

## ההסבר המודרני לגווי

הקונפליקט שליווה אותי בתחילת השימוש בנקודות הגווי  
הלך והתעצם ככל שמצאתי בנקודות אלו  
כלי טיפולי מהמעלה הראשונה

התוצאות המיידיות  
היציבות של הטיפול  
ואחוז ההצלחה הגבוה  
רק הגבירו את הצורך לגשר על הפער  
בין התפישה ההגיונית מדעית של העת המודרנית  
והתפישה העתיקה של רוחות ושדים

האפשרות שהניחה את דעתי  
הייתה ההנחה שמה שנחשב בעת העתיקה  
כחדירה של ישות חיצונית לגוף  
הגורמת לחוסר שליטה של האדם במצבו  
דומה למצב בו נמצא אדם הסובל מטראומה  
ואכן מבחינה פסיכולוגית מערבית  
יש קשר בין חוסרי איזון רגשיים וטראומות

ככל שמדובר בטראומה  
זהו מצב בו האדם לרגע  
מאבד את האחיזה במציאות  
כי הוא מוצף ברגש שלילי מאוד חזק ומטלטל  
בהלה פחד כעס דאגה

כאשר האירוע הטראומטי נרגע  
ישנן שתי אפשרויות  
באפשרות הראשונה  
האדם מצליח להתגבר על הטראומה  
ואז הוא בעצם מתחזק  
הוא חווה חוויה קשה  
אך הצליח להתגבר על הטלטלה ולחזור לעצמו  
בפעם הבאה בה הוא יחווה טראומה דומה  
הוא כבר יהיה מוכן יותר להתמודדות

האירוע הטראומטי  
חיסן את האדם ברובד הרגשי  
כדומה להתנהלות של המערכת החיסונית התאית  
המערכת החיסונית נתקלת בפתוגן חיצוני  
חיידק ווירוס או כל פתוגן אחר  
היא זוכרת את הפתוגן  
ובפעם הבאה התגובה היא פחות מופתעת  
ויותר אפקטיבית

באפשרות השנייה  
האדם לא מצליח להתגבר על הטראומה  
כי הטראומה היא מאוד עוצמתית  
או כי הוא חלש מסיבה כלשהי  
והוא לא מצליח להתמודד עם האירוע הטראומטי  
במקרה זה מנגנון ההגנה של הגוף  
ידחיק את הטראומה  
ויכניס אותה לארון  
בשל הקושי להתמודד עמה  
כאשר הטראומה מודחקת  
למראית עין היא איננה  
והאדם יכול להמשיך בחיי היומיום  
הנוכחות של הטראומה המודחקת  
משפיעה על האדם באופן פחות גלוי  
אך מתמשך ומתמיד  
הטראומה מודחקת ומתגלה לסירוגין  
בהתאם ליכולת של האדם להדחיקה  
במצבי חולשה  
או בהתמודדות מול טראומות דומות  
הטראומה פותחת את דלת הארון ומוציאה ראש

מרגע שהטראומה הודחקה  
קשה מאוד לאדם לפתור אותה  
והוא נזקק לעזרה על מנת להתאזן  
כי הנטייה הטבעית היא לא לפתוח את הארון

להפך - האדם משקיע מאמץ רב  
על מנת לשמור את הארון סגור  
כי באופן אינסטינקטיבי  
יש לו חשש לפתוח את תיבת הפנדורה שלו עצמו  
על מנת לשמור את הארון סגור  
נדרש האדם למאמץ מתמיד  
הגורם למתח וחוסר נינוחות  
שבסופו של דבר מתיש ומחליש אותו  
עם הזמן מתפתחת חולשת צ'י  
כי ההדחקה כרוכה במאמץ מתמיד  
ולאחר מכן עלולים להופיע  
גם סימפטומים פיזיים

בטרמינולוגיה הסינית  
הטראומה גורמת לאדם  
להתנתק לרגע מהאדמה - מהמציאות  
במקרה והוא לא הצליח לעבד את הטראומה  
החזרה למציאות תהיה לא מלאה  
הקשר לאדמה הוא לא מיטבי - צ'י האדמה נחלש  
חולשת האדמה היא מרכיב בסיסי בבעיות רגשיות  
והיא מזמינה את הקשר הרופף למציאות  
בכל הקשור לרגש שיצא מאיזון  
אם אדם חווה כמעט תאונת דרכים  
הוא לא נפגע  
אך מאוד נבהל  
בימים שלאחר התאונה  
הוא עלול להיבהל יותר מהרגיל  
כוס שמתנפצת  
דלת שנטרקת  
בלון שמתפוצץ  
עלולים לגרום לו לקפוץ בבהלה שלא כהרגלו  
כי הקשר למציאות  
בכל הקשור לפחד ובהלה  
הוא רופף - צ'י האדמה חלש

בדומה

אדם שהיה בסיטואציה שגרמה לו לכעס רב ותסכול  
עלול לכעוס באופן לא פרופורציונלי  
במקרים קלים של תסכול

במקרים רבים הבעיות הרגשיות יופיעו בעקבות טראומה  
אך יש גם בעיות רגשיות שמקורן משפחתי  
ואפילו במידה מסוימת גנטי  
אך במרבית המקרים  
הבעיות הרגשיות מקורן בטראומה בעבר  
או בטראומה מתמשכת

טראומה מתמשכת היא מצב  
בו האדם סובל ממצוקה לאורך זמן  
ולא מאירוע אחד דרמטי

אלו מצבים בהם האדם סובל  
מיחס רגשי שלילי לאורך זמן  
חשש מתמיד מסיבה כלשהי  
או חשיפה לבעיה רגשית של אדם קרוב

הסבר זה על הקשר שבין טראומה וגווי מניח את הדעת  
ובמהלך השנים מצאתי אינספור מקרים  
המאששים הנחה זו

קל היה לקשור  
בין הרגע בו התחיל האדם לסבול מבעיה מסוימת  
פיזית או רגשית  
ובין אירוע רגשי טראומטי שהתחולל באותה העת

אם כך גווי בעת העתיקה  
מקביל לבעיה רגשית בשל טראומה

רוח מסמלת ניתוק מהאדמה  
חוסר יציבות ודינמיות  
לכן המונח "רוח רגשית"  
מתאים על מנת לתאר מצב של גווי (Gui)  
והוא מתאים לשימוש בלי לעורר תהיות וחוסר אמון