

# התחדשות

## דפנה ערן

שואל אותי מה קצבת הזמן שלי? כנראה לקדוש ברוך הוא יש חשבונות והקצבות משלו, והוא לא מתחשב בדעתי.

הבוקר, כשפתחתי את החלון, חשבתי שזהו זמן מתאים. בשנים האחרונות אני משכימה לקום, מתעוררת בין ארבע לחמש. כמדי יום קמתי מוקדם ושכבתי לי בשקט במיטה, כיכיתי שהבוקר יעלה. אלו שעות שאני מאוד אוהבת. אני

נהנית מן השקט בבית האבות, מהעובדה שהמכוניות עוד לא יצאו לדרכן, מהבוקר המתעורר לאיטו. בדרך כלל הרעש פה גדול. הצוות עובר בין החדרים, עושה ספירת מלאי, בודק שכולם קמו, כי לפעמים לא כולם קמים. אחר כך מתחילה פעילות היום. מגיעים מבקרים, והמכוניות ברחוב שמתחת לחלוני יוצאות לדרכן. כשאני מתעוררת, אני שוכבת בשקט המתוק בשעות הללו, מדפדפת באלבומי הזיכרון. לפי סדר: ילדות, בית הוראי, וילנה, עלייה לארץ, הקיבוץ, כפר מונש, הפגישה עם שמואל, נישואין, ילדים, התנדבות ביישובי עולים חדשים, הקמת בית הספר לילדים חריגים, הפעילות הציבורית במועצה, הילדים, הנכדים, הפגישה עם



ישראל, המחלה הארורה של שמואל, אסון המסוקים שבו נהרג עופר, המחלה של רותי אמו, הסרטן שהתגלה אצלי. לפעמים אני נזכרת בדברים לפי המלחמות: מלחמת העולם הראשונה, השנייה, העצמאות, ועד מלחמת ענבי זעם המטופשת. לפעמים אני מדפדפת בדברים ונזכרת בהם באופן אקראי, ללא סדר. פתאום עולה זיכרון מיום ההולדת המקסים שרותי ארגנה לעופר כשהיה בן חמש ביער בן שמן. וצצה התמונה שלו עומד ורוקד על הכיסא, וצועק: סבתא! בואי לרקוד איתי! או פתאום אני נזכרת בכי הנוראי של חגי ליד הקבר של שמואל, ובחיבוק העז שחיבקתי אותו. לפעמים עולות המילים הקשות ששמואל זרק לי כשהחלטנו לנסות להיפרד אחרי שנודע לו על הרומן שלי עם אפריים. לפעמים עולים זיכרונות לפי אנשים, לפי תקופות, ולפעמים

על אריזת הקרטון המבריקה המעוטרת בפרחים צבעוניים כתוב שהזמן המתאים לשתילת הפקעות הוא ראשית האביב. הבוקר התעוררתי, הבטתי דרך החלון, ראיתי שהשמים כחולים. הגשמים שירדו כל החורף פסקו בשבוע האחרון. האוויר שנכנס דרך החלון היה טרי וצלול. הודיעו בחדשות שצפויה שבת אביבית. הפקעות שהביאה לי נטע

עמדו על המדף ליד המטבח, הן חיכו שם מאז הפעם האחרונה שהייתה כאן. אני כל כך שמחה כשהיא באה לבקר. אני מביטה בפניה היפים, הקורנים, בעורה החלק, מלטפת אותם בחטף ומתענגת על מגע המשי. אני אוהבת את חיוכה ואת עיניה הקורנות, וחושבת לעצמי שהיא יפהייה. אני לא אומרת לה את זה, כדי שחש וחלילה לא תיעשה לגאווותי. כל חיי האמנתי בהצנע לכת. אבל בלבי פנימה, אני חושבת שהיא כל כך יפה, שבוודאי כל גבר שעובר על ידה חושק בה. ואני חושבת שהיא צריכה להיזהר.

נטע באה אלי כל כמה חודשים. היא היחידה מבין הנכדים שלי שזוכרת אותי וטורחת להגיע. אני יודעת שכולם עסוקים ולכן לא מגיעים, אבל היא תמיד

מוצאת זמן ובאה, מביאה לי משהו קטן, ממש כמו כשהייתה קטנה. כשהייתי באה לבקר, תמיד הבאתי עמי משחק, ספר או חבילת שוקולד. מעולם לא באתי בידיים ריקות. עכשיו היא מביאה לי לפעמים עציץ קטן, לפעמים ספר, או עוגה שאפתה. בפעם האחרונה הביאה לי חבילת פקעות. אם טומנים אותן לפי מה שכתוב על החבילה עם בוא האביב, הן פורחות לאחר שלושה שבועות, במגוון צבעים שונים, כמו אלו המצוירים על העטיפה.

נטע אמרה שתבוא לעזור לי לשתול את הפקעות. היא יודעת שקשה לי ללכת. אבל אני לא רוצה לחכות. אני קצרת רוח. איני יודעת כמה זמן עוד נשאר לי להיות פה. אני כבר לא ילדה. לפי חשבוני, זמני כבר תם מזמן, אבל כמוכן, מי

דפנה ערן היא פסיכולוגית קלינית פסיכואנליטיקאית, מנחה בחברה הישראלית לפסיכואנליזה, עוסקת בציור, בפיסול ובכתיבה. ספר שיריה "ברגע הנגיעה" ראה אור בשנת 2012.



סתם עולים ריחות.

כמו הבוקר. ריחות של הבית בווילנה, הקרעפלאך של אמא, ריח הסוסים שחנו ליד הבית שלנו. ריח הפרות בכפר מונש, ריח הליזול בבית החולים שבו היה מאושפז שמואל, וריח הפריחה באביב ליד ביתנו בכפר. זה הזמן האהוב עלי ביותר. כל היום אני מחכה שיגיע ואיתו התמונות והריחות.

אחרי שקמתי, הגוף כבר לא מאפשר לי למהר לקום, שתיתי את קפה הבוקר. תמהיל של חלב ומים. פרסתי חתיכת עוגה שנשארה מסוף שבוע שעבר, וישבתי בשקט במטבח ליד החלון הפתוח. חשבתי שהרעננות באוויר מסמנת את בוא האביב. עיני שוטטו לכאן ולכאן, ולפתע נתקלו בעטיפה הצבעונית המזמינה של הפקעות שהביאה לי נטע לפני כחודשיים. בחלוק הישן שלי ישנם כיסים גדולים. קמתי בזהירות, נעזרתי בהליכון. טמנתי את החבילה בכיסי הימני, שראיתי שהקצה שלו פרום קמעה. דשדשתי באיטיות בנעלי הבית הישנות לעבר הדלת. לא היה לי כוח לנעול נעליים. פתחתי את המנעול העליון, אחריו את התחתון. העליון, כאשר הוא נעול, מסמן בחוץ לצוות שאני בחדר. התחתון הוא מנעול רגיל. פתחתי את הדלת ויצאתי לעבר המעלית. הייתי לבד. כבר היה בוקר, אך עדיין היה יחסית מוקדם, בשבת כולם מנסים לשון קצת יותר. יצאתי מהמעלית ללובי, ורינת, פקידת הקבלה, אמרה לי: בוקר טוב גברת שניאורסון, מה שלומך הבוקר? ענית לה טוב, ומה שלומך את? והיא

ענתה: מצוין. "מצוין" זו כמובן תשובה של צעירים. יצאתי לרחבה הראשית ופניתי לשביל המוביל לגינה שבה בדרך כלל פורחים ורדים. עדיין אין פריחה. נזכרתי ששכחתי לקחת כלי כלשהו כדי שאוכל לחפור באדמה גומות. חזרתי, נכנסתי לחדר האוכל הריק ולקחתי כף מאחד השולחנות הערוכים, טמנתי אותה בכיס השמאלי. פחדתי שמישהו יראה אותי, אבל לא היה שם איש. חזרתי החוצה. בשדרה שמובילה לגן הוורדים נשמעו קולות עזים של ציוץ ציפורים, שקודם לא הבחנתי בו. זה הזכיר לי את קולות הציפורים שנשמעו מעץ האזדרכת הענק שעמד ליד ביתנו בכפר מונש. חזרתי לאזור הוורדים. לא ידעתי איך אתכופף לאדמה. התנועות שלי כבדות מאוד. ידעתי שאם אתיישב לא אוכל לקום. למרות זאת התיישבתי בזהירות, חשתי את הרטיבות הקלה של האדמה, נעצתי את הכף באדמה הרכה וחפרתי בור קטן. פתחתי את השקית, שלפתי פקעת קטנה, מיובשת, טמנתי אותה באדמה וכיסיתי אותה מלמעלה. חשבתי שבעוד כמה שבועות, כאשר הפקעות יפרחו, אנשים לא ידעו מי טמן אותן פה, זו תהיה תעלומה. חפרתי עוד ועוד גומות עד שכל הפקעות מצאו בית לעצמן. ידעתי שלא אוכל לקום. הרגשתי חולשה עצומה, ידי החלו רועדות וזיעה קרה כיסתה את כל גופי.

לאט לאט שקעתי אחורנית, גבי נגע באדמה ואחר כך הראש. הבטתי לשמים הצלולים, ראיתי את הכחול המופלא.

## המשך מעמוד 19

## מקורות

1. בר-טור, ל' (2005). האתגר שבהזדקנות - בריאות נפשית, הערכה וטיפול. ירושלים: הוצאת אשל.
2. בר-טור, ל' (2006). דלזיה פרנואידיה בזיקנה המאוחרת - מנגנון הגנה בהתמודדות עם אבדנים?! שיחות, כרך כ (3). עמ' 300-307.
3. בר-טור, ל' (2009). החיים במחשבה שנייה - שיחות עם נפתלי. חיפה: הוצאת אח.
4. בר-טור, ל' (2010). מי מטפל במטפל? - מיומנויות מקצועיות ורגשיות של המטפלים בזקנים. גרונטולוגיה, כרך לז (3-2), עמ' 69-86.
5. בר-טור, ל' (2015). הטפול פסיכולוגי בזיקנה: מאפיינים ייחודיים לטיפול ולמטפל - אתגר והזדמנות לאינטימיות ולצמיחה הדידית. בתוך: ד' פרילוצקי, ומ' כהן (עורכות). גרונטולוגיה מעשית: מבט רב-מקצועי לעבודה עם אנשים זקנים. (כרך ראשון). ירושלים: הוצאת אשל. עמ' 121-148.
6. Muslin, H. (1992). The psychotherapy with the elderly self. New York: Brunner-Mazel.
7. Nemiroff, R.A. & Colarusso, C.A. (1985). The race against time: Psychotherapy and psychoanalysis in the second half of life. New York: Plenum.