

מציג א'רנו

בוב ויוס מספר...

קין והבל





קין והבל

ביום ששי אחר הצהריים, נעה לא חפחה שדוד חיים ישאל "איזה ספור את רוצה". היא פשוט אמרה:

"אני רוצה ספור על מישהו שהרגיש לא מובן, שמישהו אחר קיבל תשומת לב והוא לא. דוד חיים הרים גבה.

"קרה משהו?"

נעה נשפה בעדינות:

"כן. היום בבית הספר חלקו ציורים לתחרות, והמורה שבחה את הציור של שירה. הוא באמת היה יפה, אבל שלי גם היה משקע ואף אחד לא שם לב. הרגשתי מין צביטה בלב, מין כעס כזה... כמעט קמטתי את הדף שלי."

דוד חיים הנהן לאט.

"זה נקרא קנאה, נועש. זה רגש חזק, ומכר. אפילו בתנ"ך היה מישהו שהרגיש בדיוק ככה. רוצה לשמע עליו?"

"כן, בטח."

קין והבל היו שני אחים, הבנים של אדם וחוה.

קין היה עובד אדמה, גדל ירקות ופרות.

הבל היה רועה צאן, גדל כבשים.

יום אחד, שניהם החליטו להביא קרבן לאלוהים.

הבל הביא כבש מהטובים שלו.

קין הביא תוצרת מהשדה.

אלהים קיבל את הקרבן של הבל ולא את של קין.

קין התרגז מאוד. הוא לא הבין למה. הוא הרגיש שאחיו מקבל אהבה והוא לא.

במקום לשאל, לדבר או לחשב הקנאה הפכה לכעס, והכעס הפך למשהו נורא:

קין קם על אחיו והרג אותו.

אלוהים שאל אותו:

"איפה הבל אחיך?"

וקין ענה:

"השומר אחי אנכי?"

למרות התשובה של קין, אלוהים ידע מה קרה וגם ראה מה היה בלב של קין.

והוא אמר לו:

"אם תשתפר תשא. ואם לא, הקנאה רובצת כמו חיה והיא עלולה להשתלט עליך."



קין והבל

ידוד חיים סיים את הספור ואמר:

"קנאה היא לא דבר רע עוד יודעים להקשיב לה, להבין מאיפה היא באה, ולא לתת לה לנהל אותנו."

נעה חזקה.

"זה בסדר שהרגשתי קנאה אבל כנראה לא הייתי צריכה לקמט. יכלתי לנשם עמק ולהגיד לעצמי: 'גם אני שוה'."

"בדייק, חייך הדוד. 'ואולי גם לחייך לשיירה ולומר 'כל הכבוד לך!'"



קין והבל שאלות

מה קרה לנֶעֱה בַּכְּתָה שְׁגָרָם לָהּ לְהַרְגִּישׁ קִנְאָה?

מִי הָיָה קִין וְהֶבֶל?

מָה כָּל אֶחָד מֵהָאָחִים הָבִיא כְּקֶרֶבֶן?

לָמָּה קִין כָּעַס?

מָה הֵחְבִּידֵל בֵּין לְהַרְגִּישׁ קִנְאָה לְבֵין לַפְּעֵל מִתּוֹךְ קִנְאָה?

אֵיךְ אֶפְשָׁר לְהַגִּיב כְּשֶׁמְרַגִּישִׁים קִנְאָה בְּלִי לַפְּגַע?

מָה אַתֶּם יְכוּלִים לַעֲשׂוֹת בַּפֶּעַם הַבָּאָה שְׁתִּרְגִּישׁוּ קִנְאָה?

איקס מיקס דריקס

כתבו משפט שמחזק
אתכם כשיש פתוי

צירו את קין והבל כל
אחד עם המתנה שלו.

כתבו דו עית בין קין
להבל

כתבו סוף טוב לספור

חוקה

כתבו או צירו רגע שבו
הרגשתם קנאה וכתבו איך
בחרתם או תבחרו לפעול
אחרת

כתבו מכתב לקין
והציעו לו איך
להתנהל עם הקנאה
שמרגיש

הצגה קצרה "איך הייתי
מדבר עם אחי במקום
לכעס?"

כתבו משפט מעודד
לעצמכם: "אני טוב גם אם
לא שמו לב אלי."

הכינו פרמיס עידוד
לחברה/עונצת/ה במנחה
והרגשתם קצת קנאה.

