

האתיקה מנקודת מבטה של פסיכולוגיית העצמי: האמפתיה כעמדה אתית.

ענת פרי (פיאמנטה)¹

ניתן כהרצאה ביום עיון למתמחים במסגרת תכנית השתלמויות למתמחים בפסיכולוגיה בנושא: אתיקה. יום השואה, אפריל 2006.

תקציר

האתיקה נתפסת לא פעם, כעניין בירוקראטי, אוסף יבש של חוקים וכללי התנהגות רצויים, או עולם תוכן, השייך למחוזותיה הרחוקים של הפילוסופיה בלבד. מאמר זה מבקש לטעון, כי האתיקה, נוגעת בתפיסת העולם העמוקה של כל אחד מאיתנו כאדם וכאיש מקצוע, על מהות האדם, ומשמעות החיים, וכי יש לה השלכות ישירות על טיב התערבויותינו בחזר הטיפולים.

המאמר בוחן ציוני דרך בהתפתחותן והתגבשותן של התפיסות האתיות, בהגותם של סוקרטס, קוהוט, ולווינס, תפיסות ששורשיהן נטועים בסיפור חייהם האישי, ובמפגש של השניים האחרונים עם השואה, כארוע מכונן. המאמר פורש את משנתה האתית של פסיכולוגיית העצמי, תוך הדגשת עמדתה המהפכנית - רדיקלית בהשוואה לפסיכואנליזה הקלאסית, כשבמרכזה – הצבת האדם כשלם בהתהוות מתמדת, החזרת חזון הטוב, ותפיסת האמפתיה כעמדה אתית, המוצאת את מימושה במטריצת הזולת העצמי.

כשנורית לוסטיג (סגנית פסיכולוגית ארצית) פנתה אלי לגבי תאריך ההרצאה, היא שאלה אותי, האם העובדה שהמפגש מתקיים ביום השואה מפריעה לי. הרהרתי לרגע, אני בת לניצולי שואה, וליום הזה כמציין אירוע מכונן בזהותי ובחיי, יש חשיבות רבה בעיני, אולי לא נכון לקיים את ההרצאה בתאריך הזה. אבל במחשבה שנייה נדמה היה לי, שאולי דווקא לעובדה שאנו נפגשים היום, יש משמעות מיוחדת, הקשורה באתיקה, אותה אנסה לתאר בהמשך דברי.

ברצוני לקחת אתכם עמי היום למסע, שעובר דרך מחזות ותקופות שונות, ואשר במרכזו שלוש דמויות, שלושה גיבורים, שכל אחד מהם מתמודד בדרכו, בהגותו ובחייו, עם שאלת האתיקה. שלושה אלה הם: סוקרטס - אבי הפילוסופיה המערבית, היינץ קוהוט - אבי פסיכולוגיית העצמי, ועמנואל לווינס - פילוסוף יהודי צרפתי, שהעלה מחדש את

¹ המאמר מפורסם באתר האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה בהסכמתה האדיבה של המחברת.

ענת פרי (פיאמנטה), פסיכולוגית קלינית, חברה באיגוד הישראלי לפסיכולוגיית העצמי וחקר הסובייקטיביות, ובמכון אתיקה לפסיכואנליזה בת זמננו.



האתיקה על סדר יומה של הפילוסופיה. מסענו עומד להיות ארוך ומפותל, כמעט אודיסיאה, אך היא תוליך אותנו, לא אל איתקה, עיר מולדתו של אודיסאוס, אליה חזר בתום מסעותיו ונדודיו, אלא אל האתיקה. בסופו של יום, כך אני מקווה, תסכימו איתי, כמו גם שלושת גיבורי, לוא היו נשאלים, כי נשמת אפה של האתיקה, היא מימוש גרעין עצמיותו של האדם, ועצמיותו זו, תבוא לידי ביטוי, דווקא בדאגתו לכינונו של האחר. מסענו עובר גם דרך השאלה מה קודם למה, האמת, או הטוב, שאלה שהפילוסופיה והפסיכואנליזה היטלטלו בה רבות. חיפוש האמת, מעורר את הצורך בידיעה. חיפוש הטוב, מוביל לשאלות אתיות. לא נוכל גם להתעלם מן העובדה שהשואה, והיותנו יהודים, נשזרים באופן שאינו ניתן להתרה בשאלות האתיות.

לפני שנים הטיל פאצינינט אתגר לפתחי. הוא הביא לאחת מפגישותינו קטע מתוך הספר - 'המשפט' - של קפקא, קטע הידוע בשם - מטפורת החוק. המטפורה מספרת על איש הכפר שרוצה להיכנס אל החוק. בפתח השער, עומד שומר הסף, שאומר לו, שאינו יכול להרשות לו להיכנס. שואל האיש אם יורשה לו להיכנס מאוחר יותר, והשומר משיב, 'יתכן, אבל לא עכשיו'. כשהאיש מנסה להציץ פנימה לתוך השער, השומר מציע, 'אתה יכול לנסות להיכנס למרות האיסור, אבל התבונן בי, כוחי רב, ואני רק הנחות שבשומרים. כוחם של כל אחד מן השומרים בשערים הבאים גדול מקודמו'. מחליט האיש, אפוא, להמתין, עד שיקבל רשות להיכנס. אלא שהרשות להיכנס מתמהמהת, והאיש מוצא עצמו ממתין שנים, במהלכן הוא משוחח עם השומר מעת לעת. עם הזמן הוא מזדקן, גופו נחלש וגוו מתאבן. על ערש דווי, כשימיו ספורים, הוא מבקש לשאול את השומר שאלה אחת אחרונה: 'איך קרה, שבמשך כל השנים בהן אני יושב פה, לא בקש איש מלבדי להיכנס כאן?' מסתופף השומר לעברו, ואומר לו, 'איש מלבדך לא יכול היה לקבל רשות להיכנס כאן, משום שהפתח הזה נועד רק לך. עכשיו אני הולך וסוגר אותו'.

אני זוכרת, שסיימתי לקרוא את הקטע, והתבוננתי אחזות צמרמורת, באיש שישב מולי. הוא היה כבן 40, רווק, שאינו עובד, ישן בימים וער בלילות, אינו מוצא את החיבור לחיים, שבע טיפולים. חשבתי על הקושי שלו להיכנס אל החוק, אל עולמנו שההשתלבות בו מחייבת לחיות בשלום עם החוק, ועם זאת לחיות. לא כמי שקפאו שד, לא על סיפם של החיים, אלא בתוכם. מה נחוץ לו לאדם על מנת שיוכל לעבור את השער הזה, בדרכו אל תוך החיים? איך אפשר להיכנס לחוק שהוא כללי ועדיין לשמור על ייחודיות אישית? ומה אני אומרת לאיש הזה היושב מולי, שיצטרך מן הסתם לבלות בחדרי שנים לא מעטות. האם אני יכולה להבטיח לו, שחיי לא יעברו בהמתנה לשווא לחיים המבוששים לבוא? האם אני יכולה להבטיח לו שגם הטיפול אצלי לא יהיה החמצה? איך אוכל אני להיות עבורו שומר שער רגיש יותר, שיידע לקבל את פניו ולסייע לו להיכנס בשער החיים, לעבור אותה כבדת דרך אינסופית בין עולמו הפנימי, לבין מחוזות המציאות, עולם החוק?

על כך הייתי רוצה לדבר אתכם היום. על כך שהדילמות שקפקא מתחבט בהן, וגיבורים ספרותיים אחרים כמו מרסו של אלבר קאמי ב'הזר', רקונטן ב'הבחילה' של סארטר, או איוון איליץ' במותו של איוון איליץ' של טולסטוי, הן אולי הסנוניות הראשונות להופעתן

איגוד ישראלי לפסיכותרפיה



של דילמות אלו, אך הן אינן שייכות רק לתחום הבדיון הספרותי. אלו שאלות שאנו, והאנשים הפונים אלינו לטיפול שואלים. אלו שאלות על מהות ההווה ומשמעות החיים. רבים מהאנשים שנוקשים על דלתנו היום, אינם סובלים מסימפטומים נוירוטיים. בעייתם העיקרית היא, שהם חשים שהחיים שהם חיים, אינם ראויים לחיותם.

מה בין שאלות אלו על משמעות החיים ובין אתיקה, וכיצד הן נוגעות לנו כמטפלים, על כך ננסה להשיב ביחד. אומר כעת רק, כי כל התערבות שלנו בחייו של המטופל מקפלת בתוכה תפיסת עולם עמוקה. תפיסה שהיא פילוסופית במהותה. על טבעו של האדם, מניעיו, אופן התקיימותו, האם הוא שלם הניתן לחלוקה, או שהוא אחדות העולה על סך כל מרכיביה – אינ-דיבידו-אום, שהוראתו - בלתי ניתנת לחלוקה? האם הטוב והרע הנן ישויות נפרדות, או שהטוב הינו ישות, והרע, היעדרה? לכל אלה חשיבות והשפעה רבה על האופן בו אנו תופסים את מטופלינו. לא נוכל להימלט מכך, שהתערבויותינו הטיפוליות, הנן תבנית נוף מולדתנו.

מהי אתיקה? אתיקה או תורת המידות, היא ענף של הפילוסופיה העוסק בשאלה מה ראוי? מהי המידה הנכונה? אתיקה - פירושה ביוונית מנהג. זוהי תורה הבוחנת את ההתנהגות האנושית. מהי ההתנהגות התקנית, ומהי ההתנהגות השגויה, שאינה על פי הנורמות המקובלות בחברה.

הראשון שעשה חיבור בין אתיקה לבין משמעות החיים היה סוקרטס.

חייו ומותו של סוקרטס

סוקרטס נולד בשנת 470 לפנה"ס, וחי באתונה. כל מה שאנו יודעים עליו, הוא מה שהשאיר לנו בכתב תלמידו הגדול אפלטון. הדיאדה המיוחדת הזו של סוקרטס ואפלטון, שכמעט אינה ניתנת להפרדה, כמו שאין תינוק ללא אם ואם ללא תינוק, המזיגה הזו בין שניים, שפסיכולוגיית העצמי תכנה מאוחר יותר מטריצה אמפתית, ותראה בה המסד ההכרחי לכל התפתחות יצירתית, אותה דיאדה אם כן, הותירה אחריה מורשת הגותית מפוארת, אשר קבעה כבר לפני 2500 שנה את עולם התוכן הפילוסופי המשמש אותנו עד היום. מופלאה בעיני העובדה, שתהיות שהעסיקו אותם אז, ממשיכות להעסיק אותנו גם היום, וגם התשובות שבפינו, אינן כה שונות משלהם. בחרתי להתייחס בדברי לסוקרטס, בין השאר מפני שהוא זה שדרכו מוסר לנו אפלטון את עיקרי תורתו, בדיאלוגים המפורסמים שלו. ובנוסף, בשל פרשת מותו, שהעמידה אותו במבחן אתי עליון.

איגוד ישראלי לפסיכותרפיה



במידה מסוימת אין זה מתמיה שלא נותר לנו דבר מכתביו של סוקרטס, שכן תורתו היא תורה שבע"פ, תורת השיחה. הדרך הנאותה לחיפוש האמת, לה הקדיש את חייו, עוברת דרך השיחה. האמת הפילוסופית אותה חיפש, היא האמת הקיומית, על מהותה של הנפש. סוקרטס ראה באמת ערך תרפויטי, והאמין, שרק דרך שיחה, ניתן לטמון בנפשו של האחר, זרע שיצמיח בתוכה שיח חדש. הוא נהג להלך בחוצות אתונה וכיכרותיה ולשוחח עם אנשיה בניסיון להביאם לידי הרהור על דרכם בחיים, ועל ההיגיון הפנימי של פעלם. הוא היה חוקר אותם על מושגי היסוד שהדריכו אותם. בחקירות אלו היו מתבררות הסתירות שבין אותם מושגי יסוד ושאיפותיהם השונות, ולא ניתן היה למצוא בדברים התאמה הדדית, וזיקה אל תכלית טובה אחת. שיחות אלו הותירו את בני שיחו במבוכה, אך סוקרטס סבר כי מבוכה זו עשויה לשרת אותם ולעורר בהם הרהור על דרכם בחיים, ואף להוביל למפנה בהתפתחותם. הנה ציטוט ממה שאמר על כך (מתוך הדיאלוג 'פיידרוס'):

"כשנוקט אדם את שיטת הדיאלקטיקה, בוחר לו נשמה הראויה לכך, ונוטע וזורע בה שיח של תבונה, שיח שיהא בו כדי להגן על מי שנטעו, ושיח זה איננו עקר, אלא מזריע זרע, ומתוך כך יצמח מדי פעם בפעם שיח אחר בנפשות אחרות, ויפעל כך לעולם מכוח הזרע שבתוכו, והנה הוא מביא אושר על מי שיינתן בו, כְּמִידָה שניתן לאדם לזכות באושר."

אנו רואים מתוך הדברים, שסוקרטס האמין, כי האמת היא מהות החכמה, ואהבת החכמה הלא היא הפילוסופיה, היא דרך המלך אל האושר. הוא חשב שהיכולת להבחין באמת מצויה באופן פוטנציאלי בנפשו של כל אדם. לכן ראה את תפקידו כמי שעוזר ל'יילד' אמת זו מתוך נפשו של האחר.

(בסוגריים ברצוני לציין, שתפיסת ה'מיילד', היא תיאור פיוטי של מה שלימים פסיכולוגית העצמי תכנה זולתעצמי, שנוכחותו האמפתית מכוננת את גרעין העצמי).

הוא האמין שרק חיי אמת, הם חיים הראויים לחיותם, ולא תיתכן שאלה פילוסופית על המציאות שאיננה עוסקת בשאלת הקיום הראוי לבני אדם, כלומר כל שאלה פילוסופית חייבת להיות אתית מעיקרה.

ידיעת המידות הטובות, כך סבר, שקולה לחכמה, כי היא מאפשרת לאדם לנהוג בתבונה עם עצמו ועם זולתו. החכם, בעל הידיעה, יבחר תמיד בטוב. מקור הרע הוא בבורות, באי הידיעה. חשיפת האמת הקיומית, אם כן, תוביל בהכרח לאמת האתית, אך רק מעטים יכולים לעמוד בהשלכות המשתמעות ממנה.

המידות הטובות מתקיימות בלא תלות בעולם הגשמי, הן הוויה נשגבת, מחוז חפצה של כל נפש, הן תכלית הקיום. שכן מהות האדם, איננה גופו, עולמו החומרי, כי אם רוחו. האדם הוא הנפש. לכן, הדרך שראוי לו לאדם ללכת בה, היא הדרך של - "דע את עצמך", עקרון שמתמצת את תורתו.



דרכו המקניטה של סוקרטס, להפר את שלוותם וביטחונם של האתונאים, עוררה עליו את זעמם של רבים מהם, והביאה בסופו של דבר להעמדתו של סוקרטס לדין, בהיותו בן 70, באשמה שהוא גורם להשחתת הנוער, וכופר באלים.

שופטיו של סוקרטס היו חמש מאות אתונאים שנקבעו בגורל לתפקיד זה. המשפט התנהל לפני אלפים שצפו בו, והאזינו לדברי סוקרטס. במשפט, בוחר סוקרטס לשאת את נאום ההגנה בעצמו. בנאום, הוא אינו מתנצל על מעשיו. הוא רואה בהם שליחות שנגזרה עליו, ושדבר לא יוכל הסיטו ממנה. לשליחות זו הוא קורא פילוסופיה – אהבת החכמה, או השאיפה אליה. וזו תכלית חייו. להפנות את האדם אל מעבר לעיסוקיו הרגילים, אל מעבר למאמץ לצבור לו כספים ומעמד, אל האמת ולשיפור נשמתו. אילו היה אותו אדם ער למצבו, היה מטפח, ולא מזניח אותו יסוד אנושי שבקרבו, שרק הוא, אם יוכשר, ידריך אותו ויתאם את כל פעלו לתכלית רצויה וראויה לשמה. סוקרטס מסרב לחזור בו מדרכיו, ואינו מנסה להחניף לבית המשפט מתוך תקווה לעורר רחמים עליו. הוא יודע כי בכך גוזר את דינו, אך אינו מוכן להתפשר. אהבת החכמה, היא דרך חייו, ואם לא יינתן לו להמשיך בה, אין הוא רואה טעם לחייו.

סוקרטס נמצא אשם ברוב של 280 קולות לעומת 220, ונידון למוות. הוא עדיין יכול היה להציע לבית המשפט גזר דין חלופי לעונש המוות, אך הוא בוחר במוות. עד לביצוע גזר דינו הוא שוהה בבית הכלא.

בעודו שם מציע לו קריטון, מידידו הקרובים, למלט את נפשו. סוקרטס מסרב. בין השאר משום שראה בבריחה שלו פגיעה בחוק ובצדק, שעל פיהם נשפט. הוא ראה חובה לעצמו לשמור ולכבד את החוק גם אם אינו נוח לו.

ברצוני להביא בפניכם כעת את סצינת מותו של סוקרטס, כפי שהיא מתוארת בדיאלוג- 'פיידון'- של אפלטון. הדברים מובאים מפי פיידון, שנכח במותו של סוקרטס:

"(סוקרטס): כל אחד מכם יעשה את המסע הזה ביום מן הימים. ואילו אני, הנה יומי קורא לי עתה, וזהו בערך הזמן שבו אני צריך ללכת להתרחץ. נראה לי שמוטב לשתות את הרעל לאחר הרחצה, כדי לא להטריח את הנשים בשטיפת הגופה.

אלה היו דבריו, וקריטון אמר: 'יפה סוקרטס, ומה אתה מצווה על הנוכחים או עלי, לעשות בעניין ילדיך או בכל עניין שהוא? מה נוכל לעשות כדי להיטיב איתך ככל האפשר?'

'את מה שאני אומר תמיד קריטון, לא שום דבר חדש. שאם תדאגו לעצמכם, תיטיבו עימי, גם אם אינכם מסכימים איתי כרגע. אבל אם תזניחו את עצמכם ולא תהיו מוכנים לחיות לאור הנתיהב שהתווינו בשיחותינו היום ובעבר, כי אז גם אם תסכימו איתי עכשיו בהתלהבות, לא תהיה בכם תועלת רבה.'

'נשתדל לעשות כדבריך, אבל איך נקבור אותך?'



'איך שתרצו, בתנאי שתצליחו לתפוס אותי ולא אחמוק מכם'. הוא צחק ברוך, הסתכל בנו ואמר: 'אינני מצליח לשכנע את קריטון שאני הוא סוקרטס, האיש שמשוחח אתכם עכשיו. מבחינתו אני דווקא האיש שתוך זמן קצר יופיע לעיניו כגוויה, ולכן הוא רוצה לדעת איך לקבור אותי! וכל ההסבר הארוך שלאחר שאשתה את הרעל לא אשאר עוד אתכם אלא אסתלק למחוזות האושר של הברוכים, ההסבר הזה נופל על אזניים ערלות, אף על פי שבאמצעותו אני מנחם אותי ואתכם גם יחד. ... ואילו אתם התחייבו בפניו (של קריטון), שכאשר אמות, לא אשאר, אלא אסתלק מכאן, כדי שיהיה לו קל יותר לשאת זאת, וכשיראה את גופתי נשרפת או מוטמנת, לא יתענה בגללי, כאילו קורים לי דברים נוראיים. ... קריטון הטוב... אל תחשוש לומר שאתה קובר את גופי, קבור אותו איך שנראה לך, ובדרך ההולמת ביותר לדעתך'.

כך דיבר ואז קם והלך לחדר אחר להתרחץ. המתנו לו ובינתיים שוחחנו וניתחנו את הדברים שנאמרו שוב ושוב, התעכבנו על האסון הגדול שנפל עלינו. פשוט הרגשנו כאילו אנחנו מאבדים אב, ומעתה ואילך נחיה כמו יתומים. כשגמר להתרחץ, הובאו לפניו ילדיו, וגם נשות המשפחה הגיעו. סוקרטס שוחח עימם בנוכחות קריטון והנחה אותם בדבר רצונותיו. אחר כך ביקש מהם ללכת, והוא עצמו חזר אלינו. השמש כבר כמעט שקעה, זמן רב שהה איתם. ובכן, הוא הגיע, ישב רחוק ולא הספיק לומר הרבה, ואז הגיע השליח, ניגש אליו ואמר: '... בזמן שהותך פה הכרתי בכך את האיש האציל העדין והטוב ביותר מכל אלו שאי פעם הגיעו לכאן, ואני יודע היטב שגם כרגע אתה לא כועס עלי אלא עליהם, כי ברור לך מי הם האחראים. עכשיו אתה יודע מה באתי להודיע. שלום לך, ונסה לשאת את הגזירה בקלות רבה ככל האפשר'. הוא בכה והסתובב והלך.

וסוקרטס הרים אליו את מבטו ואמר: 'שלום גם לך, נעשה כדברייך'. ואז פנה אלינו ואמר: 'איזה איש מעודן, כל זמן שהותי כאן ביקר אותי, מדי פעם שוחח איתי, הוא היה ממש נחמד אלי. ועכשיו באיזו נדיבות הוא בוכה עלי. טוב קריטון, בוא ונשמע בקולו: שלח מישהו להביא את הרעל'.

וקריטון אמר: 'אבל סוקרטס, אני חושב שהשמש עדיין על פסגות ההרים, היא עוד לא שקעה. ומלבד זאת אני יודע שנידונים אחרים שתו זמן רב לאחר שצוו לעשות זאת, לא לפני שאכלו ארוחה טובה, לגמו כהלכה... אז אל תמהר, יש עדיין זמן'.

וסוקרטס אמר: 'קריטון, האנשים שאתה מדבר עליהם מיטיבים לעשות כשהם נוהגים כך, כי הם חושבים שירוויחו משהו על ידי התנהגות זו, ואילו אני איטיב לעשות כשלא אנהג כך, כי אני חושב שלא ארוויח שום דבר אם אשתה קצת מאוחר יותר, ורק אהיה מגוחך בעיני עצמי על שאני כל כך דבק בחיים ונוהג בהם בחסכנות כשכבר לא נותרה מהם טיפה, קדימה, עשה מה שביקשתי'.

וכאשר שמע זאת קריטון נד בראשו לנער שעמד על ידו. הנער יצא, ולאחר שהות ארוכה חזר עם האיש שעמד להגיש את הרעל, ובידיו הגביע עם השיקוי. סוקרטס הביט באיש ואמר: 'טוב ויפה יקירי, אתה המומחה מה אני צריך לעשות?'



'שום דבר מיוחד', ענה האיש, 'שתה והתהלך קצת עד שתרגיש כובד ברגלים, ואז תשכב. זה כבר יעשה את שלו'. והוא הגיש לסוקרטס את הגביע.

והוא לקח אותו בעליצות, בלי פחד, בלי להחוויר או לשנות הבעה. וכהרגלו זרק באיש מבט קונדסי למחצה: 'מה דעתך בעניין המשקה הזה, שאל, מותר לנסוך למישהו ממנו, או לא?'

'סוקרטס', ענה האיש, 'אנו כותשים רק את הכמות שלדעתנו די בה'.

'אני מבין', הוא אמר, 'אבל אני מניח שמותר וגם צריך להתפלל לאלים שהמעבר מכאן לשם יהיה בסימן טוב. זוהי תפילתי, והלוואי שתתגשם'. כך אמר, הצמיד את הגביע לשפתיו ובנחת וללא רתיעה רוקן אותו בלגימה אחת.

ועד אז היו רבים מאיתנו מסוגלים לעצור את דמעותיהם, אבל כשראינו אותו שותה, וגומר לשתות, לא יכולנו עוד להתאפק. נגד רצוני ניגרו דמעותי בשטף, עד שכיסיתי את פני ובכיתי על עצמי – לא עליו, אלא על גורלי, על החבר שאני מאבד. קריטון קם והלך משם עוד לפני, כי לא היה מסוגל לעצור את דמעותיו. ואפולודורוס, שגם לפני כן בכה ללא הרף, שאג עכשיו מבכי ומצער,

עד שלא היה אחד מן הנוכחים שלא נשבר ופרץ בבכי, חוץ מסוקרטס עצמו. הוא אמר: 'אנשים משונים שכמותכם, איך אתם מתנהגים! הרי בדיוק מן הסיבה הזאת שילחתי מכאן את הנשים, למנוע צרימות כאלה. כי שמעתי שאדם צריך לסיים את חייו בדממה. שמרו על שקט שלטו בעצמכם'.

וכאשר שמענו את הדברים האלה, התביישנו ועצרנו את דמעותינו. וסוקרטס, הוא הסתובב קצת בחזר, וכשאמר שרגליו כבדות נשכב על גבו על פי ההוראות שקיבל. באותו רגע אחז בו האיש שהגיש לו את הרעל, וכעבור זמן מה בחן את רגליו ואת כפות רגליו. אחר כך צבט בחוזקה את כף רגלו ושאל אותו אם הוא מרגיש אותה. סוקרטס ענה שלא. לאחר מכן צבט את שוקיו, וכך תוך התקדמות למעלה, הראה לנו שהוא מתקרר ומאבד תחושה. ואז הידק את אחיזתו ואמר כי ברגע שהצינה תגיע אל ליבו הוא יסתלק מן העולם.

..זמן קצר אחר כך התעוות סוקרטס, עיניו היו נעוצות בחלל. כשקריטון ראה זאת סגר את פיו ואת עיניו.

זה היה הסוף של החבר שלנו, של האדם אשר מהיכרותנו אותו אנחנו יכולים לומר שהוא היה הטוב שבאנשי זמנו, וגם הנבון והצדיק ביותר. "

בחיי ובמותו, סימן לנו סוקרטס אתוס בלתי נשכה, שאת רישומיו נוכל לזהות בהמשך מסענו בהגותם של רבים וגדולים שבאו אחריו.

בחיי ובמותו יצק סוקרטס את מהותה היסודית של האתיקה. אתיקה, היא ההכרה העמוקה, כי אינך יכול להיות אלא אתה עצמך. העצמיות הינה רוח האדם, גופו הוא רק בית כלא עבורה. רוח האדם היא בלתי מתכלה. היא אלמותית, ושואפת תמיד לעלות מעלה,

איגוד ישראלי לפסיכותרפיה



להתקרב אל האידאות. במותו, קבע סוקרטס את מקומו בנצח, וחבר לעד בין הפילוסופיה לבין המאבק על חירות האדם.

במותו, מממש סוקרטס הגדרה שונה של אתיקה. לא זו של 'דע את עצמך', אלא זו של 'היה עצמך', אתיקה שכיום עומדת בבסיסה של פסיכולוגיית העצמי. נשוב לכך בהמשך, אך לעת עתה, נחזור לרצף ההיסטורי שלנו.

פרויד הלך בעקבות סוקרטס, ובעקבות 'דע את עצמך', כשניסה לענות על השאלה מהו האדם. הנחתו היתה - אם אדע איך האדם פועל, אוכל להפוך את הלא מודע למודע, ובכך להגיע למשמעותו. זוהי תפיסה מכניסטית של האדם המתייחסת לאדם כאל מכונה, שניתן לפרק ולהרכיב מחדש. היא משקפת את הפילוסופיה ששלטה בכיפה במחציתה השנייה של המאה ה-19, ושמשה מצע לצמיחת הפסיכואנליזה, הפילוסופיה של הגל. זוהי התשתית שהניבה את התיאוריה המבנית של הנפש. אותו מנגנון נפשי משולש, של האגו, סופר אגו ואיד, שהקונפליקטים בין חלקיו עומדים במרכז דרמת החיים של האדם, ושיאם בקונפליקט האדיפלי. האתיקה הפרוידיאנית נגזרת מכאן. מקורה של העמדה המוסרית בסופר אגו, בתחושת האשמה שחש הילד בשל רצונו להרוג את אביו. תחושת האשמה, זוהי פסגת הבשלות האנושית.

שלא כסוקרטס ראה פרויד במהות האדם מהות ביולוגית. האדם הוא עבד של גופו, נקרע בין דחפיו. הנפש היא מערכת תפקודית, הפועלת על פי אמות מידה ניתנות למדידה, מה שמקרב את הפסיכואנליזה אל מדעי הטבע. לנגד עיניו של פרויד עמד הצורך לפרוץ דרך לפסיכואנליזה, ולמצוא לה מקום של לגיטימיות בין המדעים הפוזיטיביסטיים האחרים. יתכן שגם מסיבה זו, ראה בנפש מערכת ביולוגית מעיקרה. יתכן שרק בדרך זו יכולה היתה הפסיכואנליזה להיווצר, להתפתח ולרכוש לה מעמד של דיסציפלינה משפיעה, אך היה לכך מחיר כבד של התרחקות מחשיבה פילוסופית, שצמחה בה בעת, במקביל: פילוסופיה ששמה לה לשאיפה להבין את הסובייקטיביות האנושית – במונחים של הוויה, ומשמעות - האקזיסטנציאליזם.

בתארו את מטרותיה של הפסיכואנליזה, פרויד כותב ב - 1895, ב - Studies on Hysteria, כי מה שניתן לעשות באמצעותה הוא להפוך את ה - misery hysterical - האומללות ההיסטרית - ל - common unhappiness. במילים אחרות, הפסיכואנליזה מצאה דרך להפוך את הסבל לנסבל יותר, או את הייאוש לנוח יותר, אבל לשאלות הנוגעות לאושר, או למשמעות החיים, לא היה לה מענה. הפסיכואנליזה מעצם מהותה, מתוך המקורות מהם ינקה, שללה במידת מה את צלם האנוש של האדם, שירתה את הקונפורמיות, ומחקה את האינדיבידואליות.



לחלל הזה, שהותירה הפסיכואנליזה המסורתית נכנסה פסיכולוגיית העצמי של קוהוט, שהציבה את העצמי, ואת הנרקסיזם על גלגוליו השונים, כאזור הנפש העיקרי. שם מתרחשות הבעיות העיקריות, ושם גם נמצא פתרונו. השאלה שהעמידה במרכז, היא השאלה של ההווה, עד כמה האדם חי את עצמו, עד כמה הוא מצליח להביא לידי ביטוי ומימוש אותה גלופה מולדת של פוטנציאלים שבו, אותו גרעין פנימי המכונה העצמי שלו.

פסיכולוגיית העצמי יצאה מפילוסופיה שונה שאומרת, 'היה אתה', פילוסופיה קיומית. אל מול הגדרת האדם כיש מתבונן ויודע - הגדרתה של הפסיכואנליזה המסורתית - הציבה פסיכולוגיית העצמי את האדם החווה והמתהווה. את העצמי לא ניתן למצות, הוא איננו תוכן מסוים, אלא התהוות אינסופית. כל אלה חייבו עמדת יסוד חדשה ביחס לריפוי.

הריפוי בפסיכואנליזה המסורתית מזוהה עם מעבר של חומרים נפשיים מהלא מודע למודע. ההכרה היא מעין מיכל של חומרים המאוחסנים בה, ואם נדע את הגישה אליהם נוכל רפא את בעיות האדם. אם נפרק את הנפש לחלקיה, נוכל אולי לתקנה. פרויד חשב שמוכרח להיות זולת לשם המעשה הטיפולי. כמו סוקרטס הוא האמין בכוחה המרפא של השיחה, אבל חשב, ברוח פילוסופיה זו, שתפקידו לייצר ידיעה. לכן במודל הטיפולי שלו, המטפל הוא היודע, הוא המומחה. זהו מודל של - 'בוא אני אגיד לך איך אתה פועל'. הפירוש הנכון הוא זה של המטפל, לא של המטופל.

פסיכולוגיית העצמי - מציבה עמדה עקרונית שונה. הסובייקט הינו חד פעמי ולכן אינו ניתן לחקירה אובייקטיבית מחוצה לו, רק להיכרות עימו מתוך עמדה אמפתית. מצב הריפוי הנשאף הוא מצב שבו המטופל ייגע בהווה, לא בידיעה. לשם כך יש צורך בנוכחות שמוציאה את הפוטנציאלים מן הכוח אל הפועל. למטפל כאן, יש תפקיד של זולתעצמי, של זולת אמפתי, שתפקידו הוא להוות מצע להיבראות של עצמיות חדשה, אותנטית, הקרובה ככל האפשר לגרעין הפנימי אותו נושא האדם מרגע לידתו, והמבקש להפציע ולהתגלם בחייו. רק התרחשותם הממוזגת של שניים, יכולה לכונן מסד לעצמי האנושי. המטפל הוא משתתף - בנוכחות, במפגש, הוא אינו מכשיר מדידה, פלס הבודק את מידת הסטייה של האדם מעקרון המציאות.

באמצעות מושג האמפתיה, ועמדת הזולתעצמי, הנובעת ממנה, פסיכולוגיית העצמי מוליכה אפוא, את הפסיכואנליזה אל גלגולה העכשווי, מפסיכואנליזה ביולוגית במהותה, לפסיכואנליזה הרואה את רוח האדם במרכז עניינה, שמחזירה למוקד הדיון את הפרטי והסובייקטיבי, פסיכואנליזה של נוכחות, שמציבה את השאלה האתית, דהיינו את עמדתנו כמטפלים, אל מול מטופלינו, כשאלה מרכזית.

הבה נבחן את הדרך שעשה קוהוט לעבר תובנה תיאורטית זו.



היינץ קוהוט

היינץ קוהוט נולד בווינה במאי 1913, בן יחיד להוריו. משפחתו היתה משפחה אמידה למדי, מתבוללת, שנטמעה בתרבות השלטת כמיטב מסורת ה'בילדונג' של היהודים באותה תקופה. אביו, שהיה סוחר, גויס ונשלח לחזית הרוסית, כשקוהוט היה כבן שנה. הוא חזר לבית כשקוהוט היה בן שלוש – ארבע. פרידה מכאיבה זו היתה ארוע משמעותי בחייו של קוהוט הקטן, אותו יתאר מאוחר יותר, אך גם החזרה, לא הצליחה לחבר בין האב לבנו. האב נותר דמות רחוקה ומאכזבת. אמו של קוהוט, שהיתה מוסיקאית, היתה טרודה בענייניה החברתיים, ולעתים קרובות הפקידה את בנה בידי המשרתים.

קוהוט תאר את ילדותו כעצובה ובודדה. עד גיל 14, לא ביקר מעולם בבי"ס, וכל חינוכו הופקד בידי מורים פרטיים. כשהיה בן 19, החל בלימודי רפואה. כעבור שנתיים, ב 1938 - עם הגעת הנאצים לאוסטריה - נאלץ לעזוב את אוסטריה. זו היתה הפעם הראשונה שהתעמת עם יהדותו. הוא עבר ללונדון, וכעבור זמן קצר היגר לארה"ב, שם השתקע בשיקגו. הוא התקבל למכון הפסיכואנליטי ב - 1947, והחל בקריירה מפוארת אשר באחד משיאיה, כהן כנשיא החברה הפסיכואנליטית האמריקאית.

האיש, שבילדותו היה אביו מקור לאכזבה ותסכול מצא לעצמו בפסיכואנליזה ובמייסדה בית רוחני עם אב, שיכול היה להתגאות בדמותו ולשאוב ממנה כוחות. בראשית דרכו, נודע קוהוט בכינוי - 'מיסטר פסיכואנליזה', כינוי שזכה בו בשל בקיאותו המופלאה בכתבי הפסיכואנליזה, כמו גם בשל ההערצה שרחש למייסדה, פרויד. אך דומה כי נסיונו הקליני הגדל, יחד עם השפעותיה של מלה"ע השנייה, עוררו בקוהוט התנגדות לדטרמיניזם הביולוגי של פרויד. בניגוד לפרויד, שראה במלחמת העולם עדות לכך שהאדם מונע בבסיסו על ידי דחף המוות, קוהוט חיפש את רוח האדם, את רצונו החופשי. עם הזמן הלכו והתרבו סימני השאלה והבקיעים שנוצרו בינו לבין דמות האב המואדרת. עד כי בשלב מסוים, מצא עצמו קוהוט מתעמת עם ההנחות היסודיות ביותר של אביו הרוחני, ושרוי בקרע עמוק עמו.

מלחמת העולם היתה אירוע מכונן לא רק בחייהם של פרטים, כי אם בתולדות הציביליזציה כולה. היא העלתה לדיון מחודש את סוגיית הרוע, ושאלות אתיות הנובעות ממנה. העובדה ששורשיו של קוהוט היו נטועים עמוק בהוויה הגרמנית, זעזעה אותו עמוקות, ודחפה אותו לנסות ולהבין את מהותה של התופעה הנאצית, את טיבו של הרוע. האם אכן זהו טבעו הבסיסי של האדם? האם ניתן היה למנוע זאת? האם הטוב יכול לנצח? אם הרוע הוא אכן בסיסי, מדוע בכל זאת היו אנשים שהתנגדו לו? מה ייחד אותם?

קוהוט חקר את סיפוריהם של אנשים שהצליחו, כנגד כל הסיכויים, להתנגד לרוע. במאמר בשם 'על האומץ', הוא מתאר את עמידתם האמיצה של אנשים פשוטים בזמן המלחמה והתנגדותם לנאצים, עד כדי נכונות להקריב את חייהם. את המאמר בחר להציג לראשונה דווקא על אדמת גרמניה בחגיגות יובל החמישים של המכון הפסיכואנליטי בגרמניה, באוקטובר 1970. זו היתה הפעם הראשונה שרגלו דרכה על אדמת גרמניה לאחר

איגוד ישראלי לפסיכותרפיה



המלחמה. למאמר היבטים אישיים של אומץ. קוהוט עמד לפני פרסום ספרו הראשון, 'האנליזה של העצמי', וידע שיש בו חריגה מהותית מן הפסיכואנליזה המסורתית. בתוך תוכו הבין, כמו גיבורי מאמרו, כי הצגת האני מאמין שלו, תוביל אותו אל מחוץ למחנה, ותסכן את עמדתו בתוך עולם הפסיכואנליזה. אף על פי כן ידע, כי אין לו אפשרות אחרת, אלא לחיות את האמת שלו. ואכן, בהמשך, כשהתבהר הפער בינו לבין הפסיכואנליזה הקלאסית, הפך קוהוט מוקד להתקפות וביקורת, אשר גרמו כמעט להוצאתו מן החברה הפסיכואנליטית.

במאמר, 'על האומץ', הוא מתעכב במיוחד על האיכר האוסטרי פרנץ יגרשטר, אשר סרב להתגייס לצבא הנאצי, ובכך גזר את דינו למוות. הוא מספר גם על האחים הנס וסופי שול, סטודנטים שארגנו הפגנות כנגד הנאצים, ואף סייעו ליהודים. גם הם הוצאו להורג בעקבות זאת. כל השלושה הלכו אל מותם מתוך בחירה, בדעה צלולה, בשלווה ובהשלמה מלאה, כי אין דרך אחרת. כל אחד מהם הגיע אל ההכרה, כי המציאות עומדת בסתירה מוחלטת לכל מה שמקיים את העצמי הגרעיני שלו. מכאן הדרך להבנה, כי לא יוכלו להתכחש לעצמם, היתה קצרה.

זו היתה גם התובנה אליה הגיע קוהוט. האדם איננו יכול שלא לחיות אלא על פי העצמי הגרעיני שלו. אך מימוש העצמי הגרעיני מקרב אותו לעמדה טרגית, כאשר אין בנמצא סביבה, המאפשרת לו להביאו לידי ביטוי הולם. מסיבה זו, בודדים הם האנשים המוכנים לחיות על פי העצמי הגרעיני שלהם. אנשים שאינם חיים את העצמי הגרעיני שלהם, חיים חיי שורדים, והם מגיעים בעיקר לאשמה. עמדה מוסרית, קשורה כמעט בקשר גורדי בטרטיות. הן מימושה והן אי מימושה, יובילו לטרטיות. האשמה, היא תולדה של מוסרנות. מקורה של העמדה המוסרית העמוקה אינו בסופר אגו, אלא בעצמיות חיה ספונטאנית ויצירתית.

קוהוט חוזר להבנותיו של סוקרטס. האדם הינו רוח. מהותו אינה ביולוגית, כפי שהניח פרויד. והרוח, איננה נגזרת של הביולוגיה. היא דבר העומד בפני עצמו.

האמת קשורה בשאלת הטוב, לא בדיעה. הטוב הוא אינהרנטי, לא השתלטות על הרוע. הטוב הוא מולד, ומוטמע, בזיקה עם אחר טוב. כשאדם חי את עצמיותו הגרעינית, הוא יהיה מוכן לאבד את חייו, על מנת לשמר את הטוב, את האמת הרוחנית שלו. זוהי הטרנספורמציה, ההתמרה של עצמי גרעיני, שעבר את גלגולי ההתפתחות מנרקסיזם ארכאי, לנרקסיזם מפותח, והגיע - למה שקוהוט מכנה - נרקסיזם קוסמי.

חווית העצמיות אליבא דקוהוט, מתפתחת בתוך מצב שאין בו הבחנה בין העצמי לאחר. במצב שבו לתינוק יש זולתעצמי אמפתי. האמפתיה היא המרחב שבו מתאפשרת לידתו הפסיכולוגית של האדם, של העצמי שלו. זהו אותו מצב בו התינוק חש, כי אמו, היא הגוף והנפש שלו. חווית אחדות דומה, שאין בה הפרדה, יחוש המבוגר כלפי חלקי גופו. התינוק,



יאמר קוהוט, נולד עם היכולת הטבעית לחוש אמפתית את אמו, ולחבור אליה. זהו הנרקיסים הראשוני, מצב של שלימות, שהנפש חייבת לחוות על מנת להתפתח ולהיבנות. נרקיסים ראשוני זה מתפתח ועובר התמרות בהמשך החיים, אך תמיד תישמר בו אותה מתכונת בסיסית של שאיפה לשלמות, והעדר נפרדות מלאה בין פנים לחוץ. דווקא אזור דמדומים זה, שבו מתרחש מעבר וחילוף של חומרים מן החוץ פנימה, ומן הפנים חוצה, הוא זה שמאפשר לידה וכינון של חיים ויצירתיות, כמו האוויר שנשאף לריאותינו מן החוץ, והופך לחמצן שבגופנו, חלק אינהרנטי מאיתנו, המאפשר התנעה של הליכי חיים בכל מגוון תצורותיהם.

המזיגה הזו בתוך אחדות עם האחר, הוא ערש לידתו של הנרקיסים הראשוני הבריא, אשר התפתחותו התקינה תאפשר בהמשך החיים הרחבה הולכת וגדלה של גבולות העצמי, והכנסה לתוכו תחומים, שקודם לכן נחשבו כחיצוניים לו. במילים אחרות, הנרקיסים הראשוני עובר במהלך החיים התמרות, טרנספורמציות לאופנויות מפותחות יותר. ביניהן כולל קוהוט את - היכולת ליצירתיות, את ההומור, האמפתיה, היכולת להשלים עם הזמניות והמוות, והחכמה, שהיא מעין צרוף של כל הגורמים הללו יחד, המניב כוליות העולה על סך מרכיביה.

באופן פרדוקסאלי, דווקא האמפתיה בצורתה הבוגרת, אותה יכלת להיכנס לנעליו של האחר, ולראות את הדברים מנקודת מבטו, היא גלגולה המפותח של צורה שהיא במקורה נרקיסיסטית. הקיום במשותף עם האם, אומר קוהוט, שבזמן מן הזמנים עולמה הוא עולמנו, הוא זה שמאפשר לנו לדעת משהו על עולמו של האחר, ובסופו של דבר לקבל על עצמנו את עמדת הזולת עצמי ביחס לאחרים בעולמנו.

מהי עמדת זולתעצמי? אביא לפניכם ציטוט מדבריו של רענן קולקה במאמרו – 'נפש או רוח בפסיכואנליזה', שהופיע בספר 'המשחק' בעריכת אמיליה פרוני.

'מהו זולתעצמי ומהם יחסי זולתעצמי? ... כל אחר אשר נוכחותו כלפי נחויות על ידי כמחוללת את העצמי שלי ומכוננת- בונה אותה, הוא הזולתעצמי שלי. המלה הייחודית 'אחר' מציינת את העובדה שזולתעצמי יכול להיות כל דבר – אדם, סביבה, תופעה, אידאה, יצירה, אירוע או חפץ, אך חרף האינסופיות של מי או מה היכולים לתפקד כזולתעצמי, בקריטריון אחד זה חייב לעמוד: עליו להיות בו זמנית הוא עצמו, נבדל ממני בעליל, אך באופן כאילו מסתורי ודרך תהליכים אוסמוטיים של משוקעותו המתמסרת בי, עליו להיות אני. מעין אני חיצוני לי, אשר בלעדיו אני אינני אני, ורק דרך תהליכי מזיגה עמו אני נהייה אני.'



הזולתעצמי איננו אובייקט במובן המסורתי של המילה. האובייקט, על פי הגדרת פרויד, הוא מושא התשוקה של הדחף, היעד או המטרה, שהדחף מכוון עצמו אליה, על מנת להגיע לפורקן. במובן זה, האובייקט, הוא יחידה נפרדת מן הסובייקט. יש סובייקט משתוקק, ויש אובייקט, שהוא דמות נפרדת. הזולתעצמי איננו קיים כדמות נפרדת, כסובייקט עם חיים משלו. הוא אינו דמות, הוא פונקציה. זולתעצמי – זו עמדתו של המטפל בגישת פסיכולוגית העצמי כלפי מטופלו. זוהי קטגורית יחס חדשה, אלו אינם יחסים במובן הרגיל של המילה. עמדת הזולתעצמי הינה עמדה נפשית של השאלה, שבה המטפל משאיל את עצמו לעצמיותו של המטופל על מנת לאפשר לה להתהוות דרכו. זהו מודל שונה מאד מן המודל של הפסיכואנליזה הקלאסית, שם המטפל הניטרלי, שחרת על דגלו את ההימנעות, הוא המופת ההתנהגותי.

מי שעושה צעד נוסף בשאלת העצמיות, ומגיע להגדרה המחמירה, כי עצמיותי הינה לא פחות ולא יותר - כינונו של האחר, הינו הפילוסוף היהודי צרפתי עימנואל לוינס. הוא מוסיף לשאלת האתיקה מימד נוסף, שלמרבה הפלא הפילוסופיה, עד ימיו לא עסקה בו, שאלת האחר. באופן לא מפתיע, מגיע לוינס לתפיסתו זו, בעקבות התנסותו בשואה, ובהוויה הבלתי פתורה של הקשר בין היהדות לגרמניות, מולה אנו ניצבים גם ביום זה.

עמנואל לוינס

עמנואל לוינס נולד בקובנו שבליטא בשנת 1906. הוא זכה לחינוך יהודי, מזרם 'המתנגדים', שראה בלימוד את החוויה הרוחנית והדתית הנשגבה ביותר. הצימאון לדעת, מביא אותו בהיותו בן 18, לעזוב את רוסיה לצרפת, לצורך לימודי פילוסופיה. בהיותו שם, בצרפת, הוא מבין שהמכה של הפילוסופיה באותה עת נמצאת בגרמניה, בדמותו של אדמונד הוסרל, אבי תורת הפנומנולוגיה. לוינס נוסע לפרייבורג כדי לשמוע את הוסרל, וכפי שהוא מספר לימים - 'הגעתי לשמוע את הוסרל, וגיליתי את היידגר!'. היידגר, מנציגיו הבולטים של האקסיטנציאליזם היה תלמידו של הוסרל, וממשיך דרכו. תרומתו העיקרית היתה טענתו כנגד המסורת הפילוסופית, שלא ידעה להבדיל בין הישיות, הסטטיות בקיומן, לבין ההוויה האנושית. ההוויה האנושית, איננה שם עצם, אלא תהליך. זהו פועל, פועל יוצא. האדם בגופו, ביציאתו אל עולמו, ובהתחברותו אל המקום בו הוא חי, משקף את ההוויה.



האדם הוא אמנם תופעה ככל התופעות, והוא נתון לחוקי הסיבתיות הטבעית, אך יש בו גם יסוד שונה, החורג ממהותו, האדם הוא רצון חופשי. החירות היא היסוד החשוב ביותר באדם. בכוחו לעצב את גורלו.

באפשרותו לצאת מן הקיום הבנאלי, מן החיים שהוא מרגיש נבלע בהם, אל חיים של משמעות. הקיום העצמי, לדידו של היידגר, מקבל את משמעותו למן הרגע בו האדם מקבל את עובדת היותו הולך לקראת מותו, מוכן להפנים זאת ולהשלים עימה. זוהי ההירואיות. זוהי בשורת הגאולה משפל הקיום היומיומי. זוהי משמעות ההווה האמיתית. המוות הוא זה שעושה את האדם ליחיד, מייחד אותו, ומשאיר אותו בבדידות נצחית. אין איש שיכול לעמוד במקומו בשעת מותו. היידגר הופך אם כן את המוות למבחן העליון.

היידגר היה גרמני בראש ובראשונה, איש שורשים. לווינס, היהודי הנודד, שנולד ברוסיה, ומצא מקלט בצרפת, דווקא הוא, יצאה נפשו להיידגר. הוא ראה בספרו הידוע של היידגר - 'הווה וזמן' - את אחד מספרי הפילוסופיה הטובים ביותר בכל הזמנים. הוא אף תרגם את הגותו של היידגר לצרפתית, בשנים בהן עדיין לא היה מוכר בצרפת.

כל זה מתרחש בין השנים 28 ל-33, אלא שאז מתחוללת רעידת האדמה. לווינס שומע לתדהמתו על הצטרפותו של היידגר לתנועה הנאצית, באופן פעיל. היידגר מתמנה לתפקיד רקטור אוניברסיטת פרייבורג, במקום מורהו הוסרל, שפוטר בשל יהדותו, ועושה רבות כדי לקרב את דעת הקהל הגרמנית לפועלו של היטלר.

זהו קו פרשת המים, השבר, אשר מדרבן את לווינס לפתח את הפילוסופיה האישית שלו.

במקביל, בין השנים 1940 ל-1945 מוצא עצמו לווינס במחנה שבויים בגרמניה. היותו קצין במדי הצבא הצרפתי, מצילה אותו ממוות. השהייה במחנה, היא החוויה המכוננת את הגותו, והבאה לידי ביטוי בספר שפרסם לאחר המלחמה בשם 'מן הקיום אל הקיים'. בספר, הוא מזמין את הקוראים לניסוי דמיוני. 'תארו לעצמכם', הוא פונה לקוראים, 'מצב שבו כל מה שממלא את עולמנו, כל מה שהופך את עולמנו למוכר וידידותי - קרובים, חברים, נופים, סדר יום, תחביבים, ספרים, כל זה נעלם. וגם הסובייקט נעלם, הופך למספר במחנה, ומאבד שליטה על הכל. מה נשאר אם כן? לא נשאר דבר, מלבד זה שהקיום, שאין לו יותר לא שם ולא צורה, ממשיך לזרום'. ופה מתאר לווינס את הלילות חסרי השינה, שיחד עם אפילת הלילה חסרת הפנים, העוטפת הכל מסביב, מזדחלת לה החרדה. 'אתה מוצא את עצמך מופשט מכל מה ששייך לך. אתה כבר לא חי ולא מת' הוא מספר. 'אתה נמצא במצב שבו קיימת הפרדה בינך לבין מותך, עוקב אחר הגופה שלך שמתהלכת. אתה לא פה ולא שם'.

אפילו המוות, שעל פי היידגר ההשלמה עם ההליכה לקראתו נותנת את משמעות הקיום, אפילו הוא אינו נגיש, אפילו הוא בלתי אפשרי. שכן המוות הוא כבוד השמור לסובייקט, אבל היהודים במחנות, אפילו סובייקט לא היו.



זו אם כן, הסיטואציה ממנה מתחילה ההתמודדות של לוינס. לוינס שואל את עצמו איך יוצאים מזה?

העובדה שמצא עצמו כלוא במחנה שבויים ללא מוצא, אינה נתפסת בעיניו כתקלה של גורל חסר מזל, אלא כתוצאה של מהלך תרבותי שגוי ביסודו, של הפילוסופיה כולה, ושל היידגר, כחוליה האחרונה במסורת עתיקת יומין זו, שתחילתה במותו ההירואי של סוקרטס. הוא יוצא אפוא לחפש את טעותו של היידגר. את אותה נקודה, שממנה, פילוסופיה מפוארת כל כך יכלה להוביל למהלכים היסטוריים שהעמידו את הציביליזציה על סף כיליון, לברית המפלצתית בין היידגר להיטלר.

השהות במחנה מלמדת את לוינס פרק כאוב במהות ההווה. הבדידות אינה במוות, כפי שטען היידגר. יש משהו שהוא גרוע אף מן המוות. היות האדם כלוא בתוך עצמו, ללא אופק של תקווה. התודעה, מגלה לוינס, תמיד מחזירה אותנו אל עצמנו, שכן המאמץ להתמיד בקיום, הוא המהות של כל דבר. באותו עניין תאמר פסיכולוגיית העצמי, כי האדם יעשה הכל על מנת שלא להגיע לפרגמנטציה. כשהעצמי אינו מגובש דיו, הצורך לשמר את לכידותו, הצורך לשמר את בטחוננו, יהיה המניע והמנוע העיקרי שלו. אך אלו יהיו חיים של הישרדות.

ההתנסות בבדידות זו מביאה את לוינס לתובנתו העיקרית. שבירת הבדידות, היציאה מן הקיום חסר הפנים הזה מתאפשרת, רק ביציאה מתוך העצמי אל האחר. ופה גם טעותה של הפילוסופיה המערבית, בכל גלגוליה. היותה כלואה בתוך האונתולוגיה. תורת היש.

לוינס חווה עצמו אם כן לא רק כשבוי ביוגרפי, אלא כשבוי פילוסופי. כפילוסוף, השבוי בתוך הפילוסופיה שהעמידה כדיסצפלינה, את האונתולוגיה במרכז הגותה, שכל מהותה הוא תיאור של ההווה. ההסתפקות שלה בתיאור הסובייקט, כחי לבדו בעולם. מחיקתה את האחר, שהופעתו בעולם מחזירה למרכז הדיון את השאלה האתית. אלו הם חטאיה של הפילוסופיה. הפילוסופיה ניסתה להפוך את העולם ההטרוגני, מרובה הפנים, לעולם הומוגני, שכל שונה בו הפך לדומה, או זהה. זוהי האלימות, על פי לוינס. האחר הפך בחסותה של הפילוסופיה לווריאציה של המוכר, הוכפף לכל מה שהיה כבר ידוע. לחד פעמיות של האחר לא ניתן מקום בפילוסופיה, ונגזל קיומו כבלתי ניתן לערעור.

הפילוסופיה הניחה שהשאלה מה קיים בעולם, קודמת לשאלה איך ראוי להתנהג. ששאלת האמת קודמת לשאלת הטוב. לוינס יאמר כי, מי שאיננו מגדיר מהו הטוב, איננו יכול לגלות מהי האמת. המוסר קודם לקיום.

השאיפה לקיום אותנטי, כתכלית העליונה, כפי שהיא מופיעה בהגותו של היידגר היא בעיניו של לוינס, הזוועה. מפני שהיא השבי שלך בתוך היש שאתה. בספרו - 'אל מעבר



להיות', הוא אומר, האפשרות לצאת מן הזוועה, היא האפשרות לחרוג מעצמי, אל משהו שהוא מעבר לעצמי. זוהי ההשתחררות מן האונטולוגי, מן היש, ומן ההוויה, אל האתי. ומהו הדבר אשר נמצא שם מעבר? מה שנמצא שם מעבר הוא האחר. במהלך מהפכני זה, מחזיר לווינס לאתיקה את בכורתה בעולם הפילוסופיה, דיסציפלינה שעל פי סוקרטס, שאלתה הבסיסית אמורה היתה להיות שאלת מהו הראוי, ולא מהו המצוי.

הופעתו של האחר בחייו של הסובייקט, אומר לווינס, היא אירוע מטלטל. היא יוצרת משבר אתי, משום שהיא מעמידה בסימן שאלה את כל קיומו המוכר של האני. האחר מופיע כפנים, שמביאות עמן מסתורין, זרות שאינה ניתנת לפענוח. פני האחר הם אותו דבר שונה שלעז מתחמק ממני. הם אותו דבר שאיני יכול לנכס לעצמי, להפוך לדומה. הן מציגות סירוב להיבלע במבט המארגן שלי. פניו של האחר חשופות ופגיעות, ואני חשוף לפגיעות, המוטלת עלי כחובה שאי אפשר לברוח ממנה בלי השתמטות. הן מצוות עלי- לא תרצח. המפגש עם האחר דורש ממני לצאת מד' אמותי, מן הנרקיסים שלי. לצאת אל ארץ שלעולם לא אוכל לכבוש, אל החוץ המוחלט שלעולם לא יהפוך לחלק מעולמי הפנימי. אביא כאן ציטוט מדבריו של לווינס על הפנים, מתוך ספרו 'אתיקה והאינסופי' עמ' 68:

'הפנים הן משמעות, משמעות ללא הקשר. כוונתי לומר שהאחר, ביושר פניו, אינו דמות בתוך הקשר. בנוהג שבעולם, אדם הוא "דמות": הוא פרופסור בסורבון, או סגן נשיא של מועצת המדינה, או בנו של פלוני, וכן כל מה שכתוב בדרכונו, והאופן בו הוא נוהג להתלבש ולהציג את עצמו, וכל משמעות – במובן הרגיל של המילה – שאתה בא לייחס אליו, קשורה בהקשר ההוא. ואילו כאן, נהפוך הוא: הפנים הן משמעות לעצמן. אתה – זה אתה. במובן זה אפשר לומר, שהפנים אינן "נראות". הפנים אינן יכולות להיחפך לתוכן שמחשבתך היתה יכולה לאחוז בו. הפנים אינן יכולות להיות מוכלות בשום דבר, והן מוליכות אותך אל מעבר. משמעותן של הפנים גורמת להן להיחלץ מן ההוויה בהיותה קשורה לידיעה, ואילו הראייה אינה אלא חיפוש אחר התאמה: היא ממש בולעת את ההוויה. ברם, היחס אל הפנים הוא אתי מעיקרו: הפנים הן מה שאינך יכול להרוג. או, לפחות, משמעותן היא לומר: 'לא תרצח'."

לווינס גוזר את המילה אחר מן המילה אחריות. דווקא באחריות זו שאני לוקח על האחר, אני עצמי מתממש, ומממש את חירותי. האחריות קודמת איפא לחירות. דווקא בהבקעה זו אל מעבר ליש, הוא אומר, מתגלה הטוב. זוהי המטרמופוזיה האמיתית, שעל האדם לעבור בדרכו לקיום משמעותי. הפיכתו מסובייקט אגוצנטרי, לסובייקט אחראי הממלא שליחות אתית.

אחריותי ביחס לאחר באה לידי ביטוי בכך שאני רואה אותו כמי שאינו שווה לי. המרחק ביני לבינו אינו סימטרי. בלשון החובה המוסרית, פירושו של דבר, שלי - לעולם תהיה אחריות נוספת - יותר משיש לאחר. האירוע המכונן את ההוויה אינו מותי שלי, אלא מותו של האחר. האתיקה מתחילה כשהאדם מפחד ממות זולתו יותר משהוא מפחד ממותו. אם



תחשבו לרגע על האופן בו אנו חשים בעניין זה כלפי ילדינו, תגלו, כי אמירתו של לוינס אינה כה מופרכת.

פני האחר הן החוץ המוחלט שהפילוסופיה חיפשה תמיד. אבל הפנים הן גם מה, שהפילוסופיה הסתירה תמיד ברצותה לתחום את ממלכתה בגבולות היש. במובן זה אומר לוינס, תולדות הפילוסופיה הן תולדות מחיקת הפנים. אך אם נקרא נכון את חשיבתו של אפלטון, נראה שחשיבתו היתה אתית, אלא שזה נשכח. בתורת האידאות שלו, מעמיד אפלטון בראש סולם האידאות את אידאת הטוב. לא התודעה מכוננת את הטוב. הטוב הוא זה שקורא לתודעה, הוא זה שמכוון את הנשמה להתעלות מעל עצמה. אידאת הטוב נמצאת מעבר לכל, מעבר להוויה. לוינס סוגר את המעגל שסוקרטס התחיל בו.

הפילוסופיה אינה מתחילה מן ההיגיון אלא מן הארוס, שפירושו אהבה, כהוראת המילה פילו סופיה – אהבת החכמה. המקור הזה, נזנח במהלך ההיסטוריה. הפילוסופיה הלוינסית הופכת את אהבת החכמה לחכמת האהבה.

בתום מסע חייו הפילוסופי, לוינס חוזר גם ליהדותו. היהדות, לדידו, הציעה לעולם התבוננות אתית. היהדות, שבמעמד הר סיני מקדימה את הנעשה לנשמע, את המחויבות והאחריות - לקיום - היא במהותה תפיסה מוסרית. היא זו שהביאה לעולם את אידאה, כי המוסר קודם לקיום. היהדות משחררת את האנושות מן הגרוויטציה שכולאת במקום, היא נאבקת נגד השתרשות במקום. זהו תפקידו ההיסטורי של עם ישראל בקרב אומות העולם. ולוינס, כיהודי וכפילוסוף, רואה את תפקידו, ליילד מסר זה מן הכתבים היהודים ולתרגם אותו לשפת הפילוסופיה, השפה האוניברסאלית.

סיכום

איך עושים את המעבר מן הפילוסופיה ההיידגריאנית לזו של לוינס? מן הקיום העצמי המלא את עצמו, אל היכולת לקבל את פני האחר? זו תרומתה של פסיכולוגיית העצמי. כאן הערך המוסף שלה. היא תאמר, מהלך זה יתרחש באורח טבעי באמצעות האמפתיה. קיומנו העצמי תלוי לעולם ועד בקיומו של האחר. אין לנו שום אפשרות להגיע לקיום משמעותי, בכוחות עצמנו בלבד, כפי שסבר היידגר. משל החוק של קפקא מיטיב לתאר זאת. אפשר לחיות, רק אם נכנסים לשער החוק. החוק הוא כללי, אך הכניסה אליו היא אישית. אם לא יהיה שם שוער, שיידע לקבל את פנינו ולהכניסנו בשער, נישאר לעד על סיפם של החיים, בודדים ודחויים באפיסת כוחות ובחוסר אונים, כמהים למגע אנושי.



נכונותו של האחר להיות עבורנו בעמדת זולת עצמי, היא היא השוער שמקבל את פנינו ויכול להכניסנו אל החיים. האמפתיה - אותה שלימות בלתי ניתנת לחלוקה שבה דווקא מציאותו של האחר, זו של האם - היא המציאות הראשונית של כל אחד מאיתנו, היא למעשה, התכונה היסודית ביותר של העצמי, אומר קוהוט. האמפתיה היא תכונה מולדת, היא זו שמאפשרת לתינוק לצאת מעצמו, וליצור אחדות האם. היא זו שמאפשרת לכל אחד מאיתנו להכיר את האחר מבפנים, ולשהות באותה שלימות נכספת, שאולי מתקיימת רק מעבר להוויה, בהוויה הרחמית. דומה שזו השלמות אליה כמהה הנפש לחזור כל ימיה. אולי לכך התכוון סוקרטס בהניחו שאידאת הטוב, נמצאת מעבר להוויה. השלמות הזו, אם היא מתאפשרת לנו בראשית חיינו, מכוננת את הנרקיסיזם הראשוני הבריא, שאחד מגלגוליו המפותחים הינה האמפתיה הבוגרת. אותה עמדה שבה ביטוי עצמיותנו הינה יכולתנו ונכונותנו לכונן את עצמיות האחר. האמפתיה, היא היסוד הראשוני ביותר של עצמיותנו. היא זו שמניעה אותנו לחרוג אל מעבר לעצמנו, להתפתח ולהתהוות כל הזמן.

אם אנו מבינים כי העצמיות נולדת בתוך זיקה שבה אדם נוטל אחריות על זולתו, שהנפש הולכת ונבראת במרחב של שניים, שבו האחד אחראי על האחר, כי אז השאלה האתית נעשית לא רק מרכיב לוואי אלא חלק אורגני של השדה.

אחריות, גוזר לווינס, היא רספונס אביליטי, היכלת להגיב, לא להישאר אדיש לסבלו של האחר. קבלת פנים, זו מהותה של האתיקה הלווינסית. זו גם מהותה של העמדה האמפתית, זהו אותו אזור דמדומים שבו לא ברור - כשאני מקבל את פני האחר, מי מקבל שם את פניו האנושיות, אני או האחר. ואולי, כמו שיאמר וויניקוט, בספרו 'משחק ודמיון', אולי מוטב ששאלה זו לא תישאל בכלל, והפרדוקס ימשיך להתקיים כפי שהוא. הטיפול, אומר וויניקוט שם, הינו - 'השבה ארוכת טווח שאנו משיבים למטופל את מה שהוא מביא. זוהי נגזרת מורכבת של הפנים המשקפים את מה שישנו שם להיראות.' כשאני מקבל את פניו האנושיים של האחר, מוכן לקבל אותו באחרותו, אני מקבל גם את פני שלי כאדם.

אמפתיה - המקבילה הפסיכולוגית ל'אחריות' של לווינס, היא עמדה טיפולית המנסה לגעת בזולת הסובייקטיבי מעבר לנפרדות המתקיימת בין שניים. יחסנו לאחר, אומר לווינס, צריך להיות כמעשה הליטוף, נוגע לא נוגע. כך גם מעשה הפרשנות. הוא אינו יכול להיות כמו יד קפוצה, המנסה לתפוס, לנכס, ואינה פתוחה לקבל או לתת. כי אז הופך הפירוש למעשה של אונס. הבנה אמפתית, כמו ליטוף, אינה צריכה להשיג. היא צריכה להיות פתוחה, לכל המורכבויות, מבלי לצמצם את מרחב ההוויה של האחר. מנקודת מבטה של פסיכולוגיית העצמי האמפתיה, הינה מרחב השאלה שבתוכו תוכל עצמיות המטופל להתהוות לא רק כישות נפשית קיימת ובנויה, אלא כפוטנציה, החותרת להתהוות ולהתרחשותה האינסופית. כמטפלים מוטלת עלינו האחריות להיות שם עבורו.

ברצוני לסיים במילות שיר שכתבה המשוררת הילדה דומין, מן המשוררות הגרמניות החשובות של המאה העשרים. היא נולדה בקלן, ב-1909, למשפחת לוונשטיין. אביה היה

איגוד ישראלי לפסיכותרפיה



יהודי, עורך דין. בשנת 32 היא ברחה עם בן זוגה מגרמניה, ויצאה לגלות ארוכה, בת 14 שנה. לגרמניה שבה רק לאחר המלחמה. השיר נקרא 'קום הבל', והוא לקוח מתוך ספר שירים 'אני רוצה אותך' שיצא לאור בשנת 1995.

קום הבל

קום הבל
קום הבל
צריך להתחיל הכל מחדש
כל יום צריך להתחיל הכל מחדש
כל יום צריכה עדיין התשובה להיות מונחת לפנינו
הלא צריך שהתשובה תוכל להתקיים
אם לא תקום הבל
איך תוכל התשובה
התשובה החשובה היחידה
להשתנות אי פעם
נוכל לסגור את כל הכנסיות
ולבטל את כל ספרי החוקים
בכל לשונות תבל
אם רק תקום
ותסיג לאחור
את התשובה הכוזבת הראשונה
על השאלה היחידה
שעליה ניתנה
קום, כדי שקין יגיד
כדי שיוכל לומר זאת -
שומר אחי אנוכי
וכי איך אוכל שלא להיות השומר שלך
קום יום יום
כדי שיהיה לפנינו אותו
ה'כן, הנני כאן'
הנני
אחיד
כדי שילדי הבל
לא יפחדו עוד
כי קין לא יהיה עוד קין
אני כותבת זאת
אני שהנני בת הבל
ומפחדת יום יום מן התשובה
האוויר בריאותי מתמעט והולך
שעה שאני ממתינה לתשובה

איגוד ישראלי לפסיכותרפיה



קום הבל
כדי שהכל יתחיל אחרת
בינינו
הלהבות הבוערות
האש הבוערת על פני האדמה
צריכה להיות האש של הבל
כדי שבזנבות הטילים
יבערו הלהבות של הבל.

