

מה שתזרעי הוא שיצמח, באדמה כמו בגוף ובנפש.
זו כל תורת ההתחדשות

גוף-גינה

• צופית גרנט-רנד

צופית גרנט-רנד
היא שחקנית ויוצרת



צילום: שיר פרנקו

א

ימא, "אימא שלי, בואי נדבר על הכול", אני לוחשת מבין הדמעות שכבר מרטיבות את הצוואר ומטשטשות את הראייה. "מה קרה?" היא שואלת אותי. כמו בת קול, אני שומעת אותה מהדהדת לי בתוך הראש. "מה יהיה?" אני לוחשת, "מה יהיה, אימא? את חושבת שיום אחד איכנע לתורשה הזאת שהבאת עליי, או שאצליח, בעזרת מוריי, להנכיח את ההפיגנטיקה במקום להיתקע על הגנטיקה המדכאת שהורשת לי?". שמעתי אותה מהעולם שמעבר נאנקת בכאב, כאילו כבד לה אפילו מתוך האור האין-סופי לראות אותי בכאבי. "ילדה שלי", היא אומרת, "אני רוצה להציע לך משהו. כן, אני מקשיבה". "אני רוצה להציע לך להאמין פחות ברעש שאת מייצרת, וללכת עד הסוף עם המורים שלך". "מה? לא הבנתי כלום". "מה יש להבין?" היא מתעקשת, "שחררי, צופי, שחררי. הרפי מהגנטיקה, הרפי מהפחד להיות כמוני, הרפי מהסיפורים שאת מלעיטה בהם את עצמך, ותשקיעי בכך". אני שותקת. חושבת על אלירן דה מאיז מבית הבריאות, מנטור הבריאות שלי, שאומר שהגוף הוא יצור חי שרוצה לחזור הביתה. שהוא לא רק סיכום של מה שאכלת או מה שעבר עלייך, אלא ישות שרוצה להחלים אם רק נפסיק להפריע לה. המים ששוטפים מתוכי כל מה שלא משרת אותי, הצום שמנקה גם את המחשבות, השקט שמאפשר לשמוע את עצמי מבפנים. הוא מזכיר לי שהגוף הוא כמו נהר: אם תפתחי את הסכרים, הוא יזרום מחדש. היא שומעת אותי מזכינה את שמו, ושואלת, "מי המורה הזה שלך?". "הוא מורה של גוף ונשמה", אני אומרת. "ומה הוא אומר על הפחדים שלך?" היא מקשה. "הוא אומר שהפחדים גם

הם רעל שהגוף לא יודע לפרק, ושאם אני רוצה באמת להחלים אני צריכה ללמוד לשחרר אותם". ואז אני נזכרת בלייה נאור, גם היא מטפלת הוליסטית בטבע, איך היא מושיבה אותי על האדמה ואומרת "תסמכי עליה, היא תחזיק אותך". היא מזכירה לי שהעץ לא שואל אם מותר לו לצמוח, שהוא פשוט צומח, שהציפור לא מתנצלת על השיר שלה. היא מלמדת אותי שגם אני חלק מהטבע, ושחוקי הצמיחה שלו פועלים גם בי, אם רק אתן להם. היא שומעת את השם לייה ושואלת, "ומה היא מלמדת אותך שלא ידעת?". "היא מלמדת אותי להוריד את הראש, לא מתוך כניעה אלא מתוך הקשבה. להרגיש את הדופק של האדמה מתחתיי, לדעת שאני לא לבד. לדעת שהשורשים שלי יכולים להעמיק גם אם נולדתי על גבי סלע קשה. את יודעת, אימא, אני מוסיפה, "הבעל שם טוב אמר שכל מה שאת רואה זה את, ואם את רואה כאב, או עוול, או חוסר צדק, זו הזמנה להאיר את החושך הזה קודם בפנים. וימימה הייתה אומרת 'אל תישארי במקום הקורבני, תראי את המצב, תכירי בו, ואז תבחרי את הצעד הנכון לך'. אני מנסה להיות ככה, אבל לפעמים זה קשה, כי הכאב מושך אותי חזרה לבוץ". אימא צוחקת, הצחוק שלה חם, כמעט נוגע בי. "אני לא צריכה הוכחות, ילדה שלי. אני רק רוצה שתחיי. באמת תחיי. תפסיקי לסחוב אותי כתיק של אבנים. אני כבר מזמן לא הכאב שלך. את זו שמחזיקה בו. תוריד, תפרקי, תשחררי. תני לעצמך להיות יותר מהתורשה שלך". ואז אני רואה אותנו, הולכות יחפות על שביל של עלים יבשים. היד שלה בתוך היד שלי, והיא אומרת "הגוף שלך הוא הגינה שלך, מה שתזרעי בו - זה מה שיצמח. ואל תשכחי להשקות". ואז, כמו מתוך חלום, אני רואה אותי עומדת בצד, מביטה על עצמי הולכת איתה. אני רואה את העצב, אבל גם את האור שנכנס חרש דרך הסדקים. לרגע אני לא אני שסובלת, אני אני שרואה. מביטה על הכאב כמו על ענן שחולף. יודעת שהוא שם, וגם יודעת שהוא לא הבית שלי.



איור: שאטרסטור