התבודדות

כשהחושב מתבודד, ומתגלה בנפשו אז הכח הרוחני הפנימי שלו, חש הוא את כל הפגמים שנפגמה נשמתו, מכח מעשים ומדות שאינן הגונות, מצטער הוא אז בצער פנימי ועמוק, וחותר ברוחו איך לתקן את המעוות ראי"ה קוק התבודדות שמונה קבצים, א, רנו

"כל הנביאים אין מתנבאין בכל עת שירצו אלא מכוונים דעתם ויושבים שמחים וטובי לב ומתבודדים, שאין הנבואה שורה אלא מתוך שמחה". משנה תורה לרמב"ם הלכות יסודי התורה פרק ז

"ויצא יצחק לשוח בשדה לפנות ערב..." (בראשית, כ"ד, סג).  
"דע! כשהאדם מתפלל בשדה, אזי כל העשבים כולם באין בתוך התפילה ומסייעין לו, ונותנין לו כח בתפילתו.  
וזה בחינת שנקראת התפילה שיחה בחינת שיח השדה, שכל שיח השדה נותנין כח וסיוע בתפילתו. וזה בחינת 'ויצא יצחק לשוח בשדה' - שתפילתו היתה עם סיוע וכח השדה..."

(ליקוטי מוהר"ן תניינא, י"א).

"ההתבודדות היא אחת הנכבדות שבין המידות התרומיות, והיא דרכם של גדולי הצדיקים, ובאמצעותה הגיעו הנביאים לידי התגלות"... "ולא עוד אלא שהיא היא ההתגלות עצמה"… "ומדרגה זו תושג על ידי ביטול פעולתו של החלק המרגיש מחלקי הנפש, כולו או רובו... ועל טיהור הלב והמחשבה מכל דבר זולתו יתעלה".

רבי אברהם בן הרמב"ם ספר "המספיק לעובדי השם" פרק "ההתבודדות"

מובא ב"טור" (אורח חיים סימן צ"ח): "וכך היו עושין חסידים ואנשי מעשה, שהיו מתבודדים ומכוונים בתפילתן, עד שהיו מגיעים להתפשטות הגשמיות ולהתגברות רוח השכלית, עד שהיו מגיעים קרוב למעלת הנבואה".

....חיוב מצווה זו כך הוא - שיהא אדם מתחנן ... בכל יום ומגיד שבחו של הקדוש ברוך הוא, ואחר כך שואל צרכיו שהוא צריך להם בבקשה ובתחינה, ואחר כך נותן שבח והודיה לה' על הטובה שהשפיע לו, כל אחד כפי כוחו. אם היה רגיל, מרבה בתחינה ובקשה. ואם היה ערל שפתיים מדבר כפי יכולתו ובכל עת שירצה ...וכן היה הדבר תמיד ממשה רבינו ועד עזרא" רמב"ם, ספר אהבה, הלכות תפילה פרק א

"כל הצרות הבאות עלינו שאיננו ניצלים מהן המה מפני שאין אנו צועקים ומרבים בתפילה עליהם, כי לו התפללנו ושפכנו שיח לפני הקדוש ברוך הוא, בוודאי לא ישובו תפילותינו ובקשותינו ריקם. ולא יסתפק האדם במה שמתפלל השמונה עשרה שלש פעמים בכל יום, אלא כמה פעמים ביום צריך לשפוך תפילות ובקשות בינו לבין עצמו כשהוא בביתו מעומק הלב".

ה"חפץ חיים", "ליקוטי אמרים" פרק י' עמ' מ"ז

"עוד שמעתי בשמו לעניין מעלת השיחה בינו לבין קונו, שאמר, שעל תפילות ותחינות ובקשות הסדורות מכבר, כבר יודעין מהם כל המחבלים והמקטרגים, והם אורבים על הדרכים של אלו התפילות, מחמת שיודעים מהם מכבר. כמו למשל, על הדרך הכבושה, הידוע ומפורסם לכל, שם אורבים רוצחים וגזלנים תמיד, מחמת שיודעים מדרך זה כבר, אבל כשהולכין בנתיב ודרך חדש, שאינו נודע עדיין, שם אינם יודעים לארוב כלל.

כמו כן לעניין הנ"ל, כי השיחה שמדבר האדם עצמו בינו לבין קונו, הוא דרך חדש ותפילה חדשה, שהאדם אומרה מליבו מחדש, על כן אין המקטרגים מצויים כל כך לארוב. ואף על פי כן הזהיר מאד גם על אמירת שאר תחינות ובקשות, כמבואר בדברינו כמה פעמים"

ליקוטי מוהר"ן צ"ז