

1. הנפש והגוף

רקע

בסוף המאה ה-19 התחילה הפסיכואנליזה לכונן את עצמה כשיטה שמטפלת בנפש באמצעים נפשיים (בדיבור). עד אז לא הייתה נהוגה הפרדה של ממש בין בעיות גופניות לנפשיות, גם אם בפועל כבר היו מוכרות שיטות שכוונו לקשיים נפשיים כמו היפנוזה וסוגסטיית. ההכרה שהתחילה להתגבש אצל פרויד, כבר בתחילת עבודתו כרופא של מחלות עצבים, שטראומות נפשיות מצריכות שיטות טיפול שונות מאלו הנהוגות ברפואה, הייתה אחת מתחנות החשיבה המשמעותיות שלו בדרך לניסוח עקרונות הפסיכואנליזה. בעשרות השנים האחרונות ההבחנה, שמקורה בעבודה של פרויד, בין שיטות הטיפול המכוונות לגוף לבין אלה המכוונות לנפש מאותגרת מחדש, קודם על-ידי הפסיכיאטריה והיום ביתר החלטיות ודעתנות על-ידי חוקרי המוח. לא רק בדיבור אלא גם בפועל, המחקר הנפשי חוזר להיות מסופח לחקר מערכת העצבים. לטעמי, מי שסבור שניתן לתת מענה למכלול הבעיות של הנפש באמצעות כימיה, חשמל, נוסחאות מתמטיות ומחשוב, אין לו אפילו התחלה של הבנה בנושא. עם זאת העובדה, שאחרי יותר ממאה שנה הפסיכואנליזה הולכת ומאבדת את הסטאטוס הייחודי שלה כדיסציפלינה, שחוקרת את הנפש ומטפלת בה באמצעים של הנפש, מלמדת שמהו השתבש אצלה.

הדיאלוג של הפסיכואנליזה עם הגוף

השיטות שבאמצעותן התחיל פרויד את דרכו כרופא של מחלות עצביות היו גופניות בעיקרן: אמבטיות, מאסז', מנוחה, טיפול חשמלי (שמכוון להרגעה) ואמצעים דומים. מתוך הכרות עם הרעיונות של שארקו וההיפנוזה הסוגסטיבית של בארנהיים הוא התחיל להבחין יותר ויותר בין בעיות נפשיות לבין אלו הגופניות ואפילו על האופן בו בעיות נפשיות 'מדברות' דרך הגוף, כמו במאמר על השיתוק ההיסטרי (Freud 1893). מרגע שפרויד הצליח לכונן את ההבחנה בין המערכת העצבית ובעיותיה לבין הנפש וקשייה (כתת מערכת בפני עצמה) הוא זיהה ערוץ קשר אחר עם הגוף - הדחף המיני. עד סוף ימיו האמין פרויד שדחף זה הוא הגורם המכריע בכל הקשור לחיים הנפשיים ולדינאמיקות שלהם. הגישות שבאו אחריו הפחיתו בערכו של הדחף המיני על החיים הנפשיים, אבל כתוצאה מכך הם נשארו עם נפש בלי גוף. ההפרדה בין הנפש לגוף, שהתיאוריות הפסיכואנליטיות השונות הובילו אליה, הרחיקה הרבה מעבר למה שברור לכולנו במציאות - שהאדם הוא מערכת מורכבת, שמחולקת בתוך עצמה, באופן שאולי אינו לגמרי ברור, ל'גוף' ול'נפש'. הניסיונות ליצור את החיבור מחדש באמצעות ערוצים אחרים לא הצליחו להבשיל לתפיסות שיטתיות ומקיפות. כך למשל התזה של אנז'ייה, היוצרת הקבלה בין העור ל'אני' (אנז'ייה 2004) היא מוטעית לחלוטין. ל'אני' אין שום זיקה מיוחדת לעור יותר ממה שיש לו לידיים, ללב

וכן הלאה. להבנתי הייתה זו טאסטיין שהתחילה נכון בכך שקישרה בין התחושות ליסודות של החיים הנפשיים (טסטיין 2008). אבל היא לא הצליחה להעמיד תפיסה שיטתית של מכלול התפקודים הנפשיים והקשר שלהם לרמת התחושות והחושים. הקושי של הפסיכואנליזה לחבר מחדש את הנפש לגוף השאיר את הנפש 'תלויה באוויר'. אין פלא, שבמצב זה צצות גישות, הצעות ויוזמות להוריד את המירכאות ולהשלים מהלך, שמשמעותו המעשית היא וויתור על הנפש (כמושג ריק שאין מאחריו כלום) ואיתו על השיטה שאמורה לייצג את הנפש, לטפל בה ולהגן עלייה - הפסיכואנליזה.

הזיקות בין הגוף לנפש - רקע

לשאלת הדואליות גוף-נפש יש היסטוריה ארוכה וכמה מטובי המוחות בכל הזמנים נדרשו לה וניסו לתת לה מענה (אפלטון, אריסטו, דקארט ורבים אחרים) ובארץ ידוע ישעיהו ליבוביץ כמי שעסק רבות בנושא. העובדה שהנפש מגיבה לטיפולים כימיים וחשמליים, ושכלול המכשור, שמאפשר לאסוף נתונים מדויקים יותר מהמוח, הן בין הסיבות שגרמו לכך שחוקרים רבים סבורים שמדובר בבעיה מדומה. למשל מאחורי חקר המוח המודרני עומדות שתי הנחות: 1. המוח והנפש הן ישות אחת. 2. המוח הוא סוג של מכונה משוכללת מאוד, אבל כמו ביחס לכל מכונה ניתן לתאר את הפעולות שלו בנוסחאות מתמטיות. לא ברור מאיפה שואבים חוקרי המוח את הביטחון שלהם בהנחות אלו, אבל הן מרחיקות לכת (ולא ברור על מה הן מעוגנות) ומזמינות שאלות רבות. אין זה המקום להציג אפילו חלק מהן, אך חשוב להיות ערים לכך, שבלי להכיר את התפקודים הנפשיים, את הארגון שלהם ואת פעולת הנפש כמכלול, אין אפשרות לדעת משהו משמעותי על הנפש. במובנים רבים היחס בין הנפש למוח הוא כמו היחס בין המוח (ומערכת העצבים בכלל) לבין האיברים והרקמות האחרות בגוף. האם מישוהו יעלה על דעתו שאפשר לדעת משהו משמעותי על המוח ומערכת העצבים רק דרך מחקר של פעולת איברי הגוף האחרים?

הערוץ המקשר בין הגוף לנפש

המפה הנפשית מלמדת, שהתחושות הגופניות (רעב, שובע, צמא, כאב, אי נוחות, עייפות וכדומה) הן נקודת החיבור בין הגוף לבין הנפש. למקבילה האנגלית של המונח 'תחושות' - sensation - יש קונוטציה פיזית יותר מאשר נפשית, אבל בעברית הקונוטציה היא נפשית ומתייחסת לפרשנות ברמה נפשית, שניתנת לאירועים פיזיולוגיים, כימיים וחשמליים בגוף. המידע המועבר מקולטנים הרגישים לשינויים באיברים פנימיים שונים בגוף כמו, הלב, הקיבה, הריאות, קבוצות שרירים ועוד 'מתורגם' אי שם במערכת העצבית מרמה גופנית לרמה נפשית. 'התרגום' מרמה לרמה משמעו, שהתחושות הן הגרעין והיסוד שממנו יתפתחו התפקודים הנפשיים האחרים ולכן אפשר להתייחס אליהן כמי שיוצרות רמה שונה בגוף. בהיותן הגרעין של הנפש יש להניח, שהנפש בכללה מורכבת מ'חומרים' דומים לאלה של התחושות. מקורן של התחושות הוא בגוף ואין שום סיבה להניח שהן עשויות מחומרים או אנרגיות שאינם מוכרים לנו. התחושות הן הערוץ שדרכו משפיעות התרופות הפסיכיאטריות עליהן עצמן ודרכן על תפקודים נפשיים אחרים. התחושות מהוות רמה שונה של הגוף בדיוק כשם שמערכת העצבים מהווה רמה שונה ביחס לכל הרקמות האחרות ועשויה מחומרים אחרים משלהן. התחושות הן גם המתווכות בין הגוף לנפש

לאורך כל החיים ובתפקידן זה הן גם הקרובות ביותר לחוויית החיים בכלל ולחוויית החיים הנפשיים בפרט. בנסיבות שאיננו יודעים עליהם מספיק המעבר מהגופני לנפשי באמצעות התחושות יכול גם להפוך כיוון: מהנפשי לגופני. זהו הערוץ שבאמצעותו מנהלת ומכוונת הנפש את הגוף (כמו בתנועות רצוניות) וזהו גם הערוץ שאליו היא מפנה עומסים שאינה מצליחה להתמודד עימם ויוצרת על-יד כך סימפטומים סומאטיים.

הנפש והעולם

הן ברמה האבולוציונית והן ברמת הפרט התחושות הגופניות מהוות את הגרעין הנפשי שממנו מתפתחים כל התפקודים הנפשיים האחרים. את הצעד הראשון אפשר לכוונת 'הפניה החוצה': במקום לתת פרשנות לאירועים גופניים פנימיים, עברו חלק מהתחושות סוג של שינוי, שאפשר להן לתת פרשנות לאירועים גופניים חיצוניים. את 'החומרים' שיהפכו למידע אודות העולם מקבלת הנפש דרך החושים השונים (ריח, טעם, שמיעה, ראייה) כשחוש המישוש הוא על הגבול בין התחושות המכוונות לגוף לבין אלו המכוונות החוצה. צורת הפרשנות המשמעותית ביותר, שהתפתחה בכדי לתת מענה לאירועים חיצוניים הן האמוציות (או הריגושים). דרווין הקדיש עבודה נפרדת לנושא זה (Darwin 1872) והראה בפרטי פרטים את הביטויים השונים שלהם במחוות גוף, הבעות פנים ועוד אצל בני אדם ומינים רבים של בעלי חיים. האמוציות הן למעשה פרשנות לשאלה, האם אירועים מסוימים הם מסוכנים, מפחידים, מרגיעים, מסקרנים, מצריכים תגובה וכדומה. במקביל מוסרים הביטויים האמוציונאליים לסביבה את מצבו ועמדתו של היצור ביחס אליה. התחושות והאמוציות יוצרות יחדיו את שתי רמות הארגון הראשוניות של הנפש. אצל התינוק הן יהיו את הרמות הדומיננטיות בנפש עד תחילת הדיבור, ינהלו את חייו הנפשיים, יכוונו את צורות הלימוד שלו את העולם ואת הדרכים לתקשר ולהתמודד איתו.

המשמעויות הקליניות

אחת התובנות המשותפות לכל התיאוריות והגישות המרכיבות את השדה הפסיכואנליטי היא, שרבים מהקשיים הנפשיים בחיים הבוגרים נובעים מהתנסויות בילדות המוקדמת. מנקודת מבט של המפה הנפשית, משמעות תובנה זו היא, שלאותם תפקודים נפשיים המרכיבים את רמות הארגון הראשוניות של הנפש - התחושות והאמוציות - יש משקל רב בקשיים אלה. אין אפשרותי לפרט כאן ולו במקצת את היקף הנוכחות של התחושות והאמוציות בקשיים הנפשיים בכל הגילאים והם יוצגו בהדרגה בטכסטים הבאים. כדי לקבל רושם ראשוני על חשיבותן של רמות אלו בתיאוריות הפסיכואנליטיות הקיימות, די יהיה למנות כמה מהמושגים שניסו ללכוד משהו מתקופת חיים הראשונה ורמות הארגון הראשוניות: 'התהליך הראשוני' 'הסתמי' 'נרקסיזם ראשוני' ו'נרקסיזם' אצל פרויד. 'הלא מודע הקולקטיבי של יונג'. 'הממשי' וה'דמיוני' של לאקאן. העמדה הפרנואידי-סכיזואידיית של קליין, 'מרכיבי ביתא' של ביון, 'הקצה הפרימיטיבי של החוויה' של אוגדן, 'הידוע שלו נחשב' של בולס, שלב 'היצירה' של באלנינט ומן הסתם עוד רבים אחרים. עם זאת אף אחד מאותם מושגים ומונחים לא הצליח להעמיד תיאור מוחשי ומפורט של הנפש התינוקית, לאפיין את האופן בו היא חווה את העולם, את הארגון שלה ומה האמצעים העומדים

לרשותה בכדי לקבל עליו מושג כלשהו. זיהוי התחושות והאמוציות כתפקודים המרכזיים של הנפש התינוקית מאפשר להציג תיאור מפורט ומובחן שלה ולזהות את הנוכחות והביטויים של הנפש התינוקית בחיים הנפשיים הבוגרים בכלל ובקליניקה בפרט. העולם הנפשי הראשוני של התינוק הוא הגוף ובתקופת החיים הראשונה הוא חווה את העולם רק באמצעות תחושות של הגוף. לחוויית עולם ראשונית זו יש השלכות רבות על החיים הנפשיים הבוגרים וביטויים רבים בקליניקה. אלה ידונו בהמשך.

סיכום

הנפש היא חלק מהגוף ומהווה את רמת הארגון הגבוהה בו. התחושות הגופניות הן שיוצרות את נקודת החיבור בין הגוף לנפש ובתור שכאלה יש להן תפקיד חיוני לאורך כל החיים: הן מזווחות לנפש על מצב הגוף. כרמת הארגון העליונה של הגוף, הנפש היא המערכת המשוכללת ביותר ביקום המוכר לנו ויש צורך ללמוד אותה בפני עצמה. הארגון של הנפש וצורות הפעולה שלה שונות מכל מה שמוכר לנו מהמערכות הגופניות, כולל המוח.

מקורות

אנזייה, ד' (2004), *אני עור*, תולעת ספרים.

טסטין, פ' (2008), *מחסומים אוטיסטיים במטופלים נירוטיים*, תולעת ספרים, תל-אביב.

יגאל, י. (2011) *אנטומיה התפתחותית של הנפש*, הקיבוץ המאוחד, תל אביב
יגאל, י. וראופמן ר. (2011), *המעשייה על 'הזאב והגדיים' וצורות הארגון וההגנה הראשוניות של הנפש*, מרחבים: כתב-עת אינטראקטיבי למחשבה פסיכואנליטית.

יגאל, י. וראופמן ר. (2011), *המעשייה על כיפה אדומה: איך נדע שאנחנו פועלים נכון?*, מרחבים: כתב-עת אינטראקטיבי למחשבה פסיכואנליטית

Darwin, C. [1872] (1965), *The Expression of the Emotion in Man and Animals*, University of Chicago press, Chicago & London..

Freud, S. (1893), *Some Points in a comparative study of Organic and Hysterical Paralysis*, S.E. 1:160-172.