

השבירה והתיקון כפרדיגמא לפסיכופתולוגיה ולפסיכותרפיה

חיבור לשם קבלת תואר דוקטור לפילוסופיה

מאת

ברוך כהנא

הוגש לסינט האוניברסיטה העברית

טבת ה'תשס"ה

עבודה זו הוכנה בהדרכתו של פרופ' מרדכי רוטנברג

תוכן עניינים

מבוא:	8
המשבר הפילוסופי של הפילוסופיה העכשווית, ותרומתה האפשרית של החסידות הפסיכולוגיה כמערכת מדעית	12
הפסיכולוגיה בעידן הפוסט-מודרני	15
ביקורת הפוסט מודרניזם	17
מעבר לפוסט מודרניזם	19
החסידות כפסיכולוגיה	21
תמצית ראשונה של הפסיכולוגיה החסידית	21
הערות מתודיות	24
אחדות החסידות	24
אופן השימוש במושגים	27
מבנה העבודה	28

שער ראשון: הצגת הפסיכולוגיה החסידית	30
פרק א- תפיסתה המטאפיזית של החסידות	
מטאפיזיקה חסידית	33
אחדות ההפכים במחקר	35
דיאלקטיקה ודיאלוגיה	36
שבירה ותיקון	37
צמצום הדדי של הישויות	38
מושג האמת	40
השלכות לפסיכולוגיה	
מבט פילוסופי על תורת האדם החסידית	42
תפיסה טרנסצנדנטית התגלותית	
שאלת הסובייקט	43
הלא מודע ושאלת הדיאלוג	47
אגואיזם, אלטרואיזם, אידיאליזם	48
שאלת הטוב	50
פרק ב- מושגי יסוד בפסיכולוגיה חסידית	54
נפש ואור	55
תענוג ורצון	57
מקיף ופנימי	60
הכלים	62
כוחות המושכל	64
חכמה ובינה כענווה ושמחה	66
חכמה ובינה כאמא ואבא	
כוחות המורגש	67
כוחות המוטבע	68
לבושים	69
התגלות וביטול	70
ישות ושבירה	71

72	השבירה	
75	פירוט מידות התוהו	
	נפילת האני	
76	כוחות המושכל דתוהו	
78	מורגש ומוטבע דתוהו	
79	הנפש הבהמית	
80	תיקון	
81	שלבי התיקון	
83	תפקידה של אמא	
84	משמעות האיסור על גילוי עריות	
85	המשך ההתפתחות	
85	התפתחות ה'מוחין'	
88	השלכות התפיסה ההתפתחותית של התיקון על עבודתו הפנימית של האדם	
89	השלכות התפיסה ההתפתחותית של התיקון על היחס הישיר לזולת	
90	דמות האדם בחסידות- סיכום	
92	<u>שער שני- הפסיכולוגיה המערבית הישותנית</u>	
	<u>פרק ג- האדם בהגות המערבית</u>	
94	שפינוזה	
95	המטריאליזם	
	ניטשה ועולם התוהו	
	הבנת העולם החברתי	96
	תומס הובס	97
99	<u>פרק ד- הפסיכולוגיה המערבית כפסיכולוגיה ישותנית</u>	
	פרויד	
100	האקסיומה הביולוגית	
101	תסביך אדיפוס	
103	יצרי האני	
	נרקסיזם	
105	יצירתיות	
	יצר המוות	
108	הנחת הישות, המודל הסטרוקטורלי והמוסר	
109	הרטמן	
110	סיכום תפיסתו של פרויד	
111	המשך התפתחותה של הפסיכואנליזה	
113	כיוון א- מכאוס לקוסמוס	
	מלאני קליין	
114	וילפרד ביון	
116	מושג האני אצל קליין וביון	
	אוטו קרנברג	
117	כיוון ב- מתלות לעצמאות	
	רונלד פרברן	

מרגרט מאהלר	120
דונלד וויניקוט	121
היינץ קוהוט	124
אחדות השיח הפסיכואנליטי	126
ויקטור פרנקל	128
ניסיונות שילוב	129
מטה בלנקו	130
וילפרד ביון	131
קרל יונג	132
השפעת הפוסט מודרניזם על הפסיכולוגיה החדשה	135
סארטר	136
רוי שייפר	
סוזן פיירפילד	137
סטיבן מיטשל	138
פיליפ ברומברג	139
ההתקפה על מושג הזהות	140
לקראת אינטגרציה של הפרדיגמות	141
<u>שער שלישי - מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית</u>	145
<u>פרק ה- השבירה כמודל לפסיכופתולוגיה</u>	
מישל פוקו	146
תומס סאס	147
רונלד לאינג	148
הגדרה כללית לפסיכופתולוגיה	150
פירוט והרחבה	154
סכיזופרניה	
הפרעות אפקטיביות	159
מאניה	161
הפרעות אישיות	
הפרעות 'לא צריך'	163
הפרעות 'אולי'	164
פסיכונורוזות	165
<u>פרק ו- התיקון כפסיכותרפיה חסידית</u>	169
מהו תיקון	
טכניקות ספציפיות	173
עקרונות טפול חסידיים	174
הכנעה	
הבדלה	176
הבעייתיות בעבודת ההבדלה	
העלאת המחשבות הזרות- עבודה לצדיקים בלבד?	177
התבוננות	179
התבודדות	180

חיפוש הטוב	181
מקומה של ההבדלה בדרך התיקון של הרבי מפיאסעצנא	182
המתקה	183
התיקון כההליך בין אישי	184
התיקון ביחסי רבי- חסיד	186
חשיבות ההתקשרות והגדרתה	189
הכנעה	190
הבדלה	
ווידוי	192
יחידות	
המתקה	194
<u>פרק ז- תיקון חסידי ופסיכותרפיה מערבית</u>	195
בהבירזים	198
בהבירזים קוגניטיבי	200
פסיכואנליזה	201
פסיכולוגית העצמי	209
לקראת אינטגרציה	211
המתקה והכלה	
המתקה ואנדיבידואציה	214
המתקה ואינטרסובייקטיביות	215
המתקה וטיפול נרטיבי	216
רוטנברג ופרדס הנפש	217
תורת התיקון והפוסט מודרניזם	218
קהילייה טיפולית	
סיכום	221
<u>שער רביעי- יישום</u>	223
<u>פרק ח- תיאורי מקרה</u>	
הטיפול	
הכלל היסודי של שילוב תובנות חסידיות ופסיכודינמיות	224
צורת הכתיבה	
יעל	227
דוד	237
רעות	244
נגה	258
בנימין ומרגלית	268
רחלי	277
בבליוגרפיה	285
ABSTRACT	

מבוא

בעבודה זו בכוונתי לבחון את ערכם הפסיכותרפויטי של מושגים חסידיים. חוקרים רבים טענו כי החסידות כוללת בתוכה משנה פסיכולוגית עמוקה, המבוססת על מושגים קבליים. רוטנברג היה כנראה הראשון שהחל לבחון את אפשרות השימוש במשנה זו במדעי החברה של ימינו. בכוונתי ללכת בעקבותיו ולבחון את התרומה האפשרית של הפסיכולוגיה החסידית לפסיכולוגיה הקלינית. אתמקד בשני מושגי מפתח: במושג השבירה כמושג פסיכודינמי העשוי לשפוך אור על פסיכופתולוגיות שונות, ובמושג התיקון כמושג העשוי לשמש כפרדיגמה כוללת לסוגים שונים של פסיכותרפיה.

בכל הדורות, בכל התרבויות, חשו אנשים רבים כי הם שרויים במצוקה. חייהם אינם מספקים, אינם מאושרים, אינם מממשים את תפיסתם לגבי חיים ראויים וטובים. כדי להתמודד עם מצוקתם יצרו, בין היתר, שיטות כבירות של הגות. שיטות אלו נועדו להסביר מדוע אלו הם פני הדברים, ולהנחות את האדם לחיים ראויים ומספקים יותר. לפחות לחלק מאותן מצוקות מקור פנימי ולא חיצוני. לא עולם אובייקטיבי עוין עומד אז למולנו, אלא האדם עצמו מחבל באושרו מסיבה כזו או אחרת. כאן האדם עצמו מואס בכל טוב שבידו, נכנס למערכות יחסים שסופן ברור מראש, מתעקש על מאבקים שידוע לו היטב כי ייזק בהם. לעיתים האדם מוצף בתחושות מאמללות, שלא רצה בהן ולא הוא שיצרן, לתחושתו, ובכל זאת ברור לו שהן באות ממקור כלשהו שבתוכו ולא מן העולם הסובב אותו. מצוקות כאלו - תשוקות הרסניות, פחדים בלתי מוסברים, דיכאוניות ומחשבות טורדניות - נקראות 'נפשיות'. כל תרבות מוצאת לה את הדרך הראויה מבחינתה, להתמודד עמן, ואת המומחה האמור לסייע לסובל מהן בהתמודדותו. אין זו מלאכה שבה נוכל להיעזר במודל ה'גיבור', שהרי אין כאן אויב גלוי לעין עליו ניתן לשלוף את החרב. כאן צריך טיפוס מסוג אחר לגמרי, המסגל לכוון את האדם הסובל, בחכמה ובסבלנות רבה, להפנות את מבטו לתוך עצמו. אקרא לטיפוס הזה - 'יחכס'. יש דוגמאות תרבותיות רבות ל'יחכמים' כאלו: השמאנים של העידן העתיק, ה'נאורים' שבעולם המזרחי, חלק מהפילוסופים של יוון. בעולם היהודי שימש הרב, לעיתים קרובות, בתפקיד ה'יחכס', ובתקופה מאוחרת יותר היה זה תפקידם של המשגיח המוסרי ושל הרבי החסידי. בעולם המערבי הוטלו התפקידים הללו על הכומר, ובעידן ההשכלה עבר התפקיד אל הרופא, ואחר כך אל הפסיכולוג

ברור שכל הדיסציפלינות שהזכרתי כאן שונות זו מזו באותה מידה שבה שונות התרבויות מהן צמחו. השמאן והפילוסוף, הכומר הגורו והרב, הרופא והפסיכולוג, כולם מיצגים דרכים נפרדות ושונות מאד לתיקון עצמי, ולהתמודדות עם המצוקה הנפשית. ויחד עם זאת כולם אופנים שונים של טיפוס ה'יחכס', שתפקידו לסייע לאדם להתמודד - לא עם עולם האובייקטים אלא עם עצמו. לסיוע מסוג זה אקרא 'עזרה נפשית'.

נושא העבודה הזו הוא 'פסיכותרפיה חסידית', ואבחן בו את אפשרויות השילוב בין שתי דיסציפלינות ספציפיות של עזרה נפשית. האחת התפתחה במסורת החסידית והיא מתוארת בספרותה העיונית והסיפורית. האחרת היא המסורת הפסיכותרפויטית שהתפתחה בעולם המערבי. מטרתי העיקרית תהיה להראות כי שילוב של אופני חשיבה הלקוחים משתי המסורות הללו עשוי לתרום תרומה של ממש ליכולתנו הפסיכותרפויטית.

בכוונתי לערוך כאן מעין 'שידוך' בין שתי מערכות מושגים שהתפתחו בעולמות תרבותיים שונים מאד. הפסיכולוגיה המערבית נוטה לראות בעצמה מדע אמפירי-פוזיטיביסטי המתבסס על נתונים ברי תצפית וניתוחם האובייקטיבי, המנותק מכל דעה קדומה שהיא-דתית, השקפתית או מוסרית. לעומתה החסידות היא חלק בלתי נפרד מעולם הרוח היהודי, הדתי בשרשו, ולפי ביטוי של גרשום שלום היא מהווה את "השלב האחרון של המיסטיקה היהודית" (שלום, ה'תשל"ח, עמ' 31). האם ניתן לשלב בין השתיים, או שיש כאן ערוב מין בשאינו מינו? אם הפסיכולוגיה היא אכן מדע אמפירי, הרי שהצרוף 'פסיכולוגיה יהודית' אינו אלא אוקסימורון, דוגמת 'ביולוגיה מוסלמית' או 'פיזיקה נוצרית'. לפי זה, כל המבנה העשיר של הפסיכולוגיה החסידית, שאני מקווה להוכיח את קיומו, יכול להיות לכל היותר חלק מן ההיסטוריה של התחום, כשם ש'פיזיקה יוונית' היא חלק מן ההיסטוריה של הפיזיקה, אבל לא מן הפיזיקה עצמה.

אלא שהמודל הפוזיטיביסטי הזה זכה כבר לביקורת רבה. חלק ממנה אביא בהמשך הדברים וכאן אסתפק בדבריו של מכס וובר, כפי שהובאו ע"י רוטנברג: "מאחורי כל פסיכולוגיה מסתתרת תיאולוגיה או תיאוסופיה" (רוטנברג, ה'תשנ"ד, עמ' 11). הווה אומר: כאשר מנסה פסיכולוג להתמודד עם מצוקותיהם המוחשיות של מטופליו והוא מפרש את אותן מצוקות במונחי התיאוריות הפסיכולוגיות העומדות לרשותו, אין הוא תמיד מודע לכך שהמושגים בהם הוא חושב, ממש כמו המושגים בהם משתמשים המטופלים כדי לתאר את חוויתם, הם חלק ממערכת סמלים תרבותית רבת עצמה, שגם אותן תיאוריות הן חלק ממנה.

אותה מערכת תרבותית כבר מכילה בתוכה תפיסת עולם מקיפה, הכוללת תובנות מסוימות לגבי משמעות החיים, לגבי מסלול חייו הראוי של האדם, לגבי משמעות המצוקה, הניכור והכישלון, לגבי דרך הישועה. יוצא מזה שאי אפשר להבין את הפרקטיקה הפסיכולוגית בלי להבין את הסביבה הרוחנית – תרבותית שבו היא מתרחשת.

ניתן לחזק את טעונו של וובר ע"י ציטוט מדבריו של קליפורד גירץ המדגישים את המימד התרפויטי שבעצם הגדרת הדת באשר היא. בספרו "פרשנות של תרבויות" טען גירץ כי הדתות למיניהן נוצרו כדי לתת מענה ל"שלוש נקודות בהן הכאוס – הווה אומר, תוהו ובוהו של אירועים שאינם רק חסרי פשר אלא גם נמנעי פשר – מאיים לפרוץ אל תוך עולמו של האדם" (גירץ, 90, עמ' 100). אותן נקודות הן, לדעתו: "גבול יכולתו האנליטית, גבול יכולת הסבל שלו, וגבול תובנתו המוסרית" (שם). כלומר: האדם עומד תוהו מול אי יכולתו להבין את העולם ולתת לו פשר, מול ייסוריו, מול חוסר הצדק השורר במציאות. כדי להתמודד עם כל אלו הוא יוצר לו דתות שונות, שכולן 'מערכות סמלים' שמטרתן "להטביע בבני אדם הלכי רוח ומוטיבציות עזים, מעמקי חזור ומארכי ימים; באמצעות ניסוח השקפות בדבר סדר העולם הכללי" (שם, עמ' 92). בדומה לכך כתב גרשום שלום כי "השאיפה לגאולה נובעת מ"שאיפתו של האדם להשתחרר מן הקיום הכרוך לפי עצם טבעו בסבל... פחדים, בערות וקוצר הישג" (מצוטט אצל רוטנברג, ה'תשנ"ד, עמ' 29). קלוסטר מאיר, המצוטט באותו מקום, מרחיב תובנה זו באומרו כי "אנו יכולים לראות בכל המשנות הפילוסופיות, בדתות, ואף במדעים, מורי דרך אל החופש" (שם). נובע מכך. לדעתי. שלכל מערכת מושגים דתית יש, בין היתר, אלמנט תרפויטי של ניסיון להתמודד עם מצוקתו הנפשית של האדם. מוסיף לכך וובר שכאשר עוברת אותה תרבות תהליך של חילון, גם תפיסת הישועה שלה עוברת תהליך כזה. כך נוצרת הפסיכולוגיה ה'מדעית'.

נובע מכאן כי גם הפסיכולוגיה המערבית עליה אנו אמונים אינה יכולה להיות באמת אובייקטיבית, או מנותקת מהשפעתה של השקפת עולמם של החוקרים. לפי טעונו של וובר חייבת

להסתתר גם מאחוריה "תיאולוגיה או תיאוסופיה". ואכן, בספרו "סטייה וארוריות" טען רוטנברג כי התיאולוגיה שבמסגרתה התפתחו רוב שיטות הפסיכותרפיה המקובלות היא התיאולוגיה הנוצרית-קלוויניסטית (רוטנברג, 78), המוצאת את שורש כ'חטא קדמון', ממנו אין האדם יכול להיטהר בכוחות עצמו. אותו חטא, הרוע שבמציאות, עומד כרשות בפני עצמה, ואין לאדם כל השפעה עליו או יכולת לתקנו (רוטנברג, ה'תש"ן, עמ' 33). במובן מסוים רואה השקפה זו את המציאות כולה כנשלטת ע"י אותו חטא קדמון. כתוצאה מכך נתפסת המציאות כשדה קרב שבו נאבקים אנשים, מעמדות חברתיים ואידיאות. כל צד באותו מאבק נלחם כדי להגיע לעמדת שלטון על כל היתר, ואולי אף לחסל את מתנגדיו. למצב כזה קרא רוטנברג 'דיאלקטי' (רוטנברג, ה'תשנ"ד, עמ' 16, וארחיב בהמשך). נובעת מכאן, לטענתו, תפיסת עולם פסימיסטית, הרואה את ההווה כתוצאה בלתי נמנעת של חטאי העבר אליהם אנו כבולים. לטענתו, זוהי הגישה המאפיינת את רוב התפיסות הקימות בפסיכותרפיה.

לפי זה סביר להניח כי במקביל לפסיכולוגיה המערבית המבוססת על מערכת הישועה הנוצרית קיימות גם גישות פסיכולוגיות שונות שהתפתחו התרבויות אחרות. נראה שהכרה כזו הפכה לנחלת הכלל בכל הנוגע לתפיסות פסיכולוגיות מזרחיות. כבר בשנות ה-70 כתבו הול ולנדזי הול ולנדזי, בספרם הקלאסי על 'תיאוריות באישיות' (בפרק המוקדש לתיאוריות אישיות מזרחיות) כי: "הניסיון להגיע להבנה מסודרת של אישיות האדם והתנהגותו לא החל עם הפסיכולוגיה המערבית בת זמננו. הפסיכולוגיה שלנו, בת 100 שנים לערך, אינה אלא הגרסה האחרונה של מאמץ שגילו, כנראה, כגיל האדם. תיאוריות האישיות בהן דנים שאר פרקי הספר הזה הן תוצרי התרבות המערבית הן אינן אלא הגרסה האחרונה, דוגמא אחת מתוך אינספור 'פסיכולוגיות' שנוצרו ע"י אנשים בזמנים ובמקומות שונים" (Hall & Lindsay, 78, p 342). והוסיפו: "הפסיכולוגיות המזרחיות באות ממסורת שהיא בעיקרה דתית ומטאפיזית, אך מבוססת על תצפיות וניסיון ישיר. לעומת זאת, הפסיכולוגיה המערבית באה ממסורת המבוססת על פילוסופיה ומדע, לכל אחת מהן תחום משלה ומגבלות משלה. הפסיכולוגיות מן המזרח, כמו אלו שלנו, הן תיאוריות מכובדות על התנהגות האדם". (שם, 379).

על דברים כגון אלה כתב רוטנברג: "בעוד חקר המשמעויות החברתיות של האתיקה הנוצרית והאתיקה המזרחית עולה כפורח, כמעט אין בנמצא ניתוח המוקדש לדפוסים אפשריים של התנהגות חברתית ששורשיהם יונקים מן האתיקה המיוחדת של היהדות... חסרון זה יש בו כדי להתמיה, שכן דווקא אתיקת הגאולה היהודית היא יחידה במינה מבחינות רבות, בעיקר משום שהיא מציבה במרכזה את הזולת, ואילו בין האתיקה הנוצרית והאתיקה המזרחית אפשר למצוא קווים משותפים..." (רוטנברג, ה'תש"ן, עמ' 13). הקו המשותף לשתי האתיקות האלה נמצא, לדעת רוטנברג, בעצם האופי הדיאלקטי שלהן: שתיהן מעמידות את האדם מול המציאות במצב של 'משחק סכום אפס'. אמנם הן עושות זאת באופנים שונים מאד (רוח מול חומר, אנדיבידואל מול חברה, אגואיזם מול אלטרואיזם וכד'), אבל בסופו של דבר האדם חייב להגיע לגאולתו האישית בניגוד לתביעות העולם, ולא תוך דיאלוג עמו.

לפי טענתו של רוטנברג קיימת אלטרנטיבה לתפיסה הזו, ואותה מצא בתפיסה היהודית-קבלית שזכתה לניסוח בהיר במיוחד בהגות החסידית. לפי תפיסת עולם זו עצם אפשרות קיומו של העולם האנושי נעוצה בכך שהא-ל צמצם את עצמו, כביכול, על מנת לפנות מקום לבריאה. צמצום

עצמי זה היה אקט של חסד מופלא, לכן שורש הכל היה ברצונו של הא-ל "להיטיב מטובו ית"ש לזולתו" (לפי ניסוחו הקלאסי של הרמח"ל, דרך ה', פ' ב). ולצורך אותה הטבה בא הצמצום, כמודגש למשל בהסברו של ר' נחמן מברסלב: "כי השי"ת מחמת רחמנותו ברא את העולם, כי רצה לגלות רחמנותו, ואם לא היה בריאת העולם על מי היה מראה רחמנותו. ועל כן ברא את כל הבריאה... וכאשר רצה השי"ת לברא את העולם, לא היה מקום לבראו מחמת שהיה הכל אין סוף, על כן צמצם את האור לצדדיו, ועל ידי הצמצום הזה נעשה חלל הפנוי. ובתוך החלל הפנוי הזה נתהוו כל הימים והמידות שהם בריאת העולם" (ר' נחמן, לקוטי מוהר"ן, סד).

אם כן, מקור הבריאה הוא הרצון האינסופי לגילוי הטוב במציאות, ודרך הבריאה היא הצמצום, המוסבר פרדוכסלית כנכונותו של הבורא שלא לגלות את מלא האור הטוב שהיה יכול להאיר, אלא רק את אותה מידה הדרושה לאדם על מנת שיוכל לקבל משהו מאותו אור, כפי שכותב המגיד ממזריטש: "צמצם השי"י כביכול את בהירותו כדמיון אב המצמצם את שכלו ומדבר דברי קטנות בשביל בנו הקטן... והצמצום היה בשביל ישראל וגם האהבה גרמה את הצמצום" (ר' דב בר, המגיד ממזריטש, ליקוטי אמרים, א'). לכן הרוע, שהחסידות מעולם לא התכחשה לקיומו, נובע בעיקרו דווקא מכך שהאור לא היה מצומצם די הצורך "כי מחמת ריבוי האור נשתברו הכלים" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, שם).

נובעת מכאן תפיסת עולם אופטימית ביסודה. שורש כל מציאות הוא האור, שהוא טוב. וגם הרוע בעצמו הוא אור 'שבור' ומנותק ממקומו הראוי, ולכן גם ניתן – באופן עקרוני – ליתקן. ברצוני להציע כי לתפיסת עולם כזו יש השלכות רבות על מושגי היסוד של הפסיכולוגיה הקלינית. הן הבנתנו את מושגי הפסיכופתולוגיה הנפשית והן הבנתנו את תהליכי הטיפול והריפוי הנפשי פשוט אינם יכולים להישאר ללא שינוי כאשר מתבוננים בהם דרך המשקפיים המושגיות השונות כל כך של התפיסה החסידית.

רוטנברג עצמו, בשורה ארוכה של ספרים, הדגים כיצד ניתן להתייחס לנושאים שונים דרך מושגי הצמצום, ובין היתר נגע בשאלות קליניות מובהקות (כמו אבחון הפרעות נפשיות שונות והטיפול בהן). בכך הניח את היסודות לתרגום מושגים חסידיים לשפה מערבית, עדכנית, ויישומם לנושאים העומדים במרכז העיסוק העכשווי של מדעי החברה. עם זאת, עד כה טרם נעשה ניסיון לפתח מושגים אלו לתיאוריה פסיכולוגית מקיפה, המבוססת על המבנה המושגי המפורט הטמון בכתבי החסידות. מטרת עבודתי היא להציע פיתוח כזה.

המבנה שאציע מתבסס על ההנחה כי בשורש כל רצון אנושי נמצאת שאיפה לטוב, המכונה בדרך כלל 'אור', אלא ששאיפה זו מתעוותת בדרכה להתגלות במציאות האמפירית של האדם. אותו עיוות הופך את 'האור' להפכו: למניעים כמו חמדנות, אכזריות ודומיהם. שני מושגי המפתח עומדים ביסוד המודל: הראשון הוא 'השבירה', שהיא השם הכולל לאותה טרנספורמציה בה מתעוות 'האור' והופך (בין היתר) לאותם מניעים אפלים ומעוותים אותם מכיר כל אדם מתוך עצמו (מה שחז"ל מכנים 'יצר הרע'). השני הוא 'התיקון' שהוא השם הכולל לתהליכים בהם מתאמצים ניצולת האור שנפלו 'בשבירה' לחזור למקורם, לשוב ממצבם הנפול וה'רע' ולחזור 'להאיר' (כלומר, לתרום לחיים של אושר, יצירה, נתינה לזולת וכל יתר מאפייניו של 'האור').

בעבודה זו אנסה להראות כי 'השבירה' עשויה להיות מושג מפתח להסברת אותם מצבים שאנו מכנים היום 'פסיכופתולוגיה', ואילו 'התיקון' עשוי להתגלות כהסבר מוצלח לתהליכים המתרחשים בפסיכותרפיה. מטרתי היא להציג מודל מקיף של פסיכולוגיה קלינית חסידית, אשר

ערכה הוא, כפי שאראה, מקצועי-עדכני ולא היסטורי גרידא. בכוונתי להציע את מושגי החסידות ככלי רב ערך בידיו של פסיכותרפיסט עכשווי.

בטיעונים אלו אני מניח שתי הנחות הטעונות ביסוס:

- (א) שעולם הפסיכותרפיה, המאכלס בדחיסות רבה עשרות רבות של תיאוריות שונות ושיטות טיפול מגוונות, אכן זקוק לסינון/ חיצוני בדמות אותם מושגים חסידיים.
- (ב) שהחסידות מכילה מושגים פסיכולוגים טובים ויעילים, המתגבשים לכלל תיאוריה שלמה ואחדותית ביסודה (למרות הפיצול הגדול בתוך העולם החסידי).
אתייחס לכל אחת מהן בנפרד.

(א) המשבר הפילוסופי של הפסיכולוגיה העכשווית, ותרומתה האפשרית של החסידות

כפי שכתבתי, בכוונתי לטעון לא רק שפסיכולוגיה חסידית מרתקת אכן קיימת, אלא גם שיכול להיות לה ערך טיפולי, כלי העשוי לסייע לפסיכותרפיסט עכשווי (ולא רק לכוה המתמחה בטיפול בחסידים). ברצוני להדגיש כי איני מבקש להציע את המודל החסידי כמודל המנסה לפסול את הכלים המושגיים הקיימים ולהחליפם, אלא כמודל העשוי להתקיים לצדם ולסייע להם.

הצהרת כוונות כזו מעוררת, מעצם טיבעה, שאלה פילוסופית מושגית: מה טיבו של אותו 'ארגז כלים' שבתוכו יכולים, לטענתי, לשכון ביחד מודלים שונים כל כך? אם נניח כי הפסיכותרפיה המערבית היא חלק ממערכת רציונלית-מדעית השואפת לאובייקטיביות, ליעילות תפקודית טכנית ולניטרליות ערכית, ונזכור כי ההגות החסידית כולה היא זרם דתי-ערכי-מיסטי, אין ספק שמדובר בשתי מערכות מושגים זרות ומוזרות זו לזו. כיצד יכולות שתיהן לשכון יחדיו בעולמו של מטפל? האם קיימת מערכת מחשבתית רחבה דיה היכולה להכיל את העולמות הסותרים הללו? האם יש בכלל צורך במערכת 'על' שכזו? שאלות אלו מכניסות אותנו לעומקה של השאלה הפילוסופית בדבר מעמדן של תיאוריות בעבודתו של פסיכולוג.

עולה כאן קשת רחבה של שאלות עקרוניות. האם קיימת אפשרות אמיתית למטפל מערבי להשתמש בתובנות העמוקות של הבודהיזם, למשל, במקרים מסוימים, ובתובנותיה של הפסיכואנליזה הפרוידיאנית באחרים? האם הוא יכול להשתמש בשתיהן בעבודה עם אותו מטופל עצמו? האם יחסו למדיטציות יוגיות, למשל, משול ליחסו של רופא מודרני ליתרופות סבתא? למיניהם, או שמא הוא רשאי להעמיק יותר ולפרש לעצמו את התנהגותו של אדם לפי תובנות הלקוחות מעולמות תרבותיים מגוונים? האם כל מסורת פסיכולוגית טובה לפירוש התנהגותם של בני אותה תרבות בה נוצרה, או שכל מסורת טוענת לטענות אוניברסליות על טבע הדם, טענות האמורות להיות יפות ונכונות לעל אדם באשר הוא? רשימת השאלות ארוכה, ודיון מפורט בהן יגלוש מעבר למסגרת הנוכחית, אולם נראה שלכל הפחות עלי להגדיר בקצרה מהי המסגרת המחשבתית שבתוכה אני מבקש להתייחס לעבודה הזו, ובה אני טוען שמערכות חשיבה מערביות וחסידיות יכולות לשכון בכפיפה אחת.

כדי להסביר את כוונתי, אציב זו מול זו שלש מערכות חשיבה רחבות ואצביע על ההשלכות האפשריות שיש לכל אחת מהן על היחס למסורות פסיכולוגיות תלויות תרבות. שלש המערכות הן – המדעית, הפוסט מודרנית, והחסידית. של אחת מהן אפיונים משלה.

הפסיכולוגיה כמערכת מדעית: תפיסת הפסיכולוגיה כ'מדע' היתה בעבר, ואולי עודנה, התפיסה הנפוצה ביותר. עד היום, רוב ספרי המבוא לפסיכולוגיה פותחים בהצהרה על היות הפסיכולוגיה "מחקר מדעי על התנהגות ותהליכים מנטליים" (הילגרד ואטקינסון, 95, עמ' 11), או על כך ש"כדיסציפלינה חוקרת, משתמשת הפסיכולוגיה בגישה המדעית, גישה המשותפת לכלל המדעים" (זיו, ה'תשס"ב, עמ' 12). השאיפה למדעיות ואובייקטיביות עמדה ביסוד שיקוליהם המתודיים של זרמים בפסיכולוגיה. כך למשל הסביר דניאל אלגום את השיקולים שהביאו את ווטסון לניסוח המתודה הבהביריסטית: "הוא (=ווטסון) כפר בשיטת האינטרוספקציה כשיטת חקירה מדעית לגיטימית בשם חוסר האובייקטיביות שלה... (לדעתו) יש לבסס את הפסיכולוגיה על נתונים ברי הסתכלות וברי מדידה" (אלגום, עמ' 15).

גם פרויד, שדרך חקירתו מנוגדת מרוב הבחינות לבהביריזם, כתב במאמר מוקדם שלו כי כוונתו "לספק פסיכולוגיה טבעית-מדעית, כלומר להציג את ההליכים הנפשיים כמצבים כמותיים קבועים של חלקיקי חומר נקובים, וכך להפוך את התהליכים הללו לתהליכים גרפיים ועקביים" (מצוטט אצל גיי, ה'תשנ"ד, עמ' 75). והוסיף לכך פיטר גיי: "ניסיונו לבסס את הפסיכולוגיה עולה בקנה אחד עם שאיפותיהם של הפוזיטיביסטים שעימם למד, ואשר כעת עמל להגשים את תקוותיהם וחלומותיהם. הוא לא זנח מעולם את שאיפתו לבסס פסיכולוגיה מדעית. בספרו 'מבוא לפסיכואנליזה', הסכום הסופי שכתב בלונדון כשנת חייו האחרונה, ... כתב פרויד כי הדגש ששמה הפסיכואנליזה על הלא מודע אפשר לה "לתפוס את מקומה בין מדעי הטבע האחרים" (שם, עמ' 76).

האידיאה של הפסיכולוגיה כמדע התבססה על עוצמתו האדירה של המדע כאידיאה כובשת, המתיימרת להסביר עולם ומלואו. ככל שהצלחתו של המדע גדולה יותר, ככל שמתרבים התחומים בהם הוא עוסק בהצלחה, כן מתגבר הפיתוי להחיל את המתודה המדעית על תחומים רחבים ומורכבים יותר ויותר. כך למשל הסביר ג'ונתן מילר את האווירה האינטלקטואלית ששררה בעת ראשיתה של הפסיכולוגיה המדעית במאה ה-19: "הפיזיקה כבר השתחררה מן הסכולסטיות העקרה, ואם כי הוסיפה להיקרא 'פילוסופיה של הטבע' נותרה פילוסופית בשם בלבד... עם פרסום חיבורו של גיימס האטון 'תיאוריה של הארץ' הלכה הגיאולוגיה ונעשתה מדע, לאחר שעמד לבואזיה על תפקידו של החמצן בתהליך השרפה נעשתה גם הכימיה תחום שבו נפתרות הבעיות על דרך הניסוי. לאחר השלמת השלב הראשון של מה שהוגדר 'מיכון תמונת העולם', אין פלא שהמדענים היו להוטים לגשת אל נפש האדם בכלים אנליטיים מאותו סוג עצמו, אך ההתקדמות בשטח זה היתה איטית ומהוססת" (מילר, ה'תשמ"ז, עמ' 10). התחושה הכללית היתה כי בסופו של דבר תשתלב נפש האדם בתמונת העולם המדעית הכוללת, לאחר שהמחקר יתגבר על אי אילו קשיים טכניים ומושגיים. ליבוביץ' צטט את הפילוסוף האוסטרלי ג'י סמרט: "במידה שאנו מסתמכים על המדע לא נמצא בעולם אלא מערכות שונות של מרכיבים פיזיקליים, בדרגות שונות של סיבוך והרכבה. כלל זה חל על הכל, פרט לדבר אחד - התודעה. זאת אומרת, לשם תאור מלא של המתרחש באדם לא נוכל להסתפק בהתייחסות לתהליכים הפיזיקליים ברקמות גופו, בבלוטותיו, במערכת העצבים שלו, בשריריו וכו', אלא עלינו לעמוד גם על מצבי תודעתו, תחושותיו החזותיות, השמעיות והמישושיות, על מחושו וכאביו... נמצא שתחושות, מצבי התודעה, נראים כפרט אחד ומיוחד שנותר מחוץ

לתחומי התיאור הפיזיקליסטי, ומטעמים שונים אין אני מסוגל להאמין שאמנם כך הוא הדבר. דומני שלא יתכן שכל דבר בעולם נתון להסבר בקטגוריות של הפיזיקה... פרט לעובדה שיש תחושות¹ (ליבוויץ, ה'תשמ"ג, עמ' 40).

דומה שיחוסר אמונה מן הסוג שתיאר סמרט עשוי להיות כלי אינטלקטואלי פורה ויוצר, ויתכן שיש ליחס לו רבים מהשגיה העצומים של הפסיכולוגיה המערבית. לגיונות של חוקרים עמלו כדי לתאר את חייו הנפשיים של האדם במונחים היכולים להשתלב בספור העל' המדעי, כפי שהבאתי קודם את דבריהם של ווטסון ופרויד. במידה רבה, כל מטרתו של פרויד בפיתוח שיטת הפסיכותרפיה שלו היתה לבנות שיטת טיפול 'מדעית'. לשם כך הציע את מושג היצר שלו, שמטרתו לגשר בין העולם הגופני והנפשי (פרויד מגדיר 'יצר' כ'ניצג נפשי של הגירוי שמקורו בפנימו של הגוף והמגיע אל הנפש', (Freud, 15, p.120). בכך הוא קיווה להעניק לפסיכיאטרייה הרפואית את הבסיס המדעי החסר לה (Freud, 15-c, p. 20).

במסגרת החשיבה המדעית, ההנחה האפריורית היא כי כאשר קיימות תיאוריות סותרות לפחות אחת מהן חייבת להתגלות כלא נכונה (יתכן, כמובן, ששתיהן יתגלו ככאלו!). איש מדע לא יעלה על דעתו להכריז על שתי תיאוריות סותרות כנכונות, אלא אם כן יצליח לפתח תיאורית על, שבמסגרתה מתקיימות שתייהן כמקרים פרטיים. אם הפסיכותרפיה היא אכן ענף של המדע, הכלל הזה אמור לחול גם עליה.

מכאן שבמסגרת מחשבתית כזאת אין, לדעתי, מקום אמיתי למסורות פסיכולוגיות תלויות תרבות, כשם שאין מקום לדבר על "פיזיקה מוסלמית" או "כימיה בודהיסטית". במידה ופרקטיקה מסוימת תוכיח את עצמה, יש להסביר את הצלחתה במושגים הלקוחים מן התיאוריה בה מאמין החוקר. יחסו של פרויד לפרקטיקה הדתית הוא דוגמא לכך: "הטכניקה של הדת (= כל דת!) ב.כ.) היא להפחית מערכם של החיים ולסלף את תמונת העולם הממשי בצורה דמוית שיגעון. תנאי לכך היא השתקת כוח החשיבה של האדם בדרך של הטלת אימים בו. במחיר זה – על ידי הקבעה כפויה של אינפנטיליזם נפשי בבני אדם והטלת שיגעון המוניים בהם – מצליחה הדת לחסוך מאנשים רבים את הנאורוזה האינדיבידואלית" (Freud, 30, p.84). מן ההגינות לומר ששבט מוסרו של פרויד לא הונף על הדת לבדה: "אנו מוצאים בנאורוזה הקבלות בולטות ומעמיקות ליצירות החברתיות הגדולות של האמנות, של הדת, ושל הפילוסופיה. אפשר להעז ולומר שההיסטוריה היא קריקטורה של יצירת אמנות נאורוזת הטורדנות (האובססיה) היא קריקטורה של הדת והטרור הפרנואי הוא קריקטורה של שיטה פילוסופית" (Freud, 13-b, p.73). האופי הקריקטורי אינו נובע אלא מכך ש"הנאורוזות מבקשות לפעול בכוחות עצמן מה שנוצר בחברה בעבודה סוציאלית" (שם), כלומר, השוני אינו מהותי. אין כאן ניסיון לבחון את אמיתותה הפנימית של תפיסה דתית או פילוסופית כלשהי, אלא לתאר ולנתח אותה במושגיו של פרויד עצמו. באווירה כזו אין פלא שהפסיכולוגים שחלקו על דעתו של פרויד זכו לניתוחים דומים (למשל: על אדלר כתב כי הוא סובל מהזיות רדיפה פרנואידיות (גי, ה'תשנ"ד, עמ' 188) ועל פרנצי כתב כי הוא נמצא בהתמוטטות גופנית שגרמה לו לנסיגה רגשית והיא אשר הולידה את התיאוריות המאוחרות שלו (שם, 466). קל לתלות ביטויים כאלו באישיותו של פרויד, אולם קשה להתעלם מן הקו הישיר המוביל מסיפור העל המדעי, שהוא פסקני ואוטוריטיבי מטבעו

¹ כדאי להעיר על דבריו של סמרט: מצב כזה שהוא מתאר אינו כל כך נדיר בתולדות המדע. לעיתים די קרובות מצליחה עובדה אחת שאינה מסתדרת בתמונת עולם מדעית מבוססת לקעקע את כל תמונת העולם

עד לאופיין הסוער של המחלוקות בעולם הטיפולי של ראשית המאה הקודמת (בתקופה בה היה ספור העל הזה בשיא השפעתו). אולם מסתבר שמטפלים רבים עדיין אוחזים בתפיסה כזו: קייסמנט, למשל, כתב כי "לטענה הדוגמטית בזכות אמיתותה המוחלטת של השקפה זו או אחרת מתלווה בהכרח קיטוב ופילוג. זוהי תופעה שכיחה בתחומי חיים רבים בדת, בפוליטיקה ובאנתרופולוגיה... להפתעתי גיליתי שישנם פסיכואנליטיקאים המגינים על הדוגמה שבה בחרו בדבקות דתית ממש, לעיתים הם אף מצפים מהאחרים לפתיחות הרוח שלה אין הם מסוגלים בעצמם" (קייסמנט, ה'תשנ"ו, עמ' 17).

לעמדה פילוסופית כזו השלכות טיפוליות כבדות משקל. היא מעמידה את המטפל והמטופל בעמדה הא-סימטרית של הופא וחולה, כאשר אחד מהם הנו בעל הידע האמור להיות אובייקטיבי וודאי, ואילו השני הינו אובייקט סביל לפרשנות להבנה ולסיוע. פרויד היציע לטיפול את מטאפורת ה'ניתוח', המדגישה את הא-סימטריה הבסיסית הזו: בניית רפואי ישנו צד פעיל וצד סביל, ואין דיאלוג. גם מעבר למטאפורה, פרויד תיאר את דרך הטיפול שלו ככפיה של פרשנות על המטופל: "למדתי", הוא כותב, "להחזיק בהשערותיי בעקשנות עד שגברתי על חוסר כנותם של החולים וכפיתי אותם לאשר את דבריי" (Freud, 16, p386).

רוטנברג ראה בעמדה טיפולית כזו הופעה מחדש של דמות המיסיונר הנוצרי, המחזיק בידו את המפתח המוסמך, האחד והיחיד, לגאולת הנפש, והנשלח להציל את החוטא האומלל שלפניו מן החטא, הבערות והאשמה שאיננו מודע לה (רוטנברג, ה'תש"ן, עמ' 44). ביקורת על העמדה ה'מיסיונרית' הזו נמתחה גם מתוך המחנה הפסיכואנליטי עצמו. קייסמנט ראה בכך סכנה טיפולית מובהקת: "הוודאות הדוגמטית תגביל תמיד את חירות המחשבה של הפסיכואנליטיקאי ואת המרחב האנליטי, שבלעדיו לא יוכלו המטופלים... להתפתח במלאות ולהגיע למיצוי הפוטנציאל היצירתי שלהם" (קייסמנט, שם). הוא מדגיש כי "על האנליטיקאים לרכוש את היכולת לעבוד בדרכים שונות וזמנים שונים" (שם, עמ' 177). אולם האם אותה אי היצמדות לדוגמה הנה אפשרית במסגרת סיפור העל המדעי?

נראה כי במסגרת החשיבה הזו, המקום היחיד שיכול להיות לפסיכולוגיה תלויות תרבות הוא טכני ביסודו. ניתן לטעון כי כדאי למטפל להכיר את עולמם המושגי של אלו העשויים להיות מטופלי כדי להעמיק את התקשורת עמם. בילו וויצטום (בילו וויצטום, 93, עמ' 94) הדגישו שימוש יצירתי ומוצלח בטכניקה כזו, אולם מאמרם מדגיש גם את המקום המוגבל שהם נותנים למושגים הדתיים בהם הם משתמשים. הם מפליאים להשתמש בלשונו הדתית של המטופל, בלי לערב בתהליכי החשיבה שלהם כמטפלים כל שימוש באופני חשיבה וניתוח שאינם מערביים מובהקים.

הפסיכולוגיה בעידן הפוסט מודרני: בינתיים השתנו המגמות בעולם הרוח הכללי, והגענו לתקופה המכונה פוסט מודרניות. המדע עודנו קיים, כמוכן, ונהנה מיוקרה כבירה. אולם שוב אין מיחסים לו מעמד של סיפור עלי שהכל חייב להיכנס למסגרתו. ז'אן פרנסואה ליוטאר, מאבות הזרם החדש, כתב: "אבד האמון בסיפור הגדול" (ליוטאר, 99, עמ' 48). אובדן זה, הוא קובע, נובע משורשי ההגותיים העמוקים ביותר של המדע: "משבר הידע המדעי, שהסימנים לו מתרבים החל מסוף המאה ה-19, אינו נובע משגשוג מקרי כביכול של המדעים כתוצאה מן

המדעית. מהירות האור היתה עובדה כזו. קרני הרנטגן היו עובדה כזו. עובדה עיקשת יכולה להכריח אותנו

הקדמה הטכנולוגית והתפשטות הקפיטליזם. הוא נובע משחיקה פנימית של עקרון הלגיטימיות של הידע" (שם, עמ' 49). עדי אופיר, מנציגי הזרם בישראל, הבהיר את התפיסה החדשה באומרו: "אין בנמצא נקודת מבט חיצונית, לא מעורבת, שממנה ניתן להשקיף על מכלול הדברים, לא ביחס למציאות הטבעית ולא ביחס למציאות ההיסטורית... כל ניסיון להבין את המכלול כרוך בקיטועו ועיוותו לפי הפרספקטיבה של אותה עמדה... (אופיר, ה'תשנ"ו, עמ' 148). "כל ניסיון", משמע גם הניסיון המדעי המוצלח ביותר אינו אלא עמדה חלקית כלשהי שאין לה יכולת להקיף את מכלול הדברים.

יהיה זה, כמובן, מעבר למסגרת העבודה הזו להתמודד עם מכלול השלכותיה של העמדה הפוסט מודרנית ואסתפק באופקים שפתחה המחשבה החדשה בפני הפסיכולוגיה והאנתרופולוגיה.

האנתרופולוגיה זנחה את סיווג התרבויות לפי מידת התאמתן לאורח החשיבה המדעי. את מקום החלוקה בין תרבויות 'פרימיטיביות' או 'קדם לוגיות' לבין תרבויות רציונליות-מדעיות תפסה ראית האדם כבעל יכולת ליצור לעצמו מערכות של מושגים שיעניקו משמעות למציאות הסובבת אותו" (מילר, ה'תשמ"ו, עמ' 229). כאשר אין קריטריון על שלפיו ניתן לשפוט את אותן מערכות של משמעות - כל תרבות והקריטריונים שלה. גירץ שהוא ממובילי הקו הזה באנתרופולוגיה הסביר כי: "בני אדם הם בעלי חיים בלתי שלמים או בלתי גמורים, המביאים את עצמם לכלל השלמה או גימור באמצעות צורות תרבות פרטיות ומיוחדות ביותר. תרבות דובאי או תרבות יאווה, תרבות הודית או תרבות איטלקית, תרבות המעמד הגבוה או תרבות המעמד הנמוך, תרבות אקדמית או תרבות מסחרית" (גירץ, עמ' 58). ממילא הולכת ומתבהרת חשיבות התרבות לעצם קיומה של הנפש האנושית: "הרעיונות שלנו, הערכים שלנו, הפעולות שלנו, אפילו הרגשות שלנו, כל אלו, כמו מערכת העצבים שלנו עצמה, הם מוצרי תרבות" (שם, עמ' 59). ללא "דפוסי התרבות, היינו מערכות הסמלים המשמעותיים" היתה התנהגותנו "הופכת לאנדרלמוסיה של פעולות חסרות טעם והתפוצצויות אמוציונליות" (שם, עמ' 55). לכן גם יכולה כל תרבות לקבוע קריטריונים משלה לתקינות נפשית, והתנהגויות הנראות תקינות לגמרי בתרבות מסוימת עלולות להראות חריגות ביותר בתרבויות אחרות. הדוגמא המפורסמת ביותר לכך היא, אולי, תופעת האמוק הרווחת באיי באלי. תופעה זו מתרחשת במהלך טקס דתי שבשיאו "מתחילים צופים משני המינים להיכנס לטרנס, שועטים החוצה כדי לדקור את עצמם, להתאבק זה עם זה, לטרוף אפרוחים חיים או צואה, להתגולל כשהם מפרכסים ברפש, וכן הלאה" (שם, עמ' 115). התנהגויות כאלו היו מזכות את עושיהן בפנסיון מלא בבי"ח פסיכיאטרי בכל מקום במערב.

כלומר: לכל תרבות מערכת משמעויות משלה, תפיסות משלה ופתרונות משלה למצוקות אנוש (כמו אותן שלש נקודות מפגש עם התווה שציין גירץ: המפגש עם גבול יכולת ההבנה, המפגש עם הרוע הפיסי והמפגש עם הרוע המוסרי). כל תרבות מעצבת לה אורחות חיים האמורים לתת מענה כלשהו לאותן מצוקות, יותר מזה, אי אפשר להגדיר את מצוקתו של אדם אלא באמצעים הלקוחים מתרבות כלשהי. למשל, יורם בילו (בילו, ה'תשמ"ג, עמ' 529) הציע כי ה'דיבוק' הידוע ממקורות רבים הוא סוג של 'הפרעה דיסוציאטיבית'. ניתן לראות זאת כתופעה התנהגותית או חווייתית מסוימת ושני הסברים שהוצעו לה - 'דיבוק' ו'הפרעה נפשית', אך כל

לחשוב מחדש על כל יסודות תפיסתנו. ואין כל סיבה שמציאות התודעה ותחושותיה לא תהיה עובדה כזו.

הסבר כזה הוא הרבה יותר מתיאוריה מדעית – הוא המשגה המאפשרת לתרבות מסוימת להכיר בקיומה של התופעה (שהרי אלמלי היה קיים הסבר 'מדעי' כלשהו לתופעת הדיבוק, לא היה המדע המערבי מכיר בה כלל, ואולי היה אף נאלץ להכחיש את קיומה). אם כך, מהו הדיבוק 'באמת'! כל עוד חיינו בעולם הימודרני שבו היתה אמת מדעית ברורה אחת, לא היתה שאלה: האמת הלגיטימית היחידה הייתה שקיימת תופעה נפשית 'דיסוציאטיבית', אשר מחוסר הבנה נאותה פורשה בעבר כ'דיבוק'. אולם מרגע שבו אובדת האמונה במדע כבסיפור כוללני, ניתן לקבל את הסבריהן של התרבויות השונות כ'נרטיבים' (כלומר כסיפורים) לגיטימיים, ובלבד שיתגלו כיעילים בטיפול בבני תרבויות ספציפיות לאור מושגים וערכים הלקוחים מתרבותם (בילו-ויצטום, 93, עמ' 94).

גם הפסיכותרפיה עצמה הושפעה עמוקות מן המגמות החדשות. ראשית יש להזכיר את עלייתה של הפסיכולוגיה הנרטיבית-סיפורית. עומר ואלון כתבו: "התפיסה הסיפורית נכנסה לתחום הפסיכותרפיה כמשקל נגד לאמונה שמדע האדם, כמוהו כמדעי הטבע, עוסק באובייקטיבי ובעובדתי, בדברים שהם לעצמם" (עומר ואלון, 97, עמ' 11). לדעתם, שתי אסכולות הגותיות המעודדות את הגישה החדשה: "הסוברים כי מכיון שהאמת ההיסטורית מתה רשאים המטפלים לבדות מעתה סיפורים כאוות נפשם ולמכור אותם למטופלים הטוענים כי עם חורבנה של היומרה לאובייקטיביות איבדו המטפלים את היתרון הידיעה המדעית, ומעתה שומה עליהם לפנות למטופלים מתוך עמדה ענווה של אי ידיעה" (שם, עמ' 111). זוהי מגמה הפוכה למגמה שהציג פרויד, למשל. אולם גם בתוך הפסיכואנליזה טען קייסמנט, כפי שראינו, כי "האנליטיקאי נזקק לעיתים להסתמך על מגוון רחב של תיאוריות כדי להתגבר על המגוון של התופעות הקליניות שבהן הוא נתקל" (קייסמנט, ה'תשנ"ו, עמ' 178), ובניסוח מחודד יותר קבע כי אנליטיקאים "אינם יכולים להרשות עצמם נישואים מונוגמיים מדי עם תיאוריה אחת" (שם).

ממילא הופכות התיאוריות עצמן ל'נרטיבים', לאוסף סיפורי חיים אפשריים (אך לא מוכרחים). אם עבור פרויד, למשל, היה הסיפור האדיפלי "הספור המהימן, המקיף, המוכח, התומך ורב העוז מכולם, ואם עבור אדלר, למשל, נהנה ספור ההתמודדות עם תסביך הנחיתות ממעמד דומה" (דרייקורס, 94), הרי שכיום יראו שני הספורים הללו כספורים אפשריים, אשר הצדקתם העיקרית היא בעצם יכלתם לעזור לאדם זה או זה, העשוי לחוש שספור מסוים דווקא הוא, נותן משמעות ותקווה לחייו. אין צורך בהצדקה נוספת, ואין בטחון כי היא אפשרית.

במסגרת המחשבתית הפוסט מודרנית ניתן, אם כן, להציע (כתוספת לארגו הכלים התיאורטי) גם נרטיב חסידי, אינדיאני או הודי. ממילא אין משמעות לערך האמת של הספור אלא רק לערכו בעיני המטופל. תורת האדם החסידית יכולה בהחלט להיתפס, במסגרת ההתייחסות הזאת, כספור חיים אפשרי העשוי להתגלות כפורה ומקדם לאנשים רבים.

בקורת הפוסט מודרניזם: לכאורה, הייתי יכול לעצור בנקודה זו, שכן כבר כאן ניתן להצביע על שתי הצדקות ברורות להצעת מודל טיפולי חסידי: א) הוא עשוי להתגלות ככלי טיפולי רב ערך לעבודה עם פונים בעלי רקע יהודי דתי ב) יתכן שיתגלה גם ככלי חשוב לטיפול באנשים לא מעטים מכל רקע שהוא, שיחושו כי ספור זה דווקא 'מדבר אליהם' מסיבה זו או אחרת.

אילו עצרתי כאן היה הדבר נראה, בלי ספק, כאילו הפוסט מודרניזם הוא המסגרת המחשבתית שלאור מושגיה אני מבקש לקרוא את עבודתי, ואין זה כך. להפך. הפוסט מודרניזם כמסגרת מחשבתית נראה לי לא פחות הרסני מן הדיקטטורה של המודל המדעי שקדמה לו. לדעתי יש לחפש אלטרנטיבה לשניהם כאחד, ואני סבור שאלטרנטיבה כזו נמצאת במחשבה החסידית. (כדי להציע ניסוח מלא ומדויק של 'האלטרנטיבה החסידית' יש להציג קודם את מושגי היסוד ההגותיים של החסידות, כך שהדבר לא יעשה אלא בסוף העבודה, לאחר שההגות החסידית ומושגיה יוצגו כבר בהרחבה. בשלב זה אסתפק בדברי ביקורת על השלכותיה הנפשיות של התפיסה הפוסט מודרנית ובתיאור כללי ביותר של הכיוון שבו עשויים מושגי החסידות להתגבר הן על הכשלים המובנים שבתפיסה המדעית והן על אלו של התפיסה הפוסט מודרנית).

ראשית, אציין כי ליתור על מושגי האמת יש מחיר נפשי לא פשוט. מחיר זה מוזכר כבר ע"י ההוגים הפוסט מודרנים. ליוטאר כתב: "בהתפזרות זו של משחקי הלשון, דומה שהסובייקט החברתי עצמו הוא המתפרק" (ליוטאר, 99, עמ' 50). הסביר עדי אופיר: "אין בסיס לחיפוש אחר מבנה על של נרטיב חובק כל (מטא-נרטיב)... מול כל ספור שמספר מאין באתי-באנו ולאן אני-אנחנו הולך-הולכים, ובתוך כך מגדיר מי אני-אנחנו, מתייצבים ספורים חלופיים. כשם שיש הרבה טענות מתחרות ישנם הרבה 'ספורים' מתחרים, כמה מהם אכן שואפים - לשווא - למעמד של 'ספור על', וכל מה שניתן לעשות כדי ליישב ביניהם הוא לספר ספורים נוספים" (אופיר, 'היתשנו', עמ' 150). לכן הוא מדגיש: "היחיד אינו קיים כלל כסובייקט - בעל מבנה תודעה קבוע" (שם, עמ' 154). לא אכנס לשאלת משמעותה של 'קביעות' מבנה התודעה שאופיר ציין כחלק מהגדרת הסובייקט, ואשאל רק: מהי משמעותה הנפשית של עמדה כזו, שבה היחיד אינו קיים כלל כסובייקט בעל מבנה פנימי כלשהו, ואין לו כל סיפור קוהרנטי המסוגל לאחד בתוכו את המרכיבים השונים של חיו?

דוד גורביץ', הוגה פוסט מודרניסטי ישראלי, התייחס לשאלה זו. בעולם פוסט מודרני, קבע, "אנו נותרים, אפוא, במציאות בלתי תמימה שבה 'אבריה' - האובייקטים הפרודים-חופשיים לנפשם. ואולם החופש הטוטלי שלהם מעורר חלחלה: הם חופשיים לנוע בתוך הרצף ההיסטרי של חילופי ה'סחורות' בתרבות, אך הם חסרי זהות, בלתי מובנים כשלעצמם... מצב זה הופך את הסובייקט-אובייקט להליך בלבד: פנימיותו, מהותו, ניטלה ממנו. שיפוטי הערך שלנו לגביו מוגבלים, איפה, לשפט ערכה של 'המערכת' ה'משווקת' אותו. ה'אני' אינו אלא מוצר חברתי..." (גורביץ', 'היתשנו', עמ' 124).

והשאלה חוזרת ומעמיקה: מה עלולות להיות ההשלכות הנפשיות של תפיסת עולם כזו? מכס ובר הסביר כי התנהגויותיהם של אנשים מושפעות באופן ישיר מתפיסת העולם הרווחת בתרבותם. כך, לטענתו, המאמץ המתמיד של בן התרבות הפרוטסטנטית לצבור עושר ונכסים נובעים מתפיסת הישועה הפרוטסטנטית שבמרכזה ההצלחה החומרית בעולם הזה (כסמל להיות האדם 'נבחר'), ואילו אדישותו היחסית של ההודי נובעת מתפיסה הרואה בעולם האמפירי אשליה רווית סבל שאינה ניתנת לתיקון אמיתי, וכל שניתן לעשות הוא להתנתק ממנה באופן נפשי-רוחני. בהקבלה לכך, מה עלולה להיות חוויתו והתנהגותו של בן לתרבות פוסט מודרנית?

אתמקד בצד הפסיכותרפויטי. בשנות ה-50 הציע אריקסון (Erikson, 88) את מושג הזהות' כמושג המאגד בתוכו את שאיפתו של האדם – כל אדם! – לקוהרנטיות פנימית, היכולה לכלול אלמנטים שונים ומורכבים בתוך מבנה שיש בו הגיון פנימי. במידה שהוא נכשל בכך, טען אריקסון, אורבות לו סכנות של 'בלבול זהות', העלול ליצור ניכור של האדם מעצמו, מסביבתו, ולגרום לו לתחושה שאיננו חי חיים של ממש. במקרים אחרים עלול האדם לבחור לעצמו זהות שלילית –אנטי חברתית או זהות של כישלון תמידי, ובלבד שתהיה לו זהות כלשהי. מכאן, הוא טוען, קלה הדרך לבריחה למציאות של אדישות או מפלט בסמים אלכוהול וכדו'. מרסיה, בשורת מחקרים, בדק את הנחותיו של אריקסון ומצא שאכן נחקרים חסרי תחושת זהות מגובשת נוטים להיכנע בקלות יחסית למניפולציות לגבי הערכתם העצמית, מגלים, רמת מתח וחרדה גבוהים במיוחד, או בוחרים במסלול חיים מתחת לכישוריהם" (מובא אצל מוס, היתשמיט, עמ' 83). עומר ואלון לא השתמשו במושג הזהות, אולם נראה כי כוונו לדעתו של אריקסון כשהגדירו 'ספור טיפולי בעל משמעות' כספור ה"מאפשר למטופל לומר (1) זה הספור שלי (2) אני הוא גיבור הספור (3) בספור הזה יש עתיד" (עומר ואלון, 97, עמ' 133). ניתן לדבר על אותם מרכיבים כמאפייניה של זהות מוצלחת.

אולם מבנה כזה של זהות אישית הוא בדיוק מה שההגות הפוסט מודרנית מכחישה את קיומו: "היחיד החברתי אינו אלא אוסף חזר ניגודים ומתחים של עמדות שונות הנתפסות על ידי בעל אותו גוף בשדות תרבותיים וחברתיים שונים" (אופיר, היתשניו, עמ' 154)². לשון אחרת: הפוסט מודרניזם הוא סביבה עוינת זהות, וחלחולו לעולם הרוח הכללי עלול –מחד גיסא, לפגוע ביכולתה של התרבות להציע לנו 'מערכות סמלים משמעותיים' ועל ידי כך להפוך את התנהגותנו ל"אנדרלמוסיה של פעולות חסרות טעם והתפוצצויות אמוציוליות" (גירץ, עמ' 55). מצד שני, הוא נוטל מהמטפל את האפשרות לחתור עם המטופל לגיבושו של ספור חיים מועיל, שהמטופל יוכל להאמין בו בכנות ולהתבסס עליו.

כך שבסופו של דבר, ניתן להסכים לטענה שהמעבר ממודל מודרני לפוסט מודרני (בפסיכותרפיה) יש בו בודאי אפקט חיובי ומשחרר. ובכל זאת, נראה לי שהויתור הגורף על מושג ה'אמת' ועל השאיפה לסיפור עלי אמיתי וכולל, נזקו גדול מתועלתו.

מעבר לפוסט מודרניזם: כפי שהקדמתי, אני סבור כי מושגי החסידות מכילים אלטרנטיבה הן למערכת החשיבה המודרנית והן לזו הפוסט מודרנית, אלא שכדי להציגה כראוי עלי הסביר תחילה את מושגי החסידות עצמם. לכן אסתפק, בשלב זה, בהצבעה קצרה על הכיוון הכללי שפרטיו יבואו, כאמור, בסוף העבודה.

ניתן לומר כי הן המודל המדעי והן הפוסט מודרני יוצאים מתפיסה אימננטית של האמת, שניהם מניחים שמושג האמת מתייחס לגוף ידע מסוים, ועליו אנו אומרים כי הוא אמיתי או שקרי. המודל המדעי קובע כי גוף ידע כזה ניתן באופן עקרוני להשגה, וגם אם אינו נמצא כעת בידנו הרי הוא עשוי להיוודע לנו ביום מן הימים. כנגדו יוצאת ההגות הפוסט מודרנית ומכריזה: אין ולא יהיה בידנו גוף ידע 'אמיתי' במובן הזה, ואין ולא יהיו קריטריונים שיאמרו

² למען ההגינות יש לציין כי אופיר מוסיף שהיחיד יכול "לנקוט עמדה ביחס לעמדה הנתפסת" על ידו – כלומר שיש לו יכולת להגיב ולעבד את ה – input המגיע אליו: "מדובר בעיבוד פרטי של היחיד לספור מורכב ששל זהות, ושאיכות שמעניקים לו סוכנים שונים (הודים, מערכת החינוך, הפסיכולוג, העיתונות, דפוסי הדיכרון

לנו מהו ידע 'אמיתי'. לכן קובע כל תחום (ולמעשה כל דובר) 'קריטריון אמת משלו'. אין אמת כללית ואין 'סיפור עלי'.

לעומתם, תפיסת האמת של החסידות היא טרנסצנדנטית, האמת קיימת, אולם אינה ניתנת להשגה אלא לאחר שהתפרשה לנו בדרכים שונות ומגוונות. ניתן להמשיל זאת, אולי, לאוסף תמונות זו ממדיות המנסות לשקף מציאות תלת ממדית מורכבת. המימד השלישי הוא 'מעבר' ליכולת השיקוף של אותן תמונות וכך יישאר לנצח. לכן יתכנו אינספור תמונות שונות להפליא אלו מאלו שיהיו כולן שיקוף אמיתי של אותה מציאות עצמה. יחד עם זאת המציאות הזו אכן קיימת בפועל, ולכן יתכנו גם תמונות שאינן משקפות אותה כלל, ויהיו גם תמונות שישקפו אותה במידה רבה יותר מאחרות. המשל הזה גם מרמז על דרך להתקרב במידת מה אל המציאות התלת ממדית עצמה, והיא הדיאלוג: צרוף הולך ורב של נקודות מבט שונות.

דוגמא נפלאה למושג האמת המוצע ניתן למצוא אצל גרשם שלום, כשהסביר את התופעה ההיסטורית של ריבוי אסכולות המיסטיקה היהודית מחד גיסא, והצלחתן להישאר במסגרת 'לגיטימית' אחת מאידך גיסא. את ההסבר לפלורליזם הזה מצא דווקא באמונה בתורה מן השמיים: "כיצד פיתחו כל אותם זרמים, שנעשו חטיבות שלמות בתולדות המיסטיקה בעמנו, את צורות הביטוי של רעיונותיהם הם? הם עשו זאת מתוך חשיפת שכבות חדשות במילה הא-לקית, שאין לה סוף מבחינה פרנציפיונית. ועל כן, מי שקיבל פעם על עצמו את חומרת אמונה זו ומידת בטחון זו... זוכה למעין חירות מפליאה מאד, חירות שתולדות הקבלה מעידות עליה כמאה עדים... הוא נעשה כאילו בן בית, הוא יכול לחשוף שכבות שכבות, נדבכים נדבכים, באותה ההבנה שערי הדרוש לא ינעלו בה... לשאול על משמעותה האמיתית של תורה זו, היא שאלה אבסורדית בשביל המיסטיקה היהודית, כאשר משמעותה היא אין סוף, וכל שכבה ושכבה במשמעות זו מגלה בו מענייניה היא. אין לנו ביטוי כולל יותר להרגשה זו ולהכרה זו של המשמעות העילאית האינסופית של התורה, יחד עם המשמעות האינדיבידואלית לאדם לפי שורש נשמתו, מאותו ניסוח שדעה זו קיבלה בבית המדרש של האר"י מצפת לומר: שלא רק שבעים פנים יש לתורה, אלא ששים ריבוא פנים... שלכל נשמה מישראל יש דרך מיסטית המיוחדת לה"..." (שלום, ה'תשמ"ב, עמ' 79). ברוח זו קבע רוטנברג: "האמת היא יצירה המורכבת מעמדות מנוגדות" (רוטנברג, ה'תשנ"ו, עמ' 63).

כלומר: "האמת (ולא רק פרשנות הטקסט המקראי) נתפסת לעינינו כאוסף נקודות מבט שונות והפכיות, וכולן 'אמיתיות' במובן זה שהן משקפות, כל אחת בדרכה, אמת טרנסצנדנטית, בלתי מושגת, אחת. למושג האמת הזה יש השלכות לפסיכולוגיה, לפסיכופתולוגיה ולפסיכותרפיה ואדון בהן בפרקים הבאים.

נראה לי שבמושג האמת הזה יש תועלת נוספת שיכולה הפסיכולוגיה המערבית להפיק מאורח החשיבה החסידי: החסידות יכולה, לדעתי, להציע דרך יעילה לחיבור בין נקודות מבט שונות והפכיות אשר כולן הוכחו כיעילות וטובות מבחינה פסיכולוגית. אולם הנימוק הזה, השלישי, הוא שונה מקודמיו: אין בו הצעה להכניס כלי חדש לארגז כלים ישן. להפך, הוא מציע ארגז חדש שלתוכו ניתן להכניס את הכלים הישנים. ומכיוון שארגז כלים מושגי שכזה מורכב, מעצם מהותו, ממושגים כללים ורחבים (כמו מושג 'אמת' עצמו). מושגים הקרויים בלשון הפילוסופית המקצועית 'מטאפיזיים', אפתח בפרק העוסק במטאפיזיקה של החסידות.

הלאומי וכיצד"ב" (שם, עמ' 155). אולם מיהו הנוקט עמדה? האם אותו אוסף השפעות חברתיות הוא הנוקט

יוצא שההרמנויטיקה החסידית עשויה וספק את המסגרת המחשבתית הראויה שתוכל ומוג את השאיפה לאמת קוהרנטית, שהיא מעלתה המובהקת של החשיבה הפוסט מודרנית, עם הגמישות המאפשרת נקודות מבט אינדיבידואליות, שהיא יתרונה של החשיבה הפוסט מודרנית. כמובן שבכך אין די כדי ליצור פסיכולוגיה במלוא מובן המילה. עלי להראות כי החסידות אכן פיתחה את אותה הרמנויטיקה לכלל תורה פסיכולוגית מקיפה. בפרקים הבאים אציג בהרחבה את התורה הפסיכולוגית של החסידות ואת השתמעויותיה הטיפוליות, אולם כבר כאן אנסה להציג תאור כללי שלה.

ב) החסידות כפסיכולוגיה:

כבר בימי "תנועת ההשכלה" של שלהי המאה הי"ט שמו חוקרים רבים את ליבם לעושרן של התובנות הפסיכולוגיות הטמונות בה. כבר א.צ. צוויפל, מראשוני העוסקים בתחום, כתב: "בא הבעש"ט וגילה פנים חדשות בקבלה, הלביש את הסודות צורה אחרת. אין לנו עסק ודבר, אמר, עם אותן הספירות האורות והפרצופים שפורחים בגובה האוויר, או למעלה משבעה רקיעים, כי אם עם אותן הספירות, המידות והאורות שבלבו של אדם... כל דרשותיו של הבעש"ט סבבו על הציר הזה" (צוויפל, היתשליח, עמ"9). אפילו במאמרו של ש"י הורוביץ על החסידות (הורוביץ, היתרעיד), שכולו קטגוריה, נמצא 'הודאת בעל דין' בדבר קיומן של "סקירות פסיכולוגיות מועילות" בכתבי חב"ד, למשל.

גרשם שלום, בכיר חוקרי המיסטיקה היהודית, כתב על בעל התניא (מיסד חב"ד): "ניסיונו המעניין של רש"י ליצור לעצמו מעין סינתזה בין תורת האר"י לתורת המגיד ממזריטש מעניק לנו, עם כל בידודו, את נקודת המוצא הטובה ביותר לחקירתנו. בתורה זו אנו מוצאים הדגשה חדשה על הפסיכולוגיה תחת התיאוסופיה. זוהי עובדה שעלינו ליחס לה חשיבות עליונה. אם ננסח את המיוחד לתורה זו (=חב"ד) ככל האפשר בקצרה, נאמר כי רזי התחום הא-לקי מופיעים בה בלבוש של פסיכולוגיה מיסטית... לכל אחד משלבי האינוסופיים של העולם התיאוסופי מקביל מצד נפשי נתון. זהו מצב שניתן לחוש בו ולתפסו... וכך הופכת הקבלה מכשיר להכרה עצמית וניתוח פסיכולוגי, מכשיר המפליא לא פעם בדייקנותו" (שלום, היתשליח עמ"43). כלומר: עם כל ההבדל שבין משנת חב"ד לתורות חסידיות אחרות, מגמת הפסיכולוגיזציה של תכנים קבליים, המופיעה בה באופן עשיר שיטתי ומפורט במיוחד, יכולה לשמש פרדיגמה להבנת אותה מגמה עצמה בחסידות בכלל. ואמנם יורם יעקבסון בספרו 'תורתה של החסידות' ציין 'ארבע אבני יסוד' המופיעות לדעתו בכל בתי המדרש החסידיים, וביניהם 'הפסיכולוגיזציה של הקבלה' (יעקבסון, היתשמיו, עמ"15), אשר אותה הגדיר כך: "החסידות העתיקה את הדיון בבחינתה המתגלה כל הא-לקות מן התחום התיאוסופי אל התחום הפסיכולוגי: כל מה שמתחולל בעולם הא-לקי עולמן של הספירות, על פי תיאורי המקובלים, מתחולל מעתה ובעולמו של האדם" (שם, עמ"41). לשינוי הזה, הוא מוסיף, היו השלכות של ממש: "מתוך התמורה הפסיכולוגית הזו שחלה בחסידות, נשתנה באופן מכריע כיוון התבוננותה בהשוואה למצוי במקורות הקבליים. החסידות מכוונת את מבטה פנימה, אל תוך האדם, ולא החוצה... תפיסה זו, המגובשת סביב אינטרס פסיכולוגי עמוק, כרוכה כפי שאפשר לצפות בפיתוחה של תורת נפש מסועפת ועמוקה

עמדה ביחד לאותן השפעות חברתיות עצמן? האם יש בכלל משמעות לאמירה כזו?

שאינן כיוצא בה בספרות הקבלה. זו עוסקת בעיקר בתורת נפש 'סטטית': היא ממיינת את חלקי הנפש, מבססת את מקורותיהם, מסבירה את תפקודיהם השונים ומציירת את גורלם לאחר מותו של האדם ולעתיד לבוא. החסידות, לעומת זאת, טורחת לגלות את האספקט הדינמי שבתורת הנפש ומתארת את התהליכים המורכבים שמתחוללים בה" (שם, עמ' 42).

תמצית ראשונית של הפסיכולוגיה החסידית: אנסה, בנקודה זו, להציג את נקודת המוקד של השקפת החסידות על האדם ועל הפסיכולוגיה שלו.

מושכל ראשוני של ההגות החסידית היא ה"אימנציה", או נוכחותו של האור הא-לוקי במציאות כולה (יעקובסון, שם, 13). החסידות טוענת כי לא קיימת שום מציאות שאינה התגלותו של רצון א-לוקי. יותר מזה, היא טוענת שאנו יכולים וחיבים לגלות את הרצון שביסוד כל דבר. המציאות נבראה בדיבור וניתן בהחלט לראות בה מעין שיחה מתמשכת שמשוחח עמנו ריבון העולמים. (משל העולם כדיבור מופיע במקומות רבים בחסידות, עי' ר' שניאור זלמן, תניא, שער הייחוד והאמונה, א. וכן ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן תניא, תורה עח). ממשל זה הסיקו החסידים מסקנות מופלגות. ראשית, טענו, חייבים אנו לראות במציאות כולה, על כל סיבוכיה וסתירותיה, את הופעותיו השונות של רצון אחד: "כל דבר שיארע ואמר- הלא זה הוא מאתו יתברך..." (ריישראל בעשיט, צוואת הריב"ש, ב'. ראוי לציין שהמחקר העכשווי מטיל ספק בשיוכה של 'צוואת הריב"ש לבעשיט, אולם בחרתי להציג את הדברים באופן פנומנולוגי, כפי שהתקבלו המסורת החסידית עצמה)³. משל היו סיבוכי המציאות וסתירותיה מעין פיתולים מורכבים של רומן משובח, שבסופו של דבר נולדו כולם מרוחו של סופר אחד. נובע מכאן שיש דרכים רבות לעבודת הבורא: "הכל הוא צורך גבוה, מפני שהשי"ת רוצה שיעבדו אותו בכל האופנים. הכוונה כי לפעמים הוא הולך ומדבר עם בני אדם ואז אינו יכול ללמוד וצריך להיות דבוק בהשי"ת (במחשבתו) ולייחד ייחודים, וכן כשהאדם הולך בדרך ואינו יכול להתפלל וללמוד כדרכו וצריך לעבוד אותו באופנים אחרים. ואל יצער את עצמו בזה, כי השית' רוצה שיעבדו אותו בכל האופנים..." (שם, ג'). גם הרוע הקיים בעולם הוא התגלות א-לוקית: "הכל ממנו ית' שנתן היראה והאהבה אפילו בדברים רעים, למשל חיות רעות..." (שם, קכ"ז). חשוב לזכור כי החסידות מעולם לא ביטלה את ההבחנה החדה שבין הטוב והרע, אלא הטילה על האדם משימה מיוחדת במינה: לא להסתפק בדחיית הרע, אלא למצוא את הכוונה הא-לוקית המופיעה בו וע"י כך "לגאול" אותו מן הרוע שבו ולהחזירו ל"שורשו", כפי שהמשיך הבעשי"ט: "אפילו בדברים רעים, למשל חיות רעות, או מכל המידות שנפלו (נ"א כי מכל המידות שנפלו) בעת השבירה, ולפיכך אין היראה כי אם ממנו ית' ולמה לי לירא מניצוץ א' ממנו שבבחינה רעה, כי טוב לקשר אותו (נ"א עצמי) ביראה גדולה, וכן באהבה וכן בכל המידות, להוציא משם הניצוץ ולהעלותו אל שורשו גם כן, כי זהו מגמת נפשנו להעלות (נפילות) השבירה אל שורשו" (שם).

כלל זה תקף, כמובן, לגבי בני אדם. שהרי גם כל סבכי נפשנו הנם התגלויות א-לוקיות: "לית אתר פנוי מניה, וכל המחשבות של אדם יש בו מציאותו ית' וכל מחשבה היא קומה שלמה וכאשר יעלה במחשבו של אדם בעת עסקו בתפילה איזה מחשבה רעה וזרה היא באה אל האדם לתקנה ולהעלותה" (ר' ישראל בעשיט, כתר שם טוב, לט). כל "מחשבה רעה" וכל מציאות נפשית לא

³ בחרתי להביא בכל מיקרה את הציטוטים החסידיים כלשונם. לנוחיות הקורא שאינו אמון על ספרות זו פתחתי לעתים ראשי תיבות או שיניתי את הכתיב למקובל בימינו (למעט מקומות בהם השתמשו החסידים בצורתה הארמית של המילה). בשום מקרה לא שיניתי אף מילה מהטקסט המקורי.

רצויה מכל סוג (רגשות, תכונות אופי וכד') הנה בשורשה התגלות א-לוקית ייחודית ונשגבה אלא שעדיין איננו מסוגלים לראותה ככזו. כאשר נרד לשורשה ונבין את מקורה העמוק ממילא "נגאל" אותה מן הרוע שראינו בה.

זוהי עיקר משימתו של האדם. יעקובסון טען כי החסידות "צופה פנימה, מתבוננת ברובדי נפשו של האדם ומבקשת לחשוף אותו רובד אחר רובד. בתוך רובדי נפש אלה שרויה ההוויה הא-לוקית, ובחשיפתם הולך האדם וחושף, איפוא, את תעלומותיה ואת שכבותיה הגנוזות" (יעקובסון, 42).

מתוך אותו ניסיון חשיפה הלכה החסידות ופיתחה את המודל הפסיכולוגי העשיר והמרתק ממנו התפעלו חוקריה השונים. חשוב לעמוד על השוני שבינו לבין רוב רובן של הגישות הקיימות בפסיכולוגיה המערבית, שהרי גם הפסיכואנליזה הפרוידיאנית, למשל, משתדלת להעמיק ולחשוף את שורשיה הנסתרים של כל תופעה נפשית. אלא שהשורש שהיא מגלה הוא עולם של יצרים פיזיולוגיים, אגוצנטריים במגמתם. הפסיכולוגיה הדינמית המאוחרת יותר, למשל זו של ויניקוט או קוהוט, מתמקדת פחות ביצר ובמקורותיו הפיזיולוגיים אולם גם היא מנסה להציע לכל תופעה הסבר ששורשיו בילדות הקדומה ובצרכים הראשוניים שמשלו בה (למשל, הגנה או טיפוח אימהי וכד'). כל התכונות הנעלות יותר של האדם, רוחניותו, היצירתיות המופלאה שלו, האידיאליזם והנדיבות, מוסברים תמיד כפיתוח מאוחר של אותם צרכים שהוא תוצאה של "הפנמה", קבלת ערכים מן הדמויות המשמעותיות אותן פוגש התינוק במהלך התפתחותו. לעיתים מדובר בהקשר זה ב"סובלימציה", שהיא תעלול תרבותי עוד יותר מתוחכם: התרבות מדכאת את הביטוי הטבעי של הצרכים הראשוניים והבסיסיים של הנפש, ואז מציעה דרכים משלה לביטוי הכוחות שנחסמו, דרכים הרצויות לה ומזדהות עם ערכיה. כך או כך, כל הנעלה שבנו הנו בגדר קומה שניה שבנתה התרבות מעל לקומה הראשונה והבסיסית שהיא, כמובן, "טבעית" יותר.

אמנם יש גם זרמים אחרים בפסיכולוגיה המערבית, זרמים הבוחרים לצאת דווקא מאותם צדדים נעלים יותר של הווייתנו. ויקטור פרנקל, למשל, טען כי דווקא התהליך הרוחני של חיפוש המשמעות הוא התהליך הנפשי היסודי והעמוק, ואילו תהפוכותיו של היצר, האגוצנטריות המעיקה, הניכור והתוקפנות וכל יתר אפיוני צד ה"צל" שבאדם אינם אלא צדו הטפל הזוקף את ראשו המכוּע אך ורק כאשר מופרע התהליך הרוחני היסודי. כל ההפרעות הנפשיות הן בעיניו בבחינת "הבור ריק, מים אין בו אבל נחשים ועקרבים יש בו". אין ספק שזוהי תפיסה משובבת נפש, ואולי דווקא משום כך התעלמו ממנה רוב הפסיכולוגים והמטפלים. ככל שמדובר בתפיסה יפיפייה- באמת!- הרי שיש לה מעט מדי לומר על צד הצל שלנו. מה לעשות שדווקא ההתמודדות עם הצד הזה היא הדוחפת אדם ללכת לפסיכולוג ולהיכנס לתהליך ארוך, יקר ומכאיב?

וכאן, לדעתי, תרומתה הראשונה של החסידות. תפיסתה מניחה כי קיים ניצוץ א-לוקי והוא מתבטא בכל רגש, בכל מחשבה, בין אם באה מן הצד המואר של עולמנו ובין אם באה מן הצד האפל, הזר, הדכאוני או הרע של הנפש. הכל נובע מאותה שאיפה מופלאה אל הטוב המוחלט (בלשון החסידית- בכל נמצאים ניצוצות הכמהים אל שורשם). אלא שבמקרה הראשון שאיפה זו הנה ברורה וגלויה, ובאחר היא נסתרת ומכוסה. כל הרוע והכאב שבה נובעים מאותה אי הבנה עמוקה לגבי שורשה של אותה הפרעה נפשית. יש לחשוף, לחתור ולגלות זאת בכל העמקות שאנו יכולים לגייס. זוהי אנליזה לכל דבר, אבל בכיוון שונה, למעשה הפוך.

הרבי האחרון של חב"ד אמר פעם לקבוצת סטודנטים ששאלו אותו מהו תפקידו של רבי: "אתם תהיו לי ארץ חפץ... מהי ארץ חפץ? ארץ שיש בה אוצרות הטמונים בתוכה, אולם אוצרות אלה אינם נראים על פני השטח, יש לחפור ולהעמיק כדי למצוא אותם. והנה, לא כל חופר יודע לכוון את המקום הנכון לחפור בו. לעיתים קורה שאדם אחד חופר ובסופו של דבר מוצא הוא רק מרבץ עצום של רפש, כדרך שארע לפרויד בדרכו שלו להעמיק בנבכי הנפש. פעמים שחופר אדם ומוצא רק אבנים, כפי שארע לאדלר שמצא רק שאיפה של שלטון והתנשאות בנפש. רק המבין והמומחה האמיתי יכול לחפור בקרקע זו ולמצוא בתוכה את הדברים היקרים באמת... למצוא אוצרות אלה הוא תפקידו של הרבי" (עמיקס, היתשמייה, עמ' 85).

והרב קוק כדרכו הרחיב את תפקידו של הרבי לכל איש ישראל באשר הוא כשכתב: "כשאדם מרגיש פחד, עלבון פנימי, טומאת גוף ונפש, צריך הוא לדקדק בכל יכולתו בכל צדדי החיסרון שלו ולתקנם. ולא יעסוק בזה באופן שטחי, כי אז יוסיף ירידה על ירידתו, כי אם בעיון חודר ובאומץ רוח טהור" (הרב קוק, אורות התשובה, יד, כט')

הערות מתודיות:

ובטרם אגש לניתוח המפורט של הפסיכולוגיה החסידית ברצוני להתייחס לשתי נקודות הנוגעות למתודה המחקרית בה אשתמש.

אחדות החסידות:

לכל אורך העבודה בכוונתי להתייחס לחסידות כאל תורה בעלת אחדות פנימית עמוקה, כפי שניסח זאת יעבסון במבוא לספרו: "למרות הפיצול ההיסטורי שנתחולל בחסידות לזרמים שונים ולחצרות מרובות ומסועפות, טבועה תורתה בחותם של אחדות רעיונית שמתקיימת בה וחוזרת ומתגלה גם בדורותיה המאוחרים" (יעבסון, היתשמייו, עמ' 7). גישה זו אינה מובנת מאליה, ואף כי אני סבור כי היא נכונה ביסודה (ועבודתי הנוכחית מתבססת עליה) מן הראוי להביא משהו מן המחלוקת שסביבה.

גרשם שלום ניסח לראשונה את השאלה: "כל דיון בתורת החסידות חייב להתחיל בשאלת יסוד: היש נקודה מרכזית שהחסידות סובבת עליה ואשר ממנה אפשר לבנות את גישתה המיוחדת?" (שלום, היתשמי'ב, 325). והוא עונה: "אין ספק בלבי שאכן קיים מרכז כזה, וכי הדיון בו יוביל אותנו במישרין אל לב ליבה של הבעיה" (שם). מבחינת הדיון הנוכחי, הצהרה זו בדבר עצם קיומה של נקודת מוקד להגות החסידית חשובה יותר מאשר תפיסתו הספציפית של שלום, המוצאת נקודה זו בתפיסת ה'דבקות' החסידית. דור החוקרים שבא בעקבותיו הלך, פחות או יותר, בעקבות תפיסתו. רבקה שץ אופנהיימר כתבה ש"היוצרים של הספרות החסידית כתבו מתוך הרגשת ההתגלות של עולם אידיאי חדש, ואף על פי שלא חתרו לקראת תיאוריות, הרי חתרו לקראת הסברת עצמם על בסיס תיאורטי מסוים" (שץ אופנהיימר, היתשכיח, עמ' 13). וכך סיכם יוסף וייס את הגישות המחקריות הרווחות בזמנו: "מתבונן אדם במפת החסידות, תנועה דתית אחרונה זו בתולדותינו, דרך האספקלריה של המחקר והעיון, הרי הוא רואה תמונה של אחדות ואחידות, תמונה שאין לכאורה כל סתירות פנימיות בתוכה, לכל המרובה "דרכים שונות לעבודת הבורא". אף דרכים שונות אלו פורשות מתוך האחדות, בלי שאחדות זו תעשה מוטלת בספק. כל הדרכים נכללות לבסוף בתוך העניין האחד - חסידות" (וייס, היתשליה, עמ' 87).

תפיסה זו של 'אחדות' ההגות החסידית לא בטלה מן המחקר עד היום. מעבר לדברי יעקבסון, שהבאתי כבר, גם רחל אליאור כתבה פעמים רבות על המחשבה החסידית כעל מערכת הנותרת אחת ביסודה, למרות כל המחלוקות הפנימיות. למשל: "מורי החסידות יצרו מערכת (=בלשון יחיד! ב.כ.) מושגים רב רובדית שפענחה בעת ובעונה אחת את ההוויה הא-לקית ואת ההכרה האנושית. הם עשו זאת בשעה שפירשו את תהליכי היצירה הא-לקיים ואת התהליכים המחשבתיים האנושיים על פי מערכת מושגית מטאפורית אחת" (אליאור, 'היתשניז', 379). וכן כתב משה אידל: "החסידות היא דוגמא מובהקת לתופעת הריבוי של כיתות קטנות שנחלקות על נושאים שוליים למדי" (אידל, 'היתשניז', עמ' 46).

אך קיימת במחקר גם עמדה הפוכה, השוללת את אחדותה ההגותית של החסידות. וייס עצמו, בהמשך לציטוט שהבאתי קודם, התקיף את המגמה ה'אחדותית' וקבע: "אפשר שבתחום הפולקלור יש מקום לקיים מידת מה של אחדות. אולם ברור שלא סגי בהא: מעם המישור העיוני-רעיוני ומעם הבחינה של סולם הערכין הדתי יש לערער על ההשקפה האחדותית" (וייס, שם, 87). לדעתו ההתמקדות בעולם הרעיוני תגלה את קיומם של שני זרמים סותרים, אותם הוא מכנה "חסידות של מיסטיקה וחסידות של אמונה" (שם). באופן דומה, ניסוה רבקה שץ להציע חילוק בין חסידות 'ספיריטואלית' (המאפיינת לדעתה את הזרם המרכזי של החסידות) לבין זרמים 'אנטיספיריטואליים' (שץ-אופנהיימר, תשכ"ג, 721).

עמדה קיצונית יותר בנושא הציגו חוקרים כיוסף דן ומנדל פייקז'. לדעתם אין כל משמעות להיגד המכליל 'תורת החסידות': "לא מצאתי דרך להגדיר תפיסה חסידית מיוחדת שתהיה משותפת לכל מורי החסידות, ועם זאת שונה מתפיסות קודמות ומקבילות. כמעט שלא נמצאה אחדות בין מורי החסידות עצמם בסוגיות חשובות" (יוסף דן, 'היתשניז', עמ' 50). פייקז' אמר את הדברים ביתר נחרצות: "המתוודע אל דיוקניהם הרבים והשונים של ראשי החסידות, שפעלו למעלה מחמישה יובלים עקובים דם ודמעות ותהפוכות חברתיות, פוליטיות וטכנולוגיות אדירות בחיי העמים ובחיי ישראל, יתקשה לדבר על החסידות בדרך הפרסוניפיקציה (כגון החסידות שאפה, רצתה וכו'), אך הוא לא יתקשה למצוא מבנה חברתי משותף לכל פלגיה לדורותיהם ולאחריהם. ולא זו בלבד שפער רעיוני מפריד בין עולמם הרוחני של מוריה הראשוניים של החסידות לבין זה של מוריה האחרונים במזרח אירופה, אלא אף בימי צמיחתה והתפשטותה מצאנו בדבריהם מגוון אמונות ודעות שאינן עולות בקנה אחד, ואף סותרות אלו את אלו" (פייקז', תש"ן, עמ' 128). ובמקום אחר הדגיש: "שום צדיק לא נשבע אמונים לפרוגרמה חסידית כלשהי, שכן כזו אינה בנמצא" (פייקז', תשנ"ז).

מבחינת העבודה הנוכחית, לזיכור הזה יש משמעות רבה. כפי שציינתי, בכוונתי להצביע על מערכת מושגים פסיכולוגית מובהקת הנמצאת בבסיסה של ההגות החסידית, וכל טענה הכופרת בעצם קיומה של הגות כזו שומטת את הקרקע מתחת לעבודתי. לכל היותר תותיר טענתם של דן ופייקז' את קיומו של אוסף שיטות הגותיות שונות שהקשר ביניהן רופף, אם בכלל, ואין כל הצדקה להצביע על תפיסה אחת העומדת, כביכול, מאחוריהן. ואכן – הציטוט האחרון שהבאתי כאן לקוח מביקורתו של פייקז' על ספרו של רוטנברג 'קיום בסוד צמצום' (אשר בעקבות הנחותיו אני צועד בעבודתי). וכך כתב פייקז' על הספר: "לא מעטים מנבוכי ימנו המבקשים חוף מבטחים

לנפשם היגעה שנתפסו לאור החסידות ואף מתיימרים להתפיס באור זה את זולתם... דומה כי ספרו של פרופ' מרדכי רוטנברג – 'קיום בסוד צמצום' – מודל התנהגותי לפי החסידות הקבלית הוא הניסיון הנועז ביותר לא רק להתפיסו באור החסידות, אלא להציג את תורתם של מחוללי החסידות ותלמידיהם כ'תרפיה פרוספקטיבית ואופטימית המכוונת אל עתידו של האדם' (פייקז', שם, עמ' 116).

ומכיוון שכבר כללתי את עצמי באותם 'בוכי ימינו', ומכיוון שברצוני 'להתפיס' את קורא עבודה זו באורה של תפיסה פסיכולוגית חסידית שהיא, לדעתי, (א) קיימת (ב) מלאה חידושים לעומת הפסיכולוגיה הקיימת (ג) יעילה וטובה, נראה שעלי לנקוט עמדה במחלוקת ואף לנמקה.

ראשית יש להודות במקצת הטענה. אין ספק כי תולדותיה של החסידות מנומרים מאבקים קשים, רעיוניים ואחרים. מחלוקות שנגעו בחלקן לשאלות של טרמינולוגיה קבלית, בחלקן לשאלות של הדרכה רוחנית-ציבורית (עד כמה לגלות רזי תורה ברבים? מיהם הרשאים לעסוק ב'העלאת ניצוצות?' ועוד). ודאי שאין מדובר באחדות פשוטה.

אולם האם קיומן של מחלוקות אומר שאין בנמצא תנועה הגותית-חסידית? לדעתי הטוען כך מתעלם מאופיין הפרדוקסלי של תנועות רוחניות בכלל. אסתפק בשתי דוגמאות מעולמות הרחוקים עד מאד מן העולם החסידי.

ישעיהו ברלין, בספרו על הרומנטיקה האירופית, הביא שלל הגדרות לתנועה, ומקצתן סותרות זו את זו: "הרומנטיקה היא הפרימיטיבי, חסר ההשכלה, היא הנעורים, תחושת החיים המתפרצת של האדם הטבעי, אבל היא גם חיוורון, חוס מחלה... (היא) ריבוי בלתי נדלה, סערה, אלימות, קונפליקט, כאוס, אבל היא גם שלוה, אחדות עם 'ה'איהיה' הגדול, הרמוניה עם הסדר הטבעי... היא המוזר, האקזוטי, הגרוטסקי, המסתורי, העל טבעי... היא גם המוכר, המסורת המיוחדת של האדם, השמחה בצד החייכני של הטבע היומיומי" (ברלין, עמ' 35). ובכל זאת טרח ברלין למצוא נקודה הגותית-חזונית אחת, המשמשת לדעתו כמוקד כל התופעות המרובות הסותרות של הרומנטיקה.

יעקב גולומב, בספרו על האקזיסטנציאליזם, הסביר כי המונח האחיד לשיטות הגותיות כה רבות עלול לגרום ליטשטוש והסוואת ההבדלים המהותיים ביותר בין ההוגים הנחשבים ע"י רובנו כמיצגים המובהקים ביותר של פילוסופיות הקיום (גולומב, ה'תש"ן, עמ' 19). והדגים: קירקגור וגבריאל מרסל היו נוצרים נאמנים מתוך הכרה, ניטשה, היידגר, סארטר ואלבר קאמי היו "בלתי דתיים, וחלקם אף אנטי דתיים". מבחינה פוליטית היה ניטשה "א-פוליטי לחלוטין, היידגר היה בתקופה מסוימת נאצי"... יאספרס היה ליברל ואילו "סארטר דבק תקופה ארוכה בקומוניזם". סארטר ראה את עצמו כהומניסט ואילו היידגר תקף בחריפות את העמדה ההומניסטית. ועדיין אנו משייכים אותם בלי היסוס לתנועה הגותית ברורה למדי.

הבדלים כאלו נמצא בכל תנועה הגותית שהיא. די אם נחשוב על תנועות כמו המרכזים, הפסיכואנליזה, או אפילו "תלמידי הרב קוק". אם כן הברירה בידנו לוותר על מושג ה'תנועה' כמושג המאפיין התרחשות כלשהי בעולם האידיאות והתפתחותן ההיסטורית, או להגדיר תנועה באופן רופף למדי כשדה שיח המאופיין ע"י הנחות יסוד משותפות, שפה מושגית מסוימת, נושאי התעניינות כלליים. הבולשביקים והמנשביקים, למשל, נאבקו ביניהם על הפירוש הנכון לכתבי מרקס. לגבי ליברל יראה כל הויכוח מופרך מעיקרו. ממש כך יכולים הוגים חסידיים להתקוטט על הדרך המדויקת של העלאת המחשבות הזרות, ורק אם נושה אותם להוגה כמו פרויד, למשל, נראה את הבסיס המושגי המשותף עליו עומדים כולם.

יותר מזה. לאחר שהוגדרו הקווים הכלליים של תנועה הגותית, רשאים אנו לדון לגבי כל הוגה והוגה אם אכן הוא שייך לאותו שדה – שיח גם אם הוא שייך לאותה 'תנועה'. שייכות ממסדית. בתולדות הפסיכואנליזה, למשל, נערכו דיונים כאלו לגבי אדלר, יונג, רנק ופרנצי – בחיי פרויד, ולגבי מלאני קליין, קוהוט או לאקן לאחר מותו. בחלק מן המקרים הסתיים הדיון בפרישה (ובהיווצרות שדה שיח חדש), ובמקרים אחרים הורחב שדה השיח האפשרי בעולם הפסיכואנליטי עצמו. זוהי בדיקת טענתי לגבי החסידות. אם אכן ניתן להגדיר שדה שיח חסידי הבנוי על הנחות יסוד מסוימות ושיתוף במושגים המוכרים לכל משתתפיו, אין עלינו לצפות להסכמה רוגעת בתוך אותו שדה, אלא למחלוקות סוערות שיתנהלו על בסיס אותו מכנה משותף, מחלוקות שבמהלכן יוטל לא פעם ספק- מובלע או מפורש- בשייכותו האמיתית של זרם כלשהו לתנועה. אני סבור כי תמונה זו משקפת את מהלכה ההיסטורי של ההגות החסידית, לפחות בתקופתה ה'קלאסית', עד בערך מחצית המאה ה-19. לאחר מכן, כפי שצינו חוקרים רבים וביניהם פייקאזי (פייקאזי, ה'תש"ץ) חל מהפך מסויים לפחות בחלק מענפיה של התנועה, בעוד שענפים אחרים המשיכו את התפיסה הישנה. מכיוון שענייני בעבודה זו הוא דווקא בתפיסתה הייחודית של החסידות הקלאסית יכלול הקורפוס שלי בעיקר כתבים מן התקופה הראשונה, ואילו מן האחרים אצט רק במידה שהם עולים עמם בקנה אחד.

בהקשר הזה ברצוני לנמק הכרעה נוספת שעשיתי כאן, והיא ההתייחסות לכתביו של הרב קוק כשייכים, מהותית, לשדה השיח החסידי. גם הכרעה זו אינה מובנת מאליה. מכיוון שנושא שייכותו ומקורותיו הרוחניים של הרב קוק עדיין לא נחקר די הצורך, לדעתי, אסתפק בכמה הערות קצרות על החלטתי להסתמך, בין היתר, על כתבי הרב.

ראשית אציין כי על פי עדותו העצמית של הרב קוק, ההגות היהודית החדשה שברצונו לפתח חייבת לכלול סינתזה בין ההגות הקבלית לדורותיה, כולל תפיסות 'מתנגדיות', לבין הגישה החסידית. באחת מאיגרותיו הוא כותב "בדורות האחרונים יפה לנו מאד שיחתם של תלמידי הגר"א יחד עם תלמידי הבעש"ט" (הרב קוק, אגרות ראי"ה, א', שד-שה). במקומות אחרים דיבר על כינוס מחשבת ישראל לדורותיה, שבכוונתו לעשות, וכלל בכך בפשטות את כתבי החסידות (שם, אגרת תרסז). תמר רוס, במחקרה על "מושג הא-לקות של הרב קוק" (רוס, 69) טענה כי משנתו של הרב היא אכן "ניסיון מעמיק ומפורט לגדור את מעלותיו הדתיות של האידיאל החב"די הקוסמי ב'מעקה' הקוסמיות המתנגדית, ולהפיח באידיאל המתנגדי משהו מהחזון החב"די". בלי לפרש כאן את מונחיה של רוס, ברור שלדעתה משוקעים מושגים חסידיים רבים בכתבי הרב.

הלל צייטלין כתב על מראי המקומות לספרי הרב, שנערכו ע"י בנו הרב צבי יהודה ותלמידו 'הרב הנזיר', והעיר: "לפי דעתי צריכים היו לציין את ספרי החסידות הבעש"טית שעליהם נשען הראי"ה עוד יותר מעל ספרי הקבלה הראשונים וכתבי האר"י ז"ל... אילו היה סיפק בידי הייתי יכול להוכיח דבר זה באותות ובמופתים, כלומר בהשוואות מתוך כל אלה הספרים עד שלא היה כל קורא יכול להטיל ספק בהנחת"י" (צייטלין, ה'תש"ס, עמ' 237). כידוע קטעה השואה את מפעלו המחקרי והספרותי של צייטלין, אולם חוקרים אחרים טרחו לציין לפחות רשימה חלקית של מקורות חסידיים לכתבי הרב. ישעיהו הדרי, במאמרו על הרב קוק ור' צדוק הכהן מלובלין (הדרי, ה'תשכ"ו), ציין בין מקורותיו את המגיד ממזריטש, את רבני תב"ד, ר' מנחם מצ'רנוביל, בעל 'יחידושי הרי"מ', ה'שפת אמת'. (זאת בנוסף לדמיון הרב לכתבי ר' צדוק עצמו, שהוא נושא המאמר).

כל זה בא להראות, לכל הפחות, כי הרב קוק אכן הכיר את שדה השיח החסידי היטב והושפע ממנו עמוקות. וכך כתב שלום רוזנברג: "אחד מיסודותיה המרכזיים של החסידות היה הבנתן של המחשבות הזרות והתייחסותו של האדם להן. הראייה המשיך את דרכה של החסידות, אלא שמה שהיה נכון לגבי היחיד הפך עתה לנכון לגבי הכלל כולו" (רוזנברג, היתשנית, עמ' 63). נמצא שמשנתו של הרב קוק קרובה ביותר לתפיסה החסידית לגבי הפסיכולוגיה של היחיד, ועיקר חידושו בהרחבתה לתחום ההיסטוריוסופי.

כמדומה שבכל זה יש בסיס להכללת משנתו של הראייה בקורפוס ההגותי ממנו אני לוקח את המושגים שביסוד העבודה הנוכחית.

אופן השימוש במושגים: עלי להודות בקיומו של הבדל עקרוני בין המתודה וכיוון החקירה של העבודה הזו (ולדעתי גם של חוקר כרוטנברג) לבין זה של 'מחקר החסידות'. חקר החסידות, מעצם מהותו, מתייחס לטקסטים החסידיים כאל הנושא העומד למחקר. תחום העיון הוא הטקסטים עצמם, התפתחותם, היחסים ההדדיים שביניהם, המציאות ההיסטורית שהם משקפים. לעומת זאת, כאן נושא החקירה הוא בני אדם, חוויות והתנהגותם, והחסידות נתפסת כמקור אפשרי של תובנות שיסיעו במחקר. ניתן לומר שעבודה זו משתדלת להיות מחקר חסידי על פסיכולוגיה ולא להפך. מכאן נגזרת התייחסות מעט שונה אל הטקסטים, ואציג אותה כאן בקווים כלליים. ראשית, מכיוון שמטרתי היא לחפש עקרונות פסיכולוגיים ישימים, בכוונתי להרשות לעצמי להשתמש לצורך זה בכל הקורפוס הרחב של הספרות החסידית. אין בכוונתי להיצמד למושגיה של אסכולה ספציפית אלא לקחת מכל מקור חסידי שלדעתי יש בו כדי להבהיר ולהעשיר את התפיסה הפסיכולוגית המוצגת כאן. ממילא תהיה הטיה לכיוון אותן אסכולות שיצרו הגות פסיכולוגית עשירה ושיטתית. קורא העבודה יראה כי רוב הציטוטים שאביא הם ממקורות חב"ד, ברסלב, והרב קוק, אף כי אינני מונע את עצמי מכתבי ראשוני החסידות, הבעש"ט המגיד ור' יעקב יוסף. כמו כן אשתמש לא מעט בעוד מקורות חסידיים מגוונים. לספרות החב"דית שמור מקום מיוחד בעבודה זו, פשוט משום שהיא השיטתית והמסודרת ביותר בעולם החסידי, והנוחה ביותר להצגתה כ'תיאוריה'. השתדלתי, בכל מקום שניתן, להביא מקורות נוספים, כדי להראות שהעקרונות שהובאו אינם מיוחדים לחסידות זו דווקא. על חלק מן הדברים שאני מביא יש מחלוקת כזו או אחרת בתוך העולם החסידי עצמו. במקום שיש למחלוקת זו משמעות לעבודתו של הפסיכולוג, אביא את המחלוקת ואסביר את נימוקיהם של הצדדים השונים.

ועוד עקרון אחרון: קיים הבדל מכריע בין יחסי לטקסטים המקוריים בין שני הפרקים הראשונים לאחרונים. בפרקים 'מטאפיסיקה חסידית' ו'פסיכולוגיה חסידית' השתדלתי להיות צמוד לטקסט ככל שרק ניתן. אולם בפרקים על פסיכופתולוגיה ופסיכותרפיה אני בונה מבנה מושגי חדש, הבנוי אמנם על יסוד המושגים הקיימים בספרות המקור, אולם מתייחס לשאלות שבחלקן אין להן התייחסות ישירה במקורות. ממילא דרך התייחסותי למקורות היא, בפרקים הללו, יותר חופשית. עם זאת, גם בפרקים הללו אני משתדל להישאר צמוד למושגים החסידיים ולתפיסת העולם החסידית באופן שיצדיק לקרא גם להם 'פסיכולוגיה חסידית'.

ראוי לציין בהקשר הזה כי קיימת כבר ספרות לא מעטה המנסה לערוך השוואות בין תפיסות יהודיות בכלל וחסידיות בפרט לבין הידע הפסיכולוגי הקיים. רוב רובה של הספרות הזו נכתב

ע"י פסיכולוגים השייכים לאסכולה זו או אחרת, ומחפשים לה מקבילות חסידיות. כך, למשל, אנקורי (אנקורי, ה'תשנ"א) מראה קווי דמיון מאלפים בין החסידות לפסיכולוגיה היונגיאנית, פרנקל (פרנקל, ה'תשמ"ח) קושר בין מושגים יהודיים לרוג'ריאנים ובולקה (Bulka, 78) מצביע על קרבתה של החסידות ללוגותרפיה של ויקטור פרנקל. סאפיר (Safier, 78) מראה את הדמיון שבין אנקדוטות חסידיות שונות לבין הטיפול הפרדוכסלי, וניתן להביא עוד דוגמאות רבות. העיקרון נותר בעינו: כל הגישות האלה מגייסות את החסידות לשירותה של תפיסה פסיכולוגית קיימת. שונה מהן גישתו של רוטנברג המחפשת דווקא את הייחודי בתפיסה החסידית, את היסודות הפסיכולוגיים החסידיים שאין להם מקבילה בפסיכולוגיה המערבית, ומנבה לעמוד על ערכם הפסיכותרפויטי. עבודה זו ממשיכה בכיוון המתודי של רוטנברג.

מבנה העבודה:

החלק התיאורטי של העבודה הוא ניסיון להציג מערכת מושגים כוללת של פסיכולוגיה קלינית-חסידית. אעשה זאת בשלושה שלבים: (א) הצגת התיאוריה הפסיכולוגית של החסידות, (ב)סקירה של הפסיכולוגיה המערבית, תוך הדגשת הנקודות בהן יכולה ההגות החסידית לתרום לה, ו-ג) הצגת מודל קליני המבוסס על המושגים שפותחו בשני הפרקים הקודמים.

שער ראשון- הצגת הפסיכולוגיה חסידית: כפי שכבר כתבתי, הפסיכולוגיה הזו בנויה על תפיסה מטאפיזית הרואה במציאות כולה את התגלותה של מציאות טרנסצנדנטית נסתרת. לכן כדי להסבירה עלי להקדים תיאור מפורט יותר של הגישה הפילוסופית ממנה צמחה. לכן יכלול החלק הזה שני פרקים:

פרק א) תפיסתה המטאפיזית של החסידות- הסבר המונחים "בחינת היש" ו"בחינת האין", או ה"ביטולי".

פרק ב) מושגי היסוד של הפסיכולוגיה החסידית-תיאור מפורט של התפתחות האדם ממצב ה"שבירה" המאפיין את התינוק וכולל השתקעות ב'תפיסת הישות' למצב הבוגר של התיקון הכולל שחרור מן ה'קליפה' הישית.

שער שני- סקירת הפסיכולוגיה המערבית: לעומת התפיסה החסידית, הפסיכולוגיה המערבית מבוססת ברובה על תפיסה אמפיריציסטית שניתן לכנותה 'ישותנית' שכן היא בנויה ברובה על ראיית המציאות כחד רבדית ונטולת מימד טרנסצנדנטי. בכוונתי להראות כי תפיסה זו מגבילה את אופקיה של החשיבה הפסיכולוגית-במערב, וכי זרמים מסוימים ניסו להתמודד עמה אולם נכשלו מחוסר תשתית הגותית מתאימה. גם בשער זה שני פרקים:

פרק ג) ההגות הפסיכולוגית המערבית- בפרק זה אסקור את משנותיהם של כמה הוגים אירופים מרכזיים מאז ראשית העת החדשה, במטרה להראות כי עיקר מאמציהם הופנו לתיאור האדם כישות אמפירית גרידא אם במובן הפיזי ואם במובן הנפשי.

פרק ד) הפסיכולוגיה המערבית- כאן אסקור את החשיבה הפסיכודינמית המערבית, מתוך ניסיון להראות כיצד מגבילה התפיסה האמפיריציסטית- ישותנית את החשיבה הפסיכולוגית. פרק זה יסתיים בניסיון להציע מודל משולב, המניח את הרציונל החסידי של השבירה והתיקון אך ניתן לשלב בו את התובנות העיקריות של כמה וכמה זרמים מערביים שנסקרו קודם.

שער שלישי-הצעת מודל פסיכולוגי קליני: בשער זה אציע דרך להשתמש שימוש קליני במונחים החסידיים שפותרו בשני החלקים הקודמים. חלק זה כולל שלשה פרקים, האחד עוסק בפסיכופתולוגיה ושני האחרונים בפסיכותרפיה.

פרק ה) השבירה כמודל לפסיכופתולוגיה- ההגות החסידית כמעט שאינה כוללת מערכת קטגוריות שימושית של פסיכופתולוגיה. לכן אתבסס בפרק זה על הקטגוריזציה המערבית המקובלת, ואראה כיצד ניתן לבאר את הסימפטומטולוגיה של הפרעות השונות בעזרת ההנחה שהן מייצגות אופנים שונים של שבירה.

פרק ו) התיקון כפסיכותרפיה חסידית- לעומת העדרה של פסיכופתולוגיה, כתבי החסידות עשירים מאד בתיאורי עזרה נפשית שהגישו אדמו"רים לחסידיהם. בפרק זה אנסה להראות כי מושג ה'תיקון' מעניק ביסוס תיאורטי לרוב הסיפורים האנקדוטיים לכאורה ומהווה בסיס למשנה טיפולית סדורה.

פרק ז) תיקון חסידי ופסיכותרפיה מערבית- בפרק זה אסקור כמה תפיסות טיפול מערביות כמו הטיפול ההתנהגותי, הקוגניטיבי, הפסיכואנליזה הקלאסית והקוהוטיאנית, במטרה להראות כי מושג התיקון יכול להסביר את האפקט הקורטיבי של אותן שיטות.

גם פרק זה יסתיים בנסיון אינטגרציה שבו אצביע על ההשלכות המעשיות של מושג התיקון על הפרקטיקה הטיפולית.

לאחר החלק התיאורטי יבוא חלק מעשי- קליני, ובו פרק אחד:

פרק ח) ובו יובאו שבעה תיאורי מקרה מן ההתנסות הקלינית שלי. בכלם אדגיש את התרומה הייחודית של שמונחים החסידיים לעשייה הטיפולית, ואראה כיצד ניתן להשתמש בשתי מערכות החשיבה של הפסיכולוגיה החסידית והמערבית במהלך העבודה המעשית.

שער ראשון: הצגת הפסיכולוגיה החסידית

פרק א: תפיסתה המטאפיזית של החסידות

המציאות האמפירית המוכרת לנו נתפסת בחסידות כהתגלות א-לוקית, התגלותו של טוב טרנסצנדנטי, בלתי מוגבל, אשר מצמצם את עצמו לכלים מוגבלים על מנת שיוכל להיתפס ע"י הזולת- האדם, במקרה הזה. החסידות מודעת מאד לכך שניתן לתפוס את המציאות גם באופן שונה, כאוסף של ישויות אוטונומיות המקיימות ביניהן יחסים מורכבים, לעתים עוינים ותחרותיים. החסידות טוענת כי מדובר בשני אופני הכרה בסיסיים אשר היחס המדויק ביניהם הוא הקובע את אופי היחסים שיוצר האדם עם המציאות.

אנשים חיים במציאות, ובינם לבין המציאות מתקיימים יחסים מורכבים. האדם יכול לשאוף לתקן את המציאות, להלחם כנגדה, לנסות לנצל אותה או להחליט להינתק ממנה. נגדיר כאשר נגדיר את שאיפתו הפנימית של האדם – השאיפה לאושר, לחירות, לגילוי העצמי שלו, או סתם להישרדות – כל אלו אינם יכולים להופיע בפועל אלא במסגרת אותו דיאלוג מסובך שמנהל האדם עם המציאות שסביבו.

אבל מהי אותה מציאות? כיצד ניתן לאפיין? האם העולם הוא, ביסודו, מערכת מסודרת והיררכית של עצמים, או שדה קרב נצחי בין ישויות עוינות? האם המציאות נשלטת על ידי חוקי ברזל של הכרח טבעי שאין לעמוד בפניו, על ידי מקריות עיוורת או רצון חופשי? דומה שמדובר בשאלות רבות חשיבות לאדם, אשר לתשובה שאנו משיבים עליהן תהיינה השלכות רבות משקל על הדרך שבה אנו בוחרים להשיג את אושרנו, ואולי על הסיכויים להשיגו בכלל.

שאלות מן הסוג הזה מוגדרות כשאלות 'מטאפיזיות', כך שמן הראוי להקדיש מספר מילים למטאפיזיקה כתחום עיון. מילון אבן שושן מספק מספר הגדרות ל'מטאפיזיקה', ואחת מהן היא היותה תחום העיון העוסק ב"עקרונות המופשטים ביותר המונחים ביסוד כל מדע". אבי המונח הוא אריסטו, אשר לאחר שורה ארוכה של ספרים העוסקים בתחומי עיון ספציפיים, שכל אחד מהם עוסק בסוג מסוים של אובייקטים, הקדיש ספר למה שקרא "פילוסופיה ראשונית" – מושגי היסוד בהם אנו מבינים את המציאות בכללותה. במונחי של אריסטו עוסקת המטאפיזיקה ב"חקר הסיבות הראשוניות", "מדע היש באשר הוא יש", מדע ה"עצם", וכן חקר הא-לקות, כלומר תיאולוגיה. אין צורך להיכנס לעומק משנתו של אריסטו כדי להבין כי כל ההגדרות הללו עוסקות בקטגוריות הבסיסיות עמן אנו ניגשים להבנת כל מציאות שהיא. פילוסופים מאוחרים יותר הציעו תיאוריות מטאפיזיות שונות כמו המטריאליזם (= "השקפת עולם הרואה את הממשות כחומרית בלבד" – אנציקלופדיה עברית ערך 'מטאפיזיקה') והאידיאליזם (= השקפה שלפיה "כל ישות היא אידיאלית", כלומר שהיא אידיאה, תוכנה של תודעה... מחוץ לשכל החושב אין העולם קיים – שם) ועוד. במהלך הדורות הוצעו תיאוריות מטאפיזיות רבות ושונות, שעסקו בסוגים רבים של 'ישויות' שכן חלקן עשויות להיתפס בחושו של אדם, או להיחקר בכליו של המדע האמפירי. מטאפיזיקאים ניסחו שיטות העוסקות במציאותו של הבורא, בממשותן של האידיאות האפלטוניות או במגמתה של ה'רוח' ההגליאנית.

בפילוסופיה של העת החדשה קימת מגמה להדגיש את שאלות המתודה וההכרה מעבר לשאלות העוסקות במציאות עצמה. מכיוון שכך, חל שינוי קל בהגדרת התחום. אם אריסטו מגדיר את המטאפיזיקה כמדע העוסק ה"יש באשר הוא יש", הרי שהוגה בן המאה ה-18 במו באומגרטן הגדיר אותה כ"מדע המכיל את העקרונות הראשוניים של ההכרה האנושית". (מצוטט אצל יובל, ה'תשמ"ח, עמ' 81). קל לראות שעדיין מדובר במקצוע העוסק בעקרונות הראשוניים בהם אנו משתמשים כדי לפרש את המציאות. באופן עקרוני זוהי עדיין הגדרתו של התחום, ואצטט כאן את הגדרתו של רוטנשטיין שהסביר כי המטאפיזיקה "במובן הפילוסופי הסגולי של מושג זה, היא דיון על הנתונים הראשוניים... המציאות מוצבת בראיה פילוסופית מטאפיזית כמכלול של תכני הידיעה וכספירה הכוללת שבה מתרחשים האקטים של הידיעה" (רוטנשטיין, ה'תשכ"ט, עמ' 219).

החל מהמאה ה-19 מופיעים בהגות המערבית זרמים השואפים לביטול המטאפיזיקה כתחום עיון. הפוזיטיביזם בן המאה ה-19 טען כי העתיד שיד למדעים המתבססים על עובדות מוחשיות ואינם מבקשים הכללות הנוגעות למציאות כולה. גם הפוזיטיביזם הלוגי, בו המאה ה-20 ניסה לערער על הלגיטימציה של המטאפיזיקה בטענתו כי: "כל מה שאינו ניתן לאימות אמפירי – אימות בתצפית חושית – הוא חסר שחר" (מאגי, ה'תשמ"ג, עמ' 133). לכן "פסוקי המטאפיזיקה המסורתית הם חסרי משמעות, שאלותיה אינן בנות תשובה ובעיותיה מדומות. למשל, כל פסוק ששבו מופיע המונח א-להים הוא חסר שחר" (אנציקלופדיה עברית, ערך 'פוזיטיביזם לוגי'). להגדרות אלו היתה השפעה רבה על זרמים מסוימים בפסיכולוגיה (בר הלל, היגיון לשון ושיטה, ע' 220). אולם למרות הניסיון הפוזיטיביסטי, שאלותיה הקלאסיות של המטאפיזיקה מוסיפות להעסיק את פילוסופי ההווה, לעיתים תחת הכותרת "אונטולוגיה" שרבים מעדיפים אותה מסיבות היסטוריות שונות, אולם כוללת ביסודה את אותו תחום עצמו.

מכיוון שאנו עוסקים כאן במטאפיזיקה חסידית, כדאי לצטט כאן את דבריו של רוטנשטיין על הדת כמטאפיזיקה. רוטנשטיין הסביר כי הדת הנה סוג מיוחד של מטאפיזיקה: "הדת היא מטאפיזיקה שאינה ידיעתית בלבד. היא מטאפיזיקה, כלומר השקפה כוללת על העולם, הקוראת מעיקרו של דבר את בעל ההשקפה להתנהג בדרך מסוימת כלפי העולם. הדת היא אפוא מטאפיזיקה התנהגותית" (רוטנשטיין, שם). רוטנשטיין הציג, אם כן, תמונה א-סימטרית, לפיה קיימות גישות מטאפיזיות שונות שרק אחת מהן (זו שהגדיר כ"דתית") יש לה השפעה התנהגותית. נראה שמכלל הן אתה שומע לאו-לרובן המכריע של התפיסות המטאפיזיות אין השפעה ממשית על החיים בפועל.

לעומת גישה זו רוב הוגי הגישה החסידית טענו, כפי שאראה בהמשך הדברים, כי אין גורם המשפיע על חייו הפנימיים והחיצוניים של האדם יותר מעמדתו הפנימית לגבי אותן שאלות שהגדרתי כאן כמטאפיזיות (גם כאשר אותה עמדה פנימית עלולה להיות לא מודעת לאותו אדם בעצמו). לכל אדם יש עמדה מטאפיזית זו או זו, מודעת או בלתי מודעת, וכשם שיחסיו של האדם עם סביבתו האנושית הקרובה תלויים בדימוי הפנימי שיש לו לגבי בני אדם בכלל, שאיפותיהם ואופי הקשר שהם מסוגלים לפתח ביניהם, כך תלוי דימוי האדם שיש לו (ועוד דימויים מרכזיים, כמו דימוי העצמי, דימוי האושר וכדו') בהבנתו הכללית את המציאות שהוא שרוי בתוכה, קרי: בעמדתו המטאפיזית. לדוגמא: ניתן להבין את חשדנותו העמוקה של בעל האישיות הפרנואידיית כלפי סביבתו כפועל יוצא מדימוי כללי שיש לו ולפיו בני אדם הנם יצורים אנוכיים וחורשי רע. באותה מידה, יטענו לדעתי רוב הוגי החסידות, ניתן לקשר חשדנות זו לתפיסה מטאפיזית פנימית

הרואה את המציאות כולה כשדה קרב דרוויניסטי נצחי, שבו נאבקות ישויות שונות על עצם הישרדותן (באופן העשוי להזכיר ניסוחים מסוימים של ניטשה). הווה אומר, ניתן לראות בפרנויה תוצאה אפשרית (גם אם לא הכרחית) של תפיסה מטאפיזית מסוימת. תפיסה שונה, למשל כזו הרואה את המציאות כהתגלותו של רצון טוב מעיקרו, לא תהיה קרקע נוחה לצמיחתה של הפרעה כזו. כאמור, יתכן בהחלט שאותו אדם יראה את עצמו כבעל השקפת עולם שונה לחלוטין ממה שמשקף בעולמו הרגשי החויתי. נאמר, הוא יכול לראות את עצמו כבעל תפיסה 'דתית' או 'הומניסטית', ורק חווייתו הפנימית תשקף את המטאפיזיקה היותר עמוקה שלו.

יוצא, אם כן, שחיי של האדם תלויים במידה רבה בעמדה המטאפיזית שפיתח לעצמו, מה שמעלה שורה של שאלות תיאורטיות: מהן התפיסות המטאפיזיות המתמודדות על עולמו הרגשי והחויתי של האדם? כיצד הן מתפתחות? כיצד הן באות לידי ביטוי? האם וכיצד ניתן לעזור לאדם להגיע להבנה עמוקה יותר של עמדתו הפנימית, ואולי אף להוסיף ולפתח את המימד המטאפיזי של הווייתו על פי בחירתו?

כפי שאנסה להראות, כל השאלות הללו נדונות בכתביהם של הוגי החסידות. החסידות מתארת את חייו הפנימיים של האדם כמשחק ביניים מורכב בין שתי תפיסות מוגדרות, שהיא מכנה אותן 'בחינת הישות' ו'בחינת הביטול', ומראה כיצד הדינמיקה המורכבת שביניהן יוצרת את המכלול העצום של התופעות הנפשיות הידועות לנו).
ואולם לשם הבנת הטענה הזאת יש לעיין במטאפיזיקה החסידית כשלעצמה.

מטאפיזיקה חסידית: את מאמרו המטאפיזי 'שער הייחוד והאמונה' פתח האדמו"ר הזקן (להלן אדה"ז), מיסד חב"ד, בהצהרה גורפת: "הנה כתיב לעולם ד' דברך ניצב בשמים, ופירש הבעש"ט ז"ל כי דברך שאמרת יהי רקיע בתוך המים וגו' תיבות ואותיות אלו ניצבות ועומדות לעולם בתוך רקיע השמיים... כי אילו היו האותיות מסתלקות כרגע ח"ו וחוזרות למקורן היו כל השמיים אין ואפס ממש" (ר' שניאור זלמן, תניא-שה"ו, פרק א'). המציאות כולה - שמיים וארץ - מומשלת כאן לדיבורו של אדם, אשר אינו נחשב לישות עצמית אלא מהווה ביטוי מסוים, מצומצם ביותר, לאישיותו ומחשבותיו של הדובר, וכפי שכתב האדה"ז במקום אחר בתניא: "התהוות כל העולמות עליונים ותחתונים מאין ליש וחיותם וקיומם המקימים שלא יחזרו להיות אין ואפס כשהיה אינו אלא דבר ד' ורוח פיו ית' המלוּבש בהם, ולמשל כמו בנפש האדם כשמדבר דבר אחד שדבור זה לבדו כלא ממש אפילו לגבי נפשו המדברת... וכל שכן לגבי בחינת לבוש הפנימי שלה שהוא המחשבה... ואין צריך לומר לגבי מהות ועצמות הנפש... " (ר' שניאור זלמן, תניא-סש"ב, פרק כ'). לכן קבע האדה"ז כי אילו הפסיק הקב"ה, ולו לרגע, לומר את המילים "יהי רקיע", היה הרקיע נעלם מיד, ממש כשם שמילה נעלמת ברגע שסיימתי לאומרה. עולה לכאורה כי לפי האדה"ז המציאות הנגלית כולה, על כל אשר בה, אינה אלא אשליה (עמדה המכונה, בלשון המחקר, 'משנה א-קוסמיסטית'). ואכן האדה"ז המשיך והפליג בביטויים א-קוסמיסטיים: "אילו ניתנה רשות לעין לראות ולהשיג את החיות ורוחניות שבכל נברא... לא היה גשמיות הנברא וחומר וממשו נראה כלל לעינינו כי הוא בטל במציאות ממש לגבי החיות והרוחניות שבו..." (ר' שניאור זלמן, תניא-שה"ו, פרק ג'). ביטול זה של המציאות אל מקורה מתואר על ידי רחל אליאור כ'שקיפות', ובלשונה: "המכלול נטול המשמעות של היש - נבקע, וגבולותיו הופכים לשקופים, ומבעדיהם נראה האינסוף" (אליאור, התשנ"ו, עמ' 100).

כלומר באופן הרגיל, שבו לא "ניתנה רשות לעין לראות", אנו מתבוננים במציאות ואיננו רואים דבר מלבד אוסף אדיר וחסר משמעות של עצמים. ואילו ה'ביטול' פירושו שהמציאות האטומה נבקעת לרגע, והופכת 'שקופה', ודרכה אנו רואים את שעומד מאחוריה: את אותה 'חיות ורוחניות' המוזכרת כאן, שמכונה 'אור' ברוב המקורות. והסביר האדה"ז: "ידוע פירוש אור בכ"י שהוא בחינת גילוי השפעה מבחינת ההעלם של העצמות, כמו שבחינת העצמות של האדם תמיד בבחינת העלם והסתר אך כשמגלה עצמותו, אם בדיבור או במחשבה ומידות וכהאי גוונא נקרא זה בשם בחינת אור... וכדמיון האור הגשמי שאינו אלא בחינת גילוי לחוץ ולמרחוק דווקא... שמאיר לזולתו דווקא... שהאור הוא בחינת חסד דווקא... שמכל זה מובן שהחסד והטוב הכל שורש אחד ונכללים שניהם בבחינת האור שנקרא טוב" (ר' שניאור זלמן, ס' המאמרים-תקס"ח, עמ' תקל"ח). כלומר: שורש הכל הוא הרצון העליון בטוב ובחסד, רצון הבורא לגלות את טובו וחסדו. "אילו ניתנה רשות לעין לראות" היינו רואים את הטוב הזה במישרין שרק המסך האפל של מוגבלות השגתנו יוצר את המציאות האטומה הנגלית לעינינו.

אלא שזהו רק צד אחד של המטבע, הצד השני הוא שהקב"ה אכן חפץ שהמציאות תראה כמותו אוסף ישויות אוטונומיות, ובלשון האדה"ז: "כשם שאין ביכולת שום שכל נברא להשיג בוראו כך אינו יכול להשיג מידותיו... וכמו שאין ביכולת שום שכל נברא להשיג מידת גדולתו... כך ממש אין ביכולתו להשיג מידת גבורתו של הקב"ה שהיא מידת הצמצום... שהחיות מסתתר בגוף הנברא וכאילו גוף הנברא הוא דבר בפני עצמו..." (ר' שניאור זלמן, תניא-שה"ו, פרק ד'). כלומר, מצד גדולתו של הקב"ה הכל בטל אליו לגמרי, ואין שום מקום לשום נברא. אולם לאחר שרצה הבורא לצמצם את עצמו ולתת מקום לברואיו, נוצרה המציאות המוכרת לנו, שבה "גוף הנברא הוא דבר בפני עצמו". גם האופן הזה של הבנת המציאות מעוגן ברצון הבורא (כלומר, מבחינת האדה"ז, באמת המוחלטת). יוצא ששתי המידות הא-לקיות הללו יוצרות שתי תפיסות מציאות שונות ולכאורה הפוכות. מצד 'מידת הגדולה' (=חסד) המציאות כולה בטלה אל האור הא-לקי המהווה אותה מאין ליש, ואילו מצד 'מידת הגבורה' (אותה זיהה האדה"ז עם הצמצום) המציאות מתייצבת מולנו ממש כפי שהיא נגלית לעין – כאוסף עצום של ישויות עצמאיות.

מדובר בשתי תפיסות שונות לגמרי של המציאות, אשר מונחים כמו: ביטול וישות, 'בחינת האין' ו'בחינת היש' ועוד צמדי מושגים אינם אלא ניסוחים שונים של הפער שבינן. בעולם המחשבתי המערבי מיוצגות בחינות אלו ע"י עולמות מחשבתיים נפרדים. המדע האמפירי מבוסס כולו על בחינת היש, ובכל תחום ותחום הוא מגדיר מהן הישויות היסודיות בהן עוסק התחום (חלקיקים תת אטומיים, אורגניזמים, מעמדות חברתיים, כוכבים וגלקסיות...) ומתאר את היחסים ביניהן. הדת והמיסטיקה מבוססות על בחינת האין, ומתארות בהרחבה כיצד המציאות כולה כפופה לרצון העליון שמעבר לה. עיקר הדגשתו של האדה"ז במאמר זה היא שהסתירה בין שתי הבחינות אינה אלא לפי ערך תפיסתנו המוגבלת, כאשר במקורן האינסופי הן נמצאות באחדות גמורה. אין ביכולתנו להשיג כיצד נפתרת הסתירה הזו: "יחודו שמתייחד עם מידותיו שהאציל מאיתו ית', ג"כ אינו בבחינת השגה" (ר' שניאור זלמן, תניא-שה"ו, פרק ט'). מצד הבורא אין סתירה, והוא "מתייחד עם מידותיו" באחדות גמורה. לנו, מאידך גיסא, לא נותר אלא לחיות עם המצב שרחל אליאור מכנה אותו 'אחדות ההפכים' ורואה בו את מוקד תפיסת העולם החב"דית. ובלשונה: "המציאות הגשמית נתפסת כלבוש לאור אין סוף, או ככלי לנוכחות הא-לקית. מכאן נגזרת השקפת עולם המבחינה במשמעות הכפולה של ההווה – המציאות נתפסת

בעת ובעונה אחת כמהות א-לקית וכאין גשמי, כפנימיות רוחנית וכחיצוניות חומרית, כאחדות א-לקית וכריבוי גשמי, כאין וכיש, או כבעלת שני פנים הפוכים, המתנים זה את זה ומאוחדים זה בזה" (אליאור, שם, עמ' 28).

אנסה להציע משל שיבהיר מהי אותה אחדות הפכים. נתבונן באמן שקוע במלאכתו, ומנסה ללוש ולעצב חומר סרבן (כמו אבן, למשל, או כמו הקובץ המוגבל של המילים הקיימות בלשון). אמן זה משתדל להכניס באותו חומר משהו מאותה תחושה עמוקה שחש ברגע ה'השראה', אותה תחושה שהביאה אותו לעצם הרצון ליצור. ניתן לתאר את עבודתו של אותו אמן כדו – קוטבית, עליו להישאר נאמן לאותה תחושה פנימית, סובייקטיבית, ממנה יצא לתהליך היצירה. בו בזמן עליו להיות קשוב לתכונותיו האובייקטיביות של החומר בו הוא עובד. העבודה כולה מתאפיינת בהתרוצצות בין שני פניה של המשימה – ליצור יצירה יציבה ובת קיימא (בבחינת 'יש') אשר תבטא את שהיה כמוס בלב טרם היצירה, במלא היושר הפנימי שהוא מסוגל לו ('בחינת אין'). אם ישכח אחד מן הקטבים הללו, לא תהיה יצירה.

מכאן נובע זיהוי 'בחינת היש' עם הצמצום: טבע הדברים הוא שרק משהו מן ה'אור' הראשוני מצליח להתבטא ביצירה הסופית: אם האור לא יצמצם את עצמו כדי שיוכל להתגלות בכלי, לא תהיה שום התגלות.

החסידות מרבה להשתמש כאן במשל אחר, הקרוב יותר לעולמם החברתי של הוגיה. בלשון המגיד ממזריטש: "צמצם השם ית' את בהירותו, כדמיון אב המצמצם את שכלו ומדבר דברי קטנות בשביל בנו הקטן" (ר' דוב בר, המגיד ממזריטש, מגיד דבריו ליעקב, תורה א'). במקומות אחרים עוסק המשל ברב ותלמיד. המורה חייב להיות קשוב הן ליכולת הקבלה של התלמיד והן לעצמו, לחכמה הרבה שיש בו ושברצונו להעביר לתלמידו. גם במשל הזה, רצון עז מדי של המורה להעביר את מלא חכמתו, בלי 'צמצום' האור כדי להתאימו לכלי, עלול לגרום לכך שלא יהיה כל לימוד. כל שיותר במוחו של התלמיד יהיה אוסף התרשמויות עזות ומפוררות, בלי שום חוט של הבנה שיקשר ביניהן. מאידך גיסא, התרכזות בלעדית בתלמיד ובעולמו העכשווי תותיר אותו ואת ידיעותיו כמו שהם. לכן – מסבירה החסידות – על המורה להלביש את חכמתו במשלים שונים הלקוחים מעולמו של התלמיד (למשל ר' שניאור זלמן, ס' המאמרים-תקס"ח, עמ' תס"ח). אותם משלים יש בהם צד של 'ישות' (בהיותם חלק מעולמו הנוכחי של התלמיד) וצד של 'ביטולי' (בהיותם כלי לחכמתו של המורה). צמצום האור, שהוא מרכיב הכרחי בתהליך הלימוד, הוא גם המפתח לאחדות ההפכים.

ר' נחמן מברסלב הסביר גם הוא את הצמצום כמפגש הכרחי בין הפכים, שאין דעתו של האדם יכולה להבינו: "כאשר רצה השם ית' לברא את העולם, לא היה מקום לבראו, מחמת שהיה הכל אין סוף, על כן צמצם את האור לצדדין, ועל ידי הצמצום הזה נעשה חלל הפנוי, ובתוך החלל הפנוי הזה נתהוו כל הימים והמידות, שהם בריאת העולם... וזה הצמצום של החלל הפנוי אי אפשר להבין ולהשיג כי אם לעתיד לבוא, כי צריך לומר בו שני הפכים: יש ואין, כי החלל הפנוי הוא על ידי הצמצום. שכביכול צמצם א-לקותו משם, ואין שם א-לקות כביכול, כי אם לא כן אינו פנוי, והכל אין סוף, ואין מקום לבריאת העולם כלל. אבל באמת לאמיתו, בודאי אף על פי כן יש שם גם כן א-לקות... ועל כן אי אפשר להשיג כלל בחינת חלל הפנוי..." (ר' נחמן, לקוטי מוהר"ן, תורה סד').

אחדות ההפכים במחקר: סוגיית אחדות ההפכים זכתה לתהודה רבה במחקר החסידות. מרדכי רוטנברג התייחס אליה כאשר כינה את תפיסת העולם החסידית "מוניזם פרדוכסלי",

והגדיר זאת בדברים הבאים: "דווקא מעובדת היותם של החיים כרוכים בסתירות, ספקות אי-רציונאליים וקושיות בלא מענה רציונאלי - דווקא עליה בנה ר' נחמן את תיאורית הפרדוקס הדיאלוגית השיטתית שלו" (רוטנברג, ה'תש"ן, עמ' 240). ובהמשך: "בתיאוסופיה של ר' נחמן הפרדוקס של חיים בסתירה ובקושיה מאפיין הן את יחס של האדם לא-ל (אב ובנו) והן את היחס בין האמפיריציזם הרציונאלי לאינטואיציה האי-רציונאלית" (שם). כלומר - בין בחינת היש האמפירית-רציונאלית, לבין בחינת האינטואיטיבית - אי רציונאלית.

אידל הציע ניסוח משלו לאותה סוגיה, ובלשונו: "עבודת האין היא למעשה מפגש עם פוטנציאליות חובקת כל, האין העליון, ואילו עבודת היש היא מימוש הפוטנציאל, הוצאתו מן הכוח אל הפועל" (אידל, ה'תשנ"ג, עמ' 222). ראוי לציין כי אידל אינו מגביל את דבריו לתפיסה חסידית זו או אחרת, והוא רואה אותם כמאפיינים את התפיסה החסידית בכלל. קיים הבדל יסודי בין ניסוחו של אידל לזה של רוטנברג ואליאור, והוא העדרו של המונח "פרדוקס" בדבריו. אידל הציע מודל קוהרנטי שבו משתלבות "עבודת היש" ו"עבודת האין" ללא סתירה, בעוד שרוטנברג ואליאור הדגישו גם את הסתירה ההכרחית שבין המגמות המנוגדות של ה"יש" וה"אין" וגם את ההכרחיות המוחלטת של שתי המגמות. לדעתי אין כאן מחלוקת הכרחית בין שתי הגישות. יש מקומות חסידיים בהם מודגש מאד הפרדוקס, ומגמתם היא, בדרך כלל, לעמוד על קוצר דעתו של האדם לעומת אינסופיותה של ההנהגה הא-לוקית המצטיירת לו בהכרח כמלאת סתירות (לדוגמא-ר' שניאור זלמן, תניא-שה"ו, פרק ד. וכן רבי נחמן כפי שצוטט כאן). במקומות אחרים מתוארת דרך העבודה האנושית דווקא ואז יש ניסיון לבנות מודל כללי שבו משתלבות מגמות היש והאין ללא סתירה (לעיתים תחת הכותרת "רצוא ושוב"). יותר מדויק לומר: מכלול היחסים המורכבים שבין שתיהן יוצרים במידה רבה את הדינמיקה המסובכת של החיים האנושיים, כפי שנראה בהמשך בהרחבה.

דיאלקטיקה ודיאלוגיה: בשלב זה יש לחזור ולהדגיש כי 'בחינת היש' ו'בחינת האין' מקיימות ביניהן יחס של השלמה פרדוקסלית, כאשר דווקא המתח המתמיד שביניהן יוצר הפריה מרתקת המאפשרת תהליכי חיים כמו יצירה ולמידה. לפיכך סביר להניח ששאלת היחסים האפשריים שבין אותן 'בחינות' היא קריטית להבנת תפיסת העולם החסידית. לכן בטרם אדון בה, רצוני להבהיר מעט את המושגים בהם אשתמש לתיאורה.

אליאור כינתה את שיטת חב"ד 'דיאלקטית': "צמדי הפכים אלו (=היש והאין, ב.כ.) והעיקרון הדיאלקטי שהם מגלמים, חלים בתחום הארצי, השמימי והאנושי" (אליאור, ה'תשנ"ו, עמ' 46 ועוד מקומות רבים בספרה). עצם העובדה שהגישה שתיארה כלולה משני הפכים מצדיקה, לשיטתה, את הכינוי 'דיאלקטי'. רוטנברג בספרו 'שבעים פנים לחיים', הציג לפנינו חלוקה הנראית לי רבת חשיבות לנושא. להצעתו "הבחנה בין העיקרון המטה-הרמנויטי הדיאלקטי לזה הדיאלוגי ... " (רוטנברג, ה'תשנ"ד, עמ' 46). במונח דיאלקטיקה ציין מצב שבו "תוך כדי עימות ושליחה ישרוד אך ורק עקרון אנטיטטי אחד ... באמצעות ההמרה או החיסול של מעמד טעון או עקרון שאינו כשיר עוד" (שם). לעומת זאת "אם שני מעמדות, טעונים או עקרוניים מהווים מבחינתנו שתי מערכות פרשנות חלופית של 'אני ואתה' המתקיימות אהדדי, נכנה או נסווג את המתח ביניהם כ'דיאלוגי' (שם). הוא מוסיף כי "מרבית מדעני החברה משתמשים במונח 'דיאלקטי' כדי להגדיר

הן את תהליך ה'החלפה' המרכזיסטי והן את המצב הדינמי של מתח הדדי ומשלים, אולם אני מעדיף להזדקק למונח דיאלוגי כדי לתאר מתח הדדי" (שם, 47).

דומה שאם נשתמש בהבחנתו של רוטנברג, נצטרך להגדיר את תפיסת 'אחדות ההפכים' כדיאלוגית דווקא, שכן שתי ה'בחינות' – היש והאין – נתפסות בה כמשלימות זו את זו, וכהכרחיות שתיהן, כמבטאות (דווקא על ידי המתח הפורה שביניהן) את הרצון הא-לקי שבבריאה.

לעומת זאת, ניתן להציע כי במצבים מסוימים 'נתפרק' התפיסה הפרדוקסלית הזו למרכיביה באופן דיאלקטי. באופן זה נקבל שתי תפיסות עולם מטאפיסיות נפרדות: האחת מדעית – פוזיטיביסטית (אולי כמו תפיסת הפוזיטיביזם הלוגי שהצגתי בראשית הפרק) שעניינה הבלעדי הוא ב'בחינת היש', והאחרת מיסטית קיצונית שכל עניינה ב'בחינת האין', בראיית המציאות האמפירית כאשליה שניתן להתנער ממנה. חשוב לזכור שכאשר תיאר האדה"ז את המציאות הבטלה לשרשה לחלוטין שבה "כל הברואים אין נופל עליהם שם יש כלל, אלא לעיני הבשר שלנו" הוא התייחס למציאות שלפני הצמצום, שלפני בריאת 'בחינת היש', אלא שדבריו מזכירים לא מעט גישות מיסטיות, מורחיות ואחרות, המציעות תמונה מטאפיזית 'אקוסמיסטית' לפיה המציאות אינה אלא אשליה.

שבירה ותיקון: מקור חב"די שהביאה אליאור מתאר במפורש את התהליך שהצעתי כאן – התפרקותה הדיאלקטית של 'אחדות ההפכים' למרכיביה. הוא מזהה תהליך זה עם 'שבירת הכלים' המתוארת בקבלת האר"י: "והנה בחינת גילוי זה כולל ב' בחינות: אחד הוא לגלות כוח הדרגין בבחינתם ופרטיהם והבדליהם ובחינה שניה הוא כוח התחברותם וייחודם מעין כוח השוואתם... והבחינה הראשונה שהוא גלוי הפרטים בבחינתם נקרא שבירה דהיינו הסתלקות האור שהוא הגלוי מאין סוף ברוך הוא השווה, בכדי שיתגלו כל פרטי אופני הבחינות לבדם בבחינת פירודים והבדלים, ובחינה שניה שהוא כוח התחברותם היא נקראת בחינת תיקון" (שערי הייחוד והאמונה לר' אהרן מסטרושלה, מצוטט אצל אליאור, ה'תשנ"ו, עמ' 123).

אם כן, זוהי משמעותה של ה'שבירה' לפי הקטע הזה: היש והאין, הכלי והאור, נפרדים זה מזה. האור מתעלה לגבהים של רוחניות מנותקת ('הסתלקות האור' בארמית, פירושו התעלותו מעל לאפשרות מגע עם היכלי). במצב זה הכלי נותר כאובייקט חסר משמעות וממילא מתפורר לאינספור מרכיביו. לאדה"ז משל מאלף בקשר לכך: "עניין השבירה של הכלי ושל הניצוצות כו' הוא עניין התפרדותן לחלקים רבים, כמו כל דרך משל תיבת ברוך (כלי המילה 'ברוך', ב.כ.). שאותיותיה מצורפות בתיבה זו מתלבש בהן השכלה, שהוא עניין הברכה, אבל שיתפרדו הדי' אותיות אלו זו מזו להיות הבי"ת בפני עצמה וכן הרי"ש כ"ו אזי לא ימצא בהן התלבשות השכלה זאת כלל. ועל דרך זה הוא שבירת הכלים דתוהו שנתפרדו הכלים לחלקים רבים מפורדים זה מזה עד שנסתלק מהן האור שהיה מתלבש בתוכן קודם פירוד זה" (ר' שניאור זלמן, תו"א, עמ' כזג). כלומר, המילה 'ברוך' שבמשל היתה לנו לדוגמא לאותה 'אחדות ההפכים' – מצד אחד הריהי ישות מסוימת, צרוף ספציפי של אותיות כתובות על נייר, ומצד אחר הריהי 'כלי' למשמעות מסוימת – עניין הברכה. עם הפרדות האותיות נוצר מצב חדש, כל אות כשלעצמה היא חסרת משמעות, וכך נותרת משמעות המילה – 'ברכה' – ללא כלי להתלבש בו. מכאן נובעת 'בחינת הישות' בהופעתה, השבורה: "על דרך משל בכלים גשמיים שהכלי הוא בטל וטפל לגבי היין שבתוכו... מה שאין כן

כשנשבר הכלי נעשה חרס בפני עצמו. כך על דרך משל שהאור מלוּבש בתוך הכלי אז הכלי הוא בבחינת ביטול ממש לגבי האור... " (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' גפבג) – כאשר הכלי נשבר הוא הופך עצם חסר משמעות, אובייקט (יעקבסון ציטט משל דומה מן השפת אמת – ראה יעקבסון, תורתה של החסידות, עמ' 37. ובאותו הקשר אצל ר' דוב בר, המגיד ממזריטש, מגיד דבריו ליעקב, תורה ככ', וע' בפירושה של רבקה שץ אופנהיימר, ה'תש"ן, שם).

מכאן נפתח פתח להבנת מושג מרכזי נוסף, והוא ה'יתקון'. אם מקורם של כל הדברים הוא ברצון הא-לקי העליון, והופעתם לפנינו כאובייקטים נטולי פשר ומשמעות נעוזה, ביסודה, באורח המחשבה הדיאלקטי – המפריד, ממילא ניתן להחזירם ל'שורשם' על ידי שינוי תודעתי, גם אם יהיה זה שינוי מאומץ ומורכב מאד. תפיסה זו נמצאת כבר בראשית ימיה של החסידות. כך למשל, כתב הבעש"ט: "באותו דבר (נוסח אחר – באותה שעה) שאני מתירא או אוהב מדבר אחד, ראוי לחשוב מאין באה כאן היראה או האהבה, הלא הכל ממנו ית' שנתן היראה ואהבה אפילו בדברים רעים, למשל, חיות רעות, או מכל המידות שנפלו בעת השבירה... כי זהו מגמת נפשנו להעלות (נפילות) השבירה אל שרשו" (ר' ישראל בעשיט, צוואת הריב"ש, תורה כג'). ובתולדות יעקב יוסף (ר' יעקב יוסף מפולנאה, תולדות יעקב יוסף, סוף פרשת תזריע) "כל מאכלי האדם או מלבושו או דירת הבית ומשא ומתן עליו הכל הוא להעלות הניצוצין על עצמו" כלומר – להעלות לשרשם את אותם דברים ש'נפלו' בשבירה, ושהוטל על נשמתו לגאלם. וכתב ר' נחמן מברסלב "כל דבר שבעולם יש בו ניצוצות הקדושה שנפלו בעת השבירה, ושבירה הוא בחינת אותיות שנשברו ונפלו לכל דבר ודבר מזה העולם... " (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה נד).

דומה שגם הרב קוק, בסגנונו המיוחד, הסתמך על אותה תפיסה עצמה כשכתב: "כל מקום שיש רעיון, רגש, מחשבה ורצון, כל מקום שיש חיים אציליים רוחניים, מולך אור א-לקי, מושל, כובש, מתנוצץ, מתהדר, מהדר המפאר, מחיה, מרומם, הכל מתוך הבהירות של אור ההויה, מולך ומת... אין המעמד יכול להתקיים, אין התוכן הולם, משתברים הכלים, מתים המלכים, מתים האלים (!), נשמתם מסתלקת, מרקיעה לשחקים, הגופים יורדים לעלמא דפירודא, ההויה מתייצבת ערומה, בודדה, קרועה, פזורה, בקרבה כנוס, גנוז וטמיר, חשק עולמים לאור עליון. חסד עולמים הניח בכלים הנשברים את אורו, את ניצוצותיו, בכל תנועה, בכל תוכן חיים, בכל מהות יש, יש ניצוץ" (הרב קוק, אוה"ק ד', עמ' ת'. ההדגשות שלי).

מכל המקורות שהבאתי עולה כי תפיסת המציאות המתוקנת של 'אחדות ההפכים' מתפרקת בעקבות השבירה לשתי תפיסות מנוגדות: האחת אמפירית (כלומר מתבססת על ניסיון חושי) ואובייקטיבית (כלומר רואה את העולם כמורכב מאובייקטים נפרדים וחסרי קשר מהותי), ובלשון החסידות – 'בחינת הישות'. האחרת היא אינטואיטיבית, רוחנית, מיסטית, ובלשון החסידות – 'בחינת אין'. אני מדגיש כי מה שמתפרק הוא תפיסת המציאות ולא המציאות עצמה, שהרי כפי שראינו קודם המציאות כשהיא לעצמה אינה משתנה כלל, והיא נותרת באחדותה הא-לקית בלא הפרעה, אלא שכלשון אדה"ז "לא ניתנה רשות לעין לראות את המציאות ישלעצמה".

צמצום הדדי של הישויות: פתח נוסף נפתח כאן להבנת מושג הצמצום, שרוטנברג רואה בו את יסוד ההגות החסידית. כפי שעולה ממשל "תיבת ברוך" של אדה"ז, שבירת הכלים אכן פותחת בנתק שבין האור (משמעות המילה) לבין הכלים (אותיותיה). השלב הבא בשבירה הוא ההתפצלות לאינספור יחידות קטנות וחסרות משמעות, שכל תכליתן בעצם קיומן. מכיוון שכך, כל אחת מהן

שואפת לבסס ולהעצים את ישותה העצמית ולהתרחב כמיטב יכולתה, מבלי שתהיה לה כל מחויבות פנימית לחברותיה. מכאן פתח למלחמת הכל בכל. התיקון חייב לכלול את צמצומן ההדדי של כל אותן ישויות, שכן זוהי הדרך היחידה שבה יוכל האור לשרות בהן שוב. בלשון המשל: כאשר כל אות מתפשטת ככל יכולתה הופכת התיבה 'ברוך' לרצף אותיות נטולות פשר: 'ביתרישווכף'. רק חזרת כל אות לגודלה ה'מצומצם' יאפשר לאור לשרות בכלי.

ברצוני להעמיק קצת יותר במשמעותה של שבירת הכלים, שכן היא מהווה חוליית מפתח במעבר ממצייאות 'אחדות הפכים' למציאות המופיעה לעיננו כמו שהיא, באופן המעוות של 'עלמא דפירודא'.

כתב האדה"ז: "הנה שבירת הכלים דתוהו היה מחמת שהיה ריבוי האור והכלי היה קטן מהכיל, ולכן נשברו הכלים ונפלו למטה בבי"ע (בריאה, יצירה ועשייה) והאור נסתלק למעלה" (רי שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' בלזג).

כדי להסביר זאת, נחזור לרגע למשל האמן היוצר. ראשיתה של היצירה באותו 'אור' שהיה כמוס בלבו של האמן 'ידוע בפירוש אור שהוא בחינת גלוי ההשפעה מבחינת ההעלם... שהחסד והטוב הכל שורש אחד ונכללים שניהם בבחינת האור שנקרא טוב" (רי שניאור זלמן, סי המאמרים-תקס"ח, עמ' תרל"ח). המציאות כולה הנה שאיפה לגילוי אותו האור שהוא 'טוב'. אולם אור זה יכול להתגלות, כפי שתיארתי קודם, רק במסגרת אותה 'אחדות הפכים' דיאלוגית. אולם החשיבה הדיאלוגית, מסתבר, אינה הישג פשוט כלל ועיקר, והיא מהווה הישג הנרכש בעמל רב, תוצר של תהליך התפתחותי ארוך: "מצד קוטן הכלי לפי ערך האור... אין הכלי יכול להכיל ב' הפכים חסד וגבורה יחד, על דרך משל כאדם מי ששכלו קטן לא יכיל ב' הפכים כלל, אלא אם יטה שכלו לזכות לא ימצא אז שום שכל לחוד ולא יסבול שום נטייה לחוב בלבד, אלא רק טוב וחסד בלבד. ובהיפוך, כאשר יטה לחוב לא יסבול כלל נטייה לזכות" (רי שניאור זלמן, תו"א, עמ' כדב).

כלומר, 'קטנות הכלי' מזהה כאן עם החשיבה שרוטנברג כינה 'דיאלקטית', המחייבת את החושב לבחור בבחינה אחת מבין השתיים בלא יכולת 'לסבול' את היפוכה. ויחד עם זאת נגרמת השבירה על ידי 'ריבוי האור', שפירושו שברגע 'שנבחרה' בחינה אחת, או עקרון אחד, לעמוד במרכז מעיננו, כל שאיפת ההתגלות של האור מתייחסת מעתה אליו בלבד, מה שיוצר עוצמה נפשית אדירה ותשוקה עזה לפיתוחו ולחיזוקו של אותו עקרון, בלי שום יכולת לכלול אותו במערכת הרחבה והשלמה שרק היא יכולה, כזכור, לאפשר את גילוי האור בפועל: "פירוש ריבוי האור, שהאור והחיות בא בהתגברות רב, וכל הי' ספירות בא בתגבורת רב... ולכן לא היה בהתכללות המידות להיות כלול חסד וגבורה, מפני שכל בחינה היה בכוח ובתגבורת רב לכן לא היה יכול להתכלל עם היפוכו" (רי שניאור זלמן, תו"א, עמ' טג').

גם כאן בחרתי להביא את הדברים בניסוחם החב"די, בגלל הפירוט והדיוק המאפיינים אותו. אלא שמדובר בתפיסה הקיימת כבר בראשית החסידות. כתב הבעש"ט: "מידת א-לקים היא מידת הגבורה המצמצם האור, מחמת זה יהיה האור המתקיים שיוכל העולם לסבול" (רי ישראל בעש"ט, כתר שם טוב, תורה רמז). והמגיד: "כי בהירות הקב"ה אין כל העולמים יכולים לסבול" (ליקוטי אמרים, תורה ח'). וכך כתב ר' נחמן מברסלב: "כי מחמת ריבוי האור נשתברו הכלים" (רי נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה סד). כן מופיעה תפיסה זו בקטע של הרב קוק שצוטט לעיל: "לפעמים מתגבר האור. רוצה החפץ באור יותר עדין, יותר פנימי, יותר אמת שהוא לעצמו....

מופיע האור על הכלי, המחשבה על ההוויה. אין המעמד יכול התקיים, אין התוכן הולם, משתברים הכלים... " (הרב קוק, אוה"ק, ד, עמ' ת).

מושג האמת: ועולה מתפיסה זו גם מסקנה הנוגעת למושג ה"אמת": האמת המוחלטת אינה ניתנת להשגה, שהרי היא האינסוף עצמו, מקורו של האור השואף להתגלות. כל מה שנשיג אינו אלא התגלות חלקית ומוגבלת של אותה אמת, ואם נעמוד על כך שהישגנו את "האמת" ממילא נפול לתהום שבירת הכלים. הפלורליזם העמוק של הגישה המוצגת כאן נובע דווקא מן ההכרה שדעות שונות הקיימות במציאות הן גילויים שונים של אמת אחת בלתי מושגת, ורק עקב נפילתן בשבירה הן טוענות לאבסולוטיות. ניתן למצוא את שורשי הגישה הזאת אצל הוגים חסידיים שונים, כמו בכתבי חב"ד וברסלב, אבל דומה שלניסוחה הבהיר ביותר זכתה בכתבי הרב קוק, אולי משום שאחד הנושאים עימם נאלץ להתמודד היה היחס בין האמת התורנית והאמת שמצא באידיאלים מערביים שונים. ובלשונו: "האחדות הא-לקית בתואר אחדותה היא מתעלה מציור האחדות הרגילה והיא באמת מתעלה על האחדות באותה מידה שהיא מתעלה על הריבוי... (זוהי) אחדות המחיה את הריבוי, הסופגת את הריבוי" (הרב קוק, שמונה קבצים, קובץ א, סעיף תד). ובניסוח חסידי מפורש יותר הוא קובע שאותה אחדות "יודעת היא כי בכל יש ניצוץ אור, הניצוץ הא-לקי הפנימי זורח בכל אחת מהאמונות השונות" (הרב קוק, אורות, עמ' קלא), ולכן "עתידה הסובלנות להתפשט עד שיוכל רוח האדם בכללו למצוא את הניצוץ הטמיר בכלו וממילא יזרק כל הסיג הלאה" (שם) והסיג הוא הרי עצם התנשאותה של אותה אמונה להתחזות כאמת מוחלטת ושלמה (רוטנברג היה מוסיף: דיאלקטית, סותרת את כל האמונות האחרות!). ולמסקנתו: "בענייני הדעות והאמונות שיסודם הם בדברים רוחניים ומופשטים, מזדמן הדבר יותר מבכל מחלוקת שני בעלי ריב, שהם כפי המבט החיצוני רחוקים מאד זה מזה, הם באמת אומרים שניהם דבר אחד" (הרב קוק, שמונה קבצים, קובץ א, סעיף י). אחדות האמונות והדעות נגזרת מאחדות ההפכים

ניתן לסכם: החסידות אינה מציגה לפנינו שיטה מטאפיזית אחת אלא שלש: התפיסה המורכבת של 'אחדות ההפכים' הדיאלוגית שבה היא דוגלת, שהיא דו-פנית: קיים בה הפן החיצוני, האמפירי, של היש, והפן הנסתר, הפנימי, של האין. שתי האחרות הן כל אחת משתי בחינותיה של התפיסה הזו, היכולה להתקיים גם כשלעצמה, ואז היא מתגבשת כתפיסת עולם עצמאית וסגורה. זהו המצב ה'שבור' הנובע מקוצר דעתנו, מאי יכולתנו לקלוט את אותה 'אחדות ההפכים'. למעשה, טוענת החסידות, עצם תפיסת העולם של הישכל הישרי הרואה את המציאות כאוסף גדול של אובייקטים הנמצאים במאבק דרוויניסטי נצחי היא 'מטאפיזיקת שבירה' שכזו (כדאי לציין כי בפועל עסקה החסידות רבות ביחינת הישות' המנותקת ממקורה. באופציה השניה, על המיסטיקה הקיצונית, מיעטה לעסוק באופן יחסי, כנראה פשוט משום שזו תופעה נדירה יותר. עם זאת כדאי לשים לב לדיונים כמו זה: "צריך להיות בחינת רצוא ושוב, אם רץ לבך שוב לאחד, היינו כשנתעורר אהבה ויראה ורצון להידבק בדי' אחד שוב לאחד, להיות לו זירה בתחתונים (=בעולם התחתון, ב.כ.)... מה שאין כן בחינת רצוא לבד הוא בחינת הרהיבוי, בחינת גאווה וגדלות להתעלות למעלה מכל שיהיה בחינת הדירה בתחתונים הנקרא ענוותנותו" (ראה אצל ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' הלו. וכן כדאי לעיין בדיונו של אידל (אידל, ה'תשנ"ג, עמ' 187 ואילך) על 'מודל הירידה' הצריך להיות מצורף ל'מודל העלייה').

השלכות לפסיכולוגיה: מטרת העבודה הנוכחית היא להראות את ייחודה ופוריותה של הפסיכולוגיה החסידית. הפרק הבא יבחן את המושגים הפסיכולוגיים המובהקים שמציעה החסידות וינסה לעמוד על דמות האדם המצטיירת מהם. בשלב זה אציע מספר הגדרות בסיסיות, והראשונה שבהן היא: פסיכולוגיה חסידית היא פסיכולוגיה המתבססת על מטאפיזיקה חסידית. הגדרה זו רחוקה מלהיות טריוויאלית. בפרקים הבאים אנסה להראות כי הפסיכולוגיה המערבית מתבססת על תפיסת הישות ומשלמת על כך מחיר מושגי לא פשוט. אדגים זאת בניתוח מפורט של תיאוריות פסיכולוגיות מערביות, אולם קודם אסביר ברמה אפרורית מהן ההשלכות הפסיכולוגיות המיידיות של כל השקפה.

חשיבה היוצאת מהנחותיה של המטאפיזיקה החסידית מכירה במציאות הכוללת שני רבדים. רובד אמפירי גלוי ורובד רוחני נסתר. לכל אחד מהם חוקיות משלו. הרובד האמפירי נשלט ע"י סיבתיות מדעית אובייקטיבית, דטרמיניסטית ביסודה, רציונלית בצורתה. למושגים כמו טוב ורע, אידיאל ותכלית וכד' אין כל מקום בהבנת החוקיות הזו. הרובד הנסתר פועל לפי חוקיות רוחנית ומוסרית, וכולו מבוסס על שאיפת ההתגלות של 'טוב' מופשט, על מציאותי. בכל פרט במציאות מתגלות שתי מערכות של חוקיות, בלי שום סתירה. כאילו אמרנו שכל יצירת אמנות היא פרט בעולם הפיזי (ולכן נשלטת ע"י חוקיות כימית ופיזיקלית) ובו בזמן היא שלב בדרכו האמנותית של יוצרה (ובתור שכזו מתוארת ע"י מושגים שונים לגמרי, אולי לא פחות מורכבים ומתוחכמים). ברור שכל ניסיון לתאר מערכת אחת במושגיה של האחרת הוא חסר שחר.

לעומת זאת, חשיבה היוצאת מ'הנחת הישות' יכולה להכיר ברובד מציאות אחד בלבד. ההנחה הבסיסית היא כי המציאות הגלויה לחושים היא, באופן עקרוני, המציאות כולה. אמנם המדע יכול להסיק מן הגלוי על תחומים נעלמים מן העין (כמו עולם החלקיקים התת אטומיים) אולם כל היסקיו מתבססים בסופו של דבר על נתונים הניתנים לבדיקה חושית ואובייקטיבית. לכן כל פסיכולוגיה מדעית חייבת להיות רדוקציוניסטית: הסובייקטיביות עצמה חייבת להיות מוסברת במונחים אובייקטיביים של תהליכים עצביים, אינסטינקטואליים, חברתיים או כלכליים. האפשרויות הן רבות וכולן שואפות לאותה מטרה. הוא הדין בכל המושגים הסובייקטיביים האחרים כמו טוב ורע, אהבה ושנאה, רוחניות ואידיאליזם. כולם אמורים להיות מתורגמים למצב עניינים אובייקטיבי כזה או אחר.

חשוב לזכור שאין שום אפשרות, לוגית או אחרת, להכריע בין שתי התפיסות. כמו בגיאומטריה: כל מערכת אקסיומות היא אפשרית, ומתירה משפטים הנראים כפטופוט ריק במערכת האחרת. השאלה היא מה נובע מכל מערכת הנחות, ואיזו מהן מוכיחה את פוריותה בהסברת המציאות. מסקנתה הראשונה של הנחת הישות היא הרדוקציוניזם, ולדעתי אי אפשר להימלט ממנו.

מסקנה שנייה קשורה למושג האמת. הנחת הישות מחייבת את קיומה של אמת אחת ויחידה, התואמת את מצב העניינים האובייקטיבי בעולם. כמו במדעי הטבע, אם תיאוריה אחת היא נכונה, ממילא האחרת היא שגויה. אם אין דרך להגיע לאותה אמת אחת, יטען הישותן, הדבר מלמד שאין 'אמת' בכלל. מושגי הטוב והרע, למשל, אינם אמיתיים או שקריים אלא שהם מבטאים את שביעות רצונו של אדם זה או אחר. לכך השלכות רבות על מושג האמת בפסיכולוגיה: או שנחפש תיאוריה אחת 'אמיתית' (פרויד או יונג, קליין או מאהלר וכד') או

שנוותר כליל על מושג האמת בפסיכולוגיה. ניתן להדגים זאת ע"י בחינת הדרך שעשתה הפסיכולוגיה המערבית מתפיסות 'פוזיטיביסטיות' 'מודרניסטיות' דוגמת הפסיכואנליזה בראשיתה ועד לתפיסות 'נרטיביות' 'פוסטמודרניות' הפורחות היום. אני רואה בשתי הגישות הנזכרות תוצר של חשיבה ישותנית, (ואקדיש פרק מיוחד לתיאור התפתחות הפסיכולוגיה המערבית כדי לבסס את ההנחה הזו).

חשיבה חסידית, לעומת זאת, תכיר בקיומה של אמת ברובד הטרוסצנדנטי היכולה להתממש במציאות באופנים שונים. ה'אמת' הנפשית קיימת אך נעלמת, משתקפת באופנים שונים בכל פינה של מציאותנו, בלי להכחיש גם את קיומם של מצבים הסותרים אותה לחלוטין. כל המשפטים הללו הם כמעט חסרי משמעות המערכה חשיבה ישותנית, ומקבלים משמעות מדויקת ועשירה להפליא במסגרת החשיבה החסידית.

ההנחה המתגבשת היא זו: מערכת המושגים החסידית יכולה להציע מסגרת של חשיבה פסיכולוגית לא רדוקציוניסטית, שתכבד את החוויה הסובייקטיבית בלי הכרח לתרגם אותה למצב עניינים 'אובייקטיבי' כלשהו. באופן כזה, אני טוען, יכולה החשיבה החסידית להציע פשר מדויק ופורה בהרבה לחווייתו של האדם.

מבט פילוסופי על תורת האדם החסידית: בשלב זה ברצוני לחזור ולהציע תאור כולל של מספר מסקנות העולות מן המודל הזה, ומהן נובעות, לדעתי, תרומותיה העיקריות של החסידות להבנת האדם. בתיאור שאני מציע כאן אמעט להשתמש במונחים חסידיים מפורשים, אלא אנסה להציג את המושגים שתוארו בפרק הקודם כדרך חשיבה סבירה ברמה הלוגית-פילוסופית. אתמקד בשאלת היחס שבין הרובד האמפירי והרובד הטרוסצנדנטי והשלכותיו על מושגים כמו: הלא מודע, היחס בין האדם לזולתו, ושאלת יכולתו להגדיר את ה'טוב' אליו שואף האדם. בכל התחומים שהגדרתי אראה כי התפיסה ההתגלותית של החסידות פותחת לפנינו אפשרויות המשגה חדשות ומועילות.

תפיסה טרוסצנדנטית-התגלותית: כפי שהארכתי בפרק הקודם, בתפיסה החסידית המציאות האמפירית כולה נתפסת כהתגלותו של רובד נפשי נסתר. פירוש הדבר הוא שהמציאות האמפירית אינה מסבירה את עצמה, וכדי להסבירה עלינו להניח את קיומו של רובד נסתר השואף להתגלות בה. למיטב ידיעתי, תזה כזאת לא הוצעה מעולם במסגרת הפסיכולוגיה המערבית.

יתכן שעצם המונח 'רובד נסתר', או 'טרוסצנדנטי' יעורר תחושה של נסיגה מאורח החשיבה המדעי, האמור להתבסס על נתונים אמפיריים ולא על מושגים שריח של מסתורין נודף מהם, וכפי שציין אבנר זיו בספר המבוא שלו לפסיכולוגיה: "בשנות ה-30 של המאה ה-20 התרחשה מהפכה בשיטות הפסיכולוגיה, ועיקר המאמצים כווננו לחקר ההתנהגות. כל מה שאינו ניתן לתצפית ישירה נחשב אז כאינו שייך לתחום הפסיכולוגיה" (זיו, 99, עמ' 13). גישה כזו עדיין נשמעת לעיתים, אף על פי שבתחום הפילוסופיה עצמה חלה התקדמות רבה לעבר תפיסות מתוחכמות בהרבה המאפשרות להתמודד עם טווח הרבה יותר רחב של מונחים 'מנטליים'. כבר ב1970- כתב יהושע בר הלל, מאבות הפוזיטיביזם הלוגי בישראל, כי "האשליה שהפסיכולוגיה, או כל מדע אחר שהגיע לרמה תיאורטית מסוימת או שאף להגיע לרמה כזאת, תוכל להסתפק רק במונחים הניתנים להגדרה באמצעות מונחים הלקוחים מישפת החפצים היומיומית" (זה הפירוש שניתן

לאחר זמן למונח הקודם, היומרני יותר, 'שפה פיזיקליסטית') התנפצה מהר מאד אל סלע המציאות המדעית... התברר שרק מעטים מאד מבין המונחים המנטליסטיים המקובלים יוכלו להידחק במיטת סדום זו, ולצאת ממנה בשלום" (בר הלל, 70, עמ' 221). אין ברירה, קבע, אלא ללמוד תיאוריה בשלמותה, להבין את מקומם של המונחים התיאורטיים שלה בתוך מסגרתה המושגית, ואז לראות אם הם אכן תורמים תרומה של ממש להבנתה של המציאות הידועה. כך הוא מציע לפסיכולוג לענות כשהוא נשאל, למשל, על פישורו של המושג היונגיאני 'לא מודע קולקטיבי': "אני מצטער, ידידי, יהיה עליך להזדיין בסבלנות... זהו מונח תיאורטי, וכדי לעמוד על פשרו תצטרך לקבל לפחות תמונה בקווים כלליים על התיאוריה שאליה הוא משתייך... " (שם, עמ' 226). מקצועות מדעיים אחרים אינם נוהגים אחרת. דיינו אם נזכור את מושג האנרגיה. בפיזיקה, עליו נאמר באנציקלופדיה העברית "אי אפשר לזהות את האנרגיה עצמה עם שום צורה מן האיכותיות המרובות שבלבושיהן אנו מכירים אותה בדרך פיזיולוגית-פסיכית. כגון אור, חום, חשמל... הצורות המתחלפות אינן אלא גילויים מיוחדים של עצם אחד, שאין אנו יכולים לתפוס אלא בלבושי איכויות אלו" (אנציקלופדיה עברית, ערך 'אנרגיה'). מעניין לציין כי החוקרים שכתבו את העבודות המדעיות הראשונות על חוק שימור האנרגיה נתקלו בקשיים למצוא במה לפרסומן, משום שכתבי העת היוקרתיים של אז חששו שמושג האנרגיה חורג ממסגרת החשיבה המדעית בהיותו קרוב באופן חשוד אל מושג ה'עצם' של אריסטו (יואב בן דב, 91, עמ' 53). ערכו של מושג, בפסיכולוגיה ובמדעים אחרים, אינו יכול להימדד על פי היכולת לתרגם אותו במישרין לעובדות בנות תצפית כאשר הוא משובץ במסגרת תאורטית מתאימה.

ובכל זאת נראה שעלינו להודות כי תפיסת הטרנסצנדנטיות החסידית חורגת מן השיח המדעי באופן הרבה יותר משמעותי. כל המושגים עליהם מדבר בר-הלל במובאה הנ"ל אמורים להיות מתורגמים, בסופו של דבר, ללשון של תצפיות ישירות. לעומת זאת מושג כמו 'נשמה' מציין משהו שבאופן עקרוני אין לו תרגום כזה. זוהי מציאות הנמצאת מעבר ליכולת צפייה, וההצדקה להניח את קיומה היא בהיותה נותנת ערך ומשמעות למה שאנו כן יכולים לצפות בו. אינני סבור שמונח כזה היה זוכה לאישורו של בר-הלל, ובכל זאת אני מאמין שמדובר בהמשגה פסיכולוגית רבת חשיבות. במילים אחרות- הפסיכולוגיה, בניגוד למדעים אחרים, אינה יכולה להצטמצם למציאות הגלויה.

אנסה, אם כן, להציג כמה מאותן תרומות, להראות כיצד הנחתו של רובד טרנסצנדנטי התגלותי במציאות ובאדם יכולה להציע תשתית מושגית קוהרנטית לחשיבה פסיכולוגית חדשה. בפרקים הבאים אראה את תרומתה האפשרית של תפיסה זו לפסיכולוגיה, אך קודם אנסה להתמודד לאורה עם כמה שאלות פילוסופיות הנוגעות לידע האדם

שאלת הסובייקט: שאלת הסובייקט, מציאותו ואופן קיומו, היא ללא ספק אחת מבעיותיה הנצחיות של הפילוסופיה (ובו בזמן גם שאלה פסיכולוגית מרתקת). כשאנו מתבוננים בנפשנו פנימה אנו חשים במספר עצום של מצבים פנימיים שאנו יודעים (בדרך כלל) לזהותם ולקרא להם בשמות: 'תשוקה', 'זעם', 'צער', 'שמחה' ועוד. לגבי כל אחד מאלו אנו חשים כי זהו מצב מסוים של האיני, כמשתקף באופן דיבורנו הרגיל: "אני משתוקק" 'אני זועם' 'אני שמח' וכדו'. כתוצר של אורח החשיבה הרגיל שלנו אני מבחין היטב בין עצמי לבין כל אחד אחר, שהרי חוויה שאני חווה,

רגש שאני מרגיש, נוגעים בי באופן שונה לגמרי ובעוצמה רבה פי כמה מחוויה או רגש שחוה כל אחד אחר. אולם מהי משמעותו של המושג 'אני'?

דויד יוס, בקטע קלאסי, טען שאין כל משמעות למושג: "כשאני מתכנס לפני ולפנים ולתוך מה שאני קורא בשם אני עצמי, הריני נתקל תמיד באיזו תפיסה מסוימת או בחברתה, כגון חוס או קור, אור או צל, אהבה או שנאה, מכאוב או הנאה. לעולם אין בידי לאחוז בי עצמי ללא תפיסה, לעולם אי אפשר לי להיות צופה דבר זולת התפיסה" (יוס, ה'תשי"ד, עמ' 322). התודעה כולה אינה אלא זרם מתמיד של תפיסות חולפות, ואין כל סיבה ליחס אותן לאיזשהו גורם קבוע: "אילו היה איזה רושם מוליד את מושג האני, מן הצורך שיהא רושם זה מתמיד ועומד בזהותו ללא שינוי כל ימי חייו, שהרי מניחים שהאני הוא בעל-מציאות כזו. אולם אין לך רושם מתמיד ובלתי משתנה. מכאוב והנאה, צער ושמחה, היפעלויות ותחושות באים זה אחר זה, ולעולם אינם נמצאים כולם בזמן אחד. מן הנמנע איפה שיהא מושג האני שאוב מאחד מן הרשמים הללו, או מאיזה רושם אחר. לפיכך אין מושג כזה קיים" (שם). לדעת יוס, הזהות האישית של כל אחד מאתנו הנה אשליה. אין ספק שבכך התרחק מרחק רב מתודעת ה'אני' הרגילה שלנו.

לכאורה בא קנט והקים לתחייה את העולם הוודאיות שעורערו על ידי יוס, ובכללן גם תחושת הוודאות בקיומו ואחדותו של ה'אני'. לדעתו של קנט, עצם העובדה שקיימת אחדות בסיסית בעולם הנתפס על ידי התודעה (כלומר שהוא נשמע לחוקים מוגדרים ושיש בו סדר בסיסי) מלמדת על קיומה של תודעה אחת התופסת את אותו עולם: "מתוך כך בלבד שיש בידי לקשר ריבוי של דימויים נתונים בתוך תודעה אחת, אפשר לי שאדמה את זהות התודעה בדימויים אלה עצמם... רק על ידי כך בלבד שיש בידי להשיג את ריבוי הדימויים בתודעה אחת, אני קורא לכולם דימויים שלי", שאם לא כן, יהיה לי אני מרובה גוונים ושונה, באותה מידה שיש לי דימויים שאני מודע אותם" (מצוטט אצל ברגמן, ה'תשי"ס, עמ' 48). לכן קבע "מן ההכרח שיאני חושבי יהא עשוי ללוות את כל דימויי" (שם, עמ' 47).

כתבתי 'לכאורה', משום שקיים הבדל יסודי ועמוק בין מושג ה'אני' עליו מדבר קנט לבין מושג אני שאני חווים בתוכנו, מושגו של קנט אינו אלא מושג פילוסופי, שבא לפתור את הבעיה האפיסטמולוגית שנוצרה על ידי דויד יוס – "המושג הזה אינו מושג של 'אני' ממשי, אלא הוא מושג מתודי, המציין את התנאי היסודי של הניסיון" (ברגמן, שם). לכן "אין להשוות את זהותו של האני לזהותה של אישיות: זהות ה'אני' היא תנאי לכל המחשבות... אין להוסיף מכאן את זהות האישיות, כי מושג האישיות לקוח מניסיונו, ואין להשתמש בו כלפי אותה הזהות שהיא הנחה יסודית לכל הניסיון כולו" (שם, עמ' 64).

טוב ויפה. אבל כפסיכולוגים אנחנו מחפשים דווקא את אותו ה'אני' שאנשים מדברים עליו, חשים בו, דואגים לו או מחפשים אותו. מבחינתנו האני אינו רק מושג מופשט, אלא מרכז החיים הרגשיים: אדם קרוב אצל עצמו, דואג לעצמו (או למי ולמה שהוא 'מזדהה' אתו). אדם הסובל מבדידות חש שאין מי שיאהב אותו, יודע בדיוק למי הוא מתכוון, ואין בקושיותיו של יוס או במושגיו המופשטים של קנט כדי לרפא אותו מצער⁴. האם קיימים שני 'אני', שאחד מהם הוא המושג המופשט עליו מדברים הפילוסופים, והשני הוא העומד ביסוד החוויה ה'פשוטה' של כלנו?

⁴ כנראה שהבדל זה המוקדם היה הניסיון הנועז ביותר להשתמש בטעויות פילוסופיים, מעין אילו של יוס למטרות ריפוי. לפי בידרמן (בידרמן, ה'תשנ"ד) טען בודהה כי מאחר שאין בנמצא 'אני' מגובש וזה לעצמו, הרי שמי שיפנים היטב את העובדה הזו לא ידע צער וייסורים. טעויות אלו אינם מעניינינו כאן, בין היתר משום שרצוני להבין קודם כל את עצם משמעות המושג 'אני' שאנשים משתמשים בו בתדירות כה רבה. גם אם זהו אשליה (ואיני סבור כך) כדאי להבין מה היא אותה אשליה.

גיימס ניסח את הבעיה באופן כזה: "אני יכול לחשוב על דברים שונים, אבל תמיד, באותו זמן, אני מודע לעצמי, וקיומי האישי. באותו זמן זהו אני שמודע לעצמי, כך שהסיכום הכולל של העצמי הוא בעל איכות כפולה, חלקו ידוע וחלקו יודע, חלקו אובייקט וחלקו סובייקט. לכן יש להבחין בו בשני היבטים, שלשם הקיצור אכנה את האחד I ואת השני ME. אני קורא להם היבטים מובחנים ולא דברים נפרדים, מכיוון שהזהות של ה I עם ה ME, אפילו בפעולה עצמה של ההפרדה ביניהם, היא אחת האמיתות החזקות ביותר של השכל הישר" (James, 1890). אין ספק שגיימס שיחזר פה את טעונו של קנט והדין עמו, אלא שלא די בכך. היחס בין ה I וה ME אינו רק יחס פילוסופי של תופס ונתפס. היחס הזה אמור להסביר גם את החשיבות הריגשית המיוחדת של האדם לעצמו, ולשם כך הסבריו של קנט אינם מספיקים. מבחינה אפיסטמולוגית האני הנתפס, האובייקט, אינו אלא עוד אובייקט בעולם הנתפס ע"י הסובייקט. הסובייקט, כפי שמלמדים אותנו יום וויטגנשטיין, כלל אינו חלק מאותו עולם. מהי, אם כן משמעותה של אותה זהות ביניהם, השולטת בחיינו הרגשיים? למה באמת כל כך אכפת לנו מעצמנו?

עדי צמח (צמח, התשס"א) ניסה להבהיר בדיוק את השאלה הזו. המתודה שלו שונה מזו של קנט, ונוגעת במישרין בשאלת האכפתיות. צמח העלה שורת אפשרויות: אני זה הגוף המסוים הזה, אני זה המוח, זהו זרם התודעה וכדו', ומראה בדוגמאות שונות שאם כי אנו חשים הזדהות עמוקה עם כל אחד מאלו הרי שיתכן להעלות על הדעת מצב שבו לא נזהה את עצמנו עימם. אינני זהה לגוף למשל, שהרי יתכן מצב שבו יוחלפו – בזה אחר זה – כל אברי וכך יהיה לי לכאורה גוף אחר, ועדיין תהיה האכפתיות העמוקה שלי מזוהה עם הגוף החדש... הווה אומר, אני אינני גוף. מהו, אם כן, האני? בסופו של דבר תפיסתו של עדי צמח אינה שונה בהרבה מזו של יום: באמת אין אדם יכול לומר 'אני' במלא המובן אלא על תחושתו ברגע מסוים זה ולא אחר, והוא מרחיב את תחולת המילה, בהשאלה, לגבי אינספור רגעים אחרים שהוא זוכר. באופן כזה הופך 'אני' המוכר לכולנו למבנה המורכב מאינספור ירגעי אני נפרדים, שהתודעה הסובייקטיבית מקבצת אותם לסיפור פחות או יותר רציף. ניתן היה לשאול, כמובן, תודעתו הסובייקטיבית של מי? שהרי כל קיבוץ של אותם ירגעי אני למבנה הפחות או יותר אחדותי שאנו מכירים בתוכנו מצריך, לכאורה, מעין תודעת עלי שחוה את כולם כגוונים שונים שלה עצמה. (ראה בהמשך דיון מקביל בנושא בהקשר לזרמים הפוסט מודרניים בפסיכותרפיה, ובמיוחד לגבי הגותו של סטיבן מיטשל). יתכן שפתרון זה הוא אלגנטי מבחינה פילוסופית לו מהלכים) אולם לדעתי אין הוא מתאר נכוחה את תחושת האני שלנו. רובנו מסוגלים להבין משפט כמו "אני מחפש את עצמי" או "אני מצטער", אבא, אבל להיות דתי (או חילוני, או עורך דין) זה פשוט לא אני. אם האני אינו אלא אוסף תחושות בלי משהו ממשי העומד מאחריהן – מהו האני שאותו אדם מחפש?

אני עוזב כאן את הדיון הפילוסופי, כאשר עיקר מסקנתי היא כי הפילוסופיה הצליחה לחדד היטב את הבעיה, אולם לא סיפקה כל תשובה שקידמה אותנו באמת להבנת המושג. בפרק הבא אסקור מספר ניסיונות פסיכואנליטיים להתמודד עם השאלה הזו. כאן ברצוני להציג את ההמשגה החסידית, אולם קודם רצוני להציב מספר דרישות אפרוריות להבנת המושג:

- (1) שום הבנה של מנגנון כלשהו, נוירולוגי או פסיכולוגי, לא יקדם אותנו באמת. נניח שנגלה, למשל, שאזור מסוים במוח אחראי על תחושת 'אני' – האם דבר זה יקדם אותנו להבנת המושג עצמו? היטיב לנסח זאת ויקטור פרנקל כשכתב: "אני עצמי פרסמתי שני

חיבורים מבוססים על מחקר מעבדתי ובהם טענתי, כי יש מקרים של ביטול האישיות מתפקוד יתר של בלוטת יותרת הכליות. כשנותנים לחולה כזה חומצה דסוקסיקורטיקוסטרואידית הוא ירגיש את עצמו שוב כאדם. (אם כן) העצמי אינו אלא חומצה דסוקסיקורטיקוסטרואידית!" (פרנקל, ה'תשמ"ה, עמ' 62).

(2) מאותה סיבה, גם תיאור התפתחותי מפורט לא יקדם אותנו. נניח, למשל, שגילינו כי תחושה זו נוצרת בחודש זה או אחר לאחר הלידה – האם תהיה בכך תשובה לשאלת משמעות המילה?

(3) כמו כן לא נוכל לקבל תשובה שתתפק בהצבעה על הפונקציה שממלאת תחושת האני. נניח שהוכחנו שאדם החסר תחושת 'אני' לוקה ביחסיו הבינאישיים, והראנו בכך שתחושה זו נחוצה לכינון יחסים כאלו. האם בכך הבנו מהי אותה תחושה?

(4) חשוב מכל – כל ניסיון להציע פשר פנומנולוגי לחוויית האני יצטרך להתמודד עם שאלותיו של יום.

דומה שכל העוסק במחקר פסיכולוגי יחוש, למקרא הדרישות הללו, כי כל מטרתו לכבול את ידיו. הפסיכולוגיה שמה לה למטרה לחקור את האדם האמפירי. זרמים שונים בתוכה חלוקים ביניהם לגבי הגדרת התחום הימנעתי למחקר אמפירי: הבהביריסטים לא יחרגו מהתנהגויות הניתנות לצפייה אובייקטיבית, הפנומנולוגים יצרפו לכך את מחשבותיו ורגשותיו המודעות של האדם, ואילו האסכולות הפסיכודינמיות יעמיקו בתיאור קונפליקטים לא מודעים. כולם עוסקים במשתנים שבאופן עקרוני ניתן להגדירם היטב (או לפחות להשתדל לעשות כן). כולם מתארים תהליכים התפתחותיים, מנגנונים הפועלים באופן מסוים, ואשר יש להם פונקציה מסוימת של השפעה התנהגותית כזו או אחרת. במובן מסוים, כולם מתארים אובייקטים. הסובייקט עצמו, כפי שכבר הסביר יום, אינו חלק מכל זה. ויטגנשטיין, הגדיר את הבעיה בלשונו המיוחדת: "הסובייקט איננו שייך לעולם" (ויטגנשטיין, 73, עמ' 80), ומכיוון שכך, אין הפסיכולוגיה יכולה לעסוק בו. ולמרות זאת נוכחותו בחיינו היא כה בולטת שאין אנו רשאים להתעלם ממנו. זהו פרדוקס ללא פתרון.

אולם הפרדוקס הזה הוא הפרדוקס היסודי שמגלה החסידות במציאות כולה. כל הנגלה אינו אלא התגלותו של נסתר. הנגלה אינו מסביר את עצמו. זוהי תמצית המטאפיזיקה החסידית, כפי שהבאתי בפרק הקודם. פרדוקס האני אינו אלא ביטוי אחד, בהיר במיוחד, לפרדוקס הכללי של המציאות. חריפותו נובעת מכך שבמקרה הספציפי הזה אין אנו יכולים להתעלם ממנו בלי להסתבך בסתירות פנימיות רבות.

יוצא: הרובד האמפירי של האדם הוא אכן התגלותו של רובד נסתר. זהו הרובד הנסתר הנקרא 'נפש' או 'נשמה', והוא הוא הסובייקט (I) החווה את המציאות האמפירית ושואף להתגלות בה. קיים אובייקט מסוים בעולם האובייקטים שהוא אני (ME), כלומר שבו האני הנסתר (I) מתגלה. האובייקט הזה, ככל אובייקט, הוא מציאות מורכבת: גוף על חלקיו, תודעה על מרכיביה, קורות חיים על אירועיהם השונים. ניתן לראות בו את 'נציגו' של האני במציאות עולם האובייקטים. משל לאוסף יצירותיו של אמן, שאינו זהה עם יוצרו אבל מיצג אותו בעולם היצירה האומנותית (האמן עצמו, כמובן, אינו מופיע בעולם זה שהרי אינו 'יצירה' בעצמו). כשם שאותו

אוסף יצירות נתפס על ידנו כמציאות קוהרנטית ומגובשת בזכות היות כל מרכיביו מיצגים את אותו האמן עצמו, כך שומר האני הנסתר על אחדות האישיות כולה.

חשוב להדגיש שוב ושוב כי מוצג כאן פער שאינו ניתן לגישור בין הסובייקט כשלעצמו (הנפש) לבין האני הגלוי המיצג אותו בעולם – פער השקול לפער שבין האמן לבין יצירתו. הסובייקט אינו מוגבל באף אחת מן ההגבלות המאפיינות את האני הגלוי. כשם שאין לזהותו עם הגוף, אין לזהותו עם מהלך תודעתו מסוים, עם אוצר זה או אחר של זיכרונות, תשוקות, מחשבות וכדו'. כל אלו הם 'לבושי הנפש' (כאשר המחשבה היא 'הלבוש הפנימי'). האדם עצמו – זה שרוצה להתגלות – הוא תמיד עמוק לאין ערוך ממה שהתגלה. היום מרבים לעסוק ב'נרטיבי' הייחודי של כל אדם, ספור חייו המיוחד לו. הנרטיב הוא צורה אחת בלבד להמשיג את האני הגלוי, הישותי. הווה אומר, ספור חייו של אדם הריהו כגלגולי יצירתו של יוצר דגול, המתאמץ לבטא את הכמוס שנשמתו ולעולם אינו מצליח בכך עד תום. תמיד נותר פער אינסופי בין הספור הגלוי לבין הספור הכמוס, המסתורי, שהספור הגלוי שואף לבטא. פער זה והתסכול שהוא גורם הוא הפער היסודי שבחי האדם, מקור לאינספור פערים ותסכולים אחרים המאפיינים את חייו.

בכל המהלך שהבאתי יש הדגמה של ההנחות שהנחתי בפרק המטאפיזיקה. הנחת הישות מחייבת אותנו להגדיר, במדויק ובמונחים ברי תצפית, מהו ה'אני' או לוותר עליו בכלל כמושג קוהרנטי. התפיסה החסידית מאפשרת להכיר בקיומו של האני כמציאות גם כאשר הופעותיו האמפיריות רבות ומגוונות, ולעיתים אפילו סותרות אלו את אלו. אותו דפוס חוזר על עצמו, לדעתי, בכל הנושאים בהם אעסוק בפרק זה ובפרקים הבאים, בהם אנסה להראות כי דווקא תפיסה זו פותחת פתח רחב להבנת תהליכים פסיכולוגיים. יותר מכל גישה אחרת היא מבליטה כמה מורכבת היא המטלה המוטלת על ההתפתחות האמפירית, שהרי בתפיסה זו התגבשות האדם לכלל מציאות נפשית בעלת זהות ברורה היא יצירה, השואפת לבטא דבר מה שהוא ביסודו מעבר לכל אפשרות ביטוי. ככל יצירה היא מתרחשת בזמן, סובלת מקשיים רבים, ועלולה גם להיכשל מסיבות שונות. כל האפשרויות הללו יסייעו לנו כשנבוא להגדיר סוגים שונים של פתולוגיה נפשית.

הלא מודע ושאלת הדיאלוג: להכרה ברובד הנסתר של האני יש השלכות מרחיקות לכת על מושג הלא מודע. פרויד מציג את המושג כתגלית אמפירית ביסודה. דרך ניתוחם של חלומות, פליטות פה וכד' הוא מוכיח, לדעתו, את קיומו של רובד לא מודע בנפש שאינו זהה עם המערכת הפיזיולוגית החומרית של המוח. תגליתו זו זכתה לביקורות רבות, חלקן במישור האמפירי הצרוף, אולם לא מעט ביקורת הוטחה בו דווקא עקב הבעייתיות הפילוסופית של המושג. מהו הלא מודע? מאז ימיו של דקרט אנו מכירים שני סוגי עצמים: "עצם חושב" סובייקטיבי-נפשי ו"עצם מתפשט" אובייקטיבי-חומרי. ליבוביץ' כינה אותם "רשות היחיד" ו"רשות הרבים". העולם הסובייקטיבי הוא רשות היחיד באשר אין הוא נגיש לשום אדם זולת אותו סובייקט מסוים. אף אדם מלבדי אינו יכול לדעת אם אני דובר אמת כשאני טוען, למשל, שעצוב לי. רשות הרבים, לעומת זאת, נגישה לכל. הטענה שעצם מסוים שוקל טון, למשל, יכולה להיבדק ע"י כל אדם המצויד במכשיר מדידה מתאים.

לפי זה, לאיזה מן העולמות שייך הלא מודע? הוא איננו שייך לרשות היחיד, שהרי היחיד אינו מכיר אותו. פרויד שייך אותו לתחום המדע, וראה את קיומו כניתן להוכחה באותו מובן שבו ניתן להוכיח כל תיאוריה מדעית אחרת. אבל המדע עוסק ברשות הרבים דווקא, וכל הנאמר בתחומו

אמור להיות 'אובייקטיבי' ובלתי תלוי בנקודת מבט 'מיוחסת' כלשהי. אם הלא מודע הוא מושג מדעי, באיזה מובן אפשר לומר שהוא אכן שייך לעולם הנפשי? מושג הלא מודע מציג לפנינו תחום נרחב האמור להיות חלק מעולמנו הנפשי אבל מכל בחינה אפשרית הוא נראה כחלק מן המציאות הלא נפשית המקיפה אותנו. פרויד עצמו תיאר אותו לעיתים במונחים ביולוגיים כמעט, ועדיין מתעקש שהוא עוסק בעולם הנפשי. כך למשל טען "אנו מכירים תחום נפשי נוסף רחב יותר מופלא יותר ואפל יותר מן האני, שאנו קוראים לו הסתמי" (Freud, 26, p 195). אותו סתמי שכולו "דחפים" שמטרתם "יצירת מצבים המאפשרים את השבעתם של הצרכים הגופניים" (שם, עמ' 200) הוא "הנפשי האמיתי" (שם, עמ' 197), האני אינו אלא שכבתו החיצונית (שם, עמ' 198) והתודעה אינה אלא איבר החישה שלו (שם, עמ' 201).

קל לראות שהגדרה כזו בולמת כל אפשרות של דיאלוג בין פסיכואנליטיקאי מומחה הבקיא במסתרי הלא מודע לבין כל אחד אחר. 'רשות היחיד', אותו תחום שבו יכול הפרט לשמור על האוטונומיה שלו כאדם אחראי לעמדותיו, צומצמה עד למינימום האפשרי והעולם הנפשי צורף ברובו ל'רשות הרבים' שבה יכול הרופא או איש המדע להבין יותר מן הפרט הנוגע בדבר. יש לזה גם השלכה טיפולית ישירה. ברגע שמטפל מפרש תודעה מסוימת כנובעת מן הלא מודע, מסתיים הדיאלוג עם המטופל, והוא רשאי לתבוע את הסמכות שבה מודיע כל רופא למטופלו על אבחון זה או אחר.

שורש הבעיה הוא בתפיסה הפילוסופית שאינה מכירה ברובד נפשי טרנסצנדנטי, שכן בתפיסה זו דווקא יש זהות בין הנפש (עצם חושב) למודעות, וממילא כל עדות לתהליך נפשי לא מודע חייבת להצביע על מציאות 'אובייקטיבית' שהיא בעצם לא נפשית. לעומת זאת בתפיסה חסידית מקבל המושג משמעות שונה לגמרי. כאשר החיים הנפשיים כולם נתפסים כהתגלותו של רובד נוסף, אותן עדויות אינן מצביעות על 'רשות הרבים' אלא להפך, על הנסתר. הפרט נמצא כל הזמן בתהליך של גילוי עצמי, כאשר במסגרת תהליך ההתגלות מגלים גם הפרטים השונים זה את זה. התגלות הדדית זו היא תמצית הדיאלוג!

לפי זה אנסח מחדש את תגליתו של פרויד. ישנם תכנים נסתרים שמכשול כלשהו אינו מאפשר את התגלותם. מכשול זה יכול להיות פחד כאב או כל יתר העיוותים שנוצרו ע"י הישבריה. אותם תכנים אינם מצליחים להשתתף בדיאלוג האלתר- צנטרי המתמיד של הנפש. נובע מכאן שכל טיפול חייב להיות דיאלוגי, אבל על כך ארחיב בפרק אחר.

אגואיזם, אלטרואיזם, אידיאליזם: תפיסת האני בחסידות שופכת אור על נושא נוסף, אשר עסקו בו הן תיאוריות פסיכולוגיות והן תורות מוסר רבות, והוא נטייתו האנוכית של האדם (בפרק הבא אתייחס לצד הפסיכולוגי, וכאן אתרכז במשמעות האתית-פילוסופית של הבעיה). נראה כי כל מטרתן של תורות המוסר השונות היא להתמודד עם נטייה זו דווקא. כאשר קנט, למשל, הציע בתור מושכל ראשון לתורת המוסר את הכלל "עשה את מעשיך רק על פי אותו הכלל המעשי אשר בקבלך אותו תוכל לרצות גם כן כי יהיה לחוק כללי" (ברגמן, ה'תשי"ס, ע' 90) דומה שרצה להנחות אותנו, בראש ובראשונה, להתעלות מעל לנטייתנו הטבעית לשקול אך ורק את תוצאות מעשינו לגבינו אנו. כאשר מיל הבהיר כי האושר שהוא מדבר עליו כמנחה שיקולים מוסריים "אינו האושר של בעל המעשה עצמו אלא של כל הנוגעים בדבר" (מיל, ה'תש"לב, עמ' 41), נראה כי כוונתו לאותו דבר עצמו.

ועם זאת מוסיף האגואיזם להתקיים כעמדה מחשבתית (ולא רק כנטייה נפשית מגונה). אדרבה, דומה כי זוהי עמדה הזוכה ללא מעט חסידים דווקא בעידן הליברלי קפיטליסטי של היום. הסביר זאת עדי צמח: "כוח המשיכה הטמון באגואיזם, או מוטב שאומר הפיתוי שבו, נעוץ כמדומני בכך שהאגואיזם נראה רציונלי יותר מעקרונות פעולה מתחרים. "ברור", כך אומר האגואיסט, "מדוע עלי לדאוג לעצמי. הרי אני הנני אני, והגיוני שאדם ידאג לתועלתו שלו. אולם מדוע זה עלי לדאוג לאחרים? אינני זקוק לסיבה כדי לדאוג לעצמי, אולם מי שטוען כי עלי לדאוג לאחרים חייב לתת לי סיבה טובה מדוע אעשה זאת. כיוון שהאלטרואיסט אינו מצליח לתת לי שום סיבה משכנעת, מדוע עלי להתחשב במישהו זולתי, אני אגואיסט" (צמח, שם, עמ' 113).

צמח השתדל להפריך את הטעון הזה באופן הבא: אילו אכן היה קיים אובייקט מוגדר ומובחן בבהירות מכל אובייקט אחר אשר הוא ורק הוא הנו 'אני', כי אז היה אכן טעם בטעון האגואיסטי. אולם מושג האני, כפי שראינו קודם, הנו מושג מורכב ומסובך מאד. כפי שצינתי כבר, צמח מפריך בשנינות רבה את כל הזיהויים המקובלים: אני אינני גוף, אני אינני זרם תודעתי מסוים... מיהו אם כן האובייקט שלרווחתו אמור האגואיסט לדאוג?

צמח המשיך ופיתח את הנושא לאור תפיסתו, הקרובה לתפיסתו של יוס: אין 'אני' מוגדר, אלא 'קואליציה' רופפת של תחושות 'אני' רגעיות שהתחושה הסובייקטיבית מקבצת אותן למבנה הנפשי מורכב שאנו מכנים 'עצמי'. ממילא, לדעתו, הגבלות שבין ה'אני' ל'אתה' הם רופפים ובלתי יציבים, ועלי לדאוג לזולת (כמעט) כשם שעלי לדאוג לעצמי. ניתן לקבל תשובה זו בתנאי שאנו מקבלים את כל המבנה המטאפיזי שלו.

אולם בכוונתי לעזוב כאן את תפיסתו של צמח ולחזור להמשגה החסידית. בתפיסה זו, כזכור, האובייקט המכונה 'אני' אינו אלא גילוי מסוים של הסובייקט הנסתר. הגלוי הזה – אין צורך להדגיש – אינו יכול, בשום פנים ואופן, לעמוד במקום הסובייקט המתגלה בו. האמן עצמו הוא תמיד חשוב, עמוק ועשיר מיצירתו. היצירה אינה אלא גוון אחד בלבד מנפשו העשירה ורבת הגוונים של האמן.

לכאורה תפיסה זו מחזירה אותנו לתפיסה אגואיסטית, שהרי אין אני פועל באמת למען זולתי אלא כדי לגלות את האור הגנוז בנפשי הטרנסצנדנטלית. בלשונו של צמח מדובר בתפיסה 'אטומיסטית': "דעה מסורתית, המקובלת על מאמיני הדתות המונותאיסטיות הגדולות ורוב הפילוסופים במערב, מסוקרטס ועד היום, החזיקו בה... היא הדעה שהרוח היא הנפש: לכל אדם יש נפש פרטית משלו... נשמה פרטית זו היא היסוד החווה, החושב, הרוצה, המתכוון, הסובל והנהנה שבאדם... אנחנו יכולים (אולי) לשוחח זה עם זה ולהבין זה את זה, אפילו לאהוב זה את זה, אבל זה הכל. המחיצה בינינו היא אונטולוגית ואין שום אפשרות לבטל אותה או להתגבר עליה. לדעה זו קראתי 'אטומיזם רוחני'" (צמח, שם, עמ' 2).

התפיסה החסידית הפוכה ממש. כפי שהבאתי בפרק שעסק במטאפיסיקה החסידית, מעבר למציאות נמצא, בסופו של דבר, סובייקט (א-לקי) אחד ויחיד, והמציאות כולה היא התגלות רצונו. מהו אם כן, מקומו של הפרט האנושי בתור שכזה? התשובה היא כי רצונו של אותו סובייקט עלי (כלומר הא-ל) הוא עשיר לאין ערוך מכל מה שניתן לדמיין, כי הוא מכיל גוונים וגוונים גוונים לאין שיעור, וכי בסופו של דבר כל אחד מאתנו הוא התגלותו של גוון אחד כזה. הקבלה דנה בשאלות אלו בעזרת המטאפורות של הגוף המיסטי העליון שכל הנשמות הן 'אבריו', או האור הא-לקי הנשגב שכל הנשמות הן 'ניצוצות' ממנו. ברובד הנשמתי אין אבחנה אמיתית בין

הסובייקטים השונים, ורק ההתגלות הגוף הופכת אותם מובדלים ברמה האונטולוגית (כפי שתיאר זאת צמח): "אחים ממש מצד שורש נפשם בה' אחד, רק שהגופים מחולקים" (ר' שניאור זלמן, תניא-שסיב, פרק לב).

אם כן, יוצא שהאגואיזם אינו אלא קוצר ראייה מסוים, תוצר הבלבול שאנו נוטים לבלבל בין האני הפנימי השואף להתגלות (I בלשונו של ג'יימס) לבין התגלותו באובייקט ספציפי (ME בלשון ג'יימס). יוצא שקו ישיר נמתח בין דאגתו האנוכית של אדם לעצמו (אגואיזם), לבין דאגתו לזולתו הקרוב אליו (אלטרואיזם) לבין שאיפתו העמוקה להיטיב למציאות כולה, על ידי כך שהוא מבטא בה אידיאליזם נשגבים (אידיאליזם). מסלול התפתחות פסיכולוגי מובהק מחבר בין כל אלו, שגם אם הוא מורכב ומסובך מאד מאד הריהו ביסודו חזרה של ה'אני' אל שורשו, שהיא הכרחית לא פחות משהיא מורכבת וקשה.

ניתן לנסח את הדיון בשאלת האגואיזם והאלטרואיזם במונחי 'שבירת הכלים'. יסוד המציאות הוא בסובייקט טוב ניסתר השואף להתגלות, והתגלותו נעשית דרך קורותיהם של אובייקטים שונים ה'מייצגים' אותו במציאות. בכל אחד מהם קיים גוון מסוים של הטוב הנסתר השואף להתגלות, שהוא האני הנסתר (I), והוא מתגלה באובייקט מסוים (me). מכיוון שבכל אדם קיימים אותם שני רבדים, הרי שכל זמן שנשמרת ההבחנה הקפדנית ביניהם ברור לכל שהטוב המקורי יכול להתגלות בכל גווניו רק כאשר כולנו חיים ביחד במערכת אחת ומגלים זה את טובו של זה. זוהי המערכת שרוטנברג מכנה 'אלתר-צנטרית', או 'התגלות דרך פענוח הזולת'. מאידך גיסא, כאשר ההבחנה אינה נשמרת כל אחד מהאובייקטים השונים נוטה לזהות את עצמו עם הסובייקט המקורי. אם אני מזהה כך את עצמי, ואתה את עצמך, אין מקום לשנינו במערכת אחת. או שאני אתקיים או שאתה (ואז אני יכול להיות אגואיסט או אלטרואיסט, ולמחוק את הזולת או את עצמי). זוהי שבירת הכלים.

שאלת הטוב: שאלה נוספת אשר העיסוק בה עשוי לקבל מימד חדש לאור המושגים שלפנינו היא שאלתה היסודית של האתיקה – מהו הטוב? כפי שנראה, ניתן לתרגם שאלה זו לשאלה פסיכולוגית מובהקת, יסודית באותה מידה: למה שואף האדם?

שאלת הערכים והאתיקה היא מן השאלות המשמעותיות בחיינו. כולנו מתלבטים, מתווכחים ודנים ללא הרף על המעשים שראוי לעשותם ועל אלו הנראים לנו מגונים, על הצדק והחירות, על המותר ועל האסור. התפיסות השונות בנושא משפיעות על מאבקים חברתיים, פוליטיים, דתיים, מתבטאות בחקיקה ובמערכות שיטור ענישה ושיקום. ההצדקה העליונה לכל מעשה היא היותו 'טוב', בעוד שהצדקתו העליונה של כל איסור היא היות הנאסר הפך מטוב, כלומר 'רע'. מהו הטוב?

כרגיל, ליבוביץ' הוא שנתן לנו את הניסוח החד והבהיר לבעייתיות שבעצם השאלה: "הכרעות ערכיות אינן פרי הידע שיש לאדם, אלא פרי רצייתו, מגמותיו ושאיופיותיו. לפיכך אין מקום לביקורת רציונלית של ערכים. עצם ראייתו כערך מוציאה את הדבר מגדר הבחינה הרציונלית... (כמו למשל) העימות בין ראית ערך עליון באספקת כוס חלב כל יום לכל ילד (אלינור רוזוולט) ובין ראית ערך עליון במוות למען הקיסר ולמען הכבוד (הגנרל טוגיו). כיצד תינתן הנמקה 'רציונלית' לאחד מן הערכים האלה?" (ליבוביץ', ה'תשס"ב, עמ' 50).

ליבוביץ מצייר לנו תמונה שבה אנשים שונים שואפים למושגים שונים של טוב, כאשר אין כל קשר בין המושגים השונים הללו. לכאורה, יבחר לו כל אדם ערכים כרצונו, ידבר בהם ויפעל על ידם. האם יש מקום לויכוח אמיתי על ערכים? ליבוביץ טען שלא. אם פעולותיו של אדם מתועבות בעיני אוכל להיאבק בו, אבל כל עוד שנינו לכודים במושגי הטוב שבחרנו לנו, אין לנו כל בסיס משותף לשיח. ויכוח על מהות הטוב יראה כמו ויכוח על מספר זוויות המשולש המתנהל בין גאומטריקאים היוצאים ממערכות אקסיומטיות שונות.

אבל האמנם זוהי הדרך בה אנו תופסים את הדיון המוסרי? האמנם אין אנו מנסים, לעיתים קרובות, לשכנע את הזולת כי מעשיו אינם טובים וכי ראוי לו לנהוג בדרך שונה. שאנו מציעים לו? עצם קיומם של ויכוחים כאלו מצביע על כך שאנו מניחים מושג של 'טוב' המשותף לכולנו. וכפי שכתב הרב מיכאל אברהם: "משמעותו של המושג טוב היא אותה הרגשה או התובנה הפנימית שמלווה כל אחד מאתנו כאשר הוא משתמש במושג זה. שני אנשים המתארים מעשים הפוכים עדיין משתמשים במושג טוב באותה משמעות, שאם לא כן אין ביניהם כל ויכוח. (שאם לא כן) הם פשוט יכולים להגדיר שני מונחים שונים ולפתור את הבעיה" (אברהם, ה'תשס"ב, עמ' 88). הגבי רוזולט והגנרל טוגיו אינם טוענים 'סתם' לזכות ערכיהם הבסיסיים, זו לזכות החסד וזה לזכות הגבורה. אלא שכל אחד מהם טוען לכך שהערך 'שלו' הוא 'הטוב העליון'. יוצא, לכאורה, שלפחות במושג 'הטוב' הם משתמשים באותה צורה. חזרה השאלה למקומה – מהו הטוב?

הפתרון הקל ביותר הוא, כמובן, לטעון כי המילה חסרת מובן, וכי כאשר אדם טוען לכך שמהו הוא 'טוב' כוונתו אינה אלא להשפיע על שומעו באופן רגשי כתפיסתו של אייר (וורנוק, ה'תשמ"ז, עמ' 47), או להדריך אותו באופן מעשי כתפיסתו של קרנפ (שם, ע' 64). כל האפשרויות הללו תואמות את תפיסתה היסודית של הפילוסופיה האנליטית. כפי שכתב ויטגנשטיין, בהקשר קצת שונה: אל תחפש אחר המשמעות, חפש אחר אופן השימוש במונח זה או אחר. מושגי הטוב של הפילוסופיה האנליטית מנסים לתאר את הדרך שבה אנו משתמשים במונח 'הטוב', כדי להשפיע, להדריך, וכדו'. אבל אין הם מתייחסים באמת למשמעותה של המילה.

אבל האם באמת, לתחושתנו הרגילה, אין משמעות למושג 'הטוב'? אין ספק שאדם המתווכח על תפיסתו המוסרית רוצה להשפיע על בן שיחו אולם אנו מבחינים היטב בין אדם המתחנך 'עשה כך וכך, בבקשה' לבין זה הטוען: 'עשה כך וכך משום שזהו המעשה הראוי מבחינה מוסרית' הראשון פונה לרגשותי השני טוען טענה שלדעתו היא בעלת משמעות, ומן הסתם ינסה גם לבסס ולהוכיח אותה. יותר מזה, לעיתים אנו חשים שמושג 'הטוב' הוא הפשוט והישיר שבמושגנו. עדי צמח כתב: "השיפוט האמפיריים הראשונים שאנו שופטים הם כולם שיפוטי ערך, שיפוט של מה שראוי להיות. אלו הם גם השיפוט שבכונותם אנו משוכנעים ביותר. זמן רב לפני שאני מסוגלים הכיר אם הדבר שלפנינו הוא קר או חם, חלב או מים, אמא או דובי, אנו כבר חשים אם הוא דבר טוב או דבר רע" (צמח, שם, עמ' 91). אני מסכים לחלוטין עם צמח לגבי מיידיותה וישירותה של תחושת 'הטוב', אולם אין הוא עונה לקושייתו של ליבוביץ: מהו המשותף לכל הדברים שאנו רואים כ'טובים'?

כלומר: כל הצעה שתקשר בין 'הטוב' לבין דבר קונקרטי זה או אחר נתקל מיד, כפי שציין ליבוביץ, בריבוי האינסופי של דברים מנוגדים שאנשים שונים רואים כטובים, צודקים, ראויים וכו'. האם קיים מכנה משותף כלשהו לכולם?

הצעה רבת השפעה להגדרת הטוב הוצעה במאה ה-19, והיא התועלתנות. התפיסה התועלתנית היא פשוטה ואינטואיטיבית, ולכן זכתה להשפעה כה רבה. הגדרתה לטוב היא פשוטה

– הטוב זהה לאושר. וכפי שכתב ג'ס. מיל: "הראיה היחידה שעל ידיה אפשר להוכיח שדבר מן הדברים נראה לעין, היא שבני אדם רואים אותו למעשה. הראיה היחידה שעל ידיה אפשר להוכיח שצליל מן הצלילים נשמע לאוזן היא שבני אדם שומעים אותו... (וכמו כן) אי אפשר לתת נימוק לדבר שהאושר הכללי הוא רצוי אלא זה בלבד, שכל אדם רוצה באושרו שלו במידה שהוא מאמין שאפשר להשיגו. רק מכיוון שזו היא עובדה, יש לנו לא רק כל ההוכחה שמרשה לנו טבע העניין, אלא גם כל מה שאפשר לדרוש כדי להראות שהאושר הוא דבר טוב. שאושרו של כל אדם הוא לאדם ההוא, ושהאושר הכללי הוא, איפה, דבר טוב לקיבוץ של כל בני האדם גם יחד" (מיל, היתשלב, עמ' 84). הצעה זו היא אכן כובשת, אולם יבוא ליבוביץ' וישאל: האם הגדרת הטוב של הגנרל טוגיו (למות למען הכבוד ולמען הקיסר) כלולה בהגדרתו של מיל את הטוב? אם נאמר שמוות כזה הוא סוג של אושר, הרחקנו מרחק רב מאד ממשמעות המילה אושר בשפה הרגילה. אם נאמר כי לא, הסכמנו שיתכנו הגדרות ל'טוב' שאינן זהות כלל ל'אושר'. מהו, אם כן, ה'טוב'?

ג'ורג' מור, בתפיסתו ה'אינטואיציוניסטית' ניסה להתמודד עם הבעיה על ידי סירוב להגדיר מהו הטוב: "אם ישאלוני 'מהו טוב?' תשובתי היא כי טוב הוא טוב, וזה סופו של עניין. או אם ישאלוני 'כיצד יש להגדיר טוב?' תשובתי תהא כי אי אפשר להגדירו, וכי זה כל מה שיש לי לומר בנדון זה" (מור, ה'תשמ"ג, עמ' 340). לפי תפיסה זו כולנו יודעים מהו טוב, אלא שזהו מונח יסודי: "אתה יכול לספק הגדרה לסוס, כיוון שלסוס יש תכונות ומאפיינים רבים שונים, שאת כולם ניתן למנות. אך משסיימת למנותם, לאחר שהעמדת את הסוס על מונחיו הפשוטים ביותר, אינך יכול עוד להגדיר מונחים אלה... כך גם לגבי כל העצמים שאינם ידועים לנו מראש, ושאותם אנו מסוגלים להגדיר: הם מורכבים כולם, מורכבים מחלקים, שבעצמם יכולים להינתן להגדרה באופן דומה, אך כאלה החייבים בסופו של סבר להינתן לרדוקציה של החלקים הפשוטים ביותר, שאותם אי אפשר עוד להגדיר. אך צהוב וטוב, אנו אומרים, אינם מורכבים: הם מושגים המשתייכים לאותו סוג פשוט" (שם, עמ' 341). הווה אומר, אי אפשר להתווכח מהו הטוב, כשם שאי אפשר להתווכח מהו ה'צהוב' – אנחנו פשוט מכירים אותו וזהו. אפשר להתווכח אילו אובייקטים הם טובים ואילו אינם כך.

אלא שאין דמיון אמיתי בין ה'טוב' וה'צהוב'. הצהוב הוא איכות טבעית, אשר קיומה או אי קיומה ניתן לבדיקה אובייקטיבית. ה'טוב', לעומתו, אינו איכות אובייקטיבית אשר ניתן להוכיח את קיומה או אי קיומה באובייקט עצמו. לכן סבר מור כי "הטוב הוא גם איכות אל-טבעית", והתייחס בלעג לכל השקפה המזהה את טוב עם איכויות 'טבעיות' ובכך נופלת במה שהוא מכנה 'הכשל הנטורליסטי' ("וורנוק, שם, עמ' 31). אכן, מפתיע למדי למצוא אצל פילוסוף אנליטי כמו מור דיונים המביאים למסקנה כי הטוב הוא איכות 'אל-טבעית'. וורנוק כינה גישה זו 'מיתולוגיה מביכה' העוסקת ב'תכונות מוסריות על-טבעיות מיוחדות במינן' (שם, עמ' 53).

בחסידות, אותה 'מיתולוגיה מביכה' לא תיתפס כלל כמביכה. מלכתחילה נתפסת בה המציאות כהופעתו של רובד נסתר השואף להתגלות. ממילא השיפוט היחידי האפשרי ל'טוב' המציאות הוא למול אותו רובד נסתר. ממש כשם שאמן שופט את יצירתו לאור קריטריונים הנמצאים בתוכו ולא לפי כאלו הנמצאים ביצירה עצמה. כדי לדעת את משקלה של היצירה, גדלה וכדו' ניתן לבדוק אותה כפי שהיא. כדי לדעת את טיבה יש לתפוס את יחס הגומלין המסתורי שבינה לבין רוחו של האמן, או של הצופה החודר דרכה לרוחו של האמן המתגלה אליו.

לכן, לפי תפיסה זו, ניתן להצדיק את מור כשטען שהטוב הנו מושג יסודי בלתי ניתן להגדרה, אל-טבעי, ויחד עם זאת (כפי שמסכים עמו צמח) נתפס באופן מידי וישיר. צדק גם מיל שהוא טוען

שהאושר יכול להיתפס כמעין מענה משותף לכל סוגי הטוב, ובלבד שאכן נתפוס את האושר באופן מופשט, באופן שיאפשר לנו לדבר על סוגי התענוגות רבים ושונים, ועל תענוג 'סוטה' היכול להתגלות גם בייסורים קשים (כמו למשל עונג סאדומזוכיסטי). בקצרה, מה שמכונה במושגי חב"ד 'תענוג היולי' (כפי שיבואר בפרק הבא, עמ' 49).

יש אכן דמיון למושג האנרגיה בפיסיקה, כמו שכתבתי קודם, אבל יש גם הבדל יסודי. 'התענוג ההיולי' אינו אדיש לצורות בהן הוא מופיע. הוא שואף באופן אקטיבי להופיע בצורות מסוימות דווקא. אולי לכן נקרא התענוג ההיולי תענוג, ולא סתם 'אנרגיה' או 'כח', מה שהיה אולי מתאים לתפיסתו של התענוג הזה כ'היולי' - שהרי גם הרוע מוסבר כהופעות שונות של אותו הטוב עצמו. התשובה לכך היא שהשאיפה לתענוג היא אמנם שאיפה שיש לה כיוון, והכיוון הוא להתגלות של הטוב כאושר בלתי מוגבל, אושר המופיע דרך ריבוי גוונים וצורות ותמיד נותר בגדר תענוג ואושר. אלא שהשאיפה הזו עלולה להתדרדר להתעוות 'להישבר', ואז להופיע בדרכים חולניות, כשאיפה לרוע או לייסורים. דבר זה כשלעצמו מחדד את הצורך במערכת מושגים מקיפה שתסביר את גלגוליו השונים של העונג, נפילתו ותיקונו.

מכאן נובע מושג הרוע בחסידות, המוסבר כאופן מעוות של טוב. העיוות נוצר, על פי מושגי השבירה, מתוך כמיהה לגוון אחד מאינספור גווני הטוב באופן שיש בו כדי להרוס את המכלול כולו. הגדרה זו תופסת בכמה רמות: הן ברמת היחס שבין האדם לזולתו (הטוב שלי או האושר שלי, לעומת אושרם של אחרים), והן ברמת הקונפליקטים הפנימיים (כמיהות פנימיות, מחשבות 'זרות' וכדו', ההורסות מבפנים את אפשרותי להגיע לאושר). אותו דפוס יכול להתגלות בין עמים, תנועות רעיונות וכדו', כאשר העיקרון השולט הוא תמיד אותו עקרון עצמו.

אולם מדוע מתדרדר הטוב למציאות הקשה הזו, של שבירה ועוות הרסני? התשובה נעוצה באותו פער שבין הנפש, מקור האור, לבין המציאות המתגלה בעולם האובייקטים. זה הפער היסודי של חיי האדם, שהארכתי בו כאשר עסקנו במושגי הסובייקט. תמיד אנחנו חיים בפער שבין הנפש לבין גילוייה, תמיד קיים ביניהם פער אינסופי. הנפש שואפת להתגלות במלוא אינסופיותה וממילא אי אפשר להסתפק בשום גילוי מוגבל. אם וכאשר האדם לומד את סוד הצמצום, כלומר לומד להבחין בין הכמיהה האינסופית לבין גילוייה המוגבלים על מנת לאחד אותם אחר כך בחיים של יצירה מתמשכת, מה טוב. אם לא, נוצר לחץ עצום לגלות את כל מהותו האינסופית בכל פרט מוגבל. ממילא הולך אותו פרט ומנסה לגדול ולהתעצם על חשבון כל הפרטים האחרים. עכשיו צריך לחבר את ההמשגה הזאת למה שהובהר בדיון הנוכחי על מהותו של הטוב: יש מציאות של טוב אינסופי השואף להופיע במציאות. כל 'נפש' פרטית היא גוון אחד מן האור העשיר והאינסופי הזה. כל החילוקים המקובלים (טוב כזה או טוב אחר, טוב לי או טוב לך, טוב עכשיו או טוב בעתיד) אינם אלא אשליה הנובעת מכך שתפיסתנו כבולה, בדרך כלל, לצורת הראיה החומרנית הרגילה, המחלקת את המציאות ל'אובייקטים' שונים ונפרדים, היא צורת הראיה המכונה בחסידות 'תפיסת הישות'. ההתפתחות הנפשית מילדות לבגרות, שתוארתי קודם בהרחבה מסוימת, היא דרך ההתעלות מעל לתפיסה המצומצמת הזו לעבר חיים של אור, יצירתיות ואהבה. אלה, לדעתי, הם שורשי תפיסת האדם בחסידות.

פרק ב: מושגי יסוד בפסיכולוגיה החסידית

גם באדם יש רובד נשמתי-טרנסצנדנטי, שהוא טוב מוחלט ואשר שאיפתו להתגלות לזולת ולהיטיב עמו היא הרצון הבסיסי של חיי הנפש, וכל הרצונות השונים אינם אלא פרטיו השונים. הטוב המוחלט הזה חייב ללמוד להצטמצם כדי שיוכל להתגלות במציאות בהתאם לחוקיה המוגבלים. פירוש הדבר שהאדם חייב ללמוד להתפשר על רצונותיו השונים כדי שיוכל לממש את רצונו העמוק ביותר. לימוד כזה אינו אפשרי אלא אם האדם חווה את עצמו ב'בחינת ביטול', כלי לאור הנשמה, ולב'בחינת ישות', כמציאות אוטונומית שמטרתה הישרדות. התינוק נולד כדעתו נשלטת ע"י תפיסת הישות, ולכן אין בעולמו הנפשי יכולת של צמצום - כל רצון נחוה כמוחלט. זוהי שבירת הכלים. מהלך ההתפתחות בנוי על למידת הצמצום. למידה זו היא חיצונית בהתחלה, ורק עם הבשלת היכולת לחוות את העולם ב'בחינת ביטול' היא הופכת להיות פנימית ועמוקה.

האדם הוא פרט במציאות, ומכיוון שכך כל אמירה מטאפיסית, כללית, שנוכל לומר על המציאות חלה גם עליו. לכן כל פסיכולוגיה חייבת להיות קשורה למטאפיסיקה זו או אחרת. בפרק הבא אנסה להראות כי הגישות הפוזיטיביסטיות-מדעיות עצמן נשענות גם הן על תפיסת עולם כללית, וכי ניתן להראות כי כל גישה פסיכולוגית מעוגנת בתפיסה מטאפיסית זו או אחרת. הגישה המטאפיסית המאפיינת את החסידות הנה, כפי שראינו, כפולת פנים: מחד גיסא היא רואה את המציאות האמפירית כולה ככלי שמטרתו להיות בטל ל'אורי-הא-לקי (בבחינת 'אין'), ומאידך גיסא היא מיחסת לה חשיבות רבה כמציאות ממשית שנוצרה על ידי הצמצום הא-לקי (בחינת 'יש'). כן טוענת החסידות כי שתי הבחינות הללו הן שתי פניה של מציאות אחת נעלמת ושהן מתאחדות ב'שורשן' באופן שאין אנו מסוגלים לשער כלל - זוהי 'אחדות ההפכים' הידועה. בפרק הנוכחי אראה כיצד משקפת הפסיכולוגיה האנושית, כפי שהיא מתוארת בכתבי החסידות, את התמונה המטאפיסית הזו.

אציג את התפיסה הבסיסית בעזרת משל חב"די המיוחס לרבי הלל מפאריטש. משל המבטא את המתח הפורה שבין הרובד הטרנסצנדנטי של ה"אור" לבין הרובד האמפירי של ה"כלים". על המתח הזה עומדת, כפי שאראה, הפסיכולוגיה החסידית כולה. זה דבר המשל: "לבן אדם ששמע אי פעם ניגון מופלא, אשר הרים את כוחו והעלה אותו למצב נפשי כזה, אשר השכיח ממנו את כל צרותיו ודאגותיו. אולם לאחר שחזר לחייו הרגילים, פרח מזיכרונו הניגון, אך דבר אחד נותר לפליטה, הרושם הנהדר מהניגון..... בדבר אחד הוא חש, שהניגון הוא כה מקסים עד שהעלה אותו למצב רוח כה מרומם..... לכן גוברת אצלו השאיפה לשמוע שוב את אותו ניגון. לשם השגת מטרתו זו מתחיל הוא לחזור אחרי מנגנים שונים, בתקווה לשמוע שוב באוזניו את צלילי אותה מנגינה, שכה מתגעגע אליה. מהו הניגון שהוא חותר לקראתו איננו יודע, כי פרח ממוחו. לכן אין הוא יכול לפנות למנגנים בהזמנה שישמיעו לו את הניגון הרצוי. משום כך, בלית ברירה, מתחילים הם להשמיע לו את אותם ניגונים העומדים לרשותם, ועם-כל ניגון המנגן חש הוא כי לא זהו הניגון שהעלה אותו למצב רוח מרומם..... הנמשל מובן. הניגון הוא אותו תענוג העילאי שחשה בו הנשמה בהיותה דבוקה במקור מחצבתה בא-להים חיים, אך כשהיא יורדת לגוף נסתלק ממנה התענוג הא-להי שהתענגה עליו, כי על כן היא נתקלת במציאות שונה מן הקצה אל הקצה..... אך

רושם מאהבה עליונה זו נשאר חרות בעמקי הנפש של היהודי....." (גולדשמיד, היתשליז, עמ' קס"ג)

כלומר: תפיסת העולם היסודית מתארת אדם החי במציאות האמפירית, נאלץ לשרוד בתוכה ולמצוא בה את צרכיו השונים, ועם זאת המוטיבציה היסודית שלו, "מקור האנרגיה הנפשית" שלו (ראה אצל שתיל, היתשמיז), לקוחה ממקום שונה לחלוטין. לפי תפיסה זו קיים רובד מציאות סמוי, נשמתי, המהווה מקור לשאיפות שאינן יכולות להיות מודעות עד תום, ואשר דווקא משום כך האדם מנסה לממש אותן בתוך תחומי המציאות האמפירית המוכרת לו, ניסיון שאינו יכול לעלות יפה. קל לראות כי מדובר במצב היוצר סיבוכים רבים וקשים. אנסה להראות כי זהו אכן המצב הבסיסי ממנו נובעים הסיבוכים השונים של חיינו הנפשיים. לצורך זה אציג כאן את מערכת המושגים החסידיים בפירוט מסוים הנדרש, לדעתי, כדי להראות את יכולת ההסבר העשירה של ההמשגה החסידי (למרות הסרבול הבלתי נמנע הנוצר מהצגת הטקסטים המקוריים וניתוחם).

חשוב להזכיר כאן שוב כי התמונה הפסיכולוגית שאני מציג כאן קשורה ביסודה לעולם חשיבה מסוים ולהנחות המטאפיזיות הספציפיות עליו הוא בנוי: זוהי פסיכולוגיה המניחה, למשל, כי קיים באדם רובד טרנסצנדנטי ממשי שאינו ניתן לתרגום למונחים פיזיולוגיים, לצורכי הישרדות וכד'. עלי לבקש את הקורא שאנו שותף לאותן הנחות להתייחס אליהן כהשערות מדעיות (היפותזות) שערכן יקבע על פי כוח ההסבר שלהן. השאלה הרלוונטית היא האם התמונה שתצויר כאן אכן מסבירה בני אדם. את התשובה ייתן כל קורא בעצמו.

נפש ואור: לפי התפיסה החסידי כל חיי האדם הם גילוייה של נפש עליונה (טרנסצנדנטית), וכמתואר בדברי האדה"ז שכבר הבאתי, בהם הסביר את מושג ה"אור": "כשמגלה עצמותו אם בדיבור או במחשבה ומידות וכהאי גוונא נקרא זה בשם בחינת אור, דהיינו מה שהנפש תאיר בגילוי מן ההעלם" (ר' שניאור זלמן, ספר המאמרים-תקס"ח, עמ' תרלח). המושג 'נפש' מציין כאן את הרובד הנסתר שכל התהליכים הנפשיים הניתנים לצפייה הנם גילוייו. לעיתים אנו עוסקים בגילויים ישירים וברורים של מה שהיה כמוס בנפש מלכתחילה, ולעיתים בגילויים מעוותים, תוצריה של 'שבירת הכלים' אשר אותם יש לתקן ולהחזיר לצורתם הנכונה.

רובד נסתר זה נקרא במקורות החסידות בשמות שונים. חשוב לציין כי השמות אינם מקריים, והם מיצגים רבדים שונים או גוונים שונים באותה 'עצמות' נפשית נסתרת. ידועה מאד, למשל, החלוקה העתיקה של נר"ן ח"י (=נפש, רוח, נשמה, חיה יחידה). בעבודה זו לא אתייחס, בדרך כלל, לאותם חילוקים אלא אנסה לתאר את מסלול התגלותו, שבירתו ותיקונו של האור הבוקע מן המהות הנפשית הנסתרת. וכאן יש לציין שני יסודות כלליים:

האחד הוא שמדובר אכן ברובד נסתר, נצחי ואינסופי, והוא הוא המתגלה בכל תהפוכותיהם של חיי הנפש. המגיד ממזריטש מבהיר את קיומו של רובד כזה כשכתב "מחשבה... מושגת היא לאדם עצמו ולאחרים אינה מושגת, אבל קדמות השכל אינו מושג גם לאדם עצמו" (ר' דוב בר, המגיד ממזריטש, מגיד דבריו ליעקב, תורה קכט. גם גרשם שלום הקדיש מאמר חשוב למושג קדמות השכל (שלום, היתשמי"ב, עמ' 351), ולדעתי התפיסה המוצגת כאן עולה עמו בקנה אחד). אוסיף עוד מובאה מחסידות מאוחרת יותר העוסקת באותו נושא: "כתר הוא שורש הרצון הנעלם, כי האדם מחכים מתבונן ורוצה ופועל במה שהוא רצונו לכך, וזה הרצון קדום לו והוא קבוע ונעלם

באדם שאינו מושג לו מה הוא הדבר המוליד בו מחשבה ורצון וזהו הכתר" (ר' צדוק הכהן, צדקת הצדיק, תורה רכז).

היסוד השני הוא שרובד נסתר זה הוא המקור לתחושת ה'אני' הנמצאת במרכז התודעה האנושית. כך מופיע, למשל, בכתבי רבי נחמן מברסלב "עצמי היא הנשמה שהיא עצם האדם. כי עיקר עצמיות האדם, מה שנקרא אצל האדם 'אני', הוא הנשמה, שהיא עצם הקיים לעד" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה כב). לעיתים מודגש כי ה'אני' הוא התחושה המלווה את התגלותו של ה'אין' הנסתר בעמקי הנשמה. כך אצל רבי נחמן: "אין ההשפעה יכולה לירד רק ע"י כלי הנקרא 'אני' (שם, עג). כך בכתבי חב"ד: "מן אני של בשר ודם אתה למד אני של הקב"ה... שבחינת אני הוא מהותו ועצמותו ית... והנה והחכמה מאין תימצא בחינת אין הוא אותיות אני והוא סתימו דכל סתימין... (ו)הנה מבחינת אין והעלם יהיה בחינת אני אשר אני מורה על גילוי והיינו שיהיה גילוי בחינת אני דהיינו מה שלמעלה... (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' גמח"א). וכן כותב רבי אלימלך מליזניסק "בלתי אפשר שיאמר אדם על עצמו אני שהוא דבר חשוב וממש והאדם כאין נחשב אם לא כשהאדם ממשיך על עצמו קדושת הבורא ברוך הוא ומשרה שכינתו הקדושה עליו הנקראת אני..." (נועם אלימלך, עמ' קנה). כתב על כך גם רבי יצחק אייזק מקאמרנא: "לכל בחינה יש בחינת מזלא (=הרובד העליון הנסתר, ב.כ.), הנקרא 'אין', ויש לו בחינת מלכות (=הרובד הנגלה, כפי שיתבאר בהמשך) הנקרא 'אני' (ר' יצחק אייזיק ספרין, נתיב מצוותך, עמ' ד').

רבי יצחק אייזיק הזכיר כאן את חילוף האותיות מפורסם, שבין ה'אני' ל'אין' מופיע באינספור מקורות חסידיים, ומבטא את אותו מתח שהוזכר בין הרובד האמפירי והטרנסצנדנטי, כאשר הרובד האמפירי (האני) מבטא את הרובד הטרנסצנדנטי (אין), ועם זאת מסתיר אותו ולעיתים, כפי שנראה בהמשך, אף מתייצב כנגדו. (לפעמים מופיע חילוף האותיות הזה תחת הכותרת – "היפוך ה'אני' ל'אין'" – ר' יצחק אייזיק ספרין מקאמרנא, דרך מצוותיך, עמ' כ. ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' גיחג, ומקורות נוספים). לעיתים קרובות מודגש כי ה'אני' המורגש, חווית ה'אני' המודעת של האדם, אינה אלא יכלי לגילוי אותו רובד נסתר שהוא הוא מקורות הנעלם של האני – אין השפעה יכולה לירד, רק על ידי כלי הנקרא 'אני' (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה עג).

וכך, בהתאם לתפיסת הביטול, היא 'בחינת האין' שתיארתי בפרק הקודם, הנחת היסוד של תפיסת העולם הזו היא שכל הקיים הנו התגלות של אור. מקורו של האור הזה הוא ברובד הנסתר שאותו אין הרשות לעין לראות. רובד זה, בהיותו נעלם, הכוונה לעיתים 'רישא דלא אתידעי' הראש שאין לדעתו (למשל ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' גיחג). מכיוון שכך, אין אדם יכול להכיר את עצמו לעולם – תמיד קיים רובד מסוים באדם שאותו אין הוא עצמו יודע, ועליו להאמין בו-כלומר בעצמו- ממש כשם שעליו להאמין במקור נסתר של המציאות בכללותה. ר' צדוק הכהן מלובלין כתב "כשם שצריך אדם להאמין בהשם יתברך כך צריך אחר כך להאמין בעצמו" (ר' צדוק הכהן, צדקת הצדיק, עמ' קנב).

נובע מכאן שתכלית חייו של כל אדם היא גילוי האור המיוחד של נשמתו שלו. מכאן הגוון האינדיבידואליסטי החריף של רבות מן ההתבטאויות החסידיות: "התנועות של צדיקים מתוקים וטובים לרואיהם כי מכוח הנשמה היא התנועה והנשמה היא חלק א-לוק ממעל אשר כל הטוב בו ולזה כשהאדם עושה תנועות חברו אינה מקובלת לשום אדם מחמת שאינו שלו ולא היה נשמתו באיבר ההיא כשעשה התנועה" (ר' אלימלך מליזניסק, נועם אלימלך, עמ' קנה). בסגנון יותר מתומצת קבע רבי לוי יצחק מברדיטשב "כל מקום שאדם הולך הוא הולך לשרשו" (ר' לוי יצחק

מברדיטשב, קדושת לוי, עמ' כ'). ורבי מרדכי יוסף דרש: "לך לך, היינו לעצמך, כי באמת דברי כל העולם הזה לא יקרא בשם חיים ועיקר החיים תמצא בד..." (ר' מרדכי יוסף מאיז'ביץ, מי השילוח, עמ' יא'). הדברים דומים מופיעים גם בחסידות גור: "נקודתו הפנימית של אדם אין אחד יכול לפתוח אלא הוא" (ר' יהודה לייב אלטר מגור, שפת אמת, ה' סב' ג'). באותה רוח כתב הרב קוק: "את האופי העצמי אי אפשר לשום אדם לדעת, אפילו לא של עצמו, וקל וחומר של זולתו..." (הרב קוק, אוה"ק, ג', עמ' קיט). ובמקום אחר: "ואני בתוך הגולה, האני הפנימי העצמי, של היחיד ושל הציבור, אינו מתגלה בתוכיותו ורק לפי ערך הקדושה והטהרה שלו... באים מחנכים ומלומדים, מסתכלים בחיצוניות מסיחים דעה גם הם מן האני, ומוסיפים תבן על המדורה, משקים את הצמאים חומץ, מפטמים את המוחות ואת הלבבות בכל מה שהוא חוץ מהם, והאני הולך ומשתכת. וכיוון שאין אני, אין הוא, וקל וחומר שאין אתה... את האני שלנו נבקש. את עצמנו נבקש ונמצא... וידעתם כי אני ה' אלקיכם המוציא אתכם מארץ מצרים להיות לכם לא-לקים, אני ה' " (שם, עמ' קמ). כלומר: כל מטרתו של אדם אינה אלא גילוי ה"אני" הפנימי שבו. עבודתו הנפשית חייבת להתכוון להכנת התנאים לגילוי זה. כל מהלך אחר הוא מכנה "להשקות את הצמאים חומץ"!

הגדרות אלו מעלות על הדעת את מושג האינדיבידואליזם של יונג: "אינדיבידואליזם פירושה ליהפך לפרט. אנו נעשים אנו עצמנו (הדגשה במקור) ככל שהאינדיבידואליות היא לדידנו ייחודנו הפנים-פנימי, האחרון עד תכלית, שאינו ניתן להתיישב עם זולתו, הרי שאפשר לתרגם 'אינדיבידואליזם' גם ל'התעצמות' או ל'הגשמה עצמית' " (Jung, 66 p173). יונג מדגיש מאד הבחנה שנפגוש בה בהמשך בחסידות: "אנו מכנים אגואיסטים בשם אנוכיים וכמובן אין לכינוי זה ולא כלום עם מושג העצמי כפי שאני נוקט אותו כאן. לעומת זאת דומה שההגשמה העצמית באמת מנוגדת לויתור עצמי. אי הבנה זו מקובלת מאד, משום שאין מבחינים כראוי בין אינדיבידואליזם לבין אינדיבידואליזם. אינדיבידואליזם הוא הבלטה והדגשה מכוונת של הייחוד-כביכול בניגוד לשיקולים ולחובות קולקטיביים ואילו אינדיבידואליזם פירושה – קיום טוב יותר ומושלם יותר של ייעודו הקולקטיבי של האדם" (שם). קל לראות כמה הסתבך כאן יונג בהגדרותיו, ולדעתי הסיבוך נובע מכך שהבחנתה של החסידות בין רובד האור לרובד הכלים אינה עומדת לרשותו. בהמשגה החסידית קיים האני הנשמתי, האור, ששאיפת התגלותו היא מקור תהליך האינדיבידואליזם. וישנו, כפי שנראה, אני אמפירי שיכול להיות כלי לאותו אור, ויכול לנסות לעמוד בפני עצמו בלי יחס לסביבתו או לאור השואף להאיר דרכו.

אם כן, נקודת המוצא היא אותו רובד נסתר שאין שום הכרה נוגעת בו, אלא האמונה בלבד (שסעיף ממנה היא אמונת האדם בעצמו, בחייו, בייחודו ובערכו). כל תהליכי החיים נתפסים כהתגלותו של אותו רובד נסתר (לצורך האחידות הטרמינולוגית אכנה רובד זה, בדרך כלל, בשם נפש, אע"פ שישנם כינויים נוספים, כפי שראינו). אם אנסה לחזור למשל האמן היוצר שהבאתי בפרק הקודם, ניתן להמשיל את החיים הגלויים לאוסף יצירותיו של אותו אמן, שגם אם אינן זהות עמו הרי הן התגלותו במדיום של עולם היצירה.

תענוג ורצון: מהו האור שהנפש רוצה לגלות? נראה שהתשובה הקצת מפתיעה היא – תענוג. בצורה הבהירה ביותר היא מופיעה בכתבי חב"ד: "אנו רואים שהנפש טבעה להתמשך אחר דבר שיש בו תענוג, עד שיוכל להיות כל עצמותה נמשך ונכלל בו בעונג המורכב בפרט נבדל כמו בכבוד

או ממון או חכמה ומדות, כחסד ודין וניצוח וכהאי גוונא, או בדברים שהנפש מחמדתן בתאוות כל תענוגי העוה"ז וכהאי גוונא, אעפ"י שכל אלה אינן בבחינת עצמיות התענוג ההיולי, רק שהנפש תומשך ותחמוד להם. אבל מזה נראה שעצם הנפש הוא בבחינת תענוג ההיולי על כן תומשך אחר עונג מורכב ותברח מן הצער שהוא הפך העונג" (שניאורסון, ר' דוב בר מליובביטש, שער הייחוד, פרק כג). העובדה שהאדם מחפש תענוג מוסברת כאן כנובעת מכך שהנפש בשורשה הלא מודע מלאה תענוג, אותו היא מבקשת לגלות גם ברובד המודע.

קטע קצר זה (אשר ניתן להביא לו שפע מקבילות מן הספרות החב"דית) מכיל, לדעתי, את תמציתה של תפיסת הנפש שלה. הנפש המנסה לגלות את 'התענוג ההיולי' שבה, ניתנת אולי להמשלה לאדם מאושר שרצונו העמוק הוא לבטא את אושרו במגוון דרכים על מנת שיוכל לשתף את זולתו באותו תענוג מופלא שהוא חש. מקור הדברים בתפיסה הרואה את המציאות כולה כהתגלות אותו אור שהוא, כזכור 'טוב וחסד'. במקומות מסוימים מומשל גם הקב"ה לאדם מלא עונג השואף לשתף את זולתו בתענוגותיו: "זהו (פירוש) אשר קידשנו במצוותיו וכו', פירוש 'אשר' מלשון "באושרי כי אישרוני בנות" (כלומר מלשון אושר, ב.כ.). ... והוא בחינת עונג העליון בגילוי אור אין סוף ב"ה בעצמו ובכבודו על ידי מצוותיו שהן בחינת רצון העליון... כך על דרך משל המצוות הן פנימיות הרצון העליון שהוא למעלה מבחינת חכמה ובחינת חכמה גם כן חכים ולא בחכמה ידיעה (כלומר – החכמה המדוברת כאן היא מעבר לתפיסה אנושית, ב.כ.). ורצון העליון הוא יותר נעלה שהוא נמשך מבחינת 'אושר' שהוא תענוג העליון מתפשט ויורד בסתר המדרגות ממדרגה למדרגה... והיינו מפני גילוי עונג העליון ושמחה העליונה, כמשל המלך שביום שמחתו הוא מתגלה לעין כל, כך כביכול על ידי עונג העליון ושמחה העליונה מתגלה אור אין סוף ומתפשט עד למטה לתן כוח זה בתחתונים" (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' דפגג).⁵

חשוב לזכור כי בנפש האדם שהיא "חלק א-לק ממעל ממש" (ר' שניאור זלמן, תניא-סשיב, פרק ב) קיימת שאיפה דומה: לשתף את הזולת באושר המופלא שהיא חווה בתוך עצמה. לכן מוסבר פעמים רבות כי אותו תענוג כולל בתוכו 'רצון' או שאיפה פנימית להתגלות: "אנו רואים כי זה בלא זה אינו מתקיים, כי אין לרצון קיום בלא תענוג, ואין לתענוג קיום בלא רצון, ולפי זה מוכרח לאמר ששניהם מהות אחת" (שניאורסון, ר' דוב בר מליובביטש, שם).

נובעת מכאן איכות נוספת של מושג התענוג החב"די הוא היותו שופע "בחינת גלוי ולמרחוק דווקא... שמאיר לזולתו דווקא" (ר' שניאור זלמן, ספר המאמרים-תקסח, עמ' תרל"ח). ולכן "ידוע בספרי הקבלה שהאור בבחינת חסד דווקא, וכמו שכתוב "וירא א-לוקים את האור כי טוב" וכתוב "טוב וחסד ירדפוני" ... שמכל זה מובן שהחסד והטוב הכל שורש אחד, ונכללים שניהם בבחינת האור שנקרא טוב" (שם). הנחה זו היא בדיוק מה שרוטנברג כינה אלתר – צנטריזם, התפתחות פנימית הנעשית דווקא ע"י נתינה לזולת (רוטנברג, היתשין, עמ' 58), והיא מנוגדת לאגוצנטריזם של מושג העונג הפרוידיאני. דווקא אותן תופעות נפשיות הנתפסות כאקסיומטיות בתפיסת העונג הפרוידיאנית (כמו עצמתו הכבירה של התענוג החושי-פיסיולוגי או הנטייה האגוצנטרית הנפוצה אצל אנשים רבים) הן הטעונות הערכת מושגים מורכבת כדי להסבירן (ויסברו בהמשך ע"י מושג השבירה).

⁵ המקור לתפיסה זו הוא, כפי שמציין אדה"ז בעצמו, במושג 'שעשועי המלך בעצמותו' הנמצא בקבלת ר' ישראל סרוג שהיה נחשב באותו זמן לתלמידו המובהק של האר"י. גרשם שלום הטיל ספק בכך שהר"י אכן היה תלמיד האר"י (שלום, ה'ת"ש). אולם הויכוח על כך נמשך עד היום, וטרם הוכרע (מרח, ה'תשנב).

יש להבהיר שתפיסה זו אינה מוגבלת לחב"ד. אידל כתב: "אחד המונחים הנפוצים ביותר בספרות החסידית הוא "תענוג", הוא מופיע אלפי פעמים במקורות מגוונים וכל ניסיון להבין את המחשבה החסידית חייב להתייחס לתפוצה הרחבה ביותר של מושג זה" (אידל, היתשניג, עמ' 251). אידל הדגים את דבריו בשפע מובאות מהוגים חסידיים שונים, אשר התמונה הכוללת העולה מהן אינה ניתנת להסבר אלא בהנחה שאכן התגלות התענוג היא תכליתם העמוקה של החיים. בין היתר ציטט את רבי חיים מצ'רנוביץ שכתב כי "לזה היה עיקר בריאת שמיים וארץ וכל אשר בס, מפני ששמו יתברך חפץ חסד הוא למאוד... ולזה נתנו כל מצוות התורה שכל מצווה ומצווה הוא דמיון הצינור המוטל ומונח בין המקור מים חיים וזכים ומתוקים לכל רואיהם ובין הבור שבחצר... שע"י כל מצווה ומצווה יורדת בתוכה ממש... כל בחינות שפע אורה ושמחה ותענוג... (שם, עמ' 353). למעשה כבר הבעש"ט סיכם את סדר האצילות בקטע קצר אותו סיים בהתגלות התענוג (ר' ישראל בעש"ט, כש"ט, תורה יא). וכן המגיד כשתיאר את סיבותיו של הצמצום הראשון הסביר כי "לפיכך צמצם את עצמו בעולמות כדי שישתעשע בתענוג של הצדיקים... (ר' זוב בר, המגיד ממזריטש, לקוטי אמרים תורה ח'). רבי לוי יצחק מברדיטשב הסביר את בריאת העולמות במשל לאומן כשעולה ברצונו לבנות איזה בנין היכל ופלטרין... (והוא מתאר את שלבי התכנון והבניה ומסיים) והנה מה שנתעורר לחפוף בבנין ההוא הוא מחמת שהסתכל וצפה והביט מתחילה כאשר ייגמר הבנין בשלמות איך יקבל תענוג גדול בשלמות ומזה נתעורר אצלו תענוג גדול שיהיה חפצו ורצונו בבנין ההוא... (ר' לוי יצחק מברדיטשב, קדושת לוי, עמ' רמו'). כמו בתפיסה החב"דית, מודגש כי התענוג בצורתו העליונה הוא כללי ואינו מוגבל לצורה ספציפית "התענוג שמתענג מעבודת ה', שהוא כולל כל התענוגים... דאיהו טוב כל עלמין וממלא כל עלמין" (שם, עמ' תלז'). יוצא שהתענוג ההיולי הוא שורש הרצון, ולכן שורש כל תהליך נפשי, שהרי "ידוע שהנפש הוא הרצון" (שם, קפא). גם הרב קוק הביע ברבים מכתביו את אותה תחושה יסודית של מציאות אושר אינסופי שכל החיים הם גווניו: "הננו חשים במלא נשמתנו את ההכרח של הטוב המוחלט, את אי האפשרות של אי - הווייתו, ואת העריגה הבלתי פוסקת במעמקי לבנו להתעלות אליו... מילואו הוא מילוי העולם. אין מקום למילוי שאיפתנו אל טוב זה אלא בהסתכלות האפשרית בנצוצי זיוו אחרי אשר ירדו אלינו וימלאונו חיים" (הרב קוק, אוה"ק, ב' עמ' תסו). במקום אחר הוא מתאר כיצד מתגלה האור הא-לקי "בכל רוח ונשמה, בכישרונות כל שית, ברעיונות כל סופר, בדמיונות כל משורר, בהגיונות כל חושב, בהרגשת כל מרגיש, ובסערת הגבורה של כל גיבור" (הרב קוק, אורות, עמ' קיט). כמו כן קיים שפע רב של מקורות חסידיים הנוגעים לשבירה ולתיקון דווקא, אשר קשה להבינם אלא על רקע תפיסה קרובה לזו שהבאתי בשם חב"ד. כך למשל תיאר רבי נחמן מברסלב את מצבו של הצדיק אשר "אכילתו ושתייתו ושאר תענוגיו אינו אלא מהתנוצצות האותיות שבאכילה ושתייה" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, ס' יט).

(כאן המקום להערה מתודית: ברצוני לראות בסוגיית התענוג בנין אב ליחס שבין הספרות החב"דית לספרות החסידית הכללית. סוגיות רבות שניתן למצוא בספרות חב"ד באופן בהיר ומפורט ניתן למצוא בספרות החסידית האחרת באופן יותר מקוטע ומפוזר, כאשר לאחר בדיקה קפדנית של הטקסט מסתבר שמדובר באותה תפיסה עצמה. יתכן כי ההבדל שבין כתבי חב"ד לכתבים חסידיים אחרים הנו, לפחות בחלקו, דידיקטי. הוגי חב"ד שאפו לצייר תמונה תיאורטית מקיפה ושלמה, הפותחת בהנחות אקסיומטיות ומתמשכת עד להדרכות מעשיות מפורטות. רוב

רובם של יתר הוגי החסידות (ודאי לא כולם!) התרכזו בהדרכות הנוגעות באופן ישיר יותר למציאות חייהם של חסידיהם. אלא שמדרך הטבע ישנם נושאים שונים שפותחו בחסידויות אחרות ביתר עוצמה ומקוריות. מכאן נובעת המתודה שנקטתי, שהיא לקיחת התפיסה החב"דית כשלד תיאורטי אשר מסביבו אני מנסה לפרוס מובאות מיתר כתבי החסידות בטווח רחב ככל שניתן).

כדי לעמוד על מהפכנותה של תפיסת העונג המוצעת כאן כדאי להשוותה לתפיסה הפרוידיאנית. פרויד (למצער בכתביו המוקדמים) הניח, ממש כמו המקורות החב"דיים, כי "פעילותם של מנגנוני הנפש המפותחים ביותר כפופה לעקרון העונג, כלומר שמוסדת אוטומטית על ידי הרגשות השייכות למערכת עונג-צער" (Freud, 15 p 120). עם זאת, העונג עליו דיבר פרויד הוא ביסודו תהליך עצבי המסמן איכות מסוימת של גרייה המופעלת על מערכות החושים (פרויד הביא, בהסכמה גמורה, מודל פיזיולוגי כזה של עונג חושי בשמו של פכנר (Freud, 20, p 98) כל סוגי העונג שאינם נענים במישרין להגדרה זו טעונים הסבר מורכב מאד. פרויד הקדיש מאמץ תיאורטי עצום להסברת אפשרותו של עונג רוחני, של עונג המופק מגרימת הנאה לזולת וכיו. כל אלה עומדים, לכאורה, בניגוד לתפיסת העונג שלו ולכן עליו להתאמץ להסבירם בלי לסטות מהנחותיו. בפרק הבא אנסה להוכיח כי לצורך המאמץ הזה יצר פרויד מושגים מורכבים כמו הדחקה, סובלימציה, השלכה ועוד. העונג הראשוני, המקורי, הוא תמיד חושני ואגוצנטרי. לעומת זאת, התענוג עליו מדובר בתפיסה החב"דית הוא אותו אור אשר הנפש שואפת לגלות לזולת, ומכיוון שכך הוא נתפס כטרנסצנדנטי, כלומר כנמצא מעבר לצורות האמפיריות השונות בהן הוא מתגלה. לכן הוא מופשט ('היוליי'), ומסוגל לקבל צורות שונות מבלי שהוא עצמו ישתנה כלל ("כבוד או ממון או חכמה ומדות..."). יש כאן הקבלה מסוימת, לדעתי, למושג האנרגיה בפיסיקה, שהיא מסוגלת לקבל צורות שונות כמו אור, חום, תנועה וכדו', מבלי שהאנרגיה עצמה תשתנה תוך כדי אותם מהפכים (רא' דיון פילוסופי בנושא זה בפרק הקודם, עמ' 44).

אם כן ראשית הכל הוא הטוב, או התענוג, הגנוז הנשמה ושואף להתגלות לזולת בצורת חסד, או אור. אותו טוב ניסתר הנו טרנסצנדנטי, מופשט וחסר כל צורה מציאותית, ועם זאת הוא כוח ממשי אשר שאיפתו להתגלות היא שורש כל תהליך נפשי גלוי.

מקיף ופנימי: ה"אור" בו עסקתי כאן, אותו "תענוג היוליי" שמקורו נמצא מעבר לכל צורה ספציפית, הוא עדיין רחוק מן הפסיכולוגיה המציאותית בה אנו נתקלים בבני אדם שהם תמיד בעלי צורה מסוימת שעוצבה ע"י תורשתם, תולדותיהם וכד'. אור זה, הנמצא בנשמה, הוא רב עוצמה לאין ערוך ממה שיכול להתגלות במציאות המוגבלת שלנו: המגיד ממזריטש ביטא את תפיסתו של האר"י כשכתב: "האור העליון שהשפיע הקדוש ברוך הוא בעולמות היה רב ובהיר במאוד מאוד עד אין קץ וסוף ולכן היה העולם מתמוטט, כלומר מחמת רוב הבהירות ואור הגדול המתפשט בתוכו... (ולכן) בוודאי הצמצום הוא קיום העולם שמחמתו לא יתבטל העולם" (ר' דוב בר, המגיד ממזריטש, אור התורה, תורה ב). צמצום זה הוא המאפשר לאור להופיע בתוך "כלי", להתבטא במציאות מוגבלת ומפוררת למרכיבים שונים.

במונחים חסידיים מדובר ב"אור מקיף", שכדי להופיע במציאות עליו להתפרט ל"אורות פנימיים" שונים. המושגים הללו מתבססים על דימוי הרוח של אור השופע לתוך כלי, או מערכת של כלים שונים, כאשר מקצתו נכנסת לכלים ומקבלת את צורתם, בעוד רובו נותר מסביב להם

ומקיף אותם. ממילא נוצרים אורות שונים ומגוונים ע"י כניסת האור לכלים השונים, וכולם ביטויים שלאותו אור ראשוני. דימוי זה עומד ביסוד הסברו של האדה"ז למושג: "בחנית הלובן אינו כשאר גוונים, כי הוא בחנית העצמיות של הדבר ואין כאן דבר נוסף רק עצם הדבר לבד, מה שאין כן שאר הגוונים שהם צבע צבועים בו: אדום ירוק. שהצבע האדום הוא דבר נוסף על עצם הדבר שהיה לבן, על דרך משל, ועכשיו על ידי הצבע נעשה אדום, ונמצא זה בהרכבה על עצם הדבר... והנמשל בזה ידוע עניין אורות וכלים, שקודם שנאצלו בכלים לא שייך לומר על שפע אור אין סוף שהוא קרוב לחסד יותר מחכמה... רק אחרי שהכלי הגביל את האור נעשה התמונה בהאור להיות אור החסד או אור הגבורה" (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' בכחג). (דומה שבפיזיקה ניוטונית ובפיזיקה העכשווית המשל: מדויק. עוד יותר, שכן הגוונים השונים הם ממש התפרטויותיו של האור הלבן הכולל אותם). כך שהתענוג ההיולי בו עסקנו נחשב אור "מקיף", ואילו סוגי התענוג השונים המוכרים לנו (תענוגות גופניים, רגשיים, אינטלקטואליים וכד') הם "פנימיים".

לעיתים קרובות מיושם עקרון זה לתהליך הלמידה, כמו במשל הבא: "הרב שמשפיע שכל לתלמידו, שכאשר צריך להשפיע השכל אליו, מצטרף לירד ממדרגתו ולצמצם את שכלו לעיין על כלי השגתו של התלמיד (כלומר - להבין היטב מהי בדיוק יכולת השגתו של התלמיד)... כי התלמיד בתחילת קבלתו השכל הנשפע לו אינו משיג השכל לעמקו עדיין, דהיינו שהשגתו השכל הוא רק דרך כלל, בלתי התחלקות לעמוד על כל חלקי השכל והסברות כל דבר בפני עצמו. על כן כללות אותו השכל הוא מקיף לשכל התלמיד... הנה אחר כך כשמתבונן התלמיד בשפע השכל וירד לעמקו ושיגו היטב אזי אדרבה, שכלו מקיף לאותו שפע השכל שיכנס בו שפע השכל בבחינת אור פנימי ממש... (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' גלזג). כלומר: הרעיון שרוצה הרב ללמד את תלמידו הוא רעיון הנראה בתחילה כ"פשוט", אולם כדי שהתלמיד יבין אותו היטב עליו לפרט אותו לחלקים, להדגים אותו במשלים שונים שרק במאמץ עצום יכול התלמיד לראות את הקו המחבר בין כולם. מודגש פה כי רק עם כניסת האור לכלים הוא מתחלק לפרטי פרטים יכל דבר בפני עצמו. תיאור דומה מופיע אצל רבי נחמן מברסלב: "יש שכל שאדם משיג אותו על ידי הקדמות רבות, והשכל הזה מכונה בשם אחור, ויש שכל שבא לאדם בלא שום הקדמה, אלא ע"י שפע א-לקי ... שהשכל הזה הוא גדול עד מאד, עד שאין המוח יכול לסבלו, ואין נכנס במוח אלא הוא מקיף את הראש" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה כא). רוטנברג (רוטנברג, ה'תש"ן, עמ' 242) מצביע בנקודה זו על הקבלה מעניינת אצל ברגסון, המבחין בין "חומר רציונלי" (=תפיסת המציאות האמפירית על כל פרטיה) לבין "אינטואיציה" שתפקידה לתפוס את החיוניות היוצרת שמאחורי אותה מציאות אמפירית.

מכל האמור עולה תמונה של החיים הנפשיים כאוסף גוונים ובני גוונים של מהות טרנסצנדנטית אחת, המכונה 'אור' 'תענוג' 'אושר' 'חיות' וכדומה. תמונה כזו היתה יכולה להיחשב כאידיאליזציה יתרה של המציאות, אלמלא הכילה התיאוריה מושגים כמו 'שבירה' וכדומה, המתארים את צד הצל של חיינו. יחד עם זאת גם המושגים האלה מוסברים, כפי שאראה בהמשך, על פי אותם מונחי יסוד עצמם. השבירה תובן כהתפרדותם של אותם גוונים פרטיים אלו מאלו, בעוד שהתיקון יכול היות מתואר כשיבתם של אותם גוונים לתמונה הכוללת השלמה.

אם אחזור למונחי המשל של רבי הלל מפאריטש בו פתחתי, הרי שאת האור המקיף ניתן להמשיל למנגינה בצורתה הנשגבה ביותר, כאילו האזנו ללחן הקמאי שהיה בנפשו של המלחין עוד

בטרם התלבש בתווים והתחלק בין כלי הנגינה השונים. חשוב להזכיר כי כבר ברובד הזה קימת ייחודיות עמוקה, מעין מנגינה אישית ייחודית שכל אדם חייב להוציא לאור, וכפי שכותב רבי נחמן בלשונו הפיוטית: "דע, כי כל רועה ורועה יש לו ניגון מיוחד... כל עשב ועשב יש לו שירה שאומר, שזה בחינת פרק שירה" (ר' נחמן, ליקוטי תניינא, תורה סג). הרב קוק שצוטט קודם, דיבר בהקשר זה על "בקשת האני העצמי" (הרב קוק, אוה"ק, ג, עמ' קמ). מכאן נובעת ייחודיותו העמוקה של כל אדם, וגם יכולתו להשתלב בסביבתו ולתרום לה. בהמשך נראה שמכאן נובעים גם רבים מאפיוני חיינו היצריים על סיבוכיהם השונים. זוהי, בקצרה, עובדת היסוד של חיי הנפש. בפרק הבא אנסה להצביע על הקבלות שבין תפיסה זו לרעיונות מערביים מסוימים, כמו בקשת המשמעות ע"פ פרנקל ומושג העצמי של יונג. כאן ברצוני להמשיך את המהלך ולעקוב אחרי התפרטותו של האור לכלים שונים.

הכלים: אותה מנגינה "היולית" צריכה לעבור מספר שלבים קודם שתושמע במציאות ממש. ראשית חייב המלחין לעבד אותה כך שתוכל לעלות מן ההרמוניה המשולבת של כלי התזמורת. כמוכן, כל כלי הוא כבר מציאות מסוימת, והוא מותאם להשמעת צלילים מסוימים דווקא. המלחין צריך לפצל, כביכול, בין מרכיביה השונים של המנגינה, להתאימם לכלים ולאפשרויותיהם, לחזור ולשלב ביניהם. עדיין מדובר בשלב התכנון, אולם כבר צעדנו צעד גדול לעבר המציאות.

העונג ההיולי מתפרט לצורות המסוימות בהן הוא מתגלה בפועל (כמו עונג חושי, עונג רגשי או אינטלקטואלי) כאשר הוא מופיע במציאות הנפשית המורכבת הכוללת כישורים נפשיים שונים. כישורים אלו נקראים לעיתים 'כוחות' נפשיים: "כוח הוא עניין גילוי ההעלם" (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' גלטב) דרכו של האור להתגלות. מודגשת ההבחנה שבין 'עצמות הנפש' לבין 'כוחותיה': "הנה הכוח השכלי המשכיל על כל דבר חכמה אינו עצמות הנפש ממש כי אם הוא בחינת התפשטות הנפש, ולכן יש בו שינויים – פעם הוא בגדלות ופעם לא כן... וכמו כן, על דרך משל, בעניין המידות כוח האהבה מה שמתאווה לאיזה דבר וכן כוח החסד..." (א' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' הנג). במקומות אחרים מתוארים כוחות הנפש ככלים ומומשלים לכלי עבודה ממש: "והן כלי הנפש שבהן ועל ידן פועלת הנפש כגרון ביד החוצב בו, לאהוב במידת האהבה ולהשכיל בחכמה..." (ר' שניאור זלמן, תו"א, עמ' יג).

בתור שכאלו יש לכוחות הנפש סדר מסוים, שניתן לתארו כסדר הפעולות הנדרש לצורך גילוי היתענוג ההיולי, כאשר לכל שלב של התהליך נדרש 'כלי' או 'כח' מיוחד. אותם כוחות נתפסים גם כאברים שונים של מערכת אורגנית, שכולם נחוצים לתהליך החיים: "על דרך משל, האבר הוא כלי לחיות הנפש שמלוּבש בו כמו כוח השכל המלוּבש בראש וכוח המעשה בידיים... מובן שהכוחות והחיות שברמ"ח אברים מתאחדים עם הנפש ממש, ועם כל זה שוכנים כל אחד בכלי מיוחד..." (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' אבג).

מן התפיסה הכללית הזו נגזר ההגיון הפנימי של מערכת כוחות הנפש (מקורם של שמות הכוחות, תפקודם היסודי ואופי היחסים ביניהם הוא במערכת הספירות הקבלית העתיקה, אולם כאן אביא אותם, כמוכן, מתוך הפרספקטיבה החסידית המיוחדת).

ראשית יש לציין את החילוק שבין כוחות השכל (חב"ד – חכמה, בינה ודעת) לבין הכוחות הרגשיים הקרויים 'מדות' (או חג"ת נה"ים – חסד, גבורה, תפארת, נצח, הוד, יסוד, מלכות).

בתניא מדובר על "נפש האדם שנחלקה לשתיים, שכל ומידות" (ר' שניאור זלמן, תניא-סשיב, פרק ג) וביאר הרב שטיינזלץ שם: "מהות השכל הוא עצם ההכרה. אינטואיציה, חשיבה וכיוצא באלו הם חלק מן המהות הזו, שבעיקרה היא עצם נקודת התפיסה, ההכרה היסודית... שבע המידות אינן בדיוק רגשות, כשלעצמן הן שבעה מיני צרופים, כוחות המפעילים את האדם ופועלים עליו באופן רגשי. רגש הוא פעולה של המידה דרך כוחות ההכרה והמחשבה. המידות הן כוחות יסוד מסוימים הפועלים בכיוון מסוים ורק בצרופם עם כוח המחשבה הם נבנים לרגשות בפועל. רגש הוא מבנה מורכב, הנקרא בלשון הקבלה 'קומה' שלמה. יש לו שכל, יש לו תחושה רגשית ויש לו התבטאות שמגיעה אל עולם המציאות.⁶ רגש של פחד, למשל, כולל הכרה כלשהי בסיבת הפחד וגם מסקנות ותגובות הנובעות מהפחד הזה" (שטיינזלץ, ה'תשס"א, שם).

פירוש הדברים הוא שהמידות הן כולן התפרטויותיו של הרצון הראשוני שהוא, כפי שראינו, או מקיף. אולם כדי להופיע במציאות הן חייבות שתוצג בפניהן מעין מפה, או ציור, של המציאות בה עליהן להתגלות. כוח הפחד המוזכר אינו אלא פוטנציאל רדום עד שבאים כוחות השכל ומציגים לפניו מקור של סכנה. לכן "המידות הן תולדות חב"ד" (ר' שניאור זלמן, תניא-סשיב, שם). והסביר האדה"ז במקום אחר: "כמו שנראה לעין שכאשר יתבונן האדם בשכל בטוב הדבר בנאהב יותר מתפעל באהבה וחמדה בלבו לדבר ההוא... ובמעט התבוננות יוכל להיות שילך האדם בלתי יראה גם מן הארי וכיוצא בזה יוכל שיראה גם אוצר נחמד ולא יתפעל באהבה במיעוט ההתבוננות" (ר' שניאור זלמן, ספר המאמרים-תקס"ח, עמ' א'). ובלשונו של ר' נחמן: "הלב הוא הצייר של המידות" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה מט). ראוי לזכור, עם זאת, כי המידות אינן נולדות באמת מן השכל אלא רק מופעלות ומכוונות על ידו: "מהות המידות הרי ישנן תמיד במציאות בלב מעת תולדות האדם רק שההתבוננות תעורר אותם בהתעוררות בלבד שיצא לגלוי" (שם, ב). שכן שורש המידות הוא באור המקיף, ורק התגלותן נקבעת על ידי התודעה.

המידות הרגשיות עצמן נחלקות לשתי דרגות – הרגש עצמו (כלומר, היחס הנפשי לדבר מה) והפעולה הנובעת ממנו. כך שבסופו של דבר לפנינו שלש מערכות של כוחות נפשיים, הקרויות בלשון חב"ד מושכל (=כוחות השכל) מורגש (=כוחות הרגש) ומוטבע (=כוחות הפעולה).⁷ חלוקה אנכית זו של כוחות הנפש לימדרגות מופיעה במקומות נוספים, ואצטט כאן מכתבי הרב קוק: "צריך לשים לב לאחדות הרוחנית, שהשכל יהיה משפיע ישר על הרגש, והרגש על הדמיון, והדמיון על הפעולות" (הרב קוק, אוה"ק, א', עמ' רמז). הרב קוק פיצל כאן, ככל הנראה, את כוחות המוטבע ל'דמיון' (הכולל אמנם פעולות מוחשיות אבל עדיין כאלו הנעשות בפנימיות הנפש), ולכוחות מעשה ממש – 'פעולות'.⁸ המשגה זו חוזרת בכתביו פעמים רבות, למשל: "המעשים מתהפכים לדמיונות בכוח עיכול רוחני, והדמיונות להרגשות, והרגשות למושכלות, והמושכלות לאופי רוחני" (שם, א', עמ' רמט).

חלוקה צולבת, אופקית, של המידות היא לשלשה קוים – "גי' קוין, ימין שמאל ואמצע, וספירת מלכות עומדת תחת הקו האמצעי... ובאור עניינם מבואר מעט בספרי הקבלה כקו ימין בכלל מורה על בחינת החסד וקו שמאל מורה על בחינת הגבורה בחינת הדין וקו האמצעי בכלל הוא

⁶ כפי שנראה בהמשך. הגדרה זו של הרגש כ'קומה' שלמה תעמוד ביסוד תורת התיקון המורכבת של חב"ד.

⁷ נקטתי כאן את המינוח היותר נפוץ בכתבי חב"ד (למשל – שניאורסון, דש"ב, המשך תערב, עמ' א' רכב). בכתבי ר' אהרון מססרושלה המינוח מעט שונה, כאשר כוחות הרגש מכונים 'מוטבע' וכוחות הפעולה 'מורגש' (שערי היחוד והאמונה, עמ' מז-ח). כך, לדעתי, המינוח גם בכתבי אדה"ז, לפחות המוקדמים (ר' שניאור זלמן, אתהלך לאזני, עמ' קמה).

הנקרא קו היושר שהולך ביושר ומיצוע בלי נטייה כלל לימין או לשמאל וכמו קו המשקולת שמכריע לשני הפכים... " (ר' שניאור זלמן, תניא- שהיו, ד'). החסד הוא בחינת הביטול, הכוח השואף לגילוי מושלם של האידיאה העומדת ביסוד המציאות. הגבורה היא הצמצום, הבחינה המתייחסת למציאות האמפירית מרובת הפרטים. קו האמצע מתואר כאן כשאיפה למיזוג שתי הבחינות הקיצוניות במערכת הרמונית אחת.

כך ששתי החלוקות הצולבות הללו נותנות מערכת של עשרה כוחות נפשיים המסודרים באופן זה:

	שמאל	אמצע	ימין	
		כתר (אור מקיף)		
מושכל	בינה		חכמה	כוחות פנימיים
		דעת		
מורגש	גבורה		חסד	
		תפארת		
מוטבע	הוד		נצח	
		יסוד		
		מלכות		

כפי שנראה בהמשך, למבנה זה נודעת חשיבות רבה. מעבר לתכנים המאפיינים כל כוח בפני עצמו, יש משמעות לאופן המסוים בו הם משתלבים ויוצרים מערכת קוהרנטית משולבת. אעבור לתיאור קצר של כוחות הנפש עצמם.

כוחות המושכל⁹

תפקידם הוא לצייר את המציאות האמפירית בה שואפת הנפש להתגלות. החכמה היא ראייה אינטואיטיבית, כללית, של המציאות, שאינה נכנסת לפרטי הפרטים שבה: "בחינת חכמה היא כנקודה וכברק המבריק ע"י שכלו קודם שהתפשט בהשגה (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, יתרו, עמ' תתנ"ז). "וכמשל טיפת הזכר שממנו עצמות וגידים ומכל מקום בטיפה ההיא אין העצמות והגידים נגלים בפועל ממש רק שהם בהעלם ובכוח " (שם, כי תבוא, עמ' תתרמח). ומשל נוסף לכך: "מעין הנובע שהוא קטן, וממנו נובע התגלות הנהר שהוא בינה" (שם, עקב, עמ' תתקמה). במשלים אלה מדובר בנקודה הראשונית של החשיבה שעדיין לא יצאה לכלל תפיסה ברורה ומפורטת, ודווקא לכן היא תופסת את מהותו של כל דבר בתור כלל שהכל בטל אליו "חכמה שהיא כוח מה, שהוא הביטול, כי בטלה תמיד לשרשה" (ר' אהרן הלוי,

⁹ אני משער שב'דמיון' כונתו לכוחות ה'מוטבע', וב'פעולות', למלכות. כפי שיתבאר מתיאור אופיין של המידות הללו.

⁹ את רוב תיאורי המידות לקחתי מכתבי הצמח צדק, האדמו"ר השלישי שבחב"ד שכתביו מפורסמים ועשירים מאד בנקודה זו (ובאחרות).

שערי עבודה. מצוטט אצל אליאור, ה'תשנ"ו, עמ' 107). כך שהחכמה היא שורש תפיסת האין שהוזכרה בפרק הקודם.

אולם כדי להגיע לכלל הבנה ברורה ומפורטת של כל נושא יש להשתמש בכוח הבינה – "עניין בינה להבין דבר מתוך דבר" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, בראשית, עמ' תתרכ"ה). על ידי יכולתה הדיסקורסיבית של הבינה היא מפרטת את תובנתה הנקודתית של החכמה לכלל תמונה שלמה ומקיפה "החכמה מצד עצמה ומהותה אינה אלא בחינת נקודה אחת בלבד ... והבינה היא בחינת התפשטות אורך ורוחב" (שם, לך לך, עמ' תתרעג). לכן, בהקבלה למשל שתיאר את החכמה כ'טיפת הזכר' שבה נמצאים כל אבריו 'בהעלם ובכוח' מוסבר כי "יציאתם מהעלם אל הגלוי הוא ע"י שהיה של ט' חדשים בבטן הנקבה שבה יש הכוח הזה להצטייר ולהוציא מהעלם אל הגלוי בהתחלקות אברים, פרטים נגלים" (שם, תבוא, עמ' תתרמח). לכן הבינה היא מקור בחינת היש: "ידוע דחכמה ובינה נקראים אין ויש" (שם, דרושים לר"ה, עמ' א' רצח).

גם תפיסה זו אינה ייחודית לחב"ד. הרב קוק כתב: "החכמה מקורית היא, אינה צריכה לקחת את יצירותיה מנושאים זולתה, היא מוצאה את מעינה מתברך ומתגבר, ועולה ומפכה תמיד מתוך תוכיותה ובינה היא בינת דבר מתוך דבר, צריך איזה דבר תמיד לבא, להיזרע להיכנס אל החוג, עד שיאירו החיים, חיי הבינה (הרב קוק, אוה"ק, א' עמ' נז). במקום אחר הוא מדגיש את כלליותה של החכמה מול פרטיות הבינה, בלי לנקוב בשמן: "אין האמת מתגלה לאדם קטעים קטעים, אלא ע"י הופעה כללית בבת אחת. וכל טורח הלימוד של הקטעים הוא בא להכשיר את האדם להופעה כללית זו" (שם, עמ' קעז).

כדאי לשים לב לכך שלכל אחת משתי התפיסות יתרון משלה. החכמה, דווקא בהיותה כללית ובטלה יותר לאור, יש לה יכולת רבה יותר של השפעה רגשית-התפעלות, ולכן היא נמשלת לראיה: "בחינת ראייה היא בחינת חכמה, איזהו חכם הרואה את הנולד. כמו האדם המבין בחכמתו ורואה שיבוא עליו איזה דבר טוב או רע, אף על פי שרחוק הזמן שיבוא הדבר, הנה מפני הסתכלות שכלו הוא כאילו רואה מיד בעיניו" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, יתרו, עמ' תתנז). מובן שחסרונה של החכמה נובע גם הוא מהיותה כללית ולא מפורטת, שכן טבעה לכלול עולמות חשיבה שלמים ב"נקודה" אחת. יתרון הבינה הוא ביכולתה לתאר את המציאות באופן מפורט, אלא שזהו תיאור מרוחק ומנותק: "בחינת שומע דהיינו התבוננות בלבד במחשבה עמוקה, כמו על דרך משל אם שומע מאחרים שיבוא הדבר... לא ייפול עליו כל כך היראה או השמחה מהדבר מפני שאין הדבר בהתגלות גמור כאילו רואה בעיניו ממש" (שם).

הכוח השלישי של ה"מושכל" הוא הדעת שתפקידו לחבר את איכויותיהן השונות של החכמה והבינה (ככל כוחותיו של הקו האמצעי!): "בחינה הממוצעת המחבר ומזווג חכמה עם בינה הוא הדעת. דעת הוא לשון התקשרות, כמו שכתוב והאדם ידע וכו', דהיינו שיהיה מקושר בעומק נקודת הלב במחשבה לבד ואינו נוגע לעצמותו, דהיינו ללב, כללי" (שם, שה"ש, עמ' רכב). לכן הדעת משלימה את כוחות המושכל באופן המסוגל להשפיע על המידות הרגשיות: "הדעת הוא הנקרא בזוהר מפתחא דכליל שית (=מפתח הכולל שש, כלי שהוא פותח ששה חדרים, ב.כ.) דהיינו שהוא פנימיות המידות, כמו שאנו רואים שהמידות בטלים ונמשכים אחר הדעת" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, דרמ"צ, עמ' מו).

אנו מוצאים עמדה זו חוזרת שוב ושוב בחסידות. רבי אלימלך הסביר שהדעת היא כח ה"הכרעה" (ר' אלימלך מליזינסק, נועם אלימלך, עמ' רמ). רבי לוי יצחק טען כי הדעת היא הכוח דרכו מתחבר האדם לשרשו (או בלשון ימנו, מעצב את זהותו): "כי הדעת לשון התחברות, כמבואר בכתבים כמה פעמים, באיזו מידה אתחבר את עצמי, שממני (צ"ל ממנו, ב.כ.) שורש ביאתי לעולם" (ר' לוי יצחק מברדיטשב, קדושת לוי, עמ' לג). ורבי נחמן הגדיר: "יש שלש שכליות: שכל פשוט, שהוא בחינת חכמה, וכשלומד ומבין זה הנקרא בינה, וכשיודע בתורה זה הדעת" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה קא). גם בכתביו קשה להגזים בחשיבותה של הדעת: "עיקר האדם הוא הדעת, ומי שאין לו דעת אינו מן הישוב ואינו מכונה בשם אדם כלל" (ר' נחמן, ליקוטי תנינא, ז'), שכן "עיקר ההולדה ע"י הדעת" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, נג), "שלוש תלוי בדעת" (שם, נו), שהרי "הדעת משדך כל מיני שידוכים, כי כל השידוכים הם שני הפכים, והדעת הוא המתווך בין שני הפכים" (ר' נחמן, ליקוטי תנינא, פט). גם הרב קוק הסביר כי "הדעת הוא הולך וזורם, יוצר הוא ופועל..." (הרב קוק, אוה"ק, א', עמ' עח).

חכמה ובינה כענווה ושמחה: כך שלכאורה הדעת הוא ראשיתו של עולם הרגש, אולם תהיה זו טעות לראות את החכמה והבינה ככוחות קוגניטיביים 'טכניים', שתפקידם היחיד הוא להציע ציור מופשט ומנותק מן המציאות. למעשה, בהיותם מקורות לתפיסות העולם של הביטול והישות מיצגים החכמה והבינה, בהתאמה, שני יסודות מרכזיים של חיי הרגש דווקא – הענווה והשמחה. הענווה נובעת מבחינת הביטול שבחכמה: "החכמה נקרא אין" (ר' אלימלך מליזינסק, נועם אלימלך, עמ' נב), ומפורט בעיקר בחב"ד: "בחינת כוח מה שבחכמה, בחינת ביטול" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, באורי זוהר, עמ' תתקב). ומן הענווה נובעת השמחה: "שהשמחה והענווה הכל עניין אחד, שמחמת הענווה, "ונחנו מה", או "ואנכי עפר ואפר", יהיה שמח בחלקו. וכן מחמת השמחה יומשך הענווה, כמו המלך בעת שמחתו יתגלה לעיני שריו ועבדיו (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, נד, עמ' תשטו). ההבדל בין הענווה לשמחה נעוץ בכך שבתפיסה החסידית הענווה קשורה להתגלות הנסתר במציאות האמפירית: "ידוע דבינה היא אם הבנים שמחה... כי השמחה היא גלוי ההעלם, לכן נמשך דווקא מבחינת בינה שהוא המבין ומשיג תעצומות חכמה שנמשך בגלוי ובהבנה. מה שאין כן כשאינו משיג הדבר בהשגה היטב רק הוא עדיין בכוח חכמתו ואינו בגלוי אצלו ממש, לא יקבל עונג ושמחה כלל" (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' דעטד).

חכמה ובינה כאבא ואמא: ראוי לזכור כי חכמה ובינה נקראות אב ואם למידות, בהיותן "מולידות", כביכול, את המידות מתוכם: "(כמו)אדם המחפש בתורה שחידש יש מאין ובתחילה לא חידש ועכשיו השכל מוליד ונתחדש דבר יש מאין ומהבע"ש ז"ל (למדתי) שיש בשכל האדם עשר ספירות כי אבא ואמא הם המולידים דבר שהתחדש..." (ר' ישראל בעישט, כתר שם טוב, תורה יא). משל זה הנו מדויק להפליא. ראשית, בהיותו תואם את הדימוי של החכמה כ'זרע' והבינה כ'הריון'. שנית, החכמה והבינה משולים לזוג הורים אשר אילולי פעילותם ההדדית ותרומתו הייחודית של כל אחד מהם לא היה ולד, אולם פעילותם אינה יוצרת אלא את ה'לבוש' של נשמת הולד, ואילו "הנשמה עצמה, הנה לפעמים נשמת אדם גבוה לאין קץ בא להיות בנו של אדם נבזה ושפלי" (ר' שניאור זלמן, תניא-סשב, פרק ב'). ממש כך מקורן של המידות הרגשיות הוא גבוה מן החכמה והבינה והוא נמצא דווקא בכתר, באור המקיף, ורק לבושו בא ממדות המושכל.

שלישית, וחשוב מכל. במקומות רבים מוסבר כי "יחוד אבא אמא הוא בחינת ביטול היש... כי החכמה הוא בחינת אין... ובינה הוא בחינת יש" – (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' אוג). האמא נותנת לילד את עיקר ישותו, הפיסית והנפשית. הדבר קשור להגדרת הבינה – אמא – כ'שמחה'. פעולתה החשובה ביותר של האמא היא דווקא בפתוח 'בחינת הישות' של הילד, ששיאה השמחה הפשוטה של עצם היותו מה שהוא, אדם העומד בפני עצמו. לעומת זאת אבא – שהוא בחינת הביטול – נותן את הקשר לעולם המשמעות שמעבר לישות, את הענווה כלפי ערכים ואידיאות. בהמשך נפרט יותר את הקבלת היחכמה והבינה 'לאבא ואמא', אולם תמיד יהיה עלינו לזכור כי מדובר בדמויות הוריות פנימיות, ארכיטיפיות, במובן היונגיאני של תצורות אפריריות, דמויות אידיאות אפלטוניות, המהוות 'גרעיני משמעות' מולדים שסביבם מתארגן הניסיון הנרכש (Jung, 66-b). ממש כמו הארכיטיפ היונגיאני גם דמויות 'אבא' ו'אמא' המופיעות בחסידות הן בראש ובראשונה מוטיבים נפשיים מולדים, אוניברסלים שיש להם תפקיד מהותי בהתפתחות הנפשית התקינה. הם הקיימים בנפש באופן פוטנציאלי ומקיימים יחס מורכב ביותר עם ההורים הקונקרטיים והממשיים שלנו (כפי שיתבאר בהמשך בתיאור תהליך ה'יתיקון').

כוחות המורגש: לאחר שהצטיירה המציאות ונקבעו הגדרותיה היסודיות מתעורר בלב יחס כלשהו כלפיה: אהבה, פחד, רחמים, או כל רגש אחר.

המידה הראשונה במערכת זו היא החסד, המכונה גם גדולה. החסד הנו, במובן מסוים, היחס הבסיסי הפשוט למציאות, שאיפת ההטבה: "עיקר החסד להשפיע מחייו" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, עקב, עמ' תרכט). ממש כאותו אור מקיף מכבר הוגדר ע"י האדה"ץ כ"חסד" (ר' שניאור זלמן, ספר המאמרים-תקסח, עמ' תרלח). במובן זה קיימת הבחנה בין מידת 'רב חסד' או 'גדולה' לבין מידת 'יחסד' סתם. "מקובלים אחרונים אינם קוראים לבחינת הגדולה בשם מידה כלל... אלא הגדולה היא למעלה מכל המידות, ואשר נחשב בכלל המידות הוא מידת החסד ומידת הדין" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, וירא, עמ' צ). לפי זה, בשם מידת 'הגדולה' או 'רב חסד' יש לכנות דווקא את האור המקיף שמעל לכוחות המושכל, ובשם 'יחסד' סתם יש לכנות את התגלותו הרגשית של כוח זה, שהיא המתעוררת ע"י ההכרה: "בחינת חסד שלמטה מן החכמה ונקרא ענף החכמה, שהוא חסד הנוול מצד הטעם והשכל. ובחינת רב חסד הוא חסד שלמעלה מן החכמה, שהוא בלי גבול כללי" (שם). והרב קוק דיבר על "גילוי אחד כללי, שבהופעתו העליונה מלמעלה למטה הרי הוא מתנוצץ בגודל עידון ומרומי עונג, ומתגלה בתכונת אהבה בהיחלשו" (הרב קוק, אוה"ק, ד', עמ' תכח).

כוח החסד מצד עצמו אין לו גבול, ושאיפתו להתפשט בלי גבול, כביטוי היפה של הרב קוק בהקשר אחר "עצמות החפץ של היות טוב לכל, בלא שום הגבלה בעולם כלל, בין בכמות הניטיבים ובין באיכותו של הטוב" (הרב קוק, אורות, עמ' קלט). הופעתו המציאותית של רגש זה בעולם האמפירי תלויה בקיומו של כוח נגדי, המגביל את זרימת הטוב ו"מצמצם" אותה. כוח זה הוא הגבורה: "כשנתחדש הדבר, שמתפשט לאין תכלית שהוא בחינת חסד כנודע, ואחר כך צריך בחינת גבורה סוד הצמצום" (ר' ישראל בעשיט, כתר שם טוב, תורה יא), "וידוע שמדת גבורה הוא המגביל ומצמצם ההשפעה שלא ירד יותר מדאי" (ר' דוב בר, המגיד ממזריטש, אור התורה, תורה ב). הגבורה כוללת נכונות להיאבק על הגשמתה של שאיפת הטוב הראשונית, להלחם במונעים שונים וכדו': "כוח הגבורה להכניע החיצוניים ולכבוש המלחמה" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור

התורה, נח, עמ' תריח). ועם זאת מוסבר כי שורש עצמתו התוקפנית של כוח הגבורה באה דווקא משום שהאורות מופיעים בו בעוצמה כה גדולה עד שאין האדם הנשלט ע"י כוח זה מסוגל לסבול שום מונע לרצונו: "אין הפירוש כמו שהעולם סוברים שמידת הדין הוא בחינת צמצום ומניעת השפעה... אלא הפירוש מידת הדין הוא בחינת גבורה לשון תגבורת, שכח החיות מאור אין סוף ברוך הוא בא בהתגברות יותר מבחינת החסד... על כן ממילא כשבא בדרך ההשתלשלות נעשה בחינת דין (ו)מי שאינו ראוי לקבל ההשפעה אינו יכול לקבל מפני שהחיות נמשך בהתגברות רב" (ר' שניאור זלמן, תו"א, טג). ובלשון הרב קוק "ההתגשמות המעשית של החיים הרוחניים, זוהי הקדושה שבחיים, צריכה היא לגבורה" (הרב קוק, אוה"ק, א, עמ' קצו). "ומידה זו היא כמו סנדל לנשמה, שלא תטנף את רגליה ביון מצולות הקליפות" (שם, ג, עמ' שלד) "על כן צריך מושב החסד להיות מבוסס בגבורה פנימית" (שם, ג, עמ' שלה).

שוב אנו עומדים מול שתי מידות הפכיות, אחת של הטבה בלתי מוגבלת, והאחרת של מאבק ועשית 'דין' ביחיצוניים. שוב מתעורר הצורך בכוח מאזן הדואג להופעת המתואמת וההרמונית של הכוחות הקיצוניים. זהו תפקיד התפארת, שפירושה שאיפת ההרמוניה הנפשית: "מובן למשכיל שהמידה תפארת אינה מהות מידה ממש כשאר המידות שהם עצם המשכת דבר מה כמו חסדים או גבורות אבל התפארת היא מידה כוללת שישנה בכל המידות, שאינה רק (=אינה אלא, ב.כ.) ענין הכוונה והתועלת בכל מידה, למה תומשך ולאיזה צורך, כמו להשפיע חסד כדי שיכיר המקבל טובו וחסדו הרי זה תפארת שבחסד, וכן תפארת שבחכמה הכוונה בהשפעת השכל כדי שיכירו בחכמתו" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, ויקרא, עמ' קלט). לכן התפארת מתוארת גם כמקור החוש האסתטי: "עניין התפארת שהוא על ידי שכלול מגי גוונין שזהו הדר ותפארת, מה שאין כן גוון אחד בלבד" (שם, תהילים, עמ' תקנב-ג). לכן מן התפארת נובעים רגשות מורכבים יותר, כמו ידידות או אהבה בשלה ובגרות, ומכל מקום מידה זו דווקא נחשבת לשלמות העולם הרגשי, דווקא בהיותה הופעת העיקרון של אחדות ההפכים בתוך עולם המידות: "מידת התפארת שכלולה מבי הפכים חסד וגבורה, הרי היא מטעם זה בבחינת השלמות לגמרי מכל צד... ולכן נקרא מידה זו בשם אמת" (שם, דברים, עמ' קעב).

כוחות המוטבע: אלו הם הכוחות השולטים על הפעולה הממשית שאנו נוקטים כלפי המציאות. כוח ה**נצח** הוא השאיפה לפעול פעולה עד תום, להטביע במציאות את החותם הנפשי המיוחד של אדם מסויים. לכן נחשב כוח זה להוצאה לפועל של מידת ה'גדולה': "כי הנה אנו רואים שמידת הניצוח מסתעפת ממידת הגדולה שהוא מידת החסד, כי כל איש רחב לבב בגדולה והתפשטות יתרה כן לפי ערך תגדל ותתפשט מידת הניצוח אצלו להיות הדבר כרצונו דווקא" (שם, שבת שובה, עמ' א' תתכד). כוח הנצח פועל בתוקף דווקא ברגע ההתלהבות לאחר שרגש מסוים התגבש בלב ומופיעה תביעה פנימית לגלותו במציאות החיצונית. לעומתו כוח ה**הוד** שבא מקו שמאל הוא היכולת לפעול ברגעים האפורים בהם אין האמת הפנימית ברורה, או שההתלהבות הראשונית כבר פגה. זהו הכוח להמשיך בדרך, בשקדנות ובנאמנות פנימית: "בחינת מידת ה'הוד' ידוע, שהוא בחינת ההודאה אשר בנפש, כשמודה בהודאה על כל פנים שכן הוא האמת כעניין 'מודים אנחנו לך... ' וכן ענין ההודאה הוא כאשר לא יספיק כלי השגתו להשיג בא הוא בבחינת הודאה, כמו שמודה לחברו שמנצחו בדבר מה שהוא האמת" (שם, בראשית, עמ' ח').

מידת היסוד משלימה את המהלך הזה כולו. היא מציינת את היכולת להתקשר לזולת, לקלוט אותו ביחודיותו ולגלות דווקא לו את כל האורות הגדולים השופעים ממידות המושכל והמורגש: "מידת היסוד יש בו שני דברים, הקבלה וההשפעה, שניהם עניין אחד... דאנו רואים שיש חכם מופלא שלא יוכל להשפיע ולהסביר השכל שהוא משיג לזולתו הקטן ממנו, ויש חכם קטן הימנו שיוכל להסביר ולהשפיע בטוב הלשון עד שיביינה וישיגנה זולתו הקטן ממנו... וסיבת זאת לא מצד גודל ורוב החכמה שיש בהמשפיע כי אם מפני שלהיות שפע השכל לזולתו צריך להיות צמצום ואותיות בפני עצמן" (שם, מסעי, עמי' א' תא'). כלומר, היכולת הסביר את החכמה למישהו מסוים דווקא אינה נובעת מכוח החכמה כשלעצמו, ויש צורך בכשרון מיוחד לקלוט את הזולת, לצמצם את עצמי אליו, להתקשר אליו. כשרון זה נקרא כוח היסוד.

היסוד הוא מעין סיכום של ששת המידות: חסד, גבורה, תפארת, נצח, הוד ויסוד (המכונים בקיצור חג"ת נה"י) שכולן כלים שונים שנועדו להשפעת האור לזולת, כלים שונים של ה'אני' הנסתר הגנוז ב'כתרי', השואף לגילוי אורו. בטרם תבוא ההארה עצמה יש צורך בכוח נוסף שיאחד את כולם למציאות נפשית אחת שלמה, כשם שבכל מערכת יש צורך בפונקציה ניהולית שתלכד את הכוחות השונים המרכיבים אותה למערכת אחת שלמה. מבחינה נפשית מדובר ביכולת לחוש שכל כוחות הנפש שיש לי הם אכן כוחותי שלי, הנשמעים לרצוני ואינם עומדים מולי ככוחות זרים ומנוכרים הכפויים עלי מבחוץ. זהו כוח המלכות, המבטא שוב את תחושת ה'אני', אלא ששוב אין מדובר באני הנסתר אלא באני הגלוי, המוכר והידוע (לפחות לאדם עצמו, המכנה את עצמו 'אני': "מבחינת אין והעלם יהיה בחינת אני, אשר אני מורה על הגילוי" (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמי' גמחא). במובן זה ניתן להשתמש בביטוי של ספר יצירה "נעוץ תחילתן בסופן": תחושת האני הפשוטה של כל אדם כוללת שני מרכיבים אלו – הצד הגלוי והמוכר שהוא האני כישות מסוימת במציאות, והצד הנסתר שהוא תחושת עצמי כמי שצפון בו משהו ייחודי, טוב בלתי מוגבל, מעבר לכל מה שהתגלה אי פעם במציאות חייו של אותו אדם. זהו אותו צד של חווית האני עליו אמר הרב קוק ש"את האופי העצמי אי אפשר לשום אדם לדעת, אפילו של עצמו, קל וחומר של זולתו" (הרב קוק, אוה"ק, ג, עמי' פא). לכן חווית האדם את עצמו שונה באופן מהותי מחווייתו את זולתו, שהרי את הזולת הוא חווה קודם כל כישות, כאובייקט, ורק במאמץ ניכר הוא יכול לחוות אותו כמי שגם הוא 'אני', גם הוא סובייקט, נסתר, מופלא, השואף לגלות את טובו במציאות. לכן דווקא מתוך מידת מלכות – האני המתגלה – נובעת "התנשאות על זולתו" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, חנוכה, עמי' תתקמ"ה). התנשאות זו זוכה ליחס אמביוולנטי בכתבי החסידות, שהרי כוח המלכות הוא גילוי האור, מטרתו וסופו של כל המהלך המורכב המתחיל בישורש הנשמה' ושואף אל הזולת. מאידך גיסא, אותה התנשאות עצמה היא הופכת הגורם לשבירה, כשהיא נתפסת ב"בחינת הישות": "בבחינת אורות התווה שנאמר בהן וימלוך – אנא (=אני) אמלוך, אנא דווקא, ולא היה סובל אור זולתו" (ר' שניאור זלמן, על פרשיות התורה והמועדים, סח), שכן "המלוכה הוא בבחינת תוקף הישות" (שם). אותה אמביוולנציה עצמה מתגלה בכתבי ר' נחמן כשכינה את המלכות 'כבוד': "הכבוד הוא אם כל חי, שורש כל הנפשות... (שכן) בחינת כתר מלכות הוא בחינת כבוד" (לר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה סז). לכן הכבוד הוא חיוני להתגלותה התקינה של הנפש" לפעמים יש עייפות אל הנפש, על ידי שנתרחקה מאימה דהיינו הכבוד הנ"ל (שם), ולעומת זאת "הכבוד הוא סכנה גדולה" (שם, תורה קלא).

וכאן אנו משלימים את מערכת כוחות הנפש, אשר כולם - כזכור - לא באו אלא כדי לשרת את שאיפת התגלותו של התענוג הראשוני. ואכן, התפיסה החסידיית קושרת בין שני הכוחות האחרונים דווקא להתגלותו של התענוג הראשוני: "ואחר כך התענוג שיש לו במה שחידש נקרא יסוד שהוא איבר התענוג, ונתגלה ע"י הדיבור שהוא מ(לכות)" (ר' ישראל בעשיט, כתר שם טוב, תורה יא).

לבושים: עם המלכות הושלמה מערכת 'כוחות הנפש'. מערכת זו כוללת את כל הכלים - הכישורים היסודיים - הדרושים לאדם, ל'נפש', כדי להופיע במציאות האמפירית. מכאן ואילך אין אנו עוסקים ב'כוחות' אלא ב'לבושים' - כלומר, בהופעות ממשיות של הנפש במציאות. החסידות מתארת שלשה לבושים כאלו, שהם שלשה אופנים של התגלות, והם מחשבה, דיבור ומעשה (ר' שניאור זלמן, תניא-סשיב, פרק ב). מוסבר (גולדשמידט, היתשליז, שם) כי שלשת הלבושים הם שלשה עולמות בהם מתרחשת ההתגלות. המחשבה היא התגלות ה'אור' בעולמו הפנימי של האדם, הדיבור הוא התגלותו בעולם החברתי והמעשה בעולם הפיסי. בכל אחד מאותם עולמות מתרחש מפגש של הנסתר עם הנגלה, של האני הפנימי עם הזולת (גולדשמידט תיאר אף את המחשבה כמפגש עם 'זולת פנימי', מה שהיינו מכנים היום בלשון פסיכולוגית האגו: "האני המתבונן" observing ego).

בכך השלמנו את תיאור המבנה הכולל של "כוחות הנפש", שהם הכלים העומדים לרשותה כדי להגשים את מטרתה היסודית, שהיא גילוי התענוג ההיולי.

התגלות וביטול: כל התיאור שתיארתי כאן את חיי הנפש, החל מצדם הנסתר ("רישא דלא אתידע") ועד להתגלותם בפועל ב'לבושים', כל כולו תאור מצד הביטול 'בחינת אין'. כל כוחות הנפש תוארו כאן כמשרתיה של אידיאה אחת נעלמה, שהיא התגלות האור, הטוב והחסד. לא הזכרתי כאן שום 'צורך' של האדם עצמו, שום דבר הנחוץ לו לשם קיומו, שגשוגו או תענוגו הפרטי. כאילו אין האדם אלא כלי בלבד, בלי שום אינטרסים משלו. כך נתפס האדם ב'בחינת הביטול', וכפי שתיאר זאת הרי"צ: "הנה הגוף הוא נגרר אחרי הנפש ובטל אליה, להיות דהגוף עצמו מרגיש אשר העיקר היא הנפש המחיה ומקיימו. עוד זאת יודע האדם, כי בהזדככות אברי גופו יהיה גלוי החיות הנפש יותר, היינו שיתגלה ויתפשט יותר, והיינו דלבד זאת שהאדם יודע מבין ומשיג בפרטי כוחות הנפש כמו שהם מתלבשים באברי הגוף, דאינה דומה התלבשות כוח ההילוך ברגל להתלבשות המידות בלב, ואינה דומה התלבשות המידות בלב להתלבשות השכל במוח שבראש, דבכל אחד מהם הווה גילוי כוח הנפש לפי ערך האבר שיהיה כלי אל הכוח, ולפי אופן ביטולו של האבר אל הכוח, דכאשר האדם בריא בתכלית הבריאות הרי אינו מרגיש את האברים כי אם החיות, וכאשר מרגיש איזה כובד באחד מאבריו הנה הרגש הוראה כי האבר ההוא חולה. וענינו ברוחניות דהגס רוח שמרגיש עצמו הוא חולה" (שניאורסון, ר' יוסף יצחק, סי' המאמרים - קונטרסים, עמ' שצב). האדם מרגיש את כוחותיו השונים כשם שהוא מרגיש את אבריו השונים - במצב הבריא הם אינם פועלים או אפילו מורגשים כמקורות חיצוניים של רצון וצורך, אלא שהוא חש כי כל פעולותיהם אינן אלא פעולותיו שלו עצמו: הוא ההולך, הוא הרואה, הוא המרגיש והחושב. זהו מצב הביטול, שבו כל כוחותיו של האדם בטלים אליו. ברגע שבו אחד מכוחותיו או מאבריו של האדם מורגש כנושא בפני עצמו, ולא רק כיכולת לבצע פונקציה מסוימת

(יחש כובד באחד מאיבריו) מרגיש זאת האדם כמחלה באותו אבר. ממש כך המצב לגבי היאני הנגלה (שגם הוא זכור, כוח נפשי מיוחד – 'מלכות'). הביטול הנו, אם כן, המצב שבו האני וכל כוחות הנפש אינם מורגשים כלל כנושאים בפני עצמם אלא כגילויי חיים השופעים מן הצד הנסתר של נפשו.

אם אחזור לרגע למשלו של רבי הלל, ניתן לומר כי עכשיו אנו שומעים את הנגינה. זוהי אידיאת האדם על פי החסידות: כולה תענוג, יצירתיות, נתינה לזולת. זה עולמה של הנשמה טרם התלבשה בגוף. עולמה של המנגינה בטרם החלה התזמורת באימוניה המפרכים. במושגיו של יונג נאמר כי זהו העולם ה"ארכיטיפי" אולם בניגוד ליונג, לפי החסידות מדובר ברובד בו עדיין לא הופיע ה"צלי". מכל מקום חשוב לזכור כי למרות שרובד זה נראה רחוק מן המציאות הנפשית הריאלית, נראה בהמשך כי אותה מציאות נוצרת דווקא משאיפתו של הרובד הזה להתגלות בעולם האמפירי המסובך, השונה ממנו כל כך. כדי לעבור לשלב הבא, עלינו לבחון את דרכי התממשותה של האידיאה שתוארה עד כאן.

ישות ושבירה: כזכור מן הפרק הקודם, הביטול אינו אלא אופן אחד של חוויה, וכנגדו קיימת גם 'בחינת היש' המזוהה עם חווייתה של ספירת הבינה – "החכמה היא בחינת אין, וכמו שכתוב 'והחכמה מאין תמצא' היינו כוח מה. ובינה היא בחינת יש" (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' אוב). מן הבינה נמשכת השאיפה לחוות את המציאות כולה – גם הרוחנית! – באופן מוחשי ומורגש, לחוש 'התפעלות'. תחושה זו היא כבר 'הרגשה עצמית', כלומר הופעה ראשונית של בחינת היש: "מבחינת בינה שהוא הבנה והשגה שייך שיהיה נמשך התפעלות האהבה והרי זה ההתבוננות עם ההתפעלות – הכל בבחינת יש ודבר נראה ונרגש שהרי יש מי שמשגיג ויש מי שמתפעל" (שם). נטייה זו מועצמת על ידי כמה גורמים חשובים. האחד הוא העובדה שכל תפיסה אנושית עוברת דרך המדיום הגופני, החושי, שמעצם טבעו קולט את המציאות כאוסף פרטים מבודדים, ישויות: "הנפש מלובש בגוף ומכסה ומסתיר עליו להיות נראה לו זה העולם ליש ודבר בפני עצמו" (שם, עמ' בלהג). "הנה הגשמי הוא מסך המבדיל ומפריד הייחוד העליון מחמת שנראה לעיני בשר ליש ודבר נפרד" (ר' שניאור זלמן, תו"א, עמ' טב). תפיסה זו של המציאות כפרטים אכן אינה יכולה להשתלב עם תפיסת הביטול שמקורה ב'חכמה', שכן התגלות האור אינה יכולה להתרחש אלא במציאות הרמונית ושלמה, אשר אבריה השונים חווים את עצמם מלכתחילה ככלים לאור. אם כל הרכיב של אותה מציאות מתעקש לחוות את עצמו כישות עצמאית, הגוף השלם נשבר והאור מסתלק, כבמשלו המאלף של האדה"ז: "עניין השבירה של הכלים ושל הניצוצות הוא עניין התפרדותן לחלקים רבים, כמו על דרך משל תיבת 'ברוך' כשאותיותיה מצורפות בתיבה זו מתלבש בהן השכלה שהוא עניין הברכה. אבל כשיתפרדו הד' אותיות זו מזו להיות הבית בפני עצמה וכן הריש וכו', אזי לא ימצא בהן התלבשות השכלה זאת כלל" (שם, עמ' נזג). כשאנו מבינים כי היאני המנוכר כולה היא ביסודה גוף הרמוני והאדם הוא אחד ממרכיביה, אני מבינים כי היאני המנוכר מסביבתו אף הוא תוצר של שבירה כזו, ועל ניכור זה קונן הרב קוק: "הכל (במובן של היכלליות), המציאות השלמה, ב.כ.) הוא טוב וישר כל כך, והטוב והישר שבנו הלה הוא בא מהתאמתנו אל הכל, ואיך אפשר להיות קרוע מן הכל, פירור משונה, נפרד כאבק דק, שלא נחשב" (הרב קוק, אורות התשובה, פרק ב'). חשוב לזכור כי תמונה קשה זו היא בודאי חלקית ביותר, שכן אין היא מתארת אלא את השבירה, ואילו חיי הממשיים של האדם רצופים, כפי שנראה בהמשך, מהלכים

של תיקון לאותה שבירה. וכדברי הרב קוק בהמשך: "מתוך הכרה זו (כלומר – הכאב על הניכור) שהיא הכרה א-לקית באמת באה התשובה" (שם).

כך שבפועל נראה כי האדם מיטלטל בין מצבי השבירה והתיקון, הישות והביטול. טלטלה שרבי נחמן מתאר כך: "בשעת ביטול... הוא כולו טוב... אך אי אפשר להיות קבוע בבחינת ביטול, כי אם כן יצא מגדר האנושי(!)... על כן כשחוזר מביטול אל המוח שהוא כלי השכל... אי אפשר להמוחין שהם הכלים לקבל זה השכל שהוא בחינת ביטול, כי הוא בחינת אין סוף, שהוא בחינת התכלית, שהוא כולו אחד, כולו טוב... (ולכן) דע, שאחר כך, כשחוזר מהביטול אל הכלים, דהיינו המוחין אזי מתגברים הייסורים ביותר... "ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה סה).

אך כדי להבין את אותה טלטלה, ואת הדרך שמראה החסידות להתמודדות עמה, יש להעמיק יותר בסיבות השבירה.

השבירה: כתב אדה"ז: "בתוהו היו האורות מרובים והכלים מועטים" (ר' שניאור זלמן, תו"א, עמ' כדד). התוהו הוא הכינוי לאופן הופעתן של מידות השבירה. קל יחסית להבין את השמעות הביטוי 'כלים מועטים' – הכוונה למוגבלותה של יכולת התפיסה כשאין בה יכולת להבין מציאות מורכבת, וכפי שמסביר האדה"ז "מצד קוטן הכלי... אין הכלי יכולה להכיל ב' הפכים חסד וגבורה יחד, על דרך משל מי ששכלו קטן לא יכול להכיל ב' הפכים כלל... (שם). קוטן הכלי מציין תפיסה פשטנית, חד ממדית. לעומת זאת המושג 'ריבוי האור' מצריך הסבר ארוך יותר.

במקום אחר כתב האדה"ז על המידות הרגשיות (המכונות זעיר אנפין): "יש להבין בעניין שליטת המוח בלב כיצד הם מתאחדים... אך שורש העניין יובן על דרך משל כאשר ישלח אדם שליח להודיע לו מאיזה עניין משא ומתן טוב או מאיזה דבר חכמה נפלאה (והוא) מעורר בלבו התפעלות ותאוה לילך לסחור אותו המשא ומתן הטוב, להרוויח ממון רב או להשכיל החכמה הנפלאה... והנה אנו רואים שהשליח (הוא) ודאי דבר נבדל ממנו (כלומר – ממקבל ההודעה) ואי אפשר לומר כלל וכלל שנולד מציאות ומהות התפעלות התאוה הזאת מעיקרא ושורשה רק מחמת ידיעה זו שהודיע לו השליח, שהרי אינו רק ידיעה בעלמא... (וכך גם המידות) אף על פי שנולד התפעלות מן השכל אין זה אלא כמו הוראה בעלמא, על דרך משל השליח הנ"ל שמודיע ומראה מקום היכן יתפשטו המידות וכו', אבל שורש האמיתי לעיקר מציאות עצם המידות הוא למעלה מן השכל" (ר' שניאור זלמן, ספר המאמרים-תקס"ח, עמ' ד'). הישורש האמיתי של המידות הוא גבוה מן השכל, שכן כולן התפרטויותיו של הרצון הבלתי מוגבל, האור המקיף, הכלול בכתר. והשכל "אינו אלא כמו בחינת מעביר בעלמא, שהמידות עוברין דרך השכל והוראתו, דהיינו להיות בחינת התגלותן בלבד על פי השכל, כמו לאהוב, בגילוי מה שיחייב השכל והן במידת השנאה – לשנוא מה שיחייב השכל כו', וכן בכל פרטי המידות. אבל עצם-מציאותם בבחינה עצמית (הוא) למעלה גם ממקור השכל" (שם). ולכן – "המידות עצם מציאותם חזק מאד גם מן השכל, כי גם שיהיה המידה נגד הסכם השכל, תתגבר המידה על השכל. כמו אהבה טבעית שנולדה בטבע האדם, שאי אפשר לו להפוך אותה אם תתגבר כמו שהיא בעצם" (שם). בלשון אחרת: המידות (אהבה, שנאה, פחד, רחמים, וכדו') יותר חזקות מן השכל, משום שהרצון העמוק שבנפש מופיע בהן ביתר עוצמה.

כשאנו מצרפים את שני העקרונות הללו, התוצאה היא אותה שבירה שניסינו להבין. ימיעוט הכלים פירושו השתקעות יתרה באופן ההשגה של בחינת הישות, בראיית המציאות כאוסף פרטים מבודדים. ממילא גם המידות עצמן מופיעות בנפרד, כל מידה בפני עצמה, בלי שום יכולת

להיות כלולות במערכת הרמונית של יחידות הפכים. בגלל ריבוי האורי כל אחת מאותן מידות מופיעה במלוא עוצמתה, מה שלא מותיר שום יכולת להתפשר עם מידות אחרות. כל זה יוצר תוהו ובוהו פנימי: "כמו שנראה לעין בתינוק, שכאשר יתפעל באחת ממידותיו שלא יוכל לסבול כלל וכלל הפכה, וגם לא יוכל לשמוע כלל דבר שנגד התפעלות מידותיו, עד שיכעס ויקצוף מאד כשיעשו לנגד מידותיו שבלבו. כמו כאשר יחשוק ויאהוב דבר, גם שיהיה דבר רע בעין השכל לא יועיל לו לבטל המידה ואמנם אדרבה, יכעוס ויקצוף כשלא יתנו לו וימלאו תאוותיו. וכן כאשר ישנא דבר מה לא יועיל טעם שכלי, ויקצוף מאד כשלא יעבירו הדבר מפניו. והנה סיבת זה הוא מעוצם תקיפות המידות כנ"ל, ומפני שכל אחת ואחת (היא) בתקפה מאד על כן לא תוכל מידה אחת לסבול כלל היפוכה. וכמו כן במידות חסד וגבורה; הנה בעת קצפו ורוגזו שנקרא מידת הדין לא יסבול שום בחינת חסד ורחמים, ובעת טובו וחסדו לא יסבול שום בחינת הדין" (שם, עמ' ה). "ולכן היו ז' מידות בתוהו זה תחת זה בלי התכללות זה מזה כלל, מחמת כי האור והמידה היה בא בהתגלות בתגבורת לכן לא היה מתחבר עם המידה שכנגדו והיו ענפים מתפרדים" (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, בלזג). לכן המליץ רבי לוי יצחק למהר ולצמצם כל רגש בכלי, שכן יהיה הרגש נעלה ככל שיהיה, ללא הצמצום יש בו פוטנציאל דיסהרמוני: "כשמגיע אל האדם אהבת הבורא או יראת הבורא ברוך הוא, אזי תכף יעשה מצווה, ואז בזה הוא מביא אהבת הבורא בצמצום, כי כל זמן שלא עשה מצווה יש לו מלחמות אבל כשעושה מזה היראה והאהבה מצווה אזי מביא בצמצום ובטל ממנו כל המלחמות, והנה מצוה שעושה הוא כמו כלי..." (ר' לוי יצחק מברדיטשב, קדושת לוי, עמ' עו').

וכתב המגיד ממזריטש: "עיקר השבירה היה מחמת זה שכל אחד אמר אנא אמלוך פירוש מלת מלכות נקרא בעל דבר ובכל מידה שהוא בפני עצמו" (ר' דוב בר, המגיד ממזריטש, מגיד דבריו ליעקב, תורה קח) והסביר: "כי כולם (כל המידות, ב.כ.), צריכים לינוק משורש הא-לוקות ובלעדיו כולם לאפס ותוהו נחשבו ומתחילה כשהיו נמשכין המידות מעט משורש א-לוקותו עדיין היה מוטבע בהן מידת אנא אמלוך כמו שהוא בשורש ועל כן גם אחר כך היה להם בטבע מידת אנא אמלוך..." (שם). כלומר שאותה התנשאות של כל פרט, המפרידה בינו לבין כל יתר הפרטים, באה ממקום עמוק ביותר, מקום שבו מידת "אנא אמלוך" היא אכן אמיתית וראויה!

כלומר: כל כוחות הנפש, או הימדותי שסקרתי קודם בהרחבה, עוברים טרנספורמציה בעקבות השבירה, ונוצרת מערכת חדשה של כוחות נפשיים הנקראים עכשיו 'מידות דתוהו', 'מידות בקליפה' או סתם 'יצר הרע', כפי שמסביר, למשל, הבעשט: "גי קווין חגיית מתפשטים מן רום המעלות עד התהום מקום הקליפה, וחסד במקום הקדושה למעלה הוא עונג ונתפשט למטה בקליפה הוא זנות, וז"ש למעלה עונג ולמטה נגע, וקו התפארת בהתפשטו למטה במקום הקליפה הוא הגאווה וקו הגבורה למטה הוא כעס" (ר' ישראל בעשיט, כתר שם טוב, תורה קנב). וכן כתב רבי אלימלך: "בקליפה יש גם כן ז' מדרגות" (ר' אלימלך מליזניסק, נועם אלימלך, עמ' מ), ורבי נחמן: "יצר הרע וקליפות מתהווים מן שבירת הכלים" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה לד). כלומר, כוחות הקליפה הם אותם כוחות עצמם שסקרנו קודם אלא שבעקבות הטרנספורמציה של השבירה הם הופכים להיות:

א) אגוצנטריים, מכוונים כלפי האני האמפירי ב'בחינת הישות' שלו בלבד. וממילא עומדים בעמדה נצלנית כלפי העולם, וכפי שתואר אדה"ז את שאיפתה של היקליפה בנאום שהוא שם

בפיה: "הלעיטני להיות יש ודבר בפני עצמו" (ר' שניאור זלמן, תניא-סשב, פרק יט). כך הופך החסד, כפי שנראה בהמשך לשאיפת הטבה – לעצמי, הגבורה הופכת רצון להרוס כל מה שעומד על דרכי וכדו'. ורבי לוי יצחק הדגיש כי בשורש כל תאוה נמצא כוח התענוג (שלמדנו להכירו כעתיק יומין ' שבכתר) אלא שהוא מכוון כלפי עצמי "פנימיות התאוה הוא שיהיה לי תענוג..." (ר' לוי יצחק מברדיטשב, קדושת לוי, עמ' רצב).

הרב קוק תיאר במילים קשות את מוגבלותה של האגוצנטריות הזאת: "אהבת הכל היא באמת האהבה העצמית הנאורה והעליונה. והאהבה העצמית המזויפת, האוהבת את הניצוץ הקטן, המתראה לעיניים הטרוטות ושונאות את העצמיות המחוררת (כלומר, את המקור הטרוטצנדנטי של כוחות הנפש) היא באמת סמיות עיניים" (הרב קוק, אוה"ק, ב', מאמר חמישי, עמ' לח).

ב) מתכוונים כלפי אובייקטים חומריים הניתנים לתפיסה חושית: "שהנפש מלובש בגוף ומכסה ומסתיר עליו להיות נראה לו זה העולם ליש ודבר בפני עצמו" (ר' שניאור זלמן, לקו"ת, עמ' בלהג). ראינו כי כוחות התוהו מכוונים כלפי אותה מציאות שיכול גם תינוק להשיג בשכלו ובחושיו, טרם התפתחו אצלו כלי חשיבה והפשטה.

ג) מושפעים בעיקר ע"י כוח המדמה, שהוא צדו התחתון בלבד של השכל. נקודה זו מודגשת בעיקר בכתבי רבי נחמן: "קליפות היינו הדמיונות והמחשבות והתאוות והבלבולים והמניעות" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה כה), "כל החטאים באים ע"י כוח המדמה" (שם), "כוח המדמה הוא כוח הבהמיות, כי הבהמה יש לה כוח המדמה" (שם, נד).

אפיונים אלו נובעים כולם ממה שקראנו קודם 'מיעוט כלים' שפירושו, כפי שראינו, חיים שאינם מתעלים מעבר ליבחינת הישות לבדה.

ד) רבי עוצמה באופן בלתי נשלט, שואפים להתפשט בלי גבול ואינם מסוגלים לשום פשרה לגבי מטרותיהם. אפיון זה נובע דווקא מ'יריבו האור'.

ה) חסרי יכולת לתפקד במערכת הרמונית כוללת. הם נמצאים במאבק אינסופי, זה עולה וזה יורד.

ו) כתוצאה מכל אלה עולה תכונה נוספת, והיא השעבוד הפנימי שמידות אלה גורמות לו. כוחות כל כך רבי עצמה, דורשי מלוכה, נטולי יכולת התפשרות, מועדים לשעבד את האדם אם לא ירוסנו. רבי מרדכי יוסף מאיז'ביץ כתב בדרשה על הפסוק "אילהי מסכה לא תעשה לך": "מסכה היא דבר הניתך ממתכות שלא יוכל לזוז ולהתנענע וגם באדם ימצא שמרגיל את עצמו בהנאת עולם הזה אף בהנאה קטנה עד שלא יוכל לפרוש ממנה, זה נקרא מסכה" (ר' מרדכי יוסף לינר, מי השילוח, עמ' עדי').

תאור המאבק הפנימי שבין המידות מזכיר, לדעתי, את התפיסות הפסיכואנליטיות דוגמת מלאני קליין וקרנברג, שתיארו את נפש התינוק כקרועה בתוך תוכה בעוצמות נוראות של אהבה ושנאה (ועוד אאריך בכך בפרק ד). אלא שכפי שאנו רואים בחסידות המאבק הזה אינו ראשוני אלא תוצאה של עיוות ושבירה, כאשר השאיפה היותר עמוקה ויסודית של הנפש היא לתיקון ולגילוי האור. במונחיו של רוטנברג אומר כי כוחות התוהו הנם דיאלקטיים במהותם ולכן הם מתוארים באורח כה מושלם ע"י משנתה של הפסיכואנליזה. אולם בחסידות

הדיאלקטיקה עצמה אינה אלא פרק מיוחד, פרק השבירה, במסגרת המחשבתית שהיא ביסודה דיאלוגית!

תאור מאלף של אותה טרנספורמציה שתיארתי כאן, של היפוך המידות מ'איך' דיאלוגי ל'תוהו' דיאלקטי, נמצא בכתבי ר' צדוק-הכהן, שתלה את דבריו בתורת הרמב"ם על 'השביל האמצעי': "כידוע מדברי הרמב"ם בשמונה פרקים ושאר חכמי קדם שבכל המידות הקצה האחרון שהוא רע. וכן בדרך משל, האהבה כשהיא בתוקף בלי שום יראה בא לידי קלות ראש וע"י זה ממילא תפסוק ממנו האהבה לגמרי... ועד סוגי האהבה המתפשטת לכל מיני אהבות וחמדות העולם הזה ולכל מיני תאוות האסורות, ר"ל. וכן היראה בלי שום אהבה ושמחה יוכל לבוא לידי עצבות ומרה שחורה, ומוזה לידי-כעס, ועד (שבא) לרציחה..." (ר' צדוק הכהן, דובר צדק, עמ' מט).

ועם כל זה ראוי לזכור שדווקא משום שבכוחות התוהו אנחנו מוצאים מידה רבה כל כך של חיוניות ו"אור" הרי שדרך עלייתו של האדם כרוכה במידה רבה ביכולתו לרתום כוחות אלו לשרותו ולא ביכולתו לדכאם. המגיד ממזריטש הציע פה משל נועז, המבוסס על אמרת חז"ל: "בראתי יצר הרע בראתי תבלין תורה", והמגיד הקשה: הנה יש לומר הלא התבלין הם הממתקים את התבשיל והתבשיל הוא העיקר!", יוצא שהיצר חשוב, לכאורה, מן התורה! והוא מסביר: "כי יצר הרע נקרא כוח התאוה והוא החשק, וכמו שהאדם רוצה כך מהפך החשק" (ר' דוב בר, המגיד ממזריטש, מגיד דבריו ליעקב, תורה עט). פייקאז' הביא את עדותו של אחד מתלמידיו שאמר בהקשר הזה "אפילו זה ההתחשקות שיש לאדם לתורה או לעשיית מצווה, זה ההתחשקות נמשך מפאת היצר הרע, ואלמלא היצר הרע לא היה לאדם שום התחשקות" (פייקאז', ה'תשנ"ד, עמ' 60).

רבי מרדכי יוסף כתב כי "כל החסרונות הנמצאים בעולם יש בהם צד טוב, כגון שורש הכעס, אף שהוא רע, מכל מקום נמצא בו צד טוב כי יכעוס על עוברי רצון הש"י, ושורש הניאוף הוא שמיטיב במקום שאין רצון הש"י ונמצא בו צד טוב כי לטובים מותר להיטיב..." (ר' מרדכי יוסף, מי השילוח, עמ' כא). צעד קטן מכאן להנחה שדווקא בתחומים בהם האדם נולד עם כוחות נפשיים בו חזקים במיוחד עלולה השבירה להיות הרסנית יותר, ולכן גם התיקון קשה יותר שהרי הניצוץ המחיה את הקליפה רב כוח יותר. משיקולים כאלו, כנראה, כתב רבי צדוק הכהן ש" כל שיש בו חסרון עצום הוא כלי גם לשלמות מופלג" (ר' צדוק הכהן, רסיסי לילה, אות יג). רבי מרדכי יוסף ניסח זאת ביתר בהירות: "כל אחד מכיר נגע לבבו, והחיסרון שיש לזה אינו דומה לזה, על כן באותה מידה שידוע כל אחד חסרונו בה צריך להטיף שם תמיד דברי תורה השייכים לאותו חסרון, עד שיושלם באותו מקום... (שכן) באותו מקום שהם בניו כשהם טובים מאד שם נמצא מומם גם כן, כי כל הגדול מחברו יצרו גדול ממנו" (ר' מרדכי יוסף לינר, מי השילוח, עמ' קכז).

פרוט מידות התוהו – אנסה מכאן לעמוד בקצרה על פירוט מידות השבירה, כפי שהן מופיעות בספרות החסידית.

נפילת ה"אני": ראינו כבר כי "עיקר השבירה היה מחמת זה שכל אחד אמר אנא אמלודך" (מגיד דבריו ליעקב, תורה יא). אחד המוטיבים החשובים ביותר בהגות החסידית הוא מוטיב נפילת האני מהיותו כלי לאור הנשמה להיותו ישות המסתגרת בתוך עצמה והעומדת כמחיצה

שאינה מאפשרת את הופעת האור. רבי לוי יצחק קשר את חווית האני לבחינת הישות: "כשאדם מסתכל בעצמו ואינו מסתכל באין, אז הוא במדרגת יש" (ר' לוי יצחק מברדיטשב, קדושת לוי, עמ' ה'). וביתר הרחבה עמד על האשלייתיות שבאותה חוויה: "לשון אני מורה שיש בו ממשות ועצמיות, דהיינו שאומר אני צריך להסתכל על עצמו ויודע שעל מה אומר אני, ומשמע שיש בו דבר יש השייך לומר עליו אני. ובאמת על מה אומר אני? כי על החיות שיש בו הוא הבורא ברוך הוא, ועל זה אינו שייך לשון אני... (ולכן) רק הקדוש ברוך הוא יכול להגיד אני" (שם, עמ' קכד'). האדהיז קבע כי חווית היש היא הופעתה הנפשית של הסיטרא אחרא (= הכינוי הקבלי לכוחות הרוע): "סי"א... דעבדין לגרמיהו ואמרין הב הב, הלעיטני להיות יש ודבר בפני עצמו" (ר' שניאור זלמן, תניא, סש"ב, פרק יט). והסביר שטיינזלץ (שם): "שורשה של הקליפה, שהוא עצם מציאותו של "אני" כלשהו הנפרד מן ההוויה הא-לוקית". ובחריפות רבה מאוד מופיע עקרון זה אצל רבי אייזיק מקאמרנה: "נר רשעים, שהולכים תמיד אחרי בחינות יש" ו"אני" "הנחש השיאני", משך אותי אחר תאוות עולם שהם אינם אלא "יש" ו"אני" "אני אמלוד" (ר' יצחק אייזיק ספרין, נתיב מצוותך, עמ' ד), מה שמהווה מקור לכל מידות רעות: "אז נלקחין ממנו כל הבחינות עד שנשאר בבחינת "אני" מלכות דמלכות שמשם יונקין כל הקליפות, ואז מתגבר עליו החושך ועצבות מרה שחורה ותאוות שהקליפות עיקר יניקתן מבחינה זאת" (שם, עמ' יח'). איזה מרחק התרחקנו ממקורו של האני. אותו אור עליון וניסתר השואף להתגלות המציאות כחסד מופלא. השבירה יצרה את המציאות של ה"אני-ישות" שממנה, מוסבר, נובעות כל המידות הרעות כולן. נעבור עכשיו לתיאור אותן מידות רעות אחת לאחת.

כוחות המושכל דתוהו: במקומות רבים מודגש כי כוחות המושכל עצמם לא עבר שבירה של ממש, במובן זה שהכוח עצמו – עצם היכולת השכלית- נותר כפוטנציאל הממתין להתפתחותו ולא הפך לאנרגיה נפשית הרסנית ורבת עוצמה. עם זאת חלה במידות המושכל ירידה מסוימת. הצד הטכני של אותה ירידה הוא ההתרכזות הבלעדית של התודעה בתפיסה הישיות, שכאשר אינה מגיעה לאיסור ממש (כל' לרוע ממש) היא נקראת 'קליפת נוגה': "בחינת האחוריים דחכמה דאצילות נפלה בנוגה, אבל בחינת הפנימית החכמה לא נפלה בנוגה כלל" (שניאורסון, ר'מנחם מנדל, באורי זוהר, עמ' תתקא). מכאן האזהרות הרבות כנגד 'חכמות חיצוניות שמשמעותן היא, כנראה, חכמות הבנויות על תפיסת הישות: "הפילוסופים קוראים לטבע אם כל חי" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה רטז) "מצח הנחש הוא שורש חכמת הטבע" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן תניא, תורה ד). ועוד מקומות רבים.

אולם משמעותי יותר לעמוד על משמעותם החווייתית של החכמה והבינה במצבן שלאחר אותה ירידה.

קודם ראינו כי לחכמה ולבינה, כשני אופני תפיסה מוגדרים, יש ביטויים פנומנולוגים חווייתיים מוגדרים. מן החכמה נובעת חווית הענווה, ומן הבינה חווית השמחה. ולאחר השבירה: "כמו שיש בקדושה הענווה, שהיא כמו האסקופה (=סף) לעבור עליה כל הנכנס לפנים... והוא ביטול עצמיותו והפשטה בחינת לגרמיה (=סילוק האגוצנטריות) כידוע כמו כן "את זה לעומת זה" בקליפה יש אסקופה לעבור בה... כי הדכר (=הזכר) הוא גסות הרוח שהוא המקור לעצבות כו', שמפני מה יעצב, מפני שאינו יש ודבר מה כו', הרי שכשהוא יש ודבר כו' הוא השפע של הטומאה

כו' והמקבל (כלומר- הכוח המושפע במישרין מגסות הרוח, באותו מובן שבו מושפעת השמחה מהענווה, ב.כ.) הוא כשיעצב מסיבות העדר השפעי" (ר' שניאור זלמן, ה'תקס"ב. מופיע בקונטרס 'יוסיפו ענווים בדי שמחה'). לכן- 'זה לעומת זה, גסות ועצבות הם דוכרא ונוקבא (=זכר ונקבה) דקליפה" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, נד, עמ' תשטו).

כלומר החכמה, שפירושה בקדושה ביטול אל היאורי הטרנסצנדנטי הופכת את כיוונה לאחר השבירה. היאני מוצב במקום היאין וממילא הכל בטל, או אמור להיות בטל, אל היאני. אני שואף להיות יש, שלם, מוחלט, בלתי מוגבל (הרב קוק דיבר בהקשר זה על "יצר הרע נסתר מאד במעמקי הנפש, קינאה מרקבת עצמות... הקנאה המוזרה הזאת היא הקנאה בא-לקים. האדם מקנא הוא בא-לקים על אושרו האינסופי" - הרב קוק, אוה"ק, ב', מאמר שלישי, עמ' ה). עמדה זו מביסה את עצמה בהכרח, וממילא נופל היאני לעצבות, לתחושת ריקנות, אבדון וייאוש, שכן כל השוואה בין מצבו שבפועל לבין מציאותו הנשאפת במצב גסות הרוח המתואר כאן חייבת לגרום יאוש עמוק.

ושוב, כמו שראינו במידות שלפני השבירה (=צד הקדושה), צרוף החכמה והבינה נותן את ה'דעת', ובמקרה זה - ה'דעת דקליפה': היצמדות ליאני הישותי, ללא תנאי, ללא טעם ולעיתים גם כנגד הבנת המציאות כפי שמידות הימושכלי מציירות אותה. דעת זו נקראת בלשון החסידות 'עמלק', כמו בחב"ד: "ראשית גויים עמלק, שהוא הדעת דקליפה, מקור כל המידות הרעות והגסות והיש" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, תצוה, עמ' א תשג), "עמלק זהו הקליפה שלמעלה מז' מידות (הכוונה לז' מידות שבקליפה, ב.כ.) כי אם כנגד הדעת. היינו שאינו מתבטל ע"י הדעת בא-לקות" (שם, עמ' א' תשעז), ובאותה לשון ממש אצל רבי צדוק: "הכבוד שהוא ראשית דקליפה, ראשית גויים עמלק והוא דעת דקליפה" (ר' יצחק הכהן, פרי צדיק, אות ט). זוהי בחינת הישות שאינה מושפעת משום דבר שאדם עשוי ללמוד על טבעה האמיתי של המציאות, ועל מקומו האמיתי (והצנועי!) בתוכה. "הגם שיודע הטיב והפחיתות שלו מתנשא בלא טעם ודעת" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, וישב, עמ' תתרצ).

אותה מידה של 'דעת דקליפה' (המכונה גם: 'קטנות הדעת' או אפילו 'העדר דעת') תופסת מקום מרכזי גם במשנתו של ר' נחמן, העשירה בביטויים כמו: "זיווגים של עברה נמשכים מדעת דקליפה" (ר' נחמן, לקוטי מוהר"ן, תורה מג) "כעס ואכזריות הוא מהעדר דעת" (שם, תורה נו) "עיקר הצער שיש לאדם מהיסורין... הוא רק מחמת שלוקחין מהאדם הדעת" (שם, תורה סה). אם נצרף לכך ביטויים כללים יותר המייחסים את שורש הרע לישכל', כמו "השכל הוא שורש הדינים" (שם, תורה סא) נבין עד כמה דומה תפיסתו לזו שמצויירת בחב"ד. כנ"ל בכתבי ר' צדוק: "עמלק הוא שורש הרע, שאינו נגלה עדיין בפועל" (ר' צדוק הכהן, דברי סופרים, עמ' 23), שכן הגילוי הממשי של הרוע יוצא לפועל רק אחר כך, במידות המורגש והמוטבע!

מקליפת עמלק נובעת תכונה כללית נוספת של ה'קליפה', שהיא 'שנאת חינוס' המכונה גם 'קליפת מדיין': "קליפת מדיין היא שנאת חינוס דווקא, שהשנאה אינה מצד איזה פרט שגרם לו איזה רעה או שהוא מנגד לו באיזה פרט, כי אם מפני שאינו יכול לסבול את זולתו, גם שלא ידעו כלל! והסיבה היא הישות שלו, שהוא חשוב בעיני עצמו, ובגלל הישות שלו אינו נותן מקום לזולתו, דהזולת בהכרח ממעט ממציאיותו" (שניאורסון, רש"ב, קונטרס החלצו, עמ' 7). שאיפתה היסודית של כל 'ישות' מצד הקליפה היא להיות מציאות בפני עצמה, חזקה ובלתי מוגבלת. ממילא קיומה של כל ישות מלבדו מגביל ומחליש את מציאותו שלו, או לפחות את

שליטתו. מכאן הפתח למלחמת הכל בכל. (חסידי חב"ד מספרים אנקדוטה על אדם שבא לאדמו"ר מוהרי"ש והתלונן שיאנשים דורכים על כבודו. ענה לו הרבי: "אם כבודך ממלא את כל הבית, איפה הם יכולים ללכת בלי לדרוך עליו?").

אנסה להציע דוגמא שכיחה לפעולתה של 'קליפת עמלק': אדם פועל פעולה מתוך מניעים אגואיסטיים כלשהם, מתוך התפרצות של תאוה, מתוך תאוות נקם כלפי מישהו. כל אלו ועוד הן דוגמאות לפעולתן של 'מידות' שונות מצד הקליפה. יתכן שברגע מסוים יצליח אדם אחר להאיר את עיניו של אותו אדם בנוגע לאווילותן של אותן תשוקות, וקוצר הזמן של התענוג שיגרמו לעומת הרסנותן לטווח ארוך יותר וכדו'. במידה והדברים יכנסו ללב' הם יגרמו לשינוי מסוים, ואנו נאמר שקרה כאן תהליך שבו כוחות המושכל השפיעו על 'דעתו' של אותו אדם והצליחו לצייר לו מציאות שונה מזו שראה בתחילה, עד שה'דעת' שינתה את ה'מידות'. אולם כנגד התהליך השכיח הזה מתייצבת לא פעם תחושה של 'דווקא' - 'ככה אני'. כאילו ויתור או התפשרות שלי על אחת ממידותי משול ליתור על עצמיותי כולה. במקרה כזה עומדת תחושת 'ככה אני' כנגד תחושת 'כך נכון', 'כך טוב', או אפילו 'כך אהיה מאושר'. מכאן שורש הסירוב לעבור תהליך התפתחותי כלשהו, שכן כל השתנות פירושה ממילא ויתור על אופן מסויים של הווייתני (המשול בעיני קליפת עמלק - ליתור על הווייתני כולה). על נטייה זו, כנראה, כתב הרב קוק "העקשנות לעמוד תמיד בדעה אחת ולהיתמך בה בחבלי החטאת שנעשו למנהג, בין במעשים בין בדעות, היא מחלה הבאה מתוך שיקוע בעבדות קשה" (הרב קוק, אורות התשובה, פרק ה, ס' ה). זוהי עבדותו של אדם ל'אני' הישותי שלו, הקורא 'אני אמלוד!'. מתוך מצב נפשי כזה מופיעה בהכרח טינה קשה כלפי כל זולת, טינה שאין לה הסבר מעבר לכך שהזולת נותר הוא עצמו ואינו כופף את כל הווייתו לישותי שלי, השואפת למלא עולם ומלואו. מתוך מצב זה באה שנאת חנם - השנאה לזולת באשר הוא זולת. קל לראות כיצד צירופן של מידות 'עמלק' ו'מדין' (השייכות שתיהן ל'דעת דקליפה') פותח פתח רחב לכל הרסנות ורוע.

מורגש ומוטבע דתוהו: בעקבות הדעת דקליפה, חלה שבירה במידות הרגשיות. באופן טבעי קיימות בנפש שבע 'מידות רעות' שהן תוצרי השבירה, אולם לצורך הקצור אתמקד פה בארבע מידות ראשיות, לפי החלוקה שחילק האדה"ז בתניא: "כי נפש הברש בדם היא, וממנה באות כל המידות הרעות, ומארבע יסודות רעים שבה דהיינו - כעס וגאווה מיסוד האש שנגבה למעלה, ותאוות התענוגות מיסוד המים כי המים מצמיחים כל מיני תענוג, והוללות וליצנות ודברים בטלים מיסוד הרוח, ועצלות ועצבות מיסוד העפר" (ר' שניאור זלמן, תניא-ס"ב, פרק א). הטרימינולוגיה לקוחה כאן מחכמת הטבע היוונית, אולם המסורת החסידית קושרת את היסודות הללו אל אותם כוחות הנפש שנסקרו קודם: "חסד-מים, גבורה-אש, תפארת-רוח, מלכות-עפר" (שניאורסון, רימנחם מנדל. אור התורה, וארא, עמ' תנקב). כך החסד דקליפה (המכונה לעיתים 'מידת ישמעאלי היינו "מה שנפלו מקו הימין מבחינת אהבה דקדושה, נתהווה ע"י שבירת הכלים אהבת התענוגות הגשמי" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, באורי זוהר, עמ' תתנד), באותו היפוך עליו דובר קודם הופך החסד את כיוונו כלפי האני הגופני בלבד. דברים המזכירים את דברי הבעש"ט "חסד במקום קדושה למעלה הוא עונג ונתפשט למטה בקליפה הוא זנות" (ר' ישראל בעש"ט, כתב שם טוב, תורה קנב). בליקוטי מוהר"ן כתב ר' נחמן באותו סגנון ממש: "אהבות רעות באות משבירת כלי החסד" (ר' נחמן, לקוטי מוהר"ן, תורה לד),

ובפרט יצר המין שהוא מתואר בתור "הרע הכולל, שכל הרעות של עי' לשון (כלומר כל המידות כולן, שבע המידות של חגיית נהי"מ, הכלולות כל אחת מעשר ב.כ.) כלולים בו... (שהוא) תאוות הניאוף" (שם, תורה יט). ומודגש כך גם בכתבי הרב קוק: "התאוה המינית כוללת העצמותה ובסעיפי התאוות החומריות הדמיוניות והרוחניות הכלולות בה את החלק היסודי מכל הנטיות כולן... (אבל) השיקוע של רוח האדם בתוך תאוות המין עד לכדי אוטם האידיאליות והמוסריות החוגה גרמה את תכונת העורלה... (ואז) לכל הנטייה כולה אין שורש באידיאל, ורק התפרצות התאוה היא שעושה את דרכה" (הרב קוק, אוה"ק, ג, עמ' ש). ממש כך הופכת הגבורה לנטיית הכעס ('וקו הגבורה למטה הוא כעס', ר' ישראל בעשיט. כתר שם טוב, שם. וכן שניאורסון, ר' מנחם מנדל, באורי זוהר, עמ' תצא), ומתדרדרת עד לאכזריות לשמה: "נמצאו טבע אנשים אכזריים שעיקר חיותם הוא מפעולת הרע והדין לבעלי עברה, להכותם ולרדותם במכות משונות ולענותם עינויים קשים וילבישו זה בלשם שמיים כאילו קינאת ד' צבאות תעשה זאת, ובאמת זה אינו (=אינו נכון) רק שטבע האכזריות שלהם גרמה זאת, וכשיתמלאו טבעם לנקום יחיו מזה (כי) ע"י שבירת הכלים נתהוו למטה ע"י גבורות קשות" (שם, עמ' תרכז). וכתב ר' צדוק הכהן: "מפסולת האהבה באה השתקעות בתאוות גופניות המפילות עצלה ועייפות בגוף, ומפסולת היראה באה רציחה וכעס הנותן תקיפות בלב לעשות מעשים אשר לא יעשו" (ר' צדוק הכהן, רסיסי לילה, עמ' נג-ב). שתי המידות הללו כוללות את כל המידות הרעות שבאדם: "לא תרצח ולא תנאף... הם יסוד ושורש כל התורה" (ר' מרדכי יוסף לינר, מי השילוח, עמ' קב').

מידת תפארת שבקליפה היא "יסוד הרוח" שממנה נובעים "דברים בטלים" (ר' שניאור זלמן, תניא-סשיב, פרק א'), הבל וריקניות. מעצם טבעה קשורה התפארת בהתגלות האור כלפי חוץ (האסתטיקה), אלא שהתגלות זו היא דווקא החלק היותר נמוך שבה "מידה מגונה המתפאר את עצמו... והיינו משום שנתפשט מידת התפארת בעולם... ויורד עד אדם זה שהוא בקליפה" (ר' ישראל בעשיט, כתר שם טוב, פרק קנג). וכן בחב"ד: "התפארת היא מידה כוללת שישנה בכל המידות, שאינה רק (=אלא) עניין הכוונה והתועלת בכל מידה למה תומשך ולאיזה צורך. כמו להשפיע חסד כדי שיכיר המקבל טובו וחסדו הרי זה תפארת שבחסד, וכך תפארת שבחכמה הכוונה בהשפעת השכל כדי שיכירו חכמתו" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, ויקרא). כל זה הוא שלב הכרחי ורצוי במהלך התגלות האור הבוקע מן הנשמה. אלא שבעקבות השבירה מתגלגלת התפארת ב'התפארות' ריקה, חסרת תוכן, 'דברים בטלים'.

וכך גם המלכות שהיא המדרגה התחתונה, שיא ההתגלות, תחושת הייחוד הפנימי של האדם המשעבדת אליה את כל כוחות הנפש. זהו הכוח האמור לקבל את האורות העליונים ולגלותם בעולם האמפירי. כאשר המלכות ניתקה מאותם אורות האמורים להאיר אליה היא הופכת לתחושת הדיכאון והריקנות של הגלוי המוחמץ: "להיות כאבן דומם, להיות מתייאש מעצמו כו', שזהו אסקופה לדריסת רגלי החיצונים" (שם, בשלח, עמ' לו) שכן הייאוש מבטל את תחושת הכבוד העצמי - ה'התנשאות' - המהוה מחסום טבעי בפני ירידה נפשית או מעשית של האדם. ראינו קודם כי נפילת המלכות קשורה ל"יסוד העפר" שבנפש, ואנו מוצאים דברים דומים אצל רבי אלימלך: "היסוד העפר הוא המושך את האדם לעצבות ולשפלות" (ר' אלימלך מליזינסק, נועם אלימלך, עמ' כה).

הנפש הבהמית: כל אותם כוחות – 'מידות דקליפה' – מצטרפות למבנה נפשי מוגדר שהחסידות מכנה אותו 'נפש' עצמאית – 'הנפש הבהמית' (ר' שניאור זלמן, תניא-ס"ב, פרק א'. הרב קוק, ג', עמ' לה. ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה ד). הנפש הבהמית היא המבנה הפנימי הכולל את מידות התוהו, או הקליפה, כפי שנוצרו בעקבות השבירה.

אולי כאן ראוי להעיר כי למרות שתיאור השבירה בחסידות מצויר בצבעים עזים ודרמטיים, אין החסידות מציינת נקודת זמן ברורה שבה מתרחשת השבירה. נקודה כזו יכולה להיות, למשל, כניסת הנשמה שכן השבירה נובעת – כפי שראינו – מהתפרצות כוחות הנשמה העזים לכלים הדלים מאד של הגוף בראשיתו. אולם האם מתרחשת השבירה הזו מיד עם ראשיתו של ההריון? מעט אחר כך? אינני מכיר מקום בו עוסקת החסידות בשאלה זו במפורש. מה שאכן נאמר במפורש הוא כי כל תהליך התפתחותי, החל מן התהליכים המתרחשים בעת ההריון ואילך, הוא תהליך של תיקון שמשמעותו היא התמודדות עם אותה שבירה.

ואולי ראוי לראות את המתח שבירה-תיקון כעצם מצבו הקיומי של האדם. מראשית היותו של האדם הוא 'שבור', ואין להבינו אלא דרך המתח הפנימי שבין שני צדדים, שהאחד מהם כולו תוהו ובוהו פנימי, התגעשות של כוחות ויצרים הנראים כסותרים זה את זה (ובעצם כולם שבריה של נשמה גדולה אחת), והשני נובע משאיפתה של אותה נשמה לגלות את אורה במציאות תוך מאמץ מתמיד לחזור ולכלול בתוכה את כל אותם כוחות ש'נשברו'. מתח זה תואר באופן מאלף בדברי הבעש"ט: "אכן יש ד' במקום הזה- רוצה לומר במקום גדודי חיה יש שם שמו יתברך וממילא גם בכל מחשבות זרות ורעות שהם גדודי חיה וליסטים וקליפות יש שם גם כן ניצוצי קדושה של השכינה שירדו שם ע"י השבירה, ויירא ויאמר מה נורא רוצה לומר שנפלה עליו יראה ורעה שציער את עצמו בצער השכינה וירידתה בין הקליפות..." (ר' ישראל בעש"ט, כתב שם טוב, תורה צו, והוא מלווה את האדם מראשית הווייתו, כשהוא פושט צורה ולובש צורה במהלך שלבי ההתפתחות השונים. משמעות הדברים היא שגם "עולם התוהו", כמו עולם "כוחות הנפש", הוא ארכיטיפי. גם הוא מהווה חוויה אוניברסלית, מולדת, הקודמת לכל התנסות ריאלית ומתנה אותה. כל המצבים הנפשיים הריאליים בהם ניפגש הנס מצבי "תיקון"- ניסיונות התמודדות עם השבירה, לאור האידיאה הנשמית הפועלת גם כשאינה מורגשת במודע.

בלשון המשל, זוהי משמעותה של "שכחת הניגון" עליה דיבר רבי הלל. מסתבר שהמשל היה עדין מדי. המנגינה לא "נשכחה" אלא טבעה בים של צלילים צורמים שמקורם בכך שכל נגן מתאמץ להשמיע את המנגינה כולה, ואגב כך להשתיק את חבריו. בתוך המהומה אי אפשר לדבר על משהו הדומה לניגון. זוהי הנקודה ממנה מתחיל חיפוש הניגון המקורי, וממילא אין זה חיפוש בלבד אלא מאמץ מפרך של בנייה מחדש. לשם כך נועד תהליך ה"תיקון", המתאר את התפתחותו המציאותית של האדם.

תיקון: מכיוון שכל הרוע והייסורים והמידות הרעות שבאדם מקורם ב"שבירה", הרי שדרך התפתחותו נקראת באופן טבעי "תיקון". מהות התיקון היא העלאת ה"ניצוצות" שנפלו ל"קליפות" והחזרתם למקורם בקדושה: "מטרת חיי האדם היא "להעלות מחומריות הניצוצות הקדושות", כתב רבי אלימלך (ר' אלימלך מליז'נסק, נועם אלימלך, עמ' א) ועמו אינספור מקורות חסידיים. תורת התיקון היא, ביסודה, חלק מן הירושה שקיבלה החסידות

מקבלת האר"י. כפי שהורה מרדכי פכטר (פכטר, ה'תשנ"ב), כבר בכתבי האר"י מופיע תיאור מורכב ורב שלבי של ההתפתחות מ'קטנות לגדולות', כולל הקבלות מאלפות בין התפתחותם של הפרצופים הא-לקיים שבעולם האצילות לבין התפתחותו של האדם הממשי מינקות לבגרות (הקבלה שלפני מחקרו של פכטר נחשבה לחידוש חסידי מובהק). למעשה נראה כי לא נותר לחסידות אלא לתרגם את מושגי התיקון הלוריאניים לתפיסתה הייחודית הבנויה על 'אחדות ההפכים' והצמצום המאפשר אותה.

בעבודה הנוכחית אסתפק בתיאור שלבי התיקון הראשיים ובהצבעה על משמעותם הפסיכולוגית.

ראשית יש לציין כי מכיוון שהתיקון נועד להתמודד עם המציאות שנוצרה ע"י השבירה, שומה עליו להתייחס לשני הנוקים העיקריים שנגרמו על ידה. ראשית, בעולם התוהו אין ביטול אלא ישות בלבד, כל דבר בפני עצמו, בלי יחס למציאות שסביבו או לאור המאיר בו. שנית, הישות עצמה אינה שלמה, היא מרוסקת ושבורה, כאוטית ושרויה במאבק פנימי עז. התיקון חייב להתמודד עם שני הקשיים: עליו לבנות את הישות, ולהפוך אותה כלי לאור. התפקיד הראשון מכונה – כניסת 'מוחין דאמא' (=אמא- בינה, בחינת היש) והשני – כניסת 'מוחין דאבא' (=אבא- חכמה, בחינת ביטול). הראשון מתחיל עם ראשית החיים, והשני מגיל 13 (כלומר מגיל ההתבגרות ואילך).

שלבי התיקון: כאן המקום לעמוד ביתר פירוט על שלבי התיקון כפי שהם מופיעים בחסידות. כאן אחד המקומות בהם מורגשת במיוחד הדקדקנות המפורטת המאפיינת את הספרות החב"דית. ברוב המקורות החסידיים אנו מוצאים תיאורי התפתחות כלליים. רבי מרדכי יוסף, למשל, דיבר על "חמש הוויות" באדם, שעיקרן התקדמות לקראת היותו הוויה שלמה בפני עצמו. ההוויות שהוא מציין הן: א) "זריעת האב והאם" ש"אז הוא בהעלם גמור" (בלאחר שנוצר במעי אמו... אז יחל להיות בו קצת הכרה ותפיסה" (ג'כשנולד ד) "כשנעתק משדי אמו ויתחיל לעשות פעולות" (ה) כשנושא אישה ומתחיל לעשות הוויה חדשה... אשר לתכלית זה נברא" (ו) מרדכי יוסף לינר, מי השילוח, עמ' ו'). גם המגיד ממזריטש (ר' דוב בר, המגיד ממזריטש, מגיד דבריו ליעקב, תורה ה) מובא בקווים כלליים לוח זמנים התפתחותי שמונחו דומים לאילו של חב"ד.

אסקור ביתר פירוט את תפיסת ההתפתחות החב"דית.

קודם אציין כי קיימים שלשה מצבים התפתחותיים יסודיים, הנקראים 'עיבור', 'ניקה' ו'מוחין'. ההבחנה בין המצבים הללו היא לפי מידת ההתגלות שבכל אחד מהם. במצב העיבור מתגלה הנפש אך ורק דרך ההתנהגות החיצונית, ואין שום התגלות של מידות המושכל והמורגש. אין עדיין יכולת להתמקד בעולם הרגשי או המחשבתי כשלעצמם אלא רק במידה שהם מתבטאים בהתנהגות (קצת בדומה לתיאור השלב הסנסו-מוטורי אצל פיאזזה), כלומר: רק מידות הנה"י (כלומר, ההתנהגות החיצונית) נגלות כלפי חוץ, וכוחות המושכל והמורגש נמצאים אז ב'העלם': "כי בנה"י יש גם כן כל הבחינות, רק שזה נקרא בחינת העיבור, כי עיבור הוא במעי אמו, שלא נולד ונתגלה עדיין. וכל המידות הם כלולים בה-ג' תחתונות (=ג' בחינות נה"י) (ר' שניאור זלמן, ספר המאמרים-עניינים, עמ' רסט). להמחשה, נניח שאדם עושה דבר מה

מתוך כעס, אולם הכעס אינו נחוה כלל באופן מודע ואינו מתגלה אלא במעשה עצמו, הרי שמצב כזה יקרא בחינת נה"י בלבד. במצב היניקה מידות המורגש מתגלות ומידות המושכל נותרות בהעלמן: "היניקה היא כשיש לו אהבה ויראה והתפארות, כי עיקר הבנין הוא מהגי מידות הראשונים" (שם), כלומר, שלש המידות הראשונות שבעולם המידות הרגשיות, שהן חג"ת, כבר יכולות להתגלות כשלעצמן, מה שיוצר עולם רגשי מורכב ומפותח יותר. ועדיין, בשלב הקטנות, אין העולם המחשבתי המופשט קיים כעולם עצמאי. במצב הגדלות מתגלות גם מידות מושכל: "מי שיש לו שכל רב חוץ מהצריך לו אל אהבה או אל יראה זה נקרא בשם מוחין גדלות" (שם).

ויש גם חלוקה עדינה יותר, שבה כל אחת משלש המדרגות הללו מתחלקת שוב לשלש. הדברים מתוארים בפרוטרוט בספרו של אדמו"ר האמצעי של חב"ד "פירוש המילות" (שניאורסון, ר' דוב בר, פירוש המילות). שם הוא מברר כיצד דווקא אותה חלוקה שניה היא המסבירה את פירוט ששלבי התיקון.

כך, נה"י שבנה"י הוא "המעשה בפועל ממש, כמו למאוס בפועל דבר רע המזיק ולבחור בדבר הטוב, שזה יש גם בבהמה שבורחת ומואסת מפועל רע המזיק, כשלהבת אש ועקרב" (שם, א). כאן מתוארות פעולות שאנו מכנים אינסטינקטיביות.

חג"ת שבנה"י הם "כמו תינוק קטן שיש בו מידות במעשיו, לאהוב מעשה זה ולשנוא לזולתו, מה שאינם מוכרחים על פי הטבע בטוב ורע ממש, כמו שהתינוק יחפוץ בבקשתו להוליכו ברחוב לטייל.... וגם יש בו שמחה וצער וכהאי גוונא" (שם). במעשי התינוק מתגלה עולם שלם של רגשות.

חב"ד שבנה"י מצינים את ה"שכל שבעשייה בפועל ממש, כמו לצייר או לבנות באיזה דעת. עד שיוכל להיות בבחינת העשייה ריבוי התחכמות יתרה, כמו על דרך דוגמא מאומן חכם הבקיא במלאכתו" (שם).

פירוש הדבר שגם למידות המעשה לבדן יש מסלול התפתחותי מורכב, אולם האדהאמ"צ לא פרט אותו.

ואותו דרוג נמצא בעולם הרגשי, ובו תלויה התפתחותו הרגשית של הילד. "בחינת המוטבע (שבחג"ת) הוא עצם המידות שבטבען ותולדותן, והוא עצם מהות האהבה הטבעיות ועצם מהות הניצוח וההתפארות וכהאי גוונא כמו שהן מוטבעים מתחילת תולדותן והתגלותן עם הנפש עצמה בבואה בגוף" (שם, עמ' א-2). כלומר, בעולמו של התינוק אין המידות הרגשיות אלא דחפים היוליים נטולי צורה: "בתינוק קטן הן בבחינת הקטנות מאד, כמו לאהוב דברים קטנים ופחותים וכן לשנוא מה שנגד רצונו, הכל בדברים קטנים מאד" (שם).

ממצב זה מתחילה ההתפתחות הרגשית: "וכשיגדל התינוק יגדלו מידותיו גם כן בשני דברים: האחד, בעניינים גדולים ביותר, וגם בעצם תוקפן וכוחן כן יתחזקו להאיר בתוקף גדול מדי יום ויום" (שם). "והוא הנקרא מוחין דיניקה, שמגדל המידות מעט מעט עד שנתווספו בתוספת מרובה על עיקר עצם טבעו הראשון, כמו עץ קטן שגדל הרבה, או כתינוק ביניקתו חלב.... והוא הנקרא בחינת מורגש שבמידות (= כלומר, חג"ת שבחג"ת, שהוא העולם הרגשי כשלעצמו המתפתח להיות עולם עשיר ומפותח של רגשות בוגרים).... והוא כל מה שיוכלו המידות להצמיח תכלית ההגדלה ע"י השכל" (שם). עדיין אנו בשלב הקטנות, שבו העולם האינטלקטואלי המופשט אינו קיים כעולם עצמאי, אולם דרך התפתחותן של מידות המורגש והמוטבע אנו רואים את ההתפתחות השכלית הסמויה ה"מגדלת" אותו.

מרכיב זה, גידול המידות על ידי השכל, הוא המפתח להבנת התהליך כולו: "גידול המידות תלוי בגידול השכל דווקא.... שהרי הקטן שדעתו קטן.... גם מידותיו קטנים מאד בבחינות הקטנות בעניינים ודברים קטנים וגם בעצם מהותם אין להם חוזק מפני קטנות המוחין שלו, וכאשר יגדל מעט מעט בשנים יגדל כוח שכלו במוחו כן יגדלו עצם המידות, גם טוב ורע הטבעיים הני"ל, מצד שיוכל להבחין יותר בין טוב ורע. דהיינו שיגדל עצם המידות בטוב ורע לפי ערך גדול השכל שמבחין יותר בטוב ורע גשמיים" (שניאורסון, ר' דוב בר, תורת חיים עמ' 2ט-). ככל שהילד גדל כן הוא לומד יותר מה נכון וראוי לו לאהוב, מה נכון וראוי לו לשנוא וכדומה, ועולמו הרגשי עצמו משתנה עקב כך. נקודה זו מודגשת מאד גם בברסלב: "הנפש היא בת השכל, כי עיקר גדול הנפש ע"י השכל" (ר' נחמן; ליקוטי מוהר"ן, תורה סה), וכן: "הדעת מלוּבש בחסדים.... (וכאשר נתרחב דעתו ונתגדל מוחו, אזי נגדלים החסדים" (ר' נחמן, ליקוטי תניינא, תורה כו).

אפקט נוסף, מרכזי ביותר, של גדילת המידות הוא ע"י ההתכללות, כלומר שהרגשות המפותחים אינם נפרדים אלו מאלו אלא שהם כוללים אלו את אלו. בלשון החסידות המידות באות "בהתחלקות אופנים שונים מאד, כמו בחינת גבורה שבחסד וחסד שבגבורה" (שניאורסון, ר' דוב בר, פירוש המילות, עמ' 2א-). התכללות זו באה ע"י ההבנה שכל אחת מהמידות היא באמת כלולה מכל היתר: "יובן בסיבת ההתכללות דמידת האמת שניקרא תפארת, שממוזג משני הפכים דחסד וגבורה יחד כנ"ל, זהו בא מצד שכוללים כל אחד מהיפוכו המנגדו דווקא. וכמו שאנו רואים שיש בחסד מידת הדין דווקא, כמו המשלם לשונאו חסד כדי להאבדו, כמו "אם רעב שונאך האכילהו לחם כו'.... הרי עושה דין קשה בלבוש של חסד דווקא. ולהפך, אם מכה את בנו ועושה לו ייסורים כדי להיטיב דרכו שמלביש חסד בדין (ונקרא גבורה שבחסד או חסד שבגבורה)" (שניאורסון, ר' דוב בר, בד קודש, עמ' 14). לכן הדרך להתכללות היא שכל מידה ומידה תגיע למלא פיתוחה ע"י "התחלקות" פנימית, עד שתהפוך לגוף אורגני אמיתי, שאבריו שונים ומחולקים זה מזה ("קומה" בלשון החסידות). לכן "סיבת ההתכללות הוא בא רק מחמת ריבוי ההתחלקות דווקא.... שגורם לעשות בחינת החיבור" (ר' שניאור זלמן, על התורה והמועדים, עמ' ע'). "מפני בחינת התחלקות חסד שבגבורה וגבורה שבחסד אזי מתכלל זה החסד גם עם בחינת הגבורה המנגדו, מאחר שגם בחסד יש הרכבה נגלית מבחינת הגבורה וכן הגבורה מתכללת עם החסד המנגדו לפי שגם בגבורה יש הרכבה מבחינת החסד" (שם, עמ' עא'). כל ההתפתחות הזו תלויה, כמובן, בהתפתחותו של השכל, שכן זכור לנו ש"מי ששכלו קטן לא יכיל ב' הפכים כלל, אלא אם יטה שכלו לזכות לא ימצא אז שום שכל לחוב.... ובהיפוך, כאשר יטה לחוב לא יסבול כלל נטיה לזכות" (ר' שניאור זלמן, תו"א, עמ' כדד).

תפקידה של אמא: אולם התיאור הזה מעלה שאלה קשה לגבי ראשית הדרך. מתיאור השבירה עולה כי בעולמו של התינוק שולטות המידות כמעט לבדן, והשכל חלש ואין לו כל יכולת הנהגה. כיצד ומתי נוטל השכל את מושכות ההנהגה? כתב אדה"ז: "עד ב' שנים (ש) הוא ימי היניקה, אין לו בחינת המושכל כלל, רק מתנהג כפי הטבעה שבלבו לגמרי כו', ובימי הגדלות (=הגדילה) לאחר ב' שנים המושכל מתחיל להאיר במידות מעט מעט (שם, עמ' קחא). בשנים הראשונות נשלט עולמו הרגשי של הילד ע"י עוצמתם הרבה של "כוחות התנהו" והשכל אינו פועל בהם כמעט. אם המושכל אינו פועל כלל בשנתיים הראשונות, כיצד מתרחשת

בהן התפתחות נפשית כלשהי? ענה על כך אדה"ז: "אמנם מה שנקרא בשם מוחין ביניקה, הגם שאין בהם מהארת המושכל שבמוחו כלל כנ"ל, היינו לפי שיונק החלב משדי אמו, ומוח אמו שבחלבה הוא לו למוחין למידותיו הטבעיים" (שם).

הוזה אומר, אמא היא היא המוחין של התינוק, דרכה הוא חווה את העולם, דרכה הוא מרגיש, דרכה הוא מתפתח, את כל הווייתו הנפשית הוא מקבל "עם חלב אמו" ממש. משהו מעין מצב "יניקה" מתרחש גם אצל אנשים בוגרים, וכפי שהסביר האדה"ז את המושג במקום אחר: "כמו על דרך משל כשאדם מדבר עם חברו הדיבור שזה מדבר נעשה להשני "מוחין" (ר' שניאור זלמן, ספר המאמרים-עניינים, רסט). אצל התינוק זוהי הדרך היחידה לקבל מוחין כלשהו. זהו בדיוק המושג המתואר אצל מאהלקר, למשל, כ"סימביוזה", שכן התינוק עדיין איננו, בשלב זה, אדם שלם בפני עצמו, ויש לראותו כיצור מעורב, שהמידות שלו הן אכן שלו, התגלויותיה של נשמתו הייחודית, אולם המוחין שלו הם אך ורק המוחין שהוא מקבל מאמו. מצב זה אינו מסתיים עם סיום היניקה בפועל בגיל שנתיים, אלא שרק אז מתחיל תהליך בנית העצמאות רגשית הנמשך עד גיל שש: "בהיותם בני ו' שנה, שנישלים אז גידול המידות לתכליתן מצד ימי היניקה" (שניאורסון, ר' דוב בר, פירוש המילות, עמ' 2א-).

המושג החסידי של "ירידת מוחין דאמא" הוא פתח כללי להבנת חשיבותם של היחסים הראשוניים שבין האם והתינוק. החסידות לא הרחיבה בפרוט סוגים שונים של יחסים כאלו והשפעתם על התפתחותו הרגשית של האדם. במקום שקיצרה החסידות האריכה פסיכואנליזה המודרנית. משנותיהם של הוגים כמלאני קליין, ויניקוט, קוהוט ורביס אחרים מלאים תיאורים מהסוג הזה. בשפה חסידית נראה לי שכולם יחשבו לאופנים שונים של השפעת ה'מוחין דאמא' על ההתפתחות הרגשית.

משמעות האיסור על גילוי עריות: חשיבותה העצומה של אמא, מצד אחד, ושל ההתפתחות לקראת עצמאות, מצד שני, היא המסבירה את חומרת האיסור על גילוי עריות, כפי שהדבר הוסבר ע"י היצמח צדק: "האדם כמה לאחדות מלאה בינו לבין "קרובותיו" (בלשוננו), ומקורה של אותה כמיהה הוא דווקא ברובד הארכיטיפי: זוהי כמיהה לאחדות בין "אמא" (בינה) ל"בן" (מידות). אולם אחדות זו, אסור לה להתממש אלא באותו רובד ארכיטיפי. אסור שהייצוג הממשי של ה"אמא" הארכיטיפית (שהוא, כמובן, האמא הפרטית של כל אחד ואחד) ישאר במצב של אחדות מלאה עם בנה, שהרי אז תיעצר כל התפתחות שהיא!

ובלשוננו: "ייחודים עליונים הוא בבחינת הקרובות דווקא כנ"ל, אלא שנאסרו למטה באיסור חמור.... הנה עיקר האיסור הוא מפני היות ביי"ע (=בריאה יצירה ועשיה, העולם האמפירי) עולם הפירוד ועלמא דאתגליא, שם אי אפשר להיות הייחוד שבאצילות (=העולם הארכיטיפי הנסתר) הנקרא עלמא דאתכסיא (=העולם המכוסה)" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, אור התורה, עקב, עמ' תקמוז). איסור העריות הוא האיסור להישאר במצב הסימביוטי של אחדות מושלמת עם האם (וכן שאר קרובים), שהוא מצב החייב להיות מוגבל למציאות הארכיטיפית וחלילה לו להתקבע במציאות החיים הממשית.

הסבר זה דומה באופן מפליא להסברו של הפסיכולוג היונגיאני אריך נוימן (Neumann, 70). גם נוימן הסביר כי הקשר הראשוני לאמא נושא בהכרח אופי ארכיטיפלי, כאשר האם מייצגת את ארכיטיפי 'האם הגדולה', הכוללת הכל בתוכה ואינה מאפשרת גדילה. האינדיבידואציה

מתקדמת תוך כדי הפנמתו של אותו ארכיטיפ אך גם ע"י התגברות על ייצוגו הקונקרטי. גילוי עריות, לדעתו, מקבע את האדם במצבו הראשוני ומסכל אינדיבידואציה. קל לראות את הדמיון למושגים החסידיים.

מכאן מוסברת נקודה נוספת אותה מציינת החסידות כקשורה לאופי הקשרים הראשוניים והיא ההדדיות. החסידות מדגישה את קיומו של יחס הדדי, אם כי לא סימטרי, בין ההורה לתינוק. לפי מודל הצמצום ההורה אינו משליט את רצונו על התינוק ואינו מדכא את רצונו. להפך, הוא אמור "לצמצם" את ה"מוחין" שלו על מנת שיוכל התינוק לקבלם. נוצר כאן סוג מסוים של דיאלוג בין ה"מוחין" של ההורה לבין ה"מידות" של התינוק, ונראה שצמצום דיאלוגי זה מקבע את היחס ביניהם. כיחס בין שני אינדיבידואלים, ולמעשה קובע את הווייתו של התינוק כאנדיבידואל. רוטנברג, (רוטנברג, היתשין, עמ' 121) ראה באופיו של היחס הזה דוגמא למושג ה"צמצום ההדדי"- נכונותו של הצד החזק, המשפיע, במערכת היחסים (ההורה, במקרה הזה) לצמצם את עצמו ולהוריד את עצמו, כביכול, למדרגתו של הצד החלש (הילד, במקרה הזה). הוא צטט את דברי המגיד ממזריטש בנדון: "כמו שהאב שרואה את בנו משחק באגוזים אז מחמת אהבתו משחק גם הוא עמו, הגם שאצל אביו זה נראה מעשה נערוה וקטנות, אעפ"כ מחמת אהבתו לבנו שיקבל ממנו מצמצם את שכלו הגדול ושורה בקטנות שיוכל הקטן לסבול" (שם, עמ' 122). דברים אלה מקבלים, לדעתי, משנה תוקף לנוכח המבנה התיאורטי המפורט של ההתפתחות. ההורים "יורדים" אל בנם כאשר הם מעניקים לו את המוחין שלהם בזמן היניקה. הירידה הזו היא חיונית, אולם יש בה סכנה של סימביוזה, העלולה להופיע כשאיפה לגילוי עריות ולסתום את הגולל על הסיכוי להתפתח. עליהם לצמצם את המוחין שלהם כדי שיוכלו להנהיג את מידותיו של הילד ולכוון אותן לצמצום תשוקותיו שלו ולהגבלתן לכלים האפשריים במציאות נתונה. מנקודת מבט זו, אולי אין זה מקרה שדווקא האב הוא המוזכר לרוב בהקשר הזה- עליו מוטלת המשימה של חינוך הילד לעולם הערכים, הגבולות וההתחשבות בזולת. זוהי נקודת המוצא של ההתפתחות, ועקרון היסוד שלה לכל אורך שלב היניקה עד גיל שש.

המשך ההתפתחות: גדילת השכל שבמידות ממשיכה עד גיל 13, שבו עובר הנער למדרגת "גדלות": "בגידול כוח השכל יותר יתפשטו בחינת מידות אהבה ויראה שבשכל יותר כמו להתפעל בטוב טעם יותר ולעניין גדול יותר, ובאים לגידול השלמות שלהן כמו גידול המידות שבלב הנ"ל בזמן אחד, והוא בהיותו בן ו' שנה עיד יג' "נ שניאורסון, ר' דוב בר, פירוש המילות. עמ' ב). ואז, בגיל 13, עם ראשית ההתבגרות, מתחילה להתגלות מדרגת המושכל: "אבל איש אינו נקרא (כלומר- הילד אינו יכול עדיין להיקרא איש. ב.כ.) עד היותו בן יג' שנים.... והוא מדרגה ג' הנקרא מושכל, והוא רק בחינת השכל והטעם של האהבה או השנאה או הניצוח" (שם, עמ' 2א-).

מכאן מצטייר לוח הזמנים הבא להתפתחות הרגשית:

תינוק נולד כשמידותיו במדרגת נה"י שבחג"ת- עיבור.

שנתיים ראשונות הוא בטל אל אמו, חווה את המציאות דרכה ומתפתח דרך המוחין שלה בלבד.

אחר כך מידותיו מתחילות להתפתח דרך התפתחות השכל השייך למידות (מושכל שבמורגש). התפתחות זו מתבטאת במידות עצמן, שהן עמוקות ומאריכות ימים יותר מקודם (כך אני מבין

את כוונת אדהאמ"צ כשכתב שהמידות "יתחזקו להאיר בתוקף גדול" יותר, וכן היא מתבטאת בהתכוונות המידות לאובייקטים ראויים יותר וברמת המורכבות שהן יכולות להכיל. עד גיל 6 התפתחות זו תלויה בעיקרה באמא ובמשפחת המוצא, ולכן נקראת, עדיין, יניקה. מגיל 6 עד 13, נמשכת התפתחות המידות כשהיא פחות תלויה באמא ויותר בהתפתחות המוחין של הילד עצמו.

מגיל 13 המוחין הם בגלוי, הנער מסוגל להתחבר ל"טעם" של הרגש, להבין לעומק מזוע ראוי ונכון להרגיש באופן מסוים, לדון באופן מופשט ו"אידיאולוגי" בשאלות הקשורות לטעם החיים וכדומה (כפי שאנו אכן מכירים אצל מתבגרים). אז מאירה בו בחינת מושכל שבמוגש בגלוי, וגם היא טעונה התפתחות נוספת: "זמן גידול תכלית השכל שבמידות הוא מיג' שנה עד היותו בן כי שנה" (שם, עמ' ב).

המשך התפתחות ה"מוחין": עקבנו כאן אחרי התפתחות המידות, וראינו את תלותן בהתפתחות המוחין. אולם התפתחות המושכל עצמו אינה מסתיימת בכך. גם במדרגת המושכל קיימות אותן שלוש דרגות, מושכל מורגש ומוטבע. עד כה עקבנו רק אחרי גדילת ה"חג"ית שבחב"ד", וראינו כי הן גדלות במקביל לגדילת המידות עצמן: "בחינת מוחין דגדלות במידות דשכל, כמו בחינת מושכל שבמידות שבלב, באין שניהם בזמן אחד והוא מבן יג' שנה עד בן כי שנה" (שם, עמ' ב). ההבדל שבין מושכל שבמורגש לבין מורגש שבמושכל הוא בדגש בלבד: מושכל שבמורגש הוא כוח רגשי בעיקרו שחכמה רבה מתגלה בו ומדריכה אותו. מורגש שבמושכל הוא כוח שכלי בעיקרו שיש לו השפעה עמוקה על העולם הרגשי, (שם, א 2-). נכון, כנראה, לראות את שתיהן כשתי פניו של תהליך אחד: "על דרך משל העץ שגדל קליפתו עם פנימיותו בזמן אחד" (שם, ב 2-).

עם התפתחות המושכל הושלם התהליך המכונה "כניסת מוחין דאמא", הפנמת ערכיה של הבינה. זהו התהליך שבו הולכת האישיות ונבנית מנקודת המוצא הכאוטית לישות ברורה ומאורגנת, בעלת כושר הישרדות במציאות מורכבת. עדיין אין בתהליך הזה דבר מעבר ל"בחינת היש", ולפי ההגדרות שלמדנו בפרק הקודם עדיין מדובר במציאות חסרה. המציאות הנפשית שנוצרה כאן מהווה עולם נפשי שונה לגמרי ממציאות "הנפש הבהמית" של מידות התוהו, אולם שוני זה אינו מהותי אלא טכני (או לפחות יכול היה להיות טכני אילולי פעולתו של תהליך נוסף, שאתאר בהמשך, הנקרא "כניסת מוחין דאבא"). במונחים חסידיים נוצרה כאן "נפש שכלית", שלהבדיל מן הנפש הבהמית אינה פועלת על פי עקרון העונג אלא על פי עקרון ההישרדות (=הישות). על נפש זו אמר הרנ"ג כי אליה "התכוונו חז"ל באומרים הני בבלאי טיפשאי דאכלי נהמה בנהמה, זאת אומרת, הבבליים טיפשים הם כי אוכלים לחם בלחם. פירושו של דבר כי חיים הם רק כדי לחיות, אוכלים כדי לאכול. עצם קיומם מהווה את מטרתם. שום מטרה מחוץ להם היא מהם והלאה.... מהמבט הראשון נראה לנו שהנפש השכלית עומדת על רמה יותר נישאה מהנפש הבהמית, אמנם כאשר נתבונן ונתעמק יותר יסתבר לנו שהנפש השכלית למעשה פחותה יותר מהנפש הבהמית, באשר הרע הנובע מהנפש הבהמית הוא רע גלוי ולא כמוס.... דווקא מטעם זה, משום שמזדקר לפניו בצורה בולטת כל כך, על כן ביכולתו להיחלץ ממנו... (כלומר, עצם העובדה שהרע שבנפש הבהמית הוא גלוי מאפשרת לנו להתמודד עמו, מה שאין כן לגבי הנפש השכלית, ב.כ.). ...לאמיתו של דבר טמון

הוא הרע הזה בנפש השכלית ובעצם גרוע הוא יותר הרע הכמוס הזה שבשכל מהרע הגלוי ובולט
הבא מהנפש הבהמית. "גולדשמידט, היתשליז, עמ' ריח).

ברור כי החסידות, על כל ענפיה, אינה יכולה להסתפק בנפש השכלית כתיאור המצב אליו
שואף תהליך התיקון כולו. כך למשל כתב רבי אלימלך בדרכו: "אחרי שישבור האדם הנפש
הבהמיות יזכה לנפש השכליות ואחרי זה יזכה לרוח אחר אשר יחזיק במעוזו בעבודת הבורא
יתברך באמת יזכה לנשמה" (ר' אלימלך מליזינסק, נועם אלימלך, לד), כלומר- הנפש השכלית
אינה סופו של המהלך ההתפתחותי אלא "רק" שלב מכריע בדרך להופעת הנשמה, או הנפש
הא-לוקית.

חב"ד, בדרכה, נותנת לדברים אלו ניסוח תיאורטי מפורט, ולכן היא טוענת כי במקביל
לכניסתם של מוחין דאמא מתרחש תהליך נוסף, כניסת 'מוחין דאבא', או מוח החכמה. "שיש
במידות דחכמה גם כן ג' מדרגות מוטבע מורגש ומושכל כנוצר לעיל במידות דבינה ותבונה, רק
שהכל הוא בבחינת ההעלם דחכמה בבחינת אין ומתייחדים מידות דחכמה במידות דבינה...
..(שניאורסון, ר' דוב בר, פירוש המילות, עמ' ג). גם בחכמה יש מידות, שמשמעותן תחושה
אינטואיטיבית חזקה לגבי מה שטוב (הבינה עוסקת במה שיש, והחכמה בביטול היש אל האור,
כלומר בהתגלות הטוב): "דבחינת מידות שבחכמה (שנקרא ו' קצוות דאבא) היינו בחינת עצם
אין והעלם בשכל, המטה כלפי חסד או דין... כמו שמצינו ב' כתות דבית שמאי ובית הלל אלו
מטמאים כו', (ש)אע"פ שאין אנו מוצאים (לכך) טעם מבחינת בינה (=טעם גלוי המבוסס על
נימוקים לוגיים דיסקורסיביים, ב.כ.) לא יחזרו בהם מצד עצם שכלם המטה כלפי חסד או דין"
(שם). כך גם מוחין דאבא מופיעים בתהליך ההתפתחותי ארוך, המתקדם מחגיית שבחכמה לעבר
חב"ד שבה. אלא שתהליך זה מתחיל רק לאחר שהשכל הופך להיות גורם משפיע במציאותו
הנפשית של הנער: "בחינת גדלות דאבא הוא בא לאחר גדלות דאמא... ובדרך פרט היינו לאחר
כל (שלב של) גדלות דאמא דרך פרט- תחילה נמשך מבחינת נה"י, ואחר כך מבחינת תגיית כנ"ל
עד שנמשך מבחינת ג' הראשונות (=חב"ד) כנ"ל, כך נמשך בגדלות שני דאבא אחר כך דרך פרט
תחילה מבחינת נה"י ואחר כך מבחינת חגיית כנ"ל עד שנמשך בחינת ג' ראשונות דאבא כו',
והוא בהיותו בן כ' שנים דווקא" (שם). תיאור דומה של אותו תהליך עצמו, הרבה יותר
מתומצת ובלי לוח זמנים מפורט, אנו מוצאים אצל רבי אלימלך: "המתקת הדינים הוא ע"י
שמעלה אותם למדת החכמה על ידי הבינה ושם נעשים אין" (נועם אלימלך, קסט). למרות
שתיאור זה אינו מתייחס ישירות להתפתחות מילדות לבגרות הוא מכיל את אותם מרכיבי
התיקון: ארגון המידות ע"י הבינה (מוחין דאמא), העלאתן לחכמה (מוחין דאבא) ע"י הבינה
והעלאתם למדרגת "אין" בחכמה.

בלוח הזמנים החב"די, בגיל 13 מתחיל הנער לקלוט את משמעותו של הביטול, בתחילה
ברמה כללית ואינטואיטיבית, דרך ההשפעה על המידות הרגשיות, כאשר המוחין דאבא הם
בהעלם (בדיוק כשם שנכנסה הבינה בשלב הקודם, שבין 6 ל 13!). תהליך זה נמשך עד שבגיל 20
הוא מסוגל לתפוס את המציאות בבחינת הביטול. רק אז מסוגל האדם להבין את המציאות
בשני אופניה, בבחינת היש ובבחינת האין. (בלשון אחרת, רק אז מסוגל האדם לקלוט את
המטאפיזיקה החסידית, כפי שהוצגה בפרק הקודם).

בעצם נוצרה שוב "נפש" חדשה, עקרון חדש לפיו מתארגנים כוחות הנפש: "הנפש האלוקית" (שניאורסון, רש"י, תניא-סשב, ב) שאינה אלא הנפש העליונה, המקורית, שסוף סוף מצאה את הכלים המאפשרים לה להתגלות במציאות. רק עכשיו, בשלב זה נוצרה המערכת הנפשית המאפיינת אדם בוגר, הבנויה על אינטראקציה מורכבת בין שלוש הנפשות-הבהמית, השכלית והאלוקית, השרויות תמיד במיגון פעולות גומלין מסובכות. בלשון הרני"ג: "אפשר למיין את בני האדם לשלושה סוגים. א) שמטרתו להעלות את חיו למדרגת קדושה של מעלה, והיא הנפש האלוקית. ב) המקריב את כל חייו לאליל התאוה, לו כורע, לו משתחוה, והיא הנפש הבהמית. ג) שהוא חי כדי לחיות, קיומו ואריכות ימיו הם העיקרים שעליהם מושתתים חייו, והיא הנפש השכלית" (גולדשמיד, היתשליז, שם). מובן שמדובר פה ב"טיפוסים אידיאליים" (במובן של מכס ובר), ובפועל נמצאים כל אותם סוגי מניעים בלבו של כל אדם, לעיתים בתאום הרמוני ולעיתים בקונפליקט בלתי פתור.

והדברים מתחברים כאן להמשגה עתיקה של חז"ל בדבר קיומם של שני יצרים באדם, "יצר טוב" ו"יצר רע", כאשר היצר הרע נמצא באדם - לפי חז"ל - מלידתו, והיצר הרע נכנס בו בגיל 13. הדברים ניתנים לתרגום קל ללשון חסידית, כאשר היצר הרע הוא כינוי למידותיה של הנפש הבהמית ואילו היצר הטוב הוא כינוי למידותיה של הנפש האלוקית: "נודע שיש בכל אדם ב' נפשות, נפש האלוקית ונפש הבהמית, וכל נפש מתחלקת לשניים, שהם שכל ומידות. והנה עיקר הנפש הוא משכל, כי נפש האלוקית עיקרה הוא נפש המשכלת ומתבוננת תמיד ומשגת באור אין סוף ברוך הוא, ואין לה השכלה אחרת, והמידות אהבה ויראה הנוולדות מן השכל והשגה הן הנקראות בשם יצר טוב. וכן עיקר נפש הבהמית היא המשכלת ומשגת גשמיות עולם הזה והוא היפך ממש מן השכל שבנפש האלוקית שהיא בחינת חכמה עליונה ר' שניאור זלמן, תו"א, עמ' לחב). ממש כך כתב ר' נחמן: "מחשבות טובות הן יצר טוב ומחשבות רעות הן יצר הרע" (ראי נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה ט), שכן כפי שציטטתי קודם: "הלב הוא צייר המידות".

כמוכן שבכך לא מסתיימת התפתחותו של האדם. ראשית, שלב ה"גדלות דאבא" אינו מסתיים אי פעם. תמיד יש עוד אורות מקיפים השואפים למצוא כלים: "בחינת המקיפים שנכנסים באחרונה עד היותו בן ע"י שנה" (שניאורסון, ר' דוב בר, פירוש המילות, עמ' ג). קשה להניח שמדובר בגיל 70 דווקא, אלא כנראה כציון כללי לזקנה טובה - "ימי שנותינו בהם שבעים שנה". שנית, כפי שנראה בהמשך, תמיד נשארים עוד ועוד אורות בנפש הבהמית, שניתן להעלותם ממצבם השבור. המדרגה הגבוהה ביותר היא מדרגתו של "הצדיק הגמור" אשר הצליח להעלות את כל האורות הללו לקדושה: "שלכך נקראים בני עליה שמהפכין הרע ומעלים אותו לקדושה" (ר' שניאור זלמן, תניא-סשב, פרק ט). אנשים כאלו הם נדירים "ראיתי בני עליה והם מועטים" (שם). יוצא שהאדם נמצא כל ימיו בתהליך התפתחותי שאינו נגמר לעולם.

וכדאי להביא כאן את משנתו ההתפתחותית של הרב קוק, שגם אם אינו נכנס לכל הפירוט החב"די המורכב שהבאתי כאן, ודאי שהיא מבוססת על אותם עקרונות ממש. כתב הרב קוק: "המידות הטבעיות באדם אינן נקבעות כי אם לפי הזעת, ולפי ידיעתו, בין שתהיה אמיתית או כוזבת, ידבקו מידותיו. והקטן הבלתי מכיר כלל שום עניין אין לו מידות כלל (!), וכשיגדל ויכיר שהמאכל הוא טוב יאהבנו, ומי שייקח ממנו והוא צריך לו יכעס עליו. וכל מה שתתפשט הדעת יותר כן יתפשטו המידות. על כן כשאנו באים לקובען כולן ביראת השם ית' ואהבתו.... כל מה

שיחסר מהדעת כפל כפליים בערכו יחסר מהמידות, כיון שהוא שורש להן ונושאן....אכן מה שאמרנו שהמידות כשהן נקבעות כולן לעניין העבודה האלוקית שהן לא לפי טבען הראשון אין זה בא כי אם מצד הגוף, דהיינו שעצם המידות ודאי פעולות הנפש הן, אלא שהפעולה דבקה בכלי הגוף ומשתנה עניינה לפי הגוף הפועל. ומצד כוחות הגוף, הקודמים בזמן, הוכרעו המידות כעניין טבע ראשון לדברים גופניים ומדומים שאינם על פי אמיתת השכל. אבל מצד הנפש ודאי טבען הראשון הוא לתכלית המעלה, והשינוי שמשנה אותן האדם מטבע הנערות אינו שינוי עצמי כי אם השבה לטבען הראשון" (הרב קוק, מוסר אביך, עמ' יז).

השלכות התפיסה ההתפתחותית של התיקון על עבודתו הפנימית של האדם: מכל האמור

עולה כי המאבק העז שבין הנפשות הוא ביסודו של דבר מאבק למראית עין. מצד אחד הנפשות או היצרים אכן מתוארות כשרויות במלחמת-עד: "כי הגוף נקרא עיר קטנה, וכמו ששני מלכים נלחמים על עיר אחת שכל אחד רוצה לכבשה ולמלוך עליה, דהיינו להנהיג יושביה כרצונו שיהיו סרים למשמעתו ככל אשר יגזור עליהם, כך שתי הנפשות האלוקית והחיונית הבהמית שמהקליפה נלחמות זו עם זו על הגוף וכל אבריו" (ר' שניאור זלמן, תניא-ששב, פרק ט). אולם המאבק הוא ברובד החיצוני בלבד. ברובד העמוק יותר "נפש הבהמית שבקליפה רצונה להפך ממש לטובת האדם שיתגבר עליה וינצחה" (שם). הדברים חוזרים על עצמם במקורות רבים. בעל התולדות כותב כי "עיקר תכלית ושלמות האדם שנברא בחומר ובצורה כדי שיכניע ויעשה מהחומר צורה.....(כאשר) החומר והצורה שניהם חיים וקיימים" (מצוטט אצל נגאל, ה'תשל"ד, עמ' יא). כלומר המאבק אינו אמור להסתיים בניצחון שפירושו הכחדת היריב, אלא בהצטרפות היריב לכאורה אל כוחות בתיקון. וכן הסביר רבי נחמן: "צריך לעבוד השם בשני יצריך, שיהיה יצר הרע כפוף ליצר טוב... שלא יהיה לו מחלוקת בין היצרים" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה סב). כל זה מובן לאור תורת השבירה והתיקון, שכן הנפש הבהמית גם היא אינה אלא גלגול מסוים של אותו אור נשמתי עצמו, ולא זו בלבד אלא שדווקא בה מופיעים האורות היותר גבוהים: "כי שורשה מבחינת התוהו גם כן, כידוע בפירוש 'בהמה רבה' שהוא בחינת שם ב"ן (כינוי קבלת האר"י לאורות שנפלו בשבירה), דהיינו בחינת המידות דתוהו שלמעלה גם מבחינת חכמה דאצילות" (ר' שניאור זלמן, ספר המאמרים תקסח, עמ' י). לכן "לאחר זה הברור שלהם שהוא עיקר בחינת התיקון שלהם משם מ"ה (=כינוי בקבלת האר"י לאורות הבאים לברר את התוהו, ובחב"ד כינוי לנפש הא-לקית) נאמר "אשת חיל עטרת בעלה", דהיינו שיתעלו למעלה מבחינת שם מ"ה (שם). אורותיה של הנפש הבהמית גדולים וגבוהים יותר מאורותיה של הנפש הא-לקית, אלא שהם שבורים ומעוותים. מכאן נובעת תפיסה שלמה של דרכי תיקון פרטיות, שאינן מבוססות על 'שבירת' הכוחות ההרסניים או ה'רעים', אלא ניסיון להחזרתם לשורשם הגבוה. בפרק שיוקדש לתיקון אעמוד בהרחבה על המשמעויות הטיפוליות של תפיסה זו.

השלכות התפיסה ההתפתחותית של התיקון על היחס הישיר לזולת: למושגי השבירה

והתיקון יש השלכה ישירה גם ליחס המידי והקונקרטי של האדם לזולת. הראיתי קודם כי מן השבירה, וביתר דיוק מן הדעת דקליפה, נובעת 'קליפת מדיין', שנאת חנם בלתי מתפשרת. התפתחות ה'מוחין', לעומת זאת יוצרת אפשרות לקשר מהותי ופנימי בין ישויות שנתפסו קודם

כנפרדות, וזאת משתי סיבות עיקריות. ראשית משום שמתגלה לאדם שברובד האורות הסתירה ההדדית שבין המגמות השונות אינה הכרחית, שכן בנפשות "כולן מתאימות ואב אחד לכולנה" (ר' שניאור זלמן, תניא-סשיב, פרק לב). עד כדי כך שגם אנשים שיש מקום לזעם אמיתי כלפיהם, עד ש"מצווה לשנאם" בו בזמן "מצווה לאהבם גם כן, ושתיהן הן אמת: שנאה מצד הרע שבהם ואהבה מצד בחינת הטוב הגנוז שבהם שהוא ניצוץ א-לקות שבתוכם" (שם). וכפי שהדגיש בעל התולדות, החיבור שבין האנשים הוא תנאי הכרחי להתגלות אותו אור א-לקי: "מקודם, (כ)שהיה פירוד ביניהם לא יכול לקיים התורה, מה שאין כן עתה היתה אורה ושמחה שכל אחד קיבל את חברו בשמחה" (נגאל, ה'תשל"ד, עמ' קה) ורק אז יכולה היתה התגלות התורה להתרחש.

מעבר לכך נמצאת ההתכללות, שעסקתי בה קודם בהקשר התפתחותי תוך אישי: התכללות המידות. אותה לוגיקה של התכללות מיושמת ע"י הצמח צדק במישרין ליחס ההדדי שבין בני אדם. בהסברו למצוות 'אהבת ישראל' כתב על חכמת הבורא שהיא "כוללת כל הנשמות כולן כאחד ממש, שלפי שהנשמה עצמה יש בה בהתכללות גם כן מכולן יכולה היא לעלות באור הכללי שהוא מקורן ושורשן, והתכללות זאת היא כשהאדם מראה בעצמו ובגופו כן, שאוהב רעהו כאברים הכלולים זה מזה, ושלי שלך, כי עצמו ובשרו הוא. מה שאין כן כששונא לאחד מישראל בלבו הריהו מפריד מנפשו אותו חלק של זולתו הכלול בו... וממילא יש פגם וחסרון בנפשו שנחסר בו החלק הנ"ל ונעשה בעל מום" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, דרך מצוותיך, עמ' 56). אנשים הם שונים בלי ספק, אלא שעם כל השוני שביניהם כולם מיצגים אפשרויות שונות של התפתחות הנובעות כולן מאידיאה אחת כללית. לשם דוגמא, ניח שאדם אחד הוא 'שכלי' והאחר 'רגשי' בנטייתו, הרי באמת לכל אחד מהם מידות מושכל ומורגש, אלא שצד אחד הוא פחות מפותח מחברו. כך מיצגים אנשים שונים אפשרויות התפתחותיות שונות. דחייתו הגמורה של אדם כלשהו נובעת מדחיית האופציה ההתפתחותית שהוא מיצג. דוגמא חסידית מובהקת לדינמיקה הזו היא חלוקתו של בעל ה'תולדות' בין 'אנשי החומר' ל'אנשי הצורה', כאשר למרות הפער שביניהם "הנשמה והצורה אין לה להתגאות על הגוף... ומכל שכן אין להגוף להתגאות על הנשמה. כך בכללות אין לתלמידי חכמים וצדיקים לומר שאין צורך בהמוני העם, כי הם "תומכי דאורייתא" (=תמכי התורה) ... ומכל שכן אין להמוני העם לומר שאין צורך בתלמידי חכמים" (נגאל, ה'תשל"ד, עמ' לז). על סמך מושגים אלו ניסח רוטנברג את משנתו על הצמצום ההדדי שבין יששכר לזבולון (רוטנברג, ה'תש"ן, עמ' 45).

כללו של דבר, החסידות מסבירה כי כל חיסרון באהבת הזולת היא מום פנימי. ויש טעם להוסיף כי דווקא הרב קוק, הידוע בניסוחיו המופלגים לגבי סגולת ישראל ויחודו, הרחיב את המושגים האלו מן הדיון ב'אהבת ישראל' לרמה אוניברסלית: "אהבת ישראל מחייבת אהבת כל האדם, וכשהיא מטביעה שנאה לאיזה חלק מן האדם הוא סימן שלא נטהרה עדיין הנשמה מזוהמתה, ועל כן אינה יכולה להתייחד בעידן האהבה העליונה" (אורות, קמט קמט).

במקומות אחרים הוא דיבר על אהבת ישראל כהקדמה לאהבת האנושות בכלל: "יש שהוא (=האדם) שר את שירת עצמו, ובנפשו הוא מוצא את הכל... ויש שהוא שר את שירת האומה, יוצא הוא מתוך המעגל של נפשו הפרטית... ויש אשר עוד תתרחב נפשו עד שיוצא ומתפשט מעל לגבול ישראל, לשיר את שירת האדם... (הרב קוק, אוה"ק, ב', מאמר שלישי, עמ' ל).

בכך נסגר המעגל, הפותח באור הראשוני הבוקע מן הנשמה, ממשיך דרך ניסיונו להופיע בכלים, בשבירתם ובנפילתם לתאוות יצריות- אגוצנטריות, ועד לתיקונם באהבת הזולת שהיא תכלית ההתפתחות על פי המושגים החסידיים, ואולי ראוי להדגיש כי חסידות באה מלשון יחסדי שמשמעו - על פי מושגיה שלה - אהבה.

אך יש לזכור: מדובר בתיאור המהלך הנורמטיבי, התקין, אולי אפילו האידיאלי, של ההתפתחות. בהמשך, לאחר סיור בעולמה של הפסיכולוגיה המערבית, אשתמש במושגים שהובאו פה כדי לתאר את החריגות האפשריות מן המהלך האידיאלי הזה, ולהסביר באופן זה את מושגיה של הפסיכופתולוגיה.

דמות האדם בחסידות- סיכום: אנסה עכשיו לנסח במילים שלי את תמונת האדם המצטיירת מן המקורות שהבאתי. מדובר באדם ששורש רצונו הוא תמיד טוב מאד, אדם שיש לו תחושה פנימית של היות טוב, בעל ערך ורוצה להיטיב. אלא שבמפגש עם המציאות הוא מסתבך. את אותה תחושת מוחלטות הוא מייחס - בטעות - לכל מני רצונות חלקיים, תשוקות, יצרים ורגשות שונים. כך נוצר בלבול בין המוחלט ליחסי, בין הכללי לחלקי, אמצעי ומטרה, עיקר וטפל. כשהטוב החלקי שואף להיות מוחלט הוא הופך להרסני באשר הוא נאבק על הבכורה מול כל יתר שבריו של הטוב. כל אותן תשוקות ורגשות עומדות מולו, כביכול, כשהן כופות את עצמן עליו ואינן נשלטות ע"י רצונו. זוהי השבירה. מכיוון שהשבירה מתרחשת עם ראשית החיים הרי שאותם כוחות מקבלים את צורתם הראשונית לפי יכולת ההכרה של התינוק- ולכן הם חומרניים ואגוצנטריים. מסתבר שלאנשים שונים יש מבנה שונה של כוחות נפשיים, לזה כוח נפלא של חסד ולזה עצמה של גבורה. בעקבות השבירה הופך זה לתאוותן וזה לרודף מדון. החסרון באישיותו של כל אחד מודגש דווקא במקום שהיה אמור להיות יתרונו הגדול.

מתוך המצב השבור מתחילה ההתפתחות הנפשית שפירושה החזרת כל חלקי הרצון הטוב למצבם הראוי, ככלים מצומצמים להתגלות הטוב הבלתי מוגבל שבעומק הנפש. כך מתבטל הרוע שבהם. זהו תהליך ארוך ומורכב, ומסתבר שהוא קשה ביותר, וגם בעל הפוטנציאל הגדול ביותר, דווקא באותם תחומים בהם היו הכוחות הראשוניים חזקים במיוחד וממילא גם השבירה הייתה הרסנית במיוחד. תחושה זו של טוב מוחלט, שלפי החסידות משקפת רובד עמוק ואמיתי של האדם, היא המקור לכל ערכיו ולכל הטוב שהוא יכול ליצור, ובו בזמן היא האחראית לרוע שבו. היא המקשה על התיקון, והיא העושה אותו לבעל ערך רב כל כך.

שער שני: הפסיכולוגיה המערבית הישותנית

פרק ג: האדם בהגות המערבית

מאז תקופת ההשכלה מנסה ההגות המערבית לבאר את המציאות בלי להזדקק לרובד טרנסצנדנטי כלשהו. במקביל לסילוקו של העל טבעי מן המדע נעשה מאמץ להסביר את אורחותיו של האדם בלי להזדקק להנחת קיומה של 'נשמה' על טבעית. במונחים חסידיים מדובר בהסברת האדם במונחי 'בחינת הישות' בלבד.

כפי שכתבתי בהקדמה, מטרת העבודה אינה מצטמצמת בחקר הטקסטים החסידיים. מטרתה להראות כי הנחות היסוד המטא-פסיכולוגיות של החסידות עשויות להרים תרומה להבנת האדם. לכן הקדמתי פרק העוסק בהנחות המטאפיזיות של החסידות: אחדות ההפכים, אחדות היש והאין. בעקבותיו בא פרק המתרגם את אותן הנחות יסוד ללשון פסיכולוגית, והוא מתאר כיצד שוררת 'אחדות ההפכים' המקווה ברובד האידיאי העליון של העשמה, וכיצד היא מתפוררת ב'שבירת הכלים' ומותירה את המציאות הכאוטית של היתוהו. ראינו כיצד מהווים חייו האמפיריים של האדם תהליך המתמשך של התמודדות עם היתוהו, בשאיפה להגיע לתיקון.

בפרק הנוכחי אפנה את מבטי לעבר הפסיכולוגיה המערבית ואנסה להגדיר אותה במונחים חסידיים. חשיבות הצעד הזה, מבחינתי, היא בכך שהוא יאפשר לי להשתמש בהמשך במושגים ובטכניקות שהתפתחו במסורת הפסיכולוגית המערבית, ולשלב אותם בתפיסה החסידית הבסיסית. לשם כך עלי : א) להגדיר במדויק את קו הגבול שבין המסורת הפסיכולוגית החסידית והמערבית. ב) להצביע, במונחים חסידיים, על מקורות עוצמתה וחולשתה של הפסיכולוגיה המערבית.

התזה המרכזית שלי בפרק זה היא שהפסיכולוגיה המערבית היא, ברובה המכריע, ניסיון להסברת הפסיכולוגיה כולה על סמך הנחות היסוד של תפיסת הישות. אם הנחתי נכונה כי אז נובע ממנה שהמסורת הפסיכולוגית המערבית הנה רבת עוצמה במיוחד כאשר היא עוסקת בתופעות הישותיות המובהקות כמו התמצאות במציאות האמפירית, שימור עצמי, או מאבקי היצרים הפיזיולוגיים. היא תתקשה יותר להתמודד עם אותם יסודות נפשיים שהחסידות מייחדת אותם כתלויים ביכולת היבטולי כמו רוחניות מיסטית, יצירתיות לגוניה או שאיפת חסד לשמה. במקרים אלו יאלצו התפיסות המערביות לנקוט באחת משתי טקטיקות: או לתרגם את אותן תופעות ללשון ישותית (כלומר רדוקציוניזם) או לגשש את דרכן לכוון תפיסת הביטול (מבלי שתעמוד לרשותן מטאפיסיקה מתאימה).

ביתר פרוט: לפי הנחות היסוד החסידיות אין תפיסת הישות יכולה להכיר בשאיפה מלבד טובת עצמה. תפיסה זו מוגדרת כראיית המציאות כאוסף של עצמים חסרי משמעות, שעיקר משמעותם בעצם קיומם. כל ישות שואפת לשרוד, לגדול ולהתעצם. הזולת יכול לשמש לה, במקרה הטוב, אמצעי למטרה (ובמקרה הרע מכשול, המאיים עליה בעצם קיומו). קשר בין שתי ישויות חייב להיות קונפליקט או לכל היותר שיתוף פעולה טכני.

קשר בין-אישי אמיתי, לפי החסידות חייב להיות מבוסס על דו-רובדיותה של המציאות. יסודותיו חייבים להיות א) ההכרה שכל הקיימים בעולם האמפירי (כלומר כולנו) אינם ביסודם אוסף אובייקטים מבודדים אלא מערכת שלמה הבאה לבטא 'אור', אשר יוכל להופיע רק מתוך שיתוף פעולה וצמצום הדדי של כל מרכיבי המערכת. ב) ההכרה של כל אחד שזולתו אינו רק

אובייקט הניצב מולו אלא מרכז עצמאי של משמעות, של רצון להעניק אושר ולקבלו – ובקצרה, התגלות של אור.

בעצם, פירוש הדברים הוא שאין אפשרות לבנות פסיכולוגיה אלא אם כן אנו לוקחים בחשבון את תפיסת הביטול.

אולם קודם כבר זיהינו את המדע המודרני כפיתוח מרשים של תפיסת הישות דווקא. הדבר בולט במיוחד באותן גישות פילוסופיות המתבססות במישרין על החשיבה המדעית. הפוזיטיביזם של קונט למשל, תיאר את האדם המדעי המפותח כמי ש"מסתפק בצפייה בתופעות ובמציאת הקשרים הסיבתיים העשויים להתקיים ביניהן, אם ברגע נתון ואם במרוצת הזמן" (ארון, ה'תשנ"ג). ויטגנשטיין, בהגותו המוקדמת, הציג דוגמא לא פחות מרשימה להגות כזו. מבחינתו "העולם בנוי עובדות, מהן אטומיות, בלתי מתפרקות, ומהן מורכבות. השפה האידיאלית בה צריכה להשתקף הסטרוקטורה של העולם צריכה, איפה, גם היא להכיל משפטים אטומים ומשפטים מורכבים" (בר הלל, ה'תשל"ו).

פירוש הדבר הוא שעצם מושג הפסיכולוגיה ה'מדעית' הנו בעייתי. ליבוביץ' ניסח את הבעיה בחריפות האופיינית לו: "מהותה של בעיה מדעית – להבדיל מסוגי בעיות אחרות שעולות לעלות בתודעתו של האדם – היא שייכותה לרשות הרבים של ההכרה. אי אפשר לדון במתודה המדעית אלא בדברים שכל אדם יכול להתייחס אליהם. כל מה שגלוי ידוע רק לי לעצמי אינו יכול להיות נושא למחקר מדעי. אין דבר שקוראים לו מיסטיקה. בכוונה אני אומר 'דבר שקוראים לו מיסטיקה' משום שאיני יודע מה זאת, אבל כולנו יודעים שעוסקים בזה הרבה מאד ומתכוונים למשהו שהוא רשות היחיד של הכרת בעליו, ולכן אינו יכול להיות נושא למחקר מדעי" (ליבוביץ', ה'תשמ"ג. עמ' 53). מה שליבוביץ' כינה כאן מיסטיקה הוא, ככל הנראה, מה שהחסידות מכנה 'תפיסת הביטול'. הוא טען, ולדעתי בצדק רב, כי קיימת בעיה לוגית מהותית בהפעלת המתודה המדעית על העולם הסובייקטיבי שהוא עולם של משמעויות ולא של ישויות הנמדדות בגדלן ובכמותן: "נתייחס למילה שמשמעותה לכאורה כמותית מובהקת: המילה הפשוטה 'גדול'... אסטרונום האומר שמרחקה של גלקסיה מסוימת מכדור הארץ גדול ממרחקה של גלקסיה מסוימת אחרת, לפעמים אינו יכול למדוד את המרחקים האלה, משום שהטכניקה של המדידה האסטרונומית עדיין לא היגיעה לכך... כל מי ששומע את דבריו ומבין את מה שהוא אומר מבין ממילה שאם הפסוק הזה אמיתי- גלום בו ערך מספרי מסוים, שאין אנו יודעים אותו ברגע זה... ועתה ננסח פסוקים אחרים שבהם מופיעה המילה 'גדול'. פסוק אחד הוא מאמר תלמודי-גדול הנהנה מיגיע כפיו יותר מירא שמיים- פסוק שבא לבטא את ההערכה וההוקרה העצומה לעבודה ולמלאכה. משמעותו של הפסוק מובנת לכל אדם. אבל במקרה זה לא ניתן לשאול בכמה גדול נהנה מיגיע כפיו מירא שמיים. השאלה הזאת נמנעת לא משום שאין לנו אפשרות טכנית לענות עליה... אלא משום שהשאלה חסרת מובן. אין אנו עוסקים כאן בכמויות" (שם, עמ' 54). ישנו הבדל מהותי בין העולם הניתן להכרה מדעית לבין העולם הפסיכולוגי אשר למונחיו היסודיים (כמו 'משמעות', 'אהבה' 'הערכה' 'רצון' וכדו') יש תמיד אלמנט בלתי מדיד שליבוביץ' מכנה 'מיסטי'.

ולמרות זאת, הניסיונות להסביר את האדם במונחי עולם הישויות תחילתם בראשית העת החדשה. עם התפשטות של המגמה להסברת העולם באופן טבעי ולא התגלותי, החלו הוגים להציע גם תיאוריות פסיכולוגיות ברוח זו. מטבע הדברים, הניסיונות הראשונים נערכו בתחום

הפילוסופיה ויש לראותם כיפריהיסטוריה של הפסיכולוגיה המודרנית. ברצוני להתעכב על אותה פריהיסטוריה, ולהראות כי רב הרעיונות החשובים שהועלו על ידי הפסיכולוגיה החדשה עלו כבר בשלב שקדם לה, כשהם מפותחים במישרין ובאופן א-פריורי מתוך מושג הישות עצמו.

שפינוזה היה ללא ספק מן הראשונים שהציעו תפיסה ישותית ולא התגלותית של הפסיכולוגיה: "רוב הסופרים שכתבו על ההפעלות ודרכי החיים של בני האדם, זומים כאילו הם יושבים ודנים לא בדברים טבעיים הכפופים לחוקי טבע משותפים, אלא בדברים שמחוץ לטבע. ולא עוד אלא שהם סבורים, כנראה, שהאדם בתוך הטבע הוא מעין ממלכה בתוך ממלכה, שהרי לפי אמונתם יותר משהאדם נכנע לסדרי הטבע הוא מערער אותם ויש לו שליטה בלתי מוגבלת במעשיו ואינו נכרע אלא על ידי עצמו" (שפינוזה, ה'תשי"ד, עמ' קמא). בעצם קבע שפינוזה שכל הניסיונות הקודמים להסביר את התנהגות האדם נבנו על ההנחה שדבר מה מתגלה בו, שמקורו איננו במציאות האמפירית (ובלשונו על הנחת ה'ביטול'). כתוצאה מכך לקו אותן גישות פסיכולוגיות בנימה מוסרית חריפה אותה תיאר באופן סאטירי ממש: "לפיקך הם (בעלי התיאוריות, ב.כ.) נדים לו (לאדם שהוא מושא מחקרם, ב.כ.), מלעיגים עליו, בזים לו, או מה ששכיח ביותר, מקללים אותו. ומי שכוחו יפה להתלוצץ על חדלונו של האדם מתוך דברנות וחרירות יתרה, הרי זה נחשב לאיש א-לוהים... אבל איני יודע בהם אף אחד שהגביל את טבעו וכוחותיהן של ההפעלות וכנגדן את יכולתה של הנפש לשלוט בהן (שם). כנגד זאת הציע שפינוזה פסיכולוגיה אמפירית מובהקת: "הריני לטפל במעשיו ויצריו של האדם כאילו הייתי עוסק בקווים שטחים וגופים" (שם, עמ' קמב).

ההנחה הפסיכולוגית הבסיסית שהניח שפינוזה היא שאיפת הישות עצמה: "כל דבר שואף, עד כמה שהוא ברשותו, להתמיד בישותו" (שם, עמ'קא). שאיפה (שהוא מכנה 'קונטוס') זו היא עצם מהותו של האדם (שם, עמ' קנב). שאיפה זו, כשהיא מתייחסת על נפש בלבד קרויה רצון, וכשהיא מתייחסת גם על הנפש וגם על הגוף קרויה יצר. "אין היצר אלא המהות עצמה של האדם, שמתוך טבעה מתחייב בהכרח כל המשמש לקיומה" (שם, עמ' קנג). מהותנו היא היצר, ומתוך היצר נובעים מושגי הטוב והרע: "אין אנו שואפים, רוצים, חומדים, מתאוים לאיזה דבר מתוך שאנו חושבים אותו לטוב, אלא להפך, אנו חושבים איזה דבר לטוב מתוך שאנו שואפים אליו, רוצים בו, חומדים אותו ומתאוים לו" (שם). מן היצר, שעיקרו השאיפה להישרדות גופנית, נגזרים חיי הרגש: "כל שהרבה או ממעט, מפתח או מעכב את כוח פעולתו של גופנו, מושכלו מרבה או ממעט, מפתח או מעכב את כוח המחשבה של גופנו" (שם, עמ' קנד). והוא פרט: "מכאן אנו למדים שהנפש עלולה לקבל שינויים גדולים ולעבור עיתים לידי שלמות מרובה עיתים לידי שלמות פחותה. ההפעלויות הללו מסבירות לנו את ההפעלות (=רגשות) של שמחה ועצבות. וכך בשם שמחה הריני מבחין להלן את ההפעלות שעל ידה באה הנפש לידי שלמות מרובה מבתחילה, בשם עצבות – את ההפעלות שעל ידה היא באה לידי שלמות פחותה מבתחילה..." (שם). השמחה העצבות והתאוה הן הרגשות הבסיסיים, לדעתו: "כל יתר ההפעלות אינן אלא תולדותיהן של שלש אלו" (שם, עמ' קנה). והוא אכן המשיך ופיתח תורה רחבה ומפורטת של חיי הרגש שכולה בנויה על אותן הנחות יסוד.

יצא מכאן שמה שרואה שפינוזה כהתנהגות ראויה לא יכול להיות שונה מטובתו האגוצנטרית של האדם: "לפעול בהחלט מתוך מידה טובה אין ענינו בנו אלא לפעול ולחיות ולקיים את ישות

עצמו מתוך שלטון התבונה... על יסודה של בקשת תועלת עצמו" (שם, עמ' רמט). שהרי "אין שום אדם שואף לקיים את ישותו בשביל דבר זולתו" (שם). לכן, לכאורה אמורים בני האדם להגיע לקונפליקטים בלתי נמנעים: "כשאנו מדמים לנו אדם נהנה בדבר, שאינו עשוי להיות אלא קניין של יחיד, נשתדל שלא יהיה אותו דבר ברשותו של זה" (שם, עמ' קעד). כל אימת שאדם נתפס על ידי כ"סיבה לעצבות" (שם, עמ' קפ). הוא מעורר שנאה, ו"השונא את חברו יהיה שואף, אם כן, להרחיקו או להשמידו" (שם).

אולם מסקנתו הסופית של שפינוזה אינה כה פסימית. מטרתו האמיתית והעמוקה של האדם, לשיטתו, אינה אלא לחיות את חייו על פי התבונה. התבונה בלבד היא היכולה ללמד מהם צרכי האמיתיים של אותו אדם, ומהן הפרזות וצרכיות המשעבדות אותו ל"הפעלויות": "אהבה ותאוה יכולות להיות יתר על מידה" (שם, עמ' רסח). הטוב העליון הוא עצם ההכרה האובייקטיבית של ההרמוניה העמוקה השורה, לשיטת שפינוזה, במציאות כולה, וטוב זה אינו אמור לגרום לקונפליקטים: "הטוב ביותר נעלה של ההולכים בדרך המידה הטובה משותף הוא לכל, וכל בני האדם יכולים ליהנות ממנו באופן שווה" (שם, עמ' רנח). לכן "במידה שבני אדם חיים על פי שלטון התבונה, ורק במידה זו, הם בהכרח מתאימים תמיד בטבעם זה עם זה" (שם, עמ' רנז). שהרי מוכח מן הניסיון "שיותר קל לבני האדם להספיק את צורכיהם כשהם מסייעים זה לזה ושאינם יכולים להימלט מן הסכנות הצפויות להם בכל מקום אלא אם כן על ידי שתוף כוחותיהם" (שם, עמ' רנח).

גישתו של שפינוזה חשובה לענייננו משום שהיא כוללת פיתוח מפורט של מושג הישות באופן המשחזר להפליא את המושג החסידי המקביל. טענתי היא כי דיונים פילוסופיים, כמו זה של שפינוזה, יצרו אוירה אינטלקטואלית שבתוכה שום הסבר פסיכולוגי אינו שלם אלא אם תורגמה כל הוויית האדם למונחים טבעיים, אימננטים למציאות האמפירית. אווירה זו עיצבה, לאחר זמן, את הפסיכולוגיה של המאה ה-20 - כפסיכולוגיה אתנית ביסודה. ירמיהו יובל צטט את פרויד כמי שהיה מודע לקרבתו הפילוסופית לשפינוזה: "הנני מודה ברצון בתלות הקיימת ביני לבין תורת שפינוזה. אין שום סיבה שאזכיר את שמו במפורש, שכן הגיתי את רעיונותי מתוך האקלים שיצר הוא, ולא דווקא מתוך לימוד יצירותיו. יתר על כן, לא ביקשתי לעצמי צידוק פילוסופי" (יובל, ה'תשמ"ח, עמ' 414). מספר יסודות אשר התסידות מיחסת ל"ישות" עדיין נעדרים מכאן, אולם הופיעו מאוחר יותר עם התפתחותה הנוספת של ההגות המערבית.

המטריאליזם: בצורתו הקיצונית הופיע באירופה במאה ה-18, עם התבססותה של השאיפה להסביר את המציאות כולה, והאדם בתוכה, באופן 'טבעי'. ברגמן תיאר את משנתו של הוגה דעות מטריאליסט כהולבן במילים אלו: "הטבע אינו אלא חומר משועבד להכרח של חוקים מכניים". הכל הוא בסדר בתוך הטבע, שכל חלקיו אינם יכולים להפקיע את עצמם מן השלטון של חוקים ודאיים והכרחיים... "גם האדם משועבד כליל לחוקי הטבע של החומר. 'נפשו' תלויה בעצבי המוח. מה שאנו כיום ומה שנהיה מחר, כל דימויינו, פעולות רצוננו, כל מעשנו אינם אלא תוצאות הכרחיות של מהותנו ושל התכונות היסודיות שהטבע הנחיל לנו, ושל המסיבות אשר בהן התפתחו והשתנו התכונות האלה" (ברגמן, ה'תש"לב, עמ' 442). שוב אנו רואים את הופעתם הפילוסופית הטהורה של שיקולים העתידים לאפיין את הדיונים המטא-פסיכולוגיים האמפיריים במאה ה-20. בהמשך נראה כיצד השפיעו דיונים מן הסוג הזה על הגותו של פרויד.

ניטשה ועולם התווה: הרציונליזם התבוני של שפינוזה רחוק מאד מתאורן של סערות היצרים העלולות להשתולל, לא פעם, בעולמו של האדם. אצלו ניתן, לכל היותר, להכיר ב'הפעלויות' שהופיעו באופן מופרז משהו, כתוצאה מחוסר תבונה. ניטשה, לעומתו, הניח שדווקא העוצמה המתפרצת היא תכונתו הבסיסית של היש: "כל גוף מסוים שואף להשתלט על החלל כולו, ולדחות כל מה שעוצר את התפשטותו" (יובל, ה'תשמ"ה, עמ' 385. ניטשה, 78, ה', עמ' 636). כיוון שכך, יש להניח את השאיפה הזאת כשאיפתו היסודית של כל אורגניזם חי "דווקא אצל כל חי ניתן להוכיח באופן ברור ביותר שהוא עושה את כל האפשר על מנת לא לקיים את עצמו כמות שהוא כי אם להיעשות יותר" (יובל, ה'תשמ"ה, עמ' 383. ניטשה, 78, ה', עמ' 688). רצון זה, להיעשות יותר, הוא "צורה ראשונית של אפקט, שכל שאר האפקטים אינם אלא הסתעפויותיה" (שם). ואילו "השימור העצמי אינו אלא אחת התוצאות העקיפות המצויות ביותר" (יובל, שם, מעבר לטוב ולרוע עמ' 13). לכן הרצון לעוצמה הוא חזק וחשוב לפרט מעצם קיומו: "רק באשר חיים שם, מצוי גם רצון, אך לא רצון לחיים... הרצון לעוצמה הוא. רבים הדברים שערכם בעיני החי נעלה מהחיים עצמם, ואולם מגרונו של המעריך עצמו מי מדבר? הלא הרצון לעוצמה הוא!" (ניטשה, 78, ג', עמ' 111).

מן הרצון לעוצמה, טען ניטשה, נובעים הערכים כולם: "מהו טוב? כל מה שמרומם באדם את רגש העוצמה, את הרצון לעוצמה, את עצם העוצמה. ורע מהו? כל אשר מוצאו מן החולשה. מהו אושר? ההרגשה שהעוצמה צומחת, שגוברים על מכשול. לא שביעות רצון, כי אם יתר עוצמה. לא שלום בכלל, כי אם מלחמה. לא מידה טובה, כי אם גבריות. מידה טובה בסגנון החלשים והפגומים דינם שיאבדו: חוק ראשון לאהבת האדם שלנו, ואף מן הראוי לעזור להם בכך" (ניטשה, 78, ד', עמ' 253)¹⁰.

הנחת הרצון לעוצמה על ידי ניטשה אפשרה לו להעמיק יותר משפינוזה בהבנת אופים האפל והכאוטי של יצרי האדם. הדבר בולט כבר בפילוסופיה המקדמת שלו, כשתיאר את האופי הדיוניסי כשורת 'מעשי זימה של פריצות מופלגת אשר גליה הציפו והטביעו כל משפחתיות... מיזוג מתועב זה של תאוותנות ואכזריות" (ניטשה, 78, א', עמ' 2. גולומב, ה'תשמ"ז, עמ' 16). ועד לכתבים המאוחרים יותר: "עד היכן שלא תגיע חתירתו של אדם להכיר את עצמו, לא תיתכן תמונה פחות מושלמת מזו שמצטיירת אצלו על היצרים המהווים את מהותו. אף את הגסים שבהם רק בקושי יוכל למנות" (ניטשה, 78, ב', עמ' 49. גולומב, ה'תשמ"ז, עמ' 151). "הרצון לצבור כוח הוא מיוחד לתופעות החיים, לתזונה, להולדה, להורשה, לחברה, למדינה, למסורת, לסמכות... הממשות היחידה היא רצון ההתחזקות של כל מרכז כוח – לא שמירה על הקיום העצמי, כי אם הרצון לרכוש, לשלוט, לגדול, להתחזק" (ניטשה, 78, ה', עמ' 689. גולומב, ה'תשמ"ז, עמ' 115).

הבנת העולם החברתי: על רקע האקלים האינטלקטואלי המתואר לעיל, שכולו בגדר העמדת עולם הישיות כעולם מציאותי יחיד, אין זה מפתיע שאחת השאלות המרכזיות המטרידות את ההגות המערבית, החל מן המאה הי"ז, היא – כיצד תיתכן חברה. אם בני האדם אינם אלא ישויות עצמאיות השואפות לשרוד, להתחזק ולהתעצם, מה מאפשר להן לשמור על רמה סבירה של שיתוף פעולה באותו עולם עצמו?

¹⁰ השוה שפינוזה: "חמלה, היא עצבות, ואם כן היא רעה בפני עצמה" (תורת המידות, רעג).

התשובה המרכזית לשאלה זו, כפי שהתגבשה במהלך המאות ה-17 וה-18 היתה דרך המיתוס של האמנה החברתית. נניח איזה מצב טבעי שבו חיו האנשים לבדם, נהנים מחרות בלתי מוגבלת אולם פגיעים למציאות ככל שיכול אדם בודד בטבע להיות פגיע. הדחף הפשוט לשמירה עצמית יקבץ אותם ביחד לחתימת אמנה כלשהי, שתכונן חברה בעלת יכולת פעולה רבה לאין ערוך מזו של כל פרט ופרט. לא יהיה זה אלא רציונלי מצד הפרטים השונים לוותר על חירותם הבלתי מוגבלת ולהצטרף לאותה אמנה.

תומס הובס: היה אולי ראשון הוגי האמנה החברתית. כבן דורו של שפינוזה, גם הוא הגדיר את הפסיכולוגיה שלו כטבעית (כלומר ישותית), ואולי העמיק יותר ממנו לראות את העיונות ההדדית המתחייבת מהנחות היסוד שלו. הובס הגדיר את הרצון כתואר של הגוף "התחלות זעירות אלו של תנועה בתוך גוף האדם... קרויות ברגיל שאיפה.. שאיפה זו, שהיא פונה אל משהו שמעורר אותה, קרויה תאבון או תשוקה" (הובס, ה'תשכ"ב, עמ' 46). אין אושר בחיים אלא מילוי אותן תשוקות: "האושר הוא התקדמות בלתי פוסקת של התשוקה ממושא למושא. השגת האחד אינה אלא תחנה בדרך אל השני... הריני קובע כנטייה כללית של כל בני האדם – תשוקה מתמדת וחסרת מנוח של כוח אחר כוח" (שם, עמ' 88). אולם משאבי העולם מצומצמים מכדי לספק את כל השאיפות של כולנו: "ההתחרות על נכסים; על כבוד, על שררה, או על כוח אחר, מעוררת נטייה למריבה, לאיבה ולמלחמה" (שם, עמ' 89). יוצא שמצבו הטבעי של האדם הוא איבה הדדית: מחוץ למצב המדיני, קיימת תמיד מלחמת הכל בכל" (שם, עמ' 116). תוצאותיה של מלחמה כזו הן איומות: "שכל אדם אויב לכל אדם... אין מקום לחריצות ידיים... אין עבודת אדמה, אין שיט... אין בנינים נוחים... אין אומנויות, אין ספרות, אין חברה. ומה שגרוע מכל – פחד בלתי פוסק מפני מיתה בידי כוח הזרוע, שסכנתה אורבת בכל עת. האדם חי חיי בדידות, חיים דלים, מאוסים, בהמיים וקצרים" (שם, עמ' 116). זהו המצב הטבעי. הדרך להיחלץ מן המצב הזה היא הכניעה לכוח הגדול מכוחם של הפרטים השונים והוא כוחה של הקהילה: "האדם מטבע בריתו אוהב חירות ושליטה על אחרים. מה מניע איפה את בני האדם לשים לנפשם אותו מעצור אשר רואים אנו שהם חיים על פיו בקהילות? ... (והתשובה היא) לחלץ את עצמם מאותו מצב של מלחמה שהיא תוצאה הכרחית... מהפעלויותיהם הטבעיות של בני האדם, כשאין כוח נראה לעין שיהא מטיל את מוראו עליהם, ועל ידי אימת העונש יהא כופה אותם לקיים את האמנות שלהם" (שם, עמ' 161).

תיאורו של הובס את האמנה החברתית לא נותר כתיאור בודד. בצורה זו או אחרת השתמשו רוב הוגי תנועת ההשכלה בצורות שונות של אותן הנחות יסוד: המצב הטבעי שבו חי כל אדם לעצמו, והאמנה העומדת ביסוד החברה שכל כולה בנויה על שיקולי כדאיות רציונליים. תפיסה דומה עומדת ביסוד תורת החברה של שפינוזה (שפינוזה, ה'תשי"ד, רסג), רוסו (רוסו, ה'תשכ"ז), וג'ון לוק (לוק, ה'תשנ"ז). ניתן לומר שתפיסה זו בצורותיה השונות היא המיתוס המכנין של תורת החברה המודרנית. כשאנו מתבוננים בהוגה דעות עדכני כמו רולס (מאגי, ה'תשמ"ג, עמ' 274) בהבדל היסודי שרולס מכיר בכך שאכן מדובר במיתוס ולא במציאות.

מה הראיתי עד כה? הוכחתי, לדעתי, את קיומה של מגמה בולטת בהגות המערבית, להסביר את האדם כולו במושגים אותם מגדירה החסידות כמושגי 'ישות'. לא הוכחתי, כמובן, כי מגמה זו הנה בלעדית. להפך, לדעתי ניתן להצביע על הוגי דעות מערביים בולטים (כמו מרקס, למשל, ביתזות על פוירבך' ובעוד מקומות) שתפיסת האדם שלהם שונה, ועם זאת מגמה זו היא העומדת במרכז

ההגות האנתרופולוגית של העולם המערבי. חשוב להדגיש כי העולה מכל מה שהובא הוא כי מושג הישות כשהוא מפותח אינו מסוגל להסביר קשר בין אישי אלא ברמה תועלתנית וחיצונית בלבד. מכאן אנסה להראות כיצד השפיעה האווירה האינטלקטואלית שתוארה לעיל על התפתחותה של הפסיכולוגיה הדינמית.

פרק ד': הפסיכולוגיה המערבית כפסיכולוגיה 'ישותנית'

הפסיכולוגיה המערבית, ובכללה הזרמים הטיפוליים והפסיכודינמיים, הולכת בעקבות ההגות הישותנית שנסקרה בפרק הקודם ומשתדלת להסביר את האדם באשר הוא באופן 'מדעי' ללא הנחת יסוד טרנסצנדנטי כלשהו. באופן כזה נוצר פער בין אותם כוחות נפשיים המוסברים היטב ע"י הנחת הישות (כמו שאיפת האדם להישרדות, לעצמה, לבעלות על עונג) ובין אותם כוחות שלפי החסידות אינם יכולים להיות מוסברים אלא ע"י הנחת הביטול (כמו השאיפה לנתינה, לאידיאליזם או לרוחניות). תיאורטיקנים מערביים ניסו להתמודד בדרכים שונות עם הפער הזה. חלקם ניסו לפתח את הנחת הישות כך שתכיל את התחומים הרוחניים ומוכווני הזולת. אחרים ויתרו על הנחת תשתית פילוסופית מוצקה לתיאוריות שלהם. כך או כך, הפער הזה יוצר מגבלה מושגית לא פשוטה.

בפרק הנוכחי אסקור שורה של תיאוריות פסיכודינמיות שיש להן השלכה רבה לעיסוק הטיפולי. אנסה להראות כי למרות ההישגים המדעיים החשובים שהשיגו כולן מתבססות, בסופו של דבר, על 'תפיסת הישות' כמעט בטהרתה, ומשלמות על כך מחיר יקר ברמת ההמשגה.

פרויד: כל דיון בפסיכולוגיה הדינמית חייב לפתוח בפרויד, ולו מסיבות היסטוריות צרופות. פרויד הוא אשר יסד את התחום וקבע את מושגיו היסודיים. מבחינתי קיימת סיבה נוספת לפתוח את הדיון בפרויד, שכן במשנתו מופיע 'הנחת הישות' באופן ברור במיוחד, וניתן לעקוב אחרי המתח הפורה שבין האקסיומות הפילוסופיות של פרויד לבין המציאות האנושית המורכבת אותה ניסה לתאר באמצעות אותן אקסיומות.

רות גולן ביטאה תפיסה נפוצה לגבי התפתחות משנתו של פרויד כשכתבה: "חשוב להדגיש פעם אחר פעם שהפסיכואנליזה לא צמחה מתוך הפילוסופיה ולא נולדה באוניברסיטה. הפסיכואנליזה צמחה בקליניקה. הנשים ההיסטריות הן שלמדו את פרויד, הן שהובילו אותו לניסוח הנחותיו בדבר קיומו של הלא מודע בכך שספרו לו על כאביהן ועל חרדותיהן, בכך שהציגו לפניו את הסימפטומים הגופניים שלהן והראו לו את ההבדל בין אינסטינקט ביולוגי לבין דחף..." (גולן, 2002, עמ' 7). טענתי בפרק הנוכחי שונה: ניתן להראות כי פרויד פיתח, כבר בראשית דרכו, גרסא משלו. להנחות היסוד הישותיות הקיצוניות מבית מדרשם של ההוגים הפוזיטיביסטים. בגרסא זו דבק כל ימי חייו ומעולם לא העז לפקפק בה. מתוך אותה תפיסה פוזיטיביסטית ניסה לפרש לעצמו את המציאות האנושית כפי שהתגלתה לו בקליניקה, בספרות ובכל הישגי התרבות האנושית. גאוניותו של פרויד נעוצה, לדעתי, דווקא בכך שכל ימיו ניסה לגשר בין שתי מגמות מנוגדות לכאורה: מחד גיסא היה הוגה דעות עקבי שדגל בתפיסה מדעית מסוימת וסרב לנטות ממנה כמלא הנימה ומאידך גיסא היה אמפיריציסט בלתי מתפשר שסרב להתעלם מעובדות שנראו כסותרות את הנחותיו. התיאוריה הפסיכולוגית שלו היא הגשר שנבנה בין אותן קצוות, ודווקא לכן אין היא מובנת די צרכה אלא אם כן אנו מודעים לתהום מעליה נפרש אותו גשר מושגי.

מקורותיו הרוחניים של פרויד נעוצים, בראש ובראשונה, במסורת המדעית הפוזיטיביסטית אותה למד ואשר את דיגלה המשיך להניף כל ימיו. פיטר גיי, הביוגרף שלו, ציין כי מורהו הנערץ מיינרט, למשל, היה "אדם נחוש בדעתו ששאף לפסיכולוגיה מדעית, היה דטרמיניסט נוקשה וזלזל

ברצון החופשי משום שראה בו אשליה. הוא סבר שהנפש כפופה לסדר בסיסי ניסתר וממתינה לאנליטיקאי רגיש ומעמיק" (גיי, ה'תשנ"ד, עמ' 47). השפעה רבה עוד יותר היתה למורה אחר, ברוקה, אשר עליו כתב גיי כי הרצאותיו "מגלמות את הפוזיטיביזם הרפואי בצורתו החומרנית ביותר: כל התופעות הטבעיות, טען ברוקה, הן תופעות של תנועה. פרויד, כמובן, נכח בהרצאות אלה והסכים עמן בלב שלם. הוא שמר על נאמנותו להשקפה הבסיסית של ברוקה על המדע גם לאחר שהמיר את ההסברים הפיזיולוגיים לאירועים נפשיים בהסברים פסיכולוגיים" (שם, עמ' 41). כך, למשל, בהרצאות המבוא לפסיכואנליזה, שכתב במהלך מלחמת העולם הראשונה, הסביר כי המתודה שלו לניתוח פליטות פה אינה אלא יישום עקבי של המתודה המדעית, וטען: "בואו נפנה אל מישהו שהפסיכואנליזה זרה לו ונשאל אותו כיצד הוא מסביר לעצמו את ההתרחשות של דברים כאלו (פליטות פה, ב.כ.). תחילה הוא יענה: הו, אין זה ראוי להסבר, אלו גילויים מקריים קטנים. למה מתכוון האיש בדבריו! האם הוא רוצה לומר שיש מאורעות, ולו קטנים ביותר, הניתקים מהשתלשלותה של ההתרחשות העולמית? מי שפורץ בדרך זו את הדטרמיניזם הטבעי במקום אחד ויחיד, הפך את קערת השקפת העולם המדעית כולה על פיה" (Freud, 15(v. xiv- a), p.120). קשה לבקש הצהרת נאמנות ברורה מזו להשקפת העולם הפוזיטיביסטית.

האקסיומה הביולוגית: ואכן, כבר בכתביו הראשונים ניכרת בפרויד השאיפה לייסד פסיכולוגיה פוזיטיביסטית בעלת בסיס פיזיולוגי. ב 1895, סיפר גיי, תכנן פרויד "לחקור איזו צורה לובשת התיאוריה של התפקוד המוחי אם מיישמים עליה את נקודת המבט הכמותית, מעין כלכלה של כוחות העצבים" (גיי, שם, עמ' 74). התוצאה היתה מחקר שלא פורסם, 'פסיכולוגיה לנוירולוגים', אשר גיי תיאר אותו כניסיון "לייסד את הפסיכולוגיה כאחד ממדעי הטבע ולבססה על היסוד האיתן של הנוירולוגיה" (שם, עמ' 76). ניסיון אשר לדעתו "עולה בקנה אחד עם שאיפותיהם של הפוזיטיביסטים שעימם למד, ואשר כעת עמל להגשים את תקוותיהם וחלומותיהם" (שם). גיי כתב כי "כל רעיונותיו של פרויד על אודות היצרים, על ההדחקה וההגנה, על המשק הנפשי והכוחות הנאבקים בתוכו, ועל החיה האנושית כחיה המביעה משאלות, כולם מופיעים בה (בעבודה זו ב.כ.) במרומו" (שם, עמ' 75). נראה שעיקר חשיבותו של הפרויקט בהצבתו של עקרון היסוד שיוסיף ללוות את פרויד לכל אורך הגותו, והוא העיקרון ההומאוסטטי: "הנפש נתונה תחת השפעתו של עקרון ההומאוסטטי, וזה כופה עליה לפלוט גירויים מפריעים הפולשים אליה מפנים או מחוץ הם עושים כן משום שמצב המנוחה, הרוגע שאחרי הסערה מביא עונג, והנפש תאבה עונג או נמלטת מפני הכאב" (שם, עמ' 76). ניתן לומר, שהאורגניזם שואף להישאר כפי שהוא, ולשם כך הוא נאבק במציאות (הפנימית והחיצונית) המתערבת שוב ושוב ומפירה את האיזון אליו הצליח להגיע. בניסיונו להיאבק ב"גירוי" המייצג את פלישתה של המציאות משתדל האורגניזם לפלוט אותו מתוכו ולחזור למצבו ההומאוסטטי. לפי פרויד זהו עקרון היסוד של מערכת העצבים. מבחינה עקרונית יש כאן, לדעתי, ניסוח פיזיולוגי של עקרון היקונוסטי שהכרנו אצל שפינוזה: "כל דבר שואף, עד כמה שהוא ברשותו, להתמיד בישותו" (שפינוזה, ה'תשי"ד עמ' קנב). במילים אחרות מדובר בניסוח מדעי, או לפחות מדעי לכאורה, של תפיסת הישות.

פרויד מעולם לא זנח את עקרון ההומאוסטטי, והוא הוסיף לתאר אותו כאקסיומה יסודית, אשר לאורה יש לפרש את הממצאים האמפיריים של הפסיכולוגיה. ב'יצרים וגלגולי יצרים', מאמר שפרסם ב 1915 כתב: "לא זו בלבד שאנו מצרפים לחומר שלנו שקנינו מן הניסיון,

מוסכמות מסוימות בבחינת מושגי יסוד, אלא אנו מסתייעים גם בכמה הנחות מורכבות, שיהיו נר גרלינו בבואנו לחקור את עולם התופעות הפסיכולוגי. את החשובה בהנחות אלה כבר הזכרנו, ועכשיו אין לנו אלא להדגישה בפירוש. היא הנחה ביולוגית (הדגשה במקור, ב.כ.) על פי אופייה ... הנחה זו אומרת: מערכת העצבים היא מנגנון שהוטל עליו לסלק את הגירויים העולים ובאים, להורידם למדרגה נמוכה ככל האפשר. או, אילו רק ניתן הדבר, היה רוצה מנגנון זה להיות נטול גירויים מכל וכל" (Freud' 15(v. xiv-a), p120). באותה רוח כתב ב'מעבר לעקרון העונגי': "אחת משאיפותיו של המנגנון הנפשי היא לשמור על כך שכמות הגרייה המצויה בו תהיה מועטת ככל האפשר, או לפחות, קבועה" (Freud, 20, p 8) וסיכם בניסוח שפינוזיסטי ממש: "עקרון העונג גזור מעקרון הקביעות" (שם). שוב ושוב הוא מדגיש כי היצר אינו אלא גירוי מטריד אשר כל יחודו שהוא מגיע "מפנימו של האורגניזם" (Freud, 15(v. xiv-a), p 120). ולכן המשימה המוטלת על מערכת העצבים, להיפטר מנוכחותו המכאיבה, היא מסובכת וקשה (שם). וכך כתב בסיכום מאוחר של תורתו, שפורסם ב 1933: "מקורו (=של היצר) הבא מצב גרייה בגוף, ומטרתו ביטול הגרייה הזאת" (Freud, 33, p 96).

עד כאן אין בדבריו של פרויד חידוש מהותי לעומת הוגי הפסיכולוגיה הישנותית שקדמו לו. יש כאן תרגום מרשים של אותם עקרונות פילוסופיים ידועים ללשון שנשמעה עדכנית לאור הידע הפיזיולוגי של סוף המאה ה-19 (והנשמעת היום מיושנת ושגויה). מקומו של פרויד בהיסטוריה של ההגות לא נרכש, לדעתי, בזכות פיתוחה של התפיסה היסודית אלא בזכות העימות חסר הפשרות שעימת אותה פרויד עם המציאות הפסיכולוגית הממשית. אנסה עתה לבחון את העימות הזו והתפתחותו.

ראשית יש לשאול – מה יכול להיות מקומו של הזולת בעולמו של אדם אשר המערכת הנפשית שלו נשלטת, כסברת פרויד, על ידי עקרון ישותי קיצוני כל כך? מן הסתם מהוה הזולת גירוי מטריד, או במקרה הטוב – אמצעי לפורקן יצרי. בתיאוריה הקלינית המוקדמת שפיתח פרויד, אשר סאנדלר (Sandler, 86) כינה תיאורית ה'אפקט-טראומה', נראה שזהו באמת מקומו של הזולת. תיאוריה זו מתמקדת בניסיונות טראומטיים מוקדמים שעבר האדם ואשר הם שגרמו לסבלו הנפשי: "הלוקים בהיסטוריה סובלים על פי רוב מזיכרונות" (גיי, שם, 69). המערכת הנפשית היתה שואפת לטהר את עצמה מאותם זיכרונות, ולכל הפחות ממשמעותם הרגשית, כשם שהיא שואפת לטהר את עצמה מכל גירוי שהוא. אולם מסתבר שזיכרונות מסוימים מקשים יותר על המערכת הנפשית 'לפלוט' אותם מתוכה, הקושי נובע דווקא מן הכאב העצום שהם גורמים בשעה שהם עולים למודעות. תפקיד המטפל הוא לעזור למערכת הנפשית (כלומר, למטופל) להשתחרר מאותם זיכרונות כואבים שהותירו בו האנשים הקרובים אליו בהתנהגותם ההרסנית. כל התיאור הזה עולה בקנה אחד עם הנחות היסוד של תפיסת הישות, כפי שפיתח אותה פרויד.

תסביך אדיפוס: אולם המציאות מראה כי יחסי אנוש הנם מורכבים בהרבה. הניסיון הקליני וההתנסות היומיומית מראים כי אנשים רבים יותר סובלים מאובדן אובייקט או מאכזבה ממנו מאשר הסובלים מפלישתו הטראומטית לחייהם. ב 1900 יצא לאור 'פשר החלומות', שמגמתו מחקר אמפירי של הלא מודע והתהליכים והתכנים המאפיינים אותו. בספר זה תואר לראשונה המשבר האדיפלי הקובע, אליבא דפרויד, חלק גדול מן התכנים הלא מודעים. תסביך אדיפוס הנו

ביסודו דרמה של אובדן. תסביך אדיפוס כופה על פרויד להתמודד עם יחס אובייקט מסוג שלא הוזכר במחקרים המוקדמים, ואינו מוסבר בקלות על ידי 'הנחת היסוד הביולוגית'. לפנינו ניצבת דמות האם כגירוי משמעותי שהפעוט אינו רוצה 'לפלוט' מתוך המערכת הנפשית שלו. להפך, הוא מתעקש להחזיק בו בכל כוחו (וגם לאחר שנאלץ לוותר עליה במודע, הוא מוסיף לשאוף אליה באופן לא מודע). פרויד טען שוב ושוב שתסביך אדיפוס הנו תגלית אמפירית ולא הנחה פילוסופית (גיי, שם, עמ' 84). ואני סבור שאין לפקפק בדבריו. דומה אפילו שמדובר בתגלית הסותרת את הפילוסופיה המוקדמת שלו, שהרי כפי שראינו בעולם של ישויות אין מקום אמיתי לזולת. האם נתגלה כאן סדק בתפיסת העולם הישותית הנוקשה?

כדי להתמודד עם משמעויותיה של תגליתו פרסם פרויד ב-1905 ספר תיאורטי: "שלוש מסות על המיניות", ונראה שכל מטרתו לתרץ את הפער שבין תפיסת היצר הפוזיטיביסטית לבין התגלית האמפירית החדשה. כבר בראשית הספר (Freud, 05, p 136) פרויד חילק את הדחף המיני לשלשה מרכיבים: מקור הדחף, מטרתו, והאובייקט שלו. המקור הוא אותו גירוי אשר מערכת העצבים מנסה לפלוט מתוכה, ובלשונו "ייצוג אנדוגני מתמשך של גירוי" (שם, עמ' 168). המטרה היא העונג שבפלטת הגירוי, והאובייקט הוא דמות אנושית כלשהי - למשל האם (שם, עמ' 227) אשר בעזרתה מגיע הדחף לסיפוקו.

לכאורה, נראה כי משלשת המרכיבים הללו האובייקט הוא הפחות חיוני. כל משמעותו בהיותו סיוע למטרה המינית, שהיא פליטת הגירוי. מדוע, אם כן, נצמדים אנשים לאובייקט זה או אחר? פרויד טען שהיצמדות זו גובלת בפטישיזם: "המהותי בפטישיזם הוא בחירת אובייקט שאיננו מתאים למשיכה המינית נקודת הקשר עם הנורמלי היא הערכת היתר הפסיכולוגית של האובייקט המיני... עד לדרגה מסוימת הפטישיזם נוכח כרגיל באהבה נורמלית... המצב מתחיל להיות פתולוגי אך ורק כאשר האובייקט מחליף את המטרה הנתונה, או מעבר לכך, כאשר האובייקט הופך לאובייקט יחידי" (שם, עמ' 153). למעשה קבע פרויד כי אף על פי שהמטרה המינית אינה קשורה לאובייקט מסוים מלכתחילה, הרי בדרך כלל מתקיים תהליך פסיכולוגי המצמיד אותה לאובייקט. תהליך זה - שפרויד כינה אותו פטישיסטי (1) - קשור למה שפרויד מכנה בחירת אובייקט, או OBJECT CATHEXIS.

סנדלר (שם, עמ' 38) הגדיר את ה CATHEXIS כ'השקעה', ביטוי המעורר מיד אסוציאציות כלכליות: כשם שיכול אדם לפזר את כספו לכל עבר, ובכל זאת עדיף וכדאי לו להשקיע במקום אחד כדי שניתן יהיה לנצלו בעתיד, כך 'משקיע' התינוק באמו: "בזמן ראשית הילדות, כאשר הסיפוק המיני עדיין קשור להזנה, יש לאינסטינקט המיני אובייקט מחוץ לגופו בדמות שד האם." גם אחר כך, בהמשך ההתפתחות, ממשיך היצר להיות קשור לאותו אובייקט: "גם לאחר שהפעילות המינית הופרדה מההזנה, חלק חשוב מאותם יחסים מיניים ראשוניים וחשובים מכל נשאר, ועוזר להכין את בחירת האובייקט... לאורך כל הילדות ילדים יכולים לחבב אנשים העוזרים להם בחוסר האונים שלהם ומספקים את צורכיהם" (Freud, 05, p 222). ופרויד סיכם: "יש סיבות טובות מדוע מציצת השד על ידי התינוק נעשית פרוטוטיפ של אהבה" (שם).

כלומר: פרויד שמר על הגדרתה היסודית של שאיפת היצר וניסה להסביר לאורה מדוע התינוק משקיע את אותן שאיפות באובייקט מסוים דווקא. לפי הסברו, בראשית החיים אין הבחנה בין יצר המין ליצר ההזנה והם נחווים כיצר אחד שיש לו אובייקט 'טבעי' בדמות שד האם. גם לאחר

* נדמה לי שגם הביטוי 'אובייקט' שבו בחר פרויד כדי לתאר את הזולת (ואת דמותו המופנמת) קשור לאותו

שיצרי המין וההזנה נפרדים אלו מאלו ויטבעיותו של האובייקט כבר אינה הכרח גמור, מוסיף הילד 'להשקיע' את שאיפותיו היסודיות באמו, שהרי היא המספקת את צרכיו וכל חייו תלויים בה. כך נוצר אותו קשר מוזר שבין היצר לאובייקט שלו, שפרויד ראה אותו כפטישיזם. כל המבנה המושגי המפואר הזה הוא ביסודו מבנה מגשר, שתכליתו 'לתרץ' את הקשר העמוק לאם לאור האקסיומה הישותית שפרויד האמין בה בכל ליבו.

יצרי האני: גילוי של התסביך האדיפלי אילץ את פרויד לשנות את התיאוריה שלו בנקודה נוספת. בשלב הראשון להתפתחות משנתו יכלה הישות האנושית להיות שלמה בתוך עצמה, פשוטה בתביעותיה מן הסביבה (או בעצם בתביעותה החשובה האחת – לאפשר לה לשמור על רמת גרייה מינימלית). הקונפליקט העיקרי שתואר אז היה בין אותה ישות לבין הדמויות העיקריות המקיפות אותה. אולם מעתה סבר פרויד כי האדם חפץ להחזיק באובייקט שלו וכי הוא נאלץ לוותר עליו בניגוד לרצונו. המציאות, בדמות האב, כופה עליו זאת. מכאן למד פרויד כי לצד יצר המין קיים באדם כוח אחר, הכופה עליו להתחשב במציאות בה הוא חי. מכאן ועד סוף ימיו עתיד פרויד להסביר את הקונפליקטים הבלתי פתירים (לדעתו) עמם מתמודד האדם במונחים של דואליות נפשית, התנגשות פנימית בין יצרים שונים. ב"מעבר לעקרון העונג", למשל, כתב "תפיסתנו היתה מראשיתה תפיסה שניותית" (Freud, 20, p 53).

הקונפליקט הפנימי הראשון שתיאר פרויד היה בין עקרון העונג המנחה את היצר המיני לבין עקרון הממשות המנחה את מה שכינה אז 'יצר האני' (ובעצם – שאיפת ההישרדות). בלשונו: "יודעים אנו כי עקרון העונג שייך לדרך עבודה ראשונית של המנגנון הנפשי, וכי לא יצלח מלכתחילה לעמידת האורגניזם בקשיי העולם החיצון. גדולה מזו, יש בו סכנה רבה לקיומו של האורגניזם. בהשפעתם של יצרי קיום עצמו של האני בא תחת עקרון העונג עקרון הממשות. זה אמנם אינו מבטל את הכוונה להגיע בסופו של דבר לידי הפקת עונג אך הוא דורש ומשיג את דחית הסיפוק" (שם, עמ' 10). זהו ניסוח מאוחר ובשל למהלך מחשבתי שהוצע מיד עם גילוי של תסביך אדיפוס). למעשה, הניגוד בין שני העקרונות הוא על פני השטח בלבד: שניהם גזורים מעקרון הקביעות, אלא שבדרכים שונות. עקרון העונג מנסה לשמור על הומאוסטזיס פנימי על ידי פליטת גירויים פנימיים מכאיבים, ואילו עקרון הממשות מנסה לשמור על אותו הומאוסטזיס עצמו לפרק זמן ארוך יותר, כשהוא מביא בחשבון את תגובת הסביבה להתנהגות מעגנת זו או אחרת. לכן תיאר פרויד את עקרון הממשות כ'תיקון' לעקרון העונג (שם, עמ' 11) ולא מהות שונה באמת. זהו דפוס שפרויד עתיד לחזור עליו בהמשך התפתחותו: קונפליקט עז, שביסודו אקסיומה ישותית אחידה ופשוטה למדי.

נרקסיזם: בימבוא לנרקסיזם מופיעה הרחבה מרתקת של התיאוריה, שיש בה עניין מיוחד מזווית הראיה המוצגת כאן. ניתן לומר כי במאמר זה התמודד פרויד עם מושג האהבה, והכניס אותו למסגרת הכללית של שיטתו. עד כה דן פרויד באריכות בנכונותו של אדם 'להשקיע' ב'אובייקט', ובכאב על אובדנו. אולם תמיד היה מדובר ב'אובייקט של היצר', שהוא משני בחשיבותו ל'מקור' היצר (שהוא האורגניזם עצמו) ולמטרתו (העונג). והרי ב'אהבה' יש גם אלמנטים אחרים לגמרי. היא כוללת, למשל, את הצורך העמוק באשרו של הזולת עצמו. כיצד

הנחות שתוארו לעיל. כביכול אין הזולת אלא 'אובייקט' ליצר ולשאיפותיו.

נובע צורך כזה מהנחותיו של פרויד כפי שגובשו עד כה! אהבה ליאובייקט' מספק איננה אלא נגזרת של אהבת האדם לעצמו, ואילו כל יתר סוגי האהבה שתיאר פרויד נובעים מאותה אהבה עצמית ושבים אליה. כך תיאר זאת פרויד בהערה שצדף ב-1915 - 'שלוש תרומות לתיאוריה של המיניות': "אנו מתקרבים כעת לרעיון של כמות ליבידו אשר לייצוגה המנטלי אנו נותנים את השם 'ליבידו של אני'. אותו 'ליבידו של אני', מכל מקום, ניתן למחקר אנליטי רק כאשר הוא נקשר לאובייקט מיני, כלומר כאשר הוא הופך לליבידו של אובייקט. אנו יכולים לעקוב הלאה אחרי הליבידו של האובייקט, דרך גלגוליו הבאים... כאשר הוא נסוג מן האובייקט... כך שהוא הופך שוב לליבידו של אני.. בהנגדה לליבידו של אובייקט אנו מתארים את הליבידו של אני כליבידו נרקסיסטי... ליבידו של אני, או ליבידו נרקסיסטי, נראה כמלאי גדול ממנו באות ההשקעות באובייקט ואילו הן שבות. הקבעה ליבידינלית נרקסיסטית של האני היא מצב העניינים האורגנילי הנראה בילדות המוקדמת, והוא מכוסה בלבד על ידי התפרצויות מאוחרות יותר של הליבידו אך נשאר באופן מהותי מאחוריהן" (Freud, 05, p 217).

כלומר: הנרקסיזם הוא המצב שבו האדם מעונין בעצמו, בלבד, מתעסק בעצמו ובעינוגו ואינו מתייחס באמת לזולת כלשהו. פרויד טען שזהו מצב העניינים הטבעי לאדם, וכל היהשקעות באובייקט אינן אלא פיתוחים מאוחרים שלו. ניתן לראות כיצד תואמת התפיסה הזו את האקסיומה הישית של שפינוזה, ואת גלגולה הפיזיולוגי אצל פרויד. ב 'על הנרקסיזם' תיאר זאת פרויד במשל האמבה הידוע שלו (Freud, 14 (v. xiv-a), p 75) בו המחיש את היחס שבין האנרגיה הנפשית ל 'אובייקטים' כיחס שבין האמבה למזונה. בתחילה כלול הליבידו כולו בתוך האמבה - האני. אחר כך האמבה, בחיפושה אחר מזון, 'רוכשת' לעצמה אובייקטים שונים על ידי כך שהיא מכניסה אותם לתוכה וכביכול מרחיבה את עצמה כך שהיא כוללת אותם. תהליך זה אינו בלתי הפיך - תמיד קיימת האופציה שהאמבה תחזיר את ה'רגל המדומה' שבה עטפה את האובייקט שלה ותחזור למצבה המקורי.

מהי, אם כן, אהבה? לאור הנחות אלו היא חייבת להיות מעין הרחבה של האני, יכולת להתייחס לזולת כאילו היה אני. פרויד הסביר כי התינוק יכול לאהוב את "האישה המאכילה אותו, הגבר השומר עליו" (שם, עמ' 90), וזוהי אהבת אובייקט כפי שתוארה בכתביו עד כה. בנוסף לכך, הוא יכול לאהוב באופן שהוא מכנה נרקסיסטי את מה שהינו או עתיד להיות או "מישהו שהוא רואה בו חלק מעצמו" (שם). כך הסביר התנהגויות על אהבה אלטרואיסטית כביכול, כאהבת הורים לילדים (שם, עמ' 91). בלי לסטות מתפיסתו הבסיסית הקובעת כי אלטרואיזם אינו אלא אחד מאפיוני האישיות הנוירוטית (Freud, 13(v. xiii), p 71), או, ביתר דיוק, כי האלטרואיזם הוא אחד הקווים הנוירוטיים המשותפים לכולנו, ואצל הנוירוטיקן הם מופיעים בעצמה רבה במיוחד. שהרי האלטרואיזם הופך טפל לעיקר, מעמיד את הזולת לפני עצמו. בין אם נקבל או נדחה את הסבריו של פרויד לאותה יכולת הזדהות, או הרחבה של האני, אין ספק שלפנינו צעד נוסף במהלך פרוידיאני קלאסי: בלי לסטות מההנחותיו היסודיות הצליח לכבוש לו, כביכול, את היכולת להסביר עוד תחום נפשי העומד לכאורה מעבר לאותן הנחות ובניגוד להן. ניתן לומר שבמאמר זה הראה כי גם האהבה איננה אלא תוצר של דחפים פיזיולוגיים ישותיים.

וכמו בדיונו בפטישיזם, שוב הגדיר סוגים שונים של פתולוגיה נפשית כמקרים בהם הופך הטפל לעיקר. במצב הבריא, לדעתו, נשאר הגרעין הבסיסי של האהבה מרוכז באני ואילו יחס האהבה טפל אליו. ביאבל ומלנכוליה' הסביר את הדיכאון כסירוב לוותר על אובייקט שנרכש ברמת

האהבה הנרקסיסטית וטען שמדובר בפתולוגיה שאין הבדל יסודי בינה לבין מצב של אבלות: "אותו מצב הכרתי של כאב... אותו אובדן יכולת להתעניין בעולם החיצוני, אותו אובדן יכולת להסתגל לאובייקטים חדשים לאהבה... רק בגלל שאנו יודעים כל כך טוב להסביר זאת, מצב זה אינו נראה לנו פתולוגיה" (Freud, 15(v. xiv) p 224). כלומר – אנחנו פשוט רגילים למצבי האבל ואיננו תופסים שמדובר במצב פתולוגי: אנו מחשיבים את ה'אובייקט' ובקשר אליו הרבה יותר ממה שאובייקט זה נדרש לו באופן רציונלי. בעמדה זו הוסיף פרויד להחזיק גם בתקופות מאוחרות בהרבה. במאמר 'טיפוסים ליבידינליים' שנכתב ב-1931 הוא מגדיר 'אישיות נרקסיסטית' כאדם אשר "בחייה האהבה שלו הוא מעדיף לאהוב מאשר לאהב" (Freud, 31, p 218), בניגוד למה שמשמע רציונלית מתפסת הישות.

יצירתיות: גם היצירתיות למיניה, בין אם מדובר ביצירתיות אומנותית, פילוסופית או כל אופן אחר של יצירתיות רוחנית אינה נובעת במישרין מהגדרת הישות – לשם כך הציע פרויד את מושג הסובלימציה אותו הוא מתאר כהליך שבו נבלמת ייצריותו של הילד ומתועלת למטרות 'גבוהות' יותר כדי לספק את האנרגיה הנפשית הנצרכת להישגיו התרבותיים (שלש תרומות לתיאוריה של המיניות, עמ' 50). בתהליך זה מנוצלת האנרגיה המינית שנשללה ממנה אפשרות פורקן למטרות הזרות לה במהותה. אין פלא שפרויד מצא דמיון רב בין היצירתיות התרבותית לבין האופי הנוירוטי: "מצד אחד אנו מוצאים בנוירוזות הקבלות בולטות ומעמיקות ליצירות החברתיות הגדולות של האמנות, של הדת ושל הפילוסופיה, ומצד אחר הן נראות כסירוסיהן של הללו. אפשר להעז ולומר שההיסטוריה היא קריקטורה של יצירה אומנותית, נוירוזת הטורדנות היא קריקטורה של דת, והטרופ הפרנואי הוא קריקטורה של שיטה פילוסופית. סטייה זו נמצאת בחשבון אחרון תולדת העובדה שהנוירוזות הן בריאות א-סוציאליות, הן מבקשות לפעול בכוחות עצמן מה שנוצר בחברה בעבודה קולקטיבית" (Freud, 13(v. xiii) p70). ההבדל בין יצירתיות ונוירוזה מתמצה בכך שהתרבות היא נוירוזה קולקטיבית. הנה כאן גזר פרויד את העולם הרוחני וכל אשר בו מאותן הנחות ישותיות בהן דבק.

יצר המוות: לאורך כל ההתפתחות שסקרתי עד כאן שמר פרויד על 'הנחת היסוד הביולוגית' שלו, תוך כדי מאמצים כבירים להרחבתה באופן שתוכל לתאר מגזרים הולכים וגדלים של הוויית האדם. ביסודו של דבר רוצה האדם בטובת עצמו ולשם כך הוא משתדל לשמור על דמויות מסוימות הדרושות לו לסיפוק צרכיו, או שהוא מזדהה עמן מסיבה זו או אחרת. כבר במאמר 'אבל ומלנכוליה' נסדקת התפיסה ה(עדיין) פשוטה הזו. נראה כי המלנכולי- כמו האבל – משתדל לשמור על הדמויות המופנמות שאיבד גם במקרים שהקשר עמן היה רצוף ייסורים. למעשה, לא פעם נראה כי ככל שהקשר היה קשה ומיוסר יותר כן קשה יותר לאבדו, ולכן האבל כבד וארוך יותר. עובדה זו אינה משתלבת בקלות עם ההנחה האגוצנטרית האופטימית יחסית שיחסיו של האדם נגזרים מטובת עצמו.

מלחמת העולם הראשונה מוטטה כליל את האופטימיות. מעבר לעצם המראה המפלצתי של מיליוני בני אדם הטובחים אלו באלו ללא טעם, העלתה מלחמה זו שלל נושאים טיפוליים שחייבו את פרויד להרהר מחדש על בסיס תורתו. הדוגמא שהביא בעצמו היא 'נוירוזת המלחמה' (Feud, 20, p 12), שהיא מה שהיום מכנים 'תגובת קרב'. בניגוד לכל מה שניתן להעלות על הדעת, מסתבר

שהמערכת הנפשית של הלוקים בתגובת קרב מחזירה אותם שוב ושוב אל הטראומה שעברו, המופיעה במיוחד בחיי החלום שלהם (שם, עמ' 13). דומה שאין שום אפשרות לקטרזיס – למרות כל הניסיונות לפרש ולהעלות דברים למודע, נראה כאילו במצבים מסוימים הנפש דבקה בטראומה וחוזרת אליה שוב ושוב, כשם שבמצבים אחרים היא דבקה בזיכרון של אירוע מענג ומסרבת לעזבו. האם קיים יצר השואף להרס הטראומטי כשם ששואף יצר המין אל העונג? מה יכול להיות טיבו של יצר כזה? וכיצד הוא מסתדר עם הנחת הישות?

כדי לענות לשאלה זו יש להיכנס מעט לשיקוליו הסזוריים של פרויד, אשר יצרו מה שהוא עצמו כינה "שינוי מעמיק בתורת היצרים" (פרויד, ה'תשכ"ח, כרך א' עמ' XVII).

מגמתו של כל יצר, לפי פרויד, היא שמרנית: החזרת מצב לקדמותו, פריקת המתח המיותר שיוצר גירוי חיצוני כלשהו. אם כן, טען פרויד, ניתן להסתכל על החיים עצמם כעל גירוי עודף שכזה, שכן אין ספק שהחיים כולם הנם הפרעה למציאותו של החומר הדומם: "אילו היתה מטרת היצרים מצב שלא הושג מעולם היה הדבר עומד בסתירה למהותם השמרנית של היצרים. אדרבה, המטרה צריך שתהיה מצב ישן, מצב מוצא, שהחי נטש אותו בשעתו ושאליו הוא שואף לחזור בכל דרכי העקיפין של ההתפתחות. אם מותר לנו להניח, כהתנסות ללא יוצא מן הכלל, שכל חי סופו למות מסיבות פנימיות, לחזור אל האנאורגני, הרי נוכל לומר רק זאת: מטרת כל החיים היא המות. ובראייה לאחור – הדומם קדם לחי" (Freud, 20, p 38).

ראשיתם של החיים, טען פרויד, בהשפעה כלשהי שחדרה לעולם החומר – אולי אנרגיה שבאה מן השמש. המצב שנוצר בעקבות זאת היה בלתי יציב: "המתרחשות שנוצרה אז בחומר שהיה לפניו חסר חיים שאפה להתפרק – קם איפה היצר הראשון, הדחף לחזור אל הדוממות. החומר החי של אז – קלה היתה לו המיתה... אפשר שזמן רב היה החומר החי חוזר ונברא מחדש פעם בפעם ומת מיתה קלה, עד שנשתנו כמה השפעות חיצוניות מכריעות באופן שאילצו את החומר הנותר בחיים לסטות סטיות גדלות והולכות עד הגיעו אל מטרת המות" (שם). מבנהו ההולך ומורכב של החומר החי מסבך את הדרך אל המות ומאריך אותה, אולם אינו משנה את המטרה הסופית: "הסברא בדבר יצרי קיום עצמו, שאנו מיחסים אותם לכל יצור חי, עומדת בסתירה מופלאה להנחה שלפיה כל חיי היצרים באים לקרב אל המות. משאנו רואים את הדברים באור זה, מצטמקת משמעותם העיונית של יצרי קיום עצמו, יצרי השררה וההתבלטות יצרים חלקיים הם, שנועדו להבטיח את דרך המות של האורגניזם עצמו, ולהרחיק מעליו אפשרות שאינה טבועה בתוכו לחזור אל האנאורגני. אבל שאיפתו של האורגניזם להתקיים על אף הכל, שאיפה פלאית שאינה עשויה להשתלב בשום הקשר – בטלה" (שם, עמ' 39). זהו פרדוקס, כמוכן, להניח כי יצרי האני, "שומרי חיים אלו... לא היו בתחילה אלא נושאי דגלו של המות" (שם) אולם הוא הסביר זאת בכך ש"האורגניזם החי מתקומם בכל תעצומות כוחו להשפעות (לסכנות) שהיו מסוגלות השיג את מטרת חייו בדרך קצרה... התנהגות זו היא, כידוע, אופיינית לשאיפה יצרית גרידא, להבדיל משאיפה מושכלת" (שם).

מעכשיו, מהי מגמתו של יצר המין? לכאורה אינו אלא מפריע לאותו משחק מקאברי של האורגניזם עם מותו. פרויד הציע פה הנחה נוספת, אפילו מדהימה. לדעתו, למרות שהאורגניזמים בכללותם הלכו והתפתחו על ידי 'הכרח חיצוני' (שם), נותרו חלקים מתוכם שסירבו להשתתף באותה התפתחות: "לא כל האורגניזמים היסודיים, שגופו המסובך של בעל חיים מורכב מהם, עושים את כל דרך ההתפתחות עד למיתה הטבעית. קרוב לודאי שאחדים מאלה, תאי הנבט

(=תאי המין ב.כ.) שומרים על המבנה הראשוני של החומר החי, ולאחר זמן הם ניתקים מכל האורגניזם, כשהם עמוסים במטען כל נטיות היצרים המורשות והנרכשות מחדש... אם הם שרויים בתנאים נוחים, הם מתחילים להתפתח, כלומר – מתחילים לחזור על אותו משחק שבזכותו באו לעולם" (שם, עמ' 40). כלומר, מסלול ההתפתחות הוא כזה:

(א) בראשית היה החומר הדומם.

(ב) אחר כך, בעקבות דחיפה חיצונית, נוצר חומר חי השואף להתפרק ולמות.

(ג) בעקבות המשך הדחיפה החיצונית, הלך החומר החי כשהוא יוצר מבנים מסובכים יותר ויותר כתוצאה מכך, גם דרכו אל המות ארוכה יותר, והוא מגלה התנגדות גדלה והולכת לכל שנוי מן המסלול הטבעי והפנימי שלו אל המות. בעצם נוצרים על ידי כך יצרי שימור האני.

(ד) אבל חלקים מסוימים של האורגניזם שומרים על המבנה הפרימיטיבי הראשוני, ובשלב מסוים הם עוזבים את האורגניזם ויוצרים לחיים עצמאיים ולא יציבים. הם שומרים את המטען הגנטי של האורגניזם ממנו באו.

(ה) חלק מהם, שנקלע לתנאים נוחים להתפתחות, מתחיל מחדש את המסלול ההתפתחותי כולו.

נוצר מעין ריקוד בין שתי קבוצות יצרים: "קבוצת היצרים האחת מסתערת קדימה כדי להשיג ככל המוקדם את מטרתם הסופית של החיים (=המות, ב.כ.). ואילו הקבוצה האחרת נרתעת לאחור בנקודה מסוימת ושבדרך זו, כדי לחזור וללכת בה וכך להאריך את משך ההליכה בדרך" (שם, 41). יצרי המין, אם כן, אינם אלא תת קבוצה של יצרי המות – הללו (=יצרי המין, ב.כ.) שמרנים כדרך שמרנותם של היצרים האחרים, אך הם שמרנים במידה מרובה יותר, לפי שהם עמידים במיוחד כלפי השפעות חיצוניות, ומבחינה אחת נוספת – בהיותם מקיימים את עצם החיים לזמן ממושך" (שם). בסגנון הדואליות הקודמת של פרויד, יש לומר כי יצרי המין הם מעין 'תיקון' ליצרי המות. שוב המאבק העז שעל פני השטח מסתיר אחדות יסודית בבסיס, אבל איזו אחדות! פרויד שמר בדבקות על הנחת הישות כבסיס לפסיכולוגיה כולה, אבל הוא מזהה אותה כאן עם המוות עצמו- ואכן, האם יש ישות יציבה כמותו? הוא משתדל להראות כי כל כוחות החיים אינם אלא תיקונים קלי ערך יחסית ליצר הבסיסי באמת, כמיהת המוות של הישות.

נהוג לחשוב שפרויד היה דואליסט קיצוני. כמו שצינתי לעיל, הוא עצמו ראה את עצמו ככזה. אולם אילו היה אכן דואליסט, מה היה מפריע לו להישאר עם צמדי ניגודים כמו – הזולת כאובייקט מול הזולת כמי שחשוב בפני עצמו? או – הרצון להתענג מול הרצון להרוס? תמיד היה יכול לתרץ את עצמו בפשטות ולומר שכך התגלה לו באופן אמפירי. כל המבנה המורכב והמסובך שהבאתי כאן (שפרויד עצמו הגדירו כספקולציה (שם, עמ' 24), או אף כ'מיסטיקה' (שם, עמ' 37) נועד, כך נראה, כדי להסביר את הניגודים הפרדוקסליים המאפיינים את האישיות האנושית כביטוי של עקרון מוניסטי אחד שכל כולו ישותי-פיזיולוגי.

במידה רבה המהלך שיצר פרויד נראה כתמונת ראי לתפיסה החסידית שהצגתי בפרק הקודם. גם התפיסה החסידית באה לתאר עולם סוער ומורכב כנובע משאיפה מוניסטית פשוטה למדי – שאיפת ההטבה של ה'אורי' הרוצה להתגלות. כדי להתמודד עם אותה מורכבות השתמשו במושגים הקבליים של שבירה ותיקון, והגיעו למה שרוטנברג כינה 'מוניזם פרדוקסלי'. בעולמו של פרויד הישות (ולא התגלות האור) היא השאיפה הפשוטה והמובנת מאליה, וכל עבודתו ניתנת

להצגה כניסיונות מעמיקים והולכים להרחיב ולשכלל את תפיסת הישות כך שתוכל להכיל את מלא הווית האדם.

הנחת הישות, המודל הסטרוקטורלי והמוסר: בעזרת המבנה המושגי המתואר כאן, הבנוי כולו על המאבק האימתני בין יצרי החיים והמוות, פרויד ניסה לתאר את 'הדרמה הגדולה' של החיים. למרות לשונו הביולוגית זהו מבנה פילוסופי בעיקרו הבא לתרץ את הסתירה הגדולה שבין הנחת הישות לבין עצם קיומם של החיים. הנחת הישות היא סטטית מטבעה ונובע ממנה שכל מערכת שואפת להישאר נטולת גירויים או שינויים כלשהם. לפי זה, איך יתכנו בכלל חיים? מאיפה הדינמיקה המופלאה המאפיינת את עולם החי? ההמשגה החדשה ב אה לענות על שאלה זו. אולם כפסיכולוג עיקר עניינו של פרויד היא דווקא בדרמה ה'קטנה' המתחוללת בנפשו של הפרט. בסופו של דבר השאלות שיצרו את הפסיכואנליזה היו צנועות בהרבה מאלו שבהן עסק פרויד ב'מעבר לעקרון העונג': כיצד מטפל האדם ביצרו? וכיצד מתמודד האדם עם המציאות? לאחר שביסס את השקפת העולם הכללית שלו ניגש פרויד להמשיג מחדש גם את השאלות הפסיכולוגיות 'נטו', והמודל שיצר נקרא 'המודל הסטרוקטורלי'.

הבסיס לאישיות כולה, קבע, הם הכוחות הכבירים, הקוסמיים, של יצרי החיים והמוות. הישות האנושית (ככל אורגניזם) אינה אלא כלי משחק בידי אותם כוחות כבירים המופיעים בה בדמות ה'דחפים' הידועים של המין וההרסנות. היצרים הקוסמיים יוצרים במאבקם שפע של יצורים חיים רק על מנת להרסם מיד לאחר מכן, לא לפני שיותירו זרע שיאפשר את המשך המאבק. הדחפים הכבירים הללו כלולים באישיות במבנה שפרויד כינה 'הסתמי' (id, בתרגום האנגלי) כדי לציין את אופיו האימפרסונלי, כאילו אמר שאין זה כוח הנובע מאישיותי שלי אלא בכוח סתמי ומנוכר: 'זה'.

אולם כל זמן שהאורגניזם קיים הוא שואף לשרוד. שאיפה זו נובעת מיצרי החיים ולא פחות מכך מיצר המוות עצמו השואף, כזכור, להגיע למטרתו בדרכו שלו וללא קיצורי דרך... מכיוון שכך, הסביר פרויד, כולל כל אורגניזם מנגנון כלשהו שתפקידו לשמור עליו בסביבה הקשה בה עליו להתקיים. זהו ה'אני': "עלי לבקש ממך שתתאר לעצמך את האני כאילו היה מעין חזית של הסתמי, פסדה שלו, הדומה לשכבה חיצונית... השכבות החיצוניות חבות את תכונותיהן הייחודיות להשפעתו המעצבת של המדיום החיצוני שהן באות במגע עמו. כך אנו מתארים לעצמנו שהאני הוא שיכבה של המנגנון הנפשי- של הסתמי- שעוצבה בהשפעת העולם החיצוני (המציאות) " (Freud, 26, p 195). יוצא שהאני הוא מעין מנגנון תיווך בין פנימיותו של האורגניזם לבין המציאות הסובבת אותו: "אנו מכירים אצל האדם בקיומו של ארגון נפשי הממוקם בין הגירויים החושיים שלו ותפיסתו את צרכיו הגופניים מחד, לבין פעולותיו- המוטוריות מאידך, ומתווך ביניהם מתוך כוונה מסוימת. אנו מכנים מבנה זה האני שלי" (שם, עמ' 194). כך הפך פרויד את מושג האני למערכת תיווך, 'ארגון נפשי', והרחיק אותו מן החוויה הפשוטה שחוה כל אדם את עצמו. חשוב להבין כי ה'אני' המתואר כאן אינו האני שכל אדם מכיר בתוך עצמו. זה האחרון אינו אלא חלק מעולמנו המודע, והרי פרויד הסביר כי התודעה כולה אינה אלא 'איבר החישה' של אותו 'ארגון נפשי' אותו תיאר כאן בתור 'אני'.

מכאן המשיך פרויד ומנסח מחדש את הבנתו לגבי מקור תחושת המוסריות באדם. שאלה זו טרם הובהרה היטב בשלב הקודם של התיאוריה, ורק כאן מצאה את פתרונה. פרויד טען כי לצד שתי המערכות שתוארו כבר- הסתמי והאני- קימת מערכת שלישית שהוא מכנה 'אני עליון'. גם האני העליון מורכב מכוחות יצריים, אולם אלו אינם עוד כוחות עיוורים ונטולי צורה. האני

העליון כולל בתוכו את דמויות ההורים כפי שנחוו על ידי הילד בשנים המכריעות של המשבר האדיפלי, וכוחותיו היצריים מתבטאים דרך ציווייהם ואיסוריהם של ההורים באותן שנים (וממילא את ערכיה של התרבות שההורים שייכים לה). פרויד טען כי הילד הצליח 'לוותר' על אחיזתו בתשוקתו לאמו רק לאחר שהפנים לתוכו את דמות אביו – יש בכך 'מצוות עשה' – היה כמו האבא! ומצוות 'לא תעשה' – 'יש דברים שאסור לך לעשות, הם שמורים רק לך!' (Freud, 23, p. 34). דמות האב, לאחר שהופנמה, הופכת אם כן למקור של כללים מוסריים נוקשים, תחושות אשמה שבחלקן הן לא מודעות (שם, עמ' 27), וכדו'.

בהנחת מערכת האני העליון הכניס פרויד את הרגש המוסרי לתיאור האדם שלו: "פעמים אין מספר קטרגו על הפסיכואנליזה שאין היא נותנת דעתה על הנעלה, על המוסרי, על העל-אישי שבאדם... עכשיו, כשאנו מרהיבים עוז לעשות מעשה אנליזה באני, יש בידנו להשיב לכל אלה שנודעוזה תודעתם המוסרית ושקבלו שאי אפשר שלא תהיה מהות נעלה יותר באדם: ודאי שיש, והרי היא המהות הנעלה יותר, יצרי האני או האני העליון, נציגותה של זיקת ההורים שלנו. כשהיינו ילדים קטנים הכרנו את המהויות הנעלות הללו, הערצנו אותן, התייראנו מפניהן, ולאחר זמן קלטנו אותן בתוכנו" (שם, עמ' 35). אולם חשוב לזכור שהאני העליון מקבל את כל כוחות מאותם יצרים עצמם (מין ומוות), ולא פעם נובעות ממנו תוצאות פתולוגיות – יש לזכור כי כוחו לאסור על הנאה ולגרום לאשמה בא לו דווקא מיצר המות המזין אותו (במלנכוליה למשל, הוא הופך "תרבית צרופה של יצר המות" (שם, עמ' 53)).

חשוב להדגיש שבהמשגת האני העליון אין בשום אופן פריצה של המסגרת המושגית הישיתית-פיזיולוגית של פרויד. רבים טועים בכך. הרב שלמה אבינר, למשל, ניסה להשוות בין מושג האיני העליון הפרוידיאני למושג הינפש הא-לקיתי בחסידות (אבינר, ה'תשי"ס). נראה שכל השוואה כזו היא מופרכת מעיקרה. נכון יותר לומר שיש מקום רב להקבלה בין האיני לבין הינפש הבהמית, וכן בין האיני לבין הינפש השכלית, הן בתוכן ומטרותיהן והן באופן פעולתן. מצד שני אין שום מקום להקביל בין האיני העליון לינפש הא-לקית – להפך, יש לראות בו ניסיון להסביר את צדו הנעלה והרוחני של האדם מתוך הנחות יסוד פיזיולוגיות – ישותיות קיצוניות.

הרטמן: המודל הסטרוקטורלי מסכם למעשה את התפתחות התיאוריה הפרוידיאנית. מכאן ועד לסוף ימיו פרויד עסק בעיקר בהרחבתו ובשכלולו. גם לאחר מותו המשיך זרם מרכזי בפסיכואנליזה – 'פסיכולוגית האני' – לדבוק המודל זה ולהבהירו. סקירה מפורטת של הזרם הזה היא מעבר למסגרת הנוכחית אולם מהבהרה אחת חשובה אי אפשר להתעלם. כוונתי להבחנתו של הרטמן בין האני (ego) לבין העצמי (self) (Hartman, 64).

הרטמן עמד על אי בהירות מסוימת שנותרה במודל המאוחר. למעשה, הוא קובע, המושג הזה משמש בשני מובנים שונים לגמרי. במובן הראשון האני נתפס כ'ארגון נפשי' מערכת הניתנת לתיאור אובייקטיבי שתפקידה לתווך בין דחפי הסתמי לבין דרישות המציאות. במובן השני משמשת אותה מילה עצמה לתיאור האני הפרסונלי, החוויתי, שכל כולו סובייקטיביות. השניות הזו אינה יכולה שלא לגרום לבלבולים.

אי הבהירות עליה עמד הרטמן קשורה בעיקר למושג הנרקיסים. עד כה הגדרנו אותו כהשקעה של אנרגיה נפשית – 'ליבידו' – באני. האומנם? האם אדם המשקיע את האנרגיה הנפשית שלו

במערכת ה'אני' הוא נרקסיסט! לכאורה היכולת להשקיע את משאבנו הנפשיים ב'אני' (ודרכו- במציאות החיצונית בכלל) צריכה לציין בריאות נפשית ולא פתולוגיה! הרטמן טען שיש כאן בלבול יסודי, והציע להבחין בין ה'אני' כמערכת נפשית אובייקטיבית (ego) לבין דימוי האני הסובייקטיבי, שהציע לקרוא לו 'עצמי' (self). לפי זה התמונה המלאה נראית כך: קיימת המערכת השלמה של האישיות, הכוללת שלוש סטרקטורות (סתמי, אני ואני עליון). בתוך המערכת הזו הסתמי מקור כל כוחות הנפש, אבל ה'אני' הוא האחראי על ההפעלה המדויקת של אותם כוחות לפי דרישות המציאות. המציאות כוללת 'אובייקטים' שונים, וה'אני' מחליט באילו מהם להשקיע את הליבידו הנפשי. הוא יכול להשקיע את כוחותיו באובייקטים (הורים, חברים, בני זוג, ילדים) או בעצמו. כדי להכריע הוא נעזר במערכות של ייצוגים פנימיים, חלקם של האובייקטים וחלקם של עצמו. אמור מעתה, נרקסיזם איננו השקעת ליבידו ב'אני' אלא ב'עצמי'.

חשיבותה של הבחנה הזו חורגת בהרבה מפלפול לשוני לשמו. הרטמן השלים בה, לדעתי, את מפעלו של פרויד. נוצרה הבחנה בהירה מאוד בין הצד האובייקטיבי (או האובייקטיבי כביכול) של הנפש, הניתן לחקירה מדעית- פוזיטיביסטית והכפוף לכללי הדטרמיניזם, לבין הצד החווייתי- סובייקטיבי הנתפס כתוצר בעלמא של המערכת הנפשית האובייקטיבית. זהו אולי הצעד האחרון בהכנסת העולם הנפשי תחת כנפי המדע, וממילא תחת כנפי הנחת הישות.

סיכום תפיסתו של פרויד: עולה מן הדיון שפרויד הציג הדגמה רבת עוצמה של יתרונותיה וחסרונותיה של אקסיומת הישות כשהיא מיושמת באופן עקבי. בהתאמה למה שניתן לשער לאור התפיסה החסידית על עוצמתה ומגבלותיה של הנחת הישות, פרויד הצליח להרחיב את אופקינו בכל הנוגע להבנה מעמיקה של 'צד הצלי' של האדם: הוא הצליח לחשוף ביד אמן תשוקות עונג ומשאלות רצח במקומות שלא שיערנו את קיומם. הוא הצליח לחשוף את המסווה מעל העמדות פנים צבועות שמאחוריהן תאוות יצריות חבויות.

ויחד עם זאת, פרויד לא הכיר בשום מציאות נפשית אותנטית של מה שהחסידות מכנה 'אורי'. את הידידות והאהבה הסביר כ'השקעה' באובייקט, שכולה נתינה על מנת לקבל תמורה. את המוסריות הסביר כהפנמת דמויות העויות לשאיפות היצר, ואילו לגבי היצירתיות הרוחנית הציע את מושג הסובלימציה, שיסודו בהסטת אנרגיה ערמומית המשעבדת את היחיד למטרותיה של התרבות. כולם, בצורה זו או אחרת, מזכירים מנגנונים נוירוטיים ביסודם.

אין זה המקום לקבוע אם פרויד אכן הצליח במשימתו. ודאי שההטיה הקיצונית לצד הישות עוררה ביקורת קשה משורה של תאורטיקנים. ויקטור פרנקל כתב בהתמרמרות: "יש כמה מחברים הטוענים כי משמעויות הערכים אינן אלא מנגנוני התגוננות, תצורות תגובה ועידוונים. כשלעצמי, לא הייתי רוצה לחיות למען 'מנגנוני התגוננות' שלי, אף לא הייתי רוצה למות אך ורק למען 'תצורות תגובה' שלי. אולם יש בכוחו של האדם לחיות ואף למות למען האידיאלים והערכים שלו" (פרנקל, ה'תשמ"ה, עמ' 119). אריך פרום כתב בנימה שקולה יותר: "אין ספק שהדין עם פרויד ככל שהנורמות שבהן רוב הבריות מאמינים כמוסריות אינן במידה רבה אלא נורמות שקבעה החברה למען התפקוד האופטימלי שלה. מנקודת מבט זו תורתו היא ביקורת חשובה על המוסר המקובל הקיים... אך מסתבר שלא התכוון לצד הביקורתי הזה של התיאוריה, אפשר אפילו שהוא לא היה מודע לו. הוא לא הפנה את תורתו לכיוון ביקורתי, וספק אם היה

מסוגל לכך, שהרי לא היה מעונין הרבה כל כך בשאלה אם יש איזה נורמות שתוכניהן מתעלים מעל למבנה חברתי נתון ותואמים יותר את דרישות הטבע האנושי ואת חוקי צמיחתו של האדם" (פרוס, 75, עמ' 58). בלשון אחרת: פרויד נותר בחד צדדיותו, משום שלא התעניין בשאלת הערכים האותנטיים של האדם, אלא רק באלו הנובעים מצד הצל שלו, ומסתירים את אנוכיותם במחלצות של ערכים.

סיכם זאת יונג, כשהוא כורך בביקורתו את פרויד ואת אדלר: "שתי התיאוריות הן, בעצם, כלי ריפוי מבית נשקו של הרופא, החותך באזמל חד ואכזרי את החולני ואת המזיק מגוף החולה: הוא שנתכוון לו גם ניטשה בביקורתו ההרסנית על האידיאליזם, שראה אותם כגידולים חולניים בנפש האנושות. (ולפעמים אמנם כאלה הם). שתי התיאוריות בידו של רופא טוב... ובתנאי שמשתמשים בהן רק לגבי מה שהוא חולני באמת, הן סממנים מעכלים ברורים, שיש בהם במנות מדודות כדי לעזור לצורך המקרה היחיד, אך הן מזיקות בידיים שאינן יודעות למדוד ולשקול... במקום שיש להרוס, לפרק ולצמצם משהו הן מביאות תועלת, אבל במקום שיש לבנות משהו הן גורמות רק נזק" (Jung, 66). בלשון חסידיית: אלו הן שיטות שמטרתן לחשוף את קליפת הישות, אולם הן מזיקות כאשר יש למצוא כלים לאור.

המשך התפתחותה של הפסיכואנליזה: בדפים הקודמים ניסיתי להראות כי מורשתו של פרויד כוללת בתוכה מתיחות פנימית בין שני יסודות: מחד גיסא פזיטיביזם ישותני נוקשה, מורשת הפילוסופיה המערבית החדשה, ומאידך גיסא פתיחות רבה לכל מגוון החוויה האנושית. פרויד עצמו לא ראה כל מתח בין היסודות הללו, דווקא משום שאמונתו בפזיטיביזם היתה כה עזה שלא יכול היה להכיר באפשרות שתחום כלשהו של המציאות יישאר לעד מחוץ לכנפיה הרחבות. פרויד האמין שבסופו של דבר יוכל המדע להסביר את הכל, ולא יתכן שהחוויה האנושית אינה כלולה ב'הכל'.

נקודת המוצא הפילוסופית שלי הפוכה, והיא מתבססת על המטאפיזיקה החסידית שתיארתי לעיל. לטענתי קיימים בעולמנו הנפשי יסודות בלתי ישותניים בעליל. החסד, האידיאליזם, היצירתיות וחיפוש המשמעות הרוחנית, כשהם אמיתיים, אינם יכולים לנבוע מאקסיומת הישות הדגשתי 'כשהם אמיתיים' משום שעלי להודות כי בפועל הן אכן נובעות ממנה לעיתים קרובות. למשל כאשר החסד אינו אלא כיסוי לגאווה או שהוא בבחינת 'שמור לי ואשמור לך'. כאשר האידיאליזם אינו אלא כיסוי לשללנות, ולעיתים תרוץ להרסנות גרידא. פרויד היה רב אומן בבניית מערכות גישור תיאורטיות המתמצות, בסופו של דבר, באמירות מעין אלו. ההיקשרות לאובייקט על ידי 'קטקסיס', או הפנמת ערכי המוסר על ידי 'היסופר אגו' הם דוגמאות מופת להסברים ישותניים לאהבה ולמוסר. בכל האמור לעיל אינני חולק על פרויד, ואינני סבור שדבריו נוגדים את העמדה החסידית. נקודת המחלוקת העמוקה שיש לי עם משנתו היא, כדברי יונג, רק כשהוא טוען שכל אותן תופעות אינן יכולות להיות מוסברות אלא בדרך זו.

התיאורטיקנים שבאו אחרי פרויד היו ברובם, פחות מחויבים לפזיטיביזם הקלאסי. ניתן להסביר זאת באופנים שונים. יתכן שהדבר נובע מכך שחיו בדור אחר, שעצמת השליטה של האידיאה הפזיטיביסטית בה כבר שקעה במידה רבה. יתכן שמצד מזגם היתה להם פחות נטייה פילוסופית, (להוציא חריגים דגולים כמו ביון), וממילא הוטרדו פחות מן הבעיה הפסיכופיסיית והשלכותיה. יתכן גם שבניגוד לפרויד לא היה עליהם לייסד תחום עיון מן היסוד, די להם שיהיו

נאמנים לפרויד עצמו ולמורשתו... מכל מקום, המאפיין את כולם הוא הפחתת מרכזיותו של היסוד היצרי במוחנו הפיזיולוגי, ושימת הדגש על ניתוח החוויה האנושית כמו שהיא.

בכך נפתחו לפנינו אופקים תיאורטיים חדשים, שתרמו תרומה חשובה לטיפול. יחד עם זאת, כפי שאראה, נותרו כל התיאורטיקנים הפסיכואנליטיים המובילים נאמנים לאופן החשיבה אותו כיניתי "ישותני" – תמיד נתפסת המוטיבציה הראשונית של האדם כמכוונת בלעדית להטבת מצבו הפרטי, וכל חריגה מכך תחשב לתופעה הדורשת הסבר על סמך האקסיומות הישותניות. בהמשך אנסה להראות כי גם לנאמנות זו יש מחיר לא פשוט.

ישנן דרכים שונות להמשיג את התפתחות הפסיכואנליזה לאחר פרויד. פיין (Pine, 89) הציע להבחין בין ארבעה מודלים פסיכואנליטיים: פסיכולוגית הדחפים ופסיכולוגית האני שיסודותיהן הונחו עוד על ידי פרויד, פסיכולוגית יחסי האובייקט העוקבת אחרי התפתחותה של האישיות מתוך הפנמת דמויות משמעותיות ('אובייקטים') ופסיכולוגית העצמי שעיקרה בתיאור התפתחות החוויה ותחושת העצמי של האדם. תפיסה זו היא בעייתית, לדעתי, משום שהיא מכניסה ליסלי אחד הוגי דעות שונים ביותר כמו למשל, קליין ומאהלר הנחשבות שתיהן לתיאורטיקניות של יחסי אובייקט, ומתעלמת מן הקירבה הרבה שבין הוגי פסיכולוגית העצמי, כמו קוהוט, לבין הוגים חשובים הנחשבים לאנשי אסכולת 'יחסי אובייקט' כמו פרברן או ויניקוט (ראה גם 87, Bakal).

מקובלת עלי יותר המשגתו של קולקא (קולקא, ה'תשנ"ו) שתיאר את התפתחות הפסיכואנליזה כמעבר "מחקר האנרגיה לחקר המבנה ולחקר החוויה" (שם, עמ' 10). אלא שתפיסה זו אינה נותנת די משקל להבחנה האמיתית הנמצאת בין תפיסתה של קליין, למשל, לבין תפיסות כמו אלו של פרברן או קוהוט.

ברצוני להציע כאן תיאור משלי להתפתחות הפסיכואנליזה לאחר פרויד, ועיקרו בהנחה שאכן בדור שלאחר פרויד הוסט הדגש מהתפתחות היצר להתפתחות החוויה. אנסה להראות כי רוב ההוגים הפסיכואנליטיים בחרו באחת משתי אופציות בסיסיות לתיאור התפתחות זו:

א) מכאוס לקוסמוס. כיוון זה עוסק באני החלש והמפוחד העומד מול עולם הנשלט כולו על ידי מאבק כאוטי בין יצרים עוינים, ומתאר את הדרך בה הוא בונה לו עולם שיש בו סדר וארגון. השם החשוב בכיוון הזה הוא מלאני קליין, ובעקבותיה הוגים כמו ביון וקרנבג.

ב) מתלות לעצמיות. כיוון זה מתאר כיצד מבדיל האדם את עצמו מאיזו אחדות ראשונית, כמעט מיסטית, שבה הוא כלול בראשית דרכו, וכיצד הוא מגבש לעצמו תחושה של עצמי העומד מול המציאות ומתמודד עמה. כיוון החשיבה הזה מתפתח מפרברן והגותו, ומאפיין את דרכם של ויניקוט, מאהלר, ובעת האחרונה – קוהוט.

כל אחד משני הכיוונים הללו הגיע להישגים גדולים וחשובים, ולדעתי חלק מרכזי מן ההתקדמות הזו נבע מעצם ההתרכזות בחוויה. דומה שלפחות מבחינה טיפולית הסיכוי ליצור קשר פנימי ועמוק עם האדם העומד מולי הולך וגדל ככל שאני מתרכז בחווייתו כמו שהיא, ולא ב'מנגנונים' או ב'דחפים' האמורים להימצא מעבר לה. אמנם ההתפתחות חדשה לא הפחיתה ממעמדו של מושג הלא מודע, שהוא כביכול גורם הנמצא מעבר לחווייתו הסובייקטיבית של האדם, אולם היא שינתה את המושג באופן רדיקלי: ממשכן היצרים הפיזיולוגיים המאיימים על שלמות החברה הפך הלא מודע בהמשגה החדשה למשכן התשוקות והפחדים המאיימים על שלמות החוויה העצמית. מושגים כמו 'פנטזיות לא מודעות' (מלאני קליין), 'אובייקטים מודחקים' (פרברן) או 'פיצול העצמי' של קוהוט מציינים את המהפך הזה.

ובכל זאת נדמה לי שנוטר צעד אחד מכריע שלא נעשה גם בהמשגה החדשה. עדיין החוויה האנושית נתפסת כמרוכזת כולה בעצמה. כשואפת, בראש וראשונה, 'להיות יש ודבר בפני עצמו'. רק משום ששאיפה זו אינה יכולה להתממש אלא בתוך סביבה אנושית כלשהי אנו נאלצים 'להפנים' את הזולת כ'אובייקט' פנימי ולהזדהות עמו באופן שטובתו הופכת למטרה ראשונה במעלה מבחינתנו. אין מקום לדבר על שאיפה ראשונית ויסודית של חסד, של כמיהה רוחנית או של אידיאליזם. לדעתי יש כאן מגבלה תיאורטית, שיש לה גם השלכות טיפוליות. אולם קודם שאכנס לכך במפורט, אנסה להוכיח את טענתי לגבי התפתחות הפסיכואנליזה כפי שהיא. אעשה זאת על ידי עיון מדוקדק יותר במשנותיהם של כמה הוגים פסיכואנליטיים חשובים.

כיוון א' - מכאוס לקוסמוס

מלאני קליין העמידה במרכז שיטתה את התמודדותו של האני הינקותי עם עולמו היצרי. היא כתבה "אני סבורה כי יש אמת בהנחה כי כמה מהתפקודי המוכרים לנו מהאני המאוחר קיימים למן ההתחלה. הבולט מבין תפקודים אלה הוא ההתמודדות עם החרדה" (Klein, 45, p 179). לדעתי, עצם ההנחה כי קיים 'אני' בעל יכולת חוויה כבר 'מן ההתחלה' מכילה מהפך פילוסופי. פירוש הדבר הוא שאין דרך לעשות רדוקציה של הסובייקט החווה למושגים פיזיולוגיים-דחפיים, ולמעשה יש פה מעבר מהגישה המוניסטית-חומרנית של פרויד לגישה דואליסטית קרטזיאנית. המניחה מראש סובייקט חווה מול האובייקט החומרי. למיטב ידיעתי מלאני קליין לא ציינה במפורש כי היא יוצאת מתפיסה פילוסופית שונה מתפיסתו של פרויד (תיאורטיקנים שמרנים יותר הבחינו בכך, כפי שעולה מן ההתקפות על המושג 'פנטזיה לא מודעת'. מושג שהוא לדעתי ראשית המעבר מן הלא מודע כמושג שתכליתו לקשר בין הדחף היצרי לחוויה המודעת למושג המציין רובד לא מודע בחוויה הסובייקטיבית עצמה).

האני קיים למן ההתחלה, אלא שזהו אני חלש ומלא חרדה. החרדה נובעת מפעילותם של היצרים, ובעיקר יצר המות. קליין קבלה ללא פקפוק את תפיסתו של פרויד על היצרים ומהותם, אלא שלא הרבתה לעסוק במקורם הפיזיולוגי והתרכזה באופן הופעתם בעולם החויתי המתרחשת, לשיטתה, בממד הפנטזיה: "קיימים סוגים שונים של פנטזיות מוקדמות המלוות את רגשותיו של התינוק... (לעיתים) התינוק מדמיין את הסיפוק שחסר לו. אולם פנטזיות נעימות מלוות גם את סיפוק הממשי, ופנטזיות הרסניות מלוות את התסכול ואת רגשות השנאה שהוא מעורר... פנטזיות הרסניות אלו, שקולות למשאלות מוות" (Klein, 26, 308). אין פלא שפנטזיות אלו מפחידות את התינוק: "החרדה מתעוררת כתוצאה מפעילותו של יצר המות בתוך האורגניזם, נחוות כפחד מפני איון (מות) ולובשת צורה של פחד רדיפה. דומה כי הפחד מפני הדחף ההרסני קושר את עצמו באופן מידי לאובייקט, או לחילופין נחוה כפחד מפני אובייקט בלתי נשלט וחזק ביותר" (Klein, 45, p 179).

החרדה המתוארת היא הפחד מפני ניצחון דחף המות על דחף החיים, או במילים פשוטות יותר: שמא יהרוס הרע את הטוב. האני הינקותי מגן על עצמו מפני הסכנה על ידי שימוש בכמה מנגנונים נפשיים מורכבים למדי, כמו פיצול: "האני המוקדם מפצל את האובייקט ואת היחס אליו באופן פעיל" (שם, עמ' 180). כלומר: התינוק החרד פן ייהרס השד המניק והטוב של האם על ידי התקפותיו ההרסניות, מפצל אותו, כביכול, בדמיונו לשני אובייקטים נפרדים: האחד כולו טוב, ואין כל תוקפנות מופנית כלפיו, ואילו האחר כולו רע ואין כל נזק בהתקפות הרסניות כלפיו. זהו

גם האופן הראשוני של הפנמת הזולת: התינוק מדמיין את עצמו 'בולעי' את השד המזין והטוב, וכך הוא כביכול מכיל אותו בתוכו.

חשוב לזכור כי ה'טוב' בו עסקה קליין אינו ה'טוב' המוסרי. זהו יצר החיים השואף להתענגות אגוצנטרית, והרע פירושו נטייה להרס עצמי והזולת. כל הפיצול המתואר מתחולל בתחומה של הישות.

מהנחותיה של קליין ברור גם מהי דרך ההתגברות על הפיצול: ניצחון כזה יכול לבוא רק כתוצאה מביטחון הולך וגובר בכוחו של הטוב להתמודד עם הרע, או כוחם של החיים להתמודד עם ההרסנות. בטחון כזה יכול להיות מושג אם ורק אם משתכנע האני כי העולם, ובפרט העולם האנושי, אכן מסוגל לספק את צרכיו ולתמוך על ידי כך ברצון החיים שלו: "הדרך המיידית והעיקרית להקל על התינוק במצבים כואבים אלה של רעב, שנאה, מתח ופחד, היא ספוק תשוקותיו על ידי אמו. תחושת הביטחון הזמנית המושגת בעת קבלת ספוק מגבירה במידה רבה את הסיפוק עצמו, וכך הופכת תחושת הביטחון למרכיב חשוב בסיפוק שחש האדם בכל פעם שהוא זוכה באהבה" (Klein, 26, p 307). ביטחון זה הוא המאפשר לנו לאהוב את הזולת בחיינו הבוגרים: "אנו גם מתיקים את האהבה אל העולם החיצוני, ואנו יכולים לעשות זאת באמת רק אם ביטחנו יחסים טובים עם הדמויות הידיוניות שבנפשו. כאן בא לידי ביטוי מעגל שפיר, שכן בתחילה אנו מפתחים אימון ואהבה ביחס להורינו, ולאחר מכן אנו כביכול לוקחים אותם, וכן את כל האהבה והאמון הללו, אל תוך עצמנו, ואז אנו יכולים שוב להעניק שפע זה של רגשות אהבה לעולם החיצוני" (שם, עמ' 340).

כתוצאה מהתפתחות זו מסוגל התינוק לפתח רגשות של אהבה כלפי אמו: "רגשות אהבה והכרת תודה מתעוררים בתינוק באופן ישיר וספונטני בתגובה לאהבתה של אמו ולטיפול בה" (שם, עמ' 311).

מה מקורם של רגשות אלו? מסתבר כי בחלקם הם ביטוי לתלותו בה, ובחלקם רצון לתקן את אשר הרס, לתחושתו, בפנטזיות התוקפניות שלו: "אפילו הילד הצעיר דואג לאדם האהוב, דאגה אשר איננה רק סימן לתלותו באדם ידיוני ועוזר, כפי שניתן היה לחשוב. בנוסף לדחפים ההרסניים, קיים בנפשם הלא מודעת של הילד ושל המבוגר גם דחף עמוק להקריב קורבנות כדי לעזור לאנשים אהובים ולתקנם לאחר שניזוקו או הושמדו בפנטזיה" (שם). זהו המקור ליחס האהבה הבוגר.

קליין הציעה מנגנון נפשי מיוחד (שאותו כינתה 'הזדהות השלכתית') דרכו מתרחשים התהליכים הללו. לדעתה, התינוק 'משליך' את רגשותיו הקשים 'לתוך' אמו. השלכה זו מתבצעת ברובד הפנטזיוני, במובן זה שהתינוק מדמיין את עצמו משליך לתוכה באמת 'אובייקטים רעים' המיצגים את רגשותיו. המידה והאם נותרת אוהבת ונכונה לספק את צרכיו גם לאחר ניסיון כה ברוטלי לפגוע בה, לומד התינוק כי הרגשות הקשים שהשליך אינם כה הרסניים כפי שסבר. אז הוא מסוגל 'להפנים' לתוכו את האם בתור 'אובייקט טוב' (הערות לכמה מנגנונים סכיזואידים, עמ' 185 ואילך). אותו אובייקט טוב הוא גרעין האני (Klein, 57, p5). יותר מכך, היותה של האם 'אובייקט טוב' מעוררת בתינוק יכולת להכרת תודה כלפיה, ושאיפה לגמול לה טובה: "ככל שהסיפוק מההנקה תכוף יותר ומתקבל במלואו, כך תחושת ההתענגות והכרת התודה תכופות יותר, ובהתאם לכך גם המשאלה לענג את האחר" (שם, עמ' 19).

וילפריד ביון פיתח תיאוריה פסיכואנליטית מקורית וחשובה, שניתן להציגה כהענקת בסיס פילוסופי לתיאוריות האמפיריות של מלאני קליין. ביון העסיק את עצמו בבעיה הפסיכופיזית והציע תאור מפורט של הדרך בה הופך הפיסי לנפשי, תהליך המכונה על ידו 'פונקצית אלפא'.

"פונקצית אלפא פועלת על רשמי חושים, יהיו מה שיהיו, ועל רגשות, יהיו מה שיהיו... כאשר פונקצית אלפא מצליחה בפעולתה נוצרים יסודות אלפא, ויסודות אלו הנם מתאימים לאחסון ולדרישותיהם של מחשבות החלום. אם פונקצית אלפא מופרעת, ולכן אינה יכולה לפעול, רשמי החושים שלהם המטופל שם את ליבו וכן הרגשות שהוא חווה נותרים ללא שינוי. אקרא להם יסודות בתא. בניגוד ליסודות אלפא, יסודות בתא אינם מורגשים כתופעות הניתנות לתפיסה אלא כ'דברים כשלעצמם'. לכן הרגשות מורגשים כאובייקטים" (Bion, 62-a, p 6). יסודות בתא הנם הבסיס לחוויה. אלו הן תחושות פיזיולוגיות שטרם עברו את העיבוד הבסיסי המאפשר לנו לחוות אותם כתופעות נפשיות. היכולת של כולנו לחוש כי המחשבות שייכות לעולם נפשי ואילו היעצמים שייכים לעולם חומרי ואובייקטיבי הנה יכולת הצריכה להתפתח. יכולת זו היא פריה הראשון של 'פונקצית אלפא'. נתוני החושים ה'ראשוניים' וכן הרגשות ה'ראשוניים', בטרם העיבוד 'נוטלים חלק באיכות האובייקט הדומם והאובייקט הנפשי כאחת, בלי שום צורה של הבחנה בין השתיים" (Bion, 63, p 22). יסודות אלפא, לעומתם, הם יסודות התחושה המעובדים כפי שהם כבר מוכרים לאדם הבוגר, והם מכילים כבר הבחנה ברורה בין הפיסי והמנטלי. בהבחנה זו תלויה, כמובן, ההבחנה הידועה שבין עולם 'אובייקטיבי' לעולם סובייקטיבי. לכן יסודות בתא "אינם יכולים להיתפס כאובייקטים ואינם יכולים להיתפס כסובייקטים" (Bion, 62-a, p 59).

כיצד מתרחש התהליך הזה? ביון הציע מנגנון נפשי, אותו תיאר כהפשטה מתיאורית ההזדהות ההשלכתית של קליין. ביון תיאר בקצרה את התיאוריה של קליין והוסיף: "מן התיאוריה הנ"ל אפשרי לשימוש כמודל, את הרעיון של מיכל שלתוכו מושלך אובייקט, ושל האובייקט היכול היות מושלך לתוך המיכל – את האחרון בכוונתי לכנות 'המיכל' (שם, עמ' 90). הוא סימן את המיכל בסמל ♀ ואת המוכל בסמל ♂ (שם). בראשית הדרך, כפי שתיארה קליין, זהו תפקידה של האם 'להכיל את התינוק אולם אחר כך "הפעולה שתיארת כאן כמשותפת לשני פרטים (האם ותינוקה, ב.כ.) הופכת מופנמת בתוך התינוק כך שמערכת ה ♂♀ (מיכל מוכל) שלו נתכנת בתינוק כחלק ממערכת פונקצית האלפא שלו" (שם, עמ' 91).

כך שיש בנו שני יסודות, הפועלים יחדיו בכל מחשבה: יסוד נפשי (מיכל) ה'מיכלי' יסוד חושי או רגשי (מוכל). אבל מה מקורה של אותה 'נפשי' המשמשת כ'מיכלי'? נראה שמדובר בדמותה המופנמת של האם, ואכן ביון הסביר כי "התינוק תלוי באם שתתנהג כפונקצית האלפא שלו" (Bion, 63, p 27).

אם כן, האם היא המפתח להתפתחותה של פונקצית האלפא. היסוד הפיזיולוגי, החומרי, מרכיבי יבטא, אינו יכול לקבל צורה ולהפוך לעולם נפשי באמת ללא תרומתה של האם (מה שמזכיר את ההמשגה החסידית על 'ירידת המוחין' של האם להנהגת יסודות היתוהו' של התינוק). מה קורה כאשר האם אינה ממלאת את תפקידה? ביון הסביר כי במצב כזה "התינוק מוגבל להזדהות השלכתית מתמדת, המתרחשת בעצמה ובתדירות הולכות וגוברות. נראה כי העוצמה המוגברת מסירה מההשלכה כל משמעות" (Bion, 62, p 115). במצב כזה פונקצית אלפא אינה פועלת, והאדם ממשיך לתפקד ברמה של 'יסודות בתא'. כזכור זהו מצב שבו אין הבחנה בין מחשבות, רגשות, תפיסות חושיות או עצמים חומריים. מכיוון שתהליך ההזדהות ההשלכתית

מוסיף לפעול, הרי האדם חווה את רגשותיו ה'מושלכים' כ'עצמים' של ממש המקיפים אותו. במקרים שתהליך זה מוסיף להחריף, הוא 'משליך' באופן כזה גם פונקציות נפשיות כמו ראייה, שמיעה או חשיבה. גם אלו מושלכים לתוך העצמים המקיפים את האדם, כך שבחוייתו "החלקים המסולקים של האגו מתקיימים באופן עצמאי ובלתי מבוקר ומכילים את האובייקטים החיצוניים או מוכלים על ידם... כתוצאה מכך המטופל מרגיש את עצמו מוקף אובייקטים מוזרים (ביזרים). זהו המצב הפסיכוטי (Bion, 57, p 38).

אולם חשוב לציין כי אין מדובר בתהליך חולני המתרחש אצל חולים 'פסיכויטי' בלבד. זהו תהליך הנובע במישרין מחוויית 'יסודות בתא' ומהשימוש בהזדהות השלכתית. במילים אחרות, זהו תהליך בלתי נמנע בשנים הראשונות של כלנו. מכיוון שכך, כולנו מכילים 'חלק פסיכוטי' כפי שסיכמו גואן ונוויל סימינגטון: "ביון מתייחס לא רק לחולה הסכיזופרני הפעיל, המפגין הפרעות חשיבה גלויות ומפורשות, אלא גם לחלק הפסיכוטי באישיותם של מטופלים גבוליים ונירוטיים. המנגנונים המתוארים איפה בחולה הפסיכוטי אינם מהווים איזו תיאוריה איזוטריה, אלא משמשים לעבודה עם כל מטופל והם כוללים גם אותנו" (סימינגטון, ה'תשיס, עמ' 157). ניתן לראות בהמשגה זו תאור מעמיק של היווצרות החוויה האנושית כמאמץ מתמיד לבניית עולם בנוי ומסודר - קוסמוס - ממצב של כאוס הקודם לו. או בלשון חסידית, מתוהו לתיקון.

מושג האני אצל קליין וביון: ראוי לזכור כי קליין לא התייחסה להבחנתו של הרטמן בין ה EGO לבין ה SELF (למען ההגינות יש לציין כי עיקר התיאוריה שלה כבר היתה מגובשת לפני 1950, כאשר התפרסם מאמרו החשוב של הרטמן). מושג האני שצירה עדיין יכול להתפרש, לעיתים קרובות, כמשקף הן 'פונקציה' של הכרת המציאות והתמודדות עמה, והן את החוויה העצמי של התינוק הנאבק מול הכאוס היצרי המציף אותו. יחד עם זה, אין ספק שהתמקדותה העיקרית הייתה בצד החווייתי של התינוק (אשר למרות כינתה אותו EGO, דומה שהתכוונה דווקא למה שהרטמן כינה SELF). כאשר תיארה את התהליכים הלא מודעים כ'פנטזיות' התכוונה לתאר את אותם תהליכים מצדם הסובייקטיבי דווקא, כאופנים של התנסות ולא כאפיונים של מנגנון פיסיוולוגי. ניתן, לדעתי, לדבר על תורתה כעל תיאורו של הסובייקט החווה הטרוד בבניית עולמו מול עצמתם ההרסנית של היצרים. בכך העניקה לסובייקט מעמד אונטולוגי שלא היה לו אצל פרויד. האם יש כאן חריגה מאורח החשיבה הישותני? לדעתי לא. הסובייקט הקליינאי טרוד בשמירה על ישותו, וכל קשר עם הזולת נעשה על ידי השלכה בלבד (גם כשאנו מביאים בחשבון את התחכום הנוסף שבמושג 'השלכה הזדהותית').

הדברים מתבהרים יותר אצל ביון, הפסיכולוגיה כולה נתפסה אצלו כתוצר של 'פונקציות אלפא'. בסופו של דבר פונקציה זו היא היוצרת את 'הסובייקט'. אם כן, הפסיכולוגיה עוסקת באמת בצד החווייתי-סובייקטיבי של המציאות, אולם צד זה עצמו הוא תוצר של 'פונקציה' כלשהי. ביון לא הרחיב את הדיבור על מקורה של אותה פונקציה, והמעט מאד להשתמש במושג 'האגו'. ובכל זאת נדמה לי שהרטמן היה יכול לסמוך ידו על ניסוח כזה.

אוטו קרנברג תיאר גם הוא את דרכה של החוויה מכאוס לקוסמוס. בניגוד לביון ענינו המרכזי לא היה במעבר המורכב שבין ה'פיסי' לינפשי אלא בהתגבשותה של החוויה עצמה לכלל מערכת מאורגנת ומסודרת. קרנברג טען שקיימות 'יחידות' בסיסיות לחוויה (ברצוני לכנותן 'יחידות

חוויה' – ביטוי הנראה לי ברור יותר מן הביטוי 'יחידות' סתם, הביטוי שטבע קרנברג עצמו), אשר המבנה הבסיסי שלהן הנו זהה אצל כל אדם. הוא מסביר כי "אצל כל אותם מטופלים (נוירוטים, הפרעות אישיות ואנשים בעלי מבנה אישיות גבולי) אנו מוצאים, בסופו של דבר, את אותו סוג 'יחידות' (Kernberg, 76, p 29). כל יחידה כזו מורכבת מ "מצב רגשי, יצוג אובייקט וייצוג עצמי" (שם). הווה אומר: בכל רגע נתון אדם חווה את עצמו ואת זולתו, כאשר אותו רגע מאופיין במצב רגשי מסוים. ההבדל בין אנשים בעלי מבני אישיות שונים הוא באופן וביחס שבין מרכיביהן השונים של אותן יחידות, וכן ברמת הארגון הכללית שלהן.

במצב הפרימיטיבי והבסיסי ביותר של יחידות החוויה אי אפשר להפריד בין ייצוג האובייקט וייצוג העצמי. התינוק אינו מסוגל להפריד בין עצמו לבין האובייקט. במצב הזה האובייקט 'מופנם' כמו שהוא: בכל אחת מ'יחידות החוויה' מופיע למעשה דמוי בלתי מובחן של האובייקט והעצמי ביחד, כאשר דימוי זה מלווה בתחושה רגשית (אפקט) כלשהו. מכיוון שכך, אין מקום לאינטגרציה נפשית אמיתית. אין לתינוק אפשרות, למשל, לבנות לעצמו דימוי מובחן של עצמו, שכן לשם כך עליו לקבץ את ייצוגי העצמי מיחידות חוויה שונות ולבנות מהן תמונה אינטגרטיבית. האופן היחיד של סדר כלשהו שיכול להיווצר ב"טבען של אותן יחידות חוויה" (שם, עמ' 29) הוא רק על בסיס הערך הרגשי שלהן: יחידות חוויה בעלות ערך רגשי חיובי מתקבצות ל'אובייקט טוב' ויחידות חוויה בעלות ערך רגשי שלילי מתקבצות ל'אובייקט רע' (שם, עמ' 30). יש צורך ברמה גבוהה יחסית של מובחנות בין ייצוג האובייקט וייצוג העצמי על מנת להגיע לזהות האני, כלומר: "לארגון כללי של הזדהויות והפנמות תחת קו מנחה של הפונקציה הסינטטית של האגו" (שם, עמ' 32). רק אז ניתן לדבר באמת על 'עצמי' כלשהו.

בכך, כך נראה, נסגר מעגל. ככל שתיאורו של קרנברג את התפתחות החוויה מזכיר את תיאוריה של האסכולה הקליינאינית, מבחינה אונטולוגית חזרנו לראות את החוויה כאוסף 'ייצוגים' הנוצרים ע"י הפונקציה הסינטטית של האגו' שהיא כמובן קודמת להם. עולם החוויה שב והפך לפונקציה של מערכת כאילו אובייקטיבית. באופן כזה קרנברג חזר והטמיע את תובנותיה של קליין במסגרת האונטולוגית של הרטמן. התמקדותה של קליין בחוויה ובסובייקט, שהיתה יכולה להשתלב באונטולוגיה חדשה שבמרכזה הסובייקט שבה ונשזרה במטאפיסיקה ישותנית-פיסילוגית שבמרכזה האורגניזם'.

כיוון ב' – מתלות לעצמיות

כאשר באו קליין וביון וקרנברג לתאר את דרכו של התינוק לבניית עולם אינטגרטיבי, הדגישו – איש איש בדרכו – כי אין לתינוק יכולת לעשות זאת בכוחות עצמו. הבניה המורכבת הזאת אינה יכולה להתבצע אלא בנוכחותה של האם המספקת לתינוק את היסוד שבין כינה 'מיכל'. מטרתו הראשונה של התינוק הנה, אם כן, להיות 'מוכל' על ידי האם שתספק לו את המסגרת היסודית שתסייע לו רסן את התוהו המשתולל שבתוכו ולהפוך לישות לכידה וקוהרנטית. בעצם מתחוללים שני תהליכים בו זמניים. ברמת הפרט הולכת אישיותו של התינוק ורוכשת לה אינטגרציה פנימית, ובו בזמן הולכת ופוחתת תלותו המוחלטת ב'מיכל' החיצוני של האם והוא נעשה יותר ויותר מסוגל לעמוד על רגליו מבחינה נפשית. בתהליך בו התמקדתי עד כאן (מכאוס לקוסמוס) טמון תהליך נוסף, והוא ההתפתחות מתלות לעצמאות.

שורה ארוכה של תאורטיקנים התייחסה דווקא לדרך הזו – מן התלות המוחלטת באם לעמידה על עולמו הייחודי של עצמו – כאל המסלול ההתפתחותי העיקרי. אסקור בקצרה כמה מהם.

רנלד פרברן, שהיה בן דורה הצעיר של קליין, היה אולי הפסיכואנליטיקאי הראשון שהעז לחרוג באופן מוצהר מן האקסיומות הביולוגיות של פרויד. בסינופסיס של תורתו (Fairbairn, 63) הציג את יסודות משנתו בשורה של הנחות אקסיומטיות:

1. האגו נוכח מן הלידה.
2. הליבידו הנו פונקציה של האגו.
3. אין כל יצר מות. תוקפנות הנה תגובה לתסכול או לחסך.
4. מכיוון שהליבידו הנו פונקציה של האגו, ותוקפנות הנה תגובה לתסכול או לחסך, אין – בנמצא דבר כמו ה'איד'.
5. האגו, ולכן הליבידו, מחפש אובייקטים מעצם טבעו.

בשורות מעטות אלו טמון המהפך כולו. פרברן הפך את הסדר שהיה מקובל על כל ההוגים שסקרתי עד כאן. כולם הניחו כי האני הפסיכולוגי נוצר, בעמל רב, על בסיס עולמם הפיסיולוגי של היצרים. פרברן הניח שה'ליבידו הוא פונקציה של האגו – התשוקה היא תשוקתו של האני ולא של מערכת יצרים אימתנית שפרברן כפר בעצם קיומה: "אין בנמצא דבר כמו ה'איד'". הצורך בזולת, ב'אובייקט', אינו פועל יוצא של היצר, אלא שהוא הוא היסוד העמוק והבסיסי ביותר של האדם. אצל פרויד נבע היצר מן הצורך בגירוי איזורים גופניים מסוימים – 'האזורים הארוטוגניים', והזולת – האובייקט – היה נחוץ מבחינה פונקציונלית גרידא, פשוט כדי לספק את אותו צורך. פרברן הפך את הסדר: מבחינתו המושג אזור ארוטוגני "מבוסס על הכישלון להבין כי הפונקציה של עונג ליבידינאלי היא בראש ובראשונה לשמש סימן (sign-post) לאובייקט" (Fairbairn, 52, p 33). לכן העדיף לדבר על 'שלב השד', למשל, ולא על 'שלב אוראלי' (שם, עמ' 30). חשוב להבין כי אותו 'חיפוש אובייקטים' של האני נעשה עוד בטרם התינוק מסוגל להבין את האבחנה שבינו לבין האובייקט: התלות הראשונית, הבהיר פרברן, היא "השקעה באובייקט שטרם הובחן מן הסובייקט המשקיע" (שם, עמ' 34). מדובר בכמיהה למצב של אי מובחנות עם האובייקט: אותו מהפך מופיע בתפיסת ההפנמה. אצל קליין, כמו שראינו, היתה 'הפנמת האובייקט' אקט של פנטזיה שבה 'בולע' הילד, כביכול, את השד הטוב של האם (הממשיך להתקיים בתוכו). הסיבה לכך היא שהוא אכן זקוק לשד לצורך הזנה וסיפוק צרכיו השונים. אבל אצל פרברן האובייקט הוא בעצמו הצורך העמוק ביותר. לכן הבהיר בסינופסיס שלו:

6. "הצורה המקורית והקדומה ביותר של חרדה בה מתנסה הילד היא חרדת הפרדה – כלומר, אובדן האובייקט שלו והיותו נטול אהבה."

7. הפנמה של אובייקט היא דרך התמודדות הגנתית, אשר במקורה מאומצת על ידי הילד כדי לטפל באובייקט המקורי שלו (האם והשד) ככל שהם בלתי מספקים."

כלומר, חרדת הפרדה היא כה עזה, שהדרך היחידה להתגונן בפניה היא לדמיין כי יש בי, בתוכי, אובייקט טוב המעניק לי שלמות ובטחון באהבתו. ככל שהאובייקט הממשי מספק זאת פחות, הצורך בהפנמה יהיה חזק יותר.

ואם עדיין לא הבנו את המהפך המחשבתי מתפיסתה של קליין בא סעיף 8 ומסביר:

8. "הפנמה של אובייקט אינה רק תוצר של פנטזיית הכללה אורלית אלא תהליך פסיכולוגי מובחן."

חשוב לציין כי פרברן לא כפר בתיאור שתארה קליין את הכאוס הרגשי שאנו מוצאים, לא פעם, אצל ילדים ומבוגרים. הוא פשוט הפך את כיוונו. קליין תיארה את מקור התווה בעולם היצרים הפנימי, והסבירה כי תפקידה של האם הוא להכיל את עצמותיו הכאוטיות של התינוק, ולהעניק להם עיבוד ואינטגרציה. אצל פרברן הכל מתחיל מן האם, וגם הכאוס הפנימי של התינוק אינו אלא תגובה לאופנים השונים בהם היא מתנהגת: לעיתים היא מפתה, לעיתים היא דוחה. יש לה אינספור פנים ההופכים בתהליך ההפנמה ל'אובייקטים' שונים:

"9. שני אספקטים של האובייקט המופנם, כלומר: האספקט המגרה והאספקט הדוחה שלו, מתפצלים מהגרעין המרכזי של האובייקט ומודחקים על ידי האגו." אולם אצל פרברן האני אינו עומד בפני עצמו, אלא שהוא כולו תלוי באגו. האני העומד מול האובייקט המגרה הוא אני מגורה, והאני העומד מול האובייקט הדוחה הוא אני דחוי העוין כל אפשרות של עונג וסיפוק רגשי. לכן:

"13. עקבות העובדה שהאובייקט המגרה (ליבידינלי) והדוחה (אנטי ליבידינלי) שניהם מושקעים (cathected) ע"י האני המקורי, אובייקטים אלו גוררים עימם להדחקה חלקים של האגו הקשורים עימם, כשהם משאירים את הגרעין המרכזי של האגו (אגו מרכזי) בלתי מודחק, אולם פועל כסוכן של הדחקה.

התוצאה מבחינת המצב הפנימי היא שהאגו המקורי פוצל לשלשה חלקים..."

12.

האני ההתחלתי הפשוט, שלא היה לו בעולמו אלא 'האובייקט' התפצל לחלקי אני שיש להם מטרות משל עצמם: ישנו 'אני ליבידינלי' שמטרתו סיפוק יצרי כשלעצמו, וישנו 'אני אנטי ליבידינלי' הממונה על ציוויים ואיסורים שונים המהווים את המוסר. בעצם כאן הושלם המהפך של פרברן. בהיפוך גמור מפרויד, פרברן יוצא מן הכמיהה לקשר עם הזולת ומסיים בעולם פנימי של יצרים עזים.

מדוע התאמץ פרברן להפוך את התיאוריה הפרודיאנית על פיה? במאמר המסכם את דרכיו לבניית התיאוריה שלו הסביר כי החלטתו להדגיש את בניית יחסי האובייקט ולא את גלגוליו של היצר נבעה משיקולים קליניים ותרפויטיים 'לא פחות' מאשר משיקולים תיאורטיים (Fairbairn, 52, p 60). מהם אותם שיקולים תיאורטיים, שכנראה קדמו לשיקולים הקליניים? פרברן הסביר כי עוד לפני שפגש את תורת פרויד הכיר את משנת ההדוניזם הפילוסופי בתורתו של ג'. ס. מיל. כבר שם גילה את נקודת התורפה של השיטה: חוסר היכולת לגשר על הפער שבין עקרון חיפוש העונג הפרטי לבין הכלל המוסרי של 'האושר הגדול ביותר למספר האנשים הגדול ביותר'. פרברן ראה בכישלון זה עדות לחוסר האפשרות המהותי להסברת יחסי אובייקט במונחים של חיפוש עונג. במשנתו של פרויד, טען, גילה את אותו הפער עצמו בין הליבידו מחפש העונג של ה'אידי' לבין היסופר אגו המוסרני. לדעת פרברן אין דרך להסביר את היכולת שלנו ליצור יחסים אלא אם כן מניחים אותה כנתון ראשוני.

לכאורה קיימת הקבלה רבה בין עמדתו של פרברן לבין הטענה שאני טוען בפרק הנוכחי: אי אפשר לגזור את אפיוני ה'ביטולי' (וביניהם הקשר העמוק לזולת) מתוך אקסיומות 'ישותיות'. אלא שפרברן, עם כל החידוש האמיתי בדבריו, אינו חורג באמת מתחומי תפיסת הישות. אמנם הוא זונח את הדגש הפיזיולוגי של פרויד, ומעמיד את הישות על מאפייניה הפסיכולוגיים-חברתיים דווקא, אולם עדיין נותר האדם ביסודו בגדר 'מקבלי'. ההבדל כולו מתמצה בכך שאין הוא מקבל מן הזולת את תענוגותיו אלא שהוא מקבל את נוכחותו התומכת של הזולת עצמו. גם

אצלו, דומה, ניתן לאפיין את פנייתו של האיגוי לעולם במלותיו של האדהיז "הלעיטני להיות יש ודבר בפני עצמו" (ר' שניאור זלמן, תניא-ש"ב. פרק יט).

דוגמא מרשימה ביותר לכך נמצאת בתפיסת ההפנמה שלו. הפנמת הזולת (שהיא – בכל האסכולות הפסיכואנליטיות – תנאי מוקדם להתייחסות אליו כסובייקט אמיתי ולהתחשבות בו) נעשית תמיד כמנגנון הגנה כנגד האיובייקט הרע: "זהו תמיד האיובייקט הרע (כלו, בשלב זה, האיובייקט הבלתי מספק) אשר מופנם בראשונה... קשה ליחס כל משמעות להפנמה ראשונית של אוובייקט טוב" (Fairbairn, 52, p 111). אכן קשה, אם יוצאים מאקסיומה ישותית שמטרתה הבסיסית היא תמיד לקבל מן האיובייקט וכל רצון להיטיב לו הוא שניוני בלבד.

פרברן הסביר זאת במשל מאלף הלקוח מאוצר הדימויים הדתי שכן לדבריו "זוהי מערכת המושגים המייצגת באופן הנאמן ביותר לבוגר את האינטרפרטציה בו היא מוצגת לילד... (במושגים דתיים) טוב יותר להיות חוטא בעולם הנשלט על ידי הא-ל מאשר לחיות בעולם הנשלט על ידי השטן. חוטא בעולם הנשלט על ידי הא-ל יכול להיות רע, אולם תמיד יש מידה של בטחון הנובעת מעצם העובדה שהעולם מסביב הנו טוב... בעולם הנשלט על ידי השטן, היחיד ניצל מרוע של היות חוטא, אולם הוא רע משום שהעולם שסביבו הנו רע. מעבר לכל זאת, אין כל בטחון וכל תקווה לגאולה, והסיכוי היחידי הוא מות וחורבן" (שם, עמ' 66). האיובייקט הוא הא-ל, ויש לרצותו ולעבדו. כאשר הוא רע, עדיף לי לקחת את הרוע שבו על עצמי, כדי להימלט מן החרדה הנוראה של 'החיים בעולמו של השטן'. מכאן ואילך מתעצבת אישיותי על פי הדרך בה אני מתמודד עם הרוע שהפנמתי. כל המהלך המורכב הזה מתבצע כדי לשמור על האיובייקט (לפחות בעיני רוח) כעל מי שיכול ורוצה 'להלעיטני להיות יש ודבר בפני עצמו'.

עולה מן הדברים שהמסלול ההתפתחותי עליו עולה התינוק, מן התלות הראשונית המוחלטת ועד לתלות בוגרת, המאופיינת על ידי אורינטציה שיש בה גם צד של 'עתינה' לזולת (שם, עמ' 33), נובע דווקא מן התסכול שגורם האיובייקט לתינוק. ראשית גורמת לו אכזבה זו לתחושה של ניכור ופיצול בינו לבין האיובייקט, אחר כך גורם לו אותו התסכול עצמו להפנמת האיובייקט (או לפחות האספקטים ה'טובים' שבו). ואחר כך, כתוצאה משני התהליכים הקודמים, ליצירת קשר הדדי ובוגר. כל המהלך כולו הוא תוצר של מחסור ותסכול, ואין קשר מושגי אמיתי בינו לבין שאיפת החסד העמוקה של האני הטרנסצנדנטלי המתואר בחסידות.

תמונה דומה אנו רואים אצל מרגרט מאהלר. מאהלר ראתה את התינוק כיוצא ממצב של 'סימביוזה' (Mahler, 75, p 43)¹¹, אותו תיארה כמצב שבו "ה'אני' טרם הופרד מן ה'ילד אני' " (שם, עמ' 44). זהו מצב שבו חווה התינוק את עצמו ואת אמו כשותפים לאחדות כל יכולה אחת (שם). מן המצב הזה התינוק 'בוקע' (שם, עמ' 53) בתהליך מורכב מאד לקראת היותו פרט בוגר ועצמאי. מאהלר תיארה בהרחבה את שלביו השונים של התהליך, שאותו כינתה 'פרידה והתייחדות' (Separation-Individuation), אולם גם בלי כוונתי לעסוק בשלביו של התהליך ניתן לעמוד על מורכבותו העצומה. הוא כרוך, למשל, התפתחות קוגניטיבית נוסח פיאוזה (שם, עמ' 110), הכוללת גיבוש הדרגתי של 'קביעות אוובייקט' ויכולת הבחנה בין אוובייקטים שונים. הוא כרוך בהנאתו של התינוק מכישוריו המתפתחים, הנאה המתוארת בכינוי המלבב 'פרשת אהבים עם

¹¹ לדעתי אין חשיבות רבה לכך שלדעתה מצב זה מתחיל אך ורק מהחודש השני, ולפני כן התינוק שרוי במצב 'אוטיסיטי', שכן ההתפתחות הרגשית הממשית מתחילה דווקא מן השלב הסימביוטי.

העולם' (שם, עמ' 80). אבל הוא כרוך גם בחרדת הבדידות והפרידה המאפיינת את שלב ה'רפרושמנטי' (שם, עמ' 95).

מאהלר תיארה את התפצלותו של האובייקט (ושוב, מדובר בעיקר באם) ל'אובייקט טוב' ('הנמצא בהרמוניה עם האני הסימביוטי', שם 117) ולאובייקט מתסכל היכול להיות דוחה או חודרני ובלתי מאפשר התפתחות (שם). גם היא הדגישה את הצורך ליצור, בסופו של דבר, 'יחסי אהבת אובייקט הדדיים של נתינה ולקיחה' (שם, עמ' 111) ואת הצורך להגיע לכך על ידי אינטגרציה של צדדיו הטובים והרעים של האובייקט (שם, עמ' 110). גם היא, כמו פרברן, הדגישה כי התקפנות אינה מולדת אלא נוצרת כדרך פסיכולוגית לטיפול באובייקטים רעים. מסיבות עקרוניות אלו ניתן לראות בשיטתה פירוט והרחבה של האינטואיציה היסודית של פרברן. כמוהו, לא הניחה שום יסוד לא ישותי בעולמו של התינוק. ההבדל העיקרי ביניהם הוא שהיא הניחה כי התינוק שואף להיפרד מאמו, לא פחות מאשר להיות קשור אליה. עדיין כל שאיפתו להיות יש ודבר בפני עצמו.

דונלד ויניקוט יכול להיחשב כמי שממזג את שני קווי החשיבה הנדונים וצרף אליהם את מושגיו בדבר היצירתיות.

כמו מאהלר ופרברן גם ויניקוט הניח שבנקודת המוצא של ההתפתחות אין הבחנה ממשית בין האובייקט לסובייקט: "תינוק ואובייקט מתמזגים זה בזה. נקודת השקפתו של התינוק על האובייקט היא סובייקטיבית" (Winnicott, 71, p 46).

ויניקוט הדגיש שמצב זה הוא אשלייתי: "בתחילה מעניקה האם לתינוק, מתוך התאמה של כמעט מאה אחוזים, את ההזדמנות לאשליה שהשד שלה הוא חלק מן התינוק" (שם, עמ' 11). בשלב זה החוויה היא 'אומנימפוטנטית' (שם), התינוק חש כי הוא 'בורא' את השד (שם). אשליה זו היא בסיס חיוני לכל התפתחות עתידית: "תפקידה של האם, בסופו של דבר, להביא את התינוק בהדרגה להתפכחות מאשליה, אבל אין לה תקווה להצליח בכך אלא אם כן היתה מסוגלת להעניק לו תחילה הזדמנות מספקת לאשליה" (שם).

התינוק, בחולשתו העצומה, אינו יכול להתקיים כלל ללא התמסרותה של אמו, וללא תחושת נוכחותה המתמדת. כאשר תחושה זו ניטלת ממנו הוא חווה זאת כאילו הופסק קיומו שלו: "הרגשת קיומה של האם נמשכת X דקות, דיוקנה נמוג. התינוק שרוי במצוקה, אבל זו באה על תיקונה עד מהרה, כי האם חוזרת כעבור X+Y דקות... אבל אם יחלפו X+Y+Z דקות, התינוק יעבור טראומה... התינוק חווה שבר בהמשכיותם של החיים" (שם, עמ' 97).

האני הראשוני של התינוק, קבע ויניקוט, הוא פסיולוגי: "אצל הילוד הפיסיולוגיה והפיסיכולוגיה חד הם... פסיכולוגיה היא הרחבה הדרגתית של הפיסיולוגיה" (ויניקוט, 98, עמ' 42). אולם אין לתינוק כל גורם פנימי היכול לארגן את תחושותיו השונות: על 'כוחות האיד' כתב: "בתחילה הם חיצוניים לתינוק. במצב בריא האיד נאסף אל תוך התינוק, האגו שולט באיד, כך שסיפוקי האיד הופכים למחזקי האגו" (Winnicott, 60, p 587). לכן הניתוק מן האם מעורר חרדת איון (annihilation) (שם, עמ' 590), חרדה שויניקוט תיאר בצבעים עזים:

"להתפורר לחתיכות

ליפול עד אין סוף

למות, למות, למות,

לאבד כל תקווה לחידוש הקשרים" (ויניקוט, 98, עמ' 88).

הסגנון והדגשת האיום מצד יצרי האידי' מזכירים יותר את סגנונה של קליין מאשר את זה של פרברן, אולם למרות זאת, ויניקוט הדגיש את הקשר עם האובייקט, את התלות המוחלטת בו והשחרור ההדרגתי מתלות זו. שחרור זה מתאפשר, כמו אצל פרברן ומאהלר, רק מתוך מינון מסוים של בטחון באם ותסכול בלתי נמנע: "אם הדברים מתנהלים כשורה, תהליך זה של התפכחות הדרגתית מכין את הזירה לתסכולים, המקובצים בידנו תחת השם גמילה" (Winnicott, 13 p, 71). התסכולים הללו, הנוצרים מתוך המפגש המאכזב עם המציאות (אמא שאינה תמיד זמינה, שנכשלת שוב ושוב בהבנת התינוק וכו') יוצרים בתינוק תוקפנות עזה כלפיה. למרבה החרדה, סובל התינוק מתחושה שזעמו עלול להרוס את האובייקט, ואת עצמו ביחד עמו (ממש כמו שהדברים נתפסים אצל קליין). אם האם עומדת בכך ושורדת, הרי שבכך היא נותנת לתינוק שיעור שאין ערוך לחשיבותו: זעמו אינו כה הרסני כפי שחשב קודם. המציאות, הוא מבין, חזקה מן הכעס: "אחרי יסובייקט מתייחס לאובייקט' בא יסובייקט הורס אובייקט' (ברגע שהוא נעשה חיצוני), ואחר כך יכול לבוא: אובייקט שורד ועומד בהרס שלו בידי הסובייקט... "מכאן ואילך הסובייקט אומר לאובייקט: "שלום אובייקט, הרסתי אותך" "אני אוהב אותך" "יש לך ערך בעיני מפני ששרדת ועמדת בכך שהרסתי אותך" (שם, עמ' 90).

מכאן ואילך יכול התינוק להתייחס לזולת באופן שיש בו התחשבות, כשהוא מיחס לה חשיבות וערך: "בגיל חמישה שישה חודשים מתרחש שינוי בתינוקות המקל עלינו לדבר על ההתפתחות הרגשית שלהם במונחים הישימים לבני אדם בכלל... התינוק מסוגל להראות במשחק שלו שהוא מבין שיש לו פנים ושדברים באים מן החוץ... עכשיו התינוק מניח שגם לאמו יש פנים... הוא מתחיל איפה להתעסק באם, בשפיותה ובמצבי הרוח שלה" (Winnicott, 45, p 145-9).

וכמובן, בהתעסקות זו טמונה גם סכנה - כאשר האם אינה מסוגלת להתאים את עצמה לתינוק, היא מאלצת אותו להשתמש מוקדם מדי בכושרו להתאים את עצמו אליה. הסכנה היא שהוא ילמד להתעלם מצרכיו האמיתיים, מן הכושר היצירתי האמיתי שלו, ובמילה אחת - מן העצמי האמיתי שלו, וכך לפתח לעצמו 'עצמי מזויף' (Winnicott, 58) העסוק בהתאמת עצמו למציאות (ובלי כל נסיון אותנטי ליצור אותה בהתאם לצורכי עצמו). מושג 'העצמי המזויף' זכה להיות אחד המושגים החשובים והפופולריים ביותר שנטבעו על ידי ויניקוט.

אולם התיאוריה של ויניקוט אינה מסתיימת בהתפשרות האדם עם המציאות המתסכלת. האשליה עליה נאצלת לוותר מוסיפה לחיות בתחומים מוגדרים היטב של התרבות. ויניקוט כותב: "אני חוקר את מהותה של אשליה, זו המותרת לתינוק, ובחיי המבוגר היא טבועה באמנות ובדת, ועם זה היא נעשית תו היכר לשיגעון כשהמבוגר תובע בכוח רב מדי את אמונתם המוחלטת של אחרים ומאלץ אותם להודות בשותפות לאשליה שאינה אשלייתם שלהם" (Winnicott, 71, p 3), לעומת זאת "כשמבוגר מצליח ליהנות מתחום הביניים (שבין המציאות האובייקטיבית והסובייקטיבית, ב.כ.). כלומר להעמיד תביעות, אז יש ביכולתנו להכיר בתחומי הביניים המקבילים שלנו, ואנחנו שמחים למצוא מידה של חפיפה ביניהם, כלומר, חוויה משותפת של חברים בקבוצה בתחום האמנות, הדת או הפילוסופיה" (שם, עמ' 14).

כל תחומי התרבות הכלולים ב'מותר האדם' נתפסים כאן כמשחק, כמקום מקלטה של האשליה התינוקית האומניפוטנטית של שליטה מוחלטת באובייקט (אפילו 'בריאתו') ויניקוט

לא זלזל, חלילה, במשחק. להפך, היכולת לשחק נחשבת אצלו למרכיב רב חשיבות של הבריאות הנפשית "משחק מסייע לגדילה, ולפיכך לבריאות" (שם, עמ' 48). באופן דומה, ויניקוט מדגיש את חשיבותה של היצירתיות לבריאות הנפש: "היצירתיות היא הגורמת לאדם, יותר מכל דבר אחר, להרגיש שהחיים ראויים לחיותם. ניגודה הוא יחס כנוע למציאות חיצונית, יחס שבו העולם ופרטיו אומנם נתפסים, אבל רק כדבר שיש להיות מותאם אליו או כדבר התובע הסתגלות" (שם, עמ' 65). כניעות זו היא "בסיס חולני לחיים" (שם)¹². שכן, היא בנויה כפי שראינו, על העצמי המזויף ואינה נותנת כל מקום לעצמי האמיתי. חיים של ממש, מסתבר, הם התמודדות פעילה ויצירתית של הסובייקט האנושי עם המציאות האובייקטיבית המקיפה אותו. הם ניסיון מתמיד של האני לשלוט באובייקט, ליצור אותו ולהעניק לו משמעות אישית וייחודית. המשחק, בתפיסתו של ויניקוט, הוא המודל המובהק לחיים כאלו: "המשחק מרגש במידה עצומה. הוא מרגש לא, בראש וראשונה, מפני שמעורבים בו יצרים... הדבר החשוב במשחק הוא תמיד הפגיעות של יחסי הגומלין בין מציאות נפשית אישית ובין החוויה של שליטה באובייקטים ממשיים. זו שבירותו של המאגי עצמו, של קסם הצומח מתוך אינטימיות ביחסים שנמצאו ראויים לאימוץ" (שם, עמ' 47).

ניתן היה לראות בדבריו הנרגשים של ויניקוט מעין הצהרת עצמאות של החוויה, הכרזה ברורה וחזקה על היות המציאות הנפשית מקור עצמאי של מוטיבציה ושל ריגוש. יש כאן, לדעתי, חריגה של ממש מן התפיסות שסקרנו עד כאן, ההופכות את האני הינקוטי לכדור מבחן פאסיבי – אם בידי יצרו העזים (קליין) ואם בידי האובייקט (פרברן). ואכן, בסקירה שכתב ויניקוט על ספרו של פרברן ביקר אותו על כך שמבחינתו ההתפתחות הנפשית אינה תוצר של "פעילותו הנפשית של התינוק, אלא שהוא משהו הניתן לו (או שאינו ניתן לו) על ידי האם" Winnicott, 53, p 332. ההדגשה במקור). והמשיך: "פרברן אינו מתיר כל פעילות (נפשית) יצירתית בתיאוריה שלו... התיאוריה של פרברן, במקום זה, מישרת קו עם התיאוריה שניתנה לנו על ידי מלאני קליין, שגם בה אין מקום אמיתי לרעיון של "יצירתיות נפשית ראשונית" (שם).

אולם מה שויניקוט נתן בידו האחת דומה שלקח באחרת. ויניקוט נותר בנאמנותו לתפיסתו הפיסיולוגית בעיקרה של פרויד. מנין, אם כן, באה אותה יצירתיות ראשונית? ברוב המקומות שהיא מוזכרת אין התייחסות לשאלה זו. כך, למשל, במאמרו הקלאסי על 'אובייקט המעבר ותופעת המעבר' פתח בפשטות רבה בהצגת גורמים המשפיעים על יכולתו של התינוק להשתמש באובייקט המעבר וביניהם "יכולתו של התינוק ליצור... וליצר אובייקט" (Winnicott, 53), ואולם כל זמן שאנו מצמצמים את מקור העולם הנפשי שלנו ורואים את הפיסיולוגיה כ"הרחבה הדרגתית של הפיסיולוגיה" (ויניקוט, 98, עמ' 42). האם לא יהיה זה עקבי יותר ללכת בדרכם של פרויד וקליין ולא ליחס לתינוק דבר מלבד יצרים גועשים ומאמץ נואש לשלוט בהם איכשהו?

במאמרו 'ההכרה והתייחסותה לפסיכו-סומה' ויניקוט ניסה להתמודד עם שאלה זו במישורין והציע תיאוריה של ההכרה (mind). תמצית טיעונו הוא שהתינוק נולד כפסיכו סומה לתוך סביבה המספקת את צרכיו באופן סביר, אולם לא מושלם. חוסר שלמותה של הסביבה 'מאלץ' את התינוק 'להגיב', במטרה ליצור סביבה מושלמת מבחינה פיסית. יצירתיותו של התינוק צומחת מתוך מאמצים ליצור סביבה זו, במציאות (דרך שליטתו על אמו) ובאשליה (דרך יכולתו

¹² ביטוי לקוני זה הוא תמצות של נושא 'העצמי המזויף' שויניקוט הרבה לעסוק בו במקומות רבים. זהו המבנה הפסיכולוגי המתפתח כאשר האם מכריחה את התינוק להסתגל אליה. במקום שתתאים היא את עצמה אליו. בעיני רבים נחשב מושג זה לאחת מתרומותיו המרכזיות של ויניקוט.

לדמיין סביבה טובה יותר). מתוך כך הולכת ומתגבשת ההכרה כנבדלת מן המציאות הפיסית, וכבעלת יחוד ורצף המשכי בזמן מצד עצמה. ובכל זאת, טען, ההכרה היא "פונקציה של הפסיכו סומה" (Winnicott, 54, p 244).

יוצא שלאחר שטרם לכוון את הספירה החווייתית של הנפש כספירה עצמאית ומרכזית בפני עצמה, לאחר שהעמיס עליה את כל עולם התרבות, האומנות, הפילוסופיה והדת, שב ויניקוט וכבל אותה לפסיכו סומה, ולמילוי צרכיו הפיסיולוגיים של הילוד. הצורך הבסיסי של התינוק נותר גופני ופיזיולוגי, ורק התסכול מאלץ אותו לבנות לו בניינים אשלייתיים של תרבות. וינקוט רחוק מלראות בבניינים אלו 'נירוזה קולקטיבית', כפי שכתב פרויד בטוטם וטבו. להפך, יכולת היצירה נחשבת אצלו כסימן מובהק לבריאות נפשית. ובכל זאת מבחינה אונטולוגית הוא נאמן לגמרי לתפיסתו היסודית של פרויד. מן הסתם זו הסיבה שלמרות החשיבות הרבה שייחס לעולם האשליה' נטה לייחס 'שיגעון' למי שלוקח את אשליותיו ברצינות רבה מדי, מיחס להן אמת ותובע מזולתו לקחת אותן ברצינות, גם אם הזולת אינו שותף לאשליותיו שלו (Winnicott, 71, p 3). מבחינה זו ניתן לראות בוויניקוט מעין מבשר של זרמים פוסט-מודרניים עדכניים בפסיכואנליזה (מה שאולי מסביר את השפעתו הרבה על העולם הפסיכואנליטי העכשווי).

היינץ קוהוט הוא שעשה את הצעד האחרון, עד כה, בתהליך שחרורה של הבנת החוויה האנושית מכבלי הפוזיטיביזם. אצלו אנו מוצאים הכרות עצמאות של ממש. את העמדת הפסיכולוגיה על בסיס ביולוגי כינה 'שידוך לא מוצלח', ואף "הגרועה בתועבות (שבתחום) הבנת האדם שניתן להאשים בה את הפסיכואנליזה: הצגת מושג הדחף" (על האמפטיה). מצוטט אצל אופנהיימר, 2000, עמ' 72). הוא היה משוכנע שמושג זה "השפיע השפעה מזיקה מאד על הפסיכואנליזה" (שם), וכי רק חוסר עקביות מחשבתית גרמה ל"הכנסתו של מונח ביולוגי מעורפל וחסר ערך לתוך המערכת המופלאה של הפסיכואנליזה" (שם).

אם כן, הפסיכולוגיה חייבת לעמוד על רגליה שלה, ולמצוא את מונחיה הבסיסיים מתוך עצמה. קוהוט סבר שמצא את המונח היסודי של הפסיכולוגיה, זהו מושג העצמי - ה self. מהו אותו עצמי? ברמה אחת זהו אולי המונח האינטואיטיבי, הפשוט והיסודי ביותר של החוויה, בדיוק מה שכל אחד חש כשהוא אומר 'אני עצמי' (my self). מעין מרכז פנימי של תחושה ורציה: "אין אנו פוגשים בדחפים באמצעות התבוננות פנימה (אינטרוספקציה) או באמצעות אמפתיה. אנו חשים תמיד באחדות הפסיכולוגית הבלתי ניתנת לפירוק של העצמי האוהב. העצמי המשתוקק, העצמי המפגין קיום ונוכחות, או העצמי העוין - ההרסני" (שם). בניסוח מעט יותר מופשט דיבר על 'תחום פסיכולוגי שבו שאיפות, מטלות ואידיאלים יוצרים המשכיות בלתי שבירה המאפשרת פעילות יצירתית מענגת" (Kohut, 83, p 63).

תחושה בסיסית זו, של היות האדם 'עצמי' אינה מובנת מאליה: "לילוד אין, ולא יכולה להיות לו מודעות עצמית רפלקטיבית ואין לו יכולת לחוות את עצמו, ולו במעומעם... כיחידה מלוכדת, במרחב ונמשכת בזמן, המחווה מרכז לפעילות יזומה ולקבלת רשמים" (שם, עמ' 99). במצב זה קיימים, אולי, תכנים נפשיים מסוימים כמו רשמי חושיים, השתוקקויות וכו', אולם לא קיים אדם שהוא הנשא של כולם, ניתן היה אולי להשוות את הילוד בטרם היווצרות העצמי לתמונת ההכרה המתוארת על ידי יום כאוסף רשמים ללא מרכז מלכד, אלא שהתינוק אינו יצור הקיים בפני עצמו: "למן ההתחלה הוא ממוזג - דרך אמפטיה הדדית - עם הסביבה אשר אכן רואה

אותו כאילו יש לו כבר עצמי. סביבה אשר אינה רק צופה את המודעות העצמית העתידה של הילד אלא גם, על ידי עצם ציפיותיה, מתחילה לתעל אותו לכיוונים מוגדרים" (שם). אנחנו, המבוגרים, רואים את הילוד כעצמי, כיחידה מלוכדת במרחב ומתמשכת בזמן, והוא לומד להפנים את ראייתנו ולהתייחס לעצמו בדרך זו.

ואכן, בתחילה אין הוא מסוגל להפריד בינו לבין הסביבה ואין הוא חווה את אמו "כ'את'... אלא בתפיסת עולם שבה האבחנה אני-אתה טרם נוסדה" (Kohut 78, p 455) כך שאת ציפיותיו ממנה ניתן להשוות רק לציפיותיו של אדם בוגר מעצמו (שם). במצב הזה אין האם מהווה 'אובייקט' (במובן שבו דיבר פרויד על 'אובייקט' של היצר) אלא שהיא מהווה מעין חלק מן העצמי של התינוק; ובתחילה נראה שהיא וציפיותיה מהווים את העצמי כולו. קוהוט טבע לכך את המונח 'זולת עצמי' (מונח מקביל, לדעתי, למונח 'אובייקט סובייקטיבי' של ויניקוט).

אולם עם הזמן הולכת יכולת האבחנה של הילד ומשתפרת: "במהלך ההתפתחות המוקדמת מתרחש תהליך ובו כמה תכנים נפשיים שנחו כשייכים לעצמי נכחדים או מועברים לתחום הלא-עצמי כאשר אחרים נשארים בתוך העצמי או נוספים אליו" (Kohut, 83, P 177). חלק מהתכנים שהיו כלולים באחדות האומנימפוטנטית עם האם מתגלים, כנראה, כאשליה, תכנים אחרים מתגלים כשייכים לזולת ולא לעצמי. "כתוצאה מתהליך זה נוסד עצמי מרכזי 'העצמי הגרעיני'. מבנה זה הוא הבסיס לתחושת היותו מרכז עצמי של יוזמה ותפיסה, המשולב באמביציות ובאידיאלים המרכזיים ביותר שלנו ובתחושתנו כי גופנו והכרתנו יוצרים יחידה במרחב ורצף בזמן" (שם).

מדרך הטבע, עצמי גרעיני זה הוא חלש וזקוק לתמיכה רבה. משימתו הראשונה היא להחזיר לעצמו, במידת האפשר, משהו מן השלמות שאבדה לו אגב התבדלותו מאמו, כפי שהסבירה אנייס אופנהיימר: "קוהוט הניח כי קיימת חוויה ראשונית של שלמות ואושר נרקסיסטי... ותאר אותה כמצב או כחוויה שהאיזון בהם מופר או מופרע בשל הליקויים הבלתי נמנעים של הטיפול האמהי, שבהכרח אינו מושלם... הילד מנסה להשיב את תור הזהב הנרקסיסטי באמצעות יסוד שני מנגנונים מיוחדים: הראשון מנסה ליצור מחדש 'עצמי מושלם', כל מה שרע מיוחס למציאות החיצונית, וכל מה שטוב נתפס כשייך לעצמי הנרקסיסטי. בגרסתו הראשונה התערבב מושג זה ב'אני הפועל על פי עקרון העונג' של פרויד. מאוחר יותר החליף אותו קוהוט... במונח 'עצמי גרנדיוזי'. המנגנון השני מנסה לשחזר טיפול אימהי מושלם. הילד יוצר על ידי השלכה דימוי מושלם וכל יכול של 'האחר' המטפל בו " הדימוי המופנם של ההורה הנערץ" (אופנהיימר, 2000, עמ' 41).

תפקידו של הזולת-עצמי לתמוך בניסיונותיו אלו של הילד. כאשר האם מתבוננת בילד בעיניים זוהרות ומעריצות, ומהווה "ראי המתענג לעצמיותו הבריאה" (Kohut, 78, P 130) היא מטפחת את אמונו בעצמו, את תחושתו שיש ביכולתו להתמודד עם החיים והמציאות ולבנות את עולמו העצמי. הילד מפנים את יחסה החיובי של האם לתוך תחושת העצמי שלו. קוהוט קורא לתהליך זה 'הפנמה ממירה', כדי לציין שהילד לוקח מאמו את היסודות המתאימים לו והחיוניים לו לשם התפתחותו, ממש כשם שנוהג הגוף באוכל שהוא אוכל. כך נוצר בעצמי מרכז או 'קוטב' שקוהוט כינה קוטב האימביציות. באותו אופן, כאשר ההורה מתגלה כראוי להערצתו של הילד, כאשר ההורה נענה לחיפושיו של הילד אחרי זולת-עצמי אידיאלי אומנימפוטנטי שעם כוחו הוא רוצה מתמזג" (שם, עמ' 171) נוצר בעצמי קוטב מקביל של 'אידיאלים', מטרות אליהם ראוי

לשאוף. קוטב האמביציות נוצר, על פי קוהוט, בהליך "השנה השנייה, השלישית והרביעית לחיי הילד, ואילו קוטב האידיאלים נוצר במהלך השנה הרביעית החמישית והשישית" (שם, עמ' 179). כל אותה השתוללות יצרים יוצרי קונפליקטים המתוארת על ידי מה שקוהוט מכנה 'פסיכולוגית היצרי' (כלומר, בעיקר פרויד, אבל גם קליין וממשיכה) אינו אלא תוצר של פרגמנטציה של העצמי שלא זכה לתמיכה הראויה מצד הזולת-עצמי (שם, עמ' 77, וראה גם עמ' 171).

ואולם חשוב לזכור כי להישג של עמידת הפסיכולוגיה על רגליה שלה הגיע קוהוט באופן שניתן לכנותו 'התנגדות פאסיבית' למודל הפוזיטיביסטי הקיים. הוא לא הציע הגדרה כלשהי לעצמי: במקום זאת הוא פשוט סירב להגדיר את העצמי בכל דרך שהיא, וכפי שציטט אותו נוי: "העיונים שלי מכילים מאות דפים העוסקים בפסיכולוגיה של העצמי... אך אין הם מיחסים אף פעם משמעות בלתי גמישה למושג העצמי, אף פעם לא מוסבר איך יש להגדיר את העצמי במהותו. אבל אני מודה בעובדה זו ללא חרטה או בושה..." (מצוטט אצל נוי, 94, עמ' 95). נוי הודה בכך ש"זוהי גישה לגיטימית. מותר לאיש המדע להשתמש בכל מושג... אף אם אין הוא יכול להגדירו" (שם). אולם במה דברים אמורים? כאשר ברור לכל כי מדובר במטאפורה בלבד, "דוגמת דימוי ה'צנזור' של פרויד או 'העצמי הכוזב' של ויניקוט" (שם). אולם, הוסיף נוי, כאשר באים לבנות מודל מדעי יש להגדיר היטב את מונחי היסוד בהם אנו משתמשים. וחוזרת השאלה – מהו אותו העצמי? קודם כל, ענה נוי, העצמי הוא תחושה סובייקטיבית מסוימת. העצמי אינו ישות מאורגנת ומארגנת, אלא אך דימוי של משהו מאורגן ומארגן" (שם עמ' 96). לדעתו של נוי, אם קיימת בנו תחושה של ארגון פנימי חייב להתקיים איזשהו מנגנון היוצר את אותה תחושה. ומהו אותו מנגנון? "לגבי נקודת המוצא הפסיכואנליטית התשובה היא ברורה – האחראי על יצירת דימוי האחדות והארגון של העצמי – הוא האני" (שם, עמ' 98). הנה חזרנו לתפיסתו של הרטמן, ממנה ניסה קוהוט להשתחרר.

לדעתי הצדק עם נוי. סירובו של קוהוט להגדיר את העצמי אינו יכול לבלום את החוקרים הבאים אחריו מלהציע הגדרות משלהם. כל זמן שקוהוט אינו מציע אונטולוגיה ברורה משלו, שבמסגרתה יובהר היטב מדוע אין להגדיר את העצמי, הרי שבמוקדם או במאוחר יקום מי שינסה להגדירו ויעשה זאת במונחי התפיסה האונטולוגית הישנה.

נוי ציין כי למושג העצמי היסטוריה ארוכה, למן דיוניהם של דויד יום, עמנואל קנט וויליאם גיימס. כך הזכיר, למשל, את ג'ורג' מיד (Mead, 67), הסוציולוג שפיתח בשנות ה-30 תיאורית עצמי המזכירה מאד את זו של קוהוט. לדעתו, מושג זה מוצע בכל פעם כדי להציל את היכולת להתייחסות ישירה לחוויה האנושית מפני המכניות המדעית הנוקשה. דווקא לכן הוא סבור שיש לתמוה: "איך קרה שמושג, שצבר סביבו כל כך הרבה כוונות טובות, לא הצליח אף פעם להמריא ולחולל את השינוי המצופה! ועד כדי כך לא הצליח, עד כי כל אסכולה, שחזרה ואימצה את מושג העצמי, נהגה כאילו היא היתה זו שהמציאה אותו לראשונה?" (שם, עמ' 94). ברצוני להציע תשובה לשאלה זו: מושג העצמי מוצע בכל פעם מחדש, מאחר ויש בו צורך אמיתי – כפי שנוי עצמו מציין. הוא גם נופל בכל פעם מחדש, מאחר ואף פעם לא נתמך על ידי מהפך מחשבתי המתבסס על תפיסה מטאפיזית-אונטולוגית החורגת באמת מן הפוזיטיביזם.

בטרם ארחיב בנקודה זו, ברצוני לסכם את הדרך בה הלכתי בעקבות הפסיכולוגים הפוסט-פרוידיאנים.

אחדות השיח הפסיכואנליטי: האם ניתן לדבר על 'תיאוריה' פסיכואנליטית מאוחדת? לכאורה לא. ללומד את התיאוריות הפוסט פרוידיאניות מצטיירת לעיתים קרובות תמונה כאוטית הכוללת שפע זרמים ותיאוריות, המצויים במחלוקות קשות אלו עם אלו. קיימות חלוקות עזות גם בתוך גבולותיה של תיאוריה ספציפית, כמו 'תלמידי היינץ קוהוט' וכדו'. כל המהומה הזו יוצרת תחושה של תוהו חסר לכידות וארגון.

תחושה זו מתחזקת לנוכח הריבוי העצום של מונחים ייחודיים שכל תאורטיקן יוצר להסברת משנתו. לשפות השונות יש יכולת מדהימה לכסות על דמיון מושגי בסיסי. ויניקוט, למשל, תיאר מצב נפשי הקודם להפרדת ה'לא-אני' מן האני. הוא הסביר מדוע הוא נמנע מלהשתמש במונח 'סימביוזה' שטבעה מאהלר לצורך העניין, והוא מעדיף לומר ש'בראשית הדברים, האובייקט הוא 'אובייקט סובייקטיבי' (Winnicott, 71, p 125). קוהוט השתמש בביטוי 'זולת עצמי' לאותה מטרה. ודאי, לכל אחד מהם יש סיבות טובות להעדפת מונחיו על מונחי זולתו, ויש באמת הבדל בין מה ששלוש ההוגים הללו אומרים על השלב הפרה-הפרדתי של התינוק, אבל השפות השונות מסתירות את המשותף לכל המשגות. יש לציין כי מחבר חשוב כמו בקאל עמד על הדמיון שבין עמדותיו של קוהוט, למשל, לבין אלו של אסכולת 'יחסי האובייקט' הבריטית (רא' Bacal, 87), אבל לדעתי ניתן להרחיק לכת יותר ממנו בשרטוט הקווים המשותפים של השיח הפוסט פרוידיאני, ודווקא על ידי כך לעמוד על הישגיו ומגבלותיו.

דומה שמצטיירת לפנינו התמונה הבאה: כל אחת מן התיאוריות הפוסט פרוידיאניות משתדלת, בזרחה, לשלב את שני התהליכים שצינתי קודם. האחד, מכאוס לקוסמוס, כלומר מתוהו ובוהו של יצרים, תשוקות, תחושות וכדו' לעולם נפשי שיש בו סדר וארגון כלשהם. האחר, מתלות לעצמאות, כלומר ממיזוג כמעט מוחלט של העצמי עם האם ועד לעמידתו בפני עצמו כפרט אינדיבידואלי נבדל. השאלה האמיתית המבחינה ביניהם היא המשקל השונה שהן נותנות לכל אחד מן התהליכים. כאן אנו מוצאים רצף, שבקצהו האחד נמצא את קליין ובין ובקצהו האחר את פרברן, מאהלר וקוהוט. הראשונים פתחו בתוהו והדגישו כי התיקון עובר דרך התלות באם, והאחרונים פתחו בתלות והראו כי בכל מקום שתלות זו נכזבת נוצר תוהו (והרי אין מנוס מאכזבות, וממילא אין מנוס מהיווצרותו של תוהו).

שלא במפתיע, התפלגות זו נמצאת בקורלציה גבוהה עם התפלגות הדעות הנוגעת בשאלה קרובה – על ראשוניותה של התוקפנות. אלו המדגישים את ראשוניותו של הפירוק מסבירים אותו כתוצר של יצרים הרסניים ואלימים המהווים חלק בלתי נפרד ממערכת יצרו של האדם (יצר המות!). אלו המדגישים את ראשוניות התלות מתארים את התוקפנות כתוצר של תלות שנכשלה.

דומה שהעולה מן הדיון הוא כי קיים מעין 'שדה שיח' פסיכואנליטי מגובש למדי, המתאר את התפתחותה של החוויה האנושית, ואת המסלול המורכב שהיא עוברת בדרך לעיצוב עצמה כפרט העומד על רגליו העצמיות מבחינה רגשית. שדה השיח הנדון איננו אחד, כמובן, והוא מלא מחלוקות של מהות ושל ניסוח לא פחות מכל שדה שיח אחר. ובכל זאת נראה שתחומי החפיפה בין התיאוריות השונות הנם נרחבים מספיק כדי לדבר על 'התיאוריה ההתפתחותית הפסיכואנליטית' בלשון יחיד.

מה מאפיין את הסיפור הפסיכואנליטי על התפתחות האדם? בעיניים חסידיות ניתן לכנותו סיפור של תיקון חלקי, המתאר את הדרך מבלעדיותה של הנפש הבהמית לכינונה של נפש שכלית חזקה. כל התיאוריות שסקרתי מסתיימות בהפיכתו של האדם לייש ודבר בפני עצמו, עם יכולת קיום במציאות, יכולת עמידה מול יצרו, אפילו יכולת השתתפות יצירתית במשחק התרבותי. כולן מסבירות אל רוחניותו של האדם כתוצר לוואי של התפתחות זו. כולן נאמנות למתווה היסודי של פרויד להסברת העולם הנפשי כולו במונחיה של תפיסת הישות.

קולקא ציטט את בובר שקבל על כך שפסיכואנליטיקאים נמנעים במכוון מלעסוק בשאלות של 'מהות' העולם הנפשי, שאלות של מוסריות אמת, יצירתיות אותנטית וכדו'. קולקא משוכנע שעם תרומותיהם של ויניקוט וקוהוט הפסיכואנליזה נעשתה בשלה לעסוק גם בתכנים כאלו. האומנם? האם באמת דימוי האדם הנרקסיסטי, השואב את אמונתו וערכיו מהזולת-עצמי שלו היא באמת קרובה יותר לכוונתו של בובר (ורבים אחרים) מאשר דמוי האדם ההדוניסטי, הדואג לסיפוקו הליבידינלי במסגרת מגבלותיו של עקרון המציאות, למשל! אין ספק שקוהוט קידם אותנו במידה רבה כאשר העמיד את הפסיכולוגיה על מושגי החוויה האותנטיים אבל אז שב וקלקל כאשר העתיק לתחומי החוויה את אותם דפוסי ישות פרוידיאנים ישנים, של 'הלעיטיני להיות ישי'. 'השחרור' ששחרר קוהוט את התיאוריה דומה, לדעתי, לתנועה מהפכנית שסילקה את השלטון הקודם, אולם יצרה במקומו שלטון אחר הבנוי על אותם עקרונות ממש (כפי שתיאר אורול בחדות בסאטירה 'חוות החיות').

ויקטור פרנקל: לשם השוואה ברצוני להציג כמה ציטוטים מכתבי ויקטור פרנקל, שניתן לראות בלוגותרפיה שלו את אחד הניסיונות הרציניים לבנות תיאוריה פסיכולוגית המבוססת על מושגי הביטול.

לדעת פרנקל מטרתו האמיתית של האדם היא מציאת המשמעות הייחודית של חייו והגשמתה. הוא אינו מוכן לראות בשאיפה למשמעות 'דחף' במובן שמיחס פרויד, למשל, לידחף המיני: "אם נראה בשאיפה למשמעות דחף שאינו שונה משאר הדחפים, שוב יהיה האדם יצור שעיקר ענינו שיווי משקל פנימי... הגשמת המשמעות אז לא תהיה לשמה אלא תשרת איזו מטרה שלו" (פרנקל, 'ה'תשמ"ה-ב, עמ' 53). מהי אם כן השאיפה למשמעות? זהו כושר ייחודי באדם להתעלות מעל לעצמו (=מעל לישותו, בלשון החסידות), זוהי "הסגולה האנושית הייחודית של ההינתקות מעצמו, שבזכותה יכול האדם לנתק עצמו לא רק ממצב זה או אחר אלא גם מעצמו. הוא מסוגל לבחור בגישה שלו כלפי עצמו, ובעשותו כן הוא נוקט עמדה של ממש כלפי הנסיבות והאילוצים הגופניים והנפשיים שלו... לאור נקודה זו האדם חופשי לעצב את אופיו שלו ואחראי גם לתוצאה הסופית של מלאכת עיצוב זאת" (שם, עמ' 24).

אולם דגש זה שפרנקל שם על 'חירות העיצוב העצמי' אין פירושו שמדובר, כמו אצל ויניקוט, בממד אשלייתי שהאדם יוצר לעצמו תוך כדי משחק חופשי: "משמעויות מגלים, אין ממציאים אותן" (שם, עמ' 74). הוא לא נלאה מלטעון שקיים ממד אמיתי של משמעות, אותו כינה ממד 'נואלוגי' (פרנקל, 'ה'תשמ"ה-א, ע' 19) וראה בו את המקור היחידי האפשרי לערכים. את טענתו האקזיסטנציאליסטית של סארטר, למשל, שהאדם יוצר לעצמו את ערכיו ראה כמעשה להטיס, כמעשהו של "פקיר המתיימר שביכולתו להשליך חבל לאוויר, בלי שיהיה קצהו מחובר למשהו. והנה, הוא טוען, נער יטפס על החבל" (שם).

לכן, טען, מקורו של המצפון חייב להיות טרנסצנדנטי: "העובדתיות הפסיכולוגית של המצפון אינה אלא ההיבט האימננטי של תופעה טרנסצנדנטית" (שם, עמ' 56). מכאן קצרה הדרך לדיבור על ממד רוחני, או אפילו דתי, בנפש האדם: "אנו עומדים נוכח מה שהייתי מבקש לכנות 'הלא מודע הטרנסצנדנטי' ... פירושו המדויק פחות או יותר של מושג זה הוא שמאז ומתמיד היה האדם מכוון אל הטרנסצנדנטיות, גם אם ברמה לא מודעת. אם קוראים למושג המכוון של יחס לא מודע כזה בשם א-לקים, הרי ראוי לדבר על א-ל לא מודע" (שם, עמ' 63).

פרנקל אינו נשאר בהכרזות כלליות. הוא הצביע על הדרכים למתן סעד נפשי בעזרת הנחותיו, ותומך את הצעותיו בממצאים אמפיריים מרשימים של הצלחות טיפוליות (למשל, פרנקל, ה'תשמ"ה-ג, עמ' 17). ובניתוח חלומות. בהם עולים תכנים 'טרנסצנדנטיים' (פרנקל, ה'תשמ"ה-א, עמ' 39). ובכל זאת נותרה גישתו הטיפולית שולית למדי בעולם הפסיכותרפיה.

הסיבה לכך הנה, לדעתי, שגם פרנקל תיאר צד אחד בלבד של ההווה האנושית. הוא לא התעלם, אמנם, מצדו האפל של האדם. הוא הכיר בקיומם של יצרים, של אגואיזם נרקסיסטי ושל רוע, אלא שהיה לו מעט מאד מה לומר עליהם. דווקא בנקודה זו הסתפק בהכרזות כלליות כמו "גם האושר וגם ההצלחה אינם אלא תחליפים להגשמה, ולכן עקרון העונג, בדומה לשאיפה לכוח, אינם אלא נגזרותיה של השאיפה למשמעות, כיוון שהתפתחותם של העקרונות הללו מבוססת על עיוות נורטי של הניעה היסודית של האדם" (פרנקל, ה'תשמ"ה-ב, עמ' 46). אבל מהו העיוות הזה? כיצד נוצר אותו 'עיוות נורטי', ומתי? קשה למצוא תשובות מפורטות בכתביו של פרנקל. לכל היותר נמצא דיבורים על 'ריק קיומי' שלתוכו חדרה מערכת סימפטומים נורטיים (פרנקל, ה'תשמ"ה, עמ' 130). אופייני הדבר שפרנקל לא פיתח מעולם תורת התפתחות שיטתית, המתארת את הדרך מינקות לבגרות ומצביעה על הכשלים האפשריים שבדרך.

מכיוון שכך לא נותר לפרנקל אלא להציע חלוקה כללית למדי של הבעיות הנפשיות לנירוזות ונאווגניות' שמקורן "בבעיות רוחניות, בקונפליקטים מוסריים... תסכול בשאיפה למשמעות" (פרנקל, ה'תשמ"ה-ב, עמ' 36), ולנירוזות 'פסיכוגניות', שהן נירוזות 'במובן המקובל' (שם). נראה שהניתוק הזה הוא בעוכריו: פסיכולוגים אינם נתקלים, בדרך כלל, בבעיות נפשיות שאין להן רקע נפשי ('פסיכוגני'), וממילא כדי להתמודד עמן הם נאלצים לאחוז בשיטות הטיפול המקובלות ולא בלוגותרפיה.

ניתן להמשיג זאת כך: העולם הפסיכואנליטי מגשש את דרכו מראשיתו הפוזיטיביסטית (שאלצה אותו לתרגם כל תוכן נפשי למושגי 'יצר' הדוניסטי) ועד לבנייתה של תיאוריה פסיכולוגית צרופה המסתמכת על נתוני החוויה כשלעצמם. אולם באין לו תפיסה אונטולוגית שתהווה אלטרנטיבה אמיתית לפוזיטיביזם הוא נאלץ לשחזר את הנחות היסוד הישנות לתחום החוויה עצמה. גם בשיאו, במשנותיהם של ויניקוט וקוהוט, אין מקום להתעלות אמיתית של האדם מעבר לעצמו, לשאיפה ראשונית למטרות רוחניות או לשאיפת חסד והטבה לזולת. מודל האדם של הפסיכואנליזה נשאר אגוצנטרי ומבוסס כולו על השאיפה לקבל. בכך מהוה הפסיכואנליזה כלי רב עוצמה לחשיפת צד הצל של האדם, לגילוי המניעים האפלים העומדים ביסודם של כל מיני מניעים נאצלים, רוחניים ומוכווני - זולת לכאורה - ויחד עם זה היא דלה ביותר ביכולתה להתייחס למניעים ערכיים ראשוניים ואותנטיים של האדם. היפוכו של דבר לגבי הלוגותרפיה: זו חשה בנוח דווקא בגבהים, בהתייחסות לממד הטרנסצנדנטי של המציאות הנפשית, בשאלות של ערכים ורוח, אולם מעט מאד יש לה לומר על צד הצל. באין לנו תפיסה מטאפיזית כוללת, אנו נדונים לחיות בתוך הדיכוטומיה של חומר ורוח, יצרים וערכים.

ניסיונות שילוב: למעשה חזרתי להנחה הראשונית שלי, והיא שתפיסת הישות העומדת ביסוד הפסיכולוגיה המערבית מגבילה אותה באופן משמעותי. למעשה היא מותירה שתי אפשרויות בלבד: או לדבוק בפסיכולוגיה 'מדעית' (ולשלם מחיר כבד בצורך לתרגם את 'מותר האדם' למונחי ישות) או להתנער ממנה (ולהיות ללא יכולת ממשית להסביר את מאפייני הישות ו'הצלי' של האדם).

כדי להשלים את הדיון אנסה עכשיו לתאר שלוש גישות פסיכודינמיות שיש בהן חריגה מסוימת מן הסד שתיארתי. למרות הצלחתן (החלקית) אנסה להראות כי הגישות המדוברות שילמו גם הן מחיר מושגי על הצורך להתחשב בעולם השיח ממנו באו.

מטה בלנקו: נגיעה מתונה מאוד בתכנים מיסטיים ניתן למצוא במשנתו של מטה-בלנקו, פסיכואנליטיקאי ולוגיקן. עיקר עניינו של מטה-בלנקו היה בתחום המשותף לשני תחומי עיסוקו - הלוגיקה של הלא מודע.

פרויד עמד על קיומם של תהליכי חשיבה ייחודיים המאפיינים את הלא מודע. בין האפיונים הללו מנה את היעדר הסתירה (תכנים הנחשבים לסותרים בחשיבה המודעת נמצאים זה לצד זה ללא סתירה), את ההתקה (החלפתו של אובייקט אחד באחר, כאשר השני מקבל את כל אפיוניו של הראשון), את העיבוי (דחיסתן של משמעותות רבות לדימוי אחד), היעדר תחושת הזמן, וכן חוסר ההבחנה בין מציאות פנימית לחיצונית. דפוסי אלו מאפיינים את עולם החלומות שלנו, וממנו נלמדו. פרויד כינה אותם 'תהליכים ראשוניים'.

מטה-בלנקו (Matte-Blanco, 59) חיפש את העיקרון המאחד את כל התהליכים הראשוניים הללו, ומצא אותו בהנחה הבאה: כל היחסים הם סימטריים.

כידוע, הלוגיקה מכירה שני סוגי יחסים. יחס סימטרי פירושו שאם א' נמצא ביחס מסוים לב', ב' נמצא באותו יחס לא'. למשל, אם אני אחיו של פלוני, הרי שפלוני הוא אחי. היפוכו של דבר ביחס לא סימטרי. למשל, אם אני אביו של פלוני, וודאי שפלוני איננו אבי. תפיסת הזמן שלנו משקפת יחס לא סימטרי: אם א' קודם לב', ב' אינו יכול להיות קודם לא'. אם כל היחסים הם סימטריים, אין משמעות לתפיסת הזמן. באופן דומה הוכיח מטה-בלנקו כי עקרון הסימטריה הכללי מסביר את כל התהליכים הראשוניים.

ניתן להוסיף ולשאול: באיזה מן מציאות כל היחסים הם סימטריים? מטה-בלנקו הראה כי יחסים כאלו יתכנו רק במציאות שבה כל הקבוצות הן אינסופיות. מתקבלת התמונה הבאה: כל אירוע שאנו נתקלים בו מקודד בנפשנו פעמיים. פעם אחת ע"י התהליך הראשוני הרואה בו חלק מקבוצה אינסופית (ומעביר אותו לתהליכי חשיבה המניחים עולם שבו כל הקבוצות הן אינסופיות) ופעם אחת ע"י התהליך השניוני, הרואה בו חלק מקבוצה סופית (ומעביר אותו לתהליכי חשיבה המניחים עולם שקיימות בו קבוצות סופיות).

לאור הנחה זו הסביר מטה-בלנקו תופעות נפשיות כמו עוצמתם הכובשת של הרגשות: "כשאנו באים לחקור את טיבן של האמוציות אנו רואים שיש סיבות טובות לחשוב שבשנאה, ממש כמו באהבה, אנו יכולים לראות את פעולתו של עיקרון הסימטריה. מצד אחד, בחוקרנו את הלא מודע כקבוצות אינסופיות, אנו נפגשים בעובדה שתוקפנות בעלת עוצמה רבה, כזו שתוארה ע"י מלאני קליין, יכולה להיות מובנת במונחים של קבוצות אינסופיות. מצד שני השנאה כפי

שאנו יודעים אותה מניחה כיוון, כלומר אסימטריה, בעוד שאנו יכולים לדמיין את האהבה כאקסטטיב, כהוויה צרופה, בלי כל התרחשות. השלווה העמוקה של הסימטריה היסודית הפנימית נראים ביתר התאמה לאהבה מאשר לשנאה" (Matte-Blanco, 75, p 105). ניכרת בדברים האלה הנחתו של מטה-בלנקו כי לרגשות כאלו יש עצמה הנחווית כאינסופית, אם כי אנו רואים בהם גם את מבוכתו לגבי רגש השנאה-יותר מן האהבה נראה שרגש זה מכוון למטרה התלויה בזמן-הרסנות, והרי הזמן הוא ממאפייניו של תהליך החשיבה השניוני! (לדעתי ניתן לתרץ את הקושיה בקלות רבה לאור הנחתו של פרויד על מקור יצר המוות. כפי שראינו קודם, גם יצר זה שואף למצב נטול השתנות, שהזמן אינו שולט בו, מצב המוות. השנאה העזה היא רק הופעה של יצר המוות במציאות הכוללת, בין השאר, חיים).

מכל מקום, רק צעד קל מפריד בין מסקנותיו של מטה-בלנקו לבין ההכרה בכך שאנו חיים באמת בשני עולמות, מה שהיה מקרב אותו לתפיסה חסידיית ממש. למיטב ידיעתי, מטה-בלנקו לא צעד את הצעד הזה. התעניינותו נותרה כולה בתחומיה הצרים של תורת ההכרה והלוגיקה של תהליכי החשיבה. מכיוון שכך, לא הייתה במשנתו חריגה של ממש מן החשיבה הישותית הכללית של הפסיכואנליזה. לכל היותר יש כאן צעד נוסף בהסברים רציונליים לחשיבה מיסטית, בלי שימוש פורה בחשיבה המיסטית עצמה.

וילפרד ביון: הצגתי קודם בקווים כלליים את משנתו של ביון. הראיתי כי בתיאוריה המוקדמת שלו ביון היה נאמן לאנתולוגיה הפרוידיאנית הבסיסית המתארת את התפתחות העולם הרוחני מתוך חוויה חומרית בסיסית יותר. ביון העמיק לחקור את היטורנספורמציות (כלשונו) מן הבסיס החומרי לחוויה הרוחנית, אולם לא ערער כלל על התפיסה המטאפיזית הנמצאת בבסיסו. בכל זאת, נראה שבשלבם מאוחרים יותר של הגותו שילב בה יסודות שהוא עצמו מתאר כ'מיסטיים'.

ניתן להעמיד את הגותו המאוחרת של ביון על המושג הקנטיאני 'הדבר כשהוא לעצמו'. המציאות, לטענתו, אינה יכולה להיות ידועה לנו. כל תפיסותינו אינן נוגעות אלא בעולם התופעות הגלויות אשר מעבר להן משתרע התחום הלא נודע של המציאות כשלעצמה, שביון כינה o.

ביון תיאר את o במונחים מיסטיים ממש: "אשתמש במונח o כדי לציין את המציאות הסופית המיוצגת ע"י מונחים כמו מציאות סופית, אמת מוחלטת, הא-לוקות, האינסופי, הדבר כשהוא לעצמו. O איננו נכנס לתחום הידיעה... הוא יכול "להיות מתהווה (be become) אך לא להיות ידוע" (Bion, 70, p 26). אין זה אומר שאין לנו מגע עם o, אלא שהקשר הממשי הוא מיסטי ביסודו: "המיסטיקאי יוצר קשר ישיר עם, או שהוא 'אחד' עם, הא-ל (שם, עמ' 111). ביון חיזק את דבריו בציטוט שורה ארוכה ומרשימה של מיסטיקאים, מישו ועד למייסטר אקהרט ואף האר"י (שם, עמ' 115).

במובן זה, טען ביון, ניתן לראות בפסיכואנליזה התנסות כמעט מיסטית: "האנליסט חייב למקד את הקשב שלו ב o, הבלתי ידוע והבלתי ניתן לידיעה. הצלחת הפסיכואנליטיקאי תלויה בשמירתה של זווית הראייה הפסיכואנליטיקאית-זווית הראייה היא פיסגת הפסיכואנליזה, פיסגת הפסיכואנליזה היא o.... הפסיכואנליטיקאי יכול לדעת מה המטופל אומר, עושה, או נראה כמו (appears to be), אולם אינו יכול לדעת את o.... הוא יכול רק 'להיות' אותו" (שם, עמ' 27).

פרשנותו של המטפל אינה הצבעה גרידא על מצב עניינים 'אובייקטיבי' מסוים, אלא מרכיב בלתי נפרד בתהליך התהוותו של "o" (שם).

האם לפנינו חריגה ממשית מן התפיסה הפוזיטיביסטית? לדעתי קביעה זו נכונה במידה מסוימת בלבד ובמובנים רבים ביון נותר כבול לתפיסותיו הישנות. ביון הסביר כי ה-o "הוא חשוך וחסר צורה, אולם נכנס לתחום k (=התחום הניתן לידיעה, הנתפס ע"י הסכמות האינטלקטואליות שברשותנו, ב.כ.) כאשר הוא מתפתח עד לנקודה שבה הוא יכול להיות ידוע דרך ידע הנרכש מן הניסיון ומומשג במונחים הלקוחים מן הניסיון החושי" (שם, עמ' 26). הווה אומר, גם אם ה-o מתואר במונחים מיסטיים ממש, עדיין המפגש עמו עובר כולו דרך החוויה החושית והגופנית. כל העולם הרוחני האידיאי נוצר ע"י אותן טרנספורמציות שביון תיאר בשלבים הקודמים של הגותו. בעולם המציאותי הידוע לנו נותרו אותן היררכיות פוזיטיביסטיות ישנות הכוללות תשתית מטריאליסטית ובניין על נפשי ותרבותי.

לפי זה, מהי משמעותם של התיאורים המיסטיים? ניתן להבין זאת בכמה דרכים. יתכן שמדובר ברצונו של ביון להמשיג את החוויה המיסטית, אותה ראה כחוויה בסיסית ומהותית לאדם (בניגוד לפרויד שראה בה בעיקר חולשה, אולי אף פתולוגיה). יתכן גם שיש כאן ביטוי לרצון להעביר את הדגש בעבודה הטיפולית מן הממדים האינטלקטואליים והפרשניים אל הממד החויתי האירציונלי. שוב ושוב הדגיש את הצורך 'להתרוקן' מן הידוע מראש, מן השגרתו והתיאורטי, ולהיפתח לחוויה עצמה שהיא מעל ומעבר לידע הקיים. בלשונו: כאשר המיכל 'רווי' מדי בתכנים שונים אין לו יכולת לפגוש את ה-o (שם, עמ' 29). כל ההמשגות הללו מהוות, לדעתי, צעד גדול מעבר לאונתולוגיה של פרויד, הרטמן או קליין. ובכל זאת נראה שביון נעצר באמצע הדרך. הותיר את המערכת הפוזיטיביסטית על כנה והעמיד את o מעבר לה, ממש בגבולה התחתון. קל להיווכח בכך אם ננסה להמשיג במונחיו של ביון מצב של דיאלוג עם הרובד הנסתר שבאדם, או לחשוב שרובד זה כולל רצון או משמעות אידיאלית כלשהי. במונחיו של ביון, נדמה לי, אלו הם פטופטים חסרי שחר. לעומת זאת הוא מסוגל לדבר על " התפוצצות רגשית קטסטרופלית o " (שם, עמ' 14). הווה אומר, עם כל ההתקדמות שבמושגיו של ביון, אין הם מתקרבים באמת למושג כמו 'נשמה' (ובאמת, ככל שחיפשתי, מושג הנשמה אינו מופיע אצלו כלל).

קרל יונג: תפיסותיו של יונג מכילות, לדעתי, אלמנטים רבים המקרבים אותה לתפיסה החסידית של אורות וכלים. תפיסתו המלאה היא מורכבת ועשירה מאוד, והשוואה בינה לבין החסידות ראויה למחקר מקיף בפני עצמו. אסתפק כאן בראשי פרקים בלבד.

לדעת יונג אי אפשר להבין את חוויתו של האדם מתוך התנסויותיו האישיות בלבד. לדעתו התנסויות אלו מקבלות את משמעותן רק לאחר שהן נשזרות בדפוסים מולדים הקיימים בנפש האדם ומיצגים את מכלול אפשרויות החוויה והיחסים הבינאישיים. אנו נולדים עם דפוסים של גבריות ונשיות, הורות, ילדות והתבגרות, ועוד שפע של דפוסי חוויה. אין זה אומר שאנו נולדים עם החוויות עצמן, אלא עם דפוסים צורניים כלליים למדי אשר לתוכם נשזרות ההתנסויות הקונקרטיות שלנו באופן היוצר את עולמנו החויתי. באופן כזה יש להבין את הדמות המופנמת של אבא או אמא, למשל, רק כשילוב בין האידיאות המולדות של אבהות ואמהות (ארכיטיפים בלשונו) עם ההתנסויות הקונקרטיות של כל אדם עם הוריו הפרטיים. רק לאור הנחה זו, טען

יונג, ניתן להבין את האחדות העמוקה שאנו מוצאים ביסוד הרבגוניות הרבה של דפוסי ההורות שפיתחו התרבויות השונות.

היו שטענו כי מושג הארכיטיפ כבר מכיל גוון מיסטי או דתי (רא' Freud, 14, p 228). לדעתי אין זה נכון. מושג הארכיטיפ כדפוס חווייתי מולד אינו חורג מן השפה המדעית הכללית, אפילו בגירסתה הפוזיטיביסטית. סמואלס, בספרו החשוב "יונג והפוסט יונגיאניזם" השווה את מושג הארכיטיפ למושג השפה הגנרטיבית של חומסקי (Samuels, 84, p 39), שיש לו מבנה דומה: דפוס מולד המארגן את ההתנסויות הפרטיות למבנה מאורגן ובעל משמעות, ומסביר את האחדות הבסיסית שמעבר לרבגוניות העצומה של שפות אנוש. יונג טען שקיומם של הארכיטיפים נעוץ ביסודו במבנה המוח הזהה בעיקרו אצל כל בני האדם (שם, עמ' 26) וכי הם אינם אלא מקבליהם הפסיכולוגיים של האינסטינקטים (שם, עמ' 27). כל המושגים הללו אינם מרמזים על חשיבה המכירה בקיומו של רובד טרנסצנדנטי בנפש. אמנם יונג הרבה להדגיש את עצמתם הכובשת של הארכיטיפים, למשתמש לשם כך בדימויים דתיים ומיתולוגיים, אולם גם בכך אין עדות לממד מיסטי בתורתו. אדרבה, ניתן לראות בכך ניסיון להסבר מדעי ורציונלי למיסטיקה, שגם אם הוא שונה בכיוונו מניסיונו של פרויד בכל זאת הוא עולה עמו בקנה אחד.

חריגה ממשית מן התפיסה הישותית נמצאת במושג העצמי (self) של יונג. העצמי הוא ביסודו ארכיטיפ, אלא שהוא ארכיטיפ מיוחד, 'הארכיטיפ המרכזי' (שם, עמ' 31). העצמי הוא מרכז האישיות השלמה, הכוללת את המודע והלא מודע, את הרובד הארכיטיפי ואת הרובד הפרסונלי, את האני הפרטי (ego) ואת היחסים הבינאישיים. ניתן לראות באישיות השלמה מעין התפרטות של הפוטנציאל הכלול בעצמי.

אם כן, העצמי הוא יסוד נפשי על-פרסונלי הכולל את האני ואת הזולת (או לפחות את היחס הזולת) ומהווה בסיס לכושר האמפטיה (שם, עמ' 99). יונג עוד מרחיק לכת מזה ומסביר כי הוויית העצמי היא המקור לחוויית הקדושה, שכן דרך חוויית העצמי מזהה האדם את עצמו ואת זולתו כהתגלויות פרטיות של הוויה שהיא גדולה לאין ערוך מן האני המודע שלו. צעד אחד קטן מוביל מכאן לתובנה ש'דימוי הא-ל', הנפוץ כל כך בכל התרבויות, אינו אלא השלכה של חוויית העצמי.

אין ספק שקיימת הקבלה רחבה מאוד בין מושג העצמי לבין מושג ה'נשמה' של החסידות. בניגוד לכל התפיסות שראינו עד כה יש כאן פסיכולוגיה הבנויה על שאיפת ההתגלות של הוויה על פרסונלית. הדמיון מתחדד עוד יותר כשאנו מתבוננים בפיתוחים מאוחרים יותר של התיאוריה, שנעשו ע"י תלמידיו של יונג. אדינגר, (Edinger, 73) הסביר את מצביו השונים של האני, או האגו, (=האני האמפירי) לאור היחסים השונים שבינו לבין העצמי. האני יכול להיות מזוהה יתר על המידה עם העצמי. במקרה כזה הוא יחוה את עצמו כבעל חשיבות וערך מעל ומעבר למציאותו האמפירית, לפעמים תוך זלזול בסביבתו אותה אין הוא רואה כבעלת ערך כזה. מצב כזה קרוי בלשון יונגיאנית 'אינפלציה' (ניפוח). מאידך גיסא יתכן ניתוק מוחלט של האני מן העצמי, מצב המכונה 'ניכור' (alienation) ותוצאותיו הן ניכור של האדם מעצמו ומסביבתו, דלדול חיים ודיכאון. יסוד הבריאות הנפשית, לדעתו, הוא שמירת היחס הראוי בין האני והעצמי, מצב שבו האני מובחן היטב מן העצמי אולם מכיר בכך שהעצמי הוא מקור כל הכוחות הנפשיים השואפים להתגלות בו. קשה לפקפק בכך שיש כאן ניסוח קרוב להגדרות החסידיות של היחס הראוי בין האורות לכלים.

כדאי לציין שאזהרה זו מפני 'אינפלציה' אינה מוגבלת רק לדימוי האני. כשם שיכול אדם לנפח את היאני שלו כך הוא יכול 'לנפח' כל אידיאה שהוא נתפס לה. האינפלציה כוללת תמיד בלבול מסוים בין הארכיטיפ לבין ייצוגו במציאות. אהבת איש ואישה, למשל היא בוודאי ארכיטיפ, אולם ביטויו במציאות קונקרטי (כמו הקשר לאדם ספציפי או דימוי מסוים המייצג את האהבה) הם חלק מן העולם הפרסונלי-אמפירי. כל בלבול ביניהם, טען יונג (האני והלא מודע, עמ') גורם לאינפלציה עד לסיכון בריאותו הנפשית.

נוימן, תלמידו (הישראלי) המובהק של יונג, בנה תיאוריה התפתחותית מקיפה המתבססת על התפתחותו של היחס בין האני לעצמי (Neuman, 70). בראשית, טען, היה האני בלוע כולו בתוך העצמי, שיוצג באופן קונקרטי ע"י האם (המשגה קרובה מאוד למושג הסימביוזה של מאהלר). לאחר מכן מתחיל האני את התבדלותו והתגבשותו כישות עצמאית. תהליך זה, הדומה לתפיסה החסידית על היווצרות 'הנפש השכלית' אינו סוף ההתפתחות. הופעת האני אינה אלא שלב ראשון בתהליך האינדיבידואציה, הכולל בעיקר התחברות מחודשת של האני לתכנים העמוקים הגלומים בעצמי. האינדיבידואציה יוצרת חיבור מחדש בין המציאות הפרסונלית והקולקטיבית, ודווקא כך נוצרת אישיותו הייחודית באמת של האדם, שהיא בעיקרה שיקוף אישי מובהק של האידיאות הכלליות. (Samuels, 84, p 101). נראה שיש בדברים האלה הגדרה ברורה למדי של הופעת הנפש הא-לוקית לאחר כינונו של הכלי, הנפש השכלית?

ניתן להוסיף ולהציג עוד הקבלות מן הסוג הזה, המצביעות על דמיון מהותי ולא מקרי. הדמיון נובע מעקרון יסוד דומה, שהוא ראיית הפסיכולוגיה כולה כהתגלותו ההולכת ומתפתחת של העצמי העל-פרסונלי.

אולם מהו אותו 'עצמי'? בעניין זה יונג מותיר אותנו בערפל. מחד גיסא המסביר שמדובר בארכיטיפ, ולפי זה הייתי מצפה לשמוע שהעצמי אינו אלא מבנה מוחי כלשהו, שתפקידו לארגן את ההתנסויות החושיות. דומה שלא מעט מקורות בכתביו של יונג מצביעים לכיוון כזה. כך למשל כשהוא מונה את "דמויות הלא מודע- העצמי, אנימה, אנימוס, והצל" (Jung, 66-a. p 23), או כשהוא מסביר כי העצמי הוא " כמו כל ארכיטיפ אחר" (שם, 167). אולם כנגדם קיימים ניסוחים רבים שקשה מאוד להסבירם באופן כזה. כך למשל הוא ייחס לעצמי איכויות אלוקיות ממש. הוא הסביר, למשל, כי "אחד מתארי האל הוא אינסופיותו, בעוד שסימנו המובהק של הדמיון הוא היותו מוגבל במקום מסוים. האדם כמיקרוקוסמוס יכלול, אם כן, את מושג הדמיון, שמבחינה פסיכולוגית מתייחס לאגו..." ולעומתו העמיד יונג את "הדינמיקה האלוקית של העצמי (!)" (Jung, 66-d. p 285). כמו כן ייחס יונג לעצמי את תופעת הסינכרוניות, המתוארת כמעין עקרון כלל עולמי של הרמוניה משמעותית (Samuels, p101).

ניתן היה להסביר את מציאות העצמי באופן אחר, כהוויה נשמתית שאינה תלויה במוח באופן ישיר, גם אם היא מתגלה בעזרתו. באופן כזה ניתן היה להסביר את רוב המקורות היוגניאנים העוסקים בנושא, ונראה שגם חלק גדול מן הקושיות הנופלות עליו היו נופלות מאליהן. סמואלס מצטט מספר ביקורות מפרי עטו של גלובר (פסיכואנליטיקאי, שראשי אסכולת פסיכולוגית האני). גלובר הקשה: האם העצמי הוא נתון בסיסי המתנה את ההתפתחות הנפשית, או שמא הוא המטרה אליה מכוונת ההתפתחות? ואם העצמי הוא טוטליות שהכל נכלל בה, איזה מקום נותר למציאות החיצונית וליחסי האובייקט המתפתחים בעטייה? ועוד הוא תוהה האם מושג העצמי כמקור של ציווי מוסרי הנמצא מעבר למציאותו של הפרט אינו סותר את מושג

האינדיבידואציה כהתפתחותו (החופשית והיצירתית) של הפרט האנושי? סמואלס הגיב בהסכמה חלקית למקצת הטענות (בפרט האחרונה).

אולם נראה שאם נסכים להצבת העצמי כהוויה נשמתית טרנסצנדנטית כי אז טענותיו של גובר אינן קשות כלל ועיקר. במקרה כזה קיימים שני רבדים שהיחס ביניהם הוא יחס התגלותי. במקרה כזה נאמר שהעצמי הוא אכן נתון (ברמה טרנסצנדנטית) אולם הופעתו האמפירית היא מטרה התפתחותית. הוא הטוטליות של האישיות (ברמה טרנסצנדנטית) אולם הופעתו במציאות תלויה ביחסי המציאותיים הנקשרים עם דמויות משמעותיות. העצמי הוא מקור הערכים והמוסר, המובן זה שהוא מקור ה'טוב' המופשט השואף להתגלות, ועם זאת הוא החייב לגלות באופן חופשי ויצירתי את דרכו האישית לגילוי אותו טוב.

מדוע, אם כן, הותיר אותנו יונג בערפל? יונג היה יכול להעמיד בבירור את העצמי כהוויה טרנסצנדנטית ולנסח את תורתו לאור הנחה זו. מהלך כזה היה מחייב אותו להגדיר מחדש את מושג הארכיטיפ, אולם אינני מאמין שהקושי שבכך הוא שהרתיע אותו לעשות זאת. הסיבה לערפל נעוצה לדעתי בהקשר התרבותי הכללי שבו חי ופעל. חשוב לזכור שהחסידות היתה תנועה רחבה, שהקיפה עשרות רבות של הוגים מהשורה הראשונה, כך שהיא יכלה ליצור לעצמה שדה שיח משלה שבו יכלו רעיונותיה להתנסח בבהירות. יונג, לעומת זאת, פעל בעולם שנשלט ע"י פוזיטיביזם נוקשה (די לזכור שבר הפלוגתא העיקרי שלו היה פרויד). גם מה שהעז לומר היה נועז לזמנו, ובמידה רבה הוא אכן נודה כימיסטיקן וכאיש ימי הביניים. אין פלא שלא העז להתבטא באופן חופשי באמת. ניתן לראות את הדפוס הזה בהתייחסותו למושג הא-ל. ברובם המכריע של כתביו משמש מושג הא-ל כמושג פסיכולוגי ביסודו, כהשלכה של העצמי וכיוצא ב.

דומה שניתן להבחין בקו התפתחותי מרתק בהתבטאויותיו של יונג לגבי העצמי. נראה שבכתביו המוקדמים הקפיד מאוד להדגיש כי העצמי אינו אלא ארכיטיפ, מושג פסיכולוגי צרוף ותו לא. בכתביו המאוחרים יותר (בעיקר באלו העוסקים באלכימיה) הוא התבטא ביתר חופשיות ותיאר את האופי הרוחני והמיסטי של העצמי. אולם רק בזיכרונותיו, שהכתיב למזכירתו בהיותו כבר למעלה מגבורות, ניתן לקרוא בבהירות כיצד הייתה תודעתו האמיתית מלאה בחוויית המפגש הריאלי, הדיאלוגי, עם הא-ל (ולא עם השתקפותו כמושג פסיכולוגי גרידא). נראה שיונג פיתח דרך מקורית לומר דברים בלי לאומרם בפירוש.

יוצא שגם התיאוריה היונגיאנית, שהתקרבה יותר מאחרות להמשגה החסידית, סבלה מערפול מושגי עקב מס השפתיים ששילמה לתפיסה הישותית השלטת. נדמה לי שהערפול הזה, נוסף לחריגותה הכללית מן הרוח המדעית השלטת, היה בין הגורמים לכך שהתיאוריה היונגיאנית נותרה זרם צדדי למדי בעולם החשיבה הפסיכודינמי.

אני שב להנחתי המקורית. הפסיכולוגיה כולה (כולל זו היונגיאנית) הייתה יכולה להפיק תועלת רבה מאימוץ עולם המושגים החסידי. הפרקים הבאים יוקדשו להדגמת תועלתה של ההמשגה החסידית בתחומים שונים, אך קודם לכן אני נאלץ להתייחס להתפתחויות עדכניות בתחום התיאוריה הטיפולית, התפתחויות המטילות ספק בעצם הצורך באותה מערכת מושגים כוללת שאני מציע כאן, ובצורך במערכת מושגים קוהרנטית בתחום הטיפולי באופן כללי. כוונתי, כמובן, לזרמים הפוסט-מודרניים החדשים הצוברים יותר ויותר השפעה בעולם הרוח המערבי בכלל ובעולם הפסיכותרפיה בפרט.

השפעת הפוסט-מודרניזם על הפסיכולוגיה החדשה: כל התיאוריות שנסקרו עד כאן מקבלות במידה זו או אחרת את הפרדיגמה המדעית. האדם הוא, מבחינתן, ישות שיש לה מאפיינים שניתן להגדירם, שניתן לחקור את יחסיה עם סביבתה ולתאר את התפתחותה באופן 'לינארי', רציף עקבי ובעל טענה לכלליות. לפי המינוח המקובל כיום הן מספרות סיפור 'מודרני'. אמנם ראוי לציין כי החל מאמצע המאה ה-20 הולכת ומתפתחת בעולם המערבי תפיסה שונה של האדם. ניצניה הראשוניים נמצאים, כנראה בפילוסופיה האקזיסטנציאליסטית. הוגי התפיסה הזו סרבו להתייחס לכל הגדרה כוללת של האדם, הכוללת שאיפות, תכונות או 'מהות' כלשהי שהאדם יורש עם לידתו והיא כפויה עליו. הם העדיפו לראות בו "יצור חסר הגדרה ופתוח לשינויים על רקע פעילותו היומיומית" (סיגד, ה'תשל"ה, עמ' 7). בכך הם חרגו, במודע ובמוצהר, מן המסורת המדעית ה'אובייקטיביסטית' (שם, עמ' 12).

סארטר, למשל, הסביר כי האדם הוא יצור חלקי, מוגבל, הנאלץ לבחור בכל רגע נתון את דרכו. אין לו על מי להישען בחיפושיו אחר דרך משלו, שכן אין לו כל 'מהות' שתנחה אותו בכך. הוא יכול, אומנם, להטיל את הבחירה על הזולת – על הורים, על הגזע, המעמד, העם, הא-לקים וכדו', ועל ידי כך להתנכר לעצמו (כלומר – לחירותו) ולהפוך את עצמו לעבד, ולדבר" (שם, עמ' 243). אולי זוהי אשליה, שכן במעשה זה הוא פשוט מסתיר מעצמו את העובדה שהוא הוא אשר בחר לעשות את עצמו לעבד, ולהתנכר לחירותו. האדם נדון לחירות: "להיות סובייקט משמע כאן להיות שורה אינסופית של פעולות התכוונות חופשיות ובלתי מוסברות. זוהי מציאותו האבסורדית של האדם – חירות סתם, ללא תכלית וללא הסבר" (שם, עמ' 226). אין ספק שזוהי תפיסה מנוגדת לחלוטין לתפיסה הפוזיטיביסטית שהוצגה על ידי פרויד (ובמידה פחותה ממנו, על ידי ממשיכיו): החירות היא ביטול של כל דטרמיניזם לוגי, פיסי או פסיכולוגי, שכן היא הכרח מתמיד שביצירה עצמית מתוך האין, ולכן היא ניתוק מתמיד של האדם מישותו כשלעצמה, שהיא מהותו" (שם, עמ' 233). ראוי להדגיש כי הביטוי 'ישות כשלעצמה' יש לו מובן מסוים ביותר בהגותו של סארטר, אולם המובן הזה אינו רחוק מאד ממשמעות המונח 'ישות' בתפיסה החסידית המוצגת כאן).

התפיסה האקזיסטנציאליסטית התמידה בקיומה כמסורת חשיבה עצמאית שזכתה גם להשפעה מסוימת בעולם הטיפולי (מי, 79). אולם עם המהפך הפוסט מודרני שהתרחש בהגות המערבית החל משנות ה-70 למאה ה-20, החלה תפיסה זו לתפוס מקום בולט יותר ויותר גם בחשיבה הפסיכואנליטית עצמה.

כפי שתוארתי במבוא, הקו המאפיין ביותר את העולם הפוסט מודרני הוא אובדן האמון ב'ספור הגדולי' (ליוטאר, עמ' 48). אין עוד ספור כולל, שכל הספורים הפרטיים הנם מקרים פרטיים שלו. מכיוון שכך אנו נותרים עם שפע ספורים פרטיים העומדים כולם על אותו מישור, באין כל קריטריון היררכי להבחין ביניהם – אף אחד מהם לא יוכל להיחשב ל'טוב' או ל'אמיתי' יותר מן האחר. אין כל משמעות לטענתו של אדם כלשהו שהוא דובר אמת (שהרי כל ספור עומד בפני עצמו, ואין קריטריון על שיבחן איזהו הספור הינכון).

לפי זה, הפסיכולוגיה חייבת לוותר על יומרתה לתיאוריה התפתחותית כוללת של האדם. כל התיאוריות כולן מהוות 'ספורים' אשר בעל התיאוריה טוען שכל אדם עובר אותם, בדרך זו או אחרת. לפי פרויד, למשל, כולנו עברנו 'שלב אדיפלי' מורכב. במונחיו של ליוטאר, פרויד ניסה

לספר 'סיפור גדול', ולכפות אותו על הספורים הפרטיים של אנשים שונים. אותו דבר נכון לגבי כל בעל תיאוריה באשר הוא.

בעולם הפסיכואנליטי בוטאה טענה זו בבהירות על ידי תיאורטיקן חשוב כרוי שייפר. בספרו 'שפה חדשה לפסיכואנליזה' (Schafer, 76) יצא כנגד הנטייה הפסיכואנליטית הקלאסית לתאר את נפש האדם כמעין שדה שבו מסתובבות ישויות אובייקטיביות כלשהן ומקיימות ביניהן יחסים. "מתוך הקו הכללי הזה" טען, "נימוקים הופכים כוחות, העדפות הופכות אנרגיות, פעילות הופכת פונקציה, מחשבות הופכות ייצוגים" (שם, עמ' 103). ובתוך כל אותן מערבולות של כוחות, אנרגיות, פונקציות וכו' – היכן הוא האדם עצמו? פרויד תיאר שדה קרב בין האגו, האיד והסופר אגו. קליין ופרברן וממשיכיהם תיארו עולם שלם של הפנמות והשלכות השוכן, כביכול, בתוך הנפש. אבל מיהו האדם שכל ההפנמות האלו מופנמות אצלו? (ואכן, שייפר טען שכל אותם תיאורטיקנים של 'יחסי אובייקט' רק הקצינו עוד יותר את הנטייה לראות את הנפש כמערכת ישויות (שם, עמ' 3). לדעתי יש בכך הגזמה רבה, אולם אני בודאי מסכים שהם לא הצליחו לבטל את אותה נטייה).

גם העצמי שתיאר קוהוט, לדעתו, יש בו בעיה דומה גם הוא נתפס כאיזו ישות אובייקטיבית למחצה המשתתפת באינטראקציות כאלו ואחרות עם סביבתה.

אין מנוס, לדעתו, מלחזור אל המובן הפשוט ביותר של הסובייקטיביות, 'האני החווייתי', ולהוציאו מתחום ההגדרות המדעיות: האני (the I) או סוכן הפעולה חייב להישאר מחוץ לשפתם של מדעי הטבע" (שם, עמ' 110). כך, למשל, אין בי זעם – אני זועם. הזעם אינו איזו ישות המתחבאת בי, אלא פעולה והתייחסות שלי למישהו או למשהו. התיאוריות חייבות לספר את ספור חייו של אדם, ולא של אוסף ישויות האמורות להוות אותו. מכאן, אכן, קצרה הדרך להצגת אותן תיאוריות כסיפורים, ולהטלת ספק בכך שניתן בכלל להציע סיפור אחד כולל לכל סיפורי החיים האישיים של מטופלים שונים (Schafer, 82. P 204). אדרבה, טען, באופן עקרוני לעולם לא תוכל שום 'אסכולה' פסיכואנליטית לטעון שבידיה נמצאת 'האמת' כולה, שכן אז היא בהכרח תסלף את המורכבות העצומה של הספורים הפרטיים שמספרים המטופלים.

שייפר אינו אלא מבשר הגישה הזו בפסיכואנליזה. מבחינה תאורטית הוא חזק, לדעתי, את הקו שהחל בו קוהוט בסרבו להגדיר את העצמי, והדגיש עוד יותר שאת האני החווייתי (the I) יש להשאיר לגמרי מחוץ לדיון התיאורטי. (אין הוא עושה את הצעד המתבקש ומבהיר שמקורו של אותו אני במציאות השונה מן המציאות האמפירית – הישותנית, כלומר במציאות טרנסצנדנטית). מבחינת היישום הטיפולי של התיאוריה נראה שניתן לתאר את תרומתו וקריאה ליתר ענוה כלפי ספרו הייחודי של כל מטופל ומטופל, והתנערות מן היומרה לתיאור מדעי אמיתי וכולל של כל אדם באשר הוא אדם (אם כי ניתן לטעון שאופן הטיפול שהוא מציע בפועל נותר מניפולטיבי ו'מיסיונרי', ע' רוטנברג, שבעים פנים לחיים, ע' 59).

אולם השפעת הפוסט-מודרניזם על העולם הטיפולי לא נותרה בשלב הראשוני הזה. במאמרה 'לנתח ריבוי' (Fairfield, 2001.p 200) סקרה סוזן פיירפילד את הזרמים הפוסט מודרניים העכשוויים. היא העמידה אותם, בסופו של דבר, על כפירה בקיומו של 'טבע' אנושי אחד, אשר הנסיבות התרבותיות השונות מנצלות אותו, כביכול, לצורכיהן (שם, עמ' 234). לדעתה, מושג

העצמי כישות מגובשת אינו אלא אשליה שנוצרה על ידי התרבות המערבית בעלת הנטייה המדעית. היא ציטטה את גירץ שהראה כי תרבויות שונות פשוט לא יצרו מושגים המקבילים לעצמי, ויש להן דרכים אחרות לגמרי לתאר את הסובייקטיביות האנושית. כך למשל באיי יאוה מתוארת הסובייקטיביות דרך צמדי ניגודים כמו פנים-חוץ, מעודן-וולגרי וכדו', בלי להזדקק ל'עצמי' שאלו הם תיאוריו. (שם, עמ' 225). כל תאור של 'טבע' האדם נחשד מיד כמניפולציה כוחנית שתכליתה האמיתית היא להגדיר מהו הסוטה, ה'לא טבעי', לנדונו ולהרחיקו (שם, עמ' 234). התיאוריות הפסיכואנליטיות אינן אלא 'סיפורים' אפשריים, שניתן להחזיק בהם כאפשרויות ותו לא, ודאי לא לטעון שאלו הם סיפורי החיים של כל אדם ואדם. היא מפקפקת באפשרות ליצור תיאוריה התפתחותית פוסט-מודרנית, שכן התפיסה הזו כופרת בעצם הצורך לבנות סיפור 'ליניארי-טלאולוגי' (שם, עמ' 235). אמנם, הודתה, מטפלים ומטופלים נוטים לחפש את ה'עצמי' האמיתי והאינטגרטיבי, וכנראה עוד יוסיפו לעשות כן (שם, עמ' 236) אבל אין זה משום שיש עדיפות אמיתית לספור המודרניסטי, אלא לכל היותר יש בו צורך פרקטי (שם, עמ' 236) וכן כולנו עברנו חיברות בתרבות המערבית שעיצבה את מושגי הסובייקטיביות שלנו (שם, עמ' 232). לכן יכולה התיאוריה הפסיכואנליטית לטעון, לכל היותר, להיותה נחוצה באופן מעשי – אבל ודאי לא להיותה 'אמיתית' – וממילא אין משמעות ל'אמת' כלשהי. חשוב להדגיש כי הפוסט מודרניזם מרחיק לכת בהרבה מן האקזיסטנציאליזם שקדם לו. רוב התפיסות האקזיסטנציאליטיות ניסו להחליף את המושג ה'אמת' (הכללית) במושג ה'אותנטיות' (כלומר, מה שנכון ואמיתי לאדם מסוים במובן זה שהוא נובע מבחירתו העצמית ולא מכניעה לדעת הזולת לעומת העיקרון המסורתי של האמת הכללית). הפוסט מודרניזם כופר גם במושג האותנטיות, שכן נשמעת ממנו העדפה של סיפור אחד על אחרי (כלומר, הסיפור ה'אותנטי' עדיף על הלא אותנטי).

אבל האם ניתן לבנות הבנה קוהרנטית של הנפש על ההנחה שהדבר שאנו מחפשים אינו קיים? **סטיבן מיטשל**, בספרו 'תקווה ופחד בפסיכואנליזה', ניסה להציע תשתית מושגית לתפיסה החדשה. בספרו הוא כפר בהנחה כי חווייתו של המטופל היא "חוויה יחידה וחד משמעית, הנמצאת בתוכו וממתניה להזדמנות לבטא את עצמה" (מיטשל, ה'יתשסיג. עמ' 81). להפך: "לא ניתן לדמיין הבנה אחת ויחידה, נכונה ושלמה, של פיסת חוויה אנושית כלשהי, אף לא כאידיאל, משום שהחוויה האנושית מעורפלת במהותה. להבין דבר פירושו לארגן אותו... ייתכנו צורות ארגון שונות והבנות שונות" (שם, עמ' 87). אם כן, האם באמת הכל הולך? האם כל דבר שיאמר המטפל יהיה נכון או שגוי באותה מידה? אם כן הדבר, האם יש משמעות לטענותם של מטפלים שהם מחזיקים במומחיות מסוימת? במה הם מומחים, בעצם?

מיטשל ניסה לצאת ממלכודת הפלורליזם הקיצוני בטענה שבכל זאת לא הכל הולך. ובלשונו: "ניתן להדגים זאת באמצעות מקבילה מתחום האמנות החזותית. נוכל להסכים שאין בנמצא ציור המשקף את המציאות באופן אובייקטיבי, יחיד ובלתי אמצעי. כל ציור מבטא עבוד וארגון... ומכאן שהוא מבטא את ראייתו הסובייקטיבית של האמן... (ובכל זאת) עדיין קיימת משמעות להבחנה בין ציור מוצלח ושאינו מוצלח" (שם, עמ' 97). אם ניקח את המשל הזה ברצינות, הרי שהוא מחזיר אותנו ישירות אל הפוזיטיביזם הזנוח. אגרטל הפרחים שציירים שונים מנסים לציירו הוא אובייקט אמפירי מציאותי ומוגדר, שגם אם לא ניתן לצייר אותו בדיוק מוחלט הרי

שניתן להתקרב לכך במידה רבה. אם חווייתו הפנימית של האדם היא כזו, אפשר לחזור בבטחה לתיאוריות הקלאסיות. לעומת זאת, אם חווייתנו היא אכן מעורפלת במהותה, כל תיאור שלה הוא נכון באותה מידה. לכל היותר ניתן לחשוב על תיאור שיהיה 'יעיל' יותר מתיאור אחר (בהנחה שנסכים על הקריטריון ליעילות).

אותה דילמה משתקפת בשאלת מעמדו של העצמי. מיטשל כפר בקיומו של 'עצמי' יחיד וייחודי, אינטגרלי והמשכי. לדבריו: "העצמיים משתנים תדיר לאורך זמן, אף גרסה של העצמי אינה נוכחת במלואה ברגע מסוים, וחיוו של אדם הם תרכובת של עצמיים רבים" (שם, עמ' 140). אף אחת מאותן גרסאות אינה פרטית באמת, שכן כולן תלויות בקיומו של הזולת המבחין בהן: "האם נוכל לחוות את עצמנו בדרך ישירה, שאינה מתווכת על ידי יחסים עם אחרים?... אנו נאלצים להסתמך על השתקפויות. באופן בסיסי כלשהו, איננו יודעים באמת איך אנו נראים. ידוע לנו איך אנו נראים בהקשרים מסוימים..." (שם, עמ' 152). לנוכח הגדרות כאלו עלינו לשאול אם יש משמעות כלשהי לאמירה בנאלית כמו 'אתמול הלכתי לסרט'. האם באמת אני האיש שהלך לשם?

מיטשל סבר שגם לשיטתו יש משמעות להמשכיותה של החוויה. גם כאן הציע משל מאלף: 'חישבו על העצמי כפועל בדומה לסרט צילום קולנועי, המורכב מתמונות נפרדות ובלתי המשכיות, אשר בהצטנן יוצרות משהו מאוד המשכי ואינטגרלי. מובן שמבחינה מילולית, חווית ה'זיננועה' וההמשכיות היא אשליה... אולם זוהי מילוליות דלה ומטעה ביותר. ה'אשליה' יוצרת חוויה בעלת עושר סובייקטיבי רב עצמה משל עצמה, היוצרת תמונה נעה גדולה יותר, שונה בהרבה (וכוללת הרבה יותר) מסכומן הפשוט של התמונות הנפרדות" (שם, עמ' 157). שוב העיקר חסר: המשל מניח את קיומה של סובייקט בעל המשכיות החווה את כל אותן תמונות, אחרת אצל מי נוצרת אותה חוויה עשירה? טול את אותו 'עצמי עליון' החווה את התמונה הכוללת ושבו התמונות הנפרדות לפירודן. למעשה, שני המשלים של מיטשל יכולים לעמוד יפה רק אם נקבל את ההנחה החסידית על קיומו של רובד טרנסצנדנטי באדם. רק במקרה כזה יתכן שנושא ה'ציור' יהיה באמת נסתר, ובכל זאת משמעותי ומסוים, וציורים שונים יבטאו אותו במידה שונה של הצלחה, כשם שציירי מילים שונים יכולים לבטא רגש אחד בלי שאף אחד מהם יכיל את כולו. באותה מידה רק במקרה כזה יכולים העצמיים החלקיים לבטא, כל אחד בדרכו, את העצמי הטרנסצנדנטי האחד. כל אחד מהם באמת קשור למציאות שונה, להקשר 'התייחסותי' אחר, ובו בזמן לשקף נשמה אחת ויחידה. מיטשל לא התייחס לרובד טרנסצנדנטי כלשהו, ולכן משליו נותרים לדעתי, בלתי מספקים.

הבעייתיות שבפוסט מודרניזם מתחדדת כשאנו מנסים להסביר במושגיו את המתרחש בקליניקה. מהו, לפי התפיסות האלה, תפקידו של המטפל? האם אין עצם קיומו של מוסד הטיפול מהווה סתירה להנחה שכל 'סיפורי החיים' טובים באותה מידה? האם אין העובדה שאנשים באים לטיפול מהווה ראיה לכך שלא הכל הולך, שיש סיפורי חיים שאנשים אינם רוצים בהם אלא משתוקקים לשנותם? תיאוריה המעוניינת לסייע למלאכתו המפרכת של המטפל חייבת להכיל כלים מושגיים להתמודדות עם המציאות הזו!

פיליפ ברומברג, פסיכואנליטיקאי פוסט מודרני, הרים את הכפפה הזו. במאמרו 'עמידה במרחב' פיתח מודל פלורליסטי למושג העצמי, היכול לשרת, לדעתו, את העבודה הטיפולית.

לשיטתו 'מורכב' העצמי משורה ארוכה של 'מצבי עצמי' נפרדים, המשקפים אספקטים שונים של האדם, או את תחושותיו השונות של האדם ברגעים שונים. אחדותם של אותם 'מצבי עצמי' אינה אלא אשליה (שם, עמ' 515) למעשה, לכל אחד מהם 'הגיון קיום' משלו ו'אמתי' היסטורית משלו (שם, עמ' 530). יש ביניהם לא פעם ניכור, התנגשות או אף איבה, וזאת באופן 'נורמלי' (שם, עמ' 514). התנאי היחידי לכך שאותו ניכור הדדי השורר בין 'מצבי העצמי' השונים לא יהיה מעיק מדי הוא שכולם ישתתפו באיזו תחושת שייכות ל'אני' (sense of me-ness).

מכאן פיתח ברומברג הגדרה פוסט מודרנית לבריאות נפשית: "בריאות הינה היכולת לעמוד בחלל שבין המציאויות השונות (realities) מבלי לאבד אף אחת מהן – היכולת לחוש כ'עצמי' אחד כאשר האדם הוא בעצם 'עצמיים' רבים" (שם, עמ' 516). כמו בכל תיאוריה, גם כאן נובעת הגדרת הטיפול הנפשי מהגדרת המצוקה והבריאות הנפשית: תפקידו של המטפל הוא ליצור את המרחב הנפשי שבו תתהווה הבריאות הנפשית שהוגדרה כך: "אזור דמדומים שבו הבלתי אפשרי נעשה אפשרי" (שם, עמ' 520).

המשגה זו של ברומברג נותנת, לדעתי, פתח להתייחסות רצינית יותר אל החשיבה הטיפולית הפוסט מודרנית. בצד הזכות אנו רואים כאן ניסיון מוצלח לתרגם את המוסכמות הפלורליסטיות לתיאוריה, יש בה גם הגדרה סבירה של בריאות נפשית וגם הגדרה של תפקיד המטפל. בצד החובה יש לציין כי הגדרה שכזו סותרת ממילא את הנחות היסוד של הפוסט מודרניזם עצמו. הגדרה כזו מסבירה – ממילא – מהו טבעו של האדם (כלומר היותו מורכב מימצבי עצמי שונים שהקשר ביניהם רופף) מהם סיפורי חיים לא מוצלחים המנוגדים לאותו טבע (כלומר, סיפורים המכילים זהות נוקשה מדי, המנתקת חלק מאותם מצבי עצמי משייכותם לתחושת ה'אני'). באופן לא מפתיע מוסברת כאן משמעות הטיפול באופן שניתן להגדירו כסוציאליזציה מחודשת למונחים פוסט מודרניים ('הכל אפשרי'). במילים אחרות, הפלורליסט הפוסט מודרני שב ומתגלה גם הוא כמיסיונר המטיף לאמת הודאית הידועה לו זה מכבר. מכאן קצרה הדרך לפרדוקס המוכר של 'פלורליזם לא סובלני'. דוגמא לכך ניתן לראות בדיאלוג מרתק שהתנהל בגיליון 96 של 'Contemporary Psychoanalysis'. פרנק לחמן פרסם מאמר 'כמה עצמיים יוצרים אדם?' שבו ניסה להציע גישה שתאחד את מונחי של קוהוט עם מונחי העצמי הפוסט מודרניים. הוא ניסה להציע את העצמי הקוהוטיאני כשאיפה לאינטגרציה של מצבי עצמי שונים ומגוונים (שם, עמ' 602), והדגים את דבריו כתיאור מקרה טיפולי. מאמרו הותקף מיד על ידי מלקולם סלאבין, הכופר באותה שאיפה לאינטגרציה ורואה בה הטיה מוקדמת של המטפל עצמו. נימתו התוקפנית של מאמר הביקורת (וכן נימתו הנעלבת של מאמר תגובה שכתב לחמן) מעידות על עוצמת התופעה של 'אי הסובלנות הפלורליסטית'.

ההתקפה על מושג ה'זהות': לדעתי ניתן להבחין באותה 'אי סובלנות פלורליסטית' גם בהתקפות הפופולריות על מושג הזהות. כידוע, הציע אריקסון את המושג הזה כדרך להמשיג את כושרו של ה'אני' (ego) ליצור סינטזה של ההשפעות השונות שסופג האדם ולמזגן לכלל אישיות קוהרנטית אחת: "מתפקידו של האני" כתב "למזג את ההיבטים הפסיכו-מיניים והפסיכו-סוציאליים בכל רמת התפתחות נתונה. ובאותה עת הוא חייב להטמיע בקרבו את היחס שבין יסודות זהות שזה עתה נוספו לבין אלו שקיימים בו מקודם. הווה אומר, האני חייב לגשר על אי-רציפויות בלתי נמנעות בין רמות שונות בהתפתחות האישיות... (הזהות היא) תצורה הממזגת

בהדרגה נתונים של מבנה הגוף והנפש, צרכים של הליבידו האישי, כשרים מועדפים והזדהויות משמעותיות, מנגנוני הגנה יעילים, סובלימציות מוצלחות ותפקידים קבועים" (Erikson, 68. P. 162). אין פלא שאריקסון השווה את יצירת הזהות למעשה אומנות של ממש, לפחות כאשר מדובר באנשים יצירתיים שאינם מוכנים לאמץ להם זהות נתונה ממאגר הזהויות של תרבותם אלא מעצבים את אותה 'סינטזה' באופן אישי מובהק (שם, עמ' 134).

עמיה ליבליך (ליבליך, 2001) סיכמה בקצרה את רוב ביקורת שספג מושג הזהות בעידן הפוסט מודרני. את ביקורתה היא תמצתה בשלוש נקודות:

1. "תהליך עיצוב הזהות נמשך כל החיים, הזהות ממשיכה להשתנות, וכך רצוי!"
2. "זהות איננה מתגבשת ליחידה יציבה אלא תמיד נשארים מתחים, פערים, פיצולים שונים, מה שנקרא לפעמים 'זהות פוסט מודרנית'. זהו העושר והמורכבות של האדם ולא חסרון".
3. "זהות איננה ניתנת להפרדה מקשר בין אישי – אולי אין 'יחיד' אך תמיד 'יחיד בקשר' (self in relation).

ביקורת נוספות שצוינו קשורות לחשד הפוסט מודרני הקבוע שכל תהליך של 'גיבוש' אינו אלא מניפולציה כוחנית שנועדה להשאיר-מישהו או משהו 'מחוץ' למה שהתגבש. הזהות המגובשת לכאורה אינה יוצאת מכלל זה.

אולם האם מושג הזהות פירושו באמת היות האדם ישות קבועה, נוקשה ודוחה כל שאינו כלול בה? אריקסון, כפי שראינו, הגדיר את הזהות כתהליך של עיצוב וגישור על פערים: "התהליך המתואר משתנה ומתפתח בלי הרף. במיטבו, הריהו תהליך של אבחנה מתרחבת ההופכת לכוללנית יותר ככל שהאדם מתודע והולך לפרטים נוספים משמעותיים עבורו, מדמות האם ועד ל'אנושות' כולה. תהליך זה התחיל 'אי שם' במפגש האמיתי הראשון בין האם לתינוק, כשני יצורים המסוגלים לגעת זה בזה ולזהות זה את זה. הוא לא 'נגמר' אלא שעה שיכלתו של האדם לאישור הדדי דועכת" (Erikson, 68).

אינני טוען שאין מקום לביקורת שהושמעה על המושג. במיטבה ניתן להציגה כאזהרה מפני סכנה של התקשחות זהותו של האדם, עד שלא תוכל לסבול כל שינוי נוסף, או כל יחס למי שאיננו כלול בה. (בעצם מדובר במצב בו נפסק אותו 'תהליך עיצוב' שהוא הוא הזהות עליה אריקסון מדבר!). אולם בניסוח כזה אין בדברים שום דחייה של המושג, אלא דיאלוג עמו וניסיון להתמודד עם קשיים שהוא עצמו מצביע עליהם. רוב הביקורת הפוסט מודרנית על אריקסון עשויה להיכלל, לדעתי, בהגדרת אותה 'אי סובלנות פלורליסטית' עליה דיברנו קודם.

לסכום תת פרק זה, אין לי ספק שהפוסט-מודרניזם הפלורליסטי תרם תרומה חשובה לחיזוק המודעות להבנת הצורך של כל אדם ב'סיפור חיים אינדיבידואלי' כמו גם לעושר ולמורכבות מלאת הסתירות של על ספור כזה. בעייתיותו של הפוסט מודרניזם מתגלה, לדעתי, כאשר מטרתו אינה לתקן את עיוותיו (הרבים!) של הפוזיטיביזם אלא להחליף אותו ב'סיפור על' משלו. אם לנקוט לשון ציורית יותר, הוא בשיאו בתור הילד הקורא שהמלך עירום, אבל מאבד את כל יתרונותיו כשהוא מנסה להתיישב על כיסאו של אותו מלך.

לקראת אינטגרציה של הפרדיגמות

אם כן, אנו נותרים עם שלש פרדיגמות שונות, שלכל אחת מהן יתרונות ברורים משלה, אלא שהיא נעצרת בנקודה מסוימת ומותירה תחומים שלמים של חיי האדם מחוץ לתחומי ראייתה. לכל פרדיגמה כזו הסבר משלה למשמעותו של הסבל הנפשי ולמשמעותו של הטיפול הנפשי.

1) הפרדיגמה הפסיכואנליטית – יתרונה הברור בכך שהיא מלווה את האדם בדרכו הקשה מן המצב הינקוטי, התלותי וחסר הלכידות הפנימית, עד להיותו פרט עומד ברשות עצמו. תפיסה זו יורדת לתהומות הצרים, התשוקות, החרדות, האגוצנטריות והתוקפנות ומראה כיצד מצליח האדם – למרות כל העוצמות הללו – לגדול ולהתפתח לפרט המסוגל, כלשון פרויד, 'לאהוב ולעבוד'. תפיסה זו היא היחידה, בעצם, שפיתחה תיאוריה מורכבת ומפורטת של ההתפתחות הנפשית. החולי הנפשי מוגדר בה, בדרך כלל, כעצירה או כעיוות באותו תהליך התפתחותי, עצירה שנגרמה על יד עוצמת הדחפים ההרסניים (בעיקר באסכולה של קליין ותלמידיה) או בגלל כשלון הסביבה התומכת ומחזיקה (בעיקר בין הוגי הקו ההתפתחותי המדגיש את היציאה מן התלות). תפקיד המטפל הוא להוות סביבה תומכת שתאפשר את חידוש תהליך הצמיחה כמוֹבן תוך כדי שהוא נוגע בפירושי בנקודות הכואבות שגרמו לה.

חסרונה הקשה של הפרדיגמה הזו הוא כפול – ראשית בכך שאינה מצליחה לתאר באופן משכנע את עולמו הרוחני של האדם, את כשריו היצירתיים ואת יכולת הניתנה העצומה שלו. כל אלו יוסברו דרך מושגי גישור כמו 'סובלימציות', 'הזדהויות' וכדו'. אין ספק שהסברים כאלו הם לעיתים רבי עצמה – בעיקר במקומות בהם אין מדובר ברוחניות אמת אלא בהתחזות לכזו. הטענה שכל עולמו הרוחני של האדם מגיע ממקורות כאלו אינה משכנעת לדעתי: החסרון השני הוא זה שעליו עמדו הפוסט מודרניסטים: עצם היומרה המדעית יוצרת לחץ להסביר כל ספור וספור במונחי 'ספור העלי' המדעי הכולל (כמו אדיפוס או כל יתר התיאוריות ההתפתחותיות). הסכנה של ספור כפיתי, 'מיסיונרי', היא כמעט בלתי נמנעת.

2) הפרדיגמה ההומניסטית – רוחנית – שהצגתי פה דרך ויקטור פרנקל, מצטיינת דווקא בתיאור היסודות בהם מתקשה הפרדיגמה הפסיכואנליטית. חסרונה הוא בקושי לתאר את צד הצל של האדם (אותו צד שהפסיכואנליזה מצטיינת בתיאורו). הסבל הנפשי נובע מהשתקעותו של האדם ביצד הצלי – כלומר, ב'ריק הקיומי', מחוסר המשמעות וכדו', הנותנים מקום לפריצת העולם היצירי, האגואיסטי וכל יתר צדדי הצל.

3) הפרדיגמה הפוסט מודרנית מצטיינת בתיאור העושר המורכבות והריבוי המאפיינים את העולם האנושי. היא אינה מצליחה להכניס לאותו עולם את השאיפה לאינטגרציה, להתמודדות עם צדדי החיסרון הרוע ולתקנם (שהרי מבחינה פוסט-מודרנית אין כל דרך להמשיך חלוקה היררכית שכזו).

לא לו יש להוסיף את הגישושים שעשו פסיכולוגים מערביים לקראת אינטגרציה ברורה יותר של צדדיו השונים של האדם, כזו שתכלול את עולמו היצירי והרוחני, את קיומו האמפירי ואת כמיהותיו הטרוסצנדנטליות. מושגיו של יונג, שהתקרב יותר מכל פסיכולוג מערבי לאינטגרציה כזו, מזכירים במידה רבה את מושגי החסידות. יונג נותר כבול במידה רבה לשיח האמפריציסטי ממנו צמח, ולדעתי אינו מגיע לדייקנות ולבהירות של השיח החסידי.

מסוגלת להכיל בתוכה את יתרונותיהם של שלש המודלים שהוצגו כאן. אסביר זאת בשלוש הנקודות הבאות:

(א) כשאנו מתבוננים במסלול ההתפתחותי שמציירת החסידות, משבירה לתיקון, אי אפשר שלא להתרשם מן הדמיון המהותי לתפיסה הפסיכואנליטית. החל מעוצמותיו הרגשיות – יצירות של 'עולם התוהו', (המתחלק למידות שמצד החסד ולמידות שמצד הדין, בדומה לחלוקה הפסיכואנליטית שבין 'ארוסי' ל'טנטוסי'), דרך ירידת 'מוחץ דאמאי' בשלב ה'יעיבור שני' (המקביל ל'סימביוזה' של מאהלר ולעוד המשגות של תלותו המוחלטת של התינוק באמו, ודרך ההבשלה ההדרגתית של מידותיו בתהליך ה'תיקון'. ניתן להאריך בהקבלות מפורטות, אבל כרגע חשובה המגמה הכללית – יש כאן ירידה לעומק הצד האפל של האדם, (המאפיין דווקא את ה'נקות') ותאור פרטני של עלייתו ההדרגתית ממצב זה למצב המתוקן והבוגר.

(ב) אולם כל זה נוגע רק לצד הגלוי, האמפירי, של האדם. במקורו, שלפני השבירה, האדם הוא בגדר 'אורי רוחני' – מיסטי השואף להופיע בעולם באופן יצירתי ומיטיב. המצב ה'נקות' שתואר אינו אלא שבירתו של המצב האידיאלי שלו, ולכן התיקון אינו אלא 'החזרת עטרה ליושנה'. באופן כזה נכללת 'פסיכולוגית הגבהים' (לפי הביטוי שטבע פרנקל) עם 'פסיכולוגית המעמקים' בספור כולל אחד.

כדאי להתבונן כיצד מוסיפה התפיסה הזו עומק למושגים פסיכואנליטיים 'טהורים' לכאורה, בעיקר כאלו הקשורים לתיאוריות של הוגים כווינקוט או כקוהוט, שהתקרבו יותר מאחרים להמשגה של נפש טרנסצנדנטית. 'העצמי האמיתי' שתיאר ווינקוט, כמו גם ה'יצירתיות הראשונית' שאת קיומה הניח אצל התינוק יכולים להתבאר כתחושתו (המעורפלת!) של התינוק שהתנהגויות אלו ואחרות אכן מצליחות לבטא משהו מן האור הגנוז בו, מן התחושה שהוא 'טוב' ושיש בידו ליצור טוב מסביבו (והרי תחושה זו היא תחושתה המתמדת של הנפש הטרנסצנדנטית, והיא קיימת בנו תמיד כ'אור מקיף!'). האם שתיאר קוהוט, המתבוננת בבנה בעיניים בורקות ומעניקה לו את תחושת ה'mirroring' רואה בו יותר ממה שיש בו באופן מציאותי, אמפירי. מעבר לקטנות הכלים היא רואה אותו כ'אור', כמי שבידו להעניק אושר לסובבים אותו (ועל ידי כך היא נוטעת בו אמון שאכן יש בו אור שכזה, ושאי אפשר לו להתייחס לעצמו רק לפי מה שהוא בפועל!). בקצרה: ברגע שאנו משתחררים בכבלי הפוזיטיביזם הישן ומוכנים להכיר בקיומה של נשמה המושגים הישנים מקבלים עומק חדש.

(ג) והוא הדין לגבי הפוסט מודרניזם. אין ספק ש'בסיפור העלי' החסידי קיים יסוד אוניברסלי (וכמו שהראיתי גם בפוסט מודרניזם עצמו, כשהוא הופך לשיטה, מתקיים בהכרח יסוד כזה!). הספור הכולל הוא ספור השבירה והתיקון ספורו של ה'אורי' ה'נשבר' כשהוא מנסה להופיע במציאות ומאז הוא משתדל 'לתקן' את עצמו. אולם אוניברסליות זו בנויה על שתי הנחות:

(1) לכל אדם נשמה שונה. החסידים מאריכים בדיבור על 'ישורשי' המיוחד לכל נשמה, ועל משימת ה'תיקון' המיוחדת שהוטלה עליה ביגלולי הנוכחי. ממילא כולל 'ספור העלי' מקום נרחב מאד לאינדיווידואליות אמיתית.

(2) מכיוון שאנו חיים בעולם של שבירה, הרי שבאמת לכל 'ניצוץ' שבור יש אמת משלו, יופי משלו, 'אורי' משלו. לשון אחר: לכל רגש, לכל הרהור, לכל תשוקה יש באמת

נקודה ייחודית שאי אפשר לדחות, ושאסור לדחות (או בלשון החסידות, כל מחשבה או רגש היא 'קומה' שלמה בפני עצמה). דחף ה'תיקון' הוא השאיפה לאינטגרציה ולהכללת כולן בתוך 'ספור העלי' של הנשמה, אולם להוציא מתי מעט, רוב רובם של האנשים אינם מגיעים לעולם למצב כזה. מסלול התיקון הוא מסלול של הכללת עוד ועוד אמיתות, תכנים, ספורים וערכים (או 'אורות' ו'ניצוצות') בתוך ה'אני' האמפירי ההולך ומשקף יותר ויותר את מקורו העליון.

מכאן כבר אפשר לנסות להמשיג:

הסיפור הפסיכואנליטי לזרמיו הוא סיפור בנייתה של ישות עצמאית מגובשת ובעלת כושר הישרדות מתוך התווה הראשוני. אין לו כלים להסביר את ה'ביטולי' והתגלות האור בכלי. הסיפור הלוגותרפי הוא סיפור של האור השואף לגילוי. אין לו כלים להסביר את השבירה, וממילא גם לא את התיקון. לכן הוא נשאר כולו כ'אור מקיף'. הסיפור הפוסט מודרני הוא סיפורה של השבירה, והוא מקבל את השבירה כפי שהיא. הוא מצביע על שפע הניצוצות שבתוכה, אולם אינו מסוגל להסביר את מהלך התיקון והשאיפה לאינטגרציה.

הסיפור החסידי הוא סיפורו הכולל של האור הנשמתי, של השבירה ושל התיקון. ועכשיו, במידה ויש ממש בהמשגה זו, צפוי שהסיפור החסידי יוכל לקדם את הבנתנו את שורשי המצוקה נפשית והדרכים להתמודד עמה, או בלשונו המקצועית – יהיה בו כדי לתרום להבנת הפסיכופתולוגיה והפסיכותרפיה. הפרקים הבאים ינסו להראות שאכן כך הדבר.

שער שלישי: מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית

פרק ה: השבירה כמודל לפסיכופתולוגיה

ניתן להגדיר את הבריאות הנפשית במונחים של חוויית התיקון, שהיא המצב כוחותיו הנפשיים של האדם מוצאים כלים נאותים להתגלות, אמנם מצומצמת אך מאפשרת חיים ואושר. כאשר אין למידה של צמצום אין אפשרות לצאת מן השבירה ולכן אין התגלות. מצב כזה יוצר סבל נפשי עז שהאדם יכול להגיב אליו באופנים שונים: מהכחשתו ועד לקבלתו מתוך ייאוש. אפשר להמשיג את ההפרעות הנפשיות כאופנים השונים של תגובה לסבל המתעורר ממצב של חוסר בחוויית התיקון.

בפרק זה בכוונתי לעבור מן הפסיכולוגיה הכללית לקלינית, וכאן אנו נכנסים לעולמה של המצוקה הנפשית. אדם הפונה לפסיכולוג נמצא בחוויה של סבל נפשי כלשהו, שאיננו נובע ישירות מן המציאות הסובבת את האדם. אילו ניתן היה ליחס את הסבל לגורם חיצוני כלשהו - פיסי, כלכלי או אחר, מן הסתם היה הפצייןט' (ביטוי שפירושו המילולי - 'אדם סובל') פונה לבעל המקצוע המומחה לאותו לדבר. לפסיכולוג הוא פונה אך ורק כאשר בעייתו קשורה לקושי כלשהו ביכולת החוויה עצמה. נראה כי מטרתו הראשונה של הפסיכולוג חייבת להיות הגדרה ברורה של הבעיה עצמה. לשם כך עומדת לרשותו מערכת קטגוריות מובנית האמורה להכיל בתוכה הגדרות לסוגים שונים של מצוקות נפשיות. מערכת זו היא הקרויה 'פסיכופתולוגיה'. מובן שההגדרה אינה אלא צעד ראשון. אחרי ההגדרה עלינו להבין את שורשי המצוקה וסיבותיה, תוך שימוש בכלים התיאורטיים השונים שיש בידנו.

אם כן, תיאוריה פסיכופתולוגית חסידית פירושה ניסיון להבין את המצוקה הנפשית וגורמיה באותם כלים מושגיים שפותחו בחסידות (ושהוצגו בפרקים הקודמים). בעזרת הכלים האלו אתייחס לשאלות המעסיקות את הפסיכולוגיה הקלינית: (1) מהותה של המצוקה (2) סוגייה (השאלה החשובה ביותר היא דווקא כשלישית - דרכי טיפול בה. לשאלה זו יוקדש הפרק הבא) כדי לעשות זאת עלי ללכת בדרך שונה מזו בה הלכתי בתיאור הפסיכולוגיה החסידית הכללית. עלי לעזוב את הטקסטים המקוריים ולנסות לבנות, על בסיס המושגים הנדונים בהם, בנין משלי. בכך אני חורג (לדעתי, לראשונה בעבודה זו) מן המתודה הנהוגה במחקר האקדמי של החסידות. אינני טוען שהדברים שאכתוב לעיל אכן נמצאים בפועל בכתבים חסידיים, אלא שהם יישום לגיטימי של מושגים ודרכי חשיבה לתחום שלא טופל די צרכו בהגות החסידית המקורית. משפט אחרון זה זקוק לביאור. אי אפשר לומר שהוגי החסידות התעלמו מן המצוקה הנפשית. כתביהם מלאים תיאורים של אנשים המתייסרים בשלל תופעות נפשיות, שחלק מהן יכול פסיכולוג זהיום לזהות על נקלה. מחשבות שוא, דיכאונות, מאבקים יצריים וחיפושי זהות, כולם מתוארים בהרחבה. אדמו"רי החסידות עסקו גם בייעוץ נפשי לחסידיהם, ולעיתים קרובות עשו זאת באופן המזכיר מתודות תרפויטיות עדכניות (על כך בפרק הבא). מה שחסר הוא התחום שאנו מכנים 'פסיכודיאגנוסטיקה', כלומר, קלסיפיקציה מפורטת של אופני המצוקה הנפשית. למיטב ידיעתי, לשווא נחפש בחסידות גם מעט מזעיר מן העושר העצום של קטגוריות אבחוניות שונות. לדוגמא בלבד - קיימים, פה ושם, אזכורים של 'שיגעון' או 'משוגעים', אולם כמעט בשום מקום

לא נמצא דיון אבחנתי מעמיק בנושא השיגעון, דיון שיראה לנו בבירור כי המתדיין הכיר באמת אנשים סכיזופרניים.

חסרון כזה אומר דרשני, ואפשר להסבירו בצורות שונות. אפשרות אחת היא כי הוגי החסידות באמת לא התעניינו באופני החוויה שהם אבנורמליים במובהק. עיקר עיסוקם היה ללא ספק חינוכי והנהגתי, מה שכיוון אותם ממילא לעולם הנפשי היותר מקובל וינורמלי. בנוסף לכך ניתן גם לומר כי חלק מן הדחף שהביא את הוגי החסידות ליצירת התיאוריה הפסיכולוגית שלהם בא מן הרצון לתרגם את מושגי קבלת האר"י למונחים נפשיים - פנומנולוגיים, מה שהביא ממילא להטיית התיאוריה למקומות מסוימים ולא לאחרים.

אפשרות אחרת היא לטעון כי מדובר בהימנעות עקרונית. לפי טענתו של רוטנברג, למשל, ניתן לראות בתפיסה החסידית חלופה אינטלקטואלית למסורת האבחון המערבית. כך, למשל, כתב כי "הליכי האבחון המביאים להגדרתם של בני אדם מן הסוג האמור כ'סכיזופרניים' מעצימים את תהליך הבידוד של 'אני או אתה' (רוטנברג, 'ה'תש"ן, עמ' 219), מנדים את החולה מן החברה ומשתיקים את קולו הייחודי בכך שרואים אותו כ'סימפטום' למחלתו ולא כאופן התבטאותו של סובייקט אנושי. לעומת זאת, לדעתו 'החזרה לשורש או הפנית המחשבות הזרות לערוצים חדשים היא איפה תהליך שהוא היפוכו של תהליך 'הסחת הדעת'. הקישור המחודש של המחשבה המעוותת אל שורשה יכול לסייע להקניית מובן הגיוני חדש-ישן לתהליכים קוגניטיביים שפעלו במנותק משורשם, וכן יש בו כדי החזרת דמות אנוש להתנהגות אשר נוהגים לאבחן אותה כסכיזופרניה חשוכת 'מרפא' (שם). כלומר אם השיח הפסיכיאטרי אכן מפליא לאבחן הפרעות נפשיות למיניהן הרי זה דווקא מתוך תפיסתו את 'חולי הנפש' כ'אובייקטים' ממין מיוחד, שניתן 'למיין' אותם על פי סימנים שונים, על מנת להחליט על צורת ה'טיפול' (שגם הוא נתפס כפעולה שאנו פועלים על אותו אובייקט, על מנת להחזירו למצב ראוי). לדעת רוטנברג השיח החסידי שונה בעיקרו. כולו ניסיון להקשיב לתוכן הגנוז ב'שורש' של אותן תופעות אותן אנו רואים כ'פתולוגיות'. כל אותן מחשבות זרות, רגשות מעיקים, התנהגויות 'סוטות' וכדו' נתפסות כניסיונותיו של ה'אורי' הנשמתי להתבטא, אלא שמסיבה זו או אחרת נחסמה דרך התבטאותן הרצויה והם נאלצו להופיע באופנים מעוותים - ניצוצות קדושים השבויים בעמקי הקליפות. לפי הטעון הזה כל כיוון החשיבה החסידי ניצב במנוגד לכיוון השיח הפסיכיאטרי.

מתוך הסכמה עקרונית לדברים אלו ברצוני להעמיק מעט יותר בטיעונו של רוטנברג ולמקם אותו במסגרת הפולמוס החרף שהתנהל בשעתו סביב השיח האבחוני. כוונתי למה שכונה בשנות ה-60 "התנועה האנטי פסיכיאטרית" (קשה, לדעתי, לדבר על תנועה שכן אין כמעט שום מכנה משותף בין השמות החשובים בתנועה זו שאתאר כאן בקצרה). מטרתה היא לעמוד על הדומה והשונה בין טעונו של רוטנברג לבין חלק מן הטעוים שהיו מזוהים עם הכיוון האנטי פסיכיאטרי.

מישל פוקו: בהקדמה לספרו "תולדות השיגעון בעידן התבונה" כותב פוקו: "בעולם הרוגע של מחלת הרוח שוב אין האגם המודרני בא בשיח ושיג עם המשוגע, מצד אחד איש התבונה מפקיד על השיגעון את הרופא ובכך הוא נותן אישור לזיקה בין תבונה ושיגעון רק מכוח האוניברסליות המופשטת של המחלה. מצד שני איש השיגעון בא בשיח ושיג עם החברה רק באמצעותה של תבונה מופשטת באותה מידה שהיא הסדר, הכפייה הגשמית והרוחנית... לשון הפסיכיאטרייה, שהיא מונולוג של התבונה על השיגעון, קמה רק על יסוד שתיקה מעין זו" (פוקו, 72, עמ' 8).

בפסקה קצרה זו נמצא עיקר הטעון. טבעו של השיח האבחוני שהוא מעמיד מחיצה של מושגים מופשטים בין האדם הינורמלי, 'איש התבונה', לבין היחולה 'המשוגע', היסובל מהפרעת אישיות' וכד'. ברגע שקבענו אבחנה 'מדעית' המתארת את התנהגותו של אדם אנו פשוט מפסיקים לראותו ולהקשיב לו. השיח הפסיכיאטרי מפשיט מן האדם את אנושיותו ומותיר אותו כאובייקט דומם, כסוג של 'מחלה'.

ספרו של פוקו מכיל לא מעט דוגמאות מקוממות לתהליך הפיכתו של האדם לאובייקט. "אצל פינל (המאה ה-17, ב.כ.) עדיין הייתה יכולתם זו של הלא שפויים לשאת כחיות את הקשיים החמורים ביותר. שבמזג האוויר בגדר דוגמא רפואית. תמיד היה מתפעל מכוח העמידה והקלות שבהם אחדים מן הלא שפויים בני שני המינים סובלים קור עז וממושך" (שם, 68) "היו נותנים למשוגע פקודה מפורשת להשתנות ואם סרב לעלות על משכבו או לאכול היו מזהירים אותו שאם ימשיך בסטיותיו יענישו אותו למחרת היום בעשר מלקות פרגול" (שם, 64). פוקו הסביר כי באותה תקופה נתפסו המשוגעים כמין חיות, או לפחות כאנשים שתשוקות חייתיות השתלטו עליהם עד שיצאו מכלל אדם: "על החייתי שאינו כבול אפשר היה להשתלט רק על ידי משמעת והתאכזרות" (שם). במקביל התפתח מודל רפואי של ממש להסברת הפתולוגיה הנפשית, והוצעו הסברים פיזיולוגיים למצבים נפשיים שונים. הסברים אלו מבוססים, אמנם, על פיזיולוגיה שכבר אינה מקובלת עלינו, ובכל זאת לפחות ברמה הפילוסופית קשה שלא לראות את האופי המודרני שלהם: "דרך הריפוי הפשוטה ביותר... תתבטא בהחלפת דמו הסמיך והטעון מדי של המלנכוליקן - זה העמוס ליחות מרות - בדם זך, קל, שתנועתו החדשה תסיג את הטרופ. ב 1662 הציע מוריס הופמן עירוי דם כתרופה למלנכוליה" (שם, עמ' 126).

לפי פוקו יצרה התרבות המערבית שני מושגים של שיגעון: מושג אחד הוא בקורתו ובעל קונוטציות מוסריות נוקשות, ולפיו המשוגע אחוז בתאוה יצרית עזה ההופכת אותו למעין חיה, והאחר הוא המושג הרפואי שלפיו המשוגע הוא קורבן סביל למחלה, לליקוי כלשהו מהערכת הנפשית והגופנית שלו. לפי דעתו מהווה הפסיכיאטריה של היום צרוף של שני המושגים: אנו דוחים את החולה כאילו היה בו רוע, ומנסחים את דחיתנו במונחים 'מדעים' ואובייקטיביים: "מה שקרוי בפינו עבודה פסיכיאטרית הוא טקטיקה מוסרית מסוימת החופפת את סופה של המאה השמונה עשרה, משתמשת בפולחנים של בתי משוגעים, והיא מצופה במיתוסים של הפוזיטיביזם" (שם, 204).

תומס סאס, מורה חשוב אחר של האנטי פסיכיאטריה, עסק גם הוא בדרכו בהפיכת האדם לאובייקט. עיקר טעונו אינו היסטורי אלא פילוסופי. טבעם של החיים, הוא אומר, שהם יוצרים דילמות, קשיים, מאבקים, ושהם מאלצים אותנו להחליט כיצד להתמודד עימם. ההכרעות שאנו עושים עומדות, וחייבות לעמוד לפני ביקורת אנושית המשתמשת בנורמות שונות: פסיכוסוציאליות, מוסריות ומשפטיות (Szasz, 60. P 114). אבל הפסיכיאטריה, טען, מחליפה את הנורמות הללו ביסיונות רפואיים (שם), ועל ידי כך היא הופכת אותן, כביכול, לישויות 'אובייקטיביות' (שם, 116). ברור לכל שמחלה אמיתית, גופנית, הנה ישות הניתנת להגדרה אובייקטיבית שכן היא מתארת מצב מסוים של הגוף שהוא באמת 'אובייקטי' שטבעו "פומבי, פיזי וכימיי" (שם). האובייקטיביות של הגוף היא המאפשרת לרופא להכירו, ברוב המקרים, טוב יותר מבעליו, לבחון אותו לאור מדדים שאינם תלויים בהשקפת עולמו של רופא זה או אחר ('חומו של

גוף בריא הוא בערך 36-37 מעלות"), ולטפל בו ולרפאו אפילו בלי שיתוף הפעולה של בעליו. האם ניתן להציב נורמות כאלו לנפש? האם דעתו של המאבחן בנושאי דת חברה ומשטר אין לה כל השפעה על הדרך בה יתפוס מהן התופעות 'הבריאות' או 'החולניות' אצל המטופל? ומי קובע מהן הנורמות הרלוונטיות וה'נכונות'? המאבחן? המאובחן? החברה?

כדאי להזכיר כאן את הגדרתה של האנציקלופדיה הצרפתית לשיגעון: "סטייה מן התבונה בביטחון עצמי ובהכרה איתנה שאתה הולך אחריה" (מצוטט אצל פוקו, עמ' 84). הגדרה זו מניחה, כמובן מאליו, כי אנו יודעים היטב מהי התבונה ומיהו הסוטה ממנה. הכרה כזו היתה מובנת מאליה לבני עידן הנאורות, ואנחנו רחוקים ממנה כיום.

סאס סיכם את טעונו: אין ולא יכולות להיות נורמות אובייקטיביות לשפוט את מעשי האדם לפיהן. אנשים הם בעלי אחריות לחייהם ולהכרעותיהם, ועליהם לקבל על עצמם אחריות זו ולא להטילה על כוחות 'אובייקטיביים' כביכול שמעבר להם - ויהיו אלו אלים, כשפים או מחלות נפש (Szasz, 60. P 114). בסיכומו של דבר, קבע סאס, אין הפסיכיאטרייה אלא מיתוס נוסף שהמציאו בני האדם כדי לברוח מן ההתמודדות הקשה עם בעיות חייהם.

עולה מן דברים כי למעשה אין כל הבדל בין חולה הנפש לכל אחד אחר. עולה גם כי האבחון הפסיכיאטרי הוא פעולה מזיקה מעצם טבעה, שכן הוא הופך את האדם מסובייקט אנושי פעיל לאובייקט סביל של הישות המיתית הנקראת מחלת נפש.

דבריו של סאס הצליחו לעורר סערה בעולם הפסיכיאטרי, שכן בניגוד לפוקו, ההיסטוריון, סאס היה מטפל פעיל ומאמריו פורסמו בכתבי עת מקצועיים. אלא שדווקא לכן טבעי היה לבחון את דבריו לאור הניסיון הקליני המצטבר, מה שהביא לבסוף לדחייתם. פריד ואגסי, למשל, בספרם 'פרוניה', הצהירו על הזדהותם עם רצונו של סאס לראות בפצינט "יצור אוטונומי מבחינה מוסרית" (פריד, 97. עמ' 65), ובכל זאת הם נאלצו לקבוע בצער כי "טענתו של סאס שחולה הנפש הוא בוגר ואחראי עומדת ככל הנראה בניגוד חריף למה שרואים במרפאות" (שם, עמ' 64), ואין מנוס מלראות בפסיכויסטים "אזרחים לא אוטונומיים" (שם). גם רוטנברג (Rotenberg, 78. P 82) מציין כי סאס לא הצליח להסביר עובדה קלינית פשוטה כמו התאמתן של שיטות טיפול מסוימות לקטגוריות אבחנתיות ספציפיות. אין ספק שבעקבות תצפיות מן הסוג הזה נמצאת קרנו של הזרם האנטי פסיכיאטרי בירידה מתמדת, ואילו הפסיכיאטרייה הרפואית משגשגת מבחינה עיונית ומחקרית. בסופו של דבר נינטש הטעון האנטי פסיכיאטרי לאחר שנתגלה כחסר אונים מול עוצמת המצוקה הנפשית. כאשר אנו עומדים מול אדם סכיזופרני או דכאוני איננו נעזרים הרבה בהצהרתו של סאס שבעצם אין זה אלא אדם אוטונומי הסובל מ'בעיית חיים' מסוימת. עלינו להבין מהי בעיית החיים המסוימת הזו, ומדוע היא גורמת לו לסבול כל כך. לשם כך עלינו להשתמש במערכת קטגוריות אבחונת, כגון זו שהפסיכיאטרייה מספקת.

ובכל זאת קשה להתעלם מן הבעייתיות המושרשת במערכת הקטגוריות הפסיכיאטריות. נדמה לי שגם היום יכולים מטפלים רבים להזדהות עם דבריו של רונלד לאינג, הוגה אחר של הזרם הזה: "כפסיכיאטר אני נתקל בקושי רציני מיד עם ההתחלה: כיצד אוכל לפנות ישירות אל הפצינט אם המילים הפסיכיאטריות שברשותי שומרות מרחק ביני ובינו? כיצד ניתן להוכיח משמעות ורלוונטיות אנושית כללית של מצב הפצינט אם המילים שעלינו להשתמש בהן נועדו במיוחד לבודד ולהגביל את משמעות חייו לכדי חטיבה קלינית מיוחדת? אי נחת לגבי המילון

הפסיכיאטרי והפסיכואנליטי היא תופעה רווחת, ובמיוחד בקרב אלה הנזקקים לו ביותר" (לאינג, היתשליח, עמ' 8).

בניגוד לפוקו ולסאס, לאינג ביסס את דבריו על מודל תיאורטי משלו. האדם, קבע, הוא מיוחד בהיותו כפול פנים: סובייקט אנושי פעיל, ויחד עם זה גם אובייקט חומרי: "אם נקשיב, למשל, לאדם אחר בשיחתו ניתן (א) לחקור את התנהגותו הלשונית במונחי תהליכים עצביים ואת מכלול כלי הקול או (ב) לנסות להבין מה הוא אומר" (שם, 11). במצב הרגיל קיימת אחדות חווייתית עמוקה בין שני אופני ההוויה: "בזמן קצר עד להדהים חש התינוק את עצמו חי וממשי ובעל תושח הוויה, עם המשכיות בזמן ומיקום במרחב... הוא יכול לחוות את הווייתו כרצופה בזמן, כבעלת עקביות פנימית, ממשית, כבעלת מקוריות וערך... כשוות שטח במרחב עם הגוף... " (שם, עמ' 28). אלא שבמקרים מסוימים נוצר פיצול בין הוויית האדם כסובייקט לבין הווייתו האובייקטיבית, ואז הוא עלול לחוש "יותר בלתי מציאותי מאשר מציאותי, יותר מת מאשר חי, ומובחן רק באופן רופף משאר העולם, כך שזהותו והאוטונומיה שלו עומדים תמיד בספק" (שם). חייו הופכים אז למאבק תמידי על שמירת הסובייקטיביות האנושית שלו לנוכח העולם המאיים להפכו לאובייקט גרידא.

וכאן מתגלה עומק ביקורתו של לאינג על האבחון הפסיכיאטרי: "ההתנגדות הרצינית ביותר לאוצר המילים המשמש היום לתיאור פציינטים פסיכיאטרים מתייחס לכך שהוא מורכב ממילים המפצלות אדם באופן מילולי בדרך שהיא אנלוגית לפיצולים האקזיסטנציאליים שיהא עלינו לתאר כאן" (שם, עמ' 9). השפה הפסיכיאטרית הופכת את האדם לאובייקט, לימקרה מחלה, ובכך היא הופכת להיות בעצמה אחד מגורמי המחלה. לאינג קרא ליצירת "מדע אותנטי של האדם" שלא יפול בפה "הנטייה המושרשת לפרטונליזציה" (שם, עמ' 12), אט כי הוויה ש"גילוי הצורה הלוגית שדרכה ניתנת אחדות האישי לתפיסה הוא עדיין אתגר לעתיד" (שם, עמ' 13). תפיסתו זו של לאינג היא קרובה מאד לזו שאנסה לפתח בדפים הבאים. אין בה, לדעתי, פסילה גורפת של רעיון האבחון אלא קריאה לפתח שיטת אבחון שלא תיפול לפח של הפיכת הימחלה (ויהחולה' ביחד אתה) לאובייקט אלא תכיר בו כסובייקט אנושי פעיל. שיטה כזו, טען לאינג, חייבת להסתמך על יצורה לוגית חדשה שתאפשר ליצור "מדע אותנטי של האדם".

לאינג, כך נראה, הציע את ההגות האקזיסטנציאליסטית כבסיס מחשבתי שעליו קיווה לבנות את מדע האדם כסובייקט. בניגוד לכך ברצוני להציע בפרק הזה את ההגות החסידית כבסיס מן הסוג הזה. לדעתי, דווקא התפיסה החסידית של 'אחדות ההפכים' מאפשרת לנסח באופן מדויק יותר את הדילמה היסודית של האדם כאובייקט וכסובייקט. מצד נשמתו האדם הוא סובייקט פעיל השואף לגלות בעולם את אורו, לומר דבר בעל ערך הראוי שישמע. מצד ישותו האמפירית האדם הוא אובייקט המפלט את דרכו בעולם של אובייקטים (= 'הישויות'). מה שלאינג כינה 'אחדות ההוויה' הוא ביטול הכלי אל האור, יכולתו של האדם לחיות את חייו בעולם הישויות מתוך מאמץ מתמיד לגילוי הרובד הנסתר, המשמעותי והערכי, של הווייתו. יכולת זו אינה נתונה לנו באופן פשוט: אנו מגיעים אליה בתהליך ארוך ומורכב הנקרא 'תיקון', ותהליך זה עלול בהחלט להסתבך באופנים שונים. בהמשך הפרק אציג כמה מן האופנים בהם יכול התיקון להסתבך, וכיצד מסבירים הסיבוכים הללו את עולמם החווייתי של אנשים הסובלים מהפרעות נפשיות ידועות.

כלומר, בכוונתי לפנות כאן לבחינה מדוקדקת יותר של השיח הפסיכיאטרי, במטרה להציע לאבחנותיו השונות אינטרפרטציה חסידית. אני רואה בנסיון זה הצעה לבניית מה שרוטנברג כינה 'אבחון מכללי העשוי להשלים את 'האבחון המבדלי' הנהוג (רוטנברג, היתשין. עמ' 182). אם

האבחון המבדלי נועד להבחין בין הסובלים מימחלת נפש ספציפית לבין כל יתר בני האדם, היאבחון המכללי נועד לחזור ולכלול את אותם 'יחולים' בקהילייה האנושית הרחבה על ידי פענוח היסוד האנושי העמוק המסתתר בתוך הסימפטומים מהם הם סובלים.

אוסוף הערה מתודית: התכוונתי להתרכז בדיון הנוכחי בפנומנולוגיה של ההפרעות הנפשיות, ולא לגלוש לשאלות אטיולוגיות אלא במידה והדבר יידרש לצורך הדיון הפנומנולוגי. כל רצוני הוא להיעזר בפרדיגמה החסידית של הישבירה והיתיקון כדי להבין מה בעצם מתרחש בנפש כאשר תהליך היתיקון עולה על שרטון. לא אתייחס לשאלה מדוע הוא עלה על השרטון הזה - הסיבות יכולות להיות נוירולוגיות, משפחתיות, חברתיות או אחרות. השאלה שתעסיק אותי היא כיצד ניתן לפענח את משמעותם האנושית של הסימפטומים (ובהקשר חשיבה חסידי, המונח 'אנושי' תמיד קשור להתגלות אותנטית של הרובד הטרונסצנדנטי של הנפש). למותר להוסיף שבמסגרת הנוכחית אוכל רק להניח את היסודות הכלליים לדיון המפורט ב'אבחון המכללי'.

הגדרה כללית לפסיכופתולוגיה: ראשית יש לחזור על התפיסה החסידית בדבר תקינות נפשית. משימתם הראשונית של החיים היא גילוי האור במציאות, ועל ידי כך לשלב שני רבדים שונים של ההווה, היש' וה'אין'. זוהי אותה 'אחדות הפכים' המשלבת את הרובד הטרונסצנדנטי, הנשמתי, שהוא מקורה של כל תחושת ערכיות, והרובד האמפירי, הישתי, שהוא המציאות בה עלינו להתקיים ולהתגלות. משמעות הדבר היא שעלינו לשלב בין שני אופנים של חוויה המיוצגים על ידי שני כוחות השגה - חכמה ובינה, שלכל אחד מהם מטרה משלו: מטרתה של חווית 'האור' הנה התחושה של התגלות 'אותנטיות' של העצמי, תחושת ה'טוב' המוסרי והאושר שבנתינה לזולת. האידיאל של חווית הישות הוא ההישרדות, הביטחון, הראיה האובייקטיבית של המציאות. שילובן הוא התחושה הפנימית שכאן, בתוך המציאות הספציפית הזאת (הנתפסת באופן אובייקטיבי), ניתן לחיות חיים טובים במובן המוסרי, מאושרים במובן הרגשי, אותנטיים במובן של התגלות אותנטית של האני הפנימי (אולי ניתן לומר - אותנטיים במובן האומנותי). לתחושה הזו אקרא מעתה תחושת התיקון. תחושת התיקון תלויה כולה באפשרות להגיע לאיזון בין שני הרבדים הנפשיים, ומדובר באיזון לא פשוט. הרובד הטרונסצנדנטי, כפי שהוא מתואר בחסידות, אינו מכיר בהגבלות כלשהן, וכל מהותו בשאיפה לטוב מוחלט. הרובד האמפירי כולו מוגבלות ותלות הדדית בין הישויות השונות. לכן חייב האור לצמצם את עצמו כדי שיוכל להתבטא בכלי (שהוא תמיד ישות בין ישויות). ברמה נפשית מידית הכוונה היא לפיתוח היכולת להכיל מצבים שאינם עולים בקנה אחד עם הרצון האותנטי שלי לטוב, כפי שהוא נתפס על ידי ברגע נתון. אין מדובר בויתור גמור (שכן האור אינו מסתלק לגמרי) אלא בצמצום בלבד, בויתור חלקי וזמני שמטרתו לאפשר לפחות למשהו מן האור להתבטא בכלי על מנת שתהיה אפשרות להוסיף ולגלות עוד ועוד ממנו בהמשך הדרך.

השבירה, שהארכתי בתיאורה בפרק הפסיכולוגיה החסידית, נובעת מהפרת האיזון שבין שני אופני החוויה. תינוק נולד במצב שבו חווית 'האור' היא חזקה במיוחד ושום אופן של צמצום עדיין לא נלמד. היכלים' שלו, לעומת זאת, הם חלשים ו'קטנים': בעצם הוא עדיין אינו מכיר דבר מלבד תחושותיו הגופניות, אינו יודע לבטא דבר מלבד רגש היולי ביותר כמו עונג או זעם צרוף, ואינו יודע להפעיל דבר (מלבד את אמו). במצב הזה אין תודעתו של התינוק אלא רצף מסובך של תשוקות, רגשות, רגעי עונג ורגעי זעם או ייסורים. רצף זה, המכונה לעיתים "מידות דתוהו",

מורכב בעיקרו מתכנים נפשיים שעוותו לבלי הכר ע"י השבירה. דרך היציאה מן המצב הזה תוארה בהרחבה בתיאור תהליך התיקון. עיקרו של התהליך הזה בהיווצרותו של אני מגובש אשר תחושת התיקון שתוארה קודם היא חווייתו הבסיסית.

תהליך זה מתואר לעיתים קרובות במונחי כוחות השכל וההשגה. כזכור, יש באדם שני כוחות השגה: כוח הבינה החווה את העולם 'בבחינת יש', כאוסף ישויות המקיימות ביניהן יחסים שונים, וכוח החכמה החווה את העולם 'בבחינת אין', ככלי לאור שמקורו מעבר לו. שני הכוחות הללו יוצרים, בתהליך ארוך, תפיסת עולם מסוימת המגיעה לידי גיבוש בכוח הדעת הקובע את אופן ההתייחסות הבסיסי לעולם. כוח הדעת הוא המתמודד עם עוצמתן הגועשת של מידות התווה, מרסן אותן ומציב להן מטרות-מציאותיות-למימוש. התיקון נובע מכך שנוצר איזון נכון בין החכמה לבינה, בין היש לאין. משמעותו של האיזון שהוא כולל משהו מתרומתו הייחודית של כל אחד מהכוחות. בינה היא הכוח המבסס את קיומו של האני כישות קיימת ומבוססת בעולם. החכמה היא הכוח היוצר את הקשר שבין האני כישות לבין הטוב העשוי להתגלות בו. צרוף שניהם יוצר את תחושת התיקון.

עולה מכאן כי קיימות מספר דרכים להפרתו של אותו איזון. האחת היא פריצה רבת עוצמה של כוח ההתגלות שבחכמה העלול להאפיל על תחושת המציאות של הבינה, ולפגוע בה. במקרה כזה עלולות האידיאות של ה'אור' להתממש באופן דמיוני (כלומר שהאדם יחוש כאילו כבר מומשו). מצב הפוך יהיה עודפות של תחושת המציאותיות. במצב זה הבינה מצליחה לבנות כלי, אולם החכמה נסוגה, אין שום התגלות של אור והכלי ריק. אין שום תחושה של מימוש עצמי, של טוב, של חיוניות, ריקנות ועצבות שורות בכל. מצב שלישי קשור בניתוק עוד יותר מקיף מן ה'אור'. האדם משתקע לחלוטין במציאות כפי שהיא ומתנונן מכל נגיעה רוחנית אידיאליסטית, מכל נתינה ומכל כמיהה טרנסצנדנטלית. הניתוק הוא כה רדיקלי עד שהאור אפילו אינו בולט בהעדרו. למצב כזה קוראת החסידות 'עמלק' - השתקעות גמורה ומוחלטת בידעת היש' (כל התיאור הזה הנו תמציתו של הפירוט הנרחב שהובא בפרק הפסיכולוגיה).

ניתן לנסח זאת כך: מתוך הרצף הכאוטי של ה"תוהו" הולך ומתגבש מרכז נפשי מסוים העומד במרכז התודעה ומארגן אותה לאורו של עקרון מנחה כלשהו. מרכז נפשי זה- שניתן לזהותו עם האני המודע- הוא המכונה בלשון החסידות ה"הנפש השכלית". הנפש השכלית של כל אחד מאתנו נשלטת ע"י אופן מסוים של ה"דעת", חווית העצמי והמציאות. הדעת מציינת לאדם את המציאות בתוכה אמור אור הנשמה להתגשם. ציור זה כולל את אמונותיו כלפי עצמו (= "אני נפלא", "אני אפס", "אני לא מנצל את כישורי" וכיוצ"ב) וכלפי העולם הסובב (= "אנשים הם טובים ביסודם", "אנשים אם מנוולים" וכיוצ"ב).

אלא שחשוב לזכור כי היווצרותה של הנפש השכלית אינה אלא שלב מסוים בתהליך התיקון. יסוד החיים הנפשיים אינו בשכל, ואף לא בעולם היצרי הגועש אלא בכמיהת התגלותה של הנשמה. מכיוון שכך גם היכולת להגיע לאושר אינה תלויה ביכולת הנפש השכלית להתגבר על טעויות מחשבתיות (כמו בפסיכולוגיה הקוגניטיבית) וגם לא באופן שבו היא מתמודדת עם העולם הייצרי הגועש "מתחתיה" (כמו בפסיכואנליזה הפרוידיאנית) אלא בראש ובראשונה בשאלת היחס בין המציאות האמפירית של האדם (הכוללת את הנפש השכלית והבהמית) לבין כמיהותיו הטרנסצנדנטיות(הכלולות בנפש הא-לוקית). נפש שכלית בריאה חייבת להיות לא רק חזקה דיה

כדי להתמודד עם הגעש היצרי של הנפש הבהמית, אלא גם פתוחה דיה כדי לגלות בתוכה עוד ועוד מתכניה של הנפש הא-לוקית.

לפי זה האדם נשאל שוב ושוב, ממעמקי הווייתו, את השאלה הבאה: עד כמה הצלחת להאיר בעולם משהו מן האור הבוקע מנשמתך? כדאי לזכור כי רוב האנשים אינם חושבים במונחים כאלו. מן הסתם חלקם ישאלו משהו כמו "עד כמה ניתן באמת לשאוף לאושר?". מבחינה חסידיית זוהי אותה שאלה. אכנה שאלה זו "שאלת התיקון".

תשובתו של נפש שכלית מתוקנת היא: הצלחתי להאיר משהו ממנו, וזה כשלעצמו טוב מאד, אני ממשיך לעמול כדי לגלות עוד ועוד ממנו, תחושה זו כבר כוללת בתוכה את מושג הצמצום, שכן היא חווה את האור המצומצם כאור, ושמחה בו. תחושה זו (שלהלן אכנה אותה 'תחושת התיקון') היא המאפשרת קשר אמיתי ועמוק עם הזולת, שכן אכפתיות אמיתית פירושה שאינו רואה את הזולת כ'אובייקט', כישות, אלא כהתגלות של 'אור', של חיים ושל נשמה. מאידך גיסא, קיימים מצבים בהם האדם אינו מצליח להגיע לתחושת התיקון, אם מסיבות תורשתיות, פיסיולוגיות, התפתחותיות או סביבתיות. במצב כזה עלול האדם לחוות את עצמו ואת העולם כקר, ריקני ומאיים, מה שיכול ליצור גם תחושה של 'רוע' אימתני (אם בתוך הנפש פנימה ואם במציאות החיצונית). כיצד מתמודד האדם עם מצב כזה? כנראה שעליו להשיב תשובות אחרות לאותה 'שאלת יסוד' שהן גם אופנים שונים של התמודדות עם התחושה הקשה של חוסר התגלות. כל תשובה כזו קובעת מצב מסוים של הנפש השכלית או של ה"דעת", ואולי נתן לכנותן "מצבי דעת". להלן אנסה להראות כי לפחות חלק מהתשובות השונות ל"שאלת התיקון" משקף קושי לשלב בין חוויית ה"יש' וה'אין' תוך מציאת איזון פורה ביניהם. להלן אנסה להראות כי 'תשובות' אלו, או 'מצבי דעת' אלו מקבילים לאופנים השונים של 'פסיכופתולוגיה' המוכרים לנו מן הספרות הפסיכיאטרית. את ה"תשובות" עצמן אנסה לנסח באופן פנומנולוגי, חווייתי, אפילו ילדותי במידת מה, כפי שלדעתי הן אכן מנוסחות בעמקי נפשנו.

א) תשובה אחת: "דווקא כן, ובשלמות!". במצב זה המציאות האמפירית של האדם אינה יכולה להכיל את האור ולגלותו, מכיוון שהצמצום לא נלמד כראוי. בשלב מסוים של החיים (שלב פרוץ המשבר) נמחק העולם האמפירי המוגבל והאדם חי בעולם הזייתי, גרנדיוזי, המנסה לשקף את תחושתו המקורית של האני הטרנסצנדנטי תוך עיוות המציאות. חשוב לזכור כי תחושת ההתגלות המתוקנת אינה יכולה להיות מנותקת מן המציאות. ביסודה היא השאיפה לכך שהמציאות תהיה מציאות המבטאת את הטוב הטרנסצנדנטי שאני חש. אם אין המציאות מבטאת את הטוב הזה מנסה האדם הנמצא במצב דעת זה להעמיד פנים שהיא איננה מציאות כלל וכלל. כולנו נוקטים בדרך זו, לפעמים, כאשר אנו מתמודדים עם תחושת פגיעה על ידי פינטוז מצב שבו אותה פגיעה לא היתה כלל... זוהי הצורה השכיחה והמתונה של אסטרטגיה זו, אלא שקיימות צורות קשות יותר. אנסה להראות כי המצב המכונה סכיזופרניה אינו אלא הקצנתה של האסטרטגיה הזו עד למקום שבו היא פוגעת באופן אנוש במרקם החיים הנפשיים.

ברור שמדובר כאן על הפרת האיזון שבין החכמה לבניה, באופן שהאחרונה מאבדת את כוחה המציאותי והמרסן. יחד עם זאת, הבניה אינה נעלמת כליל, והיא ממשיכה לשקף את המתרחש במציאות האמפירית ההולכת ומתרוקנת מכל אור. על כן נמצא תמיד תחושה כבדה של חוסר ערך וחוסר אונים מאחורי הגרנדיוזיות הפנטזיונית של הסכיזופרן. החסידות הרבתה לעסוק במצב דעת זה תחת הכותרת 'גאוה' (תמיד במשמעות של 'גאוה דמיונית'). קיים שפע של עסוק חסידי במידת הגאוה, הן ברמה תאורטית והן בסיפורת החסידיית לגוניה. אין ספק כי הגאוה נתפסת

בחסידות כאחד המקורות הראשיים לימידות הרעות, ובעצם לכל עיוות נפשי באשר הוא. עם זאת מצאתי תיאורים מעטים בלבד של סימפטומטולוגיה שניתן לכנותה סכיזופרנית, כשם שרק במקרים נדירים אנו נתקלים בספור חסידי היוצר תחושה שאחד מגיבוריו סובל מפסיכוזה של ממש.

ב) תשובה שניה היא: "בכלל לא". גם כאן אין המציאות מכילה את האור, אולם כאן העולם האמפירי אינו נכחד אלא מרוקן. זוהי קבלה לכאורה של העולם האמפירי במחיר נטילת כל ערך מתוכו. המציאות נתפסת באופן ריאלי, אבל כריקה לחלוטין מכל תחושה של התגלות הטוב: התחושה היא שאין שום טוב במציאות, ואם ישנו איזה טוב הרי שאני מודר ודחוי ממנו. גם כאן קיימת הכחשה, והיא הכחשת הטוב שכן קיים (רצונות שהתגשמו, הישגים שהושגו, יחסי אהבה). הכל נחוה כריק וחסר חיים. באופן פרדוכסלי, כפי שמודגש לעיתים בחסידות, דווקא אותה ריקנות משמרת את הגרנדיוזיות של רובד האור שבנפש. כאילו אומר האדם: "כל הישגי הם כאין וכאפס - לעומת מה שהייתי אמור להיות..." גם כאן יש רצף מן העצבות המתונה הנופלת על רוב האנשים מפעם לפעם ועד לדיכאון הקשה המוגדר כהפרעה נפשית קשה.

במונחי החכמה והבינה יש כאן השתקעות בחוויית היש של הבינה תוך הינתקות מן החכמה, כך שיש משהו משותף לשתי ההפרעות ההפוכות לכאורה: בשתייהן אין שום נכונות לצמצום האור ואין שום יכולת לקבל את האור המצומצם המופיע במציאות המוגבלת כבעל ערך משלו.

גם בעצבות הרבתה החסידות לעסוק. דומה כי אין עוד אפיון של הספרות החסידית שזכה לפופולריות כה רבה כמו גינויה את העצבות (נדמה לי כי רק יחסי החסיד והרבי זכו לפרסום רב יותר). העצבות נתפסת גם היא כאם לכל מידה רעה וכבת הזוג הבלתי נמנעת של הגאווה. כאשר האדם עצוב, נאמר במקומות רבים, והוא מודיד מעוך עצמו באופן כה דרמטי, אין הוא אלא מציין בכך את הערך המופלג שהיה אמור להיות לו ולא התממש.

ג) תשובה שלישית היא: "לא צריך". אין אור, וגם לא צריך אותו. האני משתקע בידעת הישות, ואינו מתייחס כלל למה שמעבר למציאות הישיות. אין רובד טרנסצנדנטי, והעולם מאופיין על ידי כל אפיוניה של דעת הישות שתוארו בחסידות: ניכור, ניצול הדדי, שנאת חנם וכדו'. במקרים מסוימים נדמה שהמטופל 'מסתגל' היטב למציאות, או לפחות מוצא מקומו בתוכה, ואינו זקוק לעזרה, אולם מנקודת מבטו של הרצון להתגלות האור המחיר הוא בכל זאת כבד.

גם כאן נמצא רצף בין 'מידות רעות' הקיימות באופן רגיל אצל כל אחד, ועד לקבוצת 'הפרעות אישיות' קשות המשקפות ויתור כולל על 'התגלות האור' ביחסי אנוש (כמו הפרעת האישיות הסכיזואידית, הפרנואידית והאנטי סוציאלית, שאתאר בהמשך).

ד) תשובה רביעית היא: "אולי". התנדנדות עזה בין הופעה כזו או אחרת של תחושת תיקון, או לפחות של תקווה לתחושה כזו, לבין נפילה לאחת האסטרטגיות הקודמות שתוארו. התנדנדות כזו טבעה שהיא מעוררת חרדה עזה, חוסר יציבות ויחסי אנוש מעוררים וסבוכים. תחושה קיצונית של 'אולי' מאפיינת מקבץ אחר של הפרעות אישיות (כמו - הפרעת האישיות הגבולית, הנרקיסטיסטית, ההיסטריונית ועוד הפרעות שאתאר בהמשך).

בקטגוריה הזו מופיעות באופן קצת מרוכך כל שלש האסטרטגיות הקודמות שתוארו פה. כלומר: אם לשאלה הפנימית בדבר קיומה של 'תחושת התיקון' תהיה התשובה שלילית במובהק,

יתעורר הצורך להתמודד עמה באחת האסטרטגיות שתוארו לעיל (דווקא כן) בכלל לא ילא צריך). לעומת זאת אם התשובה היא 'אולי' עדיין עשויות אותן קטגוריות לשמש, אולם לא באותה קיצוניות המאפיינת מקרה של תחושת חוסר התגלות מוחלט. כך למשל ניתן לקרא חלק נכבד מתיאורי 'מידת הגאווה' בחסידות כתיאור של הפרעת אישיות נרקסיסטית, שאכן כוללת יסוד של הפרזה דמיונית בערך עצמו אולם לא ברמה פסיכוטית ממש.

ה) העמדה החמישית והאחרונה היא: "כן, אבל". כאן תחושת התיקון היא החוויה הדומיננטית, אולם עדיין קיימים מעין 'איים' של יסודות נפשיים שאינם משתלבים בחוויה המרכזית - אירועים שונים העומדים בניגוד לדימוי העצמי הכללי, תשוקות מסוימות היוצרות קונפליקט עם המהלך הכולל של חיי הנפש. לכאן יהיו שייכות כל הפסיכונוירוזות, אותם מצבים בהם אדם בדרך כלל יתקין נאבק בכשלים פנימיים הנובעים מקונפליקט נפשי, לעיתים לא מודע.

זוהי התמונה הכללית של הפסיכופתולוגיה שברצוני לצייר. היא פשוטה יותר מן התמונה המקובלת, שכן היא בנויה על 3 יסודות ראשוניים בלבד (ועוד שניים המהווים מהדורה מורכבת ומתונה יותר של אותם יסודות). אלו משתלבים זה בזה ויוצרים את המגוון הגדול של האבחנות המוכרות. היא גם מורכבת יותר, שכן כל אחד מאותם יסודות הוא רציף, ולפחות בצורתו המתונה הוא מופיע אצל כל אחד ואחד, כך שמגוון השילובים האפשריים הוא באמת בלתי נדלה. הרצף המדובר הופך את התמונה הזו, לדעתי, למה שרוטנברג כינה 'אבחון מכללי', שכן לפיו אין לנו הפרעה נפשית שאינה מופיעה אצל רוב רובנו, ואשר יסודה אינו במאמץ הכביר של כולנו לתיקון כולל. למרות שמדובר במקרים הללו במאמץ שעלה על שרטון, בכל זאת זוהי אותה משימת תיקון עצמה המאפיינת את חייו של כל אדם ואדם.

פירוט והרחבה: בתיאור הכללי שהבאתי כאן ניתן למצוא יסודות תיאוריים העשויים, לדעתי, לשמש להבנת הפנומנולוגיה של הפרעות נפשיות ידועות. בכונתי לפרט יותר את הכיוון הזה על ידי הרחבת ההגדרה הכללית שאני מציע לכל אחת מאותן הפרעות תוך ניסיון להראות כי הן יכולות להסביר שורה ארוכה של תופעות (סימפטומים) שהוכחו כמאפיינות את אותה הפרעה נפשית. לשם כך אצטט בהרחבה את תיאוריה של הפסיכיאטרייה לאותן "פתולוגיות", ויחד עם זה אנסה להראות כי כל אלו הם תיאוריו של מצב נפשי שעיקרו תשובה לא מאוזנת לשאלת התיקון. אקח את רשימת הסימפטומים מן המדריכים המקובלים לאבחון הפסיכיאטרי (DSM IV, ICD 10)¹³, וכן מספרי לימוד מקובלים לפסיכיאטרייה. ברצוני לשוב ולהדגיש כי הציטוטים מן הספרות הפסיכיאטרית נועדו להראות כי העושר התיאורי של ספרות זו אינו 'הולך לאיבוד' במערכת המחשבתית הגמישה יותר שאני מציע כאן.

סכיזופרניה: הסכיזופרניה תוגדר כקצה הרצף של האסטרטגיה הראשונה (דווקא כן). במצב הזה קיים נתק בין הרובד האמפירי והטרנסצנדנטי של החיים הנפשיים, וכתוצאה ממנו מוכשת המציאות האמפירית ואת מקומה תופסות הזיות על מציאות האמורה לשקף את התגלות הרובד הטרנסצנדנטי. ויחד עם זאת, הרובד האמפירי מסרב להעלם ועליבותו ההולכת וגדלה פולשת

¹³ כידוע, בעולם המקצועי נהגים להשתמש בשני מדריכים לסיווג ההפרעות הפסיכיאטריות, ה ICD האירופי וה- DSM האמריקאי. השתמשתי לסיווגין בהגדרות שבשניהם בלי להעדיף אפריורית אחד מהם על משנהו. השתדלתי פשוט לצטט, לגבי כל הפרעה, את המדריך שבו היא מתוארת באופן היותר מפורט.

לתוך המציאות ההזייתית שנוצרה. לכן זהו מצב מורכב הכולל הזיות של גדלות לא מציאותית יחד עם הזיות של נחיתות, רדיפה וכדו'.

כפי שהקדמתי, מצב זה מתואר לעיתים נדירות בלבד בספרות החסידית. רבי נחמן מברסלב התייחס לפעמים ל"שיגעון" אולם דבריו סתומים ולא קל לעמוד על כוונתו. בקטע מפורסם הוא הסביר כי " כל העולם מלא מחלוקות, הן בין אומות העולם וכן בכל בית ובית בין השכנים ובין כל אחד עם אשתו ובני ביתו ומשרתיו ובניו... ועל כן לפעמים כשאחד יושב לבדו ביער יכול להיות שיהיה נעשה משוגע. וזה נעשה מחמת שהוא לבדו ונכללן בו לבד כל האומות והם מתגרים זה בזה והוא מוכרח להשתנות בכל פעם לבחינת אומה אחרת כפי התגברות אומה על אומה שהם כולם נכללים בו לבדו. ומחמת זה יכול להשתגע לגמרי מחמת התהפכות הדעות שבו על ידי התגרות האומות שנכללן בו לבדו כנ"ל. אבל כשהוא ביישוב בין אנשים יש מקום להמלחמה להתפשט בכל אחד מבני הבית או בין השכנים כנ"ל " (ר' נחמן, שיחות הר"ן, סי' עז). יוצא ששורש השיגעון הוא הניתוק מן הסביבה היוצר מצב שבו האדם חש עצמו יחידי בעולם והכל כלול בו. מצב גרנדיוזי זה אינו מחליש את הקונפליקטים המובנים שבמציאות, להפך. הוא גורם לכך שכל אותם קונפליקטים מופיעים כדרמה פנימית, הזייתית, ולא כמאבק חיצוני.

זוהי, כנראה, סיבת השיגעון עפי' רבי נחמן. פירוש זה אינו מוכרח בדבריו, אבל הוא נראה לי אפשרי ומתחזק מקטע אחר העוסק במפורש בגרנדיוזיות המובנית של חולה הנפש: "עיקר שיגעון של כל המשוגעים הוא מחמת שאינו מציית ושומע לדברי הבעלי שכל, כי המשוגע אם היה שומע וציית לדברי אחרים שהם הבעלי שכל בוודאי לא היה משוגע כלל, כי אע"פ שלפי רוח שטות ושיגעון שלו נדמה לו בבירור גמור שהוא צריך לילך קרוע ולהתגלגל באשפה וכיוצא בזה... אם היה מבטל דעתו ונד דעת הגדול ממנו בחכמה בוודאי היה מתבטל כל השיגעון שלו" (שם, סי' ז).

תיאור קצר וקצת יותר מודרני נמצא בדברי הר"י, הרבי החב"די השישי, וגם הוא הדגיש את אלמנט הגרנדיוזיות: "עיקר מחלתם של חולי הרוח הוא ההזיה והדמיון. לאחד נדמה שהוא ראש העדה והעיר, לשני נדמה שהוא חכם המדינה ולשלישי יש הזיה אחרת. וכולם כל כך טרודים בענייני הדמיון שאין להם זמן לאכול ולישון, ואם באים לרפאותם טוענים כי בריאים הם" (גליצנשטיין, היתשליה. עמ' 141).

לסיכום תפיסת השיגעון החסידית, כפי שאני משחזר אותה כאן: שורש השיגעון הוא הגרנדיוזיות, ראיית האדם את עצמו כמרכז המציאות וכמי שאינו זקוק לאיש. כך יוצר האדם את עצמו כישות המנותקת מן הסביבה. בתוך הישות המנותקת הזו מנסה האדם להאיר את מלוא אורותיה של נפשו, את מידותיה השונות והמגוונות, ללא צמצום (שהרי הצמצום חייב להילמד תוך כדי מגע מתמיד עם המציאות הסובבת). מכיוון שאין לו יכולת לעשות זאת הוא נאלץ להגשים את כולן- בדמיון. זה יוצר מצב של שבירה במקום תיקון.

אנשה להראות כי ההגדרה הזו יכולה להסביר את מגוון תופעותיה של הסכיזופרניה, כפי שהיא מתוארת בספרות הפסיכיאטרית.

המאפיין הייחודי של הסכיזופרניה הוא הפגיעה בעצם היכולת לתפיסה אובייקטיבית של המציאות. פגיעה זו נוצרת על ידי פגיעה בתהליכי החשיבה ותפיסה.

ב ICD מתוארים סימפטומים שונים, שחלקם מהווים סוגים שונים של הזיות. חלקן מייצגות בעליל ניסיון לבטא תכנים גרנדיוזים: "מחשבות שווא מתמידות... שאינן תואמות מבחינת התרבות ולחלוטין אינן אפשריות, כמו קבלת זהות של אישיות דתית או פוליטית או יחוס של כוח וכישורים על אנושיים (כמו: יכולת לשלוט במזג האוויר או יכולת לתקשר עם כוחות זרים מעולם

אחר) (ICD 10 עמ' 100). בקריטריונים לאבחנת סכיזופרניה פרנואידיה שהיא הסוג "השכיח ביותר ברוב חלקי העולם" (שם, עמ' 102). מצוינות גם "מחשבות שווא של רדיפה, יחס (תחושה שכל מיני דברים המתרחשים בעולם מתייחסים ישירות לאותו אדם. ב.כ.) מעמד מרומם, שליחות מיוחדת, שינוי גופני או קנאה" (שם). דוגמא מפורסמת לכך מהווה השופט שרבר שעליו כתב פרויד את מאמרו הידוע (Freud, 11) אשר דימה כי נגזר עליו להפוך לנקבה על מנת להוליד את המשיח. ניתן לראות כי הזיות כאלו מנסות לשקף תחושה של גדלות וחשיבות על-מציאותית. במושגים שפותחו כאן אומר שתחושה זו אכן שרירה וקיימת ברובד הטרנסצנדנטי של הנפש, אולם החולה משתדל בכל כוחו למצוא את רמזיה דווקא במישור אמפירי, וכך יוצר לו מישור פסאודו אמפירי, דמיוני.

תכנים דומים מופיעים גם בממד הרגשי, בעיקר בשלב האקוטי של המחלה. קפלן וסאדוק, בספר הלימוד הנפוץ לפסיכיאטריה, ציינו כי "חולים יכולים לתאר חוויות של התרוממות רוח ותחושות כל יכולת, 'רגש אוקיאני' של אחדות עם היקום, התעלות דתית..." (Sadock, 99. P 1185).

סוג אחר של הזיות מתאר באופן מוקצן ודמיוני את מצבו העגום של הסובל במציאות האמפירית עצמה (ודאי לעומת הגרנדיוזיות הטרנסצנדנטית). הוא חש עצמו כאובייקט נרדף ומבוזה, וסובל מ"מחשבות שווא של שליטה, של השפעה ושל פאסיביות" (ICD עמ' 100). וכן "הזיות של קולות המעירים על התנהגות החולה או דנים בינם לבין עצמם על אודות החולה..." (שם). בסכיזופרניה הפרנואידיה מופיעות גם "הזיות שמיעה של קולות המאיימים על החולה או מצווים עליו" (שם, עמ' 102). גם קפלן וסאדוק הדגישו כי "שכיחות מכל הן דלזיות של רדיפה... השכנוע הפנימי של היותו נשלט על ידי כוח מסתורי בלתי נראה המפגין את השפעתו ממרחק הוא כמעט פתוגנומוני (=סימפטום שניתן לאבחן מחלה לפיו גם כאשר הוא מופיע כסימפטום יחיד. ב.כ.)... חולים המשוכנעים כי הם נרדפים על ידי כוחות רבי עוצמה צופנים בקרבם לעיתים קרובות הזיות של גדולה, שהרי הם חייבים להיות חשובים ביותר אם מאמץ כה רב מושקע ברדיפתם" (Sadock, 99. P 1187). זהו הפרדוכס האופייני לסכיזופרניה, הסתירה שבין ראיית המציאות כאילו היא אכן משקפת את מלוא גדולתו של הרובד הטרנסצנדנטי, לבין ההכרה הנואשת בתהליכי ההתפוררות המתרחשים בה.

כתוצאה מן המאבק הפנימי הזה מאבדת המציאות את איכותה האובייקטיבית, וממילא נעלמים כל אפיוניו של עולם הישיות, ובראשם הגבולות הנוקשים שבין העצמי לסביבתו. מחיקת גבולות העצמי יוצרת שוב תחושה כפולה של אומנימפוטנטיות (אני בכל, אין לי גבולות) ורדיפה (אני חשוף, אין גבול שיגן עלי). גם תחושה זו מקבלת לבוש הזייתי: "לעיתים קרובות חש הפרט שמחשבותיו, הרגשותיו ופעולותיו האינטימיות ביותר ידועות לאחרים או שהם שותפים להן. יכולות להתפתח מחשבות שווא של פירוש, כאילו כוחות טבעיים או על-טבעיים משפיעים על מחשבותיו ועל מעשיו של הפרט, בדרכים שלעיתים קרובות הן מוזרות" (ICD עמ' 99). נובעת מכך "האמונה שמצבים יומיומיים הם בעלי משמעות מיוחדת, לרוב מאיימת, המכוונת במיוחד כלפי האדם" (שם).

כל התכנים הללו יכולים ללבוש צורה של מחשבות שווא (דלזיות) המגובות לעיתים בתיאוריות מקיפות המסבירות את מצבו הייחודי של החולה (תופעה השכיחה בעיקר בפרנויה). באופן חריף יותר הם מופיעים במישור תפיסתי של ממש, כהזיות חושיות, כמו שמיעת קולות

בדרך כלל קולות מבקרים ומאיימים, אך לעיתים גם קולות 'המבשרים' על היות השומע 'נבחר' לגדולה (כלשהו). בכל אלו יש לראות הפנית עורף גדלה והולכת למציאות ושיעבוד מנגוני התפיסה לשיקוף תחושותיו הסובייקטיביות הסותרות של הסובל.

מבחינה חסידית ברצוני להעיר כי בכל ההזיות המתוארות כאן, ככל שהן נשמעות מטורפות ומנותקות מן המציאות, קיים גרעין של אמת עמוקה. בשורשו האדם הוא באמת דמות נשגבה, על מציאותית, גבוהה לאין ערוך מכל מה שמתגלה ממנה במציאות הנגלית. כך מודרך כל אדם בצוואת הריב"ש: "יחשוב שהוא מבני העולם העליון, ולא יהיו חשובין בעיני כל בני אדם הדרים בעולם הזה, כי כל העולם כולו הוא כגרגר חרדל נגד העולם העליון, ויהיה שווה בעיני אם יאהבוהו או ישנאוהו כי אהבתם ושנאתם איו כלום." (שם, תורה ו'). מזווית זו נראות הזיותיו של הסכיזופרן כבלבול בין העולמות, או בין שני רובדי ההווה. יוצא שהזיותיו של הסכיזופרן הן בגדר מה שמוגדר בחסידות כ'מחשבות זרות' - תכנים נפשיים מעוותים שביסודם גרעין של אמת נפשית עמוקה. (כדאי לעיין בתפיסה דומה אצל רוטנברג, קיום בסוד צמצום, עמ' 127). בפרק הבא אתייחס בהרחבה למושג ה'מחשבה הזרה' וההתמודדות עמו.

ההפרעות שסקרתי עד כאן מתייחסות כולן לתוכני החשיבה בנוסף להן קיימות גם הפרעות בצורת החשיבה ובמהלכה. גם הפרעות אלו מבטאות ניתוק שבין החשיבה לבין המציאות האמפירית: כך תיאר אליצור "הפרעה בצורת החשיבה המופיעה בכמה אופנים: ברפיון אסוציאטיבי קיימות מנושא לנושא ללא קשר, ללא הגיון ומטרה, ללא תפקוד התקשורת ונוגע לעניין. בחשיבה מוזרה, מעגלית, מעורפלת, לא מובנת, או בעלי משמעות פרטית" (אליצור, עמ' 159. ראה גם Sadock, 99 p 1189). כל התופעות הללו מבטאות התפוררות של תהליכי החשיבה עצמם. ה ICD מציין כי "בהפרעות החשיבה הטיפוסיות לסכיזופרניה היבטים שוליים וחסרי שייכות, שבפעילות חשיבה תקינה נדחקים לקרן זווית, מקבלים תפקיד ראשי במקום אלה השייכים ומותאמים לנסיבות. כך הופכת החשיבה מעורפלת, לא שלמה ולא ברורה" (ICD עמ' 99).

במונחים חסידיים קל לראות בכך ביטוי אופייני של שבירת הכלים. כזכור, הבינה היא הכוח האחראי על בנייה המסודר של החשיבה, אלא שהבינה אינה יכולה לפעול את פעולתה ללא תאום הדוק עם כוח החכמה שעניינו התגלות ה'אור'. החכמה קובעת מטרה ומשמעות, ולפיה בונה הבינה את בניינה. במצב השבירה המשמעות הכוללת נעלמת, וממילא כל פרט ופרט נתפס לעצמו. האדה"ץ התייחס לכך במשל המילה 'ברוך' שמשמעותה, הברכה, אינה נתפסת אלא כאשר כל אחת מן האותיות משולבת בצורה הכוללת. כאשר נעלמת המשמעות ועמה הצורה הכללית תיתפס כל אחת מן האותיות כבעלת ממשות מצד עצמה, כאילו היה כתוב 'בית ריש וו כף' - כלומר כרצף אותיות חסר פשר. נראה שדפוס זה יכול לשמש כמודל כללי להפרעות החשיבה הסכיזופרניות, כפי שהן מתוארות בספרות המקצועית. באופן הקיצוני ביותר מופיע תהליך זה בסכיזופרניה המכונה 'הפרנית', המוגדרת ב ICD במילים אלו: "זו צורה של סכיזופרניה המתאפיינת על ידי שינויים אפקטיביים, מחשבות שווא והזיות שהן חולפות ומקוטעות, ההתנהגות היא לא אחראית ולא צפויה מראש... הרגש שטחי ולא תואם ולעיתים קרובות מלווה צחקוק או חיוך של שביעות רצון עצמית ואף התנהגות מרוממת, העוויות, גינונים, מעשי קונדס, תלונות היפוכונדריות וביטויים מילויים חוזרים ונשנים. החשיבה אינה מאורגנת והדיבור סתום ולא הגיוני. יש נטייה להתבודדות

וההתנהגות נראית ריקה ממטרה ומרגש" (ICD עמ' 103). זהו תיאור מובהק של שבירת כלים רסיסי 'מוחין', 'מידות' ופעולות הנערמים בגודש ללא יכולת להתארגן לתמונה אחת כוללת.

בנוסף לשתי קבוצות הסימפטומים הללו, קיימים בסכיזופרניה גם 'סימפטומים שליליים' כמו "אדישות ניכרת, מיעוט בדיבור, תגובות רגשיות שטחיות או לא תואמות המובילים לנסיגה חברתית ולצמצום הפעילות החברתית" (שם, 101). סאדוק מוסיף לכך גם "אובדן ענין, חוסר מטרה, התכנסות עצמית" (Sadock, 99, p. 1185). את כל אלה ניתן לראות כאופנים של 'הסתלקות האורי' מהמציאות הנפשית האמפירית, שבעקבותיה באים אבדן המשמעות, החיוניות, התענוג והרצון.

כדאי לציין כי אותם סימפטומים שליליים כלולים בהגדרת הסכיזופרניה מאז היות המחקר הפסיכיאטרי. כבר בראשית המאה ה-20 ציין קרפלין כי הסכיזופרניה כוללת את "היחלשותן של אותן פעולות רגש אשר מכוונות בהתמדה את הזרם המרכזי של הרצון". כתוצאה מכך נוצרים לפי תיאורו "דלות רגשית, ליקוי בפעילות הנפשית, אובדן שליטה על הרציה..." (מצוטט אצל Sadock, 1096, p. 99). בלוילר, בן תקופתו, טען כי בשורש הסכיזופרניה נמצאים ארבעה תהליכים עיקריים שהוא מאפיין אותם כארבעת ה-A: פגיעה ברצף האסוציאטיבי (Association), התנהגות אוטיסטית (Autism), פגיעה ביכולת הרגשית (Affect) ואמביוולנציה (Ambivalence). לדעת בלוילר הסימפטומים השליליים הללו הם תמצית המחלה, וכל יתר תופעותיה הם בגדר מגנוני הגנה כנגד התהליך הבסיסי. אליצור ציין כי המשגתו של בלוילר אינה קלה ליישום קליני: "התברר כי הסימפטום היחיד שאפשר להתבסס עליו הוא רפיון אסוציאטיבי. את ההפרעה (באפקט ב.כ.) קשה לאבחן אבחון אמין, האמביוולנטיות אינה סימפטום ייחודי והיא מתארת יותר מצב קיומי, ואוטיות הוא תסמונת קלינית של אוסף רב של סימפטומים" (בתוך: מוניץ, 95, עמ' 158). ובכל זאת מוסיפים ספרי הלימוד לתאר סימפטומים אלו כמאפיין מרכזי של ההפרעה. מזווית הראיה שאני מפתח כאן נראה שגישתו של בלוילר אכן נוגעת בנקודה מרכזית וחשובה: הסימפטומים השליליים מתארים את ריקון המציאות מן 'האור', כאשר הסימפטומים החיוביים את הניסיון להכחשת המצב הזה.

הסימפטומים השליליים מאפיינים במיוחד שני סוגים נוספים של סכיזופרניה. בסכיזופרניה הקטטונית בולט אובדן הרציה, מה שגורם ליקיפאון (ירידה בולטת בתגובות לסביבה, בתנועות הספונטניות ובפעילות) וכן ל'שלילתנות' (התנגדות חסרת מניע ברור לכל הנחיה או ניסיון להזיז את האדם). ולינוקשות (שמירה על תנוחה נוקשה) (ICD, 104). בכל אלה ניתן לראות הגזמה מכוונת (גם אם לא מודעת ורצונית) בתחושה שהיא בסיסית בסכיזופרניה - היותו אובייקט גרידא, ללא כל התגלות של נפשו ורצונו. הקצנה כזו יכולה להיחשב כסוג של מחאה!

בסכיזופרניה המכונה שרידית (residual) אין כבר מחאה, וכל שאנו רואים הוא את הסימפטומים השליליים עצמם, בעוצמה קיצונית (ICD, 106). זהו השלב הקיצוני של 'הסתלקות האורי'. בכך היא דומה לסכיזופרניה המכונה 'פשוטה' (ICD, 107), כאשר ההבדל העיקרי ביניהן הוא במהלך ההפרעה - אנו מאבחנים 'סכיזופרניה שרידית' אם היו בעבר אפיזודות פסיכוטיות פעילות, ו'פשוטה' אם לכל אורך הדרך לא נראו אלא סימפטומים שליליים בלבד". קיימות גם אבחנות הנראות כעין סכיזופרניה אולם שונות ממנה במהלך התפתחותה. "הפרעות פסיכוטיות חריפות וחולפות" (שם, 111 ואילך) הן התפרצויות קצרות מועד של הזיות שכמותן אנו מוצאים

בסכיזופרניה. לעומת זאת, ב'הפרעה סכיזופרנית' (שם 108) אנו מוצאים "התנהגות מוזרה וסטיות בחשיבה וברגש הדומות לאלו הנראות בסכיזופרניה" (שם) שאינן מגיעו לדרגת החומרה של הסימפטומים הסכיזופרניים.

מנקודת המבט שאני מפתח כאן, יש לראות בכל המהלכים הללו אופנים שונים של התמודדות הנפש האנושית עם תחושת חוסר התגלות, שכולם שייכים לאסטרטגיה אחת של ההתמודדות הזו: ניסיונות (בלתי מציאותיים שסופם לכישלון) להכחיש את המציאות שבה אמור היה האור להתגלות ולא התגלה. כל קבוצות הסימפטומים שתוארו כאן, ההזיות הגרנדיוזיות, הזיות הנרדפות, ההפרעות במהלך החשיבה ובארגון הרגש וה'סימפטומים השליליים' כולם נתפסים כאן כתוצאות בלתי נמנעות של אותה אסטרטגיה. את 'מהלכי המחלה' השונים ניתן לראות כמהלכים שונים של מאבק שבין שאיפת התיקון לבין חווית אי ההתגלות.

הפרעות אפקטיביות: הפרעות אלו הן קצה הרצף של מצב הדעת השני, התשובה השנייה לשאלת התיקון (שכיניתי "בכלל לא"). כאן מדובר בשקיעה לתוך התחושה הקשה של אי התגלות. החסידות עסקה במצב זה תחת הכותרת "עצבות". זו מתוארת כמצב שבו הכל נחוה כריק, נטול חיים. אפילו רגש אותנטי של צער וכאב (המכונים בחסידות "מרירות ולב נשבר") נעלמים ומפנים את מקומם לאפטיה נטולת חיים: "עצבות היא שליבו מטומטם כאבן ואין חיות בלבו, אבל מרירות ולב נשבר אדרבה, הרי יש חיות בלבו להתפעל ולהתמרמר" ר' שניאור זלמן, תניא-ס"ב, ס' לא). וברוח דומה תיאר רבי נחמן את העצבות כמוות רגשי: "על ידי מרה שחורה ועצבות אינם יודעים משמו, ואמר בדרך צחות שהמת כששואלין אותו שיאמר שמו הוא שוכח את שמו כמובא, וזה מהמת שהמת הוא בעצבות זמדה שהודה מאו... " (ר' נחמן, שיחות הר"ן, ס' מג).

החסידות מציעה כאן הסבר מרתק הקושר בינה לבין מידת הגאווה, ובעצם תמונת התשליל שלה. ההנחה היא שהאדם העצוב על אפסותו מצהיר בכך באופן פרדוקסלי על הערך הכביר שיש לו ואשר הוא אינו מצליח לממש. שהרי יש להניח שאותו אדם יכול היה למצוא בעצמו הישגים כאלו או אחרים ולשמוח בהם, אבל בגאווה אין הוא מחשיב כלל הישגים כאלה: "שמי שהוא חפץ להיות איזה יש ודבר במעלות ומדרגות חשובות על כן ממילא הוא מדמה ומרגיש את עצמו ביותר בכל אשר הוא עושה שהוא עושה דבר טוב טוב שמחזיק מעלה לעצמו דווקא, היפוך הענווה, וממילא כשהוא רואה בעצמו בלתי מעלה ובהעדר כל טוב נופל בעצבות גדולה" (שניאורסון, ר' דב בר מלובביטש, קונטי' ויוסיפו ענווים בד' שמחה", עמ' 8). "שהרי אנו רואים בחוש שגסות הרוח הוא המקור לכל מיני העצבות שהרי מפני מה הוא עצב, רק מפני שהוא יש ודבר מה מפני שאוהב את עצמו להיות בחינת יש-כו', ובהעדר לו הכבוד שהוא בחיות השפע בגסות הרוח אז יהיה עצב..." (שם, עמ' 7).

קודם ראינו שהחוויה הנובעת ממידת החכמה היא חווית הענווה. נפילתה של הענווה היא בהפכה, גסות הרוח (שם, עמ' 13). ממש כך העצבות היא הפך השמחה הנובעת מן הבינה (שם, עמ' 14).

הווה אומר, גם הדיכאון ניתן להגדרה כתגובה של הנפש לתחושת חוסר התגלות. מהות התגובה הדכאונית הנה תחושת אבל על ההתגלות שיכולה היתה להיות ולא היתה. בכך אני הולך, כמובן, אחרי תאורטיקנים רבים ובראשם פרויד שהצביעו על הדמיון שבין תחושות הדיכאון

והאבל, אולם להבדיל מפרויד אין החסידות ממקמת את מקור העצבות במפגש שבין האני לבין האובייקטים, אלא במפגש שבין האדם לבין אותו אדם שהיה יכול להיות, לדעתו. במילים אחרות מדובר בהתאבלותו של אדם על עצמו, על הטוב והייחודי שבו, שבתחושתו אינו מתבטא כלל במציאות. גם כאן עלינו להתייחס קודם כל לנקודת האמת שבחוויה זו. האדם הוא באמת גדול לאין שיעור מכל מה שמתגלה ממנו במציאות. לעומת גדולה זו מה שמתגלה הוא באמת כאין וכאפס. מה שיכול להציל אותנו מדיכאון הוא רק יכולת הצמצום, אותה יכולת לקבל את מעט האור שהתגלה כהתממשות השאיפות הגדולות של הנשמה.

אעבור עכשיו לסקירת תיאורו של הדיכאון בספרות הפסיכיאטרית.

החוויה הבסיסית מתוארת כך: "ירידה בריכוז ובקשב, ירידה עצמית ובביטחון העצמי, מחשבות שווא ופחיתות ערך (אפילו כאשר האפיזודה מתונה), השקפות עגומות ופסימיות על החיים" (ICD עמ' 131). נוסף לכך, ברמה יותר התנהגותית: "מחשבות או מעשים הפוגעים באדם עצמו, עד כדי התאבדות, שינה מופרעת, תאבון ירוד" (שם). אליצור מתאר את תחושתו של הסובל מדיכאון כ"יאוש, חוסר תקווה, איבוד עניין והנאה ואפטיה בכל המגזרים והפעילויות בחיים". זאת בנוסף ל"רגשות אשם, ביקורת ושנאה עצמית עד לידי ביזוי עצמי. חרדה ומתיחות מלווים את התחושות הרעות ומחריפים אותן" (בתוך: מוניץ, 95, עמ' 191). המרכיב הקוגניטיבי מאופיין, לתיאורו, על ידי "תפיסת עולם שלילית ופסימית... ביקורת נוקבת והאשמה עצמית לא תואמים... תפיסת עולם 'שחורה' זו מופנית כלפי העבר וצובעת אותו בצבעים קודרים. תאור העתיד מלווה בתחושה דומה של חוסר אונים, חוסר ישע, חוסר תיקווה ויאוש" (שם).

ה DSM מציין גם "הפחתה משמעותית בעניין או בהנאה בכל, או כמעט כל, פעילויות היומ" (DSM, p 327) וכן "תחושת חוסר ערך וכן תחושת אשמה מופרזת שאינה תואמת את הנסיבות" (שם). גם קפלן וסאדוק מדגישים את קיומן של "תחושות חוסר ערך וחטא, יחס ורדיפה" (Sadock, 1345 P. 99). לעיתים קיימת "האשמה עצמית חריפה, חסרת הצדקה או לפחות מוקצנת מעבר לכל פרופורציה" (שם) בחלק מן המקרים היותר קיצוניים עלולים הסובלים מדיכאון "להאמין כי הם אחראים לאלימות ולסבל השוררים בעולם, וכי עליהם להיענש בחומרה על פשעיהם" (Rosenham, 95.p 356). כך, למשל, מציין ה DSM כי החולה חש לעיתים "אחריות ואשמה ברמה ובעוצמה המהווה דלוזיה (למשל, השתכנעות בהיותו האחראי לעוני בעולם)" (DSM, 198). ברור כי מקרים קיצוניים כאלו הם כבר בגדר משבר פסיכוטי, במשמעות שהוצעה לגבי הסכיזופרניה. כלומר - הכחשתה של המציאות כך שתתאים למצב סובייקטיבי פנימי, אלא שהמצב הסובייקטיבי הנדון הוא לכאורה ההפוך למצב הסכיזופרני - אין מדובר בגאווה אלא בעצבות, לא בתחושת גרנדיוזיות אלא בתחושת הריקנות, האפסיות והחטא. אז אנו נתקלים במצב שה ICD מתאר כמכיל "מחשבות שווא, הזיות או קיפאון דכאוני. כאשר מחשבות השווא נסבות בדרך כלל על נושאים כמו חטא, מחסור או אסון המתרגש לבוא, שהחולה יש עצמו אחראי להם" (ICD 135). ה ICD מוסיף ומתאר גם הזיות חושיות ממש: "הזיות השמיעה הן של קולות מזלזלים או מאשימים. אם מופיעות הזיות של ריח, הן כוללות ריחות של סרחון וריקבון" (שם). כל אלו משקפים, כמדומה, תחושה מרכזית אחת, והיא שהמציאות ריקה מאור, ממשמעות ומעונג. במקרים קלים מדובר בתחושה בלבד - העצבות. במקרים היותר קשים אותה תחושה צובעת את המציאות כולה בצבעיה הקודרים, ופוגעת ביכולתנו לתפוס אותה נכוחה.

מאותה תחושת ריקנות נובעים, לדעתי, גם יתר הסימפטומים המאפיינים דיכאון, כמו ירידה כללית ברמת התפקוד, ותחושה של קושי עצום בביצוע פעולות פשוטות, עייפות, כבדות בגוף, חוסר מרץ, ירידה בתאבון וכו' (בתוך: מוניץ, 95, עמ' 167). בקצרה - תחושת העדר מוחלט של אנרגיה (מה שמובן לגמרי על פי התפיסה החסידית המוצגת פה, שכן האנרגיה הנפשית קשורה כולה בתחושת הקשר עם הרובד הטרונסצנדנטי, וכאן אנו עוסקים בתחושה של ניתוק מוחלט!).

מנייה: ראינו כי למרות שהדיכאון כולו הפחתה קיצונית בערך עצמו, הוא מסתיר מאחוריו את היפוכו המוחלט - את הגאווה שכולה העצמה קיצונית בערכו. מכאן נובע כי במקרים מסוימים אנו עדים להתפרצותה של אותה גאווה עצמה דרך המסווה הדכאוני אלו הם מקרי המאניה: ביסודם הם מהווים התפרצויות כבירות של התרוממות רוח, אנרגיה בלתי נדלית המופיעה גם במקרים הקלים ביותר (- היפומניה) המתוארים כ"עליה מתונה במצב הרוח... מרץ רב ופעילות מוגברת, ובדרך כלל גם תחושות בולטות של הרגשה טובה וחיוניות גופנית ונפשית... האנרגיה המינית גדלה וחלה ירידה בצורך לישון... ההתנהגות החברתית מצטיינת בחביבות מרוממת אך זו יכולה להתחלף בקלות ברוגזנות, ביהירות ובגסות רוח" (ICD עמ' 124) - סוף סוף מדובר בגאווה! במקרים הקשים יותר מופיעה "הערכה עצמית מופרזת ומחשבות גדלות היכולות להתפתח למחשבות שווא, והרוגזנות והחשדנות - למחשבות שווא של רדיפה. במקרים חמורים יכולות להופיע מחשבות שווא של גדלות ביחס לזהות או לתפקיד דתי חשובים. מעוף המחשבות ולחץ הדיבור יכולים להגיע לדרגה שאינה מאפשרת לסובבים להבין את כוונת הדובר" (שם, עמ' 125). אין פלא, אם כן, ש"אחת הבעיות, השכיחות ביותר היא ההבדלה בין הפרעה זו לבין סכיזופרניה" (שם, עמ' 126). ההבדלה נעשית לעיתים על פי מהלכה של הפרעה - בסכיזופרניה מדובר במצב מתמשך, ואילו במניה מדובר בהתפרצות עזה על רקע של תנודות בין מצבים מניים ודיכאוניים.

ניתן לומר כי הסכיזופרניה והדיכאון בנויים שניהם על סירוב פנימי לצמצום, על התחושה הפנימית שהעצמי העמוק (=הנשמה) חייב להופיע במציאות במלא גדלו. הראשונה מכחישה את המציאות כדי להתאימה לאותו עצמי, ואילו השנייה מבכה את אי הופעתו. בכל מקרה, טוענת החסידות, כאשר אנו רואים את אחד הצדדים (גאווה או עצבות) בגלוי, עלינו לדעת כי הצד השני קיים מאחוריו בהיחבא (ובמקרים מסוימים - מתפרץ מפעם לפעם).

ראוי להזכיר בהקשר הזה את דיונו של רוטנברג בשאלת היחס בין המניה לדפרסיה. רוטנברג (רוטנברג, היתשין, עמ' 196) תקף את תפיסה הפסיכואנליטית המקובלת לפיה המצב היסודי של הפרעה הנדונה הוא המצב הדפרסיבי, המרוקן וחסר האנרגיה, ואילו המניה אינה אלא מנגנון הגנה כנגדו. מדוע, שאל, לא נראה את ההעפלה המינית כמצבו הטבעי של האדם ואת הדיכאון כנפילה ממנו? מן הזווית המתוארת כאן עולה שוב הצורך להבחין היטב בין שני מישורי ההווה. ברובד הנשמתי - הטרונסצנדנטי האדם הוא באמת מלא אנרגיה ויכולת עשייה, שמח ומרומם ברוחו לאין שיעור. ההגזמה המינית מתעלמת מהיכולת המוגבלת של המציאות להכיל את ההעפלה הנשגבת הזו. מהבחינה הזו עלינו לראותה באמת כתמונת התשליל של הדיכאון: הדיכאון מכחישי את הטוב הקיים במציאות והמניה מכחישה את המוגבלות והרוע שבה. אין כל צורך לראות את אחד משני המצבים הללו היותר יסודי מהאחר.

הפרעות אישיות: קטגורית ההפרעות האישיות היא אולי הקטגוריה הבעייתית והמורכבת ביותר הקיימת בפסיכיאטריה. בעייתיותה ניכרת, למשל, בדברי ה-ICD 10 (הנשמעים כמעט כהתנצלות): "בכל הסיווגים הפסיכיאטריים הנפוצים כוללות הפרעות של האישיות הבוגרת מגוון של בעיות חמורות, שפתרון מחייב מידע שאפשר להשיגו רק באמצעות חקירות מאומצות וממושכות. ההבדל בין תצפיות לפירושיהן נהפך למסובך (הדגשה שלי, ב.כ.), בעיקר כשמנסים לנסח הנחיות לאבחנה או קריטריונים להפרעות האלה. גם מספר הקריטריונים הדרושים לאישור האבחנה נשאר כבעיה לא פתורה. מכל מקום, הניסיונות לפרט הנחיות וקריטריונים להפרעה זו עשויים להעיד שדרושה גישה חדשה לתיאור הפרעות האישיות" (עמ' 30).

יתכן כי עיקרו של הקושי בכך שבאמת לא קיימת כאן הבחנה ברורה בין העובדות לבין הנורמות לפיהן אנו מעריכים אותן. בכך מאתגרות ההפרעות הללו את התפיסה הפסיכיאטרית המקובלת כאילו אנו עוסקים כאן במחלות' מן הסוג המקובל, אתגור שאינו קיים באותה מידה בהפרעות הקודמות שסקרתי. סוף סוף, הסובל מדיכאון הוא באמת סובל, וסבלו ניכר לעין כל הבא עמו במגע (בכך הוא מהווה באמת 'פציינטי' במשמעו האטימולוגי המדויק, כלומר אדם סובל). הסכיזופרן, גם הוא, מצהיר בדרך כלל על מצוקה עזה, ובנוסף לכך עיוות המציאות המתגלה בפסיכוזזה הוא מובהק כל כך עד ששאלת 'הקריטריון לאמת' נתפסת כרחוקה ומופשטת כאשר אנו עומדים מול המטופל המציאותי. המצב שונה לגבי הפרעות האישיות. הסובל מהפרעה סכיזואידיית, למשל, יכול להיות אדם מצליח מאד במקצועו (בעיקר אם מדובר במקצוע שאינו דורש יחסי אנוש כלשהם), אלא שהוא מנוכר לחלוטין ליחסי אנוש מכל סוג. האם הוא סובל? פגשתי לא מעט אנשים שענו לכל הגדרה אפשרית של הפרעה סכיזואידיית וטענו שאינם סובלים כלל, כל עוד אינם נכפים לשהות במחיצת אנשים אחרים. לטענתם לא היתה כל 'הפרעה' בהתנהגותם. אדרבה, הם נהגו להביע סלידה כלפי 'ההמוניות' של רוב האנשים. האם ניתן לקבוע באופן 'אובייקטיבי' וינקי משיפוט ערכי כי אנשים אלו סובלים מהפרעה כלשהי?

ניסיונו של ה-ICD להגדיר הפרעות אישיות באופן 'אובייקטיבי' מדגיש, לדעתי, את חוסר התוחלת שבכך: "מצבים אלה כוללים דפוסי התנהגות מתמידים ומושרשים היטב, הבאים לידי ביטוי כתגובות לא גמישות בטווח רחב של מצבים אישיים וחברתיים. הם מיצגים סטיות קיצוניות או משמעותיות מהאופן שבו הפרט הממוצע בתרבות נתונה (הדגשה שלי, ב.כ.) קולט, חושב, מרגיש ובעיקר מתייחס לאחרים. דפוסי התנהגות כאלה נוטים להיות יציבים ולהקיף תחומים מרובים של התנהגות ושל תפקוד נפשי. לעיתים קרובות, אך לא תמיד, הם קשורים לדרגות שונות של מצוקה אישית ושל בעיות בתפקוד החברתי (עמ' 212). ההערה היחידה שביכולתי להעיר על הגדרה זו הנה כי היא יכולה לכלול, למשל, הומניסט החי בגרמניה הנאצית. אין ספק כי הומניסט כזה מפגין "דפוסים מתמידים ומושרשים היטב הבאים לידי ביטוי כתגובות לא גמישות", המהוות "סטיות קיצוניות" מן האופן שבו חווה, חושב, מרגיש ומתנהג הרוב המכריע של בני "התרבות הנתונה" שבה הוא חי. האם נסווג אותו כסובל מהפרעת אישיות?

אינני רוצה לטעון כי הגישה החסידיית שאני מציג כאן יכולה להשיב לשאלות כאלו באופן שבו הן מוצגות. להפך, אני סבור שבתוך המסגרת האינטלקטואלית הכללית שבה פועלת הפסיכיאטריה אין להן תשובה בכלל, שכן זוהי מסגרת החשיבה של המדע הפוזיטיביסטי, המשתדל בכל כוחו להפריד בין 'עובדות' לפירושים. מסגרת זו אכן מוכיחה את עצמה היטב במדעים ה'מדויקים' העוסקים בעצמים דוממים למיניהם (שהם באמת 'ישויות' גרידא), אולם אינה מצליחה להתמודד עם מכלול ההוויה האנושית הכוללת מילא את ההתייחסות לעולם הערכי

כפי שניסיתי להראות בפרק הקודם). כשאנו עוסקים בפסיכופתולוגיה, נראה שכאשר מדובר בהפרעות הפסיכוטיות' בהן עסקתי קודם, אנחנו יכולים להתעלם מן הפרדוקסים אליהן מכניסה אותנו מסגרת החשיבה הפוזיטיביסטית. דווקא הפרעות החשיבה מחדדות את הפרדוקס עד תומו. למותר לציין כי מסגרת החשיבה הפוסט-מודרנית, הכופרת בכל קריטריון הערכה בעל תוקף, לא תוכל לסייע בהקשר הזה. חשיבה פוסט מודרנית עקבית תאלץ פשוט למחוק את הפסיכופתולוגיה כולה, כפי שאכן טענו בנדון התיאורטיקנים האנטי פסיכיאטריים דוגמת סאס (היכולים להיחשב בהקשר הזה כמבשרי הפוסט מודרניזם).

החשיבה החסידית פועלת, כזכור, במסגרת מושגים שונה לחלוטין. היא אינה מוציאה את עולם הערכים מתחום דיונה, אלא מפרידה בינו לבין העולם האמפירי וקובעת כי עולם נפשי תקין הוא עולם המסוגל לשלב בין השניים. אדם שכישרו מאפשרים לו הישרדות מושלמת בעולם האמפירי אולם הוא מנותק מרובד ה'אורי' לא יכול להיחשב תקין. במינוח שהוצג קודם, אדם כזה יחשב כשקוע בתוך 'דעת הישות', המכונה 'קליפת עמלק' או 'קליפת מדיין', או לעיתים סתם 'קליפת הדעת'. מדובר באדם שפיתח היטב את 'הנפש השכלית' שלו, אולם עשה זאת באופן החוסם כל אפשרו להתגלות 'הנפש הא-לקית'. מדרך הטבע לוקה מצב זה בכל האפיונים הקשים של דעת היש. ניתן להיזכר כאן במניפולטיביות הנצלנית של דעת זו, כמתואר בתניא: "הלעיטני להיות יש ודבר בפני עצמו" (ר' שניאור זלמן, תניא-ס"ב, פרק יט) כמו כן אנו מוצאים דיון ב'קליפת מדיין' שתמציתו בהבהרה כיצד יוצרת ההשתקעות בדעת הישות תחושת איום מתמיד על העצמי מצד כל יתר הישויות: "זהו הנקרא שנת חנם, שהוא שונא אותו חנם על לא דבר וכו', ולפעמים יש בזה גם כן איזה פרטים דהיינו שיש לו איזה טענה למה הוא שונא אותו כו', אבל זהו שבו אחי"כ (כלומר כתירוץ, ב. כ.). והיינו שלא הטעמים הפרטיים הם סיבת השנאה, רק שמצא לו תואנה לעלילה להצדיק את עצמו לפני זולתו לבד, אבל אינה אמיתית כי אם השנאה הוא מצד שלא יכול לסבול את הזולת. והסיבה הוא הישות שלו, שהוא חשוב בעיני עצמו... ולכן אינו יכול לסבול את הזולת כו', דמפני הישות שלו אינו נותן מקום לזולתו, דהזולת בהכרח ממעט ממציא אותו... הסיבה הוא הישות שלו שעייז נעשה לו הזולת למנגד, וההתנגדות אינו שמנגד לו באיזה פרט כי אם במה שהוא נמצא" (שניאורסון, רש"ב, קונט' החלצו, עמ' 7). כלומר, בין אפיוני דעת הישות אנו מוצאים שאיפה לניצול הזולת, תחושת איום מצדו, הסתגרות וניכור. כל אלו הם אפיוני הפרעת האישיות כפי שהם מתוארים בספרות הפסיכיאטרית.

הווה אומר: מזווית הראייה המוצעת כאן הפרעות האישיות הן מצבי דעת שונים, דרכים שונות להתמודדות עם העדרה של תחושת התיקון. תשובות שונות לשאלת היסוד של חיינו: עד כמה ניתן לגלות בחיינו משהו מן ה'אורי'. אנסה להראות כי התיאור הפסיכיאטרי יכול להיראות כפירוט של ההגדרה היסודית שהצעתי כאן.

הפרעות 'לא צריך': התשובה הזו מאפיינת מקבץ הפרעות אישיות חמורות, ובפרט כוונתי להפרעה הפרנואידית, הסכיזואידית והדיסוציאלית (המכונה גם 'אנטי סוציאלית' או 'פסיכופטית').

הפרעת האישיות הפרנואידית בנויה בעיקרה על חוויה של חשד ותחושת איום מצד העולם. ה ICD מגדיר, למשל 'רגישות יתר לכישלונות ולדחייה. נטייה לשמור טינה בקביעות, כלומר סירוב לסלוח על פגיעה בכבוד, על עלבונות ועל פגיעות. חשדנות ונטייה נרחבת לעוות חוויות באמצעות

פירוש מוטעה של מעשים ניטרליים או ידידותיים של אחרים ותפיסתם כעוינים או כמבזים. תחושה עיקשת ולוחמנות ביחס לזכויות הפרט עצמו שאינה עולה בקנה אחד עם הנסיבות" (ICD עמ' 214). החסידות מתארת את המושג 'שנאת חנים' כמאפיין הכרחי של 'דעת הישנות', שכן בעולם של ישויות חייבת כל ישות להוות איום על כל יתר הישויות, שהרי כולן מתחרות על אותם משאבים מוגבלים המצויים בעולם, ושום ערך משותף אינו מלכד אותן.¹⁴ רק רובד היאור יכול להתקיים שיתוף אמיתי ועמוק בין פרטים שונים" (ר' שניאור זלמן, תניא-סשב, פרק לב).

הפרעת האישיות הסכיזואידית מאופיינת על ידי הניכור עצמו, הניתוק המוחלט מכל תחושה של אור: "מעט מאד פעולות, אם בכלל, גורמות הנאה. קור רגשי, ניתוק ורגשיות שטוחה" (ICD עמ' 215). ניתוק זה מופיע, כמובן, בראש בראשונה בקשר עם הזולת: "יכולת מוגבלת לבטא חמימות ורגשות רך או כעס כלפי אחרים. אדישות גלויה לעין הן לגבי שבחים והן ביחס לביקורת. העדפה כמעט קבועה של פעולות הנעשות ביחידות (שם).

לשיאה מגיעה המגמה הזאת בהפרעת האישיות המכונה 'דיסוציאלית', המאופיינת על ידי יחס של ניצול מוחלט כלפי העולם. יחס זה מוגדר ב ICD במילים אלו: "אטימות מוחלטת כלפי רגשותיהם של אחרים. גישה כוללת ומתמדת של חוסר אחריות ושל אי התייחסות לנורמות, לכללים ולחובות חברתיות. חוסר יכולת לקיים קשרים ממושכים, אם כי אין שום קושי לכוון אותם" (ICD עמ' 215). ניתן להבין את הסעיף האחרון אם נניח כי הזולת משמש כמכשיר שניתן ללמוד את 'הפעלתו', וקושי נוצר רק כאשר בהמשך הדרך נחשפת ריקנותו של הקשר שאינו כולל כל התחשבות בזולת, הערכה או אכפתיות (כלומר - כל התייחסות לזולת כאל סובייקט הקיים בפני עצמו). מכיוון שכן, לא נתפלא שנמצא "סובלנות נמוכה מאד לתסכול וסף נמוך לפורקן תוקפנות, ובכלל זה אלימות" (שם), שהרי התייחסות לזולת היא חלק ממה שבולס תוקפנות אצל כל אחד מאתנו, וכן - "נטייה בולטת להאשים אחרים או להציע ביסוס הגיוני לכאורה להתנהגות שהובילה את החולה למאבק עם החברה" (שם).

הפרעות ה'אוליי': תשובה זו מאפיינת את הקבוצה השנייה של הפרעות אישיות הוא המאבק שהם חווים בנפשם, בין תחושת הריקנות, החרדה, הניכור המאפיינים את חווית חוסר ההתגלות עם הספק שמא בכל זאת יתכן מצב אחר, שתחושת התיקון על כל משמעויותיה משחקת בו תפקיד מרכזי יותר. זוהי חוויה של חיים באפלה, כאשר הבהובים חולפים של אור מפרים מפעם לפעם את ריקנותה. כמובן שיש הבדל גדול בין מצב שבו אותם הבהובים הם קלושים וחולפים (ובמקרים מסוימים רק מדגישים ביתר עוז את האפלה השוררת בדרך כלל) לבין מצבים מוארים יותר המאפשרים התמודדות בריאה וטובה יותר. ניתן לחשוב על רצף של ממש בין מצבים נפשיים 'אפלים' לבין מצבים נפשיים 'מוארים' ו'בריאים' יותר (מה שאכן מתאים למציאות המוכרת לכולנו שבה ניתן לזהות מאפיינים שונים של 'הפרעת אישיות' בכל אדם כמעט. ואנו איננו מחשיבים אותם כ'הפרעה' אלא אם כן הם קיצוניים ביותר).

הפרעת האישיות הגבולית מתייחסת לאנשים המוכרעים ממש על ידי אותו 'אוליי'. כתוצאה מכך נוצר דפוס של "חוסר יציבות ביחסים בין אישיים, דמוי עצמי ורגשות" (DSM, p 650). תחושתם הבסיסית היא 'דיספורית' (=עצובה), ואולם עצבות זו 'מופרעת לעיתים על ידי תקופות של זעם, פאניקה או ייאוש, ורק לעיתים רחוקות מוקלת על ידי תקופות של סיפוק והרגשה טובה"

¹⁴ "נקראו כל ישראל אחים ממש מצד שורש נפשם בידי אחד רק שהגופים מחולקים. ולכן העושים גופם עיקר

(שם, עמ' 651). אין פלא שהתנהגותם מאופיינת במידה רבה על ידי "מאמץ למניעת נטישה, אמיתית או מדומה" (שם, עמ' 650). הם מאמינים שנטישה כזו חייבת לבוא, וכי היא מראה בבירור כי הם "רעים" (שם). יחסיהם הממשיים עם אנשים מאופיינים בחוסר יציבות כרוני. אנשים נתפסים על ידיהם כטובים מאד או כרעים מאד (שם, עמ' 654). בהתאם לציפיות שהם מצפים מהם: קשה מאד לעמוד בציפיות אלו. תמיד קיימת אצלם תחושה שהזולת ממנו ציפו לכל כך הרבה "איננו אכפתי די הצורך, איננו נותן מעצמו די הצורך, איננו ינוכח די הצורך" (שם, עמ' 651). הדימוי העצמי שלהם סובל גם הוא מתנודות דומות.

פחות קשה הוא מצבם של הסובלים מהפרעות האישיות האחרות המאופיינות גם הן על ידי ה'אולי'. כאן מדובר באנשים אשר חווית התיקון שלהם קצת יותר חזקה ומבוססת, אלא שהיא שבירה מאד, ותמיד קיימת סכנת נפילה לחוויה ההפוכה (של אי-התגלות). כל אחת מאותן הפרעות אישיות (קרי: נרקסיסטית, היסטריונית, נמנעת, תלותית וכפייתית) מייצגת דרך מסוימת שנועדה לשמור על חווית התיקון השבירה.

הנרקסיסט הוא אדם החרד לערכו. הדפוס הבסיסי שלו הוא "גרנדיוזיות, צורך בהערצה וחוסר אמפטיה" כלפי צורכיהם של אחרים (שם, עמ' 658). הנרקסיסט מפגין ביטחון רב בכישוריו ובהישגיו, ומשוכנע כי חשיבותו האמיתית גדולה לעין ערוך מחשיבותו של כל אחד אחר (שם). גם צרכיו הם ייחודיים ביותר, לדעתו, מעבר להשגתו של אדם פשוט (שם), מה שיוצר יחס של ניצול כלפי אחרים (שם, עמ' 659). מתחת לחזותו הבוטחת הוא חש חרדה עצומה לערכו, והוא פגיע מאד מכל רמז לביקורת הגורם לו להרגיש "מושפל, מבוזה, חלול וריקני" (שם). אין פלא שהוא "מגלה צרות עין כלפי הזולת או מאמין שהזולת מגלה צרות עין כלפיו" (שם).

בהפרעות האישיות ההיסטריונית, הנמנעת והתלותית המצב, לכאורה, הפוך. ההיסטריוני מאופיין על ידי "התנהגות רגשנית המחפשת את התעניינותו של הזולת באופן קיצוני" (שם, עמ' 655), כאילו אם הזולת אינו מתעניין בי אין לי קיום כלל. ההיסטריוני חייב להיות תמיד במרכז העניינים, ולצורך זה ירחיקו לכת על ידי דרמטיות מוגזמת, עשיית 'סצנות' (שם) או שישחקו תפקיד חברתי הנראה להם כמושך תשומת לב ("כמו 'הקורבן' או 'הנסיכה'" -שם, עמ' 656). אין התעניינות אמיתית בזולת, אלא ניסיון מתמיד למשוך את תשומת ליבו, שבלעדיה הם עתידים לשקוע בדיכאון (שם). לכן, למרות כל מאמציהם, אין הם מצליחים לקשור קשרים ממשיים לאורך זמן.

הפרעת האישיות הנמנעת פירושה "דפוס של עכבות חברתיות, תחושת אי התאמה, רגישות יתר להערכה שלילית" (שם, עמ' 662). מה שאנו מכנים, בלשון יומיומית, אדם בישן וחסר בטחון עצמי. חוסר בטחון כזה מאפיין גם את הפרעת האישיות התלותית, שעיקרה "צורך עז להיות מטופל (כלומר, שמישהו יטפל בו וידאג לו, ב.כ.) המוביל להתנהגות כנועה ותלותית ופחד מהיפרדות" (שם, עמ' 665). שוב דפוסים השמים את כל הטוב אצל הזולת, ומאפשרים לי להיות 'בסדר' אך ורק כאשר הזולת מאשר את היותי כזה.

הפרעת האישיות הכפייתית מייצגת דפוס שונה. זהו דפוס של "עיסוק יתר בסדר ובמשטר, פרפקציוניזם, בשליטה נפשית וחברתית על חשבון גמישות, פתיחות ויעילות" (שם, עמ' 671). החוויה הבסיסית היא של משהו לא טוב, שיש לשלוט בו בכוח.

ונפשם טפלה אי אפשר להיות אהבה ואחוזה אמיתית ביניהם אלא התלויה בדבר בלבד (שם).

פסיכונירוזות: יש עוד להתייחס ל'פסיכונירוזות' אשר שמור להן מקום כבוד בספרי הפסיכיאטרייה.

"הפרעות נברוטיות הן תסמונות נפשיות ללא גורם אורגני ידוע אשר בהן הפרט שומר על התובנה שלו (insight) ועל בוחן המציאות (reality testing) ועל השיפוט התקין. בדרך כלל אין הוא מבלבל בין המציאות הפנימית והחיצונית. אף על פי שההתנהגות יכולה להיות מושפעת במידה ניכרת על ידי הסבל והסימפטומטולוגיה הנברוטית, היא נשארת בדרך כלל בתוך הגבולות המקובלים בחברה. האישיות איננה לקויה ואיננה מגיעה למצב של דיסאורגניזציה" (מיכה נוימן, בתוך: מוניץ, 95, עמ' 217).

מדובר במצבים נפשיים היכולים להיות קשים מאד ולגרום סבל עז, אולם אינם פוגעים באישיותו של האדם, ביכולתו לאהוב, ליצור, להתעניין בעולם ולבטא את עצמו בתוכו. הוא חש את הסבל הנגרם לו כאילו היה משהו חיצוני הכפוי עליו. הוא יכול לסבול, למשל, מ'חרדה בעתית' המוגדרת כחרדה "פורצת רק, או בעיקר, בנוכחות חפצים מסוימים, מוגדרים היטב, חיצוניים לאדם, שאינם מסוכנים באותה עת" (ICD עמ' 148), או מהפרעה דיסוציאטיבית המוגדרת כ"אובדן חלקי או מוחלט של השילוב התקין בין זיכרונות העבר, המודעות לזהות ולתחושות מיידיות, והשליטה על תנועות הגוף" (ICD עמ' 164). (וכן הוא עלול לסבול משלל פסיכונירוזות אחרות). תופעות כאלו טבען שהן גורמות סבל חריף, ממש כמו מחלה פיזית או כל בעיה קונקרטית אחרת, אולם האישיות בכללותה נראית לנו תקינה ו'תחושת התיקון' שהיא נקודת המוקד של בריאות הנפשית היא מבוססת למדי.

ההגדרות המוצעות לפסיכונירוזות הן תיאוריות, ובתור שכאלו הן מתבססות על הגדרה שהוצגה ב DSM III (שיצא לאור ב 1980). שם (בעמ' 9) החליטו עורכי המדריך להשתדל ולספק הגדרות התנהגותיות-תיאוריות לכל הפרעה נפשית שצינו. אולם לפני שהוצעה ההגדרה התיאורית, היתה מקובלת הגדרה פסיכו-דינמית לנוירוז, ובמידה רבה ההגדרה הפסיכו-דינמית עדיין מקובלת עד היום כהסבר מרכזי ומוביל לתופעה. נוימן תמצת את ההסבר הדינמי באופן הבא: "נוצרים קונפליקטים נפשיים, לא מודעים ברובם, בין הדחפים היצריים של הסתמי - Id - (יצרים ליבידינלים ותוקפניים) ובין האני - Ego, או בינם לבין האני העליון - Super Ego ... האני מנסה להגן על עצמו מפני החרדה שהקונפליקט מעורר ועושה כך בעזרת מנגנוני ההגנה (Defence Mechanisms) העומדים לרשותו. אם אלה אינם פועלים בהצלחה, וקיימת סכנה שהדחף היצרי האסור יפרוץ ליאני, מתפתח הסימפטום הנברוטי. הסימפטומים הנברוטיים הם תוצאה של פשרה אשר לפיה הדחף היצרי, שיש להתנגד לו, מוצא לעצמו פורקן חלופי... הסימפטום הנברוטי הטיפוסי מבטא את הדחף היצרי (Instinctual Drive) האסור, על פי רוב (בצורה סימבולית, ואת ההגנה מפניו - באופן סימולטני, וכן את העונש מצד האני העליון" (בתוך: מוניץ, 95, עמ' 219).

דברים אלו ניתנים לתרגום למינוח החסידי. גם בתוך תהליך ה'תיקון' הבריא נותרות בנפש מידות של 'תוהו' שמקורן בשבירת הכלים, והן מקובצות במבנה הנפשי הקרוי 'הנפש הבהמית'. כאשר 'הנפש השכלית' בנויה היטב, היא מסוגלת לעצור את התפרצויותיהן של מידות הנפש הבהמית ולשלב אותן בתוך המערכת הנפשית הכוללת באופן שיתן מקום גם להופעתה של 'הנפש הא-לקית' ולחיבור עם הרובד העליון של הנפש - כך נוצרת חווית התיקון.

קודם ראינו כי כל אופן של חוויה חייב להיות מושרש במידת ה'ידעת' (המכונה 'מפתח המידות'). אם כן עלינו לדבר על 'ידעת התיקון' המאפשרת לנו את חווית התיקון בה אנו עוסקים.

אלא שבמקרים רבים 'דעת התיקון' חלשה מדי וימידות דתוהו' חזקות מדי, ונוצר קונפליקט שהאדם מתקשה לעמוד בו. כדי להותיר מקום לחווית התיקון הוא נאלץ לדחות את אותן ימידות דתוהו' המאיימות עליו במיוחד (בלי לנסות לתקן באמת). הקונפליקט הזה מוצא את ביטויו בסימפטום הנברוטי. כדאי לציין כי בניגוד מסוים להמשגה הפסיכואנליטית הקונפליקט העיקרי אינו בין העצמה היצרית של הנפש הבהמית לבין הרציונליזם ההישרדותי של שנפה השכלית, אלא בין היצר לבן תכניה הימתוקנים של הנפש הא-לוקית (ראה ר' שניאור זלמן, תניא-סשיב, פרק ט'). בלשון אחרת: לא בין עונג להישרדות אלא בין ישות לביטול.

המשגה זו מזכירה, לדעתי, את הצעתו של רוטנברג לראות את שורש הנוירוזות בנתק בין צדו היצרי של האדם לבין יכולתו היצריתית (רוטנברג, ה'יתשניט, עמ' 66). נתק זה (שאת מקורו מצא בשורשיה הנוצריים של התרבות המערבית) יוצר מצב של קונפליקט פנימי מתמיד, שלדעתו אינו מחויב המציאות. ניתן בהחלט, לפי תפיסה זו, לחשוב על מערכת מחשבתית-תרבותית שתשתמש באנרגיה היצרית לצורך חיזוק וטיפול צדו היצרית של האדם. לדעתי המערכת המוצגת פה מאפשרת להגדיר את הדברים ביתר דיוק. שבירת הכלים יוצרת את המצב הבסיסי של הנתק בין העולם היצרי בצורתו ההיולית, צורת ה'תוהו', לבין העולם הרוחני הנעלה של 'הנפש הא-לוקית', ולכן שורשיו של נתק זה אינם תרבותיים אלא קיומיים ובלתי נמנעים. אלא שלאחר שמתגבשת שמערכת השלמה הכוללת את שלוש הנפשות (הבהמית, השכלית והא-לוקית) עולה במלוא עוזה שאלת היחס ביניהן. האם אנו מניחים שהקונפליקט ביניהן הוא מהותי ונצחי, או שמא יש להן מקור משותף וממילא ניתן להגיע למערכת שבה ישתלבו כל כוחותיו של האדם באופן יצרתי ופורה? לחסידות תשובה ברורה בנושא. שורש כוחותיה של הנפש הבהמית אינו יכול להיות אחר מאשר כמיהת הטוב של הנשמה, ולכן אין להסתפק בהכנעתם של הכוחות הללו אלא שיש להעלותם. בראשית החיים איו מנוס מן הקונפליקט, אולם מטרת עבודתנו היא שילוב יצרתי בין כל מרכיבי החיים הנפשיים. בפרק הבא אעסוק בהשלכות המעשיות של תפיסה זו.

חשוב לציין כי מהלך התיקון אינו מסתיים באדם המכונה 'נורמלי'. אחד מעקרי החסידות הוא האמונה, או ההכרה, באפשרותו של מצב גבוה יותר, גם אם נדיר למדי, המכונה 'צדיקי'. הצדיק מתואר בתניא כמי שכבר עבר את כל שלבי הקונפליקט והוא מסוגל כעת להטמיע את כל כוחות הנפש הבהמית בתוך המהלך הכולל של הופעת ה'אור': "צדיק גמור שנהפך הרע שלו לטוב ולכן נקרא צדיק טוב לו, שלכן נקראים בני עליה שמהפכין הרע ומעלים אותו לקדושה" (תניא, סשב, פרק י). כל המבנה החברתי החסידי, שכל כך הרבה כתבו עליו, בנוי על אנשים רגילים או 'בינוניים' (כלומר אנשים חיים עדיין בתוך קונפליקט נפשי!) המודרכים על ידי 'צדיקי' שבו הם מאמינים בדרך הארוכה והמפרכת של התיקון.

בכך השלמתי את התיאור הבסיסי של התפיסה הפסיכופתולוגית שאני מציע לאור מושגי החסידות. היא בנויה על שני עיקרים בלבד: אחד הוא הפער בין (חווית התיקון המתאפשרת על ידי הצמצום) לבין החוויה המנוגדת של אי התגלות¹⁵. היסוד השני הוא האסטרטגיה המסוימת שנבחרת כדי להתמודד עם חווית אי התגלות. קיימות שלש אסטרטגיות יסודיות: הכחשת המציאות (גאוה, קליפת החכמה), השתקעות של דווקא בתוך הריקנות של חווית אי התגלות

¹⁵ יסוד זה הוא רציף, מדומיננטיות גמורה של חווית אי התגלות (המופיעה בעיקר בפסיכוחות) ועד לדומיננטיות של חווית התיקון המופיעה באדם הבריא והמפותח (ועד למצבו של ה'צדיק הגמור', שהוא משאת נפשו של החסיד).

(עצבות, קליפת הבינה) והיצמדות לעולם הישיות מתוך ויתור על התגלו האור (בחינת היש - קליפת הדעת).

החשוב ביותר הוא שבכל המצבים הנפשיים שניתן להעלות על הדעת אנו מוצאים את אותה סיטואציה אנושית בסיסית: אור המנסה להתגלות בכלים. הסכיזופרן, העבריין האינטי סוציאלי האדם הרגיל והצדיק הגמור מהווים כולם חוליות שונות באותה שרשרת עצמה. אופנים שונים של אותו תהליך עצמו שהוא שונה אצל כל אחד ואחד ובכל זאת זהה בעיקרו אצל כולם. אצל האחד הוא 'נתקע' והאחר מתחבט בו אגב קונפליקטים פנימיים קשים ואילו אצל הצדיק הוא ממשיך לזרום בחופשיות. ובכל זאת, בכל המקרים מדובר באותו תהליך.

לדברים הללו יש השלכה ברורה על אופן ההתמודדות עם עולם-המצוקה הנפשית, מה שאנו מכנים 'טיפול פסיכולוגי': כל חייו של אדם הם ניסיון מתמשך לתיקון השבירה, וכל פתולוגיה נפשית נתפסת כמסלול של תיקון שעלה על שרטון. יוצא ממילא שכל טיפול נפשי הוא מאמץ להחזיר את תהליך התיקון לתיקונו. בדרכים לעשות זאת הרבתה החסידות לעסוק. סקירת הדרכים הללו היא נושא הפרק הבא.

פרק ו: התיקון כפסיכותרפיה חסידיית

ספורים חסידיים רבים עוסקים האינטראקציה שבין רבי לחסיד, ועל הדרכות שנתנו אדמו"רים לחסידיהם לצורך עבודתם הנפשית. סיפורים אלו נראים כנושאים אופי אנקדוטי אולם כשמתבוננים בהם מתוך התיאוריה הכללית של התיקון רואים שהם משקפים תפיסה טיפולית מגובשת שמטרתה החזרת האדם לתהליך התיקון ע"י התמודדות עם "הניצוץ הקדוש" הגנוז בתוך ההפרעה הנפשית.

בפרק זה אנסה להראות כי הבסיס התיאורטי של ההתייחסות החסידיית לעזרה נפשית נמצא במושג התיקון כפי שתואר קודם, ולפרט את ההשלכות הטיפוליות של הבנת התיקון ומהלכו. כפי שראינו, האדם נולד במצב של 'שבירה'. מצד שורשו האדם הוא שאיפה אינסופית לעונג ולכל טוב. אותה כמיהה היא, מצד עצמה, בלתי מוגבלת ובלתי ניתנת להכחדה. אולם המקום שבו צריכה כמיהה זו להתממש הוא המציאות האמפירית שבה אנחנו חיים. מציאות מוגבלת, מפוררת לאינספור אובייקטים מוגבלים. בתוך המציאות הזו מופיע האדם כהוויה כפולת פנים: מצד אחד הוא פרט מפרטיה של המציאות, אובייקט מוגבל התלוי בתנאים ידועים לשם הישרדותו. מצד שני הוא כלי לאור הגדול של הרצון לטוב מוחלט שהוא מהותו כסובייקט. מכאן נובע הצורך ביצמצום האור על מנת שיוכל להתגלות בעולם המוגבל. לצמצום זה משמעות מעשית ברורה: יכולת להסתפק בעונג מוגבל בעוצמה או בזמן, יכולת להתחשב בהתענגותם ו/או בייסוריהם של סובייקטים אחרים. יכולת זו אינה מובנת מאליה ועלינו ללמוד אותה במהלך התפתחותנו, כך שתינוק נולד ללא יכולת צמצום, וכתוצאה מכך נוצר אצלו ערבוב מסוכן בין שני רובדי ההוויה: הוא מסוגל להשתוקק לאובייקטים מוגבלים ונטולי ערך, ולעשות זאת במלא עוצמתה של כמיהת הטוב העמוקה של נשמתו. כתוצאה מכך מתפצל עולמו לאינספור תשוקות חלקיות שלכול אחת מהן עוצמה גדולה מאד, ולעתים אי אפשר להכיל את כולן באותה מערכת נפשית- זוהי שבירה.

מכאן ואילך כל מהלך חיי האדם הוא תיקון לשבירה. תיקון זה חייב לכלול בתוכו את למידת הצמצום כיסוד החיים. האדם חייב לרכוש את היכולת להסתפק במידה מסוימת של טוב ולשמוח בה, תוך המשך השאיפה לביטוי הדרגתי הולך וגובר של כמיהת הטוב האינסופית. בפרק הקודם קראתי ליכולת הזו 'תחושת התיקון', וניסיתי לתאר בהרחבה לאילו מהלכי חיים עלול האדם לפנות כאשר תחושה זו אינה נוצרת. עולה מכאן שכל סוג של עזרה נפשית חייב להיות מבוסס על סיוע לאדם לחזור לנתיב התיקון.

מהו התיקון? במהותו אין הוא אלא שיבתה של הכמיהה לטוב למהלכה התקין. אדם מוצף

בתשוקות הרסניות, במחשבות מטרידות וברגשות מענים. אנו יודעים כי כל תוכן נפשי כזה הוא עיוות של גוון כזה או אחר מהכמיהה הנשמית המקורית, אלא שהוא עבר את הטרנספורמציה של 'השבירה'. ניתן להשתמש כאן במושג היונגיאני 'תסביך', המציין מקבץ של תכנים נפשיים, דימויים ורגשות הקשורים אלו באלו, מנותקים ממהלכם הכולל של החיים הנפשיים, ולא פעם מהווים מכשול בדרכו של תהליך האינדיבידואציה. יונג כותב כי "ניתן להשוות את התסביך לאציל מורד באימפריה" (Jung, 66-c, p 601). אפשר להעמיק בדימוי הזה: אותו אציל וודאי הועמד במקומו כדי לשרת את המלך והממלכה, אלא שברצונו להיות מלך בעצמו הפך את עצמו למקור

של דיסהרמוניה ומצוקה ויש להשיבו למקומו הנכון. אשתמש בטרמינולוגיה זו ואומר שכל אותן מחשבות זרות, תחושות מענות דיכאוניות וכדו' הנם קרובים מאד להגדרה היוגניאנית של תסביכים (כזכור, מקור השבירה בשאיפת האיני אמלוד' של המידות).

לפי זה נוכל לומר שהחסידות מסבירה בדרכה את מבנהו של תסביך: בשורשו נמצא ניצוץ קדוש' שהוא גוון כלשהו מן האור הנשמתי (כמו אהבה, הצלחה, הגשמתו של אידיאל), ומסביבו 'קליפה' - שהיא אוסף דימויים מעוותים ש'ילכדו', כביכול, את אותו ניצוץ ויצר אצל האדם תחושה שאין כל דרך להגיע לאושר (או לפחות לאותו גוון מסוים של אושר) אלא בדרך שמראים לו אותם דימויים. אותם דימויים מעוותים מכוונים את האדם לכיוון שאינו תורם באמת להתממשות המידה העומדת בשורש התסביך. כך הופכת הכמיהה לאהבה לרדיפה פרועה אחרי 'הישגים' מיניים ואחרים, הכמיהה למימוש עצמי הופכת לרדיפת כבוד וכן הלאה. התיקון פירושו שחרורו של הניצוץ מהקליפה, ומציאת כלים שיאפשרו לו להתבטא באופן שיצור אושר ולא אומללות. הקרבה הזו שבין מושג התסביך לתפיסה החסידית של תכנים נפשיים "שבורים" יכולה להיות חשובה ביותר לשילוב שתי המסורות הטיפוליות בהן אנו עוסקים כאן. אולם בשלב זה אנסה להיצמד לטרמינולוגיה החסידית המקורית ולדבר על "מחשבות זרות" במקום על תסביכים. חשוב לציין כי החסידות משתמשת בשמות שונים לציין תכנים שונים שעוותו בשבירה: מחשבות זרות, מידות רעות (או מידות דתוהו), חכמות חיצוניות, הרהורי עברה ועוד. כל אלו אינם שמות נרדפים, אלא מבטאים תכנים שונים ולעיתים גם אופני "נפילה" שונים. למען הנוחות בלבד, אשתמש כאן במונח "מחשבה זרה" כמונח כולל לכולם. מהבנה זו נובע גם כי לכל מחשבה זרה, כפי שהוגדרה עכשיו, שני נזקים עיקריים:

א) הרסנות-האדם עלול להשתקע בתוך אותו רגש או מחשבה מעוותים, או אף לפעול לפיהם ולהגביר על ידי כך את אומללותו או לגרום לאומללותם של אחרים.

ב) עצם קיומה כמחשבה זרה מסכלת ומתסכלת את שאיפת ההתגלות של הניצוץ הכלא בתוכה. יש לזכור כי שאיפת ההתגלות אינה ניתנת להכחדה. הניצוץ שואף להתגלות, וכל עוד יהיה כלוא בתוך המחשבה הזרה יעשה זאת באופן המתאפשר לו על ידי אותם דימויים מעוותים העומדים לרשותו. זה מבטיח שסופה של המחשבה הזרה גם לפעול ולהזיק. מכאן נובע היסוד הראשון של התיקון: ההכרה בקיומו של ניצוץ קדוש בכל מחשבה זרה. לכל מחשבה זרה שתי פנים: מצדה החיצוני היא מעוותת ורעה, ואילו במהותה העמוקה אינה אלא כמיהה לטוב. המגיד ממזריטש דרש זאת על הפסוק: "ויראה יהודה ויחשביה לזונה כי כסתה פניה, פי תמר אותיות ת"ם מ"ר, המחשבה זרה הוא מר אבל באמת הוא תם... (וזה פירוש) ויראה יהודה ויחשבה לזונה, זו נאה, כי היא איבר מהשכינה. אך קשה אם זו איבר מהשכינה מדוע הוא כך מלובש בדברי שטות! ואמר כי כסתה פניה, כלומר הפנימיות מכוסה" (ר' דב בר, המגיד ממזריטש, ליקוטי אמרים, תורה פד).

תפיסה זו נחשבה לחידוש מרכזי של החסידות כבר מראשיתה. רבי אפריים מסדילקוב, נכד הבעש"ט, נתן ביטוי דרמטי למעבר מדרכי החשיבה הישנות לחדשות. הוא הביא שני פירושים לפסוק אחד: "יודע ה' מחשבות איש". פירושו של רבי מנחם מנדל מפרמישלן, מן החסידים שקדמו לבעש"ט, הדגיש את יסוד המאבק בתכנים הנפשיים הקשים: "יודע לשון שבירה... והיינו כשאדם מצייר במחשבתו השם הוי' ב"ה אזי הוא משבר כל המחשבות רעות וזרות..." (מובא אצל וייס. בתוך: רובינשטיין, עורך. עמ' 166). הדבקות בקדושה שוברת את המחשבות הזרות ומגרשת אותן. לעומת זאת הדגיש פירושו של בעש"ט את יסוד התיקון על ידי אהבה: "ואני אומר לפי אשר

קיבלתי כי כל המחשבות הם קומות שלמות והמה באים לאדם לפי שרוצים תיקונים וכשאים מתבונן בזה ויודע כי השם יתברך, ברוך הוא וברוך שמו, הוא שורש לכל המחשבות וממנו באים כל המחשבות ומחזירים למוטב... ומתהפכים כל המחשבות לטובה ומעלה אותן לקדושה. והוא שאמר הכתוב ה' יודע לשון זיווג ויחוד... " (שם). כלומר, שורש התיקון הוא האמפטיה כלפי הניצוץ הטוב שבעומק הרע. עוד אתייחס בהמשך לתובנה זו ולשלוחותיה, מפי הבעש"ט ותלמידיו. דרך זו דווקא הפכה ליסוד התנועה החדשה, אולי משום יעילותה - כפי שעולה מדבריו של ר' נחמן שהעיד על עצמו שהיה נוקט בסיגופים קשים "ואף על פי כן לא הייתי יכול לפטור מהמחשבות זרות, עד שהוכרחתי לחכמת הבעש"ט" (שם, עמ' 165). רק חכמה זו סייעה לו להתגבר על מחשבותיו.

הוזה אומר, היסוד הראשון של התיקון הוא האמפטיה כלפי הניצוץ הקדוש הכלוא בתוך החטא. יסוד זה מונח, כמובן מאליו, בתוך הטכניקות החסידיות השונות שאסקור, ואולם בחלק מן התפיסות החסידיות הוא מודגש ביתר שאת. בחב"ד, למשל, מודגש מאד כי דרך התשובה היא "לעורר במחשבתו תחילה רחמים רבים לפני ה' על ניצוץ א-לקות המחיי נפשו אשר ירד ממקורו חיי החיים אין סוף ב"ה הממלא כל עלמין וסובב כל עלמין וכולא קמיה כלא חשיב ונתלבש במשכא דחויא (=ארס הנחש, ב.כ.) הרחוק מאד מאור פני המלך" (ר' שניאור זלמן, תניא-סשיב, פרק מה').

לפיתוח מיוחד זכה יסוד זה במשנתו של הרב קוק. "הרפואה העצמית של הפרט משתמשת היא כבר למעשה לחשוף מעיינות של עוצמה ושל בריאות מתוך האדם עצמו, מנפשו אל נפשו, מתוך הנפש הבלתי ידועה, הטמירה ומכוסה כל כך עד שהאדם עצמו אינו מכיר את מהותו, מפני שידוע הוא שהמחלות הנפשיות ותוצאותיהן הגופניות אינן מקנות אלא בצד הזיבורית של האדם, וזהו הצד הידוע שלו, דווקא הצד הפומבי והמפורסם שלו, אבל הצד הגנוז שלו, הצד הבלתי ידוע שלו, הוא תמיד מלא אומץ, מלא חיים וכוח, ומאוצר בריאותו הגנוזה יש ספוק רב, להשפיע על הצד הידוע והפומבי שלו, המטעה אותו לחשוב על עצמו שהוא חולה ורצוץ..." (הרב קוק, מאמרי ראיה, עמ' 156). נראה שזוהי התפיסה העומדת ביסוד מאמרים רבים ב'אורות התשובה': "הזדונות המתהפכים לזכויות אינם צריכים ליצירה חדשה כי אם להתגלות מקוריותם" (הרב קוק, אורות התשובה, פרק יא, ו') "אפילו בעת החטא עצמו התשובה גנוזה בנשמה" (שם, פרק ו', ד). אין ספק שדברים אלו מסתמכים על תובנתו היסודית של הבעש"ט, היות יסוד התיקון האמונה בטוב הגנוז בעומק הרע. ניתן לנסח זאת בלשון אחרת, שגם היא נפוצה למדי בחסידות: ההתעסקות ברע על מנת לגאלו היא תמיד 'ירידה לצורך עליה'.

אמונה זו אינה אלא הנחת היסוד לתיקון, תנאי הכרחי אך לא מספיק. על תשתית זו מציעה החסידות מערכת מפורטת יותר לטיפול בשני נזקיה של המחשבה הזרה:

(א) בלימת הרסנותה על ידי הימנעות משקיעה בתוכה או מפעולה על פיה.

(ב) טיפול במחשבה הזרה עצמה, במטרה לחלץ ממנה את הניצוץ, ובעצם להפכו מרע לטוב.

בלשון חב"ד מדובר על שתי עבודות: "שני מיני נחת רוח לפני ית' למעלה. אי מביטול הס"א לגמרי ואתהפכא ממרירו למתקא ומחשוכא לנהורא על ידי הצדיקים. והשנית כדי אתכפיא הס"א בעודה בתקפה וגבורתה ומגביה עצמה כנשר ומשם מורידה ד' באתערותא דלתתא על ידי

הבינוניים" (תניא, ששב, פרק כז). ברור שהסדר המתואר כאן הוא סדר החשיבות של העבודות, מלמעלה למטה. סדר העבודה חייב להיות מלמטה למעלה, מאתכפיא לאתהפכא.

אפשר לקשר את שלבי התיקון הללו למודל השבירה שהוצג בפרק הקודם, ולפיו בכל תוכן נפשי פתולוגי קיימים שני רבדים: א) ניצוץ קדוש, הקשור תמיד לחיפוש אחרי מה שכינתי חוויית התיקון, ו-ב) הקליפה שהיא העיוות אותו לבש הרצון הטוב הגנוז באותו ניצוץ. אתכפיא פירושה התמודדות ישירה עם אותו עיוות ובליתנו. אתהפכא פירושה חיפוש כלים נאותים לביטוי הרצון המקורי שהאתכפיא כבר שחררה אותו מגלוייה הקשים ביותר של הקליפה.

הבעש"ט עצמו חילק את שלבי התיקון באופן קצת יותר מפורט, לשלשה שלבים המכונים הכנעה, הבדלה והמתקה: "זה סוד חשמל שקיבלתי ממורי הבעש"ט סוד הכנעה והבדלה והמתקה שצריך בכל עסק תורה ותפילה וזה שכתוב ח"ש מ"ל, שצריך לחשות עד שמל וכורת הקליפה אז ימלל וידבר למתק הדינים... לכך תיבת מל סובל ב' פירושים א' דיבור ב' כריתה והבדלה וזה נמשך מזה וזה שכתוב ח"ש מ"ל, שצריך להכרית הקליפות ואחר כך מל דיבור בעסק תורה ותפילה שהוא הבדלה והמתקה" (ר' ישראל בעש"ט, כתר שם טוב, תורה כח).

כלומר, הבעש"ט דרש את המילה 'חשמל' באופן המכיל את שלשת שלבי התיקון:

הכנעה - 'חש', מלשון שתיקה ואיפוק. בלימת תוצאותיה ההרסניות של פעולת הקומפלקס.

הבדלה - "מל" מלשון מילה וכריתה. ההבחנה בין הרע והטוב, בין הניצוץ וקליפתו. עבודת

ההבדלה קרויה לעיתים 'עבודת הבירורים', מלשון בירור הטוב מן הרע.

המתקה - "מל" מלשון מלל מציאת כלים לאור שנחשף.

כבר בדורות הראשונים של החסידות אנו מוצאים את השלבים הללו כשהם מפותחים לטכניקה של ממש. כך הסביר הבעש"ט: "צריך להעלות מ"ז (מחשבה זרה, ב.כ.) דרך ג' קווין, וצריך לתת לב על כל מ"ז מאיזה קו היא להעלותה לשורשה, וג' קווים אלה נקראים אבות כנודע והקליפה נקרא קללה שהיא המ"ז והוא גלות השכינה בתוך עמקי הקליפה" (שם, תורה צט). ובמקום אחר הציע פירוט עוד יותר מסודר של אותה העלאה: "ג' קווין חג"ת מתפשטין מן רוח המעלות עד התהום מקום הקליפה וחסד במקום הקדושה למעלה הוא עונג ונתפשט למטה בקליפה הוא זנות וזה שכתוב למעלה עונג למטה נגע. וקו התפארת בהתפשטו למטה במקום הקליפה היא בגאווה וקו הגבורה למטה הוא כעס" (שם, תורה קנב). צריך ללמוד לזהות את הניצוץ המדויק הנמצא באותה מחשבה זרה, כדי שניתן יהיה להעלותה למקומה.

בספר 'ערבי נחל' לרבי דוד שלום מסורוקה (מתלמידי תלמידיו של המגיד ממזריטש) מובאות הנחיות מגובשות מאד ל"העלאת המחשבות הזרות": "מחשבה זרה ולא טובה הנופלת לאדם היא קומה שלמה, אלא שהיא פגומה, ואם האדם ידחנה - הפילה ממדרגתה והרגה, ולכן אין ראוי לדחותה אלא יתקנה. ואופן התיקון כך הוא: בתחילה, כשבאה מחשבה זו לאדם, ימשיך על עצמו יראה גדולה ובושה. מלפני השם יתברך ואז יחזיק אותה מחשבה (דאם לא כן יש חשש שמא תקלקל אותו, מאחר שאין דוחה אותה כעין עם לבן גרתי, ולכן מוכרח תחילה להמשיך על עצמו יראה, עד שיבין שעל ידי זה לא תעשה בו המחשבה פרי להרע). ואז יקדק היתב במחשבה ההיא, וישכיל מה טוב ומה רע בה, ואז יבדיל הרע, וידבר או יעשה הטוב שבמחשבה ההיא. ונמצא שהביא אותה המחשבה לעולם הדיבור או המעשה, ומפגם והכתם שהיו בה נדחו" (מצוטט אצל צייטלין, 'ה'תשמ"ב, עמ' 31). במקור זה ובעוד רבים אחרים אין מצוטטים המונחים הכנעה הבדלה והמתקה באופן מפורש, ובכל זאת נראה שביסודו עומד המבנה המחשבתי הבעש"טי המובא כאן. להלן אראה שמבנה זה עומד ביסודן של טכניקות חסידיות רבות לתיקון עצמי, ובדין ניתן לכנותו

תורת התיקון החסידי. ניתן להשתמש בהקשר זה במושג 'מודל' במשמעות שנתן לו משה אידל, אצלו הוא בא לציין "דפוסים חוזרים שניכרים בטקסטים הנדונים" (אידל, ה'תשנ"ג, עמ' 52). לדבריו "המודלים המעסיקים אותנו נוצרו בעקבות עיון בחומר החסידי. כלומר לא מדובר בקונסטרוקציות מלאכותיות שיובאו על מנת להקל עלינו את המיסטיקה החסידית" (שם). תורת התיקון שאני מציג כאן היא מודל חסידי כזה.

כדאי לציין כי הרב יצחק גינזבורג, מחשובי חסידי חב"ד בדורנו, ביסס רבים מכתביו על מודל ההמתקה השלם הכולל הכנעה הבדלה והמתקה. ברוב העניינים הוא מסביר את המושגים באותה צורה שבה הוסברו כאן. לעתים יש הבדלי דגש, כמו בדרך שבה הוא מתאר את ההבדלה: "מתוך ההכנעה יש כוח היוזם ופורץ כלפי מעלה - זהו הרצון... כאשר כוח זה מצליח להשתחרר מהכבלים הנפשיים המכבידים עליו הוא ייבדל מהמציאות הרגילה של האדם, וזהו סוד ההבדלה" (גינזבורג, ה'תשס"ד, עמ' פג). הדגש בדברים אלו הושם על אלמנט השחרור שבהבדלה, יציאת הניצוץ מן הקליפה, לעומת הדגש ששמתי על מלאכת הבירור המאפשרת את השחרור הזה. את ההמתקה הוא מסביר מחזרת האור לכלי, כמו שהסברתי כאן.

אציע כאן דוגמא פשוטת: מתבגר מרדני, שמרידתו נושאת אופי הרסני, אלים או מושחת באופנים שונים. אנו מזהים כי 'שורשי' מרידתו הוא תהליך טבעי וטוב של אינדיבידואציה, אלא שעקב סיבוכים משפחתיים שונים לבשה אופי הרסני. כדי 'לתקן' את הבעייתיות שבהתנהגותו עלינו לבלום, ראשית לכול, את התופעות המזיקות (הכנעה), אולם אסור לנו להסתפק בכך. קודם כל מסיבה ערכית, שכן תהליך האינדיבידואציה הוא התגלות אור נשמתו של הנער ואם ננסה "לנצח" אותו נגרום להרס נפשי רב. גם מסיבה מעשית אסור להסתפק בהכנעה, שכן יש סיכוי רב שהכמיהה לאינדיבידואציה לא תעלם באמת אלא תמצא לה דרכים אחרות להופיע, ואותן דרכים עלולות להיות עוד יותר בעייתיות. אם כן, עלינו לנסות להבחין בין תהליך האינדיבידואציה החיובי ביסודו לבין הופעותיו המסואבות, ואז לחפש לו כלים שיאפשרו לו להתגלות באופן אחר ומועיל יותר. זהו לדעתי העיקרון הכללי של תורת התיקון החסידי, וניתן להראות כיצד הדרכות ספציפיות שונות שהוצעו ע"י מורים חסידיים שונים מהוות פרטים של אותו עקרון כללי.

טכניקות ספציפיות:

אסקור כעת טכניקות שונות שהשתמשו בהן מורי החסידות בהדריכם את חסידיהם לתיקון עצמי - טכניקות שלדעתי ניתן לכנותן טיפוליות (ושמא 'תיקוניות'). אחלק את הדיון לטכניקות של הכנעה, הבדלה והמתקה, ואשתדל לצרף בו את הספרות ההגותית והסיפורית של החסידות. את העקרונות המופשטים אביא מספרות ההגות, ואת המימוש המעשי מן הספרות הסיפורית (סיפורי מעשיות) הענפה.

הערה: לגבי ספרות המעשיות השתמשתי בין היתר גם בעיבודים מאוחרים כמו 'אור הגנוז' של בובר (בובר, ה'תשל"ז). אני עושה זאת מתוך מודעות למגמתיות הידועה לפיה ערך בובר את האנקדוטות שבספרו, משום שמטרתו אינה להוכיח את קיומם של העקרונות הטיפוליים (זאת אני עושה על ידי הדיון הרעיוני, המתבסס ברובו על מקורות ראשוניים) אלא להדגים את אופן השימוש בהם. כדאי לציין כי בספרות המעשיות החסידית, להבדיל מספרות ההגות שלה, לא קל להבחין בין ספרות 'מקורית' לבין עיבודים מאוחרים. כפי שהראה יוסף דן בספרו (דן, 75) רבים

מקבצי הספורים המקוריים נערכו על ידי סופרי תנועת ההשכלה דווקא, לפי טעמים הספרותי והרעיוני.

עקרונות טיפול חסידיים

הכנעה: בטכניקות של הכנעה אני כולל את כל ההדרכות החסידיות שמטרתן דיכוי פשוט של הנטיות השליליות שבאדם, בלי ניסיון אמיתי לתיקון שורשי כלשהו.

הדרכות שמשמעותן 'הכנעה' נמצאות כבר מראשית היות החסידות: "ידבק מחשבתו למעלה, ולא יאכל ולא ישתה יותר מדי, ולא יענג עצמו, רק להבריא עצמו. ולא יסתכל כלל בענייני עולם הזה, ולא יחשוב בהם כלל... כי בהסתכלו בעוה"ז מגשם עצמו" (רי ישראל בעשיט. צוואת הריבש, תורה ה). "וכן לא ישגיח כלל על תאוות גופו המטונף שהוא צרעת משבא דחוייא" (שם, תורה ו). "כשיהיה חכם בדעתו ויתגבר על היצה"ר, יגרום באותו שעה דבר גדול למעלה כמו דאיתא בזוהר דא יקרא בקב"ה יתיר כד האי (יצה"ר) ס"א אתכפיא בשביל פולחניה" (שם, עח. תרגום: זה כבודו של הקב"ה מתגדל כאשר אותו יצר הרע נכפה בעבור עבודתו). גם הוגים מאוחרים יותר הדגישו את עבודת האתכפיא "אלה הדברים צריך לזהר: מחנופה, משקרים, וליצנות, ולשון הרע..." (רבי אלימלך מליזינסק, הנהגות אדם, עמ' ב). "ויזכר תמיד יום המיתה" (שם, עמ' ג). "ויעסוק באימה וביראה באיזו ספרי מוסר בכל יום" (שם, עמ' ד). "ידמה בעיניו כאילו אדם עומד לנגדו תמיד, ולא ירף ממנו השגחתו במעשיו תמיד. ואלו היה רואה בו דבר מכוער, היה מתבייש ונמאס בעיניו והיה מטמין את עצמו באמתחת עכבר מגודל הבושה" (שם, עמ' טו). לעיתים, טען רבי אלימלך, די בעבודת ההכנעה לבדה: "האדם לא נברא בעולם רק לשבר את הטבע, לכן יזרז את עצמו לתקן מידותיו... כגון מי שנולד בטבע של עקשנות, ישבר את טבעו ארבעים יום רצופים לעשות דווקא להפיך ממה שיעלה במחשבתו. וכן מי שנולד עצל, ירגיל את עצמו ארבעים יום רצופים לעשות כל דבר בזריזות... כי הרגל של כל דבר נעשה שלטון" (שם, צעטיל קטן, טז).

והסביר רבי אייזיק מקאמרנא בקטע אופייני: "בחנית אני לא נמצא אלא שיהיה קיום לנבראים, שלא יחזרו לבחנית אין (=כלומר, שלא ימחקו מן המציאות, ב.כ.), ולכן אין לאדם הישראלי לתפוס בחינות ישי, ואני" אלא לצורך קיום הכרחי, והמותר יחרים, וישפיל עצמו כאזוב וכתולעת" (רי יצחק אייזיק ספרין מקאמרנא, דרך מצוותיך, עמ' יד).

בתניא הציע האדה"ז טכניקות מפורטות יותר לדיכוי נטיות שליליות כאלו: "צריך לקבוע לו עיתים גם כן לשית עצות בנפשו להיות מואס ברע" (רי שניאור זלמן, תניא-סשב, פרק יד) ולשם כך הציע מעין דמיון מודרך: "כל מני מטעמים ומעדנים נעשים כך חמת מלא כו', וכן כל תענוגי עוה"ז והחכם רואה הנולד מהן שסופן לרקוב ולהיות רימה ואשפה" (שם). טכניקה חריפה יותר היא ה'ביטושי' (בעיטה, בארמית), והכוונה להלקאה עצמית מילולית. לאחר שרואה האדם שאין הוא מצליח להתרומם למרומי הרוחניות אליה הוא שואף, הוא מבין כי "הסיבה היא גסות הקליפה שמגביהה את עצמה על אור קדושת נפש הא-לקית ומסתרת ומחשכת אורה, ולזאת צריך לבטשה ולהשפילה לעפר דהיינו לקבוע עיתים להשפיל עצמו להיות נבזה בעיניו נמאס ככתוב לב נשבר רוח נשברה היא הס"א..." (שם, פרק ט). "ובפרט שיזכור טומאת נפשו בחטאת נעורים ומפנס שעשה בעליונים..." (שם) "והנה כל מה שיאריך בעניינים אלו במחשבתו וגם בעיונו בספרים להיות לבו

נשבר בקרבו ונבזה בעיניו נמאס ככתוב בתכלית המיאוס ולמאס חייו ממש הרי בזה ממאס ומבזה הסייא ומשפילה לעפר ומורידה מגדולתה וגסות רוחה... וגם ירעים עליה בקול רעש ורוגז להשפילה... ורוגז על נפש הבהמית שהיא יצרו הרע בקול רעש ורוגז במחשבתו לומר לו אתה רע ורשע ומשוקץ ומתועב ומנוול... " (שם).

ומסופר על רבי נחמן מברסלב שהדריך את אחד מחסידיו בטכניקת הכנעה מקורית: "לאחד מגדולי מקורביו, זכרונו לברכה, ציווה לו בימי נעוריו של המקורב הנ"ל, שבשעת התבודדות ידבר הרבה בפרטיות עם כל אברי גופו ויסביר להם שכל תאוות הגוף הבל, כי האין סוף כל אדם למות, והגוף לקברות יובל, וכל האיברים יבלו ויתרקבו וכו', ואחר כך סיפר עם רבנו זכרונו לברכה והתנצל לפניו, באשר שהגוף אינו שומע ומרגיש כלל כל דבריו וטענותיו עמו, אמר לו רבנו זכרונו לברכה: התחזק בעניין זה, ואל תרפה ידך מזה... עד שזכה אחר כך שכל איבר שדיבר עמו בפרטיות נמשך אחר דבריו כל כך עד שיצא ממנו החיות ממש ונשאר בלא כוח והרגשה כללי" (ר' נחמן, חיי מוהר"ן, עמ' תמב).

והרבי מאיז'ביצה תיאר את חשיבות השליטה בהתנהגות כשלב בתיקון המידות: ,זהו שפתי צדיק, פירוש מה שמדבר משפה לחוץ בעבור שלבו עדיין אינו מבורר, לזה מועיל לו לברר את לבו לרצון בלב שלם. למשל, כשצומח כעס בלבו על חברו והוא יודע ומכיר זה לחסרון אז עצתי קודם לדבר טוב על חברו ואף שאין זה בלב שלם רק ע"י זה פועל בעצמו מעט מעט עד שמכניס בלבו אהבה במקום שנאה..." (ר' מרדכי יוסף לינר, מי השילוח, עמ' קמג).

ניתן להביא דוגמאות רבות מסוג זה, ברמות שונות של חריפות, מכל רחבי הספרות החסידי. אלא שפסקאות כאלו ניתן למצוא בספרותה של תנועת המוסר, למשל, ואין בהן עניין חסידי מובהק. נקודת החידוש של החסידות בתור שכזו היא דווקא בשני השלבים הבאים, ההבדלה וההמתקה, כאשר ההכנעה אינה אלא מבוא להן. הוגי החסידות היו ערים למחיר הגבוה של שלב ההכנעה כאשר שלבי ההבדלה וההמתקה אינם באים בעקבותיה. הבאתי כבר את ביטוי של הערבי נחל "מחשבה קרה... היא קומה שלמה... ואם האדם ידחנה, הפילה ממדרגתה והרגה". רבי אייזיק מקאמרנא שציטטתי לעיל ביטא מחיר זה בעוצמה רבה מאד: "כשהאדם הצדיק, שרוצה לעבוד את בוראו, מתחיל בעבודה בפרישות וחסידות, לבוא לבחינות תורה לשמה בלב אמת, והוא עדיין בבחירתו, אז נלקחין ממנו כל הבחינות עד שנשאר בבחינת 'אני', מלכות דמלכות, שמשם יונקים כל הקליפות, ואז מתגבר עליו החושך והעצבות רמה שחורה והתאוות, שהקליפות עיקר יניקתן מבחינה זאת" (ר' יצחק אייזיק ספרין, נתיב מצוותיך, עמ' לא). העצבות המתוארת כאן היא חווייתו של 'אני' שנותר לבדו, בלי שום עונג או חיוניות. מדוע מגיע אותו צדיק למצב הזה? משום ש"בהכרח גם בקליפה ורע יש שם עשר בחינות חסדים רעים וגבורות רעים, וכל המידות תאוות ושמחות של הבל תענוגי עולם הזה. אבל הצדיק מואס בכל זה, ולתענוג האמיתי של קדושה לא השיג עדיין, ולא הורגל בו עדיין, ותענוגי מידות רעות של הבל עולם הזה, הרי הוא ממאס ומתרחק ממנו כבורח מפני האש, ולא נשאר אלא בבחינת 'אני', ולכן מתגבר עליו העצבות ומרה שחורה והצער והעניות וקרירות" (שם).

אותו רעיון הועלה על ידי הרב קוק כשכתב: "כשמקמצים את הרצון, כשכופפים את עוז החיים על ידי הסלידה הפנימית והנטייה לשוב מכל חטא, מתקמץ גם כן הרצון של הטוב ועוז החיים הטהורים מתחלש גם הוא. נמצא, האדם סובל מטהרתו המוסרית חולשה כזאת, שסובל חולה שנתרפא על ידי הזרמה אלקטרית חזקה, שאמנם גרשה את הארס שבמחלתו, אבל החלישה

את הכח החי והבריא שבו" (הרב קוק, אורות התשובה, פרק סח, י'). גם כאן מצליחה פעולת ההכנעה להחליש את כוחות הרע, אולם רק במחיר של פגיעה כללית בכוחות החיים. עולם חויתי מלא נלקח מן האדם, ועולם חלופי טרם ניתן לו לכן התיקון אינו יכול להסתפק בשלב זה, ועליו להמשיך לכיוון ההבדלה וההמתקה. וכשם שהגדיר ב'מאמר הדור' את דרכו של 'הכובש': "היחיד, בשעה שהוא עדיין לא עלה עד מרום פסגת המוסר הגמור, בשעה שבטבעו עוד לא נחקק יפה החותם של הצדק והטוב, אז דרכו הישרה קשה עליו, הוא צריך למלחמות על כל צעד והוא מוכרח להבין את כוחותיו הרעים, לכבשם ולבטלם לעיתים, אבל זה איננו דרך האורה עדיין..." (הרב קוק, עקבי הצאן, עמ' טו). יש להמשיך בדרך התיקון.

ג. הבדלה: ההבדלה היא השלב המכריע של התיקון, ההבחנה בין הניצוץ הטוב והקליפה המעוותת. דיונים העוסקים בהבדלה נמצאים למכביר במקורות הראשוניים של החסידות, כמו כתר שם טוב, צוואת הריב"ש, כתבי המגיד ממזריטש וכדו'.

הסביר הבעש"ט: "יראה (וישגיח) על המחשבה (זרה) מה הוא, אם באהבה רעה, כגון ניאוף יביא אותה אל שורשה, שהוא אהבת השי"ת. דיש ז' מחשבות ולא יותר, וזהו ז' ימי הבניין, ובכל אחת יש ערב ובוקר, ערב לשון תערובות, שחשב מחשבה חיצונית, ובוקר לשון בקרת (נ"א ביקור) שמבקר את השי"ת (ודורשו). ואלו הם אהבת השם ואהבת עבירות, ויראת השם ויראה רעה, כגון שנאה, והתפארות שמפאר השי"ת ורעה שמפער את עצמו, (וכן) ניצוח והודיה ויסודות לשון התקשרות. וכל אחד כלול מי, ובכל מחשבה רעה מחיה ח"ו שבעה עממין.

... אמנם אם חושב באהבה רעה (יתחרט תכף ו-) יאמר בלבו מה עשית שלקחתי חלק מעולם המחשבה (והולכתי) אל מקום הטינופת, ובה יוכנע ויבא (נ"א וישוח) עד לעפר, ויביא זאת המחשבה למידת אין, ואחר כך תבוא אל עולם המחשבה בזכרו אם אני אוהב את הדבר (הרע הזה) כגון אישה (שהיא) טיפה סרוחה, כמה יש לאהוב את השי"ת. וכן אם שומע איזה דבר שחוק, ועל ידי זה נולד לו שמחה, יחשוב (בלבו) הלא זה חלק מעולם האהבה. וכן אם רואה או אוכל דבר שיש לו תענוג ממנו, יחשוב (בלבו) הלא זה חלק מעולם התענוג...

וכן אם רואה דבר הזה שיש לו פחד ממנו, יאמר מה יש לי לירא מפני דבר זה, הלא הוא אדם כמותי, ומכמש"כ לפני בהמה וחיה, אלא שהוא יתברך הנורא מתלבש בדבר זה, כמה יש לו לירא ממנו בעצמו... (רי ישראל בעשיט, צוואת הריב"ש, תורה פז).

הקטע ממשיך ומפרט כיצד יש להעלות את יתר המידות, התפארות ניצוח והודיה, והוא אופייני מאד לקטעים רבים דוגמתו (אם כי נדמה לי שהוא מן היותר מפורטים שבהם). יש כאן ניסיון להציע דרך התמודדות עם רגשות, מחשבות ושאר תסביכים מורכבים. העיקרון הבסיסי מובן לאור התפיסה הכללית של השבירה והתיקון. הפירוט הנרחב מסביר, לדעתי, מדוע טרחו החסידים לפתח פסיכולוגיה כה נרחבת, ומדוע עמלו כה קשה (כפי שהרחבתי בפרק הפסיכולוגיה החסידית) לתאר קשת רחבה של רגשות, ולקשר כל אחד מהם אל שורשו במידות הנפש העליונות, הקודמות לשבירה.

הבעייתיות בעבודת ההבדלה: דווקא קטעים כאלו מבליטים גם כי העלאת המחשבות הזרות אינה מלאכה קלה. יש צורך בידע ובמומחיות לא מעטים כדי לזהות במדויק את מקורה האמיתי של כל מחשבה. הוגי החסידות היו מודעים לקושי. ראינו בדברי הערבי נחל שהובאו לעיל את

הביטוי "ואז ידקדק היטב במחשבה ההיא..." - יש צורך בדקדוק רב! הרב קוק הסביר באותה רוח: "כשהאדם מרגיש פחד, עלבון פנימי, טומאת גוויה ונפש, צריך הוא לדקדק בכל יכולתו בכל צדדי החסרון שלו ולתקנם. ולא יעסוק בזה באופן שטחי, כי אז יוסיף ירידה על ירידתו, כי אם בעיון חודר באומץ רוח טהור" (הרב קוק, אורות התשובה, פרק יד, כט. הדגשה שלי).

במקום אחר פרט הרב קוק את סכנות הטעיה בעבודה זו: "ברור מידות הנפש יש בו שני עניינים, הא' עצם ידיעתו להבחין בהן בין טוב לרע, ולחלקן על משמרותן, לישב בנפש ולהלבישן עליו, ושיהיו מוכנות ברשותו ובכל עת. הב' הפרדת המידות ונסירתן... יש מידות שהן מצרניות מטבען, וכשרוצה האדם לצייר בו איזה מידה, שלא באופן ברור, תמשך ממילא אחריה הסמוכה לה, אע"פ שאינה הגונה ואינה דרושה לחפצו. וצריך האדם להעמיק לדעת להפריד בכוח החכמה והבינה, שעולות למעלה מטבען של המידות, ומכניסות את המידות בחדריהן ומציירות אותן כראוי ומפרידות את הראוי להפריד - כל מידה ממידה שהיא מצרנית בטבעה לקחת כל מידה בפני עצמה שלא תעלה עצבונה עימה. וזהו כעין הנסירה שזכר האר"י ז"ל." (הרב קוק, מוסר אביך, עמ' סא).

והרב הסביר את מושג ה'מצרנות' אותו חידש כאן: "פעמים המידה סמוכה לחברתה, מצד שצויריהם השטחיים שווים הם, וכל מידה אי אפשר שיקנה האדם אותה כי אם כשיצרנה ציור חזק, וכשלא ישלים את ציור המידה המבוקשת בריור גמור יצא יותר מהמידה המבוקשת ממנו או פחות... וצריך לזה חקירה פרטית על כל המידות וענייניהן, איך הן מתמצרות אלו באלו ועל ידי מה הן מתמצרות, כדי לדעת אפשרות הפרדתן. אך הלימוד הזה יכול להיות מתחלף בכל אדם, שיש נפשות שסדרי המצרים במידותיהם מחולפים מבנפשות אחרות..." (שם). מצרנות פירושה 'שכנות' (בלשון חז"ל, שכן נקרא 'בר מצרא'), וכוונה למידות שמקורן הפנימי בנפש שונה, אולם הן נחוות בצורה דומה מבחינה פנומנולוגית, ולכן קל להתבלבל ביניהן. אדם יכול להתבלבל, למשל, בין אהבה, רחמים תשוקה מינית וכיוצא, משום שהן נחוות באופן דומה (= ע"פ 'ציויריהן השיטחיים'). מובן מאליו שיש צורך להכיר היטב את עולמו הרגשי של אדם ספציפי כדי ללמוד אילו מידות 'מתמצרות' אצלו ולדעת להבדיל ביניהן.

כלומר: הרגשות השונים פשוט דומים מדי זה לזה, נדמה לנו שאנו דוחים את הרע ומטפחים את הטוב, ויתכן שאנו עושים ההפך ממה שרצינו. בהמשך הוא מדגים זאת לגבי מידות ספציפיות: הוא מציין את הדמיון החווייתי שבין הגאווה והשמחה, למרות היותן הפוכות ממש מבחינת המשמעות הפנימית שלהן, ואת הדמיון המקביל שבין ענווה לעצבות.

ועוד צריך לזכור כי היות "הלימוד הזה מתחלף בכל אדם", כדבריו, לא נובע רק מסיבות תורשתיות ומולדות, אלא גם מן ההיסטוריה הספציפית שעבר כל אדם בפני עצמו, שהרי - מדגיש הרב - כל החטאים "שייכים זה לזה בתוכן של עברה גוררת עברה, ואם כן המתבייש מאחד מחטאיו - מכולם הוא מתבייש!" (אורות התשובה, פרק יד, כד). והדברים מזכירים את הסיפור שהביא בובר על ר' אלימלך מליז'נסק, שאמר ש"כשאדם עושה תשובה חייב הוא לחזור מכל עבירה לעבירה שגררה אותה, עד שהוא מגיע לחטא הראשון..." הוא עצמו עשה תשובה על שבינקותו היה דורך ברגליו על שדי אמו" (בובר, ה'תשל"ז, עמ' 234).

כל הדיון הזה מביא אותנו לסייג הראשון המוטל על עבודת ה'הבדלה' - יש צורך במומחיות יתרה כדי לעסוק בה.

העלאת המחשבות הזרות - עבודה לצדיקים בלבד? סייג נוסף, המופיע פעמים רבות בספרות החסידית, נוגע לעוצמתו האישית של האדם המתיימר להעלות את מחשבותיו. אם אחזור לניסוחו של בעל הערבי נחלי, הרי שכבר בראשית דבריו הדגיש: "כשבאה מחשבה זו לאדם, ימשיך על עצמו יראה גדולה ובושה מלפני השי"ת, ואז יחזיק אותה מחשבה (דאם לא כן יש חשש שמא תקלקל אותו...)". האדם העוסק בתיקון אינו עוסק בפעולה מחשבתית מופשטת, אלא בכוחות נפשיים כבירים ובעלי עוצמה, ועצם ההתעסקות המחשבתית בהם עלולה לעורר אותם ולדרדר אותו עצמו. גם אדם בעל עוצמה חייב לעשות פעולה כלשהי כדי להיזכר בהרסנותם של התסביכים שהוא מנסה לתקן, אבל מה יעשה אדם שטרם פיתח את העוצמה הפנימית הדרושה להתמודדות כזו?

בנקודה זו באו לא מעט מהוגי החסידות, בעיקר החל מן הדור השלישי לקיומה של התנועה¹⁶ וסייגו: רק הצדיק רשאי לעסוק בהעלאת המחשבות הזרות. כתב בעל ה"יושר דברי אמת": "מחמת שנתגלו כתבים אלו של הקדוש מו"ה דוב בער ז"ל הנ"ל (=המגיד ממזריטש) לכמה אנשים, ומועטים הם שיכלו להדמות אליו ולעשות כמעשהו אפילו לנגוע בקצהו, והם רואים שם שכותב בכמה מקומות סגנון זה, דהיינו שמאהבה רעה שבאה לאדם יכול לאחוז באהבת הבורא, בחשבו קל וחומר אם רצוני נוטה לאהוב שטות זה שהוא פסולת שנפלה בשבירה, קל וחומר לשורשו לאהבת הבורא שממנו נלקח זאת האהבה... והם חושבים אותם שאינם בעלי שכל שרואים זה, שחושבים שדבר פשוט הוא ללמוד קל וחומר זה כמו שלומדים קל וחומר בגמרא, אם שם הוא ללמוד וכאן הוא לעשות, שאי אפשר ללמוד קל וחומר זה אם לא יהיה מופשט מגשמיות, כי אם הוא דבוק בגשמיות ובתאוות ומקבל תענוג מהם לרצונו... ח"ו ייפול בשוחה עמוקה אם לא ישמור את עצמו מאד, וצריך להרחיק את עצמו בכל הרחקות הנמצאים בספרי מוסר..." (ר' משולם פייבוש הלר, יושר דברי אמת, סי' יז). כלומר, ההבדלה בה מדובר אינה מעוררת קשיים קוגניטיביים בלבד. הרוצה לעסוק בה חייב להיות מובדל היטב מן ה"יקליפות", כדי שלא יתבלבל בעצמו מפיתוייה של הנפש הבהמית. ברור שטענה כזו מרחיקה את עבודת העלאת הניצוצות מיכולתו של האדם הרגיל.

עמדה דומה לזו משתקפת בכתבי חב"ד: "אם נופלים לו הרהורי תאוות ושאר מחשבות זרות בשעת העבודה בתורה או בתפילה בכוונה אל ישית לב אליהן אלא יסיח דעתו מהן כרגע. וגם אל יהיה שוטה לעסוק בהעלאת המידות של המחשבה זרה כנובע כי לא נאמרו דברים ההם אלא לצדיקים שאין נופלים להם מחשבות זרות שלהם כי אם משל אחרים. אבל מי שנופל לו משלו מבחי הרע שבלבו בחלל השמאלי איך יעלהו למעלה והוא עצמו מקושר למטה (ר' שניאור זלמן, תניא-סשב, פרק כח). נראה שה'בינוני' עליו מדובר כאן אמור להתרחק העבודת ההבדלה וההמתקה, שכן אין לו עוצמה אישיותית מספקת כדי לעסוק בהן, ועליו להסתפק בטכניקות של הכנעה כמו 'הסחת דעת'.

לכאורה עולה מן הסקירה שעבודת התיקון הראויה לכל מי שטרם הגיע למדרגת הצדיק היא ההכנעה בלבד - כמודגש בשני הציטוטים שהבאתי. דעה כזו אכן מקובלת למדי במחקר. כך למשל כותב יוסף דן כי "לפיכך הקפידה החסידות, מהדור השלישי ואילך, להרחיק את החסיד הפשוט מפעולה מסוכנת זו (העלאת הניצוצות, ב.כ.) וליחד תפקיד זה לצדיק" (דן, 75. עמ' 54). גם

יעקבסון (יעקובסון, ה'תשמ"ו. עמ' 118 ואילך) הדגיש נקודה זו. למעשה, למרות הראיות הרבות עליהן מתבססת דעה זו דומה שהדברים אינם כה פשוטים.

כדי לראות את הדברים בפרופורציה הנכונה עלינו לזכור את תפיסת ההתפתחות שסקרתי בפרקים הקודמים. האדם נולד כאשר מידותיו נמצאים כולם במצב של 'תוהו', כאוס חסר ארגון של כוחות נפשיים רבי עוצמה הדורשים את סיפוקם. למצב זה קוראת החסידות 'נפש בהמית'. רק בהדרגה נוצרים אצלו מבנים נפשיים מפותחים יותר: המוקד הרציונלי - מציאותי הנקרא 'נפש שכלית', ואחר כך גם המוקד הרוחני - ערכי הנקרא 'נפש א-לקית'. כל אחת מן הנפשות הללו היא בראש ובראשונה מצב מסוים של ה'מוחין', אופן יסודי של חוויה הנתפס על ידי כוחות ה'מושכל' של האדם, ה'חב"ד' שלו, ולא יהיה זה מוגזם לראותם כדרגות שונות של הבשלת ה'מוחין'. עובדה זו בולטת במיוחד בדיונים על מידת ה'דעת': הדעת נתפסת כ'מפתח המידות', באשר המידות נמשכות אחריה באופן טבעי: "המוח שליט על הלב בתולדתו (ר' שניאור זלמן, תניא-סשב, פרק יב).

לאור טרמינולוגיה זו, ניתן להסביר ביתר דיוק את הסתייגותם של בעלי התניא והוגים אחרים מ'העלאת המחשבות הזרות' על ידי אנשים שאינם 'צדיקים' (=בינוניים בלשון חב"ד). עבודה זו, כפי שתארו אותה הבעש"ט, המגיד ויתר בני דורם, מניחה מראש את הימצאותה של 'נפש א-לקית' בעלת עוצמה מספקת כדי לבצע את אותה העלאה. כאשר האדם העוסק ב'תיקון' באופן הזה מצליח לבצע את פעולת ההפרדה הוא מעמיד לנגד עיניו שני אופנים של התגלות ה'מידה' אותה בירר: אחד מהם הוא האופן המעוות על ידי ה'קליפה' (כלו, ה'יתסביך' או ה'מחשבה הזרה') והשני הוא האופן אליו שואפת הנפש באופן מקורי ('הניצוץ הקדוש'). אנחנו מניחים שכאשר ישווה לנגד עיניו את זה לעומת זה יבחר בטוב, והמחשבה הזרה תעלם מאליה. אבל בחירה זו תלויה בכך שכבר קיימת אצלו מקודם כמיהה אל אותו הטוב - ואם זו אינה קיימת, ואם המציאות האידיאליסטית והאלטר-צנטרית והיצירתית של הנפש הא-לקית עדיין אינה נתפסת אצלו כמציאות של ממש, הרי ישוב ויבחר בתסביך על כל עיוותיו, ומצבו רק יתדרדר.

מה עליו לעשות? עליו לבנות את ה'מוחין', את הדעת של הנפש הא-לקית, ורק לאחר שתגיע לעוצמה הדרושה יוכל להשתמש בה כדי לתקן בעזרתה את המידות רבות העוצמה של הנפש הבהמית. ומסתבר שעבודה זו בעצמה (כלו בניית הדעת) כוללת יסוד רב של עבודת 'הבדלה', גם לפי התניא (שלאורה דוחה את עבודת ההבדלה על ידי 'סתם אנשים'). אסקור כאן יסוד מסוים בטכניקת ההתבוננות החב"דית, שלדעתי ניתן להמשיגו כאופן של 'הבדלה'.

התבוננות: טכניקת ההתבוננות מתוארת בכתבים חב"דיים רבים כדרך המלך של עבודת התיקון הנפשית. משמעותה העמוקה היא הפעלת כוח הבינה באופן מושכל כדי להשפיע על כוח הדעת ו'להולידי' ממנו מידות מתוקנות (ע' ר' שניאור זלמן, תניא-סשיב, פרק ג). במסגרת עבודה זו מתוארים ומומלצים לעיתים אופני התבוננות מסוימים. למשל: "דרך האמת והישר לבחינת תשובה תתאה... הוא לעורר רחמים העליונים ממקור הרחמים של נשמתו ונפשו הא-לקית שנפלה מאיגרא רמה חיי החיים ב"ה לבירא עמיקתא הן היכלות הטומאה והסטי"א" (ר' שניאור זלמן, תניא-אגרת התשובה, פרק ז'). האדם מצופה, בתפיסה זו, ללמוד להבחין בתוך עצמו בין היסוד המקורי של שאיפת הטוב לבין התגלויותיו המעוותות, ולפתח בתוך עצמו בהדרגה את יכולת ההזדהות עם נשמתו ונפשו הא-לקית, קודם כל על ידי הרחמים שהוא מרחם עליה. כיצד ניתן

לעשות זאת! עיקר הכנעת הלב להיות נישבר ונדכא והעברת רוח הטומאה וסיטרא אחרא הוא להיות ממארי דחושבנא בעומק הדעת להעמיק דעתו ובינתו שעה אחת בכל יום או לילה לפני תיקון חצות להתבונן במה שפעל ועשה... " (שם) "והנה אחרי העמקת הדעת בכל הניל יוכל לבקש באמת מעומקא דליבא ברוב רחמיך מחה פשעי וכו', כי אז תיקבע בליבו באמת גודל הרחמנות על בחינת א-לוקות שבנפשי" (שם, פרק ח'). כתוצאה מכך, מוסבר שם, "אזי תוכל נפשם לשוב עד ה' ב"ה ולעלות מעלה מעלה למקורה" (שם). ובמקום אחר מתואר התהליך הזה כיציאה מגלות ממש: "...עצה ייעוצה להאיר קצת אור ה' מבחינת איתן לתוך נקודה פנימיות הלב כעין לעתיד לבוא והיינו על ידי שמעורר על ניצוץ א-לקות שבנפשו בחינת רחמים רבים העליונים כי באמת כל זמן שאין האדם זוכה שיתגלה אור ה' מבחינת איתן בנקודת פנימיות לבבו ליבטל בייחודו... אז באמת יש רחמנות גדולה על הניצוץ שבנפשו כי הניצוץ נמשך מבחינת חכמה עילאה ממש וכשאינו יכול להאיר מבחינתו זו הרי זה בבחינת גלות ממש ועל ידי רחמים רבים העליונים יוצא מהגלות והשביה ומאיר לתוך נקודה פנימיות הלב" (ר' שניאור זלמן, תניא-קונטרס אחרון). לדעתי יש כאן ניסיון ללמד את ה'מתבונן' להבדיל בין יסודות שונים בנפשו, להזדהות עם 'ניצוץ' א-לוקות' שבנפשו ולהתמודד עם הקליפות' המקיפות את אותו ניצוץ.

והדברים קרובים להזכרה הנפוצה מאד בכתבי חב"ד היא ה'התבוננות' בגדולת נשמתו והשוואת מי שהוא בפועל לעומת הגדולה שבה התבונן. ה'התבוננות' הזו פותחה בחסידות חב"ד לטכניקה מדיטטיבית של ממש וניתן לראותה באופן של עבודת ה'הבדלה' המותאם ל'בינוניים'. שפע של ספורים חב"דיים מתארים את אופן פעולתה. כך למשל מתואר בספור אחד כיצד התעמק חסיד אחד, נגר במקצועו, בשם שלום יוסף, ב'תורה' ששמע מפי האדמו"ר, שהסביר כיצד כל נשמה היא במדרגת 'חכמה דאצילות'. לאחר שהתעמק בכך התבונן בעצמו, פרץ בבכי והסביר: "אמרתי לעצמי, שלום יוסף, שהוא חכמה דאצילות ומנוול כזה! נתמלאתי רחמים על חכמה דאצילות השוכנת בתוך מנוול כזה ופרצתי בבכי" (שטיינמן, ה'תשי"ז. עמ' 192). הבנה זו מתרצת, לדעתי, את הסתירה שבין המגמה להגביל את עבודת הבירורים לצדיקים (כפי שהבאתי לעיל) לבין הדגשה הנמצאת לא פעם בכתבי אדה"ז שכל אדם מחויב בעבודת הבירורים: "בזמן גלות השכינה, שמשפעת לחיצוניים שבהם בקליפת נוגה... עיקר עבודת האדם ועיקר עסק התורה והמצוות הוא לברר הניצוצות כנודע מהאר"י ז"ל... וכל איש ישראל יוכל לגלות תעלומות חכמה... כפי בחינת שורש נשמתו, ומחויב בדבר להשלים נשמתו בהעלאת כל הניצוצות שנפלו לחלקה ולגורלה כידוע" (ר' שניאור זלמן, תניא-אגרת הקודש, פרק כו¹⁷). ניתן לראות את דרך ההתבוננות החב"דית כגיבוש אופן מיוחד של עבודת ההבדלה, המותאם ליכולתם של 'בינוניים'. הגדרה זו תופסת, לדעתי, לא פחות לגבי טכניקות ברסלביות ידועות. אציג כאן שתיים מהן.

התבודדות: "ההתבודדות הוא מעלה עליונה וגדולה מן הכל, דהיינו לקבוע לו על כל פנים שעה או יותר להתבודד לבדו באיזה חדר או בשדה, ולפרש שיחתו בינו לבין קונו בטענות ואמתלאות, בדברי חן וריצוי ופיוס, לבקש ולהתחנן לפניו יתברך, שיקרבו אליו לעבודתו באמת. ותפילה ושיחה זו יהיה בלשון שמדברים בו, דהיינו בלשון אשכנז (במדינתנו)... (כי) בלשון אשכנז יכול לפרש כל שיחתו, ואת כל אשר עם לבבו ישיח ויספר לפניו יתברך, הן חרטה ותשובה על העבר, והן בקשת תחנונים לזכות להתקרב אליו..." (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן תנינא, תורה כה). "ואפילו אם

¹⁷דיון נרחב בנושא. במאמרם של תשבי דן על תורת החסידות (א. רובינשטיין. עורך, עמ' 277).

לפעמים נסתתמין דבריו, ואינו יכול לפתוח פיו לדבר לפניו יתברך כלל, אף על פי כן זה בעצמו טוב מאד, דהיינו ההכנה שהוא מוכן ועומד לפניו יתברך, וחפץ ומשתוקק לדבר אך שאינו יכולי (שם). הדרכה זו זכותה, ככל הנראה, למעמד מיוחד בין הדרכותיו של רבי נחמן, והפכה לאחד המאפיינים העיקריים של החיים הברסלביים (ר' יונתן שתיל, ה'תשמ"ז).

והנה חלק עיקרי מאותה התבודדות הוא וידי דברים, ומוזכר פה בהגדרה יחסית ותשובה על העברי: "דע כי צריך דווקא וידי דברים, כי צריך לפרט את החטא, וצריך להתוודות בדיבורים בכל פעם על כל מה שעשה. ויש לזה מניעות רבות: לפעמים נשכח מאיתנו החטא, ויש שיכבד עליו מאד וקשה לו להוציא הדיבור להתוודות, ועוד מניעות רבות" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה קעח). דווקא על ידי כך, מסביר רבי נחמן, בונה אדם את 'קומת השמחה': "כל מצווה מתרייג מצוות יש לה אבר מהשמחה, לפי בחינתה, ועל כן אם פגם באיזה מצווה, הן מצוות עשה או לא תעשה... אזי כשפוגע בזה האבר שהוא כנגד אותה מצווה שעבר, אי אפשר לו לשמוח שם, ואדרבה, יש לו דאגה שהוא הפך השמחה... ועל כן על ידי זה מרגיש ונוכח החטא שעשה מקודם" (שם). השמחה היא המאפשרת וידי, והידי הוא המאפשר את התשובה המחזירה את השמחה על כנה. נראה שיסוד הדברים הוא אותה תפיסה המתייחסת לשמחה כאל מצבה הטבעי של הנפש, ולעבירה כאל 'קליפה' שאינה מאפשרת את התגלותה הנכונה של השמחה. הידי מבחין את העברה, בפני עצמה, ועל ידי כך מאפשר להרחיק את הקליפה ולגלות את המהות שמתחתיה.

חיפוש הטוב: והדברים קשורים לטכניקה נוספת, שגם היא זכותה למקום נכבד מאד בהוויה הברסלבית, התורה המכונה בספרות זו בכינוי 'אזמרה': "דע כי צריך לדון את כל אדם לכף זכות, ואפילו מי שהוא רשע גמור, צריך לחפש ולמצוא בו איזה מעט טוב, שבאותו המעט אינו רשע, ועל ידי זה שמוצא בו מעט טוב, ודן אותו לכף זכות, על ידי זה מעלה אותו באמת לכף זכות ויוכל להשיבו בתשובה. וזה בחינת (תהילים לז) "ועוד מעט ואין רשע והתבוננת על מקומו ואיננו", היינו שהפסוק מזהיר לדון את הכל לכף זכות, ואף על פי כן שאתה רואה שהוא רשע גמור, אף על פי כן צריך אתה לחפש ולבקש ולמצוא בו מעט טוב ששם אינו רשע... וזהו ועוד מעט ואין רשע, על ידי שמוצא בהרשע עוד מעט טוב, ששם אינו רשע, ועל ידי זה התבוננת על מקומו ואיננו, והיינו כשתתבונן ותסתכל על מקומו ומדרגתו, ואיננו שם על מקומו הראשון... וכן צריך האדם למצוא גם בעצמו, כי זה ידוע שצריך האדם ליזהר מאד להיות בשמחה תמיד, ולהרחיק העצבות מאד מאד... ואפילו כשמתחיל להסתכל בעצמו ורואה שאין בו שום טוב, והוא מלא חטאים, ורוצה הבעל דבר להפילו על ידי זה בעצבות ומרה שחורה ח"ו, ואף על פי כן אסור לו ליפול מזה, רק צריך לחפש ולמצוא בעצמו איזה מעט טוב, כי איך אפשר שלא עשה מימיו איזה מצווה או דבר טוב. ואף כשמתחיל להסתכל באותו הדבר הטוב, הוא רואה שהוא גם כן מלא פצעים ואין בו מתום, היינו שרואה שגם המצווה והדבר שבקדושה שזכה לעשות, הוא גם כן מלא פניות ומחשבות זרות ופגמים הרבה, עם כל זה איך אפשר שלא יהיה באותה המצווה והדבר שבקדושה איזה מעט טוב, כי על כל פנים... היה איזה נקודה טובה בהמצווה והדבר טוב שעשה, כי צריך האדם לחפש ולבקש ולמצוא בעצמו איזה מעט טוב כדי להחיות את עצמו ולבוא לידי שמחה כני"ל... (ו) על ידי זה הוא יוצא באמת מכף חובה לכף זכות ויוכל לשוב בתשובה" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה רפד, הדגשה שלי, ב.כ.).

פירושה של הדרכה זו הוא: ללמוד להבחין בין הטוב והרע שבכל מחשבה דיבור ומעשה, וללמוד לזהות את עצמו דווקא עם צד הטוב שבו. מדובר, לדעתי, בהדרכה שונה בצורתה מן ההתבוננות החב"דית, ויחד עם זאת קרובה לה מאד במגמתה.

וגם הרב קוק הדריך בדרכו להזדהות עם הצד החיובי, הבריא והטוב שבנפש ולהתעמת עם הצד האחר: "הלימוד שהאדם הוא יצור מורכב ברוחניותו משתי נפשות, נפש טובה א-לקית ונפש רעה בהמית, הוא אחד מהיסודות היותר נכבדים להארת הדרך של ההבנה האנושית במהות הנפש ... האדם יוכל למצוא קורת רוח תמידי על ידי זה, בין בשעת שלוותו, בין בשעת ייסוריו. כשהטובה מתרחבת, הרי הוא מקשר את רעיונו בהנפש הא-לקית, להרחיבה להרימה ולחזקה. וכשהמצוקה גוברת הוא משיח פנים אל הנפש הרעה הבהמית לצחצח את זוהמתה ... מרגיל האדם את עצמו להביט על מגרעותיו כעל דבר העומד מחוץ לעצמותו העיקרית, ובזה הוא שופט את עצמו בצדק" (הרב קוק, מוסר הקודש, עמ' רלה. הדגשה שלי, ב.כ.).

מקומה של ההבדלה בדרך התיקון של הרבי מפיאסעצנא: בנושא זה יש עניין מיוחד במשנתו של רבי קלונימוס שפירא מפיאסעצנא, בין היתר בהיותו נציג השלב המאוחר ביותר של החשיבה החסידית (רבי קלונימוס נרצח בטרבלינקה לאחר מרד גטו ורשה). ניתן למצוא בכתביו התמודדות מקיפה עם שאלות היסוד של החשיבה הפסיכולוגית החסידית, לעיתים קרובות מתוך התייחסות למציאות החיים בראשית המאה העשרים (מה שמביא לעניין מיוחד בדברים).

בספרו 'הכשרת האברכים' נמצאת התקפה חריפה על ההסתפקות בעבודת ההכנעה, בעיקר בגלל אי יעילותה לטווח ארוך: "סמרו שערות ראשי משמועה רעה אשר שמעו אזני התאוננות אנשים חסידים באים בימים, שאי אפשר להם עתה לעמוד נגד תאוותיהם אפילו כפי ערך שעמדו בימי שחרותם... מפני שבנעוריהם משחרותם עבודתם רק בדעתם לבד הייתה ולא נתנו לב להיטיב את עצמותם ואת התרגשותם ולהפעילם לטובה ולקדושה, (כלומר, חסידים אלו הסתפקו בשליטה קוגניטיבית על היצר ולא ניסו לשנות אותו מיסודו. ב.כ.). רק עצרו את עצמם, ומן התרגשויותיהם הרעות רק התאפקו. לכן כשבאו בימים ונחלשו, ועימהם כוח ההתאמצות וההתאפקות נחלש, אז רק מן תאוותיהם אשר גם הן נחלשו במידה מרובה מחולשת גופם הם נחים, ומאותן שלא נחלשו עימהם במידה מרובה הם סובלים וכמעט שקשה להם לעמוד נגדן" (ר' קלונימוס שפירא, הכשרת האברכים, עמ' כג). הווה אומר, כל זמן שהמחשבה הזרה לא תוקנה באמת גם השליטה שניתן להפעיל עליה היא מפוקפקת. במקום אחר השתמש בהקשר הזה במילה המפורשת 'רפוי': "את הצו והזרוז הזה שמע נא, תרפא את נפשך ולא תסתפק לעצור בעדה בלבד" (ר' קלונימוס שפירא, צו וזרוז, עמ' שכג).

לשם כך הוא הציע טכניקה קוגניטיבית שיש בה מיסוד ההכנעה ומיסוד ההבדלה: "תראה שחוק הוא באדם, אם יטפל באיזה רחש מרחשי נפשו, אם הוא רחש של דמיון, רצון או הרגשה, אהבה, יראה או שאר המידות, אם אין טיפול המחשבה בהרחש, רק אודות הרחש/הרגשה במקור, ב.כ.), אודות הדמיון, אודות הרצון או אודות האהבה, היראה וכו', אז אדרבה על ידי טיפול המחשבה אודותיו יקלש הרחש אף יחדל לגמרי...

... למשל יש לך ידיד שאוהבים אתם זה את זה, אם באהבתכם תטפל, אף אם תשתף את המחשבה בטיפולך ותחשוב אוהבי היקר מה מאוד אוהב אני אותו ומה אעשה בשביל אהבתי לו, אפשר אקנה לו מתנה, אפשר אעשה לו טובה... אז בכל פעם יוסיף רגש האהבה ויתחזק בך. ואם לא

באהבה תטפל, רק אודות האהבה... (ותשאל את עצמך) האם באמת אני אוהב אותו, ואפשר אני אוהב אותו רק שאיני שונא אותו, ומה אהבתי לו שאהבהו, ולמה אני אוהב לו... אז אף אם לא תמצא בו-אשם שבשבילו לא תאהבהו, מכל מקום ההבטה על רגש האהבה והטיפול בו... (יגרום לכך ש)גם הוא יחלש ואם תוסיף עוד לחשוב אודותה גם לגמרי יתקרר" (ר' קלונימוס שפירא, הכשרת האברכים, עמ' יט). ההצעה היא לחזור על התרגיל הזה פעמים רבות, כדי שהמחשבה הזרה תאבד מכוחה לטווח ארוך. יסוד ההבדלה שבטכניקה הזו נובע מכך שדרך ההתבוננות הזו יחשף היסוד הדמיוני שבאותו 'רחשי' (שם, עמ' קיט), מה שעשוי להיות יעיל במיוחד אם באמת נגיע לשורש הסיבוך שיצר את המחשבה הזרה: "אם באמת יפגע בהסיבה אשר סיבבה לו את קשיות העורף או להפך את העצבות והרוגז, אז ממש בהבטה הראשונה אשר יסתכל בה תחלש(שם, קל). רבי קלונימוס טען שבמקרה כזה יחוש האדם הקלה נפשית רבה, והוסיף "חוק מחוקי הנפש הוא אשר אי אפשר עתה לבארו למה הוא כך" (שם). המטרה האמיתית של כל המהלך היא ההמתקה: "עלינו להפשיט לבוש המזוהם ורעת התאוה מן חלק נפשנו זה שנתגלה עתה בהתרחשות רעה זו, שלא לבד שנתאפק מן תאוותנו ובקרבו עוד תבער... רק שלא נתאוה וחלק נפשנו שנתעורר נפשיט ונשליך מעליו את לבושו הרע, ואז עוד נרוויח את חלק הנפש בסתם התרגשות שעוד נוסיף בה לעבודת הקודש" (שם).

חשיבותם של הדברים, מעבר להיותם טכניקה חסידית מקורית לתיקון (ועדות חשובה על כך שמעין היצירה החסידי לא פסק גם בשלב מאוחר זה) היא גם בכך שדברים אלו נאמרו במפורש לכל 'אברך' חסידי החפץ בתיקון נפשו. הרבי מופיע בספר זה כמדריך ומעורר לעבודה, אבל את התיקון בפועל של המחשבה הזרה חייב כל אחד לעשות בעצמו. שוב נסתרת ההנחה שמודל התיקון השלם (הכולל הבדלה והמתקה) הוגבל, בכל שיטות החסידות המאוחרת, לשימושם של צדיקים בלבד.

ניתן, לדעתי, לסכם ולומר כי לפי כל השיטות החסידיות שלב ה'הבדלה' בין טוב לרע הוא השלב המכריע בתהליך התיקון, אלא שיש להבחין: התפתחותו של האדם היא ממצב של יפש בהמית' שכל כולה מידות דתוהו (כלומר, כוחות נפשיים שעוותו על ידי השבירה), ועוברת דרך הופעת אני מרכזי שהוא - בניגוד לתסביכים השונים - הנו התגלות בלתי מעוותת של אור הנשמה. אותו 'אני' חייב להבחין את עצמו מאותם תסביכים, לצבור עוצמה מספקת משלו, ורק אז הוא יכול לטפל בתסביכים עצמם בדרך של העלאת המידות והמחשבות הזרות. החסידויות השונות נחלקו ביניהן בשאלה מיהו הרשאי לעסוק בהעלאת המידות והמחשבות, שאלה שניתן לנסח - מהי העוצמה שצריך האני לצבור על מנת שיוכל לטפל בתסביכיו בלי להיפגע. היו ששמרו עבודה זו לצדיקים גמורים ולמנהיגים רוחניים, והיו שפתחו אותה לכל אדם (אם כי יש להניח שגם הם היו מציבים דרישות של בשלות רגשית כלשהי).

ג. המתקה: כפי שראינו, לאחר שלב ההבדלה נחשף ה'ניצוץ' הקדוש, שורשו הטוב של התסביך, ואז יש לחפש לו כלים להתגלותו. בלשון הבעש"ט שהבאתי קודם, זה השלב שבו האדם 'מלי' מלשון 'ממלל', מבטא את השאיפה הטובה שהיתה ביסוד אותה מחשבה זרה. זהו השלב שמכונה בתניא 'אתהפכא'.

סימנה הראשון של ההמתקה הוא ריקון המחשבה הזרה מן האנרגיה שהזינה אותה עד כה. הסימן לכך שהעבירה נסלחה, אמר רבי בונים מפשיסחא, הוא שאין אנו עוברים אותה שוב (אור

הגנוז, עמ' 412). אולם אין די בכך לאחר שהתסביך התרוקן התגלה ניצוץ קדוש, ויש לגלות את אורו כדי להיטיב לעולם כולו ואכן במקומות רבים בספרות החסידיית מתואר שלב זה בנעימה ברורה של התלהבות. כתב החוזה מלובלין: "ידוע שצריך חשק גדול לעבודת שמיים, והחשק בא מצד יצר הרע, וזה בחטא יחמתני אמי - נוטן לי חמוס לה' יתברך לעבדו בהתלהבות" (ר' יעקב יצחק מפשיסחא, דברי אמת, צו, עמ' פא), ובמקום אחר "כשנמתק יצר הרע אזי הוא נעשה יצר טוב" (ר' יעקב יצחק מפשיסחא, אבני זכרון, סי' קנז, עמ' עג). והרב קוק התבטא באופן דומה כשכתב "הרצון העז, הפורץ כל גבול, שגרם לחטא, הוא בעצמו נעשה כוח חי הפועל גדולות ונשגבות לטובה ולברכה" (הרב קוק, אורות התשובה, פרק יב, א).

ובמקומות אחרים איחד את עבודת ההבדלה וההמתקה כרצף אחד: "כשעוסקים בתשובה, צריכים להגדיר ביותר את מהותם של הטוב והרע, כדי שהחרטה וזעזוע הרצון מחיוב לשלילה יפלו רק על הרע ולא על הטוב. ועוד יותר, שצריך לברר את הטוב הנמצא בעומק הרע ולחזק אותו - באותו הכוח עצמו שבורחים מן הרע, כדי שתהיה התשובה כוח פועל לטובה, המהפכת ממש את כל הזדונות לזכויות" (שם, פרק ט', ה). בניסוח אחר: "כשעומק הרע נעשה ידוע ברעותו, מבהיק יותר עומק הטוב בטוב... ועל ידי זה נעשית הבחירה חופשית באמת, ושיקול הטוב נישקל הוא באין מפריע, וממילא כוח המושג הרוחני, שיש בכל נפש להמשך אל הטוב, פועל הוא להגביר את הכרעת הטוב ולהעמיד את סדרי החיים של היחיד והציבור כולם על המרכז של הטוב הגמור, שמילתו האחרונה - אור ה' " (שם, פרק ט', ט).

התיקון כההליך בין אישי: עד כאן תיארתי את התיקון כההליך המתנהל כל כולו בתוך עולמו של הפרט. נפש הפרט היא זו המלאה מידות רעות ומחשבות זרות שיש לתקן: 'להכניע את הרסנותם, 'להבדיל בין הטוב והרע שבהם כדי להגיע ל'המתקה' המיוחלת. הפרט עצמו הוא הפועל את כל הפעולות הללו. ניתן לומר שמוטלת עליו, על הפרט, משימה של אינדיבידואליזם, תיקון עצמי ו'תשובה', ואיש אינו יכול לטול אותה ממנו: "כל אדם נברא לתקן דבר מיוחד שאין אחר יכול לתקן" (ר' יהודה ליב אלטר, שפת אמת, קורח, תרמ"ז).

אלא ששום אדם אינו חי את חייו בחלל ריק. כולנו מוקפים אנשים, קשורים בהם, אוהבים את אלו ושונאים אחרים. כולנו מנסים להיעזר בבני אדם במשימות התיקון המוטלות עלינו. אין ספק שנקודה אחרונה זו, במיוחד, היא אחד הנושאים המפותחים ביותר בספרות החסידיית. מטבעה מרותקת ספרות זו לאינטראקציה המורכבת שבין הרבי לחסידי, ועוקבת בהשתאות אחר הדרכים המגוונות בהן מדריך הרבי את החסיד בדרכו המפותלת לתיקון נפשו.

נפנה כעת לעסוק במודלים המורכבים של עזרה נפשית שפיתחה החסידיות ולנסות להפיק מהן תובנות מועילות לעבודתו של פסיכולוג דומה שאני חייב בזהירות יתרה. רוב רובם של המודלים הללו מניח כי הצד העוזר הוא 'רבי', אדם בעל כוחות יוצאי דופן. רוב רובם של הסיפורים החסידיים מסופר מנקודת המבט של החסיד העוקב בהערצה רבתי אחר סגולותיו המופלאות של רבו, באופן המשווה גם למחווה הקלה ביותר שלו הילה של 'מופת'. הפסיכותרפיה המערבית בנויה על הנחה הפוכה: הפסיכולוג אינו אלא אדם רגיל שרכש לו מיומנות מסוימת במקצוע הניתן ללימוד (ככל מקצוע). לכל היותר הוא נדרש לרמה הגבוהה במעט מן הממוצע של בשלות נפשית, ולעיתים גם לא לכך: "אין להכחיש" כתב פרויד "שלא כל האנליטיקאים הגיעו באישיות שלהם לאותה מידה של נורמליות נפשית שאליה הם מבקשים לחנך את המטופלים שלהם" (Freud, 37, P)

247), ופרויד המשיך והסביר בהרחבה מדוע אין העובדה הפשוטה הזו מהווה נימוק כנגד הפסיכואנליזה כפרקטיקה. הספרות החסידית, לעומת זאת, מלאה ניסיונות להבחין בין צדיק 'אמיתי' - הראוי להנהיג אנשים, לבין "אלו שלבשו איצטלא דרבנן מבלי היותם ראויים לכך" (כלשון רבי אורי מסטרליסק, המובאת אצל פיאקאזי, ה'תשנ"ד, עמ' 222).

אמנם, גם בחסידות אנו מוצאים לעיתים הכרה בכך שההתייחסות לאדם כלשהו כיצדיק עלולה להיות תוצאה של מה שכיום אנו קוראים 'השלכה'. כך מסופר על רבי הלל מפאריטש מגדולי חסידי חב"ד בדור השני, שאמר לחסיד שפנה אליו בבקשת הדרכה: "מסתבר שאם אין לולב לוקחים מקל ומברכים עליו בנענועים" ... ואף על פי כן לא נמנע מלתת לו תשובה לשאלתו (שטיינמן, שם, עמ' 350). בובר הביא אמירה עוד יותר עוקצנית בשם רבי מנדל מרימנוב: "אם יתאספו אלך חסידים בעלי אמונה מסביב לבל עץ, יעשה גם הוא נפלאות" (בובר, ה'תשל"ז, עמ' 37). אולם דווקא כאן מתבלט ההבדל היסודי שבין האדמו"ר לפסיכותרפיסט. בתפיסה החסידית המודל הראוי הוא שהרבי יהיה באמת אדם בעל כוחות נפלאים, וכל האפשרויות האחרות הן במקרה הטוב תחליפים לקויים ובמקרה הרע רמאויות הפשוטות. בתפיסה המודרנית כל יחוס של כוחות יוצאי דופן למטפל הוא השלכתי ביסודו.

ועם זאת, כשם שהחסידות מציעה דרכי 'עבודה' שהחסידי אמור לעבוד בהן בפני עצמו, כך היא מציעה דרכי עזרה שבהן אמור החסיד להיעזר בחברו. כך למשל כתב רבי אלימלך: "לספר בכל פעם לפני המורה לו דרך השם ואפילו לפני חבר נאמן (הדגשה שלי, ב.כ.) כל המחשבות והרהורים רעים אשר הם נגד תורתנו הקדושה ... ולא יעלים שום דבר מחמת הבושה. ונמצא על ידי ספור הדברים שמוציא מכוח אל הפועל, משבר את כוח היצר הרע שלא יוכל להתגבר עליו כל כך בפעם אחרת. חוץ מעצה טובה שיוכל לקבל מחברו ... והוא סגולה נפלאה" (ר' אלימלך מלז'ניסק, נועם אלימלך-צעטיל קט, יד). תפקידם של היחסים הבינאישיים בתהליך התיקון אינו מקרי אלא מהותי, ולא מעט כתבים חסידיים האריכו במשמעותה של ה'חברותא' החסידית בתהליכי התיקון הנפשי.

דגש מיוחד שמה החסידות על חשיבותם התרפויטית של יחסי אנוש, גם בין 'סתם' אנשים. רוטנברג מקדיש לכך דיון נרחב בספרו 'קיום בסוד צמצום', שם ציטט את אמרתו של הבעש"ט: "שאם נזדמן לאדם שראה דבר עבירה או שמע על אי יבחין שיש בו שמץ עבירה זו ושירגיש לתקן את עצמו ... ואז גם הרשע יחזור בתשובה אחר שיכלול אותו עמו על ידי אחזות שכולם אדם אי ואז תגרום שיהיה מכלל ועשה טוב ושתעשה את הרע טוב" (רוטנברג, ה'תשנ"ג, עמ' 117), והוא תמה: "איזה קשר סיבתי אני יכול למצוא בין התנהגות הזולת להתנהגותי שלי כדי לפשפש במעשי ולמצוא בהם אותה התנהגות א-נורמטיבית, חוטאת? שנית, כיצד חזרתי שלי מדרכי הרעה מתקנת בעת ובעונה אחת גם את התנהגותו הסוטה של הזולת?" (שם) והסביר כי הבעש"ט תיאר "תמונה דינמית של יחסי גומלין: תהליך של השתקפות כפולה, שעל-ידי שני הצדדים שמביאים זה את זה לידי שינוי" (שם, עמ' 118). זהו מצב שבו מניח כל אדם כי הזולת מושפע על ידו ומשפיע עליו בעת ובעונה אחת, כך שהתנהגותו הלקויה של הזולת לעולם אינה מנותקת מהתנהגותי שלי. ולכן, אם התנהגותו של הזולת פגומה באופן כלשהו עלי להסיק מכך ש: א) אין ספק שגם אצלי קיים פגם מקביל, אולי לא באותה דרגת חומרה אבל חמורה זיה כדי להשפיע על הזולת. לכן מהווה התנהגות הזולת הזדמנות לאדם ללמוד על התנהגותו שלו, כפי שמפרש רבי יעקוב יוסף את הפתגם "איזהו חכם - הלומד מכל אדם", והסביר: "חכם הוא הלומד מכל אדם כמו המסתכל

במראה יודע חסרונו על ידי שרואה חסרון זולתו" (שם). ב) הדרך הנכונה ביותר להשפיע על הזולת לתקן את דרכו היא לתקן את אותו פגם בתוך עצמו.

דברים אלו זכו לפיתוח תיאורטי נרחב במשנה החב"דית על ה'התכללות', שאת עיקריה הבאתי בפרק הפסיכולוגיה החסידית. משנה זו מתבססת על תורה קבלית עתיקת יומין שהשוותה את אחדותו הפנימית של העם לאחדותו של גוף האדם: "כמו על דרך משל בגוף אחד, הגם שהוא בהתחלקות ציור איברים ראש ורגליים וציפורניים, מכל מקום כל אחד כלול מזולתו, שביד יש חיות מעין הרגל על ידי הקזה בחברו מצד עירוב הדמים וההתכללות הזאת באברי הגוף" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל, דרך מצוותיך, עמ' 56). "ולכן נצטוונו גם כן לאהוב כל אדם מישראל שהרי כל אדם כלול מכל נשמות ישראל כנ"ל מן האיברים, והרי אם כן בו יש זולתו כמו כן, ויאהב זולתו כמוהו, וכך הוא כלול בזולתו כנ"ל... וההתכללות זאת היא כשאדם מראה בעצמו ובגופו כן, שאוהב רעהו כאברים הכלולים זה מזה ושלי שלך, כי עצמו ובשרו הוא, מה שאין כן כששונא לאחד מישראל בלבו הרי הוא מפריד מנפשו אותו חלק של זולתו הכלול בו ודוחהו מעליו בשנאה זו ששונא בו ומסלק רצונו ממנו וממילא שיש פגם וחסרון בנפשו שנחסר בו החלק הנ"ל ונעשה בעל מום" (שם). מכאן השורש לאינספור הדרכות, המתוארות בהרחבה בספרות החסידית, שהדריכו אדמו"רים את חסידיהם לתקן את עצמם על ידי דאגה נמרצת לחסידים אחרים. כדוגמא אחת בלבד אביא את סיפורו של ר' לייב פוזין, חסיד חב"ד בדורו של הצ"צ, אשר הצדיק את הדין על קשיים של חברו באומרו "ר' שמואל בריך (עמיתו) נמצא בשפל המדרגה - אם כי צדיק הוא ה' וישר משפטיו. באם השי"ת, עשה כך, מסתמא כך צריך להיות, אבל רחמנות גדולה עליו... " (גוטליב, היתשמיז', כרך ב, עמ' 124). לאחר זמן מה נפגעו עסקיו של ר' לייב עצמו, ובא בבכיות גדולות אל רבו, הזכיר לו הצ"צ את אותה ה'צדקת דין' ואמר לו: "אצלך ההוא והאני הם כנראה שני דברים שונים... " והוסיף "מקובל בשם הבעל שם טוב, שכל הפוסק איזה דבר על חברו, הן לטוב והן לרע, הריהו פוסק זאת על עצמו. המצדיק דין שמיים על חברו ואיננו משתתף בצערו לעורר עליו רחמים - הרי הוא מקטרע על עצמו" (שם, עמ' 125), והנחה אותו לסייע לחברו בסכום נכבד. דוגמאות רבות כאלו פוזרות בספרות החסידית.

יוצא שלקשר בינאישי יש כמה וכמה השפעות ברורות על האישיות והתפתחותה. האחת היא אבחנותית, והיא כפולה: דרך יחסי לזולת אני יכול לבחון את מידת האגוצנטריות של רגשותיי, מה שממילא מלמד באיזו מידה התקדמתי לעבר גילוי אורה של נפשי הא-לקית. באופן יותר ספציפי, על ידי התבוננות בשאלות כמו מיהם האנשים שאני דוחה, ומה מקומם אותי בהם, אני יכול להבין אילו נקודות ספציפיות עלי לתקן. מעבר לכך, הקשר עם הזולת, דווקא על ידי התמקדות בנקודות שבהן הוא קשה במיוחד, מעורר אותי לסייע לו לתקן את עצמו - והדרך הטובה ביותר לכך היא התמודדות שלי עם עצמי באותן נקודות שראית כבעייתיות אצלו!

נתבונן עכשיו במסגרת הפשוטה לכאורה עליה המליץ ר' אלימלך (עוד רבים), של וידוי דברים לפני חבר טוב, וננסה לנתח את העשוי להתרחש בה לאור כל אותן מורכבויות שהצגתי זה עתה. בעצם התקבלה תמונה מורכבת להפליא של סיוע נפשי אותו יכול אדם לקבל מעמיתו. דפוס המזכיר באופן מובהק את מודל הטיפול הנפשי הפסיכודינמי במובנו העדכני, כפי שאתאר בפרק הבא.

ובכל זאת, אי אפשר לנתק את היסוד הבינאישי שבתורת התיקון החסידית מן ההקשר הייחודי של הקהילייה החסידית, מה שמביא אותנו לתפקידו הייחודי של הרבי בתהליך הזה.

התיקון ביחסי רבי-חסיד: האפיון המובהק ביותר של עדת החסידים הוא היותה מרוכזת

סביב דמותו של הצדיק, הרבי החסידי, המנהיג אותה. יש חוקרים (פיאקאז', ה'תשס"א, עמ' 445. ויוסף דן, ה'תשס"א, עמ' 52) שהציעו שאותו מבנה חברתי הוא האפיון היחיד כמעט של החסידות כתופעה היסטורית. אין ספק שעמדה זו נובעת מכך שאין הם מוצאים כל אפיון רעיוני ספציפי המלכד סביבו את ההגות החסידית כולה, ובמבוא ניסיתי להתמודד עם התפיסה הזו ולדחותה.

אולם לכל הדעות אי אפשר להבין את דינמיקה המיוחדת של עדת החסידים בלי להבין את מקומו של הרבי בתוכה. אין לי כוונה למצות בדיון הזה את מכלול תפקידיו של הרבי. מבחינתו של החסיד הרבי הוא קודם כל המנהיג הבלתי מעורער של עדתו, הוא הקובע בכל נושאי החיים, מעסקי שידוכים ועד לשאלות עסקיות מורכבות, מקום מגורים, דפוסי הצבעה - בקצרה, בכל תחום אפשרי. הרבי הוא דמות המופת לחיקוי, ולעיתים מבט קל בפניו דיו לחסיד כדי לשאוב ממנו אנרגיה נפשית ורוחנית לזמן רב. יותר מזה, החסיד יודע היטב כי כל אשר לו - בזכותו של הרבי, קיבל שקדושתו ותפילותיו הן שהורידו אליו את השפע הגשמי 'בני חיי ומזוני'. גרין (Green, 87) מביא שורת מטאפורות נפוצות מן הספרות החסידית לתיאור תפקידו של הצדיק, ומשקפות את מעמדו כמרכז העליון של הקהילה כולה: מלך, כהן, תלמיד חכם ועוד.

בכל הנושאים הללו לא אוכל להעמיק פה. מכל הקשת הרחבה של יחסי רבי-חסיד אנסה לבדד את אותם יסודות הקשורים לתהליך התיקון הנפשי של החסיד, ולהראות כי הם עשירים בתובנות פסיכותרפויטיות היכולות להעשיר את דיוני הפסיכולוגיה המערבית בנושאים אלו.

ראוי לציין כי הדינמיקה הייחודית של המפגש בין החסיד לרבו זכתה כבר להתייחסות מחקרית. שכטר (91, Schachter) הרחיב מאד בתיאור פנומנולוגי ואנתרופולוגי של המפגש, כולל השלכותיו הטיפוליות, אולם לא גיבש את ממצאיו לכלל שיטה מסודרת היכולה להיות ישימה מעבר להקשר המיוחד מאד של חיים חסידיים מלאים. ספירו (78, Spero) משווה את הגישה החסידית לפסיכואנליטית וטוען במפורש כי כמו התרפיסט המודרני "גם הרבי החסידי העריך מאד את כוחו של יחס אנושי, אולם לא נראה כמעונן בסקירה קפדנית של התהליך על ידו מושגות התוצאות הטיפוליות" (שם, עמ' 53). בכלל, לדעתו, הוגי החסידות לא היו מעוניינים בהבנה תיאורטית של מעשיהם (שם, עמ' 54). בניגוד לתפיסה זו, בכוונתי לטעון כי עבודתם הטיפולית של מורי החסידות משקפת שיטה תיאורטית מובנית וישימה.

אולם קודם לכן אנסה לסקור את יסודותיה של תורת הצדיק כפי שהיא מופיעה במקורות החסידיים.

השורש העיוני לתורת הצדיק נמצא, לדעתי, במטאפורה האורגנית של חיי החברה. כפי שהבאתי קודם תורה קבלית קדומה משווה את אחדותו של העם לאחדותו של גוף אנושי. צעד קל בלבד מוביל מכאן לרעיון בדבר קיומם של סוגי אנשים שונים המקבילים לאברים שונים. מבחינה היסטורית, הרעיון הזה זכה לפיתוח נמרץ במיוחד בכתביו של רבי יעקוב יוסף מפולנאה, תלמיד הבעש"ט, וככל הנראה חדר, דרך כתביו הרבים, לתורותיהם של תלמידי המגיד ממזריטש (המגיד עצמו לא עסק כמעט בשאלות של הנהגה. ראה אטקס, ה'תש"ס, עמ' 287). כתב רבי יעקב יוסף: "כי העולם בכלל נקרא פרצוף אחד, המוני - עם הם רגלי הפרצוף והצדיקים הם עיני העדה..." (נגאל, ה'תשל"ד, עמ' כג). "עולם" מובא כאן במשמעות של 'ציבור', כמקובל בקרב דוברי היידיש, והמילה 'פרצוף' מובאת במשמעות של דמות אדם מלאה, כשימושה הקבלי הנפוץ. מכאן נובעת תלות

הדדית בין ההמונים הרחבים לבין ראשי העם: "כי בירידת רגלי האדם בדור גם הראש הוא נמוך, מה שאין כן כשעומד ברגליו על ההר כוי" (שם, עמ' כד). לכן תפקידו העיקרי של הצדיק הוא להמשיך שפע רוחני וגשמי להמונים, כשם שתפקידו של הגוף הוא לדאוג לצורכי יתר איבריו: "כי יצדיק יסוד עולם" ובו מעבר השפע לכל העולם, שהם שאר אברי הגוף, ונקראים - 'המונים', ועל דרך זה אמרו 'כל העולם ניזון בשביל חנינא בני, שהוא השביל והצינור' (שם, עמ' ט). הדברים זוכים כאמור, לפיתוח רב בכתבי תלמיד המגיד לגווניהם ואצטט את ניסוחו הקלאסי של בעל התניא: "בכל דור ודור יש ראשי אלפי בני ישראל שנשמותיהם הם בחינת ראש ומוח לגבי נשמות ההמון... עד סוף כל דרגין המלוּבש בגוף עמי הארץ וקל שבקלים נמשך ממוח העליון שהיא חכמה עלאה..." (ר' שניאור זלמן, תניא-סשב, פרק ב).

רבי יעקב יוסף הדגיש פעמים רבות כי היחס בין ראשי העם להמונים מקביל ליחס שבין 'חומרי' ו'צורה', והדברים ניתנים להבנה לאור תורת 'אחדות ההפכים' שבין היש לבין האין. המוני העם עומדים בשיקול תמיד בין היותם 'כלים' לאור לבין היותם 'ישויות' החוצצות בפני האור ומונעות את התגלותו. הצדיק, לעומתם, הוא תמיד בבחינת 'אין', הוא הנמצא בביטול תמידי אל האור הא-לקי השורה במציאות. דרכו, ולמעשה דרכו בלבד, יכולים גם ההמונים להיות פלים לאור: "אי אפשר להיות התגלות בעולם העשייה כי אם על יד הצדיק שהוא במדרגת אין" (חסד לאברהם, לרבי אברהם המלאך, מובא אצל אליאור, ה'תשנ"ג, עמ' 492). גם ההשפעה הגשמית נובעת מביטולו המוחלט של הצדיק כלפי בוראו, כפי שאמר רבי יעקב יצחק, החוזה מלובלין: "מי שמחזיק עצמו לאין יכול להמשיך דברים התלויים במקל, בני חיי ומזוני". (שם, עמ' 488).

מכיוון שכך, תרומתו העיקרית של הצדיק לקהילה היא עצם נוכחותו בתוכה. הן מצד תרומתו הסגולית, והנסתרת (כמו שמוּבן שבנוסחה החז"לית 'כל העולם ניזון בשביל חנינא בני') והן בהיותו הוכחה חיה לרמת הרוחניות אליה יכול אדם להגיע. כך תיאר בובר מוכסן אשר חזר בתשובה שלמה לאחר שראה את 'חיוך האושר' על פניו של רבי זושא מאניפולי (בובר, ה'תשל"ז, עמ' 229). יוסף דן תיאר את היותו של הצדיק משרה אורה מיוחדת, 'חוויה נפלאה', באחת מתכונותיו הבולטות של הספור החסידי (דן, 75, עמ' 89).

אמנם, אין ספק שהיו לא מעט אדמו"רים שעיקר תפקידם בקהילה הסתכם בנוכחותם בה, והפסיכולוג רשאי להרחיב כאן בתיאור תפקידו של מנהיג כאובייקט להשלכות כאלו ואחרות, כפי שתיאר ביון בספרו 'התנסות בקבוצות' (ביון, ה'תשנ"ב). ואולם מרוב רובם של סיפורי החסידים עולה תמונה שונה. הצדיק מופיע כבעל תפקיד אקטיבי, שתפקידו לסייע לבני קהילתו בכל אופן אפשרי. לעיתים מדובר בהמשכת שפע גשמי (בעיקר בחסידות הפולנית, ראה רבקה שץ - למהותו של הצדיק בחסידות, וכן רחל אליאור, בין היש והאין. בתוך: צדיקים ואנשי מעשה, עורכים אליאור ואחרים, עמ' 117. וברכה זק, עיון בתורתו של החוזה מלובלין, שם, עמ' 219). אולם בדרך כלל מוגדר תפקידו כהנהגה רוחנית. רבי יעקב יוסף מפולנאה תיאר את התנאים רבי עקיבא וכן עזאי כאבות טיפוס לשני סוגי צדיקים: בן עזאי הוא צדיק לעצמו, מתרומם יותר ויותר במעלות הרוח ומתבטל כלפי בוראו, ואילו רבי עקיבא הוא צדיק המעורב בין הבריות: "וצריך טעמא, למה יגדל מעלת רבי עקיבא על בן עזאי שמת בנשיקה ודבקת רוחו שהוא עיקר תכלית ושלמות כנודע לבאים בסוד ה'! איברא נראה דשפיר גדולה מעלת רבי עקיבא על זולתו, כי עיקר תכלית ושלמות האדם שנברא בחומר וצורה כדי שיכניע ויעשה מן חומר צורה... ואחרי שקישט וקידש את עצמו בפרט יקדש ויקשט את אחרים, המוני עם, שהם כחומר הטפל אל שלומי אמוני ישראל שהם צורה..." (נגאל, ה'תשל"ד, עמ' יא).

כיצד עושים זאת הצדיקים? אם אני מתעלם מסיפורים (המצויים בשפע) על השפעות סגוליות שמשפיע הצדיק דרך תפילותיו ושאר אמצעים מאגיים, הרי שנותרים שני סוגי סיפורים שהרציונל שלהם - כך נראה - הוא תרפויטי מובהק. אכנה אותם: סיפורי הדרכה וסיפורי התקשרות.

סיפורי הדרכה הם פשוטים יחסית. הדפוס הרגיל שלהם כולל חסיד המקבל מרבו הוראה כלשהי שעליו לבצע כדי לתקן את נפשו. חלק מטכניקות שכללתי בתת הפרק הקודם נלקחו מסיפורים כאלו (למשל - 'הדיבור אל האיברים' שהציע רבי נחמן). לעיתים מדובר בהדרכה להתפלל בדרך מסוימת, לנהוג באופן מסוים עם חבריו או להשתדל במיוחד בביצוע מצווה זו או אחרת. כך למשל מסופר על הדרכתו של הרבי הרש"ב (החמישי בשושלת חב"ד) להטיל על תלמיד מסוים את העבודות הקשות ביותר של ההכנה לפסח, כדי להכניע את מידותיו הגסות (זוין, ה'תש"ם-ב, עמ' 281), ועוד אינספור סיפורים דומים.

מעניינים יותר מבחינה תרפויטית הם סיפורי ההתקשרות, שהם הסיפורים בהם יסוד התיקון נעוץ בעצם הקשר שבין הרבי לחסיד. הדגש בסיפורים אלו אינו על תוכן ההדרכה שמדריך הרבי את החסיד, אלא על הדרך שבה היא נעשית. הספור עוקב אחר הקשר המופלא, החד-פעמי, הנוצר בין הרבי לחסידיו ורק מכוחו מתרחש המפנה המיחולל בנפש החסיד. גם כאן, רבים מהסיפורים הקיימים מתוארים כוחותיו המופלאים של הצדיק, כמו 'ידיעתו הנפלאה' בנסתרות (ראה דן, 75, עמ' 90). ויחד עם זאת ממקורות רבים נראה שאדמו"רים השתמשו באופן מושכל ומתוכנן בתורת התיקון החסידית שסקרתי קודם בהרחבה. אנסה עכשיו להראות כיצד מתרחש הדבר בפועל.

חשיבות ההתקשרות והגדרתה: ראשית יש לציין את החשיבות העצומה שמיחסים חסידים לקשר הישיר הבלתי אמצעי, שבין הרבי והחסיד. מסופר על רבי בונם שנשאל פעם על ידי משכילים מדוע הוא חייב ליסוע לצדיק, והרי הוא בקיא למדי בספרי החסידות? והסביר שהדבר דומה להליכה לתאטרון, שעיקרה בחויה הנוצרת שם ואינה עוברת בקריאת המחזה... (בובר, ה'תשל"ז, עמ' 405). הניסוח אמנם שנון, כמיטב המסורת הפשיטחאית, אבל אין ספק שכל הוגי החסידות מסכימים, איש איש בדרכו, שיש ערך מיוחד במגע החי עם הצדיק, שאינו יכול להתממש אלא דרך מגע ישיר וחי.

אולם מהי הנקודה העיונית המחייבת דווקא מגע ישיר כזה? מדוע באמת אי אפשר לקיים את הקשר דרך קריאת ספרי הרבי, למשל?
אציג כאן שני ניסוחים, ברסלבי וחב"ד.

רבי נחמן השווה בין הקשר רבי-חסיד לקשר אם-תינוק: "כי צדיק הדור נקרא אם, על שם שהוא מניק-לישראל באור תורתו, והתורה נקראת חלב, כמו שכתוב 'דבש וחלב תחת לשונך'. וזה אנו רואים בחוש, כשהתינוק הוא בעצבות ועצלות, כשרואה את אמו הוא נתעורר הזריזות גדול לקראת אמו, היינו לשרשו (הדגשה שלי, ב.כ.). גם אנו רואים בחוש, כשהתינוק עוסק בדברי שטות שלו, אף על פי שיש לו תאוה גדולה לזה, אף על פי כן כשרואה את אמו הוא משליך כל תאוותיו אחר כתפיו ומושך את עצמו לאמו..." ('ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, תורה ד', ח'). המבט ההדדי של האם והתינוק מצליח לחזור דרך ההבלים שהתינוק עסוק בהם באותו רגע ולעורר את השורש הנסתר של הווייתו. דרך הקשר עם האם נמשך התינוק למהותו העצמית הנסתרת, ל'שורשו'.

בחב"ד מקובל המושג 'יחידות': "כניסתו של החסיד לחדרו המיוחד של הרבי, להתדבר אתו בכל העניינים הנוגעים לנפשו, לגופו ולענייניו בעולם" (גליצנשטיין, ה'תשל"ה, עמ' 231). עניין

היחידות "תופס מקום חשוב ביותר ומהווה אחד היסודות העיקריים בתנועת החסידות הכללית ובייחוד בתנועת החסידות החב"דית" (שם).

נושא היחידות זכה להגדרה מרתקת אצל הרבי החב"די האחרון: "עניין היחידות הוא, שיחידה שבנפש אחת שואלת ומתדברת עם יחידה שבנפש שניה" (שם, עמ' 233). היחידה היא הרובד העליון והנסתר ביותר שבנפש, כפי שמתואר בקבלה. זהו הלוח הפנימי ביותר של האדם, המיטב שבו, שורשו. יחידות, אמר הרבי החב"די, היא קשר מסוג מיוחד, המדלג מעל לכל רובד חיצוני ומגיע אל המהות.

הווה אומר, עצם המפגש עם הרבי יש בו יכולת לעורר את מהותו הפנימית של האדם. זוהי ההנחה המוסברת בכתבי חב"ד וברסלב (ומסבירה אינספור סיפורי חסידים מאסכולות שונות ומגוונות).

אלא שעצם הקשר הוא רק היסוד לפעולת התיקון. בתוך המסגרת הזאת פועל הרבי את פעולותיו, ואלו מכוונות על ידי תורת התיקון הכללית של החסידות. אחלק איפה את המקורות לאור שלבי תורת התיקון שסקרתי קודם, הכנעה הבדלה והמתקה, כאשר הפעם הם מופיעים בהקשר בין אישי.

א. הכנעה פירושה בלימה וריסון. לפעולת הכנעה תחשב, בהקשר הזה, כל פעולה של צדיק המכוונת לזעזע את החסיד ולגרום לו לנטוש כיוון מסוים. לעיתים נעשה הדבר על ידי לגלוג מר על אדם הסובר שדרכו ישרה וטובה בעוד שהיא מודרכת על יד עצת 'היצר הרע'. כך מסופר על רבי לוי יצחק מברדיטשוב שענה לאחד שהתלונן על 'מחשבות זרות' - אלו הן מחשבותיך שלך, שאתה רגיל בהן, למי אתה מבקש ליחס? " (בובר, ה'תשל"ז, עמ' 269) ואילו ר' ישראל מקוזניץ לעג לאדם פרוש שהיה לובש שק על בשרו: "סבור אתה שיצר הרע ירא מפניך? הוא מערים עליך ולוכד אותך בשק!" (שם, עמ' 252). לעיתים זה נעשה על ידי דחייה תקיפה יותר, כפי שסיפר בובר על רבי אלימלך מליזינסק, שסרב להביט בפניו של אדם שנחשב - בעיני עצמו - ללמדן ולצדיק, ואף לעג כי צלם א-לקים נטמא בפניו (שם, עמ' 235) רק לאחר שיעשבר ליבו בבכיה הסכים להוסיף ולהדריכו. לעיתים אנו שומעים על גערה חמורה עוד יותר, כפי שצעק רבי נפתלי מרופשיץ על אדם שבא לבקש תיקון: "מה רעה עשה לך אבינו שבגדת בו?" (שם, עמ' 373). בספרו 'פרדס הנפש' מביא רוטנברג מפגש מרתק עם ר' אשר פרוינד, צדיק בן דורנו, שהשתמש גם הוא בטכניקה דומה מאד של 'הכנעה בין אישית' (רוטנברג, ה'תשנ"ו).

בכל הסיפורים הללו משתמש הרבי במלא עוצמתו המוסרית והנפשית כדי להעמיד את האדם על חומרת מצבו ולגרום לו לשנות את דרכו. אין בהם עדיין מן המייחד לדרך התיקון החסידית - אדרבה, דומה שדרך זו היתה נפוצה יותר בקרב עולם שלם של 'מוכיחים' לא חסידיים שקדם לחסידות והוסיף להתקיים לצידה. יותר מזה, מדובר בדרך שזכתה לביקורת חסידית קשה. בשבחי הבעש"ט מסופר על כעסו של הבעש"ט על מוכיח אחד שהחריד את לב העם בדרשתו: "אתה תדבר רע על בני ישראל! תדע שבר ישראל הולך כל יום על יומא דשוקא, ולעת ערב שנוגה לו נתחרד ואומר: אוי לי שאעבור זמן מנחה, והולך בבית אחד ומתפלל מנחה ואינו יודע מה שמסבר, ואפילו הכי נזדעזעו שרפים ואופנים מזה" (מובא אצל אטקס, ה'תשנ"ח, עמ' 34).

ניתן לומר כי עבודת הכנעה, כפי שהיא מתוארת פה, זוכה ליחס אמביוולנטי מצידה של החסידות. מורי החסידות השתמשו בה, ובו בזמן בקרו אותה קשות. אולי ניתן ללמוד מן הסיפור האחרון שדרך זו מותרת רק למי שיודע בעומקה את מעלתם הגדולה של המבקרים על ידו. מסיפורים אחרים ניתן ללמוד תנאים נוספים לשימוש בה. למשל - שהמוכיח יכיר היטב את נטיית

החטא בתוך עצמו, כפי שמסופר על הבעש"ט שאמר למוכיה אחד: "איך יודע אתה להוכיח! הרי אתה עצמך לא הכרת את החטא כל ימך, ואי אתה מעורב עם הבריות עד כדי לדעת חטא מה הוא!" (בבב, ה'תשל"ז, עמ' 89). ניתן לסכם ולומר שדרך זו היא מסוכנת יחסית, שיש לה תנאים רבים להפעלתה הנכונה, ושבמקרה הטוב אין היא אלא הקדמה לעבודה המהותית יותר שבאה אחריה.

ב. הבדלה היא חיפוש הטוב המסתתר בתוך הרע. ראינו קודם שכתבי ראשוני החסידות הם עשירים בטכניקות הבדלה שניתן לכוונתן מדיטטיביות, טכניקות שאדם יכול לעסוק בהן בשעת התפילה או בשעה שהוא מקדיש להתבוננות עצמית. מעניין לגלות שטכניקות מפורטות של הבדלה בין אישיות כמעט אינן מתוארות בשני הדורות הראשונים לחסידות. הבעש"ט אכן עסק מעט באפשרותו של אדם להעלות את חברו דווקא: "אם אדם מוכרח לדבר עם חברו או לשמוע מחברו דברים בעלמא, יוכל להעלותו גם כן על ידי שיתן דעתו, כי השמיעה הוא על ידי הנשמה שהוא חלק א-לקה ממעל ויכוון לחברה ולייחודה" (ר' ישראל בעש"ט, כתר שם טוב, תורה שעג). הדברים משתלבים היטב במסגרת הכללית של הגותו, וכל כוונתו לומר שגם את דיבוריו עם חברו יכול האדם להעלות על ידי כוונה מתאימה, כשם שיכול הוא להעלות כל מאורע אחר שקורה לו.

בכתבי רבי יעקב יוסף מפולנאה אנו מוצאים דיונים עיוניים מפורטים על אחריותו של הצדיק, 'איש הצורה', להעלות את 'אנשי החומר' הדבוקים בו. אנו מוצאים אצלו את הצורך של הצדיק לראות את עצמו מקושר אל העם, מתוך מודעות למחיר שהוא עלול לשלם על כך: "אשמת העם שבמזיד גורם לראשי הדור חטא שוגג, כדי שיהיה לו איזה חיבור עימם להעלותם... כי החטא שנזדמן לו לא היה ראוי לזה מצד עצמו [אלא] כדי שימצא מקום חיבור עם העולם" (נגאל, ה'תשל"ד, עמ' כז), זאת בנוסף לאזהרה רבתי מפני האפשרות שהצדיק ירד במכוון אל החוטא ויעבור עברות במזיד (שם, כח), או אפילו שיינזק מן הניסיון להעלות חוטאים שאין בכוחו להעלותם: "שמעתי פירוש הפסוק "רק לשטף מים רבים אליו לא יגיעו". הטובע בנהר ובא אחר להצילו גוררו עמו וכו', ועצה היעוצה לקשר עצמו תחילה בו יתברך, שלא יוכל הטובע למשכו אחריו" (שם, לא). דיונים אלו ואחרים זכו לכינוי 'תורת ירדת הצדיק', והותירו את חותמם בכתבי תלמידי המגיד. בדוגמא אחת מרבות כתב רבי אלימלך: "אלה שמות בני ישראל, רוצה לומר הצדיקים הקדושים אשר בשם ישראל מכונים שהיא מדרגה גדולה. הבאים מצריימה, פירוש שנופלים לפעמים ממדרגה ובאים אל מצריימה רמו שבאים אל מדרגה קטנה, ואמר הכתוב - את יעקוב, פירוש בשביל יעקוב דהיינו פשוטי עם הנקראים בשם יעקוב בעבורם ההכרח שיפול ממדרגתו שיהא לו שייכות וחיבור עם פשוטי עם כדי להעלותם אל הקדושה" (נועם אלימלך, שמות, עמ' עה). ורבי לוי יצחק כתב: "כשהאדם נשקע ברפש וטיט ואינו יכול לצאת ממנה, אי אפשר לאדם אחר להוציאו, רק שיעמוד אצל האדם הנשקע ברפש. אף שע"י כך יתלכלך מעט בהקריבו אל הנשקע, מכל מקום הוא מוכרח לזה דזולת זה לא יכול להוציאו" (ר' לוי יצחק מברדיטשוב, קדושת לוי, עמ' תקלה!). מיד לאחר מכן באה הסתייגות, שגם היא מעידה על תחושת הסכנה: "ואין הכוונה חס ושלום שהצדיק יכניס מחשבת אוון חלילה בקרבו, רק שבא לצדיק מעצמה (מעצם הקרבה לזולתו, ב.כ.) והצדיק משברה (מתקן אותה, ב.כ.) ומעלה גם את הרשעת הרשע ומחזירה למוטב" (שם).

ואולם כל הדיונים הללו אינם מגיעים לכלל טכניקה הניתנת להבנה. הדיונים המעטים שמצאתי בנועם אלימלך למשל, על אופן הבירור נסמכים במפורש על איכותו הסגולית המיוחדת של הצדיק. למשל: "וישא יעקוב רגליו, רוצה לומר שגם פושעי ישראל מלאים מצוות כרימון רק

שאין כוח בהמצווה שתעלה במעלות קדושים... והצדיק העובד באמת מוציא הקדושה מהקליפה ומעלה אותה להשם יתברך ברוך הוא... " (ר' אלימלך מליז'נסק, נועם אלימלך, ויצא, עמ' לד). גם בסיפורים רבים מודגש מאד היסוד הפלאי: כך סופר על רבי זושא מאניפולי שתיקן את נשמתו של חוטא אחד: "ירדתי מעל המדרגות" אמר "עד שהייתי כולי אצלו, וקשרתי שורש נשמתי בשורש נשמתו, והנה מוכרח היה לעשות תשובה יחד עמי" (בובר, היתשליז, עמ' 225). דברים כאלו מזכירים את המסופר בישבחי הבעש"ט על ניסיונו של הבעש"ט לתקן את נשמת שבתאי צבי "בא שבתאי צבי לבקש ממנו תקנה... שהתיקון הוא להתקשר נפש בנפש, רוח ברוח, נשמה בנשמה..." (ראה אצל דן, 75, עמ' 72). תיקונים כאלו ידועים בספרות הקבלית מאז ימי האר"י (שם) ואין בהם חידוש חסידי מובהק¹⁸. החידוש בספרו של רבי זושא הוא, לדעתי, בעצם הופעתו של המוטיב בהקשר של יחסי רבי-חסיד.

כמו במקרים אחרים, גם כאן פותחו התורות העיוניות המפורטות ביותר בחסידויות ברסלב וחב"ד. בשתיהן אנו מוצאים טכניקות מפורטות ומנומקות בעזרתן מברר הצדיק את מחשבותיו ותסביכו השונים של הפונה אליו.

וידוי: ראינו כבר את הוידוי כטכניקה יעילה של הבדלה, גם כאשר היא נעשית עם חבר שאינו 'צדיק' במובן החסידי המלא. אבל עוצמתו המלאה של הוידוי אינה מתממשת אלא במסגרת יחסי רבי-חסיד. וכפי שכתב רבי נחמן: "כשמתוודה וידוי דברים לפני תלמיד חכם, שעל ידי זה התלמיד-חכם מודריך אותו בדרך ישר לפי שורש נשמתו" (ר' נחמן, ליקוטי מוהר"ן, ד', ח'). אותו 'תלמיד-חכם' - כינוי לצדיק - אמור להיות אדם המסוגל להכיר את שורש נשמתו של המתוודה לפניו, ולהנחותו בדרך לגילוי אותו שורש.

בישיחות הר"ן מתואר התהליך באופן יותר ברור ומפורט: "מה שכשאדם מתחיל לכוון בעבודת השם ולהתקרב לצדיק האמת באים עליו הרהורים ובלבולים גדולים, זה כמו למשל כלי מים שמתחילה נראה כאילו המים צלולים, ואחר כך כששופתין ומעמידין המים אצל האש ומתחיל להתבשל אזי מתבלבל המים ומעלה הרתיחה כל הפסולת שהיה במים ועולה כל הפסולת למעלה. וצריך שיעמוד אחד להסיר חלאת ופסולת המים בכל פעם. ומתחילה נדמה כאילו המים צלולים לגמרי ואחר כך נראה הפסולת שבמים העולה בכל פעם למעלה ואזי כשמסירים בכל פעם חלאת ופסולת המים אזי אחר כך נשארין המים צלולים וזכים באמת כראוי. כמו כן ממש קודם שמתחיל האדם לכוון בעבודת השם אזי הטוב והרע מעורבין בו ומחמת שהם מעורבים מאד אין נראה הפסולת והרע שבו כלל כי הם מעורבים יחד לגמרי הרע עם הטוב. אך אחר כך כשמתחיל לכוון בעבודת השם ומתקרב להצדיק האמת אזי מתחיל להזדכך ולהתברר ואזי עולה הפסולת והרע בכל פעם למעלה כמשל הנזכר לעיל. וצריך שיעמוד אחד שיסיר ממנו חלאתו ופסולתו בכל פעם ואזי יישאר אחר כך זך וצלול לגמרי באמת כראוי" (ר' נחמן, שיחות הר"ן, ס' עט). המשל הזה מורכב יותר מן הנראה במבט ראשון, משום שהצדיק משמש פה בתפקיד כפול - הוא האש היוצרת את התפיסה המפרידה בין הרע והטוב, והוא גם האדם המבצע את הרחקת הפסולת הנוצרת בתהליך. אין ספק שכל התיאור מצריך הן כוחות נפש כבירים מצד הצדיק, והן בקיאות מופלגת בהבחנה בין מידות טובות ורעות.

¹⁸ דן טוען שסיפורו של הבעש"ט מכיל בכל זאת יסוד עיוני חסידי ברור, בדמות והניסיון להעלות את ה'ניצוץ הקדוש' של שבתאי צבי.

חשוב לציין שבניגוד לנראה מן המשל אין מדובר בפעולה חד צדדית שבה משחק החסיד תפקיד פאסיבי בלבד. קודם כל עליו להתקשר אל רבו "מדבק עצמו לצדיקים" (ראה ליקוטי עצות לרבי נחמן, אות-צדיק, י'). כמו כן עליו להתוודות לפניו בכנות - "לספר לפניו כל ליבוי" (ליקוטי מוהר"ן, תורה ד'). וכך אנו מוצאים שרבי אשר מסטולין התלונן על חוסר כנותם של חסידיו: "אלה הם איכרים של טיט, אלה הם קוזקים של קש. כשהם באים אל הרבי מראים לו את הטוב ומסתירים ממנו את הרע. כשבאתי אל רבי הקדוש המתוק (בדברו נשק את ראשי אצבעותיו) הסתרתי ממנו את הטוב, אבל הראיתי לו את הרע. כי כתיב, שיראו את נגע הצרעת לכוהן" (בובר, ה'תשל"ז, עמ' 191), ורבי בונם מפשיסחה טען שהוא מסוגל להחזיר כל אחד בתשובה, מלבד את השקרנים... " (שם, עמ' 412).

בחסידות חב"ד הושם הדגש על מושג ה'יחידות' שהזכרתי קודם. אחת ממטרות היחידות היא ליצור אצל החסיד תובנה מדויקת לגבי מקומו בתהליך הבירור, כדברי הריי"צ (הרבי השישי בשושלת) באחת מאיגרותיו: "עניין היחידות היא לברר את מצבו, להבהיר את מעמדו ומצבו הרוחני ולקבוע אופן בעבודתו בסור מרע, להרחיק ולדחות את המידות וההרגלים הלא טובים ולקרב את המידות הטובות" (גליצנשטיין, ה'תשמ"ט, עמ' 20). הנימה הברורה היא של תהליך הבדלה, ונימה זו רק מתחזקת באיגרת אחרת של הריי"צ: "עיקר עניין לימוד החסידות הוא בשביל העבודה בפועל בהנהגה במידות טובות, להרגיש בנחיתות ובגסות העצמית, להתבונן היטב במידות הרעות החבויות והמושרשות בו המכוסות בכיסוי של אהבת עצמו. בסמי הרפואות למחלות גשמיות, רחמנא ליצלן, ישנם תנאים מסוימים, מתי ואיך יש לקחת את סמי המרפא, אם בבוקר על קיבה ריקה או אחר האוכל, אך לכל ראש צריכה להיות הידיעה שהוא חולה וזקוק לרפואות וצריכה להיות האמונה שהרפואות תרפאנה את המחלה וצריכים לרצות ולקחת את סמי המרפא בזמן ובאופן כפי ציווי הרופא... וכשם שהדבר בחולי גשמי כך הדבר בחולי רוחני. הדבר הראשון הוא לדעת שהוא חולה וזקוק לרפואה. ויש לדעת בפרוטרוט מה היא המחלה ולתת אמון ברופא שהוא יודע מה היא המחלה וגם יודע באילו רפואות המחלה מתרפאת... וככל המשל הזה ייבן בעבודה, אשר העיקר היא העבודה בבירור וזיכוך המידות ולהיות הרגש בעבודה. אשר לכל לראש צריכים לדעת אשר עיקר כל עניין החסידות הוא העבודה לעשות עם עצמו ובתוך עצמו, והוא שלימוד ידיעה והבנה של חסידות צריכים להיות כדי לעורר בתוכו ההרגש הפנימי ממעמדו ומצבו העצמי הלא טוב. הידיעה בלא טוב של מעמדו ומצבו פועלת שברון פנימי חזק ופורצת ממנו דמעות מרות פנימיות על מחלותיו השונות..." (שם, עמ' 26).

הדברים מדברים בעד עצמם, והם כוללים ללא ספר תיאור בהיר של הכרחיות היחידות ושל התהליך שעובר החסיד בעקבותיה. מה שלא מתואר כאן הוא התהליך שעובר הרבי. בנושא זה אביא שני סיפורים חב"דיים מאלפים.

הראשון עוסק ברבי 'האמצעי', השני בשושלת: "באחד הימים, באמצע היום, בשעה שמאות אנשים עמדו צפופים וחיכו להתקבל ליחידות, ציווה הרבי לפתע פתאום לסגור את הדלת והפסיק קבלת האורחים..." (גליצנשטיין, ה'תשל"ה, עמ' 242). לאחר מכן הסתגר הרבי בחדרו, אמר תהילים "בהשתפכות הנפש בבכי רב" (שם) ואז יצא משם "ואמר מאמר חסידות ארוך על הכתוב "חומת בת ציון הורדי הנחל דמעה", ותוכן דבריו היה שדמעות מכבסות את האותיות של דיבורים והרהורים רעים ומחשבות לא טובות" (שם). נדרשו שני ימים רצופים של עבודת תשובה מאומצת עד שחזר הרבי לקבל חסידים. רק כעבור כמה ימים שאל אחד מנכבדי החסידים את הרבי לפשר האירוע.

"כרגע התעצב הרבי במאד, ואחר כך ענה לו: כשאני (=אנשי שלומנו, ב.כ.) נכנסים ליחידות ומכלים נגעי פנימיות לבבם, איש איש באשר הוא, הנה כל דבר שמספר המספר צריכים למצוא בעצמו בדקות ודקות דדקות, ואי אפשר לתת לשואל דבר וסדר אמיתי עד אשר לא יתקנו תחילה בעצמו ורק אז יכולים לתת עצה וסידור לתיקון.

וביום ההוא - אמר הרבי האמצעי - נכנס אלי איש אחד, שנבהלתי לשמוע את דבריו, ולא מצאתי בעצמי ח"ו וח"ו אפילו שמץ דשמץ מעניין כזה גם בדקות דדקות, ונפל ברעיוני פן ח"ו וח"ו הוא העלם הרע הנמצא בעומק דעומק כמבואר בדא"ח (=דברי א-לקים חיים. כינוי חב"די למאמר חסידות, ב.כ.)... ומחשבה זו הרעידה את עומק נקודת נפשי לשוב אל ה' מקרב ולב עמוק" (שם, עמ' 243).

למעשה יש כאן חזרה למושג שטבע רוטנברג בדבר 'המראה הכפולה', העוצמה האמפטית הנרכשת מן התובנה שכל מה שאנו רואים בזולת ודאי נמצא גם בתוכנו באופן זה או אחר, ואין לנו דרך לסייע לזולת טרם מצאנו בתוך עצמנו את אותו יסוד שראינו בו, והתמודדנו עמו. חידושו של הסיפור הזה הוא בהצבעה על כך שגם אצל הרבי פועלת אותה דינמיקה עצמה ביחסו לחסידיו.

ולאור תובנה זו ניתן להבין את הסיפור השני, העוסק במהר"ש (האדמו"ר הרביעי בשושלת). מסופר על תשובת המהר"ש לתמיהת משרתו מדוע הוא מזיע במהלך היחידות: "בשביל שאוכל להשיב עצה נכונה להשואל, אני צריך להרגיש בצרתו ממש כמו שהוא בעצמו מרגיש. ואני מוכרח להפשיט את עצמי מלבושי ולהתלבש בלבושי שלו, ושוב כשאני צריך לתן לו עצה לא אוכל לעשות כן כשאני עדיין בלבושי, כשם שהוא עצמו אינו יכול לשית עצות בנפשו. ואני צריך להפשיט את עצמי מלבושי ולהתלבש בלבושים שלי. ובכן לכל שואל ושואל אני צריך לעשות פעמיים פשיטה ולבישה.. כלום אפשר שלא להזיע?" (זוין, ה'תשי"א, עמ' 256).

ג. המתקנה היא סוף המסלול, השלב שבו התגבר החסיד על תסביכיו וכוחותיו הולכים בטבעיות לכיוונים טובים.

האם זה אפשרי? הספרות החסידית עשירה בסיפורים שבסופם חש החסיד שקיבל הארה כלשהי, ובוודאי שרבים מאד חשו שנושעו מן הבעיות עמן הגיעו. אלא שחשוב לזכור כי מצב שבו האדם הצליח להתגבר על כל תסביכיו וכוחות נפשו הולכים תמיד באופן ישר וטוב נחשב למצב נדיר ביותר, בכל החסידויות. אציג כאן רק את ניסוחו של בעל התניא: "צדיק שאינו גמור הוא שאינו שונא הסיטרא אחרא בתכלית השנאה ולכן אינו מואס גם כן ברע בתכלית. וכל שאין השנאה והמיאוס בתכלית, על כרחך נשאר איזה שמץ אהבה ותענוג לשם ולא הוסרו הבגדים הצואים לגמרי מכל וכל ולכן לא נהפך לטוב ממש אלא שהוא בטל במיעוטו... והנה מדרגה זו מתחלקת לרבות מדרגות: בענין בחינת מיעוט הרע הנשאר מאחת מארבע יסודות הרעים ובענין ביטולו במיעוטו, בששים על דרך משל, או באלף ורבה... אך על מעלת צדיק גמור הוא שאמר רשב"י ראיתי בני עליה והם מועטים וכו', שלכן נקראים בני עליה המהפכין הרע ומעלים אותו לטוב..." (ר' שניאור זלמן, תניא-סשב, פרק י').

מסופר על הבעש"ט שתלמידיו בקשו ממנו סימן כיצד להכיר אדם שאינו ראוי להיות להם למורה דרך. ענה להם הבעש"ט: "בקשו ממנו עצה, מה עליכם לעשות שלא יבלבוכם עוד מחשבות זרות... אם ייתן לכם עצה, הו יודעים שאין בו ממש כי עבודת האדם בעולם היא להיאבק עד נשימת חייו האחרונה, פעם בפעם, עם הזר ולהכניסו פעם בפעם אל עצמיותו של שמו יתברך" (בובר, ה'תשל"ז, עמ' 84).

בלשון אחרת, תמיד יש מידות רעות, ותמיד יש להיאבק בהם. גם אם הצלחנו להגיע להמתקה בתחום מסוים, עוד נותרו אינספור תחומים אחרים בהם עלינו לעמול כבראשונה על הכנעה, הבדלה והמתקה. בודדים בלבד מגיעים לשלב שבו תוקנה הנפש הבהמית כולה, ואלו הם הצדיקים הגמורים. אבל גם לכל היתר - לכולנו - מצפה עבודה כבירה של תיקון. בתהליך התיקון הזה לא נוכל להגיע לאיזו תחנה סופית, אבל כל כשרת דרך קטנה שעושים בו מגלה לעינינו אוצרות נפשיים מופלאים שהיו קבורים בעמקי הקליפות, מכוסים שכבה עבה של רפש.

החיים הם, בראש ובראשונה, תהליך של תיקון. את צעדיו הראשוניים והחשובים ביותר עלינו לעשות בבית הורינו. שם עלינו לפתח את 'תחושת התיקון' הבסיסית, שדיברתי עליה בפרק הקודם: במידה ונכשלו בכך, נוצרות הפתולוגיות שתוארו באותו פרק. גם במקרה היותר מוצלח נותרים תסביכים רבים שיש לתקנם. החסידות מציעה לנו טכניקות מפורטות לעיסוק בתיקון אותם תסביכים. חלקם יכול אדם לבצע בעצמו, חלקם עם חבר טוב, וחלקם מצריך את נוכחותו של 'צדיק' שיסייע לו. כך או כך, כל חיינו מהווים - או לפחות אמורים להיות - תהליך ארוך של תיקון.

פרק ז: תיקון חסידי ופסיכותרפיה מערבית

תורת התיקון החסידית מבוססת על השלבים הבאים: התמודדות ישירה עם ההפרעה הנפשית (הכנעה) חיפוש היסוד הבריא הגנוז בה (הבדלה) ומציאה כלים לביטוי (המתקה). תורה זו יכולה להסביר את היסוד הקורטיבי בשיטות טיפול מערביות שונות למרות שאלו גובשו בעולם מושגי שונה לחלוטין מזה של החסידות.

אעבור עתה לבחינת תרומתה האפשרית של החסידות לפסיכותרפיה המערבית.

עד כאן השתדלתי להראות את עצם קיומה של תורת 'תיקון' חסידית מגובשת, הנגזרת מתפיסת האדם הייחודית של החסידות. לתורה זו מספר עקרונות יסוד (=חיפוש הטוב שמאחורי כל רע, וטיפול בו באמצעות הכנעה הבדלה והמתקה). מאותם עקרונות פיתחה החסידות שפע של טכניקות ומושגים טיפוליים, היכולים להיות מיושמים בסוגים שונים של מסגרות: יש פעולות שאדם עושה עם עצמו, ויש כאלו שהוא יכול לעשותן רק בעזרת 'חבר נאמן'. יש גם פעולות היכולות להיעשות רק על ידי 'צדיק'.

מכאן ואילך אנסה להראות את הרלוונטיות של תורת התיקון למטפל מערבי בן זמננו. שהרי אם יש ממש בתורת התיקון החסידית, אין היא יכולה להישאר מסוגרת בתחומי הטכניקות שהיא עצמה פיתחה. כל תהליך של תיקון נפשי, יהיה אשר יהיה, יכול להיות מוסבר במושגים של 'העלאת ניצוצות' בדרך של הכנעה, הבדלה והמתקה. הגישות הפסיכותרפוטיות שהתפתחו בעולם המערבי הן בלי ספק דוגמאות לתהליכים מובנים של טיפול נפשי, ומבחינה חסידית יש לראותן כאופנים מיוחדים של 'תיקון'. אנסה להראות זאת על ידי ניתוח מספר שיטות טיפוליות מערביות לאור המונחים שסקרתי עד עכשיו, כאשר מטרתי היא להראות כי המשגתן במונחים חסידיים יכולה להאיר אותן באופן חדש ומעניין ועל ידי כך לתרום גם ליעילותן.

דברים אלה נכתבים מנקודת מבטו של מי שהכשרתו המקצועית ועיסוקו העיקרי הוא בפסיכותרפיה במובנה המערבי (ובאוריינטציה פסיכודינמית). בתור שכזה אני מודע לעוצמה הטיפולית הקיימת בה, אך לא פחות מכך לתחושת חוסר הנחת המאפיינת אותה כיום, בפרק המבוא עסקתי בהרחבה בשורשיה ההיסטוריים של אותה תחושת חוסר נחת ואסתפק עכשיו בחזרה על עיקרי הדברים.

יוצריה הגדולים של הפסיכותרפיה חיו ופעלו בעולם שנשלט על ידי חשיבה מדעית, חומרנית ופוזיטיביסטית. לפרויד ולתלמידיו לא היה צל של ספק שמפעלם הוא המשך ישיר לכיבוש הגדולים של המדע המודרני, ההולך ומאיר תחום אחר תחום של ההווייה באור החשיבה הרציונלית. מסע הכיבושים של המדע, כך חשבו, החל בתקופת הרנסנס עם הולדתן של הפסיקה והאסטרונומיה המודרנית, המשיך את דרכו בתגליותיו הביולוגיות של דרווין והוא נערך עתה להבהרת התחום הקשה מכולם: התודעה האנושית. האי רציונליות עצמה עומדת עתה להיות מוסברת עד תום כביטוי לחוקים פסיכולוגיים שתוקפם אינו נופל מתוקפם של יתר חוקי הטבע. גם הטיפול הנפשי עתיד להתבצע, לפי תפיסה זו, בכפיפות לחוקי הפסיכולוגיה המדעית. עליו להיות אובייקטיבי, מדויק, ומנוכר ממש כניתוח כירורגי. מן העבר השני של האוקיאנוס, ווטסון ויתר מייסדי הטיפול ההתנהגותי ראו את עצמם כשותפים לאותו אתוס פוזיטיביסטי (אם כי באופן אחר ובשפה שונה).

היום איננו מסוגלים עוד לחשוב באופן כזה. הפוסט מודרניזם ערער את אמונתנו במדע כנרטיב על, שחייב לכלול את כל המציאות כולה תחת כנפיו. להפך, אנו מסוגלים לחשוב במונחים של אופני 'שיח' מרובים, שלכל אחד מהם הגיון פנימי ייחודי משלו. באיזו זכות, אנו שואלים, מחיל המטפל את הקטגוריות המחשבתיות שלו (=המושגים הפסיכולוגים, המדעיים והרציונלים) על עולמו של המטופל?

וחשוב עוד יותר: ככל שהלכה ההגות הפסיכולוגית עצמה והתפתחה, יותר ויותר התחוויר לעולם הפסיכותרפויטי עצמו כי הגורם המרפא והמיטיב שבטיפול הנפשי מתחמק מהגדרה מדעית קשוחה. ברור לנו שמהו מתרחש בין שני האנשים השקועים במערכת הטיפולית, ואותו 'משהו' יש בכוחו להציע סיוע של ממש לרוצה להיעזר בו.¹⁹ אולם מהו ה'משהו' הזה? יותר ויותר התברר לנו שהתשובה אינה יכולה להינתק במונחים של תיאוריה 'נכונה' מבחינה מדעית, טכניקה מדויקת או כל הסבר רציונלי אחר. מונחים כמו קשר רגשי, כנות ודיאלוג נראים כקרובים יותר לאמת, אולם הגורם האמיתי להטבת מצבו הנפשי של המטופל נותר, כך נראה, סמוי מן העין. המבוכה מתגלה בעוצמה רבה בקריאת הסקרים העדכניים, המסכמים את המחקר השוטף העוסק ביעילות הפסיכותרפיה: "פסיכותרפיה הוכחה כיעילה באופן כללי, ומכל מקום יש עדיין אי ודאות לגבי הלמה" (Kapta & al. 99. P 441). "אנחנו לא יודעים איך ולמה מצליחות התרפיות להשיג שינוי, איך להגיע לאופטימיזציה של השינוי התרפויטי ולמי יתאים טיפול מסוים" (Kasdin, 2003. P271). נותרנו, מסתבר, עם מסתורין של ממש. חיים דסברג ניסח זאת כך: "מה שעוזר בפסיכותרפיה הוא משהו שחומק מהעולם הסיבתי הדטרמיניסטי ולא ניתן לזימון לפי הרצון. מדובר במומנט יצירתי, פתאומי וחד פעמי, שמתחמק ממחקר של דגימה מקרית ועיבוד סטטיסטי. משהו שנשאר מחוץ לגבולות האפשרויות של התיאור השיטתי המערכתי והמדעי" (דסברג 86, עמ' 87). כמה התרחקנו מן התפיסה הפוזיטיביסטית הנוקשה של 'האבות המייסדים' של התחום!

מכל הסיבות הללו נראה שמזה מספר עשורים נמצא עולם הפסיכותרפיה כולו בתהליך של חיפוש אחר יסודות חדשים לבנינו. במסגרת החיפוש הזה הוצעו גישות חדשות לפסיכותרפיה, המתבססות על הפילוסופיה הפוסט מודרנית הרווחת היום. הניסיונות הללו לא הביאו ליצירת פרדיגמה חדשה וכוללת. יתכן לומר שעצם הביטוי 'פרדיגמה פוסט מודרנית כוללת' מכיל בתוכו סתירה, ומכל מקום עד שתמצא פרדיגמה כזו נדמה שהבניין כולו נותר מעורער ביסודותיו. למרות כל הערעורים על היסודות, הפסיכותרפיה נותרה על כנה כצורת הטיפול הנפשי הרווחת ביותר בעולם המערבי. אורי הדר כתב כי "איפשהו בסוף המאה הקודמת ובתחילת המאה הנוכחית (=המאה ה 20, ב.כ.) התפתח עיסוק מוזר במקצת, שבו נפגשים שני אנשים (ולפעמים יותר) ומשוחחים על אודות חייו של אחד מהם לפרטי פרטיהם. הם עושים זאת לא פעם ולא פעמיים, אלא עשרות ולפעמים מאות פעמים. עיסוק זה הוא הפסיכותרפיה האנליטית"²⁰. ניתן לצפות שכל כך הרבה תשומת לב המופנית כלפי פרטי חייו של אדם תעשה להם משהו, ואמנם זה עושה משהו, לפעמים הרבה מאד. לפעמים חייו של אדם משתנים כתוצאה מעיסוק כזה, ובדרך כלל משתנים לטובה. מכאן הפופולריות ההולכת וגוברת של העיסוק, מכאן החיוניות שלו" (הדר, ה'תשנ"ד, עמ' 7).

¹⁹ Eysenck, H.J. The effect of psychotherapy: An evaluation. J. Consult. Psychol. 16:3. 19 319-24

²⁰ הגדרתו של הדר נראית לי בעיקר בגלל גמישותה. נדמה לי שלמסגרת הרחבה של ניסוחו ניתן להכניס באמת את כל השיטות השונות בפסיכותרפיה, מלבד השיטות ההתנהגותיות הספציפיות (כשגם בהן יש אלמנטים העונים להגדרה הזו. כפי שארחיב בהמשך).

ניתן לומר, לדעתי, שהסיטואציה המתוארת מוכיחה דווקא את עוצמתה וחיוניותה של הפרקטיקה התרפויטית. ליוצרה הדגולים של הדיסציפלינה הזו היתה תפיסת עולם מגובשת, ממנה פיתחו צורה מסוימת של טיפול, ובמונחיה הסבירו את יעילותה. והנה היום אנו מתקשים להאמין באותה תפיסת עולם, ובכל זאת הפרקטיקה עצמה מוסיפה לגלות כוח חיים. יחד עם זאת איננו פטורים מלחפש בסיס מושגי חדש לאותה פרקטיקה. מסיבות שהראיתי במבוא ומסיבות שאביא בהמשך הפרק אינני מאמין שהחשיבה הפוסט מודרנית יכולה להציע בסיס כזה. עבודה זו היא ניסיון להציע את החשיבה החסידית כבסיס מושגי אפשרי להסברת הפרקטיקה הפסיכותרפויטית. למעשה ברצוני לטעון כאן שלש טענות:

טענה 1) תורת התיקון החסידית יכולה להסביר את אופן פעולתן ואת יעילותן של כמה וכמה גישות פסיכותרפויטיות, בלי קשר לעולם המושגים ממנו נבעו בפועל. בסופו של דבר כל תפיסה טיפולית חייבת להכיל אלמנטים של הכנעה, הבדלה והמתקה (בדרך כלל מתוך הדגשה של אחד מהאלמנטים הללו).

טענה 2) תורת התיקון החסידית יכולה גם להרחיב את הבנת התהליך התרפויטי מעבר להבנה שמציעות התפיסות הקיימות. כלומר, מכיוון שכל התפיסות המערביות מתבססות על פסיכולוגיה ישותנית (=פסיכולוגיה המתמקדת באדם כסוג של ישות, ואינה מכירה ביסודות הטרנסצנדנטליים שבנפשו) הרי שהבנתן את התהליך הטיפולי אינה יכולה לחרוג ממושגים של הכנעה ושל הבדלה. לעומתן, הפסיכולוגיה חסידית הרואה באדם 'אורי' השואף להתגלות יכולה להציע תמונה רחבה יותר של הטיפול הנפשי, לפיה ההכנעה וההבדלה אינן אלא מבוא ליסוד הטיפולי המכריע שהוא דווקא המתקה.

טענה 3) תורת התיקון החסידית יכולה להאיר נקודות רבות שעד כה חמקו מכל המשגה. ידוע כי מטפלים לעולם אינם פועלים כטכנאים גרידא, המבצעים שורה של הנחיות מקצועיות הנובעות מתיאוריה כזו או אחרת. מטפל הוא קודם כל אדם, והקשר הטיפולי הוא קודם כל קשר בין שני בני אדם. אצטט שוב את ניסוחיו של דסברג, שכתב: "יש כמובן כללים לפסיכותרפיה, אולם תוך כדי קבלת כללי המשחק מתהווה אינטראקציה, שבה בן הזוג האחד משלים את האופק של רעהו במעגליות הולכת וחוזרת תוך משמעות מתרחבת" (דסברג, שם).

אני טוען כי אינטראקציה מיטיבה בין מטפל למטופל חייבת להיות מצב דיאלוגי, שבו מגלים הצדדים זה את אורו של זה. גילוי זה משחרר את 'הניצוץ' שהיה חבוי בעמקי הקליפות, ועל ידי כך מאפשר למטופל לגלות את אור נפשו באופן שהיה חסום בפניו עד כה. יותר מזה, אני טוען כי תהליך זה מתרחש בכל טיפול מוצלח, גם אם המושגים בהם חושב המטפל הם ישותיים טהורים. הדבר נובע מכך שתהליך של התגלות הדדית הוא טבעי לאדם. הוא מופיע באופן טבעי ביחסם של הורים לילדיהם, ביחסים של חברים טובים זה לזה, והוא מופיע באופן טבעי ביחסים הטיפוליים, ככל שהם נעשים אמיתיים ואינטימיים. במצב זה, לכאורה, אין חשיבות רבה לתיאוריה הספציפית בה מחזיק מטפל זה או אחר. אם המטפל מסוגל להתייחס ברגישות ובכבוד לרצונותיו הפנימיים של המטופל, להקשיב בתשומת לב מרובה לתכנים הרגשיים המעיקים עליו ולחפש ביחד אתו דרכי התמודדות עימם, מה אכפת למטופל שאותו מטפל מחזיק בתיאוריה פילוסופית נוקשה הטוענת כי הרצון כולו אינו אלא ביטוי של צורך גופני כזה או אחר?

הדברים מזכירים לי סיטואציה דמיונית המתוארת בספר ילדים (אוונגר, דר' טטנוס). מעשה בבת שבט אפריקנית ההולכת לרופא 'מערבי' קונבנציונלי והוא אומר לה: "בנד קיבל מכת שמש, השאירי אותו בצל ותני לו לשתות הרבה מים!" ההסבר אינו נראה לה, והיא הולכת למכשף השבט

המדבר בשפה אחרת: "השמש כועסת על בנך! הסתירי אותו ממנה ותני לו לשתות מן המים הקדושים האלה..." בסיפור הזה מוסברת עשייה מאגית בכלים רציונליים. בהיפוך המושגים אני רוצה לטעון כי העשייה הפסיכותרפויטית, הרציונלית לכאורה, ניתנת להסבר מיסטי. לטענתי, התפיסה הפוזיטיביסטית הנוקשה היא אמנם חסרת אונים מול מורכבותה של נפש האדם, ובכל זאת יכולים מטפלים נבונים ורגישים המאמינים בה לפעול נכון, בלי קשר לאמונתם הפילוסופית. אם כן למה בכלל עלינו לטרוח על הבנה מושגית נאותה של התהליך הטיפולי? משום שגם אם חלק גדול מן הטיפול באמת מבוסס על אינטואיציה ועל תגובותיו הטבעיות של המטופל, עדיין, ככל תהליך טבעי, חשוב שהמטפל יבין אותו באופן מושגי, ילמד לזהות את אופן הופעתו (או, חלילה, העדרו). במילים אחרות, אני טוען שהכרת ההמשגה החסידית מציעה למטפל כלי מושגי רב ערך לעבודתו. משל למה הדבר דומה? לדגש הרב ששם תאורטיקן כקוהוט על מושג האמפטיה. אין ספק שקוהוט האמין שכל טיפול מוצלח מבוסס ביסודו על יחס אמפטי למטופל, בין אם המטפל למד את שיטת קוהוט ודוגל בה ובין אם לאו. אם כן, לשם מה טרח קוהוט לפתח את ההמשגה התיאורטית של היחס האמפטי? משום שלאחר לימוד המושגים יכול המטפל להבין טוב יותר את המתרחש בטיפול 'להניח את האצבע' במדויק על מקור הקשיים העולים בו מדי פעם לפעם, ולמצוא דרכים פוריות להתמודד עמם. לדעתי, הבנה נאותה של המושגים החסידיים יכולה להציע כלי מושגי פורה לפחות באותה מידה.

אעבור מכאן לסקירת מספר גישות פסיכותרפויטיות רווחות, מתוך ניסיון להמשיגן במונחים חסידיים.

בהביריזם: מבחינה כרונולוגית טהורה היה ראוי לפתוח את הדיון בפסיכואנליזה של פרויד, משום שזו קדמה לבהביריזם כשיטת טיפול. אם את ראשית הפסיכואנליזה אנו יכולים לראות ב'מחקרים בהסטוריה' של פרויד וברויאר (כלומר 1895), הרי שאת ראשית התרומה הבהביריסטית לעולם הטיפול ניתן להקדים עד מאמריו של ווטסון בשנות ה-20 של המאה הקודמת (למשל: מאמרו המפורסם של ווטסון על 'אלברט הקטן', Watson, 20). ואילו הופעת הבהביריזם כגישה טיפולית של ממש התרחשה בערך בשנות ה-50 למאה ה-20 (Yates, 70). בכל זאת בחרתי להציג ראשונה, משום שמבחינה מושגית היא מייצגת את השלב הראשון של תהליך התיקון - שלב הכנעה, כפי שאראה בהמשך.

בהקדמת העורכים לגיליון הראשון של Behavior Therapy הגדירו את תפיסתם באופן כזה: "זוהי גישה שבה ניתוח הבעיות הקליניות נסמך בעיקרו על מה שניתן לצפייה, ולפחות באופן עקרוני לכימות - על התנהגותו של המטופל" (Frak & Bready, 70. P 1). הם הוסיפו כי זוהי שיטה של 'ניתוח תפקודי', שבו מזהים הגורמים המשפיעים על התנהגותו של המטופל, ומהם נובע הטיפול הכולל "תפעול שיטתי של אותם משתנים" (שם).

לפי התפיסה הביהביריסטית של סקינר, למשל, ההתנהגות האנושית מורכבת בעיקרה מהתנהגויות שונות שקיבלו מן החברה 'חיזוק' כלשהו, כאשר "החיזוק עשוי להתבטא בגירויים חיוביים" (שבח, כסף, אוכל, תשומת לב וכו') או שליליים (עונש גופני, מניעת תגמול, לעג וכו')" (גולדברג, 68, עמ' 290). מטרת הטיפול היא תמיד שינוי בהתנהגותו של המטופל, מה שנקרא לעיתים "הנדסת התנהגות" (שם, עמ' 291). כדי לבצע זאת על הפסיכולוג "לבדוק את הנקודות הבאות: (1) מהי ההתנהגות הסוטה שיש לשנותה? (2) מה מחזק התנהגות זו בסביבה? (3) מהי

ההתנהגות הרצויה: 4) מהו מערך החיזוקים אשר יביא ליצירת ההתנהגות הרצויה? (שם). אין צורך להדגיש כי הגדרת ההתנהגות הסוטה, ממש כמו הגדרת ההתנהגות הרצויה האמורה להחליף אותה, חייבת להתבצע במונחים עובדתיים, אובייקטיביים וברי תצפית. מאז הופעתה הפכה הגישה ההתנהגותית לשיטת טיפול נפוצה ומרכזית. בזכות הדגש שהיא שמה על הגדרה מדויקת של ההתנהגויות הלא רצויות ועל חיפוש שיטות ספציפיות לסילוקן היא הצליחה לפתח מגוון רב של טכניקות שכל אחת מהן מכוונת להתמודדות עם הפרעה זו או אחרת. בזכות התבססותה על התנהגויות הניתנות לתצפית אובייקטיבית הפכה לחביבה במיוחד על עורכי מחקרים אמפיריים שהצליחו להדגים את יעילותה בתחומים שונים (Agras, 87, p203).

במונחים חסידיים, נראה שכל השיטות ההתנהגותיות הן שיטות של הכנעה. מעצם הגדרת התוכן הנפשי הבעייתי כהתנהגות סוטה נובע שהוא נתפס כישות, כאובייקט מפריע שיש לסלקו מן החיים הנפשיים. אין שום אפשרות, בתוך העולם המושגי הזה, לחפש בתוכו יסוד נפשי בעל ערך, ניצוץ קדוש. לא מתייחסים אליו כאל צורת ביטוי ייחודית (אם כי מזיקה) של הסובייקט, ולא נכנסים עמו לדיאלוג בשום צורה. כל המאמץ הוא למצוא דרכים להכחדתו.

מזווית ראייתה של תורת התיקון החסידית יש לראות את הטיפול ההתנהגותי כהפעלה מתוכנמת במיוחד של שלב ההכנעה. אמירה זו אינה בגדר ביקורת: ההכנעה היא שלב חשוב בתיקון, בלימת השפעתו ההרסנית של התוכן הנפשי הבעייתי (=המחשבה הזרה) היא בעלת חשיבות כבירה, הן כהקדמה לשלבים אחרים והן כשלעצמה: סוף סוף, אדם שהשתחרר מהצורך המעיק להקדיש את כוחותיו לדיכוי נטייה הרסנית בתוכו יכול עכשיו להקדיש למטרות חשובות יותר מבחינתו. חשוב להדגיש כי כשאני מתאר את העשייה הבהביוריסטית כהכנעה אני מכניס אותה כשלב במסגרת מושגית רחבה יותר שתכלול, כפי שאראה, גישות טיפוליות אחרות (בדומה למהלך שעשה רוטנברג בסיפרו 'פרדס הנפש').

יותר מזה. ניתן לומר שכל שלב של התיקון חייב לכלול בתוכו (לפחות באופן סמוי) יסודות מסוימים משני השלבים האחרים. הטיפול ההתנהגותי מבוסס, בלי ספק, על הכנעה, אבל יש בו לא מעט אלמנטים של הבדלה והמתקה. עצם הסיטואציה הטיפולית. המצב הבסיסי של הטיפול כולל (כמו בכל שיטה פסיכותרפוטית אחרת) שני אנשים העוסקים בכובד ראש בקשייו של אחד מהם. נכון, ההתנהגות הלא רצויה נתפסת כאובייקט שיש להיפטר ממנו, אבל האדם הסובל נתפס כסובייקט בוגר הנאבק באותו אובייקט. היחסים הטיפוליים מוגדרים באופן שונה מאשר בטיפול הפסיכודינמי (או הפסיכואנליטי). כפי שכתב גולדברג: "אין כאן יחסים של רופא-חולה כי אם של מורה תלמיד" (גולדברג, שם, עמ' 286). אינני מקבל את הגדרתו של גולדברג לאופי יחסים הנוצרים בטיפול פסיכודינמי, אולם החשוב הוא שנוצרת מערכת של שיח בין שני סובייקטים: מערכת זו מחזקת את תחושתו של המטופל שהוא אינו זהה עם בעייתו. ככל שהקשר הטיפולי חזק ואוהד יותר, כך תתחזק תחושתו של המטופל שהוא עדיין 'טוב' ביסודו, למרות ההפרעה הנפשית המעיקה - תחושה זו בעצמה, כך נראה, מכילה יסוד של הבדלה! וממש כך ניתן לומר שהחיפוש המשותף אחר התנהגויות 'רצויות' שיחליפו את ההתנהגות הלא רצויה, מכילה יסוד של המתקה, כפי שהוגדרה בראשית הפרק.

במילים אחרות, גם אם הטכניקה הבהביוריסטית בנויה כולה על תפיסה ישותנית ומתרכזת אך ורק ב'הכנעה', בסיטואציה הטיפולית שהיא יוצרת קיימים יסודות של הבדלה והמתקה. טענה זו

מתחזקת על ידי ממצאים מחקריים המראים כי גם בטיפול התנהגותי מהווה הקשר הטיפולי החיובי מרכיב חיוני בכל הצלחה טיפולית (Gomes, S. B., Hadley, S. W. & Strup, 78, עמ' 456). יותר מזה, מחקרים אחרים מראים כי דווקא הסיטואציה הטיפולית הנוצרת בשיטה הזו מאפשרת למטפל להיות "חס, טבעי ומעורב" יותר מאשר מטפלים פסיכודינמיים (שם). ממצאים אלו עומדים לכאורה בסתירה לתיאוריה הבהביוריסטית הקלאסית²¹, אולם ניתנים בהחלט להבנה לאור המושגים שאני מציע כאן.

בהביוריזם קוגניטיבי: המעיין בספרות הבהביוריסטית בת ימנו מגלה כי העיסוק בבהביוריזם ה'קלאסי' הולך ומתמעט, ועיקר המאמץ מופנה יותר ויותר לכיוון הגישה הקרויה 'בהביוריזם קוגניטיבי' (cognitive behaviorism). גישה זו נתפסת לעיתים כגישה טיפולית בפני עצמה, ולעיתים כנת גישה בתוך התפיסה הבהביוריסטית הכוללת. אנסה להתייחס אליה במושגים של תורת התיקון.

אהרון בק, ממייסדי הגישה, ראה בה את התפיסה הפסיכולוגית הקרובה ביותר למה שאנו מכנים שכל ישר (common sense). הוא מנסה להתבונן באנשים בדרך בה הם מתבוננים בעצמם, כמי שמנסים להתמודד עם עולם מורכב ותובעני, ולהגשים בו את "משאלותיהם תקוותיהם וצפיותיהם" (Beck, 76. P 10). לטענתו, כדי להתמודד עם הסביבה אנו מפעילים מערכת קוגניטיבית מורכבת, המפרשת עבורנו את המציאות ומחפשת פתרונות רציונליים וקשיים שהיא מציבה בפנינו. כל הפרעה נפשית נובעת מכשל כלשהו באותה מערכת. האדם הסובל מדיכאון, למשל, סובל בעצם מתפיסה מעוותת של המציאות (שם, עמ' 15). הוא תופס את עצמו ככישלון, כחסר יכולת השתנות וכמי שאין לו עתיד. כשאנו מצליחים לראות את העולם, כביכול, דרך עינו של האיש הדכאוני התנהגותו ורגשותיו נראים הגיוניים למדי (שם). ממש באותה צורה ניתן לחקור כל הפרעה רגשית ולמצוא את התפיסה הקוגניטיבית המשובשת שבבסיסה (שם, עמ' 76). מכאן נובעת תפיסת הטיפול: עלינו לתקן את תפיסותיו המשובשות של המטופל, וברגע שנצליח בכך ייעלמו מאליהן ההפרעות הרגשיות וההתנהגותיות (שם, עמ' 214). לשם כך משתמשת הפסיכותרפיה הקוגניטיבית במגוון גדול של שיטות, כמו: זיהוי המחשבות המשובשות (Beck, 70. P 187) זיהוי כשלים לוגיים העומדים ביסודן (שם, 190) ועוד.

קל לראות את ההבדל שבין התפיסה הבהביוריסטית הקלאסית והקוגניטיבית. קודם כל התפיסה הקוגניטיבית מוותרת על הדרישה הבהביוריסטית להתמקדות בגורמים אובייקטיביים וברי תצפית. למעשה, בק הדגיש (ולדעתי בצדק) כי שיטתו מתייחדת בכבוד הרב שהיא נותנת לסובייקטיביות האנושית, כבוד שלא הבהביוריזם ולא הפסיכואנליזה הקלאסית אינן נותנות לה. שתי האחרונות עוסקות, כל אחת בדרכה, בגורמים סיבתיים אובייקטיביים הפועלים, כביכול, מאחורי גבו של המטופל ויוצרים את עולמו הסובייקטיבי ואת התנהגותו. הבהביוריזם מדבר על מערכות מורכבות של חיזוקים שיצרו 'למידה' מעוותת, ואילו הפסיכואנליזה על מערכת של יצרים, דחפים וזיכרונות לא מודעים.

²¹ אני מדגיש 'התיאוריה הבהביוריסטית הקלאסית', משום שמטפלים התנהגותיים חדי עין עמדו כבר מזמן על חשיבותו של התהליך המתרחש בסיטואציה הטיפולית הבהביוריסטית, ועל כך שגם בסיטואציה זו, שהיא לכאורה 'סכנית' ו'דידקטית' ביסודה, מתרחשים תהליכים של 'התנגדות' 'קונפליקט' עוד תהליכים שהתיאוריה הפסיכודינמית הרבתה לעסוק בהם (למשל, 82 Wochtel).

התפיסה הקוגניטיבית, לעומתן, מנסה להיכנס לעולמו הסובייקטיבי והמודע של האדם ולפענח אותו מתוך עצמו (Beck, 76, עמ' 6 ואילך).

אם כך, לכאורה ברור שהפסיכותרפיה הקוגניטיבית עומדת בפני עצמה כאסכולה מיוחדת, ואי אפשר לראותה כנספח לתפיסה קודמת כלשהי. כולנו נוטים לראות בשיטתם של בק ודומיו המשך ישיר לכהביורזים הישן;²² ניתן להציע כאן מספר הסברים. הראשון היסטורי: שתי האסכולות נוטות להישען באופן נרחב על הנטיות הרווחות בעולם הפסיכולוגיה המחקרית, מעבר הדומיננטיות מן הטיפול ההתנהגותי הקלאסי לקוגניטיבי מציין פשוט את השינוי שחל במקביל בעולם המחקר האקדמי. ניתן גם להצביע על קווי דמיון בין האסכולות: שתיהן מנסות להתאים דרך טיפול ספציפית להפרעה ספציפית, ומפתחות שפע של טכניקות מגוונות וממוקדות. שתיהן מוותרות לכתחילה על העיסוק במכלול אישיותו של המטופל או בחקר הביוגרפיה שלו ומתמקדות בהפרעה עצמה.

וחשוב יותר, לדעתי: שתיהן יוצרות את אותה סיטואציה טיפולית בסיסית, שבה יושבים המטפל והמטופל כשני סובייקטים שווי ערך, ועוסקים בבעייתו של אחד מהם כשם שעוסקים באובייקט זר ומפריע.

המטפל הקוגניטיבי, ממש כמו ההתנהגותי, אינו רואה בבעיה הנפשית אלא את הרע שבה. הרע הזה מוגדר, אמנם, במונחים שונים מאשר קודם: זוהי 'טעות' 'מחשבה אוטומטית משובשת' וכדו', ולא 'התנהגות סוטה'. אבל הרעיון העיקרי נשאר אותו רעיון: המחשבה הזרה אינה אלא טעות הרסנית שיש לסלקה. לכן, לדעתי, יש אמת רבה בזיהוי התרפיה הקוגניטיבית כהמשכה של ההתנהגותית, ולכן תקפים לגביה הדברים שכתבתי על הטיפול ההתנהגותי: זוהי שיטה של הכנעה, שבמסגרתה נוצרים גם אלמנטים של הבדלה ולעיתים של המתקה. לכל היותר ניתן לומר שמכוון שכתרת הפגישה הטיפולית היא הניסיון 'להבין' את ההפרעה, נוצרות בפגישה הזדמנויות רבות יותר לפעולות של הבדלה ומהתקה. יש לא מעט תיאורי מקרה 'קוגניטיביים' שניתן לקראם כתיאורים של טיפול דינמי מוצלח. למשל הציגה רות גרינברג (בתוך: בק, עורך. 95) טיפול קוגניטיבי באדם הסובל מהתקפי פאניקה. ראשיתו של הטיפול מוקדשת כולה לטכניקות של הכנעה: זיהוי המחשבות היוצרות את ההתקף, בדיקה אמפירית של נכונותן וכדו'. אלא שככל שהטיפול מתקדם הוא נכנס עמוק יותר לתוכן של אותן 'מחשבות אוטומטיות' (כפי שהוא לומד לקרא להן), ומגלה את שורשן במערכת יחסיו עם אמו, ובביקורת ההרסנית שנהגה למתוח עליו, להבדיל בין אותה ביקורת לבין יכולתו להעריך את עצמו כאדם בוגר. כל אלו הן פעולות של הבדלה והמתקה, כפי שנראה בהמשך.

פסיכואנליזה: הפסיכואנליזה הפרוידיאנית היא המוקדמת בשיטות הטיפול המערביות בהן אעסוק. במידה רבה היא המקור לעצם הרעיון ששיח מעמיק עם אדם על עצמו ועל עולמו הפנימי עשוי לשפר את מצבו הנפשי. במובן זה ניתן לראות בה את המקור לשורה ארוכה של תפיסות טיפוליות, ביניהן כאלו שחלקו בחריפות על הנחותיה התיאורטיות ועל שיטותיה המעשיות. דווקא לכן יש עניין רב בחקירת התפיסה הזו במונחים חסידיים, שהרי אין מדובר רק בגישה טיפולית ספציפית, אלא בשורש ממנו צמח עולם טיפולי עשיר ומרתק. אנסה לתאר את חבלי

²² כסימפוסם לכן, ניתן לבדוק את כתב העת Behavior Therapy. בגיליון הראשון, 1970. הופיע מאמר אחד העוסק בתפיסה הקוגניטיבית (הוא מאמרו של בק המצוטט כאן). בגיליונות האחרונים של אותו כתב עת עצמו עוסקים רוב המאמרים בשיטות שונות של 'בהביורזים קוגניטיבי'.

היווצרותו של אותו עולם, במטרה להציגו כעולם טיפולי רב עוצמה הכבול שלא בטובתו לתפיסה פילוסופית צרה מדי. מתוך כך אציע את תפיסת התיקון החסידית כדרך אפשרית להרחיב את מבטו ולהעמיק את הבנתו העצמית.

ראשית דרכו הטיפולית של פרויד היתה כתלמידם של שרקו וברנהיים, רופאים צרפתיים שעסקו בישום טיפולי של היפנוזה. במאמר מוקדם העוסק בכך תיאר את האידיאל הטיפולי שלו: "המתכונת שבה מתבצע הריפוי באמצעות הטיפול הנפשי היא פשוטה למדי. הרופא מכניס את החולה למצב היפנוטי, מודיע לו באמצעות סוגסטיה ובהתאם לנסיבות המיוחדות, שהוא אינו חולה ושלאחר שיתעורר לא יחוש עוד בסימני מחלתו. במידה ויישום חד פעמי לא יספיק, יהיה צורך לחזור על התהליך פעמים נוספות ככל שידרש" (פרויד, 2002. 69). ניתן לחייך לנוכח התמימות השופעת של הדברים, ופרויד עצמו סיג אותם במאמרו והסתייג מהם בחריפות בעבודתו המאוחרת יותר, אולם לענייננו חשוב לקבוע רק זאת: בשלב זה של עבודתו, פרויד לא עסק בשום צורה של דיאלוג עם המטופל. כל מטרתו היא להרחיק את הסימפטומים המטרידים. אישיותו של הפצינט יכולה לכל היותר להפריע למהלך הטיפול. עמנואל ברמן (שם, 9) עמד על כך כשצטט מן המאמר את כמיהתו של פרויד למצב היפותטי של "היפנוזה מושלמת... אשר היה מבטל את המאפיינים הייחודיים של כל חולה". "במילים אחרות", העיר ברמן, "החולה הוא שמפריע לטיפול. הלוואי ויכולנו לעבוד בלעדיו" (שם). בלשון חסידית, מדובר בגישה של הכנעה טהורה.

וכאן גדולתו של פרויד: התיאורטיקן הדוגמטי שבו מעולם לא בלם את סקרנותו של המטפל חד העין, הנכון תמיד ללמוד מחדש. כבר במחקרים בהיסטוריה, שכתב עם יוסף ברויאר, תיאר באריכות כיצד מלמדות אותו המטופלות את רזי הדיאלוג. אמי פון מ', למשל, התעקשה לספר לפרויד את זיכרונות ילדותה. למרות שעד אז התפיסה הטיפולית הרווחת הייתה כי השפעה של ממש תהיה רק לטיפולים פיזיים, פרויד האזין לאמי בתשומת לב רבה וגלה להפתעתו שלהקשבתו הדרוכה יש השפעה טיפולית טובה: "דיבוריה בזמן המסאז' " ציין בהפתעה "לא היו בה חסרי תכלית כפי שניתן היה לחשוב. להפך, הם הכילו שיחזור שלם למדי של זיכרונותיה..." (Freud, 1895(v.ii), 63). אין ספק שנכונותו של פרויד להיענות לבקשותיה של אמי נבעו מהערכתו הרבה לאישיותה: "האישה שלמדנו להכיר היתה ראויה להערכה רבה. הרצינות המוסרית בה ראתה את חובותיה, האינטליגנציה והמרץ שלה, שלא נפלו מאלו של גבר(!), השכלתה הגבוהה ואהבת האמת שלה הרשימו את שנינו עד מאד" (שם, עמ' 103). (במילה 'שנינו' הוא מתכוון, כמובן, לעצמו ולברויאר). פרויד עשה בדבריו אלו הבחנה חריפה בין החולה עצמה לבין הסימפטומים ההיסטריים המציקים לה: "היסטריה מהסוג החמור ביותר יכולה לשכון בדו-קיום עם הכשרונות העשירים והייחודיים ביותר" (שם). מטרתו הטיפולית היא לסלק את הסימפטום ההיסטרי על ידי שחרור האנרגיה הנפשית הכלואה בו. לדעת פרויד וברויאר הסימפטום ההיסטרי נוצר על ידי אירוע טראומטי שיצר זיכרון מכאיב בגלל הכאב האצור בזיכרון, ולעיתים גם בגלל איסורים חברתיים שונים, אין דרך לבטא אותו אלא על ידי סימפטום היסטרי. השחרור מן הסימפטום נעשה ברגע שאנו מבינים את מקורו: "כל סימפטום היסטרי אינדיבידואלי נעלם מיד ולחלוטין כאשר אנו מצליחים להבהירו לאור זיכרון האירוע שגרם לו להעלות את הרגש הקשור אליו, וכאשר המטופל תאר את האירוע באופן הכי מפורט שאפשר ובטא את רגשותיו במילים" (שם, עמ' 6).

בדברים כאלו מונח יסוד דיאלוגי חזק. אמנם המטרה האולטימטיבית נותרת כשהייתה - סילוק הסימפטומים, אבל הדרך לעשות זאת היא דווקא על ידי הבנתם העמוקה. הסימפטום אינו סתם 'התנהגות סוטה' או 'שיבוש מחשבתי'. ככל שהוא נראה מוזר, הוא צופן בתוכו אמת כלשהי שאינה ידועה לנו כרגע ויש להבינה. במאמר אחר מאותה תקופה הסביר פרויד את התהליך האנליטי על ידי דוגמא: "לפני האנליזה A הוא מחשבה הכופה את עצמה על התודעה לעתים מזומנות, ובכל פעם מעוררת בכי. הסובייקט אינו יודע מדוע הוא בוכה מ-A. הוא רואה זאת כאבסורד אך אינו יכול למנוע זאת. לאחר האנליזה התגלה שיש מחשבה B המעוררת בכי בצדק והמתעוררת בצדק לעתים קרובות כל עוד לא התמודד עם סיבוך נפשי מסוים. (Freud, 1895, p-348) לדעתי, יש בדברים האלה יסודות של הבדלה וגם של המתקה. ראשית, פרויד התייחס למטופל כאל סובייקט בעל משמעות וערך (כפי שמשמע, למשל, מתיאור יחסו של פרויד אל אמי פון מ'ו). שנית, הוא ניסה להבין את התכנים המעיקים עליו בדרך שתחדור דרך קליפתם האבסורדית, חסרת המשמעות, ולחשוף את המסר החבוי בהם באופן שיעשה אותם מובנים ואפילו מוצדקים. כתוצאה מכל אלה הולך האדם ומחזיר לעצמו את התכנים הנפשיים ש'נלכדו', כביכול, בתוך התוכן הנפשי המעוות (מה שהחסידות כינתה 'מחשבה זרה' ופרויד כינה 'סימפטום', ומאוחר יותר 'תסביך').

ואולם כל הדיון הזה תקף רק לגבי השלב המוקדם בהגותו של פרויד. בשלב זה - המאופיין על ידי 'מחקרים בהיסטוריה', עדיין לא היה אלא רופא המשתדל לסייע למטופלו להתמודד עם כאב המעיק עליו. עדיין לא התפנה לנסות ולהבין את מכלול אישיותו של המטופל. מרגע שעשה את ניסיונותיו הראשונים לבניית תיאורית אישיות שיטתית הלכה הפילוסופיה הפוזיטיביסטית אותה למד והשתלטה על מכלול מחשבתו. כל עוד התרכז בהבנת הסימפטום, יכול היה להשאיר את המטופל עצמו כמו שהוא, לכבד את תכונותיו היפות, לזעום על האחרות, להיכנס עמו ליחס של סובייקט מול סובייקט. מרגע שניסה להבין את הסובייקט עצמו, ולהבינו באופן 'מדעי' (פרויד לא הכיר בכל צורת הבנה אחרת!) חייב היה להפוך אותו לימערכת של כוחות טבעיים, אובייקטיביים, פיזיולוגיים במקורם.

הלא מודע, שבשלב ראשון סימל את תגובותיו הטבעיות, הימוצדקות, של הסובייקט לאירועים שעבר, הפך להיות למחוז הדחפים הפיזיולוגיים, האובייקטיביים, שהסובייקט אינו יכול להיות מודע אליהם. בשלב זה פרויד הכיר שני כוחות יצר כבירים: עקרון העונג (השואף לסיפוק מיני) ועקרון הממשות (שמטרתו הישרדות פיסית). האנרגיה הנפשית - הליבידו - נבלמת על ידי עקרון הממשות ויוצרת את ה'סימפטום' הנברוטי: "אנו כבר יודעים שהסימפטומים הנוירוטיים הם פרי סכסוך הנטוש על צורה חדשה של סיפוק הליבידו. שני הכוחות שנתפלגו חוזרים ונפגשים בסימפטום" (Freud, 16, P 357). אין כל התייחסות לסובייקט. יש רק מערכת כעין פסיקלית, שבה השחקנים הם 'כוחות' אנרגטיים הזורמים מאובייקט לאובייקט, מתפלגים זה מזה, מתגוששים זה עם זה, ולבסוף מגיעים לפשרה של יצירת הסימפטום.

מכאן נובעת הגדרת הטיפול: "היכן הוא הליבידו של הנוירוטיקן? ... הוא מרותק אל הסימפטומים הנותנים לו את תחליף הסיפוק היחיד שהוא אפשרי לו עכשיו. מן ההכרח, אפוא, להשתלט על הסימפטומים ולפרקם, כלומר: בדיוק מה שהחולה דורש מאתנו. לשם פירוקם של הסימפטומים צריך להתחקות על שורשי התהוותם, לחדש את הסכסוך שבו היו הורתם ולידתם ולהביאו לידי תוצאה אחרת בעזרת כוחות דחף שלא היו מצויים בו בשעתם" (שם, עמ' 454).

פרויד הדגיש, אמנם, כי הוא פועל לפי ידרישתו של החולה, אבל 'החולה' עצמו אין לו חלק אמיתי בתהליך הריפוי, וממילא אין משמעות לדיאלוג עמו, לפחות מבחינה תיאורטית.

מכאן נובעת גם תפיסת ההעברה. ההעברה היא ביסודה התייחסות עזת רגש של המטופל כלפי המטפל. המטפל מוצף פתאום בתחושות של הערצה ללא מיצרים, או להפך - שנאה ובוז (שם, עמ' 431 ואילך). אין הוא מתרגש מן היחס הזה, שכן הוא יודע שאין הוא נובע באמת מאישיותו הקורנת (או דוחה) אלא מכך שהמטופל 'מעביר' אליו רגשות שהרגיש פעם כלפי הדמויות החשובות בחייו, בדרך כלל ההורים. אופייני הדבר שגם ההעברה מקבלת הסבר מעין פסיקלי: לאחר ש'הרופא' חדר לעומק של הסימפטום ושחרר את הליבידו הכלוא, בו, מחפש לו הליבידו הזה אובייקט חדש, ומוצא את המטפל: "במקום מחלתו של החולה עצמו באה המחלה המלאכותית של ההעברה" (שם, עמ' 454). אז מתפנה המטפל לשלב השני והמכריע של העבודה התרפויטית, והוא ניתוח ההעברה עצמה. אם הוא מצליח בכך משתחרר הליבידו מן ההעברה ויכול להיות מופנה כלפי העולם הממשי.

בכל הניתוח הזה אין שום מקום לדיאלוג, אין בו מקום למטופל כסובייקט. כל הזמן אנו עוסקים במשחקי כוחות ואנרגיות המתחוללים, כביכול, מאחורי גבו של הסובייקט. משחקי הכוחות הללו אינם ידועים למטופל, ואילו המטפל מכיר אותם מתוקף הכשרתו. כפי שהסביר פרויד את השם שבחר לתרפיה שלו: "מדוע אנליזה, שפירושה פירוק או הפרדה, והגורמת לנו לחשוב על מקבילה לעבודתו של הכימאי עם חומרים שהוא מגלה בטבע ומביא למעבדה שלו? זאת משום שבנקודות חשובות אכן קיימת הקבלה ביניהם. הסימפטומים והביטויים החולניים של המטופל, בדומה לכל הפעילויות הנפשיות שלו, מורכבים מטבעם. ביסוד המורכבות הזאת עומדים בעיקר מניעים ודחפים. אך החולה אינו יודע דבר על אודותם..." (Freud, 19. P 159). הסובייקט אינו יודע דבר על הדחפים המפעילים אותו, ואילו המטפל מבין אותם ומסוגל לטפל בהם בדרכו. אמנם פרויד הדגיש: "עתה אנו באים ללמד אותו להבין את ההרכב של אותם מבנים נפשיים מסובכים... מראים למטופל את המניעים היצריים של הסימפטומים שלא היו מוכרים לו לפני כן, כשם שהכימאי מבודד את החומר הבסיסי, היסוד הכימי, מתוך גביש המלח שבו הוא מעורבב עם יסודות אחרים באופן המקשה על זיהויו" (שם).

מכאן באות המטאפורות המפורסמות בהן השתמש פרויד, ובראשן מטאפורת המנתח. כתב פרויד: "אני ממליץ לעמיתי ומפציר בהם במידה שאין למעלה ממנה, שבמהלך הטיפול הפסיכואנליטי יראו ברופא המנתח דוגמה ומופת, שכן הוא מסיט הצידה את כל רגשותיו ואפילו את רחמיו האנושיים ומפנה את כל כוחות הנפש שלו למטרה אחת ויחידה: לבצע את הניתוח במיומנות רבה ככל האפשר" (Freud, 12. P 115). בזמן הניתוח אין כל יחס בין המנתח למנותח. המנותח מורדס, האני שלו מושעה, והמנתח מבצע פעולה מסוימת על איבריו הפנימיים. יעילותה של פעולה זו אינה תלויה כלל בדעתו של המטופל עליה (Freud, 13. P 126). ממילא דעתו משקפת יחס של העברה ותו לא. על רקע זה אפשר להבין התבטאות כמו "למדתי להחזיק בהשערותי בעקשנות, עד שגברתי על חוסר כנותם של החולי וכפיתי אותם לאשר את דבריי" (Freud, 16. P 386). התייחסות כזו, לדעתי, היא כמעט בלתי נמנעת כאשר נקודת המוצא היא מחויבות מוחלטת לתפיסת עולם פוזיטיביסטית מדעית.

כוחם של דברים אלו יפה גם לשלב השלישי, הסטרוקטורלי, בהגותו של פרויד. כזכור, החל מ-1920 שניה פרויד מעט את תפיסת הנפש שלו, והכיר בקיומם של שני יצרים: יצר החיים והמוות. שני היצרים המנוגדים הללו כלולים שניהם במבנה נפשי הנקרא 'סתמי', שכולו אינו אלא אוסף

דחפים גופניים המבקשים סיפוק (Freud, 26. P 200). מול הסתמי עומד ה'אני', שגם הוא אינו אלא מערכת הניתנת להגדרה פונקציונלית: "אנו מכירים אצל האדם בקיומו של ארגון נפשי הממוקם בין הגירויים החושיים שלו ותפיסתו את צרכיו הגופניים מחד, לבין פעולותיו המוטוריות מאידך, מתווך ביניהם מתוך כוונה מסוימת. אנו מכנים מבנה זה בשם האני שלו" (שם, 196). תפקידו של האני הוא לחפש את הדרך האפשרית לביטוי יצרי הסתמי במציאות נתונה: האני עבורנו הוא באמת משהו שטחי, והסתמי - משהו עמוק יותר, בהתבוננות מבחוץ כמובן. האני שרוי בין המציאות שבין הסתמי, שהוא הנפשי האמיתי" (שם, עמ' 197. הדגשה שלי, ב.כ.).

לפי זה, תפקודה התקין של הנפש תלוי בכך שהאני ימצא את הדרך הנכונה לטיפול בייצרי הסתמי. פתולוגיה נפשית נוצרת תמיד מאיזון לא ראוי בין השניים: כלומר, מאני שהוא חלש מדי, או נוקשה יומדחיק' מדי וכדו' (שם, עמ' 203). מכאן ברור מהי מטרתה של הפסיכותרפיה: "אנו מבקשים לשקם את האני, לשחרר אותו ממגבלותיו ולהשיב לו את השליטה בסתמי" (שם). אם נזכור שהאני אינו אלא מעין מנגנון תיווך מסוים (שהתודעה כולה אינה אלא איבר החישה' שלו - שם, עמ' 201) יוצא שהגדרת הטיפול היא טכנית ואובייקטיבית לעילא. אנו מבקשים לחזק מערכת א' כדי שתוכל לשלוט במערכת ב', כאילו ניסינו לתקן את הווסת במקרה.

ואולם, התיאור הפשטני הזה עושה עוול למורכבותו של פרויד. כפי שכבר אמרתי, פרויד ניסה שוב ושוב למזג בין שני יסודות סותרים, השקפת עולמו הפוזיטיביסטית מחד גיסא ורגישותו לחוויה האנושית המורכבת מאידך גיסא. התעקשותו לאחוז בשני קצותיו של החבל בלי להרפות היא, לדעתי, המקור לסתירותיו הפנימיות כמו גם לעוצמתו התיאורטית הסוחפת. ציטטתי כאן את הגדרותיו התיאורטיות לטיפול. הגדרות אלו אכן נוטות, מטבע הדברים, לכיוון התיאוריה הכללית שלו, ועל כן הן טכניות ואובייקטיביות ככל שאפשר.

במונחים חסידיים נאמר שיש בהן יסודות של הכנעה והבדלה, אך לא של המתקה. ההכנעה מופיעה בעצם הדרישה התקיפה לשמירה על מסגרת טיפולית ברורה שבתוכה יבהיר המטפל למטופל כי דחפיו יזכו להבנה, אך לא לסיפוק (Freud, 15. P 165). ההבדלה היא עיקר הטיפול. היא מופיעה בעצם הניתוח המפורט והמדוקדק של כל תסביך, החיפוש אחר מקורו, וההבחנה בין דרכים פתולוגיות לסיפוק היצר שמאחוריו לבין דרכים פוריות ובונות יותר. אבל המתקה אינה אפשרית בלי הכרה בסובייקט אמיתי השואף לגלות לעולם את הטוב הגנוז בו.

ובכל זאת, לפרויד יש גם צד שונה, וחשוב להתייחס גם אליו. צדו הנוסף של פרויד מופיע בעצם הווייתו כמטפל. עימונאל ברמן כתב על תיאורי המקרים שלו: "רגישותו היספרותית של פרויד לסיפורי חיים, לדרך בה אנשים מספרים את חייהם, ולדרך בה התהליך הטיפולי מעצב ספור חדש והופך בעצמו לספור חדש - רגישות זו היא שאפשרה לו להשתחרר מהכובד המערב של 'חותמו הרציני של המדע' בן זמנו ולפתוח אופקים חדשים לגמרי. לאפשר למטופלים להפוך מאובייקטים נחקרים לסובייקטים מדברים" (פרויד, 2002. עמ' 17). בהמשך מאמרו (שם, עמ' 36) ציטט ברמן מחקרים שנעשו על האופן שבו טיפל פרויד באמת (כולל ריאיונות עם מטופלים לשעבר וכדו'). מסתבר שפרויד נהג להביע את רגשותיו כלפי מטופלים, ביטא את השקפותיו הפרטיות בנושאים שונים נהג להנחות את מטופליו בתחום הרומנטי, לקנות להם מתנות ולעיתים להציע להם ארוחת ערב. בקצרה, למרות הדוגמטיות התיאורטית פרויד נותר מטפל רגיש וחם, שאינו נרתע מיחס אישי אוהד למטופליו. יחס כזה, כשהוא בא במסגרת הכוללת דיון מתמשך בעולמו הפנימי של המטופל חייב להיות לכל הפחות גובל בדיאלוג.

יותר מזה. גם במאמריו התיאורטיים ניתן למצוא נימות שונות. כך למשל במאמרו על 'שאלת האנליזה בידי מי שאינם רופאים' (Freud, 26) הוא תקף את הטוענים שהשכלה רפואית היא חיונית-למטפל: "יש להביא בחשבון" התריע, "שההכשרה שהרופא קיבל בבית הספר לרפואה היא פחות או יותר ההפך ממה שהוא צריך כהכנה לפסיכואנליזה. תשומת ליבו הופנתה לזיהוי אובייקטיבי של עובדות אינטימיות, פסיקליות וכימיות, אשר הצלחת הפעולה הרפואית תלויה בהערכה נכונה שלהן ובהשפעה מתאימה עליהן. בעיית החיים נכנסת לשדה ראייתו רק אם ניתן להסבירה באמצעות אותו משחק כוחות שאת קיומו ניתן להוכיח גם בטבע הדומם. לא עורר אצלו עניין בצדדים הנפשיים של תופעות החיים. למוד היכולות הרוחניות הגבוהות אינו מעניינה של הרפואה..." (שם, עמ' 231). דברים כדורבנות, אלא שניתן להפנותם כלפי רוב כתביו של פרויד עצמו! (כדאי לזכור כיצד הגדיר ב'טוטם וטבו' את היכולות הרוחניות הגבוהות כמו הפילוסופיה, הדת והאמנות כצורה של נזירוז קולקטיבית).

יוצא, עבודת ההמתקה לא נעדרה כלל מעבודתו הטיפולית של פרויד, אף על פי שבמושגיו לא ניתן לה בסיס תיאורטי כלשהו.

דרך של תורות מורכבות שניתן לפתחן למספר כיוונים. אנסה להציג שתי אפשרויות: האחת היא ההתקדמות בכיוון הניתוח המדויק, השואף, לאובייקטיביות מדעית (או פסאודו מדעית) ומוותר על דיאלוג. האחרת היא ההכרה בכך שרק דרך המפגש הדיאלוגי עם סובייקט אחר ניתן להגיע להישגים טיפוליים של ממש.

כנציגת הכוון הראשון בחרתי במלאני קליין. אין ספק שקליין היתה מתבוננת חדת עין ובעלת כישרון כביר להמשגה ולניסוח. אביא כאן קטע קצר מאנליזה שתיארה במאמר 'צרות עין והכרת תודה' (Klein, 57), המדגים הן את הסגולות הללו והן את העדרו המוחלט של כל יסוד דיאלוגי: המטופלת חלמה על עצמה מרחפת על גבי שטיח מעופף מעל לצמרת עץ, מביטה לתוך חדר שבו פרה לעסה דבר מה נראה כמו שמיכה אינסופית. קליין הסבירה: "האסוציאציות לחלום הבהירו כי הימצאותה מעל צמרת העץ פירושה התעלותה עלי, שכן הפרה שעליה הביטה בבזו ייצגה אותי ... היא קבלה את פרשנותי רק באופן חלקי, אף על פי שהבינה היטב כי הילדה הצעירה זו היא עצמה וכי הפרה היא האנליטיקאית. חלום זה הוביל בהדרגה להכרה עזה עוד יותר בהתקפותיה ההרסניות וצרות העין עלי ועל אמה... המטופלת העלתה אסוציאציה לפיה השמיכה האינסופית מייצגת שטף אינסופי של מילים, ועלה בדעתה כי אלה הן כל המילים שאמרתי אי פעם באנליזה, ושאותן עלי לבלוע כעת. השמיכה יצגה את ההתנגדות לפרשנותי המבלבלת וחסרת הערך" (שם, עמ' 48). ברור כי המטופלת אינה מקבלת את פירושה של קליין. האם יתכן שפירושים אלו פשוט אינם קולעים למטרה? אולי באמת נאמרו בצורה מבלבלת שלא הוסיפה דבר למטופלת! ואולי ביטאו את זווית ראייתה של קליין עצמה, שככל זווית ראייה אנושית היא בהכרח חלקית ומוגבלת! קליין לא העלתה אפשרויות אלו על דעתה. ההסבר ברור לה לגמרי: "כאן אנו עדים להפחתת הערך של האובייקט הראשוני, המיוצג על ידי פרה, וכן להתמרמרות כנגד האם, שלא האכילה אותה בצורה מספקת" (שם). לאחר מכן חולמת המטופלת חלום נוסף, ובו היא מביטה לעבר זוג צעיר שניצב על גרם מדרגות, וזורקת אליהם כדור צמר אותו תארה ככישוף טוב. באסוציאציות עלה שהצורך בכישוף טוב התעורר משום שהיה כישוף רע כלשהו, שהיה צורך לבטלו. חלום זה אפשר לקליין להציג "פרשנות אודות קנאה נוכחית ומוכחשת בעוז" המובילה

"מההווה אל חוויות מוקדמות יותר, ובסופו של דבר כמובן להורים... זהו רק קטע מהממצאים שהוכיחו למטופלת בצורה משכנעת את קיומה של צרות עינה הארסית באנליטיקאית ובאובייקט הראשוני שלה" (שם, עמ' 50). אין שום הרהור של ספק אצל קליין, ואם המטופלת דוחה את דבריה אין זה אלא משום שהיא מכחישה את האמת הברורה שבהם. ואכן - "כתוצאה מכך שקעה בדיכאון עמוק, כזה שלא חוותה מעולם. הגורם המרכזי לדיכאון... היה היווכחותה בחלק מפוצל לחלוטין של עצמה, שבו לא יכלה להכיר עד כה. כאמור, התקשיתי מאד לעזור לה להכיר בשנאתה ובתוקפנותה. אולם כשעמדנו על המקור המסוים הזה להרסנותה... לא יכלה לשאת זאת" (שם). אני מאמין שקליין אכן נגעה בנקודה כואבת אצל המטופלת, נקודה שקשה עד מאד להכיר בה. אולם יתכן בהחלט שהדיכאון נגרם גם כתוצאה מצורת הנגיעה. לפחות מן הדיווח הכתוב נראה שקליין הראתה לה את שנאתה, את צרות עינה ואת הרסנותה, אולם בלי לתת משקל נגד לעוצמתם של כוחות הטוב הנאבקים בהם. כתבה קליין: "היא לא הצטיירה כאדם יהיר או שחצן במיוחד, אך באמצעות מגוון תהליכי פיצול והגנות מאגיות הצליחה להיאחז בדימוי האידיאלי של עצמה. כתוצאה מההכרה, שאותה לא יכולה היתה להכחיש בשלב זה של האנליזה, בכך שהיא חשה רעה ומתועבת, קרסה האידיאליזציה והתעוררה תחושת חוסר אמון בעצמה..." (שם). מסתבר שאותו דימוי עצמי טוב שהיה לה היה באמת נקודת עגינתה בחיים. הביטחון העצמי המופלג שבו הוצג הטוב שבה כנובע "מהגנות מאגיות ומתהליכי פיצול", יחד עם ההצבעה חסרת הרחמים על הרוע שבה, שמטו מידיה את העוגן הזה. חשובה עוד יותר אולי היא ההתעלמות המוחלטת ממנה כסובייקט בעל דעה. דעתה על הפירושים המוצגים לה פשוט אינה מובאת בחשבון, אלא כעוד סוג של סימפטום לנוירוזה שלה.

חשוב לציין שמטרתי בכתיבת הקטע הזה אינה למתוח בקורת על הטיפול הקלייניאני, ודאי שלא על מלאני קליין כתיאורטיקנית חשובה של הטיפול הנפשי. מטרתי היא להצביע על פוטנציאל אנטי-דיאלוגי שהיה צפון בתפיסתו הפילוסופית של פרויד, עצמו ואשר מומש בעבודתם של חלק מתלמידיו (קליין במקרה זה). עצם הניסיון להגיע להבנה מדעית של הלא מודע הופך את האדם לאובייקט, ואובייקט אינו יכול להיות צד בדיאלוג כלשהו. אפשר להבין אותו, אפשר לפעול עליו ואפילו לסייע לו רבות, אבל דיאלוג אמיתי ניתן לעשות אך ורק עם הסובייקט. נדמה לי שתהיה זו טעות ליחס את התנהלותה הטיפולית של קליין לאופייה המסוים. לא פחות מכך ניתן לראות בכך תוצאה של העדר מושג הסובייקט בתפיסת עולמה.

טענתי קודם שבפסיכואנליזה הפרודיאנית כוללת שני קטבים, קוטב אחד מדעי ופוזיטיביסטי, וקוטב אחר של רגישות ויכולת הקשבה. אציג עתה את תפיסתו הטיפולית של פטריק קייסמנט כדוגמא לתפיסה טיפולית המבוססת כמעט לחלוטין על הקשבה דרוכה למסריו החבויים של המטופל²³.

הקורא בכתביו של קייסמנט אינו יכול שלא להתרשם ממידת הענווה המאפיינת את כתיבתו. כותב קייסמנט: "כשמטופל אינו מוכן לקבל איזו קביעה נכונה על אודות עצמו, שהמטפל מציגה לפניו, או שהמטופל אומר שהוא מסכים לה, אך אין בעקבותיה כל שינוי ממשי בחייו או ביחסים הטיפוליים, מקובל ליחס זאת להתנגדות לא מודעת של המטופל. אולי כך הדבר, אבל לפעמים זו עדות שמצוי כאן, בהעדר שינוי, אות לא מודע למטפל שעליו לשוב ולשקול את הנחותיו לגבי

²³ מבחינה היסטורית חשוב להדגיש כי קייסמנט אינו בודד בגישתו זו. שורה ארוכה של הוגים פסיכואנליטיים פיתחה את הכיוון המתואר ותרמה לו. בחרתי בקייסמנט פשוט בגלל בהירותו הרבה, מה שמקל על הצגת אופן החשיבה הזו דרך כתביו (לסקירה היסטורית, ראה ברמן, עמ' 1986. שיחות, כרך 1, חוב' 1 עמ' 6-17).

המטופל, לגבי התיאוריה שלו או לגבי הטכניקה שלו. אפשר שיש דבר מה שהמטפל טרם הבחין בו, או טרם הכיר בו, ואפשר גם שהמטפל מתנגד" (ללמוד מהמטופל, עמ' 30). תיאורי המקרה של קייסמנט גזושים בהתלבטויות, בניסיונות פרשנות שגויים ובחוויות של מצוקה ובלבול מול מסרים לא מובנים של מטופליו. לא פעם מתברר שרק יכולתו להכיר בשגיאתו או בבלבול הפכה את המפגש הטיפולי למועיל: "כאשר אני מניח למטופלים למלא תפקיד בדרך השתלשלות הטיפול שלהם, אין הסבר גורם לי להרגיש חסר ישע. פעמים עלי להניח לעצמי להיגרר לתוך 'בלבול הרמוני' בתוך היחסים האנליטיים" (שם, עמ' 38). הוא תקף בחריפות את נטייתם של מטופלים מסוימים 'לדעת' בביטחון גמור את המתחולל בנפשו של המטופל: "אם סגנון העבודה של האנליטיקאי מתבסס כולו על ודאות, יש לזה השלכות מרחיקות חכת. המטופל יאלץ להלחם בגישתו הדוגמטית של האנליטיקאי, ויסתכן בכך שיובס, משום שלאנליטיקאי שמורה תמיד המילה אחרונה - "האנליטיקאי (כמו הורים מסוימים) תמיד יודע טוב יותר" - או שהמטופל יותר וייכנע. (לעומת זאת) אם המטופל מקבל את ההזדמנות להגיב לחוסר הידיעה של האנליטיקאי או להשתתף במשחק בפרשנות הלא גמורה, גוברים הסיכויים לעבודה יצירתית" (שם, עמ' 154).

מאלף בהקשר הזה לראות את תגובתו של קייסמנט למושג החוויה הרגשית המתקנת של אלכסנדר (Alexander, 46). כידוע פיתח אלכסנדר תפיסה טיפולית מקורית, שהעבירה את מוקד הטיפול מן הפרשנות וההבנה אל עצם החוויה הנוצרת בין המטפל למטופלו. המטופל, לדעתו, סובל מכך שבתקופות מכריעות בחייו חווה חוויות קשות והרסניות (למשל - טראומות שונות, מערכות יחסים פגומות וכיוצ"ב). חוויות אלו מודחקות לתוך הלא מודע, והטיפול מעלה אותן אל המודעות. אלא שעצם העלאתן אינו עיקר הטיפול. החלק החשוב באמת הוא שהמטפל ינסה לתקן אותן באופן מתוכנן ומכוון. למשל, למי שסבל מאב נוקשה ובקורתי חייב המטפל להעניק חוויה פתוחה וסובלנית. למי שסבל מהזנחה והתנכרות יש להעניק חוויה של חום ומסירות, וכן הלאה. התנגדותו של קייסמנט לטכניקה הזו היא פשוטה: לדעתו, כאשר המטפל מעמיד את עצמו כ'הורה משופר' למטופל, הוא כופה את עצמו עליו ומונע ממנו לחוות אותו כרצונו. לעיתים קרובות סובל המטופל דווקא מתחושתו שצד זה או אחר באישיותו הם רעים ובלתי נסבלים. יתכן שמדובר בזעמו, בצרכיו הגופניים או הרגשיים. במצבים האלו הוא נוטה להשתמש במטפל באופן מורכב. קודם כל הוא יוצר מצב שבו נאלץ המטפל להתמודד עם הצדדים הדחויים באישיותו. הוא מתקיף את המטפל, מגלה כלפיו תלות או תובענות בלתי נסבלת. מפגין כלפיו בוז או חוסר אמון תהומיים, ובסתר ליבו הוא מצפה שהמטפל יוכל לעמוד בכך. זוהי בדיוק החוויה המתקנת שהוא זקוק לה: "חוויות העצמי החשובה ביותר למטופלים רבים היא הגילוי שהאנליטיקאי מסוגל לשאת ולקבל רגשות קשים (המובעים) כתקשורת לכל דבר, רגשות מעין אלה מתפרקים מן האסוציאציות שליוו אותם שנים רבות, וגרמו לפחד או לבושה. בהזדמנויות רבות מגלה המטופל באנליזה, אולי בראשונה בחייו, שאפשר להביע רגשות - עזים ככל שיהיו - ושהם יובנו. אין עוד צורך להדחיקם" (שם, עמ' 109). כאשר המטפל מעמיד את עצמו כ'הורה משופר' הוא יוצר מצב שבו אי אפשר להביע כלפיו רגשות קשים (שם, עמ' 92), ובאופן פרדוכסלי מחבל בסיכויי של המטופל לחוות חוויה מתקנת באמת. הסיכום: "באנליזה מוצא המטופל בעצמו את החוויה הטיפולית בלי שיספקו לו אותה... אם יחוו חוויה טובה יותר באנליזה, חשוב מאד שהיא תהיה ספונטנית. אין היא יכולה לנבוע מטכניקה מכוונת, מכיוון שאם יכונן אותה האנליטיקאי בכל דרך שהיא, היא תהיה מלאכותית ולבסוף תתברר שקרית" (שם, עמ' 116).

במושגים שפיתחתי קודם, אין ספק שאופיו הדיאלוגי של קייסמנט מקרב אותו מאד לתפיסת התיקון החסידית. הקשבתו הדרוכה למסרים הפנימיים העומדים מאחורי הגילויים הקשים ביותר של אישיות המטופל יוצרת אפקט של הבדלה והמתקה. ההבדלה היא חשיפת היסודות הנפשיים הבריאים והטובים שמאחורי ההתנהגות ההרסנית, ובכך הם מופרדים מן הקליפה שרק דרכה יכלו להופיע עד כאן. ההמתקה היא חיזוק תחושתו של המטופל שהוא טוב ביסודו, וממילא גוברת המוטיבציה שלו למצוא כלי ביטוי טובים לשאיפותיו הפנימיות. משלל דוגמאות שניתן להעלות כאן אביא אחת: מרי, ילדה בת 10 שנתפסה גונבת מחנויות, והתברר שאביה היה שוטר. לאחר עבודה מאומצת עם המשפחה הצליח אביה להבין שהוא מגלה העדפה ברורה לבניו, והוא החל להקדיש מזמנו גם למרי. כך נענו תקוותיה הלא מודעות של מרי, ולא היה לה עוד צורך לגנוב.

בהתמודדותו עם מושג החוויה המתקנת נראה שקייסמנט הזהיר אותנו מפני תהליכי המתקה חפוזים ושטחיים מדי. את טיעוניו ניתן לנסח כך: המתקה היא תהליך שיש לו חשיבות עצומה, אולם אך ורק לאחר שביררנו וגילינו את כל המחשבות הזרות, והעמקנו בהן כשלעצמן. אחרת לא עשינו דבר מלבד דחייה מחודשת שלהן שאינה אלא פעולת הכנעה (שהיא כמובן תיקון חלקי וזמני מאד). כך למשל הביא את ספורה של מטופלת שסבלה מדיכאון ממושך ויצאה ממנו, בין היתר הודות למטפלת שעודדה אותה באופנים רבים, באמירות כמו "את יכולה לעשות בחייך דברים רבים. יש לך הרבה להעניק לאחרים" (שם, עמ' 110). כמו כן עודדה אותה ללמוד עבודה סוציאלית. למרות השיפור הרב חשה את עצמה כרמאית, במיוחד כשפגשה מטופלים. באנליזה אצל קייסמנט עלו 'מחשבות זרות' שלא עובדו בטיפול הקודם - בין היתר התקוממות כלפי הלחץ שחוותה מצד המטפלת הקודמת לראות את עצמה באופן (חיובי) שסתר את הרגשתה הפנימית. היא חשה כאילו נאלצה לשלם עבור חיזוק תחושת הערך העצמי במחיר החירות לחוות את עולמה כרצונה (שם, עמ' 112). דווקא הגישה הלא מכוונת של קייסמנט נתנה לה תחושה חזקה יותר של חירות פנימית.

נראה כאילו קייסמנט אומר: אין להזדרז עם שלב ההמתקה. יש לחכות לכך שהמטופל ימצא בעצמו את כוחותיו הפנימיים. עיקר העבודה חייב להיות סביב הבירור השקדני של כל תוכן שמעלה המטופל (כלומר, הבדלה), ואין מקום להבניה מלאכותית של פעולת ההמתקה. אני מצין נקודה זו כדי לשוב אליה בהמשך, שכן מוטיב ההמתקה נראה לי כאחת התרומות החשובות שיכולה החסידות לתרום לעולם הפסיכותרפיה.

פסיכולוגית העצמי: אעבור עתה לסקירת משנתו הטיפולית של קוהוט. אקדים ואומר, לדעתי מדובר בנסיון הנועז ביותר שנעשה עד כה בתוך העולם הפסיכואנליטי לבנות פסיכותרפיה לא ישותית, ולהציע הגדרה ברורה של פעולת ההמתקה בפסיכותרפיה.

לדעת קוהוט משימתו הראשונה של התינוק היא להגיע לתחושה מבוססת של 'עצמי' (self). לכל אדם יש צורך עמוק לחוש כי הוא מישהו, כי הוא אדם בעל ערך ויכולת, בעל מטרות ושאיפות. הוא מגיע לכך על ידי הקשר הראשוני שיש לו עם מה שקוהוט כינה 'זולת עצמי': דמות משמעותית שאפשר להזדהות עמה ולקבל ממנה את 'צרכי העצמי' שלו. האם היא 'זולת עצמי' כזה, משום שהתינוק מתבונן בעיניה המתבוננות בו. והזוהר שבהן אומר לו שהוא בעל ערך שהוא

טוב, גורם לאושר ראוי לאושר. לתהליך זה קורא קוהוט mirroring (השתקפות בראי) וממנו נוצר צד ה'שאיפות' שבתחושת העצמי שלו. אולם התינוק אינו זקוק רק להורה המאשר את קיומו ואת ערכו, אלא גם להורה נערץ, שניתן להזדהות עמו וליצור את הצד השני של תחושת העצמי - צד ה'מטרות', התחושה שיש אידיאלים שניתן לשאוף אליהם, ומטרות שניתן להשיגן.

פתולוגיה נפשית, קבע קוהוט, קשורה תמיד לפגימה בתחושת העצמי. הוא מסווג את הפתולוגיות המוכרות על פי רמת הפגיעה בתחושת העצמי: החל מהתפוררות גמורה בסכיזופרניה וכלה בפגיעות נוירוטיות קלות יחסית. ניתן להכליל: אין פסיכופתולוגיה בלי פגיעה בעצמי. ממילא ברור שכל פסיכותרפיה חייבת לשים לה את שיקום העצמי כמטרה.

השיקום נעשה דרך מערכת היחסים הטיפולים עצמם.

עם התפתחות הטיפול המטופל מפנה אל המטפל את 'צרכי העצמי' שלו. בין אם מדובר בצורך באישור וביהשתקפות - ראוי מצד המטפל, ובין אם מדובר באידיאליזציה שלו. המטפל נותר קשוב לצרכים הללו, נוהר מלדחות אותם או מלפגוע בהם בדרך כלשהי. המטפל מפגין גם מודעות רבה לכך שלא פעם הוא נכשל במילוי צרכיו של המטופל, ועל ידי כך גורם לו סבל נפשי לא פשוט (empathic failure). בכל אלו הוא משקם את תחושתו של המטופל שצרכי העצמי שלו הם לגיטימיים. תחושה זו, כשהיא מתבססת, מחזקת אצל המטופל את התחושה שהוא אכן בעל ערך ומטרות ראויות (תחושת עצמי) וכי יש לו יכולת להיות קשור ליזולת עצמי.

מכיוון שכך, הטיפול אינו מסתמך בעיקרו על כשרים קוגניטיביים מפותחים, אלא על היכולת הראשונית שלנו לחוש את הזולת ואת יחסו אלינו: "יכולתנו לחדור אל תוך המערך הנפשי של האחר מקורה בכך, שבמבנה המנטלי המוקדם ביותר שלנו נכללו רגשותיה של אמנו, מעשיה והתנהגותה בתוך העצמי שלנו, אמפטיה ראשונית זו עם האחר מאפשרת לנו להבחין מאוחר יותר כי החוויות הפנימיות הבסיסיות של האחר דומות לאלו שלנו... האמפטיה שייכת איפה למבנה המולד של נפש האדם" (אופנהיימר, עמ' 79). לדעת קוהוט האפקט התרפויטי המועיל בפרשנות הטיפולית נעוץ, לעיתים קרובות, דווקא באופן האמפטי בו היא נאמרת. בספרו 'כיצד הפסיכואנליזה מרפאת' הוא הביא דוגמה של מטפלת מן האסכולה הקליינאנית שהודיעה למטופלת שלה על ביטול פגישה. לאחר מכן היתה המטופלת שקטה ומרוחקת, והאנליטיקאית פירשה זאת כתוצאה של ביטול הפגישה: בעבר, אמרה לה, הייתי עבורך השד הטוב והמזין, ואילו עכשיו הפכתי לשד הרע, הבלתי מזין. למרבה ההפתעה גרמה הפרשנות הזו לשיפור חיובי באווירה. הסביר קוהוט: "המסר ששודר למטופלת היה קל להבנה. ללא קשר לצורת ניסוח, מבחינת המטופלת לא אמרה האנליטיקאית אלא: את מדוכאת עמוקות משום שאת מפגישותייך בוטלה. אני מאמין כי מסר פשוט אך אנושי מאוד זה, אשר בוטא בתום אנושי רב (שבו הבחינה המטופלת) הוא אשר שמעה המטופלת" (שם, עמ' 109-111). הווה אומר, הפרשנות המילולית לא היתה אלא כלי להעביר את המסר הטיפולי החשוב באמת: המפגש בינינו חשוב, ומוכן לי מאוד מדוע את מדוכאת בגלל ביטול הפגישה.

אין ספק, לדעתי, שהמוטיב היסודי בטיפול הקוהוטיאני הוא ההמתקה. קודם כל המטרה מוגדרת כבנייתו של העצמי כסובייקט המודע לערכו, ושיש לו גם אידיאלים המנחים אותו (שם, עמ' 84). אלא שמבחינה חסידית מדובר בהמתקה חלקית מאד. קוהוט עדיין שבוי בתפיסה הפסיכואנליטית הקלאסית לפיה הגבוה חייב להיות מתורגם למונחי של הנמוך, את הרוחני והאידיאלי במונחי החוויה הראשונית של התינוק. אמנם נעשה צעד גדול בנטישת הצמידות לתורת הדחפים הפיזיולוגית, אבל נשארנו בתחום האני התלתי והנוקס. המטרה היא בנייתו של

'נרקיסזיס' בריא, שהוא המצב שבו תחושת העצמי חזקה ומבוססת. שהיא המצב שבו האדם בטוח בערכו שלו, באידיאלים שלו, במטרות שלו - בסופו של דבר, אין הפסיכולוגיה של קוהוט יודעת שום מטרה מעבר לישות של האדם עצמו.

אנסה להדגים כיצד משתקפת המגבלה הזו בטיפול. קוהוט סיפר כיצד קנה אחד ממטופליו - מר מ', כינור יקר והחל לחלום על התמסרות לקריירה מוזיקלית. קוהוט ציין כי אותו מטופל לא היה מוכשר במיוחד מבחינה מוזיקלית (Kohut, 83. p. 39). אולם חוסר אמונו בעתידו המוזיקלי של המטופל לא מנע ממנו לגלות אמפטיה כלפי השתוקקותו לכינור, שכן היה מסוגל לראות את הכמיהה הזו באופן סימבולי. המוזיקה מסמלת עבורו צורך (מוצדק לגמרי) בתקשורת רגשית קדם מילולית (שם, עמ' 38). השתלטות על הנגינה תיתן מקום לסיפוק צרכיו האקסהביצייוניסטיים. הכינור הפך לסמל רב עוצמה לקשת שלמה של צרכים רגשיים ראשוניים, שקוהוט תיאר ברגישות ובהירות. יחד עם זאת דומה שדבר מה אכן הלך כאן לאיבוד: למשל המוזיקה ככלי לביטוי תכנים רוחניים של ממש, הרצון להתמודד עם אתגר רוחני ויצירתי (אולי דווקא בתחום שאינו טבעי וקל עבורו!). בקצרה, הכינור ככינור. הווה אומר, עבודתו של קוהוט היא אכן עבודת המתקה, אולם המתקה חלקית: בסופו של דבר הוא נותר בתחום עולם הישיות, וכמו הפסיכואנליזה כולה הוא לא היה מסוגל לעבור את גבולותיו של אותו עולם.

דומה שהדוגמא הקצרה הזו - הכינור של מר מ' - מדגימה היטב את הדילמה שהצגתי בפרק התיאורטי על הפסיכולוגיה המערבית. אין לי כל ספק שלוגותרפיסט כויקטור פרנקל היה נאחז בכינור כמוצא שלל רב, והופך אותו לסמל 'הזעקה למשמעות' של מר מ' (אני מאמין שיש לראיה כזו גם תימוכין בסיפורו, כפי שסיפר אותו קוהוט). כפי שהראיתי שם, העובדות מלמדות לעיתים קרובות שגישה כזו יכולה גם לסייע למטופל. יחד עם זאת רוב המטפלים חשים שהיא איננה יורדת באמת לשורשי הבעייתיות של המטופל. לפרנקל היה מעט מאד מה לומר למר מ' על הצרכים הפרה ורבליים שלו לחוס, לקבלה, או אף לסיפור דחפים יצריים. במונחי התיקון: קוהוט הציע עבודה של המתקה חלקית ומוגבלת, שאיננה חורגת מגבולות ישותו האגוצנטרית של המטופל. פרנקל מציע המתקה 'תלושה', כביכול, שאין לה שום קשר לתהליכים הבסיסיים יותר של ההכנעה וההבדלה. כעין קו בלתי נראה חוצץ ביניהן, ואינו מאפשר לזו לעלות ולזו לרדת.

לקראת אינטגרציה:

אנסה עתה להציב מודל טיפולי המשתמש במושגים חסידיים ופסיכודינמיים כאחת, מתוך הצבעה על הנקודה המדויקת שבה בולמת תפיסת הישות את ההמשגה הפסיכודינמית, ואילו המושגים החסידיים יכולים להציע לה אופק התפתחותי חדש.

המתקה וההכלה: לשם כך אחזור בקצרה על כמה מושגים שהצגתי בפרק הפסיכולוגיה המערבית. כפי שכתבתי בפרק קודם, היתה זו מלאני קליין שתיארה את נפשו של התינוק כשדה קרב אימתני, שבו נאבק יצר החיים ביצר המוות ההרסני. התינוק ה'קלייניאני' מבועת מעצמת הדחפים ההרסניים שבקרבו, נושא את עיניו אל אמו, בתקווה שזו תעזור לו להתמודד עימם. עזרתה של אמה נעשית על ידי כך שהיא שורדת את הרסנותו הבלתי נסבלת. כאשר התינוק רעב, כואב או סובל בכל דרך שהיא, מתעררות בעוצמה רבה התחושות ההרסניות החבויות בו. הוא זועם, צועק, משתולל (קליין טענה כי בזמנים כאלו הוא מדמין את עצמו 'משליך' לתוך אמו

'אובייקטים רעים' המסמלים את הרסנותו). במידה והאם מצליחה להישאר מזינה ואוהבת למרות כל אותן התקפות הרי שהתינוק למד כי קיים בעולם טוב, שהרע שבתוכו אינו יכול להרוס. התהליך הזה נקרא 'הזדהות השלכתית', שכן התינוק משליך את הרוע שבו לתוך אמו, ואז מזדהה עם יכולתה לעמוד בכך. כך נבנה בו גרעין פנימי של תחושת טוב, שאינו חי בחרדה מתמדת מן הרע.

ביון המשיג את התהליך הזה באופן יותר מופשט. מבחינתו בכל תוכן נפשי ניתן להבחין בשני יסודות: יסוד ראשוני, יצרי ותחושתני (שהוא מכנה - יסוד בתא) ויסוד צורני ומאורגן המשמש כמיכל ליסוד בתא. רק המפגש בין המיכל ומוכל יוצר תוכן נפשי אמיתי (אותו כינה - יסוד אלפא). בעזרת המושגים הללו ניתן להמשיג מחדש את ההזדהות ההשלכתית: התינוק מוצף ביסודות בתא הרסניים, והוא משליך אותם לתוך המיכל, המיוצג עבורו על ידי האם. אם האם מצליחה להכיל אותם, לתת להם צורה ומשמעות, כי אז יכול התינוק לקבל ממנה את אותם יסודות בצורה חדשה, נפשית באמת כיסודות אלפא. באופן כזה, על ידי ההזדהות, נוצרת אצלו 'פונקציה' נפשית חדשה, היכולה להעניק משמעות וצורה לכל תוכן יצרי או חושי חדש העלול לעלות בעתיד, והוא מכנה את הכושר החדש פונקצית אלפא. אין צורך לומר שהתיאור כאן הוא אידיאלי ומופשט. בפועל נותרים אצל כל אדם יסודות בתא רבים, ופונקצית האלפא של כולנו מתפקדת באופן רחוק ממושלם.

דברים אלו היוו בסיס להמשגה מקיפה של התהליך הטיפולי כולו כתהליך של הכלה. המטופל, לפי תפיסה זו, סובל משום שאינו מצליח להכיל יסוד זה או אחר שבנפשו (ואין זה משנה אם נגדיר יסוד זה כיצרי, רגשי, או בכל אופן אחר). כאשר מספר המטופל את סיפורו מאזין המטפל דווקא לאותם יסודות גורמי מצוקה, שאינם משתלבים בעולם המשמעויות המודעות של המטופל. אלו הם בדיוק אותם יסודות שלא זכו להיות 'מוכלים'. הצלחתו האמיתית של המטפל היא כאשר הוא מצליח להכיל עבור המטופל את היסודות שלא הצליח להכיל בעצמו. לעיתים זה כך שהמטפל מרגיש דבר מה שהמטופל ידע באופן אינטלקטואלי, אולם לא הצליח להרגיש מימיו. קייסנט למשל, מביא סיפור מרגש על אישה שעברה ספור חיים מזעזע, וספרה אותו ללא כל תחושה, כאילו היא מדווחת על מעשים של מה בכך. היא נותרה אדישה, אולם הוא התמלא כאב נורא. רק כאשר הבין שהוא חש עבורה מה שהיא פשוט לא הצליחה לחוות בעצמה, ושיתף אותה בהבנתו, חלה תזוזה משמעותית בטיפול (ללמוד מן המטופל, עמ' 83). לאחר שהמטפל מצליח להכיל את היסודות הדחויים הללו, הוא מנסה להעביר אותם לתוך המרקם הרגשי המשותף שנוצר בינו לבין המטופל (כפרשנות במובן הקלאסי אינה אלא דרך אחת לכך. שתיקה משותפת יכולה להיות, לפעמים, לא פחות יעילה).

חשוב להבהיר כי יש לראות את הדברים הללו כתיאור מופשט של תהליך מורכב מאד. מדרך הטבע קיימות גם כמה וכמה תיאוריות המשתמשות במושג הזה, ויש ביניהן הבדלים דקים. בכל זאת נדמה שיש מכנה משותף רחב למדי בין התיאוריות המשתמשות במושג ההכלה. חשוב עוד יותר כי מושג ההכלה רחב וגמיש דיו כדי להסביר גם תיאוריות טיפוליות שאינן משתמשות בו במפורש. קוהוט למשל לא היה מהמצדדים בו, אבל את תורתו הטיפולית קל לתרגם למונחי הכלה: קיימים יסודות דחויים בעצמי (גרנדיזיות, שאיפת מיזוג עם הזולת עצמי וכדו'). המטפל מציע את עצמו כזולת עצמי. הוא מקבל את אותם יסודות לתוכו, ואינו דוחה אותם אלא מעניק להם משמעות שניתן לחיות עמה (=מכיל אותם). דרך היהפנמה הממירה מקבל המטופל לתוך

תחושת העצמי שלו את המשמעות הטובה שהוענקה עתה לאותם יסודות (=ולומד להכילם בעצמו).

עד כאן ניתן לתרגם את הדברים בקלות למינוח חסידי. כזכור, קיימת בכלנו נפש בהמית, ובה יסודות נפשיים 'שבורים' המיצגים את 'עולם התוהו'. כדי להתמודד עם יסודות התוהו הללו יורדים ה'מוחין' של האם אל התינוק, ויוצרים אצלו תהליך של תיקון: המוחין של האם מכניעים מה שצריך להכניע (כלומר, האם שמה גבולות לילד הקטן, מרשה דבר זה, אוסרת על דבר אחר), מבררים מה שצריך לברר (כלומר יוצרים הבחנות בין טוב לרע בין גבוה לנמוך בין רצוי לנסבל וכדו'). באופן זה נוצר 'כלי' חדש בנפשו של התינוק (ואגב, הדמיון בין מושג ה'כלי' למושג ה'מיכל' בולט לעין!). כמובן, התיקון אינו נעשה רק דרך הוראותיה המפורשות של האם, אלא דרך מכלול היחסים עמה, 'דרך היניקה', כפי שהגדיר זאת האדה"ז.

עד כאן עסקתי רק בתרגום המשגה הפסיכודינמית ללשון חסידית, בלי להראות יתרון כלשהו ללשון זו על לשון אחרת. שתי התפיסות מבוססות על הכלה (או ירידת המוחין לתקן את התוהו), שתיהן אינן שואפות לדחות את היסוד הנפשי הבעייתי אלא לשנות, כביכול את צורתו. ההנחה שבשתיהן היא כי הבעייתיות אינה במהותו של היסוד הנפשי, אלא הצורה המעוותת של התגלותו החיצונית, כשהוא נפרד ממקורו בתהליך הנפשי הכולל. לפי שתיהן תפקידו האמיתי של המטפל הוא לסייע למטופל לתקן את היסודות המעוותים ולא לדחותם.

אולם כאן נמצא גם ההבדל היסודי. כפי ניסיתי להדגים בפרק הפסיכולוגיה המערבית, כל התפיסות הפסיכודינמיות המתבססות על תפיסת האדם כישות, ולא מכירות בצדדיו הטרנסצנדנטליים. ברצוני לטעון כי הבחנה זו אינה פילוסופית בלבד, אלא שיש לה משמעות טיפולית מובהקת, המתבטאת בעצם מושג ההכלה. נראה שמושג זה מקבל בהכרח משמעות שונה כשמתבוננים בו משתי זוויות המבט, ממש כמו עצם המשתנה כשמתבוננים בו בעדשות שליטושן שונה.

ההכלה הפסיכודינמית עוסקת ביכולת הישרדות. האם הקליינאנית אינה נהרסת מן האובייקטים הרעים שהתינוק משליך לתוכה בדמיונו, מכאן הוא לומד שזעמו אינו כה הרסני. המיכל של ביון אינו נהרס מיסודות בתא המושלכים לתוכו. ויניקוט דיבר על המטפל שאינו נהרס מיסודות השנאה שבינו לבין המטופל (Winnicott, 49). בתרגום ללשון חסידית מדובר בישות שאינה נהרסת על ידי התוהו, מה שמכונה נפש בהמית. בתפיסה החסידית היווצרותה של נפש בהמית היא שלב חשוב ומרכזי בהתפתחות הנפשית אולם בשום אופן איננה השלב הסופי שלה. כדי לתאר תיקון מלא הכולל 'נפש א-לקית' יש לעבור ללשון אחרת, מלשון של הישרדות ללשון של התגלות האור.

כלומר: הכלה במובן חסידי פירושה אמירה מעין זו: אני רואה את הטוב העמוק שבשורש הרע השטחי, והרע אינו מצליח להסתיר ממני את הטוב. אינני מסיר את מבטי מאותו רוע שאני רואה (כמו למשל שנאה, תאוותנות, צרות עין וכיוצא) ואשר לא פעם הוא מופנה כלפי (בתהליך 'העברה'). בכל זאת אני מצליח לראות את הטוב שבמטופל, לא רק את הטוב הקיים למרות הרוע ולצדו, אלא גם ובעיקר את שאיפת הטוב העומדת ביסוד מה שנראה בעיניים חיצוניות כרע ממש. אני מבדיל בין השורש לבין גילוייו החיצוניים ומתאמץ לחשוב איך ניתן למצוא לטוב השורשי דרכי התבטאות לא מעוותות. בניגוד להכלה המתוארת ע"י ביון וויניקוט, אין אני סתם 'שורדי' מול הרוע אלא שאני מסוגל לראותו כהתגלות של הטוב העצום שמופיע דווקא בלבוש 'הקליפתי'. יש לומר זאת מתוך מודעות מלאה לקליפה, וגם מתוך מודעות לפגיעה שיצרה את הקליפה. אבל

גם לכך שמאחורי הקליפה עומד אדם שיש בו טוב ורצון לתת וליצור וללמוד ולהוביל ועד כל מיני דברים טובים, ואני נחוש בדעתי לחפש אותם.

כמוכן שאמירה כזו איננה חייבת להיאמר במפורש (ובדרך כלל עדיף שלא תאמר במפורש, כשם שמטפל קליניאני אינו חייב לומר למטופלו - אני נחוש בדעתי לשרוד מול הרוע שלך, אלא במקרים חריגים למדי). אמירה זו חייבת להיות כרגע, מרחפת מעל לכל הדיבורים המפורשים הנאמרים בחדר הטיפול, מנחה ומכוונת גם כאשר אינה גלויה. נדמה לי שאמירה זו היא יסוד חיוני בכל טיפול, ומכל השפות התיאורטיות שאני מכיר נדמה לי שאין אחת האומרת אותה באופן ברור ומפורש כמו הלשון החסידית.

אולם אם הצדק עמי, עלי להסביר כיצד פועלות שיטות הפסיכותרפיה השונות. מאחר ואין יכולות לכוון את הקשר הטיפולי לעבר ההמתקה, ומאחר ואני טוען כי יסוד של המתקה חייב להיות בכל פסיכותרפיה מוצלחת, עולה השאלה: איך מצליחות כל השיטות הללו?

תשובתי פשוטה. פסיכותרפיות אינן עושות דבר וגם אינן עוסקות בטיפול. העוסקים בטיפול הם אנשים - פסיכותרפיסטים - המשתמשים בתיאוריות שבידיהם ככלי עזר רב ערך, אבל כלי עזר בלבד. ברור לכל שהמטפלים שקדמו לקוהוט השתמשו, מן הסתם, ביכולתם האמפטית בכל טיפוליהם המוצלחים, גם אם לא היתה להם תיאוריה שכוונה אותם לכך. ממש כך אני מאמין שהמתקה היא פעולה נפשית טבעית שכל מטפל משתמש בה בצורה כזו או אחרת. עיקרה של ההמתקה בראיית האור הייחודי המאפיין את המטופל. היא מתבטאת בתחושה (שכל מטפל מכיר היטב) שהאדם מולו אני יושב הוא אכן אדם ייחודי שיש בו אוצרות נפשיים שניתן להתפעל מהם. יהיו אלה חכמתו או טוב ליבו, או עומק חווייתו את האירועים שהוא מספר עליהם - החוויה היא ביסודה אותה חוויה של יראת הכבוד הזו אסור לה שתהיה עיוורת ליצד הצלי שבאותו אדם, שגם ושוב חשוב להדגיש כי יראת הכבוד הזו אסור לה שתהיה עיוורת ליצד הצלי שבאותו אדם, שגם הוא מתבטא ביחסים הטיפוליים (ובדרך כלל הוא המופיע לראשונה). דברי בפסקה הקודמת לא ראו לשלול את הערנות הטיפולית לחלקים הקשים והמייגעים של הדיאלוג הטיפולי: אין ספק, זהו דיאלוג הרצוף רגעים של שעמום, כעס, לעיתים השפלה או חוסר אונים. חשוב לשים אליהם לב, ולהשתמש בהם כדי לזהות יסודות נפשיים קשים הטעונים בירור ותיקון. אבל כל הצלחה טיפולית חייבת לכלול, לדעתי, יסוד של המתקה.

וחזרת השאלה: אם מטפלים עושים זאת באופן אינטואיטיבי, למה חשוב להגדיר ולנסח זאת במילים? תשובתי היא שמעבר לעצם הרצון להבין את המתרחש בתהליך הטיפולי (שהוא חשוב כשלעצמו), הבנה זו נותנת למטפל כלי רב חשיבות. אחזור לדוגמא של 'גילוי' האמפטיה על ידי קוהוט. אין ספק שגם לפניו השתמשו מטפלים באמפטיה, וכך הצליחו בטיפוליהם. אבל בטיפולים שנתקעו והגיעו למבוי סתום - בכל אותם רגעים שמטפל מנסה לשחזר את המתרחש בתהליך ולברר מדוע עלה על שרטון - ברגעים כאלו אין למטפל כל דרך כי אם לחזור לתיאוריה. ואם התיאוריה מדברת על פרשנות דחפים בלבד, כי אז לא יעלה בדעתו לתלות את הקושי בכך שלא נוצר יחס אמפטי. אלו הרגעים בהם התיאוריה חיונית. אני מאמין שהתיאוריה החסידית יכולה להרים כאן תרומה בעלת משמעות.

המתקה ואינדיבידואליזם: הדברים הללו משתלבים היטב בהמשגה נוספת של הפעולה הטיפולית, שהיא טיפוח האינדיבידואליזם של המטופל. לפי גישות אלו כל אדם שואף ליצור את

עצמו בעצמו, לקבוע בעצמו את זהותו, או אף 'לברוא את עצמו' (שטרנגר, ה'תשנ"ט). אדם מגיע לטיפול משום שמהו באתו פרויקט של בריאה עצמית השתבש מאיזו סיבה. הפסיכותרפיה עוזרת למצוא את השיבוש ולהסירו, ומאפשר למטופל להמשיך ב'פרוייקטי'. תפיסות כאלו מושפעות, בדרך כלל, מהפילוסופיה האקזיסטנציאליסטית, כך שאין הן מדברות במושגים של 'מהות' האדם. אדרבה, לפיהן האדם 'בורא' בעצמו את 'מהותו'. ובכל זאת מן הנימה המתפעלת שבה מתואר אותו פרויקטי בנייה עצמית נראה לא פעם שעצם הרצון ביצירה עצמית הוא מהותו העמוקה של האדם, שיש למצוא דרכים להגשימה. קל להמשיג זאת במונחים חסידיים, ודווקא כשאיתנו של המטופל למצוא את דרכו הייחודית לגלות את המהות הנשמית הפנימית שעד כה זכתה לביטוי מעוות בלבד. במילים אחרות, המתקה.

המתקה ואינטרסובייקטיביות: מושג ההכלה מקרב אותנו אל הדיון באינטרסובייקטיביות, שהיא מן הנושאים היותר מדוברים בפסיכולוגיה הדינמית העדכנית דרך ארוכה עברה הפסיכולוגיה הדינמית מאז ימיו של פרויד, שציווה על המטפל "להישאר אטום עבור מטופליו, ובדומה למראה, לא להראות דבר זולת מה שמראים לו" (Freud, 12. P 118), ועד לאינטרסובייקטיביות של היום. סאנדלר (Sandler, 92) תיאר את גלוליו של המושג 'העברת נגד'. ראשיתו בהבחנתו של פרויד שגם המטפל מסוגל להגיב כלפי המטופל באופן אי רציונלי, הנובע מתגובת הלא מודע שלו כלפי המטופל. העברת הנגד נתפסת אצלו כמכשול לתהליך הטיפולי, והוא קובע שיש לסלק את המכשול הזה על ידי אנליזה נוספת של המטפל עצמו. עדיין האידיאל השולט הוא 'אובייקטיביות' גמורה. מאוחר יותר נוצרה תפיסה חדשה, לפיה יש לתגובת 'העברת הנגד' גם יתרונות לא מעטים, שהרי דרך הערנות לאותה תגובה יכול המטפל לבחון את תגובתו הלא מודעת כלפי המטופל ואף ללמוד ממנה על המטופל שעורר אותה. אנשים בעלי הפרעות שונות, כך נטען, נוטים ליצור תגובות שונות של 'העברת נגד', וכך לפי אופי רגשותיו (האי רציונליים) כלפי המטופל יכול המטפל לדעת אם מדובר באישיות נרקסיסטית, גבולית או אחרת. צעד קטן בלבד מבדיל בין תפיסה זו לבין תפיסת ההכלה הרגשית שהצגתי קודם, שבה התמודדותו הרגשית של המטפל עם התכנים המועברים אליו מן המטופל הופכת להיות הכלי הטיפולי המרכזי. כך, בתהליך ארוך ומורכב, הופכים רגשותיו של המטפל ממכשול בתהליך הטיפולי לכלי אבחוני ממעלה ראשונה, ואחר כך גם לכלי הטיפולי המרכזי.

אולם לכל אורך הדיון נשמרה הא-סימטריה המהותית שבין המטפל והמטופל. האחד הוא המנותח והשני המנתח, האחד הוא מקור הרגשות המציקים, האי רציונליים בעליל, והשני הוא המתבונן בהם ומנסה להבינם. האחד מוכל והאחר מכיל. אפשר להוסיף לרשימה הזו את המושגים שהצעתי קודם: האחד מביא את 'מידות התוהו' שלו, והאחר את ה'מוחין'.

האם התיאור הזה הוא שיקוף נכון של המציאות? נכון שהסיטואציה הטיפולית כופה חוסר סימטריה מסוים: סוף סוף אדם אחד בא להיעזר בחברו. אבל מבחינה מהותית מדובר ברוב המקרים בשני אנשים שאין ביניהם פער אמיתי. שניהם בעלי מידות טובות ורעות, צד של תוהו וצד של תיקון. שניהם אנשים מוגבלים באופן זה או אחר ומשתדלים בכל כוחם לתקן את עצמם. כפי שאמר ביון: "בכל חדר יעוץ מצויים בהכרח שני אנשים מפוחדים מאד, המטפל והפסיכואנליסט" (Bion, 90. P 13).

כתוצאה מתובנה זו הלכה החשיבה הפסיכודינמית לכיוון של בדיקת המכלול המורכב של היחסים הטיפוליים. נוצרה תפיסה של אינטראקציה הדדית מורכבת בין שני סובייקטים, אשר שניהם הולכים ומשתנים במהלכה, זה בתגובה לזה. מכיוון שהמטופל הוא הבא לבקש עזרה, והשיחה עוסקת בעיקרה בחייו שלו, הרי שהשינוי העיקרי בו מדובר הוא השינוי שהוא עצמו עובר. אולם שינוי זה יכול להתרחש אך ורק אם יעמוד מולו סובייקט חי ומגיב, הנכון (בין היתר) גם להשתנות בעצמו.

התפיסה החסידית משתלבת היטב במגמה הזו, והיא יכולה לתרום לה את תפיסת הסובייקט הייחודית שלה. מבחינה חסידית האדם הוא קודם כל סובייקט (האני הנסתר, מקור האור) השואף להתגלות במציאות דרך כלי, כאשר הכלי אינו אלא הצד הנגלה שלו עצמו. המצב האידיאלי הוא מצב שבו הצד הנגלה של האדם (ניתן לומר - האדם עצמו כשהוא נתפס כאובייקט) אינו מסתיר כלל את האור השואף להתגלות (בדיוק לכך קוראת החסידות 'ביטול היש'). השבירה מתוארת בחסידות כהתנתקות הכלי מן האור, מה שהופך אותו ל'ישות' (= אובייקט העומד בפני עצמו). התיקון כולו ניתן לתיאור ככינונו מחדש של הסובייקט כסובייקט. בתיאור הזה צריך לכלול את המשגותיה של החסידות בדבר 'המראה הכפולה' הנוכחת בכל קשר בין אישי. יוצא מכל זה שבדיאדה הטיפולית - כמו בכל קשר עמוק אחר - נמצאים שני סובייקטים המגלים זה את זה, כאשר בו זמנית מגלה כל אחד מהם את עצמו. כל המייחד את הקשר הטיפולי מקשרים אחרים הוא שכולו מכוון למטרה זו דווקא, של תיקונו המלא (ככל האפשר) של אחד הצדדים שבקשר.

המשגה זו אינה עומדת בסתירה להמשגה הקודמת שהצגתי, על ההכלה כיסוד הטיפול, אלא משלימה אותה. אין כאן צד אחד הצריך להכיל את רעהו, אלא שני אנשים שכל אחד מהם מתקשה להכיל צד זה או אחר שבתוכו. אחד מהם (המטופל) בא לבקש עזרה מהאחר, והאחר (המטפל) מנסה להתמודד עם היסודות שהוצגו לפניו. לשם כך הוא נכנס לתוך עצמו, בודק כיצד הוא עצמו מסוגל להכיל אותם, ומשתף בכך את המטופל. המטפל משתדל להתאים את דבריו למצבו המיוחד של המטופל, לאורח חייו, לאישיותו. המטופל מנסה להפנים את הדברים, ומשתף את המטפל בתחושות שעלו בו כשעשה זאת. כך נמשך התהליך עד שהמטופל מרגיש שהדברים 'מתיישבים על ליבו', כלומר, שנוצר מיכל או 'כלי', לאותו ניצוץ שהיה כלוא בקליפת ה'מחשבה הזרה'.

המתקה וטיפול נרטיבי: נושא אחר, הזוכה להתייחסות רבה בפסיכותרפיה של היום הוא הנרטיב, או הסיפור הטיפולי. מקורה של ההתפתחות הזו הוא בהכרה שהתפתחה בעולם הפסיכואנליטי (Spence, 82. Schafer, 82) שהתיאוריות ההתפתחותיות הקלאסיות אינן, בסופו של דבר, אלא סיפורים שלא ניתן להוכיח ושכל ערכם בתרומתם למצבו הנפשי של המטופל. כלומר, ניתן להמשיג את הטיפול כולו כניסיון להתמודדות עם ספור חיים שבעליו אינו שמח בו. לפי זה אדם בא לטיפול כדי לספר את סיפור חייו. הוא מספר את סיפורו למטפל המאזין לו בתשומת לב, שואל שאלות הבהרה, מציע אינטרפרטציה משלו לדברים ששמע, ובסופו של דבר נוצר מן השיח ספור חדש המארגן את העובדות הידועות בדרך אחרת, דרך שהמטופל יכול לחיות עמה. עומר ואלון הגדירו מהו סיפור 'טוב': 'סיפור טיפולי בעל משמעות מאפשר למטופל לומר: (1) זהו הסיפור שלי (2) אני הוא גיבור הסיפור (3) בסיפור הזה יש עתיד. על הסיפור לעמוד איפה בשלוש

דרישות: צריך שמהטופל יזהה בו את עצמו בשלמות, שאם לא כן יחווה ניכור וניתוק. צריך שירגיש שהוא הוא הגיבור או הדמות המרכזית, שאם לא כן יסבול מתחושת שוליות ופאסיביות. וצריך שירגיש שהסיפור פותח בפניו אפשרויות, שאם לא כן יהיה נדון ל"יאוש" (עומר, 97. עמ' 133).

הגדרות אלו מאלפות, קודם כל במה שאין בהן. אין בהן כל דרישה לכך שהספור יהיה אמיתי - מה שמלמד, כמובן, על הניתוק הסופי מכבלי הפוזיטיביזם הישן. מעבר לכך אין בהן כל יסוד ערכי. לא נאמר בהן, למשל, שספור משמעותי הוא גם ספור טוב, במובן זה שגיבורו הוא אדם טוב (לפחות לפי מושגיו שלו!). ניתן למצותן בדרישה אחת תקיפה: שהאדם ימצא את עצמו בספורו כסובייקט ולא כאובייקט. כמי שבידו לפעול, להחליט, לחוות את חייו בכוחות עצמו ולא כאובייקט של מישהו אחר. בכל אלה ניתן לזהות את טביעות ידה של הפרדיגמה המחשבתית החדשה, הפוסט מודרנית. גם הפוסט מודרניזם מוותר לחלוטין על מושג האמת (מה זאת אמת?) והטוב (מה זה טוב?), ושומר דרישה תקיפה אחת, והיא האיסור על הפיכת האדם לאובייקט.

אבל כשאני קורא את תיאורי המקרים שמביאים המחברים בספרם, נראה שמטרתם העיקרית בבניית סיפור החיים היא דווקא למצוא את היפה והטוב שבמטופל. הדוגמאות רבות: לאדם שהתעלל מינית (בילדותו) בילד צעיר ממנו נאמר שגישתו למעשה היא מוסרית, גם אם המעשה עצמו אינו מוסרי (שם, עמ' 43). מן הראוי להשתמש ברגשי החרטה כמוטיבציה להמשיך ולתרום להמעטת הרוע בעולם. לחייל שסבל מתגובת קרב נערך תחקיר צבאי יסודי ובסיומו נאמר לו על ידי מפקדו שתפקודו היה ללא דופי (שם, עמ' 152). וכן הלאה. חשוב במיוחד לציין שבשום מקרה אין התעלמות מן הצדדים השליליים שבהתנהגות, אלא יש ניסיון למצוא את הטוב החבוּי מאחורי הרע הגלוי, ולחפש דרכים חדשות לביטוי. הווה אומר, עבודה נרטיבית טובה נעשית בדרך של הבדלה והמתקה.

רוטנברג ופרדס הנפש: תורת התיקון המוצגת פה בנויה כולה על ההנחה בדבר קיומם של שני רבדים בנפש, כאשר הרובד הפנימי הנסתר מתגלה ב'כליו' של הרובד החיצוני הגלוי. התגלות זו אינה אפשרית אלא כאשר כל רובד כזה 'מצטמצם' ומפנה מקום לזולתו. האור מצמצם את עצמו ליכולת הקיבול של הכלי, ואילו הכלי מוכן לראות בעצמו כלי שרת לשאיפת התגלותו של האור (מצב ה'ביטולי'). המצב המתקן מאופיין ע"י דיאלוג של צמצום הדדי בין שני רבדיה של הנפש. המצב ה'שבור', לעומתו, מאופיין ע"י אור שאינו מצטמצם וכלי שאינו בטל. לפי זה ניתן לראות את תורת התיקון כסוג של שיקום הדיאלוג הפנימי: מן ההכנעה הפועלת לצמצם את הישות החיצונית, ועד להמתקה המוצאת ל'אור' את מקומו הראוי.

לאור הבנה זו יש להבין את תרומתו של רוטנברג להבנת התהליך הפסיכותרפויטי. בספרו 'פרדס הנפש' (רוטנברג, ה'תשנ"ו) הסביר רוטנברג כי לא תיתכן פסיכותרפיה דיאלוגית באמת שלא תכלול גם דיאלוג פנימי בין רבדיה השונים של הנפש: "הפסיכו-תירפיה ההומניסטית הלא-מניפולטיבית היא בגדר אגדה, אלא אם כן דיאלוג אני-אתה בתוך אנשים וביניהם מנוסח במונחים של שתיים, או יותר, שפות וצורות חשיבה" (עמ' 35), והוא הוסיף והסביר: "מימוש שיטת טיפול והתפתחות אנושית דיאלוגית לפי נוסחת שתי השפות או צורות החשיבה המתקיימות זו לצד זו במישורים התוך-אישיים והבין-אישיים, אפשרית ע"י אימוץ המודל הדינמי של הצמצום" (שם, 39). לפי הדברים האלה בנה רוטנברג מערכת מחשבתית כוללת שבה

ימצא מקום לשיטות טיפוליות הפונות למישורים שונים של הנפש. בהרמנויטיקה היהודית הקלאסית, טען, ניתן לקבל פירושים שונים לטקסט וליחס לכולם אותה רמה של 'אמת'. הרמנויטיקה, זו כלולה במונח 'פרדס' המבואר ככולל 'פשטי' 'רמזי' 'דרשי' ו'סוד', בלי שפירוש אחד יסתור את האחר. כך ניתן להתייחס לדבריו של המטופל לאור מוסכמותיה של הפסיכולוגיה הקוגניטיבית ('הפשט הרציונלי', שם, עמ' 98), לשבצם ב'נרטיב' מועיל ('הדרש הדמיוני', שם, עמ' 101), או אף להפליג עמו לעולמות מיסטיים מובהקים בעזרת שיטות מזרחיות שונות ('הסוד האי רציונלי', שם, עמ' 100). כולן יכולות להיות מועילות את איננו מקבלים אותן בצורה פונדמנטליסטית אלא כאפשרויות פרשניות. באופן כזה הציע לטפל במטופלים פסיכויטיים ע"י עידודם לנהל דיאלוג ממשי עם הרובד הפסיכויטי באישיותם, תוך כדי תיוגו מחדש כ'מיסטי' ולא פסיכויטי ומנודה (שם, עמ' 182 ואילך, וכן עמ' 194 ואילך).

תפיסת התיקון המבוסס על 'הכנעה' והבדלה והמתקה' משתלבת היטב בכיוון הזה, שכן כל כולה באה להשיב את הדיאלוג הפנימי על כנו. נראה שהיא יכולה להצביע ביתר דיוק על הגורמים לקושי ביצירת הדיאלוג הזה, ולסייע בהחלטה מהי דרך העבודה המועדפת בכל שלב של העבודה הטיפולית.

תורת התיקון והפוסט מודרניזם: נדמה לי שעכשיו כדאי לנסח מחדש את הדומה והשונה בין תפיסת התיקון שאני מציג כאן לבין התפיסה הפוסט מודרנית ההולכת ותופסת היום את מקומה כפרדיגמה המחשבתית השלטת.

המשותף לשתיהן הוא ההתנגדות לתפיסה הפוזיטיביסטית הישנה. הכפיתיות הנוקשה של החשיבה המדעית, הטוענת שיש סיפור חיים אחד שהוא נכון ומבוסס באופן 'מדעי' מנוגדת באופן קוטבי לשתיהן.

ועם זאת נראה ששתי התפיסות שונות מקצה לקצה בדרך מרידתן בפוזיטיביזם. הפוסט מודרניזם מכריז בפשטות שאין אמת וגם אין בה צורך. המציאות הפנימית והחיצונית. נתפסת כמשחק חופשי של סובייקטים עצמאיים, שאינם מחויבים לדבר. אין שום מושג של טוב האמור להיות כללי - כל אדם יוצר לו את הטוב הפרטי שלו. אין לאדם זהות אחת כללית, אלא משחק חופשי של תת זהויות שאינן מתקשות להצטרף לתמונה אחת מאוחדת.

במונחי תורת התיקון יש כאן בעייתיות חמורה פי כמה מהבעייתיות שבמודרניזם הישן. אם אובדן ההבחנה בין טוב לרע, בין אמת לשקר ובין נעלה לירוד, אין שום משמעות להכנעה ולהבדלה, וממילא גם ההמתקה אינה אלא פסאודו המתקה. הפוזיטיביזם הישן לא אפשר המתקה, והפוסט מודרניזם החדש לא מאפשר הכנעה והבדלה - אין ספק, לדעתי, שהפוזיטיביזם עדיף!

התפיסה החסידית אינה נפטרת בכזו פשטות מן האמת ומן הטוב, אלא קובעת שמקומם הנכון הוא בממד אחר של מציאות. האמת והטוב שייכות לרובד ה'נסתר', הטרנסצנדנטי, המבקש להתגלות דרך עולם האובייקטים הנגלה. בכך נשמרות האבחנות הישנות, אולם מקבלות משמעות מתוחכמת יותר שאינה סותרת את החירות והיצירה. האמת בה מדובר דומה יותר לאמת אמנותית מאשר לאמת מתמטית. האדם נקרא לחיות את חייו כאמן, המשחק באופן חופשי בחומרי היצירה, כאשר החופש בו מדובר אינו עומד בסתירה כלשהי למשמעות פנימית מתמירה. עצם המושג 'יושר אמנותי' מניח כי קיימת כוונה נסתרת המנחה את האמן, גם כשהוא

אינו יודע אותה באופן מודע. מתפיסה כזו נגזר מושג התיקון, על שלשת שלביו - ההכנעה, ההבדלה וההמתקה.

קהילייה טיפולית: ברצוני להדגים חלק מהעקרונות שהצגתי כאן כפי שהם משתקפים בהקשר טיפולי מיוחד - הקהילייה השיקומית. הקו הבולט ביותר של קהילייה כזו הוא אופייה הכוללני. בניגוד לרוב סוגי הפסיכותרפיה, אין המטופלים חיים את חייהם הרגילים תוך כדי פינוי שעה או מספר שעות שבועיות לפסיכותרפיה. המטופל חי בקהילייה במשך כל שעות היום. הוא גר בהוסטל השייך לקהילייה, בשותפות עם מטופלים אחרים החברים בה. הוא עובד במפעל השיקומי שלה, מבלה בה את שעות הפנאי. בתוך המסגרת הזו משתלבות שעות של טיפול פסיכודינמי, אישי וקבוצתי, וכן קבוצות משימתיות שונות. מדרך הטבע מיועדות קהיליות כאלו לאנשים הסובלים מהפרעות נפשיות קשות, שאינן מאפשרות להם לחיות ללא סיוע טיפולי מאסיבי. אנשים הזקוקים לשיקום.

קיימים מודלים רבים של קהילייה שיקומית, והם מתבססים על אידיאולוגיות טיפוליות שונות - מהבהביריזם הקלאסי ועד לפסיכואנליזה אורתודוכסית. במסגרת זו אתמקד בקהילייה טיפולית אחת, אתאר את אופן פעולתה ואנסה לנתח את המתרחש בה לאור תורת התיקון החסידית. אקדים ואציין רק כי מבחינתי אין מדובר במודל טיפולי אחד מני רבים, אלא במקום המוכר לי היטב משנים של עבודה, החל משנות התמחותי. שם נפגשתי לראשונה עם העולם המורכב של הטיפול הנפשי, וכשאני בא עכשיו לנתח אותו לאור מושגי החסידות איך טבעי הוא שאני חש בהתרגשות של סגירת מעגל.

מכון סאמיט בירושלים הוא רשת של מספר קהיליות שיקומיות, ביניהן יחידה למתבגרים ויחידה המיועדת לבוגרים צעירים. המטופלים כולם אובחנו בשלב זה או אחר כסובלים מסכיזופרניה ומהפרעות אישיות קשות. חלקם אף עברו תקופות ארוכות של אשפוז פסיכיאטרי. הטיפול - בשתי היחידות - מתבסס על תקופה של טיפול 'אינטרני' שבו המטופל אכן חי בקהילה ומבלה בה את כל זמנו, ולאחר מכן שלב 'אקסטרני' תקופה של 'ציאה הדרגתית ומודרכת לעולם. בתקופה האינטרנית המטופל מוקף, כביכול, באנשי צוות ובמפגשים טיפוליים מגוונים, היוצרים תחושה של הכלה מקיפה מאד. למעשה, אין פונקציה שאדם נדרש לה במהלך חייו שאין קבוצה טיפולית כלשהי המכוונת לטפח אותה. ישנן פגישות עם 'מדריך הדירה' בהן יושבים ודנים ביחסים הבינאישיים בדירה, מתכננים פעולות משותפות מאחזקת הדירה ועד יציאה לבילוי. ישנן קבוצות שנועדו להכנת אירועי תרבות (וישנם כמובן, אירועי התרבות בעצמם!). ישנן קבוצות במרכז השיקום, וישנן קבוצות טיפול פסיכודינמיות (כולל מפגשים טיפוליים פרטניים). חיים דויטש, מנהל המקום, הלך בשיטתו של אידלסון (Edelson, 1970) כשהבחין בין ארבעה סוגי קבוצות, אותן חילק לפי הפונקציה שבה הן אמורות לתמוך (דויטש, ה'תש"ץ. עמ' 29-30).

1. **קבוצות הסתגלות:** כוללות את הקבוצות המיועדות לרכישת כישורים שידרשו למטופל בעתיד, כשיבוא להתמודד עם המציאות המורכבת של העולם. כדוגמא ניתן לתת את מרכז השיקום כולו, אך גם קורסים קצרים של 'כיצד להסתדר בדירה?' (החל מניקוי ועד לתיקונים קלים) וכדו'.

2. **קבוצות הגשמה:** הכוללות את הקבוצות שמטרתן השגת סיפוק רגשי או אחר בזמן הווה. קבוצות אלו כוללות טיולים, ומסיבות, אך גם פעולות של קישוט המקום וכדו'.

בקהילייה שיקומית פעולות אלו נחשבות לקבוצות טיפוליות לכל דבר. הן מלוות באנשי צוות ויש להן (בין היתר) משמעות של למידה ושינוי פנימי. ישנם מטופלים שכבר ויתרו מזמן על השגת סיפוק כלשהו בחייהם. ישנם אחרים החווים את הסביבה כמונעת מהם כל אפשרות של עונג, וחשים כי אי אפשר להשיגו אלא כנגד החברה ומתוך מאבק בה. לאלו ולאלו (ועוד אפשרויות רבות, כפי שהארכתני לתאר בפרק הפסיכופתולוגיה) מהוות קבוצות ההגשמה מנוף לשינוי פנימי.

3. קבוצות אינטגרציה: אלו הקבוצות שנועדו לחיזוק יכולת התקשורת הבינאישית וההתמודדות עם נורמות חברתיות שונות. קבוצות אלו כוללות, למשל, שיחת מדריך העוסקת ביחסים הבין אישיים בדירה, או ישיבה של כלל המטופלים לקביעת נורמות כאלו ואחרות ביחידה.

4. קבוצות ערכים: קבוצות אלו כל המסגרות שמטרתן ברור עולמו הפנימי של משתקם, תוך התייחסות למצבי מתח וחרדה אישיים וזאת על מנת לאפשר הפנית אנרגיה למחויבות לתהליך השיקומי. בין המסגרות הללו בולט, כמובן, הטיפול האישי וקבוצות טיפול פסיכודינמיות, אולם גם שיחות אישיות אד הוק עם אנשי צוות שונים ועוד.

במהלך תקופתו האינטרנית עובר המטופל שלל התנסויות מגוונות העושות שימוש בטכניקות טיפוליות שונות, מהתנהגותיות ועד פסיכודינמיות, קבוצתיות ופרטניות. במהלך הוא לומד להפעיל את כישורי החיים השונים בסביבה מוגנת. תוך כדי אותן התנסויות הוא מעמת את תפיסת עולמו ודימויו העצמי עם המציאות בה הוא מתנסה. אגב כך מתעוררים בו קונפליקטים פנימיים, אותם הוא מברר במסגרות הטיפוליות השונות. כך הוא לומד ליטול אחריות על חייו, להציב לעצמו מטרות אפשריות ולהגשימן, בתחילה בתוך המסגרת המוגנת של היחידה, ואחר כך, בהדרגה, במציאות הלא מוגנת שבחוץ. בעזרת הצוות הוא מוצא לו דירה (לעיתים עם עוד משתקמים), עבודה ומסגרות חברתיות שונות.

במבט שטחי נראה שהדגש הטיפולי הוא על היהכנעה. שלש מארבע סוגי הקבוצות ניתן לתאר במונחים של רכישת כישורי חיים והפעלתם באופן מועיל. אקח כדוגמא מטופל הסובל מהפרעת אישיות גבולית, הכוללת דחף לנקמה בחברה על עברו האומלל. ברוב סוגי הקבוצות יידרש פשוט לתפקד כראוי בלי להביא את דחפיו ההרסניים לידי ביטוי. במרכז השיקום, ילמדו אותו להפיק תוצר, להמשיך לתפקד עד סוף שעות העבודה וכדו'. בפעילויות התרבות ובטיול השנתי יידרש לשתף פעולה בלי להרוס את המסיבה, ואם אפשר גם ליהנות - מה טוב. בקבוצות האינטגרציה יתבקש להשתתף בקביעת כללים ונורמות ולהישמע להם. במונחיו של הבעש"ט כל אלו הן פעולות של הכנעה. רק בקבוצות הערכים נעשית פעולה של הבדלה (ולעיתים של המתקה, כפי שראינו בניתוח הטיפול הדינמי לאור המושגים הללו).

אולם במבט מעמיק יותר ניתן לומר שכל מסגרות הטיפול, ללא יוצא מן הכלל, בנויות גם על הבדלה והמתקה. לכולן מגיע מטופל שכבר אימץ לעצמו תפיסת עולם מגובשת למדי שעיקרה אמונתו שתיקון הוא בלתי אפשרי מבחינתו. כאן אין מדובר בסימפטום מקומי, אלא בדרך חיים כוללת, שהיא היחידה שאותו מטופל מסוגל לדמות לעצמו. כל הצלחה שיקומית, כל הנאה במסיבת חג, היא זעזוע לאותה השקפת עולם. כמובן, לא כל המטופלים מתקשים באותם תחומים, אבל לכולם תחומי חיים נרחבים שמהם התייאשו ועל ייאוש הזה ביססו את כל אורחות

חייהם. בעומק הדברים כל פעולה מוצלחת בכל קבוצה שהיא יוצרת אפקט של הבדלת הקליפה מן הניצוץ (אפקט שמגיע לטיפול האישי, ומתברר שם).

הוא הדין לגבי ההמתקה, שהרי העמידה מול עוצמות היאוש הקורנות בדרכים שונות מן המטופלים אינה אפשרית אלא מתוך האמונה ההפוכה, שלכל מטופל יש אופק של שינוי אפשרי שהוא עצמו אינו מעלה, כרגע, על דעתו. דויטש כולל בין הנחות היסוד של המערכת כולה את האמונה כי בכל משתקם קיים פוטנציאל לצמיחה ושינוי לקראת מטרות בעלות משמעות אישית עבורו. וכי מטרת הטיפול כתרומה ל'פוטנציאל הצמיחה' הזה (שם, ע' 28).

עוד נקודה של דמיון בין עבודתה של הקהילייה הטיפולית לבין התפיסה הדיאלוגית של התיקון היא יכולתה להשתמש במגוון רחב של שיטות טיפוליות, המשתמשות בשפות שונות. כל מטופל אמור להשתמש בשפה רציונלית-אמפיריציסטית במסגרת המרכז לשיקום מקצועי, כאשר בשעה אחרת של אותו יום הוא מברר את ה'נרטיב' האישי שלו במסגרת הטיפול, ולעיתים גם מורשה לתת ביטוי לתכנים 'ביזריים' שונים במסגרת טיפול באומנות. מכל המסגרות עולה, בסופו של דבר, מסר אחד ברור: יש למצוא מקום לרבדיו השונים של האדם ולהכלילם במערכת אחת של חיים. זוהי בדיוק המטלה בה ניכשל המטופל לפני בואו לקהילייה.

אספר בהקשר הזה ספור הלקוח מראשית התמחותי. בין המטופלות הראשונות שקיבלתי במכון סאמיט היתה נערה ממשפחה עניה, דלה מאד בהשכלתה. היה משהו נלעג בהופעתה החיצונית שכללה איפור מוגזם שביגר אותה באופן מגוחך (לדעת), היחסים שיצרה עם גברים, הניסיונות הפתטיים שלה להראות משכילה ומתוחכמת יותר מכפי שהיתה באמת, כל אלו הרחיקו אותה מאד מטווח האמפטיה של הצוות (ושלי). בנוסף לכך החלה להעדר מן היחידה בלילות, באופן שעורר חשדות שונים מצד הצוות כולו. כשחשה באותם חשדות גברה חשדנותה שלה כלפי הצוות, והיא הגבירה את ניסיונותיה להתחמק מעינינו הבוחנות. מעגל הקסמים שהחל להתפתח היה מסתיים בלי ספק בעזיבתה, אלא שכאן התערבה מנהלת היחידה, ליאורה הראל. בין היתר זכורה לי פגישת הדרכה שבה ליאורה התעמתה ישירות עם יחסי לאותה מטופלת. "עד שלא תבין אותה יותר לעומק" אמרה "לא תוכל לעזור לה". כאן פרטה באזני באריכות את הבנתה שלה, ולפתע ראיתי את אותה נערה באור אחר. יכולתי להעריך את הגבורה שבה נלחמה כדי לשמור על חזות שנראתה לה מכובדת, את האומץ שבמאבקה לחיים טובים יותר ממה שהכירה במשפחתה. הראיה המתנשאת שאימצתי כלפי ההתנהגות המוזרה פינתה את מקומה ליחס של כבוד כלפי עצם המאבק שעמד מאחורי אותה התנהגות, ויכולתי להפריד בינו לבין האופי המוזר שלבש. יותר מזה, למדתי להבין ולכבד את שפתה הייחודית של המטופלת הזאת (שהייתה זרה לי מאוד לפני כן). מכאן החל תהליך טיפולי ארוך ומורכב שבו הבנו את קשייה ותסכוליה הייחודיים, כשאנו מנסים למצוא כלים שיבטאו את כמיהתה לחיים מהוגנים בהתאם לכישוריה (היום אני יכול לחשוב על זה במונחים של הבדלה והמתקה). אין לי ספק שהמהפך שעברתי בייחסי כלפיה היתה מרכיב חשוב בשינוי הכללי של האווירה ביחסיה עם הצוות, ודרך זה בהצלחה הכללית של השיקום, שבסופו נישאה והקימה משפחה. נדמה לי שהאמונה העמוקה בבריאות הבסיסית המסתתרת מאחורי החזות המעוותת לכאורה היא הבסיס להצלחותיה של הקהילייה השיקומית כשיטת טיפול.

סיכום: בספרו "מתנת התרפיה" כתב ארווין יאלום: "תלמידים מרבים לשאול מדוע אינני ממליץ על תוכניות הכשרה בפסיכותרפיה אקזיסטנציאליסטית. הסיבה היא שמעולם לא ראיתי בפסיכותרפיה האקזיסטנציאליסטית אסכולה נפרדת העומדת בפני עצמה...אני מעדיף לחנך את כל המטפלים הדינמיים בעלי הכשרה נאותה על ידי הגברת רגישותם לסוגיות אקזיסטנציאליסטיות" (יאלום, 2002, ע'1). דברים אלו אני רוצה להחיל על התפיסה החסידית שהוצגה כאן. עיקרה של זו ביראת הכבוד כלפי הנשמה הא-לוקית המופיעה בכל סבכי חייו של האדם. היא מופיעה באופן בהיר ומפורש בצדדיו השמחים, המיטיבים והיצירתיים, ובאופן מעוות בצדדיו ההרסניים הגורמים סבל לו ולזולתו. תפיסת התיקון הכוללת הכנעה הבדלה והמתקה אינה אלא פירוט ויישום של התפיסה הבסיסית הזו. תפיסה זו מכוונת להתמודדות עם הקליפה שדבקה ברצון הראשוני, הבריא והטוב, לשחרורו מאותה קליפה ולמציאת כלים לביטוי באופן מיטיב. החסידות הציעה שפע של טכניקות ליישום תפיסתה, אולם טכניקות אינן אלא כלים שניתן להחליפם באחרים בעת הצורך. טכניקות טיפול מערביות יכולות גם הן לשמש לאותה מטרה. ניתן לטעון כי אם תפיסת התיקון היא אכן נכונה, כי אז אין טכניקה טיפולית יכולה להצליח אלא באשר היא משרתת אותה, וכי הבנה מעמיקה של תהליך הטיפול עשויה להועיל לכל מטפל, בלי קשר לשיטה הטיפולית הספציפית בה הוא משתמש.

בפרק הבא יובאו מקרים שידגימו דרך אחת של שימוש במונחים חסידיים בטיפול פסיכודינמי.

שער רביעי : יישום

פרק ח: תיאורי מקרה

בפרק הבא ברצוני להביא דוגמאות ליישום טיפולי של אורח החשיבה החסידי. הפרק יתבסס על 'תיאורי מקרים' של אנשים בהם טיפלתי. מטרת התיאור תהיה להדגיש את הניסיון לשלב אופני חשיבה פסיכודינמיים וחסידיים, כששניהם תורמים להבנת המטופל והתהליך הטיפולי. אקדים מספר מילים על צורת הטיפול שלי, ועל אופן כתיבת התיאורים.

הטיפול: האידיאולוגיה הטיפולית בה אני משתמש היא פסיכודינמית. מגמתי אינה לשנות את התנהגויותיו של המטופל, אלא לסייע לו בהבנת המתחולל בנפשו. במידה רבה אני עדיין משתדל ליישם את הדרכתו של מורי, פרופ' שמואל ארליך, שהגדיר את מטרתו של המטפל כ"להבין מה קורה בך, מה קורה בנפשו של המטופל, ומה קורה בך שנינו" (ציטוט מהזיכרון). אני מאמין שכאשר הבנה כזו נבנית בדיאדה הטיפולית המטופל מקבל כלי רב ערך להתמודדות עם התהליכים הנפשיים שהוא עובר. בלשון חסידית אומר: הבנה כזו היא כלי חשוב בתהליך התיקון. הכלי הטיפולי העיקרי הוא דיאלוג. המטופל מביא את נושא השיחה, כאשר ההוראה שהוא מקבל היא עמומה במכוון: "המטרה היא ללמוד על נפשך, כל מה שתביא יכול לשמש כחומר לימוד: מחשבות, זיכרונות, רגשות, תקוות, חלומות... אתה תביא כל מה שתראה, ושנינו ננסה להבין מה הבאת". לאחר מכן המאמץ הוא באמת להבין כל מה שהמטופל מביא - כולל כמובן, הרגשות שעולים בטיפול עצמו, וכולל התנהגותו או אופן דיבורו - או שתיקתו - במשך השעה הטיפולית.

הדיאלוג אינו סימטרי, שכן לכל אחד מאתנו יש זווית שונה של מבט על המתרחש בנפשו של המטופל. מכיוון שהטיפול הוא - כהגדרתו של אורי הדר שהבאתי קודם - שני אנשים המשוחחים על אחד מהם, ממילא אחד מהם מכיר את נושא השיחה מבפנים ואילו השני - מבחוץ. יש יתרונות לכל זווית ראייה, ודברים שרואים מכאן לא רואים משם. יתרונן של המטופל הוא שהוא המכיר את נושא השיחה, בעוד שאני חייב להסתפק בהעלאת השערות. אני יכול לומר: "נדמה לי שלאבך יש נטייה להתנהגות כזו וכזו" - אבל המטופל הוא המכיר את אביו באמת, והוא היכול לאשר את השערתי או להפריכה. אני יכול לשאול: "האם קינאת באמא?" והמטופל יכול לומר לי אם השערתי מעוררת בלבו הד כלשהו, ואיזה. אני מקבל את התפיסה הפסיכודינמית בדבר קיומו של ממד נפשי לא מודע, כלומר שיתכן שאדם לא ידע על קיומו של רגש זה או אחר שבלבו. אני משתף את המטופל באמונותי (אם כי אין לי רצון או יכולת לכפות אותה עליו). משמעות הדבר היא שיתכן שהמטופל ידחה את השערתי, ובכל זאת הצדק יהיה עמי. אפשרות זו, שלדעתי גם מתממשת לפעמים, אינה משנה את המצב הבסיסי: כל מה שאני מעלה אינו אלא השערה, שהאישור היחידי היכול להיות לה הוא ההד שהיא מעוררת בלבו של המטופל. העלאה למודעי של מחשבות ורגשות אין לה כל משמעות מלבד פתיחה של צוהר, דרכו יכול המטופל לחוות את אותם תכנים. אם השערתי לא עוררה הד בלבו, ממילא התהליך הזה לא התרחש, וממילא התכנים נותרו לא מודעים וכל שניתן לעשות זה לשער על קיומם. ברמה העקרונית ביותר, כל זמן שהמטופל לא אישר את הפירוש הוא נותר בגדר הצעה בלבד. המטופל הוא בעל הסמכות.

מצד שני, המטופל מגיע לטיפול, בין היתר, משום שאינו מבין מה מתחולל בנפשו. אי הבנה זו קשורה גם היא לכך שהוא חווה הכל מבפנים, כשהוא מסונוור על ידי כל אותם עיוותים מהם כולנו סובלים: תשוקות, פחדים, עלבונות, כל מה שמפריע לנו להכיר במציאות כפי שהיא. כאן יתרוני הראשון כמטפל: אני רואה את הדברים מבחוץ, וממילא ראיתי היא, במידה רבה, בהירה יותר ומעוותת פחות. נוסף לכאן ידע וניסיון המאפשרים לי להבין דברים על דרך האנלוגיה: המטפל, כאיש מקצוע, יודע איך דברים קורים בדרך כלל, ומסוגל להעלות השערות הנוגעות למקרה הפרטי.

כלומר, טיפול פירושו צרוף של שתי זוויות ראייה, שלכל אחת מהן יתרונו משלה. בתהליך ארוך של שיח מפנימים שני הצדדים זה את עמדתו של זה, ויוצרים ביחד את ההבנה המבוקשת. זו מאפשרת למטופל לפרש מחדש את סיפור חייו, לראות מה שהיה לקוי בו ולהשתמש בראיתו החדשה כדי לתקן את הטעון תיקון. מבחינתי, לפחות, זהו עיקרו של הטיפול: טכניקות שונות (כמו דמיון מודרך, פירוש חלומות וכיוצא"ב) הם פרטים בכלל הזה, כלים שניתן להשתמש בהם בעת הצורך.

כפי שכתבתי כאן, התיאור הזה משקף את הטכניקה הטיפולית שאימצתי לי. היא מושפעת מאד מכיווני החשיבה ההולכים ורווחים היום גם בעולם הפסיכואנליטי (קל לראות כאן, למשל, את השפעת הזרם האינטרסוביקטיבי). אינני טוען שזו הטכניקה היחידה שניתן להעשיר אותו על ידי התובנות הבסיסיות של החסידות. יתכן בהחלט שניתן לבנות סינתזות לא פחות מעניינות עם טכניקות טיפול קוגניטיביות, למשל.

הכלל היסודי של שילוב תובנות חסידיות ופסיכודינמיות מתבסס על ההבחנה שבין היניצואי וה'קליפה'. התפיסה החסידית ובסיסית מתנייחת לכל תוכן נפשי כמאמץ לגילוי 'אורי' נשמת, אשר הופעתו מתעוותת על ידי שני גורמים. הראשון, הבלתי נמנע הוא 'שבירת הכלים' הידועה. השני קשור לגורמים התפתחותיים-וניתן להמשיגו כהסתבכותו של תהליך התיקון. הנחתי היסודית היא שהמסורת הפסיכודינמית מתארת היטב את הסיבוכים ההתפתחותיים השונים. לעיתים יש לתיאוריות הפסיכודינמיות מקבילות חסידיות גם בתחום הזה, אולם ברוב המקרים תיאוריה עשירים ומפורטים יותר. אלא שיתרונה הוא כולו בתחום ה'קליפות', והנחותיה אינן מאפשרות לה לראות את ה'אורי' המתאמץ לבקוע דרכן. בכך היא מאבדת את הקשר עם יסוד היסודות של החיים הנפשיים, עם נשמתם.

בכל תיאורי המקרים שאביא ניתן לראות את מאבקו של האדם להתגלות היסוד המקורי, העמוק והמיוחד של נפשו, דרך סיבוכים מסיבוכים שונים. אם יש מסר בסיסי אחד השוזר את כולם הריהו יראת הכבוד כלפי המאבק הזה.

זה הכלל, ויש לו הרבה פרטים. כשם שכל מקרה משקף קשת שונה של סיבוכים התפתחותיים אפשריים במונחים פסיכודינמיים: תסביכים אדיפליים, פרה אדיפליים, כשל בבניית חווית העצמי וכיוצא"ב) כך מתגלים בו עקרונות חסידיים שונים (למשל, 'מידות' נשמתיות שונות השואפות להתגלות, קושי ספציפי של 'צמצום' או יחס שגוי לעולם היציר, יחס שאינו רואה את האור היצירתי הגנוז בו). בכל מקרה ומקרה השתדלתי להראות את השילוב הספציפי של עקרונות חשיבה שונים שתרמו להבנתו.

צורת הכתיבה: יש הבדל יסודי בין כתיבת פרק תיאורטי לבין כתיבת תאור מקרה. כשעוסקים בתיאוריה ניתן לשאוף להצגה מסודרת של הנושא. לפתוח בהנחות יסוד, לבנות נדבך מושגי על גבי הנדבך הקודם לו. תאור מקרה, לעומת זאת, מתאר התרחשות חיה. הצגה מסודרת שלו תהיה, ממילא, מסולפת, שכן בפועל הטיפול זורם במסלול מלא הפתעות, לעיתים מתמקדים בנושא אחד, ולעיתים צץ נושא אחר וכובש את תשומת הלב. לפעמים מתברר שנושא מסויים שהארכנו לעסוק בו היה רק הקדמה לעניין שונה לחלוטין.

למשל, תיאורתי קודם את אופן השילוב בין עקרונות חשיבה חסידיים ופסיכודינמיים, והצעתי שהחשיבה הפסיכודינמית חזקה בתיאור ה'קליפה' ואילו החסידות בתיאור ה'ניצוץ' הבוקע דרכה. היה אפשר להניח - אפרורית - שתמיד 'קליפה' קודמת ל'פרי', והטיפול זורם מעיסוק בתסביכו השונים של המטופל עד לחשיפת המשמעויות הנשמטיות היותר עמוקות של חווייתו. לעיתים קרובות זה באמת קורה כך במציאות, אבל מסתבר שאי אפשר להניח זאת מראש: לפעמים אדם מגיע דווקא עם לבטים רוחניים, ורק בהדרגה נחשפת משמעויות הנפשית של קשייו. לפעמים צריך לעסוק חודשים ארוכים במאבקיו בהוריו ובני ביתו, עד שמתגלה ניצוץ רוחני כלשהו (לעיתים אינו מתגלה...). לפעמים נכון לעסוק בשניהם ביחד, מהתחלה ועד הסוף או שהטיפול מדלג מכאן לכאן. השתדלתי להעביר את הטיפול כהתרחשות חיה, לכן נקטתי לעיתים בסגנון שהוא ספרותי יותר מאקדמי, בלי להסתיר את לבטי וקשיי הרגשיים במהלך העבודה. ממילא גם ההארות העיוניות נותרו צמודות לחומר אותו הן מבקשות להאיר, ואינן מובאות בסדר לוגי רציף. לשם כך נקטתי, ברוב המקרים, בשיטה הבאה: תיאורתי את מהלך הטיפול, כאשר מפעם לפעם עצרתי את התיאור לצורך 'אתנחתא' תאורטית.

בנוסף לכך, ומכיוון שחלק ניכר מן המוטיבים עולים שוב ושוב בטיפולים רבים ושונים, קורה שדנתי במוטיב מסויים במקום בו הוא בלט במיוחד, לדעתי, והתעלמתי ממנו במקרים אחרים שגם בהם היה ניתן להביאו. יש בכך מיזה של שרירותיות, אולם פריסה מלאה של כל הדיון התיאורטי שניתן להביא לגבי כל מקרה ומקרה היא בלתי אפשרית בעליל - משימה כזו היתה הופכת כל מקרה לספר בפני עצמו. לכן גם לא הארכתי בתיאור מקורותיהם של המושגים בהם השתמשתי, ובכל מקום בו נעשה שימוש במושגים שכבר פותחו בחלק התיאורטי הסתפקתי בביסוס שכבר נעשה ונמנעתי מלבסס אותם כאן מחדש.

חשוב להדגיש גם כי לדעתי תיאורי מקרה אינם יכולים להוות הוכחה (במובן המדעי של המילה) לתיאוריה זו או אחרת. ראשית, משום שאין תיאוריה טיפולית שאינה מגבה את עצמה בתיאורים כאלה. שנית, משום שמטבע הדברים נותר ה'חומר הגולמי' של הטיפול ברשותם הבלעדית של המטפל והמטופל, כאשר חלקו הגדול סובייקטיבי ביסודו (תחושותיי למול המטופל, דיווחיו על תחושותיו שלו) וכולו בלתי הדיר. בנוסף לכך, בכל מקרה ניתן להביא בכתב רק חלק קטן מן האירועים שהתרחשו במהלך הטיפול או שסופרו בו. עצם הסלקציה שאני עושה בתהליך הכתיבה אינה יכולה שלא להיות מגמתית, ומגמתיות זו אינה מאפשרת להשתמש בחומר כהוכחה למשהו.

ובכל זאת, כתיבת תיאורי מקרה היתה ונותרה חלק בלתי נפרד מהתפתחותו של העולם הטיפולי. גם אם אין בהם כדי להוכיח משהו, יש בהם ודאי כדי להדגים איך ניתן להשתמש בעקרון תיאורטי כזה או אחר ולהפכו ממושג מופשט למציאות חיה. מטפל הקורא תאור כזה יכול לחשוב על טיפוליו שלו, ולבחון את עצמו עד כמה הם מאירים לו את התנסויותיו העצמיות.

והערה אחרונה לגבי השאלה האתית: בכל התיאורים הללו שונו עובדות מסוימות כדי להשוות את זהותם האנשים. בנוסף לכך, כל האנשים המתוארים נתנו לי את הסכמתם, ואפשר להם גם לקרוא את הכתוב ולהעיר הערות (במקרים מסוימים שיניתי את הניסוח בעקבות הערותיהם). במקרה אחד בלבד ביקש המטופל לסגת מהסכמתו לאחר שקרא את הכתוב, והסכמתי (בצער גדול) להשמיט את אותו תיאור מקרה. מעבר לאתיקה, נראה לי שהחלטתי זו מתחייבת מן העמדה הדיאלוגית הכללית שהצגתי קודם.

יעל

יעל פנתה לטיפול בגיל 24, לאחר שנפרדה מחבר - נפתלי - שיצאה עמו מספר חודשים. רק דברים טובים היו בפיה על נפתלי: בחור נאה וטוב לב, חכם ומעמיק, סטודנט למשפטים. פשוט לא הצליחה לאהוב אותו, וכישלון זה מילא אותה ייאוש. היתה משוכנעת ששוב לא תאהב לעולם. בעבר היה לה חבר - שי - אותו אהבה. נאה מאד למראה, "פלקט" בלשונה. מאז היותם בתיכון היו ביחד. "גם נגענו" ספרה בחיוך נבוך. חשוב לדעתי כי "נגיעה" היא תמיד ביטוי טעון בפיהם של מתבגרים דתיים כמו יעל, הנאבקים לפלס את דרכם בין יצריהם המתעוררים לבין איסורי הצניעות. יש כאלו שלחיצת יד תמימה מכניסה אותם לקלחת של תחושות אשמה, אך לא במקרה הזה. כאן, היא מספרת, מדובר ביחסי מין של ממש, שהחלו בגיל מוקדם - "בערך 16" - ונמשכו גם לאחר פרידתם של השניים. זמן רב לאחר הפרידה עוד היו מתראים למפגש מיני קצר וסוער, שתמיד הסתיים בהחלטה משותפת שלא לחזור על כך. הקשר המוזר הזה, ששניהם סבלו ממנו, הסתיים רק לאחר ששי התארס והותיר את יעל בחווייה קשה של השפלה. מאז אינה יכולה לאהוב, והיא מוצפת בחווייה של חוסר ערך, כאישה וכאדם.

יעל היא ילידת גבעתיים, סטודנטית לעבודה סוציאלית. נאה מאד בהופעתה. שעה שחור, ארוך ושופע, חיך כמעט תמידי על פניה וכולה משדרת תחושה של מצליחנות אלגנטית קלילה. הרושם הראשון הוא שמדובר בנערה צעירה מאד, הנוטה להגזים - כדרכם של בני נוער רבים כל כך - במשמעותם של אירועי אהבת הבוסר שזה עתה חוו. למותר לציין שרושם ראשון עלול להטעות, אולם אם זוהי טעות כנראה שלא רק אני נפלתי בפת. דברים כמעט זהים אמר לה אחיה הבכור לא מזמן. הם לא ממש עזרו.

אביה של יעל הוא איש עסקים המבלה חלק גדול מימיו בנסיעות. בעבר שגשו עסקיו, אולם כבר בהיות יעל כבת 5 התהפך מזלו, ומאז יעל חשה היטב באווירה של מחסור. זכור לה היטב כיצד פעם שאלו בגן הילדים מה מקצועו של כל הורה, והיא ירדה בצד והתפללה שאותה לא ישאלו. לכאורה היה תמיד מכל טוב, ואבא תמיד חזר ובידו מתנות לכולם. ובכל זאת, כמתבגרת הקפידה לבקש כספים - כאשר נזקקה להם - רק מאמא (שנתפסה כחזקה ויציבה יותר). מאבא אי אפשר לבקש, כי אולי תפגע בו כשתעמת אותו עם הצורך לומר "אין לי". מגיל צעיר התנתקה רגשית מן הבית. לא בגלוי - דומה שמעולם לא 'מרדה', כדרכם של מתבגרים. ובכל זאת הקשר הרגשי הממשי היה עם שי, וזהותה עיקרית היתה 'החברה של שי'. לאחר השירות הלכה ללמוד במדרשה תורנית לבנות ועברה, לתחושתה, מטמורפוזה של ממש. "הרגשתי שאני קוטפת מלאכים" אמרה לאחר זמן, מאז החלו יחסיה עם שי להשתבש עד שנקטעו.

נפתלי היה שונה לחלוטין. ככל שהיה גם הוא נאה ומצליח, תמיד היה בו משהו נבוך ותלונתי. לא טרח להסתיר את תלותו בה, כשם שלא ניסה לעטות על עצמו 'בטחון עצמי' מזויף. יעל העריכה אותו מאד, אפילו אהבה אותו כחבר, אבל "מבחינה זוגית" לא התפתח בה כלום, ומצב זה עורר בה מצוקה שהלכה וגברה עד שהגיעה לטיפול. האם יתכן שהשתנתה, שמהו בליבה פשוט אבד ומת? האם נגזר דינה לחיות ביושב הרגשי הבלתי נסבל של היום?

מהלך הטיפול:

בטיפול עצמו תפקדה להפליא, כמו בכל תחום אחר של חייה. כשם שהיתה סטודנטית מצטיינת, כשם שהיתה תמיד מוקפת חברים, כך הקפידה לבוא לשיחות בזמן. תמיד נעימה, 'משתפת פעולה' בטיפול, חושפת תכנים לא פשוטים (כמו אלו שהצגתי כאן) 'ילדה חמודה' צינתי לעצמי.

במהלך בתקופה הראשונה לטיפול התגבשה בי הבנה מסוימת של סיפורה, שניתן לכנותה 'אדיפליתי'. בשורש קשייה, סברתי, נמצאת דמותו האהובה אך המאכזבת של אבא. בחולשתו חשה בעוצמה רבה, מבלי שתוכל לשתף מישהו בתחושתה. באבא כזה אי אפשר לרצות באמת. אפשר לאהוב אותו, לחמול עליו, ולחלום על אבא חזק ותומך, שכל כך זקוקה לו. כשגדלה מצאה בשי את יתחליף האבי שחיפשה, אולם במחיר כבד: יעל שבה והיתה לילדה קטנה, שכל זהותה בזולת עליו היא נשענת. דווקא לכן החל הקשר הזה להתפרר ברגע שהחלה לגדול באמת ולחפש את עצמה ברצינות, לאחר תקופת המדרשה. אולם ככל שהתערער הבסיס לקשר ממין אחד, עדיין לא נבנה בסיס לקשר ממין אחר. נפתלי רצה באמת בקשר הדדי, שיש בו שותפות בין שוויים. אולם ברגע שחשף את חולשותיו נעשה דומה מדי לאבא, ולכן אי אפשר לרצות בו.

כפי שקורה לעיתים קרובות בטיפול, התובנה הראשונית הזו עדיין נראית לי נכונה ביסודה, אולם נוספו עליה רבדים חדשים שגורמים לי היום לראותה כדלה ושטחית, רחוקה מלשקף משהו מן העושר הנפשי של יעל. בשעתה, נדמה לי, שהיתה רבת תועלת. הניסיון לראות את הקשר עם שי בתוך הקשר התפתחותי הביא אותה להשקיף עליו בעיניים חדשות, בקורתיות יותר. ברגע שהבינה שאותה תחושת חוסר ערך שהתפרצה עכשיו קיננה בה בהיחבא גם בתקופת חברותם, יכלה לראות כיצד נהג בה לא פעם בזלזול יהיר: פעם, למשל, נסע לבילוי עם חברים אחרים והודיע לה בפשטות שאין לה מקום באוטו. אז קיבלה זאת בטבעיות, עכשיו התקוממה - גם אם באיחור ניכר - נגד היחס המזלזל. שמחתי על התקוממות זו, שנראתה לי כהתעוררות בריאה של רגש כבוד עצמי.

אולם בהדרגה הופיעה תחושה של תקיעות. "אנחנו חוזרים שוב ושוב על אותו פירוש" אמרה פעם. "נכון!" אמרה בהתרסה פעם אחרת "זה מה שאני רוצה להיות, הילדה היפה והטיפשה של הבריון הנוצץ". נושא אחד חזר ועלה בתקופה זו (כחצי שנה לאחר תחילת הטיפול): היא פשוט מפחדת להיות לבד. היא צריכה מישהו שיעטוף אותה, שיחזיק אותה בזמן שהיא כל כך נבוכה ובודדה. היה ברור שהיא מצפה ממני להיות ה'עוטף'. לא פעם אמרה במפורש שהיא זקוקה לחיבתי, לא פחות מאשר לפירושי. "אני חייבת לדעת מה היחס שלך כלפני!" התריסה פעם.

במקביל החלו לעלות בשיחות זיכרונות הקשורים יותר לאמא. פעם אחת, נזכרה, הלכה לאיבוד בסופרמרקט ואמא בכלל לא חשה בחסרונה. פעם אחרת נפלה בזמן משחק, והיתה צריכה לצרוח שעה ארוכה עד שאמא שמעה... ברגע מסויים חשתי כיצד תחושת הדומיננטיות כלפי יעל השתנתה, והנערה המצליחה המתפקדת פינתה את מקומה לילדה קטנה ומפוחדת הזקוקה לאמא, ואמא לא נמצאת, או לפחות אינה שומעת.

בערך בתקופה זו הביאה את החלום הראשון.

בחלום רכבה על גמל, והגמל החל להתפרע. היא נבהלה, וחנקה אותו עד שמת. לרגע נבהלה ממה שעשתה, אבל אמא שלה היתה שם ואמרה לה: אין דבר, אף אחד לא יאמין שבאמת הרגת גמל, כולם יאמרו שהוא מת לבד. יעל הלכה לשירותים, ולפתע שמעה צעקה מפוחדת של אמא: הוא מתעורר לחיים! הוא רודף אחרייך! שתייהן נמלטות, ומגיעות לבית של אישה זרה שמוכנה לפתוח להן את דלתה, ואז היא רואה שאמא והאישה הזרה משוחחות בנחת.

מהו אותו גמל! נזכרה שבגיל 6 בערך, היתה עם משפחתה בטיול גמלים. אמא רכבה עם אחיה הצעיר והיא לבדה. לגמל - נאקה, בעצם - היה בכר צעיר שהוא היניקה אותו באופן שהפחיד את יעל עד שהחליטה ללכת ברגל עם אבא (שמראש לא העז לעלות על גמל...)

בדרכם של חלומות, גם כאן נפתח לנו צוהר למקומות רגשיים עמוקים יותר ממה שהכרנו קודם. החלום ממוקד כולו באמא, המופיעה כאן במגוון של דמויות המייצגות אספקטים שונים

של האמהות. הגמל - כמו כל בעל חיים - מסמל לעיתים קרובות את עולם היצרים הלא מעובדים (=הנפש הבהמית). בחלום הנוכחי מובילות האסוציאציות בבירור לאמא, והדברים כנראה משתלבים. כבר פרויד לימדנו כי הכמיהה היצרית הקדומה ביותר בחיינו - היניקה - מכוונת כולה כלפי אמא. תפקידה הראשון של אמא הוא להכניס את הכמיהה היצרית הזו לעולם של משמעות אנושית, של קשר בין אישי הדדי ואוהב. זוהי משמעותו של המשחק המשותף של אם ותינוק לפני ואחרי היניקה, הליטוף המרגיע, החיוך ההדדי. כאן מתחיל התהליך אותו מכנה החסידות "ירידת מוחין דאמא", שבא להעלות את "המידות השבורות" של התינוק... החלום מספר לנו שמהו בתהליך הבסיסי הזה השתבש. אמא מיניקה בצורה מפחידה, יעל אינה יכולה להמשיך ולרכב. אינני יודע אם ניתן באמת לקשר לכאן אסוציאציה נוספת שעלתה בי בהקשר הזה: נזכרתי שגם בהתפתחותו של הקשר עם שי מילאה אמא תפקיד סדוקטיבי למדי. כך למשל שאלה את יעל "לאן הגעתם" (במשמעות של מגע גופני), מה שיעל פירשה כעידוד לצלילה עמוקה יותר ליחס פיסי.

הגמל 'משתגע', משהו בעולם היצרים יוצא משליטה. יעל נבהלת וחונקת אותו למוות. איזה תיאור חריף של ניסיונה לברוח מן העולם היצרי שהפיל אותה, לתחושתה, למחוזות של השפלה. נראה שיש בחלום מעין נורית אזהרה: אי אפשר להרוג את היצר. סופו להתעורר ולרדוף אחריך... ואולי הוא מרמז ליותר מכך, לאשמה קיומית של ממש הרובצת על מי שמנסה 'לרצוח' את יצרו.

והנה מופיעה האם בדמות נוספת, בדמותה האמיתית (כלומר בדמות המוכרת למודע). היא מנסה להמעיט במשקל האשמה הקיומית: "אף אחד לא ידע", היא אומרת. צריך להמשיך להראות טוב, להתנהג יפה. איש אינו אמור לדעת מה מתחולל בפנים. אבל מה לעשות שדווקא ה'יפנים' הוא מתעורר ורודף אחרינו? אמא אינה יכולה להתמודד עם מצב כזה. היא נמלטת ביחד עם יעל.

ויש עוד אישה בחלום, 'זרה', הפותחת את דלת ביתה ומשוחחת בחביבות עם אמא. יתכן שאישה זו - נקודת האור המרכזית בחלום - היא המפתח להתקדמותה העתידית של יעל. דומה שהיא היחידה הנוהגת כשם שאמא צריכה לנהוג. מספקת מקום מוגן (מיכלי בלשוננו של ביון, או 'טמנוסי' בלשוננו של יונג) שבצילו ניתן לחסות מרדיפותיו של היצר המתפרע. אמנם אין כאן עדיין רמז לתיקון של ממש, הגמל מוסיף להשתולל בחוץ ואין אפשרות לדיאלוג עמו. בכל זאת יש לפחות פינה מוגנת!

בתקופה הזו החלה יעל להפנות אלי, יותר ויותר בגלוי, את הכמיהה שאני אהיה עבורה פינה שכזו. הרבתה לתהות על יחדי כלפיה, בטאה רצון להיות 'הילדה היחידה' שלו. רצתה שאומר לה מי היא, שהיא משמעותית, שאוהב אותה (-אבל תמיד הדגישה: "לא במובן המיני"). לא פעם שאלה אם אני יכול לקבל אותה כפי שהיא, חשופה וכואבת. אני עצמי, הכריזה, לא סובלת את עצמי במצבים האלה. בבית, למשל, לא היתה חולמת לחשוף את כאביה בצורה כזו, בבית אי אפשר לבכות. הכאב יתקל מיד בתגובה צינית מצד אחיה, אולי גם מצד אבא. אמא, לעומת זאת, מנסה מיד לשמח אותה, לקנות לה משהו, לטפח את המסכה (ביטוי שלה). יעל בכתה כשאמרה זאת, באופן שלמדתי להכיר היטב: הקול נותר יציב והדברים מרוסנים ושקטים, רק הדמעות זולגות ללא הפוגה.

אביא חלום נוסף מאותה תקופה: ישבה עם רופא מהמחלקה. קודם שוחחה עם אשתו, והוא הלך להתקשר אליה. כשחזר שיחק לה ביומן. יעל כעסה: יש לי שם דברים אישיים! המשיכו לשוחח, תוך כדי ניסיון ליצור 'צחוקים' ואוירה קלילה. אחר כך אמר לה בסוד שילכו לחדר צדדי

"להתחרמן קצת", ויעל אמרה - מה פתאום! ובכלל יש לה חבר... בינתיים הגיעו לשם פתאום
לידות קטנות, בנות 10, ושאלו אותם מה קורה. "החלקנו עניינים".

ברקע החלום נמצא מקום עבודתה של יעל, שבינתיים סיימה את לימודיה (בהצטיינות) והחלה
לעבוד במחלקה אונקולוגית כעובדת סוציאלית. את הרופא הזה היא מכירה מן המחלקה, היא
מעריכה אותו ודעתו עליה חשובה לה מאד, נראה שיש בחלום רמיזות ברורות מאד כלפי שנינו
בערך באותו גיל, שנינו נשואים, שנינו אנשים שהיא מחשיבה מאד את דעתם עליה. בחלום היא
חושפת לפניו את יומניה, כשם שלפני היא חושפת את רגשותיה הקשים ביותר. מזווית זו נראה
שהחלום חושף את פחדיה ממני: האם אני עלול לזלזל בתכנים הרגשיים שהיא חושפת? וחמור
מכך: האם אני עלול לנצל אותה מבחינה מינית?

חשש זה, מה מקורו? ניסיתי לחשוב שמא קלטה רגש לא נאות מצדי, אולם ככל שיכולתי לבחון
את עצמי בכנות לא חשתי שאני רואה בה אובייקט מיני. הייתי מודע למדי לחזוניה הנאה, אולם
חזות זו לא עוררה אצלי הד רגשי ממש. ראיתי את יופייה כפרט שכלל אינו מתחבר למכלול
אישיותה (אני מאמין שחשתי כך בעיקר משום שהיא עצמה חשה כך. יעל נטתה לטפח את
חיצוניותה, ממש כמו את התפקוד הטוב בתחומים שונים, אבל יחד עם זאת נטתה לזלזל בכל אלה
ובכל מי שהעריך אותה לפניהם). ברגעים היותר קרובים חוויתי אותה כילדה הכמהה לחיבה יותר
מאשר כאישה צעירה ובשלה.

די מפתה לראות את החשש הזה מניצול כהעברה של יחס אדיפלי. אבל באיזה מובן? צריך
לזכור שאביה אינו נתפס על ידה כדמות מאיימת בשום מובן. להפך, הבעיה הקשה בדמותו היא
דווקא ההעדר והחולשה. ובלשונה: "בגיל שש בערך משהו נשבר. לא בדיוק ידעתי מה, אבל אני
זוכרת תחושה של פחד וספק, בעיקר מצד אמא... אין בבית עצבנות וצעקות, רק התכנסות...
תמיד יש לי הרגשה שבאיזו נקודה הוא שם לעצמו רגל בסוף, תמיד! ... (ההצלחה) ממש בפתח ואז
זה נופל. כישלון ידוע מראש".

אבל יתכן שדווקא אותה תחושת העדר היא הנותנת בידנו מפתח להבנת הפחד מניצול. העדרו
של האב יוצר כמיהה עזה, אולי לא לגמרי מודעת, ליתר נוכחות. למגע. מגע שכזה, אם הוא
מדומיין כקונקרטי, יכול ליצר קונפליקט פנימי לא פשוט: כמיהה ואשמה, תשוקה ורתיעה. יותר
מזה. השערה זו יכולה אולי להסביר את משמעות יחסיה עם שי. יעל היתה זקוקה לו כתחליף אב,
כנוכחות שתמלא את הצורך הדמות נערצה וקרובה, חמה ואוהבת. אילו היו נוצרים ביניהם
יחסים של חיבה וכבוד הדדי יתכן מאד שהקשר הזה היה מסוגל לרפא את החסך העמוק. לא כך
התגלגלו הדברים בפועל. שי נזקק לה, ככל הנראה, כמי שתעריך את החיצוניות הזוהרת שלו,
קקישוט יפה לבילוי חברתי וכשותפה ליחסי מין. לכן יעל באמת הצליחה לקבל מן הקשר תחושה
של ממשות וערך, אולם רק ברבדיה היותר מוחצנים, ושום אמון לא התפתח בה בערכם של
הרבדים העמוקים יותר של אישיותה.

ההשערה הזו מצאה לה ביסוס גם ברגשות שהפגינה כלפי, שלא פעם נעו בין הרצון שאמשך
אליה "בטירוף", כלשונה, שאחשוב עליה באופן "אובססיבי", לבין הפחד שמא אעשה זאת באמת
- שהרי היא זקוקה לי על מנת שאוהב אותה כאדם ולא כאישה. לעיתים חשה שאם אינני נמשך
אליה אין לה כל ממשות, שהרי איננה מאמינה שיש לה מה להציע, מלבד גופה. מצד שני, כל
משיכה שאחוש כלפיה רק תוכיח לה שגם אני מרגיש כך...

כדאי להבהיר. לכאורה נדמה שחזרנו כאן לפרשנות אדיפלית טהורה, גם אם מורכבת הרבה
יותר. מבחינה עקרונית אין בכך פגם. לעיתים קרובות זו דרכו של טיפול שהוא סב, כביכול, על

צירו וחוזר שוב ושוב לאותם נושאים עצמם כשהוא מאיר אותם בכל פעם באור חדש. ניתן, למשל, לראות התקדמות בצורה שבה שבו התכנים האדיפליים ועלו. בחודשים הראשונים לטיפול שוחחנו עליהם במנותק מן המתרחש בינינו. היא ספרה על עברה, ואני השתדלתי להבין ולפרש. עכשיו שבו אותם תכנים והופיעו כשהם מופנים כלפי ויוצרים תחושות רבות עוצמה, של כמיהה, אכזבה וחדש שלא תמיד היה קל לעמוד מולן.

ואולם מעבר לצורה, חשתי שהתחלנו לגעת בהתלבטויות הרבה יותר עמוקות. קודם שאלה: "מה אני יכולה להשיג?" (דרך העיסוק בנפתלי, בשי, ואולי גם באבא, ניסתה לברר האם תוכל להינשא? האם העתיד צופן לה אושר כלשהו?). עכשיו שאלה: "מי אני, בעצם?" (דרך העיסוק בהורים, וביחסים שבינינו, ניסתה לברר האם היא 'טובה'? האם יכול מישהו להכירה ובכל זאת לאהוב אותה?). ניתן היה לראות שעצם היותה בעלת יכולת לרצות נתפסת אצלה כמין רוע. זוהי השאלה שמופיעה לראשונה בחלום הגמל: האם מותר לה להיות בעלת יצרים, או שמא כל התעוררות שליצר יש בה רוע, וצריך להורגה? האם תמצא משהו שיקבל אותה 'לביתו', גם כאשר ידוע לו כמה עזים יצריה? ואם כן, האם תאלץ להשאיר את הגמל 'בחוץ'?

אתנחתא תיאורטית: עד כה תיארתי את הטיפול כולו בסגנון פסיכודינמי 'קלאסי'. הן התובנה ה'אדיפלית' והן התובנה הקשורה ליכולת ההכלה של אמא, שתיהן לקוחות מתוך המאגר העשיר של התובנות הפסיכואנליטיות השגורות, שניתן לתאר אותן בלשון חסידיית מבלי שתוכנן הממשי ישתנה שינוי כלשהו. במידה מסוימת זה בדיוק מה שעשיתי כאשר דיברתי על "ירידת המוחין דאמא", בהקשר של ניתוח חלום הגמל. השימוש במושג הוא, לדעתי, נכון. אולם קל היה להביא מונחים פסיכודינמיים מקבילים בלי שתוכן הדברים ישתנה.

מזווית ראייה חסידיית יש לומר, לדעתי, שעד כאן עסקתי ב'קליפות', וכמעט שבכלל לא ב'אור'. במילים אחרות, עסקתי בתחושת חוסר הערך של יעל, בסיבותיה ובהשלכותיה השונות, ולא נגעתי כמעט בתחושת הערך הפנימי המחפש כלים להתגלותו. מטבע הדברים נותרתי צמוד לתכנים שיעל בחרה להביא לשיחות, ותכנים אלו עסקו, ברובם, בחוויות חוסר הערך שלה, כפי שהתפתחה בהקשר המשפחתי וכפי שהתבטאה ביחסיה עם שי ונפתלי (ואיתי). אני מאמין שכל ניסיון לעסוק, בשלב זה, בצד ה'אורי' של יעל, בכישוריה הייחודיים, במשמעות הרוחנית העמוקה של הווייתה וכדו', היה יוצר אחלה תחושה של ניתוק מן הנושאים המעסיקים אותה באמת. יתכן שהייתי מצליח 'לשכנע' אותה לעסוק בנושאים הללו, אולם נראה לי שבעומק ליבה היתה חשה שאני נוהג כאמא, המשתדלת בכל כוחה 'לשמח' אותה כשהיא מגלה עצבות - פשוט משום שאינה יכולה להכיל את כאבה.

ובכל זאת, אחת ממושכלות היסוד של החסידות היא התובנה שכל עולמות התוכן, גם הנאצלים ביותר, מופיעים בכל מדרגות ההוויה, גם ה'נימוכות' ביותר. חשיבה חסידיית עקבית אינה יכולה לנתק בין העיסוק ב'קליפות' לבין ה'ניצוץ' המסתתר בתוכן. אולי בעצם תחושת חוסר הערך הכל כך דומיננטית מסתתרת ביקורת עצמית נוקבת, הבאה מהשוואה לא מודעת שבין החיים שהיא חיה בפועל לבין החיים שבעומק ליבה היא נכספת להם, חיים שישקפו באמת משהו מן האור הנפשי, שלאורך כל השלב הזה של הטיפול נשאר במצב של 'אור מקיף', ואינו מתגלה כ'פנימי'. ואכן נראה שחלק נכבד מחלומותיה בתקופה הזו (קרוב לשנה לאחר תחילת הטיפול), משקפים ביקורת עצמית נוקבת על הדרך בה מתנהלים חייה במציאות. אולי בדומה לחלומותיו של יבן המלך האמיתי בסיפורו הידוע של רבי נחמן, שהיו חוזרים ומציקים לו באופנים שונים, גלויים בחלקם ונסתרים בחלקם, שמטרתם לנער אותו מן השפל אליו התדרדר, יחסית למעלתו.

יתכן לומר שכאן מתחיל הפירוש החסידי לנטות לכיוון שונה מן הפסיכואנליטי. פסיכואנליטיקאי עקבי היה מפרש את תחושת הרוע שהציפה אותה אז כמלמדת על 'אני עליך' מחמיר, שריד להפנמתן של דמויות ארכאיות, דוחות ומענישות. העדפתי להבינה כשדר נשמתי אותנטי.

חזרה למהלך הטיפול: אביא חלום נוסף, שבו הופיעה במלא עוזה ההתלבטות לגבי מעמדה המוסרי: "אישה שמנה, כנראה שהיא מתראיינת בטלביזיה, הולכת הביתה. בבית יש המון גוויות מכורסמות למחצה של גברים שטרפה. היא יושבת בצד, עצובה. נפתלי נכנס ורואה אותה יושבת כך, רזה ואומללה".

ניתן לראות בחלום כזה תאור מופלא של מצבה הקיומי. קודם כל הפער בין הפנים לחוץ: מבחוץ היא מלאה, מדושנת עונג, כוכבת תקשורת. מבפנים היא רזה ואומללה, רעבה לקשר - אולם כל גבר שנכנס מיד נטרף, נמשך לחיצוניות ומאבד את ערכו עבורה. ביקשתי ממנה שתנסה לדמיין את המפגש בינה לבין נפתלי, מפגש שהחלום הסתיים ממש על סיפו. אמרה שכל כך הייתה רוצה שיפרוש עליה את חסותו, שיאהב אותה, אבל יודעת שזה לא יתכן, ושהיא חשה בטוחה רק כשהיא מהווה אובייקט מיני בעיני הגברים. על כך אמרתי: מצד שני, נראה שהחלום אומר שאת היא זו שטרפת אותם! הרי כשהם נופלים בפח של החיצוניות שלך את מזלזלת בהם, כאילו הם אלה שהופכים לאובייקטים חסרי נשמה!

חווית הרוע מופיעה בחלומות נוספים שחולמת בערך באותה תקופה: היא שמה פצצה במכונית של חברה, והיא 'אדישה לכל העניין'. אחר הולכת עם אמא ואחות לנחם את החברה, ומסתבר שאף אחד לא נפגע באמת... על החברה היא מספרת רק שהן דומות וקרובות מאד. האם יש כאן רמז לפגיעה שלה בעצמה? (אם כן, הרי שאפשר לשאוב עידוד מכך שלא היתה כאן פגיעה אנושה, והגרעין הפנימי שלה עדיין חי!).

לאט לאט מתגבשת התובנה שהביקורת העצמית שלה מעידה דווקא על כמיהה פנימית לחיים טובים יותר, שבהם יתגלו צדדים נסתרים של אישיותה ואולי דווקא הצדדים היותר חזקים ויצירתיים שלה. לא בקלות התגבשה התובנה הזו. פעם, למשל, אחרי אחת מן התהפוכות האינסופיות של הקשר עם נפתלי (הפסקתי לספור את הפרדות והיחזרות שידע הקשר הזה) שוחחנו (שוב) על משמעותו: לאחר העוצמה הסוחפת של הקשר עם שי, שהיווה (לפחות בפנטזיה) תחליף אב מושלם, לא יכלה לקבל את דמותו המציאותית, מציאותית מדי, של נפתלי, דמיונו המופלג לאביה, אותה מזיגה של איכות וחוסר בטחון, אפשר לה 'לאהוב' אותו באופן אפלטוני, לתמוך בו מבחינה רגשית, כחבר, אבל לעולם לא לחוש אליו משיכה. הדפוס הזה הופיע גם בחלומות לא מעטים: באחד מהם היתה נוהגת במכונית כשנפתלי לצידה (כמובן שהיא הנוהגת!), התנגשה ברכב אחר שבו ישבו שי ואשתו... הפגישה הסתיימה בתחושה קשה. היא מאכזבת אותי, אמרה, בכך שהיא חוזרת על עצמה שוב ושוב. שום טוב לא יצמח מכאן.

לפגישה הבאה היגיעה נזעמת, בתחושה שיצעקתי עליה בפעם שעברה. הופתעתי, למיטב זכרוני לא אני צעקתי, אלא משהו מתוכה צעק... מהו הקול הביקורתי הזה? מנין בא, מה מטרתו? הצעתי לה כאפשרות שקיים בה כוח השואף לגדול ולצמות, המרגיש את עצמו בתוך המעגליות האינסופית של חייה. אולי, אמרה בעצמה בהמשך השיחה, זהו גם המסר האמיתי שהיתה רוצה להעביר לאבא. כלפי חוץ היא מנותקת, כאילו לא מצפה ממנו כלום. אבל אולי הכאב שהמצב כולו מעורר בה מצביע על אמירה פנימית אחרת: היה אתה עצמך! אתה מתחבא מכולנו, אבל

למה? בפנים את היפה יותר ממה שאתה חושב! כך- אמרה בכאב- היתה רוצה לומר לו. כך - הוספתי-משהו בך אומר לעצמך!

לאחר שבוע אמרה לי שהיא מבולבלת. דיברנו על הטוב שבה, אבל דיבור על הטוב מתקשר לטיפול! בטיפול צריך לדבר על מה שדפוק!

בכלל, התריסה בפעם אחרת, מה כל כך טוב בי? התלבטתי, שכן מסורת פסיכולוגית ישנה ממליצה להימנע מתשובות לשאלות כאלו ולנצל אותן ליתר הבנה של המצוקה העומדת מאחריהן. אולם במצב הנוכחי נראתה לי טקטיקה כזו קרה ויטכנית' מדי. החלטתי לענות באותה ישירות שבה נשאלתי: הכמיהה הפנימית לאהבה, המפלסת לה דרך בין כל הסיבוכים... היושר שבו היא מתעלמת מהישגים חיצוניים ומחפשת את ערכה באיכויות יותר ויותר פנימיות... כל אלו מעוררים בי כבוד! על כך ענתה: נכון, אבל אני עדיין צריכה את המבט שלך כדי להאמין בכך.

עוצמת ההתלבטות הפנימית מבוטאת היטב במכתב שהביאה לי באותה תקופה (כשנה וחצי לאחר תחילת הטיפול!): "הפחד הענק הזה... ממה אני כל כך מפחדת?... אולי אני מעדיפה ובוחרת להישאר באיזה חלום שאין בו הצלחות, אבל לפחות יש בו פוטנציאל אדיר, רגשות עצומים היוצרים תחושת מלאות, פנטזיה, במקום להתנסות בחיים שהם מאד מאד בינוניים... מעדיפה לחשוב שאני רגישה ומקסימה ומלאה פוטנציאל וייחודיות שלא מתממשים!"

מתחת לזה כתבה: "אבל אני באמת כזו, ואתם פשוט לא יודעים!

אבל אולי בעצם לא???"

כמדומה, הדברים מדברים בעד עצמם.

אתגחתא תאורטית: מזווית ראייה חסידית, ניתן לומר כי מתחיל להתבצע כאן תהליך של הבדלה, שהוא השלב שבו מתחיל האור להיפרד מן הקליפות, בתחילה בהיסוס ואז בביטחון הולך וגובר. בחודשי הטיפול הראשוניים היה 'האור' נסתר לגמרי בתוך 'הקליפות'. לא עסקנו בערכה של יעל, אלא בחוסר ערכה. מטבע הדברים עבדנו הרבה על הרגשות הקשים כלפי המשפחה: סוף סוף, האור הייחודי של כל אדם מתגלה בראשונה במדיום המשפחתי. הוריו אמורים להיות הראשוניים המבחינים באותו אור, מטפחים אותו ומסייעים לו ליצור כלי להתגלותו. כישלונותיהם במשימה זו (ומי אינו נכשל בה, במידה כזו או אחרת?) נצרבים בתוכו כחוויות מרות המחבלות בכל סיכוי של התגלות אותנטית. לכן בנקודה זו מביאה אותי החשיבה החסידית לנקיטת עמדה טיפולית שמרנית משהו. אם מקובל עלינו ש"אין הדינים נמתקים אלא בשרשם" (אדה"ז, סשב, לא) הרי שקשה לחשוב על טיפול פסיכודינמי שלא יגע, בשלב כלשהו, בדמויותיהם המופנמות של ההורים ובכאב המתלווה לאותן דמויות.

אולם לאחר שביררתי במידת מה את החוויות הכואבות הבולמות את התגלות העצמי (ובלשון החסידית: את 'הקליפות' המכסות על 'האור' השואף לגלות את האני הטרנסצנדנטי, הנשמה), כמעט בהכרח מגיע שלב שבו מתעורר כוח פנימי מסוג שונה לגמרי. אותה כמיהה פנימית נסתרת לגילוי האור העצמי, הייחודי, מתחילה להיחלץ מכלאה ולתבוע את כבודה הגזול. אין זה אומר שסיימנו את העיסוק בקליפות, כשם שבעבודה עם יעל ידענו עוד אינספור נפילות, דיכאוונות ומשברים. אנחנו פשוט נכנסים לשלב של מאבק פנימי מסוג חדש, ואולי עוד יותר קשה.

כאשר יעל הביעה תדהמה על כך שעסקנו ביטוב' שבה ולא 'במה שדפוק', היא בטאה בכך עמדה פסיכואנליטית מסורתית וידועה. הנה כך, למשל, כותב שנדור פרנצי (הידוע כאחד מתלמידיו המקוריים והיצירתיים ביותר של פרויד): הטיפול הפסיכותרפויטי, הוא כותב, "מאפשר למטופלים לחוות את רגשות הקנאה וצרות העין, השנאה והאלימות הנסתרים בלא מודע שלהם,

עם קורטוב של האשמה עצמית בלבד, או ללא האשמה עצמית... באנליזה נאלצים אנשים ירחבי לבי וינדיביסי להכיר בכך שרגשות כמו קמצנות, חוסר התחשבות, אנוכיות, תאוות בצע ותחרות לא נאותה אינם זרים להם לחלוטין כפי שאהבו לחשוב עד כה" (פרנצי, ה'תשס"ד. עמ' 75). למיטב ידיעתי, יונג היה הראשון שיצא נגד התפיסה שטיפול חייב להגביל את עצמו להבנת קשייו של המטופל, ובתפיסת העצמי שלו יצר פסיכותרפיה שיש בה זגש התגלותי ברור (אולם כפי שהראיתי בפרק הפסיכולוגיה המערבית, יתכן שלא ברור די הצורך). מכל מקום, הבנה חסידית של הטיפול מחייבת לומר שטיפול שאינו מגיע לפחות לשלב המאבק על 'הבדלה' פשוט נעצר באמצע הדרך!

אולם ביטוי אחרון זה מחייב אותי להתייחס באופן יותר מפורט לשאלת סיום הטיפול. כפי שרמזתי קודם, הטיפול ביעל לא היגיע למצב שניתן לראותו כסיום. בכלל, אני נוטה להטיל ספק במשמעות המונח 'סיום' לגבי טיפול נפשי. אם אנו דוגלים במודל מכני של הנפש, הרי שניתן לדמיין - לפחות כאידיאל - מצב שבו הטיפול הגיע לסופו ו"מכונת הנפש" פועלת באופן תקין (ראה למשל דיונו הקלאסי של פרויד במאמרו: 'אנליזה סופית ואינסופית'). אולם המודל החסידי יוצא מנקודת מבט הפוכה: החיים הם תהליך התגלותה של נשמה אינסופית בתוך עולם שכל כולו כבול ומיוסר על ידי 'קליפות' מעיקות. בכל שלב ושלב של החיים מתמודדת הנשמה במציאות ה'קליפתית' שבתוכה היא צריכה להתגלות, ומשתדלת לברר ולתקן אותה. מהי, אם כן, ההבחנה בין 'טיפול' לבין כל תהליך נפשי אחר? בעומק הדברים שניהם תהליכי ברור, המתרחשים דרך מעגלים חוזרים ונשנים של הכנעה, הבדלה והמתקה. אדם מגיע לטיפול כאשר תהליך הברור, שהוא עצם החיים, תקוע, והוא צריך עזרה כדי להחזירו למסלולו. כלומר: הטיפול אינו מסתיים כאשר הברור נגמר, אלא כאשר הוא מתחיל.

האם הברור הזה יכול להגיע לנקודת סיום כלשהי? עקרונית לא, אולם כפי שציינתי בפרק הפסיכולוגיה חסידית, החסידים מכירים באפשרותו של מצב נפשי עילאי: 'צדיק'. בחב"ד מוסברת ההבחנה שבין צדיק לבינוני באופן הבא: בינוני הוא החייב להיאבק עם נפשו הבהמית כדי לבררה. צדיק הוא שתיקן כבר את נפשו הבהמית, ומאמציו מוקדשים לתיקון המציאות הסובבת אותו ובעיקר את נפשותיהם של חסידיו (ר' שניאור זלמן, תניא-שש, פרקים י-יד). מודגש שזהו מצב נדיר שבנדירים (שם). רוב רובם של בני האדם חייבים להוסיף להתמודד עם נפשם הבהמית "לא יוכלו לשלחה כל ימיהם" (שם, לה).

יוצא שלגבי כולנו, טיפול הוא תהליך שאינו מסתיים לעולם. מבחינה מעשית פירוש הדבר הוא שהפגישות עם המטפל אינן אמורות להתמשך עד שהבעיות יפתרו, אלא שהן יכולות להיפסק כאשר המטופל מסוגל להתמודד עמן בעצמו (ויתכן בהחלט שהתמודדות זו היא עבורו משימת חיים!). אני אוהב לנסח זאת באופן פרדוכסלי משהו: הטיפול מסתיים כאשר ברור שהוא ימשך גם ללא נוכחות המטפל.

בחזרה לטיפול: גם העבודה עם יעל לא הגיעה למיצוי מלא. למיטב ידיעתי גם היום יעל מתמודדת עם תחושות של חוסר משמעות, של אשמה וספק. מה השתנה? התשובה נמצאת במשפט שכתבתי: היא מתמודדת.

אציין כאן כמה תהליכים שהתרחשו במחצית השנה האחרונה של פגישותי עם יעל, שכולם מעידים על הכרתה ההולכת וגוברת בעוצמתה הנפשית וביכולתה לבטא את פנימיותה במציאות. קודם כל בעבודתה. השיחות ליוו את התקדמותה במקום העבודה. לפתע מצאה יעל את עצמה במקום שבו נדרשו כישוריה בפועל ממש, במתן תמיכה, סיוע ועידוד לחולים. לא פעם חלקה על דעותיהם של בכירים ממנה, ולא פעם נמצאה צודקת. בתחילה הופיעו הדברים כתסכול עמוק:

"ידעתי שאני צודקת, רק לא הייתי בטוחה. למה אין לי אומץ לדבר?" אחר כך החלה לבטא את דעותיה, ולעיתים נגרמה בכך, באופן בלתי נמנע, עגמת נפש מסוימת לבכירים שעל דעתם חלקה... אירועים כאלו שבו והציפו את תחושת הרוע וההרסנות, כאילו שוחררה 'טורפת הגברים' מכלאה ופגעה אנושות בדמות האב של המנהל שאיתו התווכחה, שגם הוא נראה פתאום כסמכותי כלפי חוץ אולם שביר ופגיע כשעומדים מולו... זמן רב עבר עד שהצליחה לחוש בטוחה בעצמה ואף לקחה תפקיד שיש בו אחריות על עובדים זוטרים יותר, חלקם ותיקים ממנה בהרבה. ראיתי בכך התקדמות גדולה.

אולם יותר מזה. התקדמותה בעבודה לא היתה 'יחצונית' בלבד, אלא ביטאה הכרה הולכת וגדלה ביכולתה לתרום תרומה ייחודית באמת למטופליה: חשתי בכך דווקא באחד מרגעי השפל שלה, לאחר שנדחתה על ידי בחור שרצתה בו, בחור מרשים מאין כמוהו, דוקטורנט באוניברסיטה יוקרתית בחו"ל... הוא כל כך מרשים! אמרה, ההפך מאבא שלי... איזה בטחון יש לו, איך הוא עושה דברים שאני לא הייתי יכולה! ניסיתי לנחמה, ואמרתי שמן הסתם כל אחד עושה דברים שנראים כבלתי אפשריים. הסכימה, והחלה לתאר את עבודתה באופן שלא שמעתי עוד. דווקא כעובדת סוציאלית, אמרה, שמלווה חולים ומשפחות ברגעיהן הקשים ביותר, היא עומדת לא פעם ליד מיטתו של חולה ברגע פטירתו ממש. היא חשה שזוהי חוויה עילאית וייחודית לנפטר, ויודעת כמה חשוב לו, דווקא אז שלא להישאר לבדו... סיפרה שקראה שיש רגע שהנשמה נמצאת קצת בפנים וקצת בחוץ, וחשה שתמיד ידעה זאת, למעשה ראתה זאת בעיניה ממש. וכאן תפסה את עצמה: איך יתכן שיש לה יכולת להכיל חוויות כל כך עוצמתיות (שלא פעם, ספרה, גם רופאים לא מעטים מתחמקים מלהתמודד עמן) ועדיין היא מתמלאת רגשי נחיתות מול אותו בחור מרשים...? שוב אנו חוזרים למאבק בין האור והקליפות, שהתאפשר לאחר שביררנו את מקורן של הקליפות והבדלנו ביניהן לבין הכוחות הנפשיים העצמיים יותר.

אירוע נוסף ורב חשיבות היה המסע לברזיל (כשנתיים לאחר ראשית הטיפול). יעל החליטה לצאת לטיול תרמילאות, לגמרי לבדה. היא לא שיתפה אותי בהחלטה, וגם לא ידעה להסביר אותה במדויק. נראה היה לי שהמסע הזה הוא סמל שתכליתו לבטא את עצמיותה המתעוררת. פשוט לעשות משהו לבדה, משהו שההורים לא יוכלו להבין. הבחירה בברזיל היתה אינסטינקטיבית, לא יכולתי ולא רציתי להציע לה 'פרשנות'. פשוט ליוויתי את ההתרגשות לקראת, ואחר כך ציפיתי בסבלנות לשובה.

ואכן היא שבה נלהבת, כמעט באופוריה קלה. ברזיל, כך גילתה, היא באמת האנטיתזה לעולם הבורגני ההדוק של גבעתיים... תארה בצבעים עזים וחיים את הפרימיטיביות של החיים, את ההזנחה היטבעית של חלק מהמקומות בהם היתה: "לאנשים האלה לא אכפת מכלום!" (כלומר הם לא מתייחסים לחיצוניות, ואין להם מסיכות). ספרה בהתרגשות על השחרור הפנימי הנובע מהיותה במקום בו אינה מוכרת לאיש... חוויה אחת שספרה עליה ריגשה אותי במיוחד. בזמן הקרנבל, אמרה, רקדה שעות על גבי שעות. בתקופת התיכון אהבה לרקוד, אולם לאחר תקופת המדרשה התורנית הפסיקה לגמרי, ואפילו לא חשה איך כל האנרגיה של הריקוד נכלאת נצברת בתוכה. משהו השתחרר באותו ריקוד, המשהו הזה נחוה דווקא כחוויה דתית, אולי אפילו מיסטית: פתאום חשה בברור שאין צורך להילחם בעצמותיו של היצר. אדרבה, היה ברור לה לגמרי שא-לקים אוהב אותה דווקא כך, כשהיא רוקדת ריקוד אקסטטי סוחף ומלא יצרים. לא

יכולתי להימנע מלהיזכר בגמל המתפרע עליו חלמה בראשית הטיפול, ולומר לעצמי איזה דרך עשינו!

חשוב להדגיש כי לאורך כל הטיול וגם אחריו יעל נמנעה מלעבור על גבולות הלכתיים מובהקים, והתגלותו של היצר לא הביאה לשום פריצת מסגרות. רק לריקוד, ולחוויה רבת עצמה של גופניותה. חוויה שליוותה אותה גם זמן רב לאחר השיבה לישראל, כשהיא מחפשת כלים שונים לביטוי העוצמות בהן חשה אז (למיטב ידיעתי, חיפוש זה עדיין נמשך ועדיין לא התגבש 'כלי' יצירתי ומוצלח שיעזור לה לביטוי החוויה העזה שעברה).

סוף דבר: אני עוזב את תאור המקרה בנקודה זו, שבשום אופן אינה נקודת סיום. כפי שכתבתי, אינני מאמין בסיומים חד משמעיים. יתכן בהחלט שיעל תשוב לשיחות באופן מסודר, אם תרגיש שוב שהיא 'נתקעת' בתהליך הבירור הפנימי שהיא עוברת. דברים כאלו קורים כל הזמן וזה בסדר גמור, לדעתי.

הבאתי את הטיפול ביעל כראשון בתיאורי המקרה, משום שהוא מעמת אותנו עם השאלות הראשוניות של טיפול נפשי בכלל. ניסיתי להראות כיצד החזות המצליחה והאלגנטית שלה הסתירה התלבטויות קשות לגבי ערכה הפנימי, שלא אפשרו לה לחתור באמת לחיים אותנטיים שיהיו גילוי אמיתי של עצמיותה. הנבירה באותם כאבים העלתי, לכאורה, את המוטיבים הפסיכואנליטיים הקלאסיים ביותר: הלגיטימציה של חיי היצר, הקונפליקט האדיפלי, הפנמת דמות האם וכיוצא ב. אולם הנבירה באותם מוטיבים לא היתה אלא הקדמה לסיפור החשוב באמת: הכמיהה לגילוי הצד הפנימי, הייחודי והעמוק של אישיותה.

ספורה של יעל מדגים, לדעתי, גם מוטיב מרכזי במשנתו של מרדכי רוטנברג. בספרו 'היצר' רוטנברג מציג שתי תפיסות לגבי מקומם של היצרים הגופניים בתהליך הנפשי. לפי הגישה שהוא מכנה 'דיאלקטית' עומדים היצרים הללו בניגוד מתמיד לכמיהה הרוחנית יותר של האדם, ועל האדם השואף לחיי יצירה ותרבות לדכא במידת האפשר את יצריו ולפנות באופן זה מקום לחיי הרוח שלו. לכל היותר ניתן להשתמש ב'אנרגיה' שהשתחררה על ידי אותו דיכוי לצרכים תרבותיים מקובלים ('סובלימציה'). לפי התפיסה האחרת, אותה הוא מכנה דיאלוגית (וטוען שהיא הדומיננטית בהגות היהודית בכלל ובחסידות בפרט) ניתן להגיע למצב שבו היצר וה'יצירה' יזינו זה את זה בתהליך דיאלוגי של הפריה הדדית. הדרך שעשתה יעל מאז חלום הגמל המתפרע ועד לריקודיה האסקטטיים בקרנבל מדגימים, לדעתי, את החתירה לאיזון יצר-יצירה. אני מאמין שאין זה מוגזם לראות בכך אופן של העלאת ניצוצות חסידית.

זוה

הפער היה מדהים. מולי ישב ילד טוב' טיפוסי, בחור דתי, סטודנט לפילוסופיה, מישהו מהסוג שהייתי שמח להעביר איתו שמירה במילואים. בהבעה חביבה הושיט לי מאמר שגזר מ'מעריבי אמר "זה אני". ואיזה מאמר! כתבה סנסציונית על פושע שכלא עובדת זרה והפך אותה לשפחת מין. מפלצת.

"אתה?" שאלתי בתדהמה.

"טוב, לא באמת" השפיל את עיניו. כלומר, המאמר לא באמת עליו, אבל הוא בהחלט מרגיש כאילו הוא המתואר בו. גם הוא עושה דברים קשים, לא כמו גיבור המאמר, אבל מבחינתו אין הבדל. הוא מתעסק עם ילדים, מה שמכונה 'מעשים מגונים'. דברים שהיו מסבכים אותו אילו הגיעו לידיעת הרשויות המוסמכות. "שני עולמות" הוא מצהיר "מבחוץ אני אדם טוב, מבפנים אני מפלצת". 'מבחוץ' הוא סטודנט חביב, חבר טוב, מתנדב בזמנו החופשי במתנ"ס אזור מגוריו. כולם משבחים את הקשר המיוחד שהוא יודע ליצור עם ילדים, ואינם יודעים כמה מעוות והרסני הקשר הזה... כל פעם הוא נופל מחדש, כל פעם הוא נשבע ששוב זה לא יקרה, ושוב נוצרת הזדמנות תוך כדי משחק עם אחד הילדים, ורגש עז עולה בו וכופה אותו לחזור על מעשיו... בעצמו אינו מבין את הרגש הזה הוא פשוט בא.

בעיקר נוצרה בעיה עם ילד מסויים, אותו הכיר בגיל 10 (הוא עצמו היה בן 22) והיום הוא בן 15. הנער הזה ממשיך להגיע אליו מפעם לפעם, מבקש מגע. דוד מנסה להתחמק, ופעם דיבר איתו מפורשות: הסביר לו שמה שעשה נבע מדחפים שלא הצליח לשלוט בהם, והוא פוחד שהמשטרה תדע מהסיפור. למרבה המבוכה הנער מוסיף לחזור מפעם לפעם.

לאחרונה ניסה להתקרב לדת - אולי כדרך לכפר על עוונותיו. שוחח עם רב ידוע, מתלמידי הרב קוק. הרב עודד אותו וביקש ממנו לזכור תמיד שבשורשו הוא טוב, וכל הבעיות אינן נוגעות אלא ברובד החיצוני שלו. זה מעודד, אולם כמה זה חלש לנוכח התחושות רבות העוצמה המלוות אותו לאחר כל 'נפילה'. תחושה פיסית ממש של בחילה מעצמו, אשמה וכאב. ובכל זאת השיחה עם הרב היתה מועילה יותר מהפגישה היחידה שהיתה לו עם פסיכולוגית, אליה הגיע בלחץ אימו. לא, אמא לא יודעת כלום, אבל היא חשה בדיכאון, רואה איך הוא מבזבז את זמנו ו"לא מוצא את עצמו". הפסיכולוגית ניסתה "לחטט" בו, אמר, "כמנהג הפסיכולוגים", ולבסוף פירטה לפניו את תובנותיה: אין לו יכולת התמדה, יוזמה, הוא פאסיבי ולא מתמודד, חסר רגישות וזולת... סתם נעלב. אלי בא עם הרבה יותר ציפיות. משום שהופנה על ידי אותו רב ששוחח עמו. אולי עכשיו זה ילך.

אתנחתא תאורטית: המצב המתואר פה הוא אולי מן המביכים בהם נתקל מטפל. הדילמה הראשונה נגעה לחוק: החוק של היום מחייב דיווח על כל פגיעה ביחסי ישע, וברור שכאן מדובר בפגיעה כזאת. האם עלי לדווח? ראיתי מספר פעמים כיצד מטפלות הרשויות במצבים כאלו: חקירה, הצמדת קצין מבחן, לעיתים משפט ועונש. הסטטיסטיקה מלמדת שלכל אלו יש אפקט קלוש מבחינה טיפולית, שכן פדופילים נוטים להיכנס שוב ושוב לכלא. האם לא עדיף לטפל בבעיה באופן יותר יסודי?

דבר אחד היה ברור לגמרי: מצפוני של דוד עבד היטב, אולי אפילו בנוקשות יתרה. לא פחות ברור היה שתחושות האשמה הקשות שלו אינן עוזרות לו באמת להתמודד עם הנפילות. בלשונו של פרויד: הסופר אגו פועל בעוצמה רבה, אבל אינו מצליח לסייע לאגו בהתמודדותו. להפך, הוא הופך לחלק ממעגל הקסמים המייצר עוד ועוד נפילות. סנט-אקזופרי מתאר דינמיקה כזו בספרו

הנסיך הקטן: באחת מן הכוכביות פוגש הנסיך בשיכור, המרבה לשתות כדי לשכוח את חרפתו, חרפת השתייה... (סנט-אכזופרי, 80. עמ' 38). לחץ נוסף על הסופר-אגו היה מצליח, לכל היותר, לחזק את המעגל הזה. פניה לרשויות החוק היא בדיוק לחץ כזה. בנוסף לכך היתה פניה כזו הורסת כל סיכוי לשיתוף פעולה עם טיפול כלשהו:

במצבים כאלו אני משתדל לשתף את המטופל בדילמה עצמה. להסביר לו בכנות את החוק ומשמעותו, להסביר שהחוק אינו מחייב אותי לדווח על מה שקרה בעבר (ואפילו אוסר זאת, שכן קיים חיסיון מוחלט על כל הנאמר בטיפול). מצד שני, החוק מחייב אותי לדווח על כל עבירה שלדעתי קיימת הסתברות גבוהה לביצועה. אם כן, ניתן להציע הסכם טיפולי שיחייב אותנו לפחות למינימום הזה: לאורך כל תקופת הטיפול עליו להימנע מביצוע עבירות בפועל (במובן מסויים, התחייבות כזו היא משמעותו של שלב היהכנעה במצבים כאלו).

אם המטופל מסכים לכך, עדיף לדעתי להתחיל בטיפול כסדרו, בלי לכפות על המטופל להתמקד באותן "עבירות". הוא רשאי, כמובן, להביא דווקא אותן, אבל המטרה היא בכל מקרה להבין את המטופל כאדם על מכלול אישיותו, עברו ותקוותיו, על האור ועל הצל שבו. תהליך הבירור אינו יכול להגביל את עצמו לימעשים מסוימים, אלא חייב לחול על האישיות השלמה.

וכמובן שאי אפשר להתעלם מנקודה נוספת: המעשים שתוארו עוררו בי, כמובן, דחייה. דומה שהרצון להגן על ילדים טבוע בכולנו ברמה אינסטינקטיבית ותרבותית כאחת. כמי שהוא בעצמו אב לילדים לא היה לי קל לשמוע את הספור שנפרש לפני. כיצד אוכל לבנות בתוכי עמדה אמפטית כלפי העושה, אם אני נדחה מן המעשה? חשתי שהסיכוי לכך קיים רק אם אצליח להכיר את מכלול אישיותו של דוד, ואבין יותר את המצוקה שדחפה אותו למעשי.

המשך הטיפול: לאחר מספר פגישות שבהן דוד התמקד בסיבות המיידיות לפנייתו, עבר לתיאור מפורט יותר של עברו. גם כאן היו דברים לא קלים, שבדרך כלל נאמרו בטון נינוח ושלו, כאילו סיפר סיפור של כלום שאינו נוגע לו. פעם אמרתי לו שהמילים שלו דומות לקופסאות סגורות שצורתן אינה מעידה כלל על תכנן הקשה. רק כשהן נפתחות מעט מצליחים לחוש כמה כאב אצור בהן. הוא קיבל, אולם לא נראה מוטרד כלל. אדרבה, התחושה היתה כאילו שיבחתי אותו על הסוואתו המחוכמת.

זה הסיפור, בערך: אביו ואימו גרושים. אף פעם לא הסתדרו, אביו היה אליס (מילולית), צועק, מתפרץ, דורש מאמא דרישות לא סבירות. כך למשל, התמלא קנאה כשסבתא (אמא שלה) חלתה והיא טיפלה בה (ולא בו...). אמא השתדלה למלא את רצונותיו, אבל פיתחה כלפיו מרירות שגבלה לעיתים בפרנויה. פעם אפילו חשבה שהוא מנסה להרעיל אותה ולקחה אוכל שהכין לה לבדיקות מעבדתיות(!). למרות הגיהנום הרגשי הזה החליטו שניהם להישאר ביחד - בשביל הילדים, כמובן. רק לאחר שהילדים גדלו, ודוד - הצעיר שבהם, היה כבר בתיכון, גמלה בליבה ההחלטה להיפרד. אבא נשבר, התחנן לפני הילדים שידברו על ליבה: "זה בשבילכם" אמר "איזה שם יהיה לכם כשההורים גרושים?" בעיקר ביקש זאת מדוד. אמנם ידע היטב שדוד 'בעד אמא', אבל עם זאת חש שדוד הוא האדם הקרוב אליו ביותר במשפחה, ואולי בעולם.

דוד נקרא לגורים מבחינה רגשית. הוא הזדהה עם אבא ובז לו. תאר אותו כחלש, כמי שאינו שולט בדחפיו (כמה הופתע כשהצבעתי על הדמיון בין המונחים בהם תאר את אביו, לבין אלו שבהם תאר את עצמו ואת 'נפילותיו'). חש קשור לאמא, תלוי באהבתה. ועם זאת אמא בעצמה היתה רבת תהפוכות: לעיתים הסיתה נגד אבא, ולעיתים חברה אליו. פעם רצתה לעזוב, ביחד עם דוד. אבא חש בכך והתחנן שיישאר בבית. דוד התנגד, אבל דווקא אמא החליטה במפתיע

להישאר. גם יחסה לדוד עצמו היה נגוע בתהפוכות שונות. לעיתים טיפחה אותו ולעיתים פגעה בו קשה. פעם התפתח לו פצע מכוער על פניו ורצה שהיא תנחם אותו - הבעתה כשהביטה בו וזכורה לו היטב. "בדרך כלל אני טוב מבחוץ ורע מבפנים" הפטיר ביושב "אבל אז גם מבפנים נראיתי מפלצתי". "בסופו של דבר" סיכם "אמא נותנת הרבה, אבל במחיר גבוה".

הסיפור הקשה הזה נפרש לפני במהלך מספר חודשים, כאשר במהלכם הלכו והתרבו ביטויים של אי נחת מן הטיפול כולו. כמה פעמים התלבט אם לעזוב, שהרי ממילא אני לא עוזר בשום דבר. סתם מקשיב, ולכל היותר חוזר שוב ושוב על אותן אמירות נדושות בדבר הקושי לגדול באווירה כזו. לא לזה ציפה. ניסיתי להציע לברר למה כן ציפה. אולי, שיערתי, הוא כמה שאדריך אותו באופן בהיר, מפורט ובטוח - הדרכה כזו שאבא לא נתן לו מעולם... לא רצה להתייחס לפירוש. מבחינתו, אמר אני מאכזב וזהו.

פעם פתח בזעם: "אמרת שאני לא מגלה רגשות! אז אני אדבר על הרגשות שלי כלפיך. אני כועס, מאוכזב, לא מרגיש שאנחנו הולכים לאנשהו!" נזכר שפעם עמד בטרמפיאדה עמוסה למדי, ופתאום עצרתי והצעתי טרמפ. לא עלה, לכאורה משום שמטרת נסיעתי לא היתה זהה לגמרי לשלו. "אבל" הכריז "אם הייתי מרגיש שאנחנו חברים הייתי עולה. אין בינינו קשר, וגם לא יכול להיות".

"למה לא יכול להיות בינינו קשר?", שאלתי.

"אי אפשר. זה כמו מישהו שראה אותי פעם במצב מביך. אחר כך אני מתרחק ממנו" הנימה הרגשית הייתה מאד בולטת. חשתי שמעבר לריחוק שעל פני השטח מתחילה לעלות כמיהה למשהו אחר. אמרתי בזהירות "בעצם אתה אומר, דוד, שדווקא אחרי שאני שומע אותך מספר על מצבים כל כך קשים שאתה נכנס אליהם, אתה לא מסוגל להאמין שארצה להיות קשור אליך". שתק, ואני המשכתי: "מבחינתך, אי אפשר שאכיר אותך כמו שאני מכיר, ואשאר אתך בקשר. ואתה כל כך בטוח בזה שאני אנתק את הקשר, שאתה מנתק אותו בעצמך".

זה היה פתח לנאום נוסף, ארוך וכואב, על מיפלצתיותו. לבסוף סיכם: "מה יש לאהוב בי? את ההיסטוריה הלא מזהירה שלי? אולי זה התפקיד שלך, למרוח - גם סוטים כמוני - כאילו יש בינינו קשר. איזה קשר יכול להיות כאן?"

"דוד" אמרתי "אין לי כוונה למרוח, זה הדבר האחרון שיכול להועיל לך. באמת יש לך פרקים קשים בביוגרפיה שלך, תקרא להם 'סטייה', אם תרצה, אבל למילה 'סטייה' יש מובן - חשבת עליו פעם? מישהו הולך למקום שנראה לו טוב, ואז סוטה מן הדרך ומגיע למקום רע. תחשוב על מה שעשית - היסטייה, כביכול. כל כך הרבה השתוקקות לאהבה יש בך, יחד עם ודאות שאי אפשר לאהוב אותך. אתה רואה איך זה קשור? כמו אדם רעב שגונב אוכל, ככה אתה גונב פירורי מגע מן הילדים האלה, להשביע את הרעב האמיתי שלך לאהבה. נכון, אחרי המעשה אתה חוזר לשפיות וקולט שאי אפשר לגנוב אהבה, רק מגע חיצוני אפשר לגנוב... ואז מגיע הלם של בחילה והאשמה עצמית... אתה מבין? חוסר האמונה שלך בכך שאפשר לאהוב אותך הוא לא תוצאה ממה שעשית. זה הגורם".

שתיקה ארוכה, ואחריה זעם מחודש "אז מה, אתה כן מורח. הפכת אותי ל'צדיק' (ביטא את המילה במלעיל), פשוט כוח האהבה שלי גדול במיוחד", צחק במרירות.

"לא, לא אמרתי שאתה צדיק. מה שעשית לא בא מצדיקות. כל מה שאמרתי זה שצריך להפריד בין החלק הבריא לבין הסטייה. כן, יש בך כוח של השתוקקות לאהבה. הכוח הזה הוא שמפיל

אותך כל פעם. בהחלט בגלל חוסר האמונה שלך בעצמך. אני מציע לנסות להפריד בין השורש הבריא לבין התוצאות הבעייתיות שלו".

אתנחתא תאורטית: השיחה שהבאתי כאן חרוטה בי עד היום, אף על פי שהתקיימה לפני כמה וכמה שנים. היא זכורה לי כפעם הראשונה השתמשתי במודע ברציונל טיפולי חסידי. כיוון החשיבה והניסוח קשורים למושג ה'הבדלה' בין ה'ניצוץ' ל'קליפות', בין ה'אורי' הבריא והטוב ובין ה'ילבושים' המסואבים בהם התלבש.

כדאי להעיר כאן שתי הערות.

ראשית, יש חשיבות עצומה לעיתוי שבו מגיעים למלאכת ה'הבדלה'. תחילת הטיפול היתה 'הכנעה', שמשמעותה כאן היא עצם ההסכמה להגביל את הדחף ההרסני לביטוי מילולי בלבד. גם הגיוני העצמי התקיף שרווח בשיחות הראשונות יש לראות כמין טכניקה (פרימיטיבית ולא יעילה!) של הכנעה, כאילו ניתן להתגבר על דחפים לא רצויים על ידי גינויים הבוטה. לא רציתי להתעמת ישירות עם המנגנונים הללו, לפחות לא בטרם יש בידי להציע צורת התמודדות טובה יותר - כזו המסתמכת על תיקון יותר יסודי.

ניתן לראות את השיחה עם הרב עליה סיפר בראשית הטיפול. כניסיון מוקדם (מדלי) של הבדלה. התובנה אליה הגענו לאחר כמעט שנה של טיפול אינה מכילה, מבחינה פילוסופית, יותר ממה שאמר לו אותו רב: ששורשו הנפשי בריא וטוב והבעיות אינן נוגעות אלא ברובד חיצוני של נפשו (ניתן, אגב, לראות בדברים את עקבות משנתו וניסוחיו של הרב קוק). אולם מבחינה פסיכולוגית קיים הבדל עמוק בין שיחתו של הרב לבין מהלך הטיפול. במשך שנה דוד תאר בפרוטרוט את קשייו, את מעשיו הקשים, את הביוגרפיה הרגשית המורכבת. בעקבות זאת התנסה בוודאות המימאשת שגם אני אטוש אותו לאחר שאראה איזה מפלצת מסתתרת בתוכו... לאחר כל זאת, כאשר שבתי והצעתי את הבחנתו של הרב שוב לא היו הדברים בגדר הנחה שכלתנית-אפריורית, אלא מסקנה מתבקשת משפע רב של עובדות שעלו במהלך חודשים של עבודה רגשית רבת עוצמה. רק בעקבות עבודה זו, ובשלב המסוים ההוא של התפתחות הקשרים שבינינו, התקבל הפירוש כאמירה רגשית שיש לה משמעות לגבי שנינו (ולא כהצהרה פילוסופית כללית או כניתוח יבש של עובדות).

שנית, חשוב לזכור כי ה'הבדלה' היא נושא מורכב בהרבה מן ההבחנה הפשוטה שבין טוב לרע (הבחנה כזו נדרשת, כמובן, לשלב ה'הכנעה'). כפי שראינו, בפסיכולוגיה החסידית הכמיהה הבסיסית היא תמיד לטוב (יתענגו שבכתר), וזו מתפרטת לעשר 'מידות' טובות, וכולן נופלות ב'שירת הכלים' ומתגלגלות ב'מידות רעות'. מטרת ה'הבדלה' היא לברר בדיוק מרבי מהי המידה שאת נפילתה אנו רואים. זכור לי טיפול אחר - מאוחר מזה של דוד - וגם הוא בבחור שנכשל במעשים מגונים בילדים. בתחילה נטיתי לחשוב גם במקרה ההוא שמדובר באדם הכמה לאהבה ואינו מאמין בה. אולם לפירושים שנתתי בכיוון הזה לא היתה שום השפעה, ממש כאילו הרציתי לפניו על נושא פילוסופי כלשהו. רק לאחר זמן הבנתי שמדובר במקרה הפוך: אותו בחור גדל באווירה של אהבה מוחצנת, שאינה מניחה שום מקום לתוקפנות. אהבה כזו (סימביוטית), בלשונה של מאהלר) אינה מאפשרת גדילה אמיתית והיא מותירה את האהוב כילד נצחי. ויניקוט, נוימן ואחרים הרבו לכתוב על התוקפנות הנדרשת לצורך בקיעה מן המעטפת הראשונית של האחדות עם האם. התוקפנות שהצטברה באותו בחור כלפי הוריו, כלפי עצמו כילד וכלפי ה'ילדות' בכלל, מצאה לה ביטוי במעשים של פסאודו-אהבה תוקפנית. בלשון החסידות יש לומר: שורשם של המעשים ההם לא היה בנפילתה של מידת-החסד, אלא של מידת הדין. הפירוש הראשוני

שהצעתי היה, אם כן, פשוט לא נכון. לכן חש שאינו מובן: אני שיערתי שהוא כמה לאהבה ובעצם רצה להשתחרר מאהבה מזיקה וחונקת. סביר שהפירוש השגוי הצטרף למועקה הכללית בה חי: הרי אי אפשר לצאת נגדו (מי יכול לצאת כנגד האהבה? מי מתקומם בגלוי כשמשבחים אותו על מידת האהבה שבלבו?) אבל קבלתו פירושה הכחשה נוספת של זכותו להיות בעל גבולות משלו. רק לאחר שדנו בכך בכנות ואני יכולתי לראות את טעותי יכול הטיפול להמשיך. אגב, גם הטיפול ההוא הסתיים בתחושת שחרור מן הדחף למעשים המגונים, אולם שם היתה גם יתוצאת לוואי - ניתוק תוקפני למדי מן ההורים ומן הערכים עליהם חונך. בלשונו של רוטנברג, הטיפול ההוא נשאר ברמה דיאלקטית ולא הצליח ליצור דיאלוג עם ההורים (לפחות לא בתקופה שנפגשנו). יתכן שלנוכח האפשרות של המשך המצב הקודם מדובר במחיר כדאי, ואפילו לא גבוה. ובכל זאת זהו מחיר!

המשך הטיפול: הייתי שמח לכתוב כאן שהתובנה שהוצעה באותה שיחה היתה הסיום המוצלח של התהליך. למעשה ניתן לראותה כראשיתו של תהליך קשה ומורכב. דוד חזר והעלה קטעים מעברו, כשהוא מנסה לבחון אותם לאור התובנה החדשה. היו נפילות נוספות (בעיקר במישור הפנטיזיה, מה שמהווה בעצמו התקדמות יפה אולם כאב לו בכל זאת - "הרהורי עברה קשים מעברה!") והיו רגעי ייאוש. שוב ושוב חזר להכחיש את הקשר בינינו: "הכל טכני" הצהיר פעם "בשבילך זה עבודה ותו לא". לרגעים שב והסביר לי כמה הוא מפלצתי בעיני עצמו ולא חשוב מה דעתי שלי בנידון.

ועם זאת, למרות כל הנסיגות, הצלחנו להמשיך ולטוות מחדש את ספור חייו, כשעיקר תשומת ליבנו מופנה להבנת אותו חוסר אמון שלו בעצמו וביכולתו להיות אהוב. כפי שקורה לעיתים, ההבנות הללו באו בעקבות אירועים בנאליים לכאורה. פעם אימו התלוננה (שוב) על כך שאף פעם לא עזר לה באמת. פתאום קלט, תוך כדי השיחה, שכל ימיו חי בתחושה שאם רק ידע להסביר לה כראוי את עצמו ואת רגשותיו הרי שבסופו של דבר תלמד להבין את צרכיו. ועוד קלט שזה לא יקרה לעולם, ושעליו לחיות את חייו בלי לצפות להכרה מצידה (כלפי חוץ אמר לה רק: "טוב, אז את בסדר ואני לא בסדר, השאלה היא - מה עושים עם זה?") החל לכעוס רטרואקטיבית על אירועים שונים מעברו. נזכר באירועים מגיל הגן. פעם עשו לו מסיבת יום הולדת והוא התבייש לשיר 'אמא יקרה לי' - היא נעלבה, ועוד שנים אחר כך היתה מזכירה לו בכעס רב את האירוע, עד שלעיתים סירבה לבוא למסיבות שלו בבית הספר... פתאום קלט עם איזו תובענות רגשית נאלץ להתמודד.

בחלום אחד שהביא (לפי רשימותי, מדובר בחלום היחיד שהביא בטיפול כולו) היה מנסה לירות והנשק לא יורה. בשיחה אמר שאוהב להשתתף במטווחים כי זה 'גברי'. "האם", שאלתי שאלה בנאלית, "החוויה בחלום היא שאתה לא גבר?" הסכים, ועבר לתאר את תחושותיו לגבי אבא: פתאום הלמה בו ההבנה עד כמה חש קרוב לאביו, עד כמה כאב את האימפוטנטיות שלו מול אמא, כמה פחד להיות כמוהו... כן, אבא באמת השליט את רצונותיו וגחמותיו בבית, אבל עשה זאת כמו ילד תובעני ולא כמו גבר בוגר. הקשר בין תחושות אלו למעשים שנעשו נראה בהיר ושקוף.

כל הרגשות הללו עלו כשהם מלווים בחוויה עזה של "איזה החמצה של חיים, של הורי וגם שלי. זה לא היה צריך להיות ככה, וזה לא חייב להימשך ככה!"
במקביל החל גם ההווה להשתנות. הדחף המיני כלפי ילדים הלך ופחת, ובשלב מסויים זנח גם את עיסוקו האקדמי. דוד רכש מקצוע כטכנאי רכב, ולאחר תקופה החל לעסוק במקצועו (במקביל

למשרה חלקית כמורה). בשלב מסויים החל לצאת עם נערות (בנות גילו), וזמן מה לאחר סיום הפגישות בינינו נשא אחת מהן לאישה.

את הטיפול עזב בתחושה של הישג, ונראה שאכן היה הישג. פגשתי אותו לאחרונה, לאחר מספר שנים. נישואיו יציבים וטובים, וינפילותי כואבות לא היו מאז ועד היום.

סוף דבר: תאור הטיפול בדוד מחייב התייחסות לאחד הנושאים המרכזיים בתיאוריה הפסיכודינמית, ה'העברה הנגדית' (countertransference). כידוע, כבר פרויד עמד על כך שמטפל אינו באמת 'לוח חלקי' הפנוי כולו להשלכותיו של המטופל. המטפל הוא אדם בעל עמדות ודעות, ואי אפשר שסיפורו של המטופל לא יעשה בו רושם ויעורר בו תגובה רגשית.

פרויד, אמנם, החזיק בדעה שלפחות כאידיאל אמור המטפל לשאוף לאובייקטיביות מלאה, ובהתרחקו יותר על המידה מן האידיאל הזה חייב המטפל לחזור בעצמו לטיפול. הוגים מאוחרים יותר פיתחו מערכות מושגים מורכבות כמו 'השלכה הזדהותית', המונח שהציעה מלאני קליין והועמק ע"י ביון (בוט-ספיליוס, 2001), או 'תגובת התפקיד' של סאנדלר (Sandler, 76) המאפשרות לזהות ממד נוסף, יותר חיובי, בתגובתו הרגשית של המטפל למטופל. לפי הגישות האלו המטופל מעביר, כביכול, אל המטפל משהו מן הדילמות הרגשיות שלו, וגורם למטפל לחוש אותו, במידה מסוימת, כאילו היו שלו. יוצא שתגובתו הרגשית של המטפל לסיפוריו של המטופל יכולה להיות מקור רב ערך להבנת עולמו הרגשי של המטופל עצמו. כלל זה נכון גם לגבי תגובות שליליות, ואולי הוא נכון בעיקר לגבי תגובות כאלו. למשל: תחושת דחייה שחש המטפל כלפי חלקים מסיפורו של המטופל (או ביתר חריפות - כלפי מכלול אישיותו) יכולה להיות השתקפות של רגש דחייה עצמית שחש המטופל בתוך תוכו. אם המטפל ער לרגש הזה ולא מכחיש אותו, הוא עשוי להיות כלי רב ערך דווקא לחיבור הרגשי האפשרי בין השניים!

החסידות, כמדומה, מציעה בהקשר הזה מושג עוד יותר דיאלוגי: 'התכללות'. פירושו של דבר שכל אחד מאתנו כולל בתוכו, לפחות בפוטנציה, את כל האפשרויות של התפתחות נפשית, הבריאות והמעוותות. ניתן לומר, לפי זה, שבכל פעם ששני אנשים נמצאים ביחסים כלשהם הרי בעצם קיימים שם ארבעה אנשים: אם הם ראובן ושמעון, ניתן לדבר על ראובן עצמו (ראובן שבראובן) ועל דמותו של שמעון שהיתה גנוזה בראובן כאופציה קיומית, ושגדלה והתפתחה בעקבות הקשר שביניהם (שמעון שבראובן). באותה דרך ניתן לדבר על שמעון שבשמעון וראובן שבשמעון. בהתאם לתפיסה המקובלת אצל חלק מהוגי אסכולת 'יחסי אובייקט' יתכן שניתן לדבר על דמויות אלו כעל דימויים פנימיים מפותחים יחסית של הזולת, אשר בלעדיהם לא יתכן ליצור עמו קשר כלשהו. באופן כזה אין משמעות לדיבור על מישהו מן השניים כילוח חלקי בשום מובן של הביטוי. אני נשאר תמיד מה שאני, אלא שהקשר עם המטופל - כמו כל קשר שבעולם - מפתח בתוכי מעין דמות מקבילה לו. דמות זו היא עכשיו חלק ממני, ואני נאלץ להתמודד עמה, עם קשייה ולבטיה, שאם לא כן היא תהפוך לפצע מכאיב בתוכי, למקור בלתי נסבל של חוסר הרמוניה. נכון שביכולתי לדחות את הדמות הזו - להתעלם ממנה, לשנוא אותה (מה שמתבטא בדחיית האדם הנדון, בהתעלמות ממנו או בשנאתו). אבל משמעות הדבר (כפי שקובע היצמח צדק!) אינה אלא קטיעה של איבר נפשי מתוכי. אני עצמי נשאר כבעל מום.

לא היה לי קל לקבל את דוד. הינפילותי עליהן סיפר עוררו בי בהתחלה תחושה לא קלה (כפי שעוררו בו עצמו!). היה עלי לעמול כדי להפריד בין היקליפותי ליניצוץ' ולהתחבר למכלול אישיותו, לראות את הטוב שמאחורי הרע, את הכאב, את ההשתקקות לאהבה. כך זכיתי להכיר אדם, ולא את הסטראוטיפ שהוא עצמו ניסה להציג לפני בהתחלה. רק משעברתי את התהליך בתוך עצמי

יכולתי לשתף את דוד בפרותיו. רק הבירור הפנימי שעברתי בתוכי תוך כדי הטיפול אפשר לי לחוש קשור אליו, ולעזור לו ללמוד לאהוב את עצמו. יתכן שתהליך זה הוא אחד מיסודות הטיפול הפסיכולוגי.

רעות

רעות לא התקשרה בעצמה. בפגישה, אותה קבע עבורה בעלה, הסבירה שלא הצליחה לאזור אומץ ולהתקשר. ודאי, אמרה, הדבר קשור לבעיה התמידית שלה, חוסר בטחון כללי. סך הכל רעות תפקדה היטב: מורה, נשואה ואם לשניים. המשפחה חיה באחד מיישובי השומרון, והיתה משולבת היטב מבחינה חברתית.

.. אלא שבתוך הלב רבצה תמיד מועקה שאין לה פתרון. כל אינטראקציה חברתית מותירה אותה בתחושה של "שוב לא הייתי בסדר". תמיד חשה נבוכה, טיפשה, אשמה על משהו שאינה יודעת מהו. מבחוץ רואים אותה כאישה צעירה ונאה, עלیזה ותברותית, אבל רק היא ובעלה יודעים כמה שהיא עצבנית וחרדה, וכמה היא מרבה לבכות בלי סיבה.

האם היא יכולה לספר משהו על תולדותיה? "לא משהו מיוחד" היא קובעת, ומתחילה לספר סיפור מדהים למדי. ילידת הולנד, בת לאבא יהודי דתי ואמא הולנדית שהתגיירה למענו. הזיווג לא עלה יפה. רעות זוכרת את עצמה מאזינה מדי ערב לקולות הבוקעים מתדר ההורים: צעקות וקללות, חפצים מוטחים בקיר. בבוקר הכל היה נראה כתיקונו, ההצגה חייבת להימשך, "אמא מאד אהבה אותנו" ספרה. אמא השקיעה, לקחה את רעות ואחיה הצעיר לטיולים בסביבה, חינכה אותם לטבעונות (שבה האמינה) ולמצוות הדת (שבהן האמין בעלה). אבא, לעומת זאת היה טרוד בענייניו והרבה להעדר מן הבית. כך המשיכו הדברים להתנהל עד שבערך בגיל 10 ההורים התגרשו.

"איך קיבלת את זה?" שאלתי.

"לא ידעתי" אמרה (בקול שנשמע לי רגוע להפליא, לנוכח תוכן הדברים). "לא ידעת?!!!" (המבוכה שבקולי נשמעה היטב) "איך לא יודעים דבר כזה?" לימים אמרה לי שאותה תדהמה ששמעה בקולי היתה ראשיתו של התהליך הטיפולי. תגובתי (שעלי להודות שלא היתה שקולה ומתוכננת) נתנה לה פתאום תחושה שיש בסיפור הזה משהו 'מופרע', כפי שהגדירה זאת לאחר זמן.

ובכל זאת, איך לא ידעה? מסתבר שממילא אמא היתה טסה להולנד מדי פעם. בגיל 10 נסעה כהרגלה, בלי לרמוז שאין בכוונתה לחזור. רעות המשיכה לחכות לה. קרוב לשנתיים היתה משוכנעת שאמא תחזור מתי שהוא. רק לאחר שנים העזה לשאול את אמא מדוע לא סיפרה, ולקבל את התשובה "אבא לא הרשה לי".

עד כמה שהיא זוכרת, אלו היו השנתיים היפות בחייה. אבא הקדיש לילדיו זמן רב יחסית, רעות לקחה על עצמה את תפקיד האם: טיפלה היטב באחיה הקטן ושמרה על חזונו הנעימה של הבית. גם בלימודים הצטיינה. אמנם התגעגעה לאמא, אולם אמא - כך היתה משוכנעת - אמורה היתה לחזור... האידיליה נמשכה עד שאבא התחתן.

מכאן הסיפור נשמע כמהדורה של 'סינדרלה'. חפציבה - אשתו של אבא - התגלתה כאם חורגת כמו באגדות האחים גרים. היתה לה ילדה משלה, גדולה קצת מרעות, ותיאורי האפליה ביניהן נשמעים כלקוחים מעולם אחר. רעות זוכרת את עצמה חוזרת מבית הספר ומוצאת במקרר שתי ארוחות עם פתקים. על הגדולה שביניהן היה מצוין שמה של האחות החורגת, ואילו על הקטנה שמה שלה... רעות זוכרת את עצמה רעבה ממש, יורדת לתת משקל בלי שמישהו ישים לב לרזונה המזעזע.

הקלת מה באה כאשר נכנסה (לבקשתה) לפנימייה לבנות. שם, לפחות זכתה ליחס שונה ולטיפול הולם. שם העריכו אותה על הישגיה הלימודיים ועל טוב ליבה שהפך אותה למשענת ומקור תמיכה

לחלק מן הבנות. היא היתה 'טובה', והשקיעה בכך את כל מאמציה. בפנימייה העריכו אותה על כך אולם בבית עדיין לא התקבלה בהערכה: כשהייתה חוזרת לשבת היתה מזדרזת לנקות את הבית כולו (מחלה, אגב, לא היתה סיבה לפטור מן הניקוי) ומתאמצת למצוא חן בכל דרך. ובכל זאת, כשלא היתה מצליחה לעמוד בציפיות היתה חפציבה מטיחה בה, שוב ושוב, שהיא "מרשעת בעור של צדקת".

המצב לא השתנה עם הנישואין. הניכור המוחלט מצד חפציבה, ובמידת מה גם מצד אבא, המשיכו לכתוש אותה מבחינה נפשית. היא המשיכה להיות טובה ולתפקד היטב, בעיקר משום שזו היתה צורת החיים היחידה שהכירה. בעלה, רונו, תמך בה בכל מאודו אבל גם הוא חסר אונים למול עוצמות הייאוש שבקעו ממנה. מתוך כך הגיעו אלי.

כדרכם של טיפולים, הסיפור המסופר כאן נפרש לפני במקוטע, פרט אחר פרט, לאורך תקופה לא קצרה. עיקרו סופר כבר בשתי הפגישות הראשונות, באותו טון חביב שאפיין אותה אז. רק בהדרגה הופיעו פרטים נוספים, וגם צורת הביטוי הפכה יותר רגשית, כואבת וכעושה. פעם סיפרה כיצד ביקשה מאביה לשוחח על "מצב היחסים בבית", וכיצד הפכה השיחה למעין טרוף: אבא, אדום מזעם, עשה הצגה של כריעה על ברכיו תוך צעקות "את רוצה התנצלות! אז הנה!", כאשר חפציבה חוזרת ברקע על הפזמון "אמרתי שהיא מרשעת בעור של צדקת...". בשיחה שאחר כך שתקה, ולבסוף אמרה: "היה לי קשה בפגישה שעברה. אין מה לעשות, אני עדיין זקוקה לפידבק מאבא, אולי אפילו מחפציבה. מיד גלשה לתיאורו של אחיה, גיא. רעות היתה, כזכור, הטובה. גיא תפס את מקום 'הרעי': תלמיד גרוע, מרדן, שלא עשה שום ניסיון לרצות את חפציבה או את אביו. שלא במפתיע השיל את כיפתו בצבא. מאז השחרור הוא מתקשה למצוא את עצמו במקום כלשהו, מטייל במקומות שונים בעולם ובעצם חש עצמו עזוב וחסר בסיס. משוטט בלי מנוח. "נדמה לי" אמרתי "שמעמדו של ידידה במשפחה היה עבורך תזכורת למה שצפוי לך אם לא תשתדלי מספיק...". "כן" אמרה "ואינני יודעת מי שילם מחיר יותר גבוה".

לאט לאט החלה לבצבץ בשיחות נימה של ייאוש. "שום דבר לא ישתנה" בכתה פעם "בשביל מה לבוא? משהו בי מושחת עד היסוד. הרי כל כך טוב לי - בעל אוהב, ילדים נפלאים... ושום דבר מזה לא נכנס פנימה". מסתבר ששנים היתה מקפידה, בכל יום כיפור, להתחרט בליבה על כל הצער שהיא גורמת לחפציבה. "מדהים" חשבתי לעצמי, "בסוף עוד רעות היא האשמה בכל!". לא ידעתי מה מסתתר מאחורי האשמה עצמית כל כך אבסורדית, שיערתי שעולה כאן תחושה של דיכאון, הקשורה לזעם נורא שלא מצא ביטוי.

הזעם באמת החל לעלות, יותר ויותר בבהירות. בתחילה כולו כוון כלפי חפציבה, בשורה של סיפורים שהותירו אותי פעור פה. אמא, לעומת זאת, נותרה תקופה מסוימת כדמות אידיאלית שרעות היתה נזכרת בערגה ברגעים היפים של טיוליהם המשותפים, בבישולים הטבעוניים המופלאים של פעם (אם כי הדגישה שאמא של היום שונה לגמרי: בזעזוע ספרה לי שכשביקרה אותה בהולנד לאחרונה ראתה אותה מוציא מהמקרר נתח בשר חזיר ואוכלת אותו בתאוותנות, המחזה היה כל כך שונה מאמא הזכורה שלה, שרעות התבלבלה לגמרי. במצוקתה התיישבה בצד והחלה לסרוג כיפה...). בהדרגה החלה תמונתה האידיאלית על אמא להיסדק. נזכרה בפעם היחידה שהצליחו לשוחח על הנטישה. אמא בכתה ואמרה לה "לא היתה לי ברירה, זה היה לעזוב או להתאבד". רעות סיפרה את הסיפור בקול חנוק מדמעות: "זה היה היא או אני" אמרה "והיא בחרה בעצמה". "אם היא דואגת לי כל כך", שאלה פעם אחרת, "איך זה שהיא לא מגיעה לבקר? למה היא לא מתעניינת?" תשובה גרוטסקית משהו לשאלה הזו קיבלה במכתב, נדיר למדי, שהגיע

מן האם (שהחלה בינתיים להתעניין באסטרולוגיה): "נכון שאני לא מתקשרת הרבה, אבל לא משום שאושרך לא חשוב לי. אני מתעזכות במצבך דרך מפת הכוכבים שלך". נדמה שלי שמימי לא שמעתי הגדרה מזעזעת יותר לניתוק רגשי: המעקב אחרי דמותה האסטרולוגית של בתה נראה לאמא כתחליף ראוי לקשר אנושי על האדמה. הזעם כלפי אמא הלך ונעשה ברור יותר. פעם שוחחו בטלפון ואמא אמרה לה "אי אפשר להסביר הכל בטלפון", ורעות ענתה בזעם "אז תסבירי לי בעוד עשרים שנה כשניפגש...". כשספרה לי זאת פרצה בבכי: "אבי ואמי עזבוני וה' יאספני... אני מרגישה שלפני 1000 שנה היו לי הורים ומאז רק בור עמוק, חשוך, שאין בו אף פרצוף. רק קולות... הקול של אבא שלי שמדבר סתם דיבורים בלי קשר, כשברקע חפציבה שופכת את הרעל שלה..."

כך עברה שנה של טיפול. לאחר כשנה הביאה לראשונה חלום: "אנחנו נוסעים במכונית, רון נוהג. הדרך עוברת בבטן הר. חשוך מסביבי". מאוחר יותר באותו לילה חלמה: "אני יושבת אתך בטיפול על הדשא בבית שלי. אני חייבת להבין איזו נקודה חשובה". נראה לי שהחלום בישר את הדרך שהיה עלינו לעבור. ציפתה לנו דרך ארוכה בבטן האדמה, בחושך כבד, כמעט ארבע שנים נוספות.

כלפי חוץ הוסיף הטיפול להתנהל כסדרו. דנו באירועים שונים בחייה, ובתגובתה הרגשית כלפיהם. עברנו ביחד את חתונתו של אחיה ואת זו של אחותה החורגת, ואינספור מפגשים טלפוניים אחרים עם חפציבה ומשפחתה, עם דמויות מן העבר ומן ההווה. אירועים כאלו היו מעלים בעוצמה רבה תחושות וזיכרונות מן העבר, ובדרך כלל נטו להעמיק את הייאוש שהלך והעמיק. בכל אלה אמעט מאד לעסוק שכן ברצוני להתמקד בחוויה הזכאונית הקשה כשלעצמה, ולצורך זה יש בידי תיעוד מרשים: שורה ארוכה של מכתבים שנהגה לכתוב לי בין פגישה לפגישה. לעיתים קרובות היתה מפקידה אותם בידי בראשית השיחה, יושבת דמומה בעת שקראתי בהם, ולא פעם התמקדה השיחה בתוכן המכתב.

ברצוני להביא מבחר ציטוטים מן המכתבים האלה. הראשונים הם מן השנה השניה לטיפול (כלומר, לא מן השלב העמוק ביותר של הדיכאון).

"הכל שחור. העתיד מעסיק אותי מאד בעוד שלהווה אין כמעט משמעות... (והיא משווה את העבר להווה ומסכמת) אולי (היום) רע פחות, אובדני פחות במישור מסויים, אבל הנפש שלי מסרבת להצטרף לטוב... (ו)אני אפילו לא יכולה להתרכז בטיפול, כי אין מישור אחד והכל מעורבב, עמוק בטובעני, ביצתי סמיך וללא מוצא. פעם ההווה, פעם העבר ופעם העתיד. אין שום יכולת הפרדה".

"אחת התחושות-המפחידות היא, שאם אצא מן המשבר מה אהיה בעצם? הכל הרי כל כך השתנה, מה יישאר ממני? איזו דמות ואילו תכונות הן אכן אני? מן תחושה אדירה של חוסר היכרות עצמית, וזה מייאש מאוד... האם אחזור אי פעם להיות נחמדה, חביבה, פשוטה? יותר גרוע מזה: כנראה שאף פעם לא הייתי באמת נחמדה וטובה. הכל היה חיצוני ולא אמיתי. ערפלי".

"הפגישה היום נגעה עמוק, ואולי יש רצון להישאר שם, בקפיצה הזו לעבר, 15 שנים אחורה. קפיצה כואבת, חודרת, אך הכרחית, כשברוחי אני עדיין שם (כשאני כותבת זאת הזמעות מציפות). מה היה שם בעצם? הרבה הרבה כמיהה וגעגוע למחר טוב יותר, לחיבוק, לתמיכה, וגם הישרדות נואשת. תכופות בקשתי לא להיות, אבל דווקא הייתי והייתי חזק. השינה הטובה, המרגיעה, אבדה לי כבר אז... כן 15 שנים לאחור. אתה מבין, אני נמצאת שם באותו אוסף קירות,

חלונות, דלתות, גיבוב רהיטים וניקיון אינסופי מלא דמעות לפי דרישות לא הגיוניות. זה היה אמור להיות איזשהו בית, אך הוא לא היה. היה רע נורא... בחירוק שיניים להוסיף לשרוד, ללמוד, להוציא ציונים טובים ולהמשיך לדמיין מחר טוב יותר. הרגשתי כמו ג'וק. ג'וק שתולה כביסה, ג'וק שלא מדבר, ג'וק שצריך להכין כל שבוע מה שנקרא בית לשבת וג'וק שאסור לו לאכול פרוסת עוגה מיותרת (בגלל שהוא רעב) כי מיד ינזפו בו. הזנתי את הדמיון בבגדים של חברות, באמהות של חברות, באוכל של חברות, בבית של חברות, עד ששכנעתי את עצמי שחפציבה זו אמא שלי. מטורפת, משוגעת, נאיבית על כל הראש, ובתוך כל זה אבא שלי מתחמק, מחליף צבעים, אין אבא אין אמא..."

המכתב הבא נשמע כבר מעמקי הדיכאון:

"אני לא אשתנה, אני גרועה מכדי להשתנות. מי שטוב לו יכול להשתנות... פעם הייתי טובה. נגמר לי, עד כדי כך שאיני מסוגלת להיות טובה לעצמי. על כך מגיע עונש מוות".

"אלפי שמות ניתן לתת לזה - מוגלה, הצטברות, הצפה, משהו שהוזנח, תת מודע - אבל לעזאזל, הבן אדם רוצה ליהנות מהחיים, לא? וזה לא הולך. הרבה שנים דבקתי במטרה לחיות את התורה, לעלות הלאה, ללמוד עוד ועוד ובכך להיות מאושרת... האכזבה קשה מנשא. הבקעתי כבר את הקליפה החיצונית של החיים וכבר הכל מתפורר, הכל מלא בעפר ולנבירה העצמית אין סוף. הכל עמוק, כההום שחורה ופעורה. השאיפה לפשטות החיים מכאיבה, ביודעי שלעולם לא תהיה יותר פשטות. החיים ארוכים הם, מלאי שנאה, קנאה וזעם. מלאי שעמום ואוזלת יד, חרדות וחוסר אוניס. מכאן הרצון להפסיקם. מלאת חמלה אני על הילדים שלי".

ועוד ביטוי מדהים בעוצמתו לחוויית הרוע שהציפה אותה: "כבד לי מאד, שדים מתרוצצים במוחי, בנשמת, ואינם נותנים לי מנוח... ערב שלם עסקתי בדמיונות, איך אני יורקת על חפציבה וייחלתי ליום בו תמות ואבי יישאר... תכננתי איך אטמין פתק - מכתב - אולי עמודים שלמים מלאי שנאה ונקמה בקבר שלה... הבור עמוק ומפחיד, ואני מרגישה שכל מה שאני עושה כרגע זה לברוח מהנפילה לבור הזה... ומה יש בבור? הרבה שדים, כמובן, וחושך וניכור ובדידות, מרירות ונקמה. והרבה בגידה...".

עולם שכולו בור אפל, בלי הבהוב קל של טוב. רק רוע, שנאה, עצבות וריק. כך חוותה את עצמה ואת הסובבים אותה.

נושא מרכזי בשיחות היה שאלת אמיתות זיכרונותיה. לעיתים קרובות הטילה ספק בממשותם: "אולי זה רק אני" טענה שוב ושוב "אולי חפציבה לא היתה כל כך רעה, ואני סתם מדמיינת". הספק הזה היה מקור לעינוי נוסף, אולי הקשה מכל: "לא די שאני סובלת, אלא שאולי אני עצמי המקור לסבל. אולי כולם באמת היו טובים כפי שטענו, ורק האופי המושחת שלי עצמי גרם לי לראות אותם כפי שראיתי!" "תמיד אמרו לי שאני מגזימה" כתבה באחד ממכתביה "חלק גדול מהכאב זה משהו שאני אומרת לעצמי: זו את. בכינית ולוקחת את החיים נורא קשה". ומאידך גיסא, במכתבים אחרים עלתה התקוממות נוראית כנגד הכורח הפנימי להטיל ספק בעצמה: "חפציבה היא גזלנית אהבה, גזלנית של כוחות חיים... היא מנעה ממני אור וחום, גם מאבא שלי וגם מאמא שלי, כי הוכרחתי לשקר והוכרחתי להתאים את עצמי לבור האפל שלה, ואותו בור ממשיך להחשיך את חיי" (הדגשה שלי, ב.כ.).

היכן הייתי אני, בתוך כך הסערה? קודם כל, חשתי באמת בתוך תוכה של הסערה. אני זוכר את עצמי מלא דאגה בין פגישה לפגישה, מצפה כל פעם בדריכות לפגישה הקרובה לראות מה יהיה

מצב רוחה הפעם. רשימותי מאז מתחילות, ברוב המקרים, בציונים כמו "יותר טוב", "טיפ טיפה התקדמות" "נפילה" וכיוצ"ב. השתדלתי בכל כוחי לעמוד מול ההצפה, לעודד ולא רק לפרש. עבדנו רבות על הבנת המציאות, בעבר ובהווה. נגענו באירועים שונים בחייה מתוך ניסיון לרדת לפרטי הפרטים: מה זכור לה שארע בכל שלב, מה הרגישה, איך הגיבה, איך היה אפשר להגיב. ומתוך כך לשאלות הכלליות יותר: האם היה מקום לביקורת עצמית נוראה כל כך? האם אפשר להטיל עליה, בכזו פשטות אכזרית, את כל כובד האחריות למה שקרה? האם יתכן שכל עברה הקשה לא היה אלא המצאה דמיונית של אישיות לקויה ומושחתת? רעות יכלה להבין בשכלה את מורכבות המציאות בה חיה, ואת הפשטות השקרית שבהאשמה העצמית הגורפת, אולם עולמה הרגשי נותר הרסני ואפל כשהיה. ניסינו להבין את מקורותיה של אותה האשמה עצמית, ולהבדיל בינה לבין הצד הבריא שבה, הכמה לחיים ולאוושר. קראנו לקולות המאשימים: "קולה של חפציבה", וניסינו להבחין בינם לבין קולה האוטנטי של רעות עצמה. פעם השתמשתי במכוון במשל הקרוב לעולמה הרוחני: "הרב קוק" אמרתי "היה מרבה לדבר על העיוותים הנפשיים שנשפגו בעם ישראל במהלך שנותיו המרות בגלות, והדגיש כי שנים רבות יעברו בטרם ילמד להפריד בין קולה של רוחו הפנימית, המקורית, לבין קולם של העיוותים האלה. האם לא עברת גם את גלות מזעזעת כזו?"

דברים כאלו נגעו בה, במידת מה. הם נתנו לה כלי מסויים שבעזרתו יכלה "ללמד זכות על עצמה" (כלשונה). מן הסתם האכפתיות, או האמפטיה, שבה נאמרו תרמה גם היא את שלה - שכן במובן מסויים אין המשל הזה אומר אלא - "אני מודע היטב לעוצמת סבלך ומאמין בעוצמה הפנימית הגנוזה בך, שסופה להתגבר על כל האפלה שבה את שרויה כרגע". ובכל זאת חשנו שנינו חסרי אונים למול ההצפה הרגשית עצמה. כאילו גל של כאב, שהיה כלוא בתוכה שנים רבות, פרץ ממנה והציף את כל עולמה. המצב הזה השתקף, בין היתר, בעולמה החברתי: חברות לא מעטות מן הישוב דאגו לה, אולם היא חוותה את דאגתן כצדקנות מזויפת. חלקן, כך חשה, הציגו למולה דמות מכאיבה ורודפנית של העצמי האידיאלי שאליה ניסתה להידמות כל חייה. הן המשיכו להיות הטובות לעד, המוסריות, הערכיות ללא רבב. מבחינתה הן המשיכו לעטות את אותה מסיכה שקרסה אצלה בייסורים כה קשים.

גם אותי חוותה באופנים שונים, מנוגדים לעיתים: "ראיתי את האכזבה על הפנים שלך, אכזבה ממני" כתבה פעם. "אולי אני כבר מאמינה לך שאתה מבין, בכל אופן יותר משהאמנתי בעבר" שרבוטה בשולי מכתב אחר, שבו הפליאה לתאר את כאבה. לעיתים תקפה אותי ואת הטיפול, אולם תמיד עיקר התוקפנות מכון כלפי עצמה: "אם הייתי יודעת מה זה טיפול, לא היית נכנסת להרפתקה הסופנית הזו... הנה, הלכתי לטיפול. האם יכולתי להשקיע יותר? נתתי כל מה שיש לי. איפה התוצאות?... את הריקבון אני חשה היטב בתוכי. איפה הצמיחה המובטחת? כנראה בי האשם. איני ראויה. ובגלל שאיני ראויה, איני מרגישה את השותפות שלך. איני חשה בך". ובאופן יותר ברור, במכתב אחר: "אתה אומר שאתה איתי, אבל אתה בכלל לא איתי. כבר זמן ארוך שאני מרגישה כל כך רע, ואין לך שום פתרונות... 5 שנים של תיאוריות ואני לא רואה שום התקדמות. רק נסיגה... בינתיים 30 שנות חיים של בנין וסבל. ואתה לא נמצא שם" (הדגשה שלה).

בשלב מסויים עלתה אפשרות של טיפול תרופתי. רעות נפגשה, בעידודי, עם פסיכיאטרית ידועה למדי שהחליטה שבינתיים אין צורך בכדורים. מעבר להחלטה (הדי מפתיעה, לדעתני) הזו היא הציעה לה פסיכותרפיה, כלומר - שיחות. רעות רתחה: "טיפול בשיחות יש לי, ואני לא מעונינת להחליף!" בפגישה הבאה הביאה חלום המתייחס ישירות לקשר בינינו:

"אנחנו, אתה ואני, יושבים בחדר שלך. הוא צבעוני, מלא משחקים, מאד יפה. השולחן בינינו הופך לשולחן עבודה ופיסול בחימר. יש לך כמות ענקית של חימר, ואתה מפסל חנוכייה. אני מבקשת פיסה קטנה של חומר וככה, בלי לעבוד יותר מדי, יוצא לי נשר. אני ממש זוכרת את הפרטים....

... בכל החלום הנוכחות שלך חזקה מאד אצלי. יש הרבה געגועים שלי אליך, אני מרגישה ביטחון כשאתה נמצא".

תמונה נוספת מהחלום - "אני בבית שלך, עם אישתך במטבח. אנחנו משוחחות כמו ידידות ותיקות. מוזר. היא מאד חרוצה, ואני מתפלאה מהחריצות שלה, למרות שהיא בהריון. היא מספרת לי על היצירות שלה לפסנתר...

... התחושה היתה, כשקמתי, חלום שנמוג. חלום שלא יתגשם. אני חושבת, אולי זה הגעגוע לבטחון, לשלווה, שאני יודעת שלא יבוא".

שמחתי על החלום, שכן נראה בו שמתחת לייאוש ולזעם מתחילות להצטבר חוויות טובות יותר, הקשורות בחלקן לטיפול. דווקא בחדרי היא מצליחה ליצור דבר מה משלה, נשר פורש כנפיים! יותר מזה. מן החלק השני של החלום עולה שהיא מתחילה להשתמש בי כ'דמות הורית מיטיבה'. ולצורך זה היא יצרה לה דמות של אשתי כדמות אימהית מן הסוג שהיתה רוצה בה (דומה קצת לאמא שלה, אני סבור, אבל יותר יציבה ונוכחת).

אכן ניצני שיפור... אולם ניצנים בלבד. עולמה הרגשי של רעות הוסיף להיות קשה, מלא בשנאה עצמית וביאוש (באופן טבעי, נושא הטיפול התרופתי העלה בה עכשיו רתיעה, וכשניסיתי לרמוז בכיוון חשה שאני נוטש אותה מבחינה רגשית).

זמן לא רב לאחר החלום הזה הגענו לאחת מנקודות השפל היותר עמוקות של הטיפול. רעות עברה (שוב) שיחה קשה עם חפציבה, ואחר כך שיחה איתי שבה חוותה אותי כלא קשוב, טרוד בענייני ולא רגיש לצרכיה. בשיחה שלאחר מכן הביאה את החלום הבא:

"אני בפגישה עם ברוך, וכל הזמן יש טלפונים באמצע. ברוך יוצא החוצה, ואני מבקשת שהפגישה תתארך כי הוא היה איתי. אני ממש בוכה, איך אצליח להמשיך אחרי הפגישה? כל הזמן היתה הפסקה.

אני מרגישה אבודה. נפגשת עם חברה שלי שהתארסה, והיא משכנעת אותי לבוא להורים שלה ... כל המשפחה המורחבת נמצאת שם ואני לא מסוגלת להיכנס. החברה מנסה לשכנע אותי, ובכלל לא מבינה. בסוף היא גם כועסת עלי מאד שלא הסכמתי להיכנס. בדידות איומה.

את הרכב החניתי ליד הבית של ההורים שלה, וחנינו בין המון מכוניות. בסוף אני מוצאת אותו, ובפנים יושבים אבא שלי וחפציבה, ויש להם מבט קשה וחד בעיניים... אני משתתקת, ובחלום אני מבינה שעשיתי טעות כי לקחתי את הרכב אחרי שחפציבה ואני נסענו לאיזה מקום, וחפציבה נשארה בלי הרכב. הם לא מדברים אלי, רק שולחים בי מבטים איומים. חפציבה יושבת ליד ההגה ומנסה להיחלץ מהחניה הצפופה. היתה לי גם הקלה מסוימת שהיא הוציאה את האוטו ולא אני. אני מלאה רגשי אשמה".

חלום קשה. החלק הראשון ברור למדי: חוסר האמפטיה שלי, הצורך להיכנס לחדר פנימי מלא אנשים שמפחידים אותה ואין לה יכולת להתמודד עימם. אבל קשה יותר דווקא החלק השני. חפציבה נוהגת באוטו שלה, ויותר מזה: לא לגמרי ברור של מי האוטו באמת, לא ברור שהוא

באמת שלה ושזכותה לעשות בו כרצונה. סמל לאי יכולתה לשלוט בחייה, בגורלה, ובמעבר לכך - איך בכלל אפשר לחיות מול המבטים המאשימים האלה?
אי אפשר. באותו ערב קיבלתי טלפון בהול מרונון. רעות לקחה כדורי שינה, מנה מופרזת. היא בבית חולים לשטיפת קיבה.

תחתית הבור.

"רעות" אמרתי לה בפגישה לאחר שחרור מבית החולים "הגענו לפרשת דרכים. כל חיך נתת לחפציבה לנהוג באוטו, ועכשיו היא עשתה בו תאונה קשה. אין ברירה, את חייבת להחזיר לעצמך את ההגה".

"הכל נשמע קל בפה שלך" התפרצה "מילים!" "מילים!" איך בכלל אחזור עכשיו לשוב? איך יראו אותי כולם?"

מסתבר שדווקא הפחד הספציפי הזה היה מוגזם. אף אחד בישוב לא ידע על מה שקרה. בעייתה האמיתית לא היתה ההתמודדות עם מבטיהם של חברי הישוב, אלא עם אותם מבטים מענים של חפציבה ואבא שהופיעו בחלום עצמו. מאלה אי אפשר לברוח וחייבים לעמוד בפניהם, אבל איך? שינוי אחד חשוב החל עם הטיפול התרופתי שהחלה בו בביה"ח. הוא עבד כדרך שעובדים טיפולים כאלו: חלק מכוחותיה חזר אליה, ויכולת התפקוד השתפרה. כלפי חוץ נראה שמהו מעוצמתו האפלה של הדיכאון הלך ופחת, אולם בתוך תוכה המשיכו התכנים הקשים לפעפע, ובמובן מסויים הלכו והעמיקו. אחדים מן המכתבים הקשים ביותר שבידי נכתבו דווקא לאחר תחילת הטיפול התרופתי. תלונה אחת חזרה בפיה שוב ושוב: "אז שוב אני מתפקדת. נפלא! חזרתי למה שהיה. הילדה הטובה שוב שומרת הכל בבטן".

במקביל לכך המשכנו בעבודת הפרדה בין 'קולה של חפציבה' ל'קולה של רעות'. שבנו וניתחנו אירועים מן העבר ומן ההווה. בהדרגה יכולנו להכיר בקיומן של התנסויות טובות יותר. פה עמדה על שלה מול פלוני, שם הצליחה לבלום פרץ רגשי אשמה בסיטואציה שהיתה מעוררת אותם בלי ספק לפני שנה. העבודה על הקשר להוריה עלתה יפה מאד, והיו מקרים רבים שבהם הצליחה להתמודד מולם בלי נזק ניכר לעולמה הרגשי. שלא במפתיע, ככל שהיתה שלמה יותר עם עצמה הלכו היחסים הם אבא וחפציבה ונהיו הרסניים פחות, כמעט בגבול הסביר.

גם הקשר בינינו הפך יותר שוויוני. תחושת התלות בשיחות וההיאחזות הנואשת בראיית האוהדת אותה פינו את מקומם לחוויה של עבודה משותפת. מדי פעם סיפרה לי בגאווה איך השתמשה בתובנה זו או אחרת שעלתה בשיחות. פה ושם שוחחנו על נושא רעיוני זה או אחר, או בתיאור ביקורתי נבון ובוטח בעצמו של המתרחש בישוב. היו עדיין נפילות קשות שכללו חזרה ארעית לתחושות העבר (למיטב ידיעתי, נפילת אלו לא פסקו עד היום). ובכל זאת החלו לעלות הרהורים על סיום הטיפול.

הסיום בפועל התרחש כשנה וחצי לאחר הניסיון האובדני. גם הוא לווה בחלום, שהיה שחזור מרתק של החלום שבו שהתה בבית ושוחחה עם משפחתי.

ובלשונה "באחת מתמונות החלום אתה מבקש ממני לבוא לביתך לשיחה. אני לא מבינה מה הטעם בזה, אבל אתה מבקש. אני מגיעה עם תינוק קטן (מהמס!). אתה עסוק, ובינתיים אני מדברת עם אשתך, אתה מדבר עם מישהי מהישוב שלי על עניין ציבורי, ואני לא רוצה שהיא תדע שבאתי לעניין טיפולי ולא ציבורי... בכל אופן גם לך יש תינוק, שבוכה, ואני מטפלת בו ומרגיעה אותו. יש לך בחלום גם שתי בנות קטנות ואני משחקת איתן, ובכלל עושה רושם שאני במקום מוכר למרות שברור לי שזה הבית שלך, ושזה לא רגיל מבחינתי. בפניה בבית שלך אני מגלה מיטה

עם כלי מיטה שלי. היא לא מסודרת וברור לי שהיא שלי מהתקופה בה הייתי חולה. אף אחד לא יושב עליה, ופתאום אני מבינה ששכחתי לאסוף את כלי המיטה שלי. אני מקפלת את השמיכה ורוצה לנסוע...

מה שהבנתי מהחלום זה אולי המשפט שאמרת לי באחד מהמפגשים האחרונים - שטיפול נמשך כל החיים, וכל אדם צריך להמשיך לטפל בעצמו. בחלום, המצב של 'חולה' קיים עדיין במובן מסויים. אני יודעת שעברתי משבר גדול, אבל יש רצון לאסוף את כלי המיטה הזו, למות, להיות חולה, להיצמד למיטה - אני מודעת לזה שהוא קיים, אך יש יכולת וכוחות לאסוף את כלי המיטה ואפילו לטפל בתינוק של המטפל, זאת אומרת - אולי אתה המטפל וזו היכולת שלך, אבל גם לי יש את המקום שלי".

מכתב זה הביאה לפגישת הסיום. בחרתי לענות לה במכתב שלי.

"רעות. אינני מכיר סיום אמיתי יותר לטיפול מזה הכולל את ההכרה בכך שהקשיים מוסיפים להתקיים, אך כנגדם קיימים גם כוחות של יצירה, התמודדות וצמיחה. שהרי החיים עצמם הם שרשרת התמודדויות שרובן 'קשות', אך בכולן צפון סיכוי מופלא לגדילה ולאשר אם נתמודד עמן כראוי. האמנתי ואני מאמין בכוחך ובייחודך... אין לי מה להוסיף על הפירוש שנתת לחלומך: את מגיעה אלי כדי להיעזר בי, אולם תוך כדי כך את מגלה ששינוי בני אדם, ושגם לך יש נקודות בהן את חזקה ממני - לעיתים התינוק שלי בוכה ושליך רגוע... לכל אחד מאתנו יש דבר מה לתת לזולתו. נכון, במהלך הטיפול המטופל עלול לשכוח זאת, וזה רק טבעי לנוכח ההתמודדות הרגשית הקשה עם התכנים המציפים אותו... החלום מראה כי עברת את השלב הזה, וברור לך כיום כי המציאות האמיתית היא דווקא של הדדיות ושוויון ערך".

ניתוח תיאורטי: קל לנתח את סיפורה של רעות באמצעים הפסיכודינמיים המקובלים, ואולי אפילו בלעדיהם. היסוד הבולט ביותר בקשייה מזדקר גם לעין הלא מקצועית: חפיצה. הסיפור הקשה על התבררותה תחת אם חורגת עוינת יוצר אצל השומע תחושה חזקה שאילו הוא עצמו היה במצב דומה היה ודאי נפגע באותה מידה לפחות. המטפל האמון על חשיבה פסיכודינמית היה מסכים לכך, אולם מוסיף לניתוח יסודות הנוצצים בעבר הרחוק יותר. פרויד, למשל, היה מצביע על הסיטואציה המשפחתית הראשונית, על חוסר היציבות של המשולש אבא-אמא-בת, על החרדה מהתפרקותו (שמאחוריה אולי, תקווה לכך!). אחר כך היה מצביע על ניסיונה להיות 'אמא קטנה', טובה ויציבה יותר מאמה שלה, ועל חומרת הפגיעה שספגה עם בגידתו של האב. תיאורטיקנים אחרים היו מצביעים על הקשר הראשוני עם אמא כמקורם האמיתי של הקשיים: נראה שמדובר באמא מלאה כוונות טובות (באמת), אבל נטולת יכולת אמיתית של הכלה ועסוקה מדי בבניין תחושת העצמי שלה. אמא כזו אינה יכולה לקבל את הילד ולאהוב אותו כמו שהוא, על כל עוצמת יצריו, תאוותנותו ותוקפנותו. והרי רק מתוך קבלה מוחלטת כזו אפשר להתחיל בתהליך ה'התיקון' (זה מה שמכונה בחסידות 'ירידת מוחין דאמאי' - התיקון מתחיל כשאמא מורידה את ה'מוחין' המפותחים שלה אל התינוק, ולא כופה עליו להיות אחר ממה שהוא). כל מצב אחר יכריח את התינוק לזייף, להציג 'טוב' חיצוני מהסוג שאימו, לתחושתו, דורשת ממנו. ניתן להמשיג את התהליך הזה במושגיהם של תאורטיקנים רבים (שצוטטו בפרק 'הפסיכולוגיה המערבית') כמו קליין, פרברן, מאהלר, קוהוט ועוד. לטעמי ההמשגה המדויקת ביותר לצורך זה תהיה זו של ויניקוט המדבר על 'עצמי מזויף' (העצמי האמיתי והמזויף) שמפתח תינוק שאימו קשובה לצרכיה

שלה ולא לאלו שלו²⁴. כל המשגות הללו יתארו, בסופו של דבר, תמונה דומה לזו שאנו רואים אצל רעות: האדם העסוק בהשבעת רצונו של הזולת ומנותק מהגשמה אותנטית של צרכיו. אקדים ואומר שכל המשגות שציינתי נראות לי אמיתיות ומועילות להבנה, אלא שבו בזמן הן מוגבלות לתחום צר למדי של חיי הנפש ולכן מגבילות את יכולתנו ליצור דיאלוג עם רעות, דיאלוג שיהיה בו כבוד למונחים בהם היא עצמה שואפת לחוות את עצמה. כולן מייצגות שיח פטרנליסטי כפייתי שיש בו כדי להוסיף למועקה הרובצת על כתפיה ממילא. לדעתי גם התפיסה הפוסט מודרנית המתפתחת היום לא יכולה לסייע לנו הרבה ביצירת דיאלוג כזה. אדגים את טענותי משתי נקודות מבט המייצגות שאלות שהעסיקו את רעות, ושנתפסו - קודם כל בעיניה שלה - כמהותיות לשלמותה הנפשית: אקרא להן שאלת הטוב ושאלת האמת. אנסה להראות כיצד מאפשרת הגישה החסידית את הדיאלוג הנחסם, דעתי, בשתי הגישות האחרות.

שאלת הטוב: מה באמת הציק לרעות? אם אעזוב לרגע את ההסברים הפסיכולוגיים למיניהם ואנסה להבין את דבריה כפשוטם, לדעתי ניתן לשמוע זעקה אחת השוזרת את כל התחבטויותיה: האם אני טובה? האם הטוב שבי הוא אמיתי? חוסר הוודאות הזה הוא שעניה אותה בילדותה ובנעוריה, והוא שחזר ועלה בטיפול. טעם חייה היה להיות טובה, אלא שחשה היטב את הזיוף שהיה בטוב הזה. מקטנותה למדה דרך אחת ויחידה לטוב, והיא השבעת רצונותיהם של הסובבים אותה: תחילה אימה, אחר כך אביה, אחר כך אביה וחפציבה. ליבה היה מלא זעם ושנאה, ולא ידעה לקרא להם שם אחר מלבד 'רוע'. מסקנתה היתה ברורה: בחוץ אני טובה ובפנים אני רעה כל הזמן חיפשה דרך להיות טובה גם מבפנים, או לפחות להאמין שקיים בה יסוד אמיתי של טוב. תפיסה חסידית עקבית היתה מחפשת את ניצוץ הטוב הגנוז בתוך הזעם עצמו, ומוצאת אותו בין היתר בתחושת הצדק שבנשמתה, המקוממת כנגד העוול הנורא שנגרם לה, ואולי בעלבון האמיתי והעמוק שנעלבת רוח בת חורין כשאין מכירים באור הייחודי שיש בה. אולם תפיסה כזו היתה רחוקה מאד מעולמה החווייתי. קל היה לה יותר לחוות את עצמה לפי היחס שקיבלה מסביבתה. "מרשעת בעור של צדקת" אמרה חפציבה, ורעות נאלצה לענות 'אמן' בעל כורחה.

כך שעלינו לדבר על שלשה רבדים בחווייתה של רעות. ברובד אחד היא כולה טובה. זהו רובד 'העצמי הכוזב', שהכזב שבו אינו בכך שתכניו שקריים, אלא בכך שהוא מכחיש ומעוות תכנים רגשיים אחרים, עמוקים ואמיתיים לא פחות ממנו. הרובד השני כולל את התכנים המוכחשים עצמם, את הכאב, הזעם, השנאה הנובעים מחוויה עמוקה של עוול. מעבר לכולם עומד הרובד השלישי, תשתית האישיות, והוא הכמיהה האינסופית ל טוב שהיא מקורם העמוק של כל תכני הנפש. אם יש מטרה לטיפול, הריהי למצוא את הרובד הזה ולתת לו ביטוי.

האם הפסיכואנליזה יכולה לסייע בחיפוש אחר הטוב הזה? קודם כל, היא אינה מאמינה בו. הטוב האותנטי היחיד שהיא מכירה אינו אלא סיפוק צרכים (מיניים על פי פרויד, או רגשיים על פי רוב ממשכיו). כל מושג אחר של טוב (כמו נתינה אותנטית לזולת, יצירה אמנותית או רוחנית, אידיאליזם וכדו') חייב להיבנות על גבי הקומה הבסיסית (של סיפוק הצרכים), בדרך של סובלימציה: בלימת הרצון האותנטי וסיפוק תחליפים רצויים לחברה. לפי זה, עצם ההתעסקות בשאלות של טוב ורע הוא חלק מן העצמי הכוזב. מבחינה פנומנולוגית הרי זה כאילו אמרנו לרעות: הטוב שאת מחפשת אינו קיים כלל. כל שנוכל לעשות זה לעזור לך להבין שאין בו צורך

ושכל כולו אינו אלא אשליה שעיתנה אותך כל ימך. רק אם תצליחי להשתחרר ממנה תוכלי לחיות את חיך האמיתיים.

הוגי הפסיכואנליזה האמינו כי העמדה הזו היא בבחינת אמת מדעית מוכחת. העובדה שמדובר בתפיסה הפוגעת באמונותיה העמוקות ביותר של רעות לא היתה מטרידה הוגה כמו פרויד. אדרבה, מכיוון שראה את עצמו כהמשך ישיר למסורת המפוארת של המדע האמפירי סתירות כאלו היו בעיניו בלתי נמנעות. כפי שהוא עצמו כותב, התגלות שהיא אינו אדון בביתו ואינו יוצר את ערכו באופן אותנטי אינה בעיניו אלא המשך טבעי לתגלית שהארץ אינה מרכז מערכת השמש או שהאדם התפתח מן הקוף. מכיוון שהטכניקה הפסיכואנליטית אינה כוללת שום שיח ישיר בין המטפל והמטופל על עניני ערכים ותיאוריה, הרי שבהכרח נוצר מצב בלתי אפשרי מבחינת המטופלת: רצונה הוא לדון עם איש מקצוע על כאבה הנורא מכל: תחושתה שאינה טובה באמת. אלא שהוא 'יודע' שהכאב הזה כל כולו אשליה המכסה על משהו אחר לגמרי (כמו, נניח, יתסביך אדיפוס' או קשיי 'יציאה מסימביוזה'). יותר מזה: הוא אינו מצהיר בגלוי על אמונתו השונה משלה, ואינו נכנס לדיאלוג כלשהו בין שתי התפיסות. עמדה פטרנליסטית כזו ניתנת להצדקה אך ורק אם אנו מאמינים באמת שתפיסתו התיאורטית של המטפל היא אכן אמת מדעית. אלא שבינתיים איבדנו את האמונה הזו.

האם נוכל להיעזר פה בגישה האחרת בפסיכותרפיה, שיוצגה בעבודה זו על ידי ויקטור פרנקל: על פי הלוגותרפיה שלו הטיפול אינו אמור להתמקד בבירורו של העבר ומכשלותיו אלא בחיפוש אחר משמעות שתיתן למטופל מטרה בחייו. סיפורה של רעות מדגישה, לדעתי, את מוגבלותה של הגישה הזו, כמו גם את האמת העמוקה שיש בה: בסופו של דבר זה בדיוק מה שרעות ניסתה לעשות כל ימי חייה, וזה באמת עבד, במידה מסוימת רעות אכן מצאה משמעות בחייה במסגרת עולם הערכים הדתי-לאומי הרווח בהתנחלויות. היא היתה ונותרה אידיאליסטית ודתייה מאד. היא מזוהה עם עולמה הערכי ומוצאת סיפוק אלא שהמחיר של ההזדהות הטוטלית הזו היה גבוה מאד: סימון חלק ניכר מכוחות נפשה כ'רעים' (כלומר, כל החלק הטבעי, היצרי או הישותי). יותר מזה, רעות הגיעה לטיפול מתוך תחושה שדרך התמודדות הישנה אינה מאפשרת לה להמשיך בחייה הרגילים, שה'רוע' (כביכול) שהודחק חוזר ומציף אותה. השאלה היתה מלכתחילה כיצד ניתן לעמוד מולו, לברר אותו ולתת לו מקום. איך ניתן לעשות זאת בלי לעסוק באותו חלק דחוי של הנפש?

הפסיכותרפיה החסידית יוצאת מהנחות שונות. כל כולה מבוססת על ההנחה שהטוב הראשוני שבנשמה מחפש לו כלים להתגלות במציאות, וכי כלים אלו נוצרים דרך משא ומתן עם הדמויות המשמעותיות שבחינו ובראשן, כמובן, הדמויות הראשונות (והחשובות ביותר): ההורים. אלה יכולים לבנות כלים נאותים לאור הטבעי, אך גם לעוותו ולהשתמש בו לצרכיהם. התפיסה החסידית ממירה את הדיאלקטיקה הפנימית של טוב מול רוע בדיאלוגיה בין אופני ביטוי שונים של הטוב: 'טוב' מצומצם, גופני ואגוצנטרי יחסית (=היצרי). מול טוב מופשט וכללי יותר (=עולם הרוח והאידיאלים). כולו ביטויים שונים לטוב הנשמתי הבסיסי.

לכן יש לומר עם ויניקוט שנפשה של רעות היתה כלואה במסגרת מעיקה של 'עצמי כוזב', אבל במשמעות שונה לגמרי: חלק מערכיה הפנימיים של רעות סומנו כנציגים בלעדיים של ה'טוב', בעוד שאחרים סומנו כ'רוע'. כך נגזר עליה לבחור בין 'טובה' ולהכחיש חלקים חשובים של עצמיותה לבין היותה 'רעה'. התוצאה הבלתי נמנעת היתה חווית ה'רעה' בפנים וטובה מבחוץ. הטיפול ניסה לתת ביטוי לחלקים הדחויים של הנפש: כך למשל זכור לי רגע של סיפוק לקראת

סוף הטיפול כשאמרה משפט פשוט לכאורה כמו 'אני רעבה, וטוב לי עם זה'. מושגי הטוב והרע לא נדחו, אלא נעשו מורכבים יותר.

הדברים מתקשרים למושג 'חווית התיקון' שהצגתי בפרק הפיסיכופתולוגיה. משמעותו של מצב הדיכאון הוא התחושה שאין בי שום אור, שוב טוב, שום ערך. שורשו של המצב הזה בתחושה - שאפינה את רעות - שעליה להיות טובה באופן לא מציאותי, מה שלא אפשר לה להגיע להכרה בטוב שאכן היה (ויש) בה. חווית התיקון מבוססת על הצמצום: אמנם האור הנמצא בכלי הוא מוגבל ומצומצם, ואולם יחד עם זה הוא ממשי ורב ערך. לשם כך עלינו להגיע להבחנה פנימית בין א) התביעה האינסופית של הנשמה, לטוב מושלם. ב) הטוב שהשגנו, שהוא אכן מוגבל ובכל זאת הוא רב ערך. ג) הכוחות הלא מבוררים שיש בכלנו, הכוללים גם התאוותנות ותוקפנות וכיוצא ב, שאינם הופכים אותנו ל'רעים' אלא לאנשים רגילים הנמצאים בעיצומו של תהליך התיקון המפרך. נראה לי שמדובר בתפיסה פסיכודינמית חלופית, שיש לה כוח הסברי לא פחות מזו של גישה הפסיכואנליטית, והיא מסוגלת לקדם יותר את הדיאלוג עם המטופל ובתוכו.

שאלת האמת: שאלה נוספת, לא פחות מרכזית, היא שאלת האמת. שנים הסבירו לרעות שהיא מדמיונית, שכל הסובבים אותה הם תומכים ואוהבים ורק היא כפויית הטובה המפרשת הכל לרעה. ככל שצפו ועלו בה זיכרונות מענים, עלתה יחד עימם השאלה המענה לא פחות: ואולי אני בכלל מדמיונית, סתם הבכיינות הנובעת מאופי לקוי.

שאלת האמת הצפונה בזיכרונות העולים בטיפול נחקרה רבות, וספקות קשים הועלו ביחס לודאותם של זיכרונות כאלו. רוב המחקר עסק במטופלים שנוכרו, תוך כדי טיפול, באירועים שכוחים מעברם. המחקר גילה כי חלק ניכר מאותם זיכרונות נוצרו על ידי השנאה במהלך הטיפול עצמו, ואינם משקפים מציאות (נחשון, תשנ"ט. לופטוס, תשנ"ט).

אולם השאלה שהציקה לרעות היא אחרת. כאן לא עסקנו ביחזרת המודחקי (שהיא כנראה נדירה יותר מכפי שחשב פרויד) אלא בדברים שהיו ידועים גם קודם, והשאלה היתה על הלגיטימיות של האינטרפרטציה שרעות נתנה להם. אולי ההדגמה הטובה ביותר לכך היא מה שארע בפגישה הראשונה, כשהיא החלה לשטוח את סיפורה ואני הגבתי בתדהמה. דווקא תדהמתי אפשרה לה להרגיש כי אכן היה משהו מעוות בדרך בה התייחסו אליה, ובמידה מסוימת אישרה את תחושתה הפנימית שהוכחשה עד אז. שאלת האמת, אם כן, אינה עוסקת בהכרח בעובדות הייבושותי אלא באינטרפרטציות שלהן. גרסה זו של שאלת האמת היא מרכזית ברוב הטיפולים: כמעט תמיד אנו מוצאים אדם הנאבק על אמת שלו ועל זכותו להעניק פשר משלו לאירועי חייו.

במונחים חסידיים, הסיבה לכך היא שחיו של אדם הם תהליך ארוך של 'התגלות האור'. בתהליך זה העתיד הוא הפוטנציאל שעדיין לא מומש (כלומר, 'אור מקיף') ואילו החיים שחייתי בפועל הם הכלים שהצלחתי ליצור בפועל. תמיד, כשאדם מתבונן בעברו, הוא עושה זאת מתוך השאלה המנקרת: כמה אור הצלחתי להכניס בכלי הזה? זוהי עצם שאלת התיקון! השאלה מנקרת במיוחד כאשר אדם צריך להתמודד עם שורת קולות מבקרים ופוסלים. במקרים אלו ישם המשחק' הוא, במידה רבה, זכותו של אדם לקבוע את עברו.

לכאורה, היה ניתן להיעזר פה בפילוסופיה ובפיסיכולוגיה הפוסט מודרנית, כל עיקרה של זו במתן זכות קיום לסיפורים שונים ומגוונים, ולאופנים שונים של 'שיח'. מזווית הראיה הזו יש זכות קיום לכל ה'נרטיבים' השונים בלי לדאוג לשאלת הסתירה שביניהם: הנרטיב של אמא, של אבא, של חפציבה, של רעות...

נשמע יפה, אולם בחלק גדול מן המקרים קשה לתרגם את הפילוסופיה הזו ללשון חווייתית. אדם שספג במשך שנים את ארס הפסילה המוחלטת חש, לעיתים קרובות, שכדי לנסות לעמוד מולה עליו להיאחז במשהו מוצק, שיש בו אישור מבחוץ לאמת שבסיפורה. מזווית ראייתה של רעות, ובפרט בעיצומו של המשבר, האמירה שהצדק יכול להיות גם עם חפציבה משולה להנחה שהצדק הוא אכן עמה. תפיסה הכופרת בעצם קיומה של 'אמת' לא היתה יכולה להועיל לה.

חשוב להדגים את הנקודה זו, שכן בהגות הפוסט מודרנית נתפסת הטענה בדבר קיומה של 'אמת' אובייקטיבית כאקט של דיכוי וכפיה. לפסיכולוג היא תזכיר את יהירותה של התפיסה הפסיכואנליטית המוקדמת, הפוזיטיביסטית, שראתה את עצמה כאמת מדעית שהטופלים חייבים לקבלה (רוטנברג, תשנ"ד. מיטשל, תשס"ג). אלא שבמושג האמת יש גם פן משרר. וכפי שכותב ג'ורג' אורוול ב'1984': "חירות היא החירות לומר ש $2+2=4$ " (אורוול, תש"ס. עמ' 67). כוונתו לומר שהיתור על אמת 'אובייקטיבית', שלפניה שווים החזק והחלש, פותח פתח למציאות שבה האמת האחת שתשלוט היא זו של החזק.

השאלה היא: כיצד ניתן להעניק למטופל את העוגן הפנימי שהוא זקוק לו כדי להאמין בעצמו ובפשר שהוא נותן לסיפור חייו, בלי להיעזר בוודאות הכפייתית של הפוזיטיביזם וגם לא ביותור הפוסט מודרני של קיומה של אמת כללית נדמה לי שהתפיסה החסידית מאפשרת עוגן כזה. אולם כדי להסביר את תרומתה המושגית של החסידות יש לברר מעט יותר את מושג ה'אמת' עצמו. מושג האמת עומד במרכזו של העיון הפילוסופי לדורותיו, ונראה שניתן להציג רצף של התייחסויות לנושא. בקצה האחד של הרצף נמצא את התפיסה הנאיבית, הטוענת כי המציאות דומה, פחות או יותר, לאופן שבו אנו תופסים אותה. לפי תפיסה זו ההכרה אינה אלא שיקוף פאסיבי של המציאות, ולכן קיים ביניהן בהכרח זמיון מבני: העולם עשוי ביסודו עצמים, תהליכים, יחסים. קראתי לתפיסה זו 'נאיבית' משום שהיא משקפת את תפיסתו האינטואיטיבית של ילד ולא משום שהיא בהכרח אינה מתוחכמת. גישות פילוסופיות עמוקות כמו הפוזיטיביזם הלוגי או ויטגנשטיין המוקדם אינן אלא הגנה מתוחכמת על התפיסה הזו. במונחים חסידיים זוהי בדיוק 'תפיסת הישות'.

קנט, במהפכה הקופרניקית' הידועה שלו (ברגמן, ה'תש"ס), עושה צעד לכיוון אחר. לפי שיטתו ההכרה אינה משקפת את המציאות באופן סביל, אלא יוצרת אותה באופן פעיל. לפי זה, מדוע העולם נראה לנו כאוסף אובייקטים המסודרים בממדים של מרחב וזמן? משום שכך בונה אותו ההכרה! קריטריונים הנעוצים במבנה ההכרה קובעים את תוכנה, ממש כשם שהצבעים הנמצאים ברשותו של צייר קובעים את גווני ציוריו.

אולם ככל שקנט מיחס להכרה תפקיד פעיל יותר ביצירת המציאות, עדיין פעילותה מוגבלת, לשיטתו, על ידי מבנה הכרחי הטבוע בה מלכתחילה. שורה ארוכה של 'קטגוריות' (כמו סיבתיות, ריבוי ואחדות, אפשרות והתממשות וכיוצ"ב) קובעת את תכניה באופן בלתי נמנע.

במאה ה-20 נוצרו גישות המעניקות להכרה תפקיד עוד יותר פעיל. לפי הוגים כמו פופר וקון, (Kuhn, 62. Popper, 35) כל אחד בדרכו, נוצרת המציאות הידועה לנו על ידי דיאלוג בין ההכרה לבין המציאות. לפיהם האדם מגיע למפגש עם המציאות כשהוא מצויד במערכת של קטגוריות, תיאוריות, תפיסות וציפיות, והוא מעמת אותן עם המציאות שהוא פוגש. כינתי תפיסה זו דיאלוגית, משום שלפיה לשני הצדדים - ההכרה והמציאות - יש מה לומר, ואילו העולם הידוע

אינו נוצר אלא על יד המפגש בניהם. בפסיכולוגיה הקוגניטיבית ניתן להצביע על פיאזיה (פיאזיה, 80) וממשיכי דרכו כעל מיצגים גישה בסיסית דומה.

בקצה הרצף נמצא גישות הרואות את ההכרה כיוצרת את המציאות באופן פחות או יותר חופשי. בקצה הזה נמצא למשל, חלק מן הסופיסטים הקדומים וחלק מן ההוגים הפוסט מודרניים החדשים. כאשר הכל הופך ל'שפה', ל'אופני שיח' ול'נרטיבים' נהרס הדיאלוג המתמיד שבין האדם לסביבתו. הוא זוכה בחירות לחשוב כרצונו, אולם רק במחיר הגבוה של ניתוק ה'שיח' שלו מן המציאות. לעיתים קרובות זהו מחיר גבוה מדי.

היכן נמצאת החסידות? אין ספק שהגישה החסידית, כפי שהוצגה כאן, היא דיאלוגית בשורשה. המטאפיסיקה החסידית בנויה כולה על מושג הצמצום, המוסבר כדיאלוג מתמשך בין מורה לתלמיד. התפיסה החסידית עשירה בביטויי דיאלוג בין 'דעת עליון' ו'דעת תחתון', בין 'אור ישר' ל'אור חוזר' וכיוצא"ב. אין בי ספק שגישות כמו אלו של קון או פיאזיה היו יכולות להשתלב יפה במערכת החשיבה החסידית. מצד שני נדמה לי שאין לחסידות 'ערך מוסף' לעומתן. מבחינה אפיסטמולוגית צרופה נראה שתפיסות כאלו הן לעיתים יותר מבוררות ומדויקות מרוב מה שנמצא בטקסטים חסידיים, אם כי יתכן שגם הן היו יכולות להפיק תועלת מן המטאפיסיקה ה'יצמזומית' של החסידות.

בנקודה אחת חשובה יכולה החסידות לתרום לענייננו, והוא השילוב שבין שאלת האמת לשאלת הטוב.

החסידות, בניגוד להוגים שצינתי, אינה עוסקת בדיאלוג 'אקדמי' שכל ענינו בלימוד האמת המדעית. זהו דיאלוג שיש לו תוכן. והתוכן הוא 'האור', או ה'טוב', המחפש לו כלים. זהו ענינו העמוק של הדיאלוג שבין האדם למציאות המקיפה אותו. זה מה שהוא מחפש בדיאלוג הזה, ואושרו כולו תלוי במציאותו.

לכן יש משמעות רבה לטיפול. הטיפול מתחיל, לעיתים קרובות, ממצב של זהות בין שאלת האמת לשאלת הטוב. המטופל מתעקש על סיפור מסויים כייצוג יחיד אפשרי של ה'טוב'. הוא מספר כי מכיוון שכך וכך קרה, אין טעם לחייו. או להפך: שכל אשרו תלוי במימוש של סיפור מסויים, או בקבלת אישור לכך שהישג מסויים אכן מושג. זה יכול להיות בסיפור הגלוי של עברו או סיפור העולה תוך כדי טיפול: בין אם סיפור שהיה גנוז בלא מודע ועולה למודעות, ובין אם סיפור שהיה 'בשולי' התודעה ועקב הטיפול עובר ל'מרכז'. זה יכול להיות סיפורו של העבר או סיכוי של העתיד. מכל מקום יש תלות מוחלטת בין ה'טוב' ומימוש לבין אותו סיפור.

מטבע הדברים שהטיפול מתמקד בסיפור עצמו, ולעיתים נכנס לשאלות הפרטניות של הסבירות שמשוה באמת התרחש, או שמא היה עיקרו דמיון. לעיתים (כמו בסיפור של רעות) זה מציק למטופל באופן התופס בהכרח את מרכזן של שעות טיפול רבות. אלא שאגב העיסוק הזה מתברר בדרך כלל, ששאלת האמת אינה חשובה כשלעצמה, אלא רק מצד הקשר שלה לשאלת הטוב: האם ובאיזו מידה מיצג הספור הזה את הטוב הנשמתי השואף להתממש, והאם יש אפשרויות נוספות. על כך אומרת החסידות דברים ברורים: כל סיפור שבעולם נובע מן הטוב הנשמתי הזה. ככל שהופעתו החיצונית של הסיפור עלולה להיות קשה, מלאה ייסורים או עיוותים מסוגים שונים, תמיד ניתן לחפש ולמצוא את הכוונה הטובה שהיתה גנוזה בו, להבדיל בינה לבין העיוותים שדבקו בה ולמצוא לה כלים.

וכפי שרוטנברג מדגיש (רוטנברג, ה'תשנ"ד): התשובה, לפי הגמרא, יכולה להפוך זדונות לשגגות, או אף לזכויות של ממש. היא אינה מוחקת את העבר, אלא משנה את משמעותו וחושפת את הניצוץ הקדוש שהיה גנוז בו כל הזמן. בדרך זו או אחרת, זוהי מטרתו של כל טיפול.

נגה

נגה הגיעה לטיפול בעקבות המלצה של חברה. לה עצמה לא היה ברור למה באה. נערה עדינה למראה, ביישנית, עם תחושה תמידית של מבוכה וספק, של חוסר בטחון בערכה וקושי להחליט על מטרותיה.

עלתה לארץ לבדה לפני כשנתיים, בהיותה בת 18. מוצאה משוודיה, ואת הוריה תארה כשוודים טיפוסיים. הכוונה, בלשונה, לאנשים חומרניים ומוחצנים. את אמה תארה כאישה קרה ונטולת רגש, רואת חשבון במקצועה, שהתנהגותה מודרכת כל כולה על ידי כללים נוקשים של התנהגות 'נכונה'. אביה הרבה יותר רגשי, אבל מרוכז מאד בעצמו. פגיע מאד, ומצליח לשלוט בבית על ידי עלבונותיו הרבים. האווירה הדתית בבית מתוארת באותם מונחים: דתיות חיצונית של הליכה רבת פאר לבית הכנסת (אבא הוא חזן), חברות רבת שנים בקהילה שבה כולם מכירים את כולם ואי אפשר לחרוג מן הנורמות ההתנהגותיות המקובלות.

נגה היתה הילדה הטובה. שני אחים גדולים יש לה, וכל אחד מהם עבר בזמנו תקופה של התמרדות ואחריה 'חזר לתלם'. בייחוד היא זוכרת את האח האמצעי שעבר משבר של ממש: גידל שיער ארוך (מזעזע ממש, לפי הנורמות ההדוקות של המשפחה והקהילה), ניסה לעזוב את הלימודים ואת הבית. היא זוכרת ערבים של בכיות וצעקות, עד שהאח חזר בתשובה שלמה והיום הוא עובד זוטר בבנק (שיערו, למותר לציין, מסופר למשעו). הכל אצלו בסדר, לכאורה, אלא שמשוהו כבה בו, שקט וחסר יוזמה. נגה, בניגוד לאחיה, לא עברה תקופה של מרד גלוי. היא קיבלה חינוך אירופי עשיר, הצטיינה באמנות ובנגינה. הוריה שבעו נחת: היתה יושבת ומנגנת לפנייהם (בעיקר לפני אבא), נותנת להם מיצירותיה ויחד עם זאת פיתחה תחושה עזה של זיוף. כל חייה, הרגישה, היו מזויפים. "הורי מקבלים ואוהבים אותי" הסבירה "אבל בתנאי שאהיה מה שהם רואים ביי". מכיוון שכך, הוסיפה, למדה לתת מעצמה "כאילו, אבל לא באמת". הדפוס הזה נמשך עד היום: גברים מתאהבים בה, חשים כלפיה קירבה באופן מידי, והיא לא חשה כלפיהם כלום. גם זה מפחיד אותה: האם היא משדרת קירבה בלי לחוש בה? האם תדע אי פעם לאהוב, ולא לזייף רגשות?

בישראל, היתה בטוחה, תדע לחיות "באמת". עלתה בגפה, השתקעה בירושלים והחלה ללמוד בסמינר חרדי למחצה לחוזרות בתשובה. כאן פגשה את שחר: בחור מבוגר ממנה קצת מעדות המזרח, דתי מאד, אינדיבידואליסט. למד בישיבה עד שחש שהחיים בישיבה הם מלאכותיים, מנותקים מהטבע כמו גם ממעמקי הנפש. מאז הוא עובד ב'עבודות מזדמנות' כשהוא שקוע כולו ב'עבודה פנימית' רוחנית. עולמו מושך אותה, דווקא בניגוד הקוטבי שהוא מציג לעולם ממנו באה, אולם גם כלפיו אינה בטוחה שחשה רגש "אמיתי".

בשיחות היתה מדברת בקול חרישי ומהוסס, לעיתים פורצת בבכי חסר אונים, כאילו העולם כולו מאיים ומפחיד, ואין בו מקום לפרח ענוג ונטול ציפורניים כמוה. קל היה ליפול בשבי החזות חסרת הביטחון אלמלי הכיל סיפורה יסודות של עוצמה שלא השתלבו עם חווית החולשה. בסופו של דבר מדובר בנערה שעלתה לבדה לארץ בגיל צעיר, הצליחה למצוא כאן קבוצה חברתית תומכת. יותר מזה, עצם ההתקוממות הפנימית שלה נגד הזיוף שאפף את הווייתה נראתה כמרמזת על עצמה נפשית רבה יותר מזו שהשתקפה במישור הגלוי של השיחה. רציתי לדעת הכין מצליחה העוצמה הזו להתבטא. התשובה הגיעה כאשר החלה לספר את חלומותיה.

אתנחתא תאורטית: הבנה חסידית של כל תופעה נפשית חייבת לפתוח בהבחנה בין רובד ה'אורונית' לרובד ה'כלים' שבה. בעומק הדברים, האדם הנו אור השואף להתבטא במציאות נתונה,

האור הזה הוא נתון בסיסי שאי אפשר לפגוע בו או להחלישו. כך מפרש הרב קוק את הברכה "נשמה שנתת בי טהורה היא" (בלשון הווה): "אין כל אפשרות של העדר טהרה בנשמה" (עולת ראייה, ע' סז). האור היסודי אינו בר שינוי. מה שיכול להיפגע הוא התגלותו בחייו המציאותיים של האדם.

כבר בילדותו של האדם ניתן להבחין בשאיפה של נשמתו לגלות את אורה. שאיפה זו מופיעה באופן ספונטני במשחקיו של הילד, בסקרנותו, בגילויי הרגש שלו. הורים המכבדים את גילויי הנפש הטבעיים האלה מעניקים לילד חווייה של קבלה, לאמור - האור שבו רצוי וטוב. על הבסיס הזה יכול לבוא החינוך התרבותי ולהעניק לו כלים לביטוי יותר ויותר משוכלל של נשמתו. התרבות האירופית העשירה שגה גדלה על ברכיה יכולה להיחשב כאוסף כלים כזה, אלא שגה לא חשה שהעושר הזה קשור אליה בדרך כלשהי. היא נגנה ופיסלה להפליא, אולם תמיד עשתה זאת עבור מישהו אחר. כשנגנה לפני הוריה לא חשה שהיא מגלה להם משהו מנבכי נפשה שלה, אלא שהיא משחקת משחק שבו עליה לשקף להם את הדמות שלפי הרגשתה הם רצו לראות בה. כל העושר התרבותי השתייך אצלה לרובד הקליפתי שוינקוט מכנה 'עצמי כוזב'.

לפי ההנחה החסידית, האור אינו יכול להעלם. כאשר אינו מוצא לו מקום בתוך הכלי, הוא נידון להישאר כ'אור מקיף', סובב סביב הכלי ואינו מצליח להופיע בו באמת. במהלך ההתפתחות התקין יש התפתחות תמידית של הכלים, ובהתאמה זרימה מתמדת של 'מקיפים' ההופכים ל'פנימיים' תוך כדי התגלות מתמדת, גדלה והולכת, של הנשמה במציאות. ברוב המקרים יש עיכוב, כזה או אחר, בזרימה הזו. במצבים הפתולוגיים הקיצוניים פורצים המקיפים לתוך הכלי והורסים אותו. במצבים המתונים יותר הם פשוט נאלצים למצוא להם דרכי התבטאות חלופיות. פרויד גילה חלק מן הדרכים האלה בתופעות נוירוטיות מסוימות, אך גם בעולמם המוזר של החלומות. באלו כמו באלו משתקפים תכנים נפשיים שלא מצאו ביטוי הולם במהלך החיים הרגיל: כמיהות, רצונות, פחדים, כישורים ונטיות שנדחו מן התודעה. מכיוון שאין להם כלי ההולם את התודעה הם נוטים להיות מוזרים, אפלים, א-לוגיים, ועם זאת עשירים ומעוררי סקרנות.

כך מסביר האדה"ז את עניינו של החלום: "החלום הוא מחבר שני הפכים בנושא א'... והיינו כי מפני כי בשינה נסתלק כוח השכל המבחין ולא נשאר רק כוח המדמה, וכוח המדמה יכול להרכיב ב' עניינים הפכיים כמו ספינה רצה באוויר וכו'... (וזה מפני שכשהאדם נמצא במצב של שינה והסתלקות המוחין... אז נשמתו מושכת לו חיים מלמעלה כו', ושם הוא בבחינת עגולים שאין בהם בחינת מעלה ומטה רק הכל בהשוואה אחת, ובהתכללות והתאחדות כל העניינים בלי שום פירוד והתחלקות..." (ר' שניאור זלמן, תו"א, כחג). הביטוי 'עגולים' מרמז לרובד האורות ה'מקיפים', שהוא גבוה מרובד ה'פנימיים'. החלום מיצג, אם כן, רבדים נפשיים שדווקא מפאת גובהם לא הצליחו להתבטא (עדיין) בכלי.

אלא שהתמונה הממשית היא מסובכת הרבה יותר. ראשית, לא כל התכנים שנדחו מן התודעה נדחו ממנה משום גובהם. חלקם מאיימים מסיבות אחרות. גם החלק השפל שבאדם, היצריות וההרסנות, נדחים גם הם ומחפשים אפיקי ביטוי חלופיים, בין היתר בחלומות. לכן מדבר רבי נחמן על "חלום על ידי מלאך זה בחינת אדם, בחינת נעשה אדם כצלמנו וכדמותנו... אבל חלום על ידי שר זה בחינת בהמה..." (ר' נחמן, ליקוטי מוה"ר"ן, תנינא, ה). אין כאן סתירה לדברי רש"י, שכן גם בתכני הנפש האפלים ביותר קיים אותו 'ניצוץ קדוש' המחיה אותם, ורק עקב 'שבירת

הכלים' התגלגל בצורה ירודה ומעוותת. יוצא שברובד הימקיף' ההבחנה בין הנעלה והירוד היא עדינה ומסובכת בהרבה מכפי שהיא מופיעה בעולם הנגלה של התודעה, שהרי "שם הוא בבחינת עגולים שאין בהם בחינת מעלה ומטה רק הכל בהשוואה אחת" (ר' שניאור זלמן, שם). לכן לפתירת חלומות יש תפקיד חשוב כל כך בפסיכותרפיה, כפי שכותב הצמח צדק "תחלמני ותחיני, בחינת כוח וחוזק... כי באמת יש לומר שדווקא מבחינת החלום של הגלות נמשך החולם (=החלמה, ב.כ.) והבריאות של הגאולה" (שניאורסון, ר' מנחם מנדל אור התורה-תהילים תצ), שכן באופן כזה אנו 'תופרים' לבושים לתכנים שנדחו קודם, וכביטוי הנפלא של הצמח צדק "יוסף היה פותר חלומות, פותר - אותיות תופר" (שם, תצב).

אפיונים אלו של החלום מופיעים באופן כזה או אחר ברוב הטיפולים. בעבודה עם נגה הם בלטו במיוחד. דווקא בחלומותיה הופיע עושר נפשי אמיתי, אחר לגמרי מן העושר החיצוני עליו גדלה. כאן יכולנו להכיר בעושרה האמיתי, ולנסות 'להפנימו' במובן החסידי של המילה - למצוא לו מקום בתוך הכלי, להפכו לאור פנימי (או בלשון הצמח צדק, 'לתפור' לו לבושים).

בהתאם לכך, המשך הסקירה יתבסס ברובו על חלומותיה של נגה. למען התמצות אוותר בחלק מן המקרים על הניתוח המפורט של האסוציאציות שהעלתה, ואתרכז במסלול ההתפתחותי הכללי שעברה).

המשך הטיפול: החלום הבא הופיע שבועות ספורים לאחר תחילת הטיפול: "זאב, שכן שלי משוודיה - מגיע לביקור. פתאום הוא נהפך למשהו מפחיד, עם רוע וטרור בעיניים. מסביבי נעות נערות העוסקות בקבלת שבת, אבל פתאום הן מתחילות לרקוד, והריקוד נהיה דומה למשהו פגני. הן גם לובשות משהו לא צנוע. אני מפחדת, כאילו שאני עומדת לשקוע בבוץ. זאב מנסה להגיע אלי, אבל אני נבהלת. כל האחרים רואים בו מטורף. הוא מעביר לי פתק: אני הולך להתאבד".

האסוציאציות שלה הצביעו על הזדהותה עם זאב. הם דומים, אפילו פיסית. אמא שלו לא מבינה אותו, ממש כשם שאמא שלה חוששת שהיא עתידה 'לשקוע' בתוך הדת. למעשה הוא באמת נחשב לקצת מטורף, והוריה תמיד פחדו שתדמה לו. נראה שדמותו שבחלום מיצגת צד מסויים שלה, אולי את כמיהתה לצאת מעולם המושגים בו גדלה. היא מפחדת מן החלק הזה בנפשה: הוא מופיע כדמות מטורפת שענינה מפיקות רוע. אין ספק שכך היא מאמינה שהוריה חווים את הצד המרדני שלה, השואף לאינדיבידואציה. החלום מזדהה, כביכול עם עמדתם. כולו רווי בסמלים המיצגים את הדילמה הפנימית שבין הכמיהה לאינדיבידואציה לבין הזדהותה הסמויה עם הוריה, הדוחים את הכמיהה הזו. קבלת השבת היא בודאי סמל לשאיפתה לרוחניות ולקדושה, אולם בהדרגה היא הופכת למשהו פגני ומפחיד, המאיים להשקיעה בבוץ. זאב - שהוא, כאמור, חלק ממנה - מנסה להגיע אליה, אולם היא נבהלת ממנו ומתנכרת אליו. היא יודעת שהתנכרות זו עלולה להוביל למותו, כלומר - למות הסיכוי לחיים של עצמיותה (אולי בדומה למוות הפנימי שהיא מזהה אצל אחיה). נדמה לי שהחלום כולו משמש כצופר אזעקה מפני התנכרות זו!

חלום אחר, מעט יותר מאוחר:

"פורים, בשוודיה. יהודים רוקדים ברחוב. אני נבוכה מאד מהתנהגותם - לא רוצה שיהיו אותי עמם. שוטר - ישראלי - אומר לי שהיה הורג את כולם. אני נחשפת פתאום כשאני מדברת עברית, והוא מתחיל להלחם ביי" התעוררה בבהלה. מסתבר, אמרה, שכששאל אותה השוטר לראשונה אם היא קשורה לאותם אנשים הכחישה זאת, וגם ההכחשה הזו מפחידה אותה.

למרות התפאורה השונה, התכנים העיקריים דומים לאלו שבחלום הקודם. הטקס היהודי, שהיא כמהה להצטרף אליו אבל פוחדת שיהיה אותה עמו, שהרי הוא מעורר - בין היתר - גם

אסוציאציות פרועות ומפחידות... דמותו של השוטר מסקרנת מאד: זהו גבר ישראלי, שתפקידו לדרוש ולחקור אחר מפירי סדר, ומסתבר שגם הוא חלק מן האיום על חווית העצמי שלה. הרהרתי שמא יש כאן ביטוי לאמביוולנציה כלפי, שהרי גם אני גבר ישראלי שטרם החליטה אם לתת בו אמון ולפתוח בפניו את עולמה הסמוי.

החלטתי שלא לנהוג כאותו שוטר, ולא ללחוץ עליה, בפירושים חושפניים, 'להודות' בשייכותה לאותם 'טקסי פורים'. העדפתי ללכת בקצב שלה ולהקשיב לאותם לבטים שיכלה לחשוף לפני. לא מעט מן השיחות עסקו, מדרך הטבע, בעולם המציאותי: לאחר מספר חודשי טיפול שחר נפרד ממנה, לכאבה הגדול. כדאי לציין שלמרות שהחלטה היתה שלו, יכולנו להבין בשיחות עד כמה היא עצמה דחפה לכך בחרדותיה מן הקשר, בניכור שהפגינה לא פעם ובתחושה הכללית שהקרונה לאמור: בסך הכל אני ילדה קטנה, שאינה יודעת לאהוב... מעבר לכך התרחש מעט מאד (בעולמה החיצוני) במהלך השנה הראשונה. לעומת זאת, בעולמה הפנימי ניתן היה לראות התפתחות מרתקת.

פעם (בזמן ביקור בשוודיה) היתה להם מריבה קשה עם אבא. באותו לילה חלמה שני חלומות. באחד ראתה את אביה עומד ושר בבית הכנסת ובאמצע שירתו הוא מתפוצץ! המשטרה גילתה שהיא האחראית לפיצוץ, בעוד שהיא אפילו לא ידעה זאת... החלום השני התרחש בארץ: נגה היתה רועת צאן, ולפתע הופיע נמר וטרף את הכבשים. אישה הופיעה ואמרה לה: למרות הנמר, את חייבת להישאר בבית. צרוף שני צרוף שני החלומות היה מרתק. הראשון הוא פשוט לכאורה, שכן הזיות של אלימות לאחר מריבה קשה הן שכיחות ביותר. הזעם הנורא שלה 'מפוצץ' את אבא, ברגע שהוא בשיא תפארתו החברתית מלאת הזיוף (ואפילו בחלום יש ניסיון להכחיש את התוקפנות: היא בכלל לא ידעה שהיא האחראית לפיצוץ...). לכאורה מצביע החלום הזה על כיוון של ניתוק מוחלט (פיצוץ!) מאבא ומכל מה שהוא מסמל - המשפחה, שוודיה, וכל העבר כולו. אבל מיד בא החלום השני ומאזן את התמונה. הוא מתרחש דווקא בישראל, שהיא המקום המסמל עבורה את זירת האינדיבידואציה ואת הסיכוי לגילוי העצמי. רעיית הצאן מחברת אותה לאבותיו הקדומים של העם, וממילא אל העומק הפנימי ביותר של הנשמה. והנה מופיע הנמר: גם הוא חלק מאישיותה, והוא הזעם ההרסני שהיא כל כך מפחדת ממנו. האישה, אולי ביטוי עמוק של עצמיותה, מעין מדריכה פנימית - מתרה בה שלא תאפשר לינמרי לנתק אותה מביתה. התמודדות אינה ניתוק!

שורה של חלומות, סמוכים בזמן לאותו ביקור בשוודיה, מצביעה על הייאוש ממתן ביטוי לעצמיותה (ועם זאת, לעיתים, גם על התקווה לחיים):

"אני מנסה ללבוש את בגדי, בגדים פריקיים שאני אוהבת. אמא לא מאפשרת לי".

"מסתובבת בשוודיה עם חבורת יהודים. קבוצה של נאצים מחפשת אותנו שם. אני היחידה שיודעת שהם נאצים. אני מספרת עליהם לזאב". האסוציאציה הראשונה שלה לחלום הזה היתה: "כל המוסיקה הגרמנית שלימדו אותי, אין בה שום נשמה".

"מוציאים אותי להורג. אמא באה לבקר, אבל לא ממש מתרגשת מזה. בסוף אני משכנעת אותה לברוח ביחד איתי, אבל אני חוזרת לאותו בית שבו נכלאתי, כי שם יש גם חיים" (שלושת החלומות נחלמו במהלך שבועיים, בערך).

חלק מן המוטיבים מוכרים. שוב החלום הראשון שקוף למדי: אמא אינה מאפשרת לה להתלבש בבגדים שהיא עצמה בוחרת, ובולמת את הסיכוי להופיע בעולם באופן שיהלום את אישיותה. החלום השני מתחדד את הנושא, אם נראה אותו בהמשך לקודמו: כאן סכנת חיים של

ממש (כזו המוכרת מחלומות קודמים), כאשר ההקשר מלמד שמדובר במוות רוחני ולא פיסי. נראה שזה גם מסביר מדוע היא היחידה שחשה בסכנה, ואולי גם מדוע אמא - בחלום השלישי - לא מתרגשת מן המוות הקרב... שוב עתידה השאיפה לאינדיבידואציה להביא עליה מוות, אם לא תוּסַתֵר היטב! ובכל זאת, ממש כמו בחלום 'רועת הצאן', הקול הפנימי מחזיר אותה בסופו של דבר אל הבית ממנו היא נמלטת: "שם יש גם חיים!" השאיפה היא להתמודדות, לא להתנתקות. כלפי חוץ חוותה את עצמה כילדה קטנה ונטולת כושר החלטה, אולם מתחת לחזות השבירה שכנה ככל הנראה, נפש עצמאית וחזקה השואפת לתפוס את גורלה בידיה ולהתמודד עמם מתוך בגרות עמוקה. אותה שניות התבטאה בהכרה משמעותית שקיבלה באותה תקופה, להירשם לאקדמיה למוסיקה. ברובד אחד היתה פה כניעה ללחצי ההורים. אולם ברמה היותר עמוקה, האין זו בדיוק אותה 'שיבה הביתה' על מנת להתמודד?

החלום הבא, בערך חודשיים אחר כך, מרמז על האפשרות השניה: "נמצאת בבית הורי בשוודיה. רואה קוף מפחיד. אני יוצאת מהבית, וכשאני חוזרת אני מגלה שהוא הרס את הבית - אבל זה כבר הבית שלי בישראל. אחר כך באים החברים שלומדים איתי באקדמיה ועוזרים לבנות אותו מחדש".

שוב מופיע כאן הפחד הנורא מחלקי הנפש הדחויים, שלא מצאו ביטוי בעולם 'השוודי' המסודר של הוריה. האסוציאציה שלה לקוף היתה 'פראי, מטורף, לא אנושי'. סביר שהוא מבטא את הכוחות היצריים, התוקפניים, היחיתיים המאיימים להרוס את הבית השוודי המסודר. סביר עוד יותר שהדחייה עצמה שהוא נדחה היא ההופכת אותו לפראי ומטורף (הנחה שתקבל אישור בחלומות הבאים). הוא הורס את הבית, אולם מסתבר שאי אפשר להרוס רק בית אחד בלבד: הרס הבית 'השוודי' גורר בעקבותיו את הרס הבית הישראלי... הסיכוי לשיקום, מסתבר, הוא דווקא דרך החברים מהאקדמיה, המרמזים על חזרתה הקרובה לעולם הרוחני עליו גדלה. דווקא חזרה זו היא הפותחת פתח להתמודדות מחודשת עם ה'קוף' המסוכן לכאורה.

אתנחתא תאורטית: ממה, בעצם, נגה מפחדת? התכנים הנפשיים שהיא מכירה מתחלקים לשני סוגים: מצד אחד קיימים התכנים החביבים על הוריה: סדר ומשטר, מוסיקה מערבית קלאסית, כל אוצרות התרבות האירופית העשירה המסומלת על ידי הבית השוודי. קשה מאד להגדיר מה מאפיין את התכנים הדחויים. ודאי שהכמיהה לקדושה נחוות כד (כמו שמופיע במוטיב הדלקת נרות השבת ההופכת לטקס פגאני), אולם גם המיניות (הבגדים הלא צנועים שלובשות הנערות) השאיפה לבטוי עצמי (בגדים פריקיים קצת, כמו שאני אוהבת!) וגם הזעם המתעורר כששאיפה זו נבלמת ('אבא מתפוצץ באמצע בית הכנסת!'). נראה שהחלוקה בין שני עולמות התוכן אינה ניתנת להגדרה פשטנית נוסח 'המודחק הוא תמיד היצר המיני וכיוצא ב'. אדרבה, נראה שלא התוכן עצמו הוא המכריע, אלא הצורה שהוא מקבל. כל תוכן נפשי הינכנע לסדר ולמשטר האהובים על הוריה הוא טוב, כל מה שחורג מכך הוא רע.

אולם הטוב והרע עצמם הם מושגים בעייתיים בהקשר הנוכחי. האם המוסיקה הקלאסית, למשל, היא דבר 'טוב'? בעיני ההורים בוודאי. לנגה היא דווקא מכאיבה: אין בה נשמה, היא אומרת. ובכל זאת יש בה גם לא מעט מן הטוב - העובדה היא שנגה נמשכת אליה יש שם חיים. הסדר 'השוודי' אינו 'טוב', מבחינתה של נגה: הוא מסומל על ידי חבורת הנאצים הרודפת אחריה, או על ידי הדימוי המצמרר של ההוצאה להורג. גם העולם הנפשי הדחוי אינו 'טוב', הוא מסומל על ידי קוף הרסני ומטורף. התמונה, מסתבר, מורכבת יותר מן המצופה.

הבנה טובה יותר אם נניח שהחילוק המשמעותי אינו בין טוב לרע במובנם הפשטני, אלא בין תוהו לתיקון, ובמובנם החסידי.

כך מתאר הרב קוק את המונחים הללו: "ההדרכה הרגילה של תום ויושר, בשמירת המידות הטובות וכל דת ודין, זהו עניין תהלוכות עולם התיקון. וכל ההתפרצות מזה, בין מצד קלות דעת והפקרות ובין מצד עליות דעת והתעוררות רוח עליון, הוא מעניין עולם התוהו... האידיאליסטים הגדולים רוצים בסדר יפה וטוב, מוצק ואדיר כזה, שאין בעולם לו דוגמא ויסוד, על כן הם מהרסים את הבנוי לפי מידת העולם... נשמות דתוהו גבוהות הן מנשמות דתיקון, גדולות הן מאד. מבקשות הן אור גדול מאד, כל מה שהוא מוגבל, מוקצב ונערך, אינן יכולות לשאתו... שואפות הרבה יותר ויותר מהמידה, שואפות ונופלות. רואות שהן כלואות בחוקים, בתנאים מוגבלים שאינם נותנים להתרחב לאין קץ, למרומים אין די, והן נופלות בתוהו, ביאוש, בחרון..." (הרב קוק, אורות, קכא). זהו באמת חילוק מורכב: התוהו אינו רע. יש בו 'אורות גדולים' שלא מצאו את מקומם בכלים. גם התיקון אינו בהכרח טוב: יש לו אפקט מגביל עד חנק. סוד התיקון הבריא הוא הצמצום: בכל ילד יש יסוד חזק של תוהו. תפקידם של ההורים הוא לווסת את עוצמתו וללמד את הילד כיצד לבטא אותו - באופן מצומצם ומוגבל, אבל ממשי - בתוך מערכת הכלים התרבותית. הורה נבון יודע לסייע לילד לצמצם את אורו ולא לדחות אותו, והצעד הראשון לצמצום כזה הוא להכיר באור כאור, כלומר - כתוכן נפשי חיובי שעדיין לא מצא את מקומו. הוריה של נגה לא נהגו כך: מבחינתם היו 'אורות התוהו' שבקעו מילדיהם בגדר איום על מסלול חייהם השליו, ולכן נחוו כ'רעים'. האחים הגדולים ניסו למרוד ונכשלו. נגה למדה מכישלונם: היא ויתרה מראש על התגלות עצמיותה המיוחדת ברשות הרבים. כתוצאה מכך, העצמיות הנדחית על כל גלגולה (היצריים והרוחניים) התגלגלה בדמיונה למפלצת: מהרוע והטרורף בעיניו של זאב, בחלום הראשון, ועד להרסנותו של הקוף באחרון שהבאתי עד כה, כולם ביטויים לפחד מן העצמיות הדחוייה. מאידך גיסא, גם הדחייה עצמה מופיעה בחלומותיה כאקט אכזרי ומסוכן, כחבורת נאצים, כהוצאה להורג של עצמיותה.

לעיתים, כתוצאה מהבנת דינמיקה מן הסוג הזה, מתחוללת בנפש ריאקציה המהווה תמונת ראי של המצב הקודם. דחייה מוחלטת של הערכים בהם האמין אותו אדם קודם לכן, והשלטת התכנים שהיו דחויים עד כה על התודעה. בדרך כלל מתברר שפתרון כזה הוא מקסם שווא: שום טוב ממשי לא נוצר אם מחליפים את תוויות הטוב והרע. זהו בדיוק המבנה שרוטנברג מכנה 'דיאלקטי' (מצב של 'משחק סכום אפס, מאבק בין שני גורמים שרק אחד מהם אמור לשרוד), ממש כמו תפיסת מלחמת המעמדות, שבו מדיח מעמד אחד את זה ששלט, קודם ומכוון שלטון עריצות בעל אותו מבנה עצמו... נגה חתרה לפתרון אחר, דיאלוגי (מצב של דו-קיום יצירתי בין הגורמים המנוגדים), אינטגרציה של התכנים הדחויים בעולם הקיים, בלי להרוס את יסודותיו. ובלשון חסידית: "אורות דתוהו בכלים דתיקון".

המשך הטיפול: החלום הבא מבשר, לדעתי, את ניצני האינטגרציה ההולכת ונבנית: "אני הולכת ללדת, מסביבי התפוצצויות. אני פוחדת שמרוב פיצוצים יצא ילד מת... האחות אומרת לי: יהיו כאבים, אבל ייוולד ילד חי".

התינוק הוא נגה עצמה, או יותר מדויק: נגה כפי שהיתה אמורה להיות. תינוק, מטבעו, מבשר חיים חדשים ופוטנציאל שטרם התקלקל בסיבוכי החיים. האם יכולים הסיבוכים שכבר עברה להרוס את הסיכוי להיוולד מחדש? החלום אופטימי: יהיו כאבים, אבל הילד יחיה!
וכמה חדשים אחר כך:

"אני ואמא מטפלות בקוף. הוא בוכה מרוב כאבים". התעוררה בהרגשה טובה: "איזה כף, אני ואמא מטפלות ביחד...". האסוציאציה הראשונה שלה לחלום היתה: זהו אותו קוף שהרס את הבית בחלום הקודם... נראה שהיא בוחנת את האפשרות לשלב את 'אורות התהו' בעולמה של אמא, אולם עדיין בהיסוס רב. החלום הבא מבטא את הספק:

"עומדת בתחנת רכבת, בשוודיה, עם שתי חבילות. יודעת שכדי להגיע לשבת צריך להיפטר מאחת מהן". השבת, חשבה, מסמלת את הבית שעוד יהיה לה, בעזרת השם. היא עדיין אינה מאמינה שניתן להגיע לשם עם 'שתי החבילות'. נראה לה שחלק מהתכנים הנפשיים יצטרך להידחות.

בשיחות עולה שאלת יכולתה לעמוד על שלה. באותה התקופה היא כבר לומדת באקדמיה למוסיקה, וחשה את עצמה חריגה עד מוזרות. כולם מתלהבים מן החומר הנלמד, ורואים בו את פסגת הרוחניות. נגה חולמת על שילוב בין מוסיקה קלאסית לתכנים יהודיים, ואולי גם עם מוסיקה חסידית (הנחשבת שם לפולקלור, במקרה הטוב). היא חשה שגישושיה לקראת עולם רוחני משלה מתחילים ללבוש צורה, אולם האם תדע לדבוק בו לנוכח מציאות כל כך לא מעודדת? החלומות הבאים מצביעים על עוצמת ההתלבטות:

"אני מסתובבת ברחוב, מחפשת את בית הכנסת שלי. מסביבי גויים ולא נעים ליי". היא מחפשת את העצמי שלה את המקום המסמל קדושה וקשר לבורא. כבר אינה מסתירה את החיפוש מעין כל. מסביבה עוברים ושבים הזרים לרוחה, ונוכחותם מטרידה, אולם כבר אינה איום של ממש. "יום כפור. אני מסתובבת באקדמיה למוסיקה. כולם אוכלים, ולבסוף גם אני מוצאת את עצמי אוכלת. תחושה רעה". עדיין אפשר להסיטה מדרכה, לגרום לה לאכול את האוכל שלהם ביום הקדוש לה.

"אני רואה בחורות שנתפסו במכונית על ידי איזה גורם לא ידוע. רוצה לדווח למשטרה, ולבסוף נתפסת ביחד איתן. מסתבר שזה למטרות זנות. אני ניגשת לאחראי על המקום ואומרת לו בתקיפות שאני דתייה ושארף אחד לא יגע ביי". בסכנה להתפתחותה גדולה מאד. הכניעה לעולם הסובב (ובמקרה הזה, למתירנות המינית השלטת בו) יכולה 'לתפוס' אותה, ולהפילה בשבי. אלא שמול הסכנה עומד עכשיו 'אני' המסוגל יותר לעמוד על שלו, בתקיפות ראויה. ובתוך כל ההתלבטויות הללו נמשכת החתירה להתגלות העצמי, כשהיא מופיעה בסמלים יותר ויותר מפורשים:

"אני הולכת בעיר קבורה, ארכיאולוגית, מתחת לירושלים. מחפשת את שרידי בית המקדש. מגיעה לחומה הרוסה: כאן המקום". מתחת ל'ירושלים' העכשוית נמצא בית המקדש, הסמל העתיק להתגלות הא-לקית בעולם, ויש להעמיק לחפור כדי להגיע אליו.

ועוד חלום מאותו לילה ממש, המסביר ביתר בהירות את הקשיים בפניהם היא עומדת:

"כואבת לי היד, אבא מופיע כרופא מנתח. פותח לי את היד ומגלה - אין שם דם, רק תווים של באך. אני נחרדת, אבל הוא רק צוחק וסוגר את החתך. אומר לאחיות: תנו לה המוגלובין". האסוציאציות הבהירו עד כמה החלום מתאר את חוויות החיים בעולם הזר לרוחה, "עולם של גברים" קראה לו: אבא, אמא שהיא "אישה גברית", אפילו המורה שלה לנגינה (הוספתי: "גם המטפל"...) והיא חייכה: "באמת לפעמים אני שואלת את עצמי למה לא הלכתי לאישה...". בעיקר, הוסיפה, התרבות המוסיקלית של בטהובן ובאך, שכולה צועקת גבריות: מופשטת, קרה, שכלתנית, נטולת רך או חולשה של בשר ודם... כמה קשה להיות אישה בעולם כזה! היא זקוקה להמוגלובין, שהרי 'הדם הוא הנפש'. כדאי לשים לב לכך שדווקא אבא הוא המבקש מהאחיות

לתת לה עירוני דם. נגה פונה כאן דווקא לדמות האב שבקרבה ומבקשת ממנה תמיכה בכמיהתה ללגיטימציה של זהותה הנשית. שוב אנו נתקלים באותו דפוס: השתדלות לכלול בזהותה יותר ויותר מתכני העצמי האמיתי שבקרבה, בלי להרוס את הזהות המוכרת לה, עליה גדלה (ממש כמו באותו חלום שבו היא ואמא מטפלות יחדיו ב'קוף', המסמל את העולם הנפשי שנדחה מן התודעה - בין היתר על ידי אמא בעצמה... מרשים לגלות עד כמה עולמה הפנימי של נגה שואף לדיאלוג!).

עוד חודשים עוברים. נגה מתחילה לצאת עם בחורים. גם קודם היו הצעות, כמובן, אלא שעכשיו החלה לאזור עוז ולבחון את עצמה בהקשר לסוגיות. רוב הקשרים הם קצרים לימים, אבל עולמה מתמלא בתהיות לגבי הבית שברצונה לבנות. שלא במפתיע, שאלות אלו מוצאות להן ביטוי עז בחלומותיה.

"חתונה, אבל אין חתן. אני מרוצה מהמצב, בהתחלה, אבל אחר כך נלחצת: איפה החתן?" לכאורה חלום פשוט ובהיר. נגה חשה מוכנה לנישואין, אבל אינה מוצאת מועמד מתאים - איפה החתן? הפירוש התקבל על דעתה, אולם במהלך השיחה נזכרה בחלום שחלמה מוקדם יותר באותו לילה:

"פגשתי בחור שמאד מצא חן בעיני, אבל לא יכולתי לתקשר עמו, בגלל שלא הבנתי מהו - הוא היה בכנסיה, אבל היה ישראלי ודיבר דברי תורה". נראה, אם כן, שתחושת ה'אין חתן' אינה נובעת רק מהיעדרות פיסית של מועמד מתאים, אלא מתהייה אמיתית לגבי הבית שברצונה לבנות. האם יוכל להמצא לה חתן היכול להכיל את כל מרכיבי הזהות השונים שלה?

אתנחתא תאורטית: מושגיו של יונג יכולים לעזור בהמשגת ההתלבטות הזו. יונג טוען כי כל זוגיות מתבססת על 'חתונה פנימית' בין המרכיבים הנשיים והגבריים (כאנימה ואנימוס) בנפשו של כל אחד מבני הזוג. מרכיבים אלו הם מולדים ביסודם ('ארכיטיפים'), אולם מקבלים את צורתם המסוימת במהלך חייו של האדם בתוך מציאות נתונה. כדי להגיע לבשלות המקווה, על האדם לגבש לו את זהותו כגבר או כאישה (כלומר, להזדהות עם האנימה או עם האנימוס שבקרבו), ולכוון את כמיהתו כלפי הצד האחר, או המשלים, לזהותו שלו²⁵ (קל לזהות את היסודות הללו עם המושגים הקבליים של 'קב"ה' ו'שכינה', המכונים גם הם 'זכר' ו'נקבה'). חלק נכבד מקשייה של נגה ביצירת זוגיות נבעו מכך שחלקים חשובים בזהותה שלה היו דחויים ומאיימים, ובו בזמן חיוניים ובעלי משמעות עמוקה עבורה. רק כאשר יכלה להגיע להשלמה כלשהי עם זהותה שלה, יכלה להתחיל להרהר הדבר זהותו של הגבר עמו היא שואפת לבנות את ביתה. אלא שגם כאן מופיעים אותם קשיים. לנגה זהות מורכבת ועמוקה שאינה מוצאת את ההרמוניה הפנימית שלה בקלות. האם הגבר שהיא מחפשת - ה'אנימוס' שלה, עתיד להיות בעל זהות מורכבת באותה מידה? האם ניתן יהיה לבנות קשר בין שתי זהויות מורכבות?

המשך הטיפול: נגה המשיכה בלימודי המוסיקה, כשהיא חשה יותר ויותר בטוחה בזהותה הדתית ובנשיותה. מדרך הטבע החלו להופיע מחשבות על סיום השיחות. חשתי שההתלבטות היא במקומה. יכולת ההתמודדות שלה השתפרה מאד במהלך הזמן, ובטחונה העצמי גבר, ויחד עם זאת חשה שהטיפול משמש לה מעין מגן מפני נפילות נוספות, אם יהיו. שוחחנו על שני צדדיה של ה'משוואה' הזו, כאשר ברור היה לשנינו שבסופו של דבר ההכרעה תיוותר בידיה שלה, ומן הסתם הדילמה לא תעלם, והחרדה מן הסיום תישאר בעינה במקביל לשאיפה להתמודד בכוחות עצמה.

החלום הבא משקף את בטחונה העצמי הגובר.

"נמצאת בכנסיה, שומעת מוסיקה. שמה לב לאופי הנוצרי של המוסיקה, אבל לא נבהלת מזה. הכומר מציע לי אוכל, ואני דוחה אותו למרות שמבטיח שזה צמחוני. אני מתעוררת בתחושה טובה". נגה כבר אינה נבהלת מן העולם הרוחני הזר, ואינה ממהרת לדחות אותו. יחד עם זאת, אי אפשר לכפות עליה מזון שאינה רוצה בו.

חלום אחר, קצת יותר קרוב לסיום, ושקף יותר את החרדה:

"נמצאת באפרת שבגוש עצינן. מדליקה נרות שבת, אבל בליבה יודעת שלא תוכל להשאר שם. שומעת יריות ונבהלת, נזכרת שעליה לנסוע לירושלים".

אפרת, אמרה, היא מקום ברור וזהותו ברורה וידועה: מקום דתי-לאומי-בורגני. היא דווקא משתוקקת להישאר בו לשבת (כלומר, לבנות בו את ביתה לחיים), אבל משהו דוחף אותה לירושלים דווקא, שהיא עיר "שבה הכל מעורבב" (כלשונה). דתיים, חילונים, כל הזהויות חיות שם יחדיו. דווקא בירושלים, תמצא את עצמה. חשבנו על משמעותן של היריות, והבנו שהן באמת חלק בלתי נפרד מן החיים. אלו הם הקונפליקטים שימשיכו להטריד אותה ככל שתמשיך לחיות בעולם המורכב של ירושלים, המכיל זהויות כה רבות שחלקן כל כך שונה משלה. המעניין הוא שהיריות אינן מוגבלות לירושלים המעורבת. גם באפרת יורים, ואולי דווקא אותן יריות הן הדוחקות אותה לכיוון ירושלים... מסתבר שהקונפליקטים האמיתיים הם באמת פנימיים, והבריחה למקום של זהות ברורה והומוגנית לכאורה אינה משתיקה אותם!

זמן קצר אחר כך סיימנו, ממש באמצע המסע הפנימי לירושלים. סיימתי בלא מעט חשש. ראיתי את הדרך הארוכה שנעשתה והאמנתי בכוחותיה, אולם הושפעתי גם מן הפחדים ששבו ועלו. לא דחקתי בה להמשיך בטיפול, למרות חששותי. העתיד הוכיח שנגה אכן ידעה להתמודד ולהמשיך במסעה הפנימי. היא סיימה את לימודיה, מוצאה עבודה הנותנת ביטוי לכישוריה ולידע שצברה. גם בתחום הזוגיות היתה התפתחות. זמן מה לאחר סיום הטיפול נוצר קשר מחודש עם שחר, והפעם מתוך תחושה של יתר בשלות. הם התחתנו, ולמיטב ידיעתי חיים בטוב.

סוף דבר: ברצוני לדון, דרך ספורה של נגה, בשאלה - מה עושה הפסיכותרפיה.

בפרק הפסיכולוגיה המערבית הוצגו שתי פרספקטיבות כלליות. האחת פסיכואנליטית, ועיקרה בכך שהפסיכותרפיה עוזרת לאדם להתמודד עם הכשלים שבעברו. חכמי הפסיכואנליזה נחלקו בשאלת מהותם של אותם כשלים. החל מפרויד שדיבר על גלגולו המתעוותים של היצר שלא זכה להגיע למטרתו, ועד לקוהוט שעסק בעצמי שלא קיבל את התמיכה הראויה מן היזולת עצמי. הנחת היסוד של כולם היא שהטיפול משתדל להגיע לשורשי הבעיה, על מנת לאפשר למטופל התמודדות מחודשת עימם, בריאה ובוגרת יותר. קל לפרש את סיפורה של נגה באופן הזה. האם הקרה והלא מכילה; האב הנרקסיסט, הכמיהות היצריות שנדחו מן התודעה והופיעו רק בפחדיה של נגה מהרסנותה שלה, כולם נראים כתואמים הסבר פסיכואנליטי.

כיוון אחר ומנוגד הבאתי בשמו של ויקטור פרנקל. בעיני פסיכותרפיה טובה מסייעת לאדם למצוא בחייו רובד עמוק של משמעות, שתתן לו טעם להתמודד עם המציאות הפנימית והחיצונית. מבחינתו אין טעם בירידה לשורשי הבעיות, משום שכולן אינן אלא סימפטום לוואי לריק הקיומי, שהוא מצבו של האדם שאיבד את טעם חייו. לפי הגישה הזו אין עניין רב ב'סור מרעי', ויש להתמקד בעשה טוב. שלא במפתיע, ספורה של נגה משקף באופן מרשים ביותר גם את הגישה הזו. רבים כל כך מחלומותיה מתפרשים בחיפוש אחר העצמי הנסתר שלה, המופיע

²⁵ כדאי להזכיר כאן כי גם אריקסון, השייך למסורת הפסיכואנליטית ולא ליונגיאנית, מדגיש כי גיבוש הזהות

בסמלים שונים ומגוונים: רועת הכבשים, האישה המסתורית המנחה אותה בחזרה לביתה, בית הכנסת או בית המקדש הקבור תחת ירושלים. גם מבחינת המציאות ניתן היה לזהות את החיפוש אחר משמעות חייה, והיא אכן חיפשה אותה באופנים רבים: בעליה לארץ, בלימודי היהדות, בשאיפה ליצירה מוסיקלית 'יהודית'.

אם ניתן ללמוד עקרון כללי מספורה של נגה, זהו לדעתי העיקרון. אי אפשר להפריד בין שתי הפרספקטיבות העוסקות בפסיכותרפיה. הכוח המניע את התהליך היה, לדעתי, שאיפתה של נגה לגלות את עצמיותה, אולם התהליך עצמו התנהל דרך עבודה פרטנית ומורכבת על שלל המכשולים שעמדו בדרכה של ההתגלות הזו, והם היו רבים: החל מראית כמיהתה לעצמיות כאדם מטורף ורע, כקוף הרסני, דרך פחדיה מהיותה ניצבת במנוגד לתביעות ההורים (עד כדי כך שמגיע לה עונש מוות!), ועד לזיהוי מדויק יותר של מכשולים ספציפיים ('אשה בעולם של גברים', וכיוצ"ב).

כל אחת מן הפרספקטיבות תרמה את תרומתה, אבל בעיני חלק מתרומתה של החסידות היא ביכולתה לאחד את שתיהן בתמונה מורכבת אחת. הנשמה, אומרת החסידות, שואפת להופיע בעולם של כלים. שאיפתה זו גומרת, באופן פרדוכסלי, 'לשבירה', להופעת עולם של תכנים נפשיים המתבטאים באופנים מוגזמים ומעוותים - 'קליפות'. עבודת התיקון היא חיפוש ה'ניצוצות' הנפשיים הכלואים באותן קליפות. כל אדם המגיע לטיפול סובל מכשל כלשהו בתהליך התיקון. החשיבה הפסיכואנליטית מסייעת לנו לגשש את דרכנו בנתיבי הקליפות, אולם העיסוק בקליפות אינו מטרה לעצמה. הוא נחוץ כדי לברר את ניצוץ האור שנכלא בהן. רק צירופן של שתי הפרספקטיבות יכול להציע תמונה קוהרנטית ושלמה של תיקון.

בנימין ומרגלית

שתי הפגישות הראשונות היו רגועות ונעימות, וקל היה לי לחוש אמפטיה. אולי משום שמהו בי מתרגש למראה קשר זוגי בין אנשים שונים כל כך. בנימין הוא בחור ספרדי, חילוני באופן די מודגש. מרגלית דתייה ואשכנזיה. הוא שמנמן, חסון ומוצק במשנהו, והיא דקה וזקופה יותר. לשניהם חוש הומור דק ושפה עשירה. דווקא לכן, לעיתים, גם כשהם מתארים תכנים רגשיים קשים האווירה בחדר יכולה להיות עליזה ומבודחת. ובכל זאת הם תארו מריבות קשות והרסניות ביניהם, על רקע של דחייה קשה מצד משפחותיהם שאינן מאושרות מעצם הקשר. גם לגבי ההחלטה על הנישואין היו להם גרסאות שונות. מרגלית היתה בטוחה שמדובר בהחלטה משותפת, בעוד שבנימין זכר את עצמו פאסיבי לגמרי. לדבריו, הם היו בעיצומו של מאבק עם המשפחה שלה שדחתה אותו וקיטרו ביחד על העולם הרע והמכוער ופתאום היא שאלה אותו משהו כמו "מתחנתים?" והוא, בחוסר מחשבה, "הלך עם זה...". גם את הקטע הזה הציגו בהומור. למיטב זכרוני, דבר לא הכין אותי לעוצמותיה של הפגישה השלישית.

כבר בכניסתם היה משהו מאיים. מבטיו של בנימין היו חודרים וזועמים, כאילו הוא עתיד להתפרץ בכל רגע. מרגלית היתה מכונסת בתוך עצמה. עצובה וזועפת "תתחילי את" סינן "לך יש טענות, לא?" שתיקה. "דבריי!" הרים את קולו. "טוב" פתחה, "קשה לי שהוא מתפרץ עלי בכל מריבה, קשה לי כשהוא מאשים אותי על זה שהתחתנו, כל פעם שאנחנו רבים זה עולה...". כאן הוא התפרץ בשאגה "אתה רואה?" קרא אלי, "עוד פעם היא עושה את זה! מאשימה... נמאס לי, טוב! כן, את פיתית אותי לנישואין הדפוקים האלה, תגידי שלא? אני לא רציתי! לא רציתי קשר! לא רציתי לחיות!"

"אתה רוצה לומר" ניסיתי להשחיל משפט "שמרגלית פיתתה אותך לחיות? למה אתה מתכוון?"

הוא נעץ מבט זועם "גם כן אתה... נמאסתם שניכם!" ואז יצא בטריקת דלת עזה. ישבתי המום למדי, והבטתי במרגלית היא קמה ונעצה בי מבט תקיף וכועס "אתה לא מכיר את בנימין" סיננה "הוא בכלל לא כזה. הוא יכול להיות מקסים וכיפי. ככה הוא היה כשהכרנו. תחזיר לי אותו כמו שהוא היה" ויצאה גם היא בטריקה.

נשארתי לבד בחדר, מנסה לאסוף את מחשבותיי. האם שגיתי בניווט השיחה? לא נראה לי, הרי כמעט לא הספקתי לומר כלום. הצטערתי בשבילם, שכך הם מבלים את חייהם המשותפים, אבל הנחתי שאין בידי לעשות כלום, והייתי בטוח שהטיפול הסתיים. טעיתי. באותו ערב קיבלתי טלפון מבנימין. "אני מצטער על היום" אמר, חשבתי על מה שאמרת, ואני חושב שצדקת לגמרי. אני חייב להבין למה אני מתפרץ ככה, אם אני רוצה לצאת מזה אי פעם". לא זכרתי שאמרתי דבר כזה, אבל זה באמת לא אומר כלום. הסכמתי עם הציטוט מדברי, וידעתי שזה בדיוק מה שהייתי אומר אילו הייתי פחות המום. מסתבר שבאמת הייתי פחות המום בשיחה ממה שזכרתי אחר כך... איך שלא יהיה, כאן היתה תחילתו של הטיפול בפועל.

בנימין הוא ילד שכונת מצוקה באחת הערים הגדולות. הוריו עלו ממרוקו בשנות ה-50, ועברו את מסלול הייסורים השכיח של אז שתואר פעמים כה רבות בספרות ובמחקר. לבנימין יש עשרה אחים ואחיות, והוא אחד מהצעירים שבחבורה. אביו, פועל קשה יום, נעדר רב הזמן מן הבית וגם כשהיה בו לא היתה נוכחותו 'אבהית'. רוב הזמן היה סגור בתוך עצמו, זועף ומאיים. תפקידו העיקרי בבית היה הענשת ילדים שהפריעו את מנוחתו, או שאשתו התלוננה עליהם... בנימין שנא

אותו. "לא בגלל המכות" אמר פעם "אמא הענישה יותר, בסופו של דבר. אבל היא כן אהבה אותנו, ואז לא היה איכפת לחטוף ממנה. משביל אבא לא היינו קיימים. היו שתי אפשרויות: או להיות בשבילו אפס, אפס ממש, לא נחשב. או להיות... (וכאן היסס ואמר) פחות מאפס, בצד השלילי המפריע". אווירה בבית היתה מסורתית ופטריארכלית, אלא שנכון יותר לתארה כקריקטורה של פטריארכליות. אבא היה מקפיד מאד על כבודו, נפגע בקלות, זועם, צועק, מרביץ, אבל לא מילא את תפקידיו של 'ראש משפחה' פטריארכלי: הדרכה, העברת מסורת הדורות והנהגת הבית שבראשו הוא עומד.

אמא היתה אחרת, חמה ומסורה, ובנימין חש קשור אליה ותלוי בה. עד היום הוא צריך להיאבק עם תחושות אשמה כאשר אינו ממלא בקשה שהיא מבקשת. רק במהלך הטיפול נעשה מודע למחיר הרגשי של תביעת הנאמנות המוחלטת שאמא מציגה בעצם הווייתה ומסירותה.

בנימין עצמו היה ילד שאפתן ומלא זעם. למד בבית ספר אינטגרטיבי דתי, כאשר המורות כולן "אשכנזיות, דתיות, מתחסדות וצבועות", כלשונו. ילדי שכונתו זכו שם ליחס משפיל ומזלזל. זכורים לו חוגי העשרה שבהם השתתף, כאשר מלבדו היו כולם ילדים אשכנזים משכונות מבוססות. לא ידע לו קל 'להידחף' לאותם חוגים, וגם בהם חש מושפל. זכורים לו עונשים פיסיים שבהם 'התכבדו' הילדים הספרדים, בני שכונתו. פעם, כשהיה כבר באחת הכתות הגבוהות ביסודי, מורה אחד האשים אותו באשמת שווא כלשהי, והתקרב אליו כדי לסטור לו. בנימין, שכבר היה נער חזק ומגודל, נעמד באיום ואמר לו: "בוא, תנסה לתת לי סטירה!" כשתיאר זאת אמר: "רצייתי שהוא ינסה, זה היה נותן לי סיבה לפרק אותו. הוא לא ידע כמה כעס כבר היה בי. אבל הוא קלט משהו, אני חושב, כי הוא פשוט הסתובב והלך".

לאחר התיכון בנימין הלך לשיבה גבוהה. ראשית שהותו בה היתה פרק חריג בחייו, שכן לראשונה חש הזדהות עם המסגרת בה היה. ראש השיבה היה אדם כריזמטי, שפיו מלא דרשות בשבת אידיאלים תורניים נשגבים. בנימין נשבה בקסמו, לזמן מה. לרגע קל חש שלפניו דמות שעמה אפשר להזדהות, ושאותה אפשר להעריך... אלא שההתלהבות היתה קצרה. לאחר חודשים לא רבים החלה גם הדמות הזו להיסדק. לא באופן קשה. הוא שם לב שלראש השיבה אין תשובות לשאלות הקשות באמת שהציקו לו כמתבגר. למשל, שאלת טובו של הבורא מול הרוע שהעולם מלא בו. ורע מכך, הוא גם לא הודה בכך שאין בידו תשובה, אלא ניסה להתחמק: "תנסה לחשוב על זה מתוך מבט תורני" אמר "ותראה הכל אחרת". בנימין ראה בכך התחמקות ותו לא. גם באורחותיו האישיות, הסתבר, אין אותו ראש ישיבה מגיע לגבהים שהוא מדבר עליהם, ופה ושם נראה היה לבנימין שהגשמת האידיאלים נדחקת מפני טובתו האישית... מלא הכזבה, הוא התגייס לצבא.

ושוב, אותו סיפור ממש חוזר על עצמו. בנימין התגייס לסיירת מובחרת מאד, מלא שאיפות ואידיאלים גדולים. מהר מאד התנפצו כל חלומותיו הנשגבים למול המציאות הקשוחה של הצבא. היה לו מפקד שאפתן, מגלומן וסדיסט, שנהנה להתעלל בפקודיו. רוב החניכים שיחקו את המשחק, הנמיכו ראש וקיבלו עליהם את ההתעללויות הקפריזיות. הרי כולם יודעים ש"ככה זה בטירונות" ו"זה רק תקופה" ו"כולם עוברים את זה" וכיוצא באלו ניחומים. לא בנימין. הוא זעם, הגיב בביטויי תוקפנות שדי היה בהם כדי לעורר את שנאתו של המפקד, שבחר בו כאובייקט מועדף להתעללות. לאחר פציעה באימון עזב את היחידה ואת הצבא, רק כדי להיתקל בעוד גוף המתיימר להיות אבהי ותומך ובעצם התגלה כמנוכר, דוחה ומתחסד: אגף השיקום של משרד הביטחון.

בנימין השתקם מן הפציעה הפיסית, אבל לא מן הפגיעה הנפשית. הוא חש עצמו מובס, מלא שנהא לעצמו ולעולם כולו, לכל מי שהכיר אי פעם ובעיקר לא-לקים שברא עולם שכולו מכשיר עינויים סאדיסטי. בתקופה הזו הוא "הוריד את הכפה" כאקט מחאה נגד "א-לקים והדתיים שלו". והשתדל לחיות מתוך הסתגרות ושנאת אדם.

במצב הזה פגש את מרגלית.

אתנחתא תאורטית: נראה שחיו של בנימין מאופיינים על ידי חזרה עקבית ומדויקת של אותו דפוס בסיסי: שוב ושוב הוא נתקל בגופים סמכותיים, צבועים ובדרך כללי סדיסטים. שוב ושוב הם חושפים מולו את פרצופם האפל והמכוער ביותר, ושוב ושוב מתחולל מאבק בין כוחות בלתי שווים, ובנימין מוצא את עצמו מובס ופגיע. התיאורים המפורטים של הפגיעות שנפגע הם באמת קשים, ונראה שאין טעם לפקפק באמתותם. ידוע שדברים כאלו אכן התקיימו, ובחלקם עדיין מתקיימים. מורים בעלי מנטליות גזענית היו וישנם, וכמובן מפקדי צבא בעלי נטיות סדיסטיות ושכרון כוח מגלומני. קל להניד ראש ולומר משהו כמו "ודאי לאחר חיים כאלו מה הפלא שהתוצאה היא אדם מרוט עצבים השונא את עולמו ואת חייו? תגובה כזו אינה שגויה, ולא פעם גם אמרתי לו דברים בכיוון כזה. אלא שזוהי רק חצי מן התמונה.

חציה השני הוא בנימין עצמו. מה יש בו ההופך אותו לימושך אש? למה דווקא הוא מושך אליו את צדם האפל של האנשים והמוסדות בהם הוא פוגש? התשובה ברורה, לכאורה: בנימין עצמו 'מכוונן' לאותו צד אפל. הוא מבחין בו, כועס עליו, מסרב לכופ את ראשו כלפיו. ניתן לתארו בעדינות כילד הקורא 'המלך ערום', אלא שהילד בספור הוא תמים וחמוד, בעוד שבנימין מלא שנהא וזעם. מה דוחף אותו למאבקי, בהם הוא מפסיד שוב ושוב? קל לומר שדפוס זה קשור לדמותו של אביו. אבל כיצד יוצר הקשר הלקוי עם האב את הדפוס ההרסני ממנו סובל בנימין?

בראשית ימיה של הפסיכואנליזה, היתה מערכת היחסים שבין אב לבנו במרכז ההתעניינות. הדרמה של אדיפוס, שתארה כיצד נאבקים שניהם על חסדיו של 'אובייקט' אחד (אישתו של הראשון, אמו של השני) היתה המודל הפסיכואנליטי הראשון של קונפליקט מובנה שאין להתחמק ממנו. לכאורה, קל לשייך את סיפורו של בנימין ליחשבון אדיפוס' בצורתו זו - בנימין שונא את אביו ואוהב את אמו ממש כאדיפוס הסטריאוטיפי ביותר. למעשה, קשה מאד לראות ביחסייהם של בנימין ואביו אלמנט של תחרותיות מכל סוג שהוא. תחרות היא יחס, ועיקר תלונתו של בנימין היא על חוסר כל יחס שהוא.

אלא שהמחשבה הפסיכואנליטית לא נשארה זמן רב בתפיסה הפשטנית ממנה החלה. ככל שהתקדמו חקירותיו של פרויד, כן התגלתה לו יותר המורכבות העצומה של הקשר אב-בן. מסתבר שהבן אוהב את אביו לא פחות משהוא ירא ממנו ושונא אותו. פרויד המאוחר, ועוד יותר ממנו - מלני קליין וויניקוט, שמים את הדגש על הקשר השלם והמורכב הזה. לפיהם, קשר חיובי בין אב לבנו מכיל יסודות של שנהא לצד יסודות של אהבה וכמיהה לחום. הילד, ולאחריו הנער, זקוקים לדמות אבהית שתוכל לעמוד מול הזעם והשנאה (הקשורים ליתסביך אדיפוס' במובנו המקורי) בלי לאבד את היותו 'אב': אוהב, מדריך, מתייחס. תפיסה זו של האבהות, שהיא בוודאי מתוחכמת בהרבה מקודמתה, יכולה באמת להאיר את עינונו לגבי סיפורו של בנימין: גם לפי ניסוחו שלו, השנהא שרכש לאביו לא נבעה ממידת הדין שביחסייהם, היות האב תקפני ומעניש, אלא דווקא מחסרונה של מידת החסד המאזנת, מכך שלא חש מעולם שהוא חשוב ומשמעותי לאביו. במידה רבה נובע זעמו מכך שמעולם לא היה לו אבא.

אלא שגם המשגה זו, למרות תחכומה, מסבירה רק צד אחד ביחסו של בנימין לאביו (ודרכו, לכל יתר דמויות האב שפגש). זעמו אינו נובע רק מכך שאביו לא היה אבא, אלא בעיקר משום שהתחזה לכהן, והצביעות היא זו שמוציאה אותו מדעתו. זה מתחיל באביו האמיתי, והחיקוי הנלעג של משפחה מסורתית, ללא נשמתה של אבהות כזו: האכפתיות והרצון להגן על ילדיו ולהדריכם. נראה כאילו האב נצמד לאיזה מושג של 'אבהות' מופשטת, אולי כזו שאותה ראה בילדותו, ומה שחסר באבהותו הוא 'רקי' המאמץ לקשר אותה לבניו, שהם בני אדם בפני עצמם, בעלי אישיות, עמדות וצרכים רגשיים משלהם.

בעקבות המשגתו של רוטנברג (רוטנברג, תש"ן. עמ' 121) ניתן לנסח זאת במונחים חסידיים: האבא הזה אינו מוכן להצטמצם. שהרי זוהי משמעות מושג הצמצום: הנכונות 'לרדת' מאיזו אידיאה שאני מחזיק בה כדי ש'המקבלי' - הבן או התלמיד - יוכל לקבל ממנה משהו. צמצום כזה נובע מן הרצון לתת, כשהוא מתחשב ביכולתו של המקבל לקבל. ללא הצמצום, אידיאות האבהות רומסת את הבן ואינה מטפחת אותו. יותר מזה - האב המוכן להצטמצם נמצא בדיאלוג מתמיד עם בנו, ובתוך הדיאלוג הזה יש מקום לכל סוגי הרגשות, לחסד ולדין, לאהבה ולשנאה. כל הרגשות האלה, כשהם הופכים חלק מן הדיאלוג הם עוברים בהכרח מיתון מסויים, והופכים לתחושות אנושיות. כאשר האב מנותק מקשר עם הבן, נותר הבן עם כל אותם רגשות כשהם במצב בלתי מעובד, והם נחווים על ידו כהרסניים. בלשון חסידית: ה'צמצום' של האב יוצר 'כלי' המאפשר גם לבן 'לצמצם' את מידותיו שלו, ולהפכם מ'מידות דתוהו' ל'מידות דתיקון'. כשאינן צמצום נותרות המידות כ'מידות דתוהו', והן נחוות כ'שוברות כלים', הרסניות ומפחידות. עולמו של בנימין מלא געועים לאב, ודווקא לאב מושלם, אידיאלי, שכן רק מתוך מגע עם אב אנושי 'מצטמצם' יכול הבן לוותר על האב הפנטזיוני המושלם. אדם חייב ללמוד שניתן לקבל את אביו הממשי ולאהוב אותו כאב למרות כל חסרונותיו, ולימוד זה אינו יכול להיות אלא מתוך קשר עם אב מסויים, כזה שאפשר לכעוס עליו, להתאכזב ממנו לפעמים, ועדיין לאהוב אותו ולקבל את סמכותו כאב. לבנימין לא היה ניסיון כזה. כל מי שעומד מולו כבעל סמכות מעורר בו כמיהה, יחד עם חשדנות עצומה: לעולם אינו מאמין באמת שכמיהתו לאב עשויה להתמלא. הסדק הקל ביותר בדמות הסמכותית מעורר בו את תחושת הצביעות, ועמה את הזעם המפחיד בהרסנותו. לעיתים קרובות, כנראה באמת נתקל בצביעות ובסאדיזם. במקרים אחרים יתכן שהגיב תגובת יתר. בכל המקרים חש עצמו אנוס להיכנס למאבק חזיתי, ובכולם הובס בסופו של דבר.

היתה לו חוויה חיובית ביחסו עם אימו, גם הם לא היו נקיים מקשיים. יתכן שחוויה זו היא שנתנה לו את הכוח להתמודד שוב ושוב, ואולם התבוסות החוזרות ונשנות שחוה הפכו לוודאות עיקשת שאין עבורו מקום בעולם. לא פעם התבטא כאילו פותה לחיות בעולם השנוא עליו והשונא אותו. כזכור, זו היתה תחושתו כאשר התפרץ כלפי מרגלית בפגישתם השלישית אצלי.

המשך הטיפול: סיפורה של מרגלית היה שונה. מרגלית היא בת למשפחה מבוססת קצת יותר, ובעלת דימוי עצמי גבוה בהרבה. הוריה מורים, ומשכילים, צחי לשון. הבית מתנהל לפי כללים ברורים ונוקשים, תוך הקפדה על נימוסי שולחן משובחים ולשון עברית גבוהה ועשירה. מילדותה היא זוכרת חוויה של חוסר אונים תמידי, מעין ודאות שלעולם לא תוכל לעמוד בכללים המוקפדים של הבית. זיכרון ילדות בנאלי לכאורה משקף את חווייתה: אמא מבקשת ממנה להכין את הדלי לשטיפת רצפה. היא לא בטוחה איך לעשות זאת, או לאן להביא את הדלי, וכשהיא שואלת אמא מתרגזת: "תחשבי בעצמך". מרגלית התרגזה גם היא, עמוק בליבה: "הרי איך שלא אעשה את זה בסוף זה יצא שלא הייתי בסדר... תמיד בסוף תחשבו שאני דפוקה". החוויה של

'להיות דפוקה' נחרטה בליבה בעומק רב. את ילדות היא זוכרת כעגומה וקודרת, עף על פי שהיתה 'ילדה טובה' ותלמידה טובה. גיל ההתבגרות זכור לה כתקופה יותר טובה, אולי משום שלמדה בפנימייה ולא נאלצה להתמודד עם הביקורת הבלתי פוסקת של אמא. ויחד עם זאת, גם בתקופה ההיא לא מצאה בתוכה את האומץ לעבור תהליך אינדיבידואליזציה אמיתי כזה שמסוגל לערער על מוסכמות, להטיל ספק במסורת המשפחתית ולחפש בגלוי דרך משל עצמה. לכל אורך התקופה, מסתבר, היתה ונותרה 'ילדה טובה' ואת מקוריותה בטאה באופן מופנם להפליא. היא פיתחה למשל, חוש אסתטי ייחודי ועדין. גם כשהייתה חולקת על דעות שרווחו במשפחה, דעותיה נותרו בהיחבא. חווית ה'דפוקה' לא אפשרה לה להתמודד מול העולם בתוקף הראוי למי שיש לו דעה עצמאית ומסוגל לעמוד עליה. כל תקופת התיכון הקושי לא בלט כל כך, אולם עם היציאה מן החממה' וההליכה לשרות הלאומי חלה קריסה. לאחר שבועות ספורים של שרות התמוטטה, פחות או יותר, וחזרה הביתה לתקופה מסוימת של חוסר מעש. תקופה זו לא נמשכה זמן רב, ולאחריה חזרה לזמן מה ללימודי אומנות ולחיפוי עבודה. הצלחותיה היו פחותות ביחס לכשרונה, בעיקר בגלל ההיסוס המתמיד והדימוי העצמי הנמוך (שהלך והתגבר על ידי החווייה המעיקה של חוסר הצלחה). מרגלית החלה שוקעת במעגל הקסמים של נסיגה מיואשת מן העולם. במצב הזה פגשה את בנימין.

הקשר היה מידי. השניים, שכל אחד מהם היה שרוי במעגל קסמים הרסני משל עצמו, הצליחו לבנות ביניהם מעין 'ברית המדוכאים'. כל אחד מהם נדחה על ידי העולם ומצא את האחר. בתוך הקשר הזה יכלו גם סגולותיהם היותר משובחות לבוא לידי ביטוי, כמו חוש ההומור העדין וראיית העולם המקורית. היה בקשר גם יסוד של השלמה הדדית. בנימין היה הסוער שביניהם, ה'פייטרי' הלא נכנע. מרגלית היתה שקטה יותר ולא פעם יכלה לאזן אותו בפיכחונה הריאליסטי. הקשר שהלך והתעצם ביניהם הצליח לעורר אצל שניהם את הספק שנשכח. אולי, בכל זאת, יש סיכוי לחיים במציאות הדפוקה הזו? 'היאולי' הזה היה הדבק החשוב ביותר שאיחד אותם. ההתנגדות המשפחתית רק חיזקה אותם: עכשיו היו באמת שניים מול עולם עוין ומתנגד, צוות לוחם.

אלא שזו דרכה של זוגיות. שכל צד מביא אליה כ'עדוניה' את כל קשייו הרגשיים. גם זוגיות טובה אינה 'מעלימה' את הקשיים בדרך פלא, אלא מספקת מרחב רגשי בטוח יחסית, שבו ניתן להתמודד עימם. במקרה של מרגלית ובנימין ה'עדוניה' היתה כבדה באמת, ולמרות שהקשר עצמו נראה עמוק וחזק הוא איים להישבר מכובד המשקל. אין כמעט זוג שאינו חווה לעיתים קצרות בתקשורת - ובפרט בשנים הראשונות לקשר, בטרם למדו זה את לשונו הרגשית של האחר. כל כך שכית שאחד מבני הזוג אומר משפט שהוא, מבחינתו, חס ותומך, ואילו השני שומע אותו כקר ומסויג, ונפגע... במקרים היותר מוצלחים השניים יכולים לשוחח על כך, כשכל אחד מבהיר את כוונתו ולומד את שפתו של השני. במקרה של מרגלית ובנימין היו הקצרים האלו מעלים מיד את כל השדים הרדומים של הדחייה והשנאה העצמית. פעם, ספרו, ישבו והתבדחו באווירה טובה, כשלתע בנימין לא היה בטוח במשמעות דבריה של מרגלית: "למה התכוונת?" שאל בקול מאיים. היא לא קלטה שהוא כבר במקום אחר, שוקל אם להיפגע באמת, והמשיכה לדבר באופן מבודח ומעט עוקצני. בנימין איבד שליטה והתפרץ, כדרכו, שופע גידופים חסרי פשר. היא נאלמה דום, והוא שפגע בה, בניגוד מוחלט לכוונתו. ההבנה הזו איימה עליו עוד יותר. מלא זעם על עצמו ועל העולם הגביר את התקפתו המילולית, שלא כוונה עוד כלפיה אלא כנגד העולם, החיים, הא-ל, ובעיקר כנגד עצמו. הוא נותר בתחושה של "לא הייתי צריך להתחתן, ממילא אני הורס כל דבר". והיא בתחושה כמעט זהה: "אני כישלון, כך הייתי וכך אשאר. גם בנישואין אני נכשלת".

במצב הזה פנו לטיפול.

אתנחתא תאורטית: כל טיפול עוסק בסיפורי חייהם של אנשים. טיפול זוגי עוסק בו זמנית בספור חייהם של שני אנשים, ובאופן שבו הם משלימים זה את זה. המטפל שואל את עצמו כיצד משתלבים שני הספורים הללו זה בזה. כיצד עשוי כל אחד מן השניים לסייע לאחר במשימותיו ההתפתחותיות.

חשיבה פסיכולוגית חסידית אמורה לחפש בחייו של כל אדם את מסלול התיקון הייחודי שלו. לנסות לחפש ביחד איתו את הכלים הנאותים שיאפשרו לו לגלות את אורו, תוך התמודדות עם המכשולים שמערימות ה'קליפות' בפני התהליך הזה. קשר האהבה אינו חריג בכלל הזה. אדם מתאהב כאשר הוא א) מסוגל לראות את אורו של האחר (כלומר לחוש חיבור חזק למה שמיוחד ואופייני לאותו אחר). ב) לחוש שהשני מסוגל לראות את אורו לו. ג) ששניהם מסוגלים להתמודד זה עם קליפותיו (=חסרונותיו וקשייו) של זה.

הטיפול בבנימין ובמרגלית היה מורכב, משום ששניהם כבר הגיעו, כל אחד בפני עצמו, לייאוש מלחווה חיים תקינים. חיים שגם אם אינם ממשיים אלא מעט מזעיר מן היכולת לאושר, לאהבה וליצירה בכל זאת מה שמומש דיו כדי לחוות את החיים כראויים לחיותם (בפרק קודם קראתי לכך 'חווית התיקון'). מרגלית ובנימין חוו את העולם כזר ודוחה, ואת עצמם ככאלו שלא יממשו לעולם את הפוטנציאל הטמון בהם. לפחות כלפי חוץ, חווית הויתור על החיים שלטה בכיפה. קל היה לעמוד על סיבותיה, אולם מה התועלת בכך? האם יעזור למי שבלע רעל, למשל, אם יבין את הרכבו הכימי? הייתי חייב למצוא גילוי כלשהו של 'אורי' כדי להתחבר אליו ולחזקו. האם ניתן למצוא 'אורי' כזה בזעמו ההרסני של בנימין או בייאוש המסתגר של מרגלית?

לדעתי כן, אם מנסים להקשיב לרגש עצמו ולהבין, כביכול, את הרכבו. אין ספק שזעמו של בנימין הכלל יסודות של ייאוש ובהלה, אולם מסתבר שלא פחות מכך גם יסודות של מחאה ותביעת צדק. האדם הימובסי הזה, לכאורה, היה מוכן להיכנס שוב ושוב למאבק, בעקביות יזון קישוטית כמעט, ובלבד שלא לוותר על תחושת הצדק הפנימית שלו. כשהכרנו למד בבית ספר לקולנוע וכבר הספיק להסתבך באופנים שונים עם רוב רובו של הסגל האקדמי. פעם על ציון שנשלל ממנו בשרירות לב, פעם על הערות תוקפניות כלפי מרצה שניסה לעשות פומבי לדעותיו הפוליטיות, ולהשתמש בסמכותו כדי להפיץ אותן בין התלמידים. תביעתו הנחרצת של בנימין היתה להכרה בכך שהוא הצודק במאבקים הללו, כמו בכל המאבקים הקודמים ובהם, לתחושתו, הובס. במונחים חסידיים ניתן להגדיר זאת כך: הזעם כפי שהתבטא בפועל היה ודאי 'מחשבה זרה', שכן הוא 'השתלט' על בנימין בניגוד לרצונו, הפחיד אותו, גרם לו לא פעם להיכנס לעימותים שלא רצה בהם (למשל עם מרגלית). ה'קליפות' היו הייאוש, השנאה לעצמו ולעולם. ה'ניצוץ' היה תחושת הצדק והנכונות להיאבק עליה, הקשורים למידת ה'דין'.

אצל מרגלית בלט הויתור על המאבק, הרבה יותר מן הזעם. גם כאן היה צורך בהאזנה קשובה לדיבורים המיואשים. מסתבר שהם לא בטאו חווייה 'פשוטה' של היותה חסרת ערך. להפך, מרגלית היתה מודעת מאד לאיכותה כאדם, לטוב טעמה האסתטי, ליכולת הקליטה האינטואיטיבית שלה את זולתה. אלא שיחד עם זה היא חווה את עצמה ככישלון בכך שאינה מצליחה לאזור אומץ ולהתמודד על גילוי כל האיכויות הללו במציאות. ניתוח החוויה הזו מגלה גם הוא את 'אורי'. במקרה שלה, לדעתי, עדיף לדבר על מידת היתפארת, שהיא הקשורה לחוויה של יופי והתגלות (ואולי ביתר כלליות על מה שמכונה בחסידות 'הקו האמצעי-כתר-תפארת-יסוד,

שיש בו גם קשר ונתינה (זולת) ואילו ה'קליפה' קשורה לחולשתה של מידת ה'דין' (האומץ והנכונות להיאבק על עצמיותה).

לאור ההמשגה הזו המטרה הטיפולית נראית ברורה למדי במונחים חסידיים: ניסיון לברר את הניצוץ מתוך הקליפה, לחזק את הטוב (חווית העצמי כטוב, כיחודי, איכותי ובעל זכויות שוות לזולת) תוך הבחנה בינו לבין העיוותים שנדבקו אליו (השנאה לעולם, השנאה לעצמי וכדו'). ובטרם אחזור לתיאור הטיפול עצמו ברצוני להדגיש את ההבדל שבין הקו הטיפולי שאני מציג פה כחסידי, לבין התפיסות הטיפוליות של קוהוט ושל הגישה האינטר-סובייקטיבית המתפתחת היום.

המכנה המשותף לשלש הגישות הוא ההנחה שבדברים שמציג המטפל גנוזה אמת כלשהי, אשר הטיפול חייב להתברר אליה ולאשר אותה. בכך הן עומדות בניגוד לתפיסות הפסיכואנליטיות הישנות יותר, הפוזיטיביסטיות, שהניחו שהמטפל אמור לגלות את האמת האובייקטיבית המסתתרת מאחורי ה'פסאדה' שמציג המטופל, ואז להראות לו את טעותו. קוהוט מדבר על 'אמפטיה' שפירושה, בין היתר, נכונותו של המטפל לראות את העולם דרך עיניו של המטופל. נראה שגם לפיו היתה הגישה הנכונה פותחת בהתחברות לחוויית 'תביעת הצדק' של בנימין, או לחוויית האיכות הדחויה של מרגלית, ודרך ההתחברות הזו לחזק את תחושתם שיש בהם, ביסודם, משהו עמוק וטוב. זוהי עצם חוויית העצמי שהוא כל כך כך מדגיש. הגישות האינטר-סובייקטיביות, בהתאם לתפיסתן הפילוסופית ה'פוסט מודרנית', הן עוד יותר קיצוניות. מבחינתן כל חווייה סובייקטיבית היא אמיתית, בעצם היותה סובייקטיבית. במקומות מסוימים נראה שכל תפקידו של המטפל הוא לאשר למטופל את האמת היסודית הזו.

בניגוד לשתי התפיסות הללו, הגישה שאני מציג יוצאת מתוך תפיסה של אמת, שאיננה סובייקטיבית בלבד (כלומר, אינה תלויה בנקודת מבט ספציפית). אני מהסס מלכנותה 'אובייקטיבית', שכן מונח זה שמור לתפיסות פוזיטיביסטיות-ישותיות, המתרכזות במציאות הגלויה לחושים. לחסידות יש תפיסת אמת שונה, טרנסצנדנטית. לפיה הנפש היא מציאות קיימת אף על פי שאינה נגלית באופן אמפירי, והמציאות הגלויה יכולה לבטא אותה - במקרה הטוב - או להאפיל עליה - במקרה הרע. תפיסה זו תאמר, למשל, שהבנת התביעה לצדק כעומדת בשורש חווייתו של בנימין יכולה להיות אמיתית או שגויה, וכי לשאלת אמיתותה יש השפעה רבה על הצלחת הטיפול. זאת למרות שאין מדובר באמת מדעית-פוזיטיביסטית, ולא באמת סובייקטיבית גרידא.

המשך הטיפול: קשה לי להגדיר 'שלבים' בטיפול הזה, למרות שהוא נמשך זמן רב וטרם הגיע לסיומו. גם היום המציאות מורכבת מאד, למרות שעשינו דרך ארוכה ופורייה.

חלק גדול מן השיחות התמקד בבירור סיפור חייהם של מרגלית ובנימין, ניסינו להבין ביחד את ההשפעה של כל אחד מן הגורמים (הורים, מורים, אותו מפקד בצבא...) של היווצרות תחושת הייאוש והויתור שכל כך פגעה בשניהם בהווה. ניסינו לבחון ביחד את חלקו של בנימין בכל אחד מן המאבקים שנקלע אליהם. במאמץ מתמשך יכולנו להגיע למסקנה שאי הצדק בו נתקל היה, ברוב המקרים, ממשי ובוטה. ראינו כיצד נוצרה חוויית אי הצדק, וכיצד היא מתערבת בכל המאבקים של ההווה. נעזרתי לא פעם בבדיחה שאני אוהב מאד לספר למטופלים: מעשה באדם שחצה פסי רכבת, ולפתע שמע קול תרועה: טו-טו-טו... הוא התעורר בבית חולים, עטוף גבס. לאחר תקופה ארוכה של שיקום ישב פעם אצל חבר וסיפר את סיפורו, כאשר החבר העמיד קומקום על האש, להכין קפה. פתאום צייץ הקומקום: טו-טו-טו... האיש זינק, תפס את

הקומקום וזרק אותו מהחלון. "את אלה", קבע, "צריך להרוג כשהם קטנים..." זה הפך לסיסמא בטיפול הזה (ואגב לא רק בו): בוא נראה מה שמעת הפעם, רכבת או קומקום: ביררנו זאת אגב התמודדות עם אינספור משברים, קטנים וגדולים. שבנו וניתחנו את תגובותיו: איפה ה'קומקום' ואיפה ה'רכבת'? האם הגיב להווה, שגם בו יש סיבות אמיתיות מאד למאבקים, או שהוצף בזיכרונות מן העבר שמנעו ממנו לראות את הווה נכוחה? שלא במפתיע, בשיחות רבות חזרה, באופנים שונים, סצנת המריבה שתיארתי בתחילת דברי. תמיד השתדלתי לראות בה הזדמנות נוספת לבחינת התהליך הרגשי שהתרחש אצל שניהם, ותמיד באותם מונחים: עד כמה הגיבו להווה ולמה שחשוב לתקן בו, ובאיזו מידה הוצפו על ידי זיכרונות קשים מן העבר? אינני יכול לומר שבכל המקרים הצלחנו להפוך את המריבה למנוף טיפולי, אבל בחלקם הצלחנו, והיתה לכך השפעה. לא שה'פיצוצים' פסקו, אבל תדירותם פחתה במשהו, וגם היכולת לקום מתוכם ולחזור ל'מסלול'. חשוב עוד יותר: ברוב רובם של המקרים אין ה'פיצוצים' הללו מתזירים אותם לחוויה ההרסנית של ויתור על הסיכוי לחיים.

כפי שכתבתי, הטיפול עדיין נמשך, ומסלולו נראה לעיתים כטיפול במעלה שביל 'ספיראלי' מיגע: לא פעם נדמה ששבנו על עקבותינו, וכי אנו שבים ועומדים בנקודה שכבר דימינו שהתגברנו עליה מזמן, ורק מבט לאחור מגלה שאין זו אותה נקודה במדויק: בכל זאת אנחנו נמצאים במקום קצת יותר גבוה מקודם... ואנחנו ממשיכים. עדיין יש קצרים בתקשורת, בין שניהם, ולעיתים ביניהם לבניי. ובכל זאת אנחנו ממשיכים לעבוד. במהלך התקופה הזו מרגלית נרשמה ללמוד תרפיה באומנות. למרות שהיא עושה חיל היא נופלת לא פעם ברוחה, בתחושה שהיא לא מצליחה להשקיע כראוי, כפי שהיתה רוצה, או שאיננה מטפלת בבית כפי שצריך, או שאינה מנצלת את הזמן ביעילות.... בנימין מתקדם בלימודיו, כשהוא ממשיך להיקלע למאבקים שונים (אולם עושה זאת באופן הרבה יותר מושכל ומחושב).

חשוב מכל: לאחר התלבטויות רבות החליטו להרחיב את המשפחה. לידה של ילד היא תמיד עניין מרגש, הכולל בתוכו הצהרה על כך שהעולם, עם כל קשייו, הוא בכל זאת מקום שראוי לחיות בו. התרגשתי בכל ליבי בלידת בתם של מרגלית ובנימין, ועוד יותר כשקיבלתי מהם את אחת המחוות המדהימות ביותר שקיבלתי אי פעם ממטופל. ספל חרסיה, ועליו הכתובת 'לסבא'.

סוף דבר: חסידות חב"ד מציעה את מושג ה'התכללות' כמושג מפתח בהבנת קשרים אנושיים. התכללות פירושה שבכל קשר בין שני אנשים מתעוררים פוטנציאלים אנושיים רדומים בלב שניהם. אם מדובר בראובן ובשמעון, ההתכללות פירושה שכוחות נפשיים שלא זכו לדומיננטיות בחייו של ראובן ואילו שמעון פיתח אותם יותר, מתחילים להתעורר בנפשו עקב הקשר והם נקשרים עכשיו בדמותו הייחודית של שמעון. וניתן לכנותם 'שמעון שבראובן': ההתכללות היא תמיד הדדית, כך שבעצם ניתן לדבר על ארבעה אנשים בקשר: ראובן, שמעון, ראובן שבשמעון, ושמעון שבראובן.

קשר זוגי מכיל יסוד של התכללות. שני שותפיו מפנימים זה את דמותו של זה ובכך משלימים זה את זה. במידה רבה זהו שורש הקשר הנפשי העמוק שבין גבר לאישה. גבריות ונשיות הם ביסודם אופנים שונים של הווייה אנושית (והם מכונים בלשון הקבלה 'דוכרא ונוקבא' או 'קודשא בריך הוא ושכינתא'. המשגה המזכירה את מושגיה 'אנימה ואנימוס' של יונג). באופן רגיל הצד הגברי מפותח יותר אצל הגבר, ואילו הנשי מפותח יותר אצל האישה, אם כי לכל אחד מהם יש גם צד 'לטנטי'. אותו צד לטנטי מתעורר לתחייה בעקבות הקשר עם בן/בת הזוג, ונקשר בדמותו.

באופן כזה אפשר להסביר גם את הקשר ההורי. 'אבהות' ו'אמהות' הם בראש ובראשונה אופנים של הווייה אנושית, הקיימים בכל אדם באופן פוטנציאלי (פרצופים' בלשון קבלית, או 'ארכיטיפים' בלשונו של יונג). המפגש עם הורה המתפקד כהורה 'מעורר' את אותו פוטנציאל, כך שהילד מפתח דרכו את ההורה שבו. דמות זו הופכת חלק מן המבנה הנפשי של הנער, ומסייעת בהכוונת מידותיו.

גם במפגש הטיפולי יש יסוד של התכללות. המפגש המתמיד בין המטופל והמטפל, תוך כדי עיסוק מתמיד בשאלות הנוגעות לשליטה על המידות, להכוונתן הראויה, לבירור היחס לעצמי וכדו', יוצר בהכרח הפנמה הדדית בין המטפל והמטופל, כך שניתן לדבר על המטפל ובמטופל ועל המטופל שבמטפל. מדרך הטבע הדמות הפנימית של מטפל שבמטופל מסייעת לו בהכוונת מידותיו, ובמובן הזה מדובר במעין דמות הורית.

הקשר שביני לבין מרגלית ובנימין לא היה פשוט. הוא כלל (וכולל) רגעים של כעס, של אכזבה, של אי הבנה. כאשר בתוך כל אי השלמות הזו המשכנו לעבוד ולהתקדם, לברר, לנתח, לחשוב על אמצעים חדשים של התמודדות עם המציאות החיצונית והפנימית. עצם העבודה הזו, כמדומה, הופנמה במידה רבה אצל שניהם. האם זה עזר? לא לגמרי, אבל בסופו של דבר כן.

פעם צעק עלי: "מה עוזרים לי כל הניתוחים האלה? ברגע האמת אני לא זוכר אותם בכלל!"

"בכלל?" שאלתי, "או שאתה נזכר בהם בכל זאת, ברגע האיזה שהוא שלבי?"

"אולי, לפעמים, אחרי שאני כבר התפרצתי... אולי אני מצליח להירגע יותר מהר..."

"וזה בעצמו נותן משהו?" המשכתי להקשות.

"זה... מקפיץ את איכות החיים שלי" אמר לאחר מחשבה.

שנינו צחקנו, והייתי שמח לסיים את תיאור הטיפול בצחוק הזה, אלא שהמציאות, כרגיל, היא הרבה יותר מסובכת. עד היום נמשכות ההתפרצויות, נפילות הרוח המיואשות, המריבות עם מרגלית וההתמרדויות שהן לעתים בלתי נשלטות. אנחנו ממשיכים לנתח אותן לאחר מעשה, לחפש דרכים לעצור אותן באיבן, לפנות בחייו של בנימין עוד מקום לגדילה וליצירה, לקשר עם בנו ועם אשתו. האור ממשיך במאמציו לפלס את דרכו בסבך הקליפות המקיפות אותו.

רחלי

רחלי היא אישה חרדית, בת לאחת החסידיות הידועות בקיצוניותן. אישה צעירה ותמירה, לבושה בקפידה, סגנון פשוט ואלגנטי. מבטה נבדק ומהוסס, ועל פניה חיוך קל, מתנצל. בת 25, נשואה + 3. אלי הגיעה ביוזמת בעלה, אולם גם היא סבורה שיש צורך בטיפול. לאחרונה היא מרבה להתרגז ולשקוע בדיכאונות ממושכים. היא יודעת, כמוכן, שמצבה פוגע בילדים, וידיעה זו עצמה מפילה את רוחה עוד יותר, באותו מעגל קסמים המאפיין כל כך את הסובלים מדיכאון. היא תוהה אם אוכל לעזור לה לצאת מן המצב הזה. אוכל לעזור?

אני מבקש לשמוע על עברה. האם הדיכאון המתואר הוא תופעה חדשה? האם הוא זכור לה מתקופות קודמות? היא מתלבטת: זה לא פשוט, היא אומרת. לימים ניסחה זאת כך: המשפחה כולה דיכאונית, אלא שהיא היחידה שלא עושה מזה אידיאולוגיה. בשיחות הראשונות נראה היה שרחלי מלאה רגשי אשמה על עצם שאיפתה לאושר, ואין לה די מילים כדי לתאר את הכאב על העדרו: עצם העיסוק בשאלת האושר נראה בעיניה כחטא. בעולם הערכים עליו גדלה, קדושה פירושה הקרבה עצמית, 'ביטול היש' פירושו ויתור מוחלט על אושר, וכמיהה מודעת לשמחה ולסיפוק נפשי מגונות כ'חטא' הנובע מאגואיזם, או 'ישות'. כל המצוי בעולמה של החסידות יכול לחוש כאן בצרימה מסוימת. הספרות החסידית מלאה בשבחי השמחה ובחומרת האיסור על עצבות. כיצד נוצרה תפיסה הרואה את עצמה כ'חסידית' ובוזה לאושר? האם יש כאן מעין 'מוטציה' רוחנית הנובעת מפתולוגיה אישית כלשהי, או שמא מדובר בתהליכים כלליים ועמוקים יותר? מעבר לשאלות הכלליות האלו ניצבת כמוכן השאלה הפסיכולוגית הצרופה - איך אפשר לחיות בעולם שבו השאיפה לאושר נחשבת לחטא?

אפתח בתיאור קורותיה של רחלי ומשפחתה.

רחלי היא מן הבנות הצעירות במשפחה מרובת ילדים. הוריה אינם נמנים עם המשפחות ותיקות והמיוחסות באותה חסידות. כמעט שניתן לראותם כבעלי תשובה: בצעירותם היו 'ליטאים', ועם נישואיהם עברו תקופה של התלהבות והקצנה דתית שבסופה הפכו חסידים. וכפי שקורה לא פעם לבעלי תשובה, המרדנות שהיתה בהם כילתה את עצמה בעצם ההצטרפות לסביבה הקיצונית יותר, ומאז עוסקים שניהם בהסתגלות קונפורמיסטית אליה. על קרוביהם הליטאים הם מסתכלים בבוז: הללו אמנם חרדים, אבל רחוקים כל כך מן האמת המוחלטת של החסידות! במיוחד הם מסתכלים מגבוה על אחת מאחיותיו של אבא שמרדנותה הובילה אותה לכיוון ההפוך. היא חרדית, אבל חופשית יחסית. למשל, היא מסוגלת ללכת עם בעלה יד ביד ברחוב, מה שכמעט גובל בגילוי חיבה בפומבי... אחד מחששותיהם של ההורים היה שרחלי תדמה לדודתה. לחרדתם הרבה, זו היתה באמת הדודה החביבה עליה.

האווירה המשפחתית היתה קודרת. ההורים נקטו בכל חומרה הלכתית אפשרית, והיו מביטים בחשד על כל סוג של הנאה. הילדים נולדו מדי שנה, ואמא התמסרה לגידולם. למרות הדלות (אבא למד, כמוכן, בכולל) לא חסר בבית מזון או לבוש נקי ומסודר. רק השמחה נעדרה. אמא שידרה תמיד שאינה אוהבת את חייה. היא פשוט עשתה כל שנדרש ממנה, ואפילו מעל ומעבר לנדרש, משום שראתה זאת כתובתה וכ'דרך האמת'. רחלי זכרה מעט רגעים של פנים מאירות ושמחות, ואלו היו קשורים תמיד מהתפעמות מאיזשהו 'דבר שבקדושה', כמו למשל התמוגגות מקדושתו של הרבי.

היא עצמה היתה ילדה מרדנית. בקטנותה היתה אוהבת להסתובב במגרשים הריקים שבסביבת הבית, בדרך כלל בחברת אחיה הגדול או אחותה הצעירה, ששניהם היו קרובים אליה מאד

בילדותם. גם אבא לא מחה כשהייתה מתרפקת עליו כדרך הילדים. כשגדלה מעט הפך החינוך לנוקשה בהרבה. היא זוכרת את אבא נרתע ממנה, כשהיא עדיין ילדה בבייסיס יסודי (!). גם ההקפדה על הצניעות הפכה חמורה: פעם, היא זוכרת, נפלה ממנה השמיכה בעת שישנה. אבא העיר אותה בצעקות: איזה חוסר צניעות! חומרת החינוך לאמונה לא נפלה מן ההקפדה על צניעות. פעם נדרשה להכין דבר תורה לבית הספר, והשתמשה לשם כך בספר מוסר ליטאי. המורה נהנתה מאד מתוכן הדברים, עד שקלטה שמקורם אינו 'משלנו', כלומר שלא נכתב על ידי אדמו"רי אותה חסידות. הדבר הפך לשערורייה, ההורים הוזמנו לביה"ס ולרחלי נאמר בכעס "אם תמשיכי לרעות בשדות זרים לא תחזיקי מעמד".

אחיה הלכו והפכו להעתקים של ההורים, ואילו היא שמרה על ניצוץ המרדנות. היתה לה חברה בתקופת התיכון שהיו קוראות ביחד ספרים יותר פתוחים (בדרך כלל ספרות חרדית, אבל מן הזן החדש יותר). היתה לה גם אחות קטנה שסבלה מתסמונת דאון, והשתתפה בפעילויות שנועדו לילדים מסוגה, פעילויות שלא נועדו לחרדים בלבד. רחלי ליוותה את אחותה לפעילויות, ואגב כך נתקלה בחילונים של ממש, מתנדבים או מטפלים. "זה הפתיע אותי" אמרה "הם בכלל לא חיות כאלה, כמו שאמרו לנו". המרדנות הזו הוסיפה להתקיים בלי שעלה על דעתה כלל שאולי היא 'צודקת' בדעותיה העצמאיות. להפך היא היתה משוכנעת שמהו בה פגום מיסודו. כלפי חוץ קיבלה את דעת הרוב, התנהגה כמותם, ורק שקעה יותר ויותר בניתוק חסר חיים. כשחותנה עם בעלה לא העזה כלל להביע דעה. "מה את אומרת?" שאל אותה אביה לאחר המפגש הראשון טרם חתונה. "מה יש לי לומר?" ענתה במרירות, "פגשתי פעם גברים כדי שאוכל לחוות דעה על אחד מהם!" ואביה התמוגג, בלי לקלוט את האירוניה: "אם את כל כך חכמה, אני מחתן אותך מיד". וכך היה.

הנישואין התפתחו באופן לא צפוי. משה, בעלה של רחלי, התגלה כחסיד מרדני עוד יותר ממנה. אדם דעתן וחושב, שסרב להתמוגג מסיפורים על הרבי או לרדוף אחרי מקום בשורות הראשונות של ה'טישי'. חמור מזה, הוא היה מראה את חיבתו לרחלי בפומבי, והיה נוהג לקרוא לה בשמה לפני כולם. (כשסיפרה לי את זה לא הצלחתי לעצור את תדהמתי ושאלתי: "איך הוא אמר לקרוא לך?" "בלי שם" ענתה "סתם להגיד 'בואי' או 'פססט...' בלי להראות רגש..."). רחלי עצמה 'התקלקלה' בעקבות נישואיה והחלה להקדיש יותר זמן להופעתה, להקפיד על בגדיה וכיוצא ב. מיד החלו לחצים להתגרש מן הבעל הסורר, אלא שכבר היה מאוחר מדי. הזיק המרדני שכבר כבה לכאורה התעורר, ולראשונה בחייה עמדה מול משפחתה בסירוב תקיף. העמידה הזו מול 'כל העולם' גבתה משניהם מחיר רגשי לא פשוט, מתחים ודיכאונות. משה היה הראשון שצלל לדיכאון, וכשהחל להתאושש ממנו נכנסה היא לתקופה כזו. בשלב הזה פנתה לטיפול.

אתנחתא תאורטית: העליתי קודם את הפרדוקס המוזר של תפיסה חסידית הרואה באושר חטא. התייחסות מפורטת לפרדוקס הזה דורשת מחקר מפורט, אולם נראה שלפחות בראשי פרקים עלי להסביר כאן כיצד לדעתי התפתחה תפיסה כזו בעולמה של החסידות, שכן לפחות חלק מן הדברים חשובים להבנתה של רחלי.

שני סוגי אידיאלים יכולים להעניק לאדם משמעות בחייו. ישנם אידיאלים אימננטים, שמבחינתם תכלית החיים היא החיים עצמם או יסוד מסויים שלהם. עם אלה נמנים, למשל, שמחה, אהבה, חירות, יופי, עוצמה וכיוצא ב. לעומתם קיימים אידיאלים טרנסצנדנטים הרואים את תכלית החיים במה שמעבר להם, וביניהם מוסר, התגברות עצמית, הקרבה ויראת שמיים. לא פעם מעריציה היותר קיצוניים של קבוצת אידיאלים אחת אינם מוכנים להכיר בערכיה של

הקבוצה האחרת כאידיאלים, בתחושתם העזה את הסתירה שבינם לבין אמונתם שלהם. ובכל זאת העובדה היא שלכל אחד מן הערכים שמניתי יש מאמינים המוצאים בה את טעם החיים. חידושה המכריע של החסידות הוא יכולתה לצרף את שתי הקבוצות במערכת מושגים קוהרנטית אחת. תורת ההתגלות החסידית מתארת שתי מערכות של אורות - אורות מקיפים טרנסצנדנטיים ואורות פנימיים אימננטיים. כתוצאה הכרחית של השבירה שואפים האורות הפנימיים להתפשט בלי גבול, עד לדרגה בה הם נעשים הרסניים. ביסודם הם טובים מאד, אולם שאיפתם להתפשט מעוותת אותם ויש להגבילם על ידי מוסר, התגברות עצמית וכיוצא"ב, שתפקידם לאפשר לאידיאלים הטרנסצנדנטיים להופיע במציאות עמדה זו אפשרה לחסידות להדגיש את הערכים האימננטיים, ובלי שום ויתור של הערצת הנשגב, הטרנסצנדנטי, שמעבר למציאות הנגלית.

יתכן שדווקא משום כך מצאה החסידות את עצמה במאבק בלתי פוסק בהשכלה המערבית. גם השכלה זו הדגישה את האימננטי, אולם עשתה זאת מנקודת מוצא הפוכה, מתוך הכחשת הטרנסצנדנטי. ההומניזם לגונוני רואה באדם עצמו את המקור היחידי לערכים, בלי שום קשר למציאות רוחנית א-לקית שמעבר לו ואף מתוך התנגדות לערכים הטרנסצנדנטיים (שבעולמה של היהדות התבטאו, כמובן, בערכי ההלכה). לכן התנגדה החסידות להשכלה בקיצוניות רבה, לעומת סובלנותה היחסית של היהתנגדות²⁶ - משום שההתנגדות לא יחסה ערך לעולם האימננטי ויכלה להיות אדישה כלפי המתרחש בו, כל זמן שלא תבע לעצמו מעמד של אידיאל ולא פגע ישירות בעולם ההלכתי. לעומת זאת, החסידות דגלה בחיבור שבין עולם הקודש והחול ותפסה את ההשכלה ששאפה לאוטונומיה של החול בניגודה המוחלט. שתי התנועות דמו זו לזו כשתי תמונות תשליל.

מכיוון שכך, כאשר ההשכלה החלה לתפוס עמדה מרכזית בציבוריות היהודית החסידות הועמדה בפני דילמה: התמודדות או הסתגרות. רוב ענפיה של החסידות בחרו להסתגר בתוך ד' אמותיהם מבלי לנסות לגבש אלטרנטיבה לעולמה המתחדש של ההשכלה. הביטוי "חדש אסור מן התורה" שהיה לסיסמת האורתודוכסיה החדשה נוצר, אמנם, בחוגי המתנגדים אולם מאפיין עוד יותר את העולם החסידי שהתבצר יותר ויותר באורח החיים שיצר בשנות זהרו.

המהפך מרתק: דווקא מכיוון שצמצמו מראש את תחום הקדושה לד' אמות העיון ההלכתי, יכלו המתנגדים לקבל את העולם החדש ביתר ניוחות. התנגדותם התקיפה באמת לא התעוררה אלא כאשר איים לפלוש לתחומם הבלעדי, למשל לעולם הישיבות. לעומתם בקשו החסידים להגמיש את מושג הקדושה ולהחילו על המציאות כולה, וממילא נאלצו, לתחושתם, להגן על כל פרט מאורח חייהם שקודש מפני הסתערותו של העולם החדש, וגמישותם התגלגלה בנוקשות החמורה ביותר. כל מה שבא מ'שם' נתפס כחטא, ומכאן קצרה הדרך לפסילתם של כל עולם הערכים האימננטיים; לפחות לגבי אנשים שיש להם מכוונות נפשית לצעד כזה. כך, לדעתי, נוצרה תפיסת העולם שעל ברכיה גדלה רחלי.

²⁶ הדברים הללו נכונים במיוחד לגבי השלב הראשון של התפשטות ההשכלה. לאחר שזו התבצרה והחלה באמת לאיים אל נאמנותם ההלכתית של ההמונים היהודים נוצרה גם בעולם המתנגדי ריאקציה חריפה כלפיה. המתבטאת בין היתר ב'תנועת המוסר' של ר' סלנטר וממשיכיו. הדברים משתקפים גם בכתבי המשכילים עצמם כמו הכבוד המופלג שבו התייחסו לגאון מוילנא ותלמידיו. לעומת יחסם לתלמידי הסלנטר (אם כי לא לסלנטר עצמו).

אינני יודע איך יפרשו הוריה של רחלי, למשל, או חלק ממוריה, את שפע המקורות החסידיים שהבאתי בחלק התיאורטי של העבודה. רובם, אני מניח, לא יהיו רלוונטים עבורם כלל, שכן מקורם אינו בחסידות המסוימת עליה הם נמנים. אחרים יתקלו, מן הסתם, בתגובות כמו "ודאי, דברים כאלו נועדו לקדושי עליון ולא לאנשים כערכנו". לעיתים אף שמעתי מחסידים תגובות כמו "אתה צודק, השמחה מעל לכל. אבל אני בכובד חטאי אינני מצליח להגיע אליה... איך באמת מצליחים להגיע למדרגה הגבוהה הזו?"

ולמען ההגינות אוסיף שבעצם תאור הדברים יש הטיה מסוימת. אין ספק שהאידיאולוגיה החסידית, ברובה הגדול, עברה את המהפך שתיארתי כאן, מהדגשת האימננטי ועד לרתיעה וחשדנות כלפיו (בין אם אני צודק בהסבר שהצעתי ובין אם לאו). אין ספק גם שלגבי חלק מן החסידים אותה רתיעה מן הערכים האימננטיים עלולה לחזק קווי אופי דכאוניים או מזוכיסטיים. אולם אין גם ספק שחסידים אחרים מצליחים גם היום לחיות חיים של שמחה ואהבת החיים, מתוך שאיפה כנה לקדושה. מדרך הטבע, דווקא הקבוצה הראשונה היא הנוטה להגיע לטיפול, ולא פעם בהמלצת האדמו"רים עצמם. תאור של העולם החסידי דהיום כעולם דכאוני וזועף הוא בוודאי מנוגד לאמת. חשוב גם לזכור שהחקירה הקלינית מתרכזת, מעצם טבעה, ביחידים. מכיוון שאותם יחידים הם בניה ותוצריה של אותה חברה, הרי שהתהליכים הכלליים שעוברת תרבותם משתקפים בהם באופן הכרחי, אולם הבנה מלאה של אופי העולם התרבותי ממנו באו מחייבת סוג אחר של חקירה, תוך שימוש בכלים סוציולוגיים, אנתרופולוגיים וכיוצא ב.

הוריה של רחלי הם תוצרי העולם החסידי של היום, אולם תפיסת עולמם משקפת, באופן קיצוני למדי, קו אחד ממנו. מכיוון שאותו קו עומד בסתירה לתביעות מסוימות של נפש האדם, נאלצה רחלי לעמוד מול דילמה פנימית משתקת.

רחלי היא בראש ובראשונה אדם בעל דחיפה חזקה מאד לאינדיבידואליזם. קל היה לי להתחבר רגשית לסיפוריה: זעמתי בתוכי כשספרה על הדרישה להתגרש מבעלה בעקבות 'גילויי החיבה' שלו כלפיה. חייכתי בהזדהות כשסיפרה על 'תגליות' קטנות וחשובות שגילתה, כמו למשל שהעולם החילוני מלא באנשים מורכבים וטובים ביסודם, לא פחות מעולמה שלה.

יכולתי להזדהות גם עם ניצני הדעתנות שנראו אצלה, כשהחלה לחשוף את הבעייתיות בהנחות היסוד של עולמה. בקורת כזו הופיעה, למשל, בחלום שהביאה כחודש לאחר תחילת הטיפול:

"נמצאת במסיבת בת מצווה של בת המנהל שלה, באולם מפואר, עם צמחי מים ומדרגות זכוכית נפלאות, אבל הנשים שם - לא היו שם גברים - דהויות, יש להן עור יבש ומקומט ולבוש דל וסתמי. תוהה לאן נעלמו הפאר והזוהר של אשת המנהל - היא אישה שבדרך כלל נראית כאילו יצאה מצילום במגזין, אבל לדעתי יש בה משהו חלול מבפנים, היא לא אישה חכמה או טובה. אחר כך אני רואה את סבתא שלי, שהיא ממש בן אדם רע, לדעתי, והיום היא מסתנלת. היא משוחחת עם הדודה, והדודה לבושה מאד יפה, בצבע ירוק ואדום, ודוגמה עדינה... הדודה אומרת לי - למה את לוקחת כל כך קשה את אשת המנהל. תלמדי ממני להיות שמחה!"

החלק הראשון של החלום עוסק בפער בין פנים וחץ. בגלוי הוא מהווה דימוי מופלא לעשת המנהל, עם ההדר החיצוני והריק הפנימי. אבל סביר שברובד עמוק יותר יש כאן דימוי לעולמה המשפחתי, וקודם כל לאמא, ודרכה לאישה המצפים ממנה להיות. נכון, בעולם הזה אין פאר חיצוני, להפך. אבל יש דיבורים רמים ונשגבים על קדושה, שמאחוריהם עצבות ותחושה של חיים דהויים ומקומטים. פירוש זה מתחזק לנוכח סיום החלום, והמפגש בין סבתא - עוד סמל אימהי -

לבין הזודה הלבושה כל כלך יפה, המסמלת את האפשרות למרוד באותה מסגרת משפחתית. "למדי ממני להיות שמחה!" היא אומרת.

אלא שלמרד יש מחיר, והוא הפחד והאשמה שהוא מעורר. פחד זה מופיע בחלום שהביאה בסמיכות זמן לראשון:

"אנחנו הולכים ברחוב בני ברק, כולם מתקדמים ואני נשאר מאחור עם אחותי שיש לה תסמונת דאון. אני שומעת צעדי כלבים וקול נפחד - מופיעים כלבים גדולים, מגזע ארי (לשאלתי אחר כך אמרה שזוהי מה זה גזע ארי, ונדמה לה שיש דבר כזה גם בכלבים). אני בורחת עם אחותי לחדר צדדי, כמו של פח אשפה, אבל נקי. אני מקווה שהכלבים לא ישימו לב. באמת שניים מהם עוברים, ורק הכלבתא (= "כלבה, אבל גם ביטוי לאישה רעה") עומדת מולי פתאום; נועצת עיניים, מפחידה. אני חשה שאסור לי להסתכל לה בעיניים. המבט הזה מפחיד אותי, פוסל אותי, ממית משהו בתוכי. אני חושבת: בפעם הבאה לא אדחק לחדר צדדי אלא ארוץ למרחב, ושם אפשר לרוץ בלי סוף".

את המבט זיהתה בלי קושי: "זה המבט של אמא" אמרה. כדאי לזכור כי לביטוי "מבט של אמא" יש משמעות רבה בפסיכולוגיה. קוהוט מאריך בתיאור ה-*mirroring*, אותו זוהר המופיע בעיניה של אמא כשהיא מתבוננת בתינוקה, ונותן לתינוק תחושה שהוא טוב וראוי לאושר. קוהוט מסביר שמבט זה, מופנם אחר כך לתוך היעצמי של הילד והופך למה שהוא מכנה "קוטב האמביציה" שלו. במונחים חסידיים ניתן לומר כי האם מבחינה ב'אור' העצמי המשתקף ב'ישותו' הדלה של התינוק, מתפעלת ממנו, ונותנת לו תחושה שהאור הזה אכן ראוי להופיע במציאות. בחלומה של רחלי המבט האמהי אומר משהו אחר לגמרי: הוא פוסל וממית את שאיפתה לחיים, ומעכב את התפתחותה. לכן "היא ואחותה נשארות מאחור" - כל אחת מסיבותיה שלה, אבל שתיהן אינן מסוגלות לעבור את מסלול החיברות שעברו יתר האחים. "בורחת לחדר הנראה כחדר של פחי אשפה" - כלומר לדימוי עצמי נמוך, מלא אשמה ופחד מן החיים. עניין רב יש במחשבה המסיימת את החלום: "בפעם הבאה ארוץ למרחב" - אולי כמיהה להימלט מן המערכת המשפחתית המחניקה?

חייבים להיזהר בנקודה הזו. כמיהה כזו אכן מופיעה אצל רחלי. אבל באופן בסיסי נראה ששאיפתה היסודית שונה. היא משתדלת למצוא דרך לשלב בין הערכים החרדיים עליהם גדלה לבין שאיפת האינדיבידואליזם החזקה שלה. מגמה זו מופיעה במכתבים שונים שכתבה לי תוך כדי טיפול. כך, למשל, כאשר נרשמה (בעידודי, אבל ביוזמתה שלה) ללימודי סיעוד. בשלב מסוים נשלחה לחפש חומר בספריה אקדמית, ולאחר מכן כתבה לי: "... אני בהחלט אוהבת הרבה מהמאפיינים של הציבור החרדי, אך יותר מכל חשוב לי לפתח, להרגיש התפתחות מתמדת, התחברות עם עצמי, קשר עם הפנימיות שלי. אני יושבת בספריה ודמעות עוטפות את עיני כצעקף... אמנם הוקל לי בראותי נשים חרדיות כאן בספריה. תחושה המקלה על תחושת הנועזות - אינך הנועזת היחידה... בשנות הסמינר דברתי וטענתי את ליבי ברגשות קשים כמו אכזבה, חוסר סיפוק, תחושת תלישות, ספקות, נבוכה, חוסר ידע, וממילא עצבות ותקיעות. ההרגשה ניכרה בחיצוניותי. מורות היו מנסות כל פעם מחדש לברר מה מפריע לו, אולם לא עלה בדעתי להיפתח לאי מי מאנשי הצוות הינערצים. כאבתי אז את בזבוז השנים היפות, והיום בתור אישה נשואה ואם לשלושה ילדים אני כואבת זאת עוד יותר... אם כי אי אפשר שלא להיות מלאי הכרת הטוב מבחינת התמיכה שסביבה כזו מעניקה... אני חושבת שאני אוהבת את הדת, אך רואה אותה

מזווית שונה. אני מעונינת בחיים עם משמעות, אך מתקשה לעמוד על משמעות החיים. גדלתי עם תחושה שהתורה מגבילה ותוחמת כל שטח משטחי החיים, ממילא קשה לי לבטא את הפן האישי שלי, כביכול חייב מחסום כלשהו לעמוד בדרך, כדוגמת איסור זה או אחר. כמו כן העצבות, בה הורגלתי משחר נעורי, הפכה לטבע שני הזורם בעורקים. התחושה היא שזו נקודת המוצא, ברירת המחל. אינני רואה התמזגות בין חיים לחיי תורה. ברור לי שאוכל למצוא גישה שתמזג אותם, אולם מעצם העובדה שאין זו הגישה שגדלתי עליה נגרם לי קושי נפשי עצום... יסורי מצפון קשים על עצם העובדה שאני הולכת לחפש 'בורות נשברים', ושוב אני חוזרת לנקודה העצובה של לא לשנות כלום, בבחינת "כאן תהיה קבורתי..."

...כמדומה, הדברים מדברים בעד עצמם.

בהמשך אותו מכתב הביאה חלום: "חלמתי על עצמי ובחלומי אני ישובה בביתי הנמצא באחת מערי המרכז, גבעתיים או רעננה, משהו בסגנון הזה. הבית היה בית פרטי מרשים מאד בחיצוניותו, גדול, עם גינה פרטית עבותה, עצים סובבים את הבית כגדר מסביב. אני יושבת בסלון גדול המצוי בכניסה לבית. היית ללא כיסוי ראש, מסופרת בתספורת שאהבתי, הבית היה גם ריק מאדם... קירות הבית היו מכוסים בעבודות אמנות מיוחדות, כולן עבודות שלי. אני לבושה לפי טעמי האישי, התחושה ששלטה בכל היתה חיבור עמוק מאד עם הנשמה. קשר הדוק שלי עם עצמי... הרגשתי שאני אדם חיובי ומאושר, אם כי בודד. מוכן להבין את כולם, ואין מי שיבין אותי. ושוב, חיבור פנימי הבא כסתירה לדרך התורה".

בכל תחום ותחום חוזרת אותה דילמה. בתחום הנישואין, למשל, רחלי אוהבת את בעלה ומאושרת על כך שבדרכו המיוחדת נתן לה, לראשונה בחייה, את התחושה שרצונותיה הם בעלי משמעות וערך. ועם זאת היא חשה אשמה על ה'סטייה' שהם סוטים, כזוג, מ'דרך האמת' של חסידותם. בסדרה של מפגשים זוגיים ניסינו להבין את מריבותיהם של השניים והתבררה דינמיקה כזו: רחלי השליכה על משה את הצד המרדני שבה, ונטלה על עצמה את התפקיד היותר שמרני וקונפורמיסטי. היא ניסתה למשוך לכיוון המקובל בחסידות, וכאילו 'לתקן' אותו (ודרכו את עצמה!). משה סובל מאותה אמביוולנציה בדיוק, אלא שהוא נושא בגלוי את דמות ה'מרדן', משליך על רחלי את צדדיו השמרנים ומנסה לשכנע אותה (ודרכה את עצמו) בשקריותם... במקום התכללות דיאלוגית של שני הצדדים נוצרת התנגשות. עמלנו קשות ביחד כדי לאפשר לכל אחד מהם לשאת את האמביוולנציה בתוך עצמו. הבנה זו לא מנעה את המריבות, אולם סיפקה להם כלי חשוב להתמודדות עמן.

הקושי לשאת את האמביוולנציה מופיע בסיוט לילי שהביאה בערך שנה לאחר תחילת הטיפול: "הולכת לשיעור התעמלות. רואה בדרך חלון ראווה, ובו נערה חולת רוח ומתנדנדת קדימה ואחורה, העוברים והשבים לועגים לה. אני מתקרבת, בביטחון שיש משהו טוב בתוכה... ופתאום הנערה הופכת לנער בן 8-9, שמן, עורו עבה כפיל, והוא בועט בי. הסצנה עוברת אלי הביתה, והוא ממשיך לבעוט. אני מזמינה משטרה... סיוט" בשיחה הסבירה כי שיעור התעמלות נתפס אצלה כמשהו טוב, פורק מתח. הנערה חולת הרוח הזכירה לה את "אמא שהיתה קטנה", ותנועותיה דמו לתנועות שעושות אחיותיה בעת תפילה. ולפתע נזכרה כי בתה הגדולה בעטה בה בזעם השבוע, כשהיא פורקת עליה זעם ותסכול רבים. מזכירה לה את עצמה הילדה הזו. גם היא, בגל 8-9, היתה "מין בן כזה", שובבה וזועמת, אבל הפסיקה עם השובבויות כאשר "ראתה שזה לא יכול להמשיך".

"האם זה אומר" שאלתי "שמשהו בך נשאר כמו הילד הזה, שבינתיים נהיה זועם ומופרע?" שתקה זמן רב, ואמרה "אני חושבת שכן".

ומכאן הגענו לעוד קונפליקט בלתי פתור, בינה לבין הבת הגדולה. כל כך קשה להם ביחד! הבת משתוקקת אליה, וכל הזמן היא כועסת עליה או עצובה... בזעמה ובשובבותה ובעצבונה היא מזכירה, לרחלי את עצמה, ודווקא את אותן נקודות בהן היא מתקשה לאהוב את עצמה... ובו בזמן תובענותה כלפיה מזכירה לה את אמא ואת התביעות האינסופיות שהופנו אליה כל השנים... ורחלי רוצה להעניק לה מעצמה ופחדות להיות כמו אימה שלה, וכל הזמן עולים יחסיהן על שרטונים שונים... גם פה משתקף אותו עקרון עצמו, שהתכללות, פנימית וחיצונית חייבות להתפתח בז, ובד, ושקבלה של בתה יכולה לבוא רק מתוך קבלה של אותו "ילד קטן, זחוי ומופרע" שבתוך נפשה.

ואכן, העבודה הפנימית והחיצונית, התקדמו במקביל. ככל שיכלה לקבל את שאיפתה הפנימית לאינדיווידואציה בלי לראותה כחטא, כך יכלה לזום צעדים בעולמה החיצוני. כך עזבה את עבודתה כמזכירה והחלה ללמוד סיעוד, כאשר התמודדות החדשה עוררו שוב קונפליקטים שספקו הזדמנות לעבודה פנימית. העבודה הזוגית שעשינו אפשרה לה ולמשה לדון - באופן דיאלוגי ולא התנצחותי - בהחלטות הקשורות לחינוך הילדים, לבחירת אזור המגורים או להתמודדות עם משפחותיהם. השיחות נמשכו עד לשלב שבו חשנו כי הפסקת השיחות לא תקטע את התהליך עצמו, שכן שני בני הזוג נחויים בהחלטתם לשלב בין שייכותם לחברה החרדית לבין המשך התפתחותם הרוחנית והרגשית.

סוף דבר: ספורה של רחלי ממחיש את אחד העקרונות היסודיים של הפסיכולוגיה החסידית, שרוטנברג מכנה "אחדות היצירה והיצר". בספר 'היצר', המוקדש כולו לפיתוח העיקרון הזה, מוכיח רוטנברג כי הפסיכולוגיה המערבית (שפרויד, בהקשר הזה, הוא מיצגה המובהק) מניחה זרות בסיסית בין עולמו המטריאליסטי של היצר לבין עולמה הרוחני של היצירה התרבותית. לטענתו, להנחה זו שורשים עמוקים הנעוצים בנצרות ובנאופלטוניזם שקדם לה. זרות זו אינה מאפשרת לאדם למצוא ממד רוחני בכמיהת החיים היצרים שלו, וכופה עליו ברירה בין היסחפות גמורה אחר יצריו לבין רוחניות הבנויה על מאבק תמידי ביצר. התפיסה הפרודיאנית של היסובלימציה אינה אלא שחזור מחולן של הדוגמה הנוצרית: האנרגיה הנפשית אמורה להינתק ממקורה הייצרי על מנת שיעשה בה שימוש רוחני ותרבותי. היצר מנסה להשיב לעצמו את אבדתו, והתרבות מתגוננת כנגדו תוך יצירת קונפליקט תמידי בנפש הפרט הקשור בה (לדפוסים האלה קורא רוטנברג, כזכור, 'דיאלקטיים'). לעומת זאת התפיסה הקבלית - חסידית מניחה את אחדותן הבסיסית של כל 'מידות' הנפש, ממילא את קיומו של גוון רוחני ביצר וגוון יצרי ביצירה. כך מתאפשר דיאלוג פורה בין השניים.

למרבה הפרדוכס (שעל שורשיו עמדתי קודם) רחלי, שגדלה במשפחה חסידית מובהקת הוטרדה על ידי אותה זיכוטומיה פנימית, בין כוחות החיים היצריים לבין השאיפה הרוחנית לקדושה. במאבק כזה אי אפשר לנצח, שהרי לא חשוב איזה צד יגבר, תמיד צד אחד י'פסיד', וגם הוא יסוד נפשי מהותי ועמוק. נראה שעוצמתה הנפשית של רחלי לא אפשרה לה להיכנע לאף אחת מן האפשרויות הקלות, לכאורה: כניעה מוחלטת למערכת הערכית בה גדלה או נטישתה תוך אימוץ תפיסה הדוניסטית כלשהי. המחיר ששילמה על כך היה שיתוק: היא נאלצה לאחוז בשתי מערכות ערכיות מנוגדות בלי יכולת לוותר על אחת מהן ובלי אמונה באפשרות למזגן למציאות חיים שלמה. תרומתו של הטיפול היתה, לדעתי, בעצם ההזדמנות שניתנה לה לברר את ערכיה באופן

מודע ומשחרר מלחצים, מבלי שתואשם על חתירתה לסינתזה דיאלוגית יותר. הטיפול סיפק את המסגרת לבירור הפנימי, ורחלי עצמה עשתה את יתר המלאכה.

ביבליוגרפיה

ספרי מקור

1. אהרן בן משה, הלוי, מסטרוסילה. (תשכ"ו). *שערי היחוד והאמונה*. ירושלים: דפוס אברהם משה קרויס
2. אלטר, יהדה אריה ליב (מגור, בעל הישפת אמת). (תשי"ב). *שפת אמת*. ירושלים: [חמו"ל]
3. אלימלך, מליזנסק. (תשנ"ה). *נועם אלימלך*. ירושלים: יריד הספרים
4. דב בר, ממזריץ' (המגיד ממזריטשי). (תשמ"ו). *מגיד דבריו ליעקב*. ניו יורק: קה"ת
5. הכהן, צדוק בן יעקב, מלובלין. (תשס"ב). *דברי סופרים*. ירושלים: מקור הספרים
6. הכהן, צדוק בן יעקב, מלובלין. (תשס"ב). *דובר צדק*. ירושלים: מקור הספרים
7. הכהן, צדוק בן יעקב, מלובלין. (תשס"ב). *צדקת הצדיק*. ירושלים: מקור הספרים
8. הכהן, צדוק בן יעקב, מלובלין. (תשס"ב). *רסיסי לילה*. ירושלים: מקור הספרים
9. ה"ר, משלם פיבוש בן אהרן משה, מזבריו. (תשכ"ד). *יושר דברי אמת*. ירושלים: [חמו"ל]
10. יעקב יצחק מפשיסחא (יהיהודי הקדושי). (חשי"ד). *דברי אמת*. ניו יורק: בית הלל
11. יעקב יצחק מפשיסחא (יהיהודי הקדושי). (חשי"ד). *זאת זכרון*. ניו יורק: בית הלל
12. ישראל בן אליעזר (בעש"ט) (בעל שם טוב). (תשמ"ב). *צוואת הריב"ש*. ניו יורק: קה"ת
13. ישראל בן אליעזר (בעש"ט) (בעל שם טוב). (תשמ"ו). *כתר שם טוב*. ניו יורק: קה"ת
14. לוי יצחק בן מאיר מברדיצ'ב. (חשי"ד). *קדושת לוי*. ירושלים: [חמו"ל]
15. לוצטו, משה חיים. *דרך ה'*. פתח תקוה: ישיבת לומזה
16. לינר, מרדכי יוסף בן יעקב מאיז'ביצה. (תשל"ו). *מי השלוח*. ירושלים: חסידי רדזין
17. נחמן בן שמחה, מברסלב. (חשי"ד). *חיי מוהר"ן*. ירושלים: קרן רבי ישראל אודסר
18. נחמן בן שמחה, מברסלב. (חשי"ד). *לקוטי מוהר"ן*. ירושלים: קרן רבי ישראל אודסר
19. נחמן בן שמחה, מברסלב. (חשי"ד). *שיחות הר"ן*. ירושלים: קרן רבי ישראל אודסר
20. ספרין, יצחק איזיק יהודה יחיאל, מקומרנה. (תשמ"ג). *נתיב מצוותיך*. ירושלים: [חמו"ל]
21. קוק, אברהם יצחק הכהן. (תרס"ו). *עקבי הצאן*. ירושלים: [חמו"ל]
22. קוק, אברהם יצחק הכהן. (תשכ"ג). *אורות*. ירושלים: מוסד הרב קוק
23. קוק, אברהם יצחק הכהן. (תשכ"ג). *עולת ראייה*. ירושלים: מוסד הרב קוק
24. קוק, אברהם יצחק הכהן. (תשכ"ג-תשכ"ד). *אורות הקדש*. ירושלים: מוסד הרב קוק
25. קוק, אברהם יצחק הכהן. (תשל"ג). *מוסר אביך*. ירושלים: מוסד הרב קוק
26. קוק, אברהם יצחק הכהן. (תשל"ט). *אורות התשובה*. מרכז שפירא: ישיבת בני עקיבא אור עציון
27. קוק, אברהם יצחק הכהן. (תש"ס). *מאמרי הראיה*. ירושלים: הקרן ע"ש גולדה כ"ץ
28. קוק, אברהם יצחק הכהן. (תשמ"ה). *אגרות הראייה*. ירושלים: מוסד הרב קוק

29. קוק, אברהם יצחק הכהן. (תשס"ד). שמונה קבצים. ירושלים: [חמו"ל]
30. שניאור, זלמן בן ברוך מלדי. (תשי"ח). אתהלך לאזני. ניו יורק: קה"ת
31. שניאור, זלמן בן ברוך מלדי. (תשל"ב). לקוטי אמרים - תניא. ניו יורק: קה"ת
32. שניאור, זלמן בן ברוך מלדי. (תשל"ו). ספר המאמרים - על התורה ומועדים. ניו יורק: קה"ת
33. שניאור, זלמן בן ברוך מלדי. (תשל"ו). ספר המאמרים - תקס"ח. ניו יורק: קה"ת
34. שניאור, זלמן בן ברוך מלדי. (תשמ"ג). ספר המאמרים - ענינים. ניו יורק: קה"ת
35. שניאור, זלמן בן ברוך מלדי. (תשמ"ז). לקו"ת - לקוטי תורה. ניו יורק: קה"ת
36. שניאור, זלמן בן ברוך מלדי. (תשמ"ז). תני"א - תורה אור. ניו יורק: קה"ת
37. שניאורסון, דב בר (מלובביץ', היאדמו"ר האמצעי). (תשי"ז). בד קודש. ניו יורק: קה"ת
38. שניאורסון, דב בר (מלובביץ', היאדמו"ר האמצעי). (תשמ"ה). ויסיפו עונים בדי שמחה. ניו יורק: קה"ת
39. שניאורסון, דב בר (מלובביץ', היאדמו"ר האמצעי). פרוש המלות. ניו יורק: קה"ת
40. שניאורסון, דב בר (מלובביץ', היאדמו"ר האמצעי). (תשל"ד). שער היחוד. ניו יורק: קה"ת
41. שניאורסון, דב בר (מלובביץ', היאדמו"ר האמצעי). תורת חיים. ניו יורק: קה"ת
42. שניאורסון, יוסף יצחק (מלובביץ', הרי"צ). (תשל"ג). ספר המאמרים, קונטרסים. ניו יורק: קה"ת
43. שניאורסון, מנחם מנדל (מלובביץ', היצמח צדק). (תשי"ו). אור התורה. ניו יורק: קה"ת
44. שניאורסון, מנחם מנדל (מלובביץ', היצמח צדק). (תשמ"ז). דרך מצוותיך. ניו יורק: קה"ת
45. שניאורסון, מנחם מנדל (מלובביץ', היצמח צדק). (תשל"ח). באורי זוהר. ניו יורק: קה"ת
46. שניאורסון, שלום דב בר (מלובביץ'). (תשנ"ב). יהמשך תערב. ניו יורק: קה"ת
47. שניאורסון, שלום דב בר (מלובביץ'). (תשל"ד). קונטרס החלצו. ניו יורק: קה"ת
48. שפירא, קלונימוס קלמיש (מפיאסצנא). (תשס"א). הכשרת האברכים - צו זרזו. ירושלים: ועד חסידי פיאסצנא

ספרי מחקר

1. אברהם, מ. (תשס"ב). שתי עגלות וכדור פורח. ירושלים: ספרית בית אל
2. אבינר, ש. (תשי"ס). דבקות בהי. אהבה ואמונה, גליון 245
3. אגוד הפסיכיאטריה בישראל ומשרד הבריאות (עורכים). (1995). ICD-10 : הסווג והאבחון הפסיכיאטרי לפי ארגון הבריאות העולמי. תל-אביב: דיוון
4. אונגר, א. (תש"ד). דרי טטנס. [חמ"ד]: אפיריון
5. אופיר, ע. (תשנ"ו). פוסט מודרניזם, אופנה פילוסופית. בתוך: גור זאב, א. (עורך). חינך בעידן השיח הפוסט מודרני. ירושלים: מאגנס
6. אופנהימר, א. (2000). הייץ קוהוט. תל-אביב: תולעת ספרים
7. אורול, גי. (תשי"ס). אלף תשע מאות שמונים וארבע. תל-אביב: עם עובד
8. אטקס, ע. (תשנ"ח). תנועת החסידות בראשיתה. תל-אביב: משרד הבטחון
9. אטקס, ע. (תשי"ס). צדיק - זיקת גומלין בין דפוס חברתי למשנה רעיונית. בתוך: אטקס, ע. ואחרים (עורכים). מעגלי חסידים. ירושלים: מוסד ביאליק
10. אידל, מ. (תשנ"ג). חסידות - בין מאגיה למיסטיקה. ירושלים: מוסד ביאליק
11. אלגוס, ד. (תש"ד). תהליכים קוגניטיביים. רמת גן: בר אילן
12. אליאור, ר. (תשנ"ג). בין התפשטות הגשמיות להתפשטות האהבה גם בגשמיות: הקיטוב בין בתפיסה הרוחנית לבין המציאות החברתית בהויה החסידית. בתוך: ברטל, י., מנדלסון, ע. וטורניאנסקי, ח. (עורכים). כמנהג אשכנז ופולין: ספר יובל לחנא שמרוק (ע" 209). ירושלים: מרכז זלמן שז"ר
13. אליאור, ר. (תשנ"ג). בין היש והאין. בתוך: אליאור, ר., ברטל, י. ושמרוק, ח. (עורכים). צדיקים ואנשי מעשה: מחקרים בחסידות פולין. ירושלים: מוסד ביאליק
14. אליאור, ר. (תשנ"ו). אחדות ההפכים. ירושלים: מוסד ביאליק
15. אליאור, ר. (תשנ"ז). קבלה, שבתאות וחסידות. מחקרי ירושלים במחשבת ישראל, כרך יג'
16. אליאור, ר. (תשנ"ד). בין הייש" ל"אין" - עיון בתורת הצדיק של ר' יעקב יצחק, החוזה מלובלין. בתוך: אליאור, ר., ברטל, י. ושמרוק, ח. (עורכים). צדיקים ואנשי מעשה: מחקרים בחסידות פולין. ירושלים: מוסד ביאליק
17. אנקורי, מ. (תשנ"א). הלב והמעין. תל-אביב: רמות
18. ארון, ר. (תשנ"ג). ציוני דרך בהגות הסוציולוגית. תל-אביב: האוניברסיטה הפתוחה
19. אריסטו. (תשכ"ז). מטפיסיקה. ירושלים: מאגנס
20. בובר, מ. (תשל"ז). אור הגנוז. ירושלים: שוקן
21. בוט-ספיליוס, א. (2001). התנסויות קליניות בהזדהות השלכתית. בתוך: אנדרסן, ר. (עורך). מאמרים קליניים על קליין וביון. תל-אביב: מודן
22. בידרמן, ש. (תשנ"ד). ראשית הבזדהיזם. תל-אביב: משרד הבטחון
23. ביון, ו. ר. (תשנ"ב). התנסות בקבוצות. תל-אביב: דביר

24. בילו, י. (תשמ"ג). הדבור ביהדות - הפרעה נפשית כמשאב תרבותי. מחקרי ירושלים במחשבת ישראל, עמ' 529
25. בילו, י. וויצטוס, א. (1993). רגישות תרבותית בטפול. שיחות, כרך ח', חוב' 2, עמ' 94
26. בילינגס, ג' ולופטוס, א. (תשנ"ט). הוכוח על הזכרון המודחק: משפטים ומחקרים חדשים. פסיכולוגיה, כרך ז', חוב' 1, עמ' 24
27. בן דב, י. (תשנ"א). פסיקה, תורות ומושגים. תל-אביב: משרד הבטחון
28. בק, א. (עורך). (1995). תרפיה קוגניטיבית, עקרונות והדגמות. קרית ביאליק: אח
29. בר, ה. (תשל"ל). הגיון, לשון ושיטה. ירושלים: ספרית הפועלים
30. ברגמן, ש. ה. (תשל"ב). תולדות הפילוסופיה החדשה, כרך א. ירושלים: מוסד ביאליק
31. ברגמן, ש. ה. (תש"ס). הפילוסופיה של עמנואל קנט. ירושלים: מאגנס
32. ברלין, י. שרשי הרומנטיקה. תל אביב: עם עובד
33. ברמן, ע. (1986). העברה - העברה נגדית כתהליך בין אישי כולל. שיחות, כרך א', חוב' 1
34. ברמן, ע. (2002). המסע הארוך. הקדמה לספר: פרויד, ז. הטפול הפסיכואנליטי. תל-אביב: עם עובד
35. גוטליב, נ. צ. (עורך). (תשמ"ז). פניני הכתר. ירושלים: הועד להנצחת דברי ימי החסידות
36. גולדברג, י. (1986). יעיצוב התנהגותי כאתגר לפסיכותרפיה המסורתית. מגמות, כרך טו, חוב' 4
37. גולדברג, י. (1987). בעיות משמעת אצל ילדים. תל אביב: זמורה ביתן
38. גולדשמיד, נ. (תשל"ג). באורי הרנ"ג לתניא. בני ברק: משפחת גולדשמיד
39. גולומב, י. (תשמ"ז). הפתוי לעוצמה. ירושלים: מאגנס
40. גולומב, י. (תש"ן). מבוא לפילוסופיות הקיום. תל אביב: משרד הבטחון
41. גולן, ר. (2000). אהבת הפסיכואנליזה. תל אביב: רסלינג
42. גורביץ, ד. (תשנ"ז). פוסט מודרניזם. תל אביב: דביר
43. גיי, פ. (תשנ"ד). פרויד, פרשת חיים לזמנו. תל אביב: דביר
44. גינזבורג, י. (תשס"ד). נפש בריאה. כפר חב"ד: גל-עיני
45. גירץ, ק. (1990). פרשנות של תרבויות. ירושלים: כתר
46. גליצנשטיין, א. ח. (תשל"ה). אור החסידות. ניו יורק: קה"ת
47. גליצנשטיין, א. ח. (תשמ"ט) ספר היחידות. ניו יורק: קה"ת
48. דויטש, ח. (תש"ן). גבולות וסוגי קבוצות בקהיליה טיפולית למתבגרים. בתוך: שניידר, ס. ודויטש, ח. (עורכים). גבולות בגיל ההתבגרות: לקט הרצאות לזכרו של צבי סטיסקין. ירושלים: מכון סאמיט
49. דן, י. (1975). הספור החסידי. ירושלים: כתר
50. דן, י. (תשס"א). החסידות - המאה השלישית. בתוך: אסף, ד. (עורך). צדיק ועדה. (עמ' 445). ירושלים: מרכז זלמן שז"ר
51. דסברג, ח. (1986). מה עוזר בפסיכותרפיה? שיחות, כרך 1, חוב' 3, עמ' 87

52. דריקורס, ר. (1994). יסודות הפסיכולוגיה האדלריאנית. תל-אביב: מכון אדלר
53. הדר, א. (תשנ"ד). פסיכותרפיה אנליטית: אמנות הבלתי אפשרי. תל-אביב: משרד הבטחון
54. הדרי, י. (תשכ"ו). שני כוהנים גדולים. בתוך: רפאל, י. (עורך). הראייה. ירושלים: מוסד הרב קוק
55. הובס, ת. (תשכ"ב). ליתן. ירושלים: מאגנס
56. הורוביץ, ש. י. (תרע"ד). מאין, לאין. ברלין: אחיאסף
57. הילגרד, א. ואטקינסון, ר. (1995). מבוא לפסיכולוגיה. תל-אביב: לדורי, עמ' 11
58. וורנוק, גי. גי. (תשמ"ז). הפילוסופיה המוסרית בת זמננו. ירושלים: מאגנס
59. ויטגנשטיין, ל. (1973). מאמר לוגי פילוסופי. תל-אביב: ספרית פועלים
60. וייס, י. (תשל"ה). מחקרים בחסידות ברסלב. ירושלים: מוסד ביאליק
61. ויניקוט, ד. ו. (1998). תינוקות ואמותיהם. תל-אביב: דביר
62. זיו, א. (תשי"ס). מבוא לפסיכולוגיה. תל-אביב: עם עובד
63. זוקן, ש. י. (תשי"ס). ספורי חסידים: כרך א. תורה. ירושלים: בית הלל
64. זוקן, ש. י. (תשי"ס). ספורי חסידים: כרך ב. מועדים. ירושלים: בית הלל
65. זק, ב. (תשנ"ד). עיון בתורתו של החוזה מלובלין. בתוך: אליאור, ר., ברטל, י. ושמרוק, ח. (עורכים). צדיקים ואנשי מעשה: מחקרים בחסידות פולין. ירושלים: מוסד ביאליק
66. יאלום, א. (2002). מתנת התרפיה. תל-אביב: כינרת
67. יובל, י. (תשכ"ט). המטאפיסיקה של קנט. ירושלים: אקדמון
68. יובל, י. (תשמ"ח). שפינוזה וכופרים אחרים. תל-אביב: ספרית פועלים
69. יום, ד. (תשי"ד). מסכת טבע האדם. ירושלים: מאגנס
70. יונג, ק. ג. (תשנ"ד). זכרונות, חלומות, מחשבות. תל-אביב: רמות
71. יעקובסון, י. (תשמ"ו). תורתה של החסידות. תל-אביב: משרד הבטחון
72. לאינג, ר. ד. (תשל"ח). האני החצוי. תל-אביב: הקבוץ המאוחד
73. לוק, גי. (תשנ"ז). על הממשל המדיני. ירושלים: מאגנס
74. ליבוביץ, י. (תשמ"ג). גוף ונפש. תל-אביב: משרד הבטחון
75. ליבוביץ, י. (תשס"ב). אמונה, הסטוריה וערכים. ירושלים: אקדמון
76. ליבלך, ע. (2001). מתבגרים בעולם פתוח. בתוך: מכון סאמיט – עמותה לשקום פסיכוסוציאלי למתבגרים ומבוגרים צעירים (ירושלים). חברה והתבגרות: יום העיון הארבעה עשר. ירושלים: מכון סאמיט
77. ליוטר, זי. פ. (1999). המצב הפוסט מודרני. תל-אביב: הקבוץ המאוחד
78. מגי, ב. (עורך). (תשמ"ג). אנשי הגות. תל-אביב: עם עובד
79. מוניץ, ח. (עורך). (1995). פרקים נבחרים בפסיכיאטריה. מהד' 11. תל-אביב: פפירוס
80. מוס, ח. (תשמ"ט). תאוריות בהתבגרות. תל-אביב: ספרית פועלים

81. מור, גי. (תשמ"ג). נושא דיונה של האתיקה. בתוך: ראוך, ל. (עורך). *מקראה בפילוסופיה בת זמננו*. תל-אביב: יחדיו
82. מי, ר. (תשמ"ה). *גילוי ההווה*. תל-אביב: רשפים
83. מיל, גי. ס. (תשל"ב). *התועלתיות*. ירושלים: מאגנס
84. מיטשל, א.ס. (תשס"ג). תקווה ופחד בפסיכואנליזה. תל-אביב: תולעת ספרים
85. מילר, גי. (תשמ"ו). *מחשבות על מחשבות*. תל-אביב: עם עובד
86. מרוז, ר. (תשנ"ב). ר' ישראל סרוג, תלמיד האר"י: עיון מחודש בסוגיה. *דעת*, חוב' 28, עמ' 41
87. נגל, ג. (תשל"ד). *תורת בעל התולדות*. ירושלים: מוסד הרב קוק
88. נוי, פ. (1994). מהו העצמי של פסיכולוגית העצמי? *שיחות*, כרך ט', חוב' 2, עמ' 95
89. נחשון, י. (תשנ"ט). מזכרון משוחזר לזכרון מסולף וחוזר חלילה. *פסיכולוגיה*. כרך ז', חוב' 1, עמ' 7
90. ניטשה, פ. (1978). *אנטי קריסט*. ירושלים: שוקן
91. ניטשה, פ. (1978). *דמדומי שחר*. ירושלים: שוקן
92. ניטשה, פ. (1978). *הולדת הטרגדיה*. ירושלים: שוקן
93. ניטשה, פ. (1978). *כה אמר זרטוסטרה*. ירושלים: שוקן
94. ניטשה, פ. (1978). *הרצון לעוצמה*. ירושלים: שוקן
95. סיגד, ר. (תשל"ה). *אקזיסטנציאליזם*. ירושלים: מוסד ביאליק
96. סימינגטון, גי, וסימינגטון, נ. (תשי"ס). *החשיבה הקלינית של וילפרד ביון*. תל-אביב: תולעת ספרים
97. סנט אכזופרי, א. (1980). *הנסיך הקטן*. תל-אביב: עם עובד
98. עומר, ח. (1997). *מעשה הספור הטיפולי*. תל-אביב: מודן
99. עמיסק, י. (תשמ"ה). *ימה וקדמה*. ראשון לציון: האור
100. פוקו, מ. (1972). *תולדות השגעון בעידן התבונה*. ירושלים: כתר
101. פיקז', מ. (תש"ן). *חסידות פולין*. ירושלים: מוסד ביאליק
102. פיקז', מ. (תשנ"ד). *בין אידאולוגיה למציאות*. ירושלים: מוסד ביאליק
103. פיקז', מ. (תשנ"ד). *החסידות כבשורה לאנושות*. בתוך: *מדעי היהדות*, כרך ד, עמ' 25
104. פיקז', מ. (תשס"א). *החסידות - תנועה חברתית בראי הדבקות*. בתוך: *אסף*, ד. (עורך). *צדיק ועדה*. ירושלים: מרכז זלמן שז"ר
105. פכטר, מ. (תשנ"ב). לברור המושגים 'קטנות' ו'גדלות' בקבלת האר"י ולהבנתם במחשבה החסידית. בתוך: *מחקרי ירושלים במחשבת ישראל*. כרך ע, חוב' י, עמ' 171
106. פרויד, ז. (תשכ"ח). *כתבי פרויד*. תל-אביב: דביר
107. פרויד, ז. (תשס"ב). *הטיפול הפסיכואנליטי*. תל-אביב: עם עובד
108. פרום, א. (1975). *משבר הפסיכואנליזה*. ירושלים: א. רובינשטין
109. פריד, י. ואגסי, י. (1997). *פרנויה*. תל-אביב: הקבוץ המאוחד

110. פרנצי, ש. (תשס"ד). בלבול השפות בין המבוגרים לילד. תל-אביב: עם עובד
111. פרנקל, ו. (תשמ"ה). האדם מחפש משמעות. תל-אביב: דביר
112. פרנקל, ו. (תשמ"ה). האל הלא מודע. תל-אביב: דביר
113. פרנקל, ו. (תשמ"ה). הזעקה הלא נשמעת למשמעות. תל-אביב: דביר
114. פרנקל, י. (תשמ"ח). מעין מתגבר ושמו אדם. תל-אביב: צ'ריקובר
115. צויפל, א. צ. (תשלי"א). שלום על ישראל. בתוך: רובינשטיין, א. (עורך). פרקים בתורתה של החסידות. ירושלים: מרכז זלמן שז"ר
116. ציטלין, ה. (תש"ס). ספרן של יחידים. ירושלים: מוסד הרב קוק, עמ' 237
117. ציטלין, ה. (תשמ"ב). בפרדס החסידות והקבלה. תל-אביב: יבנה
118. צמח, ע. (תשס"א). על הגוף, על הרוח, על מה שיש ועל מה שראוי להיות. ירושלים: מאגנס
119. קולקה, ר. (תשנ"ו). המשכיות מהפכנית: הפסיכואנליזה. הקדמה לספר: ויניקוט, ד. משחק ומציאות. תל-אביב: עם עובד
120. קיסמנט, פ. (תשמ"ט). ללמוד מן המטופל. תל-אביב: דביר
121. קיסמנט, פ. (תשנ"ו). להוסיף וללמוד מן המטופל. תל-אביב: דביר
122. רוזנברג, ש. (תשנ"ח). מבוא להגותו של הראי"ה. בתוך: איש שלום, ב. ורוזנברג, ש. (עורכים). יובל אורות. ירושלים: ההסתדרות הציונית העולמית, המחלקה לחינוך ולתרבות תורנים בגולה
123. רוטנברג, מ. (תשנ"ד). שבעים פנים לחיים. ירושלים: מוסד ביאליק
124. רוטנברג, מ. (תשנ"ו). פרדס הנפש. ירושלים: אקדמון
125. רוטנברג, מ. (תשנ"ו). קיום בסוד צמצום. ירושלים: מוסד ביאליק
126. רוטנברג, מ. (תשנ"ט). היצר. ירושלים: שוקן
127. רוטנשטריך, נ. (תשי"ב). יסודות הפילוסופיה של מרכס: בעקבות ההנחות על פויארבך. תל-אביב: מחברות לספרות
128. רוטנשטריך, נ. (תשכ"ט). על תחומה של הפילוסופיה. ירושלים: מאגנס
129. רוס, ת. (1969). מושג הא-לקות של הרב קוק. דעת, חוב' 9
130. רוסו, ז'. ז'. (תשכ"ז). האמנה החברתית. ירושלים: מאגנס
131. שטינזלץ, ע. (תשס"א). באור תניא. ירושלים: ספרי מילתא
132. שטינמן, א. (תשי"ז). באר החסידות: משנת חב"ד. תל-אביב: כנסת
133. שטרנר, ק. (תשנ"ט). אינדיבידואליות: הפרויקט הבלתי אפשרי. תל-אביב: עם עובד
134. שלום, ג. (ת"ש). ישראל סרוג - תלמיד האר"י? ציון, חוב' ה, עמ' 184
135. שלום, ג. (תש"ח). החסידות - השלב האחרון. בתוך: רובינשטיין, א. (עורך). פרקים בתורת החסידות ובתולדותיה. ירושלים: מרכז זלמן שז"ר
136. שלום, ג. (תשמ"ב). דברים בנו. תל-אביב: עם עובד
137. שפינוזה, ב. (תשי"ב). תורת המדות. תל אביב: מסדה

138. שׂיץ-אופנהימר, ר. (תשכ״ח). החסידות כמיסטיקה. ירושלים: מאגנס
139. שׂיץ-אופנהימר, ר. (תשכ״ג). אנטיספיריטואליזם בחסידות. מולד
140. שׂיץ-אופנהימר, ר. (תש״ן). ״הוצאה בקורתית עפ״י כתבי יד עם מבוא, פרוש, הערות ומפתחות״ של: דב בר ממזריץ׳. מגיד דבריו ליעקב. ירושלים: מאגנס
141. שתיל, י. (תשמ״ז). תורת האנרגיה הנפשית. עבודת דוקטורט. מוגשת לסנט של האוניברסיטה העברית, ירושלים
142. Agras, W. S. (1987). So, where do we go from here? *Behavior therapy*, v. 18, p. 203
143. Alexander, F. G. & French, T. M. (1946). *Psychoanalytic therapy: principles and application*. New York: Ronald Press
144. Bacal, H. A. (1987). Object relations and self psychology. *International journal of psychoanalysis*, v. 68
145. Beck, A. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: Penguin Books
146. Bion, W. R. (1957). Differentiation of the psychotic from the non psychotic personalities. *International journal of psychoanalysis*, v. 39
147. Bion, W. R. (1962). *Learning from experience*. London: W. Heinemann, Medical Books
148. Bion, W. R. (1962a). A theory of thinking. *International journal of psychoanalysis*, v. 53
149. Bion, W. R. (1963). *Elements of psychoanalysis*. London: W. Heinemann, Medical Books
150. Bion, W. R. (1970). *Attention and interpretation*. London: Tavistock Publication
151. Bion, W. R. (1990). *Brazilian lectures*. London: Karnac Books
152. Broomberg, P. (1996). Standing in the space. *Contemporary psychoanalysis*, v. 32
153. Bulka, r.p. (1978) Hasidism and logoterapy: encounter through antology. *Journal of psychology and judaism*
154. Diagnostic and statistic manual- D.S.M.4-R. (4th Ed). (2000) Washington: American Psychiatric Association.
155. Edelson, M. (1970). *Sociotherapy and psychotherapy*. Chicago: Chicago University Press
156. Edinger, E. F. (1973). *Ego and archetype*. Baltimore : Penguin Books
157. Erikson, E. (1968). *Identity : youth and crisis*. New York: W. W. Norton
158. Eysenck, H. J. (1952). The effects of psychotherapy: an evaluation. *Journal of consulting psychology*, v. 16, p. 319
159. Fairbairn, W. R. D. (1952). *Psychoanalytic studies of personality*. London: Hanley
160. Fairbairn, W. R. D. (1968). Synopsis of an object relations theory of personality. *International journal of psychoanalysis*, v. 49
161. Fairfield, S. (2001). Analysing multiplicity. *Psychoanalytic dialogues*, v. 11
162. Frank, C. & Bready, J. (1970). Why behavior therapy and why a new Journal? *Behavior therapy*, v. 1

163. Freud, S. (1953-1974). *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*. (Strachey, J. & Freud, A. (Eds. & Trans.)). London: Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis. 24 v.
- 163.1. Project for a scientific psychology. (1895). In: v. I
- 163.2. Studies on hysteria. (1895). In: v. II
- 163.3. Three essays on the theory of sexuality. (1905). In: v. VII
- 163.4. Psychological (or mental) treatment. (1905). In: v. VII-a
- 163.5. Psycho-analytic notes on an autobiographic account of a case of paranoia. (1911). In: v. XII, p. 3
- 163.6. Recommendation to physicians practicing in psychoanalysis. (1912). In: v. XII
- 163.7. On beginning the treatment. (1913). In: v. XII
- 163.8. Totem and taboo. (1913). In: v. XIII
- 163.9. On the history of the psychoanalytic movement. (1914). In: v. XIV
- 163.10. On narcissism. (1914). In: v. XIV-a
- 163.11. Observations on transference-love. (1915). In: v. XII
- 163.12. Mourning and melancholia. (1915). In: v. XIV
- 163.13. Instincts and their vicissitudes. (1915). In: v. XIV-a
- 163.14. Introductory lectures on psychoanalysis. (1915). In: v. XV
- 163.15. Introductory lectures on psychoanalysis. (1916). In: v. XVI
- 163.16. Lines of advances in psychoanalytic therapy. (1919). In: v. XVII
- 163.17. Beyond the pleasure principle. (1920). In: v. XVIII
- 163.18. The Ego and the Id. (1923). In: v. XIX
- 163.19. The question of lay analysis. (1926). In: v. XX
- 163.20. Civilization and its discontent. (1930). In: v. XXI
- 163.21. Libidinal types. (1931). In: v. XXI
- 163.22. New introductory lectures on psychoanalysis. (1933). In: v. XXII
- 163.23. Analysis terminable and interminable. (1937). In: v. XXIII
164. Green, A. (1987). Typology of leadership and the Hassidic zaddik. In: *Jewish spirituality*, v. 14, p. 127
165. Guntrip, H. (1961). *Personality structure and human interaction*. New York: International Universities Press
166. Hall, C. S. & Lindzey, G. (1978). *Theories of personality*. (3rd ed.). New York: J. Wiley
167. Hartmann, H. (1964). *Essays on Ego psychology*. New York: International Universities Press
168. James, W. (1890). *The principles of psychology*. New York?: Fawcett
169. Jung, C. G.: (1966). *Two essays on analytical psychology*. Princeton, N. J.: Princeton University Press
170. Jung, C. G. (1966-). AION: researches into the phenomenology of the self. In: Read, H., Fordham, M. & Adler, G. (Eds.). *The collected works of C.J. Jung*. (2nd ed., v. 9, pt. 2, p. 3). Princeton: Princeton University Press
171. Jung, C. G. (1966-). On the concept of archetypes. In: Read, H., Fordham, M. & Adler, G. (Eds.). *The collected works of C.J. Jung*. (2nd ed., v. 9, pt. 1, p. 75). Princeton: Princeton University Press
172. Jung, C. G. (1966-). On the doctrine of complexes. In: Read, H., Fordham, M. & Adler, G. (Eds.). *The collected works of C.J. Jung*. (2nd ed., v. 2, p. 598). Princeton: Princeton University Press

173. Jung, C. G. (1966-). The philosophical tree. In: Read, H., Fordham, M. & Adler, G. (Eds.). *The collected works of C.J. Jung*. (2nd ed., v. 13, p. 285). Princeton: Princeton University Press
174. Kaptan S. M. & al. (1999). Individuals psychotherapy: outcome and process research. *Annual review of psychology*, v. 50, p. 441
175. Kasdin, A. E. (2003). Psychotherapy for children and adolescents. *Annual review of psychology*, v. 54., p. 253
176. Kernberg, O. F. (1976). *Object-relations theory and clinical psychoanalysis*. New York: J. Aronson
177. Klein, M. (1926). Love, guilt and reparation. In: *Love, guilt and reparation and other works*. New York: Free Press
178. Klein, M. (1957). *Envy and gratitude*. New York: Basic Books
179. Klein, M. (1986). Notes on some schizoid mechanisms. (1945). In: Mitchell, J. (Ed.). *The selected Melanie Klein*. New York: Free Press
180. Kohut, H. (1978-1990). *The search for the self: selected writings of Heinz Kohut, 1950-1978*. (Ornstein, P. H. (Ed.)). Madison, Conn.: International Universities Press
181. Kohut, H. (1983). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press
182. Kuhn, T.S. (1962). *The structure of scientific revolutions*. Chicago: Chicago University Press
183. Lachman, F. M.: (1996). How many selves make a person? *Contemporary psychoanalysis*, v. 32
184. Mahler, M. S., Pine, F. and Bergman, A. (1975). *The psychological birth of the human infant*. New York: Basic Books
185. Matte-Blanco, I. (1959). Expression in symbolic logic of the characteristics of the system U.C. *International journal of psychoanalysis*, v. 15.
186. Matte-Blanco, I. (1975). *The unconscious as infinite sets*. London: Duckworth
187. Mead, G. H. (1967). *Mind, self & society*. Chicago: University of Chicago Press
188. Neumann, E. (1970). *The origins and history of consciousness*. Princeton: Princeton University Press
189. Pine, F.: (1988). The four psychologies of psychoanalysis and their place in clinical work. *Journal of American Psychoanalytic Association*, v. 36.
190. Popper, K. R. (1968). *The logic of scientific discovery*. London: Hutchinson
191. Rosenham, D. L. & Seligman, M. E. P. (1995). *Abnormal psychology*. (3rd ed.). New York: W. W. Norton
192. Rotenberg, M. (1978). *Damnation and deviance*. New York: Free Press
193. Sadock, B. J. & Sadock, V. A. (Eds.) (1999). *Kaplan and Sadock's comprehensive textbook of psychiatry*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins
194. Safier, J.C. Hasidism, faith and the therapeutic paradox (1978). *Journal of psychology and judaism*
195. Samuels, A. (1985). *Jung and the post-Jungians*. London: Tavistock

196. Sandler, J. (1976). Counter transference and role responsiveness. *International review of psychoanalysis*, v. 3, p. 43
197. Sandler, J., Holder, A. & Dare, C. (1986). *Frames of reference in psychoanalytic psychology*. Jerusalem: Sigmund Freud Center, Hebrew University
198. Sandler, J. The patient and the analyst. (2nd. Ed). London: Karnac Books
199. Schachter, Z.M. (1991). Spiritual intimacy. London :Jason Aronson
200. Schafer, R. (1976). *A new language for psychoanalysis*. New Haven: Yale University Press
201. Schafer, R. (1982). *The analytic attitude*. New York: Basic Books
202. Slavin, M. (1996). Is one self enough? *Contemporary psychoanalysis*, v. 32
203. Spence, D. P. (1982). *Narrative truth and historical truth*. New York: W. W. Norton
204. Spero, M .H.(1978). Discussion: On the nature of the therapeutic encounter between hasid and master. *Journal of psychology and judaism*
205. Szas, T. (1960). The myth of the mental illness. *American psychologist*, v. 15, p. 113
206. Watson, J. R. & Rayner, R. (1920). Conditional emotional reaction. *Journal of experimental psychology*, v. 3, p. 1
207. Winnicott, D. W. (1945). Primitive emotional development. *International journal of psycho-analysis*, v, 26, p. 145
208. Winnicott, D. W. (1949). Hate in the counter transference. *International journal of psycho-analysis*, v. 30, p. 8
209. Winnicott, D. W. (1953). Book review. *International journal of psycho-analysis*, v. 34, p. 329
210. Winnicott, D. W. (1953). Transitional object and transitional phenomena. *Internationl journal of psycho-analysis*, v 34, p 89
211. Winnicott, D. W. (1954). Mind and its relations to the psychosoma. *British journal of medical psychology*, v. 28, p. 244
212. Winnicott, D. W. (1960). The theory of the parent-infant relationship. *International journal of psycho-analysis*, v. 41, p. 587
213. Winnicott, D. W. (1965). Ego distortion of true and false self (1962). In: *The maturational processes and the facilitating environment*. London: Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis
214. Winnicott, D. W. (1971). *Playing and reality*. London: Routledge
215. Wochtel, P. L. (1982). What can dynamic therapies contribute to behavior therapy? *Behavior therapy*, v. 13, p. 594
216. Yates, J. Y. (1958). Symptoms and symptoms substitution. *Psychological review*, v. 65

17-07-2005

**The "Shevira" and the "Tikun" as a Paradigm for Pyschopathology
and Psychotherapy**

Thesis submitted for the Degree Doctor of Philosophy

by

Baruch Cahana

Submitted to the senate of the Hebrew University, Jerusalem
December 2004

ספריית הר-הצופים
למדעי תרבות והחברה

This thesis was supervised by Prof. Mordchi Rotenberg

Index

Page	
8	Preface
12	The philosophical crisis of the modern-day philosophy, and the possible contribution of the Hassidism to psychology as a scientific system
15	The psychology in the post-modern era
17	The critical of the post-modernism.
19	Beyond post-modernism
21	Hassidism as psychology
21	The first extract of the Hassidic psychology
24	Methodical notes
24	The unity of Hassidism
27	Use of concepts
28	Structure of this study
30	– 1INTRODUCTION OF HASSIDIC PSYCHOLOGY
	Chapter A – The metaphysical perception of the Hassidism
33	The Hassidic metaphysics
35	Harmony of opposites in research
36	Dialectics and Dialogue
37	"Shevira" (breaking) and "Tikun" (repairing)
38	Reciprocal "Tsimitsum" (contraction) of "Yeshut" (entity)
40	The concept of truth
	Psychological implications
42	A phylosofical point of view on the life of a Hassidic person
	A transcendental revelation
43	The question of the "subject"
47	The unconscious and the question of dialogue
48	Egotism, altruism and idealism
50	The question of goodness
54	Chapter B – Basic concepts of Hassidic Psychology
55	Nefesh (soul) and light
57	Pleasure and will
60	Comprehensive and interior
62	The tools
64	The powers of the "Muskal" (Intellectual)
66	Wisdom and insight as modesty and happiness
	Wisdom and insight as a Mother and Father
67	The powers of the "Murgash" (Emotional)
68	The powers of the "Mutba" (Imprinted)
69	Garments
	"Hitgalut" (revealing) and "bittul" (negation)
71	Entity (existence) and "shevira" (breaking)
72	The "shevira"
75	Details of the dimensions of the chaos
	The falling of one self
76	The powers of the "Muskal" (Intellectual) of the caos
78	The "Murgash" (Emotional) and "Mutba" (Imprinted) of the caos
79	The animal-like soul
80	The "tikun" (repairing)
81	The stages of the "tikun"
83	The mother-role
84	The reason for the prohibition of incest
85	Continuation of development
85	Development of "mochin"
88	Implication of the developemental perception of the "tikun" on the internal work of the individual

89	Implication of the developmental perception of the "tikun" on the direct relations with others
90	Man in the Hassidism – a summary
92	B – WESTERN EXISTENTIAL PSYCHOLOGY
	Chapter 3 – Man in the Western thought
94	Spinoza
95	Materialism –
	Nitsche and the world of chaos
96	Understanding the social world
97	Hobbes
99	Chapter 4 - Western Psychology as existential psychology
	Freud
101	Oedipus complex
103	The Ego drive
	Narcissism
105	Creativity
	The death drive
108	The theory of entity ,the structural model and the ethics (מוסר)
109	Hartmann
110	A summary of Freud's perception
111	The continuation of the development of the psychoanalysis
113	The first direction – from chaos to cosmos
	Melany Klein
114	Wilfred Bion
116	The concept of "self" in Klein's and Bion's work
	Oto Kernberg
117	The second direction – from dependency to independence
	Ronald Fairbairn
120	Margaret Mahler
121	Donald Winnicott
124	Heinz kohut
126	Unity in the psychoanalytical discourse
128	Victor Frankel
129	Attempts of combination
	Matte- Blanco
131	Wilfred Bion
132	Karl Jung
135	Influence of the post-modernism on the new psychology
	Sartre
136	Roy Schafer
137	Susan Fairfield
	Steven Mitchel
139	Phillip Broomberg
	An attack on the concept of identity
141	attempt to integrate the paradigms

145 **– 3THE HASSIDIC MODEL OF CLINICAL PSYCHOLOGY**

Chapter 5 – The “shevira” as a model of psychopathology

- 146 Michel Foucot
147 Thomas Szas
148 Ronald Laing
150 A general definition for psychopathology
154 Further details
 schizophrenia
159 Affects disorders
161 Mania
 Personality disorders

163 “Don’t need” disorders
164 “Maybe” disorders
165 Psychoneurosis

169 Chapter 6 – The “tikun” as Hassidic Psychotherapy

- 173 Specific techniques–
 Submission
176 “Havdala” - distinction
 The difficulties in distinction
177 The rising of foreign thoughts – only for the “tsaddik”?
179 “Hitbonenut” (observation)
180 “Hitbodedut” (seclusion)
181 The search after the “good”
 The place of the distinction on the way to “tikun” according the the Rabbi of Pyasetzena
183 “Hamtaka” (sweetening)
184 The “tikun” as a interpersonal process
186 The “tikun” in the relationship between the Rabbi and the Hassid
189 The importance of the connection and it’s definition
 Submission
190 “Havdala” (distinction)
192 “Vidui” (confession)
192 “Yechidut” (singularity)
194 “Hamtaka” (sweetening)

195 Chapter 7 – Hassidic “tikun” and Western psychotherapy

- 198 Behaviorism
200 Congnetive Behaviorism
201 Psychoanalysis
209 The self psychology
211 Towards integration
 “Sweetening” and containing
214 “Sweetening” and individualisation
215 “Sweetening” and intersubjectivism
216 “Sweetening” and narrative therapy
217 Rotenberg and“ Pardess HaNefesh” (the orchard of the soul)
218 “Tikun” and the post-modernism
 A therapeutal community

221	Summary
223	D - APPLICATION
	Chapter 8 – Study Cases
	Therapy
224	The general rules of combination of Hassidic and psychodynamic insight
	Form of reporting
227	Yael
237	David
244	Reut
258	Noga
268	Binyamin and Margalit
277	Racheli
285	Bibliography
	Abstract

Abstract

This research gives a phenomenological Hassidic interpretation to the fundamental concepts of clinical psychology (including various diagnostic categories and fundamental concepts of dynamic psychology). Its purpose is to demonstrate that the systematic development of Hassidic psychological concepts may have the potential for a comprehensive consolidated clinical theory, which could contribute significantly to diagnostic and clinical work.

Background:

In the opinion of many researchers, psychological thought is now in a state of conceptual crisis due to a profound change which encompasses many branches of Western philosophy. The accepted form of psychotherapy developed in a world dominated mostly by the spirit of positivism and its scientific perception. As a result, its models were drawn from branches of knowledge which were already recognized as scientific and objective:

Behaviorism was based upon the learning theory of academic psychology and psychoanalysis was based upon the medical model. The claim to objective knowledge encouraged therapists to develop important developmental theories from which useful insight was derived regarding mental distress and its causes, and tools were developed for coping with it. However, the same claim became an obstacle on more than one occasion and prevented real dialogue with the patient, because the therapist could assume that he had objective knowledge that only the special pathology of the patient prevented him from seeing. This model was much criticized. Among the critics, Mordechai Rotenberg termed it "missionary".

Since about the 70's, there was a gradual change in the dominant spiritual atmosphere. The certainty in our ability to find objective truth gave way to post-modernism which gave up on this sort of truth completely and replaced it with different types of discourse, all of which are subjective. The place of the perception of semi-medical therapy was taken by inter-subjective therapeutic discourse in which none of the participants claims to know the truth. There was much improvement in this over the earlier "missionary" model, but most of the advantages of the earlier model were lost as well: there was a loss of confidence in the possibility of defining a mental course as correct or healthy, and with it was lost the ability to define what exactly is wrong in the state of distress that the patients need to cope with and how to disentangle from it. At this point, in my opinion, Hassidism can offer a third conceptual model, which is different from the modern or post-modern ones, and can combine the advantages of its two predecessors.

Hassidism developed in the world of Eastern European Jewry of the 18th century as an attempt to cope with a crisis in spirituality and leadership which was faced at the time. As part of the coping with this crisis, the Hassidic thinkers developed a complex world of philosophy which is based upon Kabbalistic sources and translated it into concepts that would in their opinion speak to the followers of Hassidism, and among others there were many

psychological examples. Since the Hassidic leaders also served as therapeutic figures whom the Hassidim turned to with all their troubles of day-to-day life, these concepts did in fact serve as the basis for actual therapy work. Thus, Hassidism developed a comprehensive system of therapy concepts.

The foundation of Hassidic thinking is in terms of Shevira (lit. "breaking") and Tikkun (lit. "repairing"), according to the Kabbalah system of Rabbi Luria. The main thing about it is that it's possible to see all of reality as two-layered. According to this perception, there is a transcendental layer of reality, which is complete divine goodness, which aspires to be revealed- this aspiration is termed Light in Hassidism. The empirical reality known to us is none other than the system of Kelim (lit. "vessels") meant to reveal to man that human consciousness is finite and limited. When the revealed reality is recognized for its limitations, and in being a Keli ("vessel") for the Light it can reveal the Light. This is a state of Bittul (lit. "negation"), which is the foundation of all good that we know. On the other hand, when man sees revealed reality as the ultimate purpose, reality splits into infinite separate forces- entities- and they are locked in eternal struggle.

Man's Nefesh (mind) is two-layered as well. There is a transcendental layer, called Nefesh or Soul, which in and of itself unique and full of good, and this layer aspires to be revealed in the lower layer: the system of different mental forces, such as for example, the ability to think, the system of fundamental emotions, etc. There is a gap between the transcendental layer and the limited Kelim (the mental forces mentioned above) that within them and through them it must be revealed. It is possible to bridge this gap through Tsimtsum (lit. "contraction") of the aspiration to revelation in a way that the limitations of the Kelim will be taken into account. When Tsimtsum does not occur, the Nefesh slips into a state of Shevira, meaning a split of the process of revealing into infinite contradictory aspirations, that each one aspires to be realized fully, at the expense of other aspirations. The Shevira thus creates a destructive chaotic state, in which each mental force which has undergone Shevira is transformed and becomes egocentric, oriented in the physical, and limited. From the chaos of Shevira, the processes of Tikkun begin, being a growing integration of fragments of the Kelim that were split during Shevira.

This model is different from the positivistic and post-modern models, as it posits that truth exists, but it is transcendental and is not knowable except through a limited system of tools of consciousness. Inevitably, every person has a unique path (due to the unique characteristic of his system of tools) to the same truth as though these are different viewpoints of the same scenery. Beyond the philosophical perception, the mental course which is good and healthy for each person is unique to himself, because this is an expression of a unique soul. From this derives a clear perception of dialogue: Each person has a unique message that no one else has an objective way of knowing. On the other hand there is meaning to the state of unhealthy mental course: This is a state in which the person's soul is unable to be revealed, or is revealed in a false manner. The reason for this must be Shevira of the Kelim as was described earlier. According to this, each mental course which causes

distress there is a good Shoresh (lit. "root") which is connected with the aspiration of the soul to be revealed, and a Kelippa which is connected with a deformity that is caused due to Shevira. From this derives a unique relation for psychopathology and psychotherapy, the description of which is the subject of this research.

In terms of method, this research is based upon the breakthrough of Rotenberg when he attempted in a series of books to examine the possible contribution of the Hassidic perception to the social sciences of today. Instead of looking for points of similarity between Western psychology and Hassidic psychology, as earlier researchers had done, Rotenberg searched for the conceptual innovations in which Hassidism differs from the previous approaches, and attempted to examine to what extent there is special benefit in Hassidic conceptualization. It is possible to summarize his conclusions in the following points, which are connected:

1. Tsimtsum- Western psychology holds as an axiom that the purpose of the individual is to grow and spread out, but that the other stands in the way. The other may, indeed, also assist, provide needs and the like, however, at some level, the other stands in the way of the individual. In contrast, Hassidism holds Tsimtsum as a constant axiom: There is a natural aspiration in the heart of man to commit self-Tsimtsum in order to make room for the other.
2. Dia-logia- The axiom of spreading out creates a pattern of dialectical relationship, never-ending competitive struggle, in which in the end only one of the competitors remains. Tsimtsum, on the other hand, allows shared life in constant dialogue. This dialogue can be actualized on different levels- in wider society (such as between socio-economic classes); in the interpersonal realm (as in couples' relations, inter-generational relations); and within the Nefesh of the individual (as in a person's relation to his past and weaknesses). In all these it is possible to invoke the principle of dialogue.
3. Pardes (lit. "orchard", though the term is used in Jewish mysticism to describe a multi-layered method to study of scripture as well as a multi-layered view of reality) of the Nefesh- This same dialogue can exist between the patterns of rational-scientific thought and mystical patterns of thought. Instead of one of them negating the other, it is possible to perform Tsimtsum upon both patterns mutually, so that a fertile dialogue can take place between them. According to Rotenberg, each society is structured according to fundamental assumptions which stand at the foundation of its culture, and so, since the dialectical pattern describes society as an eternal battlefield, the society that is formed by it will look like such a battlefield. However, not all can handle this battle, whether interpersonal or intrapersonal. People such as this, who buckle at the sides of society, will be classified as deviants in the sociological sense or in psychopathological terms as suffering from various mental disorders. Therefore, According to this conceptualization the healing of such deviants cannot be within the same dialectical structure, but rather within turning these patterns into patterns of dialogue of thought which allow the common existence of the normative with the deviant.

As can be seen, the fundamental Hassidic assumption with which I began contains within it the ideas of Rotenberg within a wider context. The mutual dialogue of different elements which he describes is parallel to the revealing of the soul in different Kelim, that despite their differences, each one expresses different shades of one revelatory content, as in the end, all are derived from the same soul. It is Tsimtsum which allows for this process, just as its lack creates what Hassidism calls Shevira, which is parallel to the dialectical pattern that Rotenberg shows. It is possible to speak of much overlap between the assumption of revealing with which I began, and Rotenberg's work.

This research attempts to expand on this assumption to the extent of a comprehensive clinical theory. The importance of this sort of development can also be explained by the assumption mentioned earlier that wide areas of Western psychology are influenced by the same dialectic as was described, and that such a pattern of thought is limited in its ability to allow a true integration of the deviant into the normative community.

Definition of the Hassidic corpus: The world of Hassidism is wide and varied, and contains many different streams. Academic research is yet to reach an agreement. As to the question of to what extent it is possible to see Hassidism as one philosophical stream or a collection of several sub-streams, in which more separates them than unifies. In previous research, I attempted to prove the existence of a coherent Hassidic theory of personality, and I preferred to focus on one important stream (Habad). In the present research, focusing as it does on the independent theoretical development of more general fundamental Hassidic concepts, it appears best to define the Hassidic corpus in the widest sense possible, and to include in it ideas from all branches of Hassidism, including the philosophers who were influenced by Hassidism in a decisive way (such as Rabbi Kook). Since this approach is not taken for granted, I will include a special appendix for its understanding and establishment (29-33).

The structure of the research: This research has two parts: Theoretical-clinical and Empirical.

Part 1: Theoretical

For the sake of convenience, I chose to present the fundamentals of Hassidic philosophy and psychology (as I understand them) as a general flow, without indicating a detailed citation for the source of each part of the general picture. In the research itself, of course, my intention is to prove each item that I mention. In any case, I will mention here that I base my claims on a long list of Hassidic sources (34-60) which have already been researched in detail, and I utilize this research as well in the proposed analysis (61-77).

Chapter 1: The fundamentals of Philosophy in Judaism

Man is but a part of reality, and can never be understood without taking into account man's relationship with his environment. Accordingly, each

psychology is a part of a multi-branched system of thought that includes this metaphysical approach in one form or other. Western philosophy is inseparable from the general system of beliefs which characterize Western positivist science. To the same extent, Hassidic psychology cannot be understood except with the background of Hassidic metaphysics, which is rooted in the theological concepts of the Kabbalah. I will describe here in brief some of the fundamental relevant Kabbalistic terms as they were perceived in Hassidic thought.

Hitgalut (i.e. revealing): God is described as One who lives for happiness and pleasure (known as "the delights of the King in Himself"), and wants to give the other something of that divine pleasure which exists within Him. This desire is the motivation for the creation of the world, and all that takes place in reality is a revealing of that will.

Tsimtsum: The divine will needs to be revealed in a finite reality. There is a gap between the infinite desire and the finite reality, which is fully a limited system of limited entities, and this gap requires Tsimtsum to bridge it. The Tsimtsum is the willingness to be revealed in a more limited way than the original desire. Hassidism offers various allegories for the purpose of understanding Tsimtsum: a word is a system of symbols or sounds, and yet, it can express a sublime idea which is in the heart of the speaker. Or a teacher who performs Tsimtsum with regard to his wisdom so that his students can receive it

Shevira: The created ones, for their part, need to agree to receive Light that has undergone Tsimtsum. When this willingness does not exist, each individual attempts to receive and express the Light in its full infinity. As a result of this attempt, the full system loses its coherence and becomes a full-blown chaos of limited entities, in which each one attempts to reach its full aspiration unrestricted, at the expense of all that is around it.

Kabbalah describes this process in great detail, with particular reference to the Word of Atsilut (divine emanation), the world of ideas above. Hassidism shows how this same process occurs in a parallel manner in the human world.

Yeshut (lit. "entity") and **Bittul**: As a result of Shevira, the world which we see is distorted and has undergone Shevira. The world suffering from Shevira appears as a one-dimensional world which is completely a collection of autonomous entities which struggle with each other. Hassidism calls this view of our world the perception of Yeshut. The perception of Yeshut does not recognize a higher layer, which is the will of revealing which is at the foundation of the reality known as Light. This perception of Yeshut is called **Kelippa** (lit. "shell, husk"), as it covers the Light and does not allow its being revealed. The Light trapped in the Kelippa is called a **Nitsots** (lit. "spark").

However, an opposite perception is possible, which is called perception of **Bittul** (negation). **Bittul** means a state in which entities of the world see themselves as **Kelim** (vessels) which were meant to express the Light, and each one of them is one component of a full system, and that only in the full

system can the Light be revealed. This is the only state in which the Light can be revealed, and to put it simply: the only state in which the will to happiness can be realized.

Tikkun: The way to go from a state of Shevira to a state of revealing is called Tikkun. The meaning of Tikkun is the release of the Nitsots from the Kelippa and its return to its Shoresh (lit. "root"). So, with these concepts Hassidism explains a very wide range of phenomena. We will focus, as can be expected, on psychological phenomena in general, and on psychotherapy in detail.

Chapter 2: The development of personality according to Hassidism

In the literature of Kabbalah and Hassidism, man is described as being a microcosm, and the whole of cosmological dynamics, as described above, is seen in his Nefesh (mind). The source of the sense of I is in the transcendental layer of the Nefesh, termed the godly/divine Nefesh. This layer is not experienced directly, but all things that occur in the empirical layers of the Nefesh are representations of it. The deep aspiration of the godly Nefesh is to reveal to the other something of the happiness that it feels within itself, "being good to all, without any limit in the world at all, whether in the number of those receiving good or in the quality of the good itself" (Rabbi Kook, Lights 139).

However, in order to be revealed, this Light, this will to be revealed, needs to perform Tsimtsum on itself. The Tsimtsum of Light is not natural. Light aspires to be revealed immediately and completely. There is a dynamic of the sort described above: an infant begins its life in a state of Shevira. On the phenomenological level, this is an I-experience, as a long string of feelings and desires, almost without integration. This manner of experience is termed the bestial Nefesh, and it is dominant in man from birth till about age 6. Even afterwards, it continues to exist, generally throughout life, but as the individual grows, other manners of experience are formed.

The Tikkun begins at the stage of submission, a bridling of the separate desires, at first due to calculations of profit and gain (and in educational terms- reward and punishment). At some stage when the child internalizes this system of calculations a new experiential manner is formed, the rational, which aspires to organize all experiences and desires into one rational I experience. Hassidism calls the manner of experience formed at this stage the intellectual Nefesh.

Footnote 2: The names of the Nefesh types were first described by Rabbi Hayyim Vital, a student of Rabbi Luria. They are accepted in the various streams of Hassidism, though they have received a detailed description particularly in Habad Hassidism. The entire detailed description of the stages of development are mainly from the Habad version of Rabbi Luria's Kabbalistic teachings.

However, though the Hassidic perception emphasizes the behavioral

foundation of submission, it also places prime importance in that the parents (and educators) view the infant (and later the child) in an empathic manner. The significance of this empathic view is to relate to the good will (Light) as the substantial side of the child, and to the Yeshut sides which aspire to spread out (Kelippot) as secondary and incidental. The very ability to love the child represents this sort of view in Hassidic concepts.

The child continues to develop with the help of the parents love and their careful guidance, until he reaches a new stage at age 13. About then, with the development of the tools of understanding and emotion, he reaches a stage at which he can identify with the original transcendental I, and not only with the physical-empirical I. At this stage he goes from stages of submission and distinction to the stage of Hamtaka (sweetening). He is no longer forced from without to do good (as in the stage of submission), nor does he learn right from wrong cognitively (as in the stage of distinction), but rather he is able to identify in principle with the good, and aspire to realize the ideals he comprehends. Only then is it possible to speak of the beginning of Bittul of the Keli in respect to the Light. At this stage the divine Nefesh begins to be revealed in the reality of the empirical Nefesh.

Thus, in every normal person, there are all three of these Nefesh types, which represent three modes of experience and three modes of integration among the layers of the Nefesh: the empirical and the transcendental. Between these Nefesh layers there is a very complex balance, though not symmetry, as only the divine Nefesh represents the original aspiration of the transcendental-revelatory layer of the soul.

Hassidism details the various forces of the Nefesh and their roles in the process of Tikkun. It also describes at length the educator-student relationship, the manner in which the educator performs Tsimtsum upon himself towards the student, and the meaning of seeing the student as a Light or as a Yeshut. I will devote detailed descriptions to each of these in this research.

Chapter 3: The perception of man in Western Thought

From the beginning of the modern period, Western philosophy has dealt with psychological questions based on an intention of demonstrating that man is fundamentally only a part of the natural world. This trend is very prominent in the writings of philosophers such as Spinoza and Hobbes, at the beginning of the modern period, and at the 19th century it appears with great force in the writings of the positivists following their path and in the writings of Nietzsche. Based on these discussions, these philosophers laid the foundations to scientific psychology of the 20th century. From a Hassidic perspective, the meaning of this effort is the constructing of psychology on a foundation of Yeshut alone.

Chapter 4: The world of Western psychology

Western psychotherapy is founded from its beginning on the foundations of a perception of entity (Yeshut). Freud's thought can be understood as a continuing attempt to conceptualize his clinical experience in biological scientific terms. This effort brought about a theory that views the Nefesh of man as a sort of physical system which is meant to deal with the sexual energy of the libido. In time, this perception of inclination changed in detail, but not in its foundation, which remained biological-Yeshut based. As the theory developed, Freud succeeded in explaining in his own style, many Nefesh foundations which do not apparently fit the Yeshut-based perception, such as the deep connection with the other, spiritual creativity, etc. Those who continued his path continued to develop the theory to various more humanic directions, though they too did not swerve from the Yeshut-perception. As a result, a large part of the life of the Nefesh, especially the spiritual world, the religious and the mystical, was judged to be understood only as a by-product of coping with basic needs, such as the aspiration to existential security, interpersonal connection, etc. Other streams in psychotherapy attempted to place the spiritual world at the center. However they, as Victor Frankl, were unable to illuminate in this way the other side of man, such as the side of inclination or the narcissistic, and thus, did not have much influence in the field.

Recently the post-modern contributions to psychotherapy are increasing. These contributions gain much influence, but are also criticized for their failure to offer a coherent theory that will serve as an appropriate conceptual road map for the therapist. The present research suggests that the Hassidic perspective can include both the spiritual side of man and the inclination and egocentric side, while offering a rather clear road map, though a road map of the sort that has a unique place for each individual, and directs the therapeutic session in the direction of dialogue. In this it includes to a great extent, the advantages of the three models described here.

Chapter 5: Psychopathology

Since Hassidism has not developed a self categorization of mental disturbances, I will focus in this chapter on clarifying the phenomenology that will allow a suggestion for the disturbances described by current nomenclature. Shevira, which has at its root the inability to perform Tsimtsum, can serve as a paradigm for describing the phenomenology of mental disturbances. We have seen that Tsimtsum is the key to integration of the two layers of the soul. To this I add now the assumption that in every mental pathology there is a sort of internal mechanism which prevents this sort of integration.

However, that is only one side of the pathology. The other is the effort of the transcendental Light to appear in reality, even in a flawed reality. This aspect is an innovation of Hassidism, which is added to the existing conceptualization.

Here the importance of Hassidic psychology, which can be termed revelatory, can be seen. Based on a basic assumption of revealing, even the most pathological expressions of the life of the Nefesh are manners of

revealing the transcendental soul, which have gotten into a tight bind and thus these pathologies become a source of suffering for the person and for the environment. The reasons for this bind can be explained in psychiatric or psychodynamic terms, though by an analysis of the unique contribution of Hassidism, this research attempts to demonstrate how in each of the psychopathological diagnoses the soul (which will later be described as a transcendental layer of personality) appears in a manner that despite its being distorted and having undergone Shevira, a huge desire for happiness can be seen in it. This sort of understanding may be helpful to the therapist who aspires to approach the patients empathically, and thus has potential for being a powerful therapeutic tool. It must be emphasized that the proposed tool is not an attempt to replace the existing theories; but rather to supplement them.

I present here a number of central diagnostic categories, and the direction according to which the conceptualization necessary to describe them should be constructed. (It should be noted that at this point we touch upon the question of cultural context. The diagnoses which I present here were described by Western psychiatry, and I attempt to explain them through concepts from Hassidic culture. For this purpose, I will preface this with a discussion of the intercultural universality of psychiatric diagnoses).

Schizophrenia: In this state a persons empirical reality is not able to hold the Light nor reveal it. This is because Tsimtsum does not occur. At some stage (onset of crisis) the restricted empirical world is erased and the person lives in a grandiose delusional world that attempts to express the original feeling of the transcendental I while distorting or erasing reality. This reality and its restrictions penetrate into the same world of fantasy in the form of delusions of being controlled and death, side by side with fantasy of unlimited worth, complete control, etc. Hassidism can demonstrate how these unreal fantasies are an expression of the transcendental layer which is really super-reality, though its was twisted by Shevira in a manner that created a threatening imaginary world.

Depression: Here too the reality is unable to hold the Light, but the empirical world does not vanish, but rather is emptied. This is apparent acceptance of the empirical world while emptying it of any meaning: all is empty, meaningless. In effect, the I remains as grandiose as it was, though in a negative sense. The feeling of I without value is in the background of an opposite feeling of I should have been of unlimited value. In Hassidic terms: Sadness comes from pride. However, this same pride itself, which Hassidism sees as a source of many mental afflictions is none other than the attributing of terms of the total transcendental I to the limited empirical I. A pathological and mistaken attribution, though it is in any case a manner of expressing the transcendental I, a manner which was distorted by Shevira.

Personality disorders: These are usually constructed on the basis of accepting the perception of Yeshut as the only world view (while in the normal person a certain balance exists between the perceptions of Yeshut and Bittul.) In some cases it seems that the patient adapts well to reality, or at least finds some place within it and does not need help. However, from the perspective of the

desire to reveal the Light there is too high a price paid. The personality disorders are each different in the specific component of the Yeshut world-perception that they emphasize. Thus, for example, for the all out war of everything against everything which was described as characterizing the world of Shevira there is an active side: psychopathic, and a passive side: paranoid. In a similar manner it is possible to isolate dependent components from the general perception of the world of entities, schizoid, etc.

Psychoneurosis: Usually neuroses are explained as a result of internal conflict. From the current perspective its about people who have in fact undergone a lone road of Tikkun, though there are pockets of Shevira left within them which do not fit the course of Tikkun. In this research I intend to expand the phenomenological clarification of common symptoms connected with the above-mentioned disorders. Similarly, I will present empirical examples of cases, and demonstrate how the new conceptualization contributes to their comprehension.

Chapter 6: Tikkun as psychotherapy

As was mentioned above, Tikkun is a natural developmental process which directs the person from a state of Shevira to a state of Revealing. Thus, it is not surprising when we find that psychotherapy employs the principles of Tikkun (which have become clear partly in the previous sections of the present research) just as the physician makes use of the natural healing processes of the body. The axiom of Tikkun is that every destructive mental process has a good and healthy foundation, a holy Nitsots, that due to the distortion created by Shevira has become destructive.

From this the stages of Tikkun are derived, which are:

Submission: Stopping the destructiveness of the pathological process.

Distinction: Looking for the holy Nitsots which is at its foundation, identifying it correctly and through this its release from the Kelippa.

Hamtaka (sweetening): Finding proper tools for expression of the Light that was now released from the Kelippa.

Hassidism details this outline with many examples regarding the teacher-student relationship, which I mentioned earlier with regard to the understanding of its developmental theory. Many of these examples are relevant to the therapeutic process.

Presented is an overview of therapeutic techniques which the Hassidic rabbis used, while attempting to demonstrate that in every case these techniques express the principles of Tikkun which were presented above.

Chapter 7: Western Techniques of Therapy

If the principles of Tikkun are in fact universal, their implementation cannot remain in the realm specific Hassidic techniques. These principles

should also explain therapeutic processes which occur in diverse psychological therapies (and to be thus added to other universal curative principles, which have been researched thus far). This chapter demonstrates this by analysis of the techniques customary in the following therapeutic schools:

Classical Behaviorist Therapy: Based upon learning of desirable behaviors which would replace pathological patterns of behavior. In Hassidic terminology this would be termed a technique of submission.

Cognitive Therapy contains many behavioral elements, though it adds to them the assumption that undesirable behaviors derive from axioms of reality or the individual himself that are mistaken. It is possible to see this as a merger of elements of submission and distinction.

Orthodox analytical therapy: Based at its foundation upon the search for the manner in which the sexual desire, which was originally healthy, became distorted, and took on a pathological form. At its base, this is a technique of distinction.

Analytical Kohutian therapy: Adds to the regular psychoanalytical technique a direct relation to experience of self of the patient, with the express intent to magnify it and to allow the patient to experience the self as good and worthy of love. It seems this perception approaches that of Hamtaka (sweetening).

Therapeutic community: Meant for patients suffering from severe disorders. A community of this sort works simultaneously on all areas of life, and combines elements of submission, distinction and Hamtaka (sweetening).

Part 2: Empirical Clinical

In this section, descriptions of case are given while attempting to present the phenomenology of the patient and the curative factors that were active in treatment in light of the principles presented in the four previous chapters. The purpose of this presentation is to demonstrate and not to prove. To show the interpretive power of the Hassidic principles and their advantages as compared with other models. This presentation should not be seen as an alternate to comparative research which would be appropriate perhaps to conduct in the future, but rather as a stage preceding it.