

להחזיק בשביל המטופל את השמים

- הרהורים על תורת הרב כביס לפסיכותרפיה -

א. פתיחה

ב. האם ישנה פסיכולוגיה יהודית?

ג. הפסיכולוגיה - עקירת גברי טוב ורע

ד. קבלה, הכלה ואי-ידיעה כמפתח לשינוי

ה. תיאורי מקרים

ו. התורה כתובעת התאמה אל היעד הנרצה

ז. היחס ליצר ולרע בחסידות

ח. מן העליונים או מן התחתונים?

ט. האור הפנימי - אורו של בעל התשובה

י. נתינת מקום "לכתחילית" לחוסר השלמות

יא. לא כל טוב הוא טוב, לא כל רע הוא רע

יב. האור המקיף כמאפשר את חופשו של האור הפנימי

א. פתיחה

נושא ער ובווער שזוכה לעיסוק מרובה הוא יחס הפסיכולוגיה והיהדות - נקודות המפגש, ההתאמה וההפריה ההדדית, ומנגד, הקונפליקט, הפער והשלילה. הצורך בבירור היחסים הללו מתעורר משני הכיוונים - אנשי אמונה מחפשים מזור לנפשם בעולם הפסיכולוגיה, ומתוך כך תוהים על מה שבינו ובין עולמם; ומן העבר האחר, כאלה שאינם שומרי תורה ומצוות, במסע חיפושם אחר פשר, משמעות, תקווה ושמחה פוגשים לא רק את הפסיכולוגיה, אלא גם את עולם הרוח היהודי.

הנושא פופולרי אם כן, אבל גם מורכב, עמוק ורחב, ונוגע לדיני נפשות ולדיני נשמות. חשש גדול מלווה אותי בכתיבת הדברים, בראש ובראשונה מפני הנמכת והשפלת רוממות התורה להיות תורת נפש בלבד. בנוסף, אני חושש להחליק לפופוליזם ולאמירה פלקטית ורדודה. האם כלל ניתן לאפיין במובהק את הפסיכולוגיה ולזקק את אינספור זרמיה השונים לידי אמירה תמציתית? קל וחומר שלא ניתן לדחוק את היהדות למיטת סדום צרה.¹ זאת ועוד, ישנן כיום מסגרות

1. "ביחוד, טועים הם המבקשים להגדיר את היהדות בהגדרות ידועות, מצד נשמתה ותכנה הרוחני, אף על פי שאפשר להגדירה מצד תוכן הגלוי והמוחש ההיסטורי שלה. היא כוללת כל בנשמתה,

שעוסקות בבירור רחב ומקיף של יחס היהדות והפסיכולוגיה; האם אוכל בקוצר דעתי ובקוצר היריעה לתרום תרומה ממשית לדיון? ואחר כל זאת, השקיעה העמוקה האישית שלי בנושא, הטרדה ממנו וריבוי העיסוק בו, דוחפים אותי להעלות על הכתב את מחשבותי ותחושותיי. גם אם יש בהן מידה של בוסר, שמא בוסר זה עצמו יוכל להבשיל לפרי מתוק.

ברצוני לאפיין את החיכוך שבין העולמות בתוכן שככל הידוע לי לא נדון בהרחבה במסגרות אחרות, אם כי הוא נמצא ברקע לשאלות עומק קיומיות שמלוות את הדור הזה. אחת מנקודות המפגש המשמעותיות ביותר של היהדות והפסיכולוגיה סובבת בעיניי סביב שאלת "כיוון" תיקון הנפש – האם יש לעצב אותה ואת דפוסייה בהתאם ליעד ידוע מראש, או לשאוף לכנות נטולת תכתיבים, ומתוך כך יתאפשרו תנועה ושינוי מסוג אחר. אריכות הדברים לקמן עוסקת כולה בתוכן התמציתי הזה ובחידושו של מרן הרב בהקשר לכך.²

ב. האם ישנה פסיכולוגיה יהודית?

כתשתית לעיסוק ביחס היהדות והפסיכולוגיה יש לברר האם כלל "מתחרות" השתיים על שטחים חופפים. עניין זה כשלעצמו דורש אריכות שאין כאן מקומה, ואולם אבקש למסור בראשי פרקים את הנראה בעיניי.

יזמות שונות מתעוררות בשנים האחרונות במגמה להציע משנה פסיכולוגית יהודית. הן נבדלות זו מזו בעניינים יסודיים, אך רבות מהן שוות בתוכן עיקרי אחד – הטענה כי הפסיכולוגיה הכללית נשענת על יסודות הזרים ליהדות, ואשר אין

וכל הנטיות הרוחניות, הגלויות והנסתרות, צפונות הן בה בהכללה עליונה, כמו שכלול הכל בא-להות המוחלטת. כל הגדרה כזו לגבה היא קיצוץ בנטיעותיה ודוגמא להקמת פסל ומסכה לשם הצביון הא-להי" (מרן הרב קוק, אורות, זרעונים, למלחמת האמונות והדעות).

"אין להגדיר את מהותה של כנסת ישראל בגבולים מיוחדים ובתוארים מוגבלים. כוללת הוא את הכל, והכל מיוסד על כלות נפשה לא-להים, על הרגשתה את המתק ואת הנועם העליון בכל עומק נשמתה, בכל יפעת תענוגיו" (שם, אורות ישראל, א', ג).

ישנן כמובן שאלות יסוד נוספות, שלא נעסוק בהן במסגרת זאת, כגון שאלות הנוגעות לזהותו וטבעו של האדם – האם כלל ישנו טבע מולד; מה מידת חופש הבחירה וכמה מושפע אדם מטבע יצירתו ומסביבתו; האם האדם טוב מיסודו; מה מקורות הנעתו העמוקים וכיו"ב. בנוסף, בכל דינונו על תרומתו האפשרית של הרב לפסיכותרפיה לא נציע משנה פסיכולוגית שלמה, הכוללת תיאוריה פסיכולוגית התפתחותית, פסיכופתולוגיה ופסיכותרפיה סדורה. כפי שעוד יובהר, אין בדברים הכתובים כאן יומרה להציע תחליף לפסיכולוגיה הכללית, אלא להצביע על שורש, שממנו נמשכים זרמי היים משמעותיים מאוד בעיניי, ואשר עשויים להזיל טל היים על הפסיכולוגיה.

בהם מקור תיקון ראוי ואמתי. מרפא הנפש יילקח לשיטתם ממעמקיה של תורת ישראל דווקא. כמדומני שהראשון בהצעת מסגרת רחבת הקף לכינון "פסיכולוגיה יהודית" הוא פרופ' מרדכי רוטנברג, מייסד 'מרכז רוטנברג לפסיכולוגיה יהודית', אשר עסוק רבות בביסוס הטענה לפיה הפסיכולוגיה הכללית מושתתת על יסודות נוצריים. תחת זאת הוא מבקש להציע משנה יהודית מעיקרה. זאת רלוונטית בעינינו גם לכאלה שאינם יהודים, והיא אינה נוגעת לשמירת המצוות ואינה תובעת אותה. תלמידיו, ד"ר מיכאל אבולעפיה וד"ר ברוך כהנא, מציעים בעצמם בספריהם מודלים של פסיכולוגיה יהודית, כפי שהיא מובנת להם.³ ישנן גם יוזמות אחרות הנאמנות לקיום התורה ושמירת מצוותיה, ורואות בכך חלק בלתי נפרד מתיקון האדם. כך, למשל, בית הספר לייעוץ וטיפול מיסודו של הרב שמואל טל ובית הספר לתורת הנפש מיסודו של הרב יצחק גינזבורג. ההבדלים בין מגוון השיטות הנזכרות עמוקים ונוגעים למנעד רחב של יסודות בתיאוריה ובפרקטיקה (ועמוקים גם פערי מידת ההסכמה שלי עם האסכולות השונות), ואולם לא אדון במשנתם, ואף לא במבדיל אותם זה מזה, כי אם במשותף.

בעוניי אני סבור כי ההנחה שלפיה ישנה התנגשות מוכרחת בין הפסיכולוגיה הכללית ובין אמונת היהדות, איננה מדויקת דיה. ברוב יסודותיה והנחותיה ראויה הפסיכולוגיה הכללית להיחשב בבחינת "חכמה בגויים, תאמין".⁴ הפסיכולוגיה עוסקת ברבדים האנושיים, ופעמים רבות אף החייתיים, של הקיום האנושי; לא בנשמת אדם, אלא בנפשו וברוחו. לשון אחר – בחלקה עוסקת הפסיכולוגיה בבהמיות האדם ובחלקה במותר האדם מן הבהמה, אך בשום תחום מתחומיה איננה עוסקת במה שלמעלה מהמציאות האנושית, בנשמה המבקשת את קרבת דודה. ובכן – כשם שניתנה רשות לרופא הגוף לרפא,⁵ ואיננו תרים אחר "רפואה יהודית" כן גם באשר לרופא הנפשות. דברים מעין אלה שמעתי ממו"ר הרב יהושע שפירא, וכיהודה ועוד לקרא אעיד שהם נאים ומתקבלים בעיניי.⁶ אדרבה, דווקא ההבנה כי

3. יצוין שד"ר כהנא הבהיר ('שבת', עיתון מקור ראשון, ט"ו בסיוון תשע"א) כי מטרתו איננה להחליף את הפסיכולוגיה הכללית, אלא להציע את תרומתה האפשרית של היהדות לפסיכולוגיה. לא אדיין עם הדברים ישירות, ואם אני חוטא מעט כשאני כולל אותו בין אלה המבקשים לייסד פסיכולוגיה יהודית כוללת, יילקחו מדבריי רק הטענות העקרוניות כלפי הגישות השונות וללא התייחסות מפורשת לנציגיהן (אמנם גם ד"ר צבי מוזס הבין את יומרתו של ד"ר כהנא בספרו כנזאת שבאה להציע תחליף לפסיכולוגיה הכללית, וזוק).

4. איכה רבה ב.

5. ברכות ט, א.

6. דעות דומות משמיע לא פעם גם ד"ר צבי מוזס, מייסד מכון שילה, המרכז צוות מטפלים דתיים, כך ששירותיהם יהיו נגישים לציבור הדתי. מוזס מדבר על חשיבותו של מטפל דתי מצד יכולתו

הפסיכולוגיה איננה עוסקת בצדדים הנשמתיים שבאדם, תאפשר להכיר בנשמה כעליונה ונישאה באמת מכל המוכר לנו מהעולם הזה על מעמקיו וסתריו. ההבחנה בין חיי הרוח האנושיים לחיי הנשמה האלהיים, תמנע מאתנו להשפיל את מדרגת הנשמה ולעמעם את אורה. מנגד, ההבחנה הזאת תעניק חופש לתורת הנפש להשתכלל במרחביה ללא צורך לעוות את עולמה או להקריב חלקים ממנו כדי להתאים עצמה לעולמות רחוקים ושונים ממנה. "אכן רוח היא באנוש, ונשמת שדי תבינם".⁷

רק אחר ההבחנה ההכרחית, אחר הבהרת ריחוק התחומים, ואחר נתינת המקום המאפשרת והמשחררת, רק אז יוכרו לעינינו מחוזות המפגש והחיכוך. ה"חפיפה" בין העולמות איננה משום שהפסיכולוגיה מתעלה עד רוממות הנשמה, אלא משום שהיהדות משתפלת להדריך את האדם גם בנתיבות תיקון נפשו, ואף מפני קרבת ו"שכנות" עולמו הנפשי-פסיכולוגי של אדם לנשמתו. הגוף אכן מרוחק מאוד מן הנשמה, ועל כן אין בעיסוק בו (ברפואה וכיו"ב) משום "התחככות" או "התחרות" עם הצדדים המרוממים של האישיות. התורה מצווה אדם להניח תפילין על זרועו, והרופא עשוי להזריק חיסון לזרוע זאת. פעולתו של הרופא ודאי אדישה לאישיות החולה, לזהותו ולערכיו, ולמעשה, במובנים רבים, ואחר כל ההבדלה הנדרשת, גם מצוות הנחת תפילין מורה לאדם רק מה לעשות ולא "מה להיות". אמנם עיקרי האמונה רשומים בתפילין, והנחת התפילין נועדו "למען תהיה תורת ה' בפין",⁸ ואף-על-פי-כן, באופן יחסי, חובות האברים רחוקות מעיצוב זהות האדם. ואולם אהבת הרע ואיסור שנאתו, למשל, הם מצווה ממצוות התורה, חלק מאברי הנשמה ו"איברי דמלכא",⁹ ובה בעת הם נוגעים למידות הנפש האנושיות הטבעיות. חובות הלבבות נוגעות ללוח האישיות.¹⁰ הרי בוודאי יש לברך ברכות התורה קודם לימוד 'חובות הלבבות', 'שערי תשובה', 'מסילת ישרים' או שאר ספרות המוסר, בשעה שכל אלה עוסקים בסוגיות שקשורות קשר ישיר לתכנים פסיכולוגיים מובהקים. לתורה יש מה לומר על אהבה, שנאה, כעס וגאווה, וכך גם לפסיכולוגיה.

להבין את רגישותיו, תרבותו וערכיו של המטופל הדתי, אך איננו סבור כי ישנה תיאוריה פסיכולוגיה יהודית חלופית לפסיכולוגיה הכללית (עיין למשל דבריו ב'שבת', עיתון מקור ראשון, א' בסיוון תשע"א).

7. איוב ל"ב, ח.

8. שמות י"ג, ט.

9. תניא פרק ד' ועוד.

10. ועל כן תהו רבים מגדולי ישראל כיצד אפשר כלל לצוות על חובות הלבבות.

זאת ועוד, על אף שככלל עוסקות היהדות והפסיכולוגיה בתחומים שונים, בתשתית כל אחת מונחת השקפת יסוד כוללת על טבע המציאות והאדם, ומשם מסתעף וצומח התוכן האופייני לה. בייחוד נכון הדבר ביחס ליהדות, שהלא "באוריינת אתברי עלמא"¹¹ קרי – אמנם טענתי לעיל שאין צורך או אפשרות לגבש משנה פסיכולוגית טיפולית כוללת המיוסדת על עקרונות היהדות מן המסד ועד הטפחות, שכן "חכמה בגויים, תאמין", ואולם אני בהחלט סבור כי תורת ישראל עשויה להזיל טל חיים על חכמת הגויים, ושלחילופין עלולה לינוק החכמה הזאת גם מה"תורה בגויים" שבה אסור להאמין. ואם לעיל אמרתי שכשם שאיננו נדרשים ל"רפואה יהודית" כך איננו נדרשים לפסיכולוגיה יהודית, הרי שאדרבה, יש לה לתורת ישראל מה לומר גם לעולם הפיזיקה או הרפואה, על אף שלא נעצב את דרכי המחקר על-פי היגדים תורניים. למשל – חקר היווצרות החיים צריך להיות משוחרר מהנחות יסוד כלשהן, ועם זה מובן שלמקור החיים ואופן התפתחותם ישנן משמעויות הנוגעות לשאלות יסוד תרבותיות, מוסריות ואמוניות, שביחס אליהן צריכה היהדות לומר את דברה.

אומר זאת גם כך – היחס הראוי בין היהדות ובין כל תחום מתחומי החול מושתת על שתי תנועות הפוכות בכיוון. התנועה האחת מבדילה בין קודש לחול, הבדלה שמאפשרת את רוממות וחופש הקודש ואת התפתחות והתמקצעות החול. בד בבד, הבדלה זאת עצמה מאפשרת גם את התנועה ההפוכה – את האינטראקציה, את בחינת היחס בין אמונות היסוד של העולמות. כלשון הרב:

צריך להגדיר את גדרי הקודש וגדרי החול בכל מערכות ההווה, בכל אורחות החיים, בכל חיי הפרט ובכל חיי הכלל. רק עם ההגדרה הנכונה, עם ההגדרה המדויקת בין הקודש ובין החול, תקום ההתאחדות שביניהם וההתייחדות השורשית הנמצאת במקורם, הנותנת בשביל כך לשניהם עוז ועוצמה, יופי ויפעה.¹²

11. זוהר, ח"ב, קסא, א.

12. מאמרי הראיה עמ' 407, ת. ראה גם אורות, אורות ישראל, ח', א: "...חולשת האדם גורמת, שבהיותו מוכשר למחקר שכלי יחולש בו יסוד הנטייה האמונית, ובהיותו שלם באמונה הוא עלול למעט בהשכלה וחכמת לב. אבל תכלית דרך הישרה היא, שכל כח לא ימעט את חברו, ולא יתמעט על ידו, כי אם יתגלה בכל מלא עזו, כאילו היה הוא השולט לבדו. כח האמונה צריך שיהיה שלם כל-כך כאילו אין לו שום אפשריות של מחקר, ולעומת זה צריך שיהיה כח החכמה כל-כך מעולה ומזורז כמו לא היה כלל כח של אמונה בנפש... ושני הכחות היסודיים האלה מגלים את כל מלא ערכם ופעולתם, במעמקי הנפש ומרחבי החיים, בהופיעם כל אחד בצורתו העצמית השלמה, באין שום דבר מעיק לו כלל, ובהתכנסם והתקשרם יחד למערכה אחדותית עליונה".

ממרומי שמה, התורה איננה מדריכה ישירות את החול בנתיבותיו, אך אמירותיה חופפות עליו ומעניקות להתפתחותו הקשר ראוי וסביבה נכונה. ההבדלה והאינטראקציה הן שתי תנועות תמידיות שמזינות זו את זו. היחס הזה נכון באשר למפגש התורה עם כל חכמה מחכמות העולם, אך כאמור, מחוזות המפגש עם הפסיכולוגיה מרובים ומשמעותיים בייחוד.

ניסוחן של הנחות היסוד המובלעות בכל משנה צריך להיות רגיש ועדין, כיוון שקשה להגדיר ולצקת לכלי הדעת והמילים המפורשות "אוירה" הנושבת בעולם עמוס תכנים רבגוניים. ואולם עם כל הרגישות, הובה לעיין במה שמאחורי המנוסח והממולל, לעיין בעולם הפנימי שמכונן את נקודת המבט וההתבוננות. בלשון הפסיכולוגיה – עלינו להעלות אל המודע תכנים לא-מודעים.

ג. הפסיכולוגיה – עקירת גדרי טוב ורע

בתוך תחום זה של חשיפת האמונות וההיגדים הפרושים כמצע נעלם לדברים הנאמרים בפירוש, אני מבקש לעסוק במה שהוא בעיני אחת מנקודות החיכוך המשמעותיות והעמוקות ביותר בין הפסיכולוגיה והיהדות, ואולי אף העמוקה שבהן.

כמעט מכל צדדיה עוסקת היהדות בהבחנה בין טוב לרע, ובציווי על האדם להצטרף לבירור ולהבדלה, לבחור בטוב ולהסתלק מן הרע והכיעור (דברים ל', יט): "העדתי בכם היום את השמים ואת הארץ. החיים והמות נתתי לפניך, הברכה והקללה, ובחרת בחיים, למען תחיה אתה וזרעך". הבירור בין אסור ומותר, בין המרוחק מאת פני ה' ובין הקרוב והרצוי לפניו, מדריך את האדם מישראל בכל נתיבות חייו.

הפסיכולוגיה, לעומת זאת, איננה עוסקת בהגדרת הטוב והרע ובהבחנה ביניהם. יחד עם עיסוקה בנפש האדם ומצולותיה היא נשולת היגד מוסרי. אפילו היומרה להבחין בין חולי ובריאות מתקחה והולכת עם השנים.

ביטוי חד למגמה שפוסה בפסיכולוגיה ניתן למצוא בסקירתו התמציתית של פרופ' קרלו שטרנגר:

... זיגמונד פרויד החדיר לפסיכיאטריה רעיון שהיה מרכזי בחשיבה הרומנטית של המאה התשע עשרה. החיים הרגילים מעניינים יותר, גדושי עימותים פנימיים ואפלים יותר מכפי שהניח סיפור החיים הנורמטיבי של זמננו... ועם זאת, פרויד אימץ את עיקרי האמונה של תפיסת החיים הבורגנית. חיי תרבות תוחמים את הדרמות האלה בגבולות הלא מודע. לעבוד ולאהוב – זה המרב שבני אדם יכולים לבקש. רק אנשים נוירוטיים אינם מצליחים להכיל לחלוטין את הזרמים התת-קרקעיים האפלים האלה...

פסיכולוגיית האגו בארצות הברית לימדה את האמריקנים, כי מתחת לתמונה היפה והמסודרת של אנשים טובים המנסים לבנות לעצמם חיים, עדיין אפשר למצוא את הדרמה הפרוידיאנית. למרות זאת, היא השלימה עם העובדה, שהצלחה כלכלית ובניית משפחה הן המטרות העיקריות בחיים. לכן, במשך עשרות שנים, בריאות נפשית הוגדרה כשילוב בין אוטונומיה להסתגלות.

חוגים אחדים תקפו מטרה זו בשנות השישים והשבעים, כשהתרבות המערבית החלה לראות בהסתגלות לחברה הבורגנית דבר המפחית מערכם של בני אדם והפסיכואנליזה הגיבה לשינוי. האידיאל הבורגני התרחק בהדרגה מרעיון ההסתגלות המוצלחת והשמירה על המעמד החברתי כהגדרה של החיים הטובים, ובמקביל, אידיאל האדם שעבר אנליזה מלאה ומוצלחת הוחלף, ועל מקומו באו מושגים דומים יותר לתפיסה הרומנטית של טבע האדם.

שנות החמישים הביאו עמן ניסוחים חדשים של מטרות חדשות. הפסיכולוגיה ההומניסטית ראתה במימוש העצמי את עיקרו של הטבע האנושי. בתחום הפסיכואנליזה, ויניקוט דיבר על ה"עצמי האמיתי" המבטא את עצמו במחווה הספונטנית... בצרפת נדחה רעיון ההסתגלות בידי תיאורטיקנים בעלי נטייה אקזיסטנציאליסטית. לקאן פשוט תיעב אותו. בעיניו, הדגש של פסיכולוגיית האגו על התפקוד מרחיק ומנכר את הסובייקט מעצמו. נורמליזציה אינה מטרה ראויה, לדעתו, לחייהם של בני אדם...

גם בארצות הברית התרחשו שינויים. פסיכולוגיית העצמי של היינץ קוהוט שילבה לתוך הפסיכואנליזה ערכים הומניסטיים של מימוש עצמי. מבחינות רבות, השינויים שהתרחשו בפסיכואנליזה האמריקנית שיקפו את ערכיהם של בני דור ה"בייבי בום" הליברליים: לא די בכך שתשתלב; העיקר שתמצא את "קולך האמיתי" ותקיים עם הזולת יחסים אותנטיים. דור חדש של אנליטיקאים אמריקנים, רובם פסיכולוגים ולא רופאים כפי שהיה מקובל לפני כן שהושפעו מהתמורות החברתיות והתרבותיות של שנות השישים, דחה אף הוא את רעיון ההסתגלות.

... פסיכואנליטיקאים התייחסותיים מדברים על העשרת הסובייקטיביות של המטופל, או אפילו על היכולת לחיות וליהנות מהקצוות הקיצוניים של החוויה הרגשית. הסתגלות ונורמליזציה נראים היום כמטרות שטוחות ונטולות משמעות לאנליזה.¹³

13. קרלו שטרנגר, העצמי כפרויקט עיצוב: הפסיכואנליזה של זהויות בנות זמננו, עם עובד, תל-אביב תשס"ה, עמ' 27-28, ההדגשות שלי וכן בשאר המקורות המובאים במאמר, מלבד כשצוין אחרת.

והוא אף מביע את דעתו שלו בסוגיה זאת:

אפשר בנקל לטעון, שאם נקצין את תרבות עריכת הניסויים בעצמי, מחויבויות ארוכות טווח וגידול ילדים יהפכו לדבר כמעט בלתי אפשרי. אם האתוס הזה אכן יהיה לגורם משמעותי בתרבות המערבית, הוא עלול לגזור על תרבות זו כליה. העיסוק בחקירת אין סוף אפשרויות, קריירות שונות וסגנונות חיים מגוונים עלול להוביל לנקודה שבה התרבות הזו תקרוס לתוך עצמה כמו חור שחור.

למגמות אלה יש השפעה מפחידה כשמסתכלים עליהן מנקודת המבט של המדיניות הציבורית, הדמוגרפיה והסוציולוגיה. הן עוכרות שלוה מבחינה פילוסופית. והן יוצרות דילמות מעניינות לקלינאים, אשר מחויבותם אינה כלפי האוכלוסייה בכללותה או כלפי הישרדותה של התרבות המערבית, אלא כלפי חיפוש של מטופל יחיד אחר חיים טובים ומספקים.

בעידן הניסויים בעצמי, חיפוש זה עשוי להוביל לסוגים שונים של חוויות קצה... השימוש בסמים כמו מריחואנה ואקסטזי נעשה נורמטיבי בערים מערביות גדולות.

כבוד כלפי הסובייקטיביות והאוטונומיה של המטופל מונע מאיתנו לפסול סתם כך את החיפוש שלו אחר בעלות על זהותו ולהגדירו כפתולוגי. פתולוגיזציה כזו אינה לגיטימית יותר מכפיית ערכים מערביים על חברות לא מערביות...

בשני העשורים האחרונים, הפסיכואנליזה ברובה החלה לגלות חשדנות כלפי נטייתה שלה להפוך עצמה לפוסקת וקובעת מה בריא וטוב ומה פתולוגי ודורש ריפוי. אם, כפי שטען אדם פיליפס, תפקידה של הפסיכואנליזה הוא לעזור לאנשים להיות מעניינים יותר לעצמם, מעמדנו נעשה מורכב יותר.¹⁴

ניתן להתייחס לדבריו של שטרנר כביטוי חריף למגמות פוסט מודרניסטיות שפושות בעולם הפסיכולוגיה ואינן בהכרח אימננטיות לו. לכאורה אלו גם דבריו המפורשים – הרי שטרנר מבקש להצביע על מגמה שהתחדשה בפסיכולוגיה בעשורים האחרונים בהשפעת התרבות הליברלית, מגמה השונה מאוד מעולמו של פרויד ושל הקרובים אליו בזמן. פרויד חי בעולם מודרני שבו הועלו המדעים המדויקים על נס, ובהתאם לכך הוא התאמץ מאוד לייסד מדע חדש במובן החמור של המילה, ולהציע מודל רפואי לתהלוכות נפש האדם.¹⁵

14. שם, עמ' 42-43.

15. עיין בתחילת הספרים 'פרויד והפסיכואנליזה' מאת פנחס נוי, מודן, מושב בן-שמן תשס"ח; ו'טראומה והחלמה' מאת ג'ודית לואיס הרמן, עם עובד, תל-אביב 2001.

ואולם נראה כי הזרעים של מה שמזהה שטרנגר בפסיכולוגיה העכשווית, טמונים בפסיכולוגיה הפרוידיאנית במקורה הראשון. עצם הופעת הפסיכולוגיה היא שינוי מגמה בעולם, שעד אותה עת העלה על נס את הפילוסופיה והמדע וזמן לא רב קודם גם את המחויבות הדתית, והנה הפך לעולם שמרבה לעסוק בסובייקט האנושי. לא בכדי כינה קאנט לפני כמאתיים וחמישים שנה את משנתו "מהפכה קופרניקאית". אם קופרניקוס גילה שכדור הארץ סובב סביב השמש, ולא להפך, וממילא האדם איננו מרכז הבריאה במובן הגיאוגרפי (ובכך יצר שבר עמוק גם במרכזיות האדם במובן הנפשי), הרי שקאנט גילה שמבחינת תפיסת המציאות, לעולם ישאר הכל סובב סביב האדם. דווקא משנתו של קאנט, שביקשה לרפא את הערעור של דיוויד יום על אפשרות התפיסה האובייקטיבית, החריפה את תחושת המשבר, בהבהירה שלא נוכל להשתחרר מהסובייקטיביות האנושית. נדמה שבדורות הבאים כביכול הפכה החולשה לאידיאולוגיה, והסובייקטיביות זכתה למקום של כבוד.

למרות מגמתו של פרויד להציע מודל רפואי-מדעי-אובייקטיבי לתיאור נפש האדם בהתאם לרוח התקופה, אי אפשר להתעלם מכך שהוא זה שעשה את נפש האדם על תהפוכותיה, נפתוליה ודמיונותיה הפרטיים והסובייקטיביים לתחום עיסוק מרכזי במידה שלא היה כמותו מעולם, ובכך כונן הרבה מאוד מהעיסוק בסובייקטיביות שלנו בכלל. בנוסף, פרויד גם לימד אותנו כמה אנחנו מוליכים את עצמנו שולל, מגוננים על עצמנו בלא מודע מלהכיר את המציאות כפי שהיא, ומבססים עולם אידיאולוגיות וערכים של טוב ורע כביכול מתוך בירור הכרתי, אך למעשה ערכינו מלאים הטיות שמקורן בדחפים נפשיים. כל זה בוודאי עיקר את היכולת להתייחס למושגי הטוב והרע כוודאיים מבחינה מציאותית מחוץ להקשר האישי של עולמו של המחזיק בהן.

זאת ועוד, גם הפסיכולוגיה הכביכול-מדעית של פרויד, לא התיימרה לקבוע נורמות התנהגותיות ראויות או להוכיח את המטופל על חוליי נפשו, אלא רק להציע לו את אפשרות הריפוי, את אפשרות מניעת הסבל וההשתלבות בחברה הנורמטיבית בהתאם לכלליה ודפוסייה. יתר על כן, התהליך התרפויטי אליבא דפרויד כולל הצפה של משאלות לא מודעות, כאלה שאסרה החברה, והרי זו דוגמה נוספת לערעור הפסיכולוגיה על מוסרות המוסר.

היה ראוי לעסוק כאן בהרחבה ביחס שבין המודרניזם לפוסטמודרניזם. כשלעצמי אני סבור, שעם כל מרידתו של ה"פוסט" בקודמו, הרי הוא בנו ויורשו החוקי, קרי - הצבת האדם כריבון במרכז הבריאה, שבה אין עוד א-להים בורא, משגיח ומצווה, עקרה את אפשרות ההכרה בערכים מוחלטים. ואולם אכמ"ל.

בספרו 'העצמי האמתי ועצמי האמת', עוסק מרדכי גלדמן במושג האמת בתרפיה הפסיכואנליטית, וטובע את המושג 'אמת פרגמטית' כתגובת נגד למגמה המקובלת. גם הוא מתאר את ההתנערות של זרמים מרכזיים בפסיכולוגיה מיומרה לקבוע מה נכון עבור המטופל, מחתירה אל יעד ידוע מראש, או אפילו מיומרה להיטיב לו:

תכליתה האפריורית של 'אמת פרגמטית' כזאת תהיה תרפויטית: לסייע למטופל לדעת את נפשו, להחלים או להתפתח. היא תתכוון מלכתחילה אל מטרתה התרפויטית בכך שתיווצר מתוך חמלה ואמפטיה. רעיון זה עלול להישמע בנאלי, אך הוא שואב את ערכו מנוכחותם של רעיונות מנוגדים לו, התובעים מן האנליטיקאי לחתור אל האמת של המטופל ללא שום כוונה תרפויטית (לאקאן), ואף ללא השתקקות לתכלית כלשהי (ביון).¹⁶

ד. קבלה, הכלה ואי-ידיעה כמפתח לשינוי

ולכאורה מה בכך – האמנם זוהי ההתנגשות בין הפסיכולוגיה ובין היהדות? הרי גם רפואת הגוף איננה עוסקת בהגדרת הטוב והרע. קרי – אין מעניינו של רופא לאסור על פציינט לעשן, אלא לכל היותר לדווח לו על נזקי העישון ועל דרכים לחיות חיים בריאים יותר. גם אם פרויד והבאים אחריו לא ראו פגם בהתנהגויות האסורות על-פי תורה, ולעתים גם עשו בהן שימוש בטיפול (בהצפת הרהורי עבירה, כדלעיל), עדיין הבירור של מה שנוכל ליטול מן הפסיכולוגיה הוא לכאורה קל. התורה תדריכנו מה לגיטימי לאמץ אל חיקנו ולהיעזר בו כדי להיטיב את נפשותינו ומה איננו כזה.

חוששני שאין הדבר פשוט כל-כך והסתירה עמוקה ומשמעותית. תורף העניין בעיניי היא שאלת הדרך לחולל עלידה את השינוי המיוחל. גם לו נניח שאת ההבחנה בין טוב לרע נערוך על-פי תורה, נדמה כאילו במקרים רבים דווקא הוויתור של עולם הפסיכולוגיה מלעסוק בשאלת ההתאמה לטוב אובייקטיבי, דווקא היא שתביא לתוצאות הרצויות על-ידי התורה בעצמה!

זהו פרדוקס מטלטל, שניסוח נאה עבורו שמעתי ממטפלת בשיטת הגשטאלט: "ככל שאתה מנסה להשתנות יותר, אתה משתנה פחות, וככל שאתה מנסה להשתנות פחות אתה משתנה יותר". כלומר – הניסיון הנוקשה להוליך את הנפש בנתיבים מסוימים ולעבר יעדים ידועים, סופו להיכשל, ואילו נתינת האפשרות לנפש להיות היא על חלקיה הטובים יותר והטובים פחות, תביא להוציא אל הפועל את הטוב שמקנן במעמקיה. נקודת המוצא לטיפול פסיכולוגי היא קבלה, הכלה

16. מרדכי גלדמן, העצמי האמתי ועצמי האמת, הקיבוץ המאוחד, תל-אביב תשס"ו, מבוא.

וחוסר שיפוטיות של המטפל כלפי המטופל. הקבלה הזאת, ההשלמה המסוימת עם ההווה, היא זאת שתאפשר שינוי לקראת עתיד טוב ונכון יותר, ובאופן יחסי יצמח השינוי הזה בדרך ממילא, ולא תחת אקדה ה"צריך" המוצמד לרקתו. נתינת המקום לזעם, חרדה, תוקפנות, יהירות, דיכאון, יצריות, אגואיזם, שתלטנות וכו' – זהו הבסיס ההכרחי לטיפול, והאפשרות לשינוי עמוק ובר קיימא. לעתים מתבקש המטפל, לא רק להתייחס לרגשות הקשים כלגיטימיים, אלא גם להכיל ולהחזיק אותם עבור המטופל, לתת להם הד ואף להזדהות אתם.

נוסף על הלגיטימציה העקרונית לכל מה שמביא המטופל, מדגישים זרמים מרכזיים בפסיכולוגיה את הצורך של המטפל להתנהל במרחב עמום, לוותר על התאוה הכמוסה לאבחון, לפרש ולהציע פתרונות זריזים על-פי תיאוריות, ניסיון וידע קודם. הבאנו לעיל את טענתו של גלדמן, שווילפרד ביון, מחשובי התיאורטיקנים אחרי פרויד,¹⁷ דרש לוותר על חתירה לתכלית כלשהי. הנה הדברים כפי שמביאם הפסיכואנליטיקאי הבריטי פטריק קייסמנט:

לדעת ביון, על האנאליסט לגשת לכל פגישת טיפול בלא תשוקה, זיכרון או הבנה. התשוקה לרפא או להשפיע, הזכירה האקטיווית של הפגישה הקודמת ואשליית ההבנה על סמך מה שמוכר מן התיאוריה – כל אלה מתגודדים נגד הפתיחות לייחודיות של המטופל, שהיא סימן ההיכר של פסיכואנאליזה במיטבה.¹⁸

והנה לשונו של ביון עצמו:

השלך את זכרוך, היפטר מזמן עתיד של תשוקתך; שכח את שני הדברים, גם את מה שידעת וגם את מה שאתה חפץ בו, כדי לפנות מקום לרעיון חדש.¹⁹ במקום לנסות לזרות אור בהיר, נבון, ידעני, על בעיות מעורפלות, אני מציע שנזרה גריעה של 'אור' – אלומה נוקבת של הושך; היפוכו של הזרקור... החשיכה תהיה מוחלטת כל כך שתגיע לכדי ריק מוחלט, זוהר. ובאופן הזה, אם קיים עצם כלשהו, קלוש ככל שיהיה, הוא יופיע בבהירות רבה.²⁰

ביון מזכיר בהקשר לכך את מושג היכולת השלילית, שתבע המשורר הבריטי ג'ון קיטס:

17. תלמיד של מלאני קליין, תלמידתו של פרויד.

18. פטריק קייסמנט, ללמוד מן המטופל, זמורה ביתן, תל-אביב תשמ"ט, עמ' 30.

19. ווילפרד ביון, Paolo São and York New in Bion, עמ' 11, מובא אצל קייסמנט, שם, עמ' 206.

20. ווילפרד ביון, Lectures Brazilians, עמ' 37, מובא אצל קייסמנט שם.

יכולת שלילית, כלומר כשאדם מסוגל להיות נתון באי ודאות, תעלומות, ספקות, בלי לבקש משען למבוכתו בעובדות ובשכל.²¹

קייסמנט מביא גם את דבריו של הפסיכואנליטיקאי והתיאורטיקן המפורסם דונלד וויניקוט בהם הוא מדגיש, לא רק את הצורך בויתור על הוודאות והידיעה, אלא גם שבסופו של דבר יצמח המענה מהמטופל עצמו:

אם רק נתאפק, יגיע המטופל לידי הבנה יצירתית ומתוך הנאה רבה, ואני נהנה עתה מן ההנאה הזו שלו יותר משנהייתי מן התחושה שהיתה לי כשהפגנתי כי אני חכם. אני חושב שאני מפרש בעיקר כדי שהמטופל ידע את גבולות הבנתי. העיקרון הוא שהמטופל ורק המטופל הוא אשר התשובות ברשותו.²²

הטיפול אם כן הוא מקום של ספק ואי-ידיעה גדולים, שדווקא מתוכם מופיעה בהירות ייחודית.

כבר ציינתי שלא ניתן לדחוק משנה תיאורטית רחבה למיטת סדום. הזרמים הפסיכולוגיים מגוונים מאוד, ולכאורה האמור כאן נוגע לענפים פסיכולוגיים מסוימים בלבד, פסיכודינמיים, שהסתעפו מפרויד ותלמידיו, אך הלא במקביל ישנן בעולם הפסיכולוגיה מגמות שנראות שונות בתכלית. כך למשל זוכה עולם הטיפול הקוגניטיבי התנהגותי (CBT) לעדנה גדלה והולכת, והוא תכליתי וממוקד מטרה ידועה מראש. אין בו הבלטה של מסע אישי ייחודי ולא יומרה לעשות את חיי המטופל מעניינים יותר, אלא להסיר את מוקדי הסבל, לשנות דפוסי התנהגות וחשיבה, ולהביא לשינוי ממשי באורחות חיי המטופל, כזה שיביא לחיים מספקים ומאושרים יותר. מחקרים מראים שבנוגע לרבות מהפתולוגיות הטיפול הקוגניטיבי- התנהגותי עולה בתוצאותיו על הטיפול הדינמי. המטפל בשיטת ה CBT שונה מאוד באופיו מהסגנון מלא הספקות שמצטייר מדבריהם של קייסמנט, ביון וויניקוט. הוא דומיננטי, יודע את דרכו ומוביל בה את המטופל בבטחה. נוסף לזה את הפריחה של תחום הטיפול מבוסס הראיות (EBP – practice based Evidence) – תחום שמקורו ברפואה ומשם הורחב גם לעולם הפסיכולוגיה ומחוזות נוספים,²³ קרי – הניסיון לבסס מחקרית ואמפירית את שיטות הטיפול המועדפות על-פי תוצאותיהן, ונראה שלפנינו מגמה שונה מאוד מתיאוריני הראשונים.

21. ג'ון קיטס, מכתב אל ג'ורג' ותומאס קיטס, מובא אצל קייסמנט שם.

22. דונלד וויניקוט, Reality and Playing, עמ' 86-87, מובא אצל קייסמנט שם, עמ' 206.

23. ראה למשל:

האם יש בזה סתירה לדרך שבה אפיינו את הפסיכולוגיה בכללה? ובכן, ראשית, גם לו תהא סתירה כזאת, נוכל לוותר על הדיון בפסיכולוגיה כמכלול, ועדיין להיוותר עם הקושיה שאנחנו מבקשים לה מענה. גם אם רק חלק מעולם הפסיכולוגיה גילה את סוד השינוי המתון, המסופק והעמוק תתייחס תהיינו אליו. ואולם נראה שהתהייה רלוונטית לריבוי זרמי הפסיכולוגיה, ובכללם ה-CBT. אמנם ישנה ודאות עמוקה שמנהלת את ההליך הטיפולי בשיטות אלה, ואכן אין הטיפול מתנהל כמסע בעולמות לא ידועים, ואולם חוסר השיפוטיות, הקבלה וההכלה הם בסיס ומצע לכל טיפול וחופפים גם על הטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי. למעשה, מחקרים רבים מורים על כך שהרבה יותר ממה שמשמעותית הטכניקה הטיפולית הספציפית שבה נוקט המטפל, משמעותית הברית הטיפולית הנכרתת בין המטפל למטופל.

After approximately a half century of psychotherapy research, one of the most consistent findings is that the quality of the therapeutic alliance is the most robust predictor of treatment success.²⁴

[אחרי כחצי עשור של חקר הפסיכותרפיה, אחד מהמצאים העקביים ביותר הוא שהאיכות של הברית הטיפולית היא המנבא החזק ביותר של הצלחת הטיפול].

ובתקציר המסכם למאמר:

The results of the meta-analysis indicate that the overall relation of therapeutic alliance with outcome is moderate, but consistent, regardless of many of the variables that have been posited to influence this relationship.

[תוצאות המטא-אנליזה מורות שהמתאם הכללי בין הברית הטיפולית ותוצאות הטיפול הוא מתון אך עקבי, בלא תלות ברבים מהמשתנים שנבדקה השפעתם על המתאם הזה].

ה. תיאורי מקרים²⁵

עמית היה בחור בשנות העשרים המוקדמות כשהגיע אליי לטיפול בפסיכודרמה. הסיבה שבגללה פנה לטיפול הייתה דיכאון ממושך, אבל ביקש לנצל את ההזדמנות ולהתייחס גם לזעם שהוא נושא משנות נערותו כלפי מחנך שלהרגשתו הרע לו.

24. Therapeutic the Negotiating Phd, Muran Christopher, J. PhD Safran D. Jeremy .Guide Treatment Relational A Alliance:

25. הטיפולים המתוארים כאן נכתבו בהשראת מקרים אמיתיים אך בשינוי של כמעט כל פרט מאפיין. כל קשר בין המובא לדמויות מציאותיות הוא מקרי.

באחד המפגשים נכנס עמית פנימה סוער, אחרי שבדרך נרשם לו דו"ח על דיבור בטלפון תוך כדי נהיגה. בתוך סערת דבריו של עמית על עוולתו של השוטר הצבתי מולו כיסא, וביקשתי ממנו שימשיך וידבר בגוף שני כאילו יושב השוטר מולנו. עמית הפנה כלפי השוטר ביטויים מנמיכים ומשפילים, ובמקביל היה נראה שהוא מתאר את השוטר עצמו כמתנשא ופוגעני. שאלתי את עמית אם קרה שחש תחושות דומות כלפי אנשים אחרים בחייו. בתחילה התקשה עמית לחשוב על דוגמה דומה נוספת, אך בשלב כלשהו נזכר באדם שהאינטראקציה אתו כללה תחושות דומות. בהמשך הופיעה גם דמות המחנך הפוגע משנות הנערות, ואחריה עלו ובאו רבים נוספים – בני משפחה, מכרים, חברים לעבודה... החדר התמלא כיסאות של דמויות שעמית חש כי עשו לו עוול צורב ובתגובה הוא הטיח בהם ביטויים כגון "חתיכת אפס מאופס", "למה מי אתה בכלל" או "אתה עוד תתחרט על זה שהתעסקת אתי". בסערת ההתרחשות נראה עמית מרוצה מאוד מ"סגירת החשבונות" עם כל אלה שפגעו בו. ואולם כשסיימנו והצבעתי על קבוצת הכיסאות הריקים ושאלתי את עמית מה משותף לכולם, הוא לפתע השתתק והתכנס במחשבותיו. דיברנו מעט על נטייתו של עמית "לשרוף גשרים" ו"למחוק" אנשים, ובשלב מסוים שיתפתי אותו גם בתחושותי האישית בשעה שאנחנו יחד – הפחד שלי מלטעות טעות שתגרום לו "למחוק" גם אותי.

מכיוון שהיה מדובר במסגרת ציבורית, הטיפול היה קצר מועד והסתיים לאחר מפגשים בודדים נוספים. כשסיכמנו את הדרך שעברנו, ציין עמית את אותו מפגש שתואר, בתור המפגש המשמעותי ביותר עבורו. הוא ציין שהייתה זאת הפעם הראשונה שבה ראה את החלק הזה באישיותו נשקף מולו. אמנם היה זה סוף הטיפול, אבל רק פרק אחד, ראשוני למדי, במסע ההתמודדות של עמית עם הזעם האצור בו. המשך הדרך היה צריך להתייחס בהרחבה רבה יותר לפגיעות העמוקה של עמית, זאת שדוחפת אותו לפגוע, להשפיל ולזלזל.

סיפורו של עמית הוא דוגמה לטיפול שבו מתחולל השינוי מתוך מפגש נקי עם מה שיש, עם חלקי האישיות המגוונים, אלה שנעים לנו להכיר בהם ולזהות אותם כחלק ממי שאנו כמו גם אלה שפחות. עמית בהתנהלותו היה לרוב עדין ונעים, וכזה היה גם דימויו העצמי. הוא סלד מכעס ותוקפנות והחשיב את עצמו כאדם שעובד על תיקון מידותיו. "לימוד" משותף עם עמית על הגנאי הגדול שבנקמות לא היה מועיל דיו. ראשית, הוא לא היה מאפשר מפגש חווייתי ובלתי אמצעי של עמית עם דפוס התנהלותו. באופן כזה עמית היה יכול לספר לעצמו סיפורים על אופיו, גם כשהם רחוקים מהמציאות. משמעותי מזה – עיסוק בכיעור שבכעס היה בעצמו דוחף את עמית אל הכחש העצמי. אם כעס אסור ואיננו לגיטימי, הדבר מדרבן בלא מודע לא להכיר בכעסים שמרקדים בנו, כדי לברוח מהודאה ב"חוסר לגיטימיות"

שמקנן בנו עצמנו. והחשוב מכל – עיסוק בפגם הכעס היה עלול לגרום "לכעוס על הכעס", ובקלות יכול להביא למעגל כשפים שמזין את הכעס עצמו, ואף מעורר תסכול גדול מניסיונות התמודדות כושלים. כעס מסתיר לרוב פגיעות וחולשה, שעליהן הוא מנסה לפצות. חוסר לגיטימציה גורף של כעס הוא בעצמו עניין מאיים, ולכן דוחק לפינה, מעצים את הכאב ומעורר כעס נוסף, גם אם מודחק. לעומת זאת, היכולת (של המטפל, במקרה של טיפול נפשי) לא להיבהל מהכעס, ובמידת מה אפילו "לחבק" אותו, ממוססת הרבה מהצורך להשתמש בכעס. היא מאפשרת לקלף את מסכת הכעס, זאת שהיא כ"פלטטר" על הבשר החשוף והפגוע, ולנגוע בעדינות ברגשות שתחתיה, בפגיעות, בצרכים קמאיים שלא מולאו וכיו"ב. ההכרה ברגשות השונים, נעימים ושאינם נעימים, כחלק ממכלול האישיות, היא ההתייצבות בתחילת מסלול השינוי, ומתוך כך מתאפשרת בחירה עמוקה מחודשת ופנייה לנתיבים שונים מאלו שבהם בחרה האישיות מתוך המצוקה כשהופיעה לראשונה (לרוב בשנות הילדות). כל זה היה נדרש להמשך הטיפול בעמית, וצעדים ראשונים צעדנו יחד, מסמנים את המשך התהליך הרצוי.

במקרים אחרים פגשתי במהלך טיפול גם את השלבים המתקדמים יותר שתוארו כאן. כך למשל בטיפול באלעד, נער שהיה נוטה להתפרצויות זעם, ושלעתים תיאר באוזניי את פנטזיות הנקמה שלו כלפי דמויות בעולמו שהסבו לו כאב וסבל. עברתי עם אלעד דרך ארוכה שבה ניסינו "למשש" את מנעד התחושות שלו במה שעובר עליו ביום-יום. כששאלתי על רגשות אלעד ברח לדבר על מעשים, תכנונים ורצונות. אלעד זלזל ברגשות ובייחוד בהחצנתם, עניין שלדעתו איננו יאה לגברים. אט אט התגלה שרגישות היא עניין מסוכן בעולם שבו גדל אלעד. להרגיש פירושו להיות חשוף, וכשאתה חשוף אינך יודע מי עלול לנצל זאת נגדך, מי ישלוף סכין ויפצע אותך, יבגוד בך או פשוט ינטוש. אלעד הכיר בעיקר רגשות קצה – דיכאון, חרדה או זעם בלתי נשלט (ובמקרים נדירים חווה מנגד גם "היי" תלוש ומועד להתהפך לעצב). ככל שחלף הזמן, התעמק הקשר בינינו, גדלה תחושת הביטחון של אלעד ואתה החיבור שלו לרגשות ורגישויות שבו. בחדר הטיפול אף אחד לא אמר לאלעד שזה לא בסדר לרתוח מזעם או לשנוא שנאה יוקדת, ולצד האמפטיה כלפי התחושות הקשות, ניסינו להכיר טווח רחב יותר של רגשות. עם הזמן ביטא אלעד בקלות גדולה יותר גם עצב עדין, געגוע, אהבה, ציפייה ועוד. תחושת האיום מרגשותיו שלו פחתה, והוא גילה את ההקלה שבשיתוף. ככל שרגשותיו של אלעד קיבלו מקום וביטוי רחבים יותר, הוא נזקק פחות לדפוסים ההישרדותיים שאליהם היה רגיל, לזעם וללוחמנות.

מכל זה ניכר כי הנכונות לצאת עם המטופל למסע משותף של חיפוש שסופו איננו ידוע, ואף הנכונות שלא לסמן תכנים שמביא המטופל כלא לגיטימיים, הנכונות הזאת בעצמה מאפשרת את הצלחת הדרך.

אם נשוב לרגע לפרויד, אמנם כפי שראינו הוא חתר להביא להסתגלות בחיי החברה על-פי הנורמות המקובלות בה, ואולם טיפוליו מורים על תפניות מעוררות השתאות שהתחוללו דווקא על-ידי מתן לגיטימציה לתכנים שאסרה החברה. אפשר להתווכח על הערך הטיפולי של הדבר ומשמעותו לטווח ארוך, ובכלל על מידת הצלחתו הטיפולית של פרויד, אך לא ניתן להתעלם מכך שלעתים מתן האישור לביטוי מצולות הנפש על חלקיה הפחות יפים, לא רק מקל, אלא אף מביא מרפא ושינוי לטובה.²⁶ ואמנם ודאי מוטב שניקרא שוטים כל ימינו ולא נהיה רשעים שעה אחת לפני המקום; מוטב שנשלם מחירים, גם מחירים נפשיים כבדים, על אמונתנו, במקום שהדבר נדרש. "בכל מתרפאין, חוץ מעבודה זרה, גילוי עריות ושפיכות דמים".²⁷ אם יהיה ברור לנו שהסגנון הזה כולו מנוגד לרצון ה', נפנה לו עורף בביטחון ובשמחה. ועם זה, יש בנו בקשה עמוקה לדעת שטוב ה' לכל, ושתורתו תורת חיים, לא רק לנשמה, אלא אף לנפש.

ו. התורה כתובעת התאמה אל היעד הנרצה

להבדיל בין קודש לחול, דרכי הפסיכולוגיה כפי שתוארו – הלגיטימציה למכלול צדדי האישיות ומתוך כך תהליכים מתונים של שינוי – לכאורה שונות מאוד, ואף מנוגדות להדרכות המצויות בספרות ישראל. חז"ל בעיקר מתארים את חומרת וגנות המידות הרעות, אך נדמה שאינם מציעים דרכי התמודדות מפורטות עמן, בוודאי לא כאלה שנותנות מקום לתחושות קשות או למידות הפסולות עצמן.²⁸

26. מפורסם הטיפול של יוסף ברויאר, ידידו של פרויד, ב"אנה או". שוב ושוב הייתה אנה או. מתארת מתוך מצב חצי היפנוטי אירועים קשים מעברה, שנשכחו ממנה, ובעקבות ההיזכרות נעלמו סימפטומים היסטריים שמהם סבלה (כגון בחילות קשות עד כדי חוסר יכולת לאכול, שיתוק ואבדן תחושה בידה הימנית, הפרעות ראייה, חירשות ועוד. אמנם מיד לאחר מכן היה מופיע סימפטום אחר...). אנה או. כינתה את הטיפול הזה "ניקוי ארובות" (עיין 'פרויד והפסיכואנליזה', מאת פנחס נוי, עמ' 17-16).

27. פסחים כה, א.

28. מקור יחידי ששונה מאוד באופיו מצאנו בדברי המדרש המפורסמים: "נחמיה בריה דר' שמואל בר נחמן אמר: 'והנה טוב מאד', 'והנה טוב' זה אדם, 'והנה טוב' זה יצר טוב, 'מאד' זה יצר הרע, וכי יצר הרע טוב מאד?! אלא ללמדך שאילולי יצר הרע לא בנה אדם בית ולא נשא אשה ולא הוליד

במקומות רבים מספור²⁹ מתארים התורה, חז"ל ושאר חכמי ישראל את חומרת המידות הרעות – כעס, גאווה, תאוה, קנאה וכיו"ב. התיאורים הללו כוללים את ציורי נזקי המידה המגונה,³⁰ ביטויי גנאי כלפי החוטא³¹ והעונשים העתידים לבוא עליו.³² מסגנון דבריהם נראה שעצם ההתודעות לחומרת המידה המדוברת אמור להביא לשינוי. כשה'חפץ חיים' כתב את 'שמירת הלשון' הוא לכאורה הניח שהמפגש עם כובד האיטור ותיאורי כיעורו יביאו ממילא לעזיבתו, ובוודאי לא שיער בנפשו נתינת מקום לצורך להטיל רפש בזולת ובעיבוד הצורך הזה כדי להתרפא ממנו.³³ יותר מכך, הרושם העולה הוא ששינוי ההתנהגות ולכאורה גם שינוי מידות הנפש תלוי בעיקר בהחלטה ובחירה אישית, וככל שיקבל אדם על עצמו בתוקף גדול יותר להימנע מלהתגאות וכיו"ב, כך יצליח בדבר. חז"ל מורים לנו

בנים, שכן שלמה אומר: 'כי היא קנאת איש מרעהו' (בראשית רבה, פרשה ט'. הדברים הללו מתאימים עם המתואר בסנהדרין סד, א על כך שאחר שביטלו חז"ל את יצרא דעריות, לא מצאו אפילו ביצה, ובלית ברירה השיבו אותו). בשונה מרוב שאר דברי חז"ל (אף שלא מכולם), מתגלה כאן יחס חיובי כלפי היצר. ייתכן שבראשית הבריאה מתגלה שורש גנוז ועליון שלא בא לידי ביטוי לאורך רוב ההיסטוריה. בנוסף, לשון "והנה טוב מאוד" באה עם סיום מעשה בראשית, כשהקב"ה מביט ב"כל אשר עשה", והיינו שכשהרע איננו עומד לעצמו אלא כחלק ממכלול הבריאה, מתגלה טובו. בהמשך דברינו נעסוק במקום שנתן הרב ליצר ולמדרגות האישיות התחתונות. ייתכן שעם הגאולה האחרונה הולך ומופיע האור שנגזז בראשיתה, ואכן דרכו של הרב בהמתקת הרע היא פעמים רבות על-ידי ההבטה בו כפרט מצויר הבריאה השלם.

29. רבים עד שאי אפשר לפורטם, ורק דוגמאות בודדות הבאנו לקמן.
30. "כל אדם שכועס, אם חכם הוא – חכמתו מסתלקת ממנו; אם נביא הוא – נבואתו מסתלקת ממנו" (פסחים סו, א).
31. "כל הכועס נקרא רשע" (אוצר המדרשים עמ' 80), "כל הכועס כאילו עובד עבודה זרה" (זוהר, ח"א, כז, ב; ועיין רמב"ם הלכות דעות ב', ג; שבת קה, ב).
32. "כל הכועס, כל מיני גיהנם שולטין בו" (נדרים כב, א).
33. אם כי, כפי שהזכירני הרב יהודה מלמד (ותודתי לו על קריאת המאמר ועל הערותיו), החפץ חיים מציין שהרצון להפיג דאגה מן הלב עשוי להיחשב ככוונה לתועלת, שהיא אחד מתנאי ההיתר לספר לשון הרע (חפץ חיים, הגהה לכלל י, אות יד). אכן, יש בכך הכרה יקרה בערך התחושות האנושיות, ואולם דבריי מכוונים בעיקר כלפי התחושה העולה מספר שמירת הלשון, שהוא דרכו החינוכית של החפץ חיים לקרב אותנו אל קיום המצוות האמורות בחיבורו ההלכתי. והנה אדרבה, על אף שההלכה רגישה לצורך להקל מעל משא הלב, בכל זאת אין ספר שמירת הלשון מתאר את האושר שבעולם הנקי מדברי לשון הרע ורכילות, את ריבוי האהבה והשמחה שבעולם כזה וכו', אלא בעיקר את חומרת העוון. נוסף על כך, גם ההיתר לספר כדי להפיג צער, הוא עניין נקודתי, ולא כלי לשינוי קרי – אין ההיתר הזה מתפרש כדבר שעשוי לעזור לאדם לשקם את ביטחונו העצמי, ועל-ידי זה להזדקק פחות לסיפורי לשון הרע גם להבא וכו'.

שהגיבור הוא הכובש את יצרו,³⁴ אך אינם מרחיבים בביאור תורת הכיבוש. יתר על כן, נדמה לי שרבים מן הלומדים כלל אינם מרגישים צורך בתוספת ביאור מעין זה, אלא מבינים שמכאן ואילך עליהם רק לנהוג בתקיפות גדולה יותר כנגד יצרם הרע ודי יהיה בזה.

אמנם פזורות בדברי חז"ל גם מעט עצות להתמודדות עם היצר הרע. את אלה ניתן לחלק בחלוקה גסה לעצות התנהגותיות והכרתיות, כגון "הסתכל בשלושה דברים, ואי אתה בא לידי עבירה",³⁵ ומנגד לאמונה בכוח התורה לחולל שינוי אישיותי: "בראתי יצר הרע, ובראתי לו תורה תבלין",³⁶ "אם פגע בך מנוול זה, משכהו לבית המדרש"³⁷ וכו', ואולם נדמה שלא מצאנו התמודדות שיש בה תיאור של תהליך עומק מתון ויסודי שאנחנו שותפים בו ופוסעים בו צעד אחר צעד. אמנם לכאורה שונה בעניין זה ספרות המוסר המתארת תהליכים ארוכים של תיקון נפשי-מידותי, אך גם בה כמובן לא נמצא התמודדות ש"מחבקת" את היצר הרע, "אמפטיית" לצרכיו וכו', ושדווקא מתוך כך עשויה לאפשר לו לא להזדקק עוד לנשקו הפוצע.³⁸ כאמור בחלקים הקודמים של דברינו, יש בסגנון התמודדות שנותן מקום לשלל גווי הנפש הזדמנות לשינוי עומק דרמטי שאיננה קיימת בתקיפות הנחרצת (גם אם לא נוותר על לוחמנות זאת ועל ערכה המיוחד). שנינה נאה שמעתי – כשם שמקובל כיום לומר שאין 'ילד רע', אלא 'ילד שרע לו', כך יש לדעת שאין יצר רע אלא יצר שרע לו...

ז. היחס ליצר ולרע בחסידות

על רקע האמור מתייחדת החסידות ביחסה ליצר הרע. אחד החידושים המיוחדים לבעל שם טוב הוא אפשרות עבודת ה' באמצעות מכלול כוחות הנפש, גם באמצעות יצר לב האדם. אמרה מפורסמת המיוחסת לבעל שם טוב בהקשר זה היא פירוש

34. אבות ד', א.

35. אבות ב' א; ג', א.

36. קידושין ל, ב.

37. שם.

38. כמו לכל הכללים גם לכלל זה יוצאים מן הכלל, וישנם מקומות בספרות ישראל שבהם מצינו גם סוג של אישור ונתינת מקום לחלקי הנפש התחתונים, כמו למשל בתיאור החסיד בפי רבי יהודה הלוי: "וחסם הכוחות הכעסנים המבקשים לנצוח, אחר אשר נתן להם חלקם בנצחון המועיל בדברי החכמות והדעות וגערת האנשים הרעים, ונתן לחושים חלקם במה שמועיל לו, ומשמש בידיו ורגליו ולשונו בענין הצורך ובחפצו המועיל..." (מאמר ג' אות ה, תרגום אבן תיבון), ואולם מקורות כגון דא מועטים, ואף כאן מתואר בעיקר תיעול היצרים ולא "אישורם". תיעול זה רווח בחסידות כפי שיובא.

דברי משה רבנו לפרעה "כי ממנו נקח לעבוד את ה'"³⁹ כמתארים את אפשרות עבודת ה' גם באמצעות הבהמיות, ואף זאת השייכת לרע הגמור.

כי ממנו נקח לעבוד את ה'... כלומר אנו בני ישראל יתרון עבודתינו בכל הוא, ולית שום דבר בעולם לבטל איש הישראלי מבחינת עבודתו, כי כח הפועל בנפעל, וממילא בכל דבר בעולם יש שם התלבשות אלהות, ויכול ליקח לעצמו משם רמיזא דחכמתא לעבוד את ה' אלהים בכל נפשו ומאודו... ואדרבא גם אתה תתן בידינו זבחים ועולות ועשינו לה' אלהינו, ירצה בעל כרחך תתן בידינו כל טוב מצרים, ואותיות התורה ונצוצות קדושים הגנוזים בקליפות מצרים, סופך הכל תתן בידינו לעבוד עם אלו האותיות בתורה ותפלה את ה' אלהינו... ואדרבא כי ממנו אפילו משעבוד הגדול והקשה של מצרים, גם ממנו נקח בחינת התעוררות ורמיזא דחכמתא לעבוד את ה' אלהינו.⁴⁰

אכן שונה התוכן הזה מרוב המובא עד כה, אלא שכפי שהדברים מובאים לרוב בחסידות, מדובר על תיעול שאין בו נתינת מקום נקיה, והוא מלא שליטה, בקרה וביקורת, מין לכידת היצר הרע כשבוי בידי הטוב:

כלה גרש יגרש. י"ל הפ' שאחר העבודה במצרים היו בני"י יגיעים מאוד... לכן הבטיח השי"ת כי המצריים יגרשו אותם. והוא ללמוד הבטחה לכל אדם. שאף שנתגעגד נגד היצה"ר וניטל הכח ממנו. יוכל אח"כ לעשות בכח היצה"ר עצמו. וכמ"ש וקוי ה' יחליפו כח. והבן. וכ"כ בכל לבבך בשני יצריך שאח"כ מסייע גם הוא.⁴¹

ההסתייעות בכוח היצר הרע באה רק מתוך היגיעה הלוחמנית.⁴²

39. שמות י', כו.

40. ר' זאב וולף מז'טומיר (תלמיד המגיד ממעזריטש, ר' פנחס מקוריץ ור' מיכל מזלוטשוב), אור המאיר, פרשת בא, ד"ה 'בפסוק ויקרא פרעה'.

41. שפת אמת, שמות, פרשת בא, תרל"ד.

42. יש להעיר כי דווקא בדברי הגר"א מצאנו מעין דברי הכוזרי שהובאו לעיל, שיש לתת ליצר הרע את מילויו במידה הראויה (ואף מעין דברי חז"ל המובאים בהערות לעיל, על כך שלולא יצר הרע לא היה העולם מיושב): "ועלה שמיר" - הוא יצרא דעבירה הקשה כאבן ונימוח במים, ויצרא דגזל ורציחה שהוא כעסני הקשה כברזל ומתפוצץ באש. ומה שאמר ועלה, כי השמרים שימור טוב לין, אימתי? בזמן שהיין שקט על שמריו היין צלול למעלה והשמרים מלמטה, וכשהשמרים עולים למעלה מתערבים בכל היין ואינו ראוי לשתיה כך הוא היצר הרע הכנה טובה לישובו של עולם, אימתי? בזמן שהוא למטה מן היצר טוב יין הצלול, אבל כשעולה נעשה עכור" (ביאור לישעיהו ה', ז). ואולם הדברים התמציתיים האלה, מלבד שגם בהם מודגשת הכפפת היצריות ל"יין הצלול", גם אינם מבוארים כל צרכם - באיזה אופן צריך לתת מקום לשמרים? מנגד, ישנם

חידוש נוסף נמצא ביחסה של חב"ד ליצר הרע, שם ההכרה בתוקפו היא הכרה מפוכחת מאוד, רחוקה מפנטזיות על "מלאכיות" אנושית. בעל התניא איננו "נבהל" גם מאפשרות שאדם שמסור כל ימיו לעבודת ה' ימצא את עצמו ביומו האחרון בעולם הזה נדרש למלחמה עיקשת ביצרו, ממש כשם שנדרש בעת כניסתו לעבודת ה': "ולכן אל יפול לב אדם עליו ולא ירע לבבו מאד גם אם יהיה כן כל ימיו במלחמה זו, כי אולי לכך נברא וזאת עבודתו לאכפיא לסטרא אחרא תמיד".⁴³ בכלל, אוירת ספר התניא, כמו גם האווירה שבהוויי חסידות חב"ד, על סיפוריה ואורחותיה היומיומיות, היא אווירה של חוסר התפעלות מגודל התאוות ועצמתן, פשוט "לא עושים מזה עניין". אדרבה, הזעזוע שתוקף אדם המתודע לגודל יצרו, נתפס בחב"ד כחלק מעצת היצר וגבהות הלב, ואילו חסיד אמתי יודע להתייחס לבהמיותו הגואה גם בחיוך וקריצה. בפיתחון החב"די האמיץ הזה יש סוג של הכרה בפניה האמתיות של הבהמיות האנושית בלא כחש ובלא נתיבי מילוט, וזה עצמו תוכן יקר וחשוב. אמנם, כמובן אין היענות לתביעותיו של היצר הרע, אך סירוב שבא מתוך מודעות ודעה צלולה הוא בעצמו סוג של נתינת מקום.

אלא שככלות הכל, יחד עם ההכרה המפוכחת, הסירוב לגחמותיו של היצר הרע הוא נוקשה ולוחמני מאוד (תניא ליקוטי אמרים פרק י"ב):

כי המוח שליט על הלב בתולדתו וטבע יצירתו, שכך נוצר האדם בתולדתו, שכל אדם יכול ברצונו שבמוחו להתאפק ולמשול ברוח תאוותו שבליבו, שלא למלאות משאלות ליבו במעשה דיבור ומחשבה, ולהסיח דעתו לגמרי מתאוות ליבו אל ההפך לגמרי.

...וכן בדברים שבין אדם לחבירו, מיד שעולה לו מהלב למוח איזו טינא ושנאה חס ושלום, או איזה קינאה או כעס או קפיידא ודומיהן, אינו מקבלן כלל במוחו וברצונו. ואדרבה המוח שליט ומושל ברוח שבליבו לעשות ההפך ממש, להתנהג עם חבירו במידת חסד וחיבה יתרה מודעת לו, לסבול ממנו עד קצה האחרון ולא

בגרא"א גם דברים חריפים ולכאורה שונים באופיים: "הוקר רגלך מבית רעך" – שתמנע רגליך מלילך תמיד לבית רעך אף-על-פי שהוא אוהבך מאוד כי פן ישבע ממך ויקוץ בך וישנאך. והעניין כי היצר הרע הוא נצרך מאוד לעבודת ה' אך שיהא הוא כבוש תחת ידו להשתמש בו עבודת ה' ולא דבר אחר ח"ו. והיצר הרע נקרע רע כמו שכתוב אל תאמינו ברע, ואמרו 'אל תאמינו ביצר הרע וכו', וזהו 'הוקר רגליך מבית רעך' אף-על-פי ששברת אותו והוא כבוש תחת ידך, אף-על-פי-כך הרחק את עצמך מאתו, כמו שלמה המלך ע"ה, שהיה היצר הרע כבוש תחת ידו, והיה סבור שירבה לו נשים, ולא יטה וכן בכסף ואף-על-פי-כן הטו אותו" (ביאור למשלי כ"ה, יז).

43. תניא, ליקוטי אמרים, פרק כ"ז.

לכעוס חס ושלום. וגם שלא לשלם לו כפעלו חס ושלום, אלא אדרבה לגמול לחייבים טובות, כמו שכתוב בזוהר ללמוד מיוסף עם אחיו.

אין בדברי אדמו"ר הזקן כל סובלנות כלפי חלקיה השפלים של הנפש, ואין שום קבלה שלהם אפילו במחשבה לבדה, ובוודאי שאין מקום להזדהות איתם. אמנם הדברים האלה מסוגגנים בחריפות מיוחדת, אך נראה שאדמו"ר הזקן איננו יחיד בהנחה הבסיסית, שהכרת האמת האלהית צריכה לעצב את התנהלות הנפש בהתאם לה, ללא הענקת לגיטימציה לפער בין הרצוי למצוי כדרך לבוא מזה לזה. מלבד הרב (וכפי שיורחב בהמשך) אינני מכיר מי מגדולי ישראל שציין כי לפעמים צריך לתת לנפש "לעבור דרך" תחושותיה הקשות והנפולות כדי לצאת מהן לאור ולטוב.

יש בדרכי החסידות אופן נוסף שבו מקבלים בעקיפין מקום גם חלקי הנפש הפגומים. הבעל-שם-טוב הזהיר רבות מפני תוכחה של התנשאות,⁴⁴ תוכחה שיש בה הסתלקות המוכיח מעיסוק בפגמיו על-ידי הטלת רפש בזולתו. במקום זאת, הדגישה החסידות את הצורך לעסוק בפגמי הזולת מתוך שותפות. גם כשהרבי מורה לחסידי דרכי תיקון הוא עושה זאת מתוך שותפות ואחר שמצא בקרבו שורש דק לפגם שהוא מציע תיקון עבורו, וכפי שניכר היטב משני הסיפורים החב"דיים הבאים:

באחת מנסיעותיו של הוד כ"ק אדמו"ר האמצעי... נתקבץ קהל רב לקבל פני קדשו, והי' מקבלם ביחידות כנהוג... באחד הימים, באמצע היום, בשעה שמאות אנשים עמדו צפופים וחכו להתקבל ליחידות, בפתע פתאום צוה כ"ק אדמו"ר לסגור הדלת, ופסק מלקבל את האורחים... החסידים העומדים בחצר ומחכים להכנס ליחידות, וכן החסידים העוסקים בחזרת הדרושים... כולם חשבו אשר בטח כ"ק אדמו"ר עיף מרובי הנכנסים, ולכן הפסיק לשעה קבלת האורחים בכדי להנפש ולהחליף כוח.

כעבור חצי שעה יצא הגבאי ר' זלמן, טרוד ביותר ועיניו אדומות מבכי ולחש איזה דברים באזני החסידים הגדולים שהיו באותו מעמד, החסידים בשמעם את דבריו נבהלו... ורגש פלצות עבר במחנה אנ"ש, ואין איש יודע עד מה.

כעבור שעה ושתיים נכנסו איזה מהחסידים הגדולים אל הבית, ושמעו מאחורי דלת הוד כ"ק אדמו"ר איך שאומר מזמורי תהלים בשפיכת הנפש, בבכי רב, מעומק נקודת קדושת לבבו. אחדים מהם נתעלפו מרוב צער... אחר-כך התפלל מנחה

בסדר הנהוג בעשי"ת... אחר תפלת המנחה יצא... ודיבר מאמר ארוך על פסוק חומת בת ציון הורידו כנחל דמעה...
 ביום המחרת הי' כ"ק חלוש ביותר והוכרח לשכב במשתנו... אמנם ביום שלאחריו התחיל סדר קבלת האורחים כבתחלה.
 החסיד ר' פנחס נ"ע משקלאו... שאל - כעבור איזה ימים - את כ"ק אדמו"ר לסבת הדבר, מאורע הנ"ל.
 כרגע נתעצב הוד כ"ק אדמו"ר במאד, ואחר כך השיב לו לאמר: כאשר אנ"ש נכנסים ליחידות ומגלים נגעי פנימילי הלבבות, איש איש באשר הוא, הנה כל דבר שמספר המספר, צריכים למצוא בעצמו בדקות ודקות דדקות, ואי אפשר להשיב להשואל דבר תיקון וסדר אמיתי עד אשר לא יתקנו תחלה בעצמו, ורק אז יכולים לתת עצה וסודור לתקון. וביום ההוא - אמר הוד כ"ק אדמו"ר - נכנס אלי איש אחד, אשר נבהלתי לשמוע את דבריו, ולא מצאתי בעצמי ח"ו וח"ו אפילו שמץ דשמץ מענין כזה גם בדקות דדקות, ונפל ברעיוני פן ח"ו וח"ו הוא העלם הרע הנמצא בעומק דעומק... ומחשבה זו הרעידה את עומק נקודת נפשי לשוב אל ה' מקרב ולב עמוק.⁴⁵

הרב החסיד ר' דוד צבי חן, ז"ל, רב דצ'רניגוב כשהיה מבקר, כדרכו, את אדמו"ר מוהר"ש (ר' שמואל, בנו של אדמו"ר בעל "צמח צדק") בליובאוויץ, איחר פעם את זמן ה"יחידות". הלך לחדר הסמוך לחדרו של הרבי, וחיכה שם עד שהרבי יעבור דרך חדר זה, ואז ישאל אותו מה לעשות, כי הוא מוכרח לנסוע הבית. לאותו חדר בא אז המשרת של הרבי להחליף את כלי-הלבן של הרבי אחר ה"יחידות", כי במשך ה"יחידות" היו נעשים רטובים מזיעה. אמר המשרת להרד"צ:
 - אולי יודע מר מה הוא מזיע שם כל כך ב"יחידות"? זמן היחידות נמשך סך-הכול שעה אחת והוא כל כך מזיע!
 שתק הרד"צ. והמשרת אמר עוד פעם:
 - מה הוא, רבונר-של-עולם, מזיע שם כל כך?
 מיד נפתחה הדלת של חדר הרבי, והרבי פנה למשרתו ואמר:
 - אני מפטר אותך מהיום מעבודתך; ממשכורתך לא ייגרע דבר. לך לך הביתה, ובכל שבוע אשלח לך את משכורתך לביתך.
 והוסיף:

45. אדמו"ר הריי"ץ, ספר המאמרים תרפ"ד, קה"ת, ברוקלין תשמ"ו, שמה-שמז. [הערת העורך (ש.מ.): עוד על מעשה זה ר' בסוף מאמרו של הרב משה פאלוך בגיליון זה].

- למה לא תבין על מה אני מזיע. במשך השעה היו אצלי על "יחידות" חמישה ועשרים אנשים. בשביל שאוכל להשיב עצה נכונה להשואל, אני צריך להרגיש בצרתו ממש כמו שהוא בעצמו מרגיש, ואני מוכרח להפשיט את עצמי מלבושי ולהתלבש בלבושיו שלו, ושוב כשאני צריך ליתן לו עצה לא אוכל לעשות כן כשאני עדיין בלבושיו, כשם שהוא בעצמו אינו יכול לשית עצות בנפשו, ואני צריך להפשיט את עצמי מלבושיו ולהתלבש בלבושים שלי, ובכן לכל שואל ושואל אני צריך לעשות פעמיים פשיטה ולבישה, ומעתה הגע עצמך: במשך שעה אדם צריך חמישים פעם להתפשט ולהתלבש, כלום אפשר שלא להזיע?...^{47,46}

שותפות והזדהות עמוקות כפי המתואר בוודאי כורתות "ברית טיפולית" אמתית ובת קיימא. יש בסגנון הזה נכונות להודות בענווה ובשפלות בהתמודדות המשותפת לכולנו, והכנות הזאת גם היא ביטוי של התייצבות מפוכחת מול הכיעור שבנו, וממילא במידת מה נכונות מסוימת לעבור דרכו (זאת לעומת הסגנון הצדקני והמתנשא שבו המוכיח הסולד מן החטאים המושמעים באוזניו בסופו של דבר ניזון מהם גם הוא בעקיפין. בסגנון הזה כרותה ברית של התחמקות - המוכיח מצקצק בלשונו בצדקנות וממשיך ליהנות ממעמדו וממה שמשתפים אותו בו, והחוטא משלם בייסורי מצפונו ועל-ידי כך מקבל היתר להמשיך ולחטוא⁴⁸).

46. ספורי חסידים: תקנ"ז ספורים, מכונסים מפי ספרים ומפי סופרים, ומסודרים לפרשיות השבוע, הרב שלמה יוסף זוין, בית הלל, ירושלים תש"ם, 261-260.

47. מעניין להשוות את הדברים לתיאור המהר"ש שעולה מניתוח גרפולוגי של כתב ידו. הנשיא, זלמן שז"ר, קיבל מהרבי מלובביץ' כתבי יד של אדמו"ר הזקן ושל הרבי מהר"ש והעבירם לגרפולוגית רות צוקר. שז"ר מעיד כי בשעה שבחנה צוקר את כתבי היד כלל לא ידעה עברית ולא הכירה את האישים המדוברים. כשקיבל הרבי מלובביץ' את הניתוח המפורט כתב לשז"ר: "מוכרחני ההודות, שלולא קראי במכתבו בפירוש שהמנתח - זולת הכת"י - לא ידע דבר על בעל הכתב יד ולולא הכירי את כ' אישית, לא הייתי מאמין באפשריות הדבר" (איגרת מיום כ"ח חשון תשט"ו, אג"ק, ח"י, ע' 45). אציין באופן אישי, שכמדומני מעולם לא קראתי ביוגרפיה עמוקה ומרגשת כל-כך של אדמו"ר הזקן כמו ניתוחה זה של רות צוקר...

והנה בין שאר דבריה על המהר"ש היא כותבת: "היה נבון ורחום, לא רק בשל חזירותו הרוחנית כי אם גם הודות לנסיגונו וקשריו עם הצדדים האכזריים וחסרי האונים של הגורל האנושי. הפרעות מסוימות מכתובה זו מוכיחות כי הוא היה טבוע בחותם של סבל אישי רב, גם מבחינה רוחנית גם מבחינה פיזית. האבקותו המרה, כנראה, גרמה לכך שהוא למד להבין, למעשה, את כל איש ואיש כאילו פתח בקרבו את הכשרון להזדהות עם המתרחש בלבם, בנפשם, כאילו למד לחשוב את מחשבתם".

48. כפי שניכר היטב מדברי הכתר שם טוב אות ש', שהזכרו לעיל.

יש כאן אם כן יסודות של הכרה אמיצה ברע לשם תיקונו, ועדיין אנו תוהים אם ישנם חכמי ישראל שבדרכם לא רק הכירו בממשות הרע, אלא אף קירבו אותו בימין (גם אם בו בזמן דחו אותו בשמאל). האם ישנם כאלה שמצאו מעלה בהסכמה לקבל את הנפש כפי שהיא, על הטוב והפחות טוב שבה.

ח. מן העליונים או מן התחתונים?

הניגוד בין סגנונה של הפסיכולוגיה לדרכה של היהדות מקבל ביטוי בהיר בדברים שמצטט ד"ר שניאור הופמן מפי תלמידי חכמים חשובים בדורנו במאמר שכותרתו: "פסיכולוגים ורבנים – וילכו שניהם יחדיו או 'היפרד נא מעלי'?"⁴⁹

במרץ 2005 נערך באוניברסיטת בר-אילן כנס תחת הכותרת "שיתוף פעולה מקצועי בין רבנים ופסיכולוגים", בו השתתפו רבנים ואנשי בריאות הנפש (פסיכולוגים, פסיכיאטרים ועובדים סוציאליים). בכנס, שלושה רבנים חשובים של הציבור הדתי-הלאומי הציגו את דעותיהם:

...

הרב שלמה אבינר, ראש ישיבת עטרת־כהנים בירושלים ורבו של היישוב בית־אל, אמר ש"הלכה ופסיכולוגיה הם שני עולמות שונים, היכולים ללכת יחד, למרות העובדה שהם מדברים בשתי שפות שונות; הפסיכולוג מטפל במה שקיים ואילו הרב מטפל במה שצריך להיות".

הרב יעקב אריאל, הרב הראשי של העיר רמת־גן, חידד נקודה זו באומרו: "הבעיה היא, שהפסיכולוג מציע למטופל להשלים עם המציאות ואילו הרב מציע שהוא יעשה את המציאות ליותר שלמה. כל עוד ימשיכו הפסיכולוגים להציע למטופלים שלהם להשלים עם המציאות, הרבנים ימשיכו להסס להפנות אנשים לטיפולם".

ביחס לדברי הרב אבינר נאמר, שלטענתנו העיסוק בקיים מביא ממילא (ולפחות באופן חלקי) אל עתיד טוב ורצוי יותר, אל "מה שצריך להיות", ומעין זה יש לומר גם כלפי דברי מו"ר הרב אריאל שליט"א ובכל הרהר הקודש הראויה, שהצעת המטפלים למטופליהם להשלים עם המציאות, היא בעצמה זאת שמובילה את המציאות אל שלמותה.

אם ננסח את הדברים בתמציתיות תבניתית נאמר: על־פי התורה הכרת הרצוי מעצבת את המצוי, ואילו על־פי הפסיכולוגיה נתינת המקום למצוי, מאפשרת לו למצוא את דרכו אל הרצוי, ובמידה מסוימת קורה התהליך הזה מאליו. דרכי

49. <http://www.hebpsy.net/articles.asp?id=1888>. הציטוט מובא בתיקוני לשון קלים של

היהדות נראות קצרות יחסית, חותרות להגיע בזריזות אל מטרתן, אך החיים הממשיים סבוכים וקשים, ובחיים הללו, הפסיכולוגיה העוסקת בבירור נטיות הנפש כפי שהן ומבלי להכתיב להן את יעדן, נראית לעיתים כצועדת בדרך "ארוכה וקצרה". עצות התורה הן עצות של "ממעלה למטה", הרצוי מתיימר להכתיב את המצוי, ואילו דרכי הפסיכולוגיה הן "ממטה למעלה", מעומק המצוי עצמו מתאפשר גילוי של רצוי טוב ונכון יותר. על-פי מושגיה של הפסיכולוגיה עצמה נוכל לומר כי לכאורה היהדות מכוננת אישיות בעלת מוקד שליטה חיצוני, אישיות שמתאימה את עצמה, או בכל אופן את התנהלותה ובחירותיה לאמת הא-להית האובייקטיבית, ואילו הפסיכולוגיה מאפשרת את צמיחתה של אישיות שבוחרת בחירה חופשית עמוקה, אישיות בעלת מוקד שליטה פנימי.

תפיסה חינוכית עכשווית ויקרה בעיניי היא כי ילד שמשתף אחרים במעשים יצירתיים שונים שלו, כדוגמת ציור שצייר, איננו זקוק ל"ציון", גם לו יהא זה ציון חיובי. הוא איננו מבקש לשמוע דווקא כמה יפה הציור, אלא בעיקר לקבל הד למעשה היצירה, לשמוע על החוויה המתעוררת בהורה המתבונן בשעה שהוא מסתכל בציור. הוא זקוק לכך שיצירתו תהיה נוכחת, תיראה ותתפוס מקום של ממש בעולם. הסגנון המחלק ציונים מכתוב לילד מה יפה ומה איננו כזה, ועוקר את התנהלותו הטבעית ואת אפשרות חיבורו לעולמו הפנימי על כל יופיו ועושרו. לכל היותר יצליח סגנון כזה לאלף את הילד לספק תוצרים שנחשבים אסתטיים בעיני הסביבה. לעומת זאת ההתבוננות שמעניקה משמעות בעצם תשומת הלב שבה, היא קרקע שמאפשרת לילד להוציא לפועל את יצירתיותו הטבעית. האם אין כך הדבר גם ביחס לערכי טוב ורע? לכאורה דווקא האמון בטוב שבאדם צריך לכוון אותנו למעט בהדרכה ובהכוונה מפורשת ונוקשה. התבוננות באדם מתוך אמון בו ובדרכים המיוחדות לו להגשים את הטוב שבו, יסייעו בידו לעבור תהליך פנימי עמוק וטבעי. מעין זה שמעתי ממו"ר הרב יהושע שפירא על דרכו של אהרון בחטא העגל – אהרון שהיה אוהב את הבריות האמין בעומק הטוב הגנוז בכל אחד מישראל ודווקא משום כך אפשר גם לתוכן מאוס להופיע, מפני שידע שטוב גדול יצמח בעקבותיו, ויתגלה כעיקר היקר שבאדם. כשמופיע הטוב מתוכו הוא ולא מתוך דיכוי חלקי אישיות למענו, הרי הוא משמעותי פי כמה.

אולי נשער שעל אף שתיקון ש"ממטה למעלה" איננו דרך מדרכי התורה, שמא נותנת התורה מקום לנתיבות נוספות לתיקון האדם. ואולם הנה דוחה הרמח"ל בנחרצות את האפשרות (מסילת ישרים פרק ה'):

נצטוינו לקבוע עתים לתורה, וכבר זכרנו שהיא המצטרכת יותר לאדם לשיגיע אל הזהירות, וכמאמר רבי פינחס: תורה מביאה לידי זהירות, חולתה לא יגיע אליו

כלל, והוא מה שאמרו ז"ל: ולא עם הארץ חסיד. וזה, כי הבורא יתברך שמו שברא היצר הרע באדם, הוא שברא התורה תבלין לו, וכמו שאמרו ז"ל: בראתי יצר הרע בראתי לו תורה תבלין.

והנה פשוט הוא, שאם הבורא לא ברא למכה זו אלא רפואה זו, אי אפשר בשום פנים שירפא האדם מזאת המכה בלתי זאת הרפואה, ומי שיחשבו להנצל זולתה, אינו אלא טועה, ויראה טעותו לבסוף כשימות בחטאו. כי הנה היצר הרע באמת חזק הוא באדם מאד, ומבלי ידיעתו של האדם הולך הוא ומתגבר בו ושולט עליו. ואם יעשה כל התחבולות שבעולם ולא יקח הרפואה שבראה לו שהיא התורה, כמו שכתבתי, לא ידע ולא ירגיש בתגבורת חליו אלא כשימות בחטאו ותאבד נשמתו. הא, למה זה דומה. לחולה שדרש ברופאים והכירו חליו ואמרו לו שיקח סם זה. והוא, מבלתי שתקדם לו ידיעה במלאכת הרפואה, יניח הסם ההוא ויקח מה שיעלה במחשבתו מן הסמים, הלא ימות החולה ההוא ודאי, כן הדבר הזה. כי אין מי שמכיר בחלי היצר הרע ובכחו המוטבע בו אלא בוראו שבראו, והוא הזהירנו שהרפואה לו היא התורה. מי איפוא יניחה ויקח מה שיקח זולתה ויחיה, ודאי שחושך החומריות ילך ויגבר עליו מדרגה אחר מדרגה והוא לא יבין עד שימצא שקוע ברעה ורחוק מן האמת הרחק גדול שאפילו הרהורי דברים לא יעלו על לבו לבקש האמת.

אך אם הוא עוסק בתורה בראותו דרכיה, ציוויה ואזהרותיה, הנה סוף סוף מאליו יתחדש בו התעוררות שיביאהו אל הדרך הטוב. והוא מה שאמרו ז"ל: הלואי, אותי עצבו ותורתי שמרו, שהמאור שבה מחזירו למוטב.

אריכות הדיון שעד כה מסתכמת בקושי גדול – הייתכן שנהיה יתומים מהדרכים העמוקות לרפואת נפשנו, אלה שחושפות אורות מאופל, אינן חוששות מדבר, ודווקא מתוך כך מגלות את הטוב הטבעי מתוכו הוא?

ט. האור הפנימי – אורו של בעל התשובה

אני מבקש להציע ראשי פרקים ראשוניים בלבד למענה שדורש תוספת גיבוש והבשלה.

מתוך גדולי לוחשי סוד שיח נשמתה של כנסת ישראל אני מוצא במרן הרב, יותר מכל דמות אחרת, את נתינת המקום לתהליכים הצומחים מתחתיות ארץ, את מרחב החופש האנושי, את האמון באדם ובחיו, ⁵⁰ ואף את האמון בדרך תהליכית

50. במידת מה ישנם גם בין תלמידי הבעש"ט כאלה אשר תורתם מוצאת את יקרת הערך האלהי שבצמיחה מהמעמקים האנושיים על מעקשיהם, חלקיותם וכישלונותיהם המרובים. כאלה הם ר' נתן ואדמו"רי בית איזביצא, ובייחוד ר' צדוק הכהן מלובלין. לעומתם בולטת משנת חב"ד

וממושכת.⁵¹ דוגמה חריפה לערך שמוצא הרב בכנות האנושית, ובנאמנות להוה מבלי לכפותו להיענות לתכנים מחוץ לו, אפשר למצוא בדבריו הבאים:

בתקיפות המוחלטות של התביעה להיענות לרצון האלהי מתוך ביטול גמור של קומות החיים האנושיות. אין כאן המקום להאריך בכל זה, אך דוגמה מיוחדת אחת תסייע בהבהרת תוכן הדברים (בהנגדת סגנון דברי הרב ודברי חסידות חב"ד).

על אפשרות התשובה מאהבה, שעלידה מתהפכים זדונות לזכויות, אומר אדמו"ר הזקן: ...או עד שיעשה תשובה גדולה כל כך שזדונות נעשה לו כזכויות ממש, שהיא תשובה מאהבה מעומקא דלבא באהבה רבה וחשיקה ונפש שוקקה לדבקה בו יתברך, וצמאה נפשו לה' כארץ עיפה וציה, להיות כי עד הנה היתה נפשו בארץ ציה וצלמות, היא הסטרא אחרא, ורחוקה מאור פני ה' בתכלית. ולזאת צמאה נפשו ביתר עוז מצמאון נפשות הצדיקים, כמאמרם ז"ל: "במקום שבעלי תשובה עומדים" כו'. ועל תשובה מאהבה רבה זו אמרו שזדונות נעשו לו כזכויות, הואיל ועל ידי זה בא לאהבה רבה זו (תניא פרק ז').

אם כן – הזדונות נהפכים לזכויות רק בדרך הניגוד, רק מכוח היותם קטליזטור למנוסה מהם אל עבר הטוב. עצם התוכן של מעשי החטא נותר בניולו, ודווקא על-ידי כך ממלא את תפקידו, ומרומם את מעלת הצדיק הגמור.

ולעומת זאת אצל הרב:

כשעוסקים בתשובה צריכים להגדיר ביותר את מהותם של הטוב והרע, כדי שהחרטה וזעזוע הרצון מחיוב לשלילה יפלו רק על הרע ולא על הטוב. ועוד יותר, שצריך לברר את הטוב הנמצא בעומק הרע ולחזק אותו – באותו הכח עצמו שבורחים מן הרע, כדי שתהיה התשובה כח פועל לטובה, המהפכת ממש את כל הזדונות לזכויות (אורות התשובה, ט', ה).

השוני בולט וניכר היטב. מדברי הרב עולה מפורשות שלו תעסוק התשובה רק בברירה מן הרע (מה שאצל אדמו"ר הזקן היה יכול להגיע עד כדי הפיכת זדונות לזכויות) עדיין לא תהפוך זדונות לזכויות. רק הפנייה לעסוק בברירה הרע הנמצא בעומק הטוב, היא שתוליד את המהפך. אם כן – אצל הרב יוצרת התשובה רצף וקשר בין התקופות השונות – גם בזמנים שבהם רחקתי מעל ה', ביקשתי אותו בפנימיותי, ומתוך כך כעת מתחזק הטוב ומתאמץ. ואילו אצל אדמו"ר הזקן – הזמנים שבהם רחקתי מעל ה' דוחפים אותי לעקור את עצמי מהם בתוקף נורא ולסמן חיץ ברור בין אז לעכשיו (על הניגוד בין המקורות העמידני אבי פישביין).

51. הרב מציין כי: "לא חלישות כוח הוא זה, מה שישועתם של ישראל היא קמעא קמעא כי אם גבורת גבורות, כביריות עליונה המקפת כל וממלאה את הכל" (אגרות הראיה, ח"ג, איגרת תשנ"ג). גאולה קמעא קמעא, גאולה טבעית, היא גאולה הצומחת מתוך מעמקי הטבע וגואלת אותו עמה; איננה הופעה אלהית הזרה ללב אדם, אלא נאמנה לחול ולאנושי. דווקא משום כך היא צועדת במתינות כיוון שהיא נאמנה למקור שממנו יצאה ונושאת אותו עמה. גאולה שאין בה תהליך, גאולה של מהפך בן רגע, גאולה "בשעתא חדא", היא גאולה של שינוי שיש בו גם ממד של התכחשות לכל אשר היה עד כאן, וחילופו באחר.

האור הפנימי הזורח בכל הויה, מוכרח הוא לבנות לו את עולמו, רץ הוא במסלולו מבלי לשום לב אל התקשרותו הכללית באור המקיף שחוץ ממנו, שהוא מלא עולמים, גם לפי אותה המדה שיוכל הוא בפנימיותו להבחין. אמנם בפנימיותו עריגה עליונה קבועה, להתחבר באור המקיף הגדול ורב ממנו באין ערוך. כשהיא מתגברת, מגלה היא את אור התשובה במעלתה העליונה, העולה על הצדקות הגמורה, שלא נשקעה בהוייתה הפנימית מעולם, כי אם הסתגלה תמיד למה שגדול ממנה, המקיף אותה בעוזו.⁵²

מושג האור הפנימי משמש בדברי הרב ביטוי למדרגת בעל התשובה אשר עסוק בניסיון לחיות חיים אותנטיים, מבלי יומרה להתאימם למה שגדול ועליון ממנו. הוא נאמן לעצמו, "רץ במסלולו" ואינו פונה להביט באור שמקיף את הווייתו, גם לא באותה מידה שבאפשרותו לעשות כן. הוא איננו מתאים את עצמו למה שחוץ לו, גם לא למה שגדול ממנו. ריחוקו מהאור המקיף הוא ריחוק מן המקור האלהי. ואולם דווקא התגברות השקיעה בהווייתו הפנימית מביאה לעומק התשובה. מפנימיותו הוא מגלה את קישורו לתוכן האלהי. מפני כך, אומר הרב, תעלה בסופו של דבר מעלתו על פני מעלת הצדיק המבטל בתמידות רצונו לרצון עליון, ואינו שואף אליו ממעמקיו ומהווייתו הקיומית.⁵³

בדברים הללו יש היגד רדיקלי ביחס למעלת התשובה. גדולי ישראל אחרים מצאו את יתרון התשובה על פני הצדקות הגמורה בצער עזיבת החטא והמאמץ הגדול שכרוך בכך,⁵⁴ או בתוספת הצימאון לה' שבא על-ידי המנוסה מן הרע,⁵⁵ ואילו הרב

52. שמונה קבצים, קובץ א', צב.

53. הדברים קשורים בקשר אמיץ לאשר ציינו לעיל בנוגע לסגנון התשובה אצל הרב לעומת התשובה בחב"ד. הדברים המצוטטים כאן הם דוגמה חריפה לטוב שמוצא הרב בעומק הרע עצמו, כפי שתבע לעשות כדי שיתהפכו זדונות לזכויות. בעל תשובה שכזה יוכל להביט אל עברו בקורת רוח מרובה ובשמחת כל הטוב והאור שגאל ממצולות ים החטא. לעומת זאת תיאורי התשובה בחב"ד מתארים לרוב מרירות עמוקה ובכי בשברון לב "עד שתיפסד צורתו ממש" ומתוך ייאוש מאפשרות של שייכות כלשהי לא-להות" (ספר המאמרים המשך תרס"ו, עמ' טו, כא ועוד).

54. "ואל ידמה אדם בעל תשובה שהוא מרוחק ממעלת הצדיקים מפני העונות והחטאות שעשה, אין הדבר כן, אלא אהוב ונחמד הוא לפני הבורא כאילו לא חטא מעולם, ולא עוד אלא ששכרו הרבה שהרי טעם טעם החטא ופירש ממנו וכבש יצרו, אמרו חכמים מקום שבעלי תשובה עומדין אין צדיקים גמורין יכולין לעמוד בו, כלומר מעלתן גדולה ממעלת אלו שלא חטאו מעולם מפני שהן כובשים יצרם יותר מהם" (הלכות תשובה לרמב"ם ז', ד)

55. "...עד שיעשה תשובה גדולה כל כך שזדונות נעשו לו כזכויות ממש, שהיא תשובה מאהבה מעומקא דלבא באהבה רבה וחשיקה ונפש שוקקה לדבקה בו ית' וצמאה נפשו לה' כארץ עיפה וציה, להיות כי עד הנה היתה נפשו בארץ ציה וצלמות היא הסטרא אחרא ורחוקה מאור פני ה'

מתאר את הכנות והנאמנות האישית בתור אלה שמרוממות את התשובה למעלה מן הצדקות. והרי מעלות אלה ליוו את בעל התשובה בכל דרכו, גם בשעה שהיה רחוק מהאור המקיף. אמנם אין הרב מדבר במפורש על חוטא של ממש, ואחרי שלימד הרב כי "התשובה היא השיבה אל המקוריות"⁵⁶ אנחנו מבינים שהתשובה היא התעלות השייכת לכל מדרגות מציאות, ואף-על-פי-כן לכאורה התוכן יהיה רלוונטי גם לתשובה על חטא ממשי.

הנה אם כן מצאנו בדברי הרב אישור למעלת האותנטיות האישית, ואולם בד בבד המצוטט רק מחריף את הקושי הנדון בדברינו. הלא בודאי לא נבחר מתחילה בדרכים שידרשו תשובה באחריתן. "האומר אחטא ואשוב, אחטא ואשוב, אין מספיקין בידו לעשות תשובה".⁵⁷ המוטל עלינו הוא לכאורה בעיקר להסתגל למה שגדול מאתנו ומקיף אותנו בעוזו. המצוקה על כן מתעצמת שבעתיים. הרב מצליח להטעים אותנו מעומק מתיקות הכנות האישית, אך בד בבד מתבהר גם כי המתיקות הזאת מנועה מאפשרות בחירתנו החופשית.

אז כן, כאמור כבר לעיל, גם אם ישנם אוצרות חושך יקרים ואסורים, לא נרשע שעה אחת לפני המקום. אך עדיין הלב מבקש למצוא גם מחוזות שבהם מזומנת לנו בהיתר אפשרות עבודת ה' מתוך נאמנות לעצמנו על מגוון חלקי אישיותנו. ובכל זאת יחד עם הקושי, מה יקר לגלות שערך הכנות, גם ערכה האלהי, היה מוכר לרב וכלול ב"חשבון" שהוא עורך. גם אם איננו יודעים למלל ולבאר את היחס הנכון בין הצדדים השונים, לפחות נמצא מעט מנוחת נפש בכך שהחשבון ערוך על-ידי גדולי ישראל, ואם כן גם התורה עצמה מכירה וכוללת את הצדדים שעד כה ביטאנו רק בשמה של הפסיכולוגיה.

תוכן דומה לדבריו הקודמים של הרב ניתן למצוא גם ביחס למישור הציבורי-לאומי:

אפיה של הגאולה הבאה לפנינו, שראשית צעדיה הננו חשים ומרגישים, הוא בתוכיותה של כנסת ישראל. מתפתחת היא האומה, בכל כחותיה, מגדלת היא את רוחה, את טבעה ואת עצמיותה, אינה מכרת עדיין את עומק הישות העליונה שהיא כל יסוד תקומתה. עינה לארץ, ולשמים עדנה לא תביט. היא אינה שבה עדיין אל אישה הראשון בפועל, היא מעבדת את חייה בכחותיה הנמצאים בשרשי

בתכלית, ולזאת צמאה נפשו ביתר עז מצמאון נפשות הצדיקים, כמאמרם ז"ל במקום שבעלי תשובה עומדים כו', ועל תשובה מאהבה רבה זו אמרו שזדונות נעשו לו כזכיות והאיל ועל ידי זה בא לאהבה רבה זו" (תניא פרק ז').

56. מאמרי הראיה, אל התשובה.

57. יומא ה', ט.

נשמתה. אמנם בלא קריאת שם, בלא מגמה מבוררת הכל הוא אור ד' וכבודו, אבל לא היא ולא העולם מכיר זה בבליטה, שם שמים לא שגור בפיה, אומץ וגבורה רודפת היא, אבל באמת הכל קודש וא-להי הוא. רק בהגמר התוכן, בהעלות האומה למרום מצבה, אז יוחל אור א-להי נקרא בשם המפורש להגלות, יגלה ויראה, שכל מה שהאיר וכל מה שיאיר, כל שחי וכל שיחיה בה, הכל אור א-להי עולם א-להי ישראל הוא.⁵⁸

המילה "בתוכיותה" שהדגיש הרב צבי יהודה בעריכת הדברים, עשויה להתפרש במספר אופנים, חלקם מנוגדים זה לזה. נראה בעיניי, וכן שמעתי מתלמידי חכמים חשובים, שה'תוכיות' המדוברת מאפיינת את הגאולה כניצבת לעומת גאולה מסוג שונה, גאולה 'חיצונית'. גאולה 'תוכית' היא גאולה שבה עוסקת כנסת ישראל בחייה שלה, בפיתוחם, ביסוסם ואימוצם, ואיננה עוסקת בתשובה מודעת אל רצון ה' המפורש. עינה לארץ, אל אורה הפנימי, ולשמים, אל האור המקיף אותה בגודלו ועוזו, היא איננה מביטה עדיין. אמנם דווקא תשובה מסוג זה, תשובה שאין בה פנייה מפורשת אל ה', מתגלה באחריתה כא-להית ועמוקה יותר. ועוד מעין זה ביחס למישור הציבורי:

גם מתוך החול יגלה הקדש, וגם מתוך החופש הפרוץ יבא העול האהוב. עבותות זהב ישתרגו ויעלו גם מתוך השירה החפשנית. ותשובה מזהירה תצא גם מתוך הספרות החיצונית. זאת תהיה הפליאה העליונה של חזון הגאולה. יגמל זה הציץ, יפרח הפרח, יבושל הפרי, וידע העולם כולו, כי רוח הקדש מדבר בכנסת ישראל בכל תנועות רוחה, וסוף הכל הוא לתשובה המביאה רפואה וגאולה לעולם.⁵⁹

הנה שוב לפנינו האמון העמוק בכך שמתוך החופש ופריצת גבולות הסדרים הא-להיים תופיע תשובה עליונה ויקרה. כמדומני שמובן מאליו שאין הרב מתכוון לומר שיבוא יום שבו ייעזב ויזנח החופש הפרוץ, וייחשב רק כטעות נוראה שבאחריתה התפכחות כואבת ומתנכרת לכל העבר. הקודש יגלה מתוך החול, העול האהוב מתוך החופש הפרוץ, התשובה המזהירה מתוך הספרות החיצונית. רק על-פי זה תובן חתימת הדברים – "רוח הקודש מדבר בכנסת ישראל בכל תנועות רוחה", גם אלה הנראות רחוקות מאוד מן הקודש.

והנה דברים מפורשים של הרב על ערכו של לימוד פנימי שבא מתוך מבוכה, ספק וחוסר ידיעה:

58. אורות, אורות התחיה, לב.

59. אורות התשובה י"ז, ג.

תני דבי אליהו: מעשה בתלמיד א', ששנה הרבה, וקרא הרבה, ושימש תלמידי חכמים הרבה, ומת בחצי ימיו, והיתה אשתו נוטלת תפיליו ומחזרתם בבתי כנסיות ובבתי מדרשות, ואמרה להם כתיב בתורה: כי הוא חייך ואורך ימך. בעלי ששנה הרבה, וקרא הרבה, ושימש תלמידי חכמים הרבה, מפני מה מת בחצי ימיו? ולא היה אדם מחזירה דבר.⁶⁰

בהמשך הסיפור פוגש אותה אליהו ומכריז "ברוך המקום שהרגו" מפני שלא הקפיד על ההרחקה הראויה בינו לבינה. נדמה ששלב התהייה, השלב שבו "לא היה אדם מחזירה דבר", הוא עניין שלו הייתה האפשרות בידינו, היינו מקצרים אותו ככל האפשר. לכאורה היה ראוי שתינתן התשובה הברורה מיד עם ראשית התמיהה. ואולם הרב רואה גם בתהליך החיפוש וסיבוב בתי הכנסיות ובתי המדרשות שלב הכרחי במענה עצמו:

ולא היה אדם מחזירה דבר. הפליאות המזדמנות על חקי ההשגחה ויתר הלימודים הטובים שהם אורו של עולם, הם מוכנים בהשגחה נפלאה על-פי סדרי החכמה האלהית, שעל ידם יתרומם האדם לבינה יותר גבוהה מההבנה השטחיית. מובן הדבר שהבינה העמוקה תביא לעולם את הטובה האמתית בארחות החיים והמוסר הטוב, מה שאין ההבנה השטחיית יכולה להביא זאת. אמנם כדי שתעורר הפליאה את כח החושב ורגשות הלב באופן מלא, כדי שיהיו הכל מוכנים לקבל הרושם הטוב של ההבנה השלמה כשתבא אחר הפליאה, כדוגמת "מים קרים על נפש עיפה", שהצמאון הקדום מכין את ההתקבלות הטבעית. ע"כ צריך שתהיה הפליאה הולכת בכל תוקפה ומשרטת שרט גדול בנפשות רבות. וכשתפעול בכל תוקף לזעזע את המון כחות הנפש, אז, רק אז, תתקבל בכל כח האמת הברורה כשתבא לפתור את השאלה המסובכה. וזה הדין נוהג בכל השאלות הגדולות שלפי ערך גדלן, ולפי הערך של גדולת הפעולה הצריכה לבא ע"י הפתרון האמיתי כשיתגלה בעולם, כן צריך שיגדל כח הזעזוע של חסרון הידיעה, של המבוכה הנוראה לפני התגלות מאור האמת. וכן הדבר נוהג בשאלות הכלליות הנוגעות לכלל המין האנושי ומוסריותו, דיעותיו והגיוניו, הנוגעות בארחות חיו הגשמיים והרוחניים. וכן הדבר נוהג גם כן במקרה פרטי, שג"כ אינו יוצא מהסדר הכללי מפני שהוא נוטל בו את מקומו הראוי לו. ע"כ שאלה זו, שהיתה צריכה לפעול פעולה חזקה ונמשכת בתשובתה, היתה ההנהגה המזדמנת שעשתה רושם גדול בפליאתה. כי העני' הסוערה היתה בטענותיה מרעשת את הלבבות, ומי

שישקיט רוחה ורוח כל משתומם על כלל מציאות המאורע לא נזדמן לה. כה היה הרושם הולך הלך וחזק מפני שלא ה' אדם מחזירה דבר.⁶¹

הנה אם כן, חוסר המענה, התהייה, המצוקה והספק, מכשירים בעצמם את 'מאור האמת' האלהי בפנימיות הנפש ועצמיותה.

המקורות הללו מצטרפים יחד להמתיק משהו מחדות הקושיה. אכן, המוטל עלינו הוא להיענות לצו האלהי, לאור המקיף אותנו בגודלו ועוזו, ואולם בדברי הרב מוענקת יקרות גדולה לאשר אנו עוברים, לעתים אפילו אם איננו מתאים עם הרצון האלהי הגלוי. הרב מבחין בעריגתו הסמויה של האור הפנימי אל האור המקיף, גם כשאין העריגה הזאת באה לידי ביטוי מפורש וממשי. יש כאן כבוד עמוק לדרכים הנפתלות שלנו לבוא עדי הטוב האלהי. גם אם לא נבחר חלילה ברע כדי לזכות לטוב, ללא ספק האווירה הכללית העולה מהדברים שונה מאוד מאווירת דברי הרמח"ל או אדמו"ר הזקן, העוסקים רק בהתאמתנו לצו העליון.

י. נתינת מקום "לכתחילת" לחוסר השלמות

כשנעניין עוד, נמצא שבתחומים רבים נותן הרב מקום לא רק לתשובה שמגלה בדיעבד ולמפרע את הטוב החבוי ברע הגלוי, ואיננו רק נותן מקום למה שמגלגלת ההשגחה האלהית (כבדוגמת האלמנה המבקשת את סיבת מות בעלה), אלא רואה אפשרות ואף צורך לבחור לחוות לכתחילה רגשות אנושיים קשים, ולא להתעלם מהם, רגשות שאינם מתאימים לכאורה עם השלמות הרצויה שמבוקשת או עם טהרת המידות כפי שהיא מצוירת לנו בדרך כלל. כך למשל בביאורו לדברי הגמרא על מעלת ה"נעלבין ואינן עולבין"⁶² מסביר הרב:⁶³

"ת"ר הנעלבים ואינם עולבים, שומעים חרפתם ואינם משיבים, עושים מאהבה ושמחים ביסורים עליהם הכתוב אומר ואוהביו כצאת השמש בגבורתו".

ישנן הדרכות מוסריות כאלה, שבתכונתן הן מחלישות את כח העז של החיים, ואלה הן לא לרצון לפי הציור של ההשלמה האמיתית, שאליה ראוי לערוג, ע"פ מגמתה של תורת חיים, הבאה מאור א"ל חי העולמים. אמנם התכונות הנשאות העומדות ברום המעלה ממקור הקודש, הן אלה שעצמת החיים מפכה בהן, כח המרץ הנפשי פועם בהן בכלל ההוד והמילוי, ודוקא עם זה אור הקודש הוא המעדן אותן ונותן בהן חן תפארתו. לא אמר מי שמעליבים אותם ואינם עולבים, כי אז היה אפשר להכניס בכלל גם אותן שהושפלה נפשם עד למדרגת ההמתה

61. עין איה, שבת, פרק א', סע' נט.

62. ע"פ שבת פח, ב.

63. עין איה, שם.

הרוחנית, באופן שהחוש המרגיש את רגשי ההנאה של הכבוד ורגשי הצער של העלבון נתטמטם אצלם, ובאמת לא זוהי דרכה של תורה, כ"א שהנשמה תהיה חזקה, כח החיים יהיה במילואו, הרגש של הרגשת הכבוד ומכאוב העלבון הטבעי במלא בנינו הנפשי, במדה הראויה לאדם מצד צלם א-להים אשר לו, המופיעה על מעלת נשמתו שהיא כבודו. אבל בכל המעמק של ההרגשה הברוכה בצער העלבון עד שהם נעלבים. בכ"ז רגש המוסר, ואהבת הבריות גם אותם שהעו את דרכם, והעבירו את הדרך עליהם הוא חזק כ"כ עד שהם אינם עולבים. דוקא עם אותו המכאוב הגדול שנפשם מציירת בעלבונם הם משתמשים בו, לעצור ברוחם, שלא להיות הם מזיקים ומכאיבים את אחרים אע"פ שהם הם עולביהם עצמם. זאת היא גבורת הקודש של החיים.

...עושים מאהבה. ואותם המרגישים את נעימת כל נועם בעלי החושים הגשמיים והרוחניים ביותר חדים ויותר מפותחים, הם מרגישים את היסורין בכל מרירותם ואין שום דקירה מדקירותיהם נעלמת מרשת תפיסת החיים שלהם ובכל זה הם שמחים ביסורים, בידעם שהיסורים הם שלוחי אל עליון החונן ומרחם, הטוב ומטיב, המנהיג בחסדו כל דור, ומעלה ומצחצח את יצוריו מכל סיג וקדרות, להאירם באור חיי האמת המוחלטים. עליהם הכתוב אומר "ואוהביו כצאת השמש בגבורתו", אוהביו אינם מטושטשי החיים, מדולדלי הכח, חסרי דם הרוחני, שבעצמת כשרון החיים, שנכשלים כאלה לפעמים יתראו כצנועים וטהורי המדות, אבל החולשה החיונית אינה האהבה הא-להית, שהיא בתכונה מלאה חיים ועז, רק אוהביו הם כצאת השמש בגבורתו, שבכל מלא זהרו ורב חומו, הוא פועל את מפעלי החיים והאור, ההפראה והברכה על מלא עולם.

כמה שונים הדברים מדברי בעל התניא המצוטטים לעיל ביחס להתנהלות כלפי הרגשות השליליים העולים באדם. אצל הרב, לא רק שישנה לגיטימציה לתחושת מרירות העלבון או הייסורים, אלא שהיא בעצמה מכשירה ומצמיחה את הרגישות לזולת ואהבתו.

והנה כך הדבר, לא רק ביחס לעלבון או רגשות קשים אחרים שבין אדם לעצמו, רגשות של כאב מזוקק, אלא גם ביחס לרגשות המופנים כנגד הזולת כמו כעס, רגש שעל צורתו הקיצונית אמרו חז"ל כי האוחז בו הריהו כעובד עבודה זרה:⁶⁴

64. עיין שבת קה, ב. ודאי לא בכעס שמגנים כליך חז"ל עוסק הרב בדברים שלקמן, לא בכעס שיש עמו איבוד עשתונות וחוסר שליטה, שהם סימניה המובהקים של העבודה הזרה מלאת ההתמכרות ושיכרון החושים. בכלל, לרוב הרב מגנה את הכעס בחריפות יוקדת ומדבר בשבח ההיטהרות הגמורה ממנו (עיין למשל קובץ ג', קנח ועוד) ועם זה מתבלטים בייחודם המקורות המצוטטים בגוף המאמר.

”מנין שאין מרצין לו לאדם בשעת כעסו, שנאמר: פני ילכו והניחותי לך, א”ל הקב”ה למשה המתן עד שיעברו פנים של זעם ואניח לך”.

הורנו, שכל המדות שחקק השי”ת בטבע האדם ונפשו, אין בהם אחת שתהי’ רעה בהחלט, עד שהיתה טובה לנפש בהיותה נעדרת. כי הפועל הטוב פעל הכל לטוב, רק צריך שישתמש בכל אחת כשעתה וכמדתה. מזה יצא שאין לדחוק, אפ’ המדה הרעה, יותר מדאי, באופן שלא לתן לה שום מקום. כ”א מקומה המצומצם ראוי לתן לה, ולהשתדל לתקנה. ע”כ בשעת כעסו אין מרצין לו לאדם, שהאדם השלם ג”כ אפשר שיכעוס. ע”כ צריכה מדת הכעס להמצא, וראוי להרצות מיד, אבל לאמר שלא יהי’ אל הכעס שום מקום, מורה כאילו כח נברא בנפש להרע, זה לא ניתן להאמר, (ודברי החסיד במס”פ י”א, שכתב שמעלת הנקי המעולה היא שלא יעשה הכעס מעולם רושם בו כלל, צ”ע ומכוון כפי מדת השלמות הראוי להאדם המעלה, יסד המנהיג העליון ית’ בהנהגתו הכללית, שישנם כוחות שתכליתם דומה בכלל הבריאה כתכלית הכעס באדם. ואם שאפשר לכושם ע”י תפילת צדיקים וזכיות, אבל ראוי להניח להם איזה מקום, כי מעשה ד’ הכל נברא לתכלית טוב). ע”כ אמר המתן עד שיעברו פנים של זעם, ויפעלו פעולתם באיזה ערך עכ”פ, כי לא לריק נמצאו, ואניח לך.⁶⁵

לא פחות משמעותי מהמקום שנותן הרב לכעס כשלעצמו הוא היכולת של הרב “ללמד עליו זכות”, ולבאר את סיבתו:

יסוד הכעס בא מצד חסרון היצירה הרוחנית. קיבוץ כחות הרוחניים, שעומדים לצאת אל הפועל בציור ובתפארת מובלט, דוחקים את הנשמה, ומצערם אותה בקצפון פנימי. כל מלחמות גויים, וכל רצח ושוד שבבני אדם, עד כל רוגז שבין בעלי חיים, מארס הנחש עד עקיצת קטן שברמשים בכונה של היזק, בא מצד הכעס הכללי האצור בעולם, שמצד עצור כח היצירה. וכל מה שהיצירה הרוחנית מתרחבת, כל מה שהפלגים של הדעה הרחבה מסתעפים בעזוז מרוצתם, כל מה שהתורה תתגדל ותתאדר, השלום מתרבה בעולם. אז יחזיק במעוזי יעשה שלום לי, שלום יעשה לי.⁶⁶

אפילו הרצח והשוד, ארס הנחש ועקיצת הרמשים, כולם מתפרשים כתוצאת מניעת כוח היצירה העולמי מלהתגלות. אמנם אין ההשלכה המעשית של האמור, שבבוא אלינו שודד או רוצח, בהכרח נעודד אותו ליצור כדי לרפא את זעמו הרצחני, כשם שלא נעודד את היתוש ליצור במטרה לחדול מעקיצותיו. מובן שהרב מתאר תהליכים היסטוריים כלל עולמיים. ועם זה ההכרה בשאיפת החורבן וההרס

65. עין איה, ברכות, פרק א’, סע’ סט.

66. קובץ ה’, רנא.

כתולדת דיכוי העשייה והבניין פושטת מעל הזעם האנושי את מחלצותיו הדמוניות והשטניות, ומאפשרת כלפיו יחס רך הרבה יותר, מאפשרת לראות בו חלק ממכלול התחושות האנושיות הטבעיות הכרוכות זו בזו, ופותחת פתח לתהליך של עיבוד ובירור.

גם על השנאה מלמד הרב זכות, ומבאר את ערכה וחשיבותה אשר הכרחיים לשם האהבה עצמה:⁶⁷

הפרטיות צריכה לצאת מן הכח אל הפועל, להעשיר את יקר תפארת המציאות. הכלל חובק בתוכו המון הפרטים בבליה. אבל למען צאתם של הפרטים לאור ההויה, צריך כל פרט להיות מתבלט במהותו היחידה. ולזה צריך הוא לכה מעכב, לכה מתנגד לכל הפרטיות שעומדים להיות מצביינים את פרט זולת עצמיות פרטיותו. וזהו יסוד השנאה שבונה את העולם, יסוד המלחמה בחיים ובחברה, יסוד ההגבלות בדיעות ואמונות, הכל למען יהיה מקום שיתפתח כראוי כל ערך מיוחד, ולא יבאו אחרים, אישים, עמים, הנחות וצביונים, דיעות ואמונות, לקחת את מקומו. נמצא שיסוד השנאה הוא האהבה והשלום, הבא דוקא על ידי ההתאמה של כחות גמורים, שאחרי השלמתם הם מתאגדים ביחד, להיות עושים עולם שלם, עשיר ומלא.⁶⁸

כאמירה כללית בדבר המקום שיש לתת גם לחלקי הנפש הגסים, נמצא את דברי הרב החריפים הבאים:

אל תהי צדיק הרבה, ולא אל תצדק הרבה, אמר קהלת, אבל ברשעה אמר אל תרשע הרבה. דהנה יש לכל דבר שאיפה ופועל. והנה מי שאינו שואף להיות צדיק גם כן יותר הרבה מערכו, הוא פוגם, שהרי חייב אדם לומר מתי יגיעו מעשי למעשי אבותי אברהם יצחק ויעקב. אמנם בפועל צריך כל אחד להכיר יכולתו וערכו, על כן אמר אל תהי בפועל צדיק הרבה, יותר מערכך, אבל בכח תצדק הרבה ותחשוק לבא למעלה היותר עליונה. וברשעה אמר אל תרשע הרבה, אפילו במחשבה לא תחפוץ לרשע. ויש לומר שאמר הרבה, משום שהנשיות הטבעיות של האדם, אפילו אותם שישודם הוא היצר והתאוה, מכל מקום הם טובים כשמנהיגים אותם בדרך ישרה, ואין ראוי לאבדם מן העולם ולא לטובשם יותר מדאי, בין בעולם הפרטי של האדם בין בעולם הכלל, דלא לסרוסי כלבא משום כל שבארצכם לא

67. אם כי כאן שוב אין מדובר על הדרכה לבחירה אישית בפועל, אלא על זיהוי המעלה המסותרת בחיסרון הגלוי.

68. קובץ ח', סה. עיין גם אורות ישראל, ד', ו; אורות הקודש ח"ג, עמ' שכג ושיחות הרצי"ה לפרשת וישב.

תעשו, כי אם להשמר שלא לעבור הגבול, שהגבול הוא הראוי, ויתר ממנו הוא הרבה.⁶⁹

הנהגת הנטיות הטבעיות בדרך ישרה, שמציין הרב, היא לכאורה הנזכר בסוף הדברים – "להישמר שלא לעבור הגבול". והיינו, שאין מדובר (רק) על תיעול וגיוס הנטיות התאוותניות לשם שמים, כאכילה לשם תוספת כוח ללימוד תורה וכיו"ב, אלא על נתינת מקום לנטיות אלה להתקיים ולהישאר בטבעיותן, ובלבד שלא יעברו את גבולן. ובמקום אחר:

השכל נעשה באדם כדי לנהל את כל מעשיו וגם את כל רגשותיו הטבעיים. אולם דבר זה ראוי להיות תמיד למורה דרך לאדם, כי לא טוב הוא להרחיב כל כך את שלטון השכל עד שיפריע את הרגשות הטבעיים ממהלכם, ע"ז נאמר "ואל תתחכם יותר למה תשומם", כי אם את כל הנטיות הטבעיות שבאדם, בגופו ובנפשו, ראוי לשומרן בתקפן ובבריאותן לפתחן ולשכללן. אלא שעל גביהן צריך שיהי' השכל עומד ומנהיגן, אבל לא יכנס בגבולן לחבל אותן ולהמעיט צורתן. כי המציאות לא תנוצח, וכפי הערך שהשכל יחפוץ לרדות בהן להחריבן, יתגברו הן בשטף עז וימרדו בהנהגת השכל, ותצאנה פרעות גדולות בהנהגה, בפרט באדם יחידי והוא הדין במשפחה, בשבט, באומה ובכלל האנושיות.⁷⁰

המקום שנותן הרב למכלול התחושות האנושיות, על הנמוכות שבהן, מאפיין יסוד עיקרי ורחב במשנתו – התכנים האלהיים ראויים לצמוח דווקא מתוך שלמות ערכי העולם הזה, ולא מתוך דיכויים או רמיסתם:

הקודש צריך שייבנה על יסוד החול. החול הוא החומר של הקודש, והקודש הוא לו צורה, וכל מה שיהיה החומר יותר איתן, תהיה הצורה יותר חשובה.⁷¹ הגיע הזמן לפרסם בעולם, שהקודש, האידיאליות העליונה הראויה להיות נכספת מכל צדיקים, מכל ברי לב, הוא יונק מהחול, כמו שהצומח יונק מהדומם וכמו שהחי והאדם ניזון ממה שהוא למטה ממדרגתו בהוויה. ואז יבוא התור בעולם, שרוח הקודש ושאיפת הקודש יהיו הגורמים האדירים לבניין העולם ושכלולו, ויסור אז מהעולם אותו המצב של המארה העתיקה הרובצת עליו, המתבטאת במאמר הפילוסופי-מוסרי של החסיד בחובות הלבבות: "שכל מה שמוסיף העולם

69. יש לך כנפי רוח (מהדורת תשע"ב), ו', עז.

70. עין איה, שבת, פרק א', סע' כ. עיין שם המשך הדברים. תודתי לרב יהודה מלמד שהאיר עיני בדברים.

71. אורות הקודש, ח"א, עמ' קמה.

יישוב, מוסיף השכל חורבן",⁷² ויהיו יישוב השכל ויישוב העולם הולכים בהדדיות גמורה, ויהיה כבוד ד' לעולם וישמח ד' במעשיו.⁷³

מתוך הרעננות החומרית והנפשית של חיי החול, אנו צריכים להדליק את אבוקת הקודש. כשיהיו חיי הגוף באומה מפותחים, וחיי הטבע של הרוח עז וצוהל, אז יוכלו תנאים טובים של חיי קודש, עזיזים ומיושרים, להיות נולדים. אל נפחד מפני תגבורת כוח החיים, בכל אופן שבא מתת אלהים היא, ולברכה לעולם היא באה.⁷⁴

יא. לא כל טוב הוא טוב, לא כל רע הוא רע

על האמור עד כאן יש להוסיף שגם שיפוט הטוב והרע שנוקט בו הרב מורכב יותר מאשר הכרעה על-פי התאמה חיצונית למילוי הצו האלהי. כך למשל כשמבאר הרב את תפקידה ההיסטורי של הכפירה בדור הזה הוא מתאר כיצד היא מטהרת מהזוהמה שדבקה במושגי עבודת ה' בגלות:

לרגלי המניעה הכללית של הלמוד הרוחני בענינים האלהיים הולך מושג האלהות ונחשך, מאין עבודה שכלית והרגשית מטוהרה. עם זה הפחד החיצוני והאמונה הטבעית והשעבוד של ההכנעה נשארים בלבבות רבים בתור השפעת ירושה מאותן התקופות, שהדעה וההרגשה האלהית היתה מאירה בהן בעזה, עד שהיתה ראויה מצד גדלה לשעבד אליה את כל הנפשות. וכיון שנקודת התוך של ההכרה האלהית עמומה היא הרי המהות האלהית כלולה בהמון, וגם ביחידים שהם ראויים להיות למאירי דרך להם, רק בתור כח תקיף שאין להמלט ממנו והכרח הוא להשתעבד אליו. כשבאים להשתעבד לעבודת אלהים על פי המצב הריקן הזה, של הציור האפל המלא תהו ובהו שמתהווה ברעיון כשחושבים על דבר אלהים בלא השכלה ובלא תורה, יראה תתאה הנתוקה ממקורה, שהוא יראה עילאה, האדם הולך ומאבד את זהר עולמו על ידי מה שהוא מקשר את עצמו לקטנות המוחין. אין גאות-אלהים מתגלה אז בתוך הנפש כי אם שפלות דמיונות פרועים, המציירים תכונה של איזו מציאות בדויה מטושטשת, מדולדלת וקצופה, שמבהלת את כל מאמין בה ומדכאת את רוחו, מטמטמת את הלב ומונעת את עדינות הנפש של האדם מלהתגבר, ועוקרת את הזיו האלהי שבנשמתו. ואף אם יאמר כל היום, כולו שאמונה זו היא בד' אחד היא מלה ריקה שאין הנשמה יודעת ממנה כלום,

72. חובות הלבבות, שער ט', פרק ב.

73. מאמרי הראיה, עמ' 406, ו.

74. יש לך כנפי רוח (מהדורת תשע"ב), ה', ה.

וכל עדין רוח מוכרח הוא להסיח את דעתו ממנה, וזאת היא הכפירה שבעיקבא דמשיחא כשאזלו מים מני ים הדעת האלהית בכנסת ישראל - ובעולם כולו.⁷⁵

אם כן, לפעמים נחוצה הכפירה דווקא לשם טהרת האמונה. האם נדרשים צעדים מרובים כדי לבוא מכאן למסקנה שישנם מקרים נוספים שבהם אחיזה בהפך מהטוב הגלוי, היא זאת שתאמץ את הטוב ותחזק אותו? אמנם גם כאן ללא ספק מדובר בניתוח עומק היסטורי של מסיבות ההשגחה העליונה, ואין הכוונה שלו נפגוש ב"עדין רוח" כמו המתואר בדברים, נציע לו לוותר על אמונתו המוצהרת, חלילה, אך עם זה תיאור הדברים באופן כזה מצייר תמונה מורכבת. דברים דומים ובמובנים מסוימים גם הריפים יותר, אנחנו מוצאים במקום נוסף:

יש כפירה שהיא כהודאה, והודאה שהיא ככפירה. כיצד, מודה אדם שהתורה היא מן השמים, אבל אותם השמים מצטיירים אצלו בצורות כל כך משונות, עד שלא נשאר בה מן האמונה האמתית מאומה. וכפירה שהיא כהודאה כיצד, כופר אדם בתורה מן השמים, אבל כפירתו מיוסדת רק על אותה הקליטה שקלט מן הציור של צורת השמים אשר במוחות המלאים מחשבות הבל ותוהו, והוא אומר, התורה יש לה מקור יותר נעלה מזה, ומתחיל למצא יסודה מגדולת רוח האדם, מעומק המוסר ורום החכמה שלו. אף על פי שעדיין לא הגיע בזה למרכז האמת, מכל מקום כפירה זו כהודאה היא חשובה, והיא הולכת ומתקרבת להודאת אמונת אומן. ודור תהפוכות כזה הוא נדרש גם כן למעליותא. ותורה מן השמים משל הוא על כל כללי ופרטי האמונות, ביחס של מאמר המבטאי שלהן אל תמציתן הפנימי, שהוא העיקר המבוקש באמונה.⁷⁶

אך לא רק ביחס לכפירה, ולא רק כניתוח היסטוריוסופי אנחנו מוצאים אצל הרב שלעתים השלילה משמשת את החיוב, אלא גם ביחס לבחירותיו הממשיות של האדם הפרטי:

לפעמים מתוך גדלות רוחנית מתחזקות גם כן המדות הרעות, ומתבלט הדבר בלעיגה וביזוי לחבירים, כשיש איזה טינא בלב ביחוד עליהם. אף על פי שלכאורה התביעה הלבית דורשת הרחבה זו, ולפעמים יש מקום לצדד גם כן שאין בביזוי ההוא משום לשון הרע והתכבדות בקלון תבירו, שאין הכונה להרע כי אם להרחיב את אופיו הפנימי, שהוא בעקרו קודש, בכל זאת הזהירות מזה היא יפה, והרי זה בכלל אל תאמר אשלמה רע, קוה לד' ויושע לך.⁷⁷

75. אורות, זרעונים, ייסורים ממרקים.

76. קובץ א', תרלג.

77. קובץ ג', רנג.

אמנם מדובר דווקא על סיגים של גדלות רוחנית אמתית, ואמנם גם אז מזהיר הרב מהלעג והביזוי לחברים, אך הזהירות הזאת מתוארת בפי הרב רק כעניין "יפה", ונראה שהרב מלמד עליה זכות ומציין שאין בה משום לשון הרע והתכבדות בקולן חברו.

וכאמירה כללית ביחס לתיקון המידות הפגומות:

כשמרגישים איזה פחיתות של מידה רעה בפנימיות הלב, אין לאסור מיד המלחמה לעקור את התכונה של המידה, כי אולי תצטרך תכונה זו במקום אחר לטובה. גם אין להחליט על-פי הסקירה הראשונה שהמידה הנדמית לרעה היא רעה. אלא כיוון שלפי הסקירה הישרה הרי התכונה מוכרת לרעה, צריכים לכוושה, להעלימה, לכסות עליה בתורה ובמעשים טובים. תחת המכסה העתיק הזה, הרי היא מתפתחת באופן טוב, והיא מזדככת ומסתננת, ובהמשך הזמן תופיע באור בהיר של מידה עליונה טובה. ובדרך הלימוד והחינוך העצמי, המצורף להשכלה גבוהה במושגים הרוחניים, יתבארו כמה דרכי עצות, אין להשאיר הכוחות הנפשיות ודרכי התפעלויותיהם במצבם הבריא, ולהעלותם במעלות הקודש.⁷⁸

אין היתר לתת דרור למידות הרעות, אך גם אין לעקור אותן, אלא לדאוג לכך שכוחות הנפש יישארו במצבם הבריא ויעלו במעלות הקודש. ומה שהוא אולי החשוב ביותר בכל זה – "אין להחליט על-פי הסקירה הראשונה שהמידה הנדמית לרעה היא רעה".

ומעין זה וחריף מזה:

יש שהאדם רוצה להיות צדיק גמור, וכל פגימה מוסרית, וכל חטא קל, מורגש בקרבו לקיר מבדיל בינו ובין אביו שבשמים, ומתוך כך עלול הוא לנפילה וריחוק. וצריך תמיד לשום לב, כי קרוב ד' לכל קוראיו, וגם אם ישנם בידי של אדם עונות כאלה, שלפי דעתו הם מכלל הדברים המעכבים את התשובה או את התפילה, אל יתעכב בשביל כך לא מן התשובה ולא מן התפילה, כי יכול להיות שיגלו לעיניו הכרות כאלה, שימצא שמה שחשב שהוא חטא גדול, איננו כי אם קטן, או איננו חטא כלל, ולפעמים מה שחשב שהוא חטא עד כדי איבוד עולם הבא, או עיכוב תשובה וסיתום תפילה, הוא זכות גדול, המרוממו עד למעלה בקודש.⁷⁹

סוגיה נוספת בדברי הרב הנוגעת לעניינינו היא התביעה שתובע הרב מהראויים לכך, שאמונתם וקישורם לתורה ומצוות ינבעו ממעמקיהם ומתוך הזדהות אישית

78. יש לך כנפי רוח (מהדורת תשע"ב), ה', נז.

79. יש לך כנפי רוח (מהדורת תשע"ב), ג', יג.

עם התכנים האלהיים. בזה, למשל, מתעלה התשובה השכלית על התשובה האמונית:

אחרי התשובה הטבעית באה האמונית, היא החיה בעולם ממקור המסורת והדת, שהיא עוסקת הרבה בתשובה...

התשובה השכלית היא אותה שכבר רכשה לה את הטבעית והאמונית, שכבר באה למדרגה העליונה, אשר לא רק צער גופני או נפשי ורוחני, ולא רק השפעת המסורת והקבלה, אם מפחד עונש או רשם כל דבר חק ומשפט הבא מהן אל פנים הנפש גורמים הם את התשובה, כי אם הכרה ברורה, הבאה מהשקפת העולם והחיים השלמה, אשר עלתה למעלתה אחרי אשר התפקיד הטבעי והאמוני כבר רשמו בה יפה את רשומיה. תשובה זו, הכלולה מהקודמות, היא מלאה כבר אור אין קץ, היא באה להפך את החטאים כולם לזכיות, מכל השגיאות היא מוציאה למודים נשגבים, ומכל ההשפלות עליות נהדרות. זאת היא התשובה שעניי כל אליה נשואות. שהיא מוכרחת לבא ושסופה לבא.⁸⁰

הרב מדגיש שהתשובה השכלית באה רק על גבי קודמותיה, אך יש להבחין כי תנועתה הפוכה בכיוונה לתנועת התשובה האמונית. התשובה האמונית היא תשובה של קבלת עול, של היענות למה שחודר אל פנים הנפש מחוץ לה. התשובה השכלית, לעומת זאת, היא תשובה מתוך התעוררות נשמתית פנימית, תשובה מתוך הכרה של הנשמה עצמה בערך התכנים האלהיים (בכלל נראה כי מושג השכל משמש בדברי הרב פעמים רבות ביטוי לכוח השיפוט והביקורת האישיים, ההזדהות והבחירה החופשית, ואיננו לגמרי זהה עם הקוגניציה. כך גם במאמר הדור ובמקומות נוספים).

וכן:

מי שאין נפשו משוטטת במרחבים, מי שאינו דורש את אור האמת והטוב בכל לבבו, איננו סובל הריסות רוחניות, אבל אין לו גם כן בניינים עצמיים. הוא חוסה בצילם של בניינים הטבעיים, כמו השפנים שהסלעים הם מחסה להם. אבל האדם, מי שנשמת אדם בקרבו, נשמתו לא תוכל לחסות כי אם בבניינים שהוא בונה בעמלו הרוחני, שאיננו פוסק תמיד מעבודתו הזריזה.⁸¹

הזכרנו לעיל את המתח בין מיקוד שליטה חיצוני ומיקוד שליטה פנימי, וללא ספק המקורות האחרונים כמו גם רבים נוספים בכתבי הרב, מעצימים מאוד את ערך המיקוד הפנימי שמתוך בחירה אישית.

80. אורות התשובה א'.

81. יש לך כנפי רוח (מהדורת תשע"ב), ב', מט.

ושוב יש להסתייג ולהבהיר – כשם שהתשובה השכלית באה רק על גבי קודמותיה, כך גם בשאר נתיבות הנפש, מקום החופש בא על גבי טהרה בסיסית, ורק כשמובטח שייתן החופש דרור לחיוב ולא לשלילה, וכפי שמובהר בדברים הבאים:

מורך הלב היא אחת מהתנועות המוכרחות לקיום האיש והחברה במדה ידועה, לפי אותו הערך שרצונם החפשי לא נתבכר להתרומם מעצמו לחשוק ולדעת טוב אבל לפי אותו הערך של גימול הרצון וההכרה יהיה מורך הלב נהפך למארה על כן כל אותם המתאמצים לסלק מקרבם בין ביחש הפרט בין ביחש החברה והקבוצה הכללית את התכונה של מורך הלב, וכל סעיפיה אם הם מכשירים לפי ערך זה את טוב הרצון ובהירות ההכרה הרי הם עושים חסד ואמת בעולם אבל אם לא יגשו בתחילה להעלות את הרצון מעומק זוהמתו ולהאיר את ההכרה מחשכתה כ"א ראשית מלאכתם תהיה לגרש כליל את מורך הלב והאדם והחברה ישארו באפלתם הקדומה אז מסירים הם מהיחיד והציבור אם (כנראה צ"ל: את) ערובתם היותר בטוחה לשמירתם במצבם הנמוך וסוף שישארו ע"י גירוש המורך האומללים יותר הרבה ממה שהיו בעת אשר סבלו את הסבל הטבעי לפי מצב את מצוקת המורך ואחרי דרך ארוכה ומלאה מכאובים ישוב המורך ללבבם באופנים יותר מבהילים ומכאיבים עד אשר יקחו מוסר, ויסולו להם את המסילה הנכונה להסרת המורך על-ידי הקדמת טהרת הרצון והארת ההכרה ואז ימלאו גבורה טהורה המוזהרת מזוהר החכמה והמוסר העומדת לעד להאיר את אור החיים.⁸²

ואולם אחר כל ההסתייגויות, אין ספק שהמקום שנותן הרב לממד האנושי, ובכלל זה החסרונות האנושיים, הוא גדול בכמות ועוד יותר מכך גדול באיכות. מכל דברי הרב עד כה עולה מערכת יחסים מורכבת מאוד בין תיקון הנפש "ממעלה" – על-ידי כפייתה לנהוג על-פי הנדמה כטוב, ובין תיקון הנפש "ממטה" – מתוך תהליכים מתונים שכרוכים בהשתהות, בספק, בחיפוש אישי ונתינת מקום גם למה שאיננו מתאים עם הטוב המפורש. דווקא המבט האלוהי השלם כולל גם את הדרכים הקוראות אל ה' ממעמקים, ואף את אלה שאינן יודעות מהו מושא קריאתן. שלמות המדרגות התחתונות של המציאות הכרחית לשם שלמות הרוממות האלהית. אם נחזור אל מושגי דברי הרב הראשונים שהבאנו – האור המקיף כולל בהיקפו גם את הכרת מעלת הכנות של האור הפנימי כפי שהוא לעצמו.

82. פנקס ה', כתב יד, עמ' 376. ראה גם דברי הרב במאמר 'הדור' על יחס מדרגות ה'ישר' וה'כובש, וכן יש לך כנפי רוח (מהדורת תשע"ב), ה', מב.

יב. האור המקיף כמאפשר את חופשו של האור הפנימי

הדברים הללו עלולים להתפרש כאפולוגטיים ביסודם. פתחנו בתיאור המעלה שבדרך תיקון הנפש על-פי הפסיכולוגיה, תיקון ש"ממטה למעלה" וציינו שסגנון היהדות לכאורה שונה מכך מאוד. והנה, לאור המובאות מדברי הרב אפשר לצעוק "אאוריקה! גם אצלנו יש תיקון שמתחיל מן האדם וכו'". האמנם זוהי הבשורה? האם אנחנו עסוקים בשיקום האגו הפגוע שלנו מכך שכביכול מצאנו אמת עמוקה מחוץ למחנה ישראל והנה גילינו שהיא קיימת גם "אצלנו"?

לא בזה מדובר ולא זה העיקר. חלק משמעותי מאוד מבשורתנו של הרב היא מוטת הכנפיים האדירה שלו, היכולת לשאת את ההפכים – לאחוז במושגי הטוב והרע המוחלטים, המרוממים והבהירים, אלה ששייכים ל"מעלה", באופן שרק מעצים את האמון חסר הגבולות ב"מטה", את הרכות המכילה והסובלת הכל.

אני זוכר את החוויה שחשתי בעבר בעת שקראתי דברים של הרבי מלובביץ' על השואה,⁸³ אשר נערכו כשאלות ותשובות. השואל תהה כיצד הביא ה' הטוב לאסון נורא כל-כך והרבי השיב שקצרה בינתנו לחלוטין מלהשיג את חכמת ה' האינסופית, וודאי שכל שהוא עושה הוא לטובה. אם כן, תוהה השואל, האם השואה הייתה עניין חיובי? הרבי נזעק ומבהיר שהתורה עצמה מבטיחה לנו אריכות ימים אם נשמור את מצוותיה, ואם כן בוודאי גם ה' חפץ שנחיה ולא נמות. הדיון הזה ממשיך במעין תנועת מטוטלת, כששוב ושוב מבהיר הרבי מצד אחד שלא שייך להקשות על מעשי ה', שמוות על קידוש השם הוא מעלה גדולה וכו', ומצד אחר, שהשואה בוודאי הייתה עניין נורא שצריך לזעוק עליו כלפי שמיא.

קראתי את הדברים בהתפעמות שקשה לתאר. התוכן הנקודתי של כל רכיב בדברי הרבי לכאורה פשוט, מובן ומהווה אמונת יסוד בסיסית. עם זה, התנועה הגמישה בין אמיתות היסוד והאמונות הפשוטות הללו גרמה לי לחוש שאני "מאבד אותו" מהר מאוד. אני לא באמת מכיל בנפשי בשלווה ושלמות פנימית שכאלה את הביטחון שכל אשר עושה ה' הוא לטוב, ושעם זה מוטל עלינו לזעוק ולהתחנן שיסיר מעלינו את מה שניכר כרע. ואילו אצל הרבי, דווקא מתוך פשטות הסגנון בולט כמה כנים הדברים ושזוהי חווייתו הקיומית לגמרי, שהצדדים לא מסוכסכים ביניהם. בעיניי, שיעור קומתו ואישיותו של הרבי ניכרים בזה הרבה יותר מאשר במקומות שבהם גלויה הגאונות המבהילה שלו או כישרונות אחרים.

83. נדפסו בחוברת 'אמונה ומדע', אגרות קודש מכבוד קדושת אדמו"ר שליט"א מליובאוויטש, מכון ליובאוויטש, כפר הב"ד, תשל"ג. הדברים אינם לפניי כעת, ואני מביא את תמציתם כפי שהיא זכורה לי ממרחק של שנים רבות.

תבנית דומה אני מוצא ביחסו של הרב ל"ממעלה למטה" ו"ממטה למעלה" שבתיקון האישי. מה שמטלטל אותי ונוגע בי כל-כך באותם דברי הרב שמביעים אמן עמוק באנושיות או סבלנות והכלה כלפי הוסר השלמות, הוא התחושה שכל זה נאמר כבת קול הנושאת דברה מרום שמים. שייכותו של הרב אל האמת השמימית היא בעצמה זאת שמבשרת את הגאולה האנושית מתוכה היא.

לעומת דברי הרב שבהם פתחנו על מעלת האור הפנימי הנאמן לעצמו, ואיננו נושא מבטו אל האור המקיף, לעומתם אנחנו מוצאים גם ביטויים הפוכים בכיוונם:

שני דברים מאירים בישראל המוסר הטהור בכל שאיפותיו בכללות העולם, באדם ובכל חי ובכל ההויה כולה, והידיעה שהכל נובע מהקריאה בשם ד' ובכל אורותיו היוצאים ממנו, הבאים ברעיון עד שיצא שם הנכתב והנקרא, והיוצאים בדרך תולדות של כינויים והרגשות, שהם כולם אותות של מציאות עליונה בעושר היותה. המוסר בלא מקורו הוא אור פנימי, מרכזי, שאין לו הקף, סביבה מקורית, סופו להתדלדל, וערכו בעמידתו ג"כ ממועט הוא. ההופעה הנפשית לקישור הא-להי, כשאין המוסר וערכו מאירים כראוי, היא תוכן מקיף חסר מרכזיות. ישראל וישורון כוללים ההיקף והפנים, המוסר ומקורו האלהי, שהוא ינצח ויכריע את כל העולם כולו ויזריח אורו של משיח.⁸⁴

הדברים הללו שייכים כמובן בעיקר ל"ממעלה למטה" ולא ל"ממטה למעלה". הם תובעים את ההיענות של הפנימי למקיף, היענות הקוטן לגודל והאדם לא-להי. הטוב והמוסר הנצחיים והקיימים, אומר הרב, הם רק אלה הנולדים מהמקור הא-להי העליון.

כיצד מתיישבים הדברים הללו עם הדברים הראשונים? לא קשה ליישב את זה עם זה בשכל ולומר שהראשונים נאמרו בעיקר בדיעבד, כגילוי המעלה המסותרת בכישלון. לא קשה להבין שבסך הכל זוהי מערכת יחסים מורכבת שבה צריך את זה ואת זה כאחד, את נשיאת המבט השמימה לצד החופש והמרחב האנושיים. קל לומר שזאת שאלה של מינונים וכו'.

קשה הרבה יותר ליישב ולהכיל את כל זה בנפש בצורה מפויסת, שלמה, מאוזנת ומדויקת, באופן שבו מפרה כל אחד מהצדדים את זולתו.

והנה דברים נוספים של הרב שיש בהם מעין מזיגה של שני המקורות הקודמים על יחס האור הפנימי והאור המקיף:

האור הפנימי שהנשמה מפכה מתוכיותה, צריך תמיד להתפגש באור המקיף שחודר מן התורה, מאור עליון הכללי המופיע בעולם. בכל יום ויום צריכים לעסוק

באיכות החיבור היפה של האורות הללו. כל הקולטור העולמי הוא תולדה מחיבור אור עליון זה, ומצד החיצון שלו.⁸⁵

בעיניי גדולתו של הרב באה לידי ביטוי ביכולתו לשאת את ההפכים הללו בשלום. מתלמיד חכם חשוב שמעתי על בחור שבמסגרת טיפול פסיכולוגי ביקשה המטפלת להתיר לו איסור מהחמורים שבתורה. אחרי התייעצות עם אחד החשובים שבפוסקי דורנו, ואחרי הצבת תנאים והסתייגויות, הותר הדבר. וראה זה פלא, מרגע ההיתר, לא היה בו כל צורך ולא נעשה בו שימוש. אפשר להסיק שהאיסור רק עורר את המצוקה הנפשית מלכתחילה, אך נדמה לי שזאת תהיה מסקנה פגומה מאוד. לולא איסור התורה, ללא ספק לא היה נמנע הבחור מהמעשה המדובר, ואילו כאן בסיום התהליך נשמר דבר ה' מתוך שלמות נפשית. יתר על כן, הפה שאסר הוא הפה שהתיר. אותה תורה שהורתה לאסור את המעשה, שבה ודיברה בפני הפוסקים להתיר במקרה המסוים הזה. קרי, זוהי דוגמה מובהקת לכך שבעולם התורה עצמו אנחנו מוצאים מצד אחד את הציווי שמפקיע את האדם מטבעו הראשון, את המגמה האלהית הברורה, את האור המקיף, הציווי שמעניק מסגרת לאופני קיומו ולדרכי יישומו, ומצד אחר אנחנו מוצאים את הרגישות ונתינת המרחב, שדווקא הם שבים לכונן את קיום הציווי.

משמעות כל זה היא שגם במקום שבו מוצא האור הפנימי את משמעותו מתוך כנות פנימית, והיינו מתוך מרידה באור המקיף או אפילו התעלמות גמורה, כל אלה גם הם אופני התייחסות של האור הפנימי לאור המקיף, ולולא ההתייחסות הזאת, אין משמעות לדרכו של האור הפנימי.

גם הפסיכולוגים מתארים את התפתחות האישיות, עיצובה וגיבושה על רקע התסכולים וההתמודדויות שלאורך דרכה. התבונה, היצירה והעשייה האנושית הן כולן תולדת התנגשות כוחות הנפש ורצונותיה הקמאיים במגבלות המציאות וצווי החברה. האדם הפרוידיאני, לולא החברה והכרחי החיים, היה גוש חסר צורה של יצרים המבקשים את מימושם. המציאות והחברה מכריחים את האישיות להוליד מתוכה מנגנונים מפותחים ומורכבים לשם מילוי הדחפים והצרכים באופן אפשרי ומתקבל, ומנגנונים אלה אחראים על הפעילות האנושית ברמות הארגון הגבוהות יותר של האישיות, וכן על הערכים והאידיאלים האנושיים.⁸⁶ גם מערכות היחסים האנושיות ויכולת ההתקשרות מיוסדות על הפער המוכרח בין אדם לרעהו ובכלל זה הקשיים והאכזבות המתלווים לכך. כך למשל, טבע דונלד וויניקוט את המושג

85. קובץ א', תתנהו.

86. עיין 'פרויד והפסיכואנליזה' מאת פנחס נוי, פרק רביעי.

"אם טובה דיה" שהיא האם אשר נענית לצרכי התינוק, אך גם נכשלת בסיפוק צרכיו, וזאת ב"מידה הראויה". הכישלונות מתרבים והולכים עם הגיל והתפתחות הילד, ומסייעים בעצמם ליכולתו לווסת את רגשותיו ולדחות סיפוקים (ובלבד שחוסר המענה לצרכים בא לצד מידה של היענות ועל גבי תקופות ראשוניות של התמסרות עמוקה).
ובדבריו של קייסמנט:

בבוא העת יצטרף לצורכי הצמיחה של התינוק הצורך לגלות דרגות בדילות שהוא יכול לעמוד בהן. ואחר כך מגיע הזמן שצורך הצמיחה הוא צורך בהתעמות ובתקיפות, אך בלי שתיפסק החיבה. לעתים קרובות יעמוד הדבר למבחן של התפרצויות זעם, שתכליתן להחזיר לתינוק את השליטה על אמו, שכן ילד אינו חפץ להכיר בהבחנה כל שהיא בין צורך לרצון. על כן עוצמת הרצייה שבהתפרצות זעם עשויה להיראות נואשת מאוד. ואולם, בעיתוי מתאים לצמיחת הילד, יש גם חיפוש אחר הורה שאכפת לו עד כדי כך, שיהיה נכון לשאת שיחשבו אותו לרע בגלל אמירת 'לא', כשאמירת 'כן' קלה הרבה יותר. במציאת התקיפות הנחוצה מוצא הילד גם ביטחון. כשאין הוא מוצא את התקיפות הזו, תביעותיו אמנם באות על סיפוקן אבל הניצחון תמיד סתמי. הילד נותר בהרגשת אי ביטחון, והוא נתון במחסור גדול יותר, לא קטן יותר.

מטופלים מבצעים מחדש שלבים אלה של צמיחה במהלך הטיפול.⁸⁷

במילותיו של הרב, זוהי ה"התפגשות" בין האור הפנימי למקיף, "התפגשות" המחוללת את ה"קולתור", את התרבות העולמית – את החיפוש, הכמיהה, הגעגוע, החיסרון וממילא גם את היצירה ואת המילוי הבלתי פוסק (ועדיין, אומר הרב, התרבות היא תוצר של צדו החיצוני בלבד של מפגש זה). ההתייחסות אל מה שמעבר לאישיות, על כל מורכבותה של ההתייחסות הזאת, היא הדרך היחידה שבה צומחת זהות. העמידה בפני האובייקטיביות היא מקור נביעת הסובייקטיביות. ההתייחסות לנוכח הדרישה והצו מולידים פנייה ויציאה מגבולות האני אל מה שרחב ועליון ממנו, ודווקא בזה מעניקים בידו את אפשרות גיבושו מתוך התבוננות פנימית עמוקה ואישית.

המפגש עם האור המקיף, אם כן, מוליד את אפשרות ההתייחסות, הפנייה וההתקשרות, ובנוסף, בכיוון ההפוך והמשלים, קיומו של האור המקיף, של ערכי הטוב והרע האובייקטיביים, מעניק משמעות דרמטית לאמון באישיות הפרטית ולנתינת המקום לתהליכים שנדרשים לה. חופש אישי שאיננו מתקיים על רקע גבולות ברורים הופך לטשטוש ריק וחסר משמעות. לעומת זאת, כשמביע האור

87. ללמוד מן המטופל, עמ' 161, ההדגשה במקור.

המקיף עצמו אמון באור הפנימי ובדרכו הייחודית שנדרשת לו, האמון הזה נוגע במקומות אישיים עמוקים והוא מרגש ביותר.

אני רוצה להיזהר מהסקת מסקנות הפוזה. השאלות שהצגתי בחלק הראשון של הדברים דורשות בעיניי הבשלה מתונה. הרי כך למדנו – נכון לשהות בספק ולאפשר לתשובות לצמוח מתוך ההשתהות עצמה. ועם זה נדמה לי שנבטים של מענה ראשוני ניתן להציע. במידה שבה עשויה תורת הרב לשאת בשורה לפסיכותרפיה אני סבור שגנוזה הבשורה הזאת בעיסוק במתח בין דרכים שממעלה למטה ודרכים שממטה למעלה. הפסיכולוגיה איננה עוסקת בצורה מודעת ורחבה בתנועה בין הקצוות הללו. יתר על כן, גם במידה שבה עוסקת הפסיכולוגיה במתח שבין הכנות האישית לתביעות הסביבה וכו', המנעד של הדיון דל וחיזור לעומת המנעד שמכיל עולמו של הרב. אצל הרב ניצבים בהירים ותקיפים מאוד מושגי הטוב והרע האובייקטיביים והאבסולוטיים, האלוהיים, השמימיים, והאבסולוטיות האלוהית היא בעצמה זאת שנותנת מקום לאינספור תנועות חלקיות, מגומגמות, מנוגדות לכאורה לטוב הגלוי. חלק מתרומתה הממשית של תורת הרב לפסיכותרפיה עשוי להיות הפיכת המתח בין הקטבים השונים באישיותו של המטפל, בין ה"מעלה" וה"מטה", למתח שנדון ומדובר בצורה מפורשת, מתח נצרך והכרחי, מתח שבונה בעצמו את כישורי הטיפול. התכנים ה"אובייקטיביים" שמכירה בהם הפסיכולוגיה הם בעיקר אילוצי המציאות והחיים, אך לא מושגי האמת, הטוב והרע. ובכן, אם כפי שצינו מכירה הפסיכולוגיה בערך בניין האישיות מתוך התסכולים והפערים בין הדחפים לאילוצים הנ"ל, האם יקשה לראות שצמיחה מתוך מתח בין הממד האנושי האישי לאמת האלוהית תהיה בעלת ערך גדול לאין ערוך? נוסף על זה, בפסיכולוגיה נדרש המטופל רק להתמודד עם האילוצים הנכפים עליו, ואילו תביעתה של היהדות היא שיבחר האדם בחופשו להיענות לצו, ובזה עצמו יש ממד של העצמה אישית, של יציאה מגבולות האישיות.

למעשה, עולם הפסיכולוגיה, שמגיע כיום עד הקצוות הרדיקליים שמתוארים בדבריו של שטרנר המצוטטים בתחילת המאמר, העולם הזה עצמו הווה משבר מהדומיננטיות של הסובייקטיביות. כך למשל אנחנו מוצאים עיסוק מרובה בשיקום סמכות ההורים והמחנכים⁸⁸ בעולם שמלא פחד מנקיטת עמדה ומהיומרה לומר למאן דהוא, אפילו יהא זה בנך או תלמידך, מה נכון ואמתי. בעולם שכזה אנחנו

88. מרבה לעסוק בכך הפסיכולוג חיים עומר, מפתח גישת 'הסמכות החדשה'.

חייבים לשוב ולהזכיר את "האור המקיף". וכאמור, אין מדובר בשאלה של מינונים, אלא ביכולת להכיל את הצדדים המנוגדים כך שיפרו ויזינו זה את זה. מטפל ששייך רק אל ה"מעלה", לא יהיה ראוי לשם מטפל אלא לשם מחנך או יועץ לכל היותר. הוא יוכל להצביע על יעדים, אך לא יוכל להיות בן לוויה ושותף אמתי במסע אליהם. לעומתו, מטפל השייך רק אל ה"מטה", אם אין "בפנימיותו עריגה עליונה קבועה, להתחבר באור המקיף הגדול ורב ממנו באין ערוך"⁸⁹, הטיפול שיוצע על-ידו יוליד אשליה של הזדמנות ואפשרות שינוי ותהליך, אך בפועל עלול להתגלות כמסע מטשטש ומרוקן, כיוון שאיננו מתנהל מתוך התייחסות לנקודות ציון שיש בהן ממש.

במאמרו המפורסם 'היכולת להיות לבד'⁹⁰ כורך וויניקוט את כישורי ההתקשרות ביכולת של אדם להיות עם עצמו. היכולת להיות לבד מתפתחת בילד שאמו נמצאת בסביבתו ונוכחותה מאפשרת ואיננה פולשנית. כך יכול הילד להשתעשע ממשחק שבינו לבינו בתחושה שהוא מוגן ושאמו זמינה לצרכיו. וויניקוט עצמו דימה את תפקיד המטפל לאם שכזאת. המשל הזה קולע מאוד לענייננו. המטפל, לדברינו, צריך "להחזיק" עבור המטופל גם את השמים, את הרוממות, את האמת. כשהמטפל כביכול מחזיק את כל אלה אצלו ו"שומר" אותם בעבור המטופל, הדבר מאפשר למטופל לתעות בדרכיו האישיות ובתהליכים הנדרשים לנפשו מבלי לחוש נתבע לכפות את נפשו להיות מה שאינה, ומצד אחר גם מבלי להיות חרד מאבדן היציבות והבהירות האובייקטיבית. מתוך שלווה פנימית של הכרה בכך שהשמים מחכים לו והם שם בשבילו, יוכל המטופל להיות שקוע בעולמו הפנימי ומסור לו, יוכל למצוא את העריגה שבפנימיותו הוא אל האור המקיף.

ככל שתגדל יכולת המטפל להכיל את הקצוות תגדל יכולתו לתת מקום שמעליו מרחפת הזמנה למפגש עם מה שמעבר לגבולות המציאות המוכרת למטופל. מטפל כזה מצד אחד יעניק לגיטימציה למקום ההווי של המטופל, ומצד אחר, באופן עדין ומרומז שחופף על אווירת הטיפול ונוכח בצורה לא מפורשת, הוא מאתגר ופותח צוהר אל מה שמעבר. במתח הכליך עדין בין שני הרכיבים הללו, שם מתקיימת הצמיחה ושם מתחולל השינוי.

אם נרצה, נוכל לתאר את מערכת היחסים הזאת שבין המטפל למטופל גם כמערכת היחסים הראויה בין היהדות לעולם החול בכללו, ועולם הפסיכולוגיה בפרט. התורה מכירה בערכם של תהליכים הצומחים מתחתיות ארץ, בערכם של תהליכים

89. קובץ א', צב.

90. בתוך: עצמי אמתי ועצמי כוזב, עם עובד, תל-אביב תשס"ט, עמ' 167-178.

מורכבים, ובערכה של נאמנות אישית לעולם הפנימי. ההכרה הזאת נובעת ממקור עליון מאוד, מהמקום שבו כל התהליכים של האור הפנימי ניכרים כחלק מאור מקיף נישא. לפיכך "מחזיקה" התורה את השמימיות עבור האנושות בדרכיה הנפתלות בחיפוש אחר אושר ומשמעות. ההחזקה הזאת נותנת מקום, סובלנית ומאפשרת את החיפוש, ולענייננו, את התפתחות הפסיכולוגיה כביטוי לחיפוש האנושי הזה, ועם זה "החזקת השמים" הזאת גם מאתגרת, מתסיסה ומערערת ונוכחת בכל עת ברקע ההתרחשויות האנושיות, קוראת ליציאה מהמוגבלות האנושית הכלואה בעצמה.

הרחבת הדיון ביסודות הללו, במשקלים ובאיזונים השונים, באינטראקציה שביניהם ובדרכי הביטוי הנכונות שלהם, הרחבת הדיון בכך זה עשויה להיות סעיף אחד בתרומתו הממשית של הרב לעולמה של הפסיכולוגיה והפסיכותרפיה.