

סדרת
הטיפים של נתי

לומדים לחיות בריא

150 טיפים אהרשיות השבוע



נתי רגב

אם מדבר שוארים על סדר...

מדבר הוא לא מקום של בית. אין בו סדר. יש בו נחש שרף ועקרב. יש בו חום וצמא לרוב. הגבולות מטושטשים. אם לא נפלו לגמרי...

האיזון שברירי מאד. אם לא נשבר מזמן...

חומש במדבר בא ללמדנו, שגם במקום מדבר חייבים לשמור על בית, וגם באי הסדר חייבים לשמור על סדר. לפי מחנות. לפי דגלים. לפי שבטים.

ארון הברית באמצע. מחנה כוהנים ולויים. מסביבם יחנו שבטים וימשיכו בשדרות מסע. הקדושה תישמר גם במדבר! איש לא ישתה עד שכרות, ואישה לא תעשה כל מה שבא לה. לוי לא יכול להיות פתע כהן, ונביא לא יהיה, בהכרח כמו משה. לא מדברים רע, על מי שרוצים ומתי שרוצים. לא עושים מול כולם, מעשים שאינם יעשו.

ומה זה מלמד אותנו על בריאותנו?

ובכן, דבר זה מלמדנו, שגם בשעות קשות, של מדבר ושבר, בכאוס נוראי וברגעים של אי סדר, אל תוותרו על בריאותכם!

אל תרוצו למתוק, לסיגריה או לאלכוהול. אל תישארו במיטה, דיכאוניים וחסרי תנועה. המשיכו בסדר שלכם. לחייך, לרקוד ולהתעמל! הניעו את הצי, חזק יותר. מהר יותר!



טוב לפניך וטוב לפניך

מסתבר שהסביבה של האדם בהחלט משפיעה על תפקודו. ירצה בכך או לא.

האנרגיה במרחב בו אנו חיים מחלחלת גם אל תוכנו. במודע או שלא.

על כן, בחרו לכם סביבה, קהילה, שכנים, חברים, עם אנרגיה טובה, תומכת, מפרגנת ומזינה. ולא כזו עם אנרגיה רעה, קנאית, פוגעת ומרוקנת...

וכך אנו קוראים בפרשת במדבר על סדר המחנות במדבר:
"משפחת בני קהת יחנו וגו' תימנה" -

כותב רש"י - "וסמוכין להם דגל ראובן החונים תימנה, אוי לרשע ואוי לשכנו, לכך לקו מהם דתן ואבירם ומאתים וחמישים איש עם קרח ועדתו, שנמשכו עימהם במחלוקתם".

ממשיך הכתוב - "והחונים לפני המשכן... משה ואהרן ובניו" - ממשיך רש"י - "וסמוכין להם דגל מחנה יהודה, והחונים עליו יששכר וזבולון, טוב לצדיק טוב לשכנו, לפי שהיו שכניו של משה שהיה עוסק בתורה, נעשו גדולים בתורה, שנאמר (תהילים ס, ט) יהודה מחוקקי, ומבני יששכר יודעי בינה וגו' (דה"י א' יב לג)

מאתים ראשי סנהדראות,
ומזבולון מושכים בשבט
סופר (שופטים ה יד).



האמא? את בן חברו תורה

ילדים הם לאו דווקא קניין ביולוגי.
אתה יכול להיות אבא, לילדים שהם בכלל לא שלך...
בן הוא כל אחד שאתה בונה אותו, מכניס בו בינה, מעצים אותו,
מחנך אותו לערכים, לאידיאלים, גם אם לא הולדת אותו, גם אם
הוא לא רשום לך בספח של תעודת הזהות.

לאדם ערירי יכולים להיות הרבה ילדים ולאבא לעשרה יכול
להיות שאפילו בן אחד לא יהיה.
כי הוא לא לימד אותו כלום...

וכך אנו קוראים בפרשת במדבר: "ואלה תולדת אהרן ומשה":
כותב רש"י- "ואינו מזכיר בהמשך אלא רק בני אהרן?
אלא נקראו תולדות משה, לפי שלמדן תורה. מלמד שכל המלמד
את בן חברו תורה, מעלה עליו
הכתוב כאלו ילדו".

