

סדרת מדריכים למטפלים באומנות

שרה טרנטו



אדמת ליבי



החימר הוא אמא אדמה
ואדם ואדמה לעליון.

מאת: שרה טרנטו
מאבחנת ומרפאה באמצעות אומנויות וצבעים.
© כל הזכויות שמורות
אין להעתיק, לצלם או לפרסם ללא אישור
מפורש מהמו"ל

פרק 1 7

7 **החימר - כבד אבל עף / פוסט**

10 **משחקי בוך וחול - כל אחד יכול!**

עבודת האדמה - לחייך כל הדרך

13 **מאמא אדמה ועד לאדמת מנוחה**

החימר הוא סיפור

15 **פנים רבות לו הוא חזק וגם פגיע**

17 **סיפורי חימר - שהותירו עקבות באדמת ליבי**

19 **מילים מפוסלות בחומר - הציטטות השוות**

פרק 2 21

21 **לגעת בחומר - סודות החימר**

אבחון בחימר -

23 **הטכניקות, התנועה, התוצרים ומה הם אומרים**

25 **תכל'ס מה עושים - חימר בשלוש רמות עבודה**

31 **החימר - הדרכת בסיס**

32 **עת לחומר 28 תרגילי חימר לעיתים המשתנים**

36 **חימר עם 15 תוספות**

39 **אתגר למטפלים**



"אמת מארץ תצמח"

(תהילים)

יוצא החומר מיד יוצרו -
אדם מין האדמה
הולך בדרכו ונוצר
יוצר מן היש ועוד - מה
אוצר באוצרו
חומר, בוש. וחול - אדמה
היום הזה לו ההתחלה
ותהי לו נחלה.





החימר - כבד אבל עף /// פוסט

בורא עולם הוא מלך העולם
והמליך מלכים תחתיו
האריה לחיות
הנשר לעופות.

והחימר

הוא

המלך

של

החומרים.

כבד. כבד. אבל עף רחוק.

פרק 1

הוא כל מה שלא הצלחתם להגיד

הוא שק החבטות שלכם

הוא המיכל והוא למטען

הוא המיקרופון לשיר

הוא הבמה לריקוד

הוא הכלום שנותן הכול

הוא אימא אדמה

ואדם

ודמו

ואדמה לעליון.

הוא קרקע המציאות

גבולות ומגבלות החומר

הוא דימוי הגוף

והוא טיפול במגע

כמו ירח מואר מהחוץ

כמו חול סופג כף נשמתך

הוא תאטרון החיים והוא השחקנים

שופרו של האמת

מד קצב

מרפאת גדילה

מראה מלוטשת

הוא סודות המוח העתיק

הוא דמות הוא מיגדל

הוא בית הוא קן

הוא תבליט ולוח כתיבה

הוא תצרף חלקים

הוא גוש גולמי מחוטב

הוא משטח

והוא ניצב

הוא אטום

והוא חלול

הוא אני

והוא אתה

הוא אנושי.

נכון

לא הבאתי את ההגדרה המלאה שלי לחימר

לכן לכו אתם

לחנות יצירה או התקשרו לקרמיקום.

תגידו יפה חימר

תעבדו, תרגישו

תרגישו, תדעו

תדעו, תסבירו

לכל האחרים

חימר .

משחקי בוס וחול - כל אחד יכול!

"בידך הבחירה, האם החימר ישלוט בך או שאת תשלטי בו" -
באופן זה הכניסה מורתה של בתי בחוג קרמיקה את האחרונה בסודו
של חומר זה.

אפרופו המשחק הטיפולי - "ארץ יצורי הנפש" - על קלפי השדונים
(-הדחפים) וכוחות הקסם שטוענים את טענת החימר -
'מי על מי' -

האם השדונים ישלטו בכוחות - או - הכוחות בשדונים??
האם אנו נשלט בחימר או הוא בנו?
גשו לחימר בתחושת שליטה הנובעת ממנהיגות אמת ואחריות לחיים.
צרו בו. גבשו אותו. אתכם, הציגו סמלים, נקטו עמדה, שלבו אמירה,
תובנה.

בהבעה אמיצה של רגשות תשכללו חושים ותחושות.
תהא זו עבודה עם מעורבות עצמית אקטיבית הנותת ביטוי עז
לאינדיבידואל המרגיש והיוצר.

ובכן, מי אתה החימר, שכה מהללים אותך?
תאמינו או לא, אבל הוא אדמת ביצות אמיתית, חף מצבע או
התערבות ומלא כוחות.

מפתיע בריבוי פניו, והריהו כחרב פיפיות עבור היוצר בו.
מחד - מוכן לייצג כל אחד באשר הוא, מאפשר את הוויתו.
ומאידך - עשוי לאיים בעוצמת הכנות והשיקוף שהוא מעניק.

החימר הוא חומר תחושתני נהדר, עד כי אין חוש אשר ממנו נעדר, **בעיניכם** תראו - אדמה ראשונית, התהוות, תנועה, סימבול שנוצר. **באוזניכם** - יתכן ותשמעו דפיקות, הכאות, השלכות, גם שתיקות, או אמירות נוגעות.

האף - אף הוא - משרת חלק מהיוצרים כרחרחן הנכנס ראשון לחדר אחריו משתרכים הבעלים.

הוא יספר על ריח טחוב מעט, כמו אדמה אחרי הגשם.

ואם לחימר הגעתם, ודאי גם נגעתם.

והמגע מהו - רך, כואב, שטחי, פולש.

נעיצת אצבעות, מרפק, מקלות עץ, הטמנת מסמרים, ניתוחים חיים ועוד ה'יד נטויה'.

והחוש הכי מפתיע אולי - חוש ה**טעם**, לא אציע לכן טעימות מן האדמה, אלא אבקש לראות בה יצרנית מזון ואחראית האכלה.

בתפיסה הפסיכואנליטית, בשלב האוראלי, הפה אחראי בתחילה על תענוג האכילה ובשלב הבא ההתענגות עולה שלב וכוללת גם תקשורת, שפה ודיבור.

שני השלבים מתייחסים לפה - ושניהם הכרחיים וקיומיים.

זאת אומרת שנוכל לעבד ולתקן תפיסות מגבילות, הרגלי אכילה ותקשורת סססדרך האדמה, ספקית החומרים כולם.

ואם בתקשורת עסקינן, הרי הנסיון הראה כי דיאלוגים שהתפתחו בתוך ובעקבות יצירת חימר היו מהמופלאים שבתהליכים טיפוליים.

קבלו את המלצתי כי החימר הוא החומר 'הכי הכי',

הוא יוזמן לעלות על 'שולחן הניתוחים' שלנו במיוחד כדי להציג ענין בלתי פטור, וקושי משמעותי

ולאחר מכן - הוא יותיר אתכם בהקלה משמעותית.

ואני שואלת-

איך אפשר לבקש מאדם מתמודד - להתמודד גם עם עולו של זה, אדמה קשה, כבדה, מטה ליפול ולהתפורר.

אילו רחמים היו בקרבי - נתתי לו גואש, להשתפך.

אבל התקוה לראותו אחראי וחזק - שולחת אותי להניח דווקא חימר לפניו.

על החימר - 'רופא קדמון' יאמר - כי דווקא 'דומה בדומה' יביא ריפוי.

התומכים וקבוצות תמיכה תמכו במסר 'כשקשה אנו ראויים

לתמיכה,

ומי כאדמה יודעת לבקס ולתמוך?

חכמי העם היהודי באומרם "אחרי המעשים - נמשכים הלבבות" -

יראו בהבאת תנועה אקטיבית אל תוך החימר הפאסיבי והשוקט,

הזדמנות להחליף פאזה בעצמינו.

הדיאטנית תאמר - שזו הזדמנות להאכלה ללא ערך קלורי מוסף.

המעקף תגיד - כי היא עמוסה - קחו טיפול במגע עצמי - לעצמכם.

ואתם?

מה אתם אומרים?

שאתם הולכים לבשל בחול.

לעצמכם וליקירכם,

שיהיה מה לאכול:

עבודת האדמה - לחייך כל הדרך מאמא אדמה ועד לאדמת מנוחה.

"כי עפר אתה ואל עפר תשוב"

אדמה - הרחם ממנו ניזונים.

אדמה - הקבר אליו חוזרים.

האסוציאציה המרכזית 'אמא אדמה' - מבטאה:

הענקה, תמיכה,

השתרשות, יניקה,

יציבות, צמיחה, פוריות,

מחזוריות - ממנה ואליה.

אלמנט האדמה, הוא 'ציר המאפשר שינוי' וזהו פרדוקס:

ציר: מרכז, בסיס, מעגן.

שינוי: הבשלה, תנועה, פוריות, צמיחה, הזנה, טרנספורמציה.

הקונספט הוא סטטיות (יציבות) שדורשת דינמיות (תנועה לשינוי).

כדי שקרקע תהיה פוריה עליה להיות כבדה.

החימר - המדגם המייצג של האדמה בטיפול באומנות.

ממלא את הפונקציה הזו בנאמנות - כבד ופורה.

חזק, מעוגן אך נכנע בקלות לשינוי,

יציב וגמיש, פוטנציאלי ומניב.

כל מה שתירצו להשיג בטיפול טוב

הוא ייתן לכם בגדול.

החימר הוא סיפור פנים רבות לו הוא חזק וגם פגיע

אם תירצו, התובנה שעלתה בסוף המפגש הזה

היא גם הגדרתו של החימר: חזק ועם זאת רגיש, רך, פגיע.

ע. היא אשה בשנות השלושים לחייה המתמודדת עם גוש חימר במשקל של 1 ק"ג לערך.

החימר ניצב בשלמותו מולה, על גבי השולחן.

ההנחיה היא לפסל עץ.

המגע הראשוני בחימר נדמה כפעולה חנוקה, מכווצת.

החימר מגיב כמו למלאך 'המכה ואומר לו גדל' וגובה בכח הלחץ המופעל עליו.

לעת עתה הוא נראה כמו מגדל מרובה שקעים וחורים.

"יש מקום לדברים הטובים" היא אומרת (הגשם והמים יוכלו להכנס פנימה - דרך החורים).

ע. מרוקנת בקבוק גואש בצבע טורקיז ע"ג המיצג שלה ומורחת את כולו (האם זהו הגשם?).

ע. מגלגלת פלסטלינה בצבעי תכלת אדום וצהוב לנחשים.

נחשי הפלס' משמשים בשימוש כפול, בסמליות הנחשים - כמייצגי השלב האוראלי (האכלה, פה) ובתפקידם בפיסול כרגע - אוטמים את השקעים, כל נחש אוטם 2 חורים בראשו ובזנבו (כסותקי פיות).

"זה כמו חיה, כמו דוב, נראה חזק, אבל לא, הוא מפחד מחיות אחרות שיאכלו אותו, יש חיבורים בתוך החומרים, אני חושבת שגמרת".

(שימו לב ליכולת החימר לשנות פנים ומשמעות. עץ - דב).

"אפילו שהוא חזק הוא צריך עזרה מבחוץ. יש אנשים שנראים חזקים אבל הם צריכים עזרה".

"ואני" (היכולת להתחבר רגשית לתחושות שהחומר העלה).

"אני נראית חזקה, אבל צריכה עזרה, מחמאות וחיזוקים".

"מה יש בחורים" - אני שואלת אותה.

"עצב, כעס, רוגע, שלווה, מנוחה, תקווה, כל מיני.

אני בוכה לפעמים אפילו שיש לי טבע של שמחה.

יכולים להיות אנשים מוכשרים שלא אוהבים את עצמם וחבל" (הכרה ברגשות מנוגדים).

"יכול להיות שזה עץ - ונחשי הפלסט' מייצגים פירות" (נחש - מייצג - אורלי - האכלה).

"יכול להיות שזה דב - חזק - והפלס' זה הרגשות השונים שלו" (חיות מייצגות דחפים ורגשות אסורים).

"יכול להיות שזה מגדל - יש תקווה, יש מקום ליותר, עם הזמן" (מבט למעלה במגדל).

"יכול להיות שזה גם יד" (יד לעזור לתמוך).

"והחורים - זה שהיד נכנסת פנימה" (הדימוי הופך להיות אישי אנושי).

"אני מבינה שהחומר שלי חזק ועם זה רך ופגיע.

אני מכירה אנשים גדולים וחזקים - שנפגעים וכועסים מהר.

אני חזקה ושמחה.

אבל יש דברים קשים.

החורים הם פגיעות.

חלקן נסתמו וחלקן, אי אפשר, וזה כואב",

(תיקון של מה שאפשר לתקן, והשלמה עם מה שא"א לתקן)

סיפורי חימר – שהותירו עקבות באדמת ליבי

סיפרה לי אשה בשנות השלושים לחייה כי את קערת החימר בעלת
הרגל שהיא פיסלה,

אחז בעלה בעת שמילאה אותה בפירות עד להתפקע.

האם זו שאלה של יציבות?

או שאלת הכלת היתר הנשית - שאפתנית?

האם זו הישענות, שאולי נעימה לשעתה אך מפסידה פיתוח
עצמאות.

חקר קטן.

לעולם גדול.

עולם המודעות.

ומודעות - עושה - ריפוי.

בסיפור מיכלי נוסף, אם ובנה יצרו, כ"א מיכל חימר משל עצמו.

במהלך הטיפול התאים להם להחליף ביניהם את הכלים.

הבן (!) לא היה מרוצה משברירות הכלי של אימו,

והתמסר לאיטום חריציו ועיבוי דפנותיו.

לתשומת לב האימהות -
הילדים שלנו אוהבים אותנו חזקות
וזקוקים לגבולות החזקים שלנו!

את אחד מביצועי החימר הבלתי נשכחים פיסלה בחורה,
והוא נראה ונקרא - יהלום.
היהלום סותת היטב ואחר הוטח ארצה תוך פקודה עליצה - עריצה
"תהיה יהלום! תהיה יהלום!"
המוצג השתטח אֶפִּיים ארצה כפשוטו, הורם, פוסל בשנית וסותת
היטב.
ושוב הוטח.
כמה כואב.
האם ילדים שגדלו להיות ד'בסט מתוך השפלה ונטישה
עדין לא מסוגלים להשתחרר מדפוס לא יהודי זה?

לעומת זאת
אם צעירה ושכולה, את בנה היא איבדה בעריסה,
יצרה לאחר סידרת מוצגי חימר קשים, מיכל דמוי רחם,
חלול, מכיל, עדין ורך.
כדי "לפנות מקום" כלשונה, לחדש, לילד נוסף.
זמן קצר מאוד לאחר מכן היא זכתה לפרי בטן,
רצון ד' חל על מעשה, על רצון ופתח שלנו.
השפע שִׁמְמָלָא את הכלי שהכנו.

שולחת אתכן לספר סיפורי חימר
בתנועה, תחושה ומגע עמוק.
סיפורים מלאי רגש וכנות
סיפורים נועזים - מעוגנים ומוגנים
באדמת האמת הזו.

מילים

מפוסלות בחומר - הציטטות השוות

תאורו של ירמיהו אודות בית היוצר -

"הדבר אשר היה אל ירמיהו מאת ד' לאמר, קום וירדת בית היוצר
ושמה אשמיעך את דברי, וארד... בית היוצר והנהו עושה מלאכה על
האבניים, ונשחת הכלי אשר עשה ושב ויעשהו כלי אחר כאשר ישר
בעיני היוצר לעשות".

וכך כותב דויד הנלי בספרו - תרפיה באומנות עם חימר -

"אני גם מוקסם מהיד

כאחד ממרכזי החישה העיקריים

מרכז שמקדם באופן ישיר

חקירה יצירתית במרוצת החיים".

ועוד כתב שיר -

"כמיהתנו לתחושה של מקום

הופכת למיוחדת בידינו.

כפות ידיים ושפתיים מכירות את מזונו

מפצירות בפניה הזרחות של האם".

(מקום, תחושה. ידיים, האכלה, ואמא - בשיר אחד).

ווינר בספרו "רטוריקה" כותב -

"חיות מעברת בעיקר על ידי מאטפורות.

ועל ידי הכח הנוסף שבהפתעת אחרים...

באמצעות המטפורית יש לנו אחיזה במשהו מרענן".

(על הביטוי העז והחי - המטאפורי).

ומה כותבת נינה - קולטארט - בספרה - איך לשרוד
כפסיכותרפיסטית -

"מספיק לעדור ולדשן שני מטרים מרובעים של ערוגה אחרי שמונה
שעות ישיבה בכיסא המטפלת כדי לייצר תחושה של חיות התנועה,
של ערנות התפיסה, ושל השרירים עצמם.

בעולם האידיאלי - לכל פסיכותרפיסטית תהיה גינה".

ואלו הן מטרותיהן הרגשיות של נינה אורבך ולילך גלקין בספרן רוח
החומר (א) של העבודה בחימר.

"התמודדות עם דבר חדש, עשייה לשמה, הפחתת ביקורת, שיפוט
ושליטה.

עבודה בכאוס, מתן לגיטימציה לספונטניות ואימפולסיביות.

תגובה לחומר בדיאלוג פנימי רגשי בעקרו. גמישות.

עשויה להעלות קשת רגשות החל מפחד, חרדה, חוסר אונים, איבוד
דרך, ובדידות ועד התמלאות, שחרור והקלה.

גם התמזגות עם החימר, הנאה חושנית, חוש השעשוע, ומדיטציה.



לגעת בחומר - סודות החימר

**אם חופרים מגיעים לעומקים חדשים
ומה מרוויחים בחפירות חימר ופיסולים.**

בחפירה לעומק-

סוגיות מהתת מודע
ביטוי אמיתי, סימבול מדויק ופְּנִיָּה
חקר והתנסות
חיבור לשקט פנימי

התמקדות באדמה

אמא אדמה
סיפוק צרכים חומריים
טיפול בהפרעות אכילה

קרקע יציבות

סוגיות מקום, גבולות, ובטחון
מיקוד וריכוז.

פרה 2

הכלה.

ריפוי למעטפת חיקית הורית

אופציה ללידה מחדש.

מעל פני האדמה

תמיכה, השענות.

הזדקפות, יציבה

שליטה וכח

וויסות, מיתון. תיעול.

בונוסים בדרך...

ההתהוות וההפתעה, קבלת הבלתי צפוי.

תהליך תנועת, רצוף שינויים. תכננתי... ויצא ...

פירוק והרכבה. ניתוח, הבנה, ויצירת שלם.

הטבעה, חריטה, השארת חותם.

גריעה או חיבור, מקום לבחירה.

הנאה, הרפיה, בדומה לרפלקסולוגיה.

פיתוח עולם הדימויים הפנימיים.

אבחון בחימר – הטכניקות, התנועה, התוצרים ומה הם אומרים.

החמר -

בחינת סוגיית חומר וגוף. היכולת להתמודד עם עניינים לא פתורים. מספר על סוגיות האדם לעצמו, לגופו, למראהו ולהזנתו. הסכמה להעמיק ולהכיר מקרוב (מגע ידני בדרך כלל) בלי כפפות, להיפגש עם האמת, תחושת כוח ויכולת, מאסיביות, יציבות ונוכחות, אמהות תקינה, בחינת היציבות, בירור סוגיות מתת המודע.

גדול -

צרכים חומריים רבים, שליטה וכוח.

קטן -

שליטה ודאית, צריך מעט עד כדי רתיעה מהחומר.

שטוח -

פריסה, חשיפה, תראו אותי. רצון להבין ולספר.

כדור -

אטום, חסום.

מכל -

הכלה.

דקירה -

פציעה פנימית, תחושות של דקירה, פגיעה.

חיתוך בסכין -

תחושות של ניתוח, ביתור, קרבה ועומק מלווים בכאב.

הכאה -

אקטיביות, אימפולסיביות, הפעלת כוח רצון ליישר את ההדורים, צורך בהשמעת קול - תשמעו אותי.

השלכה -

דחיה קשה, לרוב מהבית ומהינקות.

פירור -

תחושת פיצול, בלבול, יש הרבה חלקים, אין שלם, רצון לברר.

חיבור -

חתירה לשלמות, לקשר עצמי וסביבתי.

גריעה -

יצירת שלם על ידי החסרתו.

תבליט -

יצירת שלם על ידי הגדלתו.

חוטיות -

שבריריות, עדינות ורגישות.

תכל'ס מה עושים חימר בשלוש רמות עבודה

כשנשים נכנסות לחדר הטיפול ופוגשות בחימר, הן יורות שאלות
כמו במטבח,

מה זה? איפה קונים את זה? בכמה? איך מאכסנים? וכשמתייבש?
ניקנה גם לילדים בבית,

וכשהן מבשלות חול ובוץ בעיניים נוצצות -אני שואלת - מי כאן
הילדות.

רמה 1

חימר ספונטני

קחו פיסה בגודל ההולם את הצרכים והיכולות שלכם כרגע
דעו כי תמיד תוכלו לקחת תוספת
ערכו היכרות עימו, בקצב שלכם.
החימר הוא כמו חבר חדש, בתחילה -ִזָר, אח"כ - נאמן.
זה לוקח זמן אבל שווה.
נסו לטפל בו. הביאו תנועה לתוכו, מתוכו,
משהו יעלה. ממכם, ממנו.
אפשרו לידכם לעבוד ללא השגחת העין - הפקוחה.
כדי לתת לילד שבנו את החופש להעז כמו פעם.
יתכן שתנועה תרדוף שינוי. ושינוי ירדוף סימבול,
ואחרי מצעד החלפת הייצוגים, יִוָּתֵר על שולחן העבודה משהו,
להתבונן בו.
-שוחחו שיחה חופשית בעקבותיו.
- צלמו, תעדו, נהלו יומן אומנותי
כך תוכלו לצפות בתהליכי שינוי וצמיחה לאורך זמן.

רמה 2

חימר מונחה

בין שהתנסיתם בשלב הראשון, בין שזו לכם קפיצת נחשון, הנחיה - היא לעיתים הקלה, וגם סוג של תמיכה. לפניכם סוגים שונים של הנחיות לעבודה בסיסית בחימר. ובכן -

♦ פסלו יצוג עצמי.

כהגדרת זהות מטאפורית או כהזדמנות לחקר עצמי.

♦ פסלו יצוג לקושי, לענין מטריד, למישהו או משהו שקשה לכם אתו.

לאחר מכן ערכו בו שינוי, הקלה, פתיחות.

♦ פסלו דמות.

בחנו גודל, יציבה שפת הגוף.

מה זה אומר? מה תרצו לשנות?

♦ פסלו קערה, מיכל, כלי.

כהזדמנות לתרגל הכלה כפשוטה -

בחנו - גודל, עובי דפנות, צורה, מיקום, תכולה.

מה זה אומר? מה תרצו לשנות?

♦ פסלו מטאפורה

כמייצגת סוגיה טעונה במערכת היחסים שלכם,

אני והוא אני והם.

לכ"א מהצדדים הביאו ייצוג משלו.

סימבול שונה, גודל, הצבה, מרחק.

נהלו דו שיח ביניהם, ערכו שינויים - במאפיינים, במרחק.

♦ עבדו את החזון המיטבי שלכם - כאן ועכשיו.

רמה 3

חימר אקסטרא

תרגיל למתקדמים.

-הסימבול וחקירתו -

כאן צרפו לחימר מגוון חומרים,

(פונפונים, חרוזים, אבנים, מנקי מקטורות, פלסטלינה, נייר, עץ, ברזל ועוד).

אמרו כך -

פסלו בחימר מספר יצירות ספונטניות. בזו אחר זו.

הקדישו לכל אחת מהן מספר דקות בלבד.

ארגנו את היצירות על משטח העבודה בסדר כלשהו.

כעת התבוננו בסדרה -

כל פרט מביע חלק מתוך השלם שלכם.

כל פרט מספר על שלב מתוך התהליך שלכם.

כעת -

התייחסו למגוון החומרים הנוספים הנמצאים בחדר,

צרפו, עצבו, קשטו, מסגרו,

את כל אחד מהפריטים בחומר אחר מתוך המגוון -

בהתאמה לאופי הפריט.

החומר שהצטרף לחימר מהווה פיתוח, הרחבה, הבהרה והזדמנות לחקירה של סימבול החימר שעלה בראשונה.

והרי לכם תשתית להתבוננות ושיחה.

אופציות לתשאל -

לגבי הָיִימָר - מהי צורתו, גודלו, חוזקו, גימורו, משמעותו.

לגבי התוספת - מה הותאם למה, מה התקבל.

האם השלם שווה יותר מסך חלקיו.

מה אהבתם יותר -

הראשוני או המושבח.

מה התבהר בעקבות הפיתוח?

מרתק, באמת!

חימר - הדרכת בסיס

החימר אוהב לחות,

קופסא סגורה הרמטית, מעט רטיבות, מיקום קריר או ריצפתי טובים לו.

ניתן להציע כלי-פיסול הנמכרים בחנויות אומנות מפלסטיק, עץ או ברזל.

אני ממליצה להציב את היצירה המתהווה על צלחת מסתובבת (אובניים ידניות) להמשך ליטוש.

לשימור יצירת חימר ניתן לרסס ספריי דבק או למשוך דבק במכחול.

ועדיין לקחת בחשבון הפתעות של התפרקות - היסדקות.

מומלץ לצלם מיצגים מוכנים כדי להבטיח שימור.

החימר יאתגר אתכם בעיקר בשאלות היציבות, האיזון והאחזקה העצמית.

לכן בשלב הספונטני והמכיל - קבלו את הווייתכם באשר היא.

אולם - מומלץ בשלבים הבאים

לאפשר לעצמכם 'שיפוצים' קלים

בתחום היציבות, הלחמת חלקים ואיטום סדקים, שיווי משקל, ועצמאות המוצר.

עם החימר מתחילים כפי שאמרנו,

כמו עם חבר חדש, מהססים, מגששים.

וממשיכים כמו חברים משכבר הימים.

תהנו ביחד!

עת לחומר

28 תרגילי חימר

לעיתים המשתנים

"לכל זמן ועת

לכל חפץ תחת השמים" / קהלת ג'.

לכל הדברים שאדם חפץ

כי פעם החפץ בדבר אחד,

ופעם בחילופו.

בפרק זה יוצג החימר כמשתנה ומתאים את עצמו לרצון של היוצר בו.

עת לכל מציאות

עת לכל תחושה

עת לכל תנועה

עת ללדת:

פיסול תיבוק חימר, וטיפול בו.

ועת למות:

לחיצות חימר עד להתפוררות (לחץ - חנק - אין יותר אויר).

עת לטעת:

פיסול עץ בחימר.

ועת לעקור נטוע:

תלישות, פיסות, שינויים משמעותיים.

עת להרוג:

סכינים ומסמרים ננעצים בחימר.

ועת לרפוא:

ריפוי הקושי שעלה בחימר.

עת לפרוץ:

לפתוח פתח בקיר או במבנה חימר.

ועת לבנות:

לבנות מבנה בחימר.

עת לבכות:

לבטא כאב דרך החימר.

ועת לשחוק:

פיסול של קושי או דמות שקשה איתו מעלה לרוב חיוך וצחוק
בשל היכולת לעבור ממצב של ניגור, מנוהל, קורבן,
למצב של - מנהל, חזק, יכול, מעל.

עת ספוד:

בניית מצבה, בחימר. וזכרון להולכים.

עת רקוד:

התנועה הפנימית בחימר (שליטה - תנועה - שינוי) תביא לתנועה חיצונית בחיים.

עת להשליך אבנים:

יצירת חימר שנסדקה, התפוררה, והושלכה.

עת כנוס אבנים:

יצירת חימר שנסדקה, התפוררה, ואוחדה ליצירה חדשה.

עת חבוק:

תינוק חימר מונח בעריסתו - אמבטו - חיק אמו.

ועת לרחוק מחבק:

תינוק חימר מושלח הרחק. נטוש.

עת לבקש:

יצוגי צרכים בחימר.

ועת לאבד:

תערוכת אובדנים בחימר.

עת לשמור:

תיבת אוצרות, קערת פירות, קופת מטבעות. וכל כלי ותכולה.

ועת להשליך:

מוצג החימר מושלך לפח.

עת לקרוע :

מוצגי אנוש. כעין 'פרסונה', והצבתם בריחוק הראוי. כדי ליצור הפרדה בריאה.

ועת לתפור :

מוצגי אנוש, ליצירת - קשר - גשר - שיח מחבר ביניהם, מציאת הדומה והשווה, והדרך לחבר.

עת לחשות :

מיצג חומר המבטא כאב -התמודדות - תחושה - אירוע שא"א להמלילו במילים.

עת לדבר :

מיצג חומר המזמין שיח עליו או אליו, מעין הנרטיב - או שיר.

עת לאהוב :

עבודה בחימר - כחומר רצוי, מתוך תחושות של: כח, שליטה, מגע, חיבור וכנות.

ועת לשנוא :

עבודה בחימר - כחומר דוחה כאשר התחושות הן עייפות, חוסר אונים, דחיה, פיצול וריחוק.

עת מלחמה :

פיצולים.

ועת שלום :

חיבורים.

ועת למטפלים...

בעבודה הטיפולית

תפגשו בעיתים מעיתים שונים

היו זמינים להם:

חימר עם

15 תוספות

1. חימר למתחילים ולמתקדמים

השלבים הראשונים בעבודת החימר - התכנון, הפיסול ופילוס הדרך, לא קלים ולכן לרוב הם נעשים בעמידה ומלווים במתח ובדריכות. בשלבים המתקדמים - פעולות הליטוש, ההחלקה, הצביעה, הינם שלבים מרגיעים מלטפים, נעימים, ונעשים לרוב בישיבה.

2. אדמה אטומה, לומדת להכיל

החימר הוא אדמה כבדה, כדי להופכו לכלי יש ליצור בו חלל. זו פעולה שהיא היפך הטבע - דורשת מאמץ ושווה.

3. הכבדים למטה הקלים למעלה

החימר הוא אדמה כבדה, ומקומו בבסיס העבודה. יתכן ותראו נסיונות להופכו למשהו עילי - וקליל. נסיונות אילו נידונו מראש לכשלון.

4. אדמה - דומה לאדם

החימר הוא אנושי, כשפועלים בו - הוא נע,
כשלשים אותו - הוא חם
וכשנוטשים אותו - הוא קופא ומתקרר.

5. אדמת מראה

החימר מספר ומהדהד את היוצר בו.
לחץ או שחרור. הסתרה או גילוי. חולשה או כח.

6. ביצת ההפתעה

היוצר מתכנן - והחימר מתפסל כרצונו, ומפתיע.

7. חופרים לעומק

עבודת החימר גורמת למעמיקים בה לדבר מהבטן.
דיבורים עמוקים, 'קבורים', עצורים, שרואים אור לראשונה. כעת.

8. אקטיבי או פאסיבי

החימר הוא בעל יכולת לאבחן, האם היוצר אקטיבי או פאסיבי ועד כמה.

9. מתקדמים בתנועה

החימר מאפשר השתנות תוך כדי עבודת הגיבוש.

10. הגדרת זמן ומרחב

בתוך מסגרת הזמן של המפגש הטיפולי נירקם לו ה'מקום'.
החימר מגדיר מקום, מגדיר הכלה, מגדיר פנים וחוץ. ובונה מחדש
היפרדות בריאה.

11. כלים כבדים לרגשות עדינים

החימר רך, ולכן מי שניגש אליו בכלים כבדים, מברג, מסמר וחבטות פטיש או אלות, נוהג כך גם כלפי רגשותיו הוא.

12. התחדשות

החימר חסר צבע, ראשוני, עוברי, אפשר 'להתחיל' מחדש בכל פעם - התהוות של משהו חדש.

13. סוגי מגע

מגע קרוב - בידיים, מגע עמוק - בחפירות, מגע רחוק - עם כלים.

14. מד - כוח

האם היוצר נעמד על הכיסא כדי להשקיע את כובד משקלו על גוש החימר?

האם היוצר 'מלטף' קלות את החימר ומשאירו כך, ללא חותם?

15. התפוררות

מצב רגשי המסמל את תוצאת הכעס על האם שאינה 'כל יכולה', כפי שחשבנו.

כעס זה מכלה כביכול, את הדפוס המוטעה של 'אמא כל יכולה' ומתבטא לעיתים ב'התפוררות', לאחריה, בתהליך בריא וניתמך - יתהווה העצמי החדש והשלם.

אתגר למטפלים

"קחו לידיים חימר.
עצמו עיניים וחושו אותו.
כעת פסלו -
כמו מה זה
בשבילכם,
החימר?"

//
**הכל היה
מין העפר
והכל שב
אל העפר**
(קהלת, ג, כ)
//



קרמבל
הבית לאמנות הטיפול

krambel.co.il