



מערך פעילות

כוחות מיוחדים לתקופת החורף

חודש מרחשוון נקרא כך משום שבו מתחילים לרדת גשמי החורף, ו'מר' משמעותו טיפת מים (כמו שנאמר: "כמר מדלי" – כטיפת המים המטפטפת משולי הדלי).

על הגשם צריך להתפלל, והוא תלוי בעבודת האדם. אם חס-ושלום אין מעשי האדם ראויים דיים, עלולה להיות עצירת גשמים. לעומת זאת, הטל, שמעניק לחות לצמחים בקיץ, אינו תלוי בעבודת האדם, והוא קיים תמיד, כביטוי "טל לא מיעצר" – הטל אינו נעצר ואינו נפסק.

קיץ וחורף בעבודה הרוחנית

תורת החסידות מסבירה שהטל והגשם מסמלים את מהות העבודה הרוחנית המשתנה בין ימות הקיץ לימות החורף:  הקיץ הוא זמן של 'אתערותא דלעילא' (=התעוררות מלמעלה), שבה מעוררים את האדם מלמעלה, והוא נדרש להימשך אחר ההתעוררות וההארה שבאה מאליה.  לעומת זאת, החורף הוא זמן של 'אתערותא דלתתא' (=התעוררות מלמטה). זה זמן שיש בו יותר העלם והסתר, והאדם נדרש להתעורר בכוחות עצמו ולהתעלות מלמטה.

דבר זה מוצא את ביטויו גם בעובדה שבקיץ יש הארה גדולה יותר של השמש. הגילוי האלוקי נמשל לאור השמש, "שמש ומגן ה' אלוקים".

התחזקות אורה של השמש בקיץ היא השתקפות של ההארה האלוקית הגדולה יותר שקיימת אז.

לעומת זאת, בחורף השמש מאירה בעוצמה חלשה יותר, דבר המשקף את העובדה שיש אז פחות התגלות אלוקית ונדרשת עבודה מלמטה.

משום כך עבודת ה' קלה יותר בקיץ, משום שהאדם נהנה אז מהתעוררות גדולה שבאה מלמעלה ומסיוע של השמש האלוקית, ואילו בחורף העבודה קשה יותר והאדם נדרש להתגבר על קשיים ועל הסתרים.

אנחנו יוצאים מתוך החודש השביעי, ה'מושב' בכול (מלשון שובע ושפע). חודש זה עשיר בחגים ובמועדים ויש בו הארה אלוקית גדולה, שממנה שואבים כוחות למשך כל ימות השנה - להתגבר על הקשיים ועל ההסתרים של תקופת החורף, להצליח בעבודת ה'אתערותא דלתתא', מתוך התגברות שבאה מצד האדם עצמו (בבחינת "גבורות גשמים"), ושהשנה כולה תהיה מוצלחת בגשמיות וברוחניות.

(מתוך לקוטי שיחות כרך א, עמ' 3)

תרגיל תפילה

"וואדס אין לעבוד את האדמה" - מסביר רש"י שאין מי שמכיר בטובתן של הגשמים וכשבא אדם וידע שהם צורך לעולם, התפלל עליהם וירדו, וצמחו האילנות והדשאים, למדנו מכאן שכך העמיד הקב"ה אופן בריאתו של עולם – השפע מוכן לבני העולם ומכל מקום לא יגיע לידיהם עד שיתפללו על כך (כפי שהתפללנו וביקשנו בחגי תשרי) שאי אפשר להשיג את השפע המוכן עבורו בלא תפילה.

- ⌚ לבחור זמן ומקום שקטים
- 💬 לסגור את הדלת או לצאת לטבע
- 📖 לפתוח את מחזור תפילות הימים הנוראים
- ✳️ לבחור פיוט או תפילה שיש לה מנגינה שנוגעת בי במיוחד
- 🗣️ לשמוע אותה/לשיר אותה
- ✍️ לכתוב אותה על דף.
- 🙏 להוסיף משפט אישי של תפילה
- 📱 את הדף אפשר לשמור בסידור התפילה. סימניה.
- 🎵 בכיתה - אפשר ליצור פליילסט של שירי תפילה