

להמריא מתוך הכאב

בין רונה רמון לויקטור פראנקל ולגישת הלוגותרפיה

מאת: דרור שקד דצמבר 2018

אירוע פטירתה של רונה רמון מהווה שלב נוסף בסיפור שהוא בראש ובראשונה אישי ומשפחתי כואב וטראגי, כזה המעורר רגש עז בכל אדם הרגשת כאב חזק ועמוק לצד הערכה ואמפתיה רבה.

רונה לא היתה עוד אישה או עוד אם שכולה, היא היתה חלק ממשפחה ישראלית גאה ושורשית אשר הגיעה להישגים אישיים משפחתיים משמעותיים אשר באחת התנפץ עולמה. עם התרסקותה של מעבורת החלל קולומביה ב 1 בפברואר 2003 נהרג בעלה אילן רמון, ולאחר מכן שוב בא הכאב הנורא אל קירבה עם התרסקות מטוסו של בנה אסף רמון בספטמבר 2009. זהו אובדן וכאב קשה מנשוא ועל אף זאת, היא התעלתה והצליחה למצוא משמעות לחייה. דבר מותה ב 17 דצמבר 2018 העציב ואיחד מדינה שלמה וחוגים רבים בעולם.

במאמר זה אנסה לתאר את ייחודה של רונה רמון כמי שתפיסת עולמה היתה החיפוש אחר משמעות ושהיא ביטאה הלכה למעשה את תפיסת הלוגותרפיה תורתו של ויקטור פראנקל. אבני הדרך בחייה הן עדות חיה לתוקפה של הלוגותרפיה כגישה טיפולית תרפויטית באמצעות משמעות.

זה המקום לציין שלא הכרתי אישית את רונה רמון והדברים המיוחסים לה לקוחים מתוך מאמרים חומרים וסרטונים אשר פורסמו ברבים ושאת מקורם ציינתי בסוף המאמר. כל טעות בקשר לכך הינה מקרית ואינה בכוונת מכוון.

בפועלה ובדרכה הביאה רונה לידי ביטוי מעשי ועמוק ערכים מרכזיים אשר פראנקל הצביע עליהם כבסיס למציאת משמעות בחיים. ולהלן שני ציטוטים הממחישים זאת:

רונה רמון: "התהיות הובילו אותי להגשים חלום וללמוד איך לצמוח מתוך המשבר. יד הגורל מכה בכולנו ומה שנותר לנו היא הברירה – איך אנחנו בוחרים לקום ואלו צלילים אנחנו בוחרים להשמיע בעולמנו." (נובמבר 2017)

ויקטור פראנקל: "אפשר ליטול מן האדם את הכל חוץ מדבר אחד: את האחרונה שבחירותיו אנוש - לבחור את עמדתו במערכת נסיבות מסוימות, לבחור את דרכו. ותמיד היו הזדמנויות לבחירה. יום יום, שעה שעה, נקראת לחתוך הכרעות, הכרעות שקבעו, אם תיכנע או לא תיכנע לכוחות שאיימו לשלול ממך את עצם ישותך, את חירותך הפנימית: שקבעו אם תהיה או לא תהיה כדור משחק בידי הנסיבות" ("האדם מחפש משמעות")

ניתן להשוות בין שני הציטוטים ולזהות שהמכנה המשותף ביניהם ברור וחד, רונה רמון בחרה מתוך סיבילה הרב להתמקד בשאיפה למציאת משמעות עבורה ועבור אחרים, הייתה לה את החירות הזו וזו היתה דרכה להישרד ולהמשיך את החייה. בין אם היתה מודעת לכך ובין אם לא, תפיסת עולמה נשענה על שלושה יסודות לוגותרפיים מרכזיים המהווים נקודות משען עיקריות בחייו של האדם:

- חופש הרצון להשפיע על הנעשה בחייה, והחופש לבחור את התייחסותה למצב בכל רגע ורגע
- השאיפה הבלתי מתפשרת שלה למשמעות - בניגוד לשאיפה לכוח ומעמד השאיפה של האדם היא חתרה למציאת משמעות במצבים המשתנים והכואבים שחוותה.
- הביטחון שלה שיש משמעות בחיים ושלכל בני האדם יש משמעות והאדם יכול ונידרש למצוא אותה.

העשייה המפוארת שלה מבטאת את שלשת הערכים המרכזיים על פי הלוגותרפיה למציאת משמעות בחיים. **א. ערכים יצירתיים** - על פי הם רונה מצאה משמעות בעבודתה ונתינתה לעולם **ב. ערכים חווייתיים** לפיהם היא מצאה משמעות במה שהיא חוותה בעולם, הפעילות והקשרים שלה, הקבוצות ובני הנוער בקרבם פעלה אשר העניקו לה בחזרה הערכה ואהבה. **ג. ערכים התייחסותיים** שלאורם מצאה משמעות באופן ההתייחסות שלה אל מצבה ואל המצבים שאין בכוחה לשנות סבל ומוות.

להתעלות מעל הכאב

רונה התעלתה מעל ומעבר לכאבה ונקטה עמדה המסבה את כאבה לצורה של הישג ושל ניצחון וגבורה זוהי התעלות מעל הנסיבות אשר איפשרו לה לחוש ולהעניק אהבה על אף הסבל. בלוגותרפיה זה מבטא את המימד נואטי הרוחני של האדם הנבדל מהממדים הפסיכולוגי והביולוגי ולכל אדם יש מימד נואטי בריא המחפש משמעות בכל רגע ורגע ולהגשים את עצמו. היתה לה גישה רוחנית לחיים והיא התבטאה כך: **"התפיסות הרוחניות מאפשרות את המשכיות החיים. זה כמו אוטובוס שיורדים ממנו בתחנות שונות ואנחנו הנוסעים נשארים בו ושואלים את עצמנו מה עושים הלאה. ואז בוכים על מי שירד, אבל גם ממשיכים לנסוע לאנשהו. אני מתנהלת בשביל החיים בחוסר הידיעה על מה שמחכה לי מאחורי הפינה. ודווקא משום כך עלי לעשות את המיטב היום ועכשיו"**. (מתוך ריאיון עם שרי מקובר-בליקוב במוסף "סופשבוע" של מעריב).

באחד מהראיונות שלה תיארה רונה כך: **"תהליך הטראנספורמציה או ההתמרה שעברתי לאחר מות יקירי, עבר משאלה למה זה קרה לי? לשאלה "למה (בשביל מה) זה קרה לי...? ריק גדול מתרחש בזמן שאנחנו מאבדים את היקר מכול, הגעתי לתהומות של כאב ובו זמנית נולד בי משהו חדש, הבנת משמעות החיים"**.

היא תיעלה את גורלה לכיוון חיובי דרך החוזק הפנימי והעוצמות שהצליחה למצוא בעצמה בסבל. זו למעשה היתה גם גישתו של פראנקל על פיה **"שומה על אדם שייזכר לדעת, כי הסבל הוא מנת גורלו, שיקבל את סבלו כתפקיד המוטל עליו, כתפקידו היחיד והייחודי"**. על אף כאבה הבלתי ניתפס היא ידעה למצוא גם איכות אחרת של אושר, היא התייחסה לנושא האושר באומרה במסגרת התכנית "שיחת נפש" בהנחיית פרופ' יורם יובל. **"במשך השנים הבנתי שהאושר הוא לא אותם רגעי שיא של שמחה, אלא אותם רגעי שיא שיש בהם איכות אחרת. כשהבן שלי יכול להרגיש מספיק בטוח לפתוח את הכאב הכל כך גדול, זה רגע שהוא מאושר. כי יחסים כאלה ופתיחות כזאת לא קיימים בין כל הורה וילד, ולכן הרגשתי את האושר"** על פי הלוגותרפיה חיפוש האושר הינו זמני וחמקמק ואולם, רונה ברוב עוצמתה האישית מצליחה בכל זאת לחוות רגעי אושר.

מי שיש לו איזה למה - יישא כל איך

רונה: "השאלה הכי קשה שעלתה מתוך האובדן הזה היתה באמת למה. למה זה קרה לי. הרי באמת הייתי בסך הכל בסדר עד עכשיו. אבל תוך כדי הלימודים, שאליהם פניתי בחיפוש אחר תשובות, **אני פוגשת במשפט הגאוני של ניטשה: מי שיש לו איזה 'ל-מה' שלמענו יחיה, יוכל לשאת כמעט כל 'איך'**. והמשפט הזה מסתדר לי עם ההחלטה שגמלה בליבי להמשיך הלאה. פשוט הבנתי שהשאלה ל-מה-ה סוחפת אותי ביגון שאולה. הרי אין תשובה, ולא תהיה, וגם אם תתיימר להיות תשובה, היא לא תנחם כהוא זה. אז אני מחליטה שאני לא הולכת למקום של ה'ל-מה', ובעזרת קישוטי השפה הנפלאה שלנו פשוט הופכת את המילה ומתחילה לחשוב 'ל-מה' – מילה שיש בה כבר התכוונות למשהו, גם אם לא יודעים ל-מה בדיוק." (מתוך "רונה מדברת על הכל" ריאיון שערכה עם רמון חגית רון רבינוביץ' במוסף "שישבת" של ישראל היום)

"באופן שבו אנו נושאים את סבלנו, אנו קובעים את ערכו" (משמעות הסבל אליזבט לוקאס). בדומה לפראנקל אשר בתנאים הקשים ביותר במחנות הריכוז סייע ועזר רבות לאחרים כך גם רונה בדרכה חיפשה ערך ותועלת למעשה. **רונה רמון מצאה משמעות!** היא אספה את השברים אחרי שאיבדה את בעלה ובנה, נרתמה לעשייה למען החברה והמדינה. בתוך אינסוף קשיים, אבל כמו עוף החול הצליחה להתרומם. בדרכה לימדה וייצגה בעצמה את המסר ש "**לא משנה איזה משבר קורה בדרך, אנחנו צריכים לא לוותר ולהגביר את האור**". על אף הקושי והכאב שלה ושל משפחתה היא מצאה את הכוחות ומצאה את המשמעות שלה בחייה ועסקה בשנים האחרונות בפעילות ציבורית וחינוכית במסגרתה היא בין היתר ייסדה את "קרן רמון" ושימשה כנשיאתה. היא מצאה את הכוח לפעול בארץ ובעולם ומיסדה גם את תכנית "מועדון הטייסת" לפיתוח מנהיגות חברתית בליווי טייסי חיל האוויר.

לרונה רמון תואר שני בתחום הבריאות ההוליסטית ואת עבודת התזה שלה כתבה תחת הכותרת "תהליך הצמיחה והטרנספורמציה בעקבות אובדן". בהרצאתה "**כעוף החול – צמיחה מתוך משבר**" היתה נוהגת לומר "הבנתי שהחיים לא יהיו יותר טוב כפי שהכרתי, הבנתי שאני חייבת למצוא מטרה חדשה, לא הייתי צריכה להביט רחוק, מסביבי היו ארבעה ילדים – פרי האהבה. עבורם נאבקתי ועבורם חיפשתי תשובות על כ"כ הרבה שאלות שהציפו אותי, הקונפליקט הביא אותי למקום שהייתי צריכה לחפש תשובות." עוד הוסיפה רונה: "עם מותו של אסף בני היקר הגעתי לתהומות של כאב שלא תיארתי לעצמי, ובו זמנית נולד בי משהו חדש. משפט אחד שכתב לה אסף הניע אותה לפעילות וחזרתה לחיים המשפט היה על כך שהוא ואחיו חונכו ובורכו להתחנך לשאוף להגשמת חלומותיהם, על בסיס האמונה **שכל אחד צריך למצוא את ייעודו בעצמו**"

לסיכום,

עמדתו של האדם כלפי ייסוריו הוא מבחנו הנעלה ביותר. שכן יש לחייו של האדם משמעות עד הרגע האחרון של קיומו. רונה היתה לכולנו דוגמה ומופת וידעה לבחור בתקווה ובשיקום חייה. בעיני דרכה היתה הדגמה חיה לכוחה המרפא של הלוגותרפיה "**כשאין באפשרותנו לשנות את המצב, האתגר הוא לשנות את עצמנו**". (פראנקל). רונה רמון מצאה נתיבי המראה מתוך כאבה והדגימה לכולנו מהי בחירה בחיים ומהי משמעות בחיים.

מקורות:

- אתר און לייף - רונה רמון: "אינני רואה את עצמי כאיוב" 18.12.2018
<https://www.onlife.co.il/news/society/176309>
- אתר מקור ראשון - <https://www.makorishon.co.il/opinion/100661>
- הרצאתה של רונה רמון "כעוף החול" – צמיחה מתוך משבר. "שבה משולבת גם עבודת המחקר שלה בנושא "צמיחה וטרנספורמציה לאחר אובדן"
- מתוך התוכנית "חוצה ישראל" בהנחיית רינו צרור 20 בינואר 2008
- "רונה מדברת על הכל" במוסף "שישבת" של ישראל היום. מאת חגית רון רבינוביץ 18.1.2013
- אתר "מגזין את" 18.12.2018 ציטוטים מעוררי השראה של רונה רמון [/https://atmag.co.il](https://atmag.co.il)
- ריאיון שערכה עם שרי מקובר-בליקוב 28/1/2012 במוסף "סופשבוע" של מעריב
<https://www.makorishon.co.il/nrg/online/1/ART2/330/442.html>
- תוכנית הטלוויזיה "שיחת נפש" בהנחיית פרופ' יורם יובל
<https://www.youtube.com/watch?v=wxMdjEzYiIE>
- פואטולוגיה, ציטוטים והקשרים של פראנקל, אתר בלוגותרפיה
- "לעולם לא אפסיק לשאול" שגית שלמה 21.12.2018
- אתר <http://www.aish.co.il>