



五

行

חמש הפאזות בפילוסופיה הסינית

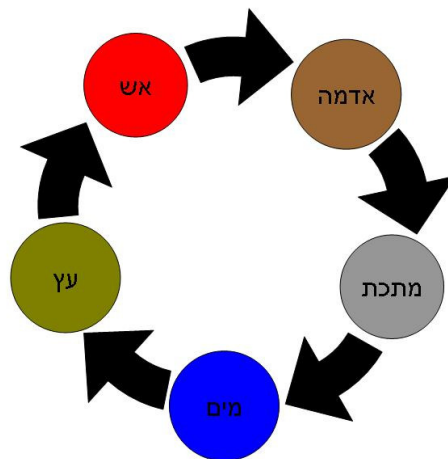
מאת : צחי שוחט

חמש הפאזות (wu xin) במנדרינית) הן תפישה סינית של מערכת איכויות ותהליכים, המציגים את תנועת היצירה של היקום. הן התפתחו במקביל להתפתחות התרבות הסינית וקשה לתארך מתי תועדו לראשונה, אך ניתן למצוא להן אזכורים כבר מלפני חמשת אלפים שנים. הן המשך לתהליך הבריאה שמתחיל מהיין והיאנג ובבנה כך: ה"אחד" הוא הדאו או הווג'י – האיין/האין-סוף המוחלט. ה"שניים" הם הטאי-ג'י-היין והיאנג – העליונים המוחלטים, יוצרי השמיים והארץ. ה"שלושה" – הם השמיים (יאנג) האדמה (יין) ומה שביניהם. ה"ארבעה" – ה"גדולים" הם הדאו, השמיים האדמה והאדם. ה"חמישה" – הם היסודות או האיכויות המרכיבים את הקיים תחת השמיים: **עץ, אש, אדמה, מתכת ומים.**

אציין כי לרוב משתמשים במושג "חמשת היסודות", בשביל לתאר מערכת זו, אך המילה "יסודות" מאוד מגבילה את התפישה המלאה שלה. לכן נכון יותר להשתמש במושגים – חמשת השינויים וחמש הפאזות. אם כן, חמשת הפאזות מרכיבות את יצירת הטבע החומרי ביקום ובעיקר את זה שמתחת לשמיים. הן מתארות גם את תהליכי השינוי והתנועה של הטבע. את חמש הפאזות ותהליכי השינוי ביניהן, מחלקים לשני מעגלים המראים קשר בלתי נפרד ביניהן. הם נקראים מעגל ההזנה ומעגל הבקרה. אציג אותם כאן ואשתמש במילה "יסוד".

מעגל ההזנה:

משקף את הקשר בו כל יסוד מזין ותומך ביסוד שאחריו. הסינים מתארים מערכת יחסים זו כמערכת יחסים בן אם לבנה, כך שכל יסוד הוא ה"אם" של יסוד אחד וה"בן" של יסוד אחר. עוד ניתן לומר, כי כל יסוד הוא חוליה בשרשרת וכל שינוי בו, משפיע בתגובה על כל המעגל.

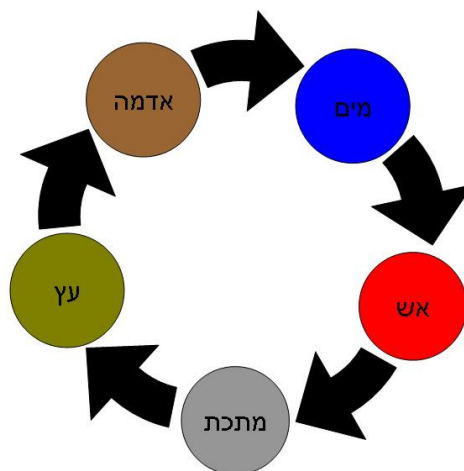


מעגל ההזנה

באיור ניתן לראות את הקשרים המזינים בין היסודות: המים מזינים את העץ ועוזרים לו לצמוח; העץ מזין את האש ומקיים אותה; האש מזינה את האדמה באפר שהופך לעפר; האדמה מכילה את המינרלים-ביניהם המתכת ועל המתכת נוצרים מים כשהיא מתקררת.

מעגל הבקרה:

משקף את הקשר בו כל יסוד מְוֹסֵת יסוד אחר הקשור אליו ומוֹסֵת בעצמו, על ידי יסוד אחר. הויסות מאזן את הצמיחה הנוצרת במעגל התמיכה, יוצר גבולות ומסגרת יציבה, בלעדיהם הקיום יתפשט ללא שליטה. מעגל הבקרה מוצג לפנינו. גם בו ניתן לראות את קשר השרשרת הבלתי נפרד.



מעגל הבקרה

באיור ניתן לראות את הקשרים המגבילים בין היסודות: למים יכולת לכבות את האש; לאש יכולת להמיס את המתכת; למתכת יכולת לחתוך ולעצב את העץ; העץ יכול לעצור אדמה נסחפת והאדמה נותנת למים את מסלול זרימתם.

חמש הפאזות הן כלי שימושי, מסורתי בתרבות הסינית. הן משמשות להיערכות לזמנים ולעונות, לבניה ועיצוב של חללים, להכוונת אסטרולוגית, לפסיכולוגיה, להלחנה, לבניית אסטרטגיות לחימה ולפוליטיקה ולטיפולים פיזיים ונפשיים - ברפואה הסינית קיים שימוש נרחב ביותר באבחון וטיפול באמצעות הידע הרב הטמון בחמש הפאזות.

האדם וחמש הפאזות

התפישה הסינית רואה באדם יקום קטן, וכיצירה שמתחת לשמיים, גם הוא מכיל את תופעת חמשת הפאזות. הן באות לידי ביטוי באישיותו, במבנה גופו ובתפקוד אבריו הפנימיים - כשלכל פאזה משויכים איבר וְאוּ רַקְמָה בְּגוֹף, המזונים ומתפקדים לפי איכותה. ברפואה הסינית מתייחסים לצורך באיזון שבין היין והיאנג, על מנת לשמור על בריאות טובה. בהתייחסות לחמש הפאזות, בנוסף לאיזון יש צורך בתנועה מלאה בכל פאזה והאיבר המשויך לה, בזרימה בינה לבין הפאזות קשורות אליה ובסופו של דבר חשוב שתהיה יחסיות נכונה בין כל הפאזות.

הטבלה הבאה מתארת את הקשרים בין הפאזות, הטבע והאדם:

טבלת מאפייני הפאזות

פאזה	עץ	אש	אדמה	מתכת	מים
איבר יין (מלא)	כבד	לב	טחול	ריאות	כליות
איבר יאנג (ריק)	כיס מרה	מעיי דק	קיבה	מעיי גס	שלפוחית השתן
נפתחת אל...	עיניים	לשון	שפתיים	אף	אוזניים
נראית ב...	ציפורניים	ברק העיניים	מסת השריר	שיער גוף	שיער ראש
מתחזקת את...	גידים ורצועות	כלי דם	שרירים ושומן	עור	עצמות ושיניים
חוש	ראייה	מישוש	טעם	ריח	שמיעה
נוזלי גוף	דמעות	זיעה	רוק	נזלת	שתן
רגש יין	כעס	קינאה	טרדות/דאגה	עצב	פחד
רגש יאנג	סבלנות	שמחה	חמלה	אומץ	רגיעה
קול	רם/צעקני	צחוק	מזמר	בכייני	נאנח
טעם	חמוץ	מר	מתוק	חרוף	מלוח
ריח	מעופש	חרוף	ריחני	סרוח	רקוב
איכות מנטאלית	רגישות	יצירתיות	צלילות	אינטואיציה	ספונטניות
חומרי גוף	דם וצ'י	שן ודם	דם/צ'י/נוזלים	צ'י/נוזלים	ג'ינג'צ'י/נוזלים
חלק הנשמה	hu	shen	yi	po	zhi
אינטליגנציה	תיקון נשמתי	רגשית וחיבור למציאות	דעת/הכרה ביכולות	יצר חית'ו/ תפיסת הרגע	כוונה פנימית/ אמונה
תנועה	מעלה	מעגל אופקי	מרכזאי תנועה	ישראלפנים	מטה
צבע	ירוק	אדום	חום/צהוב	לבן	כחול/שחור
יחס יין יאנג	יאנג חדש	שיא היאנג	איזון בין היין והיאנג	יין חדש	שיא היין
תהליך	לידה וצמיחה	שיא המימוש	ציר השינוי	שחרור ואיסוף	אגירה
שלב בטבע	הנבטה	פריחה	הבשלה וקציר	קמלות	שינה
שלב בחיים	לידה וינקות	נעורים	בגרות	גיל הזהב	מוות
אנרגיה	מניעה	מתרחבת	יצבה	מתכנסת	משמרת
כיוון	מזרח	דרום	מרכז	מערב	צפון
אקלים	רוח	חום	לחות	יובש	קור
עונה	אביב	קיץ	מעבר	סתיו	חורף
זמן ביום	זריחה	צהריים	בין ערביים	שקיעה	לילה
כוכב במערכת השמש	צדק-יופיטר	מאדים-מרוס	כדור הארץ	נוגה-ונוס	חמה-מרקורי

לפי טבלה זו נוכל לדוגמה, לאפיין חמישה סוגים של בני אדם. אפיון אדם לפי הפאזות, יראה פאזה דומיננטית אחת המקבלת ביטוי גדול יותר מהאחרות והיא תגדיר איזה "טיפוס" אותו אדם. לפאזה הדומיננטית יתווספו מאפיינים מהפאזות האחרות. כל המאפיינים יחדיו, מכל הפאזות, יגדירו את אישיותו של האדם, מבנה גופו והאיכויות המניעות אותו בחיים. הנה תיאור "טיפוסים" לפי תפישת חמשת הפאזות.

מאפייני טיפוס העץ:

מבנה גופם חטוב ותמיר, פניהם מעט מחודדות, עם מצח גבוה ורחב בעל נטייה למפרצים בשיער. הלחיים שלהם בולטות ומראה פניהם ברור. הם טיפוסים אנליטיים, מאורגנים ומסודרים מאוד, המתכננים מהלכים מבעוד מועד. אסרטיביים ויזמים, יכולים לראות את הנולד, החלטיים, נחושים, יצירתיים ובעלי דמיון מפותח. הם נוטים לצבור מתחים וכעסים, עם התפרצויות זעם או הדחקה ובעלי טונוס שרירים גבוה נוטה לכיווצים. הם מניעים לצמיחה, התקדמות, ארגון, ידעו לתעל עשייה ולפרוץ החוצה ברגע הנכון. בדרך כלל הם יאהבו את הצבע הירוק, יהיו רגישים לרוח ולטעם החמוץ.

מאפייני טיפוס האש:

מבנה גופם רזה עד בינוני, עם נטייה לבטן ואגן עגלגלים, ראשם מעט מחודד, עם אוזניים בולטות מעט וגוון פניהם נוטה להיות אדמדם. הם דינמיים ומלאי חיות ושמחת חיים, טובים בתקשורת עם קהל, פועלים לרוב על-פי הרגשות והלכי ליבם במרץ ובלהיטות, תוך סחיפת הסובבים אותם. כריזמטיים, חמים, פתוחים, מלאי חיות והתלהבות בולטים מאוד בסביבתם. נוטים לאי יציבות, כמו האש. בדרך כלל יאהבו את הצבע האדום, יהיו רגישים לחום ולטעם המר.

מאפייני טיפוס האדמה:

מבנה גופם מלא ובשרני עם נטייה למאסיביות, בעלי ראש גדול, פנים עגולים, כפות רגליים רחבות, תנועתם יציבה ומעט כבדה, גוון פניהם נוטה לצהבהב. הם טיפוסים אימהיים, אמפאטיים, תומכים, אנשי משפחה חמים, בעלי צורך בחום, מגע, יציבות, סביבה תומכת ורצון להיות עם הרגליים על הקרקע. יש להם נטייה לנתינה וקבלה ללא תנאי. בדרך כלל יאהבו את הצבעים צהוב או חום, יהיו רגישים ללחות ולטעם המתוק.

טיפוסי המתכת:

מבנה גופם ארוך וצר, ראשם קטן יחסית לגוף, תווי פניהם חדות וכתפיהם מכונסות ונוטות פנימה. גוון פניהם נוטה להיות חיוור. הם אינטליגנטיים, בעלי גבולות ברורים, משמעת עצמית וביקורתיות גבוהים. הם אנשים איכותיים בעלי יכולת אבחנה חדה, חוש לאסטטיקה ועיצוב מפותחים, נטייה להקפדה לפרטים, לדייקנות עם שאיפה לשלמות. הם מודעים מאוד לסביבתם החיצונית והפנימית ונוטים לשמירה על מרחק רגשי. בדרך כלל יאהבו את הצבע הלבן, יהיו רגישים ליובש ולטעם החרף.

מאפייני טיפוס המים:

מבנה גופם עגול עם ראש ובטן גדולים, עמוד שדרה ארוך יחסית לגוף, תווי פניהם רכות ועגולות, תנועתם רכה וזורמת וגוון פניהם נוטה להיות חיוור עם כהות באזור העניים. הם טיפוסים אמורפיים, סתגלניים מאוד, מתאימים עצמם לסביבתם ובעלי נטייה להיות חמקמקים ונחבאים לכלים. הם אנשים עקביים עם שלוה וסבלנות רבה המתבטאת גם בעקשנות, מפלסים דרכם תוך שימוש באמביציה, נחישות ויכולת התמדה מפותחת. הם בעלי יכולת התבוננות עמוקה המאפשרת להם להגיע לעומקם של דברים. בעלי עולם פנימי מאוד מפותח, מיומנות, מצוינות ויכולת חשיבה גבוהה, שורדים, בעלי כוח רצון ונחישות. בדרך כלל הם יאהבו את הצבעים שחור או כחול, יהיו רגישים לקור ולטעם המלוח.