

מעבר למראה הריקה

מילים ותמונות מהקליניקה הפסיכולוגית ומחוצה לה

ארנון לוי

BEHIND THE EMPTY GLASS

**Words & Images from
the Psychological Clinic & Beyond**

Arnon Levy

מעבר למראה הריקה

מילים ותמונות מהקליניקה הפסיכולוגית
ומחוצה לה

ארנון לוי*

* ד"ר ארנון לוי www.dr-arnonlevy.com סיים את

לימודיו באוניברסיטה העברית בירושלים והמשיך בלימודי דיפלומה של לימודים גבוהים התמחותיים (פוסט MA) בפסיכולוגיה קלינית באוניברסיטת רנה דקארט (סורבון). לאחר מכן הוא למד לדיפלומה ללימודים מתקדמים ולדוקטורט בפסיכו-אנתרופולוגיה בבית הספר ללימודים גבוהים במדעי החברה בפריס.

לפני 5 שנים ייסד ד"ר לוי באוניברסיטת ת"א תוכנית להכשרת מאמנים (קואצ'ינג) במגמת פסיכותרפיה. התכנית שבה הוא משמש כיום כיועץ אקדמי מיועדת להכשרת פסיכולוגים, יועצים ארגוניים ואקדמאים במדעי ההתנהגות כמאמנים במגמת פסיכותרפיה ובעקבות הנסיון שרכש הוא הקים את IACP.

www.coachingpsychology.co.il

Israel

Association for Coaching Psychology

בעבר כיהן ד"ר לוי כיו"ר האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה
ולאחרונה הוא הקים את New Existential
www.studycoaching.org Coaching Psychology
Academy – NECP שהוא איגוד בינ"ל לפיתוח וקידום הכשרת
מאמנים באינטרנט בגישה פסיכולוגית- אקסיסטנציאלית עדכנית
התואמת את רוח המאה ה-21. כ"כ

אנו מודים לך שקנית ספר זה.
אם גילית טעות, אם יש לך הערה, הארה או ביקורת – נשמח לשמוע.

© כל הזכויות שמורות לצ'ריקובר מוציאים לאור בע"מ

מהדורה ראשונה 1998

2 4 6 8 7 5 3 1

עריכה: גלית גינסברג-גולדרייך
עטיפה: מירב עזורי

סדר: מירי אופק
דפוס: טופ-פרינט
לוחות: מדיה-גל
כריכיה: ניר בע"מ

הספר מוגן על ידי חוקי ההגנה על זכויות יוצרים

אין להעתיק, לשכפל, לצלם, להקליט, לתרגם, להפיץ, לחלק,
לאחסן במאגר מידע, בכל דרך או בכל אמצעי אלקטרוני, אופטי,
מכני, או אחר – ספר זה או קטעים ממנו,
מבלי לקבל רשות מפורשת בכתב מבית ההוצאה.

העובר על ההוראה צפוי לתביעה פלילית ו/או אזרחית ולעונש בהתאם לחוק

כתובת ההוצאה: רח' השרון 12 תל-אביב 66185

על הספר

לכבוד ולעונג לי להמליץ על ספרו החדש של ארנון לוי: "מעבר למראה הריקה". ארנון שייך לזן נדיר בקרב המטפלים בישראל. הוא איש אשכולות אשר בנוסף על הכשרתו הפסיכותרפויטית הוא גם פילוסוף המצוי בנבכי התרבות כולה. מטפלים מסוגו של ארנון שכיחים בתרבות הפרנקופונית שבה התחנך, באשר הם משלבים ידע תאורטי עם מקצוענות הלכה למעשה.

אך ארנון אינו רק בן התרבות הצרפתית אלא הוא גם אקזיסטנציאליסט המתחבט תכופות בטיבו של הטיפול וחשוב מזה, הוא איננו נכנס לרוטינה. כל מקרה עבורו הוא עולם שלם, והוא מתייחס לסבלו של המטופל לפי תנאיו ובמגרשו של המטופל. גישה דומה הייתה ליהודה פריד המנוח אשר סלד מהגישה שרווחה בבתי החולים הפסיכיאטריים. הללו פעלו להשגת "שקט תעשייתי" בראש וראשונה, והתייחסו לטיפול כאל גורם מדרגה שנייה.

ארנון נאבק על כל קונפליקט בנפשו של המטופל וכל מפגש טיפולי הוא עבורו אתגר מחודש. יש ערך רב בניסיונו המרתק של ארנון לשלב רעיונות מדיסציפלינות שונות בתוך המעשה הטיפולי. ז'אק לאקאן מן העבר האחד והדה-קונסטרוקציה של דרידה מן העבר השני מעניקים עושר רב לספר.

כל המעוניינים בנבכי הפסיכותרפיה ורקעה הפילוסופי והמדעי ימצאו עניין רב בספר חשוב זה.

אני מברך את ארנון על הישגו המרשים וממליץ לכל לחוות את ההנאה והתובנה שהיו לי בקריאת הספר.

פרופ' שלמה גיורא שוהם
אוניברסיטת תל-אביב

ומכללת הגליל המערבי

מוקדש בהוקרה למטופלי הרבים שלימדו אותי
על נפש האדם.

למשפחתי היקרה על ימים ולילות שחשכתי מהם
בכתיבת ספר זה.

ופעם נוספת באהבה רבה לילדי
יונתן אוריאל ודפנה.

דבר המחבר

בזן בודהיזם התודעה הנאורה משולה למראה בעלת שלוש תכונות:
 היא משקפת את העולם, אך אין לה מאום משל עצמה;
 היא אינה מסרבת למאום;
 היא משתנה בהתמדה, ואין דבר שמשתקף בה באופן קבוע.

בספר זה, שנושאו הם חיי הנפש של המטופל, עולמו של הפסיכותרפיסט, היבטים של החיים ושל התודעה ועתידה של הפסיכולוגיה, מצאתי במטפורה של מראת הזן ייצוג נאמן לנושא הספר וליחס שבין הפסיכותרפיה ובין החיים.

מראת הזן אינה ריקה מהשתקפויות כי אם מתכונות קבועות משל עצמה. כמו מראת הזן אין המראה הפסיכולוגית מתיימרת לשקף את האמת וגם לא את המציאות האובייקטיבית שמציג כביכול המטופל. המראה שמציע הפסיכותרפיסט – הנקראת העברה – מערבת את דמותו של המטפל כפי שהיא "נבראת" על ידי המטופל והשלכה של עולם התנסויותיו של המטופל. המפגש בין השניים יוצר מציאות חדשה בחייו של המטופל המאפשרת לו לעצב משמעות חדשה בחייו.

אף שאפשר לקרוא כל פרק כשהוא לעצמו, מומלץ לקרוא את הפרקים לפי סדר הופעתם בספר.

אני מקווה שיהיה לכם, הקוראים, עניין לעיין בהם מדי פעם הן לשם הנאה גרידא והן להעשרת הידע שלכם.

ברצוני להודות ליוסף נוימן, פרופסור לביוולוגיה ופילוסופיה באוניברסיטת תל-אביב, על הערותיו החשובות והמאירות שעדכנו את הידע שלי בתחום הביוולוגיה;

לד"ר אליצור ברנשטיין, שהערותיו בנושאי פסיכולוגיה ופילוסופיה של הפסיכולוגיה היו לי לעזר רב.

למרות זאת למותר לציין שהדעות המובעות בספר זה וכן אי דיוקים שייתכן שהשתרבבו הם באחריותי המלאה.

תוכן העניינים

11	פרק ראשון: פרולוג ואפילוג
15	פרק שני: על חיי הנפש של המטופל
21	פרק שלישי: על החיים
25	פרק רביעי: ערך החיים והחיים כערך
31	פרק חמישי: על הסוד של הפסיכותרפיה
49	פרק שישי: התנסויות הפרט כבסיס ליצירת דגמי משמעות
55	פרק שביעי: ספירת ההתפתחות של העצמי
63	פרק שמיני: הפסיכולוגיה והמדע
	פרק תשיעי: שאיפתה הפרדוקסית של הפסיכולוגיה
67	החקר האובייקטיבי של הסובייקט האנושי
77	פרק עשירי: המלחמה בשדים הפנימיים
93	פרק אחד-עשר: הפיצול בין טוב לרע
107	פרק שנים-עשר: על המוות ועל החיים
	פרק שלושה-עשר: לאן אתה רץ בן אדם?
117	מירוץ האמוק של האישיות הנרציסטית
127	פרק ארבעה-עשר: שאיפה לביטחון בעולם וירטואלי
	פרק חמישה-עשר: ומה בדבר החיים כסיפור? פסיכותרפיה
141	כשינוי סיפור החיים
153	פרק שישה-עשר: על הדטרמיניזם והבחירה החופשית
	פרק שבעה-עשר: אומנויות הלחימה בשדות הקרב של
159	העידן המודרני

פרק שמונה-עשר: הקדמה פרובוקטיבית לאפיסטמולוגיה פסיכולוגית-אבולוציונית	
האם אנו עושים את אשר אנו חושבים שאנו עושים, או שאנו חושבים שאנו עושים את אשר אנו חושבים? 175.....	
פרק תשעה-עשר: הרהורים אישיים.....	191
1. על המפגש בין שלהי שנות הארבעים בחייו של אדם לשלהי שנות התשעים באלף השני לספירה.....	191
2. הקרבתו של הפסיכולוג.....	194
אחרית דבר.....	199
נספח: פסיכולוגיה אבולוציונית ופסיכותרפיה של תקשורת פנימית.....	203
ביבליוגרפיה מומלצת.....	225

פרק עשירי

המלחמה בשדים הפנימיים

"אומלל כמוני, אנה אנוסה מפני חרון אין קץ, יאוש אין סוף? באשר אברח – השאול; אני השאול".

ג'ון מילטון, גן העדן האבוד

אי אפשר להבין את העצמי בלא להתייחס לאחד הנושאים הסמויים והעמוקים ביותר שעולים לעיתים בטיפול, הלוא הוא תחושת הרוע, הצללים או השדים הפנימיים, שעל-פי תחושת העצמי מצויים בתוכו.

הפסיכואנליזה והפסיכותרפיות הדינמיות התירו את האדם מבעיית הרוע האנושי, ועל כך אפשר להלין עליהן. "הרע אינו קיים", יאמר הפסיכואנליסט; "הרע אינו רע, אלא הוא יחסי ונסיבתי, והוא תוצאה של תוקפנות אורלית, אנלית או אדיפלית. הוא נגזרת של קיבעון התפתחותי בשלב פסיכוסקסואלי כלשהו". בניגוד לפסיכואנליזה הקלסית, הפסיכותרפיה האנליטית היונגיאנית התייחסה לרוע על-ידי מושג ה"צל", שהוא ארכיטיפ ה"רע" או השטן. לדעת יונג, כל תכונות האדם השליליות המבזות את צלמו: החמדנות, הרכושנות, התככנות, האלימות, השנאה, החומרנות,

הקנאה, וכל אשר נחוה בתוכו כפגום, אינם קיבעונוות התפתחותיים, אלא חלק ממהותו של האדם.

בהתייחסו לרוע בחר יונג דווקא במושג "צל", אף שלרוע אין קיום צללים כשלעצמו, אלא הוא חי ובוועט ומלא ויטליות. ייתכן שהמושג "צל" נבחר מכיוון שהתרבות המערבית בחרה להכחיש את אותו רוע ולהתעלם ממנו ולא לקבל אותו כחלק לגיטימי ממנה. אמונות, אידאולוגיות או תפישות חברתיות גרמו במהלך ההיסטוריה להתפרצויות של הרוע האנושי בלי לתת לו לגיטימציה. הצלבנים טבחו אלפים רבים בשם החסד הנוצרי, הקומוניסטים – בשם האידאולוגיה המרקסיסטית המטיפה לשוויוניות, והמהפכה הצרפתית – בשם חירות האדם. הכחשת הרוע היא שגרמה להתפרצותו בגלים שאין לעוצרם, שכן כיצד אפשר לבלום את מה שאינו קיים!?

הדרך שבה האדם מתמודד עם תחושות הרוע, האכזריות, האלימות, התוקפנות או הסדזים תופסת מקום מרכזי בכל ההיסטוריה של התרבות האנושית. מרוין הריס (1980) מתאר כיצד הצימאון לדם היה חלק מרכזי מהאתוס של עמים במשך ההיסטוריה; הקרבה קבוצתית של אלפי שבויים, הקרבת קורבנות אדם לאלים וקניבליזם היו נפוצים בתרבויות עתיקות רבות. כמו כן, על-פי עדויות רבות שאסף הפסיכואיסטוריון דה מוס (1983), לאורך ההיסטוריה כולה ילדים ננטשו, הוכו, נוצלו מינית, אוימו ונרצחו. הציות לקודים שרוב הדתות והתרבויות קובעות בבירור – "עשה" לעומת "אל תעשה", חטא לעומת מצווה או חסד, טוב לעומת רע – וקביעת מערכת ערכית של טוב ורע משמשים וסת חשוב ביותר להתמודדות עם אותם שדים פנימיים אצל המאמין. זאת ועוד: בתרבות המערבית, הגורסת תפישה רציונלית ואחריות אישית של הפרט להתנהגותו, אנו אומרים: "יש לי דחף להתנהג באלימות או ככפוי שד; יש לי הפרעה ברגשות או בהתנהגות", ולא: "אני מתנהג באלימות; הדחף הוא חלק ממני". במילים אחרות, אנו מסתירים מעין זר ומעצמנו את החלקים

הרעים או את השדים הפנימיים השוכנים בתוכנו ומכחישים את קיומם.

פרוס (1975) מתאר את יחס האדם לרוע כנקרופיליה, אהבת המוות, בניגוד לביופיליה, אהבת החיים. לדבריו: "הנקרופיל נמשך אחרי אפלה וחושך. במיתולוגיה ובשירה הוא נמשך אחרי מערות, מעמקי האוקיינוס או תיאורי עיוורים. הוא נמשך אחרי כל מה שמחוץ לחיים או מכונן נגדם. הוא נמשך חזרה אל מחשכי הרחם ואל הקיום האנאורגני או החייתי מן העבר. נטייתו מופנית בעיקרה אל העבר, לא אל העתיד שאותו הוא שונא וממנו הוא ירא". כמו רבות מהצעותיו האחרות, גם החלוקה הדיכוטומית שפרוס מציע, אף שהיא כוללת דרגות שונות של נקרופיליה וביופיליה, מצודדת את הלב מבחינה תאורטית. ואולם הניסיון הקליני שלי נותן לי מקום להאמין ששדים פנימיים הם חלק מהמצב האנושי, ומקורם בהתנסויות המוקדמות של החיים, שמלני קליין תיארה כפנטסיות סכיזופרנואידליות של זעם, הרס, אובדן והתפוררות שהתינוק חווה ברגעי התסכול הבלתי נמנעים. קליין טבעה את המושג "קנאה הרסנית" (Envy), שבניגוד לקנאה ה"רגילה" (Jealousy), אינה מתייחסת לאובייקט שלם, אלא לחלקים ממנו, ומטרתה לבלוע את החלקים שהעצמי מתאוה לשלוט בהם ולהשמידם. קנאה זו, המופנית להרוס את החיים, היא הביטוי הפרימיטיבי ביותר של דחף המוות. מטרתה להשתלט על התכונות הטובות של האובייקט המותקף, לבלוע אותו ולהשמידו. אותו סוג של קנאה הרסנית הוא כנראה אחד המקורות הפסיכולוגיים העיקריים לקניבליזם שהיה מונהג בתרבויות עתיקות רבות, ושבהן אכילת לב או מוח של יריב אמיץ או חכם הייתה אמורה להקנות לאוכל את אומץ הלב של היריב או את חוכמתו.

המקרה של סיגל הוא דוגמה להשלכת היצרים התוקפניים על אובייקטים חיצוניים ופנימיים. סיגל הייתה בעלת דחפים של הרס עצמי שהתבטאו בזלילה לא מבוקרת עד כדי השחתת צורת גופה שהיא כה תיעבה. היא הייתה טיפוס אורלי, תלויה מאוד בהוריה, בעלת משקל עודף ושונאת את הופעתה ואת גופה. לרוע מזלה, עקב

התנסות קשה ביחסי מין היא גם נרתעה מיצירת קשר עם בן זוג, נגעלה מיחסי מין וחרדה מהם מאוד.

יחסה הפסיבי לטיפול, תחושת חוסר האונים שלה והעדר כוחות פנימיים כלשהם הסבו לי תסכול רב בתחילת הטיפול. התסכול שחשתי גבר כאשר לאחר כשלושה חודשי טיפול היא אמרה לי בטרזניה, שאף שהיא מטופלת כבר שלושה חודשים, היא עדיין זוללת ללא הבחנה. כששאלתי אותה בחשש אם היא נלחמת ביצר הזלילה שתוקף אותה, ענתה לי: "מה פתאום, אני לא מפסיקה לזלול. הרי בשביל לרזות אני באה אליך". סיגל הייתה מסוגלת לישון כל יום עד השעה ארבע אחרי הצהריים כדי להימלט מהמציאות המעיקה. בביתה היא הרגישה כאילו היא בתוך רחם מזין וחרדה מפני יציאה לעולם, והיא האמינה כי לעולם לא תהיה מסוגלת לעזוב אותו. השאלות מי אנחנו ביקום, כיצד נוצר היקום, ומה היה לפני תחילת העולם, לא נתנו לה מנוח, והאינסוף הפחיד אותה. כל בוקר היא התעוררה אחוזת חרדה ושאלה את עצמה ממה היא עשויה ולמה נולדה. כאשר העמקנו מעט בחרדות שסבלה מהן התברר שהעיסוק ה"מטפיסי" סימל בעבורה את החרדה מהחידלון, מהשממה הפנימית שחוותה בתוך עצמה.

סיגל רצתה לברוח מהחיים ולישון ללא גבול, אבל גם בשנתה לא הייתה לה מנוחה. חלומות ביעותים על כלבים שרודפים אותה ותוקפים אותה בנשיכות, על נחשים מגעילים הזוחלים במיטתה ועל הליכה במסדרונות ארוכים, שמשני צידיהם תלויים שפנים שחוטים שאיבריהם הפנימיים שפוכים, ביעתו אותה בלילות וגרמו לה לשאוף לשים קץ לחייה. היא האמינה שהיא חסרת כוחות פנימיים כלשהם שיעזרו לה להשתנות ולהתמודד עם מצוקתה. השנאה העצמית והיאוש היו בעלי עוצמה רבה עד כדי כך שפעמים אחדות בעבר ניסתה לשים קץ לחייה.

האמונה הלא-מודעת, שהייתה מעין מיתוס אישי המצוי במרכז דגם המשמעות בעולמה של סיגל, הייתה תפישת גן העדן האבוד של

הילדות, שהגירוש ממנו היה עליית משפחתה לארץ וחוסר יכולתה להיקלט בחברה הישראלית. "הכול התחיל ברגע שעלינו לארץ", אמרה באחד הטיפולים. "אבא אמר לנו שאנחנו נוסעים מהבית שלנו בארגנטינה לבקר את אחד הדודים שלי שחי בקוסטה ריקה. כשנחת המטוס, מצאנו את עצמנו בארץ לא מוכרת, שהתושבים בה דוברים שפה זרה ויש להם מנהגים משונים, והדבר היחיד שרציתי היה לישון ולהתעורר מחדש בארץ הילדות שלי, בגן העדן האבוד שלי".

מאז אותו אירוע טראומתי הרגישה סיגל שחוסר התפקוד שלה משרת את צורכי משפחתה. במהלך הטיפול התברר שהאירוע הטראומתי של העלייה ארצה היה מעין מיתוס פרטי ששימר את התנהגותה הפסיבית ואת חוסר התפקוד שלה ועל-ידי כך שמר על האיזון המשפחתי. חוסר התפקוד של סיגל הזין את הדאגנות המופרזות של אמה ואת הצורך שלה לשאת את משא המשפחה על כתפיה. בו בזמן שימשה סיגל גם את צרכיו של אביה להתנתק ממשפחתו ולהרגיש ש"חיינו בזבל", אך גם את צרכיו להשליך על סיגל את נטייתו שלו לפסיביות, לניתוק מהמשפחה ולבריחה מהעולם. דרכו להתמודד עם צרכים אלה הייתה בבריחה אל העבודה, שהייתה כרוכה בהיעדרות מהארץ למשך ימים ואף שבועות. כך הוא נמנע מהמפגש עם משפחתו ועם עצמו, קשר שהיה קשה לו להתמודד אתו.

השינוי אצל סיגל היה מהיר ובלתי צפוי. הוא היה בלתי צפוי, מכיוון שעוצמת חוסר האונים שהקרינה, תהליכי החשיבה הפסאודו-פסיכוטיים, הפסיביות והעדר הכוחות הפנימיים לא נתנו מקום לפרוגנוזה חיובית. השינוי חל ברגע שהשתנה דגם המשמעות המפעיל שהיא יצרה על מקומה בעולם. ברגע מסוים בטיפול איבדו מיתוס העלייה והשאיפה הלא-מודעת לגן העדן האבוד את עוצמתם ככוחות מפעילים לא-מודעים של העצמי, והתברר לסיגל שהם ביטוי לצורך הלא-מודע שלה ושל אמה למצב של קשר סימביוטי ולהתמכרות לפנטסיה הלא-מודעת של חזרה אל הרחם. אז היא התחילה להתמודד עם כוחות ההרס העצמי הקשים שבה, ובתוך פרק זמן קצר הפכו כוחות הרסניים אלה למניע קדחתני להישגים ולהצלחה. אצל

סיגל חל מהפך קיצוני, והיא התחילה להצליח בלימודיה ולהדביק פער של שנים רבות.

סיגל שאלה אותי: "למה רק עכשיו התחלתי להשתנות? כל החברות שלי כבר משיגות אותי בלימודים ובחיים החברתיים. למה חיכיתי כל-כך הרבה עד שהגעתי לכאן?". ענית לה שהמירוץ אל ההצלחה הוא סוג אחר של בריחה מן החיים, והסברתי שעד כה היא ברחה לאחור, אל הרגרסיה, אל הפסיביות ואל תחושת חוסר האונים וחוסר הערך. ביקשתי ממנה שלא תברח כעת קדימה, אל ההצלחה, אל ההישגיות ואל התחרות החברתית, אלא שתגלה מה הם רצונותיה האמיתיים. "אני קונה את זה", היא אמרה בהתלהבות. "מהיום ההתמודדות האמיתית שלי תהיה לא עם ההישגיות החברתית, אלא עם הנטיות הפנימיות שלי לרגרסיה, לפסיביות, לאכילה מופרזת ולהרס עצמי. אבל יותר מכל דבר אחר אני חייבת להתמודד עם הפנטסיה הלא-מודעת שהנחתה אותי עד כה בחיים – הפנטסיה הכפייתית של החזרה אל הרחם".

בניגוד לדעה המקובלת על רבים, לא תמיד המשכיכה לחזרה אל הרחם היא שאיפה לחזרה אל גן העדן האבוד. לעיתים הרחם נתפש כמרעיל, כקטלני ואף כמלכודת מוות. לפי מחקרים רבים שעסקו בחיי העובר ברחם, גרס דה מוס (1983) שהחיים ברחם אינם חיי הרמוניה ושלווה, כפי שנהוג לעיתים קרובות להניח. לדעתו, המקור העמוק ביותר לרגשות התינוק הוא המחזוריים של קבלת דם רענן ורווי חמצן שזורם לשליה ונחווה על-ידי העובר כרגעים של אושר ושלווה, לעומת הרגעים שבהם השליה נעשית רוויה בדו-תחמוצת הפחמן, ובהם הוא חש תחושת מחנק, מצוקה וחרדה. בדומה לתאוריה של מלני קליין על אודות חלוקת תפישת העולם בתחילת החיים לשד טוב, מזין ומרגיע לעומת שד רע, מרעיב ומתסכל, מחלק דה מוס את חייו של העובר לחיים הנעים בין חוויות של שלייה מזינה ובין חוויות של שלייה מרעילה. דה מוס מקדים את תפישת פיצול העולם של מלני קליין מתקופת הינקות לתקופת העוברות, והופך אותה לתפישה ראשונית הרבה יותר.

אם ציינתי קודם לכן כי הפסיכואנליזה גורסת כי הרע אינו קיים, חטאתי אולי בחוסר דיוק מסוים. הרוע מצא התגדרות אצל פרויד בתיאור יצר המוות. לפי פרויד, יצר המוות פירושו אותם דחפים הרסניים כפייתיים שגורמים לאדם לפעול כנגד עצמו וכנגד היצר לשמירת הקיום. אם נתבונן בכך מנקודת המבט של פסיכולוגיה אבולוציונית, דחפים אלה הם מעין אֶבְרָצִיָה ועיוות של הצורך לשימור עצמי. זהו הדחף להרס עצמי, לשאיפת האורגניזם לחזור למצב האנאורגני של המוות. דחף החיים, טען פרויד, מתבטא בדחפי המין, הליבידו, שעובר גלגולים פסיכוסקסואליים התפתחותיים, הופך לדחף לשימור עצמי שממנו נובעים דחפי האגו. דחף המוות, לעומת זאת, הוא דחף המנוגד לכל היגיון אבולוציוני קיומי. אף שלעיתים הוא מקבל צורה דרמטית ביותר של התנהגות גלויה והרסנית, כפי שנראה בהמשך, ברוב המקרים אנו מוצאים דפוס התנהגות סמוי של הרס עצמי ושל חזרה כפייתית והרסנית הדומה למצב של התמכרות שעליה האדם הפגוע נוטה לחזור בסטראוטיפיות וללא שליטה עצמית.

בהיסטוריה האישית של אדם פגוע כגון זה נמצא לעיתים כי משפחתו סגדה לו ולעיתים התייחסה אליו כאל "ילד פלא משיחי". ילד הפלא המשיחי מתקשר למיתוס לידת הגיבור שרנק דן בו. רנק (1964) תיאר עשרות מיתוסים של לידת ילדים משיחיים שתפסו מקום מרכזי בהיסטוריה של התרבות האנושית. בקטגוריה זו נכללים, מלבד מייסדי הדתות הידועים משה וישוע, מייסדי עמים כסרגון, רומולוס וֶרְמוּס, גיבורים כטריסטיאן וֶפְרֶסְאָוס וגיבורים טרגיים כאדיפוס ופאריס. גם בימינו קיים יחס סגידה סמוי לילד המשיחי, לעיתים במצבים של לידת בן יחיד לניצולי שואה, לידת בן זכר לאחר בנות אחדות בעדות מסוימות, לידת ילד "מחונן" שעליו מושלכות שאיפות ההורים והפנטסיות שלהם ולידת ילד שמושלכים עליו מיתוסים משפחתיים או אתניים (נולד בערב שבת, נולד נימול, וכיוצא בזה).

יחס ההערצה לילד המשיחי יוצר סגידה לו וציפיות לא מציאותיות ממנו, ואלה תשמשה תחליף ליחסים אוהבים ותגרומנה לו פגיעה

נרציסטית מוקדמת. הנרציזם של הילדות הוא התנסות ראשונית בסיסית, שבשפה פשוטה אפשר להגדירה כאהבה עצמית ינקותית חסרת גבולות. כמו במצבים אחרים של פגיעה נרציסטית (עיין בפרק 13), האדם נוטה לפתח יחס של אידאל אני כול-יכול המופנה כלפי עצמו או כלפי דמויות קרובות בסביבתו. ליחס זה נלוות תחושת ריקנות משמימה ומיואשת ותחושת חוסר ערך עצמי הנובע מחיים בעולם נטול אהבה, שבו האידאליזציה של העצמי ושל האובייקט ממלאת את מקומו ויוצרת תחליף מעוות לאהבת האובייקט והעצמי. עקב כך העצמי עלול לפתח תחושות כפייתיות של כישלון, חוסר ערך עצמי, ביקורת הרסנית ללא פשרות כלפי העצמי וכלפי הסביבה וחוסר אמון בסביבה הבוגדנית.

כדי להבהיר זאת נבחן את המקרה של יואב, עורך דין מצליח שבגיל ארבעים ושמונה פנה בראשונה לטיפול. יואב, בן למשפחה יקית מבוססת, סבל מתחושה נוראה של כישלון בחייו ומתחושה שמעולם לא הגשים את שאיפות חייו להצלחה. אמנם הוא הצליח מאוד בעבודתו, נשוי ואב לשתי בנות, אך הייתה לו תחושה חזקה שהיה יכול להצליח הרבה יותר. מניין הייתה ליואב אותה תחושה של כישלון צורב שליוותה אותו כל חייו?

ליואב הייתה אחות גדולה ממנו בחמש שנים שנפגעה שכלית כשנולדה. יואב, שהיה הבן השני והמוצלח לשני הורים מוכי הלם מלידת הבת הבכורה הפגועה, נשמר כיהלום היקר של הוריו. כשרונותיו הבולטים גרמו להוריו להעניק לו יחס משיחי והיו להם ציפיות מרחיקות לכת ממנו. בו בזמן הם דיכאו כל גילוי של אינדיבידואליזציה מצידו, ויואב גדל בתחושה מתמדת של חוסר אונים מוחלט לשנות את חייו.

יואב העריץ את אביו, אך הרגיש שאביו נכשל ושהוא עתיד לחזור על אותו סיפור חיים רצוף כישלונות. "אחותי גרמה לאבא להיתקע בחייו ולא להצליח כפי שהיה יכול", אמר יואב ומירר בבכי באחת הפגישות. לדבריו, אביו היה אדם בעל אוזן קשבת והתחשב בכולם בעבודתו כמנכ"ל של חברה ממשלתית גדולה ואף היה יוצא מגדרו

כדי להקשיב ליואב. "למרות זאת", אמר יואב, "האופי היקי המחורבן שלו גרם לו להיות שתלטן ונוקשה ולעולם לא להקשיב באמת". הוא היה כל-כך להוט למזג את רצונו ואישיותו עם אלה של יואב, שיואב הרגיש שהוא מאבד בהדרגה את זהותו. אחד המקרים שיואב תיאר אפיין מצב זה: מאז ומעולם יואב שאף לגדל שיער ארוך, אך אביו לחץ עליו ללא הרף לספר את שערו, וכאשר מחה יואב חלושות, אמר לו אביו: "יהיה בסדר, בן, אל תדאג". הם הלכו לספר, ואביו אמר לו: "ספר את בני קצר, אבל שייראה ארוך".

כילד הרגיש יואב כעס אדיר חסר אוניס כלפי אביו הנערץ והכול-יכול, ועם השנים הפכה דמות אביו בעבורו לדמות אידאלית שהיא בו בזמן מאכזבת ומכאיבה. יואב יצר אידאליזציה של דמות אביו ותפש אותו בילדותו כאדם גאוני אשר לא זכה להכרה חברתית בכישוריו. ואולם הוא לא הרגיש שהוא יכול לשאוב עוצמה מדמותו של אביו מכיוון שמעולם לא חווה חוויית "יחד" שהייתה מאפשרת לו הנאה נרציסטית של עוצמה. הוא הרגיש שהדמות האידאלית של אביו גרמה לו תסכולים קשים ומייסרים וביקורתיות הרסנית שהופנתה כלפי "כל מה שזו בסביבה" ובעיקר כלפי עצמו. אביו נתפש בעיניו כדמות מרוחקת ובלתי מושגת, נערצת אך גם עריצה, מגוננת אך גם דוחה, ויואב מעולם לא סלח לאביו על "בגידתו" ועל שלא סיפק את צרכיו הנרציסטיים הפגועים. יחס זה אפיין את כל מערכת יחסיו עם הסביבה, הוא ויתר על התקווה לשינוי, ולמעשה ויתר על המציאות כולה ומתח על עצמו ביקורת עצומה והרסנית ששיתקה את עולמו הרגשי.

במצבים אחרים יצר המוות והמאבק בשדים הפנימיים לובשים צורה דרמטית ובוטה הרבה יותר. דוגמה לכך היא המקרה של אייל שפנה בראשונה לטיפול בעקבות תחושות קשות של דחייה חברתית ודימוי עצמי וערך עצמי נמוכים מאוד. אייל היה בן למשפחת מצוקה מרובת ילדים וכבר בילדותו גילה כישורים אינטלקטואליים בולטים וסיים בהצטיינות לימודי מתמטיקה ופיסיקה באוניברסיטה. לאחר פרק זמן מסוים של טיפול שבמהלכו חל שיפור גדול ומהיר במצבו של

אייל והוא התקדם במידה ניכרת בלימודיו וביחסיו החברתיים, החל פרק זמן שבו התעוררו חרדות בעלות אופי פרנואידי כלפי. הוא חלם שאני פורץ בצחוק אדיר ומלגלג עליו ועל הצד ה"לפלפי" שבאישיותו, אך הוסיף: "אתה גם חרד וחסר אונים לנוכח הפתולוגיה שלי".

באחד הימים, כאשר אייל בא לפגישה, הוא נראה לי חסר שקט. גופו נראה מכווץ ומכונס בתוך עצמו, הופעתו הייתה מרושלת, וכולו אמר הזנחה ומצוקה. כאשר הוא התיישב מולי, התחילו עיניו מתרוצצות בחוסר שקט מצד לצד. הוא ניסה לפתוח בשיחה ואמר כמה משפטים קטועים, אך עד מהרה הוא השתק ואמר: "אני לא מסוגל לתת אמון באיש. אני לא מוצא את המקום שלי בעולם הזה". כאשר ליבנתי איתו את העניינים, הוא הוסיף ואמר ישירות את אשר צפיתי מראש: "אני לא מסוגל לתקשר איתך, קשה לי לתת בך אמון, אני לא יודע לאן לפנות". ידעתי שאייל היה בפאזה הדיכאונית ושהוא הרגיש חוסר ערך עצמי וחוסר אונים "כילד שוטה" כפי שכתב פעם. עם כניסתו של אייל לקליניקה באותו היום צפיתי שתחושות הזעם וחוסר האונים הדיכאוני שהקרין היו מכוונות אלי. אייל היה בדילמה. הוא חשש לתקוף אותי עקב התלות הרבה שיצר בי בשלב זה של הטיפול, אבל הוא ייחס ישירות את קשייו לכך שלא סייעתי לו להשתחרר מהם. הייתה לו גם פאזה מאנית ובה הרגיש שמתייחסים אליו כאל גאון ושהכול מעריצים אותו. במצבים המאניים כתב אייל: "אתמול אחרי הצהריים חשתי נהדר, עף בשמים כאילו הוצאתי 100 בבחינה. הגעתי להרצאה כשנשימתי חלקה וחסרת מעצורים, אני שופע חיוכים לכל עבר, תודעתי נפתחת לרוחב, והקשבתי להרצאה דרוך ומרוכז במידה יוצאת דופן. אני חש שהעולם נפלא, התרוממות רוח, הרגשה שאני גאון, כמו טריפ חזק שמרים אותי אל-על, אבל היכן הגבול. אני נרגש ונשימתי טהורה, הכול חלק ואני מתמוגג עם כל מה שמסביבי, אני בשליטה ובביטחון, אבל חש קצת סחרחורת ויודע שהסיבה אינה נירוונה. זוהי מניה".

אייל לא אהב את תקופות המניה, אף שהן העניקו לו עוצמת חשיבה ועוצמה רגשית נדירות, וזאת מכיוון שהרגיש שהמניה גורמת לו

ביטוי עצמי מזויף ושקרי. בניגוד לכך, הדיכאון הקשה גרם לו להרגיש שהוא סובל אמנם, אך עם זאת הוא אותנטי ונאמן לעצמו. המחזורים של הדיכאון והמניה שנלווה להם קושי פרנואידי ליצור קשר רגשי עם הזולת יצרו לעיתים אצל אייל התנהגות כריזמטית, שבעקבותיה זכה להערצה רבה ממכריו שהתייחסו אליו כאל גורו, אך גם לסבל נפשי ניכר.

אחת התכונות ההרסניות, אך הידועות פחות, של בעלי אישיות נרציסטית (שתואר בהרחבה בפרק 13) היא תכונת הכריזמה. אנשים שלוקים בסוג זה של הפרעה הם כאלה אשר עקב משבר התפתחותי מוקדם פיתחו פיצוי כול-יכול לחסך הנרציסטי שסבלו ממנו, ועקב כך הם מקרינים על סביבתם עוצמה נרציסטית וביטחון בדרכם. לכאורה אי אפשר לערער על בעלי אישיות כזאת, והם ייתנו לנוהים אחריהם תחושה שקרית של גאולה מהכאוס ומחוסר הוודאות של הקיום.

בתקופות המניה הייתה לאייל תחושה דומה שהוא זוכה ליחס של הערצה מהסביבה. הוא הרגיש תחושת ייחודיות משיחית וכושר אבחנה ביקורתית בנוגע לסביבתו. הוא תיאר ביומנו את עבודתו במכון מחקר יוקרתי שאליו התקבל לעבודה: "כמה מבנים ביורוקרטיים ומטופחים, שטיחים מקיר לקיר, עציצים שרוצים להחיות את האווירה, מחשבים בכל משרד, אנשים דומים בעלי מסכות מתהלכים בפרוזדורים עם חולצותיהם המעונבות וארשת פניהם הרצינית, מסכות ממוחשבות ויעילות. ואין איש פוצה פה ומזדעק, המסגרת יוצקת מסכות, והאנשים מתלבשים בהן. הכול נראה כה פשוט ומושלם לבצע את המשימות החשובות. ואני מתבונן ומתבונן ורואה את חייהם הפשוטים של אותם אנשים ונוכח בעולמי המורכב והמסובך שדורש התמודדות מתמדת, ואני שואף לתת לצעקה הגדולה לפרוץ החוצה ולזעזע את אותם נושאי מסכות. אני נוכח כמה שהם חלשים וכמה שאני חזק, וכל מלאכתי בקידומי בטיפול אינה לשווא... אך אני פוחד... אני יודע שעבודה כזאת תדכא את חיי היצירתיות שלי ותמית את נשמתי. אני אאבד את נשמתי ואת חיי במסכה".

לעומת תחושותיו בתקופות המניה, בתקופות הדיכאון הוא כתב: "כשאני מתחבר לזיכרונות, גם לכואבים, מתעורר בי דיכאון ומאיים לפרוץ, הרבה מעצורים, חולשה, חוסר אנרגיה, חוסר רצון לחיות, רצון לבכות. לשקוע בדיכאון זה קל כמו ביצה טובענית ומספיק שרק פעם אחת אפסיק לפרפר וכבר אני מתחיל לשקוע אט-אט, ואז צריך כוחות נפש עצומים להרים את הגוף השקוע, אלא שלא תמיד יש לי כוחות כאלה... אני נזכר בתקופות שהייתי בדיכאון ומוטל במיטה כגווייה חסרת אונים, אלא שהפעם הלא-מודע שלי נקי מטראומות והדחקות, ואז הדיכאון היה מתגבר עם השינה והיה מוריד את ערכי העצמי לחלוטין, הוציא את כל האוויר מהבלון והותיר אותי מקומט, חיוור, ערירי וזקן... עכשיו שנפטרתי מרוב טראומות חיי אני חושב שמקור הדיכאון הוא חוסר אהבה, חוס, תחושת בדידות מעיקה שאני לבד משוטט בעולם". באחת מפגישותיו הוא תיאר קשיים אלה ואמר: "השבוע פגשתי חבר טוב, האדם היחיד שמבין לרוחי. הוא אמר לי שכל מה שיש לי לא שווה אם אין לי מישהו שמקשיב לי ומבין אותי". הדברים שאמר לי, שביטאו זעם ותסכול שהופנו כלפי כמטפל, הלמו בי כמו פטיש. אייל לא היה מודע לזעם שהתעורר בו כלפי והשליך אותו עלי, כלומר הוא חווה את הזעם כזעם שלי כלפיו. הוא כתב ביומנו: "אני קם בבוקר עם תחושה של זעם עצור שהופנה כלפי מארנון". בהמשך הוא תיאר את כניסתו לחדר ההמתנה: "בחדר היו עקבות בוץ מהגשם שירד, הקפה אזל, והייתה באוויר תחושה של סוף". הוא תיאר את הקליניקה כרחם שבו הוא עיצב בעבר מחדש את זהותו, וההזנחה בחדר ההמתנה נתפשה אצלו כדחייה מצדי וכפליטה מהרחם המוגן של הטיפול.

אייל תיאר את התהליך שעבר בחייו ובטיפול בזו הלשון: "ההתחברות לחלקים הכואבים והטראומתיים נותנת לי המון כוח וביטחון. זהו תהליך בלתי נמנע שעלי לעבור, כי כדי לחיות בכדור הזוהר שאליו אני נמשך עלי לעבור התחברות רגשית, אבל, פרידה, השלמה, הבנה רגישה וקבלה עצמית. אני מרגיש שחיי בידי ואני יכול בלי מטפלי ארנון. אולם כיצד אטוש אותו הוא שכה נתן והשקיע

ואעמוד על רגלי בוגר ועצמאי, וכבר לא אהיה נתון לאהבתו, לחסדיו, לקבלתו ולחוכמתו. זה מפחיד אותי".

לעיתים ראה אותי אייל בפנטסיה כדמות מיטיבה כול-יכולה וכמעט בעלת כוחות אלוהיים, שנלחמת בכוחות השחור שרוצים למשוך אותו לתהום שחורה המצויה בשליטת השטן. תחושות אלה התחזקו כאשר אייל חש את המחלה מתגברת בקרבו ומאיימת לפרוץ החוצה. על כך אמר: "אני מרגיש את המחלה שואפת לפרוץ החוצה ולהשתלט עלי. כל הסובב אותי מקבל פתאום משמעות סמלית. מעיל העור שלי מסמל את האלוהים. הוא קשה ומפנה החוצה רוע ותוקפנות. ככל שהכוחות שלו מתחזקים, כך אני מרגיש את הפסיכוזה מתחזקת, ואני מרגיש חסר אונים וישע. חולצת הטריקו שאני לובש מסמלת אותך, ארנון, מקיפה את גופי ומגינה עליו ברוך וברגישות, הנעליים אכזריות ומרסקות ושואפות למחוץ את העולם, [בועט באוויר בכוח], המכנסיים מסמלים שיעמום, חיפוש דרך וחוסר אונים, הקליניקה מסמלת רחם מוגן, והמחלה מסמלת ערפל, צמרמורת עוברת לי בכל הגוף [רעד חזק מטלטל את גופו], יובש בפה וחרדות יוצאות לי מהפה וחוזרות אל הגוף שלי. הטיפול עוזר לי להתקיים כמה ימים, עד הגל הפסיכוטי הבא. אני זקוק למשהו איתי, למעין קמיע שיציל אותי מהמחלה. הספר שלך תבניות פרומתאוס הוא היחיד שמציל אותי. ככל שאני מתעמק בו, אני מוצא בו מקור חוכמה ועוצמה, ואז הפסיכוזה מתרחקת ממני".

פעמים אחרות, לעומת זאת, ראה אותי אייל חסר אונים כמו הילד שסותם את הסכר באצבעו בעוד המים הרבים מאיימים לפרוץ ולקבור הכול בשכבת בוץ אדירה. "יום אחד חלמתי", סיפר, "חלום על נסיכה מפונקת בארץ רחוקה. היא שוכבת באפריון, אבל לא מסוגלת לישון. משהו מפריע לה לישון. מתברר שבצד השני של כדור הארץ, במדבר סהרה, מצוי האובייקט שמפריע לה לישון. המלך שולח דחפורים ומכונות קידוח אדירות כדי למצוא את גורם ההפרעה, ובמהלך הקידוחים נמצאות עצמות הפסיכולוג טמונות עמוק מתחת לצרות של האנושות". חלום מפתיע זה, המושפע כפי

הנראה מאגדת העם הנסיכה על העדשה, מבטא את תחושת חוסר האונים שאייל ייחס לי לעיתים, שהייתה במידה רבה השלכה של תחושת חוסר האונים שלו לעזור לעצמו, אף שבתקופות המניה הרגיש שאנשים מעריצים אותו והולכים אחריו באופן עיוור. החלום ביטא גם את יחסו הדו-ערכי כלפי. הוא ביטא הזדהות עם הפסיכולוג, שעומד בפרץ ועוצר את הצרות שפורצות מתיבת פנדורה של האנושות, המעורבת בתוקפנות רבה כלפי, הפסיכולוג האומלל הקבור במדבר סהרה מתחת לטונות של צרות.

רק לעיתים נדירות אמר לי אייל באופן מפוכח ומאוזן יותר: אתה מציל אותי ומחזיר אותי לשפיות זמנית שבאה אל קיצה כאשר הכוחות העצומים סוחפים אותי שוב. זהו מעגל סיזיפי של מאבק בלתי פוסק למען ההישרדות שלי".

החזרה אל הרחם הייתה הפנטסיה הלא-מודעת שבמהלך הטיפול הפכה למודעת והייתה התחושה החזקה ביותר של אייל בחייו. במצבי היפנוזה תיאר אייל את הפרנויה, שהייתה, לדבריו, המקור לצרותיו, כ"תולעים בבטן", ואת הפנטסיה של החזרה הגואלת אל הרחם – כמפלט מהפרנויה: "היא [הפרנויה] חונקת אותי בלילה כמו יצור שטני ואלים. בבקשה, שחרר אותי ממנה. העצמי שלי משתוקק לרחם. אני רואה איך המשפחה שלי מתאחדת. אני מקים בית עם בחורה שאני אוהב, והילדים קופצים עלי בכל פעם שאני מגיע. אבל כשאני מתבונן בהווה, אני מרגיש את גופי מאבד את צורתו ומתנפח, ואני שוקע לתוך מערבולת. אני נבלע בתוך חור שחור, זהו הטבור של אמא המוביל אותי לרחם. שם אני לא מתאמץ ונעים לי, אבל גם מפחיד. חשוך. אני כאילו נפטר מהעולם, ונופלת עלי שלוה נעימה".

עם התפתחות הטיפול ובעקבות אירועים מסוימים שאירעו בין אייל למשפחתו התחילה החזרה אל הרחם מצטיירת בעיניו של אייל באור שונה, מאיים לא פחות מההתקף הפרנואידי: "כאשר אני מבקר את משפחתי בתום לב, אני מרגיש שהיא מושכת אותי בכוחות אדירים אל תוך הרחם. המשפחה מלטפת אותי ביד אחת ומושכת ביד

השנייה. הצינור שמוליך אותי אל הרחם הוא שומני, נעים וחמים, והרחם נראה חם ומזין. אחי מתחנן לפני שאכנס לרחם של המשפחה, שהמשפחה אוהבת אותי ובלעדי, בלי היכולת שלי ובלי הכשרון שלי המשפחה עומדת על בלימה ועלולה לקרוס ולהתרסק. אני מרגיש רגשי אשמה קשים ונכנס לרחם. רק ברגע שאני מתקרב, אני מבחין שהרחם הוא שמנוני ודביק, ומבין שנפלתי למלכודת. אחי, נציג המשפחה, פיתה אותי כמו הנחש המיתולוגי שפיתה את חוה. הוא נחש שחור ואכזרי מלא שנאה ויצריות מודחקת ושטוף זימה. כמו שניסה לפתות אותי מינית בילדותי, הוא מפתה אותי עכשיו. ביד רכה הוא מלטף אותי עד שהוא רוכש את אמוני, ואז הוא מכה בי מכת מוות באגרוף ברזל. הוא הכניס אותי לרחם המוות, למלכודת הקטלנית של המשפחה, שבו חבל הטבור נכרך סביב הצוואר שלי ויונק את לשדי. אתה יודע, במיסה הנוצרית יש מושג שנקרא "כבשת האלוהים" (Agnus Dei). זהו ישוע האומלל שנושא את הצלב ומוקרב כדי להציל את האנושות. אני הייתי אותו קורבן אומלל שמשפחתי הקריבה כדי לשמור על שפיותה. באחד הלילות חלמתי כאילו היא מקריבה אותי בטקס מקברי כדי להוציא ממנה את הרוח הרעה השטנית שאמי טענה שנכנסה בה. אני שואף להתנתק מהמשפחה המרעילה הזאת ולהיות חופשי. אנא, עזור לי, רק אתה יכול להציל אותי עכשיו".

המלחמה בשדים הפנימיים נובעת מחלוקת העולם והעצמי לטוב ולרע. המקור המבני של החרדה מפני שדים פנימיים הוא הפיצול שכולנו עושים בין טוב לרע בתחילת חייו, פיצול שכאמור לעיל, הפסיכואנליטיקאית מלני קליין תיארה כפיצול בין השד הטוב ובין השד הרע, ודה מוס תיאר כפיצול מוקדם יותר מבחינה התפתחותית (ברמה העוברית) בין רחם מזין ומבורך ובין רחם מרעיל וקטלני. הבה נבחן סוגיה זו ביתר הרחבה.

פרק אחד-עשר

הפיצול בין טוב לרע

"כהרף עין ישקע איש בעצבת. רגע ישיר ברוב גיל וכהרף עין כאבל יקונ".

עלילות גילגמש

הפיצול בין טוב לרע והתייחסותנו הערכית אליהם הם מהיסודות החשובים ביותר של כל תרבות אנושית. קשה להגזים בחשיבות של דיאלקטיקה זו בתפישת העולם ובתפישת העצמי של כל אחד מאיתנו. ההבחנה בין הטוב לרע קשורה להיווצרות האגו ולשיפוטו את העולם ואת העצמי, והיא מתפתחת בתהליך החברות והתרבות של העצמי. כאמור, העצמי הוא הייצוג הפסיכולוגי של מנגנוני השימור העצמי של האורגניזם האנושי, והאגו הוא הייצוג הסמלי של העצמי והתחליף הסמלי החברתי לקיום הפיסי. פגיעותו הרבה של האגו בתקופת החברות והתרבות גורמת לילד לבצע בתקופה זאת הפנמות מסיביות של מערכת הערכים של מבוגרים משמעותיים כמו הוריו ומחנכיו כדי להבטיח קיום חברתי לעצמי שלו. במהלך תקופה זו הילד מתחיל לגבש את שיפוטו הערכי בנוגע לטוב ולרע, שיפוט שקובע את הערכים שלו, את האידאולוגיות שלו ואת השקפת העולם שלו ומנחה את התנהגותו ואת התייחסותו המודעת והלא-מודעת לחיים. במילים אחרות, הפנמת הטוב והרע קשורה להתפתחות התחושה של הערכה וערך עצמיים אצל הילד, ובשלב מאוחר יותר בחייו הוא נקשר רגשית לאותם ערכים ותפישות, והם הופכים לחלק מזהותו העמוקה.

אמנם כבר משחר ההיסטוריה נטלו הדתות תשעה קבין של שיפוטים ערכיים וחילקו את העולם לטוב ולרע, למצווה ולחטא, לשמירת

הטאבו ולחילולו, לראוי ולבלתי ראוי. עם זאת נראה שהדתות השונות ניצלו צורך אנושי בסיסי להבין את העולם ולקבוע אמות מידה להתנהגות האדם, וגם המיתולוגיות הגדולות, כיתות אזוטריות וסדנאות מודעות, מבטאות את אותם צרכים ומצליחות לסחוף מיליוני מאמינים.

חטאה של פנדורה הסקרנית, חילול הטאבו על-ידי אדיפוס או חטאו של אורסטס רוצח אמו קליטימסטרה, שרצחה את בעלה אגממנון על שהקריב את בתו איפיגניה, מראים שלא זו בלבד שהרע או החטא הם מהנטיות האנושיות שעליהן משלם האדם מחיר יקר, אלא שהחטא ועונשו, בתסבוכותיהם ובגלגוליהם, כפי שמצאו ביטוי בין היתר בטרגדיות היווניות, הם חלק מהמצב האנושי הטרגי. השאיפה לצדק היא התגובה החברתית, המאורגנת במערכת חוקים, על אותה הבחנה קונפליקטואלית בסיסית של האדם בין הטוב ובין הרע.

ההנחה היא שהצורך בחלוקה המניכאית לטוב ולרע הוא אף קודם להיווצרות האגו, ומקורו ביצר השימור האבולוציוני של האדם. הזואולוג מוריס גרס שבאופן אינסטינקטיבי יש לתינוק כישורים להבחין בין טוב לרע, כלומר בין מאכל טעים ללא-טעים, כאשר המאכל הלא-טעים הוא במתאם גבוה עם מקולקל או עם רעיל, ואילו המאכל הטעים מתקשר עם מאכל מזין וטרי. ייתכן שהמקבילה הפסיכולוגית לכך היא הפיצול שהתינוק עושה בתקופת הינקות בין תקופת התסכול והרעב המענה ובין תקופת השובע והרגיעה, וייחוס מצבים אלה לדימוי פד טוב לעומת פד רע כפי שהציעה, כאמור, הפסיכואנליטיקאית מלני קליין.

דיכוטומיה זו מוצאת את ביטויה בקליניקה בין השאר במקרה של שיר, מרצה מבריקה באוניברסיטה במדעי החברה. שיר הייתה בת שלושים וחמש כאשר פנתה לטיפול עקב תלונות על מצבי חרדה, על דפיקות לב מהירות ולעיתים אף על נטייה לאיבוד שליטה כאשר היא נמצאת בנסיבות שעשויות להתפרש כנסיבות פיתוי על-ידי גבר.

שיר הכירה ופיתתה גברים רבים בחייה. "פעם הייתי בתולה חסודה ומפוחדת. היום אני מתה להשכיב בחורים", אמרה לי בתחילת הטיפול. "היו תקופות שבהן פיתיתי גברים בצורה מטורפת, רציתי להכיר מבפנים את עולמם של אותם יצורים מופלאים, להיכנס לעולמם, לעבֵרם, לראות כמה הם מושלמים. היה לי חשוב לגרום להם להעריץ אותי. שיבינו את הייחוד שלי ואת החוכמה שלי. למעשה, רציתי להבין את עצמי דרכם. כאשר נתקלתי בגבר שעונה על הנתונים האידיאליים, הייתי תוקפת אותו במתקפת פיתוי שהוא לא היה יכול לעמוד בה. עד לכניעתו הייתי לילית המפתה. ברגע הכניעה, ברגע שהוא היה נופל פגוע בחיצו של ארוס, איבדתי בו עניין לחלוטין; איך אני יכולה למצוא עניין באותו פתי שמעריץ אותי ומכבד אותי?".

כאשר לא נענו לחיזוריה, התעוררה אצל שיר תוקפנות קשה כלפי הגבר, מושא הפיתוי. בתגובה על חוסר הערצה מצד אחד מידידיה אמרה לי באחד הטיפולים: "איך הוא מעז לדחות אותי?! אני נראית מצוין, ממשפחה טובה, יש לי תואר שלישי, ניסיון חיים, דירה ומכונית. הוא, לעומת זאת, קטן ועגלגל, ביישן ומלא מעצורים ומתאים לעובדת סוציאלית מושבניקית ומלאת חציקונים".

הפנטסיה של שיר להיות מוקפת כמה גברים מושלמים שיעריצו אותה על חוכמתה הייתה כמובן בלתי ניתנת למימוש, שהרי מיד עם גילוי כבוד והערכה כלפיה היא הייתה מאבדת עניין והופכת לשוות נפש כלפיהם. זאת ועוד: כיצד ייתכן, היא שאלה את עצמה, שאותם גברים יעריכו אותה שעה שבמעמקי הווייתה היא חשה חוסר ערך עצמי מוחלט.

התייחסותה הדו-ערכית של שיר לדמות הגבר ותפישתו כדמות אידאלית מסתורית שהיא חייבת לכבוש על-ידי פיתוי מיני ובו זמנית – כדמות שמעוררת דחייה ושאת נפש, מצאו ביטוי ביחסיה הטיפוליים איתי. שיר הייתה מופיעה לפגישות בלבוש פרובוקטיבי וחושפני, מתיישבת בכורסה בתנועות חתוליות ולעיתים אף מדברת בקול עמוק ומלטף. עם זאת היא הייתה מאחרת באופן קבוע לפגישות, מעירה בעוקצנות על כך שאני נפגש איתה רק לשם רווח כספי ומזכירה ללא הרף כיצד חברתה הטובה מרצה מאוניברסיטה בארצות הברית שילמה סכומי עתק ל"שרינק" שלה, ולאחר כמה שנות טיפול הוא הוסיף אגף חדש לוילה שלו שמומן בסכומים שהרוויח ממנה.

ואולם בטיפול היו גם מצבים קשים הרבה יותר. במצבים היפנוטיים עלו סיוטים שחזרו וביעתו אותה בלילות, ובהם היו תולעים חומות דוחות ובעלות ראש אנושי זוחלות בין רגליה. הן היו מחוספסות וחכמות, ואילו היא לא יכלה להימלט מהן. שיר סבלה גם מסיוטים שבהם עדת כלבים שחורים ואימתניים תקפה אותה וניסתה לנשוך אותה באיבריה האינטימיים. "אלה הם הגברים", אמרה ברגע של תובנה. "הם מנסים לזהם אותי בתאוה שלהם. אני נזכרת באדם הראשון שעשה את זה. אני לא מעיזה לבטא את שמו. אני נזכרת שחלמתי לפני הרבה שנים כיצד הוא תופס בשדי ומניח את ידי על איבר מינו. בחלום הוא הופך לכלב מהסוג של הנקניק החמוד והמטופש שעושה לי מניפולציות ומנסה לקנות את ליבי, הוא רוצה ממני משהו, וכשאני מתחילה להתייחס אליו, הוא מתחיל לעופף. פניו משתנות פתאום והופכות מרושעות ומאיימות ומתבוננות בי במבט מאשים ואיום. אני מתעוררת בצריחה, וגופי מכוסה זיעה קרה".

הקונפליקט העמוק של משיכה-דחייה/הערצה-תיעוב כלפי גברים וההפרעות בזהותה המינית והעצמית של שיר התבטאו בחלום ציורי ומקסים שתיארה: "הייתי בעיירה קטנה ושקטה כמו עיירה שווצרית של ימי הביניים. השמים התקדרו והאפילו, והייתה תחושה של הוריקן מתקרב. תחושה של ציפייה הייתה תלויה באוויר, ונפוצה

שמועה שמחכים לשטן. ציפיתי למפגש. רצייתי שהשטן ימס אותי בעונג, אך גם פחדתי והכנתי את עצמי למנוסה. פתאום הוא הופיע ועורר בי רטט של השתאות: השטן היה אישה בלונדינית ענוגה בעלת שיער גולש, יפה ולא מפחידה, מרחפת באוויר כשהיא לבושה בתחרה לבנה, כמו רוח רפאים ענוגה וקסומה. לא עמדתי במתח ונמלטתי בכרכרה רתומה לשישה סוסים אבירים שהמתינה ליי.

באחת הפעמים שבהן הייתה נתונה בהיפנוזה, התעוררה ביתר שאת שאיפתה של שיר לפיתוי גברים כדרך שלוט בהם, אך בו זמנית התבטאה סלידתה העמוקה ממין. בתחילת הטרנס היא הרגישה את איברי גופה מתארכים ונעשים אציליים כאלה של דוגמנית צמרת. גופה נעשה לבן וזהוב מעט, ושערה נעשה זהוב וחלק כשער נימפה. "בעצם", צחקקה שיר במבוכה, "אני נימפת ים. העור חלק ולבן כחלב, השפתיים אדומות וקטנות, ויש לי זנב של דג. אני בת-ים טהורה וצחורה. תמיד חלמתי להיות אלוהית, טהורה וחסרת מיניות. הדחפים המיניים החזקים שהסעירו אותי מגיל צעיר והגברים המסואבים שניסו תמיד לטמא אותי בתאוותם גרמו לי לשנוא את עצמי, אבל בראש וראשונה לשנוא אותם. אבל אני גם מעריצה אותם ומרגישה שאני זקוקה להם, כי רק דרכם אוכל להכיר את החלקים הפנימיים שבתוכי. אני מבולבלת לגמרי", אמרה. "לפעמים", הוסיפה ואמרה, "כשטוב לי ואני מאושרת, אני מתעוררת בבוקר עם חיוך עייף ומאושר ומרגישה כאילו הגוף שלי הוא תיבה מלאה אבני חן. אני חושבת על הדברים הנפלאים שאעשה בחיי ורואה את עצמי בחדר מלא תיבות. אבל כשאני מרגישה גרוע, אני מתעוררת אל תוך בוץ סמיך של ייאוש שחור ורואה את עצמי בבית ישן מלא עכברים, שקועה במים עכורים שיש בהם דגים מגעילים". מטפורה יפה מזאת לפיצול בין טוב לרע קשה למצוא.

הפיצול יכול להיעשות, כמו במקרה לעיל, ביחס לעצמי, ביחס לאובייקט האהוב או כאשר העצמי נתפש כטוב או כרע, והאובייקט האחר נתפש גם הוא כטוב או כרע לסירוגין או כל הזמן. כך היה, למשל, במקרה של עידן, גבר מרשים בן חמישים שעבד כתקציבאי

מצליח בחברת פרסום. עד פנייתו לטיפול היה עידן המצ'ו מעורר הקנאה של כל חבריו ובני משפחתו, שובר לבבות ידוע עוד מתקופת ההתבגרות ומושא להערצת הנשים ולקנאת הגברים שבסביבתו. חודשיים לפני שפנה לטיפול היה עידן נתון בלחץ כבד ממקום עבודתו; פרויקט פרסום יוקרתי שקיבל המשרד אילץ אותו להקדיש לילות כימים לעבודתו.

"כל העניין", סיפר לי עידן, "החל באקראי. שוחחתי עם חברים ופתאום התחלתי לחוש תחושות משונות לא נעימות. לא ייחסתי להן חשיבות, אבל בערב הן חזרו וכך גם למחרת בבוקר. התחלתי לדמיין את עצמי נמשך מינית לבחורים שפגשתי ברחוב. דמויות של גברים החלו להטריד אותי, נתקפתי פתאום בחרדה בלתי מוסברת, והחיים נעשו בלתי נסבלים. עד אותו יום נורא הייתי אדם שמצליח בכל מעשיו, ואיש לא היה מאמין שאפנה אי-פעם לטיפול נפשי. בתחום המין מעולם לא היו לי בעיות. התחלתי לקיים יחסי מין בגיל צעיר מאוד, והייתה לי הצלחה מסחררת עם נשים. בגיל ההתבגרות הייתי יוצא לעיתים קרובות עם שתי בחורות באותו לילה".

מאז אותו ערב עידן לא מצא שלווה לנפשו, וגם כאשר היה מקיים יחסים עם אשתו, היה מדמיין, שלא מרצונו, שרגליה שעירות, ושבעצם היא אינה אלא גבר. נושא זה טרד את מנוחתו של עידן עד כדי טירוף. באחד הערבים הוא החל לחוש מיחושים עזים ומשונים בכל גופו ונתקף פניקה קשה מפני הומוסקסואליות. עידן פחד שהוא אינו שפוי והיה בפניקה שדחפים הומוסקסואליים וסדיסטיים יפרצו החוצה ויביאו את הקץ לחייו. תחושתו הסמויה של עידן הייתה שיום אחד יפרוץ הדחף ההומוסקסואלי בעוצמה אדירה וללא מעצורים, וזה יהיה יום השואה האישי שלו: הטירוף והמוות ישתלטו על חייו ויביאו לקיצם. ברמה מודעת לא היה לעידן קושי להתמודד עם המחשבות על נטיות הומוסקסואליות. הוא אמר שהוריו ליברליים בעמדתם הכללית כלפי הומוסקסואליות, אך היו נחרדים לחשוב שלבנם יש נטיות כאלה. פעם כעס על אביו ובראשו צצה המחשבה: 'עכשיו אני אספר לך שאני הומו'.

זמן רב חיפשנו את הסודות האפלים שגרמו לו להיכנס למצבי חרדה אלה, אבל עידן החרד מפני ה"מפלצות" המפחידות המצויות בעולמו הלא-מודע נמנע בעקשנות מלהתבונן בצד האפל של עולמו הפנימי. יום אחד אמר: "כל פגישה אני מרגיש שאנו מתקדמים צעד נוסף שאין חזרה ממנו, ואני צריך לחיות עם ידיעה נוספת שקשה לי איתה. אני מרגיש שאתה שואף לגלות את הידיעה הקשה מכול שאין ממנה חזרה ושאתה אצטרך לחיות כל חיי או לחדול מחיי כי לא אוכל לשאת אותה". "אתה יודע", אמרתי, "שבלא-מודע נתפש העולם הלא-מודע כים עמוק. אולי התחביב האובססיבי שלך לצלילה למערות תת-מימיות ולמצוא שם בדמיוןך מפלצות תת-מימיות הוא מעין פיצוי על השאיפה שאינך מעז להגשים, לצלול לתוך הלא-מודע שלך ולמצוא את המפלצות הפרטיות שלך". "נכון", ענה עידן. "לכן הצלילה גורמת לי סיפוק עמוק. לעומת זאת, כאן, בטיפול, אני לא צולל כי אני מלא חרדה. כאן אני מרגיש שבכל יום אני צועד צעד נוסף למעלה, לפסגה, אבל חוזר תמיד לאחור באימה מפני שהעזתי להתקרב אליה".

לדברי עידן, מה שהציל אותו עד כה מהתפרצות לא מרוסנת של דחפיו היה הקשר המיוחד שיצר עם ידידתו קתרין. עידן העריץ את קתרין וסגד לה. היא ייצגה את החלק הטוב שבו, את האובייקט המופנם הטוב בלשון פסיכואנליטית. גם תיאורו את פגישתו הראשונה עם קתרין מחזק את תחושת האידאליזציה שלו כלפיה: "פגשתי את קתרין בפעם הראשונה בפסטיבל לאומנויות בצרפת. היא הייתה תלמידת תיכון וטיילה עם החברות שלה לכיתה ונראתה כמלכה. היא הייתה בלונדינית אוורירית ששערה מסולסל והבגדים שלבשה היו לבנים. באתי לפסטיבל עם שלוש בנות שהעריצו אותי, אבל כשראייתי את קתרין, ידעתי שהיא האישה של חיי. לא דיברתי איתה, אבל גם לא הסבתי את העיניים שלי ממנה. בלילה, כשישנו בשקי שינה באולם גדול, ראיתי אותה ישנה עם החברות שלה. ניגשתי אליה ונישקתי אותה על השפתיים. היא פקחה את עיניה הכחולות וחייכה. למחרת בבוקר ניגשתי אליה ומאז לא נפרדנו".

עידן תיאר את אהבתו כמדונה טהורה וחסרת מיניות, באופן שמוזכר את תמונת המדונה הבתולית של בוטיצ'לי, או כונוס האוורירית שנולדה מקצף גלי הים. אהבתו לקתרין אפשרה לו להרגיש מטוהר מאותה יצריות אפלה שחש בתוכו ופחד מפניה. הוא חלם לעיתים על מחבלים ערבים שמנסים לאנוס את קתרין ולרצוח אותה. "במקרה כזה", אמר, "יצא השטן האפל ממני ויפרוץ החוצה. מאז הילדות שלי אני פוחד שבמצב קשה ישתלט עלי השד ואאבד את השליטה על עצמי".

מערכת יחסים מופלאה ומרתקת בין בני זוג כפי שתיאר עידן מכונה בזירגון פסיכולוגי השלכת אידאל האגו על האובייקט והכחשת הרוע בדרך זו. הקשר בינו לקתרין אפשר לעידן לחזור ולהפנים את החלקים הטובים האידאליים שהוא השליך על קתרין, ועל-ידי כך להכחיש את השדים הפנימיים שמתעוררים בו במצבים מסוימים. הדוגמה הספרותית המוכרת ביותר לקשר דומה היא סיפור הקשר הדמיוני שבין דון קישוט לדולצ'ינאה, אובייקט אידאלי נכסף שאי אפשר להתקרב אליו מכיוון שכל מפגש עם המציאות "יזהם" אותו.

תנאי להשלכת אידאל האגו על אובייקט חיצוני הוא פיצול בין החלקים הטובים ובין החלקים הרעים המצויים בעצמי. חנה סגל, תלמידתה הידועה של מלני קליין, כתבה על כך כדלקמן: "פיצול קשור להגברת האידאליזציה של האובייקט האידאלי כדי לשומרו הרחק מן האובייקט הרודף ולעשותו חסין מפני פגיעה. אידאליזציה כזאת קשורה גם להכחשה אומניפוטנטית מגית... הכחשה מגית זו מבוססת על הפנטסיה של השמדה מוחלטת של הרודפים". התאחדות העצמי הפגוע מבחינה נרציסטית עם אני אידאלי המושלך על האובייקט מפצה לכאורה על הפגיעות הנרציסטיות המוקדמות ויוצרת מערכת יחסים מופלאה של "יחד", שהיא פנטסיה של הסיפוק הנרציסטי המושלם.

מטופל אחר, יאיר, הכין בעבורי לאחר שובי מחופשה בת שלושה שבועות חבילה עבה של דפים שכותרתם "על מקור הרע שבי" ובהם

הוא תיאר את מצבו: "בא לי להרוס ולנפץ, להרע ולפגוע, להתפרץ ולהשמיד, לחנוק ולאיים, להשתלט ולאבד שליטה, והרי כל זה ביטוי ליצר הווירוס האלים ששוכן בתוכי שבו אני נלחם כל חיי. אני לא שונא את עצמי; אני מתעב את הווירוס ששוכן בתוכי שהוא אלים מאוד, פסיכופט ומתפרץ, ושאני צריך כל הזמן להשתלט עליו כדי לא לפגוע באחרים ובעצמי. מי ינצח, הווירוס הנפשי האלים שמשתלט כדיבוק על החיים שלי או יאיר? איך אוכל לתת לוויירוס לנצח, לָרע לנצח, לשטן לנצח ולאבד את צלמי כאדם? בתהליך הפסיכולוגי אני אט-אט משיל את קליפותי. אני לא עושה את זה במכה אחת כמו שהייתי עושה בעבר ואז הפחדים היו פורצים כרוחות רפאים מקפואות דם, אלא לאט לאט, התקלפות טבעית בדרך אל הריפוי העצמי ואיזון הפחדים. עם ניקוי כל טראומה נעלמת אותה הגנה שמכסה על הטרומה, ואני חוזר לאט לאט לעצמי ואל האותנטיות שלי".

בניגוד ליאיר שהיה בעל מודעות פסיכולוגית גבוהה והבין את תהליכי העצמי שמתרחשים בו לאשורם, היה תחום הפסיכולוגיה זר לחלוטין לברק. ברק היה מנכ"ל מצליח של חברת מחשבים, איש רב-פעלים ומצליח, מנהלן מוכשר ואינטליגנטי בחיי המעשה, אך מנוכר לעולמו הפנימי. הוא מעולם לא חשב שייאלץ לעבור את ה"השפלה" הכרוכה בפנייה למטפל. בעולם המושגים שלו פנייה למטפל משמעותה כישלון, אי-עמידה בלחצים, השפלה וכל אותן מילים נוראות שפירושן בחברה ההישגית שלנו היה "לוזריות", כלומר אובדן מוחלט של הערך העצמי. בגיל ארבעים ואחת הוא פנה לטיפול בעקבות התקף פניקה שהתבטא בחרדה מטריפת דעת מפני המוות. "הכול התחיל לפני כחודש וללא הודעה מוקדמת", פתח ואמר. "חלמתי שאני משתתף בלווייה של עצמי, וכאשר קוברים אותי, אני מתעורר שטוף זיעה קרה. מאז החלום הזה חוזר על עצמו לעיתים קרובות ואני חושב עליו יום ולילה".

ברק היה אדם מעשי ותכליתי לעילא, חבר טוב ועוזר לזולת. עם זאת הוא היה מנוכר לחלוטין לעולמו הפנימי הלא-מודע, דבר שהתבטא

בדרך כלל במיחושים פסיכוסומטיים וסמוך לפנייתו לטיפול – גם בהתקפי הפניקה הבלתי מוסברים לכאורה. בהשראת מצבים היפנוטיים קלים, כאשר הוא התחבר יותר לעולמו הפנימי, הוא תיאר כאבים עזים בידיו, כבדות איומה בראשו ובעיניו, דקירות בכבד ובעצם הבריח ובו בזמן גם תחושה שגופו אינו קיים. באחת הפעמים, כשהיה במצב טרנס היפנוטי, דיווח בחרדה שהוא רואה אור גבוה, מפחיד, בהיר כמו השמש, אך מלאכותי. "האור הזה לא מבשר טובות", אמר. "הוא לא מסנוור, אלא עמום כמו אור ביום מעונן. האור נמצא כאילו בקצה צינור, שמעברו השני יש חושך ומוות. איך אתה יוצר את האור הזה?" הוא שאל בבעתה.

לכאורה היה ברק במצב של פניקת מוות, כפי שנתקלתי לעיתים קרובות אצל מנהלים שהיו בשיא הקריירה שלהם, בדרך כלל בעקבות אירוע לב, אך לעיתים גם בעקבות אירוע stress אחר. ואולם בהמשך הפגישות תיאר ברק חלום ששפך אור חדש על חרדותיו: "אני נמצא במקום שקט ופסטורלי, שבו בית חלומות קטן ויפה עם שביל ובוסתן קטן של עצי פרי מסביב. אני הולך ומוצא בפינה קני סוף, ממשיך להתקדם ורואה שהסוף צומח מביצה שמקיפה את הבית. מי הביצה מתחילים לבעבע, וממנה מזנק נחש ענק וקדמוני. הביצה מבעבעת, והבית מתחיל לנוע בחוסר יציבות על משטח הגילי המוצק-נוזל המשונה של הביצה. הביצה היא העולם האפל שמשתלט עלי, והבית מייצג אי זעיר של שפיות בים האופל שמסביבי".

מקור הפניקה שברק נתקף בה היה במאבק פנימי שהוא ניהל עם עצמו בחרדותיו מפני אובדן שפיותו ובתחושות פנימיות של התפוררות ושל מפגש עם השדים הפנימיים. זיכרונות שכמעט נשכחו עלו בהמשך הטיפול ואימתו הנחה זו. ברק נזכר ביצריות שעולה בחלומותיו, כאשר נחשף לגירוים אלימים ולסרטים אלימים או בעת שירותו הצבאי בזמן האינתיפדה. הוא סיפר שבשירותו האחרון הוא הותקף באבנים שיידתה בו קבוצת נערים. "נער צעיר שעמד מולי וחייך חיוך לועג וחסר פחד לחלוטין נחרט עמוק בזיכרוני. הפנים של הנער היו מעוותות כפני נער מפגר. הוא אחז במקל וזינק לעברי צורח,

כאילו הוא יורה 'ט...ט...ט...' והתפוצץ מצחוק. מצאתי את עצמי מכוון אליו את הנשק ויורה כדי להרוג אותו. הייתי מזועזע מאוד מהתפרצות השטן הרצחני שבתוכי", אמר.

יאיר דיבר על וירוס אלים שמצוי בקרבו וכך יצר בידוד בינו ובין אותן תחושות רצחניות. בניגוד לו, ברק דיבר על חרדות מוות, והוא העלים על-פי דרכו את אותו מאבק פנימי בין יצרו האלימים ובין התנהגותו היומיומית שהושתתה על עזרה לזולת ועל חיים פוריים. שניהם התגוננו, כל אחד בדרכו, מפני השדים הפנימיים. אם האדם אינו פסיכופט רצחני, סדיסט או פושע מועד, הוא יסתיר היטב את אותם דחפים אלימים. במהלך טיפול פסיכותרפי עולים השדים הפנימיים אל התודעה, רק כאשר משתבש הארגון הקוגניטיבי המודע של העצמי ועולים תכנים עמוקים לא-מודעים. השדים הפנימיים עולים גם בחלומות, במצבי היפנוזה או במצבים גרסיביים עמוקים של טיפול קבוצתי.

בסדנאות מרתון של קבוצות מרובות-משתתפים נוטה העצמי לוותר על החלקים המארגנים שלו לטובת יצירת עצמי קבוצתי בקבוצה. האגו והעצמי נוטים לאבד את גבולותיהם, ומצב זה מאפשר לעצמי להיטמע בעצמי-הקבוצתי שנוצר בקבוצה ולהשליך חלקים רעים מעצמו על משתתפים אחרים כחלק מהתוקפנות הקבוצתית. במצבים כאלה מנגנון הפעולה השכיח הוא של הזדהות השלכתית, שבו חלקי עצמי רעים מושלכים על הזולת וחוזרים שנית אל העצמי בצורה של תוקפנות קבוצתית. כך העצמי נשמר מהתוקפנות האלימה, ובמקומה מתעוררות לעיתים קרובות חרדות והגנות הנושאות אופי פסיכוטי.

רק כאשר מתקבל אישור חברתי לבצע מעשי אלימות רצחניים, מסוגל הפרט לביטוי חסר מעצורים של אותם שדים פנימיים. ביטויים אלימים אופייניים לא רק בקבוצה, אלא גם במצבים של התנהגות בודדים, כדוגמת חוקרי שבוים וחוקרים בשירותי ביטחון, לוחמי פעולות תגמול ביחידות קומנדו, אנשי משטרה או אנשי יחידות "מיוחדות" למיניהן. ואולם סכר האלימות נפרץ ללא מצרים

רק כאשר האלימות הופכת לנורמה קבוצתית. במקרים כאלה אנו עדים להוצאות להורג קבוצתיות, למעשי לינץ', להשמדת עמים ולהקמת משטרי טרור, זיכוי ורצח. מאז ומעולם ידעו מנהיגים פשיסטיים לעורר שדים אלה, לתת להם לגיטימציה ולבנות בעזרתם את כוחם הפוליטי. אמנם, לעיתים הם מהמרים על הסוס הרצחני או הגזעני מסיבות תועלתניות, מודעות ומניפולטיביות, אך בדרך כלל השד הרצחני הוא מקור העוצמה של התקשורת הסמויה והלא-מודעת בינם ובין אוהדיהם. הרב כהנא, למשל, היה בטוח בהתעצמות כוחו הפוליטי, מכיוון שעל-פי דבריו, הוא ביטא בקול את אשר מרב האזרחים חשו עמוק בתוכם ולא העזו להביע. הוא האמין בעתידן של השנאה, של הגזענות ושל האלימות הרצחנית כמנוף לקידום פוליטי והאמין שהן תבאנה אותו בסופו של דבר לשלטון בשל הטרור המתמשך ומצב המלחמה המתמדת עם מדינות ערב.

אם כן, כיצד אפשר להתמודד עם אותם חלקים פנימיים מהותיים שבתוכנו הנתפשים בעינינו כרעים, בלא שתתעוררנה הגנות וחרדות ראשוניות שהן לעיתים בעלות אופי פסיכטי? בתיאור הנקרופיליה לא מצא פרום פתרון לסוגיה זו. ייתכן שהסיבה לכך היא שהוא ראה את הנקרופיליה כסטייה מדרך ההתפתחות הנורמטיבית שהיא הביופיליה. אנו נראה באור שונה את הבעיה הזאת, אם נשוב ונתייחס להמשגה של מלני קליין את הפנטסיות הסכיזופרנואידליות שחווה התינוק ברגעי התסכול ואת המושג "קנאה הרסנית" (Envy) השואפת לבלוע את החלקים שהעצמי מתאוה לשלוט בהם ולהשמידם. קנאה זו, שמכוונת לאובייקט כדי להרוס אותו, היא הביטוי הפרימיטיבי ביותר לדחף המוות. מטרתה להשתלט על התכונות הטובות של האובייקט המותקף, לבלוע אותו ולהשמידו. הקנאה ההרסנית, פנטסיות האובדן, ההתפוררות וההשמדה מטילות איום כבד על האינטגרטיביות של העצמי. תחושות שיש חלקים אפלים בתוכנו, חורים שחורים, שדים רצחניים או צללים שמפעילים אותנו באופן לא-מודע ולא-רצוני ושמקורם בהתנסויות מוקדמות ביותר של העצמי, הן בלתי נסבלות ואינן מאפשרות את קיום העצמי הבוגר והאינטגרטיבי.

משום כך תרבויות קמאיות ומסורתיות יצרו מנגנוני ויסות והסירו את אחריות הפרט לאותם כוחות אפלים בכך שהן מתייחסות אליהם כאל שדים, רוחות רעות או "דיבוקים". במקרים אחרים שבהם הוטלה אחריות על הפרט, הוא נסקל, הומת או הועלה באש בשל הברית שכרת עם כוחות האופל. מנגנוני ויסות נוספים נקבעו בדתות השונות. רוב הדתות קובעות בבירור את הקודים של "עשה ו"אל תעשה" של הטוב לעומת הרע, של החטא לעומת המצווה או החסד. הציות לקודים אלה וקביעת מערכת ערכית של טוב ורע מהווים וסת חשוב ביותר להתמודדות עם השדים הפנימיים אצל המאמין. דתות רבות, גם הקדומות ביותר, הצליחו לענות על צורכי האדם, על חרדותיו ועל תחושות הרוע והטוב שבו, לשלב אותם בתפישה קוסמולוגית של היקום – שגם בו הטוב והרע מוצאים מקום ככוחות עליונים המצויים במאבק קוסמי – ליצור מערכת סמלית טקסטית שקובעת מבחינה סמלית את העקרונות של "עשה" ו"אל תעשה", שלפיהם "עשה" הוא טוב ו"אל תעשה" הוא רע, ולהעניק תחושה של משמעות עמוקה לקיום הטוב בביצוע פעולות מסוימות, ושל משמעות שלילית וקשה לקיום הרע, שבה לידי ביטוי בחטא, בעוון, בשבירת טאבו או בפגיעה בטוטם בפעולות אחרות.

חוויותיו האישיות של אייל שופכות אור על היחס המורכב כלפי אותו עולם צללים פנימי, שמתנגשים בו הרצון להיפטר מהם אחת ולתמיד והצורך לשמור אותם כחלק מוכר של העצמי. באחת הפגישות הוא אמר: "אני מאשים אתכם, הפחדים. אתם אשמים. אתם גורמים לסבל התמידי שלי. הלוואי שתיעלמו! אבל, אתם יודעים, הגעת לי למסקנה שבלעדיכם לא הייתי שורד במאבק. אתם מקור הסבל שלי, אבל גם מקור המוטיבציה. אתם יצר הקיום שלי. בלעדיכם אאבד את הייחודיות שלי, את הפוטנציאל שלי, את היצירתיות שלי, את המנייה שלי ואת הרגישות שלי ואחזור להיות סינדרלה ענייה ואפורה, ממוצעת ושגרתית, והחיים שלי יהיו משעממים ובלי אתגר. אתם נועדתם להגן עלי, אבל עכשיו, כשאני מוגן, אני אוכל לוותר עליכם.

מלאכת האינטגרציה בין חלקי העצמי היא מלאכת יצירה. בראשית מתחיל תהליך הגילוי של חלקי העצמי ופיתוחם. התהליך ממשיך בגילוי איכויות ההוויה, העולם החיצוני והפנימי שלי ומסתיים בחיבור החלקים וביצירת פסיפס הרמוני בעצמי ובעולם שסובב אותו, ומתברר שהכול נכון והכול אמת". ובמילים אלה צפונה חוכמת הטיפול

כולה.

פרק שנים-עשר

על המוות ועל החיים

"שתי נשמות בקרבי שוכנות, אחת לרעותה צרות ועינות; האחת בתשוקת אהבה עזה כבמלקחי אש בעולם אוחזה; השנית חורגה מעפר וצללים ברוב עוז אל שדות זוהר אבות נעלים".

גתה

"המוות עומד היום מולי – כמזור לחולה, כמפלט מסבל. המוות עומד היום מולי – כריח במור, כשבת בירכתי מפרש ביום סגריר. המוות עומד היום מולי – כשביל בכלות מטר. כמי שחוזר הביתה בתום מסע קרב. המוות עומד היום מולי – כאבהרת רקיע, כמי המגיע ולא ידע אל מה. המוות עומד היום מולי – כמי המתאווה לראות נוה, אחר שהותו רוב שנים בכלא".

כותב אנונימי בן מצרים העתיקה

"ככה נעלם היותה, היותה משוש ליבנו, תוך ערפל הארגמן, תוך נגוהות בין השמשות; ככה הלך אל קיודין, רוח צפונית מערבית. אל האיים המאושרים, אלי תחום מלכות פנימה, אל העולם הבא הלך".

לונגפלו, שירת היותה

באופן פרדוקסי אין ספק שהמוות הוא אחד המניעים האדירים בחיים. תודעת המוות ויחסיות הקיום האנושי הן בין הגורמים העיקריים בהתפתחות התרבויות האנושיות. השאיפה לחיי נצח, אם לא בעולם החומרי, אז לפחות בזיכרון ההיסטורי של האנושות, הביאה להקמת אימפריות, מונומנטים ארכיטקטוניים, ספרותיים ואומנותיים ושזורה בכל תולדות ההיסטוריה האנושית. הפרדוקס בחוויית המוות, שמטביעה את חותמה באופן טוטלי כל-כך בכל גילוי תרבותי, נעוץ בכך שהמוות הוא חוויה לא מוכרת אך בו זמנית הוא גם החידלון – קץ החוויה ואובדן המשמעות, ולמעשה, מהותו כחוויה היא חדלונה. הפרדוקס נעוץ בכך שרק החיים, שהם היפוכו של המוות, יודעים לתת למוות ערך ומשמעות. החיים "חרדים" מפני המוות, כשם שהאש "חרדה" מפני המים והחושך – מפני האור, והם שיצרו את המיסטיפיקציה שלו. מבחינה ביולוגית, המוות הוא סיומו הלוגי הטבעי של תהליך החיים, שכפי הנראה נקבע אבולוציונית בקוד הגנטי שירשנו. באורח מטפורי אפשר לראות את המוות כשיבה למצב האנתרופיה*, כלומר כשיבה למצב הראשוני הכאוטי של אובדן האנרגיה והארגון שהחיים כופים על הטבע. זהו ניצחונם של הטבע והכאוס ההילי על ההתפתחות, על הארגון, על ההתבדלות ועל המורכבות הגדלים והולכים עם תהליכי החיים.

אם כן, איך זה ייתכן שאנו חרדים מפני המוות יותר מאשר אנו שמחים בתקופת החיים שנפלה בחלקנו? מדוע הפעתה מאותו מלאך אימים שחור, יציר דמיון של רוחות מעונות, שהטילה את האנושות במשך אלפי שנות ציוויליזציה לשליטתם של כוהני הדת, אותם כוהנים שהבטיחו לבני האדם חיי נצח בעולם שאיש לא ראה אותו, תמורת חיים על-פי דרכם בעולם הזה, בלא שהבטיחו להם כל ערביות?

* האנתרופיה מוגדרת על-פי החוק השני של התרמודינמיקה כיחידת המדידה של דרגת האי-סדר במערכת סגורה ברמה האטומית.

התמיהה גדלה לא רק משום שהמוות אינו גורם סבל למת, אלא גם כאשר אנו קוראים עדויות של אנשים שהיו על סף המוות ותיארו את רשמיהם כחוויות עילאיות "שלא מן העולם הזה". יונג תיאר מצב של התקף לב שהביאו לסף המוות כ"אושר עילאי נצחי... דבר שלא יתואר; נפלא מכדי להביעו במילים". קנת רינג (אצל פריס 1992), פסיכולוג מקונטיקט שראיין מאה ושניים נבדקים שהיו על סף המוות, אומר שהחוויה הכללית הייתה "תחושה של שלווה עמוקה ונעימה מאין כמוה, שאי אפשר להעלותה בדמיון". גם מחקרים אחרים מצביעים על תחושות אושר ואופוריה על סף המוות, שייתכן שהן נובעות מזרימת כמויות אדירות של אנדורפינים ופוליפפטידים לקולטני המוח בעיתות חירום קיצוניות ביותר. האין זו התחושה שמחפשים מטפסי הרים התלויים על בלימה כשמתחתם עשרות מטרים של מצוקים, או רוכבי אופנועים הנוסעים במהירות מקפיאת דם על מעקה גשרים? אכן, המוות הוא חסר תחושה, והקרבה אליו יוצרת תחושת אופוריה המזכירה את תיאורי גן העדן השמימי שהתפתחו בתרבויות רבות.

אנו מניחים שהחרדה מפני המוות קשורה לעניין אחר. החרדה מפני המוות קשורה בעיקר לדיאלקטיקה שבין העצמי ובין האגו. שאיפתו הכול-יכולה של העצמי היא לחרוג מעבר לתחומיו. צרכיו הטרנסצנדנטיים הם הצורך באלמוות והצורך באומניפוטנטיות, והתרבויות האנושיות הן מערכות של ייצוגים סמליים המבטאים צרכים אלה. כיבושי טריטוריות חדשות על-ידי שליטים, מונומנטים ומבני ענק מרשימים שנועדו להנציח את זכר בניהם, יצירות אומנות שנועדו להנציח את יוצריהן, מיתוס הגיבור המציל את הנערה חסרת האונים מפני מפלצות מיתולוגיות, צריחי כנסיות השואפים להתמוג עם הרקיע, שהם גרסה מודרנית של שאיפת בוני מגדל בבל התנ"כי, או טילי השיוט האדירים המסמלים עוצמה הרסנית מיתולוגית – כל אלה הם מדגם מקרי ולא מייצג של סוגים שונים של מאפיינים תרבותיים אשר מצויים בתת-מודע הקבוצתי ואשר מטרתם לבטא את צרכיו הטרנסצנדנטיים של העצמי.

אנו חיים כיום בעיצומו של העידן הקיברנטי שמציע דרכים קלות יותר לביטוי העצמי הטרנסצנדנטי. השימוש במציאות מדומה והשיטוט ב"סייבר ספייס", המרחב הקיברנטי של האינטרנט, הם בין הדרכים שהולכות וכובשות להן מקום של בכורה. ההתמכרות ליצירת זהות קיברנטית המשוטטת במרחב מופשט שאינו קיים במציאות, נובעת מהגשמה של העצמי הטרנסצנדנטי. העצמי הופך לרוח רפאים קיברנטית, המשוטטת ליד מיליוני רוחות אחרות, נפגשת איתן בנקודות של מציאות מדומה ומנהלת איתן יחסי גומלין אינטימיים ובו זמנית מנוכרים מאין כמותם. תחושות האינסוף של המרחב הקיברנטי, אינסוף הדמויות שאיתן אפשר לקיים יחסים קיברנטיים, התגשמות השאיפה האומניפוטנטית – היכולת להיות בכל מקום בו זמנית – שנובעת מהאפשרות להגיע לכל מקום בהקשת מקלדת והתחושה שאנו הופכים ליחידת זהות אלקטרונית שתתקיים במרחב הקיברנטי גם כאשר לא נהיה, נותנים תחושת טרנסצנדנטיות לעצמי בדרך חדשה שלא הייתה מוכרת לפנים.

המוות אינו אויבם של החיים, אלא אויבו הגדול ביותר של האגו. חדלון המוות הוא הסיום הטוטלי של האגו, אם כי אינו בהכרח סיומו של העצמי הטרנסצנדנטי. החרדה מפני המוות אינה חרדה מפני המפגש עם המלאך השחור או מפני הפסקת החיים, אלא היא החרדה מפני מותו של האגו. היא קשורה לחרדות ראשוניות שהיו מרכזיות בהתפתחות העצמי, כגון חרדת ההתפרקות, חרדת הנטישה, חרדת ההיעלמות וחרדת ההיבלעות.

בתרבות המערבית חרדת המוות תופסת מקום מרכזי בין היתר עקב העובדה שתרבות זו מתמקדת באגו, באינדיבידואליות ובהישגיות האישית. לעומת זאת, בתרבויות המזרח, בפלגים מסוימים של האיסלם, בטאואיזם, בבודהיזם, בדת השינטו ובדתות קמאיות או פוליתאיסטיות היחס למוות שונה. החרקירי של הסמוראי מסמל את ניצחון הערכים הטרנסצנדנטיים של העצמי על קיומו האישי של האגו. גם המתאבד השיעי בגיהאד מאמין בעליונות הקיום הטרנסצנדנטי של העצמי על קיומו של האגו בעולם. פולחן האבות

והאלהתם בדתות קמאיות או הפולחן להם בדת הקונפוציונית והאמונה בחיים לאחר המוות בעולם שכולו טוב (שקיימת גם בעולם המערבי, אך כיום במידה רבה של ספקנות ובעוצמה פחותה בהרבה מאשר בדתות קמאיות) יצרו יחס אל המוות שלאדם המערבי קשה לעיתים להבינו. הפקרת הישישים בשלג אצל האסקימואים, קורבנות אדם של ילדים או מסירות עד מוות לקיסר היו בין מאפייני ביטול האגו בפני הטרנסצנדנטיות של העצמי בתרבויות שונות.

מתי מתחילה להתפתח חרדת המוות אצל הילד המערבי? ראשית, נבדוק את תחילת התפתחות תפישת המוות אצל הילד בתקופת התרבות והחברות שלו, התקופה הפסיכותרבותית. בגיל ארבע הילד מתחיל להשתמש במושג המוות, אך בלא להבין אותו וללא תגובה רגשית עליו, אם כי כבר בגיל זה הוא יודע שהמוות קשור בצער ובעצב. בגיל חמש הילד מכיר בחוסר החיים במוות, אך עדיין רואה את המוות כמצב הפיך. בגיל שש הוא כבר מתחיל להגיב רגשית ובסקרנות על טקסי המוות וחרד לשלומן של דמויות אהובות, אך עדיין אין הוא מאמין במוות שלו עצמו. בגיל שמונה הוא מתחיל להאמין במוותו שלו ומתעניין בחיים שלאחר המוות, והתעניינות זו גוברת והולכת לקראת גיל טרום ההתבגרות. בגיל ההתבגרות ההתייחסות למוות בוגרת וכרוכה בעיסוק בספקולציות פילוסופיות שנלווים להן חרדות ויחס מגי בנוגע לחיים שלאחר המוות.

נראה שאפשר להעמיד את התפתחות תפישת המוות אצל הילד המערבי מול התפתחות הכרתו הקוגניטיבית כפי שתיאר פיאז'ה. השנים שבהן מתחילה להתפתח אצל הילד תפישת המוות הן התקופה שפיאז'ה כינה אותה התקופה הקדם אופרציונלית. תקופה זו מאופיינת בתפישה מוחשית ומגית של העולם, ובה הקביעות התפישתיות של העולם – קביעות העצמים, קביעות הזמן והמרחב והסיבתיות – עדיין מצויות בתהליך של היווצרות והתגבשות. העולם נתפש מתוך מה שפיאז'ה כינה אגוצנטריזם אונטולוגי, כלומר בעיני הילד חוויית האגו אינה ניתנת להפרדה מהבנת העולם ומהכרתו. ההשלכות של מצב זה על תפישת המוות בעיני הילד ברורות: הזמן

נתפש כהפיך וכסובייקטיבי, ולכן גם המוות נתפש כהפיך, הסיבתיות היא מגית, ולכן אפשר להמית ולהחיות באומר פה (ומוכרת הקללה השגורה בפי הילד "הלוואי שתמות"). בתקופה זו האובייקטים נתפשים כבלתי קבועים, ולכן הם יכולים להיעלם ולחזור באופן מגי וללא תפישה ראלית של המציאות. כמו כן, האגו מצוי במיזוג עם המציאות מסביב יותר מאשר בבגרות, ולכן המוות אינו נתפש כאירוע אינדיבידואלי של קץ החיים, כחדלון האגו והמשך קיום העולם.

תצפיות רבות מאשרות את ההנחה, שהילד תופש את המוות אצל בעלי חיים באופן הטבעי ביותר, כחלק מן הטבע. פיאז'ה מתאר גם כיצד הילד "משחק" תפקיד של בעלי חיים מתים כשלב התפתחותי של הזדהות וכמשחק סמלי. אפשר להניח שיחסו של הילד למוות בעלי חיים הוא יחסו הטבעי למוות בכלל, ושהחרדה מפני המוות בקרב בני האדם – מקורה בסיבות תרבותיות ואינה חלק מהמורשת הביולוגית של האדם.

מתוך נקודת ההשקפה האבולוציונית המתוארת בספר זה ועל-פי ניסיוננו הקליני הגענו לתזה הבאה: חרדת המוות בתרבות המערבית היא נקודת המפגש שבין התנסויות עצמי טראומטיות וראשוניות של ראשית החיים, שהן חרדת ההתפרקות, חרדת הנטישה, חרדת היעלמות וחרדת היבלעות, ובין מרכזיותם של האינדיבידואליות, ההישגיות ובדידות האגו. חדלון האגו מצטייר בלא-מודע הקבוצתי כחווית דז'ה וו: מטריפת דעת של התפוררות העצמי או נטישת אובייקט אהבה אהוב שהחיים הופכים בלתי נסבלים בהעדרו.

זה המקום לתאר בקצרה את ההבדל בין הגדרות העצמי ובין הגדרות האגו (לוי, 1993). את העצמי אנו רואים כמערכת דינמית, שהיא הביטוי הפסיכולוגי של מנגנוני השימור העצמי של האורגניזם האנושי, המורכבת משלושה סוגי תהליכים: התנסויות, לא-מודעים וקוגניטיביים, המתפתחת בארבעה צירי התפתחות ספירליים (ראה הפרק "ספירלת ההתפתחות של העצמי") ושואפת לטרנסצנדנטיות

מעבר לתחומיה. האגו, לעומת זאת, הוא הייצוג הסמלי של העצמי, שתפקידו הבסיסי הוא להגן על העצמי מפני חשיפה להתנסויות שנתפשות כמסכנות את קיומו.

עם השנים, במהלך תהליך החברות והתרבות שהעצמי עובר, הופך האגו לתדמית האישית והחברתית של האופן שבו אנו תופשים את עצמנו שלא במודע, לשליטה המודעת על התנהגותנו ולכלי הקיבול הסמלי של הקונפליקטים המעסיקים את העצמי.

התנסויות החברות והתרבות של העצמי יוצרות את האגו ואת השיפוטיות שלו בנוגע לעולם ולעצמי. אותם שיפוטיות הם שגורמים לכל אחד מאיתנו להיות פגיע לכל התקפה שהיא על האגו, שנעשית צורת תחליף לאיום על פגיעה בקיום הפיסי, שהייתה מרכזית בראשית החיים. פגיעותו הרבה של האגו בתקופה זו גורמת לילד לבצע הפנמות מסיביות כדי להבטיח קיום חברתי לעצמי שלו. הצורך של הילד בשלב הפסיכותרבותי להיות חלק מהחברה ומהמשפחה גורם לו להפנים אמונות הנוגעות לדימוי ולערך העצמיים שלו. בתקופה זו הוא מתחיל לגבש את הערכים שלו, את האידאולוגיות שלו ואת השקפות העולם שלו, ואלה קובעים את התנהגותו ואת התייחסותו המודעת והלא-מודעת לחיים. אז גם מתפתח הגרעין לדימוי העצמי השלילי, לתחושת ערך עצמי ירוד, לחרדה מהצלחה או מכישלון, לתחושת קורבן, להאשמה עצמית או לחוסר אמן בכוחותיו.

את הדיאלקטיקה שבין העצמי לאגו מציג באופן פיוטי הסופר האיטלקי איטאלו קאלוינו בספרו הערים הסמויות מן העין (1993), שבו הוא מתאר את העיר ואלדראדה הבנויה על גדותיו של אגם, וכל אירוע שמתרחש בה משתקף בו: "תושביה של ואלדראדה יודעים שכל תנועותיהם הן בו בזמן גם אותה תנועה עצמה וגם השתקפותה במראה... גם כאשר הנאהבים מקמרים את גופותיהם הערומים עור כנגד עור... גם בשעה שהרוצחים נועצים את הסכין אל תוך עורקי הצוואר השחורים... לא ההזדווגות, אף לא הרצח נחשב בעיניהם אלא חשובה בעיקר הזדווגותן וקטילתן זו את זו של הדמויות הזוחות והקרות שבמראה... שתי ואלדראדות חיות זו למען זו, מביטות ללא הרף זו בעיניה של זו, אולם האהבה אינה שרויה ביניהן". המודעות העצמית, ההשתקפות של האירועים

והאגוצנטריות של המראה שנטלה את הבכורה מהדבר האמיתי, ממקור האירועים, הן שלוש תכונותיו של האגו והשתלטותו על העצמי הטרנסצנדנטי בתרבות המערבית. הרחבתי כאן את הדיבור על תפקיד העצמי והאגו, היות שבתרבות שאנו חיים בה אנו יוצרים מציאות סמלית פסיכותרבית הנשלטת על-ידי האגו ומעמעמת במידה רבה את העולם הפנימי של העצמי שהוא המקור להתנסויות האדם. התשתית האבולוציונית שלנו הכינה אותנו להתמודדות עם סכנות קיומיות בטבע, אך גם הסביבה הטבעית שלנו היא סביבה תרבותית שהסכנה הקיומית בה אינה סכנת השמדה, אלא סכנת פגיעה באגו (לוי, 1993).

במהלך טיפול פסיכותרפי עולים לעיתים מזומנות הקשר ההדוק שבין חרדות המוות ובין פגיעה טראומתית מתמשכת או חד-פעמית באגו והדיאלקטיקה הלא-מודעת שבין פגיעות אלה לתפישת העצמי. ייטיב להדגים זאת שחר, שפנה לטיפול עקב חרדות מוות ותחושת ערך עצמי אפסי שהקשו מאד את תפקודו. מאז ילדותו סבל שחר מיחס אנטישמי ומהתעללות מוריו בבית הספר ברומניה, מולדתו, וגם היחס שזכה לו בביתו לא הוסיף לתחושת הערך העצמי שלו. "ראש בטטה", לעגו לו אֶחיו, "אתה רע וטיפש", לא חדלו מלומר לו. יחס זה גרם לשחר להרגיש שהאגו שלו הוא "בגובה הדשא", כדבריו, ושאינו לו אפשרות לשקם את ערך העצמי הפגוע שלו. אף שכיום שחר מצליח בלימודי ארכיטקטורה ומגלה מחדש את רגישותו ואת האינטליגנציה שלו, ואף שהוא מצליח להסוות בהצלחה תחושות אלה מידידיו הרבים, הוא אומלל בסתר ליבו ונאלץ להשקיע אנרגיה נפשית רבה בהסתרת תחושותיו.

כבר בשלב מוקדם של הטיפול, כאשר כל צללי העבר התחילו להגיח מעולמו הלא-מודע אל תודעתו, עלה בעוצמה רבה אירוע שונה לחלוטין שזיעזע את שחר בבכי קורע לב. שחר נזכר באירוע שפרויד כינה בשם "הסצנה הראשונית". הוא היה עד לקיום יחסי מין בין הוריו, ואלה הוטבעו בנפשו כאירוע קשה וטראומתי.

וכך סיפר: "בילדותי ישנו כולנו, הילדים וההורים, באותו חדר". לילה אחד התעוררתי למשמע קולות מפחידים. שמעתי את אבא כועס על אמא, ואת אמא מתנגדת לו ומתגוננת מפניו, ואז נשמעו קולות איומים ודמיינתי לעצמי שאבא הפך לאריה שטורף כבשה חסרת מגן שהיא אמא שלי. נשימתי נעתקה, והרגשתי שדמי קופא בעורקי. הרגשתי שהעולם חרב. גרנו בסביבה כפרית, ואני שמעתי את הזאבים מייללים מסביב, והרגשתי שהיום אמא האהובה עלי מכול נרצחה באכזריות על-ידי אבא, ואיש לא יגן עלי מהזאבים המשוטטים. רציתי לברוח, אבל הייתי משותק מחרדה. הרגשתי שמהיום והלאה חיי מותרים לכל חיה שמסתובבת בכפר. הרגשתי שיותר מכול אני משתוקק למות, לאחר אובדן זה שלא מאפשר לי להוסיף לחיות. קמתי בבוקר מת מבפנים, וגם כשראיתי את אמא, לא מצאתי נחמה לנפשי".

אירוע זה נראה לנו היום, בתקופה הפוסט-מתירנית, אולי מופרז בעוצמת הטראומה שיצר. אנו מבחינים שהחרדה שהתעוררה בשחר היא בראש וראשונה חרדה מפני אובדן (Annihilation), איום קיומי על העצמי שלו לצד הסמלה לא-מודעת של תדמית הכבשה חסרת המגן כמודל משמעות מפעיל בחייו. פגיעות נשנות באגו שאירעו בשנות ילדותו חיזקו בשחר את תחושת חוסר הערך העצמי ועוררו בו חרדות מוות, חוסר אונים ויכולת להתמודד עם המציאות, ותחושה קשה זו גרמה לו לפנות לטיפול.

אם כן, ראינו שהחרדה מפני המוות קשורה לחרדה מפני "מותו של האגו" וקשורה לחרדות ראשוניות שהעצמי חווה בתחילת חייו, ביניהן חרדת ההתפרקות, חרדת הנטישה, חרדת ההיבלעות וחרדת ההיעלמות. בפרק הבא נראה כיצד מתארגן מבנה האישיות הנרציסטי כמנגנון הגנה מפני חרדות אלה ובעיקר מפני חרדת הנטישה.

