

על הצינורות שמחברים בין לב ללב, ועל החלק שנולד בנו רק כשאנחנו נוכחים למען מישהו אחר

צינורות חיים

• צופית גרנט־רנד

צופית גרנט־רנד היא שחקנית ויוצרת



צילום: שי פרנקו

"כל קשר בחיינו הוא צינוה לא רק תנועה של אהבה החוצה, אלא גם חיבור שמזין אותנו בחזרה. כשאדם נעלם, הזרימה המייחדת אותנו מולו נעצרת"

לפעמים סיפור קטן שמישהו מספר לך פותח חלון גדול לתוך החיים. אישי אהובי שלום יוסף, הלוא הוא שולי, סיפר לי שחבר שלו איבד אדם קרוב. האיש שנפטר היה מתמודד נפש שחי לבדו במשך שנים, בשקט של בדידות, כזה שאיש כמעט לא שומע בו את פעימות הלב. והחבר של שולי היה בשבילו הכול. לא מטפל, לא מציל, פשוט חבר. משהו שדואג, מתקשר, מגיע, שואל אם הוא אכל, אם הוא לקח כדור, אם הוא בסדר. כשהאיש נפטר, בפתאומיות, הכאב היה גדול. לא רק כי אדם אהוב נעלם, אלא כי נלקח מהחבר של שולי חלק יקר בתוכו, החלק שבו הוא ידע להיות טוב, נחוץ, נוכח, יוצא מאזור הנוחות והאנוכיות, המקום הזה במוח שאני מגדירה בשמו המיוחד "מסירות הנפש".

ופתאום, תוך הקשבה לשולי, כמו אסימון ענק נפל לי בתודעה. כל קשר בחיינו הוא צינוה. לא רק תנועה של אהבה החוצה, אלא גם חיבור שמזין אותנו בחזרה. כשאדם נעלם, הזרימה המייחדת אותנו מולו נעצרת. אנחנו לא רק מתאבלים עליו, אנחנו מתאבלים על החלק בתוכנו שידע לאהוב אותו, להשתקף בחייו כמיטיב.

זה לקח אותי לחיי שלי, לצינורות חיי המזינים שאינם עוד והפכו לחוסר משמעות. ככה הבנתי גם את השנים שלי ב"אנוש". שמונה עשרה שנה הייתי נשיאת 'אנוש', שמונה עשרה שנים שבהן נכנסתי לעולם שלא מדברים עליו מספיק, עולם מתמודדי הנפש. לא כצופה מהצד, אלא כשותפה. ראיתי את הסטיגמה כמו חומה, את הפחד של החברה לגעת בכאב הנפשי, אבל ראיתי גם אנשים מדהימים, מלאי אור, יצירתיות ותשוקה פשוטה לחיים.

שם למדתי שהתנדבות היא לא חסד, אלא תנועה הדדית של חיים. נתינה שלא מחלישה, אלא מזינה. היה בי רצון אמיתי לשנות את התנאים, לדבר בשם מי שלא נשמע, להשתמש בכלים שהחיים נתנו לי כדי להזיז משהו במציאות. לשחרר חסמים לא רק בנפש, אלא גם במערכת. להזכיר לכולנו

שהשפיות היא רצף, לא קיר. ושכל אדם, גם הפצוע ביותר, רוצה לקבל את ההזדמנות שיראו אותו באמת. והייתי שם נוכחת כל כך, יוצרת מפגשים, נפגשת עם המשפחות בשיא מצוקתן ומאירה להן את כל האופציות הכי משמעותיות לחיים החדשים שלהן. נוסכת בבני המשפחה תקווה ואמונה שהאהוב שלהם עדיין ראוי לכל אהבתם ויותר מזה, עוזרת להם להאמין שתפקידו האמיתי בעולם של תיקונים הוא לאפשר להם להיות טובים יותר.

ואז הגיעה הסידרה האהובה שלי "אבודים". סדרה שכביכול עוסקת באיתור נעדרים, אבל בעצם עוסקת באיתור הלב. בכל מסע כזה - הורה שמחפש ילד, בת שמחפשת אם, אדם שמחפש את מקומו בעולם - נפתח שוב אותו צינוה. ראיתי איך חיים משתנים ברגע כשאדם אחד נוגע באדם שאיבד. איך מבט אחד יכול לתקן שבר של עשרים שנה. באותם מסעות לימדתי אנשים להפעיל את כל מנגנוני הברירות של הנפש, ובעיקר את החמלה כלפי עצמם וכלפי מי שנמצא מולם. הבנתי שגם כאן לא מדובר בטלוויזיה. מדובר בחיים. ביכולת לגעת באמת. להזכיר לעצמנו שהמהות, כשהיא אמיתית, תמיד מוצאת דרך לעבור.

כשאני מסתכלת היום על הדרך שלי אני רואה אותה כרשת אחת של צינורות חיים. בין אדם לאדם, בין כאב לתקווה, בין עבר לעתיד. אנוש, אבודים, האהבה שלי לשולי, הילדים שלי דניאל ורומי, המשפחה - כולם חלק מאותו נהר רגשות עצום.

כאשר אנחנו נפרדים מהמקומות או מהאנשים שהפעילו בתוכנו את האור, אנחנו עלולים לדשדש לכיוון התסכול והחרדה מחיים נטולי משמעות ושמחה. הדרך לשמר את אותו האור, את אותו פוטנציאל אושר, היא באמצעות הנכחת מסירות הנפש בחיינו.



איור: שאטרסטוק