



מכון דרכים – יורם בן יהודה
מכון לפסיכותרפיה ופסיכולוגיה שימושית
ויצמן 15, רחובות
טל' 08-9415595 054-2064630
1000ways@gmail.com

1.5.2021

מסעות ומסעות ההעזה

מאז ומתמיד הייתה הפנטזיה האנושית מנוע מוטיבציוני אשר הניע את האנושות. היא הניעה את האנושות לכל מיני כיוונים. לא תמיד הדמיון משרת את היצירה והבניה, לעיתים, הוא מייצר הרס, חולי ומלחמה. עלינו להבין כי באותה המידה בה אנו משתמשים בדמיון כדי להשרות רגיעה, כך, משמש אותו הדמיון ממש, ליצירת המתח. כשם שהפנטזיה, בשרות התקווה, מכילה גבורה ואומץ, לידה מחדש ועוד, כך הפנטזיה, בשרות הייאוש, מובילה לאבדון ולאין האונים. האופטימיות, לפיכך, היא היכולת לדמיין טוב ואילו הפסימיות איננה שלילתה אלא יכולת הפוכה לה, כלומר לדמיין רע. לפיכך, אחת מהנחות היסוד של הגות זו היא כי התחלואה והריפוי, כמו גם הגדילה והקיפאון, נובעים מאותו המקום ושניהם עושים שימוש בפנטזיה ולפעמים, די יהיה אם נעצור את הפנטזיה המייצרת חולי וייאוש על מנת להביא להחלמה ויצירה. לשם המחשה, קיימים מחקרים רבים המאששים את אפקט הפלסבו, בצורתו הסוגסטיבית החיובית, כלומר כדור סרק שאמור לייצר אפקט חיובי. קשה לבדוק ואף לא אתי לחקור אפקט פלסבו בסוגסטיה שלילית, כלומר מתן כדור שתוצאותיו יהיו רעות. יחד עם זאת, לכל ידוע כי רבים הקוראים את עלוני התרופות יכולים לפתח תופעות לוואי רק מן הקריאה. עולם הפנטזיה מכיל מספר סוגים של פנטזיות, מהן: פנטזיות על כוח (הענק הירוק), עוצמה (סופרמן), יופי וממון, פנטזיות מיניות (מאה גוונים של אפור), פנטזיות של נקמה (הרוזן ממונטה קריסטו) ולידן עוד שתי פנטזיות מיוחדות, פנטזיית הצלה בה מייחל המדמיון להציל מישהו או אפילו את העולם כולו אם מעורבת גרנדיוזיות בה ופנטזיה של לידה מחדש. לפנטזיית הלידה מחדש יש מספר צורות ובאופן אינהרנטי היא מכילה את המוות, הסיום של צורת חיים אחת וגם התחלה של צורת חיים אחרת. כך, פנטזיות על מים, טבילה במים, ים, הן פנטזיות של היטהרות ושל לידה מחדש (אלפונסינה והים), פנטזיות על כלא (בין אם על לא עוול בכפך או בדיון), מטמורפוזת בין הכתלים ושחרור אל חיים חדשים היא צורה נוספת (חומות של תקווה).

הצורה הטיפוסית ביותר של פנטזיית הלידה מחדש היא המסע.

אדם יוצא אל המסע אחד ושב ממנו שונה.

זו גם האבחנה בין מסע לבין טיול שממנו שבים שמחים יותר ועשירים בחוויות, אך לא שונים. מתוך המסעות, מסע ההתבגרות, הינו הצורה המובהקת ביותר של פנטזיית הלידה מחדש, של יכולת ההשתנות האנושית, ובכך, הוא מגלם במהותו את התקווה. תרבותנו עמוסת סיפורי מסע. בחלקם, מדובר בנער שיוצא למסע – משתנה וחוזר כגבר אל נסיכתו הממתינה, באחרים, מדובר על שינוי פנימי עמוק.

עולם המסעות מחזיק סוגים שונים של תנועה.

חלוקה אחת היא באבחנה בין תנועה אל מטרה לעומת שוטטות. בראשונה, נקודת הסיום ידועה. התנועה עוסקת בבניית הדרך מנקודה א' לנקודה ב', השנייה, נעדרת תכלית. הדרך עצמה היא הווית המסע והדברים שקורים במהלכה. כמובן ששני סוגי התנועות משמשים בחייו של אדם. טיפולוגיה שונה מאפיינת שלושה סוגים של מסע :

"הרבה מסעות יש, אבל הכוללים בהם הם מסע המשיכה ומסע

הדחיפה. למסע המשיכה יש סוף נכסף, שההולך, כמו צלילן מאמין, נמשך

אליו. ... במסע הדחיפה, לצומת זאת, הנוסע מקפץ להתרחק. סוכו של

המסע אינו ידוע או שאינו רלוונטי. תכליתו להרחיק את הנוסע ממקום

מסוים, מפציה או איום שהתצורכו, או מחייט שהוא קץ באורחותיהם. ... ויש

עוד סוכ של מסע, שאינו מסע של דחיפה ואינו מסע של משיכה. המסע הזה

אינו אנציו של התרחקות או התקרבות, אלא הוא התכלית עצמה."

מתוך "לך לך" שסקופץ "מצוקר על אהבה" למאיר שלו.

בתוך החוויה הישראלית, גיל ההתבגרות הטרומ צבאי מאופיין בצורך לגיבוש הזהות האישית הבוגרת יותר. באופן פרדוקסלי, הצעירים עושים זאת דרך חיבור לקבוצה (אל מחוץ להשתייכות המשפחתית) כמו תנועות נוער, נבחרות ספורט או מסגרות חברים. פעמים רבות, לקבוצות השונות יש מסורות ומנהגים, טקסי חניכה, מדי לבוש ועוד. בהתחברות זאת, הם מוותרים על האגו הפרטי לטובת אגו קבוצתי. ההשתייכות לקבוצה מעניקה להם את הזהות הקבוצתית ואת הביטחון שבהשתייכות.

הגיוס לצבא ממשיך את התהליך הזה ומעניק מרכיבי זהות חדשים דרך ההשתייכות לצה"ל, ליחידות מיוחדות, לצוותים ולמחלקות.

זהו תהליך אשר בחברה הישראלית הוא כשלב התפתחותי האורך כשלוש שנים בהן מתרחשת התבגרות שבתנועה בין הזהות הקבוצתית לזהות האישית. כבר בשלב זה, ניתן לראות את הבלבול בין מושג הזהות למושג השייכות ואת הנטייה לשאוב זהות מתוך השתייכות וסממניה. על כן, השירות הצבאי הוא עוד תחנה במסע של ההתבגרות בארצנו הקשה. נערים ונערות מתגייסים כדי לעבור את השינוי ולהפוך לגברים ולנשים. ההתבגרות כרוכה בהתגברות. אלא שהשירות הצבאי קשה והרבה נכשלים במסע זה. חלקם מלכתחילה פוחדים להתגייס, חלקם משרתים שירות לא קרבי, ואלו ששירתו ולחמו, גם ללא הפרה טראומטית במהלך השירות, לעיתים חוו שבר בזהות בין מה שנדרשו לבצע ומה שהיו מסוגלים לו, מידת ההזדהות שלהם עם הדברים יכולה להיסדק והתפכחות עתידית יכולה לבשר פגיעה מוסרית ושבר אידאולוגי. חלק מן החיילים, עברו חוויות קרב, חשיפה למראות זוועה, פציעות גופניות ואובדן. כל אלו, יש בהם לשבש את מסעו של הצעיר אל ההתבגרות. הטראומה הפתאומית שחווים חיילי צה"ל במצבי פציעה (גופנית ונפשית) מסמנת קו שבר בתהליך הזה. שבר בין עולם אחד לעולם אחר שיש להסתגל אליו בתהליך ארוך ומורכב. המעבר מזהות של חייל לוחם, מתפקד, בעל יכולות גופניות וחוסן נפשי עם שייכות ברורה לעולם של פציעה ומגבלה מתחיל, בדרך כלל, בהכחשה אשר יש לה צורה של: "הכל בסדר", "לא קרה לי כלום", "אני אחלים צ'יק צ'אק ואחזור לחברים להילחם". באותה תקופה ראשונית, הפצוע חש כאילו הוא זה שהפקיר את חבריו בשדה הקרב והלך לנוח בבית חולים. עם חלוף הימים והחודשים, מבין הפצוע את התמונה המורכבת ואת השלכותיה ומגבלותיה. בשלבים אלו, בדרך כלל, צה"ל משחרר אותו מן השירות והוא עובר לטיפול משרד הביטחון. אקט זה מסמן שבר נוסף בהשתייכות של הלוחם הפצוע. תחושות של נטישה נולדות מתוך אובדנה של השייכות הקודמת והזהות שנלוותה אליה ומהיעדרה של שייכות חדשה (לפעמים, מתוך הצורך הגדול, נוצרת קבוצת בני המחזור לאשפוז ולשיקום). הבדידות הזו שנכפית על הפצוע, מעבר לקושי שהיא גורמת, היא גם אינה מאפשרת לו ללמוד מאחרים הדומים לו ולקבל פרופורציות של חומרה ושל תקווה לעתיד. הבדידות, תחושות הנטישה והיעדר שייכות הם גורמים מחוללי מחלה ומעכבי החלמה. חברים, השתייכות ומערכות תמיכה הדדית הם גורמים מחזקים, מחוללי חוסן ומקדמי החלמה. בתוך כל אלה, נוצרת, לעיתים, קבוצת השתייכות חדשה, שנוכחותה הולכת ומתחזקת, והיא קבוצת הפצועים, ולידה, קבוצת הלומי הקרב. החיים שנקטעו על ידי טראומה מייחלים ללידה מחדש ולא יודעים איך לחולל אותה. ביטוי לרצון זה ניתן לראות במונח "פציעולדת" שהוא תאריך הטראומה שיכלה להמית אך הותירה בחיים. התאריך הזה, בקרב פצועי צה"ל, נחגג כיום הולדת שני.

אך אם נחזור לרגע מעט אחורה, נבין כי כישלון מסע השירות הצבאי וקטיעתו על ידי הטראומה, מזמין את המסע הבא שבו יש לתקן ולהתבגר. בתרבות הישראלית, התהווה מסע "הטיול הגדול" כתחנה התפתחותית בחייו של הצעיר. עבור רבים, התחנה הבאה לפיכך היא טיול השחרור. התזה הזו אומרת שהמסע הוא ניסיון חוזר להתבגר או לתקן התבגרות שנתקלקלה בשירות הצבאי. אלא, כמו שלא ניתן להשביע את רעב הילדות באכילה מרובה בבגרות- כך לא ניתן להשיג את היעדים ההתפתחותיים האישיים של השירות הצבאי במסע.

על כן, נידון הניסיון החוזר - הלא בשל, לכישלון. לעומת זאת, הניסיון הבשל מצליח כי הוא עוסק בפרידה. פרידה מאותו מסלול חיים מדומיין אשר אמור היה להתרחש בשירות הצבאי והופר על ידי הטראומה. פרידה ממי שאמור היית להיות ולעולם כבר לא תהיה. יציאה מן המסדרון הארוך של סטאטוס המת-החי המחבר בין מי שהיית ויש להיפרד ממנו למי שתהיה אבל אתה עדיין לא שם.

התבגרות מערבת בתוכה אבל שכזה. בנקודה זו מתבקשת אופציית המסע.

אופציה אחת היא "מסע השיבה המאוחרת" המשיבה את הטראומטי אל מקום הטראומה שלו מתוך כוונה להנכיח את פער הזמן בין האני חווה הטראומה לבין האני המאוחר שמחזיק את הטראומה כחלק מן ההיסטוריה שלו ומתוך הנכחה זו, לייצר את התובנה כי הוא כבר במקום ובזמן אחרים. שהטראומה אינה מתרחשת בזמן הווה אלא היא חלק מן העבר.

האופציה השנייה היא מסע ההעזה, מסע של קריאת תגר. מסע המעמת את היוצא אליו עם קצה גבול היכולת. פציעה, גופנית ונפשית, מחוללת שמות בביטחון העצמי של הפצוע וזורעת את הספק אשר ליכולותיו. מסע מסוג זה מכיל מרכיבים נכבדים של התמודדות גופנית. נזכור כי הפעילות הגופנית וכשירות הגוף מלווים את האנושות מקדמת דנא. ניתן לחשוב שכשירות זו הייתה נחוצה להישרדותו של האדם: הן לצרכי לחימה או בריחה והן לצרכי ציד והשגת מזון. צרכים אלו מצאו תחליף או חדלו להתקיים, ושוב אין הכושר הגופני הכרח בהשגתם, אולם תחת דעיכת הצורך בכושר גופני ועימו, דעיכת הפעילות הגופנית עצמה, נולד הספורט.

הספורט הוא פעילות מאומצת ומתמשכת שתכליתה מחייבת מחשבה נוספת. הספורט, בצורתיו השונות, תחרותי ואישי, אתגרי ועל ענפיו המגוונים, המוכרים והמתפתחים, עוסק בבריאות, בגוף, בכשירות התנועתית, אך מעבר לכל אלו, עוסק הספורט בבדיקת גבולות היכולת האנושית ובקריאת תגר על גבולות אלו.

אין זה רק תהליך אישי שבו הספורטאי מאתגר את קצה גבול יכולתו שלו, כי אם תהליך אוניברסלי רב דורי. בה בשעה שהאצן מנסה לקבוע שיא אישי ולהפחית זמן מן הרקורד הקודם, מתקיים תהליך רב שנים בו אצנים נוספים מתקנים את שיאי קודמיהם ומשפרים אותם ללא הרף אל

פנטזיה של דחיקת קצה גבול היכולת האנושית אל מעבר למוגבלותה. אפשר, למצב של היעדר מגבלות בכלל.

הפעילות הגופנית, לפיכך, מקיימת שיח מורכב עם הסוף, עם המוות, עם המגבלה ועם חוסר היכולת - האישי והאנושי. שיח אשר ניזון מן הפנטזיה של חיי נצח, של בריאות מושלמת ושל כושר שיא המסלקים את דעיכת הגוף אל פינה נשכחת ומעבירים את המגבלה מאזור היכולת אל אזור הרצון וההתמדה.

קל וחומר, כאשר הגוף נפגע בתהליך טראומטי פתאומי (קרוב, תאונה, מחלה ועוד), שהלוא, התהליך הטראומטי בא מן המפגש עם המוות והסופיות וכרוך באובדן. הפציעה והחבלה מערפלות את גבולות היכולת/ אי היכולת, מציבות סימן שאלה לגבי אונים וחוסר אונים. השיח הזה, העומד בבסיס מסע ההעזה, הוא שיח ללא מלים, שיח של התנהגות שהינה מאבק בין התשוקה לחיים לבין אימת המוות והחידלון. בין כוחות העל השייכים לגיבורים לבין אזלת היד השייכת לנוטים למות. בין הצורך להשלים עם מגבלה לבין הצורך להיאבק בה ולנצח אותה. ובאמצע, הכשירות הגופנית שבכוחה לקחת מן התהום ולהביא אל החיים. מסע ההעזה לפיכך, קורא תגר על המגבלה ועל המוות ומסתכן בהוכחתם.

המסעות, לפיכך, הן מנוע שינוי רב עצמה הן באתחול המערכת הנפשית מחדש, הן בהיבטי פרידה, במובן של הפיכת חוויות ההווה לנחלת העבר, במובן של פרידה ממי שהיית יכול להיות וכבר לא תהיה ובמובן של היכרות מחדש, אחרי חוויה של קרבה למוות, עם הגוף הפצוע ויכולותיו.

יורם בן יהודה