

טיפול התודעה המטפלת - לקראת אמפטיה טוטלית¹ - נקודת מבט אנרגטית

כתבה: אביגיל שחר

"The force that binds people to each other cannot be a selfish interest. To be effective, it must be a force that transcends the self [...] Bioenergetic Analysis, which promotes the spiritual values of the body, satisfies these needs" (Lowen 1972/1987, pp. 213-214).

"The finding of the body of the beloved one itself is gratification of the first order" (Reich, 1953/1971, p.27)

התודעה המטפלת היא זו המשוקעת לאין סוף בקיום מרחב אמפטי. נראה שכולנו נסכים שאמפטיה אינהרנטית לקיומנו האנושי והיא חוצה כל זרם של הגות פילוסופית וקלינית. האופן שכל אחד מאיתנו מבין מרחב אמפטי, מחוייב אליו, מטפח אותו וחי אותו ובו בוודאי שונה. בחיבור זה אשתף בדרך שמצאה אותי ואני אותה, למחוייבות אתית זו למשוקעות אמפטיות נמשכת ששורשיה בחכמה (wisdom) האינסופית של הגוף. חכמה שאין להפרידה מחכמת תודעתנו האינסופית.

אתבסס על ההנחה שחיים בוראים ונבראים, נשמרים ושבים משברם בתוך יקום אמפטי ובתוכו בלבד. למרות שפרנצי נטע זרעים ראשונים ויקרי ערך ביחס למרכזיות האמפטיה במרחב האנליטי המרפא, הנחה ראדיקלית זו ביחס לאמפטיה הפציעה לראשונה בשדה הפסיכואנליטי באופן בהיר, **סיסטמטי וחד משמעי** על ידי קוהוט. סדר אתי זה של אופק אנושי מקבל משנה תוקף סביב התפתחויות עכשוויות בשדה פסיכולוגיית העצמי ב"רוח אדם" בישראל. התפתחויות שלתפיסתי נשזרות באופן אורגני עם המימדים הפיזיים והמטאפיזיים בהגות של וילהלם רייך, אבי האנליזה הביואנרגטית וממשיכו אלכסנדר לואן.

משמעות הנחה רדיקלית זו היא שאין עצמי החי את קיומו הצורני האישי בגופו החומרי ובגופו הנע מעבר לחומריותו, לעבר קיום על אישי, ללא זולתעצמי² הנכון למוסס בנדיבות, ברכות ובעדינות את אחיזתו בקיומו

¹ חיבור זה מבוסס על הרצאה שניתנה על ידי אביגיל שחר במרכז ויניקוט במרץ 2025 ועל מאמר שטרם פורסם:

Avigail Shahr (2024), "Living the Empathic Way – Toward Total Embodied Empathic Immersion"

² **הרחבה למושג זולתעצמי:** זולתעצמי הוא מושג שתבע אבי פסיכולוגיית העצמי היינץ קוהוט והתרחב במהותו, בשני העשורים האחרונים, מתוך תפיסתו של רענן קולקה וקהילת "רוח אדם". מדובר בנוכחות השרויה בהימסרות מתמוססת אל הזולת, במחוייבות לחרוג מהעצמי האינדיבידואלי, לוותר על כל אחיזה עצמית לטובת השתתפות בזולת, מתוך התחלפות בו - מתוך התחוות (מהמילה חוויה) בו זמנית ישירה עם ובתוך הזולת. כשהעצמי מוכלל בתוך זולתעצמי שלו, אלה הפתוחים, הרכים והנדיבים, לכינונו, העצמי יכול לנוע לעבר הפצעה או התמוססות בהתאם למה שמבקש מובליזציה. לא ניתן לתבוע זולתיותעצמי (selfobjecting), אפשר להצטרך אותה. זולתיותעצמי היא משהו שמישהו שיש בו אומץ לב לחרוג מעצמו, נותן לזולת אותה.

הצורני – האישי לעבר קיומו העל אישי, הטרנסנדנטי, שרייך כינה בכמה שמות נרדפים, *transpersonal*, *we-yonder suprapersonal*. כמו כן, אראה שהקריאה למחוייבות אתית אמפטית זו הינה קריאה אמבריונית קדמונית. קריאה שאינה רק מספרת על כך שחיים יכולים להיווצר אך ורק מתוך מצע אמפטי, אלא שהיא גם מתווה את הדרך לעבר טיפוח מצע זה.

חיבור זה חושף את המימד האנרגטי במרחב המרפא של האנליזה הביואנרגטית. ארצה להראות שליבת ההתמרה בתודעה ובגוף, זו שמאפשרת לנו להיות פתוחים לחלוטין להימזגות עם האחר, להכללת האחר בתוכנו, מצויה באנרגיה הפיזית הנמצאת בכל מקום - באדם, וביקום כולו. אנרגיה זו, במצבה החופשי, הינה נטולת מסה ושואפת לנוע מעבר לחומר. היא אינה נעלמת לעולם, היא מעבר לזמן ומרחב.

ארחיב על כך - אנרגיה העומדת בבסיס החיים, היא זו שמניעה תנועה ותנועה היא זו המניעה את התהוותן של צורות. אם נתבונן על חיינו בגוף החומרי. נראה שאנחנו זקוקים לאנרגיה זמינה כדי שתתעורר תנועה פנימית. ללא תנועה של נוזלי הגוף, תאי הגוף, רקמות ואיברי הגוף, לא יפציעו יצרים ולא תפציע אף הרגשה ואף מחשבה. יצרים, הרגשות ומחשבות הם כבר צורות בחומר הגופי הנע. אנרגיה היא גם היחידה שיכולה לנוע מעבר לגוף החומרי לעבר היות גוף אנרגטי משוחרר מאחיזה בחומר. לפיכך הדרך להתמרה בגוף ובתודעה היא בשיבה אל המימד האנרגטי.

מתוך הנחה בסיסית זו, וילהלם רייך שהיה אחד מתלמידיו המבריקים והאהובים של פרויד, עד שדרכיהם נפרדו באופן טראגי, הציע מפנה אתי, פרדיגמטי, פילוסופי ופסיכואנליטי. הוא הציע שאין זו האנרגיה היצרית המניעה את הקיום האנושי, אלא אנרגיה פעימיתית.

בהיותנו צורה עם פתח, גוף התחום בממברנה החדירה לעולם דרך פתחיה הפיזיים והאנרגטיים, אנרגיית החיים תניע אותנו בהתרחבות לקראת העולם להתמלא בו ותשיב אותנו בהתכנסות פנימה למנוחה ועיכול, וחוזר חלילה. כך, מראשית היווצרותינו ועד סופם פועם כל תא בגופנו, ובעצמיותנו כולה, במזיגה טבעית עם העולם הרווי בשדות אנרגטים פועמים חיים ודוממים ובאנרגיה קוסמית פועמת החובקת כל. פעימיות זו של התרחבות והתכנסות שהינה הביטוי הבסיסי ביותר של אנרגיית החיים הסומטיים והתודעתיים מתממשת במלואה במרחב סומטופסיכי אמפטי פתוח ופועם, ומצטמצמת במרחב סומטופסיכי הכושל אמפטי, כזה שפעימתיותו נקרשת ונסגרת.

מתוך כך, פתח רייך פתח לביולוגיה אחרת: כזו שמחלצת את האורגניזם האנושי מדחפיו הקונפליקטואליים הפנימיים הנוטים לבודד אותו וליצר דטרמניסטיות, לטובת ביולוגיה המושתתת על התהוות גומלין השרויה מטבעה בהשתנות מתמדת. הדבר גם אומר ששייכות ביסודה אינה קשורה בתוכן, אלא בתנועה אנרגטית - תודעיתית. המשמעות של התהוות מותנית זו היא שכל התופעות מורכבות ולעולם אינן יכולות להתקיים מצד עצמן. אין דבר הקיים בפני עצמו. אין עצמי ללא זולתעצמי ואין זולתעצמי ללא עצמי. זו תמיד **לולאה אין סופית של עצמי** ∞ **זולתעצמי**.

לפיכך, כל מצב שבו של העצמי הוא מצב של הפרעת זולתעצמי כלפיו. מורכבות זו לא מאפשרת לפגוש חיים מבלי לפגוש בסבל. כולנו נושאים בתוכינו שבר כזה או אחר ולכן באופן בלתי נמנע נפגע גם במי שאנחנו נכונים עבורו למשוקעות אמפטיות נמשכת. רייך הכיר בכך ובקש לומר לנו שאין דבר מפחיד יותר ומעורר סבל, בדידות וחוסר

שייכות מלפגוש בגוף הורי השרוי במוות אנרגטי פיזי ונפשי, נטול תנועה פעימתית חיה, שאינו מגיב. לתפיסתו שברון הלב העמוק ביותר שלנו הוא באובדן יחסי זיקה אנושיים פועמים.

זיקת גומלין פעימתית זו הינה הגורל העמוק ביותר שלנו אך גם איזור האמונה³ הבסיסי ביותר.

מדוע?

אותה אנרגיה פעימתית שנעה בפתיחות חיה במגע עם זולת עצמי אמפטי היא אותה אנרגיה בדיוק שמתכווצת ונשברת במגע עם זולת עצמי שכושל. לפיכך, בהשבת מרחב סומטופסיכי אמפטי, אנרגיה פועמת שנשברה וקפאה בזמן, תוכל לשוב ולזרום אל הפריפריה של גופינו החומרי ואף מעבר לו, ותתאפשר התחברות מחדש למעיין האנרגטי הפעימתי בליבת קיומנו. זה, שכאמור בלתי תלוי במרחב ובזמן ונמצא בהשתנות מתמדת. דבר אינו יכול לפגום לתמיד בתודעתנו המתקיימת בזיקת גומלין נמשכת עם תהליכים אנרגטיים בסיסיים אלה. איזור האמונה הזה קריטי לטיפוח משוקעות אמפתית לעבר מצבה הטוטלי.

גם אם פוטנציאל זה אינו יכול להתממש במלאו בגלגול חיים אחד, רייך הציע שתודעתנו צריכה לנוע מעיסוק בבריאות האדם לעבר עיסוק בהכרת הכאב של היותינו נפרדים ממשו או ממישהו. רק כך נבין את הקריטיות של טיפוח המימד הטרנסנדנטי, את אי שניות הדברים, את מה שמניע את החיים ומכוון אותם. ככל שהחסימה של יחסי זיקה פועמים וטבעיים עם העצמי והעולם תלך ותקטן, כך, אומר רייך - "אולי, ביום מן הימים, לאחר מאות בשנים, היא תוסר לחלוטין מעל פני האדמה. אין זו נבואה, האדם, ולא הגורל, הוא האחראי הבלעדי לתוצאה של תהליך זה". רייך ביקש שאחריות זו תתממש עבור כל תא בגופינו, עבור העצמי, העצמי – משפחה והעצמי – קבוצה (עם/עמים). בכאב רב ניתן לראות שחלפו מאז כמעט מאה שנים ואנחנו עדיין חיים מפוצלים זה מזה, מבוצרים בזהותנות האישית שלנו ולא מפסיקים לפגוע זה בזה.

ואולי דווקא בגלל המציאות הכואבת בה אנו והעולם שרוויים, יש חשיבות גדולה מאי פעם לחזור לקריאה זו של רייך. לחפש בתוכינו שוב ושוב התקיימות על אישית מתמוססת (*suprapersonal surrendering, we -yonder*). הווה אומר, לשוב אל הטבע הקיומי שלנו שהוא ביסודו מתמוסס ופתוח ולא אחוז בצורניות אינדיבידואלית שחוסמת מזיגה של שניים הנעשים אחד. הוא קורא לנו להתמסר למצב הרוח הבסיסי השוקט של העצמי (*basic [silent]*), זה שלדידו מבטא את טבענו הבסיסי (*true nature*) וצריך לקבל מקום של בכורה בחיים. זה שמאפשר אתיקה בסדר גבוה (*true morality*). זהו מצב רוח אנרגטי קוונטי, מצב רוח טרנסנדנטי השרוי ב *silence*⁴.

רייך משתמש במונח מצב, אך באופן שבו מצב הרוח הבסיסי הזה מתפקד, אין זה מצב במובן הסגור של המילה, אלא מרחב פתוח רוחני ואינסופי. קשה לתרגם את המילה *silence*. באנגלית יש לה הרבה יותר משמעויות מאשר בעברית. נראה כי השימוש במילה שקט או שתיקה מעניק ל *silence* משמעות של משהו שמרגיש יותר סגור ומוגדר, בעוד שבפועל מדובר במרחב של זרימה אנרגטית חופשית ומעודנת - משוחררת ממסה, משוחררת מחומר כאנרגיה

³ איזור האמונה, הוא מושג המושאל ממיקל אייגן.

⁴ בחשיבה זו על טבענו הבסיסי אי אפשר שלא לראות את האסוציאציה בין הגותו של רייך במימדים אלה להגות הבודהיסטית. באחד מכתביו מציין רייך את הפליאה שחוזה כשגילה שהבודהה חשב כמותו לפניו. בהקשר דומה, גם לואן באחד מכתביו את המימד הרוחני באנליזה ביואנרגטית לטבע הבודהה.

רוטטת דחוסה וגסה. מרחב חי ונע, החורג מהפסיכולוגי ומהביולוגי, רייק מקיום עצמאי. רוח זו של רייך מהדהדת לקריאתו של רענן קולקה בהשראת קוהוט, כמאה שנים מאוחר יותר, לנוע מפסיכולוגיית עצמי לעבר פסיכולוגיית זולתעצמי. כוונתו לכך שהקיום הבסיסי שלנו, זה שצריך לקבל בכורה, הוא קיומנו כזולתעצמי – אותו קיום שרייך מתארו כמרחב טרנסנדנטי, על אישי, המבקש לקבל מקום של בכורה באפשרות לקיום אנושי נעדר שניות.

כל זה אינו מבטל את טיפוחו של העצמי הפועם האישי. אין ספק שכדי לקיים חיים, אנו מחויבים לטיפוחו של העצמי הפועם האישי – זה השואף להיות מושקע בגוף הממשי, התלת ממדי – החומרי. זה הפועם בתוך צורותיו החדירות והמשתנות הספוגות בתוכן יקר, בתחושות, בדחפים, ברגשות, במחשבות, באמונות, בזיכרונות, ביכולות ובחלומות. יותר מכך, אנו זקוקים לקביעות של צורות – שאזי, בכל בוקר ניאלץ ללמוד מחדש מיומנויות בסיסיות – כמו ללכת, לדבר ואפילו לזכור מי אנחנו. כל עוד אנחנו יש קיים ויש לנו גוף ונפש הקיום שלנו זקוק להפצעתן של צורות.

אין בנתינת הבכורה לעצמי הטרנסנדנטי המתמוסס, כדי לשלול את חשיבות שמירת גופנו הממשי חי עם כל מה שיש בו, באופן שאינו אחוז ואינו אווז. להיפך – מחויבות זו חיונית, שכן **גוף חי הוא מטבעו גוף בנתינה**.

השאלה המכרעת היא היכן מצוי וקטור ההשקעה הבסיסי שלנו – האם הוא מופנה אל הצורה, אל החומר במצבו האנרגטי הדחוס, או אל מעבר לצורה, אל עבר אנרגיה חופשית ממסה? האם החיות שלנו, החום שבנו והתודעה הערה שלנו מוקדשים בראש ובראשונה להתפתחות האישית שלנו, שתיטיב בסופו של דבר עם הזולת? או שמא חיוניות זו מוקדשת מראש לזרימה החיונית של האחר?

אנחנו נוטים לחשוב שסבלנו העמוק ביותר שייך לעצמי האישי שלנו. אך למעשה, הסבל העמוק יותר הוא דווקא מההימנעות מהליכה בדרך הטרנספורמטיבית לעבר שייכות טרנסנדנטית – לעבר מצב הרוח הבסיסי השוקט של קיומנו.

מדוע?

חייו של העצמי האישי – האינדיבידואלי, הן במצבו הלכיד והן במצבו השבור – תלויים בזולתעצמי רואה ומראה. אך זולתעצמי כאלה תמיד חסרים בעולם, ולכן אנו נותרים פגיעים לקריסה לעבר האחזות יתר בעצמי אישי המפריד, מבודד ומפצל אותנו מעצמנו ומהאחר.

ברגע שאנחנו נתונים להתמרת העצמי האישי שלנו בעבור זרימתו החיה של האחר ומעמידים אותו לפנינו, אנחנו הכי פחות אחוזים בעצמי האישי שלנו וזה מאליו מרפא. בהיותנו מרחב אנרגטי מותמר – מרחב מתמוסס, העצמי נעשה מאליו לכיד כיוון שהזרימה האנרגטית הפעמיתית הברורה והחד משמעית לאורך הגוף ומעבר לו יוצרת מאליה לכידות. כך מתאפשרת תנועה גמישה בין היותנו לפני צורה, בתוך צורה ומעבר לצורה. כך נוצר מרחב אותו אנו נקראים לטפח לקראת מימוש טוטאלי של זולתיותעצמי, של היות באמפטיה.

רגעים שבהם אנו מתמירים את עצמנו לקומה גבוהה זו של זולתיות עצמי מתמוססת טרנסנדנטית, אינם שכיחים בחיינו האישיים והקליניים. עם זאת, נראה שכולנו פגשנו בהם, גם אם מעולם לא הוגדרו כך. כולנו נושאים בתוכנו ידיעה, קריאה וכמיהה לקומה זו של קיום, הנטועה בטבע התודעה עצמה ובזיכרון התודעתי- אמבריוני שלנו.⁵

הבריאה שלנו תלויה במוכנות של הביצית הגדולה הפועמת לוותר על פנימיותה, להיעשות מרווחת ומעודנת ולפתוח עצמה אל הזרע הפועם הקטן, הפגיע והדחוס בחומר, עד לרגע של הימזגות גרביטציונית, שבו גם הזרע מוותר תחילה על זנבו ולאחר מכן על ראשו הרווי בחומר המתמוסס אל תוך הביצית והשניים נעשים אחד.

אציע כי הביצית, היא זו המתפקדת כזולת עצמי תאי קדמוני, היא זו המאפשרת את היווצרותו של מצע אמפטי תאי קדמוני, הבורא חיים. לפיכך כל עוד נוכל לחיות לאורו של מרחב אמפטי קדמוני וטוטלי זה, הנסמך על החוכמה האינסופית, הקוונטית של הגוף והתודעה, השזורים זה בזה באחדות, רגעים של היות מרחב מתמוסס טרנסנדנטי יתפכו נגישים יותר.

כעת נעמיק מעט יותר אל תוך היקום האנרגטי- תודעתי האמפטי, אל ההיות בתוך המצע האמפטי - עצמי ∞ זולת עצמי.

מהרגע שבו המטופלים שלנו מוזמנים לראשונה למרחב המרפא, הכניסה לשדה האנרגטי המשותף היא מיידית, וכך גם ההשפעה האנרגטית ההדדית והבו-זמנית. מופע אנרגטי זה מתרחש בהכרח, בין אם צורכי זולת עצמי כבר נענו ובין אם לאו. הן המטפל והן המטופל מגיבים, באופנים מובלעים, לתנועות הגופנפשיות המעודנות ביותר המתהוות מתוך ההתרחשות בשדה האנרגטי המשותף. בהמשך אורגני למה שכבר נאמר, המפגש בין מטפל ומטופל הוא בראש ובראשונה מפגש פעימתי-ביופיזי ולא פסיכולוגי. מופע זה מתקיים בכל חדר טיפול שבו נוכחים שני גופים, גם אם הדיסציפלינה הטיפולית אינה מחזיקה תודעה ערה לכך.

המטפל באנליזה הביואנרגטית נקרא להיות ער באופן מתמשך לדרכים בהן האנרגיה הפעימתית עובדת בתוכו ומוצאת את דרכה החוצה אל תוך השדה האנרגטי המשותף ולדרכים בהן האנרגיה הפעימתית עובדת בתוך המטופל ומוצאת את דרכה החוצה לעבר אותו שדה משותף. זה אינו משהו מסתורי, זה הבסיס לכל תודעה השזורה בגוף הממשי ובגוף הטנסנדנטי.

רייך הציע לנו שכל שני שדות אנרגטים פועמים, הנמצאים בשייכות אנרגטית זה לזה ומבססים את שייכותם, יגיעו למשיכה גרביטציונית אנרגטית הדדית עד לכדי מזיגה של שניים שהם אחד. הוא כינה מופע זה **סופראימפוזיציה אורגונוטית** (*orgonotic superimposition*). כיוון שמדובר במזיגה אנרגטית בבסיסה, היא תמיד תתרחש ב - *silence*. כמו כן, רייך מבהיר שאין זה משנה מה מידת המורכבות של השדות הנמצאים בשייכות זה לזה ומגיעים לסופראימפוזיציה אורגונוטית, התפקוד האנרגטי תמיד יהיה זהה. משמעות הדבר היא שסופראימפוזיציה בין ביצית

⁵ המחקר המדעי העכשווי מחזק את האובסרציה של וילהלם רייך בת המאה שנים ביחס לתודעה תאית. הוא מזהה תודעה תאית ומציע שכימה תאית עמוקה מספקת לתא תודעה ואת כל היכולות המקושרות לתודעה. חקר שמציע שהחיים משתמשים במבנה בלתי נראה של אנרגיה פיזית של היקום ברמה אנרגטית קוונטית כדי להכיל ולתקשר מידע ביולוגי וכדי להסיע תודעה אינדיבידואלית וקולקטיבית.

וזרע, אם ותינוק, גבר ואישה, ירח וכדור הארץ, זהה בתפקודה האנרגטי. בשיח של רייך עם תלמיד שלו הוא רמז לכך שיתכן שהתרחשות כזאת מתקיימת גם בין מטפל למטופל. במאמרי המוזכר בפתח החיבור, אני מבססת את ההנחה המרומזת והתוהה הזאת של רייך ומציעה שסופראימפוזיציה הינה הבסיס האנרגטי להתקיימות בתוך מצע אמפטי בקומתו הגבוהה ביותר.

תמיד קיימת מערכת אנרגטית, בין אם היא כבר נוכחת או עתידה להיות, המעוררת את המשיכה הגרביטציונית ההדדית. לכן, ההתרחשות הזאת אינה סימטרית. זהו מופע המתרחש בטבע באשר הוא. תמיד המערכת האנרגטית "החזקה יותר" בזרימתה – זו הנעה מעבר לחומר, זו המשוחררת ממסה, שפעיתמה המעודנת (*subtle*) ובזיקה לפעיתה תודעתית מעודנת – תימשך לעבר המערכת האנרגטית "החלשה יותר" – זו שבחומר, זו הדחוסה אנרגטית, שפעיתמה גסה (*gross*) ובזיקה לפעיתה תודעתית גסה.

בתוך המצע האמפטי, מי שלוקח על עצמו, ברגע נתון, להיות מרחב של זולתיות עצמי, הוא זה הפורש מאחזיתו בצורתו האישית, ומתמיר את עצמו לעבר מצב הרוח הבסיסי הטנסנדנטי – לעבר היותו שדה אנרגטי-תודעתי מעודן ו"חזק" יותר.

בתהליך התמירה זה נדרש ראשית להתמסר בחמלה לגילוי מצבינו האחוז: לגלות צורות של התארגנות סומטופסיכיות שמצמצמות או חוסמות מגע פעימתי חדיר ונמזג. צורות השרויות בטעינת יתר ו/או בתת-טעינה אנרגטית, רגשית ומחשבתית. כל אלה האוחזות ממש בגוף את כשליהם האמפטים של זולתיות עצמי בחיינו. צורות סגורות ונוקשות (*characterological forms*) המגנות על שברינו שמופעלות באופן בלתי נמנע במרחב המרפא ועושות אותנו פגיעים לקריסה מעמדתנו האמפתית.

רק כשנסכים לדעת כך את עצמינו, נוכל גם למצוא את הדרך להתיר עצמינו מתוך האחוזות דואלית זו, וכמו "לשכוח" אותה לטובת התמוססות פעימתית אנרגטית נעדרת שניות שמתוכה ניתנת האפשרות להניע סופראימפוזיציה אורגניטית. להיות בסימולטניות אנרגטית - תודעתית, עם האחר, כמו האחר ובתוך האחר. כך שני השדות האנרגטיים - תודעתיים במצע האמפטי מגיעים לנקודה של הימזגות לעבר אחדיות - *oneness*. בתוך אחדיות חיה זו, גם העצמי וגם הזולת העצמי חווים עצמם בוראים ונבראים, מוחזקים ומחזיקים, נפתח באחת, פוטנציאל של זרימה אנרגטית-תודעתית האוספת לתוכה בו זמניות של היות בתוך צורה אינדיבידואלית ומעבר לה. כך צורכי זולתיות עצמי שעברו הדחיה או דיסוציאציה מאליהם יותנעו ויקבלו מענה.

לא משנה מה מידת מורכבות החוויה בתוך מצע אמפטי, התפקוד הסופראימפוזיציוני האנרגטי המאוחד עם התודעתי יהיה זהה. לפיכך, ייתכן תהליך קפיצה קוונטית שבו חוויית חיים סומטופסיכית מוקדמת, שהותנעה בתוך מצע אמפטי, תתמיר באופן ספונטני חוויית חיים סומטופסיכית מאוחרת יותר – ולהפך. המשמעות היא שבתוך מצע אמפטי, כל ודאות ליניארית מתפוגגת. כל האחוזות ב"ידע, זיכרון ותשוקה" בשפתו של ביון, מתפוגגת הן אצל המטפל והן אצל המטופל ונברא החדש. קשה לתקשר תהליכים מרפאים שבסיסם אנרגטי-תודעתי והתרחשותם העמוקה ב - *silence*, אך מידיות החוויה ובהירותה אינה ניתנת לערעור עבור השותפים הנתונים ברגע של ריפוי טוטלי בתוך מצע אמפטי. זה נכון לחיים בכללותם וזה נכון לחיים הקליניים.

איך נטפח תודעה מטפלת - זולתיות עצמי ביואנרגטית, כדי שתתהווה סופראימפוזיציה אנרגטית בבסיס המצע האמפטי, ואיך כל זה קשור לקריאה אתית קדמונית

כל עוד אנו מחוייבים לטיפוח מתמשך של זולתיות עצמי ביואנרגטית, תמיד ישנו הפוטנציאל שימצאו מרחבים של זולתיות עצמי אנושיים או פנומנה שדרכם תתאפשר התרה אנרגטית-תודעתית הדרגתית של צורות התארגנות סומטופסיכיות העושות אותנו פגיעים לקריסה מעמדתנו האמפתית באופן מתמשך או ברגע נתון. במובן זה "רגע" של העברה נגדית וכל מה שחובר אליו, אינו המוצא הראשון להבין את המטופל, אלא המוצא להבין את הכשל האמפטי שכבר התרחש.

עם זאת, מהלך זה אינו בהכרח ליניארי, בעודנו מתמודדים עם הצורות השבורות והסגורות שלנו, ייתכן שנפגוש בהתמרה ספונטנית לעבר הטרנסצנדנטי- התמרה המתרחשת באחת, בקפיצה אנרגטית-תודעתית קוונטית. כדי לחלץ את הקפיצה ההתמרתית הספונטנית הזו מרגעיה הנדירים, ארצה להציע שעבודה מתמשכת עם הגוף החי הפועם המאוחד עם התודעה, עם כל מה שמחבר אותנו לזרימה אנרגטית חדירה וחופשית ומזין יחסי זיקה פועמים, יכול להוביל אותנו לזולתיות עצמי אמבריונית וקוסמית בו זמנית. זו עבודה שבאופנים שונים יכולה להתרחש לפני השעה הטיפולית, בתוכה ואחריה. היא מבוססת על נשימה ועל מופע שאלכסנדר לואן הניח וביסס בתוך האנליזה הביואנרגטית שנקרא קרקוע.

נשימה וקרקוע הם היסודות הפועמים המכוננים את החיבור הבלתי אמצעי לתנועה האנרגטית שמאוחדת עם התודעה שזורמת בתוכנו ודרכנו אל העולם. כיוון שהחמצן והכבידה מתקיימים מחוץ לגופנו ואיננו יכולים להתקיים בלעדיהם, הרי שעצם נשימתנו ונוכחותנו על הקרקע מייצרים באופן אינהרנטי הימזגות מתמשכת עם העולם. ארצה להגדירם **כתצורות ליבה ממוזגות - חסרות הצורה (formless).**

ככל שהנשימה מעמיקה, הקרקוע מעמיק אף הוא וההפך. שניהם מזינים זה את זה בתנועה פעימתית מתמשכת. אפשר שמתוך יחסי הגומלין המתמשכים הללו, הנשימה מגיעה לרטט פעימתי מעודן פנימי ועמוק וכמו הופכת לנשימה אמבריונית לא מורגשת ובו בזמן מניעה זרימה חובקת כל, והקרקוע מעמיק אף הוא את פעימתיותו כאילו הכבידה חדלה להיות מורגשת ואף הוא מתוך כך מניע רטט פעימה מעודן לאורך הגוף ומעבר לו. רטט מעודן מאוחד זה, של נשימה וקרקוע לאורך הגוף, יוצר זרימה אנרגטית מעודנת, הרמונית, מחיה ומחברת את מאגרי האנרגיה המרכזים לאורך הגוף, את האגן, הלב והראש. זרימה זו, המחברת בין מאגרים מרכזיים אלה, נעה מעבר לגוף דרך פתחי הגוף הפיזיים והאנרגטיים המחוברים למאגרי אנרגיה אלה⁶.

במצב זה אנחנו בפוטנציה להיעשות מרחב טרנסנדנטי צלול, פתוח ופלואידי כזולתיות עצמי ביואנרגטיים ונוצרת הגמישות לנוע לפני צורה, בתוך צורה, ומעבר לצורה. באופן אחר ניתן לומר שבמצב זה אנחנו בפוטנציה לשוב להיות כמו תא עוברי ראשוני מיד אחרי ההפריה ("טוטיפוטנט") היכול להפוך לכל תא, להיות כמו ההתגפנות (embodiment) הראשונה האמבריונית מיד אחרי ההשתרשות, שבה אנחנו מגפנים מרחב ריק אנרגטי לפני שאנחנו מגפנים מבנה (חומר), והלב יכול להפתח לעבר מימושו המלא, כזה המוסר והמקבל העוצמתי ביותר של אנרגיה מעודנת לאורכו

⁶ כאן אבקש לרמז שלא ניתן להפריד מיניות הנעה בתוך החומר (בגוף) ומעבר לו מהתודעה המטפלת – מזולתיות עצמי ביואנרגטית.

של הגוף ומעבר לו בעודו נע לקראת מפגש עם העולם. כך יכול הלב לשוב לטבע האמבריוני המקורי שלו. להיות זה הראשון שמופיע בשדה יחסי הזיקה ולהקדים את המוח. כל מה שנחוץ לנו להיות זולת עצמי ביואנרגטי המקיים מרחב סופאימפוזיציוני אנרגטי.

על אף הפוטנציאל לקפיצה אנרגטית קוונטית הטמון בהחייאה מלאה של פעימתיות הנשימה והקרקוע, החייאה מלאה זו אינה מובנת מאליה. כתצורות ליבה ממוגות - חסרות הצורה (*formless*), נשימה וקרקוע הם הראשונים להגיב בין שניים הנעים יחד לקראת חיים, בתוך חדר הטיפול ומחוצה לו. אם במודע ואם שלא במודע.

כולנו, במידה זו או אחרת, נאלצנו לצמצם את הנשימה כדי להחזיק בכוחות עצמינו פעימה של רקמות גופנפשויות שלקחו חלק בהבעה של צורכי זולת עצמי שלא נענו. באותו האופן, כולנו מחזיקים את עצמנו יתר על המידה מול כוח הכבידה, כדי לא לחוש את אימת הנפילה שעשויה להתעורר עם העזבות מלאה לעבר כוח הכבידה של הקרקע הפיזית ושל הקרקע האנושית. בתפיסה של האנליזה הביואנרגטית אימת הנפילה אינה משוייכת רק ליסורי נפש מוקדמים בסביבה שכשלה לקיים יקום אמפטי. מתוך כך מפחיד להרפות באופן מלא הן אל הנשימה והן אל הקרקע.

ארצה להציע, שהמחויבות הנמשכת לטיפול זולתיות עצמי ביואנרגטית ששורשיה במצב הרוח הבסיסי הטרנסנדנטי, יוצרת מאליה גילויים מתוך המרחב הקליני ומחוצה לו הנסמכים כולם על החוכמה האינסופית של הגוף והתודעה. גילויים של שערים פוטנציאליים לקפיצה קוונטית לעבר פעימתיות מעודנת של נשימה וקרקוע האוספת את שלושת מאגרי האנרגיה שבמרכזם הלב, לזרימה מאוחדת בתוך הגוף ומעבר לו. זרימה אנרגטית – תודעתית שהיא ריבוא כל הדברים.

שערים אלה הובילו אותי לגילוי של מדיטציות ביואנרגטיות – לביסוס סדור של תרגולים מדיטיביים המאפשרים גישה לרקמות פלואידיות, לא רצוניות. הכוונה היא שגם עם הרקמות הרצוניות, כמו רקמות השריר, מעורבות, הן לא נקודת המשען האנרגטי – תודעתי (body fulcrum) לתרגול. ככל שתרגול זה העמיק בתוכי, גיליתי עד כמה אפשרי דרכו להגיע למגע בליבה שקטה, עירומה וענווה של פתיחות אנרגטית - תודעתית, צלולה בהירה ואינטואיטיבית הספוגה בלב פתוח וחם, הרווי בחדוות גילוי ובריאתו של הזולת.

לסיום

מסירה של מחשבות אלה ביחס למרחב מרפא המעניק בכורה להווית זולת עצמי ביואנרגטי, עשויה להישמע כאוטופיה. עם זאת, אבקש להציע לחוות אוטופיה כזולת עצמי אוקיאני – כמרחב שניתן להיכלל בתוכו, לנוע דרכו ולחיות לאורו תקווה רדיקלית, בעודנו מתמסרים להשגת החסד האינסופי של הגוף והתודעה. אני מקווה כי חיבור זה מותיר את הקורא עם דבר-מה להרהר בו, גם אם לא ניתן לתרגמו באופן מידי למחשבה בהירה וסדורה.