

Mental Health and psychotherapy: How the Torah world has evolved and the challenges patients and therapists must consider

1. שמואל א פרק טז

(יד) וְרוּחַ יְקֹנָק סָרָה מֵעַם שְׂאוֹל וּבָעִתָּתוֹ רוּחַ רָעָה מֵאֵת יְקֹנָק: (טו) וַיֹּאמְרוּ עֲבָדֵי שְׂאוֹל אֵלֶּיּוֹ הֲנֵה נָא רוּחַ אֱלֹהִים רָעָה מִבְּעַתָּה: (טז) יֹאמֶר נָא אֲדֹנָי עֲבָדֶיךָ לִפְנֶיךָ יִבְקֹשׁוּ אִישׁ יָדַע מִנֶּגֶן בְּכֹנֵר וְהִיָּה בְּהִיּוֹת עָלֶיךָ רוּחַ אֱלֹהִים רָעָה וְנִגַּן בְּיָדוֹ וְטוֹב לָךְ: (יז) וַיֹּאמֶר שְׂאוֹל אֶל עֲבָדָיו רְאוּ נָא לִי אִישׁ מִיִּטִּיב לִנְגֹן וְהִבִּיאֹתָם אֵלַי: (יח) וַיַּעַן אֶחָד מִהַנְּעָרִים וַיֹּאמֶר הֲנֵה רָאִיתִי בֶן לְיִשִּׁי בֵּית הַלְחָמִי יָדַע נֶגֶן וּגְבוּר חֵיל וְאִישׁ מִלְחָמָה וְנָבֹן דָּבָר וְאִישׁ תֹּאֵר וַיִּקְנֶק עִמּוֹ: (יט) וַיִּשְׁלַח שְׂאוֹל מַלְאָכִים אֶל יִשִּׁי וַיֹּאמֶר שְׁלַחָה אֵלַי אֶת דָּוִד בְּנֶךָ אֲשֶׁר בְּצֹאן: ... (כג) וְהִיָּה בְּהִיּוֹת רוּחַ אֱלֹהִים אֶל שְׂאוֹל וְלִקְחַ דָּוִד אֶת הַכֹּנֵר וְנִגַּן בְּיָדוֹ וְרוּחַ לְשְׂאוֹל וְטוֹב לוֹ וְסָרָה מֵעָלָיו רוּחַ הָרָעָה:

Ruach Ra'ah: Tremendous Halachik sensitivity for mental well being

2. גמרא תענית כ"ב:

תָּנוּ רַבָּנַן עִיר שֶׁהִקְיֹפוּהָ נְכָרִים אִלּוּ נָהָר וְאֶחָד סְפִינָה הַמִּיטְרֶפֶת בַּיָּם וְאֶחָד יָחִיד שֶׁנֶּרְדָּף מִפְּנֵי נְכָרִים אִלּוּ מִפְּנֵי לִסְטִין וּמִפְּנֵי רוּחַ רָעָה [מִתְרַעֵין בְּשַׁבָּת] עַל כּוֹלֵן יָחִיד רִשְׁאֵי לִסְגָּף אֶת עַצְמוֹ בְּתַעֲנִית.

The Sages taught: In the case of a city that is surrounded by gentile troops or a river that has swelled beyond its banks, and this also applies to both a ship tossed about at sea and an individual who is being pursued by gentiles, or by thieves, or by an evil spirit, which may lead him to harm himself, they sound the alarm even on Shabbat

3. מיוחס לרש"י תענית כ"ב:

מִפְּנֵי רוּחַ רָעָה – שֶׁנִּכְנַס בּוֹ רוּחַ שִׂידָה וְרָץ וְהוֹלֵךְ, וְשִׁמָּא יִטְבַּע בְּנֵהָר אִלּוּ יִפּוֹל וַיָּמוּת.

The Gemara (Ta'anit 22b) relates that if someone is "pursued by a ruach ra'ah," understood by Rashi as mental turmoil or melancholy, they are allowed to fast even on Shabbat (ordinarily a forbidden act) to counter it

Status of a Shoteh

4. חגיגה ג' ב"ב-ד' א:א'

תָּנוּ רַבָּנַן אִיזְהוּ שׁוֹטֵה הַיּוֹצֵא יָחִידִי בְּלֵילָה וְהוֹלֵךְ בְּבֵית הַקְּבֵרוֹת וְהַמְקַרֵּעַ אֶת כִּסּוּתוֹ.

§ The Sages taught: Who is considered an imbecile? One who goes out alone at night, and one who sleeps in a cemetery, and one who rends his garment. It was stated that Rav Huna said: One does not have the halakhic status of an imbecile until there are all of these signs present in him at the same time. Rabbi Yohanan said: He is considered an imbecile even due to the appearance of one of these signs. The

5. תלמוד בבלי מסכת ראש השנה דף כח עמוד א

... עֵתִים חָלִים עֵתִים שׁוֹטֵה – כִּשְׁהוּא חָלִים - הִרִי הוּא כִּפְקַח לְכָל דְּבָרָיו; כִּשְׁהוּא שׁוֹטֵה - הִרִי הוּא כִּשְׁוֹטֵה לְכָל דְּבָרָיו! ...

§ With regard to someone who is at times sane and at times insane, at the times when he is sane, he is considered halakhically competent for all purposes and is obligated in all the mitzvot. And when he is insane, he is considered insane for all purposes, and is therefore exempt from the mitzvot.

Various levels of a Shoteh- in and out of sanity vs. complete insanity

6. משנה תורה, הלכות מכירה כ"ט:ד'

(ד) השוטה אין מקחו מקח ואין ממכרו ממכר ואין מתנותיו קנימות. ובית דין מעמידים אפטרופוס לשוטים כדרך שמעמידין לקטנים:

Neither a sale nor a purchase involving a mentally incapable or emotionally unstable individual is binding, nor are the presents he gives effective. Instead, the court must appoint a guardian for such a person, just as it appoints guardians for minors.

7. רמב"ם עדות ט"ט:

(ט) השוטה פסול לעדות מן התורה, לפי שאינו בן מצוות. ולא שוטה שהוא מהלך ערום ומשבר כלים וזורק אבנים בלבד, אלא כל מי שנטרפה דעתו ונמצאת דעתו משובשת תמיד אפילו בדבר מן הדברים, אף על פי שהוא מדבר ושואל כענין בשאר דברים, הרי זה פסול...

Part 2: Considerations in earlier Poskim to seeing therapists- Why the bad rap about psychologists and therapy?

May one see a non Jewish psychologist?

8. שו"ת אגרות משה יורה דעה חלק ב סימן נז

בענין להתרפא חולי מחשבות מרופאים סארקאיעטיסטן (psychiatrist) שהם מינים וכופרים בדבר חולי רוח ומחשבות שצריכים לילך לרופאים פסיכאלאגיסטן סארקאיעטיסטן אם רשאים לילך לאלו שהם מינים וכופרים, לע"ד אין לילך אל רופאים כאלו להתרפאות, כי מכיון שאין הרפואות מסמים המרפאים אלא מרוב הדבורים שלהם עם החולה נודעים מאיזה מחשבות הוא סובל, ומיעצים לו איך להתנהג שודאי יש לחוש שמיעצים לפעמים נגד דיני התורה ואף נגד עיקרי הדת ונגד עניני פרישות וצניעות.

Difference between going to non Jewish doctors and psychologist

ול"ד למה שנוהגין להתרפאות ממינים וכופרים שאר מחלות, שכיון שמרפאין במיני סמים אין לו שייכות עם המינים שלהם, והאיסור להתרפאות מן המינים הוא דוקא ברפאות ולחשים שמזכירין שם ע"ז, עיין בתוס' ע"ז דף כ"ז ובש"ע יו"ד ר"ס קנ"ה, אבל הפסיכאלאגן והסארקאיעטיסטן שכל רפואתן הוא בדבוריהם יש ודאי לחוש שידברו דברי מינות ונבול פה. ואם הם רופאים מומחים ויבטיחו להוורים שלא ידברו דברים שהם נגד דעות האמונה ומצות התורה יש אולי לסמוך שכיון שהם מומחים לא ישקרו. ולכן יש לחפש אחר רופא סארקאיעטיסט שומר תורה ובאם ליכא יתנו עמו ויבטיח שלא ידבר עם החולה בעניני אמונה ותורה. ידידו, משה פיינשטיין.

halachaheadlines.com

Rav Moshe reasons that since psychological therapy relies "entirely on the many words they speak with the patient to know what thoughts he suffers from, and they advise him how to behave," one must *fear that they may at times give advice against the laws of Torah and even against the fundamentals of faith or norms of modesty*. By contrast, he notes, a secular doctor treating purely physical ailments with medications poses less spiritual risk, as "*their heresy has no connection*" to the treatment. Rav Moshe therefore rules that **one should seek a therapist who is a Torah observant Jew**, or at least **obtain assurances** from a non-religious therapist "*that they will not speak anything contrary to matters of faith or mitzvot of the Torah.*" If such conditions are met (and the therapist is a qualified expert who can be trusted to keep their word), then it is permitted to undergo therapy.

Harsher language expressed about working with therapists at all

9. תשובות והנהגות כרך א סימן תסה

שאלה: האם נכון הוא ללכת לפסיכולוגיים וסייקרטיסט להתרפאות? דרשתי כמה וכמה פעמים ברבים נגד ההולכים להם, שדרכם להיפך מהתורה, ורואים כרפואה לעצבים לתת לכל אחד תאות לבבו למלאותו, ולא להגבילו כראוי, רק להציע לו ר"ל תאוות העולם הזה, ותאוה מביאה עוד תאוה, ואין לדבר סוף, ולא מתרפא רק מוסיף ומחמיר מצבו, ואפילו הטובים שבהם אין בידם להתעסק באלו אשר מפני עונותיהם הגיעו למרה שחורה, או עצבות וכדומה, שצריכים עזר מחכמי התורה שהם רופאי נפשות דוקא.

ובמדינה כאן רובם הולכים להתייעץ באלו ומולכים אותם שולל, ודרכם להיפך ממש מדעת התורה, שע"פ התורה יש להסביר לאדם שהצרות ונסיונות הם לטובתו וכפרתו, ומפיתים באדם רוח בטחון שהסוף בזה ובבא יהיה טוב וצריכים להתחזק שהקב"ה יעזור, ובזה יתחזק ויגיע לידי שמחה שזהו עיקר רפואתו, וישכח לגמרי מהעבר והעיקר להבא לעבוד ה' ולשמוח בקיום מצוותיו. והם דורשים ר"ל לא להפריע לאדם רק לתת כל תאותו ורצונו ומדמים שמיישבים דעתו לרגע קט שנותנים לו הכל בהיתר, ובזה גוזלים ממנו גם ממון הרבה ומדמים לו כאילו בזה יתרפא. והתורה גופא רפואה לגוף ונפש.

10. אגרות ומכתבים רבי שלמה וולבה אגרת תמד אות ב
הגעתי למסקנא שצריך לדחוק את רגלי הפסיכולוגיה מהגבול שלנו עד כמה שאפשר.

Extreme opinion: Can we rely on evidence based medicine which relies on data from Jews vs. non Jews

11. שו"ת חתם סופר יורה דעה סימן קעה (1762-1839)
והנה הב"ח כ' הביאו הש"כ סי' קפ"ז סק"ח דאם עשה רופא זה רפואה זו לאשה אחת קודם שתתחזק ונתרפא יכולה אשה אחרת לסמוך עלי' אף אחר שנתחזק ג"פ וכו' ע"ש הנה לא הוה בעי למימר אם עשה רפואה זו לעכו"ם בתר"ג"פ משום דאין ראי' מגופי' שלהם לגופי' שלנו כדאמרי' בשבת פ"ו ע"ב ובע"ז ל"א ע"ב ונדרי' ל"ד ע"ב אינהו דאכלו שקצים ורמשי' חביל גופי' ע"כ הוצרך לומר שעשה רפואה זו לישראל' קודם שתתחזק אלא שצ"ג מנ"ל למסמך על רפואתו של זה כיון דלא אתחזקה ג"פ מקרה בעלמא הי' ...

Poskim demonstrate sensitivity to Mental Illness

12. הרב אשר וייס, שו"ת מנחת אשר קלא, קכח

תלמיד חכם מופלג וירא שמים מרבים שסובל ממקרה קשה של אובססיביות (O.C.D.) ולרוב אינו מסוגל להגות ברכה כהלכתה, או לקרוא את השמע כהלכתה, ולפעמים נאבק הוא זמן רב ללא הועיל כדי להוציא שם השם כראוי, ויש לו עגמת נפש עצומה.

לדעת הרופאים המומחים בתחום זה דרך הטיפול היא שלעולם לא יחזור פעמיים על דיבור או תפילה ואם לא הצליח בפעם ראשונה להגות את הברכה או התפלה כראוי אין לעשות כלל נסיון נוסף. בדרך זו מקווים רופאיו לחלצו ממצור ולהקל על מצוקתו.

נראה בזה להלכה דראשית חובתו של איש זה לעשות את כל הנדרש על מנת למצוא מזור ומרפא למחלתו ולשם כך מותר לו אף לעבור על מצוות התורה. וזאת מחדא ותרי טעמי.

ויסוד זה למדתי מדברי החת"ס (שו"ת אר"ח סימן פ"ג ד"ה נחזור לענינו) שכתב בילד שדינו כשוטה האם מותר להכניסו למוסד שבו יטפלו בו ויש סיכוי להחלימו ולהוציאו מתורת שוטה, ויתחייב במצוות. אלא שבמוסד זה יאכילו אותו מאכלות אסורות, האם מותר להכניסו למוסד זה.

וביסוד הסברא הרי זה דומה למה שאמרו חז"ל (יומא פ"ה ע"ב) חלל עליו שבת אחת כדי שישמור שבתות הרבה ואם לא נחיר לו לבטל מצוות אלה במעט לעולם לא יתרפא ונמצא מבטל מצוות אלה תדיר מתוך שברון לב ואנחת נפש, וכל כה"ג פשוט דזו הדרך ישכון בה אור.

ומקור לדברים מצינו במדרש (תהלים מ"ה) "רחש לבי דבר טוב. להודיעך שלא יוכלו להתוודות בפיהם, אלא כיון שרחש לבם בתשובה, הקדוש ברוך הוא מקבלם, וכן הוא אומר ואתה שלמה בני דע את אלהי אביך ועבדהו בלב שלם ובנפש חפצה".

HaRav Asher Weiss, Responsa Minchat Asher 134 (Certain excerpts)

A student who is devout and G-d fearing suffers from Obsessive-Compulsive Disorder (OCD) and for the most part is unable to say a bracha or shema according to halacha, and sometimes spends a lot of time trying to say G-d's name properly to no avail, and experiences a lot of anguish. According to the doctors who are experts in this [condition] the treatment is to never go back in prayer, and if he does not feel he said the prayer properly, he should not make another try. In this way, the doctors hope to save him from his distress.

It is the halacha that the first obligation a person has is to do whatever is required to find healing from this illness and for this it is even permitted for him to bypass and not do mitzvot in the Torah...

And this I learned from the Chatam Sofer who wrote of a child deemed to be insane and answered whether it was permitted to send him to an institution where they will take care of him and there is a chance of healing him and taking him out of the category of "insane" and making him obligated in mitzvot. However, this institution has non-kosher food...

And this is similar to that which Chazal say in BT Yoma 85b, that "one may violate one Shabbat so that he [later] can keep many Shabbatot." So if we do not allow him to skip mitzvot even a little, he will never heal and will continue skipping mitzvot. It is preferable because of his distress that this is the way to go.

HaRav Asher Weiss, Responsa Minchat Asher 128 (Certain excerpts)

And the source for these things we find in the Midrash of Tehillim 45, "My heart whispers good things" is to say that if one cannot confess with his mouth, his heart can whisper in teshuva, and G-d will accept his confessions; and David says to Shlomo, my son know G-d your father, and serve him with a full heart and free soul."

13. שו"ת ציצ' אליעזר, יב"ח:ח (1915-2006)

(ח) ומדי עסקי בנושא זה של ברכת הגומל ראיתי לרב חשוב אחד מרבני ארץ ישראל שכתב לפסוק בנוגע לחולי נפש שנתרפא בזהו לשונו: "ומסתברא לי שגם מי שחלה בחולי נפש אף שאין המחלה יכולה לגרום לסכנת חיים מ"מ הנרפא חייב לברך, וגם זה בגדר חולה ונתרפא ... בדין שהנרפא חייב לברך ברכת הגומל, ברם יתכן לפטור אותו מטעם שאין רפואתו ברורה שעלולה לחזור אליו מחלתו הקודמת ונמצא דעדיין לא נתרפא, אבל כל שברור לנו שהמחלה לא תחזור מן הדין שיברך." עד כאן לשונו.

Responsa of the Titz Eliezer (R' Eliezer Waldenberg) 12:18:8

And also in dealing with the topic of saying Berkat HaGomel – I saw an important Rabbi from Israel who wrote to pasken in respect to the mentally ill and these are his words: "It seems to me that also mentally ill, even though it doesn't [obviously] lead to life-threatening situations they are nonetheless required to bless because it is also in the category of the sick person who is healed... and the law is that anyone who is healed need to bless birkat hagomel, yet perhaps we should exempt him from blessing Gomel because his healing isn't clear considering that he might have a relapse and it shows he wasn't actually healed! But anyone who clearly healed should bless."

Part 3: Practical Challenges in the realm of the therapeutic process

a. Lashon Harah for Shidduchim/Business Deals

14. חפץ חיים לשון הרע כלל ד

יא. ודע עוד עיקר גדול בענינים אלו, אם אחד רוצה להכניס את חברו בעניניו כגון לשכרו למלאכתו או להשתתף עמו או לעשות שידוך עמו וכל כהאי גוונא, אפילו לא שמע עליו עד עתה שום רעה, אפילו הכי מותר לדרוש ולחקור אצל אנשים על מהותו וענינו, אף דיכול להיות שיספרו לו גנותו אפילו הכי מותר, כיון דכונתו לטובת עצמו לבד כדי שלא יצטרך אחר כך לבוא לידי היזק ולידי (מד) מצה ומריבה וחילול השם ח"ו. אך נראה לי שצריך שידוע למי ששואל מאתו עליו שרוצה לעשות שידוך עמו או כל עניני השתתפות וכנ"ל. ובזה לא יהיה עליו שום חשש איסור לא מפני שאלתו שהוא אין מתכוין לגנותו רק לטובת עצמו, כאשר ביארנו (אך יזהר שלא יאמין את תשובתו בהחלטה מפני קבלת לשון הרע רק דרך חשש בעלמא לשמור את עצמו).

וגם אין לו שום איסור מפני תשובת חברו דנימא דעבר בזה על לפני עור לא תתן מכשול, כי אף אם יספר עליו חברו את עוצם גנותו אין הוא עושה בזה איסור גם - כן כיון שגם הוא אינו מתכוין בתשובתו לספר גנותו של חברו רק הוא אומר האמת בכדי להיטיב עם זה השואל מאתו עצה בענין זה כאשר ביארנו במקום אחר דזה מותר מן הדין. אך מאוד יזהר שלא לגזם את הדבר יותר מכפי שהוא יודע את בירור הדבר, ועוד איזה פרטים הנצרכים

לזה, ועיין לקמן בכלל ט' בהלכות רכילות מענין זה*. אבל אם לא ידיע לחבירו את סיבת דרישתו, ויעשה עצמו כמתנכר, כדי שידע לו בטוב מהותו של אותו האיש, נראה פשוט דעובר בזה על לפני עור, שעל ידו יעשה חבירו איסור אם יספר עליו דברים של דופי אפילו אם אמת הוא...

The heter of speaking about another "L'To'eles":

- a. Don't have to believe everything that you hear as fact.
- b. Can't exaggerate and one has to stick to the facts.

If you are telling someone something to release one's anxiety then it is l'toeles.

15. חפץ חיים לשון הרע - הערות כלל י

* ואפשר דהוא הדין אם כונתו בסיפורו להפג את דאגתו מלבו הוי כמכין לתועלת על להבא [ולפי זה מה שאמרו ז"ל דאגה בלב איש יסיחנה לאחרים קאי גם על ענין כזה].

Listener can even side with a discord to alleviate stress and minimize a machloket- the therapist can listen and validate if the intent is to diffuse the situation

16. חפץ חיים לשון הרע - הערות כלל ה

* הגה"ה. ואם מכין בזה להשקיט המריבה, כגון, שהוא רואה לראובן שיש לו שנאה על שמעון על איזה דבר שעשה לו, או שדיבר נגדו (ז) מותר לו לומר לראובן "שלא נתכין בכל זה להתריז נגדו, רק סיבת שטותו גרמה לזה," כדי להקל בזה השנאה שבלבו, ומצוה נמי איכא.

17. חפץ חיים לשון הרע - באר מים חיים כלל ה

(ז) מותר לו לומר. וראיה לזה ממה שאמרו חז"ל מותר לספר לשון הרע על בעלי המחלוקת אם על ידי זה תושקט המריבה כמו שמבאר לקמן בכלל ח' ע"ש.

Kibbud Av Va'eim

18. Rav Eliezer Melamed Peninei Halakhah, Family Chapter 1:18

כיבוד הורים / טיפול פסיכולוגי שפוגע בכיבוד הורים

שאלה: ישנם פסיכולוגים שנוטים לתלות את כל הבעיות של המטופל בהוריו, שלחצו עליו, כעסו עליו ואולי אף היכו אותו. וכיוון שההורים אשמים בכל הצרות והבעיות שהוא מעולל לעצמו ולחבריו, יכול המטופל להשתחרר מהמועקות שלו. לפעמים הפסיכולוג מייעץ להטיח בהורים את האשמות הללו כדי לפרוק את המטען המעיק על ליבו של המטופל. האם טיפול פסיכולוגי כזה מותר?

תשובה: אם הטיפול יגרום להרעת יחסי הכבוד והמורא שבין הבן להוריו, הרי שטיפול זה אסור, שכן הוא פוגע במצוות 'כיבוד הורים'. וגם אם היינו בטוחים שטיפול זה מועיל מבחינה פסיכולוגית, אסור להשתתף בו. וכשם שאסור לאדם לגנוב כדי להקל על סבלו, כך אסור לו לעבור על מצוות 'כיבוד הורים' כדי להקל על סבלו. יתר על כן, אנחנו מאמינים שכל המצוות ניתנו לטוב לנו, וכן נאמר (שמות כ, יב): "כִּבֹּד אֶת אָבִיךָ וְאֶת אִמְךָ לְמַעַן יֵאָרְכּוּ יָמֶיךָ עַל הָאֲדָמָה אֲשֶׁר ה' אֱלֹהֶיךָ נָתַן לָךְ". ולכן גם אם טיפול זה יועיל לזמן מסוים, בסופו של דבר צערו יגבר, החלל שנפער בליבו ילך ויגדל. הוא יהפוך את עצמו ליתום במובן הנורא ביותר – 'יתמות נפשית'. ליתום יש לכל הפחות דמות שהוא יכול להתרפק עליה בזיכרונו, ואילו לזה לא תהיה אפילו דמות להתרפק עליה. כל אדם זקוק לשורשים. בעל כורחו הוא קשור להוריו. גם אם ירצה – לא יצליח לשכוח את הוריו ולהתנתק מהם. גם אם יעטוף את עצמו בכעס כלפיהם, בתוך ליבו הוא ידע שגרים להם צער נורא, שהוריד את שיבתם ביגון, ואף הוא ימות לבסוף בודד ועצוב.

Depends on the type of psychological treatment/approach

אמנם טיפול שמלמד להתייחס להורים כראוי, בכבוד ומורא, ועם זאת להכיר

בחולשות שלהם מתוך יחס של הערכה וחמלה, מותר ורצוי. שכן אין מצווה שהילדים יחשבו

שכל מה שהוריהם עושים וחושבים הוא מושלם וקדוש. להיפך, הילדים צריכים ללמוד לבחון את המציאות ביושר כדי לבחור בטוב. אם לא כן לא יוכלו לקיים את ההלכה שקובעת, שאם ההורים מבקשים מבנם לעשות עבירה, אסור לו לשמוע בקולם (שו"ע יו"ד רמ, טו; להלן כ).

Trying to better understand one's parents and judging favorably

כיוצא בזה כתב ב'שערי-תשובה' (א, מ), שצריך אדם להתוודות גם על עוון אבותיו, שנאמר (ויקרא כו, מ): "וְהִתְוַדּוּ אֶת עֲוֹנָם וְאֶת עֲוֹן אֲבֹתָם". שכן הילדים נוטים להמשיך במנהגי הוריהם, כגון שאם אביהם בזבזן או כעסן, הם עלולים להיות כמותו. ורק על ידי שיתוודו ויחליטו בליבם שלא לנהוג כאביהם, יוכלו לפתוח דף חדש. ואם לא יתוודו, הרי שהם אשמים בכך שהם ממשיכים באותם מעשים לא טובים שעשו הוריהם. לפיכך, גם מי שסבור שהוריו טעו בחינוכו, כי כעסו עליו והיכוהו, או ויתרו לו והרגילוהו להיות עצלן – צריך לדון אותם לכף זכות. להבין את המצוקות שהעיקו עליהם, ולהחליט בליבו שלא לחזור על טעויותיהם, ולהתבונן בהערכה, איך למרות הקשיים הצליחו לעשות דברים יפים וטובים בחייהם. לנסות לראות איך הכל היה לטובה (ברכות ס, ב), ואפילו הדברים שהיו נראים בעיניו כרעים, בדיעבד פיתחו אותו, עשו אותו רגיש, מחושל, מעמיק, וסללו את דרכו לטובה. ועוד ירבה להתבונן בצדדים הטובים שבהוריו, שעל ידי כך יוכל להעריכם ולכבדם כראוי. באופן זה יוכל להתחבר לטוב שקיבל מהוריו ולהמשיך לפתח את עצמו באופן השלם (עי' בהערה 8 על היחס כלפי הורים מכים).

19. Abusive Parents Chapter 1:19

כיבוד הורים / הורים מתעללים

אמנם צריכים להבחין בין הורים שמפריזים בכעס וחינוכם קפדני יתר על המידה, אבל כוונתם הבסיסית היא חיובית, שאותם חייבים לכבד ולדון לכף זכות, לבין הורה שמתאכזר באופן סדיסטי כלפי ילדיו. התנהגות סדיסטית מסוכנת גופנית ונפשית, ולכן מוכרחים לעצור אותה. ואת הילד שסובל מהתעללות סדיסטית צריכים לחזק ולעודד, לומר לו שהמכות שספג אינן באשמתו. קל וחומר כאשר מדובר בגילוי עריות. וכמובן שצריך להציל ילדים אלו מהסכנות הנשקפות להם. (צריך להיזהר להבחין בין התנהגות מגונה ומכוערת לבין גילוי עריות, ויש ששוגים בזה ויוצרים בעיות קשות).

(1) Honoring parents / Abusive parents- trying to gain some perspective

אמנם גם במציאות נוראה ומסובכת שכזו, צריך לנסות למצוא דרך לדון את ההורה הרשע לכף זכות, להסביר לילד שאף כי מעשיו של ההורה אסורים בתכלית, ובשום אופן אסור לחזור עליהם, מכל מקום כפי הנראה ההורה הרשע חולה במחלה קשה, גופנית או נפשית, ולכן חטא. ככל שהילד יבין יותר שההורה שהתעלל בו הוא חולה, כך יוכל יותר להפריד בין המעשים הנוראים שעשה, לאותם רגעי חסד שבהם התנהג כהורה רגיל. על אותם הרגעים יוכל להתרפק כל ימיו, הם יוכלו להיות היסוד החיובי שמכוחו יוכל לבנות את יחסיו הטובים עם הילדים שיהיו לו בעתיד.

(2) There is the need, indeed, to distinguish between parents who are prone to lose their understanding and give in to anger, raising their children in an uncompromising rigid fashion, and yet whose basic intent is positive and between those who are cruel and behave in a sadistic form towards their children. To the first group, honoring and judging giving the benefit of doubt is due. However, sadistic behavior endangers body and soul, and therefore it is imperative to stop it. And we need to support and strengthen the child that suffers sadistic abuse, and make clear that this suffering has nothing to do with the child being guilty of anything. All the more so when we are speaking of sexual abuse. It is clear that we need to rescue such children from such expected dangers. (And it is important to be aware that there is also need to differentiate between disgusting and ugly behavior and sexual abuse, and there are those who err on this and create difficult problems.)

(3) Indeed, even in such a terrifying and complicated reality, one needs to find a way to give the evil parent the benefit of doubt, and explain to the child that the behaviors that the parent

engages in are forbidden from the outset, and one should never ever repeat them, and yet that the parent seems to suffer from a condition or illness, whether physical or spiritual, and so the parent sinned. The more the child can understand that the parent that abused them is sick, the more the child will be able to make sense of the moments of kindness that the parent engaged as if the parent was a regular parent. The child will be able to remember fondly those moments, and they might form the basis of the child's strength for forming good and healthy bonds with their own future children.

20. כיבוד הורים / הורים רשעים

שאלה: האם מצוות כיבוד ומורא הורים חלה על אב רשע ובעל עברות, או שמא הואיל והאב השחית כל כך את מידותיו, נפטר הבן מהחיוב לכבדו?

(2) Question: Does the mitzvah of honoring parents apply to parents who are evil, who transgress constantly, or maybe there is the case of parents who destroyed their virtues so much that the children are exempt from honoring them?

תשובה: נחלקו בזה הפוסקים (שו"ע י"ד רמ, יח). לדעת בעל השולחן-ערוך, רבי יוסף קארו, אפילו היה אביו רשע ובעל עבירות חייב לכבדו ולירא ממנו. ולא עוד, אלא אפילו אם הבן ממזר. כלומר שאביו הוליד אותו באיסור של גילוי עריות, ופגם בכך את הבן וגרם לו שכל ימיו לא יוכל להתחתן עם ישראלית, אפילו במקרה כזה חובה על הבן לכבד את אביו הרשע, היינו לכבדו ולסייע לו בעת שידקק לעזרה.

לעומת זאת, לדעת רבי משה איסרליש (הרמ"א), בעל ההגהות על השולחן-ערוך, אין מצווה על הבן לכבד את אביו הרשע, כי כל מה שציוותה התורה לכבד הורים, הוא דווקא בהורים רגילים שאינם רשעים, אבל את הרשעים לא ציוותה התורה לכבד. ויש להדגיש שאב רשע הוא דווקא אב שדבוק ברע ומרבה לחטוא, פוגע ביודעין באנשים אחרים או עושה עבירות להכעיס. אבל אדם רגיל, שלעיתים נכשל בעבירה, ברור שבנו מצווה לכבדו ולירא מפניו.

Other Practical challenges to consider

21. Going to therapist of the opposite gender

Hakirah 33 © 2023 322 : Hakirah: The Flatbush Journal of Jewish Law and Thought

Halachic Decisions Are Determined by How the Question Is Presented: Cross-Gender Therapy
By: SEYMOUR HOFFMAN*

A few years ago, the chareidi director of a mental health clinic under ultra Orthodox auspices in Bnei Brak believed that there was a lack of consensus on whether cross-gender therapy was permissible. He believed that poskim had not formally addressed the halachic appropriateness of it, and therefore directed the following question to Rabbi Yitzchak Zilberstein:

The Question Posed by Dr. Michael Bunzel to Rav Yitzchak Zilberstein

Question: As part of the treatment given in a mental health clinic, some cases require a deeper and longer relationship with the patient than in standard cases. For example, anxiety or light depression can be treated without going into deep marital and emotional issues. But the treatment of personality problems and crises of life occasionally requires a deep relationship between therapist and patient. In our clinic, we are in need of guidelines whether to prefer treatment by a therapist of the same sex or whether to direct patients solely on the basis of professional classification. As the director of the clinic, am I obligated to enforce segregation

between the two sexes despite the severe objection of the staff members who are not “disciples of the Yeshivah world?”

Rav Yitzchak Zilberstein's Response After a lengthy halachic analysis, Rabbi Zilberstein concluded that the administrator of the mental health service is obligated to ensure the separation between the male doctor and female patient and the female doctor and the male patient. If this is not possible, one should consult the rabbi of the hospital regarding each case.

Dr. Bunzel summarizes: The result of my inquiry is a psak written by R. Yitzchak Zilberstein, shlit"a, who answers questions internationally on issues of medical and psychological import. Signed onto his psak are the Gedolei HaDor of our generation, in addition to leaders from different sectors.

Current signatures include: HaRav HaGaon Chaim Kanievsky, shlit"a, HaRav HaGaon Shmuel HaLevi Vozner, shlit"a, HaRav HaGaon Aharon Leib Shteinman, shlit"a, HaRav HaGaon Nissim Karelitz, shlit"a, HaRav Hagaon Shimon Ba'adani, shlit"a, HaRav HaGaon Shmuel Auerbach, shlit"a, HaRav HaGaon Shmuel Kamenetsky, shlit"a, HaRav HaGaon Gershon Edelstein, shlit"a, HaRav HaGaon Yehuda Silman, shlit"a, HaRav HaGaon Mordechai Gross, shlit"a. More signatures are still arriving from Israel and abroad. I also encourage others to sign on other rabbanim whose opinion is respected in your local community.

Attached you will see the psak which everyone can read for themselves, which effectively says that psychological treatment should be rendered by therapists of the same gender. Exceptions need to be clarified on a case-by-case basis with a competent rav and expert mental health practitioner who can justify exceptional cases.

As far as I know, this is the first time (perhaps since the gett of Klives 250 years ago) that so many gedolim have joined together in a basic position of psychology and psychiatry. We should all be positively overwhelmed with the message implicit in the great number of signatories. Mental health care has become accepted and even encouraged in the religious community; indeed, it is a fact of life. The purpose of the psak is to delineate the parameters under which therapy will be consistent with the spirit and letter of halachah. This psak is a guide to which setting should be used in the case of Torah observant individuals.

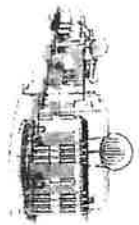
A Similar Question Posed by the Author (Seymour Hoffman) to Rav Naphtali Bar-Ilan
Rabbi Naphtali Bar-Ilan, communal rabbi in Rehovot, Israel, was presented with the following question by this author:

Question: I work as a psychotherapist in a chareidi mental health facility where men and women are provided with psychological treatment. Is it permissible for therapists to treat patients of the opposite sex? After a lengthy halachic analysis, Rabbi Bar Ilan concluded: The central question is whether we should entirely forbid men to treat women (as a preventative “fence” to the Torah laws, סייג לתורה), or should the matter be left to the discretion and the yiras Shamayim of each individual therapist. Similarly, one could deliberate whether a specific

therapeutic method should be entirely precluded. I maintain that the matter should be left to the discretion of the psychologists, and each one will decide according to the methods of treatment that he has to offer, and according to his own yiras Shamayim, whom he will treat and in which manner. This also reflects the view of our Sages (Kiddushin 82a) who do not entirely forbid professional occupations that involve close contact with women.

Trying to be a kinder community in the realm of supporting mental health

22. See the Intro of Rav Rimon to the sefer Nafshi B'sheilati, by Rabbi Yonatan Rosensweig and Dr. Shmuel Harris



יוסף צבי ריסון

רב אזורי - אשדוד
ראש הישיבה ורב המרכז המקומי לרב
נשיא סולמות ולאוסק

רחוק קמנאט אברותם 10
אלו שבות מהלך 9043100
משרד: 02-9933664
נייד: 052-5456060
פקס: 052-9933644
מח: 02-9933644

בס"ד, י"ז באדר ב' ה'תשס"ד

מכתב ברכה לספר "נפשי בשאלה"

במבוא ובראשונים ישנם דיונים רבים בנושין השוטה והגדרתו. למשל בדברי הרמב"ם (הלכות עדות פ"ט ה"ט): "השוטה פסול לעדות מן הותרה לפי שאינו בן ממוח, ולא שטה שהוא מהלך ערום ומשבר כלים וזרק אבנים בלבד, אלא כל מי שנטרפה דעתו ונמצאת דעתו משובשת המיד,..." הנרשא כאן, איננו באופן המתחשב בשוטה, אלא המגדיר אותו כבן מצוות. ישנם מקומות רבים כאלו, אולם, ישנם מקרים שבהם חוששים "שמוא חסירה דער" (כ"ב קמז: נעיר). כלומר, שישנן תהיות הלכתיות הדורגות גם למצבו הנפשי של החולה (גם בכך יש לדון לעתים, האם הבעיה היא עצם העובדה שמצבו הנפשי התערער, או שמא דבר זה גורם גם למחלה פיזית. כך למשל ב"מי שאחז בולגוס" – יומא מג-כג).

במהלך הדורות, ובעיקר בדורותינו, ניתן לראות התחשבות רבה יותר במצבים נפשיים ובדרכי ההתמודדות איתם.

אולם, בשדרות השנים האחרונות, ויתירה מכך בשנים האחרונות חלה התקדמות של ממש בעולם הנפשי. עולם ההלכה יכול לתת תהיות במקרים נפשיים, אולם, יכול גם לחזק מאוד את הלוקים במחלות נפש. ככל שהיה מודע יותר לעולם הנפשי וגם ליסודות ההלכתיים, כך יוכל לסייע יותר למצוי הנפש.

למשל, במקרים רבים רואים, שעבודה משולבת נכונה עם פסיכולוגים או פסיכיאטרים בוחש לאנשים שיש להם OCD, יכולה לסייע להם בטיפול בצורה משמעותית. במקרים אלו, עולם ההלכה יכול לא רק לתת תהיות הלכתיות אלא אף לסייע ולעזור בטיפול עצמו.

דוגמה נוספת, מחלת האמפיה, לאחר שבץ מוחי או פגיעות מוחיות נוספות עשוי להתפתח קושי בריבוי והבנה של השפה. באמפיה לא נמנעת יכולתו של האדם להבנה, אלא נמנעת רק היכולת לדבר ולהביע את המחשבות באמצעות מילים. כיוון ששנו קושי עצום בהבעת הדברים (או בקריאה), עשויה החברה לרונג בצורות לא ראויות או להתעלם ממצבו. נחתי באמפיה, בנרשא זה לפני כמעט כשנפחות בקשה של "כח ארת" העוסק באמפיה, שבוע אחר כך נישא אלי אדם שאמר לי שזיהה בבית הנסעת אדם שכות, נישא אלי, עוד לו עקבות סידור, וראה כמה שהדברים העיילו. כל שהעולם הרב יהיה מודע יותר למחלות נפשיות מעין אלו, כך נוכל לסייע גם הלכתית וגם מצאותית.

החברה תימנע בכל שתשים לב גם לאלו שיש להם קשיים פיזיים או נפשיים, ותדע להגיב באופן תכין.

BS"D, 17 Adar II 5784

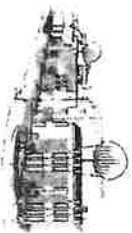
Letter of Endorsement for the Book *Nafshi Beshe'elati*

There are many discussions in the Gemara and Rishonim regarding the category of "*shoteh*" and its definition. For example, the Rambam writes (*Hilkhos Edut* 9:9): "The testimony of the *shoteh* is invalid by Torah law, because he is not obligated in the commandments. Not only a *shoteh* who walks around naked, breaks vessels, and throws rocks, but anyone with mental impairment such that his judgment is constantly impaired...." The topic here is not how to relate to the *shoteh*, but rather regards his definition as someone obligated in commandments. There are many sources that say so, and then there are others that are "concerned lest he become mentally impaired" (Bava Batra 147b, and others). Meaning, there are halakhic guidelines that take a sick person's mental state into account (here too we can discuss whether the problem is the fact that his mental state will be impacted, or whether the concern is that this will lead to a physical illness; for example, in the case of the person "seized by a *bulmos*" in Yoma 83a–83b).

Over the course of history, and especially in our generation, we can see greater and greater sensitivity to people's mental state and to the proper ways to deal with them.

In the last decades, and in particular in recent years, there has been significant progress in the world of mental health. The halakhic world can give instructions in cases of mental health problems, but even more, can give strength to those suffering from these problems. The more a rabbi is aware of the world of mental health and the halakhic principles, the more he will be able to help those who suffer.

For example, I have seen many cases in which proper work of rabbis in cooperation with psychologists and psychiatrists treating people suffering from OCD helped their treatment significantly. In these kinds of cases, halakha is capable not only of providing instruction but of aiding the treatment itself.



יוסף צבי רימון

רב אזורי - גוש עציון
ראש הישיבה ורב המרכז האקדמי לרב
נשיא סולמנט ולאספס

רחוק קבוצת אברות 10
אלו שוכות 9043100
מסרד: 02-9933644
נייד: 052-5456060
פקס: 053-2-9933644
email: 13@rimon.com

עבודתו של הרב יונתן רוטנברג עם ר"ר שמואל הריס היא עבודה מקיפה וחשובה ביותר. הם לקחו את כל הנושאים המרכזיים בתחום זה, עמלו עליהם גם בלימוד המציאות, גם בלימוד המקורות וגם ביישום הדברים למעשה. בספר יש גם חומר רב לכל מי שרוצה לעסוק בנושא. באופן זה, מהווה הספר מקור חשוב שיוביל בע"ה לעיסוק נוסף בנושאים חשובים אלו.

זכות גדולה למחברים היקרים שזכו בספרם לזוהק אנשים החולים במחלת נפש.
בע"ה שנזכה כולנו לבריאות טובה, נפשית וגופנית, ושנהיה רגישים לסובבים אותנו, לזוהקם ולאמצים, גם לחולים בגופם וגם לחולים בגמשים.

ברכת ה' עליכם,

יוסף צבי רימון



Another example is aphasia. After a stroke or another traumatic brain injury, difficulties with speech and understanding can develop. In aphasia, a person is able to understand, but their ability to speak and express their thoughts in words is impaired. Because of this difficulty of expression, the community may act in inappropriate ways, or ignore the situation. I gave a talk about this a year ago (upon the invitation of Koach Eitan, an organization dedicated to raising awareness about aphasia). A week later, someone approached me and told me that he saw someone in synagogue suffering from aphasia, approached him, and helped him follow along in the siddur, and he saw how much it helped. The more the rabbinic world is aware of mental health challenges such as these, the more we will be able to help halakhically and practically.

A community is measured by how much attention it pays to those who suffer physical and mental difficulties, and by whether it knows how to respond properly to them.

The work of Rabbi Yonatan Rosensweig together with Dr. Shmuel Harris is extremely comprehensive and important. They took all of the major topics in this field, and invested both in thoroughly understanding the realities and the relevant sources, and in the way to practically apply them. This book also contains ample material for anyone interested in studying this topic. In this way, the book is also a resource that will, God willing, encourage further study of these important issues.

The authors possess great merit, as their work provides strength to people struggling with mental illness.

With God's help, may we all merit good physical and mental health, and may we be sensitive to those around us, to strengthen and encourage them, both those struggling with physical illness and those struggling with mental illness.

May God's blessing rest on you,

Yosef Zvi Rimon