תרגיל כתיבה מפגש 1 – הדרך שלי עם חניכה

בכל פעם שאנחנו מתמודדות עם אתגר או שינוי בחיים, אנחנו עוברות מעין חניכה. ברוב המקרים איננו מודעות לכך בזמן אמת. אנחנו פשוט מתמודדות.

1. היזכרי באתגר שאיתו התמודדת -זה יכול להיות משהו עצום כמו מחלה, אובדן או שינוי בחיים, וזה יכול להיות גם אתגר "קטן" -משהו שקרה היום בבוקר, או בשבוע שעבר, ואת מרגישה שהוא טלטל אותך, איתגר אותך ואת סקרנית מה עזר לך להתמודד.
2. כתבי על האירוע הראשון שעולה לך, גם אם אינך מבינה בדיוק למה הוא נדחף כרגע.
3. תארי מה קרה? מתי? מי היה נוכח? מה חשבת? מה עשית?
4. המציאי כותרת של לפחות שתי מלים ורצוי אפילו שלוש.

לדוגמה: במפגש הפתיחה, ממש רגע לפני שהתחלתי לדבר על חניכה, היתה הפסקת חשמל כללית. בזום היו 14 נשים שהקשיבו לי, ואפרת שהיתה למרבית המזל קו-הוסט. במספר הדקות עד שהחשמל חזר, ניסיתי להבין אם זה הפקק, איך להפעיל הוט-ספוט וגם להביע את מורת רוחי. ולהתקשר לאפרת שלא ענתה לי, כי היא היתה עסוקה בלהבין מה קורה ולנהל את העניינים. שרון, בן הזוג שלי עזר לי. כשהחשמל חזר, חזרתי לשידור והבנתי שהכול בסדר.

כותרת: **הפסקת חשמל באמצע אירוע חשוב.**

הכותרת יכולה גם להיות יותר פואטית או יותר רגשית. היא יכולה להיות משהו כמו: ניתוק מהזרם, חושך על פני תהום... את יכולה לתת כמה כותרות ולשחק עם זה.

שלב 2:

1. בחרי כותרת לעבוד איתה.
2. באופן אסוציאטיבי תני לאירוע אחר לזנק לקדמת הבמה, רצוי מתקופת חיים אחרת, או בסדר גודל אחר. וכן, כל כותרת שתבחרי תיקח למקום קצת שונה.
3. כתבי את האירוע החדש כמו קודם
4. ותני לו גם כותרת.

שלב 3:

1. התבונני בשני האירועים, במה שקרה, בנוכחים, בתגובות, באופן ההתנהלות שלך.
2. האם את מוצאת מאפיינים דומים? משהו שחוזר על עצמו?

לדוגמה: הכותרת שנתתי ישר הקפיצה לזכרוני את החתונה שלי ושל שרון לפני כ-40 שנה. אני מצרפת את השיר.

מה משותף? אירוע ייצוגי, "על הבמה" חושך, היכולת להישאר עד שהאור חוזר.

3. האם את מזהה משהו שמאפיין אותך? שאת יכולה לשים עליו את האצבע ולומר: כן זו אני. ככה אני? אם כן, נסי לנסח אותו. גם אם זו רק תחושה או השערה.

4. מוזמנת לשתף בקבוצת הפייסבוק או הווטסאפ.

31 ביולי, ים המלח

עַל מִשְׁטַח הַמֶּלַח הַלָּבָן עוֹד זוּג בְּבִגְדֵי חָתָן-כַּלָּה, הוּא
בַּעֲנִיבָה אֲדֻמָּה, הִיא בְּנַעֲלֵי עָקֵב כְּסוּפוֹת. צֶוֶת צִלּוּם מַעֲלֶה
רַחְפָן לָאֲוִיר, מְבַקֵּשׁ: תְּחַבֵּק אוֹתָהּ, תְּחַיְּכִי, תִּכְרַע בֶּרֶךְ. עֲנַן
יַתּוּשׁוֹת מִסְתַּעֵר עַל הַדָּם הַמָּתוֹק. לִפְנֵי שְׁלוֹשִׁים וְשָׁלוֹשׁ
שָׁנִים יָשַׁבְנוּ שְׁנֵינוּ עַל חֲבִילוֹת חָצִיר, אֲנִי בְּשִׂמְלָה שֶׁל
מַשְׂכִּית וְאַתָּה בְּחֻלְצָה לְבָנָה חֲדָשָׁה. כַּף הַטְּרַקְטוֹר לָקְחָה
אוֹתָנוּ אֶל רַחֲבַת חֲדַר הָאֹכֶל. בְּאֶמְצַע רִקּוּדהַשֶּׁרֶל׳ה נִפְסַק
הַחַשְׁמַל. עָמַדְנוּ עַל הַבָּמָה עַד שֶׁהָאוֹר חָזַר