

עט רצון

אסופה מבית היוצר של
הקולג' – מכון ללימודי
היהדות, ירושלים

גליון מס' 12 | טבת התשפ"ג, ינואר 2023

מבטים

על אבלות

ואובדן





הגליון מוקדש לזכרה המבורך של עתליה בן ארי ז"ל, בת נעמי ואלימלך שחר

ח' בטבת, תשמ"ח-ט"ו בשבט, תשע"ח; 29 בדצמבר, 1987 – 31 בינואר, 2018
תהא נשמתה צרורה בצרור החיים, בצרור חיינו



עורכים: זיוה אופק ודוד שפרבר

מערכת: טליה אבנון־בנבנישתי ועודד מזור

עריכת לשון: יעל שביד

הגהה: עודד מזור

עריכת תמונות: דוד שפרבר

עיצוב: סטודיו קורץ

תמונת השער: קן גולדמן, *Kaddish Zuger*, 2013. תיעוד מיצג.

נרות הנשמה המלווים את הגליון הוצגו בתערוכה:

"צחוק הגורל – כלים לנרות נשמה ולנרות זיכרון באמנות יהודית עכשווית של אסכולת בצלאל", הביאנלה של ירושלים, מוזאון סקירבל לארכיאולוגיה מקראית, היברו יוניון קולג', ירושלים (אוצרים: שירת־מרים שמיר ועידו נוי).

הטקסטים על היצירות נכתבו על ידי דוד שפרבר עבור גליון זה.

תודה לכל הכותבות/ים והיוצרות/ים שתרמו לגליון; זכויות היוצרים שמורות להן/ם.

תוכן

בשער הגיליון	
למה אני כותבת על מוות? טליה אבנון־בנבנישתי	1
שער ראשון: על אובדנות	
שיחה עם נעמי בן ארי טליה אבנון־בנבנישתי	3
תחנון למתמודדים עם דיכאון ואובדנות סמדר ביליק	4
לקראת דיון ציבורי, תיאולוגי והלכתי באובדנות סמדר ביליק	5
וידוי "שכיב מרע" למבקש/ת מוות יהודיע עמיר	8
ערמת ניירות שהשארת נעמי בן ארי	9
בהלה מסוימת רוחמה וייס	9
שער שני: הורים, ילדים, אובדן	
דרך לא מטוריתית להתאבל מאיר חרש	11
קריאה להתמודדות מחודשת עם "לידה שקטה" עדי סגל	12
על ישראל דוד אזולאי	13
אבלות לאחר לידה שקטה רינת צפניה שוורץ	14
הצעה לטקס פרידה לאחר לידה שקטה רינת צפניה שוורץ	16
תרומת חלב כאקט של אבלות תרפויטית איילת אורג	18
בידוד רינה לבנון	19
שער שלישי: לנוכח פני המוות	
לנעמה שפירא אורית נוימאיר־פוטשניק	21
היחס למוות בליטורגיה הרפורמית יהודיע עמיר	22
הגסיסה כתהליך מודע אצל הבעש"ט ור' נחמן רות גר־קגן	25
ליווי רוחני על ערש דווי בהשראת המקורות עזרא אנדי	27
מוסיונה של רבה בְּאִימוֹת מָוֶת חן בן אור צפוני	29
הצעה לטקס פרידה על ערש דווי יעל כץ בריצחק	30
וידוי לשעת יציאת הנשמה סיון נבון־שובל וג'וש שרף	31
להתאבל מראש אפרת רותם	32
משמעותה של אמונה לנוכח פני המוות שלמה פוקס	33
מאבל לצמיחה דב מרמור (הקדמה: מיכאל מרמור)	35
זרע ישראל מרים ג'אנו	36
קדיש אבלים רפורמי יהורם מזור	37
שער רביעי: הלכות, מנהגים וטקסי אבלות	
על הקריעה והקריאה: שיח בקבוצת וואטסאפ רבות ורבני מר"מ	39
יזכור להרוגי המלחמה באדמות אוקראינה מרים קלימובה	40
בנות דינה במסע להשבת הקינה אילה שעשוע־מירון	41
שריפת המת/ה בהלכה טליה אבנון־בנבנישתי ובנג'י גרובר	44
הצעה לטקס הצבה של אפר נפטרת/ת דוד שפרבר	46
אבן, אש ומים בבית העלמין אריאל פוגלמן	48
ברכת אבלים: כותרות, תכנים ומה הלאה? דליה מרקס	49
קדיש לבת חוה רינה לבנון	50
פרידה	
זה לא עניין של מה בכך עתליה בן ארי	51
הנה סירה עתליה בן ארי	52
ט"ו בשבט נעמי בן ארי	52
להישאר עם הכעס ג'קי שיין (בתרגום: אפרת רותם)	53

בשער הגיליון

למה אני כותבת על מוות?

טליה אבנון־בנבנישתי

המוות הוא כוח הכבידה הגדול ביותר, החזק ביותר, המוחץ תחת משקלו את הכוחות האחרים. אליו – אל המוות – כולנו הולכים, ומפניו אנו נמלטים. משמעותו עדיין עמוקה בעינינו כתהום, וחלולה כאויר שאינו נתפס. וכאבו ככאבה של תאונת התנגשות עם אלוהים שפגע – ואז ברח.

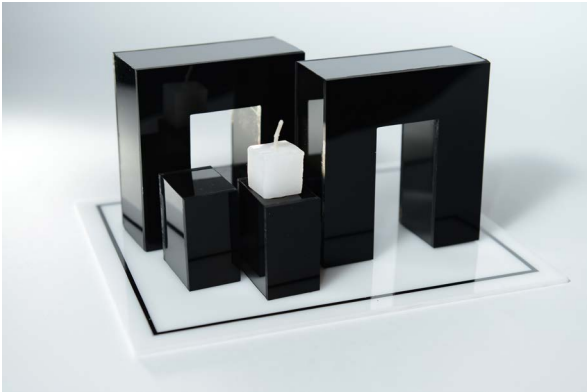
הדת היהודית (כמו כל מערכות הבינה והאמונה המאורגנות), על מכלול פרשניה השונים, בלהיטותם למצוא או להציע פשר ומשמעות, נמשכת מבלי משים לאותו כוח כבידה החורץ את מהותו של המוות בתוך מארג החיים, ומציעה לו (למוות שבתוכה) הדים וקולות. ישנם קולות, כמו קולו הצלול של הרב סולובייצ'יק, המעז לזעוק כי המוות הוא, בין היתר, אמצעי להשבת האמונה אצל החיים, ולא זו בלבד שאינו מציע שיכוך לאימת המוות המרחפת דרך קבע בין החיים, אלא טוען ש"זכירת יום המיתה", הכרת המוות, הכרחית להמשך החיים; ואיתה – כל מערכות הקודש והפולחן של זיכרון ואבל יהודיים מונְעים מכוח המשיכה של האבלים והאבלות לשיבה אל חיים של קדושה ואמונה באלוהים.¹

אך איני מאמינה לו.

ראיתי לא אחת, שבעת הופעתו של המוות, רגע אחרי שזירת התאונה מפונה מכל פצועיה ואלוהים נוטש את זירת האסון, קורסת המערכת האמונית, ואיתה חרבה גם המשמעות הדתית. רסיסים שעד כה הודבקו מכוח האמונה ויצרו רשת צפופה של משמעות – מתנפצים, ופיסות היום־יום נתלשות מן הסדר המארגן של הרעיון הקרוי "חיים". בניסיון להציל את מארג המשמעויות מהם טוויים חיינו, בניסיון להנכיח את המשמעויות שהתרבות שלנו מוצאת במוות, אני כותבת על מוות.

אינני כותבת על המוות.

אני כותבת על החיים.



גופן "חיים" המודרניסטי (על שמו של חיים נחמן ביאליק) משמש במודעות אבל. השימוש הטיפוגרפי בגופן "חיים" משמש את גלבוע דווקא לעיצוב נר לזיכרון המת.

^[1] יוסף דוב הלוי סולובייצ'יק, מן הסערה: מסות על אבלות, ייסורים והמצב האנושי, דוד שץ, יואל ב. וולוולסקי וראובן ציגלר (עורכים), אביגדור שנאן (מתרגם), ירושלים: תורת הרב, התשס"ד, עמ', 103-149.

שער ראשון

"יִזְכְּרוּ מִדְּקָרִים מִתְּנוּבֹת שְׁדֵי": על אובדנות



רחל דהן תענך, **נר זיכרון לאמא ולי**, 2017.

מן המוכן, חוט תפירה ונייר

נרות בעלי פחיל משותף שגופם פונה זה לזה, שעונים אחד על רעהו.

בכל פעם שנדלק נר זיכרון לזו שעזבה את העולם, נדלק נר זיכרון גם לנשאת הזכרת אותה.

שיחה עם נעמי בן ארי²

טליה אבנון־בנובישתי

נעמי היא תלמידה שלי. אישה שפגשתי לראשונה לפני שלוש שנים בתהליך הקבלה לבית המדרש ללימודי רבנות. בחיבור שנדרשה לכתוב, היא כתבה על בתה עתליה, ספרית תל אביבית, עם התמחות מיוחדת בתלתלים ובאנשים שלא מצאו להם מקום בחיים, שהתאבדה בגיל 30. היתה לה מספרה מיוחדת וקשר נדיר עם הלקוחות.

אני מספרת לה על הספר שאני רוצה לכתוב, ומבקשת שתלמד אותי על איך ממשיכים לחיות אחרי המתיים. נעמי הזמינה אותי אל ליבה, כמעט בלי חשש, כבר מהרגע הראשון. היא בעצם עושה זאת עם כולם, כשהיא מספרת כבר במשפט הפתיחה, על הבת עתליה שהתאבדה ועל עצמה, כאימא לשלוש בנות, שתיים חיות ואחת שמתה.

"מדי פעם אני מבחינה כך ואני רואה שאת מלאת שמחה" היא אומרת לי עוד לפני שהשיחה מתחילה, ואני תמהה. "זה ציטוט מדף הפייסבוק של עתליה", היא אומרת, ואני רושמת לי לבדוק (בהקלה). אינני יודעת אם זה ציטוט של עתליה או של נעמי אִמָּה בדף של בתה, ואם נכתב לפני מותה או אחריו, אבל המחשבה שיש בתוך המוות הזה גם מחשבה גלויה על שמחה מרתקת אותי, ואולי בגלל כל זה אני ממשיכה.

אנחנו יושבות זו מול זו, במשרד שלי בירושלים, בינינו שולחן נמוך וקנקן של תה קינמון רותח, שנמזג לשתי כוסות. היא פותחת ומספרת: "אני נפגשת עם קבוצה קבועה של אימהות של מתאבדים ומתאבדות. יש שם משהי שמאוד מאתגרת אותי, לאה שמה".

"כשמישהי שאלה: 'אתן חושבות שהם ביחד עכשיו – הילדים שלנו?', אחרת ענתה לה: 'הם בטח עכשיו מסתלבטים עלינו מלמעלה'. לאה הוסיפה: 'אין כלום אחרי המוות. אז הם לא שם הילדים שלנו'. הבן שלה התאבד בגיל 18, יומיים אחרי שהתגייס".

נעמי ממשיכה, "בשבועה שאלו אותי אם ידעתי שזה יקרה. עניתי שזה כמו הגשם הראשון בחורף שמגיע בעתו, ועדיין מצליח לתפוס אותנו מופתעים".

"ספרי לי על עתליה", אני מבקשת, והיא מיד מתארת: "עתליה נולדה שנייה וסוערת, אחרי ילדה מושלמת. התחושה למן ההתחלה היתה שהיא מחפשת את דרכה

בעולם. בפעוטון של טוני היא לא הפסיקה לבכות, וטוני אמרה כמה פעמים שהיא לא חושבת שתוכל לטפל בה. כילדה, היא היתה קמה בלילות לבדוק אם אני אוהבת אותה. בחצי השנה האחרונה לחייה היא גרה אצלי, כי הרגישה מאוד לא טוב, ואולי ידעה שהיא הולכת למות. היא היתה ישנה שעות וימים, וכשהייתי מעירה אותה אחה"צ לאחר שישנה כל היום, היתה מבקשת: 'אימא, תרשי לי למות'. היא מתה בט"ו בשבט ב־31.1. בספטמבר של אותה השנה היא כתבה ביומן: 'ש לי כבר מספיק כדורים להתאבד'".

נעמי מספרת לי על יצחק, "בחור עם כיפה שחורה. הוא היה מהחבורה של עתליה. הכרתי אותו בזמן השבעה. שבועות ספורים אחר כך הציג לי תמונה של צנצנת דבש ובסמוך לה דבורה שמתקשה ללכת. ליד התמונה, שצולמה ביום שבו נפטרה עתליה, רשם: 'הדבורה הולכת למות אצל אימא שלה'".

"היא באה למות אצלי בבית, בקרבתי", מספרת לי נעמי.

אני שואלת: "אפשר לבקש ממך לתאר את המוות שלה?"

"ברביעי בבוקר, בשעה 09:00 באתי להעיר אותה. היה לה תור לפסיכיאטר באותו הבוקר, ובחדר היה חום נורא של רדיאטור. הנשימות שלה היו כבדות, וכמעט ולא הגיבה לניסיונות שלי להעיר אותה. אני נתתי לה לישון ולא הלכתי לעבודה באותו היום. ישבתי בסלון ושמעתי כל היום את הנחירות שלה. בארבע שוחחתי בטלפון עם שושי וסיפרתי לה מה קורה. תוך כדי השיחה הבנתי שאני חייבת להעיר אותה. שמעתי אותה נושמת וידעתי שאיבדתי אותה. התקשרתי מיד לחבר שיזמין אמבולנס והסתובבתי בסלון ואמרתי לעצמי: 'איך לא שמרתי עליה?! איך לא שמרתי עליה?!' היא עדיין נשמה כשהפרמדיקים נכנסו לחדר, ובמשך 45 דקות הם ניסו להחיות אותה. אחרי שלושת רבעי שעה הם קבעו את מותה. לא כעסתי עליה בגיל 13 אחרי הניסיון הראשון, ולא אז".

אני מבקשת לסיים בתיאורה של נעמי את חווייתה בהתמודדותה עם מות בתה, תיאור שנחקק בי עוד זמן רב לאחר השיחה: "אני רואה שדה של פרחים, שחלק אחד בו מואר וחלק אחר מוצל. הפריחה היפה נמצאת בצד המואר והיא צהובה, אדומה וורודה, ואני בתוך השדה, בחלקו

2 הראיון נערך עבור ספרי **חיים אחרי המוות**, שעתיד לראות אור בקרוב. הטקסט לגליון זה עובד על ידי עורכי הגליון.

המואר, אבל גם מבחינה בחלק המוצל. אין בו צבע, או שאני לא מבחינה בצבעים השונים, כי מעל החלק החשוך יש ערפילים שמסתירים. ואני עומדת בבית הקברות בחלקיו המוארים, והמתים בחלקיו המוצלים. אני בסף – וחושבת. אולי גם שם בצל, יש אור, ואי אפשר להבחין בו בגלל הערפילים, וכל יום אנשים עוברים את הסף בין הצד האחד לצד השני – מקפיצה, מחניקה, מתאונות דרכים. מכדורים. ויש להם – לאלו שעברו את הסף, שפה שאנחנו לא מבינים".



מירב א. רומ, **גולל**, 2017.

פליז, שיש, נירוסטה. צילום: יוסף בן דוד

כדי להדליק את הנר של רומ צריך להרים את מכסה האבן ולהחזיק אותו. אורך חייו של הנר נתון באופן ממשי בידיי של מדליק או מדליקת הנר – כאשר מרפים, האבן נופלת והנר נכבה.

תחנון למתמודדים עם דיכאון ואובדנות

סמדר ביליק

ה', אַתָּה יִדְעָתָּ כִּי אֶמְלֹלָה אֲנִי.

כִּי נִפְשִׁי נִבְהָלָה מְאֹד.

אֶפְפוּ עָלַי רָעוֹת וְלִפִּי עֲזָבוֹנִי. וְאֶהְיֶה עָלַי לְמִשָּׂא.

ה', אַתָּה יִדְעָתָּ כִּי שְׁנֵאתִי אֶת הַחַיִּים.

וְהִנֵּה הַכֹּל הֶבֶל וָרֵעוֹת רוּחַ, וְאִין יִתְרוֹן תַּחַת הַשָּׁמַשׁ.

ה', אַתָּה יִדְעָתָּ – לֹא אוּכַל אֲנֹכִי לִבְדִּי לִשְׁאֵת אֶת כָּל הָעוֹל הַזֶּה, כִּי כָבֵד מִמֶּנִּי.

כִּי טוֹב קִוִּיתִי, וַיָּבֵא רָע; וְאֵיחָלָה לְאוֹר, וַיָּבֵא אֶפֶל.

וְאִף אֶמְרָתִי אֲנִי בְּלִבִּי לִפְנֵיָךְ – קַח נָא אֶת נִפְשִׁי מִמֶּנִּי, כִּי טוֹב מוֹתִי מִחַיִּי.

וּתְבַחַר מִחֶנֶק נִפְשִׁי. וְעַל עַפְעָפִי צִלְמֹנוֹת.

וְשַׁחֲרַתְּנִי וְאֵינֶנִּי.

וְעַתָּה, רָצָה ה' לְהַצִּילֵנִי.

הַעֲלֵנִי מִבּוֹר שְׁאוֹן, וּבַחֲר בַּעֲדֵי בַחַיִּים.

כִּי אֲנִי לֹא אֲדַע מַה אֶעֱשֶׂה, אֵךְ עַתָּה ה', אַתָּה יִדְעָתָּ.

וְעַתָּה כָּל עוֹד נִשְׁמָתִי בִּי; וְרוּחַ אֱלוֹהִים בְּאַפִּי

אֵיחָל כִּי תֵאִיר כְּאוֹר יוֹם חֲשֻׁכַת לַיְלָה

וְאֶתְפַּלֵּל כִּי בִיד נִפְשִׁי אֵל אֶפְלָה.

לֹא אָמוֹת כִּי אֶחְיֶה, וְלִמְנוֹת לֹא נִתְּנִי יָהּ.

מקורות והשראה מתוך: תהילים מ', י' // תהילים ו', ג' // תהילים ו', ד' // תהילים מ', י"ג // איוב ז', כ' // קהלת ב', י"ז // קהלת ב', י"א // במדבר י"א, י"ד // איוב ל', כ"ו // קהלת ב', א' // יונה ד', ג' // איוב ז', ט"ו // איוב ט"ז, ט"ז // איוב ז', כ"א // תהילים מ', י"ד // תהילים מ', ג' // דברים ל', י"ט // דברי הימים ב', כ', י"ב // איוב כ"ז, ג' // פיוט "ויהי בחצי הלילה" // שמואל ב', כ"ד, י"ד // תהילים קי"ח, י"ז // תהילים קי"ח, י"ח.

"כִּי טוֹב מוֹתִי מִחַיִּי":

לקראת דיון ציבורי, תיאולוגי והלכתי באובדנות

סמדר ביליק

בגיל 25, לפני כמעט 17 שנים ואחרי התמודדות עם דיכאון, ניסיתי להתאבד. זה לא היה הדיכאון הראשון או האחרון שלי אשר לווה במחשבות אובדניות. מאז גיל ההתבגרות, הידיעה הטריטויאלית לכאורה שטבע האדם הוא רצון לחיות ולשרוד, לא היתה מובנת מאליה בעיני. עובדה זו ליוותה ומלווה אותי גם בזמנים טובים ומלאי חיות שהם, תודה לאל, החלק הארי של חיי.

לכאורה, יחסה של היהדות לתופעת האובדנות הוא חד משמעי – שלילת התופעה מכל וכל והתייחסות אליה כחטא חמור. כך לדוגמה כותב החיד"א, רב ומקובל בן המאה ה־18: "ונפש כי תחטא ומעלה מעל בה" (ויקרא ה', כ"א) – מע"ל: מאבד עצמו לדעת".¹ ההתאבדות נתפסת כחטא חמור עד כדי כך שלפי חלק מהפוסקים, בניגוד לרוצח אשר יכול לחזור בתשובה ומיתתו היא הכפרה לחטאו, המתאבד אינו יכול לחזור בתשובה שכן מיתתו היא היא החטא.²

אך למרות האמירות החריפות הללו, בדיקה מעמיקה יותר מגלה יחס מורכב של העולם היהודי כלפי תופעת האובדנות: מקרי האובדנות המופיעים במקרא לא זכו דווקא ליחס שלילי, בתקופת בית שני והתלמוד נתפסה על פי רוב האובדנות המרטירית כתופעה חיובית, וגם בהלכה – שהיא הסוגה היהודית המחמירה ביותר כלפי האובדנות – היחס הוא מורכב ודו־ערכי.

אובדנות במחשבה היהודית

במבט היסטורי רחב אפשר לגלות במסורת היהודית התייחסויות שונות לתופעת האובדנות. במקרא מוזכרים שישה מקרים של דמויות שהתאבדו – אבימלך בן גדעון, שמשון, שאול ונושא כליו של שאול, אחיתופל וזמרי.³ כל מקרי ההתאבדות הללו נעשו על רקע נסיבות חיצוניות

וקיצוניות, ללא תיאור מפורט של הרקע הנפשי והנסיבות הפנימיות שהובילו להתאבדות. בכל המקרים הללו, המקרא אינו מייחס מטען ערכי – חיובי או שלילי – לתופעת ההתאבדות.⁴ לגבי שלושה מבין המתאבדים – שמשון, שאול ואחיתופל – מצוין כי הם זכו לקבורה מסודרת ואף מכובדת, ומכאן ניתן ללמוד שהתאבדותם לא נתפסה כחטא על ידי בני קהילתם; ובחלק מהמקרים מובן כי מותם של המתאבדים היה חלק מן התוכנית האלוהית.

בנוסף למקרי ההתאבדות במקרא, מתוארים גם מקרים של דמויות אשר ביקשו את נפשם למות, אך לא קיימו את הפעולה האובדנית. חלק ממשאלות המוות הללו מתרחשות במקרים של מנהיגים או נביאים שקצו בשליחותם, ובכך למעשה המרו את פי ה'. כך למשל משה, אשר התייאש מקשיי ההנהגה ומכפיות הטובה של בני ישראל, מטיח בפני ה': "לא אוכל אֲנֹכִי לִבְדִּי לִשְׁאֵת אֶת כָּל הָעָם הַזֶּה, כִּי כָבֵד מִמֶּנִּי. [...] הֲרִגְנִי נָא הָרִג, אִם מִצְּאֹתִי חֵן בְּעֵינֶיךָ" (במדבר י"א, י"ד-ט"ו). אליהו ויונה מבטאים את משאלת המוות שלהם במילים דומות. על אליהו נכתב: "וַיִּשְׁאַל אֶת נַפְשׁוֹ לָמוֹת, וַיֹּאמֶר רַב עֲתָה ה' קַח נִפְשִׁי, כִּי לֹא טוֹב אֲנֹכִי מֵאַבְתָּי" (מלכים א', י"ט, ב'-ד'); והמילים הדומות בפיו של יונה – "וְעַתָּה ה', קַח נָא אֶת נִפְשִׁי מִמֶּנִּי כִּי טוֹב מוֹתִי מִחַיִּי" (יונה ד', א'-ג'). גם איוב, אשר נחשף לגורל אכזר והיה ככלי משחק בין האל לשטן, נמצא מייחל למותו, באומרו "וּתְבַחַר מִחֶנֶק נִפְשִׁי, מְנוֹת מַעֲצָמוֹתִי. מָאסָתִי, לֹא לְעֹלָם אֶחְיֶה" (איוב ז', ט"ו-ט"ז), אך הוא אינו מבצע את משאלתו זו.

בספרות הבית השני ובתקופת המשנה והתלמוד, אנחנו נחשפים למספר סיפורים המתארים מעשי התאבדות ממניעים מרטיריים – בין אם התאבדות לשם קידוש השם, או התאבדות כדי להימנע מעינויים או ממוות על ידי אויב אכזר, בחלק מהמקרים על רקע של גזירות דת. אחד הסיפורים המוכרים ביותר הוא סיפור האם ושבעת הבנים,

^[1] חיים יוסף דוד אזולאי, נחל קדומים, פרשת ויקרא, ה', ט"ו.

^[2] ראו למשל חתם סופר על התורה, פרשת ויצא, י"ט ע"ב-כ" ע"א.

^[3] יעל שמש, "התאבדות במקרא על רקע תופעת ההתאבדות בתרבות הכללית ובמקורות ישראל", JSU2 (2003), עמ' 1.

^[4] https://jewish-faculty.biu.ac.il/files/jewish-faculty/shared/JSU2/shemesh.pdf.

^[5] שם, עמ' 8.

6 // עט רצון גיליון 12

ועל בחירה במוות, יכולה להוות מעין "חיסון" אשר עשוי למנוע התאבדות בפועל. אך שיחה כזו לא צריכה בעיני לכולל רק אמירות שמטרתן מניעת התאבדות. ראוי שדין יהודי וליברלי באובדנות יכולת התבוננות נכוחה במצבים שבהם אומר אדם באופן צלול וברור "כי טוב מותי מחיי" (יונה ד', ג') – לא רק במקרים של קידוש השם או הצלה ממוות ודאי ואכזרי, אלא גם במקרים של התמודדות עם מחלה סופנית ואף עם מחלות נפש כרוניות המענות את נשמתו של החולה. אני מתפללת שהוצאה לאור של התופעה האנושית הנפוצה והעתיקה הזו, תצליח להכניס מעט אור לנפשם של המתמודדים עם אובדנות, ולהביא מעט מזור לבני המשפחות שאיבדו את יקיריהם לאובדנות.

וידוי "שכיב מרע" למבקש/ת מוות'

יהודע עמיר

חיי תמים עתה לגזע. סבלי גבר עלי. אני מבקשת את נפשי למוות, מיחלת לרגע שבו יתמו כאבי ואשקע אל תהום האין. אין לי חפץ עוד בחיים אלה שנתת לי. אף ברגעי אימה ומצוקה אלה אני יודעת שהיה גם אור בחיי, שנתנה לי הודמנות לשמח ולהביא נחמה ותקנה. לא תמיד כשלת. לא תמיד מאסתי בחיים. לא תמיד היו רגעי קשים מנשא.

אני מוצאת עז בנפשי הדויה להודות לפניך על כל אלה.

מן המצר הריני קוראת אליך ה'. הנחילני אמונה בחיים שחייתי, בטוב שהרביתי, בשמחה שהיתה נחלת. תן לי כוח למות בשלום, לצעד בנתיב היסורים האחרון כשבלבי מעט גאונה, מעט נחמה, מעט אהבה ותקנה.

תן לי קירי את הכח לזכרני כשם שהייתי לפנים, לאהב אותי יותר משאני מצליחה עתה לאהב את חיי, לשמח באור שהבאתי יותר משאני מצליחה לזכרו היום. הענק להם שלווה ואמונה למען ישלימו את מפעלי חיי וידבקו בחיים לאחר מותי.

שמע ישראל ה' אלהינו ה' אחד.

ערמת ניירות שהשארתי

נעמי בן ארי

ערמת ניירות שהשארת

מחברות על גבי מחברות

מלאות במילים

טמונה בתוך ארון בחדר.

שדים מטילים ביניהם

עושים צל על כל מי שפותח ומציץ.

האם המילים האלה יראו אור או

יךדו לטמיון אחריו?

בכל שנה אני חושבת

בשנה הזאת אציץ

אבל איך לא אפגע?

ואולי אותו אור

על המילים האלה

לא יהיה לרוחך?

ומה זכותי לעשות

אחרת מרצונך

ומהו רצונך

כשאניך.

בהלה מסוימת'

רוחמה וייס

אני לא יודעת מה לעשות עם הקשי לחיות,

אשה שאליהם סדר למענה את מרב המתנות

ואין לה על מה להאנח

אבל רעד קל בפרקי הימים

ותעוקה בלב

בהלה מסימת שלא נעלמת

מההחלטה לחיות



ענת גולן, **פתיל קצר: מחרוזת אבלות**, 2017.

נר זיכרון מן המוכן, חוט כותנה ושעוות פרפי

נר הזיכרון הישראלי המוכן, מפורק ומורכב מחדש למחרוזת תפילה

וקמע אבל, הנישא על הגוף.

מיכל הפח הופך לקליפות חלולות, השעווה לחומר מילוי, והפתיל הופך

לשדרה המחברת וקושרת את חלקי המחרוזת.

1 יהודע עמיר, "וידוי", בתוך: ג'נין וסברג (עורכת), **דרך האבל: מדריך להתמודדות רוחנית ורגשית עם מצבי אבלות**, ירושלים: המרכז לפלורליזם יהודי והתנועה ליהדות מתקדמת, תשס"ה, עמ' 80.

1 פורסם במקור בתוך: רוחמה וייס, **שאישה אינה אלוהים**, תל אביב: הקבוץ המאוחד, 2020, עמ' 23.

שער שני

"עוד אני הלך אליו": הורים, ילדים, אובדן



ישראל דהן, **צורו החיים**, 2017.

טקסטיל, פליז ומלח. צילום: סיגל בוחבוט

עיצוב נר הנשמה כצורו הוא כמשחק מילים עם הביטוי: "תהי נשמתו צרורה בצרור החיים" (תנצב"ה).

דרך לא מסורתית להתאבל

מאיר חרש

מילים פשוט אינן מספיקות לביטוי סוג כזה של אובדן.

משום כך לא הייתי צריך ולא רציתי להתאבל 11 חודשים על אבי, עם כל כמה שאהבתי וכיבדתי אותו. לכן, הפסקתי להגיד קדיש בנקודה מסוימת. כשהרגשתי חזק, יציב ועם רגליים על הקרקע. הייתי, ואני עדיין אבל כל כך על אריאל ז"ל, שקשה לי למצוא את המקום בליבי להתאבל כראוי על אבי. יש לי חברים רבים שאינם מחויבים להלכה היהודית, אך לא ישקלו לעולם ללכת לחתונות במשך 11 חודשי האבל על הורה. אני הלכתי למספר חתונות במהלך שנת האבל הראשונה על אבי, כי החלטתי לחגוג את חייו בדרכי שלי.

אני מרגיש מחויב להכיר את המסורת היהודית, אך אני מרגיש מחויב גם למצוא את דרכי שלי להתאבל, ללכת אחר ליבי כדי שאוכל להמשיך בתהליך ההחלמה. אני משתמש בביטוי "תהליך החלמה" ולא "החלמה", כי זה לא מושג סופי. אליזבת קובלר־רוס בספרה החשוב **חמשת שלבי האבל**, מציגה את הקבלה כשלב החמישי והאחרון באבל, שלכאורה בסופו האבל מחלים; אך בחוויה שלי אבל אינו תהליך שיש לו תאריך סיום מוחלט. לכן קבלה והחלמה תמיד יהיו מושגים מתמשכים עבורי.

אני בתהליך החלמה, ולאורך התהליך הזה אמשיך להסתכל על המסורת היהודית בכבוד רב. במקביל אלך אחר הצורך שלי, והמחויבות לקבל החלטות שהולמות את תהליך האבל האינדיבידואלי שלי. ייתכן שזה כן מתאים להלכה: בדרך לטקס הקבורה של אבי, הרב וורניק מבית־הכנסת "אור עולם" שאל את אמי שאלה הקשורה להליך הקבורה, ואמי שאלה: "מהי המסורת?" הרב וורניק ענה לה ללא היסוס: "המסורת היא שבתור הרב שלך אני כאן כדי לנחם אותך, כך שמה שתחליטי זה מה שנעשה".

מסורת יהודית המבוססת על הצרכים האינדיבידואליים של האבל היא היהדות שאלך בדרכה כשאני ממשיך את המסע שלי – מסע הליכה בדרך החיים.

יהי זכרו של אריאל ברוך.

מאז מותו של אריאל, מצאתי במסורת נחמה וניכור גם יחד. מצוות השבעה – ישיבה בבית במשך שבעה ימים של אבלות כשהקהילה דואגת לכל צרכי האבל – היתה חשובה ומסייעת באופן יוצא מן הכלל. האבל מצווה לשבת ולהתאבל; הקהילה מצווה לבקר את האבל בדממה. השבעה היא מתנה. אבל, המסורת היהודית ביקשה מאיתנו גם לקום מהשבעה ביום האחרון וללכת. איזה מושג יפה ועוצמתי: מותר לנו להתאבל, אך לא לעד. אנחנו חייבים לשבת, אך אז אנחנו חייבים לקום ולחזור לעולם שמחוץ לאזור הנוחות של ביתנו ותמיכת הקהילה שלנו.

אם כך, כיצד יכולתי להרגיש מנוכר לחלקים מהמסורת, כשמצאתי כזו נחמה בשבעה? אנסה להסביר: אשתי ואני התחלנו להגיד קדיש על בננו כל ערב שבת, מתוך הבנה שנגיד קדיש במשך 11 החודשים הבאים. לתדהמתנו, למדנו שההלכה דורשת מאיתנו להגיד קדיש במשך חודש אחד בלבד כאשר אבלים על ילד, בניגוד ל־11 חודשים כשמאבדים הורה. אשתי חלקה איתי את החלטתה להגיד קדיש 11 חודשים. ידעתי שהיא צודקת. פשוט לא יכולנו לציית למסורת ברגע הזה. אני יכול רק לקוות שהרבנים שקבעו את החוק הזה לא איבדו מעולם ילד, משום שזה פשוט בלתי נתפש שהם מודדים אובדן לפי ההיררכיה הזו של קשרי משפחה. אני אבל על אבי, אך האבל הוא טבעי, משום שהוא נפטר בגיל 92. זהו סדר החיים הטבעי. בן אומר קדיש על הורה מבוגר שחי חיים טובים וארוכים. אבות אינם אמורים לומר קדיש על בניהם. זה לא טבעי. ומכאוב מאוד.

לידה שקטה; קדיש שקט:

קריאה להתמודדות מחודשת עם לידה שקטה'

עדי סגל

קנט דוקה טבע את המושג "אבל ללא זכויות" (Disenfranchised grief), על מנת לתאר יגון שאין לו מקום בשיח הדומיננטי והוא נדחק לשוליים בלא הכרה של החברה.² מצב זה שבו האבלים נותרים ללא זכויות וללא תמיכה משפחתית, חברתית או תרבותית, מייצר פער גדול בין הצרכים החווייתיים, הרגשיים והקוגניטיביים של האבלים לבין מה שמקובל חברתית. אבל כזה מאפיין לידה שקטה.

לידה שקטה היא לידה שמתרחשת לאחר מות התינוק ברחם בשלבי הריון מתקדמים, מסיבה עצמונית או יזומה או במהלך הלידה. בישראל כאלף לידות שקטות בשנה. כיום ההורים חותמים בסמוך ללידה על אישור לקבורת נַפֵּל על ידי החברה קדישא, אלא אם הם מעוניינים להשיג רישיון קבורה ולדאוג לסידורי הלוויה בעצמם – אז עליהם להסדירה מול חברת הקבורה בבתי קברות בהם קוברים נפלים או בקבורה אזרחית. בדרך כלל הקבורה נעשית בלא נוכחות המשפחה ובקבר לא מסומן, לאחר מילה (לבנים) וקריאה בשם, ואין נוהגים מנהגי אנינות ואבלות. עם זאת, בשנים האחרונות יותר ויותר הורים מחפשים ברישומים את מקום הקבורה, ומקימים מצבה על הקבר.

אבל ללא זכויות

מקובל לראות בלידה שקטה ספונטנית או יזומה אירוע טראומתי עוצמתי, שהאבל בעקבותיו עשוי להיות מורכב במיוחד להתמודדות: ההורים שציפו לחזור הביתה בידיים מלאות חוורים להתמודד עם חלל ריק, בשעה שהנושא אינו נדון באופן נרחב בחברה, ואין נורמות חברתיות לתמיכה באבלות ההורית. ייתכן שהדבר נובע מכך שלפי ההלכה אין נוהגים אבלות במקרי לידה שקטה: נפל, דהיינו עובר שיצא מרחם אמו כשהוא מת, או תינוק שמת פחות משלושים ימים שלמים מעת לידתו "אין מתעסקין להספד

וללוות", "אין קורעין" ו"אין מתאבלין עליו".³ הנוהג של קבורת הנפל ללא נוכחות המשפחה והקהילה, והקביעה שלא מתאבלים, משמעם שאין הכרה בקיום התינוק. אם אין הכרה בכך שהיה תינוק והוא מת, אין הכרה באובדן ובאבל של ההורים.

יתרה מכך, ציון האובדן והאבלות על תינוק שנולד בלידה שקטה עלולים להיתפס בחברה היהודית כ"לא נאותים". הקושי החברתי להכיל את משמעות האירוע מוביל פעמים רבות לכך שהנושא אינו מדובר, ולחוסר בהכרה גלויה במערכת היחסים של ההורים עם התינוק. אי ההכרה בעוצמת האירוע ובחוויית האובדן והביקורת על האבלות, מסמנים עבור ההורים את שונותם וחריגותם, ויוצרים תחושות של בדידות וריחוק.

הספרות העוסקת בהתמודדות נפשית עם טראומה מתייחסת בהרחבה לתפקידו החיוני של האחר כנושא עדות לטראומה; מנגד, במצב שבו המציאות החברתית אינה מכירה באובדן ובאבל של הורים לאחר לידה שקטה, נמנעת מהחברה האפשרות למלא את תפקידה במלאכת האבל – לשמש כעדה וכמסגרת תומכת. מאחר שבעבר אובדן הריונות וילדים לא פסח כמעט על אף משפחה, ניתן למצוא הגיון בכך שבימים עברו לא ניתנה הכרה חברתית לאבל על אובדן נפלים. אך גם בימינו, כשמות תינוקות ברחם ובלידה נעשה פחות שכיח, החברה עדיין לא מספקת הכרה באובדן ותמיכה בהורים האבלים. המסר המועבר להורים פעמים רבות הוא לשכוח ולהמשיך הלאה אל ההיריון הבא.

מהלא מוכר למוכר

נראה כי על מנת לשנות את המצב לא די בהגברת הדיבור והכתיבה בנושא, ויש צורך ביצירת פרקטיקות חדשות או בהרחבתן של פרקטיקות קיימות כדי לספק תמיכה

חברתית להורים לאחר לידה שקטה. פרקטיקות אלה יסייעו בהפחתת תחושת הבדידות דרך הפיכת השכול הלא־מוכר למוכר. בשל השפעת פרמטרים שונים כמו הפרידה מהתינוק ותמיכת הסביבה על ההתמודדות עם האובדן ועל הסיכוי להתפתחות פוסט־טראומה אצל האם, נדרשת "תפירת חליפה" מדויקת לכל אם וזוג. תמיכה שכוזי יכולה להתקבל משילוב של ליווי מקצועי של אנשי בריאות הנפש בתמיכת ליווי רוחני. בנוסף חשוב לבחון כיצד ניתן למצוא פתרון המסדיר עבור הורים הרוצים בכך, הלוויה, שבעה וקדיש.⁴ מנהגי האבלות מספקים פונקציות פסיכולוגיות חיוניות של נראות והחזקה להורים האבלים וכן מסדירים דרכי תמיכה של המשפחה הרחבה והקהילה.

כך למשל, הקדיש, שאינו מכיל את שם האל ואין בו פניה אליו, עניינו במרחב האופקי בין אדם המתמודד עם אירוע עוצמתי לבין הקהילה שאליה הוא שייך. אמירת הקדיש, שהוא תפילה עתיקת ימים, יכולה לתרום לתחושה של נחמה בהצטרפות לשרשרת של שותפות גורל עם הדורות הקודמים. ההתכנסות החברתית סביב הקדיש מייצרת הכרה חברתית באובדן ובחשיבותו, ומקנה תחושה של החזקה ושייכות פסיכולוגית והיסטורית לאבלים. "קדיש יתום" נאמר לאחר שהמוות התרחש, כאשר התחינות והתפילות לרפואה לא נענו. לכן, כל שנותר הוא להכיר כי "יתגדל ויתקדש שמיה רבא" – הכרה כי אנו כלולים בתוך דבר שגדול מתפישתנו והבנתנו, מבקשים וזקוקים להכרה בשבר ולהחזקה מהסביבה. לסדרי הלוויה ולישיבת שבעה פונקציה דומה. זוהי "פונקציית העד" שהחברה משמשת עבור האבלים. השבעה אף מאפשרת להם לספר את סיפורם, כך שהסיפורים הופכים לעדות, והמספרים והשומעים גם יחד הם עדים.

עם זאת, פתרונות כגון אלו אינם מתאימים לכלל ההורים. הורים רבים מאמצים את השיח הדומיננטי, ולכן אינם נוהגים מנהגי אבלות לאחר לידה שקטה. אני סבורה שיצירת אפשרות לתמיכה חברתית־קהילתית במנהגי אבלות של הורים אלה עשויה להקל עליהם את ההתמודדות עם ייסוריי הנפש המתלווים לאובדן, וגם לתת מענה לחברים ולסובבים. הדבר דורש מאיתנו את האומץ ואת המאמץ למצוא פתרון עבור אלה שהאיסור להתאבל על ילד שמת ברחם או בטרם מלאו לו שלושים יום, מהווה פונקציה בשיקוליהם שלא לקיים מנהגי אנינות ואבלות. פתרונות אלה יסייעו הן להורים שבשעת צערם אינם פנויים להסדיר טקסי פרידה ואבל, והן לקהילה ולחברה שתוכלנה לתמוך בחבריה האבלים במצבים של אובדן קשה זה.

עַל יִשְׂרָאֵל

דוד אַזולאי

כְּשֶׁהֶם לְצִדְנוּ אֶפְשָׁר לְהִנִּיחַ

אֶת שְׁתֵּי הַיָּדִים

עַל הָרֹאשׁ, וּלְכַרֵּךְ

יְשִׁמָּה, יְשִׁמָּה

יָאֵר אֱלֹהֵי וִיחַנָּה

וְשָׁלוֹם עַל יִשְׂרָאֵל.

אִךְ מָה עוֹשִׂים כְּשֶׁהֶם כְּכֹר לֹא?

אֶפְשָׁר לְהִנִּיחַ שְׁתֵּי יָדַים

בְּצִדֵּינוֹת, בְּרַפְרוּף נוֹגֵה, בְּגַעְגּוֹעַ

נוֹגֵעַ לֹא נוֹגֵעַ

עַל הַלֵּב, וּלְכַרֵּךְ

רַק שְׁהַפְעֵם זֶה

יְהֵא שְׁמָה רַבָּה

וְעַל יִשְׂרָאֵל.

^[1] 4 ראו מאמרה של רינת צפניה שוורץ בגיליון זה, בעמ' 14.

אבלות לאחר לידה שקטה¹ רינת צפניה שוורץ

מותו של עובר עשוי לפגוש אותנו, רבנים ורבות, מלווים רוחניים נשים וגם גברים – בבטן הרכה/הריקה. הוא מהדהד לחלקנו חוויות מוכרות באופן אישי ממש, או של קרובים לנו, ומחבר אותנו לפחדים העמוקים ביותר, של מות ילד.

ההלכה אינה רואה בתינוק בן פחות משלושים יום "בר קיימא", ופוטרת את ההורים מדיני אבלות.² בניסוחם של חלק מהפוסקים היא אפילו אוסרת לנהוג באבלות.³ ישנם פוסקים המניחים כמובן מאליו, שאבות אינם מתאבלים על אובדנם של עוברים או תינוקות שאינם בני קיימא.⁴ מגד אנו מוצאים אצל חז"ל את התפיסה לפיה "תינוק בן יום אחד שמת, הרי הוא לאביו ולאימו ולכל קרוביו כחתן שלם".⁵ משמע מהגדרה זו שיש מקום, או אף חיוב, באבלות. אולם מעבר לכל הגדרה הלכתית "יבשה", עבור חלק מההורים, הזוגות והמשפחות, לידת מת היא חוויית אובדן ואבלות מלאה, שדורשת עיבוד אישי ותמיכה קהילתית. תמיכה זו היא בעיני חלק מחובת הקהילה ויחידיה לקיים את מצוות "גמילות חסדים".

כמנהיגים קהילתיים, דתיים ורוחניים עלינו להכיר באובדן ובאבל של משפחות אלו, ועל כן עלינו להציע להם (כפרטים או כמשפחה) מערכת של מנהג והלכה, אשר ברובה נסמכת על דיני האבלות הקיימים. כדאי שבהצעתנו נהיה יותר ממוקדים במה **כן** לעשות, מאשר במה **לא** לעשות, ובכך נאפשר לאנשים מרחב דתי, רגשי, טקסי וקהילתי שהם עשויים לבקש; זאת בהתבסס על עולם הלכתי שלם, הנשען על מקורות איתנים, שיאפשר להורים לבטא את רגשות הצער והאבל שלהם בתוך הספקטרום ההלכתי, הדתי והרוחני גם ללא החובה ההלכתית. תפקידנו לחשוף ולהביא בפני האנשים את המקורות הללו.

אפשר להציע להורים לקבל עליהם אבלות חלקית – הווה אומר להתאבל בצורה מסודרת, ולעשות זאת בדברים שאינם כרוכים באיסורים, אלא מתמקדים במה "יש" לעשות – לאפשר להם לבחור ולבור להם את מה שמתאים לרגשותיהם ועונה על צרכיהם. ניתן לאפשר גם לבני הזוג

לקבל כל אחד ואחת הכרעה אחרת – יתכן שלאמא ולאבא יתאימו אופני אבל שונים.

לגבי הקהילה, על הקהילה להיות רגישה להורים, ולראות כיצד היא משתלבת בתהליך האבלות – מה נכון והולם ומה לא – האם רצוי טקס שבו הקהילה משתתפת? האם לבוא לבית בזמן השבעה? האם מתאים לקיים ערב לימוד? במקרה שיש ילדים נוספים בבית, האם ההורים רוצים עזרה עם הילדים/מטלות הבית וכו'?

בחירה באבלות בהסתמן על מסורות, מנהגים והלכות

להלן אני מבקשת להציע מדריך הלכתי קצר וחלקי לבחירה בדיני אבלות בהסתמך על מסורות, מנהגים והלכות:

קבורה ודיני המת: נחלקו הפוסקים אם יש מצוות עשה לקבור עובר או תינוק שאין מתאבלים עליו. גם אם אין בכך מצוות עשה, מותר לא לתת בידי חברה קדישא לקבור לבדם את התינוק אלא לדרוש להיות שם – זו זכותם של ההורים.

מקום הקבורה: נהוג לקבור עוברים ותינוקות שאין מתאבלים עליהם בחלקה מיוחדת. אני מציעה שתהיה חלקת קבר ברורה ומסומנת, שניתן יהיה לבוא אליה, לשבת, לבכות, להדליק נר, לעלות מדי שנה.

טהרה: נהגו לרחוץ את גוף הנפל בלי כל מנהגי הטהרה.

הלוויה והולכה לקבר: אין מצוות הלוויה בעובר או בתינוק שמת בתוך שלושים יום מלידתו, אולם כאמור זו זכותם של ההורים. אין חיוב לשאת את התינוק במיטה, וניתן לשאתו על הידיים או בחיק.

מילה: יש למול עוברים ותינוקות זכרים שמתו קודם שהספיקו למול אותם (שולחן ערוך יורה דעה, רס"ג, ה'). יש לקבור את העורלה יחד עם הגוף. בפועל, חברה קדישא מלים את התינוקות לפני הקבורה, ואפשר לבקש להיות נוכחים במעמד זה.

קריאה בשם: נהגו לקרוא שם לעוברים ולתינוקות שמתו (שם, רס"ג, ה') – בנים בעת המילה ובנות בסמוך לקבורה. הזכות לבחירת השם היא של ההורים, אך אם הם לא נוכחים בשעת הקבורה או המילה, אנשי חברה קדישא בוחרים שם

בעצמם. עם זאת, ניתן לשנות שם זה. בקריאת השם אין צורך במניין, ואפשר לעשות זאת על ידי אמירת "אל מלא רחמים" עם השם. אני ממליצה שההורים יקראו לתינוקם בשם, והרי במקרים רבים היה כבר שם שההורים חשבו עליו. בשם יש מעין בריאה – אומנם זו בריאה שנפסקה, אך עדיין יש משמעות למתן השם בויכרון ובכבוד.

הסתכלות: מבחינה הלכתית, מותר להסתכל על עובר או תינוק שמת כמו על כל מת. המעוניינים בכך יכולים להסתכל, לחבק ולהיפרד.

בחירה באבלות: אדם יכול לקבל על עצמו דיני אבלות, בתנאי שקבלתו זו לא תסתור הלכות קיימות. אני ממליצה להימנע מעבודה שבוע, על מנת לאפשר לתא המשפחתי לעכל במעט את הטראומה, לאפשר עיבוד של הכאב, לא לחזור מיד לשגרת החיים – לתמוך זה בזה ולאפשר גם לסביבה להכיר בכאב ובאובדן. בני המשפחה יכולים לקבל על עצמם לפי רצונם חלק ממנהגי האבלות כגון הימנעות מכביסה, הימנעות מאכילת בשר ושתיית יין והימנעות מתשמיש.

ניחום אבלים: אין דין של עמידה בשורה וניחום אבלים בעובר או בתינוק שמת בתוך שלושים יום מלידתו. אך יש לזכור שחובת ניחום אבלים היא גם חלק ממצוות גמילות חסדים, ומצווה לחזק את קרובי המת ולתמוך בהם בדרכים המתאימות, תוך מודעות לכאבם של האבלים, כדי שהמנחם לא יזיק יותר מאשר יועיל. הצעתי: לקבוע ימים ושעות על פי רצון ההורים ובהשראת דיני השבעה, שבהם אנשים מהקהילה יכולים לבוא ולנחם את ההורים בכאבם.

אמירת "ברוך דיין אמת": אומרים גם על עובר או תינוק שאין מתאבלים עליו. לדעתי זו ברכה שאנשים רבים מתקשים איתה, שכן דווקא במעמד הזה מורגש חוסר הבנה ואפילו כעס כלפי חשבונותיו של אלוהים. מי שאינו רוצה לברך, יכול לסמוך בלי פקפוק על הפוסקים שכתבו לא לברך; מי שרוצה לברך, יכול לבחור לברך, עם או בלי שם ומלכות, או לבחור ברכה, פסוק או משפט אחר.⁶

קריעה: אין חיוב או קריעה על עובר או תינוק שאין מתאבלים עליו (שם, ש"מ, ל'), אך מי שרוצה לקרוע יכול לעשות זאת. אני מציעה לבצע קריעה⁷ – יש משהו באקט הפיזי הזה שבאופן סמלי מחבר לקרע שנוצר בלב, לכאב הקרע המשפחתי והאישי.

קדיש: אין חיוב לומר קדיש על עובר או תינוק שאין מתאבלים עליו (שם, שמ"ד, ד'). אם רוצים ההורים לומר

קדיש על עובר או על תינוק רך, אין בכך איסור, ויש שכתבו שאף ראוי לעשות כן.

הספד: אין מספידים עובר או תינוק שאין מתאבלים עליו (שם, שמ"ד, ח'), אולם בכל מקרה מותר לומר דברי פרידה בזמן הקבורה. לטעמי, וכמובן גם כאן זה תלוי בהורים – יש ערך בביטוי הכאב במילים. ניתן גם לתת למישהו אחר להגיד דברים או לקרוא טקסט.

ברכת הגומל: אדם שהיה חולה בחולי שיש בו סכנה וניצל מחוליו, חייב לברך ברכת הגומל בפני עשרה אנשים. מן הראוי שאשה שעברה הפלה או לידה שקטה, תברך גם היא לאחר שהחלימה, משום שהברכה היא לא על עצם הלידה, אלא על כך שניצלה מסכנה.⁸

נר נשמה: לא נהוג, אך מותר. ההצעה שלי: להדליק נר נשמה כביטוי טקסי שנותן "סגירה", ובאותה העת מעניק שעת רצון לתפילה למען ההווה והעתיד.

אזכרה: לא נהגו, אך מותר אם המשפחה חפצה. אותו דין לגבי אמירת "זכור". ההצעה שלי: לערוך אזכרה, לתת מקום מובנה לציון בין בני המשפחה, להזכיר את התינוק, לדבר על הרגשות בחלוף הזמן. יש בזה משהו שמשאיר לעד את הזיכרון, וכן נותן מקום לשיח משפחתי תוך כדי הסתכלות על ההווה והעתיד. כך גם לגבי ציון "יום שנה".

תפקידנו הרבני הוא לחשוף את בני קהילתנו לאפשרויות השונות לעיבוד האבל גם במקרה של לידה שקטה או לידת נפל, ואולי אף לעזור ביצירת מסגרת טקסית, שעשויה להיות כלי דתי ורוחני נוסף, כדי לסייע למשפחות להתמודד עם אבלן ואובדנן.

^[1] הטקסט המלא נכתב במסגרת התוכנית הישראלית לרבנות, היברו יוניון קולג', ירושלים. הוא עובד לצורך גיליון זה בידי העורכים

^[2] ראו למשל בניסוח הט"ז: "ספק אבלות להקל" (טורי זהב על שולחן ערוך יורה דעה, שצ"ז, ב').

^[3] שולחן ערוך יורה דעה, שע"ד, ח'. משנה תורה, ספר שופטים, הלכות אבל, א', ג'.

^[4] יהושע פלק כץ, ספר מאירת עיניים (סמ"ע) על שולחן ערוך חושן משפט, רע"ז, ו'

^[5] משנת נידה, ה', ג'. מסכת שמחות, ג', א'

הצעה לטקס פרידה לאחר לידה שקטה'

רינת צפניה שוורץ

פתיחה:	לכל בריה יש שם
עשרה דברים קשים נבראו בעולם.	לכל בריה יש שם
הר קשה – ברזל מחתכו;	שנתנה לה עין החיים
ברזל קשה – אור מפעפעו;	ונתנו לה אביה ואמה.
אור קשה – מים מכבין אותו;	לכל בריה יש שם
מים קשים – עבים סובלים אותו;	שנתן לה הים
עבים קשים – רוח מפזרתו;	ונתן לה מותה
רוח קשה – גוף סובלו;	(מארשה פאלק, עיבוד לשירה של זלדה).
גוף קשה – פחד שוברו;	"דיבורי התפילה אינם כדי שהבורא יוכל לשמוע, אלא כדי לפנות בכך מקום שתוכל בו לקבל" (ליקוטי מוהר"ן, ל"ד, ג')
פחד קשה – יין מפיוגו;	
יין קשה – שינה מפכחתו.	צידיק הדין – בנוסח המסורתי או בנוסח המוצע להלן:
ומיתה קשה מכולם	ברוך אתה ה' אלוהינו מלך העולם, יוצר אור ובורא חושך, אשר ברגע החשיך את חיי וברגע פקח את עיניי. הריני עומדת כאן היום למול ערפל קיומך, ומודה על הרעה כמו על הטובה. הריני מבכה את החיים שעוד לא התחילו, ומברכת על שורשי אשר לא נגדעו, והלוואי שיישאו עוד פרי. (רינת צפניה שוורץ). ³
(בבלי בבא בתרא, י' ע"א).	אמירת קדיש
קריעה:	קריאת "אל מלא רחמים" בנוסח המסורתי או בנוסח שלהלן:
קורעים קריעה בבגדי האבלים ואומרים: "אשא למרום את עיני, נפרצה מחיצת העבים, פנים אל פנים אדבר עם השמים הנאווים" (ביאליק). ²	אל רחמיך אותו/אותה אסוף, פרוש עליו/ה כנפיך וחבקנו/ה.
אלוהי, הבוקר אחז אותי הפחד.	המצא לו/ה מסתור באהלך לעולמים, וינוח/ותנוח בחיקך.
אנא, הענק לי סבלנות.	במעלות אנוש נשמור דמותו/ה, כזוהר ברקיענו.
כשפחדי גואים, נסוך בי אמונה.	את נשמתו/ה
בהטילי ספק בעצמי, הקנה לי בטחון.	צרור בצרור חיינו,
ביאושי נסוך בי תקווה.	זכרו/ה
כשאיני רואה דבר נכוחה,	הוא נחלתנו
הראה לי את הדרך חזרה לאהבה,	(תמר דובדבני ודליה מרקס).
חזרה לתקווה,	
חזרה אליך, אמן	
(ג'נין ווסברג).	
קריאה בשם לתינוק שנולד ללא רוח חיים:	
מכריזים – זה התינוק ייקרא/זו התינוקת תיקרא פלוני/ת בן/בת פלוני/ת ופלוני/ת (שמות ההורים).	

נשיאת דברים מפי ההורים או קרובים.

מנחה: "יתכן שהכוח אשר נתן לך הבורא היום, יעזור להתגבר על מה שהיה בלתי אפשרי אתמול; נסה שוב" (רבי נחמן).

ברכת הגומל; האם מברכת כלאחר כל לידה: ברוך אתה ה' אלהינו מלך העולם, הגומל לחייבים טובות, שגמלני כל טוב.

לחילופין: "אמר רב מתנא: אותו היום שניתנו הרוגי ביתר לקבורה, תקנו ביבנה 'הטוב והמטיב', 'הטוב' – שלא הסריחו, 'והמטיב' – שניתנו לקבורה" (בבלי ברכות, מ"ח ע"ב).

ההורים מברכים: ברוך אתה ה' אלהינו מלך העולם, הטוב והמטיב.

תפילה לאחר אובדן הריון; האם קוראת:

בְּהַתְּעַשֹּׁף עָלַי נִפְשִׁי אֶת ה' זִכְרָתִי וְתִבּוֹא אֵלַי תְּפִלָּתִי אֶל הַיָּכֵל קִדְשֶׁךָ.

חַנּוּנִי ה' כִּי צַר לִי, עֲשֵׂשָׁה בְּכַעַס עֵינַי, נִפְשִׁי וּבִטְנִי, הֵייתִי כְּכֹלִי אֶבֶד.

בַּיּוֹם _____ בְּשָׁבָת, בְּחֹדֶשׁ _____ שָׁנַת _____ לְבְרִיאַת הָעוֹלָם (בְּחֹדֶשׁ _____ שָׁנַת _____ לְסִפְיָהָ) הִחַזְרָתִי לִיְדִידָה הִנָּאֻמְנוֹת אֶת נֶצֶן הַחַיִּים אֲשֶׁר הִפְקַדְתָּ בִּי לְזִמְן כֹּה קָצֵר. עוֹבֵר זֶה יָכוֹל הָיָה לְהִיּוֹת יְלָדִי [בְּכוֹרִי], וְאַנִּי אֶבְלָה וּבוֹכָיָה עַל עֲזִיבָתוֹ אֶת גּוֹפִי הַמִּגֵּן לְאַחַר __ שְׁבוּעוֹת בְּלֶבֶד.

רְצִיתִי לְהִיּוֹת לוֹ לְאִם, לְקַיֵּם בּוֹ אֶת דְּבָרֶיךָ: כִּי יִצְפְּנִנִי בְּסִפָּה בַּיּוֹם רָעָה, יִסְתִּירֵנִי בְּסִתֵּר אֲהָלוֹ. אַךְ הוּא לֹא יָגוּר בְּאֲהָלֵי עוֹלָמִים וְלֹא יִחְסֶה בְּסִתֵּר כְּנָפִי.

אֱלֹהֵי, אֶתָּה יִדְעָתָ עַת לָדַת יַעֲלִי־סֵלַע, וְאַתָּה תִּשְׁמַר חַלָּל אֵילוֹת, אֲבָל אוֹתִי לֹא שְׁמַרְתָּ וְעוֹבְרִי כְּצִיץ יִצָּא וַיִּמָּל,

וַיִּבְרַח כַּצֵּל, וְלֹא יַעֲמוּד וַתִּתְּעַשֹּׁף עָלַי רוּחִי, בְּתוֹכִי יִשְׁתוּמֵם לִבִּי, בְּשָׂרִי עָלַי יִכָּאֵב וְנִפְשִׁי עָלַי תִּתְאַבֵּל.

מֵה שְׁיָכוֹל הָיָה לְהִיּוֹת שְׁמִיחָה וְאוֹשֵׁר הַפֶּךְ לְעֶצֶב וְאוֹבֶדן.

שְׁבַת מְשׁוֹשׁ לִבְנוֹ, נִהַפֶּה לְאַבֵּל מְחולָנוּ.

וְאַנִּי בְּאַבְלֵי מְקִימַת דְּבָרֶיךָ:

הוֹרִידִי כְּנַחַל דְּמָעָה יוֹמָם וְלַיְלָה

אֶל־תִּתְּנִי פּוֹגַת לָךְ אֶל תִּדָם בְּתַעֲיִנָּה,

שְׁפָכִי כַּמִּים לִבֶּךָ נִכַּח פְּנֵי אֲדָנִי

שְׂאִי אֶלְיוֹ כַּפֶּיךָ עַל נַפְשִׁי עוֹלָלִיךָ.

ה' שְׁמַע תְּפִלָּתִי הֶאָזִינָה אֶל תַּחֲנוּנַי, בְּאַמְנָתֶךָ עֲנֵנִי בְּצִדְקָתֶךָ.

פִּרְשִׁתִּי יָדַי אֵלַיךָ נִפְשִׁי כְּאַרְץ עֲיִפָּה לָךְ סֵלָה.

מֵהָר עֲנֵנִי ה' כְּלָתָה רוּחִי אֶל תִּסְתֵּר פְּנֶיךָ מִמֶּנִּי.

הִשְׁמִיעֵנִי בִּבְקָר חֲסִדָּה כִּי בָךְ בְּטַחֲתִי

הוֹדִיעֵנִי דְרָךְ זוֹ אֵלֶיךָ כִּי אֵלַיךָ נִשְׁאַתִּי נִפְשִׁי.

לְמַעַן שְׁמַךְ ה' תַּחֲנִינִי בְּצִדְקָתֶךָ תוֹצִיא מִצָּרָה נִפְשִׁי.

בְּצַעַר רַב וּבְכָאֵב גָּדוֹל אֲנִי מְקַבֵּלַת אֶת גְּזֻרָתֶךָ

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מְלֹךְ הָעוֹלָם דִּין הָאֱמֶת.

פוֹעֵל אֱמֶת שֶׁפָּעֲלָתוֹ אֱמֶת,

לְלִבְנָה אֲמֶרֶת שֶׁתִּתְחַדֵּשׁ,

עֲטֹרַת תְּפָאֲרַת לַעֲמוּסֵי כְטוֹן,

וְלֵנוּ הַבְּטַחַת שְׁאֲנוּ עֲתִידִים לְהִתְחַדֵּשׁ כְּמוֹתָהּ.

לְמַדְנִי לַעֲשׂוֹת רְצוֹנָךְ כִּי־אַתָּה אֱלֹהֵי,

רוּחֶךָ טוֹבָה תִּנְחַנְנִי בְּאַרְץ מִישׁוֹר,

וַיְקוּיֵם בִּי הַכְּתוּב: "הוֹרְעִים בְּדַמְעָה בְּרָנָה יִקְצְרוּ".

אֲזוּ יִמָּלֵא שְׁחָק פִּי וּלְשׁוֹנִי רִנָּה.

בְּרוּךְ אַתָּה ה' שׁוֹמֵעַ תְּפִלָּה

(תמר דובדבני).

לסיום:

אפשר לשיר כאן את מזמור תהילים קכ"א: "שִׁיר לְמַעְלוֹת אֲשָׁא עֵינַי אֶל הַהָרִים מֵאֵין יָבֵא עֲזָרִי", או שיר אחר המאפשר לקהילה להצטרף יחד: "עֲזִי וְזִמְרַת יְהוָה וַיְהִי לִי לִישׁוּעָה"(תהילים קי"ח, י"ד); "כל העולם כולו גשר צר מאוד, והעיקר לא לפחד כלל" (רבי נחמן).

^[1] הטקס נכתב כעבודה במסגרת התוכנית הישראלית לרבנות, היברו יוניון קולג', ירושלים. הוא קוצר ועובד לגיליון זה בידי העורכים

^[2] הצעות נוספות לאמירות המלוות או מחליפות את הקריעה ראו ברבי־שיח של רבני מר"מ, בגיליון זה, בעמ' 39.

^[3] להצעה נוספת לצידוק הדין, ראו במאמרו של דוד שפרבר בגליון זה בעמ' 46.

תרומת חלב כאקט של אבולות תרפויטית אחרי לידה שקטה' איילת אורג

"להמשיך לייצר חלב גם אחרי שהתינוק שלי מת, היה לעסוק ביצירה אחרי כל המוות הזה", אמרה אליסון פרץ.² פרץ שילדה את בנה החמישי בלידה שקטה, גילתה להפתעתה מזור גדול בבחירה להעניק לאחרים את החלב שיועד לבנה, על אף שהדבר אינו מקובל או מדובר כל כך. אכן, המודעות לאובדן הריון ולידות שקטות הולכת וגדלה, כמו גם ההבנה כי להתמודדות עם האובדן הייחודי הזה ישנם מופעים שונים. אחד מהם הוא תרומת חלב האם שהגוף ייצר עבור התינוק שאינו עוד, ומתברר שיש לכך ערך משמעותי בהחלמה הנפשית של אימהות רבות, בנוסף לצורך הפרקטי להתמודד עם החלב שגוף האם, שעדיין אינו "יודע" שאין תינוק, מייצר.

ואולם, אנשים רבים נרתעים לקבל חלב שהיה מיועד לתינוק שנפטר, אולי הוא נושא "מזל רע" או ש"נדבק" בו הצער. מפתיע שכשמדובר בתרומה של איבר מן המת ההודיה היא גדולה, ואין תחושת "עין הרע" כמו שיש מחלב שממילא מתעכל ויוצא מהגוף. פער זה מוכיח עד כמה חלב אם הוא נושא רגשי וסמלי עבורנו.

בעבר חקרתי אימהות אמריקניות ואוסטרליות שעברו לידה שקטה, והחליטו לא לייבש את החלב אלא לתרום אותו. מראיונות עם האימהות עלה שתרומת החלב תרמה לשיקום הזהות הנשית והאימהית שלהן. רבות חלקו תחושה משותפת של אשמה על כך שלא הצליחו להציל את תינוקן: "מעולם בחיי לא הרגשתי כל כך חסרת אונים. לא הייתי מסוגלת לעשות כלום למען הילד שלי. הרגשתי שאכזבתי אותו" סיפרה אחת האימהות. לצד זאת, נדמה כי חלקן מצאו תיקון באפשרות להזין תינוקות אחרים בחלב שיועד עבור תינוקן: "אם להיות כנה, היה בי חלק שעשה את זה רק מפני שבאמת לא ידעתי מה עוד אני יכולה לעשות. הייתי אם טרייה, וזה מה שאימהות עושות, לא? אני יודעת שהחלב שתרמתי היה ברכה עבור אחרים, אבל החלק האנוכי שבי רק רצה לאחוז בתינוק שלי", שיתפה אמא אחרת. היא הוסיפה: "לא רציתי למסור הלאה את החלב שלי, אבל הפעולה הקטנה הזאת עזרה לי להרגיש

שאני פשוט עוד אמא שעושה מה שאימהות טריות עושות – מאכילות".

אימהות מסוימות החזיקו בתפיסה כי החלב הוא המורשת של התינוק והוא נתרם בזכות הנדיבות שלו, כאילו במותו ציווה חיים לתינוקות אחרים. בין הראיונות שערכתי בולטת במיוחד אמי אנדרסון, אמו של ברייסון שנולד בלידה שקטה, ושל תינוקות נוספים שלא שרדו: "בייאוש החלטתי לשאוב קצת כדי להקל את הגודש, ואז הבליח בי רגע של הארה, ששינה את הפרספקטיבה שלי לעד", היא חשפה בפני. "פתאום הבנתי שעדיין יש לי מטרה כאמא שלו. חייזו יכלו להיטיב אינספור חיים אחרים עם המתנה יקרת הערך שהוא העניק – החלב שלו".

ברייסון נולד בשבוע העשרים להריון, שבו ייצור החלב בדרך כלל מועט, ויש צורך בנקיטת פעולה אקטיבית כדי להגביר את כמותו. אנדרסון שאבה במשך שמונה חודשים ותרמה, כמו ברוב המקרים, לבנק חלב־אם. יש נשים שתורמות את החלב בתוך הקהילה כשוהות התורמת והנתרם ידועים, אבל רוב החלב של אימהות אבולות נתרם לבנקי חלב־אם, ומשם נשלח לפגיות עבור תינוקות פגים וחולים. בכמה מבנקי החלב בארצות הברית קיים קיר שמציין לא רק את שם התורמת, בדומה לבנק בארץ, אלא גם את שם התינוק המת. בבנק החלב הישראלי אין קיר זיכרון, אבל הוא מגלה רגישות גדולה בהתנהלות עם תורמות אבילות; בעוד שמאימהות תורמות ייאספו תרומות רק כאשר החלב מצטבר ל־3 עד־4 ליטר, מאם שתינוקה נפטר תיאסף כל כמות חלב שהיא יכולה למסור.

לשאיבה – פעולה חוזרת והכרחית להמשך ייצור החלב – נוסף גם ממד טקסי; אימהות אבילות תיארו כי מבחינתן השאיבה הוקדשה לייצור משהו חי, לצד רגעים של התייחדות במחשבה על התינוק המת. ריטואל השאיבה לא רק תרם להעצמה הרגשית ולשיקום תחושת הכישלון וחוסר האונים, אלא גם לבריאותן הפיזית, מאחר שהשאיבה חייבה אותן להקפיד על תזונה טובה, הימנעות מאלכוהול

ומנוחה. כך, במעין מעגל שנסגר, שאיבה שהחלה כפעולה פיזית להקלת גודש וכאבים, הפכה לאט לאט לשיקום נפשי וגופני.

השאיבות לתרומת חלב נמשכות בין ימים לשבועות, וסוף התקופה הזו – גם הוא בסימן של פרידה; פרידה מהקשר הפיזי, מהתינוק המת, אבל ממקום של עוצמה. את סיום תקופת השאיבה והתרומה נהוג לציין בבנקים שמתעדים את שם התינוק המת בטקס זיכרון צנוע. אימהות ציינו את החשיבות של טקס כזה כפעולה של נראות ולגיטימציה לאבלן.

בברזיל ואוסטרליה פורסמו לאחרונה מחקרים ופרוטוקולים לצוותים הרפואיים, ובהם הנחיות איך לגשת לאישה אחרי לידה שקטה תוך הדגשת האפשרות שיש בידה לתרום את החלב שבשדיה, ואף עידודה לכך. בבריטניה, העבודה על ניסוח פרוטוקול נמצאת בעיצומה. כנראה ייקח עוד זמן מה עד שנוהל מסוג זה ישתרש באופן רשמי בארץ, וסביר להניח שכמו במהפכות רבות, הדרישה תגיע מלמטה. "החווייה של תרומת החלב של נח היתה מרפאת להפליא", מסכמת אחת האימהות במחקרי. "ראיתי את השדיים שלי מייצרים הזנה לחיים [...] זה היה כאילו השדיים שלי בוכים יחד עם הלב שלי".

לאור האמור ניתן להציע תרומת חלב אם כדרך המעניקה משמעות לאם האבלה, ומסייעת בעיבוד האבל, בנוסף או כתחליף לטקסים מסורתיים או דתיים.

לתמרה

בידוד רינה לבנון

פֿאַלו קפֿלֿנו אוֹתוֹ כְּמוֹ נִיר, וְאַז גַּזְרְנוּ בְּמִסְפָּרִים וְהַפְכְּנוּ בְּלִפִּי חוּץ

הַבִּית שְׁלֵנוּ פֿתוּחַ אֶל הָעוֹלָם

וְאַנִּי הוֹלֶכֶת מִחֶדֶר לְחֶדֶר וְסוֹגֶרֶת אֶת הַתָּרִיסִים.

מַעֲבֵר לְקִירוֹת הַזְכוּכִית הָרִים, שְׂדֵה, פֿסְגָּה מְשֻׁלָּגֶת

צָרִיף לְקֶרֶא לָזֶה בְּשֵׁם: יוֹפִי, אָפוּף בְּיוֹפִי

אִם לְכָל הַיּוֹפִי הַזֶּה הִנֵּה קוֹל, הִיִּיתֶן שָׂרוֹת אוֹתוֹ בְּקוֹלוֹת דְּקִיקִים

תַּחֲתֵיהֶם מְפֹל עֶמֶק שֶׁל קוֹלוֹת עֲבִים

מִהֶדֶד תַּחַת פַּעֲמוֹן הַזְכוּכִית.

אוֹלֵי נוֹכַל לְקַפֵּל עֲצָמָנוּ בַּחֲזָרָה וּלְהִדְבִּיק

שְׁנֵהֶיָּה סְגוּרִים קֶצֶת

אוֹלֵי נוֹכַל לְכַנֵּס אֶת קְצוֹתֵינוּ פְּנִימָה

לְהַרְפִּיז רְאשֵׁינוּ, לְהִנָּיֵחַ יָדִים עַל עֵינַיִם

זְרוּעוֹת סְבִיב הַבְּרָכִים

סְטוֹפ פְּדוּר הָאָרֶץ.

שְׁתֵּי יְלָדוֹת מְשַׁחֲקוֹת עַל הַשְּׂטִיטִם הַצָּהָב

בִּינֵיהֶן מִנָּח הָעוֹלָם.

כָּל הַעֲדִינּוֹת, וְכָל קִלוֹת הַדַּעַת

הַשׁוֹכְבוֹת, הַרְשָׁעוֹת וְהַחֲמָלָה

נִתְמַכּוֹת בְּאַרְבַּע יָדִים הוֹלְכוֹת וְגִדְלוֹת

חֲכָמוֹת לֵב, נוֹצְצוֹת עֵינַיִם

יוֹדָעוֹת אֶת הָאֻמַּת וּמִיד שׁוֹכְחוֹת אוֹתָהּ.

וּבְלֵב כָּל זֶה פּוֹעֵם הַזְּמָן.

בְּלִילָה קְרֹאת לִי וְשֹׁאֵלֶת: "אֲנִי אֶרְאֶה אוֹתָךְ אַחֲרֵי שְׁנָמוֹת?"

"אֲנִי לֹא יוֹדַעַת", עֲנִיתִי. "אֲנִי רַק יוֹדַעַת שְׁאֲנִי רוֹאָה אוֹתָךְ עַכְשָׁו".

^[1] איילת אורג היא מרצה בביה"ס לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר אילן. דבריה של אורג עובדו על ידי עורכי הגליון מתוך: עינת טלמון, "תינוקן מת, אבל הן בחרו להמשיך לייצר חלב אם עבור תינוקות אחרים", הארץ, 20 באוקטובר, 2022.

^[2] שם.

שער שלישי

"בַּעֲטֹף לְבִי": לנוכח פני המוות



שוקי פריימן וראובן שחר, **בין גן עדן לגיהנום**, 2017.
פליז מצופה בכסף. צילום: אלעד ברמי
נר נשמה המתכווץ לשני צורות; אחת שלמה והשנייה מפורקת.

לנעמה שפירא

22 במאי, 1942-21 במאי, 2016¹

אורית נוימאיר פוטשניק

נָשִׁים שְׁאִינָן רְשׁוּמוֹת עוֹמְדוֹת עַל הַקֶּבֶר.
נָשִׁים שְׁאִינָן רְשׁוּמוֹת שְׁרוֹת בְּקוֹלוֹת מְלוּחִים
וְקוֹרִים עֲדִינִים וְשְׁקוּפִים נִמְשָׁכִים וְהוֹלָכִים
מִתּוֹכָן וּסְבִיבָן אֶל הָאָרֶץ כְּלָה וּמַעֲבָר.

נָשִׁים שְׁאִינָן רְשׁוּמוֹת שְׁרוֹת לֶךְ עֶכְשָׁו.
לֹא נֶרֶשֶׁם בְּמֶרֶשֶׁם אֶכְלוּסִין שֶׁהָיוּ אֶחָיוּתִיָּה.
לֹא נֶרֶשֶׁם אִיד נִחְמָת וְעֶרְסֶלֶת וְהָיוּ לְבִגְנוּתִיָּה.
לֹא הָיָה שָׁם בֵּית אָב וְלֹכֵן לֹא נֶרֶשֶׁם, לֹא נִכְתָּב,

אִיד הָיִית אֶהוּבָה וְנִחְשָׁקֶת וְאִם וְאָחוֹת,
אִיד נְטוּוֹת מְקוֹרִים עֲדִינִים וְשְׁקוּפִים מְשֻׁפָּחוֹת.
מְקוֹרִים עֲדִינִים וְשְׁקוּפִים, אִיתָנִים כְּמִנְעַע

הָעֲדִין שֶׁל גֵּדֵף הָאוֹחֶזֶת, מִהֶם נֶאֱרָגָה
עֲרִיסָה הַמְשֻׁלַּחַת עֶכְשָׁו בְּעֵינֵי לַחֹת.

השיר מוקדש בגעגועים גדולים לנעמה שפירא זצ"ל, שהיתה לי אם מאמצת. בתודה עמוקה לאורית על שהצליחה לתאר נאמנה את חייה ואת מותה – זיוה אופק.



שרי סרולוביץ', **חופת אבן**, 2021.
אריג רקום ואבני ירושלים
חופת האבן של סרולוביץ' משובצת אבנים כאותן המונחות על מקום הקבורה ומזמינות התקבצות של אבל, אוקסימורון להתקבצות סביב זוג בחופתו.

1 פורסם לראשונה בתוך: אורית נוימאיר פוטשניק, **עינה של האורקל**, חיפה: פרדס, 2019, עמ' 35.

"מחיה המתים" או "מחיה הכול"? היחס למוות בליטורגיה הרפורמית' יהודיע עמיר

מראשיתה הייתה הרפורמה לכוח היוצר הליטורגי השופע ביותר בעם ישראל. היא פיתחה נוסחים חדשים לתפילות קיימות, ניסחה תפילות חדשות, גיבשה סידורי תפילה ומחזורים חדשים לבקרים, והציעה טקסטים מלווים העוטפים את התפילה. אכן, הסוגה העיקרית שממנה אפשר לשאוב תשובה על שאלת היחס הממשי לקץ החיים ברפורמה, היא התפילה.

את היחס למוות אפשר למצות מהסידורים הרפורמיים בשתי דרכים. האחת, באמצעות בחינת השינויים הנערכים בלשון התפילה בכל הנוגע לשאלות הקשורות במוות: ההתייחסות לתחיית המתים, שינויָם או השארתם של היגדים על הנשמה השבה אל הגוף בימות המשיח או לעת הבוקר, נוסחי "אל מלא רחמים", וכמובן הקדיש; האחרת, התבוננות בקטעי הפתיחה/כוונה הרבים הפוזורים בסידור. הללו מעניקים ביטוי־מישרין לאורח שבו מבקשים בעלי הסידור שקהלם יתמודד מבחינה עיונית עם המוות, וישזור את האבל על המתים במחויבותו הדתית הכוללת.

עד לאחרונה הייתה ההתרחקות מהאמונה בתחיית המתים ומביטוייה הליטורגיים סימן היכר מובהק של כל סידורי התפילה הרפורמיים. כך שינה סידור ה**עבודה שבלב** הישראלי באורח אופייני את ברכת "גבורות" שבתפילת העמידה, והציב במקום הנוסח "מחיה המתים" את הנוסח "מחיה הכל". הברכה "המחזיר נשמות לפגרים מתים", הנאמרת סמוך לברכות השחר בשחרית, שונתה ל"אשר בידו נפש כל חי ורוח כל בשר איש". בפיוטו של רבי דניאל בן יהודה הדיין, "יגדל" – בעקבות שלושה עשר עיקרי האמונה של הרמב"ם – תוקנה בין היתר שורת הסיום, ובמקום שייאמר בה שבחסדו כי רב "מתים יחיה אל", נאמר "חיים מכלכל אל". הוא הדין – אם גם בניסוחים שונים מעט לעיתים – בסידורים הרפורמיים בתפוצות השונות.

כשנים האחרונות ניכרת מגמה של שיבה חלקית להתייחסות לתחיית המתים, תוך הבנתה באופן מטפורי

או פסיכולוגי כתחיית חלקיה המתים של הנפש/נשמה. כך, סידור **משכן תפילה** הצפון אמריקני, הנוהג כיום, מציע למתפללת ולמתפלל לבחור בברכת "גבורות" בין שתי חלופות, זו המסורתית וזו הרפורמית הקלסית. שתי אלה נתפסות אפוא כאפשריות במגוון הדרכים הרפורמיות. בדרך דומה הלכו גם עורכות **תפילת האדם**, הסידור הרפורמי הישראלי החדש. לעומת זאת **סדר התפילות** הבריטי, ובעקבותיו זה הגרמני, ביטלו כליל את תיקון הנוסח הרפורמי הזה, בנוקטם את הנוסח המסורתי "מחיה המתים". בסידור הבריטי הוא מתורגם ל־"who renews life beyond death"; בגרמני: "השולח חיים נוכח [angesichts] המוות".

תמונה משמעותית עוד יותר מעניקים קטעי הפתיחה לקדיש האבלים, המופיעים בסידורים השונים. אפתח בתפילה שנהגה בבית כנסת רפורמי אחד, טמפל לִיאוו בק בלוס אנג'לס, וחוברת על ידי מי שהיה במשך עשרות שנים רב הקהילה (עד 2003), הרב סנדי (שמואל) רייגנס:

לו אף יָכֵלוּ אֶהוּבֵינוּ וְאַלְהָ שְׁאֲנוּ כַּה זְקוּקִים לָהֶם – לְהִיּוֹת עִמָּנוּ לְעַד. אוּלָם לְמִרוֹת כְּמִיָּהֲתָנוּ הָעוֹזָה, אִי אֶפְשָׁר שְׂכַף יִהְיֶה. מִדּוּעַ – אֵינָנוּ יוֹדְעִים, לְעוֹלָם לֹא גִדַּע. וְהוּוּ הַמִּסְתוֹרִין הַגָּדוֹל שֶׁל הַחַיִּים. כָּל שְׂבָיָדֵינוּ לְעִשׂוֹת הוּא לְהוֹקִיר אֶת אֶהוּבֵינוּ, עַד לְבּוֹא הָרִנֵּעַ. הָרִנֵּעַ שְׁאִין מְנוּס מְבוֹאוּ, שְׂבוּ הֵם גְּלֻקָּהִים מְעֻמָּנוּ. וְאוּ – מִטָּל עֲלֵינוּ, כָּעַל כָּל הַדּוֹרוֹת שְׁחָלְפוּ, לְכַכּוֹת אֶת אֲלֹהָ שְׁאֶבְדּוּ לָנוּ וּלְהַמְשִׁיךְ בְּחַיֵּינוּ. וּבַעֲשׂוֹתָנוּ זֹאת, נִמְצָא סַעַד בְּיָדֵיֶּעָה שְׁמַשְׁהוּ מִיִּשׁוּתָם נוֹתֵר, מַשְׁהוּ נִשָּׂא עִמָּנוּ כָּל עוֹד נִשְׁמַת חַיִּים בְּאַפִּינוּ. וּמֵתוּךְ כִּף אָנוּ שְׂבִים וּמוֹצָאִים כַּח וְאַמִּץ, נִחְמָה וְתִקְנָה.²

המוות ההכרחי המסיים כל חיים, מוצג כאן כמסתורין שמוטל עלינו לחיות עמו. ההתמודדות עמו מתמצה בנצירת זיכרונם של אלה שנלקחו מאיתנו. המטלה הגדולה שלפתחנו היא האחיוז בחיים ומציאת נחמה ותקווה בתוך האבל. בסידור **שערי תפילה** (Gates of Prayer)

הצפון אמריקני משנת 1975 – הסידור ששימש בקהילות הרפורמיות בארצות הברית ובקנדה עד הופעתו של **משכן תפילה** – מופיעים כמה קטעי קריאה חלופיים לפני קריאת קדיש האבלים. אחד מהם, המופיע שני בסדר הקטעים, מכונה "Facing Death", ויש בו כדי ללמד רבות על היחס למוות ולזיכרון המתים:

הָעִיּוֹן בְּמִנּוֹת אָמור לְנִטֵּעַ בְּנִשְׁמָה הַתַּעֲלוּת וְשִׁלְוָה. מַעַל לְכָל, הוּא אָמור לְגֵרֶם לָנוּ לְרֵאוֹת דְּבָרִים בְּאוֹרָם הָאֱמָתִי. שְׁהִרִי כָּל הַנֶּרָאָה בְּאוֹרוֹ שֶׁל הַמָּוֶת כְּבִטָּל, אֵינּוּ כְּשֶׁלְעֲצָמוּ אֲלֹא דְבָרִים בְּטָלִים [...]. לְכַטַּח, כְּשֶׁהַמָּוֶת קָרַב אָנוּ אָמורים לְשֹׁאף לוֹמַר: "תִּרְמָתִי אֶת הַגִּרְגִיר שְׁלִי לְאוֹצְרוֹ הַגָּדוֹל שֶׁל הַנֶּצְחִי. נִשְׁאֲתִי אֶת חֲלָקִי בְּמֶאֱבֵק לְמַעַן הַטּוֹב". וְאַל יִנְיָחוּ שׁוּם אִישָׁה אוּ אִישׁ שְׁאֵף מַעֲשֵׂה הַחֶסֶד הַקָּטָן בְּיוֹתֵר הוּא חֶסֶר מִשְׁמַעוֹת לַחֲבֵרָה בְּכָלְלָהּ. כָּל הָעוֹזָרָה שֶׁהַגִּשְׁנוּ, זַעֲרָה כָּכָל שְׁתָּהָא, נַחוּצָה הִיא; וְאֵף שֶׁלֹּא גִדַּע כִּיצַד, נֶאֱסָף פְּרִיּוֹ שֶׁל כָּל שְׂרוֹת נְאָמָן.

האמירה המובעת בדברים אלה דינקטית במובהק. המוות אינו משמש בטקסט זה אלא מרָאָה המציבה את הפרופורציה האמיתית של חיינו על המורדות והמעלות שבהם. הטקסט עוסק בחיים, ובהם בלבד. נוכח הידיעה בדבר עוצמת המוות אנו נקראים להעניק משמעות לחיינו ולדבוק בעשייה המוסרית, הנושקת לנצח.

כיוון שונה בתכלית מובע בפתיחה אחרת המופיעה באותו קובץ פתיחות לקדיש, שעניינה התמודדות ישירה עם שאלת הנצח:

אוּר הַחַיִּים הוּא שְׁלֵהֶבֶת סוּפִית. כְּמוֹ גֵּרוֹת הַשִּׁבָּת, הַחַיִּים נִצָּתִים, לוֹהֶבִים, מְאִירִים; הֵם קוֹרְנִים בָּחֶם וּבִיפִי. אִי לֹא יִרְחַק הַיּוֹם שְׂבוּ תִכְסֶּה הַלְהֶכָה. הַשֶּׁמֶן לְמֵאוֹר אֶכֶּל וְאֵינָנוּ עוֹד [...] וּבְכָל זֹאת אֵינָנוּ מְתִיאֲשִׁים, שְׁהִרִי אָנוּ יוֹתֵר מוֹכְרוֹן הַנְּמוּג לְאִטּוֹ אֶל הַחֲשֻׁכָה. בְּחַיֵּינוּ אָנוּ נוֹתְנִים חַיִּים. מַשְׁהוּ בָּנוּ אֵינּוּ יָכוֹל לְמוֹת לְעוֹלָם: אָנוּ נָעִים בְּמַעֲגַל הַנֶּצְחִי שֶׁל חֲשֻׁכָה וּמָוֶת, אוּר וְחַיִּים.

טקסט זה מנכיח בבירור לאבלים ולקהל המתפלל כולו ממד של נצח, שבטקסט הקודם נרמז בלבד. אבל גם ממד זה אינו מצוי מעבר לחיים, אלא בתוכם. המתים הם כנרות שכבו, ואילו הנצח מעוגן בנתינת החיים בידי אלה שנרם עדיין דולק. אף שעניינה של נתינה זו אינו מוגדר עד תום, קל לראות כאן את השפעת התבנית המקראית המזהה "לעולם" עם "לדור ודור" – נצח עם הולדה ונתינת חיים. רק בזכות נתינת חיים זו, בין אם היא תתפרש כהולדת הדור הבא ובין כמעשים מרבי חיים ואור שאדם עשוי לעשות בחייו, בכוחנו לגבור על הייאוש ולהיות יותר

מזיכרון ההולך ונמוג כבר בחיינו.

בשנות התשעים של המאה הקודמת הלכה טרמינולוגיה זו והשתנתה, ונפתחו למתפללים הרפורמים דרכים להבעת אופקי אמונה חדשים. אמונות מסורתיות שנדחו לחלוטין שבו ומצאו את מקומן בתפילה הרפורמית, גם אם בהיסוס ובוהירות רבה. כך למשל בסידור **סדר התפילות** הגרמני. הסידור מציע תפילה בלשון הגרמנית, האמורה להינשא טרם היציאה מבית האוננים ללוויה:

אַלֹהִים, לֶךְ הַחֶסֶד. הִיָּה עִמָּנוּ, הַנֶּאֱסָפִים בְּבֵית זֶה שְׁמָמָנוּ הֶלֶךְ אֶהוּבָנוּ אֶל חַיִּי הַנֶּצַח. אָנוּ זוֹכְרִים אֶת טוֹבוֹ. יְהֵא זָכְרוּ לְבִרְכָּה לָנוּ. תָּן בְּלִבָּנוּ לֹא לְשִׁכַּח שֶׁהַנִּשְׁמָה אֵינָה מְתָה לְעוֹלָם, וְשֹׁאֲדָם זֶה שְׁאֶהֱבָנוּ הֶלֶךְ אֶל מִשְׁכָּנוּ הַנֶּצְחִי. הוּא שְׂרוִי בְּמִשְׁכָּן שֶׁהַכֹּנֶת לְכָלָנוּ בָּעַת תַּתֵּם מְלֹאכֶתָנוּ וְיָבוֹא יוֹמָנוּ. פִּתַּח לוֹ שְׁעָרֵי חֶסֶד. הַכְּנִיסָהוּ אֶל הַשְּׁלוֹם הַנֶּצְחִי. בְּאוֹרָךְ אָנוּ רוֹאִים מַעֲבָר לְגִבּוּלוֹת הַמָּוֶת חַיִּים שְׁלֵעוֹלָם לֹא יִתָּמוּ. בֵּית זֶה נִבְנָה בְּיַדִּי אָדָם. יָבוֹא יוֹם וְנִבּוֹא בְּשַׁעְרָיו שֶׁל בֵּית שְׁשׁוּב לֹא נִצְטָרָךְ לְנִטֵּשׁ לְעוֹלָם, וּסְבִיבָנוּ תִשְׁרָה שְׂכִינָתָךְ. אָמֵן.

בעלי התפילה בוטחים בכך שהנשמה לא תיתם, ושהיא שרויה במקום שהוצע בידי האל עצמו. הם בוטחים לא פחות בכך שבבוא יומם ייכנסו גם הם אחת ולתמיד אל ה"בית" שתכונן שכנת האל. מילים אלה אינן שבות אמנם אל הניסוחים המסורתיים במלואם, אולם רוחן קרובה אליהם הרבה יותר מאשר אל הניסוחים הרפורמיים הקלאסיים. היא גם אינה מתמקדת ברגשות האֵבל, אלא מבקשת להעניק מבע דתי־אמוני למשמעה של סיטואציית האֵבל. ניכר היטב שחדר כאן רובד אמונה שבדורותיה הקודמים של הרפורמה נדחה לגמרי.

נוכחותם של המתים בחיינו מוצגת מזווית אחרת באחת הפתיחות לקדיש שמציע **משכן תפילה**. הפתיחה מתחילה בקושי שאנו חשים בהיקראנו לשיר את שירת האחדות נוכח אי־שלמות העולם, נוכח הליכתם מעמנו של אלה שיצקו מלאות בחיינו. ההתמודדות עם קושי זה מציבה את שאלת ערך החיים וזיכרון המתים:

אָנוּ מַעֲנִיקִים אֶת מֵרֵב הַכְּבוֹד לְמֵתֵינוּ כְּשְׁאָנוּ חַיִּים בְּמִלְאוֹת רַבָּה יוֹתֵר, גַּם תַּחַת צִלּוֹ שֶׁל אֶבְרָהָם. שְׁהִרִי חַיִּי כָּל אֶחָד מֵאֲתָנוּ שְׁקוּלִים כְּגִיד הָעוֹלָם כְּלוּ; בְּכָל אֶחָד נִתְּנָה נִשְׁמָתוֹ שֶׁל הָאֶחָד הַמְּקֻלָּט. בְּהִפְעִינוּ אֶת בְּטָחָתָנוּ בְּאֶחָד אָנוּ מְבִיעִים אֶת בְּטָחָתָנוּ בְּעָרְכוֹ שֶׁל כָּל מִי שְׁחַיִּיו, שֶׁהִגִּיעוּ עֲתָה אֶל קֶצֶם, קָרְבוּ אוֹתָנוּ אֶל מְקוֹר הַחַיִּים, שְׂבָאָדוֹתָו אֵין אָדָם מְצוִי לְבָדּוּ, וְכָל חֵי מוֹצָא אֶת תְּכָלִיתוֹ.

^[1] הדברים המובאים כאן מבוססים על חלק ממאמרי "לחיות עם זכרם של החיים שתמו: התמודדויות רפורמיות עם היחס למוות ולחיים", בתוך: אבינועם רוזנק (עורך), המוות והפילוסופיה של ההלכה, ירושלים: מכון ון ליר בירושלים והוצאת מאגנס, 2022, עמ' 323-358. המאמר עובד וקוצר לצורכי הגיליון בידי העורכים.

^[2] הכוונות, כאן ובהמשך, מופיעות במקור בלשון המדינה (אנגלית או גרמנית). התרגום שלי – י. ע.

נקודת המוצא להתמודדות שמבטאת פתיחה זו היא החיים ומלאותם, הציווי לא לשקוע יתר על המידה באבל ולהניח לו לחלוש על חיינו ולהאפיל על שמחתם. דברים אלה נראים על פניהם מבטאים גישה רפורמית קלאסית, דומה מאוד לזו המופיעה בפתיחות מדורות קודמים. אולם מבט מעמיק יראה שלא היא. בבואם לבסס את הציווי לדבוק בחיים ובשמחה, מגששים דברי תפילה אלה אל עבר המוחלט, שמעבר לחיי הפרט. דווקא בהקשר של ההתמודדות עם המוות ועם הסכנה שנכחו תישחק אחיזתנו בתודעת אחדות עולמו של האל, מצביעה התפילה אל עבר כיוונים שאין להגדירם אלא כטרנסצנדנטיים. היא מרמזת אל קביעת המשנה שמשמעות קיומה/איבודה של נפש אחת כקיום/איבוד "עולם מלא" (משנת סנהדרין, ד', ה'); היא קובעת שבכל אדם שרויה נשימתו של "האחד־המוחלט"; היא מקשרת את זכר המתים לאחיה האיתנה ב"אחד" ובהתקרבותנו אל "מקור החיים". היחס בין "האחד־המוחלט" לבין כל אדם ואדם מוצג כמושתת הן על המעשים המקרבים אותנו אליו והן על עובדת היסוד שיש בנו מ"נשימתו". בכל אלה מובעת בעדינות שכבה שמעבר למעשה המוסרי, לפרק־חיו של הפרט. יתרה מזאת, כל זה מובא בהקשר של ההתמודדות עם הסכנה שהמוות ישחק את אחיזתנו בתודעת אחדות עולמו של האל.

מציאות זו, אשר בה הרפורמה פותחת עצמה להתמודדות עם מערכי אמונה מסורתיים וחדלה מלהיות מזוהה עם רציונליזם דתי בלבד, מציבה בפני ההגות, הדרשה והליטורגיה הרפורמית אתגרים חדשים ומרחיקי לכת. בשנים הבאות נהיה עדים בוודאי למאמץ למצוא איזון חדש בין נאמנות נמשכת לתשתית הרפורמית, השמה דגש על האדם החי, על האוטונומיה של כל יחידה ויחיד ועל חשיבותו הדתית העליונה של המעשה המוסרי, לבין פתיחות גוברת לממדי קדושה ורוח שהרפורמה הקלסית מיהרה לדחות מעל פניה. בהקשר זה תעלה פעם אחר פעם שאלת ההתייחסות הנכונה למוות כאל גבולם של החיים, כאל השלמתם וכהודמנות לחוש בנגיעתם בשולי הנצח.



אבי בירן, **קום! קום!** 2017.

פליץ, פלדת אל חלד וציפוי ניקל

נר הנשמה של בירן מרמז לאמונה ב"תחיית המתים", ובאמצעות שילוב בין המילים "קום! קום!" לצורת קומקום, הוא עוסק בכאב לא מעובד.

"מתגעגע אני להפשיט את גופי":

הגסיסה כתהליך מודע אצל הבעש"ט ור' נחמן

רות גן קגן

בזכות תלמידיו הנאמנים של הבעש"ט, בזכות ר' נתן שהיה סופרו הנאמן של ר' נחמן מברסלב, ובזכות תרבות סיפורי הצדיקים בחסידות והוצאתם לאור בדפוס, זכינו לתיאור מפורט של תהליך מחלתם וגסיסתם של הסב ונינו. התלמידים לא מנסים ליפות את התהליך ולא מסתירים דבר. הם מספרים לנו על סבל המחלה בפרטי פרטים, על הקאת הדם השחפתית של ר' נחמן ועל ביקורים ב"בית הכבוד" (שירותים) שעורך הבעש"ט.

בימים שלפני המוות מצטופפים התלמידים, אנשי העיר, אנשי הסגולה הקרובים וחברי החברה קדישא קרוב לצדיק, כדי לשמוע ממנו דברים אחרונים (המשפחה לא מוזכרת באופן מיוחד). גם הבעש"ט וגם רבי נחמן מודעים למוות הקרוב, ומדברים עם סביבתם באופן ישיר בסגנונם המיוחד על מה שקורה בגופם באופן פיזי ובאופן רוחני. כשהוא כבר חולה מאוד, עובר ר' נחמן לבית חדש באומן. כשמבקר מאחל לו חיים ארוכים ומשבח את סגולותיו המבריאות של אויר הגן, מצביע ר' נחמן על גן בית החיים (בית הקברות) הנשקף מחלונו, ומספר לו שאל הגן הזה הוא שואף להגיע. הבעש"ט מדבר בנוכחות שמשו עם מלאך המוות, ושני הצדיקים משתפים עם הסובבים את התובנות שלהם על תהליך המוות, ומנחים אותם מה יעשו לאחר מותם. המחלה, הגסיסה והמוות אינם מוסתרים ואינם מודחקים, אלא מוארים באור התובנות של הצדיקים, הזוכים להקשבה עמוקה ולנראות מלאה בכל דרכיהם.

משפע הסיפורים ליקטתי חלק מן הדברים שתועדו מפייהם של הבעש"ט ושל ר' נחמן. כל אחד מהם הוא שיעור רוחני בפני עצמו, שכדאי להעמיק בו.

הסתלקותו של הבעש"ט'

בליל שבועות נאספו אנשי סגולתו לנעור כל הלילה כתקון האר"י ז"ל. ואמר לפניהם דברי תורה על ענין הסדר וענין מתן תורה. בבוקר שלח לאנשי סגולתו שיתאספו כולם וצווה לר' ליב קעסלר ועוד אחד שכחתי שמו שיתעסקו בקבורתו ולימד אותם על גופו. על כל אבר הראה להם סימנים – איך נפשו נשאלת ונפטרה מאבר זה ואח"כ מאבר

אחר, כדי שיבינו על החולים, כי הם היו מאנשי חברה קדישא.

וצווה שיכנסו מניין להתפלל עמו. וצווה שיתנו לו הסידור ואמר: "אשתעי [אדבר] עוד מעט עם השם יתברך".

וחזר המשרת ושמע שהבעש"ט אמר: "אני מוחל לך אותן שני שעות אל תענה אותי". אמר לו המשרת: "עם מי רום מעלתו מדבר?" אמר: "אין אתה רואה את מלאך המות שהיה תמיד בורח ממני? כדאמרי אינשי [כמו שאומרים בלשון משל] מגרשו למקום שגדלים פלפלין שחורים. ועכשיו שנתנו לו רשות עלי – נתרחבו כתפיו ושמחה גדולה עליו".

ואח"כ באו כל אנשי העיר לקבל פניו ביום טוב ואמר לפניהם דברי תורה ואח"כ בעת הסעודה צווה להמשרת שיתן דבש [משקה חריף] בצלוחית גדולה ונתן בקטנה. אמר: "אין שלטון ביום המוות" (קהלת ח', ח'), אפילו הגבאי אינו ציית אותי.

ואח"כ אמר: "עד כאן גמלתי עמכם חסד ועכשיו תגמלו עמי חסד".

גם אמר להם הסימן שכאשר יפטור יעמדו השני זייגערש [שעונים] ובבואו [מבית הכבוד] רחץ ידיו והזייגר גדול עמד, וסבבו אנשיו אותו שלא יראה עמידת הזייגר. אמר להם: "ידעתי שעמד הזייגר ואין אני דואג על עצמי, כי יודע אני בבירור שאצא מפתח זה ותיכף אכנס בפתח אחר".

וישב על מטתו וצוה שיעמדו סביב מטתו ואמר להם דברי תורה על עמוד שעולין מגן עדן תחתון לגן עדן עליון וכן בכל עולם ועולם האיך הוא בעולם של נשמות.

וצווה להם לאמר ויהי נועם ושכב וישב כמה פעמים וכיוון בכוונות עד שלא שמעו חיתוך אותיות, וצווה לכסות אותו בסדין והתחיל להודעזע ולחרוד כמו בתפילת שמונה עשרה ואח"כ נח מעט מעט וראו שעמד הזייגר הקטן. והמתינו עד בוש והניחו נוצה על חוטמו וראו שנפטר.

ור' ליב קעסלר ראה יציאת נשמתו כמו שלהבת מראה תכלת.

^[1] שבחי הבעש"ט, ר"ו.

הסתלקותו של רבי נחמן²

בְּאוֹמֵין קָדָם רֹאשֵׁי־הַשָּׁנָה הָאֲחֵרוֹן הָיָה מְסַפֵּר עִם אֲנָשִׁים שְׁלוֹ מַעֲנֵן הַסְתַּלְקוֹתוֹ, שֶׁכֶּכֶר הוּא אָצֵלוֹ שְׁלֹשׁ שָׁנִים אַחֵר הַסְתַּלְקוֹתוֹ כִּי מַעַת שָׁבָא עָלָיו הַחֹלְאֶת הוּא נֶחָשֵׁב בְּעֵינָיו שֶׁכֶּכֶר נִסְתַּלַּק מִן הָעוֹלָם, וְאָמַר שָׂאִינוּ יוֹדַע בְּאִיזָה וְכוּת הוּא חַי בְּנֶס כָּל שְׁלֹשׁ שָׁנִים אֵלּוֹ וְכו' אֹז סִפְרוּ אֲנָשָׁיו עִמּוֹ וְהָיוּ מִתְאַנְּחִים מְאֹד כִּי מַה נַּעֲשֶׂה וְעַל מִי יַעֲזֹב אוֹתָנוּ. וְהִשְׁיֵב: "רַק אַתֶּם תַּחֲזִיקוּ עֲצֻמְכֶם בְּיַחַד, אֲזַ תְּהִיוּ אֲנָשִׁים כְּשֶׁרִים. וְלֹא כְשֶׁרִים בְּלִבָּד אֵלֹא אֲפֹלוּ צְדִיקִים וְטוֹבִים תִּהְיוּ. כִּי הֵשֵׁם יִתְבַּרֵּךְ יַעֲזֹר לִי בְּיָדָאִי שְׂיִהְיֶה כִּרְצוֹנִי כַּאֲשֶׁר רְצִיתִי מִכֶּכֶר, כִּי בַּעֲזֹרַת הַשֵּׁם גַּמְרָתִי וְאֲגַמֵּר כִּרְצוֹנִי בְּיָדָאִי".

בְּרֹאשֵׁי־הַשָּׁנָה בָּעֵת שֶׁהִתְגַּבֵּר עָלָיו הַחֹלְאֶת מְאֹד עָנָה וְאָמַר לְהָאִישׁ שֶׁעָמַד לְפָנָיו אֹז: "הֲלֹא מִן הַמִּיתָה כֶּכֶר אֵין אֲנִי מִתְיָרָא כָּלֵל". וְתַפֵּס אֹז אִישׁ אֶחָד וְטַפַּח לוֹ בְּכַתְּפֹיו וְאָמַר לוֹ בְּזוֹ הַלְשׁוֹן: "אֲבִרְמִיל, מִיר הָאֵבָן זֶיךְ פֶּאֲרֵט עָפִיס גִּיטָאֵהֶן אוֹיף דַּעַר וְוַעלֵט" [אֲבִרְהֶם, מִכָּל מְקוֹם עֲשִׂינוּ מִשְׁהוּ בְּזָה הָעוֹלָם].

קָדָם הַסְתַּלְקוֹתוֹ, אָמַר שֶׁכֶּכֶר הוּא עוֹמֵד עַכְשָׁו עַל מַדְרָגָה כְּזוֹ שְׂאִי אֲפֹשֶׁר לְהַשִּׁיג יוֹתֵר בְּשׁוּם אִפֹּן כָּל זְמַן שֶׁמְלַבְּשִׁין בְּהַגּוּף. וְאָמַר שֶׁמִּתְגַּעֲגַע מְאֹד מְאֹד לְהַפְשִׁיט גּוּפוֹ, כִּי אִי אֲפֹשֶׁר לוֹ לַעֲמֹד עַל מַדְרָגָה אַחַת בְּשׁוּם אִפֹּן. כִּי כָּל יָמֵי חַיָּיו מַעוֹלָם לֹא עָמַד עַל מַדְרָגָה אַחַת, אֲפֹלוּ כְּשֶׁהֲגִיעַ לְאִיזָה מַדְרָגָה עֲלִיוֹנָה שְׂיִהְיֶה, אֲפֹלוּ לְתַכְלִית הַמַּעֲלָה, אַף עַל פִּי כֹן הָיָה מִחֻפֹּּשׁ יוֹתֵר, עַד שֶׁהֲגִיעַ לְמַדְרָגָה גְּבוּהָה יוֹתֵר וְיוֹתֵר [...] וְעַל כֵּן הָיָה מְכָרֵךְ לְהַסְתַּלַּק.

וְאָמַר בְּזוֹ הַלְשׁוֹן: "אִיךְ וּוְאֵלֵט שׁוִין גִּיגַעַרִין דָּאס הָעַמְדִּיל אוֹיס גִּיטָאָן. וְוֹאָרִין אִיךְ קָאן אוֹיף אֵיין מַדְרָגָה נִיט שְׂטִיין" [כֶּכֶר רְצִיתִי לְפִשׁוּט כְּתַנָּתִי מִפְּנֵי שְׂאִינִי יָכוֹל לַעֲמֹד עַל מַדְרִיגָה אַחַת].

"שכינה למעלה מראשותיו": ליווי רוחני על ערש דווי

בהשראת המקורות

עזרא אנדי

בתרבות הישראלית, המוות אינו חלק מהחיים אלא היפוכם. הוא קודר, "אחר", ואין לחקור בו. המוות הוא אבי אבות הטומאה, והעוסקים בו הינם מאגודות "חברה קדישא", לבושי שחורים ולרוב גם חסרי פנים עבור הישראלי הממוצע. הם לא מלווים את האדם טרם מותו, ואין עניינם בסעד רוחני לנפטר או למשפחתו. כרבנים ורבנות אנו נקראים לשליחות היקרה הזו, והמקורות שלנו שופעים בהשראה לכך. ברשימה קצרה זו אני מבקש לעמוד על כמה מעקרונות הליווי הרוחני, ולתת כלים מעשיים לעיסוק בכך מתוך מקורות היהדות.

הרבה מעקרונות הליווי והתמיכה הרוחנית מצויים במדרש על מותו של אהרון (ילקוט שמעוני על התורה, תשס"ד, י'):

"קח את אהרן" וגו' "והפשט את אהרן" וגו', אמר לו הקב"ה: "הרי אתה מנחמו" [...] הפשיטו בגדי כהונה והלבישו לאלעזר וכן שני וכן שלישי. אמר לו: "הכנס למערה" ונכנס למערה, "עלה ופשוט ידיך" ופשט, "קמוץ פיך" וקמץ, "עצום עיניך" ועצם. באותה שעה אמר משה: "אשרי מי שמת במיתה זו" [...] אמר ליה הקב"ה למשה: "עשה טובה ואמור לו לאהרן על המיתה שאני בוש לומר לו". אמר רב הונא בשם רבי תנחום בר חיאי: מה עשה משה? השכים בשחרית והלך לו אצל אהרן התחיל קורא "אהרן אחי", ירד אצלו, אמר לו: "מה ראית להשכים ולבא כאן היום?" אמר לו משה: "דבר מן התורה הייתי מהרהר בלילה ומתקשה לי הרבה [...] איני יודע מה היה הדבר, אלא אני יודע שבספר בראשית הוא, הבא אותו ונקרא בו". נטלו ספר בראשית וקראו בו כל פרשה ופרשה [...] וכיון שהגיעו לבריאת אדם אמר משה: "מה אומר לאדם שהביא מות לעולם?" אמר לו [אהרן]: "שמא בשבילי הוא הדבר?" אמר לו: "הן". [...] אמר לו אהרן: "לבי חלל בקרבי ואימות מות נפלו עלי" [...] אמר לו: "מקובל עליך למות"? אמר לו: "הן".

במדרש המצמרר הנ"ל משה מלווה את אהרון אל מותו ונותן לו סעד רוחני. במדרש כמה מעקרונות הליווי הרוחני: הוא רווי בתחושת השליחות הדתית שתומך רוחני חש בהגעתו "לגיא צלימות", תחושה שמתבטאת במדרש

כשמשה נשלח ללוות את אהרן בציווי האל. המדרש מעמיד באמצעות דמותו של אלעזר והלבשתו כממשיך דרכו של אהרן את חשיבות נוכחותם של בני המשפחה. בנוסף, משה נגש לאהרון מתוך כבוד – הוא בא ללמוד ממנו. ולסיום, משה משתמש בטקסט ככלי טיפולי, ובאמצעותו יוצר עם אהרן שיחה על המוות, עד שאהרן יכול לבטא הן את פחדיו והן את השלמתו עם המוות. אולם המדרש לא מסתיים בכך. המדרש יודע שעל המלווה הרוחני להתמודד גם עם פחדיו שלו, וכך מתאר זאת המדרש:

מיד עלו שלשתן לעיני כל ישראל משה ואהרן ואלעזר, אלו היו יודעין שהיה עולה למות לא היו ישראל מניחין אותו אלא היו מבקשין עליו רחמים, אלא שהיו סבורין שמא הדבור קראו [...] אמר לו משה: "אהרן אחי מה אתה רואה? מרים מתה ואני ואתה נטפלנו בה, ואתה מת ואתה רואה לי ואלעזר מטפלין בכ. ואני, אם מת אני, מי מטפל בי?"

עבודת הקודש הזו מפגישה את האדם עם פחדיו הקמאיים ביותר. אין כאן משנה סדורה, ותורת הנפש תלויה בחוסנו הנפשי של התומך הרוחני. זו עבודה שצריכה להיעשות חדשות לבקרים.

לבסוף עומד המדרש על כך שהמלווה הרוחני נדרש להתמודד גם עם הכעס, הבלבול והאבל של הנותרים בחיים:

נחלקו [העם] לשלש כתות, אחת אומרת הרגו משה [...] ואחת אומרת אלעזר הרגו [...] ואחת אומרת דרך שמים מת. מה עשה הקב"ה? רמז למלאכים ופתחו את המערה והוציאו ארונו של אהרן והיתה פורחת בשמים והמלאכים מקלסין לפניו וכל ישראל רואין אותו שנאמר "ויראו כל העדה כי גוע אהרן" (במדבר כ', כ"ט), ומה היו מקלסין? יבא שלום ינוחו על משכבותם.

לאחר המוות מתמודד משה עם הכעס, ההכחשה והאשמה של העם, ומסייע בידם להשלים עם מותו של האדם היקר להם – השלמה שמבוטאת ביכולתם לשמוע את קילוס המלאכים "יבוא שלום, ינוחו על משכבותם".

^[2] חיי מוהר"ן, רי"ב-רכ"ט; שיחות הר"ן, קע"ט.

להלן כמה הצעות מעשיות השואבות מהמקורות ההלכתיים שלנו, לליווי רוחני של אדם השוכב על ערש דווי:

"כיון שנטה אדם למות, אין רשאין ליפרד ממנו, כדי שלא תצא נפשו והוא יחיד" (שולחן ערוך יורה דעה, של"ט, ד'). העקרון הראשוני שמבטא השלחן ערוך הוא הצורך להישאר לצד האדם ברגעים המפחידים שלקראת מוות.

"נטה למות, אומרים לו: התוודה, ואומרים לו: הרבה התוודו ולא מתו, והרבה שלא התוודו, מתו, ובשכר שאתה מתוודה אתה חי, וכל המתוודה יש לו חלק לעולם הבא. ואם אינו יכול להתוודות בפיו, יתוודה בלבו (ואם אינו יודע להתוודות, אומרים לו: אמור: מיתתי תהא כפרה על כל עוונותי). וכל אלו הדברים אין אומרין לו בפני עמי הארצות, ולא בפני נשים, ולא בפני קטנים, שמא יבכו וישברו לבו" (שם, של"ח, א'): נדרש קשר אינטימי בין התומך הרוחני לבין הגוסס, הלוקח בחשבון את המורכבות המשפחתית ויש לו האומץ להידרש לה. קיימת פה גם התייחסות לפחד שיכול המלווה הרוחני לעורר כאשר הוא ניגש לחולה, ולכן נאמר במפורש שאמירת וידוי יכולה אף לשמש כסגולה לחיים ואינה סימן למוות קרוב, ואין דרך אחת נכונה להתוודות, אלא דרכים מגוונות. ההלכה מציעה גם סדר וידוי:¹

סדר וידוי שכיב מרע: מודה אני לפניך ה' אלהי ואלהי אבותי שרפואתי ומיתתי בידך, יהי רצון מלפניך שתרפאני רפואה שלמה, ואם אמות תהא מיתתי כפרה על כל חטאים ועונות ופשעים שחטאתי ושעויתי ושפשעתי לפניך, ותן חלקי בגן עדן, וזכני לעולם הבא הצפון לצדיקים (ואם רוצה להאריך כוידוי יום הכיפורים, הרשות בידו) (שם, של"ח, ב').

נוסח הוידוי יכול לגרום לטהרת הנפש ותחושה של זיכוך. המצאותו של מלווה רוחני באותו מעמד יכולה לעזור לגוסס באמירת הוידוי, הן מבחינת התוכן והן מבחינת האווירה, תוך שגם בשעת הוידוי מזמין הנוסח את המתוודה לקוות לרפואה ועם זאת להשלים עם המוות.

שני המקורות הבאים מבטאים את העובדה שכאשר אדם עומד למות, ייתכן שיש עניינים הנוגעים למחויבויות שונות בינו לבין אנשים אחרים. אלו דורשות התייחסות וטיפול:

אם היה לו אח אומרים לו כתוב גט לאשתך (כדי שלא יצטרך האח ליבם את אלמנתו), ואל ירע לך שאמרנו כתוב גט לאשתך, הרבה בני אדם כתבו ולא מתו, והרבה שלא כתבו מתו. הרבה שכתבו ועמדו וקרעו (מסכת שמחות, א').

אמר רבי שמעון בן לקיש: "ויקרא יעקב אל בניו ויאמר האספו ואגידה לכם" (בראשית מ"ט, א'): ביקש יעקב לגלות לבניו קץ הימין, ונסתלקה ממנו שכינה. אמר: שמא חס ושלום יש במיטתי פסול, כאברהם שיצא ממנו ישמעאל, ואבי יצחק שיצא ממנו עשו? אמרו לו בניו: "שמע ישראל ה' אלהינו ה' אחד". אמרו: כשם שאין בלבך אלא אחד – כך אין בלבנו אלא אחד. באותה שעה פתח יעקב אבינו ואמר: "ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד" (בבלי פסחים, נ"ו ע"א).

אם אדם מעוניין לעבור תהליך של תשובה לפני מותו ולהתוודות על מעשיו, הרב יכול להקשיב, לתת מקום ולעזור:

שכל העולה לגרדום לידון – אם יש לו פרקליטין גדולים ניצול, ואם לאו אינו ניצול, ואלו הן פרקליטין של אדם: תשובה ומעשים טובים [...] רבי אליעזר בנו של רבי יוסי הגלילי אומר אפילו תשע מאות ותשעים ותשעה באותו מלאך לחובה ואחד לזכות – ניצול (בבלי שבת, ל"ב ע"א).

הגבול שבין חיים למוות הוא זמן מקודש בתרבויות שונות. יש הרואים באנשים על ערש דווי יחידים עם כוחות נבואה ותיקון – אולי זו דרך לעודד אחרים להתקרב ולהוקיר את הקשר עם אדם בחודשיו, בשבועותיו ובימיו האחרונים. המורשת היהודית מסייעת לנו להידרש לשוכב על ערש דווי, והדבר עשוי להוות לנו מורה דרך בשעה כה קשה ומפחידה – כי כולנו בני תמותה.

אני מבקש לסיים את תמצית תפקידו של הרב כמלווה רוחני בעיני באמצעות המשנה במסכת אבות: "ובמקום שאין אנשים, השתדל להיות איש" (משנת אבות, ב', ה').

מנסיונה של רבה בְּאִימוֹת מָוֶת – הצעות מעשיות בליווי רוחני לנוכח פני המוות

חן בן אור צפוני

בית נעוריי היה בקיבוץ חילוני. משפחתי, ממוצא עיראקי, הייתה בעלת רקע יהודי מסורתי, שונה משאר חברי הקיבוץ, שהיו ממוצא ארגנטינאי. כשנפטרה אמי, ישבנו שבעה בבית הוריי בקיבוץ. אמי הייתה אדם אהוב מאוד בקהילה, ואף על פי כן, חברות וחברי קיבוץ מעטים נכנסו לנחמנו. שנים לאחר מכן, כששאלתי את אחת מחברות הקיבוץ מדוע לא באה לשבעה, אמרה לי במבוכה שהייתה מבולבלת ולא ידעה מה נהוג במשפחתנו, ולכן החליטה לא לבוא. נדמה לי שהבלבול והמבוכה שהתבטאו בחוויה אישית זו, עשויים להדהד במצבים נוספים. א/נשים מרגישים צורך אמיתי להשתתף בצערו של האחר בשל קשר אישי או קהילתי, אך עלולים להימנע מלעמוד במצב המביך שבו אין הם יודעים מה לומר ומה לעשות. כך עלול להיווצר מצב שבו אבלות, מחלה ומוות יהיו מקומות "קדושים מדי", מעין קודש הקודשים, כך שאי אפשר להתקרב אליהם, ולכן אי אפשר להשתתף באבלו של אדם קרוב. משום שהשפה הטקסטית יהודית אינה מוכרת, היא יוצרת חוסר ביטחון והזרה.

להלן, אדגים מניסיוני בתור רַבָּה כמה דרכים מעשיות שהצעתי לאנשים שביקשו להתמודד עם המוות, בין לקראתו ובין לאחריו.

אחת החוויות המשמעותיות שחוויתי בהיבט של הליווי הרוחני בתפקידי כרַבָּה, נגע לאישה שכן זוגה היה בהוספיס בית בשבועות האחרונים לחייו. היא פנתה אליי כרַבָּה, וביקשה לא להיות לבדה כשהיא מלווה את אהובה אל מותו. היא חיפשה תפילות לב, לאו דווקא תפילות מסודרות. הסיוע שהיה נחוץ לה היה יחד, שותפות ברגעים העוצמתיים של סוף החיים. חשתי שאני עדה למקומה בעולם ברגעים אלו. סייעתי לה למצוא את התפילות הנובעות מתוכה, אותן תפילות שהיא מבקשת לומר לבן זוגה כשהוא נפטר מן העולם. ברגעים כאלו אני חשה שתפקידי בתור רַבָּה הוא לבדוק עם האדם במקום הימצאו מה הוא צריך באמת – לא בהכרח מה צריך או מה חשוב באיזה אורח כללי, אלא מה יביא בשבילו משמעות לרגע הזה.

הדוגמה הבאה מבטאת את תפקידי במצב של התמודדות ראשונית עם המוות, כשגופת המת עוד נמצאת מול קרוביו שסעדו אותו. במקרה זה פנתה אלי אישה שסעדה את אישה בימיו האחרונים בבית. כשנפטר, היא ביקשה את עזרתי בעריכת טקס פרידה לפני שתילקח גופתו מהבית. הצעתי לה להניח את ידיה עליו. על הראש, הלב, הידיים ושאר החלקים – להודות לו על חוויות ודברים שנתן לה דרך חלקי גופו השונים. עבורה זו הייתה חוויה עמוקה מאוד. היא הרגישה שדרך זו התאימה לה לסגירת מעגל הפרידה ממנו. תפקידי היה לאפשר לה למצוא את הפרידה הנכונה עבורה ברגע העוצמתי והקשה הזה.

הדוגמה האחרונה שאליה אני מבקשת להתייחס קשורה להתנהלותי כרבה במהלך השבעה. אביה של חברת קהילתי התאבד. הלוויה הייתה קשה וגם השבעה. יחסיו עם ילדיו היו מורכבים מאוד. בביקור בבית האבלים שמתי לב שכלל אין מדברים על הנפטר. שאלתי שאלה כללית על מקום היוולדו, ולפתע החלה שיחה ערה שילדיו לקחו בה חלק פעיל מאוד. הרגשתי שתפקידי היה לאפשר את השיחה השתוקה הזאת, גם אם היא טעונה מאוד; אכן – השיחה אִפשרה לאבלים לפתוח ולבטא את כאבם.

האור והחושך בעולם משפיעים על כולנו. אין בדינו לפתור ולרפא את החולי. אין בדינו לדעת את הקץ או להימנע מסבל הגסיסה. אך ביכולתנו להמשיך וללכת בדרכי השכינה, להיות עם החולות והחולים לקראת קצם, להיות נוכחים עם המוות והחולִי שבנו. להישאר בחיבור לקדושה – זו שאינה נמצאת רק בבריא, בשלם ובחי. חז"ל עצמם הדגישו שהשכינה שרויה דווקא "למעלה ממיטתו של חולה".² בהרחבה לכך אנו מתבקשים להיות עדות ועדים גם לכאב ולחולי, לגסיסה ולמוות – כל אלו הם חלק מהקדושה הנפלאה הזאת המכונה – חיים.

^[1] המאמר לקוח מתוך הספר מדרש רבה, בעריכת מאיה ליבוביץ' ויהודע עמיר העתיד לראות אור ב־2023. המאמר עובד וקוצר לצורכי הגיליון בידי העורכים.
^[2] בבלי נדרים, ל"ט ע"ב

רגעים של פרידה: הצעה לטקס פרידה על ערש דווי'

יעל כץ בן־יצחק

הטקס המסורתי לפרידה מן החיים של יהודי/ה הנוטה למות בנוי סביב אמירת ה"ווידוי", בקשת מחילה על החטאים של החולה לצד בקשה של מנוחה ושלום בעולם הבא. בטקס המוצע כאן נבקש להודות, להכיר ולהוקיר את מי שליווה את החולה במסע חייו/ה, להאיר את המתנות שהוא/היא נתנו לשותפיהם למסע החיים ולעולם, להודות על הטוב שהיה, ולבקש מנוחה וקיצור ייסורי הגוף והנפש. הצעה זו מיועדת לשלב שבו איש או אישה הנמצאים לקראת סוף חייהם מבקשים להקדיש תשומת לב ומשמעות לרגעים של פרידה, בטרם יבקשו מאוהביהם להתפלל ולאחל להם שמסע הייסורים והכאב יפסק, והם יוכלו לנוח על משכבם בשלווה ובשלום.

מנחה/ת הטקס פותח/ת:

יש אנשים שגורמים לנשמה שלנו לרקוד.

הם מעוררים אותנו להבנה חדשה בלחישה של חכמה.

יש אנשים שעושים את השמים דבר יפה יותר להסתכל עליו,

הם נשארים בחיינו לכמה זמן,

משאירים טביעות אצבעות על הלבבות שלנו,

ואנחנו אף פעם לא נהיה אותו דבר

(פלביה ווידן).

אנו מתכנסים/ות היום יחד עמוסי רגשות: אהבה וכאב, חמלה ופחד, להכיר בטביעות האצבעות על הלב, להעניק ולחלוק רגשות ומילים של תודה ופרידה.

מעגל של נתינה וקבלה:

נציע לכל אחת ואחד מהמשתתפים לציין במילה או שתיים מהי המתנה המשמעותית שקיבל/ה מהאיש/ה שממנו/ה אנו מבקשים להיפרד לקראת המשך מסעו/ה, ואיזו מתנה הוא או היא מעניק/ה לו/לה. ניתן להציע לכתוב את הדברים על חלוקי נחל אשר יישארו כהשראה, וילוו את האיש/ה במסע הפרידה.

מנחה/ת הטקס י/תבחר שיר מתאים. למשל: "כָּכֵל דָּבָר יֵשׁ לְפָחוֹת שְׁמִינִית שָׁל מָוֶת", של לאה גולדברג.¹

מנחה/ת הטקס ממשיכ/ה:

תמיד אתנו – מי שנמצא כאן במעגל שלנו תמיד יהיה חלק מאתנו, נישא את פלוני/ת (כאן קוראים בשם הנפטר/ת)

עמנו בלבנו, בשיחותינו, בביתנו, בטיולים, ביקיצות.

פרידה היא גם הזדמנות לסלוח ולבקש סליחה, על מעשים שקרו ואיננו שמחים בהם, מחילה מאחרים ומעצמנו על שטעינו, פגענו, לא פעלנו. ניקח לנו כמה רגעים ונאפשר לכל אחת ואחד מאתנו להתוודות למול עצמו/ה ובפני השכינה. מוזמנים/ות לכתוב את הדברים על נייר או על פיסת בד שניתן לשמור למזכרת, או להיפרד, בהתאם לרצונכן/ם. לאחר ההתבוננות האישית פנימה נקרא או נשיר יחד.

שרים ביחד: לאה גולדברג, "סליחות", לחן: עודד לרר ("באת אלי את עיני לפקוח"...).

מתוך ההקשבה לטוב שנתנו וקבלנו והיינו אחד עבור השני, בחמלה, נבקש עבור החולה שחרור מייסורי הגוף והנפש, שנשמתו/ה תגיע למחוז חפצה לשלום ולשלווה.

תפילת החולה:

יהי רצון אלוהי/הויה שמנוחתי תהיה לשלום ולשלווה.

הקהילה המתכנסת מצטרפת בתפילה (אפשר לשבת או לעמוד במעגל, או להחזיק ידיים ולהתפלל יחד):

נבקש עבור פלוני/ת (כאן קוראים בשם הנפטר/ת) הכל כך יקר/ה לנו בהתאם לבקשתו/בקשתה כי סבלו/ה יתקצר. את אשר יצרת את פלוני/ת (כאן קוראים בשם הנפטר/ת) בת/בן פלוני/ת ופלוני/ת (כאן קוראים בשם הורי הנפטר/ת) בחכמה.

את שבראת בגופה/ו נקבים נקבים חלולים חלולים.

את שנתת בה/ו נשמה טהורה

את המשמרת בקרבה/ו חיים.

מבקש/ת אני את מידת החסד והרחמים,

שתטלי את רוח החיים מגופה/ו הדואב ותשימי קץ לייסורים,

שלא י/תמשיך לסבול ושלא י/תראה את ילדיה/ו ונכדיה/ו מתענים בגללה/ו.

אנא אל תעבירי חבלי שינה מעיניה/ו ותנומה מעפעפיה/ו, שת/יוכל לתת לנשמתה/ו מנוחה נכונה ולהיפרד בשלווה מהחיים.

ברוכה את הקשובה לקולות הבוכים

(אילנה עבו גולן).³

ניתן לשיר יחד שיר שהחולה אוהב/ת במיוחד או לקרוא טקסט או שיר המתאים לו/ה לרגע זה.

דברי סיום:

במידה ויש רצון וכוח לחולה י/תאמר דברי סיום והודיה.

וידוי לשעת יציאת הנשמה

סיון נבון־שובל וג'וש שרף

מודה אני לפניך, שכינה מקור חיי / אלוהי ואלוהי אבותי ואימותי, שבידך חיי, רפואתי ומותי.

מבקש/ת אני בשעת רצון זאת להתוודות לפניך על כל אשר הספקתי ולא הספקתי בחיי. על כל חלומותי שהתממשו, ועל אלו שלא התאפשר להגשימם.

מתוודה אני על כל תשוקותי ועל רצונותי בכל ימי חיי.

בלב שלם וגלוי אביע חרטה מעומק ליבי ונפשי אם פגעתי באדם אחר או בקהילתי, משפחתי, חברי, שכני, עמי ובאי עולמך. אנא קבל/י את סליחתי ואת בקשתי כי עווני יכופר במותי.

עזור/עזרי לי לסלוח לנשמתי, כך שאוכל לעזוב את עולמך בלב שלם ושקט.

אנא פרוש/פרשי סוכת שלום על משפחתי ואהובי, שלא ישאו זכר למעשי הדורשים סליחה ומחילה.

ברוך אתה ה'/ברוכה את שכינה קדושה, אלוהות של סליחה ומחילה, שומע/ת תפילה.



קן גולדמן, **אבני קדיש**, 2000.

חלוקי נחל ודין

¹ הטקסט נכתב במסגרת התוכנית הישראלית לרבנות, בקורס "הלכות ומנהגי אבלות" בהנחיית עודד מזור, היברו יוניון קולג', ירושלים, 2020-2021.

² לאה גולדברג, **השירים הגנוזים**, ספרית פועלים, תל אביב, 2019, עמ' 286.

³ טרם פורסם.

להתאבל מראש

אפרת רותם

אחד השיאים של ספר ויקרא הוא סיפור מותם של נדב ואביהוא, שניים מבניו של אהרון הכהן. שני פרקים לפני כן, מקבלים אהרון ובניו הוראה: "וּפָתַח אֱהֶל מוֹעֵד תֵּשְׁבוּ יוֹמָם וְלַיְלָה שְׂבַעַת יָמִים וּשְׁמַרְתֶּם אֶת מִשְׁמַרְתִּי ה' וְלֹא תָמוּתוּ כִּי כֵן צִוִּיתִי. וַיַּעַשׂ אֱהֶרֶן וּבָנָיו אֶת כָּל הַדְּבָרִים אֲשֶׁר צִוָּה ה' בְּיַד מֹשֶׁה" (ויקרא ח', ל"ה-ל"ו). משה אינו מעניק הסבר להוראה, אלא רק ציווי ברור ומוחלט.

מדרש תנחומא (פרשת שמיני, ט', א') מנתח בצורה מרתקת את שבעת הימים האלו. לטענת המדרש "אמר להם משה לאהרון ולבניו: שמרו אבלות שבעת ימים עד שלא יגיע בכם" – שבעת הימים האלו הם למעשה מנהג השבעה, מנהג האבל, עוד לפני שהתרחש המוות. אהרון וכל בניו יושבים שבעה על שניים מהם, מבלי שהם יודעים מדוע.

אבל מדרש תנחומא מגדיל לעשות. הוא אומר שהשבעה הזו בפתח אוהל מועד היא למעשה משמרת ה', הזדהות עם השבעה שישב אלוהים. ומתי אלוהים ישב/ה שבעה? בספר בראשית, כאשר הארץ מלאה דיבה ורוע. כתוב: "וַיִּנָּחֶם ה' כִּי עָשָׂה אֶת הָאָדָם בָּאָרֶץ וַיִּתְּעַצֵּב אֵל לְבוֹ" (בראשית ו', ו'). לאחר האבל הזה מחליט אלוהים להביא את המבול. במדרש תנחומא מפרשים את החרטה והעצב של אלוהים כשבעה ימי "שבעה" שמקדימים את הקטסטרופה. אלו לא שבעת ימי התלבטות, אלא שבעת ימי אבל.

המדרש ממשיך ומדגיש שאותה "משמרת אבל" של אהרן ובניו היתה בחוסר ידיעה. ובלשון המדרש: "היו משמרים ולא היו יודעים על מה משמרים". הם ישבו "שבעה" מבלי שידעו שהטרגדיה שהם מתאבלים עליה תכה קרוב כל כך, חזק כל כך, ותתרחש כחלק מעבודתם.

איזה רגע מוזר. להתאבל על עצמך. להתאבל מראש. ויתר על כן, לאחר המוות של נדב ואביהוא, משה מצווה במפורש, בבהלה, על אהרון ובניו הנותרים, אל תתאבלו – שמא האבל הזה יעורר עוד יותר את זעם האלוהים. אם כך, יש כאן היפוך גדול – "שבעה"/"אבל" לפני המוות, ואיסור על אבל לאחריו.

ניתן לראות בקריאה הזו של מדרש תנחומא קריאת תגר על הקורבן חסר הטעם שאלוהים דורש לעצמו. מותם של נדב ואביהוא יכול להתפרש כקורבן אדם. מיד אחר כך מדרש תנחומא אכן מוסיף שמשה ידע שאלוהים מחפש קורבן אדם, ולכן שימש בעצמו ככהן במשכן בזמן השבעה הכפויה

הזו, אבל אלוהים לא לקח את משה. על מות בניו מספר משה לאהרון שאלוהים אמר לו "בקרובי אקדש" (ויקרא י', ג'). גם בפרשת נח אלוהים מחליט להקריב את מי שברא כקרובים לו, בצלמו ובדמותו. האם הקרבת הקרובים יוצרת את הקדושה? את הנבדלות של אלוהים?

נראה יותר שהאלימות שבה אלוהים נוקט מנכיחה את חוסר האונים שלו.

חוסר האונים של אלוהים נובע מחופש הבחירה של בני האדם. אלוהים מנסה להפעיל את כוחו, אבל הוא לא יכול. הוא יכול להרוג, אבל הוא לא יכול להכריח בחירה בטוב. הוא יכול לזרוע אימה, אבל אין זה אומר שאנשים לא ימחו כנגדו, יתרחקו ממנו ויסרכו בדרכם לקחת חלק במשחק הזה. כמו אהרון, שבתגובה חזקה במיוחד מחליט פשוט לשתוק – "וַיֵּדֶם אֱהֲרֹן" (שם).

אלוהים שנובעת מן ההכרה שאנו חופשיים לחלוטין, שדעתנו חופשית, מהדהדת את העובדה הפשוטה שגם ביחסים שלנו זה עם זו, זו עם זה, אין בידינו להכריח אחרים לדבר. בידינו להפעיל כוח, אם אנחנו בעלי כוח, לפטר, לשכור, לתגמל כספית או למנוע את אהבתנו. אבל למולנו, לידינו, אדם שלם, אשה שלמה, בעלי זכות בחירה, אוטונומיה רגשית, וכוח חיים.

אלוהים שנטל את חייהם של שני הכהנים הוא החלק שבנו שרוצה לשלוט בכל העולם, לגרום לכל סביבתנו להתנהג בדיוק כרצוננו. ומשה שיוזם שבעה מקדימה הוא החלק החופשי שבנו, החלק שמתנגד, שיודע לשרטט את דרכו גם בנסיבות קשות, ולהכיר בכוח הפנימי שדבר לא יכול לגזול מאיתנו.

לזכרו של טל בן ענת ושי עמר – בן 11, נקבר בקיבוץ אור הנר – י"ג כסלו התשפ"ג לאבא – שלש שנים לפטירתו – כ"א כסלו

משמעותה של אמונה לנוכח פני המוות

שלמה פוקס

את מסע ההלוויה נהוג לפתוח במשנה במסכת אבות: "דַּע מֵאַיִן בָּאתָ וּלְאֵן אָתָּה הוֹלֵךְ וּלְפָנַי מִי אָתָּה עֹתִיד לָתֵן דִּין וְתִשְׁבוֹן" (אבות ג', א'). אלו השאלות האמורות להנחות את חיינו. ניתן לומר שמשנה זו מבוססת על הנחייתו של יעקב לנושאי המנחה לעשו: "וַיֵּצֵא אֶת הָרִאשׁוֹן לְאמֹר כִּי יִפְגְּשֶׁךָ עֶשָׂו אָחִי וּשְׂאֲלֶךָ לֵאמֹר **לְמִי אָתָּה וְאַנְּה תֵּלֶךְ וּלְמִי אֵלֶּה לְפָנַיִךְ**" (בראשית ל"ב, י"ח): השאלות הללו בדבר טבענו, עברנו ותכליתנו, הן שיח כפול שאנו נתקלים בו לנוכח פני המוות. האחד הוא שיח המערער על **החיים** ומשמעותם – בשביל מה? בשיח זה חלק ה"עשו" שבנפשנו מערער על עצם משמעות קיומנו נוכח המוות. השני הוא שיח המערער על הצדקת **המוות** – למה זה קרה? האם המוות הוא עונש? או מקרה־טבע, דרכו של עולם? על שתי השאלות אנו מוצאים במסורת תשובה שמתריסה כנגד עצם השאלה, ולמעשה מניחה שמהות האמונה היא עקירת השאלה מיסודה.

כנגד הניסיון להצדיק את פשר החיים עונה המשנה (אבות ד', כ"ב): "על כרחך אתה נוצר, ועל כרחך אתה נולד, ועל כרחך אתה חי, ועל כרחך אתה מת, ועל כרחך אתה עתיד ליתן דין וחשבון לפני מלך מלכי המלכים הקדוש ברוך הוא".

כנגד הניסיון להצדיק את המוות עומד הרב יוסף דוב הלוי סולובייצ'יק – בדבריו על מעמד האונן רגע לפני הקבורה:

[...] האנינות מסמלת את התגובה המיידית על מותו של אדם אהוב, צער שאין לו גבולות ויגון מייסר הנוקב עד התהום, המותירים את האדם כשאין דיבר בפיו ודעתו מעורבבת עליו. רושמה של התחושה הוא כביר. האדם נעשה מודע לחוסר ערכם של החיים ולאבסורדיות שבהם, ומצוקתו איננה יודעת גבול. **ההלכה איננה מנסה לבלום תחושה זו של שכול; היא מניחה לאדם, כאשר הוא נפגש לראשונה במוות, לשקוע בתהום הייאוש**. היא פוטרת אותו מכל מצוות עשה, מכיוון שאין הוא יכול לפעול בחופשיות בשל החוויה מלאת הכאב. האבלות

מסמלת את שלב הבקרה של תחושת האובדן, המודעות לצער, ובמישור זה נבחין מייד כי האבלות כוללת בתוכה את ניגודה המלא – תנחומים ותקווה. בהלכה משתרגות האבלות והנחמה זו בזו, לא ניתן לנתקן זו מזו. הנחמה איננה הלוך נפש הבא במקום היגון, לאמיתו של דבר יתגלה לפנינו מיוזג הדדי של יגון ונחמה, תוחלת נכזבת ותקווה, מספד ואמונה. מייד לאחר סתימת הגולל ניצבת שורת המנחמים. ומה הוא הקדיש הנאמר ליד הקבר, אם לא שלילה בוטה של הייאוש?¹

מצאתי שהרעיון ש"ההלכה [...] מניחה לאדם, כאשר הוא נפגש לראשונה במוות, לשקוע בתהום הייאוש", נותן מרגוע לאבלים. יש מקום וזמן שבהם ניתן לתת לייאוש לגבור ואפילו להתריס.

ההתרסה, השמעת הזעקה, לדידי, באה לידי ביטוי בסוגית "לימוד המביא לידי בכי" – הסוגיה בתלמוד הבבלי (חגיגה, ד' ע"ב-ה' ע"ב) כוללת קובץ של י"ג תיאורים, בהם מי מהאמוראים קורא מילה או פסוק בתנ"ך, שאינם מתיישבים עם תפיסת עולמו, וכשהוא מגיע לקרוא אותו הוא בוכה, ומתריס כנגדו. הרעיון הולך ומתעצם בסוגיה ושיאו בדברי רב יוסף (העיוור פיזית! אך ראייתו למרחוק): "רב יוֹסֵף, כִּי הָיָה מָטִי לְהֵאִי קָרָא בְּכִי 'וַיֵּשׁ נִסְפָּה כָּלֹא מִשְׁפָּט'" (משלי י"ג).

את בכיו של רב יוסף על הפסוק "יש נספה בלא משפט" מצדיקה הגמרא באמצעות סיפור על אישה שנפטרה "סתם" – בשל טעות של שלוחו של מלאך המוות. וכך מספרת שם הגמרא (בתרגום):

האם יש/יתכן, שאדם הולך לעולמו בטרם זמנו?

כן, כמעשה שרב ביבי בר אביי היה מצוי אצלו מלאך המוות.

אמר לו [מלאך המוות] לשלוחו: "לך הבא לי את מרים גודלת שער הנשים".

^[1] יוסף דוב הלוי סולובייצ'יק, מן הסערה: מסות על אבלות, ייסורים והמצב האנושי, דוד שץ, יואל ב. וולוולסקי וראובן ציגלר (עורכים), אביגדור שנאן (מתרגם), ירושלים: תורת הרב, התשס"ד, עמ' 162.

הלך, הביא לו את מרים מגדלת הילדים.

אמר לו [מלאך המות]: "אני אמרתי לך [להביא את] מרים גודלת שער הנשים".

אמר לו [השליח]: "אם כך, אחזירנה".

אמר לו: "כיוון שהבאת אותה, תהיה למניין".

אבל היאך יכולת לה [=לקחת את נפשה]?

[אמר לו השליח]: "הייתה אוחות מחתה של גחלים, והייתה מסיקה ומחממת את התנור, נטלה [את המחתה] והניחתו על רגלה, נשרפה [רגלה, נכוותה רגלה] ונשבר מזלה, והבאתיה".

אמר לו רב ביבי בר אביי: "יש לכם רשות לעשות כך?"

אמר לו [מלאך המות]: "האם לא כתוב 'ויש נספה בלא משפט'?"

אמר לו [רב ביבי בר אביי]: "והרי כתוב 'דור הולך ודור בא'?" (קהלת א', ד')

אמר [מלאך המות]: "רועה אני אותם עד שמתמלא להם הדור, ואחר כך מעביר אותו [אותם] ל'דומה'".

אמר לו [רב ביבי בר אביי]: "סוף סוף, מה אתה עושה עם השנים שלהם?"

אמר לו [מלאך המות]: "אם יש תלמיד חכם צעיר שמעביר בדבריו [=שמעביר על מידותיו] אני מוסיף אותם לו, והן חילופו".

האמירה "יש נספה בלא משפט" משחררת את משפחת האבל וחבריו לא להישאר בשאלת השאלה "אבל למה זה קרה?" אין לחפש אשמים – זה סדרו של עולם הטבע, זו היא מהות האמונה!



שרי סרולוביץ', **שבר, קריעה, גריעה**, 2017.

אלומיניום מאולגן. צילום: שי הלוי

בכל אחד מנרות הנשמה ביצעה האמנית פעולה המבטאת אבל.

שבר, קריעה וגריעה מהדהדים, כל אחד באופן שונה, את צער ההיעדר והדבקות בזכרון.

מאבל לצמיחה

דב מרמור ז"ל

תרגום והקדמה: מייכאל מרמור

אבי, הרב דב מרמור, הלך לעולמו בחודש יולי 2022. בשבועיים האחרונים לחייו, כששכב מונשם ומורדם בבית החולים, נזכרנו בספרון שיצא בשנת 1999 לטובת קהילתו בקנדה. ספרון זה, באורך של כמאה ועשרים עמודים, כולל 32 מאמרים קצרצרים, העוסקים כולם בהיבטים של אבל וזיכרון. הוא שימש ומשמש משפחות אבלות בקהילה.

הרב דב מרמור נולד בפולין בשנת 1935. בשנות המלחמה היה באוקראינה, בסיביר ובאוזבקיסטן. בתום המלחמה חזר לפולין עם הוריו, ובשנת 1948 עבר לשוודיה. באמצע שנות החמישים החליט ללמוד רבנות, ולשם כך הגיע ללונדון יחד עם אמי. שם נולדו שלושת ילדיהם. הוא שירת בשתי קהילות בלונדון, ובשנת 1983 מונה למשרת רב בקהילה בטורונטו. אבא פרש לגמלאות בשנת 2000, ובשנותיו האחרונות חי בירושלים עם אמא. בנוסף לספר הקטן הזה הוא כתב חמישה ספרי הגות וערך שתי אסופות על היהדות הרפורמית.

משפחת מרמור הקטנה מודה לאבא על כך שגם במותו השאיר לנו דרך להרהר בשאלות של זיכרון, משמעות, אבדן ואבלות. גם לאחר מותו אנחנו בשיחה אתו. אני שמח לתרגם אחד מהגיגיו, לכבוד הגליון המיוחד הזה של "עט רצון", וכביטוי של אהבה, הערכה וגעגוע.

מייכאל מרמור

אֶבֶל דומה למחלה שההחלמה ממנה מתרחשת בעצלתיים ובצורה לא רצופה. בו ברגע שנדמה שיש הקלה, קורה דבר מה, והכאב חוזר ביתר שאת. כאב זה מזכיר לנו כי מתינו השאירו בתוכנו חלל ריק בין חדרי הלב. רק לעתים רחוקות אבלים חוזרים לעצמם במסלול ישיר. במקרים רבים התחושה היא כי הולכים סחור סחור, כבולים במעגלים. במקרה הטוב, בכוחו של תהליך האבל להפוך את המעגלים למעין ספירלה הפונה למעלה. זוהי המטרה העיקרית של תורת האבלות היהודית.

אפשר להשתקם מאבל כבד ולהתמסר שוב לחיים, גם אם התהליך איטי ומפרך. הזמן לא מרפא את פצעי הצער, אבל הוא עוזר לנו לחיות עם פצעים אלה. לא פעם, נשים וגברים אשר שכלו אהובים, ובמיוחד בני ובנות זוג, מופתעים לגלות כי למרות האובדן החיים יכולים לזמן שמחה חדשה, חברות חדשה ואפילו אהבה חדשה. גם כשהשמחות מעטות, החברות נדירה והאהבה נעדרת, עדיין יש טעם בחיים. ההשלמה עם מה שבלתי ניתן לשינוי מאפשרת טרנספורמציה פנימית. האבל יכול להביא לידי צמיחה. המעגלים השטוחים יכולים להפוך לספירלה העולה אל על.

תחושות של חוסר אונים ושל חוסר ידע לנוכח החיים

והמוות משמשות לעתים קרובות מכשול לצמיחה. ברצוננו לדעת פשר הכל, אך אין זה אפשרי. הקיום האנושי מורכב ואפוף מסתורין ואין להבינו. אולי אנחנו יודעים איך לחיות את החיים, אבל לא לשלוט בהם. אולי אנחנו יודעות איך לשרוד את האבל, אבל לא להתגבר עליו.

בתוך חידת החיים והמוות יש גם מה שהוא "אמת ויציב": חיינו אינם בגדר זכות, אלא מתנה. שומה עלינו, אפוא, להודות על מה שיש לנו מבלי לתבוע בעלות נצחית עליו. המוות הוא שערוריה, אך הוא גם חלק מהטבע, פועל יוצא של מתנת החיים ושל רצון האל. אילו החיים בעולם הזה היו נצחיים, הם גם היו חסרי משמעות.

מסר זה עולה מספרו של הרב חיים רוזווסקי, **הרהורים יהודיים על פשר המוות**,¹ שם הוא כותב כי "המוות הוא הגבול שכוח אנושי וידע אנושי אינם רשאים לעבור", וסבור כי "ההשלמה עם המוות מקנה מעין נצחון עליו".

במקום לבקש לדעת מה שלא ניתן לדעת, עדיף לחפש חכמה הטמונה בקבלת האמת כי אין הסבר. עובדת המוות מזכירה לנו את מגבלות המפעל האנושי. מתוך השלמה עם המוות והכרה כי הוא נשגב מבינתנו, האנושיות מקבלת משנה תוקף. אין אפשרות לסלק את העצב, אבל אפשר לחיות – ואף לחיות טוב לצדו.

^[1] Chaim Z. Rozwaski, Jewish Meditations on the Meaning of Death, Northvale, NJ: Jason Aaronson, 1994

הרב רוזווסקי מאיץ בקוראיו "לא להתאבל בצורה קיצונית ומוגזמת ולטעון כי מעשה זה הוא לכבוד ההורה, הילד, הילדה, האח, האחות, הקרובה והחבר".

הוא מוסיף:

"כשאנו מתאבלים, עלינו לעשות כך כדי לבטא את העצב והצער שלנו. עלינו לבטא את המודעות שלנו לגבולות החיים, מודעות שעולה בפתאומיות בעקבות הפטירה. עלינו להלין על הגורל האנושי הנגמר תמיד במוות, ואז לפנות אל רדיפת החיים. התאבלות לא מהווה תירוץ לא לחיות".

אין אנו מכבדים את מתינו בשלילת השמחה שהחיים עוד מזמנים לנו. הקול המצווה לבחור בחיים מעודד אותנו לא למות לצד המתים, אלא לצמוח דרך האבל.

זֶרַע יִשְׂרָאֵל מרים ג'אנו

קַל יוֹתֵר לְאַהֵב אוֹתָךְ בְּמוֹתָךְ

כַּאֲשֶׁר הוֹסְרָה מַעְלֵי הָאֲשָׁמָה

שְׁלֹא וְכִרְתִּי לְהִתְקַשֵּׁר וְלִשְׁאֹל לְשְׁלוֹמָךְ

שְׁלֹא עֲנִיתִי עַל הַצְפִּיּוֹת שְׁלָךְ

(שְׁהִיו אוֹלֵי מַעֲצָמָךְ)

עַל הַחַיִּים הָאֲמֻלָּלִים שְׁחִיִּית וְעַל כָּל טַפַּת שְׁכַר שֶׁהִכְנִסְתָּ לְגוֹפְךָ

עַל שְׁעָלִית לְאֶרֶץ עִם שְׁתֵּי מַזְוָדוֹת עֲנָקִיוֹת מְבֹרִית הַמוֹעֲצוֹת וְעַל שְׂיָצְאָת מִכָּאן בְּלוּי, עִם תֵּיק אֶחָד.

אֲבִי הַיָּקָר, בּוֹרִיס –

כֶּךָ קִרְאֲתִיךְ בְּיַלְדוּתִי

פוֹטָרֶת אֶת עֲצָמִי

וְגַם אוֹתָךְ

מִפְטִירָה עֲצָמִי

מִהְיוֹתָךְ.

מוֹדָה עַל הַחַיִּים שְׁלִי וְעַל הַזֶּרַע שְׁלָךְ –

שֶׁנִּשְׁתַּל בְּיִשְׂרָאֵל.

שְׁלוֹם,

לְאֻדְמַת מוֹלְדָתָךְ.



מאור אבני, **מעפר באת ואל קומה ה' תשוב**, 2017.

אלומיניום ועץ בוק

בגלל מחסור במרחבי קבורה הוצע לאחרונה לחזור למנהג העתיק של ליקוט עצמות שהיא צורת קבורה יהודית קדומה שבה עצמותיו/ה של הנפטר/ת נאספות לגלוסקמה ומונחות במתחם משפחתי. פתרון אחר שכבר מיושם בישראל, הוא קבורה בקומות. העבודה של אבני מהדהדת את הבעיה ואת התופעה, תוך הצעת פתרון פרקטי לשאלה כיצד להד־ ליק נרות נשמה לנקברים בקומות העליונות.

קדיש "על צדיקיא": קדיש אבלים רפורמי יהורם מזור

קדיש האבלים, הידוע במקומותינו גם כקדיש יתום, איננו מתייחס כלל לאבלים ולאבלם, אלא מתמקד בשבח והלל לרבש"ע ומעשיו. לאורך הדורות התבססה התפיסה כי אמירת הקדיש על ידי היתום או האבל מעניקה מנוחה לנפשו של הנפטר. מנהגים שונים התפתחו במשך השנים לגבי אמירת קדיש האבלים, אך בכולם נשמרת ההתייחסות רק לאל ולקדושתו, ולא לנפטר או לאבלים. בסידור **סדר העבודה** כמנהג קהל "בית חדש" בהמבורג, שיצא לאור בשנת 1819, מופיע סוג חדש של קדיש, הבנוי כמו "קדיש תתקבל" או "קדיש דרבנן". בקדיש חדש זה נוספה פיסקה המתייחסת במישרין לנפטרים שנפטרו ברצון האלוהים. אומרי הקדיש מבקשים עבור הנפטרים חלק טוב בחיי העולם הבא, ובכך הופך הקדיש לתפילה אשר מתייחסת לנפטרים ומביעה את כאבם של קרוביהם. בקדיש זה השתמש הרב יצחק מאיר וייס בסידורו **מנהג אמעריקא**

קדיש "על צדיקיא"

יִתְגַּדֵּל וַיִּתְקַדַּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא.

בְּעֻלְמָא דִּי בְּרָא כְרַעוּתָהּ וַיְמַלִּיךְ מַלְכוּתָהּ.

בְּחַיִּיכוֹן וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל בְּעַגְלָא וּבְזִמְן קָרִיב, וְאָמְרוּ: אָמֵן.

יְהֵא שְׁמָהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלַם וּלְעַלְמֵי עַלְמֵיָא.

יִתְבָּרַךְ וַיִּשְׁתַּבַּח וַיִּתְפָּאֵר וַיִּתְרוֹמֵם וַיִּתְנַשֵּׂא וַיִּתְהַדָּר וַיִּתְעַלֶּה וַיִּתְהַלָּל שְׁמָהּ דְקֻדְשָׁא, בְּרִידָהּ הוּא.

לְעֻלָּא מִן כָּל בְּרַכְתָּא וְשִׁירְתָּא, תְּשַׁבְּחָתָא וְנַחֲמָתָא דְאַמִּירָן בְּעֻלְמָא, וְאָמְרוּ אָמֵן.

עַל יִשְׂרָאֵל וְעַל הַצַּדִּיקִים וְעַל כָּל מִי שֶׁנִּפְטָרוּ מִהָעוֹלָם הַזֶּה בְּרַצוֹת הָאֵל. יְהִי לָהֶם שְׁלוֹם רַב וְחֶלֶק טוֹב לְחַיֵּי הָעוֹלָם הַבָּא. וְחֶסֶד וְרַחֲמִים לִפְנֵי אֱלֹהֵי הַשָּׁמַיִם וְהָאָרֶץ וְאָמְרוּ אָמֵן.

– **תפילות בני ישורון** במחצית המאה ה־19, ואחריו הרב דויד איינהורן בסידורו **עלת תמיד** (סוף המאה ה־19) ובעקבותיהם נכלל נוסח זה גם ב־Union Prayer Book, שיצא לאור על ידי ה־CCAR. סידור זה הפך לסידורן של כל הקהילות הרפורמיות באמריקה, ואח"כ התקבל גם בחלקים אחרים של העולם.

מעבר לחשיבות שיש בהכרת החידוש הליטורגי הזה של דורות רפורמיים קודמים, נראה לי שיכול להיות לנוסח זה מקום גם בלוויות שנערכות עליידי רבות ורבנים רפורמים בארץ. "קדיש דאתחדתא", אשר ברוב העדות מיוחד ללוויות, אינו מתאים לרוח הדומיננטית בקהילתינו – הוא עוסק כולו בביאת המשיח, בניין המקדש ותחיית המתים. במקומו, ניתן לייחד את נוסח הקדיש הזה ללוויות, ובכך לייחד את אמירת הקדיש בלוויה מכל אמירת קדיש אחרת.

עַל יִשְׂרָאֵל וְעַל צַדִּיקֵיָא וְעַל כָּל מֵאן דְאַתְפָּטֵר מִן עַלְמָא הַדִּין בְּרַעוּתָהּ דִּי־אַלְהָא. יְהֵא לְהוֹן שְׁלָמָא רַבָּא וְחוּלְקָא טָבָא לְחַיֵּי עַלְמָא דְאַתִּי וְחֶסְדָּא וְרַחֲמֵי מִן קֳדָם מְרָא שְׁמֵיָא וְאַרְעָא וְאָמְרוּ אָמֵן.

יְהֵא שְׁלָמָא רַבָּא מִן שְׁמֵיָא וְחַיִּים עֲלִינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ: אָמֵן.

עוֹשֶׂה שְׁלוֹם בְּמְרוֹמָיו הוּא יַעֲשֶׂה שְׁלוֹם עֲלִינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל וְעַל כָּל בְּנֵי אָדָם וְאָמְרוּ: אָמֵן.

שער רביעי

"דרכי ציון": הלכות, מנהגים וטקסי אבלות



עינת לידר, **נשמה אישית**, 2017.

נירוסטה, מן המוכן, כסף 925

ציולם: עינת לידר

הסיכות של עינת לידר מיועדות לרכיסה על דש הבגד,

ומכילות את המיימום הדרוש כדי להדליק נר זיכרון בכל עת, בכל מקום.

רב שיח בקבוצת וואטסאפ' על הקריעה והקריאה

רבות ורבני מועצת הרבנות הרפורמית בישראל (מר"ם)

הרב אלי לויץ: רעיון לשורת קריאה במקום קריעה בתחילת ההלוויה ע"י בני משפחה? ✓

הרבה גליה סדן: הי אלי. אפשר לוותר על הקריעה. לא חייבים משהו במקום. לדעת. ✓

הרבה תמרה שיפריץ: אפשר לעשות מה שהאמריקאים עושים, וזה לקרוע פיסת בד שמודבקת על החולצה ליד הלב. ✓

הרב אדגר נוף: לדעתי יש לאפשר לכל משפחה להחליט אם רוצים קריעה או לא. חלק מתנגדים וחלק מבקשים. זה מאוד אישי ואינדיבידואלי לעניות דעתי, וצריכים להתחשב במצב העדין של האבלים ברגע של הכאב והשביריות. מה גם שאנחנו בעיקרון נגד כפייה דתית. ✓

הרבה ליאור נבו: חושבת שקריאה של איזשהו טקסט זה רעיון נחמד מאד כאלטרנטיבה לקריעה, אם המשפחה לא חפצה באופציה המסורתית. אנסה לחשוב על משהו מתאים. ✓

הרב יהודע עמיר: הייתי מציע "גם כי אלך בגיא צלמוות לא אירא רע" (תהלים כ"ד, ד'). מוכר היטב בעברית ובאנגלית, ומחובר אסוציאטיבית לקבורה ולוויה. אפשר במקום קריעה או בעת הקריעה (של החולצה או של חתיכת בד כמוצע). ✓

הרב יהורם מזור: קריעה – מסבירים למשפחה את הרעיון ונותנים להם להחליט. ✓

הרב עודד מזור: לכתחילה אני מרגיש שהקריעה הפיזית, ודווקא בבגד, הכי נכונה. אבל אם לא, הייתי מציע פסוקים שיש בהם את המילה "אקרא" כרמז לקריעה, אשר מתאימים בתוכנם למעמד הקבורה, אפשר שכל המשפחה תאמר יחד או שכל בן/ת משפחה יבחרו פסוק הנכון להם: "בצר לי אקרא ה' ואל אלהי אקרא וישמע מהיכלו קולי וישועתי באוני" (שמואל ב', כ"ב, ו'); "קול אמר קרא ואמר

1 י"ז בתמוז, תשע"ט; 21 ביולי, 2019.

2 פורסם בפרויקט בניהיהודה, <https://benyehuda.org/read/6660#>.

3 "תנו רבנן [שנו חכמים]: וכולן [כל אותם הקרעים הללו] רשאין לשוללן [בתפירה גסה] ולמוללן [לקפל אותם ולתפור] וללוקטן ולעשותן כמין סולמות, אבל לא לאחותן (בבלי מועד קטן, כ"ו ע"א).³

מה אקרא כל הפשר חציר וכל חסדו כציץ השדה" (ישעיהו מ', ו'); "אלהי אקרא יומם ולא תענה ולילה ולא דמיה לי" (תהלים כ"ב, ג'); "שמע ה' קולי אקרא וחסני וענני (תהלים כ"ז, ו'); "לדוד אליה ה' אקרא צורי אל תחרש ממני פן תחשה ממני ונמשלתי עם יורדי בור" (תהלים כ"ח, א'); "מקצה הארץ אליה אקרא בעטף לבי בצור ירום ממני תנחני" (תהלים ס"א, ג'); "אל תסתר פניך ממני ביום צר לי הטה אלי אונך ביום אקרא מהר ענני" (תהלים ק"ב, ג'). ✓

הרבה אילה רונן סמואלס: במעט הלוויות שערכתי, אלה שלא רצו קריעה היו אנשים חילוניים מאד, שפסוקים מסוג זה לא היו מדברים אליהם. הייתי שמחה אם היה טקסט פואטי שהיה מדבר על הקריעה שבלב, הקרע שנבעה בחייהם, בלי אלוהים כגיבור מרכזי. באין (לי) טקסט כזה, אני מדברת על הדברים האלה, בכמה מילים. ✓

הרבה תמרה שיפריץ: מתי

הם בלבד נותרו לי, רק בָּהֶם בְּלֵבָד

לא יָנַעַץ הַמֶּוֹת סָפִינוּ הַחֵד.

בְּמִפְנֵה הַדֶּרֶךְ, בְּעֶרֶב הַיּוֹם

יָקִיפוּנִי חֲרָשׁ, יִלְווּנִי דָם.

בְּרִית אֶמֶת הִיא לָנוּ, קֶשֶׁר לֹא נִפְרָד

רַק אֲשֶׁר אֶבֶד לִי – קִנְיָנִי לְעַד

(רחל בלובשטיין).² ✓

הרבה תמר דובדבני:

עת לקרוע

וכולן רשאין לשוללן, ולמוללן, וללוקטן ולעשותן כמין סולמות, אבל לא לאחותן (בבלי מועד קטן, כ"ו ע"א).³

אסוף מנשמתך את הקרעים –

הנך רשאי

לשוללן (לזכור אחרת)

למוללן עם הלשון

לכדי שירת חיים

או ללקטן

אחד

אחד

אסוף מנשמתך את הקרעים –

הנך רשאי

(האם אני מותרת?)

לעשותן כסולמות

אל חסדים קטנים

ולטפס

לאט

לאט

(תמר דובדבני). ✓



לזכרם של ההרוגים

במלחמה באדמות

אוקראינה

מרים קלימובה

יְזַכֵּר אֱלֹהִים אֶת בְּנָיו וּבָנוּתָיו,

נָשִׁים, גְּבָרִים וַיְלָדִים – חַפִּים מִפֶּשַׁע,

שֶׁנֶּאֱנָסוּ וְשֶׁנֶּרְצְחוּ בְּמִלְחָמָה הָאֲכָזְרִית.

יְזַכֵּר אֱלֹהִים אֶת הַחַיִּלִּים וְהַחַיָּלוֹת הַנְּאֻמָּנִים וְהָאֲמִיצִים,

שֶׁמִּגָּנִים עַל אוֹקְרַאיִנָּה,

אֶת הָרוּפָאִים וְאֶת הָאֲחִיוֹת

אֲשֶׁר מָסְרוּ נַפְשָׁם לְמַעַן הַצֵּלַת אָדָם.

זָכַר לְכָבוֹת טְהוֹרִים יִשְׁמַר לְדוֹר וָדוֹר.

אֵל מְלֵא רַחֲמִים שׁוֹכֵן בְּמְרוֹמִים,

הַמָּצֵא מְנוּחָה נְכוֹנָה תַּחַת כִּנְפֵי הַשְּׂכִינָה

לְנִשְׁמוֹת אֱלֹפֵי בְנֵי וּבָנוֹת אוֹקְרַאיִנָּה

שֶׁנֶּהְרָגוּ בְּשִׂאיֶפָה לְשָׁלוֹם.

אֲב הָרַחֲמִים, תְּהִיֵּינָה נַפְשׁוֹתָם

צָרוּרוֹת בְּצָרוֹר הַחַיִּים תַּחַת כִּנְפֵי הַשְּׂכִינָה,

וַיָּנוּחוּ בְּשָׁלוֹם עַל מִשְׁכָּבָם. וְנֹאמַר: אָמֵן.

אופיר גלילי ואור הלבֶּרֶכְט, **עת לקרוע ועת לתפור**, 2008.

סיכות כסף ואבנים

תכשיטי האיחוי לבגד קרוע של אבלים נוצרו בהשראת אותות מלחמה וזיכרון.

הם אוצרים את הרגע שבין הקרע לתיקונו: באמצעות הסיכות מושהה תהליך

האיחוי בהנציחו למעשה את הקרע.

המתבכיינות: בנות דינה

במסע להשבת הקינה

אילה שעשוע־מירון

בשנת 1975 התפרסם השיר "היכן החייל שלי"; כתבה, הלחינה ושרה אותו אהובה עוזרי, שעשתה אז את צעדיה הראשונים בזמר המזרחי בארץ. השיר, שזיכה את אהובה בתואר "המלכה של ישראל השנייה", נכתב בסגנון שונה מכל מה שנשמע עד אז על במות ועל גלי האתר, כולל בעצרות זיכרון ובטקסי יום הזיכרון הממלכתיים. השיר דיבר בשפה טקסית אחרת, שפה עתיקה שלא במקרה נגעה ישירות אל לב השומעים, בפרט אלו שהגיעו מרקע מסורתי: שירת הקינה.

"כשהיא [אהובה] שרה את 'החייל שלי' [...] היא מצליחה לסחוט מהקהל שלה מה שאריק איינשטיין לא הצליח מעולם לסחוט מקהלו־שלו", כותבת שרית ישי בכתבה על אהובה עוזרי בספטמבר 1976, זמן קצר אחרי ההצלחה המטאורית של האלבום הראשון של עוזרי, שנקרא על שם השיר.¹

בראשית דרכה היתה עוזרי המקוננת של שכונת כרם התימנים. היא כתבה את השיר "היכן החייל שלי" כשיר קינה על בנה של שכנתה, שהיה חייל מילואים במלחמת יום הכיפורים והוכרו כנעדר. כך יצרה היוצרת הצעירה את המפגש הבלתי צפוי בין הזמר העברי לשירת המקוננות.

מיהן המקוננות?

המקוננות היו נשות קהילה בחברות מסורתיות, שתפקידן היה לקונן על חברות וחברי קהילה שהלכו לעולמם, כחלק משמעותי ממנהגי האבל הקהילתיים – החלק שהופקד באופן בלעדי בידי נשים, כאשר הגברים מלאו את התפקידים ההלכתיים כמו אמירת קדיש, תפילה ולימוד בבית האבלים. משנת כתובות (ד', ד') מציינת במפורש שנוכחותה של מקוננת אחת לפחות היא חלק בלתי נפרד מלוויית המת: "רַבִּי יְהוּדָה אָמַר: אֶפְלוּ עָנִי שֶׁיִּשְׁרָאֵל, לֹא יִפְחַת מִשְׁנֵי חַיִּילִים וּמִקּוֹנָנָת".

שירתן של המקוננות היתה שירה ריטואלית, חזרתית, המשלבת בכי וצווחות, שלצידן מחוות אֶכָּל כמו טפיחה על הגוף, ספיקת כפיים, הכאה על החזה ולעיתים גם שריטות

על העור. במקרים רבים כתבו המקוננות עבור המת שירים ולחנים מיוחדים, המתארים את מעלותיו ומשחזרים את נסיבות פטירתו. נראה שתפקידן היה קודם כל לעורר את הנוכחים לבטא את רגשות האֶכָּל ולעוררם לבכי, וברובד העמוק והמסתורי הן גם ליוו את נשמת המת בצאתה לדרכה מן העולם. בהקשר החברתי הן שמשו נציגות הקהילה, שהביעו בקולן ובמחוותיהן את שותפות הקהילה בכאבם של האבלים על האובדן שחוו.

כמו מנהגים מסורתיים אחרים, בפרט כאלה שעברו כמסורת בעל־פה מסבתא לנכדה ומאם לבת, נוכחותם של המנהגים והמסורות הללו הולכת ודועכת. בארץ היה תהליך הדעיכה מהיר במיוחד, כאשר המנהגים שאותם הביאו עולות מארצות המזרח, תימן וצפון אפריקה הלכו והתפוגגו תחת מכבש "פור ההיתוך" הישראלי. המדינה החליפה את הקהילה, האפוק וההתנהגות ה"מכובדת" החליפו את ביטויי הרגש הקמאיים במהלך שמשמעו היה שטקסי האבלות הופקדו באופן גורף בידי גברים. כך קיבלנו מחיקה כמעט מלאה של הקינה ממנהגי האבלות בארץ. במקום התפרצות הכאב והבכי, פגשנו את האמירה המקוממת: "באתי לנחם ויצאתי מנוחם", כשבח להתנהגות המאופקת והרצויה של המתאבלים.

עם זאת, בשנים האחרונות, עם התעוררות הרצון של הדור השלישי לחקור ולשחזר את המסורות שהביאו אתן ואתם הסבים והסבתות, חזרו המודעות והסקרנות ביחס לנוכחות המקוננות בטקסי האבל. כך למשל מתאר הזמר שי צברי את מקורות ההשראה שלו: "המוזיקה והשירה תמיד היו שם. אבי היה שליח ציבור ולימד אותי את הפיוטים ואת טעמי המקרא בניגון התימני, וסבתא שלי הייתה מקוננת בהלוויות".²

בנות דינה – להחזיר את הקינה על כְּנָה?

היינו קבוצה של רבות שהתחילה להיפגש במהלך שנת 2015 במטרה להשמיע קול יהודי־רבני בנושא של פגיעה מינית. חיפשנו שפה יהודית טקסית שנוכל לדבר בה על מנת להדהד את הנושאים הקשים של גילוי עריות, אונס ואלימות מגדרית ולתת להם קול. התחלנו עם דינה המקראית (בראשית ל"ד). רצינו להשמיע את זעקתה האילמת, המושתקת של דינה, שהגברים סביבה מחליטים, בוחרים ועושים בה כרצונם, בעוד שקוֹלָה לא נשמע. שאלנו את עצמנו מי היתה דינה, מה עלה בגורלה, האם זכתה לצאצאים, למשפחה. רצינו להיות בנותיה שמשמיעות קול ומקימות את השבט האבוד, השבט השלושה־עשר, על שמה.

^[1] שרית ישי, "שיר הסירים", העולם הזה 2038 (1967), עמ' 73-74.

^[2] עינת אוליבייר, "שי צברי סוף סוף עובר לפרונט ומשיק אלבום בכורה: 'שחרית'", מעריב, תרבות/מוסיקה (1 בפברואר, 2015).

החיפוש אחר שפה טקסית המדברת על פגיעות מיניות, מעלה מודעות אל גודל הבעיה ומורכבותה, ומבקש מענה עבור נפגעים ונפגעות, הוביל אותנו לכיוונים שונים, בהם חקירת נושא המקוננות כעיסוק נשי שהיה חלק משמעותי וחשוב בקהילות מסורתיות. רצינו ללמוד מחוכמתן של נשים קדומות, ללמוד מהאופן שבו עוררו והעירו את תחושת הכאב, הציפו את הדמעות, והשכילו לארוג את הכאב לתוך הרקמה הקהילתית כחלק ממחזוריות החיים שחווים חִבְרִיָה. בכך היינו שותפות לנביא ירמיהו, המקביל בין אמנות הקינה לבין חוכמה. הנביא קורא למקוננות כמי שבחוכמתן יעוררו את האפשרות לבכות על אובדן וחורבן (ירמיהו ט', ט"ז): "כה אָמר ה' צָבָאוֹת: הַתְּבוֹנְנוּ וְקִרְאוּ לְמִקּוֹנְנוֹת וּתְבוּאֵינָה וְאֵל הַחֲכָמוֹת שְׁלַחוּ וּתְבוּאֵנָה, וּתְמַהֲרֵנָה וּתְשִׁנָּה עֲלֵינוּ נָהִי וְתִרְדְּנָה עֵינֵינוּ דְמָעָה וְעַפְעָפִינוּ יָאֵלוּ מֵיָם". ביקשנו גם אנחנו להיענות לקריאתו של הנביא ללמוד וללמד את אמנות הקינה (שם, י"ט): "וְלַמִּדָּנָה בְּנוֹתֵיכֶם נָהִי וְאַשָׁה רְעוּתָהּ קִינָה".

בין פגיעה מינית למונהגי אָבִלוֹת

שלושה מקורות השראה טוו עבורנו את הקשר בין שני העולמות.

מקרא: המקור הראשון, אולי מפתיע בפשטותו, לקוח מפרשת כי תצא, שם נקשר אונס הנערה המאורסה בשדה למעשה רצח (או רצח הנפש?) (דברים כ"ב, כ"ה-כ"ז): "וְאִם בַּשָּׂדֶה יִמָּצֵא הָאִישׁ אֶת הַנַּעֲרָה הַמְאֲרָשָׁה וְהִחָזִיק בָּהּ הָאִישׁ וְשָׁכַב עִמָּה [...] כָּאִשֶּׁר יָקוּם אִישׁ עַל רֵעֵהוּ וּרְצָחוֹ נָפֵשׁ כֵּן הַדָּבָר הַזֶּה".

עדות: באחד ממפגשינו הראשונים סיפרה אישה על אונס קשה שעברה בגיל צעיר, ועל תקופה מורכבת בבגרותה שבה התמודדה עם התפרצות מחדשת של הטראומה: "כל מה שרציתי היה להתאבל. לשבת על הרצפה ולהתאבל. רציתי שיאכילו אותי, רציתי שישבו איתי על הרצפה, שיבכו איתי. זה הכל".

סיפורי החיים של נפגעות ונפגעים תיארו לנו פעם אחר פעם מהלך של חורבן בית: אובדן תחושת הביטחון והאחידה בקרקע, חורבן היכולת לתת אמון, אם במקרים שהפוגע/ת הוא בר־משפחה, והבית איננו עוד מקום בטוח, או במקרים שהמשפחה אינה נותנת גיבוי ותמיכה לנפגע או לנפגעת ופועלת להעלים את הפגיעה. זהו חורבן בית במובן הבסיסי והעמוק ביותר, ועליו ביקשנו לקונן יחד, כיחידים וכקהילה.

הלכה: דיני אבלות בשולחן ערוך מורים לאָבֵל להישאר בביתו. יוצא מן הכלל הוא המקרה שאין באפשרותו של האָבֵל להתפלל במניין, אז הוא יכול לצאת מביתו על מנת להצטרף לתפילת מניין בבית הכנסת (ראו שולחן ערוך

יורה דעה, שצ"ג, א'-ג'). מההלכה שאבנו את ההשראה לחשיבותה של הקהילה, ובעיקר המניין, בתהליך ההתמודדות עם אבל.

כשכל החוטים הללו (ונוספים) נשזרו זה בזה, התחלנו לראות את כוחה של ההתכנסות יחד כמעגל של עֲדוֹת ואָבִלוֹת שמציע לנפגעות הקשבה, תמיכה, שהייה במקום של הכאב לצד מחוות טקסיות של שירה, תפילה, הדחה, טבילה, ברכה, ודרכם אולי זריעת זרע של ריפוי ותקווה, כאשר הכאב האישי נארג לרקמה רחבה יותר של קהילה ושל חיים.

לבנות ולהתכניין, לקונן ולקונן

לפני הוצאתה להורג על ידי אביה, מבקשת בת יפתח: "וְעֲשֵׂה לִי הַדָּבָר הַזֶּה: הִרְפָּה מִמָּנִי שְׁנַיִם חֳדָשִׁים וְאֶלְכָה וְיִרְדְּתִי עַל הָהָרִים וְאֶכְפֶּה עַל בְּתוּלֵי אֲנָכִי וְרַעוּתָי [...] וְתָהִי חֶק בְּיִשְׂרָאֵל מִיָּמִים יְמִימָה תִּלְכְּנָה בְּנוֹת יִשְׂרָאֵל לְתַנּוֹת לְבַת יִפְתָּח הַגִּלְעָדִי אֲרֻפַּעַת יָמִים בַּשָּׁנָה" (שופטים י"א, ל"ז-ל"ט). גם אנחנו רוצות לבכות את בכיה של בת יפתח, הסובלת מהורות שבמושגים שלנו היום אפשר לכנותה הורות נרקסיסטית. האמנם לא נמצאה שום דרך להתיר את הנדר ולהציל את בת יפתח מגורלה? גם לה, כמו לדינה, אנחנו רוצות לתת קול. אנחנו מבקשות ללמוד ממנה על טקס הקינה שהיא מקיימת עם חברותיה במטרה לבכות ולתנות את גורלה הקשה מנשוא – בת המוקרבת בתוך ביתה, בידי אביה.

אנחנו רוצות ללמוד מבת יפתח להתכניין.

כשאנחנו שומעות היום את המילה "להתכניין", ברוב המקרים הכוונה היא לאדם שמרבה להתלונן. אך מילון אבן שושן הוותיק מתייחס למילה להתכניין במובן המקורי של צורת הפועל: התפעל, שמכוונת אל פועל רפלקסיבי, שאדם פועל על עצמו. אנחנו רוצות להתכניין במובן של לגרום לעצמנו לבכות, לעורר את עצמנו לבכי, לעורר לבכי את החברה שבה אנו חיים, על מנת להכיר בגודל הפגיעה, בעוצמת הכאב ובצורך הקריטי להגן עלינו מפני הפגיעה הבאה.

האפשרות להגיב על סיפורים של פגיעות מיניות, אונס וגילוי עריות, היא קודם כל לשהות ולבכות להן ולהם, לבכות ולקונן ולתנות. הדמעות, כמו דמעותיהן של סבותינו המקוננות, יהיו אלה שיעוררו את הכאב, שיביעו את גודל הפגיעה, שיתאבלו על חורבן התום. כמו המקוננות המסורתיות אנו מבקשות לרקום את האובדן אל תוך רקמת חייה של הקהילה ולהציע את שותפותה. בעת ובעונה אחת אנו מתפללות כי הדמעות הזולגות ושוטפות יציעו הַטְהָרוֹת, ריפוי והחזרת השלום הפנימי.


 נועה טריפ, **נר ונוכים/מזרעי למר"ן**, 2017.

בצל ואפוקסי. צילום: אורי לבני

ממש כמו אילה שעשוע מירון במאמרה על "המתכיינות", המבקשת מסורת של עידוד בכי כהתמודדות עם אבל, טריפ משתמשת בבצל חי כדי

לגרום לבכי.

"וְאֶנֶכִי עֶפְרָאִי וְאֶפְרַיִם: שריפת המת/ה בהלכה'

טליה אבנון־בנבנישתי ובנג'י גרובר

אנו מבקשים לכבד את השואלים והמתעניינים בשריפת הגוף לאחר המוות ולשקול בכובד ראש את רצונם כמו גם את הרצון מצד הפוסקים להכיל את בקשתם בתוך מסגרת יהודית הלכתית ו/או וליטורגית.

הקושי הרב להתמודד עם המרכיבים הפסיכולוגיים הקיימים בנושא זה, נובע בעיקר מן המחסום הרגשי של כולנו, דור ראשון, שני ושלישי לשואה שעדיין חיים בצל הזיכרונות, העדויות והסיפורים הקשים המעלים את המעשים הנתעבים של הפושעים הנאצים, הקשורים בקשר היסטורי ותרבותי אל המשרפות. אנו מבקשים לחיות בצל אותה תודעה ולבדוק את בקשתם של יהודים המבקשים לנתק בחייהם את הרעיון ששריפת גופות היא בבעלות אותו זיכרון, ולצקת לעצמם משמעות אחרת, לא עדיפה, לא חלופית, אלא משהו בשבילם.

הפסיקה ההלכתית עד ימינו

השאלה שמעסיקה אותנו, הגיעה לשולחנה של היהדות הרפורמית האמריקאית כבר בשנת 1891 ורבנים ופוסקים רפורמים לא הפסיקו להידרש לשאלה זו עד ימינו אלה, תוך גילויי דעות שונות ומנוגדות בעניינה ושינוי העמדה הרשמית המייצגת גוף זה לפרקים. מתוך עיון בתשובות הרפורמיות שניתנו בעבר עולות שלוש תפיסות ביהדות הרפורמית בארה"ב: הראשונה, העמדה המקבלת את שריפת הגוף; השנייה, המנוגדת לראשונה, הינה הנחת יסוד לפיה דרך הקבורה היהודית הנורמטיבית הינה קבורת הגוף; והשלישית הינה מגמה המתחזקת בשנים שלאחר השואה, המבקשת לא לקבל שריפת גופות משום ההקשר האפל מבחינת היהדות והאנושות שנחרט בתודעה לאחר השואה. יש לציין כי גם אצל יהודי מדינות חבר העמים עולות בשנים האחרונות בקשות לקיום טקסי פרידה סביב שריפת גופות וישנם מקומות כגון מוסקבה ופטרבורג בהן זוהי אופציה יחידה לטיפול בגופה או שאופציות אחרות יקרות ביותר.

השו"תים בעניין זה כמו גם דיונים הלכתיים־רעיוניים במסגרות אורתודוקסיות נגד שריפת גופות הינם מאוחרים ושורשיהם בני מאה וחמישים שנה בלבד. עובדה זו מראה

שדיונים אלו, לא רק שאין להם תקדימים היסטוריים־הלכתיים אלא שהעיסוק בהם גובר בפאתי העת החדשה ומעיד כנראה על שינוי המתהווה בקרב הציבור. לצד מהלכיה של הפסיקה הרפורמית בארה"ב, בשנת 2006 פורסם כי הרבנות הראשית פסקה הלכה לפיה אסור לשרוף גופות לאחר הפטירה. לאור זאת, קבעו הרבנים הראשיים כי אדם שציווה לשרוף את גופתו, אין לשבת עליו שבעה ואין לנהוג בו שאר מנהגי אבילות. לדעתנו, זו לא השפה של "הלכה שפויה"² בה אנו מצדדים ואשר מנחה אותנו בכתיבת תשובה הלכתית זו.

במסכת סנהדרין מובאת ההלכה כי אם אדם מבקש לא להיקבר אין לשמוע לו (בבלי סנהדרין, מ"ו ע"ב). דברי הגמרא מובאים להלכה אצל פוסקים רבים בנימוק: "אבל אם צוה שלא יקבר אין שומעין לו, שהקבורה מצוה שנאמר כי קבור תקברנו" (רמב"ם, משנה תורה הלכות אבל, י"ב, א'). לעומת זאת, במסכת גיטין נאמר כי מצווה לשמוע לבקשת המת (בבלי גיטין, י"ד ע"ב). בפסיקותיהם של רבנים רבים במאה התשע עשרה נגד שריפת הגופות מוזכרות חמש סיבות מרכזיות:³ הראשונה – משום שבשריפה אין ממלאים את המצווה והחובה ההלכתית של "קָבוּר תִּקְבְּרֶנּוּ" (דברים כ"א, כ"ג). שנית – קבורת האפר עצמו לא מוציאה ידי חובת מצווה זו. שלישית – בשריפת הגוף יש משום ניוול או בזיון למת. רביעית – איסור מטעמי חוקות הגויים. חמישית – משום תחיית המתים (נימוק שככלל לא התקבל להלכה).

ראוי לציין כי בעולם המקרא אנו מוצאים שריפת גופות, ככל הנראה דווקא כביטוי של יתר כבוד למת, אם כי האזכורים לכך ספורים. בספר שמואל מתואר שהפלישתים מבזים את גופות שאול המלך ובניו ואילו חייליו מצילים אותם ומביאים אותם לשריפה (שמואל א', ל"א, ח'-י"ג). כך גם מתוארת קבורת אסא מלך יהודה בפירוט רב הכוללת: "וַיִּקְבְּרֻהוּ בְּקִבְרֹתָיו, אֲשֶׁר כָּרָה לוֹ פְּעִיר דָּוִד [...] וַיִּשְׂרְפוּ לוֹ שָׂרָפָה, גְּדוּלָּה עַד לְמָאד" (דברי הימים ב', ט"ז, י"ד). כך שבעיני המקרא, בניגוד לפוסקים המודרניים, שריפת הגופה וקבורתה אינן סותרות זו את זו. בדברי הימים אף מתואר חוסר שריפה כביטוי של ביזוי ליהורם מלך יהודה ש"לא עשו לו עמו שרפה כשרפת אבותיו" (דברי הימים ב'

כ"א, י"ט). רד"ק מביא מסורת חז"לית לפיה נהגו לשרוף את גופות המלכים כדי שלא יעלו רימה ותולעה מתוך כבוד.⁴ עם זאת ישנם מקורות חז"ליים המלמדים כי שריפת הגופה היא אקט של ביזוי.⁵ נראה שגור דינו של הפושע הנאצי אדולף אייכמן לפיו גופתו תישרף והאפר יפוזר מחוץ לשטחה הטריטוריאלי של מדינת ישראל נשען על תפיסה זו.

שיקולים הלכתיים התומכים בשריפת הגופה

כבוד המת הוא עיקרון מרכזי בתפיסה ההלכתית בטיפול בנפטר ובהתייחסות לרצונו, ויש לו משמעות רבה גם עבור האבלים. "שכל העושה אינו אלא לכבודו של מת – הכי קאמר: כל העושה לכבודו של חי – אין בו בזיון למת" (בבלי, סנהדרין, מ"ו ע"א). בהקשר זה אנו סבורים שראוי כי פעולת קבורת האפר או פיזורו לא יעשו מבלי להעניק להן ממד טקסי. אנו גם ממליצים שלא להימנע מלקיים את כל מנהגי ודיני האבלות היהודיים לפי דיני העדה הדתית של הנפטר ומשפחתו. כשם שהיה יהודי בחיים, כן הוא במותו, מבלי שהדבר ייקבע על פי אופני הסיום של חייו.

במערכת השיקולים העומדת לנגד עינינו בעניין זה ניצב מדרש מתנחומא: "אומה זו שנתתי לה חירות על הלוחות" (תנחומא כי תשא, ט"ז). לפי שגבולות והגדרות החברה היהודית המסומלות על פי הכתוב בלוחות הברית, מקבלות מעמד שווה לערכה של החירות החיונית לקיומו של העם היהודי. מכאן מסקנתנו היא ששריפת גופות, המבטאת בעיני האדם היהודי על ערש מותו את קיומה של חירותו בעיניו, עליה להתקיים גם בתוך מסגרות יהודיות וטקסי חיים יהודיים ולא מחוצה להם.

שיקול חשוב נוסף, הוא האפשרות החוקית במדינת ישראל לעשות זאת, בהתאם לחוק הזכות לקבורה אזרחית חלופית, התשנ"ו-1996. איננו מעוניינים בתשובות הלכתיות הסותרות את מחויבותנו לחוקי המדינה.

שיקול אחרון שאנו מבקשים להדגיש, ומשקלו הולך ועולה בשנים האחרונות, הוא השיקול האקולוגי. אנו נדרשים למתח בין ניצול של אדמות לצרכי קבורה הגוזל שטחים רבים אל מול תרחיש חדש המאיים על עולמנו, לפיו ניצול בלתי מושכל ושאינו מבהיר דפוסי חשיבה אקולוגיים־סביבתיים לטווח ארוך מהווים סכנה סביבתית. הציווי שניתן לנו לעבוד את האדמה, לשמור ולשְׁמֹר אותה, מכון אותנו למחשבה שהשיבה אליה במותנו, צריכה להיעשות בהקפדה על עקרונות אלו. לפיכך גם יכולה להתבסס הנחה

לפיה יש לשוב אל האדמה באותה הדרך בה היא הולידה אותנו: "עַד שׁוֹכֵף אֶל הָאֲדָמָה כִּי מִמֶּנָּה לָקַחְתָּ כִּי עֶפְרָאֲתָהּ וְאֶל עֶפְרָתָשׁוֹב" (בראשית ג', י"ט). הווה אומר: שריפת הגופות הינה פעולה של מיחזור, משום שהאדם חוזר אל מקוריותו. עם זאת נציין כי לדאגה הסביבתית ההולכת ומוצאת מקום רב של מחשבה ועשייה בחיינו, דרושים פתרונות דחופים ושריפת הגופה היא פתרון אפשרי אם כי לא יחיד.

טומאה וזיכרון

העיקרון היהודי של טומאת המת, שהוא אבי אבות הטומאה, נועד ליצור חציצה בין החיים למוות, להימנע מקידוש המוות ולא לתת למוות לשכון דרך קבע במחוזות חייהם של האבלים. אפרו של אדם שאינו טמון בקרקע או מפוזר במקום שאינו רחוק ממקום מגוריהם הקבועים של האבלים עליו, יכול לפגוע בשמירת המחיצה בין החיים לבין המוות.

לאור האמור המלצתנו היא להשאיר את המת רחוק, בתחום הזיכרון אך לא לעשותו מקדש. הזיכרון הוא האמצעי היהודי התרבותי, הרגשי והקוגניטיבי החזק ביותר שעומד לרשותנו בכל תרחיש תרבותי, דתי, אישי, משפחתי וכו'. השימוש בתחום הזיכרון כמבטא את הקרבה אל הנפטר היא ראויה בעינינו, פחות מכך השימוש באפרו כדי לחוש את אותה קירבה. לפיכך לא ראוי בעינינו כי האפר יישמר בבית או בסביבתו כפי שמקובל במנהגים נוצריים.

שנית, שאלת הזיכרון היא בעינינו שאלה משמעותית בביטוי צורכיהם של החיים. יש צורך לאפשר גם עבור אלו שציון מצבה אינו מהווה עבורם רק סמל של גוף הנפטר, תרבות של זיכרון הקשור במקום משום "יד ושם". מקום שהוא בית הזיכרון. לצורך קיום הזיכרון, ניתן לבחור בפיזור האפר במקום המציין את הקשר הרגשי/הביוגרפי של המת או של הזוכרים. אפשרות נוספת היא קבורת האפר ויצירת מצבה למת בבית קברות אזרחי.

אנו מבקשים לבטא את חירותו של האדם בתוך גבולות המסורת. לשמור על עקרונותיה בכבוד המת, ביצירת חציצה בין המתים לחיים, ועם זאת בשמירה על זכרונו של המת בין החיים. כל זאת, תוך שאנו ערים למשמעויות ההיסטוריות המכבידות שמלוות את התודעה היהודית לגבי שריפת גופות מצד אחד, וליתרונותיה האקולוגיים האפשריים מצד שני. כך או כך, עיקרי בעינינו שמי שהיה יהודי בחייו, יוכר כיהודי גם במותו, וייכלל במסורת היהודית גם אם ביקש לשרוף את גופתו.

^[1] פירוש הרד"ק לספר שמואל א', ח', י"ב, ד"ה "וישרפו אותם שם"

^[2] ראו למשל בבלי סנהדרין, פ"ב ע"א

אבן, אש ומים בבית העלמין

אריאל פוגלמן

הנחת האבן, הדלקת הנר ונטילת הידיים עוברות כמנהגי אבלות בעם ישראל מדורי דורות, ונושאות משמעות מעצם נוכחותן ברגעי פרידה יהודית רבים מספור. ברשימה קצרה זו אציע כמה רעיונות למיקוד הכוונה בחלקים אלה במסורת האבל העברית.

אבן: מנהג כיסוי הקבר באבנים החל את דרכו כפתרון פרגמטי המבטיח שגופת הנפטר/ת לא תישחת בידי בעלי חיים או בנסיכות אחרות. בתוך כך גל האבנים מהווה גם נקודת זיכרון לנפטר/ת גם בקברים המכוסים מצבות אבן, שבהם לא הועילו האבנים לקבורה עצמה, המשיך מנהג הנחת האבן לשמש כהבעת כבוד של המבקרים. עם השנים הצמיח המנהג משמעויות נוספות. חלקן מבוססות על המורשת של האבן כסמל היציבות והנצחיות, סימול שמופיע כבר בתנ"ך – בו משמשות המילים הנרדפות לאבן לתיאור האלוקות הנצחית (למשל צירוף המילים "צור ישראל", המופיע בצוואת דוד [שמואל ב', כ"ג, ג'] וכדברי ישעיה הנביא [ל', כ"ט]). במילה אבן נתנו גם ראשי תיבות "אב, בן נכד" המייצגים את ההמשכיות מדור לדור. ההמשכיות של הנפטר/ת בעולם נובעת מאין ספור מילים ומעשים שהותירו חותם, וממשיכים להדהד בעולם באופן ישיר ועקיף. גם בומן האבל המרוכז כולו במורשת שהותיר, רק חלק קטן מכל ההשפעה המיוצגת באותה אבן קטנה, יוכל להיזכר. כחלק מהעברת הזיכרון גם לילדים שפחות זכו להכיר את הנפטר/ת, מנהגנו המשפחתי הוא לקיים פעילות יצירה של צביעה וקישוט האבנים מדי שנה לפני העלייה לקבר והנחתן על גבי המצבה.

אש: המנהג של הדלקת נרות על קבר הנפטר/ת הינו קדום מאוד. בקבר מתקופת הנביא ירמיהו שנתגלה בכתף הינום בירושלים, נמצאו יחד עם שני גלילי כסף של ברכת הכוהנים, שישים נרות חרס. המנהג של הדלקת נר נזכר גם במשנה, אך לא מובא שם טעמו (ברכות ח', ו'). מדרשים רבים ביססו את המנהג על הפסוק המדמה את הנשמה לנרו של בורא עולם: "נר ה' נשמת אדם" (משלי כ', כ"ו). גם בנר נתנו ראשי תיבות המורים על משמעות זו: "נפש, רוח". הריכוז במעשה הדלקת הנר מעלה את הנשמה בתודעת אוהביה, ויש אומרים שאף מביא לה נחת רוח במקום מנוחתה. כדברי רבינו בחיי אבן פקודה שפעל בתקופת תור הזהב של ספרד: "הנשמה נהנית בהדלקת הנרות [...] והשמחה ומתפשטת ומתרחבת מתוך הנאת

האורה" (רבינו בחיי על התורה, שמות כ"ה, ל"א). הנר מייצג במסורת את הרעיון של עילוי הנשמה שניתן להבנה כפולה: כ"עילוי" בעולם הנשמות וכעילוי בתודעה שלנו כאן ועכשיו. הגוף המתכלה משול לפתילה, ואילו הרוח לאנרגיה של הלהבה, המתפרקת מן החומר וממשיכה להאיר את העולם גם לאחר שהחומר מתכלה, כדברי חנה סנש: "אשרי הגפרור שנשרף והצית להבות". הדלקת הנר המאיר את הלילה מייצגת את נשמת הנפטר/ת המאירה את הדרך במשעולי החיים. מנהג יהודי איראן להדליק, בנוסף לנרות השבת, גם נר לעילוי נשמה של קרובים וקרובות שהלכו לעולמם.

מים: בכל בית קברות יהודי נמצא ביציאה עמדה לנטילת ידיים, שם נוטלים ידיים שלש פעמים ללא ברכה, ונוהגים גם שלא לנגב את הידיים לאחר הנטילה. סוגים שונים של פרידה מחיים מכונים במסורת היהודית טומאה, ודורשים טקס של טהרה. השרש ט.ה.ר מגיע ככל הנראה מהמילה צוהר – חלון. בהקשר שלנו הצוהר הוא פתח להתחדשות כדברי הנביא יחזקאל: ”וַיִּרְקְתִּי עֲלֵיכֶם מַיִם טְהוֹרִים וְטָהַרְתֶּם [...] וְנָתַתִּי לָכֶם לֵב חָדָשׁ וְרוּחַ חָדָשָׁה” (יחזקאל ל"ו, כ"ה). המים עצמם מסמלים את החיים שלא מפסיקים לنبוע ממעיין היצירה. את האבן המייצגת חיבור נצחי לנשמת הנפטר/ת, יש להשאיר מאחור, ואת המים החיים לקחת הלאה מבית הקברות: בדומה למילים מלאות התקווה של תפילת הקדיש, גם נטילת הידיים והמים הנשארים על הידיים ללא ניגוב, מייצגים את ההתנתקות הנדרשת מתהומות האבל והפרידה, והחזרה לעולם החיים, הממשיכים את הערכים, המעשים והחלומות של הנפטר/ת. ברגעים הקשים ביותר אנו מקבלים תזכורת למצווה "ובחרת בחיים".

חז"ל המעיטו בעיסוק בטקסי מוות ואבלות. עד שלב מאוחר למדי לא נכתבו הנחיות מפורשות ומפורטות בעניין הטיפול במת. גם כיום אין ביהדות פולחני מוות מורכבים כבתרבויות אחרות. אולם ניכר שלדידם של קדמונינו, חיים ראויים ראויים לכבוד במוות. יתר על כן, מוות ראוי מעיד על חיים ראויים (למשל, קהלת ז', א'-ב').

אתמקד כאן באירוע שהתקיים בשבעה לבנו של רב חייא בר אבא. התלמוד הבבלי, שבדרך כלל אינו נדיב בהבאת נוסחי תפילות וברכות, חושף מערך שלם של ברכות שכותרתן "ברכת אבלים". ניכנס לרגע לביתו של האב השכול באמצע ביקור מתוח של רבי שמעון בן לקיש, שילדיו למדו אצל רב חייא, כאשר הרב המנחם מבקש ממתורגמנו, יהודה בן נחמני, לעמוד ולברך ארבע ברכות בזו אחר זו. ניכר מן הכתוב שנוסח הברכות לא היה מגובש, וכי המתורגמן הגה אותן מלבו לפי ההנחיות של רבו (ואולי גם הן היו יצירה של אותו רגע), אבל בניסוח חופשי משלו:

אָמַר לוֹ [ריש לקיש]: "קום אָמַר דְּבָר דְּכָר כְּנָגַד שְׁבָחוּ שְׁל הַקָּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא".
פֶּתַח וְאָמַר: הָאֵל הַגָּדוֹל בְּרוֹב גָּדְלוֹ, אֲדִיר וְחָזַק בְּרוֹב נוֹרָאוֹת, מְחִיָּה מְתִים בְּמֶאֱמָרוֹ, עוֹשֶׂה גְדוּלוֹת עַד אֵין חֶקֶר וְנִפְלְאוֹת עַד אֵין מִסְפָּר.
בְּרוּךְ אַתָּה ה' מְחִיָּה הַמְּתִים.

אָמַר לוֹ: "קום אָמַר דְּבָר כְּנָגַד אֲבָלִים".
פֶּתַח וְאָמַר: אַחֲיֵינוּ הַמְּיֻנָּעִים, הַמְּדוּכָאִין בְּאֲבָל הָהָא, תְּנוּ לְבַבְכֶּם לַחֲקוֹר אֵת זֹאת.
זֹאת הִיא עוֹמְדַת לְעַד, נְתִיב הוּא מְשַׁשֶּׁת יְמֵי בְּרֵאשִׁית.
רְבִים שְׁתוּ, רְבִים יִשְׁתּוּ. כְּמִשְׁתָּה רְאשׁוֹנִים כָּף מִשְׁתָּה אַחֲרוֹנִים.
אַחֲיֵנוּ, בְּעַל נְחִמוֹת יִנָּחֶם אֶתְכֶם.
בְּרוּךְ מְנַחֵם אֲבָלִים. [...]

אָמַר לוֹ: "קום אָמַר דְּבָר כְּנָגַד מְנַחְמֵי אֲבָלִים".
פֶּתַח וְאָמַר: אַחֲיֵנוּ גּוֹמְלֵי חֲסָדִים בְּנֵי גּוֹמְלֵי חֲסָדִים, הַמְחִזְזִיקִים

ברכת אבלים: כותרות, תכנים ומה הלאה?

דליה מרקס

בְּבְרִיתוֹ שֶׁל אַבְרָהָם אָכִינוּ [...]

אַחֲיֵנוּ, בְּעַל הַגְּמוּל יִשְׁלַם לָכֶם גְּמוּלָכֶם.

בְּרוּךְ אַתָּה, מְשַׁלֵּם הַגְּמוּל.

אָמַר לוֹ: "קום אָמַר דְּבָר כְּנָגַד כָּל יִשְׂרָאֵל".
פֶּתַח וְאָמַר:

רְבוֹן הָעוֹלָמִים, פְּדֵה וְהַצֵּל, מַלְט, הוֹשֵׁעַ עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל מִן הַדְּבָר וּמִן הַחֶרֶב וּמִן הַבִּיָּזָה וּמִן הַשְׁדָּפוֹן וּמִן הַיִּרְקוֹן וּמִכָּל מִיַּי פּוֹרְעָנִיּוֹת הַמְתַּרְגְּשׁוֹת וּבָאוֹת לְעוֹלָם, טָרָם נִקְרָא וְאַתָּה תַּעֲנֶה.
בְּרוּךְ אַתָּה עוֹצֵר הַמַּגְפָּה.

(בבלי כתובות, ח' ע"ב, בתרגום המילים מהארמית).¹

הנה לנו ארבע כותרות או נושאים לברכות מטעמו של ריש לקיש, וארבע ברכות שניסח רב יהודה בר נחמני, וכך מתקבל מגבש ברכות שלם, אולי בדומה לשבע ברכות החתנים, המוצגות באותה סוגייה ממש.²

האם יש התאמה מלאה בין ה"עלילה" של נושאי הברכות לזו של הברכות עצמן? לפי הנחיותיו של ריש לקיש מיד אחרי שבחו של הקב"ה, הברכות מתמקדות באבלים עצמם, במנחמיהם ואז בכל ישראל. מן החוויה האישית והפרטית הן מובילות את הנוכחים אל הממד הקהילתי, וממנו אל הלאומי והכללי. רבי יהודה בר נחמני מעניק פירוש יצירתי להוראות רבו: הוא מתחיל באל מחייה המתים, ובתקווה שהמוות אינו סוף פסוק; הברכה השניה מפצירה באבלים להכיר בכך שהמוות הוא חלק מהחיים, ושהאל הוא מנחמם של האבלים; הברכה השלישית עוסקת בגמול למנחמי אבלים, אבל היא חותמת בהכרה בגמול האלוהי באשר הוא; והרביעית פונה אל האל בבקשה להצלה מכל צרה וצוקה, ונחתמת במילים "ברוך אתה, עוצר המגפה", משל היה המוות הפרטי מאד במשפחה המסוימת הזו בבחינת מגפה לכל ישראל. המערך בנוי כך שהברכה הראשונה והאחרונה פונות לקב"ה, והשתיים האמצעיות ל"אחינו" האבלים ומנחמיהם.

הן מערך הברכות שהוגה ריש לקיש והן התגשמותן במילים מלמדים על המנעד הרחב והיצירתיות שיש בידי מי שבאים ליצוק רגשות תהומיים ולא מילוליים בתפילות קצרות, קצובות אך מלאות רגש.

^[1] והשוו לתוספתא ברכות ג', כ"ג-כ"ד

^[2] ראו שמואל גליק, אור נגה עליהם, הזיקה שבין מנהגי נישואין למנהגי אבלות במסורת ישראל, ירושלים: שוקן, תש"פ.

נעזוב את ביתו של הרב האבל על מות בנו, ונעבור לתפילות ימינו. ברכות אלה נעלמו כמעט לגמרי מסדר החיים היהודי, ואם יש להן זכר, זה בקיצור נמרץ בברכת המזון.³

האם יש מקום בימינו לחידוש ברכות לאבלים – על תכניהן, אופיין ועל הניסיון הנוגע ללב שהן מבקשות לתת מידה של נחמה על שאין לו נחמה?

קדיש לבת חוה

רינה לבנון

בהשראת "קדיש" | טלי אורון

עובד לקראת טקס הפרידה ממרים אבין ז"ל, יוני 2021

תתגדל ותתקדש בת־חוה

על שידעה כי מן העפר היא ואל העפר תשוב

ועל אף זאת בחרה בחיים ושמחה,

ועלצה, ורגשה, ואהבה.

תתברך ותשתבח בת־חוה

אשר מן החומר באה ואל החומר שבה

והיתה חיה ושוקקת, תאבת דעת ושמחה, צוחקת ודומעת

רוגזת ומרגיזה, אוהבת ואהובה

כי בת אנוש היא.

תתפאר ותתרומם בת־חוה על כי דבקה בחיים ולחמה עליהם בפיכחון, באומץ, בגבורה, וללא מורא.

תתנשא ותתהדר על כי ידעה כי מצויה בה מידת האהבה.

על כל אלו ועוד תתגדל ותתקדש,

תתברך ותשתבח, תתנשא ותתהדר, ותתעלה בת־חוה

____ בת ____

בת זוג

אחות

אמא

וסבתא אהובה

לנצח נצחים, לעולם ולעולמי עולמא.

לו נמצא, בעגלא ובזמן קריב,

מעון נאות לשכן בו את הזיכרון.

לו נמצא, לו נמצא מנוחה נכונה,

מנוחה נכונה – לגעגוע.

פרידה

זה לא עניין של מה בכך

עתליה בן ארי

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ

לְרִקּוּד בְּמִסְכָּה הַזֹּאת בְּבִרְלִין.

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ

הַחֲבֵרוֹת הַמוֹפְלָאָה הַזֶּה עִם יִסְמִין.

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ

נִמְרֹד וְאַסַּף וְלִירוֹן וְשִׁקְדוֹס.

זֶה מִמֶּשׁ לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ

נְעָמִי, אַחֲרֵי כָל כֹּף הַרְבֵּה שָׁנִים, וְהַרְיוּדִים הָאֵלֶּה.

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ

הַבַּחוּרָה עִם הַרְיוּד שֶׁל הַפֶּחַד מְטִיסָה,

וְזֶה שֶׁהִיא מְדַבֶּרֶת דּוֹקָא עַל חֹטֵא הַהִיבְרִיס.

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ

הַקְּעָקוּעַ הַחֲדָשׁ וְשִׁכְכָה דִּי בְּמִקְרָה צ'לוּ, כְּזֶה מוֹכֶשֶׁר, הַצָּלִיחַ לְצִיר אֶת מָה שְׂדֵמִינִתִּי בְּלִי שִׁבְכָלֵל יְדַעְתִּי שָׁזָה מָה שְׂאֲנִי מְדַמִּינֶת.

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ

שְׂמִקְרִינִים אֶת צָלִילֵי הַמוּזִיקָה בְּאִיזָה פֶּאֶב מְסֻפָּרָה. בְּדִיוֹק אַחֲרֵי שְׂדַבְּרָנוּ עַל זֶה.

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ,

אַמָּא וְשִׁירוּלִי וְרוּמִיו.

לֹא סֶתֶם מִשְׁפָּחָה.

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ

שׁוֹתֵפִים כְּאַלֶּה. לְאַף אֶחָד אֵין כְּאַלֶּה.

לִילִי, לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ.

יְלָדָה בַּת פָּחוֹת מִשְׁלוֹשׁ שְׁמֶלְמֶדֶת אוֹתִי אֶהְבֶּה מְסוּג שֶׁלֹּא הַכֶּרֶתִי.

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ שְׂמַתְמִידָה בִּיּוֹגָה,

שְׁהַסִּירוֹת שְׁלִי שְׁטוֹת כְּבֶר בִּיּוֹתֵר מִמָּאָה בְּתִים.

שְׂמַצְלִיחָה לִיצוֹר.

עוֹד.

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ

הָאֲנָשִׁים הַמוֹפְלָאִים שְׂאֶסְפִּתִּי וּפְגִשְׁתִּי בְּדֶרֶךְ.

וְזֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ

הָאֲנָשִׁים שְׁבוּחָרוֹת לְהַגִּיעַ לְהַסְתַּפֵּר אֲצִלִּי.

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ

לְהַצָּלִיחַ לְרִאוֹת אֶת הַקְּסָמִים.

זֶה לֹא עֲנִין שֶׁל מָה בְּכֶךְ שְׁהַסְתַּדֵּר לִי כֶּכָּה.

אַפִּילוּ אִם רַק לְעֶכְשִׁיו.

3 ראו למשל, סידור **תפילת האדם**, ירושלים: התנועה הרפורמית ומועצת הרבנות הרפורמית (מר"מ), 2020, עמ' 406, 411.

הנה סירה

עתליה בן ארי

הנה סירה;

הנה הודמנות

להפליג לכל מקום שרק נרצה לדמין.

הנה סירה;

הנה דרך חדשה;

הנה נקי, מהתחלה.

כמו שתמיד רצית לבקש,

אכל היה לך לא נעים;

או שידעת שאי אפשר

בחוקים של העולם הישן.

הנה עולם חדש;

הנה סירה;

יש לך הודמנות,

הכל מהתחלה;

וזה יהיה אחרת, כמו שתמיד את מבטיחה;

ארץ חדשה.

טו בשבת

נעמי בן ארי

טו בשבת. שנה.

היום הזה לפני שנה נפרש בפני

את חולה, נפילה אחרונה –

אין לדעת,

עד שברור שלא תבוא עוד אחת אחריה.

את סוללת את דרכך

את דרכך הבאה

ואני בליקוי.

ליקוי לבנה הלילה

ליקוי לבנה לפני ששה חדשים – טו באב

וליקוי שלי ביום לכתך –

אל תשלחי ידך, הניחי לה.

רק בדיעבד נדע – וגם אז תותר שאלה.

את

שחיית בעוצמה

שחיית במלואך

שעשית ככל יכולתך.

שהענקת הרבה יותר ממה שידעת

בעודך כאן.

ועכשיו אני כאן ואת שם

במקום שבו שלוח

עולם שקלו טוב.

מי יתן ושהט לך במידה הנכונה.

ב א ה ב ה

אמא

להישאר עם הכעס

ג'קי שיין (תרגום: אפרת רותם)¹

נאמר בעמידה "מחייה מתים".

אלוהים, מה זה עוזר לי עכשיו?

אחרי שלקחת ממני, מוקדם מדי ובאכזריות רבה מדי,

אדם אהוב שלבי מלא געגועים אליו.

יש מוות בעולמך מבלי הסבר –

מדוע עצים נופלים,

מדוע הרים מתמוטטים,

מדוע לווייתנים שוקעים לתהומות

והאהובים עלינו נעלמים –

בשל כך אני כועס/ת פעמיים, אלוהים.

פעם אחת על המוות,

ופעם אחת עליך,

יוצר

והורס.

ואיני יכול/ה לומר,

אמן.

1 מתוך: Sidur Shaar Zahav, San Francisco, Congregation Sha'ar Zahav, California, 2009, p. 553.
תודה למחברת על אישור פרסום התרגום.

"וְאֵנִי תִפְלֹתִי לָךְ ה'

עַתָּה רְצוֹן

אֱלֹהִים בְּרַב חֶסֶדְךָ

עֲנֵנִי בְּאַמֶּת יִשְׁעֶךָ"

(תהילים ס"ט, י"ד).

"עַתָּה רְצוֹן" מבית היוצר של בית המדרש הישראלי לרבנות בהיברו יוניון קולג', ירושלים, מקדם מרחב ליצירה ספרותית, הגותית, הלכתית ואקדמית, מתוך כוונה להעשיר את מאגר היצירות העומד לרשות נשות ואנשי הרוח והחינוך היהודי בישראל.

בית המדרש מכון לייצר מנהיגות ערכית ואחראית שתפעל בכל מרחבי העשייה בחברה הישראלית ובעולם היהודי, מתוך תפיסת עולם יהודית, ציונית והומניסטית, המקדמת שלום וצדק במסגרת שיח יהודי פלורליסטי. בבית המדרש אנו לומדים ובוחנים את שורשי המסורת היהודית והתרבות הישראלית שאנו שואפים לקחת חלק בהמשך עיצובן.