

על המטופל שקשה לאהוב אותו- ד"ר איתמר לוי

הרצאה שניתנה במסגרת יום העיון של האיגוד הישראלי לפסיכותרפיה:

"אהבה בטיפול"- מרחבי בריאה וסכנה

אני רוצה לדבר בהרצאה הזו על בעיה קלינית המוכרת לכל מטפל: מטופלים שבהתנהגותם מונעים כל אפשרות לאהוב אותם, מטופלים המשוועים לאהבה אך מעוררים בכל מקום, וגם בטיפול, כעס ועלבון, בדידות ויאוש, ולפעמים אפילו שנאה.

המטופלת, יהודית, היא עורכת דין צעירה, נאה ואמביציוזית. היא אשה חרדתית, מתוחה וזכנית מאוד. בכל מקום – בעבודה ובמשפחה היא מרגישה ששונאים אותה. גברים נפרדים ממנה אחרי תקופה קצרה, ובדרך כלל יש לה הרבה תלונות עליהם: קמצנים כספית ורגשית, וזכנים, תחרותיים וקרירים מינית. הפער האדיר בין התנהגותה התוקפנית לבין חווית הפגיעות שלה חודר לאווירת הטיפול, מעורר תגובות קשות אצל המטפל. המטפל זהיר לא להכאיב, שכן כל כאב נחוזה כמתקפה, והמטופלת יוצאת מיד למתקפת-נגד פקחית ומכאיבה, המטפל נעלב, צובר תסכולים וכעסים, ומידי פעם אכן בורח לו ניסוח תוקפני ומאשים. כאשר המטפל מצליח להתייחס בצורה אותנטית וישירה לפגיעות ולכאב שבבסיס התוקפנות שלה, יש לה הקלה זמנית, אך כבר בפגישה הבאה הכרת התודה נעטפת בפנטזיות רומנטיות או בהאשמה שהמטפל מתעתע בה, מפתה ודוחה.

לעיתים היא מספרת על רומנים רומנטיים שהיא קוראת, ודי מתביישת בכך, שכן בדרך כלל היא בעלת טעם מעודן בהרבה. ברומנים האלה גבר עשיר או אציל מתאהב בנערה ממעמד נמוך יותר. האהבה עוברת הרבה מכשולים ומשברים. הרבה כאב בדרך אל האושר. כאשר היא מדברת ברוח זו המטפל קולט עד כמה היא בעצם ביישנית ותמימה, גם אם הסיפור מתפתח לכיוון אירוטי. לעיתים לא ברור רגשית אם ניתן להפריד בין הצורך הראשוני-הרגשי שלה באהבה ובהערכה, לבין היותו משחק מקדים לסצינה של פיתוי ודחיה. מה שחשוב לזכור, למד המטפל עם הזמן, שבחוויה שלה היא אינה מפתה אלא מתפתה. היא אינה מתקיפה אלא מותקפת. היא אינה מספרת את הסיפור. הסיפור מספר אותה, והמטפל צריך להיות בעמדה כפולה: מרוחק מספיק כדי לזהות את ההשלכות וההפעלות המתמידות, וקרוב מספיק כדי להכיר בחוויה הקורבנית שלה.

ברור לי שכבר בשלב זה יש לכל אחד מכם אסוציאציות, שאלות ועצות למטפל האומלל, אך עוד חזון למועד, שכן האנליזה הזו נמשכת כבר הרבה שנים, ובמהלכה התגלו רבדים שונים בבעיית האהבה של המטופלת הזו, ואני רוצה להאיר אותן מנקודות מבט שונות.

ובכן, נתחיל בפרויד. מה היה פרויד אומר על חיי האהבה של יהודית?

פרויד אמנם כותב פה ושם על אהבה, אך התיאוריה שלו, בקוויה הכלליים, היא תיאוריה של התאהבות – בעיקר התאהבות מינית אך גם התאהבות רגשית. שכן לפרויד יש שתי תיאוריות של התאהבות: האחת של מציאת אובייקט ליבידינלי, והשניה של מציאת אובייקט ראשוני אבוד.

באשר להתאהבויות הליבידינליות של יהודית, הן מועטות, מתסכלות וקצרות ימים. תמיד הגברים שלה לא מתפקדים או מאבדים עניין, וגם היא אינה מרבה לחשוב על

מין. בעוד הסצנה הראשונית המדומיינת שלה היא סצנה של אונס המוסווה על-ידי רומנטיקה (כך מתגלה במהלך הזמן), המציאות שהיא משחזרת היא מציאות של סירוס ואימפוטנציה. בדמיון הלא מודע היא הן האונסת והן הנאנסת, אך במודע היא כועסת על גברים שהם כה חלשים. בתחילת האנליזה היתה לה סקרנות תחרותית לגבי חייו הפרטיים של המטפל, אך במהלך השנים נשכח החוץ, נוצרה בועה דיאדית, בתוכה היא מאד עסוקה אמנם במטפל ורגישה לתגובותיו, אך פחות מתעניינת ומקנאה במה שיש לו בחוץ. נראה כי הדגש עבר, עדיין במושגים פרוידיאנים, מהתאהבות ליבידינלית-אדיפלית עם דגש נרקסיסטי, להתאהבות כמציאת אובייקט (אמהי) קדום אבוד. יהודית אמנם מצאה אובייקט, ויש לה אליו העברה אינטנסיבית, אך להרגשתה האובייקט אינו בדיוק אובייקט מיטיב, ויש לה הרבה אכזבות ומאבקים איתו.

כאן, בהנחה של מציאת אובייקט אבוד, הניח פרויד את הבסיס לכל תיאוריה פסיכואנליטית מאוחרת יותר של האהבה. ההתאהבות הייצרית, על-פי פרויד, תמיד דועכת כשהאובייקט נהיה מוכר ומותר, אולם מציאת אובייקט, זה לא רק ייצרי, זה מתרחש במישור רגשי ונוגע ברבדים עמוקים יותר. מכיוון שההתאהבויות של יהודית אמנם קצרות אך ההעברה עצמתית גם אחרי זמן רב, האנליזה מאפשרת להמשיך ולחקור איזה אובייקט היא מצאה, ועל מה ולמה היא נלחמת איתו?

שני סוגי ההתאהבות מעלים סוגים שונים של חרדה. ההתעוררות הייצרית מעלה חרדות אלימות של הצפה, חרדות מפני פנטזיות אינססטואליות, סירוס, פחד מפני דחייה, קנאה ואשמה רודפנית. האופי התוקפני-תחרותי שלה מעלה חרדות מושלכות שהיא תיתפס כלא-נשית, או כנשית-מסרסת, דברים שבני זוג שונים אמרו לה במהלך השנים ופגעו בה מאד. בשונה מהצד הייצרי, ההתאהבות של מציאת האובייקט, ככל שהיא הופכת לאהבה, כרוכה בחרדה מפני אבדן אהבתו של האובייקט. זוהי חרדה שלא תמיד ניתן להרגיע אותה, כי יהודית, כאמור, אכן דוחפת את האובייקטים שלה לנקודה של אבדן האהבה, או אפילו קודם לכן - מניעת-אהבה.

בהצגת המקרה של יהודית אני מנסה לגעת בשאלה עקרונית שאני מתלבט בה בכל טיפול מחדש. אני מדגיש שהשאלה עולה מחדש בכל טיפול כדי להדגיש שנקודת המוצא שלי היא העבודה הקלינית, ולא התיאוריה. בכל טיפול עולות שאלות סביב אותם צדדים במטופל שהמטפל מגיב להם בעוינות או בריחוק הגנתי. אני מתנדנד ברגעים כאלה בין שני כיוונים: כיוון אקטיבי, "פרוידיאני-קליינאני", של פירוש ההשלכות וההפעלות, וכיוון פסיבי, כנוע יותר - להכיל ולהמתין.

העמדה הקליינאנית תדגיש דבר ראשון את התקפנות הרבה של יהודית, תקפנות המשחיתה כל נתינה ומותרה את האובייקטים שלה פגועים ואותה רעבה ומסוייטת. המבט הקליינאני יראה את עומק הטרגדיה של המטופלת שהמוצא היחיד שלה ממלחמותיה האין סופיות עובד דרך דכאון עמוק שספק אם יש לה בשלב זה כוח לשאת אותו. הדילמה באנליזה אינה בין אהבה לבין שנאה, אלא בין אהבה/שנאה לבין דכאון, וזה לא יהיה קל.

עוד תדגיש נקודת המבט הקליינאנית כי אם יתרחש שינוי באנליזה הזו הוא יתגלה לראשונה בזירת ההעברה וההעברה הנגדית. המטפל הוא אובייקט להשלכות והפעלות שונות ומנוגדות: הוא חש בתסכול, ברעב העצום ובתחושות היאוש והכשלון, יכולת הנתינה שלו מותקפת כל הזמן, הוא חש בשנאה ובאשמה, ואת כל אלה עליו לזהות

בתוך עצמו, להבחין בין שלו ושלה, וזה לא פשוט, כי אצל כל אחד מאתנו מופעלים בקלות חלקים רודפניים.

בדומה לפרויד, גם קליין כותבת על ההתאהבות במושגים ייצריים, והיא חדה הרבה יותר ממנו בזיהוי התערובות והמפגשים השונים בין מיניות ותקפנות. כאמור, יהודית לא חווה עצמה כמתקיפה אלא כמותקפת, ואכן היא מותקפת מבפנים על-ידי מחשבות רעות אותן היא משליכה ומפעילה אצלי. קל לזהות אצלה דפוסים של חמדנות אוראלית סדיסטית (הפה שלה, ממש, חרב פיפיות). היא לא יודעת לינוק, רק לטרוף. היא לא מקבלת, היא לוקחת. יש לה הנאה אנאלית סודית הן משליטה וקמצנות רגשית, והן מהתרקנויות והתפוצצויות חודרניות ומזהמות. יש לה תוקפנות פאלית הכופה על האחר לבחור בין כניעה מזוכיסטית לבין מחאה תוקפנית. במהלך האנליזה נחשף צעד אחר צעד כיצד סיפורי הרומן הרומנטי העוטים כסות של עצב, געגועים ושברון לב, מפעילים בסמוי רובד של אלימות גברית, הכנעה וניצול מיני של אשה חסרת אונים, כך שההתאהבות המינית והרגשית שלובות, סותרות ומשלימות זו את זו. השפה הפרנואידית-סכיזואידית מתארת את ההתאהבות הייצרית בעוד האהבה הרגשית מתנסחת רק עם המעבר אל העמדה הדכאונית, וזה מהלך שאחרי שנים יהודית יכולה לעשות אותו רק לפרקי זמן קצרים מאד. לקליין, בשונה מפרויד, יש הן תיאוריה של התאהבות, הדומה יותר לעמדה הסכיזו-פרנואידית, על תשוקותיה, תוקפנותה, פחדיה וההתעלויות המאניות שלה, והן תיאוריה של אהבה, כאשר האובייקט הטוב מכיל ומעבד את התשוקות והתסכולים, מרגיע את החרדות, ומחזיר את האוהב לקנה המידה האנושי. הבשורה הקשה של קליין היא "שאינן אהבות שמחות", אולם הבשורה הטובה היא שיש אהבה. אכן יש בנו הרבה הרסנות ושנאה, אך יש לנו גם יכולת להכיל ולהתמיר את השנאה באהבה ונתינה. המצב אינו יציב. התנודות בין שתי העמדות מתמידות, ועל כן האהבה אינה מצב סטאטי אלא עבודה סייזיפית הכרוכה תמיד בכאב, אכזבה וויתור, לא רק ויתור על המשאלה לאובייקט מושלם אלא גם על המשאלה לאני מושלם. את הויתור הזה, יהודית, שמרגישה בבסיס כל-כך פגומה, לא יכולה לעשות.

וכאן אני חוזר לדילמה שלי בין שתי דרכים בטיפול. כאשר אני מפרש ליהודית את ההשלכות שלה, יש בפירושים האלה, אחרי שנים, משהו שחוזר על עצמו, ולא רק שאין בו חיוניות, יש בו שמץ של הטפת מוסר, ויש בו גם שמץ של נקמנות מצדי. הפירוש הופך במידת מה הן לשיעור בהתנהגות והן למהלך במאבק על שליטה. לכאורה, בעולם אידיאלי, הייתי צריך להתנקות יותר מרגשות רעים כאלה כלפי המטופלת שלי, אולם נראה כי האנליזה, כשהיא מתנהלת בדרך זו, חוזרת על דפוס היחסים הטראומטי תוך כדי שהיא מנסה לשנות אותו. לא קל לצאת מהלופ הזה. כל פירוש הופך לאונס, וכל מחאה וכעס הופכים למשחק מקדים.

במקביל יש לי דרך אחרת, לא קלייניאנית, הרבה פחות פרשנית, הרבה פחות מוטרדת מתקפנות וייצריות, דרך שמנסה לפנות ישירות אל המצוקה העמוקה של יהודית, שאין לה עדין כל אפשרות להתבטא בגלוי. במילים אחרות, אני יודע שאי-שם יש תינוקת שאמא שלה לא מצליחה להרגיע אותה, ובמקום להרגיע, היא עצמה מתעצבנת עוד יותר. זה הלופ שתיארת, הפעם במושגים של **החזקה**. אבל אל התינוקת הסובלת אי אפשר להגיע ישירות, גם לא כשמדברים אליה או עליה. כל מגע כואב לה והיא מכאיבה חזרה. לפעמים אני מתעלם מהתקפנות. במקום לפרש לה, אני מפרש לעצמי בלב, מרפא את העלבון שלי, או את הרצון הנקמני, וממשיך להמתין. כשם שאני לא אוהב את

הווכחות החודרניות שלה, גם אני מנסה להיות קרוב אך לא חודרני. זה משיג תוצאות מרגיעות לזמן מה, אך כאמור, רגע של אמון וקירבה רגועה "מתקלקל" והופך לתסכול או לפיתוי, או שהוא נמחק מהזיכרון ולא מצטבר לחוויה מתמשכת, ואז, בכל זאת, יש צורך לפרש. מסתבר שגם הדרך הרכה יותר, המכוונת אל "התינוקת שבפנים" או אל צרכי העצמי הפנימי, אינה מבטיחה לנו מסע מוצלח, ויתר על כן – גם היא הופכת לחזרה על הטראומה של אובייקט מפתה ודוחה, מבטיח ומתסכל.

התסכול המתמיד הזה מערב משאלות ייצריות סותרות, משאלות משלבים התפתחותיים שונים, צרכים רגשיים שונים וחזרה על טראומות שונות. יש בלבול גדול בין רמות שונות בהעברה ובהעברה הנגדית. בשלב זה נוצר אצל המטפל צורך במבט-על, או בנסיון להמשיג את הדרמה של ההעברה וההעברה הנגדית. במושגים של מריון מילנר הייתי מנסה לארגן את התמונה המורכבת תחת הכותרת "שפת האהבה" ושואל: מה השתבש בשפת האהבה של יהודית, שהבקשות והנתינות שלה נחוות כמתקפות? מדוע נסיונות ההתקרבות שלה יוצרים התרחקות? כיצד זה שקשה כל-כך למצוא את המרחק הנכון ממנה, תמיד זה קרוב מדי או רחוק מדי, מתקיף או נוטש? השיבושים בשפת האהבה עליהם מדברת מילנר כוללים הן את בלבול השפות של פרנצי והן את התנגשות הייצורים הקלייניאנית, כלומר, הן את הבלבול בין אהבה רגשית וייצרית, והן את הקונפליקט בין הייצורים השונים. כך למשל גיליתי במהלך הטיפול שמבחינת יהודית עצם זה שהיא מגיעה בזמן לשעה זו נתינה אוהבת (כלומר, בחוויה שלה היא לא באה לשעה כדי להעזר אלא כדי לעזור לי, להחמיא לי שאני "שווה"), כך שבתחילת השעה היא כבר נתנה, וכעת מגיע לה לקבל, ואם אני לא נותן די היא מרגישה מותקפת ומנוצלת, ומה שאני חווה כהתקפה היא חווה כבקשה מעמדת קיפוח לקבל קצת חם והערכה בתמורה לנתינה שלה. במהלך הזמן הפסקתי כמעט לפרש את ההשלכות, והתחלתי לפרש יותר את השיבושים בשפת האהבה, החוויה המתמדת שלא מבינים אותה, לא נותנים לה, ומפרשים אותה לא נכון. היא ואני הפכנו לפעמים לשתי דמויות "בטרגדיה של טעויות". השיח הזה יצר מרחב של משחק, ומשחק בחוקי המשחק שלא היה קיים קודם (ומבחינה זו יצר אופציה קומית בתוך ההתרחשות הטרגית).

האם אוכל לומר לכם בבטחון שדרך עבודה אחת עדיפה בהכרח על האחרת? לא. ראשית, אני יודע מה היה קורה אם לא הייתי מפרש השלכות ופיצולים קודם ובמקביל. ושנית, וזה העיקר – הרי ממילא לא יכולתי לעבוד אחרת, ומה שנכון לזוג טפולי אחד אינו נכון לאחר. המטפל נוצר מחדש עבור כל מטופל. שני אנשים זרים נפגשים והם צריכים למצוא שפה משותפת לדבר על דברים מאד אישיים ורגשיים. בכל טיפול נוצר מהלך של חיפוש אחר הבנה ואחר תחושת בטחון, והחיפוש הזה כרוך בפענוח שפת האהבה. אין למסורת העצמאית (באלינט-ויניקוט) ויכוח עם הטענה הקלייניאנית שהשינוי יתרחש בהעברה, אולם יש ויכוח בשאלה איך יתרחש השינוי הזה? האם הפירושים ישנו את המטופלת, או שמא היא תשתנה רק אחרי שהמטפל ישתנה ביחס אליה?

המחויבות למטופלת אינה יכולה לחייב אותי לאהוב אותה, אולם אני כן מחויב **לחפש בתוכי** את הדרך לאהוב אותה. ובניסוח מתון יותר – גם אם המטופלת עדיין קרועה בין מרחק וקרבה, וגם אני לא מוצא בקלות את המרחק הנכון, אני מחפש ליצור בתוכי מרחב מעבר שיאפשר לי לשחק קצת באנליזה הזו, בלי לפחד מכל תנועה. להרגיש נח יחד. מבחינה זו אני מתגמש.

לדוגמה.

משך שנים הייתי מתוסכל כאשר היא השתמשה באנליזה כאסלה להתרוקן בה כאשר לי אסור להתערב. באותו רגע פירושם לא עזרו, כי היא התקיפה כל חשיבה. בשלב מסוים אמרתי לעצמי: תהיה אסלה, תהיה פח זבל, ממילא לא עוזר לאף אחד שאתה מפרש את זה. במהלך הזמן הקשיים סביב "ההתרוקנויות" האלה יצרו סוג של זירגון. כאשר היא מוצפת שנאה, למשל כלפי אמא שלה הקמצנית והאגוצנטרית, אני שואל אותה לפעמים אם היא רוצה היום אנליזה או דיאליזה? כלומר, שאפרש לך את ההעברה, למשל את השאלה במה אני קמצן אתך? או שהיום את רוצה ניקוז רעלים - לשנוא ללא הפרעה, לפרוק זעם אל חיק סובלני? כאמור, גם הדיאליזה, למרות שהיא מרגיעה באותו רגע, מעוררת חרדות מהצפה במשאלות קירבה מסוגים שונים וברגישות רבה לכל סימן של ביקורת, דחיה או קוצר רוח. אבל לפעמים זה עובד. לא הכל רע. המעניין ברגעי המשחק שנוצרו בהדרגה עם יהודית הוא שהיה בהם מימד רפלקטיבי של משחק בחוקי המשחק. דיאליזה או אנליזה משמעו: על-פי איזה חוקים נשחק היום?

פעם קרה שיהודית ביטלה פגישה כי כעסה עלי. בסוף החודש, עוד לפני שהעליתי את שאלת התשלום, היא התחילה לטעון שאינה צריכה לשלם עבור הפגישה. לקחתי הרבה אוויר, ולפני שפתחתי את הפה עשיתי לי אנליזה קטנה "אינסטנט". אמרתי לעצמי לשים את הכסף בסוגריים. "זה כסף צעצוע, כסף של מונופול. אל תהיה חמדן. אל תנסה לאנוס אותה. לך תשחק". הצעתי ליהודית להריץ תסריטים, לדמיין איך היא תרגיש אם היא תנצח? אם אני אנצח? על מה בעצם המאבק? האם היא רוצה לשנות את חוקי המשחק של הטיפול? באותו רגע זה הצליח, ואפשר היה גם לריב וגם "לשחק במריבה". היה מרחב לנשום בתוך זירת המאבק. במילים אחרות – יהודית מכירה רק אהבה חודרנית ומתעלקת, ואני רוצה ליצור איתה מרחב שיש בו גמישות במידות הקרבה והמרחק. שתי תפיסות שונות של אהבה – חמדנות ומשחק-יחד, ושתייהן קיימות במקביל.

כאשר החלו להיווצר באנליזה "איים" של מרחב משחקי מיטיב, החל להופיע גם רובד חדש של חרדה ודכאון, או חרדה מפני סוג מסוים של דכאון - דכאון ריק. מעבר לדרמות הרגשיות של הרומן הרומנטי הייתה תחושת תפלות ושעמום. מעבר לווכחנות הסוערת יש איזה מוות פנימי או ויתור מוחלט מראש. פה ושם התגלו באנליזה רווחים בתוך הווכחנות, כאילו הרוח יצאה מהמפרשים בבת אחת, ויהודית מאבדת את רוח הקרב, והכל נראה תפל והדיבור דועך, ואז היא ממשיכה הלאה כאילו לא שמה לב לקטע הריק. הכרנו את המהלך הזה אצלה, אבל לא הייתה לנו המשגה חווייתית שלו. היא חששה מאד שהיא משעממת אותי. אני נזכר כעת בהערה של ויניקוט שההגנה המאנית אינה רק הגנה נגד דכאון, אלא גם ביטוי לרצון לחיות. כך גם כל מבנה האישיות הסוער והרופף של יהודית הוא מבחינה זו הגנה מאנית נגד דכאון שנחוה כריק, ונסיון להחיות מוות פנימי. לא "דכאון קליינאני" של אשם, ויתור ועבודת אבל, אלא יותר כמו "האם המתה" של אנדרה גרין – התנתקויות למצב נטול חיוניות. לכן, אולי, היא צריכה "לתת לי" מחמאה מעצם זה שהיא באה אלי לטיפול, כדי לשמח את

אמא, לשמור אותה בחיים. לקח זמן לתפוס את זה. יש אצל יהודית חרדה עמוקה אך מעומעמת שהכל יתפוגג פתאום, וזה אכן קורה, אבל כשזה קורה היא לא מרגישה כלום ואחר כך חוזרת לעצמה, כך "שזה לא נורא". "הפחד מפני משבר" הוא חלק מרקמת החיים, אך מכיוון שהמשבר אינו של כאב אלא של התנתקות והתרוקנות, הוא אינו נחוה כיום כקטסטרופה. היא כל הזמן מספרת לעצמה סיפורים בדמיון, אבל אחר כך הכל נמחק. היא מעבירה ערבים שלמים בבהייה ובדיסוציאציה. בהדרגה נוצרה באנליזה הכרה בנתקים ובמחיקות האלה, כאילו היסטוריה של אי-קיום.

הספרות שלנו מלאה, בעיקר בשנים האחרונות, בתיאורים של מוות נפשי, דיסוציאציה, סזורה, מצבים של נתק שאינו עובר סימבוליזציה, "דכאון לבן", טראומות של חסר והעדר, והזדהויות לא מודעות עם דכאון סמוי של האם. יש אנליטיקאים שאומרים לפרש או לשחזר את העבר ויש המדגישים את הנוכחות בהווה. יש הממליצים לשמור על נוכחות חיונית, לא לתת למוות הנפשי של המטופל להמית גם אותנו, ויש הממליצים ללוות בציפיה רגועה שמשוהו ספונטני יקרה. ואני, לא רק שאני לא יכול להמליץ בבטחון על דרך זו או אחרת, אני גם לא יכול לשחזר בבטחון מה עשיתי נכון ומה לא. מדובר בתהליך של שנים, שאינו קורה כקו נפרד באנליזה, אלא הוא משולב בעוד ועוד קווים. קו האהבה פוגש במסעותיו את קו התשוקה וקו הבדידות, קווי השנאה והחרדה, ההתמסרות, הבושה והיאוש. יש רגעים כאלה ואחרים, ולא תמיד אתה יודע שמה שאתה עושה עכשיו מתייחס לשפת האהבה או לעיבוד הדכאון או ליכולת להכיר באחר. עובדים על הרבה דברים במקביל, ועל כל דבר עובדים בצורות שונות, וגם התייעוד המילולי של השעה ("וורבטים") אינו לוכד את הטקסטורה הרגשית, את האווירה הבין-אישית, את הנוכחות הפסיכו-סומטית של שני אנשים באותו חלל.

אז במהלך השנים גם פירשתי מה שיכולתי, גם שיחקתי, גם הכלתי במידת יכולתי. יש דברים שהשתנו אצלה, ויש שלא. יש דברים שהשתנו בי, ויש שלא. היום, אחרי הרבה שנים, די ברור איפה המגבלות שלי מגבילות את האנליזה, כלומר – את החופש של יהודית. בשלב מסוים בכל טיפול ארוך נוצר מצב בו המטופל מכיר את המטפל. לא מדובר בהיכרות המודעת, שגם היא מעמיקה ומתרחבת, אלא בהיכרות של לא-מודע ללא-מודע. זה משוהו שמעבר לשליטה, זה פשוט קורה. יש בטיפול, כמו באהבה, המון תקשורת לא מודעת: מתי הזולת עומד להתעצבן, מתי הוא אותנטי ומתי כוזב, מתי הוא מחכה בקוצר רוח לסוף השעה. אוגדן קורא לזכרון המשותף הזה "השלישי האנליטי".

חלק גדול ממה שמייצר תהליך באנליזה ובפסיכותרפיה הוא איך הגופים מתקשרים, איך הטונוס הפסיכו-פיזי משדר קרבה ומרחק, עניין או שעמום. יש תהליך של התאמה הדדית שמעבר לפירושים ותיאורים, וכל עוד התהליך הזה חי, יש טיפול. כשהוא נפסק, משום שמשוהו השתבש בתקשורת הרגשית הלא מודעת, הטיפול חוזר על הטראומה של תקשורת מתה עם אובייקט בלתי נגיש. כך למשל, רק לאחר שנים, כאשר הגענו באנליזה של יהודית אל הדכאון הריק, יכולתי להבין בדיעבד מדוע הגוף שלי היה בדרך כלל מסוגר ומרוחק במהלך הטיפול. הוא היה קצת מת. מפעם לפעם אני מגלה שאני מתייחס ליהודית לא כאדם אמיתי אלא "כתופעה", "כטיפוס", או כדמות בסרט. כלומר – באותו רגע, גם אם הוא סוער או דרמטי, היא לא ממשית עבורי ואני לא ממשי עבורה. הייתה תקשורת לא מודעת של מידת הממשות. זה קשור מאד לחרדה של יהודית מאינטימיות, מפני שבאינטימיות אי אפשר להסתתר. בזוגיות אנחנו חשופים.

האחר מכיר את הנתקים שלנו, את מידת הנוכחות, את הריק שמעבר לדרמה של פני השטח. לכן יהודית מפחדת לאהוב בדרך מקרבת. מבחינה זו, שבעיקרה אינה מילולית, נוצרה באנליזה אינטימיות שלא הייתה ליהודית בעבר. האנליזה עצמה יצרה עבורה תחליף אינטימיות, מקום בו היא יכולה להיות חשופה יחסית אך עדיין מוגנת, נוכחת ונעדרת, קרובה ורחוקה.

דוגמה נוספת לשינויים בתחושת הנוכחות: בשנים הראשונות יהודית הרגישה שאני לא חושב עליה ושהיא לא קיימת עבורי בין השעות. לא היה כאן הרבה מה לפרש מעבר לאיזכור החרדה והבדידות הנוראה שלה כילדה כשאמה הייתה מתנתקת, אך לא נראה לי שלפירוש הזה הייתה השפעה רגשית ממשית באותו זמן. אולם החרדה הזו נרגעה עם השנים ולדעתי היא לא נרגעה בגלל הפירושים אלא כאשר יהודית יכלה להרגיש בתקשורת הלא מודעת שהיא ממשית עבורי, ואז פחות חשוב אם חשבתי עליה בין הפגישות או לא. היא הפנימה אותי, אני הפנמתי אותה, ושני האובייקטים הפנימיים תקשרו זה עם זה את מידת הממשות שלם. לכן היום קורה לא אחת שגם היא מחכה בקוצר רוח לסוף השעה, ומרגישים את זה מעבר למילים ולשתיקות, וזה לגיטימי. חלק מהיכולת להיות קרוב אל האחר הוא החופש לרצות להתרחק. התרחקות אין משמעה אי-קיום. "בחיים האמיתיים" אין בטחון כזה ואין הגנה כזו, ולכן התעוררה משאלה לאנליזה אינסופית כתחליף אהבה מספק למחצה. כעת כבר יכולנו להוסיף לאנליזה ולדיאלוג קטגוריה שלישית: אינפוזיה. האנליזה היא אינפוזיה של חיים, קטליזטור של תחושת הממשות, גם מפלט מהחיים האמיתיים וגם תדלוק לקראת חזרה החוצה. אני מתחיל לסכם.

הצגתי מקרה הממחיש את הקושי להיות אהובה, וכתוצאה מכך – העדר חיי אהבה מספקים.

הצגתי שלוש רמות בדינמיקה של יהודית: רמה של קונפליקטים ייצריים, רמה של פגיעה נרקסיסטית-רגשית בעצמי, ורמה של מוות רגשי.

את רמת הקונפליקט המשגתי בעיקר בשפה פרוידיאנית-קליינאנית. את הפגיעה בעצמי הבנתי ברוח ויניקוט-באלינט, והטכניקה שלי השתנתה בהתאם. אל ההעדר הרגשי והדכאון הריק התייחסתי בעיקר במושגים של ויניקוט-אנדרה גרין כהזדהות עם הדיכאון וחוסר החיוניות של האם.

המשותף לכל הגישות שהצגתי הוא שהן מנסות להסביר את הפגיעות המוקדמות ביכולת לאהוב. מה שחסר בדרך כלל בתיאוריות האלה הוא דיון ברמות מפותחות יותר של אהבה בוגרת. מה קורה אחרי שנתיים? אחרי עשר שנים? מה קורה אצל "זוג טוב"?

בניגוד לאמרתו של טולסטוי, נראה לי כי אמנם כל אדם אומלל הוא אומלל בדרכו ושונה מכל האחרים, אך גם המאושרים, המסופקים, אינם דומים זה לזה. כשם שכל אדם אומלל בדרכו, כל אדם גם מאושר בדרכו. האושר ייחודי לא פחות מאשר הסבל.

בטיפול טוב יש רגעי כאב אך יש גם רגעי אושר, ויש גם רגעי כאב שאחרי זמן מתגלה כי הם הפכו בזכרון לרגעי אושר. פעם יהודית ספרה לי איך העליבה בחור שחזר אחריה ואמרה "הייתי איומה אליו". אני שאלתי "בואי נחשוב למה היית איומה...", והיא התפוצצה עלי כי לדעתה הייתי חייב לומר לה שהיא לא הייתה עד כדי כך איומה. הייתה שעה קשה שנגמרה בתחושה מרירה. אבל בהדרגה הפך האירוע הזה עבורה, וגם

עבורי, לזיכרון טוב. אומללות ואושר יכולים להתהפך לשני הכיוונים. בטיפול, כמו בכל קשר עמוק וחי, יש משהו מייצב, אך יש גם מידה של חרדה ושל פגיעות שהן חלק מהחיים (מלהיות חי, בקשר חי).

מריון מילנר מדברת על רגעים בהם "האלים יורדים לבקר בחדר הטיפול". אלו לא בהכרח רגעים של אושר, אלא בעיקר של עומק, עושר משמעות, או בשפה של ביון – "להיות או". כאשר אנו נזכרים בטיפול כלשהו מהעבר אנחנו נזכרים באווירה יותר מאשר בתוכן. איך הייתה ההרגשה להיות יחד.

כאשר אני מביט לאחור על טיפולים ממושכים, כמו של יהודית, אני חושב לפעמים שההתפתחות המוחשית ביותר הייתה באווירת הטיפול. חלק מכריע בהתפתחות שפת האהבה בטיפול מתרחש מעבר למילים, בתחושת היחד. שם קורה משהו שאינו לגמרי בשליטה, ואי אפשר לפברק אותו. הוא לגמרי אמיתי. כאשר נוצר בטיפול רגע של רוגע, או של פיזור דעת והתמסרות, זו חוויה טובה. כאשר נוצר רגע של אירוניה עצמית, או אפילו הדדית, זו חוויה טובה. החוויות האלה מצטברות, נשזרות יחד, וכשם שהן מנסות לרפא את הפגיעות הראשוניות בשפת האהבה, הן גם מלמדות, את שני השותפים, משהו על אהבה מבוגרת. אנו מטפלים בפגיעות ראשוניות, אולם המודל שאנו (משתדלים) לספק בהתנהגות שלנו הוא מודל של אהבה מפותחת. או ביתר דיוק – אהבה מתפתחת.