

מחדר הטיפולים:

סבא הגלוי והנסתר

לחדר מגיעה נערה כבת שבע-עשרה. גבוהת קומה, עורה לבן, עיניה בהירות, שפתייה עדינות וחיוורות, זרועותיה ארוכות. אצבעותיה הארוכות מסתיימות בציפורניים מטופחות עם לק שקוף. מבטה עז. כולה אומרת עדינות מחד, ונחישות מאידך. גם קולה, רועד מדי פעם במקביל לדמעות המלחחות את עיניה, אולם הוא יציב, ברור ודק. היא נכנסת לחדר מלווה באוושת שמלתה. מזיזה את הכיסא לזווית מסוימת לפני שתשב עליו, מתבוננת סביב. שואלת אם אפשר לקחת מים, אם הכוס נקייה ובשבילה. מעבירה את כפות ידיה במורד השמלה.

מישירה מבט. זהו. היא מוכנה. משהו מן השבריריות ומשהו מן הנחישות והאסרטיביות. תמהיל מעניין. האפור שבעיניים, הירוק של השמלה, והשיחה מתחילה.

הגיעה מאוקראינה לפנימייה בכפר נוער. יודעת הרבה רוסית ומעט עברית. המבטא והשפה מסגירים את זרותה ביחד עם המראה המיוחד שלה. ידעה שעליה לקלוט מהר מה קורה, מי המרכזיים בקבוצה, מי עוד יודעת רוסית, איך להעביר את הזמן ברוב המקצועות עתירי המלל, מאילו מורים עליה להיזהר. ועוד רשימה ארוכה של משימות.

הבנים לעגו לה ראשונים, צחקו עליה, הקניטו אותה כדי לראות את תגובתה, ליהנות ממבוכתה. ודווקא הבנים הטובים. המקובלים. כל שעשתה רק החמיר את מצבה וסיפק להם חומר ללעג. הבנות הצטרפו לבנים. לא מיד, אבל בהתמדה. בזו אחר זו. חומקות ממנה בהפסקות, נפגשות אחר הצהריים באחד החדרים בלא ידיעתה, מסרבות לתת לה רגע אחד של חיבה והתעניינות.

יום רודף יום, שעה רודפת שעה, והיא נרדפת. לא רק על ידם. גם על ידי עצמה. מבקרת את עצמה, מאשימה את עצמה, כועסת על עצמה, מתכווצת בכיסאה ונמנעת מלהגדיל את רדיוס התנועה שלה סביב הכיתה או חדרי הפנימייה. אין לה תיאבון. היא אוכלת מעט. הבנות צוחקות ואומרות למחנכת שיש ילדה חדשה בכיתה עם הפרעות אכילה. היא מתקשה לישון שעות אחדות ברצף. היא כבר נואשת. מבינה שלא תתקבל. אבוד לה.

אני חושב על הפתגם: אין הזדמנות שנייה ליצור רושם ראשון.

היא באה לפגישה כי דווקא אחת הבנות הערסיות, אחת שהולכת עם פירסינג וקעקועים ומכנסיים קרועים וקולה רם וגס במכוון, דווקא היא אמרה לה שיש פה מישהו שכדאי לה לדבר איתו. ועוד בן אחד, שרוב הבנים לא מתייחסים אליו כי הוא ערס ופושע, אמר לה שתחזיק מעמד, שהם סתם נבלות, שחלק מהם דווקא טובים אבל אין להם אומץ להגיד את מה שהם באמת חושבים.

עכשיו היא בוכה. פרצי בכי קצרים וחנוקים. וממהרת למחות את הדמעות.

אני שומע בדמיוני את השיר: "אני תפקידי לנגב לך את הדמעות, וואומר לעצמי שתפקידי להגביר את הדמעות, לתת לה מקום בטוח לזעוק את זעקתה. החברה הישראלית היא חברה כנה ואמיצה וגם אכזרית ומתגוננת.

עלינו לסיים. אני שואל אותה אם יש לה תמונות מהבית, מהילדות, מהמקומות הישנים. אני מקווה שאפשר יהיה להיזכר בטוב, אולי גם להתאבל על מה שהיה טוב

ונותר מאחור, אולי לגלות שיש בה כוחות ויכולות שיבואו לעזרתה במבחן ההיקלטות.

פגישה שנייה. שבע תמונות. תמונה 1: ילדה קטנה בכובע פרחוני ובגד ים, על החול ליד הים. תמונה 2: ילדה קטנה בבגד ים ובכובע פרחוני יושבת בחיקה של אישה מבוגרת – סבתה הטובה, מתברר. תמונה 3: היא ילדה כבת שמונה בשמלה קצרה ובנעליים שטוחות, בקצה חורשה של עצים גבוהים בעלי גזעים דקים. אבא ואמא לא נמצאים בתמונות. בתמונה אחת יש אח אחד שעומד לצדה, שניהם מביטים למצלמה.

התמונות מונחות על השולחן. לפי מה סידרה אותן? סתם ככה, לא שמה לב. אבל אם אני שואל – עכשיו היא שמה לב שבשורה אחת היא לבד בתמונות, ובשורה השנייה שלוש תמונות שלה עם אנשים. מעניין. לא שמה לב קודם. כל התמונות נחמדות. כולן צולמו בימי חופשה, בזמנים נעימים של שמחה וחיוך טבעי.

אבא ואמא עבדו קשה, תמיד. סבתא היתה טובה. אבל הכול נאמר בקול ריק, חלול, מרוקן, כאילו יש משהו אחר שאת נוכחותו צריך למנוע.

אני שואל על התמונה החסרה. היא מספרת בדמעות על תמונה בשדה תעופה. סבים וסבתות מביטים בה ומנופפים לה לשלום כשהיא עולה במדרגות לאולם הנוסעים. גם את זה היא אומרת בקול מאופק, דק, ריק, משהו לא, לא... לא יודע לומר מה...

אני שואל על תמונה שממש חסרה. היא אומרת שכלום לא חסר ומתחילה לבכות. הפעם הבכי יוצא ממנה גלים- גלים, אינה מצליחה לעצור. אני נותן לה דף וצבעים ומבקש ממנה לצייר את התמונה החסרה באמת.

היא מציירת דמות מתכופפת אל ילדה קטנה. סבא. והבכי מכה ופורץ וגואה וחונק ומניח לרגע ושוב ויוצא, היא כמעט גועה בבכי, עמוק מנבכי הבטן.

אתה רואה, ידעתי למה אני לא רוצה להביא את התמונה עם סבא, ידעתי שזה מה שיהיה. למה הכרחת אותי...

האמת? הוא היחיד שהיה יכול לעזור לי... תמיד בסוף הוא היה עוזר. רק הוא ידע. כמו קוסם. רק היה מתקרב אלי – הייתי נמסה, בטוחה ויודעת שלא יקרה לי שום דבר רע... בחיים אני לא אביא תמונה שלו, זה יהרוג אותי!... אם הוא היה – הייתי מסתדרת. אם רק היה מישהו שינחם אותי כמו סבא, הייתי מסתדרת עם כולם.

לפגישה השלישית היא מגיעה, לפי בקשתי, עם שלוש תמונות של סבא.

הפסיכיאטר היינץ קוהוט דיבר על שלושה תנאים לפיתוח אישיות מגובשת: תמיכה גרנדיוזית בילדות, מצבים של תסכול אופטימלי, הפנמה ממירה. ובכן, סבא נתן תמיכה מרוב בתמיכה מבפנים. ביד אוהבת ומלטפת, באמירות טובות ומעודדות, ברשימה של כל התכונות הטובות והחיוביות שבזכותן היתה אהובה במשפחה ומקובלת בחברה. וכל זה התפוגג ונמוג בבהלת הקור והצוננים שפגשה בבואה לחברה הישראלית בפנימייה...

תמונה אחת של סבא היא אוהבת במיוחד. מפתיע איך קולה מתחזק ומתמלא כשהיא מדברת. סבא אהב לשבת איתה על נדנדה בחצר. אפילו בימים קרים היו

מתעטפים ויוצאים לשבת בחוץ, והיה מספר לה מעשיות מעולמות אחרים, מזמנים אחרים. היא לא זוכרת מה סיפר, זוכרת איך סיפר, את הקול שלו...

האם תוכל לאמץ לעצמה את הקול הזה כקול פנימי? האם תוכל לקחת את מראה השניים על הנדנדה ולשחזר אותו כאן, לזהות עם מי אפשר לשחזר משהו דומה? האם כל הפרצופים מאיימים באותה מידה? האין מישהו נחבא המסרב ללעוג לה ולעקוץ אותה? מישהי שמחפשת חברה לשבת איתה על נדנדה...?

בפגישה הבאה מונחים עותקים מוגדלים של תמונה שלה עם סבא. כדי שתזכור מה יש בתוכה. ומי יש לה בתוכה. ומה יש בכוחה לעשות.

*

תמונה יכולה להיות כמו תזכורת ליכולות חבויות. או כמו צוואה – צו המורה לה לקום ולעמוד על שתי רגליה. התמונה איננה רק צילום מן העבר, היא הופכת למרכיב משמעותי של ההווה. ואם, מרוב בהלה והתנסויות רעות, המחשבות האוטומטיות מובילות לרפיון ולחוסר אונים, אפשר להיעזר בתמונות כי הן צולמו במציאות ומעוררות רגש שיכול לעודד מחשבות חדשות והתנהגות חדשה (גישת CBT). ואף שלפעמים תמונה שווה אלף מילים, דווקא כאן יש לשניים, לתת שמות למחשבות ולהרגשות, לאירועים שהובילו להידרדרות, על מנת לחזק חוויית שליטה ובחירה מחדש (Redecision Therapy).



מי ששפר עליו גורלו והוא גדל במקום טוב, סביבתו משפיעה עליו שפע רב. יש בכוחו אפילו להטות את גדילתו לכיוון שממנו יזכה באור שמש נוסף, והוא נכון לתת אור וצל וצבע ירוק וקווים מיוחדים בנוף.

"וְהָיָה כְּעֵץ שֶׁתּוֹלַע עַל פְּלִגֵּי מַיִם אֲשֶׁר פָּרְיוֹ יִתֵּן בְּעֵתוֹ וְעֵלָהּ לֹא יִבּוֹל וְכֹל אֲשֶׁר יַעֲשֶׂה יִצְלִיחַ". (תהילים, א, ג')

לא טוב היות האדם לבדו. הוא זקוק לכתף וליד. למי שיבחין
אם ייפול או ימעד. למי שישתתף בשמחותיו. מי שישוטט עמו בשלכת
בסתיו. אפילו למי שאפשר להטיח בו מכה כואבת, שלא לדבר על
לחישה אוהבת.
בצילום הזה, במפגש הגזעים, יש הרואים הגנה ורוך, יש מזהים קצה חד
וארוך. יש הרואים זעקה שאינה נשמעת, יש מבחינים במקום לראש
וביד לגעת...

We do not see things as they are,

We see things as we are.



המרחב הזוגי הוא מרחב הצמיחה הטוב ביותר שיש לו לאדם.

שם יפגוש את חולשותיו. חרדותיו. כוחותיו.

שם יבחין מה הוא רוצה ואת מי הוא מהסה.

לאן היה רוצה להגיע ואין בו אומץ.

מה מרווח את נשימתו, מה מוסיף לו עומס.

איך לבקש, מתי לרצות,

מתי בריגוש, ואיך בנחת,

וביחד.



ריקוד בשתיים.

קשר עין.

להתחיל ברגליים.

תנופת הידיים.

כיפוף לפניים.

קישות לאחור.

לאן נגיע זו בזו,

מה יאבד ומה נזכור.

