

## על בדידות

אני חושב שזו מחלה מטורפת ואנומליה (מצב שהתקבע) מטורפת ואין לי מושג מה עושים לגביה. הבדידות נמצאת בעבודה. הבדידות נמצאת בבית. הבדידות נמצאת בין חברים שלא מוצאים זמן אחד לשני. הבדידות נמצאת בפחדים. הבדידות נמצאת ברכושנות של אדם על חברו

ברכושנות של אישה על בעלה, ובעל על אישתו.

או שאתה לבד לגמרי, או שאתה לבד עם אדם 1 בחיך, עם איסור להיות של אחרים.

גם בתוך מערכת זוגית, המון אנשים בודדים.

המון אנשים כלואים בתהליך יומיומי חסר ריגושים ועידוד / הרמה

חיים רגילים, שהמשמעות בהם ניסתרת או קלאסית – גידול ילדים.

קשה ומאתגר לחיות לבד ממש. עם עצמך. ומשם לחפש הפגת בדידות.

לא בטוח שמנקודת הלבד שלך, הרווקות, יותר קל למצוא הפגת בדידות.

ובטוח שלפרק מערכת זוגית, כדי להפיג את הבדידות, זה קשה.

במידה רבה, זה עוד יותר קשה, כי כולם היום מפחדים להיפתח. מפחדים לתת מעצמם.

כולם חיים בסגירות ובפחד לתת, כי העולם משוגע. כי יש אנשים "שינצלו" אותי / אותך.

התרגלנו להסתגר בטיק טוק, באינסטגרם, בפייסבוק. להתכתב, בוואטס אפ.

התרגלנו / ברחנו, להתכתבות שמאחורי המקלדת.

אנו גם מתאמצים פחות אחד בשביל השני.

ועסוקים. ממש ממש עסוקים. רוב האנשים עסוקים בעבודה, בילדים, במשפחה. אין להם זמן לחברות

לחברים, לאהבה, להתאהבות, לשחק ביחד. כמו פעם בשכונה. או כמו היום – לרוץ, לשחות, אולי ספורט ביחד

שהפך להיות מרכיב החברות מס' 1 – קבוצות ספורט, קבוצת ריצה או שחיה.

הקבוצות הפכו לקבוצת תמיכה. למשפחה. קבוצות הספורט.

כי קשה להכיר. כי קשה להתחבר. קשה לשחרר. וכולם מפחדים להגיד: אני רוצה אותך. אני רוצה להיות חבר

שלך. או ידיד/ה. וכל העולם של אדם לחברו ובמיוחד זכר-נקבה, אחרי עידן ה Me to, נזהר מאי הבנה.

העולם של היכרויות הפך במידה רבה ל-"שוק בשר" (ציטוט) של ימינה/שמאלה על מסכים, ומשם, האמונה

שאפשר להיות ידידי אמת, ירדה. נעלמה.

במקביל, ככל שאנו הופכים להיות אנשים מורכבים יותר, כי העולם מאפשר מורכבויות וזהויות משבצות שונות, אז

אנו מרגישים אוטוטיידרים. מחוץ למסגרת. חייזרים. לא מובנים. מתגנבת תחושה ש"אי אפשר להבין אותי".

ש"אף אחד לא מבין אותי". מפה, האמונה למצוא חבר, חברה, או אדם שיבין וייתן תחושה של "אני לא לבד", זה

קשה.

תחושה נוספת מוכרת, זה שיש לי להקה, יש לך להקה, של אנשים מאותו ראש, רק שהם מפוזרים בארץ. אחד באשקלון. שניים בעכו. אחד בכפר סבא. ועוד כמה בתל אביב. אנחנו "באותו ראש" רק לא באותה עיר חחח ו/או לא יודעים בכלל אחד על השני. כשאתה פוגש מישהו בראש שלך, לפעמים יש תחושה מיידית, ש-זה זה. שזה אותו ראש או Vibe. אבל אז האדם הזה גר בעיר אחרת, או שקשה שוב, להתקרב אליו. אותה חיה. אותה להקה, שוב, בלתי מושגת.

עם השנים האכזבות של היכרות שלא עובדת או לא נמשכת כל כך גדולות, שהאדם נכנס למצב הימנעות, "למידת הימנעות" קוראים לזה בפסיכולוגיה. אתה כבר לא מנסה, מרים ידיים, לא מוכן יותר להיכנס לניסוי נוסף, כי כבר נכווית מספיק. נכווית יותר מדי פעמים.

איך שוברים את זה?

איך מנצחים את זה? לא יודע.

אני רק יודע שאם לא נטפל בזה, אז אנו נידונים לחיים של פשרה גדולה מאוד

לחיים ללא ריגושים ו HIGH

לחיים ללא תשוקה וללא המרכיב המטעין מס' 1 של בני האדם והוא אהבה.

יש כאלה שיגידו שזה גורל האדם

שיצא לעולם בודד

ויסיים את העולם בודד

אבל אני לא חושב ככה.

אני חושב שאנו חייבים למצוא מודלים של היכרות

מודלים של להיות ביחד

מודלים של ידידות

שבהם יש לאנשים יכולת להיות מחוברים חזק יותר אחד לשני

ולנצח את הבדידות.

