



יחידה מספר 15 - מבט על העולם

מצגת כיתה



"האוסר לא במרחקים ולא מעבר לים, כי אם בתוך לבו של האדם פנימה"

(פתגם עממי המיוחס לרמב"ם)

5 4 3 2 1

13. בידיים שלנו

14. הכי טוב שאפשר

15. מבט על העולם

16. לא כועסים

כתיבה והפקה:



ניהול חינוכי: הדר סופר
צוות היגוי: רוחמה ווגל, אהרון סולטן
ריכוז: חני מנצורה
כתיבה: רועי זמיר ואליסף תל-אור
עיצוב גרפי: נעמה כץ

"האושר לא במרחקים ולא מעבר לים,
כי אם בתוך לבו של האדם פנימה" (פתגם עממי המיוחס לרמב"ם)

באיזה צבע נראה הבוקר שלך?



"בדרך כלל, כשאני קם בבוקר, המשפטים הראשונים
שעולים לי בראש הם..."

האם למחשבות הללו יש השפעה על היום שלנו?



משקפיים ורודים משקפיים שחורים



איפה המלח

? באיזו דרך אתם בדרך כלל מסתכלים על מה
שקורה לכם? האם אתם מתמקדים בטוב או נותנים
לדברים המעצבנים או הקשים להשפיע על כל
ההסתכלות שלכם על העולם?
? כיצד לדעתכם האופן שבו אתם מתבוננים בעולם
משפיע על חייכם?



משקפיים ורודים משקפיים שחורים

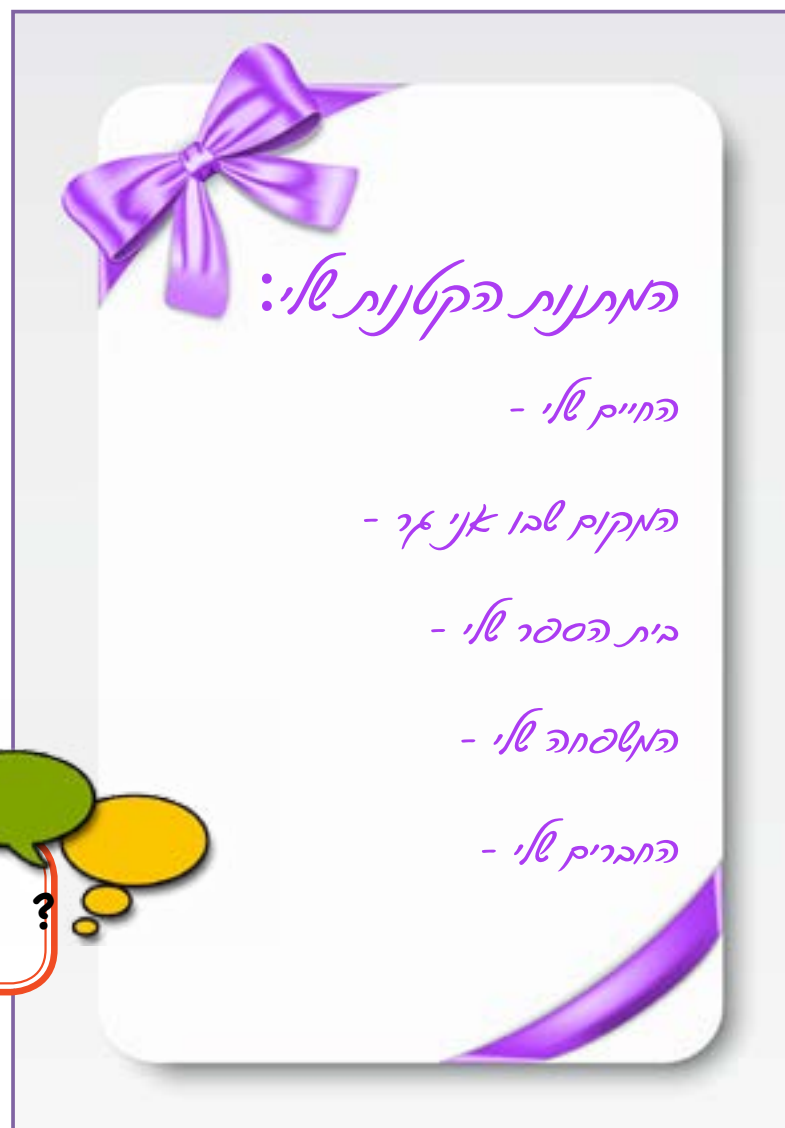


משקפיים חדשים

בסרטון אנו רואים את הבחור רק בשעות הבוקר.
איך לדעתכם נמשך היום שלו? איך הגישה שלו
לחיים משפיעה על המשך היום שלו?
האם זה קורה גם לנו?
כיצד לדעתכם תשפיע החלפת משקפיים (שינוי
דרך הסתכלות על העולם) על אותו אדם? ועלינו?



מודה אני: מתנות קטנות



האם יש לנו במה לשמוח בחיים? ?



האושר נמצא בתוכנו - רק צריך להביט

"המחשבה שהאושר תלוי במה שהוא מחוץ ליכולתו של האדם, ממה שהוא חוץ להוויתו וחוץ לרצונו, מחשבת פיגול (מחשבה פסולה) היא..." (הרב קוק, שמונה קבצים ג' נ"א)

בלשון קלה: המחשבה שאושרו של האדם תלוי בגורם חיצוני ולא נמצא בשליטתו היא מחשבה פסולה.

בן זומא... אומר: כמה יגיעות יגע אדם הראשון עד שמצא פת לאכול: חרש וזרע וקצר ועמר ודש וזרה וברר וטחן והרקיד ולש ואפה, ואחר כך אכל, ואני משכים ומוצא כל אלו מתוקנין לפני. וכמה יגיעות יגע אדם הראשון עד שמצא בגד ללבוש: גזז ולבן ונפץ וטוה וארג ואחר כך מצא בגד ללבוש, ואני משכים ומוצא כל אלו מתוקנים לפני, כל אומנויות שוקדות ובאות לפתח ביתי ואני משכים ומוצא כל אלו לפני. (בבלי, מסכת ברכות דף נ"ח, ע"א)

בן זומא, שחי לפני 2000 שנה, מביט על חיי אדם הראשון ומשווה אותם לחייו שלו. בעקבות ההשוואה, הוא מודה לה' על שחיו קלים יותר, טובים יותר, איכותיים יותר משל חיי קודמו.

מה נגיד אנחנו שחיים בשנת תשע"ו שיש לנו רפואה מפותחת ושפע כלכלי והשכלה וחשמל וטכנולוגיה וכו'? תמיד אפשר להגיד שגם היום קשה וגם היום לא פשוט, אבל כדברי הרב קוק, הבחירה בידנו במה להביט ובמה להתמקד. הבחירה הזאת היא המובילה אותו בחיים.



- האם אתם מזדהים עם הדברים? ?
- ידוע שלפעמים יש אירועים קשים בחיים, ?
- ואם כן, כיצד אפשר לומר שהכול תלוי באדם עצמו? ?
- מהו לדעתכם אושר? ?



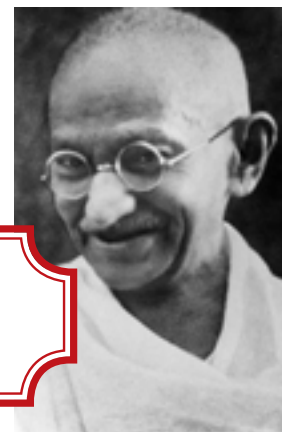
כל מה שעושה הקב"ה - לטוב הוא עושה

אמר רב הונא בשם רב משמו של ר' מאיר וכן שנויה בברייתא בשם רבי עקיבא: לעולם יהא אדם רגיל לומר: כל מה שעושה הקב"ה - לטוב הוא עושה. מסופר שרבי עקיבא היה מהלך בדרך. הגיע לאותה עיר ביקש מלון ולא נתנו לו. אמר: כל מה שעשה ה' לטובה. הלך ולן בשדה. והיו עמו תרנגול וחמור ונר. בא הרוח וכבה הנר. בא החתול ואכל את התרנגול. בא האריה ואכל את החמור. אמר: כל מה שעשה הקב"ה לטוב עשה. בו בלילה בא גייס ושבה את העיר. אמר להם: וכל לא אמרתי לכם כל מה שעושה הקב"ה הכל לטובה?! (מתורגם ע"פ בבלי, ברכות נד)

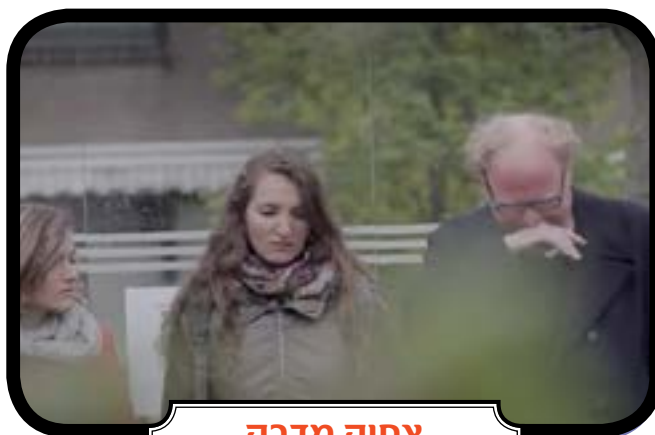


"האושר לא במרחקים ולא מעבר לים,
כי אם בתוך לבו של האדם פנימה" (פתגם עממי המיוחס לרמב"ם)

מחשבה יוצרת מציאות



"שים לב למחשבותיך. הן הופכות למילותיך.
שים לב למילותיך, הן הופכות למעשיך."



צחוק מדבק

כיצד המחשבות שלנו משפיעות על האנשים שסביבנו? ?



השלימו את המשפטים

איזה יום דפוק הולך להיות.
אני יודע ש...

הלוואי והחיים שלי היו אחרים. הכול
לא מצליח לי. הולך להיות לי יום...

אין שום טעם שאלך לבית ספר.
ברור שאני אכשל בלימודים. אני..

כולם מנסים להכשיל אותי.
אף אחד לא לטובתי. אני..

איזה יום מעולה הולך
להיות לי היום, אני...

אני נראה ממש טוב הבוקר. אני
בטוח שמצפה לי....

אני ממש מרגיש מוכן למבחן
היום. יהיה...

איזה כיף להתעורר בבית נפלא
כל כך. אני בטוח ש...

? כיצד המחשבות הללו משפיעות על המעשים שלנו?



חפשו את הטוב- מעניקים פירוש חיובי למציאות!

חברות מהכיתה התארגנו לקנות יחד (במחיר קבוצתי) ציוד לשיעור אמנות ולא אמרו לי, ולכן נאלצתי לקנות בנפרד ולשלם מחיר גבוה יותר.

אף על פי שלמדתי למבחן באנגלית ומאוד השקעתי - נכשלתי.

ההורים שלי לא מוכנים לקנות לי סמארטפון חדש כמו שיש לחברים האחרים שלי בכיתה.

לא הצלחתי להתקבל להדרכה בתנועת הנוער אף על פי שרציתי מאוד.

המורה למתמטיקה היה לא הוגן ונתן 'המון' שיעורי בית אף על פי שאין זמן להכין אותם.

המורה לספורט חיפש שחקנים כדי לייצג את בית הספר בתחרות ריצה (המשתתפים יפסידו יום לימודים). אני טוב בריצה ומאוד רציתי להשתתף, אבל הוא לא בחר אותי.

כבר שבועיים אני חושבת לקנות זוג מגפיים שמצאו חן בעיניי. אתמול חזרתי הביתה וראיתי שאחותי קנתה אותם לעצמה...

אני מנסה לשמור על המשקל, אבל לא הצלחתי להתאפק ואכלתי עוגה משמינה.

אימא שלי מאוד כעסה עליי מפני שלא סידרתי את החדר.

המורה ביקשה ממני לקרוא קטע מול הכיתה, ועשיתי המון טעויות מול כולם.



"האושר לא במרחקים ולא מעבר לים,
כי אם בתוך לבו של האדם פנימה" (פתגם עממי המיוחס לרמב"ם)

אופטימיות - אינה אשליה



? תנו דוגמה לדבר שאי אפשר להסתכל עליו בעין
טובה וחייבים להבין שמדובר בעוול ולהתנגד לו?



הרפורים -
מה אני אומר לצימני בל בוקר?

