

פסיכולוג מול המוות

פרופ' יעקב י' פרנקל¹

¹ לשעבר ראש החוג לפסיכולוגיה באוניברסיטת 'בר אילן'. התפרסם לראשונה ב'ניב המדרשיה' תש"מ-תשמ"א

פסיכולוג מול המוות²¹

נר לנשמתו של חיים שלנו –
חיים-מאיר אלתר-אהרן ציצובסקי ז"ל –
נשמה ששפעה מאור ואהבה עד בלי די

עדיין זוכר אני את החרדה שאחזה בי בעודני ילד, מיסב לשולחן ה"סדר" בבית אבא, כאשר הגענו ב"הגדה" לאותן מילים: "ואומר לך בדמיך חיי – ואומר לך בדמיך חיי".

פחדתי מ"בדמיך". הבן לא הבנתי, אך תחושה עמומה הזהירה: כאן הסוד. בכאן היסוד. זו גזירת הייעוד! זה צו הגורל!
ואני זוכר שבעיקר נבהלתי מ"בדמיך" משום שהיה במילה מן המוחלט, מן הסופי. היא שיכנעה. ואילו ב"חיי" ראיתי משהו נלווה – ספק נחמה, ספק הבטחה. "בדמיך" האפיל על "חיי".

ואותם ימים – ימי דם: דם המילה, דם הברית – דם השואה. ודם קרבן פסח, קרבן החירות – דם העצמאות.

כפסיכולוג נפגשתי עם "חיי". ראיתי אותם, את אלו שעלו כאודים מוצלים מהאש הגדולה, והנר האלוהי – נשמת אדם – החל מאיר באור מחודש. הם קמו מאשפות וניערו מעל עצמם את האפר. על חורבות העבר – הקימו את בניין ההווה. מתוך האין – יצרו יש. בבראשית זו השניה שלהם, נפחו הם באפם נשמת חיים. בתורתו של רבי מאיר מצאו כתוב: "כתנות אור".²²

והכרתי אף אותם: ספרים נשרפים, אותיות פורחות, גווילי אש – ואבות ואמהות, אחים ואחיות, יתומים ואלמנות הקימו עצמם – כאילו מתוך עצמם. אותו חיזיון מופלא. אותו כח היולי – ממעמקים. אותה עוצמה גנוזה – ממסתרים.
וכל אותה עת אני תוהה: איך? מניין הכוחות? מהיכן אבני הבניין?

²¹ מאמר זה הוא הרחבה של שתי הרצאות שניתנו בכנס המדעי הט"ז והי"ז של הסתדרות הפסיכולוגים בישראל, תשל"ט ותש"מ.

²² ולא ככתוב, "כתנות עור". מדרש בראשית רבה, פרשה כ', פסקה י"ב

ולפתע הבינותי אותו מאמר מופלא: היודעים אתם נס חנוכה מהו? לא פך השמן שנמצא, אלא הכח ששרד לחפשו אותו. ותפשתי כי בעצם את הנס הזה ראו עיני. שוב ושוב. דומה היה כאילו נמסר סוד עתיק-יומין זה לידי אדם, להעבירו – כאבוקה – מדור לדור.

ואז... למחרת, לאחר ליל השריפה הגדולה, מקדשו של האדם אוכל והיכלו טומא, והוא עומד, מבטו ינוע, הלוך ילך ובכה, אל מול מה שהיה ואיננו. ולפתע – יגחן ארצה. בידיים רוטטות יגביה פך שמן קטן, חתום בחותם הכהן הגדול – שריד של אוטנטיות, של כוחות ראשוניים, של עצמאות, של עצמיות. השמן מספיק בקושי ליום אחד, אך נעשה נס. השמן דולק ליום אחד נוסף. האור קלוש. הלהבה חלושה. ועדיין דולק השמן. ליום אחד עוד. וליום נוסף.

כשישבתי לכתוב דומה היה שבאו והתיישבו לצדי אבות ואמהות שכולים. שכולים – כאילו השורש עצמו גזור מאמתחת הנשמה, כאילו בא לומר שהכל, הכל, אבד עם אבדן היקר והאהוב. ראיתם שוב בחדרי, ליד שולחני, עם זיפי זקן ה"שלושים" ועם ה"קריעה" שמאנה להיאחות. ספריהם נפתחו מחדש.

ואז, להפתעתי – שכן, לא התכוונתי לכתוב כ"פסיכולוג דתי" – קמו לקראתם, - כאילו לקבל את פניהם, ספרים אחרים, מתוך אוצרות הרוח של האומה, מכבשונה של הפנימיות היהודית. והבינותי: אני זקוק להם. המוות גדול מדי. גדול ממימדי שלי. גדול אף ממימדיה של הפסיכולוגיה. ובאו לקראתי ראשונים ועזרו לי. ובאו גדולים והחזיקו בידי – והנחוה.

"בדמיך חיי" – עדיין מעבירות בי רטט המילים. עדיין אינני מבין. עדיין הן צו הגורל וגזירת הייעוד. אלא שהיום יודע אני כי הן גם סוד הקיום ויסוד ההמשכיות. והן – רז הנצח.

פסיכולוג – ולא פסיכולוגיה. שכן, כאשר הנך עומד מול המוות, הנך ניצב כאדם. אמנם, אדם שעבר הכשרה מקצועית, אדם שהוא מקצוען, אבל העיניים המביטות נכוחה אל מול פני המוות הן עיניים אנושיות. המקצוע תומך בך, מאחור. הוא הגב. אך קדימה משלחת הפסיכולוגיה את הפסיכולוג. ולכן, אדבר בגוף ראשון. מתוכי.

על מוות – ועל חיים

כאשר הפסיכולוגיה העניקה לי לפני למעלה מעשרים שנה את הנשק האישי שלי, את ה-Ph.D, ושילחה אותי הישר לחזית הסבל, הכאב, השכול והאבדן – במה היא ציידה אותי? לקראת מה נשלחתי? התשובה הייתה פשוטה. במקביל למישור האישי, כך גם בתחום המקצועי: נזרקתי לים החיים; את המוות היה עלי לגלות בעצמי.

וכאשר גיליתי אותו גיליתי בתוכי חרדה, תהייה, זעם – וראשיתה של הבנה מחודשת. כאשר הסתכלתי לאחור, אל עבר שנות הכשרתי כפסיכולוג, חיפשתי לשווא את ההכנה המיוחדת לעימות עם תופעת המוות. נאלצתי לשאול את עצמי: האם שכחו הם, מורי ומדריכי, את הנושא? שמא ואולי אף ניסו להשכיחו? לא זכרתי שעלטה אי פעם, במהלך לימודי, השאלה: מה עושה הפסיכולוגיה עם המוות? מה מעיק על הפסיכולוגיה בנושא המוות? מה יש לפסיכולוגיה להציע בנושא המוות? אנוס הייתי לשאול את עצמי: האם הם רצו לרמוז לנו כי המוות אינו נדרש בתורת נושא מיוחד? האם ייתכן כי המוות נכלל תחת נושא החיים – ואנוכי לא ידעתי?

לימים, כאשר אני עצמי הייתי למורה ומדריך, לא זו בלבד שהמוות התדפק על דלת חדר הלימוד באוניברסיטה אלא כבר נכנס פנימה. קודם – לחדר. אחר כך – לתוכו. זוכר אני רגעים כאלה, כאשר המוות היה מוחשי ודוחס וממלא, כאשר כולנו בחדר חיינו את המוות ונשמנו את משב רוחו. הסתכלתי סביבי, אל אותם שישה או שמונה סטודנטים, והשאלה כמעט ועלתה מעצמה: האם ניתן בכלל להפריד ביניהם – בין העימות עם המוות והעימות עם החיים? והאם הסטודנט שהתקשה לחיות את האויר ספוג השכול אינו – במקרה או לא במקרה – אותו סטודנט שהתקשה לעבוד עם האבדן של כרות היד? האם סטודנטית שהשפילה מבטה בפני המוות אינה – במקרה או שלא במקרה – אותה סטודנטית שהשפילה מבטה נוכח האבל של קטוע הרגל? והאם הסטודנט שאינסטינקטיבית צעד לאחור כאשר יתום רך נופף באגרוף זעם כלפי מעלה, אינו אותו סטודנט שנסוג לאחור אל מול הנחשול האדיר של עויינות וחימה שפרץ בתהליך הגירושין של המטופל שלו?

לשון אחרת: שאלתי את עצמי אז – ואני שואל את עצמי ביתר שאת היום – האם הפרדה זו שאנו מפרידים בין החיים למוות אינה מלאכותית? למעלה מכך: האם ייתכן שהפרדה זו באה לבטא את הצורך שלנו כמורים, מדריכים ומפקחים לארוז בנפרד שתי תופעות אלה, זו של החיים וזו של המוות? כלום ההבדלה היא אמיתית? האם המוות, ביסודו, שונה מהחיים ביסודם?

התשובה שהגעתי אליה היא, שאכן, קיים הבדל, אולם הרבה פחות משמעותי מששיערתי לפני כן. הבדל המחייב לימוד, הכשרה, הבנה והתייחסות, אולם לא כתופעה נפרדת. התייחסות הרואה את המוות כזרימה נוספת – רבת-עוצמה – אך **בתוך** ים-החיים. היה זה אריקסון שקבע;²³ הורים הפוחדים מן המוות מגדלים ילדים הפוחדים מן החיים.

תופעות המוות וביטוי המוות

כאשר נתקלתי בהתייחסות מקצועית אל המוות, היה זה בדרך כלל אל המוות **כתופעה**. תופעה היא מאורע הנזרק לחלל המציאות, המודיע פתאום על נוכחותו. לתופעה יש צליל מרוחק, סטרילי, מנוכר.

תופעת המוות אינה האבדן לכשעצמו. המוות קיים בביטויים שלו. דהיינו, המוות מוליד – לפתע – רגשות. רגשות אלו ממלאים את חדרי הלב, מהדהדים בחלל המאיים שנוצר על ידי המוות, ומחלחלים עד תוכה של הנפש השסועה. אותה תופעת המוות תתבטא ותהדהד בצורה רגשית שונה אצל השכולים. לאב אחד יאמר המוות: "כל השנים הללו כשבנתי והקמתי את המפעל כל כך רציתי ולא יכולתי להקדיש לו זמן. עכשיו שאני מבוסס, ורציתי ליצור עמו אותו קשר עמוק ששנינו מסוגלים לו – עכשיו הוא איננו. ואני – כמעט ולא הספקתי להיות לו לאב".

באוזנה של אם שכולה תלחש אותה תופעת המוות: "למה הייתי צריכה לספר לו – שוב ושוב – את כל סיפורי הגבורה על אבא שלו במחתרת? למה דחפתי אותו – ממש במו ידי – ליחידה קרבית. למה היה לי כל כך חשוב שיהיה לי בן גיבור?" ואב שלישי יאנח בדומיה: "היטלר לקח שניים. קיוויתי שלכל הפחות אחד אוכל להוליך לחופה".

נראה לי **שפה** חי המוות – בעולם הרגשות שהוא משחרר, רגשות אלו הם הפנים השונות, הייחודיות, של מוות, של האדם החייב לחיות את המוות. השאלה שרגשות אלו עוררו אצלי הייתה: האם אוכל לחיות מוות זה עמו, מתוכו?

"עבודת האבל"

במקביל לצורך לשמוע את צליליו של המוות האישי, מצאתי צורך נוסף: להשתחרר ממונח-יסוד התופס מקום נכבד במרכזם של דיונים ועיונים במוות כתופעה. מונח זה

²³ פסיכולוג אמריקאי מהזרם ההומניסטי

נוגע ל"עבודת האבל" או ל"עיבוד האבל". מצאתי עצמי במילכוד כפול כאשר ניסיתי להיות לעזר כפי שמשמע מן ההתייחסות בספרות המקצועית: או שדחפתי את המתאבל לתוך התהליך כאשר הוא אותת לי שאינו מוכן לכך עדיין, או שבלמתי את המתאבל הטרי הנסחף ביגונו. בשניהם יחד העלמתי עיני מן האדם חזרה אל התופעה. היה קשה לי להשתחרר מן הסמכות התיאורטית, המנחה כה בביטחה והמדריכה בידענות כה משכנעת. מצאתי את עצמי לא רק מטפל בנושא "עיבוד האבל" אלא כמעט נאחז בו.

הדיבוק ששמו "עיבוד האבל" לא הירפה ממני, ואילו הוא, האב, סירב לשתף פעולה עם הספר. הממוצעים וסטיות התקן של תקופת האבל המקובלת משום מה לא עניינו אותנו. גם אופי התהליך, כדרך שהוא מוגדר ומודגם בתיאוריה, לא נגע לליבו. לעיתים דהר על פני שלבים, ולעיתים נעצר ארוכות בצידי הדרך. מהתמסרות לאבל, מהתמכרות לשכול, עבר לפתע להדחקה, להכחשה. מטוטלת האבל התגרתה בו לפעמים, שיחקה בו, כבתינוק. חשבתי שתפקידי הוא מורה דרך עד שלמדתי כי מקומי הוא כמלווה. ימים רבים, ימים ארוכים, עברו עד שלמדתי להאזין, לקבל ולכבד את הנורמה האחת הקובעת – הנורמה שלו, של המתאבל.

"מה כבר נשאר לי לעשות?"

הפסיכולוגיה אוהבת את ה"לפני ואחרי". היא, הפסיכולוגיה, משתבחת בהבדלים ובשינויים הנובעים מהתערבותה בשטח. כמו הכירורג הפלאסטי, כך גם אנו, ממתינים בחוסר סבלנות על מנת להמחיש את "מעשה ידי להתפאר". לא לחינם יכירנו מקומנו במקצועות הסיעוד או מתן העזרה, שכן לעזור בא לומר: לשנות, לתקן, לשפר. לכן אנו לא כל כך אוהבים את המוות. המוות מציב אותנו במצב של "אחרי ואחרי". המוות מעמיד אותנו בפני עובדה מוגמרת. ואנו תוהים: "מה כבר נשאר לי לעשות? מה כבר ניתן לשנות? מה כבר ניתן לתקן?"

מבחינה זו, בדומה לרופא, המוות הוא האויב הגדול. הוא הקובע המוחלט. הוא הפוסק האחרון. הוא הממיר את סימן השאלה בסימן קריאה. המוות ביטל את המומחיות שלי. הוא דחק את רגלי והוציא אותי מן התמונה עוד לפני שנכנסתי. הרגשתי מיותר. וכאן היטיב עמי המוות. כאן הוא הועיד לי מימד חדש. הוא גילה לי אפיק שלא הכרתי: את הפסיכולוג כמלווה. כמלווה, ברוח המילים של קאמו:

"אל תלך לפני – אני עשוי בעקבותיך לא לצעוד.

אל תלך בעקבותי – שמא לא אשכיל להנחות.

בוא נלך צד בצד – כחברים בלבד".

"אני הולך אליו והוא לא ישוב אלי"

לפני מספר שנים, בעקבות מלחמת יום-הכיפורים, מספר קורסים קליניים באוניברסיטת "בר אילן" היו קשורים לעבודה שיקומית מאומצת עם משפחות שכולות. תלמידי הקורסים, בעמדם כה קרוב למוות, חוו חוויות דומות והתנסו בניסיונות דומים. וכך אירע שבאחד הקורסים סיפרה אם, שמאז נפל בנה, שוב אינה מסוגלת לקחת את תמונתו בידה, ולהישיר מבטה אל פניו. הסטודנטית ראתה בדאגה את התופעה הזו, המבשרת על אפשרות של ניתוק נפשי וברירה בעקבות הניתוק הגופני. הסטודנטית החליטה להקדיש חלק ניכר ממאמציה לקרב את האם אל התמונה, כסמל להתקרבותה אל המציאות החדשה, היתומה; כסמל להתמודדותה עם האבידה. בפגישות עם האם ביקשה הסטודנטית המתמחה שתביא – אפילו במעטפה סגורה – את התמונה. בפגישות מאוחרות יותר ניסתה בעדינות וברוך ליצור פגישה מחודשת בין האם לבין תמונת בנה. היה זה לפסיכולוגית הצעירה רגע גדול כאשר האם הייתה מסוגלת לקחת בידה הרוטטות את המזכרת היקרה.

בקורס אחר הגיבה אם שכולה בצורה זזה. שם החליט הסטודנט להתייחס למקרה התמונה כלכל נושא אחר העולה מתוך הקשר טיפולי עם אם. נקפו כארבע פגישות, במהלכן לא הזכירה האם את עניין התמונה, ובפגישה החמישית, עם שהיא מחיה בזכרונה את בנה החייל, היא הוציאה תמונה, הביטה בה ארוכות, והושיטה אותה לסטודנט: "זה הוא". לאחר רגע מתמשך הוסיפה: "היום זו הפעם הראשונה שאני מסוגלת להחזיק בתמונה, להסתכל בו".

מה בין המקרים? הייתי רוצה לחזור אל אב שכול ואל מוות אחר, רחוק מאוד, מוקדם מאוד, בהיסטוריה היהודית: "וירא דוד כי עבדיו מתלחשים. ויבן דוד כי מת הילד. ויאמר דוד אל עבדיו: המת הילד? ויאמרו: מת. ויקם דוד מהארץ וירחץ ויסך ויחלף שמלותיו ויבא בית ד' וישתחו, ויבא אל ביתו וישאל, וישימו לו לחם, ויאכל. ויאמרו עבדיו אליו: מה הדבר הזה אשר עשית? בעבור הילד חי צמת ותבך, וכאשר מת הילד קמת ותאכל

לחם? ויאמר: בעוד הילד חי צמתי ואבכה כי אמרתי: מי יודע, וחנני ד', וחי הילד. ועתה – מת; למה זה אני צם? האוכל להשיבו עוד? אני הולך אליו – והוא לא ישוב אליי".²⁴

אין צורך לאלץ להסתכל בתמונה. אין צורך ללחוץ על קשר מחודש עם החיים. לפני המוות יש תקווה, תפילה, אמונה ותחינה. לאחר המוות קיימת מציאות, המציאות החד-כיוונית של ויקם... וירחץ... ויאכל... של "אני הולך אליו – והוא לא ישוב אליי". את המציאות הזאת אין לנו ללמד את השכול. המציאות הזו טבועה – עומדת וממתונה – בתחתית הכרתו, במעמקי רוחו. אנו חייבים רק לאפשר את ביטוייה של מציאות זו. אנו מצווים על הכרה בה, הכרה שתשחרר את מלוא כוחותיה המשקמים, המרפאים.

האיזון העדין

דומה שעמוק בתוכנו פנימה לא זו בלבד שידענו כי זה כך, אלא אף סמכנו על זאת. סמכנו על כך שניתן להדביר את אויבו בנפש של האדם – את המוות. כי ידענו משהו נוסף: המוות אינו מעוניין במתים. הוא לוטש עין אל החיים. עוד לפני שנסתם הגולל וכבר אנו שומעים את לחש הצפע: "אותו המתי – אותך אשבור". ברגע זה הצית המוות את מדורת החיים. ברגע זה טעה המוות את טעותו הגורלית: הוא הפעיל מנגנון אזעקה סמוי ששמו – כח החיים. בפני כח זה – שהמוות עצמו שיחררו – עשוי המוות להשפיל את עיניו.

לאחר סתימת הגולל עוברים האבלים בין שתי שורות מנחמים. אולם לנגד עיני האבלים גם שורה אחרת – שורה של מנוחמים קודמים, אשר עברו בסך לעיניהם. גם הם, הקודמים, עברו את מבחן המוות. ולאחריו עמדו במבחן החיים.

לא זו בלבד שאנחנו סומכים על תהליך זה, אלא אנו גם בונים עליו. היגיון פנימי לוחש: "אם הם יכלו לעשות זאת, תוכל גם אתה". עשרות פעמים נשמע קולנו בפנים: "אם הייתי במקומו אני כלל לא בטוח שהייתי עומד בזה". וביום שאני במקומו, איכשהו אני שואב עידוד ועוצמה – ממקומו.

אקסיומה זו, שהחיים יכניעו את המוות, טבועה כה עמוק בישותנו, שכאשר אדם מתגרה בחוק-יסוד זה, כאשר מישוהו מתחיל להעיף מבטים קסומים דוקא אל המוות, כאשר אדם רואה במוות לא גועל – כי אם גואל, לא אויב – כי אם אוהב, לא חומס – כי אם חומל, אז אנו מאבדים את עשתונותינו. האיום של זה שהעז לשבור את חוקי החיים

²⁴ ספר שמואל ב' פרק י"ב, פסוקים י"ט-כ"ד

ולהפר את האיזון העדין בין חיים ומוות הוא כה מוחלט עד שאנו קובעים: רק משוגע מסוגל לכך. ואנו מאשפדים אותו.

כפפות המשי של הפסיכולוגיה

הפגישה עם המוות היא זו שהיפנתה את תשומת לבי למורך-הלב של הפסיכולוגיה. היא, הפסיכולוגיה, נתגלתה לי בפחדנותה. וכך, כאשר ישבתי קרוב אליו, למתאבל, חשתי רתיעה אינסטינקטיבית. הוא הושיט לי יד, ואילו אני חששתי לגעת. הוא תיאר "את" ואני עדיין דיברתי "על". גיליתי שהפסיכולוגיה לא העניקה לי השכלה מאוזנת: היטבתי להבין מאשר לחוש; להאזין מאשר לשמוע; לנתח מאשר לדעת. תהליך האבל שלו נתקל בתהליך האיום עלי. יכולתי למדוד את עוצמת ההדחקה שלו, אך לא יכולתי להעריך את דרגת הניתוק שלי. נוכחתי שלמדתי לבכות, אך לא לבכות: "בפעם הראשונה שבכיתי עשית טעות נוראה: ניגבת את דמעותי בממחטה. לא היה לך מושג עד כמה רציתי לחוש דמעות אלו יורדות על לחיי. לכל הפחות היו לי רגשות שיצאו החוצה".²⁵ כך התלוננה אבלה צעירה, המבכה את שפיותה שאיננה, בפני המטפל שלה. כך דיברה ג'ואן, בת העשרים ושש, עם צאתה מתוך המוות הנפשי ששמו תהליך פסיכוטי. וגם לי, כמטפל, קל יותר היה לי לזכות אותו בממחטה מאשר בדמעותי. למה בדמעותי? למה להכביד עליו ברגשותי שלי? למה המעמסה המכופלת? האם לא אקשה במקום להקל? ג'נדלין לא סובר כך: "אסור שאי-פעם נירתע מרגשותיו הפנימיים של האדם מחשש שמא הוא לא יוכל לעמוד בכך. הוא כבר עומד בכך. השאלה היא: האם תאפשר לו לחיות רגע זה עמך – או לבד?"²⁶ כי רגע האבדן הוא גם רגע הבדידות הגדול, הרגע שלגביו קבע ניטשה: "בין זה שאין לו אף לא אחד בעולמו לבין זה שיש לו רק אחד בעולמו, קיים עולם שלם של הבדל". זכותו הגדולה, הנשגבה, של המטפל היא שברגע אשר כזה הוא הוא ה"רק אחד".

ניסיון אברהם ועקידת יצחק

²⁵ Hayward, M.L. & Taylor, J.E. A schizophrenic patient describes the action of intensive psychotherapy. *Psychiatric Quarterly*, 30, 211, 1956. In: Laing, R.D. *The Divided Self*, Penguin (Pelican), England, 1965 (p.175).

²⁶ Gendlin E.T. *Existentialism and Experiential Psychotherapy*. In: Hart, J.T. & Tomlinson, T.M. (Eds.) *New Directions in Client-Centered Therapy*, Houghton-Mifflin, Boston, 1970 (p. 91).

תוך המאמץ שלי ללוות בנאמנות ולהצמיד את פעמי לאלו שלי, הבנתי את השאלה ניסיונו של מי גדול יותר, של הנעקד או של העוקד? של יצחק או של אברהם? חכמינו טבעו לדורות את המטבע הכפול: העקידה היא של יצחק, ואילו הניסיון היה כולו של אברהם. מדוע? כי היכולת לחיות את החיים ברציפות מתמדת היא ניסיון כבד יותר וגדול יותר מגילוי חד-פעמי של מסירות נפש ברגע של התעלות. על כן היה הניסיון לאברהם, כי הוא היה צריך להמשיך לפעול ולחיות גם בלי יצחק.²⁷

בגיא צלמוות

בניסיון להתמודד עם הכאב שהמוות הותיר אחריו כשובל, מצאתי עצמי נמשך ונסחף לתוך מערבולת. כאשר השכול משך למטה, לכיוון בור היגון, לעבר שאול התחתית שלו, נתקפתי אימה. יכולתי לרדת עמו – לא חששתי שאשאר שם. אולם מצאתי עצמי נבהל שמא הוא לא יוכל או לא ירצה שוב לעלות. נאבקתי עמו: הוא מושך כלפי מטה ואני לוחץ כלפי מעלה. רק כאשר הייתי מסוגל לדבר עמו על פחדי שלי, על האימה שלי, יכולתי להיעזר בו. וכאן גיליתי משהו מופלא. חנה, אם שמואל, בשיר ההלל שלה, הצהירה: "ד' ממית ומחיה, מוריד שאול ויעל".²⁸ מצאתי שניתן גם לומר: "המוות ממית ומחיה, מוריד שאול ויעל".

שכן, כאשר משך השכול בכל כוחו, בעקשנות ובהתמדה, למטה, למטה, כאשר יכולתי לרדת עמו, גיליתי שלא היה זה בור יגון אלא גיא, בתוך, בין שני הרים, בין שני הרי-חיים. זו הייתה נפילת בניים, מן ההר שלפני האבידה אל ההר שלאחרי האבידה, דרך העמק אשר ביניהם. אבל זה בתנאי שכוחי עמד לי לאפשר למוות להמית, כי רק אז הוא גם יחיה. כאשר שילבנו ידיים וצעדנו יחד וירדנו שאולה, רק אז עלינו.

"גם כי אלך בגיא צלמוות – לא אירע רע".²⁹ יש שהכוחות עולים ובאים רק לאחר הירידה העמוקה ביותר. יש שאדם חייב להגיע אל גיא צלמוות, לאותו גיא ששם הוא חש את צילו של המוות, האישי, הפרטי שלו, כדי ששוב לא יירא רע. כי בגיא זה עבר את המוות, שרה – ויכול לו. שם, הייתה ירידתו ועלייתו. ומשם, כעומק ירידתו כן גובה עלייתו.

גבורה וכח

²⁷ ר' עוזי קלכהיים, **אדרת אמונה**, מכון הרי פישל, ירושלים. תשל"ו (עמ' 62).

²⁸ ספר שמואל א' פרק ב' פסוק ו'

²⁹ ספר תהלים פרק כ"ג פסוק ד'

מי הנחה אותו לגיא הצלמוות? מי לחש על אוזנו שיעלה? מניין שאב עידוד? מהיכן ינק עוצמה? מסביר הרב ד"ר יוסף דב הלוי סלובייצ'יק.³⁰ לאדם שני מאגרים, מאגר הכח ומאגר הגבורה. מהו ההבדל ביניהם? כוח מבטא את המימד הפיזי, את עוצמת הגוף, את היכולת להפעיל מאמץ אורגאני. מבחינה זו, הכח משותף גם לאדם גם לחיה. ומהי גבורה? גבורה מסמלת עוצמה רוחנית, נפשית. גבורה הינה הירואיקה. במישור זה היא מאפיינת את האדם בלבד. ולא זו בלבד שאין הכח והגבורה דומים, אלא שלעיתים קרובות הם מנוגדים. זאת, כאשר הקטן פיזית, החלש גופנית, והמועט כמותית, מסרב להישמע לתכתיב הכח, מסרב להיכנע לחזק ולעצום, והוא מתקומם לכח, להיגיון, למציאות. היא, הגבורה, יונקת את עצמתה העילאית ממעין ייחודי-פנימי, ולעתים קרובות מביסה את הכח הברוטאלי.

אני מאמין שאת היכולת המופלאה הזו לגלות את הגבורה תחת עיי המפולת של הכח, מסוגלים אנו – אנשי בריאות הנפש – לתת לשכול. כאשר הוא לוחש באוזנינו: "אינני יכול יותר" אנו יודעים משהו שהוא עדיין אינו יודע: שבאורח פראדוקסלי הגבורה מתחילה להפציע רק עם שקיעתו המוחלטת כמעט של הכח. את יכולת היצירה הזו, הגובלת כמעט ב"יש מאין", אנו מסוגלים להעניק למתאבל. לא! להעניק אינו המונח המתאים: את היכולת המופלאה הזו אנו יכולים **לשחרר** מתוך מעינו הפנימי, ההיולי, של הכואב והדואב.

הר סיני והר המוריה

מהו מקור יניקתו של מעין זה? אולי הר המוריה. שכן, כאשר עמד בית המקדש להיבנות בראש ההרים ונישא מגבעות,³¹ עלתה השאלה: בראש איזה הר: הר סיני או הר המוריה? ההר שם קיבלו ישראל, או ההר שם נתן אברהם? ההר שירד עליו ה', או ההר שהועלה עליו יצחק? ההר שקדושתו שמיימית, או ההר שקדושתו אנושית? נימנו וגמרו: קדושה היא נתינה. קדושה היא הקרבה. זכה הר המוריה.

אל הר המוריה האישי שלו עלה אהרן הכהן ביום חנוכת המשכן, אל הר המוריה הפרטי שלו עלה רבי עקיבא לאחר מות כ"ד אלף מתלמידיו. אל הר המוריה הייחודי שלו העפיל רבי יצחק מאיר, בעל "חידושי הרי"ם". אלפי הרים כאלו, הרי המוריה, היו לאבות

³⁰ י"ד סלובייצ'יק, חמש דרשות, טל-אורות, ירושלים. תשל"ד (עמ' 67).

³¹ ספר ישעיה פרק ב' פסוק ב'

ואמהות, אחים ואחיות, נערים ונערות, אשר היו "שם", בגיא הצלמוות. והר מוריה אחר היה לרבקה גובר, אם צבי ואפרים, "אם הבנים".

על הרים אלו הוקמו מקדשים.

מה היה מקדשו של אהרן הכהן? הבלגה! הוא נצטוו להקריב את זכותו הטבעית לבכות את בניו. הוא נצטוו לעקוד את צעקת האב אשר בקרבו, לדכא את אבלו, לסגור על כאבו. "וידם אהרן".³²

מה היה מקדשו של רבי עקיבא? יכולתו לראות במות תלמידיו – פרי-רוחו ופאר-יצירתו – ולגלות שרוחו נשארה בחיים, שכח היוצר שבו שרד איתן. תלמידיו הם שמתו, ואילו ה"רבי" שבו נשאר בחיים, והתחיל מבראשית: "...והיה העולם שמם עד שבא רבי עקיבא אצל רבותינו שבדרום ושנָאָה להם – והם הם העמידו תורה".³³

מה היה מקדשו של רבי יצחק מאיר? "שלושה עשר בנים היו לו לרבי יצחק מאיר, תלמידו של רבי מנדל מקוצק, ואת כולם שיכל בחייו. בכל זאת הוא קיבל עליו דין-שמים ללא קורט של תרעומת. בעמדו ליד הקברים הפתוחים לא נשמעה מפיו אף אנחה קלה. אחרי מות הבן השנים-עשר הפיג את צערה של אשתו וניחם אבלה במלים אלה: אל בכי, פייגיל. זאת עלתה בחלקנו. אם יהודי הטובל בצרות יתרעם על בורא העולם – ילמד מאתנו... תהא זאת נחמתך. אולם כשנפטר הבן השלושה עשר, אחרון הבנים והצדיק שבהם, רבי אברהם מרדכי, לא הבליג עוד רבי יצחק מאיר. בעת ההלוויה פכר את אצבעות ידיו, ליד קברו זלגו עיניו דמעות, וכל כולו נדהם ונסער. בדרך מבית הקברות הביתה אמר למלווים: אינני בוכה על הסתלקות רבי אברהם מרדכי, ודאי היה זה רצון שמים. בוכה אני על הסתלקותה של מצווה גדולה שהייתה בידי ואיבדתי – המצווה של 'ושננתם לבניך'. כל עוד חי בן אחד לפחות, יכולתי לקיימה. עתה, כשנסתלק הבן האחרון, נסתלקה עמו מצווה זו".³⁴

מה היה מקדשם של יורדי התופת ועולי השואה? יכולתם לצמצם את המספר החקוק על הבשר החי ולא לתת לו לקעקע את מערכי הנפש. יכולתם לשאוף עשן משרפות, ועדיין לא לתת לו לחדור לחדרי הנשמה.

מה היה מקדשה של רבקה גובר? ומופלא הדבר ומזעזע עד אימה! מתי הכתיר אותה העם בכתר "אם הבנים"? רק כאשר בנים לא היו לה עוד! באה אז רוחו הבריאה של

³² Solovcichik, J.B. *Catharsis. Tradition*, 17 (2) 1978, RCA, USA

³³ מסכת יבמות דף ס"ב עמוד ע"ב

³⁴ מ' אוריין, *חסידיות באספקלריה של בובר*, פינת הספר, חיפה 1970 (עמ' 2-41).

העם ופסקה: כדי להיות אם אין צורך בבנים – יש צורך באמהות. ומה עשתה רבקה גובר, אם צבי ואפרים, ששיכלה שניהם תוך שלושה חודשים? היא הקימה לא אחד כי אם שלושה מקדשים. האחד עם בנים-עולים: עם יהודה מהולנד, עם צבי מהונג-קונג, עם אסתר מבומביי. מן הבנים – שאותם אימצה, טיפחה וגידלה – עברה לכרות ברית עם הוריהם, והפכה למדריכת עולים, למורה במעברה. וכאשר חיפשה עמוק בליבה המיותם, חיפשה ולא מצאה טינה אל האדמה אשר לקחה את צבי ואפרים, באה בברית עם האדמה: עברה לחבל לכיש, אימצה אותו, טיפחה אותו, גידלה אותו.

ואולי היה מקדשה של רבקה גובר משהו אחר? אולי היא באה ללמד הלכות אבלות? אולי היא באה לומר: כאשר אני אוהבת את צבי מהונג-קונג איני אוהבת פחות את צבי שלי. כאשר כח היצירה מתחזק, אין זאת אומרת שכח האבל נחלש. כאשר אני מקימה עתיד, אין הוא מבטל את העבר. כאשר אני זוכרת את האחר, אינני שוכחת את שהיו לי. אולי כך הבינה רבקה גובר את המילים – "בבנין הארץ תנוחמו": בבנין שאתה עצמך בונה. "איני פוקדת לעתים קרובות את בית-העלמין. כבר למדתי שלא שם עלי לחפש את שני בני, את זכרם".³⁵

ה' לקח – וה' נתן

איך עלינו להבין תופעה שהיא כולה תעלומה מופלאה: איך הצליחו הם – בעלי השכול העמוק והנורא – לא רק שלא ליפול ולהישבר, לא רק להישאר עמידים ויציבים, אלא לבצע את הקשה מכל: להפוך לקיחה לנתינה. לתרגם אבידה – למציאה. כאשר המוות מכה, מצווה היהודי לעמוד על רגליו, לקבל עליו את הדין, ולהצהיר: "ה' נתן וה' לקח". זו הצהרה על ביטול הרכושנות, על הפקעת הזכויות, על הפגיעה הגדולה בנרקסיסטיזם. וממעמד זה, כאשר האנוכי שבאדם מופשט ערום ועריה, כאשר ריקמת בשר חי של בן, הורה, שותף לחיים, נשדדת – ללא התראה, ללא שאלה, ללא יכולת שינוי – והאדם עומד, תכניותיו סוכלו ביד זדונה, והוא כולו מושם ללעג ולקלס בידי האבסורד ששמו המוות – איך נשזרים חוטי נתינה? איך נארגים אריגי מסירות? איך נתפרים בגדי כהונה ששמה אהבה לזולת?

³⁵ ר' ויקיפדיה, רבקה גובר, הציטוטים כאן ממעריב לנוער 9.5.67. [הערת עורך המהדורה החדשה: ראיתי חובה לציין ש-33 שנים לאחר נפילת בניה ו-3 שנים לאחר פטירת בעלה קפצה רבקה גובר אל מותה. היה זה 3 חודשים לאחר פטירת פרופ' פרנקל]

אנסקי במחזהו "הדיבוק", מקרב את גיבורו, התאב לכסף, אל החלון, ושואל: "מה אתה רואה". "אנשים", עונה הוא. "ועכשיו" שואל הוא, ומעמידו בפני ראי. "את עצמי". "היודע אתה ראי מהו? ראי הוא חלון מצופה כסף".

הייתכן כי זהו סוד היסורים ששמים מוות? הייתכן כי המוות לוקח אותנו – בטלטה – ומעבירנו מן הראי – אל החלון? "אוי ואבוי לו לאדם" מסביר הוגה הדעות האקסיסטנציאלי, הרב ד"ר יוסף דב סולובייצ'יק, "אם היסורים לא הביאוהו לידי משבר רוחני. אוי ואבוי לו לסובל אם אין נפשו מתחממת בלהט היסורים... כשמכאובים תועים בחללה של תבל ככוחות אטומים ללא-תועלת, קיטרוג גדול בוקע ועולה לעומת האדם המפסיד את סבלו".³⁶

איוב, הסובל הגדול, התפלל פעמיים: לפני הסבל ולאחריו. לפני יסוריו נאמר, "...והשכים בבוקר והעלה עולות מספר כולם, כי אמר איוב אולי חטאו בני",³⁷ תפילה פרטית, למען בניו, למען שלום ביתו. ואז באו מכאוביו, והם שכחו כאשר למד איוב להתפלל: "וה' שב את שבות איוב להתפלל בעד רעהו".³⁸ אל רבי יעקב יצחק, "היהודי הקדוש" מפשיסחה, בא אחד ושאל: במה זכתה החסידה, מכל העופות, שנקרא שמה 'חסידה'? ענה רבי יעקב יצחק: שנאמר בגמרא שחסודה היא כלפי בניה. אם כן, שאל היהודי, מדוע היא עוף טמא? ענה "היהודי הקדוש": מפני שאינה חסודה אלא כלפי בניה.

בבואת החיים בראי המוות

כשהגעתי לנקודה זו נאחזתי אימה. משמעותם של הדברים עוררה בי כמעט חלחלה. אני לא אעז לומר. אעז רק לשאול:

האם ישנן שאלות-יסוד בחיים שרק עימות עם המוות יכול לענות עליהן? האם, ללא מוות, אני מסוגל רק לדעת **על** עצמי – ממרחק, ואילו מוות הוא שיחברני עם עצמי, בבחינת לדעת **את** עצמי? האם הקשים הסימביוטיים שלי – כלומר, גבולות ה"אני" וה"שלי" – יישארו חתומים בפני כל עוד המוות לא יעמידני במבחן? האם ילד, אב ואם, בעל או רעייה, הם **כל** חיי, או רק **חלק** מחיי? האם כל מבחני החיים הם מתכונת בלבד, ואילו מבחן המוות הוא מבחן הבגרות האמיתי? האם רק בראי המוות משתקפת לה בבואת חיי?

³⁶ י"ד סולובייצ'יק, **איש האמונה**, מוסד הרב קוק, ירושלים, תשכ"ח. (עמ' 70).

³⁷ ספר איוב פרק א' פסוק ה'

³⁸ ספר איוב פרק מ"ב פסוק י'

העולמות של רבי אבהו

רבי אבהו מצא צורך להוסיף למעשה בראשית עומק נוסף: "אמר רבי אבהו: מלמד שהיה הקב"ה בורא עולמות ומחריבן עד שברא את אלו".³⁹ שאל הרב ד"ר סולובייצ'יק: וכי מה בא מדרש מופלא זה ללמדנו? שתוכניותיו האדריכליות של בורא עולם עברו סידרה של ניסויים ותעיות? שלא היה סיפק בידיו, כביכול, ליצור את הדגם הסופי לכתחילה? אלא, מסביר הרב סולובייצ'יק, שמדרש זה בא לומר כי לאדם הוענק, מייד עם בריאתו, מימד נוסף לאישיותו: היכולת לבנות – ולהיבנות. רבי אבהו בא לקבוע שלתוך ישותו של האדם נתמזגה יכולת מופלאה זו להקים עצמו מאשפות, להתרומם מעפר. מעבר לכך: לאדם ניתנה במתנה העוצמה למצוא בתוך עצמו, בין עיי העולמות שקרסו תחתיו, בתוך שברי המפולת, כוחות חדשים, כוחות של מעשה בראשית. הכח להתחיל מחדש.⁴⁰

הנער ששמו אשר

ללא אלו, ללא הגבורה והכח, ללא העולמות של רבי אבהו, לא הייתי מסוגל אפילו להישיר מבט אל אשר. ראיתי את אשר אחת לשבוע, ומעולם לא נראתה לי המילה "טיפול" כה חיוורת, כה מבוישת, כמו בנוכחותו של אשר. הוא, הצעיר, אשר עולמו חרב עליו, כאשר כל בני משפחתו ניספו לפתע. והוא היה מיישיר מבטו אלי – ואני רוצה לכבוש את פני בקרקע. כלל לא הייתי בטוח שהיתה לי הזכות לשבת במחיצתו. במקום זה הייתי רוצה לקום כל פעם מחדש, ולהצדיע לו, ולשאול: "תגיד, אשר, זה על באמת? אתה באמת לומד, מכין שיעורים, משחק כדורגל, מתגנב מבית-הספר – כל זאת כאשר היגון של העולם כולו נשקף מתוך עיניך החומות?" הוא היה בא אלי לטיפול, ואילו אני, כאשר לקחתי את עצמי בידיים, הייתי צובט עצמי מחדש, ושואל – כמעט בקול רם: אבל מניין? מאיזה מאגר נסתר? מאיזה מעין חבוי? איוב לפחות היה מבוגר!

ואני מזכיר לעצמי שאני פסיכולוג. איש בריאות הנפש. איש מקצועות הסיעוד. במה אסעד? מה אוכל לתת לו? ואני מאמין שאוכל רק לתת לו את הדרך אל המעין – המעין של עצמו. אל המעין שאינו שופע בחוזקה. המעין שאינו זורם בעוצמה. המעין שאינו

³⁹ מדרש בראשית רבה פרשה ג' פסקה ז'

⁴⁰ Besdin, R.R. *Reflections of the Rav*. Department of Torah Education and Culture in the Diaspora, World Zionist Organization, Jerusalem, 1979.

גובר לעינינו. המעין – שכבודו פנימה. משם, ממקור הסמוי מן העיר, הוא שואב את כוחו. וכאשר נדמה שתם המבוע – הוא ממשיך לנבוע. עמוק בנקיקי סלע-רוחו, עמוק בתוככי צור נפשו, בהסתר, באין רואים, בחשכת לילה, מתגבר הוא – המעין ששמו אדם. כי במעבר הצר שבין שקיעה לזריחה, במשעול השומם שבין חשיכה לאורה, ברגעים נצחיים של קדרות, ובשעות אין-סוף של פלצות – שם הופך כאב פולח לכאב מנצח. ואם זכיתי ואם עמד בי הכח – הייתי עד ללידה מחדש זו, לבריאה זו. ואם בגדולה זכיתי, כי אז לא רק עד הייתי – אלא גם מיילד.