



# משמעות

## פתח דבר

ד"ר פנינית רוסוֹנצ'ר

כאן תמצא בכל אבן

גם שרידי חלומות

כאן נושאים את הסבל

בתוך סל השמחות

כאן שותים את הצער

בגביעי אהבה

(מתוך "אני גרה מול המים", מאת יוסי בנאי)

המשמעות בחיים. המאמר הראשון, "משמעות במפת הפסיכותרפיה: תאוריה, מחקר ויישום" שכתבתי, מהווה מעין מבוא להיכרות עם הנושא, ומציג הגדרות מקובלות וסקירה קצרה של המחקר וההשתמעויות היישומיות והטיפוליות בתחום. המאמר השני, "משמעות בחיים כגורם מגן מפני התמכרות בקרב בני נוער" שכתב ד"ר ירון סלע, מדגיש את חשיבותה של משמעות בחיים בגיל ההתבגרות בכלל ובהקשר של התמכרויות בפרט. במאמר השלישי, "על האומץ לחשב מסלול מחדש", רועי סמנה מציע התבוננות מבעד לפריזמה פסיכואנליטית ואקזיסטנציאליסטית על סטייה מהנתיב וחשיבותה לחיים מלאים ומשמעותיים. המאמר הרביעי, שכתב תומר הרן, "למצוא משמעות בין כותלי בית הסוהר: מיינדפולנס בראייה בודהיסטית", מצביע על חשיבות הנוכחות למציאת משמעות גם במצבים מאתגרים. המאמר החמישי של אנה גלמן, "משמעויות החיים", מביא התבוננות לאקזיסטנציאלית על שאלת המשמעות. המאמר השישי, "ניהול מקדם משמעות" של ד"ר דנה פרג, מביא את הזווית של משמעות בעולם העבודה ומציע פעולות מקדמות משמעות עבור מנהלים. המאמר השביעי, של דוד מעוז ישראל, "שירת הברבור של החולה הנוטה למות", עוסק בשאלת משמעות החיים בצל סופיותם, בגישתם של קאמי ופראנקל. תודה לדוד מעוז ישראל על הסיוע והשותפות בעריכת הגיליון, ולמחברים ולמחברות שנענו ושיתפו בהצצה לעולמם האישי והטיפול.

תודה חמה למערכת פסיכואקטואליה ולהסתדרות הפסיכולוגים בישראל על פתיחת המרחב החשוב לעיסוק בנושא. כולי תקווה שהקריאה בגיליון תעורר בכם השראה ועניין, ובעיקר תפגיש אתכם מחדש עם אותן שאלות מהותיות המחברות בינינו ברמה האנושית והקיומית.

השיר הזה של יוסי בנאי ז"ל מתייחס לשילוב המורכב של חיינו כאן, אבל למעשה גם משקף אמת עמוקה של החיים האנושיים בכלל - היופי שאפשר למצוא גם במקומות לא צפויים, השמחה השזורה בפגיעות ובכאב, והאמונה שקיים ניצוץ של אור גם במקומות החשוכים ביותר. זו תמצית היכולת האנושית לבחור ביש גם בתוך האין, לבחור להתבונן באומץ לחיים בעיניים על כל מורכבותם וגם טרגיותם, ולמצוא בהם משמעות על אף טבעם החולף.

השילוב המורכב הזה בלט גם בתקופה האחרונה שבה הקורונה הגיעה בסערה לחיינו והביאה איתה ערעור של המבנים היציבים והמוכרים שנותנים לנו סדר, שייכות ופשר בחיינו. תקופה זו טלטלה את המטרות והתוכניות שלנו לעתיד, והציפה שאלות קיומיות מהותיות באשר לאופן בו אנו חיים את חיינו. לצד חוסר הוודאות והמורכבות שבה, היא הביאה גם הזדמנות ייחודית להשהות את הקצב המהיר של החיים, להיות במגע עם הפגיעות והשבריריות האנושית, ולהיווכח שתקווה ואהבה עשויות להיות מידבקות, אולי, לא פחות מפחד.

הגיליון הנוכחי עוסק בהיבט מרתק וחשוב בליבת הקיום האנושי, משמעות בחיים, מזוויות שונות המאירות את מורכבותו, ברמה התאורטית, האמפירית והיישומית. לפני שתצללו אל תוך המאמרים המגוונים שבגיליון, קחו רגע לשאול את עצמכם את שאלת ה"למה": איך אתם חווים משמעות בחייכם? מהם הדברים בחייכם שנותנים לכם משמעות? מה גורם לחייכם להיות חיים ששווה לחיות אותם?

ויקטור פראנקל אמר פעם שהחיים שואלים את האדם שאלות מכריעות, והתשובות שעונה האדם יוצרות את משמעות חייו. התשובות - המסלולים, הדרכים ומפות הניווט הן שונות ומגוונות. הגיליון הנוכחי מפגיש דרכים שונות, אופנים שונים, למפגש עם השאלה המהותית החמקמקה והאנושית כל כך - שאלת