

חקר מקרה: "שיהיה דבר אחד טוב ואמתי

להגיד עלי בהספד"

מיכאל שולץ

מבוא

חקר המקרה (case study) שלהלן מציג דוגמה של ליווי רוחני במסגרת של טיפול פליאטיבי (טיפול תומך). התקנים (standards) למתן טיפול פליאטיבי, כפי שפורטו על ידי ה-National Consensus Project for Quality Palliative Care (NCP, 2013), כוללים הערכה של הממדים הרוחניים של הטיפול והתייחסות אליהם. נאמר בהם, כי על הצוות הרב-תחומי לכלול גם מלווה רוחני, ורצוי שיהיה אדם מוסמך בתחום זה. ליווי רוחני אינו מוגבל למסגרת הטיפול הפליאטיבי, אם כי עליו להיות חלק ממנו, וראוי להתייחס לעניין זה בשעה שישראל מיישמת טיפול פליאטיבי אוניברסלי במוסדותיה הרפואיים.

הערכה זו של דאגות רוחניות וקיומיות, נאמר בתקנים, "כוללת, בין השאר, את הדברים הבאים: סקירת חיים, הערכת תקוות, ערכים וחששות, משמעות, תכלית, אמונות לגבי חיי העולם הבא, מנהגים רוחניים או דתיים, נורמות תרבותיות, אמונות המשפיעות על הבנת המחלה, התמודדות, רגשי אשמה, סליחה ומשימות השלמת חיים". אפילו באמריקה, שבה התפתח לראשונה נושא הליווי הרוחני במסגרת ה-chaplaincy, תוך התמקדות משמעותית בליווי דתי, התפיסה שלפיה רוחניות רחבה בהרבה מדת גרידא נעשתה מקובלת, ולהלן ההגדרה של מושג זה, שהתקבלה בהסכמה: "רוחניות היא אספקט דינמי ואינהרנטי של האנושות, שדרכה בני אדם מחפשים משמעות אולטימטיבית, תכלית והתעלות, ושדרכה חווה האדם קשר לעצמו, למשפחה, לאחרים, לקהילה, לתרבות, לטבע ולמשמעותי או לקדוש. הביטוי של רוחניות הוא דרך אמונות, ערכים, מסורות, ואורח חיים (Puchalski, Vitillo, Hull et al., 2014). בישראל, מראשית התפתחותו של מקצוע זה, הייתה הבנה רחבה של המושג "רוחניות", כאשר הדת היא רק אחד ממספר רב של רכיבים אפשריים בחיי הרוח של היחיד.

על אף ההכרה הנרחבת בחשיבות הממד הרוחני שבטיפול הפליאטיבי, כמו גם במצבים אחרים, נושא הליווי הרוחני המקצועי לא נחקר לעומקו. עיקרי הממצאים המעידים על תרומת הליווי הרוחני בסוף החיים כוללים שיפור באיכות חיים (Balboni, Paulk, Balboni et al., 2010), גידול ביציאה להוספיס בית והפחתת התמותה בבית החולים (Flannelly, Emanuel, Handzo et al., 2012) והפחתת השימוש בטיפולים אגרסיביים בסוף החיים, כאשר המטופל מרגיש נתמך רוחנית על ידי הצוות כולו, דבר שקשור באופן מובהק עם קבלת ליווי רוחני (Balboni et al., 2010) אולם עדיין נשארים הרבה נושאים שיש לחקור, וביניהם ההשפעה של התערבויות מסוימות.

בסקירה שהופיעה לאחרונה, במאמר מתוך כתב העת *New England Journal of Medicine* צוין, כי "היעילות של התערבויות רוחניות טרם נחקרה" (Kelley & Morrison, 2015). אחת הסיבות למיעוט ידע מבוסס-מחקר היא מיעוט הפרסום של חקר מקרים.

עם זאת, כפי שמציינים פיצ'ט ונולן, חקר מקרים הוא צעד מקדים הכרחי לזיהוי ולתיאור מפורט של ההתערבויות שיש לחקור (Fitchett & Nolan, 2015). פיצ'ט, מלווה רוחני מוסמך במקצועו, המכהן כיום כפרופסור וחוקר בתחום הליווי הרוחני במרכז הרפואי של Rush University שבשיקגו, התייזב בראש המאמץ והקריאה ליצירת מאגר עשיר של ספרות מקצועית וחקר מקרים בנושא הליווי הרוחני. מאמצים אלה הובילו לפרסומם של תריסר חקרי מקרים בחמש השנים האחרונות (Cooper, 2011; King, 2012; Fitchett & Nolan, 2015), ביניהם מקרה מאחד מבתי החולים שבירושלים (Redl, 2015). כפי שכותב פיצ'ט, החשיבות של חקר מקרים, מעבר לכך שהם מאפשרים לתכנן מחקרים, טמונה בערכם החינוכי: למלווים רוחניים, תוך כדי הכשרתם; כחומר להשתלמויות; כחומר המסייע לעמיתים במקצועות רפואיים אחרים ולמקבלי החלטות בתחומים של בריאות ורפואה. כמו כן, חקר מקרים מסייע לציבור בכללותו להבין את עבודתם של המלווים הרוחניים. הוספה של דוגמאות מתוך עבודתנו לתוך השיח עם מקצועות קרובים, והיכולת של אותם בעלי מקצוע להגיב ולהעיר על הליווי הרוחני הניתן (כפי שנעשה בעבודתו של פיצ'ט) יביאו תועלת לליווי הרוחני עצמו, בכך שיקדמו את הניתוח הביקורתי של הליווי הניתן ויעמיקו את הפוטנציאל לעבודה רב-תחומית אפקטיבית.

כפי שתיאר פיצ'ט, חקר מקרה מורכב משלושה חלקים עיקריים: (1) ההקשר והרקע, דהיינו מידע על החולה ו/או על משפחתו ועל המלווה הרוחני והמסגרת שבה הוא או היא פועלים; (2) תיאור של הליווי לאורך זמן, כולל אינטראקציות מרכזיות ולפעמים גם מובאות קצרות וחשובות מדברי המטופל והמלווה; (3) לחלק זה נודעת חשיבות עליונה, שכן הוא רפלקסיה של המלווה הרוחני על הדברים שקרו: ההערכה הרוחנית שלו ביחס לחולה, כיצד בוצעה ההתערבות מצדו ומה הייתה תוצאת הליווי שסיפק. חלק זה מחייב את המלווה לחרוג מגבולות התיאור אל תחום הרפלקסיה הביקורתית.

בפרק זה, מלבד שלושת הרכיבים שמנינו, נתחיל בתיאור המסגרת התיאורטית לליווי הרוחני שלנו. נבקש לטעון, כי זוהי תוספת שיש עמה תועלת בכל חקר מקרה, הואיל והיא מאפשרת לקורא להבין את ההערכה וההתערבות של בעל המקצוע לאור האוריינטציה התיאורטית הייחודית של המלווה הרוחני במקרה הנדון. עם זאת, בהקשר של ספר זה - הפורס לפני הקורא היכרות עם התחום בישראל - חשוב להרחיב בהמשגת עבודת הליווי הרוחני על בסיס תיאורטי בטרם נעבור לתיאור הליווי שניתן במקרה המסוים הנדון.

ולבסוף, ראוי לציין את שאלות האתיקה המתעוררות עקב הפרסום של חקר מקרים בתחום הליווי הרוחני. מעבר לדרישות המשפטיות והמוסדיות, שחובה לקיימן בפרסום של כל דוח על חולה, מתעוררת גם השאלה האתית אם ראוי לפרסם פרטים כה אינטימיים מחייו של אדם, פרטים שסופרו למלווה בסוד. בנוסף לכך, בייחוד בהקשר של טיפול פליאטיבי, החולה

עלול לסיים את חייו בטרם תתקבל הסכמתו. פרטים על חייו הרוחניים עשויים לכלול מידע משמעותי על בני משפחה ואנשים אהובים אחרים. אנו מפנים את הקורא המעוניין לדיון מפורט בנושא זה בשני מאמרים, הראשון מאת מקרדי ופיצ'ט (McCurdy & Fitchett, 2011) והשני מאת מקרדי (McCurdy, 2015). לסיכום עניין זה, חובה להגן על הזהות והפרטיות הן של החולה הן של משפחתו, אפילו כאשר לא חלה חובה מוסדית לקבל את הסכמת החולה ו/או קרובי משפחתו. במקביל, קיים מתח בין הכורח לשנות פרטים מזהים במסגרת תיאור המקרה לבין הצורך להבטיח שהמידע יהיה מדויק דיו, כדי להסיק ממנו כללים על הליווי שניתן, על מנת שהקורא יוכל ליישם את הדברים במקרים אחרים ודומים. בחקר המקרה הנוכחי, שנשואו כבר נפטר, התקיימה שיחה על פרסום הדברים עם אחותו של החולה והיא נתנה את הסכמתה. כדי להגן על זהותם, שונו פרטים מזהים. לפרסום של חקרי מקרים ערך רב למתן טיפול רפואי הוליסטי ולכן אל לרוחנו ליפול מול השאיפה לשמור על תקני אתיקה גבוהים, אלא עלינו לדרבן את עצמנו ולהתמודד עם האתגר של פרסום המקרים שאנו מטפלים בהם, תוך הקפדה על כללי האתיקה.

תקוותנו, היא כי הפרסום שלהלן יהיה ראשון בין חקרי מקרים רבים בעברית, הקשורים למקצוע הצעיר הזה של ליווי רוחני בישראל.

המסגרת התיאורטית

בטרם אנש לתיאור המקרה עצמו, אתווה את המסגרת התיאורטית להתערבות בדרך של ליווי רוחני ובהמשך אעריך את ההתערבות הייחודית המתוארת לאור אותה מסגרת.

ליווי רוחני כרוך בסיוע לבני אדם לנווט את המפגש עם מצבי סבל ואבדן. בסביבה האשפוזית, דבר זה כולל הן את החולה והן את בני משפחתו. המונח "אבדן" הוא רב-פנים וכולל אבדן חיים, אבדן של מעמד או תפקיד, אבדן של יכולת תפקוד ואבדן תחושת העצמיות. בקצרה, מדובר בערעור של תחושת היחיד באשר למשמעות החיים והעולם ומקומו של היחיד בתוכם. חוויית האבדן נוכחת אפילו כאשר האבדן אינו מלא והיא נוכחת גם במקרים של שינוי גדול או של התערעות הוודאות בהמשכיות הדברים כהווייתם.

בתיאור הרכיבים של הממדים הרוחניים בחווייה האנושית, אני מסתמך (בשינויים מסוימים) על המודל שפותח על ידי המחלקה לליווי רוחני של המוסד Hebrew Senior Life שבבוסטון:

(1) תקווה; (2) משמעות; (3) חיבור; (4) תחושת עצמיות/זהות עצמית; (5) כבוד וחירות; (6) אמון ואמונה (Thiel & Robinson, 2015). אלה הם הצרכים הרוחניים הראשיים של האדם ואפשר לטעון, כי הם משותפים למין האנושי כולו. במצב של רווחה רוחנית, היחיד חווה את כל הרכיבים הללו וכאשר הם חסרים או מאותגרים, זהו הממד הרוחני של חוויית הסבל והאבדן. דבר זה יוצר מסגרת המאפשרת לדון באופי הסבל הרוחני. כעת אציג את המסגרת שבתוכה אנו מספקים בפועל ליווי רוחני ואתאר כיצד התערבות בדרך של ליווי רוחני משמשת מענה לסבל הרוחני.

המפגש האידיאלי עם מלווה רוחני נוגע בממד הרוחני במובן חווייתי-התנסותי. למעשה, מפגש שכזה מאפשר חוויה רוחנית, חוויה שהיא ריפוי ושלמות בפני עצמה, המעניקה יסוד איתן ובסופו של דבר גם רגיעה. ממד החוויה הוא רב-עוצמה, לפעמים אפילו בעל יכולת טרנספורמטיבית, ויש לו השפעה מתמשכת, חוויה שלעולם אינה מתפוגגת. החוויה קשורה באופן אינהרנטי ברגע הנתון ודבר זה הוא תיאור מנחה של עבודת הליווי הרוחני. התרומה להתרחשותה של חוויה רוחנית אינה הרכיב היחיד של הליווי הרוחני ובהמשך מאמר זה יתוארו גם התערבויות מסוגים אחרים. עם זאת, זהו מאפיין מובהק של עבודת הליווי והוא מתאר תרומה ייחודית של המלווה הרוחני לטיפול שהחולה מקבל מהצוות הרב-תחומי. משום כך, בטרם נגיע לאותן התערבויות העשויות להתקיים לעתים (ובדרכים אחרות) מטעם חברים אחרים בצוות, נתאר בפירוט את הדרכים שבהן נוכל לתרום להתרחשות החוויה הרוחנית.

אמצעי ההתערבות הראשי שלנו הוא להיות עם האדם, ליצור חיבור ולאפשר לו להיות הוא-עצמו ולהביע את עצמו האמתי בדרגת עומק שיבחר, לקבל אותו כמו שהוא, להצטרף אליו בלבטיו ובמסעו באשר הוא שם, לחבור אליו ברמה הרגשית כדי לתת לו את ההרגשה שאנחנו לצדו ולהראות לו שהבנו אותו ואנו מקבלים אותו באמת ובתמים. לשם כך דרושים כישורים של הקשבה עמוקה - לא רק לדברים הנאמרים, כי אם גם לדברים שטרם בוטאו במילים - ונוכחות ברמה כמעט מוחלטת. בנוסף לכך, המלווה נדרש לעבודה שוטפת בהיקף משמעותי כדי להכין את עצמו, להגיע למפגש כשהוא מסוגל לאפשר התרחשות של הרכיבים הללו על רקע המגוון הרחב של אנשים ונסיבות שהוא עתיד לפגוש. האדם השרוי במצוקה נעזר מתוקף חוויית הנוכחות המחויבת של אדם נוסף לצדו, וחווה מגע אנושי עמוק. החוויה של אותו אדם היא שקולה נשמע, שהוא עצמו נראה וכי מקבלים אותו - תחושה של "הכול בסדר" במובן מטאפיזי יותר. דבר זה, כשלעצמו, הוא חוויה רוחנית עוצמתית. זוהי גם חוויה נדירה בחיי היום-יום שלנו ואפילו בעתות משבר. במקרים רבים, אנשים השרויים בסבל, גם כאשר הם בחיק משפחתם, חווים תחושה חריפה של בידוד; הם אינם מסוגלים לחלוק בזמן אמת חוויות עוצמתיות ומציפות וגם הסובבים אותם לא תמיד מוכנים לשמוע מהחולה את תחושותיו כהווייתן. ברגעי חיבור שכאלה, תחושת הבדידות פוחתת.

עמדה עקרונית של המלווה הרוחני היא להזמין את האדם השרוי בסבל לספר את סיפורו. היכולת של אדם לספר את סיפורו האישי, משמעותה לחלוק עם אחר את המהות העצמית שלו - דבר העשוי ללבוש צורות מצורות שונות: סיפורו של האדם כולל השתלשלות חיי, אם בימים האחרונים ואם מתחילת חיי; הערכים החשובים שלאורם חי את חיי; התחושה האישית של משמעות החיים או משמעות בחיים, האנשים, הרעיונות והדברים המטאפיזיים שהחולה שם בהם את מבטחו; האנשים, הזהויות והתרבויות שהוא רואה עצמו מחובר אליהם או שהוא חש שהם מגדירים אותו. כאשר מלווה רוחני מקשיב לאדם המגולל את סיפור חווייתו, הוא מנסה לזהות את ה'מטא-סיפור' של אותו אדם, מי הוא וכיצד הוא רואה את העולם וכיצד הוא רואה את מקומו-שלו באותו עולם. המלווה לומד להכיר את גישתו לחיים של המספר, את

ערכיו המרכזיים, את נקודות המאבק שלו כיום, את הדברים שאולי הוא שואב מהם תקווה. הוא משתדל לזהות את רכיבי הרווחה הרוחנית והסבל הרוחני, כמו במודל שלעיל.

עמדה זו כרוכה במספר יתרונות. ראשית, זהו הדבר העיקרי המאפשר למלווה הרוחני לבצע הערכה רוחנית, דהיינו, להבין את נקודות הסבל הרוחני והאבדן הרוחני, ואף להכיר את המשאבים הרוחניים העומדים לרשות החולה ולבסס עליהם את ההתערבות שיתכנן. שנית, אחת הדרכים הטובות ביותר לאפשר לזולת לחוות תחושה של נוכחות מלאה של אדם אחר לצדו, של קבלה, של היותו נראה, נשמע ואהוב, היא באמצעות הקשבה לסיפור שהוא מספר, בהנחיית המלווה הרוחני. שלישית, כמאמר הבעל שם טוב, כאשר אתה משיח על דבר-מה, אתה נמצא שמה. כאשר ההנחיה של המלווה הרוחני מאפשרת לחולה לחלוק עמו את הסיפור שלו בדרך עמוקה, תוך שיתוף זהותו וערכי היסוד שלו, החולה מוצא את עצמו מתחבר מחדש לתחושת העצמיות שלו וחווה תחושה של חיות מחדשת, הודות לקשר עם הערכים שלו ועם תחושת משמעות החיים. כאשר החולה משתף את המלווה בסיפור של חוויה רוחנית, במקום להיות שרוי בנקודה של אבדן וסבל, הוא מוצא עצמו נוכח מחדש בתוך אותה חוויה רוחנית. יש בכך כדי להעניק שלוה ומרגוע, תחושה של ריפוי ולפעמים אפילו לחולל טרנספורמציה, אם החולה, דרך התחברות מחדש אל עלילת הסיפור שלו, זוכה בתחושה של תקווה או משמעות בדרכו הלאה.

רכיב ליבה נוסף של החוויה הרוחנית הוא האפשרות להתחבר אל משהו שמעבר לאדם עצמו. לעתים, מדובר בחוויה העמוקה של חיבור עם בן אנוש אחר: של הבנה, קבלה ותחושת "ביחד". לעתים, כל מה שדרוש הוא מגע אנושי, כמו ליטוף עדין או יד אוחזת יד. אנו חווים את התחושה הזו גם כאשר אנו מחדשים קשר עם משפחה, עם ערכים משפחתיים או עם מסורת. כאשר אנו חשים באהבה כלפי או מצד מישהו שמחוץ לנו, זוהי חוויה רוחנית של חיבור. המלווה הרוחני עשוי לחלוק עם החולה את מילותיו של משורר או של מקור אחר ממסורתו הרוחנית של החולה, כדי לאפשר לו לראות את הקושי האישי שלו, כפי שהוא משתקף במילותיו היפות של המשורר, ולדעת שהיו לפניו אנשים אחרים שעברו סבל ומצוקה מהסוג שהוא חווה. גם בכך טמונה חוויה של חיבור. לאנשים מאמינים, תפילה היא אמצעי של חיבור אל האל. מדיטציה היא שיטה שיכולה לאפשר ליחיד "לצאת מתוך עצמו" ולחוות תחושה של חיבור אל היקום בכללותו. אפשר שתחושת החיבור של אדם היא לטבע או לקהילה רחבה יותר - קהילה במובן התרבותי, החברתי או במובן התכליתי.

קיימות דרכים נוספות לקדם ולאפשר חוויה רוחנית. יש אנשים שעבורם שירה עם אחרים היא חוויה רוחנית עמוקה. לאחרים, קריאת דרור לפן היצירתי שלהם מעניקה להם מגע עם הרוח. לכל אחד מאתנו רוחניות אישית משלו ומשאבים רוחניים משלו. במקרים רבים, מלאכתו של המלווה הרוחני היא פשוט לסייע לחולה להתחבר מחדש אל הרוחניות ואל המשאבים הרוחניים העומדים לרשותו כבר מזמן, כדי להביאו למגע עם הרוח. בעתות של סבל או אבדן, אנשים עלולים להיתקף בבלבול או להרגיש מנותקים מהחיים "הקודמים" שלהם. לפעמים,

אף שוכחים להיעזר במשאבים רוחניים שכבר עומדים לרשותם ממילא. המלווה הרוחני מזהה את המשאבים הללו, את הדרכים שבהן החולה בדרך כלל ניזון במובן הרוחני, ומביא אותם אל קדמת הבמה. הוא מאפשר לחולה לטפל בעצמו ולהזין את עצמו באמצעות חוויה רוחנית.

התפקיד של המלווה הרוחני כולל גם רכיבים נוספים ואף סוגים אחרים של התערבויות שאין לסווגן תחת הכותרת של "יצירת אפשרות לחוויה רוחנית". המלווה הרוחני מגיע לידי היכרות עמוקה עם החולה ומצטרף אליו במסעו. מכאן, ההערכה הרוחנית שלו את קשייו ואת סבלו הרוחני של החולה עשויה להוביל להתערבויות אחרות, שאת חלקן נתאר בקצרה להלן, אם כי בהחלט ראוי להרחיב בכך. על המלווה הרוחני להיות "מומחה" בתחום הסבל והמצוקה כדי שיוכל, יחד עם האדם שהוא מלווה, לנווט את המפגש עם סבל או עם חוסר ודאות, להתמודד פנים אל פנים עם שאלות קיומיות שהמצב מעורר אצל החולה, לסייע לו לגלות את תחושת המשמעות או הכיוון העצמי שלו בתוך המצוקה והאבדן, ולעזור לו למצוא את הדרך קדימה, תוך הכלה של המצוקה והאבדן.

בנושא התקווה, המלווה מסייע לחולה לגלות תחושה של תקווה, לעצמו או לאחרים - בין אם לאותו יום, בין אם לתקופה הקרובה או אף לחיים שלאחר המוות. התקווה גם יכולה להיות תחושת התמסרות בריאה לזרם החיים, לא מתוך תחושת תבוסה, אלא מתוך האמון והביטחון שמאפשרים לאדם לוותר על הרצון בשליטה מוחלטת (לולב-גרינולד, 2012). יש הבדל גדול בין הפוטנציאל או הסיכוי למצוא משאבי תקווה פנימיים, לבין הביטוי של תקווה זו במילים. היכולת למלל את הדברים בקול רם היא שהופכת את הדבר לחוויה ומעצימה את ההשפעה החיובית, הן באותה נקודת זמן והן בהפיכתה לחוויה הנשארת עם האדם ומהווה משאב שיוכל להיתמך בו בהמשך התמודדותו.

לנוכח אבדן, מה שדרוש לאדם במקרים רבים הוא מרחב שבו יוכל להתאבל. במקום לנחם או לחתור להתקדם, כדי לנווט את המפגש עם הסבל ולגלות משמעות מחודשת, לפעמים הדבר הטוב ביותר שהמלווה הרוחני יכול לעשות הוא להיעזר בנוכחות התומכת שלו. זאת, כדי להקל על האדם הסובל לבטא את האבדן, לזכור ולהעלות על נס את הדברים שהיו (הן ביחס לאבדן טרי, הן ביחס לאבדן ותיק) ולאפשר באופן אחר תהליך של אבל, שבמקרים רבים מדי אנו נוטים לדכאו או לקצרו מבלי לאפשר לו ביטוי מלא.

כאשר החולה מבין שהמוות קרב, לפעמים תפקידו של המלווה הרוחני הוא לסייע לו להתכונן לקראת המוות או לעזור לו להתמודד עם דברים שהוא רוצה לנסות לטפל בהם כל עוד אפשר. חלק מהתהליכים הללו - כמו למשל סליחה (עצמית, לזולת), הודיה, השמעה או אפילו תיעוד של סיפור אישי - חשובים לא רק לנוכח המוות המתקרב, כי אם בכל שלבי החיים. תהליך ההודיה עצמו נוגע ברוח ומהווה חוויה רוחנית. היכולת של אדם לספר את סיפורו האישי יוצרת בקרבו מחדש תחושה של זהות, לאחר שתחושה זו התערערה כתוצאה מחוויית האבדן או המצוקה. תפקידם של המלווים הרוחניים לסייע לאדם לחזק את תחושת הכבוד העצמי שהתערערה, בייחוד לקראת סוף החיים, כאשר יכולותיו וכישוריו של החולה מתפוררים אך אין בכך כדי

לפגום כלל במהותו המקודשת כאדם. המלווים יכולים גם לסייע בתהליך של צמיחה אישית על אף (ואולי בזכות) הנסיבות הקשות, אצל אותם חולים, המייחסים חשיבות רבה לתהליך בלתי פוסק של צמיחה והתפתחות אישית. כל אלה הם חלק מהתפקיד הכולל וממערך המיומנויות והכישורים של המלווה הרחני.

התוצאה של התערבויות אלה היא רבת-פנים ומורכבת, אך אפשר להצביע על תוצאות מרכזיות. אדם החווה אבדן ובזכות ההתערבות מסוגל לחלוק את החוויה עם אחרים במובן עמוק ירגיש פחות בודד; חולה נסער עשוי להירגע, דבר שיכול לסייע רבות לצוות מחלקת האשפוז ואף לאפשר מגעים פוריים ומספקים יותר בין החולה או בני משפחתו לבין אנשי הצוות הרפואי. דבר נוסף המסייע במארג הקשרים הזה הוא תפקידו של המלווה הרחני בשיפור התקשורת בין הצוות הרפואי לבין החולה או בינו לבין בני משפחתו. מאחר שהטיפול של המלווה הרחני מבוסס על יכולתו להגיע באופן העמוק ביותר לתחושה של מה באמת חשוב לחולה ואף לשמוע ממנו את נקודת המבט שלו על הדברים שקורים, על פי הבנתו אותם, הרי שהמלווה ממלא בכך תפקיד חשוב: הוא מסייע לחולה לשקול היטב החלטות קשות והוא יכול להביא לידיעת שאר חברי הצוות הרפואי-טיפולי את צרכיו ומאוויו של החולה. בהקשר זה ראוי לציין, כי הליווי הרחני אמור להינתן על ידי איש מקצוע במסגרת של צוות רב-תחומי המקיים יחד דינאים על החולה, מתווה יחד תכנית טיפולית ומתעדכן באופן שוטף על בעיות ועניינים המתעוררים מהטיפול שהחולה מקבל מכל אחד מחברי הצוות.

ההקשר

חקר המקרה המתואר להלן עוסק בראובן, בן 55, גרוש ואב לבן בגיל העשרה ואחותו אילה, גרושה ואם לבן בגיל ההתבגרות. כאשר פגשתיו לראשונה, ראובן אובחן בסרטן הבלבל במצב מתקדם. במילותיו שלו, חייו בוזבזו בשל התמכרותו לסמים, על אף שהפסיק להשתמש בהם עכשיו שחלה והוא משתדל להוות השפעה טובה בחיי אחותו ואחיינו. ראובן ואילה מתארים את עצמם כיהודים מסורתיים, אך לא דתיים. שני הוריהם מתו מסרטן בשנים האחרונות, האב בשנה החולפת, ואילה חוששת שאחרי ראובן יגיע תורה.

הקריה הרפואית רמב"ם בחיפה היא בית חולים ציבורי ואוניברסיטאי, המחזיק 1,000 מיטות אשפוז. זהו בית חולים שלישוני, המשרת את כל אזור הצפון, המאוכלס בשני מיליון תושבים מאוכלוסיות מגוונות ובו 12 בתי חולים מחוזיים. שירות הליווי הרחני, הניתן במסגרת היחידה לטיפול פליאטיבי, הוקם ב-2007 ובשנת 2015 שירת מעל 2,200 חולים ובני משפחות. המלווים הרחניים משולבים במחלקות ובמרפאות שהם משרתים ונחשבים לחברים מלאים בצוותי המחלקות והמרפאות. נכון למועד כתיבת מאמר זה, מעסיק בית החולים חמישה מלווים רחניים במחלקות: אונקולוגיה, המטולוגיה ומרפאת הכאב. מכללת רמב"ם, המסונפת לבית החולים, מציעה הכשרה מקצועית בליווי רחני וסטודנטים המשתתפים בתכנית לימודים זאת

מבצעים את ההתמחות במגוון של מחלקות נוספות, ביניהן גריאטריה, דיאליזה ונפרולוגיה, נירולוגיה, קרדיולוגיה, רפואה פנימית ועוד.

כותב שורות אלה פועל כמלווה רוחני ברמב"ם משנת 2009, מנהל את שירות הליווי הרוחני ומשמש כמלווה רוחני במחלקת האונקולוגיה. גדלתי באזור בוסטון, למדתי לתואר שני במקרא והוסמכתי כרב אורתודוקסי במסגרת הקהילה הציונית הדתית. במהלך ומיד לאחר שנתיי בשיבה, השלמתי ארבע יחידות של לימודי ליווי רוחני (Clinical Pastoral Education - CPE). בשנת 2009 עליתי לישראל ובניתי את ביתי המקצועי במסגרת המקצוע הישראלי הצעיר והמתפתח של ליווי רוחני. אחד ההיבטים המעניינים ביותר של המעבר לישראל היה המעבר מהסביבה האמריקנית, שבה רוב המלווים הרוחניים הם אנשי דת ושבה לדת יש מקום יותר גדול במתן ליווי רוחני, לסביבה הישראלית, שבה כרב מוסמך אני משתייך למיעוט מקרב המלווים הרוחניים. זהותי המקצועית הראשית היא של מלווה רוחני. אני מלווה רוחני מוסמך בישראל ובארצות הברית ואף מוסמך כמחנך בתחום הליווי הרוחני בישראל.

מפגשי הליווי

ארבעת המפגשים המתוארים להלן התרחשו תוך שלושה שבועות.

ראובן, המטופל

המפגש הראשון

ביום חמישי קיבלתי טלפון מאחות אחראית במחלקה, שאמרה לי שיש מטופל שמאוד חשוב שאראה אותו, דווקא אני ולא איש צוות אחר. מאחר שלא הייתי נוכח באותו יום במחלקה, הפניתי את הבקשה למתמחה בליווי רוחני, שהייתה במקום באותו יום. אותה מתמחה דיווחה לי אחרי כן, שהיה מפגש משמעותי, ושראובן דיבר הרבה על המשאלה שלו פשוט למות. היא גם יצרה קשר טוב עם אחותו. מאחר שהיא נמצאת במחלקה רק פעם בשבוע וגם היא וגם הצוות הרגישו שהמשך הליווי לא יכול לחכות עוד שבוע, סיכמנו שאני אמשיך את הליווי שלו ושעוד נראה מי ימשיך ללוות את אחותו.

כשחזרתי ביום שני, הבנתי מהאחיות, שראובן מלחיץ אותן בענייני הטיפול שלו ושהוא מאוד מודאג מהטיפול.

פגשתי את ראובן לראשונה ביום שני. הוא סיפר לי, שבמהלך סוף השבוע היה לו קוצר נשימה חריף ושהיה כתוצאה מכך בבהלה וחשב שהוא הולך למות. הוא סיפר לי, שפנה לא-לוהים ואמר, "קח אותי, אני לא יכול להישאר ככה. רוצה להיות בריא אבל גם מוכן למות, רק לא להישאר ככה". ראובן נפל לתוך עצבות ואמר:

ראובן: איזה בזבז. איזה בזבז של כל החיים. התחברתי לחברה לא טובה, ואחרי זה לחברה יותר רעה ולחברה עוד יותר רעה. הייתי כדורגלן מצטיין, הייתי במכבי תל אביב של הנוער. אבל לא היה לי השקט הפנימי שהייתי צריך, כדי לא לקבל את ההחלטות הרעות האלו. לא באמת מבין למה עשיתי את זה. יכולתי להיות כוכב (מתחיל לדמיין). אלוף...

מלווה רוחני: תמונה שלך בעיתון.

ראובן: הנשיא מתקשר לאחל לי מזל טוב!

ראובן התחיל לצחוק, לצחוק מכל הלב, צחוק שחור, שחור, אחרי שתפס את עצמו מדמיין את הדברים האלו. הוא אמר, שהצחוק הזה דווקא עשה לו טוב. עכשיו, כך ציין, הוא מנסה לכתוב את סיפור חייו מחדש, כדי שלפחות יוכלו להגיד עליו דבר אחד טוב ואמתי בהספד שיספידו אותו. הוא רוצה לחלק מהחוכמה שצבר בחייו, לעזור לאחיות שלו, ששתיהן גרושות והוא מודאג שאנשים ינצלו אותן בלעדיו, וגם לעזור לבנו.

בשיחתנו עלה הנושא של הסליחה, וראובן אמר, שעכשיו הוא מבין שהוא צריך גם לסלוח לעצמו. ניסיתי לעודד אותו, שממה שאני רואה הוא כבר התחיל לכתוב פרק חדש בסיפור חייו. הוא הקשיב וקיבל את דברי, אבל הוסיף, עם הרבה חוכמה, שמוקדם מדי לדעת. "אם הייתי מבריא", אמר, "האם הייתי באמת מצליח להפסיק לעשן כמו שאני רוצה. זה לא אותו דבר מה שמצליחים בזמן האשפוז כמו רגע האמת של הבריאות - עוד לא יצאתי מהסבך".

ראובן התחיל לתהות, איזה פסוק יכתבו על המצבה שלו. מאחר שהוא העלה את הנושא, הוצאתי את ספר תהילים שלי והצעתי לקרוא ביחד את פרק ל', כי הסיפור שלו הזכיר לי את הפרק, אמרתי לו. תוך כדי הקריאה, הוספת קצת פירוש וחיבור לסיפור שלו, והוא הגיב לאורך הקריאה המשותפת:

א מְזָמוֹר: שִׁיר-חֲנֻכַּת הַבַּיִת לְדָוִד.

ב אֲרוֹמְמֶךָ א-דני, כִּי דָלִיתִנִּי; וְלֹא-שָׁמַחַתְּ אֵיבֵי לִי. [מ"ר: דליתני - הרמת אותי]

ג א-דני א-להי-- שְׁנִיעֵתִי אֵלַי, וְתִרְפְּאֵנִי. [ראובן: כמו בשבת, חשבתי שאני מת, וצעקתי אל הא-לוהים והציל אותי]

ד א-דני --הַעֲלִיתְ מִן-שָׂאוֹל בְּפִשִׁי; חִייתִנִּי, מִיַּרְדֵּי בּוֹר. [מ"ר: הייתי כמעט מת] [ראובן: בדיוק, כמעט מת!]

ה זָמְרוּ לֹא-דני חֲסִידָיו; וְהוֹדוּ לְזִכְרִי קִדְשׁוֹ. [ראובן: כן, צריך להגיד תודה]

ו כִּי רָנַע, בְּאֶפֶס-- חַיִּים בְּרַצּוֹנוֹ:

בְּעָרְב, יְלִין בְּכִי; וְלִבְקֶר רָנָה. [ראובן: בשבת הבכי, אתמול הרנה]

ז ואני, אֶמְרֵתִי בְשִׁלְוִי-- בַּל-אֶמְּוֹט לְעוֹלָם. [מ"ר: כשהכול היה בסדר, אמרתי לעצמי ששום דבר לא יכול לקרות לי] [ראובן: אוי, איזה בזבז, איך נפלת]

ח א-דני-- בְּרִצּוֹנָה, הַעֲמִדְתָּה לְהַרְרִי-עַז:

ה הִסְתַּרְתָּ פְּנִיָּה; הֵייתִי נִבְהָל. [ראובן: נבהלתי, כל השנים האלו, אוי לאן הגעתי]

ט אֵלַיךְ א-דני אֶקְרָא; וְאֶל-א-דני, אֶתְחַנֵּן. [ראובן: צועק אליו!]

י מֵה-בְּצַע בְּדַמִּי, בְּרִדְתִּי אֶל-שְׁחַת: [מ"ר: איזה טוב יש בזה אם אני אמות]

הַיּוֹדֵךְ עֵפֶר; הַיְגִיד אֶמְתָּה. [ראובן: לא רוצה למות, אנא ה']

יא שְׁמַע-אֲדֹנָי וְחַנּוּנִי; א-דני, הִיָּה-עֵזֶר לִי.

יב הַפְּכֶתָּ מִסְפְּדִי, לְמַחֹל לִי: פְּתַחְתָּ שְׁקִי; וַתֶּאֱזָרְנִי שְׁמֹחָה. [ראובן מתחיל שוב לחייך, כמעט לצחוק]

יג לְמַעַן, יִזְפְּרֶךָ כְּבוֹד-- וְלֹא יִדָּם:

א-דני א-לֹהֵי, לְעוֹלָם אִוְדָה.

בסוף הקריאה המשותפת ראובן היה מאוד מרוגש, משתאה. "זה כאילו אני כתבתי את המילים האלו!" אמר. מהחוויה של סוף שבוע שחשב שזה הסוף, לסיפור חייו של נער החושב ששום דבר רע לא יכול לקרות לו, ונפילתו, להסתרת פניו של א-לוהים, לתפילה לרפואה, ואף לצחוק הגדול והשחור, שהיה לו לפני כמה דקות ("ותאזרני שמחה"), עד לרצון שלו להגיד תודה, הרגיש שזה בדיוק הסיפור שלו, ובכל זאת דוד המלך כתב אותו לפני אלפי שנה.

ראובן שמח מאוד מהמפגש, הדברים הדהימו אותו. הוא עדיין היה במצב של פלא, שמחה ושחרור כשנפרדנו.

המפגש השני

יומיים לאחר מכן פגשתי את ראובן בשנית. הוא סיפר לי שהמפגש שלנו תרם לו הרבה מאוד. העובדה שהוא ראה בדיוק את המילים שלו בתוך פסוקי תהילים, גרמה לו להרגיש, שיש קשר בינו לבין א-לוהים, שעכשיו נפתח הערוץ, שקודם היה סגור.

ראובן סיפר לי על אחותו. הוא מאוד מעריך אותה ורוצה להראות לה עד כמה הוא מעריך אותה. עודדתי אותו לעשות זאת. הוא חש דאגה גדולה לגבי בריאותה. בהתחלה לא רצה שתעזור לו, כי דאג שזה יגרום לה להיות חולה. כשהוריו היו חולים ונפטרו, הוא היה בבית והפך להיות המטפל העיקרי. הוא ראה עד כמה כל שיעול שלהם השפיע עליו. הוא חושב שאולי זה תרם לכך שהוא בעצמו הפך להיות חולה סרטן, וחושש שעכשיו זה יכול לקרות גם לאחותו.

ראובן סיפר לי שהוא רוצה לחזור לבית הכנסת. לשנת אמירת הקדיש על אמו הגיע באופן קבוע לבית הכנסת, אבל כשאביו נפטר הוא לא הגיע לבית הכנסת. "הייתי עצלן", אמר לי. הוא כבר

היה בטיפולים באותה עת. עכשיו, אמר, שהוא רוצה לחזור לבית הכנסת. הבנתי את דבריו בתור "כשאחלים, מקווה שיקרה נס ואחלים, אז אני מתכוון לחזור לבית הכנסת".

לקראת סוף המפגש, ראובן סיפר לי, שבלילה, באמצע הלילה, היה ער במיטה וחיבר שירה. ביקשתי ממנו לשיר לי את השירה. והוא שר שירה איטית, בקול מאוד נמוך, של כיסופים לעבר שונה ממה שהיה.

המפגש השלישי

ראובן השתחרר מבית החולים וחזר הביתה. אחרי שבוע חזר למיון עם בעיות של קוצר נשימה והתאשפז בפנימית. ראיתי אותו במסדרון באונקולוגיה, כשאחותו הייתה בפנים עם מנהל המחלקה, כועסת על זה שהתאשפז בפנימית ולא בכימותרפיה. הוסבר לו שבפנימית יקבל מענה יותר טוב לבעיות הנשימה. אבל ראובן לא הרגיש אותו ביטחון בפנימית כמו באונקולוגיה, ועל זה דיברנו. הייתה שיחה קצרה, ניסיתי להיות אוזן קשבת בזמן מפחיד.

אחרי שנרגע, ראובן סיפר לי שבזמן שהותו בבית הספיק לשבת עם הבן שלו ועם גרושתו, וביקש מהם לסלוח לו על כל מה שעשה, והם אכן סלחו לו. הוא עדיין מרגיש שיש לו צורך רב יותר לדבר איתם על דברים נוספים, ומקווה שיבואו לבקר אותו בזמן אשפוזו. הוא סיפר לי, שגם ישב עם אחותו ואמר לה עד כמה הוא מעריך אותה.

המפגש הרביעי

אני בדרך כלל נמצא בכימותרפיה, ויחד עם שאר צוות השירות נותן מענה להפניות ממחלקות שבהן אין מלווה רוחני קבוע. למרות שראובן היה מאושפז במחלקה ללא שירות קבוע של ליווי רוחני, ולא ביקש שאגיע (אם ידע שיש לו אפשרות לבקש זאת), ביררתי באיזו מחלקה הוא מאושפז והגעתי אליו.

בעודי מחפש את חדרו, ראובן קרא לי ממיטתו. מאוד שמח לראות אותי, והבנתי ששוב הגעתי אליו בדיוק ברגע הנכון.

ראובן מצא את עצמו באותו רגע באיזה דיון ומאבק פנימי, מה להרשות לעצמו מבחינת המחשבות של עצמו. הוא קרא לזה משחק שהוא משחק, שבעבר מנע מעצמו מלהגיד דברים טובים, פן יביא עליו עין הרע. עכשיו, הוא תוהה האם הוא מוכרח רק להגיד דברים חיוביים, כמו שמציעים לו, כדי לגרום לדברים חיוביים לקרות. הוא דאג שהוא חייב להתנהל בצורה מדויקת כדי להביא את התוצאה הנכונה משמיים ואמר לי שבאמת הוא פשוט רוצה להגיד את הדברים כמו שהם ולא לפחד, לא לכאן ולא לכאן, שמא לא ימצא את הניסוח הנכון.

הדבר שראובן תיאר, הלחץ של המחשבה, שאם רק נחשוב בצורה מסוימת או נתנהג בצורה נכונה נוכל לגרום לכך שתהיה תוצאה מסוימת, הדהד בי. בחיים האישיים, בשנה האחרונה, תפסתי את עצמי משחק אותו משחק של חיפוש ה"מפתח" לשערי שמיים, כדי להביא לידי התוצאה הרצויה בעיניי. החלטתי לעשות שימוש בחוויה האישית שלי.

אמרתי לו מהלב, שגם אני תפסתי את עצמי בשנה האחרונה מנסה כל מיני דברים כדי שא-לוהים יעשה את הדבר הרצוי לי. שאם רק אגיד ככה, או אחשוב ככה, או אעשה ככה, בטח ובטח שאקבל את רצוני. הוא התחיל לצחוק, צחוק של שחרור והזדהות. סיפרתי לו על שיעור תורה ששמעתי באותו שבוע, שיעור על הנושא של התפילה. הרב עיין בגישות שונות לתפילה, בין אם התפילה היא עניין מאגי, או בין אם היא עניין של הוספת זכויות. בסופו של דבר, הרב סיכם, שמהות התפילה היא אמירת האמת של מה שיושב על ליבנו והצבת הדברים בפני הא-לוהים - פשוט לפתוח בשיח ולהגיד לא-לוהים את אשר על ליבנו.

ראובן אמר, שמאוד הקל עליו לשמוע את דבריי, שיש עוד מישהו שמצא את עצמו באותה פינה ולא רק הוא. הוא סיפר לי על נושא רוחני אחר, המציק לו. יש לו תחושה שלא משנה מה יעשה, יקבל עונש נוסף. הוא קישר את זה למה שאמר לי במפגש הראשון, שקשה לו לסלוח לעצמו, שהוא מרגיש לא בסדר עם חייו. סיפרתי לו על מדרש המדבר בעניין. סיכמתי איתו את המדרש למיטב זכרוני, ואצטט אותו להלן:

"מצאוהו [גדולי רומא] לרבי חנינא בן תרדיון שהיה יושב ועוסק בתורה ומקהיל קהילות רבים וספר תורה מונח לו בחיקו. הביאוהו [לדין] וכרכוהו בספר תורה והקיפוהו בחבילי זמורות והציתו בהן את האור [האש] והביאו ספוגין של צמר ושראום במים והניחום על לבו כדי שלא תצא נשמתו מהרה... אמר לו קלצטונירי [התליין], 'רבי אם אני מרבה בשלהבת ונטל ספוגין של צמר מעל לבך אתה מביאני לחיי העולם הבא?' אמר לו, 'הן' [כן]. 'השבע לי'. נשבע לו. מיד הרבה בשלהבת ונטל ספוגין של צמר מעל לבו יצאה נשמתו במהרה. אף הוא [התליין] קפץ ונפל לתוך האור [ומת]. יצאה בת קול ואמרה 'רבי חנינא בן תרדיון ולקצטונירי מזומנין הן לחיי העולם הבא'. בכה רבי ואמר, 'יש קונה עולמו בשעה אחת ויש קונה עולמו בכמה שנים.' (תלמוד בבלי, עבודה זרה י"ח, עם פירוש הרב עדין שטיינזלץ בסוגריים מרובעים).

כמו במפגש הראשון, ראובן אמר, שהוא רוצה להאמין שיעשה את השינוי, אבל המבחן האמתי הוא רק אם יעשה את הדבר הנכון בזמן שהוא בריא. קל מדי לעשות את השינוי עכשיו שהוא חולה. הצעתי לו לנסות דמיון מודרך. אחרי תרגיל קצר של תשומת-לב לנשימות, הנחיתי אותו לדמיון את עצמו בריא, וחושב לחזור לסמים, או מישהו מציע לו, ולדמיון איך הוא מגיב, מה נותן לעצמו את היכולת להגיב בצורה כזו. אף פעם לא נדע איך הוא היה מגיב אם באמת היה מבריא, אבל לפחות בתרגיל הזה של דמיון מודרך מצא את עצמו עומד במבחן.

אילה, אחותו

מפגש ראשון

לאחר שיצאתי מחדרו של ראובן במפגש הרביעי, מצאתי את אחותו אילה במסדרון. למרות שראינו אחד את השני במפגשים קודמים, וזכרתי את מה שהמתמחה שלנו אמרה לגבי הצורך הגדול לליווי של האחות, לא הזדמן לנו לדבר עד למפגש הנוכחי.

יצאנו לפינת עישון ואילה סיפרה לי, שהיא מתפרקת. בעצם לא היה לה רגע להתאושש בין מות אביה למחלה של ראובן. כשאבא שלה היה חולה, אילה הייתה אתו כל הזמן, וחווה הרבה טראומות על הדרך והן פוקדות את זיכרונה עד היום.

"מה אני אמורה לעשות?" היא צעקה. "להיות כאן עם ראובן כל הזמן או ללכת לעבודה? ולא משנה מה אני עושה, זה לא עוזר, ומצבו הולך ומידרדר! והאם אני אהיה הבאה בתור? אם אני אהיה חולה, מה יקרה עם הבן שלי? ואיך הוא יכול אפילו בלי ראובן, הוא כמו אבא עבורו?" היא הייתה בלחץ עצום מהספקות ומהחששות האלו. "האם לא משנה מה אני אעשה?" שאלה את עצמה ואותי. "לא, האמת שלא", אמרתי לה. "זה לא בידינו, שאם רק נמצא את ההחלטה הנכונה הדברים יסתדרו לטובה". היא אמרה שהיא לא יכולה להירגע לרגע. "כמה אני יכולה לסבול?"

אחרי כחצי שעה, עברנו למקום יותר שקט - המרפסת בסוף מסדרון המחלקה, והצעתי לה שנעשה תרגיל הרפיה. שכנעתי אותה לנסות, וכחלק מהתרגיל תרגלנו לשחרר את החובה לעשות ואת המחשבה שהדברים תלויים בנו. בסוף אמרה, שהרגישה קצת רוגע, דבר שהיא כמעט אף לא פעם מרגישה כבר, למרות שהיא משתוקקת להרגיש זאת יותר. חזרנו לחדר של ראובן. היא קראה לי "מלאך", ונפרדנו.

מפגש שני

לצערי הרב, לא ראיתי את ראובן שוב. כל השבוע לאחר מפגשים אלו הייתי חולה. בזמן הזה מצבו המשיך להידרדר והוא הועבר להוספיס מוסדי, שם נפטר תוך יממה.

לאחר פרק זמן, לקראת החגים, התקשרתי לאילה. אמרה שמאוד קשה לה. היא מצאה את עצמה מתקשרת אליו בטלפון, שוכחת שכבר אינו בחיים. בחלום מאוד מציאותי שלה ראתה אותו, כאילו באמת היה לידה, ואמרה שהיא מרגישה שזה אומר, שהוא שומר עליה. אבל בכל זאת, הידיעה שהוא שומר עליה אינה מורידה מתחושת האבדן.

אילה סיפרה לי יותר על ראובן ועל הקשר ביניהם. הם היו מאוד קרובים, והוא היה תמיד מחזק אותה כשהתחילה להתפרק. היא הייתה כמו אימא עבורו, בזה שעשתה הכול עבורו, כמו לבשל. הם גרו באותה שכונה. היא אמרה: "זה לא אותו דבר לאבד אח" (לעומת אבדנים אחרים). הוא היה אכפתי, הוא היה חכם" והיא סולחת לו על כל מה שעשה. לדעתה, הבעיה שלו הייתה שהוא היה סקרן מדי, ולא נמנע מלנסות דברים, אבל תמיד דאג שהנזק לא יפגע בהם, אלא רק בו.

אילה סיפרה שלא הלכה ללוויה, כי פשוט התפרקה ולא הייתה מסוגלת. שאלתי אותה, מה היית אומרת עליו אם היית שם? היא התחילה לדמיון זאת. ראשית, יצאה ממנה יללה טהורה, יללה חזקה, ללא מילים. ואז המשיכה: "ראובן, היית אכפתי, היית חכם, אני סולחת לך". היא המשיכה ואמרה, שהוא ידע על כל נושא, היה לו IQ מאוד גבוה, היה יושב ומסביר לה על כל מיני דברים. עם בנה, הוא היה מסביר, במשך שעות על גבי שעות, את החשיבות של פעילות גופנית. בנה נוטה להשמנת יתר, והיה נראה שאף פעם לא הקשיב לו, אבל אחרי שהוא נפטר הוא עשה מנוי לחדר כושר, כנראה בשבילו, אמרה אילה.

כששאלתי לגבי הרוחניות שלה בתקופה זו, אילה אמרה, שהיא אישה רוחנית, שהיא מאמינה בזה, ופתאום קראה "א-לוהים, די"! ואז אמרה, שכנראה היא אישה חזקה, אם היא לא נפלה לסמים עם כל מה שעברה בחייה. הצטרפתי למקום הזה של התקווה, שלא תיפול ושהיו דברים טובים בעתיד. התחלתי לתת לה ברכותיי לקראת השנה החדשה, ובעצם נוצר מרחב לתפילה שהיא נכנסה לתוכו עם כל כולה, ואיחלה לעצמה: "אולי עכשיו יכול להיות טוב, ואולי הגורל של בני יכול להיות טוב, ואף יכולים להיות לו חיים טובים. לא חייב להיות רק עוד דברים רעים ועוד דברים רעים".

דין

הערכה, התערבויות, תוצאות

ראובן

המפגשים עם ראובן ואילה היו דינמיים עד מאוד. ברבים מהמפגשים אכן צפו ועלו בעיות רוחניות שוטפות, ואולם במידה רבה, תפקידי היה להתמקד במצוקות ובחששות של אותו רגע ולנסות להגיב בדרך המועילה ביותר במצב הנתון. תפקידי תמיד להיות עם החולה במקום שבו הוא שרוי באותה נקודת זמן והדבר הנכח ביותר מבחינתו עשוי להשתנות ללא הרף; במקרה המתואר, שבו צפו כל כך הרבה נושאים, הדבר הזה היה ברור באופן מיוחד.

כבר בהתחלה, כאשר ראובן נפגש עם המתמחה בליווי רוחני ובסוף השבוע שבין אותה פגישה לבין המפגש הראשון שלנו, הדבר שהטריד אותו יותר מכל היה הסבל הגופני שלו ומותו הקרב. ובכל זאת, במהלך המפגשים שלנו, עניין זה לא קיבל, בסופו של דבר, את מרכז הבמה. אפשר שמכיוון שהסבל הגופני שלו שכך במקצת והוא הצליח להתמקד יותר בשאלה כיצד חי את חייו וכיצד הוא עוד יכול לקוות לחיות את שארית הזמן שנותרה לו.

ראובן כועס על עצמו ונעצב מאוד כאשר הוא מתבונן בחייו ומגיע למסקנה שבזבז אותם, שהיה יכול לחיות חיים טובים בהרבה אילו רק הצליח למצוא "שקט פנימי", שהיה מאפשר לו להימנע מהחלטות שגויות. אותן החלטות שגויות הובילו אותו לחיים של התמכרות, חיים של פוטנציאל לא ממומש. בהמשך, כאשר שר את שירו, הוא הביע עצב דומה, אך בדרך מרוככת, ושר שיר

של משאת נפש, של משאלת לב, שהשתלשלות הדברים הייתה אחרת. במחשבה נוספת, חבל לי שלא מצאתי הזדמנות לשאול אותו מהם הדברים שמנעו ממנו את השקט הנפשי שביקש.

סבורני, שדווקא אחת מההתערבויות הראשונות שלי הייתה בין המשמעותיות ביותר. כאשר ראובן הביע את העצב שלו והחל להיזכר בפוטנציאל שהיה לו כספורטאי כוכב בצעירותו ולדמיין את הפסגות שהיה יכול להגיע אליהן, הצטרפתי אליו בתרגיל הדמיון הזה ובכך עודדתי אותו להמשיך בנתיב הזה, כדי לבדוק לאן תוביל אותו הדרך. הוא גולל את סיפורו, אך מעבר לכך, הוא הביא את עצמו למעין מרחב שונה. הצחוק שלו, ארוך ועמוק, מריר, אך לא לגמרי, היה מה שחולל בו שינוי. עדיין אינני בטוח בדיוק כל מה שהיה בו, באותו צחוק, אבל ברור לי, שהוא חולל שינוי. זה לא היה צחוק של אדם המייסר את עצמו על שגיאותיו. זה היה רגע של אמתיות עמוקה. בכך שדמיין לעצמו מחדש את חלומות נעוריו, הוא נסחף לחוויה רגעית של תחושת התקווה, גם אם מדובר רק בזיכרון של תקווה. הדבר הזה הותיר אותו כשהוא מלא בתחושה של פוטנציאל, הפוטנציאל לחיים, מעבר לתחושה הבלעדית של מה שהוחמץ. אותו צחוק, צחוק נפלא ואפל, הוביל אותו היישר למשאלה שהביע, להספיק לעשות משהו עם חייו בזמן שנותר לו. לעשות לכל הפחות דבר טוב אחד, כדי שיהיה לפחות דבר אחד טוב ואמתי שיהיה אפשר לומר עליו בהלווייתו. הכניסה לאותו מרחב דמיוני הסתיימה, מבחינת ראובן, בכך שמצא עצמו מקווה, שעדיין לא איחר את המועד, שהוא עדיין עשוי להספיק להביא תועלת בחייו, שעדיין לא מאוחר מכדי לשכתב את הסיפור ובמקום חיים מבוזבזים לגמרי לקבל חיים שבזבזו ברובם, אך מצאו תכלית ונוצלו היטב בסופם.

ואכן, ראובן השתדל לנצל היטב את הזמן שנותר לו. הוא גילה דאגה והערכה כלפי אחותו. הוא דיבר בפתיחות ובכנות עם גרושתו ובנו, ביקש את סליחתם וזכה במחילה ואני מקווה שקיבל הזדמנויות נוספות לשוחח עמם ולפצות אותם במעט על הכאב שגרם להם בהתנהגותו הקודמת.

על אף כל זאת, ראובן המשיך להתלבט מאוד בשאלה אם יוכל באמת ובתמים לשנות את הסיפור שלו. בפגישתנו האחרונה, הוא הביע את התחושה שהוא אדם רע. וליתר דיוק, שהוא אדם שאינו ראוי למחילה. שאין זה משנה מה יעשה, עדיין ייראה ראוי לעונש. שכל דבר טוב שהוא עשוי לנסות לעשות עכשיו כבר לא יועיל, לנוכח הטעויות והדברים הרעים שכבר הספיק לעולל.

כאשר הבאתי את המדרש על תליינו של רבי חנינא בן תרדיון, שקנה לעצמו את מקומו בעולם הבא בשעה אחת, במעשה טוב אחד, ניסיתי ליצור בכך מרחב, שיתבסס על המסורת היהודית (שידעתי באופן כללי שהיא מדברת אליו), להאמין באפשרות של כפרה ושל מחילת האל, גם אם הרע עולה בהיקפו על הטוב.

אותו מדרש הביא את ראובן שוב לידי מחשבה שינסה להשתנות. ראובן רצה להיות בר-מחילה וגם רצה להיות מסוגל לסלוח לעצמו. הוא היה נבון וגלוי עם עצמו כאחד, בייחוד בנושא זה. הוא רצה להיות מסוגל לסלוח לעצמו, אך לא בקלות דעת, אלא לאחר שירגיש שהרוויח את הסליחה ביושר. ולתחושתו, לא יוכל להרוויח את הסליחה ביושר, אלא אם כן ינהג כשורה בזמן

שהוא בריא, ולא רק עכשיו כשהוא חולה. שמעתי את דבריו לאור הגישה שלימד הרמב"ם (רב בן ימי הביניים שתורתו קיבלה מקום בולט בחינוכי הדתי ובחשיבותי) לתהליך התשובה. התהליך שמתאר הרמב"ם כולל הודאה בחטא, חרטה, תיקון העוולה במידת האפשר ובקשת מחילה, ומחויבות שלא לחזור על אותו מעשה. ובכל זאת, כך מלמד הרמב"ם, אין תשובתו שלמה עד שלא יעמוד לפני אותן נסיבות ויצליח להתגבר על הפיתוי לחטוא. אני סבור שזה היה הדבר שראובן ניסה לומר: "אילו היה לי סיכוי להחלים ומותי הקרב לא היה תלוי מעל ראשי, האם אמנם הייתי מצליח לחולל את השינוי הזה בחיי? האם המעשים הטובים שאני עושה עכשיו נחשבים באמת ובתמים, מאחר שלא הוכחתי שאני באמת מסוגל להשתנות בעת מבחן? האמנם נכתב הסיפור שלי מחדש?"

בליווי הרוחני, אין לנו דבר מלבד הרגע הנוכחי. אין זה מתפקידנו לייצג לאדם כיצד עליו להתנהג כאשר איננו לצדו. אך אנו בהחלט יכולים לנסות לסייע לו להפיק את המרב מאותו רגע. הדברים נכונים עוד יותר במצב המתואר, שכן ידעתי שלא צפוי, כי תינתן לראובן ההזדמנות לשוב ולהיות בריא ולהוכיח כי השתנה. משום כך הצעתי לו את הדמיון המודרך. הייתה זו הזדמנות לאפשר לו להתמודד עם "המבחן" ולעבור אותו. בתקופת מחלתו, כפי שאמרתי לו במפגשנו הראשון, נוכחתי כי הוא התקדם מאוד בניסיונותיו להשתנות. ואולם כל עוד יחכה למועד שבו יהיה בריא, כדי לדעת שהשינוי הפנימי שלו אינו רגעי או השלייתי, ייתכן שלעולם לא יזכה להפנים את התחושה שאכן עשה שינוי של ממש. בעזרת דמיון מודרך הוא יוכל לנסות לחוות את אותה "הזדמנות עתידית" (שלא התגשמה) כבר עכשיו. בלבי חשבתי, שהוא יוכיח את עצמו בשעת מבחן זו וחשתי שגם הוא סבור כך, אולם לא יכולתי לדעת לבטח. אם בסופו של דבר הוא לא היה עובר את המבחן, שם בתוך החדר, היינו נשארים עם החוויה של חוסר היכולת להשתנות.

הסוגיה הרוחנית המרכזית השנייה של ראובן, מלבד רצונו להפוך חיים שבזבזו לחיים המכילים גם טוב, הייתה שאלת יכולתו לבטא את עצמו באופן אמתי. הוא העלה את הנושא הזה באופן ישיר רק במפגשנו האחרון, אך במחשבה שנייה, דומני שהסוגיה הזאת הייתה נוכחת ברבים מהמפגשים שלנו. באותו מפגש אחרון הוא שאל אותי על כך, שהאנשים סביבו אומרים לו שעליו "לנקוט גישה חיובית", בעוד שמה שהוא באמת רצה, זה להתבטא בכנות. הוא התייחס לא רק לאופן שבו הביע את עצמו באוזני אחרים, אלא אפילו למידה שבה התיר לעצמו לבטא את מחשבותיו באופן פנימי או תוך כדי תפילה. בשלבים מוקדמים יותר של חייו, הוא לא התיר לעצמו להביע מחשבות חיוביות, מחשש מעין הרע, אמונה מסורתית נפוצה. עכשיו, נאמר לו, שאסור לו להביע מחשבות שליליות מחשש שהדבר יחמיר את מצבו. כמו בעניין המחילה העצמית, גם כאן הוא פשוט רצה הזדמנות להיות ישר כלפי עצמו ופירוש הדבר היה הבעת רגשותיו, חיוביים ושליליים כאחד, באופן הגלוי והפתוח ביותר, בלי להיות מוטרד מההשלכות מבוססות האמונה.

ראובן כבר סיפר לי מהו סוג התמיכה הדרוש לו. הוא כבר ידע את המסקנה, דהיינו, שהוא רוצה להיות מסוגל להביע את עצמו בכנות בכל רגע נתון, בין אם תחושותיו חיוביות או שליליות. לא הייתה שום בעיה מצדי לקבל ולאשר את עמדתו זו, הן מכיוון שהגישה הזאת מקובלת גם עלי

באופן אישי והן משום שזהו אחד היסודות של עבודתי. מסיבות רבות ושונות, במקרים רבים, חברים ובני משפחה אינם מעוניינים לשמוע מה באמת מרגיש החולה ותפקידי הוא לאפשר לו להביע בדיוק את הדברים האלה, לכל הפחות באוזניי. ראובן רצה להשתחרר מהאמונה שמילים יכולות לייצר השפעה שלילית וגם עם זה הסכמתי בשמחה. עם זאת, השאלה כיצד בדיוק לספק לו את התמיכה שביקש נותרה פתוחה.

ניסיתי התערבויות משני סוגים. האחת הייתה שימוש בהתמודדות רוחנית אישית, שחוויתי לאחרונה, כדי להראות לו שהוא לא היחיד שמוצא את עצמו מתמודד עם הלחץ שלא לתת ביטוי למחשבות מסוימות, ולמעשה לאשר את משאלתו לומר את האמת האישית שלו מבלי להטריד את עצמו עם ההשפעות המטאפיזיות של מילותיו. אם לשפוט לפי תגובתו, שאבן גדולה נגולה מלבו כאשר התברר לו שהוא לא היחיד המתמודד עם בעיה שכזאת, זו בדיוק ההתערבות שהייתה דרושה לו.

ואולם, למרות ששיתפתי אותו בהתמודדותי האישית, הקפדתי שלא לספר בפועל ובפירוט את הסיפור האישי שלי. אילו עשיתי זאת, הדבר היה מסיט את המוקד ומרחיק אותנו מהסיפור שלו ומהמאבק שלו. מלבד הנזק לתהליך הליווי הרוחני, אין זה יאה. כל התלבטות שראובן היה מתאר, ברגע שהבנתי למה הוא מתכוון, הייתי מראה לו שאכן הבנתי, כדי שידע שהוא נשמע ומובן. אך במקרה המסוים הזה, לא זו בלבד שהבנתי, אלא אפילו יכולתי להזדהות עמו באותה מצוקה רוחנית, כי זה היה גם הסיפור שלי. מבלי לשתף אותו בפרטי הסיפור שלי, שיתפתי אותו בכך, שזה גם הסיפור שלי, לא רק כדי להראות לו שהבנתי את מה שאמר, אלא גם כדי לשוות תחושה של נורמליות ואוניברסליות להתמודדות שלו, שכן מדובר באדם שמרגיש רע ביחס לעצמו, מישהו שאינו סומך על זה שהוא בסדר כאדם. רציתי למצוא דרך לעודד אותו לעשות את הצעד הקשה שהוא רצה לעשות, דהיינו לנהוג בניגוד למה שנאמר לו ולהביע גם את מחשבותיו השליליות, להיפרד ממערכות האמונה שלמד מאחרים בנוגע לכוח הטמון בהבעת מחשבה חיובית או שלילית. דרכי בעשייה הייתה להראות לו שאני שותף לו בהתמודדותו זו וכי גם אני בוחר לנקוט את הגישה שהוא שוקל. מאחר שהיה אפשר להניח, כי ראובן רואה בי אדם שהוא בסדר, שסייע לו מאוד להיווכח כי הוא אינו חריג, כך יצא שההתערבות העניקה לו חיזוק חיובי.

ההתערבות השנייה הייתה לחלוק עמו שיעור תורה ששמעתי סמוך לאותה עת, אך לא ברור אם הייתה לדבר השפעה או לא. הוא לא הגיב. השיעור עסק בהתייחסות אל התפילה כאל זמן שבו היחיד חולק עם הא-לוהים באופן גלוי בדיוק את מה שהוא חווה, לא פחות ולא יותר. על אף שהתערבות זאת הייתה, בראש ובראשונה, ניסיון לאשר מבחינה דתית את הגישה של שיתוף גלוי ופתוח של רגשות היחיד, למעשה היא הייתה קשורה בקשר הדוק גם לשאלת התפילה שצפה בעוצמה רבה גם במפגשים קודמים. בביקורי השני, ראובן סיפר לי, כי הקריאה המשותפת בתהילים ל' הצליחה לפתוח ערוץ בינו לבין א-לוהים. הערוץ הזה היה סגור עד אותו רגע, אולם עכשיו שב ונפתח. על פניו, הפתיע אותי לשמוע את ראובן מתבטא כך. הרי הוא פתח את המפגש הראשון שלנו בכך שתאר כיצד פנה בתפילתו לא-לוהים וביקש ממנו

או לקחת אותו או להפיג את סבלו ולמעשה נראה כאילו א-לוהים נענה לתפילתו. ובכל זאת, ראובן חווה שינוי ודומני כי הוא היה ברובד הרגשי. הוא היה מתפלל, אך הרגיש כי הערוץ אינו פתוח בפניו. כאשר קראנו יחד בתהילים ל', כאשר למעשה התפללנו יחד, א-לוהים פתח את הדלת לאותו ערוץ.

דבר זה, בתורו, הוביל לאמירה של ראובן במפגש השני, כי היה רוצה לשוב ולבקר בבית הכנסת. כנראה שהוא הביע בכך משאלה לשמור על אותה תחושה של קשר עם א-לוהיו. אני מצטער שלא ניצלתי את ההזדמנות במפגשים מאוחרים יותר לסייע וליצור יחד עמו חוויה של תפילה. כאשר הזכיר את רצונו לבקר בבית הכנסת, שמעתי בכך משאלת לב הרחוקה מן ההווה, בנוסח "אם מצבי ישתפר". ואולם זה לא היה חייב להיות רחוק ממנו. יכול הייתי להציע לו הזדמנות להתפלל כאן ועכשיו. הסיבה העיקרית לזה שלא נהגתי כך היא, שכל כך הרבה דברים אחרים התרחשו במהלך המפגשים שלנו. במפגש השני, מיד לאחר שדיבר על בית הכנסת, סיפר לי על השיר ששר לביל אמש. כתמיד, רציתי לנצל את ההזדמנות ליצור חוויה מיידית, ברגע זה, לכן ביקשתי ממנו לשיר לי את השיר. בכך ששר את שירו בקול רם, הצליח ראובן לחזור ולהיכנס לאותו מרחב חווייתי עוצמתי. במפגש האחרון, ראובן העלה סוגיה רוחנית חשובה נוספת: שלתחושתו, לא משנה מה יעשה, בכל זאת הוא צפוי להיענש. בשני המקרים הנחתי לעניינים להתגלגל לכיוון שראובן הוביל אליו ולא חזרנו לעניין יצירת חוויית תפילה.

בנקודה זו ברצוני לחזור אל קריאתנו המשותפת בתהילים ל'. באופן כללי, יש מספר רב של דרכים טובות להיעזר במזמורי תהילים בתהליך הליווי הרוחני, מטקסט של קריאת הדברים מבלי להקשיב למילים ועד שירת הפסוקים והפקת תובנות מהמילים. בישראל, מכיוון שיהודים מסורתיים רבים מרגישים קשר חזק מאוד עם ספר תהילים, משמעות המילים יכולה אף היא לספק חוויה דתית. רציתי לחלוק עם ראובן טקסט שישקף את מילותיו, שלמעשה יראה לו, שעוד מישהו הרגיש בדיוק כמוהו, בדומה למה שקרה כאשר חלקתי עמו את עובדת ההתמודדות האישית שלי במפגש האחרון. אבל מרגע שהתחיל להתלבט אילו פסוקים צריכים להיכתב על מצבתו, ידעתי שיש לו חיבור אישי למסורת המקראית. לכן, במקום להביא לו שיר, כפי שאולי הייתי נוהג עם חולה אחר, בחרתי מזמור שחשבתי כי הוא עשוי להעניק לו השראה בהתלבטותו. בשאלה זו וסברתי, כי הוא ימצא הד בלבו. ובכל זאת, עוצמת ההשפעה של הדבר הפתיעה אותי.

קודם כל, ראובן יצא בהרגשה שהמזמור מתאר בדיוק נמרץ את כל מה שעבר עליו, בשבוע החולף ולאורך כל חייו. אבל העובדה שמצא את סיפור חייו ומילותיו שלו בתוך טקסט קדוש הפכה את הדבר לחוויה דתית מבחינתו. הוא החל מיד בשיח עם הטקסט ולמעשה שב ואמר את הדברים במילותיו שלו ובכך הפך אותן לשלו. אחד מנושאי המזמור הוא הסתר הפנים של הא-לוהים, סגירת הערוץ על ידי הא-לוהים. ואז קורא מחבר המזמור "אליך השם אקרא", הוא קורא בתפילה, ומדווח כי הא-לוהים שב וחידש את הקשר, "הפכת מספדי למחול לי". ברגע שקראנו את תפילתו של בעל המזמור, הזועק מתוך תחושת הסתר פני הא-לוהים, החל ראובן עצמו לקרוא בקול בעצמו: "צועק אליו", "לא רוצה למות, אנא, השם!" הקריאה במזמור זה יחד

אתי, היכולת שלו להפוך את המזמור לשלו, התגלגלה בתהליך של אמירת המזמור כתפילה ויכולתו של ראובן לחוות את התגלות פני הא-לוהים מחדש לאחר שהיו מוסתרים, פתיחת הערוץ הסגור על ידי הא-לוהים.

נקודה אחרונה של הערכה רוחנית קשורה בדבריו של ראובן במפגשנו הראשון. הוא אמר, כי היה רוצה לחלוק עם אחרים חלק מהחוכמה שצבר במהלך חייו הקשים. העניין הזה הלך לאיבוד בין כל הדברים העוצמתיים האחרים שהוא חלק עמי ורק עכשיו אני חוזר אליו. ראובן אכן ניסה לפעול בכיוון הזה ויזם כמה שיחות עוצמתיות עם בני משפחתו לפני מותו. תקוותי היא, כי גם מעשי שלי, לחלוק עם הקוראים את חקר מקרה זה, הם עוד אחת מן הדרכים למלא את משאלתו של ראובן.

אילה

המפגש הראשון של אילה עם שירות הליווי הרוחני היה כאשר שוחחה עם המתמחה שלנו לליווי רוחני. באופן כללי, אנחנו סבורים, כי עדיף שתהיה המשכיות בליווי, כך שהחולה או בן משפחתו מלווה באופן תדיר על ידי איש צוות אחד. במקרה של ראובן, היה ברור שלא נוכל להמתין שבוע עד שהמתמחה יחזור, לכן קיבלתי על עצמי את הליווי של ראובן. אשר לאילה, היה ברור שרצוי להמשיך להיפגש עמה, אולם תחילה הותרנו את השאלה מי ילווה אותה פתוחה, והחלטנו לפעול על פי הנסיבות ובהתאם למועדי הנוכחות שלה בבית החולים. בשבועיים הראשונים לא הצלחנו ליצור עמה פגישה, לא אני ולא המתמחה, לכן כאשר נקרתה לפני הזדמנות לשוחח איתה, לא היססתי.

הלבטים הרוחניים העיקריים של אילה היו תחושה שעליה לעשות משהו כדי לעצור את הסבב הבלתי פוסק של סבל העובר על משפחתה, ושאין לה דרך לעשות כן; הפחד שבזה אחר זה ימותו כל בני המשפחה וחוסר יכולת למצוא לעצמה ולו רגע אחד של רוגע פנימי. היא רצתה באופן נואש להציל את ראובן, לעצור את מפולת מקרי האבדן במשפחה. המצוקה שלה נוכח הידרדרות מצבו נעשית קשה יותר, מכיוון שהיא מתענה בשל חוסר היכולת שלה למצוא גישה שתוכל לחולל שינוי במצב. למעשה, מה שרציתי לעשות הוא לסייע לה להפריד בין שני הדברים הללו: בין העצב על השרשרת הבלתי פוסקת של מקרי אבדן לבין התחושה הפנימית שלה, שהיא אבודה וחסרת אונים בניסיונה למצוא דרך לשנות את הדברים. ניסיתי להשתמש בסמכות שלי כחבר בצוות המטפל כדי לסייע לה להשלים עם יכולתנו המוגבלת לשנות את הנסיבות שלנו. השתדלתי להקנות לה, במקום תחושת חוסר אונים, תחושה של העצמה לקבל זאת באופן פעיל, שאם הדברים לא מסתדרים, זה לא משום שלא ניסינו כמיטב יכולתנו ואף לא משום שלא הצלחנו למצוא פתרון. ייתכן שבמקביל, היה ראוי לעשות יותר כדי לפנות מקום למצוקה הראשונה, דהיינו עצב טהור על החמרה במצבו של ראובן. אינני בטוח שההתערבות שלי הייתה אפקטיבית, אם כי אותו נושא של חיפוש נואש אחר הדרך הנכונה לסייע לא עלה יותר בינינו.

אשר לחוסר יכולתה של אילה למצוא רוגע, ההתערבות העיקרית שלי, מלבד נוכחות אישית מרגיעה, הייתה לפנות מקום לתרגיל הרפיה. אף כי היא פקפקה אם הדבר עשוי באמת לעזור, לאחר שהשלמנו את התרגיל אילה דיווחה שזה עבד וכי חוותה לראשונה זה זמן רב תחושה של רוגע. בהקשר של הליווי הרוחני, ראוי לציין גם את חשיבות הגמישות בסביבה הפיזית של המפגש. במפגש אחד פתחנו בשיחה רגשית סוערת באזור העישון שבחוץ וסיימנו בתרגיל הרפיה על המרפסת החיצונית של המחלקה. עלינו להיות גמישים די הצורך כדי להתאים את עצמנו הן לצורכי המטופל באותו רגע והן לסביבה הפיזית העומדת לרשותנו, ולהפנים את הידיעה שליווי טוב יכול להתרחש במגוון רחב של סביבות.

בשיחת הטלפון שקיימנו, הצורך העיקרי של אילה היה להתאבל על האבדן. ניסיתי לאפשר את זה בכך, שהזמנתי אותה לספר לי מה עבר עליה מאז פטירתו של ראובן, איך היא ממשיכה להתייחס אליו לאחר פטירתו ועודדתי אותה לתאר איזה מין אדם ואיזה מין אח היא אחיה המנוח. היא הציעה תיאור משלה לאופן ולסיבות שחיי השתבשו ("הוא היה סקרן מדי") ובדרך זו הצליחה ליצור היגיון באבדן שחוותה. מאחר שלא הרגישה מסוגלת להספיד אותו בלוויה, ביקשתי לתת לה הזדמנות לעשות כן ולו רק דרך הטלפון, באוזניי, כדי לאפשר לה סוג סגירת מעגל נוספת. היללה שלה, ארוכה וטהורה, נשמעה כאילו הגיעה ממקום עמוק ואמתי כל כך, ובמובן זה הזכירה לי את הצחוק העמוק והאפל של ראובן.

כששאלתי את אילה באופן ישיר על הרכיב הרוחני בחוויה שלה מאז פטירתו של ראובן, היא הגיעה מהר למדי לדו-שיח עם א-לוהים, שבו עמדה על שלה: "א-לוהים, מספיק!" עכשיו התפנתה לטפל במצוקה השלישית מאלו שחלקה עמי: שרק יימשך הסבל המשפחתי, מחיי מלאי השגיאות של ראובן ועד לאסונות האישיים שלה, מפטירת הוריה ולאחר מכן מותו של ראובן, וכנראה הגיע עכשיו תורה לחלות. בדבריה על רוחניות, שהיא הפנתה לכיוון האמונה שלה בא-לוהים, הצליחה אילה למצוא בתוך עצמה את הכוח להתמודד עם הפחד הזה באופן ישיר ולהפסיק לתת לפחד לשלוט בה יותר. היא הצליחה לדבר ישירות עם א-לוהים; היא הצליחה להתייבב מולו. מספיק! ואם היא יכולה לומר "די!" לא-לוהים, פירוש הדבר שהיא חזקה ולא בהכרח תהיה הבאה שתיפול. במקום שרשרת הטרנדיות הבלתי פוסקת ובלתי נמנעת, היא מצאה בלבה תקווה, שהיא ובנה ימשיכו לשרוד ואפילו לשגשג.

סיכום

בעזרת רובריקת הצרכים הרוחניים של Thiel & Robinson (2015), נוכל לזהות את הצרכים של ראובן שלא באו על סיפוקם בתחומים של תקווה ומשמעות, ובאופן מיוחד תקווה שיצליח בכל זאת לחולל מהפך בחייו ולהעניק להם משמעות; חירות, הרצון להיות מסוגל לבחור כיצד יגיב באופן שיאפשר לו להישאר נאמן לעצמו; והחיבור - תחושת חסימת ערוץ התקשורת בינו לבין הא-לוהים. אצל אילה, נוכל לזהות את הצרכים שלא באו על סיפוקם בתחומים, כמו: תקווה - התקווה שלא תימשך מסכת הסבל של משפחתה; כבוד עצמי - המאבק שלה עם תחושת

חוסר האונים וחוסר היכולת שלה להציל את משפחתה; חיבור - בתוך האבל שלה על מות אחיה, כאשר יש בחייה מעט מקורות תמיכה; אמון - הניסיון שלה לשקם את אמונתה בעצמה ובכך שתצליח להתמודד בצורה בריאה עם כל מה שעשוי להתרחש בחייה.

נוכל לבחון מקרה זה גם דרך מבט של צרכים רוחניים בעלי אופי שהוא אמנם אוניברסלי מבחינת רוחניות, אך יש בו היבטים אונקולוגיים-ספציפיים. קינג (King, 2011), בניתוח חקר המקרה בעניינו של קופר (Cooper, 2011), מזהה בתפקידו כמלווה רוחני "ארבעה נושאים רחבים שמלווים רוחניים נתקלים בהם בקרב חולי סרטן: בידוד ותחושת שלילת סגולות אישיות מלווה בצורך במערכות קשרים תומכות ומזינות; לבטים במובן הדתי/רוחני המלווים בצורך בפיוס וריפוי; מתן ערך לחיים האישיים והבהרת ערכים וטרנספורמציה" (King, 2011: 43). אפשר שכל ארבעת הנושאים הללו התקיימו בחקר המקרה המתואר. ראובן התלבט בשאלת הערך של חייו ושאל את עצמו אם עדיין יוכל לעשות דבר-מה כדי לשנות את המצב, או שמא איחר את המועד. אחת המצוקות הרוחניות שלו נבעה מהאמונה, שהמחשבות והמילים של היחיד הן בעלות השפעה מטאפיזית, אמונה שהוא ביקש להיפטר ממנה, כדי להרשות לעצמו להתבטא בכנות ובגילוי לב מבלי לעצור את עצמו. הן לראובן והן לאילה, אם כי בייחוד לראובן, הקשר עם המלווה הרוחני היה קשר מזין, קשר שאפשר לראובן להגיע לתחושה עמוקה יותר של ערך אישי, של להיות נורמלי ולהרגיש שאינו בודד במאבקו. כפי שתואר לעיל במסגרת התיאורטית, הליווי הרוחני הוא במיטבו כאשר הוא מזמן למטופל חוויה, ואף הייתי מרחיק לכת וטוען, שכדי שתהליך הליווי הרוחני יהיה טרנספורמטיבי, הוא חייב להכיל רכיב חווייתי. הצחוק של ראובן, היללה של אילה, הפיכת אותו מזמור תהילים לתפילה על ידי ראובן ורכישת "בעלות" עליו, ביחד עם תפילה של איילה את זכותה לקוות - כל אלה היו רגעי חוויה רוחנית, שכנראה היו טרנספורמטיביים, שפתחו צוהר לביטוי עצמי אמתי וגילוי מחודש של התקווה, למרות הכול.

ואם נחזור לרגע למסגרת התיאורטית ההתחלתית שלנו, יש עוצמה בהתערבות המאפשרת לאדם לספר את סיפורו. אפשר לראות כיצד סופרו שני הנרטיבים, זה של ראובן וזה של אילה, ולאחר מכן סופרו מחדש במסגרת הקשר של הליווי הרוחני. הנרטיב של ראובן מתחיל כסיפור פשוט של חיים שהתבזבזו, בעוד שהנרטיב שאילה חרדה מפניו - שרשרת הטרגדיות המשפחתיות שתימשך לנצח. ראובן, בסופו של דבר, הוסיף אחרית דבר לנרטיב שלו: "חיי היו מבזבזים עד שהצלחתי לשנות את הדברים". אילה מוצאת את הכוחות הפנימיים כדי להטות את העלילה בסיפור חייה ולומר לעצמה: "אני חזקה ועל אף כל הדברים הקשים שקורים לי ולמשפחתי, דברים שייטכן שימשיכו לקרות, תמיד מצאתי את הדרך להמשיך הלאה ולעשות את הדבר הנכון".

ולבסוף, מדוע בחרתי לתאר דווקא את המקרה הזה? קשה להגדיר מקרה מייצג מהו, אם כי המקרה המתואר, ללא ספק מכיל רבים מהצרכים הרוחניים שמלווה רוחני ייתקל בהם ומדגים הרבה מהרכיבים שתיארנו במסגרת התיאורטית. קשה גם להגדירו כדוגמה לטיפול אידיאלי, שכן לא הייתה כאן הרבה עבודה רב-תחומית, בהשתתפות אנשי הצוות הטיפולי, ואף לא ניתן

סיוע בתקשורת שבין החולה או משפחתו לבין הצוות המטפל. בין השאר, ביקשתי לגולל בכתב את סיפורו של ראובן משום שכאדם, היה לו רצון עמוק לחלוק את החוכמה שצבר עם משפחתו ואולי גם עם העולם כולו, כדי לסייע לאחרים לשפר את חייהם. אני יודע, שהוא היה מייחס משמעות רבה ליכולת שלו לעזור לאחרים ללמוד מניסיונו על סף מותו. אך יותר מכל, רציתי למלא את חלקי בקיום משאלתו של ראובן, שנגעה בי עד עמקי נשמת: "שיהיה דבר אחד טוב ואמתי להגיד עלי בהספד". ובמילותיה של אילה: "ראובן, היית אכפתי, היית חכם".

מקורות

לולב-גרינולד, ד. (ינואר 2012). הרצאה ביום עיון למטופלים. חיפה: יחידת טיפול תומך, מרכז רפואי רמב"ם.

Balboni, T.A., Paulk, M. E., Balboni, M.J. et al. (2010). Provision of spiritual care to patients with advanced cancer: Associations with medical care and quality of life near death. *J. Clin. Oncol.*, 28: 445-452.

Clinical practice guidelines for quality palliative care (3rd Ed.). (2013). Pittsburgh: National Consensus Project for Quality Palliative Care. (http://www.nationalconsensusproject.org/NCP_Clinical_Practice_Guidelines_3rd_Edition.pdf)

Cooper, R. (2011). Case study of a chaplain's spiritual care for a patient with advanced metastatic breast cancer. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 17: 19-37.

Fitchett, G. & Nolan, S. (Eds.). (2015). *Spiritual care in practice: Case studies in healthcare chaplaincy*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Flannelly, K.J., Emanuel, L.L., Handzo, G.F. et al. (2012). A national study of chaplaincy services and end-of-life outcomes. *BMC Palliat. Care* 11 (10).

Kelley, A.S. & Morrison, R.S. (2015). Palliative care for the seriously ill. *New England Journal of Medicine*, 373: 8, August.

King, S. (2011) Touched by an angel: A chaplain's response to the case study's key interventions, styles, and themes/outcomes. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 17: 38-45.

King, S. (2012). Facing fears and counting blessings: A case study of a chaplain's faithful companionship a cancer patient. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 18: 1-22.

McCurdy, D. & Fitchett, G. (2011). Ethical issues in case study publication: Making our case(s) ethically. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 17: 55-74.

McCurdy, D. (2015). Ethical issues in case study publication. In: G. Fitchett & S. Nolan (Eds.), *Spiritual care in practice: Case studies in healthcare chaplaincy* (pp. 282-298) London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Puchalski, C., Vitillo, R., Hull, S. & Reller, N. (2014). Improving the spiritual dimension of whole person care: Reaching national and international consensus. *Journal of Palliative Medicine*, 17 (6): 642-656.

Redl, N. (2015). What can you do for me? In: G. Fitchett & S. Nolan (Eds.), *Spiritual care in practice: Case studies in healthcare chaplaincy* (pp. 223-241). London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Thiel, M.M. & Robinson, M.R. (2015). Spiritual care of the nonreligious. *Plain Views*, 12: 7.