

19.38x24.9	1/3	עמוד 52	club 50 - החיים הטובים	10/2020	74619527-1
ד"ר אורית בלאו - מטפלת ברפואה משלימה - 42760					



"שקה לגבולה ואתקוותה"

ד"ר אורית בלאו, מדענית שעסקה בעבר בחקר הסרטן והתאכזבה מהרפואה הקונבנציונלית המודרנית, החלה לגשש אחר תובנות ומרפא שמקורם בגישות אחרות. במהלך השנים פיתחה, על סמך הטיפולים שהעניקה, גישה המאפשרת הפרדה בין עיקר וטפל, פרידה מפחדים ומכעסים, קילוף מסכות, סליחה ומחילה, קבלה והשלמה | יעל חן

18.4x22.95	2/3	עמוד 53	club 50 - החיים הטובים	10/2020	74619528-2
ד"ר אורית בלאו - מטפלת ברפואה משלימה - 42760					

"חייתי בבית שהתחוללו בו הרבה מחלוקות קשות בכל נושא, בסביבה רווית תחושת מחנק, בצד צבירה אין-סופית של כעסים. עברתי ילדות עצובה ואפופת צעקות, כעסים, ריבים, בצד מסרים לא ברורים בכל הנוגע לדת ולמוסר. רעדתי מהתקפי הזעם הקשים של אבי, משתיקותיו, מתגובותיה ההיסטריות של אמי. כל זאת בדירה קטנה, כשהכול היה גלוי וחשוף. נשלחתי ללמוד בתיכון שחינך ברוח תנועת העבודה, בשעה שמשפחתי העריצה את גוש אמונים"

כדי לנקות משקעים אלו מתוכי, ולעשות הכול על מנת שגופי ישוב לאיזון ואוכל לחיות בשלום ובשמחה עם עצמי ועם הסביבה. בד בבד, הרגשתי שאני לא מוצאת את עצמי יותר בעולם המדע. חשתי שאני נעה במסלול, בכוח האינרציה שבה ההתמדה היא המובילה אותי. לא הבחירה. התקפים חוזרים של מחלת קרוהן וסימני דרך נוספים, כמו פוליטיקות מתישות ואגו של רופאים וחוקרים, גרמו לי לעצור ולחשב מסלול מחדש."

למה כוונתך ב"אגו של רופאים וחוקרים"?
 "נאמר במסכת אבות: 'הקנאה, התאוה והכבוד מוציאים את האדם מהעולם'; כלומר, גורמים לו להשתגע ולא לחיות באמת. רבים בעולם הרפואה והמדע מתאווים לתואר הפרופסורה ורודפים אחר הכבוד שבצדו, וכמובן אחר הממון שהוא מביא. על רקע זה נוצרות יריבויות קשות המשליכות על כלל אנשי הצוות החוקר. את האגו פגשתי כמובן גם במהלך הטיפול במחלתי - באי הנכונות של חלק מהרופאים להודות במגבלות הרפואה המודרנית ובטעויות שעשו, לרבות חוסר רצון להקשיב."

מסרים כפולים

כמו רבים המאמינים בקשר בין התפרצות מחלות לבין אירועים קשים מהעבר, גם ד"ר בלאו מאמינה כי קיים קשר בין המחלות שפרצו אצלה, לבין הילדות הלא פשוטה שעברה. "גדלתי במרכז תל אביב", היא מספרת, "להורים שבאו מבתים דתיים ציוניים, אך חלמו להיות יותר מודרניים ומסורתיים. חייתי בבית שהתחוללו בו הרבה מחלוקות קשות בכל נושא ועניין, בסביבה רווית תחושת מחנק, בצד צבירה אין-סופית של כעסים. עברתי ילדות עצובה ואפופת צעקות, כעסים, ריבים, בצד מסרים כפולים ולא ברורים בכל הנוגע לדת ולמוסר. למשל, נשלחתי ללמוד ב'תיכון חדש' בתל אביב שבו לימדה אמי, תיכון שחינך ברוח תנועות הנוער ותנועת העבודה, בשעה שמשפחתי העריצה את גוש אמונים והייתה מחוברת לציונות הדתית ולשורשים."

"רעדתי מהתקפי הזעם הקשים של אבי, משתיקותיו, מתגובותיה ההיסטריות של אמי. כל זאת בדירה קטנה כשהכול היה גלוי וחשוף: לאבי הייתה בבית מרפאת

ד"ר אורית בלאו הפכה ממדענית חוקרת סרטן למטפלת ברפואה משלימה, זאת בעקבות מחלות קרוהן והפיברומיאליגיה שבהן לקתה ואשר דחפו אותה לחפש כיוונים חדשים בחייה. היא למדה שיטות רבות ומגוונות מעולם הרפואה המשלימה, ופיתחה שיטת טיפול ביו-אנרגטי המיועדת לחיזוק ולצמיחה ממצבי חולי ומשבר. מכיוון שבמרוצת הדרך אף חזרה בתשובה יחד עם משפחתה, השיטה מתבססת גם על תובנות מעולם החסידות ומהמקורות היהודיים. אורית מטפלת בנשים בלבד, מעבירה סדנאות ועוסקת בכתיבה. היא מתגוררת במודיעין, בת 64, נשואה, אם לשלושה וסבתא לשישה הנכדים.

"אני בעלת דוקטורט במדעים", מספרת אורית. "עסקתי במחקר ועבדתי במעבדות קליניות בבתי חולים בארץ ובחור"ל. את התואר הראשון והשני למדתי באוניברסיטה העברית בירושלים, ואת הדוקטורט עשיתי באוניברסיטת תל אביב. עבודת המאסטר בתחום האימונולוגיה נעשתה במחלקה לרפואה ניסויית וחקר הסרטן בבית החולים הדסה עין כרם והתמקדה בחקר תהליכי יצירת נוגדנים. בנושא זה גם המשכתי לעסוק במעבדת מחקר בבית החולים 'ממוריאל סלואן קטרינג' בניו יורק. את עבודת המחקר לדוקטורט עשיתי במחלקה להמטולוגיה-אונקולוגיה ילדים בבית החולים בלינסון/שניידר, ובמסגרתו בחנתי גנים הקשורים להתפתחות ולהישנות לויקמיה חריפה בילדים".

ספרי בבקשה על המעבר לרפואה משלימה.
 "חליתי במחלת קרוהן, מחלת מעיים, בגיל 35, לאחר לידת בני הצעיר, כאשר עברתי תקופה מתישה בהכנת עבודת הדוקטורט שלי במחלקה ההמטו-אונקולוגית ילדים בבית החולים שניידר. המחלה התפרצה, ככל הנראה, שנים קודם לכן, עוד בהיותי סטודנטית בת 23 באוניברסיטה בירושלים, אלא שאז חשבו שמדובר בהתקף אפנדיציט וניתחו אותי. גם שנים אחר כך, אחרי שתי לידות רצופות, חשבו שכאבי הבטן שתקפו אותי מקורם בשבר במפשעה, וכך נותחתי פעם נוספת. רק בגיל 35, אחרי לידה נוספת ובדיקות מקיפות, התברר שהעייפות, השיעול והמחנק עד התמוטטות מוחלטת הם ביטויים של מחלת קרוהן, שממנה אני סובלת עד היום."

"התאכזבתי הן ממגבלות הרפואה המודרנית בשנים שבהן חליתי, והן מההשלכות של הטיפול: השמנה ואובדן פוריות. נוכחתי גם בהיעדר הניסיון מצד הרפואה הקונבנציונלית לרדת לשורש הבעיה, ואלה הביאו אותי לגישש אחר תובנות ומרפא שמקורם בגישות אחרות". המעבר מעולם המדע לטובת עולם הרפואה המשלימה קרה בהדרגה, מספרת בלאו, שאף כתבה ספר בשם "ביודעימים"; שני סיפורים מתוכו, 'מעבדה' ו'עקודה', מתארים את הדרך הזאת. "התחלתי בשיטוט אחר כיוונים חדשים, שיסייעו לי להתמודד ולחיות חיים איכותיים", משתפת בלאו. "למדתי שיטות רבות ומגוונות מעולם הרפואה המשלימה, וכך התחדדו אצלי ההבנות על הקשר ההדוק בין מצבים נפשיים למחלות, כלומר בין מתח נפשי למנגנונים פיזיולוגיים. עם זאת, באה גם ההכרה הכואבת שצברתי זיכרונות קשים וחוסמים ושעליי לרכוש כלים

ד"ר אורית בלאו
 צילום: גיל דור



17.53x22.73	3/3	עמוד 54	club 50 - החיים הטובים	10/2020	74619529-3
ד"ר אורית בלאו - מטפלת ברפואה משלימה - 42760					

"התאכזבתי הן ממגבלות הרפואה המודרנית בשנים שבהן חליתי, והן מההשלכות של הטיפול: השמנה ואובדן פוריות. נוכחתי גם בהיעדר הניסיון מצד הרפואה הקונבנציונלית לרדת לשורש הבעיה, ולכן גיששתי אחר תובנות ומרפא שמקורם בגישות אחרות. התחלתי בשיטוט אחר כיוונים חדשים, שיסייעו לי להתמודד ולחיות חיים איכותיים"

גם הקלפים עוזרים למטופלת לשלוף זיכרון מסוים שאיתו היא תתמודד בתהליך המדיטציה שנעשה בעזרת דמיון מודרך. המטופלת יכולה לכתוב את זרם התובנות כחלק מתהליך הפרידה מהכאב, כי בעיניי כתיבה היא מרפא לנפש. לכן מצטרף ניגון שמלווה את התהליך ומשפיע אף הוא על הניקוי הנפשי".

את עצמך כתבת ספר, ומאז את ממשיכה לכתוב.
 "כתבתי ספר הנקרא 'בוידעמים', קובץ של 17 סיפורים שכתובים על קו תפר דק שבין מציאות לדמיון, בין מדע לאמונה, והכוללים מרכיב אוטוביוגרפי, מאפיינים מיסטיים ותובנות הנוגעות בשורש האמת ובשורש הכאב שלי. זה קרה אחרי שבשנה אחת חוויתי רצף אירועים מטלטלים: הורי בעלי, ניצולי שואה, נפטרו בהפרש של שבעה ימים זה מזה, ובתוך שבוע נולדה נכדתי הבכורה הקרויה על שמם. מספר חודשים לאחר מותם יצאתי למסע לפולין, ובשובי נפטר אבי, אף הוא ניצול פוגרומים, בגיל 92, לאחר שנפל מסולם במהלך ניסיון להגיע לאחד הבוידעמים האין-סופיים שבתקרת ביתו. בשנה הקשה ההיא שוב התפרצה מחלת הקרוהן שלי, ואושפזתי. במסדרון בית החולים מצאתי על לוח המודעות פוסטר המודיע על תחרות עידוד היצירה הספרותית בין מדענים. כשאני מחוברת לצינורות, החל לפרוץ ממני זרם הכתיבה, ומאותו רגע לא חדלתי לכתוב".

מדוע קראת לשיטה שלך "שבה לגבולה"?
 "מכיוון שאני מטפלת רק בנשים, קראתי לשיטה בלשון נקבה. אני מאמינה שלכל נברא ביקום ישנו המקום הטבעי והמדויק שבו הוא נמצא במהותו ובמיטבו. במהלך השנים, על מנת לשרוד ולהתגונן מפחדים ומביקורת, אנהנו עוטים מסכות ותדמיות ומתרחקים מעצמנו, ממקומנו, מגבולותינו הטבעיים; רועים בשדות זרים, ובכך מופר האיזון הפנימי הבנוי מחיבורים עדינים בין מכלול חלקיקים אין-סופי המצוי בתוכנו. כך נוצרות בתוכנו סתירות שאיננו יודעים איך להכיל אותן. המטרה שלי היא לאפשר להתקלף מהמסכות ומהתדמיות שסיגלנו לעצמנו במהלך השנים, להכיר את הגבולות הטבעיים שבהם אנהנו יכולים להיות בטוחים. להיות במיטבנו. כשאנחנו שבים למקומנו ולמהות הטבעית והטובה שלנו, לגבולות שלנו. אני עוברת מסע עם המטופלות, כשאני מגדירה עצמי כמורת דרך לניקיון, לבירור, למיון, להפרדה בין עיקר וטפל, לפרידה מפחדים ומכעסים, לקילוף מסכות, לסליחה ולמחילה, לקבלה ולהשלמה".

שיניים, ולכן הסתובבו בו הרבה אנשים ולא הייתה טיפת פרטיות, אפילו לא בחדר האמבטיה, ששימש לפיתוח פילמים של צילומי השיניים. עברתי מצבים שילד לא מסוגל להביך ולהכיל, ורק מאוחר יותר הבנתי שהנפש לא יודעת להביע כאב, לכן הוא בא לידי ביטוי באיברים שונים בגוף. תאי גופנו אוגרים בתוכם זיכרונות ונושאים מטענים נפשיים מחוויית טראומטיות שעברנו בילדות ומפרשנות שאנחנו נוטנים לחוויית העבר. אלה גורמים למחלות המשבשות את חיינו. צברתי זיכרונות כואבים באזור המעי, כמו גם בתאים אחרים בגופי. הכאב שפרץ, ועדיין פורץ, דורש התייחסות ומעורר לעבודה על הנפש".

מתי החל תהליך החזרה בתשובה?

"הקשר לבית סבי מצד אבא, ולסבתא מצד אמי, שני בתים שהיוו מפלט מהבית המורכב שבו גדלתי, הידקו את התודעה היהודית שלי ואף חיזקו את אמונתי. אמנם יצאתי לנח"ל ולתקופת הכשרה בקיבוץ, בצבא שירת כמ"כית וכקצינה, וכשנפגשתי שוב ושוב עם גרעינים דתיים שמחתי מאוד. בהמשך חייתי מספר שנים בירושלים, ואהבתי לשוטט בשכונותיה וברובע היהודי, והחיים באזור יהודי בניו יורק בשנות הנישואין הראשונות פתחו גם בפני וגם בפני בעלי תובנות, שעזרו לשנינו 'להתחזק' בהדרגה. את הילדים גידלנו במסגרות דתיות, וגם כיום שנינו מתחזקים באמונתנו".

השראה רב תחומית לטיפול

ד"ר בלאו למדה הנחיית קבוצות ויחידים בגישה יהודית, רייקי, ביו אנרגיה בגישת רפי רוזן, דמיון מודרך, EFT - טכניקה לשחרור רגשי הדומה לדיקור סיני, תוך שימוש בלחיצות במקום במחטים, ועוד. כמו כן היא מערבת בטיפול תובנות מ"שיטת ימימה", וגם מטפלת תוך כדי שימוש בקלפים לאימון ולצמיחה.
 "המטופלת", מסבירה ד"ר בלאו, "עוברת תהליך של ניקוי ומיון של ה'בוידעמים' של הנפש". "אני משלבת ומשתמשת בכל הכלים שלמדתי, יחד עם הקשבה לניגונים, התבוננות בקלפים טיפוליים, כתיבה, לימוד ושיח. כל אלה פותחים ערוצי תודעה המאפשרים למטופלת להיכנס בעדינות למקור הכאב ולשחרר מתוכו בכל פעם זיכרון קשה שתוקע ושחוסם אותה ומדלל את כוחות הנפש והגוף שלה עד כדי חולי. הטיפול משלב תכנים עיוניים והיבטים טיפוליים חווייתיים במטרה לחבר בין הראש ללב ולגוף, ולהטמיע את ההבנות בגוף כדי לחולל את השינוי".

איך משולב עולם החסידות בשיטה שפיתחת?

"הטיפול כולל תכנים מעולמות הפסיכולוגיה והפילוסופיה היהודית, עם דגש על ממדי הזמן והמקום (כאן ועכשיו), כמו למשל מושג האהבה שעליו אני מדברת במיוחד בט"ו באב; בימים של תשובה וסליחה בחודש אלול נדבר על המושגים האלה והקשורים לטיפול, או עבודה על שמחה שתתבצע בפורים, וכך הלאה. אני מלמדת מתוך משנתו של רבי נחמן מברסלב, נעזרת בספרים כמו תורת 'החפץ חיים', 'מסילת ישרים' של הרמח"ל, איגרת הרמב"ן, ועוד.