

¹ נשימה ונשמה – עדות, אחריות, אחדות

פרק מתוך ספר בהכנה ששמו יהיה: שמונה "ממוס" לזיכרון של העתיד

פרופ' יולנדה גמפל

ייתכן שיקשה על השומע להבחין בחוט המאחד את דבריי. על כן אומר מראש שאין לי מטרות שאליהן אני רוצה להגיע, ואין מדובר באמת או בתיאוריה שבדעתי להציג בפניכם, אלא בדרך שעשיתי בתוך הפסיכואנליזה ועמה, ובה הייתי מלנה בהוגים שונים ובחברים למקצוע, בדרכי עם מטופליי בעבודה הקלינית, עם מודרכיי ועם תלמידיי, ובדרך שאני ממשיכה לעשות, זו הזרמת ופתיחת שאלות נוספות, מעלה ספיקות ומאפשרת המשך דיון. אני מספרת על דרך המוסיפה להתהוות, על becoming.

מהו הגוף?

הגוף הוא פירמידה של תאים שונים, שבהם הכרומוזומים שבתוך הגרעין דואגים שלכולם תהיה תוכנית אחידה. הגוף הוא רקמה סגורה הכוללת מערכת פיזיולוגית, וזו מבוססת על דיספוזיטיבים אנטומיים מסובכים; ניכר בה שהיא פועלת באופן מדויק ביותר. זו מערכת של ייצוגים המאורגנים על ידי דימויים ועל ידי מילים המשתייכים לתרבות מסוימת. הגוף הוא גם זרימה בלתי פוסקת של מסרים חושיים פרצבטיביים, של זיכרונות ושל אפקטים, היוצרים סכימת גוף, דימוי גוף.

הגוף מושקע על ידי משאלות, על ידי פחדים ועל ידי זיכרונות, ובונה ארגון שלעולם אינו חד-משמעי. הווי אומר, הייצוגים התרבותיים והאישיים שאנו יוצרים לעצמנו, ההשקעות האפקטיביות, כל אלה משתנים בהתאם לכוונות שאנו מייחסים למבט שלנו על גופנו. הגוף הוא אחד מנתוניו המבניים הגלויים לעין של הקיום האנושי: הגוף שכל אחד מאיתנו נולד, חי ומת בו ועמו; דרכו ובתוכו אנו רושמים את עצמנו בעולם וקמקום שבו אנו פוגשים את האחר.

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

כל הזכויות שמורות למחברת.



לאורך דורות רבים העדיפו הפילוסופים להגות ברוח ולחקור אותה ואת הלוגיקה הטהורה כמו גם את הנפש ואת תשוקותיה, ולא נטו לתת את הדעת למציאותו של הגוף ולמוגבלותו של הקיום האנושי. מובן שהדברים מורכבים בהרבה, ואילו כאן, במסגרת מוגבלת זו, ניתנת הצצה חטופה בלבד בדורות של חשיבה פילוסופית.

אפלטון² ודקארט³, לדוגמה, מעמידים את הרוח ואת הגוף כישויות נפרדות ואף נוגדות לעתים, שהקשר ביניהן מקרי בלבד. הנפש היא אינסופית ואלוהית, ויש לה היכולת להתבונן ביופיו של העולם ובאידיאות, ואילו הגוף הוא חומר. הנפש יכולה לדעת את האמת, ואילו הגוף אינו אלא מסתיר אותה. הנפש יכולה להגיע לשלמות ואילו הגוף הוא מכשול, הן במישור הידיעה הן במישור ההתנהגות המוסרית. הפתרון הקרטזיאני רק מגביר את הוויכוח, ופותח דלת למוניזם האונטולוגי של שפינוזה מחד גיסא, ולצורות השונות של רדוקציוניזם מטריאליסטי מאידך גיסא. שפינוזה⁴, כמו דקארט לפניו, חשב שהאדם מורכב מנפש ומגוף. אך ההבדל בין השניים הוא בזה ששפינוזה אינו רואה בגוף ובנפש שני עצמים עיקריים, שתי סובסנטציות שונות, אלא שתי תכונות של סובסנטציה אחת. לכן על פי שפינוזה, לכל מה שמתרחש בגוף יש את התואם לו בנפש.

ניטשה⁵ ניסה להכניס נקודת ראות חדשה לפילוסופיה, ובמקום הגוף והמודעות כנקודת מוצא, הוא מציע כנקודת מוצא את הגוף החי. ניטשה סבור שכאבי הגוף הם גם מחלה של החשיבה. מחשבה חופשית ושמחה מעידות, לדעתו, על חשיבה של גוף משוחרר. מרלו פונטי⁶, מנציגיה של המהפכה הפנומנולוגית, מתקרב יותר למחשבה העכשווית על הגוף, וכך הוא אומר:

יש שני מובנים של המילה קיום, אנחנו מתקיימים כחפץ ואנחנו מתקיימים כמודעות. הקיום של הגוף עצמו, להיפך, מגלה לנו צורה של קיום עמום. היצור האנושי הוא בן אנוש מגולם בלי גוף הוא לא קיים ודרך הגוף הוא מחובר

² כתבי אפלטון. תירגם מיוונית יוסף ג. ליבס. 1979, שוקן

Decartes R (1953). Passiones et de l'ame in Ouevres et Lettres, Paris, Gallimard

3

⁴ Spinoza B(1964) Ethique, Paris,Flamarion

⁵ Nietzsche F.(1969) Ainsi parlait Zarathoustra, Paris, Aubier.

⁶ מרלו-פונטי, מוריס, העין והרוח, 2004, רסלינג



לחומריות של העולם. ולכן ההתנסות עם הגוף היא תמיד כפולה. עם הגוף שלנו יש לנו קשר שהוא גם אינסטרומנטאלי וגם קונסטיטוטיבי... הגוף נותן את האפשרויות לחיות, אבל הוא גם נושא את המוות העתידי ואת הסופיות שלנו. כל חלק של הגוף שלנו הוא בו בזמן הוא חלק של עצמנו אבל גם אובייקט חיצוני שאנו יכולים להסתכל עליו.

בדרך כלל אנו מודעים לעובדה שהחיבור שלנו לגוף חזק בהרבה מהחיבור שלנו לאובייקטים אחרים. כשאנו רצים, אוכלים או נהנים, אנו מרגישים זהות כלשהי בין העצמי שלנו לבין הגוף, כי אנו הגוף הרץ, האוכל, הנהנה. אך לפעמים אנו גם חווים את גופנו כאובייקט פיזי, שאינו נבדל מאובייקטים אחרים, ושבהם אנו יכולים להשתמש ולשלוט. הגוף קרוב אלינו וגם רחוק מאתנו. הוא מספק חוויה של אינטימיות, אבל גם חוויה עמוקה ביותר של שונות. אנו פוגשים בעמימות הזו במיוחד בזמן מחלה. על פי מדע הרפואה, מחלה היא חוסר תפקוד של הגוף-אובייקט, ומונעת מהאדם לפעול בעולם באופן חופשי. היא גם התנסות סובייקטיבית של כל פרט עם מחלתו בתוך גופו. היא מזכירה לאדם שהוא עשוי בשר ודם; הפסיכוזות והנוירוזות מלמדות אותנו עד כמה המחשבה סובלת סבל גופני כשהגוף אינו סובל. המחלה מעמתת אותנו עם מציאות קיצונית, שבה אנו חשים חוסר אונים לנוכח העובדה שלא הכול ניתן לעשות, ושהגוף הוא ההוכחה למגבלותינו. הוא מזכיר לנו את מה שאנו מעדיפים ורוצים לשכוח, את השבירות, את המחלות ואת המוות. הגוף הוא אובייקט חומרי המייצר חומרים כמו זיעה והפרשות, הקושרים אותנו ליצרים והנקשרים אצלנו לפחדים שבנו. כל התופעות האלה סוגרות אותנו, והן עבורנו הדחוי, הזר. אנו עשויים להתייחס לתופעה זו במישורים הנעים בין הטהור לטמא.

צריך היה לחכות לפרויד ולפסיכואנליזה כדי להבין עד כמה היצור האנושי מושפע מהמיניות, עד כמה מושפעים ממנה הקשר שלו לעולם ולחיים והחיבור שלו אל האחר. כשפרויד התחיל בעבודתו עם ההיסטריות הגדולות, המלכה ויקטוריה שלטה עדיין בבריטניה. אחרי מותה ב-1905 פרסם פרויד את "שלוש מסות על התיאוריה של המיניות"⁷. זו התקופה שבה הפוריטניות הבורגנית הייתה בשיאה, ובשם הסדר הטוב, הגבילה את האדם ודיכאה את דחפיו המיניים. הפוריטניות נהגה תמיד במסר כפול: הקיים

⁷ פרויד, זיגמונד. שלוש מסות על התיאוריה של המיניות. מתוך מיניות ואהבה. 2002, עם-עובד.



והנראה, הסמוי והגלוי, הפרטי והציבורי. הסימפטומים של הפציינטים שסבלו מהיסטריה פתחו את "תיאטרוני הגוף", והדבר הניב תיאוריות על אודות תפקידו של הגוף בחיי הנפש. עבור פרויד, הדחפים המיניים הם דחפים חיוניים המעוררים את הקיום, וגם כשהם דחויים, או בסובלימציה, הם ממשיכים למלא תפקיד מרכזי בקשר עם האחרים ובקשר עם העצמי. המין והמיניות אינם לינאריים, הם בתנועה מתמדת בין האני לבין האחר, בין הדחף המתמזג לבין דחף ההרס, ובתוכה הפרט מאבד לרגעים את גבולות הגוף. הכמיהה לאחר פירושה להתנדנד בין השליטה בו לבין הפחד לאבדו. וכך כותב מרלו פונטי⁸:

במידה שיש לי גוף אני יכול להיות מופחת לאובייקט תחת ההסתכלות של השני, ואני יכול לא להיות חשוב בשבילו בכלל, וההיפך גם נכון – אני יכול להיהפך לבוס שלו, ולהסתכל בו בתורי, אבל זה זמני וחולף. כי ברגע שהערך שלי מוכר בכמיהות של האחר...

הגוף הוא ראשית לכול הגוף המתנסה ראשון באחריות לקיומו. לפני שהגוף הופך לאובייקט של ידע ושל עשייה, הוא קודם כל מקום של חיבורים וקשרים הממורכזים על ידי הסובייקט. הגוף הוא המקום הראשון של היווצרות הידע, של ההיכרות העצמית. ההקשבה לגופנו נעשית כלי ומקור של היכרות עצמית.

אנו יודעים שמרחב החיים אינו אינסופי, וכי המקורות של קיום החיים מופרעים ומזדהמים; אנו יודעים גם שהמבט שלנו על גופנו עובר תהפוכות רבות בהשפעתה של תעמולה מכאנית-טכנוקראטית, שמקורה חיצוני. חשוב מאוד שגופנו יהפוך לשלנו, שנוסיף להעמיק את הקשר עמו, שנהייה קשובים למסרים הדקיקים שהוא מעביר.

עד כה דובר בגוף; הבה ניתן את דעתנו על האמוציות. האמוציות מבטאות ניסיון לווסת את העודפות גם בדרך של ריקון. הן גם מנסות ליצור ארגון וסדר בתוך האורגניזם. לעיתים הדבר מתרחש מתוך זהות ומתוך מודעות, כשהאמוציות חשות לפתע שהן 'מחוץ לביתן'. דרכן האדם מבטא את עצמו, ודרכן הוא מראה את חוסר הנוחות שלו, את הקוהרנטיות שלו או את היעדרה. הוא מדווח לנו על חוויותיו ועל כוונותיו. האמוציות באות לידי ביטוי דרך החושים: במישור הראשון – לשמוע ולחוש במוח הקדמון, האמוציונאלי, המגיב מיד. אנו מושפעים באופן עמוק מהריחות ומהצלילים הסובבים אותנו. מסקרן לראות כיצד

⁸מרלו-פונטי, מוריס, העין והרוח, 2004, רסלינג



הריחות והצלילים יוצרים מעין אלכימיה סובטילית, המגדירה את הסובבים אותנו באופן כימי.

הנרי אלטן⁹ (Atlan), ביו-פיזיקאי, מציג את המונחים של אנרגיה ושל מטא-מורפוזת בין חיים ומוות. לפי תפיסתו, הארגון של מערכת החי איננו סטאטי, ואף לא תהליך ההתנגדות לכוחות המפרים ארגון. זהו תהליך של הפרת ארגון מתמדת, שלאחריו מתהווה ארגון מחדש, המוליד איכויות חדשות, בתנאי שהארגון החזיק מעמד למרות חוסר הארגון, ובלי שהמערכת התפרקה. אטלן מסביר כי מותה של המערכת הוא חלק מהחיים, לא רק כצורה של פוטנציאליות דיאלקטית, אלא כחלק בלתי נפרד מההתפתחות ומהאבולוציה. ללא הפרעות ומקריות, ללא חוסר ארגון, לא תוכל להתהוות התארגנות מחדש שהיא בעלת יכולת הסתגלות; ללא תהליך הנשלט על ידי המוות, אין תהליך של חיים. הארגון החי מופיע כמצב ביניים, בין הקבוע, בין הנוקשה, בין הבלתי-משתנה של המינרלים, לבין הארעי והבלתי צפוי, היצירה מחדש. מחד נמצא המוצק, מנגד נמצא הגז, ובמרכז – מצב הצבירה של הנוזל המתערבל. שני הקצוות מבטאים שני סוגים של מוות, הנוכחים כל הזמן ומתנגדים זה לזה כדי להבטיח את הקיום ואת הפעילות של החי. המוות הנוקשה, כמו מותו של הקריסטל או של המינרל, לעומת המוות כעשן המתפוגג, מבטיחים בו-בזמן את היציבות של החיים ואת התחדשותם.

אטלן מצטט את דברי רבי אברהם יצחק הכהן קוק בעניין הביטוי המסורתי 'חי וקיים'. הוא טוען כי 'חי' ו'קיים' אינן מילים נרדפות, אלא מצביעות על שתי קטגוריות מנוגדות. 'חי' הוא החידוש והשינוי, הוא הבלתי קבוע. 'קיים' הוא חוסר החידוש, כלומר היעדר חיים. השאיפה הסותרת להיות 'חי וקיים' המתבטאת באמירה מסורתית זו, מאחדת באופן פרדוקסאלי שתי קטגוריות: השינוי והקיבעון. פרדוקס זה מתאר את רקמת החיים.

בזמננו, בתרבות המערבית, הגוף הוא המקום שבו הזולת קובע עבורנו מה לעשות. מי שמכירים את הגוף, יכולים לשלוט בו, לשנותו, שוכחים שהגוף הוא ראשית לכול גופם שלהם, המקום הראשון לניהול האחריות על הווייתם. קודם שהוא הופך לאובייקט של ידע ושל פעילות, גופנו הוא המקום הראשון שבו מתרחשת ההיכרות שלנו עם עצמנו ועם חיינו. כשגופנו זקוק לעזרה ממי שזו מומחיותם, אין זה אומר שהללו נעשים בהכרח

⁹ Atlan, H. (1979) Entre le Cristal et la Fumée. Collection Sciences: Le Seuil



לאדוניו של הגוף הזה. אין ריפוי אמיתי, אין טיפול אותנטי, שהצלחתו נשענת רק על התלות ברופא או על חוסר האחריות של החולה על גופו.

במהלך הטיפולים שלנו אנו פוגשים, אם כסימפטום מרכזי ואם בין השורות, בתחומים אחדים הקשורים בימינו לגוף ולמניפולציות עליו. כל הנושאים שלהלן הם כבדי משקל וזקוקים להתייחסות פסיכואנליטית נפרדת. עם זאת, חשוב מאוד להזגיש לפחות את קיומם.

נושא השליטה על הגוף בא לידי ביטוי, בין היתר, בהתעמלות, בהורדת משקל. לעתים מתייחסים אל הגוף כאל לבוש שאפשר להחליפו באחר, ושוכחים שהעור אינו בגד הניתן להסרה ולהחלפה. הניתוחים הפלסטיים, המשנים את הפנים ואת חלקי הגוף האחרים, שינוי הזהות והשתלות האברים הן סוגיות בעלות השפעה על דימוי הגוף.

אין די בכך, ויש מקום לחשוב על הרדוקציה של האדם לגוף, לחפץ. במשטרים הטוטליטאריים הפכו את האדם לשרץ, לחפץ, ללא-כלום. לאחר שמפעילים על גופו מניפולציות על ידי כאב ועינויים ועל ידי מניעת אוכל ושינה, האדם מגיע למצב שבו אינו יכול עוד לחשוב, ודבר לא קיים לדידו, מלבד הסבל האנושי. זה טיבה של ההתנסות הנוראית בשואה, במחנות הריכוז והמוות: הפיכת הגוף לחפץ, מחיקת הזהות. ומה נאמר על הדימויים ועל הרצון להיראות במרחב הווירטואלי (בלוגים, פורומים, צ'אטים), המשאיר מקום רק לפנטזמטי?

עוד סוגיה בתחום הגוף בלי נפש שנכתב עליה רבות, ויש להזכירה כאן גם כן, הפרברסיות, הסדיזם הדוחה את כאב הקיום שחווה האחר. למשל, הגוף המבוותר לחלקים קטנים (המרקוזי דה סאד). יש לציין גם תחום ענקי הפתוח עדיין לחקירה – הגוף בין טבע לתרבות: טבע וסביבה, סוציו-ביולוגיה, האפשרויות שפיתחה הביולוגיה המולקולארית, הרחבת אפשרויות ההולדה, הזיהוי של האדם דרך ה-DNA, התורשה, ההבדלים בין המינים, שינויי המין והמגדר.

לפני שנים אחדות, שעה שמחשבתי הייתה נתונה לשם שאתן להרצאה ביום עיון שכותרתו "הגוף בפסיכותרפיה: גישות מערביות ומזרחיות", אמרה לי פציינטית שהגיעה אליי באותו היום שאני דורשת ממנה יותר מדי; שקשה לה להיות במקום שאני מבקשת שהיא תהיה, שקשה לה להיות עדה בפני עצמה. לדבריה, "זה כל כך כואב, שרק בורחים מהכאב".



"אוף" המשיכה ואמרה, "עדות. זה מכאיב. את לא רוצה לקחת אחריות עליי. את רוצה שאני אהיה אחראית על עצמי. ואת לא מבינה כמה שאני לא יכולה להיות שם? כשאני כועסת, את שואלת תמיד איפה אני מרגישה את הכעס, באיזה מקום בגוף. ואחר כך את שואלת לגבי הדימוי, ואז את כבר מוציאה אותי מהכעס. משהו משתנה. אבל אני לא רוצה. אני רוצה להמשיך להיאחז, שאת זו שתתני לי תשובה. אני ממשיכה להיות בפחד, בפיצול, במוות של הנפש, בשעמום האינסופי של ההישרדות בכל מחיר". ברגע ששמעתי את דבריה, עלו בי המילים: 'נשמה, נשימה, עדות, אחריות ואחדות'.

החלטתי לחזור על אותן מילים במפגשנו זה ולחדש דברים שנאמרו בהרצאה הקודמת. עד כה התבוננו באדם דרך הגוף, דרך החושים, דרך האמוציות ודרך החשיבה, אבל אלה אינם אלא חלק מן ההוויה האנושית, שלא זה המקום למנות את שאר חלקיה. מה מכל הדברים שהועלו עד כה מהווה את עיקר הביטוי האנושי ושאותם אני מביאה למרחב הטיפולי?

כיצד אנו פוגשים את המטופל? אני סבורה ששני הקטבים החשובים של הביטוי של אדם הם הנשימה מחזד גיסא ותנועות החשיבה מאידך גיסא. בהקשר של המפגש עם המטפל, זוהי הצורה שבה המטופל מעיד על מה שמפריע לו ועל הסיבה לבואו. בטקסטים סיניים עתיקים מתחום הרפואה נכתב: "בזמן הדיאגנוזה של פציינט, אנו צופים גם בנשימה וגם באידיאות, וכך אין אנו טועים בחוקים ובעקרונות של הדיאגנוזה."¹⁰ (Su Wen, le grand classique de médecine [chapitre 80]). על פי הטקסט הזה, מי שיודע לשמוע (דהיינו היכולת של המקשיב לשמוע את נשימת מי שמולו ולאפשר לכל מה שהוא שומע לחדור לתוכו) ולחוש, הוא היודע, בו התבונה.

אנו נושמים, יש לנו מחשבות שלעיתים הן סתמיות, אסוציאטיביות, וכך אנו מתוודעים למוגבלות של הזמן, מצד אחד, ולזרימה שלו המשתנית בכל רגע, מצד שני. אצל כולנו מתקיימת השלכה תמידית של העצמי בעבר או בעתיד. נראה כאילו חסרה לנו האינטנסיביות של הרגע, של הנוכחות כאן ועכשיו, במיוחד דרך הגוף.

¹⁰ Tchouang Tseu. (1985) *Ouvres Completes*, traduit de Chinois par Liou Kia -hway, Gallimard, Paris



בטאוטקינג, הספר על הדרך לסגולה, הסינים מדברים גם על ההשתרשות. הם חוזרים ומדגישים שיש לחזק את השורשים, את הבסיס. הם מדברים על היכולת ועל האפשרות להימצא במקום לא רק מבחינה גופנית, אלא גם מבחינת האינטנסיביות של הנוכחות. זהו כוח של מימוש, שכן מימוש אמיתי חייב לעבור דרך הגוף.

אם אנו נוכחים כאן ועכשיו, באופן ממשי, אזי אנו שומעים את המקריות שלנו ואת גופנו, על כל מה שכלול בתוכו. על השורשים, אפוא, להיות חזקים, על הבסיס להיות מוצק ועל הנשימה ללוות אותם. הבסיס של העצמי ותהפוכותיו כוללים את היכולת ליושר מוסרי (לאתיקה), לפעילות, לפתיחות לעצמי כמו גם את היכולת להכיר את עצמנו, את הטבע האינטימי שלנו. הטבע האינטימי הוא ראשית לכול השמיעה: השמיעה של החשך, של המסתורי, של מה שאיננו יודעים, של הבורות המודעת לעצמה. הטבע האינטימי הוא המרחב של ההווה, של הרגע. הגורל הוא דברים החולפים. ישנה מחזוריות, ישנו מקצב.

האחריות נמצאת בכל מקום. היא יכולה להיות ישירה כמו הנשימה, ובלתי ישירה כמו האכילה. אנו אחראים למה שאנו אוכלים, אך איננו אחראים לנשיפתנו; מהו התנאי לניקיון הנשימה? הדבר תלוי בעצמתה. אפשר לנקותה באמצעות תרגילי נשימה, אולם הטיהור קשור בנקודת הראות שמחזיקים בה. יש להיות עד למתרחש אצלנו ולהאזין לו, לתת מקום לכמיהה ולכוונות, וכך להבין אט-אט את הקורה בקרבנו. ככל שיכולתנו להיות עדים היא רחבה ומשמעותית, כן אנו מפסיקים להתרוקן. כלומר, אם אנו מקבלים את מה שמתרחש בתוכנו, אנו מתחילים לחוש מלאים, ועם זאת - קלים. ככל שקיימת אצלנו שמיעה 'אבסולוטית' בנוגע למתרחש בקרבנו, כך אנו נמצאים במקום הנכון ביותר בעבורנו. תפיסת המודעות של הקיום היא של הכאן והעכשיו. כשההתייחסות באה מתוך הטבע האינטימי של כל פרט, היא נעשית בלב, ואילו ההתייחסות לגורל מתבצעת בראש. גם אנשים הנמצאים בטיפול מצביעים על בית החזה כאשר הם נשאלים היכן בגוף באה לידי ביטוי המועקה הגדולה שלהם. אין מדובר בתפיסה מכאנית, אלא בתפיסה שנקודת הראות שלה אקזיסטנציאלית וגישתה חווייתית כוללנית.

מה מכל הנאמר עד כה שייך לחוויה, לדימויים, לאינטואיציה שלנו? ומה מקומו של המוח בתוך השיח הזה על אודות המוח? המוח הוא מחסן ענקי של עתודות המכיל את הריכוז, את הרצון ואת היכולת לאחסן את הזיכרונות. איך הוא משתלב עם הגוף, עם הנשמה ועם



הנשימה, עם האמוציות? היינו יכולים להגיד שהקורלציה בין השמיעה והרגש, בין השמיעה והראייה, בין התחושה, הטעם והריח, קורלציה זו חזקה ויעילה מאוד במישור של המודעות הצפה ועולה על פני השטח. נוסף לכך, ישנן גם מיני קורלציות מתוחכמות מאוד, וכן מטריצות ארכאיות מאוד של הגוף ושל הנפש, שיש בהן לעור משמעות חשובה ביותר. חשבתי על תחילת התעניינותי בגוף הכולל את הנפש ובנפש הכוללת את הגוף. ברצוני לחלוק עמכם את ההתחלה הזו ואת התפתחותה. זה התחיל בסוף שנות ה-60, במהלך מחקר הדוקטורט שלי, שנושאו היה: "שינויים בתדמית הגוף באירועים שונים של החיים". מנחה התיזה היה דידייה אנזייה (Anzieu), שהיה עסוק באותה העת במחקר ובכתיבה על חמישה עשר סיפורים שכתב בורחס קודם להתעוורותו. לא אתאר כאן את העבודה עם אנזייה באותם שנים, ואת הדיאלוגים שהתנהלו במהלכה; במבוא הבאתי לפניכם את המשך החשיבה של אנזייה ואת כברת הדרך שעשה בנושא הגוף¹³¹²¹¹; חשיבתו הייתה ועודה רלוונטית מאוד, ומלווה את עבודתי בפסיכואנליזה.

באותו הזמן פגשתי גם את גיזלה פנקוב (Pankov), שהתרכזת בעיקר בעבודה עם פציינטים פסיכוטיים. שיטתה מתאפיינת בהבניה דינמית של דימוי הגוף. פנקוב מגדירה את דימוי הגוף כשתי פונקציות סימבוליות: הפונקציה הראשונה של דימוי הגוף קשורה למבנה מרחבי, למשהו שיש לו צורה, גשטאלט, המבטא חיבור דינאמי בין הגוף כמכלול לבין חלקיו השונים; הפונקציה השנייה של דימוי הגוף קשורה למבנה של אותו חיבור דינאמי מבחינת התוכן והמשמעות. עבור פנקוב דימוי הגוף הוא ייצוג, רפרודוקציה של אובייקט. הפציינט הנורוטי יכול להכיר חלקים חסרים או בלתי-מחוברים של גופו כמו גם את המכלול שכל חלק שייך אליו, אף שהוא חושב ומדבר על הגוף כאילו הוא פרגמנטרי. בעבורו כל חלק של הגוף מייצג את הגוף כולו, ללא דיסוציאציה ומבלי להרוס את כל הגוף. לפציינט הפסיכוטי דימוי לא מחובר של הגוף, שבו חלקים של הגוף מאבדים את החיבור שלהם עם המכלול. פנקוב ניסתה להמציא גישה דינאמית לפסיכוזה, והיא מציגה

¹¹ Anzieu, D. (1971). Le corps et le code dans les contes de Borges, *Nouvelle Revue de Psychanalyse*, 3.

¹² Anzieu, D. (1987). Les signifiant formels et le moi-peau, in Anzieu D. et Houzel, D., *Les Enveloppes Psychiques*. Dunod, Paris, (2e ed. 1996), pp. 1-22.

¹³ אנזייה, ד' (1985). 'ה'אני-עור'. תרגום מצרפתית: א' רוזן. תולעת ספרים, תל אביב, 2004.



אותה במאמרה: "דיאלקטיקה בעולם של פרגמנטציה" (1956)¹⁴. במאמר היא מציעה כיצד לגרום אצל הפסיכוטי להיווצרות חיבורים בין הפרגמנטים השונים. מכיוון שהתהליך ההרסני תוקף את תהליך הסימבוליזציה, היא מנסה להפעיל שיטה המאפשרת לתקן את ההרס של הסדר הסימבולי. לשם כך היא משתמשת בטכניקה של מודלינג (modeling), של ציור, המערבת את הגוף ומבנה את גבולותיו. היא טוענת שהעבודה שפצינט עושה קשורה לסביבתו הפנימית, לקשרים שלו לאובייקטים פנימיים מחוצה לו. בהמשך היא טוענת שאזורים של הרס בתוך הדינאמיקה של דימוי הגוף קשורים להרס במבנה המשפחתי של הפצינט, הן אצל פצינטים פסיכוטיים הן אצל פצינטים פסיכו-סומטיים. במילים אחרות, יש אינטראקציה בין האחר לבין הגוף החי. לפגישה השנייה היא מבקשת להביא "עבורי" (עבור המטפל/המטפלת) משהו עשוי פלסטלינה. (1961, 1969, 1977)¹⁵. בתוך המפגש היא מבקשת מהפצינט לספר סיפור הדומה לחלום בהקיץ על המודל שהוא הכין. לטענתה, מטרת הפעולה היא שהפצינט יבטא את תביעתו ויכיר את הכמיהות הבלתי מודעות שלו. הפעלתי גישה זו כשטיפלתי בפצינטים נורוטיים. גיליתי שפצינטים הנראים מאורגנים ביותר ומוגנים על ידי השפה, חושפים לעיתים, דרך הטכניקה הזו, את היבטיהם הדיסוציאטיביים הפגיעים ביותר. המודלינג המלווה בסיפור של הפצינט הוא רב-סיבתי (multi-determined) כמו חלום. יחד עם המטופל אנו מנסים לברר את התוכן הגלוי והסמוי, ודרך האסוציאציות אנו מבינים את התכנים האלה ושמים אותם בהקשרים שונים: ההיסטוריה המשפחתית שלו, המבנה הבלתי מודע המשפחתי, דימוי הגוף, והגישה לטיפול, הקשר בין האובייקטים המופנמים לבין העולם החיצוני.

¹⁴ Pankow, G (1956) Structurization Dynamique dans la Schizophrénie. Bern Huber

¹⁵ Pankow, G (1981) The Psychotherapy of schizophrenia. An analytical approach employing the concept of the Body image, In Divergent Views in Psychiatry, NY Harper and Row

Pankow, G (1961) L'homme et sa psychose. Paris : Aubier-Montaigne

Pankow, G (1977) Structure Familiale et Psychose, Paris : Aubier-Montaigne

Pankow, G (1981) L'être-là du schizophrène, Paris : Aubier-Montaigne



בשנות ה-80 השתמשתי ביצירה בפלסטלינה בהתחלות של אנליזות ובעבודה עם ילדים. נעמי הולר היתה שותפה לשימוש בשיטה זו ולדיון שקיימנו לאורך שנים על מובניה ועל המשגותיה (גמפל 1992, 2006)¹⁷.

הפעם הראשונה שעשיתי שימוש בטכניקה זו הייתה בטיפול של ר'. ר' הגיעה אליי לפסיכואנליזה, והסיבה שנתנה לבואה הייתה: "אני לא מסתדרת עם עצמי ואני לא מרגישה תחושת חופש". היא התלוננה על קשרים חוזרים מחוץ לנישואים, המעמיקים בכל פעם את תחושת בדידותה. ר' הייתה אישה מושכת מאוד, שהחזיקה במשרה מנהלית חשובה בחברת שיווק וקשרי ציבור, והצליחה בעבודתה. לטענתה היו לה קשיים לפתח קשרים רגשיים, ואלו היו נישואיה השניים. היא רצתה מאוד להיכנס להיריון אך פחדה שהיא תיקלע לאותן התנסויות קשות שהיו לאימה. לר' הייתה אחות מבוגרת ממנה בעשר שנים, ובפער הזמן שבין הולדת ר' להולדת אחותה, עברה אימה שש הפלות. ההתרשמות הראשונית שלי הייתה שלפניי אישה הגרה מחוץ לגופה. המילים שלה העידו על מרחק בין עצמה לבין דבריה. המילים, יותר משהיו כלי לתקשורת, היו מחסום המונע קשר. בזמן הפגישה איתה הרהרתי איך אני יכולה לתקשר עם אישה שיש דיסוציאציה כזו בין המילה לבין האמוציות והגוף שמתוכו המילים נובעות. חשבתי שעלי להכניס לשיח כבר מההתחלה את מושג דימוי הגוף; בעניין זה הושפעתי בהחלט ממאמרה של פנקוב. ביקשתי מר' שתכין בשבילי משהו מפלסטלינה, ותביא אותו למפגש הבא.

לפגישה הבאה הביאה ר' שני מודלים שהכינה במשרד שלה, בין שתי פגישות עם לקוחות. כששאלתי אותה על המודל הראשון, היא אמרה שלא הרגישה רצון לעשות משהו מסוים, ותוך כדי משחק עם הפלסטלינה, היא שמה את הצהוב בתוך הורוד ואת שניהם בתוך הירוק, האחד בתוך השני. היא הראתה את הפיור ואמרה לי באירוניה: "זה כמו פניס בתוך

¹⁶ יולנדה גמפל לאלף מחשבות פראיות הרצאה שניתנה בבית הספר לפסיכותרפיה, ב-18.01.05

Gampel, Y.(2006) A language for remembering the future in "Language, Symbolization and Psychosis", Essays in Honor of J.Amati Melher. Karnak(in Print)

¹⁷ Gampel, Y. (1993). Access to the non-verbal through modeling in the psychoanalytic situation. British Journal of Psychotherapy, 9(3), 280-290.



ואגינה". המודל השני היה בצבע ורוד וכחול, דמות מפלסטלינה וסביבה טבעות. כשביקשתי ממנה לספר סיפור כמו חלום בהקיץ, אמרה: "פעם הייתה ילדה קטנה מאוד, עדינה וחמודה מאוד, שכדי לא להיפגע לבשה שמלה עשויה מטבעות מתכת. השמלה הייתה מבריקה והרבה אנשים נמשכו אליה, כי זה הבריק. אחרים התרחקו ממנה, כי הם לא אהבו את הברק הזה. הילדה התחילה להרגיש כלואה בתוך שמלתה, ורצתה להוריד את שמלת המתכת שלה. בהמשך היא גילתה שזו לא הייתה שמלה אלא העור שלה, ושהיא צריכה לחיות איתו". ר' התחילה לבכות ואמרה שכאשר סיפרה את הסיפור הזה, ובלי להתעמק בו יותר מדיי, היא הרגישה עד כמה היא ייחודית ושונה מהאחרים. היא נעשתה עצובה יותר ויותר, ופגשה אספקטים של עצמה שעד אז היו בדיסוציאציה, בשלילה ובהכחשה. בו-ברגע היא נעשתה מודאגת מאוד בשל המחשבה ששמלת המתכת לא תאפשר לה להיות בהריון.

בהתחלה חשבתי שעבודתה וסיפורה למודל הראשון ביטאו את יחסה האמביוולנטי לבקשתי, וההתנגדות שלה לבשה טון אירוני, כאילו אמרה לעצמה 'הנה אני מביאה לאנליטיקאי מה שאני חושבת שכל אנליטיקאי היה רוצה, פניס בתוך ואגינה'. למרות זאת ולמרות התנגדותה, היה במילים שלה ובגישתה כדי להעיד שהיא ערה למשהו שמתגלה בעבודה זו. ואז סיפרה לי דברים בלי להבין את מה שהיא יודעת ובלי לדעת שהיא יודעת את הדברים האלה, שבמשך הזמן, במטרה לשרוד, היא בנתה סביבה עור מתכתי שיגן עליה מפגיעה. היא דיברה בתוך האסוציאציות שלה על מי שהשמלה משכה את תשומת ליבם, ועל אחרים, שלהיפך, הדבר הפריע להם כי השמלה הזו פעלה כעטיפה נפשית. בן רגע היא נעשתה מודעת לכך שאין היא יכולה להוריד את השמלה, ושזו הפכה לחלק מעורה. העבודה הזו עם הפלסטלינה אפשרה לה לראות באופן ישיר וחד עד כמה היא סגורה בתוך עצמה ומה מעט החופש שיש לה, "משהו שקשה מאד לצאת ממנו", כדבריה. בלי להיכנס לפרטיה של האנליזה, אציין שמתחילתה ר' התאמצה מאוד לזהות את הרגע שבו לבשה את השמלה הזו. כמה שבועות לאחר מכן היא נזכרה בבירור בסצנה, שלאור המודלניג שלה, קיבלה מובנים חדשים. היא סיפרה שבהיותה בת ארבע וחצי נכוותה ברגליה, וחבשו אותה בצורה הדומה לטבעות שיצרה מפלסטלינה במודל השני שלה. היא נזכרה שלקחו אותה ממקום למקום בעגלת תינוק, וכל הילדים צחקו לה, ואז אמרה:



"שמתי קיר שהצחוק שלהם לא ייגע בי". אחרי כמה דקות של שקט היא נזכרה בפאב ובאופן שנכוותה: "היה לנו מטבח קטן מאוד, אמא טיגנה כבד עוף והביאה אותו לשולחן; אני עמדתי ואמא נתקלה בי, המחבת התהפכה והשמן החם שרף אותי. זה היה רציני מאוד, הורידו לי את הנעליים והתחלתי לקפוץ בתוך השמן ועל החלקים השרופים של רגליי".

היא התחילה לעבד את הקשר עם אימה, בעיקר את מה שבעינייה נחשב לאספקט התוקפני של אימה, ואשר "הרג" את כל איבריה שלה. תוך כדי העבודה הזו היא נכנסה להיריון. במהלך חודשי ההיריון היא הייתה עסוקה בשאלות אחדות: האם היא יכולה למצוא מקום בפנים וגם בחוץ ליצור האנושי שגדל בתוכה? האם השמלה של המתכת הוסרה ממנה דייה כך שלעובר יהיה מקום להתפתח? בעקבות אלה באה שאלה נוספת: האם תרגיש תחושת אובדן אם יסירו ממנה את השמלה והיא תבוא במגע עם האספקטים האימהיים שלה? במשך העבודה על נושאים אלו היא הלכה להיבדק על ידי גניקולוג, והוא אמר לה: "אין לך מספיק מקום בפנים כדי שהעובר יתהפך".

למפגש הראשון היא הביאה עמה תמונה שהייתה תלויה בביתה; את התמונה קנתה מצייר ברחובות פאריס בירח הדבש שלה. בתמונה נראתה אישה קשורה בטבעות חבלים. כשישבה בבית וטיפלה בילדה, הסתכלה ר' בתמונה והבינה את מה שנסתר מהבנתה כשקנתה את התמונה. היה חשוב לה ביותר להביא לי את התמונה כדי שתוכל להסיר מעצמה את שמלת המתכת.

בתנאים מיטיבים, העור נהיה הגבול בין אני לבין לא-אני, והנפש משתכנת בגוף. כך נוצר אינדיבידואל בעל חיים פסיכו-סומטיים (ויניקוט),¹⁸ אם התהליך משתבש, האדם חווה את עצמו כחסר עור וכמפוצל, ועולות בו חרדות ראשוניות שלא ניתן כלל לחשוב עליהן,

¹⁸Winnicott, D.W. (1948). Paediatrics and psychiatry, in: Through Paediatrics to Psychoanalysis. London: Karnac Books.

Winnicott D. W. [1949] Mind and its Relation to the Psyche-Soma.: Through Pediatrics to Psychoanalysis. The Hogarth Press.

Winnicott D. W. [1960] Ego Distortion in Terms True and False Self. in: The Maturation Processes and the Facilitating Environment. London Hogarth Press.

Winnicott D. W. [1962] Ego integration in child development in The Maturation Processes and the Facilitating Environment. London Hogarth Press.



אלא רק לחוות אותן: התפרקות לחתיכות, נפילה לאין-סוף, אבדן הקשר עם הגוף ואבדן האוריינטציה, או יצירה של עור משני (ביק, 1964)¹⁹.

הושפתי רבות מוויניקוט²⁰, בעיקר בעבודתי בפסיכואנליזה של ילדים. עבודתי עם squiggle game חיזקה את הבנתי, שבעבודה הקלינית החיבור בין הגוף לנפש אינו ניתן לפירוק. שכשפגשתי ילדים אוטיסטים, במקום שהגוף אינו נוכח, במקום שצריך להכניס נשמה לגוף ואף לתת לנשמה את הצורה של הגוף, מי שליוותה אותי בעבודה זו הייתה פרנסס טסטין (Tustin)²¹.

נוספה גם עבודתי רבת השנים עם מי שהיו ילדים בתקופת השואה. בזמן השואה גופם סבל כאב, רעב, פחד קיומי, והוא היה נוכח ומחוק בן-בזמן²². אותם ילדים ומתבגרים שעברו את השואה ולא יכלו לתת ביטוי מילולי לסבלם, כיצד הם השתמשו בגוף שסיפר את הסבל, את הכאב, את הבלתי אפשרי, שנים לאחר מכן?

הטאואיזם פתח בפני אספקט נוסף להתבוננות בגוף-נפש. בתיווכו של ז'אן מרק אַסְלֵה (Eyssalet)²⁵²⁴²³ התנסיתי הן בעבודה המיוחדת והמעמיקה עם הנשימה ועם עבודה על הגוף הן בטכסטים הסיניים הפילוסופיים העתיקים המלווים תורה זו.

¹⁹Bick, E. (1968). The experience of the skin in early object relations. *International Journal of Psycho-Analysis*, 49, 484-486.

²⁰ Winnicott, D.W. (1971). *Therapeutic consultations in child psychiatry*. London: The Hogarth Press.

²¹ Tustin, F, 1972, Autism and Childhood Psychoses. Science House, GB. P. 34, 30-32

²² Gampel Yolanda, 2005. *Ces Parents qui vivent à travers moi. Les enfants de guerres*, Fayard, Paris

²³ Eyssalet J. M. (1990) *le Secret de la Maison des Ancêtres*, Guy Tredaniel Editeur, Paris

²⁴ Eyssalet J. M. (1988) *Les Cinq Chemins du clair et de l'Obscur*, Guy Tredaniel Editeur, Paris.

²⁵ Eyssalet J. M. (1990) *Shen ou L'Instant Createur*, Guy Tredaniel Editeur, Paris.



אכן, ההשראה להרצאה זו טמונה בעבודותיהם של ביק, אנזייה, פנקוב, אלטן, דמאסיו, Tchuang Tseu, אַסְלָה, ביון, לאו דזה, וויניקוט וטסטין. כדי להתגבר על החרדה שמעוררת ההכרה בבורות, כל תרבות בוחרת דרכים משלה, ומנסה לשמור על אתנוצנטריות מתמדת. כשאנחנו מסוגלים להיפתח למחשבה אחרת, תהיה זו המחשבה ההודית או הסינית, אנו מכבדים את התרבות שלנו בכך שאנו מזמנים לה את האפשרות למפגש מחייה, מפגש מפרה עם תרבות אחרת. לדוגמה, בסין העתיקה היו מסתכלים על המציאות (Real) לא דרך האובייקט, לא דרך הרוח ולא דרך החומר, אלא דרך התנועה. המטמורפוזות והשינויים המתרחשים, התפקודים וההתפלגות שלהם מחדש, נותנים קדימות להקשבה לתנועה הטבעית, המתחדשת בכל רגע. בשאלותיהם על הטבע האנושי, הטאוואיסטים העניקו עדיפות לשינוי על פני הקביעות. הם התייחסו לא פעם לעבודה של הריק ולמודולציות שלו, ולא למציאות של המלא ולקביעותו. הם הרבו להתבונן במה שמחבר, יותר מאשר במה שמפצל או מחלק. הם ייחסו קדימות לחיבור (link), לקצב ולחוויה.

נשוב לדיוננו בנשימה כמקום של הזהות ושל ההמשכיות של אבות אבותיו של האדם. כיצד קשורה הנשימה באופן ישיר ליחס אם-ילד? בתחילת החיים העובר נמצא ברחם, ובו הוא שואף ונושף בזמן שהאם עצמה שואפת ונושפת. הוא מקבל חמצן מעובד דרך החיבור לאם. אט-אט הוא גדל, ונפער בו חלל מרכזי הדומה לתעלה, הקורקבן; אזי הנשימה, המשמשת כתקשורת ההולכת וחוזרת, מתחילה בקורקבן, עוברת לכליות ומגיעה לניאו-קורטקס הפרה-פרונטאלי. לאחר מכן, היא מגיעה לבסיס האף, ויוצרת שם את שני פתחיו של האף, הנחיריים. הפנים הם, אפוא, המקום שבו משתרשת הנשימה (עמנואל לוינס [Levinas]²⁶).

Dan Jing Mi Jue אומר בספרו *Le secret subtil du Classique de cinabre* :

מרגע שהנשימה מתקשרת עם הנשימה של האם, הנשימה של האם מתחברת עם הנשימה של הארץ והאדמה, שבתורה מתקשרת עם הנשימה של הריק הגדול. זהו מפתח גדול אחד לאחר, ישנה תקשורת הדדית. אין שום הפרדה, אין שום מכשול.

²⁶ Levinas E (1971) Totalite et infini, Essai sur l'exteriorite, La haye, Martinus Nijhoff



זהו החופש המוחלט, ובו-בזמן זוהי יצירה של שדה חי, שדה הנושם ללא הפרדה. זה המצב שהטאוואיסטים מתגעגעים אליו, רוצים לחזור אליו, מצב המהווה תיקון של המוח האנושי החם והחולה, הבונה עולם מאין-סוף אובייקטים המכבידים על הפרט. הפרט איננו יודע מה לעשות בהם, עד שהוא מעמיד ניגודים בין האובייקטים. כלומר, נשימה חופשית מתחילה בבסיס.

אומר Zhang San Feng :

העובר פותח את הרחם ויוצא. חותכים את חבל הטבור. הוא נוגע באדמה (כנגד השמיים, ושם את רגליו על האדמה). וישנה צעקה אחת.

בהסתכלות המסורתית, הביטוי הראשון של העצמי הוא היכולת להישען על האדמה ולא עוד על האם. זוהי ההתחלה של דו שיח אינטימי וקוסמי בין האדמה לבין השמיים: נוגעים באדמה ומפנים צעקה אל השמים. הצעקה מועברת באוויר. התנאי לביטוי השמימי של הקול בצעקה הוא היכולת של העצמי להישען על האדמה, היותו בעל בסיס משל עצמו. וכך כותב פרויד בעכבה סמפטום וחרדה²⁷ :

"בין החיים התוך-רחמיים לבין הינקות המוקדמת מתקיימת המשכיות רבה

יותר מכפי שהסזורה המרשימה של אירוע הלידה מאפשרת לנו להאמין."

הלידה היא גירוי כה חזק, עד כי היא אינה מאפשרת לנו להניח שיש לעובר Proto-Mind ואישיות, ולהניח כי לאחר הלידה הוא מסוגל לפתח את ה-Mind ל-Proto-Mind. במערכת העצבים המרכזית כל מהלך מנטלי מורכב יותר כולל בתוכו את המבנים הבסיסיים שהם: המוח הקדמון, ההיפותלמוס, התלמוס, ההיפוקמפוס והמערכת הלימבית. כלומר, לא ייתכן תפקוד קורטיקאלי מורכב, המיועד רק לפעולות המתוחכמות, אלא ישנן פעולות המתרחשות במקביל. כל המישורים, גם אלה הארכאיים ביותר, כלולים בפעולות המנטאליות המורכבות. נוסף על כך, אפשר לשמוע בתוך המישורים הארכאיים את המישורים העובריים של הגוף, המתחיל להיות גוף בתוך האם, כמעט ברצף עם הטבע. ניתן, אם כן, לערוך הקבלה שימושית מאוד בין החשיבה הטאוואיסטית לבין המחקר של מדעי המוח, תוך יישום התיאוריות של וילפרד ביון (Bion²⁸). ביון מעלה ממעמקי הנפש

²⁷ פרויד, זיגמונד. עכבה, סימפטום וחרדה. 2003, רסלינג.

²⁸ Bion W. R. (1972-1979). *A Memoir of the Future*, Karnack Books, 1991, London. Book 3, *The Dawn of Oblivion* (1979). Cluny Press, Perthshire



את החלקים ההיוליים, שניתן לראות בהתנהגותם התנהגות קבוצתית (הוא מציג מושג של מעין חיים קבוצתיים בתוך הפרט, כמישור של פעילות מנטאלית, התואמת את הארגון הנרקסיסטי, אך איננה דומה לו), או כאלה הבאים לידי ביטוי דרך תהליכים גופניים. לכל אלה יש השפעה מפחידה ומאיימת. ביון מציע לנו לחשוב על השלבים של התפתחות הגוף, כולל על השלב העוברי, על השלב הקדם-עוברי (Embryo), ואף על השבועות ועל החודשים שקדמו ללידה, כבעלי ייצוג במבנה של ה-Self.

אנו יכולים לומר שהמנטאליות של החלקים הפרימיטיביים של ה-Self שונים מאוד מהתהליכים שהפסיכואנליזה אמורה לחקור. חלקים אלה של האישיות קרובים הרבה יותר לנוירו-פיזיולוגיה מאשר לפסיכולוגיה. כלומר, זהו עולם המאופיין בדרגות או בכמויות של עוררות במקום במשתנים של ניואנסים רגשיים.

לאור כל הדברים שהועלו עד כה, דהיינו, התרומה של החשיבה הטאואיסטית ושל החשיבה של ביון בספרו האחרון, *Memoires of the Future*, השילוב ביניהן נראה בתחילה מוזר ומוביל לבלבול. אולם הם נמצאים ברקע של הדעת, ומתחילים לצאת לאור בתופעות הקליניות שבחזר העבודה. כדי שהפרט יוכל לשרוד הן בעולם הפנימי הן בעולם החיצוני, על החלק החושב של האישיות לדעת מהם החוקים של שני המוסדות, זה של הפנים וזה של החוץ. עליו לפנות מקום לכל אחד מהם, כדי שיוכל לשאת את האינטרסים של התשוקות ואת הקשרים הבין-אישיים שלנו, שהם לב החיים בתוך הנפש לסיום נפנה מבט חטוף על העבודה היומיומית שלנו בתוך השעה הטיפולית.

המשורר הפורטוגלי פרננדו פסואה²⁹ (Pessoa) מדבר על הזרות ועל האחרות כתופעות קיומיות:

לחיות זה להיות אחר. ולהרגיש זה בלתי אפשרי, אם מרגישים היום, כמו שהרגשנו אתמול: להרגיש היום אותו הדבר כמו אתמול, זה לא להרגיש – זה לזכור היום, את שהרגשנו אתמול. זה להיות היום השלד החי של מה שאתמול היה חיינו, של משהו שאבד לבלי שוב.

²⁹פסואה, פרננדו. ספר האי-נחת. 2000, בבל.



לפי דבריו של פסואה, אנו פוגשים את עצמנו כל יום מחדש. למרות שאנו פוגשים את המוכר לנו, קיימת גם זרות מסוימת. מה שיהיה מחר יהיה אחר, ומה שנראה מחר ייראה מנקודת מבט חדשה.

בהשקפה הפסיכואנליטית שבתוכה רובנו התפתחנו, אנו ערוכים באופן בסיסי להיפגש מחדש עם העבר ואפילו עם החשיבה של העבר שקבעה את ההווה. דהיינו, מה שמיוצג מחדש הוא העבר.

פרספקטיבה זו מציעה התערבויות המבוססות על מושגים כמו 'כאן ועכשיו', 'בדיעבד', 'נקודות קיבעון', 'חזרתיות' ועוד. כל עולם המושגים הזה מתבסס על חשיבה דטרמיניסטית וליניארית. מנקודת ראות זו, ההעברה היא דלת הכניסה לעבר, והיא המאפשרת שינוי. חשיבה מעין זו משאירה אותנו זמן רב מדיי בקיים, במוצק, ואינה מאפשרת לנו לחיות ולזרום. ביון, ואחריו ז'אנין פוג'ט³⁰ ואיסידורו³¹ ברנשטיין, מציעים המשגה שונה: מתוך הקשר הנרקם בין שני האנשים הנוכחים בשעה הטיפולית, מתהווה המרחב המנטאלי שהוא תוצר של הפרעה תמידית. ההפרעה נובעת מההשפעה על הנפש של עצם העמידה היציבה של כל סובייקט. כך נתפסת ההעברה לא רק כחזרה על מה שהיה, אלא כיצירה של משהו חדש. סוג חשיבה זה מניח אותנו במצב של חוסר ודאות, שבו אין אנו נשענים על סיפור העבר של הפציינט, אלא על ההתרחשות החדשה הנרקמת במפגש הנוכחי.

בסיטואציה הזו, המטפל והמטופל הם שני סובייקטים, שני אחרים נפרדים. ההיסטוריה של ההווה נוצרת כתוצאה מהנוכחות של השניים. הסתכלות זו גורמת להפתעה כזו העלולה להפריע לזהות המוצקה של הסובייקט, יהא זה המטפל או המטופל. להיות נוכח בהווה, לקבל את האחרות, מונעים את הכפייה על כל אחד מהסובייקטים לקבל את האידיאולוגיה של השני.

³⁰ Puget J (2006) The use of the past and the present in the clinical setting: Pasts and Presents, Int J Psychoanal, 87:1691-1707

³⁰ Berenstein, I., & Puget, J. (1997). *Lo vincular. Clinica y tecnica psicoanalitica*. Buenos Aires: Paidos.

³¹ Berenstein, I., & Puget, J. (1997). *Lo vincular. Clinica y tecnica psicoanalitica*. Buenos Aires: Paidos.



כך מתאפשרת ההפתעה ויצירת החדש והלא מוכר, היכולת לעבור מהמוצק לזורם, מהקיים לחי. באשר להעברה, אין היא מבטאת רק את ההתרחשויות ואת הקשרים מן העבר, המשוחזרים בהווה של הטיפול, והיא אינה אלא יצירה מחדש מדי יום ביומו.

יש קושי לראות כל סובייקט באחרות שלו ולכבדו באחרותו. היינו יכולים לקרוא לכך זרות ועיקרון האחרות, הגורמים לפעמים להלך רוח של רגזנות וטרדה.

איננו רגילים לחשוב שהקשר הפסיכואנליטי נוצר מממדים שונים של זמן, ומשני ממדים סובייקטיביים. גם איננו רגילים להשתמש בהווה, מפני שהוא חמקמק ובלתי אפשרי לתפיסה. קשה להתייחס להווה המתקיים, שכן, בגלל מיני סיבות ופחדים, עוצרים את האפשרות להיווצר באותו הווה, ומנסים לשמר את המצב, עוצרים את הזרימה, ומנסים להישאר בממד של זמן שעמד מלכת. העבר הוא אשליה תמידית, והוא בעל מובן סמלי. בהתייחסות של ההווה ועל ההווה, יכולים לראות שני סוגי עבר, האחד הקובע את ההווה, והאחר, השייך להווה עכשווי ולהווה שהעבר נוצר ממנו.

במידה מסוימת, משמעות הדבר היא שיש לעבוד יותר עם הזורם ועם החי, הפותחים דלת לעתיד, ושם יהיה עלינו לחקור את הדרכים השונות של ההתערבות.

האם יש לנו האומץ לחיות באותה המודעות שפסואה מציע לנו? האם יש לנו האומץ לעבוד כפי שביון, פוג'ט וברנשטיין מציעים לנו? כלומר, לחיות עם המודעות של אי-הידע (Ignorance), ואז לפגוש בתוכנו את האחר (בעיקר דרך החלומות שלנו – אף שגם החלום נעלם ומתנדף ברגע שמתעוררים, וההדחקה נמצאת כבר בפעולה. החלום הוא תוצר של הבלתי מודע ושל הלא ידוע, והוא נותר בזרותו אל מול החולם).

עקרון הזרות ועקרון האחרות עלולים להיות גורם מעכב לפעמים, כשהאחר הוא באופן מאיים מאוים זר, וכשהזר הוא באופן מאיים מאוים אחר.

