

מילים לפרידה אל קורס כתיבה טיפולית הגעתי כדי למלא ריק שנוצר בשנים האחרונות מאז שסיימתי ללמוד. הגעתי גם לממש חלום – להוציא את הקרחון שלי מן המים העמוקים – כפי שיונג אומר- לחבר את אהבת המילים הספרות והצורות לתחום הנפש והרגש ולמצוא משמעות. למסע הגיבורה שלי, הצריך אומץ- להכיר אחרים, לחוות שקט, להיות בלמידה, זה לא היה קל אחרי שנים של להיות סטודנטית יודעת כל - לפתע טיפחתי את 'חוסר הידיעה' – ואכן למדתי. מרגע שהספינה שלנו התייצבה- התחלתי לנשום, להעמיק לצלול, להבין ולחבר – אז גם רשמתי לי את שמות כולכן כדי שתהיה לי תזכורת ואדע באמת מי זו מי. מיה נתנה לנו הצצה אל המרווח שבין צעד לצעד, הסיטה את הכיסוי של המילים, ולפתע נגלה התחום של האין מילים ולמדנו להיות בו יחד. האמת – אני מרגישה שהתלכדנו לכדי מדורת שבט נשים כל כך אמיצה ומכילה חמימה ולא שורפת או מאכלת אלא – מדורה מאירה, ונוסכת ביטחון. בשבילי ימי שני היו אוצר אמיתי, ואני מרגישה שרכשתי ידיעה חשובה וגם כלים אמיתיים מחברים בין גוף, פעולת הכתיבה והנפש – בפרידה יש בי מכלול רגשות – עצב על שמסתיים אך גם תחושת שמחה וסקרנות לקראת הצעד הבא עם הידיעה החדשה ואף איתכן כנשים – זה מרגיש לי ממש – חוסן פנימי. אני יוצאת עם הכרת תודה על השנה הזאת עליכן – על הדמעה, החיוך, הצחוק, הכאב, הגילוי, התמיכה הרפלקציה התבונית ועל זה שהסכמתן להיות שבריר ממסע הגיבורה שלי – מאחלת לכולכן בהצלחה שתמיד תגעו במילים ותזכו בגילוי, בכיסוי- אוהבת אתכן נשים יקרות וגם אותך מיה.

שרון שמע עמר

מיה, אישה מלאת ידע, ניסיון, הומור וטוב לב, מעבירה את המפגשים בנעימות ומקצועיות. מאפשרת מרחב ומרווח לכתיבה ונשימה בצורה מעוררת, מעניינת ומלאת חיות. כל מפגש מעורר מגוון של מחשבות, תחושות ורגשות, נוגע בנימי הלב ומעשיר את ארגז הכלים האישי. ממליצה בחום.

תמר בצר

חוויה שאסור לפספס !!!
למדתי אצל מיה קורס ביבילותרפיה שנתי. בכל שיעור מיה הביאה נושא אחר מרתק ומעורר מחשבה, שהמשיך להסתובב לי בראש' עוד הרבה זמן, העלה נשכחות, אוורר רגשות ושיחרר מטענים מיותרים. השיתוף של חברי הקבוצה בדברים שכתבו לצד התובנות שמיה העלתה, יצרו תנועה פנימית מבורכת ו'שינוי של הסיפור', כמו שמיה קוראת לזה. מיה קשובה מאוד לקבוצה וליחידים שבתוכה, ומובילה אותם ברגישות רבה בתהליך קסום ומופלא. מומלץ בחום רב!!

אושרת קרני

השתתפתי השנה בקורס ביבילותרפיה באורנים. בזכות יום שני אחר הצהריים הפך לנקודה יקרת ערך בשבוע. הקבוצה הייתה מרחב קשוב ומצמיח. התמלאתי מלהקשיב לסיפורים שפתחו דלת ואפשרו להציץ פנימה אל תוך עולמות של חברים בקבוצה. גם בשבילי, לכתיבה ולהקראה היה אפקט מטהר ומרפא. אני מכיר תודה על המרחב שיצרת, מיה. פגשתי דרכך עולם שסקרן אותי עוד קודם, וכעת אני מרגיש שמשהו חדש עשוי להיפתח דרכו.

חמי בר יוסף

החיים בנויים ממשעות. יש כאלו של מזוודות, דרכונים מטוסים וריח של ארץ אחרת

ויש גם כאלה שמזמנים לך הרפתקאות של מפגש עם אנשים מיוחדים
זה היה המסע שלי השנה, הקבוצה הזו. קבוצת נשים אמיצות וגיבורות שפתחו את ליבן וכתבו את עצמן
ברגישות ובאהבה, נותנות למילים כוח ומשמעות
מיה נתת את הטון. במקצועיות וברגישות לא הססת לגעת בכואב במצחיק ובנסתר, תוך חשיפה לטקסטים
וקטעים מצולמים רלוונטים שסייעו להבין מושגים שנגענו בהם
תודה על מסע שותפות כתיבה שבועי רווי דמעות וצחוק
יש עוד כל כך הרבה נתיבים. בטח נפגש באחד מהם

שרון גת

העברת אותי מנעד של רגשות: מכעס ותסכול דרך תחושת רוממות רוח, מעצבים לשמחה מתפרצת, ובעיקר
נשאר לי בסוף רגש של הודיה עמוקה. את התודות כתבתי לך גם בברכה הפרטית. רוצה להוסיף: את היית
המושא של הרבה מהמלאכות של "ימימה". דרכך למדתי המון על עצמי. על העובדה שאני חולת שליטה. על
הנוקשות המסוימת מחד, וההכלה והרכות מאידך. על היצירתיות והמחשבה פורצת הגבולות. על כוחן של מילים,
ובעיקר של כתיבה. ושוב – תודה

נעה עופר ויסוצקי

השתתפתי בקורס בבליותראפיה בהנחייתה של מיה הוד רן, היה זה קורס מרתק, מקצועי, מפרה מאוד. מיה
הנחתה את הקורס בסבלנות ובמקצועיות רבה ורקמה בעבורנו קבוצה נדירה של אנשים מדהימים. אין ספק
שקבלתי כלים משמעותיים לחיים האישיים והמקצועיים. מה שלמדתי בקורס של מיה, לא יכולתי ללמוד במקום
אחר. אציין שהגעתי מרחוק - מאזור המרכז למכללת אורנים שבצפון. היה שווה כל קילומטר. מומלץ מאוד!

מיכל ימיני

עברתי פה איתך ואיתכן מסע מדהים ומרתק, בבנככי הנפש, בעולם המילים, הסיפורים והכתיבה. לעתים הרגשתי
בורה, חסרת ידע, שתיתי בצמא מה שלימדת ומה שהשמיעו חברותיי לקבוצה. יחד עם זאת הרגשתי שיש לי
מטען וידע אחר ממקורות ההשראה שלי. בסופו של דבר המעין הוא אחד וממנו נוסעים הרבה יובלים של חכמה,
בינה, מחשבה, שירה ומילים. נזירי זן יפנים, סופרים יהודים, משוררים ערבים, אמנים ואנשים פשוטים, הכל נובע
מהנשמה שנתנה בכל אחד מבני האדם. "שמע ישראל אדוני אלוהינו ה' אחד". תודה מיה על הרחבת אופקים,
על שיעורים מרתקים, על לימוד מהי הובלה והנחייה של קבוצה, שאפשרו את שיכלול הכתיבה שלי ונתנו לי
כלים מעשיים לעבודתי. המסע לא הושלם.

חגית כהנא

בחיינו ישנן תחנות. כל תחנה מראה לנו את הדרך החדשה שחשבנו עליה וחלמנו עליה. מיה, התחנה, מיה
"שכיוונה אותי לאפיק חדש, מיוחל ויפה. ללמוד אצל מיה פירושו להיפתח
לעולמך הפנימי, להגיע אליו, לגעת האמת ללא מסכות. להיות תלמיד אצל מיה פירושו לחסוך שנות חיפוש,
ולמצוא את המטמון החבוי בתוככי נפשך ומחשבותיך. לי זה מה שקרה. בפן האישי, השכלתי מאד, הכרתי אדם
עשיר בידע, בחוכמה, באלטרואיזם ובידידות עמוקה מאד. למדתי ממיה ועודני תלמיד חרוץ
בפן המקצועי, מיה פתחה בפניי שער לעולם שתמיד חלמתי עליו, לקשר בין ספרות לפסיכולוגיה, להביע דרך
הספרות רגשות, מחשבות ומשאלות. אחת ממשאלות נפשי התגשמו דרכך מיה, ולזה מיה תודות במשקל של
הר.

בצמתים בכלל, ובצמתי החיים אנו צריכים את האדם הנכון שיכוון אותנו נכונה. וכשממשיכים ללכת בדרך שכיוון
אותנו אליה נודה לאורך כל הדרך, הרי אלמלא הכוונתו היינו עוד מדשדשים בצומת.
ממיה למדתי ביבולותרפיה, אך גם, ובעיקר למדתי להיות אני כפי שתמיד רציתי. כל מפגש-שעור היה מסע גילוי,
במסעו של הגיבור.

תודה רבה מיה, שנתת לי להאמין בגיבור שבי, ועל האושר והכבוד שנפלו בחלקי.
גיבורה אמיתית את.

ד"ר אליף פראנש

מיה היקרה, מילים בודדות לא יספיקו לתאר את החוויה המרתקת שחוויתי במהלך השנה עד כדי כך שביקשתי ואפילו התעקשתי על קיום שנה ב', מה שמוכיח את דבריי שלא נעדרתי משום מפגש! מקצועיות, חומר לימודי ופרקטי לא חסכת מאיתנו והיחס השווה שהענקת לכולנו הוא העיקר. כולי תקווה שאצליח ליישם את כל הכלים החשובים שנמצאים עכשיו בידי, אני מאמינה שניפגש בקרוב, תודה רבה על הכל מקרב לב.

ג'נאן מאנא

סדנת כתיבה עם מיה הוד רן הייתה בשבילי מתנת חיים. במהלך כמעט שנה נפגשנו פעם בשבוע מיה, אני ועוד בנות, כתבנו בכל מיני נושאים שדיברו אלינו, שיתפנו, התרגשנו ואפילו בכינו ביחד. הכתיבה עוררה בי המון רגשות, הוציאה ממני הרבה זיכרונות טובים ופחות, והעניקה לי דרכי התמודדות עם מצבים לא פשוטים בחיים. כן, פתאום הכרתי את עצמי יותר טוב ודרכי הבנתי את נפש האחר. פתאום ראיתי בכל אחת ואחד אדם עם סיפור משלו ונפש עדינה והתחברתי לכל אחת ואחד. לפעמים החוויות בסדנה היו כל כך עוצמתיות שליוו אותי במהלך זמן מה ושינו בי משהו, גרמו לי להיות יותר טובה, יותר אנושית. בשמחה הלכתי לכל מפגש, חיכיתי לשיעורים שלנו וקצת עצוב לי שהיום זה נגמר. מה שנשאר בי זה השינוי שעשיתי ולעיתים חשק עז לשבת ולכתוב משהו! וזה ממש עובד. תודה מעומק ליבי למיה

קרן קידר

"אינאס, אני רואה אותך לאורך הקורס משילה לאט לאט קליפות, נפתחת ומתפתחת כמו פרח יפיפה".
אלה הן המילים שמסבירים את התהליך והחוויה שמיה תיארה דרכן את מסעי האישי והאנושי.
בזכותה כמורת דרך שהובילה אותי בשבילים האפלים במעמקי נפשי ורוחי פתחה בפני הזדמנות לפגוש את אינאס שלא הצלחתי קודם לפגוש אותה או לגעת בה מרוב הקליפות שהייתה עטופה בהן; בעצם שעטפתי את עצמי בפני עצמי.
הבנתי אז שהקורס הולך לחקור ולחפור עמוק אל תוך ליבי ורוחי. ידעתי שאהנה, אלמד, אבין יותר ויותר את נפשי.
זה היה חלון הזדמנויות שדרכו נפתחה עוד חלונות וחלונות שבחיי לא העזתי לפתוח קודם.
מפגש אחרי מפגש. נבהלתי, בכיתי והתפרקתי, הקאתי, רעדתי, בערתי, ירדתי, עליתי, צללתי ועפתי אל מעמקי לבי ונפשי.
החוויה הזאת בקורס המעצים הזה החצינה מה שהייה בתוכי אל האור, חשפה את הפחדים, החששות, והסירה את המחסומים שהיוו עכבה בדרכי אל עצמי.
בקורס החוויתי הזה הצלחתי להוציא מה שטמון בתוכי כל כך חזק, לחוש תחושת קלילות בתוכי, קלילות עד שיכולתי לעוף כל כך גבוה.. לעוף באופקים... לדאות ולהביט ממעל.
והנה היום אני עומדת ומסתכלת מחדש מול המראה ואומרת לאינאס: "זאת ללא ספק אני, אינני חוששת ממה "שאני, יותר גאה בעצמי מקבלת אותי- אותך בטוב וברע.
בנוסף, רכשתי דברים מהותיים באישיות שלי: ההקשבה הפעילה לעצמי קודם ולאחרים גם, דבר שהיה לי קשה קודם לקבלו. וגם שימוש בכלים עבור איך לנהל דיון משמעותי עבור הילדים דרך הטקסטים הסיפוריים... ופתיחת עולם שלם בפניי.
תודה לך מיה על מי שאת. הכרתי, נחשפתי הכלתי בדרך שהתוותה. הלאה אני לא אסתפק בלגלות, כבר לא מספיק לי. מעתה אני יוצרת את מי שאני רוצה להיות.

חביב אללה אינאס

היה לי הכבוד להשתתף בקורס בבליותרפיה של מיה באורנים.
במקצועיות, ברגישות ובהרבה סבלנות חשפה מיה בפני ובפני חברי הקורס את קסם הטיפול דרך המילה הכתובה.

הקורס פתח בפני את הדרך לכתיבת ספר בו פרשתי את סיפור חייה של אישה מופלאה שנולדה טרם קום המדינה בירושלים.
נוכחתי בעצמי עד כמה הכלים שקיבלתי ממיה איפשרו לי להקשיב, לכוון ולעזור לעבד ולרפא פצעי עבר. יש בביבליותרפיה היכולת לרומם את הנפש הן של המטופל והן של המטפל.
ממליץ בחום על הקורס בניצוחה של מיה.

תמיר אסטרוגו

למדתי השנה קורס ביבליותרפיה עם מיה באורנים. התלבטתי רבות לפני שנרשמתי בגלל המרחק ובגלל שידעתי בהסתכלות לאחור, זו הייתה ההשקעה הכי. שכל יום סדנה אחזור לתיבת מיילים מלאה כי העבודה לא עוצרת טובה בעצמי, מסע מדהים ומלא עניין עם קבוצה נהדרת ועם מיה שהנחתה וניתבה הכל במיומנות של אומן ופתחה בפני עולם חדש. זה הזמן לומר תודה על שנה נפלאה.

יעל אלפר

למיה, תודה

"השאלה היא לא כמה אנחנו נותנים, אלא כמה אהבה אנחנו מכניסים אל תוך הנתינה שלנו" האם תריזה בעקבות החרוזים שרקמתי בהתלהבות בכל מפגש שהעברת בנדיבות, באהבה, בעומק, במקצועיות ובאווירה נוחה שמשכה אותי עוד יותר להיות פעילה בתוך המפגשים.
באופן ישיר ובלתי ישיר העברת לי בצורה אישית איך להיות יותר קרובה לכתיבה מזוית אחרת ולהתפעל מההזדמנות החדשה שעמדה בפני.
פתחת את המפה היצירתית באופן מרגש, שההתרגשות הזאת גדלה בי שאפילו לא היה קל לי להיפרד ולהפסיק.
ברצוני להודות לך מעומק הלב בתקווה שנמשיך להיות בקשר ישיר. ומאחלת לך המשך עבודה פורייה ומוצלחת.

ליליאן בשארה – מנסור

היה לי נעים להתחבר לקבוצת נשים חזקות, חכמות ורגישות בהנחיית מיה, שהביאה עימה מניסיונה הרב והשקפת עולמה ופתחה בפניי ובפני כולנו חלונות אל הנפש. החלונות היו לעיתים הצצה לא פשוטה לדברים ששוכנים בתוכי ומבקשים שאשים אליהם לב. לעיתים הם היו אישור לתהליכים נכונים ומדויקים שעברתי ועודני עוברת. המילים הן חלק ממסע התפתחות וריפוי ולמדתי עוד כלים להתבונן עליהן ולהשתמש בהן. דרך טקסטים, סרטונים, דיונים, כתיבה ושיתוף. השיתופים קירבו בינינו ונחשפנו לעולמות השונים שמהם באנו, כמו גם לאותם רגשות שכולנו מכירות בפוגשנו אותם.

טלי וויס