

1

## לגלות את הפוטנציאל הזוהר שלנו

לא מכבר קיבלתי מכתב קורע לב מאם מודאגת מאוד לילד בן שמונה, בשם מתיו. האם, קרלה, קיבלה פנייה מבית הספר שבנה לומד בו, המתייחסת לקשיי הלמידה שלו. הוא התקשה להתרכז או להקשיב, ולעתים קרובות נראה מנותק מהילדים האחרים. הוא אובחן כסובל מהפרעת קשב וריכוז (Attention Deficit Disorder – ADD) ומדיסלקציה. מורתו התנצלה בצער על כך שלא יוכל להמשיך ללמוד בבית ספר זה ושעליו לעבור לבית ספר לילדים בעלי לקויות למידה, כיוון שתשומת הלב המיוחדת שנזקק לה החלה לגרום לעיכוב בהתקדמות הכיתה כולה.

קרלה היתה המומה ומבוהלת מכך שבנה נתפש כמי שלא מסוגל לתפקד בבית ספר רגיל, ומכך שהלקות שלו חמורה עד כדי כך שהוא זקוק לבית ספר מיוחד. היא לא רצתה ולא יכלה להאמין שבנה כה חריג. היא חשה שיש שם איזו טעות, ושחייב להיות הסבר כלשהו למצבו ולקשייו. היא התחננה בפני הנהלת בית הספר להתיר למתיו להישאר בבית הספר שלישי נוסף. היא הבטיחה לספק לו שיעורי עזר מדי יום לאחר שעות הלימודים, ובהיותה מרפאה בעיסוק לקחה על עצמה לטפל בו באופן קבוע. היא גם החליטה לבדוק אילו שיטות טיפול אלטרנטיביות יוכלו לעזור לו.

הנהלת בית הספר הסכימה בחוסר רצון, ובתנאי שציוניו של מתיו ישתפרו באופן משמעותי עד סוף השליש. אחרת, עם כל הצער, הם יאלצו להמליץ להעביר אותו לבית ספר מיוחד שיתאים לו יותר.

קרלה הקדישה למתיו את כל כולה. בנוסף לשיעורי העזר שקיבל מדי יום לאחר שעות הלימודים, היא ניסתה לעזור לו בעזרת טיפולים אחרים, כמו גם בתחום נוסף שעסקה בו בעצמה – קינסיולוגיה. ציוניו של מתיו השתפרו במקצת, אך לא מספיק. קרלה היתה נואשת לעזור לבנה, ולהבין מה באמת קורה לו. הוא תמיד היה ילד מבריק. בתוך תוכה היא חשה שהוא נפש מקסימה וחכמה. למרות שאובחן כדיסלקטי, לא בהכרח השתמע מכך שמתיו חסר יכולת. היא חשה שחסימה רגשית כלשהי מעכבת את התפתחותו. מאז היותו פעוט היא הבחינה ביכולות המיוחדות שלו. איכויות אלו היו נחשפות לעיתים ברגעים הכי פחות צפויים. עם זאת, היא חשה שדבר מה מעכב אותו. היא הבחינה שמתיו לעתים שקט ומבודד, סגור ולא נגיש מבחינה רגשית. היא לא ידעה איך להגיע אליו, אך רצתה בכל מאודה לעזור לו להסיר את האהיל מעל אורו. היא היתה נחושה בדעתה לעשות ככל יכולתה לעזור לבנה למצוא את עצמו, לשחרר את טבעו האמיתי, כדי שיוכל לשוב ולזהור.

קרלה התפללה נואשות למציאת דרך לעזור לבנה. באותה עת התוודעה במקרה לספר המסע. היא קראה את הספר מתחילתו ועד סופו בלי להניחו מידיה. היא התוודעה לתהליכים פשוטים ורבי-עוצמה שמכוונים אותנו להיפתח אל הפוטנציאל האמיתי שלנו, ולכלים המעשיים לשחרור חסימות שעלולות להעיב על הפוטנציאל הטבעי הזה. בעומק לבה קרלה ידעה שמתיו יוכל להפיק תועלת מעבודה זו, אם יסכים להתנסות בה. כשמצאה בסוף הספר את ההוראות המפרטות כיצד לעבוד עם ילדים, היתה נרגשת. "מה יש לי להפסיד?" חשבה, "כדאי לשאול את מתיו אם יהיה מוכן להתנסות בזה."

קרלה תיארה למתיו את המסע לילדים כאגדה קסומה או הרפתקה פנימית שלוקחת אותנו אל תוך חסימות רגשיות שמאוחסנות בגופנו. היא הסבירה לו שזה תהליך עדין ומרפא, ושאלה אם ירצה להתנסות בזה. מתיו משך בכתפיו. "בטח, למה לא?" הוא רצה לרצות את אמו, וגם קיווה בסתר לבו שזה באמת יעזור לו. קרלה פנתה שוב אל החלק בספר המפרט את תהליך הכניסה אל "זיכרונות תאיים" מסוימים – דפוסים מגבילים שמאוחסנים בתאי גופנו. בשביל מתיו התהליך היה פשוט באופן מפתיע. לא היו לו כל בעיות להתמקד או להקשיב, מפני שעבורו זה היה כמו להקשיב לסיפור מרתק או להרפתקה טובה לפני השינה. כולם אוהבים סיפור טוב, ובמיוחד ילדים.

תבונתו הפנימית של מתיו הובילה אותו אל המקום המדויק בו אוחסנה החסימה הרגשית. היא הדריכה אותו אל הזיכרון התאי המסוים בו התרחש ה'כיבו' המקורי: הדבר קרה כשהיה בן חמש, התחיל ללמוד בבית הספר ולמד את אותיות האלף-בית. באותו זמן איש לא ידע שמתיו סבל מבעיה אקוטית בראייה שלו – הוא לא ראה בבירור מקרוב. מאז היותו פעוט, בכל פעם שהניחו חפץ כלשהו ממש לנגד עיניו, הוא ראה אותו מטושטש ולא הצליח להתמקד בו. הוא מעולם לא דיבר על כך עם אמו, מפני שלא ידע שהדבר יוצא דופן. הוא לא ידע שהאחרים יכולים לראות דברים מקרוב בבהירות גמורה. שום בעיה לא התעוררה בשל כך, עד שהחל ללמוד בבית הספר ונדרש לכתוב את האותיות הראשונות על נייר. מתיו היה זקוק בדחיפות למשקפיים, אך איש לא ידע זאת: לא אמו, לא מורתו, אף לא מתיו עצמו.

מתיו המשיך לנסות לכתוב שוב ושוב את האות א', ולא הבין למה אינו מצליח בכך. בצדו השני של החדר, הרים חבר שלו את הדף והראה לכולם את האות המדויקת שכתב, בדיוק כמו זו הכתובה על הלוח. כאשר המורה ניגשה למתיו, היא ביקרה אותו, דרשה ממנו להשתפר, לשים לב ולדייק יותר.

ביום השלישי ללימוד האלף-בית, המורה היתה מאוכזבת מהתפקוד של מתיו. מדוע הוא לא מנסה אפילו? כל הילדים האחרים כבר ידעו לכתוב את האות א'. ברוב תסכול, היא משכה את דף הנייר מידו ודרשה ממנו לעמוד מול הכיתה. היא הרימה את הדף כך שכל הילדים יוכלו לראותו ואמרה, "הסתכלו בדף הזה. מתיו טיפש כל-כך עד שאינו יכול לכתוב את האות א'." כל הילדים צחקו, ובשביל מתיו הזמן עצר מלכת. מתיו קפא. הוא התבונן בחבריו שצחקו ולעגו לו, וההשפלה היתה צורבת. פניו להטו, בטנו התהפכה. הוא לא יכול היה לשאת זאת. משהו בתוכו כבה. הוא בנה חומה וסגר הכל מחוצה לה. הצחוק נמוג ברקע, הכל נהיה עמום, והוא הסיט את פניו וברח אל מחוץ לכיתה.

באותו אחר-צהריים, כשאמו אספה אותו מבית הספר, הוא היה שקט מהרגיל, וכשהיא שאלה אותו, "איך היה

היום בבית הספר?“, הוא רק השיב, “בסדר.” הוא התבייש לספר לה מה קרה. כולם חשבו אותו לטיפש, כל מי שנחשב בעיניו צחק עליו. ועכשיו הוא חסר תחושה בנוגע לכל זה. בתוכו קמה ועמדה חומה. הוא חש עצמו כבוי וסגור.

לאחר התקרית הזאת הוא כבר לא יכול היה להתרכז בבית הספר. לא היה אכפת לו מה אמרה המורה והוא לא רצה לשמוע. זה לא שינה בכל מקרה – הוא טיפש, אז למה לטרוח?

שלושה חודשים לאחר מכן, גילו שמתיו זקוק למשקפיים. אך הנזק כבר נגרם, ומתיו לא יכול היה למצוא דרך להתחבר באמת להנאות שבבית הספר ולהשתלב בלימודים בדרך בריאה – עד שעבר את תהליך המסע בפעם הראשונה.

כמו מתיו, לרובנו היו חוויות ילדות בהן חשנו אי-יכולת להתמודד. אני בטוחה שאתם יכולים לדמיין כמה קל להתכנס פנימה לנוכח השפלה כזו. סיפורו של מתיו יכול להיות הסיפור שלנו. ייתכן שבמקרה שלכם לא היה זה דף שהחזיקה המורה לפני כל הכיתה; ייתכן שלעגו לכם במגרש המשחקים או שלא הצלחתם להיכלל בנבחרת הספורט. איש מאיתנו לא אומן להתמודד עם מצבים כאלו. לעתים קרובות כל-כך מצאנו את עצמנו מסתגרים או מעמידים פנים שזה לא משנה, שוקעים בחוברת הצביעה או מסרבים לשחק עם ילדים אחרים, בעודנו חשים בדידות, ניכור, נידוי, ולא מוצאים דרך להתגבר על הכאב שלנו, או דרך להיכלל בין הילדים המקובלים.

בתהליך המסע שלו מתיו לא רק נגע בזיכרון הישן, אלא גם התמודד איתו, ולבסוף שחרר את כל כאב ההשפלה שנשא בקרבו במשך זמן רב כל-כך. הוא הבין שהמורה לא באמת חשבה שהוא טיפש; היא פשוט היתה מתוסכלת. היא לא ידעה שהוא זקוק למשקפיים; היא חשבה שהוא לא מתאמץ מספיק. עכשיו, כשהוא חש וביטא סוף סוף את כל הבושה והכאב שאוחסנו בתוכו, הוא גילה שקל לו לסלוח. אמו עשתה איתו את תהליך “התמרת הזיכרון”. בתהליך זה הוא חווה שוב בעיני רוחו את הזיכרון הישן, והקרין אותו על מסך. אחר כך הוא הקרין אותו שוב, אך הפעם ראה כיצד כל זה יכול היה לקרות אילו נמצא אז בסביבה תומכת ובריאה יותר מבחינה רגשית. (עוד על כך בפרק 9). הוא קיבל הרבה בלונים דמיוניים ובהם משאבים רגשיים. בלונים אלה העניקו לו את הכוחות הפנימיים שהיה זקוק להם בעת שחש השפלה. אמו העניקה לו בלון של ביטחון עצמי. הוא שאף בלון זה לקרבו עד שהוא מילא את כל גופו. אחר כך העניקה לו אמו סדרה שלמה של בלונים: אומץ, חוש הומור, ידע על התסכול של המורה, ידע על חבריו שאהבו אותו אך צחקו רק מפני שהמורה צחקה. הוא קיבל בלונים של הערכה עצמית, של אהבה עצמית, ושל יכולת להבין מה קרה. הוא קיבל גם בלון בעל כיפת בדולח שמאפשר לו מרחב מוגן, בכך שכל לעג יחליק ממנו, והוא יוכל להמשיך לשרות בשלווה בתוך הבלון. לבסוף, הוא קיבל את היכולת להתחבר עם חבריו. הוא נשם פנימה את כל התכונות הנפלאות האלו.

כשמתיו שחזר שוב את הזיכרון, בפעם השנייה עם כל בלוניו, הוא ראה כיצד אירוע זה היה מתרחש אילו כל אותם משאבים פנימיים היו לו אז. אומנם הוא עדיין נדרש לעמוד מול הכיתה, אך כשהמורה ביקרה את הדף שלו, הביקורת שלה החליקה מעליו והוא הבין שהיא פשוט היתה במצב רוח רע; היא גם לא ידעה שהוא זקוק למשקפיים. כאשר הוא התבונן בפניהם של הילדים הוא ראה שהם צוחקים איתו, לא עליו, וגם הוא פרץ בצחוק

מתגלגל – כשהוא צוחק על הדף שלו, ואומר איזה קשקוש גדול זה היה. אחר כך התבדח בקלות עם הילדים האחרים כשהם שיחקו יחד.

מתיו גילה בתהליך המסע שלו שהמורה פשוט לא הבינה שהוא זקוק למשקפיים – גם הוא עצמו לא ידע זאת באותו הזמן. עם ההבנה שאין לכך כל משמעות, כי כל חבריו חיבבו אותו, עם משקפיים או בלעדיהם, הוא יכול היה לסלוח למורתו ולילדים. המסע שלו הסתיים לאחר כעשרים דקות. הוא פקח את עיניו, התבונן באמו, ומבטו היה בהיר כפי שלא היה זה זמן רב.

בסוף אותו שבוע, מתיו קיבל בפעם הראשונה ציון 'טוב מאוד', ובחודשים הבאים הפך לתלמיד המצטיין בכיתתו.

קרלה היתה נרגשת ושמחה לאין קץ כשכתבה לי שמתיו מתפקד מצוין בבית הספר – לא נותר זכר להפרעת הקשב והריכוז ולדיסלקציה.