



מי בראש? – מח שליט על הלב
 בשבוע החסידות שנת הקהל ה'תשפ"ג,
 כהכנה לראש השנה לחסידות, נעסוק ביסוד בסיסי
 בעבודת השם בדרך חסידות חב"ד - **"מח שליט על הלב"**,
 תחת הכותרת **"מי בראש?"**.

אדמו"ר הזקן לימד אותנו כי יהודי צריך לתת למח לנהל ולנווט את מערכת הרגשות
 והרצונות, באופן שירתם את כל כולו לעבודת ה'.

במהלך השבוע:

- * נכיר את המח, תפקידו המשמעותי בחיינו, ויתרונותיו בעבודת ה'.
- * נכיר את הלב, הצורך החיוני בו, ותרומתו לקיום התורה והמצוות.
- * נבין מדוע יש לתת דווקא למח לשלוט ולנהל.
- * נרחיב ונתרגם לחיים שלנו כיצד המח יכול וצריך לרסן את הלב מצד אחד, ומצד שני לעורר אותו לחמימות והתלהבות בעבודת ה'.

מצגת לימוד ליום מס' 1:

- **שקופיות 2-3 : פתיחה מזניקה לנושא**
- **שקופית 4: דיון – אם רובוט חיובי וחכם היה מנהל אותך לאורך היום – מה הוא היה מציע לך לעשות?**
- **שקופית 5: הבנה כי המח משמש בתפקיד הרובוט החכם שמנווט אותנו.**
- **שקופיות 6-7: הכרות עם המח. שקופית 6 – פתוח לחשיבה של הבנות. שקופית 7 – תשובות בקצרה.**
- **שקופיות 8-9: היתרונות והחסרונות של המח, מומלץ להרחיב בהסבר בעל פה.**
- **שקופיות 10-11: המח שלנו חושב בהגיון, אבל לא תמיד ההגיון שלו מתאים לרצון ה'.. אלו מהמחשבות מתאימות לתפקיד האמיתי של המח – להיות מקום משכן לנפש האלוקית?**
- **שקופיות 12-13: מן המקורות: תניא, קצוש"ע**



הפעלה בעקבות הלימוד:

ננסה להמחיש איך המח מתנהג בחיי היום-יום שלנו נזמין זוגות של בנות להציג 4 סיטואציות בהן רואים כי המח מפעיל אותנו.

בחלק מהמקרים הבת מדברת עם המח שלה, ובחלקם 2 דמויות מדברות אחת עם השניה כשהן כוללות בדבריהם את דברי המח. בעקבות כל אחת מהסיטואציות נחשוב עם התלמידות - מה דעתכן, המח עזר? האם הרצון התעורר? איזה יתרון של המח רואים כאן, ואיזה חסרון?

מקרה ראשון:

ילדה: אין לי חשק להתפלל.

מוח: קחי קטע אחד בתפילה, תנסי להבין אותו ולהתחבר למה שאת אומרת. אולי תגלי שהתפילה יכולה להיות לך משמעותית! ילדה: אני מוכנה לנסות... (פותחת את הסידור)

מקרה שני:

ילדה: וואו, איזו שמלה מ-ה-מ-מ-ת! מוש! היא ממש מחמיאה לי, יושבת עלי 'בול'!

מוח: את שמה לב שהשמלה קצרה עלייך...

ילדה: זה לא מפריע לי, יש הרבה בנות שהולכות ככה.

מוח: בתוך תוכך זה כן מפריע לך, כי את יודעת שזה מפריע להקב"ה, ואת ילדה שלו, ורוצה להתלבש לפי רצונו.

ילדה: אוף, טוב, מה אפשר לעשות. הנה, השמלה הזו יותר ארוכה, למרות שאני פחות אוהבת אותה, אלבש אותה.



מקרה 3:

אמא: חני, אני ממש עמוסה היום, וערימת הכלים
 כאן בלתי נסבלת. תוכלי לעזור ולשטוף כלים?
 המח של חני: חני, נכון שהיו לך תכניות אחרות, אבל אם אמא
 מבקשת צריך לעשות.
 חני: טוב אמא, אני כבר שוטפת.
 אמא: תודה לך!

מקרה 4: (במקרה זה, שרה מתפקדת בתור "המח")

חני: שרה, אז קבענו היום ללמוד למבחן ביחד, נכון?
 שרה: כן, נכון. הו, עכשיו נזכרתי שגם רינה בקשה להצטרף אלינו.
 חני: מה פתאום, אין לי כוח אליה, היא תשאל כל רגע שאלות, וזה
 סתם יעכב אותנו.
 שרה: זה לא יפה, צריך לעזור גם אם אין לנו חשק. זו מצוה גדולה!
 חני: טוב, בסדר. (מסתובבת לצד השני וקוראת לרינה בטון חמוץ)
 "רינה, אם את רוצה ללמוד אותנו את יכולה.. אבל אל תשאלי כל רגע
 שאלות, וגם תגידי תודה שאנחנו מסכימות לך להצטרף אלינו."

מסקנה מהלימוד היומי:

המח מעביר לאדם מידע והוראות בקשר לכל תחום בחיים,
 על פי חסידות חב"ד למח יש תפקיד מרכזי –
 לסייע ליהודי לעבוד את ה' בכל כוחותיו.