

# מפחד להצילי<sup>1</sup>

## משלוש נקודות מבט לתמונה שלימה של התמודדות

כבר חודש וחצי שתרצה מתוחה כולה. מאז שהודיעו ליעקב בעלה על פיטוריו היא לא מוצאת מנוח לנפשה. בהתחלה היא עוד ניסתה להתקשר למנהלות בתי ספר בניסיון למצוא סטאז' בשבילה לשנה הקרובה, אך עכשיו כל מה שממלא את תודעתה הוא העוני שמצפה לה ולבני משפחתה. היא נזכרת בשכנים ממול שלא יכולים לתת לילדיהם חוגים, ושפינוקים קטנים כמו גבינה צהובה לא נכנסים אליהם הביתה. אתמול פגשה את בת דודתה מיכל שסיפרה על המשבר הכלכלי שפקד אותם בעקבות פיטוריה. בימים אלה הם עוזבים את דירתם המרווחת לטובת דירה צפופה בשכירות זולה יותר. ומה יהיה איתם? מדוע שהם יצליחו להתמודד עם המשבר המתקרב? כשתרצה מנסה להעלות תרחישים חיוביים יותר, הם נהדפים מיד על ידי סרטי זוועה מפותחים מהם. לא ידעתי שיש לי דמיון פורה כל כך, היא מהרהרת במרירות לאחר שהיא מתעוררת מחלום על מקרר ריק.

תרצה איננה היחידה שעומדת מול העתיד בתחושת חוסר אוניס. פחד מפני העתיד הקרוב והרחוק הוא תופעה שכולם מתמודדים איתה ברמה כזו או אחרת. לפני אירוע גורלי כלשהו, תודעתנו מלאה בתרחישים שליליים, וכשאנו עומדים בפני תכנית ריקה לשנה הקרובה אנו נמלאים חרדה. הפחד יכול בקלות להוביל אותנו לשיתוק ולעצירה במקום, ובכך להוות נבואה המגשימה את עצמה.

לא רק ההתמודדות בעולם החיצוני מזמנת לנו חרדות. אנו עלולים להיתפס לחרדות גם בקשרים בין אישיים. האם כשאגיד לבתי המתבגרת שאני אוהבת אותה היא תקבל את דבריי בחיבוק, או שמא תתייחס אליהם בזלזול? פעמים רבות הפחד שדברינו לא יתקבלו כראוי, מונע ממנו לומר אותם. בפעמים אחרות הפחד שמא אטעה בלשוני גורם לשיחה חשובה להיות מגומגמת ומאכזבת.<sup>2</sup>

לעתים הפחד מדכא גם את ההתפתחות בקשר שלנו עם ה'. הדבר מתעצם במיוחד בתקופת הימים הנוראים, בה עז רצוננו להתקדם אל עבר מטרות חדשות בעבודת ה', אך פעמים רבות מדי הפחד מכשלון מעמיד בפנינו מחסום של ממש.<sup>3</sup>

מה עלינו לעשות בכדי להסיר את המכשולים שהפחד מציב בדרכנו?

במאמר זה נסקור שלוש דרכי התייחסות לעתיד. למרות שהן שונות במהותן זו מזו, המאמר חותר להראות כיצד הן משלימות זו את זו למכלול המאגד את כולן.<sup>4</sup>

הגישה הראשונה, המובאת אצל היחזון אישי בספרו אמונה ובטחון,<sup>5</sup> גורסת כי על האדם להאמין שה' ינהל את העולם לפי הבנתו מהו הטוב ביותר. ממילא, על האדם להרפות מדאגתו ומרצונו לעצב את עתידו. גישה נוספת, המופיעה בכתבי הרבי מלובאוויטש,<sup>6</sup> סוברת כי על האדם לדמיין את עתידו באופן האידיאלי ביותר, ולבטוח בה' כי יגשים דמיון זה.<sup>7</sup> הגישה השלישית, גורסת כי מכיוון שעל האדם להקדיש את כל כולו (וממילא גם את תכניותיו לעתיד) לקיום רצון ה', בטחונו בה' חייב להתבטא באופן מעשי. עליו לפעול במציאות ככל יכולתו, מתוך בטחון כי ה' יעניק לו את מירב הכחות הדרושים לשם כך.<sup>8</sup>

<sup>1</sup> מתוך הפיוט "אדיר איום ונורא" למוצאי שבת (מופיע במחזור ויטרי).

<sup>2</sup> סקירה מקיפה של תופעת החרדה הבין-אישית מופיעה בספר "למות מבושה: התמודדות עם חרדה חברתית ופוביה" שכתבו ברברה ג' מרקווי, שריל מ. קארמין, ס. אלק פולארד וטרוזה פלין (מאנגלית: אילה יפתח), הוצאת אח, קרית ביאליק, תשע"ד.

<sup>3</sup> הקושי להתקדם בעבודת ה' בגלל חששות מופיע למשל בספר "דברי חיזוק" של הרב צבי מאיר זילברברג (עמ' נ"א-נ"ד), בשם ר' צדוק הכהן מלובלין.

<sup>4</sup> על פי מאמר 'אמונה ובטחון' של הרב יצחק גינזבורג שליט"א בספרו לב לדעת.

<sup>5</sup> ראה למשל פרק ב', א'.

<sup>6</sup> להלן דבריו בנוגע לבטחון וחשיבה חיובית.

<sup>7</sup> העימות בין הגישה הראשונה לשניה מוצג, למשל, אצל הרב אביגדור נבנצל (בשיחותיו לפרשת השבוע, פרשת בשלח, שיחה י"א). לדבריו, הגישה הראשונה מתאימה לעבודתו של כל אדם והשניה בעיקר לצדיקים גדולים.

<sup>8</sup> מובאת במאמר 'אמונה ובטחון' הנ"ל, עמ' נ"ז. גישה זו דומה לשיטת נוברדוק, הגורסת כי הבטחון צריך להיות וודאי ברמה כזו שיוכל להוביל לתוצאות מעשיות, כפי שהגדיר רבי יצחק וולדשיין בספרו "תורת יצחק" (פרשת בא, עמ' פ"ו): "כללו של נאווארדוק, הוא קיצוניות בשלימות, כי יש קיצוני במעביר על המידות, ויש

## אמונה : מפנה מקום משנה מזל

באחד הערבים רינת נכנסת לביתה של תרצה ומוצאת אותה שרועה על הספה, כשהשאריות מארוחת הצהרים של הילדים עודן על השולחן. "מה קורה איתך?!", היא שואלת. הדמעות של תרצה זולגות יחד עם תיאורים מבהילים על העתיד הצפוי לה, ורינת רק אומרת: "בואי, הולכים לקניות". תרצה חושבת שהיא לא עומדת בזה. "לא הבנת מה אמרתי? אני לגמרי מפורקת, ואת רוצה שאני אסתובב בחנויות? ובכלל, אין לי כסף לבזבז עכשיו". אבל רינת מתעקשת, "את חושבת שתצליחי לקדם את עצמך כשאת בכזו פאניקה? את צריכה לנקות את הראש קצת, אחר כך נדבר נורמלי. ואני משלמת היום".

כשמישהו לצדנו נכנס לפאניקה, הנטייה הטבעית שלנו היא קודם כל להסיח את דעתו מהדאגה. התגובה הספונטנית הזו לא נולדה סתם. כשאדם מלא במחשבות סביב הרע שהוא לבטח יפגוש בקרוב, קשה לו מאוד לעבור למחשבה חיובית ומקדמת. כל ניסיון לחשוב מחשבות איך יהיה טוב, ייהדף מיד על ידי תרחישים גרועים יותר. לכן, הצעד הראשון צריך להיות פינוי של התודעה מכל מחשבה על מה שמציק לנו, ואפילו מכל ניסיון לפתור את הבעיה. למעשה, זוהי עצה שאנו מכירים מפירוש הגמרא לפסוק "דאגה בלב איש ישחנה"<sup>9</sup>. אחד הפירושים המובאים בגמרא<sup>10</sup> למילה ישחנה הוא "ישיחנה מדעתו", כלומר שעל האדם להפסיק לחשוב על הדאגה.

הליכה לקניות היא פתרון חלקי וחיצוני, כיוון שאינו עונה על הדאגה הממשיכה לקנן בתודעתנו באופן סמוי. נוסף לכך, הוא אינו נוגע בפנימיותו של האדם ובעיקר לא מחבר אותו עם ריבונו של עולם, מקור היציבות האמתי בחייו.

אם כן, במה עלינו למלא את התודעה בשעה שאנו מסיחים את הדעת מהדאגה? עלינו להתרכז במחשבה כי "מה שה' מחליט בשבילי הוא הכי טוב, ויבוא יום ואראה זאת". אין צורך להתעסק בדרך שבה הטוב יגיע. למעשה, האמונה קיימת אצל כולנו<sup>11</sup>, אך אם לא נחדיר אותה לתודעתנו, השפעתה תהיה מועטה ביותר. ניתן לראות זאת בקלות בהבדל העצום בין תשובתנו הפשוטה לשאלה האם אנחנו מאמינים, לבין הקושי שלנו לקבל מציאות הסותרת את תכניותינו.

*בין חנות הבגדים לבית הקפה, רינת מזכירה לתרצה שקיומה אינו תלוי בכסף ובמשרה שיהיו לה, אלא בה' בלבד. הוא זה שנותן לה חיים ופרנסה, ואפילו אם ימנע ממנה משהו הנראה לה כרגע הכרחי, בוודאי שזה נובע מרצונו להיטיב לה<sup>12</sup>.*

## מחשבה חיובית: יהיה טוב!

האם האמונה היא סוף פסוק?

אם נשוב להתבונן ביחס הטבעי שלנו לפחדים, בטרם קישרנו אותו לעבודת ה', נשים לב כי הרגיעה והסחת הדעת מהדאגה הן רק השלב הראשון של תגובתנו. מטרתה של הסחת הדעת היא לאפשר לנו לחשוב בבחירות ולעורר בנו בטחון בכך שהבעיה ניתנת לפתרון.

באופן טבעי, הבטחון הזה ישען על הצלחותינו הקודמות, כשרונותינו בתחום הרלוונטי והאמביציה החזקה שלנו. אולם הניסיון להתעודד על פי יכולות כאלה ואחרות, לא יספק אדם מאמין (אם הוא ישר עם עצמו). אנחנו הרי יודעים כי ההצלחה לא תלויה בנו וכי ה' הוא זה שמנהל את חייו. ה' אינו מחויב לתכניותינו ולהצלחות קודמות, גדולות ככל שיהיו, ויתכן שיפעל בשונה מהן.

אם כן, לכאורה עלינו לוותר על הבטחון הפסול בעצמנו ולהישאר באמונה הפשוטה בכך ש"כל מאן דעביד רחמנא לטב עביד"<sup>13</sup>. אולם הרבי מליובאוויטש מתייחס לסוגיה הזו באופן שונה, וכך הוא מסביר:

בטחון הוא עבודה ויגיעה בנפשו, והיא מביאה את חסדי השם הבאים כתוצאה מעבודת ויגיעת האדם לבטוח בה':  
ע"י שהאדם סומך באמת ובעומק נשמתו רק על הקב"ה לבד, עד שאינו דואג כלל, הרי התעוררות זו גופא פועלת

<sup>9</sup> משלי י"ב, כ"ה.

<sup>10</sup> יומא דף ע"ה עמ' א, ועוד: "אמר משה: [והן לא יאמינו לי, גליא קמי קוב"ה דמהימני ישראל. אמר לו: הן מאמינים בני מאמינים..."]

<sup>11</sup> שבת דף צ"ז עמ' א, ועוד: "אין עניות מן האומנות ואין עשירות מן האומנות, רק ברכת ה' היא העשיר". התייחסות לבטחון בקשר לפרנסה מובאת  
<sup>12</sup> כפי שמובא בקידושין (דף פ"ב, עמ' ב'): "אין עניות מן האומנות ואין עשירות מן האומנות, רק ברכת ה' היא העשיר". הנה פירוש הפשט בפסוק זה משמיענו עצה לכל  
אצל ר' הלל מפאריטש, בספרו פלח הרימון (וירא, ד"ה ואשה אחת): "בטחו בהוי' עדי עד כי ב"ה הוי' צור עולמים. הנה פירוש הפשט בפסוק זה משמיענו עצה לכל  
העוסק במו"מ [=משא ומתן] לבל יהי לו בטחון על העסק שלו לומר שבאם יעטוק ביגיעה רבה... אזי יצליח לו ובאם לאו לא יצליח לו ח"ו. וזה נקרא עוברי ע"ו  
בטהרתה ח"ו, כי כמו שהעובדים לכוכבים ומזלות היינו שאומרים עוב ה' את הארץ והכוכבים הם בעצמם המשפיעים, אך באמת אינו כן רק שה' הוא המשפיע  
והמשגיח בכל פרט ופרט, רק שהשפע עוברת דרך מעבר המזלות בלבד ולכן הם רק כגרוזן ביד החוצב בו ואין בכחם להרע ולהיטיב כלל. כן כשהוא מעמיד הבטחון  
שלו על העסק הוא תופס את העסק לבחינת יש, והעסק יהיה מקור המשפיע לו והוא (דברים ח') כחי ועצם ידי ח"ו כו'... ולכן צריך להיות הבטחון בהוי' דייקא...".  
<sup>13</sup> ברכות דף ס', עמ' ב.

**שהקב"ה מתנהג עמו באופן זה, שמטיב עמו...** הקב"ה שומר עליו ומרחם עליו גם אם ע"פ חשבון אינו ראוי לכך שיהי' טוב לו בטוב הנראה והנגלה דוקא<sup>14</sup>.

ניקוי התודעה מכל מחשבה בנוגע לבעיה שמפחידה אותנו, יוצר בה מקום למחשבה חיובית. הפעם היא באה מתוך עבודה נפשית החותרת לבטחון בטוב ה', ולא על סמך הצלחות קודמות שנגועות בגאווה. על פי דברי הרבי מליובאוויטש, העבודה שהאדם עושה בכדי לבטוח שה' יתן לו טוב 'נראה ונגלה', היא זו שמורידה את השפע הזה לעולם. כך מתפרש<sup>15</sup> נוסח התפילה "ברוך אתה ה' מברך השנים", "רופא חולי עמו ישראל" – אנו לא רק מבקשים מה' כי ירפא אותנו, אלא בוטחים בו באופן מלא כי הוא רופא חולים, ברגע זה. הבטחון שאיננו מברכים ברכה לבטלה עושה כלי לגילוי טובו של ה'.

דוגמא לבטחון כזה אנו מוצאים אצל חזקיהו המלך, שבטח בישועת ה' כאשר חיל סנחריב צר על ירושלים:

אַרְבַּעַה מְלָכִים הָיוּ, מֵה שֶׁתְּבַע זֶה לֹא תְּבַע זֶה, וְאֵלּוּ הֵן: דָּוִד, וְאַסָּא, וְהוֹשָׁפֵט, וְחִזְקִיָּהוּ... עָמַד חִזְקִיָּהוּ וְאָמַר, אֲנִי אֵין בִּי כֹחַ לֹא לְהִרְגֵךְ וְלֹא לְרַדְּךָ וְלֹא לִמְרֹךְ שִׁירָךְ, אֲלֵא אֲנִי יִשָּׁן עַל מִטָּתִי וְאַתָּה עוֹשֶׂה, אָמַר לוֹ הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא אֲנִי עוֹשֶׂה, שֶׁנֶּאֱמַר (מלכים ב' י"ט, ל"ה): וַיְהִי בַלְיָלָה הַהוּא וַיֵּצֵא מִלְּאֲדָה ה' וַיֵּךְ בְּמַחְנֶה אֲשׁוּר וּגְוִי<sup>16</sup>.

## בטחון של אהבה

מהיכן בא הבטחון שה' יתן לי עתיד טוב? ככל שהאדם חש כי ה' אוהב אותו, כך הוא יכול לבטוח בו שישלח לו טוב גלוי<sup>17</sup>. כשאוהבים, כל צד רוצה שהשני יחוש בכך באופן מובהק. לכן אדם שחש כי ה' אוהב אותו יהיה משוכנע שה' ישפיע לו טוב גלוי. מובן שהבטחון צריך להיות ביחס לעניינים הנמצאים בתוך גדר ההלכה, ומשקפים את אהבתי לה'.

נוכל להבין טוב יותר את הגישה הזו אם נתבונן בקשר אנושי שנצרך בו בטחון כזה. נתאר לעצמנו בני זוג שנקלעו למתיחות בקשר ביניהם. ערימת הטענות ההדדיות תופחת, כעס מצטבר, וכל אחד מהם חש שהשני אינו מבין אותו. פתאום פונה הבעל לאשתו בהצעה לצאת יחד לבית קפה. במצב כזה האשה תחוש כי הבעל בטוח שהקשר ביניהם יקר לה, והדבר יעורר אותה להיענות לו.

הבטחון נחוץ גם כשהבית מתנהל על מי מנוחות. אשה שתחשוב 'הוא בטח לא יהיה מוכן להיענות לי', תגרום לבעלה להגשים את מחשבותיה, גם אם לא ביטאה זאת מפורשות. הדבר יכול להתבטא באופן חמור יותר, כאשר אחד מבני הזוג יתייחס לעצם הקשר ביניהם כעניין בלתי יציב שעלול לחלוף. דבר זה עצמו יערער את הקשר ויתכן מאוד שאף יגרום לקריסתו.

לא לחינם הקשר בין ה' לעמו נמשל לקשר בין הדוד לרעייה<sup>18</sup>. כפי שבקשר בין בני זוג הבטחון של האחד בחברו גורם להגשמת המחשבות החיוביות, כך גם בקשר עם ה'. אדם שעובד כדי לבסס את בטחונו בה' ובכך שיתן לו את מבוקשו, מחזק את הקשר שלו עם ה' ומעורר את אהבתו הגלויה. כפי שכותב הרבי מליובאוויטש, הקב"ה ייעתר לבקשתו של אדם כזה, אפילו אם מצבו הרוחני קודם לכן היה מעורער והוא לא היה ראוי לטוב 'נראה ונגלה'. זהו תוכן הביטוי החסידי "חשוב טוב – יהיה טוב"<sup>19</sup>.

כשהן מגיעות אל הכניסה לבניין, תרצה אומרת: "אני אגיד לך בכנות, הרגיע אותי להיזכר שה' הוא זה שמנהל את החיים שלי ושמתישו יהיה טוב, אבל אני לא חושבת שאני אוכל לחיות עם זה לאורך זמן. אם ה' אוהב אותי ורוצה לתת לי טוב, אני רוצה להרגיש את זה". רינת מהרהרת לרגע. "אני מבינה מה את אומרת. זה מזכיר לי את הספר שקראתי בשבת על חשיבה חיובית. היה כתוב שם אם את מאמינה שה' יתן לך טוב מסוים ומדמינת אותו לפרטי פרטים<sup>20</sup>, אז הוא באמת יגיע אליך. זה נשמע קצת הזוי, אבל תנסי, מה אכפת לך?".

<sup>14</sup> ליקוטי שיחות ל"ו לשמות א'.

<sup>15</sup> לב לדעת, שם, בהתבסס על אגרת התשובה, פרק י"א. שם אומר זאת בעל התניא ביחס לברכת סליחת עוונות.

<sup>16</sup> איכה רבה, פרשה ד', ט"ו.

<sup>17</sup> פלח הרימון שם: "אך באמת מדת הבטחון תלוי במדת האהבה ונמשך ממנה. כמו על דרך משל שני אוהבים נאמנים ואוהבים זה לזה, שכל אחד בטוח בחברו

שבדאי ימלא לו חפצו ורצונו מצד אהבתו אליו... וכאשר נמשך אהבה עליונה עליו... נמשך בו מדת הבטחון".

<sup>18</sup> מבואר באריכות בשיר השירים רבה, ובמקומות רבים נוספים.

<sup>19</sup> מובא בליקוטי שיחות שם, בשם הצמח צדק.

<sup>20</sup> ראה שיחות הר"ן, שיחות ח' וס"ב.

## בטחון פעיל: מניחים רגליים בנהר

בנוסף למחשבה החיובית, ישנה דרך נוספת לבטא את הבטחון בה'. המחשה מעניינת לדרך הזו נמצאת בסיפור חציית הירדן, במעשה הכהנים נושאי ארון ה':

וַיֹּאמֶר יְהוֹשֻׁעַ בְּזֹאת תִּדְעוּן כִּי אֵל חַי בְּקִרְבְּכֶם וְהוֹרֵשׁ יוֹרֵשׁ מִפְּנֵיכֶם אֶת הַכְּנַעֲנִי וְאֶת הַחִתִּי וְאֶת הַחִוִּי וְאֶת הַפְּרִזִּי וְאֶת הַגְּרִגְשִׁי וְהָאֱמֹרִי וְהַיְבוּסִי. הִנֵּה אֲרוֹן הַבְּרִית אֲדוֹן כָּל הָאָרֶץ עִבְרַתְּכֶם בַּיַּרְדֵּן. [...] וְהָיָה כְּנֹחַ כַּפּוֹת רַגְלֵי הַכֹּהֲנִים נֹשְׂאֵי אֲרוֹן ה' אֲדוֹן כָּל הָאָרֶץ בְּמִי הַיַּרְדֵּן מִי הַיַּרְדֵּן יִפְרָתוֹן הַמַּיִם הַיַּרְדִּים מִלְּמַעְלָה וַיַּעֲמְדוּ נֹד אֶחָד. וַיְהִי בְּנִסְעַת הָעָם מֵאֶהְלִיָּהֶם לְעֵבֶר אֶת הַיַּרְדֵּן וְהַכֹּהֲנִים נֹשְׂאֵי הָאֲרוֹן הַבְּרִית לָפְנֵי הָעָם. וַיָּבֹאוּ נֹשְׂאֵי הָאֲרוֹן עַד הַיַּרְדֵּן וְרַגְלֵי הַכֹּהֲנִים נֹשְׂאֵי הָאֲרוֹן נִטְבְּלוּ בַקָּצָה הַמַּיִם וְהַיַּרְדֵּן מָלֵא עַל כָּל גְּדוֹתָיו כֹּל יְמֵי קִצְרֵי. וַיַּעֲמְדוּ הַמַּיִם הַיַּרְדִּים מִלְּמַעְלָה קָמוּ נֹד אֶחָד הַרְחֵק מְאֹד (בֵּאֲדָם) מֵאֲדָם הָעִיר אֲשֶׁר מֵצֵד צָרְתָּן וְהַיַּרְדִּים עַל יָם הָעֲרָבָה יָם הַמֶּלַח תָּמוּ נִכְרָתוֹ וְהָעָם עָבְרוּ נֹגֵד יְרִיחוֹ.<sup>21</sup>

ה' בחר לפעול את הנס רק לאחר שהכהנים יניחו את רגליהם בתוך המים השוצפים, מתוך בטחון שה' יפעל את הנס דרכם ושלא יאונה להם ולארוֹן הברית כל רע.

### א | ממדבר האמונה לארץ הבטחון

הבטחון המעשי של הכהנים איפשר את המעבר של עם ישראל כולו מעבר הירדן לתחומי הארץ המובטחת. הדבר מלמד, כי הטוב האלוקי מתגלה פעמים רבות דווקא בתוך הפעולה האקטיבית שלנו, הבוטחת כי ה' בחר בנו לגלות אותו בעולם. ההצלחה היא הסימן שאכן השרה את שכינתו במעשה ידינו.

חציית הירדן מסמלת את השינוי שעבר עם ישראל בהיכנסו מהמדבר לארץ.<sup>22</sup> במדבר התפרנס עם ישראל מניסים גלויים, ואי הודאות של ההליכה אחרי ה' בארץ לא זרועה הצריכה אמונה תמידית בטובו. לעומת זאת, בארץ ישראל דורש ה' עבודה פיזית, המצריכה בטחון כי נוכל לפעול במציאות הגשמית מתוך קדושה.<sup>23</sup>

הדמות שממחישה יותר מכל את הבטחון הפעיל היא זו של דוד המלך, שפעולתו הייתה חדורה בהשגחת ה':

”אָמַר דָּוִד: אֲרָדוֹף אוֹיְבֵי וְאֲשַׁלְּגֶם וְגו'. אָמַר לוֹ הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא אֲנִי עוֹשֶׂה כֵן, הֲדָא הוּא דְכָתִיב (שְׁמוּאֵל א' ל, י"ז): וַיִּפֶּס דָּוִד מֵהַנְּשֹׁף וְעַד הָעָרֶב לְמַחְרָתָם. מֵהוּ לְמַחְרָתָם, רַבִּי יְהוֹשֻׁעַ בֶּן לֹוִי אָמַר לְשֵׁתִי לִילּוֹת וַיּוֹם אֶחָד, וְהָיָה הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא מְאִיר לוֹ בְּלִילוֹת בְּזִיקִין וּבְרָקִים...”<sup>24</sup>

בטחונו של דוד יגיע לביטוי המלא אצל בחיר צאצאיו, המלך המשיח, שעשייתו תהיה כולה לשם ה' ומכחו: "...נִכְף כָּל יִשְׂרָאֵל לִילֶךְ בָּהּ [בתורה] וְלִחְזֵק בְּדָקָה. וַיִּלְחֶם מִלְחָמוֹת ה'... אִם עָשָׂה וְהִצְלִיחַ וּבָנָה מִקְדָּשׁ בְּמִקְוֵמוֹ וְקִבֵּץ נְדָחֵי יִשְׂרָאֵל הָרִי זֶה מְשִׁיחַ בְּנֹדָאִי. וַיִּתְקַן אֶת הָעוֹלָם כְּלוֹ לְעֵבֶד אֶת ה' בַּיַּחַד”<sup>25</sup>

ניתן לראות במשיח ובכהנים נושאי ארון ה' משל שמתאים לכל אדם. כל אחד מאתנו נושא "ארון ברית ה'" יחודי לו, שאת הטוב שבו עליו להפיץ בעולם במהלך חייו. על כל אחד מוטל לברר איזו גאולה עליו להביא לעולם<sup>26</sup>, וכך להבין באיזה תחום עליו לבטא במיוחד את בטחונו הפעיל. ככל שנהיה סמוכים ובטוחים כי מעשינו מגלים את אור ה' בעולם, כך יגדל בטחונו כי ה' יעמיד לרשותנו את כל הכוחות לצורך פעילותנו<sup>27</sup>. כשנניח את רגלינו על קרקע המציאות החדשה, הוא יבקע את כל הנהרות העומדים בדרכנו.

<sup>21</sup> יהושע ג', י"ט-ז.

<sup>22</sup> מעניין לציין שרבי נחמן מברסלב כותב בספר המידות (ערך בטחון, י"ז) כי "מי הירדן הם סגלה לבטחון".

<sup>23</sup> כפי שנכתב בחסידות על חטא המרגלים שחסרו את הבטחון הזה, מופיע לדוגמה בליקוטי תורה לפרשת שלח.

<sup>24</sup> תחילתו של המדרש באיכה רבה, שם.

<sup>25</sup> רמב"ם, הלכות מלכים ומלחמותיהם, פרק י"א הלכה ד'.

<sup>26</sup> מאור עיניים לרבי מנחם נחום מצ'רנוביל, פרשת פנחס (בשם הבעש"ט): "שצריך כל אחד מישראל לתקן ולהכין חלק קומת משיח השייך לנשמתו".

<sup>27</sup> "ככל שמרגיש שגם בעניניו ובפעולותיו האישיים, ישנה תכלית של "יראת שמים" ומתגבר בדעתו לכוונם לכך, כך נמסרים לו מלמעלה הכחות הדורשים ליישם בכי טוב" (לב לדעת, שם).

שבועיים לאחר פגישתן הקודמת, רינת מבחינה בתרצה בגן המשחקים, כשאי אפשר להחמיץ את הנינוחות הנסוכה על פניה. "מה השתנה?", שואלת רינת בסקרנות ומתיישבת לצד תרצה על הספסל. תרצה מחייכת. "מה שאמרת לי אז על המחשבה החיובית תפס אותי, והתחלתי לחשוב על זה כל יום. אבל מה שהכי מעניין זה שאחרי שהבנתי שהתמונה היפה הזו יכולה להתממש, ממש רציתי לקדם אותה! הבנתי שה' באמת רוצה שיהיה לילדים שלי טוב, ועליי הוא הטיל את התפקיד לדאוג להם. פתאום חזר אליי הכח להשקיע בחיפוש משרה ולנסח מחדש את קורות החיים, ועכשיו חזרתי מראיון עבודה פה קרוב. היה ממש טוב ברוך ה'".

"וואו! לא חשבתי שתתאוששי מהר כל כך!", מתפעלת רינת. "זה ממש מעניין מה שאת אומרת, אף פעם לא חשבתי על זה ככה". רינת פונה לבנה שקרא לה, ותרצה חושבת שגם היא מעולם לא התייחסה למציאות באופן הזה. אולי זה חלק ממה שה' רצה לתת לי דרך כל החושך הזה, היא מהרהרת ודוחפת את עגלת התינוק בחזרה הביתה.

## סיכום: בטחון תלת ממדי

ראיית כל אחת מדרכי ההתמודדות עם פחד כחלק ממכלול שלם, מאפשרת להן להופיע זו לצד זו במקום לסתור האחת את השנייה. אולם עלינו להבין מדוע יש לנו צורך בכל אחת מהן:

**האמונה** משנה את נקודת המבט שלי כלפי היציבות בחיי. מראייתה כתלויה בי (או באנשים סביבי), אעבור להסתכלות אמתית יותר, הרואה את ה' כמקור הבלעדי לטוב וליציבות. כך אוכל להפסיק לטבוע בחרדות (הנובעות מהישענות על הקנה הרצוף של העולם הזה), ולסמוך על ה' שייטיב לי בעתיד באופן גלוי. לאחר שהנכחתי בתודעתי את האמונה כי ה' רוצה שיהיה לי טוב, תוכל להופיע ההבנה ש**מחשבה על הטוב הצפוי לי** תביא את ה' לממש אותו. הוא מעונין שאחוש את אהבתו, ותחושה זו תתעצם בי כאשר ארגיש את טובו באופן המתאים לרצוני.

ההבנה שה' ישלח לי טוב גלוי כפי שהוא מופיע בחזון המפורט שלי, אינה סותרת את האפשרות שה**דבר יתבצע דרכי**. אני אעדיף את האפשרות הזו כשאחוש שיש תכלית קדושה למעשיי. מתוך הראיה של הפעולה שלי כחלק מגילוי טוב ה', אזכור מי עשה לי את החיל הזה ולא אטעה לחשוב שמקורו בי<sup>28</sup>.

כך נאמר על בניית בית המקדש השלישי: "גדולים מעשי צדיקים יותר ממעשה שמים וארץ, שנאמר מקדש הו'י כננו ידוך"<sup>29</sup>. מעשי הצדיקים הבונים את המקדש נחשבים כמעשה של שני ידי ה', יותר ממעשה נסי שבו נאמר רק "ימינו טפחה שמים"<sup>30</sup>. כשאנו פועלים בבטחון אמתי למען מטרה טובה, אנו זוכים שבורא העולם יסמוך את שתי ידיו על מעשינו.

<sup>28</sup> ע"פ הכתוב בדברים ח', י"ח בהקשר לחיים בארץ ישראל.

<sup>29</sup> כתובות דף ה', עמ' א.

<sup>30</sup> עיין בספר "מלכות ישראל" במאמר 'בידי מי מפתח הגאולה'.