

על החופש ועל הפחד מחנו

האפשרות להיות גם בבית וגם בחו"ל, גם עם בן זוג וגם עם אחרים, היא לא חופש, אלא חופש על פניו. הפסיכולוגית אילנה לאור עושה סדר בחופש

מהו חופש, מהי חירות?

כאשר מדברים על חירות, מיד עולה השאלה מהו היפוכה של החירות: שעבוד, עבדות, כיבוש? באסוציאציה שלנו, שלילת החירות באה מבחון - דרך אויב, דרך כובש, דרך ממסד, על ידי בני זוג. החשיבה האנליטית, שמתחילה עם פרויד, אומרת שהאדם הוא חסר חירות במהותו. מדוע? כי ברגע שיש לנו לא מודע (תת-מודע) שהוא לא בבעלותנו, יש בתוכנו משהו שאנחנו לא בשליטה עליו ואנחנו לא הבעלים שלו. במחקריו שעסקו בהיסטריה גילה פרויד, כי אדם שהיה בריא לחלוטין לא יכול היה להזיז את ידו בשל סיבה לא מודעת. החשיבה שממשיכה את התיאוריה הזאת אומרת, שאנחנו כולנו בנויים מהפנטמות שיש לנו עם הדמויות המגדלות הראשונות, ושהאדם הוא תבנית נוף הולדתו.

כלומר, אנחנו אתייחסים למציאות מתוך ההווה הפנימית שלנו?

תמיד. במצבים קיצוניים יותר, דיסוציאטיביים, ילדים נפגעי טראומה שחוו פיגוע לא יזכרו מה היה שם. אבל אם ניתן להם לשחק את האירוע, הם ישחקו את הפיגוע באמצעות מכונת ופצצה. האירוע כאילו צרוב או חרוט בנפש מבלי שיש לו מילים, והוא יבוא לידי ביטוי בעשייה כמו משחק. מכאן המחשבה כי אצל אנשים שעברו טרור, האירוע חרוט באופן שיבוא מאוחר יותר לידי ביטוי. פעמים רבות אנחנו מפנימים דברים שליליים, למשל דמויות הורים תוקפניות. הורה מתעלל יכול לפעמים להיות לאו דווקא הורה מרביץ, הוא יכול להיות דמות קפריזית כאשר אתה לא יודע אם כן או לא להתקרב אליו. ילד יכול להפנים דמות כזאת, והוא יחצין את ההתנהגות הזאת כלפי אנשים אחרים.

מתי אדם מרגיש חסר חופש?

המחשבה שאדם מטיבו משועבד להפנטמות שלו, ללא-מודע' שלו, לאירועים שעבר, אין בה רק אלמנט שלילי. חלק מהשעבוד קשור בעבודות להיסטוריה, האדם הוא איש קשור. אתה דומה לאבך גם במובן הטוב של המילה, של ממשיך קשר. השאלה היא, אם כן, מתי אתה ממש חסר חופש, מתי קשר קושר אותך ומתי קשר הוא במובן החיובי. בכל קשר יש כפילות - הוא גם קושר במובן של חונק, מדכא ומשעבד, והוא גם קשר במובנים החיוביים של התקשרות - המשכיות, קרבה ואינטימיות.

חירות היא עניין פנימי?

לחלוטין. ככל שאני נמצא במגע עם יותר ויותר הפנטמות שלי, ככל שאדם "מחובר לעצמו" יותר, כך יהיו לו חופש פנימי רחב וגדול יותר. ככל שהפרטואר שלנו גדול יותר - אנחנו יכולים להיות בה בעת גם שטותניקים וגם רציניים, מוסרניים ולא מוסרניים, תוקפניים וחמים - אנחנו יכולים לנוע בתוכו באופן לא נוקשה, וכך גם החופש שלנו גדל. ברגע שאין לי הרוחב הזה, אין לי חופש. ברגע שיש לי רוחב במין תחושת 'היפר', אין לי חופש. במקום שאין לי גבולות, אין לי חופש. זה הפרדוקס של גבולות וחופש.

לפעמים אנחנו חוששים לקבל גבול, כי הוא מסמל את שלילת החופש.

זה רק כאילו. וויניקוט אומר שהפנטזיה נסבלת במלוא עוצמתה כשיש קשר טוב למציאות. אנשים חסרי גבולות הם אנשים מבוהלים מאוד, שכאילו יש להם חופש אבל אין להם עמוד שדרה. אם אני יכולה להיות גם בבית וגם בחו"ל, גם עם בעלי וגם לבגוד בו, גם עם ילדי וגם בלעדיהם, זה כאילו יש לי חופש, אבל זה בעצם תנועה ממקום למקום, זה לא חופש אמיתי, אלא זה חופש על פניו. פעמים רבות אין כאן חשיבה, אלא רק התרוצצות.

אז מהו חופש אמיתי?

לפעול, לחשוב ולהרגיש לפי המחשבות שלי. אני יכולה לא ללכת לשום מקום ולהרגיש חופשית מאוד כי העולם מעניין, כי המחשבות שלי פתוחות ומעניינות. מצד שני, אני יכולה לנוע בכל העולם ולא להרגיש בחופש כי אין לי תחושת שייכות, כי אין לי את ההפנטמות שלי.

ומנוס מחופש?

אם לוקחים את ההגדרה הזאת, אז להיות "מחובר לעצמך" הוא עניין לא קל, המעורר חרדה גדולה. להיות מחוברת לעצמי משמעו להיות קשובה לעצמי, למי שאני, ולהבנה שהחירות שלי פוגעת במי שלידי - אני רוצה ככה והוא רוצה אחרת. על פניו, חופש הוא הדבר הכי נפלא, אבל אנחנו יודעים גם מילדים שכשקיימת אי ודאות - וחופש מייצר אי ודאות - נוצרת חרדה. ככל שאתה מחובר ליותר חלקים של עצמך יש תחושה טובה יותר של חירות, לא במובן של נירוונה, אלא של אדם חי מבפנים.



