

2

פרק שני

"ופניו פני אריה, וקולו קול פעמונים"
כל יום נולד אדם חדש בזיכרונו.



"כולנו צאצאים של הקוף... אבל יש כאלה שזה נראה עליהם יותר." (מרק טווין)

מיליארדי אנשים חיים על פני כדור הארץ, אך כל אחד מהם שונה: ישנם אנשים גבוהים, וישנם נמוכים; לחלקם שיער שחור, ולחלקם בלונדיני או ג'נג'י; לאחד עיניים גדולות, ולאחר מלוכסנות; למי מהם אף רחב, ולמי מהם אף סולד; יש אנשים שלהם שפתיים עבות, ויש אנשים בעלי סנטר בולט, יש מי שמרכיב משקפיים, ויש מי שמגדל זקן - למעשה האפשרויות הן כמעט אינסופיות.

למרות מיליארדי האפשרויות המרתקות הללו, ברגע שנפגוש באדם חדש, הדבר הראשון שנתמקד בו, כמעט תמיד, הוא הפנים. פני האדם הן הדבר החשוב והמרתק ביותר באדם עצמו. הן מרכז ישותנו - בעזרתן אנחנו אוכלים, שותים, נושמים ומדברים; הן מהוות את הבסיס לארבעה מחמשת החושים; הן מקור הזיהוי שלנו ומקור למידע רב על האדם. מבט קצר בפניו של אדם מספק לנו מידע רב על אודותיו. אנחנו יכולים לדעת (או לנחש בקירוב) את גילו, גזעו, מינו, מה מצב רוחו, ואפילו מה מצב בריאותו.

מכל האיברים בפנים העיניים הן למעשה האיבר המושך ביותר. אנו זקוקים לראותם כי מהם למעשה אנו שואבים את מירב המידע על האדם. פליני כינה אותן 'החלון לנשמה', והן אכן משקפות רגשות כמו כעס, שמחה, בהלה; אופי, למשל טוב לב המתבטא בעיניים טובות או חוסר ביטחון המתבטא במצמוצים ובהשפלת עיניים; מחשבות כמו ספקנות או חוסר אמון המובילים להרמת גבות; התרגשות או שקר היוצרים אישונים מורחבים או שיעמום - אישונים מצומקים וכיוצא בזה.

כמו פרפר הנמשך לאור, אנחנו נמשכים לפנים כמהופנטים, בעיקר אם הן יפות מאוד, ולטעמו של מרק טווין - אם הן מכוערות מאוד.

קיים בנו, כבני אדם, רצון עז לראות פנים. את תמונת הסופר על הכריכה האחורית של הספר, את 'הפנים שמאחורי הקול', כמו קריסטין שהייתה חייבת לראות את הפנים שמאחורי המסכה של פנטום האופרה.

הסופר דניאל מקניל טוען שאפילו הביטוי 'אהבה ממבט ראשון' מתייחס, שימו לב, למילה "מבט". לא מדובר באהבה מ"שמיעה" ראשונה או מ"ריח" ראשון, על אף שלריח ולקול יש בהחלט השפעה!

ישנן אינספור דוגמאות לכך שאנשים שראו תמונת גבר או אישה התאהבו בהם מיד. בסיפורי אלף לילה ולילה, אברהים מתאהב בבחורה שהוא ראה בספר, ויוצא לחפש אחריה. טייקון הקולנוע לואיס ב' מאייר, משלישיית מטר־גולדווין־מאייר, ראה את תמונתה של מרגרט שנברג, נפל ברשתה ומיד יצא לחפש אחריה. השניים נישאו וחייו באושר שנים רבות.

שקר החן והבל היופי?

בסקר שהקיף 30,000 נשאלים, רק 18 אחוזים מהגברים ו־7 אחוזים מהנשים טענו כי המראה החיצוני שלהם אינו מעסיק אותם, כלומר, אם נאמר זאת אחרת, ל־82 אחוז מהגברים ול־93 אחוז מהנשים חשוב המראה החיצוני... אז מי שטוען כי העיקר האופי ולא היופי, לא ממש מדייק. ההוכחה הניצחת לכך היא קיומה של תעשיית קוסמטיקה משגשגת, המגלגלת מיליארדים נוכח רצונם של אנשים להיראות טוב יותר.

מייק אפ, עגילים, קעקועים - יש שלל אפשרויות לשיפור המראה החיצוני כבר אלפי שנים. המצרים הקדמונים היו הראשונים שהשתמשו במייק אפ כדי להתגונן מהשמש הלהטת בסהרה. כבר בתקופה הנאוליתית השתרשה תרבות הקעקועים. הקעקועים נועדו הן ליופי והן להעברת מסרים כגון השתייכות לקבוצה מסוימת או אזהרה - 'אל תתעסקו אתי'. תוסיפו לקעקועים מעיל עור ואפונע הרלי דיווידסון, והרי לכם מסר די ברור...

על כך אמר סיינפלד: "כולם מפגינים נגד מעילי פרווה ולא נגד מעילי עור. שניהם מאותה חיה, אבל קל יותר להיטפל לנשים זקנות במעילי פרווה מלחברת פנקיסטים במעילי עור."



יופי הוא עניין סובייקטיבי. בעוד התרבות המערבית גדלה על העיקרון כי שיניים לבנות וצחורות הן יפות, ישנם שבטים אינדיאניים בדרום אמריקה, דוגמת הנאצ'ז והצ'וקטאו

(Natchez, Choctaw), אשר צובעים את שיניהם בשחור. שיניים שחורות בעיניהם הן היופי בהתגלמותו.

הפנים הן טביעת הזהות שלנו, קו ההגנה הקדמי מפני מתחזים. לכן מדביקים תמונות שלנו על רישיונות, על דרכונים, על מסמכים שונים ועל עמודי השמל (אם עשינו משהו רע ויש פרס על ראשנו).

פנינו כל כך ייחודיות, שהמוח בדרך כלל מסוגל לזהות מיד פרצוף מוכר מבין מיליארדים. ואולם כמעט בכל סדנה ניגש אליו משתתף מערבי, ומעלה את התלונה הנפוצה:
" איך אני מבדיל בין כל הסינים/יפנים/קוריאנים הללו?"

צריך להבין שלא בגזענות מדובר כאן, כי אם בבעיה קוגניטיבית ממשית. מחקרים עולה שאנשים מגזע מסוים מתקשים יותר לזכור פרצופים של אנשים מגזע אחר².

במילים אחרות, לאנשים קל יותר לזהות ולזכור את פניהם של אנשים מאותו גזע ומוצא שאליהם הם שייכים. התופעה הזו, שנקראת בעגה המקצועית **own race bias** נכונה לכולם. למערבים קשה להבדיל בין אסיאתים, לאסיאתים קשה להבדיל בין מערבים וכו'. הסיבה לכך, ככל הנראה, היא ריחוק תרבותי והיעדר קשר יום-יומי עם אנשים מגזעים שונים, כמו גם דעות קדומות.

רובנו 'מחזיקים' בדעות קדומות כשמדובר באנשים השונים מאתנו, גם אם נדמה לנו שאנחנו פתוחים ונאורים. זו הסיבה שרובנו נתייחס בחשדנות כלפי אדם שיש לו זקן עבות וכפייה; נתבונן בסקרנות בשחום עור גבוה שלראשו רסטות ארוכות; ונחוש קרובים ליהודי החובש שטריימל שחור ומכנסיו מהודקים בתוככי גרביו או נרתעים ממנו.



אפרופו יהודים... מה הסטריאוטיפ הוויזואלי המפורסם שמודבק ליהודים מזה דורות? שהם בעלי חותם ארוך ונשרי, הלא כן?! ובכן, מחקר שנערך בשנות ה-80 בארה"ב ובפולין והקיף 2836 גברים יהודים העלה שלשמונים אחוז מהם היה אף שטוח או רגיל לחלוטין. כלומר "האף היהודי" הוא מיתוס דימיוני ודמוני, כמובן, שניתן ליהודים על ידי אנטישמים בעלי אף עקום ומוח מעוות.

2. A holistic account of the own race effect in face recognition: evidence from a cross-cultural study. J.Tanaka, M. Kiefer, C. Bukach, Cognition 93 (2004) B1-B9

נוסף על כך, אותו מחקר הראה שלאנשים שחשופים לגזעים אחרים, כמו בקשרי תרבות או עבודה, קל יותר במלאכת זכירת הפנים.

מה המסקנה?

ובכן, אדגיש בפניכם את מה שאתם יודעים זה מכבר: לא קיימת בעיה לזכור אנשים מתרבויות אחרות אם רק רוצים. הבעיה היא מנטלית בלבד. כל אדם שונה ומיוחד! אם תתבוננו היטב בעשרה סינים או יפנים תמצאו כמובן הבדל גדול מאוד ביניהם! התפיסה הסטריאוטיפית והעצלנות המנטלית גורמות לרבים לוותר על הניסיון להבדיל ביניהם.

להבדיל, אך רלוונטי באופן משעשע, באחת הסדנאות ניגשה אליי בחורה שהחלה לעבוד בחווה ושאלה: "איך אני מבדילה בין עשרות פרות?"

אל ייקל הדבר בעיניכם, כי כל פרה מקבלת לעתים טיפול שונה. יש פרות חולות, עקרות, מיוחמות, אגרסיביות, בעלות עטין אחד דלקתי שדורש אנטיביוטיקה וכו'. לרפתן או לחוואי חשוב מאוד להבדיל בין הפרות ולדעת לזהות כל אחת מהן.

אז האם כל הפרות דומות?... לא בעיני הפרים.

הנה תרגיל נחמד שיוכיח לכם שאפשר בהחלט להבדיל בין פרות, אם ממש רוצים.

התבוננו בעמוד הבא.

תגלו תמונות של שש פרות. התבוננו היטב בכל פרה במשך שלוש שניות.



כעת עברו לעמוד הבא ונסו לגלות מי מבין הפרות לא הופיעה בקבוצה הראשונה.



כפי שוודאי גיליתם, הקדשת מספר שניות להתבוננות תרמו לזיהוי הפרה החסרה. התבוננות ותשמות לב הינם תנאי הכרחי לפיתוח זיכרון טוב יותר. הבעה שונה וצורת דיבור שונה הן מרכיבים בדפוסי הזהות שלנו שאליהם יש לשים לב כשרוצים לזכור אדם. על כך כתבה הלן קלר באחד המאמרים מעוררי ההשראה שנכתבו אי פעם.

ללמוד מהלן קלר

הלן קלר, עיוורת וחירשת מלידה, פרסמה ב-'Atlantic Monthly' מאמר שכותרתו הייתה 'שלושה ימים לראות'.³

יום אחד הגיעה לביתה של קלר אחת מחברותיה.

"ספרי לי בבקשה, מה ראית בדרך?" ביקשה הלן קלר.

החברה הררה שניות ארוכות, ולבסוף פלטה בסתמיות: "שום דבר מיוחד..."

הלן קלר לא הבינה את התשובה.

כיצד ייתכן שחברתה לא ראתה שום דבר מיוחד? הלא כל דבר הוא מיוחד! אפשר להסתכל שעות על הים הכחול, על פרח אדום, על אנשים שחולפים על פנינו ברחוב!

את המאמר החליטה לכתוב מתוך נקודת הנחה, כנראה מוצדקת, שאנחנו, אלה מאתנו שאינם מוגבלים פיזית, מתייחסים לחושים שלנו כמובן מאליו.

"את היום הראשון", כתבה קלר, "הייתי מקדישה רק להתבוננות באנשים שאני אוהבת. הייתי מתבוננת היטב בצבע העיניים, בהבעות הפנים, בתנועות הידיים... למען ייחרטו הדברים בזיכרוני לנצח..."

אכן, עצה טובה לכולנו. עלינו להתבונן היטב באנשים שאנו רוצים לזכור, ולשאול את עצמנו מה השונה והמיוחד בהם, כי כל אדם הוא שונה ומיוחד!



הקומיקאי ג'ורג' קרלין התבדח בעניין:

"כדי לתת תחושה טובה לילדים אומרים להם ש'כל ילד הוא שונה ומיוחד'. אותי מעניין לדעת דבר אחד - באיזה שלב בחיים אנו הופכים מילד 'שונה ומיוחד' למבוגר 'רגיל ומשעמם'?"

³ Three Days to See - Helen Keller, Atlantic Monthly, Jan. 1933 - www.afb.org

סריקת עין מול סריקת מוח

מבט חטוף באדם שלא מעניין אותנו ייקלט באופן מוגבל בזיכרונו, גם אם לזמן קצר. אם האדם שמולנו מעניין אותנו מסיבה כלשהי, עינינו יסרקו כל תו בפניו ויטביעו את דמותו עמוק בזיכרון. זאת הסיבה שבגללה אנו זוכרים מצוין את פניהם של סלבריטאים - הם מעניינים אותנו!

אם ג'וליה רוברטס תחלוף על פנינו ברחוב, מיד נשים לב אליה. אם יוסף כהן מאגף המכס של אשדוד יחלוף על פנינו, מן הסתם זה לא יקרה.

הכלל הראשון לזכירת אנשים הוא **תשומת לב ועניין**.

אם ברצוננו לזכור אנשים - עלינו לשים לב ולהתעניין בהם בכנות! הרגילו עצמכם לשאלה קבועה, שאותה עליכם לשאול בבואכם לפגוש אדם חדש. תשאלו את עצמכם בלב: "מה שונה ומיוחד בו?" כי כאמור, כל אדם שונה ומיוחד. השאלה הזו מביאה **למודעות ולריכוז**, והיא תזכיר לנו כי יש לנו מטרה! - לזכור היטב את האדם שמולנו.

התבוננו היטב במראה הפנים, במראה הגוף, הקשיבו לקול של האדם (כי לכל אדם 'טביעת קול' שונה). היעזרו אפילו בריח שהאדם מדיף - ריח טוב של בושם או ריח חמוץ של זעה. אל תתביישו! שימוש בכל החושים מטביע זיכרון חזק יותר.

(ישנו כמובן גם חוש הטעם, אבל בשלב זה ליקוק אנשים במטרה לזכור אותם לא יתקבל בהבנה...).

בקיצור, חשבו כמו הלן קלר - באירוע חדש יש לכם 30 שניות בממוצע על מנת להטביע את מראה האדם בזיכרוכם לנצח. עליכם לרכז את כל החושים והאינטואיציות, לשאוב את מרב המידע על האדם ב-30 השניות הללו.

איך עושים זאת באופן מעשי ויעיל? על כך בפרק **להכיר אנשים על מנת לזכור אותם**.

בינתיים זכרו את הכלל הגדול ביותר לזכירת אנשים - **לשים לב לפרטים הקשורים באדם ולגלות עניין כן ואמתי**.