אבל היתה שם אהבה

עיצוב זיכרון השואה

עורכות: מיכל גוברין, דנה פריבך־חפץ, אתי בן־זקן

אלי וקיל, נוירו־פסיכולוג קליני

זו תמונה של סבתא שלי שנהרגה במלחמת העולם השנייה בהיותה בת 41, מהפגזה של בנות הברית על הנאצים, שכבר היו בתוניסיה. היא יצאה להציל ילד שנפגע מהפגזה קודמת ואז בא מטח נוסף והיא נהרגה. מעניין שאני בכלל לא קישרתי את זה לכך שיש לי איזשהו קשר למלחמת העולם, לשואה... הצטייר לי תמיד שהשואה זה דבר של מחנות ריכוז ולא סוג כזה של פגיעה. בעצם, גם אימא שלי, ובעקבות זה, מן הסתם, גם אני באיזשהו אופן, נפגענו מההשלכות של המלחמה הזאת.

אלגרין גלידואני, תוניס,
1937 לערך

מאז שאני בקבוצת הדיון 'העברת זיכרון ובדיון' עלו בי הרהורים על תפקיד השִכחה. יש מחקרים בשנים האחרונות על אנשים עם זיכרון אבסולוטי, ואין לקנא בהם, זו תקלה במוח. אדם עם זיכרון אבסולוטי הוא תופעה מדהימה: אפשר לומר לאדם כזה תאריך, והוא יזכור בדיוק איזה יום זה היה ומה הוא עשה באותו יום לפרטי פרטים כאילו זה קרה היום או אתמול. על פניו, היינו מקנאים באנשים כאלה, אבל למעשה הם מאוד סובלים ולא יכולים לתפקד. אני חושב שגם אנחנו כעם, אם רק נשנן ונשמר את כל הפרטים, זה לא יאפשר לנו לתפקד בצורה בריאה. אנחנו צריכים לזכור את הפרטים, הם צריכים להיות ברקע שלנו, אבל צריך לחלץ מהם את המשמעויות, ללכת אל מעבר לזיכרונות המאוד ספציפיים אל התמונה הגדולה. והתמונה הגדולה היא שלהבין ולהיזכר זה לא רק לדעת מה קרה אז, אלא לחשוב, מה זה אומר לי היום? מה אִפשר שעם מסוים ירצה להכחיד עם אחר, או עמים אחרים? עלינו לחשוב במושגים של כאן ועכשיו, מה זה אומר לי כישראלי, כאדם שחי במדינה ריבונית ועצמאית עם כוח ויכולת, מדינה שיש בה מיעוטים. לראות את התמונה הגדולה זה לצאת מהעבר ולהעביר את המשמעויות שלו להווה שלנו כאן.

זיכרון ושִכחה מהפרט אל הכלל: השלכות על זיכרון השואה

אלי וקיל

מבוא

במאמר זה נעשה ניסיון להקיש מהידע הרב שהצטבר לגבי תהליכי הזיכרון של הפרט על תהליכי הזיכרון של חברה בכלל ועל זיכרון השואה בפרט. המוקד הִנו היבטים שונים של תהליכי זיכרון תקינים שנחקרו בבני אדם. עיקר עיסוקם של חוקרי הזיכרון הוא בניסיון להבין את התהליכים הקוגניטיביים, המוחיים והביולוגיים של התופעה. לשאלת **מטרות הזיכרון** החוקרים יכולים רק להעלות השערות. בחלק הראשון ננסה להעלות מגוון השערות לתשובות אפשריות לשאלה לשם מה אנחנו זוכרים, תחילה ברמת הפרט ואז ברמת הקולקטיב ובהשלכות שיש לכך על זיכרון השואה. בחלק השני נעסוק בשלוש תופעות שונות היכולות להתפרש כמגבלות הזיכרון האנושי, אך בעצם ניתן לראותן כמשקפות את **הגמישות של הזיכרון האנושי**: הטיות זיכרון, גיבוש מחדש (reconsolidation) ושִכחה. תופעות אלו מעידות על כך שבשונה מהזיכרון הדיגיטלי, שבו נשמר במחשב כל המידע שקודדנו, הזיכרון האנושי לכאורה אינו 'מושלם' מאחר שהוא פגיע ובר שינוי. הדעה הרווחת בקרב מרבית חוקרי הזיכרון היא כי תהליך ההיזכרות אינו דומה כלל לתהליך שליפה של קובץ מהמחשב – היזכרות הִנה בעצם תהליך של בנייה מחדש (reconstruction) של הזיכרון, שעובר מסננות של האדם הזוכר ומושפע מההקשר, ולכן יש שונות בין אנשים בזכירת הפרטים של אותו אירוע שחוו. גם כאן, נעלה השערות לגבי תפקידם וחיוניותם של תהליכים אלו לפרט, ונקיש מכך על תפקידם החיוני גם בזיכרון קולקטיבי כגון זה של השואה.

מטרות הזיכרון

המחקרים בעשורים האחרונים מצביעים על כך שהזיכרון אינו עשוי מקשה אחת, אלא מורכב מסוגים שונים של זיכרון המעובדים באזורים שונים של המוח. כמו תהליכים קוגניטיביים מורכבים אחרים, פועל הזיכרון כרשת עצבית מסונכרנת הפרושה על פני אזורים נרחבים במוח, על מנת לאפשר את ביצועו של תהליך מורכב זה. למרות העיסוק הרב בזיכרון, הן ברמת הפרט והן ברמת הכלל, על פי רוב לא ניתנת הדעת על השאלה מה מטרתו או משמעותו – לשם מה מעלים את זיכרונו של אדם קרוב שאינו עוד אתנו, או נזכרים באירוע שהתרחש בעבר? מחקר הזיכרון עוסק בניסיון להבין את מרכיבי הזיכרון וסוגיו, ואת הקשר של אלו לאזורים מוחיים שונים. לגבי מטרת או מטרות הזיכרון, יכולים המדענים רק להעלות השערות מבלי יכולת להוכיח את נכונותן באופן חד משמעי. אעלה כאן מספר מטרות אפשריות לזיכרון, שאינן סותרות אלא משלימות זו את זו; ואולי האתגר הוא לאזן ולמצוא את המינון הנכון בין מטרות הזיכרון השונות. וכיוון שמאבק בשִכחה אינו רק ברמה הפרטנית

אלא גם ברמה של חברה ואף של עם, הרי מתוך מטרות הזיכרון של הפרט אנסה להציע גם תובנות לגבי מטרות הזיכרון של חברה בכלל, ולגבי זיכרון השואה בפרט.

(א) מטרה ראשונה: ערך הישרדותי

הזיכרון מאפשר לאדם להימנע ממצבים, מקומות או אנשים אשר גרמו לו בעבר לאי נחת, לכאב, או שהיוו סכנה לקיומו. באותו האופן, מנווט הזיכרון את האדם לחבור ולהסתייע בגורמים שהסבו לו נחת וסייעו בהישרדותו. זוהי כנראה מטרה בסיסית וחיונית של הזיכרון שאינה ייחודית רק לאדם: גם בעלי חיים נמנעים באופן אינסטינקטיבי ממקומות שהיוו עבורם סכנה, וזוכרים לחזור למקומות שבהם מצאו או הסתירו בעבר מזון (כפי שנוהגות למשל ציפורים). ראוי לציין, שאצל האדם משרת הזיכרון את ההישרדות הן בצורה שכלתנית ומודעת (כאשר מחליטים להימנע מפעילות מסוימת כיון שבהתנסות קודמת עלתה תחושת איום), והן בצורה אינסטינקטיבית בדומה לבעלי חיים (כאשר הגוף משדר מצוקה וחרדה בקרבת מקום בו נחווה איום קיומי). הדוגמה הבולטת לכך הִנה תגובה פוסט־טראומטית, שבה אדם נכנס למצב מצוקה בהיתקלות עם כל דבר המזכיר את הטראומה, במישרין או בעקיפין.

מתעוררת השאלה האם בדומה לפרט, ישנו ערך הישרדותי לחוויות העבר גם לעם? כמו אצל הפרט, זהו אינסטינקט בסיסי ולגיטימי שגם חברה תדאג בראש ובראשונה להישרדותה. לכן יש מקום לקבל בהבנה את עמדתם של מנהיגים שראו לנגד עיניהם את הצורך בביצור חוסנה הביטחוני של מדינת ישראל כאחד מלקחי השואה. הד לכך ניתן למצוא בביטוי 'לא עוד', המצוטט על ידי מנהיגים בהזדמנויות שונות כביטוי לצורך בחוסן צבאי כאחד מלקחי השואה; כפי שכתב רב־אלוף גבי אשכנזי בספר המבקרים בעת ביקורו במחנה אושוויץ ב־2008: "באתי כרמטכ"ל צה"ל ערב יום השואה וערב יום העצמאות השישים למדינה,לומר – לעולם לא עוד. לעולם לא יביטו יהודים במבט מבועת מבעד לגדרות תיל חסרי אונים. באנו לזכור ולא לשכוח, ולומר להם ולזכרם – לעולם לא עוד."[33] ואולם, כאשר פוליטיקאים עושים בדאגה להישרדות שימוש מניפולטיבי על מנת לשרת אינטרסים זרים משלהם, יש חשש שהדגשת ערך ההישרדות בלבד עלול להתדרדר לטיפוח רגשות נקם ושנאה לא רק למי שנתפס כמאיים על קיומנו אלא גם לזר ולשונה שבקרבנו.

החשש שהובא לעיל הוא אולי מה שהביא, בין השאר, את ההיסטוריון ניצול השואה יהודה אלקנה לכתוב 'בזכות השִכחה':[34]

> איני רואה סכנה גדולה יותר לעתידה של מדינת ישראל מאשר העובדה שהשואה הוחדרה בשיטתיות ובעוצמה לתודעתו של כל הציבור הישראלי. בפעם הראשונה אני מבין את חומרת מעשינו, כאשר במשך עשרות שנים שלחנו כל ילד וילד בישראל לבקר שוב ושוב ב'יד ושם'. מה רצינו שילדים רכים יעשו בחוויה הזאת? דקלמנו באטימות מוחין ואף באטימות לב, ומבלי לפרש – 'זכור!' לשם מה? מה אמור הילד לעשות בזיכרונות אלה? בעבור רבים מאוד תמונות הזוועה עשויות להתפרש כקריאה לשנאה. 'זכור' יכול להתפרש כקריאה לשנאה מתמשכת ועיוורת. עלינו לשכוח. איני רואה היום תפקיד פוליטי וחינוכי חשוב יותר למנהיגי האומה הזאת מאשר להתייצב לצד החיים, להתמסר לבניית עתידנו, ולא לעסוק, השכם והערב, בסמלים, בטקסים ובלקחי השואה. עליהם לשרש את שליטתו של ה'זכור' ההיסטורי על חיינו.

(ב) מטרה שנייה: לקח מוסרי

הזיכרון מאפשר הפקת לקחים לא רק מההיבט ההישרדותי, אלא גם מההיבט המוסרי מבחינת גיבוש התנהגות ראויה. זוהי מטרת זיכרון שככל הנראה ייחודית רק לאדם, כיוון שהיא דורשת לעתים ללכת כנגד הדחפים ההישרדותיים והאינסטינקטיביים. כך למשל, מה יעשה ילד שחווה אלימות בילדותו עם זיכרונות אלו בבגרותו? האם יסיק מכך שהדרך היעילה להשיג את מבוקשו היא אלימה? או להפך: בגלל זיכרונות הכאב הפיזי והנפשי שנגרמו לו יעשה כל מאמץ בבגרותו להימנע מאלימות כלפי אחרים? עצוב לציין, כי מרבית המחקרים מראים שילדים מוכים הופכים בבגרותם להיות הורים מכים. ניתן ללמוד מכך כי שומה על תהליך הסקת המסקנות מזיכרונות העבר להיות מלווה בהדרכה ובהכוונה על פי קוד מוסרי, מאחר שלא ניתן 'לסמוך' על התהליך הטבעי שיכוון בהכרח למסקנות הראויות.

מה בנוגע ללקחים המוסריים שלומדת חברה מזיכרונות עברה? הלקחים מהעבר אינם צפים ועולים מעצמם תוך כדי ההיזכרות במאורעות בעת קיום טקס זיכרון. מאותו מאורע עצמו עשויות אומות שונות – כמו אנשים שונים – להגיע למסקנות הפוכות, או לאמץ בו זמנית לקחים שונים; שכן למציאות חסר הכוח להכריע איזה לקח נכון וראוי ללמוד ממנה. זו החלטה ערכית של מי שעבר את החוויה (הן כפרט והן כקולקטיב). כך למשל, חוויית השעבוד והגאולה של העם העברי בארץ מצרים, לכשעצמה, היתה עשויה להוביל ללקח שעם חזק צריך לדכא את המיעוט ולמנוע ממנו להתגבש ולצבור כוח שיאפשר לו להסיר מעצמו את עול השעבוד; אך בפסוקים רבים הפזורים בתורה, ניכר שנבחר בה לקח הפוך: שיש ללמוד מהחוויה היהודית כמיעוט נרדף ומדוכא במצרים ודווקא להגן על המיעוטים והחלשים בחברה: הגר, היתום והאלמנה.[35]

האם איננו עומדים בפני דילמה דומה מול זיכרון השואה? לקח אחד שניתן להפיק ממנה הוא, כאמור, 'לא עוד' – לא נאפשר עוד מצב בו לעם אחר יהיה הכוח להכחידנו, מצב שבו גורלנו וקיומנו יהיו תלויים בעמים אחרים; ניתן להסיק מהשואה שעלינו כיהודים להיות חזקים דיינו על מנת שנוכל להגן על עצמנו מפני כל מי שבא להשמידנו, קרי: לפעול לאור מטרת ההישרדות בלבד. אבל האם אין מקום גם ללקח כדוגמת 'ואהבתם את הגר'? דווקא מכיוון שכמיעוט חווינו את העוולות והאלימות שנעשו בנו על ידי הרוב, הרי כשאנחנו הרוב החזק, האם לא נוכל להיעזר בזיכרון הקולקטיבי של קיומנו כמיעוט נרדף בכדי לגלות חמלה למיעוטים שבקרבנו ולנהוג בהם כפי שייחלנו שינהגו בנו? אכן, ברוח זו מדגישים כמה ממוזאוני השואה בעולם את החינוך לסובלנות והמלחמה בגזענות כחלק מלקחי השואה האוניברסליים; כך, למשל, מוזאון הסובלנות בלוס אנג'לס (The Museum of Tolerance – MOT), שמייסדיו מצהירים כי מטרתו לבחון את שורשי הגזענות והאפליה ברחבי העולם בדגש על ההיסטוריה של השואה.

ברוח זו כתב דוד הרטמן:[36]

> אני מאמין שהרסני להפוך את השואה לקטגוריה המארגנת השלטת של הזהות היהודית המודרנית. מסוכן, הן מוסרית הן פוליטית, שאומתנו תראה את מהותה כשארית פליטה מהשואה. הטענה שסבלנו ייחודי

> בהיסטוריה היא חסרת תוחלת ולעתים גסת רוח. גופנו ושכלנו טעמו את התוצאות המרות של אדישות אנושית ושל חוסר אנושיות. חווינו על בשרנו רוע מוסרי ואי־צדק חברתי. אבל, אל לחוויות אלו לפתותנו להתנשאות מוסרית. סבלנו ראוי שיוביל אותנו לא לצדקנות או לרחמים עצמיים, אלא להבנה מועצמת ולרגישות לגבי כל סבל אנושי [...] ישראל אינה רק תגובה לאנטישמיות מודרנית: מעל הכול היא ביטוי מודרני של ברית סיני הנצחית.

ובהמשך:

> העם היהודי לא נכנס היישר מייסורי מצרים אל ארץ ישראל. תחילה באנו אל סיני [...] בילינו שנים במדבר להשליך מעל גוינו את מעטה העבר המיוסר. רק לאחר שהתגברנו על הזיכרון המשפיל של עבדות ושל נגישות [...] באנו אל הארץ. זכר סבלות מצרים נמזג בתוך הדרישות הנורמטיביות של ברית סיני. מעולם לא התמקדנו בסבל במנותק מהשלכותיו המוסריות והנורמטיביות. הסבל היהודי לא הוליד רחמים עצמים אלא רגישות מוסרית: "ואהבתם את הגר כי גרים הייתם בארץ מצרים." אושוויץ כמו כל שאר הסבל היהודי לדורותינו – חייבת להיקלט ולהתפרש בתוך המסגרת הנורמטיבית של סיני. נתאבל לעד בזכרנו את אושוויץ. אך נבנה חברה חדשה בריאה בזכרנו את סיני.

כדוגמה נוספת ניתן להביא את הסופר אהרן אפלפלד הכותב על השואה בדרכו הייחודית, ובה לא פעם בתוך כל הרוע והזוועה שמסביב צפים ועולים החמלה והחסד שהתגלו לעיניו בזמן השואה. זה מה שנפשו של אפלפלד ראתה (או בחרה לראות), וזה מה שהוא מנסה אולי גם ללמד את קוראיו לראות.

לסיכום, ניתן לראות במטרה זו מענה לקריאתו של אלקנה בזכות השְׂכחה. במקום 'לזרוק את התינוק עם מי האמבט', ניתן בעזרת חינוך מתאים להמשיך ולעודד את זכר השואה, אך לברור את הלקחים שניתן ללמוד ממנה – לאו דווקא לקח של שנאת האחר, כי אם של חמלה על האחר.

(ג) מטרה שלישית: רציפות בזהות על־ידי קישור של העבר אל ההווה

הזיכרונות של החוויות שעברנו והידע שצברנו הם מהרכיבים המגדירים את זהותנו העצמית. השערה זו נתמכת על ידי מחקרים חדשים, שגילו כי לאנשים הסובלים מבעיות זיכרון (אמנזיה) יש קושי רב לדמיין מאורעות בעתיד. מכך הסיקו החוקרים כי אותו מנגנון המאפשר לשחזר מאורעות מהעבר הוא הוא המאפשר גם לדמיין את העתיד; כלומר, מדובר במנגנון המאפשר תנועה מנטלית על ציר הזמן מהעבר להווה ולעתיד. לאור זאת ניתן לטעון שמנגנון הזיכרון מאפשר את גיבוש הזהות העצמית לא רק על ידי חיבור העבר להווה, אלא גם לעתיד; כלומר, לצד זיכרון חוויות מהעבר ומההווה, החלומות והציפיות מהעתיד הם נדבך חשוב בתהליך גיבוש הזהות העצמית.

גם חברות ועמים מתמודדים עם גיבוש זהות עצמית מתוך אינטגרציה קולקטיבית של זיכרונות העבר עם המציאות העכשווית והציפיות מהעתיד. לכן ניתן למצוא אצל כל העמים טקסים, חגים וימי זיכרון, שמטרתם לשמר את זכר מאורעות העבר שחוותה האומה כחלק מגיבוש זהותה ככזו. גם בקרב העם היהודי מציינים מדי שנה מאורעות מהעבר הרחוק המעוררים שמחה (כגון יציאת מצרים בפסח) או עצב (כגון חורבן בית המקדש בט' באב),

בצד אֲזכור הכמיהה בשנות הגלות הרבות לשיבת ציון העתידית. גם בהיסטוריה המודרנית נוצרים, מחד גיסא, טקסים לחגוג אירועים משמחים כגון יום העצמאות, ומאידך גיסא, להנציח את זיכרונם של אירועים טראומטיים בתולדות העם כדוגמת השואה. אלו ואלו הֵנם קריטיים לגיבוש ושימור הזהות העצמית של העם, כמו גם שאיפותיו וחלומותיו לעתיד. בהקשר של זיכרון השואה ניכר במיוחד החותם שהטביעה על הזהות הלאומית היהודית; אם כי, כאמור, ראוי כי חותם זה יתאפיין בהגדרת זהותנו על ידי גיבוש שאיפותינו להיות עם סובלני, הומניסטי, נאור ורודף שלום.

(ד) מטרה רביעית: צבירת ידע

הזיכרון מאפשר צבירת ידע, ובכך מאפשר לפעול לא רק על בסיס זיכרון של חוויות הזוכר אלא גם על בסיס ידע שאנשים אחרים צברו. בלשונו של אייזק ניוטון: "אם הרחקתי לראות, הרי זה משום שעמדתי על כתפיהם של ענקים." בהקשר זה חשוב להדגיש, שהיכולת הייחודית של האדם לחשוב בצורה מופשטת וסמלית מאפשרת העברת מידע בין בני אדם לא רק בעזרת תצפית, אלא גם במגוון הצורות המאפשרות תיעוד ידע (כגון ספרים, תמונות ומחשבים) המועברים לא רק ממקום למקום אלא מדור לדור. דבר זה מאפשר ניצול ידע שנצבר במקומות מרוחקים במרחב ובזמן, כלומר בדורות קודמים ובמקומות מרוחקים. יכולת זו מאפשרת לחברה האנושית להתקדם בצעדי ענק מדור לדור באופן שכמעט שלא מתרחש אצל בעלי חיים, שהעברת המידע אצלם תלויה בהתנסות ובתצפית פיזית, ולכן הידע שלהם לא מצטבר ולא מועבר מדור לדור.

האם קיימת צבירת ידע קולקטיבי? ככל הנראה התשובה לכך חיובית. יתרה מכך, צבירת ידע חיונית לחברה לא פחות מאשר לאינדיווידואל. תיעוד האירועים שקדמו לשואה ואִפשרו אותה, כמו גם כאלו שהתחוללו במהלך השואה ולאחריה, הֵנו קריטי להבנת מה שקרה ולניסיון למנוע את הישנותה של זוועה כדוגמת השואה. גם כאן באה לידי ביטוי תרומתם של מוזאוני שואה, המגוללים את ניצני השנאה שהובילו לבסוף לשלב ההשמדה הפיזית; בין אם מדובר במחקרים מדעיים ואובייקטיביים ובין אם מדובר בכתבים אישיים וסובייקטיביים (כפי שיוסבר בחלק הבא), כל אלו מציגים צדדים שונים ואמינים של אותה תופעה נוראה, על כל השלכותיה.

כפי שניתן לראות, אכן קיימת הקבלה בין מטרות הזיכרון אצל הפרט למטרות הזיכרון של קולקטיב. כמו כן ראינו שניתן להקיש מכך על ההשלכות של זיכרון השואה עלינו כחברה. בולטת גם העובדה שמטרות הזיכרון השונות משלימות זו את זו – עלינו לדאוג להישרדותנו, אך לא רק להישרדות הפיזית אלא גם להישרדות הרוחנית, על ידי הפקת לקחים מוסריים מעוולות העבר שיסייעו לנו בגיבוש זהותנו הלאומית מתוך למידת העבר.

גמישות הזיכרון האנושי

(א) הטיות זיכרון

הטיות זיכרון נחקרו רבות בשנים האחרונות בהקשר של עדות ראייה במסגרת הליכים משפטיים, מאחר שבתחום זה להטיות בזיכרון יש השלכות על גורלם של אנשים. המחשה לחשיבות הנושא מצויה ב*פרויקט החפות*,[37] ובו נמצא כי בכ־75% ממקרי המורשעים שהתבררו בדיעבד כחפים מפשע (בעקבות בדיקות DNA למשל) התבססה ההרשעה בעיקר על עדות ראייה. בארבעת העשורים האחרונים הצטברו ראיות לכך שהטיות זיכרון עלולות להיווצר, למשל, עקב דעות קדומות; בסדרת מחקרי מעבדה הראתה החוקרת אליזבת לופטוס[38] שעדי ראייה נטו לייחס לזולת ממוצא אפרו־אמריקאי מעשי שוד או גנבה, אף על פי שהיו אלה דווקא אנשים לבנים שביצעו אותם. לופטוס אף הראתה שניתן לגרום להטיה של עדות מבלי שהעדים יהיו מודעים לכך; באחד המחקרים, צפו נבדקים בסרטון קצר שבו התנגשה מכונית אדומה במכונית כחולה, וכשהתבקשו להעריך את מהירות הנסיעה של המכונית האדומה התברר שניסוח השאלה השפיע על תשובותיהם – כאשר ניסוח השאלה היה "באיזו מהירות **התרסקה** המכונית האדומה בכחולה?" הוערכה המהירות כגבוהה יותר, לעומת מצב שבו נשאלו "באיזו מהירות **פגעה** המכונית האדומה בכחולה?".

תאוריות שונות של זיכרון ניסו להסביר כיצד מתאפשרת התופעה. מרבית התאוריות טוענות שיש להבדיל בין שני סוגי זיכרון: האחד הוא ייצוג מאוד ספציפי, פרטני (verbatim), והשני הוא כללי יותר, סכמטי ומייצג את עיקרי המידע (Gist).[39] כך, לדוגמה, ביכולתנו לזכור חתונה ספציפית שבה השתתפנו לאחרונה, ובה בעת יש לנו זיכרון יותר מופשט וסכמטי של חתונה טיפוסית, שהתהווה מחוויות חוזרות ונשנות של חתונות שיצרו במוחנו סכמה של 'חתונה' המייצגת את עיקר המאפיינים המשותפים לכל החתונות. ההטיות בזיכרון נוצרות כאשר חסרים פרטים ספציפיים של אירוע מסוים ובאופן לא מודע אנחנו משלימים את המידע החסר מהזיכרון הסכמטי של אותו סוג חוויה ומשליכים אותו על האירוע הפרטני. חשוב להבהיר שהטיות הזיכרון נוצרות כתוצאה מתהליכים קוגניטיביים היוריסטיים (כדוגמת הכללה, היקש, הפשטה, מציאת חוקיות ועוד) המשרתים אותנו בחיי היומיום והופכים את תהליכי החשיבה ליעילים ביותר ומאפשרים לנו 'לנבא' התרחשויות על בסיס זיכרון העבר; הזיכרון הסכמטי מספק רמזים ומסייע לנו לשחזר מידע ולקבל על בסיסו החלטות מהירות. כלומר: הזיכרון הִנו רישום סובייקטיבי, והפרשנות של הזוכר את מה שקלט מושפעת מתהליכים מודעים ולא מודעים: מההקשר הפיזי, הרגשי, הקוגניטיבי והתרבותי שבו הזוכר שרוי. כמובן, יש עובדות אובייקטיביות – אך הזיכרונות הם תוצר של המפגש בין המציאות ובין עולמו הפנימי של הזוכר וההקשר שבו הוא שרוי בשלב שליפת הזיכרון. אפשר שעדות לא תהיה תואמת את האמת האובייקטיבית ועם זאת בהחלט תבטא את האמת הסובייקטיבית של העד, כפי שחווה אותה, עם כל ההשלכות הרגשיות וההתנהגותיות שלה עבורו. לכן, בכל היזכרות מחדש מתרחשת בנייה מחודשת של הזיכרון (reconstruction).

המקבילה החברתית להטיות הזיכרון היא הנרטיב שחברה מספרת לעצמה. גם בזיכרון קולקטיבי, ובכלל זה עיצוב זיכרון השואה, ההיזכרות הִנה בנייה מחדש שבה מובלעות מגוון פרשנויות והשפעות חברתיות, ולאו דווקא תיאור עובדתי מדויק של כל הפרטים

ההיסטוריים. בסופו של דבר, החברה, כמו הפרט, מתנהגת על פי הסיפור או הנרטיב שהיא מספרת לעצמה על עצמה ועולמה. לכן – פרט להקשרים משפטיים – אין משמעות ממשית ואף אין צורך להבחין בין 'זיכרון' (לכאורה אובייקטיבי, שאכן התרחש במציאות) ובין 'בדיון' (סובייקטיבי, שאולי לא התרחש בדיוק באותו אופן במציאות); שניהם מבטאים את האמת של האדם או החברה שמספרים אותם.

דוגמה לכך שהנרטיב חשוב לא פחות ואולי יותר מהאמת ההיסטורית, היא דבריו של אחד העם על משה רבנו:[40]

> הרי הדבר גָלוי, שגִבורי ההיסטוריא האמיתיים, כלומר אלו שנהיו לכוחות פועלים בחיי המין האנושי לדורות, אינם כלל בריות מוחשיות שהיו במציאות באיזה זמן. כי אין לך גִבור היסטורי, שלא נצטיירה צורתו הרוחנית בדמיון העם באופן שונה לגמרי ממה שהיתה במציאות, והציור הדמיוני הזה, שיצר לו העם לפי צרכיו ונטוֹת רוחו, הוא הוא הגִבור האמיתי, שהשפעתו מַתמדת והולכת, לפעמים אלפי שנה – ולא האוֹריגינַל המוחשי, שהיה זמן קצר במציאות, והעם לא ראהו כלל כמו שהיה.

בדומה לכך, מדגיש אהרן אפלפלד את חשיבות האמנות בזיכרון השואה, ואומר:

> הרי בדרך כלל נקודת המוצא שלנו היא שהעדויות נחשבות לאותנטיות, והאמנות נחשבת להמצאה. זה לא נכון. מה שאתה רואה בדמיונותיך זה למעשה את כלל האישיות שלך יותר מאשר את הזיכרון. הזיכרון הוא רק אלמנט אחד. בשעה שאתה בודה סיטואציה כלשהי, אתה מגייס את כלל האישיות שלך. ברגע שאתה נמצא בעולם הדמיון, אתה מגלה יותר, אתה רואה יותר ומרגיש יותר.[41]

(ב) גיבוש־מחדש (Reconsolidation)

אחד מתהליכי הזיכרון המעסיק מאוד בשנים אחרונות את חוקרי הזיכרון, הן בבעלי חיים והן בבני אדם, הוא תהליך הגיבוש־מחדש. מצטברות עדויות לכך שזיכרון מאוחסן הופך להיות פחות יציב ויותר חשוף לשינויים כאשר הוא נשלף מחדש. משמעות הדבר היא שבעת השליפה מהזיכרון של מידע שאוחסן בעבר נתון מידע זה להשפעת מידע חדש שעשוי להשתלב בזה הישן. יש כיום ניסיונות לעשות בתהליך הגיבוש־מחדש שימוש קליני – למשל, בהפחתת פחד של מי שחוו אירוע מפחיד; כאשר אירוע זה מועלה מחדש למודעות ובו זמנית האדם נחשף למידע מרגיע, וכאשר תהליך זה מתרחש שוב ושוב, נוצר גיבוש־מחדש של זיכרון האירוע המאפשר אחסון בזיכרון של חוויה הנתפשת כעת כפחות מפחידה, כך שבהיזכרות הבאה לא תעורר אותה החוויה את אותו הפחד. נראה כי זהו המנגנון העומד בבסיס התערבויות פסיכולוגיות שבהן מועלות חוויות מטרידות ומכאיבות הזוכות בטיפול לפרשנות מחודשת (בשפה פסיכולוגית: reframing או relabeling), ומתגבשות מחדש בזיכרון כחוויה פחות מכאיבה או לפחות כבעלת משמעות שונה.

באותו האופן ניתן לעשות שימוש בהיזכרות־מחדש גם בזיכרון הקולקטיבי של טראומות לאומיות לצורך גיבוש־מחדש, כך שהזיכרון יעורר לא רק כאב אלא גם תחושות אחרות ברוח הדברים לעיל. למשל, אם נשכיל בימי הזיכרון לשואה ולגבורה לעסוק גם בסובלנות, בקבלת האחר ובמלחמה בגזענות הרי נעשיר בכך את הזיכרון הקולקטיבי שלנו, ונוכל להפוך את הכאב והטראומה למנגנון בונה ומעצים, לפרט ולחברה כאחד.

(ג) שִׁכחה

העובדה שהמוח האנושי חוקר ומצליח במידה רבה להבין את עצמו היא מפליאה. האם ניתן להבין כיצד האדם עושה שימוש ביכולת החשיבה שלו על מנת להבין אותה עצמה? בהתמודדות עם קושי זה במהלך ההיסטוריה של המדע נערכו השוואות בין הפעילות המוחית לבין פסגת הטכנולוגיה בכל תקופה – בתקופה שבה הניעו גלגלי המכונות את התעשייה השיח הנוירולוגי היה על 'גלגלי המוח'; כאשר הטלפון וקווי תקשורת היוו את שיא הטכנולוגיה, ההתייחסות אל המוח היתה כאל 'המתקשר הגדול'; כיום, משמש המחשב כאנלוגיה לפעילותו של המוח. אלא שכמו כל אנלוגיה היא נכונה רק עד גבול מסוים. בהקשר של תהליכי הזיכרון מגבירה השוואה זו את הרצון לשמר את הזיכרון ואת החשש מפני השִׁכחה – הנטייה הרווחת היא להתייחס אל השִׁכחה כאל תקלה בתהליך הזיכרון, שיש ללמוד לחיות אִתה כרעה הכרחית, ממש כפי שאובדן מידע מזיכרון המחשב נחשב לתקלה. האומנם? יודגש, כי איני עוסק כאן בשִׁכחה פתולוגית הנובעת מדמנציה (כגון אלצהיימר) או בפגיעות מוחיות הגורמות לאובדן זיכרון (כגון אמנזיה), אלא בתהליכי זיכרון נורמטיביים המאופיינים גם בשִׁכחה.

בשנים האחרונות מצטברות עדויות לכך שהשִׁכחה אינה תקלה בתפקוד המוח אלא תהליך מובנה בפעילותו התקינה. גם ברמה הפונקציונלית מסתבר כי לשִׁכחה תרומה חשובה לתפקודו התקין של האדם. נדגיש כאן את ההבחנה בין תרומתה של השִׁכחה מהבחינה הרגשית לבין חשיבותה מהבחינה הקוגניטיבית.

יתרונות השִׁכחה מהבחינה הרגשית – בשנים האחרונות מצטברות עדויות מחקריות המעידות כי דווקא הימנעות ממחשבות, רגשות וזיכרונות קשים של טראומה או אובדן מובילה לחוסן. נמצא שבמקרים של אובדן או התעללות בתקופת הילדות, מי שהדחיקו את זיכרונותיהם הקשים הראו פחות סימנים של מצוקה והסתגלו מהר יותר לחייהם, מיד לאחר האובדן או הטראומה ואף לאחר שנים.[42] עם זאת, יש להבהיר שאין בכך כדי לסתור את הנאמר לעיל בעניין השימוש בשיטת הגיבוש־מחדש להפחתת פחדים – יעילות הטיפול בשיטת הגיבוש־מחדש מותנית בהקפדה על תִזמון נכון ומדויק של ההתערבות הטיפולית, ולא כל חשיפה או העלאת זיכרונות מטראומה מועילה.

גם במקורות היהודיים ניתן למצוא התייחסות חיובית לשִׁכחה – יוסף ראה את הצלחתו להתגבר על געגועיו לבית אביו יעקב בעזרת השִׁכחה כדבר חיובי,[43] וגם במקורות מאוחרים יותר עומדים הוגים יהודים על יתרונותיה הרגשיים לתפקודו התקין של האדם.[44]

יתרונות השִׁכחה מהבחינה הקוגניטיבית – על אלו ניתן ללמוד מתיאורי מקרה וממחקרים שנעשו על אנשים בעלי זיכרון אוטוביוגרפי מעולה.[45] מכל המחקרים עולה תמונה די עקבית ולפיה בצד יכולתם הפנומנלית של אנשים אלו לשחזר אירועים מהעבר לפרטי פרטים, הם מתקשים מאוד בראיית המכלול של הדברים, ביצירת סכמה מופשטת מהפרטים ובזיהוי תבניות. המסקנה הנובעת ממצאים אלו היא שיכולת לחשיבה מופשטת ולזיהוי תבניות בתוך אוסף פרטים מצריכה מידה מסוימת של שִׁכחה; את 'היער' ניתן לראות רק כאשר 'העצים' נראים באופן יותר מעומעם. לכן שִׁכחה איננה רק היעדר זיכרון, אלא תהליך או כוח נגדי משלים לזיכרון, על יתרונותיו וחסרונותיו. לאור זאת ניתן לשער כי

לשִכחה הטבעית הנובעת מהגיל יש תפקיד חיוני – היא מאפשרת ראייה מופשטת יותר של המציאות, ובזכותה יכולה להתגבש חוכמת חיים על בסיס ניסיונו הרב של האדם המבוגר, שבכוחו לזהות דפוסים ותבניות מעבר לפרטים ולהבחין בין עיקר וטפל. מסקנה זו נקשרת לנכתב לעיל בעניין מטרות הזיכרון, שאחת מהן היא הפקת לקחים מהעבר לעתיד. נראה כי הפקת לקחים יכולה להתבצע רק מתוך פרספקטיבה של זמן שחלף, אשר מובילה בהכרח לשִכחה מסוימת של הפרטים ובכך מאפשרת את ראיית המכלול המסייע בתהליך.

דוגמה מרשימה לכך מהספרות היא 'פונס הזכרן' של חורחה לואיס בורחס, המתואר כבעל זיכרון פנומנלי אך גם כחסר יכולת לסנן ולהבחין מתוך עודף הפרטים בין עיקר וטפל באופן המקשה עליו להגיע לרעיונות וכללים; ובלשונו "הזיכרון שלי, אדוני, הוא כמו ערמת אשפה ענקית."[46] הד לדבר נמצא גם בדברי רבי משה טייטלבאום: "ואם כן לפי זה אם לא שיכחה לא היה מקום לחדש, אם כן השיכחה טובה גדולה שגורם חידושין בישראל שחביב לפני השי"ת יותר מהכל."[47]

כפי שהאיזון בין זיכרון ושִכחה חיוני לתפקודו של הפרט, כך הוא חיוני גם לתפקודה של אומה. שקיעה בפרטים תמנע מבט־על על המציאות, ובכך תקשה על הפקת לקחים. לכן עלינו לשאול: האם מצאנו את האיזון הנכון בין הזיכרון והשִכחה? כאן יש להזכיר את דברי יהודה אלקנה "בזכות השִכחה" – האם לא חלף די זמן אשר יאפשר לנו להביט בזיכרון השואה בפרספקטיבה רחבה? האם, למשל, לא מוטב לציין את יום הזיכרון לשואה ולגבורה מתוך לקיחת מרחק מסוים, שיאפשר עמעום של הכאב והפחתת החרדה הקיומית הנלווים לזיכרון? ואולי שחזור מוראות השואה לפרטי פרטיהם חוסם במידת מה את האפשרות להתבונן בפרספקטיבה ולהפיק ממנה את הלקחים הראויים לכאן ועכשיו?

סיכום

במאמר זה נעשה ניסיון להתבונן על זיכרון השואה מנקודת המבט של מחקר הזיכרון הפרטי והשתקפותו בזיכרון קולקטיבי. כמפורט לעיל, התבוננות זו מביאה למספר תובנות. ראשית, הצורך בהגדרת מטרות זיכרון השואה. כמו אצל הפרט כך אצל הקולקטיב, לזיכרון כמה מטרות משלימות – בצד הצורך בדאגה להישרדות הפיזית יש צורך בהפקת לקחים מוסריים מעוולות העבר לצורך הקיום הרוחני שלנו כעם; לקחים אלו גם יסמנו את יעדנו כעם מתוך למידה וחקר של העבר, כך שזהותנו הלאומית תוגדר לא רק על ידי עברנו אלא גם על ידי מה שאנחנו שואפים להיות. שנית, אצל הפרט הזיכרון הִנו תוצר של המפגש בין המציאות ובין עולמו הפנימי, ולכן בכל היזכרות־מחדש מתרחשת הבנָייה מחודשת של הזיכרון; כך גם בזיכרון קולקטיבי, שהוא הנרטיב שחברה מספרת לעצמה. לפיכך, זיכרון השואה כפי שעולה בנרטיב של קהילה, בסיפורים האישיים של הניצולים, בספרות ובאמנות, הִנו בהקשר זה 'אמת' לכל דבר, לא פחות מ'האמת האובייקטיבית' כפי שחוקרים והיסטוריונים מציגים אותה. תובנה נוספת היא לגבי תפקיד השִכחה – מסתבר שהיא חיונית לאדם, מבחינה רגשית וגם קוגניטיבית, וכך גם בזיכרון הקולקטיבי שלנו את השואה יש כיום אולי מקום למידה מסוימת של שִכחה. מהבחינה הרגשית, ריחוק מסוים מהעיסוק בפרטי זוועות השואה אולי יאפשר

עמעום של הכאב, ובכך יאפשר חיים נורמטיביים יותר והפחתת החרדה הקיומית הנלווית לכך. מהבחינה הקוגניטיבית, מבט־על מאפשר את ראיית 'היער' במחיר טשטוש 'העצים', ואולי הגיעה העת להתבונן כך בפרספקטיבה מרוחקת קמעה על השואה, דבר שיאפשר הפקת לקחים לגבי המציאות העכשווית. תהליך כזה יוכל להגביר את חוסננו הנפשי, כעם שחווה טראומה כה קשה והצליח להפוך אותה למקור של עוצמה רוחנית לא פחות מאשר עוצמה פיזית.

---

[33] וואלה!, 30.4.2008. [חזרה]

[34] אלקנה, יהודה (1988). "בזכות השכחה". הארץ. 2.3.1988.ראו: https://www.haaretz.co.il/opinions/1.1841380. [חזרה]

[35] לדוגמה: "וְגֵר לֹא תוֹנֶה וְלֹא תִלְחָצֶנּוּ כִּי גֵרִים הֱיִיתֶם בְּאֶרֶץ מִצְרָיִם" (שמות, כב, כ); "וְגֵר לֹא תִלְחָץ וְאַתֶּם יְדַעְתֶּם אֶת נֶפֶשׁ הַגֵּר כִּי גֵרִים הֱיִיתֶם בְּאֶרֶץ מִצְרָיִם" (שמות, כג, ט); "אֶזְרָח מִכֶּם יִהְיֶה לָכֶם הַגֵּר הַגָּר אִתְּכֶם וְאָהַבְתָּ לוֹ כָּמוֹךָ כִּי גֵרִים הֱיִיתֶם בְּאֶרֶץ מִצְרָיִם" (ויקרא, יט, לד); "לֹא תַטֶּה מִשְׁפַּט גֵּר יָתוֹם וְלֹא תַחֲבֹל בֶּגֶד אַלְמָנָה" (דברים, כד, יז); "וְזָכַרְתָּ כִּי עֶבֶד הָיִיתָ בְּמִצְרַיִם וַיִּפְדְּךָ ה' אֱלֹהֶיךָ מִשָּׁם עַל כֵּן אָנֹכִי מְצַוְּךָ לַעֲשׂוֹת אֶת הַדָּבָר הַזֶּה" (דברים, כד, יח). [חזרה]

[36] הרטמן, דוד (2005). "אושוויץ או סיני". עשה לבך חדרי חדרים. תרגום: יהב זוהר. תל־אביב: עם עובד. 192. [חזרה]

[37] Harrington, Roger (2017). The Innocent Project: The Search for Truth.Independently published. [חזרה]

[38] Loftus, Elizabeth F. & Palmer, John C. (1974). "Reconstruction of AutomobileDestruction: An Example of the Interaction between Language and Memory". Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior. 13 (5): 585-589. [חזרה]

[39] Reyna, Valerie F. & Brainerd, Charles J. (1995). "Fuzzy-Trace Theory: SomeFoundational Issues". Learning and Individual Differences. 7 (2): 145-162. [חזרה]

[40] גינזברג, אשר צבי [אחד העם] (1959). "משה". על פרשת דרכים. תל־אביב: דביר. [חזרה]

[41] "האמנות היא תריס בפני הבנאלי, ריאיון עם הסופר אהרן אפלפלד, ניצול שואה", ראיינו מיכל סטרנין ומרב ז'נו. לריאיון המלא ראו: אתר יד ושם, ראיונות. [חזרה]

[42] Bonanno, George A. (2004). "Loss, Trauma, and Human Resilience: Have WeUnderestimated the Human Capacity to Thrive after Extremely Aversive Events?". American Psychologist. 59 (1): 20. [חזרה]

[43] ראו: "וַיִּקְרָא יוֹסֵף אֶת שֵׁם הַבְּכוֹר מְנַשֶּׁה כִּי נַשַּׁנִי אֱלֹהִים אֶת כָּל עֲמָלִי וְאֵת כָּל בֵּית אָבִי." בראשית, מא, נא [חזרה]

[44] ראו פירוש המגיד מדובנא על הפסוק "צור ילדתך תשי" שבפרשת האזינו: "ממעלת השיכחה אשר חנן ה' את האדם, כי אם לא היה בו טבע השיכחה לא היה אדם בונה בית או נושא אישה" ([תרל"ב]. אוהל יעקב. לבוב: קוגל־לוין. 239); ר' נחמן מברסלב: "בעיני הבריות השיכחה היא חיסרון גדול, אבל בעיני היא מעלה גדולה. כי אילולא השיכחה אי אפשר היה לעשות שום דבר בעבודת ה'. אילו האדם זוכר כל מה שעבר עליו לא היה יכול כלל להתרומם לעבודה בשום אופן, שכל הדברים שעברו עליו היו מבלבלים אותו לאין שיעור" ([1961]. ירושלים: דפוס דעת. סימן כ"ו); רבנו בחיי: "ומתועלת השיכחה, כי, לולא השיכחה, לא היה נשאר האדם מבלי עצב ולא היה טורדו ממנו שום דבר משמחת עולם, ולא היה נהנה במה שמשמח אותו, כשהוא זוכר פגעי העולם" ([2012]. חובת הלבבות. תרגום: רבי יהודה איבן תיבון. ברוקלין: א. לויפער. שער ב', פרק ה'. 123). [חזרה]

[45] כגון המקרה הנדיר של אדם שזיכרונו בלתי מוגבל, המתואר בספרו של אבי הנוירופסיכולוגיה המודרנית אלכסנדר לוריא – Luria, Alexander R. (1987). The Mindof a Mnemonist: A Little Book about a Vast Memory. Trans: Lynn Solotaroff. Cambridge: Harvard University Press. [חזרה]

[46] בורחס, חורחה לואיס (1998). "פונס הזכרן". מתוך: בדיונות. תרגום: יורם ברונובסקי. תל־אביב: הספריה החדשה, הקיבוץ המאוחד. [חזרה]

[47] טייטלבאום, משה (תשע"ה). ישמח משה. ברוקלין: טייטלבוים. פרשת עקב, סעיף ח'. [חזרה]