

שמלה ללה חג



האוויר שכמעט חנק את כולן ב'כפר שאול' נמלא אור ושיר בזכות תלמידות אמיצות של 'אמן' שנכנסו למחלקות הקשות ביותר של 'כפר שאול', הניחו מספריים גדולים, מראה וסרט מדידה ודאגו לנשים ששנים לא יצאו מהחדר, לבחור בד, לתפור להן שמלות לחג ולעצב להן תכשיט תואם • פיסת בד – פיסת חיים | תמר הדר

ל כל אחד פרחו שלו, פרח מלא יופי וקסם. יש פרחים שדורשים שנתייחס אליהם, נשקה, נטפח ונגדל בחן. ישנם הדורשים מאתנו התמסרות מוחלטת והשקעה לא קטנה. כל הפרחים שסביבנו זקוקים לחסד, ואנחנו נותנים אותם, באהבה.

כל אחת זקוקה להשקיה טובה ולאגל טל מדי פעם. אם נביט סביבנו, או נסכים לפחות להעמיק ולשלוח מבט קצת רחוק, נמצא גם פרחים ביישניים, אלו שלא נכונות להם פריחות מלאות יפעה והוד, ואינם מפארים זרים הדורים במיוחד. בימים אלה, שכולנו מבקשים רחמים להיזכר ולהיכתב לחיים, יצאנו לחפש דווקא את הפרחים שבשולי הדרכים, הגדלים הרחק מעין כל, בירכתי השדה מאחורי כל האדניות של המשתלה. כי דווקא בימים אלו, שרוח של טוהר משיבה אותנו אל מקורנו הראשון, הפנימי, מלא האור, באנו לפגוש אותם, נשים-פרחים מיוחדות. אנחנו נתחיל דווקא מהאמצע:

שמלת חיים

"בואי לחנות שלנו ותבחרי את הבד שאת הכי אוהבת".

"הגורה הזו, נראית לך מתאימה? ואולי את מעדיפה את זו, היא כנראה יותר

תחמיא לך, מה את אומרת?"

"החרוזים האלו מאוד הולכים היום, זה יוסיף המון 'שיק' לשמלה שלך".

אלו משפטים שאנחנו יכולות לשמוע כמעט בכל יום, נכון? הלב שלנו כבר לא מתרונן למשמע המילים האלו, הארציות, הפשוטות, מלאות החיים.

אבל למי שכמעט כל השנה לא יוצאת מפתח החדר וממתחם בית החולים לחולי נפש, המילים האלו נשמעות לקוחות היישר מגן עדן. את החנות מביאים להן לכאן, והיא כוללת עשרה סוגי בדים ומגוון של דוגמאות, לבחירה.

בחירה. בחירה. עוד מילה שלקוחה היישר מגן עדן, עבור נשים, שכמעט נלקחו לגמרי מארץ החיים.

שרה מטה, אחראית המלגות ב'אמן' רוקמת לנו את החלום הזה: "את פרויקט 'שמלת חלומות' הגתה עמותת 'חברות' שקראה לה 'שמלה לה חג', ו'אמן', המרכז לאמנות חזותית לציבור החרדי, קיבל עליו את הביצוע וההפקה בהתרגשות רבה.





"בדרך כלל, כשאנחנו חושבים על חסדים ותרומה לקהילה, אנחנו מגיעים למקומות הקלים יותר, חושבים על מחלקות ילדים שהתקווה שם רבה, על מחלות שניתן להחלים מהן בעזרת השם.

אבל מבוגרים, בפרט אלו שחולים במחלות נפש, כאילו נמחקים מארץ החיים, בעוד שבדיוק הם זקוקים להכי הרבה יחס וקשב כדי להחלים, כדי שלכל הפחות ההרגשה שלהם תוטב. זהו רור של אור ייכנס.

"החלטנו להרים את הכפפה, ואולי את הבד... חיפשנו אצלנו תלמידות אמיצות דיין ובעלות לב רחב כאולם, שהסכימו ללכת למחלקות הקשות ביותר של 'כפר שאול' ולפגוש שם נשים שהרבה מאוד זמן לא יצאו מהחדר. יחד תפרנו להן שמלות לחג הפסח שקרב.

בוגרת נוספת ששמעה על התכנית, נרתמה אף היא והתאימה לכל אחת מהן תכשיט, וזה היה... לא להאמין. מילים דלות מכדי לבטא נשים חולות כל כך, מדוכאות וכאלו שצועדות בצדי החיים בצבעים אטניים ושפופים, נראו פתאום אחרות. פשוט אחרות. זיקים של חיות ושמחה עלו על הפנים שלהן.

"הבנות האמיצות שלנו היו אתן לאורך כל הדרך. בתמורה, הן אמנם קיבלו מלגות, אבל זה לא היה שם הסיפור. הן עשו את זה פשוט כדי לשמח, לשם הסיפוק והחסד האמתי הזה, וזה היה עצום."

אני צופה במצגת של הפרויקט, ולא רואה כלום. דמעות מטשטשות את המסך, ואני מתאמצת לספוג אותן כדי להמשיך לראות את הפלא הזה, את חזון העצמות היבשות הקמות לתחיה. "שמלה - לה חג" הן קראו לפרויקט המופלא הזה, ויש שם פייטים וז'ורנלים על שולחנות, ויש שם מספריים גדולים ומראה וסרט מדידה, ועמודי דגמון וידיים שלובות לידיים ומשחק מעגלי בבדים רכים.

יש שם גם יד לוחצת יד, וגברת כבדה, שנראה שכבר המון זמן לא יצאה בריקוד, רוקדת לה במרכז. יש שם פרחים, ואישה עייפה שבוחרת אותם, והם מחיים את התמונה כולה.

"יש שם גם בחורות צעירות וקורנות מאור של חסד, ונשים שהולכות ומתחיות נותנות להן יד, חולקות אתן מעגל. 'לתצוגת האופנה' מציע השלט בכניסה, והאוויר, זה שקודם כמעט חנק פה את כולן, נמלא חג ושיר.

מעין לאה בן עמי, סטודנטית, 'אמן':
"לא באנו רק לתפור שמלה"
באנו להיות חלק מהרקמה האנושית הזו. באנו להתקרב, לתת יד ולהכניס צורה וצבע לחיים. רצינו להשתמש בכל החושים כדי להאיר ולעורר. להכניס צבע, להכניס צורה וגוה, להכניס מגע, מישוש וטקסטורה, לדבר ולאפשר קשב. להעניק עוד פיסת חיים. 'לקחתי את האשה' שלי לחנות הבדים שהקמנו במחלקה (אחת הסטודנטיות קנתה מטר מעשרה סוגי בדים, כדי לאפשר בחירה) היא הייתה נחושה מאוד בדעתה - זה הבד שלי! זה היה בד סגלגל חום אדמדם, צבעוני ויפהפה. אישה נוספת בחרה את הבד הוורוד עם המנדלות הגדולות. לאישה אחת, למשל, היה קשה מאוד שנעשה עליה מדידות. זה הציף אותה בטרואמות. לכן הלכנו לאט לאט, ביקשנו רשות. זו הייתה משימה, אבל מיטיבה מאוד. לסיום, עשינו מפגש של דגמון השמלות החדשות. מסיבה באולם בית החולים.

זה מה שעלה. רצון להחיות מתים. ההיגיון שלי לעג לי. להחיות מתים? רק הבורא, ברחמיו, מחיה מתים רב להושיע. מה פתאום עולה הרצון הזה? אבל נתתי לרצון הזה מקום. ידעתי שהשם כיוון אותי לשם, ואם אדם מתכוונן לרצון שלו, אז זהו רצונו של השם יתברך ולא גחמה חולפת. אם השם רוצה שזה יקרה, זה יקרה, ואם תתכוונן לרצון שלך,

השם יוכל להשתמש בך לגילום הרצון הפלאי הזה. "לפני כן לא הכרתי את עמותת חברות. באמן' שבו אני לומדת שנתיים, חושבים באופן יצירתי איך לשלב מלגות לתלמידות ותרומה לקהילה. שמעתי שהם מחפשים סטודנטיות בעלות מעוף ויצירה שישתלבו בפרויקט. נפגשנו עם אנשים מדהימים, בראשם רחל אטון ורבקה ורדי - מנהלת 'אמן', נשים מדהימות, מלאות אהבה ורצון לעשות טוב בעולם שלנו.

"מה שמיוחד כל כך בפרויקט, הוא העדינות והקשב גם למתנדבות, תמיכה נפשית גם עבורנו, איך להיכנס למערכת לא פשוטה שהיא לא יומיומית לנו. הנשים המאושפות בכפר שאול נדמות בתחילה כשונות מאתנו, וזה מרתיע, ולא בדיוק יודעים איך להתנהג בתחילה.

אין לנו ניסיון, והקפיצה למים עלולה לעורר רגשות קשים גם בקרב המתנדבים ה'חזקים'... אבל הליווי והתמיכה שאנחנו זכינו להם, נתנו לנו את תחושת ההגנה והביטחון. היה לנו לאן לפנות בשעת הצורך, וזה כשלעצמו ריגש אותנו מאוד.

"פגשנו נשים מאושפות, חלק כבר שנים ארוכות, חלק במחלקה פסיכוגריאטרית, חולות בגוף ובנפש, וזה לא פשוט. הריחות, המראות, הרגשות והתחושות לא קלים. אמנם הצוות מקסים ומשקיע, אבל המצבים שנפגשים אתם לא פשוטים בכלל.

"לא באנו רק לתפור שמלה' באנו להיות חלק מהרקמה האנושית הזו. באנו להתקרב, לתת יד ולהכניס צורה וצבע לחיים. רצינו להשתמש בכל החושים כדי להאיר ולעורר. להכניס צבע, להכניס צורה וגוה, להכניס מגע, מישוש וטקסטורה, לדבר ולאפשר קשב. להעניק עוד פיסת חיים. 'לקחתי את האשה' שלי לחנות הבדים שהקמנו במחלקה (אחת הסטודנטיות קנתה מטר מעשרה סוגי בדים, כדי לאפשר בחירה) היא הייתה נחושה מאוד בדעתה - זה הבד שלי! זה היה בד סגלגל חום אדמדם, צבעוני ויפהפה. אישה נוספת בחרה את הבד הוורוד עם המנדלות הגדולות. לאישה אחת, למשל, היה קשה מאוד שנעשה עליה מדידות. זה הציף אותה בטרואמות. לכן הלכנו לאט לאט, ביקשנו רשות. זו הייתה משימה, אבל מיטיבה מאוד. לסיום, עשינו מפגש של דגמון השמלות החדשות. מסיבה באולם בית החולים.

"אני קישטתי את האולם בבלונים וסרטים, וכשהאישה 'שלי' נכנסה, לא זיהיתי אותה בכלל, היא כאילו עברה מטמורפוזה: איפורה אותה וסירקו והלבישו לה את השמלה החדשה, הצבעונית והפורחת. זיהיתי אותה רק מהשמלה ולא משום כיוון אחר.

"באותו רגע הבנתי, שהבורא, ברחמיו, נתן לנו את הכוח והיכולת להחיות מתים, ממש. אנחנו יכולים, יכולים ממש, להידבק במידותיו ולהחיות מתים, אם רק נסכים להתקרב. הזמן היה כמה ימים לפני פסח, ימי הגאולה, ואני התרגשתי מהתזמון. גאולה של ממש הייתה כאן.

"תביני", כך מעין לאה, "זו תקופה עמוסה בכל בית בישראל. אז בתקופה הזו לצאת לכפר שאול, למדוד, להתלבט על בד, לשכנע למדוד... זה כאילו הזוי. ועדיין, החלק הזה היה החלק הכי משמעותי לי בעבודות הפסח, הייתי מאושרת שהעניקו לי את ההזדמנות הפלאית הזו, לגאול, להחיות ולהוציא קצת מן המצר..."

טוב וחסד ירדפוני

התחלנו, כאמור, את הסיפור מהאמצע. אם נלך עוד קודם, לתחילתו, ננסה להבין איך הוא נרקם לו כך. הוא הוא נוצר. מי מסכימה לקפוץ, פשוט כך, אל התהום הזו, מלאת האימה של פגיעותם של החיים ושביריותם, של החלקים שלא הסכמנו להכיר בחיים, של רגעי הכאב, הבדידות המאכלת, הכאב המנסר ובעיקר - למה? עבור מה לקפוץ לתהום כזו?

אמרת כנף חכמה לוחשת לנו סוד:

"כשתלכי בדרכי החיים,

תראי תהום גדולה.

קפצי.

היא אינה כה רחבה כמו שאת חושבת'."

נעמה שלמה, עו"סית ב'כפר שאול', במקומות המפחידים האלו שאליהם אנחנו לא מעזים להביט, היא אישה מלאה בחיים. מבטה לחיים שנון, חד ו - חי. מאוד. היא משתפת איתנו ומגלה שהתהום לא רחבה וטובענית כל כך. "הפרויקט הזה, של שמלה לחג, שמגיע מידי שנה למחלקות שלנו, מכניס אווירה אחרת, מלאה חיים כמו הסלוגן שלהם 'רוח יוצרת בריאות'. ממש כך, רוח שיוצרת בריאות במחלקות הלא פשוטות האלו.

אני עו"סית בשתיים מהמחלקות הקשות של פסיכוגריאטריה, מחלקה אחת פתוחה - שאליה אנשים מגיעים לאיזון תרופתי וחוזרים הביתה, ומחלקה נוספת כרונית - שבה מאושפזים אנשים שזקוקים לליווי קבוע, ואין להם בקהילה סביבה מותאמת שהם יכולים לשהות בה.

"המטופלות נהנות מאוד מהפרויקט, גם לראות אנשים חדשים ופנים רעננות במחלקה, וגם ההתעסקות בנושא מלא חיים. עובדים אתן, נוגעים בהן, שואלים אותן, הן חשונות! אמנם, יש כמוכן מטפלות קבועות שעוזרות להן בדברים ג'סיסיים בחיים שבהם הן זקוקות לעזרה, ויש לנו מחסן שלם עיל בגדים עם אפשרות לבחור מדי יום בגד, אבל מוסד זה נוסד... והיכולת הזו פתאום לתפור בגד חדש שהוא לגמרי עביר, במידות שלך, ובחירה מחוט ועד שרשרת, ואחר כך לעשות לכבוד זה מסיבה גדולה כשהן מרכז תשומת לב - זה מכניס להן אור גדול. בכל פעם שאני מספרת על 'פרויקט חדש של חברות שעומד להגיע, הן שמחות ויחכות.

"המחלקה שלנו, שהיא אגב המחלקה היחידה בירושלים שמקבלת 24/7 אנשים בגיל השלישי במצוקה או במשבר נפשי, היא מחלקה לא פשוטה. מגיעים אליה אנשים הסיבילים ממגוון תחלואים, החל בדיכאון והמשך בדמנציה, מאניה דיפרסיה, הזיות ומחשבות שווא ועוד מחלות נפש קשות שבגיל השלישי מקבלות משמעות נוספת -

כוח

שירה של רות. השיר של הכוח. הכוח שמגיע מתוך איסוף כל החלקים שלנו, הפגיעים מלאי העצמה.

רות - א בחשון התשמ"ז - כ"א בשבט התשנ"ז

לפעמים כשאני עצובה וגם כואב לי אני מרגישה שזה בא...

והופ... אני מגייסת לי לעזרה

את כל המלאכים הטובים שלי

[חלקם נראים וחלקם אינם נראים

חלקם מבחוץ וחלקם מבפנים]

הרופאים שאני אוהבת

האחיות שבאהבה עוקבות כמה אני שוקלת...

המשפחה שאותי מחבקת

משחקים, גם, גיליתי שמשמחים אותי כל כך, בובות וגם צבעים

וכעת אני לומדת שהמחשבות יש להן כוח

ולי גם היכולת לשלוט ולקבוע עליהן דרך המוח...

כך אני מחליטה שבעצם עכשיו גם טוב ונעים

ואת המקום הכואב בכלל לא מרגישים

אז פתאום העולם פחות מאיים וקר

אפילו מחבק כזה ומואר

משאות כבדים נעשים קלים

ומכאובים אמיתיים פחות מורגשים

ודרך הפלא הזה שלמדתי

אני מתחברת חיבור חזק כזה

לאלוקים שבשמים שיושב שם

וממש ממש משגיח עלי

ואוהב ואוהב...

רות ואימא רחל ירושלים, התשנ"ב

הזנחה, עייפות מהחיים, אובדן תיאבון ובכלל... אלו מראות וסיפורים קשים.

"חזרה לקהילה היא תהליך ארוך, ולפעמים יש זקוקים לאיזון מתמיד, שכן יש כאלו שמצליחים לצאת ממצבם הקשה ויש כאלו שפחות, והמעקב אחרי נטילת התרופות צריך להיות ברמה היומיומית.

"החיים במחלקה דומים לחיים בבית אבות - ארוחת בוקר, פעילות של מרפאה בעיסוק מומחית בגיל הזקנה, שעושה אבחונים קוגניטיביים ופעילות מתואמת ברמה האישית, אחר כך ארוחת צהריים, מנוחה ופרויקט נוסף של עמותת 'חברות' שמגיע לנגן.

המנגנים אוהבים מאוד את המחלקה שלנו, הם יצרו קשר אישי עם מספר מהחוסים, וכבר יודעים איזה שיר אוהב כל אחד לשמוע. גם נגנים מתנדבים משכונת הר נוף הסמוכה מגיעים להיות אתנו כאן פעמיים בשבוע."

אני שומעת אותך בקול מלא חיים. למה את לא ... מוכרת גלידה, למשל? למה עבודה כאובה כל כך?

"זו באמת עבודה לא פשוטה", מסכימה נעמה, "המצריכה המון כוחות נפש, אבל זו עבודה שגם מעניקה המון. זו עבודה יהודית ומייצרת קשר פשוט ויומיומי עם חסד ונתינה, שהם אבן היסוד של העולם שלנו.





הרוח שנשארת

"רות בתי לימדה אותי, שאפשר למות בריאים", משתפת רחל אטון. "היכולת שלה, בימייה האחרונים, לדבר, לכתוב ולנגן על משמעות החיים, לימדה אותי להיות מחוברת תמיד לחלק הבריאה בתוכי, בנשמתי, בנשמת כולנו. החלק הבריאה צריך, לפעמים, לעבור דרך גוף פגוע, אבל דווקא אם נהיה בקשר עם חלקי השלם שבנו, עם חלקי הרוח והמשמעות, חלק מהתמונה הגדולה והכוללת, הרי שנוכל לשאת כל אתגר וקושי."

"כשרות הייתה בת שש והובהלנו לאשפוז קשה ומבוהל, רצינו להרגיע יחד את עצמנו. הכנו רשימה של דברים שמרגיעים אותנו, יצרנו מהם חרוזים ומשפטים וקראנו לשיר 'כוח'. זהו שיר שמספר את ספור החיים: אם רק נאסוף את כל הדברים שנותנים לנו כוח ונזכור שמלמעלה השם הטוב שומר עלינו, אז, אכן, יהיה לנו כוח בלב".

אני לא מתאפקת והשאלה עולה ממני. איך את יכולה? איך הצלחת להפוך את הכאב שלך למשמעות גדולה וגבוהה ועמוקה עד כדי כך?

"אי אפשר לבד", מסכימה רחל, והקול שלה רך כקנה, ואולי לכן בטוח כל כך: "אי אפשר לבד. במובן המקצועי יש צורך במשולש הזה, של רפואה מקצועית וטובה, פסיכולוגית שתחזיק את הילדה הקטנה שרוצה להתפרק לתוך כל זה ורוח."

"ישנה הרוח, שחשוב כל כך לפתח אותה לכדי תורה ותפיסת עולם. זהו לימוד בעל משמעות עמוקה ומחברת, של פרק תהילים, של תפילה, שלא הולכת לאותו מקום מנותק בתוכי, אלא מתחברת לכל חלקי כולם, שנאמרת מתוך תוכי, שמחוברת לסבל של אותו רגע, שבו לא יודעים מהן תוצאות הבדיקות."

"זו הלמידה לחפש את המורים המתאימים, ולבקש עזרה. זה לחפש את התמיכה מבני המשפחה והחברות. ובאמת אני חושבת, שזו היכולת לפגוש את החולשה בתוכי, להכיר ולהצהיר שיש בי פגיעות ולבקש עזרה. דרך המנהרה החשוכה הזו, פוגשים הרבה מאוד כוח. את השם ששומר עלינו, את השכינה שמקיפה אותנו, וזה לא עוד מנותק, גבוה או ערטילאי ושממני. זה עבר דרך התחית, הבור, המקום החשוך והנפתל, משם צומח הכוח האמת, לא זה המזויף - שהתגבר כי לא פגש את החולשה. "אז כן. התמוטטתי, התפרקתי, שאלתי למה וחשבת ש'זה לא פייר', הייתי חסרת אונים והייתה לאילמות מקום גדול. אבל כאשר אנחנו נוכחים שם, אז מתוך השקט הזה מתחיל להיווצר הכוח האמת. והוא נשאר".

כן.

"חוץ מזה", היא מוסיפה בהפתעה, "יש גם חלקים מצחיקים וכיפיים בעבודה הזו. חלילה לא שאנחנו צוחקים עליהם, אבל כן צוחקים אתם על מצבים אבסורדיים שאנחנו מגיעים אליהם, וחוש ההומור עוזר לנו לשרוד. "אנחנו לומדים המון איך וכמה הנפש מסתגלת למצבים קשים ויכולה להתחשל מהם. לאנשים כאן יש סיפורי חיים מדהימים, כל חייהם הם התמודדו, והתמודדו והתמודדו! והנפש האנושית היא מפעימה ביכולת ההישרדות שלה, בכך הענק הזה שהיא עונה לחיים."

זה נותן פרופורציות כשיוציאים אל מארג החיים ה'נורמטיבי' ה'נורמלי'. אני לא מזלזלת בשום בעיה של שום בן אנוש נורמלי (ומקווה שאני עדיין אחת מהם...) אבל הפרופורציות! עם כל מה שהם עברו ועוברים, הם עדיין מצאו ומוציאים מקומות של הנאה ושל שחרור. זה נותן המון, זה מלמד ומחשל ומוציא אותי מחוזקת ומחושלת לעולם."

"ואת יודעת מה? יש גם ימים שאני שואלת את עצמי למה אני פה... ואם התחליף הוא מוכרת גלידה, אז לפני כמה ימים פגשתי מוכרת גלידה שכזו, שתוך כדי שאלה

אם למזוג מיפל או פונץ' בננה, היא שאלה אותי במה אני עובדת וסיפרתי לה. ותנחשי מה היא ענתה לי? 'אה, כפר שאול? אנשים מהסוג של אמא שלי מאושפזים שם... היא כל הזמן מתאשפזת וחוזרת'... אז גם למוכרת גלידה אין ביטוח לחיים שהם תותים."

לכל אחד יש כאב, השאלה איך מתייחסים אליו ואיך מקבלים אותו, ובעיקר, מה עושים בו.

"שמעתי פירוש על הפסוק 'אך טוב וחסד ירדפוני': אם אני רודף חסד, הטוב רודף אותי. אין ביטוח לאיש, אבל אם כבר נגזר על אדם להתעסק במכאוב ובחולי, אני מקווה שאני עושה את זה עם החוסות היקרות כאן..."

"האנשים כאן כולם כל כך מתוקים", מספרת נעמה, "כולל המנקים. תבני, יש הבדל בין להיות מנקה במשרד עורכי דין, להרים ניירות מהרצפה ולרוקן מאפרה, לבין להיות עובדת ניקיון כאן המתעסקת במקומות חשופים וכאובים כל כך של אנשים, אבל גם לוחצת להן יד, טופחת להן על השכם ומוסיפה עוד כוס של מרכז לכביסה. זו שליחות, ובשליחות הזו עובדים כאן כל אנשי הצוות. כל אחד נברא בצלם אלוקים ומוצא בחושים את צלם האלוקים שבתוכו. לכן להיות חלק מהצוות פה - זו שמחה אמיתית."

אגדת עם שרה את זה כך:

רק כשאנחנו יורדים אל התהום

אנחנו מגיעים אל אוצרות החיים.

במקום שבו אתם מועדים

שם ימצא האוצר.

דווקא אותה מערה, שלתוכה אתם חוששים לחדור

תתגלה כמקום

שבו תמצאו את מה שאתם מחפשים.

אז נסכים לחדור לשכבה נוספת? לחזור עוד קצת פנימה, אלינו ממש?

בכל אחד בפנים

"פעם אחת אחרי טיפול", מספרת אישה חולה במחלה כרונית, "הרופאה שלי התכופפה לקשור את שרוכי נעלי, אחרי שהתקשיתי מיד לעשות את זה. לפתע הרגשתי שאני יצור אנוש".

רחל אטון, מנכ"לית 'חברות', דואגת שכולן ירגישו שהן יצור אנוש, כולל הסביבה העוטפת שהיא בונה לא רק ממילים וחלומות. שוטטות עמוקה פנימה, במקומות חשופים ופגיעים, הביאה אותה ליצור את העמותה. היא מתחילה את הספור מתחילת:

"את 'חברות' הקמתי לזכרה של בתי רות ע"ה שנפטרה מ c.f - לפני תשע עשרה שנים, בהיותה בת אחת עשרה וחצי. רות הייתה אדם מיוחד. נשמה גבוהה. לאחר הפטירה, רציתי לומר תודה למערכת הבריאות על המקצועיות והאכפתיות, על המרפא שהם ניסו כל כך לתת, ועם זה הרגשתי שיש איזשהו חוסר בסיסי בטיפול המרכזים הרפואיים. אמנם בגוף הם טיפלו מצוי, אבל חסר היה יחס לאדם כשלם. כבנוי מגוף, נפש ורוח."

"במשך השנים הארוכות שבהן הייתי אימא לילדה מטופלת, ובמקצועי - מטפלת משפחתית ומלווה רוחנית, עלה בי הרצון לפתח בתוך מערכת הבריאות את הכוונן העדין הזה גם של 'אדם לאדם'. כווננו, שבו ייווצר שיח גם עם החלקים הבריאים שיש בכל אדם, גם זה החולה."

לתת מקום לא רק לפתולוגיה שבו. עלה בי הרצון לייצר את המרחבים שיאפשרו את השיח הזה בין מטפלים למטופלים, בין מטופלים לבני משפחה, בין עובדים לצוות ובין האדם לעצמו.

"הפרויקט ב'כפר שאול"

הוא פרויקט מדהים שבו

נפגשנו עם אוכלוסיית

פגועי נפש. האנשים פגועי

הנפש, מורחקים מהחברה

ומתרחקים מעצם קיומה של מחלתם, עד

שהופכים לשוליה של החברה ונעשים למדוכאים יותר ויותר בתחושת העדר האנושיות שתסובב ותקף אותם.

ואז, באנו ואמרנו, בואו נעשה אירוע, נפגוש אותם במקום שכולנו מתרגשים, שכולנו, בני האנוש, מתרגשים לקראת חג, תופרים בגדים חדשים, בזמן שהן בפיג'מה ובשגרה אפורה, בכל חג מפוזר שיכול להיות.

"אז כן. יש שם נשים שמאושפזות כבר שנים ארוכות עם סכיזופרניה או עם דיכאון, ויש נשים שהזקנה דרדרה עוד את מצבן, ועדיין. עדיין יש בהן הצלם האלוקי, יש בהן נשמה, זכות וכבוד להן להיות חלק מהקהילה הבריאה, שסובבת אותן בחג. ראינו כמה משמעותי הוא המפגש פנים אל פנים, שבו סטודנטית יושבת עם חוסה, כמו עם לקוחה. מתייעצת אתה על צבע הבד ועל סוג הגזרה ומקשיבה לסיפור חייה, סיפור חייה שהוא לאו דווקא קשור למחלה."

"הסטודנטיות שהגיעו הן לא מטפלות, הן סטודנטיות לצורפות ולתדמיתנות, ואולי דווקא בשל כך, הלבבות נפתחו בצורה כזו שאישה מרגישה אישה, קיימת, מחוזקת בחלקים הבריאים שלה, שמחה לקראת החג שמתקרב. ולא רק זה, אלא גם הצוות רואה אותה כך, גם הצוות שותף לחוויה הזו."

"זו נראית, לרגע, בסך הכול שמלה לחג. אבל האמת שמאחוריה גדולה הרבה יותר. זה להכניס למקומות דחויים, עולבים וקשים, מרחבים של החלמה, של יצירתיות ושל רוחניות. תפיסת העולם מאחורי המארג המופלא הזה, היא, שבכל אדם יש גרעין בריא, והוא ראוי לתמיכה ולכבוד. הוא שלם מעצם בריאתו כצלם אלוקים, והיצירה מזכירה שתמיד אפשר למצא עוד מרחב ואופק עדין עבורו. עוד שובל לחלום. חוט, דקיק ככל שיהיה, שיארוג את התמונה, שלמה יותר."

"השאיפה שלי היא לייצר עוד ועוד מפגשים כאלה, שבהם החברה תקבל את החריג, את הפגום, ותיתן מקום לפגיעות ולחולשה, מקום של כבוד".

לא לפחד כלל

אלף ציפורי שיר צבעוניות עמדו על החבל ושרו לעצמן בקול. אף לא אחת מאלף הציפורים נתנה מקום לשחרורית אחת שחורת נוצות בעלת מקור כתום.

השחרורית ניסתה וניסתה למצוא את מקומה ביניהן, אבל הן הדפו אותה משם, יראות כל כך שמא קולה יעיב על שירתן השמיימית, הבלעדית, ואולי שחרוריות כנפיה תגלה את נוצותיהן השחורות המוחבאות היטב בפנים. רק בפנים. הן לא גילו לה כמה הן פוחדות ממנה, כשהן הודפות אותה. כמה הן יראות, שפגיעותן תתגלה להן עצמן.



השחרורית ניסתה להיאחז בקצוות ציפורניה הדקיקות בחבל, ניסתה מכאן, ניסתה משם, אבל הן נענעו אותו במרץ, מנערות אותה. הופ מפה, הופ משם, והחבל העבות הזה נקרע, כל הציפורים כולן מצאו את עצמן על הארץ, צרודות מלשיר, מאובקות כנף. מפויחות. רק השחרורית פצחה בשיר משלה, והגיפה כנף הלאה.

לרוב, דחייתנו את השונה, מונעת מאותו פחד קדמוני ממה שמצוי בתוכנו, מחוסר יכולת למצוא לו מקום של כבוד ושל קבלה אלינו עצמנו.

דווקא לכן, חשובים כל כך התמיכה והטיפול במטפלים עצמם. רחל מסבירה: "אחד העקרונות המנחים אותנו, הוא שכל אחד שפועל, צריך לקבל תמיכה, הדרכה ומקום גם עבורו. רק כך נוצר שינוי משמעותי ולא משימה שעברה וסומנה ב-V."

"אנחנו יושבים לפני היציאה לשטח יחד, מתכווננים, משתפים ומעניקים ברכה לדרך, ובכך, בעצם, אנחנו מבססים את התפיסה הזו, שלפיה כולנו זקוקים לחסד. בכלנו ישנם החלקים הקטנים, הפגיעים, המכוערים, החלשים והרכים. כולנו זקוקים למתן. גם אנחנו, המתנדבים, וגם החולים והחוסים, גם אנשי הצוות וגם בני המשפחה. בכלנו נמצא הגרעין הפגיע, בכלנו נמצאות גם העצמה והחזקה."

"דווקא לכן, חשוב כל כך שלא לזלזל בקושי ובפחד שעוברים על המתנדבים או אנשי המקצוע. אם ניצור שפה לשברים ולחולשה, אנשים לא יסתירו את החלקים הפגיעים שבתוכם וממילא יוכלו יותר לקבל עזרה. כך תיווצר לנו חברה מאוחדת יותר, ואולי - שפויה יותר. זו שנותנת מקום לכל החלקים שבנו כולם."

"בפרויקט שמלה לחג, או שמחה בחג - שנעשה גם עם גברים חולים, הפגשנו סטודנטים לרפואה עם חולים. כרופאים לעתיד, כאנשי סיעוד או כאחיות, הם פגשו את המטופלים לעתיד שלהם 'גבוהה העיניים'."

למדו לייצר קצת מוזיקה רפואית, כזו שנכנסת לחדר ומייצרת את הניגון המתאים למשפחה, כזו שנוגעת ברגעים השוקעים לאטם בין החיים למוות. הם לומדים לייצר עוד שפות, לא בהכרח מילוליות, שיכולות לעזור. זה בגד, זו יצירת אמנות, זו שיחה בעלת משמעות..."

"אולי יום יבוא והחלום שלנו יתגשם, והכניסה למרכז רפואי תהיה מלווה בתחושה של בריאות, כי לא באמת יהיה הבדל בין פרופסור לאיש הניקיון, בין החולה לסבתא שבאה לבקר אותו. כולנו זקוקים לחסד, וכולנו נקבל אותו איש מרעהו".

ד"ר ברני סיגל בספרו 'חיים, אהבה ובריאות' מציע לצאת יום אחד עם סד לצוואר, תחבושת ליד או רטייה גדולה על העין. "תתפלאו לשמוע כמה רוח וקשב יגלו אנשים למראה הפגיעות שלכם". כך או כך, האם גם אם נחשוף חולשה אנושית, כאב של מצוקה או בדידות, יגלו לנו אנשים סביבנו רוח וקשב? נצטרך, כפי הנראה, לנסות."

"את העבודה הזו אנחנו עושים בצוות למטופלים ובסדנאות לרופאים ולעו"סים", מספרת רחל. "התחלתי בקבוצת תמיכה לילדים עם שיתוק מוחין, ומאז התמיכה התרחבה לגני מש"י ולצוותי סול"ם ועוד."

משתפים את הלימוד הזה, של רוח יוצרת בריאות. הרוח והיצירה הן שמאפשרות למקום של בריאות להיות. הרוח מכילה את השבר, ולא פוחדת ממוות או ממשבר. הרוח יודעת שהוא ישנו, הוא חלק מהחיים שלנו, ואין בו בדידות.