



# גיליון התעמלות מכתבים לזה שאיבדתי

## מכתב ראשון:

1

אני כותב מכתב לאדם שאיבדתי כאילו הוא יכול להבין הכל, לשמוע הכל, בלי לצנזר אותי עם המילים שמגיעים למחשבותיי, הרגשות, עד שאני מרגיש שאמרתי הכל.

## מכתב שני:

2

אני כותב את סיפור מערכת היחסים שלנו ואת נסיבות מותו. אני מציין את התאריכים המשמעותיים לחייו של האדם: יום הולדתו, קרוביו אשר נפטרו כאשר הוא עוד היה חי, חגיים דתיים, משפחתיים, אירועים מיוחדים.

אני משנה את סיפור המוות שלו כדי לאלף את הטראומה וכך חוזר על סיפור ההתחברות בינינו, השונה מאירוע המוות.

אני כותב את מי שהוא היה, את התרבות שלו, את חייו, מה שהופך אותו לאנושי בעיניי, שמאיר אותו מאיפה שהוא נמצא.

כותב לו איך אני אקדיש לו את חיי, איך הנציח את הנשמה ואת הזיכרון שלו.

יקירתי ...

סיפור מערכת היחסים שלנו:

נסיבות מותך:

תאריכים ואירועים משמעותיים בחיך:

סיפור מותך:

מי היית:

איך אחיה בלעדיך ואיך אנציח את הזיכרון שלך: