

השראה

פול דר ופריסים מאוסף הבאטמן שלו. "מסקרן אותי לראות באטמן אמיתי בפועלה"

כאלה כמעט מדי לילה. לפי זו, ההמשכיות הזאת, העקביות של הכוח, הן שמזייבות את האימונים הארוכים. "יש שלושה אספקטים לאימונים: יכולות פיזיות, אימוני מיומנות וניסיון. תקופה של 3–5 שנים תדרש כדי להגיע ליכולת פיזית מק סימלית, ועוד 6–12 שנים יידרשו כדי לחדר את המיומנויות באומנויות לחימה. לאחר מכן יודקק באטמן לניסיון: עוד 6–8 שנים כדי להשיג את קור הרוח והחן שלהם הוא זקוק כדי לעמוד במשימת ההגנה על גותהם סיטי ועל עצמו".

איך היא ייראה, בטרם הופיע הזח?

"תנוני ההתחלה של באטמן בקומיקס הם גובה 1.82 מטר ומשקל של 83 ק"ג. לפי חישובי, אחרי האימונים יהיה משקלו 95 ק"ג, מהם 18 כ"ג שרירים. חלק נוסף מהעלייה במשקל נובע מהתחזקות העצמות והתעבותן".

מוכה, עגום ומלא אגו

מה קורה לכן אדם שמבלה 18 שנה, מאז ילדותו המוקדמת, באימונים פיזיים שרובם כוללים מכות? בררך כלל לא יוצא ממנו אכיר, אלא משהו הרבה יותר אפל. "הס' כנה בכל הבעיטות והמכות הללו אינה רק פיזית", מודה דר, "אלא גם מנטלית. יש מחקרים שקשרים בין שיעורי דיכאון גבוהים בקרב שחקני פוטבול לכמות החבטות וועועי המוח שהם חווים. אולי זאת הסיבה שבאטמן טיפוס כה עגום ורציני, בייחוד אם אתה משלב את זה עם חיים ליליים".

איך אדם כזה יכול להתמודד עם הלחץ הפסיכולוגי והדמנטלי שבריוך בחיים שבחר לעצמו?

"הוא צריך להאמין במה שהוא עושה. המערכת המרטרית שלו צריכה להתאים לתפקידו כמוסת של צדק וציד פושעים. אחד מכלי הנשק החוקים של באטמן הוא הפחד שהוא מעורר באיביו. זה נשק שמחוק אותו מבחינה פסיכולוגית, והוא יצטרך ללמוד להשתמש בו כמנגנון לחיוק עצמי.

"מעבר לכך, ההכשרה הפיזית של מי שירצה להיות באטמן תכין אותו גם מנטלית. הוא יתרגל ללכת דרך ארוכה, וישתמש בהכשרה שלו בתורת הסמראים כדי להיות ממוקד במטרה בלי לפחד מהמוות. אימנות לחימה מכשרה את הלוחם גם מבפנים, וכך גם אימוני ספורט מקצועניים. כך שאין בא' טמן בלי ביטחון עצמי עצום, וזה יגיע עם הכושר. "מתחום אימון הספורט אנתנו מכירים גם את המונח U' הפוכה', הקושר בין עומס גופני לעומס מנטלי גבוה – ככל שהלחץ עולה גם התפקוד הפיזי

באטמן בלבוש הטיט

"להיהפך לבאטמן", תוכנית האימונים

הילחם וברח במרחב האורבני

"להיהפך לבאטמן", לפי פול דר, הוא מחקר כללי על גבולות הגוף האנושי, ולא ספר הדרכה למי שרוצה להיות גיבורי-על. זו מנסה ככל יכולתו להימנע מהמלצות מסרציפיות בררך לבאטמן, ובכל זאת הצלחנה לחץ ממנו כמה טיפיים ענייניים.

ואלו כמה תחנות על חייב לעבור:

פארקור – באטמן חייב לשלוט בספורט הרחוב הזה, שמשלב זינוקים מבניין לבניין, רילוגים במרחב האורבני וריצה על קירות. הפארקור רוגל בפיתוח החוק הנשמי באמצעות תנועה, מהייב צורת מחשבה אחרת לגמרי וראייה ייחודית של המרחב העירוני, שבו באטמן פועל.

קוספליי – תוכנית כושר וכוש שלחוט שנקנתה לה מעריצים בעיקר בקרב אנשי הכוחות המיוחדים, אלופים באומנויות לחימה ואתלטים. השיטה נועדה ליצור כושר כללי גרוב ולהכין את המתאמן למצבים לא ידועים וקיצוניים, כמו נגאי הישרדות יוצא דופן וסיטואציות של "הילחם וברח".

דקטנול (קרב עשי) – יומיים של תחרויות שמאזנתרות בדיוק את היכולות האולטימטיביות לבאטמן. היום הראשון מתמקד בכוח מתפרץ ומהירות, וכולל ריצת 100 מטר, ריצת 400 מטר, קפיצה לרוחק, קפיצה לגובה והיפת כדור ברזל. היום השני עונם בסיומן טכניקה וסיבולת: ריצת 1,500 מטר, ריצת 110 מטר משוחות, קפיצה במוט, זריקת דיסקוס והטלת כידון. רוצים לראות איך נראה מועמד לבאטמן? תעיפו מבט בדומן שבלדה, מוליטס אולימפי שמחוקק בשיא העולם בקרב עשר.

אומנויות לחימה – קראטה, ג'ודו, קיק בוקסינג, קונג פו, אייקידו, קרב מגע, ג'ואג'יטס ביוולאי וכל השאר. באטמן, כל באטמן, חייב לדעת ללכת מכות ובכמה שיותר סגנונות.

יום חמישי, כ"ב בניסן תשס"ט, 16.4.2009
כלכליסט



דגול בהיטוריה, מהצדה הזאת אפשר לצאת רק אם אתה בוחר בחוכמה את הקרבות שלך ואת מיקומם.

החרות הזאת של באטמן היא אחד מכותיו הגדולים, אבל היא עריצה. כל אדם שירצה להיות באטמן חייב להיות עבד ליכולות הריכוז הגבוהות שלו, בייחוד לנוכח העובדה שהוא ייאלץ להפעיל אותן בלילה. לפי דר, אחד ממנאי הבסיס הוא שנת יום איכותית. "חסך בשינה מבחינת באטמן פירושו קץ הקריירה", אומר דר, "שגם עשרות מחקרים התומכים בקשר בין חסך כזה לבין תהליך קבלת ההלטות הדומה לזה אצל שיכורים". ולא, אנתנו לא רוצים את הגיבור שלנו אנשים, כאן החיים של הבאטמן העתידי מתחילים להסתבך. הוא זקוק להון אדיר כדי לתחוק את הפעילות שלו, אבל אינו יכול לעבוד לאורך היום, גם לא בתחוק האימפריה המשפחתית, כמו הבאטמן הבריוני. הוא אמור לשמור את הפעיי לות הלילית שלו בסוד, מה שאומר שהוא לא יכול להיעלם באופן מוחלט לאורך כל הימים. חשבו רגע על הצבאטמן הקולנועי שאתם מכירים. מתי ראתם אותו משלים שעות שנה? או אוכל מנת פסטה מפלצתית כדי לעמוד ברדישת הגוף שלו ל 4,000 קלוריות ביום, לפי הממצאים של דר?

עולה, עד שיא מטרים שבו שניהם נשברים בצורה קיצונית. לבאטמן, בעקבות ההכשרה והאימונים, יהיה U הפוך גבוה משל אחרים, ואולי זה אפילו סוד כוח".

הכישורים המנטליים של גיבורי-על אינם מסתכמים בהיבט הפאסיבי, ביכולת לישאת לחצים. באטמן ממשי חייב להיות רזיו מחשבה, חד, מכריק, עם חוש בילוש מפותח. טקטיקן מודיר, שמהדה לקרוא את המציאות, לנתח אותה ולהגיב בהתאם. וגם אסטרטג מרשים, פרוזה את התמנה המלאה ומתכנן צעידו קדימה. נסו לדמיין ראש שמשלב את יכולותיהם של גארי קספרוב, זינגארין וידואן, לארי בירד וברוס לי. גם המיומנות האלה יכולות, בחלקן, לצמוח משני שנים של ניסיון, המרע, על פי דר, כבר הוכיח את זה.

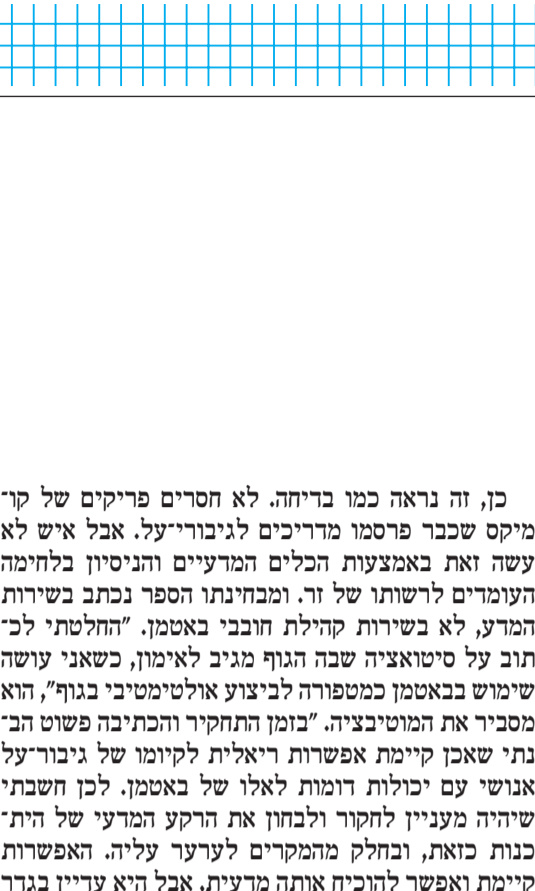
קרבות אפשריים וקריירה מסובכת

המערכת המוסרית של באטמן אולי מבטיחה חוסן, אבל גם מומינה צרות. גיבורי-על הרי לעולם לא ישתמש בנשק הם, לא משנה כמה מושעים איביו, ולעולם לא יהרוג אותם. כי מה בעינה להיות גיבורי-על עם נשק קטלני? תחר' כמה היא לעשות את זה נקי. איך זה אפשרי? "כשמעריכים כמה אדם יכול לבעוט ולהכות בשנייה, מבינים שהמקסי מום הוא להתמודד עם 6–5 תוקפים במקביל", אומר דר.

"זה לא אומר שבאטמן יוכל להתמודד עם כמות כזו של תוקפים, אבל ברוב המקרים הוא פשוט לא יצטרך – ריבוי תוקפים לרוב משקה לעולם לתוקן, הם פריעו אחד לשני. כך שבפועל באטמן יצטרך להתמודד אתם רק בוזגות". ואז המשימה נחפכת לאפשרית. מחקרים מאוניברסיטת מנצ'סטר באנגליה מצאו כי הכוח שמתארגף עילית יכול לייצר במכה אחת שווה ל־400 ק"ג במהירות של 52 קמ"ש. באטמן, מן הסתם, יוכל להגיע לרמות מכה כאלו, ואז "אתה לא צריך יותר מההלומה אחת כדי לשתק ריב אחד, במיוחד בתחושב בעובדה שרייב לא מיומן מייצר בממוצע רק עשרית מהכוח שמייצר אגרוף מקצועי".

ובכל זאת, התמונה מסתבכת. יורי השלב במתקפה מוקר לבת של כמה יריכים עולה על כל חלקיה, כפי שקובע חוקר לנקסטר. פרידריק לנקסטר, מהנדס ומתמטיקאי אנגלי שחוקר את קרבות מלחמת העולם השנייה, הוכיח כי הכוח של התרפים במתקפה משולבת אינו כך המכוח שלהם, אלא ריבוע מספרים: הכוח של משיה תוקפים, למשל, שווה לכוח של 25 תוקפים. כאן חוזרות לתמונה היכולות הטקטיקות והאסטרטגיות החרות של הבאטמן שלנו: לפי דר, ולפי כל מצביא

יום חמישי, כ"ב בניסן תשס"ט, 16.4.2009
כלכליסט



דגול בהיטוריה, מהצדה הזאת אפשר לצאת רק אם אתה בוחר בחוכמה את הקרבות שלך ואת מיקומם.

החרות הזאת של באטמן היא אחד מכותיו הגדולים, אבל היא עריצה. כל אדם שירצה להיות באטמן חייב להיות עבד ליכולות הריכוז הגבוהות שלו, בייחוד לנוכח העובדה שהוא ייאלץ להפעיל אותן בלילה. לפי דר, אחד ממנאי הבסיס הוא שנת יום איכותית. "חסך בשינה מבחינת באטמן פירושו קץ הקריירה", אומר דר, "שגם עשרות מחקרים התומכים בקשר בין חסך כזה לבין תהליך קבלת ההלטות הדומה לזה אצל שיכורים". ולא, אנתנו לא רוצים את הגיבור שלנו אנשים, כאן החיים של הבאטמן העתידי מתחילים להסתבך. הוא זקוק להון אדיר כדי לתחוק את הפעילות שלו, אבל אינו יכול לעבוד לאורך היום, גם לא בתחוק האימפריה המשפחתית, כמו הבאטמן הבריוני. הוא אמור לשמור את הפעיי לות הלילית שלו בסוד, מה שאומר שהוא לא יכול להיעלם באופן מוחלט לאורך כל הימים. חשבו רגע על הצבאטמן הקולנועי שאתם מכירים. מתי ראתם אותו משלים שעות שנה? או אוכל מנת פסטה מפלצתית כדי לעמוד ברדישת הגוף שלו ל 4,000 קלוריות ביום, לפי הממצאים של דר?

עולה, עד שיא מטרים שבו שניהם נשברים בצורה קיצונית. לבאטמן, בעקבות ההכשרה והאימונים, יהיה U הפוך גבוה משל אחרים, ואולי כי אי פשוט לבלות שנים במסע שסופו ברירות, חיי סוד, מאמץ פיזי אדיר, עומס מנטלי כביר, דיכאון ודי הרבה אנשים שיחכו לנו מעבר לפינה? ומה יעשו אלה שרוצים להיות הג'וקר, או אלה שרוצות להיות אשת התתול? מיריביו של באטמן, מתברר, נדרש

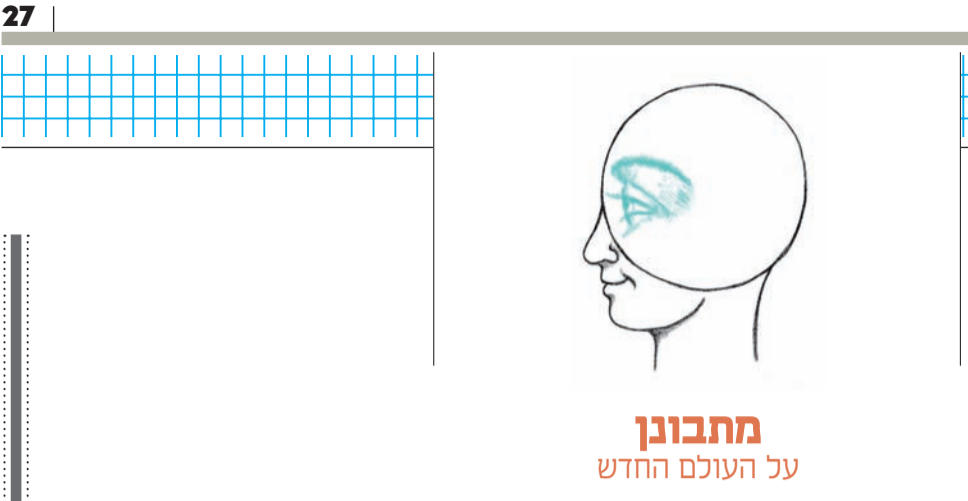
”חושלמים, בלתי פגיעים. כך אנחנו אוהבים אותם. את בני האדם, לעומת זאת, אנחנו אוהבים באיזושהי שלב לצלוב. מי שירצה להפוך באמת לבאטמן, יצטרך גם להתמודד עם העובדה הלא נעימה הזו”

פול דר, מחבר הספר "ההפכה האנושית"

הרבה פחות. כדי להיות רשע אין שום צורך למתוח את גבולות הגוף והנפש האנושיים: אולי צריך רק לחזור לב' סיס שלנו. דר שוקע בתרהורים כשהוא חושב על הקשר בין יכולותיו של באטמן למין האנושי: "גיבורים אמיתיים לא רדונה שגם בריטיקה, השתאדרבתא של האנציקלופדיה, תתיר בקרוב, ואף תומין, מוערבות קרל.

לעשות את מה שהם עושים. מה שמצחק הוא שעל פי ההגדרה הזו רוב גיבורייהעל כמעט אינם גיבורים – ספרמן, ספידרימן, וונדר ומן; כולם כמעט בלתי פגיעים, ולכן למעשה אינם מסכנים כלל את מיליון, שאם נחפש אותן בגוגל נקבל קר' על, כי גיבורייהעל שלנו מושלמים, בלתי פגיעים. כך אנח' נו אהבים אותם. את בני האדם, לעומת זאת, אנחנו אוהבים באיזושהי שלב לצלוב. נראה לי שמי שירצה להפוך באמת לבאטמן, יצטרך גם להתמודד עם העובדה הלא נעימה הזו".

ובכל זאת, אם היית בוחר להיות גיבורי-על, מי היית בוחר להיות?
"אני אוהב להיות איש ממשחה יותר מדי מ כדי להפוך לגיי ברזי-על. אם היה סופר־איש ממשחה זה מה שהייתי רוצה להיות, אלא שאני לא בטוח מה חובותיו של גיבורי-על כזה".



פול דר, מחבר הספר "ההפכה האנושית"

שיזף רפאלי

חיפשתי השבוע את המושג "ישראל" בגוגל. ההפניה הראשונה הובילה לערך בויקיפדיה. חיפשתי "Israel" באנגלית, וגם כאן גוגל הפנו אותי לויקיפדיה. חיפשתי "פסח", "Passover", "פסחא", "Easter", "אביב" – וכולם הצביעו קודם כל לויקיפדיה. זה כבר כמעט נהפך לאובססיה: יום, לילה, שחור, לבן, רצפה, תקרה, צחוק, בכי – כולם מוגדרים ומוסברים, ניהשתם נכון, על ידי ויקיפדיה. לפחות על פי גוגל, ויקיפדיה נהפכה לשער לחיים. כן, לא צריך לברוק. גם "חיים" ו"מוות" מובילים בגוגל קודם כל לויקיפדיה.

אחרת, הסובייטית האדירה (בולשיה סו בייטסקייה אנציקלופדיה), זכורה לרעה וזכתה לסמל סוג אחר של פוליטיקה. אנציקלופדיות רומות לתרבויות. גם הן מתיימרות להכיל הכל, לסדר, לבאר. והן לכן מעניין לעקוב אחר ההתפתחויות סביב ויקיפדיה. איך הלכלוכית הזאת, שיד כל בה שעל מרפיו היו כרכים של "תרבות".

אחרת, הסובייטית האדירה (בולשיה סו בייטסקייה אנציקלופדיה), זכורה לרעה וזכתה לסמל סוג אחר של פוליטיקה. אנציקלופדיות רומות לתרבויות. גם הן מתיימרות להכיל הכל, לסדר, לבאר. והן לכן מעניין לעקוב אחר ההתפתחויות סביב ויקיפדיה. איך הלכלוכית הזאת, שיד כל בה שעל מרפיו היו כרכים של "תרבות".

אחרת, הסובייטית האדירה (בולשיה סו בייטסקייה אנציקלופדיה), זכורה לרעה וזכתה לסמל סוג אחר של פוליטיקה. אנציקלופדיות רומות לתרבויות. גם הן מתיימרות להכיל הכל, לסדר, לבאר. והן לכן מעניין לעקוב אחר ההתפתחויות סביב ויקיפדיה. איך הלכלוכית הזאת, שיד כל בה שעל מרפיו היו כרכים של "תרבות".

אחרת, הסובייטית האדירה (בולשיה סו בייטסקייה אנציקלופדיה), זכורה לרעה וזכתה לסמל סוג אחר של פוליטיקה. אנציקלופדיות רומות לתרבויות. גם הן מתיימרות להכיל הכל, לסדר, לבאר. והן לכן מעניין לעקוב אחר ההתפתחויות סביב ויקיפדיה. איך הלכלוכית הזאת, שיד כל בה שעל מרפיו היו כרכים של "תרבות".

אחרת, הסובייטית האדירה (בולשיה סו בייטסקייה אנציקלופדיה), זכורה לרעה וזכתה לסמל סוג אחר של פוליטיקה. אנציקלופדיות רומות לתרבויות. גם הן מתיימרות להכיל הכל, לסדר, לבאר. והן לכן מעניין לעקוב אחר ההתפתחויות סביב ויקיפדיה. איך הלכלוכית הזאת, שיד כל בה שעל מרפיו היו כרכים של "תרבות".

אחרת, הסובייטית האדירה (בולשיה סו בייטסקייה אנציקלופדיה), זכורה לרעה וזכתה לסמל סוג אחר של פוליטיקה. אנציקלופדיות רומות לתרבויות. גם הן מתיימרות להכיל הכל, לסדר, לבאר. והן לכן מעניין לעקוב אחר ההתפתחויות סביב ויקיפדיה. איך הלכלוכית הזאת, שיד כל בה שעל מרפיו היו כרכים של "תרבות".

אחרת, הסובייטית האדירה (בולשיה סו בייטסקייה אנציקלופדיה), זכורה לרעה וזכתה לסמל סוג אחר של פוליטיקה. אנציקלופדיות רומות לתרבויות. גם הן מתיימרות להכיל הכל, לסדר, לבאר. והן לכן מעניין לעקוב אחר ההתפתחויות סביב ויקיפדיה. איך הלכלוכית הזאת, שיד כל בה שעל מרפיו היו כרכים של "תרבות".

אחרת, הסובייטית האדירה (בולשיה סו בייטסקייה אנציקלופדיה), זכורה לרעה וזכתה לסמל סוג אחר של פוליטיקה. אנציקלופדיות רומות לתרבויות. גם הן מתיימרות להכיל הכל, לסדר, לבאר. והן לכן מעניין לעקוב אחר ההתפתחויות סביב ויקיפדיה. איך הלכלוכית הזאת, שיד כל בה שעל מרפיו היו כרכים של "תרבות".

אם גוגל הוא "מלך הגבעה" באינטרנט, הרי שויקיפדיה היא בוודאי המלכה. שי' תוף הפעולה בין שני אלה מצייר מחדש את מפות השפה, התרבות והידע שלנו. לכן מעניין לעקוב אחר השפות שבהן יצאה לאור. אנקרטה היתה מיום טכנולוגי רווי חוון, שהביא ב־1993 את בשורת האלקטרו־ניקה החדישה לעולם המיושב המיושן של האנציקלופדיה המודרסת. היא גם היתה האנציקלופדיה הראשונה שחולקה חינם לרוכשי מחשבים שקנו מערכת הפעלה מסוימת, והיתה הרא' שונה שאימה למוטט את הבריטיני קה. אבל צוחק מי שצוחק אחרון. ומי באמת יהיה האחרון?

בלי פיקה. בריטיקה עדיין שוררת. כנראה ויקיפדיה, החינמית, השיתופית, הפתוחה לקהל, זאת שכל אחד יכול ומומן לערוך אותה ולכ' תוב בה, תיקרא להשלים את המלאכה שה' Funk and Wagnalls. אבל האה צ' ליה: דבר התמוטטותה של אנקרטה עדיין אינו מוכרז באנקרטה עצמה, נסתר מקוראי הגרסאות השונות של בריטיקה, אבל עורכן בערך הרלב' נטי של ויקיפדיה בתוך שלוש שעות מפרסום ההודעה. כידוע, הערכון, הפתיחות והשיתופיות הם חלק מסוד כוחה של ויקיפדיה. אפילו הבריטיני קה, שאנקרטה כמעט ורוששה, הבי' נה זאת: האריב הגרילו הוא ויקיפדיה,

וכלי הנשק הם פתיחות ומעורבותו של הקהל. המר'ל של בריטיקה הודיע לא' הרונה שגם בריטיקה, השתאדרבתא של האנציקלופדיות, תתיר בקרוב, ואף תומין, מוערבות קרל.

לעשות את מה שהם עושים. מה שמצחק הוא שעל פי ההגדרה הזו רוב גיבורייהעל כמעט אינם גיבורים – ספרמן, ספידרימן, וונדר ומן; כולם כמעט בלתי פגיעים, ולכן למעשה אינם מסכנים כלל את מיליון, שאם נחפש אותן בגוגל נקבל קר' על, כי גיבורייהעל שלנו מושלמים, בלתי פגיעים. כך אנח' נו אהבים אותם. את בני האדם, לעומת זאת, אנחנו אוהבים באיזושהי שלב לצלוב. נראה לי שמי שירצה להפוך באמת לבאטמן, יצטרך גם להתמודד עם העובדה הלא נעימה הזו".

אחרת, הסובייטית האדירה (בולשיה סו בייטסקייה אנציקלופדיה), זכורה לרעה וזכתה לסמל סוג אחר של פוליטיקה. אנציקלופדיות רומות לתרבויות. גם הן מתיימרות להכיל הכל, לסדר, לבאר. והן לכן מעניין לעקוב אחר ההתפתחויות סביב ויקיפדיה. איך הלכלוכית הזאת, שיד כל בה שעל מרפיו היו כרכים של "תרבות".