

מה זאת אהבה?

יורם יובל

אהבה מוצגת כמצב נפשי מיוחד, כסוג של התעלות ואפילו טירוף קדוש. אהבה מעניקה לחיי האדם טעם וצבע ובעיקר מוטיבציה. רוב בני האדם זקוקים לאהבה על מנת להיות מאושרים.*

עליה לכל תאבד, עלולים להתאכזב. התשובות לשאלות הקיומיות הללו אינן ידועות לי, ולכן גם אינן מופיעות בספר. כמו לרוב בני האדם, האהבה הרומנטית אינה זרה גם לי. היא הביאה לי אושר גדול ועזרה לי לתרום לאושרם של אחרים, אך גם הסכה לי צער וסבל וגרמה לי לפגוע ולהכאיב. אני שומע עליה יום ביום במשרד שלי, וכמו רוב המטפלים אני עוקב מקרוב אחר סיפור חייהם של אנשים המחפשים אותה, חווים את האושר וההתעלות הכרוכים בה, מתייסרים בספקות המלווים אותה, ומתמודדים עם השבר והכאב המגיעים לעתים קרובות כל כך בסופה.

זה מאה שנה עוסקים הפסיכואנליטיקאים באהבה. רבים מהם הגיעו לתובנות נוקבות, מרחיקות לכת ושנויות במחלוקת באשר למקורותיה של האהבה, לתפקידה בחיינו, ולגורמים המגבילים את יכולתנו לאהוב. הפסיכואנליזה חוקרת את הצד הסובייקטיבי של הקיום האנושי, ועושה זאת בשיטות ובכלים שאינם תמיד "מדעיים" למהדרין. כתוצאה מכך, ולמרות שלעתים קרובות השתרשו בקהל הרחב, לא זכו התובנות הפסיכואנליטיות על האהבה ועל נפשם של אנשים אוהבים למעמד של אמתות מדעיות.

בני אדם אוהבים. בני אדם אוהבים לאהוב. רוב בני האדם אינם יכולים להיות מאושרים לאורך זמן אם אין בחייהם אהבה. מיעוטם אינם יכולים לחיות, פשוטו כמשמעו, ללא אהבה. בני אדם אחרים אינם יכולים להפסיק לאהוב, למרות שברור להם שאהבתם חסרת תקווה ומסכנה להם סבל נורא. לאור כל זאת ניתן היה לצפות שתחום מרכזי וחשוב כל כך בהווה האנושית יהווה מטרה מועדפת למחקר מדעי אובייקטיבי, פסיכולוגי וביולוגי. אבל רגשות בכלל, ואהבה בפרט, הם נושאים שלא הזכירו כמעט בעולמם של מדעי המוח והמחקר הפסיכולוגי האקדמי עד לשנים האחרונות ממש. במילים אחרות, המדע התעלם מן האהבה. מדוע?

המתמטיקאי והתיאולוג הצרפתי בֶּזוּ פסקל אמר לפני יותר משלוש מאות שנה: "ללב יש היגיון משלו, שעליו ההיגיון אינו יודע דבר". החלוקה החדה בין עולם העובדות לעולם הרגשות, והקביעה שעולם הרגשות שוכן מחוץ לתחום החקירה המדעית, הן עמדות שיש להן שורשים היסטוריים המגיעים עד לראשיתה של המהפכה המדעית בתקופת הרנסנס. על פי העיקרון שקבע גלילאו גלילאי, פיזיקאי ואסטרונום בן המאה השש עשרה שהיה מאבות המדע המודרני, המדע יעסוק רק באותן התכונות של דברים שניתנות לבחינה אובייקטיבית וניתנות לפיכוח - כגון משקל, נפח והרכב כימי. תכונות אלו כונו תכונות ראשוניות, על מנת להבדילן מתכונות משניות כגון אהבה או אמונה או משמעות, תכונות סובייקטיביות שהמדע אינו יכול לחקור. כך הוצאה האהבה מתמונת העולם המדעית לגלות שנמשכה כמה מאות שנים, ונראית כמסתיימת רק בימינו.

בשנים האחרונות, עם המהפכה בתחום מדעי המוח והפסיכולוגיה הקוגניטיבית, החל להיגלות ידע מדעי על רגשות בכלל ועל אהבה בפרט. אלו הן תובנות ראשונות, מהוססות, לגבי נושאים שעד לא מזמן היו בבחינת טאבו בעולם המדע. חשיבותן גדולה לא מפני שהן יכולות

משוררים, סופרים, פילוסופים, אנשי דת, פסיכולוגים ופסיכואנליטיקאים עסקו בה. קיימות עשרות, ואולי מאות הגדרות שונות שלה. אלפי ספרים נכתבו עליה בכל התקופות. לדבר עליה פירושו לדבר על המצב האנושי, זהו נושא שאין לו שיעור.

כתבת ספר פסיכולוגי ומדעי נוסף עליה היא משימה חמקמקה שאין לה התחלה ואין לה סוף. בכל זאת בחרתי לכתוב על האהבה. "מה זאת אהבה?" שאל לפני מאה שנים ח"נ ביאליק בשירו "הכניסיני תחת כנף". ישנם סוגים רבים של אהבה: אהבת אם לילדיה, שהיא כנראה האהבה הראשונה והחזקה ביותר בעולם, אהבת המולדת, אהבת אלוהים, אהבת היופי והאמת, אהבת אחים, ועוד.

אנו רגילים לראות את האהבה כמצב נפשי מיוחד במינו, כסוג של התעלות ואפילו טירוף קדוש. השרזיים בה עלולים לעשות מעשים קיצוניים ולקבל החלטות תמוהות והרסניות, שאליהן אנו מתייחסים בהבנה ובסלחנות מסוימת. האם "על כל פְּשָׁעִים תִּכְסֶּה אֱהָבָה" (משלי י', יב), או שיש גם באהבה קווים אדומים שאין לחצותם? ואם כן, מי קובע אותם, ועל סמך מה? האם מאהבת של גבר נשוי, הממתנה כבר חמש עשרה שנים לכך שיפרד מאשתו כפי שהבטיח, היא אישה נאיבית המבזבזת את חייה לדיק, או אישה המעניקה לחייה טעם ומשמעות על ידי אהבתה? כאשר גבר מתאהב בגבר אחר ומקיים אתו יחסי מין, האם זו בחירה מרצון או שהוא מוכרח לאהוב כך? "סְכֹמוֹיָי בְּאֵשׁוֹת, רְפִדוֹי בְּמַפְזָחִים, פִּי חוֹלֵת אֱהָבָה אֵינִי", מזמרת השולמית (שיר השירים ב, ה). אם היא חולה, האם היא זקוקה לרופא? ומה אמור הרופא לעשות? זיגמונד פרויד, אבי הפסיכואנליזה והפסיכותרפיה, חשב - כמו רבים אחרים לפניו ואחריו - שההתאהבות "מזכירה יותר תופעות נפשיות אבנורמליות מאשר תופעות נורמליות". אם כך, האם כל מי שהתאהב זקוק לטיפול פסיכולוגי? האם המטפל הוא תמיד "תליין האהבה"?

האהבה מעניקה לחייהם של רוב בני האדם לא רק טעם וצבע אלא גם - ואולי בעיקר - מוטיבציה. גברים ונשים "רגילים" יהיו מוכנים לעשות כמעט הכול, לעמוד בגבורה בסבל נורא, ולפעמים אף להקריב את חייהם בגלל אהבה - אהבה לילד, לבן או בת זוג, למולדת, לאלוהים. "אֶהְבֶּתְךָ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ כְּכֹל לְבָבְךָ וְכְכֹל נַפְשְׁךָ וְכְכֹל מְאֹדְךָ" מצווה קריאת שמע, אותה תפילה עתיקה שכל יהודי מאמין אומר פעמיים ביום. רש"י, הפרשן הגדול של התורה, מסביר: "זבכל נפשך - אפילו הוא נוטל את נפשך". ואמנם, לעתים קרובות "עֲצָה כְּפֹת אֱהָבָה" (שיר השירים ה, ו). אהבה עלולה לגרום לבני אדם לא רק לעמוד בייסורים קשים אלא גם להמיט אותם על אחרים, ללא רחמים ולפעמים עד לכדי רצח.

גיבוריו של ספר, **מה זאת אהבה?** הם כמה נשים וגברים המנסים - ולפעמים נאלצים בעל-כורחם - לאהוב. הוא דומה לספר שירים או סיפורים יותר משהוא דומה לחיבור מקצועי, ולא במקרה. "בכל מקום שאליו הגעתי, מצאתי שמשורר היה שם לפני". אמרה זו המיוחסת לפרויד מביעה, לדעתי, את היחס בין גישות פסיכואנליטיות לגישות אמנותיות לאהבה. מי שינסו למצוא בספר הגדרות של אהבה, או מזימים בדבר הדרך להגיע אליה, או עצות טובות כיצד ניתן לשמור

הכתוב מופיע בספר: **מה זאת אהבה?**



החדשות על האהבה והתשוקה, אינן אלא ניסיונות להבין את רצונותיהם של בני אדם. אך עד כמה, באמת, אנחנו מבינים? באיזו מידה אנו מכירים את עצמנו ובאיזו מידה את האחר, השונה מאתנו? בערוב ימיו אמר פרויד למרי בונפרטה, מטופלת לשעבר וידידה נאמנה, שאחרי יותר משלושים שנות מחקר בנככי "הנפש הנשית" הוא עדיין שואל: "מה רוצה אישה?" שאלה זו, כמו כל שאלה, מעידה הרבה על נפשו של השואל. באהבה רצונותינו הם העיקר, גם אם לא תמיד אנחנו מכירים ומבינים אותם לאשורם.

להסביר אחת ולתמיד את שלל התופעות הנפשיות הקשורות לאהבה – המדע אינו קרוב לכך כלל – אלא משום שהן פותחות לנו נקודת מבט חדשה ומרתקת אל תחום שהוא בנפשנו, במלוא מובן המילה, והיה מוכר לנו עד לא מזמן רק מן הצד הסובייקטיבי שלו. האמתות המדעיות החדשות על אהבה הן מפתיעות, מלהיבות, מסקרנות, מורכבות, ולפעמים – ממש כמו האהבה עצמה – גם גורמות לנו לחוש נלעגים ומרומים.

כדי לדעת משהו על אהבה צריך להכיר אנשים, ובעיקר יש לנסות להבין מה הם רוצים. הפסיכואנליזה, וכמוה התובנות הביולוגיות