

## בזמן הווה

מחזה מאת לימור נאיה זיו (גינזבורג)

(חדר קטן ובו מיטה, רשת נגד יתושים, מיחס, כלי תה, תיק טיולים)

לולי, (בת 28):

פנימה. החוצה. פנימה. החוצה.

זה תרגיל פשוט. לשים לב לעליות ולנפילות של הבטן בזמן הנשימה: עלייה, נפילה, עלייה נפילה. לא מצליחה לעשות את זה. עלייה נפילה. אם עוברת מחשבה, לדעת שעוברת מחשבה. אם אני מרגישה פתאום משהו, שומעת קול, מריחה, לדעת שזה קורה ולחזור לנשימה. פשוט מאוד, ריכוז פלוס מודעות. איפה אני ואיפה הם. עלייה, נפילה.... ממש מרתק.

(שומעים מים מורדים מאסלה מימין במה) שכנתי. לא עושה הרבה מדיטציה, אבל על

כביסה באחת עשרה בלילה היא מאוד מקפידה.

פנימה. החוצה. פנימה. החוצה. קונוטציה מעניינת, לא?

מעניין מה הוא עושה עכשיו עם החברה החדשה שלו. האמת, מה הוא כבר יכול לעשות?

לדבר הוא לא יודע, לבשל הוא לא אוהב, לעבוד הוא לא רוצה, מה כבר נשאר להם לעשות?

פנימה החוצה פנימה החוצה... איזה כרס!

טוב כמה זמן זה יחזיק מעמד? אולי היא מסתפקת במועט, לא מטרידה את עצמה

בשאלות אם הוא איתה כי הוא אוהב אותה, או שפשוט אין לו משהו יותר טוב לעשות.

ככה צריך.

פשטות. אני לא מסוגלת להיות פשוטה. זו הבעיה שלי. פנימה. החוצה. פנימה.

החוצה. כואב כואב לי הלב. פנימה. ואין סיכוי בעולם שהוא יפסיק לכאוב.

החוצה. הנה! זאת הייתה מחשבה. אם אני לא טועה הייתה שם סריה שלמה של

מחשבות, אבל אני כבר לא זוכרת איך זה התחיל. מהתחלה: פנימה. החוצה.

פנימה. החוצה. מה אני יעשה עם החיים שלי לעזאזל? פנימה. החוצה. זה מה שאני

יעשה. הנזיר אמר שכל הבעיות יכולות להיפתר ככה. אולי בעיות של נזירים.

גואטמה הבודהה גילה בגיל 29 שיש סבל בעולם. לא רע, מה? אני גיליתי את זה בגיל 8. אבל הוא טוען שהוא הצליח לנצח אותו, ואם נניח הוא צדק, ויש איזה בדל סיכוי, אז אין לי מה להפסיד.

פנימה. החוצה. למה אני כל כך מתוחה? מה יש לי תמיד? מה רע בי? מה עשיתי רע? עכשיו גם נרדמות לי הרגליים. איפה הנשימה איפה. פנימה. החוצה. אולי זה לא בריא לשבת ככה כל כך הרבה זמן? הופה- מחשבה! למזרחיים זה אולי טבעי. - עוד מחשבה! הן נרדמות ואני הורסת לעצמי את הברכיים. נכנסת. יוצאת. וזה לא עוזר שהיא נכנסת ויוצאת.

היא בטח לא עושה לו את המוות זה מה שכואב לי. כאב כאב כאב.

צריך להתבונן בכאב מהצד. בלי להזדהות. אני מביטה בכאב. הכאב מביט בי.

"הכאב הוא המורה הטוב ביותר". אני מתבוננת- נכנסת יוצאת, זה לא עוזר.

כלום לא יעזור. כלום לא עזר אף פעם. לא אלוהים ולא בודהה. יש כאב ואין מעבר לו. הכל זמני, הוא אמר. הכל!!! חוץ מהכאב שלי.

פנימה החוצה פנימה החוצה. אני כבר לא מרגישה את הרגליים. נו, לפחות שינוי. פנימה החוצה. פנימה החוצה. למה השעון הזה לא מצלצל?? אולי הוא נעמד, ואני יושבת כאן כבר שעתיים במקום שעה? דאגה...אני אציץ בשעון? לא, הנזיר אמר שלא. ואם כבר עברה השעה ואני גורמת לעצמי נזק בלתי הפיך לברכיים!! חרדה. אוף! ממילא הכאב הורס לי את כל הריכוז והחרדה את כל המודעות! פנימה החוצה. פנימה. החוצה.

טוב - בוא נחקור את הכאב באופן אובייקטיבי. נניח.

כאב חד מהברך לירך, ועד הטוסיק הימני. כאן אזור התופת. סוף החקירה. מסקנות?

כאב כאב כאב פנימה. החוצה. פנימה. החוצה.

נו, תצלצל! תצלצל כבר!

כבר לא אכפת לי כלום. שיתחתן אתה, שיאהב אותה, שישעמם אותה. שיבנה אתה יחסים בריאים ופשוטים ושיצא לי מהראש!

רק תציל לי את הברך!

רגע, למה אני פשוט לא פותחת ת'רגליים?? מישהו יעניש אותי? אני חייבת להיות המודטית

הכי טובה בתאילנד? אני אקבל צליישים באולימפיאדת הנכים ממדיטציה?  
 מה האובססיות הזאת? זה עוזר לי? אני אסבול פחות אם אני אסבול יותר? כן,  
 מחשבות, ועוד איזה! מחשבות, היו ויהיו לעולם ועד. כן. פנימה. כן. החוצה. היידה פנימה.  
 היידה החוצה.!

אני פשוט גרועה גם בזה. כולם יושבים בלי לזוז כמו בודהות קטנות, מחייכים, כאילו גילו  
 את אמריקה. פשוט לא כואב להם. זה הכל. נראה אותם סוחבים את המטענים שלי.  
 הוא לא אוהב אותי. לא אוהב אותי. לא אוהב אותי. פנימה. פנימה. הנשימה הופכת  
 יותר איטית. נכנסת. יוצאת. יש אויר טוב. נעים. תחושה.  
 יש פה קולות מוזרים של ג'ונגל.  
 צרצורים. שומעת. פחות כואב לי. מחשבה. אני מרגישה איך האוויר מנפח את הבטן, ואז  
 יורד ברכות, זה מרגיע. (עולה יורדת)  
 מה הרעש הזה? היא שוב עושה כביסה. כעס. כעס. כעס.  
 לא, אני לא אתן לכעס לעצור אותי. אני לא אתן לו לעמוד ביני ובין האושר.  
 אבל למה את צריכה בכלל להעמיד אותי בניסיון? תלכי לנהר תעשי שם כביסה. כאן  
 עושים מדיטציה!!!

איך אפשר להסתכל על הכעס באופן אובייקטיבי? וועדת חקירה: הגרון סגור ומתוח,  
 העורף נוקשה, הכתפיים... בכל זאת היא לא נורמלית. היא מעצבנת באופן אובייקטיבי..  
 למה את צריכה להכשיל אותי? כאב כאב כאב.  
 מחשבות. מחשבות. מחשבות. כעס. כעס. כעס. כעס? אה אני חושבת שהבנתי את זה.  
 אתה בסדר בודהה. הכעס הוא זמני. נכנסת. יוצאת. נכנסת. יוצאת.  
 הגרון נרגע. הנשימה איטית. מחשבה! קל יותר. זה בסדר. נכנסת. יוצאת.  
 אני רעבה - תחושה. למה לא אכלתי יותר בצהריים? - מחשבה. נכנסת יוצאת. איי...טונה  
 ומיונז - תשוקה...אני רעבה. נורא נורא רעבה - תחושה ...  
 יש מסעדה נחמדה ליד השער של המנזר...פאטאי... לא לקום. לא להגיב! דחף דחף  
 דחף...תשוקה! את הארוחה האחרונה אכלתי בעשר וחצי בבוקר!  
 עד מחר ב30: 6- בבוקר אסור לי לאכול אוכל מוצק. איך אני אשרוד את זה.

בארבע יצלצל הגונג לקימה, כשכל הכלבים החולים והמצורעים ינבחו בהיסטריה. בארבע  
ושלושים יתכנסו הנזירים בתפילה וצינטינג, ואני אעשה מדיטציה עד שש וחצי.  
בשש וחצי- מגישים ארוחת בוקר. דייסת אורז עם דג מיובש. מחשבות. מחשבות. אבל אני  
אוכלת הכל בשלב זה.

יש לי עוד לילה שלם עד הארוחה הבאה. ייאוש. לישון זה התענוג היחיד שבא בחשבון.  
נכנסת. יוצאת. נכנסת. יוצאת. נעים. התשוקה נעלמה. איזה מודטית.  
מחשבה. מחשבה נעימה. נעים. נעים זה מדיטציה יותר טובה? אולי עליתי מ"שלי" ל"י"  
ל"עובר"? אני נותנת ציונים. שפיטה. אבל זה באמת נעים... רבק – מה רע שנעים?  
אשמה. אשמה שנעים. טוב, הבנו. נחזור לנשימה. פנימה. החוצה. פנימה החוצה.  
הכל בא והולך. זרם בלתי פוסק של שינויים. רע לי? יותר טוב לי. אני רגועה. זה זורם. זה  
עובד. (צלצול שעון קוטע אותה. מכבה)  
איזה חוס פתאום! (מתחילה להכין לעצמה תה) (צלצול שעון מימין במה) אהה..  
אז גם היא עושה מדיטציה. בשעה טובה.

כמה טוב להיות בהווה. שום דבר לא מטריד. אני לא אחשוב על העבר. כדי להיות ממש  
בהווה, אני חייבת לעקוב אחר התודעה, שנייה אחר שנייה, כמו בלש חרש. (מתחילה לקחת  
סוכר בכפית- שופכת) אז איפה אני? בהווה, או במחשבות על ההווה? טוב – מנקה מנקה  
מנקה. שמה סוכר. מוזגת מים. זה חס. צריך לחכות. אין לי סבלנות.  
עברו 23 יום של 12 שעות מדיטציה ביום.

אני לא אחשוב עליו לא אחשוב עליו. אני אנצח בפרידה הזו. (שותה) (שינוי תאורה).  
זהו, אני נכנסת לדטרמינישן. אני לא יוצאת מהחדר, ואני לא הולכת לישון!  
(מארגנת את החפצים. מרימה את המיטה. קוראת מדף מהר, בלי כוונה:).  
אני מבקשת סליחה, מבקשת סליחה מכל מי שפגעתי בו במתכוון או שלא במתכוון,  
ביודעין או שלא ביודעין, על-ידי מעשה, דיבור או מחשבה. אני סולחת לכל מי שפגע בי,  
במתכוון או שלא במתכוון, ביודעין או שלא ביודעין, על-ידי מעשה, דיבור או מחשבה. יפה  
מאוד. הלוואי ואהיה מאושרת. הלוואי ואהיה חופשיה מייסורים, מחלות, צער וחוסר  
מזל. הלוואי וכל היצורים החיים ישגשו ויחיו בשלום והרמוניה שמחה ואושר. (מבצעת  
בטכסיות, השתחוות קשובה).

עקב עולה, להרים, קדימה, נמוך, אצבעות, עקבים. תחושה ברגל המפלחת את האוויר, כאילו הוא סמיך כמו מים.

אני מרגישה כל תנועה קטנה. כל תשומת הלב בכף הרגל. (הולכת בדממה)

עוד פעם היא עושה כביסה. שתהיה בריאה. שום דבר כבר לא יכול להפריע לי.

עולה שבריר כעס. אני מודעת. זהו.

איך אני אחזיק מעמד בלי להרדם? שמונה שעות שינה זה המינימום שלי!

-טוב, דאגה. 80% ממני זו דאגה פרופר. עבר. זה מתנקה. עקב, להרים, ליישר, להוריד...

אה? מה זה? לא מאמינה. הרגתי נמלה. נמלה! לא שמתי לב. ברגע שראיתי כבר

דרכתי. למה את חייבת להסתובב פה מתחת לרגליים?... היא מתה? אולי עוד אפשר

להציל אותה? אולי היא רק התעלפה? תתעוררי! היי! אין לה רגל. היא לא נושמת. זה רצח.

רצחתי נמלה. לקחתי חמש דיברות. התחייבתי לא לרצוח, לא לגנוב, לא לשקר, לא

להשתמש בסמים. אי אפשר לעשות ניקיון בתודעה בלי ניקיון מוסרי.

יש לי כל כך הרבה מה לנקות! את לא קולטת? אני לא יכולה להרשות לעצמי רצח

בדטרמיניישן! לא מספיק שהייתי רוצח בגלגול קודם? למה נראה לך כולם עוזבים אותי?

הכל חוזר אלי. יש לי מספיק תיקים. אני לא צריכה גם אותך.

קומי לתחייה! כמה אני כבר שוקלת? לא לעשות לי את זה! זה חשוב לי! דאגה. דאגה

דאגה.

טוב - די. זאת הקארמה שלך. סלחי לי נמלה. (מתיישבת)

אני מבקשת סליחה. מבקשת סליחה מכל מי שפגעתי בו. במתכוון או שלא במתכוון.

ביודעין או שלא ביודעין. על-ידי מעשה דיבור או מחשבה.

אני סולחת לכל מי שפגע בי, במתכוון או שלא במתכוון, ביודעין או שלא ביודעין,

על-ידי מעשה דיבור או מחשבה. אני סולחת לך, אהובי? לך ולפוסטמה שלך? היית מת.

אבל אני נורא מנסה, שלא תחשוב.

הלוואי ואהיה מאושרת. הלוואי ואהיה חופשייה מייסורים, ממחלות, מצער, וחוסר מזל.

הלוואי ואהיה שלוה, שמחה ומאושרת. הלוואי וכל היצורים החיים יהיו חופשיים

מייסורים, מחלות, צער, וחוסר מזל. הלוואי וכל היצורים החיים ישגשו ויחיו בשלום

והרמוניה, שמחה ואושר.

איכשהו... זה נשמע מספק? אין עוד משהו? סערות חושים? אקסטזה, משהו...  
 (מתחילה מדיטציית הליכה) עקב, להרים, קדימה, נמוך, אצבעות, עקבים. איזה לילה.  
 משנייה לשנייה הכל הופך אחר. קדימה. נמוך. אצבעות. עקבים. המורה ללשון אמר לי  
 פעם שבעברית אין זמן הווה. הרי אין דבר כזה, הוא אמר. זו מן שנייה בלתי נתפסת, בין  
 העבר לעתיד, והשנייה הבלתי נתפסת, בלתי נתפסת הוא אמר, נקראת זמן בינוני.  
 זה מסביר משהו על הקארמה היהודית, לא? מצד אחד 2,000 שנות גלות, מצד שני ימות  
 המשיח, ובאמצע- חור שחור של בלבול בלתי נתפס שצריך להעביר. בינוני כזה, הווה, לא  
 ממש זה.

וכל המדיטציה שלי, היא להיצמד לשניות האלו אחת אחרי השנייה! לא קל לעשות את  
 זה, ועוד עם מורשת כזאת, אבל זה הזמן היחיד שאפשר לחוות במלואו.

העבר מאחורי - כמה שלא אפנטו אותו, אפילו העבר של השנייה האחרונה, העתיד - עוד לא  
 פה. דווקא הם לא קיימים. זמן הווה הוא הזמן היחיד בו חיים.... כן, מחשבות, אם שמים  
 לב אליו, ולא מתערפלים במחשבות.

מדהים בודהה! איך עשית את זה? איך לבד מצאת את הדרך? איך הצלחת להתגבר על כל  
 המחשבות והאשליות והחלומות? איך הבנת שמחשבה היא רק מחשבה? דאגה היא  
 רק דאגה, לא גזר דין. עזבת ארמון, מלוכה, אישה וילד, כדי לגלות את ההווה,  
 לימדת שרשרת מורים, שהעבירו מאחד לשני, 2,500 שנה והצליחו להגיע אפילו עד אלי.

שחושבת במקום להיות בהווה. יש לי עוד לילה שלם, ואני יודעת שזה הדבר  
 הכי חשוב שעשיתי בחיים. אז יאללה.

עקב, להרים, קדימה, נמוך, אצבעות, עקבים. אני הולכת לגלות משהו חשוב  
 הלילה... צרצורים. שומעת. חושך בחוץ... תחושה. אני לבד עד הבוקר. עקב עולה,  
 צמרמורת. תחושה. קדימה, נמוך, אצבעות, עקבים

אני ממש קרובה, ממש קרובה למשהו משהמעותי, לא לפספס. רק לא לטעות, שמעת?  
 זה...? תחושה שביל זה את פה. עקב... להרים, קדימה, מה זה? מאיפה אני מכירה  
 את... תמשיכי. עקב, להרים, , קדימה, נמוך, אצבעות. סכנה.

תחושה תחושה תחושה. זה הכל. תחושה! את זוכרת זה בא והולך. זה זמני. את הרבה  
 יותר מזה. (נשימה מאומצת) כן, אבל מה זה? פחד פחד פחד. למה זה לא נעלם? פחד פחד

פחד. הם לא עבדו איתי נכון, הם לא קלטו שאצלי הכל פועל אחרת, הם לא יכולים להבין מקרה כמו שלי. אסור היה לי לסמוך עליהם. רגע רגע מה קורה. מחשבות. אני לא צריכה להאמין לכל הפטפוט הזה, זה כולה מחשבות. ספקות. חרדה. לא קרה כלום.. אני הולכת בחדר. שולטת במצב. חרדה חרדה חרדה.

תגידי לי, מה עשית? לא, תגידי, תחשבי, מה עשית? את לא יכולה לעשות פעם אחת, משהו אחד כמו שצריך? אבל אני לא אמורה להרגיש ככה. לא עכשיו. עכשיו צריך להיות השיא. ריכוז, שלוה, ההבנה הטוטאלית של החיים לא התחושות המחורבנות האלו! עקב עולה. להרים. קדימה. נמוך. אצבעות. עקבים. אין לי נשימה. תפסיקי להתבכיין! אני הולכת למורה. מה הוא כבר יודע? מה הוא כבר מבין? אני חייבת לצאת מפה, לסטופה בחוץ. אומרים שהמקדש הזה מרגיע מודטים עצבניים בגלל שן טוחנת של בודהה שקבורה שם. או משהו כזה..(יוצאת) פחד פחד פחד. עקב. מרימה. קדימה, נמוך, עקבים. אצבעות. מה? לא. להתרכז. עומדת עומדת עומדת. פחד. חשוך. לא טוב לי. מה אני עושה פה? (צעדים) זה מסוכן. זה תורשתי אצלנו. להתרכז. למה את לא אומרת מחשבות מחשבות מחשבות. מה עם כל מה שלימדו אותך. עומדת עומדת עומדת. (לא מצליחה לקחת אויר) עומדת עומדת עומדת. להרים עקב. לא רוצה. להרים עקב.

אני בחיים לא אצליח. אני יודעת. מחשבות. מחשבות עומדת. עקב. למעלה. מיישרת. קדימה נמוך. אצבעות. עקב. תמשיכי. עקב. למעלה. ליישר. קדימה. מה. לא להפסיק. להנמיך. אצבעות עקבים. קדימה קדימה. עקב. זה לא, די, אויר, תמשיכי, עקב, להרים, קדימה..די !! אני לא רוצה לעשות מדיטציה!

(רצה מה"חוץ" ל"חדר", וצונחת לכריעה)

בודהה! תקשיב לי! זה גדול עלי. אתה שומע? אני פוחדת נורא.

- אז מה, הפסקתי את הריטריט? לא זה לא בא בחשבון. אני לא מפסיקה שום דבר באמצע.

חסר לי. כל החיים אני ארביץ לעצמי שלא גמרתני משהו עד הסוף. ועוד כאן, במקום

שהסוף אמור להיות סוף הסבל שלי ונשאר לי רק עוד לילה אחד! איך אני אשרוד עוד דקה בלילה הזה? תמיד, תמיד בדקה התשעים משהו צריך להשתבש! אני חייבת להפסיד כל מה שהרווחתי בדם יזע ודמעות, תמיד? תמיד להפסיד? אני לא יכולה לנצח מתי שהו?  
 אם אני מצליחה במשהו זה רק כדי להפסיד אותו ולהתחיל מהתחלה?  
 בשביל מה כל זה? מה כבר עשיתי? מה בסך הכל ביקשתי? שלא יכאב לי כל כך. זה הכל!  
 לא שמישהו יאהב אותי, לא להגשים את החלומות שלי.  
 אני?? מה פתאום אני?? למה, מגיע לי להיות מאושרת? ושום דבר טוב לא יקרה בשבילי אף פעם בשבילי. שום אהבה לא תשרוד. אין לי מושג איך מדיטציה בכלל יכולה לשנות משהו.

אני מסתכלת על הנשימה, ואין לי בכלל נשימה. איך אני אמורה לעשות מדיטציה? (בוכה)  
 איזו קארמה עלובה. על מה אתה מעניש אותי? עוד פעם? ועוד פעם! ועוד פעם!  
 איפה אתה נמצא? פה!! תמיד ידעתי שאתה איתי. אתה איתי אבא? אני מרגישה את זה.  
 אתה באמת פה? אני רוצה לראות אותך! די. אני מדמיינת. הוא פה. איך פה? י אני לא רואה אותו, אני לא שומעת אותו, אני ממציאה?  
 הוא סובל. אני יודעת את זה. אני לא יודעת שום דבר! זו סתם רציונליזציה, כי אני יודעת מה הבודהיסטים

אומרים על קרמה של בן אדם, שתלויה באיך שהוא חי ואיך שהוא מת. הוא קורא לי...  
 אבא, תגיד לי איפה אתה ומה אתה צריך. אני אעזור לך. רק תגיד, אבל אני לא יודעת כלום. אני פה לבד. לבד לבד. ואף אחד לא אוהב אותי. נורא קשה לאהוב אותי אבא. אני נוראית. אני דומה לאימא, לא נותנת לאף אחד לנשום.....  
 למי אני מדברת בכלל? מחשבות, נו כן, צעד קדימה, איך זה היה? עקב-הרמה- (מתנוודדת) מסתובב לי הראש. מקודם זה עבד, עכשיו אני לא מסוגלת להתרכז בכלום. לא מסוגלת להפריד בין מחשבה, לנשימה, לעמידה. הכל מתערבב. (קולטת) נתקעתי!  
 מי אשם? אני?...אתה? או שהוא, שם למעלה, שוב שמר שמירה.  
 לא יכולתי להציל אותו. ילדים לא אמורים להציל את ההורים שלהם. זה היה התפקיד שלכם !!



שמעתם?! אלוהים! בודהה! מוחמד! ועכשיו שוב פישלתם! אני ניסיתי, והקרמה חיכתה לי  
 בפינה. למה ניסיתי בכלל? בשביל הספורט? מה אני סיזיפוס?  
 נו, בודהה אתה לא קולט? יש לך פה מקרה ספציפי של מתחילה שצריכה קצת פוש  
מבחוץ?! אתה לא רואה שאין לי בפנים כל כך הרבה? זה הרבה יותר מסובך ממה שאתה  
 חושב! תאמין לי.

אה, עלק, זה השיעור שלי, לסבול!!! אז למה דווקא פה??  
 עדיף לי לסבול מתחת לאיזה עץ קוקוס עם ג'וינט ביד.  
 טוב שזה מצחיק אותך! לפחות בחיים לא מבטיחים לך שום שחרור מכאב. לפחות הם  
 כנים. אבל פה- זאת הונאה!... שרלטנות! מה זה בגלל המחשופים של החולצות?! בגלל  
 הנמלה!!!

אתה עד כדי כך קטנוני? טוב. די, התייאשתי ממך. גמרנו.  
 אני מציעה את המיטה, אני מפסיקה להילחם. אני פורסת. והולכת לישון. בהכרה מלאה,  
 ובמודעות. אני עייפה. מרוצה עכשיו?  
 ואתה יכול לקפוץ לי!

## אבא

אבא שלי הוא האבא הטוב ביותר בעולם. הוא חכם, ויפה, והוא אוהב אותי ומכיר אותי  
 כמו שאף גבר לא יכיר מעולם. גם אני מכירה אותו. אני חושבת שזה מפחיד אותו.  
 אני אף פעם לא אפסיק לאהוב את אבא שלי, גם אחרי שהוא יעלם (יעזוב אותי)  
 וישאיר אותי לבד מול העולם.  
 זו האהבה הראשונה שלי. הכואבת מכולן. והיא מסמנת את הכיוון של כל האהבות שלי.  
 החוצה. אבא! אני כל כך אוהבת להגיד את המילה הזאת.  
 איזו ילדה מוצלחת אני. אף אחד לא עומד בפני.  
 לכל השאלות יש תשובות, ולכאבים - חיבוק.

- אבא, תיקח אותי על הידיים.
- לולי, אין לי כוח. הנה זה כבר קרוב.

- אנחנו הולכים כבר המון זמן. אז למה אנחנו לא מגיעים?
- אין עוד הרבה. רק קילומטר.
- אוף. כואבות לי הרגליים.. זה כואב. אני לא יכולה יותר. ידיים!
- לולי, אני עייף, ואת כבר לא ילדה קטנה.
- אני כן קטנה. הרגליים שלי קטנות קטנות.
- קטנות אבל שמנמנות.
- די אבא, נו כבר, על הידיים!
- לולי, אני לקחתי אותך עד כאן, עכשיו את חייבת לקחת את עצמך בידיים.
- אבל אי אפשר! איך אפשר?
- פשוט תיקחי את עצמך בידיים ותלכי.
- די. לא נכון, על הידיים!
- טוב, אז תלכי על הידיים.
- די! תפסיק! על הידיים. על הידיים. על הידיים שלך!
- לולי, איך את יכולה ללכת על הידיים שלי?
- לא ללכת! על הידיים. תיקח אותי כבר על הידיים! על הידיים!! איי!

איך התביישת להסתכל לי בעיניים. מפחד שאגלה שההגיון שלך לא גובר על הכל. ההגיון שלך לא יכל לו, לכעס, לכאב. הכאב לא היה לך המורה הטוב ביותר. הוא החליש אותך והרחיק אותך מהחיים וממני. אולי עדיף להיות לא הגיוני, כמוני. אני לא מסכימה. לא מסכימה. לכולם יש אבא. ואני צריכה שתחבק אותי, שתסביר לי, אף אחד לא מסביר לי יותר.

אבא תחזור, תחזור בבקשה, אני אהיה ילדה טובה, לא אשקר לאימא, זה רק בגלל שהיא צועקת, אני מתבלבלת. אני אצחצח שיניים, אקח את עצמי בידיים, אנגב רגליים בחוץ, ולא אקפוץ על הספה עם הנעליים.

אני אסכים לכם שתתנשקו אפילו על הפה. נו תחזור כבר, אתה רואה שאני לבד והיא לא עוזרת לי. כל הזמן היא בוכה. היא לא אוהבת אותי! זה לא נכון! אז למה אני לא מרגישה

את זה?

טוב אני אבקש סליחה. סליחה. על כל מה שלא עשיתי. על הכל. אלוהים תעשה שאבא שלי  
 יחזור. אם נגיד תהפוך את הכל לחלום רע. (זה מסובך?)

איך אתה שהיה לך הכל, איבדת את הרצון לקום בבוקר? ואני עוד שואלת את זה, מי  
 בכלל רוצה לקום בבקר?

(מתעוררת בבוקר עם הבגדים. מטושטשת, לא קולטת, ואז הבנה ומייד בכי)

מה... עשיתי?

שיו. אני חייבת להתחיל מהתחלה. טוב, כמה כבר ישנתי? עקב, למעלה, מרימה, קדימה,  
 למעלה,

זה לא מרגיש כמו כלום. הרסתי הכל. אני פשוט מטומטמת.

אין לי מה לעשות פה יותר. לארוז, והביתה. מספיק עם השטויות. אני אצא מאחורה  
 בשקט, ואהיה כמו כולם. טיולי פילים, מסעדות, מסאז'ים- מה אני צריכה את כל זה?  
 אבל לאן לברוח? לאן אפשר לברוח מהכאב? בטח אפשר לאן שהו...אה,

אני הולכת לדבר עם המורה. לפחות עכשיו הוא ער.

(שינוי תאורה.)

שום דבר לא מרגש את המזרחיים האלה. הוא מסתכל עלי חצי מנומנם, כשאני אומרת לו  
 שהפסקתי את הריטריט, שהלכתי לישון, שאני לא מסוגלת לתפקד עם הקארמה הזאת.

(לא, הוא פותח יוגורט ומתחיל לצחוק)

- THE MEANING OF THE WORD KARMA IS NOT IS NOT FAITH. IT IS DOING. KARMA IS A  
 FAITH ONLY IN THE SENS OF GETTING THE FRUIT OF YOUR ACTION.

WHEN THE DOING IS GOOD THE FRUIT IS GOOD. YOU HAVE A GOODB KARMA!!!

VIPPASANA IS THE BEST KARMA! IT IS THE WAY TO END SUFFERING. TO OVERCOME  
 ANYTHING. VIPASSANA - SEEING THINGS AS THEY ARE.

כן, בטח, אתה לא קולט?! –

**I DON'T SEE ANYTHING! I HAVE NO CONCENTRATION, I HAVE NO BREATH, I CAN'T DO VIPASSANA!**

VIPASSANA IS NOT WHAT YOU WANT IT TO BE, IT IS NOT LIKE YOUR -  
 SUPERMARKET WORLD: "I GIVE THIS TO GET THAT". DON'T DO VIPASSANA  
 TO FEEL GOOD OR TO GET SOMETHING OUT OF IT. YOU SEE YOU HAVE NO  
 BREATH? YOU SEE YOU HAVE NO CONCENTRATION – ENOUGH! DON'T  
 BARGAIN WITH VIPASSANA, LOOK AT THINGS AS THEY ARE: PAINFUL, BUT  
 CHANGING. PLEASNT – ALSO CHANGING. NOT DEPENDING ON YOU, NOT  
 IDENTIFYING WITH YOU. YOU IDENTIFY WITH YOUR PAIN TOO MUCH!  
 LOOK AT IT FROM A DISTANCE. AND DON'T FORGET – NOTHING LAST FOR  
 EVER.

**BUT THIS PAIN IS REALY MINE. IT IS IN MY HEART. IN MY BODY -**

THIS BODY IS NOT YOURS! IT IS BORN, AGING AND DEING WITHOUY YOUR -  
 CONTROL. THE PAIN IS NOT YOURS! YOU DIDN'T WANT IT AND YOU CAN'T  
 DO ANYTHING TO STOP IT!

וכל הזמן הוא מחייך כאילו שזה חדשות טובות

YOU CAN ONLY OBSERVE IT. BUT EVEN YOUR OBSERVATION IS -  
 CHANGING. DON'T RUN AWAY FROM PAIN. YOU ARE PURIFYING YOUR MIND  
 NOW. LET IT OUT!

IT IS GOOD YOU HAVE OPORTUNITY TO OBSERVE PAIN. YOU SEE? ENDING  
 SUFFERING GOES THROUGH SUFFERING.

**BUT WHY? -**

WHY? -

**WHY? -**

WHY? WHY DOES EVERYTHING PULL YOU UP SIDE DOWN? YOU CLING TO -  
 ANYTHING! WHY ARE YOU SO ATTACHED TO SUFFERING. THE QUESTION  
 WHY WON'T HEAL YOU – OBSERVING YES! IF YOU WON'T CLING TO  
 SUFFERING IT WILL PASS. IT HAS TO. THAT'S NATURE! NOW GO BACK TO  
 YOUR ROOM AND MEDITATE!! AND DON'T FORGET TO ASK FORGIVNESS  
 FRON ALL THOSE YOU'VE HEART. ESPECIALY YOUR PARENTS.

**WHAT PARENTS?? YOU DON'T UNDERSTAND – MY איזה פרנטס -  
 MOTHER...**

THERE IS NO KINDNESS LIKE PARENTS' KINDNESS. FORGIVE AND FORGET -  
 – SO IMPORTANT.

**BUT... -**

SEND LOVE AND MERRIT TO ALL LIVING CREATURES. YOU'RE NOT THE -  
 ONLY ONE TO SUFFER. LOOK – THERE IS BIG QUE OUTSIDE. NOW GO GO...  
 YOU WERE YOUR FATHER'S BELOVED DOUGHTER.

אמונה ובטחון. אמונה ובטחון. מאיפה? עמידה עמידה עמידה. פחד פחד פחד.  
 עקב. הרמה. קדימה. מנמיכה. אצבעות. עקב. הלוואי ומישהו יכול היה לתת לי יד כשאני  
 עושה מדיטציה.

אולי הייתי יכולה להציל אותך. אבל הייתי קטנה, - למה לא חיכית? חשבת שאני מספיק  
 שמחה ובטוחה בעצמי. טעית. אבא.

הביטחון הלך. גדלתי עצובה. אתה היית הכוח שלי. אתה לא יודע איך זה ילדים?  
 השארת אותי להתגעגע לאהבה גדולה מהחיים, ואין אהבה כזאת- בשום מקום,  
 אני מתגעגעת אליך. מחפשת אותך תמיד, הולכת בשבילים שלך, המטורפים, במקומות  
 בהם המציאות שבירה, אני ממציאה מציאות אחרת, ואני לא יודעת מי אני יותר.  
 מי יאהב אותי אבא?

חייבת להיות תרופה? הרי לא נולדנו לסבול ולמות בלבד.  
 הנזירים אומרים שיש יציאה מהסבל. דרך הויפסנה. ההווה... גם כן הווה... (נזכרת)  
 מחשבות. כל אלה מחשבות. מחשבות. מחשבות.

עומדת עומדת עומדת. עקב. הרמה. קדימה. נמוך. אצבעות. עקב. חרדה חרדה חרדה.  
 פשוט ככה. אימה אימה אימה. אני אמשיך ויהי מה. כמה שאוכל.  
 אין ברירה, אתה הלכת, אני נשארתי ואין מי שיציל אותי.  
 לא נחלתי את המורשת. אני פוחדת מדם.  
 עומדת. עומדת. עומדת. מעלה קיטור. עקב. הרמה- אתה לא מצאת אפשרות, אבל אני  
 אולי כן ואני חייבת להמר עליה. אני יודעת שזה נשמע פתטי, נירוונה, וכל המילים  
 המזרחיות אבל אני נשבעת שלפעמים הסתכלתי מהצד על הכעס, על הכאב והמחשבות,  
 והרגשתי חופש... לרגע... אבל הרגשתי. מחשבות מחשבות. אמונה ובטחון לולי, עומדת  
 עומדת עומדת.  
 מחשבות מחשבות. יו כמה מחשבות, כאילו שנה לא הפסקתי לחשוב.  
 זוועה. היי... יש לי נשימה.  
 הם באמת יודעים משהו המזרחיים האלו. מחשבות מחשבות מחשבות. עקב, מרימה,  
 קדימה, נמוך, אצבעות, עקב...  
 אני מצטערת, אבל הייתי רק ילדה. קצת תובענית. שאלתי הרבה שאלות, חשבתי רק על  
 עצמי, ולא היה לי מושג. אבל מאוחר. מאוחר מדי אבא..  
 לך, עזוב אותי, תן לי להיות לבד. אני ילדה גדולה, אני לבד. אתה לבד. איפה שלא תהיה.  
 אני מתפללת שזה לא שורף שם מידי.  
 מאוחר מדי. מאוחר מדי אבא, עצב, עצב, עצב. עומדת. סלח לי, (צלצול שעון).  
 נתראה בגילגול הבא.  
 אני מבקשת סליחה. מבקשת סליחה ממך אבא. ואני סולחת לך שעזבת אותי שהייתי  
 מאד... קטנה. וממך אמא, שהאשמתי אותך - שלא הבנתי... שדרשתי...  
 ואני סולחת לך שלא יכולת לתת לי מה שרציתי...  
 אני סולחת לעצמי, שאני מענה את עצמי, שאני מרגישה רע על כל דבר רע שעשיתי.  
 שאני לא מושלמת. אני מבקשת סליחה מעצמי על כל הטעויות והשטויות. ועל הבחורים  
 שאני מוצאת לי. אני מבקשת סליחה, ממך, ששברתי לך את הלב יום יום, ושום דבר לא  
 היה מספיק טוב בשבילי. אני מתנצלת שאני לא שמחה באושרך עם הפ-...חברה שלך,  
 ואני מתנצלת שאני מקווה שתסבלו ותיפרדו.

אני סולחת לך שהצלחת ללכת ממני ולמצוא מישהי שתאהב אותך גם כשאתה איתה.  
אני שולחת אהבה לקמבודים, לסינים שהורסים את טיבט, לטיבטים, למרוקאים,  
לפלשתינאים, לכלבים החולים במנזר, לנמלים בבית השימוש, למצורעים ולמדוכאים,  
למצריים ומדינות ערב, לאמריקאיים, לחסרי בית, שכולם יהיו מאושרים. ויחיו בשלום  
וביטחון.

הלוואי ואהיה מאושרת. הלוואי ואהיה שלוה. הלוואי ואהיה בריאה, הלוואי ואהיה  
מוגנת מצרות, ממזל רע, ממשכות רעות, מנקמה. הלוואי ואהיה שמחה. הלוואי ואהיה  
משוחררת מסבל.

פנימה. החוצה. שומעת. מה, היא עושה כביסה בצהריים? סחתיין עלייך שכנתי.  
שתהיי משוחררת מסבל אחותי, ראיתי אותך כשהלכתי למורה, מחכה לתורך, הלוואי  
והייתי יפה כמוך, שלוה, ונקייה.. - קנאה. אני לא יודעת מה עובר עלייך, אבל כאן בסדר.  
לילה שקט עובר על כוחותינו. תמשיכי, אל תתייאשי, עוד לא הגעת לדטרמיניישן. בודהה  
יודע מה הוא אומר. כעס? לא. מחשבות. רוח נעימה. נעים. פנימה החוצה.

(שקט)

אני לא חושבת שאהפוך לנזירה. נזירים צריכים לקום נורא מוקדם בבוקר. עוד יש  
לי את החלומות שלי, אולי מישהו בסוף יאהב אותי?  
מחשבה. פנימה. החוצה. אני לא אוותר. אני אשאר בכל מקום, עד הרגע האחרון. אני לא  
נכנעת. תרגיש טוב. פשוט תסתכל על הנשימה. זה לא כל כך מסובך.  
למרות שיש רגעים....

(שקט)

תודה בודהה

(משתחוה)