

אקרופוליס

מגזין בהוצאת
אקרופוליס החדשה
בית ספר לפילוסופיה
כדרך חיים

פילוסופיה
תרבות
התנדבות

גיליון מס. 76
מרץ 2019 – מאי 2019



קוראים יקרים,



ענת סלע

מהדורה אביבית זו עוסקת בהיבטים שונים של בחירה.

אומנם אנו עומדים לפני בחירות לכנסת, אך המאמרים והרעיונות במהדורה זו נוגעים לבחירות אחרות, חשובות לא פחות; בחירות המעצבות את הזהות שלנו, בחירות הקשורות לתפיסת העצמי, לחינוך עצמי ולשלטון עצמי. בחירה יומיומית אמיתית, לא בקל ובמידי, יכולה לסייע לנו לצמצם את הפער בין מי שאנו שואפים להיות לבין מי שהיינו היום.

מה אנו בוחרים להכניס לתודעתנו? איך אנו בוחרים להתייחס לאירועים בחיינו? ואיך אנו בוחרים לפעול? הרי אין לנו "שליטה" על מה שקורה, וכל רגע נתון מביא איתו הזדמנות לבחור.

מותה הפתאומי והטרגי של אורי אנסבכר הותיר אותי ללא מילים, אבל עם תחושה חזקה שעליי לתעל את הזרם האדיר של תחושות, רגשות ומחשבות שעולים בי, אל עבר האור והטוב שהפיצה בחייה. תשע עשרה שנים יפות ומשמעותיות היא הייתה

באן, ובשעות מרות ספורות עברה מכאן. מה נבחר לזכור?

אני מעריצה את הוריה ואחיה שבחרו בשעתם הקשה לאין שיעור לציין את האור ואת הטוב שהביאה, להעביר אותם הלאה, למען כולנו וגם למען זכרה. זוהי בחירה, חד משמעית, לא בקל ובמידי. בחירה קשה.

קשה היה גם לי, שלא הכרתיה אישית, לקיים את הבחירה הזו, ובכל רגע שעלו בי כעס, תסכול ואימה, כפיתי על עצמי כמעט באופן מלאכותי לזכור את חייה וללוות אותה באמצעות שיריה וחיוב הגלוי והחם. "הַתְּנַצְרִי מִעֶפֶר קוֹמִי, לְבָשִׁי בְּגָדֵי תַפְאֶתֶךָ", שרו לה אוהביה, מתוך הפיוט "לכה דודי" של ר' שלמה הלוי אלקבץ. שירה כואבת זו היא בעיניי כסולם בין המופע הארצי שאיננו עוד, לבין משהו אחר – שכל אחד ייתן לו שם כרצונו – והוא אינו ארצי ואינו מתכלה.

נבחר נא בטוב, נבחר בחיים.

שלכם,

ענת סלע,
הוצאה לאור

אקרופוליס אביב 2019 תוכן עניינים

4 פילוסופיה לחיים
רונן חלבי

26 עצרי בצד
עפרה בהרב

10 אל תהיה צודק - היה חכם
קרן יוספאן

32 נעורים, אמנות הניזוט בזמן
טיירי אדה

16 שינוי באדם ובחברה

36 הרהורי שחרור מהכלא
רעות פרידמן

22 הרצאות נבחרות

42 לא נפרדת מעמוס עוז
ענת סלע

24 קורס פילוסופיה כדרך חיים

מנהלת הוצאה לאור:

ענת סלע

עורכת העיתון:

רעות פרידמן

עיצוב גרפי: **עפרה בהרב,**

ענבל בורד, ליטל כספין,

דורית מימון, שי פארן

עריכה לשונית:

יפעת קלוגר

הגהות: **יסמין פימנטה**

עיתון אקרופוליס החדשה,

עמותה ללא מטרת רווח

מספר 0-144-58-012

רשיון עמותה מספר 5222

כתובת דואר אלקטרוני

של המערכת: **magazine@**

newacropolis.org.il

תוכן המאמרים והמודעות

בעיתון על דעת הכותבים

ועל אחריותם בלבד

והתמונות מארכיון

אקרופוליס החדשה.

www.newacropolis.org.il



איור השער:

ענבל בורד, שי פארן



רונן חלבי

צילום: ליטל כספין

הַעֲדַתִּי בָכֶם הַיּוֹם, אֶת-הַשָּׁמַיִם וְאֶת-
הָאָרֶץ--הַחַיִּים וְהַמּוֹת נָתַתִּי לְפָנֶיךָ, הַבְּרָכָה
וְהַקְלָלָה; וּבַחֲרָתְךָ, בַּחַיִּים--לְמַעַן תַּחְיֶה,
אֶתָּה וְזַרְעֶךָ. (דברים פרק ל', פסוק י"ט)

פילוסופיה לחיים | רשימה מספר 7

במהלך שתוצאתו ידועה מראש ואין בו ממש בחירה רצונית? ובתוך כך, האם בחירה אפשרית לצורות חיים אחרות? האם בעלי חיים יכולים לבחור?

אם אנו מייחסים את אקט הבחירה ליכולת לפעול פעולה אחת מתוך הרבה אפשרויות, אז לכאורה כן. בעלי חיים "בוחרים" בהתנהגויות מסוימות על פני אחרות במהלך כל חייהם. אבל אם אנו רואים בבחירה קודם כל ולפני הכול את היכולת לברר ולבדוק ומתוך כך להחליט באופן רצוני על הרצוי ביותר, אזי יכולת הבחירה קשורה לאדם ולאדם בלבד.

במובן מסוים אפשר לומר שכל צורות החיים שאינן אדם, שאנו מכירים, פועלות באופן מלא בהתאם לטבע שלהן ובמובן זה אין להן יכולת בחירה. גם המהלכים שיכולים להראות

ברוח הזמנים הנוכחיים, רגע לפני בחירות נוספות לכנסת ישראל, חשבתי שיהיה מתאים לשתף במחשבות פילוסופיות על האפשרות של בחירה.

על פי מילון אבן שושן המילה בחר מתכוונת ל: "ברר, בדק וקבע את הרצוי ביותר..". בהמשך ההגדרה המילונית הזאת נמצא הציטוט שמופיע למעלה מספר דברים, פרק ל' פסוק י"ט.

שאלת יכולת הבחירה של האדם ומשמעותה היא אחת משאלות היסוד בהן עוסקת הפילוסופיה.

מדוע? משום שהיא מחזיקה בתוכה את השאלה על החופש של האדם.

האם אדם אכן יכול לבחור? לברר ולבדוק ולקבוע את הרצוי ביותר עבורו באופן חופשי, או שלמרות מראית העין של תהליך זה, מדובר



כבחירה קשורים למימוש לא רצוני של הטבע הטבוע בהם באמצעות מנגנונים של אינסטינקט.

רק האדם עומד בפני האפשרות של הכרה בעצמו ובעולם, והכרה זאת מביאה אל פתחו את היכולת לבחור בחירה חופשית כיצד יפעל.

אבל השלב האנושי, אינו שלב קבוע וסטטי. האדם הוא יצור מורכב ומכיל בתוכו מעגלי זהויות רבים המהווים סוג של מנעד מן החייתי ועד האלוהי. ככזה הוא יכול לפעול כבעל חיים, כלומר במכאניות, באוטומט מתוך מנגנוני ההישרדות האינסטינקטיביים שלו, או שהוא יכול לקחת בחשבון שיקולים נוספים: שקשורים לרגשות שלו, למחשבות שלו או אולי אף לערכים ואידאליים שהוא מבקש לממש בחייו.

למעשה הפילוסופיה בסגנון הקלאסי, מכירה בעובדה שהאדם הוא צורת חיים שנמצאת באבולוציה. ראשית דרכו מאופיינת בחוסר הכרה מלא של עצמו והעולם, שלב שהפילוסוף המהולל אפלטון תיאר כחיי שבי בתוך מערה אפלה ובמזרח כינו אשליה, והמשכה גילוי אפשרי של זהותו העמוקה יותר, של מה שמסתתר מחוץ למערה ומעבר לאשליה.

הפילוסוף, אוהב החוכמה, מכיר במסע של האדם אל הכרת עצמו ומבקש לממשו.

האהבה לחוכמה היא הדרך שלו כדי להגיע לעצמו. החוכמה מכילה עדויות, והנחיות ולימוד, שכל מי שמוכן להתעמת עמו ימצא מה שמצאו החכמים, את עצמם, את טבעם ואת מקומם בטבע העולם.

באופן מעניין, עבודת יסוד בתוך תהליך ההתפתחות של האדם, של

עלייתו בסולם, קשורה לצורך לתרגל באופן מתמשך בחירה. למעשה בכל רגע ורגע ניצב בפני האדם ההכרח לבחור, בחירות קטנות ובחירות גדולות יותר. הוא עושה זאת בדרך כלל בלי משים וככל שהוא ער יותר ובהכרה, כך גם הוא מכיר ומודע לבחירותיו.

החלק המסתורי בתהליך זה מעיד על כך שהאדם "המואר" שהגיע למימוש מלא של הפוטנציאל שלו למעשה בחר להתמסר באופן מלא לטבעו ובכך להיות כשאר צורות החיים ביקום, המתמסרים לטבעם, אבל הוא עושה זאת כשיאו של תהליך שתכליתו כיבוש עצמי ומתוך בחירה.

אבל אנו לא שם. כפילוסופים אנו מכירים בכך שיש מציאות ואמת אובייקטיביים אבל גם יודעים בצניעות שאנו לא יודעים אותם. זה שולח אותנו לתהליך מתמשך של ניסיון לחיות את חיינו תוך שאנו מבקשים לגלות שוב ושוב מהו סובייקטיבי ומוגבל ואשלייתי ומה רחב יותר ויש בו יותר אמת.

הפילוסוף שואף לאמת, שואף לחיות את האמת וחיוו הם חיים של ההתמודדות והרפתקה, של דחיקת גבולות ההכרה שלו ולכן של יכולתו לבחור נכון יותר.

אם נחזור לציטוט מספר דברים, כעת אולי ברורה יותר המלצת הדובר: ובחרת בחיים..

אפשר לחשוב: מדוע בכלל יש לומר אמירה זאת? מי יבחר בין קללה וברכה בקללה? בין מוות וחיים במוות? איש לא יעשה זאת אולי במודע, אבל לא פעם אנו עושים זאת ללא הכרה. הכיצד?

אם הקללה והמוות הם סמל לאינרציה, לחוסר תנועה במובן הפנימי שלה, לזהויות הנמוכות הקשורות למנגנונים האינסטינקטיביים שלנו, אלה אשר בכל פעם שאנו פועלים מתוך הזדהות עמן אנו למעשה לא בוחרים - אז יתכן שאנו זקוקים לתזכורת והמלצה לבחור בברכה ובחיים.

בספר דברים, הפסוק הבא, פסוק כ' משלים את ההיגיון הזה בשפה שלו: כ לֹא־הִבָּחָה אֶת-יְהוָה אֱלֹהֶיךָ, לְשֹׁמֵעַ בְּקִלּוֹ וּלְדַבָּקָה-בּוֹ: כִּי הוּא חַיִּידָּ, וְאֶרֶץ יִמִּידָּ-- (דברים פרק ל', פסוק כ')

כלומר על פי השפה וההיגיון הפנימי של הדובר, לבחור בחיים אומר לאהוב את אלוהים, לשמוע בקולו ולדבוק בו. כי שם החיים.

פילוסופית יש כאן בדיוק מה שנאמר לעיל, כדי לחיות לא מספיק לשרוד, צריך לבחור לגדול להתרחב, לדחוק את הגבולות של האנוכי שלי ולשאוף לגלות את אלוהים ולדבוק בו. אלוהים הוא סמל למציאות האובייקטיבית, לחוקים של העולם, לאמת.

רק אדם שמעז להתמודד עם מה שנמצא מעבר לאינסטינקטים שלו, לסובייקטיבי שהוא, מגלה את החיים במלוא עומקם ויופיים.

מסתבר שהאפשרות הזאת היא בכלל לא מובנת מאליה, צריך האדם לחקור ולברר ולגלותה ולבחור בה!

באופן קונקרטי יותר, להלן מספר המלצות לפילוסוף המתרגל בחירה:

מה אתה מבקש לבחור?

הגדרת נושא הבחירה מאוד משמעותית ולעתים מגלה רמות נסתרות של משמעות. לכן בהירות חשובה כדי להתחיל ולסיים תהליך

של מחקר וברור בשאיפה לבחירת הרצוי ביותר. בבחירת מקום עבודה למשל, האם יש בעיקר שאלה של פרנסה, רצון להנאה, מימוש עצמי, או רצון לבטא אידאל שאנו רוצים לקדם בעולם? כל תשובה שולחת לשדה אחר של מחקר ובדיקה.

מי בוחר?

מכיוון שהאדם הוא יצור מורכב ומכיוון שיש עמו זהויות רבות, כדאי לשים לב מאיזה מקום ומי מבקש לבחור. בבחירת מקום העבודה בדוגמה שלעיל, מי בוחר? הרצון להיות נאהב באישיותי? הרצון להיות נינוח באישיותי? המקום שמבקש הרפתקה וסיכון באישיותי? המקום הערכי שמבקש להיות מוביל של חיי? או אולי הוריי, או חבריי בוחרים? (קולות ההשפעה החברתית שהפנמתי).

המקום והזמן

נסה לא לבחור באופן אימפולסיבי ותחת לחץ. מציאת המקום והזמן לבחור חשובים מאוד ולא פעם יכולים להשפיע על מהלך הבחירה.

לא מתוך פחד

שים לב לא לתת לפחדים שונים להוביל אותך בבחירה שלך. הפחד מזמן לך מידע מועיל, קח אותו בחשבון אבל אל תחליט ממנו. בחירות שנעשות מתוך פחד הן בחירות קטנות שלא יכולות לקחת למקומות גדולים.

עם אהבה

נסה לבחור עם לב ער ואוהב. אל תסתמך רק על הראש שלך ועל הרגשות שלך, בדוק מה ליבך אומר והעז להקשיב לו.

אל תפחד לטעות

לעתים קרובות קשה לבחור בשל הפחד לטעות. פעם זה מעכב ואף

למעשה בכל רגע ורגע ניצב בפני האדם ההכרח לבחור, בחירות קטנות ובחירות גדולות יותר. הוא עושה זאת בדרך כלל בלי משים וככל שהוא ער יותר ובהכרה, כך גם הוא מכיר ומודע לבחירותיו.

אדם גדול מעז
לחשוב ולבחור
מתוך הזדהות עם
תהליך ארוך טווח
ולא מתוך רצון
לקבל עונג מהיר
כאן ועכשיו.

יכול להביא לשיתוק. אי אפשר באמת לגדול ולהתפתח בלי להעז לבחור ובלי לקבל את האפשרות שתהיינה טעויות בדרך. טעויות מסמנות למידה, לא יותר מכך.

כוון פנימה ולמעלה בכל האפשר
ככל שהשיקולים שאתה לוקח לפני בחירה הם פנימיים יותר וגבוהים יותר ופחות תלויים במבט השטחי, הנראה של העולם ועצמך, הסיכויים שבחרת נכון גדולים יותר. זכור, החשוב ביותר הוא סמוי מן העין.

מבחן הזמן
אל תבחר בחירות שרואות רק את קצה אפך. המסע של האדם הוא ארוך ומתמשך. אדם גדול מעז לחשוב ולבחור מתוך הזדהות עם תהליך ארוך טווח ולא מתוך רצון לקבל עונג מהיר כאן ועכשיו.

כאב או אינטליגנציה?
הבודהה הגדיר שני מנועים של צמיחה של האדם: כאב ואינטליגנציה.

בדרך כלל בוחר האדם מתוך רצון להימנע מכאב, מתוך כאב, בעזרת כאב. הוא זקוק לכאב כדי ללמוד וכדי לנוע, לעתים אף לכאב גדול. יש אפשרות לא לחכות לכאב וללמוד מכאבים של אחרים, מניסיון חכמי האנושות ולבחור בעצתם. התוכל לעשות זאת?

האם לכל המחשבות הללו, על אפשרות הבחירה בחיים של אדם, יש קשר גם לבחירות לכנסת ישראל הממשמשות ובאות?

אני סבור שכן, קשר ישיר ועד. אבל יבחר כל אחד מכם וישיב במיטב יכולתו.

בחירות טובות!
וְכַחֲרָךְ, בְּחַיִּים--לְמַעַן תִּחְיֶה,
אֶתָּה וְזַרְעֶךָ

שלכם,
רון חלבי
מנהל אקרופוליס החדשה בישראל.

עקרונות אקרופוליס החדשה

אקרופוליס החדשה היא תנועה של אנשים החולמים על עולם טוב יותר, המתחיל קודם כול ולפני הכול באדם טוב יותר. אדם זה נמצא בתוך כל אחת ואחד מאיתנו - זה המבקש לגעת בחיים, לראות את האחר ולחזור לידיעה הפנימית שאנחנו חלק ממשהו רחב יותר.

המילה "אקרופוליס" משמעה "העיר העליונה" - אותו חלק גבוה בערי יוון העתיקה, המסמל את החלק הגבוה באדם (בדומה לקונספט של "ירושלים של מעלה"). בכולנו יש ערים "נמוכות" - מקומות של אגו ונפרדות, אבל בכולנו יש גם מן הערכים האוניברסליים - הטוב, הצדק, היופי, האומץ והאמונה. אנו מאמינים שהעולם היום זקוק למידה רבה יותר של "ערים עליונות" כאלו-אשר אינן בנויות מאבן, אלא מבני אדם המחפשים להכיר את עצמם ולגלות מחדש את הקשר הנסתר שמחבר אותנו זה לזה, לטבע ולמורשת האנושית.

אקרופוליס החדשה היא ארגון בין-לאומי ללא מטרות רווח, מאז 1957, הקיים ביותר מ-60 מדינות, ופועל לאורם של 3 עקרונות מרכזיים:

אחוזה

קידום אידיאל של אחווה בין-לאומית המבוססת על כיבוד המעלות האנושיות, ללא הבדל של גזע, מין, תרבות, דת, מעמד סוציאלי וכדומה. הברתי היום, יותר מתמיד, לחפש ולראות את מה שמאחד בינינו על פני מה שמפריד בינינו והופך אותנו לשונים, לכאורה. האידיאל האנושי הוא אוניברסלי, חוצה גבולות ומדינות. הוא מבקש מאיתנו להתעלות מעבר לזהויות הזמניות והמפרידות, שבהן אנו נאחזים, תוך כיבוד ההבדלים המייחדים אותנו, המרכיבים את הצבעים השונים בקשת הצבעים האנושית.

ידע

טיפול אהבת החכמה דרך הלימוד ההשוואתי של הפילוסופיות, הדתות, המדעים והאמנויות, במטרה לקדם את הידע על האדם, על חוקי הטבע ועל חוקי היקום.

בעולם שבו הידע נגיש אך גם עלול להטביע אותנו במילים, ברעיונות ובדעות, חשוב לזהות את הידע המהותי של המסורת האנושית, העתיק כאנושות עצמה. ידע זה נוגע בצורך שהיה לאדם מאז ומעולם להבין את מהותו ואת המציאות סביבו. דרך לימוד של מקורות חכמה שונים, המביאים זוויות שונות של הסתכלות על המציאות, ניתן לראות בצורה בהירה יותר את הפאזל כולו, ולא רק את חלקיו השונים.

התפתחות

פיתוח הטוב ביותר שבפוטנציאל האנושי, תוך קידום הגשמת האדם כפרט ושילובו בחברה ובטבע, כגורם אקטיבי ומודע למען שיפור העולם. אנו מבינים כי התפתחות מאוזנת ומקיפה של עצמנו, ומימוש התכונות הטובות ביותר של הטבע האנושי שלנו, הם ככל הנראה הערובה היחידה להתקדם לעבר עולם טוב יותר. בכולנו יש פוטנציאל עצום של מעלות, אך ככלל, רובו נותר חבוי. לכן אנו רואים את ההתפתחות הפנימית כהכרח מרכזי - המתחיל בהשגת הרמוניה בין המחשבה, הרגש והפעולה, ומוביל לחיים מאושרים יותר.

סניפים בישראל

סניף באר שבע
עולי הגרדום 12
054-5826732

סניף חיפה
אלחנן 16
04-8381610

סניף ירושלים
הנשיא 4, קומה 1
02-6221399

סניף כפר סבא
וייצמן 89
09-7665799

סניף כרמיאל
ערבה 9
054-2182202

סניף קרית
דפנה 3א', קרית ביאליק
04-8402660

סניף ראשון לציון
תרמ"ב 22
03-9561002

סניף תל אביב
סלומון 7
03-5104426

www.newacropolis.org.il
info@newacropolis.org.il

פילוסופיה

תוכנית לימודים אחידה בכל סניפינו ברחבי העולם שמקורה בלימודים שהתקיימו בבתי ספר של חכמה בתקופות שונות בהיסטוריה.

תרבות

אנו יוצרים אמונות ועוסקים בה ככלי על מנת לגעת בלבותיהם של האנשים, לעורר ולהזכיר לאדם מיהו ומה הוא יכול להיות.

התנדבות

קבוצת המתנדבים שלנו מקיימת פעילויות למען הסביבה והקהילה, המתבססות על ערכי הנדיבות, הסובלנות והאחוזה. גם מי שאינו חבר באקרופוליס מוזמן להצטרף לפעילויות השונות.



אל תהיה צודק – הֵיָה חכם...



קרן יוספאן

עיצוב: שי פארן,
ליטל בספין

דמיינו סיטואציה: שתי מכונות נוסעות במהירות במקביל זו לזו. האחת מתקדמת מהר יותר, פותחת פער של עשרה מטרים וחותרת את הנתב של המכונה השנייה. הנהג של המכונה הנחתכת לוחץ על דוושת הבלמים וצופר בכל הכוח.

לאחר כמאה מטרים שני הנהגים מגיעים לרמזור אדום, נעמדים זה לצד זה, פותחים את דלת הרכב, יוצאים ממנה ו... מה קורה אז?

אני מניחה שרבים מאיתנו משערים שהסיום של הסיטואציה לא יהיה מלבב במיוחד. אנחנו נדמיין איך הנהג הנחתך יוצא מהאוטו סמוק פנים, טורק את הדלת, מגדף, עיניו מזרות אימה, מתקרב באיום לנהג החותר, "מברך" את אמו, כולו חדור חמת זעם ותחושת צדק עליונה על העוול העצום שנגרם לו.

והנהג השני? במקרה הטוב, מצטדק: "מי ראה אותך בכלל!?!". אבל ברוב המקרים, תוקף בחזרה. למה? כי "הבא להורגך השכם להורגו", - זוהי ההגנה הטובה ביותר. השאלה רק על מי ועל מה אנחנו חושבים שאנו מגינים?

אבל נחזור רגע לדרמה שלנו טרם סיומה, האם אפשר לחשוב על דרכים אחרות לסיים אותה? האם יהיה זה כה מופרך לדמיין שני אנשים יוצאים מהמכונות, ולאחר דין ודברים קצר, מנומס ולא תוקפני, אולי אפילו הבעת התנצלות, לוחצים ידיים וחוזרים למכונות כשהם חכמים יותר?

מה עדיף? להיות צודק או להיות חכם?

התשובה המתבקשת - ושגם נשמעת טוב יותר - היא להיות חכם, אך בפועל, בסיטואציות כמו אלה המתוארות, אנו בוחרים באפשרות הראשונה, המיידית, האינסטינקטיבית, המלחמה על הצדק שלנו.

אבל מהו הצדק הזה אם לא ראייה אנוכית, סובייקטיבית, הנובעת מתוך האגו המצומצם שלנו? הראייה שלנו את המציאות היא לרוב חד-צדדית, חסרת פשרות, המעמידה עקרונות מעל לבני האדם.

הרי איננו מתהלכים בעולם כשבידינו מאזני הצדק. הצדק המוחלט הוא מעלה אובייקטיבית הקשורה ליכולת הבחנה מוחלטת בין טוב לרע, יכולת שבני האדם לא ניחנו בה. הצדק שאנחנו דורשים הוא אישי ומצומצם, קשור לנטיות לבנו, לאופן שבו גידלו אותנו ולמצב הרוח שקמנו איתו בבוקר.

הטעות האנושית אינה נובעת מן הצדק אלא מרדיפת הצדק, כלומר מיומרה קיצונית לדעת את האמת (שלנו!) ולכפות אותה על אחרים.

רצוננו להיות צודקים, "לנצח", גורר אותנו למלחמות התשה עם הסובבים אותנו, מוציא מאיתנו את החלקים החייתיים, האינסטינקטיביים. אין מנצחים שם, רק אנשים מובסים עם אגו מנופח.

הכעס מרחיק אותנו וגורם לנפרדות - מהאדם שנמצא איתנו בסיטואציה ומעצמנו. כעס הוא דבר מצמצם, המונע את האפשרות שלי להתרחב אל עבר האחר. רבי נחמן מברסלב אמר

שבשעת כעס אדם מאבד את הקשר אל נשמתו, וכך אנו מאבדים את החיבור אל האני האמיתי, אל הנעלה שבתוכנו. כולנו בוודאי מכירים את תחושת הפיצול והכאב המגיעה פעמים רבות לאחר שאיבדנו את עשתונותינו; אולי יצאנו כשידנו על העליונה אך עם טעם מר בפה.

והרי אמר יהודה עמיחי: "מן המקום שבו אנו צודקים לא יצמחו לעולם פרחים באביב."

המהות של האדם והאתגר שלו הם היכולת להזדהות עם החלקים הגבוהים והעדינים בתוכו, ולהצליח לשלוט על "החיה".

את זאת אי אפשר לעשות על ידי אינטלקט מפותח. החוכמה שבה עסקינן אינה דורשת תוספת ידע, אלא תוספת של הכרה.

החיים מזמנים לנו שלל התמודדויות - מצבים של חוסר הרמוניה, נסיבות שאין לנו שליטה על קיומן - אך החופש הגדול של האדם הוא לבחור כיצד הוא מגיב לנסיבות.

להיות חכם משמע להכניס הכרה בכל סיטואציה שאני נמצא בה, אם יזמתי אותה ואם לאו. להכניס מרווח בין מה שמתרחש לבין התגובה שלנו אליו, ולשבור את המעגל הסגור של גירוי - תגובה, גירוי - תגובה. לא סתם אומרים לנו לספור עד עשר בשעת כעס, כי אז נוצר שם חלל, ולחלל נכנסת הכרה, והיא גורמת לי להאט, להירגע, להתבונן "מבחוץ" על מה שקורה, להפוך את התגובות האינסטינקטיביות לפעולה מחושבת.

כשאנו מגיבים באוטומטיות, אין שם באמת חופש בחירה, אלא ציות עיוור לאינסטינקט.

האינסטינקטים שלנו חשובים וטובים למטרות הישרדות וכל עוד הם באים להגן על חיינו הפיזיים, אך רוב הטרגדיות מתרחשות כשהאינסטינקטים משתלטים על העולם הרגשי שלנו.

אפשר להשוות את ההבדל בין הציות לאינסטינקט לבין הבחירה בהכרה - להבדל בין לחימה לבין אומנויות הלחימה המסורתיות. אנחנו יוצאים למלחמה כי אנחנו צודקים ורוצים לנצח בקרב ולהביס את היריב.

המלחמה ניזונה ממצבים של חוסר הרמוניה ונפרדות, לעומת אומנות הלחימה המבקשת להימנע ממצבים כאלה, ומטרתה לפתור סיטואציות בצורה הרמונית וללמד את לוחמיה שיקול דעת, גמישות פעולה, פתיחות לב ומחשבה.

החוכמה אינה לנצח בכמה שיותר קרבות, אלא לנצח בלי קרב. ואם נחזור לנהגים הזועמים שלנו: ויתור קטן, מחילה על הכבוד והנפת יד חברית יוכלו למנוע הסלמה ולזכות אותם בניצחון אנושי אמיתי.

"שדה הקרב", או "הכביש" של אומנויות הלחימה, הוא הדוג', אולם באימונים, האדם שאיתו אני מתאמנת איננו היריב שלי שאני רוצה להכריע, אלא בן הזוג שלי ללמידה ולהשתפרות. האם נשכיל להתייחס כך לכל אדם שאנו פוגשים? האם נשכיל לראות בהם בבואות של עצמנו?

הטעות האנושית
אינה נובעת
מן הצדק, אלא
מרדיפת הצדק,
מיומרה קיצונית
לדעת את האמת
(שלנו!) ולכפות
אותה על אחרים

זה מבקש מאיתנו
 "להסתכל על
 האנשים בעיניים
 של אלוהים",
 לדעת שכל אחד
 נמצא בעיצומו
 של איזשהו קרב
 ומנסה לעשות
 את הכי טוב
 שהוא יכול

הנזירה פמה צ'ודרון כותבת בספרה
 "תרגול של שלום" שמלחמה ושלום
 נולדים בלבבות של בני האדם,
 ומלחמה מתחילה כשאנחנו מקשיחים
 את לבנו. הגדרה טובה של שלום
 תהיה "ריכוך הנוקשות שבלבנו",
 והיא מוסיפה שאילו יכולנו לראות את
 העולם ממעוף הציפור והיינו מביטים
 מטה על כל חילוקי הדעות, היינו
 רואים שלסיפור יש תמיד שני צדדים,
 וכל אחד מהם בטוח שהוא צודק.
 לכן הפתרונות חייבים לבוא משינוי
 הגישה ומריכוך הנוקשות בלבנו
 ובמחשבותינו.

להיות חכם משמע לתת באומץ
 מקום לחמלה ולאהבה תחת השנאה
 וההפרדה. זה מבקש מאיתנו "להסתכל
 על האנשים בעיניים של אלוהים",
 לדעת שכל אחד נמצא בעיצומו של
 איזשהו קרב ומנסה לעשות את הכי
 טוב שהוא יכול, אבל מכיוון שהוא
 לא מושלם, בדיוק כפי שאנו איננו
 מושלמים, לא תמיד זה מצליח...

אני עומדת ברמזור. עוד לא הספיק

האדום להפוך בהחלטיות לכתום,
 וכבר אני שומעת מאחוריי צפצוף
 ארוך, חסר רחמים, המאיץ בי לחוץ
 על דווש הגז. יש אנשים בעלי יכולת
 חמלה מפותחת, שמצפצפים מין
 צפצוף קטן כזה, שנועד לזרז, אבל
 רוב הצפצופים הנשמעים הם כאלה
 שנועדו להתרות: "אני מרכז הקיום
 כרגע, פני לי את הדרך!"

מי שביקר בהודו מכיר את חווית
 צפצופי המכוניות והריקשות הבלתי
 נגמרת.

חברה שגרה בהודו מזה מספר שנים
 סיפרה לי שהצפופים האלה הם
 שפה, וכי הם ממש מדברים זה עם זה
 בצפצופים, והיא לאט לאט מתחילה
 לפענח מה מביע כל צפצוף. ואכן,
 אחרי שהחושם נרגעים מהמתקפה
 עליהם, הצפופים בהודו נשמעים
 כמו שיחה עליזה ובלתי פוסקת בין
 כל הנהגים. השיחה הזו היא פעולה
 שיוצרת תקשורת, ניסיון לאחד בין
 אנשים, ואילו צפצוף אגרסיבי יוצר
 אלימות ונפרדות. מה נבחר לייצר?

פלמינגו היא חברת פתרונות
 תוכנה מבית אקורפוליס
 החדשה בישראל המספקת
 מערכות ניהול מידע מתקדמות
 מאז 2016.

המומחיות שלנו היא ההבנה
 העמוקה של הצרכים
 והתהליכים בעסק שלך ומתן
 מענה מותאם בדיוק למידות
 שלך בזמן קצר מבלי להתפשר
 על האיכות.

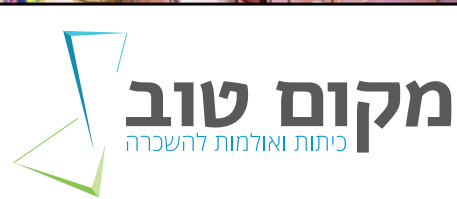
צוות המומחים שלנו כולל
 מנתחי מערכות, מתכנתים
 ומנהלי שרתים שעובדים יחד
 כדי לתפור את החליפה
 המושלמת עבור העסק שלך
 תוך מתן דגש על מקצועיות,
 אמינות ואנושיות.



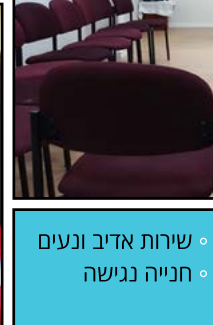
פלמינגו פיתוח מערכות בע"מ

לפרטים נוספים :

רן לוינשטיין | 054-5826732 | ran@flamiingo.com



- מגוון כיתות ואולמות
- לובי וקפיטריה
- מחירים אטרקטיביים



- שירות אדיב ונעים
- חנייה נגישה

מקום טוב הינו מרכז להשכרת
 כיתות ואולמות למגוון פעילויות:
 הרצאות, הדרכות, טיפולים, קורסים,
 חוגי תנועה, אירועים קטנים.

מרכז צעיר ודינמי באווירה
 מיוחדת ומקצועית, הממוקם בלב
 תל אביב.

סלון 7 ת"א | 054-2407222
 f | www.makomtov.org.il



מה הקשר בין רוח, פילוסופיה והתפתחות? יום הפילוסופיה הבינלאומי באקדמיה החדשה נחגג השנה בסימן 150 שנים להולדת מהאטמה גאנדהי. במוקד השיח המרכזי עמד נושא החופש והשלטון העצמי באדם ובחברה. במהלך האירוע התקיים פאנל שכלל רעיונות תאורטיים לצד הצעות פרקטיות ליישום, בדרך לקידום ההתפתחות של האדם והחברה לקראת חירות אמתית ופריחה רוחנית.

רונן חלבי, מנהל אקדמיה החדשה בישראל, פתח בתיאור הגישה הפילוסופית לחיים, כפי שמתרגלים אותה בסניפי אקדמיה החדשה בארץ ובעולם. גישה זו מבוססת על הפילוסופיה העתיקה. הוא דיבר על מהפכת המידע והעולם הגלובאלי, אשר הולכים בכיוון של העמקת הסדקים, נפרדות הולכת וגדלה, פיצולים בתוך הדתות וביניהן, זרמים בתוך גושי מדינות וגם בארצנו. דבריו היוו רקע והקדמה לשאלה המרכזית בה דנו חברי הפאנל: כיצד הגענו למקום הזה ומה ניתן לקדם, אם בכלל, באמצעות גישה פילוסופית לחיים?

נועם שרון, מנהל הוצאת אדם-עולם ומתרגמו של הספר "שלטון עצמי"

פילוסופיה

Y
O
M
A



בתמונה, מימין: נועם שרון, פייר פאולין, פרננדו שוורץ.

שינוי באדם ובחברה

קטעים נבחרים משיח שהתקיים ביום הפילוסופיה הבינלאומי בתל אביב.

של גאנדהי, פתח בתיאור המפגש הראשוני שלו עם כתבי גאנדהי והחיבור המיידני והעמוק שחש אל המנהיג ומשנתו. "מהרגע הראשון פגשתי משהו שהדברים שלו מזיזים בתוכי רגשות ותחושות שחסרו לי. אני זוכר שהקשבתי להרצאות והאוזניים שלי היו כמו רדאר, פתוחות לקלוט הכל ואני לא הבנתי איך כולם סביבי לא משתגעים ממה שהם שומעים."

נועם יצא למחקר מעמיק בעקבות כל כתבי גאנדהי, החל מהיומנים שכתב בגיל 17. כך הגיע להחלטה לתרגם לעברית את הספר "שלטון עצמי". ד"ר שמעון לב, מומחה לגאנדהי ולתרבות הפוליטית של הודו נרתם להיות העורך המדעי וכך בסופו של תהליך ארוך שנים יצא הספר לאור.

ספר זה הינו ספר ההגות הפוליטי היחיד שכתב גאנדהי, למרות שכתב הרבה מאוד במהלך חייו: עיתונים, מאמרים, יומנים ואלפי דפי כתיבה. שלושה רעיונות מרכזיים עולים מתוך הספר:

1. תפיסה של אחריות מוחלטת. היהודים טענו שהאנגלים עושים ובוזזים אותם. גאנדהי כיוון אותם להפנות את המבט לאחריותם שלהם, לשיתוף הפעולה שהפך את הודו לקולוניה בריטית.
2. ביקורת על תרבות המערב. גאנדהי ביקש לחבר את היהודים לתרבות הודו וערכיה, כרכיב בסיסי בשאיפתם לעצמאות אמיתית.
3. כוח האהבה, כוח הנשמה, בניגוד לכוח הגס, לאלימות. האמצעים חייבים להיות תואמים את המטרה. אם הודו

תשחרר באלימות, היהודים שישלטו בה אחר כך יהיו גם הם אלימים. אם אתם רוצים שלטון עצמי – יש לשחרר את הודו בדרך של שלטון עצמי.

פייר פאולין, צלם, פילוסוף ומייסד אקרופוליס החדשה בישראל, הציג את ספרו "אחרי הנפילה – ההיסטוריה נמשכת".

פייר סיפר על שאיפתו ארוכת השנים למצוא דרכים לחבר בין עקרונות פילוסופיים לחיים היומיומיים. הוא תיאר את "הנפילה" עליה הוא כותב בספרו, איבוד המשמעות, איבוד האמונה ביופי ובטוב, באמת ובצדק. "אנשים למדו לשרוד", אמר, "אבל איבדו את התקווה לחיות".

על אף ששם הספר נושא מסר של כאב, הוא מכיל דווקא מסר של תקווה כי אחרי הנפילה, תתאפשר התרוממות מחדש. הערך האנושי, המעלה אנושית, מהות האדם והאחריות הבלתי נמנעת הנובעת ממהות זו תחזיר את החיים לכלל האנושות.

פרננדו שוורץ, אנתרופולוג, פילוסוף ומייסד אקרופוליס החדשה בצרפת, הציג את ספרו האחרון, "פרסאוס, לוחם השלום".

ספר זה נולד מתוך עבודה עם קבוצות של מתנדבים צעירים בסמינרים של הרפתקה ואמנות. "הרפתקה מחייבת אותנו להתגבר על עצמנו, והתאטרון (טרגדיות, מיתולוגיות) מניע את מה שבעומק ומוציא אל האור את הטוב ביותר באדם." שם הספר מכיל ניגודים המכוונים אותנו להתעמת עם האלימות של עצמנו כדי

להשיג את השלום. הרעיונות שהציג פרננדו התכתבו עם המושג "שלטון עצמי" של גאנדהי ועם הדרך של "אי אלימות". "עלינו להיות מסוגלים להתמודד עם ניגודים ולמצוא את הדרכים האינטליגנטיות לאחד אותם. להיות שלווים ולא לברוח, לא להסיט את המבט. להכיר בכך שאנחנו חלק משלם."

על משבר אישי וחברתי

אחת השאלות הנוספות שעלו בפאנל הייתה: האם בימים אלה יש יותר אנשים שחווים תחושה של משבר, אי מוצא, בין אם ברמה הפרטנית, או ברמה החברתית?

על שאלה זו השיב כל אחד ממתתפי הפאנל מתוך מפגשים אנושיים עם תרבויות שונות.

פרננדו שוורץ דיבר על צרפת ועל דרום אמריקה והעיד כי תחושת המשבר חזקה מאוד. במפגשים עם

אנשים צעירים הוא חווה מוטיבציה מאוד חזקה לשנות ולעשות אחרת. ספרו מפרט מהו ארגז הכלים של הגיבור שיאפשר לו להתחדש ולחדש, שכן לא ניתן להגיע לתוצאה אחרת אם משתמשים באותם כלים. "גאנדהי הקדים את זמנו", אמר שוורץ, "יש להתאים את האמצעים למטרה. אם רוצים ציביליזציה טובה יותר, אי אפשר להשתמש באמצעים של הציביליזציה הנוכחית, כי הם רק יובילו אותנו לאותו הדבר. יש צורות חדשות להשתמש בטכנולוגיה. יש צורות חדשות לחנך. יש צורות חדשות לנצח את עצמנו ולהיות טובים יותר, אבל יש לדעת להשתמש בהן. אנחנו מתחילים, ותמיד כשמתחילים, זה בקטן."

נועם שרון העיד על ישראל. "מצד אחד יש תנועה מרכזית של תרבות שהולכת להמוניות ופיצול ואלימות וצרנות, אבל מולה יש גם מגמה נגדית של אנשים שמחפשים אלטרנטיבה.



עלינו להיות מסוגלים להתמודד עם ניגודים ולמצוא את הדרכים האינטליגנטיות לאחד אותם, להיות שלווים ולא לברוח, לא להסיט את המבט.

עלינו להיות
יצירתיים. גמישים
אבל מאוד
בהירים בערכים
ובמטרות שלנו.
אסור לנו להיכנע
כי זו שאלה של
כבוד. וייקח כמה
שייקח.

אני מרגיש באופן אישי כמוציא לאור של חומרים אלטרנטיביים שהביקוש לזה רק הולך וגדל. אנשים מחפשים איכות, אנושיות – לאו דווקא רוחניות אלא דברים העוסקים ברוח האדם.

נועם ציטט את א.ד. גורדון שהושפע מגאנדה: "לא יהיה ניצחון האור על החושך כל עוד לא נעמוד על האמת הפשוטה שבמקום להילחם בחושך, עלינו להגביר את האור". הדרך לשינוי בעולם מתחילה משינוי עצמי וממשיכה בשיתופי פעולה.

פייר פאולין דיבר על אסיה, בה הוא פוגש אנשים שעדיין נמצאים הרבה יותר עמוק בתוך הבועה, כי מאוד קשה להם לצאת מהמסגרת שנכפית עליהם. "יש הרבה יותר דיכאון – ביפן ובדרום קוריאה למשל, אבל ליותר ויותר אנשים מתחיל להיות ברור שאי אפשר להמשיך ככה. לכן חשוב להחזיר את מושג הגיבור.

על כל אחד מאיתנו להפוך להיות גיבור, ולהיות משוכנע שאם הוא



עצמו הופך להיות אדם טוב יותר, הוא יכול להיות חלק משמעותי מהאור של העולם הזה.

שלושת הדוברים הסכימו על כך שהפתגם "המטרה מקדשת את האמצעים" אינו רלוונטי לדרך הפילוסופית, כמו גם התפיסה המטריאליסטית, שרק כאשר יש אמצעים אפשר לקדם שינוי. "התפיסה הרוחנית היא הפוכה", אמר פייר, "אם אני משוכנע בדרך שלי האמצעים יגיעו ותהיה לי האפשרות לעשות שינוי. זה לב התהליך הפילוסופי."

עוד הוסיפו ואמרו כי הגישה הפילוסופית פועלת מהמעטים אל הרבים, בדרך של בחירה חופשית ועל בסיס השראה. "לשכנע אנשים זה בלתי אפשרי", אמר נועם. "כל אחד צריך ללכת בעקבות 'קול הדממה', אותו ישמע בתוך ליבו, הוסיף פייר.

"אנחנו בסוף של מחזור", סיכם פרננדו.

"מחזורים מתחלפים כמו שתי טבעות שלובות. כאשר מסתיים מחזור אחד, המחזור הבא כבר מתחיל, בתוך המחזור הישן ומחוצה לו. כך שנוצר חיכוך בין הישן ובין החדש. הישן בהתחלה חזק יותר אבל הוא הולך ונחלש. החדש חלש יותר כיוון שהוא נבנה, אבל הוא הולך ומתחזק. זה אינו תהליך ליניארי, זהו תהליך שנמצא בהאצה.

עלינו להיות יצירתיים. גמישים אבל מאוד בהירים בערכים ובמטרות שלנו. אסור לנו להיכנע כי זו שאלה של כבוד. וייקח כמה שזה ייקח. ■

סטודיו לעיצוב גרפי
מיתוג | איור | פרינט | דיגיטל



STUDIO NUN

f studio nun

054-5741998

studionunn@gmail.com

מבצע פרסום מודעות בעיתון אקרופוליס!

העיתון יוצא מדי רבעון,
פונה לקהל איכותי,
בעלי תחומי עניין מגוונים,
ומופץ באלפי עותקים
ברחבי הארץ!



לפרטים נוספים:
גדי טיסמבאום
050-7739878

אילן גולדשטיין
הנשמה

אילן גולדשטיין יצייר
עבורכם דיוקנאות
של בני משפחה
ואנשים היקרים ללבכם

054-7627929

www.facebook.com/ilan.goldstein.6

13/4



דרכו של סמוראי

הרצאה בעקבות חכמת החיים העתיקה של תרבות הלוחמים האמיצים מיפן. יחד נגלה את הכלים הפרקטיים שניתן לאמץ מתחמה זו לחיינו כיום.

מוצ"ש, 13/4 19:00 / סניף ראשון לציון

20/5



בודהים והמרופה לסבל

במאה ה-21

נוכח תופעות של כאב, תסכול וקושי המציפות אותנו בחיים - הן הפנימיים והן מסביב לנו, נפגוש את פילוסופיית החיים הבודהיסטית והכלים שהיא מציעה כמרופה לתפעות אלו של סבל וכאב.

הרצאה מרתקת על הדרך הבודהיסטית לחיים מאושרים יותר.

יום ב', 20/5 20:00 / סניף ירושלים

21/5



קארמה - מאחורי הקלעים של חוק הטיבה והמצאה

למה הדברים קורים כפי שהם? האם מדובר במקריות או בחוק שנסתר מעינינו? נבחן גישות שונות מתרבויות ודתות שונות המתייחסות לחוק הטיבה הומצאה.

יום ג', 21/5 20:00 / סניף קרית

הרצאות ואירועים נבחרים

בסניפים ברחבי הארץ

8/4



למצוא את המקום שלי בעולם - בהשראת הברווזון המכוער

את הסיפור הקלאסי אפשר לקרוא כסיפור שבמרכזו יוצא הדופן והשונה, אבל זהו גם סיפור על אומץ ויזשרה, על התפתחות ההברה ועל מימוש הייעוד שלנו. סיפור שמלמד אותנו על החשיבות של מציאת המקום שלנו בעולם והכח של השייכות לשנות ולהשפיע.

יום ב', 8/4 20:00 / סניף באר שבע

22/4



כמה עולה אושר?

על כסף ורווחיות, יעוד ומשמעות במאה ה-21

האם כסף יכול לפתור את כל בעיותינו ולהביא איתו את האושר והמשמעות לחיינו? ומה הקשר בין לשלם חשבונות בסוף החודש לבין עשייה רוחנית? הרצאה שתעסוק בנושא שקרוב לליבנו, אך הפעם מזווית ראייה פילוסופית רוחנית.

יום ב', 22/4 20:00 / סניף תל אביב

9/3



מסע במילים - סדרת כתיבה ברחיית חגית אלמלוקיט

מפגש על כוחה של הכתיבה האינטואיטיבית, על הכתיבה ככלי להברות עם עצמנו ועם האחר ועל האפשרות להיות נתיב למילים הרוצות להתבטא דרכנו החוצה.

* השתתפות בהרשמה מראש בטלפון 09-7665799

מוצ"ש, 9/3 18:00 / סניף כפר סנא

24/3



גלגל החיים

גלגל החיים והמוות, עולה ויורד. איך אוכל להיות יציב בתוך המהומות של החיים? איך לכונן את חיי כדי להתפתח בכל שלב: באהר ובנצחון, בחיים ובמוות, במחזורים המדולים והקטנים. מפגש בהשראת הבודהיזם השיבטי.

יום א', 24/3 20:00 / סניף כרמאל



Living Philosophy

12. איך הגענו עד היום?

התפתחות האזרות החברתיות מיוון העתיקה ועד ימינו

איך נוצרה החברה המודרנית? תהליכים חברתיים לאורך ההיסטוריה; זרעים לצירוף חברה פילוסופית; דום הסטאיקנים ובית הספר של פיגמורס.

13. כשמיתוס והיסטוריה נפגשים

לחיות את המיתוס היכרון וההיסטוריה; מיתוסים כצופן של אמיתות נסתרות; זמן כרונולוגי, זמן קדוש וזמן מיתי; כיצד המיתוס מניע את ההיסטוריה?

14. ההיסטוריה מזדווגת המיתוסים בגלגל החיים

החוק הטבעי של המיתוסים; מחזורי הזמן על פי ההירודוטוס ועל פי אפלטון. האמגרים וההודמוניות של העידן הנוכחי.

15. הגורל האנושי

מטע התפתחות ההכרה ההיסטוריה כמטע של מודעות והתפתחות; הגורל האנושי המשוקף והפקיד האדם בתוכו.

16. ניצוץ התודעה באדם

קארמה ומיתוס הפוטנציאל האנושי; שבעת מיטורי הקוסם; המיתוס של פרומתיאוס והאש המנטאלית; השלב האבולוציוני הנא של האדם.

17. המטע הספירלי

איפה אהנו ולאן ממשכים סינמטה של העצירות המכריים ומבט אל המשך הדרך.

הסתל כשעל אל הבלתי נראה ומשמעות עץ החיים.

סמינר טרגיילים חיוניים

חודמות לחות ולתרגל באופן מעשי את העצירות המכריים של הקורס.

7. יעד וסדר פנימי

מחכמת מצריים וסין המיתוס המצרי של משפט הלב, ועקרון הימאטס" - מימוש היעד כביטוי של צדק. הרמוניה וסדר חברתי על פי כתבי קונפוציוס.

8. לחיות שייך

האחג של האדם בחברה המודרנית פולטיקה כמדע וכאמנות של חיטור התנהגות; מה הפיר חברה אנושית לקיע פיריה לאבולוציה? התפקיד והחשיבות של החברה.

9. האור בקצה המערה

התעוררות האדם על פי אפלטון היציאה מחושך לאור על פי משל המערה של אפלטון; תפקיד הפילוסוף בחברה; לשאל את השאלה הנכונה - המדיטיקה של סוקרטס.

10. צדק חברתי

אתיקה של שלטון ותרבות שיטות משל על פי אפלטון והאחג של הדמוקרטיה; איך לארגן בהרמוניה את מנהג העיר והתרבות?

11. תוכנות ומסמיות

חינוך להתפתחות האדם תפקידים מסורתיים בחברות עתיקות - חילדות, הבגרות והקדמה; בדרך למסמיות; תוכנות, תוכנות מיטיות ותוכנות מאמית.

תכני הקורס:

1. דע את עצמך

אתיקה והמבנה של האדם פילוסופיה בדרך חיים; הנתיב לשנינו פנימי; רמת ההכרה הקיימת באדם על פי מורשת המדרה והמעגל; חיים איתם.

2. הגיבד הפנימי

מחכמת הודו העתיקה המלחמה בין האני האנושי לאני החייתי, לפי ה"בהגודג'ט" - ספר החוכמה של הודו העתיקה. גלגולי נשמות; דהרמה; קארמות; יזהי המעשה הנכון והדרך להמשמת.

3. בודדים

הדרך לשחרור עצמי הי"האמאפארה" - תורתו של בודהא; האפשרות להבחין בין מציאות לאשליה; כדי להשתחרר מוסבל.

4. המיסמיות של טיבט

לשמוע את קול הדממה החוראות לאנשים בדרך על פי הבודדים היטיבי; כיצד להסתנו למטע הרוחני וניצד להתגבר על המכשולים הניצבים בדרך?

5. התעוררות הנשמה

כלים לחיים מהעולם העתיק השטב והנהלה על פי אריסטו; האמן, האחג והפילוסוף - דרכים שונות להתקרב ליופי ולאחרות על פי פלטינוס.

6. פילוסופיה ומיסטיקה יהודית

סמלים וחכמת הקבלה רעיונות מנתי הרמב"ם ומתורת הקבלה;

קורס המבוא לגישה פילוסופית לחיים נוגע בשאלות מהותיות ועמוקות ומעניק מבט רחב על האדם, החברה והעולם. במהלכו, נכיר ונלמד מושגי יסוד מהחכמה העתיקה של תרבויות שונות, כמו גם כלים פרקטיים ליישומם בחיי היומיום. הקורס כולל סמינר טרגיילים חוויתיים.

מועדי פתיחת הקורס בסניפים:

24.3	יפן א	כפר סבא
24.3	יפן א	תל אביב
1.4	יפן ב	ראש"ל
2.4	יפן ג	חיפה
29.4	יפן ב	באר שבע
12.5	יפן א	כרמיאל
28.5	יפן ג	קריית
23.6	יפן א	ירושלים

* כל ההוצאות מתקיימות בשעה 20:00

* בשבועות שלפני פתיחת הקורס יתקיימו מפגשים פתוחים בכניסה חופשית. לפגשים פנו לסניף הקרוב אליכם.

פרטים על הקורס באות:

www.newacropolis.org.il



עפרה בהרב

עיצוב: ענבל בורד

עצרי בצד

על השיעור הפילוסופי הגדול שלמדתי משוטר תנועה, בצד הדרך, ביום הולדתי ה-40. סיפור אמיתי על התבוננות, פחדים ומשאלות לב...

שהטלפון לא לידי בכלל, שלא הגזמתי עם המהירות...

והמחשבה הבאה שעלתה לי (כן! הכי ישראלית שיש!) – מה לענות על מה שלא יעלה בדיאלוג עכשיו בינינו? איך הצלחתי לטעות? למה לעצור אותי? אותי!??...

השוטר ביקש רשיונות, ובחביבות לחוצה ומהוסה משהו ניסיתי להבין על מה עצר אותי בצד. כשענה, "בדיקת רישיונות שגרתית" – נרגעתי ברגע. בשלב הזה, כשהראש אומר להירגע, אבל הגוף עוד ברגע של סוף הלחץ – קלטתי כמה רועדות לי הברכיים, לאיזה דופק גבוה הגעתי ובאילו עוצמות הלב שלי פועם. הרישיונות נבדקו, שוחררתי לדרכי, הכול בטוב. אבל קצת אחרי שחזרתי לדרכי, עצרתי שוב בצד – והפעם מבחירה.

את מחשבות יום ההולדת החליפו ברגע מחשבות של המשמעות של "לעצור בצד".

בבוקר יום הולדתי ה-40 קמתי בבוקר מוקדם, כשכל בני ביתי עוד ישנים, ובהתרגשות קלה נכנסתי לרכב ונסעתי לתל אביב. על כביש 1, בנהיגה שאפשר (בבושה) לתאר אותה כ"על אוטומט", התחלתי להרהר במשמעות יום הולדת זה עבורי.

להיות בת 40... נכון, אני יודעת – 40 זה כמו ה-30 החדש. אבל גם בגיל 30 הרגשתי רצינית מדי, עם כובד החיים על כתפיי... כבכל ימי ההולדת שלי, עוד מגיל צעיר, ערכתי חשבון נפש קטן, ביני לבין עצמי, לגבי מה שהחיים הביאו איתם עד כה, והגיתי תקוות ושאיפות לשנה הטובה שבאה לפתחי ביום זה. בעודי מפליגה בדמיוני, במחשבות ובהרהורים, הבחנתי בניידת מהבהבת בצד הדרך ובשוטר שבתנועות חדות מסמן לי לעצור בצד. כמו כל אדם (כך נדמה לי) – מיד חשבתי – מה לא עשיתי בסדר? בברכיים רועדות בדקתי שאני אכן עם אורות, שאני חגורה,



מה היה כאן? למה נלחצתי? מה המשמעות של לעצור רגע בצד? ובעיקר - מתי בפעם האחרונה בחיים שלי עצרתי בצד? מתי לאחרונה בחיי בדקתי איפה אני ומה איתי, ומה יכול להיות שפספסתי בדרך?

רגע של גילוי נאות - כל מי שמכיר אותי יעיד מיד שאני אחת הנשים המתקתקות! אני מצליחה לעשות המון דברים בו זמנית. החיים שלי נעים בין הספק מטורף לרגעים שבהם אני מג'נגלת כל כך הרבה כדורים בו זמנית, שגם אם נופל אחד - זה מאוד מובן ומקובל - כי היי, אני רק בנאדם. אבל מתי עצרתי, לא מפני שאני חולה ולא מפני שאני קורסת, אלא עצירה של ממש - עצירה ל"בדיקת רישיונות שגרתית"? ושם - בתובנה הזו, זכיתי למתנה נפלאה.

נזכרתי במשל שפעם למדתי על רב זקן שהיה בדרכו לתפילת שחרית. לפתע ניצב מולו שוטר, כיוון אליו את כלי נשקו ושאל בתקיפות, "מי אתה? מה אתה עושה כאן? לאן אתה הולך?" הרב חיך ושאל את השוטר בשקט: "אדוני השוטר, כמה משלמים לך עבור העבודה שלך?" השוטר הנבוך ענה, "שני רובל ליום, למה?" והרב השיב, "אשלם לך עוד שני רובל ליום, אם תבטיח לי שבכל בוקר, בדרכי לתפילה, תעצור אותי ותשאל, "מי אתה? מה אתה עושה כאן? לאן אתה הולך?"

כמה סמלי שדווקא ביום שבו ביקשתי לערוך חשבון נפש עם עצמי על חיי, משהו חייב אותי לעצור בצד. אותי! שלא עוצרת, שתמיד רצה לדבר הבא.

כמה חשוב היה לעצור רגע ולבחון את השיעור הקטן-גדול הזה.

ולאחר מחשבה עלו לי שלוש תובנות מרתקות:

1. להכיר את הצ'קלקה הפנימית שבתוכנו - כן, נכון - היה שם שוטר, כן - רעדו לי הברכיים... אבל גם בלי הדמויות והדרמה - החיים מזמנים לנו המון ריגושים, גירוים ואתגרים, ובאופן טבעי אנחנו נסחפים בתוך זרם חזק של עשייה, מחשבה ועיסוקים, מבלי לעצור.

תמיד עצרתי רק כשקרסתי, כשהכול היה קשה מדי, כשהיה יותר מדי לחץ או שפשוט קרסתי פיזית כי הגוף לא עמד בעומסים. אבל האיתות היה שם הרבה קודם, והוא האיר באורות נאון בולטים שרק אני פספסתי. כשאימא שלי היתה אומרת לי להאט כי אני "עוד אתיש את עצמי", צקצקתי וחשבתי בליבי, "איזו מגזימה..."

לדעת לעצור זה לא מספיק - לדעת לעצור בזמן, זה העניין. לעצור רגע לפני השבירה, לדעת לזהות את עצמנו מבפנים, איך זה נראה כשאנחנו מגזימים וצריכים לעצור.

בקול הדממה, טקסט עתיק שמגיע מטיבט, יש משפט שאומר שעליך להאזין ל"קול תרועות הפילים הזועמים, כמו לבצנוצה החרושי של הגחלילית הזהובה" - יש עצירות שהן ברורות וחזקות, כמו תרועות פילים - אי אפשר שלא לשים לב אליהן; הן מרעידות את הקרקע. כך נראים המשברים הבולטים שלנו, השיעורים החזקים שהחיים מחייבים

אותנו להקשיב להם. אך קשות יותר הן העצירות בזכות הקול החרושי, הקול שבתוכנו, שצועק לנו לפעמים לעצור, אבל הוא לא נשמע - ועל כן קל לנו להתעלם ממנו.

קול הדממה מכוון להשקיש את כל הקולות האחרים שבתוכנו (המחשבות, הרגשות, הדעות וכדומה) כדי להצליח להקשיב לאותו קול חרישי. וכמה זה קשה!

2. להעז לעצור גם כשלא נוח - כשנוח, זו לא חוכמה - לדעת לעצור בים, או בשבת, או בברלין - זה מסוג הדברים שהתפאורה והסטינג

מתאימים לנו לעצירה. אבל לדעת לעצור ביום-יום התובעני של החיים... זה כבר אתגר של ממש. ולא רק במובן הפרקטי.

עצירה משמעה לבחון את הדברים, לעצור במהלך ההתנהלות השוטפת של היום-יום - זה כבר ממש מורכב, עד בלתי אפשרי. לרוב אנחנו עוצרים כפריבילגיה. עכשיו יש לי זמן, עכשיו פינתי את היום-יום שלי כדי לצאת לחופש ולהשקיע בעצמי. כאשר אנחנו רוצים לערוך בחינה של החיים, אבל בחינה של ממש - לא רק כרצון חולף ורגעי, אלא כזה שבאמת מעמת אותנו



שינוי מחייב
בהכרח פרידה
מהמוכר
ומהידוע, ולערוך
שינוי מחייב
אותנו להתבונן
בדברים כפי
שהם ולהחליט
החלטות
שלעיתים
יהיו כואבות
ומרחיקות לכת

עם המקום שלנו, ועם הכיוון שבחרנו לקחת בחיים – זה לא רק מחייב לעצור, זה מחייב להתמודד עם הפחד הגדול – הפחד לשנות.

שינוי מחייב בהכרח פרידה מהמוכר ומהידוע, ולערוך שינוי מחייב אותנו להתבונן בדברים כפי שהם ולהחליט החלטות שלעיתים יהיו כואבות ומרחיקות לכת. וזה כבר פחות נעים.

אני זוכרת שפעם עבדתי בעבודה מדהימה – יכולתי לעשות ככל העולה על רוחי, להגמיש את הזמן לפי צרכי, עם מנהלת שסמכה עליי ונתנה לי עצמאות מוחלטת. הייתי ממש טובה במה שעשיתי אז נתנו לי יד חופשית – מושלם!!! אבל אז הבנתי. לי זה לא מספיק. לא בגלל שזה היה חסר – מבחינת כל התנאים וההנחות ה"אובייקטיביים" – העבודה היתה נפלאה, אבל מכל בחינה אחרת – חשובה יותר – כמו כמה אני מרגישה מסופקת, כמה אני ערה בתוך שגרת העבודה, כמה אני מתאמצת וחווה אתגרים – כאן היה ברור שהעבודה הזו חסרה ביותר.

התבוננות כנה באמת מחייבת עצירה. והתבוננות כנה שמטרתה לבחון את הדבר על כל הרבדים – גם הכואבים – שבו, מכריחה אותנו לעצור כדי לא להמשיך "על אוטומט".

3. **העצירה אינה זכות – העצירה הכרחית** – אנחנו יכולים לנהל חיים שלמים בלי להיות בקשר עם עצמנו. אנחנו חייבים לדעת לעצור לא כדי לא להתפרק, וכדי לא ליפול לחיים "על אוטומט".

קל לדמיין חיים כמו במין סרט אמריקאי שבהם בן/בת הזוג עם השניים הלבנות (כמו הגדר שבחוץ) והכלב והילדים מחכים בבית פרברי מושלם... אבל אמיתי יותר לדמיין את החיים שלנו עם היום-יום האפור והכואב שהם מביאים, ושהם הייתי בוחרת פעם אחר פעם, שוב ושוב, כמה שאתבקש.

העצירה הכרחית כי היא מחייבת אותנו לבחור.

לבחור מחדש בנסיבות שלנו, לבחור מחדש בן/בת הזוג שלנו, בילדים שלנו, בעבודה שלנו, במי שאנחנו ובמה שחשוב לנו. כמה חופש יש בבחירה הזו!

כמה משמעות אנחנו נותנים לכל אותם אנשים שסביבנו, שבחרנו בהם שוב ושוב (למרות הגרייט בסלון והכלים בכיור), שבחרנו בהם על אף ולמרות ובעיקר בזכות מי שהם ומה שהם מביאים לחיינו.

והנה – בבוקר יום אחד – הגעתי לגיל 40.

נכון, אני עדיין לא יודעת מה אעשה כשהיה גדולה, יש עוד כל כך הרבה אפשרויות, שינויים, בחירות ובחירות שהחיים יביאו.

אבל אני כאן,

עוצרת בצד,

בוחרת שוב ושוב –

במקום שבו אני נמצאת.

ואיזה רגע מדהים זה.

רגע של הולדת. ■



צילום: פיר פאולין © www.photos-art.org

פוטוסופיה

כשאמנות הצילום פוגשת פילוסופיה

אירוע מיוחד לרגל צאתו לאור של "פוטוסופיה", אלבום צילומים המחבר בין שני העולמות של האמן: צילום ופילוסופיה.

האירוע כולל הרצאה מאת הצלם וכן תערוכת צילומים בה יוצגו צילומים בשחור לבן, אשר ילוו בטקסטים פילוסופיים.

להרשמה ופרטים נוספים: 03-5104426

יום ו', 24/5 11:00 / סניף תל אביב - רח' סלומון 7 / הכניסה חופשית!

תרבות

"אני נוסע ונווט.
ובכל יום אני מגלה
יבשת חדשה
במעמקי נשמת.
(ג'ובראן ח'ליל ג'ובראן)"

נעורים, אמנות הניווט בזמן



טיירי אדה

צילום:
פייר פאולין ©
www.photos-art.org

הקדמונים השוו את חיי האדם לניווט של ספינה, בה יודע המלח החכם כיצד להגיע לנמל מבטחים על ידי הימנעות מהסכנות שבדרך. כיצד לנווט בזמן, זו השאלה. על מנת להתקדם במהלך חיינו, עלינו לדמיין את עצמנו כמלחים. לא ניתן לעקוב אחר קווים ישירים כדי להגשים את חלומותינו. פעמים רבות הרוחות נושבות בכיוונים מנוגדים, ונדיד שהזרמים יובילו אותנו בדיוק ליעד שנבחר.

כדי להגיע אל החלומות שלנו עלינו לאחוז בהגה, לדעת כיצד להשתמש ברוחות ובזרמים, ולעולם לא לוותר על יעדנו. כמו בציטוט האהוב עלי של שמעון פרס, נשיא המדינה לשעבר: "זה פשוט להישאר צעיר. חישובו על כל ההישגים שלכם בחיים, ועל החלומות שלכם. אם יש לכם יותר חלומות מאשר זיכרונות, אתם צעירים".

אלו הנעורים האמיתיים, להישאר תמיד בקשר עם הנשמה, לעולם לא לוותר על חלומותינו, להמשיך לנוע על אף המכשולים. להמשיך להתקדם כל הזמן, להעז לעשות שימוש בניסיון – זו הדרך. אבל כדי לעשות זאת, עלינו לדעת איך להזדקן בצורה שתאפשר לנו להישאר צעירים לאורך זמן!

להעז להיות צעירים ולהישאר צעירים, פירושו להציב את עצמנו בתנועה רצונית ומודעת, לסרב להתיימשך וכל הזמן ללמוד לאלף את הרוחות ולהשתמש טוב יותר בזרמי החיים. ובעוד שישנם אנשים זקנים המצליחים להישאר צעירים, יש היום צעירים רבים מדי שהפכו

זקנים, קפואים אל מול האתגרים, לא מאמינים שיש ביכולתם לפעול ולשנות דברים.

הם ויתרו על הגבורה, שכן מה הטעם לצאת לקרב ללא אמצעים לעשות זאת. אומללים, הם מתפשרים על מה שאפשר, ונמנעים מהבלתי אפשרי. הייאוש שלהם הוא תוצאה של שכחה ובגידה. שכחה, כי בשל כשל זכרון ענק הם כבר אינם זוכרים שהדרך בה הדברים מתנהלים בהווה אינה המציאות האפשרית היחידה, ושמציאות אפשרית אחרת, שעדיין לא קיימת, יכולה להתקיים אם רק נרצה בה. בגידה, כי איש לא העביר להם את הידע שבכל אחד מאיתנו יש מימד המכיל את זרע האפשרות.

לכן, אין הם יודעים שבכל אדם שמון הפוטנציאל שממנו יכול לנבט מה שעדיין לא קיים, ושלגיטימי לחלוטין לסרב להיות מוגבלים למציאות צרה. לגיטימי לחלוטין להילחם על מנת להרחיב את המציאות, כי עתיד שנראה כמו העבר וההווה אינו אלא סיוט. באמצעות שינוי זה של הפרספקטיבה, יוכלו הצעירים להיות מודעים למשמעות האמיתית של הניווט בזמן, אשר מטרתו אינה אלא להתקדם לעבר מה שאיננו נע, להתקרב אל העצמי הדומם. רק אז יבינו, שהעתיד תמיד יפה.

אבל כדי שלא יהיו חסרי מנוח, כדי שלא יסרבו לציית לחוקים הקפדניים של חברה שהפכה לשוק, נזהרנו שלא ללמד אותם שהעתיד האמיתי שייך להם. זה מה שנשכח. היכן נוכל למקם את המפרשים אם אנו חושבים שאין

מציאות אחרת?... כפי שאמר סנקה, "שום רוח אינה טובה לאנשים שלא יודעים לאן מועדות פניהם".

לכן, אם הדבר הראשון הוא להזכיר לצעירים שהנמל שהם צריכים לנווט אליו הוא האידיאל, הדבר השני שעלינו להזכיר הוא שהדרכים המובילות אותנו לשם עדיין לא מופו.

עבורם וגם עבורנו, העתיד הוא עולם שעלינו להמציא. ואין מפה שתוכל להראות לנו את המסלול עבור ניווט זה.

ניסיון לחפש דרך שכבר קיימת כמוהו כנסיון לבסס את העתיד על העבר, או, סביר יותר, להקרין את העבר אל העתיד, כפי שקורה לעתים קרובות כל כך.

לנפש הצעירה יש נכס שיכול לעזור לה למצוא את מסלולה: היא איננה הגיונית. יש לה צמא להרפתקה והיא אינה מסתפקת בחסרונות רציונליים. יש בה צורך מיסטי להגשמה המאפשר לה להתעלות מעל הסתירות ולקבל את הדבר הגדול מכולם: לחלום על העתיד, תוך ראיית ההווה כפי שהוא.

העתיד לא צריך להגיע באמצעות חישובים, אלא להתממש מתוך חיים שהם מסע. בכל פעם שאנשים צעירים לומדים להעז ולהתעמת עם עצמם, להותיר מאחור את הפחד מהעתיד ואת הפיתוי לחשב, האינטואיציה שהופכת

את הבלתי אפשרי לאפשרי מתגלה שוב. כך, על ידי קבלת ההווה תוך כדי ניתוק ממנו, האדם הצעיר יכול שוב לאמץ את העתיד ולמצוא את הנתיב אל האידיאל.

קבלת היסודות הראשונים של אמנות הניווט בזמן תאפשר לנו לפתוח פתח אל מצב תודעה שבו התפיסה של תעלומת הנשמה משרתת אותנו כמצפן, ומאפשרת לנו להשתחרר מצל העבר ולהציב את הרציונליות בשירות החזון. כל שולית נוטים שחוזה את ההתגלות הזאת חייב להעביר אותה הלאה, כדי להחזיר את טעמו של הים הפתוח לאדם הצעיר שעדיין ממתיך ליד המזח.

עבור כל אלה שיש להם הזדמנות להפליג, אין שמחה גדולה יותר, ולא חובה גדולה יותר, מאשר לעזור לצעירים אחרים לצאת אל הדרך, ולהרגיע אותם כאשר מפרשי נשמתם נפתחים עם הכאבים הראשונים של השתנות על ידי רוחות העתיד.

כל הדברים הגדולים באו מן העתיד אל הווה שעוד לא היה מוכן. ועדיין על הצעירים לנווט בזמן, לעשות את המסע לעבר האידיאל, להבין את העבר ולנתק עצמם מן ההווה. ואז אתמול, כמו היום ומחר, הם יוכלו למצוא דרכים חכמות ונבונות להביא את העתיד. ואז, מה שבלתי סביר יהפוך למציאות. ■

■ ■ המאמר לקוח מהאלבום פוטוסופיה שרואה אור בימים אלה.

העתיד הוא עולם שעלינו להמציא, ואין מפה שתוכל להראות לנו את המסלול עבור ניווט זה.



רעות פרידמן

עיצוב: דורית
מימון

הרהורי שחרור, מהכלא

מפגש משני עברי מתרס, בתנאים קשים ובנסיבות
חמורות הפך למפגש אנושי חוצה גבולות ולמסע
בלתי אפשרי לחשיפת הממד האנושי בתוכנו.
האומץ להכיר בכלא הפנימי שבתוכנו יכול לפתוח
דרך לחירות אמיתית.

פילוסופיה

**איפה אני חסרת
גבולות ופועלת
מתוך פגיעות
וחושך? כיצד
אני מתעלה מעל
למשברי החיים
ומהם הכלים שיש
לי לעשות כן?**

גילוי נאות, בין שלל הדברים בהם אני עוסקת, אני גם עובדת סוציאלית במקצועי ומשמשת כיום כקצינת מבחן מעצרים באזור מרכז הארץ.

תורנות ביקור עצורים לפני חג הפסח גרמה לי לחשוב לעומק על מושג החירות ועל הסמליות החמקמקה שלו עבורי.

מזה כחמש שנים אני עוסקת לא מעט בסוגיות שונות הנוגעות לחירות של אדם: ממליצה או לא ממליצה על תנועתו ופועלו; מתבוננת במי שמעל באמון המערכת ובוחנת אם ניתן לבטוח בו שנית לאחר שעבר על החוק ועל ערכי הממסד וכן גרם נזק משמעותי לעצמו ולאחרים, והמדינה מבקשת לדחוק אותו מאחורי סורג ובריו. סוגיית השחרור בהקשר זה מקבלת ממד נוסף. סוגיות אלו מביאות אותי לבחון מנקודת מבט פילוסופית את מושגי הנפרדות והאחדות, ואת הקשר ביני לבין אותו עצור שאני עתידה לפגוש: עד כמה אנו דומים? שונים? למה? מה יכול לחבר בינינו למרות כל השוני המתבקש מעמדותינו ומתפקידנו בחדר? ומה לכל זה ולזכות לחופש, לחירות ולבחירה חופשית?

במפגש האנושי בין כותלי הסורגים הפיזיים, בעודי מחכה שהסוהר יאתר את העצור שאני עתידה לפגוש, שאלתי את עצמי שאלות שהתשובות להן מורכבות ולא חד משמעיות לרוב. אם אני הייתי בצד השני, אל מול אותו שאלון שאני מתכוונת להציג בפניו - מה הייתי עונה לשאלותיי?

האם יש לי תשובות להכול?

מהן החולשות שלי? לאילו בורות אני נופלת שוב ושוב מתוך דפוסים הרסניים? מה או מי "כולא" אותי בסבך התסבוכות של הנפש שלי כשאני חשה חסרת אונים ואבודה? מיהם ה"סוהרים" השיפוטיים והביקורתיים שלי שאני מכירה היטב? מהם אותם קולות המבקשים להחזיר אותי שוב ושוב לעמדה הנמוכה ביותר שאליה נפלתי?

ובכלל - עד כמה אני משנה עמדות שחוסמות אותי, בוחרת נכון במצבי משבר, בוחנת אלטרנטיבות ממקום שקול ואובייקטיבי? מהן הנטיות שלי להיעזר ולהודות בחולשה כשאני אובדת עצות מול אתגרי העולם הזה? והאם באמת אני לומדת מטעויותיי והופכת לאדם טוב יותר? מקדמת רוח, מיטיבה עם עצמי ועם העולם ויוצרת שינוי משמעותי? מה קורה כשאני בלחץ - איפה התוקפנות והאגרסיות שבתוכי וכיצד הן מתבטאות על פני הרצף של מאבקי היום-יום בחזיתות השונות של חיי - גם אם ברמה עדינה (מערכות זוגיות, הורות, אימהות)? איפה אני חסרת גבולות ופועלת מתוך פגיעות וחושך? כיצד אני מתעלה מעל למשברי החיים ומהם הכלים שיש לי לעשות כן?

אכן שאלות כבדות משקל, הרות גורל, משמעותיות ומשותפות. ברבדים שונים של מציאות פנימית וחיצונית, לעצור ולי מתאימות אותן שאלות, וזו נקודה מעניינת בשלעצמה. הזמנתי את עצמי לשיח עליהן ולחשבון נפש עמוק יותר על אודות הקונספט המופשט והסמלי של חופש, חירות ובחירה.

ברמת המיקרו - בין "הכול כתוב" לבין "הרשות נתונה", מהי באמת בחירה חופשית? כולנו במובן מסוים תוצרים של נסיבות חיינו: המקום והזמן שבהם נולדנו, צורת החינוך שינקנו מהבית, דפוסי התקשורת של הורינו שהטבענו בתוכנו והחותם של הליך החברות הממוסד והקונספטים החברתיים של טאבו. האם יש משהו מעבר לכך?

וברמת המאקרו, בעידן הבחירות שסביבנו - האם המענה למנהיגות במערך הפוליטי / חברתי / כלכלי שמציעות לנו שלל המפלגות ייטיב את איכות חיינו? האם יש לנו האמונה כי המנהיג שייבחר, לא משנה מאיזו מפלגה, יוביל את החברה למקום הוגן, ערכי ומוסרי יותר? האם ייתן דוגמה אישית לכך באורח חייו?

התשובה שנתתי לעצמי היא שהתמונה מורכבת יותר מאשר סך כל חלקיה. אולי אנחנו יותר דומים לדמויות הראשיות בהגדה ולעבדים במצרים? אולי לא כל כך הרחקנו לכת מאז, ולא למדנו את הלקח של שעבוד הנפש והרוח? אולי פעלנו רבות לחיזוק האדרת האישיות המובחנת והספציפית שלנו? חרף ההתפתחות הטכנולוגית וכלי-התקשורת הגלובאלית, אנו מרוכזים בעיקר בעצמנו. הפכנו לסוהרים של עצמנו בכלא האשליה של הבורגנות, הניכור, השנאה והבידול כמעט בכל מחיר... ויש תחושה של תרדמת, בלבול, הרס, חוסר אתיקה, חוסר אמון ומשבר האמונה וריקנות מסביב. ברמת ההתנהלות היומיומית,

למעשה, הכלא שלנו כיום מוזהב ומפנק במיוחד, כמעט בלתי נראה, ומלא ברעש ובגירויים. בתפאורה המודרנית והשבעה, במרוץ לרכישת דירה ב-140 משכורות - לא אחת הדיכאון והבלבול שולטים בנו. שיעור הגירושין גואה, חשבון הבנק בשפל, מגיפת ההתמכרות לחומרים משני-תודעה תוקפת בגילאים יותר ויותר צעירים והיקפה גדל. פערם מתרחבים כאשר בארצות רחוקות מייצרים מוצרים בתנאי עבדות רק כדי שהמשלוח מאמזון יגיע מהר ובזול. נורמות של אלימות, גזענות והקצנה משכיחות מאיתנו את המחיר, ואנו מאבדים את עצמנו ואת הערבות ההדדית והסולידריות, את האחריות והכוח שיש לכל אחד ואחת מאיתנו ביום-יום לקיים אורח חיים מאוזן ומיטיב.

ואולי, כמחשבה מהפכנית ורדיקלית, אנו עצמנו בוחרים שלא לבחור אחרת. לא לשנות, לא לפעול, לא להתאמץ, לצקצק בביקורת אך לא למחות, להיכנס למאבק ולא לדיאלוג, לנצח בכל מחיר את האויב, בשפה של הפרד ומשול, של אנחנו או הם, כי יש תמיד אויב משותף מפחיד ומאיים שימנע מאיתנו לחשוב על מה שחשוב באמת.

אני עוברת דלת, ועוד דלת. מלווה על ידי סוהר. ואז עוד דלת ועוד אחת, ומתיישבת בחדר קטן ואפל, כמעט ללא אוויר. רעש מחריד של דלתות נסגרות, סוהרים צועקים, ואני מתקשה לשמור על קשר עין עם העצור, כי מפרידים בינינו סורגים מרובעים קטנים, קיר בטון בצדדים

אני מזמינה אותך
להעמיק, להמשיך
ולפתוח עוד יותר
את אותו הצורה
שנפתח, להאמין
באור, להכיר במה
שהוא בגובה
העיניים כעת,
לחוש שיש בחירה
אמיתית גם כאן,
בתא מעצר.

ודלת מברזל מאחורי כל אחד מאיתנו.
למרות כל אלו אני מתחילה בנשימה
עמוקה לקראת דיאלוג עם המטופל
שלי, האדם שמולי.

השיח מתחיל במה שלומך? הצגה
עצמית, ואז נכנסים לעובי הקורה.

הוא מספר מעט על הרקע שלו, על
נסיבות והשתלשלות חייו, מה הוביל
אותו לנקודה שבה הוא נמצא, כיצד
הוא תופס אותה ואת כוחותיו לשנות
אותה, מה הוא לומד או למד מעברו
וממצבו כיום, וכיצד היה רוצה
להשתחרר מההתנהלות הבעייתית
שהביאה אותו לנקודת השפל הקשה
הזו של בית המעצר.

בעוד העיניים נפגשות, מחוות גוף
מעבירות מסרים וזורעות בליל של
רגשות, אמונה, הזדהות, סלידה,
דחייה, קושי, מצוקה, הצפה ותחושת
אחריות לקורבן ולחברה. בתוך כל
זה אני מנסה להשיב – מיהו האדם
שלפניי? מהו סיפור חייו? מהי
האישיות, מהי הנשמה ומה מחבר
ביניהן? מה המסכה שעטה על עצמו כדי
לשרוד את נסיבות חייו? מהם כוחותיו
להילחם באותה מסיכה ובנסיבות?

אני מעבירה במוחי הקודח כמה
שאלות בו זמנית: האם יש לו ולי, לנו,
לכולנו, סיכוי לחצות את הנסיבות
הקשות שהפגישו בינינו? מה זה
דורש? האם יש לכולנו אפשרות
בחירה? לעצמי אני עונה – כן, יש לנו
החופש לבחור כיצד להתייחס ולהגיב
למציאות. ובכל ליבי אני רוצה לשחרר

את הנשמה האסירה שלו, זו המכוסה
באישיות חזקה ומתעתעת.

אני שואלת, איפה הניצוץ? מהו הכלא
הפנימי שלו המונע ממנו להתבטא?
האם הוא יוכל לקלוט את ההטבעה
שלו? מה קלט מסביבתו כשפעל
מברירת מחדל של מחסומים רבים?
האם אני יודעת לומר זאת על עצמי?

בשיחה עמו, אני מזהה שינוי בטון
הדיבור, דמעה זולגת, צוהר נפתח
בליבו, דרכו אור אחר מצליח לבקוע.
הוא מצליח לשחרר איכות מסוימת
של כנות, קשה וחמורה ככל שתהיה,
ומתחיל לזהות את מה שלא זיהה עד
כה – את עצמו. את הדרך שבה נפל
שוב ושוב לאותם דפוסים הרסניים,
לאותם הבורות, ומשם לא האמין כי
יוכל לצאת אי פעם. וזה מוכר לי, גם
אני למדתי לצאת.

אני רוצה להעביר לו את הביטחון
שזה אפשרי. למרות האישיות החזקה,
נסיבות החיים הקשות, המקרה הקשה
שבגינו נעצר – החדר הקטן והאפל
הפך מואר ומאוורר יותר. אפשר
להכריז על תחילתו של מסע אנושי-
רלוונטי ללא הבדל דת, גזע, מין וגיל.

מתוך הניסיון שלי עם תהומות ומסכות
דומות, אני מזמינה אותו להעמיק,
להמשיך ולפתוח עוד יותר את אותו
הצורה שנפתח, להאמין באור, להכיר
במה שהוא בגובה העיניים כעת, לחוש
שיש בחירה אמיתית גם כאן, בתא
מעצר. גם כאן – ישנו חופש בחירה,
גם כאן קיימת האפשרות לתחילתו

של שחרור – ולא רק במובן הפיזי
והקונקרטי.

במסע האנושי הזה כל אחד מאיתנו
פוסע עוד צעד לקראת זיהוי הצורך
האותנטי להיות חופשיים מסטיגמות,
חסמים, דעות קדומות, פחדים,
נפרדות וחרדה.

כל אחד מאיתנו נעשה ער יותר
לבחירה, לחופש ולחירות שתלויים
אך ורק בנו עצמנו, בכל מקום שנהיה
בו. ■



לא נפרדת מעמוס עוז



ענת סלע

עיצוב: ענבל בורד

תפקידו של הקורא הוא לחפש בינו לבין הנקרא את עצמו, ולא בהכרח את הסופר. ובכל זאת, ב"סיפור על אהבה וחושך", מצאתי גם את הסופר וגם את עצמי. אנחנו אף פעם לא לבד.

ובלילה והוצפתי מצד אחד ביסורי מצפון על הבחירה שעשיתי, "לבזבז" את הימים המיועדים, ומצד שני בהתרגשות, דמעות, צחוק ובעיקר פליאה עצומה על יכולתו לחזור לתקופות שונות בחייו בו זמנית כמי שהיה אז ובבוגר שמתבונן אל העבר. כשהנחתי את הספר לבסוף קמתי ממיטתי, כמעט נגד רצוני, אל שולחן המטבח ובאפלולית לאור מנורה קטנה כתבתי לו כך:

עבור רבים וגם עבורי, עמוס עוז הוא סופר נערץ. את "סיפור על אהבה וחושך" קיבלתי במתנה באביב של שלהי עבודת המחקר.

הייתי בחופשה קצרה שנועדה לסיים את העבודה ולהגיש אותה, אך הלב נמשך אל הספר.

בנגד ההיגיון הבריא, התחלתי לקרוא ולאחר שהתגברתי על ההתחלה, לא יכולתי להיפרד ממנו. קראתי ביום

לכבוד

הסופר עמוס עוז

ערד

27.3.03

חצות (עדיין לפי שעון חורף)

הערב סיימתי לקרוא את "סיפור על אהבה וחושך", ועל משכבי אחרי כיבוי האור החל להתנסח מכתב אליך, ואולי מכיוון שתיארת בו חלק קטן מסדר יומך המערב בולים, מעטפות ותיבות דואר, הרגשתי איזו הזמנה מצידך לחלוק את חווית הקריאה עם הכותב. ואולי היה זה משהו אחר שכתבת וגם אמרת, בדבר תפקידו של הקורא לחפש בינו לבין הנקרא את עצמו ולא בהכרח את הסופר.

כבר שנה שישית אני כותבת עבודת מחקר לתואר דוקטור ולפיכך (אם לשלוש ועובדת משרה מלאה) זנחתי קריאה "חופשית" כמעט לחלוטין. אחד התענוגות הגדולים בעיני. היה לי קשה להתחיל לקרוא את אהבה וחושך, מדוע? התבלות ההרגל? או העובדה שאינני ירושלמית ונוסף על כך אני חשה זרה בירושלים שבה אינני דתית ואינני ערבית ואינני בטוחה מי נגדי ומי בעדי.

את "מיכאל שלי" קראתי בתיכון, נדמה לי, במגמת ספרות והיה לי קשה עם עולמה הכפול של חנה, השקט המשמים בחוץ והאש הלוהטת

בפנים. אולי בגלל שהתעורר בי משהו מהחוויה, משהו לא מוגדר, לא מקובל ולא מוסכם עלי.

את "מנוחה נכונה" פגשתי בטיול משפחתי כשאני כבר נשואה. היתה למשפחה דירונת בת שני חדרים בצפת אליה היינו נוסעים לסוף שבוע כ-10 או יותר בני משפחה. לנים על מזרנים, מחכים בתור לשירותים, מבשלים יחד ומתכנסים בערב סביב תנור נפט ישן עם להבה כחולה-כתומה מרוסנת ברשת פח. על התנור היינו מניחים קומקום מתכת עם מים, שירתחו בינתיים וגם יפוצו מעט אדים.

אחי הגדול ממני החל לקרוא. נשכבתי לידו וקראתי בקצב שלו, בלי להפריע לו, מהאמצע. אחר כך מיהרתי אל הספריה בתל אביב כדי להשאילו. התחלתי שוב מהתחלה, בקצב שלי.

אהבתי מאוד את הספר הזה. ואם אשלוף זיכרון אחד ממנו – ללכת עד קץ ואל קץ החלום, אל פטרה ולחזור בשארית כוח ושפיות אל המציאות.

מהשהות בארה"ב אני זוכרת את "לגעת במים לגעת ברוח". את הגבעות הניבטות בחושך, שאינן גבעות כי אם ערגה שקרמה לרגע צורת גבעות. כיסופים. כאלה היו לי תמיד, מעין מטען רגשי-נפשי משחר נעורי.

אבל עכשיו ב"אהבה וחושך", אחרי שהתגברתי על התיאורים הירושלמיים בהתחלה, לקח אותי הסיפור למסע

מופלא של הנאה צרופה וכאב עז וגם צחוק וגם פליאה. למשמע קולה של הציפור אליז נזכרתי בבקרי שבת בבית הורי, אני ילדה בת שש או שמונה, לבדי עם הורי, מבוגרים ושקטים, לאחר שאחי ואחותי התחתנו ועזבו את הבית. השכם בבוקר קולות תורים מהמהמות, הומיות, קו-קו-קו-קו, קו-קו-קו-קו, וקולו העבה של אברהם פרה – אדון עולם אשר מלך...

כשקראתי על תובנת המוות, פחד המוות שאין דרך להינצל ממנו, נזכרתי בהתעוררות פחד המוות שלי, והחיים לפני כן ואחרי כן כבר לא היו אותם חיים. התובנה האיומה שהורי ימותו יום אחד, שימותו לפני ואוותר לבדי בעולם, התובנה שאמות ואשכב בקבר ואיש לא יצילני. איך זה בדיוק התחיל אני לא בטוחה. אבל כן אני זוכרת בגיל 6 ששאלתי את אימי בת כמה היא וכשאמרה 40 נפלו עלי השמיים ופרצתי מייד בבכי נואש.

הורי ניסו לנקוט היגיון ולהסביר לי דרכו של עולם. לא הרפיתי מהם ולא שקטתי עד שנשבעו לי שלעולם לא ימותו. בינתיים הם מקיימים, אף כי אבי שיחיה המתקרב ל-90 חוזר ומזכיר לי שהוא מחכה שאקבל דוקטורט וכי כבר "רבע לשתיים עשרה" מבחינתו (ציטוט).

תיאור השיחות שהתקיימו בפועל וגם רק בפוטנציאל בין אביך לאימך

ובין כל אחד מהם לבין עצמו הקסים אותי, כי הצליח ליצור דמויות מלאות וקוהרנטיות (במובהק!), והתחושה שהתקבלה אצלי כקוראת היא שהספר נכתב במעין חווית תקשור של המספר עם הילד שהיה ועם הוריו – גם בתור הילד שהיה וגם בתור מי שהוא עכשיו. המעבר החופשי בין התקופות, ללא הצטדקות, וללא מסגרת כפויה, משך אותי וגם הפריע לי ברצף וגם ריסן את סקרנותי וגם ליבה אותה והגביר בסך הכל את לפיתתו האיתנה של הסיפור בי.

השימוש במילים (והתחביר המתפרע לעתים), מילות תיאור שאינן בדיוק "מהתחום המדעי / הריאלי" של המתואר, נוגעות-לא נוגעות בפרטים, היה כמו אור ירח שחודר באלומות רכות מבעד לחרכי תריס, כזה שגוללים כלפי מעלה. מאיר ולא מאיר ולפיכך אומר המון, כי מאפשר המון. נפעמתי. תיאור עמוק כל כך שנוגע בכל כך הרבה חושך שלי, שבדרך כלל אין לו מילים וכאן מדהימה אותי היכולת לתמלל ולהאיר חושך מבלי להפוך אותו לאור.

סליחה על ההשתפכות, ועוד בכתב יד. זה בא ממקום של שיתוף, ממקום של לתת בחזרה משהו בתמורה על מתנה מופלאה זו ומתנות אחרות שאתה מחלק כך בנדיבות.

תודה וברכה,
ענת סלע



א-ג-ס-א

חששות וספקות – אולי זה לא יעניין שום אדם מלבד את בני משפחתי וכמה מכרים? והנה הספר בא עד אליך (וגם אל קוראים אחרים) ופתח כל מיני אשנבים.
חיממת את ליבי (בבוקר די קר).

תודה לך.

עמוס

ושהדוקטורט ייגמר לך סוף סוף ותוכלי לצאת לחופשי!

כך כתבתי אז, ורק כשסיימתי עצרתי לחשוב. האם נאה יהיה לשלוח לסופר מכובד מכתב בכתב יד שנכתב באמצע הלילה? אולי כדאי יהיה לערוך אותו? לבדוק שגיאות? לשפר נוסח? מן הסתם להקליד.... אבל ידעתי שאם אתחיל, כבר לא יהיה לי אומץ לשלוח. לכן קמתי בבוקר, צילמתי לי עותק, הכנסתי למעטפה והתחלתי לחפש כתובת. לא מצאתי. גם לא דרך חברה שאחותה גרה בערד. מה עושים? בספר היה כתוב שעמוס עוז קיבל עבודה בחוג לספרות עברית בבו גוריון, לפיכך שלחתי את המכתב לחוג ושחררתי.

כעבור קצת יותר מחודש מצאתי בתיבת הדואר מכתב מאוניברסיטת בן גוריון, אבל לא בכתב של המנחה שלי. התבוננתי רגע בחקירה, עד שראיתי באותיות קטנות בשוליים השמאליים העליוניים של המעטפה, ע. עוז. ליבי ניתר ושחרר קריאה חסרת אוויר, שהתקפלה פנימה במקום לפרוץ החוצה. בידיים רועדות פתחתי, וזה מה שמצאתי:

ערד

30.4.03

לענת סלע ברכה ושלום,

מכתב נהדר כתבת לי בעקבות סיפורי על אהבה וחושך, מכתב חצות כזה, שבא ממעמקים והגיע. קראתי בשמחה ובהתרגשות מיוחדת: כאשר כתבתי את סיפורי זה, הייתי מלא

הרבה שנים כבר חלפו מאז, ועדיין הזיכרון חי בי, ועדיין כשחיפשתי את המכתב ידעתי מיד היכן אמצא אותו, ולא לקח לי יותר מרגע אחד לשלוח אותו. קראתי מאז ספרים נוספים של עמוס עוז, אבל רק ב"ממה עשוי התפוח" קלטתי משהו חדש מהקסם של כתיבתו, מהמקום הצנוע שלי כקוראת נלהבת ולא כמנתחת ספרות. האוניברסליות, או המכלול שבונה את הדמויות מפרגמנטים שונים. לא השכן, לא האשה בבית הקפה, לא הזוג שחוצה את הרחוב, אלא כולם יחד מתקבצים אצלו, מתכפלים, מתחלקים, מקבלים מכנה משותף ומתאחדים ליישות אחת, לסיפור אחד משותף שנוגע בכל כך הרבה קוראים, בשפות ותרבויות שונות.

אז, לא נפרדת מעמוס עוז, ומודה כמו רבים אחרים על כל מה שהותיר אחריו. ■

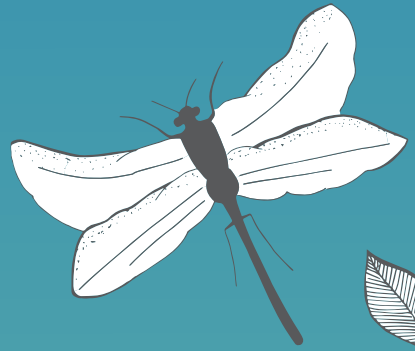
ע"ז 30/4/03

א-ג-ס-א - ברכה ואהבה,
ענת נכתב בכתב יד מוקדם סיפורי
על אהבה וחושך, למנחה שלי, ע. עוז
למשתתפים (אולי): קראתי בלילה ובבוקר
א-ג-ס-א: כאשר נכתב סיפורי זה, הייתי
מלא חששות וספקות - אולי זה לא יעניין
שום אדם מלבד את בני משפחתי וכמה
מכרים? והנה הספר בא עד אליך (וגם
אל קוראים אחרים) ופתח כל מיני אשנבים.
חיממת את ליבי (בבוקר די קר).

א-ג-ס-א

ענת

ואם תמצא לי סיפורי אהבה ואהבה אהבה
א-ג-ס-א



פרח בספר שירה
צילה זן-בר צור

בספר שירה אחד
מספר על פרח שפורח
כל ארבעים שנות מסע.
אני קוטפת אותו
מתוך דפי הספר,
ואוכלת.
הוא ער,
כמו שאני
מבקשת
להיות.

מתוך: אנאר באלח'י,
שירה סופית

