה גבוהה. שמעתי בחדשות שמחירי הדירות מזנקים מיום ליום, מה יכולתי לעשות?...”

“הבן שלי לומד בבית ספר רחוק ממקום מגוריני. לצערי, בעלי אינו מעורה בחיי הקהילה ואין לו קשרים עם אנשי מפתח, ולא היה מי שידחוף את הבן שלי לבית הספר השכונתי. אז הוא נוסע מדי בוקר קרוב לשעה לשכונה מרוחקת...”

“אני כבר בן שלושים ושמונה ועדיין לא מסודר בעבודה. היועץ התעסוקתי הפנה אותי למקצוע שאין לי אליו שום חיבור, ועכשו אני צריך להתחיל הכל מחדש.”

מי הקובע לכם את הבחירות בחיים? “כולם!” מה כולם עושים? מה מקובל?... “מי הולך היום ללמוד הוראה? זה לא מקצוע. תכנות מחשבים – זה מקצוע העתיד...”; “איזו אשה יושבת היום בבית ומגדלת את הילדים?”; “מה יגידו השכנים על שמכרנו את הדירה בירושלים ועברנו לעפולה?...”; “איך יגיבו ילדינו הנשואים על שהחלטנו להחליף מטבח?...”

כן, אנו מפקידים או אולי אפילו מפקירים את בחירותינו ואת גורלנו בידיים של כולם. מי היא הישות הזו שאנו משתעבדים אליה? "כולם" – הם "כולם"! הבה נהיה כנים עם עצמנו: מי הם העומדים לנגד עינינו לפני ההחלטות החשובות בחיינו? כך נזהה מי הם 'האלוהים האחרים' שאנו עובדים בנאמנות...

פנינה משתפת:

בערב פסח יצאתי עם בתי בת האחת עשרה לקנות סנדלים לקראת הקיץ. הילדה מדדה את כל הדגמים בחנות ולא הצליחה לבחור. שאלתי אותה מדוע כל כך קשה לה לבחור זוג מתוך כל ההצע הגדול שבחנות. היא ענתה בהיסוס: "אני לא יודעת מה תגיד שולי על הסנדלים... בכל פעם שמישהי באה עם משהו חדש, היא אומרת אם זה 'הולך' או מיושן ומכוער..."

הבנתי שזו הזדמנות עבורי ללמד אותה על חשיבות המודעות לבחירה. אמרתי לה: "אם כך, בואי נחכה לאחרי פסת. כשתראי מה קנתה שולי, תדעי מה את אוהבת..."

היא הסתכלה עלי בחיוך נבוך, חשבה רגע ואז אמרה: "אני כבר יודעת מה אני אוהבת. אני אקח את אלו," היא הצביעה על הזוג שמדדה קודם. "אני הולכת לנעול אותן ולא שולי, אז מספיק שהן מוצאות חן בעיני!"

מודעות לבחירה היא "חכמת לב", היא החכמה הנמצאת ביסוד ובסוד החינוך היהודי. בחירה מתוקנת היא מענה לשאלות: מה אני רוצה? מה אני אוהב? ומה ה' רוצה ממני עכשו? ולא: למה בני האדם מצפים ממני?

בחירה היא חרות

יהודי, דע לך כי באת לעולם הזה לחיות כבן חורין, וזה מה שמייחד אותך משאר הנבראים. אפילו מלאכים לא קיבלו את מתנת הבחירה. כל מלאך נוצר לבצע שליחות אחת, ואותה הוא מבצע ללא בחירה ומסיים את שליחותו.

אל לך להפקיד את הבחירות שלך בידי מוסכמות חברתיות וסקרי דעת קהל, שכן בדרך זו אתה הופך לעבד ומחטיא את מטרתך בעולמך. אל תשכח שמי שבוחר להיות עבד לעבדים צריך לרצוע את אוזנו – אותה אוזן ששמעה במעמד הר סיני שהיעוד של האדם הוא להיות עבד לקב"ה. זוהי ההגשמה של חרות האדם וזהו מקור הכח, העונג והשמחה של הנפש. קיבלת תורה ומצוות כי הקב"ה רוצה לזכות אותך בשכר בכל פעם שבחרת בטוב. "רצה הקב"ה לזכות את ישראל, לפיכך הרבה להם תורה ומצוות."¹³³

ואם חטאת ונפלת ברשתו של היצר הרע ובחרת לשוב – הקב"ה מקבל את תשובתך באהבה ואף העברות שלך יהפכו לזכויות, כי במקום שבעלי תשובה עומדים, צדיקים גמורים אינם עומדים.¹³⁴

אדם יכול לאבד בחייו כמעט הכל: כסף, בריאות, מקום עבודה, רכוש, נישואים וידידים, אולם את הבחירה – אי אפשר לאבד לעולם.

רינה, צעירה בסוף העשור השני לחייה, לא הצליחה למצוא בן זוג ופנתה לייעוץ בעקבות זאת. בפגישות היא הרבתה להתלונן על הוריה, על האחים והאחיות, על תנאי החיים. על כך שלא היה לה חדר פרטי ועל היחסים הלא תקינים בין בני

133 משנה מכות ג, טז.

134 ברכות לד, ב.

המשפחה. גם במקום העבודה שלה היא לא שבעה נחת – היא עבדה קשה מדי לדעתה, ולא זכתה להערכה ולתגמול הוגן בהתאם לאחריות שהוטלה עליה ולמספר השעות שהיא השקיעה בעבודה. המשפטים השגורים בפיה היו: פגעו בי... לקחו לי... לא מתחשבים בי... אין מה לעשות, אלה הם חיי... בשלב כלשהו קלטה רינה שהיא הבוחרת להתבוסס בתחושת מסכנות וניצול. כשהיא נעשתה מודעת לחשיבה הקרבנית שלה, היא הבינה כי היא יכולה לבחור: בידיה לשנות את השיח הפנימי הזה. בשלב ראשון היא התחילה לומר לעצמה פעמים אחדות בכל יום: "הכל תלוי בי, ובי בלבד". בהמשך היא הוסיפה ושיננה לעצמה את המשפט: "אני הבוחרת את הדרך שלי לחיות." ההרגשה שלה השתפרה פלאים, ובעקבות זאת השתפר גם היחס שקיבלה מהוריה ומבני הבית. בשלב הבא היא הציעה את עצמה להדרכה בפנימיה לבנות, וכך יצאה מהבית. במקביל היא שלחה מכתב למקום העבודה, ובו דרישה להעלאת שכר. למרבה הפתעתה היא נענתה בחיוב. השינוי הזה הבהיר לה שהדברים אינם 'קורים' לה, יש לה אפשרות לבחור – אם להרגיש מסכנה וחסרת מזל, או לחוש שהיא בת מלך יחידה ואהובה. תוך זמן קצר היא מצאה בן זוג כלבבה ובנתה אתו את ביתה.

הבחירה היא ביטוי לצלם אלוקים שבאדם

הבחירה שלא לבחור

זו לא טעות. הבחירה לא לבחור אף היא בחירה. היא נקראת: **הבחירה שלא לבחור.**

הבחירה, האמורה להיות חווית חיים משמחת ביותר והגשמה מלאה של חרות האדם וכבודו – היא איום ואפילו מלכודת עבור אנשים רבים.

למה זה קורה? זה קשור לתפישת עולם שהתגבשה בילדותנו דרך החינוך והמסרים שקיבלנו, כי בחירה חייבת להיות חכמה, מדויקת ומושלמת. הסבירו לנו כי לבחירה שגויה יש השלכות קשות, וכי את הנעשה אי אפשר להשיב. אהבו אותנו כשהצלחנו, והחמיצו לנו פנים כשלא בחרנו כפי שהיה מצופה מאתנו. גדלנו להיות מבוגרים המתקשים להתמודד עם חוסר הוודאות הכרוך בבחירה: האם בחרנו נכון או לא נכון? הנצליח או ניכשל? ומה נעשה אם תארע תקלה על ידינו...? כל זה מחליש אותנו וגורם לנו להשהות את הבחירה ולדחות אותה ככל האפשר...

מנקודת ראות זו, אי-בחירה נראית פתרון טוב. מי שאינו בוחר אינו אשם בבחירה כושלת. המנעות מבחירה היא הדרך ה'בטוחה' לעבור את חיינו בשלום, בלי בזיונות ובלי חרטות. לא בחרתי – לא נכשלתי.

לבחירה שלא לבחור יש הופעות שונות. יש אנשים המגדירים את עצמם דחיניים. הם עושים הכל ברגע האחרון, ופועלים רק בלחץ של זמן. כשיש להם זמן פנוי הם אינם מצליחים לבצע משימות, אולם ברגע האחרון הם מתגייסים ופועלים במרץ. המניע שלהם לעשייה הוא לחץ והכרח. כשהם נתונים במגבלת זמן הם יכולים לומר לעצמם: עשיתי את המרב שביכולתי – זה כל שהיה באפשרותי להפיק במסגרת התנאים שעמדו לרשותי. זה לא שאני לא יכול, לא רציני או לא משקיע. פשוט לא היה לי זמן! אז כל מה שעשיתי בנסיבות של הרגע האחרון הוא מצוין... גם זו בחירה! בחירה הנשענת על הצורך להבטיח לעצמנו חסיונות

מביקורת מעצמנו ומאחרים... עלינו לדעת שבחירה אינה נמדדת
במונחים של הצלחה וכישלון. בחירה היא משימה קבועה בחיים.
לבחור משמעו לחיות. כל שעלינו לעשות הוא לבחור בטוב
הנראה בעינינו ברגע הבחירה. התוצאות שייכות לכורא המנהיג
את עולמנו.

אסנת מספרת:

מאז ומתמיד ליוותה אותי תחושה קשה של מתח, פחד
ולבטים סביב קבלת החלטות, בין אם מדובר בהחלטה
גורלית כמו החלפת מקום מגורים, בחירת מקום לימודים
לילד או בחירת מקצוע, ובין אם מדובר בבחירות יום-יומיות
פעוטות כמו מה ללבוש או איך לארגן את סדר היום. לאחר
כל החלטה שהיא, גם אם התקבלה בתהליך ארוך ובמחשבה
רבה, הייתי שוקעת ברגשות עצב וטובעת בהרהורי חרטה.
הייתי 'מתלבטת סדרתית'.

הישועה שלי הגיעה דוקא ממוכר בשוק. שעה שלמה
הקדשתי כדי לבחור מטאטא. לבסוף החלטתי על אחד.
שילמתי למוכר האדיב ועזבתי את הדוכן. לאחר עשר דקות
חזרתי בי ורציתי להחליפו. המוכר הביט בי ברחמים בלתי
מוסתרים ואמר: "תגידי גברת, כל זה שווה? במה מדובר פה?
בסך הכל מטאטא."

המשכתי ללכת ובידי המטאטא, והמילים הפשוטות והישירות
שלו הדהדו בתוכי והציפו עשרות זכרונות מסוג זה, קונה-
מתחרטת-מחליפה-ותמיד מרגישה החמצה. הבנתי שהצורך
בשלמות הוא המנהל את חיי; אך במקום שהוא ייצור עבורי
איכות חיים, הוא הופך את חיי לגיהנום. מאז התחלתי לומר
לעצמי: "הפעילי שיקול דעת והחליטי. ואחרי ההחלטה -
תאהבי את מה שבחרת!"

סוף סוף רווח לי. אנרגיה רבה השתחררה לעשייה ולהתפתחות.
הענקתי לעצמי את מתנת הבחירה.

רבים מסבירים לעצמם ולאחרים כי חוסר היכולת שלהם לבחור נובע מאחריות יתר. הם בודקים את כל האפשרויות, מקבלים מידע רב ככל האפשר, ולבסוף הם מחליטים בשקלול סך הדעות של כולם. הדרך הזו מעניקה ביטחון והגנה מפני סכנת הכישלון הטמון בבחירה. אם התוצאות אינן משביעות רצון, הם משכנעים את עצמם שעשו את המיטב שביכולתם. אולם כך נעשית הבחירה חובה מכבידה ומעיקה.

יש המעבירים את ניהול הבחירות בחייהם ליועצים, גרפולוגים, פסיכולוגים, הורים או בן הזוג, כדי לעקוף את תהליך הבחירה. איש אינו יכול לבוא אלי בטרוניות, שהרי אנשים חכמים ומנוסים אמרו לי מה לעשות.

שימו לב כי גם זו בחירה! אני בחרתי להעביר את ההחלטות הגורליות בחיי לידי אחרים. האין זו הסחת דעת מהעובדה שאני בחרתי ביועץ זה ולא אחר, ואני בחרתי לקבל את דעתו ולבצע אותה בשלמות? למען האמת, לפעמים גם בחרתי לא לקבל את התשובה וללכת ליועץ אחר, ואת דבריו כן קיבלתי. האין זו הבחירה שלי? אם אעמוד למשפט על עברה כלשהי, האם אוכל לומר לשופט: אין זו אחריות שלי, היועץ אמר לי לעשות כך?!...

היעדר בחירה מופיע גם תחת הכותרת מזל. יש המתארים את חייהם כהתגלגלות מקרית של מזל או חוסר מזל. הם עשויים לומר: "מזל שלהורים של חבר שלי היו קשרים טובים במקום לימוד מצויין. הם רצו שהבן שלהם יגיע למקום הזה עם מישהו מהכיתה, וכך נכנסתי גם אני לישיבה טובה." משמעות הדברים: לא אני בחרתי ללמוד שם, העניינים התגלגלו איכשהו לטובתי. בפעם אחרת יספרו: "קניתי מקרר גרוע, כי מוכר ממולח הצליח לשכנע אותי שהמקרר הזה מעולה. נפלתי בפח. אסור להאמין

לסוחרים!" משמע: לא אני בחרתי את המקרר הזה, ואיני אשם במחדל. אם נטען כלפיהם שיש בשוק סוחרים אמינים רבים, הם יפטרו אותנו בטענה, "טוב, זה מה שאני אומר תמיד: הכל תלוי במזל."

הבחירה שלא לבחור עשויה להופיע גם בלבוש של אילו. אנשים מסוימים מרכיבים שרשראות ארוכות של "אילו"ים: "אילו היה לי בגיל שמונה עשרה שכל כמו שיש לי היום, הייתי בוחרת מסלול לימודים מעשי יותר. עכשו כבר מאוחר לעשות שינוי", "אילו הייתי פונה לרופא בשלב מוקדם יותר, לא הייתי נזקק היום למכשיר שמיעה", "אילו הייתי טיפוס זהיר יותר, לא הייתי נכשל בטסט"...

מירה מספרת:

לאורך שנים הרגשתי מנוצלת על ידי ילדי. עוד בהיותם רכים בשנים לא הצלחתי לעמוד על דעותי ולהציב את הגבולות שבהם האמנתי. תמיד חשתי שהם שואבים את כוחי ומנצלים אותי עד כלות. התופעה הלכה והחמירה ככל שהם התבגרו. לאחר שהם נישאו הפכתי למעין משרתת המקבלת פקודות והוראות: הילדים הודיעו לי מתי הם מתארחים בשבת, הכתיבו לי מה לבשל וקבעו עבורי איזה אופי יישא האירוח שלהם. אפילו את הבגדים שלי לקחו בנותי ולבשו מבלי לבקש את רשותי...

במהלך השנים השתתפתי בסדנאות, התנסיתי בשיטות טיפול שונות, וחזרתי שוב ושוב על אותן הטענות: "לילדי אין גבולות. הם מנהלים אותי, סוחטים אותי, נוטלים ממני מבלי שאני רוצה לתת, מותירים אותי מרוקנת."

שנים ארוכות חלפו עד שקלטתי שזו הבחירה שלי. הבנתי שאני בוחרת לתת לילדי לנהל אותי. אני בחרתי שלא לעמוד על שלי. חדרה בי ההכרה כי אני מוכנה למחוק את נוכחותי

לגמרי, כדי לזכות מילדי לאישור לקיומי ולהיותי 'אמא למופת'.

אני עדיין בתהליך עבודה, אבל אני מצויה במקום אחר. אני יודעת בבירור כי את האישור להיותי שווה ובעלת ערך אני מקבלת ישירות מאבי שבשמים. הוא המאשר את קיומי ללא תנאי, ולפניו אני אהובה, רצויה ומקובלת תמיד. מכך אני שואבת כח לעמוד זקופה מול ילדי ולהציב להם גבולות.

הפסיכולוגיה המערבית תרמה לכך את חלקה בגדול, בהציגה אותנו כקרבנות של העבר שלנו: "אילו ההורים שלי היו דוחפים אותי ללמוד ולא מוותרים לי – היה יוצא ממני משהו"; "אילו היתה אמי מטמיעה בי הרגלי אכילה נכונים, לא הייתי סובלת ממשקל יתר"; "אילו היתה המורה שלי נותנת בי אמון, הייתי אדם אחראי ומתפקד..."

העיסוק במחשבות של "אילו הייתי" משאיר את האדם תקוע בעבר המאכזב ומונע ממנו לבחור בחירות חכמות יותר בהווה. העיסוק בחרטות, בתחושת הכישלון, בהאשמת אחרים או בהלקאה עצמית, מסתיר מהאדם את העובדה כי הוא בוחר לא לבחור, ולכן אינו מחולל שינוי בחייו.

מול אנשי העבר נמצאים "אנשי העתיד" – הם מנהלים את העתיד בקפידה ועורכים תכנית מדויקת למאה השנים הבאות. אולם למרבה הצער תוך כדי כך הם מאבדים את הרגע הזה – והוא לא ישוב לעולם.

ה'עתידנים' טוענים כי לא ניתן לבחור מקצוע אם אין אפשרות לדעת מה יהיה מצב שוק העבודה בסיום הלימודים, ואין טעם לקנות דירה עכשו כי אולי תתנפץ בועת הנדל"ן... ואי אפשר

להנשא לאדם כשאין שמץ של מושג איך ייראו החיים לצדו. וכך, תוך כדי ספקות ולבטים, חולפות השנים...

הבחירה שלא לבחור היא החמצת החיים. האדם הבוחר לא לבחור אינו חווה שמחת חיים וחדוות עשייה. הוא נע כאדם הכבול בשלשלאות. מה יבוא לעזרתו? תורת ישראל נותנת לנו הדרכה ומעניקה לנו את הכח והאומץ לבחור.

ובחרת בחיים למען תחיה

"ובחרת בחיים"¹³⁵ – הפסוק הזה נמצא בפרשת נצבים שבסוף ספר דברים. משה רבנו, המנהיג והאב של עם ישראל, שליווה אותם מציאתם ממצרים בכל מסעותיהם המורכבים במדבר, ששמע את תלונותיהם והקשיב למצוקותיהם – עומד לסיים את חייו ולהפדר מהם. במעמד זה מנחיל להם משה את יסודות הבחירה.

ובחרת בחיים למען תחיה. פירושו של רש"י לפסוק זה יכול לשמש מקור של השראה וכח לכל מי שנמצא במלכודת של המנעות מבחירה. וזו לשונו: "אני מורה לכם שתבחרו בחלק החיים, כאדם האומר לבנו: בחר לך חלק יפה בנחלתי... ועל זה נאמר: 'ה' מנת חלקי, אתה [הקב"ה] תומיך גורלי.' הנחת ידי על גורל הטוב לומר: את זה קח לך."

דע לך אדם, הקב"ה תומך את הבחירות שלך, והוא הניח את ידך על כל בחירה שבחרת.

מובן שבעת שאתה בוחר, אתה בודק את הנתונים ושוקל את הצדדים השונים. אולם בסופו של דבר, מתוך מגוון האפשרויות

135 דברים ל, יט.

המותרות לבחירה, אתה בוחר את הבחירה שהקב"ה, בלי ידיעתך, כיוון אותך אליה.

אם הבחירה יצאה אל הפועל – משמע שהקב"ה תמך בה, שכן אין אדם נוקף אצבעו מלמטה אם לא הוכרו עליו מלמעלה. תודעה זו מאפשרת לנו לבחור שוב ושוב, מבלי להכנס למלכודת של חרטות, האשמות ופחדים, שהם הקרקע שעליה צומחת הבחירה לא לבחור.

סיפורו של יהודה:

תמיד התקשיתי להגיע להחלטה, לכל החלטה הקדמתי מערך שלם של שיקולים עד שסוף סוף בחרתי, אבל באופן קבוע - תמיד התחרטתי לאחר מכן על בחירתי, ונותרתי בתחושה של אכזבה והחמצה. חלפו שנים רבות עד שהבנתי כי הספקות והלבטים מקורם בתחושה הכוזבת שאני הוא הקובע את גורלי. התובנה הזו היתה עבורי בבחינת גאולה. איך יכולתי לחשוב שאני הוא מנהל העולם ואני הקובע את עתידי? איך יכולתי להוציא את הקב"ה מתמונת עולמי?

היום, כשאני עומד לפני הכרעה קשה, אני מזכיר לעצמי: אתה עושה כל מה שאתה יכול, אבל מה יקרה לבסוף – זה בידי ה', הנסתרות לה' אלוקיני. ומאז, במקום מתח ודאגה אני מרגיש סקרנות: מענין מה תהיה התוצאה. לאן יוביל אותי הקב"ה הפעם?...

הרב הירש בפירושו לפסוק "ובחרת בחיים" מוסיף לנו הבט להבנת מושג הבחירה: "אין אדם זוכה בחיים, בלא דעת, בלא רצון ובדרך 'מקרה'. יש צורך לרצות לבחור, להחליט לבחור אם רצונך בחיים."

הבחירה היא עצם החיים. בעת הבחירה אדם מממש את חרותו. הוא מפעיל את סדר העדיפויות שלו ואת סולם ערכיו, את

חלומותיו ואת הטעם האישי שלו. בחירה היא חווית חיים מענגת של ביטוי ומיצוי האני הגבוה של האדם.

לא להביט לאחור

קניתי רכב יד שניה והתברר שהוא פגום. איני יכול לסלוח לעצמי על שנפלתי בפח הזה. איך אדם חכם בן ארבעים מתרשם עד עיוורון מהמראה החיצוני של הרכב בלי לברר מספיק לגבי המצב המכני שלו? תמיד אני כזה, מתלהב מדי, תמים...

אולם כעת, הבחירה בידי אילו מסקנות להסיק מהבחירה האומללה שלי. האם אלקה את עצמי? האם אומר לעצמי שוב ושוב כמה אני פזיז וחסר דעת? האם אעניש את עצמי ולא אקנה רכב אחר במשך השנתיים הבאות?

... או אולי אעבוד על אהבת עצמי, עם הכישלון, עם הנפילה הכואבת, ואסלח לעצמי על היותי בלתי מושלם? אני הלכתי לקנות מכונית, אולם הקב"ה שלח אותי לקנות דעת אלוקית – תודה לך ה'.

למדתי מקצוע שאינו מתאים לי כלל, כי כל חברותי לכיתה נרשמו למסלול לימודים זה. השקעתי זמן יקר וממון רב, ועם סיום לימודי התברר לי שהמקצוע אינו מעניין אותי, ואינני מסוגלת לשבת שעות במשרד מול מחשב ולעבד אינספור נתונים. למה עשיתי את זה לעצמי? למה הייתי ילדותית כל כך?...

השאלה "למה" אינה שייכת ליהודי. "למה" – יאמרו הגויים... לכל השאלות הללו יש תשובה אחת: זה היה רצון ה'. העיסוק ב"למה" ובבחירות העבר הוא בבחינת "עבריינות" – יהודי חי בהווה. ברגע הזה הוא בוחר אם לחזק את הבחירה הקודמת,

וללמוד לאהוב את מה שהיא כוללת – או לבחור במסלול אחר ולצאת לדרך חדשה. אשרי העם ש"ככה" לו. יהודי יודע כי ככה בדיוק היו צריכים הדברים להיות... וכל שהיה – לטובה היה.

יהודי חי עם הפנים קדימה. גם הראש אינו יכול להסתובב לאחור באופן מלא, ויש בכך סמליות – עלינו להפסיק להביט לאחור. וכמאמר הפתגם, מי שמביט לאחור נעשה לנציב מלח. על הרשעים נאמר כי הם מלאים חרטות.¹³⁶ הבחירה היא חלק בלתי נפרד מהחיים! את היכולת לבחור אנו שואבים בכל עת מן הידיעה כי הקב"ה תומך את גורלנו [את בחירותינו].

ורד מספרת:

לאחר שסיימתי את לימודי ההוראה הרגשתי צורך בשנה של התרעננות לפני הכניסה לעבודת החינוך רבת האחריות. חיפשתי לעצמי עבודה קלילה שלא תדרוש ממני מאמץ נפשי גדול. במשך חודשים אחדים הייתי מחוסרת עבודה, והצטרכתי נואשות לפרנסה. בלית ברירה התחלתי לעבוד בחונכות עם ילדים הלוקים בפיגור קשה. כל בוקר הרגשתי כאילו הארנק הריק שלי גורר אותי בכח למקום העבודה הזה. קמתי מדי בוקר ליום נוסף של תסכול.

יום אחד, כשהגשתי לילדים ארוחת צהרים, שפך אחד הילדים מבלי להתכוון קנקן של מיץ על הרצפה. פניתי אליו בפנים זועפות וצעקתי: "למה? למה?"

חברתי לצוות צפתה בהתפרצות שלי בתדהמה, ואז אמרה לי: "אני מבינה שאת לא רוצה להיות כאן, אבל במה אשמים הילדים?"

המשפט שלה חדר עמוק ללבי. בלילה התהפכתי על משכבי ללא יכולת להרדם. פליטת הפה הזו גרמה לי להבין שאני

¹³⁶ "חיבור יפה מהישועה" לר' נסים גאון. "וכן הרשעים לא יפסקו מלהתחרט על מה שחלף בלי ליכות במעשים טובים, ולא יועיל להם זה ולא כלום."

עושה עוול בכך שבחרתי להיות במקום שאינו מתאים לי. החלטתי שכל עוד אני שם - אני שם... בלילה הוא בחרתי מחדש במקום הזה. זו היתה מתנת חי.

למחרת בבוקר נכנסתי לבנין בצעד קל ובשמחה בלב. התבוננתי על הילדים כאילו פגשתי אותם ברגע זה לראשונה. ראיתי אותם מחייכים, שמחים, נשמות טובות ויקרות של עם ישראל. הודיתי לה' שהביא אותי למקום הזה. לא כדי למלא את ארנקי מזומנים, אלא כדי למלא את לבי במעיינות של אהבה לילדיו של בורא עולם. למדתי לכבד את השונים ממני. נעשיתי סבלנית ומכילה הרבה יותר. זו היתה ההכנה הטובה ביותר למקצוע שרכשתי - כיום אני מורה אוהבת ומסורה לילדי כיתה א'.

תוצאות הבחירה אינן קשורות לכשרון, לניסיון או למזל, אלא לרצון ה' ולתכניות שלו עבורנו.

מסלול החיים של כל אדם כולל בחירות חוזרות ונשנות. בחירה ש'הצליחה' אינה מעידה על כשרון, ובחירה שאנו מכנים אותה כישלון או טעות אינה משקפת את החוסר הערך שלנו. אין טעות ואין כישלון בבחירה מוסרית. בחירה שיצאה אל הפועל מעידה שהיה זה רצון ה'.

כמובן, אין לשלול התייעצות וקבלת מידע לפני בחירות משמעותיות בחיינו, אולם כשאנו נועצים באחרים עלינו לעשות זאת בתודעה שגם הפנייה ליועץ מסוים, התשובות שקיבלנו ממנו, הדרך שבה הצגנו את העניין והמסקנות שהסקנו מן הדברים - כל אלו היו בחירות שלנו, וגם הן היו ברצון ה'.

מי שאינו מייחס לעצמו, לכוחותיו ולכישוריו את ההצלחות בחייו, אינו אמור לייחס לעצמו גם את מה שהוא מכנה כשלונות. אין ענין לחפש אשמים כשתוצאות הבחירות אינן תואמות את ציפיותינו.

כל ארוע בחיים, אחר שהתרחש הוא נתון, עובדת חיים. מנקודה זו בוחרים מחדש. עוסקים במה שהיה בעבר רק כדי ללמוד ולהשתפר.

הדברים הללו תקפים לכל הנושאים בחיינו, החל מקניית זוג נעליים וכלה בבחירת בן זוג, מקצוע או מקום מגורים. כל מה שהיה – מאת ה' היתה זאת, היא נפלאה בעינינו.¹³⁷

גם בחירות שלא הובילו לתוצאה הרצויה - הן רצון ה'

תומיך גורלנו

ומה באשר לבחירות בלתי מוסריות? הן חטא – שמשמעו החטאת המטרה. אבל גם הן אינן עושות אותנו רשעים או חסרי ערך. הן ציוני דרך המורים לנו על המקומות שעלינו לשוב בתשובה ולחשב בהם מסלול מחדש. אם מתברר לנו שרוח המקום אינה נוחה מהבחירה, תמיד יכולים אנו לבחור מחדש. אנו בוחרים לשנות את דרכנו ומקבלים הזדמנות לבחור בחירות טובות יותר. בכח השמימי של התשובה אפשר לתקן את העבר ואף להפוך זדונות לזכויות. כידוע לנו, אין הקב"ה חפץ במות הרשע, כי אם בשובו מדרכו וחיה.¹³⁸

137 תהלים קיח, כג.

138 יחזקאל לג, יא.

הקב"ה מלווה אותנו לאורך כל הדרך, "תומיך גורלנו". לפני הבחירה, בשעת הבחירה וגם לאחריה – הוא עוזר לנו ומלווה אותנו.

בשעה שאנו מחליטים לבחור, עלינו להשתדל לבחור בטוב, אך לא נאפשר לחשש מטעות או לפחד מכישלון לשתק אותנו. עלינו להיות חדורים באמונה כי הקב"ה אתנו לאורך כל תהליך הבחירה. כל שעלינו לעשות הוא להמשיך ולבחור, כי הבחירה היא תמצית החיים וקיומם.

ר' שמואל הנגיד, מראשוני ומחשובי המשוררים העבריים בספרד של ימי הביניים, מיטיב לבטא את אמת הדברים: בחירה אינה חטא, גם אם טעה האדם בשיקול דעתו והתוצאה היתה עגומה, שהרי אין כל דרך לנבא מראש איך יתגלגלו הדברים. האדם פעל כמיטב יכולתו בהתאם לנתונים שהיו בידו.

אֵין חֵטָא לְעוֹשֶׂה אֲשֶׁר לוֹ
 יִתְכּוֹן עֲצָתוֹ בְּנַפְשׁוֹ
 כִּי אֵין מְגַלֶּה לְאָדָם
 סוֹף מַעֲשָׂהוֹ-בְּרֵאשׁוֹ.