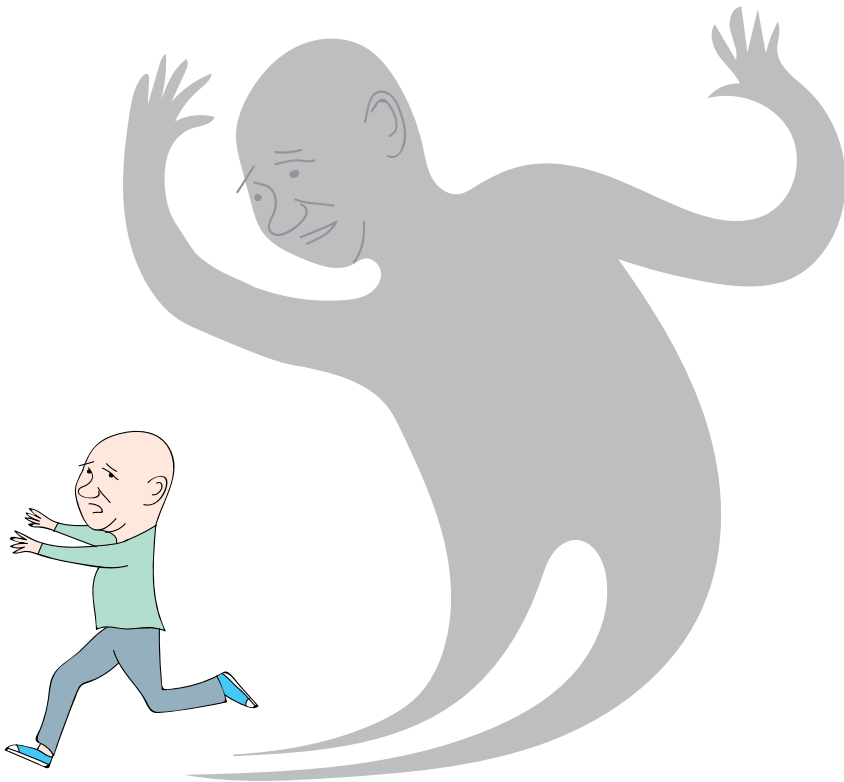


יאיר ניצני מרים גבה



המגזר החרד

היום נדמה שאם אין לך פוביה עסיסית שאפשר לנופף בה, משהו אצלך לא בסדר. קבלו רשימה מעודכנת



איור: טל זר

כשפיתית בכתבה על העכברים בפיצה, נגעלתי כמו כולם. אף אחד לא רוצה שחיות עם זנב ארוך שהרגע יצאו מחור בקיר ופחות מאמינות באמבטיה, יסתובבו לו על האוכל.

מצד שני, כשאתה אוכל פיצה פפרוני, אתה כבר בקבוצת סיכון, כי אתה לא ממש יודע מאיפה הגיע הפפרוני, ואיזו דרך הוא עשה עד שהפך לכזה. להזכירכם, גם באכילת סטייקים מעורבת חיה עם זנב, שרוב חייה ישבה בבוץ, שלא לומר בקקי של עצמה. וכחצי איטלקי, עם כל הכבוד למנה של פיצה עם נגיעות עכבר, אני מזדעזע לא פחות כשמוסיפים למאכל המסורתי תוספות מופרכות כמו אננס. הפחד של אנשים מחיות הוא לא תמיד פרופורציונלי. אני יכול להבין אדם שבורח בבהלה מפיל שדוהר לעברו ומאיים להביא לו לאטמה עם החרק, מאריה שעשוי לה שתמש בו כקינוח, או מנחש שעלול להרוג אותו אם הוא לא מצויד בחליל הודי שיגרום לו לרקוד.

אבל האימה של אנשים מחיות זעירות כמו עכברים או ג'וקים נראית לי קצת מוגזמת. העכברים די מפחדים מאיתנו, ולא ממש בעניין של לנגוס בבני אדם (אלא אם כן יש לכם ברגל אצבעות מוצרלה), והנוק הכי גדול שג'וק יכול לגרום לנו זה לשלם יותר מדי כסף למדריך. אבל כל אחד והחרדות שלו. יש לי חבר שנלחם בכמה מלחמות, שירת ביחידה מובחרת והביט לאויב בלבן של העיניים, וכשהוא רואה ג'וק, הוא עולה על כיסא וצורח לאשתו שתהרוג אותו.

מבחינתי, כל עכבר בחצר הוא לא פחות חביב ממיקי מאוס, ושום ג'וק לא יגרום לי לטפס על השולחן. גם בגלל שאני לא מפחד משטויות כמו חרקים, וגם בגלל שאני סובל מפחד גבהים. בשנים האחרונות הפחד הזה מחריף: עמידה על מרפסת בבית עם יותר משלוש קומות עושה לי בחילה ומכניסה אותי לחרדה אטומית.

לעומת זאת, אין לי שום בעיה לטוס במטוס או במסוק, למרות שאני לגמרי מבין את האנשים שמתקשים לסמוך על צינור ברזל גדול שאמור לרחף באוויר בלי ליפול, כשבתוכו 400 נוסעים וחלקם רבים עם הדיילת שתמכור להם שוקולד.

בני האדם פיתחו לעצמם במשך השנים מגוון רחב של פחדים וחרדות, הגיוניים יותר או פחות. לא בטוח שבימי הביניים היתה לאנשים, שחיו עם עשר נפשות בחדר, פריבילגיה לפתח פחד ממקומות צפופים. ספק גם אם האדם הקרמון התלונן במערה על פוביה מעכבישים.

אבל היום נראה שאם אין לך פוביה עסיסית שאפשר לנופף בה, משהו אצלך לא בסדר. בלי פוביה אתה סתם איש סטנדרטי, וככה תתקשה לבלוט בהי מון. לכן, אם עוד לא אימצתם פוביה משלכם, אתם מוזמנים לבחור את הפריט המתאים לכם מתפריט החרדות שלנו.

ארנופוביה - רתיעה מתשלום ארנונה, אגרות ומסים. פוביה שעדיין לא נמצא לה פתרון חוקי בארץ. מרבית האוכלוסייה סובלת, אבל משלמת בלי לציין

עם כל הכבוד לפוביות עצמן, המצב הקשה ביותר הוא של מי שמשלב יותר מחדר אחד. למשל, אם פיי תחת אגרנות כפייתית ואתה גם חרד מעכברים וג'וקים, יש לך באמת בעיה רצינית. אתה חייב לבחור מה פחות גרוע מבחינתך - פרידה מעיתונים ישנים או היכרות עם עכברים חדשים.

הבעיה מחריפה אם אתה גם מפחד מעכברים וגם רגיש לחתולים. בנוסף, אם אתה גם מפחד מחתונות (ע"ע) וגם סובל מפחד גבהים, צפויים לך רגעים קשים במיוחד בשלב שבו החברים השיכורים שלך יניפו אותך על כיסא בזמן שהם רוקדים לצלילי עומר אדם.

יש גם פוביות שלא מופיעות בספרות המקצועית, אבל כולכם נתקלתם בהן, והגיע הזמן להכיר בהן באופן רשמי ולתת להן שמות.

● **תרומפוביה** - אנשים שחוששים ממבקשי תרומות. הם מנתקים שיחות טלפון של עמותות וסוגרים את החלון כשהם מזהים קבצן בצומת.

במקרים קשים במיוחד, כשמתקשרים לאותם אנשים כדי לבקש תרומה למען חולים במחלה מסוימת, הם עוברים שזה לא יסתייע, כי הם עצמם סובלים ממחלה קשה - תרומפוביה.

● **חמורתפוביה** - פחד מארוחת שישי אצל ההורים של בן הזוג. סיכוי טוב שהערב יסתיים בסכסוך משפחתי כל-שהו ובנוק פסיכולוגי בלתי הפיך. ועדיין, מעטים הצליחו לקבל אישור רפואי שמשחרר מהעניין הזה.

● **ארנופוביה** - רתיעה מתשלום ארנונה, אגרות ומסים. פוביה שעדיין לא נמצא לה פתרון חוקי. מרבית האוכלוסייה סובלת, אבל משלמת בלי לציין. אם אתה סובל מאגרנות כפייתית מומלץ לא לשלם, ואז החברים מההוצאה לפועל יבואו ויפנו לך קצת חפצים מהבית.

● **ניצנופוביה** - עניין פרטי שלי. אנשים שחוששים לפגוש אותי באקראי ברחוב ומנסים להתחמק ממני, בטענה שאני נודניק, הסיפורים שלי ארוכים מדי, או שהם חייבים לי כסף. ●

yairn@israelhayom.co.il

לא מפתיע במיוחד. אני יכול להעיד על עצמי שלא פעם, אחרי מקלחת, אני זורק מבט למראה ונבהל כהוגן מהקשיש העירום שמביט בי. אני מעדיף לחסוך מכס את התיאורים ואת הפרטים הקטנים והממש קטנים.

● **גמפוביה** (פחד מחתונה) - בניגוד למה שאפשר לחשוב, החרדה הנ"ל לא נובעת מהפחד למצוא את עצמך בריקוד רכבת עם דודה רבקה, אלא מפחד ממחויבות. גם כאן אני מזדהה לגמרי. טבעי שעם כל האהבה לפרטנר, אנשים יחושו פחד לפני חתונה. הרי אם הכלה המיועדת היתה מאתגרת את בחיר ליבה המיועד ומשאירה אותו במשך שעה עם תינוק בוכה או עם מכונת כביסה פועלת, הפחד היה הופך לאימה.

מצד שני, גם אצל רווק, שהיה רגיל לחלוק את חייו עם בקבוק וויסקי ולהתעורר בכל בוקר (כלומר, צהריים) לצד חברה אחרת, זה אך טבעי שיצוץ פחד ממוסד הנישואים - מוסד מפואר, שהזיכרון הבולט שלו ממנו היה לראות את אבא שלו מסתגר מדי יום במשך חצי שעה בשירותים עם עיתון רק כדי שיהיה לו קצת שקט.

● **טכנופוביה** (פחד ממכשירים חדשים) - אנשים הלוקים בפחד ביה זו מוכרים גם בשמם הע"ממי "קשישים". חלקם ממשכים להתנהל עם טלפון נייד מתקפל משנות ה-90. אני כנראה שייך לזן מורכב יותר - טכנוטמבל: לא מפחד מטכנולוגיה, אבל אם אני מפרק מכשיר, לעולם לא אדע להרכיב אותו בחזרה. גם כשאני מקבל טלפון חדש אני בדרך כלל מקלקל אותו במהלך הכנסת הפרטים האישיים שלי ומתקשר לצוות התמיכה כמו אופידיופוב (פחד מנחשים) שראה אנקונדה.

● **אורניתפוביה** (פחד מצפורים) - הפוביה הזאת יכולה להופיע אצל מי שראה עורבים תוקפניים או צפה בסרטו של היצ'קוק "הציפורים". בכלל, סרטים יכולים לייצר פחדים, ולא סתם נכנס ללקסיקון הביטוי "אכל סרט".