



Published on www.bilvavi.net

[Home](#) > דע את נשמתך 001 הכרת המוסג התבודדות

דע את נשמתך 001 הכרת המוסג התבודדות

א. הקדמה

מצוי בקרב הציבור שכאשר לומדים דרך חדשה בחיים הגישה הכללית היא לחפש מיד מה התכלית המעשית. ברם כבר נאמר - 'סוף מעשה במחשבה תחילה', הרי שלפני שננסה להבין מה לעשות, צריך ראשית כל להבין את שורשי הדברים, על מה הם בנויים, על מה הם מיוסדים, עד לנקודה המעשית. כמ"ש - "בחכמה יבנה בית" (משלי כד ג), הרי שבשביל לבנות את הבית צריך חכמה, צריך הבנה, צריך דעת, ורק לאחר מכן האדם בונה את הבית.

בכדי שנוכל לקבל יותר מסתם קובץ של הוראות מעשיות, הרי שעלינו להבין מה נקרא 'התבודדות'. לשם כך צריך ראשית להבין את כל העניין של ההתבודדות, מהיכן שורשה, מהיכן מקורה, ולאחר מכן צריך להבין מהי התכלית, ולבסוף להבין מהם הדרכים המעשיים בהתבודדות.

אשר על כן נבאר ראשית את המושג התבודדות בשורשו, והשי"ת יזכנו להגיע עד השלב המעשי.

ב. שורש ההתבודדות.

ראשית צריך לדעת שהמושג התבודדות, היא אינה תופעה ששייכת לדור האחרון, והיא גם לא שייכת לתקופה שלפני עשרות ומאות שנים, זה לא חידוש של אחד מחכמי הדורות לא מהאחרונים וגם לא מהראשונים, אלא זו היא דרכו של עם ישראל מראשיתו.

רבנו אברהם בן הרמב"ם בספרו 'המספיק לעובדי ה'" בפרק האחרון שעוסק בעניין ההתבודדות מבאר שזו הייתה דרכם של אבותינו - אברהם, יצחק ויעקב, וכן דרכו של משה רבנו ודוד המלך. טוב לעיין בדבריו של רבי אברהם בן הרמב"ם הנחשב לאחד מרבותינו הראשונים, ולראות ולהבין שההתבודדות אינה נקודה חדשה ביהדות, אלא זו הנקודה שעליה נבנתה כנסת ישראל מראשיתה.

בהבנה כללית אנו משייכים את ההתבודדות כחידוש של אחד מרבותינו שבדורות האחרונים, אנו משייכים זאת לחוג או קבוצה מסוימת ביהדות, הרי שאנו מצמצמים את האמת שבדבר. וכיוון שלמדנו שזו הייתה כבר דרכם של אבותינו הקדושים, ולאחר מכן דרכם של הנביאים, הרי שאנו דורכים בדרכם של קדמונינו הקדושים - "צאי לך בעקבי הצאן ורעי את גדויתך על משכנות הרועים" (שיר השירים א ח), אנו מחפשים לחזור לנקודה הראשונה של האבות הקדושים, של משה רבנו, דוד המלך ושאר הנביאים.

ודאי שישנם גוונים רבים בנקודת ההתבודדות אשר חלקם שייכים לדור האחרון וחלקם קצת קודם לכן. אך עצם המושג התבודדות, זו אינה נקודה מחודשת, אלא היא אותה נקודה שנבנית עליה כנסת ישראל מהאבות הקדושים ואילך.

נמצא מבורר כבר מראשית הדברים, שלא באנו לחדש דבר שלא היה קיים ביהדות, ולא באנו להתעסק בהנהגה ששייכת לקבוצה מסוימת ביהדות או שנתחדשה בשלב מסוים ביהדות. אלא באנו להתעסק בנקודה שהייתה קיימת מראשית קיומה של כנסת ישראל. ואנו רק חוזרים לנקודת הראשית ללא שום חידוש. זהו הבסיס הראשון.

המושג התבודדות הוא מושג שיש בו הרבה מאוד רבדים. משל למה הדבר דומה, יש לנו את התורה הקדושה, שהיא "ארוכה מארץ מדה ורחבה מני ים" (איוב יא ט), אך יש בה רבדים לפנים מן רבדים, אי אפשר להגדיר את התורה רק כרובד אחד ח"ו, כי התורה היא שם כולל לכל הקומה של כל הרבדים הקיימים. הנמשל, השם התבודדות הוא בעצם שם כולל להרבה רבדים: יש את הרובד הראשון שהוא התבודדות חיצונית שתבאר לקמן, וכאשר נכנסים יותר פנימה מגלים עומק לפנים מן עומק עם כל רובד יותר פנימי, עד לרובד הפנימי ביותר שהוא התכלית האמיתית של התבודדות כפי שיתבאר לקמן בעז"ה.

נסביר בקצרה מהם שני הקצוות, מהי התבודדות החיצונית ביותר ומהי התבודדות הפנימית ביותר.

התבודדות החיצונית ביותר היא שהאדם מפריש את עצמו מהרעש ומהשאון של העולם הזה, הוא מבודד את עצמו מהמציאות הרועשת והגועשת של החומר. כלומר, בעצם כך שהאדם פרש לו למקום מבודד שאין בו את שאון העולם באופן רועש זהו הרובד החיצוני של התבודדות.

התבודדות הפנימית ביותר הינה כשלב האדם מיוחד ומבודד בשלמות עם מציאות השי"ת.

אלו הן שתי הקצוות של התבודדות, הקצה החיצוני היא התבודדות מעשית שהאדם פורש מעולם החומר, הוא לוקח את גופו למקום שאין בו את שאון העולם בתוקפו. והתבודדות הפנימית העמוקה ביותר הינה שהאדם מבודד בפנימיות מהכל והוא קשור וחי בליבו עם מציאות השי"ת בתוכו. ובין שתי הקצוות הללו מונחות כל רובדי התבודדות.

ד. התבודדות, רק צד אחד של המטבע.

לאחר שביארנו את המושג התבודדות, נבאר בס"ד לשם מה צריך את התבודדות, מה נחסר לאדם בלעדיה, ובמה היא משלימה את האדם.

לשם מה צריך את התבודדות? האדם בא לעולם לתכלית אחת והיא להיות דבוק בבורא-עולם. והאדם נמצא בעולם שיש בו פרטים רבים ועצומים. והנה כל חלקי הבריאה, מחד הם יכולים להיות כלים לאדם לסייע לו לגלוי מציאות השי"ת בליבו, ומאידך הם יכולים להיות מפריעים לכך. ולשם כך נתנה לנו התורה הקדושה שהיא מורה לאדם כיצד להשתמש בכל הבריאה ככלים לגלות את מציאות ה', ומאידך היא בנויה באופן של הוראה לאדם כיצד לפרוש ממציאות הכלים ולגלות את מציאות ה'.

משמעות הדברים, שהתבודדות היא צד אחד של המטבע בעבודת ה' בלבד.

אחת מן הטעויות שקיימות בעולם שתופסים את התבודדות כמציאות מוחלטת. ברם עם ישראל אינו בנוי על מציאות מוחלטת של התבודדות, מחד נאמר על עם ישראל - "הן עם לבדד ישכן ובגוים לא יתחשב" (במדבר כג ט), אבל מאידך עם ישראל יצאו מבין האומות שהרי נוספו בהם גרים מכל האומות. הרי שעם ישראל, מחד הוא מבודד, ומאידך הוא מאוחד עם הכל.

הדברים אמורים הן כלפי עם ישראל בכללותו, ואמורים גם כלפי כל יחיד ויחיד בעם ישראל שיש לו שני צידי מטבע בעבודת ה' שלו, צד אחד של המטבע היא העבודה של אהבת ישראל, והיינו להיות מעורב עם כולם עם כל גדרי הדין, והצד השני של המטבע היא העבודה להיות מבודד.

מי שבכל זמנו הוא מעורב עם כנסת ישראל ואהבת ישראל, על אף שזוהי מעלה גדולה מאוד, אך חסרה לו הכרת ה' בליבו, כיוון שהוא חי רק עם הנבראים ואין לו בדידות עם בורא עולם. לעומת זאת מי שחי רק בבדידות, אזי יש לו הכרת ה' בליבו כיוון שהוא מבודד את מציאותו עם מציאות השי"ת, אך חסרה לו התכלית של הנבראים של - "ויטו שכם אחד לעובדך", לאחד את כולם ביחד לעבודת ה'.

הרי שצורת הבריאה היא שיהיה לאדם שני רבדים בנפש: רובד שהוא מבודד לגמרי עם מציאות ה' בלב, ורובד שהוא מאוחד לגמרי עם כלל ישראל, באהבת ישראל תקפה מאוד.

ההנהגה הכללית בעם ישראל כפי שהייתה במשך הדורות היא: שישנה נטייה או לכאן או לכאן, ישנה נטייה של אנשים למצוא

את עצמם חיים באהבת ישראל חזקה עד כדי שהם ח"ו מסוגלים לשכוח מהבדידות הנפשית עם בורא עולם, וישנה נטייה להיפך שישנם אנשים שהם מבודדים את נפשם עם מציאות הבורא ית', אך הם אינם מעורבים עם כנסת ישראל, לא באופן מעשי ולא באופן נפשי.

אולם הדרך האמיתית כפי שהזכרנו הינה שביל האמצע, והיינו שילוב של שני האופנים גם יחד, כלומר שהאדם מחלק את זמן יומו ו/או את זמן חייו לשני העניינים: מחד לבדוד את עצמו עם מציאותו של השי"ת, ומאידך לחיות עם כלל ישראל.

את ההנהגה הזו אנו פוגשים אצל הנביאים הקדושים, שמחד הם בודדו את נפשם, אולם מאידך הם קיבלו נבואה לצורך כנסת ישראל, והם היו אלו שדאגו לנתב את עם ישראל לדרך הישר.

הדברים הללו הם מעין הקדמה לכל עניין ההתבודדות. שכאשר באים לדבר על התבודדות, הרי שאנו עוסקים רק בצד אחד של המטבע, ולא כחיי התבודדות מוחלטים. כלומר, חיי התבודדות הם צד אחד בלבד של החיים, כאשר במקביל לעבודת ההתבודדות ישנה עבודה של חיבור גמור לעם ישראל ולכנסת ישראל.

אמת הדבר שבהמשך הספר נעסוק יותר בפרוטרוט בחלק העבודה השייך להתבודדות. אלא שבכדי למנוע הטעיה אנו מקדימים ומבארים שההתבודדות עליה אנו דנים, אינה התבודדות מוחלטת, אלא צד אחד בלבד.

ה. בדידות והשקטה, כלי לגילוי הנשמה.

כפי שהוזכר לעיל, הרי שהנבראים יכולים להוות לאדם כלים להשגת הבורא, והם יכולים להוות לאדם מפריעים לעבודת הבורא.

דוגמא פשוטה לכך: אדם שנמצא מעורב בין הבריות ועושה הרבה חסד, הרי שבודאי - "עולם חסד יבנה" (תהילים פט ג), וא"כ פעולתו אמורה לקרב אותו לבורא עולם (כאשר החסד נעשה מנקודה אמיתית), אבל מאידך, חסר לו את השקט בתוך החיים. יש לו באמת פעולה אמיתית ונכונה שהיא הטבה לזולת וגמילות חסדים. אולם מכיוון שהאדם בנוי מנשמה וגוף, והגוף הוא באמת עולם של פעולה, אך הנשמה במקום הפנימי שלה היא עולם של השקטה. ולכן אם האדם חי רק בעולם של פעולה בלי עולם של השקטה, הוא יטה יותר לפעילות גופנית שאף שיכול להיות שהיא פעילות חיובית (בין אם זה במצוות החיוביות ובין אם זה במצוות הקיומיות), אך חסרה לו הנקודה הפנימית של ההשקטה בתוך הנפש.

מאידך אם האדם חי רק עם תפיסה של השקטה, הרי שחסר לו הגוף, חסר לו הקיום, חסר לו החיבור החיצוני, ולא זה רצון הבורא, כי אם זה היה רצונו, הוא היה משאיר את כל הנשמות בגן עדן (ששם יש חיבור תמידי), ולא מוריד אותם כאן לעולם.

ולכן, בעולם בו אנו נמצאים, אנו צריכים לחיות גם בקיום מעשי ע"י לימוד ועשייה, ומאידך אנו צריכים לחיות בבדידות ובהשקטה.

הבדידות וההשקטה היא כלי לכך שהאדם יגלה את התפיסה הפנימית הנשמית שבקרב. כי כאשר האדם מצוי בתוך הרעש של העולם הזה, הנשמה שבקרב נעלמת. ובכדי שהנשמה תתגלה, האדם פועל להשקיט את גופו, ובכך הוא מגיע לגילוי של הנשמה שבקרב.

הפעולה החיצונית של הבדידות, אין תכליתה רק פעולה חיצונית שהאדם יעתיק את גופו מן היישוב וילך למקום שקט כמו ליער או למדבר וכדומה, אלא תכליתה הראשונית היא לגלות רובד פנימי יותר בתוך האדם, שהרובד הפנימי הזה הוא נקודת הראשית לגילוי נשמתו, ותכליתה העיקרית של ההתבודדות כולה היא גילוי של הבורא עולם בקרב.

א"כ תחילתה של הבדידות היא גופנית, לאחר מכן מתחיל תהליך של גילוי הנשמה, ובסופו של דבר מגיעים לתכלית שהיא גילוי של הבורא עולם.

כאשר אנו באים לבטא את מהלך ההתבודדות, הרי שמהלכה הוא לבדוד חיצונית את הגוף, ומשם ללכת בהדרגה ולגלות מעט מעט את הנשמה האלקית שבתוך האדם, עד שהאדם מגיע לנקודה הפנימית שבתוך נשמתו שהיא הקשורה וחבוקה בבורא ית' כביכול.

א"כ עניינה של ההתבודדות, תחילתה גילוי הנשמה, אחריתה גילוי האלוקים.

ו. התבודדות חיצונית מגלה רוחניות, התבודדות פנימית מגלה את היחידה.

נתבונן, בתחילת ההתבודדות אנו מגלים את הנשמה ע"י השקטה של הגוף בלבד. כיוון שהאדם מורכב מנשמה וגוף, והגוף מעלים (מלשון העלמה) את הנשמה, שכאשר הגוף רועש וגועש, הוא נמצא בתוך מציאות העולם, 'מצא מין את מינו וניעור', כיוון שהעולם על דרך כלל שקוע בתפיסה גופנית, לכן כאשר האדם נמצא בתוך תפיסת העולם הכוח שמתעורר בו הוא כוח הגוף. ולכן הנשמה יותר נעלמת. אולם כאשר האדם רוצה לגלות את נשמתו, הרי שעליו לפרוש מהמציאות הגופנית, מהרעש הגופני שקיים בעולם, ובכך הוא נותן מקום לנשמה להתגלות.

א"כ מצד התפיסה החיצונית הזו, זו לא תפיסה של התבודדות כהתבודדות, אלא זו תפיסה של השקטת הגוף בלבד, שכאשר הגוף שקט יש מקום לנשמה להתגלות. וא"כ זו אינה דרך פנימית לגלות את הנשמה.

משל למה הדבר דומה, שני דברים נמצאים במקום אחד, ואין המקום יכול להכיל את שניהם, אזי אנו מפנים לכל אחד ואחד מהם מקום. כך בעניין ההתבודדות, יש לנו את הנשמה ואת הגוף, וכאשר האדם נמצא ברעש העולם אין הנשמה יכולה להתגלות, וכאשר האדם מבודד את עצמו אזי הוא נותן מקום לנשמה להתגלות ע"י יציאה למקום שהגוף לא שולט בו. אך זה לא כלי עצמי לגלות את הנשמה.

נמחיש את הדברים ע"י משל נוסף - בעומק האדמה יש יהלומים, וכדי למצואם צריך לחפור ולחפש. ודאי שהחפירה בקרקע היא לא כלי מיוחד לגילוי יהלומים, שהרי חופרים בקרקע להרבה צרכים שונים: להשתית יסודות לבנין, לבנות מנהרות וכו' וגם לצורך גילוי יהלומים. אך עצם החפירה היא אינה פעולה ששייכת דווקא לגילוי יהלומים, אלא שמכיוון שהיהלומים נעלמים באדמה מוכרחים לחפור כדי למצוא אותם. א"כ פעולת החפירה היא לצורך גילוי יהלומים, אך לא מחמת שעצם פעולת החפירה היא מהות שקשורה לגילוי יהלומים.

לעומת זאת כאשר רוצים לראות דברים דקים כחיידקים וכדומה, דברים שעין האדם לא יכולה לראות, אזי לוקחים מיקרוסקופ ורואים. הרי שכל עניינו של המיקרוסקופ לתת גילוי לדברים זעירים שלא נראים לעין האדם. כלומר פעולת הצפייה במיקרוסקופ שונה מהותית מפעולת החפירה לצורך מציאת יהלומים, שהצפייה דרך מיקרוסקופ זו פעולה שכל מהותה לצפות בבריות זעירות שלא נראות בפשיטות לעין האדם.

כאשר נקביל את המשל הזה להתבודדות, נבחין במה שכתבנו שיש בהתבודדות חלק חיצוני וחלק פנימי. החלק החיצוני שבהתבודדות הוא בעצם דומה למשל של חפירת קרקע לצורך גילוי יהלומים. שהרי יש לאדם נשמה וגוף, ומציאות הגוף מעלימה את מציאות הנשמה, אזי אנו משקטים אותו ע"י שיוצאים למקום שאין בו את שאון העולם הזה, ועי"ז אנו נותנים מקום לנשמה להתגלות. ההשקטה אינה כלי בעצם לגלות את הנשמה. אלא כדמיון שני אנשים שיש ביניהם מריבה תמידית, וכדי שיהיה שקט אנו שמים כל אחד מהם במקום נפרד בפני עצמו. כך גם כן בעניין הנשמה והגוף, שכאשר אנו רואים שהגוף לא נותן לנשמה להתגלות, אנו הולכים למקום שקט, ושם לגוף אין סיבה להתעורר, ואז הנשמה מתגלה.

אולם זוהי ההבחנה החיצונית של ההתבודדות, משא"כ ההבחנה הפנימית של ההתבודדות, שעצם המושג התבודדות הוא כלי לגילוי הנשמה. נבאר - בנשמה עצמה יש כמובן רבדים רבים. הרובד הפנימי של הנשמה נקרא יחידה. ובעצם המושג התבודדות באופן המוחלט שלו, הוא מקביל למושג יחידה. היחידה זוהי מציאות שיש כאן רק דבר אחד, יחיד, יחידה, זוהי הגדרה של - 'זה ותו לא'.

עומק הדברים, השורש הפנימי של עבודת ההתבודדות נעוץ בחלק שנקרא יחידה שבנפש. אף שבדאי גם בשביל לגלות את הרוח, ובמיוחד כדי לגלות את הנשמה ואת החיה צריך התבודדות, אך יש כאן חילוק מהותי בין שני סוגי ההתבודדות וכפי שביארנו לעיל, כי ההתבודדות שתכליתה לגלות את חלקי הנשמה: נפש, רוח, נשמה וחיה היא סוג אחד של התבודדות, ולעומתה ההתבודדות שתכליתה לגלות את היחידה היא סוג אחר של התבודדות, במקביל לשני המשלים שהזכרנו לעיל.

המשל של חפירה לצורך גילוי יהלומים מקביל להתבודדות שתכליתה גילוי הנר"ן חיה, שם ההתבודדות אינה כלי עצמי לגלות אותם, אלא מחמת שיש רעש של הגוף כאשר אנו משתיקים את חלקי הגוף, אזי חלקי הנשמה מתגלים בהדרגה. משא"כ גילוי היחידה מקביל לפעולת הצפייה במיקרוסקופ, כי ההתבודדות הזו היא כלי עצמי שכל מהותו מיועד לגילוי היחידה

שבנפש. היחידה עניינה יחיד ותו לא. כאשר האדם נמצא בין בני אדם הוא לא יחיד ואם הוא לא יחיד אזי הוא לא יכול לגלות את היחידה. וכאשר הוא מתבודד, והוא יחיד, אזי הוא יכול לגלות את היחידה שבקרבו.

נרחיב את הדברים ע"י משל נוסף - ככלל ישנם שלושה אופנים שהאדם יכול להימצא בהם: הוא יכול להימצא בין חברים שהם אנשי העולם שעסוקים בחומר, והוא יכול להימצא בין אנשים שהם עבדי ה' שקשורים לרוחניות ולא לקות, והוא יכול להימצא בבדידות.

כאשר האדם נמצא בין אנשי החומר, הרי שהוא נמשך אחריהם והוא מתדבק ברוחו בצורה הכללית שלהם, וכך הוא נדבק לגוף. לכאורה בשביל זה היה מספיק שהוא ימצא לעצמו חברים שהם עבדי ה', שם יש גילוי של רוחניות, שם יש גילוי של אלקות, והוא יהיה דבוק בבורא עולם, וא"כ בשביל מה הוא צריך את ההתבודדות?

התשובה היא אם המטרה של ההתבודדות היא רק לבודד את הנפש מהחומר, הרי שאם האדם מצא קבוצה של אנשים שחיים באמת בתפיסה רוחנית אמיתית, לכאורה פתרנו את הבעיה, ואין צורך בהתבודדות.

אולם אמת הדבר ביחס לגילוי נפש, רוח, נשמה, חיה, משא"כ בשביל לגלות את היחידה, גם עבדי ה' צריכים להתבודד האחד מהשני. כי אם התכלית היא רק להפשיט את עולם החומר ולגלות עולם רוחני, הרי שחברה רוחנית גם יכולה לגלות את זה. אך אם התכלית היא לגלות את היחידה כיחידה, אזי אפילו שני עבדי ה' מפריעים האחד לשני. מדוע? - מחמת שהמטבע הפנימי של האדם היא יחידה. יחידה היא יחידה כמשמעה, שמה מעיד על מהותה, לכן אפילו אם נמצאים שני עבדי ה' במקום אחד הם כבר לא יחידים.

נמצא שההתבודדות באופן כללי מתחלקת לשתי סוגי עבודות: ישנה התבודדות להתנתק מהחומר ולגלות רוחניות, לגלות את הנשמה. וישנה התבודדות לגלות את היחיד שבנפש.

בכדי לגלות את הרוחניות, די בכך שהאדם יתנתק מחברת אנשי החומר, ולהתחבר לחברה של רוחניות. אך כדי לגלות את הנקודה האלוקית שנקראת היחידה שבנפש, הרי שגם אם האדם ימצא בחברה רוחנית הוא לא יגלה את האלקות שבו, אלא אך ורק ע"י כוח התבודדות הפנימית שבנפש האדם.

לפי זה נבין, שעבודת ההתבודדות כוללת בקרבה שתי סוג עבודות: היא כוללת עבודה להתנתק מהלבוש של הגוף, ולגלות את הנשמה. והיא כוללת בקרבה עבודה של גילוי היחיד שבקרבו האדם, שהוא הכלי להשראה של האור א"ס בתוך האדם.

יש חשיבות עליונה להבין את הדברים הללו כדי להפיק מן ההתבודדות את התועלת ואת התכלית הרצויה. כי הרי אפילו אדם שקורא בספרים על עניין ההתבודדות, הוא לא יודע כיצד לסווג אותם, הוא נותן לכל הדברים שם תואר אחד שנקרא התבודדות. משל למה הדבר דומה, יבוא אדם ויתן לכל הרופאים שם תואר אחד - 'רופא'. אולם יש רופא ששייך למחלקה פנימית, יש רופא ללב, יש כרורגיה, אי אפשר לקחת שם תואר אחד ולקרוא לכולם 'רופא'. כך גם כלפי ההתבודדות, השם תואר שנקרא בכללותו 'התבודדות', הוא שם תואר נכון מאוד **בכלליות**. אך כאשר נבוא לפרט אותו, נמצא שהוא מתחלק לשני קווים כלליים: ישנו קו בהתבודדות לגלות את הנשמה, וישנו קו לגלות את האלקות שבקרבו האדם.

ח. שני דרכים להתבודד: הדרגה, קפיצה.

מתוך הדברים הנזכרים יוצאת הבחנה נוספת שישנן שתי דרכים כיצד להתבודד: א. ישנה דרך של הדרגה, ב. וישנה דרך של קפיצה.

א. הדרך של ההדרגה - להפשיט את הגוף ולגלות בהדרגה את הנשמה, ולאחר שהאדם יגלה את חלקי הנשמה שבקרבו, הוא יגיע עד לנקודה הפנימית.

ב. הדרך של הקפיצה - שהאדם מתבודד ישירות מול בורא העולם והוא מגלה את היחידה שמול הבורא עולם.

נבאר את הדברים בלשון פשוטה - כאשר האדם ניגש להתבודדות, הוא בעצם יכול לחיות עם ההתבודדות בתוך עצמו ולחיות לבד לגמרי. הוא הולך ליער או למדבר וכדומה, כל מקום שיש שם שקט להתבודד בו, הוא נשאר שם לבד. והוא יכול לעשות התבודדות במשך שנה שנתיים שלוש ויותר, בלי לגלות את בורא עולם בהתבודדות (ודאי שאי אפשר לשלול משום כך את צורת עבודתו, שכשלב בהדרגה של העבודה זו יכולה להיות דרך נכונה). זהו אופן העבודה לגלות ראשית מי ה-'אני', זהו סוג אחד של התבודדות השייכת לדרך הראשונה להשקיט את הגוף ולגלות את הנשמה שבאדם.

ומאיך ישנו סוג עבודה שני של התבודדות, שהאדם בא לגלות בהתבודדות את מציאות השי"ת בליבו. זוהי עבודת ההתבודדות ששייכת ליחידה.

כמו בכל דבר שישנן שתי הבחנות ויש נקודת ממוצע שמערבת ומאחדת את שניהם. נקודת הממוצע בנידון דידן, שהאדם למעשה עסוק בתוך עצמו, רק שהוא פונה לבורא עולם בבקשת השלמה להשלים את החסר שלו. הוא מגלה בעצמו תכונות שליליות, חוסר מסוים, והוא פונה לבורא עולם שישלים לו את החסר. זו בעצם נקודת העירוב של שני סוגי ההתבודדות.

ט. שלושת סוגי ההתבודדות.

נסכם, הגדרנו שלוש סוגי התבודדויות:

א. התחתונה - התבודדות שתכליתה לגלות את עצם ה-'אני'. האדם מורכב מנשמה וגוף, הגוף מעלים את הנשמה. וההתבודדות עניינה, לסלק את המסך של הגוף ולגלות את הנשמה, את עצם ה-'אני' על כל חלקיו ורבידיו בהדרגה.

ב. העליונה - התבודדות שתכליתה לגלות את המציאות של בורא העולם בקרבו.

ג. הממוצעת - התבודדות שמהווה את הממוצע בין שני החלקים הנ"ל, והיינו שהאדם מגלה את עצמו ע"י פניה לבורא עולם. הוא מתפלל, הוא מבקש, הוא מתחנן לבורא עולם שישלים לו את החסר, שהאני שלו יהיה מתוקן ושלם.

כל אחד צריך לבדוק את עצמו ולהגדיר את סדר העבודה המתאים לו דרך שלושת החלקים של ההתבודדות הללו. סדר ההדרגה הרגיל הוא להתחיל את העבודה הראשונה של גילוי ה-'אני'. לאחר מכן עוברים לפנייה של תפילה לבורא עולם שישלים את האני. ולבסוף פונים לעבודה העליונה של גילוי עצם מציאות הבורא ית' בתוך האדם.

י. הגישה להתבודדות כמהלך של בניה.

כפי שביארנו לעיל, כאשר האדם לא מודע לחלוקה שביארנו זה עתה, הרי שהוא ניגש להתבודדות, כאדם שניגש למפעל ליצור מזון, ולוחץ על כפתורי המכונה מבלי להבין כיצד מתעסקים איתה.

בדרך כלל אנשים מרגישים צורך פנימי להתבודדות, ובנוסף לכך הם קראו ושמעו על הנושא, אזי הם נגשים להתבודדות כל יום מכיוון אחר. הם דומים בזה לקבלן שקיבל עבודה לבנות בית, יום אחד הוא שם קצת רצפות, ביום השני הוא שם צינורות בצד השני של הבית, ביום השלישי הוא מחליט לשים את התקרה עוד לפני שיש עמודים. ברור שבצורה הזו אין קיום למה שנעשה.

כך הוא כלפי אנשים אלו שמגיעים להתבודדות עם רצון מאוד טוב, אך הם מגיעים עם חוסר הבנה וחוסר הכוונה, כל יום הם עושים את מה שהם מרגישים שחסר להם באותו היום. אבל במקביל למשל הנ"ל הרי שאין להלך כזה קיום. ודאי שאפשר להסתכל על זה במבט חיובי ולומר, הוא חי טבעי, ולפי החסר הוא משלים. אך ברור לכל בר-דעת, שכאשר האדם רוצה לבנות בנין אמיתי, והוא רוצה להבין דבר מה על כל צורתו, צריך לזה סדר!

לדוגמא אדם רוצה ללמוד חומש, הוא לא יכול ללמוד ביום הראשון פסוק א', ביום השני פסוק ז', ואחרי זה לחזור לפסוק ב', ואחרי זה הוא קופץ לפסוק כג'. כל יום הוא מחליף ספר, פעם חומש בראשית, אחרי זה ישעיהו, בלילה קצת זוהר, מחרתיים הוא לומד ספרים אחרים. לא זו הדרך ולא זו העיר, אדם שרוצה ללמוד בצורה יסודית מבין שיש סדר ויש הדרגה.

הנפש של האדם היא בנויה, היא לא אוסף של כוחות, והיא לא אוסף של בעיות. כאשר אנו רוצים לבנות מערכת של התבודדות, המערכת הזו מוכרחת להיות בנויה. אי אפשר לגשת כל יום לטפל בחסר שנראה שייך לאותו היום, לפי התשוקה של אותו יום, לפי המצב רוח של אותו יום, או לפי המקרים שקרו באותו היום. אלא הגישה להתבודדות צריכה להיות במהלך של בניה.

הרי שראשית על האדם לברר, לאיזה חלק משלושת חלקי ההתבודדות שביארנו לעיל, הוא רוצה להיכנס. ולפי זה הוא צריך ללמוד ספרים שמדברים על אותו הסוג של התבודדות. אדם יכול להיות עסוק בסוג אחד של התבודדות, ולקרוא ספרים שדנים בסוג שני של התבודדות, ולכן הוא מגיע למצבים מאוד קשים בנפש, מצבים של חוסר ברירות משוע.

לדוגמה, ספר - 'המספיק לעבדי ה' מרבנו אברהם בן הרמב"ם עוסק בעיקר בהתבודדות התחתונה והעליונה ולא בממוצעת שביניהם, לעומת זאת ספרי ברסלב עוסקים בעיקר בהתבודדות האמצעית, וכאשר האדם לא מודע לכך הוא מערב את הכל.

אדם עם חוסר מודעות יכול להתבודד גם ארבעים וחמישים שנה וכל ההתבודדות שלו בנויה רק מתפילות לבורא עולם, אך הוא לעולם לא מגלה את מציאות הבורא בתוך לבבו, הוא מגלה רק את הבורא כמקור להשלמת החסר שלו. ולפעמים, במקרה היותר קיצוני הוא עסוק רק בשלב האמצעי והוא לעולם לא מגיע לשלב הראשון, הוא לעולם לא מגיע להכרה עצמית בעצם האני, אלא הוא נמצא רק במצב של תפילות ותפילות ועוד תפילות.

זה נובע מכך שאין לאנשים מודעות מה מקומה של התפילה בעבודת ה', מתי צריך להשתמש בה, ומה צריך להכין לפני התפילה. תפילה עניינה כלי להשלמת חסר, אבל לפני שמבקשים את השלמת החסר צריך להכין כלי שיקבל את ההשפעה שהתפילה תפעל.

משל למה הדבר דומה, האדם מבקש מחברו למזוג לו כוס מים אך הוא לא מגיש כוס, מים יש אבל כוס אין. כך היא התבודדות של תפילה לבד בלא כלי של גילוי האני של הנשמה.

ישנם אנשים שנגשים להתבודדות במשך שנה שנתיים עשר ועשרים עם הרבה תפילות, והם לא מצליחים להתקדם לשום מקום. אז מה הם אומרים - 'צריך להאמין לחכמים שזו הדרך'. ודאי הם צודקים שצריך להאמין לחכמים, אבל צריך ללמוד את הדברים היטב כדי לדעת איך ליישם אותם. אם אין בניין של 'אני' התפילה לא תפעל להשלמתו, התפילה צריכה לחול על משהו.

לא באנו לומר שאי אפשר להתחיל עם החלק האמצעי של ההתבודדות שזה החלק של התפילה, אלא שהאדם צריך להבין שבשלב מסוים הוא חייב לחזור ולבנות את השלב הראשון, לבנות 'אני'.

ברור שהדרך היותר מיוסדת היא להתחיל בשלב הראשון ולאחר מכן את השלב השני ולבסוף את השלב השלישי. אך גם אם כל אחד בחר לעצמו דרכים אחרות הוא חייב לראות כיצד בתפיסה כללית הוא יגיע לכל שלושת השלבים.

אם האדם עוסק רק בשלב הראשון, הרי שהוא בודאי גילה נקודה רוחנית בקרבו, אך הוא נעצר, הוא נפרד ממציאות השי"ת. הוא יכול לזהות את עצמו כנשמה, הוא יכול לגלות אור רוחני בקרבו, אך אין לו את הקשר האמיתי. וכן אם האדם עוסק כל ימיו רק עם השלב השני, הוא יכול להיות כל חייו "בעל דמיון" פשוטו כמשמעו, כיוון שהוא רק מתפלל, אך אין לו מציאות נפשית של 'אני'.

נמצא שיש הבדל יסודי בין עבד ה' אמיתי, שלומד ועובד בדרך מיוסדת, עם צורת בנין, לאותם שקוראים בספרים ללא הדרכה, וללא הבנה, ונגשים ליישם את הדברים. גם אם האדם ניגש להתבודדות עם כוונה מאוד טובה ורצון מאוד טוב, ואף ישקיע כל יום שעה למען המטרה, אבל הוא לא יצליח להתקדם, כי הוא כל הזמן עסוק רק בשלב האמצעי של תפילות ותפילות ועוד תפילות, הוא מכיר בנפשו עוד חסר ועוד חסר, ועל-זה הוא מתפלל לאורך כל ההתבודדות, אך אין כאן בנין של השלב הראשון של הגילוי ה-'אני' כנשמה. וא"כ, אין לתפילה על מה לחול.

מבואר בזוהר הקדוש שגם בנס פך השמן שהיה עם אלישע היה צריך את הקצת שמן שיהווה כלי לנס שיחול עליו, כך גם כדי שהתפילה תתקבל ותפעל, צריך כלי שהיא תחול עליו, ומהו הכלי? - זה ה-'אני'. והתפילה תשלים ותרחיב את גילוי האני הרוחני שבאדם.

א"כ אדם שעסוק כל ימיו רק בשלב השני, אזי ברובו ואם אפשר לומר גם בכלול, אלו חיים בעולם של דמיון, ואין לזה קיום.

לעומת זאת, מי שעסוק רק בשלב השלישי, פעמים זוהי קפיצת דרך שהאדם לא מסוגל להיכנס אליה, לפנות ישר למציאות

ה', ואם הוא כן מסוגל, אז לפעמים זה בבחינת אדם שחי ברקיע מבלי לחוש את המציאות. יש אנשים שבדוקים בקב"ה אך לדידם אין עוד בני אדם, הם חיים בתוך עצמם. לא זו המטרה, כי כשם שיש התקשרות לבורא, כך ישנה אהבת ישראל והתקשרות למציאות הנבראת של העולם.

חז"ל אמרו על הפסוק "ושכנתי בתוכם", בתוך כל אחד ואחד. וכמו שבית המקדש והמשכן לא היו כלים לתפילה (בפועל במקדש לא היה כמעט תפילה), אלא אלו היו מקומות להשראה, כך גם התפילה היא אחת מהכלים להשראה, ועל גבה יש את התכלית העליונה שהיא גילוי של האלוקים בתוך ליבו של האדם.

הגדרנו בס"ד שלושה חלקים בהתבודדות: התבודדות לגילוי עצם ה-'אני', התבודדות להשלמת ה-'אני' ע"י פניה לבורא עולם, והתבודדות לגלות את מציאות השי"ת בלב.

- [\[דע את נשמתך\]](#) 1]

Featured Image Text:

הכרת המוסג התבודדות

Source: <https://bilvavi.net/shiur/הכרת-המוסג-התבודדות/דע-את-נשמתך-001>

Links

[1] <https://bilvavi.net/daes.nishmatcha>