



איור: בתיה קולטון

כאב הוא יופי של כלי

הפחד הנוראי מפני כישלון מנהל אותנו, בעיקר בנקודות-חולשה. זו טעות, כי ככה מחמיצים הזדמנות לגדילה, לצמיחה ולבנייה של עתיד טוב יותר. האומץ להיכשל משתלם

יום אחד נכנסה רינה קלדרון, סאמנט ומנחת סרטנות מחברת CFI, לקנות מג'הוקרה למנהל בית-הספר של הילדים. המוכר נתן לה מנן שרוט, קלדרון, צרכנית מודעת, ביקשה ממנו בעדינות מנן אחר, כזה שהפלאטה שלו תבריק ותנצנץ במקום להגיד, בבקשה גברתי, אין בעיה, הוא נכנס לאמזק בלתי מוסבר והתחיל לצרוד עליה. מה קרה ניסתה להרגיע אותו. "אני עשיתי אותך, השתולל המוכר, לא יכול להיות שטעית". מה הבעיה לטעות? לא הצליחה להבין. "אסור", הוא אמר לה, "אסור לטעות".

הפחד הנוראי מפני כישלון מנהל אותנו. בעיקר בנקודות-חולשה. להיכשל או לטעות, מירוטו לחזק את המשפטים הפנימיים שאימצנו עם השנים, כמו "אני לא מספיק טוב", "לא מספיק מוצלח", "לא יפה", שנובעים ממקום של שליטה, מקום מנמך ומעריץ. כמו אותה אישה שהייתה כמורה שהחבוש שלה לא מבטט ממנה, חושב שהיא עובדת בינונית ולא מעריץ את מה שהיא עושה. גם התפקיד שלה לא ממש חשוב. זה לא שלא הציעו לה תפקידים הרבה יותר אטרקטיביים, אבל היא בחרה דווקא בו. למה? במהלך פגישות האימון עם קלדרון היא זרקת משפט אנכי, שהפך לנקודת-משנה, "גם כמשפחה אני לא מספיק חשובה". היא הייתה ילדה רביעית. אחתה הגדולה גידלה אותה כי אימא הייתה עסוקה בקריירה. מאז היא היה בתחושה שהיא לא חשובה. המשפט הופגם הזה ליווה אותה למקום העבודה, לווניות, לחיי האברה. תחושת כישלון מוכתבת מראש.

"כישלון הוא אי-עמידה בציפיות של עצמי ושל המערכת בהשגת יעדים מוגדרים", אומרת קלדרון. "תמיד נלווית אליו תחושה קשה. במלחמת לבנון השנייה, אומה שלמה הייתה בתחושת כישלון, במין קונצנזוס חזק כול, של תחושת חמיצות בלתי נסבלת. הבישולן ותום. אף אחד לא רוצה שיידיעו בו, כי כסף הוא מניע למה שאחרים חושבים עליי. לדימיו. האוטוטם שלנו רוצה לרצות את הסביבה, להוכיח שאנחנו טובים ומצליחים. שחס וחלילה לא יגלו את מה שמסתורי מוחת, כמה אנחנו כעצם לא".

יש כאלה שהכישלון מאיים עליהם עד כדי כך, שיעשו הכול כדי להימנע ממנו. הפרפקציוניסטים, למשל. פרפקציוניסטים שאמורה שלקע ערך של שאיפה למצוינות לקיצוניות מתישה, לרדישה אחרי המושלם. אנשים יכולים לבזבזו חיים שלמים כדי להגיע לאותו רגע מוכר ותיארוטי, שאורך אליו שנייה, ולבזבזו אנרגיות איריות רק כדי לא לטעות ברדך לשם. אנב, הבריחה מכישלון אינה מונעת ממנו לרדוף אחריך. כמה מתסכל יכול להיות מצב שבו אתה מפקדת פרפקט, באמת, אבל משהו שלא תלוי בך התריס הכול.

וריסה אחת של "כריזום" הם אלה שמסרבים להכיר בכישלונות של עצמם. הם אף פעם לא טועים. הם גם אף פעם לא מתמודדים באמת עם הריגשה הויסית שאמורה להגיע אותם אחרי חוסר הצלחה. כנראה בגלל החרידה הנוראית שהיא מעוררת בהם, תחושת חוסר השליטה והאימה שהיא לא תחלוף אף פעם. קלדרון: "כישלון הוא הכרח לצמיחה. זה כמו תינוק שלומד ללכת. אם בפעם הראשונה שייטול החורים יגידו לו

שהו אסור הואי ואנכי לו, הוא לא יתנסה שוב, והתינוק נוטל וקם, ובוכה, ומנסה שוב, עד שהוא מצליח. ואנחנו אומרים, לא נורא, זה כמור. מה שאנב, אנחנו עושים פוזת עם ילדים גדולים יותר. איך אנחנו מגיבים אם הילד נכשל בכוחו? "צריך להכיר בכישלון. אפשר לסבול את התחושה הקשה. אפשר להיות בה ולא לרוץ ממנה. הכרחי רק להיות בהי ככל רגע נתון תחושת כישלון זה לאנכי שליטה ממקום טוב. אסור יגודתי כאן לי. נכשלת, הייתי במקום הכי נמוך, ויש חיים אחרי המקום מות". הפחד מהכישלון גרוע מהכישלון עצמו. אנחנו מפחיתים מהפחד. אני אעז לומר שלמידה עצמית היא הרבה יותר משמעותית מהמקום של כישלון ומשבר, כאשר במקום של המוכ, כי התחושה כל-כך עוצמתית, שהרצון לא לחזור לשם מניע אותנו קדימה. הכאב הוא יופי של כלי, ואפשר להשתמש בו לטובתנו.

"לא למדתו אף פעם לרכוב על אופניים", נוכרת קלדרון בחיך. "כנראה שבילדות ניסיתי, ומשום-מה זה לא יצא לשועל. כשגנא שעברה הרמתי טלפון לרדוף אופניים", שלמטר ילדים לרכוב. המישה חודשים הטלפון שלו היה אצלי. תגיד, הוא שאל אותי כשנכנסנו בפעם הראשונה, מה מחזיר אותך ארצתי, ליפול. וליפול זה להיכשל. לא רק שם בחיים. כעבר הייתי פרפקט. כל רכב תכננתי, ברכתי ווידאתי. באיזה שהוא שלב שיניתי גישה. התחלתי להאמין שהרברים מסתירים גם כלי גובה מטר של ניידת. כדי להתמודד עם הפחד להיכשל בחינן מורה, במרחב בטוח כל השיעור הראשון הצלחתי לחזיק מעמד ולא ליפול, ובסופו עפתי מהאופניים. ומה גיליתיה אז נפלת. זה הכול. ואו אימצתי לי שני סגנים של בליטה או כמעצורדי, או בהתרסקות על הרצפה אפילו נהגתי מזה. היו לי סגנים כחולים שהיו בשבילי הכי מתוקים בעולם.

"כשנכשלים זה כאילו ללכת עם שלט 'אני לא מסוגל'. יש כאלה שלא מסוגלים לשאת את הבושה. את אות-הקין. רק שבאופן פרוקסלי, ככל שתגסה להסמיר את הרגשות הקשים, הסביבה תעצים ותוציא אותה החוצה. אם תשכור על שגרה ותתנתג כריגל, אנשים לא יעזו להתקרב. בתקופת כישלון אנשים מחפשים מנהיגות, כוח שישוריד את המשבר. גם חוסר הודאות מוציא מהאיפוס. עד היום הייתה לי נוסחה מנצחת, ופתאום לא רק שהיא לא עובדת יותר, היא מסיבה נוקים. אין כמה להיאחו. כנקודה הזאת צריך לעשות הפרדה בין התחושות לעובדות. לפעול כלי אמוציות.

לכרוך מה גרם לכישלון. ללמוד. לא להכות ולא להאשים. זה אולי נעים, אבל לא מוביל לשום מקום. "הכי חשוב לכוך שכישלון, אישי או לאומי, הוא הודמנת לבנות עתיד טוב יותר. חודמנת לערוך רשימה של כל מה שצריך לשנות, ולהבין שאי-אפשר יהיה לשנות סדר-יעולם בבת-אחת. אנונו צמודים למשאבים וחייבים לתעדף אותם. כאן צריך לחזור לבסיס. לחזון. למה שהגיע אותנו. לכרוך האם פעלנו מתוך אי-נרציה או מגניע עמוק. ואו להגיע להחלטות ולהפוך אותן ליעדים. ולכוך את הכישלון, כמו שעושה ז'נרעת המילואימניקים. התוכורת הזאת אף פעם לא מדיקה".

אופרטיבי

1. צריך להכיר בכישלון ולא לברוח מהתחושה הקשה. לא הכרחי להיות בהי בכל רגע נתון. תחושת כישלון זה לאבד שליטה במקום טוב.
2. הפחד מהכישלון גרוע מהכישלון עצמו. למידה עצמית היא הרבה יותר משמעותית ממקום של כישלון ומשבר. אפשר להשתמש בכאב לטובתנו.
3. צריך לעשות הפרדה בין התחושות לעובדות. לפעול בלי אמוציות. לברוק מה גרם לכישלון. ללמוד. לא להכות ולא להאשים. זה אולי נעים, אבל לא מוביל לעולם מקום.
4. כישלון, אישי או לאומי, הוא חודמנת לערוך רשימה של כל מה שצריך לשנות, ולהבין שאי-אפשר יהיה לשנות סדר-יעולם בבת-אחת.