

16/7/2021

לאורך הים/ עפרה חזה, מילים ולחן אילה אשרוב, 1994

תגיד לי איך לעצור את הדמעות
תגיד לי איפה יש עולם אחר לחיות
תגיד לי למה אין אמת, רק הזיות
אז למה לנסות ולהמשיך עכשיו לבכות?

לאורך הים
אין גלים יש עולם
שנשבר לרסיסים על המזח.

תגיד לי איך לעצור את הדמעות
תגיד לי איפה יש עולם אחר לחיות
כשאנשים רצים אל תופת כמו אל ים
אני ארוץ אל תוך האש אם יחזרו משם.

לאורך הים...

תגיד לי איך עם המוות אתה חי
מסתיר הדמעות בכל לילה תגיד לי עד מתי
האש שקוראת לי לא נמצאת שם באמת
זזה שנעלם, האם יחזור או כבר מת?

לאורך הים...

תגיד לי איך לעצור את הדמעות
תגיד לי איך...

<https://www.youtube.com/watch?v=WxQRH2jEPfE>

דניאל,

15 שנים בלעדיך. נצח.

אז מה היה לנו בשנה האחרונה, דניאל? בזכות פיזור והמדע התגברנו על הקורונה, אבל לא בכל מקום, ולאחרונה, למגינת ליבנו, היא קצת חזרה. אתה זוכר את "היי סירי", הסיפור שהקראתי כאן לפני שנה? ובכן עשינו ממנו סרט קצר בכיכובו של אדיר מילר, והוא הוקרן בקשת בערב יום הזיכרון. אמנם מאוחר בלילה (ולמחרת בבוקר) אך מאות אלפים צפו בו ואף זכינו לתגובות רבות בארץ ובעולם. נוה צור שיחק אותך וזה היה מוזר, אבל עבד. צפינו בסרט לראשונה בבית, וכשאדיר אילתר קצת, וסיפר לך ש"גיא מסיים את הדוקטורט שלו," הסתכלנו כולנו על גיא ופרצנו בצחוק. גיא הודיע לנו זמן קצר קודם שהחליט להפסיק את הדוקטורט ולהצטרף למעגל העבודה בהייטק.

תגיד לי איך עם המוות אתה חי? שואלת עפרה.

רצה הגורל, ולא מזמן נתקלתי בפודקסט מהרצאה של דיויד קסלר ב-TED.

https://www.ted.com/talks/david_kessler_how_to_find_meaning_after_loss?language=en

דיויד קסלר הוא מומחה ידוע לאבל שכתב 6 ספרים על אבל ויגון, אב שכול בעצמו. את חלקם כתב ביחד עם אליזבת' קובלר-רוס, פסיכיאטרית אמריקאית, מחברת רב-המכר "על מוות ומיתה", ספר בו תארה לראשונה את חמשת שלבי האבל, אשר פורסם ב-1969.

במקרה שלי השלב הראשון, שלב ההכחשה, ארך פחות מדקה.

"בנך נהרג הלילה בלבנון" הודיע לי הקצין.

"אתה יודע בכלל מי אני?" שאלתי, מסרב להאמין. תגובתו לא הותירה לי כל סיכוי.

באותו רגע ידעתי שחיי השתנו לעד. שלב ההכחשה הסתיים.

השלב השני הוא שלב הכעס. על מי בדיוק? על הגורל? הצבא? הממשלה? על דניאל, שלא חזר? על עצמי, שלא יכולתי להציל אותו? וכן. על נסראללה אני כועס. הוא האחראי הישיר לאסוננו. בחפץ לב הייתי תוקע לו כדור בראש ושולח אותו לחפש בתולות בשמיים. אבל

האמת היא, שהוא לא מעסיק אותי. ורדה תמיד אומרת, כשאני מתעצבן על הנהגים בכביש, שלכעוס עליהם זה להעניש את עצמך, ובעיקר, את זו שיושבת לצדך.

השלב השלישי הוא שלב המיקוח. לא היה מיקוח, משום שלא היה לי עם מי ולא במה להתמקח.

הדיכאון הוא השלב הרביעי. בבוקר שלאחר ההלוויה, כאשר התיישבתי במיטתי, הכאב היה פיזי ממש והלם ללא רחם, עד שקשה היה לנשום. אמנם הצורך להמשיך בחיים היה חזק מהכל, אך אם אהיה ישר עם עצמי, היו פעמים, עת נסעתי במכונית, שעלו בי הרהורים, שלו הייתה פוגעת בי משאית או עץ, האסון לא היה כה גדול. לא מדובר בדיכאון קליני למזלי ולא נזקקתי לתרופות, אך בהחלט היה צורך בשיחות. החברים שידעו זאת היו שם בשבילנו. לא נוכל לקחת מכם את הכאב, אמרו, אך נוכל לעזור לכם לשאת אותו. בתחילה, פשוט לא יכולנו להישאר לבד. כשהמועקה הייתה גוברת, כמו שמיכה מחניקה, פשוט נכנסנו לאוטו ונסענו למי מהם. וכל עוד דיברנו על דניאל הוא היה איתנו, ולא באמת אבד לעולמי עד.

השלב החמישי הוא הקבלה. ומה זה אומר, בעצם? האם נוכל להשלים עם כך שדניאל איננו עוד איתנו? להבין זאת? האם ניתן להתאושש מהאסון? לא באמת. אבל ניתן ללמוד לחיות בלי דניאל, ואת זה, בלית ברירה, עשינו.

דיויד קסלר אומר שישנו שלב נוסף לאבל, השלב השישי, והוא החשוב מכולם. למצוא משמעות.

הכוונה איננה למציאת משמעות באסון עצמו. האסון הוא אסון, ותו לא. הכוונה למציאת משמעות בנו עצמנו, במעשינו ובחיינו. לנסות לצמוח בעקבות האסון, ואולי אף בגללו. האמת היא שידעתי זאת מהרגע הראשון, למרות שלא הכרתי אז את דיויד קסלר. כשעמדתי מעל לקברך הטרי, דניאל, ידעתי שלהספד שאשא יש משמעות. לא כתבתי אותו מראש, כמו היום, ואיך יכולתי? אך בראשי תכננתי את ההספד. רציתי שיכירו אותך, שיבינו את ההפסד הנורא

ויראו כך דוגמה ומודל לחיקוי. אלה שהכירוך שמעו, בכו והבינו, ואלה שלא, בארץ כולה וגם מחוצה לה, למדו להכירך.

בפעם הראשונה שהגיעה אלינו עמליה, העובדת הסוציאלית של משרד הביטחון, היא אמרה: "יקשה עליכם להאמין לי כעת, אבל בעקבות האסון הנורא שאירע לכם יקרו לכם גם דברים טובים."

ורדה לא יכלה לשמוע זאת. "איך את יכולה לומר דבר נורא שכזה, שמשוהו טוב יצא ממותו של דניאל שלנו?" אמרה.

"לא אתם בחרתם באסון, חייכה בעצב עמליה. "לו הייתה הבחירה בידכם, הייתם מוותרים ברגע אחד על כל הדברים הטובים הללו שעוד יקרו לכם כדי לקבל את דניאל בחזרה. אבל לצערי, הבחירה לא בידנו. אין לי ספק. דברים טובים עוד יקרו לכם ואפילו רגעי אושר עוד צפויים לכם."

עמליה צדקה. הכרנו אנשים נפלאים וחוינו חוויות חדשות. חברים ומפקדים שלך, דניאל, שנשארו אתנו עד היום, הורים שכולים, אחים לצרה שהפכו לחברים ושנים שעמם הקשר רק התחזק. מצאנו משמעות ואפילו צמחנו, מתוך פרויקטים של הנצחה שהפכו בעלי משמעות; יום דניאל בטכניון, פרס דניאל באיגוד הקרדיולוגי ובטכניון, מאמרים וספרים שנכתבו, ואפילו סרטים (טוב, סרט קצר אחד) שרבים ראו, התרגשו, הזדהו ודרכם למדו להכירך. הקמנו את אתר האינטרנט שלך ויצרנו דף פייסבוק לזכרך שמספרים את סיפורך ומתעדים את כל אלו. צעירים שראו כך דוגמה ביקשו להיות כמוך. וכן, היו גם רגעי נחת וסיפוק, ואפילו רגעי אושר.

והייתי מוותר על כל אלו ונותן הכל בשביל עוד רגע קטן אתך.

אני ארוץ אל תוך האש אם יחזרו משם, אמרה עפרה.

דניאל, אנחנו אוהבים אותך מאד, מתגעגעים בלי סוף, ולא מפסיקים לחשוב עליך בכל רגע.



אבא.