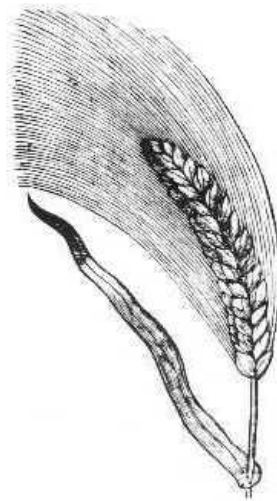


הפרובינג על אם-החיטה TRITICUM-DICOCCOIDES

-

איסוף תיעודים ועיבוד הבנות

מוגש במסגרת עבודת גמר בלימודי הומאופתיה
ביה"ס הישראלי להומאופתיה
בקמפוס ברושים
מרץ 2012



מגישות:
מיה דוארי
מור קדישזון

מנחה:
אליה און

תוכן עניינים

3	הקדמה
3	פרטי הפרובינג על אם- החיטה .
3	איך הגענו אנחנו לאם-החיטה?
3	תהליך האיסוף והעיבוד
4	מבנה העבודה
5	תודות
6	אם-החיטה: the substance
6	רקע כללי ובוטני
7	תירבות החיטה וגלגוליה
8	גידול ועיבוד
9	שימושים
9	רפואה
10	היסטוריה ופולקלור
11	"ברכת אל חסידה" – ברכת הקציר או מקלעת השיבולים
12	החיטה במקורות
13	ברכות חמשת מיני דגן
14	הרמדי TRIT-D - הבנה כללית ותימות מרכזיות
37	"פסוקו של יום"
37	החיטה כעץ הדעת
38	חלק א'
40	חלק ב'
43	פסח
47	ספר בראשית, פרק ל"א
50	AS IF ONE PERSON
102	חבריות למערכות נבחרות
105	פגישת סיכום הפרובינג
113	רשימת נושאים מתוך מפגש סיכום הפרובינג
117	סיכום
119	נספח
119	2 מקרים שטופלו ב-trit-d
129	ביבליוגרפיה

הקדמה

פרטי הפרויקט על אם- החיטה

בשנים האחרונות, ג'רמי שר - ממובילי המחקר ההומיאופתי בעולם - עורך פרויקט מקיף על שבעת המינים של ארץ ישראל, במטרה להוציא לאור ולשווק ההומיאופתי רמדי מכל אחד ואחד משבעת המינים. עד כה נעשו פרויבנגים על רימון, על זית, ובשנת 2005 נערך פרויבנג על אם- החיטה, שמקורה בארץ ישראל, על ידי קבוצת דינמיס בהובלת ג'רמי שר, בשדות ים, ישראל.

בפרויבנג השתתפו 11 משתתפים: 4 בנים, 7 בנות. 4 קיבלו 12 ch, 6 קיבלו 30 ch ואחד פלסבו. לכל פרובר הוצמד ליווי של סופרווייזר, ופגישה מסכמת נערכה בנוכחות כל המשתתפים.

אלא שדבר מוזר קרה לתהליך ההוצאה לאור של הרמדי, שאינו מאפיין כלל וכלל את התנהלות הפרויבנגים המוכרים האחרים על ידי קבוצת דינמיס. מאז הפגישה המסכמת, הלכו והתדלדלו הקשרים בין מארגני הפרויבנג, ובין מי שהיה אמור לאסוף את החומרים ולעבד אותם לבין הפרוברים. מחברות הפרוברים שקעו להן במגירות, מתמסרות לשכחה ולמצבן הנטוש.

איך הגענו אנחנו לאם-החיטה?

חמש שנים אחרי, מצאנו את עצמנו משוחחות בלהט על אפשרויות שונות לעריכת פרויבנג משותף לשם עבודת גמר ללימודים. בדיוק אז, כשבאויר עומדת השאלה אנה נפנה ומה נחקור, פנינו לאליה און בבקשה שתלווה ותנחה אותנו בעבודתנו. באותו שבוע בדיוק נחתה על שולחנה של אליה מעטפה שכוחת-אל, מימים רחוקים, ששלחה אחת המארגנות שהיו אמורות בזמנו לאסוף את החומר ולשלוח אותו עם תום פגישת הסיכום, אלא שהתמהמה בכך מספר שנים. צירוף המקרים וההזדמנויות לא הותיר לנו ספק – בו במקום קיבלנו את ההצעה להחיות את הפרויבנג, ולהשלים את תהליך הוצאת הרמדי לאור העולם. הבנו שנפלה בחלקינו זכות גדולה לעבוד עם המנוסים והמבריקים בתחום המחקר ההומיאופתי, ושמחנו על האפשרות ללמוד מקרוב על "עבודת הנמלים" שדורש כל פרויבנג עד יציאתו לאור העולם.

תהליך האיסוף והעיבוד

לא שיערנו כלל וכלל באיזה מצב עגום היתה שרוייה אם-החיטה, ועוד פחות מכך - לא יכולנו להבין כיצד מצבה המוזנח מרמז כאן על משמעות שאינה מקרית לרמדי עצמה. החומרים שנמצאו היו מעטים ביותר, רשימות המשתתפים היו חלקיות או שלא תאמו אחת את השנייה, מסמכים שלמים שהגיעו במעטפה המדוברת אחרי שנים הגיעו ללא שם וללא כל שיוך, חלקם בכתב יד לא קריא בעליל. התחושה המרכזית שהתעוררה בנו היתה שלא היה לא אבא ולא אמא לפרויבנג הזה, לא היה אף גורם שאסף, ושלקח אחריות על שימור החומרים יקרי הערך הללו – תיעודי הפרוברים. אם-החיטה, בנקודה שבה אנחנו פגשנו אותה, היתה פזורה, עזובה, לא מחוברת לשורשים.

פצחנו במסע בילוש להחזיר את אם-החיטה הביתה. תחילה היה צורך לברר ולאמת את רשימת הפרוברים והסופרווייזרים. מה שלא היה בכלל קל, משום שבאופן מפתיע מספר פרוברים שהשתתפו לא זכרו שהשתתפו... היו כמה רגעים מעוררי פליאה ממש שבהם החזקנו ביד מחברות של פרוברים שכתבו במו ידיהם על תלאות החוויות שלהם, ובשיחה איתם בטלפון הצהירו כי כלל וכלל לא השתתפו ולא נטלו את הרמדי... פרוברית אחרת התבלבלה עם הסופרוויזרית שלה, וטענה כי בכלל לא היתה פרוברית אלא זו שפיקחה- הסופרוויזרית. מלבד למקרים הקיצונים האלה שהזכרנו, לרב הפרוברים שדיברנו איתם בטלפון לקח זמן בתחילת השיחה להתניע את גלגלי הזיכרון ולאשר לנו שאכן השתתפו בפרובינג. מעבר לענן השכחה הגרוטסקי שאפף את הפרובינג, היתה תחושה נוספת, של חוסר לקיחת אחריות. כמעט כל אחד שדיברנו איתו וסיפרנו לו על המצב העגום של הפרובינג - גלגל את האחריות ממנו והלאה. גם מי שהיו אמורים להיות מנחי הפרובינג ומרכזי החומרים, התנערו מכל אחריות, והצביעו באצבע מאשימה על המשתתפים שלא שיתפו איתם פעולה. והיו פרוברים שהודו על חלקם בפרובינג אבל משום מה לא מצאו לנכון לטרוח לשמור את מחברות הפרובינג שלהם או את קבצי התיעוד שבמחשב, כלומר, כל עקבות של התיעוד שלהם - נעלמו לחלוטין. כל ההתנהלות המשונה מול איסוף החומרים הסתברה בדיעבד כמשקפת בצורה מדויקת להפליא את האנרגיה של הרמדי.

מהון להון, הצלחנו לקבץ פירור ועוד פירור, להדביק טלאי על טלאי, ובסופו של דבר היו בידינו 5 מחברות של פרוברים, שרירות וקיימות, שאיתן התחלנו לעבוד. כדאי שנציין, שהמחברות שונות מאד זו מזו מבחינת הקיפן ובמידת תרומתן לעיבוד ההבנות הכלליות. פרוברית אחת (#8) התגלתה כמעין "פרוברית הזהב" של הפרובינג; היא גילתה צלילות ורגישות מיוחדת במינה לנושאים השונים שהרמדי מעלה. ולמזלינו, היא בירכה את הפרובינג גם בהיקף נדיב מאד של תיעוד בכתיבה. לכן, גם אם עלה נושא כזה או אחר אצלה בלבד, הוא קיבל מקום של כבוד לאור ההבנה הרטרופסקטיבית שלנו את הרמדי, לאור החומרים כולם.

מבנה העבודה

לאחר הקדמה זו, נפנה לדון **במהות החומר** עצמו. נסביר על מקומו ומקורו הבוטני, נפרוש קווים כללים של ההיסטוריה והפולקלור שלו, ועל שימושים שונים במסורת העממית וברפואה הסינית.

לאחר מכן נציג את הפרק המרכזי שבו נפרוש את **ההבנות הכלליות שלנו ואת התימות המרכזיות** כפי שהבנו אותן מתוך עיבוד המחברות. לכל תימה שנעלה נביא מספר דוגמאות ישירות בלשון הפרוברים.

עוד במסגרת ההבנות הכלליות שלנו על הרמדי, מבלי לערבב שמחה בשמחה, (ומבלי לגרוע לרגע מהאוניברסאליות של הרמדי), מופיע פרק נפרד שבו נספר **על הזוית היהודית של הרמדי** אם-החיטה. זהו פרק שכולל הפנייה למקורות במקרא ובתלמוד, מחשבות על הקשר בין הרמדי לחג הפסח - מבחינה רוחנית וגשמית, ועוד קישורים רבים מעניינים שהתעוררו בזמן הפרובינג.

אחרי הפרק "היהודי" נציג את הטקסט המאוחד של כל המחברות כאילו היו אדם אחד, "as if **one person**", מחולק כמובן לפי מערכות, ואחריו נביא תרגום של סימפטומים **לרובריקות** לפרקים נבחרים.

לאחר מכן נביא את **פגישת סיכום הפרובינג** כפי שנרשם בזמן אמת. בחלק זה יכללו גם הפרוברים שלא ניהלו את הפרובינג באופן מסודר ושלא היו בקשר עם סופרוויזור, מכיוון שבמבט כולל ראינו את חשיבות הנושאים שהם העלו- אם מבחינת התוכן עצמו ואם מבחינת הבנת היקף התופעה שעלתה. מיד לאחר דברי סיכום המפגש נביא **רשימת נושאים** שנערכה אף היא בזמן אמת, מעין "רשימת מלאי" של מילים או נושאים שעלו וחזרו בזמן המפגש. מעניין לראות את המיידיות שבה קלטו האוזניים הנוכחות בזמן הווה כמה מהנקודות המרכזיות ביותר בפרובינג. לאחר כל אלו נחתום ב**פרק סיכום** שבו נספר על תהליך העבודה מנקודת מבט רטרוספקטיבית ובו נהגג בצורה יותר חופשית וגמישה על המטאפיזיקה של אם-החיטה. ואחרון חביב, כנספח לעבודה נציג **שני מקרים** שמטופלים בהצלחה רבה על ידי הרמדי הנפלאה הזו.

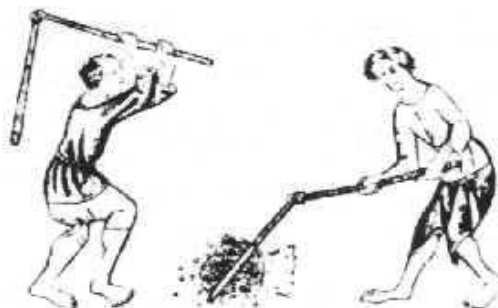
תודות

אנחנו רוצות להודות לאליה און, קודם כל, על ההזדמנות שהעניקה לנו בעבודה זו. לאם-החיטה יש מזל שהיה מישהו שהרים את כפפת הטיפול בפרובינג הזה, שלא יהיה לחינם. אנחנו רוצות להודות לה על שהתמסרה בדאגה הורית אל אם-החיטה ואלינו, ופינתה לנו בסבלנות הרבה מזמנה לפגישות משותפות, שבהן קראה, העירה, הנחתה וכיוונה אותנו – גם ברגעי העשייה שלנו וגם ברגעי המשבר שבהם הכל היה נראה לנו מבולבל, בלתי אפשרי וחסר שחר. תודה על כל ההתייחסות במיילים, על העיצות ועל הליווי הצמוד. תודה על כך שהאירה את המשמעות הלא שרירותית בעליל של המפגש האישי שלנו עם אם-החיטה.

תודה גדולה לג'רמי שר שהניח בנדיבות ובאמון גדול את החיטה על שולחנינו, על שאפשר לנו לגעת בחומר גלם יקר ערך זה, וללמוד ממנו ומהחיטה כל כך הרבה.

תודה למיכל יקיר שנידבה וערכה לצורך עבודת המחקר מקרים חיים שטופלו על ידה בהצלחה בעזרת אם-החיטה.

וכמובן תודה גדולה לכל משתתפי הפרובינג שאפשרו למהות החיטה לעבור דרכם.



אם-החיטה: the substance

רקע כללי ובוטני

הסוג חיטה כולל 20 מינים הגדלים כצמחי תרבות בארץ, ומין אחד הגדל בר והוא חיטת-הבר, המכונה גם בשם אם-החיטה (*dicoccoides*). חיטת הבר (אם-החיטה) היא דגן חד-שנתי צנוע למראה, שהוא מבחינה גנטית אחד ממרכיבי החיטה התרבותית. מין אם-החיטה נוצר באורח ספונטני בטבע מהתחברות (בדרך של פוליפלואידוזיציה) של גנומים של שני מינים: חיטת בר דיפלואידית, ככל הנראה חיטת הבר החד-גרגרית; ומין של בן-חיטה, כנראה בן-חיטה שרוני.

חיטת הבר היא צמח מוצק, זקוף וגבוה (עד 1 מ'). העלים סרגליים צרים, בבסיסיהם אוזניות קצרות. הלשונית קרומית. חיטת הבר פורחת באפריל, ורק אז אפשר לאתרה ולזהותה בשדה, ולהבחין בינה לבין המוני הדגניים האחרים. התפרחת היא שיבולת עבה המורכבת משיבוליות רבות הערוכות לסירוגין על ציר. ציר השיבולת ריסני בשפתו ושעיר במפרקיו. השיבולת מצמיחה מלענים רבים וקשים מאוד, שני מלענים לכל שיבולית, אורכם 15 ס"מ (בין 5 ל-20 ס"מ). ההאבקה היא עצמית. לגלומות קרין חד, והעורק האמצעי מסתיים בשן חדה.

הגרגרים מבשילים במאי, והם מעורים במוצים. ישנו שוני רב בין האוכלוסיות ואף בתוכן: יש שיבולים צהובות-ירקרקות, יש חומות-אדמדמות ויש שחורות מבריקות. השיבולת מתפרקת בעת ההבשלה לשיבוליות (בניגוד לחיטה התרבותית), בכל שיבולית 2 גרגרים, ויחד עם מלעניה היא יוצרת יחידת-תפוצה דמויית חץ המחדירה את הגרגרים לקרקע.

לחיטת הבר נודע לא רק ערך היסטורי, תרבותי ומדעי-גנטי, אלא גם ערך כלכלי-חברתי עצום, ממקור להשבחת חיטת הלחם ואספקת מזון לאוכלוסיות.

גרגר חיטה מפותח כהלכה מורכב מ-

אנדוספרם, (80 - 85%)

עובר (הנבט) (2 - 3%)

וסובין (13 - 17%)

העובר מכיל כמעט את כל השומן ועשיר במינרלים.

מרבית התאית והמינרלים נמצאים בקליפת הגרגר (הסובין).

האנדוספרם מורכב בעיקר מגרגרי עמילן עטופים חלבון (בחלקו גלוטן).

מספר הכרומוזומים הבסיסי של הסוג חיטה הוא 7, ואם חיטת הבר היא מין טטרפלואיד, היינו מספר הכרומוזומים שלו הוא 4, שהם 28. החיטה התרבותית נוצרה מערוב של שלושה גנומים

- של חיטת הבר יחד עם מין נוסף של בן-חיטה, בן חיטה פרוע ובן חיטה שרונילכדי מין הקספולואידי, היינו שמספר הכרומוזומים שלו הוא 6 שהם 42.

אהרון אהרונוסון - בוטנאי, אגרונום ומדען ארץ-ישראלי - חקר את מוצא החיטה. בשנת 1906 זיהה ליד ראש פינה שבגליל את חיטת הבר שהינה האב הקדמון של החיטה, הלוא היא-"אם-חיטה". (*T. dicocoides*) אם-חיטה גדלה בר בגליל העליון, בגליל התחתון, באזור הכרמל, בגלבע, בשומרון וביהודה.

תירבות החיטה וגלגוליה

על פי נתונים ארכיאולוגים, החיטה בויתה בסביבות 8000 עד 10000 שנה לפני הספירה. במשך אלפי שנים של מיון ושל זריעה, קיבל האדם זנים חדשים, שניתן להפרידם מהצמח רק באמצעות נענוע, הכאה וחיטה, דהיינו באמצעות הפעולה שאנו קוראים לה היום בשם דישי. כך הפך האדם את עשבי הבר לחיטה תרבותית.

השם המדעי של החיטה הוא *Triticum* כנראה מהמלה *Tritum* שפירושה ברומית לטחון, לחבוט, לשפשף.

כבר בימי קדם, בני האדם שמו לב לחיטת הבר שצמחה בטבע, והתחילו להשתמש בה כמזון. אבל, לצמחי חיטת הבר יש מגבלות שונות, שאחת החשובות בהן: התפרקות השיבולת בעת הבשלתה. אמנם תכונה זאת מועילה להפצת זרעי החיטה בתנאי בר, אך מי שקטף שיבולים של חיטת בר ורצה להביאם אל מקום מגוריו, כדי להכין מהם אוכל, הגיע אל משפחתו עם גבעולי חיטה, שכמעט ולא נשאו עליהם גרגרים.

נראה כי אחת התכונות הראשונות שבני האדם חיפשו אצל החיטה, היא היכולת של השיבולים הבשלות והיבשות להישאר שלמות. רק שיבולים בעלי תכונה כזאת הצליחו לשרוד בדרך מן השדה אל מגורי האדם הקדמון. למעשה, ראשוני המטפחים של צמח החיטה היו מלקטי המזון של התקופה הקדומה, שהחלו לברור צמחי חיטה בעלי תכונות רצויות יותר. מאז ועד היום, נבררו צמחי חיטה וטופחו בשיטות שונות, עד לקבלת המינים השונים של חיטת התרבות, שאנו אוכלים כיום.

מקור החיטה התרבותית הוא באיזורנו, איזור הים התיכון, והיא תוצר של הכלאות של דגני בר בטבע.

מכאן היא התפשטה לשאר העולם, אל אירופה, אל אסיה ואל מעבר לאוקיינוס. כיום, החיטה נחשבת לדגן החשוב ביותר ובעל התפוצה העולמית הנרחבת ביותר. אחריה עומדים שאר הדגנים, לפי סדר חשיבותם: אורז, תירס, שעורה, שיפון, שיבולת-שועל ואחרים.

קרובי הבר של החיטה התרבותית, הגדלים גם כיום באיזורנו, מניבים יבול מועט, ובעל תכולה דלה של מרכיבי מזון חשובים, כגון: חלבון וויטמינים. אבל, הם עמידים למחלות, למזיקים, ליובש,

לקור ולחום. לעומתם, זני החיטה עתירי היבול, שטופחו במאה השנים האחרונות, הם מזינים יותר אך פחות עמידים למחלות ולתנאי סביבה קשים. לכן, יש לחיטת הבר, ולצמחי הבר הקרובים לה, חשיבות רבה כמקור לתכונות שונות בתהליכי הטיפוח של החיטה התרבותית.

כיום, מתבצע רוב המחקר של טיפוח זני חיטה משופרים, בשיטות של הנדסה גנטית, והחוקרים מחדירים אליה גנים הגורמים לה להניב יבול רב ועשיר בהרכבו התזונתי, ומקנים לה עמידות לגורמי מחלה ולתנאי סביבה קשים. צריך לזכור כי גם זנים שנחשבים עמידים בפני מחלה, מאבדים את יתרונם כעבור שנים אחדות, בעת שהמזיק עצמו עובר שינוי ומסוגל לתקוף את החיטה ה"עמידה". לכן מלאכת הטיפוח וההשבחה חייבת להימשך ברציפות.

גידול ועיבוד

החיטה היא דגן חורפי חד שנתי הנזרע בנובמבר ונקצר במאי – יוני (ספירת העומר). חיטת הבר גדלה בשדות בור ובטרשים, במגוון קרקעות – גם במסלע בזלתי וגם במסלע גירי. היא נפוצה ברוב אזורי צפון הארץ משני עברי בקעת הירדן, בעיקר במזרח הגליל ובגולן. תפוצתה העולמית משתרעת בארצות מזרח הים התיכון.

ההאבקה בדגניים בדרך כלל מתבצעת ע"י הרוח, אבל בחיטה ההאבקה היא עצמית והיא חלה בד"כ עוד לפני הצצת השיבולת.

החיטה הינה גידול אקסטנסיבי הדורש מעט טיפול- חיטה יכולה לצמוח עם כמות משקעים של 200 מ"מ גשם בשנה, ומניבה יבולים מקסימליים עם כמות משקעים של 450 מ"מ גשם, כמות מים השווה ל 450 מ"ק לדונם. היבול המתקבל בארץ גבוה יחסית ועומד על – 450 700ק"ג גרעינים לדונם.

החיטה נחשבת כגידול מייבש קרקע ולכן מסייע בהפחתת מחלות קרקע הנובעות מרטיבות מתמדת בשטחים המושקים בקיץ.

חיטה הינה הדגן בעל התפוצה העולמית הרחבה ביותר, עם שטח זרוע של 2,300 מיליון דונם, ותפוקה של קרוב ל- 500 מיליון טונות גרגרים. החיטה גדלה בכל אזורי העולם, פרט לאזורים הטרופיים הרטובים. בישראל: בתנאי בעל, בכמות גשמים סבירה, אין גידול אשר יוכל להתחרות בחיטה מבחינת רווחיותה. גידול החיטה בארץ ממוכן כליל, ומצריך כמות מזערית של עבודת ידניים.

לפני עידן המכונה, תהליך עיבוד החיטה היה כך-

- אחרי שהחיטה מבשילה, קוצרים אותה ומאלמים לאלומות.
- מביאים את האלומות מן השדה אל הגורן והופכים אותן מידי פעם כדי שיתייבשו בשמש.

- את התבואה שהתייבשה דשים ברגלי בהמות, באבן כבדה או במורג (לוח עץ שבתחתיתו אבנים חדות). התערובת המתקבלת מכילה שלושה מרכיבים:

הבר – גרעיני החיטה,

המוץ – הקליפות של הגרעינים,

והתבן – הגבעולים הקשים.

- כדי להפריד את הבר משאר המרכיבים, משתמשים בשתי שיטות: ראשית זורים בקלשון עץ את התערובת אל מול הרוח: רוב המוץ עף ברוח וכך גם קצת מן התבן. ואז מסננים בכברה (מסננת) את תערובת הבר והתבן שנשארה בגורן, וכך מפרידים בין גרגרי הבר לבין התבן ושאריות האבנים והלכלוך.
- את גרגרי הבר מאחסנים בממגורות, ולאחר מכן טוחנים אותם לקמח.
- בתבן משתמשים לריפוד דירי צאן, להאכלת בהמות ולליבון לבני בוץ.

שימושים

צמח החיטה הינו הדגן החשוב ביותר בעולם המערבי, ובעל התפוצה העולמית הרחבה ביותר. חיטה הינה המקור העיקרי להפקת קמח המשמש להכנת מאכלים רבים כמו לחם, פסטה עוגות ומוצרי בצק נוספים.

החלק שבו משתמשים למאכל הוא זרע החיטה. זרע חיטה הוא בעל ערך תזונתי גבוה ובכדי ליהנות ממרכיביו יש צורך לאכול מזון המופק מקמח חיטה מלא. קמח חיטה מלא מכיל את זרע החיטה על רכיביו השונים הכוללים את הנבט (עובר), האנדוספרם וקליפת הזרע היא הסובין. העובר מכיל את רב השומן ועשיר במינרלים ובויטמינים. הסובין מכיל סיבים תזונתיים ואת רב המינרלים והאנדוספרם (החלק היחיד שנשאר בקמח לבן) מכיל בעיקר עמילן. השימוש העיקרי בזרעי החיטה הוא להכנת קמח אך קיימים שימושים משניים לזרעים כמו ייצור בורגול, קוסקוס, יצירת אלכוהול והפקה של עמילן וגלוטן. חלקי צמח אחרים משמשים גם הם בתעשיות השונות כמו הקש שמשמש להפקת תאית, לתעשיית הנייר ולייצור דלק. להזנת בע"ח משתמשים בסובין החיטה והקש.

רפואה

החיטה היא מלכת הדגנים של המזרח התיכון. ברפואה הסינית היא נחשבת לאחד המזונות הבודדים המשפיעים בצורה ישירה על הנפש. החיטה מלווה את צמיחת התרבות האנושית במזרח התיכון אלפי שנים בדומה לאורז המלווה את צמיחת התרבויות האסייתיות. המקרוביוטיקה מסבירה כי ההבדל התרבותי בין המזרח למערב נעוץ בין השאר בהבדלים ובהשפעה השונה של החיטה והאורז על האדם. על פי המקרוביוטיקה האורז מדגיש יותר את

פיתוח ה"בטן" הקשורה לתפיסה אינטואיטיבית-ישירה של המציאות, ולקשר עמוק אל הטבע, בעוד החיטה קשורה יותר להזנת הלב והמוח ותומכת בגישה יותר שכלתנית.

לחיטה השפעה מרגיעה ולכן נחשבת כמועילה במקרים של פלפיטציות, אינסומניה (נדודי שינה), חוסר שקט, קשיים במנופאזה, וחוסר יציבות נפשית. החיטה מעודדת גדילה, צבירת שומן ומשקל ולכן טובה לילדים הנמצאים בשלב הצמיחה בחייהם ולאנשים חלשים. מאותה סיבה יש להיזהר בשימוש בחיטה בקרב אנשים שמנים, בעלי נטייה לגידולים.

לחיטה יש יכולת ספיחה מסויימת. תכונה זו בשילוב השפעתה על המישור הנפשי, מצביע על כך שניתן לתת אותה במגוון מצבים שבהם יש שילוב של חוסר שליטה על הפרשות הגוף המלווים בקושי נפשי- לילדים המרטיבים בלילה, למקרי הזעות ספונטניות, הזעות לילה, קרי לילה ושלושול. החיטה מלחלחת ועוזרת במצבי צמא, פה וגרון יבשים.

יש לזכור כי חיטה עלולה לעורר אלרגיה, הדבר נפוץ בקמח חיטה שהתחמצן ממגע אוויר. בנוסף ישנם אנשים הרגישים לחלבון החיטה- הגלוטן. (מחלת הצליאק).

בספר 'מראה הילדים' כותב הרב רפאל אוחנה: "אם יבשלו החטים עצמם במים, יהיו לעזר ולהועיל השיעול והזלת הדם. קליפתם הם הסובין, מכבסין ומטהרין, (את הגוף) ואם יעשו מהם תחבושות עם חומץ חם, יונחו על נגעי הפנים ועל עווית הבטן, ירפאו ויועילו... גם זה הדבר מועיל לנשיכת נחש."

ברפואה העממית של יהודי תימן מבשלים את הסובין של החיטה במים, ועושים אמבטיות נגד כאבי שיגרון. יהודי אלג'יר ומרוקו מכינים מהבורגול מרק ומשקים בו את חלשי הגוף ואת הסובלים מחוסר דם.

אליעזר מנצור סתהון בספרו, 'נוצר האדם', כותב על החיטה: "מיני זרעונים. והמובחר בלחם החטה הוא אותו שיש בו מעט סובין ולא הוסרה קליפתו. וזה יועיל לעיכולו ויוליד דם טוב ונקי ויתן כח באברי הגוף... ויפסיד הנגעים שבכליות".

ברפואה המודרנית מפיקים מהחיטה את עמילן החיטה. ברפואה הטבעונית ממליצים מאוד על מאכל של נבטי חיטה. הם מכילים אחוז גבוה מאוד של הוויטמינים B1:E -ומינרלים חשובים, כגון: חומצה זרחנית, מגנזיום, אשלגן, נתרן וסידן, כמו כן ממליצה הרפואה הטבעונית על מאכל סובין למהלכם התקין של המעיים.

היסטוריה ופולקלור

חיטה הינה בין הצמחים הראשונים בהיסטוריה האנושית שטופחו כצמחי תרבות. תירבות החיטה החל לפני 11,000 שנה והיא היוותה את הדגן העיקרי באזור הים התיכון בתקופת המקרא. בשנת 4,000 לפנה"ס התפשט גידול החיטה מהמזרח התיכון לאזורים נוספים.

בימים קדומים נהגו להכין מגרגר החיטה המלא מאפים שלא עברו תפיחה אך עם גילוי מחמצת השאור במצריים (מחמצת שאור = בצק שעבר תהליך של תסיסה על ידי שמרי בר) החלו בהתפחה של המאפים. אחת הבעיות המאפיינות את הכנת הלחמים בימים קדומים היתה סינון בלתי יעיל של הקמח והימצאותו של חול וחלקי אבנים במאפה. עם השנים התייעלו שיטות הסינון והטחינה והקמח הפך להיות נקי יותר. גילוי הקמח הלבן שעיקרו יצירה של קמח מזרע חיטה שעבר ניקוי והורדה של הקליפה והנבט הוביל ליצירת לחמים מעודנים יותר אך גרם לאיבוד הערך התזונתי העיקרי מהמזון הבסיסי ביותר באיזורנו.

"ברכת אל חסידה" – ברכת הקציר או מקלעת השיבולים.

מנהג זה, של קליעת שיבולים הינו קדום מאד, וכמעט חובק עולם. בחלק מן הספרים מוזכר שמוצאו כנראה ממצרים העתיקה, אבל כמעט תמיד ההתייחסות היא אל המקור הפגאני הקדום של בובות הדגן (כך הן מכונות באנגלית) ולהתפתחות הקליעה והטקסים הקשורים בה באירופה ובעיקר באנגליה.

עם התפשטות השימוש בקומביין לקציר, הלכה המלאכה ונעלמה, אבל בשנות החמישים והשישים היתה באנגליה התעוררות לשימורה וכך נאספו דגמים רבים שדאגו לאצור במוזיאונים.

ברכת "אל החסידה" היא סמל וברכה לשפע ופריון. תהליך מחזוריות החיים אשר מתקיים בפריון האדמה המניבה יבול של מזון, בפריון בעלי החיים ובפריון הנשים, הוא אותו התהליך-לידה, התבגרות, הבשלה, הולדה ומוות. אך טבעי זה לשייך תהליך זה לכוח הנשי, למין הנקבי-לאם הנותנת חיים, המולידה ומזינה. צלמיות רבות בדמות אשה שופעת נמצאו מאותה תקופה, סמלים לאותה אלת פריון ראשונית חובקת כל. באופן מסורתי, מקלעת השיבולים נקלעה מהאלומה האחרונה הניצבת בשדה שיבולים שעבר קציר. היא נקלעה פעמים רבות בדמות אשה או איברי רבייה נשיים, כדי שתשמש בית ומשכן לרוח הדגן, ותשמור על פוריות הזרעים. מקלעת זו נשמרה במשך העונה המתה בתוך הבתים.

היא כונתה בשמות שונים, וסימלה את האלה האם, המגינה על היבול. עם בוא עונת הזריעה הבאה, היו לוקחים את המקלעת, מפוררים אותה, ומערבים את זרעיה עם יתר הזרעים, כדי שרוח הדגן, היוצאת שוב לחופשי, תוכל לעבור לדור הבא, בשדה הנזרע מחדש, כדי להבטיח יבול שופע.



"ברכת אל חסידה" - מושט

החיטה במקורות¹

החיטה מלווה את בני האדם במהלך 10,000-15,000 השנים האחרונות, והיא משמשת כמקור מזון בעל חשיבות רבה. לא לחינם החיטה נזכרת במקורותינו, כראשונה בין שבעת המינים שארץ ישראל התברכה בהם. אכן, החיטה נחשבת לגידול עתיק יומין באזורנו, ויעידו על כך ישובים רבים שנקראו על שם ענף גידול החיטה: כפר-חיטים, בית-לחם, קרני-חיטין, דגניה, בית-דגן, בית-קמה, תל-קציר, אלומות, גדיש, גורן ועוד...

בנוסף, החיטה עומדת בראש הקבוצה של מיני הפירות, שבהם נשתבחה ארץ-ישראל: "ארץ חטה ושערה וגפן ותאנה ורמון. ארץ-זית שמן ודבש" (דברים ח', ח).

חיטה ושעורה, שני הדגנים מתוך שבעת המינים, מייצגות את עמודי התווך של המבנה הפנימי שלנו. אחריהן באים חמשת הפירות – מתאבנים וקינוח בתפריט הרוחני שלנו – המוסיפים תבלין וטעם למאמצנו הבסיסי לפתח את שתי נשמותינו, זו החייתית וזו הרוחנית.

¹ מכיוון שסעיף זה התברר בדיעבד כעשיר במיוחד בחרנו להקדיש פרק שלם העוסק בקשר בין המקורות לנושאים שעלו בפרובינג- על כך בהמשך, בפרק "פסוקו של יום".

ברכות חמשת מיני דגן

ברכות מיוחדות תקנו חכמים לחמשת מיני דגן, שהם: חיטה, שעורה, כוסמין, שיפון ושיבולת שועל.

ככלל, חמשת מיני דגן הם צמחים חד-עונתיים, ולכן לכאורה ברכתם היתה צריכה להיות "בורא פרי האדמה", אלא שעל שום חשיבותם, שמהם עושים את עיקר מאכלו של האדם – לחם ותבשילים, תקנו להם חכמים ברכה מיוחדת, כדי להודות לאל באופן מפורט על עיקר מזוננו. על לחם: "המוציא לחם מן הארץ", ועל עוגות ותבשילי מזונות: "בורא מיני מזונות."

"למה מברכין על הפת המוציא לחם מן הארץ ולא מן האדמה כמו בורא פרי האדמה! כי החטה מוצאה הוא מהארץ, כלומר מארץ-ישראל" (החיד"א, ספר'שירי ברכה', ליבורנו תקל"ד).

בתורה נחשבת החיטה לעיקר התזונה האנושית, ואילו השעורה נזכרת כמזון אופייני לבעלי חיים (השוו תהלים קד, טו ומלכים א' ה, ח. ראו גם תלמוד, סוטה יד, א).

לפיכך, החיטה מייצגת את המאמץ להזין את היסוד האנושי הייחודי שבנו, את שאיפותינו הרוחניות שהן תמצית אנושיותנו, ואילו השעורה מייצגת את המאמץ להזין ולפתח את נשמתנו החייתית – משימה לא פחות חיונית למשימתנו בחיים מטיפוח נשמתנו האלוהית.



הרמדי TRIT-D

הבנה כללית ותימות מרכזיות

כעת נציג את התימות המרכזיות שעלו בפרובינג כפי שאנחנו הבנו אותן, כפי שעניינו קלטו ועיבדו אותן. בתום כל נושא או סוגיה שנעלה, נביא מספר דוגמאות בלשון הישירה של הפרוברים והסופרווייזרים.

כשאספנו וקראנו את מחברות הפרוברים, שמנו לב בקלות רבה למספר נושאים שעלו שוב ושוב: בהתחלה יכולנו רק לראות את הנושאים מנקודת מבטה של הנמלה, אולם בסוף עבודת הליקוט, לאחר שכבר נעשינו בנות בית בקרב המחברות, יכולנו להבין ממבט רחב וגבוה יותר, כיצד הנושאים כולם מתקשרים כולם לגרגיר הקטן והמרכזי הזה שבחיי האדם – **החיטה**.

אפשר לומר, שלמעשה כל תולדות התפתחות תרבות האדם חתומה ומוטבעת באופן אלגורי בתולדותיה של אם-החיטה על כל גלגוליה. אם-החיטה מלווה את האדם משחר התרבות האנושית, ובמקביל אותו גרגיר קדום עבר כל כך הרבה טלטלות, מוטציות, שיבושים ושינויים, עד שהגיע ללחמניה הלבנה בשקל וחצי ממדף המכולת – על כן אין להתפלא על **אווירת הנוסטלגיה** האופפת את הרמדי. נוסטלגיה וגעגועים כלפי "איך שדברים היו פעם." הנוסטלגיה הזו, כפי שעלתה בפרובינג אינה רק נוסטלגיה מטאפיזית מופשטת, אלא גם נוסטלגיה קונקרטיית שמופנית כלפי העבר: בית אמא, הילדות, או כלפי הבית שהיה בילדותינו. נושא זה עלה גם בדיבור המודע וגם בחלומות. וכי יש משהו ביתי יותר מלחם? אמרתם ריח של לחם בתנור, אמרתם בית.

זה הכה לי ממש בלב. באו לי געגועים לא מוסברים ולא ידעתי למי. לאמא? לעדה? משהו מהעבר הילדי או הנערי שלי התגעגע ממש. התישבתי על הספה ולא יכולתי לזוז. לא יכולתי לצאת מהאור הזה, עד שלא נהיה חושך לא עשיתי כלום, רק הרגשתי את האור הזה.
(8) (D 04)

אני עייפה. הולכת טיפה לנוח לפני שתיכנס השבת. ברדיו שירים נוסטלגיים, שירים עבריים של פעם. זה כל כך נעים. אני עטופה משהו רך מאוד. מפוייסת וקשה לפגוע בי. (8) (D04)

בקיבוץ סיפר לי איך בילדות שלו ההורים שלו היו משאירים אותו לבד ויוצאים לצלם טלוויזיה. היתה אווירה נוסטלגית באוויר. הוא חיפש את התמונות מלפני 30 שנה. (8) (D06)

וגם בחלומות הופיעה הנוסטלגיה כלפי העבר:

ראיתי את עצמי הולכת על חוף ומגיעה באמצע הלילה לוילה גדולה. פתאום מצאתי את עצי עומדת מול הכניסה עם הבן שלי באמצע הלילה.

עמדתי והסתכלתי על הבית וחשבתי שזה הבית שגרתי בו פעם ב "וילה" באילת למרות שהוא ככלל לא היה דומה, ידעתי שגרתי בבית הזה בגלגול קודם אבל לא יכולתי להגיד לה את זה. (D01) (10)

ההטבעה של תולדות האדם בגרגיר אם-החיטה – כפי שהתגלגל במסעותיו על פני כל הזמנים, מתבטאת בנושא נוסף שעלה, והוא **עיסוק בזמן- ותופעות של שינויים בתפיסת הזמן**. אנחנו הבנו את זה כחוויה של הזמן הקוסמי מול חווית הזמן הלינארי. הביטוי "זמן קוסמי" או "זמן נשי" מול "זמן גברי", הופיע כמה וכמה פעמים בפרובינג. בצורה פואטית ניתן לומר כי הזמן הקוסמי, ההווה הנצחי, היה קיים רק בגן עדן, בילדות, אחר כך (בהתאמה לטעימה מעץ הדעת²), האדם "הושלך" אל תוך הזמן הלינארי (עבר, הווה, עתיד) ומאז נגזר עליו להתגעגע לעבר ולשאוף אל העתיד. הדבר התבטא במהלך הפרובינג בחוויות שונות של הזמן: או שלא הצליחו להיות בסינכרון עם הזמן – תחושה שהיום מתארך, או חוסר עמידה בזמנים, מול חוויה של "אין זמן". או, בחלומות, בתחושה של אמיתות אוניברסאליות שעומדות מעל לזמן, שמייצגות מהות פנימית קוסמית, בניגוד למה שנראה למראית עין.

הזמן נהיה גמיש ולא היה אכפתי לי (D02) (8)

משך השיעור היה יותר משעתיים. לא ממש עצבן אותי כמו תמיד ולא הרגשתי בסוף שחייבים ללכת לסדר לשבת. בסוף חזרנו רק ב 11.00 זה יצר עלי המון לחץ אבל לא הרגשתי אותו בתוכי. רק ידעתי שאני ממש לא בזמנים. בסוף נהיה לי ממש חירבוש עם הזמנים. (D04) (8)

כמו שבהתחלה ראיתי תוכניות בטלוויזיה ובראש רצה לי תוכנית נוספת שרצה קודם. כמו עבר והווה מעורבבים. (D04) (8)

כשהתעוררתי ראיתי את ההווה. והרגשתי שרק ההווה זה אושר. האוויר בהווה מנצנץ כמו שמש על מים. זהובים זהובים באוויר. ויש שמחה. נזכרתי שזו הייתה התחושה שלי בילדות. מרחב אדיר של אינסוף. המחשבה נעצרת ויש בעיקר תחושות. התרגשות על התחושות. וכל הזמן הן באות ונהיות כמו הרגשה של היפנוט על קסם. אני לא חושבת על עצמי כלום, רק מתהפנטת על מה שיש סביבי בעולם. יש מרחב נשימה עצום, והעולם כל הזמן מדבר איתי בלי מילים. (D05) (8)

הנוסטלגיה וחווית הזמן הקוסמי מתקשרת לנושא מרכזי אחר שעלה- נושא **שייכות, שורשים והזהות האתנית**. הנושא התבטא החל מפרוברית שהתמכרה בזמן הפרובינג לסדרת טלנובלה "טרה אספרנסה" העוסקת בחיי מהגרים שעוזבים את ארץ מולדתם, או בכך שבדיוק ילדים של פרוברית אחרת כתבו את עבודת השורשים שלהם לביה"ס. כאן המקום לציין כי אם-החיטה – הלא היא האמא של הלחם, היא גם בראש ובראשונה אמא יהודית, ישראלית, עברית, שהרי מקורה ההיסטורי הוא כאן, בארץ ישראל, והיא נחשבת לאחת משבעת המינים שבהם בורכה הארץ. לכן, לא התפלאנו לראות שמקור החיטה מעורר תחושות שייכות ועיסוק בשורשים, גם

² ראה פרק "פסוקו של יום"- חיטה: עץ הדעת.

ברובד האוניברסאלי, שבו מקור החיטה מעורר חיפוש אחר שורשיו, וגם במובן המקומי, שבו הוא מדגיש את הזהות האתנית יהודית ישראלית.

רציתי לראות את ערוץ 1 כי הוא הערוץ של המדינה, ולא סרט טוב של אוסקר כי זה של מדינה אחרת. רצית את השייכות המיידית שלי. (8) (D05)

כנראה שצריך רמדי של הארץ הזו, שאני נולדתי ממנה כדי להחזיר לי את ילדותי. חשבתי שכל הרמדיס שלקחתי בימי חיי באו ממקומות רחוקים, ואם אני מדברת על השתרשות באדמה, מן הסתם, הטוב ביותר, זה מהאדמה שממנה באתי. האם אנו ילדי העולם, או ילדי הארץ. האם צריך להשתדל לתת לאנשים תרופות שבאו מן החי והצומח של ארץ הולדתם, ומה זה לתת תרופה שבאה מרחוק. (8) (D05)

אחרי יום שלם של חלוקת משלוחי מנות בין השכנים, בסוף היום היו אצלנו על השולחן 11 משלוחים. א. היה כ"כ שמח. שאלתי אותו למה, והוא אמר לי "we are no strangers anymore". שנינו צחקנו. שאלתי אותו אם גם במרכז היינו "strangers" והוא אמר שכמובן. אבל זה היה מוסווה – שייכות. (8) (D33)

בכיתי בהצגה של השורשים זו הצגה שראיתי שנה שעברה עם א. והשנה אותה הצגה. לא זכור לי שבכיתי כל כך. היו קטעים משפחתיים שהיה לי קשה. רציתי להסתיר שלא יראו שאני בוכה. (7) (D03)

גם בחלומות הופיע נושא השייכות בדמות ארצות זרות, ונדודים, ואפילו כמה חלומות על יצורי מים (דגים, לווייתן) מחוץ למים – אותם ראינו כמתקשרים עם נושא העקירה מהשורשים:

אני בארץ זרה, מקום זר, בחדר ודירה, תחושה – לבד, לא מכיר אנשים בסביבה. יוצא לרגע וגונבים 2 ארנקים עם כל הכסף – ארנק רגיל+ארנק נסיעות של מטבע זר. (11) (D 10)

שאלו אותי מה אני רוצה לעשות וענית- לנדוד בדרכים וראיתי את עצמי עם מזוודה. הייתי חופשיה עם קבוצה של אנשים. (10) (D09)

עמדנו בחדר ופתאום עלה גל ענק (כמו צונאמי) ואני הייתי בהיסטריה שהוא יגיע אלינו נורו ממנו אלפי חיצים בצורת דגים שהגיעו עד אלינו ונחתו בחדר. (10) (D13)

תחושת השייכות והחיפוש אחר שורשים מתבטא ברמדי גם במסגרת הכי לוקאלית שבה מרגיש אדם שייך – המשפחה. בדומה מאד לאחותה הרמדי TRIT-V, גם זו היא רמדי עם אווירה משפחתית מובהקת. אצל כל הפרוברים עלה עיסוק בשאלת תפקודם כאנשי משפחה, או שהרמדי שיקפה ביתר שאת את יחסי הזיקה בין בני המשפחה.

אשתי אמרה שאני יותר איש משפחה. (11) (D 24)

הדרכה מהי הורות טובה דרך סיפור של סכסוך בירושה, שבאו אלי לטיפול. זאת שהגיעה אלי קיבלה הנחיה שלה- נאמר לה שהורות טובה נבחנת בזה שמורשת הורות היא כזאת גם אם הורה נעדר אחוות אחים שלמה וטוטאלית וכל אחד (8) (D00)

אני חושבת לעצמי : אחים=> תיקון קין והבל. (8) (D00)

גם עם א. והילדים נהיתה מן מתיקות שכזו. כיף לי איתם. יש נעימות ושמחה על עצם השהייה יחד. (8) (D 02)

הגענו לסרט, ראינו קטע שבו האוהבים מדברים אהבה, רואים שהיא בלתי אפשרית למימוש כי שניהם לכודים במערכת משפחתית מסורתית וסגורה. (8) (D 02)

רונית ושלומי אלקבץ, השחקנית והבמאי אחים. אח"כ הם דיברו על איך הם עשו את הסרט ומה המסר שלהם. זה החיים שלהם. הדור של ההורים שלהם. שוב חשבתי איך הם חיים אחד לאחד בתלבושת אחרת (סרט) את הסיפור של ההורים שלהם. שוב חשבתי של הסדנה שעברתי " זיווג הורים". הנה, כך זה מתרחש. (8) (D02)

בני רק רץ אלי לחבק אותי. "חיבוק לאמא, חיבוק לאמא"- הוא מנשק אותי, נראה שכולם שופעים אהבה, משהו רך באוויר. (8) (D04)

כתבתי מכתב לאבא שלי. שוב היה לי פוקוס וידעתי שזה ממש חשוב לא לדחות את זה. שהיום אני רוצה לשלוח לו בדואר את הסוודר שקניתי לו, ולשלוח עם זה מכתב. אני לא מצרפת מפאת כבודו של אבי, אבל אוסיף ואומר שזה מכתב אהבה גלוי. (8) (D06)

כשאחותי ובת דודי הגיעו, הביאו איתם שמחה עצומה. היתה אוירה נהדרת. (8) (D14) שמעתי שאחותי ובן זוגה כבר התעוררו, ויכולתי להישאר במיטה. לא כמו פעם, לא רצתי אליהם. ידעתי שהם בסדר, וגם אנחנו בסדר. (8) (D14)

מ. התעוררה והתחילה לעשות סלט. היא פתחה שולחן ענק ומלא בסלטים ומלא בצבעים. היתה הרמוניה מופלאה בין כולנו. א. חזר מבית הכנסת וכ"כ שמח לראות את השולחן הזה. ישבנו כולנו ואכלנו, ואח"כ שוב, קשקושים וצהלות צחוק. הרבה זמן לא הייתי עם המשפחה כך. אח"כ התקשרה בת דודתי והגיעה עם בן זוגה. שוב צהלות, צחוקים. אהבתי את זה. שהכל פשוט. שיש אמת. שיש מרחב. אהבתי את הקרבה המשפחתית הזו כמו פעם. שהיינו כולנו יחד. (8) (D14)

אני קולטת שזו רמדי מאוד משפחתית. רצינו להיות עם המשפחה וכ"כ אהבנו ונהננו. לא היינו רצים למשהו אחר. (8) (D23)

שוב רואה את הדברים בצורה חיובית. מרגיעה את עצמי שיהיה בסדר בשבוע הזה. מה אני מפחדת מהילדים שלי? זה ממש בדיחה! (10) (D11)

שורשים הם השייכות. **השושלת הדורית** אליה אנו משתייכים, היא שמעניקה את הזהות הקיומית, את הבסיס הפיזי, המטאפיזי, הרוחני והרגשי של האדם. השתייכות זו של האדם אל שורשיו מתבטאת בכמה רבדים –

המורשת, המסורת, היא החיבור שלנו לשורשים וההשתייכות שלנו לקבוצה בפן הרוחני והרגשי. **ירושה** – היא המורשת החומרית. זוהי נתינה חומרית המסמלת קשר, שייכות, מסמלת את שורשיך. פן נוסף לביטויי השושלת הדורית, היא התורשה-ההמשכיות הגנטית שלנו, הצופן העובר מדור לדור (ממש כאותו זרע חיטה הצופן בתוכו את כל גלגוליו משחר האנושות). אם כן, נושא **הירושה והמורשת** עלה באופן מובהק ממש אצל כל הפרוברים. יותר מכך! אי אפשר שלא להתייחס למאורע שארע בזמן עריכת הפרובינג, שמסופר מפי אחת הפרובריות לפרטי פרטים. סיפור שנשמע כאילו נלקח מהאגדות, ומצליח לשקף מהות מזוקקת וחשובה ביותר של הרמדי: מדובר בסיפור יוצא דופן – מתיחה של עיר שלמה על כך שפעם ראשונה בהיסטוריה מליונר מחליט לחלק ירושה לכל מי ששייך לעיר שבה קבורה אשתו! בנוסף, מדובר בעיר צפת שהיא כידוע בעלת שורשים יהודים משמעותיים ביותר, ובעלת חשיבות גדולה בהיסטוריה של העם היהודי. הנה הסיפור כפי שסופר מפי אחת הפרובריות:

הבנתי שאני צריכה להתחבר לעיר שבה אנחנו גרים. צלצלתי לא. (עכשיו הארנונה על שמה) כדי לקבל העתקים קודמים כשהארנונה היתה עדיין על שמי, על מנת שאוכל להוכיח שאני בת העיר. כך זה כאן. גם כדי להחליף כתובת יש מניעות. דיברתי איתה ביום ראשון. היא אמרה שתשלח את זה אחה"צ. חשבתי שזה מאוחר מדי. המאמר בעיתון הביא בגדול את הנושא של מי שייך לעיר ומי לא. לא ידענו אם זו מתיחה של 1 באפריל, אבל התייחסתי לזה ממש ברצינות. האם אני שייכת? האם יקבלו אותי? כל הזמן רצו לי דיאלוגים בראש. ביום שני המכתב של א. כבר היה בתיבה. מייד שיניתי כיוון ועם כל המצרכים מהסופר נסעתי מיד למשרד הפנים. יש שם פקידה שכבר מכירה אותי ופקיד שפעם עשה לי בעיות כשעברנו מהמרכז לצפון. יש משהו מוזר כאן, כשעוברים מהמרכז לצפון כל האנשים שגרים בצפון אומרים לנו "השתגעתם? מי רוצה לבוא לכאן?" אבל במשרד הפנים בגלל ההטבות במס הכנסה עושים את המוות. אתה צריך להוכיח שאתה מכאן. במשרד הפנים היו המון אנשים. הפתק של העברת כתובת הוא ורוד. היה נדמה לי שכולם מחזיקים פתקים ורודים. כולם רוצים להיות יורשים של המיליארדר שמחלק כספים לכל אנשי צפת. הרעיון הקסים אותי. פעם ראשונה בהיסטוריה שמיליארדר מחלק כסף לעיר שלמה. כמה עשיר הוא צריך להיות. פעם ראשונה שכולם מקבלים בשווה. בשווה? היה רשום שם משום מה שתינוקות שנולדו אחרי איזה תאריך בשנת 2004 לא יקבלו. למה? שוב תחושת חוסר צדק. חשבתי גם על תושבי ח. זאת גם עיר עניה. אז מה, בגלל שאשתו קבורה כאן והוא אוהב את העיר הזאת, הם לא יקבלו? חמלתי אותם. חשבתי לעצמי, טוב, את לא יכולה לדאוג לכל האנשים בכל הארץ, צמצמי. במשרד הפנים פגשתי את מ. היא היתה חביבה ורצתה לדבר איתי. אני בדיוק נזכרתי שלא הכנסתי לדף את 2 הבנות הבוגרות שלי. מיהרתי להוסיף אותן. יצא לי מקושקש ולא העתקתי שוב. העט היה חלש ולי היה קוצר רוח. לא התפנתי אליה. אמנם ביקשתי סליחה והיא אמרה "אני מבינה איך את מרגישה" וסיפרה שהם שלחו אותה חזרה למועצת ר.פ. כדי להביא את האישור. היא היתה המומה. אני חייכתי אליה ואמרתי שכך זה כאן. עכשיו כשאני כותבת אני רואה שענין הירושה והשייכות עדין פועל עלי. זה התחיל מיד כשלקחתי את הרמדי. אפילו

המתיחות הן בעניין הזה. פה השאלה היא של קירבה ואנונימיות. כמו שושלת הדורות. האם בגלל הקרבה של האיש לעיר הוא יחלק כספי ירושתו לכל אנשי העיר, אף אלו שאינם מכיר ואינם ילדיו בדם? הרגשתי רע כלפי ילדי שבגללי יפסידו. למה אני לא אחראית? על עצמי קיבלתי את זה בקלות, אבל מה חטאו הילדים שאני לא מסודרת? הרי שמרתי את הכתובת הקודמת בגלל הגן של א. ועכשיו כבר אין צורך, למה לא החלפתי בזמן? היתה לי תחושה שבגלל זה הם לא יקבלו אותי. כבר חשבתי איך אני מוכיחה להם שאני גרה פה כבר 3 שנים. כשהגיע תורי הפקידה לא עשתה שום בעיות, לא הסתכלה בכלל בדפי הארנונה שהבאתי והיו רשומים על שמי. חשבתי, זה היה ממש בקו התפר, עוד כמה חודשים ולא הייתי יכולה לעשות זאת. ב 2 שניות היא החליפה לי את הכתובת, פטפטה איתי וברכה אותי לחג. זה מה זה חריג אצלה. יצאתי משם בהרגשת הקלה לא נורמלית. עשיתי זאת. התחברתי לעיר. אחרי שרשמתי את הילדים בעיר לא היה אכפת לי יותר מהירושה. חשבתי-אם זה נכון או לא, זה לא משנה. אני מלאתי את חובתי כלפי ילדי. ההרגשה שאני פוגעת בהם בגלל הרשלנות שלי או הקומפלקסים שלי היתה לי קשה. אחרי שהייתי טובה כלפיהם הייתי קלה משוחררת וחופשייה. הכסף לא עניין אותי. (8) (D37).

נציין שלא רק נושא הירושה עלה בפרובינג, אלא גם, ובעיקר, עלו סכסוכים סביב ירושה.

נזכרתי בדברים קשים שקרו מזמן. דברים שלא היתה שליטה על תוצאותיהם: "לפני 5 שנים קיבלנו ירושה והיה עוד מעורב – צד שלישי – שגנב את רב הירושה, לקח במרמה את רובה. יצא טעם מר ושאין מה לעשות. (11) (D16)

הדרכה מהי הורות טובה דרך סיפור של סכסוך בירושה, שבאו אלי לטיפול. זאת שהגיעה אלי קיבלה הנחיה שלה- נאמר לה שהורות טובה נבחנת בזה שמורשת הורות היא כזאת גם אם הורה נעדר אחוות אחים שלמה וטוטאלית וכל אחד (8) (D00)

יצאתי מהעבודה סחטה לגמרי. בטלויזיה שוב הסרט "ראן", סרט של קרסואה. שוב עניינים של ירושה. המלך מוריש עוד בחייו לבניו את המלוכה והם בגדו בו ואחד בשני. אין לא בית. אין לו אוכל ונשאר עם עשרים לוחמים. (8) (D02)

כפי שראינו, את הפרובינג על אם-החיטה עוטפת אווירה חזקה המציפה היבטים שונים של הקשר הבין-דורי. אם בדמות עיסוק בירושה, אם במורשת, אם בדמות עיסוק בשאלות של שייכות וזהות משפחתית ואתנית, ואם בכלל, בעקיפין, תחת רגשות נוסטלגיה לבית-אמא, מחשבות שעלו אצל כמה פרוברים בנוגע לחינוך שספגו מבית ההורים. אפילו בחלומות עלתה אווירת הזיקה הבין דורית, הנה דוגמא אחת, אף כי סוריאליסטית, מדגימה את אותה תימה:

....אני יושבת בשולחן ארוך עם הרבה אנשים שאני לא מכירה, ומקריאה סיפור לפעוט קטן ושמן שיושב לידי. תוך כדי שאני מקריאה לו הוא מתחיל לחקות איש מעשן. לאט בהרבה חושניות. אני נדהמת, מה קורה פה. שאר האנשים מכירים זה את זה כפי הנראה. אני אומרת

לעצמי להבליג וזה קצת משעשע. אני חושבת בחלום, יש דברים ששייכים לאדם מקטנותו. וכך אצלו עם העישון. (8) (D 02)

בנוסף, הרבה מאד עלה בפרובינג עיסוק עם **כסף, חומרנות, ושאלות של חומר מול רוח**. אפשר לקשר זאת לסוגיית הירושה והמורשת, מה שעובר בחומר בין בני המשפחה, ואפשר לראות זאת כביטוי לרצון להרוויח כסף. בצרפתית, בשפת הסלנג, חיטה (ble) היא מילה נרדפת שגורה לומר "כסף". ואכן אפשר לראות שמרבית הפרוברים עוסקים בשאלות העוסקות בחומריות: מהתאוות לכסף, ועד ביטול נחיצותו. בחלומות שונים עלתה השאלה של תשלום חומרי עבור טיפול רוחני, או שישנו ויכוח על תשלום, או מורת רוח ממחיר שננקב (למשל עבור טיפול שיניים). חלום אחר עסק בכסף שהושג ברמאות, העלמת כסף ועניינים עם כסף לא חוקי.

א. רוצה לספר לי איך הוא הסתדר עם הכסף עם ע. אני לא רוצה לשמוע. לא רוצה עניינים של כספים. רוצה את השקט שלי. (8) (D02)

נזכרתי כמה הייתי נדיבה בצעירותי. ראיתי שזה היה קשור לכוח. שעם השנים התעייפתי. **חזרה לי תחושת הנדיבות. לעשות להם שיהיה ממש טעים. לא הגעתי לרמה של פעם אבל יותר מהרגיל. (8) (D02)**

אני ירדתי בסיבוב למטה ומולי עלתה מרצדס שחורה. בפנים ישבה אישה בלונדינית עם משקפיים שחורות ענקיות ועל ידה, אולי ילדה או משהו צעיר. גם היא היתה צעירה. הרגשתי פתאום כמה טוב לי בתוך הסובארו הלבנה הישנה והקלה שלי. ראיתי את עצמי כמו ילדה שאין לה דאגות של מבוגרים שצריכים להשיג מרצדס. אמרתי לעצמי שהרצון שלי לביטחון חומרי מזויף ושאין לי בעצם צורך בכל השריון הזה. זה מכביד וגם מסגיר אותך. בעצם משייך אותך לקבוצת הגדולים והצבועים. (8) (D05)

לא אכפת לי כמה אני מרוויחה ובלבד שזה מספיק לחיים. אני שמחה עם כל כסף שבא לנו, אבל אין לי וואקום בלב אם חסר. **לא רוצה לדעת על כסף ורכוש. כל הזמן באו מולי מכוניות מרצדס ואני חשבתי כמה זה לא כיף לעשות לאוטו כזה ביטוח או להיות בתוכו. מועקה. מי צריך את זה. רציתי להיות קלה. חופשייה בחיים. נזכרתי שבנעוריי כסף לא עניין אותי. כשכל החברים שלנו קנו בתים במושבים אני הסתכלתי על זה כעל תופעה אנתרופולוגית עם השנים, במיוחד בשנים האחרונות התחלתי להסתכל על כסף אחרת. בכיסופים. עכשיו חזרתי להרגיש שזה לא יבוא במקום שום דבר אחר. אני שמחה בכסף, רוצה להרוויח כסף, עושה את העבודה שלי אבל אין לי מועקה בקשר לזה. (8) (D07)**

אנחנו רואים סרט על אישה שמעמידה פנים שהיא אוהבת איזה גבר מכוער וזקן **בשביל כסף**. אני לא יכולה לראות את זה. זה עושה לי עצבים וגועל. שאט נפש. גם לעשות מזה סרט? היא כ"כ צבועה ופוני. (8) (D11)

יש לי הרגשה שהרמדי מדברת בגדול על הפער בין חומר לאהבה. לא חומר ורוח, אלא חומר ואהבה. אומרים שרוח זו אהבה, אבל הפעם זה לא מילים, זו תחושה. (8) (D11)

הרבה מאוד כעס וקריזה – בעקבות אירוע מסויים – עם אח שלי. קשור לכספים של אבא שלי.
(7) (D 00)

לכל אורך הפרובינג עולה עיסוק עם מוסדות אפרוריים ובירוקרטיה – למשל, שני פרברים הופיעו בבית משפט בזמן הפרובינג, פרוברית אחרת התעסקה עם סוכנות ביטוח, אחרת מצאה עצמה מתעסקת עם משרד הפנים כדי לזכות בסכום כסף וכו'... כל אלו הצטרפו לאופי הבסיסי-ארצי שברוח הרמדי, וחברו לתימה שלמה שקראנו לה- עולם הבירוקרטיה, הממסד, "השיטה".

הייתי בלחץ לפני המשפט ביום רביעי נרגעתי אחרי בסך הכל היה לטובתי. (7) (D44)

היסטריה- מינימום תפקוד ופתיח מאד לא נחמדה. הכל היה קשור לבית המשפט השתחרר אחרי בית המשפט. (7) (D45)

אחה"צ הייתי צריכה לדון במשפט המתקרב. (10) (D05)

חלמתי בלילה על נ. (שהתאלמנה לפני חודש במפתיע) היא מביאה מעטפה מלאה שטרות של כסף, והיא מכניסה את הכל לתוך מעטפה חומה גדולה ואז מחביאה את זה בתוך תיבה גדולה ענקית שפתוחה מהצד השני ומשרתת משרד צבאי גדול (בעלה היה איש צבא). אנשים מהמשרד שמים גם שם את הדברים שלהם. אני אומרת לה שזה לא בטוח כך. היא מגחכת עלי. אומרת לי בצחוק שיש שם 46 אלף ₪. אני מבינה שזה ביטוח או משכורת של בעלה.
(8) (D23)

חלמתי היום אחה"צ שמס הכנסה מחפשים כרישים גדולים שהעלימו מס. אחד מהם מתחבר עם א., רוצה ממנו איזה שרות. כך א. מתקשר אליו, ואז הוא חושב שהוא חבר שלו, וכשבאים לחפש את ההוא, א. מסתבך. אני אומרת לא. לנתק איתו את הקשר מיידית. אני מאוד נחרצת עד כדי תוקפנות. ... אני לא מוותרת. בכ"ז האיש משלם משהו, אבל בצורה חוקית. אני גם בודקת את עצמי, מה קורה אצלי ביומן, בניירות. יש לי הרגשה שצריך להתכונן. (8) (D23)

אותו עולם ממסדי עלה בפרובינג גם בפן אחר שלו, בשאלות שנוגעות לחוק. עלתה לא מעט, בעיקר בחלומות, אווירה של "פשעים ועבירות קלות" –הסתבכויות מול החוק. הנושא הופיע בדמות חלומות על משטרה, מס הכנסה, כיוסים של ארנק בחטף ועוד.

חלמתי שהמטופלת שלי שלקחה טרמפ עם מישהו נעצרה ע"י המשטרה שחיפשה עליו סמים. זו היתה הלשנה, ואכן תוך כדי שהיא צועקת להם שהם סתם נטפלים לאנשים, הם מגלים כמות מסחרית. שוב חשבתי על הרצון של אנשים לכסף. גם סחר בסמים וגם מס הכנסה קשורים לזה. (8) (D23)

אני בארץ זרה, מקום זר, בחדר ודירה, תחושה – לבד, לא מכיר אנשים בסביבה.

יוצא לרגע וגונבים 2 ארנקים עם כל הכסף – ארנק רגיל+ארנק נסיעות של מטבע זר.
(11) (D10)

אם כן, אל מול החיים האפרוריים, קשי היום, הביורוקרטים- שעלו בפרובינג – עלתה גם התמונה ההפוכה בדיוק – תחושה של מתיקות, התעלות מיופי הטבע, התפעמות מקסם הקיום, תחושת הרמוניה. קראנו לתימה הזו "**love is in the air**" משום שבאופן מעניין עלה המשפט הזה מהשיר (John Paul Young, 1978) אצל שני פרוברים שונים, והוא מצליח לתמצת את התחושה שעלתה אצל הפרוברים – תחושה של שמחה פשוטה, בלי סיבה גדולה, על עצם הקיום. כמעט כל הפרוברים תיארו הרגשה של אהבה – או שהם מרגישים אהובים או שהם מרגישים אהבים, או פשוט אווירה של אהבה, מתיקות וקסם באוויר.

היתה לי הרגשה שיש אהבה באוויר - ראיתי שיש אהבה בכל מקום. פתאום יכולתי להרגיש זאת. הרגשתי שזה קשור לפענוח שעשיתי לסיפור של קין והבל. התרצתי לאלוהים. הרגשתי אותו כמו ישות של חסד ולא דין ושרירות. פחות פחדתי ממנו וממה שהוא עלול לעשות לי ולמשפחה שלי. (8) (D02)

הרגשה של אביב באוויר, זה כמו פעם, שהאוויר נהיה קריספי, שהייתה המון תקווה, שהעתיד היה אינסוף, שהאהבה הייתה בכל רגע. מזכרתי בי שהייתי פעם. אולי הרמדי הזו היא החזרת הנעורים? (8) (D02)

אני מזכרת גם ביום שלקחתי את הרמדי, לפני שלקחתי, היה יום מקסים. הייתי עם חברה בנחל, הייתה שמש מדהימה, ואח"כ לקחנו את הילדים לעין זיתים. הייתה הרמוניה באוויר, וכשרצנו עם הילדים בשביל המשחקים בעין זיתים א. אמר לי כמה הוא מאושר. המשפחתיות הזו השובבה. משהו כבד עוד היה בי, למרות השמחה, שנעלם לגמרי עכשיו בהשפעת הרמדי. (8) (D02)

א. רק רץ אלי לחבק אותי. "חיבוק לאמא, חיבוק לאמא"- הוא מנשק אותי, נראה שכולם שופעים אהבה, משהו רך באוויר. (8) (D04)

הבנתי בתחושה שהאושר הוא הפעימה (של קצב הלב) שכל מחלה היא הפסקה של הפעימה. ידעתי שזה קשור לרמדי. שזה סוד הרמדי. שהיא מחזירה את הפעימה השקטה, הקצובה, היסודית. את טעם החיים הבסיסי. (8) (D06)

אח"כ הגיע סבתא, וגם איתה, אהבה ופשטות. שכחתי לכתוב שכל היום שמעתי בראש את השיר- "LOVE IS IN THE AIR". (8) (D06)

יש לי הרגשה שהרמדי מדברת בגדול על הפער בין חומר לאהבה. לא חומר ורוח, אלא חומר ואהבה. אומרים שרוח זו אהבה, אבל הפעם זה לא מילים, זו תחושה. (8) (D11)

עמדתי לעשות כלים. מסביב היה בלאגן וגם סדר. הידיים שלי בסבון. המים שוטפים. **תחושה של ממשות. של אושר.** בדיוק אני נזכרת 20 שנה קודם. אני באה לפסיכולוגית שלי. היא שואלת אותי למה אני שואפת. ואני אומרת לה " אני רוצה לעמוד ולעשות כלים, ולהיות שלמה. להיות בשלווה גדולה. היד מסבנת והלב שקט. זהו. זה מה שיש. אני. הצלחת. הסבון. המים". והנה זה קורה. ואז ברקע המודי בלוז שרים- " you here today, no future fears, this day will last a thousand years... " (8) (D19)

בבוקר קמתי, וחשבתי, **שכולנו בריאים, איזה אושר.** אני יורדת במדרגות. מסתכלת על קצב הקפיצות שלי במדרגות. שמח. אני יודעת שאני חיה. עכשיו. (8) (D19)

אלוהים- בתקופה שמרגישה שאוהב אותי. (7) (D44)

שאיפה ליופי, רוצה שמסביב יהיו דברים יפים וכשזה לא זה לא אסטתי בעיני. (10) (D08)

אווירה מרכזית ביותר שעלתה בפרובינג, ושחשוב מאד להעמיק בה אם רוצים להבין כל מני התנהגויות, רגשות ותחושות שעלו בפרובינג – היא אווירה ייחודית של **רוח נעורים**³. אפשר לומר שזוהי מעין קורת גג רחבה ביותר שמשכינה תחתיה רצון לחופש, חיפוש אחר זהות אינדיבידואלית מול הקבוצה, מול ההורה, רצון להתנער מאחריות, לעשות רק "מה שבא לי" ועוד ועוד. את כל אלה קיבצנו כתימות העומדות בפני עצמן, ועל כך נפרט בהמשך, אם כי מומלץ להבין תחת האווירה הכללית שמסמלת תקופת גיל הנעורים. רוח הנעורים כשלעצמה קיבלה ביטוי ישיר מפי כמה פרוברים : אצל פרובר אחד היא עלתה במספר חלומות שתיארו אווירת נעורים, היפית כמעט, תחושה של חופש נעורים, גיל 16-18. אצל פרוברית אחרת היא עלתה בדמות תחושות שהזכירו את מעיין החזרת הנעורים, או בהתנהגות האופיינית לגיל זה, חופשיות חסר אחריות שמבטאת התנגדות מובהקת לעסוק בעניינים של עולם המבוגרים.

!I have that teenage flare to life (XX) (2)

הרגשה של אביב באוויר, זה כמו פעם, שהאוויר נהיה קריספי, שהייתה המון תקווה, שהעתיד היה אינסופי, שהאהבה הייתה בכל רגע. נזכרתי בי שהייתי פעם. אולי הרמדי הזו היא החזרת הנעורים (8) (D02)

כשראיתי "טרה אספרנסה" הגיעה סוף סוף סוכנת הביטוח אחרי הרבה ביטולים שלנו. קבענו לשעה 9.00 והיא אישרה זאת במשך היום. ב 8.30 באמצע התוכנית א. חזר מהעבודה והוא

³ כאן המקום לציין את ספרה של מיכל יקיר- "סדר מופלא" ולהמליץ לפנות לקרוא בו על מנת להבין את הרמדי גם בהקשר של מיקומה בטבלה. בטבלת הצמחים מופיעה אם-החיטה (חד פסיגי) בטור 3 המקביל לטור ההזנה (טור 4 בדו פסיגיים). המשפחה- משפחת הדגניים נפרשת עד שורות גיל ההתבגרות- הנעורים.

אמר לי שהיא כבר למטה. לא רציתי לצאת מהחדר ואמרתי לו שקבענו ל 9.00. שמעתי אותה נכנסת וא. אמר לה "היא קצת מתעכבת" היא אמרה שזה בסדר ואני המשכתי להסתכל בתוכנית. פעם בחיים לא הייתי עושה זאת, **שמישהו יחכה לי 20 דקות ואני אסתכל בתוכנית?! עכשיו היתה לי הרגשה שזה בסדר גמור. הדברים ברורים. זאת הבחירה שלה להגיע קודם. וגם התפלאתי כמה א. רגוע ולא כועס עלי. חשבתי אם היה הפוך איך הייתי מקבלת זאת. ממש בקצה התוכנית הרגשתי שזה לא בסדר, הלכתי לכיוון הדלת ושוב חזרתי. ראיתי עד הסוף. כשיצאתי א. והבן שלנו שיחקו דמקה. הסוכנת ירבה וחיכתה. היא היתה ידידותית להפליא, חתמנו על העיסקה והכל בנועם רב. אח"כ הלכתי לכתוב. (8) (D06)**

הביאו את החלונות ולא רציתי לראות אף אחד. בכל זאת עשיתי להם קפה. א. טיפל בהכל. בד"כ אני מיד מתייצבת דרוכה ואחראית. ידעתי שזה לטובתי ולטובת העבודה שלי, אבל רציתי לחזור להיות ילדה שרואה טלוויזיה ולא מתעסקת בעניינים של גדולים. (8) (D02)

היה חופש קסום של פלא טבע ורוחניות. הרבה אלכוהול, גראס וחיים טובים. יכולתי להישאר עוד שבוע ולא להתגעגע. סוף סוף הרגשתי שאני חיה בשביל עצמי. (10) (D00)

חלום: אני וחבר נעורים במסע טרמפים עם עוד שתי בחורות שנוסעות בנפרד ליעד משותף אולי אילת. תחושת תחרות מי יגיע קודם. יש תחושה שרודפים אחרינו אבל אין פחד, יותר התרגשות נעורים. תחושה של בואו נתרחק מאיפה שבאנו, כאילו נסענו לאילת, בטרמפים. היו שם שתי בחורות והרגשתי כמו תחרות, מי יגיע לשם ראשון. התעוררתי ב-5 לפנות בוקר, שתייתי מים, נרדמתי והמשכתי את החלום. אני והחבר בתחנת אוטובוס כמו בכביש הערבה. עובר אוטובוס עם הבחורות, האוטובוס מלא. ההרגשה בחלום היא כמו בנערות, ימים של גילוי העצמאות. התעוררתי עם הרגשה טובה. (2) (D1)

חלום: אני וחבר הנעורים בטיול, שוב תחושה שמשהו בעקבותינו. אנחנו מתארחים במקום זר, נראה כמו עיר עתיקה שאנשים מהמאה ה-20 גרים בה בין החורבות, החדרים שלהם מרוהטים כחדרים רגילים. אנחנו רוצים להשיג חשיש ובסוף מקבלים אותו. (2) (D2)

האסוציאציה שלי בפרובינג בעיקר בגלל החלומות היתה גיל הנעורים, הרגשה היפית כמו ילדי פרחים. (2) (XX)

ההרגשה בחלומות הזכירה לי את עצמי בגיל 16-18. (2) (XX)

באופן פחות ישיר, אנו רואות גם ביטוי נוסף לרוח הנעורים בהתנהגות מעט ילדותית, אגואיסטית, כזו של אדם שעושה "מה שבראש שלו" תוך פחות התחשבות בסביבה – במה שהזולת מצפה מאתנו לעשות, במה שרצוי ומקובל לעשות. קראנו לתימה הזו **התחשבות בזולת מול חיבור לעצמי**, משום ששמנו לב שבכל הפעמים שעלתה התנהגות או מחשבה בנושא, הן עלו מתוך מקום שבו האדם הרגיש שהוא הרבה יותר מחובר לעצמו, לרצונות האמיתיים שלו, ללב שלו, ופחות מפעיל שיקולים שתלויים בנורמות

חברתיות. בנוסף, שמנו לב שיש כל מני מקרים שבהם אנשים אמרו את אשר על ליבם בלי לעשות חשבון, דיברו בכנות שלא אפיינה אותם לפני.

לא מחושב מדי. יותר מחובר לעצמי – להיות עייף וללכת לישון, או לרצות סיגריה - אז הלכתי ועישנתי למרות האורחים. (11) (D 2)

א. ביקש ממני כל מני דברים ויכלתי להגיד לו שאני צריכה זמן להתאושש. (פעם הייתי פחות מחוברת לעצמי וקמה לעשות למרות ההתנגדות הפנימית). (8) (D29)

טיול- אנחנו יוצאים לטיול עם חברים אבל ברור לי שאני לא עושה מה שלא מתאים לי ואמרתי את זה. (7) (D40)

בוקר עצבני. היה לי ויכוח עם הגננת של בתי ובמפתיע אמרתי לה בדיוק מה אני חושבת. זה פשוט נפלט לי. בד"כ אני זהירה לא לפגוע וליצור סכסוכים וזה לא הזיז לי שאולי העלבתי אותה. (10) (D02)

היו כמה מקרים שבהם תהינו האם ההתנהגות הילדותית הזו אכן מצביעה על חיבור לעצמי או שמא מדובר כאן בחוסר אחריות ותו לא? אט אט התמונה התבהרה והבנו, שאכן חוסר אחריות היא תימה מכובדת ובעלת משמעות עצומה בפרובינג. חוסר אחריות שמלווה ברצון לחופש, שגם אותו אנו מקשרות לאווירת רוח הנעורים השורה על הפרובינג. הדיבור על אודות חופש, החיפוש אחר החופש, תפס נפח מכובד ביותר במחברות – בחיים המודעים של הפרוברים ובחלומות כאחד. החיפוש אחר החופש עלה תמיד כנגד משימות החיים האפורות. הסוגייה הזו עלתה בכל מני צורות: פרוברית אחת לא כתבה במחברת הפרובינג כלום למרות שידעה שהיא צריכה, פרובר אחר לא קבע מעקבים למטופלים שלו, ופרוברית שלישית כעסה שבעלה בחופש והיא נשארת לבד לטפל בילדים. על כן קראנו לתימה הזו **עול החיים מול הרצון לחופש וחוסר אחריות**. משום שמה שכולם חיפשו, היה חופש ממשימות החיים. את חלקם זה פקד בעיקר כחיפוש מושגי רעיוני, וחלקם פשוט נהגו בפועל בחוסר אחריות משווע בחייהם, בביטול ובהזנחת של חובות היומיום.

מרגישה את המתח בין משימות החיים לבין הרצון העמוק להרפות, להנות, לחיות את הרגע. להתהוות. מתח עצום בין לעשות ללהיות. (8) (D14)

יום לסידורים, ראיתי שם את הפקידים יושבים להם בנחת, פתאום היה לי ספק ביחס לעצמי ולעבודה. ואז ניסיתי לדמיין את עצמי יושבת שם ומייד רצית לברוח. הרגשתי בבת אחת כמה אני בעלת מזל שהעבודה שלי כ"כ יצירתית. כ"כ. הודתי לאלוהים על הכל, על החופש, היצירתיות, הענין, וזה שאני עוזרת לאנשים. גם על הכסף. זה כסף טוב. מבורך. יצאתי משם ועל המדרגות החוצה הציפה אותי תחושה של שמחה. אני חופשיה. (8) (D26)

שוב בא לי לבכות. ההרגשה שעולה היא שהחיים כ"כ יקרים, שאי אפשר להחמיץ אותם. כואב לי עכשיו גם על האחים שלי, על אלה שאני אוהבת ורואה אותם **נגרסים במיץ של החיים**. אני מבינה שגם אני כך. **עושה את החובות שלי**, שאני המצאתי לעצמי. שוב אני מרגישה כמה אני **חייבת לחזור ליצירה ולהיות חופשיה בה**. הנושא של **חופש שהוא אמת עולה חזק**. אמת- הכוונה, האמת הרוחנית שלי. משהו שהוא בדיוק בשבילי, שבשבילו באתי לעולם. החוויה דומה מאוד ללידה. משהו חדש, עוצמתי, שלא היה שם קודם, וכשהוא נולד הוא ממלא את כל העולם. (8) (D29)

התחלתי לכתוב במחברת הפרובינג כי **זה חסר אחריות מצדי**. (7) (D02)

תחושה כללית- **מרגישה שלא שמה על החובות שלי** – צריכה לעשות דברים ולא תמיד עושה אותם. דוחה אותם אבל בלי הרבה נקיפות מצפון, וגם בלי סיבה ממש טובה. כאילו לא מסתדר לי. **אולי סוג של עצלנות**. (7) (D40)

שבוע לפני הפרובינג - התברר שהתאריך **שנקבע לתחילת הפרובינג הוא התאריך היחיד שבו** **אנו יכולים לצאת לחופש**, כולל הוריי שצריכים לבוא לשמור על הילדים. (10) (D00)

מוטיב החופש חוזר. אתמול בתוכנית דיברנו בקבלה על בחירה חופשית ומה זה חופש (10) (D04)

רוצה לחזור לחופש (לסיני). (10) (D25)
כולם השאירו אותי לבד, בלי עזרה, חולה, צריכה לטפל בילדים. לקחו לי את החופש שלי. אף אחד לא מטפל בי, לא אכפת ממני. **רק אני צריכה לטפל ולדאוג**. (10) (D13)

מרגישה שיש לי **יותר מדי אחריות על הכתפיים הכל כבד לי**. (10) (D33)

רוצה לצאת לחופש. קשה לי לשחרר שליטה שהכל יהיה בסדר גם כשאלך. הכל הולך קשה: המחשב הלך. בתי חולה. דברים לא עוברים- כתבות. מקום העבודה והפיצויים. המון החלטות שצריך לקחת. אין לי סבלנות. לא רואה את האור. **לוקחת על עצמי עוד התחייבויות**. (10) (D40)

כמעט התמוטטות עצבים: בכי, צעקות. **"אני בכלא" "הילדים הם האזיקים שלי"** רוצה לברוח להיעלם אין לי כוח להתמודד איתם יותר. לא רוצה לראות אף אחד. (10) (D41)

שאלו אותי מה אני רוצה לעשות וענית- **לנדוד** בדרכים וראיתי את עצמי עם מזוודה. הייתי **חופשיה עם קבוצה של אנשים**. (10) (D09)

ומה ניצב אל מול קשיי החיים, אפרוריות החיים, עול החיים? ערוץ החיים הטובים כמובן!
זוהי הדיכוטומיה הכי מובהקת שעולה מתמונת המחברות כולן - **הלחם אל מול העוגה**.
שהרי, מאותו חומר בסיס - החיטה - אנו יכולים להכין לחם אחיד, בסיסי, זה שהמדינה מפקחת
על מחירו בשוק כדי שיופיע על שולחנם של העניים, ומאותו קמח, אנו מכינים את המאפים
המפנקים והעשירים ביותר, המייצגים, כאן לפחות, את חיי המותרות.
לכל הנושאים שעסקו בהיבט ה"לוקסוסי" של החיים קראנו תחת תימת **ערוץ החיים הטובים**,
משום שזהו הצד השני של אותה מטבע שקרוייה החיים: דוחק, אפרוריות וקשיי היומיום מול
שפע, עושר, פינוק ומותרות, או בקיצור: אם אין לחם - תאכלו עוגות.
זה התבטא קודם כל באופן ליטרלי ממש בקנייה, אכילה ואפייה של עוגות, עוגיות, מני מאפים
טעימים ומפנקים, ובנוסף, בתחושה של שפע.

**נזכרתי שקניתי 8 חפיסות שוקולד, כי כל 4 עלו 10 שקלים וזה נראה לי ממש זול. שוקולד
ספרדי. ובנוסף קופסת עוגיות. מה קורה פה? (8) (D06)**

**בדרך לשם קלטתי בעין מרכז עם קונדיטוריה. ואמנם אחרי ההרצאה ואחרי שקבעתי עם ד.
המשך עבודה הרגשתי שממש מגיע לי ולכולם בבית צ'ופרים. קניתי לא. עוגת גבינה, לי ולילדים
פחזניות, שקדים מלוחים קלויים, קליפות פרי הדר בשוקולד וזר פרחים. מסביב היו המון דברים
של אוכל- ירקות ופירות זולים. אבל לא קניתי כלום שמביא תועלת, רק פינוקים. הייתי מה זה
שמחה עם זה. זה לא אופייני לי לזמן האחרון. כל הדברים שקניתי היו נראים לי קודם כמו
קשקושים ולא הדברים העיקריים. (8) (D07)**

צלצלתי לע. מהדרך וספרתי לה שפתחתי לעצמי ערוץ של "חיים טובים". (8) (D07)

**אין לי שום אשמה על החיים הטובים. אני עושה את התפקידים שלי אבל בנחת ובלי חשבון.
(8) (D07)**

**הצלחתי להגדיר לעצמי סוף סוף מה אני עושה ומה לא, וזה קצת קידם אותי. הבית היה מצוחצח
ומאיר פנים וגם שמתי המון פרחים, ושוב קניתי לחמניות ועוגות ודברים שאני לא רגילה
לקנות. רך, מתוק ומפנק. (8) (D11).**

**אצלה בבית היא דיברה עם נ. ואני ישבתי בסלון, ובעלה פתח ערוץ "החיים הטובים". קבלתי
זאת כפשוטו. עכשיו אני בעניין החיים הטובים. היה קטע על אוכל ובישולים, ואח"כ על הבהמס.
ממש חיים טובים. בצורה מדהימה ממש. היופי של המקום, השפע, התיירות. כאילו זה כל מה
שעושים שם. וגם החינוך. (8) (D11).**

**התנהלתי אח"כ לאט. שלא כדרכי בסופר הייתי המון זמן, בודקת אופציות. משנה את הקניות.
מה הוספתי? מתוקים לילדים, קצת תחתונים, סבונים וכו'. דברים של שוליים. (8) (D26)**

**פתאום חשק לאפות - כל הבוקר אפיתי - עוגיות, שטרודל, עוגות. התחלתי לעשות כל מני
אפיות כל מני עוגות. התחיל עם רצון לעשות משלוחי מנות אבל התדרדר להמון.**

אפיתי ממש המון. יומיים אחרי קניתי עוגות ליום שישי כאילו לא היו עוגות בבית. היה התקף של עוגות. (7) (D35)

ביטויים נוספים של "ערוץ החיים הטובים" אפילו הופיע בחלומות מוזרים על ג'וקים שבמקום לחיות את חייהם האפוריים, כפי שבני האדם מועידים להם לפחות בתודעתם (בביוב, בתחתית סולם החרקים), "קפצו" בהיררכייה של החרקים, למעמד של דבורים – הפכו למלכים שמשרתים אותם ומטפלים בהם (מהביוב עברו לחיות בכוורת!) זכו בכך בחיי מלכים!!

בעלי מביא הביתה כוורת ענקית של ג'וקים (מיליונים) שהם חיים בפנים וצריך לשים להם ירקות (פלפלים וכ"ו) והקטע שהם לא יוצאים משם אלא נשארים בתוך הכוורת כי יש להם שם הכל. אבל אני נחרדת מזה ולא מסכימה בשום פנים ואופן להשאיר את זה בבית. (10) (D00)

הניגודיות הזו בין הלחם לעוגה – היא היא לב הפרובינג כפי שאנו מבינות אותו. היא עלתה בכל מני צורות לכל אורך הפרובינג, בניואנסים דקים, בדמות אירועים שארעו או תחושות שעלו אצל הפרוברים. כשחושבים על תפקידה ושימושיה של החיטה בחיי האדם, קל להבין את המתח הזה: שהרי מדובר בחומר גלם שניתן לאפות ממנו הרבה סוגי מאפים: מצד אחד מהווה החיטה את לחם חוקו של האדם (משלי, ל, ח): כלומר, הדבר הבסיסי ביותר הדרוש לאדם על מנת להתקיים, משל לקיום צר ודל, הישרדותי, קיומי. זהו הלחם, האחיד, הבסיסי, הלחם המשול לעבודה, שהרי בזיעה אפך תאכל לחם. ומהצד השני של מטבע החיטה – מופיעים תענוגות החיים, המותרות, הצד המפנק של החיטה – עוגות ועוגיות. מה שמעבר לקיום הבסיסי הצר.

רעיון זה של קיום בסיסי וצר, בא לידי ביטוי אף כתחושה פיזית ממש-

היה לי קשה לעמוד על כפות הרגליים כאילו הן נהיות קטנות וחלשות יותר. מן בסיס שהוא לא בסיס. (8) (D05)

תימה נוספת שעלתה בפרובינג סבבה סביב **קשר הורה-ילד**, מבעד לספקטרום של **טיפול מול הזנחה**. הרבה מאד מהחוויות שהזכרנו קודם שחוו הפרוברים בהקשר של משפחתיות, ושל תחושת אהבה באוויר, היו מכוונות על פי רב לקשר האהבה שבין הורה לילדיו. גם הרצון לחופש שעלה אצל פרוברים שונים, ושאיגדנו אותו תחת הנושא "הרצון לחופש", עלה הרבה פעמים בקונטקסט של חופש מהתפקוד האמהי. פרוברית אחרת תיארה את עצמה ואת ילדיה במיטה כמו אם עם הגורים שלה- הנה לנו טיפול ודאגה. אפילו היה חלום סוריאליסטי למדי על סייח, שבמן היפוך תפקידים הופך ממוביל וסוחב מטענים ומשאות, למובל ומטופל כתינוק אנושי.

אני מגיעה לאיזה מקום והם עסוקים בלהוביל עדר של סוסים. אני מייד נרתמת לעזרה למרות שלא צריכים אותי ואני מרימה סייח שרק נולד ולוקחת אותו בידיים (הוא נראה כמו עגל). מנסה להכניס אותו לכרכרה ומחזיקה אותו כמו תינוק. (10) (D00)

אבל גם היבטים אחרים של הקשר ההורי קיבלו ביטוי : למשל בדמות חלומות על הריון לא בשל או על הריון עקר.

אני בהריון, חודש די התחלתי, נוסעת לבית חולים ללדת ובאופן צפוי אין לידה כי זה תחילת ההריון. רופאים בודקים אותי. התפלאו שאין לידה אבל מה הקטע בכלל לא אמור להיות כי זה תחילת הריון. מחכה ללידה.

בהריון מתקדם ומחכה ללידה והיא לא מגיעה אבל לא היתה לי בטן של לידה, קטנה. לא ברור. חלום ענייני – מחכה ללידה חודשיים שלושה חצי שנה. (7) (D12)

הקשר הטיפולי שבין הורה כלפי ילדיו מתקשר גם לסוגיה של **הזנחה**, כפי שעלה במספר חלומות, שהופיעה בדמות ילדים מוזנחים. בחלום אחד היתה זו תינוקת עם טפילים, ובחלום אחר ילדה של אחת הפרובריות שהופיעה עם פטרייה גדולה על הפנים. אנחנו ראינו בזה ביטוי להזנחה הורית, למרות שהתחושה בחלום היתה של דאגה הורית גדולה.

חלום : תינוקת עם חרקים (טפילים) שהולכים עליה חיות קטנות. קרציות? פרעושים? חרקים... (11) (D18)

תימה נוספת שעלתה באופן מובהק ממחברות הפרוברים, ושאנחנו קישרנו אותה לתחושת ההזנחה ההורית, כקרקע פורייה להצמיח ממנה את אותה תחושה- היא **תחושת עזובה**. ללא יוצא מן הכלל כל הפרוברים הביעו ברמה כזו או אחרת תחושת בדידות, תחושה של נטישה, של הזנחה, של חוסר תשומת לב.

תחושת עזובה (11) (D 1)

הרגשה שאני מוזנח. שלא מטפלים בי ולא מתחשבים בי. (11) (D 3)

הרגשת נטישה הזנחה וחוסר תשומת לב. (11) (D 24)

כל היום הרגשה של דאון. נפילה. מרגישה לבד. אין חברים. עצוב לי. רוצה לבכות כל היום. בעלי צריך לטוס ואף אחד לא יכול להישאר איתי פה. אני ממש מפחדת מזה. אין לי על מי להישען. כמה עצוב! הייתי כמו בהיי מסמים ועכשיו יש נפילה כמו של סמים. פשוט דיכאון. רצית להיות לבד-ברחתי לחדר עבודה שלי ועבדתי כדי לא להיות בבעסה. (לא אופיני!) (10) (D10)

בתחושה שהחברים נוטשים אותי גם אתם וגם אחרים. מבריזים לי ברגע האחרון לארוחה. נעלבתי. אתם לא רוצים אותי. מפסיקה להתאמץ. וגם מול ד. מרגישה שמנצלת אותי מתקשרת כשצריכה משהו- כמה אפשר לטפס עלי ואני לא שמה לב. (7) (D44)

כולם השאירו אותי לבד, בלי עזרה, חולה, צריכה לטפל בילדים. לקחו לי את החופש שלי. אף אחד לא מטפל בי, לא אכפת ממני. רק אני צריכה לטפל ולדאוג. מסכנה נורא. כשבתי היתה חולה פעלתי כמו מכונה. בלי רגשות, בלי מחשבות. (מסקנה: כשנדמה לך שהמצב לא יכול להיות יותר גרוע, תדע שזה עומד להשתפר). לא אכלתי, בקושי שתיתי, רק ישנתי בשבת בלילה עד ראשון בערב. רק בכיתי ובכיתי לכל אחד בכל מצב כל היום. כשבתי חולה: שכבתי ערה בלילה- לגרש את מלאך המוות- שלא יקח אותה. חשבתי על מוות. שהיא תמות, שבעלי ימות ובכיתי כל הלילה וכל היום למחרת. (10) (D13)

דמעות עומדות בעיניים כל היום. רוצה שמישהו יגע בי, יטפל בי. רוצה לבכות למישהו. התקשרתי לבעלי וצרחתי עליו כמו שבחיים לא צעקתי. קיללתי אותו ואת האחים שלו- שנאתי אותם שלקחו אותי אמרתי לו שאם הוא לא עולה עכשיו על מטוס אין לו למה לחזור הביתה אמרתי שהוא אגואיסט הרגשתי נבגדת. הרגשתי שאני יכולה להרוג אותו מרוב עצבים. (10) (D22)

רוצה להיות בחברה שמחבקת אותי ועושה בשבילי, להיות מטופלת ע"י אנשים שאוהבים אותי ודואגים לי. רואה אנשים עם הורים ומרגישה צביטה בלב. שיש להם מי שדואג להם. מרגישה כמו יתומה. (10) (D25)

ואחרון חביב, נושא נוסף שעלה היה עיסוק בהסתרה מול גילוי, באגירה מול הוצאה. פרברים התעסקו בפערים בין מה שהם מגלים ומוציאים החוצה לבין מה שהם שומרים בפנים, אוגרים בבטן.

אני צריכה להתקשר לסופרוויזור וחושבת אם תהיה לו סבלנות למה שאני כותבת ואם אני צריכה לסנן. שוב צורך בהסתרה. אני לא מסננת. (8) (D02)

אני ירדתי בסיבוב למטה ומולי עלתה מרצדס שחורה. בפנים ישבה אישה בלונדינית עם משקפיים שחורות ענקיות ועל ידה, אולי ילדה או מישהו צעיר... ראיתי את עצמי כמו ילדה שאין לה דאגות של מבוגרים שצריכים להשיג מרצדס, והצבע השחור נראה לי מגעיל, כמו מסתיר כל מני מחשבות מבאסות ומאוסות. הסתרות של מה שבפנים ומה שבחוץ, וגם כאילו היא מרוחה באיפור ומסריחה מסיגריות. אמרתי לעצמי שהרצון שלי לביטחון חומרי מזויף ושאין לי בעצם צורך בכל השריון הזה. זה מכביד וגן מסגיר אותך. בעצם משייך אותך לקבוצת הגדולים והצבועים. (8) (D05)

יכול להיות המפתח לרמדי- צביעות זה שתי פנים. הסתרה וגילוי מה שאינו אמיתי. בושה. וניקיון זה ההווה בלי עבר ובלי עתיד. (8) (D05)

שוב חשבתי על היש והאין. על מה שנראה מבחוץ ומה שיש בפנים. (8) (D05)

לצד אחד שלי ממש לא אכפת, מן שוויון נפש לגבי הכל, צד אחר ממש רוצה להסתיר. (8) (D06)

אני צריכה לשרותים, ויש לי הרגשה כאילו לא ממש הוצאתי את מה שיש לי בבטן אתמול. רוצה להוציא הכל. (8) (D05)

חשבתי על המבוגרים שעם השנים מגדלים בטן. וראיתי שסודות מסתירים בבטן וילידים בריאים אין בטן כזו. כאילו שהם מחזיקים חרא בבטן. הגדולים כמובן. (8) (D05)

גם אני רוצה שלא תהיה לי בטן, רוצה ריקנות כזו. חושבת גם שבטן גדולה יוצרת מרחק ביננו לבין הזולת כשמתחבקים, כאילו הסודות מפרידים ביננו. (8) (D05)

מחר תבוא אלי י. היא אמנית פנג-שוואי. אני מרגישה צורך לסדר. חשופה מדי. כאילו כל פגעי חשוף. אי אפשר להסתיר. אין לי חשק לסדר, רוצה לחזור למיטה. חושבת על אדם וחווה וההסתרות שלהם בגן. אפשר להסתתר מאלוהים? המחשבה להיות לגמרי גלויה איתו נתנת לי שלוה. כאילו איזו זכות שלא לקחתי לעצמי קודם. (8) (D09)

אנחנו רואים סרט על אישה שמעמידה פנים שהיא אוהבת איזה גבר מכוער וזקן בשביל כסף. אני לא יכולה לראות את זה. זה עושה לי עצבים וגועל. שאט נפש. גם לעשות מזה סרט? היא כ"כ צבועה ופוני.

בעיקרון גדלתי בתקופה ובמוסכמות חברתיות שלא דיברו על הדברים. אבל אמא שלי תמיד שפכה הכל בלי שום צנזורה לפני כל השכנים, או כל מי שרצה לשמוע. השאלה של הסתרה וגילוי היתה שם תמיד, בסיפור חיי. הרמדי מטפלת בזה. היא מביאה סדר. היא שואלת אותי איך להיות בגלוי מבלי לפגוע בסדרי עולם. היא שואלת אותי על ההרמוניה הפנימית והחיצונית. (8) (D29)

ראיתי שמסתירה כתיבה מבעלי. אין בינינו סודות. לא רוצה שהכל יפתח, אלמנט הסתרה. כאילו בחוץ הכל בסדר ובפנים הכל לא בסדר. מסתירה. הכל סמוי (8) (DXX)

עשיתי סדר בקרטונים של העבודה שלי. פתאום התחשק לי לזרוק הכל. מה שעשיתי היה להכניס הכל מאורגן חזרה, ואמרתי לעצמי שפעם עוד אעבור על זה ואתייק את זה כהלכה. איזה מעבר בין איכסון לריקון. בין האחזות בדברים לבין שחרור שלהם. (8) (D05)

מחשבה בין ערות לשינה, שאני רוצה להוציא מהגוף שלי משהו החוצה, כמו קקי. ואז נזכרתי בים. שכל הזמן כאבה לו הבטן ואף אחד לא ידע מה זה, ובסוף יצאה לו תולעת ענקית בזמן קקי. אני זוכרת שכשהוא סיפר את זה היה נראה לי כמו סוף העולם שתצא תולעת ענקית מבטן של משהו, ועכשיו המחשבה הזו נראתה לי כמו מחשבה של הקלה. הנה זה יצא והבטן תהיה ריקה. כמו לנקות משהו יסודי. (8) (D05)

עד כה דיברנו על נושאים וסוגיות שעלו במסגרת הפרוייקט, אם באופן ישיר ואם ברובד לא מודע בחלומות. אולם בנוסף לנושאים שעלו, שמנו לב שגם היה אופי מאד מסויים להתנהגות ולהתנהלות של הפרוברים בחייהם. למשל, שמנו לב שכל הפרוברים ללא יוצא מן הכלל הפגינו **טעויות קוגניטיביות, בלבול ושכחה**, כאילו הרמדי האפילה על חדות החשיבה הלוגית. פרוברים רבים התבלבלו בכתיבה – החליפו אותיות ומספרים, שכחו פגישות שהיו רשומות להם ביומן או שהגיעו לפגישות בשעה או במועד לא מדויקים. הבלבול הזה הרחיק לכת אצל פרובר אחד שהתבלבל בין שמן לדלק ומילא אותם הפוך במכונית שלו. עוד יותר מרחיקות לכת היו שתי פרובריות שבזמן איסוף החומרים, כאשר פנינו אליהן, שכחו לגמרי שהשתתפו בפרוייקט ושחוו סימפטומים! רבים אחרים לא זכרו מי היה הספרווייזר שלהם, האם בכלל נטלו מהרמדי או שרק השתתפו בפגישה המסכמת ועוד ועוד בלבולים מוזרים כשאלו...

אולם באופן מפתיע, באותו זמן, הביעו כל הפרוברים כי הם חווים חוויה מרעננת וחדשה של **פוקוס ויעילות בעשייה**.

ריחוף – אבל, ממוקדת ויודעת מה צריכה לעשות, אבל מין סטלבט בתחושה. כאילו שלוות נפש. (7) (D01)

זריזות : יצאתי למטלות תוך כמה דקות בדר"כ יקח יותר זמן להתארגן ומפספס את השעה (11) (D 3)

הרגשה שאני יודע מה צריך לעשות למרות העייפות. (11) (D 10)

כשחזרתי מהגן לא הלכתי לנוח הלכתי עם א. לסופר. הייתי רגועה ובלי מהירות ולחץ שאופיניים לי. לא היה לי אכפת לקנות סתם דברים לכיף. לא התפרעתי. קניתי יותר דברים כיפיים אבל בה"כ בזבזתי 140 ש- היה לי פוקוס. יודעת מה עושה. לא השתוללתי לא סכום בשמיים, מבחירה, לא הרגשתי רע עם זה. (8) (D02)

פוקוס ואז נעה מדבר לדבר ומצליחה להביא בהירות להכל. (8) (DXX)

נושא שלם של ארגון, בהירות, סדר, כאוס. (8) (DXX)

הרגשתי בהירות. כמו ילד בכיתה שיודע הכל. כמו בילדותי שלי. אלמנט מהעבר שחזר בהיר מאוד. (8) (DXX)

היה יום עמוס בעבודה. הכל זרם ותיקתק כמו שעון. מיד אח"כ מקרה בהומאופתיה של שעתיים וחצי לא קלות אבל הייתי מאוד בפוקוס. מחשבה חדה, מהירה. (10) (D05)

מאוד ביקורתית. חדה. קולטת מהר דברים, מגיבה מהר. (10) (D08)

עוד במסגרת ההתנהגות וההתנהלות של הפרוברים ניכר **קוצר רוח ועצבנות** גדולים יותר מהרגיל. קוצר רוח כלפי קרובים (בני זוג, משפחה) וקרובים פחות (הגנת של הבת) וגם מעין עצבנות ביחס לאופן התנהלות הדברים, בעיקר כאשר הופיעו הפרעות לאותו תפקוד יעיל ומפוקס שהזכר לעיל.

יותר קוצר רוח וכעס מהפרעה של שיחת עבודה באמצע האוכל מאוחר אחרי יום עבודה ארוך. רגישות מוגזמת. הייתי אחרי יום עמוס פגישות ולא יכולתי לסבול יותר דיבורים הומיאופתיים כשהתארך היום התעצבנתי שלקח יותר מדי זמן (11) (D 1)

נ. וא. סדרו שולחן ואני ממש לא רציתי את זה עלי (תמיד אני חלק מזה) קמתי עם כאב ראש נוראי ועצבנות שלא תיאמן. הצלחתי לשמור את זה בתוכי. (8) (D04)

בסך הכל יש לי ערבוב של קוצר רוח לגבי דברים ורצון להטיס הכל במהירות האור, שזה מוכר לי, לבין אורח רוח. (8) (D16)

יותר סובלנית לגבי דברים, אבל יכול להיות לי פתאום קוצר רוח מופרז. בלי קשר למה שקורה. (8) (D16)

קוצר רוח מופרז מהבוקר. זה התחיל מזה שהתעוררתי באמצע הלילה ומיד התחילו לטוס לי מחשבות בראש. חשבתי שזה לא נורמלי, הרי אני ישנה. מה זה המחשבות האלו כמו ביום? (8) (D26)

הרבה מאוד כעס וקריזה – בעקבות אירוע מסוים – עם אח שלי. קשור לכספים של אבא שלי. (7) (00D)

בוקר עצבני. היה לי ויכוח עם הגנת של בתי ובמפתיע אמרתי לה בדיוק מה אני חושבת. זה פשוט נפלט לי. בד"כ אני זהירה לא לפגוע וליצור סכסוכים וזה לא הזיז לי שאולי העלבתי אותה. (10) (D02)

דמעות עומדות בעיניים כל היום. רוצה שמישהו יגע בי, יטפל בי. רוצה לבכות למישהו. התקשרתי לבעלי וצרחתי עליו כמו שבחיים לא צעקתי. קיללתי אותו ואת האחים שלו- שנאתי אותם שלקחו אותו אמרתי לו שאם הוא לא עולה עכשיו על מטוס אין לו למה לחזור הביתה אמרתי שהוא אגואיסט הרגשתי נבגדת. הרגשתי שאני יכולה להרוג אותו מרוב עצבים. (10) (D22)

לעיתים העצבים גלשו לפסים של ריבים, לעיתים של סכסוכים ממש, או היזכריות בסכסוכים מעבר, ולפעמים, כך שמנו לב, הופיעו מספר פעמים איזכורים של פגיעות והיעלבויות. לכן קראנו לכל הביטויים מהסביבה הזו תחת נושא אחד של **ריבים וסכסוכים**.

פגיעה, נעלבת מכל מילה של בן הזוג. כל שעה הוא צריך להתנצל. (7) (D37)

ביום שישי נעלבתי מאד מבעלי. עבר למשרד קרוב לבית ביקש ממני לקנות ובמקום להביא לבית הבאתי לו למשרד והוא המשיך לענות על אמייל הרבה זמן ומאד נעלבתי. הוא התנצל אבל לא סלחתי וגם בשבת לא הייתי נחמדה. היום נעלבתי עוד פעם – דיברנו על שיפוץ של הבית ואמרת שאת לא מזיזה דברים. החזיר לי שאני רואה שחור בכל דבר ובגלל השיטה הזו אנחנו לא עושים כלום. (7) (D40)

בוקר- שוב רבתי עם בעלי בבוקר. התעצבנתי מזה שהוא לא כיבד את זה שרציתי ללכת ליוגה מבלי לאחר. נדלקתי מהר והגבתי בכעס ובריב כמו שהרבה זמן לא היה לי. איבדתי שליטה בקריזה. והקטע הוא שעשיתי את זה במודע. לא באמת הייתי בקריזה אבל הגבתי כאילו אני כן ואמרת- אתה רוצה לריב? אז אני גם יודעת לריב. עוד יותר טוב ממך. ועשיתי ברוגז. (10) (D04)

רבתי שוב עם בעלי. כל דבר שהוא עושה מעצבן אותי. אני מרגישה הוא לא עומד בקצב שלי ואני צריכה לעשות הכל. מעצבן, אח"כ אני מתנצלת ומצטערת שכעסתי עליו. מעצבן אותי שהוא נוסע לסקי ולא אני. לא בא לי להישאר לבד עם הילדים. (10) (D07)

בדרך אני מדברת עם חברה בטלפון. השיחה נוגעת בכך שלפני 9 שנים עשיתי מעשה שפגע בה מאוד. לא הייתי מודעת לכך בשעת מעשה, ולא ידעתי עד כמה עמוק נפגעה. סוף השיחה הייתי כ"כ מדוכדכת. הגעתי הביתה. 2 שיחות שלא נענו מהחברה שלי. היא אומרת "רציתי להגיד לך שלא נקלקל את החיים בגלל זה. אני יודעת שאת אוהבת אותי. גם אני אוהבת אותך". הודתי לה. (8) (D19)

ולסיום, אי אפשר לדבר על לחם מבלי לדבר על הבית. במסורת החוכמה העממית אומרים תמיד שריח של לחם הוא ריח של בית, ושאינן דבר ביתי יותר מלחם. אנחנו ראינו זאת במפורש בפרובינג, את המפגש המתמיד עם הישות הזו הקרויה בית. מפגש זה לבש פנים רבות ושונות. שני פרוברים התעסקו במהלך הפרובינג בשיפוץ הבית – פרוברית אחת פנתה לסיים תקופה ארוכה ונמרחת של שיפוץ בית, פרוברית אחרת הביעה רצון לשפץ את הבית. היה מי שעבר בית במהלך הפרובינג, והיו מי שחשבו לקנות בית. קראנו אם כך לתימה הזו בפשטות- **בית- מעברים ושיפוצים.**

אבל מעל לכל – אצל מרבית הפרוברים היתה נוכחות מוגברת ומוגזמת של **עבודות הבית וניקיון הבית.** אפשר ממש לראות כיצד התעורר אצל הפרוברים צורך עמוק לסדר את הבית, לנקות אותו, לזרוק דברים מיותרים, לארגן אותו מחדש. קראנו לתופעה הזו שראינו בפרובינג בשם – "**סדר פסח**", וזאת משתי סיבות - "סדר פסח" הוא ביטוי שגור המבטא סדר וניקיון מן היסוד, ובנוסף, לא יכולנו להתעלם מהמשמעות היהודית שיש לרמדי הזו, שהרי בפסח מנקים את הבית מכל עקבות של חמץ, של לחם, של חיטה, וכשהתעמקנו בסוגייה גילינו שיש בה הרבה יותר מן הגלוי – יש לחג הפסח זיקה עמוקה להבנת

המהות הבסיסית ביותר של הרמדי, ועל כך בפרק הבא, שבו נציג את הזוית היהודית של הרמדי.

להשלים פערים. לעשות בבית. רציתי לנקות ולכבס. (11) (D 10)

רגישות גדולה לחוסר סדר עם הבעת אי שביעות רצון בוטה. בדר"כ לא אבטא את זה ככ חריף (גם הרגישות עלתה וגם המחאה). (11) (D 24)

בבית אנחנו בעניין של סדר וארגון. היום יבואו להתקין את החלונות במרפסת. יש לי הרגשה שאוויר עוד מעט יזרום בתוכי. אני מאוד רגישה לבלגן שיש בחצר. כאילו הוא עוצר את האוויר. (8) (D02)

עשיתי סדר בקרטונים של העבודה שלי. פתאום התחשק לי לזרוק הכל. מה שעשיתי היה להכניס הכל מאורגן חזרה, ואמרתי לעצמי שפעם עוד אעבור על זה ואתייק את זה כהלכה. איזה מעבר בין איכסון לריקון. בין האחזות בדברים לבין שחרור שלהם. (8) (D05)

עשיתי סדרים עמוקים, בעיקר בחדר עבודה שלי, גיליתי פלאפון חדש שנשכח והיום שלחתי אותו לאבא שלי. (8) (D11)

נהיה שקט בבית. עשיתי סידורים וטלפונים. עדיין רוצה להמשיך לסדר. כאילו פסח הקדים את עצמו. זה גם לא קשור לכלום בחוץ...קשור אצלי. רוצה בהירות. רוצה סדר. לא קשה לי לשחרר דברים. מסרנו ביום שישי מערכת סטריאו טובה לגן ו 3 רדיו טייפים ששמרתי כי אולי עוד יעבדו. שמחתי לשחרר את זה. גם עשינו סדר גדול בחדר של מ. מיני פסח. א. ואני עבדנו יחד, היה שיתוף פעולה, והרגשה טובה של יחד. הרצון לסדר ממשיך. (8) (D14)

עדיין עשייה של סדרים. היום טיפלתי בענינים של חשבונות הקרדיט, חשמל, ביטוחים וכל מני עיגונים של החיים. (8) (D16)

המשכתי לעשות סדר. ההרגשה היא של הרמוניה וביקורת. יש בהירות. אני רוצה להתחיל את פסח עכשיו, עוד לפני פורים. זה בחיים לא קרה לי. (8) (D16)

נכנסתי לסדר פסח. המקרר ממש. סדרתי את הדברים לאט. יישמתי דברים שלמדתי אצל גיסי. דברים של סדר וניקיון. לא הפסקתי לעבוד. (8) (D26)

כשהייתי צעירה, פסח כולל צביעת קירות. חזרה תחושה של משהו ששיך לי ורחוק (8) (DXX)

סיכום תימות

נוסטלגיה, זיכרונות מהעבר.
זמן – שינויים בתפיסת הזמן.
שורשים, שייכות וזהות אתנית.
אווירה משפחתית.
שושלת דורות.
ירושה ומורשת.
כסף, חומרנות, רוח מול חומר.
ממסדיות ובירוקרטיה- "השיטה".
"פשעים ועבירות קלות".
"Love is in the Air"
רוח נעורים.
התחשבות בזולת מול חיבור לעצמי.
עול החיים מול הרצון לחופש וחוסר אחריות.
"ערוץ החיים הטובים".
קשר הורה-ילד : טיפול מול הזנחה.
תחושת עזובה.
הסתרה מול גילוי, אגירה מול הוצאה.
טעויות קוגניטיביות, בלבול ושכחה.
פוקוס ויעילות בעשייה.
קוצר רוח ועצבנות.
ריבים וסכסוכים.
בית- מעברים ושיפוצים.
"סדר פסח" – ניקיון ועבודות הבית.



"פסוקו של יום"

על הזווית היהודית של אם-החיטה

כרמדי שחומר המקור שלה הוא אחד משבעת המינים, כזה המייצג את תרבות ומסורת העם היהודי, לא התפלאנו לגלות את הקשר בינה, בין הארץ ובין המסורת היהודית. בהתחלה לא ידענו לומר הרבה, רק שהיא נמנית על שבעת המינים. בד בבד, עם עבודת עיבוד החומרים ועיבוד ההבנות אודות מהות הרמדי אצלנו בתודעה, גילינו שהקשר היהודי הוא עמוק משחשבנו, רב מימדים, ורב קישורים. התיאוריה החז"לית בדבר היותו של עץ הדעת למעשה חיטה – האיר באור עוצמתי את התמצית המזוקקת ביותר של הרמדי כפי שהבנו אותה; הרצון לנקות את הבית ניקיון יסודי שעלה אצל מרבית הפרוברים, שלח אותנו לבדוק את ההקשר של החיטה בתוך הסיפור של חג הפסח; ואיזכורים שונים למעשיות ולדמויות מקראיות שעלו וחזרו אצל פרוברית הזהב, שיקפו אחד לאחד את התימות המרכזיות שעלו בפרובינג.

החיטה כעץ הדעת

במהלך המחקר אודות המידע הבוטני, ההיסטורי והפולקלורי של החומר, נתקלנו בתאוריה הטוענת כי עץ הדעת היה למעשה חיטה. רעיון זה הצית את דימיונו ושלח אותנו לבדוק מה עוד מסתתר שם באותו אירוע-סיפור-מיתוס ששינה את פני האנושות כולה. האם מעבר לפשט מסתתרים רמזים נוספים המקשרים בין גירוש גן-עדן למהות אם-החיטה?

פרק זה יחולק ל 2 חלקים:

בחלק הראשון- נביא את כל הסימוכין והמקורות לאותה תאוריה, את כל חכמינו, מקורות השראתנו וכיצד דבריהם ותפיסתם את גירוש גן עדן מתחברים בהבנתנו למהות הרמדי.

בחלק השני- נפרוש את אותו אירוע מכונן, את הגירוש מגן-עדן, על פי זווית הראייה האישית שלנו, את ההבנות העיקריות שלנו לגבי החיבור יוצא הדופן שלו אל הרמדי ואל דברי הפרוברים.

חלק א'

זיהוי עץ הדעת כעץ תפוח מקורו בעולם האמונה והאמנות הנוצרית. פרשני המקורות היהודיים טוענים שיש מספר עצים שיכולים להיות עץ הדעת, והם: אגוז, אתרוג, תאנה, גפן או חיטה. החיטה הוא אחד מזיהויי חז"ל הידועים של עץ הדעת. הזיהוי מובא בגמרא על ידי רבי יהודה בדיון על ברכות הנהנין:
אומר רבי יהודה: חיטה היתה שאין התינוק יודע לקרות אבא ואמא עד שיטעום טעם דגן⁴.

עץ הדעת העניק לאדם דעת, מודעות. ומקובל לומר על אדם שאין לו דעת (או על תינוק, על-פי המקור בברכות), "שלא אכל פת חטים מימיו". כלומר, זהו ביטוי הרוצה לומר, כי עד שלא אכל מאכל של בני אדם, נותר הוא בהמה, וכי מה שהופך את האדם לאדם - המודעות - יכול לבוא רק בדמות של מאכל של בני אדם, היינו דגן שעובד ובושל. האם טיעונו של רבי יהודה לא מתמצת בצורה פואטית למדי את אוירת הרמדי המובהקת שנסובה סביב משפחה, משפחתיות, קשר הורי, טיפולי, בין הורה לילדיו, בין הלחם כמסמל את הבית, את בסיס הקיום האנושי, את היסודות הבסיסיים ביותר עליו מושתת קיומו של האדם כאדם? אפשר להוסיף ולומר שבזמן שלפני הטעימה מעץ הדעת, אדם וחווה היו בהווה הנצחי, ללא זיקה לשושלת של עבר ועתיד, של בית וזהות, ללא הכרה מודעת. הכניסה לעולם המודעות, הביא איתו את תודעת הזיקה ההורית, הטיפולית, את הזיקה לאבא ולאמא (ולאלוהים), מה שרק הדגן, הלחם - הביתי, המשפחתי, יכול לעשות.

עוד על החיטה כעץ הדעת כותב פרופ' מרדכי כסלו⁵ בהסתמך על כתבי חז"ל ועל פסוקים מפרק בראשית, והנה הסבריו:
לאחר שחווה מקבלת את עיצת הנחש נאמר "ותרא האשה כי טוב עץ המאכל, וכי תאוה הוא לעיניים, ונחמד העץ, ותקח מפריו ותאכל, ותתן גם לאישה עמה ויאכל" (בראשית, ג', ו'). יוצא מכאן, שלאשה היה ידוע כי לעץ המאכל המסויים הזה יש סגולות מיוחדות, והיתה מוכנה להפיק ממנו מאכל מיוחד. היא ידעה כי הכנת פרי העץ למאכל היה כרוך במאמץ. על כך מפרשים חז"ל: "כמה יגיעות יגע האדם הראשון עד שמצא פת לאכול: חרש, זרע, וקצר, ועימר, וטחן, והרקיד, ולש, ואפה, ואחר כך אכל"⁶.
ומה בעצם השינוי שעשתה חווה, שבגללו נגזר על בנותיה הצער? במקום לאכול את הפירות כמו שהם, נאים, ישירות מפי האדמה, היא החליטה להשקיע מאמץ בהכנת הלחם. ולכן אלוהים שואל: "מה זאת עשית?" (בראשית, פרק ג', יג'), והעונש על כך: "הרבה ארבה עצבונך" (שם, פס טז'). כלומר, מפרשים זאת חז"ל, העונש אינו רק קשור ללידה (ועל כך בהמשך). העונש מגיע מידה כנגד מידה: העצב הוא העמל, הידיעה והטורח. "בזיעת אפיך תאכל לחם".
חווה למעשה פעלה באופן שהיה מנוגד למה שהיה נכון לעשות בגן עדן - לאכול פירות כמו שהם ללא טרחה. כסלו טוען על כך, בעקבות חז"ל, כי חטאה היה בכך שהיא חמדה לעשות דבר מיוחד במינו. טעותה היה ברצונה, כלומר בכוונה שלפני המעשה - להטביע את חותמה. לפי

⁴ תלמוד בבלי, מסכת ברכות, עמוד א דף מ

⁵ פרופ' מרדכי כסלו, "עץ הדעת חיטה היה", מתוך סיני, ירחון לתורה ולמדעי היהדות, שי"ט, תשנ"ז

⁶ תלמוד בבלי, מסכת ברכות, עמוד א, דף נח

הגאון מווילנה, חטאה היה טמון בתאוה לדבר ערב ומתוק, מפותח יותר ואחר מכפי שהופיע בפשטותו.

לדברי חז"ל, אין סתירה בכך שעץ הדעת היה למעשה עשב, ולא עץ, משום שבאותם ימים של טרום הגירוש מגן עדן, היתה החיטה מתמרת כ"ארזי הלבנון". היתה זו חיטה פלאית, רב שנתית, שופעת. החיטה בגן העדן מסמלת את השפע האלוהי התמידי, הסדיר, הקבוע והאיתן, הנמשך לאורך זמן. היא מסמלת מצב מושלם ותמים. לעומת זאת החיטה כצמח עשבוני, חד שנתי, משקפת את המציאות הפגומה והרעועה, שנובעת מהחטא ועונשו והיא מסמלת מצב תלתי וזמני של חוסר יציבות, ואת הצורך לטררוח ולחדש כל הזמן בכדי לזכות באותו שפע אלוהי.

מרתק לראות עד כמה דברי רבי יהודה מתואמים להפליא עם כמה תיאורים אקו-חברתיות⁷ שנשמעות היום בעולם. הן מנוסחות בבהירות רבה על ידי הסופר דניאל קווין בטרילוגיה "ישמעאל" שכתב, שבה הוא מבקר את מקורות והתפתחות הציויליזציה, בטענה כי סיפור הגירוש מגן עדן הוא המיתוס המקביל לאירוע ההיסטורי של המהפיכה החלקאית. במילים אחרות, אירוע הגירוש מגן עדן הוא בעצם המעבר מחברה ציידית-לקטית לחברה חלקאית. משהתחיל האדם לגדל את מזונו בעצמו, כך נטען, נושל למעשה האדם מחיי שפע, חיים שבהם הספיק המזון לכל החי בכדור הארץ, ונכנס לארגון טוטליטרי של עיבוד מזון, של חלקאות. מאורע זה - המעבר לגידול ועיבוד המזון - שהביא לנעילת המזון מאחורי בריח, הוא, כך טוענים אותם זרמים, המקור להיווצרות הכלכלה כפי שאנו מכירים אותה כיום, והוא שהיווה את הבסיס לכל מלחמות הכיבוש, האימפריאליזם, המצאות הדת, מערכות החינוך ועוד.

האם אין אלו שני קצוות הרמדי? הלחם והעוגה? כלומר השפע, החיים הטובים, המותרות, הנהנתנות, לעומת הלחם היבש, הבסיסי, קשיי חיי היומיום, עולם החיים האפרוריים, הקשים? יש כאן מצד אחד את הלקט החופשי, התמים, פטור מעול החיים, ממשא העבודה, המהלך לו בפנאי בגן עדן ואוכל ישירות מאמא אדמה, סומך על השפע האלוהי, נהנה משפע החיים והקיום. ולעומתו, עומד החקלאי, המשועבד לעבודתו, לאדמה, לרוחות השמיים ולעונות השנה, שמשכים קום עם עלות השחר לטפל ולעבד ולנקש ולזרוע ולהשקות את אדמתו כדי שיהיה לו מה לאכול. הוא משעבד את האדמה ובעצמו משועבד לה. אין לו פנאי, הוא שקוע כולו בעבודת הכפיים, בטורח, הוא אינו מסתמך על השפע האלוהי, השפע שלו מוגבל, תחום, חיי אפרוריים.



⁷ בעיקר תנועות אקו-אנרכיסטיות ואנרכו-פרימיטיביסטיות

חלק ב'

תימה 1: זמן

הבחירה לקרוא לגן-העדן בשמו אינה מקרית. בשם זה מושם דגש על תכונה מיוחדת, על המימד הפלאי המכונה "גן עדן" – כלומר הנצחיות, הלא "עדן" נגזר מהמילה עד, נצח. באותו מרחב של גן העדן, לא היה קיים מימד הזמן, לא היה עבר ולא היה עתיד. לא היתה התחלה מכיוון שלא היה סוף לדבר. כל שהיה קיים שם היה שפע אלוהי, אינסופי ונצחי. אם כן, קודם לחטא הראשון, הזנתו של האדם היתה זמינה משפע האינסוף. לא היה צריך להכין, לעבד ולעמול על מנת להתקיים. אחרי החטא, ירד האדם בדרגתו הרוחנית אל תוך הגוף הפיזי, אל מלבושי העור.

"וַיַּעַשׂ יְהוָה אֱלֹהִים לְאָדָם וּלְאִשְׁתּוֹ, כְּתַנּוֹת עוֹר—וַיַּלְבֹּשֵׁם".

וכך לאחר החטא, התעוררה לראשונה מודעותו של האדם לגבי גופו ועירומו- דבר שחרג בגסות מכוונתו של הבורא להשאיר את האדם בדרגה רוחנית כזו שאינה עוסקת בקיום פיזי, בגוף. הגוף- ככל דבר גשמי, מגיע לכליון וכך עם התעוררות המודעות של האדם אל מימדו הגשמי, נגזר עליו לראשונה גם מוות-

"יֵיז וַיַּעַץ, הַדַּעַת טוֹב וְרָע--לֹא תֹאכַל, מִמֶּנּוּ : בְּיֹם אֲכָלְךָ מִמֶּנּוּ-מוֹת תָּמוּת".

העונש : סוף לגוף הפיזי, וגירוש מחיי העד- מגן העדן הרוחני והנצחי בו שכן עד כה. כל עוד היה האדם שוכן בחיי הנצח, בגן העדן, לא היה קיים מושג הזמן. רק כאשר ירדה דרגתו הרוחנית וקיבל גוף פיזי המגיע לכליון ומוות, נכנס מושג הזמן הליניארי- עבר, הווה, עתיד. רעיון זה עלה בפרובינג, כנושא שלם העוסק בזמן: **שינוי ובלבול בתפיסת מושג הזמן**. נושא הזמן לא עלה רק כהתעסקות נוסטלגית בעברנו האישי והקולקטיבי, אלא גם בזוית מיוחדת ומעניינת ביותר- כשינוי ושיבוש בכל מה שקשור לתפיסת מימד הזמן. פרוברית הזהב העלתה שוב ושוב את המושג "זמן ליניארי מול זמן קוסמי". ביטוי זה מבטא מהות מזוקקת של השינוי והמעבר שחוו אדם וחווה בגירוש גן-עדן: מעבר בין קיום במימד קוסמי ללא זמן, למימד שבו יש זמן: עבר-הווה-עתיד הנמשכים ומתפתחים זה מזה בצורה ליניארית ועקבית כפי שאנו חווים בדרך כלל במישור הארצי.

תימה 2: הסתרה

דבר נוסף שעלה פעם ראשונה יחד עם התעוררות המודעות הוא הצורך **להחביא ולהסתיר-**

"י וַיֹּאמֶר, אֶת-קַלְדָּךְ שְׁמַעְתִּי בְּנִי ; וַאֲיֹרָא כִּי-עִירָם אָנֹכִי, וַאֲחַבְא".

גם נושא זה עלה בעוצמה בפרובינג; פרוברית הזהב הוסיפה לדייק והתחבטה רבות בשאלה המתבקשת מפסוק זה- האם אפשר להסתיר מאלוהים? הנה במילותיה :

חושבת על אדם וחווה והסתתרות שלהם בגן. אפשר להסתתר מאלוהים? (8) (D09)
יכול להיות המפתח לרמדי- צביעות זה שתי פנים. הסתרה וגילוי מה שאינו אמיתי. בושא.
ניקיון, זה ההווה בלי עבר ובלי עתיד. (8) (D05)

תימה 3: הריון ולידה (קשר הורה-ילד)

לאחר אותו חטא קדמון גזר אלוהים שתי גזירות על אדם וחווה. שתי גזרות הן שני נושאים מרכזיים בפרובינג של אם-החיטה: הראשונה מתייחסת לעצב הולדת הבנים :
וְאֵל הָאִשָּׁה אָמַר : "מְרַבָּה אֲרַבָּה עֲצָבוֹנָךְ וְהַרְגָנֶךָ, בְּעֲצָב תֵּלְדִי בָנִים. וְאֵל אִישׁךָ תִּשְׁוֹקְתֶךָ, וְהוּא יִמְשָׁל בְּךָ." {

כאשר נכנסים למימד שבו מתקיים זמן, שבו יש סוף, מגיעה גם ההתחלה- **הריון ולידה**. על פי ספרה של מיכל יקיר "סדר מופלא" אם-החיטה, היא דגן הממוקם בטור ה-3, טור המביא איתו את איכויות העיקרון האימהי, עיקרון ההזנה והטיפול. ואכן, בפרובינג עלו נושאים של טיפול במשפחה ובילדים ואף חלומות רבים על הריונות.

הגזירה השנייה מתייחסת לחיי העמל שנגזרו על האדם, כפי שכבר התייחסנו לכך לעיל, אלא שכאן ניתן לקשר את ההבנה של הגזירה בהקשר של הירידה בדרגה הרוחנית :

וַיֹּאדָם אָמַר : "כִּי שָׁמַעְתָּ לְקוֹל אִשְׁתֶּךָ, וַתֹּאכַל מִן הָעֵץ אֲשֶׁר צִוִּיתִיךָ לֵאמֹר 'לֹא תֹאכַל מִמֶּנּוּ', אַרְוַרְחָה הָאָדָמָה בְּעֵבוֹרְךָ, בְּעֲצָבוֹן תֹּאכְלֶנָּה כֹּל יְמֵי חַיֶּיךָ. יָחַ וְקוֹץ וְדַרְדָּר תַּצְמִיחַ לָךְ, וְאָכַלְתָּ אֶת עֵשֶׂב הַשָּׂדֶה. יָט בְּזַעַת אֲפִיךָ תֹאכַל לֶחֶם. עַד שׁוֹבֶךָ אֵל הָאָדָמָה, כִּי מִמֶּנָּה לְקַחְתָּ, כִּי עָפָר אֶתָּה וְאֵל עָפָר תִּשׁוּב." {

תימה 4: עול החיים

לאחר החטא, אחרי שטעם מן הדעת (מהחיטה), ירדה דרגתו הרוחנית של האדם ומאז הוא מצוי במציאות ארצית וגופנית בה לשם קיום והזנה חייב לעמול ולעבוד את האדמה ביזע ועיבון כל חייו, עד מותו ושובו אל האדמה. חיי האדם וגופו נהיו תלויים ביכולתו לעבוד להשיג מזון ולעבד אותו למצב אכיל- ביכולתו לממש את הגזירה "בזיעת אפיך תאכל לחם".

נושא זה עלה בפרובינג כתפיסת עולם, העוסקת **בעול החיים**. תפיסה הדוגלת ביעילות, מעשיות ועבודה קשה, ורואה צורך **בקיום בסיסי** בלבד, ללא מותרות פיזיים או רוחניים. זוהי תמונת האנשים קשי יום העומלים ומזיעים עבור מזונם. עבור הלחם, המזון הבסיסי ביותר.

דימוי לסיום

עוד בהקשר של הגזירה השנייה, נציין במאמר מוסגר כי במהלך הפרובינג היו כמה חלומות שתיארו תמונות של חיי יום יום אפרוריים וקשים, אוטובוסים מלאי אנשים אפרוריים, תמונות שממש עלה מהן ריח של רוסיה הקומוניסטית, קשת היום, ולא יכולנו שלא לחשוב על המגל בתור הסימבול הקומוניסטי המובהק, המסמל את מעמד הפועלים, את פשוטי העם, החקלאים.



פסח

במהלך הפרובינג, עלתה שוב ושוב התיחסות מיוחדת לחג הפסח. אחת הפרוביריות מזכרה בערגה בבית אמה, במסורת של נקיון הבית ובריח צביעתו לקראת החג. היא מצאה עצמה עושה "נקיון פסח"- מכינה את הבית במיונים, נקיונות וסדרים עמוקים כפי שעושים רק פעם אחת בשנה, על מנת לטהר את הבית מכל פירור חמץ- בפסח.

ואכן, נושא הניקיון ארגון וסידור הבית הפכו את לנושא שלם ומרכזי ברמדי. הנושא בלט במיוחד לנוכח העובדה שמועד הפרובינג לא היה קרוב למועד ההכנות לפסח. עובדה זו תפסה מייד את תשומת ליבנו וברור היה כי יש כאן משהו שכדאי להעמיק בו- להיטיב להבין את משמעות הפסח על מנת להעמיק את ההבנה על הרמדי.

הקשר הישיר בין פסח לאם-החיטה, ברור מייד: אין במסורת היהודית חג השם את החיטה, את הלחם, במרכז הבמה כמו פסח.

אך כשחקרנו את משמעויות הפסח גילינו כי הקשר בין הרמדי לחג, עמוק בהרבה - התרגשנו לראות איך כל-כך הרבה נושאים מרכזיים של החג מהווים את לב ליבה של הרמדי ולמדנו על כך רבות מסיפור יציאת מצרים העומד במרכזו של החג.

סיפור יציאת מצרים מתאר את המעבר של בני ישראל מעבדים במצרים לבני חורין, ועל כן נחשב אחד החגים החשובים והמשמעותיים ביותר במסורת היהודית ונקרא גם **חג החירות**.

סיפור יציאת מצרים

בני ישראל היו עבדים בארץ זרה. הם חיו בניצול ועבודות קשה, עקורים ומנותקים משורשיהם, ללא החופש להיות נאמנים לזהותם האתנית למסורת והמורשת הרוחנית שלהם על פיה יעודם- עם האלוהים.

כבר כאן אפשר לראות כמה מהרעיונות המרכזיים ברמדי-

- תשוקה לחופש מול עול החיים ועבודה קשה.
- שייכות (ההפך מזרות), שורשים וזהות אתנית.

בהמשך בכדי לעצור את הריבוי הטבעי וגדילת האוכלוסייה העיברית, ציווה פרעה להמית כל בן עברי זכר. כאן אפשר לראות נושא נוסף שעלה בפרובינג-

- קשר בין דורי, המשכיות הדור.

השרשרת הטבעית של קיום העם מתחילה להקטע בעקבות אותו ציווי.

בני ישראל, לאחר שנות שיעבוד רבות, זעקו לאלוהים וביקשו ישועה. במקביל לאלו ובניגוד לציווי להמית כל בן זכר, נולד משה. על מנת שלא יתפסו אותו שומרי החוק המצרים ויהרגו אותו, אימו מניחה אותו בתיבה ומשיטה אותה על היאור. במילים אחרות- נוטשת אותו. בעזרת השגחה פרטית מופלאה, משה נמצא ע"י בת פרעה ומובא למינקת- הלוא היא אימו! משה ממשיך לגדול באותו ארמון עד שהופך לבוגר ומגלה על דבר מוצאו שנשמר ממנו בסוד עד עתה.

אפשר לראות כאן בבירור כמה נושאים נוספים שעלו בפרובינג-

- ממסד, חוק ועבירות על החוק.
- קשר הורה-ילד: טיפול מול הזנחה.
- הסתרה וגילוי.
- מעבר בין חיים קשיי יום לחיים הטובים- מעמד של בן מלך בארמון!
- ושוב- שייכות, שורשים וזהות אתנית.

משה, שבמהלך גילוי מוצאו הרג נוגש מצרי, עוקר ממצרים ויורד למדין. הוא נשאר שם עד שאינו יכול לסרב יותר למסר הברור מאלוהים המצווה עליו לחזור ולשחרר את עמו. משה יחד עם אחיו אהרון יוצאים למשא ומתן של אותות ומופתים מול פרעה. 10 מכות מביא משה על מצרים, ובעשירית- "מכת בכורות" - הוא מצליח להוביל לשחרורם של בני ישראל. שוב עולה כאן הנושא-

- המשכיות הקשר הבין דורי. אותה שרשרת שנקטעת.

בני ישראל יצאו לבסוף ממצרים אל המדבר, הגיעו לים סוף שנקרע ונפתח על מנת שיעברו בתוכו, ולבסוף, מובלים על ידי משה, הגיעו להר סיני- שם ניתנת להם התורה. משה, לאחר ימי התבודדות על ראש ההר, יורד אל העם עם לוחות הברית עליהם חקוקים 10 דיברות, הלא הם המורשת הרוחנית שה' ביקש להעביר אל עמו כבסיס לברית ביניהם. בדיוק כפי שעלה בבהירות בפרובינג שוב ושוב-

- מורשת.
- בפרובינג עלה נושא שלם של התחמקות מהחוק ע"י פשעים ועבירות קלות, במובן מסויים אפשר להתייחס גם אל 10 הדיברות כאל חוקים, חוק עליון, חוק רוחני.

מכאן נדדו בני ישראל 40 שנה במדבר חסרי בית, חסרי יישוב קבע, עד שהגיעו לארץ אבותיהם, לארץ כנען, ארץ ישראל. כאן עולה נושא נוסף-

- העיסוק בבית, ומצד שני הרצון בחופש שאף התבטא אצל חלק מהפרוברים ברצון לטייל ולנדוד.
- וכמובן, שוב, נושא העקירה והחיבור לשורשים ולמוצא.

את הסאגה המפוארת הזו מצווה עלינו לספר כל שנה כזכר ליציאת מצרים. המצווה נקראת "והיגדת לבנך" והיא מתקיימת בלילה אפוף באוירה משפחתית במיוחד הנקרא- "ליל הסדר" ובו מסופרת "הגדת פסח".

האוירה המשפחתית הזו רק מתבקשת כאשר מצווה עלינו לשמר את סיפור שורשי העם שלנו ולהעבירו מדור לדור (".....שבכל דור ודור....."). המצווה למעשה גורמת לנו לשמר בתודעתנו את כל שושלת דורות העומדת מאחורינו כעם על מנת שנוכל להעביר זאת הלאה כמורשת לדורות הבאים.

רעיונות אלו באו לידי ביטוי בעוצמה רבה בפרובינג –

- משפחתיות.
- שושלת הדורות.
- שורשים וזהות אתנית.
- מורשת ומסורת.

במרכז ליל הסדר, ובפסח כולו, ניצבת בפשטות וצניעות **המצה**. והרי אי אפשר לדבר על פסח בלי להזכיר את המצה, הלא אנו עוסקים באם-החיטה. פסח הוא חג שכל כולו נסוב סביב שאלת החמץ.

אם כן - מדוע מצה?

חוקרת האוכל הישראלי הקדום ד"ר טובה דיקשטיין מאירה באור מעניין ביותר את הקשר⁸, ומסבירה אותו כך:

את פת הלחם הראשון אפו המצרים. הם שגילו את סוד התסיסה והבינו שכאשר משאירים בצק לזמן מה, הוא תופח ומקבל טעם חמצמץ ומשובח. משהכניסו אותו לעיסה חדשה, תפחה גם היא בזמן קצר. אפיית לחם אם כן, דרשה יותר מהכל- זמן. הכנת העיסה, התפחתה ואפייתה- כל אלו היו יכולים לעשות רק יושבי בית קבע.

המצה לעומת זאת, עשויה מבצק שלא תפח. אכלו אותן רועי צאן ונוודים שלא היה ביכולתם להחזיק בתנור כבד או להמתין לבצק שיתפח. המצות תמיד יכלו להאפות מבלי הכנה מוקדמת, בחיפזון, בדיוק כפי שבני ישראל יצאו ממצרים.

לחם ומצה אם כך, אינם רק סוגים שונים של מאפים שמוצאם באותו מקור. הם מייצגים שתי תרבויות שונות, שתי תפיסות עולם ושני אורחות חיים- **הנוודים מול יושבי הקבע**. חיים פשוטים ובסיסיים מול חיי השפע, החיים הטובים - שתי תפיסות עולם שעלו בעוצמה בפרובינג. (מעניין לראות כיצד שתי תימות זהות – שפע מול דלות, נוודות מול יישוב-קבע-עולות בפרק זה בהיפוך – כאן יושבי הקבע נתפסים כעשירים ונהנים).

⁸ "מטעמי המקרא- מתכונים בניחוח פרשת השבוע", ערכה דפי פורר-קרמר, הוצאת דני ספרים.

מכאן ניתן להבין את האיסור המוחלט על אכילת חמץ בפסח. אכילתו בחג החירות מהווה בעיטה בסמלים הגלומים במצה: ויתור על "החיים הטובים", על חיי הנוחות והשפע על-מנת לזכות בחירות, בחופש להיות מי שאתה, נאמן לעצמך, לזהותך, לשורשיך הארציים והרוחניים ובחופש לממש את יעודך הגבוה ביותר.



ספר בראשית, פרק ל"א

אצל "פרוברית הזהב", שהיתה ידועה בצלילותה המבורכת, עלה מספר פעמים פרק ל"א מספר בראשית כרעיון הדורש התיחסות מיוחדת. לא נותר לנו אלא לצלול ראש אל תוך הסיפור ולגלות בתדהמה עד כמה הוא רלוונטי לנושאים שעלו בפרובינג. אנו מוצאות לנכון להביא את הפרק במלואו, ולאחר מכן נבאר אותו לאור התימות של הרמדי.

א וישמע את דברי בני לָבֶן לְאִמֶּר: "לָקַח יַעֲקֹב אֶת כָּל אֲשֶׁר לְאִבִּינוּ, וּמֵאֲשֶׁר לְאִבִּינוּ עָשָׂה אֶת כָּל הַכָּבֵד הַזֶּה." ב וַיֵּרָא יַעֲקֹב אֶת פְּנֵי לָבֶן, וְהִנֵּה אֵינָנו עִמּוֹ כְּתַמּוֹל שְׁלֹשׁוֹם. ג וַיֹּאמֶר יְהוָה אֶל יַעֲקֹב: "שׁוּב אֶל אֶרֶץ אַבְוֹתֶיךָ וּלְמוֹלְדֶתְךָ וְאֶהְיֶה עִמָּךְ."

ד וַיִּשְׁלַח יַעֲקֹב וַיִּקְרָא לְרַחֵל וּלְלֵאָה אֶל צֹאנוּ. ה וַיֹּאמֶר לָהֶן: "רֵאָה אֲנֹכִי אֶת פְּנֵי אַבְיָכֶן כִּי אֵינָנו אֵלַי כְּתַמּוֹל שְׁלֹשׁוֹם, וְאֵלֵהִי אָבִי הִיָּה עִמָּדִי. ו וְאַתְּנָה יְדַעְתָּן, כִּי בְּכָל כַּחַי עֲבַדְתִּי אֶת אַבְיָכֶן. ז וְאַבְיָכֶן הִתֵּל בִּי וְהִחְלֵף אֶת מִשְׁכַּבְתִּי עֲשָׂרַת מָנִים, וְלֹא נָתַן אֱלֹהִים לְהִרְעֵ עִמָּדִי. ח אִם כֹּה יֹאמֶר: 'נִקְדָּדִים יְהִיָּה שְׁכָרְד', וְיִלְדוּ כָל הַצֹּאן נִקְדָּדִים, וְאִם כֹּה יֹאמֶר: 'עֲקָדִים יְהִיָּה שְׁכָרְד', וְיִלְדוּ כָל הַצֹּאן עֲקָדִים. טוֹיַצַל אֱלֹהִים אֶת מִקְנֵה אַבְיָכֶם וַיִּתֵּן לִי. י וַיְהִי בַעַת יַחַס הַצֹּאן וְאִשָּׁא עֵינַי וַאֲרָא בְּחִלּוֹם, וְהִנֵּה הַעֲתָדִים הַעֲלִים עֲלֵהצֹּאן, עֲקָדִים נִקְדָּדִים וְבָרְדִים. יא וַיֹּאמֶר אֵלַי מִלֵּאָה הָאֱלֹהִים בְּחִלּוֹם: 'יַעֲקֹב', וַאֲמַר: 'הִנְנִי.' יב וַיֹּאמֶר: 'שָׂא נָא עֵינֶיךָ וּרְאָה: כָּל הַעֲתָדִים הַעֲלִים עַל הַצֹּאן, עֲקָדִים נִקְדָּדִים וְבָרְדִים, כִּי רֵאִיתִי אֶת כָּל אֲשֶׁר לָבֶן עָשָׂה לָךְ. יג אֲנֹכִי הָאֲלֵבִית אֶל אֲשֶׁר מִשְׁחַתְּ שֵׁם מִצְבָּה, אֲשֶׁר נִדְרַתְּ לִי שֵׁם נֶדֶר. עַתָּה קוּם צֵא מִן הָאֶרֶץ הַזֹּאת וְשׁוּב אֶל אֶרֶץ מוֹלְדֶתְךָ.'"

יד וַתַּעַן רַחֵל וּלְאָה וּתְאִמְרָנָה לוֹ:

"הַעוֹד לָנוּ חֶלֶק וְנִחְלָה בְּבֵית אַבִּינוּ? טו הַלּוֹא נִכְרִיּוֹת נִחְשַׁבְנוּ לוֹ, כִּי מִכְרָנוּ, וַיֹּאכַל גַּם אֶכּוֹל אֶת כֶּסֶפְנוּ. טז כִּי כָל הָעֹשֶׂר אֲשֶׁר הִצִּיל אֱלֹהִים מֵאִבִּינוּ, לָנוּ הוּא וּלְבָנֵינוּ. וְעַתָּה כָּל אֲשֶׁר אָמַר אֱלֹהִים אֵלֶיךָ עָשָׂה."

יז וַיִּקַּם יַעֲקֹב, וַיִּשָּׂא אֶת בָּנָיו וְאֶת נָשָׁיו עַל הַגְּמָלִים. יח וַיִּנְהַג אֶת כָּל מִקְנֵהוּ וְאֶת כָּל רֶכְשׁוֹ אֲשֶׁר רֶכַשׁ, מִקְנֵה קִנְיָנוֹ אֲשֶׁר רֶכַשׁ בְּפָדוֹן אָרֶם, לְבוֹא אֶל יִצְחָק אָבִיו אֶרֶץ כְּנָעַן. יט וְלָבֶן הִלֵּךְ לְגֹזֵז אֶת צֹאנוֹ, וַתִּגְנֹב רַחֵל אֶת הַתְּרָפִים אֲשֶׁר לְאִבֵּיהָ. כ וַיִּגְנֹב יַעֲקֹב אֶת לֶב לָבֶן הָאֶרְמִי, עַל בְּלֵי הַגִּיד לוֹ כִּי בָרַח הוּא. כא וַיִּבְרַח הוּא וְכָל אֲשֶׁר לוֹ, וַיִּקַּם וַיַּעֲבֵר אֶת הַנְּהָר, וַיִּשָּׂם אֶת פָּנָיו הַר הַגְּלָעָד.

כב וַיִּגַּד לְלָבֶן בַּיּוֹם הַשְּׁלִישִׁי, כִּי בָרַח יַעֲקֹב. כג וַיִּקַּח אֶת אַחִיו עִמּוֹ וַיִּרְדּוּ אַחֲרָיו דְרֹךְ שְׁבַע יָמִים, וַיִּדְבֹק אֹתוֹ בְּהַר הַגְּלָעָד. כד וַיִּבְאֵר אֱלֹהִים אֶל לָבֶן הָאֶרְמִי בְּחִלְם הַלַּיְלָה, וַיֹּאמֶר לוֹ: "הַשְּׁמֵר לָךְ פֶּן תִּדְבַר עִם יַעֲקֹב, מִטּוֹב עַד רָע." כה וַיִּשָּׂג לָבֶן אֶת יַעֲקֹב, וַיַּעֲקֹב תִּקַּע אֶת אָהֱלוֹ בְּהָר, וְלָבֶן תִּקַּע אֶת אַחֲיוֹ בְּהַר הַגְּלָעָד. כו וַיֹּאמֶר לָבֶן לְיַעֲקֹב: "מָה עָשִׂיתָ וַתִּגְנֹב אֶת לְבָבִי, וַתִּנְהַג אֶת בָּנֵתִי"

כשביות חרב? כזו למה נחבאת לברח ותגנב אתי? ולא הגדת לי, ואשליחך בשמחה ובשרים, בתף ובכנור. כח ולא נטשתני לנשק לבני ולבנותי, עתה הספלת עשו. כט ושלאל ידי לעשות עמכם רע, ואלהי אביכם אמש אמר אלי לאמר: 'השמר לך מדבר עם יעקב, מטוב עד רע. ל' ועתה הליך הלכת כי נכסף נכספתה לבית אביך, למה גנבת את אלהי. "לא ויען יעקב ויאמר ללבו": כי יראתי, כי אמרתי פן תגזל את בנותיך מעמי. לב עם אשר תמצא את אלהיך - לא יחיה, נגד אחינו חפר לך: מה עמדי וקח לך". ולא ידע יעקב כי רחל גנבתם. לג ויבא לכו באהל יעקב ובאהל לאה ובאהל שתי האמהות ולא מצא, ויצא מאהל לאה ויבא באהל רחל. לד ורחל לקחה את התרפים ותשמש בכר הגמל ותשב עליהם, וימשש לכו את כל האהל ולא מצא. לה ותאמר אל אביה: "אל יחר בעיני אדני כי לוא אוכל לקום מפניך, כי דרך נשים לי, ויחפש ולא מצא את התרפים.

לו ויחר ליעקב וירב בלבו, ויען יעקב ויאמר ללבו:

"מה פשעי מה חטאתי כי דלקת אחרי? לזו כי מששת את כל כלי - מה מצאת מכל כלי ביתך; שים כה נגד אחי ואחיד, ויוכיחו בין שנינו. לח זה עשרים שנה אנכי עמך; רחלך ועזיך לא שכלו, ואילי צאנך לא אכלתי. לט טרפה לא הבאתי אליך. אנכי אחטנה, מדי תבקשנה, וגנבתי יום וגנבתי לילה. מ הייתי ביום אכלני חרב, וקרח בלילה, ותדד שנותי מעיני. מא זה לי עשרים שנה בביתך, עבדתיך ארבע עשרה שנה בשתי בנותיך ושש שנים בצאנך, ותחלף את משפתי עשרת מנים. מב לולי אלהי אבי, אלהי אברהם ופחד יצחק הנה לי, כי עתה ריקם שלחתיני. את עניי ואת יגיע כפי ראה אלהים, ויוכח אמש."

מג ויען לכו ויאמר אל יעקב: "הבנות בנותי והבנים בני והצאן צאני, וכל אשר אתה ראה לי הוא, ולבנותי מה אעשה לאלה היום או לבניהן אשר ילדו? מד ועתה לכה נכרתה ברית אני ואתה, והנה לעד ביני ובינך. "מה ויקח יעקב אכו, וירימה מצבה. מו ויאמר יעקב לאחיו: "לקטו אבנים", ויקחו אבנים ויעשו גל, ויאכלו שם על הגל. מז ויקרא לו לכו יגר שהדוּתא, ויעקב קרא לו גלעד. מח ויאמר לכו: "הגל הזה עד ביני ובינך היום", על כן קרא שמו גלעד. מט והמצפה אשר אמר: "יצף יהנה ביני ובינך, כי נסתר איש מרעהו. נ אם תענה את בנותי ואם תקח נשים על בנותי, אין איש עמנו - ראה אלהים עד ביני ובינך. "נא ויאמר לכו ליעקב: "הנה הגל הזה והנה המצבה אשר קרית ביני ובינך. נב עד הגל הזה ועדה המצבה, אם אני לא אעבר אליך את הגל הזה ואם אתה לא תעבר אלי את הגל הזה ואת המצבה הזאת לרעה. נג אלהי אברהם ואלהי נחור ישפטו בינינו, אלהי אביהם, וישבע יעקב בפחד אביו יצחק. נד ויזבח יעקב זבח בהר, ויקרא לאחיו לאכל לחם, ויאכלו לחם וילינו בהר.

פרק זה עוסק בכמה נושאים שעלו בפרובינג. אז מה יש לנו כאן?

יש כאן סכסוך מסוים בין בני המקום (לבן ובניו), לזר החי בקרבם (יעקב), סביב שאלה על תשלום שכר עבור רעיית הצאן של לבן בידי יעקב. יש כאן תלונה על הלנת שכר.

שני הצדדים מאשימים אחד את השני בגניבה, רמאות וחוסר יושר סביב נושאים הקשורים לכסף ולכבוד בין שני דורות. הדור ההורי ודור המשך - השבט. עולה כאן מסר אל יעקב כי עליו לחזור אל שורשיו, אל הארץ בה נולד, בה חיו אבותיו, בכדי להיות מוגן ובטוח. כלומר- כשאתה במקום זר אתה למעשה נטוש במידה מסוימת ונטול הגנה.

הסכסוך המשפחתי-שבטי הולך וגדל כאשר רחל ולאה בנותיו של לבן, מוסיפות ואומרות כי הן עצמן נחשבות כזרות בתוך המערך המשפחתי. כלומר- מרגישות דחויים ובעלות מעמד נחות בתוך ביתן. כמו "כבשה שחורה".

הן מעידות על אביהן כי הוא נצלן וגזלן שלקח מהן את כל רכושן ועומדות על זכותן הכלכלית בירושה להן ולבניהן! יעקב ונשותיו לוקחים את כל רכושם וכספם ובורחים. המילה הבולטת ביותר שחזרה שוב ושוב לאורך הפרק היא **גניבה**: רחל גונבת את התרפים של אביה-

למעשה בגניבה זו שללה מאביה כוח והגנה מכיוון שעל פי אמונתם התרפים היו משמשים לעבודת אלילים.

יעקב בורח בגניבה, מבלי לומר, מפני יראת הנזק שיגרם לו בעימות עם לבן. לבן משיג את יעקב הבורח חזרה אל בית אביו, ומאשים אותו כי גנב ממנו את בנותיו את רכושן ואת אלוהיו- התרפים שגנבה רחל.

יעקב מאשים את לבן כי **רימה אותו במשכורתו** למרות שהיה עובד נאמן לו כל השנים. הוא לא מודה כי גנב מלבן דבר וטוען כי כל רכושו קנה בעמל רב ועבודת פרך.

בסוף הפרק בניסיון ליישב את הסכסוך ביניהם, יעקב מבקש משפט- שאחיו של לבן ישפטו ביניהם מי הגנב ומי הפושע.

ולבסוף, כורתים ברית ביניהם ומקימים גלעד אבנים שיפריד ביניהם ויעמוד לדורות.



AS IF ONE PERSON

MIND

!! I have that teenage flare to life (XX) (2)

קצת מנותק ומרוחק (11) (D 1)

יותר בתוך עצמי. לא עם תחושה רעה. או עם מחשבות. יותר ריק. (לא עם התבוננות פנימה)
לא ריק ולא נעים. אולי בכיוון של מדיטציה (11) (D 1)

מסטול. כמו סם

מדיטטיבי ואולי קצת יותר עירנות. (11) (D 1)

שקוע יותר בתוך עצמי (11) (D 1)

מתפקד לאט, איטיות (11) (D 1)

רוגע, כוח פנימי, שקט (11) (D 1)

תחושת עזובה (11) (D 1)

קצת חוסר עניין (11) (D 1)

היתה צפיפות ולא הפריע לי. היה שם צפוף מהרגיל ואולי בגלל זה שמתי לב שלא מפריע.
היתה לי סבלנות (11) (D 1)

תחושה אוניברסאלית, עזובה. הרגשתי פעימה של היקום (11) (D 1)

בבוקר הייתי עייף והלכתי שוב לישון לשעתיים. לא לעשות חשבון. שינה חזקה בתוך אקשן.
חבוי לעצמי- זה שישנתי באמצע הבוקר. לא הייתי מעלה על דעתי ללכת לישון בשעות האלו.
(11) (2 D)

הרגשתי רגוע (11) (2 D)

יותר שקט ויותר מחובר לעצמי. (11) (2 D)

הרבה שקט. חבוי לעצמי. (11) (2 D)

לא מחושב מדי. יותר מחובר לעצמי – להיות עייף וללכת לישון, או לרצות סיגריה - אז הלכתי
ועישנתי למרות האורחים(11) (2 D)

הרבה שקט לעומת מתח של עשייה. קמתי ב- 12.00 ועד 13.00 התאוששתי(11) (2 D)

יותר פוקוס בעשייה. (11) (3 D)

עשיתי דברים ברוגע למרות שהיה רצף רב של דברים. (11) (3 D)

הגיע מישהו ב- 15.15...התבלבלתי בין

רבע ל – 15.00 – 15 ורבע.... (11) (3 D)

לנסות לשנות ולהיות יעיל בלי להיות רגשי. (11) (3 D)

יותר קוצר רוח וכעס מהפרעה של שיחת עבודה באמצע האוכל מאוחר אחרי יום עבודה ארוך. רגישות מוגזמת....הייתי אחרי יום עמוס פגישות ולא יכולתי לסבול יותר דיבורים הומיאופתיים

התלוננתי בכעס, הפסקתי לאכול ויצאתי לטיול (11) (3 D)

הרגשה שאני מוזנח. שלא מטפלים בי ולא מתחשבים בי. (11) (3 D)

זריזות : יצאתי למטלות תוך כמה דקות בדר"כ יקח יותר זמן להתארגן ומפספס את השעה (11) (3 D)

יותר פרספקטיבה, אם יש לחץ זמן לנסות לעשות משהו בקיצור ולתמרן ולא להצטער שזה מאוחר....או להרגיש שמי שמאחר הוא לא בסדר, אלא להסתדר עם המגבלות ולא להיות רגשי. זה שייך למרחק, לניתוק (שהיה מההתחלה), לראות דברים קצת מרחוק (11) (3 D)

מצד אחד הייתי עצבני וכעסתי. מצד שני דברים שהערתי לאשתי יכלה לקבל יותר בלי להיעלב...אולי אמרתי עם פחות רגש – ענייני כזה. (11) (3 D)

יותר חדות ויותר עשייה בלי רגשות לא רלבנטיים

זריזות ביציאה למטלות ביציאה מהבית. (לא רגיל). עשייה(11) (10 D)

הרגשה שאני יודע מה צריך לעשות למרות העייפות. (11) (10 D)

בלבול במספרים: במקום 86 - 68. בלבול בשעת התחלה של פגישה – 3:30 במקום 4:30. (11) (10 D)

בלבול בקשר לשעת פגישה. הייתי בטוח שזה בשלוש וחצי והיה ב 4. (11) (10 D)

צלול יותר, בהיר יותר, חד, (11) (10 D)

יותר דינאמי פחות שקוע. (11) (10 D)

פחות איטיות, דברים יותר ברורים. (11) (10 D)

ניקיתי במטבח במרץ וזרקתי סיר מלא באוכל טוב ורק אח"כ הבחנתי בזה בצלחת הכלבים. (11) (10 D)

יותר בתוך עצמי ופחות דואג ומחוייב לאחרים. (11) (10 D)

להשלים פערים. לעשות בבית. רציתי לנקות ולכבס. (11) (10 D)

נזכרתי בדברים קשים שקרו מזמן. דברים שלא היתה שליטה על תוצאותיהם : "לפני 5 שנים קיבלנו ירושה והיה עוד מעורב – צד שלישי - שגנב את רב הירושה, לקח במרמה את רובה..... יצא טעם מר ושאין מה לעשות, סתם בלי קשר לכלום ועלו כמה דברים זה עלה בלי הקשר רלבנטי לכלום. (11) (D16)

פחות רגשי, יותר אגואיסטי – לא ברוע – מתוך אינטואיציה. (11) (D16)

פחות מחושב רגשי. (11) (D16)

פחות כובד. פחות אי חיוכים. פחות אי זרימה. פחות כובד. (11) (D16)

רגישות גדולה לחוסר סדר עם הבעת אי שביעות רצון בוטה. בדר"כ לא אבטא את זה ככ חריף (גם הרגישות עלתה וגם המחאה). (11) (24 D)

הרגשת נטישה הזנחה וחוסר תשומת לב. (11) (24 D)

אשתי אמרה שאני יותר איש משפחה. (11) (24 D)

יותר חד וברור מכרגיל. (11) (24 D)

התבלבלתי בין שמן לדלק ומילאתי הפוך. חסר תקדים.

מלאתי טנק בניזין עם שמן וטנק שמן עם בניזין. (11) (24 D)

ישירות – יכול להגיד ברור ופחות לעשות חשבון....מצב שהרגיש בו לא נוח – קם והלך לטיול ברגל. במקום : סתם נשאר ומתבאס או נשאר ומתרחח. (11) (24 D)

רגישות למשטחים גסים כמו קרמיקה בלי גלזורה. (11) (42 D)

תגובה לקריעה של נייר. צמרמורת. עושה לי לא טוב (11) (42 D)

תחושה של חול בין נעליים ורצפת בטון. (11) (42 D)

רגישות לרעש/ראייה של חול על רצפת בטון מתחת לנעליים. (11) (42 D)

דומה לרגישות שהייתה לניקוי ושפשוף חומר בלי גלזורה ולחיתוך מספריים של נייר גס. (11) (42 D)

בלבולים עם פגישות : עם זמנים. שכחתי מפגישה במוצ"ש שנקבעה יום יומיים קודם. שוב בלבול בין יום ד' ל ה' ואלו שהגיעו לא זכרתי שהם קבעו. (11) (42 D)

כשהתארך היום התעצבנתי שלקח יותר מדי זמן (11) (D 1)

הדרכה מהי הורות טובה דרך סיפור של סכסוך בירושה, שבאו אלי לטיפול. זאת שהגיעה אלי
קיבלה הנחיה שלה- נאמר לה שהורות טובה נבחנת בזה שמורשת הורות היא כזאת גם אם
הורה נעדר אחוות אחים שלמה וטוטאלית וכל אחד (8) (D00)

אחים=> תיקון קין והבל. (8) (D00)

לכתוב צוואה- נושא כמה לתת לאישה/ילד. (8) (D00)

את מי אבא אוהב יותר- מי מקבל מה בחומר שמשקף רגש. (8) (D00)

כסף=כיסופים. (8) (D00)

בצהריים הייתי מנומנמת אבל בהרגשה חופשית. בד"כ יש לי רגשי אשמה אם אני רוצה באמצע
היום לנוח אבל ידעתי שאחרי הצהרים אני עובדת ובערב רצינו לצאת וידעתי שאם אהיה כל
היום בבית אתבעס. בקשתי מא. שנצא לטייל. (8) (D02)

לכלוא את הכעס בזמן מחלוקת. בעצם לא לכלוא כי אם לשלוט. איך להקדים תרופה למכה, איך
להגיע לתקשורת. פתחנו את זה לעומק, זה הביא קרבה ביננו. (8) (D02)

מקום מדהים, עם בריכה יבשה, מדרגות אבן וקב" עצי צפצפה. הצפצפה הפעימה אותי. עצים
ארוכים לבנים ונשיים מתקבצים יחד. ברקע היה עץ שקדיה ענק מלא פרחים כמו כלה ועל יש ידו
(מתבלבלת בכתיבה-עלילו, איך כותבים?) עוד עץ ורוד. שקט וקסום. זה שינה לי את כל המצב
רוח ופתח אותי לגמרי. (8) (D02)

כשחזרתי מהגן לא הלכתי לנוח הלכתי עם הילד לסופר. הייתי רגועה ובלי מהירות ולחץ
שאופיניים לי. לא היה לי אכפת לקנות סתם דברים לכיף. לא התפרעתי. קניתי יותר דברים
כיפיים אבל בה"כ בזבזתי 140 ש"ח- היה לי פוקוס. יודעת מה עושה. יודעת מה עושה לא
השתוללתי לא סכום בשמיים, מבחירה, לא הרגשתי רע עם זה. (8) (D02)

חזרתי, סידרתי עוד את הבית לקראת האנשים ועשיתי תפקידים שא. היה צריך לעשות. גם נ.
דורבנה לעשות את תפקידיה אבל בנעימות בלי עצבים. חשבתי ששוב אני עושה את התפקידים
של האחרים, ולמה הם לא זוכרים, אבל לא היתה לי כל תרעומת בלב. (8) (D02)

היתה לי הרגשה שיש אהבה באוויר. ראיתי שיש אהבה בכל מקום. פתאום יכולתי להרגיש זאת.
הרגשתי שזה קשור לפענוח שעשיתי לסיפור של קין והבל. התרצתי לאלוהים. הרגשתי אותו
כמו ישות של חסד ולא דין ושרירות. פחות פחדתי ממנו וממה שהוא עלול לעשות לי ולמשפחה
שלי. (8) (D02)

הרגשה של אביב באוויר, זה כמו פעם, שהאוויר נהיה קריספי, שהייתה המון תקווה, שהעתידי
היה אינסופי, שהאהבה הייתה בכל רגע. נזכרתי בי שהייתי פעם. אולי הרמדי הזו היא החזרת
הנעורים? (8) (D02)

אני עייפה ממש. הייתי רוצה ללכת לשכב קצת אבל לא אכפת לי שבאים האנשים. קצת עירפול, לחץ קל בחזה, כובד בראש, אבל שמחה כלשהי על החיים. משהו שאני מכירה מפעם. בלי סיבה. (8) (D02)

יצאתי מהעבודה סחוטת לגמרי. בטלויזיה שוב הסרט "ראן" סרט של קרסואה. שוב ענינים של ירושה. המלך מוריש עוד בחייו לבניו את המלוכה והם בגדו בו ואחד בשני. אין לא בית. אין לו אוכל ונשאר עם עשרים לוחמים. (8) (D02)

אני שוב חושבת על המורשת, על הירושה. אם אתה כל הזמן חי את החרב, זאת המורשת שלך לילדך. גם אם החרב הזו מופנית כלפי אויבים לכאורה, זאת נהיית דרך לחמם של כל בני ביתך ואז הם ילמדו את השפה הזו כשפת אם גם בינם לבינם. חושבת אם זה מה שקורה לנו עכשיו בארץ. (8) (D02)

תוך כדי עבודה עם האנשים שמתי לב שיש סביבי מן קרום שקוף כזה, שמונע מן הכאבים שלהם לחדור אלי. בזמן האחרון הייתי חשופה ורגישה מדי בעבודה. (8) (D02)

עכשיו הייתי קצת יותר מבחוץ וחשבתי כל הזמן שהם מרגישים את זה. אולי הם חושבים שאני לא ממש איתם. ראיתי שאני ממש לא רוצה להתחבר לסבל...אפילו את ל. שהיא באבל ובסבל הבאתי לידי צחוק. פשוט מזה שאני צחקתי על מה שהיא אמרה. היא בכתה וצחקה חלופות. היה קצת קשה לעבוד כך, וראיתי שגם לתקשר עובר לי דרך איזה קרום או מעבר, ואני לא ששה לעבור דרכו. טוב לי איפה שאני. (8) (D02)

גם עם א. והילדים נהיתה מן מתיקות שכזו. כף לי איתם. יש נעימות ושמחה על עצם השהייה יחד. (8) (D02)

אתמול בערב אחרי העבודה רציתי רק לראות "טרה אספרנסה" בטלויזיה וזהו. (8) (D02)

הביאו את החלונות ולא רציתי לרואת אף אחד. בכל זאת עשיתי להם קפה. א. טיפל בהכל. בד"כ אני מיד מתיצבת דרוכה ואחראית. שמחתי וסמכתי בכל זאת היו טלפונים וגם הייתי צריכה להחזיר טלפון לא. א. שהתקשר פתאום. ממש לא התחשק לי לדבר איתו.. ידעתי שזה לטובתי ולטובת העבודה שלי, אבל רציתי לחזור להיות ילדה שרואה טלויזיה וולא מתעסקת בעינינים של גדולים. (8) (D02)

אח"כ הלכנו להקרנת בכורה באיחור של שעה וחצי. (8) (D02)

הזמן נהיה גמיש ולא היה אכפתי לי. (8) (D02)

הגענו לסרט, ראינו קטע שבו האוהבים מדברים אהבה, רואים שהיא בלתי אפשרית למימוש כי שניהם לכידים במערכת משפחתית מסורתית וסגורה. רונית ושלומי אלקבץ, השחקנית והבמאי אחים. אח"כ הם דיברו על איך הם עשו את הסרט ומה המסר שלהם. זה החיים שלהם. הדור של ההורים שלהם. שוב חשבתי איך הם חיים אחד לאחד בתלבושת אחרת (סרט) את הסיפור של ההורים שלהם. שוב חשבתי של הסדנה שעברתי "זיווג הורים". הנה, כך זה מתרחש. (8) (D02)

היום אין לי עבודה עם אנשים ואני מרגישה ממש חופש. (8) (D02)

אני נזכרת גם ביום שלקחתי את הרמדי, לפני שלקחתי, היה יום מקסים. הייתי עם חברה בנחל, הייתה שמש מדהימה, ואח"כ לקחנו את הילדים לעין זיתים. הייתה הרמוניה באוויר, וכשרצנו עם הילדים בשביל המשחקים בעין זיתים א. אמר לי כמה הוא מאושר. המשפחתיות הזו השובבה. משהו כבד עוד היה בי, למרות השמחה, שנעלם לגמרי עכשיו בהשפעת הרמדי. (8) (D02)

מעברים מהירים בין תחושה של קלות לכובד. בין שמחה לדכדוך. תנופה לשקיעה. (8) (D02)

בבית אנחנו בעניין של סדר וארגון. היום יבואו להתקין את החלונות במרפסת. יש לי הרגשה שאוויר עוד מעט יזרום בתוכי. אני מאוד רגישה לבלגן שיש בחצר. כאילו הוא עוצר את האוויר. (8) (D02)

שמתי לב שנעשיתי מאוד רגישה לאוויר. (8) (D02)

אני צריכה להתקשר לסופרוויזור וחושבת אם תהיה לו סבלנות למה שאני כותבת ואם אני צריכה לסנן. שוב צורך בהסתרה. אני לא מסננת. (8) (D02)

רואים עלי הכל. אני אדיבה, אבל מאוד ברורה והחלטית. ממורכזת. (8) (D02)

בישלתי וראיתי שאני לא בפוקוס. (8) (D02)

נזכרתי כמה הייתי נדיבה בצעירותי. ראיתי שזה היה קשור לכוח. שעם השנים התעייפתי. חזרה לי תחושת הנדיבות. לעשות להם שיהיה ממש טעים. לא הגעתי לרמה של פעם אבל יותר מהרגיל. (8) (D02)

א. רוצה לספר לי איך הוא הסתדר עם הכסף עם ע. אני לא רוצה לשמוע. לא רוצה ענינים של כספים. רוצה את השקט שלי. (8) (D02)

כשהייתי נערה הלכנו ליום שלם לבריכה. בערב נסתמו לי 2 האוזניים. לא שמעתי כלום. זוכרת את ההרגשה איך זה לראות מכונייות בכביש בלי שלמוע. היתה בזה תחושה של אושר. אח"כ כשהאחות בקופ"ח ניקתה לי את האוזניים ושמעתי שוב, שמתי צמר גפן ב2 האוזניים, לשמור על השקט. (8) (D02)

זה הכה לי ממש בלב באו לי געגועים לא מוסברים ולא ידעתי למי. לאמא? לעדה? משהו מהעבר הילדי או הנערי שלי התגעגע ממש. התישבתי על הספה ולא יכולתי לזוז. לא יכולתי לצאת מהאור הזה, עד שלא נהיה חושך לא עשיתי כן כלום, רק הרגשתי את האור הזה. (8) (D04)

בערב ביטלנו את סוכנת הביטוח כי זכרנו שיש משהו משהו חשוב שאנחנו צריכים לצאת בגללו מהבית, אך שנינו לא זכרנו מה. בסוף נשארנו בבית למרות שביטלנו אותה. עד היום אנחנו לא זוכרים מה זה היה. רק שהיה סופר חשוב. (8) (D04)

בבוקר הכנתי את הילדים ובדרך לגן שוב הרגשתי בטיול. (8) (D04)

בבוסתן של חברים היה כמו גן עדן, המים מכים מדרך ומשקשקים, עצי תפוזים ושקדיות והסוכה הענקית. השיעור היה רך ומרוכז, וראיתי שיש לי הרבה יותר סבלנות מהרגיל. (8) (D04)

משך השיעור (טאי-צ'י) היה יותר משעתיים לא ממש עצבן אותי כמו תמיד ולא הרגשתי בסוף שחייבים ללכת לסדר לשבת. בסוף חזרנו רק ב 11.00 זה יצר עלי המון לחץ אבל לא הרגשתי אותו בתוכי. רק ידעתי שאני ממש לא בזמנים. בסוף נהיה לי ממש חירבוש עם הזמנים. (D04) (8)

הבן שלי רק רץ אלי לחבק אותי. "חיבוק לאמא, חיבוק לאמא"- הוא מנשק אותי, נראה שכולם שופעים אהבה, משהו רך באוויר. (8) (D04)

עדיין הרגשה שהכל יקר. הכל חשוב. מרגישה דקויות של תחושות, ומאבדת את המילים. מאבדת חלקים של הזיכרון. גם כמו קטעים מחוקים בציור. (8) (D04)

אני עייפה. הולכת טיפה לנוח לפני שתיכנס השבת. ברדיו שירים נוסטלגיים שירים עבריים של פעם. זה כלכך נעים. אני עטופה משהו רך מאוד. מפוייסת וקשה לפגוע בי. (8) (D04)

בעלי וביתי סדרו שולחן ואני ממש לא רציתי את זה עליי. (תמיד אני חלק מזה). קמתי עם כאב ראש נוראי ועצבנות שלא תיאמן. הצלחתי לשמור את זה בתוכי. (8) (D04)

רציתי לראות את ערוץ 1 כי הוא הערוץ של המדינה, ולא סרט טוב של אוסקר כי זה של מדינה אחרת. רצית את השייכות המיידית שלי. (8) (D05)

מחשבה בין ערות לשינה, שאני רוצה להוציא מהגוף שלי משהו החוצה, כמו קקי. ואז נזכרתי בי-ם. שכל הזמן כאבה לו הבטן ואף אחד לא ידע מה זה, ובוף יצאה לו תולעת ענקית בזמן קקי. אני זוכרת שכשהוא סיפר את זה היה נראה לי כמו סוף העולם שתצא תולעת ענקית מבטן של משהו, ועכשיו המחשבה הזו נראתה לי כמו מחשבה של הקלה. הנה זה יצא והבטן תהיה ריקה. כמו לנקות משהו יסודי. (8) (D05)

כשקמנו הגב של א. כאב וגם שלי. לי יש תחושה שכל המיטה מלאה גבשושיות, כמו הנסיכה על העדשה. אצלו זה ירד מהשכמות אל גב תחתון ולי זה בכל הגוף. (8) (D05)

הקשבתי לקולות ולא רציתי לדבר. רק לשמוע את הציפורים הקולות הקרובים והרחוקים, את האדמה. הרגשתי "יש, יש, יש, הכל מלא, מלא, ולא חסר כלום". וראיתי איך כל הזמן יש לי מן חלל בתוכי, של אין. ופה בחוץ, בטבע, הכל מלא. בין העשב ובתוך המים, ובאוויר- מלא, מלא, מלא. (8) (D05)

אני ירדתי בסיבוב למטה ומולי עלתה מרצדס שחורה. בפנים ישבה אישה בלונדינית עם משקפיים שחורות ענקיות ועל ידה, אולי ילדה או משהו צעיר. גם היא היתה צעירה. הרגשתי פתאום כמה טוב לי בתוך הסובארו הלבנה הישנה והקלה שלי. הרגשתי את כובד המתכת של המרצד ואת ~התחפוש של האישה. ראיתי את עצמי כמו ילדה שאין לה דאגות של מבוגרים שצריכים להשיג מרצדס, והצבע השחור נראה לי מגעיל, כמו מסתיר כל מני מחשבות מבאסות ומאוסות. הסתרות של מה שבפנים ומה ~שבחוץ, וגם כאילו היא מרוחה באיפור ומסריחה מסיגריות. אמרתי לעצמי שהרצון שלי לביטחון חומרי מזויף ושאין לי בעצם צורך בכל השריון הזה. זה מכביד וגן מסגיר אותך. בעצם משייך אותך לקבוצת הגדולים והצבועים. יכול להיות המפתח לרמדי- צביעות זה שתי פנים. הסתרה וגילוי מה שאינו אמיתי. בושה. וניקיון זה ההווה בלי עבר ובלי עתיד. (8) (D05)

זוכרת שהגיע אלי גליון הומאופתי וקראתי שם על במבוק שהוא " העשב הצוחק"- וזה התאים לי, כי הבמבוק מגיע לתשישות מוחלטת אחרי פריחה (לידה), והוא צמא, ועוד ועוד הרבה דברים שהתאימו, אבל בעיקר רציתי את העשב הצוחק והוא עזר לי אבל לא חזרתי לצחוק כמו שאני יודעת. (8) (D05)

כנראה שצריך רמדי של הארץ הזו, שאני נולדתי ממנה כדי להחזיר לי את ילדותי. חשבתי שכל הרמדיס שלקחתי בימי חיי באו ממקומות רחוקים, ואם אני מדברת על השתרשות באדמה, מן הסתם, הטוב ביותר, זה מהאדמה שממנה באתי. האם אנו ילדי העולם, או ילדי הארץ. האם צריך להשתדל לתת לאנשים תרופות שבאו מן החי והצומח של ארץ הולדתם, ומה זה לתת תרופה שבה מרחוק. (8) (D05)

כמו שבהתחלה ראיתי תוכניות בטלוויזיה ובראש רצה לי תכנית נוספת שראיתי קודם. כמו עבר והווה מעורבבים. (8) (D05)

שוב חשבתי על היש והאין. על מה שנראה מבחוץ ומה שיש בפנים. (8) (D05)

אני צריכה לשרותים, ויש לי הרגשה כאילו לא ממש הוצאתי את מה שיש לי בבטן אתמול. רוצה להוציא הכל. (8) (D05)

חשבתי על המבוגרים שעם השנים מגדלים בטן. וראיתי שסודות מסתירים בבטן ולילדים בריאים אין בטן כזו. כאילו שהם מחזיקים חרא בבטן. הגדולים כמובן. (8) (D05)

גם אני רוצה שלא תהיה לי בטן, רוצה ריקנות כזו. חושבת גם שבטן גדולה יוצרת מרחק ביננו לבין הזולת כשמתחבקים, כאילו הסודות מפרידים ביננו. (8) (D05)

עשיתי סדר בקרטונים של העבודה שלי. פתאום התחשק לי לזרוק הכל. מה שעשיתי היה להכניס הכל מאורגן חזרה, ואמרתי לעצמי שפעם עוד אעבור על זה ואתייק את זה כהלכה. איזה מעבר בין איכסון לריקון. בין האחזות בדברים לבין שחרור שלהם. (8) (D05)

אני קרובה לפאניקה אבל מתנהגת כאילו הכל בסדר. (8) (D06)

אתמול, בשבת בצהריים הלכנו עם בעלי ובני לטיול בשכונה. היתה מתיקות באוויר, שמש חזקה, ומצב רוח רגוע. עדיין נמצאת בזמן מתוק. (8) (D06)

בערב יצאנו א. ואני לחפש לג. מתנת יומולדת. שוב לא הסתדרנו עם הזמן. רצינו לצאת מוקדם ולבסוף יצאנו רק ב 20.30 וכל החנויות כמעט נסגרו ולא מצאנו. (8) (D06)

הכיסא באוטו של בעלי התקלקל והוא שם ארגז שיתמוך. בד"כ הסתדרתי עם זה, הפעם זה הוציא אותי מדעתי. מוטיב הנסיכה עם העדשה חזר, וכל מה שהוא עשה בשביל שיהיה לי נוח לא הניח את דעתי ממש. (8) (D06)

בגושרים סיפר לי איך בילדות שלו הורים שלו היו משאירים אותו לבד ויוצאים לצלם טלוויזיה. היתה אווירה נוסטלגית באוויר. הוא חיפש את התמונות מלפני 30 שנה. (8) (D06)

באמצע הלילה הילד הצטרף אלינו למיטה. נהיה לי צפוף ממש וחם. אף פעם הוא לא מפריע לי, הפעם ממש לא יכולתי לישון. כאב לי כל הגוף. התהפכתי לרגליים שלהם וישנתי ממש לא נוח. הייתי עיפה ממש ולמרות זאת באו לי מחשבות אל אחי שלא טיפלתי עדיין בתביעת הביטוח שלו וכעסתי על עצמי. ראיתי ממש איך הצטמצם לי ההווה, ואני כל הזמן במחשבות על דברים שהיו או על דברים שיהיו. האבסורד ממש צעק. אמרתי לעצמי, עכישו 5.5 לפנות בוקר, אין לך מה לעשות אלא לישון- תשני! לא הצלחתי להירגע ואז חשבתי לעשות מדיטציה. חשבתי, מדיטציה מסלקת מחשבות, מה לעשות כדי לסלק מחשבות. הן היו ממש מטרידות והרגשתי שהן לא חלק ממני, אלא ממש משהו שנטפל אלי. (8) (D06)

לבסוף למרות שהילד פינה את המקום לא חזרתי למקום שלי כי היה נדמה לי שהמיטה כבר גבשושית שם. (8) (D06)

התלבשתי יפה. שמחתי שאני מתלבשת לעבודה שלי יפה יותר מאז הרמדי. לחיי היומיום דווקא פחות יפה. לא יודעת להסביר למה. כאילו לקדושה אני יותר מתקשטת. (8) (D06)

א. אחרה ברבע שעה לפי השעון שלנו. כשנכנסה הביטה בשעון של הפלאפון שלה והצהירה בתוקף שהשעון שלנו ממהר ב 10 דקות. גם השעון בחדר העבודה לא מכוון. יש לי הרגשה שבמקום להראות דקות מדויקות הוא מראה בערך. (8) (D06)

הבנתי בתחושה שהאושר הוא הפעימה (של קצב הלב) שכל מחלה היא הפסקה של הפעימה. ידעתי שזה קשור לרמדי. שזה סוד הרמדי. שהיא מחזירה את הפעימה השקטה, הקצובה, היסודית. את טעם החיים הבסיסי. (8) (D06)

כתבתי מכתב לאבא שלי. שוב היה לי פוקוס וידעתי שזה ממש חשוב לא לדחות את זה. שהיום אני רוצה לשלוח לו בדואר את הסוודר שקניתי לו, ולשלוח עם זה מכתב. אני לא מצרפת מפאת כבודו של אבי, אבל אוסיף ואומר שזה מכתב אהבה גלוי. (8) (D06)

לצד אחד שלי ממש לא אכפת, מן שוויון נפש לגבי הכל, צד אחר ממש רוצה להסתיר. (8) (D06)

יש לי כל הזמן שגיאות בכתיבה, פסקאות שלמות מתערבבות זו בזו ואני צריכה לך הזמן לעשות "העתק", "הדבק". (8) (D06)

אח"כ הגיע סבתא בובה, וגם איתה, אהבה ופשטות. שכחתי לכתוב שכל היום שמעתי בראש את השיר- "LOVE IS IN THE AIR". (8) (D06)

ידעתי ששוב יש לי שיבוש של הזמנים ולא היה אכפת לי. (8) (D06)

כשראיתי "טרה אספרנסה" הגיעה סוף סוף סוכנת הביטוח אחרי הרבה ביטולים שלנו. קבענו לשעה 9.00 והיא אישרה זאת במשך היום. ב 8.30 באמצע התוכנית א. חזר מהעבודה והוא אמר לי שהיא כבר למטה. לא רציתי לצאת מהחדר ואמרתי לו שקבענו ל 9.00. שמעתי אותה נכנסת וא. אמר לה "היא קצת מתעכבת" היא אמרה שזה בסדר ואני המשכתי להסתכל בתוכנית. פעם בחיים לא הייתי עושה זאת, שמישהו יחכה לי 20 דקות ואני אסתכל בתוכנית! עכשיו היתה לי הרגשה שזה בסדר גמור. הדברים ברורים. זאת הבחירה שלה להגיע קודם.

וגם התפלאתי כמה א. רגוע ולא כועס עלי. חשבתי אם היה הפוך איך הייתי מקבלת זאת. ממש בקצה התוכנית הרגשתי שזה לא בסדר, הלכתי לכיוון הדלת ושוב חזרתי. ראיתי עד הסוף. כשיצאתי א. והילד שיחקו דמקה. הסוכנת ישבה וחיכתה. היא היתה ידידותית להפליא, חתמנו על העיסקה והכל בנועם רב. אח"כ הלכתי לכתוב. (8) (D06)

נזכרתי שקניתי 8 חפיסות שוקולד, כי כל 4 עלו 10 שקלים וזה נראה לי ממש זול. שוקולד ספרדי. ובנוסף קופסת עוגיות.. מה קורה פה? (8) (D06)

היום נסעתי לחיפה להרצות. יצאתי ב 8.30 בבוקר. החלטתי שעדיף שאגיע מוקדם כי היתה לי הרגשה שאין לי שליטה בזמן.. (8) (D07)

בדרך לשם קלטתי בעין מרכז עם קונדיטוריה. ואמנם אחרי ההרצאה ואחרי שקבעתי עם דרית המשך עבודה הרגשתי שממש מגיע לי ולכולם בבית צ'ופרים. קניתי לא. עוגת גבינה, לי ולילדים פחזניות, שקדים מלוחים קלויים, קליפות פרי הדר בשוקולד וזר פרחים. מסביב היו המון דברים של אוכל- ירקות ופירות זולים. אבל לא קניתי כלום שמביא תועלת, רק פינוקים. הייתי מה זה שמחה עם זה. זה לא אופייני לי לזמן האחרון. כל הדברים שקניתי היו נראים לי קודם כמו שקשוקשים ולא הדברים העיקריים. (8) (D07)

צלצלתי לחברה מהדרך וספרתי לה שפתחתי לעצמי ערוץ של " חיים טובים". בדרך הביתה חזרתי ופספסתי מזלג, הייתי בשמאלי במקום בימני. נסעתי עד עכו. בד"כ אם היה קורה לי כך, הייתי מרגישה כעס על עצמי והרגשה של דחיפות לקצר שוב את הדרך. הרגשתי במקום זה שאני בטיול. כן, טיול לעכו. (8) (D07)

אין לי שום אשמה על החיים הטובים. אני עושה את התפקידים שלי אבל בנחת ובלי חשבון. (8) (D07)

בדרך לשם חשבתי על זה שהתפללתי לאלוהים שיוציא את החמדנות שלי ואכן זה קורה. לא אכפת לי יותר הרצון לאוטו טוב יותר או לרכוש. (8) (D07)

לא אכפת לי כמה אני מרוויחה ובלבד שזה מספיק לחיים. אני שמחה עם כל כסף שבא לנו, אבל אין לי וואקום בלב אם חסר. לא רוצה לדעת על כסף ורכוש. כל הזמן באו מולי מכוניות מרצדס ואני חשבתי כמה זה לא כיף לעשות לאוטו כזה ביטוח או להיות בתוכו. מועקה. מי צריך את זה. רציתי להיות קלה. חופשיה בחיים. נזכרתי שבנעוריי כסף לא עניין אותי. כשכל החברים כשלנו קנו בתים במושבים אני הסתכלתי על זה כעל תופעה אנתרופולוגית עם השנים, במיוחד בשנים האחרונות התחלתי להסתכל על כסף אחרת. בכיסופים. עכשיו חזרתי להרגיש שזה לא יבוא במקום שום דבר אחר. אני שמחה בכסף, רוצה להרוויח כסף, עושה את העבודה שלי אבל אין לי מועקה בקשר לזה. (8) (D07)

כסף כשלעצמו באמת לא מעניין אותי. ואין לי הרגשה רעה בגלל זה כמו שהיתה לי קודם. (8) (D07)

מחר תבוא אלי י. היא אמנית פנג-שוואי. אני מרגישה צורך לסדר. חשופה מדי. כאילו כל פגעי חשוף. אי אפשר להסתיר. אין לי חשק לסדר, רוצה לחזור למיטה. חושבת על אדם וחווה וההסתתרות שלהם בגן. אפשר להסתתר מאלוהים? המחשבה להיות לגמרי גלויה איתו נותנת לי שלווה. כאילו איזו זכות שלא לקחתי לעצמי קודם. (8) (D09)

עשיתי סדרים עמוקים, בעיקר בחדר עבודה שלי, גיליתי פלאפון חדש שנשכח והיום שלחתי אותו לאבא שלי. (8) (D11)

ביום שלישי הלכתי לישון כשנשארה לי עוד המון עבודה לרביעי בבוקר וזה לא אופייני לי. בד"כ הייתי דוחסת עוד. א. הגיע בסביבות 1 לפנות בוקר ואני התעוררתי ולא יכולתי לישון. היתה בי עצבנות רגזנית וכל הזמן דאגתי שלא יהיה לי כוח ליום רביעי. (8) (D09)

כל הזמן היתה לי הרגשה שאני והזמן לא ביחד. (8) (D09)

הצלחתי להגדיר לעצמי סוף סוף מה אני עושה ומה לא, וזה קצת קידם אותי. הבית היה מצוחצח ומאיר פנים וגם שמתי המון פרחים, ושוב קניתי לחמניות ועוגות ודברים שאני לא רגילה לקנות. רך, מתוק ומפנק. (8) (D11).

בזכרון נכנסתי בדרך אחרת ממה שהסבירה לי, והסתובבנו הרבה ברחובות. לא היה אכפת לי שטעינו. לא היה אכפת לי שלא מגיעים מייד. (8) (D11).

אצלה בבית היא דיברה עם ביתי ואני ישבתי בסלון, ובעלה פתח ערוץ "החיים הטובים". קבלתי זאת כפשוטו. עכשיו אני בעניין החיים הטובים. היה קטע על אוכל ובישולים, ואח"כ על הבהמס. ממש חיים טובים. בצורה מדהימה ממש. היופי של המקום, השפע, התיירות. כאילו זה כל מה שעושים שם. וגם החינוך. (8) (D11).

הילד רוצה להשאר בבית, אני לא רוצה שישאר כי יש לי עבודה וסידורים ואין לי כוח גם לדאוג לו. אבל ליבי נכמר עליו. הסכמתי שישאר. בד"כ זה הפוך. אני אוהבת שהוא בבית. נעים לי איתו. ואין לי הרגשה שהוא מכביד עלי בכלל. אולי זה בגלל העייפות הזו שקשה לי לסנכרן עוד דברים יחד עם מה שיש לי כבר, כמו לקחת אותו איתי לדואר או לקניות. (8) (D11)

אנחנו רואים סרט על אישה שמעמידה פנים שהיא אוהבת איזה גבר מכוער וזקן בשביל כסף. אני לא יכולה לראות את זה. זה עושה לי עצבים וגועל. שאט נפש. גם לעשות מזה סרט? היא כ"כ צבועה ופוני.

אמרתי לו שהכי גרוע זה להיות מרגל. להרגיש משהו ולהעמיד פנים. לא יודעת אבל זה סרט מטופש על דברים מטופשים שאנשים עושים לאנשים כדי לקדם את האינטרסים של עצמם. (8) (D11)

יש לי הרגשה שהרמדי מדברת בגדול על הפער בין חומר לאהבה. לא חומר ורוח, אלא חומר ואהבה. אומרים שרוח זו אהבה, אבל הפעם זה לא מילים, זו תחושה. (8) (D11)

אמא היתה אומרת "אנא, ואללה ובס". אני, אלוהים, וזהו. היא לימדה אותי מה עיקר בחיים ומה טפל. היה בה הטוהר הזה, ומאז שנפטרה התבלבלתי. (8) (D11) כשדיברנו הופיעה הרוח של אמא שלי בחדר, ענוגה כ"כ, אוהבת. ר. אומרת לי שגם היא רואה את הנוכחות שלה. היא

אומרת עליה כמה היא טובה, וכי היא "מלאכית שכזו". זה מרגש אותי לפגוש בה, אני בוכה.
(8) (D11)

חשבתי על כמה דברים. חשבתי ש"קין" בהיפוך זה התחלה של "ניק-יון" וגם אותיות "קנין". והבל זה הכלום, ההבל, הידיעה שהאושר נמצא רק באוויר. אין אושר בעולם החומר. לא אמיתי.
(8) (D14)

הבאתי מתנה לג, שני זוגות עגילים. היא אמרה לי שאם התפס לא מזהב, זה לא טוב לה. התבעסתי והרגשתי שהכוונה הטובה שלי לא התקבלה. מנחתי לא מצאה חן. מחר אלך לחפש לה זוג אחר- "צועני" כפי שביקשה. כל זה החזיר אותי לקין, ומזה ראיתי את קנין והבל. הבל פה, זה הנשיקה, אהבה, פה אל פה. אתה לא מרגיש את ההבל אם אתה לא קרוב מספיק.
(8) (D14)

התכוונתי לאורחים ושוב היתה לי הרגשה שלא אצליח לדחוס את הזמן וכדאי שאתחיל לבשל בשישי מוקדם. (8) (D14)

בכלל ככותרת מרגישה את המתח בין משימות החיים לבין הרצון העמוק להרפות, להנות, לחיות את הרגע. להתהוות. מתח עצום בין לעשות ללהיות. (8) (D14)

כשאחותי ובת דודי הגיעו, הביאו איתם שמחה עצומה. היתה אירה נהדרת. (8) (D14)

שמעתי שאחותי ובן זוגה כבר התעוררו, ויכולתי להישאר במיטה. לא כמו פעם, לא רצית אליהם. ידעתי שהם בסדר, וגם אנחנו בסדר. (8) (D14)

אח"כ נפתחו המון ענינים וגם ל. צילמה אותי הרבה כדי לצייר, והיתה שמחה ושובבות באויר. הראתי להם בגדים שקניתי והקומבינציות שאפשרות בחיבורים, והיתה הרגשה של יצירתיות וצבעוניות. (8) (D14)

ביתי התעוררה והתחילה לעשות סלט. היא פתחה שולחן ענק ומלא בסלטים ומלא בצבעים. היתה הרמוניה מופלאה בין כולנו. א. חזר מבית הכנסת וכ"כ שמח לראות את השולחן הזה. ישבנו כולנו ואכלנו, ואח"כ שוב, קשקושים וצהלות צחוק. הרבה זמן לא הייתי עם המשפחה וכך. אח"כ התקשרה בת דודתי והגיעה עם בן זוגה. שוב צהלות, צחוקים. אהבתי את זה. שהכל פשוט. שיש אמת. שיש מרחב. אהבתי את הקרבה המשפחתית הזו כמו פעם. שהיינו כולנו יחד.
(8) (D14)

נהיה שקט בבית. עשיתי סידורים וטלפונים. עדיין רוצה להמשיך לסדר. כאילו פסח הקדים את עצמו. זה גם לא קשור לכלום בחוץ. קשור אצלי. רוצה בהירות. רוצה סדר. לא קשה לי לשחרר דברים. מסרנו ביום שישי מערכת סטריאו טובה לגן ו 3 רדיו טייפים ששמרתי כי אולי עוד יעבדו. שמחתי לשחרר את זה. גם עשינו סדר גדול בחדר של מ. מיני פסח. א. ואני עבדנו יחד, היה שיתוף פעולה, והרגשה טובה של יחד. הרצון לסדר ממשך. (8) (D14)

עדיין עשייה של סדרים. היום טיפלתי בענינים של חשבונות הקרדיט, חשמל, ביטוחים וכל מני עיגונים של החיים. (8) (D16)

רוצה לסדר את ארונות המטבח, אבל אני ערה מ 4.30 שא. קם לעבודה והאנרגיה שלי נמוכה. במקום זה עושה סקר בתי ספר לצ'י קונג בשביל א. וגם סדרים עם הבנק דרך המחשב.
(8) (D16)

בסך הכל יש לי ערבוב של קוצר רוח לגבי דברים ורצון להטיס הכל במהירות האור, שזה מוכר לי, לבין אורח רוח. (8) (D16)

יותר סובלנית לגבי דברים, אבל יכול להיות לי פתאום קוצר רוח מופרז. בלי קשר למה שקורה. כן קשור לעייפות. רוצה גם להיות לבד עם עצמי יותר מהרגיל. ירידה בשמחה. (8) (D16)

הייתי בסופר לקנות דברים להרצאה. הייתי צריכה איזה 2 עוגות. קניתי מלא שטויות, ושלמתי 150 ₪. כמה מזה נחוץ לי באמת? אולי 80. לא יודעת מה יש בקנייה הזו אבל ההרגשה שלי טובה כי המון זמן קימצתי בממתקים מכל הסיבות הטובות ואני מריגשה שבאמת הבאתי נחת רוח לילדים. שווה. (8) (D16)

עברתי את שעה 14.00 ולא הלכתי ישר לנוח. הייתי עייפה בערך ב 13.00. אני ערה מ 4.30.
(8) (D16)

המשכתי לעשות סדר. ההרגשה היא של הרמוניה וביקורת. יש בהירות. אני רוצה להתחיל את פסח עכשיו, עוד לפני פורים. זה בחיים לא קרה לי. (8) (D16)

עמדתי לעשות כלים. מסביב היה בלאגן וגם סדר. הידיים שלי בסבון. המים שוטפים. תחושה של ממשות. של אושר. בדיוק אני מזכרת 20 שנה קודם. אני באה לפסיכולוגית שלי. היא שואלת אותי למה אני שואפת. ואני אומרת לה "אני רוצה לעמוד ולעשות כלים, ולהיות שלמה. להיות בשלווה גדולה. היד מסבנת והלב שקט. זהו. זה מה שיש. אני. הצלחת. הסבון. המים". והנה זה קורה. ואז ברקע המודי בלוז שרים- "you here today, no future fears, this day will last a thousand years". (8) (D19)

בדרך אני מדברת עם חברה בטלפון. השיחה נוגעת בכך שלפני 9 שנים עשיתי מעשה שפגע בה מאוד. לא הייתי מודעת לכך בשעת מעשה, ולא ידעתי עד כמה עמוק נפגעה. סוף השיחה הייתי כ"כ מדוכדכת. הגעתי הביתה. 2 שיחות שלא נענו מהחברה שלי. היא אומרת "רציתי להגיש לך שלא נקלקל את החיים בגלל זה. אני יודעת שאת אוהבת אותי. גם אני אוהבת אותך". הודתי לה.
(8) (D19)

אני כותבת באמצע הכלים. א. מנקה בתנועות גדולות את הבית. הוא עובר ומיד פעם מחייך אלי. הוא מבין היטב מה זה זמן קוסמי. אני בזמן קוסמי. עוזבת את הכתיבה וחוזרת לכלים. אני מאושרת על חיי. (8) (D19)

בבוקר קמתי, וחשבתי, שכולנו בריאים, איזה אושר. אני יורדת במדרגות. מסתכלת על קצב הקפיצות שלי במדרגות. שמח. אני יודעת שאני חיה. עכשיו. (8) (D19)

ביום שישי חתכנו פתאום זזית ונסענו למשפחה. שינינו את התוכניות ברגע ונסענו. פעם לא הייתי יכולה לעשות את התפנית הזו. (8) (D23)

אני קולטת שזו רמדי מאוד משפחתית. רצינו להיות עם המשפחה וכ"כ אהבנו ונהננו. לא היינו רצים למשהו אחר. (8) (D23)

קוצר רוח מופרז מהבוקר. זה התחיל מזה שהתעוררתי באמצע הלילה ומיד התחילו לטוס לי מחשבות בראש. חשבתי שזה לא נורמלי, הרי אני ישנה. מה זה המחשבות האלו כמו ביום? (8) (D26)

יום לסידורים, ראיתי שם את הפקידים יושבים להם בנחת, פתאום היה לי ספק ביחס לעצמי ולעבודה. ואז ניסיתי לדמיין את עצמי יושבת שם ומייד רצית לברוח. הרגשתי בבת אחת כמה אני בעלת מזל שהעבודה שלי כ"כ יצירתית. כ"כ הודתי לאלוהים על הכל, על החופש, היצירתיות, הענין, וזה שאני עוזרת לאנשים. גם על הכסף. זה כסף טוב. מבורך. יצאתי משם ועל המדרגות החוצה הציפה אותי תחושה של שמחה. אני חופשיה. (8) (D26)

התנהלתי אח"כ לאט. שלא כדרכי בסופר הייתי המון זמן, בודקת אופציות. משנה את הקניות. מה הוספתי? מתוקים לילדים, קצת תחתונים, סבונים וכו'. דברים של שוליים. (8) (D26)

היה לי פוקוס. נכנסתי לסדר פסח. המקרר ממש. סדרתי את הדברים לאט. יישמתי דברים שלמדתי אצל גיטתי. דברים של סדר וניקיון. שמחתי בזה והספקתי המון. לא הפסקתי לעבוד. נזכרתי בבית באימי שהיתה בריאה. היה ניקיון של שמחה. של חנינות, של חיים. ראיתי שאם אני מזניחה דברים זה מחולשה. ראיתי את הקשר בין חולשה הזנחה וחולי. (אפשר לחשוב, אני יודעת שהבית שלנו היה נקי במושגים רגילים, אבל אני מתגעגעת לבהירות שהיתה בבית של אמא שלי, ומכוונת לשם. משהו שמח, שמש, ים, צהריים, חלנות שקופים, פשטות עממית, ואוכל מריח טוב על הגז. ימי האושר). (8) (D26)

מה שהייתי צריכה זה לצאת מהבית. מייד נהיה לי מצב רוח טוב. ישבתי עם הילדים לקפה. בדרך חזרה כבר הייתי עייפה כמו שהייתי ב 14.00 בצהריים. הייתי חייבת לישון. דחיתי את העבודה בחצי שעה וישנתי כמו בול עץ. לא מובן לי מה קורה איתי. (8) (D26)

הייתי בסופר וקניתי הרבה יותר ממה שחשבתי שאקנה. דווקא דברים שצריכים, אבל היתה לי הרגשה של ציפה, של חוסר פוקוס. (8) (D27)

אני יוצרת וזה נשאר במחשב ובמגירה. הגיע הזמן ללדת החוצה. להוציא לאור. לא לחשוש אם יתקבל או לא ואיך. כמו שהייתי פעם. לדעת את רצונו של היצור הנברא להיברא. (8) (D27)

אני כותבת. אמרתי כבר שלכתוב את הדברים החשובים לא נראה בעיני חילול קודש. אני עושה את זה לא לפני העיניים של א. האם יש כאן הסתרה למרות שדיברתי איתו והצהרתי שזה הכיוון שלי. מה הקו המבדיל בין העצמי השלם שאינו פוגע בעצמו ואינו פוגע בזולתו? (8) (D29)

בעיקרון גדלתי בתקופה ובמוסכמות חברתיות שלא דיברו על הדברים. אבל אמא שלי תמיד שפכה הכל בלי שום צנזורה לפני כל השכנים, או כל מי שרצה לשמוע. השאלה של התרה וגילוי היתה שם תמיד, בסיפור חיי. הרמדי מטפלת בזה. היא מביאה סדר. היא שואלת אותי איך להיות בגלוי מבלי לפגוע בסדרי עולם. היא שואלת אותי על ההרמוניה הפנימית והחיצונית. (8) (D29)

השעון העיר אותי. רבע שעה לפני הפגישה. הבית היה מצוחצח, מוסיקה קלאסית מדהימה בדיסק, א. שכב על הספה עם ספר תפילה, הילדים שיחקו, ואור זהוב היה שפוך על הכל (8) (D29)

א. ביקש ממני כל מני דברים ויכלתי להגיד לו שאני צריכה זמן להתאושש. (פעם הייתי פחות מחוברת לעצמי וקמה לעשות למרות ההתנגדות הפנימית). (8) (D29)

שוב בא לי לבכות ההרגשה שעולה היא שהחיים כ"כ יקרים, שאי אפשר להחמיץ אותם. כואב לי עכשיו גם על האחים שלי, על אלה שאני אוהבת ורואה אותם נגרסים במיץ של החיים. אני מבינה שגם אני כך. עושה את החובות שלי, שאני המצאתי לעצמי. שוב אני מרגישה כמה אני חייבת לחזור ליצירה ולהיות חופשיה בה. הנושא של חופש שהוא אמת עולה חזק. אמת- הכוונה האמת הרוחנית שלי. משהו שהוא בדיוק בשבילי, שבשבילו באתי לעולם. החוויה דומה מאוד ללידה. משהו חדש, עוצמתי, שלא היה שם קודם, וכשהוא נולד הוא ממלא את כל העולם. (8) (D29)

הפחד הזה היה בי, הוא לא חדש. פחד מההמון הנבער, פחד מאלימות, מסגירות לב. החדש הוא שעכשיו אני מתמודדת איתו. דרך זה שפתחתי את עצמי לקהל הזה, שהוא מלא דיעות קדומות, שמעות, בערות נבערות, קיבלתי את ההצעה לערבי היכרות. (8) (D33)

ובאמת באו מזה הרבה אנשים... התשובה פשוטה, להמשיך להיות מי שאני בריש גלה, להתנצל על הטעות שלי- גם אם העיקרון עוזר למי שקשה לו להתמיד בטיפול, אצלה זה לא התאים. ולראות שיש פיוס של אהבה ביננו. זה מה שאני צריכה לבטוח בו. שתהיה לי האמונה בכך. שיהיה לי הביטחון. לראות את קין מבין את הבל, לדעת שליבו נקי, לדעת את ראשית הכוונה. היא לי, ואני לה. גם היא רואה אותי כקין. (8) (D33)

אחרי יום שלם של חלוקת משלוחי מנות בין השכנים, בסוף היום היו אצלנו על השולחן 11 משלוחים. א. היה כ"כ שמח. שאלתי אותו למה, והוא אמר לי "we are no strangers anymore". שנינו צחקנו. שאלתי אותו אם גם במרכז היינו "strangers" והוא אמר שכמובן. אבל זה היה מוסווה. – שייכות. (8) (D33)

אני מספרת לג. שאני כבר ממש סוגרת עם עצמי לפתוח את הקורס "תיקשור"- עדיין לא עושה זאת. מספרת לה על הפתיחה שלי לקהל שפה. היא מספרת לי על זוג שהיה בקשר עם הסאי באבא (מורה הודי ענק). הוא שלח אותם לקהל עדתם, אל היהדות. הם באו לצפת וחזרו בתשובה, אבל נשאר גם בדרכם שהיא רחבה יותר. בסופו של דבר עשו עליהם חרם (חרם!). הם עזבו את צפת וחזר אל הסאי באבא. היא אומרת לי- "את צריכה להשאיר עין אחת פקוחה"- אני יודעת שהתפקיד שלה הוא להגביר לי את הפחד ולשקף לי אותו. אני מקבלת זאת בפשטות. זה הפחד שלי. (8) (D33).

קין והבל, שניהם רוצים קשר עם אלוהים. שניהם רוצים לדעת שאלוהים קיבל את מנחתם. שניהם רוצים שההורים יקבלו אותם יותר. עכשיו נראה לי שיכול להיות שמצד קין היתה מחשבה שאלוהים לא קיבל את מנחתו. אולי אלוהים מקבל את מנחתם של כל האנשים. חילוקי הדעות הם ביננו. באינטרפטציה שגויה. לכן קין הורג את הבל. גם פה, כל אחד חושב שאלוהים אוהב רק אותו. אני לא מקבלת בעומק את האיסורים, הסגירות, הטקסים שלהם וכו' והם לא מקבלים אותי. ולחשוב שאצלי בבית יש את 2 הגישות האלו, בעלי דתי ואני חילונית. זה כ"כ דומה.

המצחיק הוא שהחיבור שלו אלי היה דרך הענין הרוחני. זה היה פתוח. זה גם סלע המחלוקת (גם קין רצח את הבל בגלל הענין הרוחני) במידה שאני מרגישה שהוא כופה עלי משהו שהוא לא ממש בבחירה שלי. לא אכפת לי לשמור שבת וכל מני דברים שברור שזה בא מהאהבה שלי אליו. נטו. אם הוא דורש את זה ממני בכוח אני מייד מתגדת. זה יכול לבוא רק מהאהבה שלי אליו. שום כפייה. אני רואה שהוא מתמודד עם זה שעכשיו אני כותבת בשבת. אמרתי לו, בשבילי זה לא שום חילול קודש. אבל אני משתדלת לא לעשות את זה מול עיני. כן להיתחשב בו. כן לשמור על אוירה שבתית. נזכרתי שד. (איש רואה ברוח) אמר לו עלי "היא החזרה בתשובה שלך". אני שואפת להיות חופשיה לחלוטין בקשר שלי עם אלוהים. אני מוכנה לעשות פסח, ואני כבר מנקה ומסדרת לקראת החג. אבל עם פתיחות. יש בזה המון יופי. יש בזה המון חוכמה, אבל בלי קשיחות בין אדם לאדם. בלי לחץ. בלי כפייה שבין אדם לאדם. הכל ביני לבין אלוהים. כמו שאמא שלי היתה אומרת "אנא, וואללה, ובאס." "אני ואלוהים ודי". היא היתה מדליקה נרות, ועושה קידוש וגם רואה טלויזיה וגם נוסעת. וגם אף פעם לא שאלה אותי איך אני ואלוהים מסתדרים. היהדות שלה היתה ברורה לעצמה. ידעתי שהיתה מתנגדת לו הייתי נישאת לגוי למשל, אבל לא הרגשתי שהיא מתכוננת לכפות עלי משהו. הרגשתי שכל מה שרצתה בעבורי היה מכוון אלי, מאהבתה וחרדתה כלפי, לטובתי. הענין שלי עם הסביבה, וגם עם בעלי (במקומות שהוא רגיש אליהם) זה שאני מרגישה שזה לטובתם. על פי דרכם ואמונתם. כפייה זה כמו "הכלאה"- בית כלא. זה הפך "זיווג" שזה התואם, הבן זוג. בכפייה אני מרגישה שמחברים בין מין שאינו מינו, בזיווג זה תואם. והרי כל ענין הזיווגים זה המכנה המשותף. זה גם התיקון של העולם בעניין מלחמות אחים. למצוא את המכנה המשותף. (8) (D33).

הבנתי שאני צריכה להתחבר לעיר שבה אנחנו גרים. צלצלתי לא. (עכשיו הארנונה על שמה) כדי לקבל העתקים קודמים כשהארנונה היתה עדיין על שמי, על מנת שאוכל להוכיח שאני בת העיר. כך זה כאן. גם כדי להחליף כתובת יש מניעות. דיברתי איתה ביום ראשון. היא אמרה שתשלח את זה אחה"צ. חשבתי שזה מאוחר מדי. המאמר בעיתון הביא בגדול את הנושא של מי שייך לעיר ומי לא. לא ידענו אם זו מתיחה של 1 באפריל, אבל התיחסתי לזה ממש ברצינות. האם אני שייכת? האם יקבלו אותי? כל הזמן רצו לי דיאלוגים בראש. שאלתי בקלפים עם מה אני מתמודדת. יצא לי "הדג מסריח מהראש". הבנתי שאני לא מאמינה בראשי עיר. בכוונה הטהורה שלהם. שאלתי איך לפעול. יצא להכניס "אהבה" ולהוציא- לא זוכרת מה. הבנתי שאני צריכה להכניס כאן את האהבה שלי. לא לחשוב מה אקבל מהם ואת כוונתם לא לתת לי את זה. ביום שני המכתב של אל. כבר היה בתיבה. מייד שיניתי כיוון ועם כל המצרכים מהסופר נסעתי מיד למשרד הפנים. יש שם פקידה שכבר מכירה אותי ופקיד שפעם עשה לי בעיות כשעברנו מהמרכז לצפון. יש משהו מוזר כאן, כשעוברים מהמרכז לצפון כל האנשים שגרים בצפון אומרים לנו "השתגעתם? מי רוצה לבוא לכאן?"- אבל במשרד הפנים בגלל ההטבות במס הכנסה עושים את המוות. אתה צריך להוכיח שאתה מכאן. במשרד הפנים היו המון אנשים. הפתק של העברת כתובת הוא ורוד. היה נדמה לי שכולם מחזיקים פתקים ורודים. כולם רוצים להיות יורשים של המיליארדר שמחלק כספים לכל אנשי צפת. הרעיון הקסים אותי. פעם ראשונה בהיסטוריה שמיליארדר מחלק כסף לעיר שלמה. כמה עשיר הוא צריך להיות. פעם ראשונה שכולם מקבלים בשווה. בשווה? היה רשום שם משום מה שתינוקות שנולדו אחרי איזה תאריך בשנת 2004 לא יקבלו. למה? שוב תחושת חוסר צדק. חשבתי גם על תושבי ח. זאת גם עיר עניה. אז מה, בגלל

שאישתו קבורה כאן והוא אוהב את העיר הזאת, הם לא יקבלו? חמלתי אותם. חשבתי לעצמי, טוב, את לא יכולה לדאוג לכל האנשים בכל הארץ, צמצמי. במשרד הפנים פגשתי את מ. היא היתה חביבה ורצתה לדבר איתי. אני בדיוק נזכרתי שלא הכנסתי לדף את 2 הבנות הבוגרות שלי. מיהרתי להוסיף אותן. יצא לי מקושקש ולא העתקתי שוב. העט היה חלש ולי היה קוצר רוח. לא התפנתי אליה. אמנם ביקשתי סליחה והיא אמרה "אני מבינה איך את מרגישה" וסיפרה שהם שלחו אותה חזרה למועצת ר.פ. כדי להביא את האישור. היא היתה המומה. אני חיכתי אליה ואמרתי שכך זה כאן. עכשיו כשאני כותבת אני רואה שענין הירושה והשיכות עדין פועל עלי. זה התחיל מיד כשלקחתי את הרמדי. אפילו המתיחות הן בעניין הזה. פה השאלה היא של קירבה ואנונימיות. כמו שושלת הדורות. האם בגלל הקירבה של האיש לעיר הוא יחלק כספי ירושתו לכל אנשי העיר, אף אלו שאינם מכיר ואינם ילדיו בדם? הרגשתי רע כלפי ילדי שבגללי יפסידו. למה אני לא אחראית? על עצמי קיבלתי את זה בקלות, אבל מה חטאו הילדים שאני לא מסודרת? הרי שמרתי את הכתובת הקודמת בגלל הגן של הבן שלי. ועכשיו כבר אין צורך, למה לא החלפתי בזמן? היתה לי תחושה שבגלל זה הם לא יקבלו אותי. כבר חשבתי איך אני מוכיחה להם שאני גרה פה כבר 3 שנים. כשהגיע תורי הפקידה לא עשתה שום בעיות, לא הסתכלה בכלל בדפי הארנונה שהבאתי והיו רשומים על שמי. חשבתי, זה היה ממש בקו התפר, עוד כמה חודשים ולא הייתי יכולה לעשות זאת. ב 2 שניות היא החליפה לי את הכתובת, פטפטה איתי וברכה אותי לחג. זה מה זה חריג אצלה. יצאתי משם בהרגשת הקלה לא נורמלית. עשיתי זאת. התחברתי לעיר. באותו יום התחיל הריפוי של הפצע בפה. הפצע התחבר לי לתיקון הדיבור. אם אני מדברת סרה על האנשים ועל המקום יצא לי פצע שמרחיק את האנשים ממני גם. תחושת הפצע היא שהוא מגלה עלי איזה סוד פנימי כאילו אני בפסאדה של נקיה וטהורה ובעצם בפנים יש לי סודות מכוערים. הפצע הזה גם מנע ממני לנשק את בני ביתי על מנת לא להדביק אותם. ממש יוצר ריחוק. (8) (D37).

אחרי שרשמתי את הילדים בעיר לא היה אכפת לי יותר מהירושה. חשבתי-אם זה נכון או לא, זה לא משנה. אני מלאתי את חובתי כלפי ילדי. ההרגשה שאני פוגעת בהם בגלל הרשלנות שלי או הקומפלקסים שלי היתה לי קשה. אחרי שהייתי טובה כלפיהם הייתי קלה משוחררת וחופשייה. הכסף לא עניין אותי. (8) (D37).

(התייחסות לחלום מ -D 37 (8)) עולים 2 עניינים :

להיכנס לנעליים של ת. זה להיכנס לנעלי המתקשרת. זאת שלמדה את זה. כי העלתי אתמול את הספק אם אכן אפשר ללמד זאת. אני משווה בחלום בין הנעליים שלי לשלה. שלי פשוטות ושטוחות. הן אינן מנסות לפתות אף אחד. אצלה יש ענין של הצורה. שיהיה באופנה. אני לא מגלה לה את עצמי ומנסה לזרום איתה. אני גם מתגיסת בשביל אמא שלה. האם זאת המורה שלה שלימדה אותה לתקשר? אמא שלי מתרעמת עלי בחלום. עכשיו אני חושבת, מה אני הולכת לאמא אחרת?

החלום אומר לי לדבוק במה ששלי, למרות שגם לי נעליים יפיפיות (גם שטוחות אבל יותר אומנותיות) ולגשת למקורות שלי. לאמא שלי. אני מקושרת לר. ולמדריכים ומדריכות הרוחניים שלי. גם פה עולה עניין השיכות והקבלה- כי במציאות ת. לא מקבלת את האופן שאני מגדלת את הילדים שלי, בלי ביקורת. היא היתה מודדת ושוקלת את נ. כל פעם שבאה אליה, ואני הייתי

יוצאת מדעתי כשהיא היתה עושה זאת. בחלום אנו מייודדות וברוח טובה. עכשיו היא בדיאטה. שיטת הנקודות. נ. עוברת תהליך של העמקה והבנה של מה שקורה לה עם אוכל. (8) (D37).

ראינו סרט על הנושא, (חושבת שכתבתי על זה) "תסתכלו עלי". על כל ענין הצביעות והניקיון. הנושא הראשון שעלה לי בהקשר של הרמדי. (8) (D37).

התהפכו אותיות. (8) (DXX)

ראיתי טלויזיה, יאיר לפיד- שכחתי את שמו. זכרתי שם של שלומי לפיד (טומי ...). (8) (DXX)

שמות, בלבול מוחלט. (לא הייתי טובה בשמות, נתק בין אוביקט לשם שלו). (8) (DXX)

התחלפיות של אותיות ומילים (התגבר). (8) (DXX)

ראיתי שמסתירה כתיבה מבעלי, אין ביננו סודות. לא רוצה שהכל יפתח, אלמנט הסתרה. כאילו בחוץ הכל בסדר ובפנים הכל לא בסדר. מסתירה. הכל סמוי (8) (DXX)

כתב מוזר ומפוזר- לא מצליחה לכתוב טוב. (8) (DXX)

אני מתביישת שכותבת. התביישתי בכל העשייה. אלמנט של בושא כהרגשה. בושא- מכירה אותי, אני לא ככה בחיים ובטח לא על פרובינג. על עצם שכותבת. שרואים אותי עושה את זה. (8) (DXX)

קמתי בבוקר כתבתי הפוך. כתיבה התהפכה ולא שמתי לב. למעלה למטה- מחברת הפוכה. (8) (DXX)

הרגשתי בלילה שלא מצליחה לתפוש קצה מחשבה קודמת. לא זוכרת מה חשבתי קודם. (8) (DXX)

אחרי הרמדי- מייד חולשה בשרירים, נפילה. הרמתי מעיל לעשות כביסה- נהיה לי מה זה כבד. לא הבנתי איך לבשתי אותו. רגע לפני לסדר את כל הבית, פתאום להזיז מפה לשם-סוף העולם. אפיסת כוחות. בקושי מסדרת מיטות ילדים. רועדות הרגליים. (8) (DXX)

ממשיכה לסדר בית. חזר מרץ. אסדר ארון בגדים. כל הבית. שיהיה סדר, בהירות, יפה. (8) (DXX)

כשהייתי צעירה, פסח כולל צביעת קירות. חזרה תחושה של משהו ששיך לי ורחוק (8) (DXX)

פוקוס ואז נעה מדבר לדבר ומצליחה להביא בהירות להכל. (8) (DXX)

נושא שלם של ארגון, בהירות, סדר, כאוס. (8) (DXX)

כל פעם 2 דברים. (8) (DXX)

הרגשתי בהירות. כמו ילד בכיתה שיודע הכל. כמו בילדותי שלי. אלמנט מהעבר שחזר בהיר מאוד. (8) (DXX)

בראשית ל"א 42. לבן רודף אחרי יעקב. פחד יצחק- כשלבן תפס את יעקב שברח ממנו. יעקב אומר מה הייתי עושה אם לא היו לו אלוהי אברהם ופחד יצחק. לאברהם 10 נסיונות. ליצחק נסיון 1. ליעקב אינסוף נסיונות. מהות של יצחק- התמודדות מול פחד. עקדה-פחד מוות. פרידה בלתי הפיכה. השתרשות יצחק שורש אברהם. מעלה לטבח שורש של עצמו. (8) (DXX)

בעלי היה רווק ללא ילדים ולי היו 3 ילדים. מצד עצמי היתה לי המשכיות ומצידו לא. ולא הצלחתי להיכנס להריון. ילדתי ילד בגיל 46 כ"נס". בגיל 7 חודשים של התינוק אמי מתה. עברנו לבית חדש שבנינו, אבא של א. מת. (8) (DXX)

יום מוטרף. מאוד כעסתי. עם בכי. הרבה מאוד כעס וקריזה – בעקבות אירוע מסויים – עם אח שלי. קשור לכספים של אבא שלי. (7) (D 00)

כשהגיע תורי לכתוש (את החומר בפרובינג) ואני החלטתי שאני משחקת את זה. הייתי צריכה להחזיר את עצמי לעבודה וזה מחזיר אותי לזה שלא עשיתי רשימות שבוע לפני...לא מתאים לי כי אני אחראית ועושה דברים שאומרים לי(7) (D00)

ריחוף – אבל, ממוקדת ויודעת מה צריכה לעשות, אבל מין סטלבט בתחושה. כאילו שלוות נפש. (7) (D01)

סדר יום מאוד עמוס יחסית לימים הרגילים שלי (7) (D01)

היה לי יום מאד עמוס במיוחד ולא התמוטטתי מזה. יחסית עובר בלי עצבנות. (7) (D01)

דיזי- סלואו מושן בהתייחסות לדברים – יותר קול, לא אדישה, לא לא מפוקסת אבל לא לוקחת דברים בעוצמה שלהם. לא מלאת אנדרנלין כאילו מרחפת – לא אופייני לי. מן סטלבט כזה עושה הכל בהתרגשות. קצת כמו להיות שתוי. (7) (D01)

פרובינג- היו רשימות שהייתי צריכה לעשות שבוע מראש לפרובינג ולא עשיתי אני כאילו גם בזה בסלואו מושן. מתלבטת אם לעשות אותם או לא. גם את הפרובינג – לא לקחתי אותו קשה. (7) (D01)

התחלתי לכתוב כי זה חסר אחריות מצדי. (7) (D02)

שלווה למרות שבחוץ יש בלאגן. (7) (D02)

בכיתי- בהצגה של השורשים זו הצגה שראיתי שנה שעברה עם אור והשנה אותה הצגה לא זכור לי שבכיתי כל כך. היו קטעים משפחתיים שהיה לי קשה. רציתי להסתיר שלא יראו שאני בוכה. (7) (D03)

מעל כל היעילות יש ריחוף אז לא סלואו מושן מעל הכל יש עננה של שקט לא עושה אותי פחות זריזה או עושה..אלא אפילו מייצב אותי ממקד אותי מצליחה לעשות , לא לערבב דברים עכשיו עושה את זה לא מוטרדת ממהו אחר כאילו ההיפך מהיסטוריה. (7) (D03)

שלוה- הייתי עם הילדים אצל אמא שלי לצהריים והיא לא מעצבנת אותי כמו תמיד עושה דברים לא יפים אבל לא מעצבן אותי(7) (D03)

אתמול הייתי יותר טולרנטית כלפי חברה שמאד מנוכרת אלי (7) (D03)

לא יכולתי להירדם כל הלילה. הייתי מוטרדת בעיקר מהקטע של אבא שלי והמאבק מול אח שלי. במהלך הלילה עד 5 לפנות בוקר התהפכתי במיטה. במהלך הלילה הזה – באופן מיוחד – דחף מיני מאוד חזק – רק שלא היה בן זוג למימוש – בעלי היה בחו"ל... (7) (D22)

פתאום חשק לאפות – כל הבוקר אפיתי – עוגיות, שטרודל, עוגות... התחלתי לעשות כל מיני אפיות כל מיני עוגות. התחיל עם רצון לעשות משלוחי מנות אבל התדרדר להמון..אפיתי ממש המון..... יומיים אחרי קניתי עוגות ליום שישי כאילו לא היו עוגות בבית..... היה התקף של עוגות. (7) (D35)

פגיעה, נעלבת מכל מילה של בן הזוג. כל שעה הוא צריך להתנצל. (7) (D37)

תחושה כללית- מרגישה שלא שמה על החובות שלי – צריכה לעשות דברים ולא תמיד עושה אותם. דוחה אותם אבל בלי הרבה נקיפות מצפון, וגם בלי סיבה ממש טובה. כאילו לא מסתדר לי. אולי סוג של עצלנות. (7) (D40)

מחויבות- לא דיברנו שלושה שבועות כי הסופרוויזורית לא יצרה קשר. אני נסעתי לשבוע ללוס אנג'לס ולאחר מכן לא נוצר קשר למרות שני אמיילים ששלחתי לת. לא הטרחתי את עצמי לבדוק דברים – כמו לבדוק מה שלום אבא שלך... לגבי הפרובינג גם....נראה מה יהיה..נשחזר נכתוב יהיה משהו.... הילדים היו שלושתם צריכים להגיש עבודות שורשים, אבל גם עם העבודה של הילדים לא עשיתי כלום למרות שידעתי כמה זמן לוקח נתתי להם לעשות מה שרוצים. גם מקרה שלקחתי לא ישבתי לנתח. (7) (D40)

יום שישי לא נרדמתי כל הלילה לא ישנתי הייתי מוטרדת מאחי (7) (D40)

טיול- אנחנו יוצאים לטיול עם חברים אבל ברור לי שאני לא עושה מה שלא מתאים לי ואמרתי את זה. (7) (D40)

ביום שישי נעלבתי מאד מבעלי. עבר למשרד קרוב לבית ביקש ממני לקנות ובמקום להביא לבית הבאתי לו למשרד והוא המשיך לענות על אמיל הרבה זמן ומאד נעלבתי, הוא התנצל אבל לא סלחתי וגם בשבת לא הייתי נחמדה.

היום נעלבתי עוד פעם – דיברנו על שיפוץ של הבית ואמרתי שאני לא מזיזה דברים החזיר לי שאני רואה שחור בכל דבר ובגלל השיטה הזו אנחנו לא עושים כלום. (7) (D40)

הייתי בלחץ לפני המשפט ביום רביעי נרגעתי אחרי בסך הכל היה לטובתי. (7) (D44)

בתקופה שמרגישה שאלוהים אוהב אותי. (7) (D44)

עבודה- נרגע הבלאגן שלא מספיק מרוויחה. (7) (D44)

חברים- בתחושה שהחברים נוטשים אותי גם אתם וגם אחרים... מבריזים לי ברגע האחרון לארוחה. נעלבתי. אתם לא רוצים אותי. מפסיקה להתאמץ. וגם מול ד. מרגישה שמנצלת אותי מתקשרת כשצריכה משהו- כמה אפשר לטפס עלי ואני לא שמה לב. (7) (D44)

היסטריה- מינימום תפקוד ופתייל מאד לא נחמדה. הכל היה קשור לבית המשפט השתחרר אחרי בית המשפט. (7) (D45)

שבוע לפני הפרובינג - התברר שהתאריך שנקבע לתחילת הפרובינג הוא התאריך היחיד שבו אנו יכולים לצאת לחופש, כולל הוריי שצריכים לבוא לשמור על הילדים. (10) (D 00)

קראתי את הספר "רק אהבה היא ממשית" וראיתי את המציאות דרך גלגולים קודמים. זה העסיק אותי כל החופש. הרגשתי שהייתי פעם במצריים העתיקה והתגאיתי על מקורות הערבים. שוב הרגשתי בטוחה ומלאת אהבה- מוגנת על ידה ומהקשר שלי ושל בעלי. היה חופש קסום של פלא טבע ורוחניות. הרבה אלכוהול גראס וחיים טובים. יכולתי להישאר עוד שבוע ולא להתגעגע. סוף הרגשתי שאני חיה בשביל עצמי. (10) (D00)

טוב לי מרגישה מלאה. (10) (D01)

מחשבות התחילו להתרוצץ לי בראש בחצי ערות. מצרים העתיקה ארמון- מדרגות מזהב, ספינקס, פרעה. (10) (D01)

היתה לי בחילה וחשבתי על בחילות והקאות. חשבתי ששמעתי את בתי מקיאה.
(10) (D01)

בוקר עצבני. היה לי ויכוח עם הגננת של בתי ובמפתיע אמרתי לה בדיוק מה אני חושבת.
זה פשוט נפלט לי. בד"כ אני זהירה לא לפגוע וליצור סכסוכים וזה לא הזיז לי שאולי העלבתי
אותה. (10) (D02)

אחה"צ- חוסר סבלנות ועצבים. לארגן את הילדים מהאוטו וחזרה עם כל התיקים. (10) (D02)

ערב- מצאתי עצמי שרה איתם בפול אנרגיה. שרה להם שירים מספרת סיפורים בהתלהבות.
(10) (D02)

בוקר- שוב רבתי עם בעלי בבוקר. התעצבנתי מזה שהוא לא כיבד את זה שרציתי ללכת ליוגה
מבלי לאחר. נדלקתי מהר והגבתי בכעס ובריב כמו שהרבה זמן לא היה לי. איבדתי שליטה
בקריזה. והקטע הוא שעשיתי את זה במודע. לא באמת הייתי בקריזה אבל הגבתי כאילו אני כן
ואמרתי- אתה רוצה לריב?
אז אני גם יודעת לריב. עוד יותר טוב ממך. ועשיתי ברוגז. (10) (D04)

יש המון אנרגיה וטמפרמנט כאילו הכניסו בי יותר אש. הכל נכנס להילוך מהיר- התגובות המרץ,
העבודה. דברים קורים בעבודה ויש לחץ זמן לא מספיקה לעשות הכל.
פתאום נכנסו מקרים בהומאופתיה ויש אקשן. דברים זזים.
החלטתי לעזוב את מיסטי טבע ולעבוד לבד. יותר נוח לי, יותר טוב לי. (10) (D04)

מוטיב החופש חוזר : אתמול בתוכנית דיברנו בקבלה על בחירה חופשית ומה זה חופש.
(10) (D04)

היה יום עמוס בעבודה. הכל זרם ותיקתק כמו שעון. מיד אח"כ מקרה בהומאופתיה של שעתיים
וחצי לא קלות אבל הייתי מאוד בפוקוס. מחשבה חדה, מהירה.
האנרגיות שלי ממש טובות. נחמד לי בכל מקום.
אחה"צ הייתי צריכה לדון במשפט המתקרב. לא הייתי עם הילדים היום וזה עשה לי טוב.
תחושה של סיפוק שאני עובדת וגם אמא סבלנית ומשוחררת. (10) (D05)

מצב רוח טוב. סבלנות לילדים. מצאתי את הגור חתולים שבחצר מת. הרמתי אותו לשקית
וזרקתי לפח. קודם לא הייתי מסוגלת לעשות את זה. זה היה עושה לי צמרמורת מבחילה.
עכשיו עשיתי את זה בלי בעיה בכלל. מרגישה יותר חזקה נפשית. מבסוטה מעצמי מההספקים.
מתמודדת עם מצבים. (10) (D06)

רבתי שוב עם בעלי. כל דבר שהוא עושה מעצבן אותי. אני מרגישה הוא לא עומד בקצב שלי
ואני צריכה לעשות הכל. _ מעצבן, אח"כ אני מתנצלת ומצטערת שכעסתי עליו.
מעצבן אותי שהוא נוסע לסקי ולא אני. לא בא לי להישאר לבד עם הילדים. (10) (D07)

מרגישה שאני לא צריכה אותו עכשיו. הוא רק מפריע לי להתקדם. טוב לי עם עצמי. לא צריכה אף אחד. חוץ מבעזרה עם הילדים. כאילו כל אחד חי את החיים שלו עכשיו מאז שחזרנו מחופש ולקחתי את הרמדי הוא רק מרגיז אותי ולא בא לי עליו. (10) (D07)

יש לי קצת יותר סבלנות עם הילדים ויותר אסרטיביות ופרקטיות. פחות מתעכבת על שטויות יותר מעשית. (10) (D08)

צהריים- שכבתי לנוח על המטה והילדים קפצו עלי הרגשתי כמו חתולה עם גורים. (10) (D08)

מאוד ביקורתית. חדה. קולטת מהר דברים, מגיבה מהר. (10) (D08)

שאיפה ליופי, רוצה שמסביב יהיו דברים יפים וכשזה לא זה לא אסטתי בעיני. (10) (D08)

בבילוי- השתחררנו כהוגן. היה כיף. (10) (D08)

יש סבלנות עם הילדים והשלמה עם הלבד שלי. (10) (D12)

שוב רואה את הדברים בצורה חיובית. מרגיעה את עצמי שיהיה בסדר בשבוע הזה. מה אני מפחדת מהילדים שלי? זה ממש בדיחה! (10) (D11)

בכיתי- ירדה לי כל האנרגיה. הרגשתי כאילו אין צדק בעולם והרעים תמיד מנצחים. יש מלחמה ולי אין את הכלים הנכונים לשחק בה. (10) (D10)

כל היום הרגשה של דאון. נפילה. מרגישה לבד. אין חברים. עצוב לי. רוצה לבכות כל היום. בעלי צריך לטוס ואף אחד לא יכול להישאר איתי פה. אני ממש מפחדת מזה. אין לי על מי להישען. כמה עצוב! הייתי כמו בהיי מסמים ועכשיו יש נפילה כמו של סמים. פשוט דיכאון. רצית להיות לבד-ברחתי לחדר עבודה שלי ועבדתי כדי לא להיות בבעסה. (לא אופיני!) (10) (D10)

יש שיפור בהרגשה. למרות שמרגישה שונה. כמו אחרי הים קרב. קשה לחזור לשיגרה. כלום לא מעניין, משהו השתנה בי. (10) (D25)

כולם השאירו אותי לבד, בלי עזרה, חולה, צריכה לטפל בילדים. לקחו לי את החופש שלי. אף אחד לא מטפל בי, לא אכפת ממני. רק אני צריכה לטפל ולדאוג. מסכנה נורא. כשבתי היתה חולה פעלתי כמו מכונה. בלי רגשות, בלי מחשבות. (מסקנה: כשנדמה לך שהמצב לא יכול להיות יותר גרוע, תדע שזה עומד להשתפר). לא אכלתי, בקושי שתיתי, רק ישנתי בשבת בלילה עד ראשון בערב.

רק בכיתי ובכיתי לכל אחד בכל מצב כל היום.
כשבתי חולה: שכבתי ערה בלילה- לגרש את מלאך המוות- שלא יקח אותה. חשבתי על מוות.
שהיא תמות, שבעלי ימות ובכיתי כל הלילה וכל היום למחרת. (10) (D13)

בעלי חזר. לא רציתי לדבר איתו. כועסת פגועה מאוכזבת. לא רוצה לישון איתו, לגעת בו.
מרגישה הלומה והמומה. כמו אחרי הלבם קרב. (10) (D21)

דמעות עומדות בעיניים כל היום. רוצה שמישהו יגע בי, יטפל בי. רוצה לבכות למישהו.
התקשרתי לבעלי וצרחתי עליו כמו שבחיים לא צעקתי. קיללתי אותו ואת האחים שלו- שנאתי
אותם שלקחו אותי אמרתי לו שאם הוא לא עולה עכשיו על מטוס אין לו למה לחזור הביתה
אמרתי שהוא אגואיסט. הרגשתי נבגדת.
הרגשתי שאני יכולה להרוג אותו מרוב עצבים. (10) (D22)

יש שיפור בהרגשה. למרות שמרגישה שונה. כמו אחרי הלבם קרב. קשה לחזור לשיגרה. כלום לא
מעניין, משהו השתנה בי. רוצה לחזור לחופש (לסיני). (10) (D 25)

עיניים עם הבית-למכור, לקנות, לשנות, לעבור דירה כן או לא?
היה מוזר להחליט החלטות על העתיד שלנו כשאני לא מרגישה אליו כלום ולא מסוגלת להיות
איתו. כאילו רמזו לנו שצריך להתחיל לקחת החלטות בחיים ביחד על השני את ההחלטה.
(10) (D25)

צריכה לקבוע F.U למטופלים ולא עושה את זה. דוחה. וגם המחשב שלי שבק חיים. לא עובד.
הכל קרס. לא יכולה לעבוד. ולא רוצה. לא יודעת מה אני רוצה. (10) (D25)

רוצה להיות בחברה שמחבקת אותי ועושה בשבילי, להיות מטופלת ע"י אנשים שאוהבים אותי
ודואגים לי. רואה אנשים עם הורים ומרגישה צביטה בלב. שיש להם מי שדואג להם. מרגישה
כמו יתומה. (10) (D25)

מרגישה שיש לי יותר מדי אחריות על הכתפיים הכל כבד לי. (10) (D33)

שוב התמודדות עם לחץ. הרבה עבודה. מנסה להיות מאורגנת, מסודרת. שהכל יהיה מתוכנן.
זה עוזר לי לא להילחץ. (10) (D 38)

אלבומי ילדות!!-הסתכלתי הרבה. (10) (D38)

מאוד עמוס. המון עבודה. המון לחץ.
מרגישה שאני עומדת להתמוטט- לא עומדת בעומס. (10) (D40)

רוצה לצאת לחופש. קשה לי לשחרר שליטה שהכל יהיה בסדר גם כשאלך.

הכל הולך קשה: המחשב הלך . בתי חולה. דברים לא עוברים- כתבות. מקום העבודה והפיצויים. המון החלטות שצריך לקחת. אין לי סבלנות. לא רואה את האור. לוקחת על עצמי עוד התחבובות... (10) (D40)

כמעט התמוטטות עצבים: בכי, צעקות. "אני בכלל" "הילדים הם האזיקים שלי" רוצה לברוח להיעלם אין לי כוח להתמודד איתם יותר. לא רוצה לראות אף אחד. (10) (D41)

הכעס על זה שבעלי השאיר אותי לבד עדין קיים. לא מצליחה לסלוח לו על זה. זה פגע בי במקום מאוד עמוק שהכאיב לי נורא. (10) (D44)

כשקמנו הגב של א. כאב וגם שלי. לי יש תחושה שכל המיטה מלאה גבשושיות, כמו הנסיכה על העדשה. (8) (D05)

אני קרובה לפאניקה אבל מתנהגת כאילו הכל בסדר. (8) (D06)

DREAM

חלום: אני וחבר נעורים במסע טרמפים עם עוד שתי בחורות שנסועות בנפרד ליעד משותף אולי אילת. תחושת תחרות מי יגיע קודם.. יש תחושה שרודפים אחרינו אבל אין פחד, יותר התרגשות נעורים. תחושה של בואו נתרחק מאיפה שבאנו, כאילו נסענו לאילת, בטרמפים. היו שם שתי בחורות והרגשתי כמו תחרות, מי יגיע לשם ראשון. התעוררתי ב- 5 לפנות בוקר, שתיתי מים, נרדמתי והמשכתי את החלום. אני והחבר בתחנת אוטובוס כמו בכביש הערבה. עובר אוטובוס עם הבחורות, האוטובוס מלא אין מקום לשבת אבל בתמונה הבאה אנחנו באוטובוס שבחלקו העליון (שתי קומות) יש מסעדה מאד גדולה ומרווחת. התחושה הכללית היתה של מרדף ותחרות, בואו נגיע לשם ראשונים, כמו חלום היפי, מסוג החלומות על חברים מהעבר, זה יכול היה לקרות (2) (D 1)

ההרגשה בחלום היא כמו בנערות, ימים של גילוי העצמאות. התעוררתי עם הרגשה טובה. מאד לא אופייני לי לזכור חלומות, נדיר ביותר להמשיך חלום אחרי התעוררות (זכרון מעורפל של עוד פעם) (2) (D 1)

חלום: אני וחבר הנעורים בטיול, שוב תחושה שמשהו בעקבותינו. אנחנו מתארחים במקום זר, נראה כמו עיר עתיקה שאנשים מהמאה ה-20 גרים בה בין החורבות, החדרים שלהם מרוהטים כחדרים רגילים. אנחנו רוצים להשיג חשיש ובסוף מקבלים אותו. (2) (D2)

חלום: אנחנו בטבע (אחו) פוגשים חיה מוזרה, כמו לווייתן קטן כ- 2-3 מטר, מכוסה שיערות, צף באוויר. קליל למרות שנראה כבד. החבר אומר לי לא להתעסק עם החיה אבל אני מוקסם וקורא לה ברכות. היא צפה לעברי, היא מאחורי נצמדת אלי, אני מאבד את היכולת לזוז, תחושה מבהילה. (החלום נפסק ונשמך, כמו קאט בסרט, כאילו התעלפתי והתעוררתי) החיה איננה, החבר אומר לי שתפסו את החשיש, אנחנו שוב בין החורבות, חנות, החבר לוקח בגד נשי בשביל

החברה שלו, מגיע חבר אחר מהעבר הרחוק, הוא מטפס כמו עכביש על הקיר, מסתבר שזאת הפרנסה שלו. (2) (D2)

האסוציאציה שלי בפרובינג בעיקר בגלל החלומות היתה גיל הנעורים, הרגשה היפית כמו ילדי פרחים. (2) (XX)

ההרגשה בחלומות הזכירה לי את עצמי בגיל 16-18. (2) (XX)

חלום : אני בארץ זרה, מקום זר, בחדר ודירה, תחושה – לבד, לא מכיר אנשים בסביבה. יוצא לרגע וגונבים 2 ארנקים עם כל הכסף – ארנק רגיל+ארנק נסיעות של מטבע זר. סכום לא קטן. גבר זר. חוזר ומוצא ששניהם נעלמו. מרגיש : פספוס, זה לא היה בלי השגחה הרבה זמן ובכל זאת נעלמו. זה לא היה צריך לקרות. הרגשתי פספוס שזה קרה כל-כך מהר ולא שמתי לב במשך זמן קצר(11) (D 10)

חלום : 2 מטוסי קרב, אנחנו במצב מלחמה. (מתוך ששינה, כתשובה לשאלה של אשתי): צריך לתת לתינוקת מטשטשים (משלשלים?) (11) (D16)

חלום : תינוקת עם חרקים (טפילים) שהולכים עליה חיות קטנות. קרציות? פרעושים? חרקים... (11) (D18)

1. חלמתי בלילה על נ. (שהתאלמנה לפני חודש במפתיע) שצ. (בחור שלמד איתנו יחד, והיה מפלרטט איתה ואיתי למרות שהיה נשוי) בא אליה והם ביחד.

אני באה ורואה אותו בלי חולצה אצלה, ומיד כשהיא זזה קצת הצידה אני באה אליה ואומרת לה "תזהרי ממנו".

היא נפגעת נורא ומסתכלת עלי באיבה. אני גם כועסת על עצמי. למה כ"כ מהר אני מקלקלת לה. אח"כ היא מביאה מעטפה מלאה שטרות של כסף, והיא מכניסה את הכל לתוך מעטפה חומה גדולה ואז מחביאה את זה בתוך תיבה גדולה ענקית שפתוחה מהצד השני ומשרתת משרד צבאי גדול (בעלה היה איש צבא). אנשים מהמשרד שמים גם שם את הדברים שלהם. אני אומרת לה שזה לא בטוח כך. היא מגחכת עלי. אומרת לי בצחוק שיש שם 46 אלף ₪. אני מבינה שזה ביטוח או משכורת של בעלה.

אח"כ אנו שוב יחד, היא כבר גרה עם צ'. הפנים שלה משוחות בשמן ומרוחות במין צבע ורוד. גם שלי כך. אבל שלה ממש משומנות. אני מלמדת אותה איך לשמן את הפנים שלי. היא קצת אבודה וקל לשטות בה. זה שאני מזהירה ומלמדת אותה שם אותי בעמדה מבקרת, כאילו אני חברה לא טובה. (8) (D02)

חלמתי שאני יושבת ליד ילד קטן ומקריאה לו סיפור מספר ענק. זה ספר שהוצאתי מערוגה ציבורית גדולה. היו שם המון ספרים שני. הייתה שמה שם.

הספרים היו נרטבים כתוצאה מההשקיה של הממטרות. היו שם כל הגדלים וכל המינים של הספרים. ישנים וחדשים, מיוחדים ויקרים. אני יושבת אח"כ בשולחן ארוך עם הרבה אנשים שאני

לא מכירה, ומקריאה סיפור לפעוט קטן ושמן שיושב לידי. תוך כדי שאני מקריאה לו הוא מתחיל לחקות איש מעשן. לאט בהרבה חושניות. אני נדהמת, מה קורה פה. שאר האנשים מכירים זה את זה כפי הנראה. אני אומרת לעצמי להבליג וזה קצת משעשע. אני חושבת בחלום, יש דברים ששיכים לאדם מקטנותו. וכך אצלו עם העישון. (זה שייך או בא מהסרט של אתמול "ולקחת לך אישה" בסצינה הראשונה שראינו שם זוג נאהבים נפגשים בסתר בבית קפה. והאישה מעשנת סיגריה ארוכה וזה בעצם כל מה שהיא עושה, ומתבוננת באהובה. הדיבורים לא יוצאים להם מהפה אלה כמו מחשבות, וכך הפה שלה רק מעשן והעיניים מדברות. א. אמר לי: "שימי לב שמי שמעשן שולח שדר שהוא לא פנוי לנשיקות." (8) (D02)

חלמתי שאני באוטובוס עם הרבה אנשים ואיש אחד מגיע לאמצע האוטובוס בדחיפות כי הוא נמלט ממשוהו. הוא לא יכול היה לצאת דרך הדלת כי אז הנהג יראה אותו. איש אחר אמר שהוא יעזור לו. זה נראה בלתי אפשרי. האיש לא האמין כי יש לא איזה דרך מילוט ואז האיש השני דחף אותו במכה אחת על הריצפה והשחיל אותו מתחת למושבים של האוטובוס. הוא היה ממש בטוח במה שהוא עושה. וראה זה פלא, מתחת למושב, נפתח פתח מתחת לחלון, מן כנף כזו שכל הזמן פתוחה בעצם והאיש נפלט החוצה. אח"כ אני בחוף ים והנהג נוסע שם עם האוטובוס ואני רואה מבחוץ שכל הדופן של האוטובוס מלאה חלונות פתחים שכאלה, שהם כמו זימים של דג, או מן תפסים כאלו, כי כל החוף מלא בכיסאות שהמשענת שלהם עשויה מברזל דק, והאוטובוס נוסע ותוך כדי תופס את הכיסאות ומשחיל אותם לתוכו. כך הוא עושה את העבודה שלו. בחלומות שלי הדימוי העצמי שלי הוא איתן, לא משנה מה קורה בחוץ. אני הרגשתי בסדר גמור עם הכל. (8) (D05)

בעלי סיפר לי שגם הוא חלם. בחלומו הוא היה במין גן חיות או אזור של בית ספר או צבא שיש בתוכו תחושת זרות עם האנשים. אח"כ הוא היה צריך קקי ועלה קומה בבניין כלשהו. שם היה אולם גדול שבשני צידיו היו בתי שימוש והיתה מחיצה ממש דקה. הראש היה חשוף ורק כך ידעו אם יש שם מישהו. וה כי מוזר, שמאחור היתה ויטרינה גדולה וזה היה חשוף לגמרי לרחוב. הוא היה חייב לשרותים ולכן ישב, ואז באו מהרחוב אנשים שגם הציצו וגם הציצו לו. הוא חש חשבות נקם, אבל אז ראה שהם ממש ענקים ופראים. לא כדאי להתעסק איתם. ואז הגיע מישהו מהאחזקה שם ותוך כדי שהוא יושב מתחיל להתעסק עם הביוב של השרותים, ומראה לא. כל מני מסננים מלאים קקי ומפריע לו, ומפריע לקקי לרדת לביוב. זה היה ממש מגעיל. (8) (D05)

חלמתי עוד חלום שאני לא זוכרת ממש, אבל זוכרת שהראתי לאנשים את הדרך לאן שהוא, ואז ישבתי שמן אצטדיון או מורד להקשיב להרצאה שענינה נגע לדברים לא רגילים של המציאות. מתאום מישהו מלמעלה רואה אותי ואומר, "אה, את האישה היפה שילדה בגיל מבוגר"- ואני מקבלת את המחמאה בצורה פשוטה ואומרת "כן, זו אני" ומרגישה שמצד אחד באמת אני יפה אבל אם הוא לא זיהה אותי קודם ופתאום קישר, אולי הייתי יפה ועכשיו כבר לא. אבל זה לא מטריד אותי ולא מחמיץ בי כלום. מן חיוך כזה יש לי שהכל בסדר. יש ידידות באוויר. (8) (D05)

כשהתעוררתי ראיתי את ההווה. והרגשתי שרק ההווה זה אושר. ראיתי מן ציור כזה, כאילו העבר הוא מן תיבה שלוחצת אותי מצד שמאל והעתיד הוא מן תיבה שלוחצת אותי מצד ימין. ומה שהרמדי עושה לי זה שהיא מרחיבה לי את ההווה. דוחפת הצידה את העבר והעתיד ובאמצע נפתח לי מרחב מואר ומזוקק של ההווה. האוויר בהווה מנצנץ כמו שמש על מים. זהובים זהובים באוויר. ויש שמחה. נזכרתי שזו הייתה התחושה שלי בילדות. מרחב אדיר של

אינסוף. המחשבה נעצרת ויש בעיקר תחושות. התרגשות על התחושות. וכל הזמן הן באות ונהיות כמו הרגשה של היפנוט על קסם. אני לא חושבת על עצמי כלום, רק מתהפנטת על מה שיש סביבי בעולם. יש מרחב נשימה עצום, והעולם כל הזמן מדבר איתי בלי מילים. שוב, המילים נעלמות מהעולם ואין בהן צורך. מרגישה כאילו המילים הן חבלים שקושרים בין הדברים אבל בצורה מגושמת. נמצאות בין הדברים, יוצרות מחיצות. ובהווה אין מילים ויש מגע בלתי אמצעי עם הכל. (8) (D05)

א. נוסע לאן שהוא בבוקר ואני רוצה להתלוות אליו. אני באה בפיג'מה. הוא משאיר אותי באיזה שהוא מקום כמו איזור תעשייה והולך להביא משהו. עובר המון זמן והוא לא חוזר. אני הולכת לחפש אותו ורואה שיש לו ביד קרטון חלב והוא הולך כזה שנטי.

לי ממש דוחק הזמן כי אני צריכה עד 8.00 להיות מוכנה לעבודה, תבוא אלי א. לטיפול. אני מתרעמת עליו שהוא בזבז כ"כ הרבה זמן ולא אכפת לו שאני דחוקה. הוא אומר לי " מה יש לך, תני לי קצת חופש!"

אני נדהמת מהאופן הבוטה שהוא מדבר אלי ויש לי הרגשה שהוא מרגיש שאני נדבקת אליו. אני חושבת " בטח הייתי יותר מדי איתו, אני צריכה קצת להתרחק" ודואגת למצב שלו. אבל הוא זר לי בהתנהגות שלו.

אני מבקשת ממנו שנחזור מהר לאוטו כי אם אני אאחר זה יהיה נורא ביני לבין המטפלת שלי, כי אני לא מרשה לה לאחר או להחסיר והנה אני מתרשלת בעצמי. כל הזמן אני מקווה שעוד אספיק להגיע. אנחנו עוברים ליד האוטו שלו אבל לא יכולים ממש להגיע. צריך לעשות סיבוב, ואז אבי מביא אותנו לדרך ללא מוצא.

אני ממש עצבנית והולכת לאוטובוס. עולה על האוטובוס מקווה שא. יבוא אחרי, והנה הנהג סוגר את הדלת ונוסע.

הנוסעים באוטובוס נראים כמו רוסים קשי יום. הם לא נחמדים. יש צפיפות וקוצר רוח. אני שואלת מישהו מה השעה והוא אומר- 8.05. זהו. אבוד לי, היא כבר בטח אצלי ובטח כבר מתכוננת ללכת משם כי אני לא שם. יש לי פלאפון בתיק, אני מושכת את החוט, והנה זה פלאפון בצורת מטוב צעצוע של ילדים. יש אמנם לחצי מספרים אבל אין לי שם את המס' של א. אני יודעת שיש לי אותו בפלאפון אבל לא בזה. אני מנסה להתייחס אליו כאילו הוא הפלאפון שלי, אבל הוא לא נענה לי.

אני ממש בלחץ כי אני חושבת על זה שהאוטובוס לא נגיע ממש הביתה ויש לי את כל העלייה עד לרחוב רומנילי שם גרנו לפני שעברנו לצפון. (לא אהבתי את השכונה והרגשתי שם ניכור).

שוב אני מוציאה את הפלאפון, לוחץ לי בלב ואני דאוגה כולי, ואז צלצל השעון המעורר. 6.30 בבוקר ואני לא יכולה בשום אופן לקום. גם א. קם בקושי. הייתי צריכה להספיק להסיע את הילדים ולחזור עד 8.00 לקבל את א. הודתי לאלוהים שכל זה היה רק חלום והשתדלתי שזה לא יקרה לי במציאות. (בדרך כלל א. מסיע בבוקר, והפעם ביקש שנחליף כי קבע עבודה ל 8.00 ורצה גם להספיק להתפלל בבוקר. יצאנו מוקדם ועוד חיכינו לג. למרות שהיה מוקדם כל הזמן פחדנו שהיא כבר עברה. (8) (D06)

באחד ביתי באה אלי בוכה. יש לה פטריה סביב הפנים, במיוחד ליד האוזניים. העור שלה כהה והפטריה לבנה והיא ממש עושה לה שקעים בעור. היא לא מוטרדת מזה, כאילו לא מודעת ממש (לא מתאים לה בכלל). אני מחזיקה אותה כפי שמחזיקים תינוק ובוכה יחד איתה. אני לא יודעת בדיוק מה יש לה אבל המצב שלה משפיע עלי חזק. אני חושבת, מה היא אכלה שמרי בירה וזה גרם לה לפטריה? זה נראה קשה מאוד לריפוי. (8) (D09)

אני עם כיתה בחוץ באיזה מקום. המורה של ביתי ששכחתי את שמה, אבל מה שאפיון אותה הוא שהיתה לה צמה עבה, היא הייתה רזה וגבוהה, עם קו עבה ונמוך וסגורה מאוד. התפלאות שמור ספרה לא מזמן שפגשה אותה בסופרפארם ועכשיו היא בלונדינית קצוזה. היא סיפרה שהמורה הזו בכתה ביום המשפחה בבי"ס. מור לא ידעה להגיד למה. (8) (D09)

ובכן, בחלומי, אותה מורה של ביתי, קוראת לי ואומרת "בואי להרפייה". היא נכנסת למן אמבטיה חשוכה מאוד, לבושה במן סדין לבן כרוף סביב גופה. זה ממש מביך אותי שהיא ערומה מתחת. קיר אחד של האמבטיה עשוי מדיקט דק, ויש לו חלון שדרכו אפשר להכניס את הראש בלבד לאמבטיה. (אתמול חשבת שהיום אחפוף ראש כמו במספרה, רק הראש). אני יושבת על הריצפה, משחילה את הראש אחורה דרך החלון אל האמבטיה. המורה נמצאת בחושך, עומדת, והיא לוקחת כלי מתכת גדול ושופכת לי על השיער. היא לא חופפת לי. זו לא מספרה. זה מקום של ריפוי. היא גם קוראת לי ראשונה בתור של כל ילדי הכיתה, ואני חושבת, " היא יודעת שאני הכי חולה". כי לא נעים לי להיות ראשונה. ברגע שאני נשכבת עם הראש אחורה והיא שופכת את המים אני מוציאה אנחה גדולה ונופלת עלי תחושה עמוקה של ריפוי. החושך מפחיד אותי אבל אני לא אומרת כלום. כעבור רגע אני רואה שהוצאתי את הראש חזה אל האור. לא שמת לי לב לתנועה שלי. הרבה זמן אני במן זמן חלום מחוץ לאמבטיה. לא מרגיש את הזמן. באותו זמן המורה לא נעה ואל זעה. לא מעירה ולא מזרזת. אני מחזירה שוב את הראש פנימה. פחות חשך שם, העיניים התרגלו ויש מן בדים לבנים שקופים שמכניסים אור. הטקס חוזר על עצמו. היא שקטה ביותר, מרוכזת מאוד, ויש לה סבלנות אינסופית. שוה הריפיון העמוק הזה. שוב תחושת ריפוי עמוקה. זוב מים על השיער. ושוב אני מעבירה את עצמי לא במודע עם הראש החוצה אל האור. שוב אין תחושה של זמן. כש אני קולטת שאני באור אני מיד רוצה להיכנס פנימה אליה. אני לא אוהבת את זה שהיא ערומה אבל יורדת מהחשדנות שלי אליה אחרי שאני רואה מה היא עושה. אח"כ אני רואה שם זוגות של נעליים. חושבת שיש שם את הנעליים של הבן שלי אבל הן קטנות מדי, ונעל לבנה שלי חדשה. למה היא שם? יש בלאגן עם הנעליים וזה לא מתאים לכל מה שהיא עושה. (8) (D09).

בלילה של יום שלישי חלמתי שאני עם קב' של בנות, ואני נכנסת לשירותים הציבוריים ורואה שם אישה שתלתה את עצמה. זה היה מוזר כי היא כאלו ישבה באוויר והראש שלה היה בסדר גמור, וכאילו מחייכת. אני ראתי את הרגליים שלה באוויר והסקתי שהיא תלויה. רצתי החוצה בבכי ואמרתי לבנות בגמגומים נוראיים שהיא תלתה את עצמה. כל הזמן חשבת, זהו זה, זה הוטבע בי, ראיתי אישה שתלתה את עצמה, זה ירדוף אותי כל החיים. הן אמרו " אה, זה זאת וזאת..." כאילו זו לא פעם ראשונה. שאלתי אותן, מה היא עשתה את זה כבר? והן אמרו "כן, היא רוצה למשוך תשומת לב". ובאמת היה מוזר שהיא כאלו סתם ישובה באוויר. אמרתי להן, יכול להיות שהפעם היא הצליחה.

המוזר הוא שלמחרת א. סיפר לי שהיה בלילה אצל חבר שלו ברעננה, ובאותו ערב שבו אני חלמתי, חבר שלו סיפר לו שהבעל של אחותו התאבד. הוא היה בדיכאון וכשהם היו בנסיעה והוא נשאר לבד, התאבד. אני לא ידעתי על זה, והוא סיפר לי את זה אחרי שחלמתי אל האישה (8) (D09)

רופאת השיניים עושה לי צילומי שיניים. אני מחזיקה את הסרט בצד ימין בשן טוחנת. היא עושה לי צילום פנורמי וזה לוקח המון זמן. אני ישובה במרכז החדר, והיא נמצאת בחדר גם. כל פעם שהיא לוחצת על הכפתור, יוצא מן ערפל כזה מכונת הצילום. אני רגישה שזה ממש לא בריא, ובכלל למה לי צילום פנורמי. אני אומרת לה שיש לי בבית צילום פנורמי, היא אומרת שצריך חדש. היא דומה לאישה בביץ הבושת בסרט "טרה אספרנסה" שזו הסדרה היחידה שאני רואה. (8) (D11).

שוב רופאת שיניים. אני מתלוננת על כאב שיניים בשן הטוחנת הימנית. רוצה שהיא תבדוק מתחת לכתר. היא אומרת שאין לה מה לבדוק כי "כל מי ששואף לעולמות עליונים כואבת לו השן הימנית התחתונה" - ותוך כדי היא מגלגלת את העיניים למעלה. היא מסרבת לבדוק אותי. גם אני מתעקשת. היא בטוחה ממש. (8) (D11).

מסתבר ששתי עורכות דין מנהלות בית בושת. הן עושות זאת באדישות רבה. אחת מקבלת לקוחות והשנייה לוקחת את הכסף. אין להן שוב עניין להסתיר. איש אחד חושב שאני אחת מהן ונטפל אלי. אני מסרבת והוא אלים ועומד על שלו, והנה באה עורכת הדין ומחלצת אותי משם בקלות ובתוקף. הוא חייב להקשיב לה. (8) (D11).

חלמתי היום אחה"צ שמס הכנסה מחפשים כרישים גדולים שהעלימו מס. אחד מהם מתחבר עם א. רוצה ממנו איזה שרות. כך א. מתקשר אליו, ואז הוא חושב שהוא חבר שלו, וכשבאים לחפש את ההוא, א. מסתבך. אני אומרת לא. לנתק איתו את הקשר מיידית. אני מאוד נחרצת עד כדי תוקפנות. א. לא מבין מה קורה איתי. אני אומרת לו שהאיש הזה (שהוא מן גמד שכזה), הוא איש שלילי. האיש שומע אותי ומזדעף. אני לא מוותרת. בכ"ז האיש משלם משהו, אבל בצורה חוקית. אני גם בודקת את עצמי, מה קורה אצלי ביומן, בניירות. יש לי הרגשה שצריך להתכונן. (8) (D23)

חלום שקשור לזה שהמטופלת שלי שלקחה טרמפ עם מישהו נעצרה ע"י המשטרה שחיפשה עליו סמים. זו היתה הלשנה, ואכן תוך כדי שהיא צועקת להם שהם סתם נטפלים לאנשים, הם מגלים כמות מסחרית. שוב חשבתי על הרצון של אנשים, אנחנו לכסף. גם סחר בסמים וגם מס הכנסה קשורים לזה. (8) (D23)

רופאת שיניים מתקנת לי שן טוחנת ימנית עליונה בדשא לפני אנשים. מישהי כועסת עליה. אני צועקת "חלה" (דודה) זו אני. הרופאה עובדת המון זמן ועושה לי מן יציקה כזו כמו גשר. זה במחיר של סתימה. אחרי המון זמן היא אומרת שזה לא יצא טוב. מפשלת ושולחת אותי. אני צועקת עד השמים ואומרת לה שלא אשלם על זה. היא קוראת לרופא שהוא בעצם בעלה לתקן את זה. הוא חמור סבר ובא לתקן. אני כועסת נורא. אח"כ שכחתי את התיק שלי איפה שהוא,

בתוכו כל התכשיטים שלי. אני מוצאת אותו ולהפתעתי אף אחד לא נגע בו. רק הטבעת הירוקה שלי שעשויה כולה מאבן, נשברה. (אין לי טבעת כזו). (8D27)

חלמתי על חברתי שכעסה עלי כי חשפתי אותה לא במודע. פגעתתי בה מאוד. הדילמה הזו בין הסתרה וחשיפה מלווה אותי שנים רבות. היצירה שלי הלכה במכוון נגד הסתרה.

המוזיאון קנה את הצילומים. מה המשמעות של זה? אולי זה צורך של כלל האנושות לצאת מהסתרות והם זיהו את זה וידעו את הערך של זה. מובן שיש גם את הערך של העבודה עם הכלים האמנותיים אבל מבחינת התכנים זו היתה חשיפה קיצונית. עשיתי את זה לעצמי, עם עצמי, ועם הילדות שהיו שם בתור תוספת שהיא חלק ממני. זה היה קשה להציג את זה אבל ידעתי את הערך של זה ואת האמת שבזה. לקחתי את הסיכון. היום בראיה ל 14 שנים אחורה, אני שלמה עם זה. אבל עדיין בכל פעם שזה יוצג, זה יגע באותה נקודה רגישה. (8) (D29)

בחלומי חברתי ואני עורכות מסע שהוא בירור. אנו יורדות באיזו דרך שאני רואה אותה במפה, כאילו אפשר לנסוע על המפה מצפון לדרום. היא רוצה ממני דבר מה, אנחנו מבררות את הקשר ביננו. לי יש שק שקוף שבתוכו הבגדים שלי, לא הרבה.

ממש כשאנחנו קרובות לגלות משהו, היא פתאום משנה את כל ההתנהגות שלה ומנסה להחזיר לי אצבע לפי הטבעת. אני מיד מבינה שזה מן תכסיס כזה, ומפסיקה אותה בהחלטיות. אומרת לה משהו כמו לא לנסות דברים קיצוניים, או שזה לא יעזור לה. לא נעים לי הריח שיוצא. היא קולטת שלא תצליח "לעבור נושא", ומקבלת עליה לחזור לדרך.

אנחנו צריכות להגיע לאן שהוא בירושליים. היא מספרת לי שהיא הולכת ללמוד באיזה מוסד להשכלה גבוהה בנגב המערבי. אני רואה את זה על המפה. יש מקום כזה, נגב במערב. זה רחוק מאוד בעיני. היא מספרת לי שהיא הולכת ללמוד עם ר.מ. (חברה גדולה מהילדות המוקדמת מאוד שלי שהאמהות שלנו היו חברות. זו היתה תקופת האושר של אמא שלי עם אבא שלי). אני אומרת לה שכ"כ הייתי רוצה לראות את ר. בבית שלה, ושואלת אם אמא שלה עדיין חיה. היא אומרת שכן. אני מתמלאת געגועים ובוכה.

בחלומי אני חושבת שר. אומנם תהיה איתה, אבל כל השאר יהיו זרים לה, אם כך, היא עוברת לשם לבד לדעתי.

אח"כ היא מראה לי את הבית שקנתה. זהו בית דירות ענקי, שמה שמיוחד בו הוא שהוא ממוקם בשכונה שמחברת את ת"א עם ירושלים. מסתבר שיש נק' כזו על המפה, שמעט אנשים גילו אותה. צד אחד של הדירות, הדרומי נוגע בת"א, והמזרח בירושלים.

אני שואלת אותה מתי היא קנתה את זה, והיא מספרת לי על מישהו שמיד כשסיים בי"ס הבין את הפוטנציאל של המקום והשקיע בו. גם היא הצטרפה בעצתו. זה משהו שקרה לפני הרבה זמן. היום הכל מלא בדירות ואנשים ואין אפשרות לקנות. אין לי רצון לקנות שם, רק התפעלות. אני רוצה את הבגדים שלי שנעלמו. יש שם עוד הרבה שקים שקופים ובפנים בגדים אני לא מזהה אם זה שלה או שלי. היא אומרת שהכל שלה. לוקחת אותי למחסן ענק, פתוח. מן שטח כזה בין הבתים, ושם נחבא בקיר מוציאה שקית שקופה, כבר מאובקת, עם ממש מעט בגדים ואומרת שזה שלי. אני לוקחת בלי לבדוק. בפנים בגדים שאני לא ממש מזהה.

ואז היא לוקחת מן מטקה קטנה של שולחן טניס, שיש לה מנגנון חשמלי ובחוט ארוך וגמיש בקצה מחוברת מן כדור קטן רך. היא שולחת את זה לעברי, ואני מחזירה לה את זה בכף יד שלי. אני מצליחה להחזיר את כל הכדורים, ואז היא צוחקת ואומרת לי שאני מזיקה לעצמי שמכיון שהמנגנון שלה הוא חשמלי, היא יכולה לשגע אותי ולשלוח את זה לכל עבר, ואני לא אספיק להחזיר כדור. אני מפסיקה לשחק.

אח"כ אנחנו עולות על איזה אוטובוס להגיע לאן שהוא בירושליים. זה קשור ללימודים. אנחנו עולות על קו 17. פתאום בתחנה מופיע ברציף על ידי, במקביל, עוד קו 17. אישה אחת אומרת לנו לעבור אליו. אנחנו עוברות. אני שואלת את חברתי למה, כי זה אותו המס'. היא אומרת לי שזה בכ"ז שונה. (עכשיו אני נזכרת שכשבאתי לבקר אותה אחרי הרבה שנים בירושליים היא אמרה לי שיש קו 5 וקו 5א' ושם לא אותו דבר. אני עליתי דוקא על השני והלכתי ברגל, כי הקו שלה הגיע לעיתים רחוקות). האוטובוס הזה עוצר באמצע הדרך, ואנחנו יורדות. יושבות במן תור כזזה בין אנשים שאני לא מבינה מה הקשר שלנו אליהן. כולן נשים והן בתור לאיזו עבודה.

אני רואה משהו שנראה בהתחלה מקום שנראה כמו מקום של כיף, בית קפה או משהו כזה. אח"כ מזהה לוח גדול על הקיר ורואה שזו כיתה. (אתמול הביאו לנו את הלוח הענק שהיה לי כשלמדתי את התלמידים ריפוי בהשראה רוחנית).

אני לא מתאימה לעבודה שהן רוצות לעבוד בה. הפקידה שלוחת אותי לביורור. אני מגיעה ויושבים שם איש ואישה. האיש שואל אותי איזה תואר יש לי, אני אומרת מורה מוסמכת בכירה (שזה באמת מה שאני) והוא שואל: רק? נורא מאוכזב. אני מחייכת בתוכי ואומרת שכן. זה כל מה שיש לי להציע לו. הוא וגם אני יודים שאני מאוד מתאימה למה שהוא רוצה, אבל אני לא רציתי ללכת במסלול הזה שלהם. בחלום מצד אחד אני מושפלת, מצד שני אני יודעת שלא "מכרתי את החיים בשביל התואר". שאני חופשיה ועושה משהו שהוא לא ממש מוכר אבל מתאים לי. החברה שלי יותר "תיקנית" לדבר. (בחיים היא נמצאת בדרך "אקדמאית" ואני בדרך "רוחנית"). (8) (D29)

אבא שלי בא לקראתי. הוא צעיר ובריא. יש לו המון שיער על הראש, בהיר יותר מהג'ינג'י שלו. נראה לי שגם האף שלו שונה ואני חושבת, "הי, בכסף ששלחתי לו הוא עשה ניתוח פלסטי באף". הוא לובש נעליים שחורות צבאיות ומדים של חייל. הוא נמרץ ומספר לי שהתקבל שוב לעבודה במטרה. הוא אומר לי, הגשמתי את החלום שלי. (8) (D31)

אני נמצאת במקום שיש בו המון המון בריכות בחדרים ענקיים סגורים. בכל אולם שכזה יש דלתות שפותחות לעוד בריכה עד שמגיעים לים. (8) (D33)

אני יורדת לים שהוא בעצמו מן בריכה. יש קטע קטן שהמים רדודים ומיד תהום עמוקה מאוד שם המים מאוד עמוקים. אני פורשת ידיים וצפה על המים הרדודים ולא פוחדת שאסחף למים העמוקים. יש עוד אנשים לידי. הם אמיצים ממני. הם מסוגלים גם למים העמוקים.

בבריכות יש משפחות שנמצאות יחד. איש אחד שיש לו ילדה ששמה שרה הולך לידי. אני מספרת לו על הבנות שלו. הוא מקשיב רוב קשב ושואל אותי לבסוף על כל מה שסיפרתי לו אם יש תשלום. כאילו הוא תמה שאני נונת ועושה כ"כ הרבה. אני מבטלת את זה מיד. זה משפיע עליו, הוא מסתכל עלי, העינים שלו אפורות וירוקות מסביב, הוא חושב ואומר לי: "אני יודע מאיפה

אנחנו קשורים, סבתא של סבתא שלי היתה עיראקית. אבל חבל, את משתתפת בפרויקטים לא שווים". (8) (D33)

הלילה חלמתי שאני אצל ת. היא מאוד נחמדה אלי. אני בנעליים שטוחות ושימלה. אני הרבה יותר רזה, כמו שהייתי קודם, והסנדלים פשוטות וחומות (כמו סנדלים של נביאים בציורים). זה מתקשר לזה שא. אמר לי אתמול בקשר לספקות שלי שכבר היו לפני 2000 שנה בתי ספר לנביאים. היא רוצה שאני אנעל נעליים גבוהות ומציעה לי כל מני מינים של כפכפים גבוהות. אני מתרצה לה ויודעת בליבי שיש לי נעליים גבוהות יפות יותר. גם שם יש יפות, כל מני סנדלים רקועים. אני מכניסה את כף הרגל וגם בתי נ. עושה זאת. אני חושבת לעצמי- יש לי גם כאלה. אולי יפות יותר. אני לא מגלה לה. אח"כ הסתבר שאמא שלה חולה ממש. היא רוצה שנבקר אותה. אני מסכימה. יש לה תנאים כלפי ואני מבינה שזה החולשה שלה. אני אורחת חשובה ורצויה לה למרות שרציתי כבר ללכת הביתה.

כשהיא מזמינה אותי אני חושבת לעצמי שאין לי למה לרוץ הביתה, אין לי שום תוכניות או עניין. (מתקשר לזה שדיברנו אתמול על ח. שעבר מהמרכז לצפון ואין לו כאן שום אחיזה. הוא היה אצלנו אתמול ואמר שיגיע ביום שישי. אמר שתמיד טוב לו אצלנו. א. אמר לי שהוא עדיין מרגיש שיש לו שאלה אם להישאר בחיים או ללכת. גבוה גבוה הוא שואל. חשבתי על ההרגשה שלו שהוא חוזר לבית ריק. שאין לו משפחה ושייכות).

כשאנחנו הולכות לבקר את אמא שלה, אני פוגשת את אמא שלי ז"ל. היא כועסת עלי שאני לא באה לבקר אותה. (8) (D37).

יש לי כאבי גב נוראיים (גם במציאות הגב שלי ממש שבור). מגיע איזה מרפא עם פטיש מתכת שיש לו קצוות חדים. הוא בא לדפוק לי על הגב. אני יושבת בסזה (ברכים כפופות וישיבה על הברכיים, גב זקוף). אני מרכינה את הגב ומוסרת את עצמי בידו. יש לי ספק מה הוא הולך לעשות. הוא רוצה לדפוק לי על החוליות. יש אנשים מסביב והם ממש דואגים. אני מגלה אומץ לב ואומרת להם לא לדאוג. הוא בא לעומתי עם הפטיש הזה. עדיין אני פוחדת אבל מחליטה לתת בו אמון. יש לי הרגשה בחלום שבה שאני אאמין זה מה שיהיה. אני מחליטה להאמין בטוב. הוא ניגש אלי ודופק לי עם הפטיש בעדינות בחוליות העורף. או שהוא עושה זאת בכף היד שלו. הגב שלי מייד משתחרר והראש שלי יורד בקלות לכיוון הרצפה. זה כמו קסם. כל הכאבים נעלמים. אני שמחה שנתתי בו אמון. (8) (D37).

אצבע מורה שלי- יד ימין כרותה ודבוקה לאגודל. מישהו מטפל בי. לא מאוד מודאגת. (DXX) (8)

הייתי בניו יורק. בעלי היה שם. (7) (D04)

אני בהריון, חודש די התחלתי, נוסעת לבית חולים ללדת ובאופן צפוי אין לידה כי זה תחילת ההריון. רופאים בודקים אותי. התפלאו שאין לידה אבל מה הקטע בכלל לא אמור להיות כי זה תחילת הריון. מחכה ללידה.

אני בהריון מתקדם ומחכה ללידה והיא לא מגיעה אבל לא היתה לי בטן של לידה, קטנה.. לא ברור. חלום ענייני – מחכה ללידה חודשיים שלושה חצי שנה. (7) (D12)

בעלי מביא הביתה כוורת ענקית של ג'וקים (מיליונים) שהם חיים בפנים וצריך לשים להם ירקות (פלפלים וכ"ו) והקטע שהם לא יוצאים משם אלא נשארים בתוך הכוורת כי יש להם שם הכל. אבל אני נחרדת מזה ולא מסכימה בשום פנים ואופן להשאיר את זה בבית. (10) (D00)

אני מגיעה לאיזה מקום והם עסוקים בלהוביל עדר של סוסים. אני מייד נרתמת לעזרה למרות שלא צריכים אותי ואני מרימה סייח שרק נולד ולוקחת אותו בידיים (הוא נראה כמו עגל). מנסה להכניס אותו לכרכרה ומחזיקה אותו כמו תינוק. (10) (D00)

חלמתי חלום שחשבתי שאני ערה בו בכלל חלום הזוי בחצי שינה. (10) (D01)

ראיתי את עצמי הולכת על חוף ומגיעה באמצע הלילה לזילה גדולה. פתאום מצאתי את עצמי עומדת מול הכניסה עם הבן שלי באמצע הלילה. עמדתי והסתכלתי על הבית וחשבתי שזה הבית שגרתי בו פעם ב"וילה" באילת למרות שהוא בכלל לא היה דומה. פתאום הדלת נפתחה ואישה יצאה אלי היה לה שיער שחור מדורג ונפוח והיא היתה גבוהה ומכוסה בשמיכת צמר. היא שאלה מה אני רוצה כי דפקתי לה בדלת ואני בכלל לא זזתי הייתי רחוקה מהדלת. היא הזמינה אותי להיכנס ושאלה מה אני עושה שם. בני התעורר בנתיים ונכנסו פנימה. לא זוכרת מה אמרתי לה. היא היתה לבד בבית הענק שלה ואכלה דג בתוך שקית (כמו טונה) שהיא חשבה שאני הבאתי לה (אבל...לא). דיברנו על ההריון שלה למרות שלא היה לי מושג איך אני יודעת. היא היתה בתחילת ההריון (אולי תאומים). הסתכלתי בבית, הסלון היה כמו אולם ענק שבתוכו שולחן אוכל מעץ עצום בלי כסאות. השיש במטבח היה מאותו עץ. היו עליו פרחים. המקלחת היתה מאריחים צבעוניים מקושקשים ולא קשורים. היא ביקשה שאטעם מהדג כי הוא באמת טעים ואמרה שהוא גם זול. ראיתי על השקית את השם שלה: אל גוזרון וזה עלה 19.90. כמו ממדבקה של סופר. ידעתי שגרתי בבית הזה בגלגול קודם אבל לא יכלתי להגיד לה את זה. (10) (D01)

משהו על השיר- דמיון חופשי. (10) (D04)

שאלו אותי מה אני רוצה לעשות וענית- לנדוד בדרכים וראיתי את עצמי עם מזוודה. הייתי חופשיה עם קבוצה של אנשים. (10) (D09)

היינו בטיול באוסטרליה עם מלא חברים גולשים. הקמנו אוהל על החוף וכשהילדים נרדמו ורצינו לצאת החלטנו להעביר את האוהל למקום אחר. אז פגשנו את החברים הגולשים של בעלי שלקחו אותנו לזולה של הגולשים האוסטרלים (לא איפה שכולם). הלכנו בתוך ג'ונגל והגענו למקום-מפרץ.

הים נפתח וענק (טוב לגלישה). עמדנו בחדר ופתאום עלה גל ענק (כמו צונאמי) ואני הייתי בהיסטריה שהוא יגיע אלינו אבל חוץ ממני אף אחד לא נלחץ. הוא באמת התאדה באויר ולא

הגיע. אבל נורו ממנו אלפי חיצים בצורת דגים שהגיעו עד אלינו ונחתו בחדר. אח"כ אחד החברה שפרק את הדברים שלו בחדר הוציא את הרמדי של הפרובינג ואמרתי לו שאני מקווה שהוא הביא הרבה מזה כי זה ממש high מגניב והוא צחק ואמר שיש מספיק לכולם. (10) (D13)

HEAD

כאב ראש ממש, לחץ חזק מעל לעיניים בחלק הקרוב למרכז המצח, לחץ מאד חזק מאחורי עין שמאל. יצאתי החוצה ל-5 דקות והכאב המשיך. יצאתי החוצה ל-10 דקות והעסקתי עצמי, והכאב עבר. שיפור באוויר קר, שיפור כשעסוק, החמרה בשכיבה, עבר תוך מספר שעות. (2) (D 5)

הכאב לקח ממני את כל הפוקוס, הכאב לחץ מבפנים. המצח שלי האדים, הרגשתי שנאסף שם דם. זה נמשך כמעט שעה. הרגשתי agitated. היתה לי תחושה חזקה של רצון לצאת מהבית, ושאלתי את עצמי "רגע מה קורה?" (2) (D 5)

אני עייפה ממש. הייתי רוצה ללכת לשכב קצת אבל לא אכפת לי שבאים האנשים. קצת עירפול, לחץ קל בחזה, כובד בראש, אבל שמחה כלשהי על החיים. משהו שאני מכירה מפעם. בלי סיבה. (8) (D02)

כבדות בראש, בעיקר מצד שמאל. (8) (D04)

בעלי וביתי סדרו שולחן ואני ממש לא רציתי את זה עליי. (תמיד אני חלק מזה). קמתי עם כאב ראש נוראי ועצבנות שלא תיאמן. הצלחתי לשמור את זה בתוכי. (8) (D04)

יש לי לחץ בראש. אני בחדר עבודה שלי. כבר ערב. התנור אינו דולק ואני עובדת דרך הטלפון. לאט לאט מתחיל לכאוב לי הראש. חוטים של כאב. אח"כ העיניים. אני מבינה שזה בגלל שאין חימום בחדר. אני לא מחברת את השקע לתקע למרות שזה קרוב. אני יוצאת עם כאב ראש חזק שעובר רק בבוקר. (8) (D19)

לחץ מ 2 צידי הראש, קצת כאב ראש. אין בהירות, בלבול. (8) (D26)

כאב בראש מצד שמאל בקו אלכסוני ומייד בימין בקו אלכסוני. כאילו עושים לי X על הראש. אילו מחקו אותי. בתוך הראש פנימה. (8) (DXX)

EYE

העיניים נמשכו ונמתחו הצידה ורואים את הקמטים בקצה העין קצת יותר (11) (D 1)

עיניים אדומות. קטנות מאוד כמו בעייפות. (11) (2 D)

עיניים אדומות וקטנות (11) (3 D)

בשעה 14.00 שוב רצון אדיר לישון. הייתי בנסיעה ובקושי הצלחתי לא להירדם. ממש שרפו לי העיניים. (8) (D07)

עייפה מאוד. ממש. רוצה לעצום את העיניים. כמו חול בעיניים. (8) (D14)

אני בחדר עבודה שלי. כבר ערב. התנור אינו דולק ואני עובדת דרך הטלפון. לאט לאט מתחיל לכאוב לי הראש. חוטים של כאב. אח"כ העיניים. אני מבינה שזה בגלל שאין חימום בחדר. אני לא מחברת את השקע לתקע למרות שזה קרוב. אני יוצאת עם כאב ראש חזק שעובר רק בבוקר. (8) (D19)

כבדות סביב העיניים כמו משקפיים, כלומר נראית כמו עם משקפיים. כאילו צויירו 2 עיגולים סביב העיניים. כאילו לא יכולה להרים עפעפיים. חוזר כשמדברת. עפעפיים כבדות מעור כללי. (8) (DXX)

בשעות הצהריים – התחילה הרגשה לא טובה, בבחילה, אח"כ כאבי בטן. כאבי בטן כמו שפעת. צורך לנוח במיטה. במקביל החמיר הלחץ בעיניים. (7) (D34)

מאז הבטן החמיר לי (הכוונה כאבי הבטן מ- D 34) אני מרגישה הרבה פעמים את הלחץ בעיניים. מזיזה את הצוואר לעשות קנאקים. אם מרכיבה את המשקפיים זה עוזר אבל אין לי כוח לכל הזמן. (7) (D40)

BLADDER

צריך ללכת להשתין דחוף יחסית (11) (D 1)

שתן צהוב ומועט. (11) (3 D)

ברח לי פיפי במיטה בלילה בשינה. (10) (D04)

URINE

שתן חום ובכמות קטנה. ריח חזק, לא קבוע (11) (D 42)

שתן מועט וצהוב (11) (D 3)

EAR

הרגשתי באזניים מן כניסה ויציאה – לחץ ושחרור שהרגיש באזניים. לפני או ביחד עם תחושת העזובה (11) (D 1)

אוזן: הרבה גירודים באזניים – יותר מהרגיל. בתעלה. (קיים- אבל היה כל היום.- אויר יבש). (11) (D 10)

לחץ בשתי האזניים פנימה כזה שבסוף לא שומעים. כאילו אויר לוחץ פנימה חזק (8) (D02)
יש לי כאב מושך בין אוזן שמאל לראש באלכסון. ממש כמו צפירה של כלי שייט, או משהו כזה. סותם כל שמיעה אחרת. זה עבר כעבור 2 שניות. (8) (D06)

STOMACH

שתיה: פחות שתיתי תה חם. (11) (D 10)

פחות גזים וגרעפסים מהרגיל. (11) (D 24)

יותר פעמים שאכלתי מוקדם: במקום 11-12 אכל ב- 12 או במקום 12-13 אכל ב- 11 (11) (D 42)

תיאבון מוקדם יותר בבוקר. ב- 9:30 ולא ב- 11:30 רוצה לאכול. (11) (D 10)

בשעות הבוקר התחיל צורך קבוע לשתות.

שתיה קרה – מים מהברז.

גם מיד אחרי ששותה מרגישה שבא לי עוד מים. (7) (DXX)

לא שותה הרבה יותר אבל כל הזמן צמאה. (7) (D01)

רצון לשתות לא מרגישה כצמא כי לא בגוף לא בפה. שותה ושנייה אחרי כאילו כלום לא עשה. זו תחושה בפה שנשארת ולא שהפה יבש יש רוק. (7) (D02)

11:20 - כאב בטן + שלשול + בחילה.
כאב בטן הפסיק אחרי השירותים. הבחילה נשארה גם אחרי השירותים. הלכה ונרגעה לא עבר
בבום. עברה אחרי שעה בערך. (7) (D02)

בלילה אחרי הפאב כאבי בטן עם שלשול. (7) (D03)

יש פחות נפיחות בבטן – אולי כי אוכלת פחות. (7) (D19)

בשעות הצהריים – התחילה הרגשה לא טובה, בבחילה, אח"כ כאבי בטן. כאבי בטן כמו שפעת.
צורך לנוח במיטה. במקביל החמיר הלחץ בעיניים. (7) (D34)

בחילה (10) (D01)

אוכלת פחות. קודם הייתי אוכלת המון. (10) (D04)

קמתי מוקדם עם צריבה בגרון. כמו דגדוג של שפעת שמתחילה. כל הזמן בולעת רוק.
מאוד צמאה. גרון יבש. כמו שפשוף בקצה הגרון/קנה הנשימה. (10) (D09)

יש בחילות ואי אפשר להקיא. (10) (D13)

בערב כבר היו צמרמורות קור ובחילה וחולשה והרגשה לא טובה.
היינו בסרט רע- סיוט. בלהות - דיזנטריה. סלמונלה. (10) (D13)

HEARING

שמיעה : שמעתי יותר חזק. ציפורים (11) (D 1)

SLEEP

היום קמתי כבד, ישנתי כבד ומספיק וקמתי עייף ומאוחר. בתוך העייפות – ידעתי מה אני צריך
לעשות, הייתי ענייני. לא נזרקתי מהעייפות. (11) (3 D)

שינה באמצע היום של שעה. שינה טובה ושקטה. בדר"כ לא אגיע למצב הזה כי עסוק וגם לא עייף באמצע היום(11) (10 D)

מרשה לעצמי לא לקום ב - 6:00, אולי הולך לישון קצת יותר מוקדם:ב- 24:00 במקום ב - 1:00

גם ישנתי שנת צהריים היום, אמנם לא רגיל אבל יותר רגיל כי שעת צהריים. (11) (D16)
עייפות באמצע היום. (11) (24 D)

שינה – לא בחדר שקט – אלא באמצע הסלון, במקום מרכזי. (11) (24 D)

הלכתי לישון מוקדם מהרגיל 11.00-12.00 במקום 1.00-2.00 (2) (XX)

כשהם עבדו הרגשתי שאני ממש חייבת לשכב. שמתי לב שבד"כ אני מושכת את עצמי. לא מקשיבה. הפעם היית קשובה. בד"כ אם עובדים בבית אני דרוכה וקשובה. הרגשתי שאין לי טיפת כוח להיות אחראית. בסוף הלכתי לחדר שינה והשארתי קצת פתח.. ישנתי עד 16.00 וקמתי עם הרגשה טובה. (לעיתים אני קמה משנת צהריים הפוכה לגמרי). מזמן לא ישנתי עמוק ושקט כ"כ. (8) (D02)

א. שמח שהוא הולך לישון מוקדם, הלכתי לישון איתו למרות שישנתי אחריו. הוא אמר לי שמרגיש שיש עליו עול. שזה משהו שהוא לא מכיר. "לערבב את הכפית בתוך דבש במקום תה"- כאילו המציאות שלו סמיכה, והכל קשה לעשות. הוא היה ממש חלש, קצת גרון ובעיקר רצה שאבוא לחבק אותו. חיבקתי אותו ושרתי לו קצת שירים בשקט. לא היה מה להגיד. כשהוא נרדם נרדמתי אחריו והתעוררתי ב 12 בערך מסוייטת לגמרי. המשכתי לישון. ב 4.00 לפנות בוקר שוב התעוררתי. (8) (D04)

אני עייפה. עדיין הרגשה שיש לי שינה כבדה, קשה לקום מהמיטה- שלא אפייני לי, ובצהריים הרגשתי שאני חייבת ממש חייבת להיכנס למיטה. לא עשיתי זאת. המשכתי במטלות של הכנות לשבת. (8) (D04)

אני עייפה. הולכת טיפה לנוח לפני שתיכנס השבת. ברדיו שירים נוסטלגיים שירים עבריים של פעם. זה כלכך נעים. אני עטופה משהו רך מאוד. מפוייטת וקשה לפגוע בי. (8) (D04)

בשעה 18.00 נפלה עליי עייפות מוות. לא הצלחתי להירדם. הייתי עצבנית מאוד וקצרת רוח. היינו עוד צריכים לאכול ארוחת ערב, לא ידעתי אם להרשות לעצמי להירדם או לא. עברתי לכיסא. נשכבתי על הכיסא כאילו לישון. זה היה מאוד מוזר. לא מצאתי את עצמי. לא מצאתי מנוחה. הלכנו למיטה כמו איזה 2 חולים כבדים ומייד נרדמנו. א. עוד אמר שהוא מרגיש את זה בגב בין השכמות ואוזן ימין שלו היתה קרה במיוחד. (8) (D05)

בלילה התעוררתי כי היה לי פיפי ונרדמתי בשרותים תוך כדי הפיפי עם הראש על הקיר בצד. חזרתי למיטה. קמתי ב 7.00 בבוקר וחשבתי שבעצם משעה 18.00 אתמול אני רק ישנה, ושינה כבדה וטובה כזו. (8) (D05)

בבית נשכבתי על המיטה כמעט ב 14.30 ושמתי שעון ל 15.00. בשבילי זה הזמן הכי קצר ואולי לא כדאי לישון. אמרתי לעצמי, קצת לנוח לא יותר. ושוב חטפה אותי שינה כל כך עמוקה שכשהתעוררתי לא ידעתי באיזה חדר אני, באיזה צד, הסתכלתי קודם למעלה ולא קדימה וזה היה מוזר כי ראיתי את התמונה שלי ושל א. במהופך, והכמה שניות האלו של חוסר התמצאות היו קשות לי מאוד. התעוררתי לבד לפני השעון בדיוק ב 15.00. (8) (D06)

בשעה 14.00 שוב רצון אדיר לישון. הייתי בנסיעה ובקושי הצלחתי לא להירדם. ממש שרפו לי העיניים. (8) (D07)

ב 16.00 הייתי מוכרחה לישון. ישנתי עד 18.00 ובקושי קמתי. קמתי רק כי חשבתי שא. באה ואני צריכה לקום. וגם לא אוהבת להתעורר משנת צהריים בחושך והיה כמעט חושך. (8) (D07)

כמעט כל לילה אני קמה בסביבות 4-5 בתחושה של מחנק וחוסר נחת. ראיתי שבילילה אני ישנה פחות טוב מאשר ביום. שנת אחה"צ שלי עמוקה מאוד ואני קמה ממנה במצב רוח טוב. (קודם הייתי קמה משנת אחה"צ מאוד עצבנית). (8) (D09)

עכשיו בוקר ואני רוצה להיות שוב במיטה. (8) (D09)

ב 14.00 שוב הייתי מתה מעייפות אבל המשכתי לעבוד. זה גמר לי את כל הכוח. (8) (D11)

זה היה בין 13.00 ל 14.00 והרגשתי שאם אני לא ישנה אני מתה. נפלתי למיטה כאילו הרביצו לי 30000 מכות. אבל לא נרדמתי מייד. היה לי יותר מדי מתח. לבסוף ישנתי חצי שעה וקמתי עם כוחות. שמתי לב ששינה קצרה מרימה אותי, מה שפעם היה הפוך. שינה קצרה היתה מטריפה אותי. (8) (D11).

שוב עייפות נוראה בבוקר, קשה לי לקום. רוצה להישאר במיטה. (8) (D11)

בשעה 14.00 שוב עייפות שאי אפשר להחזיק את הראש. אבל נזכרתי פתאום שיש לי את הפרק של הסדרה שהחמצתי אתמול והלכתי לראות. ההרגשה הייתה אחרת באמצע היום. מן פאזזה לא במקום. הרפיה של מתח שאינה במקום. (8) (D11)

לפני שהגיעו האורחים הייתי כ"כ עייפה בצהריים, שהשארתי לעצמי עוד בישולים והלכתי לנוח. פעם הייתי דוחסת בכוח את העבודה, ורק אח"כ הולכת לנוח. הצלחתי לשכב אבל לא להירדם. והיה לי מתח של המשימות שלי בגוף. (8) (D14)

אחרי שחזרנו מהקיבוץ נוצרה לי מן ריקנות כזו. הלכתי לישון לפני המשך עבודה. שוב בשעה 14.00 חייבת לישון. נרדמתי ממש. קשה לקום. ישנתי כחצי שעה והפעם זה לא הספיק לי. (8) (D14)

עדיין עיפות גדולה. (8) (D16)

ביום חמישי ישנתי אחרי הצהריים כמעט שעתיים. שינה עמוקה, של מי שעבד בשמש והתעייף. (לא עבדתי בשמש. עשיתי קניות ובישלותי). שינה טובה. (8) (D29)

הלכתי לישון ביום שישי (פעם לא הייתי עושה זאת אלא עובדת, עובדת, עובדת, עד כעס) ושוב
ישנתי אותה שינה. עמוקה. כבדה. היה לי קשה להתעורר. (8) (D29)

עדיין מתעוררת כל לילה בין 4-5. (8) (D33)

עדיין ישנה הרבה יותר טוב ועמוק אחה"צ. (8) (D33).

נרדמתי על ספר. (8) (DXX)

התעוררתי ב 4 (כנראה בבוקר). (8) (DXX)

ישנתי בסביבות 5 הייתי הרוגה. (7) (D03).

הבוקר התעוררתי בסביבות 6 ולא נרדמתי כי הייתי מוטרדת מדני אח שלי. (7) (D05)

לא יכולתי להירדם כל הלילה.

הייתי מוטרדת בעיקר מהקטע של אבא שלי והמאבק מול אח שלי.

במהלך הלילה עד 5 לפנות בוקר התהפכתי במיטה.

במהלך הלילה הזה – באופן מיוחד – דחף מיני מאוד חזק – רק שלא היה בן זוג למימוש – מ.

היה בחו"ל... (7) (D22)

לא ישנתי כל הלילה. התהפכתי מצד לצד. לא נוח לי. (10) (D01)

בערב נרדמתי מהר וישנתי מעולה. (10) (D02)

קשה לי לקום בבוקר. ישנה חזק. (10) (D04)

ישנתי 3 שעות ON&OF - לא שינה טובה. (10) (D09)

EXTRIMITIES

הרגל לא כואבת היום... יחסית לצרות שעברתי... זה לא רגיל. (11) (10 D)

כיווץ בכף רגל שמאל (כמו בשחייה אבל לא בשחייה) בזמן קיפול הברך (מוכר משחייה אבל לא

בזמן האחרון) נרגע אחרי כמה דקות. עם לדרוך על כף הרגל. (11) (10 D)

שבר ברגל – ממשיך טוב – רגיל. (11) (D16)

היה לי קשה לעמוד על כפות הרגליים כאילו הן נהיות קטנות וחלשות יותר. מן בסיס שהוא לא

בסיס. (8) (D05)

יש לי עכשיו גם סחרחורת ותחושה של נימול קל בכף יד שמאל. (8) (D06)

בלילה סביב 23-24:00 לפני השינה הרגשתי שכפות הרגליים חמות לוחטות – הציק לי. הפריעה לי להירדם היית צריכה להעמיד את הרגליים כדי שהכף רגל תהיה על סדין ותתקרר כשהייתי במיטה. (7) (D03)

21:30- כאב במפרק אצבע האמה ביד שמאל. התחיל בלילה בזמן צעידה. כאב גם בלילה במיטה. בבוקר קמתי לא כאב. כאב כאילו נקיעה של המפרק בכדור סל. לא היה צבע מיוחד או נפיחות. (7) (D14)

בימים האחרונים רוצה למרוח כפות רגליים יותר כי יש תחושה שזה יקרר אותם. קרה אחרי שנשרפתי בפנים וראיתי שזה עזר לי אז החלטתי שיקרר לי את הרגליים. מורחת כשאני במיטה. אתמול ושלשום בלילה. היום היה גם בצהריים. (7) (D19)

כשקמנו הגב של א. כאב וגם שלי. לי יש תחושה שכל המיטה מלאה גבשושיות, כמו הנסיכה על העדשה. אצלו זה ירד מהשכמות אל גב תחתון ולי זה בכל הגוף. (8) (D05)

תוך כדי כתיבה אני מרגישה כמו תפיסות באצבעות. כאילו הזדקנו לי האצבעות ב-40 שנה. גם כל יד ימין תפוסה. אני חושבת שזה הבגד, אבל לא. (8) (D11)

CHEST

בית שחי ימין לכיוון הגב אבסס גדול או אקנה בגודל של שקל. חיצוני, לא פנימי כמו בד"כ. לא נפוח ומלא. ראש חום אדום. אדום. (11) (D16)

מאחורי בית השחי – אבסס. עדיין קיים, פחות חזק. (11) (D 42)

אני עייפה ממש. הייתי רוצה ללכת לשכב קצת אבל לא אכפת לי שבאים האנשים. קצת עירפול, לחץ קל בחזה, כובד בראש, אבל שמחה כלשהי על החיים. משהו שאני מכירה מפעם. בלי סיבה. (8) (D02)

דפיקות לב מואצות עם לחץ בחזה. ממש נבהלתי אבל המשכתי לקרוא דואר כאילו כלום לא קורה. לא רציתי לקום מהכיסא כי פחדתי שזה יתגבר. למרות שיש לי עוד את הפחד הזה בלב גם דיברתי עם חברה בטלפון והתעלמתי מזה. כמו כאב עמום אבל בלי דפיקות לב. (8) (D06)

ערב, תוך כדי דפיקות לב מואצות, חרדה, פחד לקום מהכיסא כדי שלא יתגבר, מבחוץ לא מראה כלום. אח"כ, עייפות, קר לי. (8) (D06)

לחץ בלב. כמו תקיעת סכין. כמו בהדמיה לא ממש. לא הרגשתי כאב פיזי כמו אך משהו תקוע שם. (8) (DXX)

הרהורי חרדה לא מוסברת יחד עם לחץ בחזה. (8) (DXX)

PERSPIRATION

זיעות לילה - הרבה כל התקופה. מתעורר וכל ה-TORSO כולל בין הרגליים - רטוב - כמות גדולה של מים, להחליף בגדים, באמצע הלילה בין 1:00 ל- 6:00 לערך. (11) (24 D)

RESPIRATION

קוצר בנשימה. באבק בנגריה. אבל בדר"כ לא אמור. מתוך מקום של נשימה טובה - זה לא אמור להשפיע. (11) (24 D)

COUGH

שחיתי בסיני, היה קר וקיבלתי את השיעול האופייני שמתפתח לאט אבל עמוק. בערב > תחושה של חזה צפוד, כמו לפני מחלה. נמשך 2-3 שבועות בלי להתפתח. הפעם לא הגיע לדרמה חזקה (11) (D90)

שיעול יבש שורף את הקנה. (10) (D44)

FEMALE GENITALIA

בבוקר דקירות בשחלה ימנית. (8) (D04)

בהכנת הרמדי- כאבים בשחלה ימנית- דקירות חזקות חזקות. (8) (DXX)

לא יכולתי להירדם כל הלילה. הייתי מוטרדת בעיקר מהקטע של אבא שלי והמאבק מול אח שלי. במהלך הלילה עד 5 לפנות בוקר התהפכתי במיטה. במהלך הלילה הזה – באופן מיוחד – דחף מיני מאוד חזק – רק שלא היה בן זוג למימוש – מ. היה בחו"ל... (7) (D22)

מחזור כבד דימום רב. דם בהיר, נקי. (10) (D01)

אין חשק לסקס בכלל. כל החודש. חשק מיני ירד מאז הפרובינג. (10) (D44)

RECTUM

הייתי בשרותים. הוצאתי הכל בשניות. בלי מאמץ, וזה לא שלשול. איזו תחושת הקלה. הבטן ריקה. (8) (D05)

11:20- כאב בטן + שלשול + בחילה. כאב בטן הפסיק אחרי השירותים. הבחילה נשארה גם אחרי השירותים. הלכה ונרגעה לא עבר בבום. עברה אחרי שעה בערך. (7) (D02)

בלילה אחרי הפאב כאבי בטן עם שלשול. (7) (D03)

16:30- נסעתי לקחת את הילדים לחוג בדרך תחושה של שלשול - הייתי חייבת לחזור הביתה בגלל זה. אח"כ הקלה. (7) (D34)

(דיווח – כשנה לאחר הפרובינג): השלשולים המשיכו במהלך השנה האחרונה, לא מצאתי קשר מתי זה קורה. היתה פעם אחת מאוד חמורה – אחרי ארוחה במסעדה – תוך כדי הארוחה כבר היה שלשול, וגם בדרך חזרה הביתה היה כ"כ חמור שהיה צריך לעצור בדרך (מדובר על פחות מרבע שעה של נסיעה). (7) (D XX)

שלשולים לא יודעת ממה. מרגישה טוב. אין כאבי בטן, רק שלשולים. כל 15 דקות. (10) (D13)

STOOL

הייתי בשרותים. הוצאתי הכל בשניות. בלי מאמץ וזה לא שלשול. איזו תחושת הקלה. הבטן ריקה. (8) (D05)

ABDOMEN

הייתי בשרותים. הוצאתי הכל בשניות. בלי מאמץ וזה לא שלשול. איזו תחושת הקלה. הבטן ריקה. (8) (D05)

VERTIGO

יש לי עכשיו גם סחרחורת ותחושה של נימול קל בכף יד שמאל. (8) (D06)
לפני יומיים חזרו לי הסחרחורת שהיו לי לפני 9 שנים. זה היה שוב מבהיל. נתפסו לי השרירים ב
2 צידי הצוואר, ושוב לחץ חזק בחיבור הראש עם העמוד שדרה וסחרחורת. (8) (D26)
יש לי סחרחורת קלות כל היום. (8) (D27)
סחרחורת התגבר. כעס למה לקחתי רמדי? בשביל מה? (8) (DXX)

THROAT

יובש בגרון, כאב בגרון- מעקצץ. בא והולך כל הנ"ל. (8) (DXX)
דופק לי בגרון כשמתכופפת. קיפילתי כביסה, התכופפתי לקחת, דופק לי בגרון. (מכירה מרחוק).
(8) (DXX)
קמתי מוקדם עם צריבה בגרון. כמו דגדוג של שפעת שמתחילה. (10) (DXX)

כל הזמן בולעת רוק. מאוד צמאה (10) (D09)

גרון יבש. יובש בקנה הנשימה. כמו שפשוף בקצה הגרון/קנה הנשימה. (10) (D09)

ליחה מצטברת בקנה. קוצר נשימה. חרחורי ליחה. AGG: בשכיבה- בלילה. (10) (D44)

EXTERNAL THROAT

לפני יומיים חזרו לי הסחרחורות שהיו לי לפני 9 שנים. זה היה שוב מבהיל. נתפסו לי השרירים ב 2 צידי הצוואר. ושוב לחץ חזק בחיבור הראש עם העמוד שדרה וסחרחורות. (8) (D26)

הצואר-שוב כואב ונתפס לי. מוגבל בתנועה. (10) (DXX)

BACK

לפני יומיים חזרו לי הסחרחורות שהיו לי לפני 9 שנים. זה היה שוב מבהיל. נתפסו לי השרירים ב 2 צידי הצוואר. ושוב לחץ חזק בחיבור הראש עם העמוד שדרה וסחרחורות. (8) (D26)

התקשתי גם בתוך הגוף. כבר יומיים שאני קמה בבוקר עם תחושה של "גב שבור". אחרי שיעור טאי צ'י זה נפתח, אבל היום שוב כאבי גב. (8) (D33)

כאב התגבר בשריר בשכמה מצד שמאל. (8) (DXX)

מעניין שהרגשתי אפיסת כוחות וכשישבתי הרגשתי שבין השכמות נפתח חלל למשהו שהיה סגור, התאזרר והלחץ התפוגג. היתה בהירות בשכמות כמו חלון שנפתח לשמיים. שימח אותי. (8) (DXX)

מאז הבטן החמיר לי. אני מרגישה הרבה פעמים את הלחץ בעיניים. מזיזה צוואר לעשות קנאקים. אם מרכיבה את המשקפיים זה עוזר אבל אין לי כוח לכל הזמן. (7) (D40)

TEETH

כבר יומיים שכואבות לי כל השיניים בפה. הסתימות, הגשרים, זה בעיקר בטוחנות. התחיל בצד ימין ועכשיו גם כל צד שמאל. מתמשך לאורך היום ומתגבר ללא קשר לאכילה. סתם כואב. גם עכשיו. כל שן שעברה פעם טיפול כואבת. (8) (D29)

FACE

לא כתבתי שיצא לי פצע בשפה התחתונה משמאל. כמו הרפס. שלפוחיות קטנות שקופות. (8) (D37).

כמו הרדמות סביב הפה. (8) (DXX)

שפתיים יבשות (7) (DXX)

שפתיים מתקלפות. כמו סוג של יובש בריריות (7) (D02)

קילפתי את העור בשפה התחתונה. (DXX)

חתך בשפה התחתונה – אמצע – נוצר פצע. (7) (D03)

יצאנו לפאב שתינו מעט אלכוהול - קוקטייל קפה מתוק עם שמנת. כשבאנו הביתה בדרך הרגשתי שלחי שמאל חמה וימין לא. בחיים לא היו לי כאלה של א-סימטריה. נגעתי עם היד והרגשתי אותו דבר. בעלי ראה ששמאל אדומה וחמה וגם השנייה היתה מאד אדומה אבל לא חמה. (7) (DXX)

לחי שמאל חמה. יותר משמעותי בחלק העליון של הלחי מתחת לעין. (7) (D05)

כמו עקיצות, אבל זה לא פצעים. יותר בלחי ימין מתחת לעצם. הפצע אדום בסנטר, לחי ימנית. הם בודדים לא צפופים. לפעמים קצת מגרדים. אם נוגעת מגרד עם נוזל שקוף בתוכו. אחרי ירדו למטה לצוואר ומעט לכיוון החזה. (7) (D44)

MOUTH

עיקוצים בלשון. חזק. בפה, בשפתיים. (8) (DXX)

כאילו יבש בפה עם צורך להרטיב את הפה. (7) (D01)

בפה תחושה של יובש וצמא כשמדברת על זה מתה לשתות אבל לא כל הזמן שותה.
הייתי צריכה לגרגר מים. (7) (D03)

נפיחות בחלק הקדמי מאחורי השן הימנית קדמית. לא צורב ולא כואב. מעצבן כי שם קצה
הלשון. (7) (D04)

אותו דבר מאחורי השן השמאלית (7) (D04)

פחות נפוח אבל מחוספס כמו סוף של פצע (7) (D05)

בליטה בחך, כמו נפיחות שיש לי כבר מספר שנים בחלק העליון של החך – פתאום קטנה באופן
ברור. (7) (D12)

NOSE

9-10 בבוקר: כל הזמן עיטושים. התקפות של עיטוש- כמה עיטושים כל כמה דקות, הרבה.
(7) (DXX)

דגדוגים באף שגורמים לעיטושים. (7) (D02)

רטיבות באף לא כזה שצריך לנגב. (7) (D03).

ב 10:30 גירודים באף בזמן הארוחה. (7) (D04)

אפצ'ים יש כאלה קצת אלרגיה עם תחושה של אף נוזל. (7) (D12)

יש סימני נזלת קלים. (7) (DXX)

עיטושים חוזרים בעיקר בשעות הבוקר אם צועדת בחוץ. (7) (DXX)

קדחת השחת- חזרו סימנים של אלרגיה – נזלת, עיטושים, מגרד בחך. (7) (D38)

נזלת- גם נרגע למרות שהיו כמה ימים של שרב. (7) (D44)

ABDOMEN

בערב- פריחה מחוספסת המפשעה בחיבור עם רגל ימין. לא מגרד. מחוספס. קוטר של כ – 1 ס"מ. (7) (D04)

הפריחה מקביל לריפוי הפצע הפה. (7) (D06).

כאב בחלק התחתון של הבטן, צד ימין - כמו דקירה, לרגע ונעלם. היה מספר פעמים. באזור של האפנדציט אבל לא כואב במגע. (7) (D12)

בשעות הצהריים – התחילה הרגשה לא טובה, בבחילה, אח"כ כאבי בטן. כאבי בטן כמו שפעת. צורך לנוח במיטה.

במקביל החמיר הלחץ בעיניים. (7) (D34)

כאבה לי הבטן מהמחזור כל הלילה. (10) (D01)

SKIN

10:30-13:00- צעדתי בשדות, יותר מכרגיל. (שעתיים וחצי). נשרפתי בפנים ובמחשוף של החזה. תחושה רגילה של חום בפנים. יש תחושה של חום בפנים כמו שהיה חם כשהלחי האחת היתה חמה אולי יש קשר. (7) (D15)

GENERALS

הלכתי לישון מוקדם מהרגיל 11.00-12.00 במקום 1.00-2.00. (2) (XX)

עייפות שלא מאפשרת ריכוז. (2) (XX)

כיום חזרתי לדפוס השינה הרגיל. (2) (XX)

הבחנתי בסימפטומים במשך חמישה ימים בלבד, מלבד עייפות בשעה מוקדמת מהרגיל שנמשכה עוד כשבוע. (2) (XX)

עייף. אנרגיה ירודה. (11) (D 1)

בבוקר הייתי עייף והלכתי שוב לישון לשעתיים. לא לעשות חשבון. שינה חזקה בתוך אקשן. חבוי לעצמי- זה שישנתי באמצע הבוקר. לא הייתי מעלה על דעתי ללכת לישון בשעות האלו. (11) (2 D)

שתייתי פחות – פחות מהמשקאות החמים שרגיל לשתות. (11) (2 D)

אתמול היו דגים בארוחה ולא טעמתי. לא בא לי דגים. (11) (2 D)

בערב (20.00 – לא רגיל) נרדמתי על הגב על השטיח לכמה דקות ואח"כ שוב לא הלכתי לישון מוקדם. (11) (2 D)

DES : תשווקה לקפה – לא היה אתמול ושלשום (11) (3 D)

יותר עירני ופחות ישנוני בערב. (11) (10 D)

יש הרבה תפוזים וזה עניין של מימוש. מצאתי את עצמי מכין מיץ ושותה יותר. (11) (10 D)
עייפות באמצע היום

שינה – לא בחדר שקט – אלא באמצע הסלון, במקום מרכזי. (11) (24 D)

חוזר ליותר תה חם ופחות שתיית מים. (11) (24 D)

מיץ תפוזים (ממשיך) אוהב מיץ תפוזים! . (11) (24 D)

יותר פעמים שאכלתי מוקדם: במקום 11-12 אכל ב- 12 או במקום 12-13 אכל ב- 11 (11) (42 D)

שמתי לב שיש לי יותר גלי חום מה שכבר לא היה לי. (8) (D05)

מתחשק לי מתוק. יותר מהרגיל. (8) (D05)

כשקמנו הגב של א. כאב וגם שלי. לי יש תחושה שכל המיטה מלאה גבשושיות, כמו הנסיכה על העדשה. אצלו זה ירד מהשכמות אל גב תחתון ולי זה בכל הגוף. (8) (D05)

היה לי קשה לעמוד על כפות הרגליים כאילו הן נהיות קטנות וחלשות יותר. מן בסיס שהוא לא בסיס. (8) (D05)

נזכרתי שקניתי 8 חפיסות שוקולד, כי כל 4 עלו 10 שקלים וזה נראה לי ממש זול. שוקולד ספרדי. ובנוסף קופסת עוגיות.. מה קורה פה? (8) (D06)

בסופר שוב קניתי יותר מתוקים וצ'ופרים לאורחים שיבואו. (8) (D11)

עייפה מאוד. ממש. רוצה לעצום את העיניים. כמו חול בעיניים. (8) (D14)

גלי החום מתגברים, כמה וכמה פעמים ביום. לפעמים אחד אחרי השני, אחרי שכבר עברו. (8) (D16)

שוב גלי חום. קצרים. כמה שניות. (8) (D26)

עדיין גלי חום, כל הזמן. הרבה יותר מההתחלה. ביום ובלילה. בעיקר בלילה. (8) (D33)

רגע חם לי, עם הזעה, בעיקר בחלק העליון של הגוף, ורגע יבש לי. (8) (D33)

הייתי מותשת. (7) (D02)

היתה לי אנרגיה למרות שלא ישנתי בלילה. (10) (D02)

ממשיכה אחרי אוכל להרגיש נפיחות. לחשוב שהשמנתי לא עליתי את מה שרזיתי אנשים עדיין מחמיאים לי אבל לא ממשיכה לרזות. (7) (D44)

קיבלתי פרץ של אנרגיה ושמחה. רקדתי עם הילדים והייתי מלאת אנרגיה לעומת קודם שהרגשתי עייפה ועצובה. (10) (D01)

טמפרמנט גבוה ומרץ. (10) (D04)

רזיתי קצת מה שלא הצלחתי לעשות הרבה זמן. פתאום זה קורה. (10) (D04)

בוקר אנרגטי. התעמלות. (10) (D06)

בוקר- קמתי בספידים.
הצלחתי תוך שעה להכין עוגה להכין את הילדים ולארגן הכל. (10) (D07)

הגוף שלי מלא אנרגיה- לא מתעייפת. יכולה לעשות דברים עמוק יותר. מרגישה בכוח. יכולה לרוץ מרתון. גם המורה שלי שם לב שהגוף שלי נותן לי לעשות יותר דברים. (10) (D07)

לא רוצה לרדת מה HIGH. (10) (D09)

10:00 - חזרתי למיטה. התמוטטתי. לא היה לי כוח. נפילת אנרגיה (10) (D09)

עדיין באנרגיות נמוכות. לא יכולה לקום בבוקר-עייפה. כואב לי הגוף. הכל נתפס לי. מרגישה חלשה. (10) (D33)

אין לי חשק לעשות ספורט. לא רוצה להזיז את הגוף. עייפה. (10) (D33)

קפה- בלי קפה חיי אינם חיים. קפה הפוך הכי שווה. (7) (D44)

DES- מלוח!! ממליחה כל דבר והרבה. (10) (D38)

קור/חום? אתמול הסתובבתי רק עם חולצה ולא הרגשתי את השינוי לקור בערב. (11) (3 D)



חבריות למערכות נבחרות

STOMACH

STOMACH; APPETITE; increased, hunger in general; morning

STOMACH; APPETITE; increased, hunger in general; forenoon

STOMACH; THIRST; morning

STOMACH; THIRST; unquenchable, constant

STOMACH; Thirst unquenchable

STOMACH; NAUSEA, followed by stomach pain

STOMACH; NAUSEA, followed by abdomen pain

STOMACH; NAUSEA

STOMACH; APPETITE; wanting

STOMACH; THIRST, extreme

STOMACH; NAUSEA; vomiting; without

STOMACH; NAUSEA; vomiting; difficult, inability to vomit

ABDOMEN

ABDOMAN; pain diarrhea during

abdomen; EMPTINESS, faintness; stool; after

ABDOMAN- Pain- diarrhea- during

ABDOMAN; PAIN, Hypogastrium, stitching pain

ABDOMAN; ERUPTION, inguinal region, right

ABDOMAN; ERUPTION, inguinal region, rough

RECTUM

RECTUM; DIARRHEA - accompanied by nausea

RECTUM; DIARRHEA

EXTRIMITIES

EXTRIMITIES ; CRAMPS – feet

EXTRIMITIES ; CRAMPS – feet- left

EXTRIMITIES ; CRAMPS-feet- bending knee agg

EXTRIMITIES ; WEAKNESS- legs, standing agg.

EXTRIMITIES ; FORMICATION-hands, left

EXTRIMITIES ; FORMICATION- accompanied by vertigo

EXTRIMITIES ; HEAT-feet

EXTRIMITIES ; HEAT-feet- night-bed in agg.

EXTRIMITIES ; HEAT-feet – night- uncovering foot

EXTRIMITIES ; PAIN- Fingers-Third- joints- night- sprain; as if

EXTRIMITIES ; PAIN; fingers; third, middle; joints

EXTRIMITIES; STIFFNESS- fingers writing agg.

EXTRIMITIES; STIFFNESS-hands- right

BACK

BACK- PAIN- Cevical region, pressing pain

BACK- PAIN- Cervical region, pressing pain accompanied by- vertigo

BACK- PAIN- broken as if

BACK- PAIN- broken as if, morning on, waking

BACK- PAIN- Dorsal region- scapula- left

back; CRACKING; cervical region

back; STIFFNESS; cervical region

NECK

neck; STIFFNESS, sides; painful

neck; STIFFNESS, sides

פגישת סיכום הפרובינג⁹

פרק זה מביא תימצות של פגישת סיכום הפרובינג. מצאנו שפגישה זו ראויה לציון ולתיעוד מכיוון שהיו הרבה פרוברים שלקחו חלק בתהליך, הושפעו מאנרגיית הרמדי והעלו נושאים חשובים ועיקריים - אך לא תיעדו את החוויות בזמן אמת והביאו אותן רק בפגישה המסכמת. התיעוד מובא כ"גוף אחד":

AS IF ONE PERSON¹⁰

DREAMS

מישהו פולש לדירה שלי בלי שאדע ועושה שינויים חיצוניים – דלתות חלונות... ורק כשמגיעה מגלה שמישהו גר שם... אומרת לאנשים שזה ממש חוצפה... מתעוררת מאד כועסת ועצבנית... החלום נראה לי מאד אמיתי, מציאותי....

מגיעה לדירה שלי, מישהו פלש לתוכה, הוריד את כל הקירות הפנימיים... מאד כועסת.. נראה לי חוצפה (5) (D XX)

הרגיז אותי שהשכנים לא הבחינו בכלל ולא אמרו שומדבר... מתעוררת כועסת ועצבנית (5) (DXX)

חלומות על הריון (1) (DXX)

חלמתי שהבן שלי בהריון. הבנו שהוא בהריון עם נחש וזה קורה לפעמים. הוא הוליד את הנחש דרך הפה, הוא שיחק עם הנחש, הנחש היה עייף ונרדם. הולך לטייל ביערות. איזה נחל הכי גדול? (3) (DXX)

אני וביתי בהריון. התחלתי צירי לידה, דאגתי לאצבעות רגליים של הבת שלי. נשים עם מילדות בקצה המיטה. שמחתי להראות לבת שלי איך ללדת. (4) (DXX)

4 חרבות, ש 4 גברים זורקים עם נשים מוסלמיות. עשיתי אהבה עם גבר עם איבר מין גדול. (4) (DXX)

⁹ פרק זה מבוסס על פגישת סיכום הפרובינג שנערך ע"י קבוצת דינמיס וג'רמי שר בשדות ים, בשנת 2005.

¹⁰ בחלק זה כלולים אך ורק הפרוברים שלא ניהלו את הפרובינג באופן מסודר ולא תיעדו את החוויות במחברת בזמן אמת.

חלומות על שבת נבויקדו. (4) (DXX)

3 נשים בהריון, בטן גדולה. הבעל שמח ואמר שהיא נראית יפה מאוד. (4) (DXX)

אורים ותומים של הכהן הגדול. (4) (DXX)

חלום שאני ישנה עם הבת הקטנה. אנחנו מגזע JEWISH-CELTIC. (4) (DXX)

אם מולידים בן, יש שמחה גדולה. היו תאומים. אני החזקתי את הזכר. (4) (DXX)

הגיוני לי לכתוב מלמטה למעלה כי אני זוכרת חלומות ברברס.

הסתכלו על החלום בהפוך וראיתי 3 במקום 5:45. (4) (DXX)

חלמתי על לוחות זמנים. טיולים. אמהות ותינוקות ילדים קטנים. (4) (DXX)

3 דלתות, מאחורי הדלת 3 דלתות. (4) (DXX)

MIND

Power

angry <= Change house

<= Invade house חוצפה

Empty ריקנות

פלישה/גדר

אידאולוגיה של מטרה

בלבול בזמן

תמונה של עצים

שעות שוות <-> חלופי עונות/שעות היום

עקירה מיישובים

(5) (DXX)

שחררתי אחריות (בד"כ מאד אחראית).

לא זכרתי שצריך לצלצל.

סופרוויזורית לקחה אחריות על הפרובינג.

(9) (DXX)

לא בא לי כלום.
לא אכפת לי. ENNUUI.
הזמן לאט. בהייה. הכל לאט.
מסתכל על שיניים.
תחושת חופש ופחות מודאג.
פחות עושה חשבון לאחרים- פחות מעמיד פנים.
(DXX) (1)

(בת הזוג מדווחת) - נטייה לכעס ועצבנות. מריבות בבית. (DXX) (1)

DEL. מישהו נכנס ומסתובב בבית. שמעתי רעשים. (DXX) (1)

חרמן. (DXX) (1)

OBS. בכי. לא בכתה בזמן הפרובינג.
חוסר הנאה.
חוסר סבלנות.
לשנות דברים בבית.
תסכול עם עצמה.
אנרגיה+ לעשות... הכל בווער.
(DXX) (12)

צעדים גדולים, חזקים.
מודעות מוגברת.
(DXX) (3)

מכר נתן לי מפתח ושכחתי להחזיר. מפתח לגינה.
(DXX) (3)

הבנתי בחלום שהחלומות הם הליכה אחורה בזמן! כך אפשר לשלוט בחלומות!
סכיוזפרן יכול ללכת אחורה בזמן.
(DXX) (3)

נמשכת לאנשים שלא נמשכתי. רואה יופי פנימי.
ראיתי סרט: אביב-קיץ-סתיו-חורף.
התעוררתי עם הרגשת חוסר אמן.
רגועה יעילה ושלוה.
מצפה ליום שיווין 21.3.
יצאתי החוצה להציל את כל הצמחים.

לבונה
הכעס שלי נמס. גבולות נשברו
יותר הרמוניה- חזקה, חזרת הנעורים.
dynamic & understanding Gentle
עובדת בשיתוף עם אחרים. מאוד receptive.
Magic
מחשבות על:
Gold, Jupiter, king
mercury, priest
Saturn healer (מרפא סטורני).
Myrh.
קושי להביע מילים. שוכחת אותיות.
חלומות על שבת נְבוּקָדִי.
הורידו buffalo.
להסתכל בפה שלנו.
מפספסת אותיות או כותבת 2X.
צריך גמישות וכח כדי לעמוד בפני השנויים בלי להישבר.
נמשכת לביינינים שמוארים מבחוץ, בצבע ירוק.
הרגשות חזקות.
נותנת רמדיס מהר וביעילות.
תחושת כישלון.
שום דבר שעושה לי לא טוב.
עושה טעויות מוזרות.
3 מופיע הרבה.
בהירות נחישות- שנתנו לי בחירה בחיים.
חשבתי שזה ירח מלא וחודש לפני הזמן. אני בפספוס של חודש ויום.
הרגשת אובדן גדולה. יאוש לגבי הגזע האנושי- אין כבר הרגשת ייאוש לגזע האנושי.
מושפעת משבתאי.
הזמן והמקום נדחסים.
מרגישה דפיקות של לב עובר.
השמים נוצרו מהאש, האדמה מהמים, באמצע אור שהוא הנשימה שמבדילה בין שניהם.
יש 3 אמהות.
אפיתי fancy cakes
(4) (DXX)

GENERALS

קנאקים – שלא היה לי בכל המפרקים, בעיקר מרגישה באימון. (5) (DXX)

p.m 4-5 >

p.m3-4>

(5) (DXX)

אנרגיה + (12) (DXX)

סוכר נמוך- 10:00-13:00 בצהריים נפילת סוכר. (3) (DXX)

FOOD& DRINKS

תשוקה עזה לעוגות שוקולד שנמס בפנים – מיוחד...באירוע – 3 עוגות שוקולד – עניין של תשוקה. (5) (DXX)

(3) Sweet+cakes .Des (DXX)

(4) .Avocado .Des (DXX)

EX. THROAT

צוואר – כאב צוואר החל בהכנת הרמדי. לא ייחסתי לזה חשיבות. התגבר אחרי שלקחתי הרמדי,
אחרי נעלם לחלוטין. (5) (DXX)

נתפס צוואר צד שמאל. (1) (DXX)

SLEEP

בתחילת הפרובינג : עייפות, 2-3- בצהריים ל- 4-5 אחה"צ
מאד עיפה' ישנונית, רצון לישון..... (5) (DXX)

התעוררתי עם ממש מרץ, הספקתי לעשות בשעתיים המון דברים. הפתעתי את עצמי –
שעתיים ובלי להתעייף. (DXX) (5)

התעוררתי השכנם בבוקר 6:00 (לא רגיל אצלי 9-10) מוזר. (DXX)(9)

HEAD

מדי פעם כאב ראש עמום, נמשך יותר זמן (DXX) (5)

NOSE

התעטשות ונזלת. (DXX) (4)

STOMACH

צמאה++ . (DXX) (12)
צמא. (DXX) (4)

RECTUM

שלשול דחוף gushing – אחרי שהרגשתי סתומה. (DXX) (4)

EXTRIMITIES

מהלילה השני התחלתי להרגיש קור בכפות רגליים, שיניים ושוקיים בזמן שינה (DXX)(9)

(DXX) (1) Cracking joints hands

רגליים בוערות. (12) (DXX)

כאב בבסיס בוהן שמאל. (3) (DXX)

HEARING

חוש שמיעה התחדד (9)(DXX)

TEETH

מהלילה השני התחלתי להרגיש קור בכפות רגליים ושיניים בזמן שינה (9)(DXX)

EYE

כאב עין שמאל. (9)(DXX)

כאב בעין ימין. אדום כמו נימים. (1) (DXX)

BACK

כאב גב מתחת לשכמה שמאל. (1) (DXX)

BLADDER

בריחת שתן במחזור. (12) (DXX)

FEMALE GENITALIA

חשק מיני נעלם לחלוטין. (12) (DXX)

MALE

חשק מיני מוגבר. (DXX) (3)

חוסר כאבים במחזור. (DXX) (12)

SKIN

הרפס. (DXX) (12)

עור יבש. (DXX) (4)

PERSPIRATION

הזעות לילה. (DXX) (12)

STOOL

יציאות גדולות. (DXX) (3)

רשימת נושאים מתוך מפגש סיכום הפרובינג¹¹

הערה כללית:

המספרים בסוגריים מציינים את מספר האזכורים של הנושא במהלך התיאורים של הפרוברים.

א. נפשי

הערה לפרק זה: הנושאים מופיעים לפי סדר יורד של שכיחות.

עקירה, השתרשות (14)

עצים, צמחיה (12)

חיות (10) -

סוסים (1)

חתולה (2)

ג'וקים (1); חרקים וכו' (1)

ציפורים (5)

זמן (10)

להיות בהווה (3)

שיבושים בזמן (6)

צעיר נראה זקן (1)

זוגות (7)

שלווה (6)

קשיים עם אחים (6)

ירושה / מורשת מההורים (6)

¹¹ תודות לרחל שבי שמיצתה, מיספרה וארגנה בבהירות וחדות מחשבה. חלק זה מתמצת את דברי כל הפרוברים, אלו שניהלו מחברת ואלו שלא.

- לסדר את הבית (6)
- ביוב, פעולת מעיים (6)
- אש / שריפה / רתיחה (5)
- כסף – דאגה או אדישות (4)
- לבד/יתום/מוזנח (4)
- סיני (4)
- טעויות כתיב (4)
- החיים הטובים (4)
- מוסיקה
- רומנטית פסטורלית (3)
- שירי ציפורים (2)
- צבעים
- אדום (2)
- צהוב (2)
- שחור (2)
- עליצות (3)
- עצבנות (3)
- מלך (3)
- יובש (3)
- הסתרה (3)
- חרדה -
- לבעל (2)
- מוות (2)
- לשחרר אחריות/שליטה (2)

אין צדק בעולם (2)

לינארי (2)

אהבת אדם (2)

רכות/חספוס (1)

אין שמחת חיים (1)

ב. זיקות פיזיות

הערה: סדר האזכורים הוא לפי מבנה הרפרטורי ופרקים שאינם מצויינים לא הוזכרו במפגש.

ראש (5)

עיניים (5) ; ראייה (1)

אף (2)

אוזניים (3) ; שמיעה (3)

פה (3)

הרפס על השפתיים (3)

שיניים (1)

גרון (3)

צוואר (2)

קיבה (בחילות) (1)

יציאות (5)

מערכת השתן (4)

גניטליה כללי (1) ; שחלה ימין (3); תשוקה עלתה (2) תשוקה ירדה (3)

גפיים (6)

לב (3)

גב בין השכמות (3)

עור (3)

זיעה (3)

צמרמורת קור (1)

ג. זיקות כלליות

שעות החמרה:

12 בצהריים

14-16 (2)

15-16

16-17

22

מזון :

תשוקה ל -

עוגות (3)

שוקולד (3)

מתוק (2)

חמוס (1) [פלצבון]

מלוח (1)

מיץ תפוזים (1)

אבוקדו (1)

דחייה מ-

מתוק (1)

שתיה :

תשוקה ל-

מים (1)

שתיה חמה (1)

דחייה מ-תה (1)

שינה :

להתעורר ב-4-5 לפנות בוקר (2)

עמוקה (1)

כבדה (1)

על הבטן (1)

חום / קור :

כפות רגליים בוערות או קרות (3)

קור (2)

גלי חום של גיל המעבר (1)

פרצי אנרגיה ועשייה (5)

תחושה שהגוף תפוס (1)

תחושה של נפילות סוכר (2)

סיכום

הגיגים פתוחים על זהות וזיכרון, על שיבוטים גנטיים ועל שימושים עתידיים של הרמדי

אנחנו מרגישות שעברנו כברת דרך ארוכה עם הפרובינג של אם-החיטה. פגשנו אותה בנקודה בזמן שבה היא היתה חצי יתומה, נטושה, ללא כל טיפול ודאגה הורית. האווירה המוזרה שצצה סביב תהליך איסוף החומרים יכלה לרמז לנו כבר אז על האינפורמציה התרפויטית שגלומה ברמדי. היא שבתה מיד את ליבנו, ויחד בלינו כשנה וחצי, תקופת זמן ארוכה למדי שבה ליוונו אותה בחיפוש אחר השורשים שלה. אנחנו שמחות מאד על התיקון שנפל בחלקינו להזנחה ההורית שדבקה בפרובינג הזה, וכיאה לתיקון, המפגש היה כמובן דו-כיווני, וגם אנחנו מכיווננו נתרמנו, התפתחנו והועשרנו רבות על ידי העבודה, החל מרכישת בקיאות במלאכת עיבוד פרובינגים, דרך טיפוח סבלנות לזמן ולקצב העצמאי, הקוסמי שיש לתהליכי האיסוף והכתיבה של הפרובינג, ועד להעמקת החברות והפתיחות שלנו זו לזו בנוגע לרבדים האישיים שכל אחת הביאה לתהליך העבודה. באנו לטפח ויצאנו מטופחות.

תחושת הנטישה, העזובה, ההזנחה הטיפולית, הקלקול בהזנה ההורית – כל אלו הן תימות שמשותפות לשתי הרמדי ממקור החיטה, גם ל trit-d – וגם ל trit-v, זו החיטה הרכה, שהיא חיטה מזן תרבותי, פרי גידולו ועיבודו של האדם¹². בשתי הרמדיז עולה התחושה שהורה לא מספיק דואג לילד שלו, שיש איזה קלקול בקשר שבין ההורה לילד. אם כן, שאלנו את עצמנו, מה מבדיל את אם-החיטה מהחיטה הרכה? במה היא מיוחדת? למה דווקא אצל אם-החיטה עלתה סוגיה אודות ירושה? מאין היא צצה? מה הרקע לסוגיה הזו? רק בסוף תהליך העבודה, הבנו. רק בסוף ממש התחברו לנו כל פיסות הפאזל לכדי הבנה צלולה: הבנו, שאם-החיטה היא מין של חיטה שלא ננגע על ידי בני האדם, כלומר היא מגיעה אלינו משחר האנושות עם מטען הזיכרון העצמי שלה. עם הזהות האישית שלה, עם שורשים. כשיש עבר, יש גם עתיד. דע מאין באת ולאן אתה הולך. מכיוון שהיא מגיעה אלינו עם זיכרון העבר, היא דואגת גם לעתיד, ומכאן – לירושה. חיטת הלחם, לעומתה, כמו בסרט "זיכרון גורלי" – היא חיטה מחוקת זיכרון, מחוקת זהות, מחוקת שורשים. תלושה באוויר. מעניין לציין, שמבחינה בוטנית, הסימן העיקרי המבדיל את החיטה התרבותית (דוגמת החיטה הרכה) מחיטת הבר (אם-החיטה), הוא התנהגות השיבולת אחרי הבשלת הזרעים: בצמח הבר מתפרקת השיבולת לשיבוליות, שכל אחת מהן נושרת בנפרד. זה מאפשר לחיטת הבר להפיץ את זרעיה ולהצמיח דור חדש. בצמח התרבותי השיבולת אינה מתפרקת אחרי ההבשלה, מה שמאפשר לחקלאי לאסוף את היבול. הצמח התרבותי נעדר מורשת, ירושה, תורשה. זהו בעצם צמח עקר.

ללא עבר, ללא זהות, ללא שורשים, אין אפילו את הכמיהה ואת המודעות של האפשרות להמשיך הלאה. אם-החיטה, מכיוון שיש לה עבר, יש לה עתיד. ומכיוון שיש לה עתיד, יש לה

¹² החיטה הרכה, המכונה "חיטת הלחם", היא למעשה מעין שיבוט שבו מעורבים 3 גנומים שונים של שלושה מני חיטה שונים, שאחד מהם הוא אם-החיטה. השניים האחרים הם: בן חיטה שרוני ובן חיטה פרוע. התערבות גנטית זו התחוללה בשנות ה-60 של המאה ה-20, במסגרת "המהפיכה הירוקה", שעיקרה היה טיפוח זני דגן עתיר-יבול במטרה להפגת החשש מפני רעב המוני, בעיקר במדינות מתפתחות.

מחשבה על העתיד, ומכאן נולד הרצון להוריש משהו, להעביר את המטען הרוחני והחומרי הלאה, כתורשה, ירושה ומורשת.

בזמן ליקוט החומרים, זרקנו לאוויר כל מני השערות קפריזיות על שימושים עתידיים אפשריים של הרמדי. הכל ברוח הנושאים שעלו בעוצמה רבה: כששמנו לב שפרובר אחר פרובר ממאנים להיזכר בעצם עובדת השתתפותם בפרובינג, ציינו לעצמינו בהומור שלבטח זוהי רמדי לאלצהיימר. מאוחר יותר, כשראינו עד כמה עוצמתית שאלת המורשת, ולאור ההיסטוריה הבוטנית של אם-החיטה, חשבנו לעצמינו שאולי, אולי, הלוואי, היא תתגלה כמועילה בטיפול בשיבושים גנטיים. שהרי היא מביאה את הזיכרון הגנטי, ומנהלת דיאלוג אל מול השיבוש הגנטי של אחותה החיטה הרכה. במילים אחרות, היא מביאה את הדעת, את המודעות, ולכן אולי גם את הריפוי התורשתי. מעצם היותה ממוקמת בטור ההזנה שבטבלת הצמחים, חשבנו שכדאי לזכור אותה כרמדי עתידית להגברת תפוקת חלב אצל אמהות מיניקות, (בייחוד לאור החלומות על ההזנחה הטיפולית בילדים), וכמובן, לאור המקרים המצורפים בנספח, ולאור החלומות הרבים על הריונות (עקרים, לא בשלים) חשוב שנציין כבר עכשיו שנודע לה שימוש מוצלח מאד בתחום הכניסה להריון.

מיהו זה שמנהל את הפרובינג באמת? מהו אותו כח עליון שמאגד קבוצת אנשים מסויימת, בזמן מסויים, לחקור מהות מסויימת בטבע? אנחנו מרגישות שכל בחירה שנעשית בהקשר של הרמדי משקפת משהו במהות שלה. אופי התהליך של חשיפת האינפורמציה הרוחית, הגבוהה, של אם-החיטה, לימד אותנו עליה רבות. והנה יצא שגם הבשלת העבודה תאמה להפליא עם זמן הבשלת אם-החיטה: רק ממש ממש בסוף הכתיבה גילינו שאביב הוא שמה של החיטה הבשלה. ועוד יותר מכך: כיצד ידעה לנבא פרוברית הזהב, שחיכתה ליום שיויון האביב, שזה יהיה היום שבו נגיש את העבודה, שבו נקצור את פרי עמלינו, שבו מבשילה אם-החיטה?



נספח

מובאים שני מקרים שטופלו בהצלחה עם הרמדי TRIT-D ע"י מיכל יקיר.

מקרה ראשון: מקרה של אישה צעירה שלא מצליחה להכנס להריון.

<p>הבעיה – לא ניקלטת להריון, שחלות פוליציסטיות הווסת נורא קצרה – יומיים. אמורה להתחיל פרוטוקול הורמונלי וניטרול פרוגסטרון מההיפופיזה וזה מאוד מלחיץ אותי. כשהרופא עשה את זה לאחיות שלה – הן נקלטו בפעם הראשונה. זה מטריד כי חשה שלא טוב שאנו [היא ובעלה] נשארים מאחור – לכל חברינו יש ילדים. מרגישה שנשארת מאחורה, לא ממשיכה.</p> <p style="text-align: right;">Reproaching herself</p>	
<p>הבנתי למה אני לא נכנסת להריון: כל הבעיה שלי זה ההשתרשות: הזרע של בעלי בסדר, אך הרירית טיפה דקה – מה שאמור לקלוט לא קולט, הבעיה היא ההשתרשות על הרירית.</p>	
<p>ניזכרתי שכל חיינו עברנו דירות. ואימי עד היום לא מרוצה מהבית שלה – זה היה מתסכל אותי ברמות... אני רוצה לקנות דירה – כל הזמן. אפילו שאני מרגישה שאין לי שורשים. מקנאה במשפחות שנטעו שורש במדינה. רוצים לתת לנו כסף לדירה, אך זה עלול לעורר הרבה קנאה מצד האחים, ולא רוצה אנחנו מנסים כמה שנים להיכנס להריון, אין לנו חיי מין – רק הפרייות מכניות. זה נורא – הכול מתוזמן – כבר מאוס.</p>	
<p>הדלקת ברירית – היא כעס. על אמא שלי, על היקום: איך היא יכלה לגדל אותנו בצורה כזו איומה – ואז לנסות להתחבר אלי? היא לא אהבה אותי, היא הרגישה חובה – אך אהבה לא היתה שם. גדלתי בבית של אימה. פחדתי לצאת מהחדר, היא היתה נורא מפחידה – אם היינו מעירים אותה בצעריים – היא הייתה יוצאת בצרחות, מרביצה, תופסת וצובטת, שמנה וענקית.</p>	כעס על אמא
<p>כעס על היקום – אני לא מאמינה בכלום, הלכתי, ניסיתי לעבוד על עצמי. למה המכות ממשיכות להכות בנו. אין לנו חברים כיום – כי לכולם יש ילדים והם איתם בשבתות. מה הגנים שלנו לא טובים? מכעיס אותי שאני לא מקבלת את מה שאני רוצה למרות שאני נורא משתדלת, משפרת ועובדת על עצמי...</p>	

	<p>מה הם אנשים יותר טובים מהם – למה זה מגיע לי? זזה מכעיס אותי נורא... אני עושה הומאופתיה ואוכלת מה שצריך... ואני לא יכולה ללכת לארועים כי אנשים שואלים ומתערבים ונכנסים לי לרחם....</p>	
	<p>עור- מאוד יבש.</p>	
חוסר שורשים	<p>איך אהיה אמא – אם אני לא אוכל לתת. אני לא שייכת- תמיד מרגישה מחוץ למעגל החברתי, מחוץ לחיים, חוששת להשאר מאחורה, לא לזכות לקבל את מה שכולם לוקחים מהחיים- אני לא יודעת לקחת את מה שאני רוצה.... איך אני אגדל ילד אסרטיבי – חוששת שיהיה כמוני –עלה נידף, אין לו שורשים, עלה שנתלש, עף ברוח, דורכים עליו ובסוף הוא מתיבש. אולי לא שווה להרוס את הבריאות בשביל ילד – ואם יהיה לי סרטן- בעלי יצטרך לגדל ילד לבד. הרי לא מחלימים מסרטן....</p>	
מעקב	<p>לקחה- trit- d 30 ch וכחודש אחרי זה נכנסה להריון.</p>	

מקרה שני: מקרה של אשה שמבקשת טיפול תומך לקראת הריון.

24.1.08	<p>אישה בת 37.. נ+1 (בן שנתיים) + כלב בבית</p>	
	<p>ויטמינים. אני רוצה להכנס להריון (דרך IVF – כי לבן הזוג ספירת זרע נמוכה). ברזל ופרה נטל. קראולייף – חמוציות. וח. פולית. אסידופילוס</p>	תרופות
	<p>הבטחתי לעצמי שלקראת ההריון השני אהיה בטיפול תומך. ההריון הקודם היה נורא. ובסופו אף קיבלתי אנטיביוטיקה ופיתחתי פיטריה מזעזעת שהשתלבה בתפרים. עשיתי טיפול נטורפתי עם תזונה חמורה. זה עזר, אך כשהפסקתי – נהייתה רגרסיה רצינית.</p>	

		כל פעם שבעלי חולה – גם אני נהיית חולה.	נדבקות בקלות
		יש לי דלקות שתן מזעריות – שאינן מגיעות לטיפול. עקצוץ באזור החיצוני וטיפה בפנים. כל הזמן חשה את זה. זה החל בזמן ההריון: שאז היה לי צורך חזק כל הזמן, וריח חזק לשתן.	דלקות שתן מזעריות
		דלקת חניכיים דרמטית. עברתי הקצאת שורשים . רצו להוציא לי שיניים. מצצתי אצבע עד לא מזמן... זה מזיז את השיניים... בעיית השיניים היא גנטית . השיניים הכי בעייתיות הן הקידמיות התחתונות. השיננית אומרת שהשיניים מתנדנדות. נוטה לקבל פצעונים בפה . כל פעם שחולה – זה מגיע לפה. פצעים לבנים על הלשון והחניכיים. אח"כ החניכיים כאבו לי. לא מדממות. היתה תקופה של אפטות. בה"ש לא כ"כ מטריד לאחרונה.	חניכיים
טור ההזנה	מציצת אצבע	מהרגע שנולדתי עד שהתגייסתי!!! חזרתי כשהורים שלי עזבו את הארץ (בוכה). הם נכנסו לחובות... אבי נסע לעבוד ואימי ברחת עמו. הייתי בת 19. הייתי בצבא וגם היה לי בן זוג. אך לא היה דיון – אימי פשוט נסעה והשאירה אותי כאן. לקחה את אחי ועזבה. תמיד הרגשתי הכבשה השחורה במשפחה. זו שלא מקבלת-לא תשומת לב ולא אהבה.	בעבר
דגניים, עקירת שורשים		כשנסעו לשם – הם היו במצב השרדתי של הגירה ולא התאים שאבוא. למעשה הם תמיד נדדו – ואני הייתי אמורה להשתלב איתם... [בלי שורשים] אני בטיפול פסיכולוגי 7 שנים.... עכשיו אני בסימום. מנסים לייצר פרידה לא חותכת. פרדה מהורי. הפרדה בעבר שיחזרה פרדות קודמות: אחי שנולד, סבי שנפטר והם מצאו עצמם בלי הורים – והזניחו אותי לנפשי. תמיד הסתדרתי כי הייתי עצמאית וחכמה. בעוד שאימי אדם ילדתי שצריך כל הזמן להתחמק ממצבי הרוח שלה או להסתדר עם האימפולסיביות שלה – לכן עברנו ממקום למקום (הייתי ב- 5 בתי ספר יסודיים). נדדנו: עיר, קיבוץ, אחרי שוב שנה עברנו ואחרי חצי שנה עברתי שוב. ואז - בגיל 10 הפסקתי ללכת... ידעתי שאני יכולה ללכת.... אך שיחקתי את זה... חודש וחצי נפלא הייתי בבית חולים. וקיבלתי תשומת לב . כשזה נגמר חזרתי להיות הילדה הטובה.	
		כמה שנים לא ראיתי את הורי- 14 שנה לא היו בארץ. בין האחים וביני יש באמת מרחק מאוד גדול.	
	מה הרגשת כשעזבו?	נורא מבוהלת ונורא לבד. ואז חזרתי בהחלטה למצוץ אצבע... הרגשתי שהפגיעה וההזנחה ממשיכים....	
	אמא	כשביתי נולדה ציפיתי שאמי ואני נתקרב, ואז ראיתי אותה כמו שהיא: היא לא	

	<p>אמא שמבשלת....</p> <p>היא באה בגלל הצרכים שלה... היא באה להיות בלידה... בדרמה... ואני רציתי שתהיה איתי אחרי הלידה. לי היו פנטזיות... שהיא תבוא ותבשל לי ותהיה קשובה. שתעזור, בייביסיטר. וכו... אבל היא לא עזרה בכלל. ההיפך. כשבני היה חולה לא קיבלנו אפילו אמפתיה (רק אמרו שככה זה עם ילדים). למדתי לשמור על מרחק מהם. זה שחרר אותי לראות את המציאות כפי שהיא... ולא לנסות כל הזמן לתקן...</p>	
אילמות	<p>כל פעם הרגשתי אילמות: שאני צועקת ואף אחד לא שומע... יש לי חלומות שאני צועקת ואף אחד לא שומע. כאב כזה – איך הם לא רואים אותי... אמא אף פעם לא מסוגלת להחמיא לי. רק ביקורת- ובעיקר חוסר עניין ...</p>	
אוכל	<p>זהו... שהמשקל מציק לי.</p> <p>גם לגבי אוכל וגם לגבי כסף קשה לי לשמור על הגבול. אפילו שאוכלת בריא – אוכלת יותר מידי. יש לי התקפי שוקולד.</p> <p>בעיקר בערב מוצאת את עצמי מכניסה לתוכי אוכל. גם כשלא צריך. אנו מתפתים לצאת ולאכול בחוץ... וזה מתקשר לתחושת הכסף שנוזל לנו... גם כשמרוויחה הרבה כסף, ועכשיו זה מצב שאנחנו נתמכים על ידי ההורים של בעלי... מרגישה שלא מצליחה לשים לעצמי גבול.</p> <p>גם ההורים לא יודעים לשמור על כסף...</p>	
לריב ולכעוס?	<p>אני נורא גרועה... אני לא מעיזה. מרגישה שאם אכעס – זה יגרום לפרידה.</p> <p>בעלי הקודם היה תלותי וקנאי... היתה הרבה אלימות מילולית. מה שהוא נתן זה את הביטחון שהוא לא יעזוב. איתו רבתי – אך זה לא הגיע לשום מקום. עם בעלי כיום אני פתוחה. אנו מסתדרים ומדברים.</p> <p>עם הבעל הקודם הייתי מגיל 15 והוא היה הדבר הקבוע בחיי שהכיל זכרונות על הורי כשהיו כאן... הוא היה דומיננטי, האומן... אני הייתי בצד... אך המפרנסת...[מזינה]</p>	
מין עם בעלי	<p>יש בעיות זקפה וזרע נמוך. וזה הולך ודועך....</p> <p>וגם אצלי משהו נהיה רופס... לא מרגישה אותו. מרגישה לא מסופקת מספיק מהחדירה הלא מספקת. יש ציפיה ואכזבה.</p> <p>אכזבה – בגלל שההפריה היא דרך IVF.</p> <p>הוא רגיש כ"כ בעניין הזה – ואני רק רוצה להשיג את ההריון... יוצא שאני צריכה לגונן עליו. לוקחת הכול עלי ולא סומכת עליו שיקח על עצמו.</p> <p>והילד מאוד ממלא אותנו. לפני שנולד – היינו מרוכזים בי. אני הייתי בתקופה אינטנסיבית. אחרי שנפרדתי מבעלי הקודם. והיה משהו מרפא בקשר איתו. היה לו המון סבלנות לשמוע אותי ואת הבכי שלי. עכשיו זו תקופה אחרת... ואני שמחה שהפאזה הזו.</p>	
שער?	<p>זה עניין. תמיד רציתי שער ארוך- אך לאימי לא היה לי סבלנות לסרק אותי ומהר לקחה אותי להסתפר. הייתי נורא מאוכזבת ובכיתי...</p>	

	<p>גידלתי שיער... בתיכון פתחתי זהות של פריקית כזו. סדנאות תאטרון, צדפים בשער. ובפסח החמיאו לי על איך שאני נראית. הלכתי וקצצתי עד קרחת. ואימי אמרה- איזה יופי... חווייתי את הורי כמתירנים שנותנים לי לעשות מה שאני רוצה... כאילו אף פעם אין קונפליקט... אין חיכוך. בעצם הם לא דאגו לי.</p>	
שינה	טובה.	
Des	הכול. אני אדם שאוהב לאכול. במיוחד קפה עם חלב וקרואסון... יש לי בעיה עם חלב.	
- Agg. חלב הנקה	<p>חלב – גורם לפצעים בפנים ותחושת חולשה, שהגוף חשוף למחלות ? לא, לא ינקתי. המליצו לא להניק... זה היה נחשב ופרימיטיבי. גם סבתא שלי לא יודעת להחזיק ילד. גידלה עם מטפלות. גם אני לא הנקתי את בני. לא הייתי מוכנה נפשית היו לי המון חלומות שלא מצליחה. הרגשתי נבוכה. אימי תמיד הייתה מצחקקת כשהייתי מניקה. בסוף לי היה גודש ולא הצלחתי... (בוכה). יש לי הרבה רגשי אשמה, ורוצה להצליח להניק את הילד הבא. חששתי שילד יהפוך אותי נורא שבירה ולא אוכל לטפל בו. חשבתי שאהיה כמו אימי.... וההפך. הוא רק נותן לי כוחות.</p>	
	יכולת הקשב שלי מאוד מוגבלת לאחרונה...	
גב	<p>הייתה לי פגיעת גב. גם מהצביעה בה עסקתי בעבר. בעיית גב שטיפלתי בה, שחזרה אחרי ההריון. הפילטיס ממש עזר לי. המורה אומר שיש לי גב ממש חזק וגמיש. אך כשיש לי חולשה – אני מרגישה אותה. יש לי מדרסים- עקב פלאטפוס</p>	
בעלי יגיד	שאני מדהימה, חכמה מצחיקה ומלאת חיוניות. יכולה לעשות דברים במקביל. שאני מבולגנת, לא יודעת להשתלט על הכסף.	
	קבלה Choc Im לתקופה	
2.10.08		מעקב
אוכל	<p>משהו עם האוכל מאוד השתנה – אין יותר זלילות לילה. לא אוכלת בהתקפים.. יש גם קצת יותר רוגע, אולי.</p>	
הטיפול ההפריה	אך מה שמציק זה שלא מצליחה להכנס להריון- למרות טיפולי הפוריות גם באוגוסט וגם בספטמבר היתה החזרה של עוברים. החזרנו רק אחד כי בעלי	

	חשש מתאומים. זה אומר לזרוק חיים... היה לי מאוד קשה עם זה. לאחרונה בדיכאון – הרגשתי נורא עזובה ומצאתי עצמי נורא כמה לקשרים (בקונטקסט אינטלקטואלי מסודר)....	
	רוצה עוד ילד – רוצה להיות בהריון – זה קצת אובססיבי, זה שיש לי ילד לא ריפא לי את חוסר האמהות. רוצה שיהיו כמה ילדים, רוצה שנהיה משפחה רק על זה חושבת	רוצה מאוד להכנס שוב להריון
	בספטמבר לא היה. חזר לאחרונה מעט חזרו אקנה על הפנים – מוגלה חייבת לצאת מאיפה שהיא....	אבצס בישבן
	הכול מסתובב סביב המשפחה – זו שהיתה וזו שתהייה באמת כשאני לא אוכלת מוצרי חיטה – הפנים שלי נקיים לגמרי מפצעים.	
	Trit-d 9c	
15.1.09		מעקב
	חסר לי עוד ילד רוצה משפחה יותר גדולה- שתיתן שמחה וביטחון וגיוון ואח לבני הקטן. מרגישה חוסר סבלנות- אם זה לא יקרה עכשיו [הריון] - זה לא יקרה אף פעם...	מעקב טלפוני
	30C Trit-d Drops	
12.3.09	לוקחת רמדי חודשיים	מעקב
	בהריון חודש וחצי- אחרי החזרה של שני מוקפאים והזרעה... סוף סוף ההפריה תפסה. מאוד מאוד שמחה!	בהריון
	מאז הרמדי d-trit – טיפה בכוס: הרגישה עירנות גדולה, התחלתי לעשות דברים, הרבה רעיונות נהייתי פוריה...	עם הרמדי החדשה

	בהתחלה הרגישה טוב, לפני כשבועיים – החלו בחילות . הייתה שפעת שעברה עם הרמדי. וגם הבחילות השתפרו כשעברה לפעמיים ביום	ההריון
	לוקחת אנדומיטריין – פרוגסטרון וגינלי +אספירין. בגלל ההפריה	תרופות
	הפצעים על העור השתפרו עם הרמדי – וחזרו לפני כמה ימים. כמה פצעים ענקים.	הפצעים
	חושבת על ההנקה, כי עם הילד הראשון זה לא הלך. לא יכולתי מנטלית ורגשית. והיה לי מאוד עצוב עם זה. נוצר לי גודש בחזה –ולא הייתה יועצת הנקה. ויש לי קצת חלומות על הנקה .	חלומות
	שנעבור את מי השפיר בשלום, שנעבור את 3 החודשים הראשונים בשלום...	מה מציק?
	אין	כאבי ראש
	להמשיך Trit-d 30	
	עוד דבר שקרא עם הרמדי - הייה שהצלחתי לשים גבולות לבן שלי : "אמא אומרת – וזהו!"	
21.5.09	בהתחלת בחודש חמישי (שבוע 19) לוקחת- 50 c-trit d בטיפות – 3 טיפות בתוך חצי בקבוק מים- כף –פעמיים ביום. מתחילת אפריל- כחודש וחצי. בהתחלה לקחה במשולב עם ה-30- ועכשיו לוקחת רק מה-50	מעקב
	עכשיו אני מרגישה טוב מאוד – היו לי שבועיים לא טובים ואני כועסת על עצמי. נורא נלחצתי סביב מי השפיר והכנסתי עצמי לווברציות שהביאו לי שפעת ואפטות... הרגשתי שאני לא שלמה לסכן את ההריון אך בסוף שכנעתי עצמי שזה לא סיכון באמת להריון....	
	בבדיקות דם – יש לי קצת בעיה עם הברזל.... תמיד אני גבולית. מרגישה מן חולשה כזו בעיניים – כאילו הן נופלות. עדיין לוקחת אספירין.... הרופא אמר שזה מסדר את זרימת הדם...	ברזל
	טובה. מלאת חלומות....אין סוף.	שינה

	יש לי מין התפרקות בגב תחתון: אולי בגלל שילוב של היוגה, ההריון וזה שלא עושה פילאטיס כבר כמה חודשים. מן דאיבות כזו... מרגישה כאילו החוליות קצת משוחררות. כאילו יש שם קצת חופש... כאיל המקום לא מספיק מוחזק ע"י השרירים...	גב
להעשיר תזונה בסידן	גיליתי לפני שנים שאני אלרגית לחלב – העור שלי מגיב רע. יש כנראה חוסר סידן כי לא אוכלת גבינות.	חלב
	בסה"כ בסדר גמור. כשיש לי חרדות... בעלי מאוד מרגיע....	בבית?
		דאגות
	c50 Trit-d	
16.7.09	בהריון באמצע שישי, שבוע 27 בערך. ניראית רכה ונעימה מאוד	מעקב
	לוקחת c 50-Trit-d מאמצע אפריל. כ4 חודשים.	
	בעקרון אני טוב, מרגישה חיות, שמחה. ההריון בסדר גמור ואני לא עייפה ומרגישה טוב עם ההיריון – בשונה מההריון הראשון. ממשיכה להיות פוריה: הכתיבה מצטברת – כבר מדברת על ספר... (קובץ סיפורים – לפעמים מאבדים אנשים, סיפורים על הומלסים ודיוקנאות של אנשים מהמשפחה, זו התחלה של נגיעה במשפחתיות הנוכחית, שהיא טובה. כללית הספר פחות מעיק, יחסית לספרים קודמים, ביחס לאימי והמשפחה – הוא יותר רחב).	מרגישה טוב כותבת
	מאז שניכנסתי להריון יש לי דחף גדול להיות בגינה, להיות קרובה לאדמה. מרגישה סגורה בבית, רוצה לפתוח את הסלון למרפסת. רוצה דירה שיש בה גינה או לפחות מרפסת לעץ. והבוקר ראיתי אפילו אפשרויות לצאת מתל אביב.	רוצה טבע, גינה
	קשה לי לשאת את החום אך לא אוהבת מזגנים...	פיסית
	יש עכשיו ענין עם הגידול והתמיכה של הבן. אמהות מוקפדות. עודף אנרגיה מושקע בשאלות של אמהות, שחרור וגידול.	
	על ילדה שהיא די גדולה- בת 3, היא באה ורוצה לינוק או לראות איך אני מניקה, והיא נוגעת בחזה שלי וזה מעורר בי תחושה מינית מעט.	חלומות
	בעלי מביא לי תינוקת זעירה – כמו פג, עטופה בשקית (מפרידה) אבל יש לה שיניים, ואני אומרת לעצמי שמוזר – איך לא הייתי בלידה, והיא כבר לא אכלה	

	<p>יום. אני לא לגמרי מחוברת אליה – היא עטופה בשקית. אני צריכה לזכור להאכיל אותה – אחרת תיגווע ברעב... ואז היא אומרת, כן תאכילי אותי, ואני אומרת לעצמי – תינוקת בת יום ומדברת.</p> <p>חלום נוסף: מכינה אוכל ליום הולדת, בני הדודים לא מרוצים מהאוכל – וגונבים לנו את כל האוכל, ואני מכינה להם עוד ארוחה – דג ענק... מנופח, התנין דג נעלם – אבל בארגז שהם לקחו – וחזר – יש הרבה בשר טחון. אימי אמורה לבוא לעזור – וכרגיל לא באה... וחברות נחלצות לעזור</p>	
	<p>די סיוט, חייבת בחום הזה ללכת עם גרביים אלסטיות. בלעדיהם קשה לי לעמוד יותר מכמה דקות....</p>	ורידים ברגליים
	<p>אוסטאופתית אמרה שיש לי צניחה של רצפת אגן ורקטום יש לי טחורים לא כואבים, אך מורגשים. ויש מעט בריחת צואה, רופס שם, מתחיל לי בקע בטבור. בהריון הקודם היה לי ממש כאב שם, לכן הולכת עם חגורת בטן. יש תחושה כמו תולעים ברקטום - הולכת לאוסטאופטית.</p>	
	<p>מסכימה שאמה תהיה בלידה, אמנם לא יהיה קל, אך זה לא כמו פעם, אני אמא והיא סבתא, ואם יהיה צורך אוכל להגיד לה לסגת, לא אהיה חייבת להענות לצרכיה. אני בוגרת יותר.</p>	
	<p>60C Trit-d</p>	
24/9/09	<p>מתחילה תשיעי. כנראה עוד שבועיים תלד. לוקחת C100 בטיפות – כי ה60 לא היה לה טוב. לוקחת פעמיים ביום. מקבלת קיט לידה והנחיות ממני</p>	מעקב
	<p>יש יומיים חרדתיים בשבוע – אני לא מקבלת את זה שאני צריכה להוריד הילוך... קשה לי להרגע, אני רגילה להיות בסטריס... עסוקה בדברים שישתבשו, חוששת שיהיה קיסרי. החרדה העיקרית-שההנקה תשתבש</p>	
	<p>חם לי רוצה שוקולד</p>	
	<p>להמשיך עם ה100. לקחת choc 30c חד פעמית לקנות c200 trit-d</p>	
5.11.09		מעקב
	<p>ילדה בת- 23.10.09,</p>	

	<p>היתה לידיה ממש נפלאה, הכול היה משודרג, העזתי יותר להשתמש בדברים. ידעתי יותר מה לעשות בצירי הלחץ ולהוריד בגדים. היו רגעים נואשים שלא ידעתי איך אני עושה את זה... נעתי בין כמה אופציות – והמילדת בסוף רכשה את אמוני. ואז היא יצאה... 3820 גר. תוך 3 שעות. נפלא.</p>	
	<p>בחדר הלידה היא ינקה נפלא והרגשתי טוב, והיה לה יום פעיל, בגלל הסכרת הגבולית אמרו לי שאניק כל 3 שעות. כל פעם שהערתי אותה היא שייטה לכיוון השד, ובלילה היתה כל הלילה על הציצי – והיה לי קשה, אך הסבירו לי... ביום השלישי החל גודש – ואני נורא נלחצתי -ראיתי שהשד נהיה אדום ועמוק וקשה, ופחדתי שאני אהיה כמו עם הבן הראשון ושיהיה לי קשה להניק – התחלתי לאסוף המון מידע – ובסוף לא ידעתי מה לעשות. התחילה פאניקה- שאני אמא לא מספיק טובה.</p> <p>פחדתי להיות אמא שהיא ילדותית שהצרכים של עצמה משתלטים על הצרכים של התינוק – כמו אמא שלי.....</p> <p>אך לראשונה בחיי אמי נמצאת – ומאוד עוזרת, ממש, מכינה אוכל אפילו ותומכת</p>	
	תקינים. יש טחור גדול- שיצא כמה ימים אחרי הלידה, לא כואב.	עיכול ושינה
		הנקה
להמשיך עם הרמדי ב 200	שוקולד מריר!!! כוסמת, תפוחים	רוצה
	עם המשך הרמדי הגודש עבר מרגישה טוב עם האמהות מתקדמת בחייה. מרגישה ב"ססה" שהחיים מאוזנים. לא צריכה כרגע טיפול.	12.11.2012

ביבליוגרפיה

- אלמוג לימור, "חיטה - מידע על צמחי מרפא", מתוך <http://www.herbalmedicine.co.il/plants/wheat.html>
- בליזובסקי אבי, "גן של אם-החיטה יסייע בשיפור התזונה בעולם", נובמבר 2006, מתוך אתר הידען <http://www.hayadan.org.il/wheat-haifa-magazine-nature-27110610/>
- ד"ר דיקשטיין טובה, "מתכונים לחגים - סדר פסח", מתוך *מטעמי המקרא, מתכונים בניחוח פרשת השבוע*, הוצאת דני ספרים, 2002.
- ד"ר יקיר מיכל, "סדר מופלא: הטבלה המחזורית של עולם הצומח", חלק א', הוצא' עצמית, 2009.
- פרופ' כסלו מרדכי, "עץ הדעת חיטה היה", מתוך *סיני, ירחון לתורה ולמדעי היהדות*, שי"ט, תשנ"ז (1996).
- לבנה מייק, "חיטת הבר", מתוך אתר *צמח השדה* <http://www.wildflowers.co.il/hebrew/plant.asp?ID=304>
- ד"ר עמר זוהר, "החיטה כעץ הדעת- הגיונו של זיהוי", מתוך *סיני, ירחון לתורה ולמדעי היהדות*, שי"ט, תשנ"ז (1996).
- קווין דניאל, *ישמעאל*, הוצאת אופוס, 1996
- קריספל ניסים, "על החיטה – תולדות ומאפיינים", מתוך אתר *הרפואה העממית והפולקלור של ניסים קריספיל-* <http://www.edugal.org.il/hokrim/default.htm>
- סקירה על החיטה מתוך אתר *חוקרים חקלאות- העמותה לקידום החינוך המדעי בישובי אצבע הגליל*. <http://www.edugal.org.il/hokrim/default.htm>
- תלמוד בבלי, מסכת ברכות.
- ספר התנ"ך

- אנציקלופדיה ynet.

- ויקיפדיה.

- אתר שימור מלאכות מסורתיות- יונית קריסטל.
<http://www.old-crafts.co.il/home/>

