



י"א בסיון תש"ף. 3.6.2020

גיליון מס' 712

### פרשת בהעלותך

### תבנה, אבל אל תתבכין

### מאת יעקב נוקד, שלפים

בפרשת בהעלותך מופיע חטא לא כל כך ברור (בלשון המעטה): "וַיְהִי הָעַם כְּמִתְאַנְנִים רַע בְּאָזְנֵי ה'" (יא,א). התיאור "כְּמִתְאַנְנִים רַע" הוא תיאור די סתום - קודם כל, מהי המשמעות של האות 'כי' בתחילת התיאור? הם התאוננו או לא? ובכלל, מהי משמעות הפועל "להתאונן"? ואם יש "מִתְאַנְנִים רַע" הרי שיש גם מתאוננים טובים? נמשיך מהנקודה האחרונה. גם אם לא ברור מהי משמעות הפעולה "להתאונן", הרי שבאופן "פשטי" היא מתארת סוג של תלונה, ואם נחשוב באופן פשוט על חיים אנושיים כלשהם, עם הקשיים והאתגרים שלהם, זה די לגיטימי להתלונן קצת, לא? ואף יותר מזה - חלק גדול מהקשר המיטבי בין אדם לבין ה' אמור להתבטא בתפילה, שיש בה מרכיב של בכי, תחנונים ומחאה. אז מהו המיקוד של הביטוי הזה "כְּמִתְאַנְנִים רַע"?

ועתה ניגע קצת בפשט. כמו בכל פעם שהפשט לא כל כך ברור, יש לביטוי (הנדיר במקרא) "כמתאוננים" כמה וכמה פירושים שונים. רוב פרשני ימי הביניים (כמו רמב"ן, רשב"ם ורבונו בחיי) פירשו את המושג 'מתאוננים' במשמעות של צער וכאב (ואפילו אָבָל, בדומה למושג "אונן"). לפי פרשנות זו הבנת ה"בעיה" קשה להבנה עוד יותר. האם בעבודת ה' אסור להצטער, לכאוב ולהתאבל? (נשמע כמו צפון קוריאה...). פרשנים אחרים (אבן עזרא וחזקוני) פירשו את המילה "מתאוננים" כמתארת את המושג "אָנָן" - שווא וריק, עלילת שווא, תואנה (שמגיעה מהמילה "אָנָן"). או בשפה פשוטה - חיפוש תואנה לריב עם ה'. אז הפירוש הזה כבר נותן לנו כיוון משמעותי יותר, להבין על מה אנחנו מדברים.

אז נמשיך מכאן וננסה להבין את תוכן ה"תואנה" הזו. הפשט לא מפרט מהו תוכן התואנה. מהי התלונה הספציפית שאותה העלו מול ה'. וגם כאן פרשני ימי הביניים מביאים אפשרויות שונות, אך האמת היא שזה לא באמת משנה מהי התלונה, אלא מאיזה מקום אתה מתלונן. כדברי מדרש האגדה: "ויהי העם כמתאוננים - כמבקשים עלילה היאך לפרוש מאחרי הקדוש ברוך הוא. שאין כמתאוננים אלא לשון עלילה, שנאמר: 'כי תואנה הוא מבקש'" (מדרש אגדה (בובר) במדבר פרק י"א סימן א').

מכאן אנחנו יכולים ללמוד דרך בעבודת ה'. האם יש מקום לתלונות כלפי החיים? בוודאי. החיים מאתגרים מאוד. כל אדם נולד עם חולשות אישיות ואתגרים, וגם כשהוא מנסה לעשות הכול באופן מיטבי, באים הסיבוכים ומקשים עליו, לפעמים מכל כיוון. ככל שאדם מתבגר הוא מבין שהרבה מהבחירות שלו הן לא בין טוב לרע, אלא בין גרוע אחד לגרוע אחר... ישנו משפט שאומר "תבכה, אבל אל תתבכין". מהו ההבדל בין לבכות לבין להתבכין? באופן פשוט, לבכות זה לכאוב את מה שכואב, בעייתי, מתסכל. כי זה באמת מכאיב. הבכי אותנטי, מנקה ומשחרר. הבכי (במובן של ביטוי) לא מגיע על מנת לריב, אלא על מנת להיות מחובר לעצמיות. והוא לא מכלה אנרגיות, אלא מחדש אותן. אחרי בכי כזה אפשר דווקא להמשיך קדימה, מתוך חיבור. להתבכין, לעומת זאת, זה כבר "להתאונן רע". התבכינות היא פינוק אישי גרוע - ברחמים עצמיים, בהתחשבות, ובציפייה מוגזמת לשלמות ושליטה בחיים. בניגוד לבכי, התבכינות מכלה אנרגיות ולא מחדשת אותן. את מעט הכח שעוד נשאר, היא שואבת. וכיוון ההתבכינות הוא לריב, ולא לפתור את הבעיה.

רבי נחמן מברסלב ממשיג את הביטויים האלו כך: לבכי הוא קרא "לב נשבר", ולהתבכינות הוא קרא "עצבות". וכך כתוב בשיחות הר"ן (מ"א): "לב נשבר ועצבות אינו עניין אחד כלל... אבל עצבות הוא... סטרא אחרא והקדוש ברוך הוא שונא

אותה, אבל לב נשבר הוא חביב לפני השם יתברך ויקר מאד בעיניו יתברך. גם אם יש בנו מקום פנימי קשה וכואב מול החיים או מול הקב"ה, זה לא בהכרח רע, ולפעמים אפילו טוב. אך השאלה האם מדובר בלב נשבר (אותה ה' אוהב מאוד), או בעצבות. "עצבות הוא כמו מי שהוא בכעס וברוגז, כמו שמתרעם ומתלונן עליו יתברך חס ושלום, על שאינו עושה לו רצונו. אבל לב נשבר הוא כבן המתחטא לפני אביו, כתינוק שקובל ובוכה לפני אביו על שנתרחק ממנו" (שיחות הר"ן מ"ב). זה אומר שגם העולם הרגשי שלנו הוא מרחב ערכי, שבו אני יכול לעבוד את ה' ולהתקרב אליו, או להתרחק ממנו. יש דרך ערכית לחוות את העולם הרגשי שלנו. אמנם "עם רגשות לא מתווכחים", אבל אנו למדים כאן שרגשות אפשר וצריך לנתב. ורבי נחמן מוסיף שראוי להיות בלב נשבר. ראוי לחוות את כאבי החיים מול הקב"ה ואפילו להתלונן, אך יש לקחת על הכאב הזה אחריות, כדי להפוך אותו למנוע חיובי: "והיה טוב שיהיה להאדם לב נשבר כל היום. אך אנשים כערככם אין יכולים לקיים זאת, כי יכולים לבוא מלב נשבר לעצבות, חס ושלום, שזה אסור להאדם לגמרי. על כן צריכין ליחד איזה שעה ביום שיהיה לו לב נשבר, דהיינו להתבודד ולשבר לבו לפניו יתברך אבל שאר כל היום כולו יהיה רק בשמחה."

גם אם אני בוכה, (בלב נשבר), אני יכול וצריך לשאול את עצמי מה באמת קשה לי, על מה אני בוכה, ולאן אני רוצה לקחת את זה. הבירור של העומק הרגשי הוא קריטי. האם אני מתאונן רע, או שאני חפץ בשותפות אמת עם הקב"ה כדי לעבוד אותו ולהתקדם? ולכן אפשר להסכים עם הפרשנים שהסבירו את ה"מתאוננים" במצב של כאב וצער, כי החיים באמת קשים. בייחוד כשאתה 'עם ישראל', בייחוד כשאתה תקוע במדבר. ומשם גם להסכים עם הפרשנים שהסבירו את ה"מתאוננים" במשמעות של תואנה לריב. הבעיה היא אמיתית, והשאלה היא אם האדם בא לריב, להתרחק מה' ולהתאונן רע", או לכאוב ולהתקרב אליו.

אם המצבים הרגשיים האלו כל כך דומים, איך אדם יכול לדעת אם הוא חווה לב נשבר (בכי) או עצבות (התבכינות)? אז השאלה היא מה קורה אחר כך. מהי התוצאה של הכאב הזה. וכך מסכם רבי נחמן: "אחר לב נשבר בא שמחה, וזה סימן אם היה לו לב נשבר כשבא אחר כך לשמחה" (שיחות הר"ן מא). אם לאחר הכאב מגיעים כוחות חדשים, חיבור ותקווה, זה סימן שהיה כאן לב נשבר, בכי משחרר. ואם לאחר הכאב מגיעים ניתוק, חולשה וייאוש, הרי שמדובר במצב של "כמתאוננים רע", ועצם המצב, מייצר גם את ה"עונש", את התוצאה הטבעית, של "ותבער במ אש ה' ותאכל בקצה המחנה".

---

יעקב נוקד בן 45. תושב שלפיים. נשוי ללירז ואב לאלה איתמר ומעין. פועל במרכז מרי"ם – מרכז רוחני יהודי מקומי בעמק המעיינות. מנחה קבוצות ומלווה הינוכי בארגון "השומר החדש".



---

דף פרשת שבוע של הקיבוץ הדתי מופיע באתר הקיבוץ הדתי: [www.kdati.org.il](http://www.kdati.org.il)  
כדי לקבל את הדף כל שבוע בדואר אלקטרוני, יש לשלוח הודעה אל: [webmaster@kdati.org.il](mailto:webmaster@kdati.org.il)  
ולרשום subscribe בשורת הנושא. כדי להפסיק, יש לכתוב unsubscribe בשורת הנושא.  
תגובות למאמרים וכן הצעות לכתוב מאמרים, יש לשלוח אל: [amudim@kdati.org.il](mailto:amudim@kdati.org.il)