

מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

**השבירה והתיקון מאת ד"ר ברוך כהנא**

כל הזכויות שמורות להוצאת "מס" ©

**סדר הפרקים**

**מבוא: עמ' 2**

**שער ראשון: הצגת הפסיכולוגיה החסידית**

מבוא למאטאפיזיקה חסידית: עמ' 19

מושגי יסוד בפסיכולוגיה חסידית: עמ' 35

**שער שני: הפסיכולוגיה המערבית הישותית**

פרק שלישי: האדם בהגות המערבית: עמ' 68

פרק רביעי: הפסיכולוגיה המערבית כפסיכולוגיה ישותית: עמ' 74

**שער שלישי: מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית**

פרק חמישי: פסיכופתולוגיה: עמ' 110

פרק שישי: התיקון כפסיכותרפיה חסידית: עמ' 130

פרק שביעי: תיקון חסידי ופסיכותרפיה מערבית " 153

**שער שלישי: יישום**

פרק שמיני: תיאורי מקרה: עמ' 178



## מבוא

בכל הדורות, בכל התרבויות, אנשים רבים חשו שהם שרויים במצוקה, שחייהם 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 יינזק 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 מיצגים דרכים נפרדות ושונות מאד 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



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

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 המסופקים להם ע"י 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 מאד, המאופיינים ע"י 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 בשרשה, ובלשונו של גרשום שלום מהווה את "השלב האחרון של המיסטיקה היהודית".<sup>1</sup> האם ניתן לשלב בין השניים, או שיש כאן ערוב מין בשאינו מינו? אם הפסיכולוגיה היא אכן מדע אמפירי, הרי שהצרוף 'פסיכולוגיה יהודית' אינו אלא אוקסימורון, דוגמת 'ביולוגיה מוסלמית' או 'פיזיקה נוצרית'.

אלא שהמחשבה העדכנית נוטה לערער על המודל המדעי הפשטני. הערעור הראשון נובע מהטעון 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 חוויתם, 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 שיסייעו לו להתמודד עם הרוע והכאב המציפים את עולמו. קליפורד גירץ, האנתרופולוג החשוב, טוען כי תפקידן של הדתות השונות הוא לתת מענה ל"שלוש נקודות

<sup>1</sup> שלום תשל"ח, עמ' 31.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

בהן הכאוס – הווה אומר, תוהו ובוהו של אירועים שאינם רק חסרי פשר אלא גם נמנעי פשר – מאיים לפרוץ אל תוך עולמו של האדם".<sup>2</sup> נקודות אלה הן, לדעתו: "גבול יכולתו האנליטית, גבול יכולת הסבל שלו, וגבול תובנתו המוסרית".<sup>3</sup> 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 ומארכי ימים, באמצעות ניסוח השקפות בדבר סדר העולם הכללי" (שם, עמ' 92). כאשר פסיכולוג יוצר תיאוריה טיפולית, ממשיך הטעון 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 ומהנחות היסוד של תרבותם. ואכן, לטענת מרדכי רוטנברג, רוב שיטות הפסיכותרפיה המקובלות התפתחו במסגרת המחשבה הנוצרית, המוצאת את שורש הרע ב'חטא הקדמון', שהאדם אינו יכול להמלט ממנו בכוחות עצמו. החטא מתקים כמציאות בסיסית ועצמאית שאין לאדם יכולת להשפיע עליה או לתקנה.<sup>4</sup> 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 תירפוייטית כזו לא תתעלם בהכרח מאפשרויות שונות של תיקון וסיוע נפשי?

<sup>2</sup> גירץ 1990, עמ' 100.

<sup>3</sup> שם.

<sup>4</sup> רוטנברג 1978; רוטנברג ה'תש"ן, עמ' 33.

**איגוד ישראלי לפסיכותרפיה**



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

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 ולנדזי, 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 הגרסא האחרונה של מאמץ שגילו, כנראה, כגיל האדם.<sup>5</sup>

והוסיפו:

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.<sup>6</sup>

מסורת רוחנית אחת – המסורת היהדות – נותרה במידה 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

<sup>5</sup> Hall & Lindsay 1978, p342

<sup>6</sup> שם, 379.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

המיוחדת של היהדות... חסרון 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...<sup>7</sup>

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 עמה. 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 משמעותו של הפסיכולוגיה של הצמצום, אבל כבר כאן אדגיש שלפי תפיסה זו עצם האפשרות לקיומו של העולם האנושי נובעת מכך שהא-ל האינסופי צמצם את עצמו, כביכול, על מנת לפנות מקום לבריאה. צמצום עצמי זה היה אקט של חסד מופלא, משום ששורש הכל היה ברצונו של הא-ל "להיטיב מטובו ית"ש לזולתו",<sup>8</sup> ולצורך אותה הטבה בא הצמצום. אם כן, שורש הבריאה הוא הרצון הא-להי 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 "מתעוורת" מול שפע מוגזם של אור, וכדי לראות באמת עלינו לעמעם מעט את ההארה. כך כתב המגיד ממזריטש:

<sup>7</sup> רוטנברג, ה'תש"ן, עמ' 13.

<sup>8</sup> לפי ניסוחו הקלאסי של הרמח"ל, דרך ה', פ' ב. לניסוח חריף של עקרון הצמצום, ראו: ר' נחמן מברסלב, לקוטי מוהר"ן, ח"א, סד.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

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 אין 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 ונפשית ואת תהליכי הטיפול והריפוי הנפשי פשוט אינם יכולים שלא להשתנות כאשר מתבוננים בהם דרך המושגים החסידיים.

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 שאיפה 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



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

בהם מתאמצים ניצוצות האור שנפלו 'בשבירה' לחזור למקורם, לשוב ממצבם הנפול ולחזור 'להאיר' (כלומר, להשתלב בחיים של אושר ונתינה לזולת).

בספר זהו 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:

(א) שעולם הפסיכותרפיה, המאכלס בדחיסות עשרות תיאוריות ושיטות טיפול

מגוונות, אכן זקוק ל'סיוע חיצוני' בדמות אותם מושגים חסידיים?

(ב) 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 חסידית מרתקת אכן קיימת, אלא גם שיכול להיות לה ערך טיפולי, ככלי מחשבתי העשוי לסייע לפסיכותרפיסט עכשווי (ולא רק לכוזה המתמחה בטיפול ב'חסידים'). 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 מול זו שלש מערכות חשיבה רחבות ואצביע על ההשלכות האפשריות שיש לכל אחת מהן על היחס למסורות פסיכולוגיות תלויות תרבות. שלש המערכות הן – המדעית, הפוסט-מודרנית, והחסידית. של אחת מהן אפיונים משלה.



**איגוד ישראלי לפסיכותרפיה**



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

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, ה'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, ה'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

**איגוד ישראלי לפסיכותרפיה**



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

ונעשתה מדע, לאחר שעמד לבואזיה 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,  
ה'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 מחושי וכו'... 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<sup>109</sup> (ליבוביץ', ה'תשמ'ג, עמ' 40).<sup>11</sup>

<sup>10</sup> כדאי להעיר על דבריו של סמרט: מצב כזה שהוא מתאר אינו כל כך נדיר בתולדות המדע. לעיתים די קרובות מצליחה עובדה אחת שאינה מסתדרת בתמונת עולם מדעית מבוססת לקעקע את כל תמונת העולם המדעית. מהירות האור היתה עובדה כזו, קרני הרנטגן היו עובדה כזו. עובדה עיקשת יכולה להכריח אותנו לחשוב מחדש על כל יסודות תפיסתנו, ואין כל סיבה שמציאות התודעה ותחושותיה לא תהיה עובדה כזו.

<sup>11</sup> 'חוסר אמונה' מן הסוג שתיאר סמרט הפך להיות כלי אינטלקטואלי פורה ויוצר, ויש ליחס לו רבים מהשגיה העצומים של הפסיכולוגיה המערבית. לגיונות של חוקרים עמלו כדי לתאר את חייו הנפשיים של האדם במונחים היכולים להשתלב 'בספור העלי' המדעי, כפי שהבאתי קודם את דבריהם של ווטסון ופרויד, ואפשר להביא עוד רבים אחרים



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

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 ולסלף 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 אינפנטיליזם נפשי בבני אדם והטלת שיגעון המונים בהם – מצליחה הדת לחסוך מאנשים רבים את הנאורוזה האינדיבידואלית (Freud,30, p84)

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, p73).

האופי הקריקטורי אינו נובע אלא מכך ש"הנאורוזות מבקשות לפעול בכוחות עצמן מה שנוצר בחברה בעבודה סוציאלית" (שם), אמנותו של פרויד במדע היא כל כך גדולה עד שברור לו שכל הישג אחר של רוח האדם, כמו הפילוסופיה או האומנות, חייבת להיות מחוסברת עד תום ע"י 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



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא  
לניתוחים דומים (למשל: על אדלר כתב כי הוא סובל מהזיות רדיפה פרנואידיות<sup>12</sup> ועל  
פרנצי אמר כי הוא נמצא בהתמוטטות גופנית שגרמה לו לנסיגה רגשית והיא אשר  
הולידה את התיאוריות המאוחרות שלו.<sup>13</sup> קל לתלות ביטויים כאלו באישיותו של פרויד,  
אולם קשה להתעלם מן הקשר הישיר שבין סיפור העל המדעי, הפסקני והאוטוריטיטיבי,  
לבין אופיין הסוער של המחלוקות בעולם הפסיכולוגי, בתקופה בה היה ספור העל הזה  
בשיא השפעתו. ם מסתבר שמטפלים רבים עדיין אוחזים בתפיסה כזו כפי שמעיד, למשל  
פרדריק קייסמנט בכתבו כי "גיליתי שישנם פסיכואנליטיקאים המגינים על הדוגמה שבה  
בחרו בדבקות דתית ממש, לעיתים הם אף מצפים מהאחרים לפתיחות הרוח שלה אין הם  
מסוגלים בעצמם".<sup>14</sup>

לעמדה פילוסופית כזו השלכות טיפוליות כבדות משקל. היא מעמידה את המטפל  
והמטופל בעמדה הא-סימטרית של רופא וחולה, כאשר אחד מהם הנו 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:  
"למדתי", הוא כותב, "להחזיק בהשערותיי בעקשנות עד שגברתי על חוסר כנותם של  
החולים וכפיתי אותם לאשר את דברי".<sup>15</sup>

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.<sup>16</sup> ביקורת על העמדה  
ה'מיסיונרית' הזו נמתחה גם מתוך המחנה הפסיכואנליטי עיצמו. קייסמנט ראה בכך סכנה

<sup>12</sup> גיי תשנ"ד, עמ' 188.

<sup>13</sup> שם, 466.

<sup>14</sup> קייסמנט תשנ"ו, עמ' 17.

<sup>15</sup> Freud 1916, p. 386.

<sup>16</sup> רוטנברג תש"ן, עמ' 44.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

טיפולית מובהקת: "הודאות הדוגמטית תגביל תמיד את חירות המחשבה של הפסיכואנליטיקאי ואת המרחב האנליטי, שבלעדיו לא יוכלו המטופלים ... להתפתח במלאות ולהגיע למיצוי הפוטנציאל היצירתי שלהם".<sup>17</sup> 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 היחידי שיכול להיות לפסיכולוגיה תלויית 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

בינתיים השתנו המגמות בעולם הרוח הכללי, והגענו לתקופה המכונה 'פוסט-מודרניות'. המדע עודנו קיים, כמובן, ונהנה מיוקרה כבירה. אולם שוב אין מייחסים לו מעמד של 'סיפור על' שהכל חייב להיכנס למסגרתו. ז'ק ליוטאר, מאבות הזרם החדש, כתב: "אבד האמון בסיפור הגדול".<sup>18</sup> 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 עקרון הלגיטימיות

<sup>17</sup> קייסמנט תשנ"ו, עמ' 17.

<sup>18</sup> ליוטאר 1999, עמ' 48.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא של הידע".<sup>19</sup> 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 ועיוותו לפי הפרספקטיבה של אותה עמדה...<sup>20</sup>

מהביטוי 'כל ניסיון' משתמע כי גם הניסיון המדעי המוצלח ביותר אינו אלא עמדה יחסית וחלקית, שאינה מתימרת 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,<sup>21</sup> כאשר אין קריטריון על שלפיו ניתן לשפוט את אותן מערכות של משמעות – כל תרבות והקריטריונים שלה. גריץ, 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 יאווה, תרבות הודית או תרבות

<sup>19</sup> שם, עמ' 49.

<sup>20</sup> אופיר תשנ"ו, עמ' 148.

<sup>21</sup> מילר תשמ"ו, עמ' 229.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

איטלקית, תרבות המעמד הגבוה או תרבות המעמד הנמוך, תרבות אקדמית או תרבות מסחרית<sup>22</sup>.

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".<sup>23</sup> לכן גם יכולה כל תרבות לקבוע קריטריונים משלה לתקינות נפשית, והתנהגויות הנראות תקינות לגמרי בתרבות מסוימת עלולות להראות 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".<sup>24</sup> התנהגויות כאלו, שהן נורמטיביות לחלוטין בבאלי, היו מזכות את עושיהן בפנסיון מלא בבי"ח 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 ה'דיבוק', הידוע ממקורות רבים, הוא סוג של 'הפרעה דיסוציאטיבית' (סוג מסויים של הפרעה נפשית).<sup>25</sup> 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 הייתה האמת הפסיכולוגית-מדעית, ולפיה קיימת תופעה נפשית

<sup>22</sup> גירץ 1990, עמ' 58.

<sup>23</sup> שם, עמ' 59.

<sup>24</sup> שם, עמ' 115.

<sup>25</sup> בילו תשמ"ג, עמ' 529.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

'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'נרטיבים' (כלומר כסיפורים) לגיטימיים, ובלבד שיתגלו כיעילים בטיפול בבני תרבויות ספציפיות לאור מושגים וערכים הלקוחים מתרבותם.<sup>26</sup>

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.<sup>27</sup> 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 היומרה לאובייקטיביות איבדו המטפלים את היתרון הידיעה המדעית, ומעתה שומה עליהם לפנות למטופלים מתוך עמדה ענווה של אי ידיעה".<sup>28</sup>

גם פסיכואנליקאים רבים, כמו למשל קייסמנט, טענו כי "האנליטיקאי נזקק לעיתים להסתמך על מגוון רחב של תיאוריות כדי להתגבר על המגוון של התופעות הקליניות שבהן הוא נתקל... [אנליטיקאים] אינם יכולים להרשות עצמם נשואים מונוגמיים מדי עם תיאוריה אחת".<sup>29</sup> כך הופכות התיאוריות עצמן ל'נרטיבים', לאוסף סיפורי חיים אפשריים (אך לא הכרחיים). אם עבור פרויד, למשל, היה הסיפור האדיפלי הספור המהימן, המקיף, המוכח, התומך ורב העזר מכולם, ואם עבור אדלר, למשל, נהנה ספור ההתמודדות עם תסביך הנחיתות ממעמד דומה, הרי שכיום יראו שני הספורים הללו כספורים אפשריים, אשר הצדקתם העיקרית היא בעצם יכולתם לעזור לאדם החש שדווקא ספור מסוים נותן משמעות ותקווה לחייו. אין צורך בהצדקה נוספת, ואין בטחון כי היא אפשרית.

<sup>26</sup> בילו וויצטום 1993, עמ' 94.

<sup>27</sup> עומר ואלון 1997, עמ' 11. ראה ברור פילוסופי רחב יותר אצל ליבוביץ' תשמ"ג.

<sup>28</sup> שם, עמ' 111.

<sup>29</sup> קייסמנט תשנ"ו, עמ' 178.





מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

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

### בקורת 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. לדעתי 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 ע"י הוגים פוסט-מודרניים. ליוטאר כתב: "בהתפזרות זו של משחקי הלשון, דומה



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

שהסובייקט החברתי עצמו הוא המתפרק".<sup>30</sup> עדי אופיר הסביר שבתפיסה הפוסט-

מודרנית

אין בסיס לחיפוש אחר מבנה על של נרטיב חובק כל (מטא-נרטיב)...

מול כל ספור שמספר מאין באתי-באנו ולאן אני-אנחנו הולך-הולכים,

ובתוך כך מגדיר מי אני-אנחנו, מתייצבים ספורים חלופיים.<sup>31</sup>

מכאן נובע, לדעתו, ש"היחיד אינו קיים כלל כסובייקט – בעל מבנה תודעה קבוע".<sup>32</sup>

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'משווקת' אותו. ה'אני' אינו אלא מוצר חברתי...<sup>33</sup>

והשאלה חוזרת ומעמיקה: מה עלולות להיות ההשלכות הנפשיות של תפיסת עולם

כזו? כבר מכס ובר הסביר כי התנהגויותיהם של אנשים מושפעות באופן ישיר מתפיסת

העולם הרווחת בתרבותם. כך, לטענתו, המאמץ המתמיד של בן התרבות הפרוטסטנטית

<sup>30</sup> ליוטאר, 1999, עמ' 50.

<sup>31</sup> אופיר, תשנ"ו, עמ' 150.

<sup>32</sup> שם, עמ' 154.

<sup>33</sup> גורביץ', ה'תשנ"ז, עמ' 124.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

לצבור עושר ונכסים נובע מתפיסת הישועה הפרוטסטנטית שבמרכזה ההצלחה החומרית בעולם הזה (כסמל להיות האדם 'נבחר'), ואילו אדישותו היחסית של ההודי נובעת מתפיסה הרואה בעולם האמפירי אשליה רווית סבל שאינה ניתנת לתיקון אמיתי, וכל שניתן לעשות הוא להתנתק ממנה באופן נפשי-רוחני. בהקבלה לכך, מה עלולה להיות חוויתו והתנהגותו של בן לתרבות פוסט-מודרנית?

בשנות ה-50 הציע אריקסון<sup>34</sup> 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.<sup>35</sup>

אולם מבנה כזה של זהות אישית הוא בדיוק מה שההגות הפוסט-מודרנית מכחישה את קיומו: "היחיד החברתי אינו אלא אוסף חזר ניגודים ומתחים של עמדות שונות הנתפסות על ידי בעל אותו גוף בשדות תרבותיים וחברתיים שונים".<sup>36</sup> כלומר: הפוסט-מודרניזם הוא סביבה עוינת זהות, וחלחולו לעולם הרוח הכללי עלול, מחד גיסא, לפגוע

<sup>34</sup> Erikson 1988.

<sup>35</sup> מובא אצל מוס תשמ"ט, עמ' 83. עומר ואלון לא השתמשו במושג הזהות, אולם נראה כי כוונתו לדעתו של אריקסון כשהגדירו 'ספור טיפולי בעל משמעות' כספור ה"מאפשר למטופל לומר (1) זה הספור שלי (2) אני הוא גיבור הספור (3) בספור הזה יש עתיד" (עומר ואלון, 97, עמ' 133).

<sup>36</sup> אופיר תשנ"ו, עמ' 154. למען ההגינות יש לציין כי אופיר מוסיף שהיחיד יכול "לנקוט עמדה ביחס לעמדה הנתפסת" על ידו – כלומר שיש לו יכולת להגיב ולעבד את ה – input המגיע אליו: "מדובר בעיבוד פרטי של היחיד לספור מורכב ששל זהות ושייכות, שמענקים לו סוכנים שונים" (שם, עמ' 155). אולם מיהו הנוקט עמדה? האם אותו אוסף השפעות חברתיות הוא הנוקט עמדה ביחד לאותן השפעות חברתיות עצמן? האם יש בכלל משמעות לאמירה כזו?



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

ביכולתה של התרבות להציע לנו 'מערכות סמלים משמעותיים' ועל ידי כך להפוך את התנהגותנו ל"אנדרלמוסיה של פעולות חסרות טעם והתפוצצויות אמוציונליות".<sup>37</sup> מצד שני, הוא נוטל מהמטפל את האפשרות לחתור עם המטופל לגיבושו של ספור 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, נזקן 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 ע"י ההכרה האנושית. האמת היא תמיד מעבר למה שאפשר להכיר ולדעת. ניתן להמשיל את תפיסת ההכרה הזאת לאוסף תמונות דו ממדיות המנסות לשקף מציאות תלת ממדית: המימד

<sup>37</sup> גירץ, 1990 עמ' 55.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

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 צרוף 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 הא-לקית, שאין לה סוף מבחינה פרנציפיונית. ועל כן, מי שקיבל פעם על עצמו את חומרת אמונה זו ומידת בטחון זו... זוכה למעין חירות מפליאה מאד, 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,



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

אלא ששים ריבוא פנים... שלכל נשמה מישראל יש דרך מיסטית  
המיוחדת לה...<sup>38</sup>

ברוח זו קבע רוטנברג: "האמת היא יצירה המורכבת מעמדות מנוגדות" (רוטנברג, ה'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 הוקחו 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 'שארגז כלים' מושגי שכזה מורכב, מעצם מהותו, ממושגים כללים ורחבים (כמו מושג ה'אמת' עצמו!), מושגים הקרויים בלשון הפילוסופית המקצועית 'מטאפיזיים', אפתח בפרק העוסק במטאפיסיקה 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 תאור כללי שלה. בכך אני עובר להתמודד עם השאלה השנייה שהצבתי.

<sup>38</sup> שלום תשמ"ב, עמ' 79.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

## **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 הייתה מקומו החברתי של איש הרוח: קבוצות החסידים הקדומות היו מורכבות ממקובלים ואנשי רוח שהסתגרו בד' אמותיהם ועסקו הדרכים 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 הייתה 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.<sup>39</sup> 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 שהחסידים 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.<sup>40</sup>

<sup>39</sup> בספר זה אתיחס לחסידות כתנועה בעלת תורה מגובשת למדי, למרות כל מחלקותיה הפנימיות, ואנמק את הכרעתי זו בנספח בסוף הספר, עיינו בעמוד @.

<sup>40</sup> סיכום בהיר של מחקר החסידות ותולדותיה אפשר למצוא אצל אליאור תש"ס.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא  
כבר בימי 'תנועת ההשכלה', בשלהי המאה ה'ט"ט, 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.<sup>41</sup>

אפילו במאמרו המפורסם של ש"י הורוביץ על החסידות,<sup>42</sup> מאמר שכולו קטגוריה, נמצא  
'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  
מליאדי, 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 הא-לקי 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.<sup>43</sup>

<sup>41</sup> צוויפל תשלי"ח, עמ"פ.

<sup>42</sup> הורוביץ תרע"ד.

<sup>43</sup> שלום תשלי"ח עמ"פ.





מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא  
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'.<sup>44</sup> 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.<sup>45</sup>

### 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.

<sup>44</sup> יעקבסון תשמ"ו, עמ' 15, 41.

<sup>45</sup> שם, עמ' 42.



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא

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' הישית.

השער השני מנתח את יסודות הפסיכולוגיה המערבית. לעומת התפיסה החסידית, הפסיכולוגיה המערבית מבוססת ברובה על תפיסה אמפיריציסטית שניתן לכנותה 'ישותנית' שכן היא בנויה ברובה על ראיית המציאות כחד-רובדית ונטולת מימד טרנסצנדנטי. בכונתי 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 מאמצייהם הופנו לתיאור האדם כישות אמפירית גרידא, בין אם במובן הפיזי, בין אם במובן הנפשי. פרק ד מטפל בחשיבה הפסיכודינמית המערבית, מוך ניסיון להראות כיצד מגבילה התפיסה האמפיריציסטית-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 שלשה 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



מבוא מתוך הספר: "שבירה ותיקון- מודל חסידי לפסיכולוגיה קלינית" / ד"ר ברוך כהנא  
מערכת החשיבה של הפסיכולוגיה החסידית ומערכת החשיבה של הפסיכולוגיה המערבית,  
במהלך העבודה הטיפולית.

