

חדר הדרכה

שם מתנדבי לאורו נלך



10

פעילות לגיל הזהב

מדריך יקר!

מבנה הפעילות:

1. מזקנים אתבונן - שיח משותף
2. "ספרי לי איזו מעשיה..." - סיפור ודיון

1 מזקנים אתבונן - שיח משותף

יש לפתוח את הפעילות בשיחה עם האדם איתו אתה מתנדב.

השיח הפעם יעסוק בנושא "עין טובה".

* מה ההבדל בין הסתכלות ב"עין רעה" והסתכלות ב"עין טובה"?

* הביאו דוגמאות מניסיון החיים שלכם על שינוי בתפיסה שלכם בעקבות התבוננות ב"עין רעה" או התבוננות ב"עין טובה" על עניין מסוים.

* האם ישנם כלים שאדם יכול להרגיל את עצמו להתבוננות על כל הסובב אותו ב"עין טובה"

2 "ספרי לי איזו מעשיה..." - סיפור ודיון

הקרא את הסיפור הבא:

עוברים דירה

יושבת המשפחה לאכול ארוחת ערב, כולם מסבים סביב השולחן, הריחות ממלאים את הבית, העיניים מלאות חיוכים. פתאום, במפתיע, נקישה על הדלת. אם המשפחה ניגשת לדלת. בפתח היא רואה מולה זוג צעיר, איש ואישה לא מוכרים. "שלום", הבחור פותח בנימה קצת מתנצלת, "סליחה על הפרעה, אבל אולי תוכלו להקדיש לנו כמה דקות?" האישה לא מהססת לרגע. פותחת את הדלת ומזמינה את הזוג הנבוך להצטרף לשולחן. "אנחנו שוקלים לקנות את הדירה שהתפנתה בקומה הרביעית", אומר הבחור, "וחשבנו לשאול את השכנים שגרים כאן כבר כמה שנים, איך הבניין, איך השכנים, איך השכונה. אפשר לבקש מכם בקשה כזאת?" האישה מחייכת אליהם ואומרת, "זה מקום נהדר לגור בו. השכנים כולם נחמדים ואדיבים, תמיד עוזרים, אם חסר משהו, אם צריך עזרה עם הילדים, באמת, התקבצו פה אנשים טובי לב בצורה יוצאת דופן". ובעלה מוסיף, "והבניין עצמו, רק שופץ לפני עשר שנים והוא ממש כמו חדש. הוספנו מעלית, סגרנו את המרפסות כדי להרחיב את הסלון בכל בית, יש לנו גגן שמטפל בגינה למטה. באמת הבניין מצוין והשכנים נהדרים. ממש נעים לגור כאן". גם שני הילדים לא מאכזבים: "יש כאן המון ילדים בשכונה, וכולם בערך באותו הגיל."

חדר הדרכה

שם מתנדבי לאורו נלק'



10

פעילות לגיל הזהב

אנחנו מתאספים אחר הצהריים בגן השעשועים למטה, וכולם משחקים יחד עד שצריך לחזור הביתה. וגם בית הספר שלנו קרוב, מרחק הליכה, והוא בית ספר מעולה. בקיצור, אנחנו לא מוכנים לזוז מכאן בשום אופן". הזוג החדש מחייך חיוך רחב, עיניהם קורנות. הם מרגישים שהנה, הם מצאו להם את ביתם החדש. הם מודים למארחים בשמחה ויודעים שרכשו להם ידידים חדשים, שכנים. אבל לפני שהם ממשיכים בדרכם, הם מחליטים לנסות לעצור אצל עוד משפחה אחת נוספת, רק כדי להיות בטוחים. הם דופקים על דלת נוספת, ובחיוך רחב מחכים שהדלת תיפתח. ואכן, הדלת נפתחת, ומולם עומדת אישה בסבר פנים חמור. הם מציגים את עצמם ואת בקשתם, והאישה משתהה לרגע, מהססת, ואז מכניסה אותם לביתה. הם נכנסים ונעמדים בפתח, ממתינים. אחרי רגע של מבוכה, האישה מזמינה אותם להצטרף לשולחן המשפחה. הם מתיישבים ודממה ממלאת את החדר. הבחור מכחך בגרונו, מציג את עצמו ואת אשתו ומספר ליושבים סביב השולחן את מבוקשם. האישה פותחת ואומרת, "אנחנו מאוד לא מרוצים פה. השכנים כולם שתקנים ולא חברותיים, תמיד מתעלמים זה מזה בכניסה או במעלית, אף פעם אין למי לפנות כשצריך עזרה. לא ברור איך התקבצה לכאן קבוצה כזאת איומה של אנשים". והבעל מוסיף, "וגם הבניין לא שופץ כבר עשר שנים והוא נראה נורא. הוסיפו מעלית, אבל היא קטנה מדי. החליטו שצריך להגדיל את הסלון בבתים, אז סגרו את המרפסות ועכשיו אין מרפסות. אפילו הגינה למטה מכוערת. זה באמת לא מוצלח ואנחנו מרגישים שאנחנו תקועים כאן". והילד מוסיף, "ויש כאן אמנם ילדים בסביבות אותו גיל, אבל הגינה הציבורית שלנו לא מספיקה לכולם. לא נעים שם ומשעמם. וגם לבית הספר צריך ללכת ברגל ואני לא נהנה להיות שם. אני אשמח שנעבור דירה".

שאלות לדין בעקבות הסיפור:

1. האם יכול להיות שמישהו מדיירי הבית הקבועים שיקר?
תשובה אפשרית: אף אחד לא שיקר, כל שכן ענה את תשובותיו על פי ראייתו ותפיסתו את המציאות. יש אנשים הרואים את העולם ב"עין טובה" וישנם הרואים את העולם ב"עין רעה".
2. כיצד מרגיש האדם הרואה את העולם ב"עין רעה"?
תשובה אפשרית: הוא מתוסכל, כל דבר מכעיס אותו, "רע" מגביר "רע"...
3. האם ניתן לשנות אופן הסתכלות של אדם? כלומר האם ניתן להתחיל להסתכל על העולם ב"עין טובה"?
תשובה אפשרית: כמו בכל מידה, גם בעניין הזה יש צורך לרצות ואחרי הרצון יש צורך להתאמן, לתרגל ולסגל את המידה