

המאמר: יוזמות והתפתחות אישית

Initiatives & Individual Development
(חלק א של הפרק)

נלקח מתוך הספר

Vision In Action
The art of taking and shaping initiatives

Written by Christopher Schaefer & Tijno Voors
Christopher Schaefer PhD works in social an community development in the USA.
Tijno Voors works at the Center for Social Development at Emerson College Sussex.

Hawthorn Press
Anthroposophic Press
ISBN 0 950 706 29 9

הפרק נכתב על ידי כריסטופר שפר
תרגום: אילנה לייבוביץ

יוזמות והתפתחות אישית (מאת כריסטופר שפר)

פיתוח יכולות חדשות

המילה הלועזית ליוזמה זה initiative והיא באה מ initiation שמשמעותו התקדשות, תהליך של טרנספורמציה פנימית שמוביל להתפתחות רוחנית. הקשר הזה מצביע על עובדה שיש קשר אינטימי בין כוחות וחולשות שביוזמה וכוחות וחולשות של אלה שמקימים ונושאים את היוזמה. חנות העובדת סביב השעון, עסק של הדפסות שמבצע טעויות חוזרות ונשנות או בית ספר שתמיד יש בו אי סדר מראים משהו על המאפיינים האישיותיים של האינדיבידואלים שנושאים את המקום. כאשר הקשר בין הארגון והאינדיבידואל שנושא את הארגון (או קבוצה של אנשים שנושאים את הארגון) מתגלה וכאשר שינוי בגישה ושינוי בהתנהגות אישית מתחילים לתת פרי, אזי חלים שינויים חיוביים ביוזמה שלפעמים יכולים להיות מאוד דרמטיים. בקצרה: כאשר האינדיבידואלים עוברים תהליך התפתחות אישית, רואים את התוצאות ביוזמות שלהם.

היחסים הקרובים בינינו לבין היוזמות שאנחנו מעורבים בהם, יחד עם השאלה שעולה על האופן שאנחנו יכולים, בצורה יותר מודעת, להתייחס לאפשרויות התפתחות אינדיבידואלית משולב בתוך חיי עבודה, מובילים לאמצעי בדיקה וחקירה, שמובילים ללמידה ועבודה פנימית.

התהליך של לקיחת יוזמה תואר בפרוטרוט בפרקים קודמים בספר. אם מישהו יסתכל על מה שנרמז, אז הוא יכול לומר שאלו שלוקחים יוזמות נדרשים להיות בעלי תכונות הבאות:

-בעלי היכולת להרגיש את מה שהציבור צריך,
-לענות בבטחון וגמישות לצורך הזה,
-ובעלי אומץ והתמדה, בביצוע היוזמה.

אלו משימות קשות. האיכויות האלה נבחנות הרבה פעמים בשנים הראשונים של הארגון.

האם הצורך המורגש הוא אמיתי או חלום באספמיא של האינדיבידואל? רק התגובה של הציבור יכול לתת תשובה לשאלה הזאת. אני זוכר את עצמי יושב במשרד בסוף אביב, שולח את הברושורים של קורס חדש על הכשרה חברתית לחלקים שונים בעולם עם מחשבה מייאשת שאולי אף אחד לא ירצה להשתתף בקורס.

אפילו אם הצורך הוא אמיתי, יכולת הענות לו דורשת הרבה גמישות פנימית, לא לדבר על שעות ארוכות עבודה והקרבה. אולי יהיה צורך בדברים כמו מבנים זמניים, מעבר למקום שונה, עבודה חלקית חיצונית נוספת או שינוי במוצר או שרות. נדרשת פשרה עם המציאות, והפשרה הזאת בודקת את ההחלטיות שלנו בצורה כואבת. מרכז הכשרה לאנשים צעירים, שנועד לאווירה כפרית התקיים בסוף במרכז עירייה אנגלית; בית ספר ולדורף איחל לסביבה נעימה ומרווחת ובסוף שכרו מבנה ישן ומכוער עבורו בשיקגו; ובית קפה מתחיל בדיטרויט בסופו להתקיים ליד בר ישן וליד תאטרון לסרטי מבוגרים. כל הצעדים האלו דרשו פשרה, שינוי ציפיות, אבל הפכו את הפרויקט לאפשרי.

איכויות של אומץ והתמדה חיוניים באותה מידה. היוזמה מתחילה עם שום דבר חוץ מרעיון ואולי כמה חברים. אז כדי לקחת יוזמה אנחנו הולכים לתוך הלא ידוע עם עצמנו בלבד כמשאב. בתת מודע ולפעמים במודע אנחנו מרגישים שאנחנו עלולים להיכשל ולהיות חשופים ללעג או ביקורת. אז צריך לעבור את הסף של הפחד לא רק פעם אחת אלא פעם אחר פעם. במקרים אחרים הפחד מהצלחה יכול גם להיכנס למערכה. אם נצליח, אז אנחנו חייבים לקחת את עצמנו ברצינות ולהיות אחראים. אני מאמין שפחד

מכישלון או הצלחה, הוא הסיבה להרבה יוזמות שלא נולדו והסיבה שהרבה שמתו עם לידתן. אבל אם אנחנו נעז ונתחיל ונמשיך, אז אנו נרכוש ונבנה אומץ בתוכנו.

בנוסף לאומץ, צריך "כוח רצון לזמן ממושך"-האיכות של שקדנות. האמרה: "רומא לא נבנתה ביום אחד", מציינת שצריך סבלנות ומחויבות ארוכי טווח כדי להגשים את המטרה. למרבה המזל, אנחנו לא מסוגלים לראות את כל המכשולים שיוזמה עלולה להיתקל בחייה לפני שאנחנו מתחילים, אחרת ככל הנראה לא היינו בכלל מתחילים.

הנקודות שמוזכרות פה, אני מאמין, ברורות לכל מי שהיה פעם מעורב בלהתחיל משהו. כמו שבדרך כלל מציינים, יוזמות "בונות אישיות". אם ניקח צעד אחורה ונשקיף על ניסיונותינו נוכל לראות שהכישורים שצריך ללקיחת יוזמות וקידומן של היוזמות מהווים למעשה פוטנציאל ובסיס להכשרת הכשרים הרוחניים שלנו, במיוחד איכויות החשיבה, רגישה ורצון. חשיבה ורגישה הם קריטיים ביכולת לראות ולהיות בעל המחשבה הנכונה לגבי היענות לצורך; איזון בחיי רגש הוא חיוני כדי למנוע מעליות ירידות שקיימות בתהליך הקמת יוזמה ליצור הרס פנימי; ושליטה ברצון נדרש לצורך שמירה והתמדה לאורך זמן של היצירה ופיתוח של יוזמה. לכן לקחת יוזמה מחזק ומפתח את יכולות הרוחניות האינדיבידואליות שלנו.

אפשר להגביר את ההתפתחות האישית בעזרת התאמנות פנימית, כדוגמא אפשר לקחת את ששה אימוני העזר שהוגדרו על ידי רודולף שטינר. האימונים האלה מפתחים את השליטה בחשיבה, בפעולה, ביצירת שלווה, בחיוביות, בפתירות ובכלליות התפתחות אישית מאוזנת:

תרגילים להתפתחות אישית

את השישה תרגילים הבאים צריך לתרגל אחד אחרי השני, להוסיף כל פעם תרגיל כאשר תרגיל הנוכחי הופנם ומוכר היטב.

(1) שליטה על חיי חשיבה:

האינדיבידואל מתבקש לרכז את תשומת ליבו המלאה ולחשוב על אובייקט מסוים כמו נר, עיפרון או כל דבר אחר. לחשב על כל מה שקשור לאובייקט הזה, איך הוא בנוי, איך הוא נראה, ממה הוא עשוי ואיזה פונקציה הוא ממלא וכו'. עם תרגול יום יומי, אפשר להתגבר על הנטייה לתהות במחשבות של אחר ולשקוע בתפיסות בלתי הגיוניות. כך המחשבות ישקפו יותר את המאמץ הפנימי ויהיו יותר תואמות למציאות החיצוני.

(2) שליטה על אימפולס הרצון:

זה נדיר שאימפולסי רצון מקורם בכוונות מודעות. לכן רודולף שטינר מציע שניתן לעצמנו משימה קטנה אבל מודעת במשך היום. לדוגמה לפתוח ולקשור שוב שרוכים של נעליים בדיוק בשעה ארבע אחר הצהרים, או להתבונן בצמח באחת בצהריים. מה שחשוב זה שנהיה מדויקים בביצוע המשימות וכך להוסיף יותר ויותר מודעות לחיינו.

(3) שלווה בחיי רגש:

את התרגיל הזה אפשר לעשות שוב ושוב ומטרתו הוא לא להדחיק או לדכא רגשות אלא לא לאפשר לרגשות לתפוס פיקוד על החיים ועל התגובות. רגעים של שמחה ועצב הם חלק מן החיים אבל לפעמים הם שולטים בנו בצורה כזאת שמובילים אותנו למעשים ומצבי רוח מוגזמים. הנקודה היא לשמור על קור רוח פנימי בתוך התהפוכות החיים.

(4) לשפוט בצורה חיובית את האנשים ואת העולם:

אנחנו בדרך כלל עומדים מול מצבים בחיים שבהם נשפט על איכות העבודה שנעשתה, על איטיות של הישיבות, או על איזה ויכוח בין אנשי הצוות. התרגיל הזה מציב לבחון שוב מצבים כאלה ולראות את האנשים ואת החיים בהקשר יותר רחב. מישהו יכול לאחר מתוך הרגל, אבל הסתכלות יותר קרובה מגלה שהוא תמיד קשוב לצרכים של אחרים. תאונה יכולה להיות התנסות מכאיבה אבל להוביל למשהו חשוב וחדש בחיים. יש לנו את ההזדמנות לתרגל חיוביות מודעת הרבה פעמים ביום וכך למנוע מעצמנו בלהגיע לעמדות קפואות ושליליות. עבודה עם התרגיל הזה מובילה לפתיחות בתוך האישיות של האינדיבידואל ומקנה יכולת לחוות את האספקטים של החיים שאחרת היו מתפספסים.

5) פתיחות

התרגיל הזה מציב לנו להיות פתוחים לכל דבר חדש; דעה שונה, בן אדם חדש, בקשה לא רגילה או דרך חדשה לפיתוח יוזמה כלשהי.

6) איזון הרמוני בין כל התכונות האלה:

צריך להימנע מלבצע את התרגילים האלה בצורה חד צדדית, ובגלל זה מומלץ לבצע תרגיל אחד ביום במשך חודש ולאחר מכן להמשיך עם השני ושלישי וכן הלאה; או להוסיף את השני בחודש השני עד שכל התרגילים בוצעו. הסיבה לאיזון ברורה כי השלישייה הראשונה שמה דגש על חשיבה, רגישה ורצון, וכאשר תרגיל הרביעי והחמישי מציבים על תכונות רוחניות אחרות ותרגיל השישי קורא לבחינה חוזרת של הדברים והאיזון ביניהם.

התרגילים יכולים להראות פשוטים. תוך כדי ביצוע התרגילים יתגלה לנו שהם רחוקים מלהיות קלים, הם דורשים מאמצים בלתי פוסקים מצדנו. אני יכול להעיד על הקושי שבהם. למרות שהם נראים מאולצים, רצוי שתבצעו אותם ותראו את ההשפעות שלהם בחייכם החיצוניים והפנימיים. ניסוי זה, אני מאמין, יראה את הקשר המרכזי שיש להם לאקט של לקיחת יוזמות בצורה שהם חוזרים ומכריחים את הלמידה, שהחיים שלנו בעבודה, שמים מולנו כל הזמן.

רגעים של הארה עצמית

בהסתכלות על התפתחות מודעת של היוזמות, חשיבות של לצעוד אחורה מלחצים היומיים ובחינה מחדש של כל מה שקרה בעבר ומה רצוי בשביל ההווה מודגשת כל פעם מחדש. הבחינה החוזרת ומורחבת ותכנון של הזמן גורמים להתפתחות אובייקטיבית של תמונה ביוגרפית של היוזמה, התגלות נקודות חוזק וחולשה שלה מהתבוננות בעבר, וניסוח תמונה מחוברת של רצון מודע של העתיד. מאחורי כזו הצעה יש רעיון שאנחנו לומדים הכי הרבה מתוך הסתכלות מחדשת ומודעת על הדברים ועיכולם של ניסיונותינו ואחר כך השלכתם של השיעורים שנלמדו לכוון העתיד.

בשעה שאנחנו מחויבים להשתקפויות חוזרות ונשנות בנוגע ליוזמה, נוכל לחזור ולהיות יותר מודעים מהתפקיד שלנו בתוכה ולראות איך האישיות שלנו משפיע עליה. כאשר בחנתי את התפקוד של מוסד כלשהי שהייתי מעורב בתוכו באנגליה, שמת לי לב שאחד מאזורי החולשה שלה הייתה שימת לב מועטה לנוהלים האדמיניסטרטיביים, וקיומם של ריתמוס וסדרים מוגבלים בנוגע לסגל והישיבות האדמיניסטרטיביות.

כתוצאה מזה, נהייתי מודע לשולחן שלי, חוסר אהדה שלי לעבודת ניירת, והעניין שלי בישיבות ופרויקטים חדשים. הקשר היה נראה יותר מסתם מצירוף מקרים ואני נאלצתי לעבוד על כך. למעשה מצאתי שהקשר בין האופי של יוזמה לבין נקודות החוזק וחולשה של המייסדים כל כך מרשים, שלעיתים מספיקה רק יצירת מודעות בנושא וזו תוביל לשינוי אינדיבידואלי ומוסדי חזק.

רגעים כאלה של השתקפות בחיים של יוזמה יכולים בצורה מאוד בהירה להביא להכרה עצמית אינדיבידואלית גדולה יותר כמו שגם להיות חיוניים לפיתוח בריא של ההרפתקה שלקחנו על עצמנו. אנחנו במודע נוכל להרחיב את העיקרון הזה לחלקים האחרים של חיינו אם נבחר רגעים שקטים של

הערה בצורה תקופתית. כאשר פועלים כך, אנחנו פוגשים את אחד התנאים של התפתחות פנימית – יוצרים רגעים של שלוה – בהם יש לנו את האפשרות להבדיל בין העיקר והטפל בחיים שלנו. רודולף שטינר מציע ש "המטרה שלנו ברגעים האלה של התבודדות צריכה להיות כזה שנתבונן ונשפוט את המעשים וחוויות שלנו כאילו שלא הופעלו עלינו אלא על מישהו אחר." באמצעות אימון שכזה ביחס ליוזמות שלנו ובחיינו נשיג הבנה גדולה ונגביר את החוזק שלנו בלשרת מטרות מוסר אנושיות.

לעבוד עם אחרים כמנוף להתפתחות אינדיבידואלית

הרבה מוסדות חדשים ממחישים את האידיאלים של עבודת צוות למטרות משתלמות. מידה של שוויון לפעמים מתקיימת ואספקטים של תלות הדדית נראים לעין. ועדיין לפעמים נראה כל כך קשה לעבוד ביחד, להגיע להסכם וליצור אווירה חיובית בצוות. אחת הסיבות לזה היא שכולנו באופן טבעי מכילים איכויות של התרכזות עצמית ואנטי חברתיות, כמו שנדון לפני כן.

אם נתרכז בתמונת מראה, של פונקציה האיזון שיחסי עבודה מספקים לנו, נראה שהחשיבות העצמית והצד האנטי חברתי שלנו עולים למודעות בצורה ברורה. אם נשים לב בזהירות לחיי החשיבה שלנו, ברגע שמקשיבים לאחר, נוכל לשים לב שאנחנו בצורה סלקטיבית מקשיבים לדברים שאנחנו מסכימים או לא מסכימים ועסוקים בלנסח תשובות מהירות. אם נתבונן בצורה יותר קרובה, נוכל לראות את האיכויות של השדנות, ושיפוטיות המכוונים לכוון רעיונות של אחרים.

אם נתבונן ברגשותינו, נוכל לשים לב שצבענו את המערכות היחסים שלנו בים של סימפטיות ואנטיפטיות. ישנם כמה אנשים בתוך הצוות שאני אוהב באופן טבעי, מסכים אתם, ונהנה בחברתם, ואחרים שאתם יש לי קושי, לא משנה מה יעשו. הסימפטיות והאנטיפטיות הם לא רק בסיס לשיפוטיות לגבי אחרים, אלא לעתים הם גם בסיס להחלטות מרחיקות לכת. תחושות אלו בדרך כלל לא אמינות, כי הן מתכוונות להגיד יותר על מה שאנחנו אוהבים או לא אוהבים בעצמנו מאשר אובייקטיבי על האחר. הסימפטיות ואנטיפטיות הטבעיות יכולות להיות האויבים הכי גדולים של החיים חברתיים אמיתיים כי הן בדרך כלל חוסמות את ההתפתחות של עניין אמיתי בין האנשים, מונעות את החיפוש אחר משהו עמוק יותר, ולא מאפשרות את הבנתם המודעת של מערכות יחסים אנושיים. התמונה שלפעמים מופיעה אצלי ביחס לכוחות סימפטיה ואנטיפטיה היא שהם נותנים מנוף ל"אספן הפרפרים" שבנו – הם מפתים אותנו לקטלג ולהדק את האנשים לדמוי ספציפי. פעם זה נעשה, זה נהיה בלתי אפשרי אחר כך לבן אדם כלשהי להימלט – "נכון שטום תמיד מאחר?" – ואנחנו לא צריכים למעשה להעסיק את עצמנו עם שום אינדיבידואל יותר. הם, למעשה, כבר קוטלגו באוסף הפרטי שלנו.

אם נתבונן בהתנהגותנו, נוכל לשים מהר לב שכאשר דברים נעשים בדרך שלנו אנחנו מרוצים, אדיבים, אפילו פתוחים, אבל כאשר זה לא כך אנחנו מתנהגים במגוון של דרכים שליליות. במרקם העדין ולא מודע של הנפש שולטת אנוכיות מסוימת. מרג'ורי ספוק מדברת על הנושא הזה באריכות במאמר החשוב שלה "השתקפויות בבניית קהילה".

דרך העבודה עם אחרים אנחנו יכולים להכיר את שלושת הכוחות האנטי חברתיים בסיסיים בנפשנו:

- ספק וביקורת בחיי החשיבה שלנו.
- סימפטיה ואנטיפטיה בחיינו הרגשיים.
- אנוכיות בחיי הרצון שלנו.

כאשר שלושת כוחות הנפש האלה מובילים אותנו למודעות עצמית גבוהה יותר, הם גם יכולים לחסום אותנו עם מפגש אמיתי עם אחרים.

אם אנחנו שוקלים טרנספורמציה עתידית, זה לא מספיק רק לדעת על הטבע אנטי חברתי שלנו – צריך לחוות אותו שוב ושוב ובסופו של דבר לקבל אותו. כדי שזה יקרה, לא רק חשוב שהאינדיבידואלים יעברו על החוויות שלהם יום יום, אלא גם שהצוותים והמוסדות יבדקו את הישיבות והאיכות של יחסי העבודה. רק דרך תהליך בדיקה של הישיבות והחלטות אנחנו יכולים להתחיל ולהזכיר אחד לשני את מה שהשגנו

או לא השגנו, בקשר לטבע אנטי סוציאלי שלנו, ולבנות בצורה הדרגתית את האימון והאכפתיות שמאפשר את ההתפתחות ההדדית.

עוד גורם איזון שצריכים לחוות בסדר החדש של החיים והעבודה שלנו הוא מודעות אינדיבידואלית הולכת וצומחת לצדדים שלנו שלא עברו טרנספורמציה. יונג מתייחס לזה כ"הצל" ורודולף שטינר כ"הכפיל". במיוחד במצבים של מאבק נוכל לשים לב שאנחנו פתאום אכולי כעס, או שנאה. בחלק מאנשים זה מופיע בהתחלה כחוס, כמצב רוח אלים שעולה מבפנים, ומתגבר על כל הגיון. בחלק אחר, יכולה להופיע שנאה קרה ומניפולטיבית שמחפשת דרכה לכאב קיים. לפעמים שתי האיכויות האלה נוכחות יחד. בחוויה הזאת אנחנו רואים משהו מן הפנים של הרשע. כדי לקבל את הנוכחות של האיכויות האלה כ"שלי", שמבקש טרנספורמציה והתפתחות פנימית, צריך להתחיל ולקחת את הישיות הרוחיות – כולל את עצמנו ברצינות.