



תמלול הדגמה מאסטרקלאס

שיחה טיפולית

ממציאות מוגנת להתמודדות אמיתית

אנאבלה: יש לנו אורחת מבחוץ, נכון? את האחות של אחד המשתתפים, הוזמנת לכאן אורית.
אורית: נכון, נעים מאוד, ערב טוב לכולם, תודה שאתן מארחות אותי.
אנאבלה: תודה שבאת.

אוקיי, אז בטח הסבירו לך איך זה עובד, אנחנו בייעוץ חד פעמי ממוקד. ולשם כך אני אשמח
קודם כל קצת להכיר, להתמקם בזמן ובמרחב, בת כמה את? מה את עושה? עם מי את גרה?
וכמובן מה הביא אותך לפגישה הזאת ועם מה את היית רוצה לצאת.

אורית: אוקיי, אני בת 52, נשואה עם שלושה ילדים.

אנאבלה: נשואה ל?

אורית: אהרון.

אנאבלה: שהוא בן?

אורית: 59.

אנאבלה: כמה זמן אתם נשואים?

אורית: נישואים, 24 שנה.

אנאבלה: גילי הילדים?

אורית: גילי הילדים- יש לי בן 21, ילדה בת 17, ילדה בת 15. שתי ילדות גילי התבגרות בבית
ואחד בצבא.

אנאבלה: איזה כיף.. ובמה את עוסקת?

אורית: למדתי הילינג, הדרך שלי היא דרך רוחנית ושל התפתחות, ואני לא עוסקת בזה, זה דרך
חיים. בשנתיים האחרונות עבדתי בתחום של תיירות, במשרד קטן שמתעסק עם תיירות של
צליינים שמגיעים לארץ, כל האופרציה.

כרגע אני בחצי משרה, אני משלימה אצל אח שלי עבודה, בגלל המלחמה נטרפו הקלפים מחדש.
אחת הסיבות שבעצם רציתי את הטיפול, בגלל המהפך המטורף בשלוש השנים האחרונות, זה רק
ממשיך וממשיך לקרות, זה בעיקר מבחינת עבודה וכסף, אבל זו טלטלה מאוד מאוד קיצונית.
אנאבלה: את רוצה לספר?

אורית: כן, אני, לפני שלוש שנים נכנסנו לתהליך של פשיטת רגל. מאז אנחנו בתהליך, עד לפני זה לא הייתי זקוקה לפרנסה אני באופן אישי, התעסקתי בכל מיני דברים. היה לי חלום, כתבתי ספר, רציתי להוציא אותו לאור, התעסקתי בזה, התעסקתי בחלומות. התעסקתי בחלומות, ברצון להגשים את עצמי בדברים כאלה, בדרך שלי, בדרך התפתחות, מאוד בעולם הפנימי, בעולם של ריפוי, זאת אומרת המון מקום לנפש, כאלה דברים.

אנאבלה: מאז ומתמיד? או מאז שהתחתנת? כל השנים הבוגרים?

אורית: כן, כל החיים שלי זה היה זיקה, וזה מה שעשיתי, ואחרי הצבא למדתי הילינג במכללת לוסקי, ואחרי זה למדתי כל מיני קורסים, כל הזמן התעסקתי בזה, דרך חיים כזאת, של כל הזמן בעצם מה שמעניין אותי זה ההתפתחות והנפש, הרבה בנפש. הרבה עבודת ריפוי בנפש גם אני עושה.

עבודה רגשית מאוד עמוקה, אז הייתי עסוקה בזה, זה היה החיים שלי. ותוך כדי גם כתבתי ספר, ספר ילדים נוער, שאיתו רציתי לצאת לעולם, מבחינתי זה היה מתנת חיי. באמת השקעתי את כל כולי בזה, עם רצון מאוד מאוד להצליח. קיבלתי את כל התמיכה, גם הכלכלית וגם הנפשית וגם כל הדברים האלה, והייתי בטוחה שברגע האמת אני אעמוד בזכות עצמי עם הספר, וכל העולם יפתח בפניי. ועשיתי מהלכים, תרגמתי גם את הספר לאנגלית, עבדתי עם מישהו מארצות הברית, לא הלך. ובדיוק כשזה לא הלך, שקיבלתי את התשובה האחרונה, שאין כן מהוצאות ספרים, בדיוק אז גם קרסנו כלכלית.

אז אני חושבת שזה קרה בו זמנית, מאוד משפיע על כל המהלך האירועים. כי מלבד הקטע של הקריסה הכלכלית, בעצם גם נשבר לי האמון בי ובדרך. זה קרה ביחד. ומאותו רגע בעצם מצאתי את עצמי נזרקת לעולם, אבל בלי תואר, הלכתי בדרך מאוד פתוחה של ללמוד דברים וקורסים וזה, ולא התמקצעתי.

נזרקתי לעולם ולהתחיל מההתחלה, בעצם. התחלתי לעבוד, בארגון רוחני, עבדתי שם ואז הם שינו את הפורמט שלהם, ונאלצתי למצוא עבודה חדשה, מצאתי את העבודה בתיירות, שזה היה מבחינתי בהתחלה למכות את נפשי לשטן, ככה ראיתי את זה.

לא העבודה עצמה, אלא זה שאני צריכה לעבוד מ 9:00 עד 17:00, לעבוד אצל מישהו, לא לדבר על רגשות, לא לדבר על הרוח, הכי down to earth, הכי לשבת מול מחשב. וקרה לי מהפך, אני מאוד אוהבת העבודה שם, יש לי בוס מדהים, שממנו למדתי לאהוב מחדש, למדתי שפה חדשה של אהבה.

אנאבלה: אתה אוהבת ללמוד...

אורית: זה לא היה קל, לא היה קל להכניע אותי, אבל כן.

אנאבלה: להכניע?

אורית: להכניע, היה צריך להכניע, כן. היה כאילו ללמוד מחדש.

אנאבלה: לאתגר, להביא אותך למצב של אין ברירה כזה.

אורית: כן, כן, ממש. זחלתי! למדתי להתחיל להסתכל גם על איכויות שאני מגדירה אותן זכריות.

של כסף, עבודה, דברים פעלתנים, יוזמתיים וכאלה, להסתכל עליהם קצת באופן חיובי ולא רק

שלילי. זה תמיד היה רתיעה הרצון שלי לשמור ולהגן על העולם הנפשי והרגשי מאוד מאוד חזק,

כי העולם השני הוא לא תקין מבחינתי.

אנאבלה: וואו. זה הרבה מרגש מה שאת אומרת, שלפעמים הריפוי מגיע בדרכים לא צפויות.

אורית: ממש לא צפוי. וכן, באמת תהליך מדהים. אני אומר תהליך מדהים, באמת זה לא היה קל.

אבל! ולשם ככה אנחנו פה. עשיתי את התהליך הזה, וגם כמה דברים קרו במהלך:

א', מבחינה כלכלית אנחנו לא מצליחים לעמוד על הרגליים עדיין. זאת אומרת, זה לא מספיק.

ואני צריכה כל הזמן למצוא עוד נתיבים כלכליים, וקשה לי לפרוץ את זה, כי אני נמצאת בנקודה

שאני אומרת, את הדבר שהכי רציתי לתת, שזה מבחינתי הספר, ניסיתי ולא עבד.

אז כאילו אין לי חלום. החלום שלי נגוז. אז קשה לי לנתב משהו, ליזום משהו חדש. וגם אין לי

כוח למשהו באוויר, אין לי כוח למשהו שהוא לא יציב, אין לי כוח להניע, כאילו משהו שעצמאית,

אין לי כוח לזה. בא לי יציבות, הכנסה גדולה עכשיו. כאילו אני לא יכולה כבר להתמהמה במקום

הזה, משום בחינה, לא מבחינה נפשית, לא מבחינה כלכלית, שום בחינה, כאילו זה מאוד מאוד

ברור לי.

לצד זה נכנסה המלחמה, ויצאתי לחל"ת בהתחלה, אחרי זה הבוס החזיר אותי, עכשיו אני בחצי

משרה, שגם הוא הקצה לי את זה בעצם לספטמבר או אוקטובר, כי הוא גם מאוד לא רוצה

להיפרד ממני, אבל כנראה שסוף אוקטובר נאלץ להיפרד כרגע, כי פשוט המלחמה לא נגמרת,

ואין עבודה, אפס עבודה. כלומר כרגע הוא משלם את המשכורת בלי שאני ממש עובדת. זה

מעמת אותי עוד פעם בנקודה שבה אני צריכה למצוא מחדש, גם עבודה, גם האוטו מהעבודה, גם

אני במצב כלכלי לא טוב, וגם בתוך כל המהפך הזה שקרה לי, מהדמות שהייתי לדמות החדשה,

נוצר גם משבר ביני לבן בעלי.

אז אני ובעלי גם ניצבים כרגע, זו נקודת מוצא שאני יזמתי אותה, לעשות הפסקה או לעשות רגע

זום אוטו ביני לבנו, ואנחנו אנשים מאוד מחוברים באופן עקרוני, אחד לשני גם, יש בינינו יחסי

קרבה מאוד עמוקים, גם הוא בדרך שלי. זה לא על רקע של מלחמות או מאבקים או שנאה, ממש

לא, אבל זה מה שיש על הפרק, אז אני כרגע בסוג של התמוטטות, אני לא מרגישה שאני

מתמוטטת, אבל הרבה דברים קורסים ואני צריכה לגייס כוחות, וגם להבין לאן פניי מועדות, מה

הלאה.

אנאבלה: אז איפה הוא עומד, היה לו עסק ומשהו השתבש שם קשות?
אורית: לא. זה לא היה עסק, הוא תמיד עבד, היה לנו פשוט מקורות פתיחה מהמשפחה שלו מאוד גדולים, שנגמרו, אז אנחנו חיינו לפי רמה מסוימת, ואז נגמר.
גם הוא בדרך רוחנית, מאוד מתפתח בקטע הזה, אבל גם הוא אין לו נתיב של קריירה, אותו גם זה לא עניין נתיב של קריירה אף פעם, אותי כן עניין, אבל אני חשבתי שהקריירה שלי זה בכתיבה, בספר. אז זה לא מעסק. הוא תמיד יותר פסיבי, מכיל, מבין, הוא בן אדם הכי תומך נפשית שאפשר.

אנאבלה: היום הוא עובד?

אורית: עובד, עובד אבל בעבודה שלו לא מכניסה מספיק כסף, ואין לו את המוטיבציה הזאת לפרוץ את זה כמו שאני.
הוא בן אדם יותר פסיבי, אבל גם יש לו את הדרך שלו, אני לא רוצה יותר מדי לדבר עליו, כי זה עדיין דרך האינטרפרטציה שלי עליו, הוא בן אדם מיוחד, לא סתם נפגשנו ובנינו בית ביחד.
אבל אני פשוט נמצאת בנקודה, שפתאום האיכויות האלה, הזכריות, שהבוס שלי הביא אותם לחיים שלי באיזה שהיא דרך, פתאום למדתי לאהוב אותם ולכבד אותם, ולקבל אותם. פתאום ראיתי איך זה מרגיע אותי, איך זה מקל עליי, איך זה אני שנייה רגע יכולה לנוח, איך זה מאזן אותי רגשית גם, זאת אומרת הרבה דברים פתאום, כשתכליתית מסתדרים, אז מבחינה רגשית הרבה אין לי את התנודות, התנודות הן פחות חזקות, אז למדתי שפה אחרת, ופתאום אני מבינה שהרבה שנים נמנעתי מהאיכויות האלה.

אנאבלה: ובעצם מה שאת מצפה שגם הוא יעשה את הצעד הזה? או שהיית רוצה שהוא יהיה יותר אקטיבי? יוזם אחריות, ועל רקע זה את רוצה לעשות הפסקה?
אורית: כן, בדיוק. אני מרגישה שאני חייתי כל החיים, בלי איכויות כאלה, לא קיבלתי אותם, גם לא מאבא שלי, זאת אומרת, נמנעתי לקבל אותם מאבא שלי, לאבא שלי יש אותם, אבל הוא הביא חבילה אחרת, אז נמנעתי לקבל אותם. וזה היה איזה מקום כזה, שאני אומרת, אף אחד לא יחליט עליי. השלוש שנים האחרונות שברו לי הרבה מחסומים במקום הזה, פתחו אותי למשהו חדש, ועכשיו אני רואה כמה זה חסר לי, כמה אני זקוקה לזה. אז זה קשה, זה קשה לזהות כמה יש לי צורך שם, יש לי צורך, ואני לא רוצה לוותר על הצורך הזה יותר, אני לא רוצה.

אנאבלה: נשמע שאת גם לא יכולה להרשות לעצמך על מה היית רוצה.

אורית: בדיוק, זה צורך גם קיומי.

אנאבלה: אורית, איפה את בסדר הלידה בין האחים?

אורית: אמצעית, סנדוויץ'.

אנאבלה: מה הפרש בינך לבין אחים, ואחיות מעל ומתחת?

אורית: אחותי הבכורה, גדולה ממני בחמש שנים, אחי קטן ממני בשנתיים וקצת.

אנאבלה: ומה היית רוצה שיקרה בשיחה הזאת?

אורית: אני חשבתי על זה הרבה, שאלתי את עצמי מה אני רוצה? הרח זה לא קסם, אבל כן, אני רוצה איזה סוג של קסם. אני רוצה, אני רוצה להיות חופשיה מהמאבק שיש לי, אני מרגישה שיש לי מאבק הרבה זמן, ואין לי כוח יותר.

אנאבלה: המאבק מול מה, נגד מה, או בין מה למה?

אורית: המאבק בין הרצון שלי בעצמאות, לבין הרצון שלי לקבל איך אני אסביר את זה, זה קצת מבלבל אותי להסביר את זה...

אנאבלה: את יכולה לתת דוגמה? איך זה נראה? למשל דוגמה שמייצגת את המאבק הזה?

אורית: בפשטות של הדברים, אני לא יודעת כדוגמה, אבל בפשטות של הדברים אני מאוד רוצה להרוויח הרבה כסף, אני רוצה לעבור בזכות עצמי, יש לי הרבה יכולות, זה ברור לי, אני רוצה לפרוץ ולהצליח, ובאמת לצאת מהישרדות כלכלית, שזה צד אחד. מצד שני, יש לי רצון למלא את החסך של דמות זכרית שתיתן לי גם, שיהיה לי את הגב הזה, שיהיה לי את תחושת הביטחון הזאת. עשה תחושת ביטחון, יציבות.

אנאבלה: שזה משהו שהרגשת את לפני שלוש שנים למעשה? כאילו ככה זה היה?

אורית: כן ולא, כן ברמה מסוימת, אבל אני עכשיו מבינה שלא. לא עד הסוף.

זאת אומרת זה היה כן, אבל לא מוחלט, ואני כל הזמן הייתי באיזה סטרייבים להגיע לזה. די עם הקושי, די, אני רוצה שיהיה לי קל, אני רוצה קצת לנוח, אני רוצה להנות, אני מוכנה לתת, תמיד אני מוכנה לתת, אבל אני רוצה תמורה, אני רוצה להרוויח טוב, טוב מאוד. אני רוצה לפרוץ את המקום הזה, ומצד שני אני רק מגלה עוד יותר כמה אני רוצה לקבל, כמה יש לי חוסר באיכויות מסוימות שחסרות לי. התנהלתי איתם בעולם הרבה זמן בלי, אבל אני לא יכולה יותר בלי, אני לא יכולה. אז זה קצת מפחיד, זה כאילו רצון בעצמאות, ומצד שני זה סוג של תלות. אני מחפשת את התלות הבריאה. שיש איזה סוג של הדדיות של הזנה, ולא תלותיות או עצמאות יתר. לא עצמאות שהיא מגננה אם אין לי מי לי, ומצד שני תלותיות שהיא חוסר מסוגלות שלי.

אנאבלה: אם נניח לא היה מאבק כזה, אז מה זה היה מאפשר לך? מה היית עושה אחרת?

אורית: אני לא יודעת מה הייתי עושה, אבל לא הייתי כל כך מפחדת. כאילו, עכשיו שאני נמצאת בנקודה שאני צריכה למצוא עבודה חדשה, אני מפחדת. אני מפחדת.

וזה לא נעים לי, זה כאילו תחושה שהיא לא נעימה לי, החיפוש הזה, יש לי התנגדות לזה, זה קשה לי. זה לא נעים לי, אני לא מוצאת משהו שמוצא חן בעיניי, זה נראה לי סזיפי. אז אני צריכה למצוא מה מתאים לי, ושום דבר זה לא חזון שלי. אז זה קשה לי מאוד כאילו להתאים את עצמי, למצוא דרך. אני לא רוצה משהו סזיפי מדי שיוריד אותי, אני רוצה משהו שיכבד אותי מבחינה כלכלית. אז אני אפשר להסתבך בראש, זה מכביד עליי. אני בטוחה שכל בן אדם שמחפש עבודה זה לא חוויה הכי נעימה, אבל זה כמו משקולת כזאת, עוד פעם להציע את עצמי, עוד פעם לחפש את עצמי, עוד פעם לנסות למצוא את עצמי. וואו, אין לי כוח לזה. בכנות אין לי כוח לזה.

אנאבלה: איך הילדים, עם כל הדרמה שקרת וקוראת במשפחה?

אורית: תראי, לגביי ולגבי בעלי הם לא מעורבים, זה לא פתוח, זה לא פתוח. זה בני לבן בעלי. לגבי העניין הכלכלי, מאוד קשה להם. אנחנו כבר בתהליך כבר הרבה זמן, אז הם כבר פחות או יותר, הם מתנהלים בתוך הדבר הזה, אבל זו איזו טלטלה מאוד גדולה הגורה. זאת אומרת, אני בטוחה שזה תשומת דרכים ששינתה את מסלול חייהם מבפנים ומבחוץ לנצח. אין ספק. אנאבלה: ואיך את רואה כאילו שהם עושים, הם למשל יוצאים יותר לעבוד, לעשות בייביסיטר, להרוויח דמי כיסאו אחר? אורית: הם עובדים. הבן שלי הוא חייל, אבל לפני שהוא היה חייל, הוא גם עבד. הוא לא לוקח מאיתנו כספים, אנאבלה: הוא מבין. אורית: בת שלי, יש בת 17 עובדת. מתמרנת בין לעבוד לבין לקחת מאיתנו. הקטנה מנסה, היא בת 15, אז היא התחילה לעבוד וכל מיני זה, אבל זה עוד גבולי לה. בעיקר יותר התלונות שלהם, הקושי שלהם, הטענות שלהם, האשמות שלהם, שאותן הרבה אני סופגת כמובן. אז יש הרבה מאבקי כוח, הרבה תרוננייה, הרבה כעס עלינו, עליי. אנאבלה: עלייך דווקא? אורית: עליי, כן. אנאבלה: איך? אני מבינה שאת לא היית אחראית על הכספים. אורית: עליו. עליי, זה לא משנה, כי א', אני נותנת להם איזה מקום של לבוא ולשפוך את זה עליי, זה אני גם.

וגם, זה גם חלק מהנרטיב המשפחתי, שהם עם בעלי לא מדברים,, זה לא שהם לא מדברים איתו, בעלי בין אדם רך, זה לא שהם מפחדים ממנו, אבל הוא זה שנוקט עמדה, הוא לא זה שנוקט, אז הם באים אליי. אני הדמות מתמודדת עם הדבר הזה בפועל מולם, ואני זאת שעונה, ואני זאת שמנסה להסביר, ואני זאת שמנהלת דיאלוג שם.

אז הם מנסים דרכי לבטא את הקושי שלהם.

אנאבלה: טוב, בואי נשאל כמה שאלות על הילדות, אני רוצה לנסות לראות האם אני מצליחה ליצור איזשהו גשר בין הקושי הספציפי כפי שאת חווה אותו, לבין איזה מסר שיש בילדות בשבילך היום, כדי לעזור לך במסע הזה.

אז אנחנו הולכים לנופי ילדות? איפה גדלת?

אורית: גדלתי בקריות בקריית ביאליק.

אנאבלה: ספרי טיפונת על המשפחה, האווירה, הורים, מאיפה באו, מה הם עשו?

אורית: אבא שלי היה סוכן ביטוח, אמא שלי הייתה עקרת בית. גם הייתה עושה כל מיני דברים, החלוקה הייתה מאוד ברורה. מבחינת תפקידים.

אנאבלה: אז היא עושה כל מיני דברים מבחינת עבודה?

אורית: הייתה יוצרת, היא עושה דברים בבית, אבל לא עבדה בחוץ, עבדה איתנו. עבודה שלה הייתה לטפל בנו.

הייתה לה פעם אחת חנות בגדים, שהיא תפרה בגדים איזה תקופה, אחרי זה לא כאילו ככה כזה, אבל זה לא היה מעניין. אמא שלי הייתה מאוד מסורה לנו ולבית ולמשפחה.

אנאבלה: איך חווית אותה כילדה? איזה אימא הייתה?

אורית: אני הייתי צמודה אליה, אני הייתי ילדה של אימא. הייתי צמודה אליה, הייתי קצת נחבטת על הכלים, בתור ילדה קטנה. הייתי מאוד צמודה לסינר, עדינה.

אבא שלי לא היה לי קשר איתו יותר מדי. מבחינה רגשית.

אנאבלה: ספרי לי קצת על מה הייתה החוויה של אבא? אחותך הייתה יותר קשורה אליו?

אורית: אחותי והוא זה צמד חמד. יש להם בונדין מאוד חזק, לטוב ולרע. מאוד צמודים, קצת לא

היה לי מקום לשם אפילו, ואחריי בא אח שלי, שאבא שלי מאוד חיכה לבן, אז היה לו את

הבונדין איתו, ואני הייתי בת עדינה כזאת, אני נמוכה, אבא שלי מטר שמונים, מטר תשעים

כמעט. אני רגשות וזה, אבא שלי רק תכליתי. שמן ומים, אין חיבור. ואני הייתי מתחבאת מאחורי

הסינר של אבא שלי. אבא שלי רעשני, קולני, כזה, out going, אני הייתי בן אדם מופנם, עדינה,

לא עבד ביחד.

אנאבלה: מי משני אחים היה הכי שונה ממך בילדות?

אורית: הכי שונה ממני בילדות? אחותי.

אנאבלה: במה?

אורית: אני לא יודעת אם זה בילדות, כי אני זוכרת, אני יודעת אותה עכשיו. היא פשוט הייתה יותר קרובה לאבא שלי. יש בה משהו יותר זכרי.

אנאבלה: זאת אומרת שהייתה ילדה יותר ילדה מעשית או רציונלית?

אורית: כן, היא יותר מעשית לא, היא גם מאוד רגשית, אבל היא מעשית כזאת, היא הייתה עוזרת לאמא שלי לנקות את הבית, היא הייתה מבשלת, עד היום היא מבשלת, היא מתקתקת, כאילו, כל מיני דברים כאלה, אני לא... היא לקחה את כל התפקידים האלה, אני לא עשיתי אף אחד מהתפקידים האלה. והיא גם לקחה אותי תחת חסותה, היא מאוד אהבה אותי, אחותי לקחה אותי גם תחת חסותה. היא מאוד רצתה אחות ואז היא חיכתה שתיוולד אחות. אז כשנולדתי ממש כאילו כל מקום רצה לה שאני אבוא, הייתה מאוד עליי, אבל זה היה לי טוב שהייתי ילדה, אבל אחרי זה מרדתי וזה לא היה לי כוח, זה היה כאילו, היה לי שלושה הורים עליי, באיזשהו שלב מרדתי ביג טיים.

אנאבלה: יותר מאוחר אבל.

אורית: כן, יותר מאוחר.

אנאבלה: שבמה התבטא המרד הזה?

אורית: קודם כל, בגיל ההתבגרות כבר הייתי מאוד פראית. אף אחד לא אומר לי כלום, אין עם מי לדבד, אני אעשה מה שאני רוצה, ככה ביג טיים. אני הראשונה במשפחה שגם באתי בטענות להורים. אני זאתי שאמרתי דברים לא יפים להורים, זה שהם לא מתנהגים בסדר או מה לא בסדר. אנאבלה: מה היו הטענות אם היינו מגישים תלונות לפניו הציבור? מה התלונות? אורית: שהם לא קשובים אליי, שהם משתלטים, שאף פעם הם לא הבינו אותי, כל מיני דברים כאלה. אנאבלה: איך היה לך במסגרות, גן, בית ספר?

אורית: המעבר לגן היה לא קל, אני כל יום הייתי הולכת לגן, וכל יום הם מחזירים אותי הביתה, כי לא הייתי מוכנה להיפרד. זה סיפור כזה ידוע במשפחה שאחותי הייתה באה לבית ספר, כל פעם הייתה אומרת בבית ספר, היום אחותי הולכת לגן פעם ראשונה, וככה זה היה במשך חודשיים. בסוף הגננת באה אלינו הביתה, ועשה איתי בונדינג, ואז הלכתי ככה בקלות. ברגע שהיה בונדינג, נפרדתי.

כי ברגע שיש בונדינג אני אין בעיה. וזהו, ואז בגן פרחתי, לפני שעליתי לכיתה א', אמא שלי מאוד חשישה, ואז היא הלכה לדבר עם המורה, ואז המורה קיבלה אותי, ואחרי חודש היא אמרה לאמא שלי, אני לא מבינה מה את מדברת, הייתי תלמידה מצטיינת גם בבית ספר, הייתי הכי מקובלת, הייתי מלכת הכיתה, הכל עשיתי V, בבית ספר יסודי.

אז פרחתי מכל הבחינות ברמה הזאתי, אבל בגיל ההתבגרות קרסתי, זה לא היה נכון, בגיל ההתבגרות, הייתי מאוד פרפקציוניסטית, אם הייתי מקבל 90 במבחן הייתי בוכה, הייתי רגילה לקבל 100, הייתי רגילה להיות הכי טובה בהכול, בגיל ההתבגרות, כיתה ז', לא יכולתי לעמוד בזה, לא רציתי לעמוד בזה, היה איזה תדמית וציפייה ממני, מאוד מאוד גדולה, ניערתי את זה מעליי באיזשהי צורה, מול המשפחה, מול הבית ספר, ברכתי מהבית פעם, חפשו אותי, עשיתי הרבה

בלאגנים, מרדתי בזה מאוד, הייתי במצוקה גדולה, וגם במקום הזה הרגעתי של, זאת אומרת נתנו לי, מאותו רגע נתנו לי המון מרחב, אבל לא, אבל אני נשארתי לבד, מבחינתי, זאת אומרת נתנו לי מרחב, לא התעסקו איתי, לא דיברו איתי, לא אמרו לי מה לעשות, נתנו לי בקצב שלי, אבל מצד שני, גם לא טווחו לי, לא נתנו לי.

אנאבלה: לכי תתווכחי למתבגרת כאילו. (בהומור)

אורית: כן

אנאבלה: איך הכרת את בעלך?

אורית: רגע, לפני שאני אומרת את זה, עוד משהו חשוב לדעת, בשביל הרצף, ששנה אחרי זה ההורים שלי קרסו כלכלית, ואז עברנו לאילת.

אנאבלה: עברתם ל?

אורית:אילת. זה הייתה קריסה כלכלית של המשפחה, ואז עברנו לאילת, אני מאוד שמחתי, לי זה נתן חופש, אבל כמובן יש לי את ההשלכות של זה, בת 15.

אנאבלה:ומה היה הרקע של הקריסה הזו?

אורית:התנהלות לא נכונה של אבא שלי.

אנאבלה: הוא היה בעצם לא עסק עם הביטוח?

אורית:כן, כן, הוא פשוט, הוא לא בן אדם אמין אבא שלי, הוא הסתבך.

אנאבלה: ומה קרה אחרי הקריסה? איך הם התמודדו?

אורית: עברנו לאילת. הם עברו לאילת בגלל שאני הצעתי את אילת. עברנו מחוסרי כל, והם התחילו לבנות את עצמם מחדש.

אנאבלה: מה עשו?

אורית: לא, אבא שלי נשאר נהג מונית, כל הזמן, אמא שלי לעומת זאת יצאה מהבית, התחילה

לעבוד, התחילה להתנדב, המון שנים ניהלה את מועדון השישים פלוס באילת, עבודה עם

קשישים, עבודה של שליחות, מאוד תרמה, נתנה מעצמה, המון, באמת, היה לה זה, עבודת קודש כזאת שהיא עשתה.

אנאבלה: בעצם, יש סיפורים מאוד מקבילים בין מה שחווית כילדה להיום.

אורית: נכון, לגמרי. זה להתקיים, להתפרנס. כן, הם עמדו, הם הצליחו לעמוד על הרגליים, הם

הצליחו לעמוד על הרגליים, לא באושר ועושר, אבל הצליחו לעמוד על הרגליים, בסדר, אחותי

עזרה המון, אני מגיל 15, פרנסתי את עצמי, לגמרי. ואחותי עזרה. כשהכרתי את בעלי, אז פתאום היה להזדמנות לחזור להיות קצת ילדה, כאילו ידאגו לי.

כי עד אז אני הייתי צריכה, אני, לדאוג לעצמי, כי אם אני לא דואגת לעצמי, אין לי, אין לי גב, בשום צורה. לא הרגשתי שיש לי גב מבחינה נפשית, ולא הרגשתי שיש לי גב מבחינה כלכלית. איך הכרת את בעלי? למדנו ביחד הילינג.

שנה שלמה למדנו ולא התפתח לשום מקום. ואז נסענו קבוצה של תלמידים להודו, לאיזה סיבוב אשרמים כזה, ובין לבין התרקם בינינו, ופתאום ירד מסך כזה מידידות לזוגיות. אנאבלה: מה הדבר ביום שראית אותו בעיניים שלך, לזוגיות, למה שמת לב? אורית: החמלה שלו. בן אדם עם הרבה חמלה לזולת עם ענווה.

אנאבלה: איך זה קרה? מי התחיל עם מי? אורית: זה גם היה רגע משמעותי, כי נרקם בינינו לא במדובר, לא בעשייה, אבל נרקם בינינו זה חברות, ואז היה איזה רגע שאני פשוט ידעתי שאם אני אפעל קדימה, אז יכול להיות בינינו משהו, אבל החלטתי לא לפעול קדימה, לחכות שהוא יזום. והוא באותו רגע הבין שאם הוא רוצה הוא צריך לזום. וזה היה הרגע שבעצם הוא יזם, הוא יזם אליי.

אנאבלה: את מנסה לעשות את התרגיל הזה בדיוק עכשיו?(הומור) אורית: כן, נכון.(בצחקוק)

אנאבלה: השאלה האחרונה, אורית, אני רוצה לבקש זיכרון ילדות. אני רוצה שתסתובבי בשכונה, ברחוב, במקומות שגדלתי עד גיל 10 גג, ולהרים משם זיכרון של משהו שקרה פעם אחת, שלא חייב להיות מיוחד, אבל משהו שדווקא מגיע עכשיו מתוך הזיכרונות המוקדמים ביותר.

אורית: שקשור למה שדיברנו בכלל? אנאבלה: לא, לא, פשוט תטיילי ותראי משהו שפתאום עולה לך שקרה פעם אחת מגיל אם אפשר חמש, שש.

אורית: פשוט שאת אמרת את זה, התחלתי לטייל, גרנו בבניין, התחלתי לטייל בבניין, מעניין שלא בבית, אלא יותר למטה, כל הילדים היו יורדים למטה, והיה דשא. אבל כן נזכרתי שאני לא זוכרת למה עשיתי את זה, אבל אני ברחתי להם, נעלמתי להם. והתחבאתי בשיחים, והם חיפשו אותי המון המון זמן. המשפחה חיפשה אותי וקראו לי, ואני התחבאתי בשיחים. אני לא זוכרת למה. אני שמעתי אותם קוראים לי, אבל לא רציתי לצאת.

אנאבלה: זוכרת מה חשבת, מה הרגשת באותו רגע? אורית: שאין אני לא רוצה לצאת.

אנאבלה: שיחפשו. אורית: כן. כן. רציתי לברוח מהעולם. נוח לי לפעמים לברוח מהעולם. אבל לפעמים הוא אובר ווילמן בשבילי. אז אין, אני מוצאת את הדרכים. היום יש לי דרכים קצת אחרות, היום אני מרגישה מוצפת,

אנאבלה: טוב, אז אני אנסה לשקף לך כמה דברים, ואנחנו רוצים לראות אם יש משהו שיכול לעזור לך. ואני כבר אומרת שיש סיכוי מאוד גדול שאני אאכזב אותך. במובן של בקשתך ספציפית, איך להשיג עבודה שמרוויחים בה המון כסף באופן מהיר, אז אין לי מושג. נעשה תיאום ציפיות. אורית: זה ברור לי.

אנאבלה: את עושה מסע, דרך משמעותית ביותר, וזאת תהיה תרומה קטנה לדרך הזאת. מה שאני הולכת לעשות עכשיו זה לצייר ציור יפני עם מברשת של קירות בערך. כי אני לא מכירה מספיק אותך, את הסיפור, כדי להגיד לך בדיוק, בדיוק, אבל זה לא חייב להיות בדיוק. אני רוצה שתראי אם אני באזור, אם בערך הדבר הזה מדבר אלייך. ואני חושבת שאת יצאת מהילדות עם תחושה של את מאוד רגישה, במובן הזה עדינה, אפילו טיפונת חלשה, וצריך להתחשב בך. וצריך להקשיב לך, להבין אותך, ללכת איתך, לזרום איתך, ובאופן באמת מוזר ביותר, זה קרה לך עם בעלך. את הצלחת ליצור משהו, זה קורה למעט מאוד אנשים, של מערכת יחסים חומלת, שהנושא הכלכלי פתור מעצמו, ושבה את יכולה רק להתעסק ברגישויות שלך, ברצונות שלך, בתחום העניין שלך, בדבר הזה, ביצירה שלך, בלי שתצטרכי לטרוח, כמו אחותך, אחיך כנראה, של לעשות את הדבר הזה, שאנשים מבוגרים רגילים לגמרי, ארציים, עושים, שזה לעבוד. וזה נמשך, ככה הסידור הזה נמשך הרבה זמן, כשאת בעצם חיה לא 100% על כדור הארץ.

יש איזה ניתוק מהמשימה, אחת המשימות הגדולות ביותר, שנקראת פרנסה, שאגב, שימי לב שהדברים שהם דרושים להישרדות של האדם, כמו אוכל, כמו מין, וגם פרנסה, כוללים היבט מאוד גדול של סיפוק, שמספקים את הצורך. יש משהו, לא יודעת אם אני אגיד היקום או אלוהים, או האבולוציה, או מה שזה לא יהיה, דאגו שאנחנו נעשה את מה שצריך, כדי לשרוד, וכדי שנעשה את העבודה. זה לא בהכרח בעבודה, זה לא תמיד העבודה עצמה, אבל הסיפוק מהעבודה, התוצר, לפעמים הכלכלי, כמו שאמרת על אימא, העבודת קודש, זו תרומה מאוד גדולה, וזה נותן הרגשה של ערך ושל סיפוק.

ואני חושבת, שאם לא הייתה קוראת הקריסה הכלכלית, אז לא היינו נפגשות. שזה כבר חבל. אבל, זאת אומרת, ה life is good. יש לנו ביטוי בעולם האדלריאני, שיש זיכרונות של אנשים, שאנחנו קוראים לזה זיכרון מושלם. הייתה לי יום הולדת, ואבא שלי, זה אמיתי, תפר לי שמלה ירוקה לבבות אדומים, וכולם באו, ולסוג לזיכרונות האלה, אנחנו קוראים זיכרונות של How life should be, זה ממש את התמונה האידיאלית של איך החיים צריכים להיות, אבל הם אף פעם לא ככה. ואצלך התמונה של How life should be, התממשה, והמימוש שלה, בעצם ניוון, גם את היכולת, וגם את הרצון, ואת המוכנות, להתמודדות עם קשיים.

מה שקרה לך בשנים האלה, במיוחד בעבודה האחרונה, זה שסוף סוף יצאת מהנוסחה של העדינות, של הרגישות הזאת, כי עד אז, אמרת, אני עסקתי בריפוי של עצמי, של התמקדות בעצמי, כדרך לרפא, פתאום גילית, שאם אני יותר חזקה, שאני עומדת על הרגליים, שאני מסוגלת, שאני תורמת, שאני לומדת, אז לא צריך כל כך לטפל בי. יש פה אישה שמתמודדת עם קשיים, כי אנחנו גדלים, מתפתחים ומתחזקים, רק תוך התמודדות עם קשיים. אורית: אני רוצה רק לחדד, אני כן התמודדתי עם קשיים, אבל לא בתחום הזה. זה התחום שפשוט לא נגעתי בו.

אנאבלה: נכון. קודם כל שתדעי, שאת תוכלי לייבא מהתחומים שכן התמודדת, את יכולות וכוחות לדבר הזה.

אורית: כן.

אנאבלה: ואז הגיע בום, כמו שבמקרה שלך זה, אצל אחרים זה היה קורונה הביאה לקריסה, אצלי הקורונה הביאה לצורך בשינוי טוטאלי של הפרקטיקה שלי, בגלל שבניתי אותה על הרצאות, שפשוט התבטלו, והיה צריך ליצור משהו אחר. והתחלתי ליצור משהו אחר, ואת עושה טוב, ומה שקרה נניח אם לא הייתה מלחמה, מאוד יכול להיות שלא היית צריכה עכשיו לחפש עבודה אחרת, כי את עובדת בעבודה מפרנסת אותך, ושטוב לך ואת לומדת, ומתפתחת. וכרגע גם הסיטואציה שצליינים לא יכולים לבוא, וגם אגב יש פה סימן מאוד טוב, כמה שהוא מרוצה, זה לא רק את מרוצה, זה אומר כמה שאת מסוגלת.

ועל השאלה, כדי לקבל הרבה כסף צריך או סוג של מומחיות, זאת אומרת אנשים שלומדים דבר שמבוקש ומתומחר בצורה גדולה, אני יכולה להגיד לך, שמעתי, אל תתפסי אותי במילה, אבל שמעתי למשל תחום שמאוד מבוקש, אולי עכשיו עם AI פחות, אבל לפני כמה שנים דיברו שעל כתיבת טכנית, זאת אומרת אותם אנשים שכותבים את ההנחיות של משהו, או הוראות אזהרה של משהו, משלמים המון כסף, זה כמו איי-טק ואנשים כותבים, וכמעט מאוד אנשים מוכנים לעשות את זה, ולא פלא, כי זה כנראה מאוד משעמם, לכתוב כתיבת טכנית, אולי היום באמת AI אומרים לו, תכתוב כתיבת טכנית, וזה בול הדבר הזה.

אז כדי להרוויח יותר, המפתח בעולם שלנו המערבי זה התמקצעות, זאת אומרת אני לומדת משהו שמבוקש, כמו הייטקיסטים, לא שכולם אוהבים כל כך לעבוד, כל כך הרבה מול מחשב, אבל זה משהו שמבוקש, אני אומרת את זה לא בגלל שאת כרגע הולכת לעשות, כי אני לא, אם אין תשוקה ספציפית למשהו, אז יהיה קשה עכשיו, זה הכשרה, זה התמחות, זה לוקח זמן. אבל אפשר, בגלל שאת עומדת כנראה להתפרנס עד הפנסיה, אז יהיה שווה במקביל לדבר שתעשי כדי להתפרנס, ולהחזיק את עצמך ואת המשפחה, לבנות הכשרה מקצועית שתוביל אותך לעמדה יותר טובה בחיפוש העבודה.

אורית: זה מאוד קשה למחשבה הזאת. את אומרת את זה, וישר יש לי התנגדות מאוד גדולה.

אנאבלה: כי זה לא היה אמור להיות ככה.

אורית: לא, לא כי זה לא היה אמור להיות ככה.

אנאבלה: העניין הוא שאת עומדת היום, הצטמצמה הבחירה, את לא עכשיו בוחרת בין מה שהיית רוצה, את בוחרת בין מה שיש, לכן אני מייצגת לך כרגע את בוחן המציאות, אפשרות אחרת זה, יכול להיות שיש מקומות עבודה של מכירות, או של אחוזים, שוב, לא בדיוק רואה אותך מתה לעשות את זה טובה דווקא בזה, אבל יכול להיות שיש מקומות שאפשר להרוויח יותר כסף. ואלה האופציות. בקשר לספר אני הייתי קודם כל בוחנת, האם קיבלת חוות דעת מקצועית, את שתי חוות דעת, אחת ברמה הספרותית, ואחת ברמה, כשמדובר בספר ילדים או נוער, ברמה החינוכית, נפשית, כדי להבין אם יש שם משהו, כי את יודעת שג'יי קיי רולינג קיבלה, לא שאני רוצה לטפח את שג'יי קיי רולינג הבאה, אבל כמות הסירובים שהיא קיבלה, אפשר להתגאות בהם. ואז לדעת האם באמת זה היה חלום, פנטזיה, והדבר הזה הוא מוצא חן בעיניך, אבל הוא לא עומד בסטנדרטים ספרותיים, או התפתחותיים של ילדים, כי עדיין במידה וכן שיש שם משהו שווה, אז יכול להיות שהדבר הזה עדיין לא מת, ואפשר לעשות איתו משהו, משהו אחר, כי היום באמת יש יותר הזדמנויות אחרות, אבל גם זה יזמות, זה עבודה, גם לפרסם ספר זה עבודה, למכור אותו, לשווק אותו זה עבודה, הכל זה עבודה בגדול.

אז אני יכולה להגיד לך, ואולי זה המסר שאיתו הייתי רוצה שתצאי ממנו, שני מסרים, הראשון הוא, וזה ישמע לך אירוני, אבל אני ממש מתכוונת מכל הלב, שאני לא מצטערת, אני מצטערת שזה קרה לך בצורה כל כך קשה ודרמטית, אבל האופציה שתמשיכי לחיות את חייך קצת כילדה, עד סוף חייך, זה לא נראה לי רעיון טוב, אני חושבת שהייתה לך פה הזדמנות להתעורר, להתעורר.

אורית: אין פה שאלה, זה ברור לי, זה ברור לי לגמרי, אני לא מבקעה על זה.

אנאבלה: והמסר השני זה כבר קורה, וזה יקרה יותר, ככל שתהיה חזקה יותר, זה לא יהיה לך כל כך קשה, אני פעם הגעתי, אני זוכרת, נתתי הרצאה בזה בית ספר, והבאתי את הספרים שלי וכנראה עוד לא הייתה לי עגלה, והייתה לי קופסה, וממש היה לי נורא נורא כבד, ועצרתי באמצע הדרך, זה לא היה דרך ארוכה, ופשוט עצרתי מישהו, גבר שעבר, ואמרתי אתה יכול לעזור לי עם הקופסה, וחשבתי שנסחוב ביחד כי היה נורא כבד, הוא בערך הרים את זה עם האצבע שלו, וסחב את זה ככה, כאילו שבכלל לא כבד לו, כי הוא היה חזק יותר, ואני חושבת שהקשה קשה זה, וגם שאת עדיין בהתחזקות של השרירים, וכמו שבהתחלה זה היה לך בלתי נסבל להגיע לעבודה, ועכשיו זה נסבל ואפילו יותר מזה, גם מעניין ומפתח ומחזק, ומגלה את החלק הבוגר, אני לא הייתי אומרת רק הזכרי, אלא גם הבוגר שלך, אז את תהיה יותר חזקה, וזה לא יהיה כל כך קשה. שתיקה ואז אנאבלה שואלת מה? מה את חשובת?

אורית: טוב לא יודעת. לגבי ההתמקצעות אמרתי, יש לי התנגדות לזה, כי תמיד הייתה לי אמונה, אני אף פעם לא מסתכלת על אנשי מקצוע, בגלל המקצוע שלהם, מבחינתי יש מלא אנשים מקצוע,

מעט מאסטרים, אני מעניין אותי מאסטריות, לא מעניין אותי מקצוע, באופן עקרוני, יכול להיות שזה נשמע יהיר, אבל אני, תמיד האמונה שלי הייתה, שמה שחשוב זה, איפה הבן אדם נמצא, כמה הוא מתפתח, כמה הוא מודע, כמה הוא ער, לא המקצוע שהוא, מה הוא למד באוניברסיטה, אלא איפה הוא מול עצמו, איפה הוא מול החיים, זה הבשר האמיתי, שמבחינתי מחזיק כל דבר שהוא, ואז מקצוע פחות מדבר אליי, קצת קשה לי לחשוב על עצמי, הולכת ולמדת מקצוע.

אנאבלה: אבל אני רוצה כרגע, שוב התנתקת, "יוסטון, את עזבת את כדור הארץ", אני רוצה להחזיר אותך לכדור הארץ, אז כדור הארץ יש, מקצועות שמוכנים לשלם עליהן, משלוחי יד, שאנשים מוכנים לשלם, שמדובר על מיומנות, ידע והתמקצעות, של זה המצב, רוב האנשים אגב שאת מדברת עליהם, אם אני לא טועה, קודם כל אין ילדים, נורא ההתפתחו רוחנית, אז אין להם כל כך מחויבות, הם יכולים לחיות מדנה, ובקתה, ולא צריכים יותר מדי. אורית: לא רק רוחניים, כן, פשוט זה לא דרכי, זה לא דרכי, אני יודעת את זה, אני פשוט יודעת את זה.

אנאבלה: המשורר הספרדי הדגול, אנטוני משלו אמר: "ההולך, אין דרך, עושים את הדרך בצעידה".

אורית: כן, בסדר, אני אומרת, אני הולכת בדרך, הדרך תתגלה, סתם אני אומרת, לגבי התמקצעות. אנאבלה: כן, שמתתי את זה כאופציה, שאם את שואלת את עצמך, מה יגרום בשעות העבודה, להרוויח יותר, יש, כשהילדים לא רוצים ללמוד בבית ספר. זה נכון שהיום, השכלה היא לא הדרך היחידה, ואפילו לא הכי מהירה למוביליות חברתית, אבל במשך המון שנים, חד משמעית הייתה הדרך הכי טובה, אז ילדים היום לא כל כך רוצים ללמוד, הם לא רואים את הקשר בין הלימודים, לבין מה שיעשו עם זה בעתיד, אז מה שהורים מסבירים לילדים, זה להגיד שיש בעולם, יש בעולם המבוגרים, יש מקצועות שדורשות פחות, מיומנות או מקצועיות, שכמעט כל אדם יכול לעשות אותן, ויש מקצועות שככל, שדורשות יותר מיומנות, ויותר שכלול, והמקצועות האלה, כמעט תמיד, הם קשים. אז המקצועות האלה, הן בדרך כלל פחות קשים, מאמצים פיזית, הן מתוגמלים יותר, הן מעניינים יותר.

פוגשים אנשים, במספרות אחרות, זה הרעיון של מדוע כדאי ידיים, להתמצאים. אז אומרים נגיד, אנחנו הולכים ברחוב, אפשר להגיד לילד, למשל, המקצוע הזה, הן צורך בהכשרה. גם לרופא אומר, במקצוע הזה יש צורך בהמון המון הכשרה.

אז נותנים לו להבין, איך עובד העולם המקצועי. לא בגלל שזה נגמר, אלא בגלל שהזמן שלנו נגמר. איך את יוצאת ועם מה את יוצאת, מהמפגש הזה?

אורית: האמת היא שאני קצת מקובצת, אני לא מרגישה איזה תובנה, זו האמת, אם כאילו שואלים, כי, אני יודעת איך העולם עובד, זה לא שאני לא יודעת, אני לא טיפשה, אני יודעת איך העולם עובד. זה ברור לי לגמרי. אני צריכה למצוא דרכי בתוך העולם, למה שעובד, איך שעובד. וזה בדיוק הגשר

שאני צריכה למצוא. אבל זה צריך להיות גשר שהוא, שהוא עדיין מתאים לערכים הפנימיים שלי. אני לא יכולה עד כדי כך לבגוד בעצמי. זה האתגר שלי. אז אני לא יכולה להגיד, להתמקצע או לא להתמקצע, אני לא יכולה ללכת למקום, אי אפשר, זה לא יקרה. אני יודעת את זה. זה נוגד משהו בסיסי אצלי שרוצה לפצח, אז זה מה שאני רוצה לפצח. אז זה דורש ממני תעוזה מאוד גדולה, אני קצת מובילנטית עכשיו, זו האמת. אנאבלה: תודה. היית מאוד ברורה, אני חושבת. אמרתי מראש, אני חושבת שאני אאכזב אותך. אז כשתמצאי, תחזרי לספר. אורית: טוב. המון המון תודה, ותודה לכל מי שהקשיב, ותודה לך אנאבלה שהקשבת לי. אנאבלה: אני באמת מאחלת שהדרך תהיה טובה.

חזרה למלאה -

אנאבלה: בואו נדבר על ציפיות. מה הציפייה של אדם. כי אם אני מגיעה לטיפול "אני רוצה לקבל רעיונות על איך אפשר להרוויח הרבה כסף אם לעבוד רק במה שאני רוצה, כמה שאני רוצה וכן הלאה", אז אני לא הכתובת. אמרתי לה את זה מראש. זה משהו שאני לא יודעת להגיד. אם ידעתי, אז אולי לא הייתי עובדת כל כך קשה. אז זה דבר אחד. הסיפור כאן הוא סיפור של ציפיות, זה מפתיע שלאורך כל כך הרבה שנים יכלה לקיים משהו כזה, הוא נדיר, וגם באופן הזה שאפילו גם זה לא שבן הזוג היה לו עסק ועבד והרוויח ואז הוא הסתבך. בעצם היה מאיזשהו מקום, לא התעסקו בזה יותר מדי ואז זה נגמר. ואז אנחנו בברוך, שבגיל כזה להגיע לפשיטת רגל בלי הכשרה מקצועית, ללא ניסיון בשוק העבודה ובלי הרבה רצון להיות חלק ממנו, אז זה באמת נורא קשה. באיום משרדוטי אמיתי, ואם אני מבינה נכון גם מההורים, לא שההורים חייבים משהו בגיל הזה, אבל בדרך כלל כשהילדים מסתבכים אם יש אז עוזרים, גם לא נכנסנו רזולוציה שאם יש דירה, אין דירה, איפה גרים, ממה מתפרנסים, ממה אוכלים? יש חוסר יציבות, וכאן אני אמרתי לה מאוד בעדינות את מה שרציתי להגיד על הרגישות הזאת מילדות זה לא רק רגישות ופגיעות, זה גם פינוק גדול, תחושה של מיוחדות אני לא כמו כולם.

שאלה: איך את עכשיו אנאבלה? את כמטפלת?

אנאבלה: בהרצאת המבוא שלי למאסטר קלאס שקוראים לה נקודת מפנה אז אני לא יודעת אם מישו מכם זוכר בפרסומים אני כותבת איך לזהות מתי המטופל מגיע מראש כדי להתאכזב? ויש לי אפילו שקף כזה של אילה שלג שזאת אומנית שאני מעריצה שיש לה גרפיטי שכתוב בצד התאכזבתי כמו שציפיתי והיה לי ברור בתחילת הפגישה שזאת היא אכזבה כי הבקשה שלה היא לא קשורה

לעולם היא אחר כך גם אני מאוד כאב לי שהיא אמרה אני יודעת איך העולם עובד אני לא טיפשה וזה אומר שהאופן שהסברתי את זה הביא לחוויה של פגיעה בתחושת הערך, הצערתי שככה זה יצא ואני כמובן אחזור לעצמי ובדוק אם יכולתי להגיד את זה קצת אחרת. אולי לא הייתי צריכה להסביר אולי הייתי צריכה להניח שהיא יודעת כי היא בחורה מאוד נבונה, ופשוט להגיד לה מה שאת רוצה אין, וזהו ואלה האופציות. אבל זה לא מה שהיא רצה ולכן היא מסתובבת בעולם בצורה קשה עכשיו וגם מצפה קושי עוד יותר גדול.

שאלה: אז בעצם מתוך הניסיון שלך את ידעת מראש שלי לא תצא מאוכזבת? אנאבלה: כן די מהר.

שאלה: אז את לא התאכזבת כי ידעת את זה מראש?

אנאבלה: נכון. אני לא יוצאת מהרגשה שיכולתי לעשות משהו אחר. קיוויתי לעשות משהו עם הנושא. מאוד התחברה כשאמרתי רגישות, פגיעות כי זה מחזיר לה את המיוחדות ואז היא מיוחדת ואחרת ולא כמו כולם, לא כמו אנשים הרגילים, כמו אחותה שהיא כנראה מאוד מאוד משקיענית וחרוצה. ש גם או פגישות כאלה או מקרים. אגב שוב, אני לא חושבת ואני לא יודעת אם היא הייתה אי פעם בטיפול כי היא בכיוון רוחני, אז אני לא יודעת מה אפשר לעשות עם זה. שאלה: היה לי קשה באופן אישי. בשלב מסוים הרגשתי תסכול או כעס, אולי בגלל שחשתי שהיא לא תמיד רצתה לדבר על הדברים באמת. לעיתים זה הרגיש כאילו היא אומרת דברים כדי לצאת ידי חובה, במיוחד כשדיברה על הבוס שלה בהשוואה לבעלה. היא דיברה על הרצון להיות מקצועית ובו זמנית לבנות ביטחון, וכשסוף סוף השיגה ביטחון. הרגשתי שהיא מסננת דברים. זה גרם לשיחה להרגיש שטחית, כאילו יש משהו עמוק שהיא לא משתפת. זו הייתה תחושתי, ובגלל זה זה היה מאתגר, במיוחד כשזו רק פגישה אחת.

אנאבלה: כן הנושא של איזה אחריות אני לוקחת על זה, שאני לוקחת בפגישה אחת פעמית. ואני רוצה לעצור כאילו לבחון אותה ולהפוך על לפני ואחרי אבל אני לא באה לעשות את החלק שלי.

אני לא אני לא כל כך מקבלת את יש משהו להגיד שהיא לא אמרה. בגישה האדלריאנית הפרשנות שלנו זה מה שהבאתי זאת אומרת מה שכן עשיתי זאת הבחירה שלי כולל לא לנצל משאב, זה הסיפור, זה לא הסיפור של מה שיש מתחת. זה הסיפור, של מה כן בחרתי להביא וזה מה שאדם עושה גם בחיים מה שהוא עושה בטיפול מה שהוא עושה כל הזמן בחיים.

שאלה: אני נתקלתי בכמה בכמה מקרים כאלה, של נשים צעירות גם נשים צעירות שהן רוחניות, והן כל הזמן רצו לפחות שתיים שלוש מקרים אחת מהן זאת הבת שלי, שהן רצו להרוויח כסף ולהמשיך לנהל את החיים מבלי להתמקצע, מבלי להתאמץ, ושהן ירוויחו כסף וימשיכו לשרוד ולהתפרנס רק בדרך הרוחנית. ולא הסכימו להתאמץ בשביל זה. ואני שמחה נורא שבעקבות ההיכרות שלי איתך ושאני שומעת אותך כל כך הרבה כבר שנים יש לי עוד את הקלטות שלך אנאבלה, היום הייתי גאה בעצמי כי אני הבנתי בדיוק כמו שאת הבנת אני הבנתי כמעט מה את הולכת לומר לה, ואני ידעתי

שהיא תתאכזב אני ידעתי, הבת שלי היא משהו כזה למרות שהיא לא לקחה אחריות ולא התחתנה ואין לה ילדים רק חתולים והיא גרה בפשטות וענבה כי היא לא יכולה להתפרנס להיות רוחנית, היא פתרה כבר כמה מטפלות את מבינה היא פתרה מטפלות כי לא מצא חן בעיניה, אם הם אמרו לה משהו כמו שאת אמרת לה אז זה לא מצא חן בעיניה, אז אני אומרת לי אימא לא המטפלת הזאת לא טובה לי וזאת לא טובה לי.

אנאבלה: במקרה הזה אני שוב הייתי מה שאת כבר ידעת שבפעם התפקיד שלנו כהורים זה לא לממן שם. בדיוק היום דיברתי עם היה לי במאסטר קלאס ספרדית בחור בין 22 שגם עובד אמרתי להם כשמישהו אומר שעובד בחברה משפחתית צריך לשאול אותו אתה עובד או מקבל משכורת אז הוא מקבל משכורת בחברה משפחתית. נמנעים אנחנו חייבים לעבוד עם ההורים שלהם שיפסיקו לממן וסיפרתי להם שבאנגליה, עברתי המון סדנאות טיפוליות באנגליה בקבוצות כאלה ואחרות ושם אין את הקטע של להישאר בבית, זה לא כמו ארצות הברית שהולכים לקולג' בגיל 16 וזהו אם ראיתי לא זוכרת את הילד. אבל באנגליה ברגע שמסיימים את התיכון בגיל 18 אם נשארים לחיות בבית מה שנדיר הם משלמים שכר דירה להורים, אז ברור שצריכים לשלם שכר דירה. כנראה רמת ההורים שלא עוזרים לילדיהם גם בגלל התרבות גם בגלל שיש שם המון משפחות לא מתפקדות מתוך אלכוהוליזם יותר מה שאני ראיתי ever, גם הנמנעים מתפרנסים זאת אומרת יש בעיות נפשיות, יש מה שאת לא רוצה אין להם ברירה הם עובדים. וכאן גם בישראל גם בהרבה מדינות דוברות ספרדית שההורים מממנים ותומכים, ועוזרים, מקטרים ואומרים שזה לא בסדר ושדאי ושאיני אפסיק ואת חייבת לקחת אחריות וזה, אבל בכל זאת משלמים אז זה כן מתאפשר. כאן העמדה שלי זה להגיד או שאת מכריזה עליה כנכה ואת נותנת לה קצבה. כל אחד יכול לעשות את זה וכמובן אולי דרך ביטוח לאומי להכריז עליה זה לא כזה קל אבל אפשר, ואז יש גם סל שיקום. או שאני חושבת שהיא כן מסוגלת אם הייתה רוצה, ואז אני לא עושה ואז אנשים כן אפשר להתפרנס מרוחניות במובן כזה שיש אנשים שעושים יוגה ויש אנשים שעושים את זה. יש לי אחיינית שהיא מאוד מאוד רוחנית היא מתפרנסת בגלל שהיא קיבלה ירושה ויש לה כסף, לא שמפרנסים אותה זה קצת על חשבון ההורים אבל מה שנקרא לצערנו לא בסיבה טובה, אבל היא יצרה מודל של תהליך פוריות טבעי, היא מתעסקת בזה היא לומדת איזה סוג של התמקצעות במשהו שהיא מאמינה בו כי יש בזה היבט רוחני אם אחר כך זה כן יביא לכסף המוצר שהיא מפתח אז אם לא יביא אז נראה אם היא ייגמר לה כסף מה היא תעשה, אבל היא למדה יוגה היא יכולה להתפרנס גם מזה.

יש לנו בארץ את העניין הגדול עם העולם החרדי האם רוחניות או אמונה צריך לא ללכת יד ביד עם פרנסה, יהודים חרדים בכל העולם עובדים וזה לא מוריד מרמה רוחנית שלהם וכן הלאה. שאלה: אני רוצה להתייחס לזיכרון ילדות שלה דווקא בקטע הזה של העבודה זאת אומרת הזיכרון ילדות שלה היה שהיא יושבת בסיחים והמשפחה מחפש אותה וזה דווקא נעים שמחפשים אותה.

אנאבלה: ואני לא עוזרת.

המשך השאלה: מרגיש לי שגם קצת זה קשור לעבודה כאילו גם בעבודה בגישה שלה לעבודה וגם כי אני יושבת בשיחים, מחכה שיבואו לחפש אותה ולגלות את המיוחדות שלה. אנאבלה: וגם אם יבואו, היא לא תגיד, אני פה. המשך השאלה: צריך למשוך אותה בכוח מהשיחים. אנאבלה: יש את אחת הבדיחות הטובות שאני מכירה, חלק מכם כבר מכירות, מדהימה שמישהו מתקשר לבית, אולי ילדה קטנה, ואומרת, שלום. שלום, אמא בבית? כן. אפשר לקבל אותה? לא. למה? היא עסוקה. טוב, אולי אבא בבית? כן. אותו אפשר לקבל? לא. למה? הוא עסוק. יש שם עוד מישהו? אח שלי. סבתא

אותה אפשר לקבל? לא. למה? היא עסוקה. אז מה אתם עושים שם כולם? הם מחפשים אותי. זה הסיפור, זה הסיפור של אנשים שאני גולת לזה, נכנסים לתוך הארון, נועלים את הדלת, זורקים את המפתח, ובוכים שהשאירו אותם לבד בחושך. יש פה קורבניות, יש פה הרבה תלות, אבל זה בא ממקום אגב מאוד של עליונות. היא רוחנית.

משתתפת - כן, רוחנית, היא מאוד מיוחדת, היא מאוד רוחנית, והיא רוצה שיתנו לה עבודה של הרבה כסף, שיכירו במיוחדות וברוחניות שלה, ואז גם ירצו לשלם לה הרבה כסף, והיא לא כל כך מבינה שאין לזה ערך בשביל אנשים אחרים. , זה לא תרומה מאוד גדולה לעולם, את יודעת, המיוחדות שלך בכלל, זה דבר אחד שרציתי להגיד. היה שלב שלב שלב דווקא חשבתי ששפת גוף שלה הראתה נינוחות, כשאת כן הסברת על הילדות, שאת רגישה ויצאת ככה לעולם, היא נהנה והיא חייכה.

אנאבלה: ברור, ברור, כי זה בדיוק שהיא מיוחדת. המשך המשתתפת: אבל גם אמרת לה באיזשהו שלב, את לא קשורה כל כך לעולם, הגורל זימן לך את האפשרות לחיות בחיים כאלה, שאת לא כל כך מחוברת לעולם, והיא הייתה עם אנרגיה חיובית, הייתה לי הרגשה שהיא הולכת להגיד איזו תובנה, ופתאום היא אמרה, לא אין שום תובנה.

בעיניי, את נתת לה מתנה אדירה.

אנאבלה: מה בעינייך המתנה? מה?

המשך המשתתפת: בדיוק מה שאמרת לה. שאת היית רגישה והעולם שאת חווית אותו עד עכשיו, זה לא באמת העולם האמיתי. ועכשיו ברוכה הבאה הגעת לעולם האמיתי, וכנראה יש לך כוחות ואת צריכה להתחבר. אצלנו בבית קוראים לזה מכה קטנה על הראש. לפעמים אנחנו צריכים לתת לאנשים מכה קטנה על הראש, זה כאילו שהבינו. אבל היא כנראה לא בשלה על המקום הזה, זאת אומרת היא עדיין לא שם.

אחרי שאמרה לא לקחתי כלום, אז אחרי זה חשבתי שהיא אמרה שהיא בעצם הייתה רוצה לקבל ממך אישור על זה שהיא כמה שהיא באמת מיוחדת, וכמה שזה בסדר שזה ככה, וכמה שזה באמת נורא.

אנאבלה: זה יכול להיות, ויכול להיות בתהליך טיפולי יותר ארוך, אז היינו נותנים את זה באיזושהי תקופה, עד שהמציאות במקרה שלה, המציאות הכלכלית פשוט לא ייתן לה להתחמק. המשך המשתתפת: היא לא הייתה בשלה לתהליך כזה קצר, היא לא הייתה במקום הזה שהיא הייתה מסוגלת בתהליך כל כך קצר לקחת את המתנה שאת נתת לה. אבל אולי, כן? אז בואי נראה אם משהו פשוט יקרה לה בהמשך, גם אי אפשר לדעת, נכון?
אנאבלה: יכול להיות גם אמרתי לה משהו על הספר, היא דווקא לא אהבה את זה. התלבטתי אן לספר לה, איך אני הפקתי את ספר ילדים של טל הימויס, טל הימויס הייתה ספרנית שלא אהבה את העבודה שלה, יש ספרניות שמתות על העבודה שלה, והיא פתחה יום אחד את קופסת ספרים החדשים וקיבלה את לקפוץ המים.

קראה אותו באותו לילה, עזבה את העבודה, עזבה זוגיות רעילה, עברה למקום אחר, למדה מקצוע אחר, יש לה זוגיות מעולה, היא כותבת מאז גיל 12, ואז היא כתבה את מה שקרה שקרמבל ירדה מהעץ. בעצם אומרת, אסור שעוד ילדים ימנעו, כמו שהיא בעצם פספסה את חיה, הפספוס הגדול היה שלא הספיקה להוליד ילדים. שהיא קראה את הספר שהיא כבר הייתה בת מעל 50. וכשהיא שלחה לי את הסיפור, והרבה אנשים שולחים להמון דברים, אני מקבלת המון הצעות של שיתופי פעולה, ובאמת מהנימוס קצת שהיא כתבה, אז פתחתי, ופשוט הדמות הזאת, קרמבל, פשוט התיישבה לי על הלב, כאילו, ממש נדהמתי מזה, אבל אמרתי, אני לא יודעת אם הסיפור איכותי, אני לא יכולה להעריך אותו. ואז שלחתי אותו לחברה שהיא מספרת סיפורים וקוראת וזה, והיא אומרת לי, אני מציעה שתפני למאירה ברנר גולדברג.

גולדברג זה היה בקורונה, לפני הפריצה שלה עם קרבמל. היום אי אפשר לתפוס את מאירה. עשיתי שיחה שגם שינתה את חיי בגלל מבחינה כלכלית, סיפרתי את זה במאני-טיים, שהיא לקחה לייעוץ של שעה וחצי של ייעוץ 1800 שקל שהיה שווה כל שקל וכל גרוש. והיא לא רק נתנה לנו ייעוץ, היא הייתה הסנדקית של הספר הזה, נתנה בעצם לטלי הדרכה. פשוט שהיא שדרגה את הספר ברמות שאין לתאר. אני עשיתי את החלק הפסיכולוגי שעשיתי הרבה שינויים בספר ולא הייתי קלה, ומאירה הייתה הסנדקית הספרותית. ואז יצא ספר ילדים לילה ולילה, אבל זה לא, שמה כן נתת, גם שמה היא לא הייתה שמחה. משתתפת: א אני חושבת שזה היה פספוס, וגם במקום שאת ניסית להגיד לה, לכי תתמקצעי. היא לא הייתה שם בכלל, לא היה לה שום בפניות לשמוע את הדבר הזה, זה היה על טפלו. מה שאת אמרת, היא לא שומעה אותך.

אנאבלה: בסדר, אבל ככה עושים בטיפול, את מנסה. עד שמהו תופס, בסדר.

שאלה: לי משהו לא התיישב אם אדם רוחני, וכל הזמן אני חזרה על זה, ואני יודעת שלאדם רוחני יש אישׁו עם כסף, אבל רק בקטע שהוא עול, אם הוא משיג אפילו קצת, אז הוא לומד להסתדר. הכסף הוא לא אישׁו. הם באמת אנשים יותר צנועים, לא מעניין אותם. אנאבלה: אבל בואי נדבר על התהליך, כאילו, יש משהו בתהליך שכן תרצי לדבר עליו. לא כדאי שנהיה במקום שופט, כן רוחנית, לא רוחנית, יש הרבה דרכים להיות רוחני, המשך: זה נכון, אבל המצב הוא שאין, ולכן כאילו גם כשבאת ואמרת לה, מה היא לקחה, והיא לא לקחה כלום, ולא יודעת, אני חשבתי על זה, כאדם רוחני אולי הייתה אומרת... אנאבלה: גם כועסים עליה. בואו נשחרר, בואו נהיה עם חמלה קצת. כן. בואו נשחרר, זה קשה, כשאדם חלש, זה קשה לו, זה עצוב וזה קשה, באמת קיבלה כאפה מאוד קשה. אז כשאדם לא מיומן, כולנו אחרי כאפה מאוד קשה, ובונים יום יום את כוחות הנפש, ובכלל להתמודד איתה, לשרוד אותה.

שאלה: אני רציתי אולי שתתייחסי קצת לנושא של בעלה, כי הרגשתי שנתקעתי שם, היה משהו. אנאבלה: פשוט לא נכנסנו לזה, לא הבנתי כל כך מה קורה ביניהם, לא היה זמן להיכנס או לזה או לזה. מה שכן הבנו, שאמרת לה, גם היא חייכה, כשאמרת לה, את עושה לו עכשיו את אותו טריק, אם אתה לא תעשה משהו, אתה תאבד אותי, או לא יהיה לך אותי, ואולי הוא כן יעשה משהו.

זה נדיר ששני אנשים עם אותה אנרגיה מתחתנים, כי מי יביא פרנסה. היום אמרתי לבחור הצעיר שהוא אומר שאין לו זוגיות ושלא אוהב נשים שתלטניות, ואמרת לי, אם אתה לא רוצה שתלטנית, אז הדרך זה שאתה תעשה את הדברים בלי שאומרים לך, אבל הוא לא רוצה לעשות כלום ולא רוצה שיגידו לו מה לעשות, אז זו בעיה. זה או לא הולך ביחד. משתתפת: רק משפט שאני כל הזמן בהתפעלות מהיכולת שלך לזהות דברים, כמו תחת רנטגן, לראות את המהות, וזה תמיד משאיר אותי ככה, זה מדהים.

אנאבלה: אנחנו צריכים לתפוס משהו. כאילו מה שאני תפסתי זה הקטע הזה של להיות ליד הסינר של אימא, להרגיש מאוימת מהאבא, שלא תואר כאדם נורא נורא קשה. אפשר היה לחשוב שהיא דיברה על הריפוי, שהיא עסקה ברוחניות כדי לרפות את הנפש לאורך שנים, אז ציפיתי ליותר דרמטית מבחינת הפצע שצריך להביא אדם לעשות כל כך הרבה בריפוי, אבל לצערנו צריך להבין שהריפוי האמיתי נמצא בנתינה ובעשייה, לא בהתעסקות בעצמנו. ואנחנו לא נמצא שם כלום, זה אף פעם לא נגמר. אני עשיתי, קודם כל הייתי בהמון טיפולים, לפני שהגעתי להגישה אדלריאנית הייתי שנים טיפולים פסיכודינמיים ואני למדתי פסיכודרמה, אז הייתי בטיפולים פסיכודרמטיים, כשמגיעים לשם לטיפול העצמי ולבכות, זה לא נגמר, בסופו של דבר זה לא מגיעים למקום של הקלה, מה שבונה זה העשייה והנתינה בונה את תחושת הערך, מערכות יחסים טובות, לחדש, מישהי כתבה, מאוד יפה, ככל שתחזקי יותר יהיה יותר קל, או לפחות פחות קשה, פחות כבד, פחות מבאס, כאילו שהחיים לא אמורים להיות ככה.

אז אני רוצה לתפוס משהו, אני לא חייבת להבין הכול, ולכן אמרתי לה, אני מציירת ציור יפני מברשת של קירות, כי זה מספיק, לקחת משהו. אם היינו בתהליך, הייתי באמת נותנת לה יותר את המיוחדיות וכמה שהיא נהדרת ומיוחדת וזה, ואז אולי בפגישה הבאה הייתי אומרת, אבל זה הדבר, כי בסוף זה מה שמגיע, את מיוחדת וזה, אבל מה שאת צריכה היום, הדבר שהכי ייתן לך ביטחון, זה הנושא הכלכלי. תשמעו, אין כסף זה חתיכת משהו, קשה.

תובנות המשתתפים

- המאסטרים הרוחניים לומדים ומתרגלים כל חייהם
- אני לא מאמין בסתירה של רוח ועבודה. גם בעולם הדתי גדולי הרוח מתאמצים הכי הרבה. חושב שמי שלא במאמץ אין סיכוי שיהיה גדול ברוח.
- הקונפליקט שהיא הציגה זה בדיוק הקונפליקט שאת מציגה כל הזמן ליישר את ייסורי המצפון. ההבנה עד כמה המצפון מייסר ממקום של קושי
- האופציה שתמשיכי לחיות את חיך כ"ילדה" כנראה לא יקרה
- ככל שתתחזקי יותר יהיה לך יותר קל
- לתרגל ולחזק את השרירים
- הקשר החוזר של תחושה של מיוחדות ובין הימנעות ממאמץ.
- "הריפוי מגיע מתרומה לאחר ומעשיה". תודה אנאבלה ודורית.
- היה חסר לי החיבור למילה אחריות, לראות איזה תוכנית יש לה לממש את הרצון להצליח.
- לוקחת את הצורך להיות מיוחדת כתירוץ לא לצאת מאזור הנוחות
- הריפוי לא נמצא בהתעסקות בעצמינו, אלא בעשייה ונתינה
- הריפוי מגיע מנתינה ועשייה
- הקושי בא לגלות את החלק הבוגר שבך

ועוד בתובנות

- הקושי מעורר צמיחה: רק כאשר מתמודדים עם קשיים, מתחילים לפתח חוסן פנימי ותחושת ערך עצמי. חיים בנוחות יתר עלולים לעכב את הצמיחה האישית והיכולת להתמודד עם האתגרים האמיתיים של החיים.
- איזון בין רגישות להתמודדות: רגישות עצמית והקשבה לצרכים אישיים חשובים, אך כדי לחיות חיים מלאים ומשמעותיים, יש צורך לאזן בין נוחות זו לבין הצורך להתעמת עם המציאות ולהתמודד עם אתגרים.
- החשיבות של פרנסה ותועלת אישית: סיפוק אישי יכול לנבוע גם מהיכולת לתרום לעולם ולעצמך דרך עבודה משמעותית. הפרנסה היא לא רק הישרדות כלכלית, אלא גם כלי למימוש עצמי.
- התמודדות מול הפחד משינוי: פעמים רבות שינוי נכפה עלינו דרך משברים, אך דווקא במצבים אלו מתגלה הכוח הפנימי והיכולת להסתגל למציאות חדשה ולצמוח מתוכה. החיים לא תמיד מתפתחים כפי שחלמנו: התמונה האידיאלית של "איך החיים צריכים להיות" לא תמיד מתממשת, אך דרך התמודדות עם האתגרים הללו נבנה חוסן פנימי.