

שבירה ותיקון

מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית

ברוך כהנא

Breaking and Mending: A Hassidic Model for Clinical Psychology

Baruch Kahane



נשמה סדרה בפסיכולוגיה יהודית

עורכי הסדרה: מרדכי רוטנברג, ברוך כהנא ואיתמר ברנר

ועדה אקדמית: רותי גומבו, בני פלדמן, מיכל פכלר



www.massa.co.il

rmass@barak.net.il

עיצוב עטיפה ועימוד: סטודיו דוב אברמסון

מסת"ב 9-0291-09-965-978

© כל הזכויות שמורות להוצאת ראובן מס בע"מ, תשע"א

ת"ד 990 ירושלים 91009, טל' 02-6277863 פקס 02-6277864

All rights reserved, 2010 ©

Rubin Mass Ltd. Publishers & Booksellers

P.O.B. 990 Jerusalem 91009, Israel

Printed in Israel

סדר הפרקים

9	מבוא
30	שער ראשון: הפסיכולוגיה החסידית
30	מבוא למטאפיזיקה חסידית
40	מושגי יסוד בפסיכולוגיה החסידית
84	שער שני: הפסיכולוגיה המערבית הישותנית
84	האדם בהגות המערבית
126	השפעות הפוסט־מודרניזם על הפסיכולוגיה החדשה
137	שער שלישי: מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית
137	פסיכופתולוגיה
166	התיקון כפסיכותרפיה חסידית
199	תיקון חסידי ופסיכותרפיה מערבית
233	שער רביעי: יישום
233	תיאורי מקרה
312	נספח: על המתודה
317	הערות
352	ביבליוגרפיה
362	מפתחות



שלמי תודה

אין ביכולתי להזכיר כאן את כל מי שסייע לי בכתיבה, כי רבים הם. מורים, חברים ותלמידים. כל אלה שמעו בסבלנות את הרעיונות שהתגבשו בסופו של דבר לספר שלפניכם, חלקם קראו חלקים ממנו והעירו הערות מועילות.

אזכיר רק את מורי, פרופ' מרדכי רוטנברג, שהנחה אותי בעבודת הדוקטורט שעמדה בבסיסו של הספר הזה, שגילה מעורבות ואכפתיות שעודדו אותי ברגעים הקשים של תסכול והיתקעות (שכמותם היו לא מעט במהלך הכתיבה). לא פחות חשוב, אפשר לי לפתח את רעיונותי באווירה של חירות אינטלקטואלית מוחלטת.

ידידי הרב רונן בן דוד, היה הקורא הראשון של כל הכתוב והערותיו החשובות סייעו לי יותר משאוכל להסביר. גיסתי מרים פינטו עזרה לי במקצועיות ובמסירות בסידור הביבליוגרפיה. להם ולעוד רבים תודתי העמוקה.

איתמר ברנר, עורך הספר, הנחה אותי במסירות בתהליך המורכב (מורכב בהרבה מכפי שחשבתי) של הפיכת העבודה האקדמית לספר. הרבה למדתי ממנו על הדרך לצמצם את הרעיונות החסידיים המורכבים לכליו של קהל קוראים מגוון.

ועל הכל, תודתי העמוקה לאשתי חנה ולילדיי, על שנתנו לי את הזמן והחופש לעסוק בכתיבה, הקשיבו לרעיונות רבים הרבה לפני שהתגבשו לאמירה מסודרת ופשוטה להבנה, ולא חסכו ממני ביקורת בונה – כמו גם את העידוד האכפתי והחם. תודה.



לחנה

שבלי עידודה לא הייתי כותב שורה



מבוא

בכל הדורות, בכל התרבויות, אנשים רבים חשו שהם שרויים במצוקה, שחיייהם אינם מספקים, שהם אינם מאושרים, אינם מממשים את תפיסתם לגבי חיים ראויים וטובים. לפחות לחלק מאותן מצוקות מקור פנימי ולא חיצוני: לא עולם עוין עומד מול האדם, אלא שהוא עצמו מחבל באושרו מסיבה כזו או אחרת. האדם עצמו מואס בכל טוב שבידו, נכנס למערכות יחסים שסופן ברור מראש, מתעקש על מאבקים שידוע לו היטב כי ייזוק בהם. לעיתים הוא מוצף בתחושות מאמללות, שלא רצה בהן ולפי תחושתו לא הוא שיצרן, ובכל זאת ידוע לו שהן באות ממקור כלשהו בתוכו, ולא מהעולם הסובב. מצוקות כאלו - תשוקות הרסניות, פחדים בלתי מוסברים, דיכאונות ומחשבות טורדניות - נקראות 'מצוקות נפשיות'. כל תרבות מוצאת לה את הדרך הראויה, מבחינתה, להתמודד עמן, ואת המומחה האמור לסייע לסובל מהן בהתמודדותו. יש דוגמאות רבות ל'מומחים' כאלו: השמאנים של העידן העתיק, הגורואים וה'מוארים' בעולם המזרחי, חלק מהפילוסופים של יוון. בעולם היהודי שימש הרב, לעיתים קרובות, בתפקיד זה, ובתקופה מאוחרת יותר היה זה תפקידם של המשגיח המוסרי או של הרבי החסידי. בעולם המערבי הוטלו התפקידים הללו על הכומר, ובעידן ההשכלה עבר התפקיד אל הרופא, ואחר כך אל הפסיכולוג.

הדיסציפלינות שהזכרתי כאן שונות זו מזו באותה מידה שבה שונות התרבויות מהן צמחו. השמאן והפילוסוף, הכומר הגורו והרב, הרופא והפסיכולוג, כולם מייצגים דרכים נפרדות ושונות מאוד לתיקון עצמי ולהתמודדות עם המצוקה הנפשית. ויחד עם זאת תפקיד כולם לסייע לאדם להתמודד - עם עצמו ולא עם עולם האובייקטים. סיוע מסוג זה נקרא 'עזרה נפשית'. עזרה נפשית כזו מתבססת תמיד על הבנה מסויימת של המצוקה האנושית - איך אפשר לתקן אם אין יודעים מהו הקלקול? הבנת המצוקה חייבת להתבסס על הבנה כללית יותר של האדם, וזו בתורה מתבססת על הבנה כללית עוד יותר, מהסוג שאנו מכנים 'תפיסה פילוסופית' - אחרי הכל, האדם מתקיים בתוך מציאות. איך אפשר להבינו בלי לנסות להבין אילו תהליכים קיימים בכלל במציאות, איזה

סוג מכשולים עלול לשבש את התהליכים האלה? מובן שלא כל פסיכולוג מתעניין בשאלות כאלה. רוב הפסיכולוגים נוטים להתרכז במשימה המיידית העומדת לפניהם, והיא לעזור לפונה אליהם במצוקתו, תוך שימוש בכלים המחשבתיים שמספקת להם המסורת המקצועית אותה למדו. ובכל זאת, אם נעמיק ביסודותיו של הטיפול הפסיכולוגי, תמיד נמצא אותו בנוי על תפיסת עולם מוגדרת.

ספר זה ינסה לערוך מעין 'שידוך' בין שתי מסורות של עזרה נפשית שהתפתחו בעולמות תרבותיים שונים מאוד, המאופיינים על ידי תפיסות עולם שונות, אפילו מנוגדות. הראשונה היא הפסיכולוגיה המערבית, הרואה בעצמה מדע אמפירי-פוזיטיביסטי המנותק מכל דעה קדומה שהיא - דתית או מוסרית. השנייה היא המסורת החסידית, שהיא דתית בשורשה, ובלשונו של גרשום שלום מהווה את 'השלב האחרון של המיסטיקה היהודית'.¹ האם ניתן לשלב בין השתיים, או שיש כאן עירוב מין בשאינו מינו? אם הפסיכולוגיה היא אכן מדע אמפירי, הרי שהצירוף 'פסיכולוגיה יהודית' אינו אלא אוקסימורון, דוגמת 'ביולוגיה מוסלמית' או 'פזיקה נוצרית'.

אלא שהמחשבה העדכנית נוטה לערער על המודל המדעי הפשטני. הערער הראשון נובע מהטיעון התרבותי: כאשר הפסיכולוג מנסה להתמודד עם מצוקותיהם של מטופליו, עליו להיות מודע לכך שהמושגים התיאורטיים בהם הוא חושב, ממש כמו המושגים בהם משתמשים המטופלים כדי לתאר את חווייתם, הם חלק ממערכת סמלים תרבותית, המכילה תפיסת עולם מקיפה, שיש בה תובנות ייחודיות לגבי משמעות החיים, המצוקה, הניכור, הכישלון, והחשוב ביותר: דרך הישועה. נובע מכאן שאי אפשר להבין את הפרקטיקה הפסיכולוגית בלי להבין את הסביבה הרוחנית-תרבותית שבה היא מתרחשת.

אנתרופולוגים והוגי דעות טוענים כי תפקידה הראשון של כל תרבות הוא להעניק לאדם מושגים שסייעו לו להתמודד עם הרוע והכאב המציפיים את עולמו. קליפורד גריץ, האנתרופולוג החשוב, טוען כי תפקידן של הדתות השונות הוא לתת מענה ל"שלוש נקודות בהן הכאוס - הווה אומר, תוהו ובוהו של אירועים שאינם רק חסרי פשר אלא גם נמנעי פשר - מאיים לפרוץ אל תוך עולמו של האדם".² נקודות אלה הן, לדעתו: "גבול יכולתו האנליטית, גבול יכולת הסבל שלו וגבול תובנתו המוסרית".³ כלומר: האדם עומד תוהה

מול אי יכולתו להבין את העולם ולתת לו פשר, מול ייסוריו, מול חוסר הצדק השורר במציאות. כדי להתמודד עם כל אלו הוא יוצר לו דתות שונות, שכולן 'מערכות סמלים' שמטרתן "להטביע בבני אדם הלכי רוח ומוטיבציות עזים, מעמקי חדור ומאריכי ימים, באמצעות ניסוח השקפות בדבר סדר העולם הכללי" (שם, עמ' 92). כאשר פסיכולוג יוצר תיאוריה טיפולית, ממשיך הטיעון הזה, הוא אינו יכול לחרוג מגבולות עולמו התרבותי והוא פשוט מנסח את ההגות המקובלת בתרבותו במונחים 'מדעיים', אובייקטיביים לכאורה.

הפסיכולוגיה המערבית, כמו כל מסורת פסיכולוגית אחרת, אינה יכולה להיות באמת אובייקטיבית, מנותקת מהשקפת עולמם של החוקרים והמנהחות היסוד של תרבותם. ואכן, לטענת מרדכי רוטנברג, רוב שיטות הפסיכותרפיה המקובלות התפתחו במסגרת המחשבה הנוצרית, המוצאת את שורשי הרע ב'חטא הקדמון', שהאדם אינו יכול להימלט ממנו בכוחות עצמו. החטא מתקיים כמציאות בסיסית ועצמאית שאין לאדם יכולת להשפיע עליה או לתקנה.⁴ נובעת מכאן תפיסת עולם פסימיסטית, הרואה בהווה תוצאה בלתי נמנעת של חטאי העבר אליהם אנו כבולים.

הטיעון התרבותי יאמר שנובעת מכאן מגבלה בסיסית המאפיינת את הפסיכולוגיה המערבית כולה. איך תוכל פסיכולוגיה כזו לסייע באמת לאנשים שגדלו במסורת תרבותית-רוחנית שונה, נאמר, כזו המאמינה ביכולתו של האדם להשפיע על גורלו ולתקן את עצמו באופן שורשי ועמוק? האם מסורת תרפוייטית כזו לא תתעלם בהכרח מאפשרויות שונות של תיקון וסיוע נפשי?

יותר מזה. תרבויות אינן ישויות סטטיות נוקשות. התרבות המערבית שאנו חיים בה נמצאת היום בתהליכי שינוי עמוקים, הנובעים - יש להניח - מאי שביעות רצון עמוקה שרובנו חשים כלפי הנחות היסוד התרבותיות עליהן היא מושתתת. הפסיכולוגיה המערבית החלה את דרכה בניסיון להיות חלק בלתי נפרד מן המדע המערבי המקובל, שכולו אמונה בחוקי טבע מוחלטים ואובייקטיביים. עם הזמן החלה הפסיכולוגיה המערבית לטול חלק בתהליכי השינוי הכלליים העוברים על התרבות המערבית כולה. במסגרת זו החלה גם התעניינות רבה בגישות פסיכולוגיות 'לא מערביות'. כבר בשנות ה-70 כתבו הול ולנדוי, בספרם הקלאסי על 'תיאוריות באישיות':

הניסיון להגיע להבנה מסודרת של אישיות האדם והתנהגותו לא החל עם הפסיכולוגיה המערבית בת זמננו. הפסיכולוגיה שלנו, בת 100 שנים לערך, אינה אלא הגרסה האחרונה של מאמץ שגילו, כנראה, כגיל האדם.⁵

הוסיפו:

הפסיכולוגיות המזרחיות באות ממסורת שהיא בעיקרה דתית ומטאפיזית, אך מבוססת על תצפיות וניסיון ישיר. לעומת זאת, הפסיכולוגיה המערבית באה ממסורת המבוססת על פילוסופיה ומדע, לכל אחת מהן תחום משלה ומגבלות משלה. הפסיכולוגיות מן המזרח, כמו אלו שלנו, הן תיאוריות מכובדות על התנהגות האדם.⁶

מסורת רוחנית אחת - מסורת היהדות - נותרה רבה מחוץ לטווח ההתעניינות של רוב התיאורטיקנית המערביים. רוטנברג עמד על כך כשכתב:

בעוד חקר המשמעויות החברתיות של האתיקה הנוצרית והאתיקה המזרחית עולה כפורח, כמעט אין בנמצא ניתוח המוקדש לדפוסים אפשריים של התנהגות חברתית ששורשיהם יונקים מן האתיקה המיוחדת של היהדות... חיסרון זה יש בו כדי להתמיה, שכן דווקא אתיקת הגאולה היהודית היא יחידה במינה מבחינות רבות, בעיקר משום שהיא מציבה במרכזה את הזולת, ואילו בין האתיקה הנוצרית והאתיקה המזרחית אפשר למצוא קווים משותפים...⁷

לדעת רוטנברג, משותפת לשתי תפיסות העולם האלה ראיית האדם כמי שצריך להשיג את אושרו בתוך עולם קר ועויין. החשיבה המערבית מחפשת דרכים להתמודד עם העולם, להסתגל אליו או לנצחו. החשיבה המזרחית תחפש דרכים לפרוש ממנו ולחפש את האושר בתוך האדם עצמו. שתיהן מעמידות את האדם מול העולם והזולת במצב ראשוני של מאבק. לעומת זאת, תפיסת העולם היהודית לגוניה רואה את המציאות כטובה ושואפת אושר ביסודה, וממילא לפיה יכול האדם לקבל את אושרו ומשמעות חייו רק מתוך דאגה מתמדת לסביבתו, ולא בהכרח מתוך מאבק עמו. מכאן נובעת גם גישה פסיכולוגית חדשה, שיתכן ותתגלה כרבת ערך במיוחד.

רוטנברג טוען שהבסיס המחשבתי העמוק של האתיקה היהודית זכה לניסוח בהיר במיוחד בתורת הצמצום הקבלית, במיוחד בגרסתה החסידית. בהמשך אעמוד בהרחבה על משמעות הפסיכולוגיה של הצמצום, אבל כבר כאן אדגיש שלפי תפיסה זו עצם האפשרות לקיומו של העולם האנושי נובעת מכך שהאל האינסופי צמצם את עצמו, כביכול, על מנת לפנות מקום לבריאה. צמצום עצמי זה היה אקט של חסד מופלא, משום ששורש הכל היה ברצונו של האל "להיטיב מטובו ית"ש לזולתו"⁸; ולצורך אותה הטבה בא הצמצום. אם כן, שורש הבריאה הוא הרצון האלהי לגילוי הטוב האינסופי שבו במציאות האנושית המוגבלת, ודרך הבריאה היא הצמצום. הצמצום מוסבר כנכונותו של הבורא שלא לגלות את מלא הטובה שהיה יכול להיטיב, אלא רק את אותה מידה שהאדם יכול לשאת. ממש כשם שעניינים "מתעוורות" מול שפע מוגזם של אור, וכדי לראות באמת עלינו לעמעם מעט את ההארה. כך כתב המגיד ממזריטש:

צמצם הש"י כביכול את בהירותו כדמיון אב המצמצם את שכלו ומדבר דברי קטנות בשביל בנו הקטן... והצמצום היה בשביל ישראל וגם האהבה גרמה את הצמצום (ר' דב בר, המגיד ממזריטש, ליקוטי אמרים, א').

דווקא כאשר האור אינו מצומצם, נמנע מאיתנו לקבל אותו. צמצום האור הוא התנאי ליכולתו להאיר.

מכאן נובעת תפיסת עולם אופטימית ביסודה. שורש כל מציאות הוא האור, שהוא טוב. וגם הרוע בעצמו הוא אור, אלא שהוא 'שבור' ומנותק ממקומו הראוי, ולכן גם ניתן - באופן עקרוני - ל'תיקון'. ברצוני להציע כי לתפיסת עולם כזו יש השלכות רבות על מושגי היסוד של הפסיכולוגיה הקלינית. הבנתנו את מושגי הפסיכופתולוגיה הנפשית ואת תהליכי הטיפול והרפוי הנפשי חייבים להשתנות כאשר מתבוננים בהם דרך המושגים החסדיים.

בשורה ארוכה של ספרים הדגים רוטנברג כיצד ניתן להתייחס לנושאים שונים דרך מושגי הצמצום, ובין היתר נגע בשאלות קליניות מובהקות (כמו אבחון הפרעות נפשיות שונות והטיפול בהן). בכך הניח את היסודות לתרגום מושגים חסידיים לשפה מערבית עדכנית, ויישומם לנושאים העומדים במרכז העיסוק העכשווי של מדעי החברה. ספר זה ינסה להציע, בעקבות עבודתו

החלוצית של רוטנברג, פיתוח של אותם מושגים לתיאוריה פסיכולוגית מקיפה, המבוססת על המבנה המחשבתי המפורט של החסידות.

המבנה שאציע מתבסס על ההנחה כי בשורש כל רצון אנושי נמצאת שאיפה לטוב, המכונה בדרך כלל 'אור', אלא ששאיפה זו מתעוותת בדרכה להתגלות במציאות האמפירית של האדם. אותו עיוות הופך את ה'אור' לאפלה גמורה: למניעים כמו חמדנות, אכזריות ודומיהם. שני מושגי מפתח עומדים ביסוד המודל: הראשון הוא 'השבירה', שהיא השם הכולל לאותה טרנספורמציה בה מתעוות 'האור' והופך (בין היתר) למניעים אפלים או מעוותים. השני הוא 'התיקון', שהוא השם הכולל לתהליכים בהם מתאמצים ניצוצות האור שנפלו 'בשבירה' לחזור למקורם, לשוב ממצבם הנפול ולחזור 'להאיר' (כלומר, להשתלב בחיים של אושר ונתינה לזולת).

בספר זה אנסה להראות כי 'השבירה' עשויה להיות מושג מפתח להסברת אותם מצבים שאנו מכנים היום 'פסיכופתולוגיה', ואילו 'התיקון' עשוי להתגלות כהסבר מוצלח לתהליכים המתרחשים בפסיכותרפיה. בכך אנסה להציע את מושגי החסידות ככלי רב ערך בידיו של פסיכותרפיסט עכשווי.

בדברים אלה אני מניח שתי הנחות הטעונות ביסוס:

(1) שעולם הפסיכותרפיה, המאכלס בדחיסות עשרות תיאוריות ושיטות טיפול מגוונות, אכן זקוק ל'סיוע חיצוני' בדמות אותם מושגים חסידיים.

(2) שהחסידות מכילה מושגים פסיכולוגים טובים ויעילים, המתגבשים לכלל תיאוריה שלמה ואחדותית ביסודה (למרות הפיצול הגדול בתוך העולם החסידי).

אנסה לבסס כל אחת מהן בנפרד.

(א) המשבר הפילוסופי של הפסיכולוגיה העכשווית, ותרומתה האפשרית של החסידות

כפי שכתבתי, טענתי אינה רק שפסיכולוגיה חסידיית מרתקת אכן קיימת, אלא גם שיכול להיות לה ערך טיפולי, ככלי מחשבתי העשוי לסייע

לפסיכותרפיסט עכשווי (ולא רק לכוזה המתמחה בטיפול ב'חסידיים'). ברצוני להדגיש כי איני מבקש להציע את המודל החסידי כמודל המנסה לפסול את הכלים המושגיים הקיימים ולהחליפם, אלא כמודל העשוי להתקיים לצדם ולסייע להם.

כדי להסביר את כוונתי, אציב זו מזל זו שלוש מערכות חשיבה רחבות ואצביע על ההשלכות האפשריות שיש לכל אחת מהן על היחס למסורות פסיכולוגיות תלויות תרבות. שלוש המערכות הן – המדעית, הפוסט-מודרנית, והחסידית. לכל אחת מהן אפיונים משלה.

הפסיכולוגיה כמערכת מדעית: תפיסת הפסיכולוגיה כ'מדע' היתה בעבר, ואולי עודנה, התפיסה הנפוצה ביותר. עד היום, רוב ספרי המבוא לפסיכולוגיה פותחים בהצהרה על היות הפסיכולוגיה "מחקר מדעי על התנהגות ותהליכים מנטליים" (הילגרד ואטקינסון, 95, עמ' 11), או בניסוח אחר הקובע כי "כדיסציפלינה חוקרת, משתמשת הפסיכולוגיה בגישה המדעית, גישה המשותפת לכלל המדעים" (זיו, תש"ס, עמ' 12). השאיפה למדעיות ואובייקטיביות עמדה ביסוד שיקוליהם המתודיים של זרמים בפסיכולוגיה. הזרם הקיצוני ביותר בהקשר הזה הוא הזרם ההתנהגותי, הכופר באפשרותנו להתייחס לכל נתון שאינו ניתן לצפייה "אובייקטיבית". גם פרויד, המקבל את הסובייקטיביות הנפשית כנושא לגיטימי למחקר, כותב כי כוונתו האמיתית היא "לספק פסיכולוגיה טבעית-מדעית, כלומר להציג את התהליכים הנפשיים כמצבים כמותיים קבועים של חלקיקי חומר נקובים, וכך להפוך את התהליכים הללו לתהליכים גרפיים ועקביים" (מצוטט אצל גיי, תשנ"ד, עמ' 75). גיי מוסיף כי פרויד: "לא זנח מעולם את שאיפתו לבסס פסיכולוגיה מדעית. בספרו 'מבוא לפסיכואנליזה', הסכום הסופי שכתב בלונדון כשנת חייו האחרונה... כתב פרויד כי הדגש ששמה הפסיכואנליזה על הלא מודע אפשר לה 'לתפוס את מקומה בין מדעי הטבע האחרים'" (שם, עמ' 76).

האידיאה של הפסיכולוגיה כמדע התבססה על עוצמתו האדירה של המדע כאידיאה כובשת, המתיימרת להסביר עולם ומלואו. ככל שהצלחתו של המדע גדולה יותר, ככל שמתרבים התחומים בהם הוא עוסק בהצלחה, כן מתגבר הפיתוי להחיל את המתודה המדעית על תחומים רחבים ומורכבים

יותר ויותר. כך למשל הסביר ג'ונתן מילר את האווירה האינטלקטואלית ששררה בעת ראשיתה של הפסיכולוגיה המדעית במאה ה-19:

הפיסיקה כבר השתחררה מן הסכולסטיות העקרה, ואם כי הוסיפה להיקרא 'פילוסופיה של הטבע' נותרה פילוסופית בשם בלבד... עם פרסום חיבורו של ג'יימס האטון 'תיאוריה של הארץ' הלכה הגיאולוגיה ונעשתה מדע, לאחר שעמד לבואוזה על תפקידו של החמצן בתהליך השרפה נעשתה גם הכימיה תחום שבו נפתרות הבעיות על דרך הניסוי. לאחר השלמת השלב הראשון של מה שהוגדר 'מיכון תמונת העולם', אין פלא שהמדענים היו להוטים לגשת אל נפש האדם בכלים אנליטיים מאותו סוג עצמו, אך ההתקדמות בשטח זה היתה איטית ומהוססת (מילר, תשמ"ו, עמ' 10).

התחושה הכללית היתה כי בסופו של דבר תשתלב נפש האדם בתמונת העולם המדעית הכוללת, לאחר שהמחקר יתגבר על אי אילו קשיים טכניים ומושגיים. ליבוביץ' צטט את הפילוסוף האוסטרלי ג' ג' סמרט:

במידה שאנו מסתמכים על המדע לא נמצא בעולם אלא מערכות שונות של מרכיבים פיזיקליים, בדרגות שונות של סיבוך והרכבה. כלל זה חל על הכל, פרט לדבר אחד - התודעה. זאת אומרת, לשם תאור מלא של המתרחש באדם, לא נוכל להסתפק בהתייחסות לתהליכים הפיזיקליים ברקמות גופו, בבלוטותיו, במערכת העצבים שלו, בשריריו וכו', אלא עלינו לעמוד גם על מצבי תודעתו, תחושותיו החזותיות, השמעיות והמישוריות, על מחושיו וכאביו... נמצא שתחושות, מצבי התודעה, נראים כפרט אחד ומיוחד שנותר מחוץ לתחומי התיאור הפיזיקליסטי, ומטעמים שונים אין אני מסוגל להאמין שאמנם כך הוא הדבר. דומני שלא יתכן שכל דבר בעולם נתון להסבר בקטגוריות של הפיסיקה... פרט לעובדה שיש תחושות.⁹

מובן שבמסגרת מחשבתית כזאת אין מקום למסורות פסיכולוגיות תלויות תרבות, כשם שאין מקום לדבר על "פיזיקה מוסלמית" או "כימיה בודהיסטית". במידה ופרקטיקה מסוימת תוכיח את עצמה, יש להסביר את הצלחתה במושגים הלקוחים מן התיאוריה בה מאמין החוקר. למשל, כך מבאר פרויד את כוחה של הפרקטיקה הדתית:

הטכניקה של הדת היא להפחית מערכם של החיים ולסלק את תמונת העולם הממשי בצורה דמוית שיגעון. תנאי לכך היא השתקת כוח החשיבה של האדם בדרך של הטלת אימים בו. במחיר זה - על ידי הקבעה כפויה של אינפנטיליות נפשית בבני אדם והטלת שיגעון המוניים בהם - מצליחה הדת לחסוך מאנשים רבים את הנאורוזה האינדיבידואלית.¹⁰

מן ההגינות לומר ששבט מוסרו של פרויד לא הונף על הדת לבדה:

אנו מוצאים בנאורוזה הקבלות בולטות ומעמיקות ליצירות החברתיות הגדולות של האמנות, של הדת, ושל הפילוסופיה. אפשר להעז ולומר שההיסטוריה היא קריקטורה של יצירת אמנות, נאורות הטורדנות (האובססיה) היא קריקטורה של הדת והטרופ הפרנואי הוא קריקטורה של שיטה פילוסופית (Freud, 13-b, p 73).

האופי הקריקטורי אינו נובע אלא מכך ש"הנאורוזות מבקשות לפעול בכוחות עצמן מה שנוצר בחברה בעבודה סוציאלית" (שם). אמונתו של פרויד במדע היא כל כך גדולה עד שברור לו שכל הישג אחר של רוח האדם, כמו הפילוסופיה או האומנות, חייב להיות מוסבר עד תום על ידי התיאוריה המדעית ה"נכונה" (שלו, כמובן). אין לו צורך לבחון את אמיתותה הפנימית של תפיסה דתית או פילוסופית כלשהי, אלא לתאר ולנתח אותה במושגיו שלו. באווירה כזו אין פלא שהפסיכולוגים שחלקו על דעתו של פרויד זכו לניתוחים דומים (למשל: על אדלר כתב כי הוא סובל מהזיות רדיפה פרנואידיות¹¹ ועל פרנצי אמר כי הוא נמצא בהתמוטטות גופנית שגרמה לו לנסיגה רגשית והיא אשר הולידה את התיאוריות המאוחרות שלו.¹² קל לתלות ביטויים כאלו באישיותו של פרויד, אולם קשה להתעלם מן הקשר הישיר שבין סיפור העל המדעי, הפסקני והאוטוריטטיבי, לבין אופיין הסוער של המחלוקות בעולם הפסיכולוגי, בתקופה בה היה סיפור העל הזה בשיא השפעתו. מסתבר שמטפלים רבים עדיין אוחזים בתפיסה כזו כפי שמעיד, למשל פרדריק קייסמנט בכתבו כי "גיליתי שישנם פסיכואנליטיקאים המגינים על הדוגמא שבה בחרו בדבקות דתית ממש, לעיתים הם אף מצפים מהאחרים לפתיחות הרוח שלה אין הם מסוגלים בעצמם".¹³

לעמדה פילוסופית כזו השלכות טיפוליות כבדות משקל. היא מעמידה את המטפל והמטופל בעמדה הא-סימטרית של רופא וחולה, כאשר אחד מהם

הינו בעל הידע האמור להיות אובייקטיבי וודאי, ואילו השני הינו אובייקט סביל לפרשנות להבנה ולסיוע. פרויד המשיל את הטיפול הנפשי ל"ניתוח", מטאפורה המדגישה את הא-סימטריה הבסיסית הזו: בניתוח רפואי ישנו צד פעיל וצד סביל, ואין דיאלוג. גם מעבר למטאפורה, פרויד תיאר את דרך הטיפול שלו ככפיה של פרשנות על המטופל: "למדת", הוא כותב, "להחזיק בהשערותי בעקשנות עד שגברתי על חוסר כנותם של החולים וכפיתי אותם לאשר את דברי".¹⁴

רוטנברג ראה בעמדה טיפולית כזו הופעה מחדש של דמות המיסיונר הנוצרי, המחזיק בידו את המפתח המוסמך, האחד והיחיד, לגאולת הנפש, והנשלח להציל את החוטא האומלל שלפניו מן החטא, הבערות והאשמה שאיננו מודע לה.¹⁵ ביקורת על העמדה ה'מיסיונרית' הזו נמתחה גם מתוך המחנה הפסיכואנליטי עצמו. קייסמנט ראה בכך סכנה טיפולית מובהקת: "הוודאות הדוגמטית תגביל תמיד את חירות המחשבה של הפסיכואנליטיקאי ואת המרחב האנליטי, שבלעדיו לא יוכלו המטופלים... להתפתח במלאות ולהגיע למיצוי הפוטנציאל היצירתי שלהם".¹⁶ הוא מדגיש כי האנליטיקאים חייבים "לרכוש את היכולת לעבוד בדרכים שונות וזמנים שונים" (שם, עמ' 177). אולם האם תיתכן פתיחות כזו במסגרת סיפור העל המדעי?

נראה כי במסגרת החשיבה הזו, הצידוק היחיד שיכול להיות לפסיכולוגיה תלוית תרבות הוא טכני ביסודו. תמיד אפשר לטעון כי כדאי למטפל להכיר את עולמם המושגי של אלו העשויים להיות מטופליו כדי להעמיק את התקשורת עמם. בילו וויצטום (בילו וויצטום 93, עמ' 94) הדגימו שימוש יצירתי ומוצלח בטכניקה כזו, אולם מאמרם מדגיש גם את המקום המוגבל שהם נותנים למושגים הדתיים בהם הם משתמשים. הם מפליאים להשתמש בלשונו הדתית של המטופל, בלי לערב בתהליכי החשיבה שלהם כמטופלים כל שימוש באופני חשיבה וניתוח שאינם מערביים מובהקים.

הפסיכולוגיה בעידן הפוסט-מודרני

בניתיים השתנו המגמות בעולם הרוח הכללי, והגענו לתקופה המכונה 'פוסט-מודרניזם'. המדע עודנו קיים, כמובן, ונהנה מיוקרה כבירה. אולם שוב אין מייחסים לו מעמד של 'סיפור על' שהכל חייב להיכנס למסגרתו. ז'אן ליוטאר, מאבות הזרם החדש, כתב: "אבד האמון בסיפור הגדול".¹⁷

אובדן זה, הוא קובע, נובע משורשיו ההגותיים העמוקים ביותר של המדע: "משבר הידע המדעי, שהסימנים לו מתרבים החל מסוף המאה ה-19, אינו נובע משגשוג מקרי כביכול של המדעים כתוצאה מן הקדמה הטכנולוגית והתפשטות הקפיטליזם. הוא נובע משחיקה פנימית של עיקרון הלגיטימיות של הידע"¹⁸. עדי אופיר, מנציגי הזרם בישראל, הבהיר את התפיסה החדשה באומרו כי לפיה

אין בנמצא נקודת מבט חיצונית, לא מעורבת, שממנה ניתן להשקיף על מכלול הדברים, לא ביחס למציאות הטבעית ולא ביחס למציאות ההיסטורית... כל ניסיון להבין את המכלול כרוך בקיטועו ועיוונו לפי הפרספקטיבה של אותה עמדה...¹⁹

מהביטוי 'כל ניסיון' משתמע כי גם הניסיון המדעי המוצלח ביותר אינו אלא עמדה יחסית וחלקית, שאינה מתיימרת להקיף את מכלול הדברים.

יהיה זה, כמובן, מעבר למסגרת הספר הזה להתמודד עם מכלול השלכותיו של הפוסט-מודרניזם, ואסתפק באופקים שפתחה המחשבה החדשה בפני הפסיכולוגיה והאנתרופולוגיה.

בעידן הפוסט-מודרני, זנחה האנתרופולוגיה את סיווג התרבויות לפי מידת התאמתן לאורח החשיבה המדעי. את מקום החלוקה בין תרבויות 'פרימיטיביות' או 'קדם לוגיות' לבין תרבויות רציונליות-מדעיות, תפסה ראיית האדם כבעל יכולת ליצור לעצמו מערכות של מושגים שיעניקו משמעות למציאות הסובבת אותו,²⁰ כאשר אין קריטריון על שלפיו ניתן לשפוט את אותן מערכות של משמעות - כל תרבות והקריטריונים שלה. גירץ, שהוא ממובילי הקו הזה באנתרופולוגיה, הסביר כי

בני אדם הם בעלי חיים בלתי שלמים או בלתי גמורים, המביאים את עצמם לכלל השלמה או גימור באמצעות צורות תרבות פרטיות ומיוחדות ביותר. תרבות דובאי או תרבות יאווא, תרבות הודית או תרבות איטלקית, תרבות המעמד הגבוה או תרבות המעמד הנמוך, תרבות אקדמית או תרבות מסחרית.²¹

ממילא הולכת ומתבהרת חשיבותה של התרבות לעצם קיומה של הנפש האנושית: "הרעיונות שלנו, הערכים שלנו, הפעולות שלנו, אפילו הרגשות שלנו, כל אלו, כמו מערכת העצבים שלנו עצמה, הם מוצרי תרבות"²². לכן

גם יכולה כל תרבות לקבוע קריטריונים משלה לתקינות נפשית, והתנהגויות הנראות תקינות לגמרי בתרבות מסוימת עלולות להיראות חריגות ביותר בתרבויות אחרות. הדוגמא המפורסמת ביותר לכך היא, אולי, תופעת האמוק הרווחת באיי באלי. תופעה זו מתרחשת במהלך טקס דתי שבשיאו "מתחילים צופים משני המינים להיכנס לטרנס, שועטים החוצה כדי לדקור את עצמם, להתאבק זה עם זה, לטרוף אפרוחים חיים או צואה, להתגולל כשהם מפרכסים ברפש, וכן הלאה".²³ התנהגויות כאלו, שהן נורמטיביות לחלוטין בבאלי, היו מזכות את עושיהן בפנסיון מלא בבית חולים פסיכיאטרי בכל מקום במערב.

כלומר: לכל תרבות מערכת משמעויות משלה, תפיסות משלה ופתרונות משלה למצוקות אנוש. כל תרבות מעצבת לה אורחות חיים האמורים לתת מענה כלשהו לאותן מצוקות. יותר מזה, אי אפשר להגדיר את מצוקתו של אדם אלא באמצעים הלקוחים מתרבות כלשהי. כך למשל, האנתרופולוג יורם בילו הציע כי 'דיבוק', הידוע ממקורות רבים, הוא סוג של 'הפרעה דיסוציאטיבית' (סוג מסוים של הפרעה נפשית).²⁴ מה פירושה של קביעה כזו? קיימת תופעה התנהגותית או חווייתית מסוימת שניתנת לתיאור התנהגותי, ואפשר להציע לה שני הסברים תרבותיים: תרבות אחת תקרא לה 'דיבוק', ואחרת תקרא לה 'הפרעה דיסוציאטיבית'. אם כך, מהו הדיבוק 'באמת'? כל עוד חיינו בעולם ה'מודרני' שבו היתה אמת מדעית ברורה אחת, לא היתה שאלה: האמת הלגיטימית היחידה היתה האמת הפסיכולוגית-מדעית, ולפיה קיימת תופעה נפשית 'דיסוציאטיבית', אשר מחוסר הבנה נאותה פורשה בעבר כ'דיבוק'. אולם מרגע שבו אובדת האמונה במדע כבסיפור כוללני, ניתן לקבל את הסבריהן של התרבויות השונות כ'רטיבים' (כלומר כסיפורים) לגיטימיים, ובלבד שיתגלו כיעילים בטיפול בבני תרבויות ספציפיות לאור מושגים וערכים הלקוחים מתרבותם.²⁵

עולם הפסיכותרפיה הושפע עמוקות מהמגמות החדשות. ראשית יש להזכיר את עלייתה של הפסיכולוגיה הנרטיבית (סיפורית), שהתפתחה כמשקל נגד לאמונה שמדעי האדם - בדומה למדעי הטבע - עוסקים בעובדות אובייקטיביות.²⁶ לדעת עומר ואלון, שתי אסכולות הגותיות מעודדות את הגישה החדשה. יש 'הסוברים כי מכיוון שהאמת ההיסטורית מתה, רשאים המטפלים לבדות מעתה סיפורים כאוות נפשם ולמכור אותם למטופלים';

וכן יש "הטוענים כי עם חורבנה של הימרה לאובייקטיביות איבדו המטפלים את יתרון הידיעה המדעית, ומעתה שומה עליהם לפנות למטופלים מתוך עמדה ענווה של אי ידיעה".²⁷

גם פסיכואנליטיקאים רבים, כמו למשל קייסמנט, טענו כי "האנליטיקאי נזקק לעיתים להסתמך על מגוון רחב של תיאוריות כדי להתגבר על המגוון של התופעות הקליניניות שבהן הוא נתקל... [אנליטיקאים] אינם יכולים להרשות לעצמם נישואים מונוגמים מדי עם תיאוריה אחת".²⁸ כך הופכות התיאוריות עצמן ל'נרטיבים', לאוסף סיפורי חיים אפשריים (אך לא הכרחיים). אם עבור פרויד, למשל, היה הסיפור האדיפלי הסיפור המהימן, המקיף, המוכח, התומך ורב העוז מכולם, ואם עבור אדלר, למשל, נהנה סיפור ההתמודדות עם תסביך הנחיתות ממעמד דומה, הרי שכיום יראו שני הסיפורים הללו כסיפורים אפשריים, אשר הצדקתם העיקרית היא בעצם יכולתם לעזור לאדם החש שדווקא סיפור מסוים נותן משמעות ותקווה לחייו. אין צורך בהצדקה נוספת, ואין ביטחון כי היא אפשרית.

במסגרת המחשבתית הפוסט-מודרנית ניתן, אם כן, להציע (כתוספת לארגז הכלים התיאורטי) גם נרטיב חסידי, אינדיאני או הודי: ממילא אין משמעות לערך האמת של הסיפור אלא רק לערכו בעיני המטופל. תורת האדם החסידית יכולה בהחלט להיתפס, במסגרת ההתייחסות הזאת, כסיפור חיים אפשרי העשוי להתגלות כפורה ומקדם לאנשים רבים.

ביקורת הפוסט-מודרניזם

לכאורה, הייתי יכול לעצור בנקודה זו, שכן כבר כאן ניתן להצביע על שתי הצדקות להצעת מודל טיפולי חסידי: (א) הוא עשוי להתגלות ככלי טיפולי רב ערך לעבודה עם פונים בעלי רקע יהודי-דתי; (ב) יתכן שיתגלה גם ככלי חשוב לטיפול באנשים לא מעטים מכל רקע שהוא, שיחושו שדווקא סיפור זה 'מדבר אליהם', מסיבה זו או אחרת.

אילו עצרתי כאן היה הדבר נראה, בלי ספק, כאילו הפוסט-מודרניזם הוא המסגרת המחשבתית שמושגיה מאפשרים את פיתוח הפסיכולוגיה החסידית, ואין זה כך. להפך; הפוסט-מודרניזם כמסגרת מחשבתית נראה לי לא פחות הרסני מן הדיקטטורה של המודל המדעי שקדמה לו. לדעת

יש לחפש אלטרנטיבה לשניהם כאחד, ואני סבור שאלטרנטיבה כזו נמצאת במחשבה החסידית.

כדי להציע ניסוח מלא ומדויק של 'האלטרנטיבה החסידית' יש להציג קודם את מושגי היסוד ההגותיים של החסידות. לכן, בשלב זה אסתפק בדברי ביקורת על השלכותיה הנפשיות של התפיסה הפוסט-מודרנית ובתיאור כללי ביותר של הכיוון שבו עשויים מושגי החסידות להתגבר הן על הכשלים המובנים שבתפיסה המדעית והן על אלו של התפיסה הפוסט-מודרנית.

ראשית אציין כי ליתור על מושגי האמת יש מחיר נפשי לא פשוט. מחיר זה מוזכר כבר על ידי הוגים פוסט-מודרניים. ליוטאר כתב: "בהתפזרות זו של משחקי הלשון, דומה שהסובייקט החברתי עצמו הוא המתפרק".²⁹ עדי אופיר הסביר שבתפיסה הפוסט-מודרנית

אין בסיס לחיפוש אחר מבנה על של נרטיב חובק כל (מטא-נרטיב)...
 מול כל סיפור שמספר מאין באתי-באנו ולאן אני-אנחנו הולך-הולכים,
 ובתוך כך מגדיר מי אני-אנחנו, מתייצבים סיפורים חלופיים.³⁰

מכאן נובע, לדעתו, ש"היחיד אינו קיים כלל כסובייקט - בעל מבנה תודעה קבוע".³¹ לא אכנס לשאלת משמעותה של 'קביעות' מבנה התודעה שאופיר ציין כחלק מהגדרת הסובייקט, ואשאל רק: מהי משמעותה הנפשית של עמדה כזו, שבה היחיד אינו קיים כלל כסובייקט בעל מבנה פנימי כלשהו, ואין לו כל סיפור קוהרנטי המסוגל לאחד בתוכו את המרכיבים השונים של חייו?

דוד גורביץ', הוגה פוסט-מודרני ישראלי, התייחס לשאלה זו. לדעתו, בעולם פוסט-מודרני:

אנו נותרים, איפה, במציאות בלתי תמימה שבה אבריה -
 האובייקטיבים הפרודים - חופשיים לנפשם. ואולם החופש הטוטלי
 שלהם מעורר חלחלה: הם חופשיים לנוע בתוך הרצף ההיסטרי
 של חילופי ה'סחורות' בתרבות, אך הם חסרי זהות, בלתי מובנים
 כשלעצמם... מצב זה הופך את הסובייקט-אובייקט להליך בלבד:
 פנימיותו, מהותו, ניטלה ממנו. שיפוטי הערך שלנו לגביו מוגבלים
 איפה לשפוט ערכה של 'המערכת' ה'משוקת' אותו. האני' אינו אלא
 מוצר חברתי...³²

והשאלה חוזרת ומעמיקה: מה עלולות להיות ההשלכות הנפשיות של תפיסת עולם כזו? כבר מקס וובר הסביר כי התנהגויותיהם של אנשים מושפעות באופן ישיר מתפיסת העולם הרווחת בתרבותם. כך, לטענתו, המאמץ המתמיד של בן התרבות הפרוטסטנטית לצבור עושר ונכסים נובע מתפיסת הישועה הפרוטסטנטית שבמרכזה ההצלחה החומרית בעולם הזה (כסמל להיות האדם 'נבחר'), ואילו אדישותו היחסית של היהודי נובעת מתפיסה הרואה בעולם האמפירי אשליה רוויית סבל שאינה ניתנת לתיקון אמיתי, וכל שניתן לעשות הוא להתנתק ממנה באופן נפשי-רוחני. בהקבלה לכך, מה עלולה להיות חווייתו והתנהגותו של בן לתרבות פוסט-מודרנית?

בשנות ה-50 הציע אריקסון³³ את מושג ה'זהות' כמושג המאגד בתוכו את שאיפתו של האדם - כל אדם - לקוהרנטיות פנימית, היכולה לכלול אלמנטים שונים ומורכבים בתוך מבנה שיש בו הגיון פנימי. במידה שהוא נכשל בכך, טען אריקסון, אורבות לו סכנות של 'בלבול זהות', העלול ליצור ניכור של האדם מעצמו, מסביבתו ולתחושה שאיננו חי חיים של ממש. במקרים אחרים עלול האדם לבחור לעצמו 'זהות שלילית' - אנטי חברתית, או זהות של כישלון תמידי, ובלבד שתהיה לו זהות כלשהי. מכאן, הוא טוען, קלה הדרך לבריחה למציאות של אדישות או מפלט בסמים, באלכוהול וכדומה. מְרִסָּה, בשורת מחקרים, בדק את הנחותיו של אריקסון ומצא שאכן

נחקרים חסרי תחושת זהות מגובשת נוטים להיכנע בקלות יחסית למניפולציות לגבי הערכתם העצמית, מגלים רמת מתח וחרדה גבוהים במיוחד, או בוחרים במסלול חיים מתחת לכישוריהם.³⁴

אולם מבנה כזה של זהות אישית הוא בדיוק מה שההגות הפוסט-מודרנית מכחישה את קיומו: "היחיד החברתי אינו אלא אוסף חדרור ניגודים ומתחים של עמדות שונות הנתפסות על ידי בעל אותו גוף בשדות תרבותיים וחברתיים שונים".³⁵ כלומר: הפוסט-מודרניזם הוא סביבה עוינת זהות, וחלחולו לעולם הרוח הכללי עלול, מחד גיסא, לפגוע ביכולתה של התרבות להציע לנו 'מערכות סמלים משמעותיים' ועל ידי כך להפוך את התנהגותנו ל"אנדרלמוסיה של פעולות חסרות טעם והתפוצצויות אמוציונליות".³⁶ מצד שני, הוא נוטל מהמטפל את האפשרות לחתור עם המטופל לגיבושו של סיפור חיים מועיל, שהמטופל יוכל להאמין בו בכנות ולהתבסס עליו.

כך שבסופו של דבר, למרות שבמעבר ממודל מודרני לפוסט-מודרני יש אפקט חיובי ומשחרר (בפסיכותרפיה), בכל זאת נראה לי שהויתור הגורף על מושג ה'אמת' ועל השאיפה ל'סיפור על' אמיתי וכולל, נזקו גדול מתועלתו.

מעבר לפוסט-מודרניזם: התפיסה הטרנסצנדנטית של החסידות

אני מאמין כי מושגי החסידות מכילים אלטרנטיבה הן למערכת החשיבה המדעית-המודרנית והן לזו הפוסט-מודרנית.

ניתן לומר כי הן המודל המדעי והן המודל הפוסט-מודרני מניחים שה'אמת', בהנחה שלמושג זה יש תוכן כלשהו, אמורה להיות ניתנת לתיאור במונחים הלקוחים מהעולם המוכר לנו. המודל המדעי קובע כי ידע אמיתי כזה ניתן באופן עקרוני להשגה, וגם אם אינו נמצא בידנו כעת, הרי הוא עשוי להיוודע לנו ביום מן הימים. כנגדו יוצאת ההגות הפוסט-מודרנית ומכריזה: אין ולא יהיה בידנו גוף ידע 'אמיתי' במובן הזה, ואין ולא יהיו קריטריונים שיאמרו לנו מהו ידע 'אמיתי'. לכן, קובע כל תחום (ולמעשה כל דובר) 'קריטריון אמת משלו'.

לעומתם, תפיסת האמת של החסידות היא טרנסצנדנטית. כלומר: היא מניחה כי האמת קיימת, אולם היא קיימת ברובד של המציאות שאינו ניתן להשגה מלאה על ידי ההכרה האנושית. האמת היא תמיד מעבר למה שאפשר להכיר ולדעת. ניתן להמשיך את תפיסת ההכרה הזאת לאוסף תמונות דו ממדיות המנסות לשקף מציאות תלת ממדית: הממד השלישי הוא 'מעבר' ליכולת השיקוף של אותן תמונות, וכך יישאר לנצח. לכן יתכנו אינספור תמונות שונות להפליא אלו מאלו שיהיו כולן שיקוף אמיתי של אותה מציאות עצמה. יחד עם זאת, המציאות הזו אכן קיימת בפועל, ולכן יתכנו גם תמונות שאינן משקפות אותה כלל, ויהיו גם תמונות שישקפו אותה במידה רבה יותר מאחרות. תכונה נוספת של המשל הזה היא, שהוא מרמז על הדרך להתקרב במידת מה אל המציאות התלת ממדית עצמה, והיא הדיאלוג: רק דרכו יכול להיווצר צירוף הולך וגדל של נקודות מבט שונות.

דוגמא נפלאה למושג האמת הזה ניתן למצוא אצל גרשום שלום, כשהסביר את התופעה ההיסטורית של ריבוי אסכולות המיסטיקה היהודית מחד גיסא,

והצלחתן להישאר במסגרת 'לגיטימית' אחת מאידך גיסא. את ההסבר לפלורליזם הזה מצא דווקא באמונה בתורה מן השמיים:

כיצד פיתחו כל אותם זרמים, שנעשו חטיבות שלמות בתולדות המיסטיקה בעמנו, את צורות הביטוי של רעיונותיהם הם? הם עשו זאת מתוך חשיפת שכבות חדשות במילה האלקית, שאין לה סוף מבחינה פרנציפיונית. ועל כן, מי שקיבל פעם על עצמו את חומרת אמונה זו ומידת ביטחון זו... זוכה למעין חירות מפליאה מאוד, חירות שתולדות הקבלה מעידות עליה כמאה עדים... הוא נעשה כאילו בן בית, הוא יכול לחשוף שכבות שכבות, נדבכים נדבכים... לשאול על משמעותה האמיתית של תורה זו, היא שאלה אבסורדית בשביל המיסטיקה היהודית, כאשר משמעותה היא אין סוף, וכל שכבה ושכבה במשמעות זו מגלה בו מענייניה היא. אין לנו ביטוי כולל יותר להרגשה זו ולהכרה זו של המשמעות העילאית האינסופית של התורה, יחד עם המשמעות האינדיבידואלית לאדם לפי שורש נשמתו, מאותו ניסוח שדעה זו קיבלה בבית המדרש של האר"י מצפת לומר: שלא רק שבעים פנים יש לתורה, אלא ששים ריבוא פנים... שלכל נשמה מישראל יש דרך מיסטית המיוחדת לה...³⁷

ברוח זו קבע רוטנברג: "האמת היא יצירה המורכבת מעמדות מנוגדות" (רוטנברג תשנ"ו, עמ' 63). כלומר: "האמת" (כל אמת, ולא רק פרשנות הטקסט המקראי) נתפסת כאוסף נקודות מבט שונות והפכיות, וכולן 'אמיתיות' במובן זה שהן משקפות, כל אחת בדרכה, אמת טרנסצנדנטית אחת, בלתי מושגת. למושג האמת הזה יש השלכות לפסיכולוגיה, לפסיכופתולוגיה ולפסיכותרפיה, ואדון בהן בפרקים הבאים. אולם כבר עכשיו אפשר לצרף נימוק שלישי להסבר התועלת שיכולה הפסיכולוגיה המערבית להפיק מהחשיבה החסידית: החסידות יכולה להציע דרך יעילה לחיבור בין נקודות מבט שונות והפכיות אשר כולן הוּכחו כיעילות וטובות מבחינה פסיכולוגית. הנימוק הזה, השלישי, הוא שונה מקודמיו: אין בו הצעה להכניס כלי חדש לארגז כלים ישן. להפך, הוא מציע ארגז חדש שלתוכו ניתן להכניס את הכלים הישנים. מכיוון ש'ארגז כלים' מושגי שכזה מורכב מעצם מהותו, ממושגים כללים ורחבים (כמו מושג ה'אמת' עצמו!), מושגים הקרויים בלשון הפילוסופית המקצועית 'מטאפיזיים', אפתה בפרק העוסק במטאפיזיקה של החסידות.

יוצא שההרמנויטיקה החסידית עשויה לספק את המסגרת המחשבתית הראויה, שתוכל למזג את השאיפה לאמת קוהרנטית, שהיא מעלתה המובהקת של החשיבה המודרנית, עם הגמישות המאפשרת נקודות מבט אינדיבידואליות, שהיא יתרונה של החשיבה הפוסט-מודרנית. כמובן שבכך אין די כדי ליצור פסיכולוגיה במלוא מובן המילה. עלי להראות כי החסידות אכן פיתחה את אותה הרמנויטיקה לכלל תורה פסיכולוגית מקיפה. בפרקים הבאים אציג בהרחבה את התורה הפסיכולוגית של החסידות ואת השתמעויותיה הטיפוליות, אולם כבר כאן אנסה להציג תיאור כללי שלה. בכך אני עובר להתמודד עם השאלה השנייה שהצבתי.

ב. החסידות כפסיכולוגיה:

תנועת החסידות החלה את דרכה במהלך המאה השמונה עשרה, ותוך דורות ספורים הפכה לתנועת המונים שהטביעה את חותמה על החברה היהודית של מזרח אירופה. רבי ישראל בעל שם טוב (הבעש"ט), הנחשב למיסד החסידות, היה מנהיגה של אחת מקבוצות רבות של "חסידים" שהיו פזורות בכל רחבי מזרח אירופה. בשתי נקודות מכריעות נבדלה תנועת החסידות מקבוצות החסידים שקדמו לה. אחת מהן היתה מקומו החברתי של איש הרוח: קבוצות החסידים הקדומות היו מורכבות ממקובלים ואנשי רוח שהסתגרו בד' אמותיהם ועסקו בדרכים שונות לתיקון הנפש. מנהיגי תנועת החסידות היו גם הם מקובלים ואנשי רוח, אלא שבניגוד לקודמיהם עמדו בראש קהילות והנהיגו את חסידיהם בכל אורחות חייהם. הנקודה השנייה היתה פיתוחה של תורה רוחנית מקיפה, שראשיתה במשנתו של רבי ישראל עצמו, ובהמשך התפתחות התנועה זכתה לפיתוחים מגוונים על ידי אדמו"רי הדורות שאחריו, עד שלא מעט חוקרים מטילים ספק אם אכן ניתן, לאור המגוון העצום של השיטות החסידיות, לדבר על 'תורת החסידות' כתורה הגותית אחת וכוללת.³⁸ מכיוון שתורת החסידות נוצרה על ידי אנשי קבלה, היא נבנתה רובה ככולה על קבלת האר"י - הגישה הקבלית הדומיננטית בתקופתה (ולמעשה עד ימינו). המבנה הכללי של המחשבה החסידית, כמו רובם המכריע של מושגיה, לקוח מתורת האר"י, אלא שהחסידיים קראו ופרשו את תורת האר"י בדרך משלהם. מושגיו המיתיים והמופשטים של האר"י - הפכו בידם גם לכלים לניתוח נפש האדם, והדרכים שהתווה האר"י

לתיקון ה'עולמות' העליונים-רוחניים - הפכו במשנתם לדרכי תיקונה של נפש האדם.³⁹

כבר בימי 'תנועת ההשכלה', בשלהי המאה התשע עשרה, שמו חוקרים רבים את לבם לעושרן של התובנות הפסיכולוגיות הטמונות בתורת החסידות. א"צ צוויפל, מראשוני העוסקים בתחום, כתב:

בא הבעש"ט וגילה פנים חדשות בקבלה, הלביש את הסודות צורה אחרת. אין לנו עסק ודבר, אמר, עם אותן הספירות, האורות והפרצופים שפורחים בגובה האוויר, או למעלה משבעה רקיעים, כי אם עם אותן הספירות, המידות והאורות שבלבו של אדם... כל דרשותיו של הבעש"ט סבבו על הציר הזה.⁴⁰

אפילו במאמרו המפורסם של ש"י הורוביץ על החסידות,⁴¹ מאמר שכולו קטגוריה, נמצאת 'הודאת בעל דין' בדבר קיומן של "סקירות פסיכולוגיות מועילות" בכתבי חב"ד, למשל. גרשום שלום, בכיר חוקרי המיסטיקה היהודית, כתב על בעל ה'תניא' ר' שניאור זלמן מלאדי, מיסד חב"ד:

ניסיונו המעניין של רש"ז ליצור לעצמו מעין סינתזה בין תורת האר"י לתורת המגיד ממזריטש מעניק לנו, עם כל בידודו, את נקודת המוצא הטובה ביותר לחקירתנו. בתורה זו אנו מוצאים הדגשה חדשה על הפסיכולוגיה תחת התיאוסופיה. זוהי עובדה שעלינו ליחס לה חשיבות עליונה. אם ננסח את המיוחד לתורה זו (=חב"ד) ככל האפשר בקצרה, נאמר כי רזי התחום האלקי מופיעים בה בלבוש של פסיכולוגיה מיסטית... לכל אחד משלביו האינסופיים של העולם התיאוסופי מקביל מצד נפשי נתון. זהו מצב שניתן לחוש בו ולתפסו... וכך הופכת הקבלה מכשיר להכרה עצמית וניתוח פסיכולוגי, מכשיר המפליא לא פעם בדייקנותו.⁴²

כלומר: עם כל ההבדל שבין משנת חב"ד לתורות חסידיות אחרות, הפסיכולוגיזציה של תכנים קבליים מופיעה בה באופן עשיר, שיטתי ומפורט במיוחד, ויכולה לשמש מפתח להבנת המגמה הזו גם בחסידויות אחרות. גם יורם יעקבסון בספרו 'תורתה של החסידות' ציין 'ארבע אבני יסוד' המופיעות לדעתו בכל בתי המדרש החסידיים, וביניהם 'הפסיכולוגיזציה של הקבלה'.⁴³ לשינוי הזה בצורתה של הקבלה, הוא מוסיף, היו השלכות של ממש:

מתוך התמורה הפסיכולוגית הזו שחלה בחסידות, נשתנה באופן מכריע כיוון התבוננותה בהשוואה למצוי במקורות הקבליים. החסידות מכוונת את מבטה פנימה, אל תוך האדם, ולא החוצה... תפיסה זו, המגובשת סביב אינטרס פסיכולוגי עמוק, כרוכה כפי שאפשר לצפות בפיתוחה של תורת נפש מסועפת ועמוקה שאין כיוצא בה בספרות הקבלה... החסידות... טורחת לגלות את האספקט הדינמי שבתורת הנפש ומתארת את התהליכים המורכבים שמתחוללים בה.⁴⁴

מבנה הספר

החלק התיאורטי של הספר הוא ניסיון להציג מערכת מושגים כוללת של פסיכולוגיה קלינית-חסידית. אעשה זאת בשלושה שלבים: (א) הצגת התיאוריה הפסיכולוגית של החסידות. (ב) סקירה של הפסיכולוגיה המערבית, תוך הדגשת הנקודות בהן יכולה ההגות החסידית לתרום לה. (ג) הצגת מודל קליני המבוסס על המושגים שפותחו בשני הפרקים הקודמים.

השער הראשון מציג את יסודות הפסיכולוגיה החסידית. הפסיכולוגיה החסידית בנויה על תפיסה מטאפיזית הרואה במציאות כולה את התגלותה של מציאות טרנסצנדנטית נסתרת. חלק זה יכלול שני פרקים המציגים את הנחות היסוד של תפיסה זו: הראשון עוסק בתפיסתה המטאפיזית של החסידות ומנותחים בו המונחים 'בחינת היש' ו'בחינת האין' (או 'ביטול'). בפרק השני מוצג תיאור מפורט של התפתחות האדם ממצב ה'שבירה' המאפיין את התינוק, אשר כולל השתקעות ב'תפיסת הישות', למצב הבוגר של התיקון, הכולל שחרור מן ה'קליפה' הישורתית.

השער השני מנתח את יסודות הפסיכולוגיה המערבית. לעומת התפיסה החסידית, הפסיכולוגיה המערבית מבוססת ברובה על תפיסה אמפריציסטית שניתן לכנותה 'ישורתית', שכן היא בנויה ברובה על ראיית המציאות כחד-רובדית ונטולת ממד טרנסצנדנטי. כוונתי להראות כי תפיסה זו מגבילה את אופקיה של החשיבה הפסיכולוגית במערב, וכי זרמים מסוימים ניסו להתמודד עמה אולם נכשלו מחוסר תשתית הגותית מתאימה. גם בשער זה שני פרקים: בפרק ג אסקור את משנתם של כמה הוגים מערביים מרכזיים מאז ראשית העת החדשה, במטרה להראות כי עיקר מאמציהם הופנו לתיאור האדם כישות אמפירית גרידא, בין אם במובן הפיזי, בין אם במובן הנפשי.

פרק ד מטפל בחשיבה הפסיכודינמית המערבית, מול ניסיון להראות כיצד מגבילה התפיסה האמפריציסטית-ישותנית את החשיבה הפסיכולוגית. פרק זה נחתם בהצעה של מודל משולב, המניח את הרציונל החסידי של השבירה והתיקון תוך שילוב של התובנות העיקריות של כמה וכמה זרמים מערביים.

בשער שלישי אציע דרך לשימוש קליני במונחים החסידיים שפותחו בשני החלקים הקודמים. חלק זה כולל שלושה פרקים, האחד עוסק בפסיכופתולוגיה ושני האחרונים בפסיכותרפיה.

לאחר החלק התיאורטי של הספר, יבוא חלק מעשי-קליני-תיאורי, ובו פרק אחד המציג שבעה תיאורי מקרה מן ההתנסות הקלינית שלי. בכלם אדגיש את התרומה הייחודית של מונחים החסידיים וחשיבה חסידית לעשייה הטיפולית, ואראה כיצד ניתן לשלב בין מערכת החשיבה של הפסיכולוגיה החסידית ומערכת החשיבה של הפסיכולוגיה המערבית, במהלך העבודה הטיפולית.

שער ראשון:

הפסיכולוגיה החסידית

מבוא למטאפיזיקה חסידית

אנשים חיים במציאות, ובינם לבין המציאות מתקיימים יחסים מורכבים. האדם יכול לשאוף לתקן את המציאות, להילחם כנגדה, לנסות לנצל אותה או להחליט להינתק ממנה. נגדיר כאשר נגדיר את שאיפתו הפנימית של האדם - שאיפה לאושר, לחירות, לגילוי העצמי, להישרדות - כל אלו אינם יכולים להופיע בפועל אלא במסגרת אותו דיאלוג מסובך שמנהל האדם עם המציאות שסביבו.

אבל מהי אותה מציאות? כיצד ניתן לאפיינה? האם העולם הוא מערכת מסודרת והיררכית של עצמים, או שדה קרב נצחי בין ישויות עוינות? האם המציאות נשלטת על ידי חוקי ברזל של הכרח טבעי שאין לעמוד בפניו, על ידי מקריות עיוורת, או רצון חופשי? מדובר בשאלות רבות חשיבות, ולתשובה שאנו משיבים עליהן תהיינה השלכות רבות משקל על הדרך שבה נבחר להשיג את אושרנו, ואולי על הסיכויים להשיגו בכלל.

ואכן, רוב ההוגים החסידיים טענו, כפי שנראה בהמשך, שאין גורם המשפיע על חייו הפנימיים והחיצוניים של האדם יותר מתשובתו הפנימית לאותן שאלות 'מטאפיזיות' (כפי שמקובל לכנותן), גם כאשר אותה תשובה פנימית עלולה להיות לא מודעת לאותו אדם בעצמו. לכל אדם יש עמדה מטאפיזית כזו או כזו, מודעת או בלתי מודעת, וכשם שיחסיו עם סביבתו האנושית תלויים בדימוי הפנימי שיש לו לגבי בני אדם בכלל, שאיפותיהם ואופי הקשר שהם מסוגלים לפתח ביניהם, כך תלוי דימוי האדם שיש לו בהבנתו הכללית את המציאות שהוא שרוי בתוכה, הוה אומר, בעמדתו המטאפיזית.

לדוגמא: ניתן להבין את חשדנותו העמוקה של בעל האישיות הפרנואידיית כלפי סביבתו כפועל יוצא מדימוי כללי שיש לו ולפיו בני אדם הינם יצורים אנוכיים וחורשי רע. באותה מידה, יטענו רוב הוגי החסידות, ניתן לקשר חשדנות זו לתפיסה מטאפיזית פנימית הרואה את המציאות כולה כשדה קרב דרוויניסטי, שבו נאבקות ישויות שונות על עצם הישרדותן. כלומר, ניתן לראות בפרנויה תוצאה אפשרית (גם אם לא הכרחית) של תפיסה מטאפיזית מסוימת. תפיסה שונה, למשל כזו הרואה את המציאות כהתגלותו של רצון טוב מעיקרו, לא תהיה קרקע נוחה לצמיחתה של הפרעה כזו.

אם כן, לפי הגישה החסידית חייו של האדם תלויים במידה רבה בעמדה המטאפיזית שאימץ. עולה מכאן שורה של שאלות תיאורטיות: מהן התפיסות המטאפיזיות המתמודדות על עולמו הרגשי והחוייתי של האדם? כיצד הן מתפתחות? כיצד הן באות לידי ביטוי? האם וכיצד ניתן לעזור לאדם להגיע להבנה עמוקה יותר של עמדתו הפנימית? האם יכול אדם לפתח את הממד המטאפיזי של הווייתו לפי בחירתו?

החסידות נוקטת עמדה ייחודית לגבי שאלות אלה. היא מתארת את חייו הפנימיים של האדם כמשחק ביניים מורכב בין שתי תפיסות מוגדרות, שהיא מכנה אותן 'בחינת הישות' ו'בחינת הביטול', ומראה כיצד הדינמיקה המורכבת שבניהן יוצרת את המכלול העצום של התופעות הנפשיות הידועות לנו.⁴⁵ לשם הבנת הטענה הזאת יש לעיין במטאפיזיקה החסידית כשלעצמה.

מטאפיזיקה חסידית

רבי שניאור זלמן מלאדי, מייסד חסידות חב"ד (להלן: רש"ז), פתח את חיבורו 'שער הייחוד והאמונה' בהצהרה גורפת:

הנה כתיב לעולם ד' דברך ניצב בשמים, ופירש הבעש"ט ז"ל כי דברך שאמרת יהי רקיע בתוך המים וגו' תיבות ואותיות אלו ניצבות ועומדות לעולם בתוך רקיע השמיים... כי אילו היו האותיות מסתלקות כרגע ח"ו וחוזרות למקורן היו כל השמיים אין ואפס ממש.⁴⁶

המציאות כולה - שמיים וארץ - מומשלת כאן לדיבורו של אדם, דיבור שאינו נחשב לישות עצמית אלא מהווה ביטוי מסוים, מצומצם ביותר, לאישיותו ומחשבותיו של הדובר. כשאדם מדבר, אפשר לראות כל מילה שהוא אומר

כאובייקט מסוים, ישות. מבחינה פיזיקלית אפשר לראותה כאובייקט שיש לו מקום, נפח, תנועה. אבל איננו מייחסים חשיבות רבה למאפיינים אלה. כשאנו שומעים מילה הנאמרת בלשון שאנו מבינים היטב, המילה עצמה היא, כביכול, 'שקופה'. איננו מתייחסים אליה כשלעצמה, אלא עוברים דרכה לעולמות של תוכן ומשמעות המבטאים את מחשבתו של הדובר המשתמש בה. אנחנו גם יודעים שמעבר לאותה מחשבה יש עולם שלם של מחשבה ורגש, שהמחשבה שהדובר רצה לבטא אינה אלא פרט קטן מתוכם. מעבר לכך, גם אותם עולמות של תוכן הטמונים באמירה המסוימת הזו אינם אלא ביטוי חלקי לפוטנציאל הנפשי העמוק הקיים באדם שאמרה. כשמסבירים לנו שהעולם נברא באמירה עלינו להבין זאת באותה דרך ממש: כל ישותו ה'אובייקטיבית' של העולם אינה אלא כלי שבחר הבורא - הוא הדובר אלינו דרך המציאות הזו - לבטא משהו מכוונתו האינסופית, משהו דל ועלוב יחסית לטוב האינסופי הגנוז בו.

רש"ז מרחיב בהסבר העיקרון הזה במקום אחר:

תהוות כל העולמות עליונים ותחתונים מאין ליש וחיותם וקיומם המקימים שלא יחזרו להיות אין ואפס כשהיה אינו אלא דבר ד' ורוח פיו יתברך המלוּבש בהם, ולמשל כמו בנפש האדם כשמדבר דבר אחד, שדבור זה לבדו כלא ממש אפילו לגבי נפשו המדברת... וכל שכן לגבי בחינת לבוש הפנימי שלה שהוא המחשבה... ואין צריך לומר לגבי מהות ועצמות הנפש...⁴⁷

לכן, קבע רש"ז כי אילו הפסיק הבורא, ולו לרגע, לומר את המילים "יהי רקיע" (המילים הראשונות בתיאור בריאת העולם בספר בראשית), היה הרקיע נעלם מיד, ממש כשם שמילה נעלמת ברגע שסיימתי לאומרה. חיצוניותה של המציאות, כל ההיבטים הפיזיים וה'אובייקטיביים' שהמדע מסוגל לחקור, אינם אלא הצד הטפל שלה. אילו היתה ההכרה שלנו מפותחת כראוי, דבר זה היה בולט לעין מיד:

אילו ניתנה רשות לעין לראות ולהשיג את החיות ורוחניות שבכל נברא... לא היה גשמיות הנברא וחומר וממשו נראה כלל לעיננו, כי הוא בטל במציאות ממש לגבי החיות והרוחניות שבו...⁴⁸

ביטול זה של המציאות אל מקורה מתואר על ידי רחל אליאור כ'שקיפות': "המכלול נטול המשמעות של היש - נבקע, וגבולותיו הופכים לשקופים, ומבדעיהם נראה האינסוף"⁴⁹. אבל במציאות הרגילה לא "ניתנה רשות לעין לראות". כשאנו מתבוננים במציאות איננו רואים דבר מלבד אוסף אדיר וחסר משמעות של עצמים. ה'ביטול' פירושו שהמציאות האטומה 'נבקעת' כביכול והופכת 'שקופה'. ואז, לרגע אחד לפחות, אנו רואים דרכה את אותה 'חיות ורוחניות' העומדת מאחוריה, המכונה 'אור' ברוב המקורות. רש"ז מסביר את משמעות הביטוי 'אור' בהקשר הזה:

ידוע פירוש אור... שהוא בחינת גילוי השפעה מבחינת ההעלם של העצמות, כמו שבחינת העצמות של האדם תמיד בבחינת העלם והסתור אך כשמגלה עצמותו, אם בדיבור או במחשבה ומידות וכהאי גונא נקרא זה בשם בחינת אור... וכדמיון האור הגשמי שאינו אלא בחינת גילוי לחוץ ולמרחוק דווקא... שמאיר לזולתו דווקא... שהאור הוא בחינת חסד דווקא... שמכל זה מובן שהחסד והטוב הכל שורש אחד ונכללים שניהם בבחינת האור שנקרא טוב.⁵⁰

שורש הכל הוא רצון הבורא לגלות את אורו, כלומר את טובו וחסדו. "אילו ניתנה רשות לעין לראות" היינו רואים את הטוב הזה במישרין, ורק המסך האפל של השגתנו המוגבלת יוצר את המציאות האטומה הנגלית לעינינו.

ועם זאת, מוגבלותה של הכרתנו אינה מקרית. הקב"ה אכן חפץ שהמציאות תראה לנו כאוסף ישויות אוטונומיות.⁵¹ רק לאחר שרצה הבורא לצמצם את עצמו ולתת מקום לברואיו, נוצרה המציאות המוכרת לנו. הצמצום האמור הוא שיצר את הכרתנו המוגבלת, ונתן לנו אפשרות לחיות בעולם של ישויות אוטונומיות, שבו גם כל אחד מאתנו הוא ישות אוטונומית. כלומר, קיימות שתי תפיסות שונות ולכאורה הפוכות של המציאות, ושתיהן נובעות מרצונו האינסופי של הבורא: מצד 'מידת הגדולה' (=חסד) המציאות כולה בטלה אל האור האלקי המהווה אותה מאין ליש, ואילו מצד 'מידת הגבורה' (אותה זיהה רש"ז עם הצמצום) המציאות מתייצבת מולנו ממש כפי שהיא נגלית לעין - כאוסף עצום של ישויות עצמאיות.

בדרך כלל מקובל לתפוס את הבחינות האלו כמשתייכות לעולמות מחשבתיים נפרדים. המדע האמפירי מבוסס כולו על בחינת היש, בכל תחום ותחום הוא מגדיר מה הן הישויות היסודיות בהן עוסקים (חלקיקים

תת אטומיים, אורגניזמים, מעמדות חברתיים, כוכבים וגלקסיות...) ומתאר את היחסים ביניהן. מאידך, הדת והמיסטיקה מבוססות על בחינת האין, ומתארות בהרחבה כיצד המציאות כולה כפופה לרצון העליון שמעבר לה. עיקר הדגשתו של רש"ז היא שהסתירה בין שתי הבחינות אינה אלא לפי ערך תפיסתנו המוגבלת, ובמקורן האינסופי הן נמצאות באחדות גמורה. אין ביכולתנו להשיג כיצד נפתרת הסתירה הזו. ידוע לנו רק שמצד הבורא אין סתירה, והוא "מתייחד עם מידותיו" באחדות גמורה.⁵² לנו לא נותר אלא לחיות במצב המכונה 'אחדות ההפכים', מצב שרחל אליאור רואה בו את מוקד תפיסת העולם החב"דית:

המציאות הגשמית נתפסת כלבוש לאור אין סוף, או ככלי לנוכחות האלקית. מכאן נגזרת השקפת עולם המבחינה במשמעות הכפולה של ההוויה - המציאות נתפסת בעת ובעונה אחת כמהות אלקית וכאין גשמי, כפנימיות רוחנית וכחיצונית חומרית, כאחדות אלקית וכריבוי גשמי, כ'אין' וכ'יש', או כבעלת שני פנים הפוכים, המתנים זה את זה ומאוחזים זה בזה.⁵³

אנסה להציע משל נוסף שיבהיר מהי אותה אחדות הפכים. נתבונן באמן שקוע במלאכתו ומנסה ללוש ולעצב חומר סרבן. אמן זה משתדל להכניס באתו חומר משהו מאותה תחושה עמוקה שחש ברגע ה'השראה', אותה תחושה שהביאה אותו לעצם הרצון ליצור. ניתן לתאר את עבודתו של אותו אמן כדו-קוטבית, עליו להישאר נאמן לאותה תחושה פנימית, סובייקטיבית, ממנה יצא לתהליך היצירה; בו בזמן עליו להיות קשוב לתכונותיו האובייקטיביות של החומר בו הוא עובד. העבודה כולה מתאפיינת בהתרוצצות בין שתי פניה של המשימה - ליצור יצירה יציבה ובת קיימא (בבחינת 'יש') אשר תבטא את שהיה כמוס בלב טרם היצירה, במלא היושר הפנימי שהוא מסוגל לו ('בחינת אין'). אם ישכח אחד מן הקטבים הללו, לא תהיה יצירה. מכאן נובע זיהוי 'בחינת היש' עם הצמצום: טבע הדברים הוא שרק משהו מן ה'אור' הראשוני מצליח להתבטא ביצירה הסופית. אם האור לא יצמצם את עצמו כדי שיוכל להתגלות בכלי, לא תהיה שום התגלות.

החסידות מרבה להשתמש כאן במשל אחר, הקרוב יותר לעולמם החברתי של הוגיה. כתב המגיד ממזריטש: "צמצם השם ית' את בהירותו, כדמיון אב המצמצם את שכלו ומדבר דברי קטנות בשביל בנו הקטן".⁵⁴ האב-המורה

חייב להיות קשוב הן ליכולת הקבלה של הבן-התלמיד, הן לעצמו, לחכמה שברצונו להעביר לתלמידו. רצון עז מדי של המורה להעביר את מלא חכמתו, בלי 'צמצום' האור כדי להתאימו לכלי, עלול לגרום לכך שלא יהיה כל לימוד. כל שיוותר במוחו של התלמיד יהיה אוסף התרשמויות עזות ומפוררות, בלי שום חוט של הבנה שיקשר ביניהן. מאידך גיסא, התרכזות בלעדית בתלמיד ובעולמו העכשווי תותיר אותו ואת ידיעותיו כמו שהם. לכן, על המורה להלביש את חכמתו במשלים שונים הלקוחים מעולמו של התלמיד. אותם משלים יש בהם צד של 'ישות' (בהיותם חלק מעולמו הנוכחי של התלמיד) וצד של 'ביטול' (בהיותם כלי לחכמתו של המורה). צמצום האור, שהוא מרכיב הכרחי בתהליך הלימוד, הוא גם המפתח לאחדות ההפכים.⁵⁵

דיאלקטיקה ודיאלוג

כפי שאמרנו, 'בחינת היש' ו'בחינת האין' מקיימות ביניהן יחס של השלמה פרדוקסלית, כאשר דווקא המתח המתמיד שביניהן יוצר הפריה מרתקת המאפשרת תהליכי חיים כמו יצירה ולמידה. לפיכך סביר להניח ששאלת היחסים האפשריים שבין אותן 'בחינות' היא קריטית להבנת תפיסת העולם החסידית. בטרם אדון בה, רצוני להבהיר מעט את המושגים בהם אשתמש לתיאורה.

אליאור כינתה את שיטת חב"ד 'דיאלקטית': "צמדי הפכים אלו (=היש והאין) והעיקרון הדיאלקטי שהם מגלמים, חלים בתחום הארצי, השמימי והאנושי".⁵⁶ עצם העובדה שהגישה שתיארה כלולה משני הפכים מצדיקה, לשיטתה, את הכינוי 'דיאלקטי'. האומנם? רוטנברג הציג הבחנה בין מצבים 'דיאלקטיים' למצבים 'דיאלוגיים'.⁵⁷ במונח דיאלקטיקה כוונתו למצב שבו "תוך כדי עימות ושליה ישרוד אך ורק עיקרון אנטיטטי אחד... באמצעות ההמרה או החיסול של מעמד טעון או עיקרון שאינו כשיר עוד".⁵⁸ לעומת זאת, "אם שני מעמדות, טעונים או עקרונות מהווים מבחינתנו שתי מערכות פרשנות חלופית של 'אני ואתה' המתקיימות אהדדי, נכנה או נסווג את המתח ביניהן כ'דיאלוגי'".⁵⁹

בקצרה, אם שני עקרונות מנוגדים נמצאים במאבק לחיים או למוות נכנה אותם דיאלקטיים. אם הם אמורים להגיע למצב של איזון הדדי נכנה אותם דיאלוגיים. לפי הגדרות אלו תפיסת 'אחדות ההפכים' הינה דיאלוגית

דווקא, שכן שתי ה'בחינות' - היש והאין - נתפסות בה כמשלימות זו את זו, כהכרחיות שתיהן, וכמבטאות (דווקא על ידי המתח הפורה שביניהן) את הרצון האלקי שבבריאה.

שבירה ותיקון

מקור חב"די חשוב מתאר בבהירות רבה את ההתפרקות הדיאלקטית של 'אחדות הפכים' למרכיביה. הוא מזהה תהליך זה עם 'שבירת הכלים' המתוארת בקבלת האר"י:

בחינת גילוי זה כולל ב' בחינות: אחד הוא לגלות כוח הדרגין בבחינתם ופרטיהם והבדליהם ובחינה שניה הוא כוח התחברותם וייחודם מעין כוח השוואתם... והבחינה הראשונה, שהוא גלוי הפרטים בבחינתם, נקרא שבירה דהיינו הסתלקות האור שהוא הגלוי מאין סוף ברוך הוא השווה, בכדי שיתגלו כל פרטי אופני הבחינות לבדם בבחינת פירודים והבדלים, ובחינה שניה שהוא כוח התחברותם היא נקראת בחינת תיקון.⁶⁰

ה'שבירה' הינה מצב בו היש והאין, הכלי והאור, נפרדים זה מזה. האור מתעלה לגבהים של רוחניות מנותקת. במצב זה הכלי נותר כאובייקט חסר משמעות ומתפורר לאינספור מרכיביו. לרש"י יש משל מאלף בקשר לכך, המראה כיצד מילה שגורה בלשון יכולה להיות דוגמא לאותה אחדות הפכים דיאלוגית, תוך שהיא מתפרקת באופן דיאלקטי למרכיביה השונים:

עניין השבירה של הכלי ושל הניצוצות כו' הוא עניין התפרדותן לחלקים רבים, כמו כל דרך משל חיבת ברוך,⁶¹ שאותיותיה מצורפות בתיבה זו, מתלבש בהן השכלה, שהוא עניין הברכה, אבל שיתפרדו הד' אותיות אלו זו מזו להיות הבי"ת בפני עצמה וכן הרי"ש כו' אזי לא ימצא בהן התלבשות השכלה זאת כלל. ועל דרך זה הוא שבירת הכלים ותוהו שנתפרדו הכלים לחלקים רבים מפורדים זה מזה עד שנסתלק מהן האור שהיה מתלבש בתוכן קודם פירוד זה.⁶²

כלומר, המילה 'ברוך' שבמשל היתה לנו לדוגמא לאותה 'אחדות הפכים' - מצד אחד הריהי ישות מסוימת, צירוף ספציפי של אותיות כתובות על נייר, ומצד אחר הריהי 'כלי' למשמעות מסוימת - 'עניין הברכה'. עם הפירודות האותיות נוצר מצב חדש, כל אות כשלעצמה היא חסרת משמעות, והיא פשוט

מנסה להתרחב בלי גבול על חשבון שכנותיה. במצב כזה נותרת משמעות המילה - ה'ברכה' - ללא כלי להתלבש בו. כך נוצרת הופעתה השבורה של 'בחינת הישות', כפי שמודגש במשל נוסף:

על דרך משל בכלים גשמיים שהכלי הוא בטל וטפל לגבי היין שבתוכו... מה שאין כן כשנשבר הכלי נעשה חרס בפני עצמו. כך על דרך משל שהאור מלוכש בתוך הכלי או הכלי הוא בבחינת ביטול ממש לגבי האור...⁶³

מכאן נפתח פתח להבנת מושג מרכזי נוסף, והוא ה'תיקון'. אם מקורם של כל הדברים הוא ברצון האלקי העליון, והופעתם לפנינו כאובייקטים נטולי פשר ומשמעות נעוצה, ביסודה, באורח המחשבה הדיאלקטי - המפריד, ממילא ניתן להחזירם ל'שורשם' על ידי שינוי תודעתי, גם אם יהיה זה שינוי מאומץ ומורכב מאוד. תפיסה זו נמצאת מאפיינת את החסידות מראשית ימיה. כך למשל מובא בשם הבעש"ט, כי כשאדם מתירא ללא סיבה או חושק במשהו שאינו ראוי עליו:

לחשוב מאין באה כאן היראה או האהבה, הלא הכל ממנו ית' שנתן היראה ואהבה אפילו בדברים רעים, למשל, חיות רעות, או מכל המידות שנפלו בעת השבירה... כי זהו מגמת נפשנו להעלות (נפילות) השבירה אל שרשו.⁶⁴

הבנה נכונה של מקור האהבה הבעייתית או היראה האווילית היא ראשית תיקון, כאילו הבנו את משמעותה של המילה שהתפרקה לאותיותיה, ובכך החזרנו לה משהו ממשמעותה הראשונית.⁶⁵

מכל המקורות שהבאתי עולה כי תפיסת המציאות המתוקנת של 'אחדות ההפכים' מתפרקת בעקבות השבירה לשתי תפיסות מנוגדות: האחת אמפירית (כלומר מתבססת על ניסיון חושי) ואובייקטיבית (כלומר רואה את העולם כמורכב מאובייקטים נפרדים וחסרי קשר מהותי), ובלשון החסידות היא קרויה 'בחינת הישות'. האחרת היא אינטואיטיבית, רוחנית, מיסטית, ובלשון החסידות - 'בחינת אין'. חשוב להדגיש שמה שמתפרק הוא תפיסת המציאות ולא המציאות עצמה, שהרי כפי שראינו קודם המציאות כשהיא לעצמה אינה משתנה כלל, היא נותרת באחדותה האלקית בלא הפרעה, אלא ש"לא ניתנה רשות לעין לראות את המציאות 'כשלעצמה'".

צמצום הדדי של הישיות

ברצוני להעמיק מעט יותר במשמעותה של שבירת הכלים, שכן היא מהווה חוליית מפתח במעבר מהמציאות העליונה של 'אחדות ההפכים' למציאות כמו שהיא מופיעה לעינינו, באופן המעוות של 'עלמא דפירודא' כותב רש"ז:

הנה שבירת הכלים דתוהו היה מחמת שהיה ריבוי האור והכלי היה קטן מהכיל, ולכן נשברו הכלים ונפלו למטה בבי"ע (=בריאה, יצירה ועשייה) והאור נסתלק למעלה.⁶⁶

כדי להסביר זאת, נחזור לרגע למשל האמן היוצר. ראשיתה של היצירה באותו 'אור' שהיה כמוס בלבו של האמן. המציאות כולה הנה שאיפה לגילוי אותו האור, שהוא ה'טוב'. אור זה יכול להתגלות רק במסגרת אותה 'אחדות הפכים' דיאלוגית. אולם החשיבה הדיאלוגית, מסתבר, אינה מובנת מאליה, והיא מהווה הישג הנרכש בעמל רב, תוצר של תהליך התפתחותי ארוך. התפיסה הראשונית שלנו היא תמיד דיאלקטית, משום שכלי ההכרה המוגבלים שלנו מתקשים להכיל מורכבות:

מצד קוטן הכלי לפי ערך האור, על כן אין הכלי יכול להכיל ב' הפכים חסד וגבורה יחד, על דרך משל באדם מי ששכלו קטן לא יכיל ב' הפכים כלל, אלא אם יטה שכלו לזכות לא ימצא אז שום שכל לחוד ולא יסבול שום נטייה לחוב בלבו, אלא רק טוב וחסד בלבד. ובהיפוך, כאשר יטה לחוב לא יסבול כלל נטייה לזכות.⁶⁷

יש צורך בחשיבה בוגרת ומפותחת כדי להכיל את המציאות המורכבת, הכוללת חסד ודין.

'קטנות הכלי' פירושה חשיבה מוגבלת, שאינה מצליחה להבין את המציאות מעבר להיותה מכלול של פרטים נפרדים. זוהי החשיבה שרוטנברג כינה 'דיאלקטית', המחייבת את החושב לבחור בפרט אחד, או באידיאה אחת, מבין כמה אפשרויות, ובלי יכולת 'לסבול' את היפוכה. ויחד עם זאת, נגרמת השבירה גם על ידי 'ריבוי האור': כל שאיפת ההתגלות של האור מתייחסת מעתה ליסוד אחד מתוך המורכבות הנפשית. הנפש שופעת עוצמה אדירה ותשוקה עזה לפיתוחו ולחיזוקו של אותו יסוד נפשי, בלי שום יכולת או רצון לכלול אותו במערכת השלמה, שרק היא יכולה לגלות את האור בפועל.⁶⁸

גם כאן בחרתי להביא את הדברים בניסוחם החב"די, בשל הפירוט והדיוק המאפיינים אותו. אלא שמדובר בתפיסה הקיימת כבר בראשית החסידות, וכך מובא בשם הבעש"ט: "מידת הגבורה המצמצם האור, מחמת זה יהיה האור המתקיים שיוכל העולם לסבלו".⁶⁹

בסיכומו של דבר, החסידות אינה מציגה לפנינו שיטה מטאפיזית אחת אלא שלוש: לתפיסה המורכבת שבה היא דוגלת יש שתי פנים: הפן החיצוני, האמפירי של היש, והפן הפנימי, הנסתר של האין. אלו הן בחינות ה'אין' וה'יש, שכאשר הן עומדות בפני עצמן כל אחת מהן מתגבשת כתפיסת עולם עצמאית וסגורה. זהו המצב ה'שבור' הנובע מקוצר דעתנו, מאי יכולתנו לקלוט את אותה 'אחדות ההפכים'. למעשה, לפי התפיסה החסידית, עצם תפיסת העולם של ה'שכל הישר' הרואה את המציאות כאוסף גדול של אובייקטים, היא תוצר של 'מטאפיזיקת שבירה' הזו.⁷⁰ לצד שתי התפיסות הללו קיימת מטאפיזיקת התיקון, בה מתקיים דיאלוג מורכב ומשלים בין בחינת ה'יש' ובחינת ה'אין'.⁷¹