01:05:26 מיכל: אורנה אמרת לי להזכיר לך לגבי החלק של "ולא רואות שעושות הכל כדי לדחות ולחוות כאב"

01:07:14 Rotem: כתבתי משהו לאח שלי בהודעה והוא התלונן שאני כותבת בצורה שגורמת לו אנטי. אמרתי שאני לא תמיד יכולה לכתוב כפי שנוח לו לקרוא.

01:12:30 תהילה : אז מה זה הדבר הזה שזקוק לכאב?

01:12:49 Rotem: הרצון לחיות נראה לי

01:12:52 Rotem: זה מעורר שכואב

01:12:59 Peri: תחושת הקיום

01:13:26 רבקה: למה יש לי צורך לחוותאת כאב .?

01:13:32 רבקה: אה רצה להרגיש חיות כפיצוי

01:13:47 פיגנבוים: אני חושבת שאולי אפשר לראות זאת גם להפך: רק אדם בריא יכול להיות חולה

01:13:48 מיכל: עושות הכל- אני יוצאת מגדרי? זה הרי די קל

01:15:58 rachelperl: כשעולים בי זכרונות מהילדות, אני מרגישה שזה משהו מאד עדין. כי לא רוצה לחטט מצד אחד ולא רוצה לסתור את החוויה שהייתה מצד שני. אני שואלת את עצמי למה זה עלה בי עכשיו. כי משהו במציאות העלה בי את הזכרון. אני לא אוחזת בזכרון אלא מנסה מהו הרגש שעלה אז ולפעמים זה עוזר לי להבין את מה אני מרגישה עכשיו. מבינה איך העבר צובע את המציאות עכשיו. או שהרגש הזה הוא התמודדות מהעבר והאם אני יכולה לבחון את האמת שבו כרגע עכשיו במציאות.

01:17:12 rachelperl: שואלת

01:17:22 שרי: הבן שלי התארס,ועולה בי כאב

01:17:29 פיגנבוים: אגב, ילדי הפנו תשומת לבי לתכנית מיוחדת במינה הנקראת שמונים ו 4. פרויקט ייחודי לעזור להפחית סבלם של מבוגרים. הקימו גן בתוך דיור מוגן והקששים נוטלים חלק בעבודה וכל כך הרבה מהילדות הקטנה שלהם מבריאה. סליחה שהארכתי. ממליצה מאד לראות.

01:18:02 שרי: ופחד ,איך אצליח לחתן אותו לבד?

01:18:22 ilanit: אם זה לא מהסיפור אז למה עלהרגש?

01:18:35 שרי: מבוהלת ,ומשותקת מרוב פחד

01:18:48 שרי: ממה?

01:19:35 שרי: עולה בי הילדה הבדידות הלבד

01:19:52 שרי: איך אצליח לבד?

01:20:41 פיגנבוים: trbv zv nna NV av,fuub,h

01:20:45 Peri: ככל שאני צורכת יותר כאבים זה אומר שיש יותר בריאות?

01:20:49 Shira: לא הבנתי את המשפט שכאב זה החיות הכי זמינה שיש

01:20:54 פיגנבוים: זה מה שהתכוונתי....

01:21:36 Peri: ממש ניחמת אותי...

01:21:39 שרי: לא מבינה

01:22:01 רבקה: זאת אומרת שאני יכולה להיות אמא מאד חמה ונותנת ובכל זאת ילדתי גם תעבור את המקום הזה של הריק וחוסר החום ? כי גם היא תחפש חיבור ואחיזה

01:22:43 Rotem: תינוק ניתוק תיקון

01:23:05 שרי: אורנה,לא ענית לי

01:23:35 Rotem: יש סביבי הרבה תינוקות (שמרגישים את הצל)

01:23:51 מיכל: אם אנחנו טובות למה אנחנו צריכות לתקן?

01:24:41 שרי: מה הכאב הזה שעולה ככ?

01:24:50 רחל: אפשר לחזור על המשפט של ימימה

01:24:50 שרי: אמורה לשמוח

01:24:58 ilanit: כל סוגי הכאב הם חיפוש חיות? נחיתות? חרדה?

01:26:55 רבקה: את יודעת הרבה זמן תהיתי מול הקב"ה למה לרדת למצרים ? !! מה הקטע של הסבל והכאב הגדול למה לשכוח את הקבה ואותנו בתוך עבודת פרך.הרי היינו בארץ ישראל עם יעקב למה לרדת ?! ועוד מראש יש הבטחה לזה . יש משהו בשעור הזה עכשיו שפותח פתח להבין , ששם מתחיל תיקון לחיפוש חיבור מולו. זה עדיין קשה לקבל את זה , משחק מכור מראש ובכל זאת יש פה משהו להתבונן

01:27:05 מיכל: אמרת פעם שכולנו טובים באותה מידה

איך זה שחלק זוכים להיות לומדים וחלק לא?

הילדה מסתכלת על איך היא מול זה אז לפעמים מרגישה ברת מזל ואהובה "יותר" ולפעמים מרגישה "מקולקלת" יותר כי צריכה "גלגלי עזר" בניגוד לאחרים ש"מסתדרים"

סליחה על כל המרכאות

01:27:11 שרי: למה???

01:27:47 Efrat Rubin: למה אני צריכה לתקן משהו שהבורא יצר בי. למה צריכה לתקן משהו שלא אני גרצתי. זה ממש מקומם

01:27:52 שרי: לא הבנתי למה בשמחות זה עולה

01:28:50 rachelperl: ובמצרים פוגשים את פרעה- הפה הרע- הקול הפנימי שאומר שאנו לא טובות ולא יכולות

01:29:51 אסתר: יש מצבים שבהם מקום של אחרים מכאיב לי...

01:29:52 Efrat Rubin: יצרתי

01:30:11 Peri: אתמול הבת שלי באה מהגן עם השיר "לא מבין כלום" ואמרתי לעצמי שזה נוגד את לימודי ימימה..עכשיו הסברת לי שלא ..

01:30:55 אסתר: אני מרגישה שלא שולטת בזה. בהשוואה, כמו חזק ממני, לא בחרתי לרעות בשדות זרים. וזה מחליש נורא

01:31:28 Efrat Rubin: אבל למה צריכה לעבוד כל כך קשה בשביל לזכות באור

01:31:48 ilanit: מתקשה להבין למה הדרך הכי זמינה לקבל חיות זה מהכאב

01:32:17 Rotem: אורנה מה שאת אומרת היום מזכיר לי שפעם חברה הסבירה לי את ההבדל הגדול בין תל אביב לשאר הארץ. וההסבר: בתל אביב תמיד נדמה שמשהו קורה. זה נורא מצחיק אותי תמיד כי זה כמו מקום שבו האשליה היא כמעט מושלמת - מה שקורה לי הרבה פעמים לגבי כל מיני מקומות אחרים... מקומות בחוץ...

01:32:23 אסתר: v,fuub,h kvauutv

01:32:43 אסתר: התכוונתי להשוואה ביני לבין אחרים

01:33:58 Ayala: אבל אמרת שהבנה שכרוכה במאמץ - היא כנראה עומס

01:34:37 שרי: אז למה לא להדחיק את העומס?למה להרגיש אותו?

01:34:54 שרי: אם החיות דרך הטוב?

01:35:06 רחל: הלא טוב נותן חיות . גם אני התחלתי להשתעמם ממנו

01:35:16 רחל: רוב הזמן

01:37:13 רבקה: תודה על הדוגמא על החברות. מדוייק עבורי. ומרגישה שאני מאז ששמתי לב למפגשים חברתיים שרק מרכלים,מאד מתרחקת כדי לא להיות בסיטואציות של ריכולים. וזה גורם לבדידות. ניסתי לעשות מול זה מלאכה... האמת קצת נמצאת ללא מוצא. מרגיש שהחיבור מול הטוב , גורם לפחות צורך חברתי/או בדידות חברתית

01:37:19 Peri: מה התפקיד המרכזי של הריק?

01:37:23 ilanit: מה תפקיד הריק?

01:38:21 hanasadot: שונים מאד

01:39:18 hanasadot: רק בזכות הלימוד הבנתי את זה

01:40:50 ilanit: לפעמים כשקשה לי רצה ללימוד כדי להתעודד האם זו לא בריחה?

01:41:10 Peri: אפשר לענות על השאלה מה תפקיד הריק? פספסתי?

01:41:20 רחל: בריחה טובה

01:42:22 שרה: יש לי חברה שיכולה לדבר איתי הכי עמוק ונוגע ונדבר מלא זמן על החיים וכו ואז שבועיים היא יכולה לא לדבר איתי וניסיתי להבין אם עובר עליה מה שאני מרגישה-שזה ממש חוסר בלעדיה- וזה בכלל לא מה שעובר עליה... נכנסתי לעומס בחברות הזאת...

01:43:16 Rotem: אורנה אני מבינה שקשה לי ממש לקבל שאנשים עושים רק מה שהם מסוגלים. זה נורא קשה לי לקבל.

01:43:41 שרה: קשה לי קצת להגיד, אני לא יכולה בלי הקשר ההדוק איתה

01:43:50 שרה: אולי

01:44:47 פנינה: קשה לי לא לכעוס על אנשים שאני מרגישה שהם לא בסדר איתי. למרות שאני מנסה שלא לכעוס.

01:46:55 תהילה : זה תמיד אותו מקום שעומד מתחת לכל העומסים?

01:47:01 ilanit: חוסר חיבור למה? למי?

01:47:46 מיכל: לא משנה מה זה תמיד ריק מתחת?

01:47:57 תהילה : כי כשיש הבנה מה אני אומרת לעצמי כשמרגישה שאין אחיזה?

01:49:12 תהילה : מקסים

01:49:15 רבקה: לסיכום , שיהיה בריא הקב"ה.. איזה תנועה ברא בתוכנו עם הריק הזה ...

01:49:21 ilanit: מרגש

01:49:52 ilanit: מה ההבנה הטובה מול הריק?

01:50:04 רבקה: שלאחריה יש שמיים

01:50:23 תהילה : כי אני בדיוק מרגישה עכשיו שמושכים לי את השטיח מתחת לרגליים

01:51:03 ilanit: מבינה שהריק הוא פרוזדור לשמים

01:51:16 Ayala: אבל קורים גם דברים קשים בחיים

01:51:20 אסתר: אני מרגישה שבסוף, חוסר האונים שמתחת, הכי מבריח אותי לעומס, למחזקים מדומים

01:51:23 hanasadot: המקום הכי חשוך לפני עלות השחר

01:51:46 שרי: הריק זה המקום שאין במה לאחוז?

01:52:11 פנינה: איך מגיעים למקום עם רגלים על הקרקע?

01:53:00 שרי: דווקא שאין קרקע מגלים את הקרקע

01:53:48 רבקה: אורנה תקראי שוב

01:54:29 Peri: פעם חשבתי לעצמי אם יש מצב של התמכרות ללימוד ההכרתי..

01:55:47 renana: לא מצליחה לשמוע .. זה רק אני?

01:56:12 rachelperl: שומעת

01:56:14 Rotem: שומעת

01:56:17 פיגנבוים: כן

01:58:25 Peri: בבקשה תחזרי על המשפט בחלק הראשון : ז"א הנה הבנתי כך... מה ההמשך?

01:59:22 Peri: ואם אפשר גם על המשפט בחלק השני של "תחת ההסכמה של הלומדת...- ההמשך

02:00:43 Hadas: אפילו אם אני זורמת איתו? נגיד אם אני מרצה למרות ששמה לב שמרצה?

02:00:57 Hadas: או כועסת

02:01:42 rachelperl: אני יכולה לראות מצב שאני צוחקת על העומס הפעיל שלי- אני עדיין לא שם אבל כבר רואה אפשרות כזאת

02:04:44 שרה: תודה רבה אורנה!

02:04:52 מיכל: תודה ענקית אורנה!

02:04:55 hanasadot: תודה רבה רבה

02:05:03 אפרת: תודה רבה אורנה; כל שיעור מקרב אותי לעצמי

02:05:09 פיגנבוים: אמן. תודה רבה

02:05:13 Ayala: אורנה , את מהממת

02:05:21 רבקה: איזה שעור! שתזכי לרוב טוב ונחת

02:05:27 שרי: מה זה להבין את עצמי?

02:05:52 פנינה: תודה רבה.

02:05:56 רון תמיכה טכנית: תודה רבה אורנה. תודה לכל המשתתפות. ערב נפלא.

02:05:59 תהילה : ,usv rcv

02:06:01 Rotem: תודה אורנה ול