



## רגשות האש וביטויים ביחסים בין אישיים

עגור לבן בחצר הקיסר - סמל לאריכות ימים

### הקדמה

מה שמבדיל אותנו אחד מהשני כבני האדם, הוא כושר הדמיון וההמצאה השונים מאדם לאדם. רק לפני כ- 20 שנה ההשקעה המאסיבית בכלכלה הייתה טמונה עמוק בחומר: בנפט ובחומרי הגלם. הכלכלה של ימינו מתבססת על רעיונות והמצאות שעיקרם במחשבה האנושית, כמו תופעת ה- START UP בעולם ההיי-טק. דומה כי עתידנו מוביל יותר ליוזמות בתחום רוח האדם ופחות על משאבי טבע חומריים.

עיקרון זה הוא עיקרון מוביל בהשקפה הסינית העתיקה שהוגדר **כאלכימיה**. במאמר זה ברצוני להציג גישור מעשי בין האלכימיה של העידן הישן והגישה הפוסט מודרניסטית של העידן החדש, או לגשר בין מזרח למערב. הדיון יתמקד על "מפת הרגשות" שברפואה הסינית.

**מפת נפש האדם** - כפי שראו אותה הסינים הקדמונים, הציתה במרוצת הדורות את דמיונם של רבים מהחוקרים המערביים. מהפכת פענוח הקודים המסורתיים של תרבות סין תוך התאמתם לתרבות המערבית כבר מתרחשת.

במשך שנים התהלכתי סחור סחור לגבש **מילון תחושות** עד שנוצר. כך החלטתי ללמדו לעשרות תלמידי במגמה להכשרת מורים לצ'י קונג. אני מעז להציע תרגום למונחים סיניים סתומים אלו לאו דווקא כמטפל ברפואה סינית אלא בעיקר בשל הניסיון הרב שנפל בחלקי כמטפל בצ'י קונג.

### דרכים סיניות מסורתיות – מול קידמה

הרופאים הסינים פתחו שיטות תשאל נפלאות איך לאבחן אך לא כיצד לטפל פסיכולוגית ברגש. לא בדיוק... (ישנן שיטות מדיטציה מסורתיות) אבל לא הצעה מפורטת ל"שיחת נפש" עם מטופל. המהפכה שהתחוללה במאה העשרים במערב בתחום הפסיכולוגיה קדמה אותנו לשלב בו קשה לנו לקבל גישות טיפול - סיני מסורתי בנפש. אנו זקוקים לכלי נוסף... זה לא סוד שהפסיכולוגיה המערבית צועדת לאחורונה צעדים מתונים אך מהירים להטמעת רעיונות בודהיסטיים לטיפול.

לא מן הנמנע שלתורת הדאו יהיה מה להגיד על מפת נפש האדם, מתוך חקר הרפואה הסינית. במאמר זה לא אדון בכל אספקלריית הרגשות המיוחסים לאיברים אלא רק ברגשות - יסוד האש.

### יסוד האש – כמערכת רגשית

מספר האיברים הפנימיים המיוחסים ליסוד האש הוא 4. שוני והבדל מהותי מבדיל אותם משאר האיברים בכך שללב יש 3 עוזרים, בעוד שלאיברים האחרים ישנו עוזר אחד. הסיבה לקביעה זו נעוצה בכך שהקיסר, על מנת לתחזק ההירארכיה הקיסרית נזקק ליותר עוזרים מכל שר אחר. אנו יודעים שעונת הקיץ (העונה המייצגת את הקיסר) – מכל עונות השנה נמצאת בשיא היאנג. בטבע אנו עדים לפעילות המתבטאת בפיזור החום, בבשלות ובהפצת זרעי הפירות. התנהגות אנושית חברתית אופיינית לעונה זו היא ה"החצנה" הגדולה של כל רובדי הרגש. הפעילות המומלצת בעונה זו היא יציאה ל"חופש". חופש מזמן מצבים של איבוד שליטה. זוהי הזדמנות להביא למודעות ולבחינת השליטה שלנו במגוון רחב של מערכות יחסים בין אישיים.

אנו יודעים כי תפקידו המרכזי של הקיסר הוא לאחד בין כל מערכות היחסים בממלכה, המיוצגים על ידי השרים שבממלכתו. לכן, הקיסר מייצג את השאיפה ליצירת **יחסי קרבה** מכל הסוגים ועם כל סוגי בני האדם במחוזותיו השונים. זוהי דוגמה טובה להבנה מדוע מקומו של ה"שן" נקבע בלב. איזה רגש או קבוצת רגשות משויכים לקיסר ועוזריו?

### מבנה פנימי

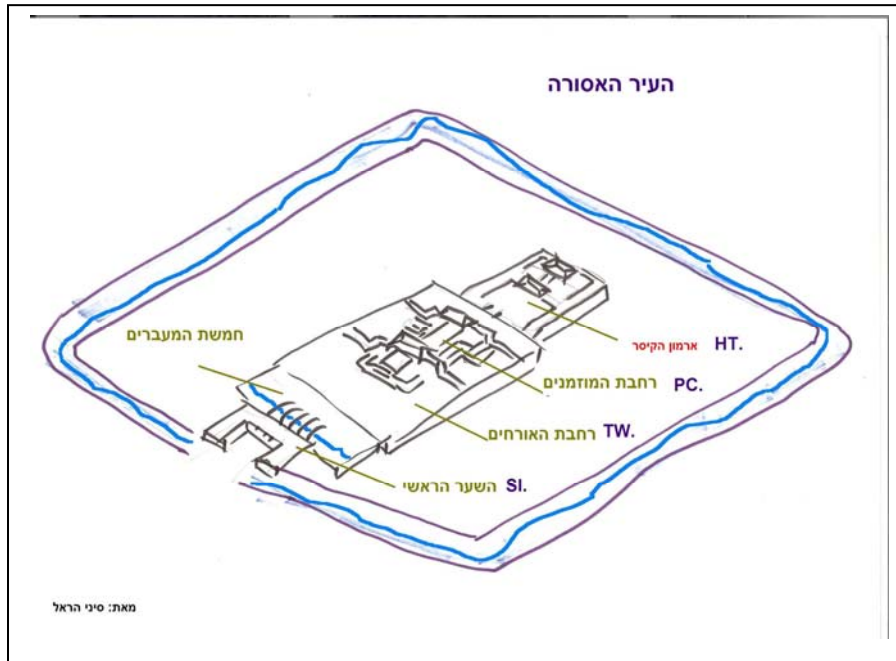
האיברים המיוחסים ליסוד האש מסודרים בדרוג מבני - מיאנג ליין ומחיצוני לפנימי בצורה זו: **חַוּי** - שיא היאנג - מעי דק - פחות יאנג - מחמם משולש, יין - פריקארד, שיא היין - לב - **פנינים**. היאנג חיצוני, היין פנימי. מה זה אומר מבנה זה מבחינה רגשית?

## מבנה העיר האסורה כסמל למבנה הנפש

כדי להבין טוב יותר סוגיה זו נתבונן במפת העיר האסורה כמודל מטאפורי למבנה הנפש. במבט על, אנו מבחינים ב- 4 אזורים מובדלים במחיצות המפרידות ביניהם והם:

1. החומה, המבדילה בין פנים לחוץ- שיא היאנג
2. הרחבה המרכזית, כמתחם לקבלת הקהל – פחות יאנג
3. אולם ההמתנה, לפני הכניסה לקיסר – יין
4. מושב הקיסר- שיא היין

מאחר שהקיסר משמש בתפיסה הסינית כמקשר בין השמים לארץ הוא מחייב שמירה קפדנית. לכן הוקמה סביבו העיר ב- 3 מדורי בלימה בהגעה למקום מושב הקיסר, הוא קודש הקודשים המסומל על ידי הלב.



## העיר האסורה המוקפת בחומה ובמים

### השרים המייצגים

כדי להגיע למגע עם הקיסר, או כפי שאנו מבינים מהדימוי - להגיע לליבו של אדם. אנו חייבים לעבור 3 תחנות המייצגות 3 כישורים רגשיים. ההקבלה בין האיברים - לרגשות תהיה ברורה יותר אם ניקח דוגמה מהירארכיית תפקידי השרים בממשל- בהמשך. כך נבין את סוד המורכבות ברצון לאחד מערך שלם של גוף / נפש שבכונות הרפואה הסינית. או בראייה הסינית קשר "שמיים- ארץ". מערך כזה הוא בעייתי מבחינת כלי המדידה המדעיים המערביים, אך לא בעיני המיסטיקן הסיני.



מעבר 5 ה"מרידיאנים" - ( השם בסינית) בכניסה לארמון

**המעיה הדק** - תפקידו הפיסיולוגי הוא להפריד בין עיקר לטפל, והוא זה שמביא לגוף אנרגיה זמינה היינו **שר האנרגיה**, העומד כשומר בחומה המנפה כל מי שאינו רצוי בארמון. לכן הכישורים הנדרשים כדי לעבור מחסום זה, הם יכולות גבוהות **ביצירת קשר** אך לא יותר מזה. אנשים המומחים בייחצנות בלהרשים ולפזר הרבה אנרגיה סביבם. מי שתפקוד המעי הדק אצלו חלש נמצא שהוא חסר אנרגיה, חיוור, ביישן, סובל מאנרכיה, בלגאן ובלבול רגשי. איתו נעבוד על חריצות, **שיטתיות**, בהירות, חדות ומיקוד במטרה.

**המחמם המשולש** - תפקידו הפיסיולוגי הוא לווסת את הטמפרטורה בגוף, תוך תאום וגיבור בין אזורי חום וקור. בארמון, הוא האחראי על סידור וויסות זרם האורחים ופיקוח על התנהגותם באולם הקבלה. תאום כזה מתאים **לשר התקשורת**. ברמה הרגשית, מומחיותו היא לאפשר נגישות מבוקרת הבודקת את טיב וכוונת האורח ויעילותו לקיסר. לכן הכישורים המתאימים לפונקציה זו הם **בשימור קשר**. אנשים מסוג זה יודעים להתמיד בחיזוק הקשרים החברתיים ומשדרים עקביות ושקדנות. מי שתפקוד המחמם המשולש לקוי אצלו נגלה בו תכונות של **מופנמות** והדחקות. איתו נעבוד על זרימה ביחסים, **פתיחות**, חופשיות (היכולת לתת חופש לאחר).

**הפריקארד** - תפקידו הפיסיולוגי הוא להגן על הלב, ולהזרים אנרגיה מתאימה ויעילה לתפקוד הלב. תפקיד כזה של שומר הסף מתאים דווקא- **לשר החינוך**, השר האחראי על התנהגות הולמת. מומחיותו ברמה הרגשית היא לאפשר התקרבות אינטימית **בהעמקת קשר**, ביצירת מערכות יחסים ייחודיות ורגישות מקסימלית לצרכיו ורגשותיו של הקיסר. מי שתפקוד הפריקארד לקוי אצלו, נאבחן בו תכונות של חוסר אמינות, מניפולציה ו**בוגדנות**. איתו נעבוד על **אמינות**, אמיתיות, יושרה ו"גילוי לב".

**הלב** – תפקידו הפיסיולוגי, שאיבת הדם והפצתו לרחבי הגוף. מה בין פעולה מתישה זו ובין **הקיסר**? כאן השכילו הסינים ליחס ללב תכונות שלא עולות בקנה אחד עם עבודת פרך, אלא ראו אותו בתפקיד מייצג ממלכה המפגין שליטה. כמו הצליל דו שעליו מתבסס ועומד הסולם המזורי שלא רבים יודעים שנגזר מלשון DOMINEERING. כך עבודתו המרובה של הלב קשורה למשימותיו לקיים את ה"שן". מומחיותו **במודעות** (השונה בתכלית מחשיבה המיוחסת- לטחול). ברמה התחושתית חוסר איזון יצריך עבודה על **קרבה** אך הפעם לא קרבה העוסקת ביחסים עם הזולת אלא ביחסים עם עצמך. הרגש המשוך ללב – over joy, מוטעה לעניות דעתי. שמחת יתר כפי שמתורגם מסינית לאנגלית לא מדויק. (והרי רב נחמן מברסלב אמר "רק לשמוח יש"). משמחת יתר לא מקבלים התקף לב, אבל מ"להט" יתר... כן. לכן, המושג "להט" הולם יותר לפתולוגיה הרגשית של הלב.



**מושב הקיסר**, משכן ה"שן" – מייצג התודעה הפנימית, המקשרת בין שמיים לארץ.

**לסיכום:** ראינו כי הדמיון והסמליות המופלאים של הסינים, מהווים נדבך מרכזי בראייה הסינית העתיקה. הצגתי כאן רובד נוסף, שהוא מעבר להתבוננות על ההקשרים המקובלים של גוף האדם עם הטבע. רובד המתאר את מערכת הרגשות המיוחדים ליסוד האש על מרכיביו ויישומיו המעשיים. מניסיוני זהו נדבך בעל חשיבות מכרעת בעזרה מעשית לכל מטופל על מנת לצאת מהמלכודת הרגשית בה הוא נמצא, מלכודת אשר שחרור ממנה בדיקור, עיסוי, צ'י קונג וצמחים בלבד - לא יעזור.

## טבלה מסכמת:

איבר	מיקום בארמון	מיומנות	תפקיד	תחושה שלילית	תחושה חיובית
מעיד דק	שער החומה	יצירת קשר	שר האנרגיה	בלבול	יעילות
מחמם משולש	רחבת התכנסות	שימור קשר	שר התקשורת	מופנמות	פתיחות
פריקארד	שומר הסף	העמקת קשר	שר החינוך	בגידה	אמינות
לב	מושב הקיסר	קרבה	קיסר	להט	מודעות

### צורת העבודה עליה אני ממליץ כשיטת טיפול:

1. **אבחון מקדים** קלסי: של דופק לשון, תשאול ושפת גוף.
2. **עיבוד נתונים**: שיוך האיברים שעלו כלא מאוזנים מתוך האבחון – לרגשות.
3. **שיחת מודעות**: שיתוף המטופל במרכיבים רגשיים המשויכים לאיברים הלא מאוזנים. חקר הסיבות ההיסטוריות למחלה. מציאת פתרונות התנהגותיים.
4. **טיפול בכלים הקלאסיים**: דיקור, עיסוי, צ'י קונג וצמחים.

### לסיכום:

השיחה בטיפול מאפשרת צוהר ליציאה מהתניות של תבניות נפשיות. שלב מקדים זה, הוא תנאי הכרחי להבראה, בעיקר למטופלים בעלי תסמונת כרונית. שיחה זו לשיטתי בנויה על עקרונות מתרבות המזרח רחוק: תורות הבודהיזם והדאו המשלבות הדרכה ליישום התנהגותי. כיצד נערכת השיחה ומה התנאים המקדימים לה – נושא זה הוא פרק בפני עצמו. הערה: מאמר זה הינו ראשון בסדרה המבהירה את יחסי הגומלין בין 12 האיברים לרגשות.

### ממקורותינו:

## תכלית ארמון המלך

ר' שם טוב בן שם טוב (אחד ממפרשי "מורה נבוכים" של הרמב"ם), בהקדמתו לפרק נא, מביא את

משל הארמון, בכדי להבהיר מהי תכלית האדם:

במרכז המדינה, ניצב ארמון ובתוכו מלך. יש מבין אנשי המדינה שרוצים לראות את המלך, וכל אחד מהם מצוי במרחק מה ממנו:

(א) חלק טרם ראו את חומת הארמון כלל.

(ב) חלק סובבים את הארמון כדי לחפש פתח בחומה.

(ג) חלק מצויים פנימה בחצר הארמון.

(ד) חלק נכנסו לפרוזדור הארמון.

(ה) חלק הגיעו אל המלך בתוך הבית.

- הערה: אם תרצו להמשיך לקרוא על תכונות כל 12 האיברים רק כתבו לי.

**סיני הראל - 052-2526674 sinaih@hotmail.com**

מיסד ומרכז מסלול צ'י קונג להסמכת מורים במכללת וינגייט  
מייסד היחידה "חזקים ביחד" לטיפול בסרטן באגודה למלחמה בסרטן  
מטפל בכיר ביחידה לטיפול אינטגרטיבי במערך האונקולוגי בבית החולים איכילוב  
מורה צ'י קונג ותיק, הוסמך ברפואה סינית, אקופונקטורה ואמנויות לחימה ביפן במזרח הרחוק.  
מידע נוסף אפשר למצוא באתר: <http://chikong.wincol.ac.il/>