

אקרופוליס

מגזין בהוצאת
אקרופוליס החדשה
בית ספר לפילוסופיה
כדרך חיים

פילוסופיה
תרבות
התנדבות

גיליון מס. 81

יוני 2020 – אוגוסט 2020



קוראים יקרים,



עפרה בהרב

עיתון הקיץ שלנו יוצא אחרי תקופה ארוכה בה היינו ספונים בבתינו, תחת סגר ומגבלות, שחלקן עודן תקפות. אך יתרה מכך, היתה זו תקופה שחייבה אותנו לעצור, הזמינה אותנו לחשוב, להרהר, להתבונן על החיים ועל הדרך בה אנחנו פועלים. בימים אלה כולנו הכרנו מחדש את הבית בו אנו גרים. חלק מאיתנו חוו אולי את הצפיפות וההתקהלות שבו, וחלק דווקא את הבדידות והריק. וכמו קירות הבית שבו אנו גרים, כך גם קירות ביתנו הפנימי; זה שנמצא עמוק עמוק פנימה, בתוך תוכו של הלב, היכן ששוכנות הכוונות הטהורות שלנו, היכן שאנו מחפשים שלוה ומוצאים שלום.

עיתון הקיץ שלנו מדבר על הכוח הפנימי הנמצא בכל אחד ואחת מאיתנו. כוח פנימי שהיה ויהיה שם תמיד. כוח שלעיתים אנו שוכחים שהוא קיים, לפעמים זקוקים לתזכורת בצורת שיעור קטן או גדול כדי להכיר בקיומו, ולהוקיר את הימצאו. כוח שמאפשר לנו להתמיד, להתמודד ולכוון את צעדינו הבאים.

רונן חלבי, ברשימתו "פילוסופיה לחיים" מכוון אותנו להתבונן על הקשר שביני ובין האחר, דרך המשפט ממקורותינו "וכשאני לעצמי מה אני".

במאמר "אמא, למה צריך חג לאהבה?" הופכת שאלתו של ילד תם לשיעור גדול על האפשרות לחיות את הערכים

(כמו אהבה) בחיים שלנו, כל הזמן, בקשר הדוק עם הפעולות שלנו.

על הדרך שבה תנועה עוזרת לנו להגדיר את הרוח ואת החומר, את המפגש ביניהם ואת הגבול שמגדיר כל אחד מהם, כותבת שי פארן במאמר "הכל זה חומר והכל זה רוח".

האם ניתן "לבחור את הגנים שלי?", שואל איתי בן שושן במאמר-סיפורו סביב רעיון האפיגנטיקה, ובפרט על היכולת שלנו לבטא את אותו כוח פנימי ואת ההתכווננות שלנו, גם מעבר לנסיבות חיינו ולגנים שאיתם נולדנו.

בשנה זו מציינים 250 שנה להולדתו של בטהובן, ואנו מוסיפים את נקודת המבט הפילוסופית על חייו במאמר "בטהובן - גיבור, אמן ופילוסוף".

המאמר "שיחה עם אלוהים" מפורסם מחדש ברוח התקופה, ומזמין אותנו לשאול את עצמנו על האם יש אלוהים בתוכנו? האם קיים משהו גדול יותר מהנראה לעין?

המאמר "ג'יהאד שלי" סוגר את העיתון שלנו מאותו מקום שבו התחיל - הקשר שלנו עם "האחר". סיפור אישי, אמיתי, על המגננות והגבולות המפרידים בינינו, ועל הדרך לחצות אותם, למרות הקושי והכאב.

שלכם,

עפרה בהרב, הוצאה לאור

אקרופוליס קיץ 2020 תוכן עניינים

4 פילוסופיה לחיים רשימה מס 11 רונן חלבי פילוסופיה	24 התנדבות חניטה מטרני התנדבות
10 אמא, למה צריך חג לאהבה? רעות פרידמן פילוסופיה	26 לבחור את הגנים שלי? איתי בן שושן פילוסופיה
15 הכל זה חומר והכל זה רוח שי פארן תרבות	32 בטהובן - הגיבור האמן והפילוסוף מתן עופר תרבות
20 קורס פילוסופיה כדרך חיים פילוסופיה	38 שיחה עם אלוהים קרן יוספאן פילוסופיה
22 אירועים נבחרים פילוסופיה	42 ג'יהאד שלי ענת סלע פילוסופיה

עורכת העיתון:
עפרה בהרב
עיצוב גרפי והפקה:
עפרה בהרב, ליטל כספין, ענבל בורד, שי פארן, שירה משולם חזקיה
עריכה לשונית והגהה:
אסנת ליפסון, יסמין פיאמנטה שמיר
עיתון אקרופוליס החדשה, עמותה ללא מטרות רווח
מספר 0-144-012-58
רשיון עמותה מספר 5222
כתובת דואר אלקטרוני של המערכת: magazine@newacropolis.org.il
תוכן המאמרים והמודעות בעיתון על דעת הכותבים ועל אחריותם בלבד והתמונות מארכיון אקרופוליס החדשה.
www.newacropolis.org.il



עיצוב השער:
שירה משולם חזקיה



רונן חלבי

צילום: ליטל בספין

פילוסופיה לחיים רשימה מספר 11 וכשאני לעצמי מה אני?

"הוא הֵיָה אומר, אם אין אני לי, מי לי. וכשאני לעצמי, מה אני. ואם לא עבשיו, אימתי."
(אבות, פרק א, פסוק י"ד)

שהחל להיות מכונה: ריחוק חברתי. אנשים בכל העולם התבקשו להישאר ספונים בבתיהם, לא לצאת אל העולם ובעיקר לא להיות בקרבת אנשים אחרים. נראה שגם במהלך פתיחת הסגר, שהחל להתממש במקומות אחדים בעולם בעת כתיבת דברים אלו, יהיה צורך להמשיך לשמור על מרחק פיזי בין אנשים כל עוד לא ימצא חיסון שבדוק וברור שיכול הוא להתמודד עם סכנות המחלה.

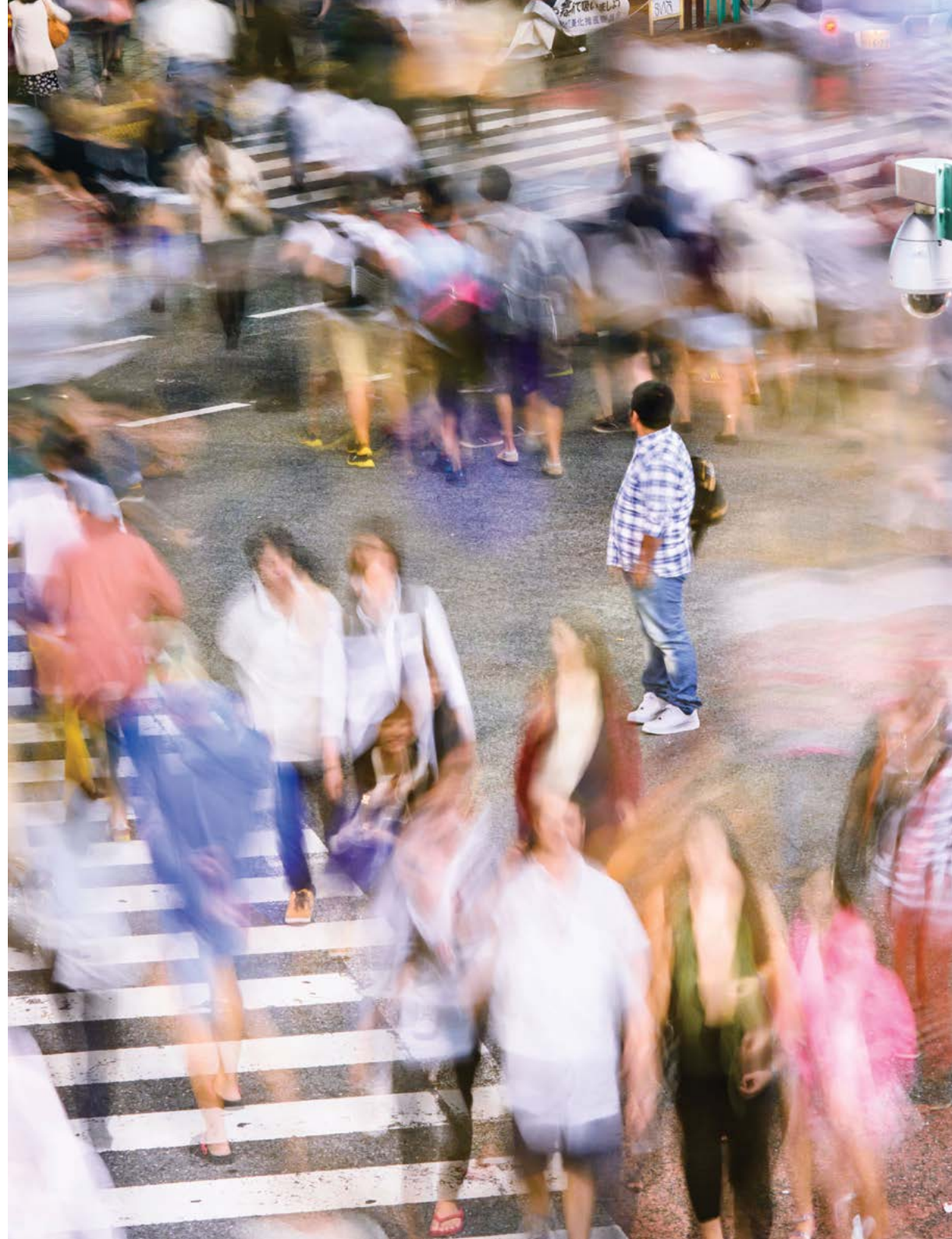
ההתמודדות הזאת, שנראית הגיונית לנוכח הנסיבות, לנוכח סכנת המוות כתוצאה מן המחלה, מציפה את השאלה הפילוסופית – מה משמעות החיים המשותפים של בני האדם, ומתוכה נגזרות שאלות רבות אחרות.

אני כותב שורות אלו בסוף חודש אפריל 2020, בעת שהעולם נמצא בעיצומה של התמודדות עם מגפת הקורונה.

רבות דובר ועוד ידובר על המגפה, המקורות שלה, ההשלכות שלה, האתגרים שהיא מציפה ברמות שונות של הקיום האנושי וההזדמנויות שהיא מביאה עימה.

אני מבקש להביט על היבט אחד, שחשיבותו והתוקף שלו הם הרבה מעבר למגפה כזאת או אחרת, והוא הקשר בין האני לאחר.

אחת הנגזרות המידיות והברורות של הניסיון לצמצם את ממדי ההידבקות במחלה, הוא הצורך במה



אדם גדל, מתבגר ומתפתח לקחת אחריות גדולה יותר על חייו. הוא כבר אינו מביט על הנסיבות כעל גורל עיוור שבא לכוונו, אלא יודע שיש ביכולתו לכוון בעצמו את חייו

האם יכול אדם לחיות חיים מלאים לבד? האם הוא יכול להיות מאושר בלא תלות באחרים? האם החיים המשותפים בין בני אדם, כפי שאנו מכירים, הם רק תוצאה של ניהול אינטליגנטי של אינטרסים משותפים, או שיש בהם יותר מכך?

אם אין אני לי, מי לי?

מבחינה פילוסופית מילים אלו מתארות את ההתחלה של תהליך העשרתם של החיים. לכאורה כל אדם שנולד חי, ובמובנים מסוימים כך הוא. אבל הרעיון של אבולוציה אפשרית בחיי האדם, אבולוציה שכוללת יכולת לקלוט את עצמי ואת האחרים ואת העולם באופן עשיר יותר וקרוב יותר למציאות ולחוקי הקיום, כולל בתוכו את הצורך שהאדם ילמד לחיות יותר ויותר.

לחיות יותר משמעו, למשל, לעבור מרמות חיים בסיסיות-השרדותיות המבוססות על מנגנונים אינסטינקטיביים באישיות שלנו, חיים שיש בהם פחות יכולת בחירה ועצמאות, לחיים רחבים יותר, של שאיפה ומימוש של מישורים נפשיים ואף רוחניים. חיים אלו מתפתחים ככל שפוקח יותר אדם את עיניו, ככל שהוא מבקש לצאת מאזורי התלות למישורים של התלבטות ושאלה ובהמשך גם להכרעה-בחירה. אדם כזה גדל, מתבגר ומתפתח לקחת אחריות גדולה יותר על חייו. הוא כבר אינו מביט על הנסיבות כעל גורל עיוור שבא לכוונו, אלא יודע שיש ביכולתו לכוון בעצמו את חייו, לפחות בממדים הפנימיים שלהם. יש לו חירות מוחלטת, למשל, להחליט איך הוא יגיב לכל נסיבות חייו, גם אם הן מגיעות מחוצה לו ואין לו שליטה עליהן. זהו לב ליבו

של התהליך שמתואר יפה במילים המוכרות כל כך: אם אין אני לי, מי לי. במובן העמוק של המילים הללו, כאן מתחיל התהליך הפילוסופי, תהליך התעוררות האדם.

וכש אני לעצמי, מה אני?

אבל התהליך אינו מסתיים ולא יכול להסתיים אצל האדם היחיד בלבד. יותר מזה, כבר בשלבים ראשונים יחסית של התעוררות האדם לאפשרות שלו לשאול, להטיל ספק, לחשוב ובעיקר לקחת את גורל חייו בידיו, הוא קולט באופן ישיר שכמוהו כל האחרים יכולים וצריכים לעשות, ושלמעשה חלק אימננטי מתהליך החשיפה והגילוי שלו את עצמו ובהתאמה את העולם, כולל את חשיפת האשליה של הנפרדות שהוא חי עמה כל עוד היה כרוך ביצר הישרדותו.

האדם לומד להבין ולקלוט שהוא יצור חברתי, שהוא זקוק לאחרים לא רק כדי לממש באופן יעיל אינטרסים הישרדותיים שיש לו שקשורים לתזונה, ביטחון וכלכלה, אלא שעצם האפשרות שלו להמשיך לגדול ולצמוח נפשית ורוחנית תלויה ביכולת שלו להיחלץ מגבולות האגו הבסיסי שלו וללמוד לחיות יחד ובדיאלוג מתמשך עם האחרים שמסביבו.

על פי הבודהיזם, בתרגול של שש הַפְּרָמִיטוֹת, שהן איכויות שצריך אדם להשיג כדי לבנות את תודעתו, האיכות הראשונה שיש לתרגל מכונה דאנה. איכות זו מושגת על ידי תרגול של נדיבות ברמות שונות, המבקש לסייע לאדם להחליף את האנוכיות שלו ביכולת לדאוג לאחר. בנצרות קיים המפתח של שבע

המידות הטובות (שיש אומרים שהנצרות אימצה מאפלטון ומאריסטו). אחת המידות הטובות היא נדיבות שתרגולה מבקש לעזור לאדם להגיע למצב של אי אנוכיות ויכולת אמפתיה בריאה כלפי האחר.

מרקוס אורליוס, בספרו "מחשבות לעצמי", מנסח את הקשר בין היחיד לאחר דרך דימוי מן הטבע: "מה שאינו מועיל לכוורת אף אינו מועיל לדבורה".

וכך הלאה... אפשר להזכיר דוגמאות רבות לאותו העיקרון, שכרוכים חיי היחיד בחיי האחרים שעמו.

הגדיל לומר בעניין הפילוסוף היהודי הנודע, מרדכי מרטין בובר בספרו המפורסם ביותר, "אני ואתה".² מרטין בובר מציג את רעיון הקשר של היחיד אל האחרים בצורה מאוד נחרצת ומיוחדת.

"אני" מתהווה מול 'אתה'; עם היוולדי אני אומר 'אתה'. חיי ממש כל כולם מפגש."

בובר עשה הבחנה בין שני אופנים דרכם אדם יכול לחיות את חייו:

"אני-לז" (it) באנגלית. בובר משתמש בגוף שלישי נטול מגדר כדי להעיד על קשר מנוכר, על יחס שדומה ליחס לחפץ או לאובייקט ו"אני-אתה".

"חיי אנוש אינם מתמצים בפעלים יוצאים בלבד. אין הם עומדים רק על פעולות שמכוונות כלפי משהו. אני תופס משהו. אני חש משהו. אני רוצה משהו. אני מרגיש משהו. על כל אלה וכיוצא בהם אין חיי אנוש עומדים. כל אלה וכיוצא בהם מייסדים את ממלכת הלא. ואולם לממלכת האתה יסוד אחר. מי שאומר 'אתה' אין בידו משהו, אין בידו

כלום. אבל הוא עומד בתוך קשר... דע את האמת במלוא מובן המילה: ללא 'לז' אין אדם יכול לחיות. אבל החי עימו בלבד אינו אדם!"

בובר מעמיד את לב החיים האנושיים הממשיים על היכולת של האדם להיפגש באמת עם האחר. באחר זה הוא כולל את עולם הטבע, את בני האדם האחרים ואת המפגש האפשרי עם האלוהים.

הוא מתאר את אפשרות המפגש כנדירה ודורשת נוכחות שאי אפשר לקיימה מתוך הרגל. לא בכל פעם שאדם פוגש בטבע, או בבני אדם אחרים, אכן מתקיים מפגש. פעמים רבות, אולי רבות מדי, המפגש הוא פורמלי ואובייקטיבי ומתבסס על הניסיון ועל מה שהאדם מדמה שהאחר הוא, אבל אין בו באמת מגע אמיתי, אותנטי, טרי וייחודי – מפגש. וככל שהאדם חי את חייו ללא מפגשים כאלה, חייו חסרים, אין הוא אדם (!) אומר בובר.

"כל העומד בתוך קשר משתתף בממשות, כלומר בהווה שאינה רק בתוכו ואינה מחוצה לו. כל ממשות היא פעולה שאני משתתף בה, ואין אני יכול לקנות אותה לעצמי. אם אין השתתפות אין ממשות. אם אני קונה לעצמי, אין ממשות. ככל שהמגע עם ה'אתה' ישיר יותר כך ההשתתפות שלמה יותר."

ואם לא עכשיו, אימתי? מסתורין ואשליה נוספת בולטים בחיי האנוש, ומבוטאים בהנחה שיש לו לאדם זמן רב.

מה הבעיה עם הנחה זאת?

ראשית עצם ההבחנה שיש לנו זמן רב לכאורה, היא מאוד לא ברורה. מהו זמן רב? והאם באמת יודע אדם

כמה זמן יש לו? אבל חשוב מכך, כאשר חי אדם על פי ההנחה שיש לו זמן רב, ההשלכה של כך בדרך כלל היא שהוא נמנע ממפגש אותנטי, כפי שמתארו בובר.

לבני אדם קל יותר לחיות בעבר, תוך שהם שרויים עדיין במאורעות העבר שוב ושוב ללא יכולת שינוי או שחרור, או בעתיד תוך שהם מנסים לתפוס מה יהיה ואיך יהיה, בדרך כלל בדאגה. מה שקשה ביותר וכמעט בלתי אפשרי הוא להיות כאן ועכשיו ברגע הנוכחי.

מדוע? משום שחיים ברגע הנוכחי מבקשים מהאדם ערנות, תשומת לב, ריכוז, מפגש אמיתי וראשוני עם כל מה שמולו ועימו והוא הרי נע בין העבר לעתיד.

אבל מה יש לו באמת? את העבר שעבר? את העתיד שעוד לא כאן?

לא. יש לו את הכאן ועכשיו, שיש אף ומגדילים ואומרים שהוא הנצח. "כאן הנצח: ההתגלות של נוכחות כאן ועכשיו" (בובר, "אני ואתה").

אז נסיבות החיים, בדמות מגפת הקורונה, שלחו אותנו הרחק איש מרעהו, אל הריחוק החברתי.

אבל האם לפני כן היינו באמת קרובים?

האם היו חיינו מבוססים על המפגש "אני-אתה" או שמא למרות שפע של אמצעים ואפשרויות זמינות כל כך, לא היה בינינו יותר מ"אני-לז"?

אני מניח שתשובה לשאלה זאת צריך כל אדם ואדם לענות.

הרושם הכללי שלי, שקשור גם לניסיון חיי, הוא שצדק בובר כשטען שברירת המחדל של חיי האדם מתנהלים לא בכאן ועכשיו ומבוססים על ניסיון חיים שכולנו צברנו וצוברים, ויש בו הגיון ותועלת אבל גם מחיר, מחיר כבד – חוסר במפגש – המגע החי והרושט נמנע וחסר.

לכן יכול להיות שאחת ממתנות הזמן שבו אנו חיים, היא להזכיר לנו כמה חשובים האחרים בחיינו, כמה זקוקים אנו להם והם לנו.

זקוקים איך? בוודאי במפגש הפיזי, ביכולת לגעת, לחבק ולאהוב, אבל גם הרבה מעבר לכך.

איך? באפשרות של להעז לקיים מפגש חי, טרי, ער, עם האחרים שבמהלך חיינו – הדוממים והחיים, הקרובים לכאורה והרחוקים לכאורה, אלו שבגובה עינינו ואלו העליונים יותר, אלו הנראים והברורים ואלו הנסתרים מן העין – דיאלוג מתפתח ומתמשך, דרכו נמשיך לגלות את עצמנו ואת העולם.

כי בשאני לעצמי, מה אני?

שלכם,

רון חלבי,

מנהל אקרופוליס החדשה בישראל

עקרונות אקרופוליס החדשה

אקרופוליס החדשה היא תנועה של אנשים החולמים על עולם טוב יותר, המתחיל קודם כול ולפני הכול באדם טוב יותר. אדם זה נמצא בתוך כל אחד ואחד מאיתנו – זה המבקש לגעת בחיים, לראות את האחר ולחזור לידיעה הפנימית שאנחנו חלק ממשו רחב יותר.

המילה "אקרופוליס" משמעה "העיר העליונה" – אותו חלק גבוה בערי יוון העתיקה, המסמל את החלק הגבוה באדם (בדומה לקונספט של "ירושלים של מעלה"). בכולנו יש ערים "נמוכות" – מקומות של אגו ונפרדות, אבל בכולנו יש גם מן הערכים האוניברסליים – הטוב, הצדק, היופי, האומץ והאמונה. אנו מאמינים שהעולם היום זקוק למידה רבה יותר של "ערים עליונות" כאלו – אשר אינן בנויות מאבן, אלא מבני אדם המחפשים להכיר את עצמם ולגלות מחדש את הקשר הנסתר שמחבר אותנו זה לזה, לטבע ולמורשת האנושית.

אקרופוליס החדשה היא ארגון בין-לאומי ללא מטרות רווח, הקיים מאז 1957, ביותר מ-60 מדינות, ופועל לאורם של 3 עקרונות מרכזיים:

אחוזה

קידום אידיאל של אחווה בין-לאומית המבוססת על כיבוד המעלות האנושיות, ללא הבדל של גזע, מין, תרבות, דת, מעמד סוציאלי וכדומה. הכרחי היום, יותר מתמיד, לחפש ולראות את מה שמאחד בינינו על פני מה שמפריד בינינו והופך אותנו לשונים, לכאורה. האידיאל האנושי הוא אוניברסלי, חוצה גבולות ומדינות. הוא מבקש מאיתנו להתעלות מעבר לזהויות הזמניות והמפרידות, שבהן אנו נאחזים, תוך כיבוד ההבדלים המייחדים אותנו, המרכיבים את הצבעים השונים בקשת הצבעים האנושית.

ידע

טיפוח אהבת החכמה דרך הלימוד ההשוואתי של הפילוסופיות, הדתות, המדעים והאמנויות, במטרה לקדם את הידע על האדם, על חוקי הטבע ועל חוקי היקום.

בעולם שבו הידע נגיש אך גם עלול להטביע אותנו במילים, ברעיונות ובדעות, חשוב לזהות את הידע המהותי של המסורת האנושית, העתיק כאנושות עצמה. ידע זה נוגע בצורך שהיה לאדם מאז ומעולם להבין את מהותו ואת המציאות סביבו. דרך לימוד של מקורות חכמה שונים, המביאים זוויות שונות של הסתכלות על המציאות, ניתן לראות בצורה בהירה יותר את הפאזל כולו, ולא רק את חלקיו השונים.

התפתחות

פיתוח הטוב ביותר שבפוטנציאל האנושי, תוך קידום הגשמת האדם כפרט ושילובו בחברה ובטבע, כגורם אקטיבי ומודע למען שיפור העולם. אנו מבינים כי התפתחות מאוזנת ומקיפה של עצמנו, ומימוש התכונות הטובות ביותר של הטבע האנושי שלנו, הם ככל הנראה הערובה היחידה להתקדם לעבר עולם טוב יותר. בכולנו יש פוטנציאל עצום של מעלות, אך ככלל, רובו נותר חבוי. לכן אנו רואים את התפתחות הפנימית כהכרח מרכזי – המתחיל בהשגת הרמוניה בין המחשבה, הרגש והפעולה, ומוביל לחיים מאושרים יותר.

סניפים בישראל

סניף חיפה
אלחנן 16
04-8381610

סניף ירושלים
הנשיא 4, קומה 1
02-6221399

סניף כפר סבא
וייצמן 89
09-7665799

סניף כרמיאל
ערבה 9
054-2182202

סניף פרדס חנה כרכור
רבי עקיבא 15
058-5842862

סניף קרית
דפנה 3א', קרית ביאליק
04-8402660

סניף ראשון לציון
ד'בוטינסקי 16, קומה 3
03-9561002

סניף תל אביב
סלומון 7
03-5104426

www.newacropolis.org.il
info@newacropolis.org.il

פילוסופיה

תוכנית לימודים אחידה בכל סניפינו ברחבי העולם שמקורה בלימודים שהתקיימו בבתי ספר של חכמה בתקופות שונות בהיסטוריה.

תרבות

אנו יוצרים אמונות ועוסקים בה בכלי על מנת לגעת בלבותיהם של האנשים, לעורר ולהזכיר לאדם מיהו ומה הוא יכול להיות.

התנדבות

קבוצת המתנדבים שלנו מקיימת פעילויות למען הסביבה והקהילה, המתבססות על ערכי הנדיבות, הסובלנות והאחוזה. גם מי שאינו חבר באקרופוליס מוזמן להצטרף לפעילויות השונות.

אמא, למה צריך חג לאהבה?

הרהור על שאלת תם של ילד בן שבע, ילד החבוי אולי גם בתוכנו, שמחזיר אותנו לנקודת המוצא - כולנו רקמה אנושית אחת, קשורים ואחראים זה לזה וגורלנו אחד. על הפשטות של הצורך הבסיסי בכוח מרפא ומאחד בימים של קריסה של המוכר והידוע, ועל הניסיון לחיות על פיו למרות הנסיבות.



רעות פרידמן

עיצוב: שירה
משולם חזקיה,
עפרה בהרב

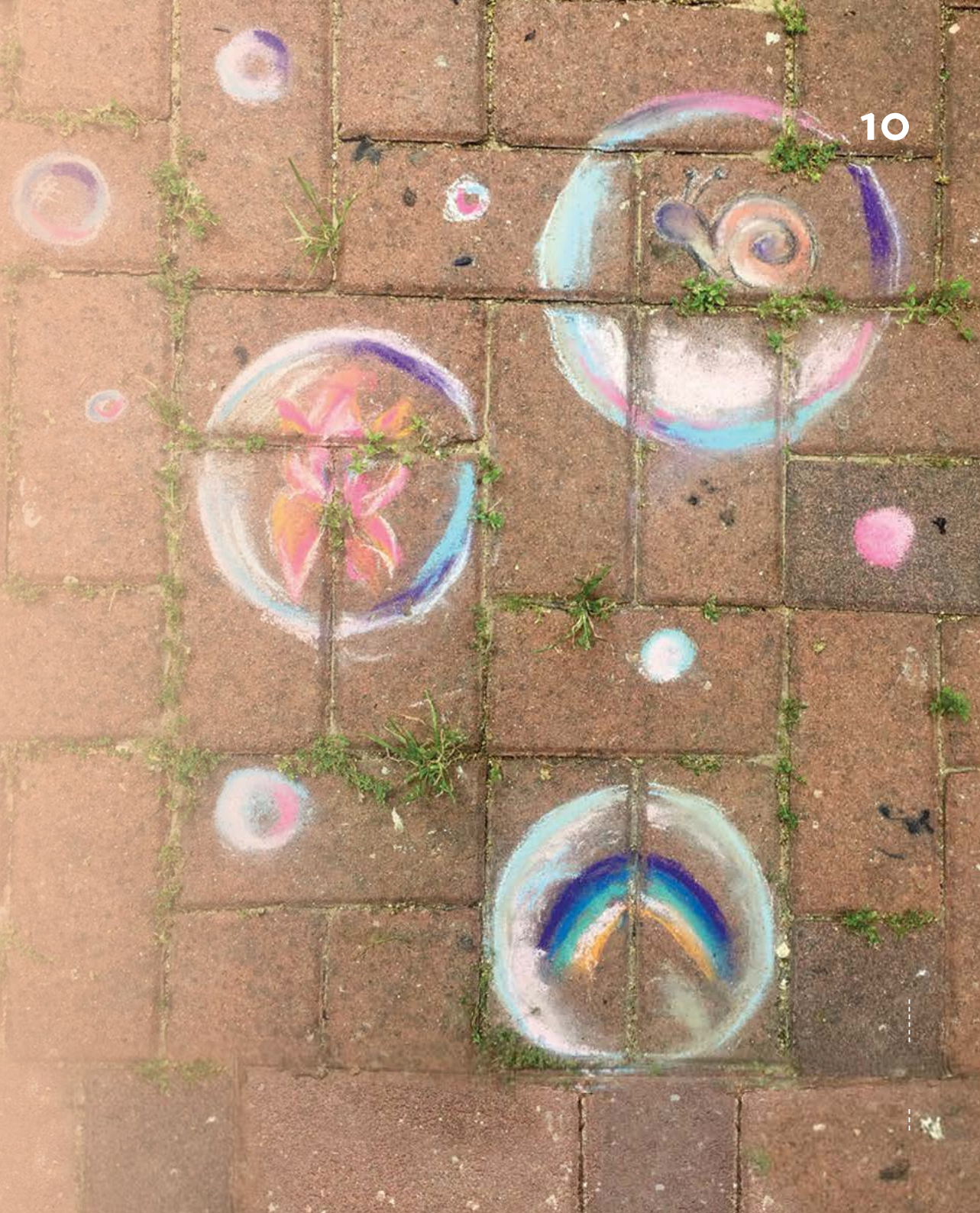
מין ציון מחזור, עצירה, שאיפה לגלות מחדש את הזכות להיות בהוקרה. בפשטות, עצירת המרוץ לטובת התבוננות על מה שיש ואמירת תודה; זה איננו מובן מאליו, ובעצם, יש יותר "יש" ממה שנדמה לנו.

בליבו של חודש עמוס ציונים אלו, פנה אלי בני, כפי שהוא נוהג לעשות מעת לעת בניסיון להבין את הרציונל של דרכי העולם, ובדרכנו הרגלית מבית הספר שאל: "אמא, למה צריך חג לאהבה? הרי אני איתך כל הזמן, אוהב אותך כל השנה, וגם את אבא, אז למה קוראים לזה חג? למה זה לא רגיל? קצת מצחיק שלאהבה יש חג, לא?"

שאלתו מיד מוססה בי משהו בלב; הרגשתי שנפתח מין חום פנימי, שעלה כלפי מעלה עד ללחיים, והוביל

בחודש פברואר בכל שנה, אני, ובטח שכמותי, מתעמתים עם סוגיות הזהות והשייכות במעגלים השונים. לוחות השנה הבינלאומיים, בגיבוי התקשורת, מערכות החינוך והעולם העסקי של העולם המערבי, מציינים במין רצף חגיגי את יום המשפחה (לשעבר יום האם), יום האישה ויום האהבה ששזורים להם בסמיכות, המבקשים לעורר הכרת תודה, ופותחים פתח לשאלה - עם מי יש לי קשר של אהבה לו אני מוקיר תשומת לב מיוחדת בימים אלו.

להורים שבינינו, מצורפת בדרך כלל דרישה (מעיקה) של תמונה משפחתית, חגיגות בגנים, יצירת אומנות מבית הספר או ציפייה למתנה מבן הזוג שתציין, לא פחות, את חידוש הברית שלנו זה בעבור האחר.



לרצון מיד לתבק את הזאטוט מתחת למטלטליו הנשרכים מאחוריו ושערו הפרוע.

זה היה אחד מאותם רגעים של תהיה תמימה, מין משהו בסיסי שכזה, שכל כך גאה על עצם שאילת השאלה, וברור לשנינו שזהו רגע לזיכרון, ומדובר בשאלה מהותית וחשובה מאין כמוה.

כאם פילוסופית, נערכתי תוך פחות מדקה לתשובה מעמיקה, דיאלוג שנהנה בדקות הקרובות על מהי אהבה, כיצד הוא תופס אותה, איזה מופעים יש לה בחייו מעבר לאנשים הקרובים לו, ואיך היא קשורה לזמנים מיוחדים כמו טקסים וחגים, ולמה חשוב לנו לציין מה שחשוב בעינינו באמצעות זמן מיוחד שכזה. אך בפועל – הבנתי מיידית מהבעות פניו, שהוא לוקח אותי הרבה מעבר לאתגר האינטלקטואלי של הדיון. שהרי הוא מבקש להגיד, ולא לשאול.

פתאום זה הכה בי. הבנתי שלמעשה מדובר בשאלה רטורית. עמדתו יציבה ובהירה ביחס למושג הנחבט והשגור לו אנו קוראים אהבה, הוא חווה אותה באופן בלתי אמצעי, ואולי אני היא זאת שזקוקה להרהור למה ומתי זה הסתבך.

שכן, בעבורו – הרי שהאהבה היא בכל, בכל רגע, בכל דבר. בכל איש, בכל יצור נברא, אלוהים בכל והכל בו, שכן הכל נברא בצלמו. כך גדל, כך הוא קולט, מבין וחי את הטבע ואת ביטוייו כאמת פשוטה. בועה של קסם על-זמנית, שהמציאות על כל מורכבותה לא משטעת אותה בתירוצים וניתוחים רציונליים. כש"רואים" אותה וחווים

אותה, היא פשוט ישנה ולא צריך רק לדבר עליה. השאלה היא מדוע אנו – האנשים המבוגרים (הנתפסים כמודרים לרוב לילד בן שבע) – זקוקים למילים, לחגיגות ומתנות לציון משהו שהוא כל כך טריוויאלי, כל כך נוכח, כל כך חי, נגיש ויומיומי.

חשבתי לעצמי – כיצד זה כל כך פשוט בעבורו? למה אין בו ספק או תהיות מורכבות על הכוח הזה שנקרא אהבה? התבוננתי עליו וניסיתי להבין מה החוויות מהן הוא ניזון שזה כל כך טבעי עבורו – אולי מהתבוננות על שבלולים ויצירתם אחרי הגשם, על רזי הפריחה באביב, על הקשת בענן, על האנשים שעוברים ברחוב – כמה שונים ודומים בו זמנית, שאפשר וכדאי להגיד להם שלום (או לתת כיף) או לחייך סתם כך גם ל"זרים" ברחוב מבלי שמכירים, להומלס שבצד הכביש או בצמתים שהוא עני ומבקש נדבה ותמידי ניתן כי יש לו צורך, ובצד גן העיר גם ליבגני שהיה בפילהרמונית של מוסקבה שנייה אחת קודם.

למרות שלנו זה נראה לא הגיוני, שלא לומר מופרך ואף כאוטי, זוהי בעיקר היכולת להיות, ללא פחד או רתיעה ממה שיש. לקבל את זה – זה כל העניין. להסכים. אפילו עוררה בו גיחוך העובדה שצריך להגיד את זה, או לחשוב שלא מדובר בחיים עצמם, כפי שהם.

השאלה הזאת תפסה את הפער הזה, שבין קליטת העוצמה של הנוכחות הערה והשמחה על מה שיש, לבין ההסתובבות בדאגנות, חרדה וחוויות

של בדידות וקושי. מדוע הפער? מניין הוא מגיע? הרי מדובר בכוח הטבע העצום שנקרא אהבה, שהלך ונשחק, ולו מימדים ורבדים רבים. הצד המעוצב חברתית שבי, שהובנו בו תבניות של "נורמטיביות" ומקובלות, אומר כעת שאולי בתחילת הדרך החוויה היא בלתי אמצעית, כמו השלב של בני כעת, והכל אחד, טבעי ונאיבי. הוא נתון במעין חלום של אחדות, קיימת הפשטות של הצורך הבסיסי להיות אחד עם הכוח היוצר של העולם, הבורא האוהב והמחבק. בהירות המציאות נתפסת בפשט שלה, כפי שהיא, ללא פילטרים שבאים מאוחר יותר ומכסים בתירוצים, ניתוחים והתפלפלויות. מדבריו הבנתי שעבורו, כמו משחק, העולם כולו כולל אלוהים, ובמובן זה האהבה היא כאן ועכשיו. שאין סיבה אמיתית שהיא תישחק או תיגמר, ושאין לנו דרך אחרת אלא לחיות אותה כהוויתה.

כל כך נכון, מעורר השראה, אך גם כל כך רחוק מאיתנו. מדוע? למה איבדנו מהתום, מהפלאיות של הטבע, מההשתאות מהסדר, מהכוח הפורץ של המאחד; ומדוע ניצחו הפילוג, השנאה, החורבן, והפחד?

במקורות עתיקי יומין נכתב על האהבה; בטקסים, בכתבי דת, בשירה, ואפילו בפשטות בשאיפה האנושית הבסיסית לחבור לכוח עליון שמונע מתוך אחדות, לעבר השלמה וחוויה של מיצוי וסיפוק, יש יגידו אפילו של יעוד. ללא רגשי אהבה אין לתינוק הנולד חיים, ומחקרים גיבו זאת שללא מגע אנושי תינוקות מתים. כמבוגרים,

בהיעדרה אנו חשים חסרים, מרוקנים, חסרי אונים, מפוחדים ובודדים. לאהבה גם תפקידים רבים כל כך בחברה, מקום בו הרכבת סוגי המשפחות שנקמו לו לאדם, מעגלי השתייכות לקהילות כאלו ואחרות, הם שנותנים לו משמעות, תוקף ואשור. בלעדיה נרגיש קושי בגיבוש של זהות ותחושת ערך ומסוגלות שהיו מתמוססות לכדי הישרדות בלבד. אנו איננו חיות, יש בנו צורך אנושי בקירבה, בחום, באמפתיה, ובהכוונה אל הגבוה יותר בתוכנו, שכמה למגע אנושי. אז אם זה כך וזה בסיסי, מניע הכל ומסביבו גלגל החיים – מדוע לא נחווית האהבה ככזאת ביומיום?

אולי מכיוון שתהליך החיברות וההשפעות הגלובליות, האופן בו אנו גדלים בעידן המודרני, מחקו בנו את הקסם של תפיסת התום של הילד, האיכוו בנו להתבגר מוקדם מדי; שילמנו מחירים אישיים ואחרים על כך, ולמעשה התרחקנו מלהאמין.

נהיינו ספקניים, עם תובנות, מורכבויות והיגדים שמסבירים לנו כי האהבה היא רגש שמחוצה לנו, שמדובר בנכס חמקמק, שעוד רגע אוזל ובורח לנו בין הידיים. הפכנו לתלויים בהכרה חיצונית לצורך אישור המקום הטבעי של הילד. לעיתים, בעיניים מוגבלות, אנו דורשים לחגוג את מה שיש, בוחנים בסוף כל יום כמה נשאר לנו מהנכס – כאילו מדובר במשאב זמני, מוגבל, אישי ו"סופרים" כמה אהבה יש לנו על פני הרצפים המוכרים: חברות, זוגיות, משפחה, קהילה ועל פיה החומרי יישק

למעשה מדובר בשאלה רטורית. עמדתו יציבה ובהירה ביחס למושג הנחבט והשגור לו אנו קוראים אהבה, הוא חווה אותה באופן בלתי אמצעי, ואולי אני היא זאת שזקוקה להרהור למה ומתי זה הסתבך

הייתי רוצה בכל יום, לתת את הדעת על כמה אהבה היתה בו, מה היה חסר - ולמה, לשפר ולתקן. לא לנסות לשלוט על מה שאיני יכולה, אלא לקבל את הריפוי, החמלה, הנתינה שיש בכוח הזה של האהבה

מצב רוחנו, על האמון שלנו בעצמנו ובעולם, על חוויית הערך העצמי, ועל הזהות שלנו ותפיסת העולם שלנו גם כמי שאמונים על חינוך הדורות הבאים. המחירים של כך הם עצומים.

ומעבר לכך, יש גם המחיר של דחיקת רובד עדין יותר של האהבה שהיא האהבה הגבוהה, זו שבין אדם לאלוהיו. בליבו פנימה, במסתורין, בשקט. לאו דווקא מבחינה דתית הלכתית ספציפית, אין הכוונה להזהרות עם דת כזו או אחרת וסימניה, אלא הכוונה לחלק העליון של הרוח שאנחנו - זה שאנו רוצים להתאחד עמו ברגעי קושי - האם שם נגמרת האהבה?

הערכתי האישית, שהיא גם תפיסתה של הפילוסופיה העתיקה, היא שהקשר שלנו עם האהבה אבד, נשחק, ובמקומו נבנסו לתוכנו קולות אחרים: חומות של ציניות, הפרכות, הכחשה, ניתוק ונפרדות שהפכו את האהבה ללא זמינה עבורנו. ואולי עולה בנו ספק האם היא בכלל קיימת.

אבל ברגעי קדושה וטקס שלכם עם עצמכם - בים, בשבת, בטיול, בהודו, במדבר, עם המשפחה - כששאלתם את עצמכם שאלות מהותיות, האם פגשתם מנוע וכוח זה של אהבה? האם חשתם חיבור למשהו נעלה ונשגב, שאין לו מילים אך הסנטימנט הורגש היטב והוא סנטימנט של קרבה, חום ושייכות? שהחיים הם מעבר לנגלה, למרוץ ולמבוכה ושיש סדר אחר, של מה שבאמת חשוב בחיים. של מה שאנחנו מחפשים ולא יודעים למצוא. אני בטוחה שכן.

השאלה של הבן שלי, ביקשה ממני רגע להיזכר בזה. כולנו תחת אותם השמיים, אותה אנושות, ממוקמים ביבשות שונות על הגלובוס, אך למרות השונות כולנו רקמה אנושית אחת. רקמה שכעת מפוררת חלק מחוטיה, אולי כדי לטוות אותה מחדש, עם הכרה. למרות הסבל והייאוש מסביבי, דווקא כעת מתמודדים מליונים עם וירוס שמחבר בינינו יותר מאי פעם, מי שהיו אויבים הפוכים לשותפי גורל, המידע שזורם הינו ללא גבולות, ללא הבדל של דת גזע ומין, כולנו יחד בסירה הזאת. אולי ניתן לחיות עם הכוח של האהבה, זה שפעם היה בעבורנו אמת, עובדה קיימת, ללא עוררין ככוח מניע של חיים, ובעזרתו למרות הנסיבות, נדע להתגבר, להתפתח ולנוע למחוזות חדשים.

אני מודה על השאלה; פחות הייתי רוצה הזדמנויות לציון משהו שנמצא כאן כל הזמן. הייתי רוצה בכל יום, לתת את הדעת על כמה אהבה היתה בו, מה היה חסר - ולמה, לשפר ולתקן. לא לנסות לשלוט על מה שאיני יכולה, אלא לקבל את הריפוי, החמלה, הנתינה שיש בכוח הזה של האהבה. אני בודקת מה שיש, ללא שיפוט או ביקורת, ומודה על כל מה שבא, גם אם צורתו גובה מחיר לא פשוט. ובוחנת שוב ושוב, גם בשיח היומיומי עם הבן, השכן, חבר לעבודה ובכלל - ביני לביני, מה המעלות שביטאתי, שקיבלתי, שהעברתי - ומוצאת שזה משאב שהוא אין סופי, הוא מתגבר בעת נתינה ובכוחו יכול להמיס כל פחד. תודה לך בן אהוב, שהערת אותי. אוהבת.



שי פארן

עיצוב: שירה משולם חזקיה

הכל זה חומר והכל זה רוח

הפילוסופיה מבחינה בין חומר לרוח. אם כך - מהי תנועה? באיזה מישור היא מתרחשת ומאיזה חומר היא עשויה? שיחה עם רסמוס אולמה, מנהל המחלקה לריקוד וכוריאוגרפיה באוניברסיטה הלאומית בקופנהגן, על אמנות, פילוסופיה, תנועה ואיך כל אלה יכולות להיות חלק מחיי כולנו, אם נסתכל עליהן מנקודת מבט מעט שונה.

לגבי הרעיונות שעליהם דיבר, ומאז נוצר בינינו קשר שתמיד איפשר לצלול לתוך שיחות עמוקות על תנועה, על החיים, על מה שרואים ומה שלא רואים, על הוראה, על אמנות ועוד.

נפגשתי עם רסמוס לראיון שהפך לשיחה, והנה מולכם, חלקים ממנה, שזורים במחשבותיי ותובנותיי.

מדוע נמשכת דווקא לריקוד כביטוי של אמנות?

תמיד נמשכתי לפעילות גופנית. משהו בכימיה של הגוף שלי השתוקק לתזוזה. לפני שהתחלתי לרקוד התעניינתי בהרבה סוגים של ספורט.

זה שנים רבות שעולם התנועה והריקוד משמש לי פלטפורמה עשירה ואין סופית לגילוי, לתרגול ולביטוי של עקרונות החיים והפילוסופיה. דרך שלבים רבים ושונים במסע שלי ברקדנית, אמנית, מורה ותלמידה, למדתי למצוא בריקוד עולם מלא ומיוחד.

כחלק מאותו מסע, לפני חמש שנים פגשתי לראשונה את רסמוס אולמה (Rasmus Ölme), מנהל המחלקה לריקוד וכוריאוגרפיה באוניברסיטה הלאומית לאמנויות הבמה שבקופנהגן, דנמרק. יצרתי איתו קשר מתוך עניין בתזה שכתב ומתוך סקרנות גדולה

שיחקתי טניס, כדורסל, רכבתי על אופני שטח ועל סקייטבורד. כשהגיע הריקוד הוא כמו הכיל בתוכו את הצורך הזה לעשות משהו שהוא גם פיזי וגם רחב, המאפשר בתוכו הרבה דברים שונים.

מה הייתה נקודת המפנה בחיך, בה הפכת מרקדן, המופיע על במות ורוקד בלהקות, לחוקר של תנועה וריקוד?

כשחזרתי לגור בשבדיה אחרי שנים בהן חייתי ועבדתי בבליגיה, תהיתי איך אצליח להשתלב בסצנת המחול השבדית. כשראיתי שנפתחה תכנית חדשה של לימודי דוקטורט באוניברסיטה למחול וקרקס בסטוקהולם (DOCH), למרות שזו הייתה אופציה שכלל לא עלתה בדעתי לפני כן, המהלך הזה הרגיש טבעי ונכון.

תמיד הייתה לי העדפה ומשיכה חזקה לתהליך העבודה והיצירה על פני התוצר המוגמר. במשך השנים בהן עבדתי עבור יוצרים אחרים, שמתי לב שאני נהנה יותר מתהליך היצירה עצמו ושיש בי השתוקקות שהתהליך הזה יימשך זמן רב יותר. זו הסיבה שהובילה אותי לחשוב שתחום המחקר יספק אצלי את הצורך הזה ויאפשר לי להישאר בתהליך עצמו ולא רק לכוון להגיע לתוצאה.

בנוסף, היה לכך קשר גם להוראת המחול ולעבודתי בתור מורה.

תמיד נהניתי ללמד ובשלב די מוקדם הבנתי שאני יכול לחוות חוויות אסתטיות אמנותיות מלאות, בתוך סיטואציה של לימוד והוראה. עולם

האקדמיה מאפשר לי לחוות את החוויה האמנותית דרך התהליך, מבלי להיות תלוי בתוצר המוגמר.

כמה פעמים אנחנו שומעים סביבנו שהדרך היא מה שחשוב ולא לאן נגיע, שצריך להתמקד בתהליך ולא בתוצר... אבל כמה אנחנו באמת מצליחים לחיות לפי האמרות האלה, ולהאמין להן? כשאתה בונה את מרכז חיך סביב דבר שמהותו היא הדרך ולא התוצר (כמו מחקר), אתה עוזר לעצמך באופן יומיומי לזכור את הרעיון הזה.

אחד הפרויקטים האחרונים שלך נקרא "חומר תנועתי" (Movement Material). תוכל לומר משהו על הפרדוקס החבוי בתוך השם הזה? כמובן שתנועה איננה חומר, אולם אנו יכולים לראות אותה רק כשהיא מתבטאת דרך חומר כלשהו...

גם המנחה שלי בתזה העמיד אותי מול הפרדוקס של צירוף המילים הזה. באנגלית, כשמשתמשים במילה חומר (Matter) יש תחושה שזה נותן לדברים חשיבות, It matters. אהבתי את הרעיון שאפילו שהתנועה איננה חומר, ההתייחסות אליה ככזו יכולה להעניק לה יותר חשיבות. היא אמנם דבר שאיננו חומרי, אבל יש לו ערך של משהו מוחשי וקיים בעולם. באיזשהו מובן היה לי רצון להגן על התנועה, לומר שלמרות שהיא אינה מוצקה היא עדיין קיימת. איננו יכולים באמת להפריד בין שתי המילים - חומר ותנועה - משום שללא החומר התנועה אינה מבוטאת, אין לה קיום אם היא אינה מתגשמת בחומר

כלשהו. החומר הזה אינו חייב להיות פיזי. כשאני עושה תנועה יש לה נוכחות מסוימת, שהיא יותר מהתנועה הפיזית - היא הכוונה שלי והרצון שלי שמתבטא דרך התנועה.

בעקבות המחקר הזה פיתחת תרגול שנקרא "ללכת בעקבות התנועה" (Following the Movement) - התנועה קיימת ואני צריכה להרשות לגוף לעקוב אחריה. אבל, אם אני לא עוקבת אחריה - האם התנועה עדיין קיימת? האם אני, כ"חומר" הפוטנציאלי לביטוי התנועה בעצם זו שנותנת לה תוקף? הרי כששקית עפה ברוח, אנחנו יכולים לראות את התנועה בעזרת השקית, אבל התנועה נמצאת שם גם בלעדיה.

התנועה בהחלט נמצאת, כי האוויר הוא זה שמזיז את השקית והאוויר הוא בעצמו חומר, זהו פשוט חומר שאנחנו לא יכולים לראות. זה כמו שנכנסים לחדר עם עשן - בעזרת העשן אנו מסוגלים לראות את התנועה של האוויר, כמו דגל מתנופף ברוח, אבל האוויר נע כל הזמן גם בלי שנראה. הדוגמאות האלה הן סוג אחד של ביטוי של התנועה - ביטוי פיזי שכבר קיים אבל אנחנו צריכים חומר שנראה לעין האנושית כדי לראות אותו. הסוג השני קיים ברובד תודעתי יותר - כשאני מעורב תודעתית בתנועה, והכוונה שלי מכוונת אליה, זה סוג של חומר שאני מחדיר לתוכה. אמנם זהו אינו חומר פיזי, אבל באותו רגע מבחינתי לתנועה יש נוכחות.

מהי הנוכחות הלא חומרית של התנועה, שעדיין מבקשת להתגשם

בעולם כחומר אבל לא דווקא בצורה פיזית?

אצלי זה קשור לתחושה יותר מלמחשבה. אלו לא הקווים שאני יוצר בחלל או המחשבה על איך התנועה נראית, אלא התחושה של התנועה בחומר שהוא הגוף שלי. לדוגמה, במקום לחשוב שאני מרים את היד או להתבונן על עצמי מרים את היד, אני חש את זה מבפנים וכך ההתגשמות החיצונית של התנועה לא מעסיקה אותי. אני הופך להיות אותה שקית שעפה ברוח. כשאני מכוון את תשומת הלב שלי לרובד הזה אני מרגיש שהתנועה לעולם אינה מפסיקה. אני הופך את התחושות שלי לחומר שדרכו התנועה מתממשת.

לעקוב אחר התנועה לא אומר שאני מחכה שהיא תקרה; זה אומר שאני מסכים להיות מובל. אני בוחר שהתנועה תוביל אותי ובכך אני נותן לה תוקף וממשות.

האם אין זה מה שאנחנו עושים בחיינו? כאשר אנו בוחרים להיות מובלים על ידי החיים - אין זה אומר שאנחנו פסיביים, יושבים ומתבוננים איך החיים מארגנים את עצמם. להיפך, זה אומר שאנו עוקבים באופן אקטיבי ומסור אחרי מה שהחיים בוחרים להביא לנו, אחר המקומות והמצבים אליהם אנו מגיעים בעזרת החיים.

לפי מה שאתה אומר, חייב להיות איזשהו חומר (פיזי, תחושתי, רגשי, מנטלי) כדי שהתנועה תוכל להתממש. אפלטון דיבר על עולם האידאות, העולם בו נמצאים הקונספטים השלמים והמושלמים.

איננו יכולים באמת להפריד בין שתי המילים - חומר ותנועה - משום שללא החומר התנועה אינה מבוטאת, אין לה קיום אם היא אינה מתגשמת בחומר כלשהו

התנועה שאחריה אני בוחר לעקוב אינה קיימת לפני שאני בוחר לעקוב אחריה.

אלא שאנחנו לא יכולים לחוות ולהכיר אותם כפי שהם, ולכן הם מתבטאים כביטוי לא מושלם, בעולם החומר. אם התנועה היא קונספט, אידאה, מה קורה במעבר מאותו האידיאל, המצב המושלם של התנועה, אל המימוש שלה בעולם, אל הצורה שבה אנו חווים אותה? מה אנו מאבדים בדרך?

המערה של אפלטון היא גישה ספציפית להסתכל על הדרך שבה אנו חווים את המציאות. זו גישה שאומרת שישנה מציאות "טהורה" ואנחנו רואים רק את הצללים שלה; מה שאנחנו חווים הוא בהכרח לא הדבר "האמיתי". אני חושב שזה סוג של אשליה. מה שאני חווה הוא לא פחות אמיתי. בזמן שאני מודע לכך שאיני חווה את המציאות במלואה, החוויה שלי, בעיניי, נשארת אמיתית.

אפלטון אומר שאנחנו רואים רק את הצללים של המציאות; הגישה שלי אומרת שאני מאפשר למציאות להתגשם - בעצם זה שאני צופה בה ומכניס לתוכה את הכוונה שלי, אני הופך אותה לחומר ממשי.

כולנו מכירים את הקושי להתמסר למה שאנחנו לא יודעים, לא מבינים, לא רואים או לא מכירים, אבל לפעמים משהו בתוכנו מזהה שיש דברים שהם מעבר לנראה, ושם נתמסר לאותו בלתי נראה נגלה דברים נפלאים. אולי מה שאנו חווים הוא מה שאנו מסוגלים לחוות כרגע - אבל אנחנו חייבים לזכור שיש מעבר לזה, אם נצליח לדמיין.

החלל שאת מדברת עליו, שאני בטוח שהוא קיים ואני יכול להרגיש אותו, הוא זה שבו מתרחשת אותה התגשמות. אם נחזור לתנועה - איזו נוכחות יש לתנועה אם אני לא עוקב אחריה? התנועה שאחריה אני בוחר לעקוב אינה קיימת לפני שאני בוחר לעקוב אחריה.

מצד שני, כשאני עוקבת אחרי התנועה ונותנת לה להתבטא דרך הגוף שלי, אני גם מגבילה אותה, משום שהגוף הפיזי שלי מוגבל ולא משנה כמה אשכלל את היכולות שלי. זה אומר שמצד אחד אני מאפשרת לתנועה לקרות ומצד שני אני מגבילה אותה.

בדרך בה אני עובדת ומלמדת, חלק מרכזי מהלימוד והתרגול הוא שכלול היכולות והרחבה של מאגר התנועות שזמינות לנו, על מנת שנוכל לאפשר לתנועה להתבטא דרכנו בצורה הטהורה ביותר והכי פחות מוגבלת, כדי שנוכל להפוך לצינור שדרכו הצורה עוברת לעולם.

אני מאמינה שבאותה מידה עלינו להרחיב את התודעה שלנו, את מנעד הרגשות שלנו, את השליטה במנטל ובמחשבות שלנו ואת האמונה שלנו במה שאיננו יכולים לראות, על מנת שנוכל לאפשר לחיים לקרות דרכנו בצורתם הטהורה ביותר.

עבור הרקדן, לא מדובר רק בלעשות את עצמך חזק וגמיש, אלא יש צורך לפתח מיומנויות עדינות יותר על מנת לבטא את התנועה במלואה. כשמישהו

מתעסק באותם רבדים עדינים תוך כדי תנועה, זה הופך להיות נראה לעין. אנחנו רואים את זה דרך הגוף, אבל למעשה זה לא משהו שבא לידי ביטוי על ידי יכולות גופניות.

לכל דבר שאנחנו רואים יש רובד נסתר. לפעמים אפשר לחוש שהצורות החיצוניות שאנו חווים בעזרת החושים שלנו הן ביטוי חיצוני בלבד של איזשהו רובד עמוק וחבוי. שכל הדברים הם בעצם "כלים" כאלה ואחרים שמבטאים דברים שבלעדיהם לא היינו מסוגלים לתפוס.

לפעמים זה מרגיש שכל מה שיש הוא חומר, אותם דברים שאנחנו תופסים בעזרת החושים. אבל אם אנו חושבים על הכוונות, התחושות, הרגשות, המחשבות, הנוכחות, ההווה וההכרה שלנו כסוג של חומר, אז הרוח והחומר הופכים להיות דבר אחד - הכל זה חומר והכל זה רוח.

בספרו "יצירה אמנותית ויצירה רוחנית" כותב איבנהוב:

"היצירות שהאדם מפיך מחוץ לעצמו אינן שייכות לו. הן חיצוניות וחומריות ויום אחד הן ייעלמו... בעוד שהאמן האמיתי, הפסל האמיתי, המשורר האמיתי העובד על עצמו, לעולם איננו נפרד מיצירותיו, הוא נושא אותן עמו לעולם הבא והן שבות עמו לכאן בגלגוליו הבאים. כי העבודה הפנימית נותרת שלנו לנצח."





מועדי פתיחת הקורס בסניפים:

ראשון לציון	יום ב'	13.7
פרדס חנה כרכור	יום ב'	13.7
ירושלים	יום ד'	15.7
חיפה	יום א'	19.7
קרית	יום ג'	28.7
תל אביב	יום ג'	8.9
כרמיאל	יום ד'	9.9

* כל ההרצאות מתקיימות בשעה 20:00
* בשבועות שלפני פתיחת הקורס יתקיימו
מפגשים פתוחים בכניסה חופשית. לפרטים
פנו לסניף הקרוב אליכם.

פרטים על הקורס באתר:

www.newacropolis.org.il

להם יחד ומייצרים כח גדול מהם. בחלק זה נדבר על הקשר בין האדם לחברה, על האתגרים בחיים המשותפים, איך לחיות יחד מבלי לאבד את החופש האישי שלנו, על התפיסה של חברה על פי אפלטון, על הטוב של הכלל, על הצדק ועל הקשר בין האדם למנהיג.

חלק שלישי - האם ואיך נוכל להשפיע על העתיד?

האם אנו מאמינים שנוכל להשפיע על העתיד שלנו?

אנו בונים את העתיד כל הזמן, השאלה היא איך ובאיזה כיוון. לזמן בו אנו נמצאים יש משמעות היסטורית. גם לעבר יש משמעות; ניתן ללמוד ממנו כדי להשפיע על העתיד.

לשם כך עלינו להרחיב את נקודת המבט, להבין איך הגענו עד הלום, מה נכון ללמוד ממה שקרה ואיך אפשר להשפיע ולייצר מציאות אחרת.

בחלק זה נביר את הפילוסופיה של ההיסטוריה, נעמיק בקשר בין ההיסטוריה למיתוס, בתפיסה המחזורית של ההיסטוריה ובשאלת החופש והגורל.

אנו מציעים מרחב בתוכו ניתן לחקור ולגלות מה זה אומר לחיות את הפילוסופיה, ואיך אפשר להיות פילוסופים, היום ותמיד.

הצעד הראשון מתחיל בשלב המבוא, בו אנו נפגשים עם הגישה הפילוסופית ועם פילוסופים שחיו גישה זו הלכה למעשה בתקופות שונות ובתרבויות שונות.

שלב המבוא מורכב משלושה חלקים:

חלק ראשון: אתיקה וערכים אנושיים

מיהו האדם? מהם הערכים הפנימיים איתם אנו עובדים? איך נוכל להכיר את עצמנו יותר? איך נוכל להשתפר? איך נוכל לחיות בקרבה גדולה יותר למי שאנחנו באמת? בחלק זה נדבר על הפילוסופיה הטבעית, על הקרב הפנימי מתוך החכמה של הודו, על המסתורין של טיבט, על בודהיזם ועל החכמה העתיקה של סין.

חלק שני: חיים משותפים - איך נוכל לחיות ביחד?

אנחנו כאן. ביחד. זה חלק מהסיפור. החברה בה אנו חיים היא אנחנו! אוסף של פרטים שחברים

פילוסופיה כדרך חיים
קרוב יותר ממה שזה נראה

LIVING
PHILOSOPHY

קורס פילוסופיה כדרך חיים

ברגע הראשון כל גיבור נופל לדפוסים המוכרים שלו, לחולשות שלו, לפחד. אבל אם מסכימים לצאת לדרך מגלים שאפשר לבחור - להיות נוכחים בכל מה שהחיים מזמנים לנו.

אם נסכים לפגוש את המקומות הדורשים דיוק בתוכנו, ולהתאמץ לפתח אותם, נוכל להכיר את עצמנו, להשתפר, לממש את הכוחות החבויים בנו, את הפוטנציאל שלנו.

הפילוסופיה היא החיפוש, היכולת לשאול שאלות ולהתנסות בתשובות שאנו מוצאים. הפילוסופיה יכולה לסייע לנו לחשוף את המציאות, את חוקי הטבע, להיחלץ מן המבט השטחי החיצוני של הנראה ולהיכנס פנימה. אל הנסתר מן העין, אל הרמז, אל הסוד. על ידי כך אנו יכולים לגלות את עצמנו ואת כל מה שסביבנו.

הדרך הפילוסופית מאפשרת לנו לגלות מהי עבודה פילוסופית אמיתית, מהו התהליך הפנימי שזמין עבורנו תמיד. היא מאפשרת לנו לגלות כיצד נוכל להתעורר ולהכיר את עצמנו יותר, לנהל את עצמנו טוב יותר, להוביל את עצמנו בדרכים הפתלתלות של החיים.

איך נוכל לנווט יותר את הבחירות שלנו, לא לוותר לעצמנו, לא לשקר לעצמנו. לא לחיות חיים של מישוה אחר; לא לחיות חיים בהם אנו מנותקים ממי שאנו באמת.

לא מדובר בעוד סדנת "עשה זאת בעצמך", לא עוד הבטחה של סמינר משנה חיים. לא עוד תרופת קסם, כי אין תרופת קסם. להיות מאושרים - מצריך עבודה. בכל סרט גיבורי-על אנחנו מקבלים את הרעיון שעבור הגשמת הגבורה צריך להתאמץ. צריך להסכים להיות גיבור.

אירועים נבחרים בסניפים ברחבי הארץ

**מפתח soul -
במה פתוחה**

29/8
ראשל"צ



שרים/מנגנים/רוקדים/מדקלמים/משחקים מהנשמה?
יש לכם במה אצלנו!
מוזמנים לערב קייצי, על הגג הפתוח, של אמנות
שמתחילה בנשמה ומתבטאת על הבמה.
(השתתפות בהרשמה מראש בלבד)

מוצ"ש, 29/8 19:00 סניף ראשון לציון

27/6 29/6 28/8
חיפה כפ"ס קריות



הנסיך הקטן

הזמנה למפגש עם יצירה בלתי נשכחת שבאה להזכיר לנו
את הדברים החשובים שנשכחים מהלב ונעלמים מהעין.
הרצאה על כוחם של חברות אמת ואומץ, על אהבת חיים,
על דמיון פורץ גבולות ועל ראייה מעבר למסכות - בספרו
של אקזופרי וגם בחיינו.

מוצ"ש, 27/6 20:00 סניף חיפה
יום ב', 29/6 20:00 סניף כפר סבא
יום ו', 28/8 17:00 סניף קריות

קארמה
30/6 8/7
קריות ירושלים

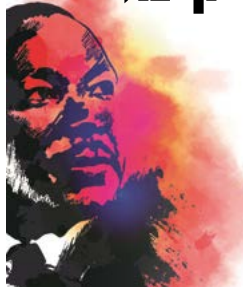


יש שאומרים שהקארמה היא התשובה של החיים
להתנהגות שלנו, שהיא יכולה להיות עונש או פרס על
מה שעשינו. רוצים להבין מהי קארמה? למה הדברים
קורים כפי שהם קורים? האם מדובר במקריות או
בחוק שנסתר מעינינו? הרצאה על מושג הקארמה
מהמזרח ואיך נוכל לעבוד איתו באופן מעשי בחיינו.

יום ג', 30/6 20:00 סניף קריות
יום ד', 8/7 20:00 סניף ירושלים

מרטין לותר קינג
כוחו של חלום

14/9
חיפה

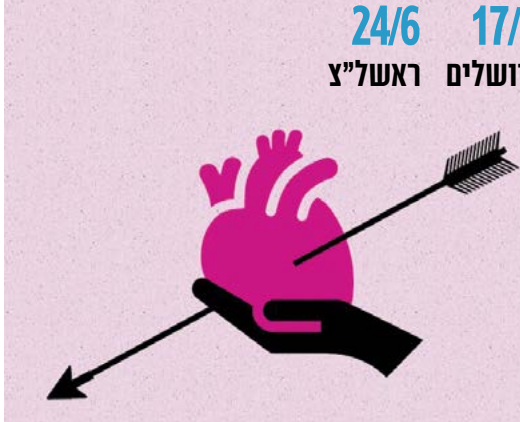


היה לו חלום, שאיש לא יישפט לפי מאפיין חיצוני
כמו צבע עור או מוצא. הוא הפך את החלום שלו
למנוף אדיר של שינוי המציאות ושינוי התודעה.
בואו ללמוד על כוחו של חלום לשנות מציאות
בחייכם ובחיי הסובבים אתכם.

יום ב', 14/9 20:00 סניף חיפה

*** מוזמנים ליצור קשר עם הסניפים
השונים כדי לקבל פרטים על פעילויות
התנדבות והאפשרות לקחת חלק בהן.**

17/6 24/6
ירושלים ראשל"צ



בואו לא נדבר על אהבה

מה היא אהבה, כיצד נוכל לפתור את אותה חידה
גדולה שקיימת בחיינו ונוגעת בכל אחד מאיתנו?
מפגש מיוחד שבו לא "נדבר" על אהבה, אלא ננסה
"לגעת" בה. נבנס יחד אל המבוך המקיף את המושג
אהבה וננסה לפזר את המבוכה, נתבונן בכוחה העצום
ונבדוק כיצד ניתן לעבוד עם כוח זה בתוך החיים.

יום ד', 17/6 20:00 סניף ירושלים
יום ד', 24/6 20:00 סניף ראשון לציון

8/7
כרמיאל



כשהדברים מתפרקים

כולנו חווינו תקופה מאתגרת בחודשים האחרונים,
הנסיבות לא הסתדרו כמו שחשבנו: דברים שהיינו
בטוחים לגביהם פתאום התערערו, צורות שהיו
יציבות התפרקו, השגרה נעלמה והעולם כולו
השתנה. אבל האם האתגרים הללו חייבים להיות
כרוכים בסבל והאם אפשר להפוך את הסבל למנוע
פנימי להעמקה ואפילו לאושר?

יום ד', 8/7 20:00 סניף כרמיאל

17/6
פרדס חנה כרכור

להיות מאושר



אושר אמיתי אינו תולדה של מזל או נסיבות זמניות
ואינו תלוי בהשגת דברים חומריים, המפתח לאושר
נמצא אצל כל אחד מאיתנו, אם רק נעז לחפשו וליישמו
באמת. הרצאה בהשראה הדלאי לאמה, שבחכמתו
וניסיונו מכוון אותנו להתקרב אל המעיין הפנימי.

יום ד', 17/6 20:00 סניף פרדס חנה כרכור

הפחדים שלנו, מפלס הדאגה יורד, אנחנו מצליחים להתרומם ולהיות חזקים למען אנשים אחרים, אנשים שלא הכרנו לפני כן, אנשים שלא היינו מכירים בכלל אם לא היתה קורונה" (דפנה מראשון לציון).

"הצורך להתנדב ולעזור בווער בנו אבל היתה את ההתלבשות איך לעשות את זה בצורה שלא תסכן לא את עצמנו ולא אף אחד אחר. אחד הדברים המשמעותיים שראיתי זה שיש הרבה פאניקה אצל אנשים מסביב. אז יצאנו להתנדב עם ההנחיות והכללים, אבל בלי האווירה של הפאניקה, ניסינו דווקא בתוך המצב הזה להביא תחושה של ביטחון ואהבה." (שחר מהקריית).

"אני חווה גבורה אמיתית של האנשים שמתנדבים שהשתמשו במשאבים האישיים שלהם, והתגברו על הפחד והחששות הטבעיים כדי לעזור לאלו שזקוקים לעזרה. פגשנו אוכלוסיה חלשה שנפגעה מאוד מהבידוד. אבל פגשנו גם מבוגרים מלאי כוחות ושמחה, שלמרות הקושי והכאב שלהם הלב שלהם פתוח והאגו לא "משחק תפקיד", הם הציעו לנו שוקולדים, פרחים מהגינה או תפוח, הם פתחו את הלב ולא חסכו בשיתופים ובשיחות עמוקות" (נסטיה מחיפה).

הקורונה העירה צמא להוסיף ערך מוסף לחיינו ולהכיר במשמעות החיים, צמא לצאת מעצמנו, צמא לתת, להקשיב ולגעת באחרים, בלי לאבד את עצמנו, בלי לסכן את עצמנו - בימי הקורונה ובכלל.

מי ייתן ולא נשכח את החוויה, מי ייתן ולא ניתן לשיעור להתמוסס עם הזמן, כי לאומץ, לאחוזה ולנתינה אין גבולות והם לא מתכלים כשמעניקים אותם.

התנדבות בימי קורונה

באקרופוליס החדשה לא יכולנו לקיים את פעילויות ההתנדבות שתכננו לקיים בערים השונות, אבל כמו כולם, גם אנחנו ניסינו לפרוץ את הגבולות החיצוניים והפנימיים, בלי לשבור את הכללים ובלי לסכן אף אחד. אחת הדרכים היתה לתת מענה לצרכי הקהילה - חלוקת מזון ותרופות ושיחות טלפון יומיומיות עם קשישים שגרים לבד ונמצאים בבידוד.

"כולם מתמודדים בימי הקורונה עם פחדים, שלא יהיה לנו כסף לשלם שכר דירה, שלא יהיה אוכל במכולת, פחד שנדבק, פחד על סבא וסבתא שלנו. אבל כשאנחנו יוצאים להתנדב ופוגשים אנשים, אנחנו מתגברים על

יש גבול, אין גבול



לצעירים, בין אמריקאים לרוסים? מה הקורונה "שהציבה בינינו גבולות" של קרבה יכולה ללמד אותנו על הגבולות שאנחנו הצבנו, עוד לפני כן, בינינו לבין אהובינו? מה הקורונה שהכריחה אותנו לשהות בין קירות הבית והגבילה את השהות בטבע יכולה ללמד אותנו על המרחק שכבר קיים בינינו לבין הטבע?

אולי שכולנו בני אדם, שכולנו זקוקים לחיבוק אוהב ולקרבה, ושהטבע העצום והחזק זקוק להגנה ולתשומת הלב והאהבה שלנו. ברור שהגבול של כל אחד הוא שונה וכל אחד צריך להיות קשוב לעצמו וליכולות שלו, שכל אחד צריך למצוא את האיוון הנכון בנסיבות החיים שלו ובהתאם לצורך הפנימי שלו. אבל התפרצות הקורונה נתנה לנו זמן וחומר למחשבה לתהות על משמעות החיים ועל הקשרים בין בני אדם, העירה השראה לבטא יצירתיות ולגלות דברים חדשים וגם עודדה תקשורת חוצה ערים וחוצה מדינות.

הגבול נחוץ כדי לשמור על סדר וצורה, וכדי שלא יהיה מעבר של דברים שלא אמורים להתערבב יחד, אבל הגבול גם מרחיק ויוצר נפרדות, הגבול מגביל את התנועה ועוצר את הזרימה, יוצר מרחק ומחזק פחדים הישרדותיים. הגבול בין פחד לזהירות הוא דק, הגבול בין לא לפגוע באחר לבין לעשות מה שמתאים לי - גם הוא גבול דק... אז מה הגבול הנחוץ? הנכון?

בימי הקורונה, הגבולות התהדקו, לא יוצאים מהבית או יוצאים קצת ושומרים מרחק, שמים מסיכה וכפפות ומגבילים את המגע והקרבה. ומעבר לגבולות החיצוניים יש גם גבולות פנימיים שכל אחד הציב לעצמו בימי הקורונה - גבול בין פחד לשאננות, גבול בין להיות לבד לבין להרגיש בודד, בין "להוריד הילוך" ל"לא לעשות הרבה" ועוד. מה הקורונה "חוצת הגבולות" יכולה ללמד אותנו על גבולות, היא, שלא מבחינה בין ערבים ליהודים, בין קשישים



חנינה מטרני

צילומים:

Bart Grietens,
ארכיון אקרופוליס
החדשה

< מוזמנים ליצור
קשר עם הסניפים
השונים כדי לקבל
פרטים על פעילויות
התנדבות והאפשרות
לקחת חלק בהן.



לבחור את הגנים שלי ?



איתי בן שושן

עיצוב: שירה
משולם חזקיה,
שי פארן

האם הגנים מגדירים אותנו, מכוונים את הבחירות שלנו, או שהכל צפוי והרשות נתונה? סיפור על אפיגנטיקה ובחירה חופשית.

הנדנודים הקלים של קרון הרכבת והנוף החד גוני שנשקף מהחלון כמעט גרמו ללוסי להירדם. היא הציצה בשעונה וראתה שחלפו רק שתיים מתחילת הנסיעה, ונשארו עוד מספר שעות עד שתגיע ליעדה באוסטין. היא הביטה בגבר שישב מולה וחלק איתה את תא הנסיעה. הוא היה שקוע מתחילת הנסיעה בדפדוף בלתי פוסק בערימת מאמרים. היא גחנה מעט קדימה וניסתה להציץ ולראות מהו נושא המאמרים. הגבר, שהשגיח בתנועתה, הרים את עיניו אליה, חיך ופנה אליה ברכות. "את מנסה לקרוא מה כתוב כאן, במאמרים הללו?"

"לא, סתם..." ענתה במבוכה, "רק תהיתי מה יכול לרכז תשומת לב מרשימה שכזו במשך כל כך הרבה זמן."

חיובו התרחב והוא ענה: "אני נותן הרצאה בעוד כמה שעות, לפני קהל

שלא בדיוק מכיר את הנושא שעליו אני הולך לדבר, וזה מחייב אותי להתכונן היטב."

"איזה נושא?" שאלה מתוך סקרנות מהולה בנימוס.

"הנושא הכללי הוא גנטיקה, אבל אני מרצה על משהו יותר ספציפי", אמר וניסה לקלוט את יחסה לנושא מהבעת פניה שהשתנתה.

"גנטיקה..." נאנחה. "זה נושא שתמיד מעלה בי קצת עצב", אמרה כשבעיניה מבט מהורהר.

"עצב? למה?" שאל הגבר בפליאה. זה היה סוג תגובה שלא הכיר ביחס לנושא החביב עליו כל כך.

"במשפחה שלי עברו בגנטיקה כמה דברים מאוד לא סימפטיים. ובכלל, המחשבה שמשהו נקבע עבורנו מראש ושנחנו בכלל לא יכולים

* מאמר זה נכתב בעקבות מאמרו של פרננדו שוורץ, "איך להנהיג את חיינו?" אשר פורסם ב-Revista espfinge, אפריל 2018

הרגשתי באופן
אינטואיטיבי
שאכן המחשבות
משפיעות
על המציאות
הקונקרטית, אבל
משהו בתוכי לא
היה לגמרי שקט,
חיפשתי לכך
הסברים.

לשנות אותו או לעשות משהו בקשר אליו, היא די מדכאת", אמרה לوسی תוך דנדוד ראשה, כשעל פניה הבעה של צער מהול בתסכול.

"אז יש לי חדשות ממש טובות עבורך", ניסה הגבר לעודדה. "התחום שאני בקי בו עוסק בדיוק בזה, בשינוי התורשה וההשפעות שלה."

"מה? אתה רוצה לומר לי שניתן לשנות את הגנטיקה שלנו? מה זה, מדע בדיוני?"

"ממש לא" צחקק הגבר, "אם את מעוניינת, אז אסביר לך בקצרה. זו יכולה להיות חזרה טובה להרצאה שלי."

"בשמחה, נראה לי שזה יועיל לשנינו. אני לא רואה משהו טוב יותר לעשות כרגע."

"אתחיל קודם בכך שאספר שבצעירותי בכלל לא עסקתי בתחום המדע, ואפילו התרגזתי על המדענים ששוללים כמעט כל דבר שלא נמצא בתחום ההוכחה או הבנת המנגנון שעל פיו הוא פועל, גם אם החיים מראים שיש בו משהו נכון. אהבתי להתנסות בכל מיני חוויות ויצא לי לעשות הרבה סדנאות של התפתחות אישית. באחת מהן דובר הרבה על 'מחשבה יוצרת מציאות'. הדוגמאות והסיפורים שהביאו הרשימו אותי, והרגשתי באופן אינטואיטיבי שאכן המחשבות משפיעות על המציאות הקונקרטית ועל התרחשויות פיזיות, אבל משהו בתוכי לא היה לגמרי שקט, וחיפשתי לכך הסברים. כך התגלגלתי לשמוע הרצאה בתחום חדש יחסית, שנקרא אפיגנטיקה.

שמעת על התחום הזה?"

"אני חושבת שכבר שמעתי את המונח הזה, אבל אין לי מושג מה זה אומר", השיבה לوسی, בנימה מתנצלת מעט.

"זה בסדר, רוב האנשים אינם יודעים, את לא צריכה להרגיש שלא בנוח."

"אפיגנטיקה (Epigenetics) היא מדע שחוקר שינויים גנטיים שהם הפכים או ניתנים להעברה בתורשה, שאינם יוצרים שינוי במטען הגנטי עצמו, כלומר לא משנים את ה-DNA."

"אז אם הם לא משנים את ה-DNA, איך הם גורמים לשינויים תורשתיים?" התפרצה לوسی לדבריו.

"יש במנגנון התורשה שתי שכבות מקבילות. אחת, הגנטית, שהיא תוצר של אבולוציה עתיקה של מיליוני שנים. היא קבועה, ומאוד קשה לשנות אותה. זהו המטען הגנטי שאיתו אנחנו באים לעולם, ה-DNA. אבל יש גם שכבה שניה, שהיא האפיגנטיקה, שהיא פתוחה, דינמית ואינטראקטיבית, שאיתה ניתן לשנות תורשה."

הגבר הבחין שלוסי מרוכזת בדבריו והמשיך: "תופעות אפיגנטיות מפעילות או מנטרלות פעילות של גנים, בהתאם לנסיבות, ובעוצמה משתנה. לכל אחד מאיתנו יש הרבה מאוד גנים, אבל לא כולם פעילים, וגם אלו שכן, לא פעילים באותה עוצמה. על ידי תהליך ביוכימי, שלא אכנס כאן לפרטים שלו, ושנקרא מתילציה, ניתן 'לכבות' גנים מסויימים על ידי סגירת הקולטנים שלהם, אלו שקולטים גירויים מהסביבה, או 'להדליק'

אותם, על ידי הסרת החסימה הזו."

הגבר הבחין בקמטים שנוצרו במצחה של לוסי, וחש שהוא צריך להבהיר את הדברים בצורה יותר מוחשית. "אנסה לתת לך דוגמה. יש לך תחביב שאת אוהבת לעסוק בו?"

"כן", ענתה, "אני מאוד אוהבת לצייר."

"מצוין. נסי לדמיין שקבוצה של עשרה ציירים יקבלו משימה לצייר ציור בזמן מסוים, וכל אחד מהם יקבל ערכה של 300 צבעים, בגוונים שונים ומחומרים שונים. כולם יקבלו את אותה ערכה בדיוק. האם כולם יציירו את אותו ציור?"

"בוודאי שלא", השיבה לוסי. "נראה עשרה ציורים שונים לחלוטין."

"נכון מאוד" אישר, "וזאת למרות שמאגר האפשרויות שלהם היה זהה. ואם ניתן להם לצייר לאורך שבועות רבים, נראה שבהדרגה כל אחד מהם מייצר סגנון משלו, נוטה להשתמש יותר בצבעים וחומרים מסויימים, ובאחדים לא משתמש כלל. עם הזמן, חלק מהצבעים שבהם לא ישתמשו כלל אפילו יתייבשו ולא יהיו שמישים. כדי להשמישם נצטרך לעשות איתם משהו, אולי להוסיף להם קצת נוזל."

"אני מבينة. בדוגמה שלך הצייר מחליט במה להשתמש. אבל לגבי הגנים שלנו, מי מחליט אילו מהם לסגור, ואלו מהם להפעיל, ומתי? איך כל זה קורה?" הסתקרנה לוסי.

"שאלה מצוינת. ישנו חוקר מפורסם בשם ברוס ליפטון, שמצא שהסביבה שבה נמצאים תאי הגוף שלנו משפיעה על הפיזיולוגיה של התא

ועל התנהגותו. היא מפעילה או מנטרלת את הגנים השונים. הסביבה שעוטפת את התאים היא סביבה דינמית ומשתנה, ולכן היא גם תשנה את פעילותם הגנטית, באמצעות המנגנונים האפיגנטיים."

"אני חושבת שקלטתי כל מה שאמרת עד עכשיו, אבל אני לא מבינה איך אנחנו יכולים להתערב בתהליך הזה. הרי מה שקורה בסביבת התאים שלנו זה עניין לגמרי ביוכימי ואין לנו שום השפעה על כך. איך אנחנו יכולים להפעיל את התהליך האפיגנטי?" הקשתה לוסי, וחיפשה להבין מה כל כך מעודד במה ששמעה, כפי שהבטיח הגבר.

"אווה, ועוד איך יש לנו השפעה על ההתרחשויות הביוכימיות בגופנו. כיום כל אחד יודע שכל הפעילות ההורמונלית וכל החומרים המופרשים בגופנו משתנים בהתאם למצב הנפשי והתודעתי שאנחנו נמצאים בו. אם נבדוק את הסביבה התאית במצב נפשי של לחץ גדול, חרדה, דאגה, דיכאון, או כעס, נמצא בה חומרים שונים ובריכוזים שונים לגמרי מאשר בזמן מצבים של שלוה נפשית, רוגע, שמחה או אופטימיות. אם למצבים הפסיכולוגיים שלנו לא היתה השפעה על התהליכים הפיזיולוגיים בגוף שלנו, אז לא היינו רואים התקפי לב ואולקוסים כתוצאה של מתח, חוסר תיאבון בגלל דיכאון או הלבנת שיער בעקבות טראומות, וישנן דוגמאות רבות אחרות. המחשבות והרגשות שלנו חודרים לגופנו בצורות שונות של אנרגיה - אנרגיה רגשית, או שכלית או רוחנית. האנרגיות הללו

אדם צריך
להמשיך ולחנך
את עצמו באופן
עצמאי במשך כל
חייו, ולא להישען
רק על החינוך
שקיבל מסביבתו
ומשפחתו

גורמות לשרשרת תגובות ביולוגיות, שנרשמות בזיכרון של תאי הגוף. כך, במהלך חייו, הביוגרפיה שלנו מסתנכרנת בהדרגתיות עם המערכת הביולוגית שלנו ומשפיעה עליה. הגבר לקח הפסקה קלה ונתן ללוסי לעכל קצת את דבריו.

"אז כשאני חושבת או מרגישה בדפוסים מסויימים אני מפעילה באמצעות האפיגנטיקה הרכב של גנים מסויימים, ואם אני משנה את הדפוסים הללו אני מפעילה הרכב אחר של גנים?"

"בדיוק" התלהב הגבר, "אני מקווה שהקהל בהרצאה יקלוט את הדברים מהר כמוך. ויותר מזה, כשאת משנה את תבניות המחשבה שלך, את משנה את התנהגותך, והתנהגותך משפיעה על התגובה החוזרת של הסביבה אלייך. זה כמוכן ישפיע על מה שתחוו מהסביבה ולכן ישפיע בתורו על החוויות והרגשות שלך, וכך המעגל יתחזק מהתבנית שאת יצרת בעצמך. לכן כל כך חשוב איזה תהליך חינוכי האדם עובר בחייו, כי החינוך משפיע על תבניות החשיבה, על התבניות הרגשיות, ויוצר השפעה אפיגנטית.

ישנם מחקרים המראים שאפשר להוריש גם תבניות התנהגותיות, באמצעות האפיגנטיקה, עד חמישה דורות הלאה. גם תבניות חיוביות וגם תבניות שליליות."

"אבל אם זה עניין של חינוך, אז שוב אנחנו נתונים להשפעה של הבית והסביבה שבהם גדלנו?", אמרה לוסי בתסכול.

"אני חושב שאדם צריך להמשיך ולחנך את עצמו באופן עצמאי במשך כל חייו, ולא להישען רק על החינוך שקיבל מסביבתו ומשפחתו. אחרת, איפה חופש הבחירה שלנו לנווט את חייו?"

לוסי נשענה רגע לאחור, הרהרה קצת ושאלה. "אתה יכול לתת לי דוגמה לשינוי של תבנית כזו, שבאנו איתה מהבית?"

"בוודאי. תארי לך מישהו שגדל בבית שיש בו מצוקה כלכלית גדולה, ללא בטחון תזונתי. המערכת האפיגנטית שלו תשדר לו שהוא חייב לאכול בכל הזדמנות, כדי לאגור אנרגיה ושומן בגוף, למקרה שלא יהיה אוכל, כי באמת הגוף חווה מדי פעם רעב. בהמשך חייו הוא מתפתח, מצליח כלכלית, יש לו תמיד אוכל בשפע, אבל הוא לא מנסה לשנות את התבניות האפיגנטיות שלו באופן מודע. הגוף

שלו ימשיך לשדר באמצעות גנים פעילים מסויימים שצריך להתנהג כאילו יש רעב. הוא ישמין השמנת יתר ויסכן את בריאותו. הוא חייב לשנות משהו יסודי במצב הפסיכולוגי הפנימי שלו, כדי להשפיע על שינוי התבנית האפיגנטית."

לוסי חייכה. "אני מכירה מישהו כזה במשפחה שלי, אני חייבת לתת לו לשמוע הרצאה שלך."

היא המשיכה: "אם הבנתי נכון את הדוגמה שנתת עם הציור, אז ערכת הצבעים זהו סט הגנים התורשתיים שקיבלנו, וזה בלתי הפיך, אבל הדרך שבה נבחר להשתמש בהם, אילו צבעים, באילו שילובים ואיזה סגנון ציור נפתח, זה תלוי רק בנו."

"נכון מאוד. המערכת האפיגנטית מאפשרת לנו חופש בחירה מסוים ויכולת תגובה דינמית, ואלו מטילים עלינו את האחריות למה שקורה לנו."

השתררה שתיקה קלה, ושניהם שקעו בהרהורים. "דרך אגב, שמי מייקל", חייך. "ושמי לוסי", חייכה בחזרה.

"ומה מטרת נסיעתך לאוסטין, אם אפשר לשאול?"

"אני נוסעת לסוג של ייעוץ והכוונה מקצועית. אני רוצה לבחור מקצוע ולהתחיל ללמוד, ולא ממש יודעת מה". באותו רגע צלצל מכשיר הטלפון הסלולרי של לוסי. היא התנצלה בפני מייקל וענתה לשיחה. מייקל ראה איך פניה הולכות ומתברכמות, וכשהשיחה הסתיימה, נאנחה ונשענה לאחור. "אני לא מאמינה" פלטה. "מה קרה?" שאל בדאגה קלה. "ביטלו לי את פגישת הייעוץ הערב, וכל כך חכייתי לה. באתי במיוחד מרחוק."

"אולי הכל לטובה" ניסה מייקל לעודד. "את רוצה לבוא להרצאה שלי?"

"אולי באמת אני זקוקה יותר דווקא להרצאה כזו, לבחון באיזה אופן אני משפיעה על המערכת האפיגנטית שלי, רגע לפני שאני בוחרת כיוון בחיים. אני חייבת למצות באופן יותר שלם ומלא את הפוטנציאל שבי."

חיוך קל עלה בזוויות פיה של לוסי.

"אתה יודע מה? באמת הצלחת לעודד אותי קצת. אולי בכל זאת יש משהו בעניין הזה שחברתי הטובה לא מפסיקה לנדנד לגביו, שנקרא קארמה."



תקווה שילדו הצעיר יתגלה כ"ילד פלא" כפי שהיה מוצרט. העובדה שהצליח לצאת מתקופת ילדותו ולהמשיך לאהוב מוזיקה, היא בבחינת נס.

כשהיה בטהובן בן 22, הגיע לווינה והשתקע בעיר, במטרה ללמוד מוטובי המוזיקאים ולממש את עצמו כפסנתרן וכמלחין.

בתקופה זו של חייו המוקדמים, רוב חבריו ומכריו השתייכו ל"בונים החופשיים". באותם ימים היה זה ארגון צעיר, והושם בו דגש על טיפוח והפצת רעיונות וערכים כמו שוויון, אחווה אוניברסלית וחופש.

למרות שלא ידוע בוודאות על השתייכותו של בטהובן עצמו לארגון, ההשפעה שספג מחבריו היתה רבה, והדיה ניכרים היטב בפרק המסיים את הסימפוניה התשיעית, למילות ה"אודה לשמחה" המפורסמת של שילר.

בהשפעת הבונים החופשיים, התגבשה תפיסת עולמו המוסרית והרוחנית של בטהובן. הוא האמין בטוב הבסיסי שקיים באדם, וראה באמנות כלי חשוב ומהותי היכול לקדם את האחוה, השמחה והחופש.

התבגרות - הדיפוש אחר ה"אני האותנטי"

בין המאה ה-18 למאה ה-19, החלה להתעורר באירופה התודעה האינדיבידואלית של האדם, אשר התבטאה ברצון להתנער מערכי השמרנות - ערכים שתייגו את האדם לפי מעמדו החברתי-כלכלי, ואשר נשלטו על ידי מוסדות הדת והמונרכיה. בטהובן עצמו היה אינדיבידואליסט, שמעולם לא היה תלוי באיש ואף נחשב למוזיקאי העצמאי הראשון בהיסטוריה של המוזיקה המערבית.

בטהובן נפטר לפני כמעט 200 שנה, ולמרות זאת הוא רלוונטי היום יותר מאי פעם. הוא הכיר בכוחה המשפיע של המוזיקה - הכוח לעצב ולחנך את האדם לאורם של הערכים האוניברסליים האנושיים.

סיפור חייו, המשתקף באופן מובהק ביצירתו, נוגע במיתוס ההרואי של האדם-הגיבור, הנאבק במחסומים חיצוניים ופנימיים כדי למצוא ולממש את ייעודו בעולם. מאמר זה לא יעסוק במוזיקה שכתב אלא במסע אשר עבר, שבזכותו העניק לאנושות מתנות נפלאות כל כך.

בתרבויות רבות ניתן למצוא את מיתוס הגיבור בצורות שונות. חוקר המיתוסים הנודע ג'וזף קמפבל, הציג מבנה סכמטי בעל שלבים עקרוניים שהגיבור עובר במסעו:

היציאה - הגיבור נתון בעולמו המוכר, וגם אם נקרא לצאת להרפתקה, הוא מסרב. בשלב זה הפוטנציאל שלו עדיין רדום, והוא מונע ממניעים אנוכיים ואישיים יותר.

התניכה - כאן הגיבור חוצה את הסף אל הלא נודע ופוגש באתגרים הגדולים של חייו. הוא נאלץ לרדת לשאול, למעמקים, ומתמודד עם משבר גדול, שבמהלכו הוא מגלה כוחות פנימיים.

החזרה - הגיבור חוזר לעולם הרגיל לאחר שנולד מחדש, ומשתמש בכוחותיו לטובת הזולת.

ילדות ונעורים - היציאה למסע

לודוויג ואן בטהובן נולד בעיר בון שבגרמניה ב-16 בדצמבר 1770. בילדותו סבל מהזנחה ומהתעללות פיזית ונפשית. אביו נהג לכלוא אותו במרתף ולחייב אותו להתאמן בפסנתר במשך שעות רבות ללא הפסקה, מתוך

1 ג'וזף קמפבל, הגיבור בעל אלף הפנים, הוצאת בבל, 2013



בטהובן הגיבור, האמן והפילוסוף



מתן עופר

עיצוב: שירה משולם חזקיה, ליטל כספין

"מוזיקה צריכה להצית באדם אש". מאחורי מילים אלו חבוי סיפור חייו של בטהובן, אחד מגדולי המלחינים בכל הזמנים, אשר יותר מכל חי את המסר הזה במלואו. מהי אותה אש אליה מתכוון בטהובן ומהו המסר המשתקף בסיפורו?

* המאמר נכתב לכבוד חגיגות 250 שנה להולדתו של בטהובן. הוא מבוסס על רעיונות מתוך הספר:

David Tame, Beethoven and the spiritual path. Theosophical Publishing House, 1994

למרות שהיה ממעמד פשוט, הוא לא איפשר שיתייחסו אליו כאל פחות ערך. אופיו האסרטיבי גרם לבני האצולה לכבד אותו ולראות בו שווה להם. הוא סירב להיחשב כמי שבא לשעשע תמורת תשלום, אלא התעקש להביא את עצמו ואת האמנות שלו כפי שהם.

למאבקו להישאר עצמאי ובלתי תלוי היה מחיר. אנקדוטה מפורסמת מספרת כיצד ביקש ממנו הנסיך ליכנובסקי - מפטרוניו הקבועים, לנגן בפני אורחים בטירתו, שהיו קצינים מצבאו של נפוליאון. בטהובן סירב כיוון שהתאכזב וחש נבגד כשנפוליאון הכריז על עצמו כקיסר (ואף קרע את שמו מעמוד השער של הסימפוניה השלישית שלו, הארואיקה - שבמקור הוקדשה לו). הנסיך התעקש וביטהובן נעל עצמו בחדר וסירב לצאת. הנסיך שבר את הדלת, וביטהובן יצא בזעם אל הקור והגשם. הוא שלח לנסיך מסר: "נסיך! מה שהינך - הינך במקרה ומתוקף זכות לידתך. מה שהנני - הנני בזכות עצמי. תמיד היו ותמיד יהיו אלפי נסיכים. אך יש רק בטהובן אחד".

הנסיך לא נשאר חייב, וביטל את הקצבה השנתית הנדיבה של בטהובן, שאפשרה לו להתרכז בעיקר בהלחנה.

ישנן אנקדוטות רבות כמו זו, שמראות את הטבע האימפולסיבי והגס באישיותו של בטהובן. הוא תואר לא פעם כמי שאינו שולט בבעסו ומתקשה בניהול מערכות יחסים ובתקשורת אנושית בסיסית. מאידך, בטהובן העניק לנו מתנות נפלאות של יופי שמימי, המהדהדות בנצח. כיצד ניתן ליישב את הסתירה הזו? נגיע לכך בהמשך.

יצירותיו הגדולות של בטהובן,

המשקפות את הכפפת הרצון האישי בפני מטרה נעלה יותר - לא היו יכולות להיוולד לו היה בטהובן ממשיך לפעול מתוך מניעים אישיים. היה עליו להתעורר למשימה רחבה יותר, שדרשה ממנו להתעלות מעבר לגסות ולגעת בגבהים של נשמתו.

התעלות זו מתוארת בצורות שונות בפילוסופיה הקלאסית, בתרבויות ובדתות רבות. זהו לבו של מיתוס הגיבור - התהליך האלכימי של השינוי הפנימי והמרת הלב - התעוררות לטבע נצחי ורוחני בתוכנו, אשר בהדרגה מוביל ומעצב את חיינו. טבע זה מונע מתוך נדיבות, רצון לגעת בערכים נצחיים ולבטא אותם בעולם. כך הופכת אישיותו של האדם להיות כלי, מרכבה לכוחותיו הפנימיים.

אולם כדי שאדם יוכל להתאחד עם העצמי הגבוה שלו - עליו לגבש זהות אינדיבידואלית. כדי שתיוולד הכרה עצמית נדרש חיכוך, כפי שגזעי העץ מתחככים זה בזה כדי ליצור אש.

הכוח הפנימי של בטהובן כמשרתם של כוחות אנושיים גדולים חייב אותו להתמודדות הגדולה מכל, ולמבחן הגורלי עבור הגיבור - ויתור על ההזדהות עם סבלו האישי.

הירידה לשאול - והלידה מחדש

סביב גיל 30 הגיע בטהובן למסקנה הבלתי נמנעת, ממנה ניסה להימלט ואותה ניסה לא פעם להכחיש - הוא הלך ואיבד את השמיעה שלו. היתה זו מכה קשה עבורו כמוזיקאי, שגאוותו בחוש השמיעה שלו הפכה למבוכה גדולה. אנשים חשבו אותו ליהיר ומתנשא, כאשר התעלם מהם מפאת חרשותו. הוא בודד עצמו בהדרגה מהחברה, והתכנס בכאבו ובסבלו.

שמיעתו אכן הידרדרה, אך באופן איטי, וכפי שקורה לעתים קרובות החרדה מהבעיה חמורה יותר מהבעיה עצמה. כראייה, במשך יותר מעשור הוא המשיך להופיע כפסנתרן, ותקשר עם סביבתו הקרובה.

בקיץ של שנת 1802 החרף והידרדר מצבו הפיזי והנפשי של בטהובן בעוצמות שלא ידע קודם ובעצת רופאיו הוא פרש למספר שבועות לכפר ההבראה הייליגנשטט בפאתי וינה. משם כתב לשני אחיו את המסמך המפורסם והמרגש ביותר בחייו - צוואת הייליגנשטט:

"אתם, אשר חושבים או אומרים שאני מרושע, עקשן או מיזנתרופ, עד כמה אתם טועים לגביי. אינכם יודעים את הסיבה הנסתרת אשר גורמת לי להיראות כך בעיניכם. עוד מילדותי, ואילך, ליבי ונפשי היו מלאים בתחושה העדינה של הרצון הטוב, ונטיית לעבר הגשמת דברים גדולים...

...עוד מעט מזה והייתי מסיים את חיי - הדבר היחיד שעצר מבעדי היה האמנות שלי. שכן אכן נראה לי בלתי אפשרי לעזוב את העולם הזה לפני שסיימתי את כל היצירות שחשתי דחף להלחין. הסבלנות, עליי לבחור בה כעת כמדריכתי וזאת אכן עשיתי... אולי אשתפר, אולי לא. אני מוכן. נאלצתי להפוך לפילוסוף כבר בשנתי ה-28. זה לא קל, ועבור האמן זה קשה בהרבה מכל אדם אחר. אלוהים הגדול המשקיף אל תוך נשמתי הפנימית ביותר, אתה רואה לתוך לבי ואתה יודע שהוא מלא באהבה לאנושות וברצון לעשות טוב."

צוואת הייליגנשטט מסמלת את התחתית אליה שקע בטהובן בדכאונו - עד כדי ששקל לשים קץ לחייו. זוהי

נקודת המפנה במסע, שממנה אפשר רק לעלות... וכך אכן עשה.

הוא בחר להתמסר ליעודו, על אף מצבו האישי. הוא סרב לסיים את חייו, לפני שמשימתו תושלם למרות הסבל הגדול שחווה. החרשות הביאה אותו לניתוק מהחברה, אולם בתוך הבדידות והשקט מכל קול חיצוני - נגלה אליו קולו הפנימי. משהשלים עם גורלו - המוזיקה השמיימית החלה להישמע באזניו הפנימיות יותר מאי פעם. באופן אירוני, הוא שמע כעת בבירור את מוזיקת הספירות וניצח בו דחף עז לגבש אותה לצלילים - בעוד שאר העולם היה חירש לה.

בעשור שלאחר מכן הגיע שטף אדיר של יצירות מופת, שאין רבות כדוגמתן בתולדות המוזיקה. עד 1812 נכתבו הסימפוניות מספר 2 עד 8, הקונצ'רטי לפסנתר מס' 4 ו-5, הקונצ'רטו לכינור, האופרה "פידליו", שלוש רביעיות המיתרים "רזומובסקי" ושפע של סונטות לפסנתר ויצירות אחרות.

פינאלה

בתחילת הדרך, היה על בטהובן לבנות את אישיותו האינדיבידואלית, זו שמאוחר יותר תתגבש ותזדהה עם הרוחני והנצחי. כוח הרצון, הוא שאיפשר לו לפרוץ דרך ולבסס את מעמדו כמלחין מקובל ומוערך בחברה הוינאית של תחילת המאה ה-19.

ואז, בלב החשכה האפלה מכל - בשיאה של ההתמודדות הנפשית הקשה בחייו - הוא גילה את כוח האהבה. האנרגיה המחיה של האהבה נולדה כאור בוהק בלב החורף, ורוממה מעלה את המניעים הפנימיים שלו.

פלמינגו היא חברת פתרונות תוכנה מבית "אקרופוליס" החדשה בישראל! המספקת מערכות ניהול מידע מותקדמות. נואב 2016.

37

המומחיות שלנו היא בהבנה העמוקה של הצרכים והתהליכים בעסק שלך, ובמתן מענה מותאם בדיוק למידות שלך בזמן קצר מבלי להתפשר על האיכות.

צוות המומחים שלנו כולל מנתחי מערכות, מתכנתים ומנהלי שרתים העובדים יחד כדי לתפור את החליפה המושלמת עבור העסק שלך, תוך מתן דגש של מקצועיות, אמינות ואנושיות.

Flamiingo
system development LTD
www.flamiingo.com



פלמינגו פיתוח מערכות בע"מ

לפרטים נוספים:

אלי מטרני | 054-4714199 | eli@flamiingo.com

מבצע חזרה לשגרה מקום טוב!

אולם כנסים ומגוון כיתות להשכרה
• לובי וקפיטריה • שירות אדיב

30%

הנחה עד ה- 1.8.20

לאירוע הבא שלכם דברו איתנו:

מקום טוב
כיתות ואולמות להשכרה

סלומון 7 ת"א | 054-2407222

f | www.makomtov.org.il

שלנו, אלא יותר מכל - האש הניצתת בנשמת האדם כאשר הוא נאבק למלא את ייעודו בעולם.

כאשר מצא מטרה רחבה יותר, למרות כל מה שעבר בחייו הקשים, הוא התגבר על יצריו - לטובת היצירה, ובכך הוא היה גיבור. לא מושלם ונטול פגמים, אלא מי שמצליח לכבוש את הטוב והיפה בתוכו.

אולי נוכל ללמוד מכך שיעור גם על חיינו אנו - במקום לחפש להיאבק בקשיים של אישיותנו, נוכל להרים מבטנו מעלה ולפעול למען מטרה נשגבת. לכולנו הפוטנציאל להיות גיבור, בכל רגע של התעלות, של מאמץ להגשים את ייעודנו למרות טלטלות החיים. זוהי מורשתו של מלחין גדול, אמן ופילוסוף. מי יתן ונדע להקשיב למסר שלו.

לאחר שהשלים עם גורלו, הוא ביטא את השפע האמנותי והיצירתי שקלט מעולמות עליונים ביצירות המוזיקליות שכתב. כוח הבריאה והאהבה שהוא תיעל, דרש צורות מוזיקליות רחבות, מורכבות ועצמתיות יותר כדי לבטא את הערכים והאידאות הגדולות הללו של כוח רצון, אומץ, גבורה, אהבה, חכמה, אחווה ושמחה. כתוצאה מכך, הוא הוביל שינויים שקידמו את עולם הצורות המוזיקליות באופן חסר תקדים. זו הסיבה שבטהובן מתואר כמהפכן הן באפיו והן במוזיקה שלו.

המוזיקה של בטהובן מלאה באש - מלהיטה, דרמטית, מעוררת, הרואית, בלתי מתפשרת. האש אליה מתכוון בטהובן, ניתן עתה לראות, אינה בהכרח אש הרגשות והמחשבות

אין משימה נעלה יותר מלהתקרב לאלוהות, קרוב יותר מאחרים,

ולהפיץ את הקרניים האלוהיות בקרב האנושות

(לודוויג ואן בטהובן)



שיחה עם אלוהים



קרו יוספאן

עיצוב:
עפרה בהרב

* מאמר זה פורסם
בגיליון הסתיו 2015,
וכעת אנו מפרסמים אותו
שוב, ברוח תקופה זו.



התקופה המיוחדת בה אנו נמצאים מדגישה את אחדות הגורל הקושרת בין כולנו, מאפשרת לנו לעצור ולהתבונן על השיח שלנו - עם אלוהים ועם עצמנו.

ואף לא פנקס שבו הוא רושם את מעשיי הרעים ומצקצק בלשונו כי גמרתי לו את כל הדיו.

אני מדברת איתו מאז שאני זוכרת את עצמי, בקול רם לפעמים, שואלת שאלות, מתווכחת, מתלהמת, אפילו מדברת בבטות, וגם צוחקת איתו המון. יש לו חוש הומור נפלא.

זו מערכת היחסים המשמעותית ביותר שקיימת בחיי ולמדתי, כמו בכל מערכת יחסים בריאה, לא לצפות לשום דבר ובטח לא לנסות לשנות אותו בהתאם לציפיות שלי. כי אמנם כתוב שאלוהים ברא את האדם בצלמו, אבל לפעמים נדמה שאנחנו בראנו אותו בצלמנו, כלומר בהתאם לדמות שאנו רוצים שתתקיים ושתספק את הרצונות והחשקים שלנו.

היחסים שלנו ידעו עליות ומורדות, קירבה הדוקה, אהבה שעולה על גדותיה וגם זרות מנוכרת. באחד

התיישבתי לכתוב על אלוהים, עד 900 מילים לבקשת העורכת.

מאיפה מתחילים? מי יקרא את הכתבה ועל איזה עצב חשוף אני עלולה בטעות לדרוך, לקומם, לעורר גיחוך, ציניות ואולי אפילו משטמה?

איך נושא כל כך עדין ואינטימי נתון למניפולציות כל כך חזקות, לסקטורים שלמים שמוכנים להרוג ולהיהרג עבורו, לזרמים דתיים קיצוניים שניכסו אותו לעצמם? ומה לי הקטנה יש בכלל להגיד...?

אז החלטתי לספר על אלוהים שלי, מתוך תקווה להתחבר כמה שיותר לאלוהים שלכם.

יש לכם אחד כזה?

לאלוהים שלי אין שם אחד ולא שמות רבים, אין לו מין או צורה, אפילו לא זאת המתבקשת של האיש הזקן עם הזקן הארוך, אין לו דת ולא לאום,



הריבים ביותר מרשימים שלנו, כשהדברים הגיעו לכדי משבר קולוסאלי, הטחתי בפניו: "אם אני הגעתי לכזה מצב ולכזאת תהום, זה סימן שאתה לא קיים!".

הוא נשאר שלו ורגוע ושלח אותי למיטה, קודחת מחום, הוזה ומעורפלת עם וירוס מהגיהנום, עד שאחרי ארבעה ימים, בעודי מקיאה את נשמתי מעל האסלה, נשאתי עיניי השמימה והתחננתי "אוקיי, הבנתי. אתה כאן. אפשר להפסיק עכשיו?", והוא הפסיק, והיה שקט גדול, והבנתי, כאן בתחתית הכל נמצא והכל קיים, גם כאן יש אמת ואלוהים.

החברה שהערצתי והייתי כרוכה אחריה, זו שפגעה והתייחסה אלי בזלזול, לימדה אותי לפתח ציר פנימי יציב, חזק, לא תלוי ועצמאי משלי.

החבר שבגדתי באמונו, לימד אותי על האנוכיות שקיימת בי, על החולשות שלי ועל איזה אדם אני כן רוצה להיות.

הילד/הבעל שלי, שלעיתים מטריף את דעתי, עד כדי כך שהייתי מוכנה לתרום אותו לויצ"ו, לימד אותי על נתינה ואהבה ללא תנאי.

האמא הנוקשה שלא הרעיפה עלי חום ואהבה, לימדה אותי להתחשל נוכח החיים, ולא לצפות לשום דבר חיצוני ש"ירים" אותי, אלא לדעת להרים את עצמי ולדעת מה אני מחפשת בבני האדם המקיפים אותי.

הטראומה הקשה שקרתה לי לימדה אותי על הכוחות שיש בי להתמודד מול מצבים בלתי אפשריים.

כל נסיבות חיינו, כל הבחירות שלנו, אינן מקריות, הכל חלק מהתוכנית הגדולה, והכל נכון, צודק ויפה עבורנו.

לפעמים אני מדמה את התוכנית האלוהית למשחק "פינבול" (pinball) גדול, שולחן גדול ועליו משורטט מסלול מנקודה A ל-B. אנחנו (הכדור), נשלחים על ידי קפיץ מתוח לחלל העולם, אמורים להגיע ל-B, אבל אם אנחנו מעידים לסטות מהמסלול המתוכנן, והכדור שלנו מתחיל להידרדר לתהומות הנשייה, אנחנו מקבלים בומבה מהחיים שמחזירה אותנו מיידית למסלול. את ה"בומבה" הזאת אפשר לפרש כסטירה מהחיים או כמתנת אהבה גדולה של אלוהים. הפירוש הוא שלנו.

אם אנחנו בוחרים להתכחש לקיומו של אלוהים, זה רק בגלל שאנחנו לא יכולים להוכיח אותו מדעית או לפצח את הסוד שהוא, על ידי ההיגיון. לא ניתן להוכיח אמונה וידיעה פנימית עמוקה על ידי מחקר מנטלי.

מורה חכם אמר לי פעם שאלוהים אף פעם לא מסתיר את פניו מאיתנו, זה אנחנו שבחרים לא לראות אותו.

אנו דורשים לדעת איפה הוא היה בשואה, ואם היה – כיצד זה שאיפשר את השמדת עמו?

יחיאל דינור, הידוע בשם הספרותי שבחר לעצמו, ק. צטניק, היה ניצול שואה, ששרד את התופת והגדיר אותה כ"שואה קוסמית", ואת אושוויץ, מחנה הריכוז בו שהה, כ"פלנטה אחרת", כזאת שיצר השטן, בהיעדר האלוהים.

בעקבות טיפול תרפויטי שעבר בעזרת סמי הזיה שנים מאוחר יותר, התרחש אצלו מהפך תודעתי. באחת מהזיותיו הוא ראה "קצין אס.אס" עומד בשער של אושוויץ ומפקה, והחזיון הזה עורר בו תגובת שרשרת: אם הוא מפקה – הוא עייף – אם הוא עייף – הוא אדם – אם הוא אדם ואני אדם – הייתי יכול לעמוד כאן במקומו ולמלא בדיוק את אותו תפקיד.

בחזיון נוסף הוא ראה את השם המפורש כתוב בשמי אושוויץ, והבין, אלוהים היה נוכח כל הזמן.

כל אלה גרמו לו לשנות את תפיסתו ולקבוע: "אשוויץ, לא השטן יצר (אותה) ולא האלוהים, אלא אני ואתה, האדם". לכן אולי השאלה המתבקשת היא לא "היכן היה אלוהים", אלא "היכן היה האדם".

אלוהים נמצא כל הזמן, אפשר לומר שהוא פשוט נמצא במישור אחר, נקרא לו אחדות. הוא נשאר שם ולא נכנס למישור הנפרדות והכאוס שיוצר האדם. שם שוכנים הסבל, האכזריות, הגזענות, הבדלנות, האלימות, המטריאליזם... מה יש לאלוהים לחפש פה? ומה יש לנו?

כל המסע שלנו תכליתו הוא להתקרב לאותה אחדות, לראות את הריבוי, את הנפרדות, להכיר בה ולפעול לצמצום שלה. קודם כל בתוכנו.

קל מאד לצקצק ולהצביע עליה מבחוץ: "הנוער של היום... איפה הערכים?", "השחיתות הפוליטית... בן גוריון היה מתהפך בקברו".

כמה קשה להסתכל ולראות אותה מבפנים. כמה קשה לראות את קצין האס.אס החבוי בתוכנו, שלעיתים מתפרץ ומתייחס בחוסר סובלנות, חוסר חמלה וחוסר אנושיות לאחר.

להאמין באלוהים זה לדעת שיש כיוון, להכיר בכך שיש סדר, תכלית, שהדברים אינם שרירותיים וכאוטיים, שיש יד מכוונת, שאנחנו לא לבד.

מה שהופך אותנו לבני אדם הוא הידיעה שיש אלוהים.

ניסח זאת יפה המשורר המודרני, מוקי:

"אין לי שום ספק בך
אתה בי ואני בך
רק אל תיתן לי לשכוח"

הבה נחל מלהטריד את אלוהים בזוטות – להתפלל שנכסה את המינוס, שנמצא אהבה, שנקבל העלאה, שהפקק ייגמר...

בואו נטריד אותו בשאלות החשובות באמת – מה התפקיד שלי בעולם הזה, לשם מה הגעתי לכאן, מהו צדק עבורי, איך אני יכול להיות בן אדם יותר טוב, יותר חומל ואוהב.

אני בטוחה (ויודעת) שלשאלות האלה יש לו זמן, ושהוא עונה.



באחד מהימים הנוראיים ב-2002, הוזמנו ליפו לפגישה שתואמה כמה חודשים מראש, בנושא הגיל הרך. באותם ימים התקיים מבצע "חומת מגן" ובמהלכו התנהל קרב קשה במיוחד בג'נין, בסיומו התבצרו מבוקשים בכנסיית המולד בבית לחם. בן הזוג של מדריכה שעבדה איתי שירת כרופא צבאי באותו מבצע, והיא נשארה בבית מודאגת עם שלושה ילדים קטנים. בפגישה צוות מקדימה שקיימנו ביקשה שאבטל את הפגישה, כי היא לא מסוגלת להשתתף בה. שקלנו יחד את הנושא. יתכן שגם העמותה הערבית שהזמינה אותנו היתה חווה הקלה אם היינו מבטלים. גם אני, אישית, הייתי מוצפת. החדשות היו קשות, המתח גבוה, ותאריך הפגישה שנתקע שם היה בלתי נסבל. אבל מעבר לאישי, בראייה ממלכתית, ידעתי שנכון לקיים את הפגישה, וידעתי שיש משמעות כבדת משקל להחלטה לבטל או לדחות. כבדת משקל לא מפני שזה היה כל כך דחוף וחיוני, אלא בגלל מה שהיה משתמע מביטול. היה משתמע מכך, שבמצב הנוכחי אנחנו לא מסוגלים להביט זה לזה בעיניים ולדבר בנושא ממלכתי שקשור לחינוכם של ילדים רבים, כי חומה עומדת בינינו. שחררתי את אותה מדריכה והגעתי עם שאר חברי הצוות לפגישה. גם ג'יהאד הגיעה. כולנו היינו חיוורים ומאופקים, ויחד עם זאת קיימנו דיון ענייני ובסיומו קמנו להיפרד.

ליבי פעם בחזקה כשניגשתי לג'יהאד ושאלתי אותה אם תרצה לשבת איתי אצל אבו חסן, לאכול חומוס. עשיתי את זה כנגד האינסטינקט להיעלם

אני מתגעגעת לג'יהאד.

כשפגשתי אותה במשרד לפני המון שנים, התגובה הראשונה שלי היתה זעזוע לשמע שמה. התגובה השנייה היתה, לעצמי פנימה – כנראה לא שמעתי טוב, ואלה – ג'יהאן? לא, ג'יהאד, היא אמרה בחיוך עדין, מורגלת בזעזוע שמעורר שמה. זה לא מה שחושבים, הסבירה בלשון רבים ולא ישירות אלי, כסוג של אדיבות שכל כך נדיר למצוא היום. ג'יהאד זה להשקיע את כל המאמץ של כל אחד כדי להיות הכי טוב שהוא יכול להיות. זה יכול להיות בכל תחום. שתקתי, חייכנו, ובמרחב שנפתח בינינו נצמדנו להגדרה שלה, תוך התעלמות מכוונת מהפרשנות הפוליטית המוכרת, שרק הלכה והחמירה.

עבדנו יחד שנים, וככל שהכרתי אותה יותר, כך הערכתי אותה יותר. היא היתה למדנית ומעמיקה, היא דיברה בנועם ובחיוך עם כל אדם, קולה היה רך ואוצר המילים אדיב, גם אם אמרה דבר של תוכחה. כשהדריכה אנשים, שאלה אותם למה בחרו לעשות כך או אחרת, מה רצו להשיג, האם המטרה הושגה, והאם ניתן היה להשיג את המטרה בדרך אחרת? על ידי כך, לימדה אותם לחשוב, להתבונן ולהכיר בטעות ללא פחד מביקורת.

לאורך שנות עבודתנו מצב הביטחון המדיני עלה וירד, מבצעים עם שמות שנראה כאילו נשלפו מוכנים ממגירה יצאו לפועל. הארץ שתתה דם וכולנו התמלאנו כאב ודאגה. גם היא, אך נקודת המבט שלה היתה תמיד על הצד שמעבר לגבול, בעיקר על הילדים שנפגעו. אירועים אלה יכלו להרים בינינו חומה, ועשינו מאמץ לא לאפשר זאת.



ג'יהאד שלי



ענת סלע

עיצוב: שי פארן,
ליטל בספין

את ג'יהאד פגשתי במסגרת עבודתי. אישה מיוחדת וחזקה, שלאורך תהפוכות החיים במדינתנו, הוכיחה לי יותר מכל שאנחנו יותר קרובות ודומות ממה שנראה, למרות הפער הקיים בינינו. סיפור אמיתי על חברה יקרה ושיעור גדול.

משם מהר, כדי לא לחשוף שום רגש. היא נענתה בקלות. ישבנו במקום הקטן וכמובן שלג'יהאד היה יתרון מוחץ. עיניה הטובות, החיוך העדין שלה, השפה הערבית הקולחת והופעתה המוקפדת, כל אלה דיברו בחן עם המלצר שהתעלם ממני לחלוטין. כשהגיע החומס היא פתחה ואמרה, ראית בטלוויזיה מה עשו לילדים? ראית כמה נורא? הנחתי את ידי על ידה ובקול רועד אמרתי לה, ג'יהאד, היום רק נקרע פיתה יחד, לא יותר, זה כל מה שאפשר. דיברנו על הפגישה, על הילדים שלנו, ואחר כך התחבקנו ונפרדנו לשלום.

כשג'יהאד פרשה לגמלאות נסעתי לחיפה לבקר אותה בביתה. היא בישלה מטעמים נהדרים והשווינו, איך היא מכינה אותם ואיך סבתי המצרייה נהגה להכין. ג'יהאד סיפרה את קורותיה, וחשפה עוד יותר את דמותה של אשה אמיצה, שהתחילה כנערה ששמעה בקול אביה שהציע לה חתן, ובגרה באם לארבעה ששברה את הכלים והחליטה שלא עוד. עכשיו כשהרהרה על חייה, לא מתוך מאמצי ההישרדות, עלתה בה עצבות והיא שאלה, למה חיכיתי 20 שנה? כנראה כי הילדים רצו לבוא, אמרתי, והם נהדרים. לאחר שעזבה את בעלה, ללא תמיכת הוריה, ללא רשת ביטחון כלכלית או חברתית, היא הצליחה להקים בית חם ואוהב, המשיכה ללמוד, ועבדה ביותר מעבודה אחת עד שהתבססה. מעולם לא החסירה דבר מהילדים, וגם על התפתחותה שלה לא ויתרה.

חלפו שנים אחדות וב-2006 פרצה מלחמת לבנון השנייה. אקרופוליס החדשה המוכרת כגוף מתנדבים ארצי במצבי חירום לקחה חלק במאמצים של גופים ואנשים פרטיים,

לחלק מצרכים בסיסיים ומזון על פי רשימת כתובות ולשמח ילדים במקלטים. היה לנו בסיס בבית אחד החברים, ביקנעם עילית, ומשם יצאנו מאורגנים כיחידות פעולה לאזורים שונים. זו היתה פעולה שמתחה את כוחותינו מכל הבחינות: סופי שבוע ארוכים ומאומצים, בני משפחה שהתרעמו לעתים על היעדרנו ועל הסיכון האישי שלנו, ילדי מתנדבים שהיה צריך להעסיק בינתיים, וכמובן הלוגיסטיקה העצומה של קבלת מוצרי מזון, אחסונו, מיונו והובלתו לכתובות במרחב הצפון.

באחד מימי שישי, עמוק לתוך המלחמה, נותרנו עם מלאי גדול של מזון, כי אזרחים רבים כבר לא יכלו לשאת את המצב ונסעו דרומה לקרובי משפחה ולחברים. רק קשישים ומוגבלים נותרו בכתובות אליהן הגענו. מה נעשה עם כל מה שנשאר? אין לאן להחזיר, וכבר ערב שבת.

נזכרתי בג'יהאד והתקשרתי אליה. תיארתי לה את המצב ושאלתי, האם ידוע לה על תושבים בחיפה או בסביבה, שנותרו בביתם, ואולי אינם רשומים בכתובות שקיבלנו? אולי יש משפחות או בודדים שישמחו לקבל מצרכים ומוצרי מזון עוד באותו יום?

ג'יהאד שוב היתה ממוקדת במתרחש מעבר לגבול. בדמיוני אני רואה אותה מרותקת למסך וצופה בכל הרשתות האיזוריות, נעטפת בענני צער וכעס וחוסר אונים. אף אחד כאן לא צריך מזון, היא אמרה לי בקול מר. אתם רוצים לעשות משהו טוב באמת? יש כאן מישהו, והיא נקבה בשמו, שאוסף מזון במשאיות ומעביר אותו לעזה. אבל התורמים שלכם בטח לא

יאשרו דבר כזה, נכון? היתה נימה של לעג בקולה, לפחות באזני.

נאלמתי דום. הכאב שלה התאגרף, ללא כל אדיבות, ופגע ישר בבטן. היה בזה מעין ביטול של כל מאמציו. אפילו ביטול של כל הכאב שהיה גם בארצנו.

זה לא נכון, אמרתי לה, יש אנשים גם בחיפה ובסביבה שזקוקים. אני לא מכירה כאלה, היא אמרה. אמרתי לה תודה וסגרנו. חומה קמה בינינו, גבוהה יותר משתינו. והייתי המומה מצער. חשתי גם בושה ואשמה באופן בלתי הגיוני, לא בגלל משהו שעשיתי, אלא כי ביני לביני נאלצתי להודות שקמה בינינו חומה, ושלא יכולתי למנוע זאת. שמרתי את הדברים לעצמי ולא שיתפתי אף אחת ששתינו מכירות, לזכר אותה אדיבות שתמיד הקפדנו בה.

הקשר בינינו נותק עד 2015. לקראת הקיץ אמרה לי חברה לעבודה, שג'יהאד חולה ושטוב יהיה אם אצור איתה קשר. היא בקשה שאצור איתה קשר? שאלתי, מופתעת. פשוט תצרי קשר, אמרה לי החברה, היא יודעת שהיא היתה לא בסדר איתך, לפני שנים, והיא רוצה לדבר. חלף שבוע ולא עשיתי כלום. לא ידעתי מה אומר, מאיפה להתחיל? מה מתבקש? ככה זה כשקיימת חומה. שוב פגשה אותי חברתנו לעבודה בפרוזדור ואמרה, אל תחכי עוד. אם את מתכוונת להתקשר, אל תחכי.

רק אז הבנתי שהשעה ממש דוחקת והתקשרתי. ביתה ענתה לטלפון ואמרה, אמא לא יכולה לדבר. חכי רגע, קראתי אליה לפני שתסגור, היא

רוצה לדבר איתי, אתן לך סימנים. הזדהיתי בשמי, קראתי לה בשמה, הזכרתי לה שנפגשנו בחתונה של אחיה, סיפרתי לה שאני יודעת שנולדה לה בת. שימי אותי על רמקול ביקשתי. וכך היא עשתה.

ג'יהאד, קראתי בקול רם, ג'יהאד, כיף חאלק חביבתי? אני מתגעגעת אלייך. לא עומד בינינו דבר, את שומעת? אין שום דבר שעומד בינינו. אינשאללה נתראה בקרוב.

היא שמעה אותך, אמרה ביתה ובקול חנוק הוסיפה, תודה. הודיתי לה גם אני, וסגרנו.

כעבור שלושה ימים הגעתי שוב למשרד. ברחבת הכניסה היתה מודעת אבל עם תאריך של שלושה ימים קודם לכן. ג'יהאד עצמה עיניים זמן קצר אחר שיחתנו.

אני מספרת את הסיפור בגלל הגעגוע, לא מפני שהוא דוגמה מושלמת לשיח. לאורך שנים קיימנו, ג'יהאד ואני, דיאלוג אינטימי, לא שלם, ככל יכולתנו. לא העמדנו פנים. התעניינו באמת זו בזו כדמויות שלמות, והכרנו גם בגבולות השיח. אני לא בטוחה שהגבול היה פוליטי. מבחינתי לפחות, הגבול היה כאב, תסכול, חוסר אונים. אני מאמינה שכך גם עבורה.

בספרו "דרך האושר" מצטט פרננדו שוורץ את הפילוסוף הצרפתי Lacroix: "איננו מחייבים את האחר לחשוב כמונו, אלא משתדלים לשכנעו שיאמץ לעצמו את גישתנו, אם הוא רוצה בכך... הדיאלוג הוא הניצחון של הפילוסופיה, שהיא אי-אלימות." לאורך השנים תרגלנו שתינו, בשיח בינינו, גישה הומנית. ניסינו לשכנע



שאנו פתוחות אל האדם באשר הוא אדם, מעבר לזהויות הזמניות. עד לאותו רגע של משבר, די הצלחנו בכך.

שוורץ מוסיף, "קבלת הדיאלוג משלימה עם האפשרות של הליכה לקראת גורל משותף בדרכים שונות. מדובר ככלות הכול, בשני אנשים החולקים ישות בלתי נראית על ידי קשר נראה, כיוון שהאמת נולדת 'בין' אלו המקיימים דיאלוג." אני מאמינה בזה בכל ליבי, ולכן ברגע האמת, הרגע האחרון האפשרי היא קראה לי והחומה שעמדה בינינו התפוגגה לחלוטין. אני מלאת הודיה על הרגע הזה בו נוכחתי שוב כי מה שנראה כחומה בצורה אינו אלא תוצר של הסובייקטיביות שלנו. כל רגע מכיל בתוכו הזדמנות לפרוץ מתבנית כובלת. גורלנו כבני אדם מעבר להגדרות פרטניות של גזע, דת ולאום, הוא משותף ואנו יכולים להתקרב אל האמת, הבלתי נראית לעין, באמצעות דיאלוג.



בֵּית
כְּדַאי שִׁיחִיָּה קְרוֹב לְאֲדָמָה
לֵב
חָשׁוּב לְשֹׁמֵר פֶּתוּחַ
מִגָּע בֵּין אָנָשִׁים
חֵיב עֲדִינּוֹת וְחֶסֶד
שִׁתְפוּת
הִיא קֹדֶם כָּל נְאֻמּוֹת
כְּשִׁישׁ סִדֵּר לֹא צָרִיךְ חֻקִּים
כִּדִּי לְהַצְלִיחַ צָרִיךְ לְהִשְׁתַּמֵּשׁ גַּם בְּמַחֲשָׁבָה
כָּל תְּנוּעָה דּוֹרֶשֶׁת אֶת זְמַנָּה הַנֶּכּוֹן

עצות ליוצאים לדרך / ספר הטאו, בהוצאת אבן חושן