

## ”עמו אנוכי בצרה“ - ליווי חולים לאור מקורות היהדות

רונן לוביץ

### מבוא

”כל המבקר את החולה נוטל אחד משישים מצעריו“, כך קובע התלמוד (תלמוד בבלי, נדרים מ', ב'). יושם אל לב שהמבקר אינו נוטל ממחלת החולה, אלא מצעריו. ריפוי המחלה היא משימתה של הרפואה המתקדמת והולכת, אולם חיזוק רוחו ונפשו של החולה, וסיוע להתחדשות כוחות החיים שלו, תלויים במידה רבה בליווי שהוא זוכה לו מסביבתו האנושית. המסורת היהודית עשירה בהדרכות ובהיגדים המתייחסים להיבטים שונים של ליווי אנשים השרויים במצוקה, ובכלל זה חולים, ומהם עולה, שמדובר בערך נעלה ובפרקטיקה בעלת חשיבות ממדרגה ראשונה. במאמר זה אנסה לתאר את מקומו של ליווי חולים ביהדות ולהצביע על מקומה של היהדות בעיצוב דרכי הליווי. טענותיי המרכזיות הן, שתורת האתיקה היהודית אמורה להוות גרם מניע ומאיץ לעיסוק בליווי חולים. יתרה מזו, ליווי ומתן סעד רוחני לחולים מביאים לכלל ביטוי תמציתי ומרוכז עקרונות יסוד חשובים ביהדות. כמו כן, ברצוני לעמוד על כך, שהאתיקה היהודית מכילה הנחיות מעשיות באשר לאופי הליווי ודרך ביצועו.<sup>1</sup>

תחום המצוות שבין אדם לחברו, זוכה ביהדות למעמד גבוה במיוחד והדבר משתקף במספר הרב של המצוות העוסקות בתחום זה, ושישה מתוך עשרת הדיברות מתמקדים בו.<sup>2</sup> אמרות חז”ל רבות מספור מתייחסות לחובה לגלות יחס חיובי ותומך באחר, ואציין באופן ייחודי, שבתפיסתם קיימת חובה להטמיע את מידת הרחמים בחיים האישיים. הרחמנות נתפסת בעיני חז”ל כתכונת אופי שאמורה להימצא באישיותו של כל אדם מישראל.<sup>3</sup> הימנעות מגילוי יחס של רחמים כלפי האחר שקולה בעיני חכמים לעבירה החמורה ביותר: עבודה זרה, והם קובעים: ”הווה זהיר שלא תמנע רחמים... שכל המונע רחמים מחברו מקיש לעובדי עבודה זרה, ופורק עול שמיים מעליו“ (ספרי ראה קי”ז). הליווי בחולים מבטא התנהגות של חמלה במיטבה, והוא משקף ערכים של אכפתיות, דאגה לזולת, ונכונות של האדם להשקיע מעצמו למען הטבת

1 במאמרי אמוני את דבריי תוך התייחסות ייחודית לליווי ולתמיכה בחולים, אולם רוב הדברים תקפים גם לגבי ליווי ותמיכה של אנשים המצויים במצבי מצוקה אחרים של חוויות אבדן וסבל מסוגים שונים.

2 על מעמדן של המצוות שבין אדם לחברו ניתן ללמוד, לדוגמה, מקביעת המשנה, שיום הכיפורים מכפר על עבירות שבין אדם למקום, אך לא על עבירות שבין אדם לחברו (יומא פרק ח', משנה ט'). ומדברי הרמב”ם המסביר מדוע שפיכות דמים נחשבת לעוון חמור אף יותר מעבודה זרה. הוא מנמק זאת בכך, שעבודת אלילים היא ”מעבירות שבין אדם לקדוש ברוך הוא, אבל שפיכות דמים מעבירות שבינו לבין חברו“ (משנה תורה, הלכות רוצח פרק ד', הלכה ט').

3 חז”ל אמרו: ”שלשה סימנים יש באומה זו: הרחמנים והביישנים וגומלי חסדים“ (תלמוד בבלי, יבמות ע”ט, ב'). ואף ציינו כי ”כל מי שאינו מרחם על הבריות, בידוע שאינו מזרעו של אברהם אבינו“ (תלמוד בבלי, ביצה ל”ב, ב').

מצבו של האחר. ערכים אלה מהווים עקרונות בסיסיים השוזרים את התורה החברתית של היהדות, ולהלן אעמוד על יסודותיהם.

פסוקי התורה המורים לאדם להתנהג בדרכי חסד ולהיטיב עם הזולת נאמרו, בדרך כלל, באופן כללי ומופשט, אולם חכמי התלמוד והמדרש העבירו אותם אל המישור הפרקטי, והעניקו להם משמעויות קונקרטיות ומעשיות. הנחת המוצא של חכמים הייתה, שאין לראות במצוות אלה רק ערכים יפים ורעיונות תיאורטיים, אלא יש להתייחס אליהן כאל גורמים מעצבים ביצירת מערכת דינמית וחיונית של חובות חברתיות מעשיות. להלן אצביע על שורה של מקורות עיקריים מהמקרא, המדברים בכלליות על חובות חברתיות, ואראה כיצד חכמים הפכו אותן להוראות קונקרטיות, שעשויות להתגשם תוך ליווי החולים והתמיכה בהם.

## אמנות האהבה במהלך ליווי חולים

המקור היסודי ביותר לכל פעילות אלטרואיסטית הוא הפסוק הידוע: "ואהבת לרעך כמוך" (ויקרא י"ט, י"ח). פסוק זה הוא עמוד התווך של החובות החברתיות, ולפיכך אמר עליו הלל הזקן, שהוא כולל את כל התורה כולה (תלמוד בבלי, שבת ל"א, א'). ורבי עקיבא הגדיר אותו בתור "כלל גדול בתורה" (ספרא קדושים פרשה ב'). חז"ל לא ראו במצווה זו קביעה כללית המתייחסת לתחום הרגש, אלא סברו, שפסוק זה צריך להתפרש ברובד המעשי, והם הסיקו ממנו שורה של הנחיות אופרטיביות.<sup>4</sup> הרמב"ם, הממשיך את הגישה היישומית של חז"ל, תיאר כיצד הציווי "ואהבת" צריך לבוא לידי ביטוי בהתנהלות היום-יומית של האדם וכתב:

"מצוה על כל אדם לאהוב את כל אחד ואחד מישראל כגופו שנאמר ואהבת לרעך כמוך, לפיכך צריך לספר בשבחו ולחוס על ממונו כאשר הוא חס על ממונו עצמו ורוצה בכבוד חברו כמו שרוצה בכבוד עצמו..." (הלכות דעות פרק ו', הלכה ג', כת"י תימן, מהדורת הרב קאפח).

במקום אחר מפרט הרמב"ם שורה של פעולות חסד שהאדם מחויב בהן מכוח המצווה "ואהבת", והן רלוונטיות ביותר לענייננו. הוא כותב:

"מצות עשה של דבריהם לבקר חולים, ולנחם אבלים, ולהוציא המת, ולהכניס הכלה, וללוות האורחים, ולהתעסק בכל צרכי הקבורה... ואלו הן גמילות חסדים שבגופו

---

4 כך, לדוגמה, הם למדו מצוות "ואהבת לרעך כמוך" שאסור לגבר לקדש אישה עד שיראנה, כדי למנוע את הסיכון של נישואין שיסתיימו במהרה תוך עגמת נפש והשפלה לאישה (תלמוד בבלי, קידושין מ"א, א'). בדומה לכך למדו חכמים, שכאשר בית דין פוסק עונש מוות על אדם, עליו לדאוג לכך, שההמתה תבצע בדרך הומאנית תוך צמצום הסבל והכאב לנדון למותו, כלשונם: "ברור לו מיתה יפה" (תלמוד בבלי, סנהדרין מ"ה, א', נ"ב, א', ועוד). הלכה זו ממחישה את העובדה, שהכלל "ואהבת לרעך כמוך" אינו מתייחס רק לחברך, ההולך בדרכי הישר והטוב, אלא הוא חל אף על העבריינים החמורים ביותר, דוגמת רוצחים במזיד שנדונו למותו.

שאין להם שיעור, אע"פ שכל מצות אלו מדבריהם הרי הן בכלל ואהבת לרעך כמוך..."  
(הלכות אבל פרק י"ד, הלכה א').

הדאגה לחולה מופיעה, אם כן, בדברי הרמב"ם כדוגמה ראשונה ומובהקת של מימוש הצו החברתי על אהבת האחר.<sup>5</sup>

ההכלה של מצוות ביקור חולים בתוך מצוות שכותרתן "ואהבת לרעך כמוך" מובילה להכוונה מתבקשת, לפיה ליווי החולה, כמו גם כל סיוע לנתון במצוקה, ראוי שיתבצע מתוך אהבה. אילו מצוות ביקור חולים הייתה מופיעה בתורה כאמירה עצמאית, אפשר היה לקיים אותה בשלמותה באמצעות מעשה טכני גרידא, כדרך שמקיימים מצוות רבות אחרות. העובדה שפעולה זו כלולה במצוות "ואהבת" דורשת מהמבקר אצל החולה להפוך את הביקור לליווי, ולבצע פעולה נפשית פנימית ולא רק פעולה חיצונית.

עם זאת, הדרישה להתייחס אל החולה מתוך אהבה איננה מחייבת דווקא התעוררות רגשית של אהבה. הנעה רגשית שכזו היא, כמובן, דבר שקשה לצוות עליו, וכאמור, הפרשנות היהודית העדיפה להעביר מושגים מעולם הרגש לעולם המעשה. כיצד הדבר נעשה? כאן המקום לשאול את שאלתו הגדולה של המשורר ח. נ. ביאליק בשירו "הכניסיני תחת כנפך": "מה זאת, אהבה?" ברצוני לענות על כך באמצעות סיפורו של האדמו"ר החסידי רבי משה לייב מסאסוב, שסיפר לחסידיו כיצד למד על מהותה של אהבה.

"למדתי מה זאת אהבה מגוי שיכור שהתגלגל עם חברו על הרצפה בכניסה לבית מרזח", סיפר רבי משה ליב. "כטוב לבם ביי"ש, התחילו מנשקים זה את זה, ואחד מהם חזר שוב ושוב והכריז: 'אני מאוד אוהב אותך', וחברו השיב: 'איך אתה אומר שאתה אוהב אותי, אם אינך יודע מה חסר לי?' באותו רגע הבנתי", אמר רבי משה ליב, "כי אין אדם אוהב באמת את חברו, אלא אם כן הוא יודע מה חסר לו" (גרינברג, תשמ"ו).

האהבה, כפי שהיא מתאפיינת בסיפורו של אותו רב, היא המסוגלות לראות את צרכיו של האחר, ונכונות להעניק לו את מה שהוא זקוק לו.

נדייק ונדגיש, שהמעשה הנכון אינו מסתפק בנתינה של מה שהאחר אומר שהוא צריך, אלא בהבנה ובנתינה של מה שהוא באמת צריך. כולנו מכירים את התופעה הרווחת, שבה החולה טוען שהוא אינו צריך דבר. "אין מה לעזור", רגילים חולים לומר למבקריהם שוב ושוב. מבקר אשר בא רק כדי לסמן שהוא מילא את חובתו, שמח לשמוע שלא זקוקים לו עוד, והולך לדרכו שמח וטוב לב. לעומתו, מבקר שבא מתוך אהבה, לא מסתפק בתשובה הלקונית שקיבל

5 מלשון הרמב"ם "מצוות עשה של דבריהם" עולה שלדעתו המבצע אחת מהפעולות הללו קיים מצווה מדרבנן, השואבת את השראתה מהפסוק "ואהבת" שבתורה. ראשונים אחרים, דוגמת הרמב"ן, חולקים על תפיסתו זו, ולדעתם זו הכוונה המדיקת של הציווי על פי פשוטו, ולכן, לדעתם, החובה לבצע את כל פעולות החסד הללו היא מהתורה.

מהחולה, אלא בוחן ומבחין בעצמו בצרכיו של החולה. נראה שלכך התכוון מחבר תהילים שטבע את הביטוי: "אשרי משכיל אל דל" (תהילים מ"א, ב'). בתלמוד הירושלמי לומד מכאן רבי יונה, שגם כאשר אדם עסוק בעשיית מצווה עליו לשים לב היטב כיצד הוא עושה אותה (שקלים ה', ד'). על המלווה את החולה להתבונן במצבו של חברו ולראות את צרכיו האישיים והחומריים, כמו גם הנפשיים והרוחניים. המלווה האוהב קשוב לצרכיו המשתנים של החולה, ויודע שאין להסיק מהתנסות קודמת עם חולים אחרים לגבי החולה שנמצא לפניו ואין לגזור ממה ששמע והרגיש בביקור קודם אצל אותו חולה, למה שדרוש לחולה זה עכשיו.

ברוב המקרים ימצא המבקר, שאכן החולה אינו זקוק למיני מאכל או משקה ואף לא לחומרי קריאה או לאביזרי נוחות ופנאי. תחת זאת, הוא יבחין שהחולה זקוק לאדם שיקשיב לו, לבן שיח שישוחח אתו על חיבוטי הנפש שמטרידים אותו, ולדמות שאיתה יוכל לחלוק את פחדיו הכמוסים, או למישהו שיעזור לו ליישב את סכסוכי נפשו הפנימיים ולקבל בהשלמה את מצבו. על כל צורכי הנפש האלה החולים, בדרך כלל, אינם מדווחים לאיש, וכך בדידותם מעמיקה והולכת. הם יכולים לזכות לשיירות של מבקרים, אך הצרכים הנפשיים נואקים והשיירה עוברת. נתקלתי בעבר בכמה מקרים, שבהם חולים רצו לשוחח על עניינים הקשורים במוות, אולם הסובבים אותם קטעו כל ניסיון להעלות את הנושא המעיק, כשהם מורים לחולה לקוות לטוב ולהאמין בסיכויי ההחלמה. ההחלמה לבסוף לא באה, והחולה נפטר מן העולם בלי שהתאפשר לו להשיח את לבו.

אריך פרום (פרום, ללא ציון שנת ההוצאה) כתב בספרו "אמנות האהבה" על כך, שהאהבה היא הכוח הנפשי העיקרי שיכול להקל על קשיים בעולם של בדידות. הבדידות היא, בלי ספק, ממאפייניו המובהקים ביותר של העידן המודרני, והיא נהיית מעיקה הרבה יותר במצבים של מחלה קשה. החולי מבודד את האדם מסביבתו, הן מבחינה פיזית והן מבחינה תודעתית. מבחינה פיזית, הוא מביא אתו מוגבלות, המותירה את החולה בחוסר אפשרות להתנועע כרצונו, לצאת ממיטתו או מביתו ולהתערות בין הבריות. מבחינה תודעתית, החולה נכנס למצב שאיש ממבקריו אינו שותף לו, וחווה הרגשות של כאב, אבדן שליטה, פגיעות ורגשות נוספים, שאיש אינו יכול לחוות אתו. מעל כל אלה עולה ומרחף גם פחד המוות. איום המוות מתחיל, לעתים, רק כציוץ טורדני קל, אך בהדרגה עולה ומתגבר, דומה לעורב המרחף מעל, אשר מוטת כנפיו הולכת וגדלה, צבעו משחיר עוד ועוד והוא מנמיך עוף בהדרגה. האפשרות לשכוח את בעיותיו ואת הרהוריו, ולהסיח את הדעת מהשאלות הקיומיות אף היא נשללת מהחולה, שנוטרל מעיסוקיו ונותר כבול למיטתו. כך הוא שוקע עוד ועוד בבור עמוק מתוך בדידות גדולה וקשה.

כאשר אדם נמצא בעומק הבור, עזרה עצומה תהיה עבורו בכך שמישהו למעלה יתקשר אתו. כשאי-אפשר להסיח את הדעת, צריך לדעת להסיח את הלב. כל המבקרים את החולה או המלווים אותו מתוך אהבה, עשויים לחוש בצורך של החולה להסיח את לבו, והם יהיו שם בשבילו. הם יעשו אוזניהם כאפרכסת לשמוע את השקט שבין השיטין של דבריו, ויאזינו לא רק למילותיו, אלא גם לצלילים הדקים העולים ממעמקי נפשו. הם ידעו להבחין האם הוא רוצה

לדבר על משמעות החיים או על טיבו של המוות, האם הוא רוצה לסגור מעגלי חיים, או להפיג מתח עם חברים או בני משפחה, האם הוא מוטרד מבעיית הרע ופשר הסבל בעולם, או עסוק בסבל האישי שלו וחייב לדבר על השאלה: למה דווקא אני?

“למה דווקא אני?” שואל עצמו לא פעם גם התומך או המבקר האוהב. למה דווקא אני מוצא את עצמי מדבר עם החולה על סוגיות כבודות משקל אלה ואחרות, למה הוא לא מדבר על הנושאים שמטרידים אותו עם הקרובים אליו ביותר? הוא יודע לענות לעצמו, שיש שתי תשובות בדבר: האחת, לעתים קל יותר לדבר דווקא עם אדם אחר, רחוק יותר ומעורב פחות. לעתים, זו תחושה אישית של החולה, שדווקא עם פלוני יש לו שפה משותפת בנושא זה, או שרק אותו אלמוני מסוגל להבין אותו ו“לתת תשובות” לבעיה שמעסיקה אותו. התשובה השנייה היא, שהחולה מדבר דווקא אתך, כי אתה יזמת זאת. אפשר שהיית היחיד ששם לב לכך, שהחולה רוצה לדבר על אותו נושא, ואפשר שגם אחרים שמו לב לכך, אולם אתה היית היחיד שנענית לאתגר ועודדת אותו לפתוח את סגור לבו.

המבקר את החולה מתוך אהבה יודע שעליו לקיים את דברי ההגדה של פסח: “את פתח לו”. פתח לו את לבך, ובכך תפתח את לבו; פתח לו את הקשבתך, ובכך תפתח את מחסומי לשונו; פתח את עצמך, או אז הוא יפתח אליך.

## משמעות האחוה במהלך ליווי חולים

פסוק מכונן אחר באשר לחובות החסד מופיע בשמו של בן עזאי, החולק על רבי עקיבא וסבור שהפסוק “זה ספר תולדות אדם”, מבטא כלל גדול בתורה עוד יותר מאשר “ואהבת” (בראשית רבה כ”ד, ז). יתרונו של פסוק זה, המדבר על בריאת האדם, בכך שהוא אינו מצטמצם ל“רעך”, אלא קובע יחס חיובי הנוגע לכל בני המין האנושי. נראה שרבי עקיבא העדיף את הפסוק “ואהבת”, המחייב מעשים של אהבה, ואף קובע רף גבוה מאוד של דרישות, לפיו אהבת האחר צריכה להיות שווה לאהבת האדם את עצמו. בן עזאי, לעומת זאת, מוכן להסתפק בערך **האחוה**, אך מעדיף את פסוקו, בשל תחולתו האוניברסלית, שכן פסוק זה מדגיש שכל בני המין האנושי הרי הם כאחים, שהרי מוצאם מאדם אחד.<sup>6</sup>

אם בעולם הקדום היה מקום להבחנות ביחסי אנוש בין עמים, הרי שהתמורות החברתיות שחלו בעת החדשה מצדיקות את הכנסת האחוה הכלל-אנושית, אליה רמז בן עזאי, לסל הערכים הבסיסיים שצריך להיות נר לרגליו של כל יהודי. בעולם, שהפך במובנים רבים לכפר גלובלי, במציאות שבה מתקיימים קשרים בין-לאומיים של פעילות הומניטרית משותפת, ובחברות

6 העמדת המחויבות לאחר על האחוה משתמעת גם מהפסוק: “וחי אחיך עימך” (ויקרא כ”ה, ל”ו), שאף ממנו גזרו חכמים הוראות מעשיות שונות, (ראו על כך בפירוש *קרבן העדה* לתלמוד הירושלמי, נדרים פ”ט מ”ד).

שחרתו על דגלן את ערכי החרות, האחוה והשוויון לכלל האזרחים, יש לכל אדם בישראל זכות וגם חובה לתרום לחברה האנושית הכללית.

כבסיס לכך, שמצוות האהבה צריכה לחול על כל המין האנושי יכולים לשמש דברי המהר"ל מפראג שמפרש את העיקרון "ואהבת לרעך כמוך" כבניו על הפסוק המכונן: "כי בצלם אלוהים עשה את האדם". לדבריו, גילוי יחס של אהבה וכבוד של אדם לחברו, משקף את ראיית צלם אלוהים באדם האחר (נתיבות עולם, נתיב אהבת הרע, פרק א').

אחת הדמויות הבולטות שאימצו גישה זו היה הראי"ה קוק, שאמנם הרבה לכתוב על הייחודיות של עם ישראל, אולם עם זאת, הדגיש את חובתו של כל יהודי לאנושות כולה. הרב קוק תבע יחס של אהבה כלפי כל אדם באשר הוא אדם, ולא הסתפק ביחס של אחווה. כך הוא כותב ב"אורות ישראל":

"אַהֲבַת יִשְׂרָאֵל מְחַיֶּבֶת אֶהְבֵּת כָּל הָאָדָם, וְכִשְׁהִיא מְטַבֵּיעָה שְׁנֵאָה לְאַיֶּזָה חֶלֶק מִן הָאָדָם הוּא סִימָן שֶׁלֹּא נִטְהַרְהָ עַדֵּן הַנְּשִׁמָּה מִזְהֶמְתָּהּ, וְעַל-כֵּן אֵינָה יְכוּלָה לְהִתְיַחַד בְּעֵדָן הָאֶהְבָּה הָעֲלִיּוֹנָה" (אורות עמ' קמ"ט, פרק ד', פסקה ה').

בספרו "מוסר אביר" (מדות הראי"ה, אהבה) מציין הרב קוק שמידת "האהבה צריכה להיות מלאה בלב לכל". "אהבת הבריות צריכה להיות חיה בלב ובנשמה, אהבת כל האדם ביחוד, ואהבת כל העמים כולם, חפץ עילויים ותקומתם הרוחנית והחומרית".<sup>7</sup> לשיטתו, האהבה לכל אדם היא הבסיס שעליו אמורה להיבנות אהבת ישראל: "רק על נפש עשירה באהבת הבריות ואהבת אדם תוכל אהבת האומה להתנשא בגאון אצילותה וגדולתה הרוחנית והמעשית" (שם, פסקה י'). לדעת הרב קוק ישנו סדר קדימויות ברור בבניית ערך האהבה בלב האדם, ועליו להתחיל מהאהבה הכללית: "אהבת כל המעשים כולם היא קודמת לכל, אח"כ אהבת כל האדם, אחריה אהבת ישראל" (שם, ב').

ביסוס מצוות האהבה והאחוה על העיקרון שטבע רבי עקיבא: "חביב אדם שנברא בצלם (אבות פרק ג', משנה י"ד), מורה גם על החובה לנהוג בדרכי חסד עם אנשים שאינם בהכרח צלולה. אחד האתגרים הקשים בליווי חולים הוא מתן היחס הראוי והמכבד, גם כאשר היכולות הקוגניטיביות שלהם נפגמו. במקרים כאלה, עלולה לחול שחיקה ביחס אליהם מצד המלווה, מבקר החולה או הסועד אותו. שחיקה זו יכולה להיות ניכרת בעליל, כשהמלווה מודע לה, אולי אף מוטרד ממנה, ויכולה להיות שחיקה סמויה, המתרחשת בתהליך הדרגתי, שהמלווה אינו חש בה.

---

7 הרב קוק לא התעלם אמנם מהרוע שקיים, המחייב יחס נוקשה ותקיף, אולם לשיטתו יש לשנוא את הרוע ולא את בני האדם הרעים, כדבריו: "ההשגה צריכה להיות רק על הרשעה והזהמא שבעולם". הרב קוק הסתייג באופן ייחודי מהגישה המתמייחת בשלילה ובאפליה למי שאינם יהודים, והגדיר אותה בביטויים חריפים, כגון "צרות-עין" ו"מחשך נוראי" הגורם הרס. לדבריו: "צרות-העין הגורמת לראות בכל מה שחוץ לגבול האומה המיוחדת, אפילו אם הוא חוץ לגבול ישראל, רק כיעור וטומאה, היא מהמחשכים הנוראים שגורמים הריסה כללית לכל בנין הטוב הרוחני, שכל נפש עדינה מצפה לאורו" (שם, פסקה ה').

ניסיוני האישי לימד אותי היטב כמה תשומת-לב וכמה רפלקציה עצמית נדרשות כדי למנוע שחיקה שכזו. אמי ז"ל עברה אירוע מוחי חמור, שבגינה נותרה ללא הכרה במשך תשע שנים תמימות. עיניה הפקוחות, שהיו לעתים מתבוננות בעניין במבקרים ועוקבות אחרי תנועותיהם, הותירו ספקות רבים באשר למידת אי-ההכרה שלה. בשנים הראשונות נהגנו אני ואחיי לבקר אצלה לעתים תכופות, השתדלנו לדבר אליה ולספר לה על המתרחש בעולם ועל הקורה בחיינו, ולא אחת דימינו לראות תגובות מסוימות בארשת פניה. במשך הזמן ביקורינו התמעטו, סיפורינו הצטמצמו, והיה עלינו להשקיע מאמצים כדי לדבר אליה ולא עליה, וכדי שניזוהר לדבר בפניה רק דברים מתאימים וראויים. הנחת העבודה שהנחתה אותנו כל הזמן הייתה שהיא אתנו, וכי אין דרך לכמת את צלם האנוש שנמצא באדם במצביו השונים. זוהי נקודת מוצא עקרונית הדורשת חיזוק מתמיד, כאשר נמצאים בקרבת אדם שאינו יכול עוד לממש באופן מלא את משמעותו של המושג "צלם אלוהים". הנחת העבודה של המלווה במצבים אלה צריכה להיות, שהאדם ניחן בצלם אלוהים, גם כאשר הדבר אינו בא לידי ביטוי במעשה או בדיבור כלשהם.

חכמים לימדו במסכת אבות: "אל תהי בז לכל אדם ואל תהי מפליג לכל דבר, שאין לך אדם שאין לו שעה, ואין לך דבר שאין לו מקום" (אבות ד', ג'). דברים אלה מאבדים לכאורה את תוקפם כשמדובר באדם שאינו בר-דעת. אולם אחד מפרשני המשנה החשובים, רבי ישראל ליפשיץ, כותב בפירושו "תפארת ישראל", שבעיניו הוראה זו נועדה דווקא למקרים שכאלה. הוא מסביר: "אל תהי בז לכל אדם, אפילו לכסיל ולבער ומשולל מכל דעת, ואפילו הוא רשע... תרחם על קלקולם ולא תבזה... כי לא אותם רק בוראם תבזה" (שם). העובדה שכל אדם נברא בצלם אלוהים הופכת כל אחד לייצוג מסוים של האל, ולכן מתחייב להעניק לו יחס מכבד בכל תנאי ומצב. המבזה את הנברא, כך אומר לנו הפרשן, הרי הוא כמבזה את הבורא.

## ההליכה בדרכי האל במהלך ליווי חולים

מקור מקראי אחר, שהתפרש כמחייב סיוע לאחר, מתבסס על עיקרון ההליכה בדרך הנכונה. בדברי האל למשה הוא מצווה אותו: "וְהוֹדַעְתָּ לָהֶם אֶת הַדֶּרֶךְ יִלְכוּ בָּהּ וְאֵת הַמַּעֲשֵׂה אֲשֶׁר יַעֲשׂוּן" (שמות י"ח, כ'). חז"ל תהו מה בא פסוק זה להוסיף על רשימת המצוות המפורטות בתורה, ובתשובה לכך הם פירשו, שכל מילה בפסוק זה מתייחסת לסוג אחר של עשייה אנושית למען האחר: "והודעת להם - זה בית חייהם, את הדרך - זו גמילות חסדים, ילכו - זו ביקור חולים, בה - זו קבורה, את המעשה - זה הדין, אשר יעשו - זו לפני משורת הדין" (תלמוד בבלי, בבא קמא צ"ט, ב' ועוד). "הדרך" הנכונה שצריך האדם ללכת בה עוברת, אפוא, בתחנה החשובה של ביקור חולים.

הפסוק המדבר על "הדרך ילכו בה" אינו מפרט באיזו דרך מדובר, ופרשנות חכמים היא שהרחיבה ופירטה זאת. פסוקי מקרא אחרים חוברים לפרשנות זו, כשהם מורים ללכת בדרך הנחשבת לדרכו של האל בעצמו. המקרא מצווה: "אחרי ה' אלהיכם תלכו" (דברים י"ג). ציווי זה מעורר תמיהה רבתי, וכבר שאלו חכמים: "וכי אפשר לו לאדם להלך אחר שכינה?" בתשובה,

מבצעים חז"ל גם כאן מהלך של העברת הציווי אל המישור המעשי הקונקרטי, ולפיו המצווה היא "להלך אחר מידותיו של הקב"ה: מה הוא מלביש ערומים... אף אתה הלבש ערומים; הקב"ה ביקר חולים... אף אתה בקר חולים; הקב"ה ניחם אבלים... אף אתה נחם אבלים; הקב"ה קבר מתים... אף אתה קבור מתים" (תלמוד בבלי, סוטה י"ד, א'). הרב ישראל מאיר הכהן מראדין, הידוע בכינוי ה"חפץ חיים", עומד על כך, שהציווי על הליכה בדרכי ה' מופיע לא פחות משמונה פעמים בספר דברים, עובדה המעידה על החשיבות המיוחדת שהתורה מייחסת לו.<sup>8</sup> גם במקור זה מופיע ביקור חולים כמימוש של מצווה מכוננת, כאשר האל בעצמו מהווה דגם לחיקוי, שכן לפי מדרש חז"ל הוא ביקר אצל אברהם, בעת שהלה היה במצב של חולי בעקבות ברית המילה שביצע בגיל מופלג.

רעיון חיקוי האל (imitatio dei) מופיע בעקביות בשיטת חז"ל כציווי המורה על התנהגות מוסרית ואלטרואיסטית כלפי האחר. במקום אחר הם אמרו על המילים: "ללכת בכל דרכיו" - נקרא המקום רחום, אף אתה היה רחום, הקדוש ברוך הוא נקרא חנון, אף אתה היה חנון... נקרא המקום צדיק... אף אתה היה צדיק נקרא המקום חסיד... אף אתה היה חסיד" (ספרי דברים פיסקא מ"ט).<sup>9</sup> הרמב"ם, המביא את דברי מדרש ההלכה הזה, מוסיף וקובע, שמטרתו להתוות דרך כללית להידמות לאל בכל הפעולות הטובות האפשריות, שכן הגדרות אלה - חנון ורחום, צדיק וחסיד - מכילות את מכלול המידות הטובות שיכולות לבוא לידי ביטוי בחיים החברתיים (ספר המצות, מצות עשה, ח').

דרכו של האל היא ללוות את הנתון במועקה ובמצוקה, כפי שעולה מכמה פסוקים במקרא, המדברים על יחסו המיוחד לשבורי לב. חז"ל ציינו, שתפארתו של האל היא דווקא בכך שהוא משתמש בכלים שבורים, כלשונם, ונמצא בקרבם של המצויים בשברון לב (ויקרא רבה ז', ב').<sup>10</sup> הליכה בדרכי האל מחייבת, אפוא, התקרבות לחולים המצויים במצבי משבר, ומתן סעד נפשי לחולה הנתון במצוקה משקף, בלי ספק, את התכונות "חנון ורחום" במיטבן ובמילואן.

ההגדרה של פעילויות החסד והעזרה לזולת, העולה מתוך הזיהוי שלהן עם ההידמות לאל, מעמידה אותן במעמד גבוה ונכבד ביותר במערך המצוות ובמארג השאיפות הדתיות. ליווי החולה, שמתבטא לעתים במעשים טכניים, שהם לכאורה של מה בכך, וכרוך בפעולות פשוטות רבות, חורג ממקומו כחובה מן המניין ברשימת המצוות של הדת היהודית, ונכנס לקטגוריה של מימוש הייעוד המיטבי של האדם.

8 בפתחה לספרו *אהבת חסד* (תשס"ד) (מהדורת וויינרעב), ירושלים: עמי י"ט.

9 חז"ל למדו את העיקרון, שעל האדם להיות חנון ורחום כמו האל גם מן הפסוק: "זה אלי ואנוהו", אשר גם אותו הם פירשו במובן של חובה להידמות לבורא (תלמוד בבלי, שבת קל"ג, ב').

10 הפסוקים העיקריים, שעליהם מבוססת תפיסת חז"ל זו, הם מתוך ספר תהילים: "קרוב ה' לנשברי לב" (תהילים ל"ד, י"ט), "הרפא לשבורי לב" (שם, קמ"ז, ג'), וכן בישיעהו: "ואת דכא ושפל רוח אשכון" (ישיעהו נ"ז, ט"). הרבי מקוצק הוסיף על כך וציין שבעולם הרוח "אין דבר שלם מלב שבור".



רעיון זה בולט היטב במשנתו של הרמב"ם, וזאת על אף שהיה פילוסוף רציונליסט מובהק, שהעלה על נס את פיתוח השכל האנושי, וסבר שעל האדם לחתור לשלמות שכלית, שתקנה לו הבנה מרבית באלוהות. לאורך רבים מפרקי ספרו, הרמב"ם מסביר, שעל האדם לשאוף לידיעת הבורא, שכן בכך הוא מממש את הפוטנציאל הרוחני והשכלי המאפיין אותו כאדם. למרות זאת, בהגיעו לסיום הספר, הוא קובע שגולת הכותרת של פעילות האדם איננה מתבטאת ביכולת השכלתניות שלו להכיר ולהבין את בורא עולם, כי אם בכך, שישכיל לכוון את מעשיו "תמיד לעשות 'חסד, צדקה ומשפט' - להדמות בפעולות האלוה" (מורה נבוכים, חלק ג' פרק נ"ד). ההידמות לבורא עולם, היא, אפוא, השלמות האנושית המיטבית אליה צריך האדם לשאוף, לדעת הרמב"ם, וזו באה לידי ביטוי בפעילות חברתית-מוסרית (שם).

## מצוות האמפתיה במהלך ליווי חולים

קריאת כיוון משמעותית באשר למעמדו ולתפקידו של כל מי שעוסק בליווי חולים עולה מתוך מקורות היהדות המצויים על אמפתיה כלפי האחר והחלש. אמפתיה היא מושג פסיכולוגי, שהגדרתו חמקמקה קמעא. מקובל להגדיר אותה כרגישות למצבו של הזולת, וכיכולת לראות את הדברים מנקודת מבטו ולהזדהות עם רגשותיו. פרויד הגדיר את האמפתיה כהתרחשות שהיא בעיקרה רציונלית, ומתבטאת בהבנה שכלית של מה שעובר על הזולת. היינץ קוהוט הדגיש אף הוא את ההיבט הרציונלי של האמפתיה, וסבר שעליה להתמקד באיסוף נתונים על עולמו הפנימי של האחר (אוסטריל, 1995).<sup>11</sup>

פסיכולוגים אחרים טענו, שהזדהות עם המטופל מהווה רכיב מרכזי בתנועת האמפתיה. כך כתב מארשל רוזנברג (שם, שם) שאמפתיה היא היכולת להבין ולקבל מתוך הזדהות, וללא שיפוט ופרשנות, את הצורך של האחר, את התמודדותו עם מידת המילוי או אי המילוי של הצורך, ואת הרגשות שנוצרו אצלו, תוך יכולת לבטא הבנה וקבלה כלפי האחר ורגשותיו.<sup>12</sup> מחברים אלה, שמוקד עיסוקם היה בטיפול פסיכולוגי מקצועי, הגדירו את האמפתיה מנקודת המבט של המטפל, המבקש להגיע להבנה מיטבית של המטופל, ובה בעת גם לשדר לו מסר בונה אמון ופותח לב, שהוא מבין אותו, מקבל בפתיחות את תחושותיו ונמצא אתו במצוקתו.

לעומתם, הפסיכולוג אליהו רוזנהיים שכתב על אמפתיה בספר שנועד לציבור הרחב, בחר להדגיש את תהליכי ההשתתפות של האחד בעולמו הנפשי של האחר, וכהגדרתו: "אמפתיה היא מתן הד בתוכנו למתרחש בליבו של זולתנו". לדבריו, "המעשה האמפתי מתרחש כאשר האחד פותח את עצמו לעולמו הסובייקטיבי של האחר, מנסה לחוש את מה שחש הזולת, לראות דרך עיניו ולשמע דרך אזניו" (רוזנהיים, 2003: 74). דומה שהגדרות אלה הולמות יותר את מושג

11 אוסטריל מתבססת על הספר: Kohut, H (1981). *On empathy*.

12 ראו ויקיפדיה, אמפתיה, הגדרה. אכן יש המסתייגים מהכללת רכיב ההזדהות בהגדרת האמפתיה, ראו: קניאל, ש. (תשע"ד). *אמפתיה בחינוך: חינוך באהבה*, עמ' 19, וכן אוסטריל, ז. (1995) עמ' 58.

האמפתיה בהקשר של ליווי חולים, שבה הרכיב הרגשי הוא המרכזי, ואילו הרכיב הקוגניטיבי חשוב הרבה פחות. המלווה את החולה אינו מתמקד בהוצאת מידע מהחולה, או בהתאמת טיפול נפשי מקצועי, אלא משתדל לתמוך בו מבחינה נפשית ורגשית מתוך קרבה, אהדה ואף הזדהות. האמפתיה שאמורה לבוא לידי ביטוי בליווי חולים אמורה ליצור תודעת חמלה. חמלה, במובן היכולת להתוודע אל כאבו של הזולת, היא כהגדרתו של חן למפרט, סוג יסודי ובסיסי של הכרה אנושית אוניברסלית.<sup>13</sup> ברמה אחת החמלה עשויה להיות מכילה ופסיבית, אך ברמה שניה היא יכולה להיות אקטיבית, כזו המחייבת את בעליה בפעולה ממשית מטריאלית לשינוי המציאות עבור האדם הכואב.<sup>14</sup>

מעמדה ותפקידה של האמפתיה מוצאים את מקומם בשורה של מצוות חברתיות, הקיימות במסורת היהודית, שעניין דאגה לחלשים. ברצוני לתאר בקצרה שתיים מהמצוות הללו, ולהראות כיצד הן משקפות שני סוגים שונים של אמפתיה.

## היחס כלפי הגר

מצוות האמפתיה החוזרת בתורה יותר מכל, עוסקת בחובה לגלות יחס מכבד ומחבק כלפי גרים.<sup>15</sup>

הרמב"ם מאדיר מצווה זו, ולדבריו, בעוד שכלפי כל אדם אחר יש חובה אחת של אהבה, כלפי הגר קיימת חובה כפולה לאהוב אותו: "אחת מפני שהוא בכלל רעים, ואחת מפני שהוא גר והתורה אמרה ואהבתם את הגר" (הלכות דעות פרק ו', הלכה ד'). הרמב"ם ממשיך ומשווה את אהבת הגר לאהבת הבורא,<sup>16</sup> ובאחת מתשובותיו הוא אף העמיד מצווה זו מעל מצוות כיבוד הורים, שכן חובה על כל אדם לכבד את הוריו, אך אין כל חובה לאהוב אותם, לעומת זאת כלפי הגר קיימת חובה לאהוב אותו ולא רק לכבדו.<sup>17</sup>

---

13 למפרט, ת. (2008). *חינוך אמפתי כביקורת הנאו-קפיטליזם*, פרק שישי, תל-אביב. למפרט סבור כי החמלה היא מקרה פרטי של היחס האמפתי, ובבסיסה מצויה ההנחה כי בכל אחד ואחת מאתנו מצויים הן היכולת להכיר ולזהות את מצוקת הזולת והן הדחף לפעול להקלת אותה מציאות.

14 על חמלה סבילה ופעילה ראו גם קניאל, ש. (תשע"ד). *אמפתיה בחינוך: חינוך באהבה*, עמ' 20-22.

15 לדברי חז"ל מצווה זו מוזכרת בתורה 36 פעמים או אף 46 פעמים, ראו תלמוד בבלי, בבא מציעא נ"ט, ב'.

16 הרמב"ם כותב ש-ה' ציווה על אהבת הגר כמו שציווה על אהבת עצמו, שנאמר ואהבת את ה' אלהיך, הקב"ה עצמו אוהב גרים שנאמר ואוהב גר". הרמב"ם מונה את המצווה לאהוב את הגר, הן כמצווה בפני עצמה והן כמצווה, ללכת בדרכי ה'; שכן על ה' נאמר שהוא אוהב גר.

17 הרמב"ם כותב: "גדולה היא החובה שחייבתנו התורה על הגרים ממה שחייבתנו על האב והאם. עליהם נצטוונו בכבוד ומורא, ואפשר שיכבד אדם ויירא ממי שאינו אוהבו, ועל הגרים ציוונו באהבה רבה המסורה ללב". ראו: תשובות הרמב"ם (מהדורת בלאו) סימן רצ"ג.

גם מחבר "ספר החינוך" (מצווה תל"א) חורג מגדרו כשהוא מפרט את משמעויותיה של המצווה לאהוב גרים. מצווה זו כוללת, לדבריו, חובה מיוחדת לגמול להם חסד כמידת האפשר, ולדבריו המצער את הגר אינו עובר על מצווה אחת כמו במקרים אחרים, אלא על ארבע מצוות מהתורה.<sup>18</sup> ההנחה שלו היא, שסף הרגישות של הגר נמוך מזה של כל אזרח מן השורה, ולכן יש להיזהר יותר בכל אמירה אישית הנאמרת בסביבתו, ואשר עלולה לגרום לו עגמת נפש.

בעל "ספר החינוך" מוסיף ומרחיב את תחולתן של המצוות המיוחדות כלפי הגרים בנוגע לכל אדם הנמצא בטריטוריה זרה. לדבריו, כל אדם שמגיע למקום שאינו רגיל אליו, מצוי במצוקה מסוימת, וזו מחייבת כל אחד לגלות הבנה למצבו, לחוש כלפיו הזדהות, ומתוך כך להפעיל את מידת הרחמים, ולהתגייס לעזרתו. דומני שהרחבה זו של מצוות היחס לגר מאפשרת להחיל אותה אף על היחס לחולה שנמצא בבית חולים, במוסד סיעודי או בכל מקום אחר, שלא הורגל לחיות בו במשך רוב שנותיו.<sup>19</sup> החולה עזב את העולם המוכר לו והגיע לעולם חדש, שבו הוא מרגיש זר ממש כמו הגר. המעבר מעולמם של הבריאים לעולם החולים, ומטריטוריה של חיי השגרה הנורמלית למרחב המחיה של המתמודדים עם החולי, הוא מעבר בין עולמות, הכרוך בשינויים דרסטיים של שיח ותוכן, של תרבות ואקלים חברתי, של תחומי עניין וקשר בין-אישי, ועוד. המצווה על אהבת הגר מכילה הכוונה חשובה, המחייבת לקלוט את נקודת המבט שלו על מצבו, ולגלות כלפיו אמפתיה ממשית.

## היתום והאלמנה

תחום ייחודי אחר, שבו מופיעה מצווה מובהקת של אמפתיה, עוסק ביחס ליתום ולאמנה: בתורה נאמר: "כָּל אֶלְמָנָה וַיְתוּם לֹא תַעֲנֹן. אִם עִנָּה תַעֲנֶנָּה אֹתוֹ פִּי אִם צָעַק יִצְעַק אֵלַי שָׁמַע אֲנִשְׁמַע צַעֲקָתוֹ" (שמות כ"ב, כ"א). בפסוק זה בולטת כפילות הלשון החוזרת שלוש פעמים, וזו מוסברת על ידי הרמב"ן בחשיבות העניין, ובצורך לחזק אותו (פירושו על התורה שם). ואכן, אמפתיה ומתן תשומת-לב ראוייה לחלשים הם מהדברים הדורשים חיזוק מתמיד, שכן היתום, האלמנה, וכמוהם גם החולה, עלולים להיות שקופים או נשכחים.<sup>20</sup>

מחבר "ספר החינוך" (מצווה ס"ה) חורג מגדרו גם בהסבריו למצווה זו, ומדגיש שהיא לא דורשת רק הימנעות מפעולות שליליות, אלא כוללת גם חובות על פעולות מעשיות: "כל משאו ומתנו

18 מחבר "ספר החינוך" כותב במצוות אהבת גרים: "שניזהר שלא לצער אותם בשום דבר, אבל נעשה להם טובה ונגמול אותם חסד כפי הראוי והיכולת". ארבע המצוות, שהמצער את הגר עובר עליהן, הן: "לא תנו איש את עמיתו, וגר לא תונה... וכמו כן מבטל מצות ואהבת לרעך, ומצות ואהבתם את הגר". (מצוה תל"א). האיסור להונות את הגר, משמעו להימנע מאמירת דברים פוגעניים שעלולים לגרום לו צער ועגמת נפש (ראו מצווה ס"ג). "ספר החינוך" נכתב ככל הנראה על ידי רבי אהרן הלוי מברצלונה.

19 תודתי לידידי הרב מייק שולץ על הערה זו.

20 עדות לחומרת הסכנה של התעלמות מחובת היחס הנאות כלפי אלה מצויה בקללה המיוחדת בתורה: "ארור מטה משפט גר, יתום ואלמנה" (דברים כ"ז, י"ט), ובתוכחות הנביאים על התנהגות העם בתקופת הבית הראשון. לא בכדי הדגיש הנביא ישעיהו את החובה הזו כבר בנאומו הראשון: "שפטו יתום, ריבו אלמנה" (ישעיהו א', י"ז).

של אדם עמהם יהיה בנחת ובחסד ובחמלה... ונחוס ונחמול עליהם ונראה זכותם בכל דבר". הוא מוסיף ומפרט שורה של דוגמאות מעשיות, כגון: "שלא נדבר אליהם אלא רכות, ולא ינהג אדם בהם אלא מנהג כבוד, ולא יכאיב גופן בעבודה ולא ילבינם בדברים, ויחוס על ממונם יותר מממון עצמו" ועוד.<sup>21</sup>

המצוות העוסקות ביחס ליתומים ולא למנות משליכות במישרין על היחס המתבקש כלפי כל אדם הנתון במצוקה. ניתן לעגן קביעה זו בהסבר הרעיוני של מחבר "ספר החינוך" למצוות אלה. לדבריו, היתומים והאלמנות מצויים בעמדת חולשה בחברה, ולכן על כל אדם ישר דרך וטוב לב להתגייס לעזרתם. יהיה, אפוא, נכון ליישם עיקרון זה כלפי כל אדם שנתון במצבי חולשה, אשר רף הפגיעות שלו נמוך, ומידת חשיפתו להתעלמות או לניצול גבוהה. חולים במחלות קשות, ובמיוחד אלו המצויים במצב סיעודי, נמצאים בחולשה ודחק, והם רגישים יותר לפגיעה רגשית וחברתית, כמו גם לפגיעה או להזנחה פיזית. כמידת רגישותם, כך צריכה להיות מידת הזהירות ביחס אליהם, וכמידת חולשתם, כן צריכה להיות מידת העזרה והתמיכה בהם.

אמפתיה מוגדרת, כאמור, כרגישות למצבו של הזולת, כיכולת לראות את הדברים מנקודת מבטו ולהזדהות עם רגשותיו. כדי להיות אמפתי האדם נדרש להיות מסוגל להיכנס לנעליו של מושא האמפתיה. ברצוני להצביע על שתי דרכים לעשות זאת, שיכולות להתחבר למקורות שעליהם עמדנו לעיל.

חוקר התרבות חן למפרט (Lampert, 2006) הבחין בין שני סוגים עיקריים של הזדהות אמפתית, שתואמים, לדעתי, לשתי מצוות האמפתיה שתוארו לעיל. לסוג האחד הוא קרא "אמפתיה דמיונית", ובה האדם מדמיון את הרגשת הזולת, ללא כל קשר לרגשות שהוא עצמו חווה. הוא משתמש בכוח הדמיון כדי להיכנס לתודעה או לרגשות של הזולת, ועל ידי כך הוא מסוגל להזדהות עם כאבם של אחרים, על אף שאינו מכירם כלל. כך, כאשר אנו שומעים על אסון או על פעולת טרור, אנו יכולים לדמיון את עצמנו במקום האנשים שנפגעו. צורת הזדהות זו פועלת אצלנו כאשר אנו קוראים ספר, צופים בסרט או חשים הזדהות עם אנשים הנתונים במצוקות כלכליות וחברתיות שונות.

לסוג השני קרא למפרט "אמפתיה אלגורית". באמפתיה זו האדם עושה שימוש בהתנסות אישית שהוא עצמו חווה בעבר. ההיסטוריה החווייתית היא שמאפשרת לו להבין את נקודת המבט ולהזדהות עם התכנים הנפשיים של הזולת. האמפתי קולט את מצבו של האחר, והוא אומר לעצמו: "אני מבין, כך בדיוק הרגשתי בזמנו כשאירע לי כך וכך". בעוד שבאמפתיה מהסוג הראשון המתבונן נכנס במידה מסוימת לתוך האני של הזולת, הרי שבאמפתיה מהסוג השני הוא עושה שימוש ב'אני' שלו עצמו, ודרכו הוא מתבונן בחווייה של הזולת.

---

21 המצוות המתייחסות לאלמנות ויתומים מתחברות בעולם האתיקה של חז"ל לצו הכללי של הליכה בדרכי האל, שהזכר לעיל, שכן האל מתואר בתנ"ך בתור "אבי יתומים ודיין אלמנות" (תהילים ס"ח, ו). על סמך זה קבעו חכמים במדרש כי "כל גוזל ליתום ולא למנה, כאילו גזל להקב"ה, שהוא אביהם שבשמים, והוא כועס עליו" (שמות רבה ל', ח).

דומני שבשתי מצוות האמפתייה שבהן עסקנו ניתן לראות את שתי הדרכים שעליהן דיבר למפרט. היחס האמפתי כלפי הגר, הזר והאחר הוא דוגמה לאמפתייה אלגורית, שכן הוא מתבסס על הניסיון ההיסטורי של עם ישראל, ועל חוויית האחרות והזרות שאפיינה יהודים בעבר. הפסוקים הרבים שמצווים על יחס חיובי כלפי הגר מנמקים זאת פעם אחר פעם במילים: "ואתם ידעתם את נפש הגר, כי גרים הייתם בארץ מצרים" (שמות כ"ג, ט', ועוד). אכן, כאשר מחבר "ספר החינוך" מסביר את הרציונל ואת הטכניקה של אמפתייה כלפי הגר הוא כותב: "... באמרו כי גרים הייתם בארץ מצרים, הזכיר לנו שכבר נכוונו בצער הגדול ההוא שיש לכל איש הרואה את עצמו בתוך אנשים זרים ובארץ נכריה, ובזכרנו גודל דאגת הלב שיש בדבר, וכי כבר עבר עלינו, והשם בחסדיו הוציאנו משם, יכמרו רחמינו על כל אדם שהוא כן" (מצווה תל"א). היחיד אמור, אפוא, לשחזר את חוויית הסבל הקולקטיבי הלאומי, ומתוך כך עליו להיכנס לעורו של הגר או של הזר הקונקרטי.

לעומת זאת, היחס כלפי היתום והאלמנה אינו מבוסס על התנסות אישית אלא על אמפתייה דמיונית. ייתכן מאוד שהמתבונן לא חווה מעולם מצב של יתמות או של אבדן בן/בת זוג, אך הוא מסוגל להפעיל את הדמיון, ובעזרתו הוא יכול לראות את מצבו מנקודת המבט שלו ולחוש הזדהות עמו. הזדהות זו דורשת מאמץ מיוחד, שכן הסבל של האחר אינו מוכר למתבונן מניסיונו האישי, ולכן דווקא במקרה זה נזקק המקרא להכפלת הציוויים: "אִם עֵנָה תִּעֲנֶה אֹתוֹ כִּי אִם צָעֵק יִצְעַק אֵלַי שְׁמַע אֲשַׁמַּע צַעֲקָתוֹ", הכפלה שנועדה כדברי הרמב"ן לחזק את העניין ולהעצים את נחיצותו. בהמשך להבחנה זו ניתן להבין את הצורך שהיה לפרשנים לנמק את מצוות האמפתייה עם היתום והאלמנה. העובדה שאמפתייה זו אינה מבוססת על התנסות אמפירית כלשהי, מחייבת מאמץ מצד האדם לדמיין את מצבם של היתום או האלמנה, והפרשנים נדרשים לדברי הסבר מעוררי מוטיבציה בעניינם. כך כותב הרמב"ם: "חייב אדם להיזהר ביתומים ואלמנות מפני שנפשן שפלה למאד ורוחם נמוכה, אע"פ שהן בעלי ממון..." (הלכות דעות פרק ו', הלכה י'). מחבר "ספר החינוך" רואה צורך להסביר למתבונן את מצבם, כדי שידע לדמיין אותו אל נכון וכותב: "לפי שאלו הן תשושי כח שאין להם מי שיטעון טענותם בכל נפש, כמו שהיה עושה איש האלמנה, אביהן של יתומים, אם היה קיים" (מצווה ס"ה).

במהלך ליווי החולים, כמו גם בעת ליווי אנשים שחוו סבל ואבדן מסוגים שונים, על המלווה לדעת להשתמש בשתי הדרכים הללו של האמפתייה. פעמים שהוא מלווה חולה, שמשהו בהתנסותו האישית דומה לזו של החולה ומאפשר לו את ההבנה וההזדהות, ופעמים שחוויית החולה זרה לו לחלוטין, והוא נדרש להפעיל את הדמיון כדי להיפתח לחוויית הסבל שלו, להיכנס לנעליו ואף להזדהות עם כאבו.

## להיות שם - שיח ומשמעות בליווי חולים

תחילת עיסוקי בליווי חולים הייתה בעודי צעיר, כשהייתי בשליחות בקיפטאון, דרום אפריקה. ניסיוני שם לימדני כיצד ביקור חולים משמעותי עשוי להפיג חרדותיו של החולה, ולהעניק לו

עוגן ממשי ברגעי קושי ומשבר. המבקר מגיע מהעולם החיצון, הדינמי, והוא מייצג עבור החולה את התמדת הקשר שלו אל החברה, שממשיכה לזרום בלעדיו. החולה כמה להיאחז בכל רמז וסימן לכך שהעולם אליו היה שייך לא התאדה, לא מתעלם ולא נעלם, וכל שיחה עם מי שמגיע מהעולם הסובב, עשויה לחזק אצלו את התחושה שהוא עדיין מחובר למערכות החיים המוכרות לו.

תומך ששם לב לצורכי החולה, ואינו עושה מלאכתו מצוות אנשים מלומדה, עשוי לסייע גם בהרחבת מעגלי התמיכה בחולה. במקרים שבהם אין לחולה רשת ביטחון חברתית מקרב בני משפחתו וחבריו, עשוי התומך לסייע בגיוס אנשים נוספים שיגאלו אותו מבדידותו ויגבירו משמעותית את מידת חוסנו הנפשי.<sup>22</sup>

פעמים רבות, המלווה את החולה עשוי להיות כתובת לשיחה עבור החולה בנושאים שקשה לו לדבר עליהם עם אחרים: על החיים ועל המוות, על התקווה כמו גם על הייאוש, על סליחה לאחרים ועל רצון שאחרים יסלחו לו, על מערכות יחסים מורכבות או בלתי פתורות, על אכזבות והחמצות ועל דאגות מעיקות, על חששות בנוגע לילדים ולעתידם, על התלבטויות לגבי נתינת מתנות בחיים, על צוואתו, ועל הצוואה הרוחנית שהוא רוצה להותיר אחריו. כשמדובר במלווה, המוערך על ידי החולה בגין הידע המקצועי או חכמת החיים שלו, הוא עשוי להוות בן-שיח או אף יועץ לשאלות אתיות שונות, שמתעוררות, לעתים, בסוגיות של סוף החיים, כגון: המתת חסד, תרומת אברים, התלבטויות לגבי נטילת תרופות ניסיוניות או תרופות בעלות השלכות מורכבות, כדוגמת תרופות נוגדות כאב אשר בה בעת מחישות את המוות, ועוד.<sup>23</sup>

החולה עשוי להיות מוטרד משאלות תיאורטיות שונות, הקשורות במשמעות החיים, או בשאלות מטפיזיות הנוגעות לענייני אמונה, כגון: הישארות הנשמה לאחר המוות, אמונה בתחיית המתים, האם יש גלגול נשמות וכדומה. מעל לכל, מרחפת במקרים רבים השאלה - מדוע קורים דברים רעים לאנשים טובים? או בלשונם של חז"ל: מפני מה יש צדיק ורע לו?<sup>24</sup>

העיסוק בשאלות התיאורטיות אינו תמיד מועיל, ולעתים קרובות הוא אף קונטרה-פרודוקטיבי. דיונים בשאלות אלה הם מטבעם ספקולטיביים, אינם מגיעים לקראת פתרונות המתיישרים על הלב, ועלולים לנעול את החולה בתוך כאבו. הרצון של החולה לעסוק בשאלות אלה אף

---

22 חכמים העריכו מאוד אנשים המפעילים אחרים למעשים של נתינה, ואמרו: "גדול המעשה יותר מן העושה" (תלמוד בבלי, בבא בתרא ט', א'). מובן שאין לראות בהפעלת אחרים תחליף לעשייה עצמית, אולם עם זאת, רב או כל אדם שנבצר ממנו לעסוק במעשי חסד באופן יום-יומי, אך מסוגל לשדל אחרים לעשות, חובה עליו לעשות כן, ואין לראות בכך התנהגות לא הוגנת.

23 שאלות ותהיות אלה עשויות לקנן גם בלב בני הזוג של החולה, ילדיו או נכדיו. לעתים, בני המשפחה הם שנדרשים לעידוד, לאמפתיה ולחיזוק לא פחות ואף יותר מהחולה עצמו. תפקיד המלווה אינו מצטמצם בהכרח לתחום הסיוע לחולה, ופעמים רבות הוא נדרש, לא פחות, גם לליווי בני המשפחה.

24 השאלה: "מפני מה יש צדיק וטוב לו ויש צדיק ורע לו, יש רשע וטוב לו ויש רשע ורע לו" מופיעה בתלמוד בבלי, ברכות ז', א', כאשר לדברי החכמים שם היא נשאלה על ידי משה בהתגלות האישית המיוחדת שחווה לאחר חטא העגל.

מרתיע לפעמים את אנשי המקצוע או את קרוביו וחבריו של החולה מלבוא במציצתו.<sup>25</sup> עם זאת, תפקידו של המלווה את החולה להתגבר על הרתיעה ולבוא בדברים עם החולה בהתאם למשאלות לבו.

מותר הדת על העולם המחולן הוא בנתינת משמעות להתרחשויות.<sup>26</sup> העולם הדתי נשען על אמונה הגורסת, כי כאב, סבל ואבדן אינם שרירותיים, אלא יש להם משמעות. אמנם נבצר מבינת אדם להבין משמעות זו אל נכון ברובד התיאורטי, אולם האמונה הדתית מכוונת אותו למנף את הכאב והסבל ברובד הקיומי.<sup>27</sup> על המלווה להישמר מהיומרה להציג תשובות, אולם עליו להיות שותף לשאלות הקיומיות. עליו להיכנס לתוך "הבור" שהחולה נמצא בו, בלי לטבוע יחד אתו. כאשר החולה שואל: "למה דווקא אני", על המלווה להזדהות עם השאלה ולתת לה לגיטימציה. שאלה זו מופיעה בדרך כלל כשאלה רטורית, כאשר החולה יודע שאין בידי איש לספק לו תשובה הולמת ומספקת, והוא אף אינו מעוניין לשמוע כל תשובה. עצם ההכלה של השאלה מחזקת אותו במקום העמום והקשה שבו הוא נמצא.

כאשר מדובר בחולה שאינו שרוי במצב דמנטי מתקדם, יש מקום גם לסייע לו במציאת משמעות אישית, התואמת את מצבו. בתפיסת היהדות משמעות זו לא צריכה להיות כרוכה דווקא בעשייה.

ויקטור פראנקל, שהחיפוש אחר משמעות מהווה אבן יסוד במשנתו הפילוסופית, כמו גם התראפויטית, הצביע על כך, שגם כשלא נותר לאדם שום דבר שבעבורו כדאי לחיות, איש אינו יכול לקחת ממנו את החופש לבחור ולהחליט איך תיראה זהותו. הוא מראה כיצד במחנות המוות של הנאצים האתגר היה להשתמש בבחירה החופשית כדי לשמור על צלם אנוש.<sup>28</sup>

---

25 על החסרונות הקיימים בעיסוק בשאלות המטפיזיות, ראו: סטפן לוין, *מי מת: המוות כמורה לחיים*, (תרגום: עפרה אביגד), (2001). תל אביב עמ' 130, ולורנס לה-שאן, *סרטן כנקודת מפנה* (2000). תל אביב עמ' 204.

26 על התועלת הדתית בהקניית משמעות לאבדן, ראו: נחי אלון וחיים עומר, *השטן שבינינו - מדרמוניצייה להידברות* (2011). תל אביב, עמ' 156-161, והדברים נכונים גם בסוגיית ליווי חולים.

27 ראו בנושא זה מאמרי "צדיק ורע לו - מבט קיומי", בתוך: *הישן יתחדש - הגות ומחשבה מזווית מחודשת*, בעריכת אביגדור ויצמן ודוד ויסמן. (תש"ס). ירושלים.

28 ויקטור פראנקל, *האדם מחפש משמעות: ממחנות המוות אל האכזיסטנציאליזם*, תל-אביב תשל"ו, עמ' 85-86: האנשים אשר היו עוברים מצרף לצרף כדי לעודד רוחם של אחרים, כדי לפרוס להם מפרוסת לחמם האחרונה... די בהם כדי להוכיח כי אפשר ליטול מן האדם את הכל חוץ מדבר אחד, את האחרונה בחירות אנוש - לבחור את עמדתו במערכת נסיבות מסוימות, לבור את דרכו". וכן: "מכאן שביסודם של דברים יכול כל אדם, אף בנסיבות אלה להכריע בעצמו, מה הוא יהיה מן הבחינה הנפשית והרוחנית גם יחד... אותם קדושים מעונים, אשר סבלם ומוותם העידו על העובדה, כי החירות הפנימית האחרונה אין לה בטלה עולמית" (שם).

ברצוני להוסיף לכך עוד נדבך, ולציין שגם כשלא מתאפשר לאדם לבצע כל פעילות משמעותית, עדיין יש לו חופש בחירה במסגרת מה שביכולתו לעשות.<sup>29</sup> אף אם הוא מוטל במיטתו וחסר יכולת תנועה, יש לאדם בחירה חופשית להחליט האם לחייך ולהאיר פנים למבקרו, או לרטון ולכעוס עליהם; האם להיות אדיב וסובלן כלפי שותפו לחדר או להיפך, האם להכיר תודה לצוות הרפואי שמטפל בו, או למתוח עליהם ביקורת מתמדת. יתר על כן, חכמים קבעו, כי "יפה שעה אחת בתשובה בעולם הזה מכל חיי העולם הבא" (אבות פרק ד', משנה י"ז), והרהורי תשובה יכולים להתבצע בכל מצב, כל עוד קיימת צלילות הדעת.

ביסודו של דבר, התפקיד הבסיסי והחשוב ביותר של כל מי שסועד חולה ומלווהו, הוא פשוט להיות אתו. כאשר איוב איבד את ילדיו ואת כל אשר לו הגיעו אליו חבריו הקרובים, ובמשך שבע יממות תמימות הם לא עשו דבר, אלא רק שהו אתו. המקרא מתאר: "וישבו אתו לארץ שבעה ימים ושבעה לילות ואין דובר אותו דבר" (איוב ב', י"ג). להיות שם, ולקיים את הפסוק "עמו אנכי בצרה" (תהילים צ"א, ט"ו). זוהי נקודת המוצא, ולעתים אף הנקודה העיקרית, ואיך זיל גמור.

---

29 בעניין הבחירה החופשית ראוי להזכיר את דבריו של הרב אליהו דסלר, שכתב על כך, שלכל אדם יש נקודת בחירה שונה התלויה בנסיבות חייו ובחינוך שקיבל. בהמשך לכך, גם המציאות הקונקרטיה, שבה האדם נתון, מעצבת את נקודת הבחירה של כל אדם בעמידה באתגרים ובניסיונות שעוברים עליו. ראו על המושג נקודת הבחירה בספרו של הרב דסלר *מכתב מאליהו*. (תשמ"ד). ירושלים: חלק א, עמ' 113-114. עוד על משנתו של הרב דסלר בסוגיית הבחירה החופשית ראו: תמר רוס, "האדם וכוח בחירתו המוסרית במשנת הרב דסלר", *דעת*, 12 (תשמ"ד), עמ' 111-126.



## מקורות

### ספרי מקור ביהדות

גרינברג, א"י. (תשמ"ז). *עיטורי תורה* (עמ' 113). חלק ד', תל אביב.  
הכהן, י"מ. (תשס"ד). *אהבת חסד* (עמ' י"ט). (מהדורת וויינרעב), ירושלים.  
רמב"ם. מורה הנבוכים. מהדורת הרב קפאח, ירושלים (תשל"ז).  
רמב"ם. משנה תורה. מהדורת ירושלים (תשל"ד).  
רמב"ן. השגות הרמב"ן לספר המצוות, מהדורת פרנקל, ירושלים-בני ברק (תשנ"ה).  
הלוי, פ. ספר החינוך. מהדורת חיים דוב שעוועל, ירושלים (תש"ך).  
תלמוד בבלי, דפוס וילנא.  
תלמוד ירושלמי. ירושלים ד"צ וילנא.

### מקורות כלליים

אוסטריל, ז. (1995). *פתרונות פתוחים: טיפול פסיכולוגי בילד ובסביבתו* (עמ' 60-62). ירושלים-תל-אביב.  
אלון, נ. ועומר, ח. (2011). *השטן שבינינו - מדמוניזציה להידברות* (עמ' 156-161). תל אביב.  
לה-שאן, ל. (2000). *סרטן כנקודת מפנה* (עמ' 204). תל אביב.  
לוביץ, ר. (תש"ס). "צדיק ורע לו - מבט קיומי". בתוך: *הישן יתחדש - הגות ומחשבה מזווית מחודשת*, בעריכת אביגדור ויצמן ודוד ויסמן (עמ' 102-144). ירושלים.  
לוי, ס. (2001). *מי מת: המוות כמורה לחיים* (תרגום: עפרה אביגד) (עמ' 130). תל אביב.  
למפרט, ח. (2008). *חינוך אמפתי כביקורת הנאו-קפיטליזם*. פרק שישי. תל אביב.  
פראנקל, ו. (תשל"ז). *האדם מחפש משמעות: ממחנות המוות אל האכזיסטנציאליזם* (עמ' 85-86). תל אביב.  
פרום, א. (ללא ציון שנת ההוצאה), *אמנות האהבה* (עמ' 34-37). תל אביב.  
קניאל, ש. (תשע"ד). *אמפתיה בחינוך: חינוך באהבה* (עמ' 20-22).  
רוזנהיים, א. (2003). *תצא נפשי עליך: הפסיכולוגיה פוגשת ביהדות* (עמ' 73-116). תל אביב.  
רוס, ת. (תשמ"ד). האדם וכוח בחירתו המוסרית במשנת הרב דסלר. *דעת*, 12: 111-126.  
Lampert, K. (2006). *Traditions of compassion from religious duty to social activism*. New York: Houndmills.  
Kohut, H. (1981). On empathy. In: P. Orenstein (Ed.), *The search of the self: Selected writings of Heinz Kohut*, Vol. 4. New York.