

מתוך פרקי נוהג

(לקבוצה ישראלית בעלת גישה דליגיוזית) ¹

סדר של יום בקבוצה

ה ב ו ק ר :

לראשית הבוקר, לזמן „משיעלה (עמוד) השחר עד הנץ (זריחת) החמה” יש אופי מיוחד וחשוב, אופי של בראשית, אופי של בריאה חדשה. זה הזמן של התחדשות הארץ על ידי האור החדש המאיר לה ולדרים עליה. זה הזמן של חידוש מעשה בראשית. הבוקר הוא הזמן העיקרי ביום, זמן שהאדם שלם עם עצמו והוא היטוד לכל היום.

באיוב (ל"ח, י"ד) נאמר: „תתהפך (הארץ) כחומר חותם (כחומר שמשתמשים בו לחתימת אגרות, המקבל אחרי התכתו צורה חדשה), ויתיצבו (הברואים) כמו לבוש (כאילו לבשו בגדים חדשים)”. זה אחד התיאורים של השינוי שחל בארץ בהיות הבוקר, בהויתו של בוקר. „טובלי שחרית” ² ו„מתפללי ותיקין” ³ ידועים לנו מתוך מקורות קדומים.

בהיות הבוקר נותן האדם ביטוי לקיים, למתרחש בעולם ובנפש כאחד. יתכן שיקשה הדבר על היחיד בזמננו לבטא את הקיים בברכה, אבל הרגעים של „הפגישה הראשונה” קיימים בכל דור. ביטוי זה עיקרו

1 הדברים שבפרק לקוחים מחוץ הצעות שקבלתי מצעירים שעסקו בשאלת סגנון החיים של הקבוצה בעתיד ושאפו להגיע להתאמה בין הנתונים הפנימיים לבין דרכי הנוהג.

2 הטבילה היתה בנחל או בבריכה.

גם רחיצת הפנים והידים עשויה להיות בעלת משמעות.

3 התפילה „עם דמדומי חמה” (או אחרי כן במקום שקמים יותר מאוחר) יכולה להתקיים בכל מקום שבו רישומו של בוקר ניכר: בגבעה, בעמק, בשדה זכו (ואין לך מקום שאין רישומו של בוקר ניכר בו). תפילה זו אינה בקשה, כי אם ברכה, ביטוי לקיים.

ביחיד, אפילו אם כולם נמצאים ביחד, אין כאן מקום לשירה. ביטוי זה צריך להיות קצר כדוגמת הברכות והתפילות שבתלמוד. (תפילה ארוכה היא סימן לדילדול המשמעות, לחוסר ריכוז).

צריך לבטא באיזה אופן שהוא את עיקר הרגשת הבוקר. הביטוי בא להפוך את ההרגשה למציאות. הוא מחזק את ההרגשה וגם יוצר אותה בימים שאינה קיימת. (הברכה באה גם לעזור לנטולי-הרגשה).

אחר כן באה ארוחת הבוקר ויש להקפיד על כך שתהא מורכבת מן המאכלים המתאימים לעונה כדי שלא לגרום להפרעות בקיום. אחרי הארוחה באה העבודה. (ויתכן שיש לסעוד בבוקר אחרי שעובדים כשעה או כשעתיים). להליכה לעבודה יש ערך מיוחד ובעבודה חשובים הקצב והחזרה.

יש לשים לב לכך שלא יהיו הבדלים ניכרים בין תחילתה של העבודה לבין סופה, כלומר, שלא יתחילו בעבודה במרץ גדול מדי כדי לגומרה בלאות. עבודה כזאת היא עבודה אקסטאטית או שאיפתית והיא גורמת לשיעמום ולצורך בבידור, בניגוד לעבודה האמיתית, עבודה של חזרה וקצב שבהיותה בעלת משמעות אינה גוררת אחריה שיעמום.

אחרי העבודה באה ארוחת הצהרים ואחריה מנוחת צהרים, ההכרחית באקלים שלנו וביחוד בעונת הקיץ. אחרי המנוחה נמשכת העבודה "בהילוך נמוך יותר". גם עבודה זו צריכה להיעשות במידת האפשר בקצב שווה מתחילתה עד סופה. הרחיצה שאחרי העבודה (כרחיצה בבוקר) עיקרה בצד הקיומי ויחד עם זה היא בעלת אופי פונקציונאלי וסגנוני.

ה ע ר ב :

הרגשת הערב נבדלת מהרגשת הבוקר. הנתון העיקרי בהרגשת הערב הוא: ההתכנסות לשם הגנה על הקיום, בניגוד להרגשת הבוקר שעיקרה ביציאת האדם לשם פגישה עם העולם שהתחדש.

הלילה הוא זמן החושך, זמן "התעוררות הדינים" (לפי הקבלה). האדם מתכנס לתוך עצמו ונעזר על ידי ביתו ועדתו, ודבר זה צריך להתבטא גם בפגישה הערב שהיא פגישה בבית העדה בשעת צאת הכוכבים. הצבור יש בו עוז יותר מן היחיד והוא מתחזק בפגישה. יש לשיר בצבור.

יתכן שפרק כ"ג בתהלים מתאים לפגישת הערב. פרק זה יש בו מעט מאבק והרבה בטחון.

יש לגמור את עבודת היום במידת האפשר בזמן אחד, כדי שתהא סעודת הערב משותפת לעדה. אחרי הסעודה יכול כל אחד לעסוק בסידורים הקשורים בעבודה, בסידור הבגדים והכלים, בסידור הבית וכיו"ב ויכולים לשבת על הדשא. אבל אין לאחר שבת אחרי השעה עשר (הזמן הזה הוא רשות היחיד).

הזמן שבין סעודה לשינה משמש מבחן ליום. בזאת יבחן היום ותיבחן משמעותו: אם לא תתעורר בעית השיעמום והצורך בבידור, אם לא תתפוס בעיה זו מקום ניכר בתודעה — מכאן שעבודת היום היתה כתיקונה.

העובדה שאנשים מטפלים הרבה בבעיה: מה לעשות בערבים, מדאיגה עד מאד, כי מכאן ראייה שיומם אינו כתיקונו. אין כאן שאלה הדורשת פתרון, כי אם סינפטום הדורש טיפול. לשיעמום יש תרופה אחת והיא — הבידור, והבידור גרוע מן השיעמום, כי בשיעמום מרגישה האישיות בחסרון עצמה, וקל יותר להפוך את ההווה-הנצח השלילי להווה-נצח חיובי מאשר ללכד אישיות שהתפוררה. עיקרו של דבר הוא בתיקון סדר היום ועבודת היום, ב"טיפול המונע" ואז לא תחריף בעית הזמן החפשי.

בארצנו יש לשים לב לימי השרב שהם ימים של כמישה בסביבה הטבעית, ימים שהסביבה הטבעית לאה ומחכה לחידוש. עובדה זו משפיעה על העבודה, על קצב העבודה, על הפגישה ועל המנוחה. אין לתת לימים אלה אופי של יאוש מוחלט (הרי אין העץ משליך את העלים לחלוטין באותם הימים!) וגם אין להיאבק תדיר בלאות, כי אם יש להסתגל למצב מבלי שיוותר האדם על עצמו. על קיומו. ההסתגלות והשמירה על הקיום כאחת מתבטאות גם בשירה. השירה מבטאת את ההתחזקות בתוך ההסתגלות, את המעבר לחיזוק הקיום⁴.

4 על המעבר מרפיון לחיזוק עיין בספר תהלים כגון בראש פרק קט"ז או בפסוקים מפרק ק"ג וכיוצא באלה.

הימים הגשומים והקרים שאין בהם עבודה בשדה, נבדלים באופיים מימי האביב והקיץ, ומן הימים המבורכים שבחורף ודבר זה משפיע על הרגשת השחרית שבימים אלה. הרגשת השחרית שעליה דובר לעיל היא בעיקר הרגשת השחרית שבאביב ובקיץ. (בהרגשת הערב אין ההבדל גדול כל כך, כי יש בערבים של כל העונות מיסוד ההתכנסות הנ"ל). העבודה הנעשית בימים הגשומים והקרים היא עבודה בבית והכנה לעבודה בשדה, וכל עבודת הכנה (וכן כל לימוד) יש בה משום פיתוי לסטות מן ההווה הנצח וממשמעותו. הגשמים והרעמים הופכים ימים מסוימים ל"לילות". אבל גם בימים אלה יש בוקה ויש לתת ביטוי למתחולל אז בסביבה הטבעית, למתרחש בשמים ובארץ. פרק כ"ט בתהלים מתאים לימים אלה. הפרק המתאים לימות הגשמים המבורכים הוא פרק ס"ה.

ה ש ב ת

ק ב ל ת ש ב ת :

לפי הנהוג במקומות רבים עיקר השבת הוא בליל שבת (ביום ששי בערב), ואמנם לפי המסורת מתחילה השבת בליל שבת, משקיעת החמה ביום ששי (עד צאת הכוכבים במוצאי שבת), אבל בספר בראשית כתוב: "ויהי ערב ויהי בוקר יום הששי (כלומר כשהגיע בוקרו של יום השביעי — נגמרה מלאכת יום הששי) — ויכולו השמים והארץ וכל צבאם, ויכל אלהים ביום השביעי מכל מלאכתו אשר עשה". מתוך הכתובים יוצא שהשבת מתחילה בבוקר, וכן ביאר הפרשן ר' שמואל בן מאיר (הרשב"ם). יש לשים לב לכך שאין סתירה בין פשט הכתובים (לפי תפיסה זו של רשב"ם) לבין המסורת המקובלת באומה מדור לדור, משום שגם אם מקבלים את תפיסתו של רשב"ם יש מקום ותפקיד לליל שבת. "קבלת שבת" היא הכנה לשבתון המתחיל בשבת בבוקר. ההכנה חשובה היא בכל דבר מהותי. לפני מעמד הר סיני נאמר: "לך אל העם וקדשתם היום ומחר, והיו נכונים ליום השלישי". רק אם ההכנה נעשית עיקר וקוראים לטקס של ליל שבת בשם "קבלת שבת" ובאמת הוא "עיקר שבת", סימן הוא לכך שאין הכל כשורה. האימרה המפורסמת "ההכנה למצוה גדולה מן המצוה עצמה" אינה מעידה על מצב תקין. העיקר צריך להיות המצוה עצמה ולא

ההכנה. לפי טיבה של המהות האנושית אין ההתנפשות הפנימית, האישית-הקוסמית, אפשרית לפנות ערב ולא בערב. ערבו של האדם הוא מאבק בחושך. הוא מדליק נרות כדי שלא להיות בחושך. יש להקפיד איפוא על כך שהערב יקבל אופי של הכנה ושהשבת עצמה תחול בבוקר. היציאה לשדה לקבלת השבת שיסודה בתלמוד ונעשתה חשובה ב"קבלה" יש לה אופי מובהק של הכנה (וכן הרחיצה והחלפת הבגדים בערב שבת). הדלקת הנרות טובה אם הנרות מאירים את הבית, מקום הקיום בערב ומאירים את השלחן אשר עליו הלחם. יש מטילים ספק בהדלקת הנרות במקום שמש-תמשים בחשמל, כי סמליות שאינה מתמזגת עם הרקע המציאותי עשויה להביא לידי מלאכותיות, לארכאייזם ורומנטיקה. אם יש לנר גם פונקציה פשוטה, רגילה; אם הוא מאיר את הבית אשר בו נמצא האדם ואת השלחן עם הלחם אשר עליו יחיה האדם, אז משמעותו האידיאלית מבוססת ומוצדקת. ויש אומרים שאין סכנה ברומנטיות ומוטב לבחור בצורה רומנטית מאשר לוותר על הצורה המקובלת.

מקום שנוהגים לסדר סעודה משותפת בליל שבת עם שירה וריקודים, הכל צריך להיות מכוון למנוחה המקווה, למנוחה שבבוקר. (רקודי הכנה הם רקודים שבהם מתוארת, לדוגמה, קבלת פנים של אורחים). סעודת ליל שבת באה לאפשר את הסעודה בשבת שתהא כהלכתה. יש להשרות בה רוח של צפיה לקראת השבתון שיבוא. לא רצוי שקבלת השבת תקבל אופי של מאבק קשה, של התגברות על כוחות הרוגו שבעולם, כתפיסת ספר הזוהר וכפי שהדבר בא לידי ביטוי בפסיקה מתוך הזוהר, שנכנסה לקבלת השבת בסדר התפילה של החסידים. כוונתי לפסיקה הנקראת על שם המלה הראשונה שבה: "כגוונא". שם נאמר שכאשר נכנסת השבת היא מתיחדת ונפרשת מן ה"סטרא אתרא" וכל שלטונות הרוגו עורקים ומסתלקים ממנה. זה אופי של "קבלת השבת" לפי הזוהר. אמנם יש בה, בקבלת השבת משום מאמץ, כי היא מעבר מן החול אל הקודש, אבל הדגשה יתירה של המאמץ אינה רצויה. רק אם המצב התודעתי בעדה יוצר הכרח במאבק קשה — מוצדק מתן ביטוי מסוג זה.

השעות בשבת לפני הצהריים הן שעות השבתון, שעות ברכה, ואין חשש לרפיון והתפרקות. המנוחה הפיסית היא רק רקע להרגשת המלאות, להרגשת הנצח שבהווה. במנוחה נעשית האישיות בת-קיום ובעלת תוקף.

רשות היחיד היא מעתה רשות של ממש ונעשית אחר כך — בסעודת שבת — חלק מרשות הרבים.⁵

תפיסת השבת המתגשמת בבוקר היא: שבתון פשוט, ללא לבטים, ללא מאבק וללא רפיון. בשבת לפני הצהרים אין להתעייף ואין לערוך טיולים, אין לערוך כל תכנית, ואין לעשות שום דבר תכנית, כי צריך שתהא התאמה בין המנוחה לבין האידיאה של המנוחה.

השבת צריכה להיות בעלת תוכן אחד בכל השנה ולא כמו שנוהגים בכמה ישובים ששבת שלפני ל"ג בעומר יש לה אופי אחר מאשר לשבת שלפני פורים וכו'. דוקא החזרה שאינה מושפעת אפילו מן העונה שבסביבה הטבעית מבטאה את מהות השבת. אין לשיר שירים שונים בשבתות שונות ואין להחליף את הריקודים. השבת נבדלת מיתר המועדים בזה, שאינה משתנית ואינה מתחלפת, אלא נשארת באופיה האחד בכל עונות השנה. השבת מסמלת את החזרה הנצחית. (ויש אומרים שהשינויים מותרים בסוף היום, בשעת המנחה).

ס ע ו ד ת ה צ ה ר י ם — ס ע ו ד ת ש ב ת :

אופיה של סעודה זו שונה מאופיה של הסעודה בליל שבת. סעודה זו עולה במהותה על הסעודה של ליל שבת ולפיכך היא פשוטה ממנה. אם המנוחה שלפני הצהרים היא כשורה, סעודה זו היא אכילה בצוותא, אכילה פשוטה, ללא כל פניות וכוונות, ודוקא בפשטותה היא מתקרבת למצב של עירוב הרשויות, של רשויות היחידים שנעשו לרשות הרבים בעלת תוכן. אין כאן מקום לשירה ולריקוד וכו'. יש לאחר סעודה זו ולערוך אותה בזמן המתאים לפי הרגשת העדה.

ש ע ת ה מ נ ח ה :

יש בעיה בשעות של אחרי הצהרים, כי בשעות אלו יש חשש לרפיון, לירידה. כנראה שהדרך הטובה ביותר היא לחלק את הזמן של אחרי

5 הביטוי „נשמה יתירה“ שבמסורת הוא לעתים מטעה, משום שנראה כאילו יש שתי נשמות באדם אחד: האחת פשוטה, יומיומית, והשניה שבתית, חגיגית. האמת היא, שזוהי אותה נשמה עצמה, אלא שהיא גמצאת בבוקרו של היום השביעי במצב של מלאות.

הצהרים לשנים. החלק הראשון לשינה שתבדיל בין עיקר השבתון לבין ה"מנחה" והחלק השני (בסוף היום) לתורה בצבור או למשחקים, לשירה ולריקוד⁶. התורה היינו העיון בבעיות החיים היא אמנם כאן בבחינת מאבק ברפיון (או אפילו בריחה מסכנת הרפיון), אבל היא עשויה למנוע את ההתפרקות. העיון בבעיות חיים ממשיות, שהתעוררו בעדה בהווה, וכן קריאת פרקים מתורת משה או מן האגדה או מן החסידות או מן האתנולוגיה - או מן הספרות, הנוגעים לבעיות אלו, מתאימה לשעת המנחה⁷.

דרך אחרת להקדיש את סוף היום לעדה, לרשות הרבים ב"הילוך יותר נמוך": כולם מתאספים על הדשא, על הגבעה, או על יד הנחל לשם משחקים עדתיים טובים⁸. מובן שהעיונים בבעיות עיוניות-חיוניות או המשחקים אינם בדרגת השבתון שלפני הצהרים וגם לא בדרגתה של סעודת שבת, אלא בדרגה יותר נמוכה, אבל דיה שהיא מונעת את ההתפרקות. (משום כך יש אומרים שמותר להחליף את תכנית "המנחה").

הסעודה השלישית (בשבת לפנות ערב) תפסה מקום רב בקבלה ובחסידות. זוהי הסעודה שבה "רעוא דרעוין (עת רצון, שיא החסד) ולית זעפין (אין רוגז)". אך קשה לקיים סעודה זו, וכסעודה עדתית תהיה בהכרח נופלת מן הסעודה העיקרית שתוארה לעיל.

מוצאי שבת:

נשאלה השאלה אם יש מקום ל"הבדלה" (לטקס ה"הבדלה" בין קודש לחול). יש להעיר שההבדלה ממלאת אחד משני תפקידים: א) במקום שההפסקה היא הכרחית כדי שלא תחול התפרקות, יש להבדלה תפקיד של מוצא מן הקושי. אם אי אפשר אחרת - יש לפחות לגמור כהוגן, וגומרים בהבדלה. ב) במקום שהכל כתקונו והיציאה מן השבת היא בלי הרגשת "וי אבדה נפש", אין להבדלה אלא אופי סגנוני בלבד, כנקודה אשר בסוף המשפט ובמכה בפטיש לסימן של גמר מלאכה. האדם עובד, מפסיק באמצע

6 יש שירה וריקוד הבאים לתקן פגמים נפשיים ויש שירה וריקוד הבאים לבטא הרגשות טובות של העדה, של ה"יחד".

7 דרך זו מתאימה בדרך כלל לשבתות שבימות הגשמים.

8 דרך זו מתאימה לשבתות שבימות החמה.

העבודה ונח, נושם לרווחה עד שמתעורר בו הרצון להמשיך בעבודה, אז נפסקת המנוחה והוא ממשיך לעבוד. יתכן שהשבת האידיאלית שהיא דוגמת המנוחה הפסיכופיסית הפשוטה נגמרת בלי ירידה אטית ובלי לאות, אלא שלפי הנראה אין נפש האדם מוכנה לכך, ומוכרחים להתגבר על המעבר מן השבתון לימי המעשה.

הבשמים שבהבדלה המסורתית באים כידוע לחזק את הנפש שנחלשה. החסידים עורכים סעודה במוצאי שבת הנקראת סעודת „מלוות מלכה" שבה מלווים את שבת המלכה בצאתה כשם שמלווים אורח היוצא לדרך. (זהו הפתרון החסידי לבעיית מוצאי שבת). אין הדבר טבעי להתחיל מיד אחרי השבתון במלאכה היומיומית, ואין דרכם של בני אדם לעבוד בערבית, ואם יופסק השבתון ויתחיל ערב של מנוחה רגילה כערבי החול, יש בנוהג זה ירידה בלתי רצויה, ואם „יקדישו" את הערב הזה לאמנות, להצגות וכו', יהיה בזה משום בריחה. (ויתכן שמוטב להשאיר את הערב ללא תוכן מאשר למלא אותו בתוכן מלאכותי). מאידך חשוב הוא שלא תבוא התפרקות במוצאי שבת כדוגמת הריקודים המתפרקים מאליהם והנהפכים לריקודי זוגות ולבסוף הם דועכים. אין להמשיך איפוא ב„הילוך הנמוך" הנ"ל במוצאי שבת עד השינה. הדרך המתאימה ביותר היא כנראה לעסוק במוצאי שבת בסידור העבודה לכל השבוע ובהכנת העבודה. הזמן מתאים לחלוקת בגדי העבודה ובגדי השבוע וכדומה.

השבת מחולקת איפוא לחמשה זמנים שלכל אחד מהם יש אופי

מיוחד:

- א. ליל שבת, האופי: הכנה.
- ב. שבת בבוקר, האופי: שבתון מלא של האישים.
- ג. הסעודה, האופי: ביטוי להרגשת ה„יחד".
- ד. שעת המנחה, לפנות ערב, האופי: חיים עדתיים שאחרי השבתון בהילוך נמוך.
- ה. מוצאי שבת, האופי: הכנה לששת ימי המעשה.