שבת שלום לכולם,

אריה ביקש ממני לתת דרשה השבת, ותכננתי לסרב לו באלגנטיות, כי הרגשתי שבתוך כל השקט הזה שהקורונה הביאה לתוך חיי, עוד לא התגבשה בי שום מחשבה בהירה שיש לי לחלוק עימכם...

אני בכלל עוד בהתכנסות, בשקט, מנסה להבין מה אני לוקחת מהעידן החדש שהגיע לפתחנו...

הבקשה של אריה הגיעה ביום ראשון, היום הראשון שבהם ניתנו הנחיות ראשונות ל"יציאה ממשבר הקורונה"... והדבר היחיד שעלה לי לראש, זה כמה חשוב זה הזמן הזה, זמן המעברים... ואיך יוצאים טוב מזמן כל כך ארוך של התכנסות, של שקט. מעין ויפאסנה כפויה שהגיעה לפתחנו, שחלקנו הרגשנו תסכול וקושי על החירות שנגזלה מאיתנו, ואחרים מצאו את הדרך והרצון להתמסר...

רגע לפני שעניתי לאריה שאין לי עדיין שום דבר בעל ערך לומר, חשבתי רק לבדוק באיזו פרשה מדובר... פניתי לרבי גוגל, ושאלתי מהי פרשת השבוע ולהפתעתי הרבה גיליתי שאנחנו בפרשת תזריע מצורע.

תזריע מצורע היא פרשת בת המצווה שלי, כך שגם אם עוד לא התגבשה בי שום תובנה ברורה על הזמנים האלו, ואין לי שום דבר עמוק או חשוב לחלוק אתכם יש לי עד היום ב1730 לאפשר למשהו להגיע...

קהילה יקרה, אני סוגרת בזאת את שנת הארבעים לחיי. שנה שהייתה בעבורי שנה מאד משמעותית. בדמיונותיי איך אחגוג את סגירת שער הארבעים, התלבטתי אם הגיע הזמן ליסוע לטרק של שבוע בהרים, או להתכנס לאיזו וויפאסנה... בדמיונותיי הפרועים ביותר לא יכולתי להמציא מתנת יום הולדת יותר מותאמת, מאשר חודש וחצי של התכנסות משפחתית בבית, עם עצמי, עם ישי, ועם הילדים...

בפרשת תזריע מצורע, מסופר לא מעט על דיני הצרעת, מה מותר ומה אסור, אף פעם לא הבנתי את הפרשה הזו, למרות שדרשתי בה לא מעט בחיי... הצרעת הזו נשמעה לי תמיד כמו מחלה נושנה, שחלפה מן העולם... והנה אנו עומדים בפני מציאות משונה, שבה ישנו וירוס מדבק ביותר, וכדי להתמודד איתו מנחים אותנו להישמר זה מזה, במגע, לחבוש מסיכות, ובכלל לא להיפגש עם מי שלא חי איתנו בבית... אנשים חולים נשלחים הרחק מאיתנו, או נדרשים להישאר מבודדים... אותה מחלה נושנה, שבה אל העולם, והפרה באחת את מקצבו...

ברצוני לשתף אתכם בכמה מחשבות שיש לי על הזמן הזה, בתקווה שזה יהיה בעל ערך גם בעבורכם...

זמן קורונה, זמן שמבקש התכנסות, זמן שמבקש תנועה פנימה לתוך עצמנו, בחיק משפחתנו. זמן שמאפשר התבוננות ובחינה של חיינו, של בחירותנו. זמן שמזמין לבחירות מחודשות...

ברור לי שברחבי הארץ והעולם, כל אחד חווה את הזמן הזה באופן כל כך כל כך שונה. יש מי שרועש לו מדי, יש מי ששקט לו מדי, יש מי שהקורונה תפסה אותו ברווקות ובבדידות, ויש מי שהקורונה הגיעה בדיוק בעת לידה...יש מי שמרגיש כלוא בדירה קטנה בעיר, ויש מי שהיער או ההר או הים, או המדבר, פרוסים למרגלותיו...

וכל אחד מהמקום שבו הוא נמצא נדרש לשאול- האם אני שבע רצון מהבחירות שעיצבו עד כה את חיי? האם אני שמח בהיותי רווק או רווקה? או לחילופין האם אני שמחה בזוגיות שבחרתי לי? האם אני שמח שבחרתי לחיות במקום שבו אני חי? האם אני אוהבת את העבודה שלי? האם אני מבטאת את היצירתיות שלי? האם אני מגדלת את ילדיי באופן שבו הייתי רוצה? האם אני מרגישה מחוברת לקהילה שבה אני חיה?

הרבה שאלות שאולי תמיד היו שם, מהדהדות ביתר שאת בתקופה זו, ועם התוויית "תוכנית היציאה ממשבר הקורנה", אולי ייטיב עימנו לוודא שאנו עוצרים לעוד רגע לפני, כדי לצאת מתקופה זו בצורה בריאה...

אחת ההנחיות הכי חשובות שקיבלתי בעת יציאתי מוויפאסנה, היא ההנחיה לצאת בהדרגה. אך לפני שלמדתי זאת, פעם מזמן, הלכתי לאיבוד בסין, ובמשך שבוע שלם לא החלפתי מילה עם נפש חיה לא סינית. פגשתי רק סינים, שלא הבינו מילה ממה שאמרתי, ולא בדיוק ידעתי איפה אני, או מתי אפגוש מישהו שאוכל לתקשר איתו... לאורך השבוע, התכנסתי עוד ועוד לתוך עצמי, וחוויתי חוויות מאד קרובות, אינטימיות, מרגשות ועוצמתיות. ברגע מסוים הבנתי שאני צריכה לצאת מהארץ הזו, ועשיתי את דרכי לטיבט בשעות אינסופיות באוטובוסים, עולה על אוטובוס של 24 שעות, יורדת, ועולה על אוטובוס נוסף של 15 שעות. עד שהגעתי לאיזו תחנה, וכל מה שהצלחתי להבין זה שאין עוד אוטובוסים כעת. איזה נהג מונית שלא דיבר מילה אנגלית סימן לי שייקח אותי, ופשוט הלכתי איתו כי לא היה לי משהו יותר טוב לעשות. ואז הגעתי לגסט האוס, ובתוכי אני תוהה אם יש עוד אנשים שמדברים בשפה שאני מבינה ופתאום משום מקום אני שומעת עברית, חבורה של ישראלים ניצבה לפני... לא פחות ולא יותר... רצתי אליהם פרצתי בבכי וחיבקתי אותם בעוז. הם אימצו אותי אליהם, והימים הבאים הפכו לסיוט. כל כך שמחתי לסיים את הוויפאסנה המשונה שנקלעתי אליה בטעות, אבל המעבר משקט תהומי, מקירבה כל כך עמוקה ועדינה לעצמי למפגש כל כך רועש עם חבורת ישראלים שזה עתה השתחררה מהצבא היתה כל כך קיצונית, שהייתי במצוקה נוראה.

מאז בכל וויפאסנה שעשיתי, למדתי, כמה חשוב לצאת לאט. בהדרגה. בקשב עמוק לקצב.

אז אני תוהה בימי הקורנה האלו- מה למדנו על עצמנו? מה אנחנו רוצים להשאיר מאחור? מה היינו רוצים לקחת עימנו לעולם החדש אותו אנו בוראים?

האם אנחנו רוצים לעבור דירה? להחליף זוגיות? לפנות יותר זמן לזוגיות כדי שנוכל להנות ממנה ולא נצטרך להחליף אותה? כמה אנשים יעברו מהעיר לכפר בימים שאחרי הקורונה? כמה יעברו לגור יותר קרוב לבני משפחתם המורחבת? מי מאיתנו יתחיל לגדל את האוכל שלו, או יותר מהאוכל שלו...

כמו גם התבוננות על האופן בו ניהלנו את חיינו עד כה: האם אנחנו יודעים לנוח? באמת לנוח? להישאר בבית ופשוט להיות? או שעד עתה כל ימי החופש שלנו בילינו, בנסיעות, בתוכניות, בפעילויות קדחתניות?

כמה זמן משפחתי שקט יש לנו? רק המשפחה הגרעינית, מבלי שצץ איזה חבר או שכן ודופק בדלת?

מה גילינו על עצמנו בזמן הזה?

האם התמסרנו?

בפרשת תזריע מצורע יש הנחיות מאד מאד ברורות לגבי כמה נושאים:

דיני טומאת יולדת וקורבן יולדת.

דיני נגעי צרעת בעור האדם: שאת, בהרת, מחיה, שחין ומכוה.

דיני צרעת בשער הראש והזקן ("נתק").

דיני המצורע והמגבלות החלות עליו.

דיני צרעת הבגד.

אני רוצה להזמין אותנו, שהזמנים המשונים האלו, ימי הקורונה, יאפשרו לנו להתבונן על כל הדינים שמרכיבים כעת את חיינו ושנוכל לשאול שאלות, ולקחת אחריות על חיינו מתוך בחירה מלאה.

אם הקצב, והדרישות בחיינו הקודמים, היו בלתי סבירים, אם חזרנו כל יום בשש מהעבודה, ולא זכינו לגדל ולגדול עם ילדינו, אם הוצאנו הרבה יותר מדי כסף על דברים שאנחנו לא באמת צריכים, או תפרנו נסיעות בכל הארץ או בכל העולם, ופתאום אנחנו מגלים כמה נעים לפגוש את השכנה ממול...

הרי אנחנו הבוראים של מציאות חיינו... הרבה מאיתנו למדנו כמה שקט נכנס לחיינו מההאטה הכפויה הזו... כמה ניתן לחיות חיים מלאים, ומקומיים בטווח של 100 מטר, או ללא יציאה מהבית כלל...

ואולי יש לנו כאן הזדמנות לחולל מהפכה. מהפכה שקטה של בחירות שיותר מותאמות לטבע ולמקצב האנושי... כי אם כולנו נעדכן את הבוס שלנו, (שסביר להניח שגם הוא כבר התמכר למקצב האחר הזה...) שממילא עבודה של כל כך הרבה שעות ברצף, איננה יעילה, ושזמן של מנוחה בבית בחיק המשפחה תאפשר לנו להיות יעילים ויצירתיים כל כך הרבה יותר בעבודה...

ואולי העובדה שלא ראיתי את הארנק שלי כבר חודש וחצי, מלמדת אותי, שחצי מהדברים שאני בדרך כלל רוכשת אני כלל לא צריכה...

ואולי נחשוב פעמיים לפני שנצא לנסיעות ארוכות, וניזכר שסינגל חנתון פשוט יפהפה, ושניתן לעשות קמפינג כאן ביער, ובכך ניתן יד לריפוי כדור הארץ...

כשכל זה רק התחיל, ולא היה ברור אם ומה ואיך יהיה היתה איזו בהלה שלא יהיה נייר טואלט, ושיחסר אוכל. אני דמיינתי אותנו שותלים מלא אוכל בכל הרצועה שבין שכונת הרקפות והגנים. ובעצם בכל חלקה טובה שיש לנו. עלה לי צורך להתעמק בליקוט הצמחים המקומיים, כדי ללמוד עוד ועוד מה גדל כאן בסביבתנו, ויכול להזין אותנו, ולרפא אותנו. דמיינתי אותנו קולעים סלים, ויוצרים שווקים של תוצרת מקומית. דמיינתי אותנו שבים אל חיים שבטיים, פשוטים... אהבתי את הדמיונות האלו. פתאום הסתכלתי סביב, וחשבתי שזהו הכפר, השבט שאני רוצה לרקום בו חיים שכאלו...

אני יודעת שהתקופה הזו לא היתה פשוטה לכולם, שיש בה הרבה אתגרים, שיקופים כואבים, עליות ומורדות. ואני גם שומעת כל כך הרבה אנשים שמרגישים כל כך מבורכים בזמנים האלו.

אז רגע לפני שבת, אני מזמינה אותנו להתבונן, מה אנו מבקשים לשמר מהזמן הזה. אלו תובנות, או הרגלים, או טקסים, גם אם הכי קטנים- נרצה לקחת איתנו לעידן החדש... מה אנחנו לא מוכנים לשכוח... אולי טיול משפחתי של שבת אחר הצהריים... פעילות גופנית יומית... זמני יצירה משותפים לכל בני הבית... מדיטציה יומית... או ההרגל שבכל יום מישהו מבני הבית מפנק את כולם באיזה מטעם...

וכאשר פנינו לקראת יציאה ממשבר הקורונה, מזמינה אותנו לעצור רגע, כדי לקחת עוד נשימה, כדי לצאת לאט ובהדרגה, כדי שהזמן הזה יוטמע בנו עמוק. ובכל עת נוכל להיזכר בימים האלו, לשאוב מהם השראה, לאיך ומה ברצוננו לשחרר מעלינו, ומה אנו מבקשים לקחת איתנו לתוך החיים שיבואו...

מברכת אותנו שבכל מובן ואופן נצא מעבדות לחירות, ונבחר כל יום להיות יותר ויותר בני חורין. ובוחרים

שבת שלום