**בראשית טז-כ: מי שמאמין לא מפחד?**

ביחידה הקודמת בפרויקט 929 ראינו כיצד הפסוקים עברו מתיאורי בריאה כלליים לסיפורים פרטיים. מאורעות הבריאה וההרס העצומים בהיקפם פינו את מקומם לסיפורי אברם – קורותיו של איש אחד ושל משפחתו ותיאור יחסיו עם אלוהיו. ביחידת הלימוד שלפנינו ממשיכה ללוות אותנו דמותו של אברם, ששמו משתנה לאברהם; נוספים קווי מתאר חדשים לדמותו ומצטרפות אליו דמויות חדשות. מהו החוט הקושר יחד את רצף הפרקים? מהן נקודות ההשקה בין הפסוקים לבין עולמם של הקוראים? על כך בדף לימוד זה.

במסגרת פרויקט 929 מבקש דף הלימוד להקיף את חמשת פרקי היחידה ברצף; להביט על הנרטיב שנוצר בפרקים אלו ולהאיר היבטים משותפים ביניהם. מבנה הדף מורכב מפתיחה וסיום כלליים המתמקדים באמונה ובפחד – שני המוטיבים השוזרים יחד את רצף הפרקים; וביניהם יחידות קצרות המוקדשות לסיפורים השונים: תיאור הכנסת האורחים-המלאכים ובשורתם הגורמת לאברהם ושרה לצחוק; תיאור גירושה של הגר; סיפור הפיכת סדום. מכל הסיפורים הללו עולה תחושת פחד חריפה. בתווך שבין האמונה לפחד, בין החשש ליראה, בין הביטחון להיעדרו, ייבחנו הרגשות הטמונים בסיפורים והרגשות שהם מציפים בקרב הלומדים. המנחה מוזמן כמובן להשתהות ולהעמיק בכל סיפור ולתור אחר קשרים נוספים המחברים ביניהם.

\*\*\*

**פתיחה – "והעיקר לא לפחד כלל"**

1. **מעגל הרגשות**

בפתח הלימוד נזמין את המשתתפים לעסוק בפחד וברגשות הקרובים לו והמנוגדים לו. נסתייע במעגל הרגשות שפיתח הפסיכולוג רוברט פלוטצ'יק (1927-2006) אשר מציג באופן סכמתי שמונה רגשות "יסוד", המאורגנים בצמדים מנוגדים ומוצגים על רצף בדרגות עוצמה שונות. ההסבר בדף הלימוד מתמקד במיקומו של הפחד במעגל הרגשות: השילוב בין פחד לאמון מניב לדעת פלוטצ'יק כניעות, ואילו השילוב בין פחד להפתעה מניב יראת כבוד (awe); הפחד נע בעוצמתו בין חשש לאימה והרגש ההופכי לו הוא באופן מפתיע הכעס; אמון נע בין קבלה והערצה, [והרגש ההופכי לו הוא תיעוב.] נזמין את המשתתפים לחשוב על הרגשות הסמוכים לפחד והמנוגדים לו, ולחוות דעתם על הסכמה של פלוטצ'יק. בתוך כך נבדוק את היחס שבין פחד לאמונה ופחד לאומץ.

בהמשך הפתיח מובאים שלושה מקורות על הפחד הדנים בשאלה אם הפחד מועיל או מזיק. הלומדים מוזמנים לדון בשאלה ולבחון את עמדתם כלפיה.

דברי אמיל אז'אר מדגישים את תועלתו של הפחד, ומאירים באור מעניין זיקה הדוקה בין פחד לאמונה. גם הפסוק ממשלי מדגיש את תועלתו של הפחד. אך הדיאלוג מ'מלחמת הכוכבים' מציג את הפחד בנימה שונה. כשם הפרק 'אימת הפנטום', הוא עוסק בנושא הפחד המתואר כמקורם של רגשות אפלים וכתחילתה של שרשרת רגשות הרת-אסון.

נזמין את המשתתפים לחשוף את היחס בין המקורות ולבחון את עצמם ביחס לשאלה הניצבת בבסיס המקורות: האם הם מזדהים עם תחושת הרצף המסוכן שיוצר הפחד, או נוטים לראותו כהכרחי ומועיל? האם תשובותיהם משתנות במחשבה על פחדים אישיים ועמוקים יותר?

\*\*\*

1. **גירוש הגר**

תמונתה של הגר המגורשת אל המדבר טומנת מן הסתם פחדים וחששות; אך דומה שגם שאר הדמויות בסיפור מונעות על ידי פחדים שונים. ממה חוששת כל דמות בסיפור? איזה מענה מציע הסיפור לפחד? האם וכיצד המלאך נוטע בהגר את הביטחון להתמודדות עם קשייה?

**\*\*\***

1. **"וּפַחַד יִצְחָק"**

סיפור בשורת המלאך על הולדת יצחק מופיע פעמיים ברצף הפרקים, ובשתי הפעמים התגובה הספונטנית היא צחוק. ראשית צוחק אברהם ואחר כך צוחקת שרה. נזמין את המשתתפים לבחון את תגובת הצחוק של אברהם ושרה לבשורת הלידה ונציע להאיר דרכה באור שונה את הפחד - לא הפחד מן הרע אלא הסירוב להאמין בטוב. [על כך מדבר הציטוט מהספר 'בחזרה לאהבה'. נשאל:] מדוע אברהם ושרה מתקשים להאמין לבשורת הלידה? האם יש הבדל בין תגובותיהם? ומדוע מוכר יותר צחוקה של שרה מצחוקו של אברהם?

\*\*\*

1. **סדום: האמונה באדם, המבט לאחור**

סיפור הפיכתה של סדום יכול לפרנס דפי לימוד רבים. במסגרת זו אנו מציעים להתמקד בשתי נקודות: הוויכוח של אברהם עם אלוהים והמבט לאחור של אשת לוט.

עד כה אופיינה דמותו של אברהם כצייתנית, קשובה, נאמנה לאלוהיה. בסיפור סדום נחשף בה פן אחר, מרדני. מסרב לקבל את הגזרה. אך אפשר לראות סיפור זה דווקא כמשלים את דמותו של אברהם, שהרי אמונתו באלוהיו מתבטאת באמונו באנשים, וסירובו לקבל את הרוע המוחלט כמאפיינם הבלעדי הוא הגורם לו להתווכח. נבחן את הדמיון והסתירות בדמותו של אברהם בסיפור זה ביחס לפרקים הקודמים.

המדרש מעניק לאשת לוט המפנה מבטה לאחור נקודות זכות. נזמין את המשתתפים לפרש את תנועת המבט לאחור, בסיפורה של אשת לוט בפרט ובחיי האדם בכלל.

\*\*\*

1. **"אֵין יִרְאַת אֱלֹהִים בַּמָּקוֹם הַזֶּה?"**

סיפור ירידת אברהם ושרה מארצם ולקיחת שרה בידי המלך הזר, מופיע (שוב) בפרקנו. ניתן ללמוד סיפור זה בהיבט מוסרי, רגשי או ספרותי, אך במסגרת דף לימוד זה נתמקד במניעיו של אברהם. נציע להבחין ביחס המעניין שנוצר בין פחד אברהם, היעדר היראה של החברה ('אין יראת אלוהים במקום הזה'), ואמונת אבימלך הנחשפת בחלומו. נראה שבסיפור זה משרטטים הפחד, היראה והאמונה כוחות מקבילים ומנוגדים. בהקשר זה אפשר לקרוא את דברי הובס, המאירים את פחדו של אברהם מחברה נעדרת פחד, המייצרת מאליה פחדים קשים.

\*\*\*

**לסיום – 'מעשה מביטחון'**

\*להרחבה, ניתן לעיין ב'מעשה מביטחון' שסיפר ר' נחמן מברסלב.

בסיום הלימוד נסגור מעגל ונשוב למחשבות כלליות על פחד ואמונה והקשרים ביניהם. נזמין את המשתתפים להביט על רצף הפרקים, לפני שנגיע ביחידה הבאה לסיפור עקדת יצחק – לתאר את הטווח הרגשי שבין פחד, יראה, אומץ ואמונה בסיפורי אברהם בבראשית.

בחתימה נזכיר בראשי פרקים את סיפורי היחידה. נשאל את המשתתפים איזו תמונה נוצרת לדעתם מסמיכות הסיפורים בפרשה, ונציע נקודות חיבור נוספות ביניהם.

\*\*\*

לקינוח מובא סרטון המאיר בדרך מקורית את הטווח שבין פחד והתמודדות (ביטחון? תקווה? אמונה? אומץ?).

<https://www.youtube.com/watch?v=sb2YOg_dkQM>

\*\*\*

**נספח**

מתוך המאמר של אורי פסובסקי, 'ממה עשוי אומץ', אתר **כלכליסט** 25.12.2014:

...לפני שמגיעים לתוצאות, נילי מסביר, כדאי לעצור ולחשוב מהו בכלל אומץ. "לשאלה מהו אומץ יש שתי תשובות נפוצות", הוא אומר. "הראשונה היא להיות חסר פחד, לא לפחד במצב שבו רוב האנשים היו מפחדים. והשנייה היא לעשות משהו למרות הפחד. המשמעות של האפשרות השנייה היא שאומץ יכול בעצם להתקיים רק אצל אלה שמפחדים. כי כדי להפגין אומץ אתה צריך אלמנט של בחירה: האם אני עושה מה שהפחד מכתיב או שאני בוחר התנהגות אחרת?"

"תחשוב, למשל, על אנשים שיש להם פחד מטיסה, והם הולכים לטיפול התנהגותי שכרוך בחשיפה לגורם הפחד", אומר נילי. "זה דורש המון אומץ. בכל פעם מעמתים אותם עם גורם הפחד, כדי להגיע להכחדת הפחד, למצב שבו הפחד לא מתעורר בכלל, כי ההתגברות היא אוטומטית. לכאורה האנשים האלה פחדנים - הם הרי מפחדים מטיסה. אבל אדם כזה, שמגיע לטיפול ומתמודד עם הפחד, הוא אמיץ. במובן הזה, אנשים שיש להם פחדים והם מתעמתים איתם הם שיא האומץ. מבחינתי מטפס הרים שלא מפחד לטפס בלי חבל הוא הרבה פחות אמיץ ממישהו שמפחד לטוס ומוכן להתעמת עם הפחד הזה".