

הבחירה - ד"ר אדית אווה אגר

רב מכר של הניו יורק טיימס

"הסיפור של ד"ר אגר שינה את חיי לנצח... 'הבחירה' מזכיר לנו מהו אומץ אל מול השעות הקשות ביותר בחיינו... ושכללנו ישנה הבחירה להתמקד במה שאיבדנו, או במה שעדיין יש לנו"

אופרה וינפרי

The Choice

הבחירה

אפילו בגיהנום התקווה יכולה לפרוח

ד"ר אדית אווה אגר



אגר

"הסיפור של ד"ר אגר שינה את חיי לנצח... **הבחירה** מזכיר לנו מהו אומץ אל מול השעות הקשות ביותר בחיינו... ושכללנו ישנה הבחירה להתמקד במה שאיבדנו, או במה שעדיין יש לנו." **אופרה וינפרי**

אני לא רוצה שתשמעו את סיפורי ותגידו, "הסבל שלי חשוב פחות." אני רוצה שתשמעו את סיפורי ותגידו, "אם היא יכולה לעשות את זה, אז גם אני!"

השנה 1944 ואדית אגר, רקדנית בלט ומתעמלת בת שש־עשרה, נשלחת לאושוויץ. שעות לאחר שהוריה נספו, ד"ר יוזף מנגלה מכריח את אדית לרקוד כדי לשעשע אותו, ולמען הישרדותה היא עושה זאת. ב־1945, כשהמחנה משוחרר סוף־סוף על ידי חיילי ארצות הברית, היא נשלפת מתוך ערמת גופות, כמעט על סף מוות.

במשך עשורים רבים סבלה אדית מפלשבקים ומרגשות האשמה של השורדים, אך אימי השואה לא שברו אותה; למעשה, הם עזרו לה ללמוד להיאבק, לחיות באומץ ולפתח חוסן עצמי. שלושים וחמש שנים אחרי תום המלחמה היא חזרה לאושוויץ והצליחה סוף־סוף להירפא עד תום ולסלוח לאדם היחיד שעד כה לא הצליחה לסלוח לו – היא עצמה.

ד"ר אדית אגר אורגת את סיפור מסעה האישי המרשים בסיפוריהם הנוגעים ללב של אנשים אחרים. לאורך עשרות שנים סייעה לרבים – אנשי צבא, פצועי מלחמה ונפגעי טראומה פזית ונפשית – להירפא בשיטה שפיתחה כפסיכולוגית קלינית. בבסיס השיטה הייחודית של ד"ר אגר עומדת הקביעה: **איננו יכולים תמיד לשלוט במה שקורה לנו בחיים אך אנו יכולים לבחור כיצד להגיב למה שקורה לנו.** ד"ר אגר בוחנת את הדרך שבה אנחנו נוטים לכלוא את עצמנו בתוך מחשבותינו ומראה לנו כיצד למצוא את המפתח לחירות.

הבחירה, רב המכר הבינלאומי, הוא ספר בלתי נשכח ומשנה חיים שיעניק תקווה ונחמה לדורות רבים של קוראים.

ד"ר אדית אגר היא פסיכולוגית מוערכת ושורדת אושוויץ. מתגוררת בלה הויה, קליפורניה.