**הדרך אל הטוב – מפגש מס' 1 (שקפים 9-13 ) – אני – שיעור א' – הרצון הטבעי**

**נושא א' – חווית רצון לקבל תענוג**

חוברת לתלמיד - עמ' 10 – תרגיל מס' 1

**הפעלה מס' 1 - עובר עם קופסת שוקולדים בין כל המשתתפים ומציע להם שוקולד.**

לכל אחד יש את הבחירה החופשית בין האלטרנטיבות הבאות:

* האם לקחת שוקולד ולאכול אותו.
* האם לקחת שוקולד ולשמור לאחר כך.
* האם לא לקחת שוקולד.

לאחר סבב חלוקת השוקולדים הפנית שאלות למשתתפים כדלקמן:

**לאלה שלקחו ואכלו –** **מדוע לקחת ואכלת?** מטרת השאלות להראות שמפעולה זאת מפיק עונג.

**לאלה שלקחו ולא אכלו** – **מדוע לקחו? ומדוע שמרו?** המטרה להראות שהלקיחה נובעת מרצון לעונג. ושעצם הדחיה נובעת מהערכה שהעונג מאכילה מאוחרת יותר גדולה יותר מאשר אכילה מיידית.

**לאלה שלא לקחו** – **מדוע לא לקחו?** – מהרצון למנוע את הסבל הנפשי/אי הנעימות הנובעת מהשמנה או חולי כתוצאה מאכילת השוקולד.

**יש לסכם את תוצאות התרגיל**

1. **לכולנו היתה "לכאורה" בחירה חופשית כיצד לפעול ובאמת אנשים פעלו בצורות שונות.**
2. **בפועל לכל הפעולות היה דבר משותף. הם היו מכוונות להשגת עונג או מניעת סבל/אי נעימות.**
3. **חוק רוחני הפועל תמיד – לכולנו יש רצון זהה להשגת מקסימום תענוג ומינימום סבל.**

הקבלה מלמדת שהבורא הוא טוב ומיטיב, שרק רוצה לתת ולהשפיע. לכן הוא ברא בנו רצון לקבל אושר. השתוקקות לאושר.

הבעיה היא שאנחנו לא יודעים איך לפעול בצורה נכונה כדי להשיג אושר קבוע ויציב, ואנחנו מסתפקים בהנאות קטנות וחולפות.

**נושא ב' – תרגיל מס' 2 – המחשת החוק הרוחני**

**הפעלה מס' 2 – החלטה משמעותית ומטרתה**

1. תחשוב על החלטה משמעותית שקיבלת בשנה האחרונה?
2. מה היתה ההחלטה?
3. מה מטרת ההחלטה?

**לתת זמן לחשוב ולרשום. לשאול מי מוכן לשתף. ואז להנחות בשאלות עד לחשיפת הרצון.**

השאיפה שהמשתתף יגיע לרצון הבסיסי שהניע אותו ע"י שאלות החוקרות:

למה? לשם מה? ואם לא היה נוקט כך מה היה קורה?

תוצאת החקירה מטרת ההחלטה לגרום לעונג מיידי או עתידי או מניעת סבל.

**מקור 1: הרב יהודה הלוי אשלג (בעל הסולם) במאמר בחרות אות כב**

**"אולם כשנתבונן במעשיו של היחיד, נמצא אותם כהכרחיים. ובעל כורחו יעשה אותם, ואין לו כל אפשרות של בחירה. והוא דומה בזה, לתבשיל השפות על כירה, שאין לו כל בחירה, והוא מוכרח להתבשל, כי ההשגחה חבשה את כל החיים בשני מוסרות שהם התענוג והמכאוב. ואין לבעלי החיים שום בחירהחופשית לבחור בייסורים, או לדחות את העונג."**

**נושא ג' – שני תנאים לרצון לקבל תענוג: תנאי א' - אם אין ידיעה אין רצון לקבל**

תרגיל מס' 3 – שאלה וסבב תשובות:

לאן אתה רוצה לטייל בחו"ל?

(מן הסתם ייזרקו לאוויר תשובות שונות ומגוונות – שבליז לא נכללת בהן)

האם מישהו רוצה לטייל בבליז?

(מן הסתם הרוב לא שמעו עליה ולא מכירים אותה, היכן היא, והאם שווה לטייל בה)

**כעת להראות סרט על בליז – Belize tourism video trailer**

אחרי הסרט לשאול מישהו האם היה רוצה לבקר שם?

**סיכום תרגיל ומסקנה**

**לאדם אין רצון לקבל משהו שהוא שהוא לא מודע לקיומו. (**לכן באופן טבעי אין לנו רצון לרוחניות)

**נושא ד' – שני תנאים לרצון לקבל תענוג: תנאי ב' - אם אין חיסרון אין רצון לקבל**

**הפעלה מס' 4 – קבוצה צמאה במדבר**

דמיון מודרך – דמינו את עצמכם כחלק מקבוצה ההולכת במדבר והולכת ומתייבשת בצמא. כשהיאוש והצמא בשיאו הם רואים לפתע מעין נובע של מים חיים צלולים וקרים.

**סבב שאלות:**

מה התחושה כאשר אתם הולכים ומתייבשים? (פחד לחיים, וצמא)

מה הדבר שאתם הכי רוצים? (מקור מים כדי לשתות ולהינצל)

מה התחושה כאשר אתם רואים את המעיין? (רווח והצלה, רוויה, חיים)

לאחר ששתינו לרוויה ונחנו והתרחצנו מגיע מישהו שמציע לנו עוד מים. לחילופין מכריח אותנו לשתות מים

האם אנחנו רוצים?

**סיכום תרגיל ומסקנה**

* **אם האדם לא מרגיש חוסר בדבר אזי אין לו רצון לקבל אותו.** (ויהיה חסר טעם לגביו)
* **נסיון להכריח אדם לקבל משהו שאין לו חיסרון לגביו – ייחשב לו לאי נעימות וסבל**.

**נושא ה' – הקשר הישיר בין סבל ותענוג**

**הפעלה מס' 5 – הקשר בין סבל ותענוג –הפעלת סרט של צליל מעצבן - Mosquito Ringtone**

המחשה דרך הסרטון והדוגמאות שיש קשר ישיר בין סבל ותענוג ולכן:

**הפסקת סבל =תענוג.**

בעקבות הסרט והדוגמאות לבקש מהמשתתפים דוגמאות נוספות

דוגמאות נוספות: כאב שיניים. סיום משימה במרוץ למליון של הרמת דליים.

**הקרנת סרט והפסקת חשמל באמצע המתח**

**הפסקת תענוג=סבל**

בעקבות הסרט והדוגמאות לבקש מהמשתתפים דוגמאות נוספות

הקפצה של חיילים משינה באמצע הלילה.

**נושא ו' - סיכום שיעור**

**עמ' 13 – שקף סבל ותענוג וסיכום ומסקנות (להעביר לשקף)**