

"לא תחמוד"

ערך הליבה: להיות שמח בחלקי!

כולנו מחפשים את האושר ומייחלים לו. זה טבעי.

הבעיה מתחילה כאשר אנו מחפשים את האושר במקומות הלא נכונים. אנו טועים לחשוב שהאושר טמון בהישגים חיצוניים: כסף, מעמד, תדמית, מראה חיצוני, ציונים, משפחה... וכאשר אנו חסרים אותם, או נתקלים בזולת שיש לו "יותר" אנו מתחילים לקנא- ולחמוד. הדבר אך מועצם בחברה המערבית ההישגית והתחרותית, ועוד יותר בגיל ההתבגרות בו מחפש המתבגר את זהותו ומקומו בעולם.

לרוע המזל החמדן נכנס ל"מעגל קסם שלילי": הוא לא שמח במה שיש לו- ולכן הוא חומד את מה שיש לאחרים- מה שמעצים את תחושת הנחיתות והתסכול שלו.

התורה מלאה בסיפורים אודות הקנאה, התסכול שבחלקה והנזקים האפשריים שלה -קין והבל, יוסף ואחיו, רחל ולאה ועוד.. לא סתם נאמר אודות הקנאה "קשה כשאל קנאה" (שיר השירים) "ואלף מיתות (עדיפות) ולא קנאה אחת" (ילקוט שמעוני).

כיצד ניתן להתמודד עם החמדנות והקנאה?

עלינו לחיות מתוך חיבור לעצמנו, לכישרונותינו וכוחותינו המיוחדים- להעריך אותם ולשמוח בהם, כפי שמתבטא באמרת חז"ל "איזהו עשיר? השמח בחלקו" (פרקי אבות)

שמחה כזו תכניס אותנו ל"מעגל הקסם החיובי" בו אנו פועלים במסלול החיים הנכון והמדויק לנו ולא עסוקים בחיקוי הזולת. העיסוק במה שנכון לנו יוביל אותנו להצלחה וסיפוק וממילא תחושת האושר תעלה.

סיכום הסדנא-

- הכרנו בכך שהחמדנות היא תכונה שקיימת בכלנו.
- ראינו את נזקיה של החמדנות- שרק מעצימה את תסכולו של החומד ואיננה מקדמת אותו לעבר יעדו.
- למדנו את משל "העורב והיונה" בו העורב התקנא ביונה וביקש להידמות לה- ולבסוף הפסיד הפסד כפול- גם לא הצליח להידמות לה ולגם לא הצליח לחזור להיות עצמו ואיבד למעשה את ייחודו.
- העמקנו בכך שהיכרות עם חוזקותיי ויכולותיי ללא עיסוק חיצוני באחר היא הדרך להתקדמות והשגת הצלחה וסיפוק- "איזהו עשיר? השמח בחלקו"
- בחיבור לגיל מצוות- עסקנו באופי ה"מסיבה" שהתלמידים רוצים, עד כמה המסיבה היא תוצר של רצון עצמי ועד כמה היא חלק מעולם של חמדנות, תחרותיות והשוואה.
- הבחירה להתחיל את התכנית דווקא בדיבר האחרון נובעת מההבנה כי על התלמיד ראשית להתחבר לעצמו ולחיות את חייו וכוחותיו- זו נקודת המוצא ממנה מתחיל המסע שלנו לעולם הערכים של עשרת הדיברות.

הצעות לפעילות המשך בכיתה :

1. יש לי דילמה!

מקרה 1- רועי חזר נרגש מבר המצווה של מאור- מסיבת בר המצווה הראשונה בכיתה. הוא ניגש להוריו ואמר- "אתם לא מבינים מה היה שם! נגנים על דרבוקה, שופרות, סרט בכיכובו, d.j מטורף. אמא- אני חייב שבר המצווה שלי תהיה בדיוק כזאת ואפילו יותר!" אמא שלחה מבט מהוסס לאבא וענתה לו "רועי, אתה יודע שאבא פוטר בצורה לא צפויה ולכן אנחנו מאוד משתדלים לצמצם הוצאות..". רועי המשיך ודרש בר מצווה מהסרטים? אחרי הכל- בר מצווה זה רק פעם בחיים!

הציגו את המקרה בכיתה והתייחסו לנקודות הבאות-

מה דעתכם על התנהגותו זו של רועי? מה אתם הייתם עושים במקומו?

המחיצו סיום אחר למקרה שיבטא את הדיבר "לא תחמוד".

מקרה 2- לפני חודש הושק האייפון החדש. לשליש מהכיתה כבר יש אותו. למיטל יש סמארטפון יחסית מיושן שעובד טוב ומשרת את מה שהיא צריכה. מיטל מצפה מאוד למחנה הקיץ של תנועת הנוער ואף חסכה כסף עבורו. היא מתלבטת אם להוציא את חסכוניתה על האייפון החדש כדי להיות כמו חברותיה, או לשמור את כספה עבור המחנה כפי שתכננה.

מה אתם הייתם מציעים למיטל לעשות? מדוע?

2. דיון סביב ציטוטים

ניתן לפזר את הציטוטים בכרטיסיות או על הלוח ולדון-

לאיזה ציטוט הם מתחברים? מה משקף בצורה הכי טובה את דעתם על החמדנות?

- "חמדנות היא בור ללא תחתית אשר מתישה את האדם מתוך מאמץ אין סופי לספק את הצורך- מבלי להגיע אי פעם לסיפוק" (אריך פרום)
- " הקנאה, התאוה והכבוד- מוציאים את האדם מן העולם" (מסכת אבות)
- "הקנאה מכרסמת במקנא כחלודה המכרסמת בברזל"(אנטיסטנס)
- "מי שרוצה את המירב- מפסיד את המעט" (פתגם עממי בלאדינו)
- "תפסת מרובה לא תפסת"- (תלמוד בבלי, מסכת סוכה)
- טוב ציפור ביד- משתיים על העץ (פתגם עממי)
- "קשה כשאל קנאה" (שיר השירים)

3. קנאה= צרות עין

מדוע קנאה קרויה גם צרות עין? מה קורה כשהעין נהיית צרה- איזו מציאות אני רואה-שלמה או

חלקית? כיצד צרות עין קשורה לדיבר "לא תחמוד"?

(לאחר הדיון) הקרנת הסרטון על הילד הנכה- <http://www.youtube.com/watch?v=uofFHeP-9zM>

לעולם לא ניתן לדעת את מצבו ותחושתו של הזולת. לכן, מוטב לנו להתעסק בעצמנו והטוב שיש לנו.

4. "יוסף ואחיו" - לימוד ודין

קוראים את בראשית פרק ל"ז - <http://www.mechon-mamre.org/i/t/t0137.htm>

- מה גרם לאחים לקנא ביוסף?
- כיצד הם הגיבו לכך? עד כמה חמורים יכולים להיות נזקי הקנאה?
- האם גם ליוסף יש אחריות בסיפור זה? כיצד הוא עורר את קנאת אחיו? האם גם לנו יש אחריות שלא לגרום לאחרים לקנא בנו? תנו דוגמאות (לא להשוויץ בציון גבוה, לא להתרברב על יכולות, לא לנקר עיניים בלבוש וציוד יוקרתי מדי ועוד..)

5. תלבושת אחידה מול תרבות המותגים

- לפני מספר שנים החליט משרד החינוך על החזרת התלבושת האחידה לבתי הספר.
- מה הקשר שאתם מוצאים בין "תלבושת אחידה" לבין הדיבר "לא תחמוד"?

6. מלב אל לב - מכתב ליועצת

לכבוד יועצת בי"ס שלום. לא מזמן סיימנו סדנא בנושא "לא תחמוד". אני מבינה כמה זה חשוב לא לחמוד אבל פשוט... לא מצליחה. אני כל הזמן מרגישה שיש בכיתה יפות ממני, חכמות ממני, מקובלות ממני וכל הזמן אוכלת את עצמי מבפנים וממש מקנאת. כמובן שאני לא מראה את זה כלפיי חוץ אבל ממש ממש קשה לי. יש לך עצה בשבילי? שירי.

לו הייתם יועצת בי"ס - כיצד הייתם עונים לשירי? מה הייתם מיעצים לה?

7. רגע של שיתוף

- נקודות לשיתוף: כיצד הדיבר "לא תחמוד" נוגע בי? איך אני מיישם אותו בחיי? מה הקושי/הרווח בקיום הדיבר? כיצד השפיע עליי לימוד הדיבר?