

פסיכולוגים יוצרים: ראיון עם רות נצר

עם צאת ספר שיריה "הגוף היחיד", בית הוצאה לאור "ספרא" איגוד כללי של סופרים בישראל



רות נצר היא פסיכולוגית קלינית יונגיאנית ומדריכה בכירה, אמנית, צלמת, חוקרת ספרות וקולנוע, מלמדת במכללות "סמינר הקיבוצים" ו"אורנים". "הגוף היחיד" הוא ספר שיריה העשירי. על ספרי שירתה זכתה בחמישה פרסים ספרותיים וכן במענקי יצירה. כתבה שישה ספרי עיון על מסע הנפש: בפסיכותרפיה, בספרות, בשירה, בקלפי הטארוט ובקולנוע ועשרות מאמרים בתחומים אלה. ספר הפרוזה שכתבה, "ההתחלה - נומה עמק", הוא אוטוביוגרפיה משפחתית.

והאישיים זמן ומרחב אחר שבו מתעורר בך הצורך, ביצירה שונה, שהדמויות המרכזיות שלה רחוקות יותר, קולקטיביות וארכיטיפיות?

קשה לענות על שאלה זו. הדמויות הקולקטיביות-ארכיטיפיות, כמו דמויות מהמקרא ומהמיתולוגיה שעליהן כתבתי, קרובות אלי, שהרי הן מאכלסות את ספרי העיוניים ואת הבנות הפסיכולוגיות והטיפוליות, והן עבורי כדמויות חיות ולכן הן מולידות שירה. ספרי "מסע הגיבור", למשל, רווי סיפורי דמויות כאלה

שמתארות את מסענו שלנו בחינוך. הספר על קלפי הטארוט מבוסס על הבנת דמויות המצוירות בקלפים כדמויות מהמיתולוגיה. ספרי על ספרות וקולנוע מראים את התשתית המיתית של היצירות



שבהן אני עוסקת. דמויות מהמקרא הן חלק מעולמי, כמי שגדלה בחיק היהדות המסורתית, מה גם שאני נקראת על שם רות המואבייה.

אני לא מבחינה בין מרחבים שונים לסוגי הכתיבה השונים שלי שמכילים לא רק כתיבה אישית לעומת ארכיטיפית אלא גם שירי טבע, שירי מדיטציה רוחנית, שירי מסעות, שירים על אנשים ושירים על יצירות אמנות. כולנו במהלך היום נעים ללא הרף בין מרחבי קיום שונים, ומה שבא ברגע מסוים מתוך חוויות אותו יום, זיכרונות שמבליחים, חלומות, אירועים

שאלתי הראשונה אליך נוגעת לריבוי העיסוקים שלך המפורטים לעיל - כיצד משתלבים כל אלה באופן קונקרטי בסדר יומך ובאופן פחות קונקרטי - בזהות המקצועית שלך?

לי עצמי קשה להבין איך הכול משתלב בסדר יומי העמוס כל כך. זה כרוך בוויטורים על אירועים מקצועיים ואירועי בילוי רבים מחוץ לביתי וגם בהגבלת מינון העבודה כדי להתמסר לכתיבה העיונית שהיא זו שמחייבת זמן כה רב. את הציור זנחתי, למעשה, מחוסר זמן, וגם כיוון שהשירה עונה על צרכי הביטוי שלי. לכתיבת שירה אין צורך להקדיש זמן. היא באה ופורצת מעצמה בכל רגע בלתי צפוי. לצילום אני מקדישה עצמי בעיקר בטוילים בחו"ל.

בזהות המקצועית הכול משתלב בעיני. הפסיכותרפיה היא עבודה יצירתית, ומלאה בדימויים כמו השירה. האמנות מאפשרת לאזן את המצוקה שאני פוגשת בקליניקה בנוחם היופי והאיזון האסתטי. חוויות מהקליניקה מגיעות לשירה, בעיקר בשירים על אנשים, ושירים שאני קוראת אני מביאה למטופלים בזמן שמתאים לכך. לעתים, ברוחו של יונג, אני מבקשת מהמטופלים לצייר או לפסל את הדימויים שלהם.

עיון בשירים המופיעים בספרך טלטל אותי באופן קיצוני וחד - מן הפרטי לקולקטיבי, מן העצמי אל הטבע והיקום כולו, מן הדמויות המשפחתיות הפרטיות כל כך (סבא, סבתא, אב ואם) אל הדמויות התנ"כיות והמיתולוגיות. הדבר לא הפתיע אותי בהכירי את המעורבות החזקה כל כך שלך בפסיכולוגיה היונגיאנית אך העלה בכל זאת את סקרנותי לגבי התהליך והרצף של היווצרות השירים - האם מתקיים מרחב זמן שבו נוצרים שיריך האינטימיים



ראיינה וכתבה: צילה טנא

אל תאמינו לרומנטיקה הזו, לאמתו של דָּבָר
הפשוט כותב כי הוא מוצא עצמו כותב.

האם תוכלי להרחיב בתשובתך מעבר למילות השירים הללו?

חווית היצירה היא תעלומה, ובמיוחד שירה, שמאפשרת תמצות של חוויות. סוד ההתהוות של השירה, וסוד המוזיקה שלה, הוא כנראה שמיצר בי שוב ושוב שירים על עצם תהליך השירה המסתורי הזה. כמו אורפאוס שנאסר עליו להתבונן באהובתו שעולה אחריו מן השאול, כך אסור ליוצר להתבונן בתהליך היצירה עצמו, והוא יכול רק לתהות על אודותיו בהשתאות. מעולם לא הבנתי למה אומרים שהיוצר סובל חבלי לידה. רגע הכתיבה הוא עבורי רגע העצמי ביותר. הוא אושר המניח עצמו להרף קט על כף ידי. אני שמחה על כך שבשירה אני נקייה מחשיבה תודעתית ובמיוחד מחשיבה פסיכולוגית שיש בה סכנה של הרחקה מהחוויה ושל צמצום הנפש. השירה באה מערוץ אחר לגמרי שנובע ממרחבים ותהומות לא ישוערו, ואני אסירת תודה על המתנה הזו.

אהבתי את השירים העוסקים בעצם במהות הכתיבה עצמה עבורך וגם עבור משוררים אחרים - בארספואטיקה - ובחירתי לכן לצטט כאן חלקים מכמה מהם, להנאת קוראינו:

שיר

כוכבים נופלים
כמו אותיות מתוך מקלדת
לכתב אותנו
אצבעות ארכות
כמו חוטי ציפיות
בתנועת מכחול *

השיר הוא בית לגור בו
ללא רצפה, ללא גג, ללא תקרה *

לשוטט בשורות שהוקאו אל הדף
נפזרו באקראי הכרחי
ואז לטפס במעלות שורות השיר
מסופן לתחלתן

לגלות מה שהטמן בהן בסדר ההפוך
שנועד להיות מלכתחלה

בעולם, חומרים שקראתי - כל אלה מניעים את השיר המסוים לבקוע מבלי לבקש את רשותי או שאקבע זמן עבורו. פנקס קטן תמיד מצוי אצלי בתיק. שיר יכול להיוולד באוטובוס, בזמן הליכה, בהמתנה לתור, לפני השינה, בהשראת ספר או שיר של אחרים, ואני ממחרת ללכוד מילים שמגיחות פן יאבדו. בספרי העיון אני לעתים משתפת חלום אישי ומשבצת בתחילת הפרקים פסוקי שירה.

רציתי לשאול על הדחף הזה לכתוב שיר ועד כמה הוא ניזון מן החיפוש אחר קורא נאמן, אחרי אוזן קשבת, ואז נתקלתי בשניים משיריך וחשבתי לי שהם מספקים תשובה לשאלתי:

גם

שירים שנגאספו
מוגנים בין הדפים.
לזו נשקתם בוער.
טהורים בתוך ספר סגור
כמו הנשמה בבואה לעולם
ובצאתה מקונו. *

גם אם כל השירים כבר נכתבו
גם אם קוראי השירה נמוגו כבר
אפציר במוזת השירה לבל תעצבני *

יבוא יום ולא אכתב עוד
החיים יהיו פשוטים
האדמה תניב פרותיה
הרוח תשוב אל מקורה

לכתב (קטע מן השיר)

2.

למי יש זמן לקרא/לכתב מכתב או שיר
שיש בו יותר משתי שורות
כשצריך לשלח את הילדים לבית-הספר
לקנות, לבשל, לעבד עד צאת החמה.

מי קורא שירה שמכוצת את הלב ומרחיבה אותו,
לעתים משום-מה, מחסיכה פעימה

3.

הפשוט צריך לכתב שירה
כדי להעיר את השמש, כדי לאפשר לצמחים לגדל,
כדי להקשיב, כדי שתהיה לו סבה לקום בבקר,
הפשוט צריך לכתב כדי לנשם, כדי ללגם את העולם,

**כתיבה**

כְּשֶׁאֶכְתֵּב זֵית
יִצְמַח עַץ זֵית בְּגִנַּת בֵּיתִי

כְּשֶׁאֶכְתֵּב יוֹנָה תְּבוֹא יוֹנָה
וְתֵשֵׁב עַל עֵץ הַזֵּית

כְּשֶׁאֶכְתֵּב יִסְמִין
יִצְמַח יִסְמִין וְיִטְפֹּס סְבִיב הָעֵץ
וְהַיּוֹנָה תִּהְיֶה

3.

אֶז מָה אִם אֲנִי/אֵת
כֵּן/לֹא מְשׁוֹרְרֵת נְפִלְאָה
בְּסוּף כְּלָנוּ נִפְגַּשׁ
בְּאוֹתָהּ אֶפְלָה

4.

הַמְשׁוֹרֵר הֵהוּא
עֲכָשָׂיו צוֹחֵק בְּקִבְרֵוֹ
מַחְכָּה לִי

האומנם?

יש רגשות שקשה להודות בהם. כך כתבתי (קטע משיר):

הָרִי יִצְחָקוּ עָלַי, עַל רְגִשׁוֹת שֶׁלֹּא הֵינּוּ מוֹדִים
בָּהֶם בְּפָנַי עֲצֻמָּנוּ, שְׁחוֹלְפִים בְּמוֹחֵנוּ כֶּה מְהֵרָה,
נִפְזָרִים בְּטִמְיוֹן מִתּוֹדְעָתֵנוּ, שֶׁנִּשְׁאַרְתָּ רִיקָה לְהִקְסִים.
הוּא מְדִיטָצְיָה בְּרוּכָה שְׁמוֹחֶקֶת אֶת רְגִשׁוֹתֵינוּ הַבְּזוּיִים בְּיוֹתֵר,
וּמְאַצִּילָה נֶפֶךְ מְעֻדָּן לְקִיּוּמָנוּ, עַד כִּי אֶפְלוּ כְּלָב חוֹלֵף
לֹא הָיָה מוֹצֵא בָנוּ עֵנָן; הָיָה מְרַחֵם
לְהִרְפֵּי קֵל וְהוֹלֵךְ הַלְּאֵה.

הקנאה היא אחד הרגשות הקשים לשאת, להרגיש ולהודות בהם בפני עצמנו. לכן אני מרגישה הישג בכך שיכולתי לכתוב על כך וגם להרשות לעצמי לפרסם אותו. למשל קטע מהשיר "קנאה":

הקנאה סְאָרְרֵת	הקנאה בּוֹלְמֵת
הקנאה מְעוֹרֵת	הקנאה צוֹרְרֵת
הקנאה נוֹטְרֵת	הקנאה סוֹבְלֵת
היא חִמְדָּנִית	היא נִקְמָנִית

נעזוב לרגע את ספר שיריך כדי לעשות צדק עם היצירות הנוספות המרשימות שלך. ראשית, רציתי לשאול על המניע או הטריגר לכתיבת האוטוביוגרפיה המשפחתית שלך - "ההתחלה - נומה עמק".

זה התחיל במחלה של אבא, עשר שנים לפני מותו. צורך לבטא את הרגשות המציפים. כתיבה יומנית, כהכלה עצמית. כתבתי יומן מחלה. אחר כך חזר אותו תהליך של כתיבת יומן בעת מחלתה של אמא, בסוף ימיה. ואז עלה בי הרצון-הצורך להרחיב אל תולדות המשפחה. באה גם ההכרה שהגירת הורי ופצע חייהם ממשיכים להתקיים בי, כמו ברבים מאיתנו, והיא תובעת התייחסות ומתן עדות. לכתיבה היה תפקיד להשיב את הזהות והקיום למי שלא יכול בעצמו להעיד: הורי והוריהם והורי הוריהם בגרמניה - אבותי שדמם זורם בי מבלי דעת. זה חלק מהתודעה של היותנו חוליה בשרשרת. וההכרה שסיפור הורי החלוצים בקיבוץ שבו גדלתי והמחיר שהם וילדיהם שילמו על כך יאבד אם לא יכתב. וגם הרגשה חזקה שאם אני לא אכתוב, מי יכתוב? הרי הכול יישכח וירד לטמיון. זה

אשמח אם תצטטי עבורנו שיר נוסף שישתלב במרקם המרתק של שיריך אלה.

בחרתי בשיר שמכיל מצרף של מוטיבים שבהם עוסקים רבים משירי:

סבלנות (קטע מהשיר)

סְבִלְנוֹת הַיַּעַר לְצִבִּי שִׁיעֵבֵר בּוֹ
סְבִלְנוֹת הַצּוֹקִים לְקִרְאֵת זְרִיחָה
וְהַסְלָעִים הַמְּמַתִּינִים
לְהַתְגַּלּוֹת
סְבִלְנוֹת הַנְּשָׁמָה לְקִרְאֵת הַגּוֹף
שֶׁתִּלְד בּוֹ
סְבִלְנוֹת הַבְּגָד לְלוֹבְשׁוֹ
סְבִלְנוֹת הַיֶּלֶד לְגוֹפוֹ
הַגָּדֵל

סְבִלְנוֹת הָאוֹתִיּוֹת לְמַלְיָם
סְבִלְנוֹת קִירוֹת הַמְּעֵרָה לְנֶעֱר
שִׁיחֲרַט בְּן אֵת שְׁמוֹ

סְבִלְנוֹת יִשְׂרוֹ הַסְּחָלֵט שֶׁל אֶפֶק הַיָּם
לְנִפְתּוֹלֵי הַלֵּב
סְבִלְנוֹת הָאֵבֶן לְפִסֵּל הַנְּחָצֵב בָּהּ

סְבִלְנוֹתוֹ שֶׁל הַשִּׁיר לְרַגְעֵ הַכְּתוּבָו

סְבִלְנוֹת הַפְּרָגוּד לְהַפְשָׁלְתוֹ
סְבִלְנוֹת הַהִיסְטוֹרִיָה לְאַחֲרֵית הַיָּמִים
סְבִלְנוֹתָהּ לְמַלְחָמָה הַבְּאָה

חז"ל אמרו "קנאת סופרים תרבה חכמה", ואני קוראת בין השורות של שיריך את "קנאת המשוררים" שלך ואת אותה חרדה שמכרסמת - האם אהיה ראויה להסתופף בקהלם?

מתוך "המשורר"

2.

מְשׁוֹרְרִים טוֹבִים טוֹיִים
חוֹט שֶׁמְחַזֵּק מִיָּם



הטארוט והמיתוסים החבויים בהם. עניינו של הספר לייעץ בדילמות עכשוויות, לפתוח דיאלוג עצמי ומודעות עצמית, ואפשר להשתמש בו ככלי עזר בטיפול. הספר אינו מתייחס לאפשרויות של מאגיה ולניבוי בעזרת הקלפים.

3. השלם ושברו - מיתוס, ספרות, שירה - כינוס מאמרים ממבט פסיכולוגיית המעמקים של יונג. 2009 (כרמל).

המאמרים שכונסו בספר זה התפרסמו בבמות ספרותיות שונות. עניינם חקר יצירות מהספרות העברית והכללית כגון א"ב יהושע, ש"י עגנון, רות אלמוג, פוקנר, בורחס, קפקא, פטריק וויט ועוד. מסות נוספות בספר זה עוסקות בסמל, בדימוי, בשירה ובאמנות, בסיוע המבט של פסיכולוגיית המעמקים של יונג.

4. מסע הגיבור - תהליך התהוות הנפש במיתוס, במעגל החיים ובתרפיה. 2011 (מודן).

הספר מציג את תהליכי בניית האני-האגו של כל אחד מאיתנו, את ההתמודדות עם האם, האב, החברה, הצל, האשמה והעולם הפנימי בכלל, כחניכה לחיים החברתיים הבוגרים, ובו בזמן לייחוד הסגולי-האינדיבידואלי. הספר בוחן גם את האנטי גיבור, וגם גיבורים מסוגים שונים כגון הגיבור המנהיג, הגיבור המיסטי והשמאן, הגיבור האמן, גיבור הטראומה, הגיבור הביוני והמטפל כגיבור. הספר בודק גם מהי שיבה נכונה מהמסע. ספר זה הוא ספר משלים לספר "מסע אל העצמי", והוא כהמשך לו.

5. הקולנוע מטפל בנו - יחסי מטפל מטופל בסרטים. 2013 (רסלינג).

הספר בוחן את המרכיבים הבסיסיים של יחסי מטפל-מטופל מתוך הסימבוליקה היונגיאנית. מערכת יחסים ייחודית זו כוללת את פצעייהם וצלליהם של המטפל והמטופל. הספר בוחן כ-40 סרטי קולנוע המתגלים כמראָה למטפלים, שבה הם רואים כיצד הם נתפסים לטוב ולרע. הספר הוא כמו חלום קולקטיבי, וכמורה דרך שבכוחו ללמד אותנו להיות מטפלים טובים יותר.

6. נפש הקולנוע - ארכיטיפים ומיתוסים בסרטים. 2014 (רסלינג).

עניינו של ספר זה בקולנוע כראי נפש האדם. הספר חוקר את היחס בין הקולנוע ובין האמנות, השירה, המוסיקה והיופי ודרכי ביטויים באפיוני הגיבור הקולנועי מכריזמת הפרסונה של השחקן דרך ההיבט הטוטלי והכול-יכול של הקולנוע וסכנותיו, ההיבט המוסרי של הקולנוע ועד הקולנוע כמטאפורה והמבט הפוסטמודרני שבו. הספר בוחן ארבעה מוטיבים מרכזיים שפועלים בנפש האדם ובתהליכי החברה: הנשי והגברי, הרוע, גיבורי-על והקורבן הגואל.

אני קוראת ואינני מופתעת, על הפרסים הספרותיים ומענקי היצירה שזכתה בהם רות נצר על ספרי השירה שלה. עונג גדול היה לי לקרוא את השירים לקראת עריכת הראיון, ואין לי ספק שאגלה רבדים חדשים בכל קריאה נוספת בהם.

היה דחף לכתוב את האמת. כמו תהליך טיפולי שמלמד אותך לקבל את עצמך. זה היה גם דחף לכתוב את עצמי לדעת. לא יכולתי לדעת אז כמה מרפא יהיה בכתיבה הזו ובחיבוק הגדול שאקבל מקוראי הספר.

האם יש קשר כלשהו בין תוכני ספרי העיון שלך לספר האישי הזה?

הלא אותו אדם כתב אותם. זו אותה אני. ספר העיון הראשון שלי נקרא - "המסע אל העצמי". במובן מסוים הספר האוטוביוגרפי הוא מסע אל עצמי בהיבט האישי ביותר. אנשים ש(חושבים ש)מכירים אותי דרך ספרי העיון מופתעים לגלות בספר האישי הזה את עוצמת הפן הרגשי שבי.

קשר אחר נמצא בין הספר הזה לספר העיוני "מסע הגיבור". השאלה מהו הגיבור וההכרה שהגיבור כולל בו את חולשותיו, פגיעותו, פצעיו וכשלונו, הייתה הכנה לקבלת הכשל הבלתי נמנע בחייהם של הורי. כשל שאינו מנוגד להיותם גיבורי חייהם בדרכם הם. כמו גם לקבלת כשלי חיי. בספר "מסע הגיבור" יש פרק על הגיבור היהודי-הישראלי בקו התפר של המעבר מהגולה לבניית הארץ. ממה שלמדתי במחקר של התקופה ההיא הבנתי את דמותו של אבא.

במובן מסוים הרצון לדעת, לפענח, להבין, שמפרנס את ספרי העיון, הוא זה שמפרנס את הכתיבה האישית. הספר האוטוביוגרפי משובץ גם בחלומות שלי. אבל כיוון שהספר האוטוביוגרפי הוא ספר פרוזה, שרגל אחת שלו היא בספרות, היה ברור לי שאסור שאכתוב במבט פרשני. השארתי את החלומות ואת אירועי החיים כישות חיה ללא פירוש.

ואי אפשר שלא להזכיר את ספרי העיון הרבים שכתבת על מסע הנפש, כולם באוריינטציה יונגיאנית. האם תוכלי לסקור עבורנו בקצרה את ששת הספרים על פי סדר הוצאתם לאור?

1. מסע אל העצמי - אלכימיית הנפש - סמלים ומיתוסים. 2004 (מודן).

הספר הוא מורה דרך להכרת התהליך הפסיכולוגי-רוחני של התפתחות הנפש והאינדיבידואציה. יונג גילה מחדש את הסמלים והמיתוסים של האלכימיה הקדומה והצביע על משמעותם הפסיכולוגית. הספר עוסק בתיאור מפורט של שלבי תהליכי הנפש ובמשמעות המסע אל מימוש העצמי, כפי שהם משתקפים בתהליכי הפסיכותרפיה, בחלומות וביחסי מטפל-מטופל.

2. הקוסם, השוטה והקיסרית - קלפי הטארוט במעגל החיים ובתרפיה. 2008 (מודן).

קלפי הטארוט נתפסים בעיני כמערכת שמתארת לפי רצף קלפים את מסעה של הנפש לקראת מימושה: את מסע הגיבור, את מסע הגיבורה ואת מסע העצמי. הספר חוקר את המשמעות הפסיכולוגית והרוחנית של סמלי