

# היחס לקשרים בין אישיים במקורות היהדות

בי"ס: אולפנת אמי"ת נגה

מורה מלווה: הרבנית רחל וכטפוגל

כיתה: ח

תלמידה: עדן וורטמן

## שאלה תורנית והקשר לחיים האישיים שלי/לתקופת הקורונה

בתקופת הקורונה גילינו כמה הבדידות קשה מנשוא. לקראת חג הפסח שמעתי בחדשות על אנשים שיחגגו את ליל הסדר לבד, ללא משפחותיהם וחבריהם, ולפתע עלה למודעות שלי המצב של אנשים בודדים, במיוחד בקורונה. כאב לי לדעת שאנשים בודדים וסובלים מכך. כאב לדעת שאנשים חיים ככה את חייהם עוד לפני וללא קשר לקורונה ושלא היתה לי מודעת לכך כלל. בעקבות כך, רציתי להבין למה קשרים בין אישיים כל כך חשובים, ולמה קשה כל כך להיות לבד ללא קשרים חברתיים. אני מעוניינת להבין יותר על הנושא הזה גם מבחינה מקצועית ונפשית וגם מבחינת המקורות היהודיים. מה יש לתנ"ך ולחז"ל ללמד אותנו על קשרים בין אישיים. עניין אותי להבין את החסרונות של הבדידות והאם יש גם יתרונות, ואם כן, מה הם. השאלה אותה אחקור בעבודה היא מהי החשיבות שבקשרים בין אישיים לפי המקורות היהודיים? אעניין גם במקורות מקצועיים כדי להבין יותר את הבדידות.

## היחס בתנ"ך ובמקורות לקשרים בין אישיים ובדידות

בפרק א' ראינו את ההתייחסות של התנ"ך, חז"ל והפרשנים לקשרים בין אישיים ולעומתם - לבדידות. למדנו על יתרונות רבים של החברות ומעט על החסרונות שבה. בתחילת הפרק ראינו שהחבר הוא ההשלמה של האדם, החלק החסר שלו. כל אחד נותן לחברות את מה שחסר לשני ותורם את חלקו וחוזקתו לחברות (האברבנאל והמהר"ל). מעבר לכך, למדנו שכשפועלים יחד העבודה יותר קלה. שותפים מצליחים בעבודה שהיחיד לא היה מסוגל אפילו להתחיל לבד. השותפות מקלה על המשימה ולשניים שעמלים יחד יש שכר גדול. בנוסף לכך אנחנו לומדים שעצם היות שניים ביחד מועיל בפני עצמו. גם כשלא עושים דבר הביחד הוא תועלת (רש"י והר"ן). בהמשך למדנו על "חבר אמת", חבר שידאג לחברו ויספר לו כל סודותיו, יאהב אותו כגופו ויהיה מוכן למות בשבילו (רבי מנחם המאירי). וכן, על "החברות האידיאלית", "חברות שבה שני האנשים מכוונים למטרה משותפת של טוב, ועוזרים אחד לשני להגיע לשם) (רמב"ם). לעומת היתרונות, ראינו בחז"ל התייחסות גם לחסרונות שבשותפות. חסרון גדול הוא חוסר לקיחת האחריות שבשותפות. כלומר, כששניים עובדים ביחד כל אחד סומך על השני ולכן הוא פחות משקיע.

התוצאה הסופית היא פחות ממה שהיה יוצא אם כל אחד היה עושה אותה לבד ולוקחת עליה אחריות מלאה (רש"י). חסרון נוסף הוא התוצאה הלא ייחודית של עבודה משותפת. כששניים עובדים ביחד התוצר לא מבטא את הייחודיות של אף אחד מהם, אלא את הממוצע שלהם (מסכת בבא בתרא).



## בדידות וקשרים בין אישיים מבחינה מקצועית

בפרק ב' ב'חנו את הבדידות מבחינה מקצועית וראיינתי עובדת סוציאלית ופסיכולוגית. בנוסף, התייחסתי לדוגמה של השלכת נושא הבדידות על פסיקת ההלכה. בפרק זה ראינו את הקושי של הבדידות וההשלכות שלה על נפש האדם ואפילו על בריאותו הגופנית. עמותות ואנשי מקצוע שונים מתייחסים לנושא זה בהרחבה ומנסים להציע פתרונות. גם ההלכה מנסה למצוא פתרונות להקל על הבדידות כאשר יש חשש שזה מצב של פיקוח נפש.

## מסקנות ותובנות מהעבודה

התחלנו את העבודה בהצגת היחס לקשרים בין אישיים ובדידות במקורות היהודיים, ואחרי זה ראינו התייחסות לבדידות בימנו במחקר, בטיפול, ובהלכה. באופן לא מפתיע למדנו על הקושי של הבדידות והחשיבות הגדולה של קשרים בין אישיים. ראינו שיש התייחסות רחבה לנושא בתנ"ך ובחז"ל. המקורות היהודיים לימדו אותנו מה בדיוק החשיבות בקשרים בין אישיים כמו התמיכה, האפשרות להתיעצות, וההשלמה אחד של השני. במחקרים שקראנו על הבדידות הבנו את הסיכון הגדול בבדידות, פיזית ונפשית. בהמשך למדנו שהמצב הנפשי של האדם הבודד משפיע על ההלכה. יש מקרים שהבדידות תהיה מוגדרת כפיקוח נפש ושיהיה מותר לחלל שבת בגללה. אני מקווה שאנשים יקראו את העבודה שלי ויבינו כמה אנשים בודדים, וישומו לב לאנשים הבודדים מסביבם. אני מקווה שאנשים יבינו כמה הקשרים הבין אישיים שלהם חשובים, ושישמרו עליהם.

