

A Kavanah for a Widowhood Journey

Karen Gluckstern-Reiss

יהי רצון מלפניך שכינה יקרה שבמרומי מדומים-
שמרי על נשואי בזכרון שלווה ובטח
והחזירני השנה לחיים, ולרפואה קרובה לבוא,
רפואת הנפש ורפואת הגוף.
הוציאני מימי נשואי אל תוך ימי אלמנותי בחמלה וברחמים.

ה אלוהי הרופא לשבורי לב ומחבשת לעצבותם
שלמי נחומים לאבלים בתוך ביתם ובקרוב לבם.

ברוכה יה ביום, ברוכה יה בלילה

ברוכה יה בקומי מאבלותי

ברוכה יה בשוכבי בייסורים וביגון.

צוררי בצרורי החיים את נשמת אהוב לבי העזר לנגדי

אל תסתירי פניך ממני! אלוהי אל תאחרי!

חזקי ואמצי לבי ונשמתי!

פרשי עלי סוכת שלומך - למען אשכון שם במסעי זה של יגון וייסורים, זכרונות
והבזקות, חלומות ובלהות, כעס וכאב, צער ושנאה, התחדשות אושר ושלוש, התגלות
עז וחיים.

יהי רצון שימי נשואי ישכנו בתוכי כזכרונות אהבה, חום, אושר, ורעות.

יהי רצון שימי אלמנותי ינציחו זכרונות אלו ויסללו דרכים חדשות - בדרכי תורתך -
באהבה, חמלה, ענווה ושלוש - אמן.

Compiled in loving memory of my beloved husband, Cantor Joshua Gluckstern-Reiss, z"l, on the occasion of completing the recitation of kaddish. Josh died tragically on March 7, 1999, six months after being diagnosed with leukemia, and one month after a bone marrow transplant. His was a life of love, laughter, music, and fun. May his memory be an inspired blessing to us all. This kavanah is one attempt at understanding his death, and my journey of healing, within the Jewish context of our shared life, and with relationship to God.

Dearest Shekhina who resides on the highest of heights,
 I beseech of you:
 Preserve my marriage as a peaceful memory,
 Restore me this year to life, to ongoing healing,
 healing of the soul and the body.
 Bring me out from the days of my marriage,
 into the days of my widowhood with grace and compassion.

Adonai, my God who heals the broken hearted, and restores their bodies:
 Bring consolations to the bereaved within their homes and their hearts.

God, blessed in day and in night,
 blessed as I rise up from my formal mourning,
 blessed as I lie down in my private torment and yearning:
 Gather into eternal life the soul of my beloved, my soulmate, _____.

Do not hide your presence from me! My God, do not tarry!
 Strengthen my heart and give courage to my soul.
 Spread over me the shelter of your peace, that I might reside there through
 this journey of pain and grief, memories and flashbacks, dreams and
 nightmares, anger and pain, heartache and hatred, renewed joy and peace,
 rediscovered strength and livelihood.
 May the days of my marriage remain for me memories of love, warmth, joy
 and friendship.
 May the days of my widowhood continue to preserve these memories and
 create new paths—in the path of your living Torah—with love, tolerance,
 peace and humility. Amen.

Rabbi Karen Gluckstern-Reiss is the Hebrew High School principal of Machon Beth Sholom at Temple Beth Sholom in Roslyn Heights, New York, and has served as the Educational Director at Camp Ramah in the Poconos.