

נדיר  
וכואב:  
ראיון  
ראשון  
מסוגו

לתי

ר' יעקב טייכמן מירושלים מציג תופעה יוצאת דופן בציבור החרדי, כאשר הוא מתייצב בראיון המיוחד שלו בשעה טובה מול הציבור, ומדבר בגילוי לב לא מקובל במקומותינו על הבעיה עימה הוא חי ועימה הוא מתמודד, בעיית הנפש. ר' יעקב, היום איש משרד המשפטים במתכונת סטודנטית, עושה זאת לא בגלל עצמו ולא למען עצמו, אלא כדי לסייע לאוכלוסייה נרחבת שסובלת בכלל, וסובלת יותר בציבור החרדי. בגלל הסטיגמה וכל הכרוך בה, אבל לא רק. הוא מפצח את הבעיה באיזמל מנתחים אנליטי לחדהים, שהוא כשלעצמו מוכיח כי לסטיגמה אין מקום, ואנשים משלמים מחיר שווה על הסתכלות מעוותת. בודאי בימינו, כאשר לבעיות הנפש, כמו לבעיות רפואיות אחרות, יש טיפול תרופתי שברוך כלל מאפשר לאנשים לחזור לחיים ולהיות חלק מהם. ר' יעקב פותח בתיאור מה שעבר עליו, והנה המונולוג שלו, בסיוע שאלות מבהירות: "נולדתי בארצות הברית, בגיל 14 שלחו אותי לארץ, ולמדתי בישיבת בעלז. התחתנת לפני 16 שנים. בחמש השנים הראשונות של הנישואין אני עובר כמה משברים נפשיים. הלכתי לפסיכיאטר, לקחתי תרופות. זה היה נראה שסבלתי ממשו זמני, וכביכול השתקמתי."

הפרעת אישיות גבולית'

"לפני 5-6 שנים בא השינוי. הרגשתי שזה חוזר על עצמו ויכול להיות שיש פה משוה מערכתית ולא רק משברים נפשיים תקופתיים. פניתי לפסיכיאטר, אובחנתי כסובל מדיכאון, אבל הפסיכיאטר טען שהאבחון אינו בטוח, כי רמת הפעילות שלי מדי גבוהה לאבחון של דיכאון, ולכן יתכן שמה שאני סובל ממנו הוא הפרעת אישיות גבולית".

שזה דבר קשה?  
"אחת ההפרעות הכי קשות".

ומה זה הפרעת אישיות?  
"לא מחלת נפש, אלא שיבוש תפקוד באופן קבוע".

טיפול תרופתי עוזר?  
"אובחנתי כסובל מסימפטומים דיכאוניים, ונראה היה כי תרופות לא כל כך עוזרות".

ואיך אתה מתמודד?  
"כמו כל אדם".

הבעיה שתרופות לא תמיד עוזרות"

לא מפרעי?  
"הבעיה שתרופות לא תמיד עוזרות. כי יש אפקט התמכרות. בתקופה הראשונה זה עוזר לי, אבל כעבור זמן זה מפסיק לסייע, כי יש לי נטיה להתמכר, וזה לא מספיק".

טייכמן מסיים תואר שני בקרימינולוגיה בחיפה, עובד במשרד המשפטים ומרכז קבוצת סטנדאפ של תמיכה בהפרעה, וכן, הוא חרדי וחסידי, כפי שחזות פניו מעידה בו.

בתחילה הוא למד במסגרת חרדית: "הייתי סטודנט לעבודה סוציאלית במכללה חרדית, אבל הלימודים הופסקו בעקבות ביטויים נפשיים, כל מיני שאלות שהמרצה העלה בקשר ליכולת שלי לטפל באנשים אחרים".

והיום?

"אני לא מטפל באחרים אלא עוסק במחקר. בכלל השאלות פחות עולות במסגרות אחרות, לא חרדיות. הבעיה שבמסגרת חרדית יש נטיה לבדוק אותך על פי הקריטריון של אם אתה שייך אלינו ואם אתה עונה לציפיות".

מה זה "שייך אלינו"?

"לא אם אני חרדי, אלא אם אני מדבר בשפה שאחרים מדברים".

במשרד המשפטים הוא נמנה על קבוצה שקובעת מדיניות בתחום של אפטרופסות, שרות לקהילה, פיקוח על הממסד הפסיכיאטרי. דהיינו לא הוא זה שקובע אבל מעורב בהלזכים של קבלת החלטות.

נשאת חרדי.

"הילדים שלי לומדים בחיידר, בבעלז. הם ממצים את הכישרונות, ואני גם גר ליד בעלז".

איך הסביבה התמודדה?

"בוא נתחיל בכך שלא עברתי משבר מוגדר אלא תקופתי, שאפשר להגדיר אותו כך שהייתי אולי קצת מוזר או מסוגר ובשלב כלשהו התחלתי לדבר בגילוי לב על מה שאני עובר. הבעיה שזה לא נורא מוכר, או נקרא לזה לא מקובל, בציבור החרדי".

"כבר הייתי בשלב שלא היה לי מה לאבד"

ולמה אם כן דיברת?

"ברגע שהתחלתי לדבר על זה, כבר הייתי בשלב שלא היה לי מה לאבד, כי כבר הייתי שונה. אחד שלא ענה לציפיות".

יש בעיה של סטיגמה סביב הנושא של נפש. אבל היום, כאשר יש תרופות טובות, בלי יותר מדי תופעות לוואי, אדם שסובל מבעיית נפש לא שונה במהות מאדם שסובל מבעיית גוף, או מגבלה כלשהי.

"לא רוצה לדבר על עניין של תרופות, כי זה שייך לרופאים ואני לא רופא ואין לי מה לתרום. מה שאני יכול לדבר עליו הוא על כך שבחברה החרדית החברה היא זו שמעכבת את התנהלות החולה, וזה קשה פי כמה. זה מגיע ממקום מבודד כי חשוב לנו לשמור על השלמות של הקהילה והקבוצה, לכן אנשים שלא נכנסים למסגרת המוגנת נדחים. זו הסיבה שלהיות חולה נפש בחברה החרדית זו סיטואציה כמעט בלתי אפשרית. אופציה אחת: להסתיר את זה. זה אפשרי, אבל לזמן מאד מוגבל, כי אי אפשר להסתיר כל החיים. אופציה שניה היא לותר על כל השירותים שחברה נותנת, ולהיות חולה נפש מוגדר, שמקבל צדקות ועושים לו חסדים. אופציה אחרת להיפלט מהקהילה, מעבר לקווים החרדיים, וזה כמובן מאד כואב. אבל לתפקד כחלק מהקהילה והקבוצה נכון להיום זה בלתי אפשרי עבור חלק מהאנשים שמתמודדים עם קושי נפשי. השאיפה שלי לשנות את זה, לכן אני גם מדבר. על אף שאני מודע שלא יכול לשנות בצורה דרסטית, אבל גם שינוי חלקי חשוב כי הוא יעזור מאד לאנשים".

"הסיכוי של המתמודד בגלוי עם בעיית נפש להתפרנס בכבוד שואך לאפס"

דחו אותך?

"בוא נגיד שכאשר אתה מתמודד בגלוי עם בעיה נפשית, הסיכוי שלי להתפרנס בכבוד במגזר חרדי קלאסי שואך לאפס".

יש אנשים עם בעיות שמתפרנסים.

"במגזר החרדי אני לא מכיר אנשים כאלה. אלה שמתפרנסים עושים להם חסד ונותנים להם לעבוד על אף המגבלה, אבל עם תווית של "עבודת חסד". אלה שעושים את החסד משדרים שמדובר בחסד, בלחם חסד, והתחושה שמה שאני מקבל לא בזכות יש לי תחושה שזה מונע מהאדם להגיע להגשמה עצמית, כי אדם שכל הזמן מקבל ועושים איתו חסד נמצא בתחושה של הישרדות, והיכולת שלו לזום משהו משמעותי מאד מוגבלת. אני לא מדבר מהזווית התורנית, כי גם חינוך אותו שהוא פטור מכל המצוות שבתורה".

אתה יודע שאדם שמתפקד לא פטור משום דבר.

"אני לא מדבר על ההלכה, אלא על התחושה המשודרת מהסביבה, שאתה חולה ומה שתעשה הוא טוב, כל מה שתעשה זה בסדר, וגם אם אתה נופל זה גם בסדר. כי אתה חולה".

אתה דווקא מדבר בצורה מאד אינטליגנטית, מנתח.

"התיפקוד שלי גבוה, אבל זה לא אומר שלא היו לי נפילות ואני מתבייש להגיד שחלק מהמציחה שלי באה דווקא כשהתנתקתי קצת מהסביבה, וזה חיבל במה שהייתי רוצה להיות. כי כמובן הייתי שמה להיות חלק מהקהילה והקבוצה. אבל בנסיבות העניין אני מרגיש שאין לי סיכוי לצמוח במקום כזה וקצת התנתקתי".

איפה אתה מתפלל בשבת?

"לא ממש קבוע. יש מצבים שאני נכנס לבית כנסת כזה או אחר. בימות החול אני די הרבה מתפלל ביחידות ובשבת בבית כנסת שאני עובד שמנקה אותו".

את זה הוא אומר בשוויון נפש.

"במגזר החרדי מנקה בתי כנסת, במגזר הכללי אני במשרד המשפטים"

אתה לא נשמע אדם שמנקה בתי כנסת.

"יש לי סוג של פיצול אישיות. במגזר החרדי אני מנקה בתי כנסת במגזר הכללי אני פעיל בבריאות הנפש".

פער גדול.

"יש הבדל בחוויה, ברמת הבדידות. לכן יש לי הרבה מאד חברים שנפלטו מהציבור החרדי אחרי שאובחנו עם בעיה נפשית כזו או אחרת. אני לא יודע אם נפלטו בגלל שעברו חוויה או להפך... המצב בציבור החרדי שאנשים עם בעיית נפש, או שמתכחשים לבעייתם ולפחות נמנעים מחשיפה, או שנפלטים, כאשר הניתוק יכול להגיע באין ספור וריאציות".

מכמיר לב, וקשה שלא להתפעל מהיכולות של ר' יעקב טייכמן לנתח, לאבחן, לנגוע, ולדבר בפתיחות כזו.

העובדה שאתה מדבר בכזו פתיחות מקורה בכך שאתה מארה"ב?

"מקורה כך שברגע מסוים הבנתי שאין לי מה לאבד".

המשפחה שלך מקבלת אותך.

"תלוי איך אתה מגדיר משפחה. המשפחה הצרה בהחלט שכן. ההורים שלי גרים בארה"ב. הילדים שלי קטנים, לומדים בחיידר".

היו לך שיחות עם רבנים בנושא?

"כן, הרבה מאד".

אתה שומר בכל מקום על כל התלבושת?

"ברמת העיקרון באוניברסיטה אני לא שם חליפה

למען הסדר הטוב והתקינות החברתית. מכניסים אותם לקטגוריה של רעים".

יש עוד בעיה. פעם שאלו את רבי אליהו מיזל, רבה החכם של לודז', למה עשירים תורמים יותר לחולים ונכים, ופחות תורמים לתלמידי חכמים? הוא השיב מיניה וביה, כי הם חוששים שיום אחד יהיו חולים ונכים ולא חוששים שיום אחד יהיו תלמידי חכמים... במקרה זה של סובלים מבעיות נפש, הבעיה הפוכה, אנשים כן חוששים, הם לא משוכנעים שיום אחד זה לא יקרה להם ולכן חולי נפש סובלים מבעיות שונות, מאיימים אליהם, והם מבקשים לא לדעת ולא לראות.

"נכון שבעיות נפש שמות את הבנאדם בתחושה לא סימפטית שמעוררת מחשבות ואי נוחות".

## "סבלתי התנכלויות מהר"מים"

איך דחו אותך?

"זה התחיל בגיל צעיר, כשהרגשתי שאני לא מקבל יחס שוויוני מהר"מים, בלי שיסבירו לי למה. זה לא היה מוצדק מבחינה לימודית, כי הייתי בחור בינוני ומעלה עם כישרונות די טובים, אבל עם תסבוכות לא קלות, לכן סבלתי התנכלויות מהר"מים ברמות שונות. זה המשיך עם זה שהתקשיתי למצוא אפיק פרנסה בתוך הציבור, עבר לכך שבתקופות מסוימות מישהו התלבש עלי על דברים שלא עשיתי. לאנשים שעוברים בעיות נפש, לא רק שהם מתמודדים עם הבעיה, מוטל עליהם להתמודד גם עם הסביבה, ומזומנות להם אינספור חוויות קשות, שקשה לי לדבר עליהם".

בכל זאת הקמת בית.

"זה היה כשעדיין לא הייתה לי בעיה מאובחנת, שלפחות בהקשר של השידוכים היא יותר קלה מבעיה מאובחנת. אם כי בהקשרים אחרים של החיים, בעיה לא מאובחנת יותר קשה. זה סובייקטיבי ואין כלל ברור".

איזה אחוז של אנשים סובל מהבעיה?

"מה שמשנה זה לא כמה סובלים, אלא כמה נחשבים חלק מהקהילה וכמה נפלטים. אז להערכתך, חזו הערכה לגמרי גסה, 20 אחוז לא נחשבים חלק מהקהילה. דהיינו הם נמצאים בתוך המסגרות ולא נהנים מהשירותים החברתיים והקהילתיים הרבים, שהחברה החרדית יודעת לספק".

זה שורש פורה רוש ולענה.

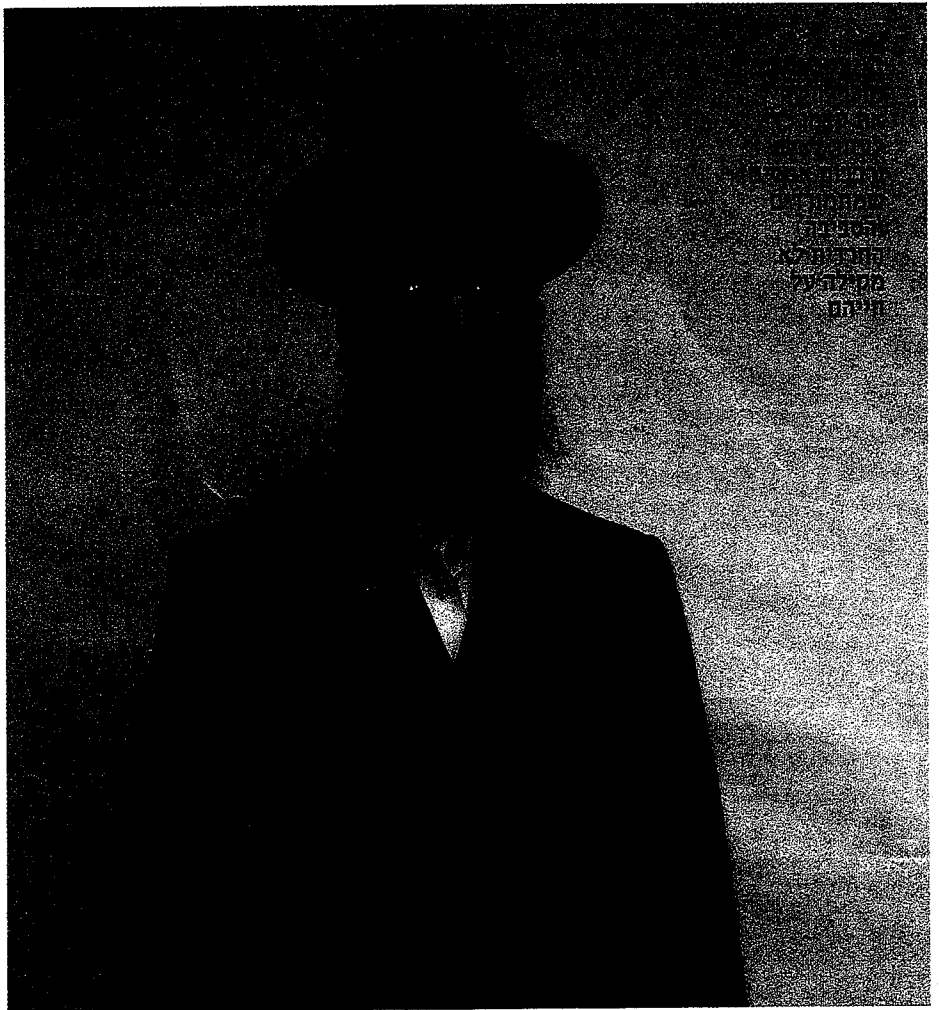
"כן".

אתה בעצם אומר שאם היינו יודעים להתייחס

נכון, הרי חייו של אחד מכל חמישה מאתנו, היו הרבה יותר טובים.

"נכון".

ר' יעקב טייכמן הוא אדם מאד אינטליגנטי, ונראה שלא צריך לספר זאת למי שקרא את הראיון עימו. יש לו יכולת לצלול למעמקים, לרדת לשורשים, להוביל קו, ולהגיע למסקנות. יש לו כישורים משמעותיים, כולל יכולת לדבר בפני אנשים, דבר שהוא עושה בצורה מרשימה. הוא היה יכול לתרום הרבה מאד, אילו לא הסטיגמה ואילולא הקיטלוג. הבעיה שהוא גם לא יחיד. הוא רק נחוש, היום, וכדבריו, "אין לי מה להפסיד", ומוכן לשלם - אישית - כדי לשים על השולחן את בעייתם של אנשים רבים, כאמור כדבריו אחד מכל חמישה, שסובלים לא בגלל שהציבור לא רוצה לעזור, אלא כי הוא סובל מחוסר מודעות. ברור כי זה לא סופו של דיון אלא תחילתו.



הרבה מאד אנשים נופלים. ברור שיש התקדמות, אבל יש אנשים שההתקדמות תגיע אליהם קצת מדי מאוחר".

## אנחנו מכניסים את הכל לקטגוריות, ואת החולים לקטגוריה של הרעים"

יש תפקוד יותר מבעיות פיסיות. תחת קונטרול. כשאנחנו מדברים על בחור עם בעיה נפשית, אז יש מערכות נוקשות שבנויות לפי ערכים ונורמות וכללים, אז כשמגיע מישהו שמתחיל לשאול איפה? למה? איך? נוצר קונפליקט, ובהתנגשות החזיתית האדם שסובל נפגע. נראה לי שחלק מהבעיה, שחלק גדול מהאנשים, בעיקר בעיותונות וכדומה, אוהבים לפשט את החיים, ליצור גבול ברור בין טובים לרעים, בין שפויים ללא שפויים, שזה שוב טובים ורעים. אין מקום לאישיות מורכבת, שיש בה גם טוב וגם רע, עם התמודדות ומישהו לא צפוי שקשה להכניס אותו לקטגוריות ברורות, מאתגר את הסביבה, שנורא קל לה להכניס אותו לקטגוריה של הרעים, או במקרה זה החולים. אז אם הוא מוכן לשחק את תפקיד החולה, ולהיות נוצר ומקבל חסדים, אז הוא בתוך הגבול הברור, ואם הוא רוצה לחיות רגיל, לא כל כך מהר מאפשרים לו. בעצם אומרים לו: אתה לא רגיל, אתה שונה, אתה דחוי. אומרים לו: אם לא תסתובב עם חולים לא תהיה מוגן. אני חווה את זה. זה מתחיל מכך שבשפה התקשורתית נורא חשוב לנו לשים גבול בין טובים לרעים. אבל מה נעשה שהמורכבות בנפש היא כזו שהסובלים הם לא טובים ולא רעים, אבל

וכובע, אבל לא נוגע בזקן והולך עם פיאות".

מרגיש בין העולמות.

"סוג מסוים".

גם בציבור החילוני לחיות עם סטיגמה זה לא פשוט.

"נכון, אבל בקבוצה יותר סגורה זה יותר קשה".

גם חילוני שחי בקבוצה קטנה, למשל ביישוב קטן, סובל יותר.

"נכון, הקטע של קבוצה קטנה יוצר בעיה".

## "ואם לחולה נפש קשה להיות כל שבת כל הסייף?"

כך שזה לא חרדי או לא חרדי אלא קבוצה.

"לא לגמרי בדיוק. כי אצל החרדים יש צורך בהשתייכות קבוצתית כדי לשמור על מערכת של ערכים ודרך חיים עם נורמות שנמדדות במדדים מאד ברורים, כשלחולה, קשה מאד לשמור על זה. פה אנשים נופלים. לצורך הדגמה, ניקח דוגמה מאד קיצונית. אם בשביל להיות חסיד מסוים צריך להיות בטיש כל שבת, הרי אם לחולה אין סבלנות להיות כל שבת וכל הזמן, בתורה של החסידות זה בעיה. לפחות אצל חסידים בחסידויות גדולות יש קריטריונים, יש כללי טקט שצריך לענות עליהם, את מי לכבד ואת מי לא. למי מותר להתחצף ולמי אסור בתכלית האיסור. לאדם שהוא במערכת והוא גם שונה יש בעיות בתחום הזה".

יש הרבה "תקלים".

"כן".

אתה מרגיש שהראש קצת נפתח?

"יש השתפרות, אבל השיפור הוא איטי ולצערי