

אלול תשע"ה – אוגוסט 2015  
**אלול – מפרידה להתחדשות**  
דבורה עברון

הרבה דבורה עברון, מנהלת "ניגון נשים", האגף ליהדות ומגדר במדרשה באורנים, פסיכודרמטיסטית ומלמדת במסגרות פלורליסטיות מגוונות.

בתקופה האחרונה אני עסוקה בחתונות. אני מלווה זוגות ובני משפחותיהם בתהליכים שהם עוברים לקראת החתונה, ולעיתים אף שותפה בהנחיית החופה ועריכתה. אני נפעמת מהרצינות בה האנשים הצעירים ניגשים לתקופה שמתחילה עם החלטתם להינשא ומסתיימת בחתונה עצמה, ובדרך בה הם ניגשים לתקופה זו במחשבה, ברגש ובמעשה. אני נפעמת מכיוון שבתקופתי, כשאני נישאתי, לא נתנו דעתנו על עיצוב טקס החופה או מהלך הערב כולו למשל, וגם לא דיברנו על רגשות סותרים, כמו שמחה ועצב של פרידה וחשש מפני העתיד, שנוכחים בדרך כלל במשותף באירוע כזה, והיום הדברים הללו מדוברים.

אחד התהליכים המעניינים הוא זה שנעשה בין בני הזוג להוריהם. כמובן שבכל משפחה הדברים מתבטאים בצורה אחרת, אבל בכולן יש עיסוק בפרידה ממשפחת המקור ובהליכה אל משפחה חדשה שנבנית. העיסוק בפרידה חשוב מכיוון שהוא מאפשר גם להתבונן על כל ה"יש" שהיה עד עתה, וגם להתבונן על מה שהיה לא טוב ולהיפרד ממנו, כך שאפשר יהיה להתקדם ליצירה חדשה ממקום של פניות והתחדשות.

ניתן לדמות את חודש אלול ועשרת ימי תשובה לתקופה שבין ההחלטה להינשא לשלב החתונה. תקופת חגי תשרי נתפסת כהתחלה חדשה, כהזדמנות לבנייה ויצירה חדשים. חודש אלול הוא החודש האחרון שלפני ההתחדשות ולכן הוא חודש של סיכום ופרידה וכן ציפייה לעתיד, חודש התהליך שלקראת ההתחדשות. פירוט שם החודש "אלול" כראשי תיבות של "אני לדודי ודודי לי", מרמז גם הוא לדמיון לחתן וכלה. דמיון נוסף אפשר לראות במנהג של עדות אשכנז לפיו חתן וכלה צמים ביום חתונתם ומתפללים תפילת מנחה של ערב יום כיפור הכולל בתוכו וידוי שאותו אומרים גם ביום כיפור עצמו. אפשר לומר שזה הזמן שבו אנחנו מחליטים שאנחנו עתידים להתחדש וכעת יש צורך לעשות את התהליך הנכון לקראת ההתחדשות ותהליך זה כולל גם הסתכלות אחורה.

שנת תשע"ה מסתיימת בתחושות קשות. אירועי חודש אב האלימים שהובילו למותם ופציעתם של נשים וגברים, ערבים ויהודים, בידי בני עוולה, וקולות מבית שאינם מתנערים מאלימות בתחומי חיים שונים, מגבירים אצל רבים מאיתנו תחושות של חוסר אונים. רצף המקרים בהם רבנים חשודים בניצול מעמדם כדי לאנוס ולפגוע בנשים הפונות אליהם לעזרה מעורר כעס ותסכול. ביטויי גזענות ואפליה מתקיימים תדיר ואנו שואלים את עצמנו "עד אנה אנו באים?". בתקופות כאלה עלולה להיות נטייה להסתגר, להתרחק מאחרים, לא לסמוך על אף אחד, להימנע.

כיצד ניפרד מ-תשע"ה באופן שיאפשר להתקדם אל התחדשות ותקווה? אציע התבוננות אחת שיכולה וצריכה להצטרף לנקודות מבט נוספות. חז"ל בתלמוד במסכת "ברכות" משווים בין תפילה לפרידה: "תנו רבנן: אין עומדין להתפלל לא מתוך עצבות, ולא מתוך עצלות, ולא מתוך שחוק, ולא מתוך שיחה, ולא מתוך קלות ראש, ולא מתוך דברים בטלים אלא מתוך שמחה של מצוה. וכן לא יפטר אדם מחברו לא מתוך שיחה, ולא מתוך שחוק, ולא מתוך קלות ראש, ולא מתוך דברים בטלים, אלא מתוך דבר הלכה" (בבלי ברכות לא ע"א). נראה שהאמירה כאן היא שלתפילה ולפרידה יש צורך דומה של כוונה והתכוונות וכן צורך "לנקות" את המחשבה והרגש מאותם דברים שמפריעים להתכוונות זו. אצל חז"ל זה עצב ועצלות, שחוק וקלות ראש ודברים בטלים. ייתכן שנשכים עם רשימותיהם של חז"ל לגבי מה מעכב ומה מחזק וייתכן שלא, אך נדמה

לי שהחיבור בין תפילה לפרידה יכול להוות מצע לצמיחה. תפילה היא בחירה בנקודת מבט. בין אם זו תפילה שיש בה שיחה עם אלוהים ובין אם זו תפילה שיש בה שיחה של האדם עם עצמו. יש מי שסבור שתפילה היא התבוננות החוצה ויש מי שסבור שהיא התבוננות פנימה.

לדעתי תפילה, ממש כמו פרידה, חייבת להתבונן החוצה ופנימה ולהיות מושפעת משניהם בו זמנית – זה מה שקורה בחוץ וזה מה שקורה אצלי בפנים, והחיבור בין הדברים מייצר את ההתכוונות שלי לעתיד, את השאיפה שלי לתיקון, את המוטיבציה שלי להתחדשות. וכשאני מבינה מהם הדברים שאני מתפללת שיתקיימו, שאני שואפת ופועלת למענם, וכשמתבהר לי מה יש בתוכי, מה יש בקהילה שלי, מה יש בחברה שיכול לסייע בבנייה חדשה, אז אני יכולה להיפרד ממה שהיה ולהתחדש לקראת מה שיהיה. ואז אני גם יכולה לשים לב שאנשים רבים סביבי שואפים לדברים דומים ולחבור אליהם. להיפרד ביחד, להתפלל ביחד, לתקן ביחד.

אולי נוכל מתוך כך להבין מדוע התפילה המסורתית נאמרת בעיקר בלשון רבים. כמו שאומר האמורא אביי אודות תפילת הדרך: "לעולם ישתף אדם את עצמו עם הציבור. ואיך יעשה זאת? באומר: יהי רצון מלפניך ה' אלהינו שתוליכנו לשלום וכו'" (בבלי ברכות ל' ע"ב, מתורגם). אפילו בזמן שאדם מתפלל תפילת הדרך על דרך שרק הוא עומד לנסוע בה, עדיין הוא מתנסח בלשון רבים ומתוך כך משתף עצמו עם הציבור ומזכיר לעצמו את צרכי הציבור ואת זיקתו אליהם, וזוכר שהוא אינו לבד. וכך כמו בני ובנות זוג שעושים תהליך מהיותם יחידים להיותם משפחה, כך חודש אלול וימי תשרי מזמינים את כולנו לעבור תהליך מפרטים בודדים לקהילה מחוייבת, לעשות את הדרך מפרידה להתחדשות.

**תכלה שנה וקללותיה, תחל שנה וברכותיה!  
שנה טובה!!**