



לכבד את המציאות הפנימית

הגישה הטיפולית בסיפור "מעשה בן מלך שנפל לשיגעון"

לרבי נחמן מברסלב

יוסי לב

בסיפור "מעשה בן מלך שנפל לשיגעון"¹ לרבי נחמן מברסלב, הידוע גם כ"סיפור ההינדיק" (תרנגול הודו), ניתן לזהות כמה מרכיבים חשובים בטיפול פסיכולוגי כמו "הצטרפות והובלה" ו"קבלה בלתי מותנית". ניתוח נוסף של הטקסט מתאפשר תוך הקבלתו לטיפול מפורסם של יונג. מניתוח זה עולה התובנה כי החכם מתחבר למציאות הפנימית של המטופל ומגלה את ההיגיון הפנימי שמאחורי מחלת הנפש שלו, דבר המאפשר לו לרפא.

בסיפור "מעשה בן מלך שנפל לשיגעון" מתואר בן מלך שהשתגע וחשב שהוא תרנגול הודו (הינדיק). הוא התפשט, ישב עירום מתחת לשולחן, ואכל לחם ועצמות. איש לא הצליח לרפאו עד שהגיע חכם אחד. החכם התפשט מבגדיו, הצטרף אל בן המלך מתחת לשולחן, ואמר לו: גם אני כמוך, הינדיק. בין השניים נוצר קשר, ואז החל בהדרגה החכם לשכנע את בן המלך שיפעל כבן אדם: ראשית, שכנעו ללבוש כותונת, כי "אפשר ללבוש כותונת ועדיין להישאר הינדיק". אחר שכנעו, באותו נימוק ללבוש מכנסיים. אחר הציע לו לאכול מאכלי אדם, כי "אפשר לעשות זאת ועדיין להישאר הינדיק", וכך הלאה, עד שהחזירו להתנהגות ראויה וריפאו.

הצטרפות והובלה

ניתן למצוא בסיפור עצה לגבי כל מצב שבו יש לאדם בעיה, ואנו, כמטפלים, חברים או הורים רוצים לעזור לו. הטפת מוסר וניסיונות שכנוע להשתנות אינן הדרך לעזור למישהו, אומר רבי נחמן. אלו רק יעוררו בו התנגדות ויגרמו לו להיסגר, להתבצר בתפיסותיו ובהגנותיו. במצב זה לא יהיה האדם מסוגל לקבל את העזרה שאנו רוצים לתת לו. ברמה הגלויה ניתן לזהות בסיפור כמה טכניקות מכמה גישות טיפוליות. ראשית, רטר ורט (1999) מזהים כאן טכניקה של **הצטרפות והובלה** (Pacing and Leading), מונח שטבע המטפל הנודע מילטון אריקסון: "בסיפור זה תחילה מצטרף החכם אל בן המלך, ויושב עמו ערום מתחת לשולחן. בהמשך הוא מתחיל בהדרגה להובילו. תנאי בסיסי להצלחת התהליך הוא יחסים של אמון שרוחש המונחה למנחה" (רטור ורט, 1999, ע' 18). "בטכניקה זו נדרש

המטפל להתחבר לצעדיו של המטופל ולהתקדם איתו צעד אחר צעד בקצב שלו, ובלי משיים לשנות את הכיוון ולהנחות את המטופל בכיוון התרפויטי הרצוי" (רוזן, 2001, ע' 24, וראו גם ע' 133).

שנית, נראה שיש כאן הערכה חיובית בלתי מותנית (Unconditional positive regard), יש המתרגמים זאת ל"קבלה לא מותנית" של המטופל. מונח זה מרכזי בפסיכותרפיה ההומניסטית של קרל רוג'רס. במצב זה המטפל מקבל את המטופל ללא תנאי, כמו שהוא, על מגרעותיו, שגיאותיו וצדדיו השליליים (להב ופור, 1992), כדי ליצור מערכת יחסים שאינה מאיימת על המטופל, ומאפשרת לו ליצור קשר עם החוויה הפנימית-אותנטית שלו באופן מודע ללא צורך במנגנוני הגנה. בעקבות ההבנה והקבלה מצד המטפל, חש המטופל נכונות רבה יותר להבין ולקבל את עצמו. הוא מרשה לעצמו, כך לפי Ewen, לבטא באופן חופשי יותר רגשות ומחשבות "אסורים", לבדוק

ד"ר יוסי לב (תואר שני בפסיכולוגיה חברתית ודוקטורט בתקשורת וטכנולוגיה בחינוך) הוא מרצה בכיר לפסיכולוגיה וחינוך בחוג לחינוך במכללה האקדמית אשקלון. נוסף על כך הוא עוסק גם בייעוץ ארגוני בתחומים הבאים: פיתוח מנהיגות, פיתוח צוות והתמודדות עם מצבי לחץ. זהו המאמר השלישי שהוא מפרסם על סיפורי רבי נחמן מברסלב. yossi_lev@bezqint.net

¹ סיפור זה הובא ב"כוכבי אור", שכתב תלמיד מתלמידיו של רבי נחמן, אך במאמר זה הובאו ציטוטים מ"תיקון הלב" בעריכת פנחס שדה.

לכבד את המציאות הפנימית, ולגלות את ההיגיון שבה

בסדרת הטלוויזיה שהופקה על חייו ופעלו של קרל גוסטב יונג² הובא סיפור דומה להפתיע לזה של רבי נחמן. יונג טיפל בחולת נפש שטענה שהיא על הירח, והוא לא ניסה לשכנע אותה שהיא טועה. הוא הסכים לכך שהיא על הירח, וכך הצליח ליצור איתה קשר ולרפאה.

בעיני, הדמיון גדול. החכם קיבל את בן המלך כ"הינדיק", ובא אליו מתחת לשולחן כדי להעלותו משם. יונג קיבל את הפציינטיסטית כנמצאת על הירח, וכך הצליח להחזירה למציאות ה"רגילה". בתיאור המקרה (מובא אצל Segaller & Berger, 1989) סיפרה הנערה ליונג פנטזיה שבה היה מעורב שד-ואמפירי זכר (demon male vampire), שחטף והרג אישה וילדים שחיו על הירח. היא החליטה להרוג את הוואמפיר, אבל ברגע שבו עמדה לנעוץ בו את הסכין, סונורה מיופיו ואיבדה את איזונה הנפשי. יונג הרגיש שהפנטזיה הייתה תוצאה של גילוי עריות שעברה, וכך הוא כותב (תרגום שלי):

"היא חשה מושפלת בעיני העולם, אך מרוממת בעולם הפנטאזיה... כתוצאה מכך התנתקה לגמרי מהעולם, למצב של פסיכוזה... ואיבדה קשר עם האנושות. היא ריחפה למרחקים קוסמיים, לחלל החיצון, שם פגשה את השד בעל הכנפיים... כאשר סיפרה לי את סיפורה, היא תפסה זאת כבגידה בשד [בוואמפיר], וחיברה את עצמה אל האנשים שבכדור הארץ. לפיכך הייתה מסוגלת לחזור לחיים, ואפילו להתחתן" (מובא בתוך: Segaller & Berger, 1989, p.21. לפירוט המקרה ראו גם: יונג, 1961, עמ' 128-130).

"היא חשה מושפלת בעיני העולם, אך מרוממת בעולם הפנטאזיה...". יונג מציג אפוא את השיגעון של הפציינטיסטית כבריחה ממציאות קשה ולא רצויה לפנטזיה מנחמת. ייתכן שגם בן המלך ברח, מסיבה כלשהי (שאותה אנסה לבר בהמשך) אל פנטזיה שבה הוא הינדיק. אך מה שחשוב כרגע הוא שגם יונג וגם החכם שבסיפור ההינדיק נוקטים דרך טיפול דומה: הם מכבדים ומקבלים את המציאות

חוויות שקודם הרחיק מעצמו, ולשלב אותן במושג העצמי שלו (להב ופוך, 1992). ואכן, החכם בסיפור מקבל את בן המלך כמו שהוא, ומתעניין במעשיו בכנות וללא ביקורת. לכן הוא מצליח ליצור עמו קשר ואמון, ויחד הם יכולים להתייעץ, לדון ולקבל החלטות, כמו להתלבש, שהרי "יכולים להיות לבושים כתונת ואף-על-פי-כן להיות הינדיק", ולשבת על כיסא במקום מתחת לשולחן, שהרי "יכולים להיות הינדיק ולהיות אצל השולחן".

לכל אדם "סיפור פנימי" המסביר את טבעה של המציאות, ואת מקומו ותפקידו בתוכה. ולסיפור זה, גם אם הוא נראה מופרך לגמרי, יש היגיון פנימי. סיפור זה הוא מפתח לנפשו של האדם

ושלישית, ניתן לזהות כאן מאפיינים של טיפול פרדוקסלי. בטיפול פרדוקסלי המטפל עושה בעצמו או מנחה את המטופל לעשות משהו פרדוקסלי, כלומר הפוך מההיגיון. ידועה במיוחד הטכניקה שפיתח ויקטור פראנקל, מייסד הלוגותרפיה, הקרויה התכוונות פרדוקסלית (פראנקל, 1985). בטכניקה זו מונחה המטופל לעשות או ליחל להתרחשותם של הדברים שבדיוק מפניהם הוא ירא (כך, למשל, אדם שהיה מהמר כפייתי עשרים שנה, הונחה להמר עוד יותר, לפחות שלוש שעות ביום. לסטודנט שפחד לצאת מביתו עקב חשש שיקבל התקף לב, הוצע שיצא לרחוב וינסה לקבל התקף לב, יחשוב שהוא מקווה לקבל התקף ממש רציני). טכניקה זו הוכחה יעילה במגוון הפרעות, מכיוון שהיא שוברת מעגל קסמים של חרדות או של הנחות יסוד שבתוכן שבוי המטופל (פראנקל, 1985). מקרים נוספים שבהם דווקא התנהגות פרדוקסלית פתרה בעיות והיוותה פריצת דרך בטיפול מתוארים אצל ואצלאוויק, ויקלנד ופיש, (1979). גם בסיפור שלפנינו, במקום לפעול באופן הגיוני (לשכנע את המטופל לעלות למעלה ולהתלבש), פועל החכם באופן פרדוקסלי ומנוגד להיגיון. גם הוא מתפשט ויורד מתחת לשולחן, ומציג גם את עצמו כהינדיק.

²הד"ר The wisdom of the dream בבימויו של Stephen Seggaler הוקרנה גם בישראל בתחילת שנות התשעים. תודה מקרב לב לפסיכולוגים היונגיאניים ד"ר מיכה אנקורי וד"ר ברני שטיין שעזרו לי לברר את המקום המדויק שבו הופיע המקרה. בעקבות הסדרה יצא גם ספר בשם זה, המצוטט בהמשך המאמר.



המציאות הפנימית של המטופל, מקשיב לה ומקבל אותה. ושנית, הוא מזהה את ההיגיון הפנימי שבה, את הסיפור הפנימי שהאדם יצר לעצמו, ומאפשר לו להשתחרר מסיפור זה, או לשנותו בצורה שתועיל לו.

האם ניתן לזהות שלבים אלה גם בטיפול של החכם בבן המלך? השלב הראשון מופיע בבירור: גם הוא מכבד את המציאות הפנימית של בן המלך, בכך שהוא יורד אליו מתחת לשולחן, אינו מטיף לו ומנסה לשנותו, ומתעניין בכנות במעשיו. אך האם גם הוא מזהה את ההיגיון הפנימי שבסיפורו?

זיהוי ההיגיון הפנימי: מדוע נפל בן המלך לשיגעון?

לדעתי, ניתן לשער מהו ההיגיון הפנימי שזיהה החכם בשיגעון של בן המלך. בכל שלב של הטיפול, הוא מדגיש לבן המלך שהוא יכול להישאר הינדיק, למרות השינוי שביצע.

"אתה חושב שהינדיק אינו יכול לילך עם כתונת? יכולים להיות לבושים כתונת ואף-על-פי-כן להיות הינדיק. ולבשו שניהם הכתונת. ואחר זמן-מה ... : אתה חושב שעם מכנסיים לא יכולים להיות הינדיק? ולבשו המכנסיים, וכן עם שאר הבגדים.

ואחרי-כן ... : אתה חושב שאם אוכלים מאכלים טובים כבר חדלים מלהיות הינדיק? אפשר מלאכול וגם להיות הינדיק. ואכלו. ואחרי-כן אמר לו: אתה חושב שהינדיק מוכרח להיות דווקא תחת השולחן? יכולים להיות הינדיק ולהיות אצל השולחן" (שדה, 1982, ע' 10).

מכאן שלבן המלך היה כנראה חשוב מאוד להישאר בזהות של ההינדיק, שאותה אימץ במסגרת השיגעון שלו. אבל מדוע?

הסבר אפשרי לכך נסמך על התאוריה של רונלד לאינג, פסיכיאטר אקזיסטנציאליסטי. לאינג האמין שהחברה המודרנית מקיפה את הפרט בחומת סתגלות המעכבת את הפוטנציאל הגלום בו:

"פרויד הדגיש חזר והדגש שתרבותנו היא תרבות של דיכוי. קיים קונפליקט בין מה שאנו נתבעים לו בשם הקונפורמיות ובין תביעות האנרגיה היצרית שלנו... תרבותנו מדכאת לא רק את היצרים, לא רק את המיניות, אלא את חריגת האדם מעצמו לכל צורותיה..." (לאינג, 2008, ע' 6).

מכאן נובע, לפי לאינג, ההיגיון שבהתנהגות חולה הנפש.

וההתנסות הפנימית (psychic experience) של הפציינט ללא שיפוט. לגבי הפציינטית הפסיכוטית של יונג, היה הביקור על הירח אמיתי, וכך גם לגבי בן המלך, שהאמין וחווה את עצמו כהינדיק. "לפני יונג, פסיכיאטרים רבים הקדישו מעט מאד תשומת לב למה שיש לפציינט להגיד. אבל הפנטזיה שהיא חשפה, הגיונית למצבה: אחרי כל מה שסבלה ב'חיים האמיתיים', אין פלא שהיא ריחפה אל תוך החלל החיצון! זו הייתה המציאות של הפציינטית, ויונג, שהיה קשוב למציאות זו, ולקח אותה ברצינות, הצליח לעזור לה לחבר את עצמה מחדש באופן אינטגרלי לעולם ה'מציאות האמיתית'" (תרגום שלי, Segaller & Berger, 1989, p.21). ויונג מעיר על כך: "לפיכך, אני רואה את הסבל של חולי הנפש באור אחר. זאת מכיוון שהרווחתי תובנה, שלפיה המציאות הפנימית היא חשובה ועשירה מאד" (יונג, 1961, ע"מ 130).

בעקבות ההבנה והקבלה מצד המטפל, חש המטופל נכונות רבה יותר להבין ולקבל את עצמו

המסר והחידוש של יונג לטיפול בחולי נפש הוא אפוא: כבד את המציאות הפנימית של האדם שלפניך. כך תוכל גם לחקור, ולגלות את ההיגיון הפנימי של מציאות זו. ומהו ההיגיון הפנימי הזה? אצל הפציינטית של יונג, ההיגיון היה לברוח מעולם משפיל ומכאיב, אל פנטזיה מרוממת ומחזקת, וכך לא רק להפסיק את הסבל שנגרם עקב גילוי העריות שעברה, אלא ליהנות מהעולם החדש שאותו יצרה. ובאופן כללי יותר, אפשר להרחיב ולומר כי לכל אדם יש מציאות פנימית משלו, שיכולה בהחלט להיות לא הגיונית-לוגית, עם אמונות פרטיות לגבי העולם ומהותו. אך יש לכבד את המציאות הפנימית הזו, כי עבור אותו אדם היא מהווה אמת עמוקה. לכל אדם "סיפור פנימי" המסביר את טבעה של המציאות, ואת מקומו ותפקידו בתוכה. ולסיפור זה, גם אם הוא נראה מופרך לגמרי, יש היגיון פנימי. סיפור זה הוא מפתח לנפשו של האדם. אם אנו רוצים לטפל בו, או לעזור לו, אנו צריכים להקשיב לסיפורו, לחשוף את הגיונו הפנימי, ובהתאם להיגיון זה, להוביל אותו הלאה, לשינוי הרצוי (כך, למשל, יונג שינה את סוף הסיפור, בכך שהפציינטית שלו ביצעה, לתפיסתה, מעשה "בגידה" בשד, ובכך השתחררה ממנו, לתפיסתה, ויכלה לשוב למציאות).

ניתן לזהות אצל יונג שני שלבים ראשית, הוא מכבד את

כאדם אחר, שלם יותר: אדם שהצליח לעשות אינטגרציה בין המרכיבים הפנימיים והיחודיים של מהותו, לבין דרישות המציאות החיצונית. במילים אחרות, הוא לא רק חוזר לחיים נורמליים ומסתגלים, אלא גם מצליח לשמור על מהותו הפנימית. יש אפוא סיכוי טוב שהריפוי יהיה קבוע ויציב, והבעיה לא תחזור. כלומר החכם מגלה את ההיגיון הפנימי שבשיגעון של בן המלך, ומשתמש בהיגיון זה כדי לרפא אותו.

זהו הפירוש שלי לטיפול. אך נוסף על כך, ייתכן שיש כאן גם מסר לכל אדם: בכל מצב עליך לנסות, למען בריאותך הנפשית, לשמור על הפנימיות הייחודית שלך. אפשר למצוא כיצד להיות נורמלי ומסתגל לדרישות החברה, וגם להישאר ייחודי ואותנטי, ואולי זוהי משימה מרכזית שעומדת בפני כל אדם. ייתכן שהתאורטיקן המזוהה ביותר עם דעה זו הוא פסיכולוג האגו אריקסון, שטען כי בכל שלב בחיים יש לאדם משימות שהחברה מציבה בפניו. האדם צריך למצוא את שביל הזהב: כיצד למלא את המשימות החברתיות בהצלחה, ומצד שני להיות שלם ומסופק עם מה שהוא עושה. כחלק מכך הוא מפתח את הזהות שלו, וזהות זו, בעיקר אם נקנתה תוך חיפושים ומאמצים, מהווה עבורו מצפן המאפשר לו גם להיות שלם ולבטא את ייחודו, וגם לברור את המצבים שיאפשרו לו לעשות זאת בצורה מקובלת חברתית.

בטיפול פרדוקסלי המטפל עושה בעצמו או מנחה את המטופל לעשות משהו פרדוקסלי, כלומר הפוך מההיגיון

שיגעון הוא עניין יחסי

סיימתי את עיוני בסיפור ההינדיק, אך חשתי צורך לדון מעט ביחסו של רבי נחמן לשיגעון ולחולי הנפש. ייתכן שרבי נחמן היה מציין סיבה נוספת לכך שיש לכבד את המציאות הפנימית של חולה הנפש, והיא צניעות. אנחנו לא אלוהים, ולעולם איננו יכולים לדעת מהי המציאות ממש, כך שמוטב שנהיה צנועים, ונקשיב איש למציאות הפנימית של רעהו. אם אדם רואה התגלות או חיזיון, ייתכן שהוא משוגע, אך ייתכן שהוא רואה ויודע יותר מאיתנו. רעיון זה, שלפיו המשוגע הוא הנורמלי, מובא בכמה סיפורים ושיחות של רבי נחמן.

ייתכן שמה שקרוי "שיגעון" הוא תוצאה של אי יכולתו של האדם לדכא את חושיו הטבעיים, ולהסתגל לחברה שאינה טבעית:

"אם אין אדם יכול לקבל את אמיתותו, חיותו זהותו והאוטונומיה שלו ושל אחרים כמובנות מאליהן, הרי שעליו להתמסר לחיפוש דרכים כדי לנסות להיות אמיתי, לשמור את חיות עצמו או של זולתו, לקיים את זהותו ולמנוע עצמו, במאמץ, כפי שהוא עצמו יאמר זאת, מלאבד את עצמיותו" (לאינג, 2008, ע' 29; בהמשך הוא מתאר כמה סוגים של פסיכוזות, שמהוות, לדעתו, דרכים כאלה).

ייתכן אפוא שבן המלך בחר בפסיכוזה שלו זהות של הינדיק, והתעקש לשמור עליה, כיוון שחש שאיבד את אמיתותו. ייתכן שכבן מלך, היה לו תפקיד ייצוגי הדורש ממנו התנהגות טקסית ומוגדרת, ותפקידו אולי גרם לו להרגיש שהוא "מוחק" את עצמיותו. הוא חש שמהותו וייחודו נגזלו ממנו, ולכן ברח לשיגעון והתנהג כהינדיק. עבורו, ההינדיק הוא ביטוי אותנטי וייחודי של מהותו. מחאה כנגד החברה עם המסכות והצביעות שמסביבו.



הנחה כזו מאפשרת להבין את דברי החכם תוך כדי הטיפול באופן הבא:

אתה יכול גם להתנהג כמו הינדיק וגם לחיות חיים נורמליים. אינך חייב לאבד את ייחודך ומהותך האותנטית (את ה"הינדיק" שברך). האתגר הוא לשמור על המהות גם כשמאמצים גינונים חיצוניים, חברתיים, הכרחיים של נורמליות, שדורשת כל חברה אנושית.

בתהליך הריפוי מתחשב החכם ברצונו של המטופל, בן המלך, להישאר ייחודי ואותנטי. הוא מעלה אותו בהדרגה אל המציאות ה"רגילה", ולאחר כל שלב, הוא דואג לוודא, שהוא עדיין חש "הינדיק", כלומר ייחודי ואותנטי. בדרך זו, מאפשר החכם לבן המלך לבצע אינטגרציה בין המרכיבים הייחודיים של מהותו הפנימית, לבין המציאות ה"רגילה". לכן בן המלך חוזר אל מעל השולחן, אל המציאות הנורמלית,



שישקם את הגן. הם גילו כי האדם שהתייחסו אליו כאל משוגע במשך תקופה זו, ושהכול היו זורקים אחריו אבנים ומגרשים אותו, הוא הוא הגן. כלומר, כאשר החברה הייתה מושחתת ומעוותת, היחיד



שהתעקש לומר את האמת, הגן של הגן המופלא, הוקע ונחשב כמשוגע. "בתוך כך נעשה רעש: אפשר כי זה המשוגע שהולך ואומר שהוא הגן, וכל אחד מחזיק אותו למשוגע, וזורקים אחריו אבנים ומגרשים אותו, אפשר אף-על-פי-כן כי הוא הגן באמת? הלכו והביאו אותו לפנינו, ואמרתי: בוודאי, זה הוא הגן באמת" (שדה, 1982, ע"מ 102).

נראה שיחסו של רבי נחמן לשיגעון ברור: אין לבוז לשיגעון, ובוודאי שלא להתנשא מעליו. גם כי איננו יודעים אם בעצמנו אנו שפויים או לא, כלומר תופסים את המציאות כפי שהיא או לא, וגם כי לפעמים מי שנתפס כמשוגע דווקא הוא היחיד שמעז לומר את האמת, ולמחות על אי הצדק החברתי.

ב"מעשה בתבואה משוגעת" חוזה המלך בכוכבים כי מי שיאכל מהתבואה שתגדל בשנה הזאת ייעשה משוגע. הוא מתייעץ עם השני למלך והם קובעים כך: "אם כן, כשאנחנו לבד לא נהיה משוגעים, וכל העולם יהיה משוגע, אז יהיה להיפך, שאנחנו נהיה המשוגעים. על כן בודאי נצטרך גם כן לאכול מהתבואה" (שדה, 1982, ע' 14).

סיפור זה מראה על יחסותו של השיגעון. די להתמקד במשפט "כשאנחנו לבד לא נהיה משוגעים, וכל העולם יהיה משוגע, אז יהיה להיפך, שאנחנו נהיה המשוגעים", כדי לראות את דעתו של רבי נחמן. לעתים האדם שידע את האמת, נתפס כמשוגע על ידי החברה האנושית שבה הוא חי, בעוד שלמעשה, החברה ה"נורמלית" היא המשוגעת (וגם לאינג טוען שהחברה האנושית הנתפסת כנורמלית היא למעשה לוקה בשיגעון).

האדם צריך למצוא את שביל הזהב: כיצד למלא את המשימות החברתיות בהצלחה, ומצד שני להיות שלם ומסופק עם מה שהוא עושה

בסיפור הקבצן השני, מתוך "מעשה בשבעה קבצנים" לרבי נחמן מברסלב, יש מדינה שיש בה גן נפלא, בזכות הגן המטפל בו. יום אחד אבד הגן, והגן נבל. הקבצן השני מגלה שזה קרה בגלל השחיתות שפשתה במדינה. לאחר זמן, היטיבו אנשי המדינה את דרכיהם, והם מחפשים אחר הגן

מקורות

1. ואצלאוויק פ', ויקלנד ג' ופישר ר' (1979). שינוי - עקרונות של יצירת בעיות ופתירתן. ספריית פועלים.
2. יונג, ק"ג (1961). זיכרונות, חלומות, מחשבות. הדפסה רביעית, מודן, בן-שמן.
3. לאינג, ר"ד (2008). האני החצוי, הוצאת הקיבוץ המאוחד, הדפסה עשירית.
4. להב, צ' ופוך, ח' (1992). אישיות: תיאוריה ומחקר. יחידה 4, הוצאת האוניברסיטה הפתוחה, רמת אביב.
5. פראנקל, ו"א (1985). השאיפה למשמעות. הוצאת דביר.
6. רוזן, ס' (2001). קולו של מילטון אריקסון. הוצאת נורד, טבעון.
7. רטר ד' ורטור א' (1999). תקשורת עם הלא מודע. ספר ללימוד דמיון מודרך ו-NLP. דפוס לאור.
8. שדה, פ' (עורך) (1982). רבי נחמן מברסלב, תיקון הלב. סיפורים, חלומות, שיחות. הוצאת שוקן, ירושלים ותל-אביב.
9. Segaller, S. & Berger, M. (1989). The Wisdom of the Dream: The World of C. G. Jung. Weidenfeld & Nicolson, 1989.