

"אני ואתה" – ואנחנו : בובר ובריאות הנפש במאה ה-21

אהרן פלשמן

ספרו הקלאסי של מרטין בובר, "אני ואתה" ראה אור בימים אלה בתרגומו העברי החדש (בובר, 2013). כיוון שנפל בחלקי להכין תרגום זה, וכיוון שהתרגום נולד והתפתח בתחום הפסיכותרפיה (פלשמן, 2013), ראיתי לנכון לסרטט כאן מה שבעיניי מהווה הרלוונטיות של ספר ישן נושן זה לפרקטיקה הפסיכותרפויטית בימינו.

התיזה המרכזית של הספר הוא שה"אני" של האדם קיים בשני מישורי-קיום שונים. במישור האחד אני פונה לעולם – לטבע, לאנשים אחרים, ליצירי הרוח – כדי לקבל ממנו תועלת או ניסיון. במישור הזה היחס שלי אל העולם הוא, במטפורה של שפה, כאל גוף שלישי, מה שבובר מכנה יחס "אני-לז". יחס זה הוא המישור הרגיל של קיומנו. במישור האחר אני פונה ישירות של העולם – לטבע, לאנשים אחרים, ליצירי הרוח – במטפורה של השפה, כאל גוף שני. יחס זה בובר מכנה בשם "אני-אתה". ביחס זה קיימת פנייה המגייסת אל כל קיומי, ובמקרה הטוב גם כל קיומו של ה"אתה" שלי. יחס זה מתקיים לרגעים ספורים בהם מתחולל משהו מיוחד המשנה את ה"אני" ואת ה"אתה" יחדיו.

בובר טוען בתחילת דבריו כי ה"אני" שונה תכלית השוני בקיומו בכל אחד מיחסים אלה. ה"אני" של "אני-הוא" מתנסה ומשתמש אבל אינו משתנה באופן בסיסי. ה"אני" של "אני-אתה" פונה ללא שימוש או ניסיון כדי ליצור "מפגש" מהותי בין קיומו המלא ובין קיומו המלא של ה"אתה". אותו "אני" של "אני-אתה" אינו שולט או מכון את המפגש מכיוון שכל-כולו נמצא "בתוך" המפגש, ואין חלק של ה"אני" חיצוני למפגש שיכול לכוון או אפילו להיות "מודע" לעובר עליו. מגויסות מלאה מסוג זאת לפעמים נחשבת בטעות לפסיבית. לפי בובר, ה"אני" תמיד קיים ביחס זה או אחר, לא "כשהוא לעצמו".

חשוב לציין כאן כי דברי בובר אלה התהוו בהקשר היסטורי ורוחני. כמו כל בני דורו בתרבות הדוברת גרמנית, למשל כמו זיגמונד פרויד, הגדול מבובר ב-22 שנה – בובר הלך שבי אחרי הגותו של ניטשה (Lehrer, 1995). העבודות הראשונות של בובר בתחום היהדות, ובהגותו הציונית, התייחסו

לאיחוד התוך-נפשי של האחד המיוחד כאל תרופת הפלא לניכורו של האדם החי במערב המתועש. כך בובר ראה ב"צדיק" של החסידים סוג של "אדם-הבא"¹ רוחני. בובר אפילו התלהב מהחויות העמוקות של חיילי "המלחמה הגדולה" בשוחות ובתופת, וקיווה שבידי החוויה העמוקה – Erlebnis בגרמנית – להביא להתחדשות רוחנית. ידיד-הנפש של בובר, המנהיג הסוציאליסטי בבבאריה גוסטב לנדאור, אפילו כינה את בובר המתלהב "בובר-של-המלחמה" (Kriegsbuber). אותו לנדאור נרצח רצח פוליטי סמוך לסוף המלחמה. בובר הזדעזע עמוקות והתחיל תהליך של חשבון נפש. הוא חיפש "גאולה" אחרת לניכורו של האדם המודרני, ומצא אותה ולא בתוך האדם אלא באיחוד בין אנשים (Mendes-Flohr, 1989). בובר הציג את הרהוריו בסמינר בבית המדרש של ידידו פרנץ רוזנצווייג בפרנקפורט. ואז, אחוז התלהבות של תגלית ושל מפנה (Horwitz, 1988), חיבר "אני ואתה".

ידוע כי ספרו של בובר, יחד עם כתביו המרובים שחיבר במשך 42 שנות חייו מאז הופעת הספר בגרמניה בשנת 1923 ועד למותו בירושלים בשנת 1965, השפיעו על תחום הפסיכותרפיה באופן ישיר ובאופן עקיף. השפעה זו ניכרת במיוחד באסכולה ה"בינאישית" – המונח עצמו הוא פרי עטו של בובר בגרמנית: Zwischenmensch. בובר אף הוזמן להרצות במרכז אסכולה זו, The Washington School of Psychiatry בשנת 1956 (Flashman, 2013). באותה שנה בובר ניהל דו-שיח עם מייסד האסכולה ההומניסטית קרל רוג'רס (Andersen & Cissna, 1997). בובר זכה למקום בסיסי באחת מהאסכולות בטיפול משפחתי (DeKoven Fishbane, 1998) אך הוזנח על ידי השיטות העיקריות האחרות (Flashman, 2013). אסכולה אחת התפתחה בארץ תחת השפעה מרכזית של בובר (רוטנברג, 1990). בשנת 1956 הוסיף בובר אחרית דבר לספרו, בה הוא עמד על הלרלוונטיות של מושגי הספר לתחום הפסיכותרפיה.

ברצוני כאן להתייחס להשפעה אפשרית של ספר זה עלינו מהיום והלאה, על התיאוריה ועל הפרקטיקה של הפסיכותרפיה. אציין 7 נקודות עיקריות:

¹ Übermensch

- א. חשיבותם של רגעים מיוחדים במהלך מפגשי הפסיכותרפיה. אתייחס הן לשיחות פרטניות ומשפחתיות והן לטיפולים באמצעות משחק עם ילדים.
- ב. התהליך בו רגעים מיוחדים הולכים ומעמיקים במהלך הטיפול.
- ג. הקושי הנפשי בשביל המטפל ובשביל המטופל בכניסה לרגעים אלה וביציאה מהם.
- ד. ההתנהלות ברגעים "רגילים" בטיפול והקשר ביניהם ובין הרגעים המיוחדים.
- ה. הגדרת "אהבה" בין מטפל למטופל.
- ו. הקשר בין פסיכותרפיה ובין עולם הרוח.
- ז. פעילותו של המטפל וחירותו של המטופל.

א. "הרגעים המיוחדים"

בספרו האחרון מגדיר דניאל שטרן (Stern, 2004) "רגעי נוכחות – רגעים של הווה"² בתור הרגעים המיוחדים בהם בני אדם עוברים שינוי מהותי. שטרן מתבסס על עבודתו הקודמת שתרמה רבות להבנת המימד האינטר-סובייקטיבי בין תינוק ובין הורה (שטרן, 2005) ומוסיף את המחקר מהתקופה האחרונה על "נורוני מראה". מתוך הדברים אנו מקבלים ביסוס התפתחותי ונורופסיכולוגי לקיומם של "רגעי חסד" בהם אדם פוגש את חברו פנים אל פנים, ובהם מתהווה שינוי מהותי, גדילה בו זמנית בתוך כל אחד. שטרן מציע כי מהותו של פסיכותרפיה, ושל כל מפגש אנושי מהותי, בקיומם של רגעים אלה.

לדעתי אנו יכולים להבין מושגים בסיסיים בפסיכולוגיה של העצמי כמו זולת-עצמי, ובפסיכואנליזה התייחסותית המציינים רגעי "חסד" בהם המטפל מרגיש כי הוא עצמו עובר תנועה רגשית עמוקה יחד עם, ופנים אל פנים מול, המטופל. רגעים קצרים אלה – אורכם נע בין שלוש לעשר שניות בלבד לפי שטרן – מאפשרים כניסה-חוזרת (re-entry) במעגלים של נורונים בין שני בני האדם הנפגשים יחדיו. מפגשים כאלה מתהווים במסגרת אינטימי ומהורהר, ובקצב המאפשר מספיק זמן להתייחס יחד לפרטים קטנים ומהותיים של החוויה. בתחום הפסיכואנליזה אפשר לראות ברגעים אלה, בכמיהה להם ובצורך בהם ביטוי חווייתי לתפקודי הזולת-עצמי שהמשיג היינץ קוהוט (Kohut, 1971). הזולת-

² באנגלית, כמו ב Gegenwart הגרמנית של בובר, המלה Present מצינת גם זמן הווה וגם נוכחות.

עצמי מקיים את העצמי, ניתן לומר, באמצעות רגעים בהם הזולת-עצמי נחוה כמהדהד לעומת העצמי. אם נוסיף למושג זה הדגש ההדדי של ג'סיקה בינג'מין (Benjamin, 1995), למשל, נוכל למצוא כאן הדהוד הדדי של עצמי- מול –עצמי שנחוץ לקיומו של הקוהרנטיות של העצמי. אליבא דשטרן ברגעי החסד מתרחשת "יצירה משותפת" (Co-creation).

לא רק אני הצעתי לשטרן³ שקיים קשר מעניין בין מדעי המוח של ימינו ובין האינטואיציה הגדולה של בובר. לדברי בובר, " אין האני כשהוא לעצמו קיים (Es gibt kein Ich an sich) אלא האני של מילת-היסוד 'אני-אתה' והאני של מילת-היסוד 'אני-לז'." (1: 3, עמ' 14) בכך בובר פתח צוהר למה שמכונה כיום ההבדל בין פסיכולוגיה-ג'י-חד ופסיכולוגיה-ג'י-תרי (one-person psychology and two-person psychology). בובר אינו מבטל את הפסיכולוגיה של הפרט, של ההתבוננות פנימה, העיסוק ברגשות ובפנטזיות, אבל הוא מציין הבדל מהותי בין מה שיכול לקרות לאדם בעולם הפרט ובין מישור שונה מאד של קיום במפגשי "אני-אתה". לדברי בובר, העולם של הפרט מתייחס לאחר – לטבע, לבני אדם ול"יצירי הרוח" (geistige Wesenheiten) בתור נשוא לפעולות של התנסות ושל שימוש. כך האני בקיומו במישור "אני-לז" מפרק את האחר לגורמיו על-מנת לרכוש ממנו ניסיון או שימוש שאותו "אני" מאחסן בתוך עצמו. בפעולות אלו, בובר טוען, האדם אינו משתנה באופן מהותי, ואינו "נוגע בעולם", כלומר, עם אדם אחר, למשל, אני והאחר יוצאים מהאירוע כלעומת שבאנו. זה עולם ה"אובייקט" (Gegenstand).

כאשר בובר מתאר את המימד של המפגש המהותי, "אני-אתה" הוא משתמש תדיר במילה הגרמנית Gegenwart המציינת גם מרכיב הזמן-הווה וגם מרכיב הנוכחות. כמו בזולת-העצמי של קוהוט, קיים הבדל מהותי בין ההמשגה של תפקוד, שבאופן טבעי נוטה להמשכיות, ובין ותיאור הפנומנאלי של החוויה בה התפקוד מתקיים, שבמקרים של בובר ושל שטרן, רגעים וחולפים. בובר מציין לא פעם שקיומו של מישור המפגש "אני-אתה" חולף כהרף-עין (augenblick) אבל אפשר לומר שנשאר לשטרן ולמדעי המוח לאושש את מרכיב הזמן. מבחינת המרכיב הנוכחות, דברי בובר עשירים במיוחד ומרחיבים את דבריו של שטרן. בובר מתאר את האני של מישור ה"אני-אתה" בתור אני המתחבר

³ מתוך תכתובת אישית, 14.9.2004.

יחדיו בתוך עצמו באופן מלא בו-זמנית עם הפנייה המלאה אל נוכחות האחר. הקיום המלא של שני הצדדים מתרחש יחדיו, ודווקא נוכחות העצמית המלאה מתאפשרת תוך פתיחות מלאה לנוכחות של האחר. בובר חזר והדגיש כי "פרדוקס לוגי" זה הוא מהותו של קיומנו ואין לבטלו או לפרק אותו לגורמים. לא פלא שהיה קשה, במיוחד בתחום הפסיכולוגיה, לקיים את הפרדוקס של הבו-זמניות הזאת, ודברי בובר הובנו והוצגו כאילו האני "מצטמצם" ו"מפנה מקום" לזולת באופן דיאכרוני.⁴ כיום אנו מסוגלים בעזרתו של שטרן להבין כי reciprocal neural re-entry נחוות כרגע מעובה (Kern, 1983) של בו-זמניות של יצירה משותפת. התיאור של שטרן אינו עוסק בצמצום או בביטול אלא בקיום הדדי. בובר גם עוזר לנו להבין שהחווייה של מפגש "אני-אתה" עלולה להתבלבל עם חוויה פסיבית, מכיוון שה"אני" אינו עוסק בשליטה בזמן שהוא מביא את עצמו במלוא-קיומו (mit dem ganzen Wesen)

ה"אתה" פוגש אותי. אבל אני נכנס אתו לתוך קשר בלתי-מתווך. ולכן הקשר הוא בוחר ונבחר, נפעל ופועל כאחד. כך מעשה הנעשה מתוך כל הקיום, מתוך סילוק כל הפעולות החלקיות ... סופו להידמות לסבילות. (14: 1, עמ' 20)

• בפסיכותרפיה פרטנית

לדעתי רגעים כאלה הם קיימים ב"מחלת" של הפסיכותרפיה, בדברים שאנו מתקשים לספר לעמיתים וכל שכן למדריכים. סיבה אחת לקושי לספר היא החשיבות שאנו מייחסים ליכולת של המטפל "לדעת", הן על המטופל ("אבחון") הן על הטיפול (תהליכים). מתוך כך, אנו עלולים להתעלם מהעובדה האנושית שבובר כל-כך מדגיש כי הבחירה ב"דעת" אינה בחירה ניטראלית. אדרבה, עצם הבחירה מקבעת אותנו במישור "אני-לז" ואינו מאפשר או מכיר בערכו של מישור "אני-אתה". סיבה שנייה לקושי, קרובה לראשונה היא המבוכה שכרוכה ב"אבדן שליטה" או הפיכת הטיפול ל"אישי" גם בשביל המטפל (Baur, 1997). ברצוני לתת לדוגמא ל"רגע" כזה מתוך טיפול ארוך:

שלי⁵ מתבגרת בת 19 שבטיפול כבר ארבע שנים. במשך הזמן ליווינו אונס, ניסיונות אבדניים, הרס עצמי וסמים, דיכאון, מספר אשפוזים ואי-אלו תרופות נוגדי-כל-מה-שזז (דיכאון, מאניה, ופסיכוזה),

⁴ השווה רוטנברג, 1990.

⁵ כמובן במקרה זה שינתי שמות, פרטים אישיים ודמוגרפיים וכו' כדי לשמור על סודיות.

וכמיהה עמוקה לממש כישורים אומנותיים אדירים. לשלי הורים "מנותקים" המצפים ממנה שתפסיק כבר להפריע לחייהם הסוערים. שלי לפעמים רוצה יותר קשר, לפעמים צריכה להתרחק ממשפחתה. במהלך הפגישות האחרונות אנו שומעים על בהלה מפני פנטזיות מיניות "לא-אנושיות". דיברנו על ה"עצירה ההתפתחותית" של לאופר ולאופר (Laufer & Laufer, 1984), תחושתה שהיא "מקולקלת" ולכן אינה יכולה לגדול. שלי מוצפת דחפים לחתוך את עצמה ולקראת חתונת אחותה המועדפת על הוריה היא מבינה שתפקידה בבית הוא זה של ילד שנכשל.

בשיחה הבאה שלי מגיעה נסערת אך מהורהרת. היא אומרת שאין לה מלים היום. איני קולט "התנגדות" מצידה אלא צורך במפגש שאינו רק במישור של מלים. אינני חש פיתוי או ארוטיזציה במשאלתה. אני יושב בשקט עם שלי, ולראשונה שלי יושבת שקטה, אינה מדברת, יוצרת קשר עין ארוך וממושך עמי. אני אומר לעצמי כי יש כאן רגע מיוחד – גם לי. אני שותק. בתחילה אני מדמין את החוויה של שלי בחדר, ולאחר מכן מרפה אפילו מהפעולה ה"אמפטית" ונותן לעצמי לשבת עין-בעין, אני ושלי, ולתת למפגש להתרחש. רבע שעה עובר בשתיקה, אני בתוך כניסות למפגש, יציאות להרהורים, וכניסות בחזרה, ונדמה לי שכך גם שלי. בסוף שלי אומרת, "זאת הייתה השתיקה הכי לא-מבוזבת בחיים שלי."

• בפסיכותרפיה עם ילדים

לדעתי רגעי מפגש מסוג זה מהווים מרכיב משמעותי גם בפסיכותרפיה עם ילדים. ויניקוט ציין מזמן כי תחום הטיפול בילדים הוא תחום המשחק. הוא אף קבע כי ילד שאינו מסוגל לשחק אינו יכול להשתתף בפסיכותרפיה. ילד כזה זקוק קודם לסיוע להגיע לכלל יכולת לשחק, ואז הפסיכותרפיה יכולה להתקיים. כידוע, בהגות הקלינית של ויניקוט משחק מהווה כניסה לתחום הביניים (transitional) בו אפשר לנפוש מהשאלה המטרידה אם תופעה מסוימת שייכת למציאות או לדמיון. בתחום הביניים, בתופעת המשחק, מסלקים את המחיצה בין דמיון ובין משחק, והמשחק הוא גם דמיון וגם מציאות בו-זמנית. תחום זה הוא הכרחי לטיפול, כי רק כאשר קיימת זרימה חופשית בין ה"אני" המציאותי ובין ה"אני" של הדמיון, הילד אחיד ומאוחד בתוך עצמו. למשל, ילדים ש"הלכו לאיבוד" אליבא דויניקוט (1995)⁶, איבדו קשר עם חוויה מהותית ועם חלק מעצמם שקשור לאותה חוויה. החלק האבוד אולי מופקד רק במציאות ואולי רק בדמיון, אבל אינו נחוה כחלק מה"עצמי" של הילד. לכן אותו "עצמי" שמצהיר על שלמותו, למרות שחסר בו חיבור עם החלק שאבד, הוא "כוזב" – כלומר חלק מהאמת שטוען להיות כל האמת. רק בתחום הביניים – ודרך תחום הביניים גם

⁶ תרגומים לעברית של שלשה פרקים ע"י ג. פרמינגר מתוך הספר בפלשמן, עורך, (2002), פרקים 17 & 18 ובפלשמן & אבנט, עורכים, (2005), פרק 14. ראה ההקדמות של העורכים לשלשת הפרקים.

בתחום החלימה – הילד יכול לחבר שוב בין ה"עצמי" ובין החלק שאבד, כי בתחום הביניים הכל חובר יחדיו.

אם כן הילד חייב שהייה בתחום המשחק כדי להתאחד. אבל המטפל, מה מצבו בזמן שהילד משחק? קיימות שיטות רבות לגבי פעולותיו הנפשיות של המטפל בילדים, אבל כאן אני רוצה להתרכז בתשובה שנתן ויניקוט עצמו, אולם רק כלאחר יד. בתיאורו את התהוות המשחק, הוא אומר שהאם "מביאה משחק שלה עצמה... כך נסללת הדרך לפני משחק בצוותא (playing together) בתוך מערכת יחסים". בתיאור של פסיכותרפיה הוא ממשיך "כשמתרחש משחק הדדי (mutual playing) ... כדי שפסיכותרפיה תיעשה, משחק זה צריך להיות ספונטני..." (ויניקוט, 1995, ע' 74,77) לדעתי ויניקוט מנסה לרמוז שמשחק הוא בעיקר חוויה משותפת בין אנשים. הרי "חפץ הביניים" הראשון נולד בתוך מערכת יחסים עם האם וגעגוע אליה כשאיננה. אנחנו גם מוצאים ביטוי יותר מוחשי למשחק מצד המטפל בתיאור של המקרים הקצרים המופעים בספרו *Therapeutic Consultations in Child Psychiatry*.⁷ זהו ספר ה Squiggles (שרבוטים) וכאן אנחנו מוצאים את ויניקוט משתדל להשתדל פחות (בפירושים) ולאפשר לעצמו מפגש בו גם הוא נמצא בתחום המעבר, יחד עם הילד.

ברצוני להציע שהמפגש של שניים בתחום המעבר המשותף הוא דרך אחרת לתאר את רגעי ה"אני-אתה" של בובר. מפגשי המשחק ההדדי כרוכים ב"התאחדות" מלאה של כל אחד – עם ה"עצמי" המלא של דמיון ומציאות גם יחד - ובו זמנית איחוד עם האחר הנוכח נוכחות מלאה אף הוא. לדעתי המגע עם מה שלאחר זמן ויניקוט יכנה תחום המעבר מופיע גם בדבריו של בובר על היצירה האומנותית:

זה מקורה הנצחי של האמנות, שצורה עומדת נוכח האדם ומבקשת להפוך דרכו ליצירה. לא פרי דמיונו הנפשי אלא תופעה שעומדת מולו ודורשת מנפשו את כוח היצירה. מדובר במעשה קיומי של האדם: בעשותו מעשה זה הוא הוגה בכל נפשו את מילת היסוד לצורה המופיעה; או אז משתחרר כוח היצירה ונוצרת היצירה. (12: 1, עמ' 19)

דברים אלה יכולים להעשיר גם את העבודה עם ילדים באמצעות אומנות.

⁷ ראה הערה קודמת.

• בטיפול משפחתי

בתחום של טיפול משפחתי הצעתי במקום אחר (Flashman, 2013) כי אפשר לראות במפגשי אני-אתה התכלית של טיפול מסוג זה. אפשר להסביר את הנקודה באמצעות המושג המרכזי של אחד מייסדי התחום, מארי בואן, "מובחנות של העצמי בתוך המערכת" (differentiation of the self in the system). בואן תיאר סקלה של בשלותן של מערכות קשרים, לפי רמת המובחנות המתקיימת בהתנהלות בתוך מערכות יחסים בין בני המשפחה. בואן הגדיר שני מרכיבים למושג שלו. המרכיב הראשון הוא כינה "עמידת-מוצא של האני" ("I-position"), מטפורה שנגזרה מה"עמידות" שבבלט הקלאסי. כוונתו של בואן שבמובחנות גבוהה בני משפחה מתחילים את התקשורת ביניהם מתוך עצמי אוטנטי ומלא, תוך מוכנות גם לקלוט עמידה לא פחות מלאה מצד בר-השיח. במובחנות פחות גבוהה בני משפחה או מוותרים על עמידת-המוצא של עצמם או מוחקים את עמידת-המוצא של האחר, ואז אין מקום לשיח יצירתי. המרכיב השני שבואן הגדיר הוא משולשים. במובחנות יותר גבוהה שני בני משפחה יכולים להמשיך את שיחתם לבדם, ורק לאחר סיום השיח הם פנויים לשיחות המשך עם שאר בני המשפחה. במצב של מובחנות יותר נמוכה, כל שניים מגייסים את השלישי לתוך המפגש ביניהם. למשל בעל ואישה המדברים על הקירבה הנפשית ביניהם מכניסים חרדות לגבי אחד הילדים המחייבת תשומת לבם ואינה מאפשרת המשך השיח בין השניים. עד כאן המושגים התיאורטיים של בואן. אולם, כאשר בואן תיאר את מהלך הטיפול העצמי שהוא ביצע במשפחת המוצא האישי שלו, הוא תיאר מרכיב שלישי שהוא לא המשיג, אבל לדעתי אינו נופל בחשיבותו מהמרכיבים שהוגדרו פורמאלית. במצב של מובחנות גבוהה, במידה ששניים פונים זה לזה מעמידות-מוצא של האני בתחילת השיח ומחזיקים את השיח פנים אל פנים ללא השלישי, יש מקום לשאול מה תכלית המפגש ה"מובחן" הזה. בואן תיאר את מה שהתרחש באחד מהדיאדות, הוא ואביו, במלים שלא זכו להמשגה תיאורטית:

אז יכולנו לתקשר על הטווח המלא של נושאים חשובים ללא הימנעות או הגנתיות, ופיתחנו קשר הרבה יותר טוב מי-פעם. חוויה זו הביאה אותי לתודעה חדשה, שלא עמדתי כלל על מהותו של קשר ממשי באמת בין אנשים עד כה. (Bowen, 1978 p. 517, trans. AF)

במשך שנים קראתי למרכיב השלישי הזה "יצירה משותפת", מונח הדומה ל-co-creation של שטרן שצינתי לעיל. התכוונתי לשינוי שחל הן בכל אחד מבני המשפחה הן בקשר שביניהם. לדעתי המשפחה עם מובחנות יותר גבוהה מתברכת בחוויות של יצירה משותפת בין צמדים המורכבים מדיאדות של בני משפחה. המשפחה במצב של מובחנות יותר נמוכה סובלת מחיסרון בחוויות יצירתיות אלו. במידה רבה, זו הטרגדיה של מצב זה. אני רואה חפיפה עמוקה בין היצירה המשותפת ובין היכולת להיכנס לתוך "בית היוצר" של קשרי "אני-אתה". כפי שכתבתי (2013, עמ' 155-156), "גיליתי" מחדש את ספרו של בובר כאשר חיפשתי חוליה חסרה בתיאוריה של בוואן. דרך בובר הבנתי שתכליתה של המובחנות הגבוהה ביצירת קשרי "אני-אתה" בהם מחדשים את היצירה של פני המשפחה ביחד. יכולתי להבין את הטרגדיה של משפחות במצב של מובחנות נמוכה כמגבלה אנושית כואבת של הימנעות מכניסה ל"בית היוצר" מתוך צורך לשמור על הקיים מפני כל שינוי. בכך התחלתי להבין כמה שגויה התפיסה שאז הייתה רווחת כי קיים טווח בין משפחות עם "גבולות פרוצים" ובין אלו עם "גבולות נוקשים". לפי תפיסה זו, שנבעה מהתיאוריה הרדודה של הקליניקאי המבריק (Minuchin, 1974)⁸, תפקיד של המטפל להנדס גבולות "נכונים". בנקודה זו הבנתי לראשונה ששתי המשפחות ב"קצוות" הן באותו צד של מובחנות נמוכה: קיימות שתי דרכים להימנע ממפגש אני-אתה, האחת על ידי הפניית עורף זה לזה ("גבולות נוקשים") והשנייה על-ידי בליעת זה את זה ("גבולות פרוצים"). הצד השווה – אין מפגש. לכן שני הסוגים של "גבולות" מתקיימים בכפיפה אחת, במיוחד כאשר המובחנות מאד נמוכה (Friedman et al., 1987).

מתוך קריאה בבובר הגעתי להבנות נוספות. הבנתי כי התכלית של פגישות משותפות עם בני משפחה היא לאפשר "יצירות" פנים אל פנים בין בני משפחה, רגעי "אני-אתה". הבנתי את המעמד המיוחד ולעתים המביך של רגעים כאלה, ואת הצורך שלי ושל מטפלים משפחתיים אחרים לפעמים לצאת מהחדר הטיפולים על-מנת לא להפריע ליצירות אלו. הבנתי כי צמדי היצירה המשותפת הם המנגנון העיקרי לשינוי, גם כאשר נוכחים הרבה בני משפחה בחדר (וכמו כן בטיפול קבוצתי). רגע של "אני-אתה" בין שניים בחדר משיק ל"אני-אתה" מתוך בין כל אחד מהשניים ובין בני משפחה (או חברי קבוצה) אחרים. אם כן, המצב ההפוך מ"משולש" הוא "שלוש צלעות של השלישייה", כלומר שלשה צמדים שמתחדשים, כאשר כל חידוש מאפשר את חידוש הבא. ובסוף הבנתי כי המנוע המאפשר

⁸ Luepnitz (1988)chapter 5. ראה

למטופלים להשתתף בטיפול משפחתי הוא הכמיהה העמוקה – לדעתי הצורך הקיומי – במפגשים בתוך בית היוצר. הבנתי כי דווקא משפחות "פרימיטיביות" לפעמים יותר קרובות לכמיהה זו, ושקשרי "אני-אתה" אינם המצאה מערבית אלא מעמד אנושי קיומי הקיים בכל תרבות. כדברי בובר: "תולדות אדם ותולדות בני האדם עולות בקנה אחד, לפחות מהבחינה שהן מורות על גדילה מתמדת של עולם ה"לז". (1: 2, עמ' 40) הסימן הקליני המובהק למעמד אני-אתה הוא החידוש. בעקבות זאת, הייתי שואל מטופלים, "האם כאן שמעת משהו שלא יכולת לשמוע קודם? האם אמרת משהו שלא יכולת לומר עד עתה?" כל הטכניקות שאז התחרו בתחום של טיפול משפחתי לא היו אלא אמצעים להכניס בני משפחה אל תוך בית היוצר. ולדעתי גם ה"נרטיב", שכבש את השטח מאז, אינו שונה. לא הנרטיב מרפא אלא המפגש שהנרטיב מאפשר.

ב. שינוי שמתרחש ברגעים המיוחדים במהלך הטיפול

מתוך הלהט של התגלית, בובר כתב על מעמד אני-אתה באופן מוחלט. הוא חזר על משפטים כמו, "אין אדם אומר את מילת היסוד "אני-אתה" אלא אם כן בכל קיומו. אין אדם אומר את מילת היסוד "אני-לז" בכל קיומו." (1: 2, עמ' 14). כתיבה זו הביכה חלק מקוראיו, וגרמה למתרגמו השני לאנגלית להסתייג מהספר ולראות בבובר הוגה דיכוטומי (Flashman2013). לדעתי יש למשוך מעין וקטור מדברי ההתגלות והלהט הראשוני על מנת לקרבם אלינו. המפגש המחדש, כפי שתיארתי אותו לעיל, הוא מביא את בני השיח למעמד של "עמידת-מוצא של האני" יותר מלאה, ל"יותר אני-אתה", אבל לא למפגש מוחלט. מה שבובר תיאר כמוחלט היא נקודה וירטואלית בסוף אסימפטוטה, כמו שבואן התייחס למובחנות של מאת האחוזים. בעולמנו כל כניסה לבית היוצר מעמיקה, מרחיבה, הופכת את המפגש ליותר מלא. כך במהלך הפסיכותרפיה, אנו מגדילים ומעמיקים את תחום המפגש בינינו ובין המטופל, או בין המטופלים. הדרך האינסופית אל "אין אדם אומר את מילת היסוד "אני-אתה" אלא אם כן בכל קיומו" מורכבת מצעדים רבים בהם אנחנו פונים זה אל זה עם יותר ויותר מתוך הקיום שלנו.

ג. הכניסה לרגעי יצירה והיצאה מהם.

"אמנם כן, זו המועקה הנשגבה שהיא מנת חלקנו, שבעולם שלנו סוף כל "אתה" ב"לז". אחת היא כמה בלעדית הנוכחות בתוך הקשר הישיר: מן הרגע שהקשר עשה את שלו, או הוחדר באמצעים,

הופך ה"אתה" לאובייקט בין האובייקטים, אולי הארי שבחבורה ובכל זאת אחד ממנה, והוא מוגדר במידה ובמשקל. " (22:1, עמ' 25).

כמטפלים אנו רגילים להכיר בחרדה של מטופלים מפני התמזגות, אבדן גבולות האני. אנו רגילים להסביר על ידי חרדה זו את הימנעותם של מטופלים מיצירת קשרים משמעותיים בחייהם, וכמו כן הימנעותן מיצירת קשר מהותי – העברתי או לא – איתנו. בפסקה שהבאתי כאן בובר מסב את תשומת לבנו לפן אחר, פחות מוכר בפסיכותרפיה. הוא מציין את הכאב הקיומי של היציאה מ"בית היוצר". רק אחרי שהפנמתי פיסקה זו, התחלתי להכיר בחדר הטיפוליים את קיומו של כאב זה. שמתי לב לתחושה עמוקה, הן אצל מטופליי הן אצלי, שקשה להביע במלים יותר מדויקות מאשר אלו של בובר: " המועקה הנשגבה שהיא מנת חלקנו " (במקור: ("die erhabene Schwermut unsres Loses"). מנת חלקנו – גם אני וגם המטופל בתור יצורי אנוש שותפים לגורל של מערכות עצבים המסוגלות להחזיק neural re-entry משותף רק לרגעים קצרים. אם שנינו נכנסו למצב "אני-אתה", שנינו לקחנו על עצמנו גם את היציאה הקרובה ממצב זה. המועקה – לא אני מכאיב למטופל ולא הוא מכאיב לי, אבל שנינו כואבים יחדיו מצב משותף של אבדן, קושי שעלינו לשאת ביחד. הנשגבה – הכאב הזה, אם הוא לא מבהיל, יש בו כדי לרומם. התחושה של יציאה הכרחית משותפת יוצרת מגע עם השתתפות בתהליך כלל-אנושי באופן ישיר וערום. כוונתי לתחושה של אמת קיומית עמוקה, Dasein חווייתית של ירידה לסלע של מה זה להיות בן אדם.

מנקודת מבט קלינית, קשה למצוא של לפירוש של חוויה זו, ואולי אין צורך בכך. לפי הניסיון שלי, די בציון השיתוף דרך מבט ודרך הצלילים הדקים הנוצרים מניגונה של נשיפה על מיתרי הקול, מעין "קול דממה דקה". הנקודה הקלינית הדורשת מלים היא הבהלה מפני כאב זה. לדעתי מטופלים לא מעטים סובלים מהימנעותם מהכניסה לרגעי "אני-אתה" בגלל העדר היכולת לשאת את הכאב של היציאה. רק לאחר העמקה בבובר התחלתי להיות ער לתופעה זאת. המגע הקליני מופיע במיוחד בטיפול זוגי, אבל לא רק שם. יש ואישה פוחדת להתקרב אל בעלה, ואומרת "הוא קוטע אותי ואני לא יכולה לסבול את זה." האישה מצוייה מול דילמה ידועה, לוותר על קירבה ולסבול מבדידות או לחשוף את עצמה לכאב של ה"קטיעה"? בטיפול אפשר לעזור לאישה להבין שלא רק בעלה הוא שקוטע אותה, אלא שקשה גם לה לסבול את הכאב של ה"יציאה". במקביל אפשר לעזור לבעלה להבין את הכאב שמשותף לו ולאשתו, לא רק באשמת "קטיעה" מצדו ולא רק בגלל שאשתו "קרציה". הרי גם הגבר

מצוי מול אותה דילמה, תוך הנחה כי גם לו רגעי "אני-אתה" יקרים, ואינו רוצה לוותר עליהם רק בגלל סופם הכואב. אפשר להביא את בני הזוג ביחד לכלל הבנה משותפת כי הם משתתפים ב"מועקה הנשגבה שהיא מנת חלקנו", שהכאב של סילוק "אני-אתה" הוא סימן מובהק לקיומו. במונחים של אוגדן, אפשר לומר כי הרגע של סילוקו של מצב "אני-אתה" הוא רגע של סיכון לכניסה למצב סכיזואיד-פרנואיד, כאשר כל אחד מבני הזוג רואה את הכאב המשותף כאשמתו של השני, שחור ולבן, הכל או לא כלום, אחד על חשבון השני וללא רצף של זמן (אוגדן, 2003). ההמשגה של בובר מאשפרת להחזיק יחס דפרסיבי גם למהלך החזרה לקרקע של "אני-לז".

ד. הרגעים ה"רגילים" בטיפול

האם מצב ה"אני-לז" שלאחר הכניסה ל"אני-אתה" והיציאה ממנה הוא אותו "אני-לז" שהיה כבר קיים קודם? בובר עצמו אינו מרים כפפה זו, ואפשר לטעון כי תשובתו היא חיובית, בגלל אותה דיכטומיה לכאורה שבין שני המצבים. תשובתי אחרת. מכיוון שמצב "אני-אתה" הוא מצב של יצירה משמעותית, שני האנשים היוצאים ממנו יוצאים אחרת. כל "אני" יוצא ממצב "אני-אתה" עם שינוי ביחס לעצמו וביחס לזולת. השינוי מתבטא בהרחבה של יכולת הקיבולת, חיבור עם חלקים של העצמי ש"הלכו לאיבוד" (במונחים של ויניקוט), יכולת לא להיבהל מחלקים שיותר קשה לשאת אותם אצל הזולת. בפסיכותרפיה, המטופל יכול "לעבוד" על חלקים של עצמו שפעם יצרו יותר בהלה והתנגדות, הוא מסוגל להפעיל מנטליזציה (Fonagy et al., 2002) במחוזות יותר קשים לו, ה"אלפא" מחזיק במקום שהיה "ביתא" (Bion, 1984).

במושגים של טיפול משפחתי-מערכתי, אפשר לראות במפגשי "אני-אתה" שינוי במעלה שנייה, ובהמשך העבודה שינוי במעלה ראשונה. גם תיאורטיקנים שיצרו את המונחים האלה התלהבו מהשינוי במעלה ראשונה, ובמידה רבה הזניחו את חשיבותו של השינוי במעלה ראשונה (Hoffman, 1981), כמו לכאורה שבובר התלהב מ"אני-אתה" על חשבון חשיבות ה"אני-לז". בעיניי יש לראות במהלך הטיפול עלייה לסירוגין בין שני המצבים. בפסיכותרפיה, בין רגעי "השראה" קצרצרים קיימים עידנים ממושכים של עבודת נמלים, ניסיון להבין, לאסוף, להרחיב, לחבר, להתרגל לחומרים שהתחדשו. מכיוון שהחומרים שהתחדשו הם חדשים, מצב ה"אני-לז" של התבוננות זו הוא יותר מלא מקודמו. אולי לפרקי זמן כאלה התכוון פרויד שציין שהפסיכואנליטיקאי אינו צריך להתערב ולפרש

כל עוד "החומר" של האסוציאציות של המטופל ממשיך להתחדש (פרויד, 2002א, ע' 110). במובן הזה אפשר להעריך את הרגעים היותר "אפורים" על פי המידה שבה יש התקדמות לקראת רגע הבא של "מפגש". דבר זה מתברר לעתים רק למפרע.

ה. הגדרת "אהבה" בין מטפל למטופל.

מעגל מעניין סוגר על הקשר בין אהבה ופסיכותרפיה. פרויד לא היה יכול להתעלם מביטויים של אהבה מצד המטופלות שלו כאשר אהבה זו לבשה צורה ארוטית. הוא הכיר כי המטופל עשוי לאהוב את המטפל, שאהבה זו מהווה את הבסיס ל"העברה חיובית" שבלעדיה הטיפול לא יצליח. לאחר לא מעט הרהורים בנדון, פרויד המליץ להניח לאהבה זו, כל עוד אינה הופכת להתנגדות ע"י דרישות הפוגעות במילוי התפקידים הטיפוליים מצד המטופל ומצד המטפל (פרויד, 2002ב, ע' 117). הפסיכואנליזה באמריקה "ניקתה" תחום זה והמירה את אותם הביטויים של אהבה במונח סטרילי יותר, "הברית הטיפולית" (Greenson, 1967, Sec. 3.5). משנות השמונים למאה העשרים עלתה על הכוונת השאלה של האהבה של המטפל למטופל ביתר שאת. שתי תשובות הפוכות הוצעו. מטפלים רבים נרתעו לגמרי מ"מגע" עם מטופלים לאחר שהתגלתה מידה לא מבוטלת של קשר מיני ממש בחדר הטיפולים (Baur, 1997). ומהצד השני צמחה האסכולה ההתייחסותית הדוגלת בקשר הדדי יותר בין מטפל למטופל, אמנם לא קשר ארוטי.

העניין שמעגל זה מושתת עליו הוא המידה שבה קיימת חפיפה בין העולם של טיפול ובין העולם של החיים הפרטיים, אישיים של המטופל. בשנותיה הראשונות התשובה הייתה הרבה יותר ברורה ונחרצת: לא שום חפיפה בפסיכואנליזה. פרויד המליץ למטופליו להקפיד את החיים האמיתיים שלהם כדי להתמסר ל"ריפוי" באופן מלא (פרויד, 2002ב, ע' 118). ה"ריפוי" עסק רק בזמן עבר ועניינו היה רק "אנליזה" כלומר לפרק חיבורים נוירוטיים וילדותיים שנאלץ המטופל לעשות פעם בתוך נפשו, בהיותו קטן. פרויד רצה לשחרר את המטופל לחזור לזמן הווה מהרגע שהניתוחים נגמרו ולפני שהמטופל יתחיל לעשות חיבורים חדשים בזמן אמת, שמא המטופל יחבר את עצמו באמצעות האישיות של המטפל (פרויד, 2002ג, ע' 130). הטיפול היווה פסק זמן מוחלט, כמו הביקורים המפורסמים במועדוני הריפוי באותה תקופה באירופה (מן, 2004).

העולם הטיפולי שלנו שונה לגמרי. גם הטיפולים של פרויד האב התארכו, וגם הטיפולים של בתו אנה פרויד עם ילדים דרשו הכרה ב"הווה הממושך" בו ילדים בטיפול חיים חיי ממש וחיי טיפול בעת ובעונה אחת, ועסוקים כל הזמן גם באנליזות וגם בסינתזות (Flashman, 1996). אין לנו מנוס מלהכיר שהמטפל והטיפול ממלאים נפח גדול בחיים של המטופלים שלנו. אבל איזה נפח? האם אנו אוהבים את המטופלים שלנו אהבה ממשית אישית או אהבה "טיפולית" וירטואלית? איני מכיר מטפל שלא שאל את עצמו שאלה עמוקה זאת ולא פעם, ושלא התקשה למצוא תשובה שמתאימה לשני הצדדים.

בובר מציע לנו מלים נוספות. רגעים של מפגש אמיתי הם חיי ממש למטופל ולמטפל. רגעים אלה הם אישיים מאוד ויוצרים שינוי הן אצל המטופל הן אצל המטפל. כך ברגעים של "אני-אתה", שכמעט ולא מאפשר "מילוי תפקיד" להגדיר אותנו.⁹ אבל לא כך במה שאנו עושים בפרקי זמן ממושכים אל "אני-לז". כאן אנו חוזרים לתפקיד ותכלית, ל"אמצעים" של התבוננות ופירוש. אנו מתבוננים בין השאר על הפן הוירטואלי שבקשר הטיפולי, ומנסים להבין את עולמו של המטופל באמצעות תגובותיו למצב זה. כאן העולם הטיפולי שאינו חופף לעולמו המציאותי של המטופל. כאן אנו מאחלים למטופל כל טוב, אבל אין אנו אוהבים אותו כפי שאנו אוהבים את יקירינו בעולמנו האישי. אבל בבוא הרגע הבא של מפגש במצב "אני-אתה" אנו פותחים את עצמנו לחוויה משותפת שאינה יכולה להתקיים ולהיות לא-אישית.

היחס של בובר לאהבה זו צריך עוד בירור נוסף. בובר מתייחס לאהבה כדרך להתייחס לזולת, ולא כ"רגש". הוא בוחר דווקא בדוגמה מהברית החדשה להסביר את הנקודה:

ולרגשות המלווים יש צורות שונות ומשונות. הרגש של ישו כלפי המוכה 'דיבוק' שונה מהרגש שלו כלפי תלמידו האהוב; אבל האהבה אחת היא. הרגשות יכולים להיות "של" אדם; ואילו האהבה מתרחשת. הרגשות שוכנים בלב האדם; ואילו האדם שוכן בתוך אהבתו. אין זו מליצה, אלא המציאות: אין האהבה דבקה ב"אני" כאילו היה "תוכן" או אובייקט שלי בלבד; היא שרויה **בין** האני ובין האתה. (19: 1, עמ' 23)

⁹ בובר הציע ב"אחרית דבר", שחיבר יותר משלושים שנה לאחר הופעתו הראשונה של הספר, שמטפלים ומחנכים מגבילים את המוכחות המלאה בהכרח כדי למלא את תפקידם וכדי להימנע מניצול המטופל או החניך.

אם כבר בישו הנוצרי עסקין, נבקש הבהרה ברומה. האפיפיור בנדיקטוס XVI, שהתפטר לא מזמן, העמיק בעניין זה באגרתו הראשונה "א-לוהים הוא אהבה" (Benedictus XVI, 1995, *Deus Caritas Est*). האפיפיור, מלומד מופלג לכל הדעות, הבחין בין אהבה במובן של "אֶגֶפָה" היוונית (αγάπη) ובין אהבה במובן של "אָרוֹס" (ερος). לדעתי ברור שכוונתו העיקרית של בובר היא ל"אֶגֶפָה". זאת אהבה של הענקה ולא של לקיחה או של תביעה (ארוס). במובן הזה אנחנו יכולים להרשות לעצמנו להכיר כי אנו אוהבים את המטופלים שלנו אהבה (אֶגֶפָה) של ממש, חלק מהחיים שלהם ושלנו, ברגעים של "אני-אתה", ויחד עם זאת אנו נמנעים מאהבה של ארוס ברגעי "אני-לז".

ו. פסיכותרפיה ועולם הרוח

היחס העוין של פרויד לעולם הרוחני הוא מן המפורסמות. יחס זה התגבש בסוף תקופת התבגרותו ולא השתנה במשך שנותיו הארוכות (Flashman, 1993). פרויד לא היה יכול לראות בעולם הרוחני דבר מעבר לאשליה ילדותית (Freud, 1993). נוצרה אפילו עוינות אישית בין פרויד ובין בובר (Gay, 1988, pp. 645-6). בנושא זה. עולם הרוח נותר "מחוץ לתחום" עד היום אצל הרבה מטפלים.

"אנו ואתה" הוא בראש ובראשונה ספר על עולם הרוח. אולי זאת גם הסיבה להזנחתה מצד מטפלים. הטיעון המרכזי בספר הוא כי המקור לכל הדתות, והפן החי והנושם בהן עד היום, הוא רגע של מפגש "אני-אתה" בין האדם ובין "א-לוהים". לפי בובר הקריאה הראשונה של אדם לא-לוהיו הוא "אתה". בתרגומו לגרמנית של בובר לכל התנ"ך הוא מתרגם את שם הא-ל בפנייה ישירה כ Du - "אתה" הקרוב והמוכר. בובר רואה בכל קשר "אני-אתה" של אדם עם הטבע או עם אדם אחר חלק של אמירת "אתה" לא-ל:

בכל מישור ומישור, דרך כל הנוכח מולנו אנו מציצים בשולי מעילו של ה"אתה" הנצחי, דרך כל אחד ואחד אנו חשים בהבל פיו, בכל "אתה" אנו קוראים ל"אתה" הנצחי, בכל מישור ומישור על

פי דרכו. (9: 1, עמ' 16)

לדעתי מטפלים יכולים להיעזר בגישה זו של בובר כדי להבחין בין חוויות "הרוח" השואפות למצב "אני-אתה" ובין חוויות של תלות ילדותית "רוחניות" על סבא מזוקן בשמיים, "אני-לז" מובהק.

מטפל שמבין את החשיבות הקיומית של הכמיהה לרגעים של "אני-אתה" יכול לשמוע חוויות "רוח" ו"דת" הקשורות בחיפוש רוחני אחרי האפשרות הפנימית לומר "אתה" לא-ל, ליקום, ל"יצירי הרוח" (geistige Wesenheiten), ולראות בתופעות הללו דבר שיכול לקדם, לפתח ולגדל את המטופל ולא רק להצדיק נסיגה שפלה. המטפל הישראלי של ימינו, הנפגש עם צעירים בעלי כל מיני חוויות במזרח גם יכול ללמוד לא מעט על עולם "אתה" לעומת עולם ה"לז" בתורת הבודהיזם מדברי בובר הנוקבים בחלק השליש של הספר.

ז. פעילותו של המטפל וחירותו של המטופל.

השאלה של רמת הפעילות של המטפל יוצרת אי-שקט בקרב מטפלים זה שנים רבות. "אסכולות" למיניהן דוגלות בפעילות ו"נטילת אחריות" מצד המטפל או בהפך, ב"מתן כבוד" למטופל והימנעות מ"פלישה" (impingement) בתהליך האוטנטי שמתפתח בנפשו של המטופל. ה"אסכולות" קיימות בכל החוגים, במטפלים בפרט, במטפלים בזוגות ובמשפחות, במטפלים בילדים ובמטפלים בקבוצות.

הגישה של בובר מאפשרת לנו לשאול את השאלה באופן אחר. המטפל חייב להביא את נוכחותו לחדר הטיפול כדי לאפשר למטופל להביא אף הוא את נוכחותו. אם כן הנוכחות המתאימה למטופל מסוים היא זאת שמאפשרת לו להגדיל את נוכחותו הוא. יותר – או פחות – מזה משאיר את המטופל בעולם "אני-לז" עם פחות סיכוי לכניסה לבית היוצר של מפגש "אני-אתה". רמת הפעילות של המטפל היא פונקציונאלית ולא מוחלטת, ונשפטת לפי התוצאות אצל המטופל. זאת באמת משימה מיוחדת למטפל – ולמחנך – כי אדם מן השורה, שאינו לוקח על עצמו תפקיד כזה, יכול פשוט להביא את עצמו כפי שמתאים לו, ואם זה לא מתאים לנוכחותו של האחר, לא יהיה מפגש והחיים ממשיכים. אנו לוקחים על עצמנו אחריות להעריך גם את תוצאות הנוכחות שלנו, ולנסות להביא את עצמנו בצורה שהמטופל יכול "להשתמש בנו" בשפה של ויניקוט.¹⁰ חירותו של המטופל, האוטנטיות שלו, מתאפשרת בתנועה של השתתפותו במפגש "אני-אתה", ולא בהיתקעותו בבדידות ובניכור. המטופל יהיה "ספונטאני" כשהוא יגלה נוכחות מולו. ספונטאניות יוצרת קשר יוצר. החירות לומר "אתה"

¹⁰ כדאי להבהיר כאן חריקה לשונית שעלולה ליצור סתירה לכאורה. כבר בתחילת ספרו בובר מגדיר את עולם "אני-לז" כעולם של התנסות ושימוש, כלומר הזולת נמצא ביחס של גוף שלישי ולא פנייה ישירה בגוף שני. המונח "להשתמש" בלקסיקון של ויניקוט מציין מימד אחר של שימוש. כוונתו של ויניקוט ל"לעשות משהו עם הזולת", במונחים של ביון, כלומר לעבור מהלך פנימי מול הנוכחות של הזולת. שימוש במובן זה מציין את התהליך הפנימי שמתאפשר אצל האדם תוך כדי המפגש היצירתי של "אני-אתה" עם הזולת.

ולהתהוות ב"אני" של קשר "אני-אתה" אינו קיים מול מטפל השומר על כללים "נכונים" של עולם "אני-לז". בניסיון שלי, מטפלים וותיקים יודעים זאת, ומגלים גמישות הולכת וגדלה במישור הזה. הם מרשים לעצמם לשנות את רמת הפעילות והנוכחות שלהם לפי כל מטופל. אני מציע כאן שאפשר וראוי לנסח את השאלה הסמויה שהם שואלים את עצמם במונחים של בובר.

בסיכום, ניסיתי לציין את הנקודות הקליניות המהותיות עליהן ספרו הישן של מרטין בובר עדיין שופך אור חדש ומחדש. הדבר מפתיע רק במבט הראשון. בהסתכלות יותר רחבה, אני חושב שמטפלים ימצאו בהגותו של בובר, עם ה"השלמות" שהצעתי כאן, קרקע מוכרת היטב, כי היא היא הקרקע שממנה חלק לא מבוטל מהפרקטיקה של היום צמח. וכמו שכל קריאה בפרויד – עם ההשלמות הנחוצות לימינו – מחדשת את החשיבה שלנו ומאתגרת את הפרקטיקה שלנו, אני מציע שקריאה בבובר יכול להעמיק את האנושיות ואת ההדדיות שבקליניקה שלנו.

מקורות

- אוגדן, ת. (2003). **מצע הנפש**. תרגמה איריס גיל-רילוב, תל-אביב: תולעת ספרים.
- בובר, מ., (2013) **אני ואתה**, תרגם א. פלשמן. ירושלים: מוסד ביאליק.
- ויניקוט, ד. (1995). משחק ומציאות. תרגם מאנגלית יוסי מילוא. תל-אביב: עם עובד.
- מן, ת. (2004). הר-הקסמים, תרגם מ. אבי-שאול, ספריית הפועלים.
- סטרן, ד. (2005). עולמם הבינאישי של תינוקות. תרגמה יעל זיסקינד-קלר. בן-שמן: מודן.
- פלשמן, א. (עורך) (2002). , תקשורת טיפולית עם ילדים, ירושלים: משרד הרווחה.
- פלשמן, א. (2013), מה עניין בובר אצל המאה ה-21? **אני ואתה** למרטין בובר, ירושלים: מוסד ביאליק, עמ' 149-159.
- פלשמן, א. ואבנט, ח. (עורכים) (2005). תקשורת טיפולית עם מתבגרים. ירושלים: משרד הרווחה.

פרויד, ז'. (2002א). על פתיחת הטיפול. מתוך הטיפול הפסיכואנליטי, תרגם ע. רולניק, עם עובד. המאמר הופיע במקור ב 1913.

פרויד, ז'. (2002ב). היזכרות, חזרה ועיבוד. מתוך הטיפול הפסיכואנליטי, תרגם ע. רולניק, עם עובד. המאמר הופיע במקור ב 1914.

פרויד, ז'. (2002ג). דרכיה של התרפיה הפסיכואנליטית. מתוך **הטיפול הפסיכואנליטי**, תרגם ע. רולניק, עם עובד. המאמר הופיע במקור ב 1919.

רוטנברג, מ. (1990). קיום בסוד הצמצום. ירושלים: מוסד ביאליק, 1990.

Andersen, R. & Cissna, K., Eds. (1997). ,*The Martin-Buber-Carl Rogers Dialogue*.

Albany: SUNY Press.

Baur, S. (1997). *The Intimate Hour*. Boston: Houghton Mifflin.

Benedictus XVI (1995) *Deus Caritas Est*.

http://www.vatican.va/holy_father/benedict_xvi/encyclicals/documents/hf_ben-xvi_enc_20051225_deus-caritas-est_en.html

Benjamin, J. (1995). , *Like Subjects, Love Objects*. New Haven: Yale University Press.

Bion, W.R. (1984). *Transformations*. London: Karnac, 1984.

Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. New York: Jason Aronson.

Dekoven Fishbane, M. (1998). I, thou, and we: A dialogical approach to couples therapy", *Journal of Marital and Family Therapy* 24:41-58.

Flashman, A. (1993). "God of a Godless Jew". Paper presented George Shrut Conference on Letterality and Literality: The Biblical Text and its Readers. Ben-Gurion University of the Negev and University of Glasgow Sdeh Boker, Israel.

Flashman, A. (1996). "Developing Developmental Lines", *PASC* 51:255-269.

Flashman, A. (2013). , "Almost Buber: Martin Buber's Complex Influence on Family Therapy" *Proceedings of Dialogisches Denken*, Berlin-Brandenburgische Akademie der Wissenschaften .<http://alanflashman.com/almost-buber/>.

Fonagy, P., Gergely, G, Jurist, E, & Target, M.(2002). *Affect Regulation, Mentalization, and The Development of the Self*. New York: Other Press.

Freud, S. (1993). *Die Zukunft Einer Illusion* Frankfurt am Main: Fischer. הופיע במקור 1927.

Friedman, A., et al. (1987). Families of adolescent drug abusers are "rigid": are these families "disengaged" or "enmeshed" or both? *Family Process* 26:131-148.

Gay, P. (1988)., *Freud: A Life for our Time*. New York, W. W. Norton.

Greenson, R.(1967). *The Technique and Practice of Psychoanalysis*. New York: International Universities Press.

Hoffman, L. (1981). *Foundations of Family Therapy*. New York: Basic Books.

Horwitz, R. (1988). *Buber's Way to "I and Thou"*. Philadelphia: Jewish Publication Society.

Kern, S. (1983). *The Culture of Time and Space, 1880-1918*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self*. New York: International Universities Press.

Laufer, M. & Laufer, M.E. (1984). *Adolescence and Developmental Breakdown*. New Haven: Yale University Press.

Lehrer, R. (1995). *Nietzsche's Presence in Freud's Life and Thought*. Albany: SUNY Press.

Luepnitz, A., (1988), *The Family Interpreted*. New York: Basic Books, 1988.

Mendes-Flohr, P. (1989). *From Mysticism to Dialogue*. Detroit: Wayne State University Press.

Minuchin, S. (1974). *Families and Family Therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Stern, D. (2004), *The Present Moment*. New York: Norton, 2004.

Winnicott, D. (1971). *Therapeutic Consultations in Child Psychiatry*. New York: Basic Books.