

# על עונות השנה ועל מצבו הנפשי של האדם בעידן הבהייה במסכים

מאת אודי לוי

והתוכן שלה אינם תמיד מוגדרים כך שהיא תובן, תהיה ניתנת להשגה ושכדאיות השגתה תהיה מבוררת.

## הדדיות חברתית ושיתוף פעולה

הדרוויניזם הטמיע אמנם בתודעת האנושות את רעיון מלחמת המינים ואת עקרון הברירה הטבעית וניצחון החזק על החלש, אולם במחקר הניו-ביולוגי נשמעים לאחרונה גם קולות אחרים. כך טוען, למשל, יואכים באואר: "מנקודת מבט ניו-ביולוגית אנחנו ישויות הבנויות מלכתחילה לתפקד על בסיס הדדיות חברתית ושיתוף פעולה. בסיסה של כל מוטיבציה אנושית היא הפניית ההערכה וההכרה ההדדיות, פנייה והגנה הדדיים זה אל זה" (Joachim Bauer, Prinzip Menschlichkeit, Hamburg, 2007, p. 21).

הוא מראה שההתפתחות הביולוגית, ובכללה זו של האדם, לישות המפתחת תודעה אפשרית רק על בסיס שיתוף פעולה כבר ברמת התא. תאים אינם מסוגלים להתפתח בלי לשתף פעולה ביצירת רקמות ואיברים מורכבים. המסר נראה ברור – כדי להיות "מספיק", ואולי אפילו יותר מזה, כדי להספיק לבצע את המטלות שמטילה הביורגריה האנושית על האדם, כדי להתמודד עם משימות, שבחלקן אינן מודעות, דרוש שיתוף פעולה בין בני האדם. שיתוף פעולה אמיתי הוא גורם ראשון במעלה לוויסות מקצבי החיים, אלה שהציוויליזציה המודרנית מאיימת להאיץ אותם מעבר ליכולת האנושית "לעמוד בקצב".

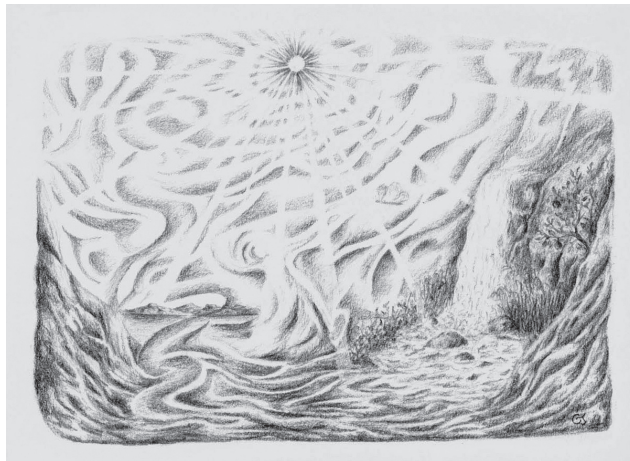
## פנים וחץ

ההאצה הטוטלית של תהליכי החיים ניכרת גם בתהליך התחממות כדור הארץ, והרי זהו כלל פיסיקלי מוכר ומוכח – האצה משחררת אנרגיית חום. אלא שהתודעה העכשווית צופה בתהליכים חיצוניים ומתקשה לרוב לקשר אותם עם תהליכים המתרחשים בנפש פנימה.

התבוננות בתהליכים פנימיים עשויה להוביל את המתבונן אל מחוזות לא מוכרים ולעתים אפילו פרדוכסליים. באותם

חיים אינם זרם אחד באופן מהותי, עם מהירות וקצב אחידים. אורחות זרימתם שונה מאורגניזם אחד לשני. ככל שמורכבותו של אורגניזם המקיים חיים גבוהה יותר כן שינויי הקצב והמקצב במהלך חייו רבים ושכיחים יותר.

בעולם שבו ההספק הוא מדד להצלחת הקיום, ההאצה, בכל תחום, היא עדות להצלחה. האיטיות, לעומת זאת, הופכת מונח נרדף לאי הצלחה ולחוסר עמידה בתחרות – חברתית, הספקית, כלכלית, וכך היא הופכת מדד לכישלון.



מתוך לוח השנה לנפש – שבוע מספר 28. ציור: כריסטין טלקר

מציאות זו מימדית מדומה הקיום בעולם העכשווי מציב בפני חיי הנפש של האדם מערכת מורכבת ומסובכת של ערכים וכאילו-ערכים, של מטרות אמיתיות ומדומות ושל קשיים באבחון מידת האוטנטיות והחשיבות של אלה לעומת האחרים. עולמו של האדם בתחילת המאה העשרים ואחת הוא עולם שבו שולטת הוויזואליות. רוב המידע שהתודעה מעומתת אתו הוא חזותי. האדם בעולם המודרני

חי לאורה, או בצלה, של מציאות דו ממדית מדומה. אין להבין את מצבו הנפשי, את סיפוקיו וסבלותיו של האדם בן ימינו מבלי להתייחס לעובדה שחלק משמעותי מזמנו מוקדש לקליטת מידע מעל למסכים. בלי טלוויזיה, מחשב, טלפון סלולרי הוא מנותק מהמתרחש סביבו במידה כזאת, שיתקשה להגיב על התרחשויות באופן "מרושת". מצבו הנפשי של האדם המודרני עלול לעתים קרובות (מדוי) להסתכם במשפט "אני לא מספיק". למשפט זה שני פירושים אפשריים: "הייתי אמור לעשות יותר בפרק הזמן הנתון", אבל גם: "I am not enough". הפירוש השני מצביע על מצב אפשרי של כניעה.

חשיפת היתר החזותית גורמת לאדם להשתעבד להרגלי האצה מתמדת של קצב החיים, לצורך לא מנומק "להספיק". הטמעת התכנים החזותיים ועיבודם הרגשי והחשיבתי הם פונקציה של זמן. הפיכתם של אותם תכנים לדחפים רצוניים, ולפעולות המונעות בכוח של מוסריות ואתיקה מודעת, אפשרית רק בתנאי שהקצב הפנימי של עיכול הרשמים החזותיים מתאים למקצב הביולוגי של האינדיבידואל. אולם הפרט נתון בתחרות מתמדת, עם עצמו ועם הזולת, מי יגיע מהר יותר אל מטרה, שמיקומה

מרפא", דן שטיינר בהקשרים שבין מצבי הצבירה לבין הרבדים השונים של ישות האדם. באורח חדשני ומקורי מתייחס המחבר אל החום כאל מצב צבירה עצמאי, וכאל כזה שחודר את מצבי הצבירה החומריים (מוצק, נוזל, גז) והאל-חומריים כאחד. "חום" הוא מונח שהשימוש בו מתייחס גם אל תכונות אל-חומריות של האדם. אישיות "קרה" או "חמה" לא נמדדת במעלות צלסיוס.

הקיץ הוא עונת השנה שבה ניתן לחוות את כפילות התכונות של החום, כמצב צבירה המגשר בין הקיום החושי לבין הקיום הטרנסצנדנטי. החיפוש העצמי, מתוך אמון באור התבל ובחומו, עם או בלי מירכאות, הוא תהליך של חניכה עצמית. היכולת לנטוש עמדות פנימיות, מתוך אמון שלא מדובר באובדן זהות, הוא תנאי בעל חשיבות מהותית בתחום התקשורת הבינאישית. מי שאינו נכון לנטוש עמדות פנימיות לא ייפתח לקבלת עמדות של הזולת. התפתחות אמיתית (ר' באואר, לעיל), פיסית, ביולוגית או פסיכולוגית, מותנית בשיתוף פעולה ובקומוניקציה.

### עונת הקיץ מקבלת משמעות חדשה

הפנייה אל תהליך ההקשבה והפעילות הפנימית, אל מחוה של נשיפה כמצב נפשי, היא אפוא תהליך שעונת הקיץ, התלויה בפעילות ותנועתיות קוסמיות-אסטרונומיות, תומכת בו. התלות הכמעט פתולוגית בדי ממדיות של המידע, המוגש מעל לאותם מסכים אלקטרוניים, גורמת לכך שהממד השלישי, העומק, מאבד מחשיבותו כגורם באוריינטציה של האדם בעולמו. זוהי סכנה מסוימת לבריאות נפשו של האדם. אלא שסכנה זו היא גם אתגר – קריאת דרור להתבוננות בתחומים שבהם "חום" הוא מצב נפשי, והיכולת לעורר את כוחות הנפש הפנימיים למעוף היא אמצעי להנמכת המשוכות הבינאישיות. אך יותר מכך – זהו מעבר אל תחום שבו שימור הממדיות, כפי שזו מוכרת בעולם הנגלה אל החושים, אינו רלוונטי עוד. כך עשויה עונת הקיץ להיות פרק הזמן שבו המעבר התודעתי, בתהליך של חניכה עצמית, מתחום חוויית העולם הממדית אל תחומה של האל-ממדיות מקבלת לאט לאט משמעות חדשה. ■

שטחים משוחררים, שבמרחבי הארץ הפנימית המובטחת, חבו פוטנציאל, שעשוי להביא מרפא מסוים ל"תסמונת הלא מספיק".

ככל שהאדם מוסיף להיסחף במערבולת המסכים ונכנע לשפע המוגזם של רשמים חזותיים, הוא עלול לאבד את היכולת להתנתק מהם ולהפנות את תשומת הלב – הלאו דווקא חזותית – אל המתרחש במציאות הנגלית אל חושיו האחרים ואל ההתרחשות שבתוך נפשו. הוא מאבד את היכולת לרב-שיח פנימי עם עצמו.

לוח השנה לנפש, שרודולף שטיינר פרסם לראשונה ב-1913, ובעיקר הבתים המתייחסים אל עונת הקיץ, מתייחסים באופן מפתיע (ואולי זו רק תוצאה של אופן הקריאה?), אל מצב הדברים המתואר כאן:

יפעת זוהר התבל  
כופה אותי, מפיצולות הנפש  
לכוחות אלוה של חיי  
דרור לקרוא למעוף תבל;  
את עצמי לנטוש,  
ואת עצמי לחפש אז באמון  
באור התבל ובחומו.

הנכונות הפנימית לפתח אמון בתהליכי הטבע, אלה מהם שהשפעתו של האדם לא הקהתה אותם, היא השבת הלגיטימציה למפעם המקצבים המשתנים שבחיי הנפש, המקצבים שהציוויליזציה והתרבות בת זמננו מאיצות אותם, בלא להתחשב ביכולת ההסתגלות של נפש האדם.

היכולת לקרוא דרור לכוחות החיים הפנימיים, מתוך תהליך המונחה על ידי התודעה, לשחרר אותם, תוך מודעות לכך שחיי האדם אינם אלא חזרה פרטית על המוטיב היקומי של מחזור עונות השנה, הוא רעיון שחבויה בו (מעבר לסוגסטיה) אמת המשותפת לכל המערכות המקיימות חיים ביולוגיים, ושכדור הארץ – הפלנטה הכחולה – על מחזור העתים המתרחש על פני השטח שלו, נמנה עליהן.

### לקרא דרור לכוחות החיים למעוף תבל

החורף הוא עונה שבה הגדילה והצמיחה הביולוגית מתכנסות. שיאו של החורף מגיע כששעות אור היום מתרבות. כדור הארץ מתרחק ממקור האור והחום החיצוני, מהשמש, במהלך הסתיו. שיאו של החורף מתרחש בחודשים ינואר-פברואר, בהם הימים מתארכים. הקיץ, לעומת זאת, הוא עונת שנה ששיאה בתקופה שבה הימים מתקצרים. 21 ביוני הוא היום הארוך ביותר, שיאו של הקיץ מאוחר יותר. למעשה זוהי תקופת שנה שבה כוחות החיים של הפלנטה נמצאים באופן מטפורי בתהליך של נשיפה, של התחצנות. הם נקראים, כמו תשומת הלב הפנימית של האדם בטקסט הפואטי-שירי של שטיינר, לקרוא דרור לכוחות החיים למעוף תבל.

בפרק הזמן שבו הטבע מאט את מהירות הצמיחה, עוצר אותה, ויוצר פרות וזרעים המבטיחים את המשך קיום הזנים, נקרא גם האדם, עכשיו אולי יותר מאי-פעם, להאט את קצב החלחול של המידע החזותי הדו-ממדי אל תוכו ולהקטין את כמותו. בסדרת ההרצאות שנשא בשנת 1924, הידועה כ"קורס לחינוך

אודי לוי, יליד ירושלים 1952. לימודים בשוויץ, שותף להקמת כפר רפאל 1981. מאז 2003 מנהל מוסד אנתרופוסופי למעוכבי התפתחות בשוויץ