

شب خانوادگی

شب چهاردهم

سینمای خانۀ

یک فیلم، یک شب آرام و
فرستی برای دیدن یکدیگر

خوش آمدید

امشب خانه مان تبدیل به سینما می شود!

برنامه امشب خیلی ساده است:

- یک فیلم خوب
 - یک ظرف پاپ کورن
 - چند خوراکی و نوشیدنی
 - و آدم هایی که دوستشان داریم.
- قرار نیست فعالیت های زیادی انجام دهیم یا مدام برنامه اجرا کنیم. برای چند ساعت، کارها و گوشی ها را کنار می گذاریم و فقط کنار هم فیلم می بینیم و از بودن با هم لذت می ببریم.

هدف این شب

امشب می خواهیم:

- زمان باکیفیتی کنار هم داشته باشیم.
- بخندیم و از یک شب آرام لذت ببریم.
- ببینیم متفاوت بودن اعضای یک خانواده چطور می تواند ارزشمند باشد.
- بعد از فیلم، یک گفت و گوی کوتاه و طبیعی داشته باشیم.
- کمی بیشتر خوبی های یکدیگر را ببینیم.

نکته: «امشب بیشتر از اینکه بخواهیم «برنامه اجرا کنیم»، می خواهیم کنار هم باشیم.»

قوانین سینمای خانه

فقط چند قانون ساده داریم:

- گوش‌ها تا جای ممکن کنار باشند.
- وسط فیلم درباره فیلم بحث و تحلیل نمی‌کنیم.
- هرکس هرجایی که راحت‌تر است بنشیند. روی مبل، زمین، بالش یا پتو!
- خوردن خوراکی کاملاً آزاد است.
- لازم نیست بعد از فیلم همه نظر یکسانی داشته باشند.
- ممکن است یک نفر عاشق فیلم شود و یکی نه؛ اشکالی ندارد.
- امشب خانه باید واقعاً حس سینما بگیرد!

آماده سازی سینما (۲۰ دقیقه)

قبل از شروع فیلم، همه کمی کمک کنند تا سینمای خانه آماده شود.

- مسئول پاپ‌کورن
 - مسئول نوشیدنی
 - مسئول خوراکی
 - مسئول موسیقی قبل از فیلم
 - مسئول آماده کردن فضای سینما
- هرکس یک کار کوچک انجام دهد. بعد:
- چراغ‌ها را کمی کم کنید. بالش و پتو بیاورید. خوراکی‌ها را تقسیم کنید.
- و یک جای راحت برای همه بسازید. سینمای خانه آماده است!

فعالیت اصلی: فیلم

فیلم: Encanto (افسیون).

داستان خانواده‌ای که اعضای آن توانایی‌های متفاوتی دارند و هرکدام به شکلی جای خودشان را در خانواده پیدا می‌کنند. اما داستان کم‌کم یک سؤال مهم‌تر را پیش می‌کشد: «ارزش یک نفر به کاری که می‌تواند انجام دهد بستگی دارد، یا به خود او؟»

آماده استراحت (۱۰ دقیقه)

فعلاً سراغ سؤال‌ها نروید. چراغ‌ها را روشن کنید، نوشیدنی‌ها را پر کنید. کمی خوراکی بردارید. و کمی راه بروید و استراحت کنید. نکته: «هنوز تحلیل فیلم را شروع نکنید. چند دقیقه اجازه دهید همه فقط از فضای فیلم بیرون بیایند. بعد دوباره کنار هم جمع شوید.

در فیلم، اعضای خانواده توانایی‌های متفاوتی دارند. حالا نوبت خانواده شماست. اما اینجا منظورمان قدرت جادویی نیست. هرکس برای فردی که سمت راستش نشسته، یک «قدرت ویژه واقعی» انتخاب کند.

مثلاً:

- قدرت آرام کردن دیگران
 - قدرت خنداندن خانواده
 - قدرت خوب گوش دادن
 - قدرت درست کردن چیزهای خوشمزه
 - قدرت کمک کردن
 - قدرت امیدوار کردن دیگران
- بعد مستقیم به او بگویید: «اگر تو یک قدرت ویژه داشتی، به نظرم قدرتت ... بود.»
- سعی کنید چیزی بگویید که واقعاً در آن شخص دیده‌اید، نه یک تعریف کلی.

گفت‌وگوی فیلم (۱۰ دقیقه)

حالا فقط کمی درباره فیلم حرف بزنید.

سه سؤال داریم:

- کدام شخصیت را بیشتر دوست داشتی؟ چرا؟
 - فکر می‌کنی کدام شخصیت بیشتر نیاز داشت واقعاً دیده شود؟
 - فیلم درباره خانواده چه چیزی به تو یادآوری کرد؟
- لازم نیست همه به هر سه سؤال جواب بدهند.
- حتی اگر فقط یکی از سؤال‌ها گفت‌وگوی خوبی ایجاد کرد، همان را ادامه دهید. گفت‌وگو را طبیعی نگه دارید؛ قرار نیست فیلم را تحلیل کنیم.

چیزی که امشب می‌خواهم نگه دارم

قبل از دعا، هرکس اگر دوست داشت این جمله را کامل کند:

• «از امشب می‌خواهم این را به یاد داشته باشم که...»

ممکن است جواب خیلی ساده باشد:

- «لازم نیست همه مثل هم باشیم.»
- «باید بیشتر خوبی‌های همدیگر رو بگیریم.»
- «گاهی فقط کنار هم بودن کافیه.»
- «هرکس یه چیزی به خانواده اضافه می‌کنه.»
- حتی «فقط از فیلم و پاپ‌کورن خوشم اومد!»

دعا (۱۰ دقیقه)

امشب برای خانواده‌مان دعا کنیم:

- برای تفاوت‌های یکدیگر شکر کنیم.
- برای استعدادها و ویژگی‌های متفاوت هر نفر شکر کنیم.
- دعا کنیم خانه جایی باشد که هیچ‌کس احساس نکند برای ارزشمندبودن باید چیزی را ثابت کند.

برای نمونه: «خدایا، ممنون که هرکدام از ما را متفاوت آفریدی. کمکمان کن همدیگر را با مقایسه و توقع نگاه نکنیم، بلکه خوبی‌ها و ویژگی‌های یکدیگر را ببینیم و بیشتر تشویق کنیم. کمک کن خانه‌مان جایی باشد که هرکدام از ما بدانیم دوست‌داشتنی و ارزشمند هستیم. آمین.»

پایان شب (۱۰ دقیقه)

اما یک چیز را از امشب با خودمان نگه داریم:
در یک خانواده لازم نیست همه شبیه هم باشند.
یکی آرام‌تر است.
یکی پرنرژی‌تر.
یکی بیشتر حرف می‌زند.
یکی بیشتر گوش می‌دهد.
یکی در چیزهایی قوی است که شاید دیگری نباشد.

و شاید **زیبایی خانواده** دقیقاً همین باشد:
آدم‌های متفاوتی که یاد می‌گیرند یکدیگر را ببینند،
بپذیرند و کنار هم بمانند.