

שלל גוני החורף

עם בוא עונת החורף מתעוררות בכל אחד מאיתנו מחשבות, תחושות והרגשות שונות. יש שמבחינים בקרן שמש המפציעה מבעד לעננים, בצבעי פירות ההדר והפרחים, בפיסת שמים תכלכלה שמציעה או ברגבים החומים של שדות מעובדים. הם מתרגשים מהגשם שמרווה את הצמחייה ומנקה את האוויר ושמחים להתכנס ולהתכרבל בחום הבית עם משקה מהביל. הם בוחרים לחוות את החורף על כל גווניו.

אחרים מאפשרים לגוני האפור והשחור שבשמים לצבוע בצבע קודר את נשמתם ולהכניס דכדוך למצב רוחם ולרגשותיהם. הם מסתגרים בעצמם, מהורהרים וחסרי אנרגיה, וכמהים להיכנס לתרדמת חורף ארוכה ולהקיץ ממנה רק כשהאביב יחזור לשלוט עם שלל צבעיו וריחותיו.

הכמיהה לשנת החורף מייצגת את הנטייה לראות את המצב כמשהו שלילי שאינו טוב ומתאים ומעורר עצב. זהו רצון לברוח מהתמודדות עם תחושות אי נוחות ומועקה שמתעוררות בנו. ואולם, בריחה כזאת עוצרת בעדנו מלזהות את הזמניות של החורף ואת השפע שהוא מביא עמו - הגשם והחיות, שהכרחיים לפריחתו הרעננה של האביב. "הצבע של החורף הוא בדמיון", אמרה טרי גילמטס (Terri Guillemets).

**יפעת סיגן ברעם. מאמנת להגשמת שינויים
באמצע החיים**