ד"ר מוטי לוי

תריסר חושים לו לאדם (חלק א')

הידע המקובל אומר שלאדם יש חמישה חושים, מקסימום שישה. האנתרופוסופיה מצביעה על 12 חושים אנושיים, ובשני המאמרים הקרובים נעמיק לתוכם

מקובל לחשוב כי ברשותנו חמישה חושים, המחברים אותנו אל גופנו ואל העולם החיצון, אולם בהסתכלות האנתרופוסופית אנחנו מתייחסים לשנים-עשר חושים. לא כל החושים מתפתחים באותו זמן, והם כמובן תלויים בהתנהגותו וסביבתו של האדם בשנות חייו הראשונות. בתמונה רחבה אנחנו מדברים על שלוש קבוצות חושים, חושים השייכים למרכיב הגופני, הנפשי והרוחי של האדם.

האדם הוא מיקרוקוסמוס; תמונה מוקטנת ומרוכזת של היקום. באמירה כוללנית מאוד, האיברים הפנימיים של האדם קשורים בצורה עמוקה לכוכבי הלכת, ואילו מערכת החושים שלו קשורה לכוכבי השבת. בהתאם לכך, לכל אחד מהחושים ישנו קשר לאחד מכוכבי השבת, ומבחינה מסוימת החוש מכיל בתוכו את תמצית כוחותיו של אותו כוכב.

חוש המגע

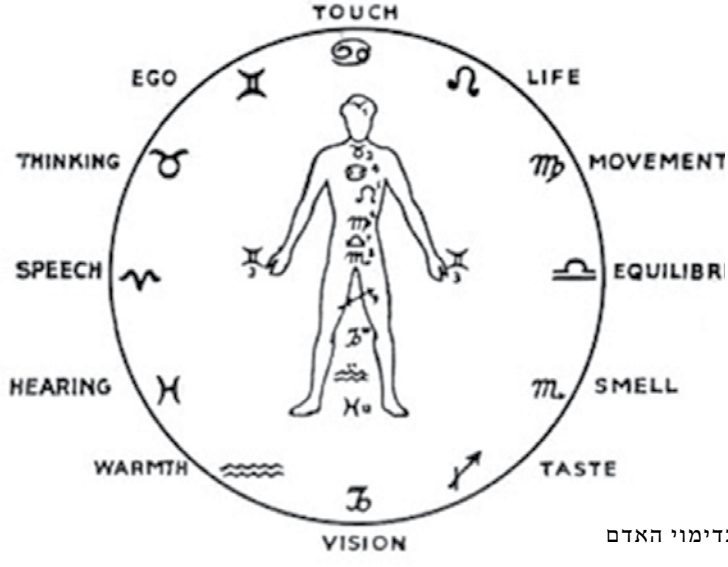
חוש המגע מתבסס על מכנורצפטורים - מבנים עצביים מיוחדים, המגיבים ללחץ או לפיתול. מבנים אלה ממוקמים בעיקר על העור, ומדווחים לנו על תחושת המגע עם גוף חיצוני. חוש המגע מקשר אותנו עם הצד החומרי של העולם שנמצא מחוץ לגופנו. כאשר אנו נוגעים בעצם מסוים, נוצרת תגובה בתוכנו. דרך החוש הזה אנחנו נוגעים בעולם החיצון, בעולם הפיזי, והוא קשור לגוף הפיזי.

חוש המגע מעורר בנו תודעה לגבולות הגופניים שלנו. זהו חוש שדרכו אנחנו לאו דווקא נכנסים לעולם החיצון, אלא משתמשים בעולם החיצון כדי לייצר תודעה עצמית דרך הגוף. אנחנו מייצרים תודעת נפרדות. חוש המגע מסייע לילד לרדת מגן העדן לאדמה. עובדה מעניינת היא, שרק בגיל בו הידיים של הילד התארכו מספיק כדי לגעת בכל נקודה בגופו, הוא מצליח להגיד אני.

מכאן ברור שלשימוש נכון בחוש המגע נודעת חשיבות עצומה לבריאותו העתידית של הילד. חסכים במגע, כגון בשל ישיבה ממושכת מול מסך, יביאו לידי חוסר ביטחון, בעיות התמצאות בעולם הפיזי, חרדות וקושי לחשוב ולפעול בהסתכלות על הטווח הארוך. ואילו המגע הגופני עם האנשים הקרובים לילד מסייע לו לבנות בסיס איתן לנוכחות האני בהמשך חייו. חוש המגע קשור לכוחות המגיעים אלינו ממזל מאזניים.

חוש החיים

בעזרת חוש החיים אנחנו יכולים לחוות לאורך כל שעות הערות את חוויית החיים



12 החושים במפת הכוכבים ובדימוי האדם

חוש	חישה סנסורית	איבר חישה
מגע	חישה ע"י מגע	גופיפי חישה בעור
חיים	חישה סובייקטיבית של הגוף	מערכת העצבים האוטונומית
תנועה (עצמית)	חישת התנועה העצמית	גופיפי חישה בשרירים ובגידים
שיווי משקל	אוריינטציה בחלל	איבר שיווי המשקל באוזן הפנימית

בתוכנו (את חוויית הפעילות האתרית). חוש זה מדווח לנו בכל עת שהכול תקין בגופנו, שאנחנו בריאים, שהחיוניות שלנו טובה. עלייה או ירידה בתחושת החיוניות היא ביטוי של חוש החיים, המביא מידע זה לרמת התודעה. חוש החיים בא לביטוי בקיום שיתוף פעולה הרמוני בין איברי הגוף שלנו. זהו החוש המאפשר לנו תחושה מודעת של כוחות החיים. הבסיס הפיזי לחוש הוא מערכת העצבים האוטונומית, האחראית על תפקודים בסיסיים ולא מודעים, כמו פעימות הלב למשל.

חוש החיים מייצר את תחושת הרעב והצמא, תחושת הכאב הפיזי, תחושת העייפות או המחלה. בילד חוש זה מסייע לפתח את תחושת הכוליות, את הבסיס לאמונה, סבלנות ויכולת לפתור בעיות לאורך זמן. הוא מעניק לילד, עם הזמן, את היכולת להתמודד עם הסתירות שהוא פוגש בחיי היומיום, את גמישותו הפנימית. כמו כן, חוש החיים מאפשר לילד לפתח את תחושת הפליאה והיכולת לפתח יראת כבוד.

חיזוק כוחות החיים מחזק גם את חוש החיים. ניתן לתמוך בכוחות החיים בעזרת תזונה בריאה, סדר וריתמוסים נכונים וכן יציאה לטיולים בטבע הירוק. לעומת זאת, פגיעה בכוחות החיים תיגרם כאשר הילד נדרש להחליט החלטות בגיל צעיר ומקבל יחס של מבוגר, בחשיפה למדיה ולמציאות וירטואלית, כאשר החיים נוחים מדי ולא דורשים מאמץ פיזי והתמודדות מהילד. גם חוסר משחק או מגע מועט עם הטבע ואינטלקטואליזציה מוקדמת פוגעים בכוחות החיים. חוש זה קשור לכוחות המגיעים אלינו ממזל עקרב.

חוש התנועה הפנימית

הבסיס הגופני לחוש זה נמצא בחיישני תנועה הנמצאים בשרירים (muscle spindles). חיישנים אלה מעלים לרמת התודעה דרך המוח את מצב התנועה של השרירים על פי ההתארכות או ההתכווצות שלהם. חיישנים נוספים נמצאים בגידים, ומספקים מידע על מצב התנועה על פי רמת המשיכה של הגידים.

חוש התנועה מאפשר לנו להיות מודעים לאופן בו חלקים בגופנו נעים זה ביחס לזה, ולא לתנועה של כל הגוף בחלל. חוש התנועה מאפשר לנו להיות מודעים לתנועות הפנימיות, שבהן מיקומם של איברים בגוף משתנה ביחס לאיברים האחרים. חוש זה נותן לנו מידע לגבי תנועות שרירים, תנועות של איבר הדיבור וכו'.

ילדים זקוקים לתנועה מרובה וחופשית על מנת להתפתח. תחושת החופש התנועתי בילדות מסייעת לפתח את החופש הפנימי בבגרות. ישיבה ממושכת ברכב או מול המדיה מונעים את ההתפתחות התקינה של חוש התנועה. חוש זה קשור לכוחות המגיעים אלינו ממזל קשת.

האדם הוא מיקרוקוסמוס; תמונה מוקטנת ומרוכזת של היקום. לכל אחד מהחושים ישנו קשר לאחד מכוכבי השבת, ומבחינה מסוימת החוש מכיל בתוכו את תמצית כוחותיו של אותו כוכב

חוש שיווי המשקל

הבסיס הפיזי לחוש זה היא המערכת הווסטיבולרית, שנמצאת ליד האוזן הפנימית בעצם הרקה. היא בנויה משלוש תעלות עגולות למחצה, הנמצאות בשלושת הכיוונים של המרחב, מנאדון ומשקיק. כל תעלה מלאה בנוזל ובו שערות. כאשר הראש נע גם הנוזל בתעלות נע (בכיוון ההפוך), וגורם לשערות שבו להתכופף. בנוסף לתעלות הרגישות לתנועה סיבובית, ישנם באוזן הפנימית גם איברים הרגישים לתנועה קווית. מערכת שיווי המשקל מזהה תנועות של הראש, ושולחת אותות למערכת העצבים, ששולטת על תנועות הראש והעיניים, ולשרירים שאחראים על היציבה. כמו כן מפקחת מערכת שיווי המשקל על תנועת העיניים באמצעות הרפלקס הווסטיבולרי-אוקולרי כדי לספק לרשתית תמונה יציבה.

חוש שיווי המשקל קשור לפעילות האני במרחב ברמה הגופנית. הוא מסייע לנו למצוא בו את מיקומנו בין ימין ושמאל, למעלה ולמטה. הוא מרכיב חשוב בשמירה על זקיפות ויציבה טובה, ותמיד מייחס את גופנו מול העולם החיצון. במקביל לאיזון בעולם החיצוני, חוש זה מסייע לנו בבניית האיזון הפנימי, בלהיות בין ריכוז ושחרור, בין הערצה לגבוה מאיתנו ובין החיים המעשיים. זהו חוש שמסייע לפתח את התזמון הנכון ואת הבריאות של המערכת הריתמית.

יש לפתח בילדים את הנטייה לשיווי משקל בעזרת הליכה על קורות, טיפוס, ריצה במעגלים וחוויית הריתמוסים היומיים, השבועיים, החודשיים והשנתיים. לעומת זאת, סרקזם, סביבה כאוטית, עייפות או עצבנות פוגעים בהתפתחות התקינה של החוש, כמו גם הימנעות מתנועה. חוש שיווי המשקל קשור לכוחות המגיעים אלינו ממזל גדי.

בסיכומו של דבר, עלינו לתמוך בהתפתחות ארבעת החושים הגופניים אצל כל ילד בהתאם לצרכים שלו ולסביבה בה הוא חי. מגע גופני, ריתמוסים תקינים, הימנעות ממדיה ונוכחות של מבוגר רגוע מסייעים מאוד בתהליך, ויאפשרו לילד להיות מבוגר חופשי בזכות גוף המסוגל להכיל בתוכו את הרוחי והנפשי.

ד"ר מוטי לוי הוא הרופא הראשי של "כללית רפואה משלימה". Motilevi9@gmail.com