**קבלת שבת**

**רציונל:** שבת היא יום המנוחה המוסכם בחברה הישראלית, מזה דורות. השבת היא גם "חידוש" שתרמה התרבות היהודית לעולם ולמרות שנדמה שהיא מובנת מאליה, אין היא כזו - יום מנוחה לכל הוא חידוש, שגם בימינו אינו קיים בכל תרבות ובכל חברה. למרות היותה של השבת יום מנוחה כמעט מוסכם בחברה הישראלית, הרי שאופי המנוחה ויציקת תוכן ליום השבתון שונה במגזרים השונים של ישראל - יש מי שרואה את מוקדו של היום במנוחה, יש מי שרואה את השבת כנכס תרבותי שיש לשקוד על עיצובו, ויש מי שהשבת עבורו מהווה את הפסגה הדתית של השבוע.

עקרונות מנחים למהלך של קבלת שבת

1. **העיקרון המנחה בקבלת השבת הוא ציון המעבר מהשבוע העמוס לזמן השבת שהוא אחר**

"משמעות השבת הינה לחגוג את הזמן ולא המקום. שישה ימים בשבוע אנו חיים תחת רודנות הדברים הקשורים למקום, בשבת אנו מנסים להתכוונן לקדושת הזמן. זהו יום שבו אנו נקראים לחלוק בו את הנצחי בזמן, לעבור מעיסוק בתוצאות הבריאה לעיסוק במסתרי הבריאה". מעולם הבריאה לבריאת העולם/ אברהם יהושע השל

1. **שילוב של שירי שבת מסורתיים וחדשים**

לדוגמא: שלום עליכם, לך דודי, מי האיש החפץ חיים, שיר למעלות, כל גלגל (שוטי הנבואה) מילה טובה (יהודית רביץ), בגלל הרוח (שלומי שבת), יום שישי הגיע (דג נחש), הללויה (ליאונרד כהן), שירת העשבים וכיו'ב

1. **קבלת השבת מורכבת משלושה אלמנטים "מעשיים": הדלקת נרות, ברכה על החלה ברכה על היין – קידוש**. אפשר לעשות זאת עם הברכות המסורתיות, ו או להוסיף ברכה ייחודית לקבוצה. למשל ברכה על האור, על דברים טובים שקרו לי השבוע, ברכה לקבוצה בכנס וכו'.
2. **נזכור ש...אין אמא או אבא של שבת, התפקידים פתוחים לכולם.**
3. **ניתן לקיים סבב (בהתחלה או בסוף) שבמרכזו משתפים מה היא השבת בשבילי**/כיצד מציינים את השבת במשפחתך/ או מה נהוג לעשות בשבת במשפחתך?
4. **סבב סיכום** מה אני מאחל לעצי או לקבוצה, ואומרים אחד לשני: שבת שלום.

**דוגמאות לטקסטים שניתן להיעזר בהם:**

ברכה על הנרות:

מסורתית:

בָּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,

אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל שַׁבָּת.

חידוש:

תְּבוֹרָךְ לָנוּ, נֵר שֶל שַבָּת עַל כִּי בּשֹוֹרַת מְנוּחָה הֵבֵאתָּ לָנוּ.

לֹבֶן אוֹרְךָ מֵבִיא אֶת הָאוֹר לִמְעוֹנֵנוּ.

תְּלַוֵּנוּ שַלְהֶבֶת קָדְשְךָ בִּיְמֵי הֶעָמָל עַד כִּי תָּשוּב וְתָאִיר עִמָּנוּ בַּשַּבָּת הַבָּאָה.

**ברכה על החלה**

המוציא/ה (נוסח מסורתי)

כאמור פּותֵחַ אֶת יָדֶךָ. וּמַשְׂבִּיעַ לְכָל חַי רָצון:

בָּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלהֵינוּ מֶלֶךְ הָעולָם, הַמּוצִיא לֶחֶם מִן הָאָרֶץ:

חידוש:

נְבָרֵךְ עַל הַלֶּחָם, מַתְּנַת אָדָם וְאֲדָמָה.

מִי יִתֵּן וְיִמָּצֵא בְּשֶׁפַע, וְנִשְׂמַח בַּדְּבָרִים הַפְּשׁוּטִים – בַּפַּת, בַּבַּיִת וּבְאַהֲבַת הַלֵּב.

חיים נחמן ביאליק (על חידוש מסורת)

"חוגו את חגי אבותיכם והוסיפו עליהם קצת משלכם לפי כוחכם ולפי טעמכם ולפי מסיבתכם. העיקר שתעשו את הכל באמונה ומתוך הרגשה חיה וצורך נפשי, ואל תתחכמו הרבה.

אבותינו, לא נמאסו עליהם שבתותיהם ומועדיהם, אף על פי שחזרו עליהם כל ימי חייהם כמה וכמה פעמים בנוסח אחד. הם מצאו בהם כל פעם טעם חדש ואִתְעַרוּתָא חדשה. ויודע אתה מפני מה? מפני שהיתה בהם לחלוחית, וברכת החג שָכְנָה בנפשם".