

הרפואה המשולבת

**דרך שלושים ושתיים
האינטליגנציות.**

**Integrative Health
Via the
32 intelligences.**

הרציונאל למפגש
בין הרפואה המדעית
לרפואה ההוליסטית,
לצורך יצירת
רפואה משולבת.

מאת:
לוסקי דניאל

תבנית
ייחודית
**לרפואה
המשולבת**
עבור
**מרכזים
רפואיים**
ועבור
מטפלים
ועבור
אנשים
שהבריאות
קרובה
לליבם

**"החבור הזה לא חיברתיו ללמד לבני האדם
את אשר לא ידעו,
אלא להזכירם את הידוע להם"**

רבי משה חיים לוצטו.
מסילת ישרים (תשמ"ח)

Danny Lousky

Integrative Health
Via the 32 intelligences

הרפואה המשולבת

דרך 32 האינטליגנציות

כל הזכויות שמורות לדני לוסקי

ת.ד. 50140 תל אביב 68012
1800-33-99-66

info@lousky.co.il

אתר מכללת לוסקי:

www.lousky.co.il

אותך

מוותר להעתיק, לפרסם, להפיץ בכל צורה שהיא,
כל חלק שהוא מהחומר שבספר זה למטרות לימודיות
תוך ציון שם הספר, שיטת לוסקי ושם המחבר.

אסור

אסור להעתיק, לפרסם, להפיץ בכל צורה שהיא,
כל חלק שהוא מהחומר שבספר זה למטרות אישיות או מסחריות.

אזהרה

העמדות, העצות, ההמלצות והתרופות המובאות בספר זה הן כלליות ואינן
מותאמות למטופל מסוים, והן אינן בשום פנים ואופן תחליף לייעוץ וטיפול
רפואי מקצועי. בכל מקרה יישומם הלכה למעשה הינו על אחריותו הבלעדית
של הקורא.

אזהרה - אל תנסה לאבחן או לטפל בעצמך ללא ייעוץ רפואי מוסמך.

דאנאקוד - 800-960110
מסת"ב - 965-7260-02-7 - ISBN

נדפס בישראל
מהדורה ראשונה 2006

הרפואה המשולבת

דרך 32 האינטליגנציות

מחקר איכותני

ספר זה מסוגל לאור,
שמוזה ואתה.

תוכן עניינים

<u>עמוד</u>	<u>תוכן</u>
	<u>מבוא</u>
11	
12	הליך המחקר
15	מטרת המחקר ומתודולוגיה
	<u>בריאות בראי האינטליגנציות</u>
17	
19	בריאות הוליסטית
21	הרפואה המשולבת
23	הרפואה המשולבת בישראל
24	ניהול בריאות המטופל במקום ניהול המחלה
26	ספר יצירה
27	קיצור תולדות חקר האינטליגנציות
31	שלושים ושתים האינטליגנציות
39	דימוי עצמי ואינטליגנציות
	<u>תבנית ליצירת רפואה משולבת</u>
43	
47	סולם הבריאות
59	המנוע לשינוי
67	תרופות הוליסטיות
81	סל הטיפולים
99	מעגל המטפלים
	<u>החזון</u>
105	
109	חזון הרפואה המשולבת
113	תורת השפות המרובות
119	תקציר המחקר
123	נספח: הנוסח המלא של ספר יצירה
134	מקורות

תודות

תודה לבורא עולם על השמחה וההתרגשות שליוו אותי בכתיבת ספר זה.

תודה לאור, אשתי ולמשפחתי, על התמיכה הבלתי מסויגת. תודה גדולה לתלמידי מכללת לוסקי, דרכם אני חווה, בהתרגשות, את השינויים.

תודה מיוחדת - לד"ר קן מנהל בית חולים הרצוג בירושלים, לאורנה כהן משנה למנכ"ל, לד"ר יקיר קאופמן, לד"ר אפרים יהול, למנהלי המחלקות, לצוות הרופאים, המטפלים והמנהלים, על שאפשרו לי ללמד וליישם את המודל לרפואה משולבת בבית חולים הרצוג.

אני שולח אהבה לאנשים היקרים מ"מהות החיים" - שרי, עופר, אירית, ענת, טובה, קרן, שגית, ולכל צוות המנחים, על תרומתם לשלום העולם.

תודה למורים היקרים שלי, אשר דבריהם וברכתם מלווים את עבודתי, תמיד.

תודה מיוחדת לד"ר תמי אילת יגורי על ההנחיה, התמיכה והליווי המחבק בכתיבת המחקר על פי כללים מדעיים.

אור ואהבה

דני לוסקי

מבוא

כאשר גיליתי את ספר יצירה¹, ידעתי שיבוא יום ואכתוב על הספר, בדרך שונה מהדרך בה אני נוהג לכתוב. הפעם רציתי להציג את ספר יצירה, המיוחס לאברהם אבינו, על פי כללים מדעיים ובכך לתרום לחשיפת "סודות החיים" על פי ספר יצירה, בפני אנשי רפואה ומטפלים. עבורי, ספר יצירה הוא אמת מוחלטת. ספר יצירה מתאר 32 נתיבות - תבנית, גמישה, לתוכה ניתן לצקת כל אתגר. החיים, על פי ספר יצירה, הם תבנית בת 32 נתיבות. תבנית היא כמו צלילים בהם ניתן להלחין שירים הרבה, כמו צבעים באמצעותם ניתן לצייר ציורים הרבה. השירים והציורים הם המציאות המשתנה בעוד הצבעים והצלילים הם המציאות המוחלטת. התבנית של ספר יצירה, מאפשרת לכל אדם ליצור את ה"ציור" ואת ה"שיר" הייחודי שלו. תבנית הרפואה המשולבת על פי ספר יצירה, נותנת מענה למרכזים הרפואיים ולמטפלים ליצור את הרפואה המשולבת הייחודית להם, בהתאמה לצרכי המטופלים. התבנית המוצעת, בספר זה, היא שילוב של ידע עתיק (ספר יצירה), עם ידע מדעי עדכני.

המניע לכתיבת ספר זה, היה הצורך שנוצר בעולם הרפואה. הצרכים הסותרים, המתח הקיים בין המטופלים ובין המטפלים קוראים להסדרה של הרפואה ההוליסטית לצד הרפואה המדעית. נושא זה אינו יורד מסדר היום של המרכזים הרפואיים, המכללות המכשירות מטפלים, המטפלים עצמם והמטופלים שמבקשים מזור. עבורי הנושא הוא מרכזי ודרך חיים. אני חולק את ניסיוני עם צוות הרופאים והמטפלים בבתי חולים הרצוג בירושלים, בקליניקה שלי ובבית הספר להכשרת מטפלים בתל אביב (מכללת לוסקי). השילוב בין הרפואה ההוליסטית והרפואה המדעית הוא עובדה בשטח ובלתי נמנע, כמו הקשר והסיוע ההדדי המתחייב בין בני אדם בכל מקום בעולם.

אני שמח וגאה על תרומתי, מאהבה גדולה לחיים.

¹ נוסח ספר יצירה, המיוחס לאברהם אבינו, מצורף במלואו כנספח.

הליך המחקר

המחקר מציג תבנית ייחודית לרפואה המשולבת עבור מרכזים רפואיים ועבור מטפלים. הסקירה הספרותית מאפשרת הכרות עם מגוון הנושאים הנוגעים לרפואה המשולבת דרך 32 האינטליגנציות. בתחילת הסקירה, תוצג הרפואה ההוליסטית, וכן הניסיון שכבר קיים בתחום זה בארץ, אציג את קיצור חקר האינטליגנציות ואת 32 האינטליגנציות על פי ספר יצירה (שיטת לוסקי). מכאן הדרך פתוחה להציג את חמשת המאפיינים ליצירת תבנית ומסגרת עבודה לרפואה משולבת² דרך 32 האינטליגנציות, עבור מרכזים רפואיים ועבור מטפלים, ועריכת דיון בהם.

מחקר זה מציג תבנית ייחודית לרפואה משולבת דרך 32 האינטליגנציות. מחקר זה אינו עוסק באימות היתרונות או השוואה של תבנית הרפואה המשולבת דרך 32 האינטליגנציות ביחס לתבניות אחרות. תרומתו של מחקר זה היא בהצגת תבנית ייחודית ופשוטה לרפואה המשולבת, דרכה, מרכזים רפואיים ומטפלים יכולים ליצור את התמהיל הטיפולי הייחודי שלהם בהתאמה לאוכלוסיית המטופלים. החומר התיאורטי הרב שעומד בבסיס המחקר לא יכלל כולו בעבודה זו, בשל מגבלת היקף העבודה הנדרשת מסוג מחקר זה ואולם במסגרת הדיון, תעשה הפניה למקורות נוספים להשלמת התמונה הכוללת. התבנית המוצעת מורכבת מחמישה מאפיינים, שהם שאלות משנה, לשאלת המחקר, העולות מ- 32 הנתיבות של ספר יצירה, הם: סולם הבריאות, המנוע לשינוי, תרופות הוליסטיות, סל הטיפולים ומעגל המטפלים.

1. סולם הבריאות. בחלק זה אציג את 32 האינטליגנציות כתבנית המייצגת את האדם השלם על פי ספר יצירה (שיטת לוסקי). כמו כן אציג את החלוקה לארבעה רבדים כסולם הבריאות השלם ליצירת רפואה שלמה. על פי ספר יצירה, שלושים ושתיים האינטליגנציות מייצגות את כל המציאות האנושית: רצונות, תכונות, תחושות, גישות, אמונות, איברים בגוף, צבעים, ריחות, צלילים ועוד (לוסקי 2005). לכל אדם יש שלושים ושתיים אינטליגנציות במינון ומדרג ייחודי. אציג כיצד פרופיל אישי של אדם מהווה את השפה

² "רפואה משולבת" היא גישה טיפולית המשלבת שיטות טיפול שונות מתחום הרפואה ההוליסטית והרפואה המדעית לכלל טיפול משולב אחד.

הייחודית בה הוא מתפקד ויכול להצטיין. אציג כיצד אינטליגנציה בקבלה תאפשר ירידה בסולם הבריאות, בעוד אינטליגנציה בנתינה תגרום לעליה בסולם הבריאות.

32 האינטליגנציות מתחלקות לארבעה רבדים, ארבע הרבדים מבטאים את כל היש, הם יוצרים רצונות מנוגדים ומשלימים המאפיינים צרכים ואתגרים משתנים לחיים מלאים. החלוקה לארבעה משקפת את הקשת השלמה של החיים - ארבעה יסודות: אור, אש, מים, אדמה. ארבע מציאויות: דומם, צומח, חי, מדבר. ארבע משימות חיים: אהבה, קריירה, כסף, בריאות. ארבעה רבדים: גופני, רגשי, שכלי, רוחני. אציג כיצד פעולה משולבת ותנועה בתוך ארבעת הרבדים מבטיחה איזון לגוף ולנפש ומאפשרת רפואה שלמה.

2. המנוע לשינוי. בחלק זה אציג את המנוע לשינוי פנימי, כפי שמורה ספר יצירה, דרך הרצון לקבל, הרצון לתת, לעליה וירידה בסולם הבריאות. אציג את הקוטביות המופיעה בכל תופעה בטבע, בכל אינטליגנציה ובכל רובד, ואת המאבק הבלתי פוסק בין הרצון לתת ובין הרצון לקבל כמנוע לשינוי פנימי ולמעבר מרובד לרובד.

3. תרופות הוליסטיות. בחלק זה אציג 32 פעולות אנושיות פשוטות והקשר שלהן ל- 32 האינטליגנציות, כגון: מקלחת, אכילה, הליכה, חיבוק, נשיקה, תשומת לב. כאשר פעולות אלה מתבצעות מתוך מודעות - רצון לתת או רצון לקבל שבהן, הופכות לתרופות הוליסטיות, לשינוי פנימי, לעליה וירידה בסולם הבריאות.

4. סל הטיפולים. סל הטיפולים ליצירת רפואה שלמה מחייב שיטת טיפול אחת, לפחות, מכל רובד. בפרק זה אפרט לגבי 4 שיטות טיפול, שיטה אחת לכל רובד של סל הטיפולים, לצורך הדגמת סל טיפולים. כמו כן, אציג שיטות טיפול פעילות ברפואה ההוליסטית. וכן כיצד לכל שיטה טיפולית יש היבט מרכזי הקשור לאחד מארבעת הרבדים, וכיצד בחירת שיטת הטיפול צריכה להתבצע על בסיס יכולתה לטפל ברובד מסוים. וכן את ההמלצה, למרכזים רפואיים ולמטפלים, לאמץ סל טיפולים משולב. כלומר - בחירת שיטות טיפול בהתאמה לרובד.

5. מעגל המטפלים. בחלק זה אציג את "מעגל המטפלים" - תהליך טיפולי בן עשרה שלבים, על פי ספר יצירה. ספר יצירה קובע שכל תהליך טיפולי מתבצע בעשרה שלבים: "הביט, ראה, חקר, הבין, חקק, חצב, צרף, יצר, חשב, עלתה בידו". זהו תהליך מכוון ומודע, רצף גנטי ליצירת מציאות חדשה.

לסיכום, אציג את חזון הרפואה המשולבת, את דרכי העבודה והשילוב בין הרופא, בגישה המדעית, והמטפל, בגישה ההוליסטית. כמו כן אציג את הביטוי המעשי של הרפואה המשולבת (ריפוי כתהליך חינוכי נרכש), כפי שחוויתי אותו באופן אישי.

מטרת המחקר ומתודולוגיה

מטרת המחקר: לפתח תבנית לרפואה משולבת דרך 32 האינטליגנציות, עבור מרכזים רפואיים ועבור מטפלים. אחוז גבוה של מטופלים פונה לרפואה ההוליסטית המציעה שיטות טיפול, רבות, לא מאורגנות ולא מוסדרות בחוק. מטפלים ורופאים רבים מגדירים את עצמם מטפלים ברפואה משולבת, מרכזים רפואיים אחדים פתחו מחלקות ומשתמשים במונח "רפואה משולבת". הרפואה המשולבת מתהווה והופכת לעובדה בשטח.

תרומתו של המחקר היא בהצגת מסגרת עבודה - תבנית לעיצוב רפואה משולבת עבור מרכזים רפואיים ועבור מטפלים, דרך שלושים ושתיים האינטליגנציות, על פי ספר יצירה. מסגרת זו מתאימה, בדרך מיוחדת, את סוג הטיפול לאופי הבעיה של המטופל. מסגרת זו מתבססת על תרגום של חוכמת עבר (על פי ספר יצירה, המיוחס לאברהם אבינו) לחשיבה ופיתוח עכשווי (בהתאם ל- 32 האינטליגנציות - שיטת לוסקי).

שאלת המחקר

מהם המאפיינים המרכזיים המתחייבים ליצירת תבנית ומסגרת עבודה לרפואה משולבת דרך 32 האינטליגנציות, עבור מרכזים רפואיים ועבור מטפלים, על פי ספר יצירה?

שיטת המחקר

המחקר משלב את השיטה הפנומנולוגית והשיטה ההרמנויטית. שיטות מחקר אלו נבחרו בשל הביטוי האישי הרחב שהן מאפשרות לחוקר. הביטוי הרחב של החוקר יאפשר גיבוש שיטת מחקר ייחודית המתחייבת מחקירת הנושא שעדיין לא נחקר וכן ממורכבות הנושא ומהותו (המחייב התבוננות אישית) של המחקר העומד לפנינו. המחקר יושתת על הגישה הפנומנולוגית פרשנית מיסודו של אלפרד שוץ (Schutz, 1971), לפיה פעולות וסמלים מתפרשים תמיד דרך הסיטואציה הייחודית שבה מוצא אדם את עצמו בעולם, בכל רגע נתון של קיומו.

שיטת המחקר הפנומנולוגית איכותנית נסמכת על ההנחה כי בסיוע כלים איכותניים ניתנת לחוקר אפשרות להגיע בצורה מעמיקה וממוקדת יותר למרכז ההווה האנושית, תוך עיבוד וניתוח הממצאים בהקשרם הכוללני Miles & Huberman,

(Smith, 1979, 1984). על פי הגישה הפנומנולוגית, לא קיימת אמת או מציאות אובייקטיבית אחת, כי אם ריבוי מציאויות המוכתבות על ידי המשתתפים. הנחת היסוד היא שתפיסת המציאות היא סובייקטיבית ותלויה בעיני המתבונן. המחקר הפנומנולוגי שואף לאתר, לתאר ולהבין את החוויות הללו. גישה זו מדגישה את היתרון בהבנה ובפירוש סובייקטיבי של תופעות חברתיות, ומאפשרת הבנה עמוקה של המשמעויות והחוויות של הפרט כפי שהן נתפסות על ידו.

השיטה האיכותנית פרשנית (הרמנויטיקה) מבוססת על ניתוח מקורות כתובים. ההרמנויטיקה היא תיאורית או פילוסופיה של נתינת משמעות לדברים על ידי פירושם (Bleicher, 1980). במחקר זה בחרתי את ההרמנויטיקה הפילוסופית הכוללת את התיאוריות של היידגר, גדמר וטיילור, לפיה ניתן למצוא בטקסט משמעויות שונות התלויות בפרשן. גדמר טוען כי "כל הבנה היא פרשנות" (לוי 1986). ההנחות המוקדמות של חוקר משפיעות על התייחסותו לטקסט, וכך, בעצם, מאפשרות לו לשפוט את הטקסט ולגלות בו דברים חדשים ומקוריים.

לסיכום: המתודולוגיה של הפנומנולוגיה מאופיינת בגישה מחקרית השואפת להיות חסרת הנחות מוקדמות. זוהי מתודולוגיה השואפת להדוף מבעוד מועד הליך מחקר, טכניקות מחקריות ומושגים אשר ינחו את החקירה. לפנומנולוגיה ולהרמנויטיקה יש דרכי חקירה מסוימות, אולם, הדרך לא נקבעת מראש על ידי ציוני דרך, אלא יש לגלות את הדרך או להמציאה בהתאם לשאלה הנחקרת. גישה זו עולה בקנה אחד עם גישתו של ספר יצירה, המציג שיטה והורס אותה, כדי לפתח שיטה חדשה, ובכך, למעשה, מכוון לכך שאין, בסופו של דבר, שיטה. הפן המחקרי העיקרי בעבודתי מתבטא בפרשנות מקורית לחמשת המאפיינים של הרפואה המשולבת על פי ספר יצירה, לצורך יצירת תבנית ייחודית ופשוטה לרפואה המשולבת. יודגש כי הגישה הפנומנולוגית היא "המשקפיים" דרכם אני מנתח, חוקר ומנסח את היישום של 32 האינטליגנציות, כפי שאני מבין אותם על עצמי ועל אחרים. הגישה ההרמנויטית מתייחסת לפרשנות לספר יצירה והאפשרות להביא את ההסבר ליישום מעשי.

בריאות

בראי האינטליגנציות

בריאות בראי האינטליגנציות

בפרק זה אציג את שדה הרפואה ההוליסטית וכן את הרפואה המשולבת בראי האינטליגנציות ותבנית 32 האינטליגנציות על פי ספר יצירה. נושאים אלה הם הבסיס התיאורטי לדין בשאלת המחקר.

בריאות הוליסטית

הצגה ביקורתית של הבריאות המדעית לצד הגישה ההוליסטית וכן תיאור הקשר בין גוף ונפש בגישה ההוליסטית, הם הרציונאל למפגש בין הרפואה המדעית לרפואה ההוליסטית, לצורך יצירת רפואה משולבת.

על פי האנציקלופדיה העברית (1961), מקור המילה "הוליזם" הוא יווני ופירושו המילה הוא "שלם". ההוליזם תופס את הכוליות כגורם בסיסי במבנה העולם. ההוליזם רואה את העצמים בטבע, את החי ואת הדומם כשלמות הגדולה מסך כל חלקיה. השלם הוא מציאות ראשונית וייחודית. המפגש של יסודות שונים בזמן ובמרחב מוגדרים יוצר תוצאה ייחודית, גילוי של תכונות חדשות שלא ניתן היה לצפותן מראש על סמך ניתוח כל חלק של המציאות בנפרד. בריאות הוליסטית היא דרך חיים ותפיסת עולם הרואה את האדם במרכז.

כדי להבין את התפקיד המיוחד של הבריאות ההוליסטית יש צורך להשוותה לרפואה המדעית. בן דב (2005), מדען וחוקר העוסק בשאלות גוף נפש טוען, כי: "כאשר אנו מדברים על ריפוי, אנו חייבים להתייחס לאדם השלם, ולא רק למרכיביו הנבדלים. זהו ההבדל היסודי בין שיטת הרפואה המדעית לבין שיטות של רפואה חלופית" (בן דב 2005). לדברי בן דב, הרפואה המדעית מבוססת על ההנחה שאפשר לטפל בתופעות נפרדות בתוך המערכת האנושית. ואכן, שיטת הרפואה המדעית מחלקת את האדם למערכות שכל אחת מהן היא נושא להתמחות רפואית נפרדת. רופא עיניים, למשל, איננו מתמחה בבעיות לב, ולהיפך. לפיכך, אם אנו מגיעים לרופא עם מחלה הפוגעת במערכת הנמצאת בתחום התמחותו, הוא יכול להציע לנו פתרון מספק. אולם אם, כפי שקורה, אנו מגיעים לרופא המדעי עם מחלה הפוגעת במערכות השייכות לתחומי התמחות שונים. במקרה כזה נצטרך לנוע בין רופאים מומחים שונים, שכל אחד

מהם יכול לומר דברים אחרים, ולעיתים, לרשום תרופות הסותרות את מה שהמומחה, האחר, אמר ועשה.

אפשר להבין את ההבדל הזה אם נתבונן בתפקיד שהגוף האנושי השלם ממלא בריפוי. בשיטת הרפואה המדעית, אין לגוף שום תפקיד, והוא אף מופיע כגורם מפריע. לדוגמא, עיקר פעולתו של הרופא המנתח הוא חיתוך רקמות הגוף כדי להגיע לחלק הפגוע, ולכן היותו של החלק המטופל בתוך הגוף החי נתפס כבעיה ולא יתרון. באופן דומה, גם השפעות הלוואי של תרופות מופיעות בגלל קשרי הגומלין הסבוכים בין המערכות השונות בגוף, והמצב האידיאלי לפעולת תרופה הוא 'במבחנה', כשהתאים שעליהם היא פועלת מבודדים מסביבתם. לעומת זאת, הרפואה ההוליסטית רואה את האדם השלם, מתבססת על תהליכי ריפוי טבעיים, במטרה לחזק את הגוף ולאפשר לו להתמודד עם המחלה ביתר הצלחה.

בהיבט של גוף נפש "כאשר אנו מגיעים לרופא, איננו משאירים את הנפש מחוץ לחדר הטיפולים. ההיבטים הנפשיים של מחלה מהווים חלק חשוב גם בהתפתחות המחלה וגם בתהליך הריפוי" (בן דב 2005). ההבדל העקרוני בין המדען לרופא - המדען מחויב "לאמת המדעית", כלומר לאמת ששיטות החקירה של המדע מסוגלות לגלות. לעומת זאת, הרופא מחויב לריפוי, ויעדיף מצב שבו המטופל יתרפא מהסיבות "הלא נכונות" על מצב שבו הוא ימות מהסיבות "הנכונות".

הרפואה המשולבת

בחלק זה, אבהיר מהו שילוב, אציג את המושגים הקשורים ברפואה המשולבת ואסקור את מצב הרפואה המשולבת בישראל תוך בחינת תמהיל הטיפולים במרכזים הרפואיים השונים. בחלק זה, נראה כי הדרך בה נבחרו הטיפולים עבור הרפואה המשולבת, במקרים רבים, נבעו משיקולים של נוחות או "היצע וביקוש" ולא מרציונאל טיפולי.

"רפואה משולבת" משמעה, שילוב שיטות טיפול שונות (הוליסטיות ומדעיות) בסל הטיפולים כדי לתת מענה לריפוי גוף ונפש בארבעה רבדים: רוחני, שכלי, רגשי וגופני³.

במהלך ההיסטוריה האנושית, הציגו חוקרים רבים עמדה בזכות הרפואה המשולבת ואולם מעולם, עניין זה, לא הבשיל בשדה העשייה כפי שהוא מתהווה בימים אלה.

ספר יצירה⁴, המיוחס לאברהם אבינו, היה הראשון שהורה את הגישה המשולבת. הקשר בין הספירות והאותיות (זכר ונקבה) ויצירת ארבעת הרבדים: רוחני, שכלי, רגשי, גופני - חושים, כוחות פנימיים, השפעות חיצוניות, והקשרים בין הרצון לתת והרצון לקבל. קשרים בין האיברים בגוף לעונות השנה, למזלות, לכוכבים, למידות, לעומקים, לתכונות אנושיות ולאינטליגנציות – הכל קשור, הכל אחד (לוסקי 2005). ניתן לראות בדברים אלה, קביעת כללים בסיסיים עבור הרפואה המשולבת.

התייחסות לבריאות בגישה הוליסטית, נמצאת גם אצל סוקראטס שהזהיר לפני אלפיים ארבע מאות שנה, כי חלק אינו יכול להיות בריא אלא אם כל השלם בריא. גם יאן סמאץ הציע בשנת 1926 לראות את החיים כישות הגדולה ושונה מסכום חלקיה. לדברי סמאץ, כאשר מגבילים דברים לפרספקטיבה מסוימת חלקם הולך לאיבוד. גם אם ניתן לבחון כל חלק בנפרד עדיין תהייה חסרה הפרספקטיבה של השלם שהיא עמדת העל. מודל ארבעת הרבדים, המתאר את האדם השלם (גופני, רגשי, שכלי ורוחני) מופיע בתורות המזרחיות – בבודהיזם של בודהה (שמונה הנתיבים, 2500 לפנה"ס), ובטאואיזם של קונפוציוס (קונג פו צה 551-479 לפנה"ס) (פרלה 2000)⁵. המודל התבנית

³ פירוט והרחבה של הגישות השונות למודל ארבעה הרבדים נמצא בפרק על סולם הבריאות.

⁴ ספר יצירה מיוחס לאברהם אבינו, פירוט אודות הספר בהמשך לפרק זה.

⁵ פרלה, מטפל ברפואה סינית שכתב את הספר "הרפואה הסינית"

לתיאור השלם, הוא חלק בלתי נפרד משיטות הטיפול ההוליסטיות. ארבעה רבדים לתיאור השלם נמצא ברפואה היהודית וגם בפילוסופיה המערבית. לרפואה המשלימה הקרויה גם רפואה הוליסטית (שלם) כמה שיטות טיפול שבייסודן עומדים שני עקרונות מהותיים:

1. האדם הוא ישות שלמה אחת ובה מתקיימים קשרי גומלין דינאמיים בין גוף לנפש בארבעה רבדים – גופני, רגשי, שכלי ורוחני.

2. לכל אדם יש כוחות ריפוי פנימיים שניתן להעצימם ולכוונם לביצוע עבודת הריפוי.

מחלה קשורה בהפרת האיזון העדין הקיים בין גוף לנפש. לכן השאיפה הראשונה בתהליך הריפוי היא להגיע לנקודת שיווי המשקל כדי לאפשר לכוחות הריפוי הפנימיים האצורים בכל אדם מצע טוב ותנאים הולמים לפעולה. השאיפה להרמוניה ואיזון קיימת לא רק בזמן חולי, היא חיונית אף יותר כדי לשמר את הבריאות ולמנוע התפתחות מחלות. לקשר גוף נפש ויחסי הגומלין ביניהם יש סימוכין מדעי (שכטר 2004)⁶, תחום מדעי מחקרי העוסק בקשרים אלה קרוי פסיכונירואימונולוגיה (פסיכו – מוח: נירו – דרך הנוירונים או מערכת העצבים: אימונו – פעילות מערכת החיסון: לוגיה – מדע). עבודות מחקר רבות הוכיחו שיש קשר בין מדע הבוחן את המוח ובין מערכות החיסון וכן שיש קשר בין לחץ ובין פעילותה של כל מערכת בגוף. לדברי שכטר (2004), קיימת הוכחה מדעית שלחץ פוגע בפעילות הלב, מגדיל את הסיכוי לחלות ופוגם בסיכויי ההחלמה. בעבודות אחרות, הדגימו שאפשר לשפר את פעילות מערכת החיסון באמצעים פשוטים כגון פעילות גופנית, הרגלי שינה ואכילה נכונים, אופטימיות ואפילו צחוק. בעבודות שבהן נבדק הקשר בין חשיבה אופטימית להחלמה ממחלות קשות כמו מחלת לב, שבץ מוחי וסרטן, נמצא שיש קשר ישיר בין גישה חיובית ואמונה ביכולת ההחלמה ובין החלמה. שכטר (2004) טוענת כי אנשים שהאמינו שיחלימו או מצבם הנפשי היה טוב יותר, התמודדו טוב יותר עם חולי וסיכויי החלמתם גדולים יותר. מכאן שאין מדובר בגישות סותרות – אפשר בהחלט לנסח נוסחה טובה המשלבת בין הרפואה המדעית והרפואה ההוליסטית.

⁶ ד"ר ליאורה שכטר היא רופאה, מנהלת מכבי טבעי.

הרפואה המשולבת בישראל

רפואה אינטגרטיבית אינה מקבילתה הפשוטה של רפואה משלימה. בעוד שרפואה משלימה מתייחסת לאוסף גישות אבחון וטיפול אשר אינן נלמדות בבתי הספר לרפואה, הרי שלרפואה אינטגרטיבית יש משמעות רחבה יותר ויעד ארוך טווח. היא מתמקדת בתפיסה של בריאות וריפוי מול תפיסה הממוקדת במחלה. היא רואה את המטופל כאדם שלם המורכב גם מנפש ומרוחניות ומשלבת אספקטים אלו באבחון ובטיפול (רייס, ל. וייל, א. 2001).⁷ בנוסף, גישה זו מחייבת את המטופל והרופא להיות מעורבים בו זמנית בשמירת הבריאות על-ידי הפניית תשומת לב למרכיבי אורחות החיים כמו תזונה, פעילות גופנית, מנוחה, שינה, וטיבם של מערכות יחסים. הרפואה ההוליסטית היא רפואה בעלת ערך רב לטיפול במטופל לכן היא חייבת להיות משולבת במסגרת רפואת העתיד - רפואה משולבת *integrated medicine*, שילוב אשר לא רק יכלול את הגישות המשלימות כדרך טיפול, אלא יהווה שינוי מהותי של תפיסת הבריאות ואורח חיים. את הרפואה האינטגרטיבית החלו המטופלים לקדם על דעת עצמם. מבחינה תפיסתית, ישראל היא מהמובילות המעשיות בתחום זה ואף הרחיקה לכת כאשר בשנת 1991 נפתחה בישראל מרפאה, הראשונה לרפואה משולבת בבית חולים האוניברסיטאי אסף הרופא, תהליך אשר זכה בזמנו להתנגדות מצד הממסד הרפואי. בסוף העשור גדל בישראל מספר בתי החולים המשלבים רפואה הוליסטית ל-10. במקביל פתחו קופות החולים את שעריהן והחלו מספקות שירותי רפואה הוליסטית למבוטחים, במסגרת הביטוח המשלים. בישראל ניתן סל השירותים המגוון ביותר בתחום הרפואה ההוליסטית/משולבת בהשוואה למדינות המערב (רייס, ל. וייל, א. 2001). רמת השילוב בישראל במערכות השונות הצליחה לשלב לא רק בין גישות משלימות ובין רפואה קונבנציונאלית אלא גם בין גישות משלימות, בינן לבין עצמן, תחום בו ישראל היא "חלוצה עולמית" (רייס, ל. וייל, א. 2001).

⁷ דברים מתוך מאמר מערכת ב: The general medical journal website תחת הכותרת "על פריצת הדרך של הרפואה המשולבת בישראל" אותו כתבו ד"ר לסלי ריס וד"ר אנדרו וייל.

ניהול בריאות המטופל במקום ניהול המחלה

הרפואה המשולבת, משלבת שיטות טיפול וגישות שונות. שילוב של השיטות המדעיות עם הגישות ההוליסטיות וכן שילוב בין הגישות ההוליסטיות לבין עצמן, נעשה במטרה ליצור סל טיפולים אינטגרטיבי לטיפול באדם כיחידה שלמה אחת. הרפואה המשולבת מטפלת ברובד הפיסי, דרך תרופות וניתוחים, שיטות טיפול גופניות הוליסטיות, כגון: דיקור, עיסוי או תנועה. טיפולים ברובד הרגשי, כגון: שילוב אמנויות. ברובד השכלי, טיפולים, כגון: דמיון מודרך. וברובד הרוחני, טיפולים, כגון: מדיטציה.

בפועל, מרבית המרכזים הרפואיים אינם יוצרים את האינטגרציה הזו. בבואם לבחור את סל הטיפולים, נוטים, המרכזים הרפואיים, לבחור שיטות טיפול גופניות, כגון: עיסוי, תזונה, הומיאופתיה, רפלקסולוגיה, תנועה. ובמקרים רבים מתעלמים משיטות טיפול רגשיות, שכליות ורוחניות.

בעיית העדר האינטגרציה אינה בלעדית למרכזים הרפואיים, גם הבריאות ההוליסטית המגדירה את עצמה ופועלת על פי תבנית המשלבת ארבעה רבדים לטיפול בשלם, נותנת רק מענה חלקי ולא שלם לשילוב בין השיטות והגישות השונות. המטפל ההוליסטי מציין ומונה את שיטות הטיפול בהן הוא עוסק. הוא מזהיר: "אני מטפל בשיאצו, רפלקסולוגיה ותזונה". ומטפל אחר מזהיר: "אני מטפל בהלינג וצמחי מרפא". המטפל ההוליסטי אינו לומד או בוחר את שיטות הטיפול שלו מתוך הצורך ליצור אינטגרציה בין ארבעת הרבדים. הוא מכשיר את עצמו על פי נטיות הלב שלו, או על פי ההיצע והביקוש בשוק הרפואה ההוליסטית. למרות הרצון המוצהר של המטפלים ההוליסטים לטפל באדם השלם (ארבעה רבדים), בפועל, אין יישום אינטגרטיבי שמתייחס לארבעת הרבדים ובהתאם אף לא מוענק למטופל טיפול הוליסטי.

תרפיות מגע אינן מטפלות ברובד השכלי או ברובד הרוחני, ומדיטציה אינה נותנת מענה לבעיות תזונה או תנועה. יתכן שמודט מיומן יכול להגיע לרמת מדיטציה כזו שתענה גם על בעיות התנועה והתזונה שלו, דבר זה אולי אפשרי לאחר שנים של אימונים שלא תמיד עומדים לרשותו של כל מטופל. עניין מרכזי זה, של חשיבות מתן סל טיפולים אינטגרטיבי מדויק יכול להיות מומחש בדוגמא הבאה: הדבר דומה לאדם

ששבר את רגלו (רובד גופני), ולאחר התייעצות מגיעים המטפלים למסקנה שהשבר נגרם כתוצאה ממערכת יחסים זוגית קשה, שגרמה לחוסר תשומת לב, וזו תרמה לחוסר ערנות, למעידה ולשבר ברגל. ואז מחליטים המטפלים לטפל תחילה במערכת היחסים הזוגית (רובד רגשי), לפני שמגבסים את הרגל השבורה. דבר זה אינו נכון, באותה מידה לא יהיה נכון לטפל באמצעות תזונה (רובד גופני) במצב של אובדן מקום עבודה או באובדן אדם יקר (רובד רגשי). החלוקה לרבדים נועדה כדי לטפל ברובד הפגוע באופן ישיר ומיידי באמצעות השיטה הטיפולית המתאימה לרובד שנפגע.

בגישה ההוליסטית קיים מעבר בין הרבדים השונים, כך שכל טיפול ברובד אחד משפיע ומטפל גם ברובדים האחרים (במרחק של זמן). אולם המטפל צריך לטפל ברובד הכואב (בתוצאה) באופן ישיר ומיידי, ורק בשלב הבא, או במקביל, לטפל בזרע (בסיבה) לתקלה שמקורו ברבדים אחרים. בדרך זו המטופל יקבל טיפול הוליסטי.

עולה מכך שכל שיטה טיפולית משלימה, בפועל, נותנת מענה מיידי וישיר רק לחלק מהשלם ואינה מטפלת באדם על פי הצהרתה. מכאן החשיבות הגדולה בהגדרת סל טיפולים הכולל שיטות טיפול שונות בהתאמה לרבדים השונים לרפואה המשולבת.

הוליסט הוא לא רק כל גישה בפני עצמה, אלא גם אינטגרציה בין גישות, שמעוצבות בהתאם לצרכי המטופל. הדגש ההוליסטי הוא מערכת ולא רק בגישה או באווירה. בריאות הוליסטית משמעה שהמטופל במרכז - ניהול בריאות המטופל במקום ניהול המחלה.

על ספר יצירה

המודל לרפואה משולבת מתבסס על התבנית שמורה ספר יצירה והפירוש הניתן לתבנית, אשר על כן מצאתי לנכון להקדיש חלק זה להצגת מקומו המיוחד של ספר יצירה במחשבה ובפילוסופיה.

בספרו "תורת היצירה של ספר יצירה", אומר יהודה ליבס (פרופ' בחוג למחשבת ישראל באוניברסיטה העברית בירושלים): "ספר יצירה הוא יצירה מופלאה, חד פעמית בלשונה, בצורתה ובתוכנה, קצרה, שקולה ולקונית, שהופיעה אל תרבות ישראל מזמן ומקום בלתי ידועים, ועיצבה מחדש את פני הספרות והמחשבה היהודית. זה ספר הדרכה והוראה, עז תוכן וביטוי באשר להנהגה הרוחנית הראויה" (ליבס 2000). פעילות האל, שהיא לכאורה עניינו העיקרי של הספר מוצגת, לדעתו של יהודה ליבס, כדגם לחיקוי וכמודל לפעילות האנושית. אלוהים הוא האור והאדם הוא הכלי (צל), לאלוהים אין התחלה או סוף ואילו אדם נמצא במגבלות של התחלה וסוף. הכלי צריך את האור כדי לקבל, והאור צריך את הכלי כדי לתת, אחד קשור בשני, האחד מתהווה דרך השני, כדי ליצור את האיזון. אלוהים ברא עולם באמצעות שלושים ושתיים אינטליגנציות (נתיבות), ולכן גם על האדם לעצב ולבנות את עולמו באמצעות שלושים ושתיים אינטליגנציות.

ספר יצירה הוא מקור עץ החיים, הזרע ממנו נבטו וצמחו כל הענפים, כל התפיסות, האבות, התורות והדתות. על פי האר"י הקדוש (ברג 1990), ספר יצירה הוא ספר ההדרכה שהעניק בורא עולם, עבור כל נבראיו, באמצעות אברהם אבינו, לפני שלושת אלפים ושמונה מאות שנה. גודלו של ספר יצירה הוא כשלושה עמודים, אבל נוצרה ספרות מחקר סביבו, פירושים וחיבורים רבים. לספרות זו חשיבות עצומה בעיצוב פני היהדות, המחשבה הקבלית והפילוסופיה היהודית (ליבס 2000). סביב ספר יצירה נוצרו יצירות מופת כמו ספרות הקבלה והזוהר, מחקרים בתחום הקוסמולוגי והאסטרונומי, מבנה גוף האדם, תורת הלשון והקדוק, מיסטיקה, מאגיה ועוד.

נוסח ספר יצירה חי ומתפתח עם צמיחת הספרות הפרשנית. תופעה זו, המוכרת גם במקרים אחרים, חריפה במיוחד במקרהו של ספר יצירה (ליבס 2000). לא הקבלה הולידה פירושים לספר יצירה, אומר פרופ' ליבס, אלא פירושי הספר הולידו את הקבלה, ובמילים אחרות: הפירוש לספר יצירה הוא תורת הקבלה.

קיצור תולדות חקר האינטליגנציות

התיאוריות על האינטליגנציות מסבירות כיצד אנו יוצרים את הבנתנו לגבי העולם בו אנו חיים, כיצד אנו משנים עמדות ואמונות, וכיצד אנו קובעים יעדים ומבצעים אותם. הצלחת התהליך מחייב הפעלה של כל הרבדים באישיותו של אדם – גישה הוליסטית, ולמעשה הפעלה של אינטליגנציות רבות, מכאן תרומת חקר האינטליגנציות להבנת הגישה ההוליסטית, שהיא לב הרפואה המשולבת.

הפסיכולוג הצרפתי בינה התייחס אל האינטליגנציה כאל יכולת שכלית שניתן לכמת אותה למדד נבונות מספרי, הקרוי מנת משכל - (IQ-Intelligence Quotient). בינה הרכיב עץ של יחידות גיל משכל, בהניחו שהמשכל משתנה עם הגיל. לפיכך, מנת משכל (IQ) מוגדרת כיחס שבין היכולת האישית של הנבחן לבין היכולת של בני גילו. מבחן ה-IQ פותח לראשונה על ידי בינה וסימון, בשנת 1916, ונועד למיין תלמידים לבתי ספר רגילים ומיוחדים. על בסיסו נהוגים עדיין מבחני אינטליגנציה אלו בעולם המערבי, לצורכי מיון תלמידים וחיזוי הצלחתם בלימודים. מבחן ה-IQ מודד את הכשרים הנדרשים להצלחה בלימודים בבית ספר קונבנציונאלי כמו: הבנה ויכולת מילולית, יכולת לוגית מתמטית וזכירת מילים ומספרים. על פי בינה וסימון קיימים שלושה קריטריונים לפעולת החשיבה: חשיבה בכיוון מוגדר, כושר הסתגלות בעזרת פתרונות ארעיים והכושר לברור, לשפוט נכון ולבקר כל הנחה או פתרון (גארדנר 1996).

השימוש הנרחב במבחני ה-IQ במשך השנים עורר ביקורת שהתייחסה לשאלה האם אינטליגנציה היא כושר אחד, שניתן למדידה כמותית, או שהיא מהווה מכלול של כשרים. טענת המבקרים הייתה שהגדרת האינטליגנציה היא צרת מימדים, בודקת כשרים לוגיים-מתמטיים ומילוליים בלבד. גישה זו היא אנטי תזה לגישה ההוליסטית, גישה זו מתייחסת רק לחלק אחד של הרובד השכלי ואינה רואה את האדם השלם (ארבעה רבדים).

בשנת 1710 טען ג'מביסטה ויקו - כפי שהאמת האלוהית היא מה שהאלוהים לומד בתהליך יצירתה וצירופה. גם האמת האנושית היא מה שהאדם לומד כאשר הוא בונה אותה ומעצב

אותה על ידי מעשיו. לכן - מדע (scientia) הוא הידע (cognito) של המקורות, של הדרכים ושל הצורה שבהם הדברים נוצרים. לפי ויקו, הדרך היחידה לדעת משהו הוא ליצור אותו, ורק אז אפשר להכיר את כל הרכיבים שצורפו בו יחדיו. ויקו השתמש במילה operation (פעולה), מכאן שהידע לפי ויקו הוא מודעות לפעולות היוצרות את עולם העשייה, ועולם העשייה (הפעלה) הוא מוצר שבונה את האינטליגנציה. פיאה (1977) גורס כי הפעלה של ישות קוגניטיבית, היא המארגנת את עולם ההתנסות על ידי ארגון עצמה. וקסלר (1944) טוען כי אינטליגנציה היא כושר, המתגלה באמצעות אתגרים המוצבים בפני הפרט ועל פי המשאבים שברשותו, ואילו תורנדייק (1921) גורס כי אינטליגנציה היא היכולת להשיב תשובות נכונות. ה"אינטליגנציה הרגשית" של גולמן (Goleman 1995) פותחה כדי לענות על הצורך של מציאת מדד שונה לכימות יכולת האדם, ולהבנת התנהגותו או השתלשלות חייו. האינטליגנציה הרגשית לוקחת שני מושגים ללא מתאם ביניהם, אינטליגנציה ורגש, ויוצרת הגדרה חדשה למושג שמסביר טוב יותר מצב חברתי, ארגוני וניהולי בעולם ההולך ונעשה יותר ויותר מורכב. שטרנברג (Sternberg Theory 1985) באמצעות תיאורית "האינטליגנציה התלת קשתית" גורס כי יש לבחון את האינטליגנציה בשלושה מימדים וביחסים שביניהם:

א. עולם החשיבה הפנימי של האדם הכולל את מרכיבי רכישת הידע, עיבוד הידע ומרכיבי המטה-קוגניציה העוסקים בתכנון וויסות מרכיבי רכישת הידע וארגונו.

ב. החשיבה במגע עם העולם החיצוני של האדם הכוללת את יכולותיו להסתגל לסביבה, לשנותה או להחליפה בסביבה אחרת.

ג. החשיבה וקשת הניסיון של האדם, כלומר, יכולותיו להתמודד עם מצבים חדשים ולהפוך את הכישורים שפיתח במהלך התמודדויות אלו לחלק אוטומטי מרפרטואר הפעולה שלו. ספרו "אינטליגנציה מצליחה" של שטרנברג (Sternberg 1997) נחשב לפריצת דרך של העשור האחרון בבניית תיאוריה חדשה המגדירה את האינטליגנציה האנושית. עיקר גישתו של פרופ' שטרנברג מבוססת על התורה הטריארכית (משולשת) של האינטליגנציה, המושתתת על שלושה יסודות: היסוד האנליטי, היסוד היצירתי והיסוד הפרקטי. לפי שטרנברג, אינטליגנציה מצליחה היא זו היכולה לעזור לפרט לבנות את עצמו לאור שלושת הרכיבים הללו,

ומערכת חינוך איכותית היא זו שצריכה לאפשר ולעודד בנייה כזאת. גישתו של שטרנברג לבדיקת מהותה של האינטליגנציה מובעת בעיקר במונחים של ההקשר שבו היא מתרחשת. הוא הציע מסגרת הקשרית להבנת האינטליגנציה. רוב המחקרים, עוד משנות השבעים והשמונים של המאה העשרים, עסקו באינטליגנציה בקשר לעולמו הפנימי של הפרט. מחקרים אלה סיפקו אמצעי להבנת האינטליגנציה במונחים של התהליכים והמבנים הקוגניטיביים התורמים לה, אך הם לא תרמו דבר לגבי הקשר שבין האינטליגנציה ובין העולם החיצוני של הפרט. אם אנו תופסים את האינטליגנציה, לפחות בחלקה, כהתנהגות מסתגלת בסביבה של העולם הממשי, אומר שטרנברג, כי אז לא ניתן להבין במלואה את טיבה של האינטליגנציה מבלי להבין כיצד העולם הממשי מעצב את מה שמהווה התנהגות אינטליגנטית בהקשר חברתי ותרבותי נתון (Sternberg 1997).

תיאורית האינטליגנציות המרובות

תיאורית האינטליגנציות המרובות של הפסיכולוג, נורולוג, הווארד גארדנר (1996), חוללה מהפכה בתפיסת האינטליגנציה. היא הביאה ראיות לכך שהאינטליגנציה האנושית אינה מדד שכלי אחד, אלא צירוף של אינטליגנציות. לכל מאפייני האינטליגנציה יש מיקום מובחן במוח, והמנגנונים הייחודיים של עיבוד מידע והבעתו משפיעים על הבנתנו את היכולת האנושית לחיות ולתפקד בעולם.

פרופ' הווארד גארדנר הטיל ספק בתקפותה של מדידת ה-IQ, בהדגישו את השונות המאפיינת את היכולות האנושיות, ובכך הרחיב את שדה הראייה של הפוטנציאל האנושי אל מעבר לגבולות של ה-IQ. לפי גארדנר, **אינטליגנציה היא יכולת של אדם לפתור בעיות. פתרון הבעיה צריך להוביל לתוצרים הניתנים להערכה ומדידה** (גארדנר 1996). גארדנר הציע לבחון כיצד אנשים מתמודדים עם מצבי חיים שונים בהדגישו את רב-ממדיותה של האינטליגנציה האנושית, שבאה לידי ביטוי ברבדים רבים במערכת גוף נפש, כמכלול של עשר אינטליגנציות או יכולות אנושיות מובחנות. אינטליגנציות אלו שונות זו מזו ויכולות לחבור יחדיו בתפקוד היומיומי. גארדנר התבסס על ההיבט הנורופסילוגי. לתינוק שבא לעולם יש מערכת סבוכה ומורכבת של מערכת עצבים המורכבת מנוירונים. נוירונים אלה ממתינים לאריגתם המשותפת ולחיבורם לכלל מערך פעיל של פעולות חשיבה. הקשר האקטיבי בין הנוירונים הוא שמקנה למערכת את תכונותיה, משמעותה ועיצובה. עיצוב המערכת

קובע בסופו של דבר מיהו הפרט ואלו כישורים יהיו לו. אי פיתוח כישורים אלו פירושו ניוון פונקציונאלי של חלק מהמערכת העצבית. המחקרים הנורופיסיולוגיים מראים, שעיקר הקשרים מתבצע דרך ההתנסות, ובעיקר בשלבים של הגיל הרך ובית הספר היסודי (גארדנר 1996).

מימדי האינטליגנציה שהוצעו על יד גארדנר הם: אינטליגנציה לשונית, אינטליגנציה לוגית-מתמטית, אינטליגנציה מרחבית, אינטליגנציה מוסיקלית, אינטליגנציה תנועתית, אינטליגנציה בין אישית, אינטליגנציה תוך אישית, אינטליגנציה נטורליסטית, אינטליגנציה מוסרית, ואינטליגנציה הישרדותית. כל אחת מאינטליגנציות אלו מופיעה אצל כל אדם, ב"מינון" כלשהו, כך שאנשים יכולים להיות אינטליגנטיים בתחומים כמו: מוסיקה, תנועה, יחסים בין-אישיים, ולא דווקא בתחום הלשוני או הלוגי - מתמטי.

לכל אדם פרופיל אינטליגנציות ייחודי משלו, המעצב את אישיותו, את תפיסותיו והבנתו את העולם, ואת התנהגותיו. פרופיל זה אמנם תורשתי מיסודו, ונטייתנו לאינטליגנציות מתגלות כבר בגיל צעיר, אולם המשך התפתחותן, או עיכוב התפתחותן, תלוי בגורמים סביבתיים, כגון: גישה למשאבים או למומחים שניתן להסתייע בהם, גורמים היסטוריים, תרבותיים, גיאוגרפיים, משפחתיים או נסיבתיים. לאור העובדה שלאינטליגנציות יש בסיס נוירו - ביולוגי, מכלול האינטליגנציות שלנו משתנה ללא הרף במהלך חיינו.

גארדנר טוען שניתן לשפר ולפתח כל אינטליגנציה בהשפעת הסביבה, באמצעות חשיפה, גירוי ואימון מתאימים, וכי יעילותן של האינטליגנציות תגבר ככל שתעלה רמת המוטיבציה לכך. לחילופין, התפתחותן של האינטליגנציות תעוכב בהיעדר חשיפה ואימון (גארדנר 1996).

היכולות האנושיות מתפתחות גם דרך הקשרים הנורולוגיים וזרמי החשמל במוח. תאי המוח כמו האינטליגנציות, הן ישויות פיסיות שניתן לפתח באמצעים שונים והם מגיבים כמו ששרירים בגוף מגיבים לאימון ותרגול (גארדנר 1996). באמצעות תרגול ניתן לפתח את רשת העצבים והקשרים הנורולוגיים במוח וכן בגוף כולו הנדרשים ללמידה, לניצול מיטבי ומאוזן של פוטנציאל 32 האינטליגנציות.

שלושים ושתים האינטליגנציות

הדיון הער במהות האינטליגנציה, והמהפכה שחוללו שטרנברג וגארדנר בתפיסת האינטליגנציה, מאפשרת את הופעתה של "תבנית" שלושים ושתים האינטליגנציות על פי ספר יצירה, המבקשת לתפוס מקום בדיון על הגדרת פוטנציאל האינטליגנציות האנושי. תבנית הפוטנציאל האנושי על פי ספר יצירה היא תבנית הרפואה המשולבת (לוסקי 2005).

ספר יצירה, המיוחס לאברהם אבינו, פותח בהכרזה דרמטית: **"בשלושים ושתים נתיבות פליאות חכמה חקק יה...".** כלומר: **העולם נברא בשלושים ושתים אינטליגנציות:** עשר ספירות בלימה ועשרים ושתים אותיות יסוד. נתיבות החוכמה על פי ספר יצירה הן אופן הפעולה וגם דרך הפעולה, הן המקום וגם הזמן, הן נתיבות החוכמה וגם החוכמה, הן היוצר וגם היצירה עצמה, הן התוכן וגם המסגרת (ליבס 2000). על פי ספר יצירה אלוהים ברא עולם באמצעות שלושים ושתים אינטליגנציות ולכן גם האדם מעצב ובונה את המציאות שלו באמצעות שלושים ושתים אינטליגנציות. קשה לתאר משהו שניתן לעבד במוח או במערכות הגופניות האחרות ללא האותיות והמספרים (ספירות), כי סוף מעשה במחשבה תחילה, וסוף מחשבה במספרים (ספירות) ובאותיות תחילה. שלושים ושתים האינטליגנציות הן הכוליות והשלמות, כל היש על כל מרכיביו, הספקטרום השלם של מציאות האור. כל התבניות והנתיבות האנושיות בנויות על אותיות, מילים ומספרים. כל עשייה, יצירה או בריאה אפשריים רק באמצעות ספירות ואותיות. המציאות והאינטליגנציות הן שני חלקים של אותה הוויה - היוצר והיצירה (לוסקי 2005).

האינטליגנציות הן עיקרון הריבוי, מספר האינטליגנציות הוא עיקר מהותם, מספר האותיות בכל קבוצה ומספר הספירות הן הריבוי האין סופי הנגזר מהן: הספירות לפי העיקרון הגנרטיבי העשרוני, והאותיות בהתחברן למילים, וגלגולן וצירופן עד אין - סוף. אבל הריבוי קיים רק לכאורה והוא אינו אלא עדות על האל האחד. עולמו של ספר יצירה הוא דינאמי ואינו ידוע מראש, הוא נוצר בעיני המתבונן בו ונהרס על ידי המתבונן בתהליך בלתי פוסק. עיני המתבונן הן שמטביעות בעולם את הריבוי והן אלה שמבטלות את מציאותו (ליבס 2000).

האינטליגנציה (DNA) היא אבן הבניין של הגוף. הגוף בנוי ביותר מחמישים מיליארד מיליארדי תאים החיים בגוף בצורות

ובמידות בהתאם למיקומם ותפקידם. בכל תא נמצא זיכרון גנטי שעובר מדור לדור. עץ חיים הוא הזיכרון הגנטי, והפוטנציאל האנושי. זו מולקולה הבנויה מעץ מפותל של שלושה סלילים היוצרים שלושים ושתיים אינטליגנציות בארבעה רבדים. כל קטע בעץ היוצר את הסליל המשולש קרוי נתיב והוא מעין דף בספר עץ החיים השלם. שלושים ושתיים האינטליגנציות הן הדפים היוצרים את הגנום האנושי השלם. בכל תא בגוף מצוי עותק מושלם של הגנום השלם. כל תכונות האדם היוצרים את מבנה האישיות מוצפנות בשילובים וצירופים שונים של שלושים ושתיים אינטליגנציות. מיפוי התנהגות אנושית לפי אינטליגנציות יאפשר גישה לצורך אבחון וטיפול, תרגול, אימון, שכלול, תחזוקה ותיקון. (לוסקי 2005)

לכל אדם, לכל התנהגות אנושית, לכל תהליך, ולכל מעשה אנושי פשוט ניתן להגדיר פרופיל אינטליגנציות מדורג המכיל את כל שלושים ושתיים האינטליגנציות.

לכל אדם פרופיל ייחודי. יש אנשים שהאינטליגנציות השכליות שלהם חזקות יותר והם יעדיפו פעילות במקצועות כמו ראיית חשבון, מנהל עסקים, ויש אנשים שהאינטליגנציות הרגשיות חזקות יותר והם יעדיפו לעסוק בעבודה סוציאלית, או חינוך. אלו שהאינטליגנציות הרוחניות חזקות יותר יעדיפו לעבוד בארגוני צדקה או בתפקיד מורים רוחניים ואלו שהאינטליגנציות הגופניות חזקות יותר, יעסקו במקצועות חקלאיים, או ספורט. יש כמובן שילובים של סוגי אינטליגנציות שמאפשרים מקצועות ועיסוקים משולבים. לכל אדם פרופיל אינטליגנציות ייחודי המעצב את אישיותו והוא "מבנה" האישיות שלו. ואולם כל אדם יכול, לחשוף ולגרות, לאמן ולתרגל אינטליגנציות לצורך עיצוב אישיותו על פי הרצון החופשי (גארדנר 1996). הצירופים שמביא כל אדם הם חד פעמיים ומבטאים נאמנה את "מבנה" האישיות הייחודי שלו וכן את הייעוד האישי הנובע מכך. הפרופיל הייחודי של כל אדם עושה את האדם אחד, יחיד ומיוחד ומעמיד אותו במרכז היקום ובמרכז ההווה. לכל אדם יש שלושים ושתיים האינטליגנציות במינון ומדרג ייחודי. הפרופיל האישי של כל אדם מהווה את השפה הייחודית בה הוא מתפקד ומצטיין (לוסקי 2005). ההבנה שלכל אדם יש פרופיל אינטליגנציות ייחודי מחייבת שינוי בגישה הטיפולית, ממצב בו מנהלים את המחלה, לניהול בריאות המטופל. ניהול בריאות המטופל היא גישה הוליסטית המאפשרת יישום של תבנית הרפואה המשולבת.

32 האינטליגנציות על פי ספר יצירה

חמשת המאפיינים של הרפואה המשולבת הם פועל יוצא של "מבנה הבריאה של ספר יצירה". על פי ספר יצירה, החיים והיקום, היש והאין, הם אחדות אחת – שלושים ושתיים נתיבות פליאות חכמה, והן 32 האינטליגנציות (לוסקי 2005).

ספר יצירה סופר שלושים ושתיים נתיבות בדרך הבאה: השלם מתחלק לשניים: 10 ספירות, ו-22 אותיות. שני החלקים האלה מייצגים זכר ונקבה, רצון לקבל ורצון לתת (המנוע לשינוי). הספירות מייצגות את הרובד הרגשי. האותיות (מתחלקות לשלושה) ומייצגות את הרובד הרוחני, השכלי והגופני. כך נוצרו ארבעה רבדים של השלם (סולם הבריאות).

כל אחד מהרבדים מכיל מספר אינטליגנציות (3 ברוחני, 7 בשכלי, 10 ברגשי, 12 בגופני), סה"כ 32 האינטליגנציות. כל אינטליגנציה היא כמו מגירה המכילה את כל מה שמתאים לתדר שלה: תכונות אופי, רגשות, אברים בגוף, פעולות אנושיות פשוטות, צבעים, צלילים, ועוד (תרופות הוליסטיות).

כל אחת מהאינטליגנציות, היא יחידה העומדת בפני עצמה והיא אחת משלושים ושתיים אבני היסוד של הבניין כולו. כל אינטליגנציה היא מיקרוקוסמוס של השלם (שלושים ושתיים האינטליגנציות). כל אינטליגנציה, כמו השלם, מתחלקת לזכר ונקבה - הרצון לקבל והרצון לתת (המנוע לשינוי). בכל אחת מהאינטליגנציות יש ארבעה רבדים: רוחני, שכלי, רגשי, וגופני (סולם הבריאות).

הספירות - האין

10 ספירות בלימה (רובד רגשי): ספירות בלימה או בלי מה (אין בהם דבר), מסמלות את החוסר, ה"לא כלום", ומתארות את הצד הסביל הנשי, ואת הכוחות הפנימיים (לוסקי 2005).

האותיות - היש

22 האותיות מתחלקים לשלושה רבדים (רוחני, שכלי וגופני).
22 אותיות יסוד מסמלות את הצד הפעיל, היוזם והיוצר, והחומרים בהם נבנה העולם והיש.

טבלת 32 האינטליגנציות בארבעה רבדים:

רובד	32 הנתיבות	32 האינטליגנציות	אותיות/ מספרים
רוחני	3 אמות	3 סוגי רצון	א מ ש
שכלי	7 כפולות	7 מורים והשפעות חינוכיות	בגד כפרת
רגשי	10 ספירות	10 כוחות פנימיים	12345678910
גופני	12 פשוטות	12 חושים	הזחטינסעצק

הגדרת היכולות - 32 האינטליגנציות

22 האותיות ו-10 המספרים (32 הנתיבות), הם חוקים בהם נברא העולם. כל אות וכל מספר מייצג יכולת (אינטליגנציה) אנושית. 32 היכולות האנושיות, הן הפוטנציאל האנושי (לוסקי 2005). היכולות האנושיות הן גם "תרופות הוליסטיות" לשינוי פנימי, לעליה וירידה בסולם הבריאות, לצורך ריפוי, שמירה על איזון, ומניעת תקלות ומחלות. אימון ותרגול (היכולות) האינטליגנציות הוא מרכז העשייה ברפואה המשולבת.

3 אינטליגנציות ברובד הרוחני, מבטאות את היכולת להגדיר את הרצון ואת כיוונו:

האות א', בראה רצון חופשי - היכולת להבחין שהעולם הוא מרחב ריק שמתמלא ברצון חופשי.

האות מ', בראה רצון לתת - היכולת להגדיר את הרצון לתת כמטרה נעלה ותכלית החיים.

האות ש', בראה רצון לקבל - היכולת להגדיר את מידת כוח הרצון לקבל לעצמך ואת כיוונו.

7 אינטליגנציות ברובד השכלי, מגדירות את היכולת לחולל שינוי בגישות ובאמונות:

האות ב', בראה חוכמה - היכולת לתזמן פעולה - היכן, מתי, עם מי, כמה ואיך.

האות ג', בראה עושר - היכולת להבין שהרבה או מעט אינם משפיעים על השמחה שלך.

האות ד', בראה זרע - היכולת לשים מניע וכוונה נכונה כזרע ממנו צומחת התוצאה.

האות כ', בראה חיים - היכולת לחולל שינוי פנימי. להיות בתנועה ולהעביר הלאה.

האות פ', בראה ממשלה - היכולת לשחרר את עצמך מהירות, ידענות, צדקנות, ושחצנות.

האות ר', בראה שלום - היכולת להכיל אותך ואחרים כדי ליצור שלם ושלמות.

האות ת', בראה חן - היכולת להעלות את ההתרחשויות למודעות עצמית ולגלות אותן.

10 אינטליגנציות ברובד הרגשי, מגדירות את היכולת לזהות ולאבחן חסרים:

הספרה 1, בראה את כוח האור - היכולת להיות בוודאות שהכול בא מצד האור, הכול אור.

הספרה 2, בראה את כוח בראשית - היכולת להתחיל כל דבר מהתחלה בכל מקום, גיל או זמן.

הספרה 3, בראה את כוח האהבה - היכולת לעשות דברים מאהבה כתרופה של כל התרופות.

הספרה 4, בראה את כוח החופש - היכולת להיות או לא להיות בכל מקום בו אתה נמצא.

הספרה 5, בראה את כוח המחשבה - היכולת ליצור באמצעות מחשבה, אמונה ומציאות חדשה.

הספרה 6, בראה את כוח האחדות - היכולת לחזק את השונות כדי ליצור אחדות והרמוניה.

הספרה 7, בראה את כוח ההתבוננות - היכולת לדעת את עצמך דרך אחרים ודרך התנסויותך.

הספרה 8, בראה את כוח הריפוי - היכולת להבחין שככל שאתה לומד יותר אתה מבין פחות.

הספרה 9, בראה את כוח החיסון - היכולת ללמוד איך ללמוד ולמצוא את הידע הדרוש בזמן הנחוץ.

הספרה 10, בראה את כוח הגילוי - היכולת לקבל את המציאות ולטפל בסיבה לצורך שינוי התוצאה.

12 אינטליגנציות ברובד הגופני, מבטאות את היכולת להגדיר יעדים ולממשם:

האות ה', בראה את חוש הראיה - יכולת ראייה חזותית, מרחבית, על חושית, דמיונית, רב מימדית.

האות ו', בראה את חוש השמיעה - יכולת שמיעת קולות, צלילים, תדרים, עיבוד, משמעת ומשמעות.

האות ז', בראה את חוש הריח - יכולת להריח אמת ושקר ויכולת פעולה מהאמת האישית.

האות ח', בראה את חוש הדיבור - יכולת דיבור, כתיבה, שיתוף, הרצאה, אבחנה בין נכון ושגוי.

האות ט', בראה את חוש הטעם - יכולת להבחין בין טוב ורע, ויכולת פעולה בטעם טוב.

האות י', בראה את חוש המעשה - יכולת לעשות מעשים יזומים ויכולת להבחין בין מותר ואסור.

האות ל', בראה את חוש התשמיש - יכולת גילוי דרך מגע, גוף, טבע, ריקוד, תנועה, אמנויות, ציור.

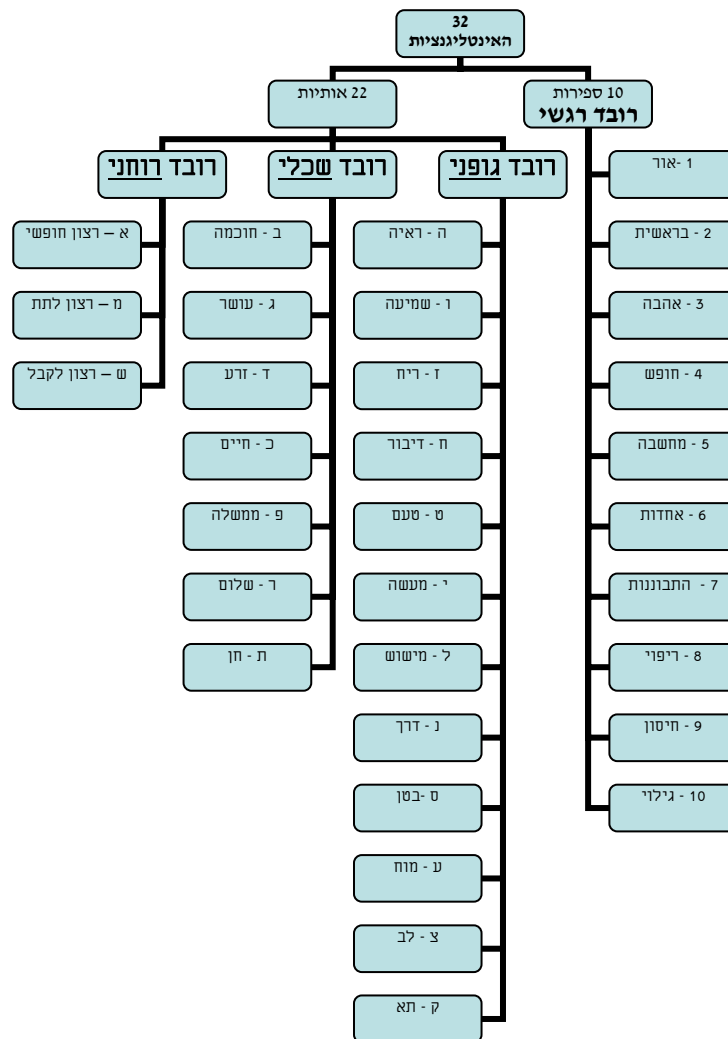
האות נ', בראה את חוש הדרך - יכולת להפוך תהליך ליעד לפתרון בעיות הישרדות מורכבות.
האות ס', בראה את חוש הבטן - יכולת תרגול הפנמה ואימון אישי, יכולת פעולה מתוך אמונה.
האות ע', בראה את חוש המוח - יכולת משחק, הגיון, מיון, עיבוד, ניתוח, שאלה, חקירה מודעת.
האות צ', בראה את חוש הלב - יכולת חיברות, חמלה, מחויבות, קבלה, שילוב וניהול אחרים.
האות ק', בראה את חוש התא - יכולת התמודדות בדילמות ערכיות מוסריות, כבוד האדם וחירותו.
32 האינטליגנציות, הן הפוטנציאל האנושי. לכל אדם יש פרופיל אינטליגנציות ייחודי דרכן הוא יכול לקבוע יעדים ולהצטיין בהם.

טבלת 32 האינטליגנציות

32 היכולות - 32 כישורי חיים - 32 תרפיות, 32 תרופות.

אינטליגנציה	היכולות הנרכשות כתוצאה מתרגול אינטליגנציות
רצון	היכולת להגדיר את הרצון וכיוונו - רוחני
א	רצון חופשי
מ	רצון לתת
ש	רצון לקבל
מורים	היכולת לחולל שינוי בגישות ובאמונות - שכלי
ב	חוכמה
ג	עושר
ד	זרע
כ	חיים
פ	ממשלה
ר	שלום
ת	חן
כוחות	היכולת לזהות ולאבחן חסרים - רגשי
1	אור
2	בראשית
3	אהבה
4	חופש
5	מחשבה
6	אחדות
7	התבוננות
8	רפוי
9	חיסון
10	גילוי
חושים	היכולת להגדיר יעדים ולממשם - גופני
ה	ראיה
ו	שמיעה
ז	ריח
ח	דיבור
ט	טעם
י	מעשה
ל	תשמיש
נ	הלוך/דרך
ס	רוגז/בטן
ע	שחוק/מוח
צ	הרהור/לב
ק	שינה/תא

החלוקה לארבעה רבדים של 32 האינטליגנציות⁸



⁸ החלוקה לארבעה רבדים על פי 32 האינטליגנציות (לוסקי 2005).

דימוי עצמי ואינטליגנציות

אנשים שעובדים במקום עבודה רק בגלל הצורך להשתכר למחייתם, בלי שמחת חיים ובלי עניין, בסופו של דבר, יפתחו תקלות ומחלות כדי להימנע מעבודה מתסכלת. החברה יכולה וצריכה להעריך כשרים על פי פרופיל אינטליגנציות אישי, ובכך, ליצור פתיחות וקבלה של מקצועות רבים ומגוונים, כגון: שירה, ריקוד, ציור, משחק, ספורט, הילינג, נגרות, מסגרות, מכונאות, וכד'. בדרך זו לאפשר לאנשים רבים, שאינם רוצים להיות מהנדסים, עורכי דין או רופאים, להרגיש ראויים ורצויים בחברה, ולאפשר להם להצטיין בתחום בו הם יכולים לבטא את עצמם בדרך הטובה ביותר. עניין זה הוא היבט מרכזי ברפואה המשולבת, המבקשת לעסוק גם במניעה של מחלות ותקלות דרך חיזוק הדימוי העצמי.

כל אינטליגנציה קשורה בהיבט סביבתי ולכן יש לבדוק בהיבט המוכר והמתאים לאדם, ולאפשר תנאי סביבה אופטימאליים, המרחיבים את יכולת הביטוי של האינטליגנציה. תפקיד המטפל לזהות את יכולות האדם, לסייע לו להגיע לתחום שיתאים לכישרונותיו, תחום שיאפשר לו יעילות וכישר תחרות, סיפוק, וחיזוק האינטליגנציות שהוא מצטיין בהם, דבר שיתרום להעלאת הדימוי העצמי ולמיצוי הפוטנציאל האישי (וליצקר 1999).

על אף ההבדלים בין בני אדם והמגוון האין סופי של "פרופילי האינטליגנציות", עדיין מתבצעת הערכה באמצעות מבחנים "קונבנציונאליים" אחידים. במצב משונה זה, מודגשות יכולות המתבססות בעיקר על שתי אינטליגנציות: הלשונית או הלוגית - מתמטית. המשמעות היא שאנשים המצטיינים בשתי אינטליגנציות אלו, נחשבים חזקים ומצליחים בעוד אחרים נחשבים מתקשים חלשים ואינם עומדים בדרישות, ונתונים, בדימוי עצמי נמוך, במעגלים מתסכלים של בינוניות או כשלון. תפקיד המטפל לאפשר לכל אדם במה וחלון הזדמנויות לביטוי המרקם המגוון המאפיין את האינטליגנציות, אשר לעתים חבויות ואינן באות כלל לידי ביטוי. ככל שהטיפול יגוון בפעילויות ובחומרי למידה, כן יתאפשר יותר לגלות עניין ומוטיבציה, לבטא את העצמי בהקשר לפעילות הטיפולית, בדרכים מגוונות המתאימות לפרופיל האינטליגנציות האישי. מעבר לחוויה שבלמידה שכזו יתאפשר גם למטפל - לוודא באופן מהימן ותקף, על בסיס ביצועי המטופלים, אם אכן הם מבינים את הנלמד ומסוגלים לעשות שימוש מושכל בידע

שרכשו. המטפל יוכל לאבחן יכולות, נטיות, נקודות חוזק ועניין, לצד נקודות לשיפור ותפיסות שגויות. לאור אבחון זה, יוכל המטפל לעצב את המשך הטיפול, בכך שיעודד מטופלים להתבלט ביכולותיהם החזקות, ובתחומי העניין שלהם. דווקא מזווית חיובית זו, חשוב שהמטפל יסתייע בנקודות חוזק ועניין אלו כמנוף לקידום של יכולות אחרות, שאינן מפותחות דיין ושרצוי לשפרן, או לשם שירוש תפיסות שגויות (וליצקר 1999).

אם נאמץ גישה "חינוכית" זו ברפואה המשולבת, ניתן יהיה ליצור תנאים מעוררי מוטיבציה, אופטימאליים, המעודדים את צמיחת המטופלים ואת מיצוי הפוטנציאל הטמון בהם. גישת טיפול כזו, המאפשרת למטופל להציג את עצמו בדרכים מגוונות המתאימות לאישיותו, לנטיותיו וליכולותיו, לפי בחירתו, עשויה להקנות תחושת מסוגלות ואמונה ביכולתו. בכך נגרום להעלאה של ביטחונם ודימויים העצמי. כל אלה יביאו למוטיבציה ולפתיחות ללמידה אישית, שתסייע להם לצאת ממעגל הכישלון או הבינוניות שבו הם נתונים.

התהליך החינוכי הינו תהליך של ריפוי עצמי (לוסקי 2005). חשיפה, גירוי, תרגול ואימון אינטליגנציות, יסייעו לפיתוח יעילותן של האינטליגנציות (גארדנר 1996), גם לצורך ריפוי עצמי.

כאשר אדם אינו מצטיין באינטליגנציה של דיבור (לכן מתקשה בניסוח תשובות מילוליות), אבל, מוכשר באינטליגנציה של מישוש (מגע), ניתן לעודדו להפגין את הידע שרכש באמצעות ציור, פיסול, בניית דגם או מצגת, תהליך, מעשה, לבחירתו. מטופל שזכה בהערכה ובהכרה בייחודיות האינטליגנציות המפותחות שבו, יגלה עניין רב יותר ללמידה נוספת ולשיפור, גם בתחומים הפחות מפותחים אצלו (וליצקר 1999).

עץ הדעת

המודעות לרצון לקבל ולרצון לתת שבכל פעולה מניעה את כוח החיים (הרצון החופשי), והופכת כל פעולה אנושית פשוטה ל"תרופה" (לוסקי 2005).

רצון	רובד רוחני - שכלול היכולת להגדיר את הרצון וכיוונו
רצון חופשי	דע כי העולם הוא ריק שרוצה להתמלא ברצון החופשי שלך.
רצון לתת	דע כי לתת כמטרה נעלה הוא סוד לתיקון כולל.
רצון לקבל	דע כי גודלו של הרצון לקבל כך גודלו של התענוג והקלקול.
מורים	רובד שכלי - שכלול היכולת לשנות גישות ואמונות
חוכמה	דע כי החוכמה מתגלה דרך תזמון הדרך שבחרת.
עושר	דע כי השמחה שלך אינה תלויה במה שיש לך אלא במה שאין לך.
זרע	דע כי הכוונה שלך והמניע שלך יוצרים את התוצאה המתקבלת.
חיים	דע כי שינוי פנימי הוא הסוד לחיים טובים וארוכים.
ממשלה	דע כי הידענות, הצדקנות והרצון הבלתי נלאה הם הכלא שלך.
שלום	דע כי השלום בעולם מתחיל בשלום שלך עם עצמך.
חן	דע כי החן והכיעור הם אצלך, פנימה, ובעיניו של המתבונן.
כוחות	רובד רגשי - שכלול היכולת לזהות חסרים
אור	דע כי החושך הוא אשליה שאתה יוצר כדי להבחין באור.
בראשית	דע כי הרוח נצחית ובכל רגע החיים מתחילים מחדש.
אהבה	דע כי אהבה היא העילה של כל העילות והתרופה של כל התרופות.
חופש	דע כי החופש נמצא ביכולת שלך להיות או לא להיות היכן שאתה.
מחשבה	דע כי מחשבות מעצבות אמונות שיוצרות מציאות.
אחדות	דע כי הניגודים והשוונות הם שיוצרים אחדות.
התבוננות	דע כי ההתנסויות שלך והאנשים סביבך הם מראה שלך.
ריפוי	דע כי ככל שתלמד יותר, תדע פחות.
חיסון	דע כי ללמוד איך ללמוד הוא המורה הפנימי שלך.
גילוי	דע כי החיים הם תוצאה וגילוי של הנסתר מעיניך.
חושים	רובד גופני - שכלול היכולת לקבוע יעדים ולממשם
ראיה	דע כי ראיה כמו מורא כמו מורה כמו הארה כמו מראה מקום.
שמיעה	דע כי שמיעה מתוך משמעת יוצרת משמעות.
ריח	דע כי הריח הוא שיוביל אותך אל האמת או השקר.
דיבור	דע כי דיבור משחרר מחשבות, תחושות, אמת ושקר.
טעם	דע כי טעם טוב או רע במעשה יוצרים את טעם החיים.
מעשה	דע כי מעשה יזום פותח בפניך דלתות אל מה שנכון או שגוי.
תשמיש	דע כי מגע מאזן ומרפא וגם יוצר סדר בספריה החיה שלך.
הלוך/דרך	דע כי תכלית היעד ליצור תהליך כמו שתכלית המוות ליצור חיים.
רוגז/בטן	דע כי מעשה מתוך אמונה מונע רוגז וכאבי בטן.
שחוק/מוח	דע כי החיים הם משחק רציני. זכור, רק משחק.
הרהור/לב	דע כי חיברות, מחויבות וחמלה הם סוד הריפוי ללב המחלה.
שינה/תא	דע כי כבוד האדם וחירותו הם משאלת חלום עבור כל בן אנוש.

תבנית ליצירת רפואה משולבת

תבנית ליצירת רפואה משולבת

חמישה מאפיינים מרכזיים ליצירת תבנית ומסגרת עבודה לרפואה המשולבת, דרך 32 האינטליגנציות, על פי ספר יצירה, עבור מרכזים רפואיים ועבור מטפלים.

ואלו הם:

1. סולם הבריאות
2. המנוע לשינוי
3. תרופות הוליסטיות
4. סל הטיפולים
5. מעגל המטפלים

סולם הבריאות

סולם הבריאות

סולם הבריאות הוא המאפיין המרכזי של תבנית הרפואה המשולבת. סולם הבריאות נגזר מהחלוקה לרבדים של 32 האינטליגנציות. סולם הבריאות בנוי מארבעה רבדים, ומתאר את הצרכים המשתנים של האדם, את היכולות שאדם יכול לפתח בכל רובד ואת הצורך לנוע בין הרבדים לצורך איזון. בריאות שלמה אפשרית על ידי איזון בין הצרכים השונים בכל אחד מארבעת הרבדים.

על פי חזון הרפואה המשולבת, מספר הרבדים בסולם, התוכן והצרכים המאפיינים כל רובד, וכן הצורך במעבר מרובד לרובד, הם אבני דרך לרפואה שלמה.

הרבדים של סולם הבריאות, מבטאים רצונות מנוגדים ומשלימים המאפיינים צרכים ואתגרים משתנים לחיים מלאים. החלוקה לארבעה משקפת את הקשת השלמה של החיים. חשיבות סולם הבריאות ביכולת לאבחן ולדרג דרכו את ארבעת הרבדים אצל מטופלים, מהרובד החזק לרובד החלש, כדי לתרגל, לאמן, לטפל, או לחזק את הרבדים החלשים.

ארבעת הרבדים של סולם הבריאות

ארגון הבריאות העולמי מגדיר את הבריאות בדרך שאינה מותירה ספק לגבי חשיבות הרבדים השונים המרכיבים את השלם כדרך להשגת רפואה שלמה:

"Health is a state of complete physical, mental, emotional, social, and spiritual well being" (world

health organization 1947). העולם, על פי ספר יצירה, מתחלק לארבעה (חלקים) רבדים - סולם הבריאות. ארבעת הרבדים מבטאים רצונות מנוגדים ומשלימים המאפיינים צרכים ואתגרים משתנים לחיים מלאים. החלוקה לארבעה משקפת את הקשת השלמה של החיים - ארבעה יסודות: אויר, אש, מים, אדמה. ארבע מציאויות: דומם, צומח, חי, מדבר. ארבע משימות חיים: אהבה, קריירה, כסף בריאות. ארבעה רבדים: גופני, רגשי, שכלי, רוחני. ארבע חיות הקודש: שור, אדם, אריה, נשר. ארבעה תהליכי יצירה: מחשבה, מילים, מאמץ, מציאות. ארבע דרגות התהוות: גוף, נפש, רוח, נשמה. ארבעה סוגי ריפוי: תנועה, תזונה, אנרגיה, מודעות. ארבעה סוגי תקשורת: תומך, אנליטי, משימתי, מבטא. ארבעה סוגי מורים: פותר בעיות, מוקיר, מכוון, מאתגר. כל אחד מארבעת הרבדים מתחלק למספר

חלקים כך שביחד יוצרים 32 אינטליגנציות. בכל אחת מ- 32 האינטליגנציות קיים הרצון לקבל והרצון לתת שבהם. האיזון בין הרצון לקבל ובין הרצון לתת, בורא את הרצון החופשי שהוא כוח החיים (הצ'י). ליצירת רפואה שלמה, מתבקש איזון בין הרצון לקבל והרצון לתת שבכל אינטליגנציה. חוסר איזון בין שני הרצונות לאורך זמן יגרום לכאב, תקלות או מחלות.

בחרתי במונח "סולם" כדי לתאר "רפואה שלמה", דרך מודל הרפואה המשולבת. ראשו של סולם הבריאות נמצא באוויר (יסוד אוויר / רובד רוחני), במרכז הסולם נמצאים המים והאש (רבדים: שכלי ורגשי), ובסיס הסולם עומד על הקרקע (יסוד אדמה / רובד גופני). את הדימוי הזה ראיתי גם בסיפור המקראי על חלום יעקב, המציג את הכמיהה של האדם לחיות בשלמות, בכל הרבדים של סולם הבריאות. במובן זה, שכאשר ראשו של הסולם מגיע לשמיים, רגליו ניצבים על הקרקע, כך שה"חולם" יוכל לעלות ולרדת בסולם על פי הרצון החופשי. "וַיַּחְלֵם, וְהִנֵּה סֹלֶם מַצֵּב אֶרֶץ, וְרֹאשׁוֹ מֵגִיעַ הַשָּׁמַיִם" (בראשית פרק כ"ח, "ב"). גם הציור של מרק שגאל, "חלום יעקב" (ראה תמונה), מתאר בשפה האמנות, בריאות שלמה.

העליה בסולם דומה לשחייה נגד הזרם. שחיה נגד הזרם תוביל למקור המים (כמו למקור הבעיה). הירידה בסולם דומה לשחייה עם הזרם, הרפיה, כמו עלה בנהר שיודע את דרכו אל הים - אל היעד, אל הייעוד. העליה בסולם מצריכה מאמץ, שינוי גישה, שינוי ערכים ואמונות (רצון לתת). הירידה בסולם מחייבת חיבור אל שמחת החיים, שמחה כמצפן אל ההצלחות ואל הייעוד (רצון לקבל). במפגש בין הרצון לקבל והרצון לתת, נמצא הרצון החופשי - כוח החיים לשינוי, לאימון, ולריפוי (לוסקי 2005).



חלום יעקב
מארק שאגאל, 1887 – 1985

קשר גוף נפש בסולם הבריאות

קשר גוף נפש הוא בסיס הרפואה המשולבת, שהיא, שילוב הרפואה המדעית (גוף) עם הרפואה ההוליסטית (נפש). קשר זה הכרחי להתבוננות, אבחון וטיפול, לעליה וירידה בסולם הבריאות, שהוא, כאמור, המאפיין המרכזי ברפואה המשולבת. את הגוף ניתן לתאר בדרכים שונות: דרך הכאב, דרך העונג, דרך התנוחה, היציבה, שפת הגוף. אנו גם מתארים את נפתולי הנפש ואת מכאובי הנשמה או את השמחה שבה, דרך הגוף. כאשר אנו אומרים פיק ברכיים אולי אנו מדברים על הברכיים ברמה הפיסית, אבל מתכוונים לפחד (גוף רגשי) שנמצא בברכיים. כאשר אנו אומרים "צרות עין", לא רואים עיניים צרות ברמה הפיסית, אבל רואים את החושך שעולה מצרות העין (רובד שכלי). גם הביטויים "חרון אף", "לשון חדה", "ארשת פנים", "הלמות לב", "כאב גב", "חריקת שיניים", "קשה עורף", "היקשה ליבור", "שפתיים קפוצות", "הדם עולה לראש" וביטויים רבים אחרים מבטאים מצב נפשי (רבדים: רוחני, שכלי ורגשי) ולא, בהכרח, מצב גופני. הרפואה ההוליסטית מתייחסת לביטויים האלה במשמעותם הכפולה, "גוף נפש". משפטים שמתארים, לכאורה, בעיה גופנית, לא נשארים רק במשמעות הגופנית, על פי הגישה ההוליסטית, יש להם ביטוי גם ברבדים אחרים. כשיש לילד עצירות, (רובד גופני) מזמינים את רופא הילדים. מדוע לא תדע האם, הגננת או המורה לטפל בעצירות שמקורה בחסימה רגשית של המעיים (רייך 1991)⁹. הגוף אינו ישות נפרדת, הגוף הוא ביטוי של הנפש כמו שהנפש מבטאה את עצמה דרך הגוף. הגוף הוא הבית של הנשמה, מקדש הנשמה. הגוף מספר את סיפור הנפש, הגוף מפטפט ללא הרף, לעיתים הוא גם צועק בקול רם ולעיתים הצעקה היא באמצעות השקט המחריש אוזניים (רייך 1991).

הגוף מבטא את עצמו בדרכים שונות: דרך פעימה, מרכז, קרקוע, מיקוד, נשימה, החזקה, תנועה, קשרים ויחסים. הגוף מבטא תכנים וגם את מסגרת התכנים – מה ואיך. שפת הגוף היא חדה, אינטואיטיבית, היא חסרת פשרות, ללא מסכות. הגוף חוקר ונובר, הוא נוכח ומשתתף גם כאשר אינו נע. הגוף מבטא את עצמו באמצעות שפת הגוף, שהיא הביטוי של התנאים חברתיים והתרבותיים. הגוף מבטא את עצמו גם דרך תנוחות

⁹ וילהלם רייך גילה את ה"אורגון", כינוי לאנרגיית החיים האוניברסאלית בחומר הדומם, בתא החי ובגוף השלם. דרך האורגון הוא פיתח טיפולי גוף נפש.

הגוף, היציבה וההבעה ואלה מבטאים את תפיסות העולם, האמונות וההשפעות החינוכיות. הגוף רושם הכל, כל מצב נפשי נרשם בתווי הגוף, בתנוחות הגוף, בשפת הגוף ובאחיזה של הגוף, הגוף הוא הבית של הנשמה. כאשר אדם לא מרגיש בבית, ממובנים רבים, הוא אינו מאוזן, הוא אינו במיטבו. מצב לא מאוזן זה, כאשר הוא נמשך זמן רב, מזמן תקלות ומחלות.

החיים הם סוג של תנועה גם כאשר אין תזוזה. החיים הם תנועה ושינוי. התנועה בגוף נוצרת דרך פעימות (רייך 1991), צריכה להיות התאמה בין קצב הפעימות לבין הסביבה. חוויות (רובד רגשי) יוצרות התכווצויות שרירים (רובד גופני) ומועברות דרכם כזיכרון (רובד שכלי). טראומות (רובד רגשי) מקובעות בשרירים (רובד גופני) והופכות ל"שריון" (רובד שכלי). השריון בגוף דומה למנגנוני ההגנה בפסיכולוגיה. את השריון כמו את מנגנוני ההגנה יש להסיר בזהירות ולאט. הסרת השריון ייתן את התוצאה של האיכויות בגוף, ויציבת גוף. השריון יופיע בין חגורות הרוחב בגוף לבין חגורות האורך. קיימות 7 חגורות רוחב בגוף והן מקבילות לאזורי האנרגיה על פי הצ'קרות. השריון מופיע בין חגורות הרוחב (הצ'קרות) ובין חגורות האורך (מרידיאנים) השריון הוא חסימה שמופיעה בצורת התכווצויות או כאב בגוף ובדרך זו ניתן לאתר ולאבחן אותו. חסימה היא כמו סכר אשר משני צידיו מופיע חוסר איזון, בצד אחד יש הצפה ובצד שני יובש. את החסימה (הסכר) יש לשחרר באיטיות ואת ההצפה יש לייבש בהדרגה.

כל תהליך רגשי משאיר את רישומו בגוף. כל חוסר איזון רגשי החל את דרכו בגוף הרוחני שהשפיע על הגוף השכלי - שיצר גישות ואמונות, שיצרו את תחושות פחד, שנרשמו בגוף. שריון נוצר כתוצאה מהעלבות, השריון נוצר כתוצאה מטראומות התפתחותיות וכתוצאה מחוויית המילה "לא". חווית העלבון היא פגיעה רגשית, "אינך מבין דבר" כדרך להדגשת נחיתות אדם אחר וניצול רגשי כדי לספק צרכים נרקיסטיים (רצון לקבל). העלבון נשאר בזיכרון הגופני ויוצר את השריון. הגמשה, המסה, או פירוק השריון אפשרי דרך עבודת גוף - מגע, תנועה, נשימה וקולות. אלה הן חוויות שהגוף זוכר והן תופענה בצורת התכווצויות וכאבים בגוף. כאשר אדם מתעלם מתחושותיו ומהחוויות שחוה ומסתיר אותן במחסן האחורי, במקום להוציא אותן דרך הלב, הן תופענה בחלק האחורי של הגוף - הן תופענה בצורת כאב באגן האחורי, בגב, בצוואר מאחור, ובראש (רייך 1991). אנו רואים כי כל תהליך רגשי משאיר את רישומו בגוף. כל חוסר איזון רגשי החל את דרכו בגוף הרוחני שהשפיע על הגוף השכלי - שיצר גישות ואמונות,

שיצרו את תחושות פחד, שנרשמו בגוף. כאשר למטפל יש הכשרה בשיטות טיפול לטיפול בכל אחד מארבעת הרבדים, יוכל לטפל ברובד שאינו מאוזן ולעצור שם את התקלה, לפני שהיא מופיעה בגוף. ההכרח להכשיר מטפלים בשיטות טיפול, לטיפול בארבעת הרבדים (סולם הבריאות), היא בבסיס הרפואה המשולבת.

סולם הבריאות ופירמידת הצרכים האנושית

הרבדים השונים בסולם הבריאות מבטאים את כל היש, הם יוצרים רצונות מנוגדים ומשלימים המאפיינים צרכים ואתגרים משתנים לחיים מלאים. לכל אדם יש צרכים שונים, להם הוא נזקק, במהלך חייו ובמהלך התפתחותו, לפי החלוקה לרבדים של סולם הבריאות. פירמידת הצרכים האנושית מתארת את גורמי ההנעה של בני אדם, מסודרים בצורה היררכית, כאשר מילוי הצרכים החיוניים, קודם למילוי צרכים חיוניים פחות (מסלו 1960)¹⁰. אי מילוי של חלק מהצרכים האנושיים יוצר חוסר איזון ברובד החסר. חוסר איזון זמן ממושך, יגרום לתקלות ולמחלות. נהוג לתאר את מדרג הצרכים כמבנה של פירמידה, כאשר בבסיסה נמצאים הצרכים היסודיים הדרושים לקיומו הפיזי של אדם. ככל שעולים בפירמידה לכיוון הקודקוד, הופכים הצרכים לרוחניים. כאשר מתמלאים צרכים משכבה נמוכה יותר, מתעוררים הצרכים של השכבה שמעליה. לכל סוג של צרכים מלווה ניתוח לגבי מה קורה כאשר צרכים אלה אינם מתמלאים:

1. **הצרכים הפיסיולוגיים** נמצאים בתחתית הפירמידה: נשימה, מים, אבות המזון, שמירה על טמפרטורה, ושינה.

2. **הצורך בביטחון:** צורך זה נמצא מעל הצרכים הפיסיולוגיים. כאשר אלה מסופקים, מוטרד האדם מהצורך לשקט, בטחון, יציבות והגנה. בהיעדר סיפוק של הצורך הזה, מתפתחות חרדות, מתח ושורה של התנהגויות הנובעות מן החוסר הזה.

3. **הצורך באהבה ובשייכות:** הצורך ביחסים עם אנשים אחרים. בחברים, אהבה, ילדים, תחושת שייכות קהילתית. אי סיפוק צורך זה גורר תחושות של בדידות, חרדה חברתית וכד'.

4. **הצורך בהערכה:** יש להבחין בין הצורך בהערכה של אחרים - מעמד חברתי, תארים, הכרה, פרסום וכוח פוליטי; לבין

¹⁰ אברהם מסלו, פסיכולוג, פיתח מדרג צרכים אנושיים, לפיו אדם יעבור מצרכים ברובד ראשון לצרכים ברובד שני רק אם השיג את הצרכים ברובד הראשון, בדרך זו הוא יצר מדרג לצרכים אנושיים.

הצורך בהערכה עצמית - בטחון עצמי, הישגיות, עצמאות וחירות. בהיעדר צורך זה, עולות תחושות של חוסר בטחון עצמי, תסביכי נחיתות ודימוי עצמי נמוך, שמעוררים בעיות נפשיות והפרעות פסיכולוגיות. ארבע השכבות הראשונות של הצרכים - הן כאלה שבהיעדרן מרגיש האדם חוסר, ולאחר מילויין - הוא אינו חש דבר. כל הצרכים הללו הם צרכים קיומיים, שנחוצים לאדם לשמירה על בריאותו הפיזית והנפשית (מסלו 1970). חוסר חמור במילוי צרכים אלה בילדות, עלול להוביל להתפתחותן של הפרעות בהתנהגותו של האדם, ולפגיעה בתפקודו. האדם שסבל מחסור חמור כזה, יהיה מרוכז במשך כל חייו בתחושת תסכול והחמצה.

5. הצורך החמישי והעליון, הוא **הצורך במימוש עצמי**. צורך זה אינו מגיע לידי סיפוק או איזון. זהו צורך מתמשך לביטוי עצמי, לעושר פנימי, ליצירתיות, למימוש מלא של היכולות. מילוי צורך זה, שאינו קיומי כמו ארבעת הקודמים, נדיר במיוחד. המניעים שעומדים מאחורי הגשמה זו הם: חיפוש אחר האמת, מוסריות, חיפוש אחר יופי, שלמות, חיוניות, ייחודיות, צדק, פשטות, עושר, משחקיות, עצמאות, משמעות. כאשר אנשים ממלאים את הצרכים הבסיסיים (ארבע השכבות הראשונות), אך אינם מצליחים להגיע למימוש עצמי - הם סובלים מבעיות פסיכולוגיות שונות, כמו דיכאון, ניכור, ייאוש וכד' (מסלו 1970).

מילוי הצרכים האנושיים בכל הרבדים של סולם הבריאות יוצרים את השלם, ההוליסטי. הם מבטאים רצונות מנוגדים ומשלימים המאפיינים צרכים ואתגרים משתנים לחיים מלאים. מילוי הצרכים האנושיים בכל הרבדים, על פי הרפואה המשולבת, הם המפתח לבריאות הוליסטית.

התנועה בין ארבעת הרבדים של סולם הבריאות

התנועה מלמטה למעלה ומלמעלה למטה בתוך סולם הבריאות היא שמאפשרת שילוב כל הצרכים לכלל עיצוב אישיות אדם שלם. כאשר אין מילוי של צרכים אנושיים באחד הרבדים, נוצר חוסר איזון. תבנית הרפואה המשולבת מציעה כלים אחדים לאיזון בין הרבדים, דרך אימון האינטליגנציות החלשות ובאמצעות תרופות הוליסטיות לתמיכה וחיזוק הרבדים החלשים.

אישיות האדם מתחלקת לארבעה עולמות (רבדים) - העולם האובייקטיבי, העולם הסובייקטיבי, העולם הסימבולי והעולם

ההוליסטי. קינג מדגיש ומחדד את הצורך באיזון בין הרבדים דרך תנועה בתוך סולם הבריאות (קינג 1988)¹¹.

בעולם האובייקטיבי (רובד גופני), ההנחה היא שלכל דבר יש התחלה וסוף. צבע העצים, ריח הפרחים, שירת הציפורים, תחושת הקור, מציאות של צמחים, חיות, בני אדם. דברים שאפשר לראות, להריח ולגעת, לאסוף מידע ולעבדו במסגרת ניסויים אמפיריים הם תבנית חשיבה אובייקטיבית. הביטוי של העולם האובייקטיבי הוא נפרדות והוא חיצוני לאדם המתבונן, בעיני המתבונן זה נראה מובן מאליו ומתקבל כאמת אפשרית יחידה. בעולם האובייקטיבי הכל מדיד ויש רק אמת אחת (מדעית). ברובד זה הריפוי מתבצע באמצעות תרופות, ניתוחים, מסג', צמחים, תנועה, תזונה.

בעולם הסובייקטיבי (רובד רגשי) הכל קשור, הכל נמצא במעגל אחד. האמת אינה אחת וכל דבר נכון ואמיתי. אדם מודע לאאורה ולכוחות הפועלים סביבו, הוא חש עצמו חלק מהם, יחידה אחת בלתי נפרדת. העבר והעתיד מתרחשים בזמן הווה, האנרגיה היא תקשורת טבעית, מחשבות ותחושות מועברות בדרך טבעית מאדם לאדם. מכאן שכל פגיעה באדם אחד או בטבע היא פגיעה בכל אדם. ברובד זה הריפוי מתבצע דרך שילוב אמנויות, איזון אנרגטי, העברת אנרגיה, הילינג, שיאצו, אבנים, ועוד.

העולם הסימבולי (רובד שכלי) הוא עולם של סמלים, האדם הוא חלק מכל דבר. הציפורים שרות את הבטחת השמחה, והזריחה היא נגיעת האור של הבורא, והאדם כותב או מצייר כדי לתפוס את הסמליות של הרגע. גם החלום הוא סמל ולכן המציאות היא חלום שאפשר לשנותו. כל התנסות בעולם הסימבולי היא השתקפות של האדם. כדי לשנות את ההתנסויות, אדם יכול לשנות את מה שהאירוע מסמל עבורו או לשנות את עצמו כך שההשתקפות שלו תשתנה ואז גם האירוע ישתנה. זה כלי מצוין כדי להבחין איך אמונות משתקפות בגוף ובהתנסויות ואיך תנאים ומערכות יחסים משתנים כאשר אמונות משתנות. בעולם הסימבולי המשמעות שיש לכל דבר היא המשמעות שאדם נותן לה. ברובד זה הריפוי מתבצע דרך שיטות טיפול שונות, כגון: פתרון חלומות, דמיון מודרך, מחשבה חיובית, מנטרה ובסוגי הריפוי בהם נדרשת אמונה של המטופל בעצמו.

בעולם ההוליסטי (רובד רוחני) האדם הוא האור, והוא חש איך אור השמש הופך לכוח. נוכחות האדם היא שמאפשרת לאור

¹¹ סרג' קינג הוא אנתרופולוג שחקר את השמנים בהיבט של בריאות הוליסטית.

להיות מה שהינו. משום שלכל דבר יש זהות אחת. "הכל זה אני", "אני הדבר עצמו". אדם יכול לשחק תפקידים והתנסויות בדרך מוצלחת כך שההתנסויות משחקות אותו. ברובד הזה הריפוי מתבצע דרך מציאת ייעוד ותכלית, דרך סליחה ותפילה.

לנוע בין הרבדים לצורך שינוי פנימי.

חוסר איזון יופיע כאשר אדם פועל רק בתוך רובד אחד ואינו נע בין הרבדים ואינו משלב את בין הצרכים השונים. כדי לנוע בין העולמות, אדם צריך לחולל שינוי פנימי, לשנות גישה ואת הכוונה הקשורה למטרותיו. לחוות את העולם ואת המקום בו הוא נמצא מאהבה, לאחוז באהבה ולא להרפות. שינוי פנימי מתחולל כאשר נעים מרובד לרובד: "אני נפרד, אני בתוך, אני חלק ואני הדבר עצמו". התנועה מרובד לרובד מאפשרת לשינוי להתחולל לצורך שכלול יכולות (אינטליגנציות) וביצוע משימות חיים (אהבה, קריירה, כסף ובריאות).

כאשר מטופל עסוק רק ברובד הגופני, משמע "אני נפרד" הוא יכול להביא את הידע כמו היה "האמת היחידה" ולטפל ללא מעורבות. כאשר המטופל עולה בסולם לרובד הרגשי הוא מביא את הידע שלו כאמת יחסית ובודק אותה מול תחושות המטופל, דרך זו מעצימה את המטופל ומאפשרת לו לקבל אחריות על הטיפול. כאשר המטפל עובד ברובד השכלי, "אני חלק", הוא מתאים את הטיפול לאמונות המטופל ובדרך זו מגייס כוחות פנימיים לריפוי, המאפשרים "קפיצה קוונטית" (צ'ופרה 1997)¹². קפיצה קוונטית היא שינוי פנימי, המשנה את הקוד הגנטי ומחולל "ריפוי ספונטאני"¹³. כאשר המטפל עובד ברובד הרוחני, כמו היה הוא המטופל, הוא המחלה והוא האפשרויות לריפוי, יחידה אחת. ורק הרצון החופשי של המטפל ושל המטופל הם שקובעים במה לבחור. היכולת לנוע בין הרבדים היא שמחוללת את הנס המיוחל והיא שמאפשרת "קפיצה קוונטית" ורפואה שלמה.

האדם הינו ישות הבנויה מארבעה רבדים המבטאים את השלם. ארבעת הרבדים מבטאים רצונות מנוגדים ומשלימים, המאפיינים צרכים ואתגרים משתנים לחיים מלאים. החלוקה לארבעה משקפת את הקשת השלמה של החיים - ארבעה יסודות: אור אש מים אדמה. ארבע מציאויות: דומם צומח חי

¹² ד"ר דיפאק צ'ופרה הוא נירולוג וחוקר מוח שכתב את הספר "ריפוי קוונטי (1988)"

¹³ ריפוי ספונטאני הוא מונח רפואי שמתרחש בדרך בלתי מוסברת בכלים המדעיים. ד"ר דיפאק צ'ופרה (1988) מייחס את הריפוי הספונטאני לשינוי הפנימי המתחולל אצל המטופל.

מדבר. ארבע משימות חיים: אהבה קריירה כסף בריאות. ארבעה רבדים: גופני רגשי שכלי רוחני. הגוף הוא ביטוי של עולם הרגש. הרובד הרגשי הוא ביטוי של עולם השכל (העמדות והאמונות). הרובד השכלי הוא ביטוי של העולם הרוחני, שהוא היכולת להגדיר את הרצון לתת או לקבל ולקבוע את הכיוון באופן חופשי. כל תקלה או קושי, וכן שמחה והצלחה ברובד אחד מופיעים בשאר הרבדים. הרבדים השונים מעידים על אותה התופעה בשינוי צורה. שינוי צורה מאוויר לאש, ומאש למים, וממים לאדמה. זו אותה ישות שעולה ויורדת בסולם. זו אותה הישות שמדברת בשפות שונות. ארבעת הרבדים הם אחדות אחת שמבטאים תדרים שונים בסולם האנושי השלם. ראינו כי רק פעולה משולבת ותנועה בכל ארבעת הרבדים היא שמבטיחה איזון גוף נפש (קינג 1988). בכל רגע במהלך החיים, אדם נמצא ופועל, באחד העולמות (רבדים). לעיתים קרובות אדם פועל בשניים, או שלושה או בכל ארבעת העולמות (רבדים) באותו הזמן ממש. למרות שיש עולם (רובד) בו אדם חי באופן טבעי, הדרך לרפואה משולבת היא איזון בין הרבדים. אדם צריך להיות מודע לרצון לקבל ולרצון לתת שבכל רובד ולאזן בין הרצונות. כאשר אדם אינו פועל לאורך זמן באחד מארבעת הרבדים, נוצר חוסר איזון. כדי להחזיר את האיזון יש לפעול בדרך הפוכה לטבע האישי (תנועה מלמטה למעלה בסולם הבריאות), יש צורך לשנות גישה ואחר כך לשנות הרגלים. בסופו של תהליך בן עשרה שלבים ("מעגל המטפלים" - שנדון בו בהמשך) תשתנה המציאות.

המנוע לשינוי

המנוע לשינוי

המנוע לשינוי הינו אחד מחמשת המאפיינים המרכזיים של תבנית הרפואה המשולבת. המנוע לשינוי הוא הקוטביות המופיעה בכל תופעה בטבע, כמו, בכל אינטליגנציה. המאבק הבלתי פוסק בין הרצון לתת ובין הרצון לקבל הוא המנוע לשינוי פנימי, לתנועה בתוך סולם הבריאות ומעבר מרובד לרובד (לוסקי 2005).



היכולת לפעול בתוך הניגודים, היא כה חיונית, על פי הגישה הקבלית של ספר יצירה, עד שנדמה שהיכולת הזו לבדה היא כלי עיקרי לריפוי. כאשר היכולת הזו חסרה, היא, גם, המקור העיקרי לחסימות ולחוסר איזון. כל אבחון מתחיל בהתבוננות, של המטפל, על היכולת של המטופל, לפעול מתוך הניגודים, לחיות עימם בשלום ולהפכם למנוע לשינוי, לעליה ולירידה בסולם הבריאות. ספר יצירה חוזר 24 פעמים¹⁴ על המילים "זכר ונקבה". ללמדנו שבכל תכונה אנושית, בכל איבר בגוף, בכל תופעה בטבע, הכל נברא זכר ונקבה - שונות שמטרתה ליצור אחדות - חלקים נפרדים שמטרתם ליצור שלם.

צריך לדון במושג "זכר ונקבה" בהקשר לתדר האנרגטי שבהם. זכר ונקבה הן צורות ואנרגיה דו קוטבית הקיימת בכל תופעה בטבע. זכר ונקבה הם הרצון לקבל והרצון לתת (ספירות ואותיות), שני הרצונות הללו נוצרו מהרצון החופשי (כוח החיים) (לוסקי 2005). על פי ספר יצירה, קיימים שלושה יסודות: יסוד האוויר (הרצון החופשי), שיצר את המים (הרצון לתת), שיצרו את האש (הרצון לקבל). המים בסופו של כל תהליך יוצרים את האדמה כיסוד רביעי. האדמה (הגלוי לעין) כמו המציאות היא ביטוי של מה שמתחולל בשלושת היסודות (הנסתר מהעין) שבראו הכל. בספר התמורות המיוחס לקונפוציוס (700 לפנה"ס) מוזכרת, פעם ראשונה, תורת הין

¹⁴ בפעם ה- 25 בהקשר לרצון לתת נאמר זהר ונקבה. "המליך אות מים במים וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם ארץ בעולם וקור בשנה ובטן בנפש זהר ונקבה" (ספר יצירה פרק שלישי מ"ח)

והיאנג הסינית (פרלה 2000). ין ויאנג מסמלים שתי איכויות אשר בו זמנית הן גם דבר והיפוכו, וגם משלימות זו את זה. כל תופעה ברפואה הסינית מוגדרת על פי מידת הין או היאנג שבה. ובכל מקרה היא מכילה את שתי האיכויות בבחינת ניגודים משלימים. בעזרת שני הכוחות האלה ניתן להסביר כיצד התפתח היקום ואת עקרונות הסדר השוררים בו על פי הטאואיזם. היאנג הוא הצד הפעיל (אותיות), הזכרי. הין הוא הצד הסביל (הספירות), הנקבי. שני הכוחות הללו אינם יכולים להתקיים בנפרד, וכל זמן שהם מאצילים זה על זה ופועלים באופן הדדי, מתקיים תהליך התהוות. כאשר ההדדיות הזו מפסיקה להיות מאוזנת, הסדר הטוב נפגע (כמו בעת מחלה) ועלול להגיע עד לכיליון (מוות) אם כוח אחד גובר על השני או נעלם (פרלה 2000).

את תופעת הניגודים היוצרים אחדות, ניתן לראות במגן דוד המורכב משני משולשים הנמצאים אחד על גבי השני. שני משולשים אלו מייצגים את הכוח הדואלי הנובע מהאחדות: יין ויאנג, זכר ונקבה, אנושי והאלוהי. כאשר המשולש העליון נחשב זכרי והמשולש התחתון נחשב לנקבי. הניגודיות והקוטביות הקיימות בין הרמות ובין המשולשים, קיימות בכל דבר בטבע, בחשמל (פלוס ומינוס), בתא האנושי (אלקטרון חיובי ופרוטון שלילי), זכר ונקבה, יום-לילה, שפל-גאות, קוטביות מגנטית. בספר יצירה הוזכרו הניגודים לראשונה (זכר ונקבה ברא אותם) ומאוחר יותר, בספר בראשית א' הוזכרו הניגודים בדמות אור וחושך, שמיים וארץ. מטרת הקוטביות היא להביא את האדם להפקת אנרגיה מתוך עצמו, מנוע לשינוי פנימי. נוכחות הניגודים היא שיוצרת את ההרמוניה הדרושה לשינוי פנימי.

היא שמאפשרת את גילוי האחדות הנסתרת בתוך השונות. על פי ספר יצירה כל דבר מתחבר לדומה לו, הפוך. ניגודים היוצרים את השלם. אם אין שאלה גם אין תשובה. אם אין תרופה גם אין מחלה. אם אין זכר גם אין נקבה. "כללו של דבר מקצת אלו מצטרפין עם אלו ואלו תמורות אלו, אלו כנגד אלו ואלו כנגד אלו ואם אין אלו ואלו וכולם אדוקין בתלי גלגל ולב: (ספר יצירה, פרק שישי מ"ו). הצ"י - אנרגיית החיים על פי הסינים או הרצון החופשי על פי הגישה הקבלית של ספר יצירה - נולד עם עיקרון הקוטביות, המתאר את הקשר הראשוני בין ין (רצון לקבל) ליאנג (רצון לתת), בין שמים וארץ, בין אנרגיה לחומר (ספירות ואותיות). הצ"י (הרצון החופשי) מכיל אותם ומחבר ביניהם ויחד הם יוצרים את היכולת להתהוות ולצמוח אל השלם על כל חלקיו. ראיה זו של הדברים מסבירה את העולם כולו על כל התופעות שבו כמתרחשות כולן כתוצאה מן

הקשר המנוגד אך המשלים בין הרצון לקבל לבין הרצון לתת, שתי איכויות של הרצון החופשי, שהוא כוח החיים.

מהותו של הקשר יין/יאנג מוסברת גם במשמעותו המילולית בקליגרפיה הסינית – יין "הצד המוצל של ההר" מוסתר מעיני השמש. הצד המוצל נחשב לפסיבי, חשוך, רטוב, מוסתר, פנימי, מתכווץ, הפעילות בו איטית. יאנג, הצד המואר של ההר, גלוי לעיני השמש. בצד המואר מאירה השמש, אקטיבי, חם, יבש, גלוי, חיזוני, מתפשט, הפעילות מהירה ואנרגטית. אך מיקומה של השמש לעולם אינו קבוע. גם העננים שמטילים את צילם על פני הארץ מצויים בתנועה. המצוי בצל כעת, עשוי היה להיות באור שמש מלא לפני דקות אחדות, ומה שמואר באור היום כעת - יהיה שרוי בחשיכה עם רדת הלילה. המוצל הוא יין והמואר הוא יאנג בהתייחס לאיכות הרגעית של אור וצל, ולמחזור השינוי המתמיד בו, כל אחד מהם הופך באורח בלתי נמנע למשנהו. אור השמש על הגבעה הוא משחק המציג איכות חולפת ונתונה לשינוי. בכל רגע ובכל תופעה אשר אנו חווים ניתן להבחין באיכות הזמנית והמתחלפת של יין ויאנג. על-פי מודל זה, חם יותר הינו רצון לתת (נמצא בחלק העליון של סולם הבריאות), לעומת קר יותר שהינו רצון לקבל (נמצא בחלק התחתון של סולם הבריאות). כך גם מואר יותר, לעומת חשוך יותר, גבוה יותר, לעומת נמוך יותר, וכדומה. על פי אותו מודל מוסברות תופעות השינוי המחזורי בטבע - חילופי העונות, חילופי היום והלילה, החיים והמוות וכל התופעות כולן. וכך, כל הדברים כולם נשלטים או מושפעים ממצב הקשר האנרגטי בין השמים לבין הארץ - עולם הדומם, עולם הצומח, עולם החי, וכמובן האנושות כולה - רצון לקבל ורצון לתת (ספירות ואותיות), שני הכוחות הראשוניים הקיימים בכל הדברים הם החלוקה הבסיסית ביותר של כל תופעה. ניתן לתאר מה קורה לבריאותו של אדם כאשר נפסקת, אצלו, התנועה מלמעלה למטה ומלמטה למעלה בתוך סולם הבריאות. התנועה בתוך הסולם באמצעות השינוי הפנימי, היא בריאות הוליסטית - אבן יסוד לרפואה המשולבת.

הסינים מתארים כל חומר, וגם בני האדם, כבועת צ'י ההולכת ונדחסת פנימה עד שהיא הופכת לגוף עצמו - לחומר, שהוא למעשה טרנספורמציה של הצ'י. על פי הקבלה של ספר יצירה, מקורה של הטרנספורמציה בסוג הקשר בין הרצון לקבל לבין הרצון לתת (ספירות ואותיות), שתי איכויות של הרצון החופשי" (לוסקי 2005). כל אחת מהאיכויות זקוקה לאיכות המנוגדת לה ע"מ לקבל משמעות ולהתקיים. קיומה של האחת הכרחי לקיומה של השנייה. לכל דבר ביקום

יש כוח המנוגד לו בערכו אשר יחד הם משלימים זה את זה. חומר ואנטי חומר, חיידקים טובים וחיידקים רעים. בדומה לקוטבי המגנט ובשאיפה לאיזון, יימשכו הרצון לקבל והרצון לתת זה אל זה. כל התופעות מגלמות בחובן את שתי האיכויות בדרגות שונות. כל תופעה מוגדרת על פי מידת הרצון לקבל והרצון לתת שבה. כל רצון לקבל ורצון לתת יחסיים זה לזה. כל רצון לקבל ורצון לתת ניתנים לחלוקה פנימית נוספת. דבר איננו רצון לקבל מוחלט או רצון לתת מוחלט. חשוק, בעל מאפייני רצון לקבל רבים יותר אך בעל מאפייני רצון לתת ביחס לחשוק ממנו. רצון לקבל ורצון לתת תמיד משתנים זה לזה. יחסי הכוחות בין הרצון לקבל והרצון לתת פועלים הדדית ללא הרף ויוצרים זרימה ושינוי. השינוי המובהק ביותר קורה בעת שהרצון לקבל מגיע לשיאו ומשתנה לרצון לתת או כשהרצון לתת משתנה בתורו לרצון לקבל.

הרצון לקבל והרצון לתת הם מנגנון חיים, הם כוח החיים על פי ספר יצירה (לוסקי 2005), ואילו על פי הפילוסופיה הסינית הם אנרגיית הצ'י. על פי היפנים הם מסמלים את הקי, ועל פי ההינדים הם מסמלים את הפראנה. זו הקוטביות המופיעה בכל תופעה בטבע, בכל אינטליגנציה ובכל רובד, זה המאבק הבלתי פוסק בין הרצון לתת ובין הרצון לקבל (ספירות ואותיות), והוא המנוע לשינוי פנימי, לתנועה ולמעבר מרובד לרובד.

חוסר איזון (לכאורה) בין הרצון לקבל ובין הרצון לתת הוא שגורם לכאבים, תקלות ולמחלות. החיים אינם מאפשרים חוסר איזון מתמשך ולכן ברגע שנוולד חוסר איזון, אפילו במחשבתו של אדם, החיים פועלים כדי לתקן ולאזן. הכאב המופיע כתוצאה מחוסר איזון, הוא אזעקה והתרעה של כוח החיים, כדי שאדם יוכל להתבונן בעצמו ולתקן את חוסר האיזון שנוצר בין הרצון לקבל והרצון לתת. למעשה, הכאב או המחלה הם פעולות איזון (זמני) שמופיעות כנגד חוסר האיזון שנוצר.

האור צמצם מעצמו, פינה מקום כדי לתת לאדם ביטוי אישי וחופש בחירה. כאשר האור פינה מקום, נוצר חלל ריק, מרחב חסר משמעות וחוסר תכלית כדי שיתמלא ברצונם של בני אדם. החלל הריק הוא כלי שרוצה להתמלא באור, כל אימת שהכלי מתרוקן מהאור נוצר בכלי רצון לקבל מחדש, אור שחסר. כאשר הכלי מתרחב נוצר חוסר גדול יותר והרצון לקבל גדל, כאשר הכלי הופך לצינור להעברה של אור לאחריים, כלומר מקבל על מנת לתת, הוא נמצא תמיד במצב חוסר ולכן גם במצב של רצון

לקבל. כגודל הרצון לקבל, כן גודלה של שמחת החיים והאושר שאדם מפיך לעצמו (אשל"ג, תשמ"ח)¹⁵.

הרצון הוא הכוח המניע את מימדי היקום, הפיסי והרוחני, גוף ונפש. עולם הדומם, הצומח, החי והמדבר נמדדים על פי מידת כוח הרצון שמפעמת בהם, באמונה וביכולת שלהם לממש אותו. הרצון, כוח החיים נמצא בכל מקום ובכל זמן, הרצון אינו מוגבל בדרך כלשהי. הוא מופיע בדרך לא מודעת. רק לאחר הופעת הרצון, מופיעה המחשבה המודעת מה לעשות ברצון. המחשבה המוגבלת מעצם טבעה מגבילה את הרצון בתכלית ובתוצאה רצויה. הגבלת הרצון על ידי המחשבה המודעת מתבצעת מסיבות רבות הקשורות לתפיסת העולם ולאמונה של אדם ביכולתו לקלוט ולהכיל את כמות השפע המוצעת, או באמונה של כמה "מגיע לי" (רצון לקבל), האם הרוויח את השפע או שהוא עוד צריך להתייגע. במקרים רבים הרצון נוכח ואין אדם יודע מה לעשות עם הרצון, הוא גם אינו יודע מה הוא רוצה. כדי שהרצון יזרום ויתגלה בחיים וגם יתורגם לתוצאה, צריכה להופיע מחשבה שמגבילה את הרצון לצורך מוגדר, לתכלית ברורה.

הגדרה של יעד (הגדרת יעד צריכה להיות במשתנים של מרחב וזמן – כמה ומתי), היא הגדרה של מרחב שיש לו סוף, מוות. הגדרת הרצון כמו להניח גדר לרצון. רק עם הופעת המגבלה והגדרת המרחב, משתחרר כוח הרצון וממלא את המרחב שהוגדר. רק לאחר שהוגדר הכלום (האין), מופיעים החיים (היש). רק לאחר שנוצרה מגבלה משתחרר כוח החיים הבלתי מוגבל. אינסופיות הרצון מאפשרת העברה של כוח הרצון מאדם לאדם או מחומר לחומר דבר שאינו גורע מהנותן. כוח הרצון פועל כמו האור המופץ מנר, כאשר מועבר אור מנר אחד לנר אחר, יהיו שני אורות ולא יגרע אור מהנר הנותן מאורו (אשל"ג, תשמ"ח).

הקוטביות המופיעה בכל תופעה בטבע, בכל אינטליגנציה ובכל רובד, המאבק הבלתי פוסק בין הספירות לאותיות, בין הרצון לתת ובין הרצון לקבל, הוא כוח החיים והמנוע למעבר מרובד לרובד, בתוך סולם הבריאות, לצורך שינוי פנימי.

¹⁵ הרב אשל"ג הוא בעל הסולם. הסולם הוא פירוש לספר הזוהר שכתב רבי שמעון בר יוחאי.

תרופות הוליסטיות

תרופות הוליסטיות

תרופות הוליסטיות הן אחד מחמשת המאפיינים המרכזיים של תבנית הרפואה המשולבת. תרופות הוליסטיות, הן פעולות אנושיות פשוטות, כגון: שינה, מקלחת, מחשבה חיובית, מעשה טוב, חיבוק, נשיקה, אהבה, יחסי מין, הליכה, ביקור במקום חדש, ועוד. בכל אחת מהפעולות האנושיות קיים הרצון לתת והרצון לקבל שבהן, כך שניתן לכוון לקבלה או לנתינה. כל פעולה אנושית מאפשרת תרגול, אימון, תחזוקה, שכלול או תיקון של כל אחת משלושים ושתים האינטליגנציות. המודעות לרצון לקבל ולרצון לתת שבכל פעולה היא שמניעה את כוח החיים (הרצון החופשי), והופכת כל פעולה אנושית פשוטה ל"תרופה" (לוסקי 2005). תרופות הוליסטיות הן כלים למניעת תקלות ומחלות, וכן תרופות לריפוי ברפואה המשולבת. תרופות הוליסטיות הן תוצר של האינטליגנציות והן ניתנות לצורך אימון אינטליגנציות. הבנה של תפקיד כל אחת מהאינטליגנציות (ראה פרק על 32 האינטליגנציות), יאפשרו התאמה של תרופות לאינטליגנציות.

אינטליגנציות הן יכולות או כישורי חיים (גארדנר 1996). ארבעה שלבים לאבחון ולטיפול דרך 32 האינטליגנציות: היכולת לזהות חוסר ברובד הרגשי. היכולת להגדיר רצון ברובד הרוחני. היכולת לשנות גישה ברובד השכלי. היכולת לקבוע מטרות וליישמן ברובד הגופני (לוסקי 2005). אימון ותרגול אינטליגנציות, צריכים להפיק תוצרים מדידים בשלוש אמות מידה: שינוי במצב הגופני (עולם), שינוי לאורך זמן (שנה), שינוי בחיוניות ובשמחת החיים (נפש). "ג' אבות ותולדותיהן, ז' כובשים וצבאותיהן, וי"ב גבולי אלכסון ראייה לדבר עדים נאמנים עולם שנה נפש" (ספר יצירה, פרק 6 מ"ב).

לכל אדם יש שלושים ושתים אינטליגנציות במינון ומדרג ייחודי. פרופיל האינטליגנציות האישי של כל אדם מהווה את השפה הייחודית בה הוא מתפקד ומצטיין. היכולות האנושיות מתפתחות דרך הקשרים הנוירולוגיים וזרמי החשמל. הנוירונים כמו האינטליגנציות, הן ישויות פיסיות שניתן לפתח באמצעים שונים והם מגיבים כמו ששרירים בגוף, מגיבים לאימון ותרגול. באמצעות תרגול ניתן לפתח את רשת העצבים והקשרים הנוירולוגיים במוח ובכל חלקי הגוף, הנדרשים ללמידה, לניצול מיטבי ומאוזן של פוטנציאל 32 האינטליגנציות.

המודעות לרצון לקבל ולרצון לתת שבכל פעולה היא שמניעה את כוח החיים (הרצון החופשי), והופכת כל פעולה אנושית פשוטה ל"תרופה" (לוסקי 2005).
טבלת "תרופות הוליסטיות" מציגה פעולות אנושיות פשוטות, בהתאמה לאינטליגנציות. תרגול ואימון פעולות פשוטות יאפשר חיזוק או יצירת קשרים נירולוגים חדשים וכתוצאה מכך, שכלול, תחזוקה או תיקון אינטליגנציות. עבור כל אינטליגנציה ניתן לפתח "תרופות", רבות, נוספות. טבלה זו מציגה אפשרות אחת לכל אינטליגנציה, לצורך הדגמה.

תרופות הוליסטיות

אינטליגנציות		פעולות אנושיות פשוטות כתרופות
אות	רצון	רובד רוחני - שכלול היכולת להגדיר את הרצון וכיוונו עשה מעשה ואחר כך את ההיפוך שלו. התפלל, בקש את טובת העולם כולו כל בוקר. לפני שינה, אמור סליחה בלב, גם לעצמך.
א	רצון חופשי	
מ	רצון לתת	
ש	רצון לקבל	
אות	מורים	רובד שכלי - שכלול היכולת לשנות גישות ואמונות קבע ורשום קדימויות, מה חשוב יותר עבורך בחיים. אמור תודה לעצמך 40 פעם ביום מתוך כוונה. קדש, כוון, ברכ, אחל לאחרים הצלחה. עשה מקלחת ארוכה, טבול במים רבע שעה לפחות ביום. אהבה, חיבוקים ונשיקות הם מתכון טוב לשחרור הידענות. חבק את עצמך 10 דקות, כל יום. חבר תחושות למחשבות ותן ליופי הפנימי לצאת.
ב	חוכמה	
ג	עושר	
ד	זרע	
כ	חיים	
פ	ממשלה	
ר	שלום	
ת	חן	
מספר	כוחות	רובד רגשי - שכלול היכולת לזהות חסרים הדלק נר כל יום ואמור: "הכל בא מצד האור, הכל לטובה". טייל במקומות חדשים, עשה דברים שלא עשית עדיין. לטף, פנק, תחמיא, פרגן לאנשים ולעצמך. ספור עד 10 לפני כל פעולה. הייה בהשפעה במקום בתגובה. נקה מחשבות שלילית באמצעות מחשבות חיוביות. עשה מעשה טוב אחד ביום, כל מעשה הוא מעשה טוב. תריץ במחשבה שלך "סרט" של כל מה שעשית במשך היום. פתח דלתות לאנשים - קשור, שדך, תאם, סייע, טפל, הדרך. החיים כאמנות - צור, כתוב, צייר, פסל, צלם. הייה יצירתני. קבל את החיים - הייה היכן שאתה שעה ביום, ללא תוכניות..
1	אור	
2	בראשית	
3	אהבה	
4	חופש	
5	מחשבה	
6	אחדות	
7	התבוננות	
8	ריפוי	
9	חיסון	
10	גילוי	
אות	חושים	רובד גופני - שכלול היכולת לקבוע יעדים ולממשם עצום עיניים 7 דקות ביום ותראה משהו. חפש משמעות - תשמע אדם אחר 7 דקות ללא תגובה. קח 9 נשימות עמוקות ותריח. עשה כך לעיתים קרובות. כתוב לפחות 10 משפטים כל יום ביומן האישי שלך. היום, תאכל ותלבש רק מה שאתה אוהב ועושה לך טוב. עשה השבוע 3 דברים שרצית לעשות בשנה האחרונה. גע בדברים, עבוד עם הידיים 10 דקות ביום לפחות. קבע יעדים לחיים ותהנה מהתהליך כך שתשכח את היעד. תגיד: "אני אוהב את החיים" פעם ביום, 40 יום ברציפות. שחק משחקים, צעק, צחק צחוק יזום 7 דקות ביום. תרום 1-3 שעות בשבוע למחויבות למען הקהילה. תישן 7 שעות בלילה, בקש חלומות ותעד אותם .
ה	ראיה	
ו	שמיעה	
ז	ריח	
ח	דיבור	
ט	טעם	
י	מעשה	
ל	תשמיש	
נ	הלוך/דרך	
ס	רוגז/בטן	
ע	שחוק/מוח	
צ	הרהור/לב	
ק	שינה/תא	

המוח והאינטליגנציה האנושית

"תרופות הוליסטיות" או פעולות אנושיות פשוטות פועלות באותו האופן שבו פועלות תרופות כימיות.

העמידות של בני אדם לכאב תלויה בקבוצה של חומרים ביוכימיים שנקראים אנדורפינים ואנקפלינים הפועלים כמשככי הכאבים הטבעיים של הגוף (צ'ופרה 1997). המילה אנדורפין פירושה "מורפיום פנימי" והמילה אנקפלין פירושה "בתוך המוח". במילים אחרות, כימיקלים אלה הם מעין גרסה של מורפיום המיוצרת על ידי המוח בעצמו. רגשות חזקים, למשל, יכולים לגבור על אותות כאב שמגיעים מהגוף, כפי שקורה כאשר אם רצה להציל את ילדה מבית בוער.

מורפיום ואנדורפינים חוסמים את הכאב על ידי כך שהם נצמדים לקולטן של תא העצב ומונעים כניסתם של כימיקלים הנושאים את מסר הכאב. לפי מודל זה, מולקולה של אנדורפין היא כמו מילה, נניח שהמילה היא "רוגע" אפשר לשער שבכל פעם שהמילה כאב מגיעה לתשומת הלב של המוח, יש למוח אפשרות להחזיר כתשובה את המילה "רוגע" ולבטל את הכאב. האנדורפין והמורפיום זהים באופן בסיסי, ההבדל הוא שהאחד מיוצר על ידי האדם והשני על ידי פרג האופיום. אין שום דבר מיוחד במולקולות עצמן, היכולת ליצור ולברוא דרך האינטליגנציות האנושיות, היא החשובה. מולקולות האדרנלין הן לא מה שגרמו לאם לרוץ לתוך הבניין הבוער להציל את בנה. מולקולות האנדורפין הן לא אלו שמונעות את תחושת כאב להבות האש. הרצון, הוודאות, הנחישות, האהבה, המחויבות הם המגנים מפני הכאב. אינטליגנציות (תרופות) אלה מצאו ערוץ כימי שהמוח יכול להשתמש בהם כדי לשוחח עם הגוף ולהגן. מכאן שההכרה מבטא את עצמה בגוף דרך כימיקלים. כימיקלים אלה אינם מיוצרים רק במוח, שתפקידו לחשוב, אלא גם במערכת החיסון ובמערכות אחרות. הטענה היא שלאינטליגנציות הזורמות בגוף נדרש בסיס חומרי. קולטני התאים רוקדים ללא הרף על פני השטח של דפנות התא ומשנים את צורתם כדי לקלוט מסרים חדשים. "ההכרה והגוף הם כמו שני יקומים מקבילים. כל דבר המתרחש ביקום השכלי חייב להותיר עקבות ביקום הפיסי" [...] "גופך, כפי שאתה רואה אותו ברגע זה, הוא תמונה פיזית, תלת מימדית של מה שאתה חושב" [...]. "דבר אינו יכול לנוע בלי להניע את כל יתר חלקי השלם" (צ'ופרה 1997).

לא רק המוח חושב, כל מקום בגוף בו מצויים קולטנים למולקולות נושאות מסרים, כלומר בכל תא בגוף, קיימת חשיבה. בכל מקום בגוף, בלב ובמוח, בכבד ובעור הפנים יש את אותו ה-DNA, ומשמעות הדבר היא שתא לב או תא עור הפנים יכול להתנהג כמו תא מוח. "עד עכשיו המדע קבע שאנו מכונות פיזיות שבדרך כלשהי למדו לחשוב. כעת מתברר, שאנחנו מחשבות שלמדו ליצור מכונה פיסית" (צ'ופרה 1997).

מחקרים ותרופות הוליסטיות

מחקרים מוכיחים שלפעולות אנושיות פשוטות (תרופות הוליסטיות), יש קשר לבריאות. תרופות הוליסטיות הן מאפיין מרכזי ברפואה המשולבת, הוכחת תקפותם של "תרופות הוליסטיות" על ידי מחקרים אמפיריים, תיתן משנה תוקף לתבנית הרפואה המשולבת. להלן ממצאי מחקרים אחדים:

בשנים האחרונות הוכח מדעית, שלתפילה יש כוח ריפוי. ד"ר אבי בליך מבית החולים הפסיכיאטרי לב השרון, שכתב על כוחה של התפילה לריפוי מחלות בכתב העת "הרפואה" (2002),

מציג את המושג "תפילה מרחוק" (D.P - Distance Prear), מושג המתאר מצב בו אדם או מספר אנשים מתפללים לשלומם של מטופל שאינו מוכר להם ושהמטופל מעולם לא הכירם. לטענת ד"ר בליך יעילותה של התפילה מרחוק לריפוי מחלות הוכחה מבחינה מדעית. מחקרים רבים שמצוטטים באותו כתב עת מסכמים: "תפילה מרחוק יכולה להשפיע על מטופלים עם דלקות בכלי הדם. הטיפול יעיל מבחינה כספית, אינו משפיע לרעה וצריך לשקול להשתמש בו כחלק מהנוהל הקליני" (פרופ' לייבוביץ', מרכז רפואי רבין, פ"ת). במקום אחר מציינים חוקרים ממכון הלב האמריקאי בקנזס, ארצות הברית, שתפילה מרחוק הוכחה כיעילה במקרים של שהייה קצרה ביחידות לטיפול לב. המסקנה מהמאמר היא שתפילה יכולה להיות תוספת אפקטיבית לטיפול רפואי רגיל.

"תרופה הוליסטית" נוספת שלגביה קיימים ממצאים, היא יחסי מין. אחד המחקרים הבולטים שפורסם לפני כמה שנים בכתב העת הרפואי British Medical Journal (שירז 2006)¹⁶, הראה שגברים שמקיימים יחסי מין בתדירות גבוהה, זוכים לחיים ארוכים יותר ומועדים פחות למות בגיל צעיר. התברר שבקבוצה שהייתה הפחות פעילה מינית, שיעורי התמותה היו גבוהים פי שניים לעומת הקבוצה היותר פעילה.

החוקרים בדקו אנשים בריאים שלא קיימו יחסי מין, ואנשים חולים שקיימו יחסי מין, ובעזרת כלים סטטיסטיים הוכיחו שיחסי מין גורמים לבריאות טובה ואריכות ימים. ליחסי מין יש קשר גם לשכיחות נמוכה יותר של סרטן הערמונית אצל גברים. באותו מאמר מתואר מחקר אוסטרלי שהתפרסם לפני כשנתיים ואשר הראה, שככל שגבר חווה אורגזמות ושפיכת זרע בתדירות גבוהה יותר (ביחסי מין או באוננות), כך קטן הסיכון שלו לפתח את סרטן הערמונית. פרופ' גרהאם גילס, מנהל המרכז

¹⁶ המחקר פורסם ב- YNET (שירז 2006)

לאפידמיולוגיה של הסרטן באוסטרליה שעמד בראש המחקר, סיכם: "נראה ששפיכה בתדירות גבוהה מונעת מחומרים מחוללי סרטן, שמגיעים עם הדם לבלוטת הערמונית, להצטבר שם ולגרום לשינויים מסרטנים בתאי הבלוטה". יחסי מין תורמים גם לחיזוק המערכת החיסונית, מה שמסייע בין השאר למניעת מחלות אוטואימוניות (אסתמה, פסוריאזיס, זאבת ועוד, שבהן המערכת החיסונית תוקפת את הגוף), כמו גם שפעת, הצטננויות וריפוי פצעים. יחסי מין סדירים מעלים בדם את רמתם של נוגדנים מסוג אימונוגלובין, המחזקים את התמודדות הגוף.

תרופה הוליסטית אחרת, שנבדקה מחקרית, היא "תשומת לב". ד"ר אורניש, בספרו "אהבה והישרדות, הבסיס המדעי לכוח הריפוי של אינטימיות" (אורניש 2004), מכניס לראשונה למשוואה של בריאות וחולי נושאים שלא דובר בהם בעבר על ידי עולם הרפואה. את שיטתו של ד"ר דין אורניש לריפוי הלב מיישמים היום במספר בתי חולים בארה"ב וגם, בשיר"מ במרכז רפואי אסף הרופא במסגרת קבוצות תמיכה להבראת הלב. שיטת ריפוי הלב של ד"ר אורניש הוכיחה נסיגה של טרשת עורקים (התהליך שסותם את עורקי הלב וגורם בסופו להתקפי לב ומאורעות מוחיים). לאהבה, לתמיכה ולשייכות יש את ההשפעה המשמעותית ביותר על בריאותנו. נמצא כי נבדקים עם גורמי סיכון קונבנציונאליים (כולסטרול גבוה בדם, לחץ דם גבוה, גיל מבוגר, סוכרת, הפרעות ב-אק"ג), היו מועמדים לפתח תעוקת לב חדשה פי 20 מאחרים ב- 5 השנים הקרובות. אלה שענו בחיוב לשאלה אחת- "האם אשתך מביעה את אהבתה כלפיך" סבלו באופן משמעותי פחות מתעוקת לב גם כאשר היו להם את גורמי הסיכון. אלה עם גורמי הסיכון שענו בשלילה לשאלה זו סבלו מתעוקה באופן משמעותי יותר. ככל שגורמי הסיכון היו משמעותיים יותר כך לתחושת אהבה מהאישה היה אפקט מנטרל משמעותי יותר. חוקרים סיכמו זאת כך "אהבת האישה ותמיכתה הם גורם מאזן חשוב שבסופו של דבר מפחית את הסיכון ללקות בתעוקת לב אפילו כאשר קיימים גורמי סיכון גבוהים" (אורניש 2004). המסקנה ברורה, ל"תרופות הוליסטיות" יש השפעה מחקרית מוכחת ביכולתם לרפא או לחסן מפני מחלה. ד"ר אורניש, לא רק מצביע על גורמי הסיכון, אלא גם, מפרט כיצד ניתן להפוך גורם סיכון לגורם הגנה, כיצד ניתן להגביר את תחושת השייכות, התמיכה, האהבה והאינטימיות בחיינו. הוא בוחר להתחיל בנושא של תקשורת בין אישית. הוא מוביל אותנו צעד אחר צעד לתקשורת מקרבת במקום תקשורת מרחיקה. לפי אורניש, קירבה ואינטימיות פירושה ריפוי, בעוד

שריחוק, חוסר אמון, ציניות ובידוד מובילים למחלה. הוא מדבר על כוחם של מילים ושל מחשבות. למילים יש כוח של חיים ומוות ולמחשבות יש יכולת ליצור מציאות חדשה (אורניש 2004).

גם למוסיקה יש כוח של ריפוי, המוסיקה היא אחת מה"תרופות ההוליסטיות" שנחקרו אמפירית. במאמר שפורסם בחיים אחרים (פברואר 2006), מספרת הכותבת, שלומית רז, כי במחקר שנערך ב"מעונות מכבי", עולה כי האזנה למוסיקה מעודדת החלמה אצל מטופלים. במחקר שנערך במעונות מכבי במגדל הזהב בבת ים נבדקו אנשים שלקו בשבץ מוחי ואנשים שהאונה הימנית במוחם נפגעה. במהלך המחקר חולקו המטופלים לשלוש קבוצות: לבני הקבוצה הראשונה לא הושמעה מוסיקה כלל, לקבוצה השנייה הושמעה סונטה של מוצרט, ולקבוצה השלישית השמיעו מוסיקה שאהבו לשמוע בביתם. מתוצאות המחקר עולה כי מצבם של המאזינים למוצרט השתפר לעומת המטופלים בשתי הקבוצות האחרות. מחקר זה נערך בהשראת מחקר אמריקאי שנערך בשנת 1993, שבו נערכו מבחני אינטליגנציה לסטודנטים לפני ואחרי שהאזינו לסימפוניה של מוצרט. התוצאות הראו שיפור בולט בציונים לאחר האזנה למוצרט. בעקבות ממצאי המחקר נכתב בזמנו הספר "אפקט מוצרט", והופקו קלטות במטרה לשפר יכולות לימוד, ריפוי, יצירתיות, ורגיעה באמצעות הקשבה למוסיקה. פרופ' קרסו, מנהל המחלקה לפסיכולוגיה באוניברסיטת בר

אילן, בספרו "הלב – המדריך המלא לבריאות ולשיקום" (קרסו 2004), נותן סדרת עצות לשמירה על הבריאות ולמניעת מחלות לב. עצותיו של פרופ' קרסו הן "תרופות הוליסטיות" כלליות. להלן אחדות מעצותיו:

"אהבו את עצמכם, פנקו את עצמכם והזכירו לעצמכם שאתם החשובים והאהובים ביותר בעולם כולו. נסו להיות אופטימיים, אנשים אופטימיים מצליחים יותר, אהובים יותר ובריאים יותר. אנשים פסימיים ורואי שחורות מביאים על עצמם בעיות ומחלות, בחזקת נבואה שמגשימה את עצמה. חשיבה חיובית עוזרת בכל שטחי החיים. אנשים אופטימיים אהובים יותר בחברה, ואפילו הרופאים אוהבים אותם יותר. אם שקעתם במצב רוח קודר או ברחמים עצמיים – השאלו סרט וידאו מצחיק או צפו בתוכנית טלוויזיה משעשעת. צאו מזה, ויפה שעה אחת קודם. ניתן לרפא מחלות או בעיות גופניות בעזרת מדיטציה ודמיון מודרך. אל תכניסו את עצמכם לעימותים ומתחים מיותרים. גם אם תזכו במשפט נגד מישהו שנוא – האנרגיה הנפשית שתשקיעו בו תגרום לכם נזק בריאותי ונפשי גדול יותר

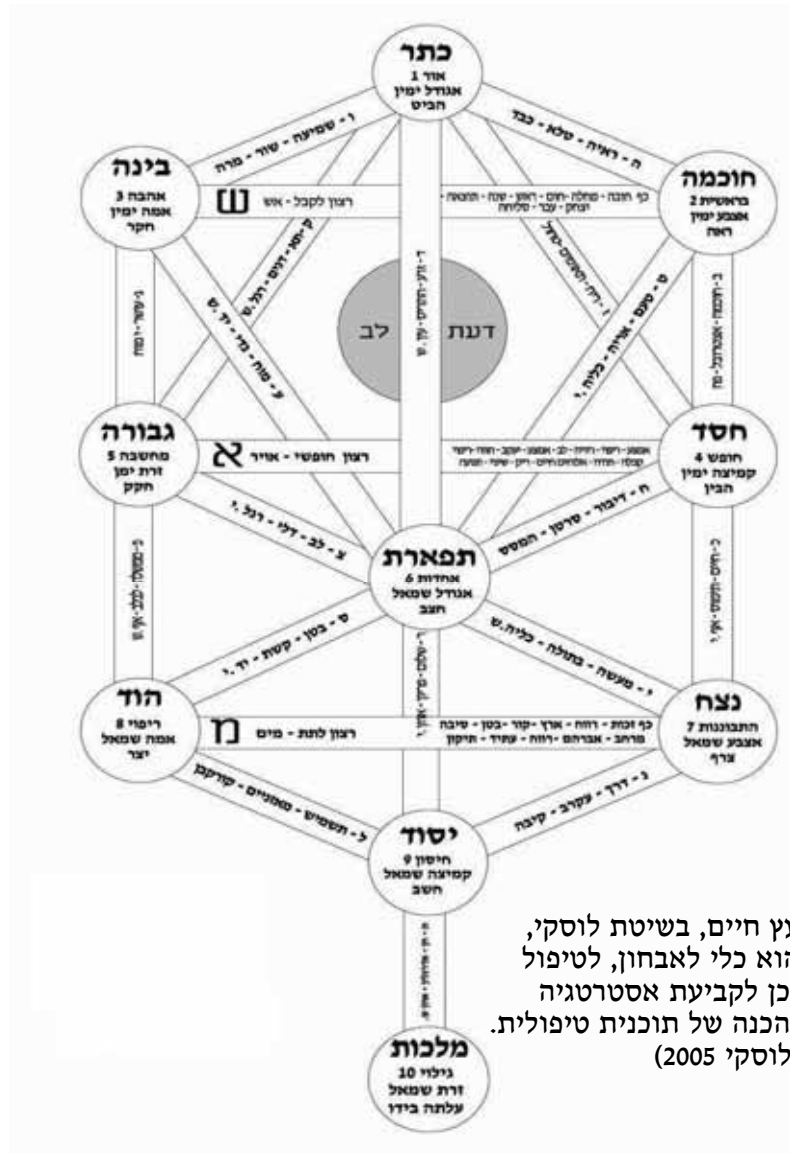
מהרווח במשפט. הימנעו ממריבות מיותרות ומסתם מצבי לחץ ומתח. עימותים, מלחמות וויכוחים מיותרים זוללים אנרגיה, מכניסים את הגוף למצב של דחק, ומדכאים את מערכת החיסון. הרשו לעצמכם להשתנות. הרשו לעצמכם להיות גמישים יותר, לוותר ולסלוח, להבין ולקבל ולנסות דברים חדשים. אל תתקעו בשל חשיבה מקובעת ומאובנת. חיים קלים הם נטל קטן יותר על מערכת החיסון שלכם. היו טובים לאחרים, עזרו לאנשים ללא שיקולי כדאיות. מעשים טובים שנעשים ללא ציפייה לתמורה יוצרים אנרגיה חיובית, והידיעה שעשינו משהו טוב עוזרת לתחושה הטובה שלנו עם עצמנו. תנו לאנשים יותר ממה שהם מצפים, ועשו זאת בשמחה. טלו אחריות על בריאותכם. אל תתנו למריבה קטנה לפגוע בידידות גדולה. היו פתוחים לשינויים – אבל לא על חשבון הערכים שלכם. למדו את החוקים – והפרו אחדים מהם מפעם לפעם" (קרסו 2004).

תרופות הוליסטיות או פעולות אנושיות פשוטות, פועלות באותו האופן שבו פועלות תרופות כימיות. ההכרה מבטא את עצמה בגוף דרך כימיקלים שמיוצרים בגוף. כל שיטות הטיפול ההוליסטיות נולדו כתוצאה מהתבוננות בנס המתחולל בביצוע של פעולות אנושיות בצורה מכוונת ומודעת "קפיצה קוונטית" או "ריפוי ספונטאני" (צ'ופרה 1997) - מגע מודע ומכוון הפך לעיסוי - עיסוי שבדי, עיסוי רפואי ועיסוי רקמות, טווינה ושיאצו, רפלקסולוגיה ומכאן זה התפתח להילינג בגרסאות שונות - הילינג אנרגטי והילינג רוחני וקבלי ורייקי וקורונה ועוד, ועוד. תנועה גופנית מודעת התפתחה לספורט על כל צורותיו, לאמנויות לחימה, לתאי צ'י, ליוגה, לצ'י קונג, שיטת אלכסנדר ופלדנקרייז. העיסוק באוכל, בדרך מודעת, התפתח למדעים שלמים ולעולם חדש של אפשרויות. סיפורים אנושיים פשוטים התפתחו לביבליותרפיה, ומשחקים התפתחו לשיטת טיפול באמנות וספורט תחרותי. יותר ויותר פעולות אנושיות פשוטות מתפתחות והופכות לשיטות טיפול מסודרות. סביב צמחים, צבעים, אבנים, מוסיקה, ריחות, שמנים, בעלי חיים, מים, מרחב, חלומות, שינה, ותפילה התפתחו תרפיות. בסופו של דבר כל פעולה אנושית היא שיטת טיפול וכל טיפול הוא, בעצם, פעולה אנושית מכוונת. כל פעולה אנושית מכוונת ומודעת היא "תרופה" (לוסקי 2005).

ריפוי אינטליגנציות הוא תהליך חינוכי נרכש (ראה מעגל המטפלים). כל שינוי פנימי באחת האינטליגנציות דרך "תרופה הוליסטית", יופיע בכל ארבעת הרבדים של אותה אינטליגנציה.

כל אינטליגנציה היא חלק מהשלם ולכן גם כל שינוי בה, משפיע על הגוף כולו, על השלם (גוף ונפש). המודעות לרצון לקבל ולרצון לתת שבכל פעולה היא שמניעה את כוח החיים (הרצון החופשי) והופכת כל פעולה אנושית פשוטה ל"תרופה" (לוסקי 2005).

עץ חיים שיטת לוסקי



עץ חיים, בשיטת לוסקי, הוא כלי לאבחון, לטיפול וכן לקביעת אסטרטגיה והכנה של תוכנית טיפולית. (לוסקי 2005)

סל הטיפולים

סל הטיפולים

סל הטיפולים הינו אחד מחמשת המאפיינים המרכזיים של תבנית הרפואה המשולבת. סל הטיפולים מכיל את כל השיטות הטיפוליות ההוליסטיות והמשלימות, וכן שיטות טיפול מדעיות, מערביות. לכל שיטה טיפולית יש היבט ותפקיד מרכזי לתיקון חוסר האיזון באחד מארבעת הרבדים. בחירת שיטת הטיפול צריכה להתבצע על בסיס יכולתה לטפל ברובד מסוים. לכן, מומלץ למרכזים רפואיים ולמטפלים לאמץ סל טיפולים משולב. כלומר - בחירת שיטות טיפול בהתאמה לרובד. סל הטיפולים ליצירת רפואה משולבת מחייב שיטת טיפול הוליסטית אחת, לפחות, מכל רובד.

בפרק זה אציג, בהרחבה, 4 שיטות טיפול. בחרתי שיטה אחת לכל רובד, כדוגמה לסל טיפולים. כל אחת מהשיטות הטיפוליות שנבחרו, פועלת בהתאמה לאחד הרבדים שאותו היא מתרגלת ומאמנת. השיטות שנבחרו, לסל טיפולים, לדוגמא, הן: מדיטציה ברובד הרוחני, דמיון מודרך ברובד השכלי, שילוב אמנויות ברובד הרגשי, דיקור ברובד הגופני. שיטות טיפול אלה נבחרו, גם, בשל העובדה שהן נחקרו אמפירית ויש לגביהן ממצאים מדעיים היכולים לאשש את הכשרים הנרכשים בכל רובד. לכל אחת משיטות הטיפול הנבחרות, צריכה להיות יכולת לתרגל ולאמן אינטליגנציות באותו רובד לצורך תחזוקה, תיקון או שכלול.

להלן הכשרים הנרכשים בכל אחד מהרבדים:

ברובד הרוחני, נרכשת היכולת להגדיר את הרצון (רצון לקבל או רצון לתת) ואת כיוונו (לקבל על מנת לתת או לתת על מנת לקבל).

ברובד השכלי, נרכשת היכולת לשנות גישות ואמונות.

ברובד הרגשי, נרכשת היכולת לזהות חסרים רגשיים.

ברובד הגופני, נרכשת היכולת לקבוע יעדים ולממשם.

לצורך רכישת היכולות כמפורט לעיל, יש לתרגל ולאמן את האינטליגנציות החלשות, באמצעות תרופות הוליסטיות, טיפולים באמצעות שיטות הטיפול שנבחרו לסל הטיפולים, וכן עבודה בקבוצות, בהתאמה לרבדים. טבלה מס' 2 מציגה רשימת שיטות טיפול משלימות (הוליסטיות) הפעילות בכל העולם, לפי רבדים. הרובד שנבחר לכל שיטת טיפול מתאר את ההיבט הטיפולי המרכזי מנקודת ראותו של המטפל. מטפלים ומרכזים רפואיים יכולים לבחור, מתוך הרשימה, שיטות טיפול ועבודה

בקבוצה לפי רבדים בהתאמה לאוכלוסיית המטופלים. השיטות הטיפוליות הנבחרות הם "סל טיפולים" של תבנית הרפואה המשולבת.

שיטות הטיפול המשלימות

שיטות טיפול	
<p>טיפולים אישיים וקבוצתיים: מדיטציה/ חלומות/ שיטת לוסקי/ דרך המשוב/ תפילה/ פסיכותרפיה הוליסטית רוחנית/ גוף נפש/ קארמה/ תקשור/ עץ חיים/ רפואה קבלית/ תאו/ זן תאו/ איודה/ ריברסינג/ שיחזור גלגולים / ויפאסנה.</p> <p>עבודה בקבוצות: סדנאות מודעות.</p>	<p>רובד רוחני:</p>
<p>טיפולים אישיים וקבוצתיים: דמיון מודרך/ פסיכודרמה/ קלפי יצירה/ חוכמת הגוף / תשאל / מחשבה חיובית/ רפואה סינית/ אסטרוולוגיה/ נומרולוגיה/ גרפולוגיה/ הומיאופתיה/ רפואה יפנית/ רפואה טיבטית/ מוח אחד/ ביופידבק/ פסיכולוגיה/ תרפיה בדיבור/ IPEC/ קרניו סאקרל / קול הרוח/ סוטאי/ אט וסוגסטיה/ אי אם אף/ בואן/ ביו אנרגיה/ גרינברג/ אוטר/ היפנוזה/סילבה/ פסיכוקברנטיקה/ טלתרפיה/ פסיכולקברנטיקה/ פאלמ-תראפי/ סקארב/ מגנטותרפיה.</p> <p>עבודה בקבוצות: קבוצות התפתחות.</p>	<p>רובד שכלי:</p>
<p>טיפולים אישיים וקבוצתיים: שילוב אמנויות/ הילינג/ רייקי/ תזונה טבעית/ צום/ תהליכי חוויה / פרחי באך/ קלפי טארוט/ הידרו תרפיה/ קינסיולוגיה / ווטסו / צחוק והומור/ מוסיקה/ צלילים/ תדרים/ אר ומתרפיה/ ריחות/ שמנים/ ג'הארה/ טאנטרה/ סרוגיט/ מגנטותרפיה/ משחק/ רפואה יהודית/ נשימה מודעת/ ריברסינג/ שיחזור גלגולים/ ציור/ כתיבה יצירתית/ תרפיה בצבעים/ קריאה בקפה/ אורה סומה/ בייטס/ נטורופתיה/ צמחי מרפא/ שאמאניזם/ תרפיה בעיסוק/ תרפיה בעזרת בעלי חיים/ טיפוח היופי/ אנטי אג'נט/ סוג'וק / אקופרסורה.</p> <p>עבודה בקבוצות: סדנאות יצירה, בשילוב אמנויות/ קבוצות תמיכה .</p>	<p>רובד רגשי:</p>
<p>טיפולים אישיים וקבוצתיים: דיקור/ עיסוי / כירולוגיה/ יציבה/ פלדנקרייז/ אוטר/ אירידיאלוגיה/ קריסטלים/ טווינה/ שפת גוף/ טיפולים במגע/ כוסות רוח/ נרות הופי/ מיקרוביוטיקה/ שיאצו/ עוצמת הרכות/ רפלקסולוגיה/ פאנג שואי/ אלבאום/ פאולה/ כירופרקטיקה/ אלכסנדר/ אינטגרציה מבנית/ רפואה הודית/ אוסטיאופתיה.</p> <p>עבודה בקבוצות: מסעות חוויה/ פעילות גופנית/ יוגה/ צ' קונג/ מדיטציה דינאמית/ תרפיה בתנועה/ ריקוד/ אמנויות לחימה.</p>	<p>רובד גופני:</p>

טיפול במדיטציה

מדיטציה היא שיטת טיפול אופיינית לרובד הרוחני. דרך מדיטציה ניתן לאמן ולתרגל את היכולת להגדיר את הרצון (רצון לקבל או רצון לתת) ואת כיוונו (לקבל על מנת לתת או לתת על מנת לקבל).

דניאל גולמן במאמרו "רגשות הרסניים"¹⁷ (2006), מפרט את ממצאי המחקרים בנושא המדיטציה בשנים האחרונות. המסקנה העולה מ הממצאים המדעיים האחרונים, היא שלאנשים שעושים מדיטציה יש יתרון. המחקרים מוכיחים שמדיטציה מחזקת את המערכת החיסונית, וסריקות מוח מראות שהיא מסייעת להפגת מתחים.

רופאים ממליצים על מדיטציה כדרך למנוע, להאט או לפחות לשלוט על כאבים של מחלות כרוניות, כמו בעיות לב, איידס, סרטן ועקרונות. היא גם משמשת להגברת האיזון במצבים של הפרעות פסיכיאטריות כמו דיכאון, היפראקטיביות ובעיות חוסר ריכוז, בשילוב שבין מיסטיקה מזרחית ומדע מערבי. במשך 30 שנה אמרו לנו חוקרי המדיטציה, שהיא עובדת נפלא כתרופה למצבי לחץ, אומר דניאל גולמן, אבל מה שמרגש במחקרים החדשים הוא לראות איך המדיטציה יכולה לאמן את הנפש ולעצב מחדש את המוח. מחקרים, שנעשים בעזרת המכשור המתוחכם ביותר של הדמיה, מראים שהיא יכולה לשנות את החיווט במוח, ולהזיז, למשל, את נקודת השבירה, שבה פקק תנועה, לדוגמא, גורם לאנשים להשתולל מעצבים. גולמן מספר, במאמר, כי ריצ'רד דיווידסון, מאוניברסיטת ויסקונסין, השתמש בסריקות מוח כדי להראות שהמדיטציה מסיטה את הפעילות בחלק הקדמי של המוח (ממש מאחורי המצח), מהאונה הימנית לאונה השמאלית. בעקבות המחקר טוען דיווידסון, שעיסוק קבוע במדיטציה משנה את הנטיות במוח ממצב של "הילחם או ברח", למצב של קבלה ונינוחות. השינוי הזה, הוא אומר, מביא עימו עלייה בשביעות הרצון.

עוד מספר גולמן, במאמר, כי ג'ון קבאט, שחקר את הבודהיזם בשנות ה-60 וייסד את המרפאה להפגת מתח בבית-הספר לרפואה של אוניברסיטת מסצ'וסטס ב-1979, ניסה למצוא דרכים מדעיות כדי להוכיח את כוחות הריפוי של המדיטציה.

¹⁷ מאמר המתעד שיחה עם קבוצת חוקרי מוח. המאמר תורגם ופורסם ב-YNET תחת הכותרת "מדיטציה: לבריאות הגוף, הנפש ולחיים ארוכים".

במהלך השנים הוא הצליח לסייע ללמעלה מ-14 אלף בני-אדם להתמודד עם כאבים ללא שימוש בתרופות, תוך שהוא מלמד אותם להתמקד על תחושת הכאב ולקבל אותה במקום להילחם בה. למטופלים במרכז הרפואי יש סרטון, איידס, כאבים כרוניים, ואם אנו חושבים שנוכל לעשות משהו בעבורם, אנו בצרות, אומר קבאט. אבל אם נשנה את נקודת ההתייחסות, ונקבל את הרעיון שהם יכולים לעזור לעצמם, אם נספק להם כלים יעילים, המצב ישתנה בצורה יוצאת דופן. באחרונה בדק קבאט קבוצת חולי פסוריאסיס - מחלת עור חשוכת-מרפא שהטיפול בה כולל אשפוז בבית-חולים, הגנה על העיניים ועמידה בעירום בחדר החשוף לקרינה אולטרה-סגולית, הטיפול מעורר חרדה ולחץ בקרב המטופלים. קבאט בחר כמה מתוכם ולימד אותם טכניקות מדיטציה, שיפחיתו את החרדה. בשני ניסויים שערך, הוא גילה שעורם של המודטים בקרב המטופלים נרפא בקצב מהיר פי-ארבעה מזה של המטופלים הרגילים. במחקר אחר, הוא הזריק חיסון לשפעת לשתי קבוצות נבדקים, ומדד את כמות הנוגדנים שהם פיתחו בדם, ואת הפעילות המוחית של המודטים החדשים. הממצאים הראו, שלא רק שהמטופלים שעסקו במדיטציה פיתחו כמות גדולה יותר של נוגדנים, אלא שאלה מביניהם שמוחם הצליח להעביר את מירב הפעילות מהאונה הימנית לשמאלית הראו רמות גבוהות עוד יותר של נוגדנים. ככל שטכניקת המדיטציה טובה יותר, טוען קבאט, כך מתחזקת גם המערכת החיסונית. מדיטציה היא הרפתקה, ההרפתקה הגדולה ביותר שהתודעה האנושית יכולה לבחור. מדיטציה היא רק להיות בלא לעשות דבר – אף פעולה, אף מחשבה, אף רגש. אתה רק קיים, וזה תענוג עילאי. הליבה ההכרחית, הנשמה של המדיטציה היא להתבונן, לדעת את עצמך (אושו 1997).

הרפואה המשולבת, היא רפואה המשלבת שיטות טיפול מכל אחד מארבעת הרבדים המרכיבים את האדם השלם, מדיטציה היא שיטה טיפולית המאפשרת להתבונן ולדעת את עצמך, והפועל יוצא מכך הוא, אימון ותרגול הרובד הרוחני (הרצון החופשי) שבכל אחת משלושים ושתים האינטליגנציות (לוסקי 2005).

קשר מדיטציות ואינטליגנציות

מדיטציה לאימון, תרגול ופתיחת הערוץ הרוחני בכל אחת משלושים ושתים האינטליגנציות.

מדיטציה לאימון היכולת להגדיר את הרצון	רצון	
מדיטציית נשימות	רצון חופשי	א
מדיטציה במים	רצון לתת	מ
מדיטציה ליד מדורה/אש/שמש	רצון לקבל	ש
מדיטציה לאימון היכולת לחולל שינוי בגישות ובאמונות	מורים	
מדיטציית המרכבה	חוכמה	ב
למצוא ענווה ופשטות במגע קרוב לקרקע, בבוץ ובחומר.	עושר	ג
מדיטציה של שמחה, ריקוד	זרע	ד
מדיטציה של צחוק	חיים	כ
מדיטציה של אהבה	ממשלה	פ
מדיטציה של כתיבה יצירתית אינטואיטיבית	שלום	ר
מדיטציה מול המראה	חן	ת
מדיטציה לאימון היכולת להבחין בחסרים רגשיים	נוחות	
מדיטציית "יהוה"	אור	1
מדיטציה של נשימה מודעת, שינויי מקצב.	בראשית	2
מדיטציה של סליחה ומחילה	אהבה	3
מדיטציה של כוח התנגדות – להתנגד לכל מה שמגיע	חופש	4
מדיטציה של מחשבה חיובית	מחשבה	5
מדיטציה של תפילה - סליחה/תודה/ בבקשה	אחדות	6
מדיטציה של התבוננות במחשבות	התבוננות	7
מדיטציה של העבר את זה הלאה	ריפוי	8
מדיטציה של התבוננות כדי לדעת מדוע	חיסון	9
מדיטציה של התבוננות כאן ועכשיו	גילוי	10
מדיטציה לאימון היכולת לקבוע יעדים ולממשם	חושים	
מדיטציית המלאכים	ראיה	ה
להתמזג עם המוסיקה ולתת לתאים לספוג ולהפוך לצליל	שמיעה	ו
מדיטציה של ריחות/שמנים – לעבור מאחד לשני ולהריח	ריח	ז
מדיטציה של שירה מונוטונית עד לאכסטזה – צ'נט	דיבור	ח
מדיטציה של אכילה איטית מאוד	טעם	ט
משחקי יצירה / הילד הקטן – התבוננות בעשייה כעת.	מעשה	י
מדיטציה של תנועה/מגע בקבוצה – התבוננות בגוף	תשמיש	ל
מדיטציה של הליכה, ריצה משותפת – הליכת מלאכים	הלוך/דרך	נ
מדיטציה של ניקוי כעסים – התבוננות באמונות/תשליך	רוגז/בטן	ס
מדיטציה של צחוק	שחוק/מוח	ע
מדיטציה של חיבוקים בהרכבים שונים, התבוננות בתחושות	הרהור/לב	צ
מדיטציה של התבוננות בחלומות/שיחזור גלגולים	שינה/תא	ק

טיפול בדמיון מודרך

דמיון מודרך היא שיטת טיפול אופיינית לרובד השכלי. דרך דמיון מודרך ניתן לאמן ולתרגל את היכולת לשנות גישות ואמונות. הטיפול בדמיון מודרך מתחיל בהרפיה קצרה, משלבים מוסיקת רקע מרגיעה שבה המטופל נכנס לשקט ונשימות ארוכות וקצובות. מצב זה מאפשר למטופל להתבונן ולהעצים את כוח החיים. התהליך ממשיך בסיפור ודימויים שדרכם יש להוביל את המטופל לשורש הבעיה שבה מבקשים לטפל.

קיימים סוגים שונים של דמיון לצורך שינוי: דמיון פתוח, דמיון מתוכנת ודמיון מודרך (פאנינג 1995)¹⁸. דמיון פתוח הוא האזנה לתת מודע. עוצמים עיניים וממתינים לראות מה עולה במוח. סוג זה של דמיון מתאים לחקירת התנגדויות לשינוי כלשהו בחיים, לחשיפת רגשות, לגילוי דימויים אישיים ולהבהרת האפשרויות. דמיון מתוכנת, פירושו האזנה ושיחה עם התת מודע על פי תסריט קבוע מראש. סוג זה של דמיון מועיל להשגת יעדים, לשיפור יכולת אתלטית, להאצת רפיון פציעות ולתגבור דימויים. דמיון מודרך, הוא שילוב של דמיון פתוח ודמיון מתוכנת. יוצרים בדמיון התרחשות מפורטת כלשהי, אגב השמטת יסודות חיוניים מסוימים, ואחר כך מניחים לתת מודע להשלים אותם. דמיון מודרך מתאים לשיפור העצמי, לטיפול נפשי, לריפוי ולשליטה על כאב. בסופו של דבר, טוען פאנינג, תפתח סברה משלך כדי להסביר מדוע וכיצד פועל הדמיון שלך – סברה אשר תתאים באופן הטוב ביותר לתפיסת עולמך, ותסביר כיצד פועל הדמיון המודרך עבורך (פאנינג 1995).

יונג (שלו 1987) יצר את המונח "ארכיטיפ", סמל אוניברסאלי מולד המשותף לאנשים רבים. לדוגמא: מערה היא דימוי ארכיטיפי לרחם. יונג טען, כי אם אדם מאמין שרוח רפאים תוקפת אותו, הוא יגיב אליה כפי שיגיב לשודד חמוש. בכך יסד יונג את הרעיון שהמציאות היחידה המוכרת לאדם היא דימויו המחשבתיים, בין אם הם מציאותיים ובין אם הם דימוניים. מאז ועד היום נערכו ניסויים רבים אשר הוכיחו שוב ושוב את הקשר שבין כוח המחשבה והדמיון לגוף. הרפואה המודרנית החלה להשתמש בשיטת הביו-פידבק ובכך הכירה בכוח החשיבה לשליטה על פעולות שונות בגוף. ביו-פידבק היא שיטת טיפול בה מחברים את המטופל למכשירים המודדים פעולות שונות בגופו. המטופל רואה על צג את המדדים השונים, ולומד לשלוט

¹⁸ פאנינג הוא חוקר שכתב את הספר "דמיון מודרך לצורך שינוי"

בהם בעזרת כוח מחשבתו. פעמים רבות, מתוך חוסר מודעות לכוחן של המחשבות (ולעיתים למרות המודעות), אנו מדמיינים תרחישים שאינם מיטיבים עימנו. אדם שבמשך שנים רבות, אינו מאמין ביכולתו לשנות מצב קיים, באמת יתקשה לערוך שינוי. לדוגמא: להפסיק לעשן, לרזות, להבריא ממחלה מסוימת או להגשים חלום אחר. הרפואה הפסיכו-נוירו-אימונולוגית, היא תחום חדש במדע הרפואה. תחום זה חוקר את יחסי הגומלין שבין הפסיכו (הרגשות והמחשבות) לנוירו (מערכת העצבים) ולמערכת האימונולוגית (מערכת החיסון). ובמילים אחרות, השפעות הנפש על המערכת החיסונית. במצבים בהם חסרים לנו כוחות נפש להשיג דבר מה, יכול הדמיון המודרך לתמוך בתהליך וליצור הבנה חדשה ואופטימית שתגשים את עצמה. דמיון מודרך טוב יותר בחובו את הפוטנציאל להגשמת חלומות, היכולת להשפיע על מציאות חיינו בעזרת כוח המחשבה. הדמיה של ריפוי משפיעה, כיוון שהמוח האנושי מגיב באופן זה לאירוע בין אם התרחש במציאות ובין אם היה דמיוני. הרפואה המשולבת, היא רפואה המשלבת שיטות טיפול מכל אחד מארבעת הרבדים המרכיבים את האדם השלם, דמיון מודרך היא שיטה טיפולית שמאפשרת אימון ותרגול של הרובד השכלי שבכל אחת משלושים ושתיים האינטליגנציות, לצורך שינוי גישה, עיצוב אמונה חדשה, שינוי הרגלים, ובסופו של תהליך, אף שינוי המציאות האישית (לוסקי 2005).

קשר דמיון מודרך ואינטליגנציות

דמיון מודרך לאימון ותרגול ופתיחת הערוץ השכלי בכל אחת משלושים ושתים האינטליגנציות לצורך שינוי (לוסקי 2005).
שחק עם הדמיון שלך וצור עולם חדש ועשיר של אפשרויות.

רצון	דמיון מודרך לאימון היכולת להגדיר את הרצון	
א	אתה בעולם בו הכל אפשרי עבורך	רצון חופשי
מ	אתה נדבן ידוע, נותן מכספו, מאהבתו ומעצמו	רצון לתת
ש	אתה ליד מדורה באש האוכלת	רצון לקבל
	דמיון מודרך לאימון היכולת לשנות גישות ואמונות	מורים
ב	כל מה שאתה עושה מושלם	חוכמה
ג	אתה מוצא סיפוק רב מהדברים הפשוטים בחיים	עושר
ד	אתה צוחק, שמח, רוקד ושר כל היום	זרע
כ	אתה וכל בני האדם עלים שזורמים בנהר	חיים
פ	אתה בחלומות הרטובים שלך, משוחרר מידענות וצדקנות	ממשלה
ר	אתה אוהב בני אדם ובני אדם אוהבים אותך בלי גבול	שלום
ת	אתה ערום, כולם ערומים, יפים כמו מלאכים	חן
	דמיון מודרך לאימון היכולת לזהות חסרים רגשיים	כוחות
1	גם כאשר זה נראה כמו טעות זה קורה לך לטובה	אור
2	אתה נולד מחדש, כעת	בראשית
3	אתה וכל בני האדם תאים בגוף של אלוהים	אהבה
4	תעוף רחוק, אתה עושה מה שתמיד חלמת לעשות	חופש
5	אתה מנפץ חומות, שובר קירות ופורץ קדימה	מחשבה
6	אתה הולך בדרך בא הולכים המלאכים	אחדות
7	אתה רואה את עצמך בדמות האנשים שסביבך	התבוננות
8	דמה כדור אור שמסתובב בגוף ומרפא אותך	ריפוי
9	אתה שדה פרחים שמאפיין את החיים שלך, תנקה קוצים	חיסון
10	הייה עץ, פרח, מים, ענן, רוח ואש.	גילוי
	דמיון מודרך לאימון היכולת לקבוע יעדים ולממשם	חושים
ה	הגוף שלך הוא צבעים שיוצרים	ראיה
ו	התאים בגוף שלך הם תזמורת שמנגנת את המוסיקה שלך	שמיעה
ז	אתה רואה "את הנולד" הרבה לפני שזה קורה	ריח
ח	אתה מורה רוחני, מרצה, משורר, סופר ידוע	דיבור
ט	אתה בן תשעים שלא היה משנה דבר מההתנסויות שעבר	טעם
י	אתה הילד שתמיד אהבת ושכולם אוהבים	מעשה
ל	אתה נוגע בגוף שלך, אתה אוהב כל חלק בגוף שלך	תשמיש
נ	קח תרמיל וצא למסע	הלוך/דרך
ס	סוד אותיות השם שלך הם הקוד שמרחיק כל רע	רוגז/בטן
ע	העולם הוא מגרש המשחקים שלך, שחק אותה	שחוק/מוח
צ	חבק את עצמך כמו שאף אחד לא יכול לחבק אותך	הרהור/לב
ק	אתה נוסע אחורה בזמן, לגלגולים קודמים	שינה/תא

טיפול בשילוב אמנויות

טיפול בשילוב אמנויות היא שיטת טיפול אופיינית לרובד הרגשי. דרך שילוב אמנויות בטיפול, ניתן לאמן ולתרגל את היכולת לזהות חסרים רגשיים.

טיפול באמנות הוא טיפול רגשי הנערך בעזרת אמצעים חזותיים, כאשר האמנות משמשת אמצעי תקשורת חלופי שאינו שפה מסובכת (Case & Dalley, 1992). היצירה היא דרך להתרחק מחוסר האונים, להשתחרר ממעצורים, האמנות היא עולם ללא גבולות הבנוי על סימבולים, דימויים ומטאפורות המקבל את ייחודו במפגש עם המציאות. אחת האיכויות של הטיפול באמנות היא יכולתה לתקשר אל החלק הלא מודע של נפש האדם (יפתח 1992). דרך האמנות, אדם בא במגע עם רגשותיו באמצעים לא מילוליים המאפשרים העלאת דימויים המייצגים קונפליקטים ומצוקות המטרידות את המטופל. ההבעה האמנותית מגבירה את יכולת ההשתתפות של המטופל בתחושת היוצר ללא הזדקקות להסבר הגיוני, סיבתי או נסיבתי. כל מרכיב ביצירה משקף במידת מה את תחושת העצמי. תרגום חזותי של תפיסת העצמי בא לידי ביטוי בין היתר במרכיבי הדף, בפרופורציות, בשלמות, בפרטים או בהדגשתם, ובמידת ניצול אמצעי ההבעה. ניתן להיעזר בבדיקת העוצמה של קו וצבע. הבנת הסמל ומשמעותו האישית עוזרת למטופל לשחרר תכנים מעיקים, ולהגיע לתובנה ולתחושה של יתר שליטה. הרפואה המשולבת, היא רפואה המשלבת שיטות טיפול מכל אחד מארבעת הרבדים המרכיבים את האדם השלם, טיפול בשילוב אמנויות היא שיטה טיפולית שמאפשרת אימון ותרגול של הרובד הרגשי שבכל אחת משלושים ושתים האינטליגנציות, לצורך מפגש קרוב יותר עם שמחת החיים (לוסקי 2005).

קשר צבעים ואינטליגנציות

צבעי הבגדים שאדם לובש, צבע הקירות בבית או במשרד, צבעי המאכל. לכל אלה יש קשר לאינטליגנציות. הורדה או הוספה, שינוי של צבעים תאמן ותתרגל את האינטליגנציות בהתאם למגמת השינוי (לוסקי 2005).

רצון	3 אינטליגנציות רוחניות	3 צבעי היסוד
א	רצון חופשי	יכולת ליצור משמעות מריק
מ	רצון לתת	יכולת לתת כמטרה נעלה
ש	רצון לקבל	יכולת לקבל ע"מ לתת
מורים	7 אינטליגנציות שכליות	פריזמה של ניוטון
ב	חוכמה	יכולת לתזמן פעולה
ג	עושר	יכולת להיות שמח בחלקך
ד	זרע	יכולת לשים מניע נכון
כ	חיים	יכולת לחולל שינוי פנימי
פ	ממשלה	יכולת להשתחרר מהכבלים
ר	שלום	יכולת הכלה של האחר
ת	חן	יכולת מודעות ליופי הפנימי
כוחות	10 אינטליגנציות רגשיות	ספקטרום הצבעים
1	אור	יכולת וודאות באור
2	בראשית	יכולת להתחיל מהתחלה
3	אהבה	יכולת לאהוב כתרופה
4	חופש	יכולת להיות או לא להיות
5	מחשבה	יכולת ליצור אמונה חדשה
6	אחדות	יכולת לחזק את השונות
7	התבוננות	יכולת לדעת דרך המשוב
8	ריפוי	יכולת ללמוד כדרך חיים
9	חיסון	יכולת ללמוד איך ללמוד
10	גילוי	יכולת קבלה של המציאות
חושים	12 אינטליגנציות גופניות	צבעים באסטרולוגיה
ה	ראיה	יכולת ראיה רב מימדית
ו	שמיעה	יכולת לשמוע ומשמעות
ז	ריח	יכולת להריח אמת ושקר
ח	דיבור	יכולת דיבור נכון ושגוי
ט	טעם	יכולת להבחין בין טוב ורע
י	מעשה	יכולת לבחון מותר ואסור
ל	תשמיש	יכולת כיסוי לצורך גילוי
נ	הלוך/דרך	יכולת להפוך תהליך ליעד
ס	רוגז/בטן	יכולת פעולה מתוך אמונה
ע	שחוק/מוח	יכולת לשחק את החיים
צ	הרהור/לב	יכולת חיברות, ומחויבות
ק	שינה/תא	יכולת התמודדות ערכית

קשר צלילים ואינטליגנציות

צלילים מקושרים לאינטליגנציות. השמעה של מוסיקה שיש בה הדגשה של צלילים מסוימים יכולה לתרגל את האינטליגנציות הקשורות לצלילים. כך גם שימוש בתופים או בפריטה על צלילים נבחרים כתרפיה.

רצון	3 אינטליגנציות רוחניות	3 צלילי היסוד
א	רצון חופשי	יכולת ליצור משמעות מריק סי
מ	רצון לתת	יכולת לתת כמטרה נעלה מי
ש	רצון לקבל	יכולת לקבל ע"מ לתת לה
מורים	7 אינטליגנציות שכליות	אוקטאבת הצלילים
ב	חוכמה	יכולת לתזמן פעולה לה
ג	עושר	יכולת להיות שמח בחלקך סי
ד	זרע	יכולת לשים מניע נכון דו
כ	חיים	יכולת לחולל שינוי פנימי רה
פ	ממשלה	יכולת להשתחרר מהכבלים מי
ר	שלום	יכולת הכלה של האחר פה
ת	חן	יכולת מודעות ליופי הפנימי סול
כוחות	10 אינטליגנציות רגשיות	אוקטאבה חסרה
1	אור	יכולת וודאות באור לה
2	בראשית	יכולת להתחיל מהתחלה סי
3	אהבה	יכולת לאהוב כתרופה דו
4	חופש	יכולת להיות או לא להיות רה#
5	מחשבה	יכולת ליצור אמונה חדשה רה
6	אחדות	יכולת לחזק את השונות מי#
7	התבוננות	יכולת לדעת דרך המשוב מי
8	ריפוי	יכולת ללמוד כדרך חיים פה
9	חיסון	יכולת ללמוד איך ללמוד סול#
10	גילוי	יכולת קבלה של המציאות סול
חושים	12 אינטליגנציות גופניות	אוקטאבה מלאה
ה	ראיה	יכולת ראיה רב מימדית דו
ו	שמיעה	יכולת לשמוע ומשמעות רה# דיאז
ז	ריח	יכולת להריח אמת ושקר רה
ח	דיבור	יכולת דיבור נכון ושגוי מי# דיאז
ט	טעם	יכולת להבחין בין טוב ורע מי
י	מעשה	יכולת לבחון מותר ואסור פה
ל	תשמיש	יכולת כיסוי לצורך גילוי סול# דיאז
נ	הלוך/דרך	יכולת להפוך תהליך ליעד סול
ס	רוגז/בטן	יכולת פעולה מתוך אמונה לה# דיאז
ע	שחוק/מוח	יכולת לשחק את החיים לה
צ	הרהור/לב	יכולת חיברות, ומחויבות סי# דיאז
ק	שינה/תא	יכולת התמודדות ערכית סי

טיפול דרך דיקור

דיקור היא שיטת טיפול אופיינית לרובד הגופני. דרך דיקור ניתן לאמן ולתרגל את היכולת לקבוע יעדים ולממשם. ברפואה הסינית, דיקור הוא טיפול עיקרי בכל מחלה שמלווה בכאב. אקופונקטורה (דיקור סיני) היא שיטה סינית שבה מחדירים מחטים דקות מאוד לנקודות שונות בגוף במטרה לגרות נקודה מסוימת בגוף. גירוי זה גורם לתגובה פיזיולוגית רצויה של הגוף וזו פותחת חסימות אנרגטיות בגוף.

הרפואה הסינית מדברת על מסלולי אנרגיה שונים בגוף (מרדיאנים), שדרכם זורמת אנרגיית חיים, המכונה צ'י (הרצון החופשי), המגיעה לכל איבר ואיבר בגוף, מזינה אותו ומגוננת עליו כדרך שעושה המערכת החיסונית (פרלה 2000).

כאשר נוצרת חסימה בזרימת הצ'י מסיבות שונות - נוצר הכאב. אם מדובר בחסימה פתאומית, ייווצר כאב חד וחזק מאוד. במצב של חסימה כרונית הדרגתית - הכאב יהיה חזק פחות, אך ממושך יותר. השחרור של החסימות נעשה בדיקור או לחיצה על נקודות מפתח לאורך המרדיאנים (ערוצי אנרגיה). בשלב הבא, האנרגיה שבה לזרום בחופשיות ובצורה הרמונית ונעלם הכאב. לחיצה או דיקור של נקודה בין האגודל לאצבע, למשל, יכולה לשחרר חסימות בזרימה האנרגטית לראש, וכתוצאה מכך להקל בצורה משמעותית על כאבי ראש, סינוסיטיס, כאבי שיניים ועוד. המחטים מקלות על כאבים, כי הדיקור גורם לגוף לשחרר אנדורפינים (אנדורפין הוא הורמון שמסייע לשיכוך כאבים). לפיכך, הדיקור הסיני נחשב יעיל בטיפול בכאבי גב, מיגרנות וכאבי ראש, כאבי מחזור, כאבי פרקים ועוד. תחום ההקלה על כאבים בדיקור סיני נחקר בשנים האחרונות יותר ויותר (לוי 2006)¹⁹. בבדיקה השוואתית של כמה מחקרים בנושא מתברר כי הדיקור הסיני מקל על כאבים בייעילות של עד 90 אחוז מהמקרים. הנתונים למחקר הזה נאספו בגרמניה מרבבות משתתפים. בגוף האדם אותרו 400 נקודות המתאימות לדיקור. כאשר מחדירים מחט לנקודה מסוימת בגוף מגרים את המוח כדי שיפריש אנדורפין. הדיקור פותח חסימות אנרגטיות בגוף ומקל על מחושים ממוקדים על ידי פתיחת החסימות. על פי הרפואה הסינית, בגוף ישנם 12 מרדיאנים שהם בעצם מסלולי אנרגיה על גבי הגוף עליהם

¹⁹ ד"ר מוטי לוי פרסם מאמר תחת הכותרת "להפחית כאבים בלי כדורים" ב-

ממוקמות נקודות הדיקור. (פרלה 2000). דיקור מקל משמעותית על כאבים מסוגים שונים, וחוסך למטופל שימוש בתרופות מיותרות, וכן את תופעות הלוואי הנובעות מנטילה קבועה של משככי כאבים (לוי 2006).

הרפואה המשולבת, היא רפואה המשלבת שיטות טיפול מכל אחד מארבעת הרבדים המרכיבים את האדם השלם, היכולת לקבוע יעדים ולממשם נמנעת ממטופלים בשל כאבי גוף. הקלה או מניעת הכאב דרך דיקור מסייעים באופן משמעותי לשכלול היכולות (אינטליגנציות) ברובד הגופני. במצב של הקלה ותפקוד גופני טוב, יכול אדם לקבוע יעדים, ואף לממשם (לוסקי 2005).

נקודות לדיקור ואינטליגנציות

נק' דיקור	מרכזי אנרגיה	היכולת/כושר/כישור	אינטליגנציה	
	עולם שנה ונפש	3 אינטליגנציות רוחניות	רצון	
CV 17	לב	יכולת ליצור משמעות מריק	רצון חופשי	א
CV 7	בטן	יכולת לתת כמטרה נעלה	רצון לתת	מ
GV 20	ראש	יכולת לקבל ע"מ לתת	רצון לקבל	ש
	שערים בנפש	7 אינטליגנציות שכליות	מורים	
CV 24	פה	יכולת לתזמן פעולה	חוכמה	ב
BL 2	עין ימין	יכולת להיות שמח בחלקך	עושר	ג
BL 2	עין שמאל	יכולת לשים מניע נכון	זרע	ד
LI 20	אף ימין	יכולת לחולל שינוי פנימי	חיים	כ
LI 20	אף שמאל	יכולת להשתחרר מהכבלים	ממשלה	פ
TW 19	אוזן ימין	יכולת הכלה של האחר	שלום	ר
TW 19	אוזן שמאל	יכולת מודעות ליופי הפנימי	חן	ת
	אצבעות	10 אינטליגנציות רגשיות	כוחות	
LU 11	אגודל ימין	יכולת וודאות באור	אור	1
LI 1	אצבע ימין	יכולת להתחיל מהתחלה	בראשית	2
PC 9	אמה ימין	יכולת לאהוב כתרופה	אהבה	3
TW 1	קמיצה ימין	יכולת להיות או לא להיות	חופש	4
SI 1	זרת ימין	יכולת ליצור אמונה חדשה	מחשבה	5
LU 11	אגודל שמאל	יכולת לחזק את השונות	אחדות	6
LI 1	אצבע שמאל	יכולת לדעת דרך המשוב	התבוננות	7
PC 9	אמה שמאל	יכולת ללמוד כדרך חיים	ריפוי	8
TW 1	קמיצה שמאל	יכולת ללמוד איך ללמוד	חיסון	9
SI 1	זרת שמאל	יכולת קבלה של המציאות	גילוי	10
	מנהיגים בנפש	12 אינטליגנציות גופניות	חושים	
BL 18	כבד	יכולת ראייה רב ממדית	ראייה	ה
BL 19	מרה	יכולת לשמוע ומשמעות	שמיעה	ו
BL 20	טחול	יכולת להריח אמת ושקר	ריח	ז
BL 22	המסס	יכולת דיבור נכון ושגוי	דיבור	ח
BL 52	כליה ימין	יכולת להבחין בין טוב ורע	טעם	ט
BL 23	כליה שמאל	יכולת לבחון מותר ואסור	מעשה	י
KID 16	קורקבן	יכולת כיסוי לצורך גילוי	תשמיש	ל
BL 21	קיבה	יכולת להפוך תהליך ליעד	הלוך/דרך	נ
HT 7	יד ימין	יכולת פעולה מתוך אמונה	רוגז/בטן	ס
HT 9	יד שמאל	יכולת לשחק את החיים	שחוק/מוח	ע
SP 3	רגל ימין	יכולת חברות, ומחויבות	הרהור/לב	צ
KID 1	רגל שמאל	יכולת התמודדות ערכית	שינה/תא	ק

מעגל המטפלים

מעגל המטפלים

מעגל המטפלים הינו אחד מתוך חמשת המאפיינים המרכזיים של תבנית הרפואה המשולבת. מעגל המטפלים הוא תיאור התהליך הטיפולי שעל המטפל לעבור עם המטופל, לעיתים על ידי התבוננות ולעיתים על ידי הדרכה למטופל. מעגל המטפלים הינו רצף גנטי, תהליך אנושי, ליצירת מציאות מאוזנת המתבצע בעשרה שלבים: "הביט, ראה, חקר, הבין, חקק, חצב, צרף, יצר, חשב, עלתה בידר" (ספר יצירה פרק 6 מ"ח). להלן הסבר על כל אחד מעשרת שלבי הטיפול, עבור מעגל המטפלים:

1. הביט – התבונן על הבעיה.

התבונן בקלקול, בתקלה או בחסימה שמעכבת. הקלקול כמו הכאב – בולט, כי הוא מבקש שיבחינו בנוכחותו. לעיתים קרובות הוא מסתתר תחת קליפות ותירוצים שונים. תעתיק את תשומת הלב שלך ומקד אותה במשימה שאתה מבקש להשיג עם המטופל, תוך ציון לוח זמנים. בשלב שאתה מביט, אתה מחפש את החוסר (רובד רגשי) ואת הרצון (רובד רוחני) העולה מהחוסר, אתה מתבונן על חוסר תשומת הלב, על חוסר הפרגון, חוסר בריאות או כסף. אתה מתבונן על האמונות ועל הגישה לחיים (רובד שכלי). אתה מביט דרך המשוב המתקבל מהתנהגות הסביבה ומהיחס שלה למטופל. אתה מתבונן בתכלית החיים ובמטרות שלמענן המטופל חי וקם כל בוקר. אתה מביט על התוצאות שהשיג, לדבריו (רובד גופני).

2. ראה – עשה מצגת לבעיה כדי לראות את הסיבה והרווח.

מתוך ההתבוננות אתה מבחין ורואה את התקלות, את הקלקולים ואת החסימות שמעכבים. אתה רואה את הסיבה, את הזרע ומקור הבעיה, אתה רואה את השורש, איך זה התחיל ומתי זה התחיל. אתה מבחין בגישה, בתפיסות העולם ובתוצאותיהם. אתה רואה את הרווחים שהמטופל מפיק כתוצאה מהתקלות. דרך המצגת אתה מבחין בתשומת הלב וההתייחסות המיוחדת שהסביבה מעניקה למטופל כתוצאה מהבעיות שפוקדות אותו. אתה מבחין ורואה את הכאב וההפסד הגדול שנגרם לו כתוצאה מהבעיות אליהם נקלע. אתה מבחין ורואה את התכונות הנחשפות כתוצאה מהכאב ומהתקלות ומבין את השיעור שהקלקול מזמין. הפחד שתוקף אותו, מלמד אותו איך למצוא את האהבה שבו, הכאב בא ללמד אותו כיצד

למצוא את הרוגע, החוסר בא ללמד אותו שהשמחה אינה קשורה ל"כמה" יש. החושך בא ללמד אותו להבחין באור.

3. חקר – חקור את הגבולות והמגבלות.

אתה מתחיל בחקירה, כדי לבדוק האם מה שראית הוא אמנם מה שמעכב. אתה חוקר את קצב החיים של המטופל, את הגישה לחיים ואת האמונות שלו, את שפת הגוף, התזונה והרגלי התזונה. אתה חוקר את מערכות היחסים שלו עם ההורים, האחים, הילדים והחברים שלו בעבר ובהווה. חקור את מערכת היחסים הזוגית ואת הקשר עם מקום העבודה והחברים לעבודה. זכור שחולשה רוצה להתבלט, היא עושה זאת דרך כאב בגוף כדי שיבחינו בה. ערוך שאלון מפורט, העזר בשיחות ותשאול, בחלומות, בכף היד, בחוכמת הגוף, במזלות ובהשפעת הכוכבים, במרכזי האנרגיה ובדופק. חקור את האמונות, את העקרונות, את התנאים שהוא מציב לעצמו, חקור את הגבולות והמגבלות שלו לעצמו.

4. הבין – להבין את עצם העניין.

בשלב הזה המטופל עומד להבין משהו על עצמו. ההבנה תגיע דרך מעשה, מדיטציה, דמיון מודרך, דיקור, מגע, ריחות, צבעים, צלילים, ציור, כתיבה יצירתית, חלומות. ההבנה תגיע דרך ספר שקרא, מסרט או משיחה עם חבר, ומפעולה פשוטה שהוא רגיל לעשותה (תרופות הוליסטיות).

5. חקק – קבע חוקי משחק חדשים, קבל החלטה.

אם הבנת משהו מהחקירה וההתבוננות, בשלב הזה, צור חוקי משחק חדשים. צור גישה חדשה לחיים, גבש השקפת עולם אחרת, ואמונה התואמת את ההווה הנוכחית של המטופל שלך. קבל החלטה על שינוי בהתבסס על חוקי משחק חדשים. בקש מהמטופל לבצע את הפעולות הרגילות בדרך אחרת, בקש מהמטופל להתבונן על הרצון לקבל ועל הרצון לתת שבכל פעולה. קבע חוקים חדשים, שים כוונה נכונה בכל פעולה אנושית פשוטה.

6. חצב – חצוב פנימה בעבר ובעתיד ובאמונות.

בקש מהמטופל לחצוב ולחפור ולהתעמק, להתבונן על ההרגלים החדשים ועל המציאות החדשה שהוא עומד ליצור כתוצאה מהחוקים החדשים ומההחלטה שקיבלתם. בחן את המסורת, את ניסיון החיים שנצבר, בדוק מה קרה במקרים דומים, בדוק אם זה עולה בקנה אחד עם העקרונות והגבולות שאתה והמטופל פועלים במסגרתם. ערוך דמיון מודרך עם המטופל, אפשר לו להתבונן במבט לאחור כמו היה זמן רב לאחר הביצוע ובדוק אם הוא שלם עם ההחלטה שקיבל.

7. צרף – צרף הכל לאסטרטגיה טיפולית ותוכנית לביצוע. צרף את כל מה שמצאת לכלל אסטרטגיה טיפולית, תוכנית טיפולית מעשית לביצוע. קבע לעצמך דרך ברורה והאמן בתוצאה הצפויה. תדביק באמונה שלך את המטופל.

8. יצר – צור מחויבות לייעוד שלך צור קשר בין ההחלטה שנתקבלה והמחויבות לייעוד של המטופל, צור מחויבות לתכלית החיים והמטרה הנעלה שממנה נגזרים כל המשימות ויעדי המשנה של המטופל. צור מחויבות להחלטה שקיבלתם.

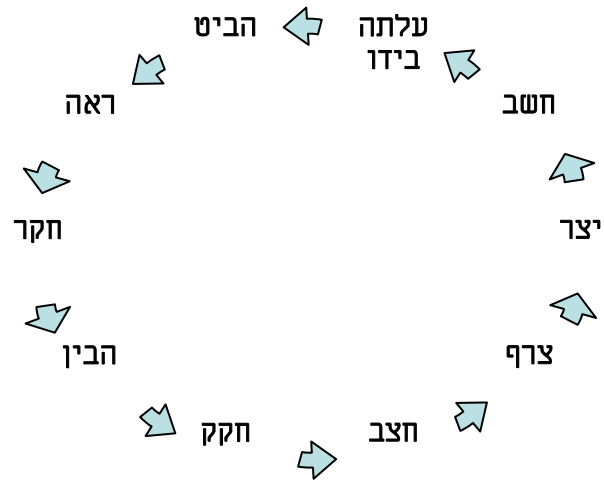
חשב – חשוב על מניע ועל הדורות הבאים התבונן במחשבות שלך ושל המטופל, התבונן על המניע, של המטופל, שעומד מאחורי ההחלטה, התבונן בכוונה שעומדת בתחילת המעשה, בדוק האם זה הרצון לקבל או הרצון לתת. בדוק את ההשלכות של ביצוע התוכנית על העתיד הקרוב והרחוק. חשוב עם המטופל על הדורות הבאים ועל העולם כולו. אם זה אינו מתקבל נכון, בדוק היכן התקלה.

9. עלתה בידו - הצליח לאחר הביצוע, בדוק אם נוצרה מציאות חדשה וטובה יותר עבור המטופל. אם זה הצליח, סימן שפעלתם נכון. אם לא, התחל מחדש את כל התהליך, או חזור מספר שלבים לאחור, עשה כך עד לשינוי המציאות (לוסקי 2005).

התהליך הטיפולי

במהלך התהליך הטיפולי אתה והמטופל נעים משלב לשלב, חוזרים ומתקדמים, המטופל מבין דבר מתוך דבר. אתה והמטופל מבינים מדבר קטן משהו גדול, אתם מבינים תהליך בגוף דרך תהליך בנפש, אתם מגלים איך התנהגות מדינה שלמה דומה להתנהגות אדם אחד. אתם מבחינים איך הנפש משפיעה על הגוף. אתם מתבוננים על כל אחת משלושים ושתים האינטליגנציות ובוחנים אותן. דע כי כאשר המטופל מתחיל בתהליך ההתבוננות ושואל שאלות, תהליך הקלקול נעצר וממתין להשלמת התהליך הטיפולי. מעגל המטפלים מאורגן כך שהוא מציג בשני צידיו של כל שלב את הצד הנגדי המשלים. ובין שני קצוות של המעגל מופיעים הניגודים המוחלטים (לוסקי 2005). הסדר של מעגל המטפלים הוא מהות העניין. כל תהליך טיפולי כמו כל תהליך אבחון מחייב ביצוע כל עשרת השלבים על פי הסדר שנקבע. כל תהליך אנושי, כמו כל תהליך קבלת החלטות, מחייב מעבר של עשרת השלבים. כל אחד

מעשרת השלבים יכול להתבצע בזמן קצר מאוד (שניות) או בזמן ארוך מאוד (שנים). הזמן גמיש ואין לו משמעות. התהליך השלם הוא שיוצר את המשמעות.



חזון הרפואה המשולבת

חזון הרפואה המשולבת

שילוב הגישה המדעית, לפיה גוף האדם הוא מרכז החקירה האמפירית, עם הגישה ההוליסטית, הרואה את גוף האדם כהשתקפות למתרחש בנפש, הוא חזון הרפואה המשולבת. הרפואה המדעית מתרכזת בהיבטים הפיסיים של המחלה ואינה עוסקת במערכות יחסים, תסכולים, פחדים, תכונות אנושיות, מחשבות ואמונות.

הרפואה ההוליסטית, מתייחסת לרבדים הקשורים למערכות יחסים, לתסכולים, לפחדים, לתכונות אנושיות, הרגלי חיים, מחשבות, ערכים ואמונות, כמקור לתקלות ולמחלות. חזון הרפואה המשולבת, הוא שילוב הגישות השונות לכלל טיפול משולב אחד.

הגוף אינו מתקיים כישות נפרדת, הגוף משקף את המתחולל בנפש. כל איבר בגוף מקושר למחשבות, לגישות ואמונות, לתחושות ורגשות, להתנסויות ולחויות ובכל אחד מהם ליכולת לקבל על מנת לתת. חוסר הבנה של פעולת מנגנון "קבלה נתינה" הוא גורם סיכון ולמחלות. "לקבל לעצמו בלבד" כמו לאכול בלי להתפנות, כמו להצהיר על אהבה גדולה בלי מימוש פיסי, כמו לחוות פחד גדול בלי לשתף, כמו לקלוט חומר לימודי רב בלי שהות להפנים אותו או להעביר אותו הלאה. חוסר יכולת להעביר הלאה, חוסר יכולת לנוע בין הרבדים הוא גורם סיכון עיקרי למחלות. אחת התגליות של קארלוס קסטנדה²⁰ היא שהעולם שבני אדם יכולים לתפוס דומה לבצל, ומערכת הפירוש שלנו מאפשרת לנו לתפוס רק שכבה אחת מהבצל (מגד 1998). עבור המטפלים ברפואה המשולבת, כל שכבות הבצל נגישות והן גם צריכות להיות חלק מהמורשת האנושית שלנו. העולמות האחרים המקבילים הם רבי תחומים, כאלה שאפשר לפעול ולהיאבק בתוכם, הם עולמות שבהם האדם יכול לחיות ולמות, ממש כמו ברובד הגופני.

בחזון הרפואה המשולבת, את הפחד מסלקים באמצעות אהבה. המטפל ברפואה המשולבת מתחיל כל טיפול בהתבוננות, כדי לראות דבר אחד, לפחות, שהוא אוהב אצל המטופל. הדרך הזו משחררת את הפחד ומבטיחה מערכת יחסים אחרת בין המטפל והמטופל. הרפואה המשולבת, מחייבת את עוסקים בה, להפגין מידה גדולה של פתיחות ואומץ לב, כדי להגיע להבנה

²⁰ קרלוס קסטנדה, אנתרופולוג וסופר, תיאר את חויותיו בקרב השאמאנים של מקסיקו.

וללמידה. "נעשה ונשמע" – המעשה הוא שיוצר את היכולת לראות, לשמוע ואף ליצור משמעות חדשה.

בחזון הרפואה המשולבת, בחדר המיון של מרכזים רפואיים, יהיה רופא בעל הכשרה בשיטות הוליסטיות, ומטפל הוליסטי שעבר, גם, הכשרה רפואית בסיסית. הרופא והמטפל יאבחנו את המטופל ויקבלו החלטה משותפת על המשך התהליך. כאשר בבדיקה מובחנת בעיה גופנית, מסלול הטיפול יהיה רפואי מדעי, ובמקביל או לאחר הטיפול ישולבו טיפולים בגישה הוליסטית - טיפול אישי בהתאמה לרובד, סדנת מודעות, קבוצת תמיכה, או קבוצת התפתחות. כאשר אין ממצאים פתולוגיים גופניים, מסלול הטיפול יהיה בגישה הוליסטית, ובמקביל המשך בדיקות ומעקב בגישה המדעית. דרך זו מבטיחה שהמטופל יהיה במרכז. דרך זו מבטיחה, ניהול בריאות המטופל, במקום ניהול המחלה.

בחזון הרפואה המשולבת, בכל מרכז רפואי יהיה מרחב מקודש. מרחב מקודש הוא מרחב המוקדש לתודעה גבוהה, נקייה וטהורה המאפשרת עבודה בארבעה רבדים: ברובד הגופני, הרגשי, השכלי והרוחני. במרחב המקודש לא אוכלים ולא שותים, תהייה מוסיקה רגועה במשך כל היום, נרות דולקים, ציורים וצבעים שמחברים ל"בית", יהיו ריחות מרווה או קטורת לטיהור, יהיו אבנים, שמנים, וכלי נגינה. במרחב המקודש תיערך כל יום מדיטציה, הפעלות שונות, קבוצות תמיכה למטופלים ולמשפחות, סדנאות מודעות, מעגלי אהבה - מעגל הקשבה, מעגל נשים, מעגל גברים, מעגלים לפתרון תקלות וסכסוכים. הישיבה תהייה על הרצפה, על גבי כריות שמאפשרת חיבור הגוף לקרקע בזמן שהראש עולה, בדמיון, גבוה לשמיים.

בחזון הרפואה המשולבת, המטפל יאבחן את חוסר האיזון המופיע בגוף או בנפש. הוא יחפש את שורש הבעיה, הוא ינבור עד שימצא את הסיבה, יתבונן עד אשר יצופו הרווחים שהמטופל מפיק דרך המחלה. המטפל יאבחן דרך שורה של כלים לא פולשניים על פי הגישה ההוליסטית, והרופא יעמיק את האבחון כנדרש על פי הגישה המדעית.

אדם חולה הוא אדם שחי בחוסר איזון או בתחושה של חוסר. אדם בריא חי באיזון או בתחושה שאינו חסר דבר ולכן שמח בחלקו. כאשר החוסר או תחושת החוסר מתמשכת, האיזון מופר, מופיעים כאבים ויסורי גוף כאות ואזעקה, זהו מסר פנימי לעצור, להתבונן ולתקן. מחלה היא רצון שנוצר כתוצאה מחוסר שאינו מתממש לאורך זמן, או עודף שמציף את ה"כלי" וסודק או שובר אותו. שורש המחלה הוא שיבוש התקשורת בין הגוף לנפש - חור גדול בנשמה שיוצר חור קטן בגוף. זרעי המחלה מתחילים בפחדים שמקורם בעבר, בחוסר קבלה של הקיים

שמקורן בהווה, דאגה וחרדה מהעתיד. כאשר מופיע כאב חזק יש לטפל מייד בגוף, בכל דרך, כדי לתת מענה מהיר לכאב, אבל יש להבין שמקור הבעיה לכשל בגוף נמצא ברובד הרגשי, או ברובד השכלי או ברובד הרוחני. בכל אחד מארבעת הרבדים יכולה להופיע חסימה של אנרגית החיים שתגרום לערעור שיווי המשקל ושיבוש ההרמוניה.

מחלה היא אוסף של אינטליגנציות חסומות או חסימה של נתיב אחד שיוצר שינוי בצירופים הטבעיים המאפשרים פעולה תקינה ומאוזנת. תופעות ברובד הרוחני, חוסר רצון לתת נגרמות מתחושת בדידות, אובדן דרך ותכלית החיים, פחד מנטישה, תחושת קורבן, תחושת נבגד, אשמה ובושה. המצב הזה יכול לגרום לתופעות ותקלות ברובד השכלי, כגון: קשיי ריכוז, דאגה, בושה, בלבול, שכחה, הערכה עצמית נמוכה, קושי וקשיחות בקבלת החלטות. מצב זה מסייע להתפתחות של תופעות ותקלות ברובד הרגשי, כגון: עצבות ועצבנות, מצבי רוח משתנים, דיכאונות, פחדים, כעס, תחושת חסך רגשי, רגשי אשם, תוקפנות, הסתגרות, אכילת יתר, עישון מוגזם, שתייה והלקאה עצמית, בעיות בתקשורת, האשמת אחרים, קנאה ושנאה. כל אלה בסופו של תהליך יגרמו ברובד הגופני למחלות ותקלות, כגון: עייפות, כאבי ראש, יובש בפה, הקאות, בחילות, רעד, שלשולים, קשיים בדיבור, חריקות שיניים, אין אונות, שפיכה מהירה, לחץ דם, בעיות לב, כיב כיבה, אסטמה, סרטן, סכרת, אבדן מקום העבודה, כשלון בעסקים, כשלון בחיי נשואים, מערכות יחסים הרוסות עם הסביבה, הידרדרות לפשיעה, שתייה, עישון, סמים ואובדן המערכת החיסונית.

בכל מקרה של תקלה, כאב או מחלה בעולם הגופני, הסיבה והפתרון נמצאים באינטליגנציות שברובד הרגשי. בכל מקרה של מחלה בעולם הרגשי, הסיבה והפתרון נמצאים באינטליגנציות שברובד השכלי. ובכל בעיה שמופיעה בעולם השכלי, הסיבה והפתרון נמצאים באינטליגנציות שברובד הרוחני. כאשר בעיה מופיעה בעולם הרוחני, הסיבה והפתרון שלה נמצאים באינטליגנציות שברובד הרוחני. כי הרוח נוצרה מרוח.

בחזון הרפואה המשולבת, כל פעולה אנושית מכוונת, היא מעשה אמן ופעולת ריפוי healing.

אנשים רבים מרפאים את עצמם באמצעות פעולות פשוטות כמו: שינה, צחוק, בכי, הליכה, תזונה, ציור, כתיבה, משחק, סרט, מגע, אהבה, דיבור, שיתוף, הקשבה, סליחה, חלומות, חיבוק, מדיטציה, חמלה (כולן תרופות הוליסטיות). בכל פעולה אנושית פשוטה יש כוח של ריפוי. הרפואה המשולבת שואפת לאיזון בין הרצון לקבל ובין הרצון לתת, כדי לאפשר לכוח

החיים ולרצון החופשי לזרום בכל אחת משלושים ושתיים האינטליגנציות. המטפל שקיבל הכשרה ברפואה משולבת, יפעל באמצעות שיטות הטיפול שהוכשר להן ברובד הגופני (גם רפואה מדעית), וכן ברובד הרגשי, ברובד השכלי וברובד הרוחני (סל טיפולים) כדי לפתוח את החסימה שגרמה למחלה. פתיחת ערוצי האנרגיה החסומים, תגרום לתיקון הצופן הגנטי שגרם להופעת המחלה. הרצון של המטופל לתקן, למצוא ייעוד ותכלית לחיים, וכן האמונה ביכולתו לרפא את עצמו ולהתחיל הכל מהתחלה, הם עקרון בסיסי להעצמת כוח החיים, והם התרופה וה"נס" הטיפולי המיוחל.

תורת השפות המרובות

החוויה האישית שלי

אני בוחר לסיים את המחקר בתיאור חוויות אותן חוויתי במהלך שנתיים במסגרת עבודה קבוצתית. החוויות האישיות שלי עוברות דרך מאבק, התלבטויות, והיסוסים, והיו עבורי "מנוע לשינוי". היכולת להשתנות אפשרה לי עליה וירידה ב"סולם הבריאות", בתוך עצמי ומחוץ לעצמי, ובסופו של תהליך מצאתי את היכולת לאמן ולתרגל את האינטליגנציות החלשות שלי באמצעות "תרופות הוליסטיות" לצורך השגת בריאות טובה יותר. דרך החוויה האישית אותה אני מתאר, ניתן לראות שהמודל ל"רפואה משולבת" מייצג התנהגות אנושית, "טבעית".

החוויה האישית שלי עוברת דרך התנסויות שנגעו וריפאו כל אחד מהרבדים בי דרך שפות ריפוי שונות. החקירה העצמית שלי מתחילה בהבנה בסיסית שבני אדם מדברים בשפות שונות. הבנתי שאני יכול לדבר דרך מילים ודיבור כמו שאני יודע, ואני יכול לדבר גם באמצעות מבט ותחושות, באמצעות תנועה בגוף, אני יכול גם לדבר דרך מדיטציה, דמיון מודרך, ציור או כתיבה, דרך רישום, דרך פיסול, שירה או ריקוד. הדבר המפתיע ביותר עבורי היה לגלות, שגם הציור מדבר אלי. הפסל רוצה לעצב את עצמו והציור רוצה שיציירו אותו. הקירות בחדר רוצים שיתבוננו בהם או יתלו עליהם ציורים והדפים רוצים שיכתבו או יציירו עליהם. המחשבה רוצה לממש את עצמה במציאות וחוסר התנועה של המדיטציה רוצה להיות נוכח ולתפוס את מקומו. הבנתי שאני יכול לדבר עם בני אדם כמו עם חפצים ותמונות, אני יכול לדבר עם מחשבות ותחושות, עם הדמיון שלי ועם הדמויות שעולות מהדמיון שלי. כל חפץ, תחושה, ומחשבה ביקום מבטאים את עצמם בשפה הייחודית להם. התמונה מדברת בשפה שלה, המים והפרחים מדברים בשפה משלהם, תחושות, סמלים ודימויים מדברים בשפתם והכל מבינים.

בהתחלה זה נראה מוזר ומשונה, אבל במשך הזמן הבנתי שמתקיימת מערכת יחסים בין החי עם הדומם, ובין הדומם והמדבר עם הצומח ועם "אמא אדמה". הכל קשור בדרך מופלאה וכל אחד מדבר בשפתו - שפות שונות ומרובות. המפתיע היה לראות אנשים מדברים מעט ורק המבט ותנועות הגוף הסגירו את המשמעות העמוקה של הדברים אותם רצו לומר.

הבנתי שכל פעולה אנושית מכוונת היא אמנות, וכל אמנות היא פעולת ריפוי, וריפוי חייב להיות תהליך חינוכי נרכש. תהליך

זה חיים. "תבטח בתהליך" חזר ואמר פרופ' מקניף בקורס משולב אמנויות שעברתי אצלו. התמסרתי כולי לתהליך והבנתי שהתחושות שלי כרגע לא תהיינה התחושות שלי בעוד חמש דקות והן תהיינה אחרות שוב בעוד יומיים. השפה היא ייחודית והיא נאמרת בדרך שאינה חוזרת על עצמה. כל משפט שנאמר הינו חד פעמי, בין אם הוא נאמר דרך מילים, דרך ציור, ריקוד, תחושות, מחשבות, דימויים או מוסיקה. מריחה של צבע על גבי נייר הוא משפט שנאמר על ידי המצייר לנייר שעליו הוא מצייר, והציור עונה לו בדרך ייחודית שרק הצייר מבין וחש.

הבנתי שתרגום פעולה אנושית משפה לשפה הוא מעשה יצירתי שמקרב את האדם אל האחד בדרך מופלאה. הבנתי שכל חפץ תחת השמיים מדבר בשפה משלו, והבנתי גם שניתן לבצע תרגום משפה לשפה. מאמר יתורגם לציור, וציור מתורגם לתנועה, התנועה תהפוך למוסיקה, והמוסיקה תתורגם למשחק, המשחק יתורגם לשיר והשיר יתורגם למילים ואחר כך לפסלון, לריקוד, לצחוק, לצעקה, למבט. כולם מדברים על אותו הדבר בשפות שונות ורק הכוונה שיוצאת מתוך השפה היא הקושרת. השפות המרובות הן שמסבירות את ריבוי האמיתות בכל תחום. לכל אדם יש "אמת" ייחודית והיא השפה הייחודית בה הוא מדבר. גם כאשר מבינים את שפת הדיבור של אדם, עדיין הוא מדבר ב"שפה" הייחודית שלו באמצעות מילים מוכרות. מורים ידברו בשפות שונות על אותו נושא, נהגים יגיעו לאותו מקום בדרכים שונות.

באחד התהליכים, לפני שהתחלתי לצייר, חשתי תחושה מאוד חזקה ליצור, לא ידעתי מה אני עומד ליצור ובטחתי בתהליך שאני עומד לעבור, התחושות שלי היו עזות וביטאו באופן ברור משהו שרק תחושות יודעות לומר בשפה המיוחדת להן. התחלתי לצייר, משכתי במכחול, לא הובלתי את הקווים או את הצבע, עבדנו ביחד, אני והמכחול היינו כמו שני רקדנים ברחבת הריקודים. המכחול הוביל אותי ואני הנחתי לו להוביל ואחר כך אני הובלתי והוא הניח לי להוביל, היה לי ברור שאני מדבר כעת בשפה של המכחול והוא מדבר אלי בשפתי שלי. המכחול גורם לי הנאה גדולה ואני גורם לו לשיכרון חושים. חשתי את הרצון שלו להתבטא ולממש את עצמו כמכחול ואני צבעתי איתו כמו כנר שמנגן על כינור, כמו שני חברים שיושבים ומדברים ביניהם. כל מה שידעתי וכל מה שלא ידעתי על צבעים ומכחול, על בד ונייר, על הטכניקות השונות נעלמו, כמו נוצר חלל ריק – לא כלום, חסר תכלית וללא משמעות. משכתי במכחול למעלה ולמטה, ביצעתי פירוואטים על הבד, הייתי "אני" בלי ידיעה או חוסר ידיעה. היינו לגמרי אנחנו, אני והמכחול

והציור בשיחה אינטימית, רקדנו ועשינו אהבה. גם הצבעים היו חברים טובים והוסיפו את חלקם לשיחה. הצבעים היו שם עבורנו, הם נמרחו היכן שאני והמכחול הובלנו. הם התבוננו והתלחשו ביניהם ויצרו קשרים וחיבורים של צבע ואני חשתי שאני נמצא בעולם מוזר של חפצים מדברים. הם משוחחים ביניהם, אני משוחח איתם והם איתי וכמו זו הייתה פעולה טבעית. זו הייתה עבודה של אמן, חשתי אמן בכל המובנים. חשתי את התחושה הנפלאה של יצירה שאינה חוזרת על עצמה. האמנות הפכה לידיעה שאמנם כך פועלים הדברים ואני לא הוזה איזו הזיה של מי שיצא מדעתו. דווקא ברגעים אלה ידעתי שאני חוזר לדעתי, לתחושה של אחדות עם עצמי ועם "אמא אדמה".

אני מבין היטב את תחושתו של הצייר שרוקד וקופץ ומדבר עם הציור שהוא מצייר דרך המכחול והצבעים והבד והמים והאורות, והקירות שמתבוננים, כולם בשיחה ובריקוד והרמוניה שרק מי שנמצא בתוכה מבין את מעשה האמן. כי רק כך נוצרות יצירות גדולות, רק כאשר נוצרת שפה אחת בין הצייר לציור. כאשר כל אדם ידבר בשפה הייחודית שלו מתוך ידיעה שכל היקום מקשיב ומשתף פעולה, כמו ריקוד, כמו תזמורת שמנגנת בכלים שונים ובשפות שונות, תתרחש ההרמוניה שאנו כה מייחלים לה. אחדות אחת.

לפני שהתחלתי לצייר הייתי מהוסס, כמו לא רציתי לעבוד עם הציור וראה זה פלא גם הציור ענה לי באותו מטבע, גם הוא לא ממש רצה לעבוד איתי. אט, אט ראיתי בהתנגדות שלי ובמכשולים שהערמתי פתח ואפשרות ובמקום להתמסר לספקות ביכולת שלי לצייר, החלטתי לסמוך על התהליך ולהיות בטוח שאיך שלא תהייה התוצאה, אני אלמד משהו מהתהליך. בלי להבין מה אני עושה, פשוט לעשות ולראות לאן זה לוקח אותי. ברגע שבטחתי בתהליך ובעשייה שלי כאן ועכשיו. ההתנגדויות הפכו לאבני דרך ולמורה דרך. ברגעים האלה התחלתי לכבד את ההתנגדויות שלי. התחלתי לצייר, הציור היה ביטוי אישי ייחודי, עמדה אישית שלי, שיחה שאני שוחחתי עם הנייר שעליו ציירתי, שפה ייחודית שאני יצרת. כך החל הציור שלי לרקום עור וגידים והציור בעצמו החל לצייר את עצמו. אני ציירתי אותו והוא צייר אותי וכך השיחה בינינו קלחה, כך עשינו אהבה שעה ארוכה.

הבנתי שככל שאני מאפשר לאי סדר להיות, כך נוצר סדר חדש. בהתחלה זה נראה מאולץ ומלאכותי ולא טבעי, אבל ככל שהחזקתי בתמונה ואחזתי בה כך היא הלכה והפכה למשהו ממשי ואמיתי עבורי. הצהרתי מחדש שוב ושוב על דברים

שהאמנתי בהם, יצאתי מהמסגרת אל הדמיון הבלתי מוגבל ושמרתי על מי שאני. הבנתי שככל שאני מביא את עצמי ואת הייחודיות שלי כך אני נוגע יותר ויותר ויוצר מרקם יחסים מיוחד עם הציור שלי. ראיתי שככל שאני "אני", כך אני יכול להיות כל דבר. יכולתי להיות ציור או צבע, יכולתי להיות הנייר עליו ציירתי. הייתי הקירות והנורות וגם המזגן שחיים את הגוף. במידה גדולה של הפתעה יכולתי להתבונן בחברי המציירים לידי ולהיות באופן מושלם כל אחד מהם ולהיות הם ולהשתלב בצורה מושלמת בקבוצה שעימה עבדתי.

המקום הזה שאליו יכולתי לקחת את עצמי היה כמו הופעה של דמויות רבות על במה אחת.

כל דמות שמרה על המקום המיוחד שלה. אני שמרתי על האדם המיוחד שבי, המכחול שמר על הייחודיות שלו וכל צבע ביטא את עצמו ואישיותו הייחודית. הקירות המתבוננים, כל אחד מחברי הקבוצה והאביזרים שאיתם הוא עבד, שמרו על הייחודיות שלהם ועל הדרך הייחודית שלהם לבטא את עצמם. כולנו היינו על במה אחת, כל אחד היה עמוק בתוך התפקיד הייחודי שלו. המקום הייחודי של כל אחד מהמשתתפים יצר ניגודים, סתירה ורצונות שונים ומעמתיים.

העובדה הזאת היא שאפשרה את נוכחות ההרמוניה ואת האחדות האחת. דווקא כאשר כל אחד נמצא עם עצמו ועם הייחודיות שלו צומחת היכולת להכיל. פתאום זה נראה כמו תזמורת שמנגנת בהרמוניה מופלאה והמנצח על התזמורת היה הנוכחות של כל אחד. שפות מרובות שיצרו שפה אחת. מילים הן שפה שניתן לתרגם לציור ואחר כך לתרגם את הציור לריקוד ושוב לתרגם את הריקוד לשירה ואחר כך לחזור ולבטא במילים את השירה. אבל שיר אינו מילים ומילים אינם ציור או ריקוד או אכילה, או מגע. לכל פעולה אנושית יש שפה שנוגעת ברובד אחר במהות האדם. כל שפה נגעה בי בדרך ייחודית וברובד שונה. אני יכול לתרגם שפה אחת לשפה אחרת בדרך שרק אני חש באמצעות השפות השונות את האפשרויות השונות שאני מכיל. אבל לעולם אני יכול לבטא במילים ריקוד, וריקוד אינו יכול לעולם להביע את מה שציור או פיסול יכולים להביע. הבנתי שאני יכול לתאר במילים את התחושות שלי מהעבודה שעשיתי כאשר ציירתי את הציור, אבל זה לא יהיה לעולם כמו לצייר. מילים הם מילים וציור הוא ציור ולמרות שאני יכול לתרגם שפה אחת לשפה אחרת. אין תחליף להתנסות בכל השפות שהבריאה העניקה לנו. כי ריפוי אפשרי דרך כל שפה בכל אחד מהרבדים, מתוך העבודה בשפות אמנותיות שונות אני יכול לומר שכל שפה מרפאה בדרך שונה וייחודית. לכל שפה יש

את המקום המיוחד בו היא יכולה לעשות מה ששפה אחרת אינה יכולה. ריבוי בפעילות אמנותית (כל פעולה אנושית מכוונת היא אמנות) על גווניה הרבים יאפשר נגיעה ברבדים שונים ורדומים, יעיר אותם ויאפשר להם לבטא את עצמם דרך האמנויות השונות לצורך ריפוי.

נטלי רוג'רס בספרה "the creative connection" אומרת: "כאשר מתרגלים אמנויות לצורך ריפוי עצמי או למטרות טיפוליות, אנו לא צריכים להיות מוטרדים מהמראה היפה של האמנויות, מהדקדוק ויכולת הכתיבה, או מההרמוניה המתקבלת מהשיר. אנו משתמשים באמנויות כדי לשחרר, כדי לבטא את עצמנו, ולהירגע. אנו יכולים לגעת בפנימיותנו דרך למידה של הסמלים והמסרים המטפוריים. האמנויות מדברות אלינו, אם רק נאפשר למסרים להגיע אלינו" (רוג'רס 1988). העצה של רוג'רס הנחתה אותי לאורך כל עבודתי, היה לי ברור שלא טיב הציור, איכות השירה שלי הם שיעשו עבורי את העבודה, אלא דווקא היכולת לבטא את עצמי ללא חשש, ולא איך אני נראה ומה התוצאה ה"אמנותית" המתקבלת. לעיתים מצאתי את עצמי נוזל, מזיע כולי מכל מקום אפשרי ודווקא אז היו כמה חברים בקבוצה שהתקרבו מאוד וביטאו את אהבתם בדרכים שונות, כולל חיבוק קרוב.

"בטח בתהליך" זו עצה נפלאה שחזר עליה, פרופ' שון מקניף, פעם אחר פעם. לו לא הייתי נותן אמון בתהליך, לא הייתי יכול להגיע לשלב האינטגרציה ולהבין את כל התהליך. היו רגעים בהם ריחפה השאלה "לאן הוא לוקח אותנו?" ושמעתי אותו אומר: "בריאות היא ללכת אחרי ההבטחה".

המידע האנושי מכפיל את עצמו אחת לשנתיים, רק הדי אן איי מכיל הכול. רובו של המידע שאדם צובר במהלך חייו האישיים נמצא בתת מודע. לתהליכים עם אמנויות יש את היכולת לחשוף את המידע המצוי בתת מודע. המידע הזה רוצה לצאת. הוא לעיתים זועק "תנו לי לצאת". שיטות טיפול הוליסטיות המשלבות אמנויות והתנסויות באמנויות, חושפות את מה שעומד מאחורי ההתנהגות. הן חושפות את הסיבה, ואת מה שעומד מאחורי המחשבה. האמנויות אינן עוסקות בסימפטים שהוא כידוע נראה כאן ועכשיו (רובד גופני). ולכן העבודה באמנויות אינה מראה תמיד תוצאות שאפשר להעלות אותן אל המודע כאן ועכשיו.

התת מודע הוא כמו צל, כמו הציור והריקוד, התנועה ויתר האמנויות (רובד רגשי). הן מוכנות להיחשף ולהתגלות אבל רק ממקום מחבואם. הן משחקות את המשחק שהחיים הבטיחו. התת מודע אינו מוכן לקחת את החיים ברצינות אבל הוא

בהחלט מוכן לשחק ברצינות. התת מודע רוצה לשחק, הוא מתחבא מאחרי הציורים, הפסלים, הריקוד, התנועה, הכתיבה והמחזה. הוא רוצה לשחק. ואם אתה, כמטפל או מורה, אוהב לשחק, יתכן שכל מה שאתה צריך לדעת על המטופל שלך יהיה גלוי לעיניך דרך המשחק.

לפני תחילתו של הקורס באמנויות שהנחה פרופ' מיטשל, הוא אמר בפשטות "אנחנו הולכים לשחק ביחד". אני חושב שזו הכותרת המדויקת ביותר ששמעתי מעודי הקשורה לבריאות הוליסטית. ואמנם גם בעיני טיפול דרך אמנויות, טיפול דרך דמיון מודרך, דיקור, ומדיטציה הוא משחק שצריך לשחק ברצינות. במשחק הזה המודעות האנושית יכולה לנצח. פרופ' מיטשל אמר משפט שנחרט עמוק בתודעתי: "מורה לא אומר מה לעשות ומה לא לעשות, מורה צריך להראות לך איך להיות מודע, המודעות תגיד לך מה עליך לעשות".

תקציר המחקר

רפואה משולבת היא רפואה המשלבת שיטות טיפול מעולמות ורבדים שונים, גוף ונפש - שילוב של רפואה מדעית, קרי, תרופות וניתוחים לצד שיטות טיפול הוליסטיות, גופניות, כגון: דיקור, תנועה, עיסוי, תזונה. שיטות טיפול רגשיות, כגון: שילוב אמנויות, הילינג, פסיכודרמה. שיטות טיפול שכליות, כגון: דמיון מודרך, שיחה, תשאול. שיטות טיפול רוחניות, כגון: מדיטציה, דרך המשוב, סליחה ותפילה. הרפואה המשולבת נותנת מענה להיבטים השונים של גופו ונפשו של האדם ורואה את כל חלקיו ורבדיו של האדם כמתלכדים ליחידה אחת שלמה. חמישה מאפיינים מרכזיים ליצירת תבנית ומסגרת עבודה לרפואה משולבת דרך 32 האינטליגנציות, עבור מרכזים רפואיים ועבור מטפלים, והם: סולם הבריאות, המנוע לשינוי, תרופות הוליסטיות, סל הטיפולים, מעגל המטפלים. חמשת המאפיינים המרכזיים הם פועל יוצא של תבנית 32 הניתבות (אינטליגנציות) כפי שמורה ספר יצירה²¹: האחד – השלם, מתחלק לשני חלקים – ספירות ואותיות (זכר ונקבה), שהם הרצון לתת והרצון לקבל (המנוע לשינוי). הספירות (מספרים מ-1 עד 10), הן 10 אינטליגנציות ברובד הרגשי, האותיות מתחלקות לשלושה חלקים: 3 אינטליגנציות ברובד הרוחני (אותיות: א מ ש), 7 אינטליגנציות ברובד השכלי (אותיות: ב ג ד כ פ ר ת), 12 אינטליגנציות ברובד הגופני (אותיות: ה ו ז ח ט י ל נ ס ע צ ק). כך יוצר ספר יצירה ארבעה חלקים מהשלם (סולם בריאות, בן ארבעה רבדים: רוחני, שכלי, רגשי וגופני). כל אחת מ-32 האינטליגנציות היא חלק מהשלם ומתנהגת כמו השלם. כל אינטליגנציה מתחלקת לשני חלקים - זכר ונקבה, ולכל אינטליגנציה, ארבעה רבדים. כל אינטליגנציה ניתן לתרגל ולאמן (כמו שריר), באמצעות פעולות אנושיות פשוטות מכוונות, באמצעות טיפולים, ועבודה קבוצתית. תרגול אינטליגנציות מאפשר תנועה מרובד לרובד בסולם הבריאות לצורך איזון ופתיחת ערוצים.

המאפיינים המרכזיים לרפואה משולבת:

סולם הבריאות, הוא בן ארבעה רבדים, ומתאר את הצרכים המשתנים של האדם, את היכולות שאדם יכול לפתח בכל רובד ואת הצורך לנוע בין הרבדים לצורך איזון. בריאות שלמה אפשרית על ידי איזון בין הצרכים השונים בכל אחד מארבעת

²¹ תבנית הרפואה המשולבת מתבססת על ספר יצירה המיוחס לאברהם אבינו.

הרבדים. **המנוע לשינוי**, מתאר את הניגודים, הקבועים בעולמו של כל אדם, אשר יוצרים תנועה ושינוי. חוסר האיזון הזמני הנוצר מהמפגש בין טוב ורע, אור וחושך, וודאות וחוסר וודאות, פחד ואהבה, הם ביטוי של הרצון לקבל והרצון לתת, והם הבסיס לשינוי ולתנועה בתוך סולם הבריאות. תנועה למעלה או למטה בסולם הבריאות אפשרית דרך שינוי פנימי, שמקורו בשינוי צורה של הרצון לקבל לרצון לתת, ולהיפך. **תרופות הוליסטיות**, הן פעולות אנושיות פשוטות (המאפשרות תרגול ואימון אינטליגנציות) כגון: שינה, מקלחת, מחשבה חיובית, מעשה טוב ביום, חיבוק, נשיקה, יחסי מין, הליכה, נסיעה למקום חדש. בכל אחת מהפעולות הפשוטות קיים הרצון לתת והרצון לקבל שבהם. הכוונה, הניתנת על ידי המטופל לכל אחת מהפעולות הפשוטות, מאפשרת שינוי פנימי ויוצרות תנועה למעלה או למטה בסולם הבריאות. **סל הטיפולים**, מכיל שיטות טיפול לפי רבדים כגון: מדיטציה (רובד רוחני), דמיון מודרך (רובד שכלי), שילוב אמנויות (רובד רגשי), דיקור (רובד גופני). לכל שיטה טיפולית יש מקום טבעי באחד הרבדים והיא שיטת הטיפול שמתאימה לטיפול באותו רובד. קיימות שיטות טיפול רבות אשר עונות על הצרכים השונים בכל אחד מהרבדים, כך שכל מטפל, וכל מרכז רפואי יכול לבחור מתוך שפע השיטות את מה שמתאים עבורו ועבור מטופליו. רפואה משולבת מחייבת בחירת טיפולים בהתאמה לרבדים, למגבלות ולצרכים של אוכלוסיית המטופלים. **מעגל המטפלים** הוא תהליך טיפולי בן עשרה שלבים, זהו רצף גנטי לשינוי המציאות. על המטפל לפעול לפי השלבים לצורך קבלת תוצאה נכונה. אין משמעות לזמן שעל המטפל לפעול בכל אחד מהשלבים. לעיתים המעבר משלב לשלב מהיר מאוד (שניות) ולעיתים הוא ארוך מאוד (שנים). לעיתים ההתקדמות היא ברצף, ולעיתים יש לחזור לאחור וללכת קדימה ושוב לאחור, הכל בהתאם למתבקש ולמשוב המתקבל מהתהליך הטיפולי.

שילוב הכלים ברפואה המשולבת הוא המפתח להצלחת הטיפול. כל אחד מחמשת המאפיינים של הרפואה המשולבת הוא כמו איבר בגוף, הפעולה המשולבת בין חמשת האיברים מאפשרת תנועה מאוזנת ושלמה.

חזון הרפואה המשולבת, הוא השילוב בין הגישה המדעית והגישה ההוליסטית. על פי החזון, בחדר המיון של מרכזים רפואיים, יהיה רופא בעל הכשרה בשיטות הוליסטיות, ומטפל הוליסטי שעבר הכשרה רפואית, מדעית, בסיסית. הרופא והמטפל יאבחנו את המטופל ויקבלו החלטה משותפת על המשך התהליך. כאשר בבדיקה מובחנת בעיה גופנית, מסלול

הטיפול יהיה רפואי מדעי, ובמקביל או לאחר הטיפול ישולבו טיפולים בגישה הוליסטית. כאשר אין ממצאים פתולוגיים גופניים, מסלול הטיפול יהיה בגישה הוליסטית, ובמקביל המשך בדיקות ומעקב בגישה המדעית. הטיפול ההוליסטי יכלול גם עבודה במרחב מקודש, טיפולים אישיים, עבודה בקבוצת התפתחות, וכן קבוצות תמיכה למטופלים ומשפחותיהם. הדרך הזו מבטיחה שילוב הגישות השונות, כך שהמטופל יהיה במרכז. ניהול בריאות המטופל במקום ניהול המחלה.

ספר יצירה

מאת
אברהם אבינו

נדפס פה מנטובה
בשנת שכ"ב.

פרק ראשון

מ"א בשלשים ושתים נתיבות פליאות חכמה חקק יה יהוה
 צבאות אלהי ישראל אלהים חיים אל שדיי רם ונשא שוכן עד
 מרום וקדוש שמו.

וברא את עולמו בשלשה ספרים בספר וספר וספור. עשר
 ספירות בלימה ועשרים ושתים אותיות יסוד:

מ"ב עשר ספירות כמספר עשר איצבעות חמש כנגד חמש
 וברית יחיד מכוונת באמצע כמלת הלשון בפה וכמלת המעור:

מ"ג עשר ספירות בלימה עשר ולא תשע עשר ולא אחד עשר
 הבן בחכמה וחקור בנינה בחון בהם וחקור מהם דע וחשוב ויצור
 והעמד דבר על בוריו והשב יוצר על מכוננו כי הוא יוצר ובורא
 לבדו ואין זולתו ומדתו עשר ואין להם סוף:

מ"ד עשר ספירות בלימה בלום לבך מלאהרהר בלום פיך מלדבר
 ואם רץ לבך שוב למקום שלכך נאמר והחיות רצוא ושוב ועל
 דבר זה נכרת ברית:

מ"ה עשר ספירות בלימה נעוץ סופן בתחלתן ותחלתן בסופן
 כשלהבת קשורה בגחלת. דע וחשוב ויצור שאדון יחיד והיוצר
 אחד ואין לו שני ולפני אחד מה אתה סופר:

מ"ו עשר ספירות בלימה מדתן עשר שאין להם סוף עומק
 ראשית ועומק אחרית עומק טוב ועומק רע עומק רום ועומק
 תחת עומק מזרח ועומק מערב עומק צפון ועומק דרום אדון יחיד
 אל מלך נאמן מושל בכלם ממעון קדשו עד עולמי עד:

מ"ז עשר ספירות בלימה צפייתן כמראה הבזק ותכליתן אין להם
 קץ ודברו בהם ברצוא ושוב ולמאמרו כסופה ירדופו ולפני כסאו
 הם משתחוים:

מ"ח עשר ספירות בלימה ועשרים ושתים אותיות יסוד. שלש
 אמות ושבע כפולות ושנים עשר פשוטות ורוח בכל אחת מהן:

מ"ט עשר ספירות בלימה אחת רוח אלהים חיים נכון כסאו מאז
 ברוך שמו של חי העולמים תמיד לעולם ועד קול ורוח ודיבור,
 ודיבור זה הוא רוח הקודש, לראשיתו אין תחלה לאחרינו אין
 תכלית:

מ"י עשר ספירות בלימה אחת רוח אלהים חיים שתים רוח מרוח שלש מים מרוח ארבע אש ממים ורום ותחת מזרח ומערב צפון ודרום:

מ"א שתים רוח מרוח חקק וחיבב בהם ארבע רוחות השמים מזרח ומערב צפון ודרום ורוח בכל אחת מהן:

מ"ב שלש מים מרוח חקק וחיבב בהן תהו ובהו רפש ומיט, עשאן כמין ערוגה הציבן כמין חומה סככן כמין מעזיבה וייק עליהם שלג ונעשה עפר שנאמר כי לשלג יאמר הוא ארץ. תהו זה קו ירוק המקיף את כל העולם, בהו אלו אבנים מפולמות משוקעות בתהום ומביניהם המים יוצאין:

מ"ג ארבע אש ממים חקק וחיבב בה כסא הכבוד שרפים ואופנים וחיות הקודש ומלאכי השרת ומשלשתן יסוד מעונו שנאמר עושה מלאכיו רוחות משרתיו אש לוחט:

מ"ד חמש חתם רום בירר שלש אותיות מן הפשוטות וקבעם בשמו הגדול יה"י וחתם בהם שש קצוות ופנה למעלה וחתמו בה"י. שש חתם תחת ופנה למטה וחתמו ביו"ה. שבע חתם מזרח ופנה לפניו וחתמו בוי"ה. שמנה חתם מערב ופנה לאחוריו וחתמו בזה"י. תשע חתם דרום ופנה לימינו וחתמו ביו"ה. עשר חתם צפון ופנה לשמאלו וחתמו בהו"י. אלו עשר ספירות בלימה אחת רוח אלהים חיים שתים רוח מרוח שלש מים מרוח ארבע אש ממים רום ותחת מזרח ומערב צפון ודרום:

פרק שני

מ"א עשרים ושתים אותיות יסוד שלש אמות ושבע כפולות ושנים עשר פשוטות. וכולן חקוקות בקול חצובות ברוח קבועות בפה בחמש מקומות, אותיות אחה"ע, גיכ"ק, דטלנ"ת, זסצר"ש, בומ"ף, קשורות בלשון כשלהבת קשורה בגחלת, אחה"ע משמשת בסוף הלשון ובבית הבליעה. בומ"ף בין השפתים ובראש הלשון. גיכ"ק על שלישייתה של לשון נכרתת. דטלנ"ת בראש הלשון משמשת עם הקול. זסצר"ש בין השיניים ובלשון שכובה ושטוחה:

מ"ב עשרים ושתים אותיות יסוד קבועות בגלגל ברל"א שערים וחוזר הגלגל פנים ואחור, וסימן לדבר אם בטובה אין למעלה מענג ואם ברעה אין למטה מנגע:
 מ"ג עשרים ושתים אותיות חקקן חצבן שקלן והמירן א' עם כולן וצרפן וצר בהם נפש כל היצור ונפש כל העתיד ליצור:
 מ"ד כיצד שקלן והמירן אל"ף עם כולן וכולן עם אל"ף ב"ית עם כולן וכולן עם ב"ית וכן כולם וכולן חוזרות חלילה ונמצאות יוצאות ברל"א שערים ונמצא כל היצור וכל הדיבור יוצא משם אחד:
 מ"ה יצר מתהו ממש ועשה את אינו ישנו וחצב אבנים גדולות מאויר שאינו נתפס:

פרק שלישי

מ"א שלש אמות אמי"ש יסודן כף זכות וכף חובה ולשון חק מכריע בינתים:
 מ"ב שלש אמות אמי"ש סוד גדול ומכוסה ומופלא וספון בשיש טבעות ויצאו מהם אש מים ורוח ומתחלקים זכר ונקבה. דע וחשוב וצור שהאש נושא מים:
 מ"ג שלש אמות אמי"ש תולדות השמים אש ותולדות אויר רוח ותולדות ארץ מים. אש למעלה ומים למטה ורוח חק מכריע בינתים ומחם נולדו אבות ומחם נברא הכל:
 מ"ד שלש אמות אמי"ש בעולם רוח מים ואש, שמים נבראו מאש וארץ נבראת ממים ואויר מרוח מכריע בינתים:
 מ"ה שלש אמות אמי"ש בשנה חום וקור ורוייה, חום נברא מאש קור נברא ממים ורוייה מרוח מכריע בינתים:
 מ"ו שלש אמות אמי"ש בנפש ראש בטן וגוייה, ראש נברא מאש ובטן נברא ממים וגוייה מרוח מכריע בינתים:
 מ"ז שלש אמות אמי"ש חקקן חצבן צרפן וחתם בהם שלש אמות אמי"ש בעולם ושלש אמות אמי"ש בשנה ושלש אמות בנפש זכר ונקבה:
 מ"ח המליך אות אל"ף ברוח וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם אויר בעולם רוייה בשנה גוייה בנפש זכר ונקבה. המליך אות מ"ם במים וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם ארץ בעולם

וקור בשנה ובטן בנפש זהר ונקבה. המליך אות שיין באש וקשר
 לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם שמים בעולם וחום בשנה וראש
 בנפש זכר ונקבה:

מ"ט כיצד צרפן אמ"ש אש"ם, מא"ש מש"א, שא"ם שמו"א.
 שמים אש, אויר רוח, ארץ מים. ראשו של אדם אש, בטנו מים,
 לבו רוח:

מ"י שלש אמות אמ"ש.

נוצר עם

א רוח אויר רויח גויח חק לשון בינתים.

נוצר עם

מ מים ארץ קור בטן כף זכות.

נוצר עם

ש אש שמים חום ראש כף חובה, זהו אמ"ש:

פרק רביעי

מ"א שבע כפולות בג"ד כפר"ת יסודן חיים שלום חכמה ועושר
 וזרע זון וממשלה מתנהגות בשתי לשונות שהן כפול של
 תמורות ב"ב ג"ג ד"ד כ"כ פ"פ ר"ר ת"ת תבנית רך וקשה גבור
 וחלש זהן תמורות, תמורת חכמה אולת תמורת עושר עוני
 תמורת זרע שממה תמורת חיים מות תמורת ממשלה עבדות
 תמורת שלום מלחמה תמורת חן כיעור:

מ"ב שבע כפולות בג"ד כפר"ת שבעה ולא שישה שבעה ולא
 שמנה מכוון שיש צלעות ושישה סדרים והיכל הקדש מכוון
 באמצע ברוד כבוד ה' ממקומו הוא מקומו של עולם ואין העולם
 מקומו, והוא נושא את כולן:

מ"ג שבע כפולות בג"ד כפר"ת יסוד חקקן חצבן צרפן שקלן
 והמירן וצר בהם ז' כוכבים בעולם ז' ימים בשנה ז' שערים בנפש
 שבעה ושיבעה:

מ"ד כיצד צרפן שתי אבנים בונות שני בתים, ג' אבנים בונות ז'
 בתים, ד' אבנים בונות כ"ד בתים, ה' אבנים בונות ק"כ בתים, ו'
 אבנים בונות ז' מאות ועשרים בתים, ז' אבנים בונות חמשת

אלפים וארבעים בתים. מכאן ואילך יצא וחשוב מה שאין הפה יכולה לדבר ואין האזן יכולה לשמוע:

מ"ח המליך אות ב"ית בחכמה וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם שבתאי בעולם ושבת בשנה ופה בנפש זכר ונקבה:

מ"ז המליך אות גימ"ל בעושר וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם צדק בעולם יום אחד בשבת בשנה ועין ימין בנפש זכר ונקבה:

מ"ז המליך אות דל"ית בזרע וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם מאדים בעולם יום שני בשבת בשנה ועין שמאל בנפש זכר ונקבה:

מ"ח המליך אות כ"ף בחיים וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם חמה בעולם יום שלישי בשבת בשנה ואף ימין בנפש ז"נ:

מ"ט המליך אות פ"א בממשלה וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם נוגה בעולם ורביעי בשבת בשנה ואף שמאל בנפש זכר ונקבה:

מ"י המליך אות רי"ש בשלום וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם כוכב בעולם יום חמישי בשבת בשנה ואזן ימין בנפש ז"נ:

מ"יא המליך אות תי"ו בחן וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם לבנה בעולם יום ששי בשבת בשנה ואזן שמאל בנפש זכר ונקבה. ובהן חצב שבעה רקיעין שבע ארצות שבעה ימים שבע נהרות שבעה מדברות שבעה ימים שבעה שבועות שבע שנים שבע שמיטות שבעה יובלות והיכל הקדש לפיכך חצב שביעי לכל חפץ תחת השמים:

מ"יב שבעה כוכבים בעולם שבת צדק מאדים חמה נוגה כוכב לבנה. שבעה ימים בשנה ז' ימי השבוע. שבעה שיערים בנפש זכר ונקבה שתי עינים שתי אזנים שני נקבי האף והפה:

מ"יג שבעה רקיעים וילון רקיע שחקים זבול מעון מכון ערבות. שבעה ארצות אדמה תבל נשיה ציה חלד ארץ גיא, והעמידם אחד אחד לבדו. עולם לבדו נפש לבדה שנה לבדה:

מ"יד שבע כפולות בג"ד כפר"ת. נוצר עם ב שבתאי שבת ופה חיים מות. נוצר עם ג צדק א' בשבת עין ימין שלום רע. נוצר עם ד מאדים ב' בשבת עין שמאל חכמה אולת.

נוצר עם כ חמה ג' בשבת אף ימין עושר עוני.
 נוצר עם פ נוגה ד' בשבת אף שמאל זרע שממה.
 נוצר עם ר כוכב ה' בשבת און ימין חן כיעור.
 נוצר עם ת לבנה ו' בשבת און שמאל ממשלה עבדות, וזן בג"ד
 כפר"ת:

פרק חמישי

מ"א שנים עשר פשוטות ה"ו ז"ח ט"י ל"ג ס"ע צ"ק יסודן ראיח
 שמיעה ריח שיחה לעיטה תשמיש הלוח רוגז שחוק הרחרח
 שמחה שינה:

מ"ב שנים עשר פשוטות ה"ו ז"ח ט"י ל"ג ס"ע צ"ק, יסודן י"ב
 ולא י"א י"ב ולא י"ג שנים עשר גבולי אלכסון מפוצלן לשישה
 סדרים מופסקין בין רוח לרוח. גבול מזרחית רומית גבול מזרחית
 צפונית גבול מזרחית תחתית, גבול דרומית רומית גבול דרומית
 מזרחית גבול דרומית תחתית, גבול מערבית רומית גבול מערבית
 דרומית גבול מערבית תחתית, גבול צפונית רומית גבול צפונית
 מערבית גבול צפונית תחתית ומתרחבין והולכין עד עדי עד וזן הן
 גבעות עולם:

מ"ג שנים עשר פשוטות ה"ו ז"ח ט"י ל"ג ס"ע צ"ק, חקקן חצבן
 צרפן שקלן והמירן וצר בהם י"ב מזלות בעולם י"ב חדשים בשנה
 י"ב מנהיגים בנפש זכר ונקבה, שני עליזים שני לועזים, שני
 יועצים שני עליזים, וזה קורקבנין שנים, שתי ידיים, ושתי רגלים,
 עשאן כמין מריבה (צרפן) ערכן כמין מלחמה זה לעומת זה:
 מ"ד שלשה אחד אחד לבדו עומד אחד מזכה ואחד מחייב ואחד
 מכריע בינתים:

מ"ה שבעה שלשה מול שלשה ואחד מכריע בינתים. ושנים
 עשר עומדין במלחמה. שלשה אוהבים שלשה אויבים שלשה
 מחיים ושלשה ממותים. שלשה אוהבים הלב והאזנים והעיניים.
 שלשה שונאים הכבד והמרה והלשון. שלשה מחיים שני נקבי
 האף והטחול. ושלשה ממותים שני הנקבים והפה. ואל מלך נאמן
 מושל בכלם ממועון קדשו עד עדי עד:

מ"ז אחד ע"ג שלשה. שלשה ע"ג שבעה. שבעה ע"ג שנים
עשר וכולם אדוקין זה בזה וסימן לדבר כ"ב חפצים וגוף אחד:
מ"ז ואלו הן י"ב מנהיגים ב' ידיים ב' רגלים ב' כליות כבד מרה
טחול המסס קורקבן קיבה:
מ"ח המליך אות ה' בשיחה וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר
בהם טלה בעולם וניסן בשנה וכבד בנפש זכר ונקבה:
מ"ט המליך אות ו' בהרהור וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר
בהם שור בעולם ואייר בשנה ומרה בנפש זכר ונקבה:
מ"י המליך אות ז' בהילוך וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם
תאומים בעולם וסיון בשנה וטחול בנפש זכר ונקבה:
מ"יא המליך אות ח' בראיה וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר
בהם סרטן בעולם ותמוז בשנה והמסס בנפש זכר ונקבה:
מ"יב המליך אות ט' בשמיעה וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר
בהם אריה בעולם ואב בשנה וכוליא ימין בנפש זכר ונקבה:
מ"יג המליך אות י' במעשה וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר
בהם בתולה בעולם ואלול בשנה וכוליא שמאל בנפש זכר ונקבה:
מ"יד המליך אות ל' בתשמיש וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר
בהם מאזנים בעולם ותשרי בשנה וקורקבן בנפש זכר ונקבה:
מ"ט"ו המליך אות ג' בריח וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם
עקרב בעולם ומרחשוון בשנה וקיבה בנפש זכר ונקבה:
מ"ט"ז המליך אות ס' בשינה וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר
בהם קשת בעולם וכסלן בשנה ויד ימין בנפש זכר ונקבה:
מ"י"ח המליך אות ע' ברוגז וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר בהם
גדי בעולם וטבת בשנה ויד שמאל בנפש זכר ונקבה:
מ"י"ח המליך אות צ' בלעיטה וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר
בהם דלי בעולם ושבט בשנה ורגל ימין בנפש זכר ונקבה:
מ"י"ט המליך אות ק' בשחוק וקשר לו כתר וצרפן זה בזה וצר
בהם דגים בעולם ואדר בשנה ורגל שמאל בנפש זכר ונקבה:
מ"כ החצה את העדים והעמידן אחד אחד לבדו עולם לבדו שנה
לבדה נפש לבדה:
מכ"א י"ב פשוטות היו ז"ח ט"י ל"ג ס"ע צ"ק.
נוצר עם

ה	טלה	ניסן	כבד	ראיה	סמיות.
נוצר עם					
ז	שור	אייר	מרה	שמיעה	חרשות.
נוצר עם					
ז	תאומים	סיון	טחול	ריחה	ותתרות.
נוצר עם					
ח	סרטן	תמוז	חמסס	שיחה	ואלמות.
נוצר עם					
ט	אריה	אב	כוליא	לעיטה	רעבון.
נוצר עם					
י	בתולה	אלול	כוליא	מעשה	וגדמות.
נוצר עם					
ל	מאזנים	תשרי	קורקבן	תשמיש	סריסות.
נוצר עם					
נ	עקרב	מרחשון	קיבה	הלוך	חגרות.
נוצר עם					
ס	קשת	כסלו	יד	רוגז	ונטול
נוצר עם					כבד.
ע	גדי	טבת	יד	שמאל	שחוק
נוצר עם					ונטול
צ	דלי	שבט	רגל	ימין	הרהור
נוצר עם					ונטול

ק דגים אדר רגל שמאל שינה נעור. זהו י"ב פשוטות הי"ז ז"ח ט"י
 ל"ג ס"ע צ"ק, וכולן אדוקין בתלי וגלגל זל"ב:

פרק שיש

מ"א ג' אמות אמ"ש ז' כפולות בג"ד כפר"ת י"ב פשוטות הי"ז ז"ח
 ט"י ל"ג ס"ע צ"ק. אלז הם י"ב אותיות שבהם יסד י"ה ח' צבאות
 אלהי ישראל אלהים חיים אל שדי רם ונשא שוכן עד וקדוש
 שמו. ב' שמות י"ה ידו"ד, צבאות שהוא אות בצבא שלו. אלהי
 ישראל שר בפני אל. אלהים חיים ג' נקראו חיים אלהים חיים מים
 חיים עץ החיים. אל קשה. שדי שערד כאן די. רם שהוא יושב
 ברומו של עולם זרם על כל רמים. ונשא שהוא נושא וסובל
 במעלה ובמטה. שכל הנושאין הם למטה ומשאן למעלה והוא

למעלה ונושא למטה, הוא נושא וסובל את כל העולם כולו. שזוכן עד שמלכותו עדי עד ואין לו הפסק. וקדוש שמו שהוא קדוש ומשרתיו קדושים ולא אומרים קדוש קדוש קדוש:

מ"ב י"ב למטה זו ע"ג וגי ע"ג ז'. מן הג' יסד מעונו וכולם תלויים ועומדים באחד, סימן לאחד אין לו שני ומלך יחיד בעולמו שהוא אחד ושמו אחד:

מ"ג ג' אבות ותולדותיהן, ז' כוכבים וצבאותיהן, וי"ב גבולי אלכסון ראייה לדבר עדים נאמנים עולם שנה נפש:

מ"ד עולם ספירתו ב"י וי"ב אש רוח מים ז' כוכבים י"ב מזלות. שנה ספירתו ב"י וי"ב קור חום רויה ז' ימים י"ב חדשים. נפש ספירתו ב"י וי"ב ראש גוייה בטן ז' שיערים י"ב מנהיגים:

מ"ה חק עשרה (צ"ל כ"ב) ג' ז' י"ב פקידין בתלי גלגל זלב. תלי בעולם כמלך על כסאו גלגל בשנה כמלך במדינה לב בנפש כמלך במלחמה:

מ"ו כללו של דבר מקצת אלו מצטרפין עם אלו ואלו תמורות אלו, אלו כנגד אלו ואלו כנגד אלו ואם אין אלו ואלו זכולם אדוקין בתלי גלגל זלב:

מ"ז גם את כל חפץ זה לעומת זה עשה אלהים טוב לעומת רע רע לעומת טוב טוב מטוב רע מרע הטוב מבחין את הרע והרע מבחין את הטוב טובה גנוזה לטובים ורעה גנוזה לרעים:

מ"ח זכיון שבא אברהם אבינו ע"ה הביט וראה וחקר והבין וחקק וחצב וצרף ויצר וחשב ועלתה בידו ונגלה עליו אדון הכל יתברך שמו לעד והושיבו בחיקו ונשקו על ראשו וקראו אברהם אוהבו וברית לו ולזרעו עד עולם והאמין בה' ויחשבה לו צדקה, וקרא עליו כבוד ה' דכתיב בטרם איערך בבטן ידעתך. וברית לו ברית בין עשר אצבעות ידיו והוא לשון הקדש. קשר עשרים ושתים אותיות בלשונו. וחקב"ה גילה לו את סודן, משכן במים דלקן באש רעשן ברוח בערן בשבעה כוכבים נהגן ב"ב מזלות:

מ"ט שמים אש חום ראש, אויר רוח רויה גוייה, ארץ מים קור בטן זהו אמ"ש:

מ"י שבתאי שבת פה. צדק א' בשבת עין ימין. מאדים ב' בשבת עין שמאל. חמה ג' בשבת אף ימין. נוגה ד' בשבת אף שמאל.

כוכב ה' בשבת און ימין. לבנה ו' בשבת און שמאל זהו בג"ד
כפר"ת:

מ"א ואלו י"ב מזלות (י"ב חדשים י"ב מנהיגים) טלה ניסן כבד
ראיה סמויות שזר אייר מרה שמיעה חרשות (כו' כדלעיל פ"ה
מכ"א):

מ"ב ג' אויבים לשון כבד מרה. ג' אויבים עינים אזנים לב. ג'
מחיים שינים חוטם טחול. ג' ממיתים ב' נקבים תחתונים ופה:
מ"ג ג' אינם ברשותו עיניו אזניו חוטמו. ג' שמועות טובות לאון
ברכה שמועה טובה קלוס. ג' ראיות רעות עין נואפת עין רעה עין
מנדת. ג' ראיות טובות בשת אין טובה עין נאמנת. ג' רעות ללשון
דבור רע וחמלשין וחמדבר אחד בפה אחד בלב.
ג' טובות ללשון שתיקה ושמירת הלשון ודבור האמת:

סליק ספר יצירה הקדוש, בעזר שמו יתברך ויתעלה:

מקורות

ביבליוגרפיה (עברית)

- אורניש, ד. (2004) *אהבה והישרדות*. תל אביב, הוצאת מטר.
- אושו. (1997) *מדיטציה – ראשית החופש ומהותו*. תל אביב, הוצאת גל.
- אריכא, י. (1996) *קבלה באור בהיר*. בן שמן, הוצאת מודן.
- אריכא, י. (1998) *קבלה מעשית*. בן שמן, הוצאת מודן.
- אשלג, י. (תשמ"ח לפ"ק) *ספר ההקדמות*, ירושלים, בהוצאת קול יהודה.
- באנט, ל. (1999) *תרפיה במוסיקה*. קריית ביאליק, הוצאת "אח".
- בליך, א. (2002) *כוחה של התפילה לריפוי מחלות*. כתב עת "הרפואה" (כרך 141 חוברת ו', יוני 2002),
- ברברה אן ברנן (1996) *ידי אור-מדריך לריפוי באמצעות שדה האנרגיה האנושי*. הוצאת מרקם.
- ברג, י. (עורך) (1990) *הגר"א (הגאון מוילנא) בתוך "ספר יצירה"* (1990) ירושלים, בהוצאת קול יהודה.
- ברג, י. (עורך) (1990) *האר"י הקדוש בתוך "ספר יצירה"* (1990) ירושלים, בהוצאת קול יהודה.
- ברוייר, ר. (1998) *מעגלי אור צ'קרות הילות וכוח הריפוי של הגוף* - הוצאת מרקם.
- ברקוב, ר. (2002) *מרק המדריך הרפואי השלם*. הוצאת כנרת זמורה ביתן.
- גארדנר, ה. (1996). *אינטליגנציות מרובות: התיאוריה הלכה למעשה*. ירושלים, מכון ברנקו.
- דיכטוולד, ק. (1992) *גוף נפש*. תל אביב, הוצאת זמורה ביתן.
- האגודה הישראלית להומיאופתיה קלאסית (1999) *ניד עבודה במסגרת תהליך הסדרת מעמד ההומיאופתיה בישראל*. תל אביב.
- הוקינג, ס. (1989) *קיצור תולדות הזמן*. תל אביב, ספרית מעריב.

- ווילס, פ. (2000) *דיפוי בצבעים*. תל אביב, הוצאת אסטרולוג.
- וליצקר, מ. (1999) *עורכת אסופה: הערכה חינוכית כמנוף לשיפור הלמידה*.
- *דרכים להוראה ולהערכה רב-מימדית*. חיפה, בהוצאת מכללת אורנים והטכניון.
- יונג, ק.ג. (1987) *על החלומות*. דביר זמורה ביתן (תרגום מאנגלית: חנה שוהם ואילנה תורן)
- יפתח, א. (1992) *לשרות עם המלאך*. הוצאת תל רשפים.
- לוי, י. (עורך מדעי). (1999). *האנציקלופדיה הרפואית החדשה, בריאות האישה*. ידיעות אחרונות.
- לוי, ז. (1986) *הרמנויטיקה*. ספרית הפועלים, הקיבוץ המאוחד.
- לוסקי, ד. (2002) *ילדים כמהים לאלוהים*. תל אביב, הוצאת משוב טבע הנפש.
- לוסקי, ד. (2005) *32 האינטליגנציות*. מהדורה שנייה. תל אביב, הוצאת מכללת לוסקי.
- לוסקי, ד. (עורך) (2005) *ספר יצירה* (מיוחס לאברהם אבינו) בתוך: *32 האינטליגנציות*. מכללת לוסקי.
- לוצטו חיים, מ. (תשמ"ח) *מסילת ישרים*. ירושלים, הוצאת אורות חיים.
- ליבוביץ, י. (עורך) (1961). *האנציקלופדיה העברית, י"ג, 713*. ירושלים/תל אביב: חברה
- להוצאת אנציקלופדיות בע"מ
- ליבס, י. (2000) *תורת היצירה של ספר יצירה*. תל אביב, הוצאת שוקן.
- ליבס, י. (עורך) (2000) *ספר יצירה*. בתוך: *תורת היצירה של ספר יצירה*. תל אביב, הוצאת שוקן.
- מגד, נ. (1998) *שערי תקווה ושערי אימה*. תל אביב, הוצאת מודן.
- מזרחי, א. (2003) *לחיות בריא*, הוצאת פוקוס, ישראל.
- סילס, ש. פיש, ס. ולאופוורת', פיל. (2002) *ייעוץ על פי גישת הגשטלט*. ק. ביאליק, הוצאת אח.
- פאנינג, פ. (1995) *דמיון מודרך לצורך שינוי*. הוצאת אור עם, (תרגום מאנגלית: יעל שינפלד)

- פאנק, ע. נחושתן, ק. (1997) *מגע ישיר*. בהוצאת ידיעות אחרונות וספרי חמד.
- פרלה, ד. בר, ש. (2000) *הרפואה הסינית, הספר השלם*. הוצאת ידיעות אחרונות.
- צ'ופרה, ד. (1997) *ליפוי קוונטי*. תל אביב, הוצאת מודן.
- קדר, נאת, ד. עורך (1999) *תרפיה בעזרת סיפורים*. קרית ביאליק, הוצאת אח.
- קופ, שלדון ב. (1999) *אם תפגוש את הבוהה בדרך הרוג אותה/העליה לרגל של*
- *מטופלי פסיכותרפיה*. פראג הוצאה לאור. (תרגום מאנגלית: דורית גינת)
- קורנפילד, ג'. (2001) *דרך הלב מדריך לסכנות ולהבטחות שבחיים הרוחניים*. תל אביב, הוצאת מודן.
- רומן, ס. (1996) *צמיחה רוחנית להיות העצמי הגבוה*. הוצאת מרקם.
- רייך, ו. (1991) *ילדי העתיד*. בתוך אדם, ג. (עורכת) וילהלם רייך ממקור ראשון. ירושלים (תרגום מאנגלית: אדם, ג.)
- שלו, ש. (1987), *פסיכותרפיה יונגיאנית ויצירתיות*, שיחות, כרך 1, חוברת מספר 3, יוני.
- שחר-לוי י. (1989) *גילוי וכיסוי בלשון הגוף, מבט לעולם הטיפול בתנועה*, שיחות ד(1)
- שחר-לוי י. (1994), *מצבים גופניים כהיגדים מטאפוריים, תרפיה באמצעות אמנויות*, ו(3)
- שכטר, ל. (2004) *רפואה המשלימה*, מגזין רפואה משלימה – מכבי טבעי.
- שפירו, ד. (1998) *גוף נפש-כיצד מחשבותיך ורגשותיך משפיעים על בריאותך*. הוצאת אור עם.
- קרסו, ר. (2004) *הלב – המדריך המלא לבריאות ולשיקום*. הוצאת כתר.

ביבליוגרפיה (אנגלית)

- Bleacher. (1980) *Contemporary Hermeneutics: Hermeneutics as a method*. Philosophy and Critic.
- London: Rout ledge and Kegan Paul.
- Case & Dalley, T.(1992). *The handbook of art therapy*. London: Routledge
- Gardner, H. (1992). *Multiple Intelligences: The Theory to Practice*. New York ,Basic Books.
- Gardner, H. (1983). *Frames of Mind, the theory of Multiple Intelligences*. New York, Basic Books.
- Calvin, W. (1996). *How Brains Think: Evolving Intelligence, Then and now*. New York, Basic Books.
- Miles, M.B. & Huberman, M.A. (1984) *drawing valid meaning from qualitative data: toward a shared*
- Mcniff, s. (1992) *art as medicine creating a therapy of the imagination*. Boston \$ London, Shambhala
- Lewis, p.(2002)*integrative holistic health, healing, and transformation*. Charles c. Thomas. Publisher
- King, s (1986) *Seeing is Believing*. In Doore, G. (ed.) *Shaman's Path*. : Boston & London. (pp. 46-52) Shambhala Publications
- Sternberg, R. (1996). *Successful Intelligence: How Practical and Creative Intelligence Determine Success in Life*. Simon and Schuster.
- Smith, L.M. (1979). *Evolving Logic of Participant observation educational*
- Rogers, N. (2002) *The Creative connection, expressive arts healing*. California, Science & behavior Books, Inc..
- Ziff, J. (2002) *protocol for multi-modality counseling*. Newton. Ziff books.

וובלוגרפיה

- בן-דב, י. *האם המדע טוב לבריאות* (גרסה אלקטרונית) השיטה המדעית והרפואה החלופית נדלה ביום 12/1/05
<http://www.bendov.info/heb/mys/alternat.htm>
- לוי, מ. להפחית כאבים בלי כדורים" YNET (22/11/04). נדלה ביום 22/2/06
<http://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-3007409,00.html>
- דניאל גולמן, ד. *רגשות הרסניים* (תיעוד שיחה בין הדלאי למה לבין קבוצת חוקרי מוח). נדלה מהאינטרנט ביום 12/2/06
<http://www.ynet.co.il/articles/1,7340,L-2759538,00.html>
- חדשות ניו אייג' NRG "פרסום מחקר של כתב העת "בריטיש מדיקל ג'ורנל". נדלה ביום 22/2/06
<http://www.nrg.co.il/online/15/ART/964/897.html>
- מדיטציה: לבריאות הגוף והנפש ולחיים ארוכים. נדלה ביום 21/2/06
<http://www.ynet.co.il/articles/1,7340,L-2759538,00.html>
- מסלו, א. *מדרג הצרכים של מסלו*. נדלה ביום 21/12/05
<http://www.ynet.co.il/yaan/0,7340,L-269015,00.html>
- מהאנציקלופדיה של YNET
<http://www.ynet.co.il/yaan/0,7340,L-19425-MTk0MjVfmzM5Nzg0MjU0XzlxMzUyNQepeq-FreeYaan,00.html>
- צבעי היסוד ותכונות הצבע, (גרסה אלקטרונית). אינציקולפדיה ynet. נדלה ביום 29/7/05
<http://www.ynet.co.il/yaan/0,7340,L-19425-MTk0MjVfmzM5Nzg0MjU0XzlxMzUyNQepeq-FreeYaan,00.html>
- רייס, ל. וייל, א. מאמר מערכת ב BMJ על פריצת דרך של הרפואה המשולבת בישראל.
 The general medical journal website
 ביום 25/12/05 (20 January) 25/12/05
<http://bmj.bmjournals.com/cgi/content/full/322/7279/119>
- שירז, י. "יחסי מין ובריאות" מאמר ב- YNET (גרסה אלקטרונית). נדלה מהאינטרנט ביום 9/1/06
<http://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-3128352,00.html>
- שכטר, ל. (2005) *הרפואה המשלימה*, (גרסה אלקטרונית) הספרייה הוירטואלית, המרכז לטכנולוגיה חינוכית. נדלה ביום 3/3/005
<http://lib.cet.ac.il/Pages/item.asp?item=7178&author=1048>

הרפואה המשולבת

הספר "רפואה משולבת" הינו פיתוח מעשי, משולב, של ידע עתיק, מתוך ספר יצירה, המיוחס לאברהם אבינו, עם ידע מדעי, חדשני, עדכני, לכלל תבנית לרפואה משולבת עבור מרכזים רפואיים ועבור מטפלים.

"בחזון הרפואה המשולבת, בחדר המיון של מרכזים רפואיים, יהיה רופא בעל הכשרה בשיטות הוליסטיות, ומטפל הוליסטי שעבר, גם, הכשרה רפואית בסיסית. הרופא והמטפל יאבחנו את המטופל ויקבלו החלטה משותפת על המשך התהליך. כאשר בבדיקה מובחנת בעיה גופנית, מסלול הטיפול יהיה רפואי מדעי, ובמקביל או לאחר הטיפול ישולבו טיפולים בגישה הוליסטית - טיפול אישי בהתאמה לרובד, סדנת מודעות, קבוצת תמיכה, או קבוצת התפתחות. כאשר אין ממצאים פתולוגיים גופניים, מסלול הטיפול יהיה בגישה הוליסטית, ובמקביל המשך בדיקות ומעקב בגישה המדעית. דרך זו מבטיחה שהמטופל יהיה במרכז - ניהול בריאות המטופל, במקום ניהול המחלה."

התבנית המוצעת בספר היא שפה להתבוננות, הכלה ושילוב התרפיות השונות בעולם הרפואה המדעית וההוליסטית ליצירת רפואה משולבת, ייחודית ופשוטה.



דני לוסקי - מורה רוחני.
יוצר ומפתח שיטת לוסקי

שיטת לוסקי

שיטה חינוכית טיפולית.
מקצוע מבוקש לחיים. מצוינות כדרך חיים.
בריאות דרך הטבע.

שיטת לוסקי

שיטה חינוכית טיפולית.

מקצוע מבוקש לחיים. מצוינות כדרך חיים.

בריאות דרך הטבע.

שיטת לוסקי היא פיתוח חדשני ומעשי של ספר יצירה. תבנית להכלה, קישור, חיבור ושילוב כל צורות הביטוי האנושיות דרך 32 אינטליגנציות, בארבעה רבדים ליצירת יחידה משולבת אחת.

השיטה פותחה על ידי ד"ר דני לוסקי במהלך 20 שנות מחקר וניסיון קליני. שיטת לוסקי מבוססת על חוכמת הקבלה של ספר יצירה, המיוחס לאברהם אבינו. על גישות מדעיות מערביות, ועל גישות הוליסטיות מזרחיות שבאות מסין והודו.

על פי שיטת לוסקי, בריאות, כסף, הצלחה וייעוד נרכשים באמצעות תהליך חינוכי ואימון ערכי חיים. כאשר ערכי החיים משתנים גם המציאות משתנה.

אבחון פרופיל אינטליגנציות

על פי שיטת לוסקי לכל אדם יש 32 אינטליגנציות בפרופיל ייחודי, באמצעותם הוא מבין את החיים ובאמצעותם הוא יוצר מציאות. את האינטליגנציות ניתן לאמן כמו שריר על פי הרצון החופשי.

כל בעיה, תקלה, או תופעה יופיעו בו זמנית בארבעה רבדים: גוף, רגש, שכל ורוח.

האבחון מאתר את האינטליגנציות אשר חולשתן אחראית לשורש הבעיה, לתקלה או לתופעה. זיהוי ואבחון מדרג אינטליגנציות מתבצע באמצעות מבחני אינטליגנציה i32 הכוללים: מבחן ערכי חיים, אבחון דרך משפטי מפתח, התבוננות במעגלי חיים והרגלי

חיים, מבחן דרך המשוב, פירוש חלומות, מבחן אותיות השם, מבחני השלכה, קלפי יצירה, מבחן מוטורי ותפקודי, חוכמת הגוף, כירולוגיה, אבחון דרך הלשון, מעגל המטפלים.

טיפול באינטליגנציות

על פי שיטת לוסקי, טיפול באינטליגנציות חלשות מתבצע באמצעות "תרופות לוסקי" (לא תרופות כימיות) וכן באמצעות "שפות מרובות" של הרפואה המשולבת בהתאמה לאינטליגנציות ולרובד בו מופיעה הבעיה.

"תרופות לוסקי" הן פעולות אנושיות פשוטות מכוונות לקבלה או נתינה, כגון: חיבוק, שינה, מקלחת, חיוך, צחוק, שתייה, טיול, הליכה, אוכל, לבוש, קניות, רחצה בים.

הכוונה היא שהופכת פעולה רגילה ופשוטה ל"תרופה".

תהליך האבחון והטיפול משולבים ומתבצעים בעשרה שלבים של "מעגל המטפלים" לצורך קבלת החלטה מאוזנת, פיקוח ומעקב.

"שפות מרובות" של הרפואה המשולבת הן טכניקות לטיפול פרטני וקבוצתי כגון: דיבור, כתיבה, שיתוף, הקשבה, סיפור, תזונה, יוגה, מדיטציה i32, דמיון מודרך, תנועה, שירה, מוסיקה, ציור, פיסול, תהליך, מסע חוויה, פסיכודרמה, הילינג, סיפורי חלומות, קלפי יצירה, חזון אישי וייעוד.

מטרות הטיפול והאימון בשיטת לוסקי

1. שיפור היכולת להתמודדות עם המחלה
2. שיפור היכולת למניעת חזרתה של המחלה
3. אימון דרכי חשיבה לשיפור היכולת לריפוי עצמי
4. פיתוח המודעות הנפשית והגופנית
5. אימון אינטליגנציות לשינוי איכותי ערכי קבוע
6. פיתוח עסקי וייעוץ ארגוני הוליסטי רוחני
7. יצירתיות מודעת

אפשרויות

ההכשרה, הטיפול, האימון וההעשרה בשיטת לוסקי

- הכשרת מטפלים, מנחים, מאבחנים, מאמנים, מדריכי יוגה ומדיטציה.
- טיפול אישי פרטני בכאב, תקלות ומחלות
- מבחני אינטליגנציה לאבחון פוטנציאל אישיות מלא.
- טיפול זוגי
- טיפול משפחתי
- טיפול קבוצתי
- סדנאות לפריצת דרך ושינוי חיובי קבוע באיכות החיים.
- אימון עסקי למנהלים ואנשי עסקים
- קבוצות תמיכה וסדנאות לטיפול מצוינות
- סדנאות חוויה לפיתוח יצירתיות מודעת
- סדנאות לפיתוח ארגוני
- ימי חוויה, סדנאות חוויה ותהליכי חוויה
- הרצאות ייעודיות לארגונים ועסקים

מכללת לוסקי

www.lousky.co.il

1800-33-99-66

כל תהליך אנושי הוא

מסע דרך 32 האינטליגנציות
בארבעה שלבים:

שלב א'

היכולת לזהות חוסר
ברובד הרגשי.

שלב ב'

היכולת להגדיר את הרצון וכיוונו
ברובד הרוחני.

שלב ג'

היכולת לשנות גישה
ברובד השכלי.

שלב ד'

היכולת לקבוע מטרות ולבצען
ברובד הגופני.

ספרים מאת ד"ר דני לוסקי

1. **תשעה כוחות קוסמיים להצלחה**
הסודות הגלויים של האור הגנוז
2. **ילדים כמהים לאלוהים**
כלים מעשיים לשינוי ויצירת מציאות
3. **ספר שיטת לוסקי**
חוכמת 32 אינטליגנציות לחיים.
4. **החוש השנים עשר**
סיפור על האוצר הגדול מאבן החכמים ומשיקוי החיים
5. **עשיר שמח וסקסי**
חוקים רוחניים ליצירת שפע
6. **ספר התהליכים**
שפות מרובות ואמנויות כשפות לריפוי ואימון.
ספר עבודה, חובה למנחי קבוצות ומורים.
7. **הרפואה המשולבת**
ספר מחקר חובה לתרפיסטים, רופאים, ואנשי חינוך.
8. **מבחני אינטליגנציה i32**
אבחון פרטנציאל אנושי שלם - 32 האינטליגנציות
9. **סודות ההצלחה**
32 שערים להצלחה - המדריך המעשי השלם
10. **תרופות לוסקי לאימון ולטיפול טבעי**
לא תרופות כימיות, לא תרופות סבתא
11. **קלפי יצירה קבליים**
משחקי יצירה, תרגל מושגים, ותכנים.
12. **לוס-יוגה**
יוגה מספרים ואותיות
13. **בעזרת השם**
כוח אותיות השם, משמעות השם.

לרכישת ספרים:

www.lousky.co

שותפים לדרך**מכללת לוסקי**www.lousky.co.il

בית הספר לשיטת לוסקי. הכשרת מטפלים, מנחים, מאבחנים ומאמנים.

פורום לוסקי – סדנת סודות ההצלחהwww.louskyforum.com

סדנה לפריצת דרך ושינוי חיובי קבוע באיכות החיים.

מרכז טיפולים שיטת לוסקיwww.lousky.org

טיפול בתקלות, כאב ומחלות בשיטת לוסקי.

חנות מכללת לוסקיwww.lousky.co

ספרי חוכמה רבי מכר מאת ד"ר לוסקי

מכון לוסקי לייעוץ ארגוני ואימון עסקיwww.lousky.net

מכון לפיתוח ארגוני, ייעוץ עסקי, הוליסטי, רוחני עבור ארגונים ומנהלי עסקים.

מבחני אינטליגנציה i32www.i32.biz

מבחני אינטליגנציה ברשת לאבחון פוטנציאל אישיות מלא.

מרכז היוליwww.hiyuly.org

מרכז בריאות ומודעות בשיטת לוסקי

מדיטציה i32www.i32meditation.com

אימון אינטליגנציות בשיטת לוסקי באמצעות מדיטציה.

ארגון המטפלים, המנחים, והמאבחנים בשיטת לוסקיwww.lousky.org.il

הארגון היציג של המטפלים והמנחים והמאמנים בשיטת לוסקי

קבוצת לימוד שיטת לוסקי

www.mashov.biz

קבוצה שעובדת וצומחת לחשיבה ערכית - ליצירתיות מודעת .

אתר מכללת לוסקי באנגלית

www.louskycollege.com

תרופות לוסקי

www.louski.org

תרופות לוסקי – לא תרופות כימיות, לא תרופות סבתא

קלפי יצירה קבליים בשיטת לוסקי

www.louski.biz

קלפי יצירה קבליים בשיטת לוסקי למשחקי יצירה והתפתחות אישית רוחנית.

מרכז לוס-יוגה לתרגול יוגה גופנית ורוחנית

www.lous-yoga.com

רכזי לוס-יוגה לאימון אינטליגנציות באמצעות תרגול יוגה גופנית ומדיטציה.

מרכז לוסקי לחינוך

www.lousky.me

מרכז לוסקי לחינוך מטפל בילדים ונוער בסיכון באמצעות פעילויות חוויה והעשרה בשפות מרובות.

בעזרת השם - פירושי שמות

www.lousky.name

משמעות השם, ניתוח השם, אבחון אישיות דרך אותיות השם

Spiritual coaching - the book

www.spiritualcoaching.co.il

אימון רוחני ספר קריאה באנגלית, חובה למאמנים ומטפלים מאת ד"ר לוסקי

אסטרולוגיה קבלית

www.lousky.mobi

האסטרולוגיה של בראשית ע"פ ספר יצירה המיוחס לאברהם אבינו.

הבלוג של ד"ר דני לוסקי

www.danylousky.com

הבלוג האישי של ד"ר דני לוסקי

מטופלים ותלמידים כותבים לדני לוסקי

דני שלום רב,
 רציתי לומר תודה.
 חלפו 5 ימים מאז סיום הסדנא. מרגישה צורך להתוודות בפניך.
 הגעתי לסדנא ללא התלהבות יתרה, חשבתי לעצמי עוד סדנא ... כבר
 חויתי בעבר כמה וכמה סדנאות. עברתי לא מעט שנים מחיי עם ליווי
 של פסיכולוגים.. וחשבתי שאני כבר יודעת הכול. עד שהגעתי לסדנא
 שלך ...
 דני, אני בתחושה דומה ל – כאילו נולדתי מחדש.
 אני בעצמי לא מאמינה איזו חוויה עוצמתית עברה עלי,
 ואיך דבריך חדרו לעמקי נשמותי.
 בכל בוקר שאני מתעוררת אני נזכרת בעוד פרט קטן .. ובגדול אני
 מרגישה שינוי מחשבתי בלתי רגיל שמשפיע ומלווה אותי בכל תחומי
 חיי.
 המשפטים שנחרתו על לוח ליבי, שלקחתי אותם איתי ממך, ונמצאים
 איתי - שהאלוהים נמצא בתוכי ... לתת ולקחת.. לומר דברים חיוביים
 מבלי להעביר ביקורת "בונה" ...
 דברים שאני רוצה לשנות, להאמין באמת שהם אכן יתגשמו.. אלו
 משפטים שערכם רב מפז..
 הדברים שנאמרו מפיד ובהצגת הדברים על ידך, הדוגמאות
 שנתת.. הדברים קיבלו את המשמעות האמיתית .. זו שרצית להעביר
 לנו.
 אכן הצלחת לחדור דרך החומות שבניתי במהלך השנים ובכל יום עוד
 חלק מהחומה נעלם לי..
 התהליך והשנוי המחשבתי אצלי הוא מדהים ואני חשה בזה במלוא
 העוצמה כמעט בכל רגע מאז.
 בדרך כלל מכל סדנא שכזו מפנימים איזה משפט חדש שמלווה
 אותנו.. הפעם זה הגיע כ"בום" גדול מאד.
 אינני יודעת אולי אני היום יותר מוכנה להפנים דברים יותר מבעבר ..
 על כל אלו רציתי לומר לך תודה ענקית. והדברים שכתבתי הם באמת
 מעומק ליבי.
 אינני נוהגת לחשוף את תחושותיי, אבל הרווחת את לחמך ביושר.
 אתה אדם יקר מאד ואני שמחה שיצא לי להיות בקרבתך ולשמוע את
 תורתך.

דני תבורך.

ברגשי כבוד,

יפה פריוולד

דני יקר
 אין לי מילים לתאר את התהפוכות שגרמת בחיי ואתה יודע
 היטב על מה אני מדברת.
 מתהום עמוקה ואפלה העלתה אותי מדרגה אחר מדרגה למעלה
 הגבעה כשבדרך יש מכשולים וקשיים בכי וחיוכים והמון המון
 אור ואהבה ממך, מדריך רוחני שלי...רוצה להודות לך על הכל
 ולא יודעת איך. אז דני ממני רוב תודות, חיבוקים ואלף נשיקות.
 שתהייה שנה טובה ומתוקה.
 ממני עם המון אור ואהבה.
 תקווה סבי
 טבריה

.....
 לדני היקר
 תודה שאלוהים הביא אותך לעולמי ועל שבחרת בי כתלמידתך
 באהבה ובהערכה
 עירית אורבך
 קציר

.....
 לדני המורה הרוחני, החבר,
 תודה – שלמדת אותי לוותר על הפחד ולהתחבר לאהבה,
 להיות המאסטרית של עצמי, לזרוק את "הקביים" ולהבין שאני
 לא לבד – יש לי את עצמי!!
 מאחלת לך שתמשיך בשליחותך המקודשת – גם אתה לא לבד –
 יש לך אותי ורבים אחרים עם חזון משותף להביא שמחה ואור
 לחיינו וחייהם של אחרים.
 אוהבת אותך מאוד.
 מלי

.....
 לדני
 מעיין בלתי נדלה של ידע ונתינה, צינור גדול, רחב ונקי – מלא
 כרימון.
 אהבה.
 א – אבא רוחני שלנו
 ה – הילה וזוהר עוטרים את ישותך
 ב – בך טמון האור שיברא עידן חדש
 ה – הרבה שמחה, בריאות והנאות לאורך כל השנים הבאות
 מאחלים בהערצה – נביהה, מרסלה, רותי, אלכס, שנית, סיגל,
 פנינה, עמל, וורדה.

.....
 מיום חמישי (אחרי שיעור ראשון במגמת מטפלים)

אני הולכת במן שמחה, כאילו שהודיעו לי שהמספרים הזוכים של הלוטו בדרך אלי.....
ותודתי לך על מה שאתה מעביר לי.

מרי גלזר, תל אביב

.....
אני בהרגשה מיוחדת נפלאה, הרגשה של פעם בחיים, החוויה של החיים.
באהבה ומכל הלב
איציק מריזן
טבריה

.....
קיבלתי את הספר "עשיר שמח וסקסי" והתרשמתי מאוד ממנו.
כחבר במועדון רוטרי רמת ישי אני אמליץ לקרוא מתוך הספר מידי שבוע
בפגישה השבועית אחד הפסוקים, כפסוק השבוע.
יונתן שטרן – רמת ישי

.....
דני
למדתי לסלוח לעבר
לקבל את ההווה
ולצאת לתקן את העתיד
עם מצפן השמחה כמורה דרך
ד"ר יונה צלר

.....
דני
למדתי אצלך
א. את היכולת לקבל אדם כמו שהוא וכמו שהוא לא
ב. את היכולת לקבל ולתת על מנת לזרום במרחב של אהבה
ושמחה
ג. מצפן האהבה הוא כלי בסיסי לקיים כל מי שאני כבן אדם
ד. דברים שקורים, צריכים לקרות והם קורים כאשר אני מוכן

עודד ברנע, בן שמן

לדני

בתקווה שהגלימה והנר ילוו עוד דורות רבים של תלמידים
 ויאירו את דרכם המפותלת.
 הייתה זו אחת השנים הטובות, הרגועות והבריאות בחיי –
 והכל ייאמר לזכותך.
 אישיותך הטביעה את חותמה עלי לעד.
 באהבה, בהוקרה ובהערכה רבה
 וורדה נכט, חיפה

דני המדהים

שתמשיך גם השנה להיות למורה, מדריך רוחני – 1000 חניכים
 מאסטרים.
 בדרך ואופן יוצא דופן, עם הרבה אהבה ונתינה ויכולת עצומה
 להקשיב ולהבין ולכוון אותנו לקראת פריצת דרך
 שנת שמחה ואושר עם הרבה רגעים בלתי נשכחים והרבה
 מתיקות.
 באהבה גדולה,
 ניכתך שרון בן הרוש

לדני

תודה על החוויה הנפלאה שחווינו בזכותך.
 תודה על האור שהבאת אל חיינו, את האור הזה נמשיך להעביר
 לכל האנשים סביבנו ונלמד אותם להעביר אותו הלאה
 לאנשים בסביבתם עד שהעולם כולו יהיה אור אחד גדול.
 באהבה, בתיה ואורי יחידי
 ראשלי"צ

היום אצל דני

הורדתי אבק וקליפות עבות מהמון דברים קיימים,
 התחלתי לראות בעניים עצומות וזו ראייה חדה יותר מראיה
 בעניים.
 תודה למי שהביאני עד כאן כדי לפקוח את עיני.
 דני למדתי לאהוב אותך, בעזרתך הורדתי תאים ישנים שנרדמו
 באהבה, חיים אברהם

לדני

הייתי בהרבה הרצאות וניסו להסביר לי הרבה דברים בחיים,
אבל עוד לא קרה שהצלחתי להבין כל כך הרבה דברים בצורה
מעמיקה ופשוטה כמו בערב הזה.
תודה, אריה

לדני

מה שיש לי להגיד זה וואוו !
אוהבת אותך. מניה גור

לדני היקר

דברים גדולים עולים וגואים בי, התעוררתי מתודעתי הרדומה,
ידע עצום מהול בכישרון ברוך הביא אותי לתובנה חדשה.
תמשיך לעשות חייל בדרכך המיוחדת, באהבה מכל הלב.
רותי יוסף,

לדני חבר יקר

לחברנו ומורנו הדגול
שכבר אינו גר ממול
אתה תמכת ולימדת אותנו את הדרך איך לבנות ולא בערך
כך אתה מלווה אותנו באהבה בנתינה גדולה
רק שתדע שגם אם היית בוחר להתגורר אי שם בסוף העולם
אנחנו היינו מגיעים עד לשם.
אוהבים ומוקירים, שי ויעל עוז, חיפה

לך המקסים שלא כל יום פוגשים

דוגמא ומופת לנתינה
נשמה גדולה ויפה
יחיד ומיוחד בסביבתו
באהבה ובתודה,
אמאל - חיפה

למדריך הרוחני שלי

סיימתי היום את הקורס וקיבלתי את תעודת המאסטר בזכותך

דני

חוללת בי שינויים רבים, כיום אני מבין דברים שלא הייתי יכול להבין בלי הלימודים אצלך, בזכותך הפסקתי להתרגז, למדתי איך לשרוף את הקארמה, למדתי לטפל והתחלתי לעסוק בזה. רציתי להודות לך מכל הלב, אוהב אותך מאוד, מאוד. יער גרנות, קורס תל אביב

למדתי כי עלי לעשות מעשים בסתר ולהיות עסוקה בנתינה לאחרים ע"מ להיות בתחושה של "מגיע ליי". למדתי כי כוח האהבה גורם לצמיחה ועלי לתת לסובבים אותי את מה שהם באמת רוצים, ומתוך אהבה והמון רצון. ואסיים בנימה אישית – דני, פתחת לי המון ערוצים "רדומים". תודה על הסבלנות, על האכפתיות, על הידע ועל האופטימיות שנסכת בי ופשוט תודה שאתה קיים.

באהבה והערכה רבה,
אביבית אגם.
ראשל"צ

דני,

הגעתי ללימודים אצלך בשל צורך בשינוי ובכיוון בחיי. חשתי מבולבלת ומתוסכלת מהכוון בו חיי התנהלו ולחץ מציפיות הסביבה ממני. הרגשתי צורך "לעשות סדר בבלגן". הקורס נתן לי נקודת מבט שונה וחיובית יותר על החיים. למדתי שהכוח לשנות דברים בחיי טמון רק בי ושאים אפעל עפ"י האמונות שלי, אני אהיה יותר מאושרת ושלמה עם עצמי. למדתי להכיר בכוח המחשבה וכי מחשבה חיובית יכולה ליצור מציאות חיובית. למדתי לקבל דברים שקורים באהבה ופחות להיפגע. למדתי את החשיבות של נתינה אמיתית מבלי רצון לקבל, למדתי כי השמחה היא המצפן להצלחה שלי וליעוד שלי. הקורס פתח לי פתח לעולם המודעות שדרכו אני מקוה להמשיך ללמוד ולהתקדם.

תודה מקרב לב,
רינת פרנס.

הדבר הכי חשוב שקרה לי הוא בעצם שמצאתי את האור,
את האור למודעות הפנימית שלי שנתנה לי להבין שהחיים שלי
תלויים בי.
אני זו שבחרת איך לחיות אותם. אני יודעת שעד היום בעצם
רק התקיימת.
היום אני יודעת להסתכל דרך האור הזה ולהביא את החיים שלי
לשמחה,
שמחה שמועברת מיד באהבה לכל המשפחה שלי ולכל מי
שמסביבי.
תודה לאור שפתח לי את הדלת הראשונה לאור,
תודה לדני שפתח לי אין ספור דלתות נוספות למצוא את
השמחה והאהבה.

אבלין שמחון.

ד"ר דני לוסקי PhD ספר יצירה - חוקים ליצירת מציאות



תולדות חיים

ד"ר לוסקי אב לחמישה ילדים וסבא לשבע נכדות, נולד בקזבלנקה שבמרוקו למשפחה ברוכת ילדים בת 13 נפשות, עלה לישראל בשנת 1956 כאשר היה בן תשע עם כל המשפחה בגל העלייה הגדולה ממרוקו. בגיל 12 כבר היה מדריך נוער בתנועת בני עקיבא, התגייס לצה"ל ומיד אחרי הצבא חזר להדריך בני נוער בטירת הכרמל, עבד עם חברות רחוב ועם ילדים במצוקה, ניהל את המתנ"ס בטירת כרמל ולאחר מכן הפך יו"ר הנהלת המתנ"ס. בהמשך כיהן כיו"ר הנהלת חברת מוסדות חינוך של בני הספר התיכוניים בטירת כרמל בהתנדבות. באותן שנים פנו אליו ממועדון החינוך כדי לרתום את כישוריו כמנחה ומפקח מטעם אגף הנוער של משרד החינוך, לטיפול בשכבות המצוקה בעירות שמחיפה ועד אור עקיבא. באור עקיבא באותה תקופה יעקב אדרי היה מנהל המתנ"ס. לימים חזר ד"ר לוסקי לאור עקיבא כמנהל פרויקט לאומי "מפנה 97" מטעם משרד ראש הממשלה והסוכנות היהודית, סייע בבנייה מחדש של תשתיות מערכת החינוך בשיתוף עם ד"ר שושני שהיה אז מנכ"ל משרד החינוך ועם יעקב אדרי שהיה אז ראש עיריית אור עקיבא. אופיו המיוחד של ד"ר לוסקי ואהבת ישראל הנטועה בו הביאוהו להתמסר לקירוב לבבות ולחינוך נוער, לשיקום משפחות וחינוך ילדים במצוקה.

הרעב לחקירת האינטליגנציות האנושיות נולד אצל ד"ר לוסקי כאשר הייה ילד בן עשר בתנועת הנוער בני עקיבא בטירת כרמל ונהג להתפלל בבית כנסת. באחד הימים במהלך תפילה, הבין לפתע שבני אדם מתפללים לאלוהים שבתוכם. אלוהים לא באמת יושב בשמיים ומחלק כסף, בריאות, אהבה, או הצלחה על פי אמות מידה אנושיים. כילד הוא שם לב שכאשר אנשים שמים כוונה באמת בתפילתם הם מקבלים את מבוקשם. הוא ראה שכל אדם שם כוונה בדרך ייחודית. שלתפילה ולכוונה יש תוצאה במציאות. הוא ראה שלכוונה יש ביטויים רבים ושונים - ראה אנשים שרים, אחרים רוקדים, היו שמלמלו, היו שהתנדנדו בחוזקה והיו שהחרישו ודמעו. בעיני האלוהים ששכן בתוכם לא חשוב היה

אם הם מהנדסים, עורכי דין, עשירים, עניים סנדלים או נגרים, אבל מחוץ לבית הכנסת מקומם של האנשים האלה נמדד על פי סרגל מקצועם, כספם או על פי מוצאם העדתי.

ד"ר לוסקי גדל במשפחה ברוכת ילדים, אמא עקרת בית ואבא פועל דפוס. הוא מספר כמה הדימוי העצמי שלו היה נמוך כתוצאה מהמדד החברתי. הוא גדל לתוך אפליה של מוצא עדתי, מקצוע, רמת ההכנסה. "אדם לא יכול היה להיות מה שהוא רוצה להיות באמת, בני אדם עשו את מה שמצפים מהם", הוא אומר. כבר כילד הוא הבין שזה אינו נכון. בשלב מסוים בחייו הוא הבין כי שורש הבעיה בגישה החינוכית שהחברה קיבלה על עצמה לפיה ניתן למדוד את היכולת האנושית על פי מדד אחד – IQ בלבד. הוא הבין כי לבני אדם יש יותר מיכולת אחת. בני אדם בעלי ריבוי יכולות, ריבוי אינטליגנציות. כאשר גילה את ספר יצירה באופן טבעי קיבל על עצמו לחקור את 32 היכולות האנושיות כפי שמציע ספר יצירה. ספר יצירה קבע שאדם יכול להיות מה שהוא רוצה להיות. זה הביטוי הפשוט של הרצון החופשי.

סיפור חייו של ד"ר לוסקי מקפל את סיפור חייהם וקליטתם של כל ילדי העולים ממרוקו ומהתפוצות על ההתמודדות החברתית, ערכית חינוכית שלווה בקליטתם ובאהבתם את המולדת.

ד"ר לוסקי פועל ותורם בכל שנות פעילותו להקניית ערכי חיים חינוכיים חיוביים ככלי ליצירת מציאות טובה יותר, ליצירת תבנית לרפואה משולבת, ופיתוח מבחני אינטליגנציה חדשניים על פי ספר יצירה. היה מרצה בקצין חינוך ראשי בצה"ל, בביה"ס להנדסאים בטכניון, במכללה למנהל ובמכללת רידמן. עבד עם רופאים, מטפלים, וסגל סיעודי רפואי של המרכז הרפואי הרצוג בירושלים, פרויקט של מהות החיים להעמקת המודעות של צוותים רפואיים לקשרי גוף נפש ולרפואה המשולבת. היה מרצה ומנחה קבוצות מחנכים, מנהלי בתי ספר, מאמנים ומורים ולהם הקנה כלים ייחודיים להוראה באמצעות "שפות מרובות" ליצירתיות מודעת, לקליטה ועיבוד הנלמד בדרך יעילה. (שפות מרובות הן: סיפור, שירה, מדיטציה, דמיון מודרך, שיחה על אחת האינטליגנציות, קריאה בקלפי יצירה קבליים, שיחה על מעגלי חיים ועל משמעות אותיות השם, ציור החוויה, תרופות לוסקי, מעגל מודעות על, דיון ושיתוף).

כאיש חינוך למד והתנסה בשיטות חינוך שונות ובגישות פסיכותרפיות ופילוסופיות מגוונות, למד הוראת פלדנקרייז והוסמך לרייקי מאסטר והילינג רוחני. ד"ר לוסקי למד וחקר את חוכמת הפרצוף וכף היד, אבחון דרך אותיות השם, הלשון והדופק על פי חוכמת הקבלה, עץ חיים ותורת עשר הספירות במשך שנים רבות עם גדולי המקובלים בדורנו. התמסר לתרגל טכניקות שונות של מדיטציה קבלית, פסיכותרפיה ופתרון חלומות והשימוש בהם, למד קלפי טארוט ויצר את קלפי היצירה הקבליים. התנסה בסוגים שונים של טיפולי גוף נפש: הילינג, מדיטציה, דמיון מודרך, דיקור, פרחי באך, פסיכודרמה, תזונה, אבחון דרך הלשון והדופק, אבחון אותיות השם וכן טיפולים בשילוב אמנויות (צליל צורה וצבע – ציור, פיסול, שירה, מוסיקה, המחזה). את כל הידע הרב שצבר ארגן ושילב לתוך תבנית הרפואה המשולבת, ככלים לייעול הטיפול בארבעה רבדים.

ד"ר דני לוסקי, תרם תרומה ייחודית לניסוח 32 ערכי חיים חינוכיים מפתח לשינוי, יצר תבנית לרפואה משולבת לטיפול באדם השלם, ופיתח את מבחני האינטליגנציה i32 החדשניים. את כל הידע הרב שרכש, ניסח, ארגן, גיבש, דרש והגיש בפשטות כדי להנחיל אותו לאחרים בשיטה הייחודית שלו: "שיטת לוסקי".

את שיטת לוסקי לומדים כיום במכללת לוסקי בתל אביב במגמה ארבע שנתית להכשרת מטפלים, מנחים ומאבחנים. השיטה מוכרת על ידי ארגונים מקצועיים בארץ ובעולם, על ידי ארגון הגג לרפואה משלימה בישראל - הלשכה למקצועות בריאות משלימים. בוגרי ממכללת לוסקי זכאית לנקודות זכות להמשך לימודיהם במוסדות אקדמיים בארץ ובעולם, במכללה האקדמית עמק יזרעאל ובמרסי קולג' ארה"ב.

מכללת לוסקי בהנהלתו של ד"ר לוסקי פעילה 18 שנה בהפצת אור וסודות ספר יצירה. מאות הבוגרים של המכללה עוסקים בהנחיית קבוצות ובטיפול ייחודי להורים וילדים, במערכות החינוך, בארגונים עסקיים, במערכת הבריאות ובקליניקות פרטיות ומטפלים ברבבות אנשים בהצלחה רבה.

ספרים מאת ד"ר דני לוסקי

תשעה כוחות קוסמיים להצלחה, ילדים כמהים לאלוהים,
ספר שיטת לוסקי, החוש השנים עשר, עשיר שמח וסקסי,
ספר התהליכים, הרפואה המשולבת, מבחני אינטליגנציה i32,
סודות ההצלחה, תרופות לוסקי, קלפי יצירה קבליים, לוס-יוגה, בעזרת השם.

מחקרים

מבחני אינטליגנציה i32, הרפואה המשולבת

השכלה פורמאלית

2006-2007 - תואר שלישי (PhD) חינוך - מבחני אינטליגנציה.

Constantine The philosopher university in Nitra

2004-2005 - תואר שני (MA) בריאות הוליסטית בשילוב אמנויות. Lesley University

1973-1976 - תואר ראשון (BA) חינוך מיוחד. אוניברסיטת חיפה

את ההשכלה הפורמאלית שלו החל ד"ר לוסקי אחרי הצבא, השלים את בחינות הבגרות ובשנת 1973 החל ללמוד לתואר ראשון חינוך מיוחד באוניברסיטת חיפה. את התואר השני סיים בשנת 2005 בנושא בריאות הוליסטית באוניברסיטת לסלי בוסטון Lesley University ובשנת 2007 סיים את עבודת הדוקטורט בנושא מבחני אינטליגנציה i32 באוניברסיטת קונסטנטין בניטרה שבסלובקיה. Constantine The philosopher university in Nitra

תרומה ייחודית של ד"ר דני לוסקי לחברה ולמדינה

בדרך חקירתו הייחודית את ספר יצירה, תרם תרומה מיוחדת לחברה ולמדינה:

ספר יצירה כספר חוקים ליצירת מציאות

ספר יצירה כמקור ל- 32 ערכי חיים חינוכיים כמפתח להצלחה

ספר יצירה כתבנית לרפואה משולבת ומרשם לבריאות טובה

ספר יצירה להבנת אישיות האדם ומבחני אינטליגנציה i32

ספר יצירה כספר חוקים ליצירת מציאות

ספר יצירה המיוחס לאברהם אבינו, פותח בהכרזה דרמטית: "בשלושים ושתים נתיבות פליאות חוכמה חקק יה (...) עשר ספירות בלימה ועשרים ושתים אותיות יסוד". לאמור, בשלושים ושנים חוקים יצר יה את העולם ואלה גם החוקים בהם יוצר אדם את עולמו האישי.

פעילות האל, שהיא לכאורה עניינו העיקרי של ספר יצירה מוצגת, לדעתו של פרופ' יהודה ליבס, כדגם לחיקוי וכמודל לפעילות האנושית.

חקירת ספר יצירה לוותה בעבודה מאומצת ומקיפה במשך כעשרים שנה. ספר יצירה היא הנחת היסוד למחקרים ולשמונה ספרים שכתב ד"ר לוסקי.

ההכרות של ד"ר לוסקי עם ספר יצירה תוזמנה במדויק לזמן שהיה ערוך ומוכן. הוא שמע לראשונה על הספר באחד משיעורי הקבלה בהם נהג להשתתף. הוא כותב במבוא לספר שיטת לוסקי: "הייתי מהופנט, קראתי את ספר יצירה מאות פעמים ברציפות, הייתי מאוהב במה שמצאתי, בעצם מאותו יום למדתי הכל דרכו. ביליתי ימים ולילות עם המשמעויות והערכים שראיתי דרך הקריאה וההתבוננות בספר. חקרתי את ספר יצירה, מתוך הכתוב בו ומתוך מה שפרשנים אחרים אמרו וכתבו עליו". במהלך השנים אסף ד"ר לוסקי מידע רב מרשימות וכתבים של חוקרים, מדענים ורבנים שנגעו בדרך ייחודית בספר יצירה ופרשו אותו.

כל פירור של מידע שהגיע לידי עבר בדיקה והשוואה למה שהוא ראה וחוהו מתוך הכתוב, ולפרשנות שהוא פירש. הפירושים שד"ר לוסקי מצא לספר יצירה נתמכו במסקנות של חוקרים ורבנים אחרים. במקרים רבים, קודם הוא ראה ופירש את הכתוב ורק אחר כך חיפש תמיכה ופירושים דומים אצל חוקרים נוספים. דרך זו אפשרה לו חופש חקירה בפרשנות הייחודית שלו לספר יצירה. בדרך זו הוא הגיע אל תבנית 32 האינטליגנציות, אל 32 ערכי החיים ואל הרפואה המשולבת.

במהלך השנים חקר ד"ר לוסקי את משמעותם של האינטליגנציות ואת ערכי החיים לצורך שינוי מציאות עם אלפי משתתפים בסדנאות וקורסים למודעות עצמית שערך ברחבי הארץ.

לימד על אינטליגנציות וערכי חיים לשינוי מציאות בקורסים והרצאות בחיפה, בקריות, בטבריה, צפת, ראשלי"צ, תל אביב, ובירושלים. משתתפי הסדנאות, בחלקם היו אנשים שביקשו להבין את מהות החיים ואת נפש האדם. חלקם באו ללמוד מקצוע טיפולי, והיו גם אנשי מקצוע, רופאים, אחיות וצוות סיעודי שביקשו ללמוד וליישם את הערכים של הרפואה המשולבת במרכזים הרפואיים.

הפרשנות של ד"ר לוסקי לספר יצירה, הושפעה מארבעה מקורות עיקריים:

- א. פרשנויות של מקובלים, רבנים וחוקרים על ספר יצירה.
- ב. עבודות ומחקרים מדעיים בתחום הגדרת האינטליגנציות ומודלים התפתחותיים.
- ג. עבודת שטח עם אלפי משתתפים בקורסים ובסדנאות שהעביר ד"ר לוסקי.
- ד. עבודה עם מטופלים ונבדקים, דרכם יכול היה לבחון את ההבדלים בין הערכים השונים ולהגדיר את משמעותם בדרכו הייחודית.

העבודה של ד"ר לוסקי למתן פירוש מסודר ומובנה לספר יצירה הובילה אותו לכתיבת שמונה ספרים. כל ספר דן בקבוצת אינטליגנציות (נתיבות) על פי ספר יצירה. ספרו הראשון היה: "תשעה כוחות קוסמיים להצלחה", הוא עולם היצירה ע"פ ספר יצירה.

הספר דן בעשר האינטליגנציות הרגשיות. הספר כולו נכתב בשטף אחד. תחילת הכתיבה בשרבוב של סקיצה של תשעה כוחות בצורת מעגל עם רישום שמות כל תשע אינטליגנציות לפי הסדר בתוך המעגל ופירושם. מרכז המעגל הוא האינטליגנציה העשירית המסמלת את המציאות שנוצרה בפועל.

כאשר סיים לכתוב את ספרו הראשון הוא חש שחיוו הסתיימו, רק כאשר עוד באותו הלילה, כתב את כותרתו של הספר השני, רק אז השתחרר ונולד מחדש. נולד אל הייעוד ואל תכלית חייו.

שנים אחר כך כתב את ספרו השישי: "הרפואה המשולבת", ספר מחקר ייחודי. ספר זה הוא ההיפוך הגמור, בדרך כתיבתו, מספרו הראשון. הספר נכתב בצורה תבניתית ועל פי כל הכללים לכתיבה מדעית. זה גם הספר שמציג את התבנית לרפואה משולבת עבור מטופלים ורופאים. הספר מרכז, מארגן ומסביר את הדרך ואת הרציונאל של כל מה שכתב בספריו הקודמים.

העבודה הרבה שעשה נותבה בסופו של דבר ליצירת שיטה טיפולית חינוכית הקרויה "שיטת לוסקי". "ספר שיטת לוסקי" (700 עמודים) מרכז את כל הידע שאסף במהלך השנים.

ספר יצירה כמקור ל- 32 ערכי חיים חינוכיים כמפתח

להצלחה

ד"ר דני לוסקי הביט, חקר, הגדיר וניסח 32 ערכי חיים לחינוך ערכי מוביל כדרך חיים ע"פ 32 הנתיבות של ספר יצירה, 32 הערכים שהגדיר הם 32 ערכי ליבה. לכל אחד מערכי הליבה מתווספים 32 ערכים נלווים בארבעה רבדים, לאלה מתווספים ערכים כתוצאה משינויים נחוצים, כך שכל ערכי החיים הקיימים וגם אלו שעוד יתווספו, נכללים במסגרת תבנית אחידה של 32 הנתיבות.

32 ערכי חיים הם כלי לשינוי המציאות. ערכי חיים שליליים הם המקור לתקלות, כאב ומחלות. ערכי חיים חיוביים משפיעים על הרצון שלנו לחיות, ועל טיב הבריאות שלנו, על יכולת הצלחה שלנו בקריירה, בזוגיות ובמשפחה וגם על מצב השבון הבנק שלנו. ערכי חיים חיוביים משפיעים על המראה החיצוני שלנו, על החוסן הנפשי שלנו ועל החינוניות שלנו. למעשה בריאות, כסף, הצלחה וייעוד נרכשים באמצעות תהליך חינוכי ואימון ערכי חיים. כאשר ערכי החיים משתנים גם המציאות משתנה.

ספר יצירה כתבנית לרפואה משולבת ומרשם לבריאות טובה

ד"ר לוסקי הופיע בפני באי הכנס הבינלאומי לרפואה משולבת, ירושלים, אוקטובר 2010 ודיבר על מודל יישומי של הרפואה המשולבת וחזון הרפואה המשולבת.

החזון שלו על בריאות כההליך חינוכי הביא אותו לחקר הרפואה המשולבת. בין השנים 2003 עד 2007 ערך מחקר איכותני פנומנולוגי על הרפואה המשולבת. במהלך המחקר שהה חודש ימים כאורח Hospital Global במונט אבו בהודו, ראה שם מודל של רפואה משולבת בפעולה. ביקר ושיתף פעולה עם מספר מרכזים רפואיים בארץ וערך ביקור באסף הרופא שהיה חלוף שילוב הרפואה המשלימה. הדריך את הצוות הרפואי בבי"ח הרצוג בירושלים במשך כשנה במסגרת פרויקט מהות החיים. שהה במנזרים ואשרמים, למד והתנסה בשיטות רבות של הרפואה המשלימה. ערך מחקר איכותני עם מטופלים ומתנדבים רבים, קרא חומר רב ממקורות שונים, פירש אותם תוך בדיקת הממצאים עם חוקרים אחרים, רבנים, מקובלים, ונזירים. כתב את עיקרי המחקר שלו בספר שנקרא "הרפואה המשולבת".

ממצאי המחקר:

לרפואה המשולבת יש חמישה מאפיינים: סולם הבריאות, המנוע לשינוי, תרופות לוסקי, סל הטיפולים ומעגל המטפלים.

סולם הבריאות

הסולם כולל 32 אינטליגנציות, היוצרות ארבעה רבדים. ממצאי המחקר מראים כי לכל אדם יש 32 אינטליגנציות וערכי חיים בפרופיל ייחודי, דרכן הוא מבין את החיים ובאמצעותן הוא משיג יעדים ויוצר מציאות. כל אינטליגנציה כוללת מגוון משתנים שיוצרים בניהם קשרי גוף נפש. (איבר, ערך, צליל, צבע, זמן, מרחב) 32 איברים בגוף מקושרים ל- 32 ערכי חיים. ערכי חיים חיוביים ישפיעו על תפקודי הגוף לטובה, כמו שטיפול תרופתי או ניתוח ישפיעו גם על הגישה לחיים. הכל קשור. את האינטליגנציות וערכי החיים ניתן לאמן כמו שריר על פי הרצון החופשי. הממצאים מראים כי כאשר ערכי חיים משתנים גם המציאות משתנה.

ארבעה רבדים

32 האינטליגנציות כאמור יוצרות ארבעה רבדים, אם נתבונן על כל רובד בנפרד, נמצא ברובד הגופני 12 אינטליגנציות המאפיינות צורך בביטחון אישי, צורך בקורת גג, ובריאות הגוף. ברובד הרגשי נמצא 10 אינטליגנציות המאפיינות אהבה ומוצריה כגון: שייכות, התייחסות, פרגון, חיבוק, מילות עידוד, הערכה ועוד. ברובד השכלי נמצא 7 אינטליגנציות המאפיינות קריירה, אמונות, גישות, וערכי חיים. ברובד הרוחני נמצא 3 אינטליגנציות המאפיינות את היכולת לתת, רצון חופשי, מימוש עצמי, ייעוד, חזון ומשמעות. ארבעה רבדים משקפים את הגישה ההוליסטית להתבוננות על האדם השלם, על הצרכים, הרצונות שלו, האתגרים, המשימות שלקח על עצמו, לחיים מלאים ולבריאות שלמה.

המנוע לשינוי

המאבק הבלתי פוסק בין הרצון לתת והרצון לקבל, מעצב את הרצון החופשי ומחייב התבוננות ומודעות. הרצון לקבל הוא פעולה אנושית טבעית המושכת כלפי מטה אל הרובד הגופני, כאשר "אני" נמצא במרכז, בעוד שהרצון לתת מחייב מאמץ ועליה בסולם אל הרובד הרוחני, כאשר "האחר" נמצא במרכז. המעבר מהרצון לתת לרצון לקבל ולהיפך, הוא שמחולל שינוי במבנה האישיות. אם אדם תמיד בקבלה, השינוי המתבקש הוא לתת מעצמו. אם

אדם רק נותן מעצמו, התרופה שלו היא לקבל לעצמו. העלייה והירידה בסולם הבריאות היא המנוע לשינוי.

תרופות לוסקי

תרופות לוסקי הן פעולות אנושיות פשוטות המכוונות לקבלה או לנתינה. הכוונה המתלווה לכל פעולה היא שהופכת פעולה אנושית פשוטה לתרופה. מחקרים רבים מצביעים על מתאם חיובי גבוה בין פעולות אנושיות מכוונות ובריאות. דוגמה לתרופה: "לך לארון הבגדים ואסוף את כל הבגדים שלא לבשת שנתיים או יותר. העבר אותם הלאה לאדם אחר, עשה כך מתוך כוונה לתת מעצמך לאחר". איסוף בגדים ללא אבחנה כמו בולמוס אכילה הוא סוג של רצון לקבל. פעולה ההפוכה למצב הטבעי - במקום לקבל לתת, מחוללת שינוי ערכי חינוכי. שינוי ערכי, כמו שינוי מבנה אישיות, יוצרים מציאות חדשה.

סל הטיפולים

ממצאי המחקר מראים כי יש צורך להתאים שיטת טיפול על בסיס יכולתה לטפל ברובד מסוים. אציג כמה דוגמאות בכל רובד: טיפולים מתאימים ברובד הגופני הם: תנועה, דיקור, תזונה, וכמובן כל סוגי התרופות והניתוחים. טיפולים מתאימים ברובד הרגשי הם: פסיכודרמה, אמנויות, מוסיקה שיר, סיפור, ציור, פיסול, ריקוד, תהליכי חוויה. טיפולים מתאימים לרובד השכלי הם: שיחה על ערכי חיים, שיתוף, דמיון מודרך. טיפולים ברובד הרוחני הם: מדיטציה, תפילה, חזון, ייעוד ומשמעות. במהלך טיפול, לא נבקש מאדם לעשות מדיטציה כדי להשלים את החוסר שלו ב-B12, גם לא נבקש ממטופל להימנע מאכילת גבינות כדי לטפל במערכת יחסים זוגית. אנחנו נבחר טכניקה לטיפול על בסיס יכולתה לטפל ברובד מסוים. נטפל בחוסר B12 באמצעות תזונה נכונה ובזוגיות נטפל באמצעות שיחה, או פסיכודרמה.

מסע האינטליגנציות

ממצאי המחקר מראים כי כל פעולה אנושית היא מסע בארבעה שלבים. כל תופעה מתרחשת בו זמנית בכל ארבעת הרבדים. נמצא כי החוסר הרגשי - אהבה ומוצרית הוא המניע כל תהליך אנושי.

סיפור טיפולי מסביר את ממצאי המודל:

רופא שלח לטיפול חולה שאובחן אצלו לחץ דם גבוה. הרופא לא מצא צורך לכלול בטיפול תרופות להורדת לחץ הדם בשלב זה, והמליץ על טיפול משולב. בשיחות עם החולה, הוא חזר על משפטי מפתח שמתארים את מצבו בכל אחד מארבעת הרבדים: הנה משפטי מפתח שמתארים את המציאות ברובד הגופני: "אני לחוץ כל הזמן, אין לי זמן, אין לי זמן אפילו לפגוש את עצמי, הגוף שלי כולו כואב, אני אוכל כל הזמן בלי אבחנה, המשקל שלי ולחץ הדם שלי בשמיים". הנה משפטי מפתח המצביעים על החוסר הרגשי שהוא גם המניע את כל התהליך: "אני כועס מאוד, אני כועס בעיקר על אלוהים, איזה מין עולם הוא ברא". הנה משפטים שחוזרים על עצמם ומציגים ערכים שגויים ברובד השכלי: "אמרת לי לך, ידעת, אני יודע אני יודע, אני תמיד עושה עבודה טובה, תמיד, תפנה רק אלי אל תשאל אנשים אחרים". הנה משפט המציג את חוסר האיזון ברובד הרוחני: "אני רוצה הכל לעצמי רק בשבילי, אני לא שבע משום דבר".

הטיפול יהיה משולב -

ברובד הגופני נבחר לטפל בבולמוס האכילה באמצעות שינוי תזונתי, פעילות גופנית, ודיקור, ובעיית ניהול הזמן נטפל באמצעות משימות אימוניות. ברובד הרגשי נבחר לטפל בכעס וחוסר אהבה עצמית באמצעות פסיכודרמה ואמנויות. ברובד השכלי נטפל בידענות, בצדקנות וביהירות באמצעות שיחה על ערכי חיים חיוביים ודמיון מודרך. ברובד הרוחני נבחר לטפל בלחץ הקבוע באמצעות מדיטציה יומית, שינוי הרגלי חיים, ובמקרים מסוימים גם שיחה על חזון, משמעות וייעוד. הטיפול המשולב יגע בשורש הבעיה ברובד הרגשי במטרה לייצב ואף להגדיל את הסיכויים להורדת לחץ הדם.

מעגל המטפלים

הטיפול ברפואה המשולבת מתבצע בעשרה שלבים מובנים של מעגל המטפלים ע"פ ספר יצירה, כך שהטיפול מביא בחשבון ערכי חיים, מעגלי חיים, הרגלים, משפחה, חברה, עבר, הווה עתיד, עבודה, קריירה, צרכים רגשיים, צרכים גופניים, משמעות, דימוי עצמי, טיפול באדם השלם. התהליך אותו עובר המטופל הוא תהליך חינוכי שמחולל בסופו של דבר שינוי ערכי, לצורך שינוי המציאות.

חזון הרפואה המשולבת

חולה מגיע לחדר המיון, לאחר טיפול ראשוני החולה נשלח למחלקה המתאימה להמשך טיפול. במחלקה נמצא צוות רפואי וגם מטפל ברפואה משולבת. לאחר אבחון ראשוני, מתייעץ רופא המחלקה עם המטפל של המחלקה ברפואה משולבת ביחס לבעיות הנפשיות, רגשיות של החולה. לאחר שיחתם, מחליט הרופא על טיפול תרופתי לצד שיחות אישיות, תזונה, דיקור, והפנייה לעבודה בקבוצת תמיכה. לאחר שמצב החולה מתייצב, הוא מופנה למחלקה לרפואה משולבת, שם נקבעת לו תוכנית טיפולית משולבת הכוללת: תזונה, דיקור והשתתפות בקבוצת תמיכה. במחלקה לרפואה משולבת מתקיימות פעילויות קבועות כמו מדיטציה, תרגול יוגה, מפגשי הקשבה ותמיכה, לחולים ומשפחותיהם.

זה החזון של ד"ר לוסקי לרפואה משולבת, זה המודל האינטגרטיבי שהוא מבקש ליישם במרכזים רפואיים בארץ ובעולם.

ספר יצירה להבנת אישיות האדם ויצירת מבחני אינטליגנציה

i32

ניסוח 32 האינטליגנציות על פי ספר יצירה, ויצירת כלים למדידת 32 האינטליגנציות, בניית שאלון ערכי חיים, בעל תוקף ומהימנות. אבחון וטיפול בערכי חיים ככלי לאימון אינטליגנציות.

"מבחני אינטליגנציה i32" מבוססים על מודל התפתחותי - מבנה אשיות חדש הכולל 32 אינטליגנציות בארבעה רבדים, על פי עקרונות ספר יצירה.

העולם על פי ספר יצירה מחולק לשלושים ושתים נתיבות, כל נתיב מכיל מגוון משתנים התואמים את תדר הנתיב. טיפול באחד המשתנים ישפיע לטובה על כל יתר המשתנים באותו נתיב. כל המשתנים התואמים את תדר הנתיב, הוא הפוטנציאל האנושי של הנתיב והוא נקרא "אינטליגנציה", או בשפת ספר יצירה "נתיבות פליאות חוכמה".

לכל אדם יש 32 אינטליגנציות בפרופיל ייחודי, באמצעותם הוא מבין את החיים ובאמצעותם הוא יוצר מציאות. את האינטליגנציות ניתן לאמן כמו שריר על פי הרצון החופשי.

מבחני אינטליגנציה i32 אינם משווים אדם אחד לאדם אחר, i32 מאבחנים פרופיל אינטליגנציות אישי ייחודי עבור כל אדם. פרופיל אישיות אישי זה כולל גם מרכיבים של מבחני IQ, מבחני אישיות ומבחנים פסיכומטריים הנהוגים כיום.

על אף ההבדלים בין בני אדם והמגוון העצום של "פרופילי האינטליגנציות", עדיין מתבצעת הערכה באמצעות מבחנים "קונבנציונליים" אחידים. במצב משונה זה, מודגשות יכולות המתבססות בעיקר על שתי אינטליגנציות: הלשונית או הלוגית - מתמטית. המשמעות היא שאנשים המצטיינים בשתי אינטליגנציות אלו, נחשבים חזקים ומצליחים בעוד אחרים נחשבים מתקשים חלשים ואינם עומדים בדרישות המערכת ונתונים במעגלים מתסכלים של בינוניות או של כשלון עד לכדי נשירה מהמערכת.

תפקיד החברה לזהות את יכולות האדם, לסייע לו להגיע לתחום שיתאים לכישרונותיו, תחום שיאפשר לו יעילות, סיפוק, וחיזוק האינטליגנציות שהוא מצטיין בהם. בכך נתרום להעלאת הדימוי העצמי ולמיצוי הפוטנציאל של כל אדם.

תלמיד שזכה בהערכה ובהכרה בייחודיות האינטליגנציות המפותחות שבו, יגלה עניין רב יותר ללמידה נוספת ולשיפור, גם בתחומים הפחות מפותחים אצלו.

חֲנֹךְ לַנֶּעַר עַל-פִּי דְרָכּוֹ גַם פִּי-יִזְקֵן לֹא-יִסוּר מִמֶּנָּה.

משלי פרק כ"ב פסוק ו'

מבחני אינטליגנציה i32 הם חלופה למבחנים הפסיכומטריים הנהוגים כיום. המבחנים הקיימים מנבאים את מידת ההצלחה של הנבדק במבחן אותו הם בודקים. המבחנים הקיימים מנבאים במידה מסוימת את היכולת של הנבדק ללמוד מקצוע מסוים.

מבחני אינטליגנציה i32 מנבאים טוב יותר את מידת ההצלחה הצפויה של הנבדק במקצוע אותו הוא בחר ללמוד. מבחני אינטליגנציה i32 משקפים פרופיל אישיות, פרופיל יכולות ואינטליגנציות שלם. הכולל יכולות ברובד הרוחני, השכלי, הרגשי והגופני. ללא צורך בעריכת השוואות.

למבחני אינטליגנציה i32 יש יכולת ניבוי הצלחה בחיים, לעומת יכולת ניבוי הצלחה בלימודים כיום. למבחני אינטליגנציה i32 יש יכולת ניבוי הצלחה במקצוע נבחר, לעומת יכולת ניבוי הצלחה בלימודי המקצוע כיום.

אנשים רבים עובדים במקצוע שאינו מתאים לכישוריהם ולפרופיל האינטליגנציות הטבעי שלהם. אנשים רבים אינם שמחים לקום כל בוקר לעבודה שאינם רוצים ואינם אוהבים. בסופו של דבר אנשים שאין בהם שמחת חיים, חדוות יצירה ואהבה למקצועם, יפתחו התנגדות, תקלות ומחלות כדי להימנע מלהגיע לעבודה דחויה ושנואה.

יכולת ללמוד מקצוע אינה מבטיחה הצלחה במקצוע עצמו ואינה מבטיחה שמחת חיים או בריאות גוף ונפש. יכולת הגשמה עצמית במקצוע אותו אדם בוחר על פי רצונו החופשי וכישוריו, מבטיחה הצלחה מרבית, שמחת חיים וכן בריאות גוף ונפש.

אנשים שעובדים במה שהם אוהבים, שהתחביב שלהם הוא מקצועם, הם אנשים שמגשימים את עצמם ומפיקים את המיטב עבור עצמם ועבור החברה בה הם חיים.

על פי ספר יצירה, כל בעיה תופיע בו זמנית בארבעה רבדים: גוף, רגש, שכל, רוח. האבחון יאתר את האינטליגנציות בהם מופיעה הבעיה בכל אחד מארבעת הרבדים. את האינטליגנציות ניתן לתקן, לתחזק, ולשכלל כמו שריר באמצעות שינוי ערכי חיים, על פי הרצון החופשי. הטיפול מתבצע באמצעות "תרופות לוסקי" בהתאמה לאינטליגנציות ולרבדים בו מופיעה הבעיה. "

התקשרו כעת! אל ד"ר דני לוסקי

054-4497799

danylousky@gmail.com

טיפול בכאב, מחלות.

אימון אישי ועסקי

בוקר פריצת דרך - הרצאה ותהליך ביום שישי

פורום לוסקי – סדנא של 3 ימים מרוכזים

מכללת לוסקי – הכשרת מטפלים ומאמנים