מערך פעילות

יום הכיפורים | גרסה להדפסה

משך: שעה וחצי

קהל יעד: ש״שנים

עזרים: לוח מחיק + טושים, שיר וטקסטים (נספחים), דפים חלקים, עטים, טושים צבעוניים / עיתונים (לבחירת המנחה), דף הסבר על יום כיפור (עבור המנחה)

המערך מנוסח בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד, אך מיועד לכל המגדרים

רציונל

יום כיפור, לצד פסח והשבת, הוא סמל מובהק של התרבות היהודית לדורותיה. יום זה מהווה עבורנו הזדמנות לעריכת חשבון נפש – הן מבחינה אישית והן מבחינה חברתית וציבורית. במפגש זה נעסוק במהותו של היום: חשבון נפש, סליחה והזדמנות ליציאה לדרך חדשה.

מטרות

- ✓ המשתתפים יכירו לעומק את יום כיפור – מהותו ומנהגיו.
- ✓ המשתתפים ידונו במשמעות חשבון הנפש – האישי והציבורי.
- ✓ המשתתפים ידונו במשמעות הסליחה בחייהם – כסולחים ונסלחים.

מהלך

1 פתיחה

נשב במעגל. נאמר כי במפגש היום נעסוק ביום כיפור. נכתוב על לוח מחיק, במרכזו ובכתב גדול, את המושג "יום כיפור", ונערוך סבב שבו כל משתתף מספר מה הוא עושה ביום זה.

הערה: יש לשמור על אווירה מכבדת שמקבלת את התשובות השונות.

כעת נבקש מכל משתתף להגיד מנהג שהוא מכיר בהקשר של היום – ובמקביל נרשום את המנהגים על הלוח. לסיום נשלים את המידע שלא נאמר.

הערה: ניתן להיעזר בנספח 1 – "מידע על יום כיפור".

2 על חשבון נפש – בין האישי לציבורי

נאמר שיום כיפור מוקדש לחשבון נפש – הן ברמה האישית והן ברמה הציבורית־שלנו כחברה. נחלק למשתתפים עותקים מהטקסט של א״ד גורדון בנושא יום הכיפורים (נספח 2), ונקרא תחילה את החלק הראשון.

הערה: מומלץ לבקש מאחד המשתתפים לקרוא בקול רם.

כעת נבקש מהמשתתפים לענות על השאלה שגורדון הציג: **מה תפקידו / מהותו של יום כיפור עבור החילונים?** לאחר שענו, נקרא את המשך הטקסט.

כעת נשאל את השאלות הבאות

- מה דעתכם על דבריו של גורדון?
- מה יקרה, לפי דבריו של גורדון, אם יום זה יבוטל מלוח השנה? האם אתם מסכימים עם דבריו?
- האם יש להתמקד ביום כיפור בחשבון הנפש האישי או בחשבון הנפש הציבורי / חברתי?
- האם ניתן לקיים חשבון נפש ציבורי ללא חשבון נפש אישי (ולהפך)? האם הם תלויים זה בזה?

כעת נחלק לכל משתתף דף ועט. על צד ימין נבקש מהם לכתוב "אישי", ובצד השני "ציבורי". במקביל נרשום את השאלות הבאות על הלוח, לפי החלוקה:

צד ימין – חשבון נפש אישי

- איך עברה עליי השנה האחרונה?
- האם הייתי משנה משהו בדרך ההתנהגות שלי?
- האם עשיתי דבר שאני מתחרט עליו?
- האם יש דבר שעליי לתקן?
- האם אני צריך לבקש סליחה ממישהו?

צד שמאל – חשבון נפש ציבורי

- מה מצב החברה שאנו חיים בה?
- האם אנחנו נמצאים במקום שבו היינו רוצים להיות?
- מה חלקנו ביצירת מצב זה?
- מה היינו רוצים לשנות בה?
- מה אנחנו יכולים לעשות כדי לתקן את המצב?

נבקש מהמשתתפים לשתף במה שכתבו בפן הציבורי בלבד.

3 על סליחה

נאמר כי כעת נעסוק במושג "סליחה". סליחה כנה מלווה בדרך כלל בתהליך של התבוננות פנימית – בחשבון נפש של האדם, המעורר אותו לפעולה אל מול הזולת. ללמוד לסלוח ולבקש סליחה הוא כישור חיים הנחוץ לביסוסן ולשמירתן של מערכות יחסים, ומכאן החשיבות של סליחה כאורח חיים.

נשאל את הקבוצה את השאלות הבאות

- מהי החשיבות של בקשת סליחה בעיניכם?
- למי הסליחה תורמת יותר בעיניכם – לנסלח או לסולח?
- האם תרצו לשתף במקרה המתקשר לכם לנושא זה? (מקרה שבו ביקשתם סליחה / מקרה שבו סלחתם לאחר / סליחה שהייתם רוצים לבקש ולא ביקשתם וכו׳)

4 פעילות ביחידים

נחלק לכל משתתף עותק של השיר "מתחת לכוכב אחד קטן" / ויסלבה שימבורסקה (נספח 3), ונבקש מכל משתתף למצוא פינה בחדר / בחוץ. כעת נערוך את אחת מהפעילויות הבאות:

הערה: יש לבחור פעילות המותאמת לאופייה של הקבוצה.

ציור

מבקשים מכל משתתף לבחור שורה מתוך השיר שהוא התחבר אליה במיוחד. מחלקים דפים חלקים וצבעים, ומבקשים לצייר ציור בהשראתה.

כתיבה

מבקשים מכל משתתף לבחור שורה מתוך השיר שהוא התחבר אליה במיוחד. מחלקים דפים ועטים, ומבקשים לכתוב לעצמו את המחשבות שלו בהקשר של השורה שבחר.

עיתונים

מחלקים עיתונים לכל אחד מהמשתתפים, ומבקשים מכל משתתף לבחור כתבה שמתקשרת לו לשיר / לשורה מתוך השיר שהוא בוחר.

לאחר שסיימו את הפעילות שנבחרה, נבקש ממי שמעוניין לשתף במה שכתב / צייר וכו׳.

5 סיכום

נאמר כי יום כיפור, לצד פסח והשבת, הוא סמל מובהק של התרבות היהודית לדורותיה. יום זה מהווה עבורנו הזדמנות לעריכת חשבון נפש, בקשת סליחה ויציאה לדרך חדשה.

סבב סיום: כל משתתף מסכם במילה אחת את המפגש.

מערכי פעילות נוספים ניתן למצוא במרכז ההדרכה של מחלקת שנת שירות

נספח 1

דף הסבר למנחה על יום כיפור

יום הכיפורים, לצד פסח והשבת, הוא סמל מובהק של התרבות היהודית לדורותיה. רבים מן היהודים החילוניים והמסורתיים, בארץ ובעולם, שאינם פוקדים את בית הכנסת באופן סדיר, מתייצבים ביום זה בבית הכנסת כביטוי של הזדהות עם העם היהודי בעבר ובהווה ונאמנות למורשתו.

המקור המקראי ליום הכיפורים מופיע בספר ויקרא:

"אַךְ בֶּעָשׂוֹר לַחֹדֶשׁ הַשְּׁבִיעִי הַזֶּה יוֹם הַכִּפֻּרִים הוּא מִקְרָא קֹדֶשׁ יִהְיֶה לָכֶם וְעִנִּיתֶם אֶת נַפְשֹׁתֵיכֶם וְהִקְרַבְתֶּם אִשֶּׁה לַה'. וְכָל מְלָאכָה לֹא תַעֲשׂוּ בְּעֶצֶם הַיּוֹם הַזֶּה כִּי יוֹם כִּפֻּרִים הוּא לְכַפֵּר עֲלֵיכֶם לִפְנֵי ה' אֱלֹהֵיכֶם."

ויקרא כ"ג, כז–כח

יום הכיפורים נקבע ביום העשירי של החודש השביעי – שאנו קוראים לו תשרי, זמן הסתיו – והוא מועד ראשית השנה על פי הלוח החקלאי (סיום האסיף של יבול הקיץ והתחלת עיבוד השדות לשנה חדשה). יום הכפרה בראשית השנה מאפשר את ההתחדשות ופתיחת דף חדש ללא נטל אשמה מן העבר.

התנ"ך והמשנה מתארים את הטקסים שהתקיימו בבית המקדש ביום הכיפורים: הכוהן הגדול התוודה על חטאי העם כולו והקריב קרבנות כדי לזכות בכפרה. מטקסים אלה אנו מכירים את המושג "שעיר לעזאזל" – השעיר שעליו "הוטענו" חטאי העם, והשלכתו מצוקי הרי יהודה אל מותו. כל אדם מישראל היה חייב להתענות ביום הזה. התנ"ך מצווה לצום (איסור אכילה ושתייה), וחז"ל ציינו גם איסורים על רחיצה, סיכת הגוף בשמן, נעילת סנדלי עור ויחסי אישות.

כיצד הפך יום הכיפורים ליום של חשבון נפש אישי? התביעה לחשבון נפש עלתה כבר בנבואה מתקופת הבית הראשון. הנביא ישעיהו התקומם נגד אלו המסתפקים בצום ובתעניות ואינם משנים את התנהגותם:

"הֲלוֹא זֶה צוֹם אֶבְחָרֵהוּ פַּתֵּחַ חַרְצֻבּוֹת רֶשַׁע הַתֵּר אֲגֻדּוֹת מוֹטָה וְשַׁלַּח רְצוּצִים חָפְשִׁים וְכָל מוֹטָה תְּנַתֵּקוּ. הֲלוֹא פָרֹס לָרָעֵב לַחְמֶךָ וַעֲנִיִּים מְרוּדִים תָּבִיא בָיִת כִּי תִרְאֶה עָרֹם וְכִסִּיתוֹ וּמִבְּשָׂרְךָ לֹא תִתְעַלָּם."

ישעיהו נ"ח, ו–ז

אך השינוי המכריע בצביונו של יום הכיפורים חל אחרי חורבן בית המקדש השני:

"פעם אחת היה רבן יוחנן בן זכאי יוצא מירושלים, והיה ר' יהושע הולך אחריו וראה בית המקדש חרב. אמר ר' יהושע: אוי לנו על זה שהוא חרב, מקום שמכפרים בו עוונותיהם של ישראל. אמר לו: בני, אל ירע לך, יש לנו כפרה אחת שהיא כמותה, ואיזה זה? גמילות חסדים, שנאמר 'כי חסד חפצתי ולא זבח' (הושע ו' ו')."

מסכת אבות דרבי נתן, נוסח א', פרק ד'

הרעיון שמביע רבן יוחנן בן זכאי הוא שלא הקרבן מכפר אלא ההתנהגות המכפרת. תנאי לכפרה הוא התשובה – התחייבות לתקון עצמי והימנעות בעתיד ממעשים רעים. המושג "תשובה" נטוע בהשקפה שהאדם טוב מיסודו, וכאשר דרכו מתקלקלת הוא יכול

לשוב לדרך הנאותה מבחינה דתית, חברתית ומוסרית. מתוך כך התפתח המושג של חשבון נפש – תהליך שבו אדם בודק את דרכיו והתנהגותו על מנת לשפרם.

המסורת היהודית מבחינה בין עבירות שבין אדם למקום לבין עבירות שבין אדם לחברו. יום הכיפורים מכפר על מעשים או מחדלים שעניינם במה שאדם יהודי מצווה מן השמיים. לכפרה על עבירות שבין אדם לחברו לא די ביום הכיפורים – על בני האדם להסדיר את מערכת היחסים בינם לבין עצמם כדי שיתכפר להם.

נכתב על ידי בינ"ה – התנועה ליהדות חברתית.

נספח 2

טקסט בנושא יום כיפור / א"ד גורדון

"שואל אני את עצמי ושוקל בדעתי, אם יש עוד את מי לשאול: מה לנו, לאינם שומרים דת, מה לנו יום הכיפורים? [...] איננני שואל את עצמי, מאין מוצאו של יום הכיפורים, מה הייתה צורתו הקדומה. איננני שואל אם גם היום ובדורות הקרובים שקדמו לנו הבין כך רוב העם את יום הכיפורים. לפניי – עובדה ואפשרות. עובדה היא, כי במשך דורות רבים היה יום, אשר העם כולו הקדישו לתשובה, לתפילה, לעבודה שבלב. והייתה אפשרות לבעלי הנפש שבעם לעשות את חשבונם חשבון עליון. ואני שואל: מה לנו, לאינם שומרים דת, מה לנו היום הזה?"

"היה לעם יום מיוחד לחשבון הנפש עם עצמו בתור עם ועם בניו בתור בני עם, לביקורת חשבון החיים, [...] היחיד בתור יחיד יכול לעשות לו את חשבונו עם עצמו בכל יום, או ביום שיימצא לטוב לפניו. פה – כמו בכל מפעל לאומי, בייחוד בכל עבודה דתית לאומית – חשובה העוצמה, שהאישיות הפרטית מרבה מתוך צירוף הכוחות [...] האמנם אין לנו צורך ביום כזה, ודווקא בצורה לאומית? ואם היום הזה יחדל מהיות מה שהיה ויהיה יום פשוט ככל הימים, האם לא תהיה זאת אבדה לאומית ואנושית גדולה, ירידה שאין אחריה עלייה לעם ישראל ולנו כולנו, בני העם הזה?"

מתוך: א"ד גורדון, "לחשבוננו עם הדת (מהרהורים ביום הכיפורים)", בתוך: רשימות אחרונות

נספח 3

"מתחת לכוכב אחד קטן" / ויסלבה שימבורסקה

"מתחת לכוכב אחד קטן" / ויסלבה שימבורסקה

אֲנִי מְבַקֶּשֶׁת סְלִיחָה מֵהַמִּקְרֶה, עַל שֶׁאֲנִי מְכַנָּה אוֹתוֹ כּוֹרֵחַ.

אֲנִי מְבַקֶּשֶׁת אֶת סְלִיחַת הַכּוֹרֵחַ, אִם בְּכָל זֹאת אֲנִי טוֹעָה.

בַּל יִרְגַּז הָאִשָּׁר עַל שֶׁאֲנִי נוֹהֶגֶת בּוֹ כִּבְקָנְיָנִי.

שֶׁיִּשְׁכְּחוּ לִי הַמֵּתִים אֶת הִתְפּוֹגְגוּתָם בְּזִכְרוֹנִי.

אֲנִי מְבַקֶּשֶׁת סְלִיחָה מֵהַזְּמַן עַל גֹּדֶשׁ הָעוֹלָם שֶׁלֹּא רָאִיתִי בְּכָל הֶרֶף עַיִן.

אֲנִי מְבַקֶּשֶׁת סְלִיחָה מֵאַהֲבָה נוֹשָׁנָה עַל שֶׁרוֹאָה אֲנִי אֶת הַחֲדָשָׁה כְּרֹאשׁוֹנָה.

סְלַחְנָה לִי, מִלְחָמוֹת רְחוֹקוֹת, שֶׁאֲנִי מְבִיאָה הַבַּיְתָה פְּרָחִים.

סִלְחוּ, פְּצָעִים פְּתוּחִים, שֶׁאֲנִי נִדְקֶרֶת בַּאֲצָבָעוֹת.

אֲנִי מְבַקֶּשֶׁת אֶת מְחִילַת הַקּוֹרְאִים מִמַּעֲמַקִּים עַל תַּקְלִיט עִם מִינוּאֶט.

אֲנִי מְבַקֶּשֶׁת אֶת סְלִיחַת הַמַּמְתִּינִים בְּתַחֲנוֹת רַכֶּבֶת עַל שְׁנָתִי בְּחֲמֵשׁ לִפְנוֹת בֹּקֶר.

סִלְחִי לִי, תִּקְוָה מְשֻׁסָּה, שֶׁלִּפְעָמִים אֲנִי צוֹחֶקֶת.

סִלְחוּ לִי, מִדְבָּרִיּוֹת, עַל שֶׁאֵינֶנִּי רָצָה עִם כַּף מַיִם.

וְאַתָּה נֵץ, הָאֶחָד זֶה שָׁנִים, בְּאוֹתוֹ הַכְּלוּב,

קְפוֹא בִּמְקוֹמְךָ, תָּמִיד נוֹעֵץ מַבָּט בְּאוֹתָהּ הַנְּקֻדָּה,

מְחַל לִי, אַף אִם תִּהְיֶה מְפֻחְלָץ.

אֲנִי מְבַקֶּשֶׁת סְלִיחָה מֵעֵץ גָּדוּעַ בְּשֶׁל אַרְבַּע רַגְלֵי הַשֻּׁלְחָן.

אֲנִי מְבַקֶּשֶׁת סְלִיחָה מִשְּׁאֵלוֹת גְּדוֹלוֹת עַל תְּשׁוּבוֹת קְטַנּוֹת.

אֱמֶת, אַל תִּשְׁעִי אֵלַי יוֹתֵר מִדַּי.

כֹּבֶד רֹאשׁ, הַרְאֵנִי רֹחַב לֵב.

שָׂא נָא, מִסְתּוֹרִין הַקִּיּוּם, שֶׁאֲנִי פּוֹרֶמֶת חוּטִים בִּגְלִימָתְךָ.

אַל תַּאֲשִׁימִי אוֹתִי, נְשָׁמָה, עַל שֶׁאַתְּ אִתִּי לְעִתִּים רְחוֹקוֹת בִּלְבַד.

אֲנִי מְבַקֶּשֶׁת סְלִיחָה מֵהַכֹּל עַל כִּי אֵינִי יְכוֹלָה לִהְיוֹת בְּכָל מָקוֹם.

אֲנִי מְבַקֶּשֶׁת סְלִיחָה מִכֻּלָּם עַל שֶׁאֵינֶנִּי יְכוֹלָה לִהְיוֹת כָּל אֶחָד וְאַחַת.

אֲנִי יוֹדַעַת שֶׁכָּל עוֹד אֲנִי בַּחַיִּים, אֵין דָּבָר הַמַּצְדִּיקֵנִי,

מִפְּנֵי שֶׁאֲנִי הַמִּכְשׁוֹל שֶׁל עַצְמִי.

אַל תִּטֹּר לִי, דִּבּוּר, שֶׁאֲנִי לוֹוָה מִלִּיצוֹת,

וְאַחַר כָּךְ עֲמָלָה, כְּדֵי שֶׁתִּדְמֶינָה קְלִילוֹת.