

# פנה הקרחת הייתה המהלך המעורר של החיים שלי

"צריך היה לפצוע את העור ובעצם לעורר את האזור המת לחיים. תוך כדי טיפול חזרה לי המודעות לאזורים הלא מודעים, עד להחלמה"

**כשהאמנית נטע הררי־נבון גילתה שהיא סובלת מאלופציה אראטה, מחלה שגורמת לנשירת שיער, היא הבינה שהגיע הזמן לטפל בטרומות שהדחיקה שנים. עכשיו, כשיש לה תערוכת יחיד חדשה והיא מציגה גם במוזיאון ישראל, היא מסוגלת לדבר על מה שעבר עליה (כולל הרגע שבו בעלה, השחקן דב נבון, דקר את כחלק מהטיפול)**

"הזוגיות שלנו עזרה לנו להיות אנשים חזקים". דב נבון

**ל**פני עשר שנים נסעה נטע הררי־נבון עם שתי חברות לסדנת יוגה ביוון ועשתה שם טיפול רוחני שנמשך שלוש שעות רצופות. "בטיפול הזה גיליתי ילדה שהיא אני ולא ידעתי על קיומה, והייתה מוסתרת ב'מרתף'", היא נזכרת. "דיברתי איתה במשך שלוש שעות והיא דיברה איתי. זה היה חזק וטוב. היא הייתה ילדה פגועה שכעסה עליי, על ההסתרה של אירועים טראומטיים שקרו לפני שנים, ואני ראיתי אותה בפעם הראשונה". כשחזרה לארץ, בתוך שבוע החלה להופיע אצלה נשירת שיער לא שגרתית. בתמימותה הלכה למספרה כדי לגזור צמות, חשבה שאולי תספורת תפתור את הבעיה. אבל אז קרה דבר מבהיל. "הספר אמר לי, 'מאמי, כפרה, תראי מה יש לך'".

## ריפוי ללא קורטיזון

את הסיפור הזה מספרת האמנית נטע הררי־נבון (52) בהרצאתה "על החיים והציר", שבה היא מדברת על פריצתה כאמנית בשנים האחרונות, על החיים לצד בעל מפורסם, השחקן דב נבון, וגם מה שקרה לה כשטרומות הילדות המודרות חקות שלה התפרצו בעקבות אלופציה אראטה, מחלה אוטואימונית שבה מערכת החיסון תוקפת את זיקי השיער. החולה הכי מפורסם בה כרגע הוא רוי, בנה של השחקנית והרוגמנית רוגית יורקביץ. נכון להיום אין תרופה למחלה. צמיחה חוזרת או שירה נוספת יכולות להתרחש באופן לא צפוי.

הררי־נבון גדלה ביהוד, בתם הבכורה מבין ארבעה של רחל קלר ז"ל, עולה מביאליסטוק, בת לניצולי שואה, ולמנשה הררי, בן לעור לים מתימן שנוולד בתל־אביב למשפחה דתית שניהלה בית כנסת. היא זוכרת את עצמה בילדותה עוזרת לסבה לנקות את

עזרת הנשים ומגישה למתפללים ערק בסיום התפילה. תיכון עשתה בתלמה ילון, בהמשך למדה אמנות בבצלאל אך פרשה כעבור שנה ועשתה תואר ראשון בתיאטרון באוניברסיטת תל־אביב. היא למדה גם אמנות במדרשת בית ברל, ומשנת 2000 הציגה חמש תערוכות יחיד והשתתפה בעשר תערוכות קבוצתיות. החודש נפתחה תערוכת יחיד שלה בגלריה "זימאק" בתל־אביב, ועבודה שלה מוצגת כעת במוזיאון ישראל בירושלים (עד סוף אוגוסט).

במשך תקופה עבדה בבית הספר לנוער בסיכון ברנקו וייס ברמלה, לימדה בסמינר הקיבוצים, עשתה תואר שני בפסיכותרפיה באמנות במכללת דוד ילון, כולל התמחות במרפאה הפסיכיאטרית לילד ולמתבגר של בית החולים תל־שמר. כיום היא מלמדת ציור ורישום בבצלאל, ומדברת גם שם על הקשר בין האמנות לפצעי החיים, כך שהיו לה כלים מקצועיים להבין מה קרה לה כשגילתה את הקרחת.

בשבועות שאחרי הגילוי פנתה הררי־נבון לכמה רופאים מומחים ושמעה דברים שלא הפתיעו אותה. "הבנתי שזו מחלה שיושבת על טראומה ושתוך זמן קצר כל שערות הגוף יכולות לנשור לצמיתות. גם אצלי המחלה התפרצה על רקע נפשי, ידעתי שאני הולכת לפגוש בתוכי משהו מודחק, ובעצם חיכיתי לראות אותו במציאות. מאז ראיתי את האלופציה על תינוקות ועל שחקניות שמסתירות אותה על הבמה".

**פחדת להתקרה לחלוטין?**  
"כן. הייתי מבוהלת. האימה הזו הובילה אותי להתמודד עם טראומות שעד אז הודחקו. זה התחיל את תהליך ההחלמה מסיפור הילדות שלי. עוד אז ציינתי את האזורים המודחקים. כשהקרחת הופיעה, זה היה המהלך המעורר של החיים שלי. קרחת את לא יכולה להסתיר. את יכולה לשחק אותה במציאות אישה מצליחה ומאושרת ולא להסתכל על אזורי ההדחקה, אבל יש רגע שבו את מוכרחה לטפל בעצמך. בכל משבר כזה טמונים זרעי ההחלמה".

הרופאים המליצו לה ללכת על טיפול קורטיזון קלאסי, אבל היא סירבה. "היה לי ברור שזה נפשי. עשיתי דיקור עם מחטים סטריליות כדי לעורר את





הגוף ההורים שם דם".

● **דקרת את ראשך לבר?**

"לא. דבל'ה עוזר לי. כשהילדות שלנו הלכו לישון הוא היה דוקר את הקרחת בסיכות. צריך היה לפצוע את העור ובעצם לעורר את האזור המת לחיים. תוך כדי טיפול חזרה לי המודעות לאזורים הלא מודעים, עד להחלמה".

● **במה לא טיפלת קודם?**

הררי משתתקת. "אני מספרת בהרצאה

לו, 'תקשיב, אתה חייב לעלות איתי לירושלים, אני פוגש שם את אשתי' (צוחקת). לא יודעת איך הוא ידע את זה. דבל'ה מחובר לעצמו. זה שכנע את איצ'ו, שהוא חבר נפש שלו עד היום. כשהגעתי לסט לא ממש התעניינתי בו. "אני זוכרת שקראו לי למכונית שבה הוא התארגן, ואמרו לי, השחקן לא רוצה את הבגד הזה, הוא לא מרוצה, וכשאני באתי, הוא אמר, 'אני לא רוצה את הבגד הזה' ודי השתולל. אמרתי,

## אנשים רצו לדעת, 'רגע, הרומן שלך, שדבל'ה מדבר עליו במופע שלו, היה או לא היה?'. הטקסט על המאהב זה ביני ובין דבל'ה. שנינו משוגעים, ומבינים את שפת השיגעון אחד של השני"

'טוב, תעשה מה שאתה רוצה'. לא שיתפתי פעולה עם הנסיכות שלו. כנראה שם היה הרגע שהוא הבין שאני זו אני ופשוט התלבש עליי".

כשרב נבון הפך כמה שנים אחר כך לכוכב, בזכות "החמישייה הקאמרית", הם כבר היו ווג נשוי. בנותיהם עתליה-שירה (23) ותמר-הילי נולדו במרוצת השנים. הררי-נבון חיפשה את דרכה האמנותית, למדה אצל הרבנית ימי" מה אביטל (שגם נתנה את השם לבתה הבכור רה והייתה עם דבל'ה על הקו במהלך הלידה).

"כציירת צעירה דבל'ה איפשר לי תהליכי גרילה והתפתחות ממושכים וארוכים, כולל תקופות ארוכות שבהן לא פרנסתי והייתי בחוסר וראות מקצועי ואישי. הוא איפשר לי את הקצב שלי והאמין בי מההתחלה. זו התמיכה הכי גדולה,

על האזורים הלא מדוברים", היא מבקשת לא לחשוף לפרטי פרטים את הסודות שנגלים לשומרי עי ההרצאה. "זה היה מורכב. לא היה אירוע אחד. גרלתי בבית של אמה שכבא עם אזורי ההשתקה שלה כבת לניצולי שואה וגם לאבא שבא עם אזורי ההשתקה שלו כתלמיד ישיבה. לא היה קל. דימוי הנשית שלי היה מורכב מאזורים מנותקים זה מזה. הקרחת אילצה אותי לטפל בהם".

● **המחלה נבלמה?**

"אחרי שנה התחיל לצמוח שיער. תשמעי, אני הכרתי את הקרחת הזו עוד לפני שהיא הופיעה, רואים גם בציורים שלי את האזורים הקירחים המנותקים בתוכי, וכשהם התגלו במציאות, קרה הנס של הריפוי".

הנס התרחש בסטודיו שלה. "ציירתי חברה שנפצעה בכריכה, הפנים שלה הת' נגשו בקרקעית והיא יצאה מרממת. כשציירתי אותה ראיתי את הכאב שלה והתחברתי לכאב שלי, והתח' לתי להרגיש עקצוצים באזור הקר' חת. יש קשר בין הלא מודע והאזורים שהצויר מובר אותם ובין המציאות. זה היה הרגע של השינוי, אבל קרם לו חיבור שלי לעצמי".

### זכות סרט סטודנטים

היא הייתה בת 21, סטודנטית בבצלאל, כשי' פגשה את דב נבון, שמבוגר ממנה ב-11 שנה. היא גרה אז בירושלים עם שותפה, הבמאית יעל אלרוד שהייתה סטודנטית לקולנוע, ונבון השתתף בסרט סטודנטים שלה. הררי עשתה לה ארט לטרט ("לא ראיתי את הסרט עד היום", היא צוחקת). אחרי כמה חודשים נבון-הררי עזבה את בצלאל בעקבות משבר פנימי שלה, עברה ליריה של נבון בתל-אביב והם מתגוררים בעיר עד היום.

● **בעלך סיפר בעבר בריאיון שהוא סימן אותך מהרגע שנפגשתם.**

"סימן? למה הוא התכוון?"

● **כנראה רצה לכבוש את לבך.**

"(צוחקת) טוב, דבל'ה הוא באמת איש חודר מטרה. הסיפור הוא שאיצ'ו אביטל, שגם שיחק בסרט, בכלל לא רצה לשחק בו, אבל דבל'ה אמר

חופש יצירתי. הוא מעולם לא יגיד לי מה לצייר, ואני לא אגיד לו מה לכתוב".

● **לא היו קטעים שביקשת שלא יכנסו למו-פע? בסוף את חיה בישראל ואנשים שואלים שאלות.**

"היו טקסטים על הבנות שביקשתי שיוירד. זה הכל. ההצגה שלו מעמידה אותי באופן לא נעים, כן? לא היה לי קל למרות שקראתי את הטקסטים ואני אוהבת אותם. זו הצגה מבריקה ומסמך חשוב על גבריות. אני תמיד אומרת לו, יש לך חופש יצירתי, רק תעשה את זה עד הסוף והכי טוב. אחר כך זה הפגיש אותי עם המציאות כי אנשים רצו לדעת, 'רגע, הרומן שלך היה או לא היה?'. המפגש עם אנשים היה קושי. הטקסט על המאהב זה ביני ובין דבל'ה. שנינו משוגעים, ומבינים את שפת השיגעון אחד של השני".

● **במה דב נבון האדם דומה לדמויות הנורווגיות שהוא מגלם?**

"דבל'ה ביומיום הוא אדם חזק וחכם ויציב. הוא לא קרס נפשית בקורונה, אגב, ואותי זה לא הפתיע. החזקה שלו היא בגלל שהוא לא פוחד לגעת במקומות החשופים והפגיעים".

● **איך נראה בית של שני אמנים בקורונה?**

"בקורונה היה ההלם של מחיקת המקצוע של השחקנים. הייתה תחושה שהאמנים בכלל לא נספרו מבחינת המדינה. דבל'ה לקח את זה למקום טוב. בכמה חודשים שהוא לא עבד, הוא נפגש עם הרס קלדרון ויצר את אחת ההצגות הטובות שלו בעיניי ('מילה טובה'). הצגת נוער שגם הכי מפ' נרסת אותנו. הוא הלך לבר יום-יום, אסף חברים, כולל מוריה ורחיה הבמאית, השיג מחסן ועשה חזרות לבר. בזמן שכולם היו ספונים בתוך חדרה,

### ציירתי חברה שנפצעה, הפנים שלה התנגשו בקרקעית הברכה והיא יצאה מדממת. כשציירתי אותה ראיתי את הכאב שלה והתחברתי לכאב שלי, והתחלתי להרגיש עקצוצים באזור הקרחת"

הוא עבר לעשייה. זו הצגה על הילדות שלו, על פיוס ואהבה, ראיתי וכייתי למרות שאני מכירה אותו ואת ההורים שלו 30 שנה. הוא משחק שם הכי טוב אי פעם בעיניי. בנוסף יש לו עכשיו גם הצגת יחיד, וגם את התפקיד ב'קופה ראשית'.

● **אמנות ממילא לא נספרת במדינה, והתקציב שמוקדש לה על ידי הממשלה הוא זעום, והמקצוע שלי ממילא לא היה מותנה בתקציבים וקהל.**

בסגר הראשון לימדתי ביום, ובהמשך המשאבים הנפשיים שלי התכלו ונעשיתי מיאשת. סי' רבתי ללמד כך ציור ורישום, אי-אפשר, צריך מגע בינאישי. אישרו לי ללמד בגנים ציבוריים בירושלים וגם ציירתי בסטודיו שלי.

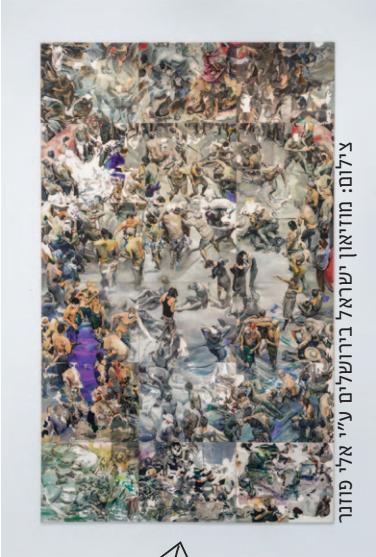
● **בנוסף, שנינו גילינו את הים, שנמצא מתחת לבית שלנו ועד אז לא היינו יורדים אליו בכזו אינטנסיביות. התחלתי לשחות גם בחורף."**

● **אתם זוג חזק.**

"הזוגיות שלנו עזרה לנו להיות אנשים חזקים גם באופן נפרד. בכל פעם אנחנו מעבירים את המטה מאחד לשני. פעם הוא חזק ואני חלשה



"כשאנשים צופים בעבודה שלי זה מציף את המצב שהיינו בו בתחילת הקורונה, סגר, הפגנות, כאוס. האדם מאבד שליטה על הזמן ועל החלל. בעבר עשיתי גם ציורים בהשראת פינוי עמונה והשטע בין האדם למדינה"



ציור: חזיון ישראל בירושלים ע"י אלי פונדו

## איזה מסר יש לך לנשים אחרות?

ההצלחה, זו שכרגע אני בתוכה, היא לא סיפור של דיסני. זה לא קו ישיר של התקדמות מנקודה לנקודה. יש תקופות של התפרקות ואיסוף מחדש, ובכל פירוק ושבר יש הזדמנות לבנות את עצמך מחדש באופן שהולם יותר את הגיל ואת המצב. מה שחלמתי בגיל 20 הוא מה שיכולתי לחלום אז. לאורך השנים הקפתי את עצמי באנשים שתומכים גם בלא-הצלחה, שתומכים בדרך שלי, והם האמינו עבורי. שכבר לא משרת אותי יותר." ■

ופעם להפך, התנועה הזו קיימת, והדבר שאני הכי יכולה להגיד עליו זה שהוא אדם תומך ומאוד אוהב. הוא אוהב לאהוב וידע להעניק לי כמויות אהבה".

### להמשיך אחרי שבע שנים

הבחירה בה להציג במוזיאון ישראל היא קפיצת מדרגה מקצועית. מדובר בציור ענק, שמן על עץ, שמורכב מ-18 לוחות עץ גדולים ונפרש על פני קיר עצום. "ההשראה היא מציורי הקיר הגדולים שנעשו בכנסיות בתקופת הבארוק והר' נסנס", היא אומרת, "זה מין תיאטרון של מצבי חיים, והרפרנס הוא גם מפסטיבל בוץ, שבהם אנשים צעירים מתקבצים בכריכות בוץ ופשוט נוגעים זה בזה, משתכשכים, קופצים ומתכסים. הבוץ משמעותי, גם הכמיהה למגע וגם המגע עצמו שלפעמים נראה מבהיל. בתוך ציור אחד קיבצתי כמה סיפורים, יש שם רמות שמתבוננת, שניים שנראים כאילו קרה להם משהו ונסוגים אחורה ורמות שנראית רוקדת".

● **למה קראת לעבודה 'יום דין'?**

"בהשראת ציורי יום הדין בשלב שבו בני האדם נורקים מגן ערן אל הגיהנום והכל נראה מאוד כאוטי. זו התנור עה שהתחילה את הציור, כאוטית, תנועה של בהלה ושל אי-סדר. אצל אנשים שצופים בעבודה זה מיד מציף את המצב שהיינו בו בתחי' לת הקורונה, סגר, הפגנות, כאוס. אלה רגעי בהלה ואנשים, כשהאדם מאבד שליטה על הזמן ועל החלל. בעבר עשיתי גם ציורים בהשראת פינוי עמונה והשטע בין האדם למי' דינה. שם זה במובהק עסק באלימות בין יושבי אותו הבית. בציור הזה אין אלימות שמופעלת כלפי מישהו אלא תיאור המקום שלנו פה.

שבע שנים לקח לעבודה הזו להבשיל. את החלק הראשון הת' חילה לצייר ב-2015, ואז החליטה לקחת פסק זמן ביצירה ולמדה טיפול באמנויות. ואז, לפני שנה וחצי, הגיעה הצעה מאמיתי מג' דלסון, אוצר האמנות הישראלית של המוזיאון. "הוא ראה בחזונו את הגודל, והחלטתי להמשיך את העבודה שהתחלתי והפסקתי. ניסיתי בה' תחלה להמשיך מהנקודה שבה נעצרתי בעבר, כשעניין אותי לגעת באנשים ובמצבים אנושיים, מה שאכן מימשתי כמטפלת ובסטאז' שעשיתי בפסיכיאטריה של תל-השומר, אבל לא הצלחתי לחזור למקום שבו הייתי באותה תקופה מבחי' נה נפשית. אמרתי לעצמי, קדימה, מה הבעיה להגדיל את העבודה? היה בי לחץ להגדיל את ה'סצנה הריאליסטית', וכשלא הצלחתי, ציירתי אחרת. חלק מהעבודה הגדולה מורכב גם מציורים שנוצרו עכשיו, שבהן הרמויות מכוסות בשכבת אקריליק לבנה ומקולפות בחלקים מסוימים, כמו פילינג. הפילינג הוא ניסיון לכסות את העבר שכבר לא משרת אותי יותר." ■