סיכום

הפעולה הצבאית נגד חיזבאללה, שהחלה ביום ראשון, 24 ביולי 1993, נמשכה שבעה ימים. במהלכה הוטלו על לבנון כ־1,700 פצצות מטוסים, ובהן פצצות מונחות־לייזר ופצצות מונחות־טלוויזיה. מספר הפצצות שהוטלו בכל יום עלה בהדרגה, ובשיא הגיע ליותר מ־300 פצצות ביום אחד. מטרת הפעולה, כפי שהוגדרה על־ידי ראש הממשלה יצחק רבין, היתה לגרום לממשלת לבנון ולאוכלוסייה האזרחית לחץ כבד, שיביא לכך שיפעלו נגד חיזבאללה ויפסיקו את ירי הקטיושות על יישובי הצפון.

הפעולה הסתיימה ביום שבת, 30 ביולי, לאחר שהושגה הבנה בין ישראל לבין לבנון, בתיווך ארצות־הברית וצרפת. ההבנה כללה התחייבות של ישראל להפסיק את הפעולות הצבאיות, בתנאי שחיזבאללה יפסיק את ירי הקטיושות. ההבנה לא כללה התחייבות רשמית של חיזבאללה, אך בפועל הירי נפסק עם תחילת ההפסקה.

אמנם על סיומי טיפול, אבל המחשבה הראשונה והחזקה יותר הייתה על מוות.

ובך הגעתי לנקודה שבה הסוף הוא אחת הדאגות האנושיות העמוקות ביותר, הדאגה היחידה שאיש אינו יכול להימלט מפניה. לא הייתי ערה לכך שאני עצמי תופשת את המוות כעגום או מדכא במיוחד, אף על פי שידוע לי כי ישנם אנשים כאלה. לפעמים אני חושבת, בדומה לפיטר פן, שהמוות עשוי להיות הרפתקה גדולה. על פי רוב אני חושבת שהוא יהיה נורא מעניין, ונדמה לי שהברכה הגדולה ביותר כמעט שהחיים מסוגלים להעניק לנו היא האפשרות לפסוע במודע אל תוך מותנו. מטריף את הדעת שלא ניתן לכתוב על כך מאמר לאוזר־מכן; אך לקדם את פני מותנו, להתבונן במותנו ולחקור אותו, זה בעיני סיום הולם — במיוחד לחייו של פסיכותרפיסט.

זה עתה אמרתי שהמוות הוא הדאגה האנושית העמוקה ביותר, והמילה דאגה (concern) מתאימה כאן בעיני. מובן שאינני משתמשת בה כפי שמשתמשים בה היום בטעות במובן של חששנות או דאגנות (worry). מדובר במילה רבת־משמעות בהרבה. הדאגה איננה בלתי־מציאותית או רדודה, כפי שהחששנות עשויה להיות. מושאי החשש עשויים להיות ממשיים ומפחידים, אך לעתים קרובות יותר הם ארעיים, מומצאים, שטותיים או דמיוניים. כאשר החששנות נעשית חמורה, מדייק יותר לקרוא לה חרדה. ישנם אנשים שאינם חשים בנוח, ואינם מרגישים שהתנהגותם היא מוסרית אפילו, אלא אם כן הם חדורי חשש לפחות ממשהו או ממישהו או מכמה דברים בעת ובעונה אחת. אנשים כאלה מייגעים מאוד ואינם מעודדי־חיים, כי הם מעבירים לעתים קרובות את תחושת הדאגות חסרת המנוח לאחרים, או גרוע מכך, הם מעוררים שעמום כשהם דשים בנושא לעייפה וללא הועיל, ולא מאפשרים לנחם או להרגיע אותם. אוי בהחלט מאמינה שהרגל החששנות דועך ככל שאדם מחכים ומתבגר, במיוחד אם עיבד אותו. אחד הדברים המועילים ביותר שלמדתי בתור סטודנטית לרפואה הגיע מפי רופא בכיר, כשדיבר על ההבדל בין חששנות לדאגה. "השתדלו לא לחשוש ביחס לחולים", הוא אמר, "ובוודאי שאסור לכם לקחת את החשש הביתה. גלו דאגה כלפי

החולים, תמיד — ואז תגלו שאם הדאגה היא אמיתית, תוכלו לשכוח מהם כשאתם לא לידם. הבהירו לעצמכם את ההבדל". מן הראוי להקדיש לכך מחשבה, במיוחד במקצוע שלנו. נראה לי טבעי שסטודנט או מטפל מתחיל ירגיש לעתים קרובות חרדה ביחס לעבודתו; החרדה היא מצב נפשי בפני עצמו, אי־שם בין חששנות לדאגה, או עשויה להיות מצב שכזה. אבל עשר שנות הפרקטיקה הראשונות הן הזמן הנכון לעיבוד חרדות וללימוד ההבדל המהותי ביניהן.

בחיים עצמם — בהתעלם מהחיים המוזרים המתקיימים בחדר הטיפול — הרבה אנשים חוששים מן המוות; או לפחות לא תמיד הם בטוחים האם החשש הוא מן המוות עצמו או מן הגסיסה. לדעתי סביר יותר שהפחד הוא מן הגסיסה. מכל מקום, הם חוששים ממותם הם, ואפשר לומר שהם שרויים במצב כרוני של חרדה מכך. אנשים כאלה לרוב אינם מקדישים מחשבה מודעת למותם של אחרים. עם זאת, קיימת קבוצה אחרת של אנשים, בדרך־כלל אלה שחוו במהלך חייהם אובדן טראומטי חריף, המגלים תכופות חרדה עמוקה שמא אדם אהוב עליהם ימות, בלי לפחד ביחס לעצמם. שני סוגי החשש הללו לגבי הקץ עשויים לזרוג מגבולות נורמליים יחסית ולהגיע לממדים אימתניים.

עשיתי פעם אנליזה לגבר שהחרדה שלו מפני מותו שלו הייתה פתולוגית בחומרתה. הוא לא היה משתחרר ממנה אלא לשעות אחדות, ואז הייתה שבה ומתגנבת או מציפה אותו מחדש. הוא היה מתעורר בלילות, ושוכב במיטתו אחוז פניקה מהעובדה שהוא עתיד למות. הוא הביא לאנליזה את חרדתו החד־סימפטומטית כמה שנים קודם־לכן, ולרוע מזלו האנליטיקאי הראשון, ואחריו גם השני, מתו לו — לא פשוטו כמשמעו במהלך פגישה, אלא באמצע תהליך טיפולי פעיל. נראה היה כאילו גורל זדוני מתנכל לו, ומובן שהדבר עורר בו תחושות פרנואידיות. עם זאת, ולמרות שהוא קונן לא אחת על מר גורלו, אשר גזל ממנו שני אנליטיקאים בריאים לכאורה אף כי מזדקנים, צריך היה להסיט מהם את הדגש, מפני שלמעשה, מותם לא היה רלוונטי לפסיכופתולוגיה שלו. העובדה שקבוצה קטנה של אנליטיקאים בכירים ביקשה ממני לקבל אותו לטיפול זמן קצר לאחר

אחרי שהוכרז כי הוא מועמד לנשיאות, הוא נסע לבקר את אמו בבית האבות שבו היא מתגוררת. הוא ישב לידה, החזיק את ידה, ואמר לה שהוא מקווה שתצביע עבורו. היא הסתכלה עליו ואמרה: "אני לא יודעת אם אני אצביע עבורך, אבל אני יודעת שאני אוהבת אותך". הוא חייך, נישק אותה על הלחי, ויצא.

כל הסיפור הזה, שהוא אמיתי לחלוטין, מתרחש בתוך הראש של ג'ונתן פרנזן, הסופר שכתב את "התיקון" ו"חופש". הוא יושב בבית קפה בניו יורק, מנסה לכתוב את הסיפור הזה, ומוצא את עצמו מתקשה. לא בגלל שהוא לא יודע מה לכתוב, אלא בגלל שהוא יודע בדיוק מה הוא רוצה לכתוב, ומפחד שהקוראים לא יאמינו לו.

הפחד הזה, שמוכר לכל מי שניסה פעם לכתוב משהו אישי, הוא הנושא המרכזי של "נזיפות". פרנזן, שנחשב לאחד הסופרים הגדולים של דור ה-X, הגיע לנקודה שבה הוא הרגיש שהוא חייב לכתוב ספר שיהיה "חשוב" יותר מהספרים הקודמים שלו. הוא רצה לכתוב על הפוליטיקה של זמננו, על הקפיטליזם, על המשפחה האמריקאית. הוא לא רצה לכתוב על אמא שלו.

הפחד, כמעט תמיד, הוא פחד מכך שהקוראים לא יאמינו לך. לא יאמינו שהדמות הזאת, עם כל הפגמים והיופי שלה, היא אמיתית. שהיא לא המצאה ספרותית, אלא בן אדם שחי ונשם ואהב ופחד ועשה טעויות. פרנזן מתאר את הרגע שבו הוא הבין שהוא לא יכול להמשיך לכתוב את הספר הזה בלי לכתוב את הסיפור הזה. הרגע שבו הוא הבין שהוא חייב לספר את הסיפור של אמא שלו, גם אם זה יגרום לה כאב, גם אם זה יגרום לו בושה, גם אם זה יגרום לקוראים לחשוב שהוא לא מספיק טוב.

עליהם גורלם, עובדת המוות הבלתי־נמנע יכולה להפוך את החיים עצמם למוות־בעודם־בחיים. אילו ידעתי אז על התאוריה והטכניקות של פסיכולוגיית העצמי, ייתכן שהייתי מטפלת בו אחרת מלכתחילה. אבל היא עדיין לא הופיעה אז בשטח.

המוות הוא כנראה מקור ל׳דאגה׳ אצל כל בני־האדם. הוא צץ ומופיע בעבודתנו לעתים קרובות, בכל פעם בלבוש אחר, ולכן מחובתם של פסיכותרפיסטים אנליטיים לעסוק בו, מעבר לעובדה שהוא לא יחוס גם עלינו. את הקיצוניות ההפוכה לאיש שתיארתי פוגשים לעתים תכופות יותר, בגרסאות שונות של הכחשה. קיימת אפילו אגודה באמריקה, שעליה קראתי מאמר לפני כמה חודשים; היא מורכבת מאנשים העתידים לחיות לנצח. אני רצינית לגמרי — לפחות בכל הנוגע לאמונה שלהם. אינני מתכוונת לקבוצת ה׳קְריוֹניקס׳ — האנשים המבקשים שיקפיאו את גופותיהם כדי שבמקרה הלא־סביר שתימצא תרופה למחלה שגרמה למותם, כולל תהליך השבת־נעורים, אפשר יהיה להפשירם ולהחיותם. זוהי מחשבה מבעיתה, בנוסף להיותה, לדעתי, ממש מטורפת. אלה הן דוגמאות קיצוניות המלמדות מה אנשים מוכנים לעשות כדי להימנע מדאגה לגבי הבלתי־נמנע. אותם אנשים המתיימרים לנַצח את המוות לחלוטין — אנשי ׳חיי הנצח׳ — מאמינים, אם אינני טועה, כי הם נושאים בגופם מוטציה גנטית שהופיעה רק לאחרונה במין האנושי, ומבטיחה את מסעם הנצחי. אין לי מושג איך מוודאים האם יש לך גֵן כזה, ומה עוד, מלבד חיי נצח, הוא אמור להבטיח. כל חברי האגודה — כשישים במספר — היו בני פחות מארבעים־וחמש, וכפי הנראה לא שקלו עד הסוף את כל האפשרויות המזוויעות הנגזרות מהמשך הופעתם של סימני הזדקנות הולכים ומחמירים, ללא הגאולה, המבורכת לא פעם, שמביא אִתו המוות. האין זה מופלא שהם מצאו אלו את אלו דווקא בתוך אזור קטן יחסית במערב ארצות־הברית? והאם ׳הגֵן הקסום׳ יגן עליהם גם מפני אוטובוסים שיצאו משליטה, או מפני אותם צמתים שאליהם מגיעים מספר מפתיע של בני־אדם דווקא ברגע שחוצה אותם רכבת?

אני סבורה שישנה דרך אחרת להתייחס למוות — דרך אמצע איתנה ועמידה בין ההכחשה לאימה. האֶסְכָטוֹלוֹגְיָה, חקר הדברים האחרונים

או הסופיים, כבר איננה באופנה זה כמאה שנים או יותר — על כל פנים, לא בשם הזה. אף על פי כן, המוות כבר אינו נושא אסור כפי שהיה רק לפני כמה שנים. הייעוץ בתחום האבל נחשב כמעט לאופנה, וזה באופן כללי סימן חיובי, אם כי למרבה הצער, הטכניקה המתפתחת מתאפיינת במכניות מסוימת. בימי תור הזהב של הדת המערבית, בערך מהמאה השתים־עשרה ועד אמצע המאה התשע־עשרה, המוות היה אחד מנושאי הלימוד ותשומת־הלב החשובים ביותר — ובפרט מה שכונה ׳מיתה טובה׳. האִסלאם והנצרות הציעו אמונה בוטחת בחיי־נצח של שלווה ואושר כגמול על חיים אמיצים ומוסריים על פני האדמה. חיי הנצח נתפשׂו כפיצוי על הסבל הרב שנחשב למנת חלקם של רוב בני־האדם עלי אדמות, במה שגריי (Gray) כינה בקינתו: ״תולדות חייהם הקצרות והפשוטות של העניים״. את חיי הנצח אמורים בני־האדם לחיות בנוכחות האל, והכול ציפו בדבקות למפגש עם אלוהים, עם ישוע, עם הבתולה ואסיפת הקדושים, שיתרחש במקום מטפיזי מעורפל ושמו גן עדן. אך אלה מכם שבקיאים בתנ״ך עשויים בוודאי לזכור כי למרבה ההפתעה, גם לתנ״ך, ובעיקר לברית החדשה, שבה הדבר עוד יותר מתבקש, אין כמעט מה לומר על גן עדן. ישוע עצמו היה עסוק יותר בלחיות את חייו, ורק בהתגלות של יוחנן הקדוש מופיע תיאור כלשהו. התיאור עצמו הוא כל־כך בלתי־רגיל, עם רצפות אבני־החן והיצורים המיתולוגיים המוזרים שלו, עד שמתקבל הרושם כי מדובר במקום שמאוד לא נוח לחיות בו. במאה הנוכחית השתנו התְמות התרבותיות בצורה קיצונית, ואנשים נוטים להיות יותר מודעים, אתאיסטים, חילוניים, ומורגלים יותר לחשוב על מושגים כמו זמן; מודעות ארצית לזמן עשויה ליצור את הרושם שחיי נצח בעולם הבא, אילו היו אפשריים, היו בוודאי שעמום אינסופי ובלתי־נסבל.

עם זאת, רעיון השעמום המחריד בגן העדן של המאמינים עשוי כשלעצמו לתרום תרומה חיובית לתפישׂת המוות של הכופרים. אף על פי שאני נזכרת גם בתשובתו הקלאסית של סם גולדווין לשאלה: ״איך החיים?״ ״לא כל־כך רעים״, הוא אמר, ״כשחושבים על האלטרנטיבה״. בתרומה ׳חיובית׳ כוונתי לומר שיש משהו מושך במחשבה על עצירה פשוטה של החיים, לעומת שינוי נסיבות

כל הכתוב: והגדת לבנך, יכול מראש חודש? תלמוד לומר: ביום ההוא, אי ביום ההוא יכול מבעוד יום? תלמוד לומר: בעבור זה, בזה לא אמרתי אלא בשעה שיש מצה ומרור מונחים לפניך.

מתחיל עבדים היינו

עבדים היינו לפרעה במצרים, ויוצאנו ה' אלהינו משם ביד חזקה ובזרוע נטויה. ואלו לא הוציא הקדוש ברוך הוא את אבותינו ממצרים, הרי אנו ובנינו ובני בנינו משועבדים היינו לפרעה במצרים. אפילו כולנו חכמים, כולנו נבונים, כולנו זקנים, כולנו יודעים את התורה, מצוה עלינו לספר ביציאת מצרים. וכל המרבה לספר ביציאת מצרים הרי זה משובח. מעשה ברבי אליעזר ורבי יהושע ורבי אלעזר בן עזריה ורבי עקיבא ורבי טרפון שהיו מסובין בבני ברק והיו מספרים ביציאת מצרים כל אותו הלילה, עד שבאו תלמידיהם והודיעום: רבותינו הגיע זמן קריאת שמע של שחרית. אמר להם רבי אלעזר בן עזריה: הרי אני כבן שבעים שנה ולא זכיתי שתאמר יציאת מצרים בלילות עד שדרשה בן זומא, שנאמר: למען תזכר את יום צאתך מארץ מצרים כל ימי חייך. ימי חייך הימים, כל ימי חייך הלילות. וחכמים אומרים: ימי חייך העולם הזה, כל ימי חייך להביא לימות המשיח.

ברוך המקום ברוך הוא, ברוך שנתן תורה לעמו ישראל, ברוך הוא. כנגד ארבעה בנים דברה תורה: אחד חכם, ואחד רשע, ואחד תם, ואחד שאינו יודע לשאול. חכם מה הוא אומר? מה העדות והחקים והמשפטים אשר צוה ה' אלהינו אתכם? ואף אתה אמור לו כהלכות הפסח: אין מפטירין אחר הפסח אפיקומן.

רשע מה הוא אומר? מה העבודה הזאת לכם? לכם ולא לו. ומאחר שהוציא את עצמו מן הכלל כפר בעיקר. ואף אתה הקהה את שיניו ואמור לו: בעבור זה עשה ה' לי בצאתי ממצרים. לי ולא לו. אלו היה שם לא היה נגאל.

תם מה הוא אומר? מה זאת? ואמרת אליו: בחוזק יד הוציאנו ה' ממצרים מבית עבדים. ושאינו יודע לשאול את פתח לו, שנאמר: והגדת לבנך ביום ההוא לאמר: בעבור זה עשה ה' לי בצאתי ממצרים.

אלא מעשה. שמעתי אומר: אי אפשר שיהא אדם יוצא ידי חובתו בפסח עד שיאמר שלשה דברים אלו בלילה זה: פסח, מצה ומרור. פסח שהיו אבותינו אוכלים בזמן שבית המקדש היה קיים על שום מה? על שום שפסח הקדוש ברוך הוא על בתי אבותינו במצרים, שנאמר: ואמרתם זבח פסח הוא לה' אשר פסח על בתי בני ישראל במצרים בנגפו את מצרים ואת בתינו הציל ויקד העם וישתחוו. מצה שאנו אוכלים על שום מה? על שום שלא הספיק בצקם של אבותינו במצרים להחמיץ עד שנגלה עליהם מלך מלכי המלכים הקדוש ברוך הוא וגאלם, שנאמר: ויאפו את הבצק אשר הוציאו ממצרים עגות מצות כי לא חמץ כי גרשו מצרים ולא יכלו להתמהמה וגם צדה לא עשו להם. מרור שאנו אוכלים על שום מה? על שום שמררו המצרים את חיי אבותינו במצרים, שנאמר: וימררו את חייהם בעבדה קשה בחומר ובלבנים ובכל עבדה בשדה את כל עבדתם אשר עבדו בהם בפרך. בכל דור ודור חייב אדם להראות את עצמו כאילו הוא יצא ממצרים, שנאמר: והגדת לבנך ביום ההוא לאמר: בעבור זה עשה ה' לי בצאתי ממצרים. לי ולא לאחרים. שאלמלא הקדוש ברוך הוא גאל את אבותינו אף אנו ובנינו ובני בנינו משועבדים היינו לפרעה במצרים. הרי אנו ובנינו ובני בנינו מצוה עלינו לספר ביציאת מצרים. וכל המרבה לספר ביציאת מצרים הרי זה משובח.

מתחיל מעשה ברבי אליעזר

מעשה ברבי אליעזר ורבי יהושע ורבי אלעזר בן עזריה ורבי עקיבא ורבי טרפון שהיו מסובין בבני ברק והיו מספרים ביציאת מצרים כל אותו הלילה, עד שבאו תלמידיהם והודיעום: רבותינו הגיע זמן קריאת שמע של שחרית. אמר להם רבי אלעזר בן עזריה: הרי אני כבן שבעים שנה ולא זכיתי שתאמר יציאת מצרים בלילות עד שדרשה בן זומא, שנאמר: למען תזכר את יום צאתך מארץ מצרים כל ימי חייך. ימי חייך הימים, כל ימי חייך הלילות. וחכמים אומרים: ימי חייך העולם הזה, כל ימי חייך להביא לימות המשיח.

ברוך המקום ברוך הוא, ברוך שנתן תורה לעמו ישראל, ברוך הוא. כנגד ארבעה בנים דברה תורה: אחד חכם, ואחד רשע, ואחד תם, ואחד שאינו יודע לשאול. חכם מה הוא אומר? מה העדות והחקים והמשפטים אשר צוה ה' אלהינו אתכם? ואף אתה אמור לו כהלכות הפסח: אין מפטירין אחר הפסח אפיקומן.

רשע מה הוא אומר? מה העבודה הזאת לכם? לכם ולא לו. ומאחר שהוציא את עצמו מן הכלל כפר בעיקר. ואף אתה הקהה את שיניו ואמור לו: בעבור זה עשה ה' לי בצאתי ממצרים. לי ולא לו. אלו היה שם לא היה נגאל.

תם מה הוא אומר? מה זאת? ואמרת אליו: בחוזק יד הוציאנו ה' ממצרים מבית עבדים. ושאינו יודע לשאול את פתח לו, שנאמר: והגדת לבנך ביום ההוא לאמר: בעבור זה עשה ה' לי בצאתי ממצרים.

הפוטנציאליים לאחר ריאיון ראשוני מדוקדק וחושפני (שקדמה לו מן הסתם הערכה ממושכת בידי איש מקצוע אחר), ומסכימים ביניהם על חוזה טיפולי; הטיפול הוא על־פי־רוב ממושך, ונחשב, בצדק רב, לאחת ממערכות היחסים החשובות ביותר בחיים. אם התנאים טובים דיים, המטופל צפוי לפתח התקשרות עמוקה, גם אם אמביוולנטית, אל המטפל, הן באמצעות ההעברה והן באמצעות מערכת היחסים הממשית. כשמגיעים לשלב שבו מחליטים על סיום הטיפול, התקשרות זו תהיה כבר מקיפה ביותר, לאחר שסיפחה לעצמה חלק מהאנרגיה הליבידינלית המעודנת שהעבודה האנליטית שחררה. את פניה של ההתקשרות המורכבת הזו למטפל אנו מקדמים בברכה, ועד לרמה מסוימת אף מגיבים אליה בהדדיות: על אף שמעורבותו האישית של המטפל סמויה ועדינה יותר, היא מוכרחה להיות אותנטית, לדעתי, אחרת הטיפול לא באמת 'יתפוס' ברמות העמוקות ביותר. עצמי כוזב וזיופים שייכים לפסיכופתולוגיה, והמטופל אינו צריך לפגוש אותם אצל המטפל שלו, בשעה שהוא עמל בפרך להשיל מעליו את כזביו וזיופיו ולקחת אחריות על תקשורת אנושית אותנטית. כל רמות יחסי־האובייקט, הקורבה, האינטימיות וכן הלאה, הן לב־לבו של הטיפול האנליטי. המטופל חדל לסבול מצורות ההתייחסות הישנות שלו — על כל פנים, כך קורה לא פעם — וכאב התובנה החריף, אך החולף, תופס את מקומן של בעיות האישיות של תחילת הטיפול. ייתכן, כמובן, שבניית ההגנות נמשכה שנים, ורק בהדרגה ניתן לפרקן, היכן שהפכו מיותרות; את מקומן תופס האני עצמו והגנות גמישות ובריאות יותר. מתנהלות שיחות עמוקות, מרגשות ומשמעותיות. המתבונן מן הצד יבחין בנקל, גם במבט השטחי ביותר, כי מתקיימת כאן מערכת יחסים בעלת עושר וחשיבות עצומים. מתבונן שכזה עשוי להבין שמערכת היחסים השואבת הזאת נחווית לא פעם כְּאלמנט המרכזי בחייו של המטופל. מתרחשת הסגה של רגשות מיחסי־אובייקט מוטענים אחרים והעברתם למטפל, כביכול כדי להזין את האנליזה, ומטופלים מתכוונים לכך ברצינות גמורה כשהם אומרים — כפי שקורה לא פעם — דברים כגון: "כרגע, האנליזה שלי היא החיים שלי". ואז מה אנחנו עושים? אנחנו מביאים אותה לסיומה המוחלט. ואין זו הגזמה לומר, שעל אף העובדה שהם

יודעים שזה יקרה, ישנם מטופלים אשר חווים את ההסכמה על סיום הטיפול כגזר־דין מוות.

המתבונן הבלתי־מלומד עשוי להזדעזע. הוא יהיה עֵד לתקופה של טלטלה עמוקה, אבל בר־זמנית גם יבחין בכך שמשהו בסיטואציה הזאת הוא מובן מאליו בעיני המטפל והמטופל כאחד. מובן שעשויה להתעורר מחאה עצומה, הרי על כך כל המהומה, אך למרבה ההפתעה דומה שזיא מוכלת במעין מסגרת — לא בדיוק של השלמה וקבלה, אלא של משהו שיש בו פרדוקס חריף: המטופל מקבל את הדין אבל נלחם, שואף לחירות אך מתווכח כנגד ההסכמה לסיים, מרוצה ועם זאת מתייסר. ואילו המטפל, בסיכומו של דבר, משיב על כנו ללא הרף שיווי־משקל מוסכם, חותר בהתמדה אל עבר נקודה מסוימת בזמן, שעליה הסכימו שני הצדדים מראש ובמודע, במשותף ובלב שלם, נקודה שבה הזוגיות המורכבת והעמוקה הזו תתפצל ובני־הזוג ייפרדו לעד. זהו הפרדוקס האולטימטיבי. אבל איזו ברירה יש לנו? מהן החלופות? ההתפתחות הטבעית והמצופה במערכת יחסים עמוקה מעין זו, במסגרת מה שנקרא 'החיים האמיתיים', היא שהיחסים ייָמשכו וימשיכו להעשיר אותנו. אך למרות שבחודשי הטיפול האחרונים המטופל מקדיש חלק מזמנו לפיתוח ושכלול פנטזיות סביב אפשרות כזו, הוא יודע על־פי־רוב שאלו רק פנטזיות. זמנו של המטפל אינו גמיש עד אין סוף. מי שניהל כמוני פרקטיקה אנליטית ופסיכותרפויטית מעורבת במשרה מלאה במשך שלושים שנה ברציפות, בוודאי טיפל עד כה, ביסודיות מסוימת, בכמה מאות אנשים. החיים מאפשרים לתופעה כזו להימשך לאורך פרקי זמן מוגבלים בלבד, ובוודאי שלא במקביל.

הטוטליות של הסוף, אשר דומה כי היא יוצאת כנגד כל העבודה שלנו על נושאים כמו אהבה, נאמנות, קביעות־אובייקט ואינטימיות, מקבלת חיזוק נוסף דרך ההתוויה המחמירה והקפדנית האוסרת על כל מגע חברתי בעתיד. אנו יוצרים אפוא סיטואציה שרירותית שיש לה הרבה מן המשותף עם אירוע מוות. אני תומכת מאוד בשמירה קפדנית על כלל זה, ואני מוכנה ומזומנת לחקור אותו יחד עם כל מי שחש ספקות או בלבול ביחס לרציונל שלו. ישנם מספר טיעונים בעד הכלל, ובהם: חיזוק כוחם של אובייקטים פנימיים; הסירוב

לחשוף, או אולי לכפות, יותר מדי מהעצמי האמיתי של המטפל על מטופלים־לשעבר פגיעים ורגישים; והרצון להעניק להם את החופש לעבד וליישב בכוחות עצמם העברות הקשורות לסיום, וכל בעיה אחרת, למעשה, שעדיין לא נפתרה. זה גם מאפשר למטופלים להיות עצובים ולהתמודד בעצמם עם האבל על האובדן.

אני עצמי תומכת ברעיון הזה בנחישות, בין השאר מכיוון שבתור מי שחוותה מוות בצעירותה ועבדה על כך ביסודיות באנליזה, היה עלי להתמודד עם האבל הזה לבדי, וזוהי צורת ההתמודדות האותנטית היחידה; האבל הגיע בסופו של דבר לפתרונו כפי שלא קרה בתחילת גיל ההתבגרות שלי, וכפי שלא היה יכול לקרות בנוכחות 'האובייקט האבוד' — כלומר, האנליטיקאית שלי. אך מלבד זאת, הזדמן לי גם לחזות בכמה ניסיונות אומללים מאוד מצד אנליטיקאים או תרפיסטים, שניסו ליצור מערכת־יחסים פוסט־טיפולית מסוג זה או אחר עם מטופל; עבודת הטיפול עצמה עלולה להתערער בצורה קשה, ואין סיכוי לחוות תחושה של מלאכה שהושלמה. בנפשו של המטופל נוצר חוסר־הבחנה בלתי־רצוי בין הסיום הסופי והמוחלט של מערכת היחסים המקצועית הייחודית לבין שיירי העברות, שאולי לא יזוהו ככאלה לעולם אם האנליטיקאי יופיע לאחר־מכן בשלמותו כאדם אמיתי. התגלות זו של דמות המטפל הופכת את סוג הדיבור החקרני והמכוון־למטופל, אליו המטופל הורגל עד כה, לדבר אסור, ומצבים רגרסיביים הרי־אסון לא פעם משתלטים על התמונה. הנפוץ מבין המצבים הללו הוא נקמנות קשה מצד המטופל; המטופל לא פעם משתדל לדכא אותה, מתוך בושה, אך אני באמת מאמינה שאפשר היה למנוע זאת. אם תיתקלו במקרה כזה, היו סמוכים ובטוחים שהטיפול לקה בחסר, או במקרה הסביר יותר, שנעשו ניסיונות אומללים ובלתי־מוצלחים ליצור את מה שהמטפל בוודאי ראה בעיני רוחו כמערכת יחסים 'אנושית' יותר אחרי סיום הטיפול. אני סבורה שהרעיון הזה מופרך מעיקרו ונידון תמיד לכישלון. הוא בלתי־מציאותי ופוגעני כלפי המטופל־לשעבר, במובן זה שהמטפל מנתק בכוח את הדמיון ההכרחי בין הסיום למוות.

הסימנים והתסמינים של שלב הסיום, אשר באופן אידיאלי רצוי שיימשך, בדומה להריון, תשעה חודשים, נראים הרבה יותר הגיוניים ברגע שרואים כי המטופל מוחה לא פעם בדיוק נגד נקודה זו שאותה אני מדגישה — כלומר, נגד חוסר ההיגיון הקיומי והאנושי שבהבאת מערכת היחסים לסיומה. כי אין ספק שגם אם המטופל שולט שליטה מלאה בקביעת התאריך, העיתוי, ואפילו בעצם עובדת הסיום, קיים שלב שבו יש הרגשה כאילו המטפל עולל זאת. השלכות עלולות לערער כוונות. אבל כדאי באותה מידה לשים לב היטב לסיום טיפולנו האישי. זה נשמע קצת אכזרי, אך בשלב הזה אנחנו כבר אמורים להימצא בעמדה שממנה נוכל לבחון ולחקור, ולא רק לחוות, את סיום הטיפול שלנו. היינו כבר אמורים לרכוש מידה מספקת של ריחוק.

בתקופת הסיום עשויים להופיע סימן מסוים או קבוצת תופעות, שעלולים לערער מאוד את ביטחונו של המטפל המתחיל החווה אותם בפעם הראשונה. נדמה כאילו כל מה שהושג בעמל רב אבד. פתאום, במקום האדם הפתוח, הבוגר והמאוזן שאתו אפשר לשוחח על סיום, מופיע ילד מיילל, כועס, מריר, פוגעני, קנאי, אשר בנוסף לכך אולי גם מחרחר או שורט או מחרבן, או מאיים בהתאבדות מתוך דיכאון שחור ובלתי־מובן. אספתי כאן יחד ללא הבחנה סימפטומים שונים שהיו אולי חלק מהתמונה בתחילת הטיפול אצל אנשים שונים, ובפרט אצל בעלי הסימפטומים הפסיכוטומטיים — סימפטומים שבשלב הסיום כבר מזמן נדחקו לקרן זווית לאחר שהושגה עליהם שליטה בעזרת תובנה ועבודה קשה והסביבה המאפשרת והמסייעת. הם נשמעים מפלצתיים כשגורפים אותם יחד בצורה כזו, אבל כל סימפטום ישן ונשכח יכול להיראות מחריד מאוד כשהוא צץ פתאום לבדו באופן בלתי־צפוי. נשמתנו פורחת, במיוחד כשהדבר קורה קרוב־לתחילת חיינו המקצועיים, אבל דווקא זה הזמן שבו דרושים קור־רוח והתמדה, גיוס כישורינו האנליטיים עד שיאם — ואחרונה חביבה, אחיזה בכל מחיר באותה אמונה בתהליך האנליטי ובעצמנו, שעליה אני מרבה כל־כך לדבר.

מפגן זה של רגרסיה חריפה אל מצב עתיר־סימפטומים, שהוא שחזור ימיו הראשונים של המטופל באנליזה, הוא מצב מסובך, שאף

על פי כן דומה בצורתו החיצונית ממטופל למטופל ומלמד אותנו כמה דברים דומים. נדמה כאילו כל המטופלים חולקים ביניהם בסתר ידיעה מסוימת על אודות דרך סיום משותפת. לעתים קרובות מופיע פחד פתאומי להינטש ולהישאר בודד ביקום – במילים אחרות, פחד מהשכול המצפה להם. עשויה להתעורר משאלה מענישה להפחיד את האנליטיקאי, להביך או להשפיל אותו, ולהוכיח לו שנפל בפח, בנוסף להיותו לא־יוצלח. הדבר מתרחש לא פעם אצל מטופלים שעדיין לא פתרו לחלוטין אמביוולנטיות ילדית מסוימת. זוהי בעיטת פרידה המכוונת אל אובייקט פנימי רע מימי הילדות או ההתבגרות, כאילו הבין המטופל שזו ההזדמנות האחרונה שלו לקצת נקמה מותרת. לפירוש כזה יש ערך רב בנקודה זו, והוא עשוי להתיר סוף סוף את האמביוולנטיות הפרימיטיבית. באופן מוזר, ישנו גם אי־רצון עמוק להיפרד מהחלקים הפרועים, הפראיים והילדותיים הללו של העצמי. בה בעת, מחאות אלה הן מעין טקס פרידה הנערך בנוכחותו של האדם היחיד אשר עשוי לגלות כלפיהן סובלנות, שלא לומר להבין את משמעותן. לטוב ולרע, גם זה העצמי של המטופל, גם אם כעת זהו עצמי שבדרך־כלל צפון היטב בארכיון.

זוהי תקופה סוערת, מרגשת; על המטפל להיות חד כתער, ערני ודרוך, ולהשתמש בתבונתו כפי שלא השתמש בה מעולם, במיוחד, כך אני סבורה, לצורך חיזוק נחישותו שלא להאריך את משך הטיפול. לא פעם מופיעה, בעיצומה של הרגרסיה, תחינה מעוררת רחמים מצד המטופל: "אי־אפשר להאריך, רק עד חג המולד?" או "אני יודע שהייתי מצליח לפתור את כל העניין אם רק היו לי עוד שישה חודשים". בשורה התחתונה, זה הכול קשקוש. אם נכנעים, שש דקות שוות בדיוק כמו שישה חודשים. צריך לשרוד את זה ולהמשיך בעבודה. אינני סבורה גם שמשיגים יתרון כלשהו אם נעתרים לבקשה, הנדירה הרבה יותר, לסיים מוקדם מכפי שנקבע. אלא אם כן נוצר הכרח מציאותי ומעשי ברור מאליו, קורה כאן משהו הדורש אנליזה, ולא שיתוף פעולה. תהיתי לאחרונה האם ניתן למתוח כאן קווי דמיון לנושא המתת החסד, וטרם הגעתי למסקנה. אני הייתי דואגת בקשר למטופל שקם ועוזב פתאום, וכך מנסה להקדים את הסיום, מתוך אשליה שהוא חוטף את השליטה לידיו. רוב המטופלים בשלב הזה

כבר עברו מספיק אנליזה כדי לבטא את הדחף באופן מילולי במקום לבצע אותו. אך המטופל החריג שמוציא אל הפועל את הדחף מציע הזדמנות לגלות כמה חיוני הדבר שנאמין אנו בעבודה, לפני, וגם תוך כדי, תקופת הסיום. המטופלים חדי־אבחנה מאוד לגבינו, הן ברמה המודעת והן ברמה הלא־מודעת, והם יזהו וינצלו כל רמז לחוסר ביטחון ונטייה לחרדה. אני סבורה שאין לחסוך במאמצים להחזיר מטופל שברח בשלב הזה; שִׂכחו מהכבוד העצמי ומהפרסונה האנליטית שלכם, והתרכזו במשימה העיקרית, לפני שגאוותו של המטופל תגרום לו להיתקע בעמדה מזיקה וחסרת־תקנה.

הוויתור היחיד שאני עושה בתגובה לבקשות להאריך את הזמן, או לרעיונות מבריקים לשמור על קשרי ידידות, או לבקשות להיפגש בנסיבות חברתיות, או אפילו להצעות לרומן אחרי שהטיפול ייגמר, הוא להבהיר למטופל שאם אי־פעם ייקלע לצרה אמיתית או לתקופה בעייתית בחייו, הדלת תהיה פתוחה בפניו לחזור ולעשות פרק נוסף של עבודה, בתנאי שיהיה לי מעט פנאי – נניח, פגישה או שתיים או כחצי תריסר פגישות. ברגע שמטופל, שנמצא בשלבי סיום ושרוי במצב־רוח פתוח ולא־רגרסיבי, מפנים הצעה זו בצורה יסודית, מפתיע כמה נדירים המקרים שבהם מתעורר הצורך לנצל אותה. ואם הוא כן נזקק לכך, הרי שהזמן תמיד מנוצל באופן פורה, ובמהלכו נעשה שימוש בכל עומק ההבנה ההדדית ושפת הקצרנות שהתפתחו במהלך הטיפול. בדרך־כלל אפשר לתקן את המצב בזריזות. באופן דומה, הייתי עדה ליותר מדוגמה אחת של אדם החולה במחלה סופנית, שנאמר לו בבירור על־ידי רופא מנוסה כי נותר לו זמן קצר ומוגדר לחיות, ובאופן די פתאומי הוא עורך איזו התבוננות פנימית עמוקה, בדרך־כלל בשילוב שיחה עם חבר קרוב. לעתים קרובות מאוד, ובאופן מאוד בלתי־צפוי, אדם שמעולם לא היה דתי ולא פיתח לעצמו שום פילוסופיית חיים או מוות ספציפית עשוי להגיע לעמדה מעובדת היטב של השלמה ושלווה נפשית, אשר תתמוך בו – ובסובבים אותו – משלב זה ואילך, עד הסוף, ללא כל חרדה או הכחשה. זוהי תופעה מרשימה ביותר, וכך גם עם מטופל המתקדם אל עבר סיום הטיפול כשהוא חווה את הרגשות המתאימים ועושה שימוש מלא בכל העבודה הטיפולית הקודמת.

להאריך יתר על המידה הוא חטא טכני בתחום עבודתנו, ועל כן אגיע לסיום הרצאתי באותה פתאומיות סופית שכל המטופלים, כולל אנו, חווים בסוף הטיפול, ולא חשוב כמה הכינו את עצמם לכך ועד כמה הוא בלתי־נמנע.