



# אימונים בהקשבה

29-30 לאוקטובר (חמישי שישי)

מקום מפגש: כליל - גליל מערבי

## בהנחיה של דני לסרי

"אך מה שהיטיבה מומו לדעת מאין-כמוה היה להקשיב. אפשר שיאמרו אחדים מקוראינו: הלא אין בזה שום דבר מיוחד, הן כל אחד יודע להקשיב! אבל טעות בידם. להקשיב באמת יודעים מעטים שבמעטים. וכוחה של מומו בהקשבה היה אכן יחיד במינו. היא ידעה להקשיב כך, שבני אדם שוטים העלו פתאום בדעתם מחשבות נבונות מאוד. ולא מפני שאמרה או שאלה איזה דבר שהביא את בן-שיחה לידי מחשבות כאלה. לא, היא אך ישבה פשוט והקשיבה, בכל תשומת הלב ובמלוא ההשתתפות. מתוך כך הסתכלה בדובר אליה בעיניה הגדולות והכהות, ואז הרגיש אותו אדם, להפתעתו, כי הנה צעות במוחו מחשבות שלא שיער כלל שהן צפונות בו. מומו הקשיבה כך שאובדי עצות או הססנים ידעו לפתע בדיוק נמרץ מה רצונם. ביישנים וחיישנים מצאו בליבם הרגשת חירות ואומץ. אומללים ומדוכדכי נפש מצאו ביטחון ושמחה..." (מומו, מיכאל אנדה)

יומיים של נוכחות והקשבה. אימונים בזוגות, במליאה, בקבוצות קטנות, בעבודת גוף, בעבודת לב. הקשבה לגוף, הקשבה לטבע, הקשבה להרגשה, הקשבה לרוח, ובעיקר הקשבה לזולת. הקשבה למה שעולה, למה שמסתבר, למה שרוצה, למה שמתגעגע, לדיבור שצומח בעיתו. הקשבה לזמן, להתפתחות, להתרחבות, להישענות, לקצב האישי, ובעיקר הקשבה לשקט, ממנו הכול צומח ויוצר ואליו הכול נאסף.

אנו נפגשים ולומדים במרחב חוץ. אוכלים וישנים במקום יחדיו. זו סדנה תהליכית רצופה. מקום שהוא בו בזמן מרחב ריפוי ומרחב לימוד. מאפשר לכל אחד לעשות את דרכו בסביבה אנושית פתוחה וחוקרת.

הסדנה פתוחה לכול.

**דני לסרי:** סופר מחנך וחוקר במסורת הפילוסופיה הדיאלוגית. מבין ספריו: "הארות לפילוסופיה של נוודים", "אל הממשות", "הורות לחירות", "מסה על הזוגיות", "מקום לגדול".

### התארגנות והרשמה:

**מקום מפגש:** כליל (גליל מערבי). פתחתי מתחם חדש בחוץ, מעל עמק יזעם, מקום מוצל, צופה לים, מוקף טבע. כל הלימוד יתקיים בחוץ. ישיבה על מחצלות, כריות ומזרונים. לינה במקום.

**זמן:** 29-30 באוקטובר. החל מחמישי ב08:11 ועד שישי ב12:30.

**עלות הסדנה:** 400 ₪. מוגבל ל20 משתתפים. מי שרוצה להשתתף אך מתקשה לשלם - שיהיה אתי בקשר.

**אוכל:** כל אחד מוזמן להביא מצרכי מזון לארוחות המשותפות: ירקות, פירות, ממרחים, טחינה, לחמים, פשטידות וכדומה לחמישי בצהריים ושישי בבוקר. ולערב חמישי - ירקות לתבשיל, ומצרכי יסוד - אורז, עדשים, קוסקוס או וכל דבר אחר שיערב לחככם. מבשלים ואוכלים במשותף.

**לינה:** לינה בשטח על מחצלות, יש להביא שק שינה ומזרון, ובגדים חמים (קר בלילה).

**הרשמה:** פשוט שילחו מייל חוזר שמודיע שאתם מעוניינים להצטרף ואצרף אתכם לרשימת התפוצה של הסדנה. אשלח פרטים ועדכונים לנרשמים לקראת המפגש. בכל שאלה מוזמנים להתקשר.

דני לסרי [danlasry@gmail.com](mailto:danlasry@gmail.com) או טל' 0545-818711