

פסיכואנליטיקאית רועה בשדות רוחניים

רות גולן

There is a crack in everything / That's how the light gets in.

Leonard Cohen

היבטיו, דחף החיים ודחף המוות, או ארוס ותנטוס, ול"יצירה" באמצעות תהליכי העידון. לעומתם, דווקא בין הביא בחשבון את הממד הרוחני כשטבע את המושג שכינה O, וראה בקבלה מסגרת לפסיכואנליזה. הוא מצא דמיון בין האמונה לבין העמדה הפסיכואנליטית. לדבריו, שתיהן עוסקות בחוויה, באינטנסיביות שלה ובהיותה אינסופית. שתיהן עוסקות בשבירה ובאפשרות ההתפתחות הנפשית והרוחנית. הקבלה והחסידות באמצעות תהליך הדבקות באל, והפסיכואנליזה באמצעות שחרור מקיבעונות העבר ולקייח את אחריות על החיים בהווה ובעתיד (גולן, 2017). אייגן, פסיכואנליטיקאי אמריקאי שהושפע מביון (כמו גם מפרויד ומלאקאן), הרחיב את החקירה האנליטית להיבט שלישי וגבוה יותר של ההתפתחות האנושית, כלומר ממד ה"יוצר". מאמציו אלה נשענים במידה מרובה על החוכמה היהודית ובעיקר על הקבלה והחסידות. גם שני ההיבטים האחרים של יצר ויצירה מושפעים אצל אייגן מפרשנות יהודית.



במשך שנות המחקר התבססה אצלי התובנה שכל ידע חדש עומד על כתפי הידע הקודם. גם אם הוא שולל כמה מההנחות

עניינו של מאמר זה במפגש אפשרי בין שלוש רמות או ממדים של הנפש: היצר והיצירה, שהפסיכואנליזה חקרה לעומק, ו"היוצר", הרמה הרוחנית שחקרו תורות רוחניות, ובהן הקבלה. במפגש שיתואר להלן יובא בקצרה גם תהליך התפתחותי חווייתי שעברה המחברת ותובא התייחסות קצרה לדרך השפעתו על עבודתה הקלינית. לשם כך אפרוש מספר נקודות מתוך מחקר שמלווה אותי שנים ארוכות, מחקר שנע בשני מסלולים שנראו במשך שנים כקווים מקבילים שלעולם לא ייפגשו, אבל לבסוף נפגשו. במסלול אחד עסקתי בחקר הנפש והסיבתיות הנפשית על פי הפסיכואנליזה. במסלול השני הלכתי בדרך החיפוש הרוחני אחר אמת טרנסצנדנטית, אמת הנוגעת לסיבה ולתכלית של היותנו בעולם. חיפוש זה פתח לפניי תורות ותרבויות שונות שהובילו אותי בין השאר לשדות ולשבילים המרתקים של החוכמה היהודית - בעיקר הקבלה.

החיפוש מתרחש בין השאר כפועל יוצא מאי-נחת ומאכזבה מההשפעה של הפסיכואנליזה כפי שאני רואה אותה לאורך זמן, בעיקר בכל מה שנוגע להתעלות מעבר לנרקיסיזם הפתולוגי של מטופלים ומטפלים כאחד. כלומר, תפיסת האני כמרכז העולם ותפיסת העולם כולו כקיים כביכול למילוי צרכי. אי-הנחת הובילה אותי לחפש ולגלות מחדש את התהליך ההתפתחותי של הרוח ואת המקום שבו תופס הממד הרוחני בחייו של כל אדם. אין כוונתי לטעון שהאמיתות של הפסיכואנליזה באשר לנפש מוטעות, אלא שהן מוגבלות אם לא מתבוננים בהן בהקשר רחב יותר ומשלבם אותן עם הממד הרוחני.

פרויד, המגלה והמנסח הגדול של המבנה הנפשי, ובעקבותיו הפסיכיאטר והפסיכואנליטיקאי הצרפתי לאקאן, הגבילו את חקירתם הפסיכואנליטית לשני ממדים של אפשרויות ההתפתחות האנושית, כלומר, ל"יצר", הלא הוא הדחף על שני

רות גולן היא פסיכולוגית קלינית, משוררת ופסיכואנליטיקאית. חיה, מלמדת ועובדת ביפו. עוסקת בפסיכואנליזה כפי שקרא אותה ז'אק לאקאן בחזרתו אל פרויד. בשנים האחרונות חוקרת את הקשר בין הפסיכואנליזה לעולם הרוחני, האוניברסלי והיהודי. פרסמה שישה ספרי שירה וארבעה ספרי תאוריה.

rthgln@gmail.com



ייצוג לאל, נתן החוק והאיסורים והשפה. בשילוש הזה הוא נתן לאב הסמלי, כלומר, למה שמייצג האב, שאותו כינה לאקאן אחר כך "האחר הגדול", את תפקיד החוק, את האיסור וההגבלה על העונג.



למרות חילוניותו המוצהרת של פרויד, לשורשיו ולמקום שממנו צמח - היהדות - הייתה השפעה על התגלית הפסיכואנליטית. האם פרויד "המציא" את הפסיכואנליזה או גילה את הרבדים השונים שממנה מורכבת נפש האדם, ניסח וארגן את הידע באופן חדש שהאיר את הפסיכה ואת הסיביות הנפשית באור שלא היה קיים עד אליו? אני נוטה להנחה השנייה, ואין בכך כדי להוריד מגדולתו.

כמו בסיפור החסידי על המלאך שמלמד את העובר ברחם את כל התורה כולה ובשעת לידתו סוטר על פיו והוא שוכח הכול, כל הידע שלנו יכול להתפרש כמציאה מחדש של מה שכבר היה ידוע פעם והודחק.

כשמוסיפים לתמונה את ממד "היוצר", חוצים את גבולות העצמי ונוצרת עמדה חדשה שמורכבת מהקשבה ומבחירה. עמדה זו מביאה בחשבון גם את הממד חסר הגבולות, הנצחי והמוחלט, שאנו יכולים לקרוא לו אלוהים. מה שנמצא מעבר לנו אבל גם בתוכנו. העצמי אז מתחבר או מתוודע למשהו גבוה ממנו. זוהי הרחבת האני שמכיל ומכיר תהליך התפתחותי המתרחש ביקום כולו, פנים וחוץ, חומר ורוח. זו הכרה בהיותנו טבולים בשדה של תודעה, לעומת התפיסה המצומצמת שהתודעה היא שלנו. שתפסנו אותה בזנבה, לכדנו, ניכסנו ואילפנו אותה לצורכי האגו שלנו. אם כדי לעשות זאת, נדרשת בגרות פסיכולוגית נפשית או רק חוויה של חסד, זו שאלה שאני מתחבטת בה. אולי הבגרות נדרשת כדי שאפשר יהיה לתת לחוויה הרוחנית ביטוי בחיים, להפוך אותה לשימושית.

חקירותי הובילו אותי בשנים האחרונות ללמוד את חוכמת הקבלה ולתהות על השאלה האם וכיצד ניתן לקשור בין הקבלה, שהיא תורה קוסמולוגית ארכאית ואני קוראת לה גם המיתולוגיה

הקודמות ויוצר פרדיגמה חדשה, הוא זקוק לו כמצע מפרה. אין מדובר רק בהופעה של נקודות מבט שונות אלא גם בהתפתחותה של איכות התודעה ביחס לידע. כשמדובר בהתפתחות, מדובר בידע שנבנה נדבך על נדבך, כשכל נדבך נשען על הקשר של תרבות והשקפה המתאים לתקופתו. הפסיכואנליזה, למשל, נוצרה בתקופה שבה נוכחנו בירידתן של הדתות המסורתיות ובעליית ערכו של טיפוח היחיד וה"חירויות" שלו, צרכיו, רצונותיו, תשוקותיו וזכויותיו. האני של היחיד הלך ותפס את מקומו של האל.

אם נתייחס לידע כמסלול ספירלי ההולך ומתפתח, נראה את תגליותיו של פרויד, את המסע שערך לאקאן בקריאתו תגליות אלה ואת ההתפתחות שחלה בתאוריה אצל שניהם, לא רק כהבנות חדשות בתאוריה, אלא כמסע התפתחותי, קודם אצל פרויד ואחר כך אצל לאקאן, של הידע על האחדות והפיצול באדם ובעולם.

אי-הנחת הובילה אותי לחפש ולגלות מחדש את התהליך ההתפתחותי של הרוח ואת המקום שבו תופס הממד הרוחני בחייו של כל אדם. אין כוונתי לטעון שהאמיתות של הפסיכואנליזה באשר לנפש מוטעות, אלא שהן מוגבלות אם לא מתבוננים בהן בהקשר רחב יותר ומשלבים אותן עם הממד הרוחני

עם כל מקוריותו של פרויד והיותו איש מדע מודרני וחסר דת לדבריו, הרי שההקשר שממנו הגיע וההשפעות התרבותיות עליו נובעים גם מן היהדות שאותה קיבל מהוריו ומקהילתו. בראיון שנערך איתו בהיותו בן שבעים הכריז על עצמו פרויד בתוקף כיהודי: "שפתי", הוא הסביר לי, היא גרמנית. תרבותי, הישגיי הם גרמניים. החשבתי את עצמי כגרמני מבחינה אינטלקטואלית, עד שהבחנתי בצמיחה של דעות קדומות אנטישמיות בגרמניה ובאוסטריה הגרמנית. מאז אני לא מחשיב את עצמי יותר כגרמני. אני מעדיף לקרוא לעצמי יהודי" (Reik, Staff, Nelson, 1957, תרגום שלי).

אפשר לטעון שפרויד, שהכריז על היותו אתאיסט, החזיר את האל לתמונה בדלת האחורית כשביסס את תורתו על השילוש האדיפלי: האם, הילד ושם האב (לא האב הביולוגי), שהוא גם

הטבעות"). פרויד ראה בפסיכואנליזה דיסציפלינה שעוסקת בממד החבוי בנפש האדם, ומבחינה זו יש לה לדעתו הרבה מן המשותף עם כתות מסתורין קדומות שהדגישו לידה מחדש. אגב, בספרייתו של פרויד נמצאו ספרי קבלה.

אייגן מונה שני אופנים שבהם מתייחס פרויד אל המיסטיקה:

1. תחושת אני ראשונית חסרת גבולות. תחושה של הכללה אינסופית, או כמו שהוא כינה אותה "רגש אוקיאני". המונח חוויה אוקיאנית הוא מונח שטבע הסופר רומן רולאן בהתכתבות עם פרויד. רולאן התכוון לתחושת אחדות עם האל. פרויד ייחס חוויה כזו לתחושת התינוק לאחר היניקה. עבור הדת המסורתית והקבלה, האובייקט המהותי של החוויה האנושית הוא אלוהים. זוהי חוויה ראשונית לא חומרית שהתפתחותו של האדם תלויה בהתקרבות אליו, כלומר בהתעלות מעבר לחומריותו.

אפשר לראות ברגש האוקיאני מונח מקביל לנירוונה.

2. תפיסת הסתמי. כך מגדיר פרויד את המיסטיקה: "מיסטיקה היא התפיסה העצמית המעורפלת של הממשות שמחוץ לאני, תפיסת הסתמי" (אייגן, 2004, עמ' 56). שימו לב שהוא מתייחס לסתמי כנמצא מחוץ לאני, וכך הוא קושר את המיסטיקה לתפיסת הסתמי.

אפשר לראות בקבלה תורה מקדימה לפסיכואנליזה, וזאת בתנאי שנתייחס למושגים המיסטיים כמטאפורות המתארות את מעמקי הנפש על כל רבדיה

מושג נוסף הוא מושג האינסוף:

החסידות, באופן כללי, מתבוננת באל ובאינסוף מנקודת המבט האנושית, והיא מדגישה את המתח הדיאלקטי שביחסי האין והיש בתוך נשמתו של האדם (יעקבסון, 1985). הביטוי "חיות רצוא ושוב" (יחזקאל א' 14) מבטא היטלטלות בין אין ליש: רצוא מבטא את התשוקה להתעלות, לצאת מן הגבולות החומריים ולהיטמע באין האלוהי. שוב מבטא את הווייתו הנשמית המזוככת של האדם השבה לכלי הגוף כדי לקיים

היהודית, לבין הפסיכואנליזה, שהיא התוצר המהפכני של המודרניות?

הקבלה, ובעקבותיה החסידות, הן תורות קדומות שעוסקות למעשה בשבר הקוסמי והאנושי ובתיקון היקום והאדם. החידוש של החסידות הוא שהיא שהעבירה את הדיון הקוסמי הקבלי לתוך הנפש פנימה ושמה את עיקר הדגש על תיקון נפש האדם שעוסקת בעיקר ברגשות, קונפליקטים, מועקות, עכבות וכו' ותהליך עלייתו הרוחנית שמרוכז יותר בנשגב ובהתעלות. בקצרה, לפי הקבלה, האור בתהליך הבריאה, החומר ההיולי, היה רב ועוצמתי מדי עבור הכלים שהיו אמורים להכיל אותו, ולכן הם נשברו והתפרקו למרכיבים של ניצוצות וקליפות. לאדם ניתן תפקיד מיוחד: לתקן את עצמו וכך לסייע בתיקון היקום. בכך בעצם אפשר לראות בקבלה תורה מקדימה לפסיכואנליזה, וזאת בתנאי שנתייחס למושגים המיסטיים כמטאפורות המתארות את מעמקי הנפש על כל רבדיה.

אולי הבגרות נדרשת כדי שאפשר יהיה לתת לחוויה הרוחנית ביטוי בחיים, להפוך אותה לשימושית

אם למשל האמינו אבותינו הקדמונים בכוחות חיצוניים של אלים ושדים המיוצגים על ידי גורמי טבע שונים, ידע אנימיסטי זה לא נעלם אלא הועבר לדינמיקה הנפשית הפנימית. מה שסובב את האדם הוכנס אל נפשו והפך לחלומות, לקונפליקטים ולסימפטומים ששורשיהם נעוצים בלא מודע.

אלא שבסיבוב נוסף של הספירה נוכל לומר שגם מה שאנו חווים כפנימי - תודעה, לא מודע, דחף - אינו בהכרח פנימי סובייקטיבי, אלא מתגלה במרחב הביניים בין בני האדם. אנחנו נוהגים לומר "יש לי תודעה", כמו יש לי גוף ויש לי נשמה. לא תהיה זו אמירה מופרכת, אבל באותה מידה נכון יהיה לומר שהתודעה היא שדה שאנו חלק ממנו. שדה שאותו אנו חולקים עם אחרים כמונו, וגם עם אחרים לא כמונו: בעלי החיים, הצמחים והיקום כולו.

אחד המושגים המרכזיים שמחברים בין הפסיכואנליזה לקבלה הוא מושג המסתורין.

בראשית דרכו בפסיכואנליזה הקים פרויד חבורה "סודית" במתכונת החבורות הקבליות. זו הייתה קבוצה של כ-13 איש שהיו נפגשים בביתו אחת לשבוע, ולכולם הוא חילק טבעות חותם, מעין "חבורת טבעת" (כמו בספר של טולקין "שר



בספר זה אלוהים מתואר כנמצא מחוץ לאדם ומעבר לאדם. אייגן קורא לאלוהים התענגות (Eigen, 1988), ובכך הוא הולך בעקבות לאקאן בהצהרתו "בראשית ישנה ההתענגות" (Eigen, 1988, p. 135). אמירה זו מזכירה את המושג של חב"ד "אהבה בתענוגים", ומתאימה לדברי אייגן שאומר כי יש ביכולתו של אלוהים למחוק את הזוועות שאנו מחוללים באמצעות אהבה. בדרך זו יש רגעי פתיחה שהוא קורא להם רגעים טובים (Eigen, 2001). עבור אייגן, לב הקבלה נמצא בפסוק "ואהבת". אייגן מצטט אותו פעמים רבות: "ואהבת את ה' אלוהיך בכל לבבך ובכל נפשך ובכל מאודך". במקביל לכך, הוא מציין את הדגש ששמה היהדות על הפשרת הלב והפיכת לב האבן ללב בשר (ברית מילה של הלב).

החסידות מדגישה את התהליך, את הדרך להתקרב אל האינסוף, יותר מאשר את השגת מטרת האיחוד. התהליך על פי תפיסת החסידות הוא ספירלי, כך שאחרי כל נפילה האדם מתעלה לשלב גבוה יותר

דוגמא קלינית

כדוגמא קלינית אביא סיפור שהפך עבורי לנקודת מפנה שחיברה את הדרך הפסיכואנליטית עם הדרך הרוחנית והשפיעה גם על מסלול ההתפתחות שלי כמטפלת. לפני כ־15 שנה, ואני בוגרת של טיפולים ואנליזה, יצאתי לריטריט (תקופת התבודדות רוחנית) בהודו. לאחר כשבוע של מפגשים מאתגרים עם מורה ומדיטציה אינטנסיבית, ישבתי על שפת הגנגס וסקרתי את מהלך חיי. חזרה ועלתה בי חוויית סוף האנליזה שבה הגעתי למה שפריד כינה סלע הסירוס, ולאקאן - מפגש עם הממשי. אותה ליבה שאין אנו יכולים להכילה או לתארה במילים, והרגש המתעורר למולה הוא מועקה. הדימוי שלי לכך היה תרמיל מלא אבנים שאותו, כך הבנתי ועם כך השלמתי, חשבתי שיהיה עלי לשאת על גבי בשארית חיי. לפתע, על שפת הנהר, התעורר בי הספק. התעוררה בי השאלה לגבי תובנה זו: האם זהו מצב קיומי הכרחי? וברגע אחד של שאלה וספק התרוקן התרמיל ממשאו וידעתי - לא הכרחי. גיליתי נתיב חדש וחופשי יותר. הדרך נמשכת, גם עתה, קשה וקלה, וכל מה שעלי לעשות הוא ללכת בה. תובנה זו שינתה את עמדתי כמטפלת. החקירה העצמית,

באמצעות את הייעוד הגדול של דבקות באל. החסידות מדגישה את התהליך, את הדרך להתקרב אל האינסוף, יותר מאשר את השגת מטרת האיחוד. התהליך על פי תפיסת החסידות הוא ספירלי, כך שאחרי כל נפילה האדם מתעלה לשלב גבוה יותר. כותב חוקר החסידות יעקבסון: "הדרך אל אינסוף מתנהלת לבלי סוף: דרך שאין לה סוף. משום כך שריו האדם בגעגועים ובכיסופים אינסופיים" (יעקבסון, 1985, עמ' 79).

אנחנו מנסים שוב ושוב למצוא דרכים לגעת, לבטא, לעורר את הלא ניתן לתיאור. להפוך את המילים לחומר חי. מהי התחושה שהמשוררים מבקשים לעורר במילותיהם, או התחושה חסרת הדימויים שהאומנים מבקשים לעורר, או ה"ריקות" שהבודיסטים מנסים לבטא, או מיסטיקת האותיות והספירות שהמקובלים בונים כסולמות של בריאה ותיקון. אולי אלה ניסיונות לתת ביטוי לרגעים חסרי גבולות, רגעי אינסוף.

את האינסוף בפסיכואנליזה אנחנו יכולים לתאר דרך מושג הליבידו. הליבידו הוא ייצוג של אנרגיית החיים שאי אפשר להרוס, אותה אנרגיה שעוברת דרך הקוד הגנטי של היקום, מיצור ליצור, ומשנה את צורתה אבל לא את מהותה. הליבידו מייצג דרכים שבהן האינסופיות משפיעה בהיותו היסוד החי, האלמותי, העובר כחוט השני בין כל היצורים בעולם מעבר לזמן ולמקום. מתוך העומקים של ההווה קל להגיע לתפיסת אלוהים כמו לתפיסת הליבידו. עבור פריד, הלא מודע, לדעתי, אינו נעדר אלוהים, אם נתייחס אליו כלא ידוע, אלא יוצר נקודה חשובה של מגע עם הלא ניתן לידיעה.

נכון יהיה לומר שהתודעה היא שדה שאנו חלק ממנו. שדה שאותו אנו חולקים עם אחרים כמונו, וגם עם אחרים לא כמונו: בעלי החיים, הצמחים והיקום כולו

הליבידו, בלא הגבולות ששמה לו התרבות, יכול גם להוביל לדחף המוות וגם להרס טוטלי. בין מתאר כוח שממשיך לפעול אחרי שהוא הורס את הקיום, הזמן והמרחב. מבחינתו זהו כוח שלא עוצר לנוכח פיוס, שלוה או כפרה. אפשר להמשיך זאת לכוח טבע, כמו רעידת אדמה או פעילות געשית. בספרו "העצמי הרגיש" כותב אייגן כי "תחושת האינסופי יכולה להיות כבירה, מדרבנת, כמו גם קטלנית. היא מניעה, מגרה, מפעילה, מזמינה, מובילה - ומרסקת" (אייגן, 2004, עמ' 100).

3. אפשר להקביל מושגים שונים מתוך התורות הרוחניות למושגים פסיכואנליטיים בתנאי שאת התיאורים המיסטיים רואים כמטאפורות תוך נפשיות ולהפך. עם הפסיכואנליזה, כפי שניסח אותה לאקאן, לדעתי יש התחלה של התקרבות לממד המיסטי בפני עצמו.
4. החלוקה חוץ ופנים, סובייקט ואובייקט, היא חלוקה יחסית. במקום חלוקה דיכוטומית אפשר לראות את הרצף ההמשכי ביניהם. כמו בטבעת מביוס, כשהפנים הופך לחוץ והחוץ לפנים והגבול ביניהם דומה לממברנה. במאמר התייחסתי בהקשר זה למושגים "אינסוף" ו"מיסתורין".
5. הוספת הרובד הרוחני לתודעת המטפל מעשירה את הטיפול ומאפשרת (אצל מטופלים שמוכנים ורוצים בכך) ללכת רחוק יותר במסע ההתפתחותי מעבר למכשול הסירוס. כלומר, מעבר לחסר האינהרנטי שפרויד ראה בו את הסלע הממשי שאותו הפסיכואנליזה לא יכולה לפרק.

ההתבוננות פנימה של האנליטיקאי, הכרחית להתפתחות כאדם וכמטפל. איננו יכולים להוביל את המטופלים שלנו מעבר לגבולות שאליהם הגענו, אומר לאקאן. הדרך, כפי שהבין פרויד, וכפי שאני רואה אותה, היא דרך ללא סוף, עם תחנות התרעננות כחוויות של תובנה, וויתור על אותה תובנה, הכרה ענווה בבלתי אפשרי והמשך ההליכה. או כדברי אלטרמן: "עוד חוזר הניגון שזנחת לשווא / והדרך עודנה נפקחת לאורך / וענן בשמיו ואילן בגשמיו / מצפים עוד לך, עובר אורח".

סיכום

1. התורה הפסיכואנליטית חוקרת את נפש האדם לעומקה אבל לא מתייחסת לרובד הרוחני, ובמידה מרובה מתעלמת מהידע שקדם לה.
2. לידע הרוחני התודעתי גם דרך חוויות אישיות וגם דרך לימודי תורות שונות ובהן תורת הקבלה.

מקורות

1. אייגן, מ' (2004). העצמי הרגיש. תל אביב: תולעת ספרים.
2. גולן, ר' (2017). הרוח הלא מודעת, השפעת הקבלה על הפסיכואנליזה על פי אייגן. תל אביב: רסלינג.
3. יעקבסון, י' (1985). תורתה של החסידות. תל אביב: משרד הביטחון.
4. Eigen, M. (1988). The psychoanalytic mystic. London: Free Association Books LTD.
5. Eigen, M. (2001). Ecstasy. Connecticut: Wesleyan University Press.
6. Reik, T., Staff, C. & Nelson B.N. (eds) (1957). Psychoanalysis and the Future. N.Y: National Psychological Association for Psychoanalysis.



ביטוח בריאות לחברי הפ"י

תכנית הביטוח הינה מהטובות והמתקדמות בישראל

בעלות נמוכה ביחס לתכניות ביטוח פרטיות!

הרחבה לביטוח המשלים של קופות החולים

כיסוי למגוון רחב של אירועים רפואיים

כיסוי לתרופות שלא בסל הבריאות • ניתוחים בישראל ובחול

כיסוי לטכנולוגיות רפואיות מתקדמות

בברכת בריאות טאנה!

חידוש/הצטרפות באתר הפ"י

www.psychology.org.il