

## מערכולות רוח

### פרקי יומן מתוך ההקדמה לספר

#### עמיר פריימן

כשבע שנים לאחר שסיימתי את יחסי המורה-תלמיד שהיו לי עם המורה הרוחני אנדרו כהן (Andrew Cohen), פרק יב), החלטתי לכתוב את הספר הזה. מערכת היחסים שלי עם אנדרו נמשכה מעל 21 שנים. שנים אלו היו בעבורי המשמעותיות, המאתגרות והמתגמלות שבחיי הבוגרים. ההחלטה לכתוב ספר זה הובילה אותי לקיים עשרות ראיונות עם מורים ותלמידים מתוך מחשבה ותקווה לשפוך אור על היחסים בין מורים רוחניים לתלמידיהם. ביליתי אלפי שעות בקריאה, עריכה, חשיבה וכתובה. אני שמח, נרגש, וגם לא מעט חושש, להציג כאן בפני קוראיי את ממצאיי על אופיים של יחסים אלו. אני מעלה אותם בכתב בתקווה שכולנו, תלמידים ומורים כאחד, נוכל להכיר ולבחון אותם, ובתוך כך להבין טוב יותר את משמעותם בחיינו.

הראיונות והסיפורים שאחשוף הם בעלי אופי אישי ואינטימי. אפתח בכמה סיפורים קצרים, למעשה פרקי יומן, המציינים אבני דרך ביחסי עם אנדרו. השאלות שאעלה בהמשך הן השאלות שהתמודדתי עימן במשך כל אותן שנים במחיצתו.

#### 22 ביוני 1987, ירושלים

בבוקר קיצי חם ולח אחד, בגיל 29, בסוף השנה החמישית ללימודי הרפואה בהדסה ירושלים, הרגשתי מטולטל עד עמקי נשמתי, במערכולות של החלטה גורלית. החלטה זו הייתה קשורה ליחסי עם אדם בשם אנדרו כהן. אנדרו, שהיה "בחור יהודי נירוטי רגיל מניו יורק" (כך חשבתי עליו אז בחיבה), היה מבוגר ממני בשלוש שנים. באותם שבועות ישבתי מדי ערב בקבוצה לא גדולה של אנשים שהתכנסה להיפגש איתו בחדר האורחים בבית ידידה בירושלים. הקשבתי לו עונה בפשטות גמורה ובישירות על שאלות בנושאים כמו הארה, חופש, העל-זמני והמציאות המוחלטת. מדי פעם התפתחה בינינו שיחה, בין אם בפגישות הציבוריות ובין אם באישיות, וכל אחת מהן הייתה משמעותית בשבילי. השהות במחיצתו של אנדרו כמו יצרה תנועה תת-קרקעית בתוכי; הייתי מודע לה, אבל לא הבנתי את טיבה. ערב אחד, כרעם ביום בהיר, צצה והבזיקה בי מחשבה עיקשת, וזו סירבה לעזוב: **אולי אנדרו הוא המורה שלי?**

לא היה לי מושג מאין הופיעה המחשבה הזאת. לא היה בה כל היגיון. בתריסר שנות החיפוש עד אז (יתוש ההארה עקץ אותי כשהייתי בן 16) התייחסתי בחשדנות, ואף בסוג של עוינות, לרעיון התלמידות אצל מורה רוחני. תלמידות נראתה לי מתכון בטוח לעבדות רוחנית, ההפך הגמור מהחופש שביקשתי. למרות שחייתי כבר במשך שנתיים עם מורה זן חופשי כציפור דרוו ביפן, והתכוונתי לחזור ולמדוט במקדש שלו אחרי שאסיים את לימודיי, לא החשבתי אותו כ"המורה" שלי. אבל הנה מצאתי את עצמי חושב על האפשרות שבאנדרו פגשתי את המורה שלי; המחשבה הזאת הטריפה אותי: איך אני יכול לדעת? איך בכלל אפשר לדעת? ומה כל זה אומר?

באותו בוקר, חשתי שאני נסחף עמוק לתוך מערכולות, עד שבלימודים בבית החולים כבר לא יכולתי להביא את עצמי לחבור לצוות שלי, שלמד באותו היום הרדמה במחלקה הכירורגית. אני חייב להגיע להחלטה, אמרתי לעצמי, בלי דיחוי נוסף. חיי תלויים בכך. אבל איך אוכל לדעת?! שכלי היה חסר ערך בפני השאלה הזו. צעדתי הלך ושוב במשך שעות על פני המדשאה מאחורי בית החולים במצב מוטרף. ברגע מסוים, מתוך ייאוש, חשבתי: אנסה לחטוף תנומה. אולי התשובה תבוא בשנתי. שכבתי מתחת עץ וניסיתי להירדם, אבל החום, הזבובים וזמזום המחשבות בראשי לא אפשרו זאת. אני נכנע, חשבתי, זה לא יקרה היום. עדיף שאצטרף

לצוות שלי ואנצל את שארית היום כדי ללמוד משהו. התחלתי לקום, ובחצי הדרך לעמידה נשאבתי למצב של תודעה אחדותית.

אין לי מושג כמה זמן שהייתי כך, כי למעשה לא היה "אני" וממד הזמן לא פעל. נראה לי שאם מישהו היה עומד לידי עם שעון עצר הוא היה מודד לא יותר משבריר שנייה, אבל אני הייתי ב"ממד" או "במצב קיומי" שבו אין הבדל בין שבריר שנייה לבין נצח. אני יכול להשתמש במילים "חוויה" או "ידיעה" ביחס למצב זה, כי בשביל "חוויה" או "ידיעה" נחוץ פיצול בין סובייקט ("אני") ואובייקט (מושא החוויה או הידיעה), ובאותו מצב לא היה פיצול כזה. יש שמייחסים טוב מוחלט, אינטליגנציה קוסמית, קדושה וכולי לאותו ממד או מצב קיומי, אבל מושגים ומילים אלו שאולים מהחוויה האנושית המוכרת ואינם מתאימים כלל למצב שבו הייתי. במהלך אותו שבריר שנייה השתנתה הווייית.

כשמצאתי את עצמי שוב בעולם ה"אני" והזמן, מייד נהייתי ער לשני דברים: החושים שלי חדים יותר; ואני יודע שאנדרו היה מאז ומעולם ויהיה תמיד המורה שלי. למעשה, תמיד ידעתי זאת, אך הפגישה בינינו אפשרה לי להכיר בכך במודע.

המום צעדתי לתא הטלפון בכניסה לבית החולים והתקשרתי לבית שבו אנדרו התגורר.

"הלו," אמר הקול המוכר.

"אנדרו?" אמרתי, "זה אנדרו. כלומר, היי אנדרו, זה עמיר." התקשיתי לחבר מיליה למילה.

"אני שלך," אמרתי.

יכולתי לשמוע את אנדרו מחייך מעברו השני של הקו.

"ידעתי זאת מאז שנפגשנו," הוא אמר, "בוא וספר לי מה קרה."

## 15 בספטמבר 1987, טוטנס, בריטניה

ימים ספורים אחרי שהשלמתי את בחינות סוף השנה החמישית בבית הספר לרפואה ססתי לבריטניה, שם הוזמנתי בחום להצטרף לאחד מבתיהם של תלמידי של אנדרו בטוטנס, עיירה ציורית בדרום-מערב אנגליה, שבה הוא התגורר באותה עת.

שבועות מספר אחרי שהגעתי לטוטנס, אחרי "סטסנג"<sup>1</sup>, ביליתי עם אנדרו והאנשים שגרו איתו. למחרת קיבלתי הודעה ממנו שהוא מבקש לדבר איתי.

בחדר האורחים בביתו פרש בפניי אנדרו את מכלול מצבי הנפשי-רוחני. הוא טען כי מצד אחד אני אדם חם ורחב לב, רציני ומחויב בצורה בלתי רגילה. הוא ציין כי הוא מרגיש שאני נותן בו אמון ושיש קשר עמוק בינינו; מצד שני הוא חש בנוכחות כבדה ומכבידה של אגו, כמו מטען שאני נושא על כתפיי, והוסיף שהוא והאנשים האחרים שהיו איתנו בערב הקודם היו מאוד מודעים לכך. הוא הסביר כמה זה נדיר ששני הקצוות המנוגדים האלו יתקיימו באותו אדם, ודאי בצורה כה קיצונית, והוסיף: "עליך להפוך להיות קל כנוצה, וזה ייקח כמה שנים. אני מציע שתשכח מכל תכנית אחרת מלבד להיות איתי. חשוב על עצמך כעל נזיר נודד. פירוש הדבר גם שתוותר לגמרי על הקריירה שלך כרופא."

דבריו הממו אותי. הוא הבחין בכך והציע שילך להכין לנו קפה, ובינתיים ביקש שאשקול את הצעתו. בדקות שטרם במטבח החלטתי להיעתר להזמנתו. כשחזר אוחז בשני ספלי קפוצ'ינו, אמרתי לו: "אנדרו, דבר לגמרי

<sup>1</sup> סנסקריט: הימצאות בחברתו של מורה. המושג מתייחס לרוב למפגשים ציבוריים עם מורה.

לא צפוי קרה לי זה עתה. עד לפני כמה דקות חשתי מהאפשרות שאצטרך לוותר על קריירה רפואית, ואילו עכשיו אני מרגיש כאילו הסרתי מהבלון המעופף שלי כמה שקי חול כדי להקל על ההמראה."

כך קרה שוויתרתי באופן סופי ונחרץ להיות רופא, ומעולם לא חשתי חרטה על כך.

פגישה זו סימנה עוד נקודת מפנה חשובה בחיי: עד ליום ההוא לא אהבתי קפה, ובכל סיטואציה אחרת הייתי מסרב לשתות מן המשקה הזה; אבל כאשר הגורו שלך מכין לך קפוצ'ינו, אתה שותה אותו. כך עשיתי, ולהפתעתי טעמו ערב לחיכי. מאותו יום הפכתי לחובב קפה מושבע.

### **נובמבר 1990, סנטה קרוז ומיל ואלי, קליפורניה**

באמצע שנת 1988 עברתי עם אנדרו ועם כמאה מתלמידי האירופאים לארצות הברית. התגוררנו בבוסטון במשך שנה, ומשם עברנו למחוז מארין שבצפון קליפורניה. באמצע שנת 1990 הלחץ הנפשי שהפעילו עליי אנדרו וחבריי בקהילה, להתמודד עם התניות "המאצ'ו הישראלי" שלי (כך הם כינו את נטייתי להתקשח ולהתבצר מול כול קושי ואתגר ולבטוח בכוח הרצון שלי ובנחישותי כמקורות כוחי העיקריים), הפך לבלתי נסבל בעבורי. יכולתי לזהות חלק מהדברים ששיקפו לי, אך בה בעת הרגשתי שלחלק גדול מההתניות שלי כלל אינני מודע ואין לי יכולת בחירה ביחס להן. שקעתי לייאוש. שקלתי לוותר על ה"שאיפות הרוחניות" שלי ולחזור "לחיות בעולם". בשלב מסוים עזבתי את הקהילה ועברתי לגור בסנטה קרוז, מרחק של כשעתיים-שלוש נסיעה. שכרתי חדר בבית, עבדתי שם חודשים מספר וחשבתי מה ברצוני לעשות עם חיי. המשבר הזה הסתיים בפתאומיות בזכות חלום:

אנדרו ואני ישובים זה מול זה, קרובים מאוד, ואני מספר לו בפירוט רב כל שראיתי והבנתי ביחס למצבי הנפשי והרוחני; מהם המכשולים בדרכי, על איזה מהם התגברתי, על מה אני מאמין שאוכל להתגבר, ועם איזה מהם אין לי ביטחון שאצליח להתמודד. אנדרו מקשיב לי מבלי להגיב, ולאחר שאני סוף-סוף מסיים את דבריי, הוא משיב לי בפשטות ישירה: "הכול תלוי במה שאתה רוצה."

התעוררתי. בחוץ הכול עוד היה חשוך לגמרי. החלום נראה כה ברור ומוחשי, עד שיכולתי להאמין שהוא התרחש במציאות. ידעתי שבמצב של חלום ניסחתי תובנות ביחס לעצמי בבהירות רבה יותר משאני מסוגל לנסח בהיותי ער, והחלתי לרשום אותן ביומני בקדחתנות ובשטף כדי לא לאבד דבר.

שעתיים מאוחר יותר נערמה מולי ערימת דפים גדושים, ואני ריק ומשוחרר מספקות והיסוסים. קראתי בעיון כל פסקה שכתבתי על עוד מכשול בדרכי, וכבר ידעתי: גם בו לא יהיה כדי לעצור אותי בדרכי. בסוף התהליך כל המכשולים היו פרושים על דפי היומן, ואף אחד מהם לא נראה עוד כמכשול. ידעתי מה אני רוצה.

בשעה תשע בבוקר התקשרתי ל"משרד" הקהילה וביקשתי להעביר לאנדרו את המסר – אני מבקש לחזור. לא עברו יותר מדקות ספורות, ואנדרו התקשר אליי. סיפרתי לו הכול וביקשתי את רשותו לחזור לקהילה. "אני מציע שתבוא לביקור ותיפגש איתי ועם כמה מחבריך, ואז נראה", השיב. ימים ספורים לאחר מכן הייתי שוב חבר בקהילה.

### **ינואר 1991, ריטריט בן חודש עם אנדרו בבודגאיה, הודו**

"אנדרו, מה קורה כשאנו מתים?" את השאלה הזאת שאל נזיר מבהוטן, עטוי גלימה בצבע כרכום, שבימים האחרונים הגיע בקביעות לפגישות עם אנדרו.

"אין לי מושג", ענה אנדרו, "אני פשוט לא זוכר. אבל אני מבטיח לך שכשאגיע לשם אשלח לך גלויה."

כולנו צחקנו, ואני התחלתי להרהר: האם אני יודע **משהו** ביחס לשאלה הזאת? האם יש **משהו** בניסיוני שיכול לרמוז לי מה קורה כשאנו מתים? ואם מתתי בזה הרגע, האם כל מה שאני יחדל או שמשו ממני ימשיך?

דקות ארוכות ישבתי ללא תזוזה, מנסה להתקרב עד כמה שאפשר לחוויית המוות, כאשר לפתע, בלי שדבר הוביל לכך, התגבשה בי ידיעה שמותי לא ישנה דבר ביחסי עם אנדרו. מותי אפילו לא יורגש ברמה הזאת. הוא יהיה חסר משמעות לחלוטין. לא ידעתי לשחזר כיצד הגעתי לתובנה זו, אבל לא היה ספק באמיתותה. הוצפתי אושר עילאי. ישבתי שם מהרהר במותי וחווה אושר אקסטטי, שכן ידעתי שלא תהיה לו שום השפעה על יחסי עם אנדרו.

### ינואר 1998, ריטריט בן חודש עם אנדרו ברישיקש, הודו

"לאחרונה ירשתי הרבה כסף ואני לא צריך לעבוד יותר," אמר האיש שישב מול אנדרו בסטסנג, "מצד אחד אני נמשך לעזור לאנשים שצריכים עזרה, אולי באפריקה, ומצד שני אני נמשך לאפשרות להקדיש את חיי למסע הרוחני. מה אתה מציע לי לעשות?"

"אני מציע לך לגלות מהו הדבר שמושך אותך כמו מגנט ושברור לך שאם תבחר בו תיבלע לגמרי בתוכו כמו בחור שחור, ואז להתמסר לו בכל ליבך," ענה אנדרו.

בדקתי מהו אותו חור שחור בשבילי, ותוך זמן קצר הגעתי לתשובה: הטוהר והמוחלטות של ההארה הם המושכים אותי כמגנט, להם אני רוצה להתמסר לגמרי ולהיעלם בתוכם.

הייתי מרוצה מהתשובה כשלפתע הבנתי, בזעזוע, שיחסי עם אנדרו הם בשבילי החור השחור האמיתי, הרבה יותר מאשר ההארה. מיד עלו ונזעקו הקולות הפנימיים שלי: מה? איך זה יכול להיות?! ההכרה הזאת חסרת היגיון לגמרי. איך יכולים יחסי עם אנדרו, שהוא רק בן אדם, להיות עוצמתיים יותר וממגנטים יותר מאשר ההארה עצמה?! השכל לא ידע מה לעשות עם התובנה הזאת, אבל באותה עת היא צרבה בליבי. דמעות החלו לזלוג מעיני ללא הפסק.

ידעתי שעליי לשאול את אנדרו לפרש הדבר. בתום הסטסנג ניגשתי אליו וביקשתי לדבר: "יש לי שאלה רוחנית," פתחתי, ושטחתי בפניו את תימהוני נוכח התובנה שנחתה עליי.

"אתה צודק לחלוטין!" קרא אנדרו כשסיימתי – "אתה יודע למה? ראשית, מפני שאני ההארה! ושנית, זו תשובה מושלמת בשבילך, מפני שבחור פיקח כמוך יכול למצוא דרך להישאר נפרד וסגור גם ביחסי עם ההארה, אבל אתה חש ויודע שלא תוכל לשרוד בצורה כזו ביחסי איתי."

### יוני, 2006, פוקסהולו,<sup>2</sup> מסצ'וסטס, ארה"ב

באותו סוף שבוע אפשר היה כמעט למשש את המתח בפוקסהולו. הייתה זו שעת מבחן לגברים מבין תלמידיו הוותיקים ביותר של אנדרו, ואני נמנית איתם. לאחר חודשים של תרגול אינטנסיבי ואינספור פגישות, אנדרו הרגיש שהקרקע בשלה לשינוי משמעותי ביחסינו איתו ושב יכולתנו לקחת אחריות משמעותית בהתפתחות

---

<sup>2</sup> באחוזת פוקסהולו (Foxhollow) שבמערב מסצ'וסטס שכן המרכז העולמי של EnlightenNext, הארגון הבין-לאומי והקהילה הרוחנית שצמחו סביב אנדרו ושכללו כעשרה מרכזים באירופה, אמריקה, ישראל, אוסטרליה והודו. במקום התגורר אנדרו עם כששים עד שבעים מתלמידיו, והוא תפקד גם כאשרם או מנזר. החיים בו כללו תרגול מדיטציה ותרגולים גופניים ומנטליים שונים במשך מספר שעות ביום, וחקירה רוחנית-קיומית אינטנסיבית ביחידות ובקבוצות.

הקהילה. נקבעה לנו פגישה איתו לבוקר המחרת, הוא יום שבת. במסר ששלח לנו הדגיש אנדרו שחשוב שכולנו יחד וכל אחד מאיתנו באופן אישי יהיה מוכן לקראת הצעד הבא.

לכולם היה ברור שאני הייתי "החוליה החלשה" בחבורה. חבריי חששו מההשפעה שתהיה לחולשותיי – ספקות עצמיים, חוסר ביטחון וחוסר יציבות רגשית – על הפגישה החשובה הזו. הבטחתי שאעשה כל שביכולתי כדי שלא לאכזבם, אך בתוכי לא הייתי משוכנע כלל שאעמוד בהבטחה זו.

באותו ערב הופיע אנדרו עם להקת הג'ז שלו במועדון באחת העיירות הסמוכות. נסעתי עם כמה חברים להופעה. מיד כשנכנסתי בדלת המועדון הבחין בי אנדרו, אף שהיה עסוק בסידור מערכת התופים שלו, וקרא לי אליו. בלחישה רועמת אמר לי:

"עמיר, מחר יש לנו פגישה חשובה מאוד, והצלחתה תלויה במידה רבה בך. במקום לעשות הכול כדי להתעמת עם החולשה שלך ולבוא מוכן לפגישה, בחרת לבוא לשתות בירה וליהנות מהמוזיקה. נראה שלא באמת אכפת לך מה יקרה. אבל לי אכפת. מאוד. אז בבקשה תעשה את זה בשבילי."

מטולטל ועל סף דמעות יצאתי מהמועדון ונהגתי בחזרה לאשרם. לא ידעתי מה עליי לעשות. הלכתי לאולם המדיטציה והתיישבתי באמצע החדר הגדול והריק. מדטתי כל הלילה. באותן שעות של מדיטציה גיליתי יציבות בלתי מעורערת שאינה תלויה בי כלל.

למחרת, כשנפגשנו עם אנדרו, היה ברור לכולם – מבלי שהחלפנו מילה – שמשוהו התייצב ונרגע בי לגמרי. שיתפתי במה שקרה.

"אנדרו, אני לא מבין," אמרתי, "כבר שלושים שנים אני מודט, אבל עוד לא קרה לי דבר כזה; עוד לא הייתה לי מדיטציה כזו. מה קרה?"

"פשוט מאוד," ענה אנדרו, "אתה נרקסיסט, ולכן גם המדיטציה שלך תמיד הייתה מרוכזת בעצמך. הלילה מדטת בשבילי. זה ההבדל כולו."

## **26 בדצמבר, 2008, פוקסהולו, מסצ'וסטס, ארה"ב**

"בשנים האלו בזבזנו עליו אינסוף אנרגיה, זמן וכסף, והמרכז מעולם לא התרומם מעל הקרקע," אמר אנדרו, "כך שעם כל האכזבה שכרוכה בזה, לי ולכולם, החלטתי לסגור את המרכז בישראל. אני רוצה שתחזור לפוקסהולו ותהיה חלק מקבוצת הליבה של הפרויקט העולמי שלנו."

שקעתי בכיסאי, כאילו התרוקן גופי מאנרגיה. האם החשיך פתאום? תחושה נוראה של כישלון נחתה עליי. לא רק כישלון של המרכז הישראלי ושלי כמנהל-שותף שלו; הרגשתי שהיה זה כישלון יחסי עם אנדרו והתנפצות ההבטחה שהייתה טמונה בהם.

מבחינות רבות זה היה סמן לתקופה של חצי שנה, שבמהלכה גדל וגבר חוסר האמון שלי במניעים של אנדרו – חוסר אמון בנכונותו לתמוך בעצמאות, בכושר המנהיגות, ביצירתיות ובאחריות שגיליתי בעצמי. ככל שפרכתתי והפכתי עצמאי, כמנהיג המרכז הישראלי וכפעיל חברתי, כך חשתי יותר ויותר במתח שנוצר בינינו. חזרה שלי לפוקסהולו, לתחום שליטתו המוחלטת של אנדרו, נראתה לי מכה ניצחת לתהליך הצמיחה והעצמאות שלי.

מתחתית הבור האפל שמעתי עצמי ממלמל: "אני לא יכול לעשות זאת. אני לא יכול לעזוב את ישראל ואת כל הפרויקטים שאני מעורב בהם. זה יהיה לגמרי לא לעניין."

"אני מציע שתחשוב על זה ונדבר שוב מחר," אמר אנדרו. "אני חושב שיהיה לך טוב כאן, עם אה'יך ואיתי. הפכת למנהיג, וכאן תהיה חלק מהובלת המהפכה העולמית, במקום לבזבז את זמנך בישראל."

"אני לא יכול לעזוב את ישראל," אמרתי שוב, הפעם בנחישות, "אני לא יכול לאכזב את כל האנשים שהפכו לחברים ושותפים שלי. זו תהיה בגידה בהם ובעצמי. לא אעשה זאת."

כשיצאתי ממשרדו אל תוך הרוח הקרה והלכתי לעבר הבית שהתגוררתי בו, ידעתי ששיחה זו סימנה את סוף יחסי עם אנדרו כמורה שלי. הייתה זו פעם ראשונה במהלך ה-22 השנים שלנו יחד שהעזתי לומר לו שהוא טועה ושלא אציית להוראותיו. בטחתי בעצמי יותר משבטחתי בו, ואם כך, הסתיים ה"חוזה" בינינו. ברגעים ההם משמעות הדבר בשבילי הייתה לא אחרת זולת כישלון צורב, אכזבה וכאב לב.

**לרכישת העותק המלא של הספר הנכם מוזמנים [ללחוץ כאן](#) או על התמונה:**

