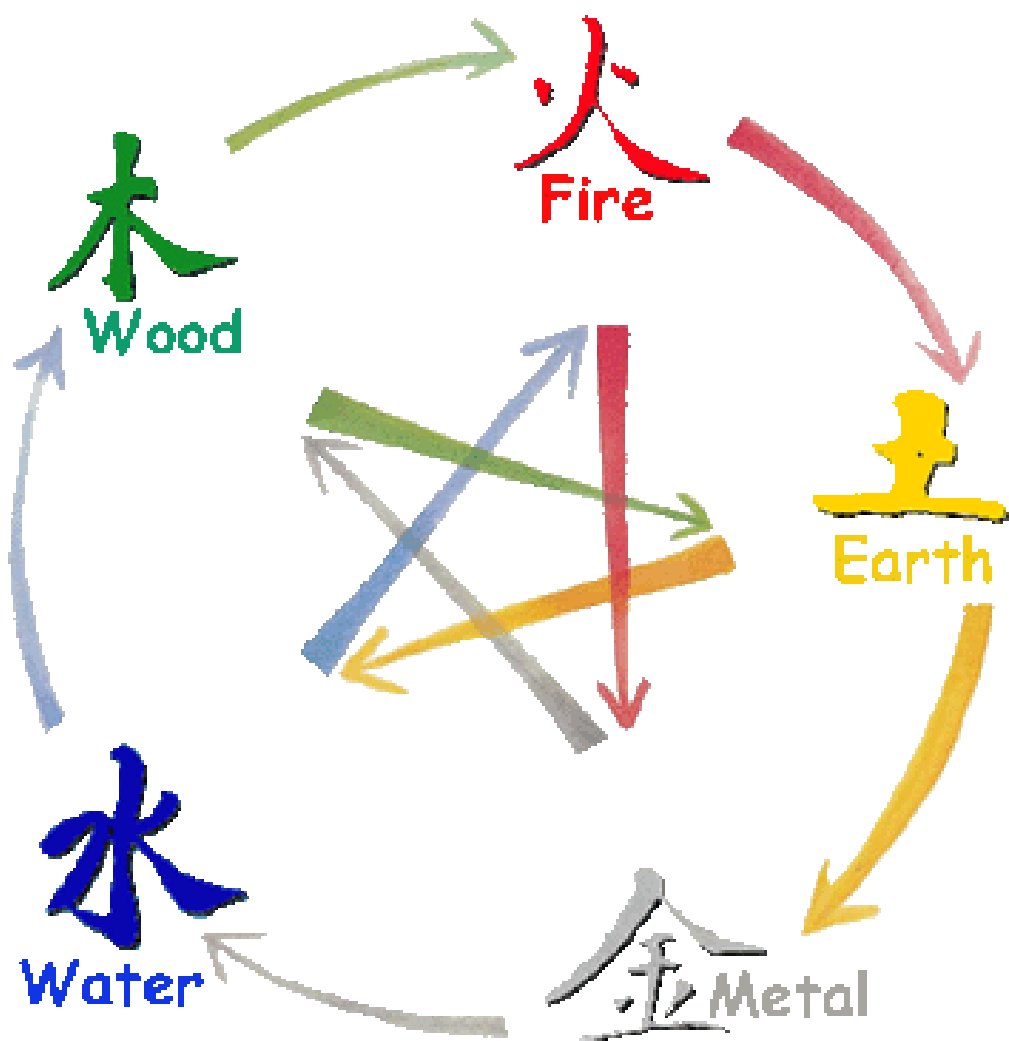


האם קיים קשר בין האלמנט הדומיננטי
של האדם,
לבין בחירתו בתחום עיסוקו?



מנחה: נעמי יעקובי
מגישות: טלי בר, יעל ברמן
קמפוס ברושים, מאי 2008

ראשי פרקים

2	ראשי פרקים
3	מבוא
4	חמשת האלמנטים
4	טיפוס אלמנט מים
9	טיפוס אלמנט עץ
15	טיפוס אלמנט אש
21	טיפוס אלמנט אדמה
24	טיפוס אלמנט מתכת
29	בניית השאלון
29	הנושאים המרכזיים שנבחרו לכל אלמנט
30	בחירת המקצועות וחלוקת השאלונים
30	המקצועות הניבחרים
32	ניתוח השאלונים
32	אופן הניתוח
33	מורים
35	מתכנתי מחשבים
38	עובדות סוציאליות
41	אומנים
46	סיכום
48	בבילוגרפיה
50	נספח - השאלונים

מבוא

תיאוריית חמשת האלמנטים מהווה את הבסיס לרפואה הסינית, ואיתה כמובן תיאוריית ה-Yin וה-Yang.

הרעיון לעבודה זאת נולד מתוך סקרנות ורצון להבנה גדולה יותר ורחבה יותר של הראייה הסינית וזאת מתוך החיבור שנוצר בין כל אחת מאיתנו לעולם זה ומתוך רצון להעמיק בו, ולבדוק מהי הדרך בה תיאוריית חמשת האלמנטים מתבטאת בחיינו, שלא דרך הראייה הקלינית.

בעוד שלרוב עיסוקנו כמטפלים הוא במחלות הפיסיות והנפשיות ובמצבי חוסר האיזון שנמצאים באדם, בעבודה זו נעסוק באלמנטים עצמם ובאפיונם.

תיאוריית האלמנטים כקונספט מוזכרת כבר ב-*Ling Shu* בפרק 64, שם מתוארים טיפוסים חמשת האלמנטים. למרות היותה חשובה ונמצאת בבסיס הדברים, כתאורייה התפתחה בשנים מאוחרות יותר, והתפתחותה מתחילה למעשה משושלת (Song) (960-1279)¹. תיאוריית חמשת האלמנטים מעמידה את האדם במרכז, ולא את המחלה, ונותנת לנו כלים לאבחון מדויק של האלמנט הדומיננטי הפועל אצל כל אדם, דרכו כל אדם יוכל לחזור לאיזון. מבנה האדם אינו מורכב מאלמנט דומיננטי בלבד אלא כמבנה המכיל בתוכו את כל חמשת האלמנטים בסידור מיוחד עבור כל אדם.

לאורך החיים ישנם מספר נקודות ציון חשובות. בנקודות זמן אלו אפשר להבחין, לעיתים בדיעבד, בשינוי משמעותי בחייו של אדם. בתקופה של שינוי ה Qi חזק (כמו לדוגמה, בנקודות באר), ואיכויות אחדות של אותו אדם יוצאות לפני השטח ומראות את עצמן. בחירת מיקצוע היא אחד מהשלבים האלא בחיים, ואנו בחרו להתמקד בו. שלב בחירת המיקצוע בחיים הוא שלב בו האדם כבר בוגר, הוא מכיר את עצמו במידה מסוימת, הוא מחליט להוציא אל הפועל את הכישרונות שבו. ההנחה שלנו היא שצריכה להיות קורולציה כלשהי בין בחירת המיקצוע לבין האלמנטים הדומיננטים אצל האדם. המקצועות שאנו בחרנו להתמקד בהם הם מקצועות המצריכים תקופת הכשרה מסוימת. בכוונה תחילה לא התמקדנו בסטודנטים, אלא באנשים העוסקים במיקצוע, לרוב מספר שנים.

בעבודה זו ננסה לעמוד על הקשר שבין האלמנט הדומיננטי של האדם לבין בחירתו בעיסוק או המקצוע בו הוא עוסק. העבודה תעבור דרך סקירה של האלמנטים כשלב ראשון, דרך בניית השאלון דרכו אפיינו את האלמנטים כשלב שני ודרך ניתוח השאלונים. קריאה מהנה.

¹ Page 16 Maciocia, The Foundations of Chinese Medicine, 1989

חמשת האלמנטים

טיפוס אלמנט מים

אלמנט המים - ת.ז.



טעם - מלוח

צבע - שחור

רגש - פחד

קול - מונוטוני, חד גוני

ריח - עכור, או מעופש

מבנה גוף - עגול

עונת שנה - חורף

בכל תנועה של אלמנט המים מסתתרים תמיד שלושה גורמים: פחד, חוכמה ורצון. התנועה הזו תמיד טומנת בחובה שתי פנים: החלק שתלוי בנו, והחלק שלגביו אין לנו כלל בחירה². כאשר לאורך כל הדרך איכות האכסון של אלמנט המים היא האיכות שמאפשרת את התנועה כולה, מהלידה ועד המוות.

אכסון

אלמנט המים בגוף ובטבע קשור לאכסון של אנרגיה. המשמעות של אכסון, היא לשמור על משהו שיהיה זמין בעת הצורך. אכסון של מזון בחורף, התעברות, אכסון ה Jing וכן הלאה. האנרגיה של הכליות מאכסנת בתוכה את העבר, ההווה, והעתיד, והיא המקשר ביניהם³. שלושת מרחבי הזמן נובעים באופן ישיר מהמטען המאוכסן בכליות, מהאופן בו הוא משתמר, ומהדרך בה הוא מתממש ויוצא אל הפועל. דרך איכות האכסון של הכליות אנו מקבלים את הפוטנציאל מההורים שלנו, מממשים אותו בשלבים שונים בהתפתחותנו, ומעבירים אותו הלאה לדור הבא. היכולת לאכסן קשורה מאוד לאורח החיים של האדם, במיוחד באספקט של איזון בין פעילות ומנוחה⁴. האיכות של המים היא איכות של חורף, ושל קור, זו היא איכות שמאיטה את קצב הדברים. כאשר אדם לא מסוגל לנוח הדבר יפגע בעיקר בכליות שלו. במצב שכזה, הוא ירגיש שהוא לא סתם עייף, אלא מותש⁵, ללא רזרבות של כוח. לעיתים קרובות, תשישות של הכליות יכולה להשפיע על היציבות המנטאלית. לעומת זאת אצל אדם בעל אלמנט מים חזק ויציב, אדם שמתחזק נכון את הרזרבות שלו, תהיה יותר יציבות מנטאלית שתבטא בשקט פנימי.

² כאשר היה בארץ ב Ted Kaptchuk , 2005 מיתוך סיכומים מהסדנה של

³ Hammer, Dragon Rises, Red Birds Flies, 2005, page 99

⁴ Ross, Acupuncture Point Combinations, 1995, page 32

⁵ Ross, Acupuncture Point Combinations, 1995, page 32

כוח רצון

"הכליות מאכסנות את כוח הרצון (Zhi)"⁶.

לכוח הרצון יש אספקט יאנגי ואספקט ייני. החלק היאנגי הוא "הכוח החזק שמעצב את מהלך החיים"⁷. כוח הרצון היאנגי אחראי על השינויים הגדולים, על המאמצים רבי המשמעות ועל ההתחייבויות הרציניות שמלוות את האדם בחייו⁸. הביטוי הייני הוא "ההכרה בעובדה שהכוח העמוק ביותר לא דורש כל מאמץ"⁹.

אנשים עם כוח רצון מאוזן יכולים לנוע לעבר הדברים החשובים להם בחיים. הם לא צריכים לדחוף את עצמם מכיוון שהכליות שלהם מספיק חזקות כדי לדחוף אותם. כוח רצון הוא היכולת לרכז את תשומת הלב והאנרגיה בכיוון מטרה מסוימת¹⁰. אספקט נוסף של כוח רצון, הוא היכולת להתמיד, לצד קשיים ומכשולים, וללכת דרך מסוימת בכיוון מסוים. כשיש לאדם תחושה פנימית של כוח, הדבר מספק את הקרקע לסבלנות. היכולת לראות את המטרה ללכת אליה לאורך זמן. שילוב של כוח רצון ושל האנרגיה המאוכסנת בכליות נותנת לאדם אמביציה. כאשר האספקט הזה של אלמנט המים חסר, הדבר יבוא לידי ביטוי בנטייה של האדם לבטל את עצמו¹¹. הוא יהיה "חסר עמוד שידרה", יהיה מושפע בקלות, ולכן יהיה לו קשה להשלים את המשימות שהוא לוקח על עצמו. כאשר אספקט כוח הרצון יהיה מאוזן, האדם יהיה דינאמי, ויתקדם בנמרצות ובהתמדה לעבר המטרות שלו. אדם כזה יהיה פעמים רבות טיפוס של מנהיג, ואנשים ילכו אחריו. מופע אחר של אספקט כוח רצון מאוזן, הוא אדם שיכול ללכת בשקט ובהתמדה לעבר המטרה שלו. כאשר הוא יתקל במכשול מסוים הוא פשוט ימצא דרך לעקוף את הבעיה ולהמשיך הלאה. אדם עם כוח רצון חזק, שמתלווה אליו פחד, יפעל פעמים רבות בצורה פרנואידית, אגרסיבית או שיהיה אובססיבי בהשגת המטרות שלו (עקשנות).

לטיפול אלמנט מים יש פעמים רבות כוח רצון חזק או חלש מידי. למים עם כוח רצון חזק יש נטייה לקחת את עצמם לקצה, לעיתים תוך כדי חוסר התחשבות בצרכים שלהם ושל האחרים. התשה וחוסר "התחשבות" בגוף, מתישה את הכליות. אנשים עם כוח רצון חזק פעמים רבות גאים ביכולת ההתמדה שלהם "כנגד כל הסיכויים". התחושה הזאת, שהם יכולים לעמוד במכשולים נותנת להם תחושה של ביטחון, ולעיתים היא נובעת מחוסר היכולת להרפות ולבטוח במה שהחיים יביאו. למים עם כוח רצון חלש, יש הרבה פעמים תחושה שהם לא יצליחו לבצע את המשימה, או שאין להם מספיק כוח (לפעמים יתארו תחושה של עייפות או תשישות).

⁶ Su Wen, Sec 3, Chap 9, page 68

⁷ Kaptchuk, The Web that Has No Weaver, 2000, page 86

⁸ Kaptchuk, The Web that Has No Weaver, 2000, page 86

⁹ Kaptchuk, The Web that Has No Weaver, 2000, page 86

¹⁰ Ross, Acupuncture Point Combinations, 1995, page 32

איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 47¹¹

חוכמה

על פי Ted Kaptchuk, החוכמה והפחד נובעים מאותו מקור, לשניהם מערכת יחסים קרובה עם הבלתי ידוע¹².¹³ ספרים מודרניים בסין מתייחסים ל Jing של הכליות וטוענים שהוא נכחד לקראת הזקנה והמוות. עד התקופה המודרנית אנשים זקנים היו חשובים מאנשים צעירים, כך שהרעיון של תמצית או Jing שמתדלדל הוא רעיון מערבי המזכיר את מחלת הפרקינסון ומחלות זקנה ניווניות. בתפיסה המערבית יש מעבר ממאה אחוז Jing לאפס אחוז Jing. אולם לפי התפיסה הסינית, כשאנו נולדים יש לנו אפס אחוז חכמה ואנו מתים עם מאה אחוז חכמה. באספקט הפיזי ניתן לצפות בהתדרדרות של ה Jing לאורך השנים. באספקט המנטאלי ככל שאדם גדל יותר ה Jing הופך מאיכותו החומרית לאיכותו הרוחנית.

"תבונה היא לא מה שלומדים בספריה. גם לא לאורך עשרות שנים. זה לא אינטלקט. זה לא משהו שאפשר לרכוש רק על ידי ניסיון לרכוש אותו. כיצד משיגים את התבונה הזו?"¹⁴

תבונה או הבנה של דברים מתאפשרת רק במבט לאחור ולכן רק בגיל בוגר. זהו מצב המכיל פחד עמוק להתמודד עם הלא ידוע, כזה שלא ניתן לנסח במילים. אנו לוקחים את הפחד מפני הלא ידוע ופתאום אנו מבינים שהפחד פועל בתוכנו באופן עצמאי והוא בלתי נמנע, הוא לא יכול להיות אחר. זהו המקור לתבונה. תבונה היא תופעה דומה לפחד אך בניגוד לפחד היא משהו הכולל אמונה.

פחד

"פחד הוא חוויה אוניברסאלית. גם החרק הקטן ביותר מרגיש אותו. כשאנו משכשכים במי ים רדודים ומושיטים אצבע ליד גוף רך ופתוח של שושנת ים או צדפה היא מיד תיסגר. כל יצור חי נוהג כך באופן ספונטאני. תחושת הפחד כתגובה לבלתי נודע היא לא דבר נורא... זוהי תגובה טבעית לאפשרות של בדידות, מוות, של חוסר היכולת להיאחז במשהו. פחד הוא תגובה טבעית להתקרבות לאמת"¹⁵.

Peter Mole מתאר מנגנון בריא של פחד כמחולק לשלבים:

זיהוי של סכנה ← הופעת רגש של פחד ← התודעה שוקלת פתרונות אפשריים ← פעולה ← תחושה של ביטחון¹⁶.

ברפואה הסינית גם הפחד וגם החוכמה, היכולת למצוא פיתרון, יושבים בכליות. אלמנט מים מאוזן מסוגל לזהות סכנה, לפעול בהתאם, ולחוש ביטחון בהתאם. למים יש את היכולת לשנות כיוון, ולהמשיך לזרום, גם כאשר הם נתקלים ב"מחסום". פחד מאוזן הוא רגש מועיל המאזן ומציב גבולות לתנועה חסרת הגבולות של האש¹⁷. מהצד השני אלמנט המים מבוקר על ידי אלמנט האש, והאש יכולה להפשיר את המים.

במצב של אלמנט מים לא מאוזן, האדם יכול להיתקע בכל אחד מהשלבים. כאשר פחד מופיע על רקע של אלמנט מים חלש, הוא יכול ללבוש צורת ביטוי יאנגית או יינית. צורת הביטוי היאנגית יכולה

¹² Kaptchuk, *The Web that Has No Weaver*, 2000, page 87

כאשר היה בארץ ב Ted Kaptchuk, 2005 מיתוך סיכומים מהסדנה של ¹³

כאשר היה בארץ ב Ted Kaptchuk, 2005 מיתוך סיכומים מהסדנה של ¹⁴

פמה צ'ודרון, כשהדברים מתפרקים", 2001, עמוד 12 ¹⁵

¹⁶ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 156

¹⁷ Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 32

להופיע במצב של עודף פחד לצד חוסר של אלמנט המים. במצב כזה האדם מוצף בדרכים למצוא פתרונות אך לא יכול לפעול בצורה שתביא לתחושת ביטחון. הגוף יגיב בלחץ פנימי מתמיד שיהווה עומס על הלב ועל שאר האיברים בגוף¹⁸. פחד עודף מופיע לעיתים בצורה של אגרסיביות מנטאלית או פיזית (העץ הוא הבן של המים). הצורה היינית יותר של חוסר באלמנט המים, שלא מתמודד עם פחד הוא נטייה לקפוא במקום. האדם לא יכול להכיל פיתרון, אפילו אם הוא מוצע על ידי מישהו אחר (לדוגמה במצב של פוביה מעכבישים, האדם לא יכול בכלל לשמוע הסבר הגיוני שהעכביש לא מסוכן¹⁹). מבחוח אנשים אלו נראים קפואים, אך מבפנים התנועה של ה Qi מאוד מהירה. מצב כזה של קיפאון יכול להיראות מבחוח כאילו "הכול בסדר", אולם מבפנים ישנה תנועה מהירה של פחד. מופע פחות קיצוני של חולשה, יבוא לידי ביטוי בנטייה לפחד מהגרוע מכל, כל דבר יכול להראות מסוכן. אנשים כאלה זקוקים להרבה בטחונות ואישורים מאנשים אחרים. כאשר האדם חווה תחושה של כוח פנימי, ואמונה, הוא יכול להתגבר על הפחד שלו. ואז הוא לא נתקע בפחד, אלא ממשיך הלאה.

פעמים רבות אנשים מרגישים בוושה בקשר לפחדים שלהם, ולכן יעשו הכל כדי להסתיר אותם. הרבה אנשים שהם אלמנט מים מנסים להתרחק מדברים שמפחידים אותם, או שנראים להם מסוכנים. גם במערכות יחסים, לעיתים יתקשו להביא את עצמם לידי ביטוי, ויטו להתפשר בקלות²⁰. מערכת היחסים עם הפחד יכולה לבא לידי ביטוי במה שנראה כמו חוסר פחד²¹. אנשי מים לעיתים מוצאים דרך לא לפגוש את הפחד שלהם עד כדי כך טוב, שהם נראים לאחרים כאילו אין בהם פחד. אנשים כאלה פעמים רבות לא מזהים בכלל את הסכנה, והם מוצאים את עצמם מעורבים בפעילויות המערבות "סכנה לא הכרחית" כגון נסיעה פרועה, ספורט אקסטרים וכו'. פעמים רבות, כאשר נשאל אותם, הם יגידו שהפעילות הנ"ל לא מסוכנת בכלל ושהם מרגישים התרגשות ולא פחד. אותם אנשים אוהבים לחשב ולהעריך בדיוק את רמת הסיכון שיש בפעולה המסוכנת שהם עושים, מה שנותן להם אשליה של ביטחון. אנשים כאלה נוטים להראות בעלי "ביטחון עצמי מופרז", אולם עצם העיסוק בסיכון, מעידה על נוכחות הציר של ביטחון וסכנה.

יכולת לבטוח בבני אדם

הרבה אנשים שהם אלמנט מים מתייחסים לנעשה סביבם בחשדנות. אנשים אחרים צריכים פעמים רבות להוכיח להם שהם ראויים לאמון שלהם. כאשר הם צריכים לבצע משימה מסוימת, פעמים רבות הם ישאלו מספר אנשים, או ינסו לבדוק את אמינות האינפורמציה בעצמם. מהצד השני, ישנם אנשי אלמנט מים שיבטחו יותר מידי באנשים. הם יכולים להשליך תכונות "מושלמות" על בעלי תפקיד אחרים, כגון מורים, מורים רוחניים, רופא, פסיכולוג. המחשבה שיש מישהו אחר שיודע הכל, נותנת להם את הביטחון שלו הם כל כך זקוקים.

¹⁸ Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 32

¹⁹ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 156

איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 46²⁰

²¹ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 157

ביטול

למים יש את הנטייה לקבל את צורת הכלי שבו הם נמצאים. אדם עם אלמנט מים מאוזן, יכול, מבלי לחוות את הסביבה כמאיימת להמשיך וללכת לעבר הדברים שהוא רוצה. הוא לא צריך להוכיח דבר, יש לו את הדרך שלו והוא הולך בה. אם הוא מוצא מכשול, הוא מוצא דרך לעבור אותו. כמו נחל שתמיד מוצא דרך להמשיך לזרום במסלול שלו.

מאוד אופייני לאנשים מיסוד המים, שיש להם הרבה פחד, להיות נחבאים אל הכלים²². כשיש הרבה פחד לאדם קשה להתבלט. פעמים רבות אדם כזה יבטל את הרצונות שלו, או שיהיה לו קשה לדעת מה הרצונות שלו. אנשים כאלה לפעמים לא יתווכחו עם הסביבה אלא פשוט יקבלו את הדעות של האחר.

זרימה

הכוח של אלמנט המים הוא בזרימה שלו, הוא ביכולת למצוא פתח במקום שנראה למראית עין כחסום. פעמים רבות קל לאנשים שהם אלמנט מים להסתדר בסביבות שונות כיוון שהם מתאימים את עצמם. זרימה בחיי היום יום פירושה היכולת להתקדם קדימה גם כאשר התנאים אינם אופטימליים. כאשר אנשים שהם אלמנט מים נתקלים במכשול או מחסום, הם לעיתים רחוקות ייבחרו בדרך הקונפליקט (כמו אלמנט העץ והמתכת), ופעמים רבות ייבחרו "לעגל פינות" על מנת להמשיך בנתיב בו הם הולכים. מבחינת אבחנת הגוף, אנשים שהם אלמנט מים מאופיינים במיבנה גוף מעוגל, ללא זוויות חדות ופינות.

איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 47²²

טיפוס אלמנט עץ

אלמנט העץ - ת.ז.



טעם - חמוץ

צבע - ירוק

רגש - כעס

קול - צעקה

ריח - חמוץ

עונת שנה - אביב

איברים - כבד, וכיס מרה

האיכות של העץ היא איכות של תנועה, והיא מחברת ברמת היום יום בין הגלוי לבין הנסתר, בין התוכנית לבין ההוצאה לפועל, בין האינטואיציה לבין הפעולה, בין העשייה לבין ההמתנה. התנועה של אלמנט העץ היא קדימה, פורצת גבולות, והיא טומנת בחובה איכות של כוח.

העץ בטבע

הרפואה הסינית התפתחה בתקופה מבוססת חקלאות. החכם הדאואיסטי היה מתבונן בטבע, לומד אותו ולומד ממנו. כך גם הרופא הסיני הקדום. בטבע קיימים סוגים רבים של עצים, לכל עץ יש את הייחודיות שלו. העץ בטבע נראה חי, עם שורשים גדולים, גזע חזק יציב, ועלים ירוקים מעל. למעשה העץ החל את חייו בתור זרע קטן מתחת לאדמה. הזרע הזה נושא בתוכו פוטנציאל, אבל מה זה בדיוק אומר פוטנציאל? בתוך הזרע הזה מתוכנתת תוכנית, טבע ייחודי. את התוכנית לא העץ בחר, אין לו שליטה עליה, אך כל התכלית שלו היא לממש אותה. אין לו בחירה. כדי להוציא את התוכנית אל הפועל העץ צריך מיני דברים מבחוץ: מים, שמש, חומרים מזינים מהקרקע. העץ הייחודי הזה צריך להיות בסביבה המתאימה לו על מנת שיוכל להתפתח ולגדול. פעמים רבות בני אדם שנמצאים בסביבה לא מתאימה להם (בית ספר, מקצוע, מערכת יחסים, משפחה) לא מקבלים את מה שהם צריכים כדי להתפתח. הגדילה שלהם נתקעת, הם ירגישו שהם לא יכולים לממש את עצמם, והדבר ישפיע בהכרח על אלמנט העץ שלהם. אדם עם אלמנט עץ בריא מאפשר לאנשים סביבו לראות בצורה ברורה את הדרך הייחודית להם, ויש לו את הסבלנות, כדי לאפשר לה להתפתח ולהתגלות.

תנועה

אלמנט העץ אחראי על התנועה החופשית של ה Qi בגוף. דרך הכבד אלמנט העץ שולט בתנועה ההרמונית בכל האיברים בגוף, הוא אחראי על ההפצה של ה Qi, על הזרימה שלו, אך גם אחראי על ההרפיה, והחלקה של התנועה²³.

העץ אחראי על שתי תנועות מנוגדות. התנועה האחת היא התנועה שמובילה קדימה ופועלת - על האיכות הזאת אחראי החלק היאנגי יותר של העץ. התנועה האחרת היא היכולת לסגת ולחכות, זו

²³ Maciocia, *The Foundation of Chinese Medicine*, 1989, page 78

האיכות היינית יותר של העץ²⁴. לאדם שאלמנט העץ שלו מאוזן, יש את החוכמה לדעת מתי להתקדם קדימה ומתי להמתין. כדי להתמודד עם הניגודיות הזאת, הפאזה של העץ צריכה כל הזמן לבצע פעילות של קבלת החלטות (עליה אחראי בעיקר כיס המרה).

אינטואיציה

Hun-ה מיוחס לאלמנט העץ ולכבד. הוא מיוחס לאינטואיציה ולצד הימני של המוח²⁵. האינטואיציה היא היכולת לתפוס דפוסים שונים ולשייך אותם לתמונה מנטאלית מסוימת. האינטואיציה קשורה קשר הדוק לדמיון, אך היא מסתמכת גם על חשיבה בהיגיון, הקשורה יותר לצד השמאלי של המוח ולטחול.

האיכויות הפנימיות של האדם, כמו של הצמח הולכות ומבשילות לאורך חייו, וכאשר האדם הולך בנתיב המתאים לו, האיכויות שלו יפתחו ויראו את עצמם בעולם החיצון. האינטואיציה נותנת תחושה "נכונה" כאשר אדם לוקח נתיב מסוים בחייו. היא יכולה לתת תובנה לגבי הפוטנציאל שנפתח. האינטואיציה תמיד מביאה בתוכה את שתי האיכויות האלה, של התובנה הפנימית, ושל הפעולה החיצונית בכיוון מסוים, לעבר מקום מסוים.

האינטואיציה יכולה להופיע רק מתוך ההקשבה. האיכות של האינטואיציה היא איכות הופכית לאיכות של שליטה. השליטה לא מאפשרת לאינטואיציה להופיע. העץ בפתולוגיה יכול לבטא עודף שליטה, שמפריעה לתנועה. העץ זקוק למרחב כדי שיוכל לנוע בחופשיות, שליטה וסטגנציה מצמצמות את המרחב, ומקשות על התנועה.

תוכניות והחלטות

"הכבד מחזיק את משרת הגנרל, הערכת התנאים ותכנון התוכניות נובעים ממנו"²⁶. אלמנט העץ קשור ליכולת לתכנן תוכניות ולקבל החלטות. היכולת הזאת היא הרחבה של שני החלקים: האנליטי (אדמה), והיכולת לראות תמונה שלמה של המצב²⁷. כאשר תכנון התוכניות מנותק מהאיכות הפנימית של האדם, ומהאינטואיציה שלו, האדם יתקל בקשיים רבים בחייו, והוא יחוש תסכול וכעס. בחברה המודרנית מלמדים את האינדיבידואל איך לחשוב, אך לא איך לשפר את האינטואיציה שלו, ופעמים רבות אנשים לא יודעים איך להרפות מספיק מהרגשות והמחשבות שלהם על מנת שהאינטואיציה תוכל להופיע וההחלטה תתקבל מבפנים.

תוכניות הם חלק מאיכות ההתחדשות של אלמנט העץ. אדם שמרגיש שאין בו התחדשות, לא מרגיש שהוא נמצא בחלק של דרך, מסלול. הוא מרגיש "באיבוד" כדי שאדם ירגיש שהוא חלק מדרך, הוא צריך לראות היכן הוא נמצא, והיכן התכלית שלו. כשבין המקום שבו נמצאים לבין התכלית יש חיבור, יש תחושה של דרך. יש אנשים שתכנון התוכניות אצלם מופיע בעודף (לעיתים כשהתוכניות שהם מתכנים לא מתואמות עם הפנימיות שלהם), אנשים כאלה נמצאים בתנועה מתמדת קדימה לעבר מטרה. הם אף פעם לא נחים במקום שבו הם נמצאים, ואף פעם לא חשים את הסיפוק שבמקום בו

²⁴ Hammer, *Dragon Rises, Red Birds Flies*, 2005, page 139

²⁵ Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 34

²⁶ Su Wen, *Chapter 8*

²⁷ Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 34

הם נמצאים. העץ לא מגיע לשלב הבשלות של האש, ואז נפגעת איכות השמחה, מופיע תסכול והאדם מרגיש לא מרוצה.

מתכנית לפעולה

הרבה אנשים שהם אלמנט עץ, חשים אי שקט פנימי²⁸ ולחץ שלרוב מתורגם לפעולה חיצונית. הלחץ הפנימי הזה נוטה להאיץ את קצב חייהם של אותם אנשים, ולגרום להם לחוסר סבלנות וכעס כאשר הדברים לא קורים בקצב ובצורה שהם רוצים.

מעבר לזה כאשר אנשים שהם אלמנט עץ לא מסוגלים לראות את הדרך שלהם בחיים, הם לא ירגישו מרוצים מהדרך שבה חייהם מתנהלים, ולא יצליחו להכניס יצירתיות לחייהם. מצב כזה יכול גם להתרחש כאשר אנשי אלמנט עץ מאבדים קשר עם האינטואיציה שלהם ולוקחים החלטות שגויות, שגורמות להם לתסכול וכעס מאוחר יותר. אנשים שהם אלמנט עץ יכולים להיות מאוד רגישים לתחושה שדברים חוסמים אותם, שהם לא מסוגלים להתקדם לכיוון שהם רוצים.

פעמים רבות לאנשים שהם אלמנט עץ יש נטייה לא להראות את הכעס וחוסר הסבלנות שלהם כלפי חוץ, או מכיוון שהם פוחדים מהתוצאה, או מכיוון שהם מנסים להראות חזות שונה²⁹. אנשים שהם צירוף של עץ ואדמה יחוו פעמים רבות את הקונפליקט הקשור לרגש שהם מרגישים מבפנים לעומת החזות שהם רוצים להציג כלפי חוץ. המים נותנים לעץ את הגמישות שלו, והאש (מכיוון שהיא מיבשת את הנוזלים) נותנת לו את הכוח של הגבורה, להשתמש בכוח המעשה כדי לנוע לכיוון מסוים.



כעס

הרדיקאל-

על פי Elisabeth Rochat³⁰, הרדיקאל של הכעס (שנקרה באנגלית Nu), מסמל שיפחה תחת יד הבעלים שלה. האישה תרגיש כעס באופן טבעי, אך במקרה של האישה מהרדיקאל, הכעס מוחזק בפנים.

לפי Rochat, משמעות אחת של הרדיקאל Nu, היא המאמץ שצריך להשקיע על מנת להעלות משהו מהארץ. לדוגמה היא נותנת את התיאור של דג גדול שחי באוקיינוס הצפוני. הדג הזה יוצא מהמים ונהיה ציפור. הסימנייה Nu מייצגת את הרגע של המעבר מהמים אל האוויר, של הטרנספורמציה מדג השוחה במים אל ציפור עפה באוויר. אין שום פתולוגיה בתיאור הזה, אלא פשוט סוג של אותו כוח מתפרץ שיש בכל ההתחלות.

תחום הרגשות של הכעס -

המילה "כעס" ברפואה סינית מייצגת תחום נרחב של רגשות.

²⁸ Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 34

²⁹ Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 34

³⁰ Larre and Rochet De La Valle, *The seven Emotion*, 1996, page 64

תסכול הוא למעשה הרגש הבסיסי של אלמנט העץ. תסכול מתרחש כאשר יש פער בין הרצון של האדם לבין מה שמתרחש. התסכול הוא רגש ראשוני, ומשם הוא יכול להתפתח למספר כיוונים.

תנועות אפשריות במצב של תסכול

כאשר תוכנית מסוימת לא הגיעה לידי מימוש, עץ מאוזן יוכל להסיק את המסקנות לגבי מה השתבש בדרך, ואם יש צורך, לנקוט פעולות אלטרנטיביות להשגת המטרה. עץ מאוזן ינקוט פעולה מתאימה כדי לפתור את התסכול. לפעולה צריכה להיות מידת הכוח המתאימה. לעץ מאוזן יש את היכולת של הגמישות. גמישות היא למעשה יכולת לוותר על התוכנית כפי שתוכננה, ולנסות להשיג את הרצון בדרך אחרת. המים מאפשרים לעץ לקבל את הגמישות שלו. אפשרות נוספת היא שבמקרים מסוימים המתכת תבקר בצורה בריאה את העץ והאדם יהיה מסוגל לשחרר את הרצון שלו ולהשיג את מבוקשו מבלי להרגיש מתוסכל (כל עוד האדם מרגיש תסכול, הוא לא באמת שיחרר).

שני המסלולים הפתולוגיים הם הכיוון של כעס-זעם, והכיוון של הפנמת התסכול - דיכאון, או אדישות.

כעס עד כדי זעם³²

הוא תגובת עודף לתסכול. אנשים שנמצאים במצב של כעס כבר לא מכוונים להשגת מטרתם. הכעס גורם לחוסר בהירות בתודעה. במצב כזה האדם מאבד את הגמישות שלו. כאשר אין בהירות בתודעה, האדם לא יכול לתכנן תוכניות אלטרנטיביות. בתורות הלחימה הסיניות, אחת האסטרטגיות הוא לגרום ליריב להתמלא בכעס, ועל ידי כך לפגוע ביכולת החשיבה שלו.

הפנמת הכעס ואדישות

זוהי תנועה כלפי פנים לאותה אנרגיה שהחלה בתסכול. האדם לא מבטא את הכעס שלו אלא, ומכיוון שהוא לא רוצה לעורר תגובה מסביבתו מפנה אותו פנימה כלפי עצמו.

האדם לא משקיע משאבים להשגת המטרה שלו. ה Qi שצריך לעלות כלפי מעלה, לא עולה, והאדם לא מצליח לממש את הפוטנציאל שלו. ישנם צרכים ורצונות שלא באים לידי מימוש. כאשר מצב זה נהיה כרוני, ה Qi של הכבד נתקע. מבחינה מנטאלית, האדם לא מפקס על מטרה מסוימת. מבחינה חיצונית הדבר יכול להיראות כמו אפטיה, או "חוסר יכולת", שעם הזמן יכול להוביל לדיכאון.

ברמת היום יום, ניתן גם להסתכל על הדברים דרך הקשר השכבתי Liv-PC (שהוא גם קשר אמא-בן במעגל האלמנטים). האדם חש תסכול וברגע מסוים הוא סוגר את עצמו מהסביבה החיצונית, ישנה תחושה שהלב "נסגר". יש תחושה של נתק מהסביבה. מישהו שמרגיש מנותק, מרגיש לבד. התחושה הזאת של הניתוק היא הבסיס לתחושת הבדידות שמתלווה פעמים רבות לדיכאון. ה"סגירה" הזאת של הלב, לא מאפשרת לרגשות באופן כללי לעבור דרך הלב, ויכולה להיווצר תחושה של חוסר אכפתיות וחוסר רגישות.

פעילות גופנית ודיכדוך

מכיוון שאלמנט העץ אחראי על התנועה, הוא גם נוטה להיתקע. כאשר ה Qi של הכבד נתקע יש נטייה לשקוע בדכדוך. פעילות גופנית מביאה לשחרור זמני של העץ, לכן אנשים שהכבד שלהם תקוע מרגישים שיפור במצב הרוח לאחר פעילות גופנית. מכון שהפעילות הגופנית גורמת רק לשחרור זמני

³¹ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 156

³² Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 57

של העץ הנטייה של ה Qi להתקע חוזרת. אנשים כאלה מרגישים פעמים רבות שהם "חייבים" לעשות פעילות גופנית, אחרת הדבר ישפיע מאוד על מצב הרוח שלהם.

כח וגבולות

הרבה אנשי עץ מרגישים שיש להם כוח. הכוח הזה יבוא לידי ביטוי בהתאם למקום ההיררכי בו הם נמצאים³³. לרוב יהיה להם קל יותר בעמדת סמכות או במקום שמוביל אנשים אחרים. פעמים רבות קשה לאלמנט עץ להיות במקום בו הוא מרגיש מוגבל. במקרה כזה, הדבר הראשון שאלמנט עץ יבדוק זה, מהם החוקים? מהם המבנים השולטים? איפה הגבולות? למי יש את הכוח?³⁴ אנשים שאלמנט העץ שלהם מאוזן ידעו להתאים את עצמם למקום ההיררכי בו הם נמצאים, ולהפעיל אסרטיביות ראויה. במקרה כזה גבולות ומסגרות יכולים להוות סביבה מועילה שתאפשר להם לצמוח. אנשים שאלמנט העץ שלהם חזק מאוד (או מאוד לא מאוזן), יכולים למצוא את עצמם במלחמה מתמדת עם הסביבה שלהם. פעמים רבות לא תהיה להם סבלות לאנשים חלשים יותר, שאין להם יכולת אסרטיבית גבוהה, והם לא יצליחו להבין למה הם לא מפעילים כח כדי להשיג את מטרותם.

יצירתיות

יצירתיות היא גמישות מחשבתית, יכולת לצאת מהמסגרת וליצור עולם חדש³⁵. העץ הוא האלמנט שיוצא מהגבולות, ומחדש. יצירתיות היא היכולת לעצב במבנה לא שגרתי, מסר או רעיון קיימים. גמישות מחשבתית פירושה חוסר הקיבעון לרעיון או דפוס מחשבה אחר. היכולת לקבל מספר אפשרויות קיימות לפתרון בעיה מסוימת. יצירתיות קשורה גם מאוד לדמיון, והדמיון מיוחס לאלמנט העץ. עיסוק באומנות יכול להיות אינדיקציה ליצירתיות, אך לא תמיד, לפעמים אומנים לא יוצרים משהו חדש, אלא רק מעצבים בצורה שונה רעיון ישן. לעומת זאת הרבה אנשים שהם אלמנט עץ משתמשים באומנות כדי להביא את היצירתיות שלהם לידי ביטוי, אבל, כאמור, זו אינה הדרך היחידה.

לפי איל פוליטי ההתעוררות מתחילה מחצות הלילה והלאה³⁶. חלק מהמהות של יסוד העץ היא מהות של התעוררות והתחדשות. השעות של כיס המרה הם 23:00 - 1:00 ושל העץ 1:00 - 3:00. הרבה אומנים אומרים שהם עייפים במשך הערב, אבל מרגישים התעוררות בשעות האלה.

קשר מיוחד לחיק הטבע

לאלמנט העץ יש חיבור חזק לטבע. היציאה לחיק הטבע נותנת לאנשים שהם אלמנט עץ תחושה של הזנה ושקט פנימי, המאפשרת להם לצמוח ולהשתנות. הימצאות בחוץ, בחיק הטבע קשורה גם למרחב פתוח, חסר גבולות, שכל כך חשוב לאנשים שהם אלמנט עץ.

³³ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 70

³⁴ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 70

³⁵ מיתוך ויקיפדיה, ערך: יצירתיות

³⁶ איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 73

סדר

סדר הוא היכולת לארגן את הדברים במבנים. סדר יכול להיות ברמה המנטאלית, ברמת תכנון הזמן, וסדר במרחב. היכולת של אדם לסדר את הדברים במבנים מאפשרת לו לראות איפה הוא נמצא, ולזהות דפוסים בחייו. על ידי כך העץ יכול לתכנן תוכניות בצורה טובה. אנשים שאלמנט העץ שלהם לא מאוזן יכולים לחוות את שתי הקצוות: או שהם לא מסוגלים לארגן את הדברים, והם כל הזמן נמצאים בסוג של בלגאן, או שהעץ שלהם רגיש מאוד לאי סדר, ומעט בלגאן מוציא אותם מאיזון. הערה - גם אנשי אלמנט המתכת אוהבים סדר, אבל אצלם זה מגיע יותר מהחלק של הניקיון, ההפרדה בין הנקי למלוכלך³⁷.

איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 80³⁷

טיפוס אלמנט אש

אלמנט האש - ת.ז.



טעם - מר

צבע - אדום

רגש - שמחה, אהבה

קול - צחוק

ריח - שרוף

עונת שנה - קיץ

איברים - לב, מעי דק. מגן הלב (PC), והמחמם המשולש.

המהות של האש היא מהות של קשר. אהבה באיכות שלה היא רגש שמחבר בין שני אנשים ברמה העמוקה ביותר. אצל האש הקשר הוא דו-מסלולי: קשר עם בני אדם אחרים וקשר עם השמיים. האש מבטאת את עצמה באמצעות תקשורת: כלפי חוץ וכלפי פנים.

האש בטבע והאש בבני האדם

במערכת החיים בטבע השמש מייצגת את אלמנט האש³⁸. השמש היא מקור האור והחום העיקרי, והיא חיונית לקיום צורה של חיים על פני כדור הארץ. במהלך השנים האדם למד להשתמש במקורות אש על פני כדור הארץ, אולם החימום העיקרי עדיין מגיע ממקור חיצוני לכדור. השמש משמשת כמרכז של כל מערכת הכוכבים שסביבה, והיא נותנת את חומה, ללא משוא פנים, לכל מי שניקרא בדרכה.

בהסתכלות סינית, האש מייצגת את הרוח, הנשמה, את הכח האוניברסלי שמחיה את החומר ואת הצורה. בבני אדם, הנשמה מחיה את הגוף הפיזי, הגוף האנרגטי, את הרגשות, ואת התודעה³⁹. ניתן לראות את מידת האיזון של האש בבן אדם על פי הרגישות שלו לחום ולקור⁴⁰, על פי מידת החיות והשימחה שלו, ועל פי מערכות היחסים שמלוות את חייו.

האש כביטוי של הקיסר

לאורך ההיסטוריה, השליט בסין תמיד היה הקיסר. היחס לקיסר היה כאל יצור שחציו אדם וחציו אלוהים. תפקידו של הקיסר בשילטון הוא להעביר את רצון השמיים אל הממלכה על פני האדמה. גם יסוד האש וגם יסוד העץ הם יסודות ששולטים, אולם יסוד העץ משתמש בכוח, בעוד ליסוד האש, לקיסר, אין צורך להשתמש בכח כדי לשלוט⁴¹. הלב שולט בכח של האהבה, מתוך רצון לאחדות ולהרמוניה בתוך הממלכה. שאר הנתונים מקשיבים לקולו של הקיסר מתוך בחירה, מתוך רצון לקבל את המהות שלו. כשהלב לא שקט, לאדם אין את היכולת לשמוע את הקול של הלב, ואז הוא מתרחק

³⁸ 79 Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page
Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 24 ³⁹

⁴⁰ 79 Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page
⁴¹ איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 114

מהמהות שלו. כהשקיסר לא מצליח לשלוט, כל הממלכה בבלגאן. כשכל אחד מהיסודות מביאים לקיסר את האיכות היחודית שלו, הדבר מתבטא בצורה של שימחה, שזהו הרגש של האש.

שימחה - אהבה - ויטאליות

"גם המצבים העילאיים ביותר וההשגים הרוחניים יוצאי הדופן מכולם, מאבדים את חשיבותם אם איננו יכולים להיות מאושרים באופן הרגיל והפשוט ביותר, אם בליבנו איננו מסוגלים לגעת זה בזה ובחיים שניתנו לנו"⁴².

כאמור, התפקיד של הלב כקיסר, אינו תפקיד של עשייה. תפקידו הוא לשהות בנעימות בתוך הלב, ולהעביר את המסר מהשמייים אל שאר אברי הגוף. בזמן מדיטציה קל לשים לב לכמות הרעש הפנימי שיש כאשר מנסים לעצור ופשוט להיות. ככול שלאדם יותר נעים להיות בתוך עצמו, כך הוא מסוגל יותר להישאר נוכח ושקט במדיטציה. הלב זקוק לשקט ולהקשבה כדי שיוכל להביא את עצמו לידי ביטוי. מתוך היכולת להישאר - להיות נוכח, ערני, ועם זאת שקט, צומחת היכולת של האדם לאהוב את עצמו⁴³. הדבר מכניס למערכת ויטאליות, האדם מרגיש חי בתוך עצמו, ועל ידי כך הוא גם מכיר בחיות של הטבע סביבו. באדם שאלמנט האש שלו בריא ניתן לראות את הניצוץ ואת החיות בעיניים - מה שנקרא Shen Ming⁴⁴. ככל שהאדם מסוגל לאהוב יותר את עצמו, כך התקשורת שלו עם העולם היא תקשורת שמבטאת אהבה. התקשורת עם הלב הפתוח מאפשרת את התחושה של האחדות והחיבור, והיא באה לידי ביטוי בצורה של שימחה. התרגשות והתלהבות הם ביטויים מובהקים של אלמנט האש, והם ביטוי של שמחת הלב.

האש כמשכנת ה - Shen

לרוב האיברים בגוף יש את הסימן Flesh בתוך הסימניה שלהם, מה שמסמל את היותם חלק מהגוף החי. הלב הוא אחד מהאיברים היחידים שהסימן Flesh לא מופיע כחלק מהסימניה שלהם⁴⁵. במקום זה מופיע הסימן חלל, מה שמדגים את העובדה שהלב הוא יותר מאשר משאבה המזרימה דם בגוף, הוא חלל המאפשר ל Shen - לשהות בתוכו, ולהקרין מתוכו. הלב כקיסר, צריך פשוט להיות, ולהעביר דרכו את ה Qi של השמיים.

ה Shen מאפשרת לאדם להקרין החוצה את מה שקורה בתוך הנשמה שלו. ה Shen הוא מה שנותן לבני אדם את הניצוץ בעיניים, היא מה שנותן את העירנות, ואת הנוכחות של הרוח. האנרגיות של ה Shen, אחראיות על האיכויות הגבוהות של הקוגניציה, של קשר השפה ושל האיכות המתבוננת פנימה וחוקרת⁴⁶.

קורנפילד, דרך הלב, 2001, עמוד 27 ⁴²

⁴³ Tsoknyi Rinpoche, *Fearless Simplicity*, 2003,

⁴⁴ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 90

⁴⁵ Weiger, *Chinese Characters*, 1965, lesson 107A

⁴⁶ 165 Hammer, *Dragon Rises, Red Birds Flies*, 2005, page

When the luminous residence of the spirit's shen is Ming is stored within the "formless, and when the Essence/spirits jing shen return to the supreme Authority, then the eye is radiate and no longer oriented toward vision, the ear is fine, and no longer just hearing, the heart spreads out, is propagated far and wide, and is no longer for preoccupation and worry

כידוע, בכל איבר Zang שוכן ה Shen שלו. ה Shen שבלב, מתנהגת כמו הקיסר של שאר רכיבי ה Shen. היא המקשרת ביניהם, ותפקודם התקין הכרחי לתיפקוד התקין של ה Shen⁴⁸: העץ נותן ל Shen את האינטואיציה ואת החיבור ל"תוכנית" הפנימית, המים נותנים את כח הרצון, ואת היכולת ללכת בהתמדה בדרך, המתכת את החוכמה, ואת היכולת להפריד בין האמת לשקר, והאדמה את היכולת להרהר, להתמיר רעיונות ולהפוך אותם למשהו שהנשמה יכולה להשתמש בהם. הלב זקוק לכל אחד מהחלקים שלו, וכאשר כל אחד מהם יוצא מאיזון, בהכרח הדבר יבוא לידי ביטוי גם בלב.

אהבה ופחד

התנועה של האש היא תנועה כלפי חוץ. כשהאש בעודף, יש לה נטייה לצאת מאיזון ולהתפזר. אדם במצב של היפר לא מסוגל להשאיר את האש בפנים, ועל ידי כך הוא מאבד הרבה Qi. יסוד המים מבטא את הצורה הכי תמציתית של האנרגיה, ואת הפוטנציאל. במערכת יחסים בריאה בין המים לאש, המים, המבקרים את האש, מגבילים את האנרגיה היקרה של האש אל מגבלות הגוף, ומונעים ממנה ללכת לאיבוד.

באספקט הפטולוגי, פחד הוא המעצור העיקרי בזרימה החופשית של האהבה. האגו, ה"אני הנמוך" מלא בפחד, ורואה את העולם ואת האנשים האחרים כמהווים איום על קיומו⁴⁹. להיות פתוח ואוהב מצטייר על ידי האגו כמצב פגיע, ולכן יש להשמר ממנו. המים הם האלמנט המבקר את יסוד האש, וכאשר יסוד המים חזק, האדם מרגיש פחות פחד, ויכול להשאר יותר פתוח.

בלבול בנוגע לאהבה

כשאדם מאבד את הקשר עם אלמנט האש ועם הרוח, האדם מרגיש ריקנות פנימית⁵⁰, אשר הוא לא מצליח למלא. אנשים מנסים למלא את החלל (חלל - הפעם במובן הפטולוגי של המילה) בדרכים שונות: סמים, מין, כוח, לימודים, עבודת יתר, דת, כסף, רכוש, פשע, מחלה, ועוד. כל דפוסי החיים הגורמים למחלה נובעים מחוסר של אהבה של אדם לעצמו. כשאדם סובל מחוסר של אהבה כלפי עצמו, הוא נוטה לחפש את האהבה הזאת בחוץ, במערכות יחסים עם אנשים אחרים. אנשים מסוימים, במיוחד אנשים שהם טיפוס עץ, נוטים לבלבל את האהבה עם תשוקה. האהבה היא רגש

⁴⁷ Larre and Rochat De la Valle, Larre and Rochat De La Valle, *The seven Emotion*, 1996, page 88

⁴⁸ איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 112

⁴⁹ Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 24

⁵⁰ Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 24

בלתי אנוכי, הגורם לתחושת של התעלות פנימית. התשווקה, היא רגש אינטסיבי המרוכז באדם האחר. אותו רגש יכול בקלות להפוך מאהבה לשינאה.

תקשורת

בימי קדם המיפגש מסביב למדורה של חברי השבט היה קרקע להחלפה של רעיונות, חום ואהבה בין האנשים. כל בני האדם זקוקים לחיבור, קירבה ואינטימיות עם אחרים כדי לחיות חיים מלאים. כאשר האדם מבודד לאורך זמן, ואלמנט האש שלו מנותק חברתית, האדם מרגיש מבודד, ואלמנט האש שלו לא יכול להיות מוזן. מהצד השני, כאשר, אלמנט האש חלש אצל בן אדם, הוא מרגיש פעמים רבות שתקשורת עם אנשים אחרים לוקחת ממנו יותר מידי אנרגיות, ולכן פעמים רבות הוא יימנע מלתקשר עם אנשים אחרים וינתק את עצמו מבחינה חברתית.

בצורה כזאת יכול להוצר מעגל רשע, בו אלמנט האש הולך ונחלש, האדם מרגיש יותר ויותר מבודד, מה שפוצע את הלב וגורם לעצבות.

"איבר החישה" של האש הוא הלשון. מהצד אחד הלשון היא המאפשרת לאדם לדבר, ולהביע את עצמו, מהצד השני, הלשון מחוברת ללב⁵¹. כשהקשר הזה עובד בצורה תקינה האדם יכול להביע את רחשי ליבו בצורה תקינה ולייצר אינטימיות דרך הדיבור.

אלמנט האש לא אחראי רק על התקשורת בין אנשים, אלא גם לתקשורת בין האיברים בגוף, ובין האלמנטים השונים. המחמם המשולש, הוא תפקוד ללא איבר, המאפשר, בין השאר מעבר של אינפורמציה בכל חלקי הגוף.

תקשורתיות

אלמנט האש אחראי על התקשורת והוא נפתח ללשון. טיפוסים שהם אלמנט אש יהיו פעמים רבות טיפוסים תקשורתיים, שקל להם להביע את עצמם דרך הדיבור, לפחות עד גבול אינטימיות מסוים. לאנשים כאלה יהיה בדרך כלל קל לייצר שיחה עם אנשים זרים. מכיוון שקל להם לייצר קשר, יהיו להם הרבה מכרים, ואם יש להם מזל, הם יהיו מוקפים באנשים שהם אוהבים. באלמנט האש אנו רואים שני סוגי תקשורת, כזו שיותר קשורה למגן הלב (אליה התייחסנו בחלק הקודם), ותקשורת היותר קשורה לחלק החיצוני (והמוחצן), של המחמם המשולש.

היכולת של הלשון, כשריר, לנוע בצורה חופשית תלויה ביכולתו של הלב להיות מספיק פתוח כדי לאפשר תקשורת. טיפוס אלמנט אש מסוימים יחוו קושי בדיבור במצבים מסוימים, במיוחד במצבים של התרגשות, ולכן הפרעות הדיבור השונות משויכות גם הם לאלמנט האש (תחום שבחרנו לא להתייחס אליו בשאלון).

נוכחות מול קהל והחיבה להיות במרכז

כאשר אנו נעים עם התקשורת על הציר של הקרוב והרחוק, אנו נמצאים במצב המוחצן ביותר של אלמנט האש. לאנשים שהם טיפוס אלמנט אש, יש במצבים מסוימים מעין ניצוץ פנימי של שמחה, שמושך אליהם אנשים אחרים. אנשים כאלה נהנים מתשומת הלב הרבה, ומהקהל. הם אוהבים

⁵¹85 Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page

להיות במרכז הענייניים מבחינה חברתית. אצל טיפוס אלמנט אש אחרים הבמה, ותשומת הלב המרובה מהווים מקום מעט מאיים, בייחוד עם הם מרגישים פגיעים מבחינה ריגשית. טיפוס אלמנט אש רבים מרגישים שהם היו רוצים להיות יותר במרכז, אך הם ביישנים מידי בכדי לדחוף את עצמם קדימה. בתגובה הם ירגישו שלא נותנים להם מספיק מקום, או מספיק תשומת לב⁵².

הומור

חוש הומור, מצד אחד מקרב בין אנשים, ומהצד השני מבטא שימחה פנימית. (בניגוד להומור הציני שיש לעיתים לטיפוס אלמנט המתכת). צחוק הוא הקול של האש, ואנשים שהם טיפוס אלמנט אש אוהבים להצחיק ולשמח אנשים אחרים. אצל אדם שהאש הוא האלמנט הדומיננטי היכולת להשתמש בהומור, תעזור לו להביא את עצמו למרכז העניינים, ולגרום לאנשים לאהוב אותו.

מגן הלב, ומערכות יחסים

יכולתו של הלב למלא את תפקידו כקיסר, חצי אדם חצי אל, תלויה בתפקודו התקין של המגן שלו. מגן הלב מגן על הלב, והוא זה שמחליט מי ייכנס ומי לא. ביחד עם התלת מחמם, הוא מתפקד כשני שערים, פנימי וחיצוני שנפתחים ונסגרים בהתאם לתפיסה שלו את המצב החיצוני. עבודתו של מגן הלב דורשת ממנו גמישות תמידית, ויכולת לזהות קירבה בצורה מתאימה⁵³. הוא זה שמאפשר לאנשים המתאימים להיכנס ומשאיר את הלא מתאימים במרחק מסוים, או בחוץ. כאשר מגן הלב חלש, נראה דיסהרמוניה וחוסר מודעות בנוגע לקירבה ומרחק. אצל אנשים מסויימים מגן הלב יכול להיתקע במצב פתוח או סגור. במצב פתוח מידי אדם יחוה קירבה לא מתאימה, הלב ישאר חשוף, והאדם ירגיש פגיע לעיתים קרובות. במצב סגור האדם נמצא במצב של הגנת יתר, הוא לא נותן לאף אחד לגעת לו בלב, לא מתאפשרת תקשורת ברמה העמוקה, ואין אפשרות להגיע לאינטימיות במערכות יחסים. במצב כזה לא יגיע מספיק חום ואהבה אל תוך הלב. לעיתים, כאשר הלב נשאר במצב סגור, התקשורת הפנימית של האדם עם עצמו נפגעת, ודבר הלב לא יכול להגיע אל הנפש ואל ההכרה.

אצל אנשים שהם טיפוס אלמנט אש בולט הצורך בחום ואהבה. ולכן יש להם לעיתים נטייה לרצות את האדם איתו הם נמצאים במערכת יחסים, ועל ידי כך לאבד את התחושה של היחודיות והניפרדות של עצמם⁵⁴. במצב כזה מרכז תשומת הלב שלהם יהיה אצל בן האדם השני, מה שמשאיר אותם מאוד לא יציבים מבחינה ריגשית. ישנם טיפוס אלמנט אש המקיפים את עצמם בהרבה מאוד אנשים (לאו דוקא קרובים) על מנת לא להרגיש את תחושת הבדידות.

יציבות ריגשית

אנשים רבים שהם טיפוס אלמנט אש מרגישים חוסר יציבות ריגשית. הם מרגישים שמצב רוחם משתנה דחופות משמחה לעצב. השינוי יכול להתרחש בתוך פרקי זמן קצרים⁵⁵. לאנשים במצב רוח

⁵² 101 Hicks and Mole, Five Elements Constitution acupuncture, 2004, page

⁵³ 91 Hicks and Mole, Five Elements Constitution acupuncture, 2004, page

⁵⁴ 103 Hicks and Mole, Five Elements Constitution acupuncture, 2004, page

⁵⁵ 101 Hicks and Mole, Five Elements Constitution acupuncture, 2004, page

ירוד קשה לעיתים קרובות לזכור שהם היו פעם במצב רוח טוב, וכשמצב רוחם מרומם הם ירגישו כאילו כל הזמן מצב רוחם היה מרומם. לאנשים מסויימים העליות והמורדות האלא יהיו קשים, והם ינסו לחפש יציבות, בעוד שאחרים נהנים מההתלהבות וההתרגשות. אצל רוב טיפוסי אלמנט אש, המצב יהיה עירוב של שניהם.

טיפוס אלמנט אדמה

אלמנט האדמה – ת.ז



טעם - מתוק
צבע - צהוב-חום
רגש – סימפטיה
קול – מתנגן
ריח – בושמני
עונת שנה - סוף הקיץ
איברים – טחול וקיבה

אלמנט האדמה עוסק בצרכי היום יום. האיכות של אלמנט האדמה היא איכות של הזנה, והתנועה של האדמה היא תנועה של מרכז וטרנספורמציה. באמצעות אלמנט האדמה אדם יכול לתת ולקבל תמיכה מהסביבה הקרובה אליו, והיא האיכות המלכדת בין קבוצות שונות של אנשים. מיקומה של האדמה, כבת של האש במעגל היצירה, נותן לה גם את האיכות של ההבשלה והסיפוק.

האדמה בטבע

כשאנו יוצאים את ביתנו, בכל מקום בו נלך והטבע נמצא סביבנו, מייד נוכל להבין את מהות האדמה. האדמה - ממנה צומח הכל, ממנה בא הכל. המזון שאנו אוכלים, הקרקע עליה אנו דורכים. פירות האדמה באשר הם מוצעים לנו ונתונים לנו. המזון הוא פריו של האדמה, ואנשים שהם אלמנט אדמה מרגישים חיבה מיוחדת לכל מה שקשור לאוכל. אנשים אלו יהנו מאוד מהכנה, בישול, ואכילה של אוכל טעים.

האדמה מהווה את המקור בטבע להזנה הבסיסית והאלמנטרית ביותר של האדם. באמצעותה יכול להבשיל ולגדול המזון ממנו אנו ניזונים. האדמה היא שמאפשרת לזרע לעבור טרנספורמציה ולהפוך לצמח בשל. כדי שמשוהו יוכל לעבור טרנספורמציה ולגדול הוא זקוק ליציבות ולהזנה.

מבחינה פיזית הדבר בא לידי ביטוי דרך העיכול. תהליך העיכול משנה מזון מרמה מסוימת של אנרגיה לשתי רמות מופרדות: גבוהה יותר (הנטמעת בגוף) ונמוכה יותר (המופרשת מן הגוף)⁵⁶. מבחינה מנטאלית - היכולת להפנים רעיונות. מבחינה רגשית - היכולת להפוך קושי למשוהו אחר ולהמשיך קדימה. בחברה שלנו רוב המזון נרכש בסופר. רוב המזונות המעובדים מתחפשים למשוהו אחר או מסתתרים בתוך קופסא. בחיי היום יום, לעיתים קשה לנו לתפוס עד כמה המזון תלוי באדמה. האיכויות שהמזון מביא איתו, ללא ספק תלויות באיכות הייחודית של הצמח ובאיכות של האדמה. כדי שאדמה תהיה פוריה, היא זקוקה לדישון והיא זקוקה למנוחה. בעבר החקלאי עבד בדרך של הטבע. הוא הכיר וכיבד את הצרכים של האדמה⁵⁷. החקלאי היה משאיר על הקרקע חלק מגידוליו, והחיית שניזונו מהירק באדמה השאירו עליה את "מתנותיהם". התנועה של האדמה היא תמיד דו כיוונית, יש

⁵⁶ כאשר היה בארץ ב 2005, Ted Kaptchuk מיתוך סיכומים מהסדנה של
⁵⁷ Hicks and Mole, Five Elements Constitution acupuncture, 2004, page 106

לה את היכולת המדהימה לספק את צרכיהם של האחרים, אולם הצרכים שלה חייבים להיות גם הם מוזנים.

האש ייצגה את הרוח. האדמה מייצגת את החומר שאותו מחייה האש⁵⁸, ואשר בזכותו השמים יכולים לבטא את עצמם בעולם. אם הנשמה לא מעוגנת בצורה מספיקה בגוף הפיזי, האדם ירגיש לא מעוגן. האדם לא ירגיש נוכח בתוך הגוף שלו, מבחינה פיזית ומנטאלית, תורגש חוסר יציבות.

הזנה - ביטחון - עצמאות

תהליך ההזנה הבסיסי שלנו כבני אדם מתחיל ברחם. העובר תלוי לחלוטין באמא, והוא מקבל ממנה את כל צרכיו. בצעירותו האם (ביחד עם שאר המשפחה) עדיין דואגת לצרכיו הפיזיים של הילד, ובנוסף מספקת לו הגנה וביטחון. כאשר הילד במצוקה ריגשית, הוא יודע ללכת אל האמא ולקבל ממנה את התמיכה והנחמה לה הוא זקוק. ככל שהילד גדל, הוא לומד לתמוך גם בסובבים אותו. הידיעה הפנימית הזאת של הילד שהצרכים שלו יסופקו, ושבעת צרה הוא יוכל לקבל תמיכה, מקנה לו ביטחון, ומאפשרת לו להתפתח ולהיות פחות תלוי ויותר עצמאי. כאשר תהליך זה לא קורה בצורה מספקת, הדבר יבוא לידי ביטוי בדיסרמוניה באלמנט האדמה. ניתן לומר שבעוד שהאיכות של המשכיות מדור אחד למשנהו מקושרות למים, אלמנט האדמה מקושר יותר להישרדות של הדור הנוכחי⁵⁹.

סימפטיה ותמיכה

לסימפטיה יש שני כיוונים: קבלה ונתינה⁶⁰. גם היכולת לתת סימפטיה וגם היכולת לקבל סימפטיה הינן איכויות מרכזיות של האדמה.

החלפה של סימפטיה, ויכולת לתת תמיכה הדדית מחברת ומלכדת אנשים לקבוצות של משפחה, חברים, קולגות, שכנים, קהילות שונות וכו', ויוצרת תחושה של שייכות. היא גם יוצרת תחושה של ביטחון ויציבות - "יהיה מי שיעזור לי למלא את הצרכים שלי, ולהתמודד עם הרגשות שלי".

סימפטיה, וחמלה הם רגשות שמתעוררים כתגובה למצוקה או לכאב. כאשר מישהו מקבל סימפטיה ממישהו אחר הוא מרגיש שהאדם האחר מכיר בקושי שלו ומקבל אותו. היכולת להכיר ולקבל את הקושי היא תנאי הכרחי ומקדים לתנועת ההתמרה והשינוי של האדמה. בעצם ההכרה בקושי כבר מתחיל תהליך של שינוי. האדמה לוקחת חומרים שמגיעים אליה, והופכת אותם למשהו אחר שאפשר לצמוח ממנו.

היכולה לזהות את הצרכים של האחרים ולתת את מה שצריך, היא אחת מצורות הביטוי של האדמה. אדם שאלמנט האדמה שלו מאוזן ישתדל לא לסרב לבקשות של אחרים, אך יהיה קשוב גם לצרכיו שלו.

כאשר אלמנט האדמה לא מאוזן האיכות של הסימפטיה יכולה להיפגע באחת מארבע דרכים⁶¹:

ריצוי - האדם ייתן עודף סימפטיה לאחרים תוך התעלמות מצרכיו שלו. לאדם כזה יהיה קשה מאוד להגיד לא. פעמים רבות הוא יתיש את עצמו תוך כדי נסיון לרצות את האחרים. פעולה של ריצוי

⁵⁸ Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 26

⁵⁹ Hammer, *Dragon Rises, Red Birds Flies*, 2005, page 215

⁶⁰ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 110

⁶¹ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 111

עשויה בטווח הרחוק להוביל לכעס. הכעס של האדמה יותר מרוכז בעצמו: "למה זה מגיע לי?" "איך לא שמת לב אלי?" בניגוד לכעס של העץ שמכוון יותר אל נסיון שליטה באחר "למה אתה לא מוכן לעשות מה שאני אומר?" וכדומה.

העלבות, היא ניגזרת של כעס, והתנועה שמתחתיה היא בקשה של הנעלב שיכירו בצרכים שלו.


אדישות - האדם יהיה אדיש לכאב של האחר, ויתקשה במתן סימפטיה.

דימוי עצמי נמוך - לעיתים כשהאדמה לא מאוזנת, האדם מרגיש שהוא לא מספיק טוב. טיפוסי אלמנט אדמה נוטים פעמים רבות לא להחשיב את עצמם. כדי שאדם ירגיש בנוח עם עצמו, הוא צריך להשלים עם מי שהוא כרגע. איכות של השלמה היא איכות של אלמנט האדמה. במצב של חוסר ביטחון פנימי, האדם יצרוך הרבה סימפטיה מהסביבה ולא יהיה מסוגל להזין את עצמו באמצעות הסימפטיה שהוא מקבל. בחוסר איזון זה אדם יתלונן הרבה וימשיך לחפש עוד ועוד סימפטיה מהסביבה. אנשים כאלה יהיו עסוקים מאוד בבעיות שלהם, ללא יכולת לפעול לקראת פיתרון. זהו מצב שמזכיר מעט ביצה.

קושי לקבל תמיכה - לאדם יהיה קשה להודות בקושי הפנימי שלו, ולכן ירגיש לא בנוח לקבל סימפטיה מהסובבים אותו. הודאה בקושי נראית לו כחולשה, והיכולת לקבל תמיכה מאנשים אחרים נראית לו כתלות.

הירהור ודאגה

הירהור, חשיבה וניתוח, הם איכויות של אלמנט האדמה ושל התודעה הרציונאלית. הצד הזה של התודעה עוסק גם בענייני היום יום, וגם בעיבוד וניתוח של רעיונות. איכות זו מתוארת ברפואה המערבית כאיכות השייכת לצד השמאלי של המוח, בניגוד לצד הימני שאחראי יותר על האינטואיציה המשוייכת לעץ⁶².

הרדיקל $Si = Over Thinking$ (חשיבה אובססיבית או חשיבה אין סופית).  הסימניה מורכבת מהרדיקל שמסמל מח ומתחתיו את הרדיקל של הלב, והיא מסמלת את עליית הנוזל החיוני של הלב מעלה אל המח כשהאדם חושב⁶³. מכאן ניתן ללמוד על הקשר שהסינים רואים בין המוח ללב. אם הקשר בין המוח ללב אובד, המחשבה נהיית אובססיבית וחסרת חוט מקשר כמו תמונות שצפות ועולות⁶⁴.

בחברה המודרנית, בבתי הספר לדוגמה, שמים דגש רב על החלק השיכלי של האדם. כאשר אדם לא מחובר לחלק הפיזי שבו הוא לא יכול לשמש ככלי לנשמה הבאה לידי ביטוי דרך אלמנט האש. מעניין שגם החשיבה ההגיונית וגם הגוף הפיזי משוייכים לאדמה. אצל אנשים מסויימים נוצרת דיסהרמוניה כאשר הם צורכים את החלק של החשיבתי מהאדמה, אך לא ממלאים את הצרכים הפיזיים שלה. היכולת לספק תמיכה וסימפטיה מוגבלת על ידי הדאגה, שהיא ההיפך מביטחון. הדאגה מתאפיינת בחשיבה מעגלית, והסיפור שהיא מספרת היא "כל עוד אני דואגת, יש סיכוי שאמצא פיתרון", או "אם לא נדאג לא נוכל לפתור את הבעיה". הקול של הבטחון אומר בדיוק את ההיפך, הוא אומר "למרות שכרגע אני לא רואה את הפיתרון, אני סומך על עצמי שאדע להסתדר".

⁶² Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 26

⁶³ Weiger, *Chinese Characters*, 1965, lesson, 40A

⁶⁴ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 108

ספיגה

בטבע, האדמה לוקחה את כל מה ששופכים עליה. הקבלה של האדמה, היא קבלה פאסיבית. טיפוס אדמה יקבל כל דבר שהסביבה תעביר אליו, כך אם מקבלת את ילדיה, גם אם אינם פועלים כראות עיניה. פעמים רבות נראה אנשי אדמה שמקבלים על עצמם תפקידים או מטלות שלא דווקא היו בחרים בהם. העוצמה של האדמה מגיעה מהרכות והפאסיביות, היא מקבלת הכל, סופגת ומתפשרת ומאותו המקום באה על סיפוקה. במצב לא מאוזן האדמה נוטה לקחת על עצמה דברים שהיא לא צריכה לקבל, רק שאין לה את הכוח להתנגד ולהגיד "את זה אני לא רוצה". אנשים שהם אלמנט אדמה נוטים פעמים רבות לסבול דברים שהם לא אמורים לסבול ולחיות בפשרה⁶⁵. השלמה עם מצב בצורה הפטולוגית שלו היא למעשה חוסר יכולת לבצע טרנספורמציה ושינוי. האדמה יכול לסבול ולספוג עד גבול מסוים, וברגע הקערה יכולה להתהפך על פיה ולבוא לידי ביטוי ככעס.

יציבות ומירכוז

האדמה היא מרכז החיים על פני כדור הארץ. אלמנט האדמה אחראי על תחושת המירכוז והיציבות, הוא האלמנט שמחזיק את הדברים ביחד. בבית, האמא פעמים רבות היא זו שמקשרת בין בני המשפחה ומחזיקה אותם ביחד. תחושת המרכז מתבטאת גם ביכולת של האדם להרגיש את עצמו מרוכז בתוך הגוף שלו. הזנה נאותה נותנת לאדם יסודות חזקים, בלעדיהם האדם לא ירגיש ממורכז. אדם שאלמנט האדמה שלו מאוזן ירגיש תמיד שהוא עם "שתי הרגלים על הקרקע". להרגיש עם שתי הרגלים על הקרקע גם אומר ש"אני יכול להתמודד עם מה שמופיע", איכות הופכית לאיכות של דאגה. מבנה הגוף של אנשים שהם אלמנט אדמה משקף את האיכות של היציבות. הוא לרוב מרובע, עם שרירים בריאים וכתפים חזקות.

לעיתים אנשים אלה מאבדים את תחושת האינדיבידואליות שלהם, על ידי כך שהם מתעלמים מהצרכים שלהם. אנשים מסויימים ירגישו חוסר פיזי באיזור הקיבה⁶⁶, לאנשים אחרים תהיה תחושה שהם לא מרוצים (קשור לסיפוק והבשלה), וירגישו צורך לפצות את עצמם, פעמים רבות על ידי אכילה.

דוגמה לכך היא "האמא היהודיה" שחיה את חייה דרך הילדים שלה מצד אחד, אולם גם מחוברת לתחושת הנעלבות מהצד השני⁶⁷. הרבה פעמים טיפוס אדמה צריכים להתרחק מעט מהסביבה הקרובה שלהם כדי לרענן את תחושת העצמיות שלהם, וכדי למצוא את המרכז שלהם מחדש. מהצד השני ישנם טיפוס אדמה שמרגישים כבדים ותקועים. במקרה זה היציבות הופכת לפתולוגית, ולא מאפשרת להם לנוע.

טיפוס אלמנט מתכת

אלמנט המתכת - ת.ז

טעם - חריף



⁶⁵ איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 60

⁶⁶ Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 27

⁶⁷ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 123

צבע - לבן
רגש - צער
ריח - רקוב
עונת שנה - סתיו
איברים - ריאות, ומעי גס

אלמנט המתכת הוא אלמנט העוסק בגבולות והאיכות שלו היא איכות של חדות. שתי התנועות -ההכנסה פנימה ושחרור מתבצעות דרכו ודרך הגבול שהוא יוצר. המתכת קשורה מאוד לכאן ועכשיו, ודרך הנשימה מקשרת בין החומר ובין הרוח.

המתכת בטבע

המחשבה על המתכת בטבע חושפת אספקט מאוד מעניין של אלמנט המתכת. את כל שאר היסודות: אש אדמה מים ועץ ניתן לראות בצורה מאוד ברורה בטבע. ניתן גם לראות את ההשפעה ההרסנית שלהם כשהם יוצאים מאיזון: שריפות, שיטפונות, השינויים שעוברים על האדמה, רעידת אדמה, התפשטות של יערות. אבל את המתכת לא רואים, היא, לדברי הסינים, נמצאת עמוק באדמה, ואכן הסינים הינם ייחודיים בכך שכללו את המתכת כאחד מהיסודות במערכת שלהם⁶⁸. משמעות הסימנייה מתכת (Jin) מצביעה על משהו קטן בכמותו, אבל גדול בחיוניותו⁶⁹. משהו שקבור עמוק בתוך האדמה. מתכות היו תמיד בעלי ערך, במשך שנים זהב נחשב למתכת היקרה ביותר. בגוף האדם, ניתן לחשוב על המתכת כעל המינרלים שנמצאים בגוף האדם, הם אומנם מעטים בכמותם, אך בעלי ערך עצום. מבחינה מנטאלית אלמנט מתכת בריא נותן לאדם תחושה פנימית של ערך עצמי (לפי המסורת הסינית - מהאב). הסינים תיארו לעיתים את השמיים כקערת מתכת גדולה, בעוד הכוכבים הם החורים באותה מתכת⁷⁰. הריאות שלנו מקבלים את ה Qi השמימי של האוויר, בעוד הטחול מקבל את ה Qi הארצי של האדמה, והאדם חי בקשר הזה שבין השמים והארץ.

בין שחרור לנשימה

במסורת הסינית נאמר, שהנשימה הראשונה מביאה פנימה את הנשמה, אשר הופכת את הנולד הצעיר לאדם⁷¹. התפקוד הבסיסי של הריאות מתבסס על היכולת שלהם, לאורך כל הזמן, ללא הפסקה, לתפוס ולהכניס פנימה את מה שחיוני, ולהוציא החוצה את מה שלא חיוני. מה היה קורה אילו הריאות היו מפתחות סנטימנטים לאיזו מולקולת אויר נפלאה, מחליטה שאותה היא ממש אוהבת, וממנה קשה לה להיפרד? הריאות מחוברות כל הזמן למה שקורה כרגע, לשינוי המתמיד, ולקשר בין הפנים לחוץ. כאשר מלמדים מדיטציה, פעמים רבות מלמדים לשים לב (או להתרכז) בנשימה, מכיוון שחיבור לנשימה מחבר להווה, והחיבור להווה מאפשר את החיבור לשמים. במדיטציה ניתן לשים לב לחיבור בין נשימה לבין תנועה של רגשות. האופן שבו אנחנו מרגישים

⁶⁸ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 131

⁶⁹ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 130

⁷⁰ Hicks, *Acupuncture Points Names*, 1999, Page 11

⁷¹ page 247 Hammer, *Dragon Rises, Red Birds Flies*, 2005

משפיע על האופן בו אנו נושמים, ולהפך, האופן בו אנו נושמים משפיע על התנועה של הרגשות הפנימיים⁷².

מכיוון שהתפקוד של המתכת קשור להכנסה פנימה ולשחרור, הוא גם קשור לחוסר שחרור והנגזרות שלו. מכיוון שהנשימה כל כך קשורה בהווה, חלק מהמאפיינים של המתכת הם סנטימנטאליות והתרפקות על העבר.

אבל וצער

אנשים מרגישים צער בצורה חזקה כאשר מישהו קרוב אליהם מת. בחיי היום יום צער הוא התגובה הבריאה במצבים רבים: פרידה, איבוד של עסק, איבוד של חלק בגוף, איבוד של הפוריות בגיל המעבר, איבוד של זהות, איבוד של חבר, של רעיון, או של חפץ. פרידה יכולה לעורר רגשות שונים כמו כעס ופחד, אבל אבל וצער הוא הרגש הבריאי, והוא שמאפשר את השחרור בסופו של דבר. התנועה של הצער מתוארת ב Su Wen כתנועה כלפי מטה. התנועה הזאת כלפי מטה משאירה תחושה של ריקנות בחלק העליון, תחושה שהרבה אנשים שהם אלמנט מתכת מתארים⁷³ (וגם מנסים להימנע ממנה).

המשמעות של שחרור הוא התמודדות עם להיות לבד, ועם הסבל שמתלווה לאיבוד. המים הם הבן של המתכת, וליכולת לשחרר יש קשר הדוק עם פחד⁷⁴. פחד מהבדידות, פחד מהלא נודע, פחד מהרגש של האובדן. התנועה של הפחד היא תנועה של כיווץ, החזקה, ואילו תנועה של שחרור היא תנועה של הרפיה. ההרפיה היא שמאפשרת לדבר ללכת. כאשר אלמנט המים לא מספיק חזק, יכול להיות קושי בויתור, וה Qi יתקע.

ביטוי נוסף של המתכת הוא היכולת לקחת אחריות, להודות בטעות, ולהרגיש חרטה⁷⁵. ברגע שאדם מאפשר לעצמו להרגיש חרטה, הוא יכול לשחרר ולהמשיך הלאה. המסלול הפתולוגי, הוא המסלול של האשמה ואשמה, שלא לוקחת אחריות ולא משחררת. אנשים יכולים להאשים או להרגיש אשמים במשך שנים מבלי לשחרר, מכיוון שהם אינם מוכנים לראות חלק מסוים של האמת.

חוכמה ואמת

המתכת עוסקת בתהליך מתמיד של הפרדה בין מה שהוא אמת למה שאינו אמת. האלמנט מתאפיין בחדות, ותשומת לב עדינה לפרטים. התנועה של המתכת כלפי פנים יכולה לקחת דברים ולמרכז אותם⁷⁶. כל דבר שהוא יותר מרוכז הוא גם יותר חזק⁷⁷, מבחינה מנטאלית גם יותר חד. אנשים שהם אלמנט מתכת רגישים יותר לדיוק של הדברים, האמת והשקר.

מבחינה רגשית, האבל מגשים את עצמו בחוכמה. "צער ואבל הם כמו חרב של אמת, אשר חותכת את שאינו הכרחי, חותכת את האשליה, ומנחמת את האינדבידואל במציאות"⁷⁸. היקשרות לרגש מערבת בתוכה סיפור שלם שמכיל בתוכו תענועים והשתקפויות של המציאות. המתכת לוקחת את

⁷² Tenzim Palmo, *6 Perfections Retreat*, 2006

⁷³ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 134

⁷⁴ Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 29

⁷⁵ Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 134

איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 92 ⁷⁶

איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 92 ⁷⁷

Ross, *Acupuncture Point Combinations*, 1995, page 28 ⁷⁸

ההיקשרות הרגשית ומבהירה את האמת. על ידי שהאדם מכיר באמת באותה סיטואציה, הוא מאפשר לעצמו לחוש את הכאב, ולשחרר את אותו הרגש. בתוך תהליך השחרור האדם מוותר על רעיונות קדומים, מעמיק את התבונה לגבי עצמו ומחכים.

ביקורת

ביקורת לוקחת איכות של חדות, שיכולה לבא לידי ביטוי כאבחנה, ומוסיפה לה עוד משהו. היא מוסיפה לה את האיכות השופטת. ביקורת היא לעולם לא ראייה בהירה של המציאות, אלא ערבוב של האבחנה עם הדעה של האדם המבקר. היא מיד עושה הפרדה: את זה אני רוצה - את זה אני לא רוצה. כשאדם לא יכול לקבל חלק בעצמו הוא מבקר משהו מבחוץ כדי שהוא לא יצטרך לראות את חוסר השלמות של עצמו. כשיסוד המתכת לא מאוזן, נראה אנשים מאוד ביקורתיים, והביקורת או ההערות שלהם מאוד לגלגניות, ציניות וחדות.

על פי איל פוליטי⁷⁹, כל יסוד נותן לאדם כוחות להיכנס לפנימיות שלו, הכוח של המתכת היא היכולת להיכנס פנימה ולעשות חשבון נפש, היכולת של האדם לראות את האמת מתוך השקר. חשבון נפש דורש מידה מסוימת של ריחוק, לצאת החוצה ולהסתכל מבחוץ על פנימה.

יצירת גבול והתכנסות

המתכת מצד אחד מחברת בין החוץ לבפנים, ומהצד השני יוצרת גבול. החיבור בין פנים לחיצון מתרחש תמיד דרך אברי המתכת, כך שמנקודת המבט של המתכת החיבור החוצה והגבול נוצרים תמיד בו זמנית. המתכת היא שמאפשרת ליצור קשר עם הסביבה דרך הגבול, והיא שיוצרת חציצה עם החוץ המאפשרת לאדם להתכנס פנימה⁸⁰.

הריאות כאיבר "שברירי"

הרפואה הסינית מתייחסת לריאות כאל "איבר שברירי". העור מיוחס לריאות, וכאשר הריאות חלשות האדם ירגיש בעל "עור דק" ופגיע גם מבחינה מנטאלית. השבריריות המנטאלית קשורה גם ל-Po, אשר כמו ה Wei Qi מגן על ה Shen מפני פגיעה מבחוץ במישור המנטאלי⁸¹. הרבה אנשים שהם אלמנט מתכת אומרים שמעט מאוד אנשים מבינים את העומק של השבריריות שלהם⁸². כתוצאה מכך אנשים שאלמנט המתכת הוא האלמנט הדומיננטי שלהם יוצרים מעין שריון הגנה. לעין ה"בילתי מזוינת" אנשי אלמנט מתכת יכולים להיראות קרים, מרוחקים וציניים. אנשי אלמנט מתכת רבים מראים כלפי חוץ מראה כאילו כלל לא איכפת להם, הדבר ממסך את התחושה של האכזבה, ואת התחושה של ערך עצמי נמוך.

חומר מול רוח

הריאות מקבלות את ה Qi של השמיים, הן באספקט הפיזי, של האוויר הנכנס פנימה, והן באספקט הרוחני. אדם יכול לרצות למלא את עצמו בחומר מצד אחד, מהצד השני יש את החיבור מעלה שאדם

⁷⁹ איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 99

⁸⁰ page 247 Hammer, Dragon Rises, Red Birds Flies, r 2005

⁸¹ Hicks and Mole, Five Elements Constitution acupuncture, 2004, page 140

⁸² 5Hicks and Mole, Five Elements Constitution acupuncture, 2004, page 14

יכול להרגיש כאשר הוא מביט בנוף יפה, כשהוא שומע מוזיקה מסוימת, או בכל פעולה שמשרה עליו השראה - inspiration. כשאדם מוזן מ Qi השמיים הוא מרגיש את עצמו חי, נוכח, בעל ערך. תחושה זו הנה תנאי הכרחי כדי שהלב יוכל לאהוב. כאשר ה Qi של הריאות חלש, הגישה לאנרגיה השמימית הזאת נחסמת ולאדם יש תחושה של "עננות", ועצבות. אצל אנשי אלמנט מתכת רבים קיים הצורך הזה להתחבר לשמיים⁸³, אך פעמים רבות הם לא מזהים אותו נכון ומנסים למלא את עצמם דרך צריכת מוצרים חומריים, דרך ניסיון לזכות בכבוד, או דרך מערכות יחסים עם אנשים אחרים. על פי איל פוליטי⁸⁴, שורש המילה כסף היא כיסופים, לאדם יש כיסופים שיהיה לו עוד כסף, ועוד חומר. לאנשים מסוימים צבירה של כסף (או של דברים אחרים) מכסה על צורך למלא מקום שמרגיש חסר. בחברה שלנו כסף ועושר קשור מאוד להצלחה, שקשורה לתחושת הערכה עצמית. באלמנט המתכת בולט הפרדוקס שבין הרצון להיות מלא (והתחושה של החוסר) לבין החשיבות של המתכת בשחרור - Let go.

נטייה לנוסטלגיה

נוסטלגיה הוא מונח שמשמעותו געגועים והתרפקות על העבר, על פי רוב תוך אידיאליזציה שלו. את המושג נוסטלגיה טבע בשנת 1688 יוהנס הופר, רופא שוויצרי⁸⁵. הופר הגדיר נוסטלגיה כמחלה המתאפיינת בתשוקתו של אדם לחזור למולדתו. במרוצת המאה ה-19 השתנתה משמעות המושג, וכיום אין מתייחסים עוד לנוסטלגיה כאל מחלה. הנוסטלגיה מאפשרת לאדם דיאלוג בין העבר להווה. מנגנוני הזיכרון ההפכפכים מסננים את הזיכרונות הבלתי נעימים, מצרפים זיכרונות חיוביים זה לזה, מתבלים בקורט גוזמה ומשאלות לב, ויוצרים תודעת עבר נוכחת המגנה מפני אימי ההווה. כאשר אלמנט המתכת חלש יהיה קושי בשחרור "סופים", ונטייה לנוסטלגיה, וחיים בעבר. אנשים עם עודף באלמנט המתכת לפעמים "יחתכו" דברים מוקדם מידי, ולא יאפשרו לקשרים להתבסס.

ניקיון

הריאות מקבלות את ה Qi הטהור של השמים, והמעיה הגס משליך החוצה את הנוזלים העכורים⁸⁶. הביטוי החיצוני של הדברים יהיה בשמירה על ניקיון הגוף וניקיון הסביבה החיצונית. ככול שאלמנט המתכת יהיה פחות מאוזן, הצורך בניקיון חיצוני (או היעדר הצורך) יבוא לידי ביטוי בצורה יותר דומיננטית. דוגמה לקשר שבין אלמנט המתכת לבין תחושת ניקיון ניתן לראות אצל אנשי אלמנט מתכת המדווחים על תחושה של חוסר ניקיון פנימי. לעיתים קרובות נראה אצל אותם אנשים גם עצירות, פעמים רבות נראה שטיפול בעצירות, יפתור את תחושת חוסר הניקיון הפנימית⁸⁷.

⁸³ 47Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 1

איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 102 ⁸⁴

מיתוך וויקיפדיה ⁸⁵

איל פוליטי, רוח פנימית, תש"ס, עמוד 106 ⁸⁶

⁸⁷ 50Hicks and Mole, *Five Elements Constitution acupuncture*, 2004, page 1

בניית השאלון

כדי לראות התאמה בין הבחירה של האדם בעיסוק מרכזי בחייו לבין האלמנט, נדרשנו לעצב שאלון דרכו נוכל לראות את האלמנט הדומיננטי ואת סידור שאר האלמנטים של הנשאל. בחלקה הראשון של העבודה סקרנו את כל אחד מהאלמנטים בצורה נרחבת ומעמיקה ודנו באלמנטים דרך אפיונם, למידת דפוסי ההתנהגות של כל אלמנט, הכוחות הפועלים בתוך כל אלמנט, הסוגיות המרכזיות שעולות בכל אלמנט והגישות השונות בהתמודדות עם סוגיות אלה. סקירה זו מהווה את הבסיס ממנה נבנה השאלון.

על מנת להרכיב את השאלון בחרנו מתוך כל אלמנט את הסוגיות המהותיות ביותר ושאלנו שאלות שיראו את ביטויין של הסוגיות אצל האדם. דרך מידת ההזדהות של אדם עם קשת של נושאים שמזוהים עם אלמנט מסויים נוכל לראות דומיננטיות של אלמנט על פני האחרים.

הנושאים המרכזיים שנבחרו לכל אלמנט

אדמה - סימפטיה, דימוי עצמי, קבלה ונתינה, תמיכה וספיגה, ריצוי, דאגה, יציבות.
עץ - תכנון והוצאה לפועל, כח וגבולות, כעס, יצירתיות וביטוי עצמי, תנועה, סדר.
אש - תקשורתיות אישית ובין אישית, פתיחות, יציבות רגשית.
מתכת - אמת ודיוק, חומריות, ביקורתיות, ערך עצמי.
מים - פחד, זרימה, סכנה וביטחון, כח רצון, ביטול עצמי.

לשאלון הסופי קדמו מספר גרסאות. כל אחת מהגרסאות נוסתה על ידי מגוון של אנשים ממגוון תחומי עיסוק. ההתנסויות הראשוניות הציפה על פני השטח כמה קשיים, שחידדו את השאלון:

- מרבית הנושאים שאותם השאלות משקפות נוגעים באופן ישיר לפנימיות של האדם, ודורשים מהעונה על השאלון רמת כנות ופתיחות גבוהות מאוד. בנוסף להשיב על סוג כזה של שאלון, מחיב מידה מסומת של הכרות פנימית ומודעות עצמית. מכיון שהאוכלוסיה שאליה פנינו מאוד מגוונת, היה חשוב לנו לפשט את השאלות ככול הניתן.
- בחרנו לעצב את השאלות על ציר ולא בצורה של כן או לא, על מנת להקל על הנשאל במילוי השאלון. ישנה חשיבות רבה למידת האוטנטיות והדיוק של התשובות בשאלון. העבודה בצורה של ציר מאפשרת למשיב למקם את עצמו בצורה שתהיה לו נוחה ומאפשרת כנות של המשיב בינו לבין עצמו. פן נוסף מאפשר לנשאל לחשוף את עצמו בצורה מתונה יותר, ולמקם את עצמו על הציר לאו דווקא בקצוות.
- השאלון שזור בשאלות שנוגעות לנושאים אינטימיים ועמוקים ולנושאים שיטחיים יותר ויום-יומיים. השיקול העומד מאחורי שאלות אלו היה הצורך שלא להתיש את המשיב לשאלון, וליצור שאלון שיהיה מהנה, יסקרן ו"יפתה" את המשיב עליו לענות בפתיחות.

•אורך השאלון - מכיוון שמראש השאלון צריך לייצג את כל האלמנטים, נידרשנו להגביל את מספר השאלות לשנים-עשר שאלות עבור כל אלמנט.

לאחר ששייבנו את החלק המרכזי בשאלון, נותר לנו להוסיף שאלות שייבחנו את העיסוק של האדם, ייבחנו את החיבור בין האדם לבין בחירתו, ויראו לנו אם אכן קיים חיבור כזה, או יראה לנו את ההיפך.

מה תחום העיסוק העיקרי שלך?

כמה זמן אתה עוסק בו?

מה אתה הכי אוהב בעיסוק שלך?

מה אתה הכי פחות אוהב בו?

האם אתה שמח עם העיסוק שלך?

ברור לנו שבעולם, למרות רצונותיו של האדם ישנם אילוצים רבים. בחברה מודרנית לא ניתן להתעלם מהצרכים הכלכליים שמשפיעים בצורה ישירה על בחירותינו, ייתכן ויכולתו של אדם לבחור בעיסוק מסויים היתה שונה לחלוטין, אם לא היה נדרש לתכתיבים כמו כסף או תכתיבים חברתיים כמו לימודים אקדמאים. המחשבה הזו הובילה אותנו לשתי שאלות:

במה אתה "אלוף" ? - במיקרים רבים אך על פי שבחירותינו בעיסוק מסויים כמרכזי בחיים היא אחת, התחום בו אנו "אלופים" הוא שונה, או נגזר מתוך העיסוק. במיקרים רבים התחום בו אנחנו "אלופים" יהיה תחביב שלנו או עיסוק צידי שאין אנו מקדישים לו זמן רב, אך יכול לומר לנו רבות על האלמנט הדומיננטי של אותו אדם.

בשאלה השנייה נתבקשו ממלאי השאלון לבחור מה היו בוחרים לעשות אם היתה ניתנת להם האפשרות לעסוק בדבר מה נוסף בצורה שלא תיגרע ולא תכביד על הקיים. *הממשלה יזמה חוק חדש שאומר שהשבוע מתארך לשמונה ימים, כאשר ביום שנוסף אתה מחוייב לבחור לעשות דבר מה אחר. מה היית רוצה לעשות?*

בחירת המקצועות וחלוקת השאלונים

הרעיון שהנחה אותנו בנוגע לחלוקת השאלונים היה לבחור מספר מקצועות בהם אפשר לראות זיקה לאלמנט מסויים, ולבדוק על קבוצת אנשים העוסקת באותו מקצוע האם אכן יש התאמה.

המקצועות הניבחרים

פסיכולוגיה ועבודה סוציאלית - אדמה

האדמה מייסודה מזינה והיא הנמצאת בבסיס, תומכת בכולנו ומאפשרת לנו את המקום לגדול ולהתפתח. מבין המקצועות שמתקשרים לאלמנט האדמה בחרנו להתמקד בצד המטפל והמזין של האדמה - עבודה סוציאלית ופסיכולוגיה - העיסוק היומיומי באנשים אחרים, היכולת להכיל, לספוג את האחר, לרדת למעמקי האדם העומד מולם ולעזור לאדם למצוא בתוכו את הדרך שלו לגדול, אלו הנושאים העיקריים איתם מתמודד אדם שזהו עיסוקו. אלמנט האדמה הוא אלמנט ששואב את סיפוקו

מתוך כך, העזרה, התמיכה, והצורך להיות שם עבור האדם שמגד, הם שמזינים את האדמה ומפריים אותה.

מורים בבית ספר - אדמה \ אש

במקצוע זה ניתן לראות שני אלמנטים שיכולים לבטא את עצמם דרך ההוראה. **אדמה** - כמו במקצוע הטיפולי, גם כאן באה לידי ביטוי היכולת להזין ולהפרות את האחר, האדמה שמניבה פירות ונותנת מהם לכל הנמצא מסביבה, הנתינה הערכית, החינוכית, מהדהדת עם תדר אימהי עוטף ותומך, ראשוני ובסיסי. מורים נמצאים שעות רבות עם ילדים ובני נוער ושותפים לגידולם, עוד אספקט שנותן סיפוק רב לאדמה.

אש - כשאנו מדמיינים חלל בו נמצא מורה ברוב שעות היום ניתן מייד לזהות מרכיב שאנשי האש זקוקים לו וגדלים בו. המורה נמצא בקדמת הכיתה, כאשר כל העיניים נשואות אליו והוא נמצא במרכז העיניים, ויש ביכולתו להשמיע את רחשי ליבו ואת תורתו לתלמידיו. הלהט שבהם, בשילוב עם בחירת סוג הלימוד יכול לאפשר להם להיות מורים סוחפים שיעבירו את האש שלהם לתוך החוויה של תלמידיהם.

אמנים - אש \ עץ

האומן, היוצר, זה שלוקח את עצמו לתוך מסע ממנו יפרוץ ויצא משהו חדש. היכולת של אומן להתכנס פנימה ולראות בעיני רוחו את שברצונו ליצור, ולאחר מכן להפוך את הרעיון לממשי, הינה יכולת שקשור מאוד לתנועה של העץ - תכנון והוצאה לפועל. אספקט הנשמה של העץ- HUN קשור ליצירתיות, לחזון, ליכולת תכנון וראיית העתיד האינטואיציה של העץ נותנת ליצירה את האותנטיות של, ואת הראשוניות שבפריצה כל פעם מחדש.

מתכנתי מחשבים - מתכת

מתכת- עיסוק בתחום המחשבים מגיע מעולם המתמטיקה. חשיבה מתמטית היא חשיבה שמצריכה חדות, דיוק ותשומת לב לפרטים. היא מצריכה יכולת לנתח בעיה ויכולת להבדיל בין האמת לטעות ולנסח פיתרון אחד. תכנות מחשבים הוא בעצם תכנות שפה שמהווה גשר לתקשורת בין חומר-המחשב לבין האדם, במובן הרחב והמופשט אפשר לראות את החיבור שבין חומר לרוח שמאופיין באלמנט המתכת. היבט נוסף הוא ההיבט הכלכלי של החומר - בשנים האחרונות עיסוק בתחום המחשבים הוא עיסוק שמקנה לאדם כבוד רב, תחושה של ערך (אותה מעודדים מאוד בחברות ההי טק). כמו כן זהו אחד המקצועות בו מרבית בוגרי האוניברסיטאות משתכרים משכורת גבוה יחסית, כבר בתחילת דרכם המקצועית. זהו אומנם לא תחום שהופך אדם לעשיר (כמו אנשי עסקים לדוגמה), אך בהחלט הוא מבטיח סוג של רווחה כלכלית.

ניתוח השאלונים

כיוון שאין לנו מתיימרות להציג מחקר מדעי מובהק, וכיוון שבחינת הסוגיה שבא לנו עוסקות, נבחנו בעיני המתבונן ולא בכלים מדודים, בחרנו לנתח את השאלונים בשני מישורים:

- ניתוח אישי של כל שאלון בו ננסה לראות את הקשר בין האלמנט או אלמנטים הדומיננטיים של אותו אדם לבין עיסוקו.
- ניתוח קבוצות של מקצועות עפ"י המקצועות שנסקרו בפרק הקודם בו ננסה לראות אם אכן קיים קשר בין מקצוע מסוים לבין אלמנט.

אופן הניתוח

בבואנו לנתח את השאלון ברצוננו להצליח לקבוע מהו האלמנט הדומיננטי של אותו האדם. ברור לנו שהאלמנט הדומיננטי הוא לא תמיד זה הנראה על-פני השטח בבירור. בכל אחד מאיתנו באים לידי ביטוי כל חמשת האלמנטים במערכות יחסים ביניהם (מעגל הזנה ומעגל בקרה) כך לדוגמא: נוכל למצוא טיפוס אדמה אצלם האדמה, כאלמנט הדומיננטי, הוא גם הנמצא בחוסר איזון, והאלמנט המבקר הוא שיבוא לידי ביטוי ובמקרה זה נראה עץ מאוד דומיננטי.

מכיוון שצורת המחקר היא של שאלונים ולא של ראיונות אישיים לא בכל המצבים אפשר לקבוע בצורה מוחלטת מהו האלמנט הראשוני ומהו המבנה של שאר האלמנטים בכל אדם. ולכן גם במידה והמקצוע בו בחרו לעסוק משקף אלמנט שאיננו הראשי כי אם המשני עדיין ניתן לראות מכך קשר, שיתכן ובירידה לעומק האדם היה מתברר כאלמנט הדומיננטי.

חשוב לציין שישנו חיסרון מסוים בשיטת עבודה זו לעומת ראיונות אישיים. בעוד שבעת ראיון המראיין נמצא בתוך מסגרת תחומה של ראיון, בה אין הוא מתעסק בדברים נוספים תוך כדי, כמות הסחות הדעת קטנה ונוצרת אינטימיות שנבנית כתהליך בין המראיין למראיין, בשאלון אנונימי המודפס על נייר, תמיד קיימת האופצייה "לברוח" ממתן תשובה שמחייבת התמודדות עם סוגיות שמהדהדות בצורה חזקה, ולא דווקא פתורות או ברורות או כאלו שמאפשרות תשובה כנה ואוטנטית. השאלון בנוי משאלות ברמת אינטימיות שונה, ואין לנו ספק שכל אדם שיתבקש לענות על שאלון זה ימצא את עצמו מתמודד עם שאלות שיתכן והיה מעדיף לדחוק אותן לפינה פחות מוארת...

בעת ניתוח השאלונים העובדה שהשאלון הוא רק קיום ומספרים מחייבת התמודדות מאוד לוגית, ככל שהתשובות קרובות יותר לקצוות, כך ישנה התאמה גבוהה יותר לאלמנט. כמפורט בפרקים הדנים באלמנטים ובבניית השאלון, המשקל של השאלות בכל אחד מהאלמנטים אינו שווה. ישנן שאלות שעוסקות בנושאים מאוד ראשוניים ומהותיים עבור האלמנט, וישנן שאלות שעוסקות בנושאים יותר קליילים ויותר עוטפים עבור האלמנט. ולכן הניתוח אינו רק לוגי ומתבסס על מספרים אלא גם על המשקל שיש לשאלות מסוימות יחסית לאחרות, ולתחושה הכללית שקיבלנו מכל שאלון.

מורים

מורה 1

עוסקת במקצוע 20 שנה. "לא הכי" שמחה עם בחירתה.

אלמנט דומיננטי - אדמה - ניתן לראות בשאלון שרוב שאלות האדמה היו קרובות ומזוהות איתה, נושא הגידול שקרוב מאוד לעיסוק בתחום החינוך והחשיבות שאחרים יבינו אותה נמצאים בראש. תחושת המרכז, הנטייה לדאגות, הקושי להגיד לא כדי לא לפגוע באחר והחשיבות למה שאחרים חושבים עליה - כולם מזוהים איתה. הנושאים שבהם הראתה פחות הזדהות (שאלות עליהן ענתה 3- ניטראלי) היו נושאים שנוגעים לתנועה הפאסיבית של האדמה, ליכולת לספוג, או לקבל ומהמקום הזה להשתתף - אין לה נטייה לצבור בפנים עד ש"מתפוצצת", ומהצד השני לא נוטה לומר מה שחושבת, לא אוהבת לשתף במה שקורה לה אך גם לא אוהבת לשמור לעצמה, וגם במישור החומרי יותר לא נוטה לחסוך אך גם לא לזרוק מהר, ייתכן שאצל האישה הזו קיים שובע מסויים או חוסר איזון בתנועה של האלמנט. אפשר לראות גם, שלמרות ששאלון האדמה מצביע על האדמה כאלמנט דומיננטי, ועל ההתאמה הקיימת בין המקצוע לבין האלמנט אמרה שלא מרגישה שלמה או שמחה עם בחירתה, מה שמחזק את התחושה שקיים חוסר איזון באלמנט.

אלמנט משני - האלמנט המשני בשאלון זה לא היה מובהק, בכל אחד מהאלמנטים היו נושאים שהראו מחד על נטייה לכיוון האלמנט ומנגד על חוסר הזדהות עם נושאים שהוגדרו כדומיננטיים לגבי האלמנט. עם זאת התשובות בשאלון המים הראו על נטייה שלנו נראתה כחזקה יותר מאלמנטים אחרים. מבין התשובות אפשר היה לראות את התנועה שנוטה לאפיין את המים; מצד אחד העידה על עצמה שהיא "זורמת" ושקל לה להסתגל לסביבות חדשות ומנגד תכונות של מים כמו עקשנות, היכולת להיות איתנה בדעותיה מול הסביבה, הנטייה לדייקנות, היכולת לעמוד על שלה והנטייה להתמיד בדברים שעושה לאורך שנים היו גם הן מנת חלקה.

לשאלה מה הכי אוהבת במקצוע ענתה "את ההתחדשות בכל יום" - ההתחדשות, הרעננות והיכולת להיות כל יום מחדש קשורות ליכולת לזרום ולהמשיך הלאה, אפשר לדמות את ההתחדשות לנהר שנראה מהצד תמיד אותו הדבר אך בעצם ברור לנו שבכל שנייה ושנייה ההתחדשות והזרימה הם שמתרחשים. והוסיפה לתשובתה "הנתינה הקבלה" מילים ותכונות שמדהדות באופן מוחלט עם האדמה.

וכ"חיזוק אחרון" ענתה שהכי פחות אוהבת את "הלחץ שמשוהו עלול לקרות לאחד הילדים" - הדאגה האימהית והאדמתית...

מורה 2 (מורה באולפן ללימוד עיברית)

עוסקת במקצוע 23 שנים. מאוד שמחה עם בחירתה.

אלמנט דומיננטי - אדמה - למרות שלא השיבה על אף שאלה בצורה מובהקת, מירב השאלות הדהדו אצלה ונראה כי האדמה הינה דומיננטית בחייה: אוהבת לשתף בדברים שקורים לה, דואגת הרבה, אוהבת לתת ולקבל תמיכה, לא תאמר "לא" אם מישהו יפגע מכך, נוטה לחסוך, חשוב לה שיבינו אותה ולרוב מרגישה ממורכזת. שאלה שמאפיינת פעמים רבות את טיפוס האדמה ולא מאפיינת אותה נוגעת לנטייה להכיל עד להתפוצצות לעומת הנטייה לומר מייד את מה שחושבת, שם ענתה שנוטה

להגיד את מה שחושבת. כשהתלבטנו לגבי האלמנט המישיני דוקא תשובה זו עזרה לנו להבין. הנטייה לומר מה שחושבת מתקשרת לתחושת הביטחון העצמי, שלרוב היא שנוייה במחלוקת אצל אלמנט האדמה, שם תמיד ישנו איזה חוסר ביטחון בסיסי שנובע מהתחושה שתמיד יכול להיות יותר טוב. הביטחון העצמי קשור ובא לידי ביטוי באלמנט המים, שבשאלון זה בא לידי ביטוי גדול יותר מאלמנטים אחרים. האלמנט הנוסף שמתקשר ליכולת לומר מה שחושבת הוא העץ שם אסרטיביות ויכולת הוצאה לפועל הן תכונות בולטות (ואכן לא הצלחנו להחליט באופן מוחלט מי מבין השניים הוא האלמנט המשיני).

מורה 3

עוסקת במקצוע 26 שנים. שמחה עם בחירתה. אלמנט דומיננטי - שני אלמנטים באו לידי ביטוי במידה כמעט ושווה לחלוטין בשאלון זה, לעומת שלושת הנותרים שנמצאים ברקע של אישה זו. בשני האלמנטים מגוון הסוגיות המהותיות לכל אחד מהם עלה שנושא חשוב ומזוהה איתה, ומכך עלה קושי לקבוע מה משניהם הוא הדומיננטי. אש - נושא התקשורת עלה בצורה מובהקת דרך תשובותיה: קל לה לפתוח בשיחה עם אנשים שהיא לא מכירה, היא טיפוס דברן, מעידה על עצמה שיש לה חוש הומור, והיא צוחקת הרבה, קל לה לעמוד מול קהל והיא אוהבת להיות במרכז העניינים. נושא נוסף שמזוהה עם האש הוא התקשורת הבין-אישית - העידה על עצמה שמערכות יחסים עם בני אדם הם אחד מהמנועים העיקריים של חייה, שהיא נוטה להרגיש פגיעה במערכות יחסים ויש לה הרבה מכרים והרבה אנשים שהיא אוהבת. אדמה - גם כאן אפשר לראות הזדהות כמעט ומוחלטת עם כל נושאי האדמה החל בסימפטיה, התמיכה והדאגה, דרך נושא הדימוי העצמי והריצוי ועד לנושאים החומריים-ארציים" כמו גידול, אהבה לאוכל ואהבה לבית. לשאלה מה הכי אוהבת בעיסוק שלה השיבה "את ההתרגשות שבלימוד והמפגש עם תלמידים" - ההתרגשות קרובה מאוד לאנשי אלמנט האש, ומלבה בהם את האש הלאה, וכך גם המיפגש והתקשורת בין אנשים ששניהם מייצגים בצורה הברורה ביותר את דומיננטיות האש. לשאלה מה היתה בוחרת לעשות אם היה ברשותה יום נוסף ענתה "לבלות עם משפחה וחברים, לשיר במקלה" - שוב עולה הקשר עם אנשים אחרים, הפעם באלמנט של אדמתיות דרך המשפחה, ושוב יוצאת האש ממנה החוצה, הפעם, בדרך של שירה...

גנת 1

עוסקת במקצוע 30 שנים. שמחה עם בחירתה. אלמנט דומיננטי - מים - הדרך בה ענתה על השאלון היתה ייחודית ויוצאת דופן יחסית לרוב השאלונים האחרים. בניגוד לשאר השאלונים בהם ראינו תנועה על הציר בין קיצוניות, נטייה לכיוון מסויים ומוחלטות, בשאלון זה המובהקות שולטת כמעט בכל השאלות, בכל האלמנטים. אפשר ללמוד מכך על הביטחון העצמי וההיכרות שיש לאישה זו עם פנימיותה. מתוך תשובותיה על השאלון אלמנט המים היה הדומיננטי ביותר: זורמת ומתפשרת מאוד בקלות, בעלת יכולת להסתגל לסביבות חדשות, איתנה בדעותיה, עומדת על שלה ומדייקת תמיד, בוטחת באנשים בקלות

ומתמידה לאורך שנים בדברים שבחרת בהם - תכונות שמייצגות את התנועה של המים - מתמידים וזורמים תמיד הלאה מצד אחד ומוצאים את נתיבם דרך התפשרות מהצד השני. את הצורך בביטחון והיחס לפחד אפשר לראות דרך תשובותיה - מעדיפה ללכת "על בטוח" ומעדיפה להתרחק מדברים שנראים לה מסוכנים.

יפה לראות את אלמנט המים עולה גם מתשובותיה על אלמנטים אחרים, כך למשל ענתה שחייבת להיות ספונטאנית וחיה נהדר עם הפתעות - שוב נושא הזרימה (מתוך העץ) וענתה שלא ביקורתית בכלל (מתכת) - ההתפשרות, והיכולת לנוע לתוך כל דבר.

אלמנט משני - אדמה. למרות שנראה כי על מרבית האלמנטים ניתן לומר שהם המשניים אצלה, בתוך אלמנט האדמה ראינו הזדהות עם הנושאים הדומיננטיים בצורה מוחלטת יותר משאר האלמנטים - הקבלה והנתינה, החשיבות שאחרים יבינו אותה ומה חושבים עליה, הקושי להגיד לא, הקשר לבית, האהבה לגידול ותחושת המרכז.

סיכום הוראה וגננות

ההנחה הראשונית שלנו בנוגע להוראה וגננות העלתה שני אלמנטים דומיננטיים: אדמה ואש. בארבעת השאלונים שמוצגים אפשר לראות שבניגוד להנחתנו, אלמנט האש בא לידי ביטוי אצל מורה אחת בלבד מבין הנשאלים. אלמנט האדמה לעומתו בא לידי ביטוי אצל כל הנשאלים, בחלקם כאלמנט דומיננטי, ובחלקם כמשני. החיבור של האדמה להוראה, כפי שהסברנו, מגיע מתוך הצורך להזין ולגדל. הוראה וחינוך בעולמינו נוטלים חלק נכבד בגידול ועיצוב אישיותם של ילדינו. אלמנט נוסף שלה בשלושה מתוך ארבעת השאלונים היה אלמנט המים. ההקשר בין הוראה לבין אלמנט המים נראה לכאורה פחות ברור מאשר לשני האלמנטים הנזכרים, אך בהחלט אפשר לראות איך אלמנט מים עם העוצמה שלו ויכולתו לנוע בזרם ולסחוף אחריו אחרים נותן לטיפוסי המים את הייחוד שלהם במקצוע זה.

מתכנתי מחשבים

מתכנת 1

עוסק במקצוע 9 שנים. לשאלה אם שמח עם בחירתו השיב "לא ממש" אלמנט דומיננטי - מים - אפשר לראות דרך תשובותיו על שאלות האלמנט את התנועה של המים ואת תכונות המים מתבטאות במלואן. זורם ומתפשר בקלות, בעל יכולת להסתגל לסביבה חדשה ועם זאת איתן בדעותיו, יודע לעמוד על שלו ומתמיד בדברים שעושה לאורך שנים. כששם לעצמו מטרה קשה להזיזו ממנה, בוטח באנשים די מהר ומתרחק ממה שנראה לו מסוכן. לשאלה האם נוטה לעגל פינות או לדייק ענה שתמיד מדייק - המים נוטים ללכת "מסביב" כשהם נתקלים במכשול - למצוא את הנתיב שלהם בניגוד למתכת שחותכת דרך המכשול את המתכת אפשר לראות באה לידי ביטוי באלמנט המשני.

אלמנט משני - מתכת - חשוב לו לדייק במה שאומר ועושה, מה שמראה כלפי חוץ הוא לא תמיד מה שמרגיש בפנים, האמת הפנימית שלו חשובה לו מהכל, אוהב להיות הכי טוב במה שעושה, ביקורתי, ובעל נטייה לנוסטלגיה דרך תשובותיו בנושא הניקיון והאסתטיקה אפשר ללמוד על חוסר האיזון

שקיים בתוך האלמנט. בניגוד לשאר נושאי המתכת שחשובים לו וקרובים אליו, נושאים אלה לא מדברים אליו ובשניהם סימן "2".

מעניין לראות שבתשובה לשאלה "במה אתה אלוף" ענה שאלוף בגידול הבת שלו ובגיננו, סוגיות שמהדהדות עם אלמנט האדמה. שאלות האדמה לא הצביעו על אלמנט זה כעל אלמנט דומיננטי או אפילו על אחד משלושת האלמנטים הראשונים בסידור האלמנטים שלו.

לשאלה האם שמח עם בחירתו השיב "לא ממש" ואולי זהו הרמז לחוסר ההרמוניה שבין בחירתו העכשווית בתחום העיסוק, לבין התחומים בהם הוא אלוף. ייתכן ובאדם זה עוד יתחוללו אי אילו תמורות, הן בסידור האלמנטים והן בבחירותיו בחייו.

מתכנת 2

עוסק במקצוע 8 שנים. לשאלה אם שמח עם בחירתו השיב "כיום הרבה פחות מאשר פעם". אלמנט דומיננטי - מים - אפשר לראות את הרכות של המים ואת הפאסיביות שלה דרך שאלון זה: זורם, מתפזר בקלות, נוטה להיות מושפע מהסביבה ולעגל פינות. ועם זאת את יכולת ההתמדה דרך תשובותיו שמתמיד בדברים לאורך שנים ושכששם לעצמו מטרה קשה להזיזו ממנה. את היחס לפחד, לביטחון וליכולת התגובה עליהם אפשר לראות בכך שאוהב לקחת סיכונים מצד אחד וישנם מצבים בהם הוא קופא מהצד השני.

לאורך השאלון אפשר לראות מספר רב יחסית של שאלות עליהם השיב "3" כלומר ניטרלי. הניטרליות מתקשרת ליכולת של המים לראות את עצמה מזוהה עם כל האפשרויות ומקבלת את הצורה של הכלי בו היא נמצאת.

אלמנט משני - אדמה - אפשר לראות בשאלון את האדמה כמרכיב בעל משמעות עבור אדם זה דרך תשובות כמו אוהב לשתף בדברים שעוברים עליו, קשה לו להגיד לא כשחושב שמישהו יפגע מכך, תחושת המרכז, והחשיבות לכך שיבינו אותו. יפה לראות את השילוב בין המים לבין האדמה שמתבטא דרך חלק זה של השאלון בתשובות לנושאים שמבדילים בין ני האלמנטים: דאגה - בעוד שאנשי האדמה נוטים לדאגנות תשבתו הייתה ניטרלית ובתשובותיו באלמנט המים ראינו שאוהב לקחת סיכונים, כך שאפשר לראות תחושת ביטחון שמחפה על הדאגנות. עוד אפשר לראות שבנושא נתינה וקבלה של תמיכה השיב ניטרלי - המים שנוטים להיות מופנמים יותר ולהתכנס בתוך עצמם לא נותנים לאדמה להתבטא באופן מוחלט, אך עדיין באים לידי ביטוי ולכן תשובתו היא באמצע.

מעניין לראות שאדם זה נמצא בעיצומן של תהליך לימוד שיקנה לו את היכולת לשנות את עיסוקו מקצה לקצה - בעוד שלשאלה במה הוא אלוף השיב "מחשבים" ולשאלה מה הכי אוהב במקצוע השיב שאוהב את האתגר המוחי, העיד שפחות שמח עם בחירתו היום מאשר היה בעבר, המקצוע החדש שאדם זה רוכש הינו מקצוע טיפולי, שמתקשר כאמור לאלמנט האדמה, וייתכן והבחירות החדשות שאדם זה עושה יביאו אותו לאיזון ולביטוי טובים יותר עבורו מאשר בחירתו עד כה.

מתכנת 3

עוסק במקצוע 5 שנים. שמח עם בחירתו.

אלמנט דומיננטי - אש - השאלון משקף לנו את הזדהות עם נושאי אלמנט האש על כל צדדיו.

תשומת הלב שאלמנט האש צריך - אוהב להיות במרכז העניינים, הדרכים ליצור תקשורת וללבות את הניצוץ- טיפוס דברן, צוחק הרבה ובעל חוש הומור ופותח יחסית בקלות בשיחה עם אנשים שלא מכיר. הביטוי של האש כלפי חוץ (תקשורתיות)- קל לו לעמוד מול קהל, והביטוי של האש כלפי פנים (תקשורת בין-אישית) - מערכות יחסים עם אנשים שונים הם אחד מהמנועים העיקריים של חייו ויש לו הרבה מכרים ואנשים שהוא אוהב.

אלמנט משני - האלמנט המשני היה יחסית קשה לזיהוי מכיוון שבכל אחד מהאלמנטים ניתן היה לראות דינאמיקה של הזדהות עם נושאים מרכזיים לאלמנט מצד אחד, ומצד שני נושאים שמאפיינים האופן משמעותי את האלמנט לא באו לידי ביטוי או ביטאו בתוכם תנועות של אלמנטים אחרים. מצב זה נראה לכאורה כחוסר החלטיות, אך לתחושותינו, מן האופן בו ענה על השאלון אפשר להסיק שקיים איזון בריא ותנועה טובה של האלמנטים.

מתכנת 4

עוסק במקצוע 8 שנים. שמח עם בחירתו.

אלמנט דומיננטי - מתכת - ביטוי לנשואי האמת, הדיוק והחדות אפשר לראות דרך תשובותיו: האמת הפנימית שלו חשובה לו יותר מהכל וחשוב לו לדייק במה שאומר ועושה. הביקורתיות שהיא מעין פועל יוצא מתוך החדות והדיוק גם מזוהה איתו. המצוינות באה לידי ביטוי בכך שחשוב לו להיות הכי טוב במה שעושה. אפשר לראות את נושא השחרור (Let go) בא לידי ביטוי בצורה של חיתוך של המתכת - נוטה לחתוך דברי מהר מדי ואירועים שהתרחשו בעבר לא מעניינים אותו ביום-יום.

גם ההיבטים החומריים יותר של האלמנט באים לידי ביטוי - כסף הוא אחד מהדברים שמניעים אותו, אסתטיקה וניקיון חשובים לו ומעיד על עצמו שחוש הריח שלו מפותח.

אלמנט משני - עץ - דרך תשובותיו שמעדיף לתכנן דברים ואז להוציאם לפועל, והצורך לארגן דברים בצורה שתהיה נוחה עבורו אפשר לראות מעבר לקרבתו לאלמנט את הזיקה בין המתכת כדומיננטי לבין העץ כמשני, הסדר והתכנון של העץ עוזר למתכת להגיע לידי ביטוי מדויק של הדברים ומחזק את נושא השליטה ששני האלמנטים קרובים אליו. מנגד ישנם נושאים שמראים על דיסהרמוניה של אלמנט העץ ויוצרים ניגודיות מסוימת בינו לבין המתכת - קשה לו להביא את רצונותיו לידי ביטוי, שונא מסגרות ומתקשה להסתדר עם סמכות.

עושה רושם שהדינאמיקה בין האלמנטים יוצרת ניגודים, שעל פניו יכולים ליצור תחושות של תסכול או תחושה של תקיעות, אך בתשובתו לשאלה בנוגע לתחושות אלה השיב, שקשה לעצבן אותו. כך שלמרות הקונפליקט, עושה רושם שהתקשורת בין האלמנטים נמצאת במקום של זרימה ותקשורת.

לשאלה מה אוהב בתחום העיסוק שלו השיב "ליצור דברים חדשים ולפתור בעיות". יצירה של דברים חדשים מתקשרת לאלמנט העץ שיוצר ופורץ. פתרון בעיות במישור אחד מתקשר גם הוא לעץ, שבעיה עבורו נתפסת כמחסום אותו צריך לפתור כדי להמשיך את הזרימה. המישור השני מתקשר למתכת שתחדד ותיצור הפרדה ודיוק שיעזרו להגיע לפתרון.

סיכום מתכנתי מחשבים

את ארבעת השאלונים שהבאנו כאן אפשר לחלק לשתי קבוצות. בקבוצה הראשונה אנו רואים שני אנשים שבחרו לעסוק בתחום התכנות בנקודת זמן מוקדמת יותר בעברם, ושהיום שניהם יודעים להגיד שאינם מרוצים מבחירתם, ואף רוצים לשנות את בחירתם לבחירה שתהיה מספקת יותר ונכונה יותר עבורם. יפה לראות אצל מתכנת 2, אצלו האלמנטים הדומיננטיים הם מים ואדמה, שבחירתו היום היא לרכוש כלים שיעזרו לו לעשות מעבר לתחום שונה לחלוטין מעיסוקו כיום, ולבחור בתחום הטיפולי, שקרוב הרבה יותר לאלמנטים הדומיננטיים שלו, כך שיתכן והוא עובר מעין "תיקון" בכל הנוגע למהות הפנימית שלו, ממנה יבשיל למקום מאוזן יותר.

שאלה שעולה מבחירתם בתחום עיסוק זה, ומהיותם אלמנט דומיננטי מים היא מה היו הסיבות שהביאו אותם לבחור בעיסוק זה מלכתחילה. ידוע לנו כי בתקופה בא בחרו להיכנס לתוך עולם ההיי-טק, עולם זה נחשב לזוהר ומצליח, והמגמה העולמית שהסתמנה בשנים אלו הייתה של "רכיבה על גל ההצלחה". ייתכן וכטיפוסי מים, ראו עצמם ככאלו שיוכלו למצוא את עצמם בכל תחום (לקבל את צורת הכלי בו הם נמצאים...) אולם היום, מנקודת ראייה מפוקחת יותר, הבינו שזהו לא מקומם הטבעי.

בקבוצה השנייה ישנם למעשה שני בודדים. האחד (מתכנת 4) - עושה רושם שמצא את מקומו ובחר בחירה שמתאימה עבורו, ובא באות לידי ביטוי תכונות האלמנטים הדומיננטיים שלו. מתכנת 3, אצלו האלמנט הדומיננטי הוא האש, הה ראוי להשתלב בקבוצה הראשונה שהוזכרה לעיל, וצפויים היינו לראות גם אצלו חוסר שלמות עם בחירתו. הזיקה למאפיינים מסוימים מתוך כל אחד ואחד מן האלמנטים, מאפשרת לו לנוע בתוך כל מקצוע ולמצוא את סיפוקו באשר ילך. ייתכן ואדם זה יהיה אדם שירכוש כלים מגוונים ומקצועות נוספים במהלך חייו ושתכנות מחשבים הוא רק תחילת הדרך עבורו.

עובדות סוציאליות

עו"ס 1

עוסקת במקצוע 6 שנים, שמחה עם בחירתה. אלמנט דומיננטי - אדמה - מתוך שאלות האדמה העידה על עצמה בצורה מובהקת שחשוב לה לתת ולקבל תמיכה, היא אוהבת לשתף בדברים שקורים לה, אוכל טעים גורם לה לשמחה ויש לה אהבה לגידול דברים, יש בעיניה חשיבות לכך שאחרים יבינו אותה, ותעדיף שלא לסרב לאחרים כדי לא לפגוע בהם.

אלמנט משני - אש.

דוגמא למערכת היחסים בין האדמה לאש אפשר לראות בשאלה "נוטה להכיל עד שמתפוצץ", אליה השיבה 3, כלומר ניטרלי, אצל טיפוסי אדמה נצפה לראות כתשובה 4 או 5. כשמסתכלים על תשובתה לשאלה האם היא טיפוס דברן שם ענתה, 4 אפשר להבין איך דרך היכולת של האש להוציא החוצה, האש עוזרת לאדמה שלא להיכנס לתוך הבוץ...

לשאלה מה הכי אוהבת בעיסוק ענתה שהיכולת לסייע ויצירת קשר של אמון עם המטופלים הם האהובים עליה, היכולת לסייע מתקשרת ישירות לאדמה.

לשאלה מה היתה בוחרת לעשות אם היה ברשותה יום נוסף ענתה לטפל בכלבים ולבשל - נושאים שמתקשרים לאלמנט הדומיננטי שלה, ולבלות עם חברות - שמתקשר לאלמנט האש, שנמצא אצלה שני בסידור האלמנטים.

עו"ס 2

עוסקת במקצוע שנה וחצי, שמחה עם בחירתה.

אלמנט דומיננטי - מתכת - העידה על עצמה בצורה מובהקת שאסטטיקה וניקיון חשובים לה מאוד, שחשובים לה האמת הפנימית שלה והדיוק בדברים שאומרת ועושה, ובנוסף העידה שהיא ביקורתית. מתוך שאלות המתכת לא עלו אצל הנשאלת נושאים של מצוינות, משיכה לכסף, נטייה למלנכוליה ולנוסטליגיה.

אלמנט משני - בשאלון זה היה קושי מסויים לראות בצורה מובהקת את סידור האלמנטים הנוספים מכיוון שכמעט ולא נראו נטיות מובהקות לצד כלשהו. בהסתכלות לעומק, ניסינו לבדוק איזה מסוגיות הליבה עדיין נמצאות במקום גבוה יותר אצלה, כך גילינו שנושאי הליבה של האדמה באים לידי ביטוי בשאלון - קבלה ונתינת תמיכה, הקושי להגיד לא כדי שלא לפגוע באחרים, הנטייה להכיל יותר משהיא מסוגלת ותחושת המרכז.

מה הכי אוהבת בעיסוק - את ההצלחות הקטנות אצל אחרים - הצלחה גם אם אצל אחרים נתפשת גם כהצלחה אצלה, דבר שחשוב מאוד למתכת

*בסוף השאלון הוסיפה - "האמת שהשאלון ממצה ומותאם לרמת הסבלנות שלי" - נתינת הביקורת והדעה של המתכת לא יכלו לבוא לידי ביטוי בצורה יפה יותר...

עו"ס 3

עוסקת במקצוע 13 שנים, שמחה עם בחירתה.

אלמנט דומיננטי - מתכת - על פניו נראה כי האדמה והמתכת ממש נמצאות באותו הקו וקשה להחליט ולמרות שבאף אחת מהשאלות לא סימנה 5, מירב התשובות על חלק זה בשאלון הצביעו על טיפוס מתכתי: חשוב לה לדייק בדברים שאומרת ועושה, חווה קושי בסופים של דברים, מעידה שהיא ביקורתית, ושחשוב לה להיות הכי טובה במה שעושה, חוש הריח שלה מפותח ואסטטיקה חשובה לה.

אלמנט משני - אדמה - אוהבת לשתף בדברים, דואגת הרבה, קשה לה להגיד לא אם מישהו ייפגע, איכפת לה מה אנשים חושבים עליה וחשוב לה שיבינו אותה. סוגיות שהינן עיקריות לאדמה ולא עלו כעיקריות בעיניה עזרו לנו להחליט על האלמנט הדומיננטי- לשאלות אם אוהבת לתת ולקבל תמיכה, והאם נוטה להכיל יתר על המידה, ענתה 3, בעוד במתכת מרבית הנושאים המרכזיים זכו לציון גבוה.

לשאלה מה אוהבת ומה לא אוהבת בעיסוק לא ענתה.

לשאלה מה היתה בוחרת לעשות אם היה ברשותה יום נוסף ענתה ספורט, טיול, פעילות לנשמה. כשבדקנו שוב את תשובותיה בחלק של העץ ראינו שעל שאלה שמתעסקת בנטייה לעיסוק בספורט ענתה 3 - אין נטייה, ולשאלה בנוגע ליציאה לטבע מול סביבה אורבנית ענתה 2, כך שיתכן וישנו

עניין לא פתור עם אלמנט העץ אך עדיין הדומיננטיות של האלמנטים הראשונים גדולה יותר, והרצון לעסוק ב"פעילות לנשמה" מזוהה היטב עם המתכת.

עו"ס 4

עוסקת במקצוע שנה, שמחה עם בחירתה.

אלמנט דומיננטי - מתכת - השאלות שאיתן הזדהתה בצורה מובהקת - האמת הפנימית שלי חשובה יותר מהכל, חווה קושי בסופים של דברים, חשוב לה להיות אסתטית חוש הריח מאוד מפותח, נוטה לביקורתיות, נוטה לנוסטלגיה, ואילו לקצה השני, שמרמז לנו גם הוא על הדומיננטיות - לא מתעסקת עם עינייני כספים שם ענתה 1.

אלמנט משני - אדמה - אוהבת לתת ולקבל תמיכה, אוכל חשוב לה מאוד, חשוב לה שאחרים יבינו אותה, ולא תסרב כדי שלא לפגוע באחרים, לרוב מרגישה ממורכזת, חשוב לה מה שחושבים עליה.

את מערכת היחסים בין האלמנטים אפשר לראות דרך שתי שאלות שקשורות לאדמה -

בשאלה אם אוהבת לשתף בדברים שקורים לה השיבה שמעדיפה לשמור את הדברים לעצמה - אנשי המתכת נוטים לעטות על עצמם מעטפת ולא לשתף בכל דבר, ובשאלה אם נוטה לחסוך כדי שלא יחסר שוב אפשר לראות דרך התשובה (זורקת מהר מה שלא צריך) את המתכת עושה את ההפרדה שלה ומשליכה את מה שאין בו צורך.

מעניין לראות כי אף על פי שהאלמנט הדומיננטי הוא מתכת הדבר שהכי פחות אוהבת בעיסוקה הוא את העבודה הברוקרטית.

לשאלה מה היתה בוחרת לעשות אם היה ברשותה יום נוסף ענתה להיות עם חברים ועם משפחה, להשקיע יותר זמן באנשים שקרובים אלי - נושאים שמתקשרים לאדמה, ואולי יתכן ולמרות תשובותיה זהו האלמנט הראשי.

האלמנט השלישי. בשאלון זה אפשר לראות מעורבות של העץ, גם בתחומי העניין הנוספים - ענתה כי היא "אלופה" בציור, ומעבר למשפחה וחברים הייתה שמחה לצייר בזמן הנוסף, ובשאלון העץ נראתה גם נטייה לתכונות עציות אולם המתכת והמים נראים לפחות כרגע כדומיננטיים יותר אצלה. מכיוון שגילה צעיר יחסית (26) ייתכן ועדיין היא בעצמה אינה מודעת לנטיות והקולות הפנימיים ביותר שלה ובעוד מספר שנים היינו יכולים לראות שינוי.

פסיכולוגית

עוסקת במקצוע 7 שנים. מאוד שמחה עם בחירתה.

אלמנט דומיננטי - אש - כשמסתכלים על הדרך בה ענתה על השאלון אפשר לראות את אלמנט האש עולה מתוך שאלות האש בצורה ברורה מאוד, העיסוק בנושאים של רגשות, אנשים והדינמיקה בין השניים מעסיקים אותה בחייה האישיים וגם בעיסוקה המקצועי. על כל הנושאים הבאים ענתה את התשובה המקסימלית ואף הוסיפה בעל-פה על רובם שהייתה מסמנת תשובה גבוהה יותר אם הייתה כזו: מערכות יחסים עם בני אדם שונים הם אחד מהמנועים העיקריים של חייה, מתרגשת ומתלהבת בקלות, חוש הומור וצחוק נמצאים בחייה כל הזמן, יש לה הרבה מכרים, והרבה אנשים שהיא ממש אוהבת, קל לה לעמוד מול קהל וקל לה מאוד לפתוח בשיחה עם אנשים שהיא לא מכירה. בנוסף נושא הפגיעות בתוך מערכות יחסים - הרגישות, הנטייה לדבר ולהוציא את רחשי הלב, העיסוק

בשאלה האם היא אהובה והנטייה לשינויים במצבי רוח צוינו גם הם כקרובים אליה ומזוהים איתה. אפשר לראות את הנטייה של האש במקום נוסף בו השיבה שקל לאנשים לראות עליה איך היא מרגישה.

אלמנט משני - אדמה - תחושת המרכז והיציבות בחייה, הצורך שאנשים אחרים יבינו אותה (שמתקשר אף הוא לאש), והאהבה לתת ולקבל תמיכה עליהם השיבה כמזוהים איתה מאוד הינן איכויות אדמתיות שאפשר לראות את הקשר בין לבין איכויות האש - האדמה היציבה כאלמנט משני מאפשרת לאש לפרוח והמרכז ויכולת הנתינה מאפשרים לאש לצאת מגבולות העצמי ולהשתתף בחייהם של אחרים. הנושאים "האדמתיים" כמו גידול, אירוח ופתיחת הבית והתעסקות באוכל, פחות רלוונטיים לגביה. האש היא המרכזית ואינה מאפשרת לאדמה להיות המקרקעת.

בתשובה לשאלה מה הכי אוהבת בעיסוקה השיבה "לגעת ברגשות ובאנשים", העיסוק ברגשות והכימיה והחיבור לנפש האדם שמנגד בהחלט קשורות באופן ישיר לאלמנט האש ואפשר לראות חיבור יפה בין האלמנט לבין בחירתה עיסוק.

סיכום עובדות סוציאליות

כשמשווים בין הנחת העבודה שלנו כי העבודה הסוציאלית הינה מקצוע שקשור לאדמה לבין ניתוח ששת השאלונים אפשר לראות בבירור כי אכן ישנה זיקה חזקה לאלמנט האדמה אצל כל הנשאלות. אמנם רק אחת מהן הינה אלמנט אדמה דומיננטי אך מפתיע היה לראות שאצל שאר הנשאלות האדמה צצה ועלתה כאלמנט המשני, אפשר ללמוד מכך כי במידה ניכרת כוחה של האדמה קיים ונידרש כדי להתמודד עם מקצוע תובעני כל-כך בנתינה האין סופית שלו, לא תמיד עם תמורה מוחשית או חומרית, כיוון שאנו יודעים כי מהות האדמה היא בדיוק כזו - קבלת ההזנה לה הם זקוקים דרך נתינה, אפשר לראות איך כל אחת ואחת דרך האדמה שלה מצאה את עצמה במקצוע הזה. מעניין לראות שכל הנשאלות השיבו לשאלה אם קשה להן להגיד לא כשהן חושבות שמישהו יפגע מכך. אפשר ללמוד מכך עד כמה מרכזית החשיבות לרצות אחרים מרכזית אצל טיפוסי האדמה. מעניין לראות שאלמנט המתכת שב ועלה אצל שלוש מהנשאלות כאלמנט דומיננטי. אפשר לראות את תפקיד המתכת בעבודה הסוציאלית כמעין "עזר כנגדו" - המתכת יודעת לשים חומה, יודעת לייצר את ההפרדה שיכולה לעזור כדי לראות את המטופלים מהצד, מבחוץ, ולא רק מהמקום הפנימי והמחובר בו ישנה מעורבות רגשית גבוהה מאוד.

אומנים

כשהתחלנו לקרוא את השאלונים של האומנים שמנו לב שהמשותף הדומיננטי ביותר לכולם הוא שלמעשה קשה מאוד לראות אלמנט אחד שמתבלט בצורה יוצאת דופן מעל לשאר האלמנטים. עיסוק באומנות, על כל גווניה מטפחת ומוציאה מהאדם יצירה שהדרך אליה עוברת בכל האלמנטים. אומנים האומנות נתפסת ומזוהה יותר עם אלמנט העץ, ואכן ניתן לראות את העץ מתבטא אצל כולם אבל לא רק. התנועה הדרושה כדי "להוליד" יצירה מתוך עצמך, עוברת בין כל האלמנטים -

האש - הביטוי של היצירה, היצירה כצורת תקשורת עם הסביבה, היצירה מקרבת את היוצר למרכז ויוצרת סביבו את ההתרחשות שחשובה לאש.
האדמה - היצירה מצריכה אלמנטים של יציבות, או של קרקע מתחת לרגליים ממנה אפשר ליצור. אומנות מצריכה בטחון עצמי ועוזרת לבנות ביטחון עצמי
המתכת - אומנות לרוב היא המיזוג שבין שני עולמות שמזוהים מאוד עם המתכת - עולם החומר, ממנו יוצרים ודרכו מביעים, ועולם הרוח שיוצא החוצה דרך היצירה. בנוסף הדיוק והאסתטיקה המזוהים עם המתכת קשורים מאוד לאומנות.
המים - המים חשובים ליצירה דרך כוח הרצון והיכולת להתמיד במשימה לאורך זמן, ודרך ההתכנסות, ממנה בשלב הבא תפרוץ ותצא החוצה היצירה.
על העץ הרחבנו בסקירת המקצועות בפרק הקודם.

מעצב תכשיטים

עוסק במקצוע 5 שנים, מאוד ("מאודדד") שמח עם בחירתו
אלמנט דומיננטי - בשאלון עלו בבירור שני אלמנטים דומיננטים, שגם בתוכם ניתן היה לראות את הסדר. ראשון דומיננטי נמצא העץ. יפה לאות את העדינות של העץ נכספת מתוך השאלון. אנשי העץ נוטים להזדהות אצלנו כאנשים ש"דוהרים קדימה". ובשאלון זה דוקא שתי השאלות שקשורות לפריצה היו השאלות עליהן השיב כניטרליות - "מעדיף לתכנן דברים קדימה ואז להוציא אותם לפועל", "אני טיפוס דינאמי ויוזם". לעומת זאת ניתן לראות בצורה מוחלטת את שליטת אלמנט העץ - מעיד על עצמו שחייב ספורט במהלך השבוע, עוסק באומנות כלשהי, מרגיש יצירתי ופרודוקטיבי בלילה, קשה לו כשקורים שינויים בלתי צפויים, מתעצבן או מרגיש מתוסכל לעיתים קרובות, מרגיש צורך עז לצאת מדי פעם לחיק הטבע, אסרטיבי, מתקשה להסתדר עם סמכות, שונא מסגרות וזקוק לארגון את הדברים בצורה שתהיה לו נוחה.
אלמנט משני - אדמה- גם כאן אנו רואים אדמה יציבה, שמודעת לעצמה. נושא ההקרבה העצמית לטובת ריצוי הזולת היה היחידי עליו ענה 5, אולם מרבית סוגיות האדמה ניצבו מייד ליד; אוהב לשתף בדברים שקורים לו, אוכל גורם לו שמחה, דואג הרבה, חשוב לו מה אנשים חושבים עליו, חשוב לו שאחרים יבינו אותו, נוטה להכיל יתר על המידה, ואוהב לארח ולהיות בבית.
לשאלה במה הוא אלוף ענה "יש דברים שאני עושה ומרוצה מהתוצאה.. עיצובים, ציורים, קינוחים" לאנשי העץ יש חשיבות רבה בסיפוק ממעשיהם והשילוב של עיצובים, ציורים וקינוחים מסמל בצורה הרמונית את חשיבות האוכל, האדמה בחייו...

צייר

*ראוי לציין שהנשאל עוסק כל חייו בציור והציור מלווה אותו במהלך כל חייו כתחביב מאוד מושקע, הציג תערוכות בגלריות, מטפח גלריה בחצר ביתו, ומודה שבשנתיים האחרונות משתדל להפוך את המילה "צייר" לשגורה יותר ויותר בפיו.
אלמנט דומיננטי - בקריאה ראשונה של השאלון קשה להבין מייד מהו האלמנט בדומיננטי, נראה כי כל חלק בשאלון מתבלט כמעט בצורה שווה לשאר החלקים. מכך אפשר להבין את האיזון העדין שקיים אצל אדם זה, איך נסיון חיים ובחירותיו בחיים הפכו אותו להיות מודע לכל חלקיו ומכך גם

היכולת להביא לידי ביטוי את כל הצבעים שבו, כך חינוך, פיתוח מערכות עבור הצבא, גידול 4 ילדים וציור התמזגו כולם, וכל אחד מהם נעשה בעיתו.

אומנית זכוכית

עוסקת במקצוע כ-4 שנים. שמחה עם בחירתה.

בתוך השאלון אפשר לראות משחק בין ארבעה אלמנטים - עץ-אדמה-אש-מתכת בהקדמה ציינו את המשותף בין על האומנים אותם שאלנו בנוגע לאיזון או למרחב שכל האלמנטים מקבלים אצל כל אחד ואחת.

עץ- אסרטיבית, מתקשה להסתדר עם סמכות, שונאת מסגרות, טיפוס דינאמי ויוזם, זקוקה לארגן את הדברים בצורה שתהיה לה נוחה, עוסקת באומנות, מרגישה צורך לצאת מדי פעם לחיק הטבע.

אפשר לראות את הקשר בין הצורך בתנועה לבין הנטייה להיתקעות של העץ דרך תשובתה לשאלה אם מרגישה שחייבת ספורט במהלך השבוע אליה השיבה 1 כלומר לא לבין תשובתה שלא לה אם

מתעצבנת או מרגישה מתוסכלת לעיתים קרובות אליה השיבה 4 כלומר כן.

אדמה- דואגת הרבה, אוכל גורם לה שמחה, מאוד אוהב לגדל דברים, חשוב לה שאחרים יבינו אותה, קשה לה להגיד "לא" כשחושבת שמישהו ייפגע, איכפת לה מה אנשים חושבים עליה ואוהבת לשתף בדברים שקורים לה.

מעניין לראות, שלא כצפוי מטיפוס אדמה, שהעידה על עצמה שאומרת מייד את מה שהיא חושבת, תכונה שמתקשרת לעץ ואפשר ללמוד מכך על מידת הכוח והשליטה שיש לעץ בפעולותיה.

אש- על פי הצורה בה ענתה על האש אפשר להבין שלאש ישנו מקום מרכזי בחייה אבל שאלות מהותיות ומרכזיות של האש כמו פגיעות במערכות יחסים, העיסוק בשאלה אם אנשים אוהבים אותה והניטרליות בשאלה הנוגעת לכמות האנשים שעוטפת אותה, גרמו לנו לחשוב שזהו אלמנט חשוב אבל לא הדומיננטי.

מתכת - תכונות שקשורות לאומנות כמו אסתטיקה, ביקורתיות ודיוק מזהות איתה ובנוסף, הקושי ב Let go האמת הפנימית והנטייה לנוסטלגיה, מראות נטייה גם לאלמנט המתכת. גם בחלק זה בשאלון אפשר למצוא ניגוד שאולי קשור לחוסר איזון של האלמנט בנוגע לנקיון מול לכלוך שם השיבה שבהחלט מסוגלת להסתדר עם לכלוך.

קופירייטר

עוסק במקצוע 8 שנים שמח עם בחירתו.

אלמנט דומיננטי - עץ - בצורה בה ענה על שאלון העץ אפשר לראות עץ מאוזן יחסית, שמצד אחד נושאים כמו קירבה לחיק הטבע, הצורך לארגן דברים בצורה שתהיה נוחה עבורו, היכולת ליזום, האסרטיביות, וחוסר היכולת להיות במסגרות כולם קרובים אליו מאוד ומהצד השני הזרימה וחוסר ההיתקעות מובעים יפה בתשובתו לשאלות האם קשה לעצבן אותו - 2, היכולת לנוע לתוך שינויים ("חי נהדר עם הפתעות") והיכולת להסתדר עם סמכות, למרות שבתשובה לשאלה מה לא אוהב במקצוע ענה שקשים לו הויכוחים עם "לקוחות שלא מבינים חצי ממני בתחום" - הצדק ועשיית הדבר הנכון בעיניו קודמים לסמכות.

אלמנט משני - אש או מתכת. שני האלמנטים באים ליד ביטוי במידה כמעט ושווה:

אש - מתרגש בקלות, נוטה להיות דברן, בעל חוש הומור, קל לו לעמוד מול קהל ולפתוח בשיחה עם אנשים שלא מכיר, מרגיש פגיע במערכות יחסים ומתעסק בשאלה אם אנשים אוהבים אותו. ונוטה לשינויים במצבי רוח. מנגד נושאים כמו להיות במרכז העניינים, תחושת בדידות ומערכות יחסים רבות בחייו פחות קרובים אליו.

מתכת - דיוק במה שאומר ועושה, החשיבות המוחלטת לאמת הפנימית, אסתטיקה וניקיון, מצוינות והשוני בין הפנים לחוץ כולם נמצאים בטווח הדברים המזוהים אצלו. גם כאן כמו בעץ אפשר לראות את התנועה ההרמונית של המתכת דרך היכולת "לחתוך" דברים, חוסר ההיתפסות למלנכוליה וחוסר הביקורתיות שנוטות להיות תכונות יותר פתולוגיות של מתכת.

לשאלה מה הכי אוהב במקצוע ענה " לכתוב... ליצור דרך מילים" ולשאלה מה היה עושה עם יום נוסף ענה " לטייל ולכתוב שירים , לבלות עם חברים ואם אספיק גם ללמוד תכנות מחשבים" - לטייל ולכתוב שירים שניהם קשורים אל העץ, לבלות עם חברים מתקשר אל הלב - האש, ללמוד תכנות מחשבים - ללמוד שפה חדשה ודרך תשורת נוספת מתקשר אל האש והתיכנות עצמו פעולה שדורשת סדר, ונמצאת בתוך מסגרת מובנית ונתונה, מתקשרת למתכת...

מעצבת בגדי נשים

עוסקת במקצוע 7 שנים, שמחה עם בחירתה.

אלמנט דומיננטי - עץ - תכנון דברים ולאחר מכן הוצאה לפועל, קושי להתמודד עם שינויים לא צפויים, צורך לארגן בצורה שתהיה נוחה עבורה, צורך בספורט והיכולת ליזום דברים כולם באים לביטוי. אפשר לראות גם את חוסר האיזון של האלמנט דרך חוסר היכול להיות אסרטיבית ותחושת התסכול ונטייה להתעצבן בקלות.

אלמנט משני - מתכת - אומנית זו הייתה הראשונה "לשבור" את חוקי השאלון והשיבה לשאלה אחת, שתי תשובות, משני קצוות שונים: מצד אחד אמרה שחווה קושי בסוף של דברים ומהצד השני נוטה לחתוך דברים מהר מדי, שני הצדדים מאפיינים את המתכת, ואולי מראים בצורה היפה ביותר את התנועה בתוך האלמנט. בנוסף ענתה שדיוק בדברים שעושה ואומרת, נוסטלגיה, אסתטיקה, ביקורתיות, ניקיון ונטייה למלנכוליה כולם מזוהים איתה. האמת הפנימית שהיא נושא שחשוב מאוד ומרכזי לאנשי המתכת רחוק ממנה מאוד, וענתה שלא תקריב דברים שחשובים לה למען האמת הפנימית, מה שיכול לרמז על חוסר איזון באלמנט או היותו דומיננטי כרגע בחייה אבל לא האלמנט הראשוני שלה.

לשאלה מה הכי אוהבת בעיסוק שלה ענתה שהעצמאות והצבע הם האהובים עליה. העצמאות מסמלת את העץ, הצורך להרגיש חופשי לעשות כרצונך, ללא גבולות וללא תכתובות מלמעלה קריטיות עבור העץ.

לשאלה מה הכי פחות אוהבת ענתה שמשא ומתן על כסף הכי מפריעים לה, מה שמחזק את התחושה שישנו חוסר איזון בתוך המתכת ושאלמנט זה נמצא כרגע, ואולי לתמיד במקום גבוה בעולמה.

סיכום אומנים

כמו שהקדמנו וכתבנו, קיים שוני גדול בין קבוצת האומנים לבין קבוצת אחרות של מקצועות אותם בדקנו. האומנים, אינדיווידואליים, כל אחד בעצמו, וכולם כקבוצה, משקפים בתוכם תנועה של כל האלמנטים. הנחת היסוד היתה שהעץ הוא האלמנט הדומיננטי אצל האומנים, ולמרות ריבוי האלמנטים ניתן בהחלט לראות את חשיבותו של העץ אצל כל אחד ואחת מהאומנים שענו על השאלון.

סיכום

הדאו נולד מתוך ההתבוננות בטבע, והרפואה הסינית נבעה מתוכו. תיאוריית חמשת האלמנטים מהווה חלק חשוב ומהותי בתוך הרפואה הסינית, ועוזרת לנו להבין דרך הטבע, את הכוחות הפועלים בתוך האדם, הן בהיבט הגוף והן בהיבט הנפש. הדאו מדבר על הליכה בדרך האמצע, והרפואה הסינית מדברת על איזון בכל רבדיו, כעל המפתח לחיים נכונים.

כמטפלות סיניות בהתהוותנו עסקנו במהלך לימודינו בהבנת הפתולוגיות השונות, בהבנת החומרים, הבנת האיברים, וביכולת לעבד את כל הידוע לנו לידי הבנה איך לעזור לאדם להגיע לידי איזון. עבודה זו לא עסקה בפתולוגיות, ולא בחומרים, אלא באה לפתוח חלון למחוזות אליהם כמעט ולא התוודענו עד כה. הבנת האלמנטים בצורה מעמיקה והחיפוש אחר הדרך בא נוכל לזהות אותם עברה דרך למידה והתבוננות פנימה. דרך הקשבה בלתי פוסקת, וראייה של הסובב אותנו בחיי היום-יום, ומתוך כך הדרך בה האלמנטים נקשרים לכל פעולה או אי-פעולה שנקראת בדרכינו. מתוך ניתוח השאלונים עלו בידינו הבנות לגבי מבנה חמשת האלמנטים בתוך האדם ולגבי הקשר שקיים בין בחירותיו של אדם לבין האלמנטים הפועלים בתוכו.

חמשת האלמנטים פועלים אצל כל אחד ואחד מאיתנו, ובאים לידי ביטוי במערכת יחסים מורכבת ומסועפת, בה החוקיות משתנה. חוסר איזון באלמנט הדומיננטי יאפשר לאלמנט אחר באחת ממערכות היחסים שבין האלמנטים לבוא לידי ביטוי רב יותר (עודף או חוסר באלמנט ייתנו ביטוי דרך מעגל העלבה או בקרה). מחזורי שבע ושמונה השנים, שלא הוזכרו בעבודה זו הם דוגמא נוספת ליכולת של אלמנט מסוים לבוא לידי ביטוי גדול יותר מאלמנטים אחרים לאורך תקופה מסוימת.

עם זאת נראה שאצל כל אדם ניתן לראות אלמנט שהוא דומיננטי יותר משאר האלמנטים. החיבור של אדם למהות הפנימית שלו ויכולתו לבחור בעיסוק שיהדהד עם האלמנט הדומיננטי אינה מובנת מאליה. מרבית האנשים שענו על השאלונים הראו התאמה בין בחירתם לבין האלמנט הדומיננטי, ומכאן שניתן להסיק שנטייתו של אדם לבחור בעיסוק בחייו אכן מושפעת מסידור האלמנטים שמתקיים אצלו. במקרים מסוימים ראינו שהמקצוע, תואם לאלמנט שבשאלון עלה כאלמנט משני. ייתכן ומה שאנו זיהינו כאלמנט משני הוא האלמנט הדומיננטי, אך ביטוי בנקודת הזמן בה פגשנו את האדם הייתה נקודה בה האלמנט לא היה באיזון (כפי שהסברנו למעלה), או שהאלמנט הדומיננטי עדיין נסתר גם מהעונה על השאלון. חשוב לציין כי שאלון זה דורש מהעונה פתיחות וכנות, הן איתנו והן בינו לבין עצמו. ועוד דורש יכולת התבוננות, הכרות וקבלה של האדם את עצמו. כך שאנו יוצאות מנקודת הנחה שייתכן ונושאים אחדים, שהם מנת חלקו של אדם, לא באים לידי ביטוי ומכך ממסכים את יכולתנו לראות בבירור את האלמנט.

בין השאלונים ראינו מספר אנשים שאצלם החיבור בין בחירתם לבין האלמנט הדומיננטי לא הרמונית, שאינם שמחים עם בחירתם. כלומר האלמנט הדומיננטי מצביע על כיוון אחד ואילו בחירתם לכיוון אחר. במקרה אחד אף ראינו את השינוי שאדם לוקח על עצמו מתוך הבנה פנימית שהמקום בו הוא נמצא לא עוד נכון עבורו.

כפי שהזכרנו בניתוח השאלונים, עבודה זו לא מתיימרת לייצג את הכלל ובאה לתת מענה ראשוני לשאלה שהתפתחה בתוכנו במהלך הלימודים, ומתוך רצון לחבר את תיאוריית חמשת האלמנטים לחיים כמו שהם, ולא דווקא למטופלים ולהתנהלות קלינית.

העבודה היוותה אתגר לא קטן הן בהתמודדות עם חקירה עמוקה יותר של האלמנטים והן עם ניתוח שאלונים. חשוב לציין שניתוח השאלונים נעשה בעיני המתבונן וכי ייתכן ואדם אחר היה מנתח את השאלון ומוציא מתוכו מסקנות שונות.

עבודה זו מייצגת את ראיית וחקירת חמשת האלמנטים מזווית הראייה שלנו, מנקודת הזמן בה אנו נמצאות ומתוך האיזון (או חוסר האיזון) שפועל עלינו. ללא ספק העבודה עוררה את סקרנותנו בנוגע לעומק הרב המצוי בתוך תיאוריה זו, וייתכן ועבודה זו תהווה קרקע למחקר מורחב הרבה יותר בנושא זה בהמשך דרכינו....

בבילוגרפיה

ספרים:

פוליטי, א'. (תש"ס) רוח פנימית. ישראל, הוצאה פרטית.
צ'ודרון, פ' (2001) כשהדברים מתפרקים. תל-אביב, הוצאת פראג.
קורנפילד, ג'. (2001) דרך הלב מדריך לסכנות ולהבטחות שבחיים הרוחניים. תל אביב, הוצאת מודן

Dr. Hammer, L. (1990). Dragon Rises, Red Bird Flies. Station Hill Press.

Hicks, A. Hicks, J. and Mole, P. (2004). Five Element Constitutional Acupuncture.
New York: Churchill Livingstone.

.Ross J. (1995). Acupuncture Point Combinations: The Key to Clinical Success
.Philadelphia: Churchill Livingstone

Maciocia, G. (1998). The Foundations of Chinese Medicine. Churchill & Livingstone.

.Larre, C. & Rochat de la Vallee, E. (1996) The Seven Emotions, Monkey Press

Kaptchuk TJ. (2000). The Web That Has No Weaver: Understanding Chinese
(Medicine). Chicago: Contemporary (McGraw-Hill

.Tsoknyi, Rinpoche. (2003). Fearless Simplicity. Hong Kong: Rangjung Yeshe

סיכומים מתוך הרצאות:

תל אביב, ישראל. ניסיון, ניסוי ונשמה. (2005. Kaptchuk, Ted)

קיבוץ תובל, ישראל 6 Perfections Retreat (2006). Palmo, Tenzim.

נספח - השאלונים