

איש האמונה ואשת¹ האמונה הגאים הבודדים²

"בישיבה לימדו אותי, שאיש האמונה אף פעם לא בודד,
אבל החיים גילו דברים אחרים.

תורה שלנו,

אולי בפעם הבאה

בכל זאת תביטי עלינו

קהל גדול של בודדים"

-הרב אלחנן נריה ניר

"לא טוב היות אדם לבדו"

תחושת הבדידות היא תופעה שכיחה בתרבות המערבית, ולה השלכות רבות במגוון תחומים. במאמר זה נתמקד בחוויית הבדידות של המאמין הגאה, שמקיים אורח חיים דתי וחי בחברה הדתית, ויחד עם זה, שומר על הזהות הגאה. לעיתים המאמין הגאה מצוי בבדידות אובייקטיבית – עת מעגלי השייכות הקרובים מתנכרים להם, ולעיתים הבדידות היא סובייקטיבית – עת הוא חש לא מובן ולא מחובר. פעמים רבות, תחושת הבדידות מתעצמת סביב "היציאה מהארון".

¹ בכותרת זאת יש כמובן, הרמז למאמרו הידוע של הרב יוסף דוב הלוי סולובייצ'יק זצ"ל. בחרנו להקפיד על כותרת שוויונית, למרות המחיר שבעמנוס ההרמז למאמרו של הרב סולובייצ'יק, אבל בגוף המסמך השתמשנו בגוף זכר על אף הוויתור על הבלטת הערך השוויוני, לטובת נוחות הקריאה, וכדי להימנע מסרבול שבאלטרנטיבות הניסוח. אך חשוב לציין שלאורך כל המסמך הוא מתייחס לכל המגדרים.

² בשיח שהביא למאמר המוגמר השתתפו: הרב יצחק אייזנר, הרב יהושע אנגלמן, רות בן פורת, רננה בן פורת, הרב ד"ר שרגא בר און, שי ברמסון, הרבנית נחמה גולדמן ברש, חיים גלבר, הרב ד"ר יץ גרינברג, הרב שמחה גרינברג, הרב ד"ר אביעד הולנדר, הרבנית יערה וידמן סמואל, דקל יהוד, דניאל יונס, הרב ד"ר שמולי ינקלביץ, הרב יששכר כ"ץ, ישי מוסקוביץ, שלומית מץ-פולט, הרב דני סגל, הרבנית דבורה עברון, הרב חיים עובדיה, רפאל פוליסוק, הרב ד"ר ר' מימי פייגלסון, אוהד פינצ'בסקי, הרב ד"ר זאב פרבר, הרב צבי קורן, הרב שמואל קליצנר, אריה קרייזמן, הרבנית רחל קרן, יהונתן רוסן-ממן, זהורית שורק, אביגיל שפרבר, הרבנית לאה שקדיאל, הרב אלקנה שרלו, חכם ד"ר יצחק ששון.

בתאריך י"ז בסיון, תש"פ, 9 ביוני 2020, התקיים שיח בין בני ובנות הקהילה הדתית-הגאה ובין רבנים ורבניות. השיח התבסס על מקורות רבים ומגוונים שהוכנו על ידי הרבנית דבורה עברון וזהורית שורק, והתמקד בחוויית הבדידות של בני הקהילה הדתית-הגאה, ובתפקיד של המנהיגות הדתית בהתמודדות עמה. עיקרי הדברים שעלו בקבוצות הדיון סוכמו ונערכו לכדי המאמר שלפניכם על ידי הרב אביעד הולנדר והרב יצחק אייזנר, בהתייעצות מתמדת עם בני השיח. חלק ניכר מן הדברים אינם אלא הרושם הקולקטיבי של קבוצת הדנים על פי ניסיונם, אך להערכתנו, הם ראויים להבאה לפני הציבור.

נציג כאן פנים שונות של חוויית הבדידות של הדתי הגאה, ובסוף, קווים מנחים לצעדים מעשיים שגם אם לא יוכלו להביא מזור מלא לבדידות ולסבל, יוכלו לכל הפחות לסייע ולתמוך בהתמודדות.

בדידות קיומית (אָקְזִיסְטֵנְצְיָאָלִית) הינה חלק מחוויית החיים ה(פוסט-)מודרניים, והיא מתקיימת בדרך כלל, גם כאשר לאדם יש יחסים מצוינים עם סביבתו הקרובה. הדגש על אינדיבידואליזם כערך בעידן הנוכחי, יחד עם הסלידה מן החיים כבודדים, יוצרים סתירה קשה מנשוא לרבים. הקשר בין חוויית הבדידות לבין היות האדם "לבדו" תלוי מאוד בתחושתו האישית שלו, ולא רק בתנאי החיים האובייקטיביים.³

עבור רבים מן הדתיים הגאים, תחושת הבדידות היא פנימית וחיצונית.

עבור חלק מן הדתיים הגאים, הבדידות היא חוויית עומק אישית שעלולה לערער את המתמודד מבפנים, והיא כרוכה בספקנות וחשדנות עצמית. בדידות כזו יכולה לגרום לדתי הגאה לחוש שאינו מזהה את עצמו בעצמו, שכל החלטה אינה שלימה, ולגרום לספק תמידי הלוחץ להשתנות ולהפוך לאדם אחר. במובן זה, בעוד שבמצבי

³ כך, לדוגמה, נתן (אנטולי) שרנסקי מספר שגם בהיותו בצינוק לא חווה בדידות, משום שבתודעתו חש שעם ישראל נמצא יחד איתו.

בדידות רבים לאדם הבודד יש לכל הפחות את עצמו, הרי שהדתי הגאה בורח לפעמים גם מעצמו, וכך בדידותו מצויה לפני ולפנים בתוככי אישיותו.

לחויית הבדידות קיימים מאפיינים המשותפים לאנשים המשתייכים לקבוצות מסויימות בחברה. כך לדוגמה, קיימת חויית בדידות שאופיינית לאנשים שנמצאים על הרצף האוטיסטי.⁴ בנוסף על גורמים הקשורים למצב הפיזי או הנפשי של האדם, יש שהבדידות נובעת מנסיבות חיים והיבטים תרבותיים. מהגרים, למשל, סובלים פעמים רבות מבדידות. ראוי לשים לב, אם כן, שבדידותו של הדתי הגאה אינה חד-ממדית, והיא יכולה להצטרף לחויות בדידות נוספות וכך, יתכן שעוצמת תחושת הבדידות נובעת מצירוף של גורמי שונות רבים המצטרפים בתוך אישיות אחת. חלק מהקושי בהתמודדות עם הבדידות נובע מכך שהיא "שקופה"; בשונה מאדם שליכויו הגופני ניכר לעין כל, ובשונה מחלק ממתמודדי הנפש שמתמודדים עם מצוקה קלינית, הבדידות אינה נחשבת כבעיה רפואית, ולפיכך אינה זוכה לסעד ממוסד. המתמודד עם הבדידות נאבק עם בדידותו לבד, כך שלא רק שהחוויה החברתית שלו היא חויית בדידות, אלא שגם התמודדותו עם הבדידות, היא בבדידות.

לפיכך, אחד האתגרים העומד בפני החברה הוא בעצם זיהוי אלה הנדרשים לסיוע.

בדידות ייחודית?

אולם, האם יש רכיבים ייחודיים לבדידותו של בני הקהילה הגאה על פני בדידות הנובעת מהקשרי חיים אחרים? והאם יש ייחוד לבדידותו של הדתי הגאה שחי את חייו בהקשר דתי?

⁴ עקרונית ניתן לטעון שבאופן מהותי יש גיוון עצבי (Neurodiversity), וכי הקשיים שמאפיינים אנשים הנמצאים על הספקטרום אינם מהותיים אלא נובעים מן היחס של החברה. אולם, גם אם טענה זו נכונה, הרי שבפועל המיעוט האוטיסטי חווה בדידות בקרב האוכלוסייה הנורוטיפיקלית.

הבדידות החיצונית של הדתי הגאה כרוכה פעמים בכך שהוא חווה ניכור מן הסביבה אליה הוא מבקש להשתייך. אמנם, לעיתים המזור המוצע לאדם במצוקה הוא להתרכז במיקוד השליטה הפנימי שלו, ולא להיתלות במוקדי שליטה חיצוניים. ברם, דומה שהצעה זו קשה מן הרגיל למי שמצוקתו באה לו מהתחושה היא שהמשפחה והסביבה הקרובה ואפילו א-לוקים הרחום והחנן דוחים אותו, גם אם לא באופן אקטיבי.

קושי נוסף נעוץ בתקופת ה"חיים בארון", בה נמנעים הדתיים הגאים מלשתף אחרים בתחושות ובמחשבות שכה משמעותיות להם. הצורך בהסתרה מתמדת מרחיקה את הדתי הגאה, ופוגעת במערכות היחסים עם הסובבים אותו. גם לאחר היציאה מהארון קשה לשקם את היחסים שנפגעו, ובמישור האישי קשה לשנות הרגלים של הסתרה והשתקה. הסתגרותם של הדתיים הגאים מביאה לכך שאחד האתגרים שבפני הקהילה הוא עצם זיהוי אלה הנדרשים לסיוע.

עוד קושי לדתיים הגאים לעתים במציאת תמיכה נובע מכך שבשל היותם 'שונים', נוטים חלק מהם לטפח את האינדיבידואליות שלהם במידה החורגת מהאוכלוסייה הכללית, ומבדילים את עצמם באופן יחסית קיצוני.

לדתי הגאה אין 'בית קהילתי', ובדידותו כפולה ומכופלת, שכן מלבד היותו גאה בין הטרוסקסואלים, הוא דתי בין בני הקהילה הגאה. אם בימי ביאליק היתה ההשכלה החילונית לאור מושך, הרי שבימינו אור ההכלה והסובלנות המינית הוא שקורא להם לחסות תחת כנפיו; ואם בימי התחיה הלאומית חשו בני הישיבות כמי שננטשו מאחור, הרי שהיום הדתיים הגאים הם שעלולים לחוש כך.

כָּלֶם נִשְׂא הָרוּחַ, כָּלֶם סָחַף הָאוּר,
שִׁירָה חֲדָשָׁה אֶת-בְּקָר חַיִּיהֶם הֲרִנְיָה;
וְאֲנִי, גּוֹזֵל רֶךְ, נִשְׁתַּכַּחְתִּי מִלֵּב
תַּחַת כְּנָפֵי הַשְּׂכִינָה.

בְּדָד, בְּדָד נִשְׁאַרְתִּי, וְהַשְּׂכִינָה אֶף-הִיא
כְּנָף יְמִינָה הַשְּׂבוּרָה עַל-רֹאשִׁי הַרְעִינָה.

יָדַע לִבִּי אֶת-לִבָּהּ : חֶרֶד חֶרֶדָה עָלַי,
עַל-בְּנָהּ, עַל-יְחִידָה.⁵

כך, הדתי הגאה שבוחר להישאר תחת כנפי השכינה, אף הוא אינו מובן לעולם הגאה מחד ולעולם הדתי מאידך. בפועל, יש כוחות שונים המעצימים את תחושת הבדידות של הדתי הגאה: יש והוא מדיר את עצמו בשל תחושת זרות המקננת בפנימיותו; יש והוא מודר מקבוצות גאים, בשל זיהויו עם הדת והתפיסה לפיה הדת שוללת את הגאים; ויש והוא מודר מהקבוצות הדתיות בהם הוא חי, בשל תפיסה לפיה הוא בוגד בתורה וערכיה.

הזרות המשולשת – מהעצמי, מהקהילה הדתית ומהקהילה הגאה – יוצרת חוויית בדידות ייחודית לדתי הגאה, שלא מוצא מקלט לראשו, ואין לו למי לגלות את סוד יסוריו.

הבדידות כסכנה

הבדידות אינה רק התמודדות קשה. לפעמים, כמיהת האדם לזכות בזוגיות קבועה ומשמעותית פוגעת בשיקול דעתו, ומביאה אותו לנהוג בהתנהגויות ברות סכנה, עד כדי פגיעה עצמית. סכנה זאת, הגלומה בבדידות, מגבירה את המוטיבציה למצוא פתרונות ומזור.

⁵ בשיר "לבדי" אשר פורסם בעיתון **השילוח** בקיץ תרס"ב (1902) הקדים בכשמונה שנים שיר נוסף בו עסק ביאליק בזיקת "דור התחייה" לעולם הרוח היהודי, הלוא הוא "לפני ארון הספרים" שפורסם בשנת 1910, סמוך לסיום העבודה על "ספר האגדה". מעניין לציין שבקרוב חוקרי שירתו של ביאליק רבו המחלוקות בדבר זיקה זו, ראו סקירה ודעה עצמאית במאמרה של מלכה שקד, "לשאלת המסר השירי ב'לבדי' וב'לפני ארון הספרים'", בתוך: הלל ויס וידידיה יצחקי (עורכים), **הלל לביאליק: עיונים ומחקרים ביצירת ח"נ ביאליק – מוגש לפרופ' הלל ברזל**, רמת גן: אוניברסיטת בר-אילן, תשמ"ט, עמ' 157-170. בהקשר של דיונונו כאן ניתן לומר כי ביאליק ובני דורו נותרו בודדים ובלתי מובנים לבני הדורות שבאו אחריהם.

הבדידות כפיתוי

לצד הקושי והסכנה שבבדידות, לעיתים יש חוויה נעימה בבדידות. היא מאפשרת מיקוד וריכוז פנימי, והיא מפנה את האדם להתבוננות לתוככי אישיותו ולהשקעה בצמיחה אישית.

עם זאת, לעיתים הבדידות אינה תורמת לבניין האישי, וחמור מכך, באופן פרדוקסלי, תחושת האומללות הכרוכה בבדידות, היא שמספקת רווחה רגשית ונחמה. במצב זה, יש סיכון שהדתי הגאה יתפתה לשקוע לעומק הבדידות, יתמכר לה ולא יתמודד עם אתגריו.

מהקשבה גואלת לנשיאה בעול

אין די בדיבור על גאים; יש לדבר **איתם**. בדיאלוג ובהקשבה. ההקשבה אמנם אינה בהכרח מבטלת את הבדידות, אבל בכוחה לצמצם אותה, ולו במעט. יש כוח מנחם בהכרה בכך שאינם לבדם בעולם, שיש דומים להם, בתוך הקהילה הגאה, ושגם השונים מהם, בקהילה ההטרוסקסואלית, נושאים איתם בעול במעלה הדרך.

האדם צריך ליחבר לדאגה, איש שלומו אשר יוכל לבטוח בו, הן בשעות משבר, כאשר המצוקה מכה ומכבידה, והן בשעות של תהילה, שעה שהאדם חש מאושר ושבע רצון. בשני המקרים מתגבר ביותר הצורך לחלוק את תחושת הייאוש או את רגשות השמחה. כאשר אתה בוטח במישהו וחולק עמו את צערך וכאבך, יכול אתה להקל מן המשא הכבד שעליך ויגונך פוחת

והולך. העובדה שיש מי שמקשיב לסיפור הכאב, יש לה כשלעצמה השפעה

גואלת על הסובל האומלל.⁶

הרב סולובייצ'יק אכן האמין שבכח החברות הנאמנה להיות מפתח לגאולה מהבדידות, אולם, האם, אכן, ניתן להיגאל מהבדידות? האם די בה בהקשבה לגאול את מי שבמצוקה? והאם ההקשבה של הרע והחבר אמורה להביא למעשה גואל מצידו?

כאמור, לעיתים הבדידות היא אי מבטחים עבור הגאה, ולכן, המעשה הגואל שיוציא אותנו מבדידותו מהווה איום. עם זאת, גם במצב כזה, דומה שיש ערך חיובי בהתוודעות לכך שסבלו זוכה להכרה אצל הזולת.

מעבר לכך, לעיתים, כאשר ההקשבה והקירבה נובעת ממחויבות, האידיאולוגיה מפריעה לחוש קירבה רגשית, וחוסמת שיח אישי משמעותי. תחושת השליחות פוגעת באותנטיות. הרב שג"ר הרבה לכתוב על האידיאולוגיה הדתית כאיום על הרגש הדתי,⁷ ודומה שאפשר להזכיר בהקשר זה גם את מילות השיר: "דגלי לאום ברחובות – מסתירים את הפנים".⁸ לא רק הלאומיות מפריעה לראות את הפרטים, אלא אידיאולוגיות באופן כללי פוגעות במפגש פנים אל פנים ומפריעות לשיח רגשי-אישי להיות משמעותי. יש ערך מיוחד בדיבור המגיע מתחושת אכפתיות, ולא רק כמעשה צדקה וחסד.

כמובן, דיבור אמפתי אינו יכול להיות שטוח ומלאכותי. כפי שעולה משירה של זלדה, "ציפור אחוזת קסם", לעיתים הדיבור המעושה הופך להיות לנטל נוסף על

⁶ הרב יוסף דב הלוי סולובייצ'יק, אדם וביתו, עמ' 52.

⁷ ראו לדוגמה במאמר "חינוך ואידיאולוגיה" בספרו **לוחות ושברי לוחות: הגות יהודית לנוכח הפוסטמודרניזם**, אלון שבות ותל אביב: ועד כתבי הרב שג"ר וידעיות אחרונות – ספרי חמד, תשע"ג.

⁸ מתוך השיר "מעל היס" שכתב והלחין רן אלמליח, ובוצע על ידי להקת "כנסיית השכל" באלבום **הבית כה רחוק** שהוקלט עם התזמורת האנדלוסית של אשקלון בשנת 2013.

כתפיו של האדם הבודד, שלא די לו שהוא צריך לשאת את בדידותו, עתה הוא נדרש לסחוב גם את מבוכתו של חברו:

פעם אהבתי את הפנאי ואת השקט... עכשיו הפנאי והשקט התבגרו כביכול, השירו מעצמם את כל הקישוטים, התירו את רקמת הזהב. עכשיו הפנאי הוא חלל ריק שאתה טובע בו, שאתה צריך לדבר בו בקול רם כשהנך לבדך פן תשכח שעודך קיים... זהו פנאי אחר לגמרי שאתה צמא בו לנפש חיה שתבוא אליך, תהיה מי שתהיה, כדי להזכיר לך מה צורת האדם ובאיזה קול הוא מדבר. אבל כשבאים אליך בחביבות ומדברים על ענייני יום-יום מתוך חשיבות, אתה מתרתח על הצביעות, על העמדת הפנים כאילו כלום לא קרה, כאילו לא השתנה העולם וכאילו מאחורי כל דיבור לא עומדת השתיקה הנצחית.⁹

עם זאת, חשוב להיות מודעים לכך שיש גם אנשים בודדים שדווקא כן יעדיפו כל קירבה, ולו תהא מלאכותית, על פני התמודדות עם עוד רגעי בדידות, שבהם אישיותם הולכת ודוהה.

מענה מקצועי, קהילתי ומתוקשר

ההשלכות של כל האמור לעיל רבות הן, ונדרשת עבודת הרחבה והעמקה בפיתוח מענה הולם לעוצמת האתגר. עם זאת, בשורות הבאות נניח עקרונות, בתקווה שיהוו נקודת פתיחה וראשית דיון עבור רבני קהילות, מנהיגים חברתיים, תנועות נוער, אנשי חינוך ושאר בעלי תפקידים בחברה.

הקהילה שקשובה לבודדים שבקירבה, נקראת להכיר גם בבדידות הדתי הגאה שבשורותיה.

⁹ זלדה, "ציפור אחוזת קסם", בתוך: **שירי זלדה**, הוצאת הקיבוץ המאוחד, תשמ"ה, עמ' 108.

לאחר זיהוי המצוקה, יש להבחין איזו רמת התערבות תסייע לדתי הגאה הבודד. ראוי לגלות בו התעניינות ולקרבו, ואם יש צורך, לעודד פנייה לסיוע מקצועי לשם הקלת התחושה ועזרה בקבלה עצמית.

קהילה מעורבת פועלת להושיט יד מעבר לחומת הבדידות. הצעד הראשון הוא הקשבה אמפתית. במקביל, יש צורך בהכרה ובמתן לגיטימציה לתחושות הבדידות, וחשיבה משותפת על דרכי התמודדות עימה.

יש לשנות את השיח הציבורי. השינוי ביחס למאמין הגאה מתחולל במשך שנים, אך ברובו מתקיים באופן פרטי, עד שניתן לומר שהוא מצוי "בארון". הגיעה העת שהחיבוק שבני הקהילה הדתית הגאה מקבלים יהיה גלוי לעין כל. במקום לעסוק בהרחקה שחווים חלק מהדתיים הגאים, ראוי להביא אל קידמת הבמה את המקרים בהם קיבלו בית ותמיכה, ולהנכיח את התמיכה הרוחנית שנותנים מספר הולך וגדל של רבנים ורבניות.

בעזרת ה', תהליכים אלו יובילו לכך שבחצרות בית ה' יפרחו גם מאמינים גאים.