

## שיעור 2

# וירא בסבלותם: כיצד יכול הכאב להניע למנהיגות?

### מטרת השיעור:

לבחון תגובות שונות להתמודדות עם כאב, וכיצד ניתן להשתמש בו כגורם מניע למנהיגות.

הסוגיות החברתיות הבווערות בנו קשורות לעתים קרובות לכאב אישי, והוא המניע אותנו לפעול, ליזום, להנהיג שינוי ותיקון בסוגיות האלה. הכאב, כשם שהוא מניע למנהיגות ופעולה, יכול גם לשתק, או להכעיס ולעורר זעם שאינו מנותב לפעולה של תיקון.

מתי הכאב מניע לפעולה של מנהיגות ומתי הוא משתק?

האם נכון לפעול מתוך כאב, או שמא עדיף להרחיק אותו כדי שלא "יפריע"?

כיצד נעבד את הכאב כך שיהפוך למקור של עשייה למען אחרים ולמען החברה?  
בשאלות אלה נעסוק במפגש הזה.

### מבנה השיעור:

30 דקות

40 דקות

45 דקות

5 דקות

פתיחה

לימוד בחברותא: "וירא בסבלותם"

אסיף

סיכום

## פתיחה

המפגש יעסוק בכאב וכיצד הוא יכול להניע למנהיגות. במפגשים שלנו התוודענו לסוגיות חברתיות שהעלו לא אחת תחושות של כאב ותסכול. אני מאמינה שכל אחד ואחת מהיושבים כאן נחשף לכאב גם מחוץ לקבוצה: בחיים הפרטיים, בעשייה החברתית ועוד. נפתח את המפגש בהצבת סימן שאלה על הקשר בין כאב ועשייה חברתית. האם הכאב אכן מניע לפעולה, או לחלופין - עלול דווקא לעצור או לשתק?

נפתח את הדיון מהמקום האישי. האם תוכלו לשתף בחוויות אישיות שלכם: לאן הכאב הוביל אתכם? האם הכאב היה גורם שעצר אתכם, או לחלופין גורם שהניע אתכם לפעולה?

רצוי לתת כמה דקות למחשבה לפני שפותחים את הדיון וכן לחלק כלי כתיבה לפי הצורך, כדי לאפשר לכל אחד מחברי הקבוצה לעבד את הדברים. אפשר לנהל את הדיון בסבב לפי סדר הישיבה או באופן ספונטני.

מטרת הפתיחה היא כפולה. מחד גיסא, הפתיחה נועדה לחבר את המשתתפים רגשית לנושא ולהעמיק את ההיכרות בין חברי הקבוצה. מאידך גיסא, החוויות האישיות מעלות נקודות להתייחסות על הכאב כגורם מניע או בולם, המשמשות אותנו כפתיח ללימוד. המפגש עם הכאב יכול להניע אותנו לפעולה. הרצון למנוע את הכאב מדרבן אותנו לפעול למען תיקון המציאות. החשיפה לכאב יכולה לטעת בנו את התחושה ש"ככה אי אפשר להמשיך ושחייבים לעשות משהו", ולהוליד דחף לנקוט פעולה ולשנות. לחלופין, המפגש עם הכאב עלול לבלום אותנו בדרכים שונות. הכאב עלול להוביל לייאוש ובעקבות כך לפסיביות ולהימנעות מפעולה. לעתים נוצר רושם שהמציאות אינה ניתנת לשינוי או שהמאמצים לשנותה הם סייזיפיים ואינם נותנים פרי. התחושה של חוסר-אונים יכולה גם לעורר כעס ומרירות. הכעס יכול להיות על המציאות או העולם שאנו חיים בו או שלעתים הכעס עשוי להיות מופנה כלפי מי שמעורר בנו את האמפתיה לכאב (קרובים מעיררות-פיתוח, עניים שנמצאים במעגליות של מצוקה) ולהביא לריחוק או לניכור ולשיפוטיות.

החוויות של משתתפים בקבוצה יכולות להצביע על כך שהבחנה בין כאב כגורם שהניע אותם לכאב כגורם שבלם אותם אינה חדה, וכי ההשפעות המנוגדות של הכאב יכולות לחול אף בו-זמנית. האמביוולנטיות שנולדת מהכאב יכולה לבוא לידי ביטוי גם ביחס לאנשים שמעוררים בנו אמפתיה לכאב: מצד אחד, רצון במגע שנולד מתוך ההשתתפות בכאב והשאיפה לתיקון המציאות, ומצד אחר רצון להתרחק שנולד בשל כעס או מהקושי לשאת את הכאב. בלימוד נידרש לאמביוולנטיות שנובעת מהכאב וננסה לעמוד על גורמים שמביאים לתגובות שונות לכאב.

## לימוד בחברותא

בלימוד היום נדון בתגובות שונות לכאב. דף הלימוד מכיל ארבעה מקורות: המקור הראשון הוא מדרש אגדה המספר על עמרם, אביו של משה. המקור השני לקוח מהתלמוד הבבלי ומספר על רבי מאיר ושכניו, והמקור האחרון הוא מדרש אגדה משמות רבה. מקורות אלו מציגים תגובות שונות לכאב שמניעות לפעולה. בלימוד אנו נתמקד בתפיסות שונות של המציאות שמביאות לתגובות שונות לכאב ולהשלכות שנגזרות מהן. לצורך הלימוד נתחלק לחברותא. כל חברותא תלמד את דף המקורות ותענה על השאלות בדף הלימוד. אחרי הלימוד נתכנס חזרה לאסיף.

### לימוד בחברותא: "וירא בסבלותם"

"וילך איש מבית לוי ויקח את בת לוי"  
 (א). \_\_\_\_\_ להיכן הלך?  
 (שמות ב,

אמר רב יהודה בר זבינא: שהלך בעצת בתו. תנא: עמרם גדול הדור היה, כיוון שראה שאמר פרעה הרשע: "כל הבן הילוד היאורה תשליכהו", אמר: "לשווא אנו עמלים". עמד וגירש את אשתו. עמדו כולם וגירשו את נשותיהם. אמרה לו בתו: "אבא, קשה גזירתך יותר משל פרעה. שפרעה לא גזר אלא על הזכרים ואתה גזרת על הזכרים ועל הנקבות. שפרעה לא גזר אלא בעולם הזה, ואתה גזרת בעולם הזה ולעולם הבא. פרעה הרשע ספק גזרתו מתקיימת ספק אינה מתקיימת, אתה צדיק בודאי שגזירתך מתקיימת"... עמד והחזיר את אשתו. עמדו כולם והחזירו נשותיהם. (תרגום מתלמוד בבלי, מסכת סוטה יב, ע"א)

אותם בריונים שהיו בשכנותו של רבי מאיר והיו מצערים אותו הרבה, היה רבי מאיר מבקש עליהם רחמים שימותו. אמרה לו ברוריה אשתו: "מה עלה על דעתך? משום שכתוב 'ייתמו חטאים' (תהילים קד), האם כתוב 'חוטאים'? 'חטאים' כתוב. ועוד, רד לסוף הפסוק שבו כתוב 'ורשעים עוד אינם'. בקש רחמים עליהם שיחזרו בתשובה". (תרגום מתלמוד בבלי, מסכת ברכות י, ע"א)

"ויהי בימים ההם ויגדל משה ויצא אל אחיו וירא בסבלותם" (שמות, פרק ב, פסוק יא) - מהו "וירא"? שהיה רואה בסבלותם ובוכה... והיה נותן על כתפיו ומסייע לכל אחד ואחד מהם... דבר אחר: "וירא בסבלותם" - ראה שאין להם מנוחה. הלך ואמר לפרעה מי שיש לו עבד אם אינו נח יום אחד בשבוע הוא מת ואלו עבדיך אם אין אתה מניח להם יום אחד בשבוע הם מתים. אמר

## לו: "לך ועשה להן כמו שתאמר". הלך משה ותיקן להם את יום השבת לנוח. (שמות רבה, פרשה א, סימן כז-כח)

**שמות רבה** - מדרש אגדה על ספר שמות, כנראה מראשית ימי הביניים. המדרש בנוי משני חלקים שונים: החלק הראשון הוא פירוש מדרשי לכל פסוקי התורה שבפרקים א-יב. בעל המדרש התבסס על אחת המהדורות של מדרש תנחומא, הוסיף גם ממדרשים אחרים ומהתלמוד הבבלי, והתאים את לשונם לסגנון מדרשי ארץ ישראל. החלק השני, לפרקים יב-מ, נערך על ידי מְסַדֵּר אחר, והוא כולל דְרָשׁוֹת שלמות רק על התחלות הַסְּדָרִים (הפְּרָשׁוֹת). הדרשות לוקטו ממקורות שונים, מאוחרים יותר, ונראה שנערכו במאה התשיעית או העשירית לספירה. שני החלקים חוברו למדרש אחד על ידי עורך במאה ה-11. (מתוך: "גשר - מפעלים חינוכיים")

מהם מוקדי הכאב במקורות שלהלן?

למה הוביל הכאב?

כיצד תפיסת העולם של כל אחת מהדמויות משפיעה על האופן שבו היא מגיבה לכאב?

המקורות מציגים דמויות שונות שכל אחת מתמודדת אחרת עם הכאב. כאבו של עמרם על גזרתו של פרעה מביא אותו לגרש את אשתו. הנימוק שלו לגירושין, "לשוואו אנו עמלים", מעיד על רגשי ייאוש וחוסר-אונים. הוא אינו רואה טעם בעשייה במציאות הקיימת ובוחר בפסיביות. מרים כואבת את גזרתו של פרעה ואת גזרתו של אביה. הכאב שלה מביא אותה לדיאלוג עם אביה (על אף שהוא גורם לכאבה) שבו היא מציגה תפיסה אחרת של המציאות במטרה להפוך את דעתו. צערו של רבי מאיר מביא אותו לבקש מיתה על הבריונים שבשכנותו. אפשר לפרש את הצער של רבי מאיר באופנים שונים: צער שגרמו לו הבריונים (הקנטות, תגרות וכיו"ב), או צער על אופן התנהגותם השפלה. הניסוח בגמרא, "ביקש עליהם רחמים שימותו", מעיד שאין המדובר רק בצער אישי. בקשת מותם של הבריונים יכולה לנבוע גם מכעס שהתעורר ברבי מאיר כתוצאה מהכאב. תגובתה של ברוריה אשתו לבקשתו של רבי מאיר יכולה לנבוע מכך שהיא אינה כואבת את מעשי הבריונות. כיוון שהיא אינה מונעת על-ידי הרגש היא מסוגלת לנתח באופן שקול ומחושב את מעשי הבריונות. מאידך גיסא, ניתן לפרש את תגובתה כהשתתפות בכאבו של רבי מאיר. אולם תפיסתה את המציאות היא שמאפשרת לה לעבד את הכאב ולהציע פתרון מסוג אחר לבעיית הבריונות.

יש לשים לב שנוסף על הדמויות שמשמיעות את קולן בטקסט (עמרם, מרים, רבי מאיר, ברוריה ומשה), ישנן דמויות שקולן מושקו וכאבן לא בא לידי ביטוי. ניתן לאתר מוקד של כאב בדמותה של יוכבד שקולה נפקד מהמקור הראשון (כמו גם קולותיהם של יתר נשות ישראל ובעליהם). ייתכן כי האלמת-קולה גם היא תגובה לכאב: הכאב הוביל אותה לשתיקה. הבריונים, שכניו של רבי מאיר, מופיעים בטקסט כמי שגורמים את הכאב, אולם ייתכן כי הבריונות עצמה היא ביטוי לכאבם-שלהם, שיכול להיגרם בגין הזנחה חברתית, הוקעה שלהם על-ידי הסביבה וכיו"ב.

שני המקורות הראשונים מציגים **תפיסה של המציאות**: שמאפשרת לעבד את הכאב לכוון מניע לפעולה. מרים, בתו של עמרם, משקפת לו את ההשלכות של הפסיביות וההימנעות מעשייה. גם אם גזרתו של פרעה קשה, הגזרה של הייאוש קשה עוד יותר משום שהיא **טוטלית**. הפסיביות סותמת את הגולל על תיקון המציאות. ברוריה, אשתו של רבי מאיר, משקפת לו שכאבו נגרם בשל התנהגות הבריונים ולא בשל הבריונים עצמם. כאבו וכעסו הם בגין תופעת הבריונות שאותה יש למגר, ולא את האנשים. היא מציגה **ראייה רב-ממדית של**

**הבריונים:** הבריונים הם בני-אדם שנוקטים מעשי בריונות, אך יש בהם פוטנציאל להיות אנשים מוסריים. **הן ברוריה הן מרים מציגות תפיסה דינמית ולא סטטית של המציאות ופועלות מתוך הנחה שלעולם הזה יש תקנה** : הנחה זו מוצאת ביטוי בפעולת התוכחה שלהן. גם הן, בדומה לעמרם ורבי מאיר, מחזיקות באידאל של עולם טוב יותר, אולם יתרון הוא שהן מצליחות לבנות גשר לעולם טוב יותר מהעולם בו הן נמצאות (אפשר לפרש זאת כבנייה של חזון), בלי שהפער בין שתי העולמות ישבית אותן - אם מייאוש, אם מכעס. בפתיחה ציינו כי יכולה להיות אמביוולנטיות בהנעה מכאב, וקיום בו-זמני של השפעות מנוגדות. ייתכן כי אחת הסיבות לאמביוולנטיות זו מקורה בפער בין המציאות שאנו שואפים אליה ומכירים באפשרות קיומה ובין המציאות עמה אנו מתמודדים בחיי היומיום. הכאב, אינטואיטיבית, משמש תזכורת שיכול להיות עולם טוב יותר, אך בד-בבד מצביע על הפער בינו לבין העולם הזה.

המקור האחרון, מדרש האגדה על משה רבנו, מתאר כיצד הכאב משמש מניע לפעולה. המקור מתאר מספר תגובות אפשריות לכאב. תגובה אחת היא הזדהות עם הכאב ובכי. תגובה זו של הפנמת הכאב אינה מביאה לפעולה בשלב ראשון, אלא להשתתפות בכאבם של בני ישראל. תגובה שנייה היא סיוע אישי לבני ישראל, משה נושא עמם בסבלותם. משה פועל מתוך דחף אינטואיטיבי להיחלץ לעזרת בני ישראל ולסייע להם. ההזדהות וההפנמה המלאה של הכאב מביאה לעזרה אך לא לפתרון או תיקון של המציאות.

פירוש אחר שמציע המדרש ל"וירא בסבלותם" הוא בתיקון השבת. ניתן לראות בפעולה זו פנים אחרות של משה הפועל מתוך ניתוח שכלתני שמביא אותו לתגובה שקולה ומחושבת (הוא פונה לפרעה בטיעון כלכלי). מקור זה מעלה שאלות האם הכאב וההזדהות עמו יכולה להביא לפתרון או רק לעזרה. מאידך גיסא, ניתן לראות את תיקון השבת כפעולה שמונעת מכוח הכאב, אך מוצאת ביטוי בצעד פוליטי. מקור זה גם מעלה שאלות על אופי ההנעה - לאן צריכה להיות מכוונת ההנעה: רמה אישית או פוליטית, שאלות שתישארה פתוחות בשלב זה.

## אסיף

דף הלימוד הציג דמויות שונות, שכל אחת מתמודדת עם הכאב בדרכה. יש דמויות שקולן מופיע בבירור בטקסט: עמרם, מרים, רבי מאיר, ברוריה, הדמות של משה כמי שמזדהה עם כאבם של בני ישראל ומסייע להם אינטואיטיבית, ומשה שמתקין את השבת. נוסף על אלו, ישנן דמויות שקולן לא נשמע בטקסט, אך גם הן כואבות, כגון: יוכבד, הבריונים, בני ישראל. אני מבקשת מכל משתתפת ומשתתף לבחור דמות אחת. הדמות צריכה להיות דמות שמדברת אלי - אפשר לבחור דמות שאני מזדהה עמה, דמות שאני חולק עליה, דמות שמעוררת בי "אנטי" וכו'. ההצגה של הדמות שבחרתם צריכה לכלול שני דברים. אחד, הסבר על הדמות: כיצד אני מבין את הדמות, והשני - מה המקום שלי מול הדמות: מה היא מעוררת בי, מה יחסי אליה, מדוע אני מזדהה או לא מזדהה עמה וכל דבר אחר שברצונכם להוסיף בהקשר זה. ניקח כמה דקות למחשבה, ונפתח לסבב.

מטרת האסיף היא לתת למשתתפים מקום בעיבוד הלימוד ובחיבור האישי אליו. גם אם חלק מהמשתתפים בוחרים אותה דמות, חשוב שכל אחד יציג כיצד הוא תופס אותה, ומה החיבור שלו אליה.

## סיכום

שיעור זה עסק בהתמודדות עם כאב וביכולת שלו לשמש כוח מניע למנהיגות. פתחנו את היחידה על מנהיגות בשאלה "מה בוער לי?", אלו מצוקות או עוולות אני רואה ורוצה לפעול לתיקון. בלימוד על הבירה הבווערת ראינו כי הכאב יכול לשמש כוח מניע לשינוי. שיעור זה הצביע על מצבים בהם הכאב עלול לשתק או לדכא פעולה, וראינו דרכים להתמודד עם הכאב כדי שלא ישתק את הפעולה. בלימוד בחברותא דנו בהתמודדות עם הכאב ברמה האישית, ו"לנהל" רגשות כך שיוכלו לשמש גורם מניע ולא משתק. אולם אחד האתגרים העומדים בפני מנהיג הוא היכולת להניע אחרים לפעולה ולא להסתפק רק בהתמודדות האישית.

## לימוד בחברותא: "וירא בסבלותם"

"וילך איש מבית לוי ויקח את בת לוי" (שמות ב, א). להיכן הלך?

אמר רב יהודה בר זבינא: שהלך בעצת בתו. תנא: עמרם גדול הדור היה, כיוון שראה שאמר פרעה הרשע: "כל הבן הילוד היאורה תשליכה", אמר: "לשווא אנו עמלים". עמד וגירש את אשתו. עמדו כולם וגירשו את נשותיהם. אמרה לו בתו: "אבא, קשה גזירתך יותר משל פרעה. שפרעה לא גזר אלא על הזכרים ואתה גזרת על הזכרים ועל הנקבות. שפרעה לא גזר אלא בעולם הזה, ואתה גזרת בעולם הזה ולעולם הבא. פרעה הרשע ספק גזרתו מתקיימת ספק אינה מתקיימת, אתה צדיק בודאי שגזירתך מתקיימת"... עמד והחזיר את אשתו. עמדו כולם והחזירו נשותיהם. (תרגום מתלמוד בבלי, מסכת סוטה יב, ע"א)

אותם בריונים שהיו בשכנותו של רבי מאיר והיו מצערים אותו הרבה, היה רבי מאיר מבקש עליהם רחמים שימותו. אמרה לו ברוריה אשתו: "מה עלה על דעתך? משום שכתוב 'ייתמו חטאים' (תהילים קד), האם כתוב 'חוטאים'? 'חטאים' כתוב. ועוד, רד לסוף הפסוק שבו כתוב 'ורשעים עוד אינם'. בקש רחמים עליהם שיחזרו בתשובה". (תרגום מתלמוד בבלי, מסכת ברכות י, ע"א)

"ויהי בימים ההם ויגדל משה ויצא אל אחיו וירא בסבלותם" (שמות, פרק ב, פסוק יא) - מהו "וירא"? שהיה רואה בסבלותם ובוכה... והיה נותן על כתפיו ומסייע לכל אחד ואחד מהם... דבר אחר: "וירא בסבלותם" - ראה שאין להם מנוחה. הלך ואמר לפרעה מי שיש לו עבד אם אינו נח יום אחד בשבוע הוא מת ואלו עבדיך אם אין אתה מניח להם יום אחד בשבוע הם מתים. אמר לו: "לך ועשה להן כמו שתאמר". הלך משה ותיקן להם את יום

## השבת לנוח. (שמות רבה, פרשה א, סימן כז-כח)

**שמות רבה** - מדרש אגדה על ספר שמות, כנראה מראשית ימי הביניים. המדרש בנוי משני חלקים שונים: החלק הראשון הוא פירוש מדרשי לכל פסוקי התורה שבפרקים א-יב. בעל המדרש התבסס על אחת המהדורות של מדרש תנחומא, הוסיף גם ממדרשים אחרים ומהתלמוד הבבלי, והתאים את לשונם לסגנון מדרשי ארץ ישראל. החלק השני, לפרקים יב-מ, נערך על ידי מסדר אחר, והוא כולל דרשות שלמות רק על התחלות הסדרים (הפְּרָשׁוֹת). הדרשות לוקטו ממקורות שונים, מאוחרים יותר, ונראה שנערכו במאה התשיעית או העשירית לספירה. שני החלקים חוברו למדרש אחד על ידי עורך במאה ה-11. (מתוך: "גשר - מפעלים הינוכיים")

מהם מוקדי הכאב במקורות שלהלן?

למה הוביל הכאב?

כיצד תפיסת העולם של כל אחת מהדמויות משפיעה על האופן שבו היא מגיבה לכאב?