

# הפצע הנשי

נושא מהותי העומד בבסיס העצמת האישה הוא פצע האם, הפצע של היות אישה. פצע האם מועבר לאורך דורות של נשים בחברות פטריארכליות וכולל את מכניזם ההתמודדות הלא־מתפקד לעיבוד הכאב. קשיים ואתגרים בין אימהות לבנות הם תופעה נרחבת בחברה, אך לעתים רחוקות מדברים עליהם בפתיחות. הדיבור על הכאב של פצע האם הוא בבחינת טאבו, וכך הנושא נותר חבוי בצללים, מעלה עובש ומחוץ לטווח ראייה. מדוע חשוב לנשים לרפא את פצע האם

מאת: בת'אני וובסטר | תרגום מאנגלית: יסמין ברגנר

מודעות של אמה, למשל המחשבה ש"איני טובה מספיק", היא זוכה באישורה של האם, אבל בדרך מסוימת היא בוגדת בעצמה ובפוטנציאל שלה. אם הבת אינה מפנימה את האמונות הלא מודעות של אמה על מגבלותיהן, אלא מאשררת את העוצמה ואת הפוטנציאל שלה עצמה, היא ערה לכך שיתכן כי אמה מרגישה זאת באופן לא מודע ורואה זאת כדחייה אישית. מכיוון שהבת אינה רוצה להסתכן באובדן אהבתה של האם, היא מפנימה באופן לא מודע אמונות מקטינות כסוג של "נאמנות" והישרדות רגשית. ייתכן כי נשים פוחדות לממש את מלוא הפוטנציאל שלהן עקב ההסתכנות בדחייה

תחרותיות עם נשים אחרות, חבלה עצמית, נוקשות ודומיננטיות יתר ותסמינים כגון הפרעות אכילה, דיכאון והתמכרויות.

## אמונות מקטינות

בחברה הפטריארכלית הגברית שלנו, נשים מותנות לחשוב על עצמן כפחותות ערך ביחס לגברים, כלא ראויות או כחסרות ערך. תחושת פחיתות הערך הופנמה ועוברת דרך דורות רבים מספור של נשים. האטמוספירה החברתית של דיכוי האישה מציבה את הבת בקונפליקט של מסר כפול, אם בת מפנימה את האמונות הלא

פצע האם הוא הפצע של היות אישה, המועבר לאורך דורות של נשים בחברות פטריארכליות. הוא כולל כמה היבטים: השוואה - תחושה שאיני טובה מספיק, בושה - תחושה מתמדת שמשהו לא בסדר איתי; פחיתות - תחושה שעלי להישאר קטנה כדי להישאר נאהבת; אשמה - תחושה מתמדת של אשמה על כך שאני רוצה יותר ממה שיש לי כרגע. פצע זה יכול להתבטא גם באופנים הבאים: לא לחוות את העצמי המלא שלי משום שאיני רוצה לאיים על אחרים, להיות בעלת סובלנות גבוהה להתנהגות גרועה מצד אחרים, מערכות יחסים טיפוליות,





אם בת מפנימה את האמונות הלא מודעות של אמה, היא זוכה באישורה של האם, אבל בדרך מסוימת היא בוגדת בעצמה ובפוטנציאל שלה. אם הבת אינה מפנימה את האמונות של אמה, אלא מאשררת את הפוטנציאל שלה עצמה, היא ערה לכך שייתכן כי אמה רואה זאת כדחייה אישית. מכיוון שהבת אינה רוצה להסתכן באובדן אהבתה של האם, היא מפנימה באופן לא מודע אמונות מקטינות

וכולנו נושאות את החשש שמא אנו אשמות או אחראיות לו ברמה מסוימת. בלב תחושה זו חבויה האשמה. כל זה הגיוני בהבינו את מגבלות ההתפתחות הקוגניטיבית של הילדה, הרואה עצמה כסיבת כל הדברים. אם לא נתייחס לאמונות לא מודעות אלה בבגרותנו, ייתכן שעדיין נישא אותן ונגביל את עצמנו כתוצאה מכך.

### קורבן האימהות

האמת היא שאף ילדה לא יכולה להציל את אמה. שום קורבן שבת תעשה למען אמה לא יהיה מספיק כדי לפצות על המחיר הגבוה שהאם אולי הייתה צריכה לשלם על האובדנים שחוותה בחייה, רק בשל היותה אישה ואם בחברה שלנו. עם זאת, זה מה שנשים רבות עושות למען אמן מוקדם מאוד בילדותן - הן מקבלות החלטה לא מודעת לא לנטוש את אמן ולא לבגוד בה על ידי הפיכה ל"מצליחות מדי", "חכמות מדי" או "הרפתקניות מדי". החלטה זו נעשית מתוך אהבה, נאמנות וצורך אמיתי בקבלה ובתמיכה רגשית מהאם.

נשים רבות מבלבלות בין נאמנות לאם להיותן נאמנות לפצעים שלהן, וכך לוקחות חלק פעיל בדיכוי של עצמן. דינמיקות אלה אינן מודעות ופועלות בהתמדה. גם מערכת היחסים הבריאה ביותר בין אם לבת יכולה לכלול את הדינמיקה הזאת ברמה מסוימת. בקרב בנות שאמותיהן סובלות מבעיות כגון התמכרויות או מחלות נפש, ההשלכות יכולות להיות פוגעניות מאוד ובוגדניות. על אימהות לקחת אחריות ולעבד את האובדנים שלהן. קשה עד מאוד להיות אם בחברה שלנו. החברה שלנו מכבידה מאוד על אימהות ומציעה מעט מאוד תמיכה, ורבות מגדלות את ילדיהן לבד. המסר הלא מילולי של החברה שלנו לנשים הוא: "אם אימהות קשה לך, כנראה שזה באשמתך"; "התבייש לך אם אינך 'סופר-וומן'"; "יש אימהות טבעיות' שהאימהות קלה להן,

- ### יתרונות הריפוי
- #### לריפוי פצע האם יש יתרונות רבים:
- \* אנו נהפכות למיומנות ורהוטות בניהול רגשותינו ורואות בהם מקור של תבונה וידע.
  - \* אנו יוצרות גבולות בריאים התומכים במימוש העצמיות הטובה והגבוהה ביותר שלנו.
  - \* אנו מפתחות ויוצרות "אימא פנימית" יציבה המספקת לנו אהבה בלתי מותנית, תמיכה ונחמה לחלקינו הצעירים.
  - \* אנו לומדות להכיר את עצמנו כבעלות יכולת ומסוגלות ולהאמין שהכול אפשרי. אנו פתוחות לנסים ולכל הדברים הטובים באשר הם.
  - \* אנו לומדות להיות בקשר מתמיד עם הטוב הפנימי שבתוכנו ועם יכולתנו להביא את הטוב הזה לתוך כל דבר שנבחר לעשות.
  - \* אנו מפתחות חמלה עמוקה כלפי עצמנו וכלפי אחרים.
  - \* אנו לומדות לא לקחת את עצמנו ברצינות רבה מדי, איננו זקוקות לאישורים חיצוניים כדי להרגיש בסדר ואיננו זקוקות להוכיח את עצמנו לאחרים.
  - \* אנו לומדות לבטוח בחיים שיביאו לנו את מה שאנו זקוקות לו.
  - \* אנו לומדות לחוש בטוחות בתוך עורנו ובעלות חירות לעשות כרצוננו. ועוד הרבה יותר.

באותנטיות ובשמחה. קיימים סטריאוטיפים שמנציחים את פצע האישה, ובהם: "אימא שלי הקריבה הרבה כל כך למעני, זה יהיה אנוכי מצדי לעשות את מה שהיא לא הצליחה לעשות ואיני רוצה לגרום לה להרגיש רע"; "אני חבה נאמנות לאמי, לא משנה מה, ואם אעציב או אעצבן אותה היא תחשוב שאיני מעריכה אותה". הבת עלולה לחוות פחדים ביחס למימוש הפוטנציאל שלה עקב החשש להשאיר את האם מאחור. ייתכן שהבת חוששת שהאם מאוימת על ידי חלומותיה ושאפיותיה. ייתכן שהיא חשה רגשות לא נוחים מצד אמה כגון קנאה או כעס. החששות האלה לא מודעים כלל ואינם מקבלים הכרה בצורה פתוחה או מדוברת. כולנו חשנו את הכאב שאמותינו נושאות,

מסוימת מצד האם. זה קורה מכיוון שבאופן לא מודע, הבת חשה כי העצמה מלאה של עצמה תפעיל באם תחושות של עצב או זעם בשל חלקים שהאם הייתה צריכה לוותר עליהם בחייה שלה. החמלה שלה כלפי אמה, הרצון לרצות אותה והחשש מעימות עלולים לגרום לבת לשכנע את עצמה ש"טוב יותר להתכווץ ולהיות קטנה". ההתנגדות השכיחה להתעמת עם פצע האם היא הרצון "להשאיר את העבר בעבר". ואולם, איננו יכולות באמת לברוח מהעבר או לקבור אותו. אם אנחנו נמנעות מלהתמודד עם הכאב הכרוך באחת ממערכות היחסים הקדומות והבסיסיות ביותר בחיינו, אנו מוותרות על ההזדמנות המכרעת לגלות את האמת על מי שאנחנו ולחיות את האמת הזאת

**הדרך שבה האם יכולה להימנע מלהעביר הלאה לבתה את פצעה היא להתמודד עם האבל על האובדנים שלה. כמו כן, עליה לוודא שהיא אינה נסמכת על בתה כעל המקור העיקרי לתמיכה רגשית. אימהות משחררות את בנותיהן כשהן מעבדות באופן מודע את כאבן בלי להפכו לבעיה של בנותיהן. באופן זה, הן משחררות את בנותיהן ללכת אחרי חלומותיהן ללא אשמה, בושה או תחושת מחויבות**



במסרים סותרים המחזירים בושה, אשמה או מחויבות. מסרים אלה יוצו כלל כביקורת או כמילות שבח המוחזרות לאם עצמה. בדרך כלל אין מדובר בתוכן ההצהרה, אלא באנרגיה שלה, המגלמת טינה סמויה. הדרך שבה האם יכולה להימנע מלהפנות את זעמה אל בתה ולהעביר אליה הלאה את פצע האם היא להתמודד עם האבל על האובדנים שלה. כמו כן, עליה לוודא שהיא אינה נסמכת על בתה כעל המקור העיקרי לתמיכה רגשית. על אימהות להתאבל על מה שהיה עליהן לוותר, על מה שהן רצו אך לעולם לא יהיה להן, על מה שילדיהן לעולם לא יוכלו לתת להן ועל העוול של מצבן. ואולם, זו אינה אחריותן של הבנות לפצות על העוול ועל חוסר הצדק, והן אינן צריכות לחוש מחויבות לעשות ויתורים למען אמותיהן באותו אופן. נדרשת עוצמה עילאית ויושרה כדי לעשות זאת, ואימהות זקוקות לתמיכה בתהליך. אימהות משחררות את בנותיהן כשהן מעבדות באופן מודע את כאבן בלי להפכו לבעיה של הבנות. באופן זה, הן משחררות

להתמודד עם כאבה, זוהי החלטה לא מודעת שנעשית מוקדם מאוד בחיים ועלולה לגרום לבעיות חבויות רבות הרבה יותר מאוחר בבגרות. פצע האם קיים משום שאין מקום בטוח לאימהות לעבד את הזעם שלהן על הקורבנות שנאלצו להקריב בשל דרישות החברה, ומשום שבנות עדיין חרדות באופן לא מודע מדחייה בשל הבחירה שלהן לא לעשות אותם קורבנות שעשו הדורות הקודמים. בחברה שלנו אין מקום בטוח לאם לאורר את זעמה, ולכן לעתים קרובות הזעם מתפרץ על הילדים באופן לא מודע. בת היא מטרה קלה לזעם האם משום שהיא טרם נאלצה לוותר על אישיותה למען אימהותה. הבת יכולה להזכיר לאמה את הפוטנציאל הלא ממומש שלה עצמה. כשהבת מרגישה בעלת ערך ומוכנה למרוד בחלק מהמנדטים הפטריארכליים שהאם נאלצה לבלוע, היא עלולה להפעיל את הזעם החבוי אצל האם. מובן שרוב האימהות רוצות את הטוב ביותר לבנותיהן. עם זאת, התמיכה של אימהות שלא התמודדו עם הכאב שלהן או לא השלימו עם הקורבנות שנאלצו להקריב ועיבדו אותם - תהיה מהולה

ואם אינך אחת מהן משהו כנראה לא בסדר איתך"; או "את אמורה לנהל הכול ברוגע, לגדל ילדים מחונכים, להיות מושכת מינית, להיות אשת קריירה מצליחה ולחיות בנישואים יציבים". אימהות בחברה שלנו שאכן הקריבו הרבה מאוד למען ילדיהן יכולות לחוות כדחייה התעלות של ילדיהן על החלומות שחשבו שאפשריים להן. זה יכול ליצור תחושה של "בעלות חוב" או "זכאות יתר" ורצון להכרה שמופעל על הילדים. דינמיקה זו יכולה לגרום לדור הבא של הבנות להשאיר עצמן "קטנות" מאוד כדי לאפשר לאמותיהן להמשיך לקבל אישור שהן בעלת ערך בזהותן כאם - זהות שהקריבו רבות עבורה, אך קיבלו תמורתה מעט תמיכה והכרה.

### עיבוד האובדנים

אימהות עלולות לשדר זעם עמוק כלפי ילדיהן בדרכים לא מודעות, סבלימינליות. הזעם אינו מכוון כלפי הילדים, אלא כלפי החברה הפטריארכלית, המבקשת מנשים להקריב ולהעלים את עצמן בהיותן אימהות לילדים. לילדה הזקוקה לאמה, המקריבה את עצמה כדי לעזור לאם

את בנותיהן ללכת אחרי חלומותיהן ללא אשמה, בושה או תחושת מחויבות.

## התייחסות לפצע

כשאימהות גורמות לבנותיהן מבלי דעת לחוש אחראיות לאובדנים שלהן ולחלוק עמן את כאבן, זה יוצר בלבול, כאוס וחוסר תפקוד, ומחזק את תפיסתן של הבנות שהן אינן ראיות לחלומותיהן. זה גם מחזק את תפיסתן של הבנות שהן איכשהו אשמות בכאבן של אמותיהן. תחושות אלה מטילות מום בבנות בדרכים רבות.

בקרב בנות הגדלות בחברה פטריארכלית קיימת תחושה שחובה עליהן לבחור בין "להיות מועצמת" ל"להיות נאהבת". רוב הבנות בוחרות להיות נאהבות במקום מועצמות, עקב תחושתן מבושרת הרעות שמיצוי מלא והעצמה יגרמו לאובדן, אהבה עצום מצד אנשים חשובים בחייהן, במיוחד אמותיהן. כך נשים נשארות "קטנות" ולא ממומשות, ומעבירות שלא במודע את פצע האם אל הדור הבא. לנשים יש תחושה עמומה אך בעלת עוצמה שכוחן ייפגע במערכות היחסים שלהן, והרי נשים מותנות להעריך מערכות יחסים יותר מכול. נשים נאחזות בכל פידור של מערכת היחסים שלהן בזמן שהנשמה שלהן עורגת למימוש הפוטנציאל שלהן. ואולם, האמת היא שמערכות היחסים לבדן אינן יכולות לעולם להיות תחליף הולם לרעב לחיות את החיים במלואם.

יחסי הכוח העומדים בבסיס מערכת היחסים בין אם לבתה הם טאבו והמוקד העיקרי בבסיס פצע האם. הרבה מזה יורד למחתרת עקב טאבוים וסטריאוטיפים לגבי אימהות בתרבות שלנו, כגון "כל האימהות תמיד מזינות ואוהבות", "על האימהות להימנע תמיד מלהרגיש כעס או טינה כלפי בנותיהן" ו"אימהות ובנות אמורות להיות חברות הכי טובות". הסטריאוטיפ "כל האימהות תמיד מזינות ואוהבות" מפשיט נשים מאנושיותן. מכיוון

שהחברה אינה מתירה לנשים להיות בנות אנוש מלאות, היא מצדיקה את חוסר התמיכה המלאה בנשים. האמת היא שאימהות הן בנות אדם וכולן חוות רגעים "לא אוהבים". זה אף נכון שיש אימהות שהן "לא אוהבות" רוב הזמן, בין אם בשל התמכרות, מחלות נפש או מאבקים אחרים. עד שנהיה מוכנים להתמודד עם המציאויות האלה, פצע האם יישאר בצללים וימשיך לעבור לאורך הדורות. בתוך כולנו קיימת פטריארכליות מסוימת. נדרש מאיתנו לעכל אותה אל תוכנו כדי לשרוד בתרבות שלנו. כשאנחנו מוכנות להתעמת עמה, אנו נתקלות בפטריארכליות גם באחרים, כולל באמותינו. זו יכולה להיות חוויה שוברת לב שעלינו להתמודד עמה, אלא אם כן אנחנו מוכנות להתייחס לפצע האם. אנחנו משלמות ומשלמים מחיר גבוה מאוד עבור האשליה של שקט והעצמה, עבור אי ההתמודדות עם פצע האם. מחיר אי ההתמודדות עם פצע האם הוא לחיות את חייו בתחושה עמומה ומתמדת ש"משהו לא בסדר איתי", לעולם לא למצות את הפוטנציאל הגבוה שלנו בשל פחד מכישלון או אי קבלה, לחיות לצד גבולות חלשים עם אחרים, לחוש עצמיות לא ברורה ותחושת חוסר ערך, לחוש חוסר יכולת ליצור את מה שאנחנו חפצות בו באמת, לא להרגיש שבטוח לנו "לתפוס מקום" ולתת קול לאמת שלנו, לארגן את חייו סביב "לא לטלטל את הסירה", לנקוט חבלה עצמית כשאנו על סף פריצת דרך ולחיות בציפייה מתמדת ולא מודעת לאישור ולקבלת האם לפני לקיחת אחריות בלעדית על חייו.

## נשיות שמימית

לאחרונה מתקיים שיח נרחב סביב "גילום הנשיות השמימית" (Embodying the Divine Feminine) ולהפיכה ל"אישה המתעוררת" (Awakened Woman). ואולם, איננו יכולות להיות מכל חזק

מספיק עבור הכוח של הנשיות השמימית אם טרם התייחסנו למקומות בתוכנו שבהם "גורשנו" והוגלינו מנשיות זו. בואו נודה באמת, המפגש הראשון שלנו עם "האלה" היה עם אמותינו. עד שיהיה לנו האומץ לשבור את הטאבו ולהתמודד עם הכאב שאנו חוות במערכות היחסים עם האימהות שלנו, "הנשיות השמימית" היא סתם עוד אגדה, פנטזיה על האם שאינה באה להציל אותנו. זה משאיר אותנו בחוסר בשלות רוחנית. עלינו להפריד את האם בשר ודם מהארכיטיפ כדי להיפך למוליכות אמיתיות של האנרגיה הזאת. עלינו לפרק את המבנים השגויים בתוכנו כדי שנוכל לבנות מבנים חדשים ויציבים שאפשר להיאחז בהם. עד שנעשה זאת, אנו תקועות בלימבו שבו ההעצמה שלנו היא קצרת מועד וההסבר היחיד למצבנו המביך, הקשה והכואב הוא להאשים את עצמנו. כשאנחנו נמנעות מלהכיר בהשפעה המלאה של כאב האם על חייו, אנו נשארות במידה רבה ילדות. העצמה מלאה כרוכה בהתבוננות במערכות היחסים שלנו עם אמותינו ובהפרדה אמיצה בין האמונות והערכים האינדיבידואליים שלנו לאלה שלהן. היא כרוכה בתחושת אבל על הכורח להיות עדות לכאב שהאימהות שלנו נאלצו לסבול ולעבד את הכאב הפרטי הלגיטימי שלנו שנוצר כתוצאה מכך. זה מאתגר מאוד, אך זוהי תחילתה של חירות אמיתית. ברגע שאנחנו חשות בכאב, אנו יכולות להתמירו והוא חדל מלהציב מכשולים בחייו.

## ריפוי הפצע

כשאנחנו מרפאות את פצע האם, דינמיקת יחסי הכוח מתפוגגת ומתאזנת בהדרגה משום שנשים אינן מבקשות יותר זו מזו להישאר "קטנות" כדי להקל את כאבן. הכאב הכרוך בחיים בחברה הפטריארכלית מפסיק להיות טאבו. איננו צריכות להעמיד פנים ולהתחבא מאחורי

באמצעות ריפוי הפצע, הלבבות שלנו מתבגרים מתוך מצב של התפשרות וכחד – אל רמה חדשה של אהבה ושל כוח המחברת אותנו אל הלב השמימי של החיים. פצע האם הוא הזדמנות וחניכה אל תוך הנשיות השמימית. לכן חשוב כל כך לנשים לרפא את פצע האם. הריפוי האישי וההתחברות מחדש ללבם של החיים דרך הפן הנקבי משפיעים על המכלול ותומכים באבולוציה הקולקטיבית שלנו



אשמה, אלא בתשוקה, בעוצמה, בשמחה, בביטחון עצמי ובאהבה.

\*\*\*

אצל כל אדם, פצע הלב הראשוני נפער בנוכחות האם, בנוכחות אישה. באמצעות תהליך ריפוי הפצע, הלבבות שלנו מתבגרים מתוך מצב של התפשרות, של התגוננות ופחד - אל רמה חדשה לגמרי של אהבה ושל כוח המחברת אותנו אל הלב השמימי של החיים עצמם. מנקודה זו ואילך אנחנו מחוברות לארכיטיפי הלב הקולקטיבי, השוכן במהות כל הקיים, ונהפכות לנושאות ולמשדרות של חמלה ואהבה אמיתיות שהעולם זקוק להן יותר מכול כעת. פצע האם הוא הזדמנות וחניכה אל תוך הנשיות השמימית. מסיבה זו חשוב כל כך לנשים לרפא את פצע האם. הריפוי האישי וההתחברות מחדש ללבם של החיים דרך הפן הנקבי משפיעים על המכלול ותומכים באבולוציה הקולקטיבית שלנו.

פצע האם אינו מתמקד באם, אלא קשור בעיקר ללמידה לחבק ולהכיל את עצמנו ואת המתנות שלנו בלי אשמה. אנחנו מתייחסות לפצע האם מכיוון שזהו שלב חשוב במימוש עצמי ובאמירת "כן", בלהיות אישה חזקה ועוצמתית, וזוהי הקריאה שאנו מתבקשות לעשות. הריפוי מתמקד בהכרה ובנתינת כבוד לבסיס שאמותינו נתנו לחיינו כדי שנוכל להתרכז ביצירת החיים הייחודיים והאותנטיים שבהם אנו חפצות ויודעות שביכולתנו להשיגם. ככל שאנחנו מעמיקות יותר ויותר אל תוך תהליך הריפוי, אנו מסירות בהדרגה את מסך הערפל של ההשלכות שמשאיר אותנו תקועות, ואז יכולות לראות, לאהוב ולהעריך את עצמנו ביתר בהירות. כבר איננו נושאות את כאבה של אמנו וכבר איננו שומרות את עצמנו כ"קטנות". אנחנו יכולות להתגלות בביטחון אל תוך חיינו, חמושות באנרגיה ובחיוניות ליצור את מה שאנו רוצות באמת, ללא בושה או

מסכות שווא שמסתירות את כאבנו. הכאב יכול להיחווה כלגיטימי, כמוכל, כמעובד וכמשולב ובסופו של דבר - כמותמר לחוכמה עמוקה ולעוצמה. כשנשים מתחילות לעבד את הכאב של פצע האם, אפשר ליצור להן מקומות בטוחים לבטא את האמת על כאבן ולקבל תמיכה הנדרשת עמוקות. אימהות ובנות יכולות לתקשר זו עם זו בלי לפחד שהאמת על הגשותיהן תהרוס את מערכת היחסים שלהן. הכאב אינו צריך להיות חבוי מתחת לאדמה ובתוך הצללים, שם הוא מתבטא כמניפולציות, תחרותיות ושנאה עצמית. אנחנו יכולות להתאבל על כאבנו כדי שיוכל להיפך לאהבה, שיוכלה להיפך לתמיכה ללא חת זו בזו ולקבלה עצמית עמוקה, שתשחרר אותנו להיות אותנטיות, יצירתיות ומוגשמות באופן נועז ואמיץ. כשאנו מרפאות את פצע האם, אנחנו מתחילות להבין את ההשפעה הטובה של אמותינו על ה"Well Being", על חיי ילדיה, בעיקר בינקות המוקדמת שבה האם והילד הם עדיין יחידה אחת. אמותינו יוצקות את הבסיס שממנו אנו מתפתחות. האמונות שלנו מתחילות כאמונות שלהן, ההרגלים שלנו מתחילים כהרגלים שלהן. חלק מזה הוא כל כך לא מודע ובסיסי, עד שהוא בקושי נתפס.

\* כל הזכויות שמורות לבת'אני וובסטר 2014-2016

\* קישור למאמר המקורי: [www.womboflight.com/about-the-mother-wound](http://www.womboflight.com/about-the-mother-wound)

\* בת'אני וובסטר היא מאמנת טרנספורמטיבית, מרצה בינלאומית, כותבת ומיילדת של הלב. עבודתה מתמקדת בסיוע לנשים לרפא את פצע האם ולהגשים את מלוא הפוטנציאל הנשי שלהן. היא מציעה קורסים אונליין, מנחה סדנאות ומאמנת קבוצות מנהיגות של נשים. בקרוב יצא ספרה "ריפוי פצע האם". [www.womboflight.com](http://www.womboflight.com)

\* יסמין ברגנר היא מלווה רוחנית באמצעות קעקועים, אמנית רבת-חומית וחוקרת