



'חשבון נפש' בזיקה לח"י אלול | כתות ה-ו

רציונל:

יום ח"י באלול מהווה ציון דרך חסידי-היסטורי בשל מספר רב של אירועים מיוחדים שהתרחשו בו, בשנים שונות: הולדת הבעש"ט, התגלות אחיה השילוני אל הבעש"ט, התגלות גדולת הבעש"ט בעולם, הולדת האדמוה"ז, אופשערגנס (=תספורת) האדמוה"ז, התיישבות האדמו"ר האמצעי בליובאוויטש והתחלת הלימודים בישיבת "תומכי תמימים".

ככלל, חודש אלול הוא חודש של 'חשבון נפש', הסקת מסקנות והיערכות מחודשת לקראת השנה הבאה; אך האדמו"ר הריי"צ מבאר כי שנים-עשר הימים האחרונים בחודש זה, מוקדשים במיוחד להתבוננות בשנים-עשר החודשים שחלפו, יום לחודש. כך, מח"י אלול ואילך, בכל יום מקדישים זמן כדי להיזכר במאורעות חודש אחד בשנה (י"ח אלול - חודש תשרי, י"ט אלול - חודש מרחשון וכן הלאה). כך, ניתן, באופן מעשי, לערוך 'חשבון נפש'; על שנה שלמה.

מטרות:

- < התלמידים יתוודעו לציוני הדרך החסידיים - היסטוריים שמהווה התאריך ח"י אלול.
- < התלמידים יתבוננו בצורך לערוך 'חשבון נפש', ובתדירות המתאימה לכך.
- < התלמידים יתוודעו להקדשת הימים שמח"י באלול ואילך לעריכת 'חשבון נפש' שנתי, באופן הנגזר מדברי האדמו"ר הריי"צ; ויפתחו כלים שימושיים לצורך זה.

מבנה השיעור:

פתיחה - איך רוקדים על כל המטלות? - תחרויות מיון וסידור 15 דקות/ מליאה

פעילות 1: לקחת בחשבון גם תומ"צ - ביאור משל מדברי הרבי 5 דקות/ מליאה

פעילות 2: בין לבין - דיון + דילמה 5 דקות/ מליאה

סיום - שאלה של זמן - פיתוח כלים לחשבון נפש 20 דקות/ קבוצות

הכנה ואביזרים:

- < להדפיס את נספח 1, ניתן על דפים צבעוניים ומומלץ מאד לניילן.
- < להדפיס את נספח 2, פעם אחת.
- < להדפיס את נספח 3 - עותק אחד למורה.
- < לשכפל את נספח 4, 12 פעמים.
- < אביזר 1 - שעון-עצר



מערכ שיעור

איך רוקדים על כל המטלות? – תחרויות מיון וסידור 15 דקות/ מליאה

המורה יציין את התאריך ח"י באלול כתאריך חסידי ויברר עם התלמידים את הסיבה לכך. המורה יכתוב על הלוח, תחת הכותרת ח"י באלול, את תשובת התלמידים הנכונות; ובמידת הצורך, יגלה לתלמידים כי ח"י אלול מצוין כתאריך חסידי בשל שבעה (!) אירועים חשובים בתולדות החסידות שהתרחשו בו. המורה יכתוב על הלוח את רשימת האירועים, עפ"י הסדר ויבאר בקצרה את מהות האירוע:

- < **הולדת רבי ישראל בעל-שם-טוב** – מייסד תנועת החסידות, שהפיכה חיים חדשים בעם ישראל.
- < **התגלות אחיה השילוני אל הבעש"ט** – אחיה השילוני, אחד מן הנביאים הקדמונים, התגלה לבעש"ט ולמד עמו את סודות התורה.
- < **התגלות גדולת הבעש"ט בעולם** – אחר תקופת היותו צדיק נסתר, התגלה הבעש"ט אל העולם כמקובל, מנהיג ומייסד תנועת החסידות, ולהפיץ את תורתו.
- < **הולדת האדמו"ר הזקן** – מייסד חסידות חב"ד.
- < **חגיגת תספורת האדמו"ר הזקן** – בגיל שלוש, על-ידי הבעש"ט, שגזז את שערותיו, הניח לו את הפאות, שם ידו על ליבו וברכו.
- < **התיישבות האדמו"ר האמצעי בעיירה ליובאוויטש** – בעיירה זו התקיים מרכז החסידות במשך למעלה ממאה שנים; וכך הפך שמה של העיירה, ליובאוויטש, לשמה השני של חסידות חב"ד.
- < **התחלת הלימודים בישיבת "תומכי תמימים"** – הישיבה הראשונה שנוסדה ע"י האדמו"ר הרשב"י; אשר במרוצת הזמן הפכה לרשת ישיבות עולמית של חסידות חב"ד.

התלמידים יעמדו במעגל. המורה יחלק את התלמידים לקבוצות, בנות 4-5 תלמידים. על רצפת החדר, בתוך המעגל, יפזר המורה כרטיסי אירועים חסידיים (נספח 1). על כל קבוצת תלמידים לדרוך על-פי הסדר, על אירועי ח"י באלול, במינימום זמן. הזמן ימדד על-ידי המורה באמצעות שעון-עצר (אביזר 1). על המשתתפים לשמור על שקט ולא לדבר ביניהם כלל, אלא בתורם בלבד.

הערה: ניתן להתאים את רמת הקושי של המשחק לרמת התלמידים באמצעות הצגת/אי-הצגת רשימת האירועים על הלוח, בזמן המשחק; וכן בחירת כמות וסוג המסיחים של כרטיסי האירועים החסידיים.

בשלב הבא, המורה יזמין את התלמידים לסבב תחרות נוסף (בין שני סבבי התחרות, ניתן לשנות את תפוזת כרטיסי האירועים החסידיים על הרצפה), אלא שהפעם יוקצב זמן לפני התחרות להיערכות ותכנון בני חברי הקבוצה (דוגמאות אופייניות: כל כמה תלמידים יהיו אחראיים לחלק מסוים בתחרות ולא כולם על כל התחרות / לתת לחברי הקבוצה שהתגלו כמוצלחים במשימה זאת להתחרות עבור כל הקבוצה / לחסוך זמן של דיבורים, וויכוחים / לסמן את האירועים ש'בוצעו' כדי למנוע בלבול וכד').

בתום סבב התחרות השני, יזמין המורה את התלמידים להשוות בין שני סבבי התחרות (מידת ההצלחה, מידת ההנאה, קשיים, יתרונות, חסרונות) ולדון בגורמים הרלוונטיים. המורה יוביל את התלמידים למסקנה כי ההיערכות ותכנון מוקדם, על סמך ניסיון העבר מועילים להשגת מטרות מיטבית. המורה יסביר לתלמידים כי זוהי המהות של חשבון נפש. חשבון נפש לא רק כדי להתחרט על העבר אלא כדי להתקדם הלאה, להשתפר. לדעת מה עוזר לי להיות טוב יותר, מה מפריע לי ולהצליח להיערך נכון ולהתגבר בפעם הבאה.

כסיכום, ישאל המורה את התלמידים 'כמה אדמו"רים קשורים לתאריך ח"י באלול?' ובהתאם לתשובותיהם, יציג על הלוח את תמונות האדמו"רים השייכים לח"י אלול (נספח 2). בעזרת התלמידים, ישייך המורה את כרטיסי האירועים החסידיים שהתרחשו בח"י אלול (נספח 1) לתמונות המתאימות.

היגד מקשר: כפי שראינו, ח"י אלול הוא תאריך חסידי חשוב, אך הוא קודם כל תאריך בלוח השנה היהודי. וגם בכך יש לו ייחודיות...

פעילות 1: לקחת בחשבון גם תומ"צ – ביאור משל מדברי הרבי 5 דקות/ מליאה

המורה יציג את הייחודיות של חודש אלול כחודש האחרון בלוח השנה, זמן לסיכום השנה ועריכת 'חשבון נפש'; וכן ירחיב אודות משמעותו של ה'חשבון נפש'; באמצעות משל מדברי הרבי (נספח 3).

פעילות 2: בין לבין - דילמה + דיון 5 דקות/ מליאה

המורה ירחיב את ביאור המשל לעיל, ע"י הצגת הדילמה הבאה: כבר הרבה זמן שאתם מחפשים חבר לעשות עימו שותפות באוסף באוסף המדבקות (בולים, מחקים, גוגואים או מפיות - לפי המגדר והעונה) שלכם. היום, פנו אליכם שני חברים שונים בהצעה לשותפות באוספים. החבר האחד, רציני מאד, תמיד עורך בדיקות וספירות מלאי באוסף שלו, הוא יודע בדיוק מה יש ומה אין באוסף שלו, מה כדאי לו להשיג ומאילו מדבקות כדאי 'להפטר'. לעיתים הוא יושב שקוע בהתבוננות באוסף במשך כל ההפסקות, כך שלא נשאר לו כלל זמן להחליף מדבקות או להשיג מדבקות חדשות. החבר השני, עסקן אמיתי, כל הזמן האוסף שלו בתנועה, הוא מחליף את מספר המדבקות הגדול ביותר בהפסקה, משיג מדבקות נוספות בקצב מסחרר והוא כל הזמן עסוק במהלכים הבאים שיעשה. אולי זאת הסיבה שהוא אף פעם לא יודע מה קורה באוסף שלו בהווה, לעיתים הוא חוזר על שגיאות שעשה בעבר, פשוט כי עדיין לא הספיק להבין את ההפסד שנגרם לו בפעם הקודמת. אם תשאלו אותו על מדבקה מסוימת, סביר שלא ידע אם יש היא קיימת באמתחתו, ויקח לו דקות ארוכות לבדוק זאת. המורה יזמין את התלמידים להביע העדפה מנומקת - עם מי משני החברים הם היו בוחרים לערוך את השותפות? המורה יוביל למסקנה כי שתי הגישות: הן הבדיקה האובססיבית כל הזמן והן חוסר השיפוט המוחלט; אינן גישות אידיאליות. הגישה הנכונה היא גישת האמצע, עצירה לבדיקה והערכת מצב מעת לעת, מידי פעם, בזמנים המתאימים לכך. המורה יקביל את המסקנה לאופן עריכת החשבון נפש הנדרש על-פי דברי הרבי במשל - מעת לעת - בסיום תקופה, על התקופה החולפת. ובכלל זה, בחודש אלול, על כל השנה שחלפה.

סיום- שאלה של זמן – פיתוח כלים ל'חשבון נפש' 20 דקות/ קבוצות

המורה ישאל את התלמידים כמה זמן, לדעתם, יקח להם לערוך 'חשבון נפש' מפורט ומלא על שנה שלמה. המורה יסביר כי 'חשבון נפש' היא משימה רצינית ולא פשוטה. לא פשוט לשבת ולהיזכר בכל פרט שעשינו במשך שבוע שלם, ק"ו כשמדובר בחודש שלם, וכ"ש וק"ו בשנה שלמה! המשימה עלולה להפוך לארוכה ומתישה וכמעט בלתי אפשרית, אלא שהרבי הרי"צ נתן לנו עצה מעשית ופרקטית לאופן עריכת 'חשבון נפש' שכזה, המורה יכתוב על הלוח: "ח"י אלול הוא התחלת י"ב ימים האחרונים דחודש אלול. שהם כנגד י"ד חדשי השנה. יום לחודש יום לחודש, שבהם צ"ל החשבון נפש על כל י"ב חדשי השנה: ביום ח"י אלול - החשבון נפש על חודש תשרי העבר, ועד"ז בכל י"ב הימים עד ראש השנה" (ספר השיחת ה'תש"ג עמ' 179-177). המורה יסביר את דברי הרבי הרי"צ ויסב את תשומת לב התלמידים לכך שהיום הראשון של עריכת ה'חשבון נפש' הינו דווקא 'ח"י אלול' הרומז על תוספת החיות שיום זה מעניק לחודש אלול ולמהלך ה'חשבון נפש'. כך, באמצעות תוספת החיות, יש לכל יהודי כוח לערוך את ה'חשבון נפש' מתוך רגשות חיוביים של אתגר לעמוד בהחלטות טובות נוספות, רצון להתקדם ולהתעלות בתורה ובמצוות; ולא, חלילה, מתוך רגשות שליליים של עצבות, חוסר חשק וייאוש.

המורה יחלק את התלמידים ל-12 קבוצות. כל קבוצה תפתח דף שאלות למחשבה והתבוננות ככלי ל'חשבון נפש' בתאריך מסוים, מח"י אלול עד ער"ה, בהתאם לחודש המתאים בשנה החולפת. ניתן להיעזר בדף הדוגמא (נספח 4). בתום עבודת הפיתוח, יתלו הדפים, עפ"י הסדר, על קיר הכיתה; ויוכלו לשמש את התלמידים כאמצעי עזר בעריכת מאזן 'חשבון הנפש' השנתי שלהם, בימים אלו.

הערה: ניתן לבצע את הפעילות כתחרות בין הקבוצות על הדף הטוב ביותר, בזמן מוגבל, עפ"י קריטריונים (יסודיות, אסטטיקה, ידידותיות למשתמש ועוד).

מסר: בכל סיום תקופה יש להתבונן בתקופה שעברנו ולהעריך במרץ לתקופה הבאה, כך שתהיה הרבה יותר טובה.

הולדת למחנה יבי על-שם-טוב

התגלות אזהרה השעיילוני אל הבצעש"ט

התגליות גדולות הבעל שם טוב בעולם

האגדה ו"ר"מ הולדת

הצדמו"ר הגזקן תספורת חגיגת

מתוואי ויכוח למעצמי בעיירה ואז מו"ר התשיבנות

התחלת הלימודים בישיבת "תומכי תמימים"

התגלות אזהרה השעיילוני אל הבצעש"כ

התגליות בדולת הכעש"ט בעולם

הזקן הצעדמור הולדת

התיישבות האדמו"ר הצמיעי בעיר לויאכטש

פטרות רבי ישראל בעל-שם-טוב

האדם מור"ר והזקן
השלישי יבני אל
התגלות אחיה

התגליות גדולות האדם מו"ר הזקן בעולם

הולדת הצמח והצמח

הבצעש"כ הספורה חגיגת

התשיעיות האדמו"ר הקדוש בעיירה ליובאוואטש

סיום הלימודים בישיבת "תומכי תמימים"

הולדת רבי ישראל אריה לייב שנאזיסון

התגליות אחרות השעיכות אל העולם

התגלות גדולת הבעש"ט"אל האדמו"ר הזקן

הזקן הצעדמור פטרית

הזקן האדמו"ר הבינת זאנאו

התשיעיות האדמו"ר הרשב"י בעיירה ליוואקוויטש

התחלת הלימודים בישיבת "צוהלי תורה"

ממעצז ויכטש המגיד פטירת

התגלות אחיה השילוני אל המגיז מעצרתש

התגליות גדולות המגיד מעצרי טש

ממעצרי כטש המשב הולדת

ממעצרי טש הספורת והמגיד הגיגת

ליווצאווטש

האמצעי ברירה

התגלות האדם

התחלת הלימודים ב'הדר' "סמינר תמימים"

הולדת רבי שניאור זלמן בצל-שמ-טוב

התגלות הבעש"ט"אל אחיה השילוני

התגליות גדולות הבעש"ט באמריקה

הולדת האדם ה"מש"ב

האדמו"ר האר"י חגיגת חסידות

קראון הייטס האמצעי בשכונת התשיעיות האדמד"ר

התחלת הלימודים בשיבת "תומכי תמימים" בכפר חב"ד

אדם בעל-שם הולדתו וי

התגלות אלוהי הנביא אל הבעש"ט

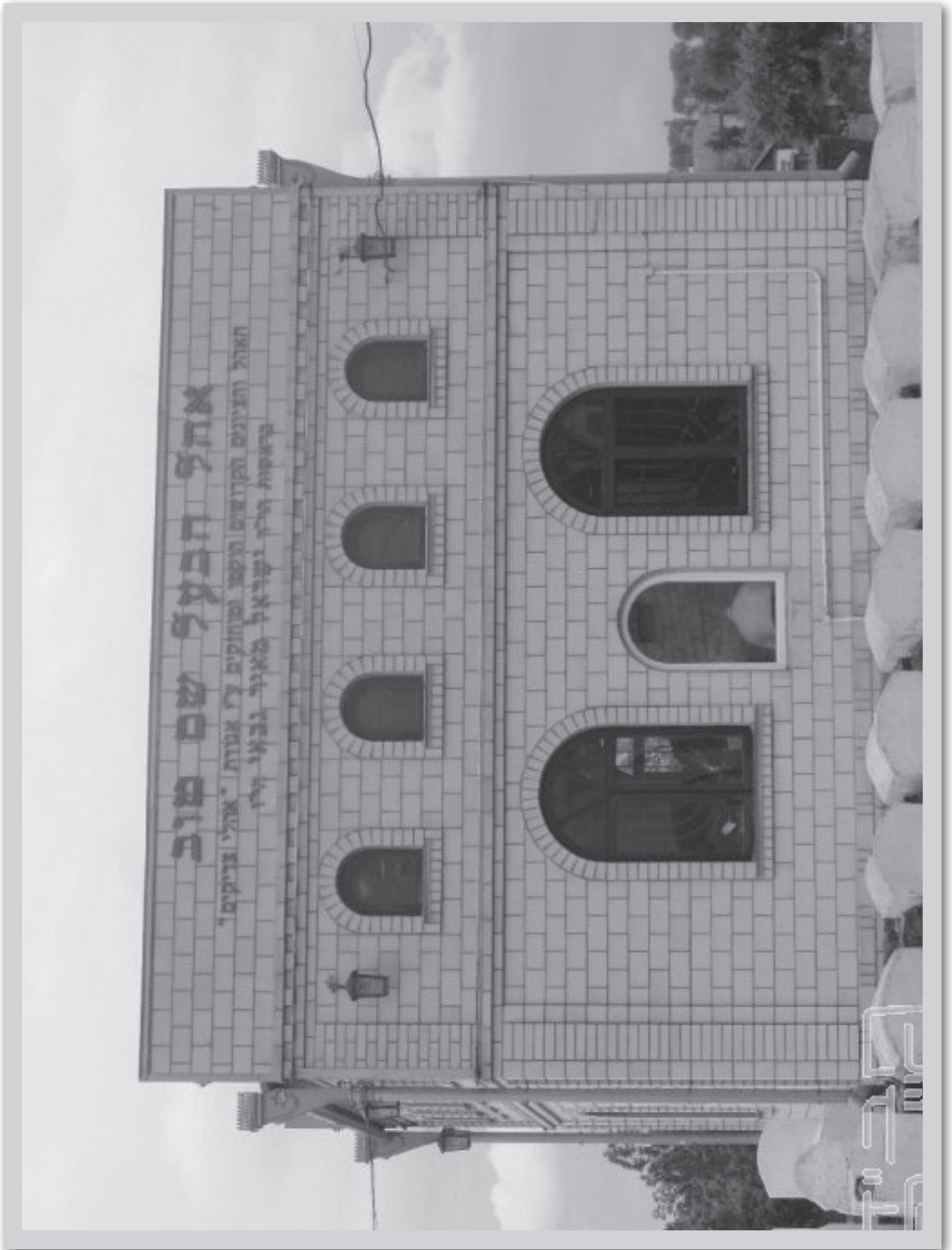
התגליות גדולות הבעש"ט בעולם

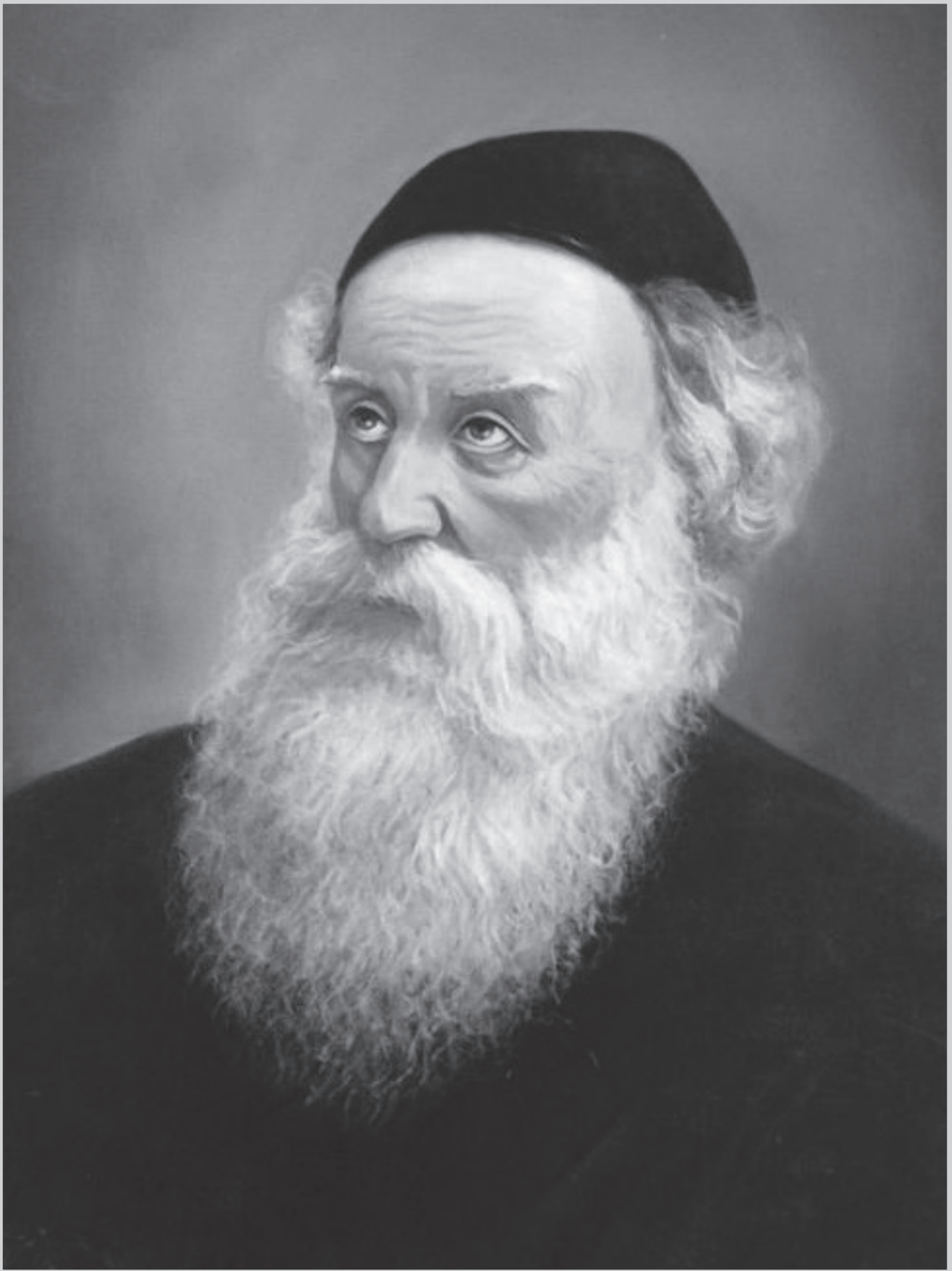
האמצעי האזמור פטרות

הצמצי האדמור הבינת זיטענא

התשיבנות הסידים כפר חב"ד

כשיבית 70 הילמודים התחלת









מנהל חשבונות

איש עסקים חייב מדי פעם לעשות ספירת מלאי, לבדוק את מאזן חשבונותיו ולברר מהו מצבו הכלכלי. ניהול חשבונות קבוע הוא היסוד למסחר מצליח ומביא לכך שהעסק יתנהל למישרים.

אך כמובן, את רוב זמנו מבלה איש העסקים בפעילות מסחרית. הוא מפסיק לפעמים רק כדי לאמוד את שוויה של עיסקה מסוימת – להבטיח שתהיה ריווחית ולהחליט מהי הגישה הטובה לביצועה. אולם בדיקת המצב הכללי של העסק נעשית רק לעתים רחוקות, בדרך כלל רק פעם בשנה. אילו היתה נעשית בדיקה כזאת מדי יום, לא היה נותר לו זמן לביצוע עיסקות כלשהן.

עלינו לנהוג באופן דומה בעבודתנו את ה', שהיא ה"עסק" שלנו. רוב הזמן – רוב "שנת העסקים" שלנו – אנו סוחרים ב"סחורתנו", התורה ומצוותיה. רק פעם אחת בשנה, בחודש אלול, ממש לפני ראש השנה ויום הכיפורים, אנו מתפנים לבדיקה כללית מקיפה – בה אנו מתרכזים בהתבוננות פנימה, בספירת המלאי ובחשבון הנפש.

בשאר ימות השנה, עלינו לעצור לפעמים לשם הערכת-מצב ספציפית קצרת טווח. למשל, בקריאת שמע שעל המיטה לפני השינה, אנו מסכמים לעצמנו את הזכויות והחובות, את ההישגים והמחדלים של אותו יום. או למשל לפני שבת, אנו בוחנים את חשבון מעשינו מן השבוע שחלף, ולפני ראש חודש, אנו עושים מאזן של החודש הקודם. ואז, בחודש האחרון של השנה, אנו עושים בדיקה מקפת של כל חודשי השנה.

יש כאלה החושבים שכדי להתקדם בתורה ובמצוות, הם חייבים לדעת בכל רגע היכן הם עומדים, וכל הזמן הם בודקים את עצמם באופן יסודי אם אכן הם מועמדים ראויים לעבודת ה'. לאמיתו של דבר, הגישה הזאת אינה אלא תכסיס של היצר הרע, להטות את האדם מן המעשה הראוי, על ידי שהוא משקיע את עצמו בחיטוט עצמי אובססיבי. במקום זאת, הוא יכול להתקדם בדרכו בביטחון, ולהניח את העיסוק הזה לזמן היאה לו.

(הרב דוד שרגא פאלטער, מתוך הספר "מנגינת החיים" בהוצאת "שיחות באנגלית")

תאריך: _____ 'חשבון נפש' לחודש _____

במחשבה לאחר על חודש _____, אנו ממליצים לך להתבונן ולענות על השאלות הבאות:

בין אדם לחברו		בין אדם למקום		סור מרע
עשה טוב	האם הקפדתי לתת מטבע לצדקה בכל יום?	סור מרע	האם השתמשתי בחפצים שאינם שלי, ללא רשות?	האם כיבדתי את השבת בבגדים נאים?
•	_____	•	_____	•
•	_____	•	_____	•
•	_____	•	_____	•
•	_____	•	_____	•
•	_____	•	_____	•
•	_____	•	_____	•

כתבו שאלות נוספות המתאימות לחודש זה:

- אילו החלטות טובות קיבלתי על עצמי בחודש זה? האם עמדתי בהחלטותי?
- כיצד חוויתי את התאריכים המיוחדים בחודש זה? (כדאי לפרט!)
- _____
- _____
- _____
- _____

כעת, התבוננו בחשובותיכם וכתבו מה תרצו שתהינה תשובותיכם לשאלות אלו בשנה הבאה בעז"ה:
מה תרצו לתקן, לשפר, להוסיף או לגרוע, סמנו משפטים אלו בלורד זרחני - אלו מטרותיכם לשנה הבאה!

בהצלחה רבה בניהול העסק האמיתי שלכם - עסק התורה והמצוות!

כתיבה וחתימה טובה לשנה טובה ומתוקה!

שמות חברות הקבוצה: _____, _____, _____, _____