



# על סליחה, תיקון והתחלה חדשה

## "תכלה שנה ואנחתה, תחל שנה ושמתה"

### מבוא



ראש השנה ויום הכיפורים הם יחידת זמן ייחודית בה כל אדם יכול לבחון את השנה החולפת - לשמוח בהצלחות ולהתחרט על ההחמצות, ומתוך כך, להתכונן לתיקון ולשינוי בשנה החדשה. הנחת היסוד היא שכל אדם אחראי למעשיו, ובכוחו לתקן ולהתחיל מחדש.

על פי המסורת, תפילות ראש השנה ויום הכיפורים, כולל הוידוי, נאמרות בלשון רבים. כך, מבטאת התרבות היהודית את המורכבות של תהליך התשובה - שהוא גם אישי ואינטימי, וגם קהילתי ומשותף. לשון הרבים נועדה להדגיש את הערבות ההדדית ואת האחוה הקהילתית. עם זאת, בקשת סליחה, או חשבון נפש, הם באחריותו האישית של כל אדם בנפרד, והם נתונים להכרעה אישית ולרצון לברר, להבין ולשאת בתוצאות מעשינו.

מערך השיעורים מוקדש להתבוננות על השנה החולפת מתוך אחריות, להתכוונות לשנה החדשה בתקווה, ולמסר ששנה טובה תלויה במידה רבה בנו, כפרטים וכחברה. גם ביום הכיפורים נדגיש שבקשת סליחה היא משימה שמוטלת הן על החוטא והן על הסולח. תהליך הסליחה הוא התבוננות לעומק על טעות שעשינו, לקיחת אחריות עליה וגם קבלה לעתיד ושינוי.

מערך השיעורים מושתת על מקורות מסורתיים וחדשים, על כתיבה אישית ולמידה בחברותא, על לימוד עצמי ודיון במליאה. ההצעה מכוונת לשתי שכבות גיל (כיתות ה-ו). ההתאמה לכיתה תעשה באמצעות בחירה בין טקסטים או בבחירת השאלות והמשימות (בהתאם ליכולות ולמיומנויות של התלמידים ובהתאמה למורה). על מנת לאפשר בחירה מושכלת, בכל שלב מוצעים מקורות במגוון רמות, והשאלות מסודרות לפי דרגת קושי עולה.

הדגש בשיעורים הוא על לימוד המביא לידי מעשה. מומלץ להתנסות ולדון באופנים שבהם ראש השנה ויום הכיפורים יכולים להשפיע ולשנות את התנהלותנו בשנה החדשה. חגים אלה יכולים להיות גם זמן קהילתי בו אנחנו רואים זה את זה בעין טובה ובלב חומל. "תכלה שנה ואנחתה, תחל שנה ושמתה", אם רק נשתדל.

### מטרות המערך



- 1 ראיית ראש השנה כהזדמנות להפקת לקחים וכזמן של שינוי
- 2 היכרות ותפיסת מושג הסליחה כערך אישי וחברתי
- 3 התנסות בכתיבה אישית בהשראת מקורות

### ציוד דרוש



- אמצעי הקרנה ושמע
- דפים וכלי כתיבה
- כרטיסיות מצבים (נספח ד)
- בריסטול או קאפה להכנת לוח קיר (אופציונלי)
- תיבה סגורה למכתבים



## א. פעילות פתיחה

● נסביר: חלקכם/מכירים/ות את שיר הילדים "שנה הלכה, שנה באה, אני כפי ארימה", או את האיחול "תכלה שנה וקללותיה, תחל שנה וברכותיה", או "תכלה שנה ואנחתה, תחל שנה ושמחתה". כולם ביטויים לכך שהתקופה בה מציינים את ראש השנה היא תקופת מעבר. אנחנו מתבוננים לאחור על מה שהיה, וגם קדימה אל מה שיהיה. החג הוא הזדמנות לבחון מה קרה במהלך השנה שחלפה, מה דורש תיקון, ומה אנחנו יכולים לעשות כדי שבשנה החדשה, מה שתלוי בנו, ישתנה לטובה.

● משימת יצירת ברכה אישית: נבקש מכל תלמיד/ה לכתוב פתק עם איחול לשנה החדשה, תוך מחשבה על מה שהסתיים ועל מה נרצה שיקרה בשנה החדשה. נבקש להתייחס לחוויה אישית או משפחתית ואפשר גם לאומית או עולמית. נבקש לפתוח את האיחול במילים: "שתתחדש עלינו שנה \_\_\_\_\_".

משימה

● נבקש מ-2 תלמידים לתלות את הפתקים שכתבו על הלוח. לאחר מכן, ננחה את יתר התלמידים שמי שמוצאת/קשר בין האיחול שלו/שלה לאיחול על הלוח לתלות את שלו/שלה בסמוך, עד שכל האיחולים ייתלו.

## ב. לימוד מקורות

1 נחלק את דף המקורות (נספח א). נקרא את 'ברכת הכהן הגדול', ונשאל:

- 1 נסו לזהות לפי מה מסודרת תפילת הכהן הגדול? (נסביר מהו אקרוסטיכון<sup>1</sup>, ואת סידור הברכות לפי אותיות האלפבית כאמצעי אומנותי שנועד להדגיש את הכוונה להכליל את כל האפשרויות מא' עד ת')
- 2 הכהן הגדול הוא נציג העם במקדש, בעל אחריות על כלל הציבור. אילו איחולים מבטאים אחריות לכלל?
- 3 אילו איחולים מהתפילה תבחרו לשנה הקרובה? מדוע?

שאלות לדיון

2 משימת יצירת ברכת שנה טובה כיתתית: נסדר את הברכות שכתבנו בפתיחה לפי סדר האלפבית, נשלים אותיות חסרות מ'תפילת הכהן הגדול' או הצעות חדשות שיעלו מהתלמידים.

משימה

<sup>1</sup> אקרוסטיכון - שיטת כתיבה של שיר או פרזה שבה ליקוט האות הראשונה של כל מילה, שורה או בית בשיר יוצר מילה או מספר מילים, שם, אותיות האלפבית כסדרן וכדומה.



## למידה בחברותא

**3** נחלק את דף המקורות (**נספח ב**). נקרא יחד את הסיפור 'נחפש דרך חדשה' ונבאר אותו, ולאחר מכן נתחלק לחברותא לדיון במקורות ובשאלות שבדף.

**4** נתכנס במליאה ונשאל:

- ?** מה היחס אל השנה שהסתיימה בכל אחד מן המקורות?
- ?** במי תלוי התיקון לפי שני המקורות?
- ?** אילו תיאורים בשיר מזכירים את השנה החולפת או את מעשי העבר? מה השיר מציע כאיחול לעתיד?
- ?** איזה איחול מהשיר או מהסיפור מתאים גם לשנה שעברה עלינו?
- ?** נשמיע את השיר **'שנה טובה'** מאת נעמי שמר. נשאל: מדוע לדעתכם/ן בחרה נעמי שמר שדווקא מקהלת ילדים תשיר את השיר כאשר בוצע בפעם הראשונה? מה תפקיד הדור הצעיר בהפיכת השנה לטובה?

שאלות לדיון

## מהלכה למעשה



**5** נכין לתלמידים כיתות א' לוח עצות להתחלת שנת הלימודים ברגל ימין, ונתלה / נמסור אותו כברכת שנה טובה.

## ג. דיון מסכם

נקרא דברים שכתב רובי ריבלין, נשיא המדינה לשעבר (**נספח ג**).  
נשאל על חשיבות מעשה הסליחה כמתאים לחתום את השנה החולפת ולהתחיל מחדש. נדגיש את יחידת הזמן שבין ראש השנה ויום הכיפורים כזמן של שהות שמאפשר לתקן, לכוון ולשנות את המסלול, וכך להתחיל את השנה כשהשגיאות והחרטות מאחורינו, והעיניים פקוחות, לקראת הבאות.



## א. פעילות פתיחה

- 1 **נסביר:** שורש המילים 'כיפור' או 'כיפורים' (כ.פ.ר) מופיע כבר במקרא. בספר ויקרא נכתב: "כי יום כפרים הוא לכפר עליכם לפני ה' אלהיכם" (כ"ג, כח). למילה 'כפרה' הגדרות שונות שמסייעות להבין את מגוון המשמעויות של יום הכיפורים, והמורכבויות שהוא נושא.

### ניקוי, ניגוב והסרה.

על פי הגדרה זו, ביום הכיפורים אנו מגלים את החטאים והטעויות שעשינו, וכך מנקים וממרקים את מעשינו הרעים.

### כיסוי והסתרה.

מכאן גם המילה 'כפורת' שמכסה את ארון הקודש. מהגדרה זו ניתן להבין שהסליחה והחרטה מכסות על החטאים והמעשים הרעים.

### סליחה, ביטול החטא.

דוגמה לכך נמצאת בספר במדבר: "וְכַפַּר הַפֶּהּ עַל כָּל עֲדַת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְנִסְלַח לָהֶם" (ט"ו, כה). הגדרה זו היא הנפוצה והמקובלת בימינו.

נשאל:

- שאלות
- 1 ? כשאתם/ן מבקשים/ות סליחה – איזו כפרה אתם/ן מבקשים/ות?
  - 2 ? איזו כפרה אתם/ן נותנים/ות כשאתם/ן סולחים/ות?
  - 3 ? איזו מן המשמעויות היא הקרובה ביותר להרגשה שלכם/ן?

נסכם: במסגרת השיעור נתייחס לסליחה כתהליך שיש בו גם חשיפה אישית שדורשת אומץ, אך גם הקלה (כמו פצע שחובשים אותו), וגם תיקון והזדמנות להתחיל מחדש.

- 2 **נשמיע את השיר 'זה הזמן לסלוח'** מאת יואב יצחק וארה דינקצ'יאן, ונקרא את המילים (מתוך נספח ג).

נשאל:

- שאלות לדין
- 1 ? לפי השיר, מה צריך לעשות כדי לסלוח?
  - 2 ? האם השיר מדבר אל מי שצריך/ה לסלוח או אל מי שמבקש/ת סליחה?
  - 3 ? הביטוי "את האמת למרוח" הוא ביטוי עממי שמשמעו לכסות או להסתיר את האמת. למה כדי לסלוח צריך "לא למרוח את האמת"?
  - 4 ? "זה הזמן לשכוח לוותר לסלוח". האם ישנה אפשרות לסליחה בלי לוותר ולשכוח?
  - 5 ? אילו משמעויות של כפרה מופיעות בשיר?
  - 6 ? לפי השיר, האם הסליחה מחוללת שינוי או לא? מה דעתכם/ן?

נסביר: לקראת יום הכיפורים נלמד יחד על תהליך הסליחה.



## ב. עבודה בקבוצות – ניתוחי מקרים

**1** נחלק את הכיתה לקבוצות. כל קבוצה תקבל 2-3 תיאורי מקרה (**נספח ד**) ותתבקש לנתח אותם בעזרת השאלות שנכתוב על הלוח. כדאי שאותו תיאור מקרה יופיע אצל יותר מקבוצה אחת כדי להשוות בין התשובות ולדון בהבדלים.

### לדיון בקבוצה

- האם יש מקום להתנצלות במקרה המתואר?
- מי צריך/ה לבקש סליחה? על מה?
- האם מתבקש לעשות עוד משהו חוץ מבקשת הסליחה? (פיצוי, עונש...)
- למה יש לצפות מהצד השני (שנפגע)?

לאחר הדיון בקבוצות נשווה בין התשובות, ונבחן את המקרים בהם הוחלט בקבוצה שנדרשת התנצלות. **נשאל:** על מה נכון להתנצל? על מה לא צריך להתנצל? (למשל, מעשה שעשיתי בלי כוונה, או פעולה שנמנעתי מלעשות אך לא עשיתי שום דבר), נבדוק בכל אחד מהמקרים מי צריך/ה לסלוח? מה זה אומר לסלוח? האם מי שסולח/ת נדרש/ת גם לשכוח את מה שקרה? איך ההתנהגות שלנו כלפי האחר מבטאת את זה שסלחנו?



### רעיון להמשך

להניח בכיתה תיבה סגורה ולהזמין תלמידים להוסיף סיטואציות אנונימיות, עליהן אפשר להמשיך לדון בימים הקרובים.

**2** משימה בחברותות – איך מבקשים סליחה?

נתחלק לחברותות (זוגות). **נסביר:** המשימה שלנו היא לייצר מדריך קצר ומועיל ל'מבקש/ת הסליחה המתחיל/ה'. נחלק דף הנחיות (**נספח ה'1**), ונבקש מכל חברותא למלא יחד את העמודה הראשונה בטבלה.

● נקרין סרטון מ-'כאן 11': **'איך מבקשים סליחה'**

- נבקש למלא את העמודה השנייה בתום הצפייה (או במהלכה).
- **בכיתות ו':** נקרא יחד את דברי הרמב"ם, הדן בשאלה מהי תשובה וכיצד ניתן לזכות בסליחה (**נספח ה'2**). נבאר את המילים ונבקש לענות על השאלות בעמודה השלישית.

**3** נתכנס במליאה, ונשאל:

### שאלות לדיון

- על אילו שלבים בבקשת הסליחה היתה הסכמה בין חברי/ות הקבוצה?
- איזה שלב בבקשת הסליחה מומלץ לאמץ מן הסרטון (ו/או מדברי הרמב"ם)?
- הציעו מספר שלבים חיוניים לבקשת סליחה המוסכמים על כולם/ן.
- למה חשוב שיהיה יום מסוים שמוקדש לבקשת סליחה? מה הערך של יום משותף?
- איך אפשר לשלב את בקשת הסליחה כפעולה בבית הספר?
- כיצד נעודד תלמידים/ות להתחיל שנה חדשה 'עם' דף נקי?

## ג. מהלכה למעשה – הצעה לפעילות מסכמת

נציב בבית הספר תיבה סגורה, ולידה הנחיות לבקשת סליחה. נזמין כל מי שרוצה לכתוב מכתב סליחה (על פי השלבים שהחלטנו) להניח מכתבים בתיבה הסגורה. נמסור את המכתבים לנמענים/ות לפני יום הכיפורים.



### הכהן הגדול

תוארו של ראש הכהנים בעם ישראל.  
הכהן הגדול היה אחד ממנהיגי  
הקהילה המשמעותיים ביותר עד  
חורבן בית המקדש השני.  
בזמן שבית המקדש היה קיים,  
יום הכיפורים צויין במקדש ועיקר  
משמעותו היתה בעבודת הכהן הגדול  
באותו היום.



## תפילת הכהן הגדול | מתוך מחזור התפילה

שְׁנֵת לַמּוֹד.	יְהִי רָצוֹן מִלְּפָנֶיךָ ה'
שְׁנֵת מְנוּחָה.	אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ.
שְׁנֵת נְחִמָּה.	שְׁתַּהֲרֵא שְׁנָה זוֹ הַבְּצָאָה עֲלֵינוּ וְעַל
שְׁנֵת שְׁשׁוּן.	כָּל עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל בְּכָל מְקוֹם שֶׁהֵם.
שְׁנֵת עֲלִיצוֹן [עלילות].	שְׁנֵת אוֹרָה.
שְׁנֵת פְּדוּת [שחרור].	שְׁנֵת בְּרָכָה.
שְׁנֵת צְהֵלָה.	שְׁנֵת גִּילָה.
שְׁנֵת קוֹמְמִיּוֹת [עצמאות].	שְׁנֵת דִּיעָה.
שְׁנֵת קַבּוּץ גְּלוּיּוֹת.	שְׁנֵת הוֹד.
שְׁנֵת קַבּוּל תְּפִלוֹת.	שְׁנֵת וַעַד טוֹב
שְׁנֵת רָצוֹן.	[שנה שבה נתכנס לצורך דברים טובים].
שְׁנֵת שְׁלוֹם.	שְׁנֵת זְמַרָה.
שְׁנֵת שְׁבָע.	שְׁנֵת חֲדוּה.
שְׁנֵה שְׁתוּלִיכֵנוּ בָּהּ קוֹמְמִיּוֹת לְאַרְצֵנוּ.	שְׁנֵת טוֹבָה.
שְׁנֵה שְׁתַּדְּבַר בָּהּ עַמִּים תְּהִתְנוּ	שְׁנֵת טְלוּלָה [מלשון טל]
[תביס עמים שנלחמים בנו].	וְגִשׁוּמָה לְבָרְכָה.
שְׁנֵה שְׁתַּכְתְּבֵנוּ לְחַיִּים טוֹבִים.	שְׁנֵת יְשׁוּעָה.
	שְׁנֵת פְּלִפְלָה.



# "נדמה שהשנה הזו תלויה בעצם בני"

שנה טובה | מילים ולחן: נעמי שמר

על הדישא  
טל וגשם  
ושנה טובה  
ובדלת  
אור ותקבלת  
של היום הבא  
מן הלוח  
דף שלוח  
תדשות טובות  
מגיעות על  
קנף-הרוח  
אל הקבלות

לא שכחתי  
איר הלכותי  
בדרכי אכזב  
מתפשת  
חו וחוסד  
בתחילת הסתו  
מתברגשת  
ופוגשת  
אנשים וטף  
ובונה  
אתם גינד  
בית משפתי.

מה הרמז לראש השנה בבית האחרון?  
איר מתוארת השנה החולפת?  
לפי השיר, מה מבטיח שנה טובה? במה/מי זה תלוי? מה דעתכם/?

מה מאפיין שנה טובה לפי התיאור בשיר? במי זה תלוי?

"אולי אם השנה טובה נשכח דרכי שנשכח דרכי מדון ואכזבה"  
"אולי בכלל נשיר הללויה" – אם השנה עוד לא התחילה, על מה יש לשיר הללויה?

**חשיבה**  
חישבו על תלמידי כיתה א' שהתחילו ללמוד השנה בבית הספר.  
איזו עצה הייתם/ נותנים/ות להם/ן כדי שלא יתעו בדרך, ויתחילו את בית הספר ברגל ימין?

**נחפש דרך חדשה | סיפור חסידי**  
בימי אלול נהג רבי חיים מצאנז לספר משל לחלמידי: אדם אחד היה הולך ותועה ביער זמן רב, ולא מצא את דרכו. פתאום ראה איש הולך ביער לקראתו. באה שמחה בלב, כי עתה ידע מהי הדרך הנכונה.  
כאשר נפגשו שניהם שאל: "אחי, אמור לי מהי הדרך הנכונה, כי הנני תועה כאן כבר כמה ימים."  
– "אינני יכול לומר לך מאומה", ענה האיש, "כי גם אני תועה כאן ימים רבים. יכול אני רק לומר לך, כי בדרך שהלכתי אני – אל תלך, בדרך זו תועים. וכעת – נחפש דרך חדשה."  
אחרי שסיים את סיפורו היה ר' חיים נוהג לומר: "רבותיי, יכול אני לומר לכם רק זאת – כי בדרך שהלכנו עד עתה לא נלך עוד, כי בדרך הזאת תועים. כעת נחפש דרך חדשה!"  
אתר זושא: מגלים את הסיפור החסידי

- שני האנשים ביער לא יודעים את הדרך. במה הם יכולים לסייע זה לזה?
- רבי חיים מצאנז מספר סיפור. למה הוא מתכוון כשהוא אומר: "בדרך שהלכנו עד עתה לא נלך עוד, כי בדרך הזאת תועים. כעת נחפש דרך חדשה?"
- הסיפור הוא משל. מה הוא הנמשל ליער? מהו הנמשל לשני האנשים התועים?
- באיזה תחום הייתם/ רוצים/ות למצוא דרך חדשה? מהו יכול לעזור לכם/ן בכך?

# בין כסה לעשור: זה הזמן לסלוח

## זה הזמן לסלוח |

מילים: יואב יצחק, לחן: ארה דינקצ'יאן

עוד ארוכה הדרך אל האושר  
רצופה היא מכשולים רבים  
עת לחייך לשמוח גם לדמוע  
אך מה יפים יפים הם החיים  
זה הזמן לסלוח  
לותר לשכוח  
גם אם זה קשה  
שנינו יחד את הכל עוד נשנה  
לא צריך לברוח  
את האמת למרוח  
אני ואת לא נשנה את העולם הזה  
את שתי עיני נושא אני למעלה  
מבקש תשובות לשאלות  
אין מענה ואיש גם לא יודע  
האם בסוף הדרך ניפגש

## שלא נשכח לסלוח גם כשיפנה יום | רובי ריבלין

הימים הללו הם ימים של חשבון נפש פנימי ושל התבוננות מדוקדקת על המעשים שעשינו בשנה החולפת, על המחסבות, על הכוונות, הרצונות וההישגים.

במידה לא פחותה הימים שבין ראש השנה ליום הכיפורים הם גם ימים של התבוננות החוצה – אל האנשים היקרים לנו ביותר ואל אלה שנקרו בדרךנו ולו לרגע. מה הם היו בשבילנו, מה עשו. לעיתים כעסנו, עלבנו, נעלבנו. לרוב המשכנו הלאה ובלבנו משא הכאב ולעיתים גם בושה.

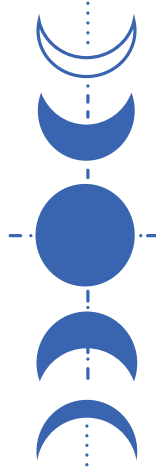
האם נוכל לסלוח? האם נצליח לבקש סליחה?... המסורת היהודית מלמדת אותנו שעם התשובה והסליחה אפשר להתחיל מחדש, חייבים להתחיל מחדש. אני תפילה שלא נשכח את משמעותו של הזמן המיוחד הזה, זמן בחינת כליות ולב, זמן סליחות.

2018, Ynet



### בין כסה לעשור

כינוי לתקופת הימים שמראש השנה ועד יום הכיפורים. המילה 'כסה' קשורה לכיסוי הירח בתחילת החודש (ראש השנה) ו'עשור' מתייחס ל-10 בתשרי, שהוא יום הכיפורים.







## תיאורי מקרה

**7** הייתי בבית של סבתא, ונוח כדי משחק שברתי צנצנת פרחים. כששאלה מה קרה, אמרתי לה שהצנצנת הייתה שבורה עוד לפני שבאתי.

**4** אחי הקטן נפל על הרצפה בגלל התיק שהשאירתי ליד הדלת. אני תמיד משאיר את התיק באותו מקום, הוא היה עם עיניים במסך הפלאפון.

**1** הייתי בדרך לבית הספר. בחדר המדרגות ראיתי את השכנה, שחזרה מקניות. סל הקניות שלה נקרע והמצרכים התפזרו לכל עבר. השכנה מבוגרת וקשה לה להתכופף. כשהייתה עם הגב אלי, ירדתי מהר למטה והלכתי לבית הספר. היא לא ראתה אותי, ואני הגעתי בזמן לשיעור.

**8** אחד הילדים מהכיתות הגבוהות תמיד לוקח לנו את הכדור בהפסקה. כבר ביקשנו והתלוננו. והוא ממשיך. אתמול הוא בא עם כדור מהבית. כשאף אחד לא ראה פינצ'רתי לו את הכדור.

**5** יש לנו ילדה חדשה בכיתה. היא הזמינה אותי ליום ההולדת שלה. ידעתי שאם אני אבוא למסיבה, יגיעו גם חברים/ות מהכיתה, אבל לא רציתי ללכת. אני בקושי מכירה אותה, והיא גרה ממש רחוק. בסוף אף אחד לא הגיע למסיבה, ולמחרת עשו לנו שיעור שלם על קבלת האחר ורגישות חברתית.

**2** אמא ביקשה ממני לסדר את החדר לפני החוג. לא היה לי כוח. הרמתי שתי גרביים מהרצפה, אמרתי לה שסידרתי את החדר, והלכתי לחוג. כשחזרתי הביתה היא כעסה עלי והענישה אותי.

**9** בקבוצת הווסטאפ 'הכיתה בלי המורה' מישהו העלה תמונה מביכה של אחד הילדים. הילד שצולם יצא מהקבוצה. מאז הוא לא חזר לקבוצה ואף אחד לא עשה כלום... כבר עברו כמה חודשים מאז המקרה.

**6** הלכתי לקניות בחנות. כשנכנסתי, לקחתי חבילת מסטיקים ושמותי בכיס, והמשכתי לקניות המצרכים ברשימה. כשהגעתי הביתה נזכרתי ששכחתי לשלם. זה רק כמה שקלים.

**3** חברה ביקשה שאתן לה להעתיק ממני את שיעורי הבית. לא הסכמתי. היא קיבלה עונש ממש חמור גם מהמורה וגם מהוריהם.

# דף הנחיות למבקשי/ת הסליחה המתחיל/ה

לפי הרמב"ם	לפי 'כאן '11	ההמלצה שלנו
		<b>מתי?</b> ביום כיפור? מיד אחרי הטעות? לאחר זמן?
		<b>באיזה אופן?</b> בעל פה או בכתב? אלקטרוני או דף? טלפון או פנים אל פנים?
		<b>שלבים חיוניים</b> להסביר מה בדיוק עשיתי? לנמק? רק לתאר? לבקש הבנה? להסביר מה לא היה אשמתי בסיפור?
		<b>שינוי נדרש</b> מה ישתנה בין מבקש הסליחה והסולח? מה צריך להשתנות ביחס/בהתנהגות? בתקשורת?
		<b>תפקיד הסולח/ת</b> איך נדע שההתנצלות התקבלה?



# תהליך התשובה לפי הרמב"ם

## ה'תשובה' היא תהליך של חרטה ותיקון

עברות שפיין אדם לתברו פגון החובל [מכה] את תברו או המקלל תברו או גוזלו [לוקח ממנו משהו בלי רשות]... אינו נמחל לו [לא נסלח לו] לעולם עד שיתן לתברו מה שהוא חייב לו [הפוגע חייב לפצות את הנפגע ולהחזיר לו מה שמוגיע לו] וירצהו [הפוגע חייב לרצות את נפגע, לדבר איתו, להרגיע ולנחם]. אף על פי שהחזיר לו ממון שהוא חייב לו צריך לרצותו ולשאל [לבקש] ממנו שיתחל לו. אפילו לא הקניט את תברו אלא בזבדים [גם אם הפגיעה הייתה רק במילים] צריך לפייסו ולפגע בו [לבקש ממנו שוב ושוב] עד שיתחל לו.

[אם] לא רצה תברו למחול לו [לסלוח לו], מביא לו שורה של שלשה פני אדם מרעיו [הפוגע מביא עוד שלושה חברים איתו] ופוגעין בו ומבקשין ממנו [והם מצטרפים אליו ומבקשים מהאדם הפוגע שוב ושוב שיסלח]. לא נתראה [אם הוא לא סולח] להו מביא לו שנייה ושלישית [הפוגע צריך לחזור על בקשת הסליחה שלוש פעמים]. [אם הצד הנפגע] לא רצה [לסלוח] מניחו והולך לו [הפוגע עוזב אותו לנפשו] וזה שלא מחל - הוא החוטא.

(הלכות תשובה, פרק ב, הלכה ט)

- ❓ "אינו נמחל לו לעולם עד שיתן לתברו מה שהוא חייב לו וירצהו" - איזה שלב חשוב מוסף הרמב"ם כאשר העבירה היא בין אדם לחברו? מה אפשר לתת או להחזיר לחברה/השהעלבו או קיללנו?
- ❓ מתי צריך לבקש סליחה שוב ושוב ומתי נכון לוותר? מה דעת הרמב"ם? מה דעתכם?
- ❓ "וזה שלא מחל - הוא החוטא" - למה זה חטא לא לסלוח למי שפגע בך?

וימה היא התשובה [איד באמת מתקנים את המצב]?  
**שלב א -** הוא שיעזב החוטא הטאז [מי שעשה מעשה פסול, יפסיק להתנהג כך] ויסירו ממחשבתו [וילמד לא לחשוב בצורת החשיבה שהובילה אותו לפגוע].  
**שלב ב -** ויגמר בלבו שלא יעשהו עוד ... [ויחליט ויתחייב לעצמו לא להתנהג בצורה הזו גם בעתיד] וכן יתנהם [וגם יתחרט, יצטרך על שיעבר [ויבטיח] שלא לשוב לזה החטא לעולם ...  
**שלב ג -** וצריך להתודות בפשעתו [ולבטא במילים מפורשות את מה שעשה, שהיה לא תקין] ולומר ענינים אלו שגמר בלבו [וגם להגיד בקול רם שהוא מתחרט ולא ינהג כך בעתיד].

(הלכות תשובה, פרק ב, הלכה ב)

- ❓ למה תהליך התיקון והסליחה נקרא 'תשובה'? לאן שבים?
- ❓ הרמב"ם מדגיש שלושה שלבים חיוניים בתהליך התשובה. מה הם שלושת השלבים? מדוע חשוב לעבור את שלושתם כדי להגיע לתיקון ואפשרות לסליחה?
- ❓ "וצריך להתודות בפשעתו ולומר" - מה הרבדל בין להתודות ולומר? למה הסליחה מצריכה הסבר מפורט במילים? מה ההסבר המפורט תורם למתחרט/ת? איך זה מועיל למי שסולח/ת?