

TorahPsych Shiur #10: *“Learned Helplessness & the Gift of Teshuvah”*

1. Martin Seligman's "Learned Helplessness": Dogs who had been conditioned to randomly receive electrical shocks did not escape the shocks even when placed in situations where it was easy to avoid them. When placed in a chamber where they could escape shocks on one side of a box by jumping over a low partition to the other side, they simply lay down passively and whined when they were shocked.

2. ספר שערי תשובה לרבינו יונה שער א

ואמרו רבותינו זכרונם לברכה על הענין הזה (קהלת רבה ז, לב): כל זמן שאדם חי הקדוש ברוך הוא מצפה לו לתשובה, משל לכת של לסטים שחבשם המלך בבית האסורים, וחתרו מחתרת, פרצו ויעבורו ונשאר אחד מהם. בא שר בית הסוהר וראה מחתרת חתורה והאיש ההוא עודנו עצור, ויך אותו במטהו. אמר לו: קשה יום! הלא המחתרת חתורה לפניך ואיך לא מהרת המלט על נפשך?

3. רש"י שמות פרק כא פסוק ו

ומה ראה און להרצע מכל שאר אברים שבגוף, אמר רבי יוחנן בן זכאי (קדושין כב ע"ב) און זאת ששמעה על הר סיני לא תגנוב, והלך וגנב, תרצע.

4. מעין בית השואבה שמות פרק כא פסוק ו

5. Threats, rewards, and observed demonstrations had no effect on the "helpless" dogs. To change the dog's expectation, experimenters physically picked up the dogs and moved their legs, replicating the actions the dogs would need to take in order to escape from the electrified grid.

6. רמב"ם הלכות תשובה הקדמה. פרק א הלכה א

מצות עשה אחת, והוא שישוב החוטא מחטאו לפני ה' ויתודה... כל מצות שבתורה בין עשה בין לא תעשה אם עבר אדם על אחת מהן בין בזדון בין בשגגה כשיעשה תשובה וישוב מחטאו חייב להתודות לפני האל ברוך הוא...

7. שמות רבה (וילנא) פרשת יתרו פרשה כט סימן ט

א"ר אבהו בשם ר' יוחנן כשנתן הקדוש ברוך הוא את התורה צפור לא צווח עוף לא פרח שור לא געה אופנים לא עפו, שרפים לא אמרו קדוש קדוש, הים לא נזדעזע, הבריות לא דברו, אלא העולם שותק ומחריש ויצא הקול אנכי ה' אלהיך.

משפטים

את הנפש לא מהאדם עצמו ולא מאביו ואמו ולא מאשתו ובני ביתו שהרי כולם אינם "בעלים" שלו, ומההכרח לפרש שהגונב נפש האדם הוא גונב אותו מהקב"ה, שממליך את עצמו על האדם ומעכבו מלהיות עבד גמור להקב"ה. וכמו כן כל מי שממשיך על עצמו את מצב העבדות הרי הוא עובר על "לא תגנוב" האמור בעשרת הדברות. ואכן רק עכשיו מגיע לו העונש, שעכשיו גילה דעתו שהוא רוצה להשאר במצב של עבד לעבדים ולא להקב"ה.

ונמצא שהנמכר בגניבתו וגם המוכר את עצמו, שניהם "נשתרשו בחטא" על ידי אמירתם "לא אצא חפשי", והגונב ממון נעשה אז בבחינת "גונב נפש", והמוכר את עצמו לזמן קצוב נעשה למוכר את עצמו לעולם, ששניהם ממליכים בשר ודם על עצמם וכאילו פורקים עול מלכות שמים מעליהם, ועכשיו מגיע להם את העונש של רציעת האוזן שלא שמעה.

(כא, טו"ז) ומכה אביו ואמו מות יומת, וגנב איש ומכרו וגו' ומקלל אביו ואמו וגו'.

מה שהפסיק הכתוב בין מכה למקלל בקרא של "וגונב איש" אין לומר משום שמכה בחנק ומקלל בסקילה דומיא דגונב נפש שא"כ יקדים מקלל לגונב נפש (עיי' בטור על התורה). ונראה שלכאורה יפלא איך יתכן שיבוא האדם לדרגה שפלה כזו להכות או לקלל הוריו. אמנם כבר תירצו חז"ל (קידושין ל.) "אדיך על צוארי דבריך" שתדריך לבנך כל זמן שידך תקיפה עליו והיינו עד עשרים ותרתי ואמרי לה עד עשרים וארבעה עי"ש

(כא, ו) והגישו אדניו אל האלהים והגישו אל הדלת או אל המזוזה ורצע אדניו את אזנו במרצע ועברו לעלם.

וברש"י (ומקורו מקידושין כב:) ומה ראה און להרצע מכל שאר אברים שבגוף, אמר ר' יוחנן בן זכאי און זאת ששמעה על הר סיני (יתרו כ"ג) "לא תגנוב" והלך וגנב תרצע, ואם מוכר עצמו און ששמעה על הר סיני (בהר כה, נה) "כי לי בני ישראל עבדים" והלך וקנה אדון לעצמו תרצע, עכ"ל. וקשה למה מענישים את האוזן עכשיו שהחליט להשאר בעבדות, ולא מיד בשעה שגנב או שמכר עצמו. עוד קשה, שמשמעות הלשון "און ששמעה על הר סיני" הוא על דברים ששמעו בעשרת הדברות, והרי מה שנאמר בעשרת הדברות "לא תגנוב" הכוונה על גניבת נפשות ולא על גניבת ממון כדאי' בסנהדרין (פו.) והובא ברש"י שם, ואיך נאמר על עבד זה שגנב ממון שעבר על מה ששמע "לא תגנוב" בהר סיני. [ואין להשיב שענין השמיעה בהר סיני בכאן הוא בדרך מליצה על כל דבר הנאמר בתורה, וראיה לדבר ממה שאמרו "און ששמעה על הר סיני" גם במוכר עצמו שעבר על הכתוב "כי לי בני ישראל עבדים", ואין דבר זה נכלל בעשרת הדברות, שזה אינו, שכוונתו היא לומר שדבר זה נכלל במה שאמר "אנכי ה' אלקיך אשר הוצאתיך מארץ מצרים מבית עבדים", שהקב"ה הוציאנו מבית עבדים למען נהיה לו לעבדים, ומי שיש לו אדון אחר אינו יכול להיות עבד ה' בשלימות. ומה שהביא הפסוק "כי לי בני ישראל עבדים" היינו לגילוי מילתא בעלמא בכוננת הדיבור הראשון.]
ואמנם באמת הגונב נפש מישראל אינו גונב