

יום כיפור + חשבון נפש

מטרות

1. נגדיר את המושג "חשבון נפש" וחיבותו בחיים כבוגרים.
2. נדבר על יום הכיפורים, המשמעות שלו עבור כל אחד. ת. ומה ניתן ללמוד ממנו על סליחה והיכולת לסלוח.
3. כל חניכה יחשוב עם עצמו אילו דברים היה רוצה למנף ולשמר בעצמו השנה ואילו דברים היה מעדיף לשפר.

מהלך

(הפעילות תעבור בזום)

1. פתיחה: התחברות לזום + סבב מה נשמע - 10 דקות.
בסבב, כל חניכה ת. יספר איך עבר עליה. היום.
(תחילת מסורת סבב מה נשמע!)
2. פתיחה - 13 דקות.
יום כיפור מאפשר לרבים ורבות מאיתנו לעצור, לחשוב על השנה החולפת, על מעשינו, מערכות היחסים שלנו, ההתנהלות שלנו והציפיות שלנו לשנה הבאה. דומה כי גם עבור הציבור שאינו בוחר ללכת לבית הכנסת, טעון היום הזה בחוויה אחרת, שקטה, יש שיאמרו - קדושה. גם הבחירה לצאת לרכב על אופניים, להנות מרחובות ללא מכוניות או לשבת בבית בשקט עם חברים וחברות מהווה אפשרות לציין את היום השונה הזה. השנה, יום הכיפורים יצוין בצורה אחרת מבשנים עברו. מגפת הקורונה שהיכתה בכולנו בשנה האחרונה, תחייב אותנו לנהוג במשנה זהירות. אלו הרגילים ללכת לבית הכנסת אולי ימנעו מלעשות זאת, התקהלויות גדולות בחוץ ובבית לא אפשריות וכך רבים מאיתנו ישארו בבית, תוהים כיצד ניתן להתמודד עם היום הזה.
- כל חניכה בתורה. י. תספר על החשיבות של יום כיפור\סליחה\חשבון נפש עבורו.
3. כוחה של סליחה - 7 דקות.
אקריא לחניכות. ים מעין משל על סליחה, בעיניי הוא מבטא בצורה הפשוטה ביותר את היופי והבגרות שבללמוד לסלוח לאחר - במיוחד ביום כזה המוקדש לחשבון נפש והתבוננות עצמית.
מספרים על שני חברים שהלכו יחד במדבר.
במהלך המסע, החל להתעורר בין השניים ויכוח סוער וחבר אחד סטר על לחיו של החבר השני.
החבר שקיבל את הסטירה לא החזיר מכה ולא אמר מילה רעה. במקום זה הוא הרים מקל וכתב על החול:
היום, החבר הכי טוב שלי סטר לי בפרצוף!

השניים המשיכו במסעם, עד שמצאו נווה מדבר והחליטו לטבול בו. החבר האחד נכנס למים ושכך בהם בלי בעיה ואילו החבר השני, שקיבל את הסטירה, נסחף לאזור של מים עמוקים והחל לטבוע.

חברו מיהר לשחות לעברו ולמשות אותו אל הגדה. לאחר שהתאושש, חרט החבר על האבן הקרובה:

היום החבר הכי טוב שלי הציל את חייל!

החבר שסטר והציל מטביעה, הסתכל בו בפליאה ושאל:

אחרי שפגעתי בך כתבת בחול ועכשיו אתה חורט על אבן - למה?

הסתכל עליו החבר השני וענה:

כשמישהו פוגע בנו אנחנו צריכים לכתוב את זה על חול כדי שרוחות של סליחה יוכלו למחוק מה שהיה, אבל כשמישהו טוב קורה או כשמישהו עושה עבורנו דבר נפלא, עלינו לחרוט זאת באבן כך ששום רוח לא תוכל לטשטש את מה שהיה.

מי ייתן ונלמד לכתוב את שעל ליבנו בחול ולגלף את אושרנו באבן.

מי ייתן ורוחות של סליחה יוכלו למחוק עקיבות ישנות בחול ולאפשר לנו לצעוד בבטחה בדרך חדשה.

5. דברים שהייתי רוצה... - 10 דקות.

אבקש מכל החניכות. ים לקחת דף לבן ולחצות אותו לשניים. על חצי אחד יכתבו "דברים שהייתי רוצה לשפר בי השנה" ועל החצי השני "דברים שהייתי רוצה לשמר בי השנה". אתן להם זמן למלא כל קטגוריה לפחות בשלוש "מטרות" - אופציה שהחניכות. ים ישתפו (יכול להיות קשור לבית הנוער, תחום אישי, עם חברים\משפחה).

לא בכל יום יש לנו את הפנאי לערוך חשבון נפש; לבחון בעין ביקורתית את מעשינו במהלך תקופת זמן מסוימת: לבדוק את החיבורים, לראות מה החסרנו, מה הוכפל ומה חולק. ככל בעל עסק, אנו נדרשים לעצור ולבחון את הרווח וההפסד השנתיים, רק שהפעם העסק הוא אנחנו: גופנו, בתינו, משפחתנו, עולמנו. יום הכיפורים מהווה נקודת זמן מצויינת לעשות חשבון בשקט - בלי רעשי רקע, בלי הסחות, בלי בלבול במספרים. זו ההזדמנות עבורנו לשאול את עצמנו: "סליחה, אפשר חשבון נפש בבקשה?" יום הכיפורים הוא זמן של התבוננות פנימית. של עצירה ומבט אל הניסיונות שניסינו השנה. ההתבוננות פנימה מאפשרת לנו גם להסתכל קדימה, לעיתים באומץ, ולשאול מה אנחנו מבקשות ומבקשים לעצמנו לשנה הבאה. להרשות לעצמנו להשתנות, לא להמשיך בדיוק כמו בשנה החולפת. יום כיפור הוא רגע של ביקורת עצמית, כואבת לעיתים, אך גם הזדמנות לשינוי. אנחנו בוחרים לעצור את מרוץ החיים ליום אחד. של התבוננות. של מחשבה. של מבט צופה פני עתיד.

6. סיכום - 5 דקות.

נסכם את הפעילות, החניכותים יספרו איך הייתה להם הפעולה ויציעו נקודות לשיפור ונקודות לשימור.

עזרים:

- קטע קריאה "כוחה של סליחה".