

מעגל ראשון: הפגישה שלי עם אלוקים – תפילה

שיעור פתיחה

מהלך השיעור:

- א- התלמידות ימלאו משוב אישי. בזמן מילוי השאלון כדאי להשמיע מוסיקת רקע שקטה ורגועה.
- ב- מליאה- התלמידות שרוצות יחשפו בפני המליאה את תשובותיהן וינמקו.
המורה תנחה את הדיון לנקודות הבאות: משמעות התפילה ומיקומה בחיי התלמידה.
מהות התפילה ומטרתה.

קריאת המקור ולימודו.

מהות התפילה – קרבת אלוקים. כל עצמה של תפילה: קרבת אלוקים.

וזה רצונו של מקום. באהבת הקב"ה את האדם אשר יצר בצלמו רוצה יתברך שהאדם יהיה עמו במחיצתו, קרוב אליו ודבוק בו. חי לפניו והולך בדרכיו. " לחזות בנעם ה' ולבקר בהיכלו".

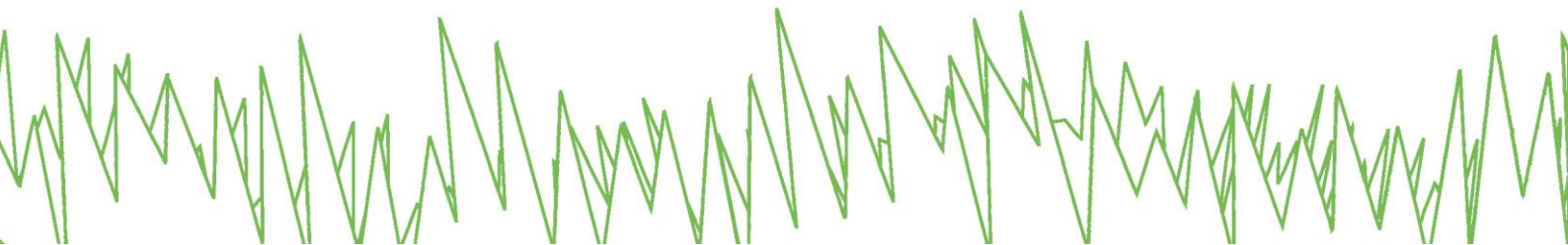
ובתורת אמצעי לכך, משהה הקב"ה לפעמים מלת לאד איזה מצרכיו, כדי שעם פנייתו לבקש את צרכיו יתמלא לבו של האדם רגש וקרבה לבורא.

מהות התפילה, כלומר: התקרבות לה' היא עצמה מטרת התפילה, ואילו חסרון הצרכים ובקשת מלווים אינם אלה אמצעים לה.

ג- כל תלמידה תחפש בסיפור קטע תפילה שהיא מאוד אוהבת ומתחברת אליו.

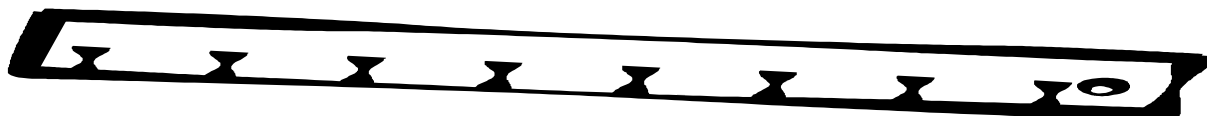
ד- מליאה: התלמידות יחשפו את בחירתם וינמקו אותה.

ה- לימוד המקור: שיר מרובע / הרב קוק זצ"ל.



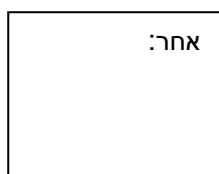
"ואני תפילתי לך ה' עת רצון"

1. מקמי בסרגל את מיקום התפילה בחייד:



2. בחרי אחת מתוך התמונות הבאות.

תפילה עבורי היא כמו:

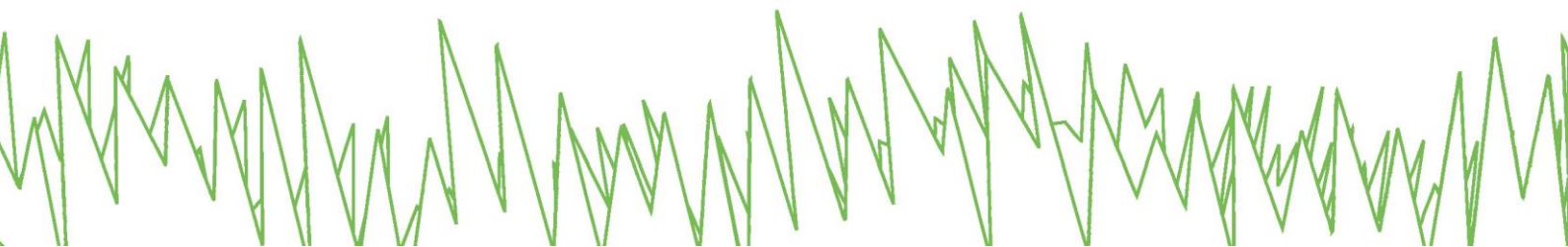


3. בחרי אחר מתוך הפרצופים הבאים:

בזמן התפילה אני...

4. מתי אני מתחברת לתפילה באמת? _____.

5. איזה פתרון את יכולה להציע בכדי שתפילת תהיה תפילה מתוך כוונה?



הפגישה שלי עם ה' - תפילה

שיר מרובע \ הרב אברהם יצחק הכהן קוק

יש שהוא שר שירת נפשו, ובנפשו הוא מוצא את הכל, את מלא הסיפוק הרוחני במילואו.

ויש שהוא שר שירת האומה, יוצא הוא מתוך המעגל של נפשו הפרטית, שאינו מוצא אותה מרוחבת כראוי ולא מיושבת ישוב אידיאלי, שואף למרומי עז, והוא מתדבק באהבה עדינה עם כללותה של כנסת ישראל, ועמה הוא שר את שיריה, מצר בצרותיה, ומשתעשע בתקוותיה, הוגה דעות עליונות וטהורות על עברה ועל עתידה, וחוקר באהבה ובחכמת לב את תוכן רוחה הפנימי.

ויש אשר עוד תתרחב נפשו עד שיוצא ומתפשט מעל גבול ישראל, לשיר את שירת האדם, רוחו הולך ומתרחב בגאון כללות האדם והוד צלמו, שואף אל תעודתו הכללית ומצפה להשתלמותו העליונה, וממקור חיים זה הוא שואב את כללות הגיונותיו ומחקריו, שאיפותיו וחזיונותיו.

ויש אשר עוד מזה למעלה ברוחב יתנשא, עד שמתאחד עם כל היקום כולו, עם כל הבריות, ועם כל העולמים, ועם כולם אומר שירה, זה הוא העוסק בפרק שירה בכל יום שמובטח לו שהוא בן העולם הבא.

ויש אשר עולה עם כל השירים הללו ביחד באגודה אחת, וכולם נותנים את קולותיהם, כולם יחד מנעימים את זמריהם, וזה לתוך זה נותן לשד וחיים, קול ששון וקול שמחה, קול צהלה וקול רנה, קול חדוה וקול קדושה. שירת הנפש, שירת האומה, שירת האדם, שירת העולם, כולן יחד מתמזגות בקרבו בכל עת ובכל שעה. והתמימות הזאת במילואה עולה היא להיות שירת קודש, שירת אל, שירת ישראל, בעוצם עזה ותפארתה, בעוצם אמתה וגדלה, ישראל שיר אל, שיר פשוט, שיר כפול, שיר משולש, שיר מרובע. שיר השירים אשר לשלמה, למלך שהשלום שלו.



- ↔ מה הם ארבעת (או אולי חמשת) סוגי השירה שמציין הרב קוק בשירו?
- ↔ נסה להבין את המדרג על פיו בנוי השיר: האם המדרג הוא מדרג עולה או מדרג יורד לפי דעתך?
- ↔ מה ממעגלי התפילה הכי קרוב ללבך? מה ממעגלי התפילה הכי רחוק מלבך?
- ↔ בסוף השיר מזכיר הרב קוק את האפשרות שכל ארבעת התחומים הופכים לשיר אחד. נסה לחשוב על סיטואציה בה יצא לך להרגיש שהשירים שלך לנפש והשירים שלך לאומה מתחברים? נסה לחשוב על סיטואציה בה שירת הנפש ושירת האומה דווקא מתנגשים?
- ↔ נסה לחשוב על סיטואציה בה יצא לך להרגיש שהשירים שלך לאומה והשירים שלך לאדם מתחברים? נסה לחשוב על סיטואציה בה שירת האומה ושירת האדם דווקא מתנגשים?
- ↔ מה אתה לוקח מקטע זה למפגש שלך עם הקב"ה ולתפילה שלך?

