

© איך נודע לי שהגעתי למחצית השנייה של החיים/ דניאל בקר

## פרקים מתוך הספר כשאדיפוס גדל

מאת דניאל בקר

© כל הזכויות שמורות למחבר



הקדמה

### איך נודע לי שהגעתי למחצית השנייה של החיים

אני הייתי בן ארבעים ושתיים. אבי היה בן שבעים ואחת. בלילה ההוא בפברואר הוא ישב והאזין להרולד באיטליה של ברליוז וקרא על היצירה במיני-אנציקלופדיה למוזיקה שרכש באותו יום. כהרגלו, הוא רצה להיות "הילד הטוב" במפגש של החוג למוזיקה למחרת. למחרת בבוקר הוא לא קם. נפטר בשנתו. אז התחילה המחצית השנייה של חיי; יותר נכון, יומיים לאחר מכן.



איגוד ישראלי לפסיכותרפיה

### **כמה ספרים אפשר לקרוא בארבעים שנה**

גם אני רופא כמו אבי, וכמוהו גם אני רוצה להיות "הילד הטוב". עם מותו חשבתי שאני אמור להרגיש שכעת אני הבא בתור, שגם אני עלול לא להתעורר בוקר אחד, בלי קשר למה שתכננתי בלילה הקודם; שהנה אני נוגע בכנפי הסופיות. אבל לא הצלחתי להרגיש כך. חשתי צער על האובדן, אך לא הייתי מאוים אישית בשל מותו של אבי.

ואז, השבעה. ישבתי בחדר העבודה של הוריי, ובין מחזור למחזור של מנחמים, בהיסח דעת, ספרתי את הספרים שעל המדפים. את כולם הכרתי מהכריכה; את חלקם הקטן קראתי, את רובם התכוונתי לקרוא כאשר יהיה לי פנאי. הוספתי למניין גם את המספר הלא קטן של הספרים המפוזרים בביתי, שאותם רכשתי אך את רובם לא התפנית לקרוא. אמרתי לעצמי: נגיד שאחיה חמש שנים יותר מאבי, עד גיל שבעים ושש (יומרני, כי אני מעשן יותר מכפי שהוא עישן ואני חוטא בחטאים נוספים שלא כאן המקום לפרטם). אמרתי: נגיד שאפרוש לפנסיה, מהעבודה בבית-החולים בגיל שישים וחמש ומהקליניקה הפרטית בגיל שבעים. אמרתי: נגיד שאקרא שלושה ספרים בשבוע; לא, נגיד ארבעה (שוב, יומרני). חילקתי את מניין הספרים במספר השבועות. חזרתי על החישוב שוב ושוב, אבל כבר מההתחלה היה ברור – אין סיכוי שאסיים לקרוא את כולם, בימי חיי, אף לא את רובם. והידיעה שעד יום מותי לא אצליח לסיים אפילו את קריאתם של כמה מאות ספרים, משמעותה שכל ספר שאקרא יהיה ויתור על קריאת אחר תחתיו. כל ספר שאקרא שנית... לא, חזרתי בי, לא אקרא אם כך אף ספר פעמיים.

הידיעה הברורה שלא אסיים את קריאת הספרים המחישה לי בצורה כואבת את משמעות הסופיות. הסופיות היא אכן עניין שנוגע בי ונוגע לי. הסופיות התגלתה וכאבה. כך התברר לי, יומיים אחרי מות אבי, שאני נמצא במחצית השנייה של חיי.

### **צעיר לא יבין זאת, אז המטופל המבוגר הסביר לי**

אני מרצה לסטודנטים לרפואה בשנה א'. במסגרת הרצאות על "מעגל החיים" אני מספר להם את הסיפור על אבי והספרים. אני רואה על פניהם הזדהות עם הסיפור על הרופא שרצה ללמוד עוד יצירה,



על הבן שרוצה לקרוא. אך מבחינתם, זהו סיפור על ארץ רחוקה שעליה שומעים סיפורים אבל לא מבקרים בה. הסיפור לא נוגע להם אישית, הם לא יחשבו פעמיים לפני שיקראו ספר בפעם השלישית. הם מבינים, הבנה שכלית, שגם אם יספיקו לקרוא, עד שיגיעו לגילי, את כל מה שקראתי אני עד היום, עדיין ייוותר להם זמן מוגבל, לא יותר זמן מכפי שיש לי כעת, על מנת להספיק לקרוא ספרים נוספים. כלומר, הגם שהם צעירים ממני, כל ספר שהם קוראים היום הוא על חשבון ספר אחר שאותו לא יקראו לעולם. הם מבינים זאת, אך הם לא חווים זאת. הם ישכחו מהסופיות ברגע שיצאו מהאולם; אולי יש סיכוי שייזכרו בה כאשר יסתכלו על הוריהם.

אם החוויה של הסטודנטים כה שונה משלי, אולי יש התפתחות נוספת בחיים, אחרי גיל ההתבגרות ואחרי הבגרות המוקדמת? (במונח בגרות מוקדמת אני מתכוון בדרך-כלל לטווח שבין גיל עשרים לגיל ארבעים. אך זהו טווח שגבולותיו אינם קשיחים, והם מתרחבים או מצטמצמים באופן אינדיבידואלי.) המודעות לסופיות וההתנסות בחוויית ההתפתחות הנוספת הותירו בי אי-נחת. חיפשתי תשובות. קראתי את כל מה שנכתב בנושא, נתתי הרצאות על המחצית השנייה של החיים בתקווה שלי תוך כדי שיחה, מתוך המילים, תתגבש תשובה. אך כפי שקורה לי לעתים קרובות, דווקא המטופלים שלי בפסיכותרפיה עזרו לי. מטופל בן חמישים ושש אמר, בהקשר לסיפור דומה לסיפור שלי, משהו כמו: "מה אתה עושה עניין ממה שתספיק לקרוא? אם הקריאה כל-כך חשובה לך, תדאג להמשיך לקרוא עד הלילה האחרון."

נכון, האיש צודק. ייתכן שהפתרון שמאפשר להתמודד עם תחושת הסופיות ולצמוח ממנה טמון בהסתכלות שונה על שאלות הזמן, הכמות והחוויה. ברור לי כי העיתוי של המפגש עם אותו מטופל היה משמעותי. קרוב לוודאי שלו ידעתי לשאול את השאלה עשר שנים קודם לכן, תשובתו הייתה נותרת עבורי בגדר רעיון ערטילאי. הייתי צריך להיות מסוגל **להרגיש** את המוגבלות של הקיום ולא רק **לדעת**. נדרשה לי כנראה מידה של בשלות ובגרות שיש לאנשים אחרי אמצע החיים, על מנת להרגיש שמספר הספרים אינו המטרה והכמות אינה התכלית. הקריאה היא אמצעי, היא דרך. הבנתי שעברתי למחצית השנייה של חיי כאשר המוגבלות של מספר הספרים שאקרא לא ריפתה את ידי ולא ייאשה אותי; כעת רק נותר לי, פשוט, לבחור מה יהיה הספר הבא שאקרא.

הלוואי שיכולתי לעזור למטופל ההוא כפי שהוא עזר לי.



## השאלה הכי לא נשאלת

מה ההבדל בין "אמצע החיים" ל"מחצית השנייה של החיים"

### דוקטור, נכון שאני עוד לא במחצית השנייה?

כאמור, ניסיתי להעמיק את ידיעותיי על המחצית השנייה של החיים באמצעות קריאה. עם הזמן גם ליקטתי מספיק חומר ששימש בסיס להרצאה בשם "אמצע החיים – זה לא סוף העולם", שאותה העברתי בפני כל קהל שהיה מוכן לשמוע אותי. את עיקר התועלת מהרצאות אלו הפקתי מהדו-שיח עם הקהל שעזר לי לזהות ולהתחיל לגבש את הנושאים החשובים במחצית השנייה של החיים.

מתוך התנסות בעשרות הרצאות כאלה, התחדדו שתי שאלות שעלו תמיד מתוך הקהל, לעתים, כבר כתגובה לכותרת ההרצאה. הראשונה, החושפת מעבר לסקרנות המוצדקת של השואל גם את חרדותיו, הייתה: "תגיד לי, אני נמצא במחצית השנייה של החיים? לאיזה גיל הכוונה?" החל מההרצאה הראשונה עניתי אינטואיטיבית שלא מדובר ב"כמה"; לא ניתן לנקוב בגיל זה או אחר, אלא מדובר בהלך-רוח. עם הזמן התחלתי אפילו להבין את המשמעות שמאחורי התשובה שלי. למשל, הגיוני לחשוב שמתבגר מוגדר בכך שהווייתו היא של מתבגר, אם תרצו – מצב של מעבר הקשור בעיקר לשאלות שיוך וזהות, הווייה שלא קשורה בהכרח לגיל הכרונולוגי. המשמעות אם כך של ההימצאות בשלב מסוים בחיים, כמו המחצית השנייה של החיים, אינה מתבטאת דווקא על-ידי גיל, אלא על-ידי הלך-רוח שמוגדר על-ידי משאלות, חרדות, משמעויות וסדרי עדיפות.

מהם המאפיינים של המחצית השנייה של החיים? ובכן, הרי לשם כך אני כותב את הספר. אבל כבר כאן הייתי רוצה להדגיש שאחד המאפיינים הבולטים של עולם המחצית השנייה של החיים הוא ההתמקדות בשאלות של איך, של איכות והרבה פחות בשאלות של כמה, של כמות. מתאים לכך מאוד, אם כן, שעניין הגיל הוא פחות רלוונטי בהגדרת המחצית השנייה של החיים. האמת ניתנת להיאמר כי רוב האנשים ששמעו את התשובה המעורפלת הזאת על "הלך-הרוח" לא התעמקו בתשובה אלא פלטו אנחת רווחה, כי העדר ציון הגיל סיפק את הצורך של רובם למקם את עצמם בצד הצעירים. כאן המקום לשאול: למה להיות צעיר זה טוב, ולא משנה אם מדובר בבגד, בחופשה, במכונית או בבת זוג? על האיוולת הזאת אפשר לקרוא להלן, בפרק 14.



### שיא שאחריו שיאים רבים נוספים

השאלה השנייה שעולה תדיר בהרצאות אלו היא: אתה מתכוון למשבר אמצע החיים? גם כאן באה לידי ביטוי תפיסה שאופיינית ל"מחצית השנייה" שלפיה, התשובות לרוב השאלות בחיים הן מורכבות ולא חד-משמעיות ואף מכילות סתירות פנימיות. כך שהתשובה לשאלה היא: כן, אכן מדובר במשבר, כי תקופת המעבר מהמחצית הראשונה של החיים למחצית השנייה כרוכה בקושי הסתגלותי. אך התשובה היא גם: לא, כי המעבר הוא הלך-רוח שמאפיין את כל תקופת הבגרות המאוחרת, כולל תקופת הזקנה, כאשר משבר אמצע החיים מהווה רק שלב קצר, מעין מבחן כניסה. לכן איני מדבר על משבר אמצע החיים אלא על המחצית השנייה של החיים.

לאורך הספר משמשים המושגים אמצע החיים והמחצית השנייה של החיים לכאורה בערבוביה; כאן המקום להבהיר כי במונח "אמצע החיים" כוונתי לתקופת המעבר בין המחצית הראשונה למחצית השנייה של החיים. להגדרת השנים שלאחר המעבר, במובן הרחב יותר, אני מעדיף להשתמש במונח "המחצית השנייה של החיים", כי הוא מכיל בתוכו את ההבחנה החשובה שהמחצית השנייה היא תקופה בעלת מאפיינים משלה, שבה אנו מתפתחים ו"משתפרים" ולא מזדקנים ומידרדרים. למונח "אמצע החיים" יש לעומת זאת קונוטציות של משבר ואף של חולניות מסוימת. חשוב להדגיש כי אין זה רק עניין סמנטי. יש הבדל מהותי בין שני המושגים, שאותו מן הראוי לחדד.

### אמצע החיים זה לא סוף העולם

מתוך הלחשושים שקלטתי מהקהל בהרצאות על "אמצע החיים זה לא סוף העולם", התברר לי כי "אמצע החיים" הוא ביטוי שאנשים מוכנים להתהדר בו, לעומת "המחצית השנייה של החיים", שנתפס כשלב בחיים שאמנם לא בושה להיות בו, אבל זה גם לא כבוד כל-כך גדול. במושגים עדכניים, שיווק התדמית של המחצית השנייה של החיים נכשל עוד לפני שאמרתי את המילה הראשונה בהרצאה.

הדימוי המוצמד לרוב לאמצע החיים (הכוונה הפעם לגיל ארבעים-חמישים) הוא ששלב זה בקיומנו הוא השיא של החיים – Prime of Life – ומשיא זה יש רק הידרדרות וצמצום, כלומר, חיינו עומדים בסימן של "פחות": פחות כוח, פחות זיכרון, פחות מין ובתמצית – פחות חיים. גישה זו אכן מוצדקת אם מתייחסים לשאלות כמותיות – התייחסות שמאפינת, כאמור, את המחצית הראשונה של החיים – והיא מבוטאת היטב בפתיחת ספרו של יעקב שבתאי סוף דבר.<sup>1</sup>

איגוד ישראלי לפסיכותרפיה



בגיל ארבעים ושניים, קצת אחרי סוכות, תקף את מאיר פחד-המוות, וזאת אחרי שהכיר בכך שהמוות הוא חלק ממש מחייו, שכבר עברו את שיאם והם מתנהלים עכשיו במדרון, ושהוא מתקרב אליו במהירות ובנתיב ישר אשר מן הנמנע לסטות ממנו, כך שהמרחק ביניהם, אשר עוד בחול-המועד, שלא לדבר על הקיץ, שנראה לו עכשיו חלום רחוק, היה כמעט אינסופי, מצטמצם והולך, וניתן לתחום אותו בלי קושי ולמדוד אותו במידות החיים היומיומיים, כגון, בכמה זוגות נעליים שעוד יקנה או בכמה פעמים עוד ילך לקולנוע, ועם כמה נשים, מלבד אשתו, עוד ישכב. ההכרה הזאת, שמילאה אותו בהלה וייאוש, צפה ועלתה בתוך כשבוע ימים מתוך הפקעת השגרתית של החיים בלי כל סיבה שיכול היה להצביע עליה, כאילו היה זה כאב קל, לא מורגש בהתחלה, שחלחל אי-שם ברקמות הפנימיות והתפשט והתעבה עד שהיה לנגע שאינו מרפה, וכך, מרגע שהתעורר בבוקר... ועד שנרדם בלילה, בהפוגות קצרות של הסחת דעת רופפת, לא חדל מלערוך את חשבון חייו ולמדוד את המרחק שעוד נשאר בינו לבין המוות הזה...

קטע נפלא זה מגדיר היטב את התשובה לשאלה שהצבתי קודם: איך אני יודע שהגעתי למחצית השנייה של החיים? התשובה היא: כאשר המוות חדל להיות מושג ערטילאי והופך להיות תחושה מוחשית ואישית, או במילותיו של שבתאי: כאשר המרחק לסוף נמדד במידות החיים היומיומיים.

אך כאן נכנסת ההבחנה האופטימית שלי בין "המחצית השנייה של החיים" לבין "אמצע החיים". האומנם החל מגיל כלשהו בסביבות גיל ארבעים, כל מה שיש לנו הוא חיים "שכבר עברו את שיאם ומתנהלים עכשיו במדרון"?

תפיסה פסימית זו נובעת מראיית החיים כאיזה קו דמיוני שלאורכו אנו תחילה מתקדמים ואחר-כך נסוגים, בין אם בשל מחלה ובין אם בשל הגיל (שבסופו של דבר נתפס אף הוא כסוג של מחלה). גם אם זה נכון, אני לא יכול לאמץ גישה כזו, מפני שקשה לחיות איתה. אנחנו מדברים על דימוי ועל הדרך שבה אנו תופסים את עצמנו יותר מאשר על עובדות, לכן יהיה נכון יותר להעמיד כנגד התפיסה הפסימית תפיסה אופטימית דווקא, שמתאימה הרבה יותר לצורת החשיבה של אנשים במחצית השנייה של החיים. על-פי תפיסה זו, הקיום הוא מעין גרף המורכב מאין-ספור קווים או צירים, שחלקם, כמו שבילים על הר, מגיעים לפסגה ואחר-כך יורדים, חלקם קווים שנמצאים בשיא בתחילת החיים או בנעורים ומשם הם רק יורדים וחלקם קווים שנעים משיא לשיא לאורך החיים כולם. לדוגמה, המיניות מתחילה לבצבץ עם ההתבגרות. משם היא עולה, ואחרי שהיא מגיעה לשיא בשנות העשרים, היא יורדת. גרף שיתאר כך את המיניות יהיה נכון אם נמדוד אותה על-פי מספר הזקפות ומספר הזיונים לשבוע או לרבעון. לעומת זאת, הגרף לא נכון אם המיניות שלנו היא היכולת ליהנות ממין. הרי ההנאה מהמיניות עצמה היא מתונה למדי בתחילת החיים; בכך נוכל להודות אם לא נתחסד ולא נשכח באילו ייסורי נפש



היינו מגיעים לכל זיון, איך בזבזנו חצי מההנאה בבחינה של עצמנו ושל הפרטנר שלנו ואילו ספקות ותחושות אי-נוחות היו לנו אחרי הזיון, שלא לדבר על הפחדים למיניהם. כך שהגרף המתאר את המיניות על-פי ההנאה ממין יכול רק לעלות לקראת הזקנה, לאחר שהוא עובר דרך אמצע החיים, שהם לא בהכרח השיא. כמו כן, אנחנו ה"גדולים" כבר יודעים שתחושת המרחב הפנימי והפנאי משתנה לאורך החיים, בהתאם לנסיבות ולהתפתחות האישית שלנו ושל בני זוגנו. פועל יוצא מזה הוא שגם הגרף של ההנאה ממין מורכב ממספר שיאים אשר לפי ניסיוני לא נמצאים דווקא במחצית הראשונה של החיים. אם כך, כפי שאמרנו: כמות – במחצית הראשונה של החיים, איכות – בשנייה.

דוגמה לאגדה אחרת על היתרונות המוטלים בספק של המחצית הראשונה של החיים מתייחסת לאינטליגנציה. ה-IQ הוא מדד האינטליגנציה. הוא הולך ועולה עד גיל חמש-עשרה לערך ואחר-כך הוא נותר יציב למדי עד הזקנה. לעומת ה-IQ מרבים לדבר היום, ובצדק, על EQ – אינטליגנציה רגשית. המצדדים בחשיבות האינטליגנציה הרגשית טוענים כי לא די לנו בכישורים לפתרון פונקציות ליניאריות ובעיות עיוניות מסובכות, אלא נדרשת לנו גם היכולת לשלב סוג זה של אינטליגנציה עם הבנה של העולם הרגשי של עצמנו (מה מניע אותנו, מה מפחיד אותנו) וגם הבנה, שנובעת בעיקר מניסיון, של עולמו הרגשי של הזולת. בתוך האינטליגנציה הרגשית כלולה גם הכרת התרבות שבה אנחנו והזולת פועלים וההבנה כיצד התרבות משפיעה על התנהגותנו. בנוסף, יש באינטליגנציה הרגשית מקום נכבד גם לאינטואיציה, וזו לבטח הולכת ומתחדדת עם השנים בעקבות ההתנסויות השונות.

מהאמור כאן אין ספק כי הגרף שמתאר את האינטליגנציה הרגשית הולך ועולה עם הגיל, בייחוד במחצית השנייה של החיים. ומכאן ש"חוכמה שבאה עם הגיל" היא אותה תערובת של אינטליגנציה, בשלות רגשית וחמלה שהולכת ומתפתחת בנו ככל שאנו מתבגרים. אם כך, תיאור החיים כגרף המורכב מאלומת קווים שעולה עד השיא בגיל ארבעים וחמש, ומכאן מידרדרת מטה לעבר האפס, גורם עוול למורכבות המרתקת של הקיום ובעיקר למקום המועדף של המחצית השנייה של החיים.

### מה הקשקוש הזה על סופיות כמשהו אישי?

עד כה ניסיתי להשיב בקצרה על שתי השאלות הכי תדירות שאני נשאל. עכשיו הגיעה העת לדבר על השאלה שלא שואלים, או יותר נכון על השאלה הכי שכיחה מבין אלה שלא נשאלות, למרות שאני קורא אותה בעיניים של כולם. השאלה נשמעת (לא בקול רם) בערך כך:



"תגיד לי, מה זה הקשקוש הזה על המוות והסופיות שבאמצע החיים נתפסים כמשהו אישי. אנחנו יודעים בגיל מוקדם שהמוות קיים ושכולם מתים בסוף; ואתה בא לספר לנו, בארץ של פיגועים ומלחמות, שרק בגיל ארבעים-חמישים, אם בכלל, המוות נתפס כאישי? הפעם הגזמת, לא?"

התשובה ארוכה לא פחות מהשאלה, ולעתים היא אפילו מובנת, אך קשה להזדהות איתה. כמו במקרה של הסטודנטים לרפואה שהזכרתי, שאינם מבינים למה אני בכלל לחוץ בעניין הספרים שלא אספיק לקרוא.

תפיסת המוות משתנה ככל שאנחנו גדלים. בילדות המוקדמת, מוות הוא מקום שעוברים לחיות בו. עבור ילד בן חמש אין הבדל גדול בין נסיעה של סבתא לאוסטרליה לחצי שנה לבין מותה. עם הגדילה וההתפתחות הקוגניטיבית חל שינוי בתפיסת המוות: אנו תופסים את מרכיב הסופיות ומתוודעים לנעלמים העומדים מאחוריו ולסבל שמתלווה אליו לפעמים. אך שוב, כמו במקרה של הסטודנטים לרפואה, התפיסה היא בשכל ולא ברגש.

המקרה של צביקה יכול להדגים את המעבר ההתפתחותי מתפיסת המוות השכלית בעיקרה במחצית הראשונה של החיים, לתפיסה רגשית-אישית במחצית השנייה. צביקה היה קצין בשירות סדיר כאשר פרצה מלחמת יום כיפור. הוא היה עם חייליו בבסיס בשבת שקטה, והוזנק לרמת הגולן עם פרוץ הקרבות. חיילי הפלוגה נפגעו "כמו ברווזים במטווח", סיפר צביקה, ובתום כמה ימי לחימה היו רובם הרוגים או פצועים. צביקה עצמו נפגע בכל חלקי גופו, ואם כי בסופו של דבר לא איבד שום איבר, הוא היה שרוי שלושה ימים בחוסר הכרה ואחר-כך עבר תהליך שיקום ארוך וכואב שנמשך כמה חודשים. הזדמן לי להיפגש איתו לעתים קרובות במהלך עשרים השנים שלאחר מכן, ותמיד התפלאתי, הכיצד חשיפתו למוות אינה מכתיבה את אורח חייו, את תוכניותיו ואת התנהגותו. אולי היו לו חרדות קשות וסיוטים שעליהם לא סיפר לי, אבל הוא לא פעל כמו אדם שמודע לכך שהקיום הוא שברירי מאוד ושבתוך רגע יכול הכול להשתנות. החלטותיו והתנהגותו לא היו שונות מאלו של אציל שוודי שגדל בכפר קטן ושעבורו צבא הוא תזמורת כלי הנשיפה שמנגנת ביום א' בפארק (אם מזג האוויר נאה).





כשהיה צביקה בן ארבעים ושתיים הוא התלונן באוזניי על כאבים בחזה וקוצר נשימה שפוקדים אותו לאחרונה, ושמלבד התחושה הרעה, הם גורמים לו לחרדות קשות שמא יש לו מחלה כלשהי ושמא המחלה מאיימת על חייו. אחרי בדיקות קפדניות לא נמצא שום ממצא גופני שמעיד על מחלה ובתוך כמה חודשים הלכו המיחושים הגופניים ונעלמו ויחד איתם נעלמו החרדות. כעבור שנים שיתף אותי צביקה במחשבותיו לגבי התקופה ההיא. כפי שזכרתי, אביו – איש שנתפס תמיד כחזק ודומיננטי – חלה באותה תקופה במחלת לב. הוא עבר ניתוח מעקפים שלא שיפר את מצבו אלא להפך, הוא לקה באירוע מוחי קל כסיבוך של הניתוח. צביקה הרגיש אז שמחלתו של האב מעמתת אותו עם המודעות המאיימת לעובדה שגם הוא יכול לחלות, שמשהו יכול לקרות גם לו. אבסורד, לא? בייחוד במקרה של גבר שכבר עשרים שנה לפני כן נחשף בצורה כל-כך פתאומית וכל-כך טוטאלית לאפשרות שאנשים בני גילו ימותו; דווקא מחלתו של האיש הזקן, ששלושים וחמש שנים הפרידו בינו לבין בנו, גרמה לכך שהמוות הפך עבור צביקה למשהו אישי שיכול לקרות גם לו.

מתברר אם כך, שלא די בכך שאנחנו חיים בארץ שבה פיגוע אורב בכל פינה כדי שהמוות יתפס כמשהו אישי. כאשר שכן בגילנו (בהנחה שאנחנו בני ארבעים ושבע, לדוגמה) מת מדום לב, כולנו אומרים, "זה כבר קורה למישהו בגילנו, זה לא צחוק, מי יודע, אולי זה יכול לקרות גם לנו." ואנחנו (שוב, בהנחה שאנחנו בני ארבעים ושבע) נרשה לעצמנו להיות מדוכדכים לא רק בגלל מותו של השכן, אלא בגלל שאנחנו עצמנו מודעים לכך שיייתכן שאנו צפויים לגורל דומה; וכולם יבינו אותנו אם בחודשים הקרובים נרוץ לרופא המשפחה ואולי אפילו לחדר מיון עם מיחושים בחזה.

כעת נעתיק את העלילה לקבוצת גיל אחרת ונעמיד במרכזה גבר צעיר בן עשרים וחמש ששכנתו הצעירה נפטרה ממחלה ממארת. סביר להניח שאף אחד לא יאמר לו: "שמע, זה כבר קורה למישהו בגילך, מי יודע מה יכול לקרות לך מחר." אם אני זוכר נכון, כאשר אני הייתי בן עשרים וחמש, ארבעה חברים מהכיתה שלי כבר לא היו בין החיים, הם מתו בעת השירות הצבאי, בתאונות דרכים או ממחלה. למה, אם כך, במפגש המחזור אף אחד לא אמר בפרצוף מוטרד, "שמע, זה כבר קרה לשמינית מהכיתה." ולא רק זאת, אם נחזור לגבר הצעיר ששכנתו נפטרה, כולנו נהנהן בהבנה כאשר הוא ידבר על צער האובדן ועל הזעזוע מהפתאומיות של המוות ועל כך שהוא "ממש בטראומה". אני בטוח שאנחנו עדיין נהנהן בהבנה אם כמה ימים לאחר מכן יסביר לנו הצעיר שהוא מזועזע מהסבל שהיה מנת חלקה של שכנתו. אך בפעם השנייה שירוץ לרופא המשפחה עם מיחושים ללא ממצאים גופניים, הרופא יחשוב בקול רם על האפשרות להפנותו להערכה אצל פסיכיאטר (או שאמו תטלפן לתוכנית פסיכולוגית



פופולרית ברדיו). במחצית הראשונה של החיים המוות מפחיד, אך הוא לא מהווה חלק ממעגל החיים, הוא לא אישי ואנחנו פועלים כאילו על-פי כלל לא כתוב ש"אם אשמר ממחלה, מפיגוע או מתאונת דרכים אין לי ממה לחשוש".

זו התשובה הכי טובה שאני יכול להשיב בינתיים לשאלה הלא נשאלת על תפיסת המוות כאישי. אני אף מרשה לעצמי לרמוז שאם המושג מובן לכם אך אתם מתקשים להזדהות איתו, הרי שזאת הוכחה לכך שאתם עדיין נמצאים במחצית הראשונה של חייכם.

---

i. שבתאי, יעקב. (1984). סוף דבר. ישראל: הקיבוץ המאוחד

## אצלי, אין דברים כאלה! : על המודעות לקיום הרוע

### רסיסי סופיות

אין לי ספק שהדיון בנושא הסופיות הוא קשה. המושג עצמו הוא מופשט למדי ובלתי ניתן לתפיסה, ולעתים קרובות העיסוק בו אף מרתיע. הסופיות אין פירושה רק מוות; הסופיות באה לידי ביטוי בכל דבר הנושא את הסימן מינוס, בכל מה שמסמל גבול, בכל מה שיש בו ביטוי של רוע. אין בנו ובעולם המקיף אותנו דבר שאין בו שמץ של סופיות. לכן, על מנת להפוך את הרעיון לנושא נגיש, מוחשי ופתוח יותר לדיון, אני פורט את הסופיות לפרוטות קטנות וממיר את המושג סופיות ב"רסיסי סופיות". הביטוי הצרפתי "להיפרד זה קצת למות" (Partir c'est mourir un peu), ממחיש היטב "פריטה" שכזאת. באירועים רבים אנו נפרדים מאנשים, מתקופות, משלבים בחיים, ודרך הפרידה אנו באים במגע עם הסופיות. כל סיום מעורר אצל כל אחד מאיתנו את התחושה של סיום אחר, של הסיום הגדול מכולם. כך למשל, לסיים תיכון, להתחתן, לפרוש לפנסיה הם רסיסי סופיות. זכורה לי הפעם הראשונה שבה חדרה



לתודעתי ההכרה שיום אחד אפילו אני אצא לפנסיה; זה היה בדרך לחתונה של מטופלת שליוויתי במשך 12 שנים, מאז גיל ההתבגרות שלה. והרי גם זו, כמובן, פרידה.

סוג אחר של רסיסי סופיות הוא העימות שלנו עם מגבלות הקיום. בתקופת ההתבגרות, התחושה היא לרוב שהשמים הם הגבול ושהיכולת להשיג כל דבר היא פונקציה של התכוונות ושל מאמץ. עם השנים, ובעיקר במחצית השנייה של החיים, מתפתחת מודעות גוברת והולכת למגבלות שהן חלק ממהות הקיום: הכישורים שאין לנו ולא יהיו לנו, המחלות שפוקדות אותנו – שלא כולן חולפות כמו מחלות הילדות לאחר קצת פריחה וקצת חום – המשאבים הכספיים העומדים לרשותנו ואלה שלעולם לא יעמדו לרשותנו וכדומה. גם המגבלות הללו הן חלק מהסופיות, שכן על המחלות, למשל, אין לנו שליטה, והמשאבים הכספיים שלנו מוגבלים משום שבתקופת חיים אחת אין מספיק זמן לצבור יותר.

הקבוצה השלישית של רסיסי סופיות היא זו שקשורה לרוע. אני מבחין בשלושה סוגים של רוע: האחד, רוע שקשור לשרירותיות של הקיום, כמו אובדן של הורה בגיל מוקדם בתאונת דרכים. השני, רוע של הזולת, שבחלקו, ברוע של הזר, קל יחסית להכיר – למשל, כאשר מישהו פוגע בנו בעת שוד או מרמה אותנו בעסקה – ובחלקו, ברוע שבקרובים לנו, קשה יותר להכיר – כמו לקבל שאימא שלנו יכולה לקנא בנו ובשל כך להעדיף צאצא אחר על פנינו בצוואה. הסוג השלישי של רוע, שבקיומו קשה לנו להכיר יותר מכול הוא זה המתגלה ביצירות, בחמדנות, בקנאה ובעוינות שמתעוררות בנו.

הרוע מייצג את הסופיות בכמה דרכים. ראשית, השרירותיות שבה הוא פוגע בנו ממחישה את מוגבלות הקיום. שנית, אנו מבינים שאם היה עומד לרשותנו כל הזמן שבעולם והסופיות לא הייתה קיימת, הרבה מעשים מרושעים ותחושות של רוע בנו ובאחרים היו נמנעים. מהילדות ועד הבגרות המוקדמת, רסיסי הסופיות הקשורים לרוע אינם מוחשיים כמעט, כי הם בדרך-כלל "לא שלנו". בילדותנו החלוקה ל"טובים" ול"רעים" היא די פשוטה, ואנחנו תמיד מ"הטובים". יש אף חוקים אוניברסליים נוקשים באשר למה שאנחנו אמורים להרגיש, כמו אהבה ללא סייג לאימא, אהבה לאחות הקטנה שזה עתה נולדה והערצה למורה בכיתה א'. בהתחלה נדרש מאיתנו, ואחר-כך אנחנו דורשים מעצמנו, לא רק להיות נדיבים, אלא גם להרגיש נדיבות, לא רק לסלוח, אלא לא להרגיש טינה. רק במחצית השנייה של החיים כחלק מההתפתחות הנורמטיבית שלנו, אנו מפתחים את היכולת להכיל בתוכנו גם רגשות שליליים כמו אכזבה ועוינות, לקבל כישלונות ולהכיר בכך שיש בנו חלקים חמדניים ואגואיסטיים.



יחד עם זאת, יש אנשים שאינם מתפתחים על-פי כללים אלה וממשיכים לשמור בקנאות על החלוקה מהילדות לגבי מיהו טוב ומיהו רע, מהם הדברים הטובים ומהם הדברים הרעים ולא פחות חשוב, מה ראוי להרגיש ומה מאוד לא נכון להרגיש. נראה לי שאותם אנשים מתמידים בתפיסתם הנוקשה את מהות הרוע בחוץ ואת מהות הרוע בתוכם, כחלק מהדחקה של כל מה ששלילי, אם זו הסופיות ואם אלה כל רסיסי הסופיות שהם, כאמור, כל אותם התרחשויות ורגשות בעלי סימן מינוס. טענתי היא כי לקראת המחצית השנייה של החיים, כאשר לא ניתן להדחיק עוד את רעיון הסופיות ויש הבנה אינטימית ואישית של הרעיון שאנחנו לא בני אלמוות, יש גם בדיקה מחדש של הכללים, כגון מי היו הטובים ומי היו הרעים בסיפור חיינו, כמה רוע יש גם בעולם של היקרים לנו וכמה רוע יש בעולמנו הפנימי.

על מנת להמחיש את המפגש באמצע החיים עם רסיסי הסופיות, הנה הסיפור של רויטל. זהו סיפור של מטופלת, המורכב מאלף רסיסי סיפורים של מטופלים, של חברים ואף מחלקים של עצמי.

### **רויטל שכולה טוב או האם, הבת והמלצר**

רויטל היא אישה בת ארבעים ושש. כשהייתה בת שמונה, נהרגה אמה בתאונת דרכים. נהג שיכור שבא מולה התנגש חזיתית במכוניתה. לכאורה, אין מפגש יותר שרירותי, יותר לא צודק עם הרוע מאובדן של הורה בגיל כה מוקדם. אין דרך אכזרית יותר להתחיל בה את החיים. באופן מפתיע, הנושא מעולם לא עלה במהלך הטיפול ברויטל. זה היה כביכול נתון מציאותי, לא שונה ממקום הולדתה בחדרה או מהיותה בעלת עיניים ירוקות. סתם, עוד עובדה שהזכרתה לא מעלה רגשות כלשהם. כאשר הציגה את עצמה בפניי, היא פתחה כך: "תשמע, לי לא הייתה ילדות קשה כמו לכל אלה שמגיעים אליך, לי הייתה ילדות נפלאה." יותר מזה, היא גם לא הבינה על מה אני מדבר כשניסיתי להזכיר אפשרות לטינה או לכעס בהקשר של אובדן האם בגיל כה מוקדם.

בהמשך חייה היו לה הזדמנויות נוספות למפגש עם רוע: התמודדות עם אמה החורגת, "חרם" של חברותיה הטובות בסוף בית-הספר היסודי, הופעת פצעי בגרות, החבר שנשש אותה יומיים לאחר ששכב איתה לראשונה; נישואי בוסר למרצה מקסים שהסתיימו בקול דממה דקה לאחר שהוא נסע לבדו לשנת שבתון, קושי להרות והזדקקות לטיפולי פריון ועוד אין-ספור אירועים, שגם אם לא היו בגדר אסון טבע או פיגוע המוני, יש להם משמעות מרחיקת לכת ברמה האישית. אך גם כאן הפתיעה אותי



רויטל. היא לא ייחסה שום חשיבות לאותם מפגשים עם הרוע, ואף שללה בתוקף את האפשרות שהיא שומרת בלבה טינה או כעס כלפי מי שהרע לה.

עם הזמן למדתי כי רויטל תמיד רצתה לראות את עצמה כחפה מכוונות רעות או מיצריות. לפגישתנו הראשונה, למשל, היא הופיעה לבושה בשמלה אדומה ומתנפנת, לרגליה נעליים אדומות גבוהות עקב ותיק תואם בידה. הופעתה הייתה מוקפדת מאוד וחושפנית במקצת. אם כי הסכמתי איתה שהופעה כזו אינה מעידה בהכרח על ניסיון לפתות, נראה לי שהיא מצביעה לפחות על כך שהמראה החיצוני חשוב לה. אך גם ההכרה ב"חולשה" הזו הייתה קשה לרויטל, והיא תמיד טענה שאינה מקדישה לכך אפילו רגע אחד של מחשבה, כי "לא אלו הדברים החשובים אצל בן אדם". אגב, לטיפול אצלי היא הגיעה לאחר ניסיון קודם בטיפול במסגרת קבוצתית. שם שמעה הרבה הערות מחמיאות על הופעתה, ובעקבותיהן יצאה ממפגשי הקבוצה תמיד בתחושת עלבון צורב, או במילים שלה: "יצאתי עם הרגשה שאני זולה ומלוכלכת ושאני רק רוצה להרשים את הגברים של הקבוצה ולפלטט איתם." שאלתי אותה אם מישוהו אמר אי-פעם דברים ברוח זו במהלך מפגש של הקבוצה, והיא הופתעה לגלות שזה מעולם לא קרה... אז למה היא מרגישה כל-כך לא בנוח כאשר מחמיאים לה על הופעתה?

כבר מתוכן דבריה בפגישה הראשונה היה ברור כי לרויטל יש צורך ברור להיות ישרה, הגונה, נדיבה. והמחשבה שהיא נתפסת כמי שמנסה לפתות או גרוע מזה, ההרגשה שיש ברצונה לפתות הייתה קשה מנשוא.

אחר-כך באו פגישות נוספות. ועמן באו סיפורי החלומות, החלומות על שיניים. האם היו לרויטל בעיות עם השיניים? לא יותר מלכל אישה בת ארבעים ושש שמקפידה ללכת לבדיקה החצי-שנתית. אך כמעט מדי שבוע סיפרה רויטל חלום אחר על השיניים שנשרו דווקא בארוחה מפוארת שבישל בעלה, או על הגילוי המפתיע בעת בדיקה שגרתית אצל רופא השיניים כי בפיה עדיין שיני חלב שאמורות להתחלף אי-פעם, בעתיד. המשונה ביותר בחלומות אלו, הייתה העובדה שבחלום רויטל תמיד הרגישה נוח עם העדר השיניים. על החלום היחיד שלא התאים ל"אגדת השיניים הנושרות", כפי שנהגנו לכנות זאת, סיפרה לי רויטל בתום שנה של טיפול. היא חלמה אותו שלושה חודשים קודם לכן. החלום היה קשור בי, ובגלל המבוכה שמעוררת חזירת המטפל לאינטימיות של החלום היא התביישה לספר עליו מיד. יתר על כן, באותו חלום רויטל מופיעה בדמות אשת ערפד שנהנית לנעוץ את שיניה החדות בצווארי, ולמרות



שאני נראה (בחלום!) כנהנה מכך היא אומרת לי בנימוס: "תסלח לי, אבל אני חושבת שאני נושכת את צווארך."

הרבה משמעויות ניתן לייחס לקיומן או להעדרן של שיניים בחלום, ותמיד חשוב לברר כיצד המטופל מבין את משמעותן בחלום. אך לרויטל לא היו אף פעם אסוציאציות למילה שיניים, והן לא התקשרו לשום אירוע בחייה. לרוב הייתה אפילו איזו נימה של קוצר רוח מתגנבת לדבריה כששוחחנו על כך, והיא ניסתה לעבור לנושא אחר או להמעיט בחשיבותו של "החלום עם השיניים", למרות שאהבה מאוד לנתח חלומות אחרים. אני נותרתי, אם כן, עם מחשבותיי על השיניים של רויטל כמסמלות את הקושי שלה לבטא תוקפנות. רויטל העדיפה להיות חסרת שיניים או לכל היותר להיות בעלת שיני חלב, מאחר שכך יכלה להימנע מכל ביטוי של תוקפנות, ויותר מזה, זה הפך אותה ללא מסוגלת לנשוק. ייתכן שאני האדם היחיד שרויטל יכלה לחשוף את שיניה בנוכחותו ואולי אף לנשוק אותו כפי שעשתה בחלום, אבל גם אז הרגישה צורך להתנצל מיד על מעשיה.

רויטל דיברה גם על ילדיה, ובייחוד על בתה – קרן, בת שש-עשרה וחצי. השתיים אהבו ללכת ביחד לחתונות, וגם מסיבות בר מצווה וברית מילה באו בחשבון. רויטל הרבתה לספר על כך שבתה מיטיבה להתלבש ושהיא עושה זאת באופן עצמאי ובטעם רב. עד שיום אחד היא הגיעה לפגישתנו נסערת ונשבעה כי לעולם לא תלך עוד עם בתה לאירועים כאלה. היא סיפרה שבאירוע שבו השתתפו שתיהן יומיים לפני כן, היא הייתה נבוכה מהתלבושת של קרן. רויטל ניסתה לשכנע את בתה לכסות את כתפיה ואת השמלה המינימלית שלבשה בעזרת המקטורן המחויט שלה, אך קרן סירבה, ובו-במקום התפתחה מריבה קולנית. רויטל עזבה את המסיבה ונשבעה לא ללכת עוד לאירועים עם בתה. היה קשה להבין כיצד הטעם של קרן בלבוש, שעד כה תאם את טעמה של רויטל, הפך בן-רגע לעילה למריבה.

ניסיתי לשחזר יחד עם רויטל את מאורעות הערב. לא היה בהם שום דבר חריג, חוץ מסיפור על מלצר שהתעלם מרויטל ולא שעה לבקשתה להביא מים עבור יושבי השולחן. "יכול להיות שהוא עצבן אותי, והוצאתי את זה על קרן?" שאלה רויטל, שמחה בתובנה שגילתה. נזכרתי בסיפור על שלגיה ועל המלכה האם השואלת מדי בוקר, "ראי, ראי, מי היפה בנשים?" המלכה הזו הייתה מסוגלת לנסות להרעיל את בתה מכיוון שהראי טען ששלגיה היא היפה בנשים. חששתי שאם אשתף את רויטל באסוציאציות שלי זה יישמע תוקפני מדי ומעליב, לכן עניתי שאני אכן לא יכול לשלול את האפשרות שהיא השליכה את הכעס שעורר בה המלצר על בתה. רויטל מלמלה דבר-מה על המלצר שהסתובב כל



הזמן ליד קרן ושאל אותה שוב ושוב אם היא רוצה עוד משהו; אחר-כך היא אף הוסיפה שהוא היה טיפוס "דוחה ומגעיל". אז הצעתי שייתכן שהכעס נובע מקנאתה בבתה, ולכן לבושה של הבת הפך בעיניה לזול ופתייני. פניה של רויטל התכרכמו, ובאותו רגע חשבתי שאני עומד לראות אותה יוצאת ממשרדי כפי שעזבה לפני יומיים את האירוע החגיגי. "אני לא מבינה מאיפה אתה מוציא את הרעיונות האלה. זה הרי מעוות לחשוב שאני אקנא בבת שלי. הרי אני יכולה רק להתגאות בה. איזו מין אימא מפלצתית אתה עושה ממני? חשבתי שלמדת להכיר אותי במשך תקופה ארוכה שכזאת, ושאתה יודע איזו אימא אוהבת אני."

חשבתי לעצמי שיחסה של רויטל אל בתה מזכיר את שירי הערש שבהם המנגינה מרגיעה ואוהבת בניגוד לתוכן שהוא לעתים קרובות תוקפני ואלים. נתתי דוגמה זו לרויטל בתקווה שזה יקל עליה להכיר במורכבות של יחסה אל בתה. אבל לא הערכתי נכון את הקושי של רויטל להכיר במגוון רגשותיה.

הפגישה הסתיימה כרגיל, אך כעבור שבוע השאירה רויטל הודעה במשיבון שלי בקליניקה, שהיא חולה ולא תבוא לפגישה הקבועה. כעבור שבועיים חיכתה לי הודעה אחרת, כי בעלה שבר את הרגל ולכן היא תיצור קשר אחרי החגים. החגים, כדרכם, חלפו להם, וכמוהם גם החגים שאחריהם. ההודעות שהשארתי אני במשיבון של רויטל, לא נענו.

לא נותר לי אלא לעשות את חשבון הנפש שלי, למרות שיום כיפור, כאמור, היה מאחוריי. חשבון הנפש היה מטריד במיוחד, הן משום שזה מטריד כאשר מטופל עוזב את הטיפול בטריקת דלת, ואולי לא פחות מכך משום שרויטל הייתה רופאה שלמדה כמה מחזוריים מתחתי והגיעה אליי בעקבות המלצות של כמה ממוריי. סיום טיפול בנסיבות כאלה מעורר תחושה לא נוחה כלפי הסביבה המקצועית, גם אם זה די ודאי שאף אחד לא ידע על כך.

הפנייה לטיפול הייתה בנסיבות לגמרי לא דרמטיות. רויטל התלוננה על קושי במימוש עצמי. היא סיפרה ארוכות על עבודתה כרופאה פנימית, על היותה סגנית מנהל מחלקה, על השקעתה במחלקה ועל אלף ואחת עבודות התנדבות בעמותות של חולים, שהיא מבצעת על חשבון הזמן שאין לה או יותר נכון על חשבון הזמן שהייתה אמורה לבלות עם ילדיה. מעניין היה להיווכח, כבר בפגישות הראשונות, עד כמה גדול הפער בין תפקודה החסר בתור אימא, לבין התפיסה שלה את עצמה כמשקיעה בילדיה. אמנם את השקעתה ברמה הרגשית לא ניתן לשלול, אך מבחינה מעשית, לפי הערכתי היא הייתה נוכחת



בלידות של ילדיה רק משום שנוכחותה הייתה חיונית לעצם קיומן. אפשר לספור על אצבעות הידיים בכמה מסיבות סיום, מסיבות חנוכה, מסיבות פורים ומסיבות יום הולדת בגן היא השתתפה. למזלי, או למזלה, לא התפתיתי לעמת את התיאורים האידיאליים של רויטל על תפקודה כאם ועל שביעות רצונם של ילדיה מתפקודה עם המציאות.

המילים "מקסים", "נפלא", "מדהים" שפעו מפיה ללא הפסק בתארה את ילדיה, את בעלה, את הבוס בעבודה, את האחיות במחלקה או את הירקן שנהג לרמות אותה דרך קבע במשלוחים. לעתים היה לי דחף עז לנער אותה ולצעוק: "הלו, אמנם אני לא מכיר את בעלך, אבל איך את לא מרגישה שהוא קשוב רק לצרכים המוחשיים שלך, ולכל מה שנוגע לעולם הרגשי ולמה שמשמעותי לך הוא אינו מסוגל להתייחס." או להגיד לה: " תראי, את בעלך אני לא מכיר, אבל את הבוס שלך – כן. הוא אדם קטנוני וקנאי שלא מאפשר לך להתפתח ומעכב את קידומך. איך את לא כועסת עליו ולא שונאת אותו?"

לא צעקתי ולא אמרתי וודאי שלא ניערתי. הבנתי שרויטל נאחזת בציפורניה בתמונת עולם שכולה שופעת טוב-לב ושבה בלבה שלה מקננות רק כוונות טובות. זה לא היה קל – לרויטל ודאי שלא, אבל גם לי.

יהיה ודאי מי שירים גבה ויאמר: "נו, באמת מסכן, קשה לו לשמוע דברים שהוא לא מסכים איתם." אבל לא נראה לי שיימצא מישהו שיצליח להתמודד עם מטופלת שמבטלת את הפגישה ברגע האחרון כמעט מדי שבוע (ומתחננת לפצות אותי על כך), כאשר הסיבה לביטול היא פעם קולגה – "חבר אמיתי" – שביקש ממנה לסור במקומו לחדר מיון ופעם העמותה לחולי מחלות פרקים שביקשה ממנה ברגע האחרון להרצות במקומו של פרופסור מפורסם שנסע לחו"ל ושכח להודיע מראש. מה אפשר לומר ל"מלאך המושיע" הזו שאינה רוצה לראות מה היא עושה לעצמה בביטול פגישת טיפול, אחרי שלדבריה ציפתה לה כל השבוע, ומה היא עושה לי כאשר היא מחייבת אותי לשנות את לוח הזמנים שלי כמעט מדי שבוע.

לא רק בנושא הטיפול התכחשה רויטל לאחריותה להרס. היא גם לא יכלה לראות את מה שהיא גורמת למקורביה בעקבות תחושת הייעוד שלה ורצונה להיות "זכה וטהורה". לעתים קרובות הייתה לי הרגשה שאני קטנוני ומתחשבן לנוכח כוונותיה הטובות של רויטל. תיארתי לעצמי שגם בני משפחתה וידידיה הרגישו כך לעתים קרובות. וכי איך ניתן לבוא בטענות ל"פיה טובה" שכזאת? מעולם לא





הצלחתי להביא אותה לידי מודעות למחיר שהיא עצמה וגם האחרים משלמים על היותה "ללא רבב". אבל היא באמת לא ראתה את ההרס.

גם ברגשותיה התיימרה רויטל להיות טובה, טהורה, תמימה ואפילו בתולית. כל מי שמכיר עבודה רצופה במחלקה פנימית בבית-חולים לא יכול להתעלם מכך שזו כרוכה בחיכוך עם הקהל ובעיקר עם קרובי החולים אחוזי הדאגה מצד אחד ועם הצוות הכורע תחת עומס העבודה מצד שני. אי-אפשר שלא לכעוס על החולים שחוזרים ומתעלמים בכל פעם מחדש מהמלצות הרופא ושבים כעבור שבועיים מלאי טרוניות על הטיפול ה"לא מתאים" שלא נטלו. כפי שאי-אפשר שלא לכעוס על האחות שחוזרת ושואלת שלוש פעמים על אותה הוראה, בתקווה שאולי הפעם יוחלט לבטל את הטיפול והיא לא תצטרך לצאת מתחנת האחות על מנת לבצעו. אבל, רויטל יכלה לא לכעוס. כאילו לא הבינה איך אפשר בכלל **להרגיש** כעס ולא רק איך אפשר לא **לבטא** אותו.

יום אחד הצלחתי להבין שלמרות מסירותה האינסופית של רויטל לחוליה, הם לא ממש מעניינים אותה. הבנתי שיותר משהיא רוצה להעניק ולעזור, היא רוצה **להרגיש** שהיא מעניקה ועוזרת. היא סיפרה לי על ביקורת נוקבת שהוטחה בה על-ידי סטודנטים לרפואה שצפו בה כשעמדה עם חברתה, גם היא רופאה בכירה במחלקה, ושתייהן צוהלות עם קבלת תשובת מעבדה שאישרה שלחולה שלהן אכן יש סרטן, כפי שהן טענו, בניגוד לדעתם של רופאים מומחים אחרים. הסטודנטים זעמו על כי השתיים הפגינו את שמחתן בפרהסיה. למעשה, הן שמחו על כך שגורלו של אדם נגזר. לא הופתעתי כשרויטל לא הסכימה לראות פגם בהתנהגותה, אבל מה שהעסיק אותי יותר בסיפור הזה היה ההדחקה המוחלטת של נושא המחלה והמוות. והסיבה לכך נעוצה, כך נראה לי, במימד האישי, לנוכח ההיסטוריה של חייה. במימד המקצועי, כל רופא מצליח אמנם להדחיק, ברמה זו או אחרת, את האפשרות שמה שיש לחולה יכול לקרות גם לו, אבל עבור רויטל, גם האומללות, העליבות והכאב שמתלווים לכל תהליך המחלה לא היו קיימים. למה אם כן היא עזרה לאנשים והניחה תמיד יד רכה על מצחו של החולה? לדעתי, מכיוון שאהבה לראות את עצמה מניחה יד רכה על מצחו של החולה.

ניסיתי להצביע בפניה על הקושי שלה לראות ולנגוע, לא במצחו של החולה אלא בשרירותיות, ברוע, באי-הצדק שביסוד המחלה ובהשלכות של המחלה על חיי החולה ומשפחתו. אך כל שיקוף כזה נתקל בפנים אטומות ובחזרה אינסופית על נאום אודות הצורך לעזור ולתמוך ולהציל ולהושיע. ואם הייתי מתעקש לדבר על הסבל, על המצוקה ועל הצעקה של החולה "למה אני?" הייתה היא מגיבה



בעלבון צורב, כאילו אני מנסה לומר לה שהיא אגואיסטית וכאילו אני שולל את ההקרבה העצמית שלה למען הזולת. בקול רפה הייתי ממלמל לעצמי כי רויטל זקוקה כנראה לעזור, לתמוך, להציל ולהושיע למען לא תיאלץ להודות שיש רע בעולם, גם אם אלה עובדות חיים שלא ניתן להתעלם מקיומן ומהרגשות שהן מעוררות, כמו מות אמה.

וכאן המקום לספר על רויטל והאינטרנט. רויטל נהגה להיכנס לחדר העבודה שלה מיד עם שובה הביתה, בשעה מאוחרת בלילה, ולבלות עד השעות הקטנות של הבוקר בגלישה באינטרנט. ילדיה ובעלה ידעו שהיא עסוקה בחיפוש מידע רפואי ושאסור להפריע לה גם אם לא נפגשו איתה כל היום. הם אף העריצו אותה על חריצותה. רויטל הייתה מודעת לכל זה, אך היא גם ידעה ששיטוטיה באינטרנט הוקדשו ל"שיחות נפש" ארוכות עם שלושה גברים במקביל, שכל אחד מהם רקם איתה תוכניות על עתיד משותף. שאלתי את רויטל מספר פעמים אם היא מודעת למה שמעשיה עושים לאחרים – לילדיה, לבעלה ולשלושת הגברים. אך רויטל טענה בתוקף שהיא "מאוד בסדר", כי היא מקפידה שלאף אחד מילדיה או לבעלה "לא יחסר דבר" וכי אין גבר אחד יודע על קיום הגברים האחרים ושלושתם מודעים לאופי האפלטוני, חסר התשוקה או התאוה של הקשר שלה איתם. היא אף טענה שהיא לא רואה כל פגם במעשיה. בהזדמנות אחרת שאלתי את רויטל אם היא לא רואה בפעילותה הלילית ביטוי לכעס כלפי בעלה וילדיה או מידה של תוקפנות כלפי אותם גברים, וניסיתי לקשור בין הכעס והתוקפנות לבין אירועים מכאיבים ומאכזבים בעברה. רויטל הסתכלה עליי במידה מסוימת של בוז ובמידה רבה של הפתעה והתקשתה להבין כיצד הגעתי למסקנות כאלה. הרי היא כל-כך מאוהבת בבעלה ואוהבת את ילדיה והיא חשה ידידות כל-כך חזקה כלפי שלושת "גבריה" מהאינטרנט. אך כאמור, לאחר האירוע עם בתה והמלצר עזבה רויטל את הטיפול ובמשך זמן רב לא שמעתי ממנה ולא נודע לי שום דבר אודותיה.

### התגלית – יש רוע!

כעבור שנה צלצל הטלפון. זיהיתי את קולה מיד. היא ביקשה לקבוע פגישה בהקדם והדגישה שהיא לא חוזרת לטיפול אלא זו פגישה חד-פעמית. הופתעתי מהניגוד שבין דחיפות הבקשה לבין קולה הרגוע, ללא שמץ של דאגה או חרדה. מיהרתי לקבוע את הפגישה ביום המחרת בשעת בוקר מוקדמת, וציפיתי



לה בסקרנות, במיוחד מאחר שהרגשתי אשם בגלל הצורה שבה הסתיים הטיפול וקיווייתי שתינתן לי אפשרות לתיקון כלשהו.

רויטל שוב לבשה שמלה אדומה, אך הפעם היא נשאה אותה אחרת. כאילו הזדהתה עם הפרובוקטיביות של השמלה ולא ניסתה להסתיר אותה. היא הבחינה במבט שלי שסקר אותה ולא השפילה את מבטה כבעבר. היא התיישבה, הצליבה רגליים ואמרה בטון עליז: "לפניך יושבת מכשפה מרושעת אמיתית, כמו שרצית." החיוך שפשט על פניה היה כל-כך אמיתי ומידבק שלא יכולתי שלא להרשות לעצמי להשיב: "מילא שאת מכשפה מרושעת, אבל את גם נראית כנהנית מזה בגדול."

השיחה התמקדה בעיקר ביחסים בינה לבין בתה קרן. בחודשים האחרונים הייתה עסוקה בהתמודדות עם שפע של בעיות שהבת מעוררת. קרן מתעקשת להלין את החבר כמעט כל יום בחזרה, ורויטל נאלצת להתמודד עם נוכחות של גבר בר זר בדרך לשירותים בבוקר, עם ערימות של כביסה ועם הכנת אוכל לשניהם. ו"משום-מה" הדבר שהכי מעצבן אותה הוא שהיא נאלצת לקום יותר מוקדם בבוקר על מנת להעיר את שניהם, שלא יאחרו לתיכון. היא מרגישה מבלבלת מהמיניות המרחפת באוויר בבית והיא קורסת מעומס העבודה הנוספת המוטלת עליה. בגלל כל המטלות הללו, זה חודשיים היא לא מצליחה לעסוק בתחביבה באינטרנט, שכפי שהיא מגדירה אותה עכשיו, "זאת הייתה הפעילות המינית היחידה שלי."

התקשיתי להסתיר את הפתעתי מביטוי הכעס הגלוי כלפי בתה ועוד יותר מכך שהכירה בעובדה שמאחורי "שיחות הנפש" עם שלושת הגברים באינטרנט עמדו פנטזיות לקשר מיני. אך בטרם הספקתי להגיב היא שוב הפתיעה אותי כשלא התקשתה להודות שהיא עזבה את הטיפול מלאת זעם כלפיי, כי הרגישה – היום היא מבינה שללא הצדקה – שאני ביקורתי כלפי אימהותה ושאני מטיל ספק ביושרה ובכוונותיה הטובות כלפי קרן. היא סיפרה שבמשך תקופה ארוכה הסתובבה כשבלבה כעס כלפיי על כל אותן "רמיזות" שלי על קשייה לראות את הרוע בעולם ועל חוסר נכונותה להתחבר למגוון רחב של תחושות שאותן ראתה כשליליות וכפסולות.

האומנם רמיזות? אלה לא היו רמיזות, אלא משנה סדורה של פירושים והסברים שעליהם חזרתי כמעט מדי מפגש. לא מצאתי לנכון להעיר על כך בקול רם, שכן חצי מהמפגש כבר עבר וזכרתי כל העת שהוא אמור להיות חד-פעמי.



אז סיפרה רויטל על חלום נוסף מסדרת "אגדת השיניים הנושרות": "הפעם אני יושבת על הכיסא של רופא השיניים והוא עושה לי השתלות. זה לא נראה לי מוזר, אמרה רויטל, "ואני שואלת את הרופא מאיזו תוצרת השיניים המושתלות. הרופא שואל בפליאה: 'מאיזו תוצרת?!' ומסביר לי שהשיניים שהוא שותל בפי הן השתלה מהחי ושהן נלקחו מפיה של בתי. באופן מוזר, אני אדישה לידיעה הזו. זה נראה לי טבעי. אני רק מתעניינת לדעת מה יקרה לשיניה של בתי, והרופא מסביר לי שיצמחו לה שיניים חדשות. וההסבר מספק אותי, "סיפרה רויטל. "התעוררתי עם חיוך מלא שיניים, הוסיפה בהומור לא אופייני לה. "כשקמתי הרגשתי שאני כועסת על בתי. שאני חייבת לחיות את חיי, והיא תוכל לחיות את חייה בעתיד. ואין שום סיבה שאקריב את חיי שלי בשל גחמותיה. הרגשתי שאני רוצה ללמד אותה לקח. ללמד אינה המילה הנכונה – לא רציתי לחנך אותה אלא רציתי להעניש אותה, מתוך כעס." כאן היא שתקה לרגע, ובחיוך רחב – מלא שיניים – הוסיפה, "הייתי צריכה להתבייש, אבל אני די גאה במה שעשיתי. באותו בוקר הייתה לקרן ולחבר שלה בחינת בגרות, ואני הייתי אמורה להעיר אותם. התלבשתי ויצאתי מהבית בשקט, בלי לטרוק את הדלת, ואמרתי לעצמי שזו לא הבעיה שלי אם הם יקומו בזמן או לא."

למרות שזה לא היה רלוונטי לטיפול, הייתי סקרן לדעת אם הבת קמה בזמן לבחינת הבגרות או לא. בעודי חושב איך לשאול זאת בלי לגלות סקרנות בלתי מקצועית, רויטל שלפה את פנקס ההמחאות ואמרה: "טוב, נותר לי רק לשלם. האמת היא שלא ברור לי אם זה מגיע לך, כי מי שפתר לי את הבעיות היה החלום, לא אתה." חייכתי לעצמי. הרי אי-אפשר לדרוש הכול ביום אחד.

בגיל ארבעים ושש גילתה רויטל שיש בה כעס על בתה, שיש בה קנאה על המיניות הגלויה של הבת המתבגרת, שיש בה לא מעט טינה כלפי קרן ואפילו תשוקה לנקמה קטנה. רויטל גם הספיקה לומר שיכולתה לקבל את "פיסות הרוע" שבה, הייתה המנוף שהשיב לה את היכולת לחזור ולדאוג לעצמה.

אני משער שרויטל הבינה כי גם בבעלה יש "רע", כי בבתה יש "רע", כי בעמיתיה יש "רע", כי בעולם כולו יש הרבה רוע וזדון. למה היא לא הרגישה כך בגיל שמונה, עם מות אמה? למה לא חשבה על כך בגיל שלושים וחמש, כאשר כבר הייתה רופאה מנוסה וכבר הספיקה לספוג לא מעט אכזבות, נטישות, בגידות ועלבונות?

נראה לי שהתשובה היא שמה שבאמת החריד את רויטל היה הגילוי שגם היא "רעה". שגם היא חומדת, מקנאה, חושקת, זועמת ורוצה נקמה. זו הייתה עבודה כנראה חוויה מטרידה, בלשון המעטה.



במשך זמן רב שאלה את עצמה, האם זה בסדר להרגיש עוינות וזעם כמו אלה שחשה כלפי קרן ולאחל לה דברים שפחדה אפילו להודות בהם. השאלה העיקרית לא הייתה: האם יכול להיות שהעולם הוא כל-כך רע, אלא האם יכול להיות שאני כל-כך רעה.

מה עזר לה להתפכח ולהתחבר לרוע בלי פחד? המלמולים שלי במהלך הטיפול, כשאני מנסה לא להעליב אותה ולא לעורר את זעמה? לא. לדעתי, זו התפתחות טבעית, שהייתה מתרחשת בכל מקרה, עם המעבר למחצית השנייה של החיים. אם עזרתי לרויטל, אולי היה זה בכך שכאשר נעשתה מודעת לרוע מבחוץ ומבפנים, היו שם גם האמירות שלי לגבי היות הרוע חלק מהקיום ולא משהו שמגדיר אותן; האמירות שלי לגבי היכולת להיות עם הרוע; המילים שלי על הצורך לבדוק, במחצית השנייה של החיים, את הכללים שלפיהם אנחנו חיים או את הכללים שלפיהם אנחנו שואפים לחיות, ולהתאימם גם לחוויותינו, להתנסויותינו, לעולמנו הרגשי ולשיפוט שפיתחנו במשך השנים. אבל אני חוזר ומדגיש, השינוי נובע, קודם כול, מההתפתחות הטבעית, בדיוק כמו זו של פעוט שמתחיל ללכת או של מתבגר שמממש את הבחירה שלו בביטוי זהותו המינית. זה פשוט קורה.

לסיכום הסיפור של רויטל, אצטט שיר של יהודה פוליקר ויעקב גלעד, אני רוצה גם, שמבטא בצורה מדויקת להפליא את המודעות לרוע ואת הצורך להיות מרושע ולהרגיש משוחרר מרגשי אשמה ומבושה:<sup>i</sup>

גם אני רוצה לצאת, לשתות, לרקוד, לבגוד, לשדוד  
גם אני רוצה לדפוק שמחת חיים ברמקולים של אוטו עם כבוד.  
גם אני רוצה לחטוף, לאכול, לטרוף, לזלול, להקיא את הכול  
לרמוס את כל מי שעומד בדרכי לעמוד על שלי בלי ליפול.

גם אני רוצה אקדח קטן שפותח דלתות וסוגר עניין  
אני רוצה לשלם במזומן מתחת לשולחן לאיזה עבד נאמן פודלמן.  
גם אני רוצה לשלוף מהשרוול, לצחוק בביטול ולהגיד בזלזול:  
קניתי, מכרתי, פתחתי, סגרתי, כיוונתי, יריתי, פגעתי בול.  
גם אני רוצה להיות בן של מי שרימה והונה וקיבל חנינה  
בן של אבא יסדר לי חיים קלים בצבא, אבא ישלם ויבטל את התלונה.  
גם אני רוצה להשתעמם, להתרגש, להתחתן, להתגרש

**איגוד ישראלי לפסיכותרפיה**



להשכיב, להשתמש, לזרוק ולהתכחש, לגמור מהר, לרוץ ולספר.

גם אני רוצה שיכתבו עלי בספורט, ברכילות, בחדשות

שיפיצו שמועות, שמות, שקרים, סקנדלים ובושות

גם אני רוצה לכתוב רומן אוטוביוגרפי חינוכי וחושפני

לחפש אותי ולמצוא את עצמי, להגיד אני, זה אני, זה אני .

אני רוצה הכי גדול, הכי מהר, הכי יפה.

אני רוצה הכול הכי טוב, הכי הרבה.

אני רואה את זה מולי, צבעוני, טבעי, על המסך שלי.

אני רוצה להיות שם, אני רוצה להיות שם,

אני רוצה גם, אני רוצה גם...

גם אני רוצה לקנות לי קבוצת כדורגל או כדורסל

אני רוצה על הקיר את מונה ליזה אורגינל.

אני רוצה להיות ידיד בין ידידי המוזיאון

גם אני רוצה סלון עם חלון, במגדל שמשקיף לים התיכון.

גם אני רוצה חבר בכנסת ובמס ההכנסה

גם אני רוצה להריץ ולהקפיץ, להפיל את הבורסה

גם אני רוצה שומר ראש נהג צמוד ולימוזינה גדולה

גם אני רוצה מקום בהנהלה של מפלגה, שתיקח אותי אצלה.

אני רוצה הכי גדול, הכי מהר, הכי יפה.

אני רוצה הכול הכי טוב, הכי הרבה.

אני רואה את זה מולי, צבעוני, טבעי, על המסך שלי.

אני רוצה להיות שם, אני רוצה להיות שם,

אני רוצה גם, אני רוצה גם...



המפגש של אדם עם הרוע מתרחש לאורך כל חייו. דני הקטן חווה אותו כאשר גוזלים ממנו צעצוע בגן, כשלא בוחרים בו לרקוד עם הגננת וכאשר כולם צוחקים ממנו כי מכנסיו קצרים מדי. אודי המתבגר נפגש עם הרוע כאשר נער אחר מרמה ומצליח בבחינה, כאשר הילדה היפה בכיתה מצליחה להוליך אותו שולל והוא נוכח לדעת כמה היא אדישה לרגשותיו. עינת, חוותה את הרוע בצבא וחווה אותו היום, בשנות העשרים שלה, ביחסים עם אחיותיה, בחיי הנישואים שלה ובעיסוקיה השונים. האנשים הכי קרובים מאכזבים, אם הם לא בוגדים.

גם במעגלים הרחבים יותר – ברחוב, במדינה, בעולם – המפגש עם הרוע והאכזריות הוא בלתי נמנע. די להציץ במהדורת החדשות המקומית או במגזין שבועי מחדשות העולם כדי לראות איך השרירותיות של רעידת אדמה, שריפה או אסון אווירי קוטעת אין-ספור חלומות; איך אנשים מרעיבים איש את רעהו, לוחמים איש ברעהו, מרמים באלף ואחת צורות. אך במשך שנים רבות אנו משמרים ומטפחים את הפנטזיה כאילו בנו ובמעגל המשפחה הקרוב לנו לא מקנן הרוע. ויש בינינו אף כאלה שאינם רואים את הרוע – לא בעולות חברתיות ולא בהתנהלות מדינית. המפגש עם הרוע הוא בלתי נמנע, ובכל זאת, במעבר למחצית השנייה של החיים, הגילוי של קיום הרוע הוא לא רק מפתיע בכאב ובעוצמה שבה הוא נחווה אלא שהוא משמש גם מקור לתחושות של דכדוך וייאוש.

המפגש עם הרוע בחוץ, הרוע של הזולת, אינו כה קשה כמו הגילוי שהרוע הוא חלק מאיתנו ומקנן גם בנו. הגילוי של קיום הרוע בתוכנו נראה לי חשוב ומשמעותי כמו המעשה הבראשיתי של גירוש מגן עדן שבו גילוי הידע או המודעות הביא לרגשי בושה ואשמה ודן את אדם וחווה לקיום שכרוך בסבל. בגירוש מגן עדן, או אם תרצו בהתבגרות, אנו מתוודעים לרוע שבא מבחוץ: "בעצב תלדי בנים" ו"בזיעת אפיק תאכל לחם". הרוע קשור לכאורה לבעיה חיצונית לנשמתנו. אם במקרה אנו חווים זעם, קנאה, חמדנות או תשוקה יצרית (לא אהבה), מלמדים אותנו שעלינו להתבייש בכך, להרגיש אשמה, לחשוב שאין טעם בכעס או בקנאה כי אלה לא מובילים לשום מקום ולהרגיש שנטירת טינה אינה מוסרית ופשוט להתכחש לה. במילים אחרות, במהלך ההתבגרות, לפחות חלק מאיתנו רוכשים את הידיעה על קיום הרוע בחוץ, אצל הזולת, אך רובנו מתייחסים לרוע שבפנים – לרגשות כמו אגואיזם, פתיינות, קנאה, טינה, נקמנות – כאל משהו שלילי, משהו זר לנו שיש להתבייש בו ולהתכחש לו ובמקרה הטוב ליטול אחריות עליו ולתקן אותו.



לא נותר אלא לחזור:

גם אני רוצה לחטוף לאכול לטרופ לזלול להקיא את הכול  
לרמוס את כל מי שעומד בדרכי לעמוד על שלי בלי ליפול

גם אני רוצה, גם אני.

