

חדר הדרכה

שם מתנדבי לאורו נלק'



35

פעילות לגיל הזהב

מדריך יקר!

מבנה הפעילות:

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

1 מזקנים אתבונן - שיח משותף

יש לפתוח את הפעילות בשיחה עם האדם איתו אתה מתנדב.
המפגש הפעם יעסוק בנושא: "תחשוב טוב יהיה טוב"
שאלות לדין:

שאלות לשיח משותף:

1. האם אתה מכיר את האמרה "תחשוב טוב יהיה טוב"? (תשובה: כן)
2. האם האמרה הזו נכונה לדעתך? (תשובה אפשרית: כן - הרבה פעמים הכל תלוי במחשבה של האדם אם הוא רואה ב"עין טובה", אם הוא חושב מחשבות טובות ומסתכל על העולם בזווית של טוב - אז הכל באמת טוב. לא-לפעמים אנשים "רואים שחור", חושבים רע... ואז...אכן הכל נראה רע).
3. הביאו דוגמאות מהחיים שלכם המוכיחה את האמרה "תחשוב טוב יהיה טוב" (תשובה אפשרית: ניתן לבחור דוגמאות ממקום לימודים, מקום עבודה, אתגרים בחיים בתקופות ובמצבים שונים...)

2 "ספרי לי איזו מעשיה"-סיפור ודין

קראו יחדיו את הסיפור הבא ודונו בשאלות שאחרי:

היה זה בחורף תשי"ט (1959), אברהם רוטנברג מבני ברק הגיע לארצות הברית להיות במחיצתו של הרבי בניו יורק. באחד הימים קיבל מכתב מאחיו שבארץ, ובו הוא כותב, שאביהם לקה בהתקף לב ומצבו קריטי כבר ימים אחדים.

מיד עם קבלת הידיעה התיישב אברהם לכתוב מכתב לרבי, ובו ביקש ברכה לרפואה שלימה עבור אביו. הוא היה כל כך מודאג וחשב כבר על הגרוע מכל. במכתבו כתב בין היתר: "כבר אינני יודע מה לחשוב". כעבור פחות משעה קיבל תשובה מהרבי. הרבי מתח קו מתחת למילים "כבר אינני יודע מה לחשוב", והוסיף לידם: "ולפלא!! הרי ידוע ציווי רבותינו במקרים מעין אלו: תחשוב טוב - יהיה טוב" ואחכה לבשורות טובות".

תשובת הרבי עודדה את אברהם.

כעבור שלושה ימים פגש הרבי את אברהם לאחר תפילת מנחה ושאלו:

"נו, יש לך בשורה טובה בשבילי?"

אברהם ענה בחיוב, זה עתה דיבר עם משפחתו בארץ והאבא יצא מכלל סכנה.

חדר הדרכה

אל מתקבלי לאורו נאך'



35

פעילות לגיל הזהב

"מתי זה בדיוק קרה?", חקר הרבי.
"ביום חמישי בערב", ענה אברהם.
"ומתי התחלת לחשוב טוב?", לא הרפה הרבי.
"באותם רגעים ממש", ענה.
"שלא תדע עוד מקרים כאלה", סיכם הרבי "אבל זכור תמיד לחשוב טוב".
אביו של אברהם האריך ימים וחי עוד שבע עשרה שנה.

סיפור קצר נוסף:

מסופר על הצדיק רבי ישראל מאיר הכהן (המכונה "החפץ חיים" על שם ספרו לשמירת הלשון) שפעם נכנס לפונדק דרכים וראה אדם מגושם, חסר נימוסים המתנהג בגסות כלפי בעלת הפונדק ודורש ממנה בלשון בוטה להגיש לו משקה ומזון. החפץ חיים הזדעזע מהתנהגותו ורצה לגשת אליו ולהוכיח אותו. בעל הבית עצר בעדו ואמר לו: "רבי לא כדאי כבודך יקר לי, אל תסתבך עם האדם הזה. אתה יודע מי הוא? שאל והסביר לצדיק שהבחור המגושם הזה נחטף בהיותו קטן בימי הצאר ניקולאי והוא קונטוניסט. מגיל שבע הוא בשירות הצאר ניקולאי ואין בו שום זכר יהודי.

שמע החפץ חיים את הדברים חשב רגע ואז ניגש אל הבחור לחץ את ידו בחמימות ואמר לו עם הרבה אהבה: "שמעתי עליך שנחטפת בהיותך קטן והיית במשך 20 שנה בשירות הצאר ניקולאי, הרשעים ניסו להעביר אותך על דתך אך אתה לא המרת את יהדותך. איזה כוחות נפש עמדו לך..."

כך שידר לו הצדיק אהבה והערכה במקום תחושות הבוז והסלידה ששידרו הסובבים האחרים. עיני הבחור המגושם התמלאו בדמעות הוא בכה כמו ילד קטן וביקש מהרב שיהיה לו לאב. הפונדקאי לא האמין למראה עיניו... הוא שאל את החפץ חיים האם הוא כישף אותו או השתמש בכוחות מיוחדים? ענה לו החפץ חיים שהוא ריחם ואהב את הבחור דן אותו לכף זכות במחשבה וזה מה שגרם לשינוי האדיר שהתחולל אצלו.

אומר ר' נחמן מברסלב "אתה נמצא במקום בו נמצאות מחשבותיך, ודא שמחשבותיך נמצאות במקום בו אתה רוצה להימצא"

שאלות לשיח וחשיבה:

1. האם הסיפור נשמע הגיוני בעיניכם? (תשובה אפשרית: כן בהחלט, שומעים לעיתים על סיפורים כגון אלו)
2. איך יכול להיות שבזכות מחשבה טובה יכולים להתהפך דברים לטובה? (תשובה אפשרית: החשיבה הטובה נותנת תיקווה לאדם, היא ממריצה אותו לפעול, אדם שמרגיש טוב הוא חיוני לסביבה, המחשבה הטובה נותנת כח גם לאדם שנמצא מולך - הוא שואב ממך כוחות...)
3. ניסוי: חישוב על מציאות מאתגרת, מהן התחושות שעוברת אצלכם? מה אתם מרגישים? (תשובות כגון: כעס, סלידה, נקמה...) כעת נסו למצוא נקודת זכות על האדם שעליו אתם חושבים או על המציאות שהעלתם בדמיונכם... לאחר שחשבתם על נקודת הזכות - תארו מהן התחושות שעולות לגבי האדם או המציאות? (תשובות כגון: ראייה חדשה מזווית אחרת, חמלה, רחמים, הבנה, אם הייתי עומד במקומו הייתי נוהג כמוהו...)