

חלומות כמורי דרך בהתמודדות עם טראומת השואה

או: לעולם לא מאוחר מדי לרפא את הנפש ממכאוביה

ינינה זימנובוצקי

הרצאה שניתנה בסמינר-
הקיבוצים ביום עיון על
השואה והגבורה

פורסם באתר החברה היוגיאנית החדשה.

[/http://www.israjung.co.il](http://www.israjung.co.il)

המחברת נתנה את הסכמתה לפרסום המאמר גם באתר "תורת החלומות"

בספרו החדש, מחקר היסטורי על ילדים שניצלו בזהות שאולה בפולין, כותב ד"ר בוגנר:
לשווא נחפש תיעוד אותנטי של מחשבות ושל רגשות הילד... מתקופת המלחמה.

אמונתי היא שתיעוד של המחשבות, ההרגשות והתחושות קיים והוא אותנטי ומהימן.
הוא שמור בתוך נפשו של כל אחד ואחת. והנפש הטובה והחכמה, בעלת היכולת המולדת
המופלאה לרפא את עצמה, משחררת את העדויות בעיתוי הנכון ובמידה הנכונה.

במקום זה אקדים ואומר, שמעטים הם הדברים, אם בכלל, אותם לא זכרתי. אך הם היו
מנותקים מרגשות, בגדר עובדות יבשות, מעין "תיעוד היסטורי".
בתהליך של ריפוי שלעיתים היה כואב ומייסר, נגאלו- לאט ובוזהירות רבה, ההרגשות
והתחושות השייכות לזיכרונות אלו.
על מקצת מהתהליך הזה אספר היום.

החלטתי ללכת לטיפול התקבלה במפתיע גם עבורי. היה זה בסיומה של סדנת מרתון של
סוף-שבוע ארוך בגישת הגשטאלט.

הייתי אז בת 38, נשואה ואם לשלוש בנות, בוגרת תואר ראשון בעבודה סוציאלית.
בלילה שבין שישי לשבת חלמתי חלום אותו אני רואה כפותח את דרכי הארוכה פנימה.

וזה החלום:

אני הולכת בדרך. שק כבד תלוי על גבי. אני רואה ממרחק את המקום אליו עלי להגיע.
בתים קטנים עם גגות רעפים, מוקפים בעצים וגינות פורחות. ביני לבין
המקום הזה משתרע בית קברות ועלי לעבור דרכו. אין דרך אחרת.

כשהמלחמה פרצה הייתי בת שנתיים, בתם היחידה של הורי.
אבי, כמו שאר הגברים בגיל גיוס, נסע מזרחה – לפי פקודת ממשלת פולין. הוא ניצל
בברית המועצות.

עם הקמת הגטאות הועברנו, נשים ילדים וקשישים, לגטו. בתחילת 1942, בהיותי בת ארבע וחצי, נמסרתי לידי משפחה נוצרית. בחסדיה ניצלתי, בזהות שאולה.

מהר מאד אימצתי לעצמי את האמונה הנוצרית, התפללתי בוקר וערב, הלכתי, מיוזמתי, יום יום לכנסיה הסמוכה לבית. באחת הכנסיות היתה קאפלה של אנטוני הקדוש, פטרונם של האבדות. אנטוני הקדוש הפך לכתובת לתפילותי.

שלושים שנה מאוחר יותר התברר לי שבמקביל לתפילתי, עמוק עמוק בפנים, היה קול נוסף וידיעה מפוקחת למדי בשביל ילדה בת חמש, מחשבה שלא היתה נוצרית כלל, שהוא, אנטוני הקדוש, איננו מסוגל לעשות דבר. ופתאום הבנתי את פשר הרעד הבלתי נישלט בעפעף הימני שהתלווה לתפילותי.

בעיקבות החלום הפותח, אותו הזכרתי קודם, יצאתי לדרכי, כמטופלת, והחלום הבא היה:

אני מגיעה לכיכר בה חונה מכונית רנו 4. הכיכר מרוצפת באבנים גדולות ומוקפת בנינים גבוהים בסגנון אירופאי. חלונותיהם סגורים. גם החנויות סגורות. רק מקום אחד פתוח ובכניסה אליו עומד גבר, גבוה ובלונדי, ומביט בי. אני מחפשת את מכוניתי אך היא איננה. במקום שהשארתי אותה עומדת "חיפושית". ואני יודעת שהיא "מולבשת" על ה"רנו" שלי.

על החלום הזה עבדתי בגישת ה**גשטאלט** שרואה בכל דימוי שמופיע בחלום חלק מתוך פנימיותו של החולם. כיון שכך מעודדת גישה זו לחיות חלקים אלו ב"כאן ועכשיו", או במילים אחרות: "לחזור לשם", לדבר בשמם של כל אחד מהדימויים ולשמש להם לפה וזאת על מנת לאפשר חיבור אל הרגשות המקופלים בדימויים.

הייתי ריצפה והרגשתי תחושות קשות של ילדה שמרגישה שנרמסה ונדרסה.

הייתי הבנינים הגבוהים והרגשתי שמאחורי החלונות הסגורים מסתתרים העדים האילמים, האדישים והאטומים, שמול עיניהם קרו דברים איומים – והם שתקו.

הגבר הגבוה והבלונדי הפתיע באומרו – אני כאן השליט! אני שולט בחיים ובמוות. ואני לא פוחד מאיש. כי אני לא יהודי.

עד היום זכור לי הזעזוע העמוק אותו הרגשתי בעיקבות מילים אלו. והרי עובדתית לא היה בזה כל חידוש. יחד עם זאת, לראשונה, התקרבותי קירבה מסוכנת אל הפחד.

ואז הייתי "חיפושית". הרגשתי את השריון המכביד, הנוקשות והמוגבלות ואת חוסר החיות.

ופתאום הרגשתי שקיים בתוכי משהו אחר, אמיתי וחי, עם מנוע בעל עוצמה, עם הגה ועם גלגלים.

יודעתי שגם אם כרגע לא ברור לי איך – אני את הרנו שלי אשיג.

את הפחד ששכן בתוכי פגשתי הרבה יותר מאוחר.

החלום הבא הוא קצר מאוד, בן שורה אחת בלבד:

הפנים שלי נסדקות לאלפי חלקים.

ושוב, בעידודו של המטפל שליווה אותי, באומץ ובאהבה, בדרכי פנימה:

אני חוזרת לגטו. הוא קטן יחסית, ואיננו מוקף בחומה אלא בגדר תייל שמפרידה בינינו לבין התושבים הפולניים.
ילדים רבים כבר התגנבו החוצה ולא חזרו. זה כנראה מדאיג את אמא. שוב ושוב היא מפצירה בי לא לעבור לצד השני כי:
"שם, בצד השני, הורגים יהודים."
"אבל, אמא, איך יודעים מי יהודי?"
"כתוב על המצח" היא עונה.

זמן לא רב לאחר לאחרי יציאתנו מהגטו, כשהגעתי למצילים שלי, נאמר לי, בין שאר הדברים: "בכל פעם שנהיה מחוץ לבית - תסתכלי על הנעליים."

להסתיר את הזהות האמיתית! זה היה תנאי בל יעבור להצלת חיי וחיי מצילי.
במשך שלוש השנים נכשלתי רק פעמיים. הפעם הראשונה הייתה, כאשר ניתנה פקודה, שכל ילד חייב לקבל חיסון ולהיות מצויד בתעודה.

היה מסוכן לא להשמע לפקודה ולכן אנחנו הולכות ל **Dr. Sikora**.
הוא גר מולנו ומכיר את הדודה (כך קראתי למצילה שלי).
Dr. Sikora מחסן אותי ואחר כך שואל לשמי על מנת לתת תעודת חיסון.
דודה מראה את התעודה הפיקטיבית שלי. זו פעם ראשונה שהיא נדרשת לכך. משתררת שתיקה. ארוכה ונוראה.
הרופא מסתכל בפני, אחר כך פונה אל הדודה ואומר:
"היא ממשפחת Nebel ... כל כך דומה..."
ואחרי שתיקה נוספת, ארוכה ומקפיאת דם, אומר:
"אני לא אגלה, אבל תוציאו אותה מחר מהעיר. גם אני מסתכן."
במפגש עם דר. Sikora השתכנעתי סופית עד כמה פני מסכנות אותי.

למחרת יצאנו את העיר בה נולדתי והתחלנו לנדוד בין בני משפחה קרובים ורחוקים של **Marysia**, בתה בת ה 18 של הדודה. אל **Marysia** הייתי צמודה עד סוף המלחמה.

Marysia עבדה בעבודות מזדמנות לקיומינו. באחת העיירות בה שהינו חיפשו "לחשנית" עבור הופעת תאטרון גרמני שהגיע על מנת לבדר את החיילים בחזית. כדוברת גרמנית **Marysia** זכתה בתפקיד.
לפעמים **Marysia** לקחה אותי איתה, במידה מסויימת היא פחדה יותר מן הפולנים מאשר מהגרמנים שלא ידעו לזהות יהודים על פי מראה חיצוני.
ושם, בתאטרון, נכשלתי בשנית.

הנה אנחנו שם, מוקפות בשחקנים ועובדי במה, ברקע נשמעים שירי לכת גרמניים הבוקעים מהרמקול שתלוי על הקיר. קריין מקריא חדשות ומסיים בתחזית מזג האוויר. **"ערפל מגיע אלינו מכיוון מזרח."**

בשפה הגרמנית ערפל הוא **Nebel**, שם המשפחה האמיתי שלי. שם אבי ואמי. אני נדרכת.. האם שמעתי נכון? האם אמרו שהם חוזרים? אני מושכת בשמלתה של **Marysia**, צועקת: **"שמעת?"** היא לא עונה... כאילו לא שומעת... מתעלמת ממני... תחנוני לא עוזרים. אני נכנעת.

לפני שלוש שנים שאלתי את **Marysia**: **"את זוכרת...?"** והיא ענתה **"איך לא אזכור."**
"ומה הרגשת אז?" שאלתי
"שאני מסתכלת למוות בעיניים"

חלום נוסף:

אני פתאום נזכרת שלפני 30 שנה השארתי את הילדה הקטנה שלי במעון יום, ליום או יומיים, ושכחתי על קיומה. מבוהלת, אני רצה למעון כדי להחזירה הביתה. שתי נשים, כנראה עובדות המעון, מצביעות לכיוון מדרגות שמובילות למרתף. מהמרתף עולה, לאט ובכבדות, ילדה. יש לה צורה מפחידה. היא נמוכת קומה, גופה מעוות. תנועותיה נוקשות והיא חסרת חיים. פניה פני מפגרת ומוצץ ענק בפיה. הדבר היחיד הנורמלי אלה הן **עיניה היפות** שנותנות תקווה שלא הכל אבוד.

בדימויני דובבתי את הילדה ואלו הדברים אשר יצאו מפיה:
לפני שנים השאירו אותי כאן. ליום, יומיים או שלושה. מאז עברו שנים רבות ואני עדיין פה.

הדבר הגרוע ביותר הוא, שלא אמרו לי אם מותר לי לגדול. ואני לא ידעתי. הבנתי שכנראה אסור, מפני שאם אגדל לא אתאים למעון יום לילדים ואז עלולים להוציא אותי מכאן. ואין לי לאן ללכת. אז הפסקתי לגדול, כיווצתי את שרירי גופי, הפכתי את גופי לשריון, איבנתי אותו. אבל בפנים המשכתי לגדול, לתסוס. וככל שהתסיסה הפנימית הלכה והתעצמה היה עלי להגביר את הכיווץ, כדי שלא ירגישו. בסוף פחדתי שלא אצליח להמשיך ולהסתיר את מה שבפנים, **ושרגשותי ותחושותי יפוצצו את גופי. אז הרגתי אותם.**

תחילתו של החלום החזיר אותי לפרידה מאימי.

בכל מקרה היה זה אמור להיות יומי האחרון עם אמא. כי למחרת בבוקר הייתי אמורה לעזוב את הגטו בלוויית המצילה שלי, דבר שעליו, כמובן, לא ידעתי. אבל קרה דבר מפתיע. בשעות מאוחרות של הערב נערכה אקציה ועם כל דיירי הרחוב שלנו נלקחנו לבית ספר שפונה משולחנות וספסלים והפך לתחנת איסוף.

כשהמטפל, האמיץ והאוהב, שאל בזהירות רבה **"את רוצה לחזור לשם?"** נבהלתי מאוד. יחד עם זאת ידעתי **שעבורי אין דרך אחרת...** וידעתי שאני לא לבד.

אנחנו יושבות על הרצפה - אמא, דודתי ואני. אמא לובשת את הסודר האהוב עלי, כחול עם נקודות צבעוניות שזורות בתוך חוט הצמר. יחד אתנו נמצאים אנשים רבים. גם חברי הטוב, אליו עוד אחזור, נמצא שם.

הדלת נפתחת. נכנס איש SS עם פתק בידו. הוא אומר, שהאנשים בשמם יקרא יכולים לצאת. הוא קורא שמות. ופתאום הוא אומר:

"F. Nebel ובתה"

נבל ובתה זה אנחנו, אמא ואני. מדוע אמא לא קמה? מדוע דודתי קמה ומתחילה ללכת לכיוון הדלת?

אמא דוחפת אותי מעליה.. אומרת לדודה "קחי אותה".. דודה לוקחת את ידי ומוציאה אותי מהחדר.

המצילה שלי מצאה אותנו למחרת היום אצל דודה אלמה שגרה, עם שלושת ילדיה, בני דודים שלי, ברחוב אחר.

בטיפול אני "חוזרת לשם" בפעם נוספת.

נכנסת אישה. ראיתי אותה כבר עם אמא פעם או פעמיים. היא רוצה שאבוא אתה.

אני לא רוצה ללכת עם אישה זרה. **אני רוצה את אמא שלי!**

אני מתחבאה מתחת למיטה.

כולם מנסים לשכנע אותי לצאת. האישה הזרה אומרת:

"כדאי לך. אמא נמצאת בבית שלי והיא מחכה לך."

אני יוצאת. מצטרפת אל האישה.

בביתה אני שואלת "איפה אמא?"

"היא איננה... אבל היא תבוא... בעוד יום יומיים"

אני מחכה יום... יומיים... שלושה שבוע... חודש... שנה... שנתיים... עשר... עשרים... שלושים שנה...

הילדה הקטנה שבתוכי מחפשת את אמא **תמיד ובכל מקום.**

לפעמים, בלכתי ברחוב, אני רואה לפני אישה נמוכת קומה עם תלתלים שחורים וליבי מתחיל לפעום. אני רצה מהר, עוקפת אותה, פונה לאחור והולכת לקראתה...

גם הפעם זו לא אמא.. אולי בפעם הבאה..

במקביל לטיפול פרטני אני משתתפת בקבוצה.

במפגש קבוצתי אנחנו עורכים לוויה לאימי.

זמן לא רב לאחר מכן אני חולמת את החלום הבא:

"אני קטנה, כבת חמש. אני הולכת עם אמי. ידי בתוך ידה. אני מרימה את ראשי ומביטה בפניה. אמא מחייכת אליי חיוך חם ואוהב. ואני מרגישה כל כך טוב."

* * * * *

כל חיי ליוותה אותי הרגשה שאני טיפשה למרות העובדה שהצטיינתי בלימודים וגם הישגי בחיים היו לא מבוטלים. אבל בתוכי "גרה" ילדה, שידעה עלי משהו שהאחרים לא

ידעו. משהוא שגרם לה להתבייש ולבוז לעצמה. אני יודעת שעכשיו, בטיפול, עלי לתת לה את הבמה, למרות הפחד שהדבר מעורר.

אנחנו בכפר, אצל דודים של Marysia. זהו בית כפרי קטן בו חדרון של הדודים, חדר מרכזי גדול ומטבח. השירותים בחוץ. דודה, אימה של Marysia מגיעה לביקור. היא חובשת כובע קש גדול לראשה. עברו מספר שעות ודודה מתכוננת לדרך חזרה. היא אוספת את חפציה.

היא אינה מוצאת את הכובע. רוצה שאני אמצא אותו.

מבטה מלווה אותי למטבח, לחדרון – הכובע לא נמצא שם.

במבט אחד ניתן לראות שגם בחדר הגדול הוא איננו אבל **עלי לחפש.**

אני מחפשת על המיטה, מתחת למיטה ובתוכה. אני מחפשת על הארון, מתחת לארון ובתוכו, אני מחפשת על השידה, מתחת לשידה ובתוך כל מגירותיה, על השולחן, מתחת לשולחן ובמגירה הקטנה של השולחן.

לא נותרו עוד מקומות סבירים שלא חיפשתי בהם... אני ממשיכה לחפש בקופסה של כלי תפירה. בקופסת עץ קטנטנה... בתוך אגרטל זכוכית שקוף... בתוך קופסת גפרורים...

וגם מתחתיה... מתחת לעיפרון...

ביאוש מוחלט ועם מבט מושפל אני לוחשת למטפל שלי:

רק ילדה טיפשה מחפשת כובע קש גדול מתחת לעיפרון.

כשאני מעיזה להרים את מבטי אני רואה דמעות בעיניו.

באותו בית כפרי קטן פגשתי אדם מופלא. איכר ואיש פשוט עם נשמה גדולה ולב חם. דוד **Martin**, הדוד של Marysia.

אשתו, אישה קשישה וטרודה, לא התלהבה מנוכחותי שם, מה גם, שלמרות נסיונותי הנואשים, לא הצלחתי לשלוט בהרטבה לילית.

כל לילה, בשעה קבועה, היה דוד Martin מעיר אותי בעדינות רבה, מלווה אותי לשירותים מאולתרים וחזרה למיטה. בליבו החם היה מקום גדול עבורי.

נשארנו אצלו עד סוף המלחמה ובמשך עשר השנים הבאות "לא נזכרתי בו".

כחודש לפני עליתי ארצה הרגשתי, שלא אוכל לעזוב את פולין מבלי לראות אותו עוד פעם אחת, מבלי להודות לו כאדם בוגר.

אני נוסעת ברכבת. כולי מתח, חרטה, בושה ורגשי אשם על כפיות הטובה שלי. הוא בוודאי לא ירצה לראות אותי אחרי עשר שנות שתיקה. מתפללת שהרכבת לא תגיעה ליעדה.

אני מתקרבת לביתו... הוא ברפת... אני גוררת את רגלי הכבדות לכיוון הרפת בה בילינו שעות רבות ויפות בחברת פרות ועגלים.

דוד Martin עובד... הוא מרגיש בנוכחותי... מרים את ראשו... מביט בעיני וחיוך חם מאיר את פניו. הוא קורא בשמי, פותח את זרועותיו, מחבק, ואומר: "ידעתי שעוד אראה אותך".

יהיה זכרו של דוד Martin ברוך.

*

*

*

כשיונתן, נכדי הראשון, נולד, לא היה גבול לשמחתי. אך ככל שהתקרב מועד ברית המילה הרגשתי שמתח הולך וגובר דוחק את השמחה הצידה. לבית הכנסת בו נערך טקס הברית מבנה מיוחד ויפה, הוא בנוי בצורה של אמפיתאטרון כאשר הכניסה היא במקום הגבוה ביותר וארון הקודש והבמה הקטנה בה נערכות התפילות הם במקום הנמוך. בין הכניסה והבמה שורות של כסאות לקהל המתפללים. ברית מילה נערכת לפי טקס קבוע. אמו של התינוק מכינה אותו בחדר הנמצא ליד הכניסה לבית הכנסת, מיניקה ומוסרת אותו לידי אמה העומדת בפתחו של בית הכנסת. הסבתא יורדת כמה מזרקות, עם התינוק בזרועותיה, ומעבירה אותו לידי סבא וכך הלאה עד אשר הוא מגיע לבמה הקטנה לזרועותיו של הסנדק היושב לצדו של המוהל. עמדתי בכניסה לבית הכנסת בהרגשה שדבר איום עומד לקרות ושעלי למנוע אסון. הרגשתי דחף בלתי נשלט לחטוף את נכדי, לברוח עמו ובכך להציל את חייו. משהו בתוכי "ידע" שברית עם אלוהי אברהם, יצחק ויעקוב - ברית מוות היא. עמדתי, מאובנת, עם התינוק בזרועותי.

בקומה שמתחתינו, בגטו, גר ילד בן גילי עם אמו. חברים טובים מאוד היינו, אהבנו לשחק ביחד. כשכבר הייתי אצל Marysia הייתי עדה לשיחה ממנה השתמע שגם הוא היה אמור להילקח למשפחה פולניה שחזרה בה ברגע האחרון. הם נעשו מודעים לקושי להסתיר את זהותו של ילד יהודי בשל היותו נימול.

חברי הטוב אתו אהבתי לשחק נשלח לאושוויץ, יחד עם כל מי שנלקח באותו ערב לתחנת האיסוף ולא התמזל מזלו לצאת משם.

לחברי הטוב אתו אהבתי לשחק קראו דוד כצנגולד.

זמן מה לאחר שעלו הזכרונות האלה השתתפתי במפגש של עשרה ימי שתיקה בסוכה במדבר, ליד מכתש רמון. המדבר, השתיקה והשקט ייצרו תנאים בהם הקולות הפנימיים החלו להשמע יותר ויותר. ערב אחד היה תורי להדיח כלים. הייתי במטבח ושמעתי את האחרים מזמזמים ללא מילים, משמיעים צלילים עמוקים ויפים. הרגשתי שכל הצלילים היפים האלו שוכנים גם בתוכי. אני רק צריכה להתיר להם לצאת. למחרת, עם תחילתו של היום השביעי של היותי במדבר, החל מסע האימים שהסתיים שעה קלה בטרם שקעה השמש. עם זריחת השמש עליתי לגבעה הגבוהה ביותר. התבוננתי בנוף הנהדר והקשבתי לשקט העמוק. עלה על דעתי שזה הרגע המתאים ביותר "להתיר לצלילים לצאת." נשמתי עמוק, פתחתי את פי, אבל במקום הצלילים העמוקים להם ציפיתי יצא ציוץ מסכן. חשבתי: "זה בוקר, עוד לא הרטבתי את הגרון" ... השתעלתי קצת על מנת לנקות את הגרון, נשמתי עמוק, פתחתי את פי. ... הפעם לא יצא אפילו ציוץ. הרגשתי תחושה של חנק... נעשיתי צרודה. אני מכירה את עצמי כאדם אינטרוברטי שמרגיש נוח בשתיקתו. אבל הפעם נראה שמדובר במשהו שונה. ושעמוק מאוד בתוכי גר לו חלק והוא אילם. המילה "אילם" החלה מהדהדת באוזני, הלכה והתחזקה. אילם... אילם... אילם... כמו קבר איזה קבר? מהו הקבר האילם שבתוכי?

מתוך הקבר החלו לעלות קולות, צעקות וזעקות, זעם ובכי.

וגם מילים: "אמא!" ו"לא!"

פתאום המילה "קבר" הפכה ל"קבר אחים" והרגשתי שעמוק בתוכי ישנו קבר אחים בו נמצא כאבם הנורא של כל הילדים שניספו.

קולותיהם ליוו אותי במשך היום כולו. לקראת הערב כל חברי הקבוצה נפגשו ליד המכתש. בעומדי על שפת המכתש, כשמאחורי חברי הקבוצה, שמעתי את זעקותיהם של הילדים עולים מתוכו. הרגשתי משיכה חזקה אל המתים, דחף להצטרף אליהם. אימה אחזה בי. ביקשתי מהמדריך להישאר בקרבתו.

אינני יודעת כמה זמן חלף עד אשר החלו הקולות להיחלש, לאת ובהדרגה, עד שלבסוף נדמו.

השקט והשלוה שררו על המדבר ועל נשמתי. הייתה לי הרגשה שכאן בארץ, במכתש, נמצא לילדים המעונים מקום בו יוכל זכרם לנוח בשלום. ואני לא צריכה להיות שם למטה. לא! לא הייתי אמורה למות.

יזכור אלוהים את נשמותיהם של מיליון וחצי ילדים שנקטפו...



ואני, שמגיל ארבע למדתי לשרוד
מגיל ארבעים לומדת לחיות.