

"נקודה טובה מאס ישראלי" מסע בשבילי הרוח של עם ישראל

(גיליון מספר 23 שנת תש"ף גיליון "ויקרא" - ג' ניסן תש"ף, 28 למרץ 2020)

לע"נ אמו"ר ר' יוסף-חיים ב"ר יעקב רוט ז"ל

ב"ה

"נקודה טובה" לפרשת "ויקרא" - בָּדָד !?

הזמר זוהר ארגוב בשירו הידוע בָּדָד (מילים: עמשי לוין, לחן: עוזי מלמד), עוסק בסיפורה של הבדידות כתוצאה מפרידה.

בָּדָד, בְּמִשְׁעוֹל אֶל הָאֵין

בָּדָד, בְּנִתִּיב לְלֹא כְּלוּם

בָּדָד, עִם הַזְּמַן הַבּוֹרֵחַ

וְהַזְּמַן לֹא שׁוֹכֵחַ, לְהַצִּיב אֶת הַגְּבוּל

בָּדָד, בְּלִי כֹף יָד מְלֻטָּפֶת

בָּדָד, לְלֹא שְׂכָם יָדִיד...

בָּדָד בְּלִי עֵתִיד בְּלִי תִקְוָה בְּלִי חֵלוּם...

השבוע אנו מתחילים לקרוא את החומש השלישי - חומש ויקרא. בשבת שעברה חתמנו את חומש שמות בנושא בנית המשכן וכעת אנו עוברים לעסוק בדיני הקורבנות וסדרי העבודה במשכן. בהמשך החומש בפרשת שמיני, נחזור לעסוק בנושא הקמת המשכן ובחנוכתו.

השבת באופן חריג, אני רוצה לעסוק בנושא ה-בָּדָד שנכפה עלינו מסיבות בריאות. נושא שהוא בבחינת "פרשת השבוע" העכשווית שלנו כבר מזה זמן.

בתורה אנו פוגשים מקרים שונים בהם נדרש האדם לפרוש מן הציבור אל מחוץ למחנה. בבחינת: "בָּדָד יָשֵׁב מִחוּץ לַמַּחֲנֶה מוֹשְׁבֹו" (ויקרא יג, מו).

האם לשבת בָּדָד זה טוב!?

הגישה החסידית, רואה בישיבה בדד - ב"התבודדות", רגע של פסק זמן, של עצירה משטף וממירוץ החיים ושל ניתוק רגעי מכל האחריות והמטלות והזדמנות לחשבון נפש, לביקורת עצמית ול"חישוב מסלול מחדש". דבר שיכול להיות ממש כלי לשינוי התודעה. והיא אף מזמינה את האדם, להתבודד באופן שוטף.

הגדיל לעשות רבי נחמן מברסלב שנהג להתבודד מידי יום ביער, בטבע, הרחק מישוב בני האדם. התבודדות לצורך התבוננות, מחשבה וחשבון נפש. וגם שיחה בין האדם לבוראו, בדיבור ובתפילה בנוסח חופשי. וכך הוא אמר לחסידיו.

ההתבודדות הוא מעלה עליונה וגדולה מן הכל. דְּהִינּוּ לְקַבֵּעַ לוֹ עַל כָּל פְּנִים שְׁעָה או יותר, לְהִתְבַּדֵּד לְבָדוּ בְּאִיזָה חֶדֶר או בְּשָׂדֶה וּלְפָרֵשׁ שִׁיחָתוֹ בֵּינוֹ לְבֵין קוֹנוֹ... וְאֵת כָּל אֲשֶׁר עִם לְבָבוֹ יִשִּׁיחַ וְיִסְפָּר לְפָנָיו יִתְבַּרַךְ. הן חרטה ותשובה על העבר והן בקשת תחנונים לזכות להתקרב

"נקודה טובה מאס ישראלי" מסע בשבילי הרוח של עם ישראל

אליו יתברך מהיום ולהלאה באמת... ויזהר מאד להרגיל עצמו להתמיד בזה מדי יום ביום שעה מיחדת כנ"ל. והנהגה זו היא גדולה במעלה מאד מאד (ליקוטי מוהר"ן ח"ב תורה כה).

וההתבודדות צריך מקום וזמן מיוחד, שלא יבלבלו אותו המונעים" (ליקוטי מוהר"ן תורה נב).

ללמדך, שבכוחם של ההתבודדות והניתוק (הזמני!) מן המציאות המוחשית, לחבר את האדם לרבדים רוחניים עמוקים הנמצאים בתוכו. רבדים שלפעמים אינם באים לידי ביטוי, בגלל ה"רעש" שסביבו וההמולה בה הוא שקוע.

וכך מצינו את משה רבנו ואת דוד המלך כשהם רועי צאן המתבודדים במדבר ואת התנא רבי שמעון בר יוחאי כשהוא מתבודד במערה בפקיעין. כך גם נהג מחולל תנועת החסידות רבי ישראל בעל שם טוב, שהתבודד ביערות אוקראינה וכן עוד רבים וטובים לאורך כל הדורות. מה עוד שההתבודדות היא אחד הכלים והדרכים המביאים לידי נבואה.

כאן המקום להעיר, כי ניתוק קבוע מהחיים, תוך התבודדות וחיים ב"מנזר", אינם דרכה של היהדות. ההיפך הוא הנכון. היהדות באה לידי ביטוי על ידי חיים נורמליים של עם החי בארצו. ויעידו על כך מגוון המצוות העוטפות ומקיפות את האדם והעם בכל שטח החיים, כולל החקלאות, המסחר, הכלכלה, הבריאות, המשפט ועוד.

ומה אומרת על כך הפסיכולוגיה המודרנית? מתברר שגם היא רואה יתרון בהתבודדות. מחקרים מתקדמים בתחום הפסיכולוגיה, מראים כי מידה מסוימת של התבודדות ושל מרחק מן החברה, מעודדים יצירתיות, דמיון, מקוריות ועצמאות. "ומי שרוצה לחדד את הקול הייחודי שלו, את ראיית העולם שנובעת מתוכו ופחות מהחברה, חייב לבלות יותר זמן עם עצמו, מתוך בחירה. בסופו של יום, זה התהליך החשוב ביותר בגיבוש של האינדיבידואל (בת'אני בורום, עוזרת מחקר של פרופ' דניאל גילברט - חוקר פסיכולוגיה ידוע מהרווארד).

זאת ועוד. עולם חברתי אינטנסיבי, שוחק אותנו ופוגע ביכולתנו להפגין אמפתיה וחמלה כלפי החלשים והסובלים, שאינם במעגל החברתי הקרוב אלינו.

וכך כיום, בעידן בו האדם זמין 24/7 כשהוא מוצף בשטף אדיר של גירויים - של מידע, צלילים ותמונות, הגיע הזמן לדעת להעריך את השקט, את הניתוק, את הריכוז ואת ההתבודדות.

הבה נצל את הבידוד שנכפה עלינו מכורח הנסיבות ונהפוך אותו גם להתבודדות מרצון. לעצירה משטף וממירוץ החיים, לחשבון נפש, לביקורת עצמית ול"חישוב מסלול מחדש". ואולי אפילו, לשינוי התודעה.

וברוח השיר בו פתחנו. הבה נהפוך את הדרך להתבודדות ואת האין, לחישוב מסלול מחדש אל העתיד, אל התקווה ואל החלום...

מרכת שבת life, אשה רו

לכניסה או להסרה מרשימת התפוצה, ניתן לפנות למייל: rothmoshe@gmail.com

ארכיון "נקודה טובה": http://www.pirsuma.com/nekuda_tova

נא לשמור על קדושת הגליון ולהכניסו לגניזה לאחר השימוש.

יש לך הערה או הארה? אשמח לקבל למייל הנ"ל. **אהבת? הפץ בין חבריך.**