

סמדר סלטון

המסע המופלא

באוסטרליה מלמדים את השיטה שלה בבתי ספר, בדרום אפריקה מטפלים בהשראתה בסרטן • כתבתנו פגשה את ברנדון בייס, מחברת "המסע", וחזרה בנאדם אחר

ברנדון בייס. נרפאה מהסרטן בשיטות טבעיות
צילום: יהושע יוסף



ועד האשמה, שיפוט, כעס, הטחה ועוד. מי שסובל זה אנחנו והסביבה הקרובה לנו ביותר, שנאלצת לספוג הכל ושלעיתים אנו חוסמים עצמנו מפניה."

בייס מביאה את משל היהלום, שאותו היא מציגה גם בספר: "כשאנחנו נולדים אנחנו יהלום טהור. עם השנים, אנחנו מכסים את היהלום בשכבות של בוץ ולכלוך, תוצר של חוויות וששיתקו אותנו מפחד, מבושה, מעלבון או מנטישה. בסוף, אנחנו מצפים את כל השכבות בלק מבריק כדי שניראה טוב כלפי חוץ. אנשים עושים כל שביכולתם כדי להציג לעולם מראית עין של הצלחה, אך אצל רבים מהם נמצאים מתחת אותם רגשות מורחקים. במסע אני חנו פותחים דלת בשריון, יורדים בשכבות הרגש עד שאנו מגיעים לנוכחות חסרת הגבולות של הנשמה – אל היהלום הטבעי. רק מכאן אפשר להתעורר לחיים בכל מובן."

ברנדון בייס תשוב לישראל בחודש אוקטובר. פרטים באתר: www.thejourney.co.il



וחוקר אותו מדעית, גילה כי אף שה תאים בגופנו מתחדשים, קיים זיכרון תאי שעובר בכל פעם מהתאים הישנים לתאים החדשים ולכן לא עוזב את גופנו. במחקרו הוא מצא כי ריפוי עצמי התבצע כאשר אנשים הצליחו לגלות את הזיכרונות התאיים הללו ולשחרר אותם. המסע הוא למעשה מסע בתוכנו, לאיתור ולשחרור אותם זיכרונות חסימות תאיות שנוצרו בגוף בשל רגשות שהרחקנו ודיכאנו."

משל היהלום

כשאני מציינת לפניה כי עבור אנשים רבים הרחיקה מהווה מנגנון הגנה מוצלת, ולאחרונה אפילו צצו מחקרים שתומכים בכך, היא אומרת כי אינספור מחד קרים הוכיחו גם ההפך, בעיקר כשהשפעה נבדקת לטווח ארוך. "כשאנחנו חיים במשך עשרות שנים עם רגשות מורחקים אנחנו נושאים אותם איתנו כל יום. אצל כל אדם הם יכולים לבוא לידי ביטוי בצורות שונות: מרגישות יתר, בושה, רגשות אשם ועלבון –

מחוז ויקטוריה שבאוסטרליה שיטת "המסע" של ברנדון בייס נכנסה לתוכנית הלימוד בבתי הספר היסודיים לאחר ששרת החינוך של המחוז השתתפה בסדנה. כתוצאה מכך, הילדים התחילו לבטא את רגשותיהם, וציוניהם השתפרו בכ-25 אחוזים. בדרום אפריקה אחיות במרכזים לטיפול בסרטן מיישמות את השיטה על חולים, לצד טיפולי הכימותרפיה וההקרנות. רופאים ופסיכולוגים רבים שהתנסו בשיטה אימצו אותה ככלי משלים לטיפול הפסיכולוגי או הרפואי, והיא מיושמת במרכזים לנפגעי תקיפה מינית ולטיי פול בהתמכרויות. סדנאות בשיטת המסע בהנחייתה של ברנדון בייס (56 נודדות במהלך העשור האחרון ב-30 מדינות ברחבי העולם, מלמדות מאות אלפי אנשים להשתחרר ממחסומים רגשיים מעכבים ולהתחבר לאמת הפנימית העמוקה שלהם.

בישראל השיטה עדיין חדשה. ספרה רב המכר של בייס, "המסע", המגולל את סיפורה האישי על ריפוי עצמי של גידול ענק ברחמה וכולל הסבר על השיטה, יצא לאור בישראל רק לפני כשנה בהוצאת פראג. אז גם הגיעה בייס לארץ לסדנה ראשונה, שבה השתתפו כ-400 ישראלים, מתוכם 38 החלו במסלול הכשרה למטפלים. בחודש שעבר הגיעה בייס בשנית לישראל, לסדנה נוספת בת שלושה ימים. יום לפני הסדנה פגשתי אותה לראיון.

כך נרפאתי כלי

היא בלונדינית וקטנה, עם חיוך ענק ושמתחיים, עיני תכלת מנצנצות וקול שלעיתים קרובות רועד מהתרגשות. בייס היא ילידת ניו יורק, אם לשניים וסבתא לשניים, ונשואה בשנית לקווין שעומו היא חיה בבריטניה. במשך שנים רבות עסקה בטיפול הוליסטי, חיה בריא ואכלה בריא, ולמרות זאת לפני כ-15 שנים אובחן ברחמה גידול. היא בחרה לנסות במשך חודש לטפל בו בשיטות טבעיות, תוך שהיא מגיעה לביקורת אצל הרופאה האישית שליוותה אותה. לאחר שישה שבועות היא נרפאה כלי, ללא טיפול תרופתי או ניתוח. תפקיד גדול בריפוי שלה היה למסע הגילוי העצמי שעברה, ושהווה בסיס לשיטה שפיתחה בהמשך.

"בכל פעם שאנו חשים במהלך החיים רגש חזק ואנו בוחרים לרכא אותו במקום לשחרר אותו, משתחררים חומרים כימיים לתאים מסוימים בגוף חוסמים אותם", מסבירה בייס את הרעיון העומד בבסיס השיטה. "ד"ר דיפאק צ'ופרה, שעוסק הרבה בנושא הריפוי התאי

התנסות אישית

עוצמתי ומרגש

האפשרות חוויתי אותה במלוא העוצמה, מהתהום ועד פיסגת האושר. בלי ניתוח שכלתני, רק רגשות שהגיעו ממחוזות ילדות רחוקים; "מפגש" עתיד אמוציות עם האנשים אשר השפיעו על האמונות ודפוסי ההתנהלות שלי, שבסופו, למרבה הפלא, גם סליחה גדולה ואמיתית והצפה של אהבה.

אחרי שלושה ימים כאלה עיניים רבות זהרו בתום המסע, ושלי ביניהן. אלא שבשבועות שלאחר מכן חוויתי תחושות בלבול, עצב ואפילו כאבים פיזיים. אורן הלפרן המופלאה, מטפלת במסלול ההכשרה של בייס שהשתתפה כמסייעת בסדנה, הסבירה לי שגופי עדיין בתהליך אינטגרציה והכלה של כל מה שחוויתי, שזהו המשך טבעי של הריפוי. חודש חלף מאז, ואני מרגישה כמו מישהי שמתרגלת לאיטה לראות את העולם ואת האנשים שבו בצורה אחרת. יותר רכה, פחות ביקורתית, ובעיקר פחות פגיעה ונעלבת.

עד לבוקר שבו החלה סדנת המסע של ברנדון בייס בישראל, לא הייתי בטוחה שאשתתף בה. הרגשתי כמו אשפוז מרצון לניתוח שאינו הכרחי וש במהלכו אני עלולה להתפרק. בסוף התייצבתי בכל זאת – שילוב של סקרנות, רחף עיתונאי וכנראה גם צורך אישי מבעבע. כשראיתי את חבילות הטישו שפורזו ברחבי האולם הרחב במלון דניאל, אחו בי שוב פיק ברכיים, שנגרע רק כשבייס עלתה לבמה והחלה לספר את סיפורה ואת סיפור השיטה.

בין חיוך לרמץ הקשבנו לה מרותקים וביצענו בהנחייתה מדיטציות קצרות שלוו במוסיקה מררמת. ה"עבודה" התחילה רק בחלקו השני של היום, כשהתחלקנו לזוגות והכנו למטפלים ולמטופלים. זו היתה ההתנסות הראשונה שלנו בחשיפת הזיכרונות ובטיפול בהם, כשמנחים ישראלים מסתובבים ומסייעים. את סחרחרת הרגשות שעברה עלי קשה לתאר במילים. דומה שנגעתי בכל קשת הרגשות