

פנטזיית האהבה

מדריך מדעי למתאהב ולמתאהבת

ד"ר עפר גרוזברד

פנטזיית האהבה

מדריך מדעי למתאהב ולמתאהבת

ד"ר עפר גרוזברד

The Love Fantasy

A Scientific Guide to Falling in Love

Dr. Ofer Grosbard

עריכת לשון: איילת בר טל

© כל הזכויות שמורות לד"ר עפר גרוזברד - 2025

אין להעתיק, לצלם, לסרוק, להקליט לפרסם או להפיץ ספר זה או חלקים ממנו, בשום צורה ואופן, אמצעי אלקטרוני כלשהו, אינטרנט או כל מדיה אחרת - ללא קבלת רשות בכתב מהמחבר.

ISBN: 978-9659306435

הייתי רוצה לחיות בעולם שבו כשאנשים
לוחצים ידיים לשם היכרות הם גם מספרים
אחד לשני מהי פנטזיית האהבה שלהם.
כך נכיר, נבין ונקבל איש את רעהו טוב יותר.

המחבר



lovefantasy.me יעוץ

תוכן

מבוא.....	7
תיאורי מקרים.....	28
1. מכות בישבן.....	28
2. נשים נאות פוסעות בניחותא על שפת הים.....	32
3. קודם קשוחה, אחר כך "נותנת".....	35
4. התמזגות.....	40
5. אני עצמי.....	45
6. תקרע אותי.....	50
7. רק לי מותר לגמור.....	54
8. האם אמון יכול לעורר מינית?.....	58
9. בדיוק כמו שאני אוהבת.....	63
10. סקס מצחיק.....	68
11. תרכבי עלי.....	73
12. בוכנות עולות ויורדות.....	79
13. ההפתעה.....	84
14. בלי עיניים.....	89
15. האקסהיביציוניסטית.....	94
16. מזיינים אותי מכל החורים.....	99
17. שלישייה.....	105
18. גן עדן.....	110
19. מחזיק לה את הידיים חזק ו.....	115
20. גם למטפל יש פנטזיית אהבה.....	121
21. ליטופים עדינים.....	127

133.....	22. המורה והתלמידה
140.....	23. מייללת כמו אימא
149.....	24. ידיים של אישה מזמינות אותי לבוא
157.....	25. סדיסט בשלט-רחוק
165.....	26. לתת לו את הדבר היקר ביותר
172	הומוסקסואליות
172.....	1. סקס ילדותי
178.....	2. אני כמו בן אבל לא בדמות של בן
187	הדרכת הורים
187.....	1. המלך
391.....	2. מי שכב איתי?
199	אחרית דבר
991.....	1. מדוע טיפולי המרה "מצליחים"?
201.....	2. טרנסג'נדריות
203.....	3. אונס
205.....	4. אלימות
602.....	5. מה עושים כשנמשכים לבני זוג לא טובים?
802.....	6. אבחנות ופתולוגיות
209	ביבליוגרפיה





מבוא

תיאוריית פנטזיית האהבה היא תיאוריית אישיות יישומית המזמינה את האדם להכיר את שלושת רובדי החשיבה המרכזיים באישיותו - חלומות בלילה, פנטזיית האהבה וחשיבה מודעת - כדי להכיר את עצמו ואת מפגשו עם העולם. תיאורי המקרים המוצגים לשם המחשת התיאוריה נאספו ממגוון מקורות - מהקליניקה של המחבר, מהצגות מקרה, מדיונים עם קולגות ומהספרות הפסיכואנליטית¹. החומר הקליני המופיע בספר הוא אמיתי, אולם שונו פרטים שעלולים לזהות את המטופלים. על כן, כל דמיון בין המטופלים המתוארים לדמות כלשהי במציאות הוא מקרי בהחלט. בסעיף "משחקי האהבה של..." שמצורף לכל תיאור מקרה הוסיף המחבר תיאורים מפרי דמיונו כדי להדגים כיצד אפשר ליישם את ההבנות שהגענו אליהן בתיאור המקרה. תיאורי המקרים ערוכים מהקל אל הכבד כך שהמקרים המאוחרים יהיו מורכבים קצת יותר מאלה שמופיעים בתחילת הספר. פרק נפרד הוקדש להומסקסואליות ופרק נוסף להדרכת הורים. המודעות שלנו לשלושת רובדי החשיבה יכולה לא רק לעזור לנו בקשר עם בן הזוג או עם כל אדם אחר, אלא גם לסייע לנו לגדל ילדים מוצלחים יותר. באחרית דבר ימצא הקורא דיון קצר בשישה נושאים בעלי חשיבות מיוחדת.

1. ראו רשימה ביבליוגרפית בסוף הספר.

הרובד הראשון, הלא מודע של החשיבה - חלומות

בכל לילה כל אחד מאיתנו הוא יוצר גדול: הוא הבמאי, הוא כותב התסריט, הוא המלהק, הוא מעצב התפאורה והוא יוצר סרטים באורך משמעותי. והנה בבוקר אנו מתעוררים ומוחקים את פרי עמלנו. האם זה הגיוני? עלינו להתרגל לעובדה שבליילה אנו חיים חיים רגשיים אינטנסיביים לא פחות מאשר ביום וכדאי לנסות שלא להתעלם מחיים אלה: לזכור את חלומותינו, לכתוב אותם ולנסות להבינם. התהליך אינו מסובך והוא דורש אימון קל בלבד. עצם ההקשבה לחלומותינו תהפוך אותנו לאנשים יצירתיים יותר. פתאום נתחיל להבין את הדקויות של התחושות שאנו חשים במשך היום המודחקות וחומקות להן אל תוך הלילה לחלום. פתאום נבין איך עובדות האסוציאציות שהן נשמת אפו של החלום - דבר מזכיר דבר - ונרשה לעצמנו לשחק בדמיונותינו באופן משוחרר יותר. הכול בזכות ההקשבה לחלומותינו. כל כך הרבה פעמים רעיונות ומחשבות חדשות מופיעים בחלומות או סתם כשאנחנו שוכבים במיטה בחושך - אז החשיבה חופשית ואסוציאטיבית יותר, האדם לא עסוק בסידור הגיוני של מחשבותיו, אלא קרוב יותר לתחושותיו ופתאום דברים מתבהרים.

התמזל מזלי ועברתי טיפול אצל מטפל שעודד הבאת חלומות. ניהלתי מחברת חלומות מפורטת במשך יותר משנתיים והבאתי לכל מפגש איתו את חלומותי. גיליתי שיש בתוכי עולם אחר שלא ידעתי על קיומו. לעולם לא הייתי מכיר ומבין את עצמי לולא חשפתי עולם נסתר זה. שום דיבור על רגשותי לאורך שנים בשום שפה ורבליית לא היה יכול להתחרות בעולם החלומות העשיר הזה המתאר את תחושותי בשפה סימבולית מדויקת של תמונות, שפתי שלי. יתרה מזאת, על עניינים רבים לא נוכל לדבר משום שאיננו יודעים על קיומם. החלומות יודעים היטב. בעבודה עם מטופלי אני מחפש, כפי שיוכל הקורא להתרשם,

מעבר לעושר הכללי הקיים, צירים מאפיינים של חלומות - רגשות החוזרים על עצמם. לאחד חלומות פרנואידיים, לשני דווקא חלומות מלאי חרדה, השלישי רדוף אשמה, הרביעי תלותו העצומה באחר ניכרת בחלומותיו דווקא והחמישי מתפקע מצחוק. צירים מרכזיים אלה מתגלים לאחר שכתבנו חלומות במשך זמן לא רב והם חשובים ביותר לאדם לשם הבנת נטיותיו. לעיתים הצירים או הזרמים המרכזיים האלה לא ברורים לגמרי וייתכן שיידרש עוד קצת זמן, במקרים רבים יהיו כמה צירים, מהם אפילו סותרים זה את זה (למשל זרם של חלומות הצלחה לצד זרם של חלומות כישלון).

אבל כשם שלכל אדם יש אופי משלו כך לכל אדם יש נטיות משלו בעולם חלומותיו שעלינו לזהות אותן והסבלנות משתלמת. כעת יש לנו נקודת ארכימדס - אותה נקודת משען מחוץ לעצמנו: יכולתנו להתבונן בעצמנו מהצד - המאפשרת לנו לחולל שינוי, ואנו מודעים יותר לנטיותינו ובשלים יותר לקבל עליהן אחריות. אני מתרשם שמטפלים רבים אינם עושים שימוש מספיק בחלומות. הם עצמם מעולם לא התנסו בכתיבת מחברת חלומות לאורך זמן ועל כן הם מתקשים להעניק מתנה זו למטופליהם. גם התיאוריות הפסיכולוגיות העכשוויות עוסקות פחות בחלומות. אני יכול להעיד שלעיתים פריצת הדרך בהבנת המטופל לעומק מתרחשת באמצעות חשיפת עולם חלומותיו.

עד עכשיו לא שאלנו איך לפרש חלום אלא רק הסברנו איך להתייחס לתוכן הגלוי של זרמי החלומות המרכזיים המאפיינים את אישיותנו. כעת נדון בתוכן הרגשי הסמוי של החלום.

איך עובדים עם חלום? ראשית, חלום הוא תוצר של שיירי היום החולף - אירוע מסוים שקרה לנו או מחשבה שחלפה במוחנו שהודחקו משום שהכילו רגש לא נעים או שהיינו טרודים בעניינים אחרים, או אירוע נעים שחששנו להעלות בדעתנו מסיבות שונות ועוד ועוד. כך

שחלומות יכולים להיות נעימים ואף לא נעימים. לעיתים הדחקנו משאלה ולעיתים חרדה. התוכן הרגשי הזה מבוטא על פי רוב בשפה סימבולית של תמונות, שפה אישית שלנו שפיתחנו במהלך חיינו.

כך שהשאלה המסורתית לגבי חלום - "מה זה מזכיר לך?" - היא טובה ונכונה. כך גם הקביעה שרק המטופל יכול לדעת באמת מה מקורו של החלום. מטפל מנוסה שמכיר את המטופל היטב יכול בהחלט לנהל עם המטופל דיאלוג בנושא זה ולהציע לו הצעות שלעיתים קרובות יהיו מקדמות. השופט האחרון הוא כמובן המטופל. הוא צריך לחוש ש"האסימון נפל". לעיתים זו תחושה פתאומית של תובנה שכל חלקי הפאזל הסתדרו במקומם (insight) והחלום וסיבתו הובנו.

לפעמים כדאי לשים לב מה סיפר המטופל לפני החלום או לאחריו. מדוע נזכר פתאום בחלום? מה הזכיר לו החלום? לעיתים שם טמון הפתרון. זוהי אופנות החשיבה האסוציאטיבית, שבה לא אחת המטפל מקשיב יותר למה מזכיר את מה מאשר לסיפור המעשה או לתוכן הגלוי. אבל חלום הוא הרבה מעבר לכך. הצירים המרכזיים של החלומות שלנו אינם אלא בית הכלא הפנימי שאנו נעולים בתוכו - תרגום מתמיד של אירועים חיצוניים לקוד אישי ייחודי לנו, לעולם חווייתי חזרתית המאפיין אותנו. קצת כמו דג שחושב שיש רק מים מסביב. כך תכירו בספר את גיל, שמתרגם סיטואציות רבות בחייו לבדידות; את מעיין, שמה שלא יקרה בחייה היא תרגיש שהיא שולטת בעניינים ואפילו מצילה את אימה; את שמואל, שכל אירוע חיצוני הוא טריגר בעבורו לחיפוש היצירה הבאה; ואת ליהי, שחוזה השפלות חוזרות ונשנות גם כשזכתה לאהבה. לשם חשיפת צירים אלה של חוויה פנימית אפילו אין צורך לזהות את מקור החלום באירועי היום החולף. די להתבונן בתוכן הגלוי של החלום.

על פי רוב חלומות משתנים לאט ומעט על פני שנים רבות. לעיתים מתמזל מזלנו ואנו יכולים לצפות בטיפול בתהליך השתנות מהיר יחסית

של חלומות. כשהשינוי תקף לאורך זמן ונתמך בשינוי במציאות הדבר עשוי להצביע על שינוי עמוק ומשמעותי אצל המטופל. כך חלם שמואל על בובה מפחידה בדמות אימו הנוגעת בו. לאט-לאט הלך ופחת הפחד עד שלא חשש להתעמת איתה בחלום. השינוי במציאות לא איחר לבוא. אני אוהב שהמטופלים שוכבים על הספה. זהו מצב שמעורר באופן טבעי, כדברי פרויד, חשיבה אסוציאטיבית יותר. כך גם המטפל וגם המטופל אינם עסוקים בהבעות פניהם המגבילות ויכולים לצאת יחד למסע. לעיתים אני עוצם את עיני, ויכול להקשיב טוב יותר גם לאסוציאציות שלי, שעשויות לשרת את המטופל.

העיסוק בחלום הוא אחד הגורמים ההופכים גם את האדם וגם את הטיפול ליצירתיים יותר. המסר העמוק הוא שיש בתוכי יותר ממה שאני משער ומותר לי להרגיש ולתת דרור למחשבות ולאסוציאציות. "תגיד כל דבר שעובר לך בראש, לא משנה אם הוא חכם, טיפשי או מבייש" - זוהי ההנחיה הבסיסית של הפסיכואנליזה שמצאתי שהיא יעילה במיוחד.

נדמה לי שאני זוכר מטופלים על סמך חלומותיהם יותר מאשר על סמך אירועים בחייהם. לעיתים המטופל מביא חלום מכונן שמסביר קונפליקט עמוק באישיותו, חלום שמלווה אותנו לאורך זמן. כך גם בנוגע לחלומות חוזרים. אני מציע למטופלי שישמו ליד המיטה מחברת או טלפון נייד, ויתחילו לכתוב מייד כשהם מתעוררים, לפני שאובד קצה החוט. לעיתים אני שואל אותם אם חלמו השבוע חלום שהם זוכרים. כך אני מלמד אותם לשים לב לעצמם, להקשיב לעצמם ולכבד את פרי יצירתם. אכן, לעניות דעתי, אחת ממטרות הטיפול היא שהמטופל יוכל לשחק יותר, ליצור יותר, לממש את עצמו ואת הפוטנציאל הגלום בו. לשם כך יש להסיר מחסומים וחלומות מיטיבים לעשות זאת.

הרובד השני של החשיבה - פנטזיית האהבה

זוהי הפנטזיה המגרה ביותר שיש לאדם המביאה אותו לסיפוק מיני. בדרך כלל אדם חווה אותה בשעת אוננות, כשהוא לבד עם עצמו וחופשי להעלות בדמיונו כל דבר. אבל בהחלט אפשר להעלותה בשעת קיום יחסי מין או בכל רגע אחר. בספרות הפסיכואנליטית היא נקראת "פנטזיית האוננות המרכזית",² והיא מתארת את מה שנקרא "הארגון המיני הסופי" של האדם. אני בחרתי שם זה - "פנטזיית האהבה" - כדי להדגיש את השינוי הפיזיולוגי, הרגשי העוצמתי והיחודי שדמיון זה מחולל וכיצד הוא עשוי לקשור אותנו לבן או בת הזוג שמאפשרים לנו עונג זה. קשה לחשוב על פנטזיה אחרת - למעט פנטזיית האהבה - שמטרתה שינוי פיזיולוגי לצד היקשרות רגשית דרמטיים כל כך.

חוק הטבע הראשון של התנהגות אנושית הנובע מתופעת ה"החתמה"

(או הטבעה *(imprinting)* של פנטזיית האהבה: הגרעין הרגשי של היחסים המתוארים בפנטזיית האהבה אינו משתנה במשך כל החיים. מעניין שתוכן הפנטזיה יכול להשתנות אך לא המאפיינים הרגשיים של היחסים בין הדמויות המשחקות בה.³ כך למשל אם משהו מגיע לסיפוק כשהוא מצליף באישה ושולט בה, ייתכן שיעיד לסיפוק גם כשהוא בא אליה מאחור ושוב שולט בה. אם כן, הסיפור בפנטזיית האהבה יכול להשתנות אבל לא אופי היחסים הנרקמים בו.

2 Laufer, M. (1976). The Central Masturbation Fantasy, the Final Sexual Organization, and Adolescence. Psychoanal. St. Child, 31, 297-316

3. הסקירה הספרותית של הביבליוגרפיה המצויה בסוף הספר מוכיחה זאת בנוסף לניסיון האישי של המחבר עם מטופלים רבים. כותבי המאמרים אינם מציינים זאת במפורש אולם עובדה זו עולה מתיאורי המקרה המפורטים.

חוק הטבע השני של התנהגות אנושית הנובע מתופעת ההחתמה של פנטזיית האהבה: אנו נוטים לשחזר ולהחיות את אופי היחסים המתגלים בפנטזיית האהבה שלנו בחיי היום-יום, עם גברים ונשים כאחד, לכל אורך חיינו.

זוהי תגובת ברירת המחדל שלנו - תגובה שהיא תמיד אישית, אוטומטית ומהירה כשאין לנו זמן לחשיבה מורכבת יותר מהרובד השלישי, המודע של החשיבה. אנו נוטים להשתמש בה בין היתר ביחסים עם בני משפחה קרובים וכן גם ברגעי לחץ. מכאן נובעת החשיבות העצומה של היכרות עם פנטזיית האהבה שלנו. כך למשל הבחור שתואר לעיל - זה שבפנטזיית האהבה שלו הוא מצליף באישה - ימהר להגיב בכעס במצבים רבים ושונים.

ניתן להניח שפנטזיה זו מתפתחת בגיל צעיר מאוד, ייתכן בשנה השנייה לחיים, כתוצאה מהקשר עם ההורה, והיא מוחתמת בנו כברירת מחדל של יחסינו עם הסביבה במשך כל חיינו. משמעותה של ההחתמה היא שיש חלון זמן צר - תקופה קריטית - לגיבוש התנהגות מסוימת שאינה משתנה עוד במשך כל החיים. פנטזיית האהבה מעצבת את התנהגותנו מאז היווצרותה על פי רוב ללא מודעותנו. ואולם בגיל ההתבגרות היא עשויה להפוך לגלויה בשעת אוננות או יחסי מין. לעיתים יעברו עוד שנים רבות עד שהאדם יהפוך מודע לה, ואולי הדבר לא יקרה לעולם, משום שתוכן הפנטזיה - אף על פי שהוא עשוי להיות נעים מינית - עלול להיות הרסני לדימוי העצמי ועל כן הוא מודחק לעמקי הלא מודע. זאת הסיבה שיהיו אנשים שיחשו שאין להם פנטזיות מיניות כלל או כאלה שיטענו שהם אינם יכולים להצביע על מאפייני פנטזיה אחת שמגרים אותם במיוחד.

העוצמה הייחודית של הפנטזיה הזאת היא ברורה - זוהי פנטזיה אחת שאופי היחסים שבה מלווה אותנו כל חיינו ואחראי על חלק מהתנהגותנו.

חלומות, כפי שנאמר, יכולים להשתנות לאט ומעט לאורך חיינו, כך גם נטיות מודעות של חשיבתנו (דכדוך, חרדה, כעס ועוד). בחלומות כמו בחשיבתנו המודעת אפשר גם לאבחן כמה זרמים מרכזיים המאפיינים אותנו. והנה לנו פנטזיה בעלת גרעין רגשי אחד לכל אורך החיים. מובן שליחסים הנרקמים בפנטזיה הזאת תהיה השפעה דינמית עצומה על יחסינו עם הסביבה. אם כן, פנטזיית האהבה היא בראש ובראשונה פנטזיית יחסים וחשיבותה חורגת הרבה מעבר להקשר המיני גרידא.

דוגמה להתגבשות פנטזיית האהבה בינקות, עוד טרם הגיעה למודעות - כפי שקורה בגיל ההתבגרות - אפשר לראות אצל אנשים בעלי נטייה הומוסקסואלית (הכוונה לשני המינים). לאנשים אלה יכולות להיות פנטזיות אהבה בעלות מאפיינים רגשיים שונים של יחסים, בדיוק כפי שקיימים אצל הטרוסקסואלים אבל עם בני מינם. אנו יודעים שנטיות מיניות הומוסקסואליות מתגבשות בשלב מוקדם מאוד בחיים (ייתכן גם מרכיב גנטי) ומלוות את האדם במשך כל חייו ללא שינוי. סימנים לנטיות אלה נראה אצל בנים ובנות כבר בגיל הגן ובית הספר היסודי. בגילים אלה בזמן שבנים נוטים להתחבר לבנים ובנות לבנות, ייטו הומוסקסואלים ליצור חברויות עם בני המין השני. בגיל ההתבגרות יתרחש מהפך אצל כולם. כך שלא רק אופי היחסים שבפנטזיית האהבה מתקבע אי שם בינקות, אלא גם המין שאליו מכוונים יחסים אלה.

אנשים יכולים להימשך לבני מינם (הומוסקסואלים), לבני המין השני (הטרוסקסואלים) או לשני המינים גם יחד (ביסקסואלים) במגוון אין-סופי של פנטזיות. אותנו, יש להדגיש, מעניין אופי היחסים הנבנים בפנטזיה ולא תוכן הסיפור עצמו ואף לא למי נמשך הפרט. גם אנשים בעלי נטייה ביסקסואלית ייטו לבנות אותו אופי של יחסים - בין שהם מדמיינים על נשים ובין על גברים - בפנטזיית האהבה שלהם ולשחזר אופי זה של יחסים עם כל אדם במהלך חייהם.

איך מתגבשת פנטזיית האהבה באינטראקציה בין התינוק להורה? לא קל לצופה מהצד להיכנס לראשו של התינוק ולנחש מה עובר עליו. אבל פנטזיית האהבה תוכל לסייע לנו בכך. למשל בחורה שמגיעה לסיפוק כשהיא מדמיינת שמכים אותה, פנטזיה זו איננה עדות כלל לכך שהכו אותה, אולם סביר להניח שאופי הרגשות שהתקבעו בפנטזיית האהבה שלה הוא שכוועסים עליה או נוזפים בה. כיצד זה קרה? ייתכן למשל שאימה או אביה נהגו להתבונן בה לעיתים קרובות בצורה מאשימה ואולי רק ביקורתית. ברגע זה חשה אותה תינוקת חיבור להורה. לחלופין, ייתכן שלא התייחסו אליה מספיק והדרך שלה למשוך תשומת לב הייתה לעשות דברים אסורים, ואז זכתה לנזיפות. בהמשך חייה תיטה בחורה זו לחוש שאחרים כועסים עליה או להרגיז אחרים כדי לשחזר ולהחיות רגש זה, על פי רוב לא באופן מודע. אנו רואים שוב שלא עצם הסיפור שהמציא האדם הוא שמעניין אותנו, אלא אופי הרגשות המאפיינים את היחסים בין הדמויות.

באופן דומה בחור שבפנטזיית האהבה שלו מדמיין שהאישה נותנת בו אמון רואה בדמיונו כיצד הוא מפשיט אותה, מבחין במבט האמון בעיניה ואז הוא מגיע לסיפוק. ודאי שהוא משחזר רגש מרכזי שהתפתח בינו ובין ההורה המטפל בשלב הקריטי של התגבשות פנטזיית האהבה. בחור זה ייטה לתת אמון באנשים רבים ועל כן הוא עלול להיפגע לעיתים קרובות כשלא ישיבו לו באותה מטבע.

אבל לעיתים זיהוי הרגש החבוי בפנטזיית האהבה דורש חקירה עמוקה יותר. למשל, בחור שמגיע לסיפוק כשהוא רואה ידיים של אישה מסמנות לו לבוא. רק כשנשאל אותו למה האישה קוראת לו הוא יספר לנו שבדמיונו היא קוראת לו משום שהוא ילד טוב. איך נוצרה אצל הבחור פנטזיית האהבה הזאת? אימו לקתה בדיכאון שלאחר לידה ומיעטה להתייחס אליו. הוא השתדל להיות ילד טוב כדי שהיא תקרא

לו ותזמין אותו אליה. בחור זה אכן ינסה להיות ילד טוב ולרצות את הסובבים אותו כל חייו.

בחורה אחרת תגיע לסיפוק כשבפנטזיית האהבה שלה היא מדמינת שהיא מציצה בחברה המאונן מבלי שהוא מבחין בה. רק בדיקה מעמיקה של הסיפור תעלה שבחוייתה הוא חשוב ועומד במרכז והיא חשה שהיא הקטנה מציצה בו. אלה לא יחסים בין שווים. היא מגיעה לסיפוק באמצעותו - על ידי הזדהות עם הסיפוק שלו ועל כן היא תלויה בו. דומה שהיא אפילו מתביישת בתלות הזאת ועל כן היא מסתתרת. סביר להניח שבינקותה ניסתה בחורה זו להציץ בהורה המטפל בה ולהתאים את עצמה אליו - היא הקטנה והוא החשוב והמוביל וההנאה שלה הייתה באמצעותו. בחורה זו לא זכתה להורה שרואה אותה ומתאים את עצמו אליה. היא תתקשה לאורך חייה לקחת את המרכז ותיתן לאחרים להוביל בעניינים שונים. עם זאת, ייתכן שלבחורה אחרת תהיה אותה פנטזיה של הצצה בחברה המאונן אבל המשמעות תהיה שונה. על כן חשוב מאוד לברר את הרגש המלווה את הפנטזיה.

למגוון ולעושר של פנטזיות האהבה אין סוף. כמו שאין מחשבה או חלום שאינם אפשריים, כך גם אין פנטזיית אהבה שאינה אפשרית. אנשים יכולים לדמיין סיפורים שאינם בעלי תוכן מיני כלל ולמצוא שהם מגרים, ואחרים ידמינו מה שעלול להיראות לנו כסטיות שלא יעלו על הדעת. ישנם כאלה שידמינו דווקא סיפורי אהבה רומנטיים. האמת היא שאין פנטזיה טובה או לא טובה. לאורך הספר נוכל להתרשם שאותם יחסים בפנטזיית האהבה יכולים לשרת את הפרט לחיוב או לשלילה בהתאם לנסיבות, אולם פעם, בראשית חייו, פנטזיה זו הייתה הפתרון שפיתחנו ומצאנו אותו יעיל לקשר שלנו עם ההורה המטפל.

להלן כמה דוגמאות של פנטזיות אהבה כדי להמחיש את הרעיון שהעיקר בפנטזיה הוא איכות הקשר הנרקם בין הדמויות ולא דווקא

הסיפור המיני. במילים אחרות, כנראה בראשית חיינו התפתח דפוס יחסים ראשוני רב-עוצמה בינינו ובין ההורה המטפל והמכשיר המיני המתפתח פשוט "תפס עליו טרמפ". כלומר, המיניות ניצלה את עוצמתו של הקשר הראשוני הזה כדי לממש את עצמה. לכן קשרים אלה רלוונטיים בעבור הפרט הרבה מעבר להקשר המיני. כך למשל נער מתבגר אחד הגיע לסיפוק כשדמיין את עצמו עומד בשער וסופג שערים. ודאי שזו חוויה משפילה. לנער זה היו קווי אישיות מזוכיסטיים והוא נהג להרגיז את חבריו כדי שאלה יפגעו בו (רק מאוחר יותר הוא חיבר בדמיונו בין חדירת הכדורים לשער להיותו נחדר על ידי מישוהו). אדם אחר הגיע לסיפוק כשדמיין שיש לו מפעל והוא שולט בכל המכונות בדיוקנות רבה. כך בשיא השליטה הוא היה מגיע לסיפוק. במהלך חייו הוא אכן ניסה לשלוט בסובבים אותו באופן מתמיד. בחורה אחרת הגיעה לסיפוק כשדמינה כיצד בחורים רוצים לשכב איתה והיא מסרבת להם. לבחורה זו היו קווים סדיסטיים ברורים בהתנהלותה היום-יומית. פנטזיית האהבה היא אפוא פנטזיה של יחסים.

פנטזיית האהבה של מטופלים רבים נכנסת איתם לחדר. כך נכיר את יעקב, שנכנס לחדר ומביט אל הרצפה וחושש להיישיר מבט. בפנטזיית האהבה שלו אישה שולטת בו. רותי⁴ לעומתו נכנסת לקליניקה בזקיפות קומה וממלאת את החדר בנוכחותה. היא תספר שביחסי מין חשוב לה להיות למעלה ובקשר עם בעלה ברור שהיא זו ש"לובשת את המכנסים". מיה נכנסת, משתהה באמצע החדר לפני שהיא מתישבת, מחייכת וגורמת למטפל להתבונן בה בתשומת לב. בפנטזיית האהבה שלה מציצים בה כשהיא מתקלחת. בחייה חשוב לה מאוד שישומו לב אליה. גבר אחר נכנס לקליניקה במין ביטחון מופרז כאילו הוא בא הביתה. בפנטזיית האהבה שלו הוא מדמיין קשר

4. השתתפה בהדרכת הורים והמקרה שלה אינו מופיע בספר.

עם בנות צעירות, אפילו ילדות - איתן הוא השולט. גם בעבודתו חשוב לו להיות הבוס ולשלוט.

כזו היא פנטזיית האהבה - המפגש הראשוני שלנו עם המציאות. זוהי שכבה שנייה מעל שכבת החלומות והיא, בשונה מהחלומות, מגיבה תגובה ראשונית למציאות. השנה הראשונה בחיי הילד היא שנה שברובה עדיין איננה מילולית והיא מזכירה באופן זה את החלומות. פנטזיית האהבה אף היא בעיקרה סיפור בתמונות, אבל ניתן לזהות בה לעיתים מרכיב מילולי מפותח יותר - אנשים עשויים לדמיין מילים מגרות - ובעיקר מערכת יחסים מציאותית החוזרת על עצמה. מכאן ההנחה (שעדיין טעונה הוכחה) שהיא מתפתחת בשנה השנייה לחיי הילד.

ניתן להשוות את פנטזיית האהבה לחלום שבו יש תוכן גלוי ותוכן סמוי - סיפור המעשה הוא התוכן הגלוי ואילו המשמעות הרגשית המקופלת בחלום היא התוכן הסמוי. כך גם פנטזיית האהבה, יש בה סיפור גלוי וסיפור סמוי, אנו מתעניינים בחלק הסמוי - בקשרים הרגשיים בין הדמויות בפנטזיה.

מהיכן בכל זאת מגיעים חומרי התוכן בפנטזיית האהבה שלנו? הפנטזיה משתמשת במאגר אירועים בעלי קונוטציה מינית שנתקלנו בהם במהלך חיינו כדי להחיות את המסר הרגשי. בדיוק כפי שהחלום משתמש במאגר דימויים אישי שלנו כדי להעביר מסר רגשי.

למיטב ידיעתי, מטפלים אינם נוטים להתייחס לפנטזיית האהבה וודאי שאינם מעניקים לה את המשמעות והחשיבות שאני מציין, וזה חבל.⁵ היתרון הגדול של פנטזיית האהבה, בדומה לחלומות, טמון ביכולת

5. קולרסו, פסיכואנליטיקאי אמריקאי רב ניסיון, מאשר את הדברים וכן אפשר להסיק זאת ממיעוט המאמרים בתחום זה

Colarusso, C.A. (2012). The Central Masturbation Fantasy in Heterosexual Males across the Life Cycle: Masturbation Fantasies across the Normality-Pathology Spectrum. J. Amer. Psychoanal. Assn., 60(5), 917-948

של האדם לקחת אחריות על חלקים אלה שלו. האדם מבין שאם הוא מדמיין כל חייו את אותה פנטזיה, שיש בה אותם יחסים, מיוזמתו, בלי שאיש ביקש ממנו, הרי ודאי שיש לכך משמעות. ואולם בשונה מהחלומות, פנטזיית האהבה היא מודעת וגלויה והיחסים בה חוזרים על עצמם בדייקנות וזו עוצמתה.

למותר לציין שהמודעות לפנטזיית האהבה וקבלתה כלגיטימית בעולם הדמיון והמשחק עשויה לשפר במידה ניכרת לא רק את חיי המין של בני הזוג, אלא גם את יחסיהם בהיותם מודעים לנטיותיהם האישיות ולנטיות של בן הזוג.

אנשים ששומעים על פנטזיית האהבה של בן זוגם חשים לא אחת כאילו נפל להם האסימון. פתאום מה שלא הצליחו לנסח לעצמם במשך שנים מוצג לפניהם בסיפור ממוקד אחד. אני יכול להעיד שגם בקליניקה היכרות עם פנטזיית האהבה של המטופל עשויה להיות פריצת דרך בהבנתנו אותו. היכרות עם פנטזיית האהבה של כל אדם תעזור לנו להבינו ולקבלו משום שנבין את התנהגותו ולא נייחס לה כוונות נסתרות או מניעים אישיים שליליים.

האין על כולנו לצאת מהארון ולגלות את פנטזיית האהבה שלנו, שבמקרים רבים לא תהיה מחמיאה? הומוסקסואלים, לסביות ולהט"בים אחרים אין להם ברירה. ההכרה באובייקט המשיכה בפנטזיית האהבה שלהם חיונית למימוש העצמי כבני אדם. האמת היא שכך כולנו - אנו עלולים להסתיר מעצמנו את פנטזיית האהבה שלנו שיש בה אינפורמציה קריטית להבנת המפגש הייחודי שלנו עם העולם. מאחר שיש אין-סוף אפשרויות לפנטזיית אהבה וכנראה אין שני בני אדם בעלי אותה פנטזיה בדיוק, הגילוי האישי והסובלנות לאחר הופכות לחובה.

איך אנו מגלים את פנטזיית האהבה שלנו? הדבר עלול להיות קשה יותר לאנשים בעלי הדחקות מסיביות. אוננות היא אחת הדרכים הטובות. בשעת האוננות יש פשוט לנסות ולדמיין בחופשיות וללא חשש כל מיני דמיונות ולגלות איזה מהם מגרה אותנו יותר. לעיתים סרטי פורנו בעלי תכנים מגוונים עשויים לתת לנו כיוון. אבל לבסוף שום סרט פורנו לא ישווה לסרט שאנו בכבודנו ובעצמנו הננו היוצרים שלו ועל כן הוא מתאר בדיוקנות מרבית את פנטזיית האהבה שלנו. לאנשים רבים יש כיוון כללי. הם רק צריכים לעדן אותו, לדייק בו ולמצוא את הסיפור שהכי מגרה אותם משום שעוצמתו הרבה של סיפור זה שמביא לאורגזמה תעזור להם לקחת עליו אחריות. אז יבינו שהם מצאו את המפתח לאחת מתיבות הנפש החשובות שלהם.

כמה מילים לאנשים שמתקשים במיוחד לגלות את פנטזיית האהבה שלהם, וישנם לא מעט כאלה. גם אנשים שמכירים היטב את פנטזיית האהבה שלהם יכולים להעיד שלא תמיד קל להם להפעיל אותה. ההגנות שלנו מחבלות לא מעט ביכולתנו לדמיין. כך שבאמצע פנטזיית האהבה יכולות לחדור מחשבות כגון "זה לא באמת", "זו סתם פנטזיה", "מה, השתגעתי?!" ועוד. מחשבות הגנתיות אלה מטרתן שלא לאפשר לנו להתנתק מהמציאות. אכן, יש לא מעט אנשים שיתקשו להניח למציאות היום-יומית הכופה אפילו לרגע קט. אלה יתקשו לגלות את פנטזיית האהבה שלהם. אז מה ניתן לעשות במקרים כאלה?

כל אחד צריך למצוא את דרכו האישית. יהיו כאלה שיוכלו לגלות את פנטזיית האהבה שלהם כשהם בחופש דווקא, הרחק ממטלות היום-יום והם פנויים לעסוק בעצמם. אז יתפנו לאונן, לראות סרטי פורנו או לשחק עם בני זוגם במשחקי מין. אחרים יוכלו לעשות זאת דווקא בשעה שהם עייפים משום שאז ההגנות נחלשות, וישנם כאלה שדווקא בבוקר, כשהם רעננים ומוכנים להשקיע במשימה חדשה.

אישה אחת גילתה את פנטזיית האהבה שלה כשבן זוגה הכריז שהוא רוצה להתגרש ממנה. אז אמרה לעצמה, "מה אכפת לי". היא אוננה ומצאה את עצמה מפנטזת פנטזיה מגרה במיוחד שלא הרשתה לעצמה להעלותה בדמיונה מעולם. אישה זו הייתה מעוגנת היטב במציאות, בעלת רמת תפקוד גבוהה מאוד, ותמיד היה אכפת לה מה יגידו. אין פלא שהתקשתה להשתחרר ולמצוא את פנטזיית האהבה שלה כשהיה אכפת לה מסביבתה.

בחור אחר לא יכול היה להשתמש בפנטזיית האהבה התוקפנית שלו, שאותה הכיר, כשאשתו הייתה נחמדה אליו. הוא ביקש ממנה שתרגיז אותו במתכוון. ואז נהנה הנאה עצומה מפנטזיית האהבה שלו, ללא כל עכבות.

לעיתים יין או מריחואנה יכולים לעזור. אינני ממליץ להיעזר בסמים - עדיף לפתח את הדמיון. כך גם מומלץ לאלה שיש להם קשיים ביחסי מין (בעיות בזקפה, כאבים בנרתיק וכדומה) לפתח את הדמיון במקום להיעזר בתרופות.

אכן, רובנו אנשים מתפקדים המעוגנים היטב במציאות היום-יומית ועלולים להתקשות להתנתק ממנה ולהישאב לעולם של פנטזיה שנראה שאין לו עם המציאות ולא כלום. לאנשים בעלי אופי היסטרי ודאי קל יותר לגלות את פנטזיית האהבה שלהם מאשר לאנשים בעלי אופי אובססיבי. בעלי אופי היסטרי מרשים לעצמם להיות אסוציאטיביים וצבעוניים יותר והם נאחזים פחות בפרטי המציאות. כך רבים מאיתנו איבדו את הקשר עם עצמם לטובת תפקוד וקשר רב-שנים עם המציאות; רבים מאיתנו הפסיקו מזמן להקשיב לעצמם עד כדי כך שפנטזיית האהבה שלהם חדלה לעניין אותם והם בוחרים במודע בחיים יום-יומיים אפורים, ללא פנטזיות. ככל שהפרט יציב, מוגן ומאורגן יותר בחיי היום-יום הסיכוי שלו להיסחף אחר דמיונותיו הולך ופוחת.

ודווקא אלה שיש להם לא מעט קשיים לעיתים הם אלה שיהיו ערים לפנטזיית האהבה שלהם ואף ייהנו ממנה.

מתי יש לשאול את המטופל מהי פנטזיית האהבה שלו ואיך כדאי לעשות זאת? אלו שאלות שללא ספק עשויות להביך את המטפל ואת המטופל. כיום טיפולים ארוכי טווח מסתיימים לעיתים קרובות בלי דיון בפנטזיית האהבה של המטופל. יש יתרון ברור בהכרה של פנטזיית האהבה של המטופל כבר בתחילת הטיפול משום שהיא כלי רב-עוצמה בקידום הטיפול. לעניות דעתי, קשה לקבוע מתי ניתן להעלות את השאלה הזאת. הדבר תלוי במטפל, במטופל ובקשר הייחודי הנרקם ביניהם.

כל מטפל וכל מטופל צריכים למצוא את המועד המתאים להם. לעיתים כשיש היכרות ארוכה יותר של המטפל והמטופל שאלה זאת תהיה קלה יותר אבל לא בהכרח. במקרים של מטופל צעיר ומטפלת מבוגרת או מטופלת צעירה ומטפל מבוגר, המטופלים עשויים להמתין שהמטפל ישאל אותם את השאלה הזאת כסימן שמותר להעלות תכנים אלה. ללא עזרה והכוונה מצד המטפל הם יתקשו להעלות נושא זה ביוזמתם. מטפל השואל שאלה זו בשלב מוקדם בטיפול, אולי אפילו בראיון הקבלה, לצד שאלות נוספות שעשויות להיות מביכות, מעביר מסר שזה נושא חשוב שניתן לדבר עליו. המטפל השואל בראיון הקבלה על כל המחשבות של המטופל - חלומות בלילה, חשיבה מודעת ופנטזיית האהבה - מעביר את המסר החשוב שאין להחריג את פנטזיית האהבה מכלל המחשבות רק משום שהיא אולי מביכה יותר. במהלך השיחה ניתן להסביר כמובן למטופל שחשיבותה של פנטזיה זאת חורגת הרבה מעבר להקשר המיני גרידא והיא משקפת מאפיין חשוב ביחסיו הבין-אישיים. מעל הכול, המסר למטופל הוא שהקצב הוא שלו והוא יכול לבחור שלא להשיב על שאלה זו בהווה ואף לא

בעתיד. מניסיוני, ברוב המקרים מטופלים מבינים את העניין, מעריכים אותו ושמחים לשתף פעולה.

הרובד השלישי, המודע של החשיבה

אנשים נבדלים זה מזה בנטייתיהם המחשבתיות בערות. אחדים כועסים כל הזמן, חושבים על מה שאמר להם מישהו ואיך הם מתכוונים להשיב לו. מדמיינים שהם מקללים או מכים את בני שיחם. אחרים מסתובבים עם כל מיני חרדות במגוון עניינים. זהו מרכיב מרכזי בחשיבתם המודעת הנוכח שם תדיר. ישנם כאלה שחשים שהם חסרי ערך או אשמים שעות רבות במשך היום, כך, לאורך שנים. כמו בעולם החלומות, על פי רוב האדם יכול לזהות יותר מזרם מרכזי אחד לצד העובדה שאין חלום או מחשבה מודעת שאינם אפשריים.

כלומר, לכל אחד מאיתנו יכולים להיות חלומות או מחשבות מודעות רבות ושונות, אבל אנו מעוניינים בזיהוי הזרמים המרכזיים משום שאלה מעצבים את אישיותנו ואת תגובותינו לעולם. אכן, כפי שאמרנו בנוגע לחלומות, מאחר שלכל אדם יש אופי, יש לו זרם או זרמים מרכזיים ברובד השלישי, המודע של החשיבה. לעיתים קרובות לא קל להחליט אילו מזרמי החשיבה הלא מודעת והמודעת דומיננטיים יותר ואילו פחות, וזה גם לא כל כך חשוב. די להיות ערים לקיומם. זרמי חשיבה אלה בחלום ובערות נוטים להשתנות לאט ומעט במשך השנים. אנו מוצאים אפוא דמיון רב בין הרובד הראשון, הלא מודע של החשיבה לרובד השלישי, המודע של החשיבה - למעט ההבדל הידוע שהרובד הראשון נקרא תהליך ראשוני והוא מבוסס על חשיבה אסוציאטיבית, ואילו הרובד השלישי נקרא חשיבה משנית שהיא חשיבה מאורגנת ולוגית בבסיסה.

לאנשים מסוימים יש חלומות בהקיץ החוזרים על עצמם בדייקנות רבה במשך שנים. חלום בהקיץ הוא סיפור שאנו מספרים לעצמנו בעודנו ערים ומודעים לכך שאנו מפנטזים ואין זו אמת, בניגוד לחלום, שבו אנו חשים שאכן הוא קורה באמת. חלום בהקיץ שחוזר על עצמו תדיר אינו אלא אחד הזרמים האפשריים בחשיבתנו המודעת והוא יכול להיות נעים או לא נעים. חלום בהקיץ קלאסי הוא למשל של ספורטאי שפעמים רבות, לפני תחרויות, רואה את עצמו ניצב על הפודיום וזוכה במדליה בעוד הקהל מריע. מישהי אחרת תדמיין שוב ושוב שהיא שחקנית קולנוע או זמרת מפורסמת על הבמה ותראה בדמיונה מה בדיוק היא עושה שם. בחור אחר מדמיין באופן קבוע כיצד הוא נכשל בבחינות אף על פי שבמציאות הוא מצליח בהן. לאורך פרקי הספר נפגוש חלומות בהקיץ של מטופלים ונבין מה הקשר של חלומות בהקיץ אלה לרובד הראשון, הלא מודע של החלומות וכן לרובד השני, של פנטזיית האהבה.

כפי שנראה קיימת זרימה מתמדת של תכנים בין רובדי החשיבה. מחשבות מהרובד השלישי, המודע של החשיבה מודחקות לרובד הראשון, הלא מודע של החשיבה ושבות וצפות למודעות ברגעים ובהקשרים שונים. לעיתים הרובד השלישי, המודע של החשיבה אינו אלא פיצוי או השלמה לרובד השני של חשיבה - לפנטזיית האהבה. פנטזיית האהבה עצמה עשויה להתגבש בינקות מתוך תגובה לזרמים ברובד הראשון, הלא מודע של החשיבה או כפי שראינו, לעיתים היא מודחקת לשם כשהיא פוגעת בדימוי העצמי. במילים פשוטות, יש זרימה תמידית של תכנים בין הרבדים השונים של החשיבה ואף יחסי גומלין של היפוך או איוון ביניהם. בתיאורי המקרה יפגוש הקורא משחקים אלה בין הרבדים השונים של החשיבה.

איך מתפתח הרובד השלישי, המודע של החשיבה? זהו הרובד הגבוה ביותר והוא מאפשר לנו לבצע חשיבה מורכבת יותר. על כן תגובות מהרובד הזה למציאות הסובבת אותנו יהיו איטיות ומעובדות יותר. לא אחת אלה תגובות למצבים חברתיים, חשיבה המכילה היבטים לוגיים או התבססות על ידע קודם. חשיבה מהרובד השלישי, המודע שונה מאותה ברירת מחדל אימפולסיבית של פנטזיית האהבה המכוונת אישית אף על פי שלא תמיד קל להבדיל ביניהם.

היכרות עם פנטזיית האהבה וכן עם הזרמים המודעים של החשיבה של הפרט תעזור לנו במלאכת ההבחנה. מובן שגם הרובד השלישי, המודע של החשיבה מתעצב בקשר עם ההורים לאחר התגבשות פנטזיית האהבה (ואולי אף במקביל לה). הוא מכיל הזדהויות חדשות עם ההורים בעניינים שונים וכן תגובות לשני הרבדים הנמוכים יותר של החשיבה. כפי שנראה, הרובד השלישי, המודע של החשיבה אחראי לרבות מהתנהגויותינו והחלטותינו בחיים.

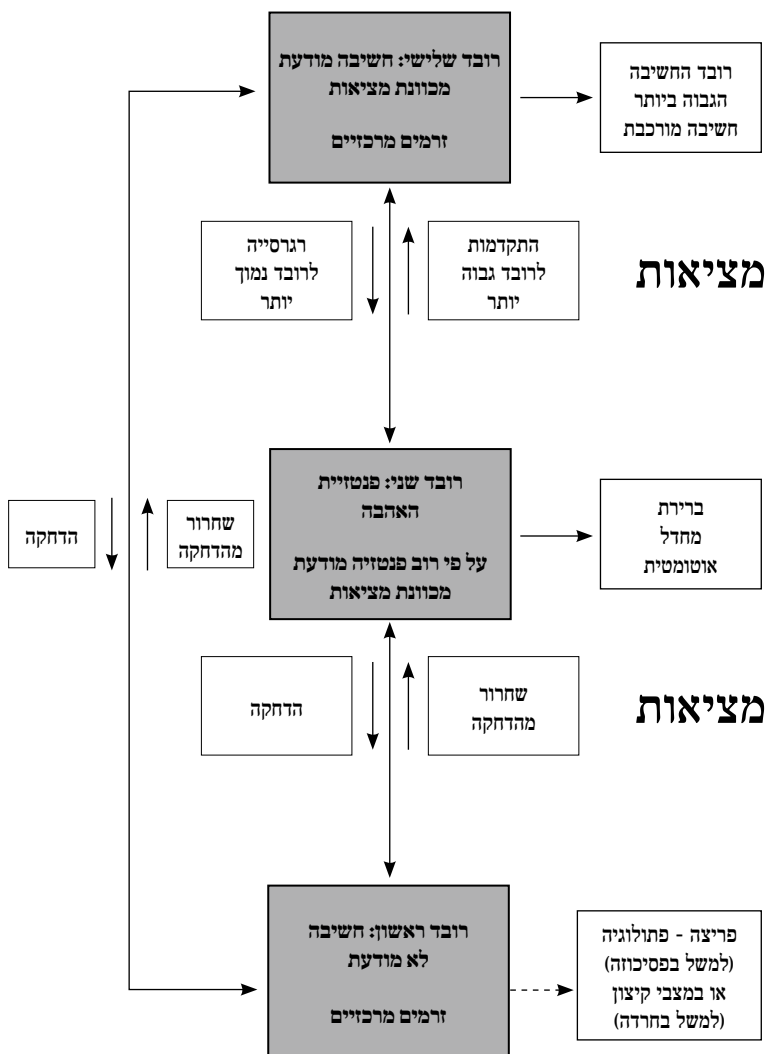
שני הרבדים העליונים של החשיבה - פנטזיית האהבה והחשיבה המודעת, הם מכווני מציאות, שלא כמו הרובד הראשון, הלא מודע. הם מעצבים את המפגש שלנו עם המציאות. פנטזיית האהבה תמיד תהיה אישית בניגוד לחשיבה מהרובד השלישי, המודע, המכילה גם ריצוי חברתי, ערכים ועוד.

אם המטפל לא יחקור את הרובד המודע עלול החומר שנמצא שם להישאר לא נגיש לא למטפל ולא למטופל, משום שהמטופל רגיל לאופנות החשיבה שלו ולעיתים הוא אינו ער כלל לכך שדבר זה מאפיין אותו. למשל, הוא עשוי לחשוב שכולם הולכים כועסים כל הזמן או שאפילו אינו ער לכך שזה מה שהוא עושה תדיר. ייתכן שאף יתבייש בתכנים אלה.

כך, התיאוריה של פנטזיית האהבה מזמינה את כולנו להפנות את תשומת ליבנו לשלושת רובדי החשיבה שלנו, שלעיתים איננו מודעים להם, כדי לממש את הפוטנציאל הגלום בנו. המקרים המוצגים לאורך הספר ימחישו שימוש זה.

חלום שחלמתי על ספר זה: ארגנתי נשף מסכות. הנשף התקיים בבית שמספרו היה ארבעים ושש. במהלך הנשף הסרתי את המסכות מעל פני המשתתפים והתגלו פניהם האמיתיות. אני הלכתי ללא מסכה. כשהתעוררתי הבנתי שתיאוריית פנטזיית האהבה שלי מורידה לכולם את המסכות, אני את שלי כבר הסרתי. עדיין לא היה לי ברור מהיכן צץ לו המספר ארבעים ושש. לאחר כמה שבועות, כשעברתי על החומר לספר, הגעתי לחלום של שמואל. בחלומי הוא נמצא בטיול בקניון, אביו הולך לפניו ועל חולצתו המספר עשרים ושלוש. הוא מחפש בראש הטור מבוגר אחר להסתפח אליו ומוצא מישהו שעל חולצתו המספר ארבעים ושש. הוא חושב לפי השיער המאפיר שזה אני. בטיפול הבין שהוא מחפש תחליף אב ורוצה להזדהות איתי.

בחור זה, כפי שתקראו, הוא יצירתי במיוחד. הוא העניק לי את המספר ארבעים ושש וכעת היצירה שלי מתרחשת בבית זה. אני מרבה להתפעל משמואל ונהנה הנאה מרובה מהשיחות שלנו ומחלומותיו המעניינים. האם הוא עושה אותי, המטפל שלו, יצירתי? כך אני מרגיש בחלום. נתתי לו כמובן לקרוא את מה שכתבתי עליו והוא התרגש מאוד מן הכתוב והודה לי מקרב לב.



מבנה האישיות על פי תיאוריית האישיות של פנטזיית האהבה:
שלושה רובדי חשיבה



תיאורי מקרים

1. מכות בישבן

דניאלה לא יכלה להגיע לסיפוק מיני עד שנות הארבעים לחייה. באותן שנים גילתה פתאום את פנטזיית האהבה שלה. בפנטזיה גבר הכה אותה בישבן. היו לפנטזיה כמה וריאציות. באחת הוא הכה אותה בעודו נוזף בה על מעשיה. לא הכאב הוא שעורר בה ריגוש, היא חושבת, אלא התחושה שמבזים אותה. לעיתים דמות המכה הייתה אביה, לעיתים מורה שהיא דווקא העריכה מאוד ולעיתים המוכה לא הייתה היא, אלא אישה שהיא לא מכירה. גם בפרטי הסרט שדמיינה ובהתפתחות העלילה היו כמה וריאציות אבל המשותף לכל הדמיונות החדשים האלה היה העובדה שהאורגזמה התרחשה ברגע של שיא ההשפלה.

לא היה קשה לדניאלה להבין שפנטזיה זו שהייתה נעימה מינית אך הרסנית ביחס לדימוי העצמי שלה הודחקה במשך השנים. היא חשה שמצאה את מפתח הסתרים לתיבת האורגזמה שלה - דמיון מדויק שהסתתר לו אי שם בנבכי הלא-מודע שלה עד שעלה והתגלה משום שהיא הייתה כנראה בשלה להכיר בו ולקבלו.

דניאלה אימצה את הגילוי בחום. היא החלה לאונן לעיתים קרובות, ניסתה דמיונות שונים ובחנה וחקרה את גבולות הפנטזיה שלה. היא שמה לב שהתוכן של הפנטזיה יכול להשתנות אך לא יחסי ההשפלה,

שהיו הטריגר הבלעדי שלה להגיע לסיפוק. היא גם שמה לב שחוויה זו של השפלה אינה משתנה בחלוף השנים.

הגילוי המרעיש לוזה בגילוי מרעיש לא פחות - דניאלה שמה לב שהקשרים שלה עם גברים עוקבים לא אחת אחר התבנית המזוכיסטית הזאת ומחקים אותה, והבינה שאולי זאת הסיבה שהיא מתקשה ליצור קשר קבוע ויציב עם בן זוג. למשל, כשבן הזוג שלה ליטף אותה בחום ושיבץ אותה היא הגיבה לעיתים בחוסר נחמדות ואף בתוקפנות. לעומת זאת כשנזף בה היא חשבה לא אחת שהיא מקבלת את העונש שמגיע לה. היו רגעים שהיא חשה בינה לבין עצמה שהיא מרגיזה אותו במתכוון כדי שיגמול לה או לחלופין שהיא מתנצלת כשאין בכך צורך כאילו עשתה משהו איום ונורא. אלה היו דקויות, סודות כמוסים שלה עם עצמה, שמעולם לא נתנה עליהם את מלוא דעתה. אבל הפעם הם התאימו פתאום יפה לפנטזיית האהבה שלה, שפרחה לפנייה במלוא הדרה. דניאלה הבינה שהיא משחזרת ומחיה את פנטזיית האהבה שלה עם בני זוגה ואולי לכן עד היום לא הצליחה למסד קשר יציב וקבוע.

גילוי רדף גילוי - דניאלה שמה לב שהיא משחזרת את פנטזיית האהבה גם במשרד, בעבודתה עם קולגות ובוסים, גברים ונשים כאחד. זה קרה בכל אותם רגעים שהיא מגיבה אוטומטית, כשאין זמן למחשבה, כאילו זו תגובת ברירת המחדל שלה. כך למשל היא יכולה לקבל אחריות על דברים שאינם באמת באחריותה ולהאשים את עצמה בעושים. לחלופין, כשהיא זוכה להערכה על עבודתה היא חושבת לא אחת שהיא לא באמת ראויה לה. אילו עצרה וחשבה, אמרה לעצמה, ייתכן שלא הייתה מגיבה כך.

חברותיה של דניאלה כבר אמרו לה מזמן שההתנהלות המינית שלה פוגעת בה אבל היא לא הבינה בדיוק מה הן אומרות. היא נהגה לדחוף את הגברים שהכירה למיטה לפני שהם בכלל חשבו על כך. לחברות סיפרה שהיא פשוט רצתה לבדוק אם זה עובד משום שהסקס הוא

כידוע קריטריון חשוב להצלחת הקשר הזוגי, אז למה לחכות... בחור אחד דווקא מצא חן בעיניה - ואז היא זרקה לו באמצע השיחה, "בוא נזדיין". הבחור היה המום. הם אכן שכבו ולא נפגשו שוב. רק עכשיו דומה שדניאלה מבינה למה היא עשתה זאת.

משחקי האהבה של דניאלה

אט-אט חלחלה בדניאלה ההבנה שאין לה מה להתבייש בפנטזיית האהבה שלה ובמי שהיא. נהפוך הוא, כדאי לה להכיר בה ולנצל את כוחה העצום למטרות טובות. היא החלה לשתף את בני זוגה בפנטזיית האהבה שלה וציפתה מהם שיספרו את שלהם, והציעה להם להחיות ולשחק את הפנטזיות האלה בחדר המיטות כשהשמיים הם הגבול. דניאלה, שעד לא מזמן לא הכירה את חוויית האורגזמה, הגיעה לשיאים שאותם תיארה באופן ציורי כ"פיצוצים של התגלות אלוהית". יחסי המין הטובים קירבו בינה ובין בני זוגה ועצם ההתגברות על המבוכה והגילוי ההדדי של פנטזיות האהבה גרמו לה ולבני זוגה לקבל זה את זה קבלה מלאה ועמוקה יותר. דניאלה הבינה שזו בעצם פנטזיית אהבה - איך לא תתאהב במי שמקבל אותך באופן מלא כל כך וגורם לך עונג עצום!?

יתרה מזו, דניאלה נעשתה מודעת לפנטזיית האהבה המזוכיסטית שלה. נעשתה ערה לאופן ההרסני שבו ניהלה את קשריה בעבר וכעת היא שולטת בהתנהלות הפנטזיה בחיי היום-יום במקום שזו תשלוט בה. היא גם שיתפה את בני זוגה בקושי שלה וביקשה את עזרתם ואת מודעותם לנקודת התורפה שלה. שיחות אלה עזרו לבני זוגה של דניאלה - ולבסוף לכן הזוג הקבוע - להבין כיצד דניאלה עלולה לחבל בקשר ולהיזהר שלא ליפול במלכודות שהיא, דניאלה, טמנה להם שלא במתכוון.

דניאלה גם עזרה לבן זוגה להכיר בכך שגם לו פנטזיית אהבה שמנהלת אותו אף על פי שהוא אינו ער לכך ולהבין שהם צריכים להתגבר יחד על הקושי שלו. לעצמה חזרה ושיננה דניאלה שרגע הגמירה אינו אלא רגע של הארה - שבו היא זוכה לתובנה עמוקה לגבי מרכיב חשוב באישיותה מעבר להנאה העצומה שרגע זה טומן בחובו. דניאלה עשתה את התהליך הזה לבדה, ללא עזרת מטפל, הכול בזכות יכולתה להודות בקשייה ולהתבונן בהם בלי לפחד.



2. נשים נאות פוסעות בניחותא

על שפת הים

מיקי, מורה להיסטוריה בתיכון, מספר למטפל שלו שיש לו על פי רוב חלומות טובים ונעימים על אהבות, הצלחות וכדומה (לצדרי, לא נראה מקרים רבים כאלה). בפנטזיית האהבה שלו הוא מדמיין נשים נאות פוסעות בניחותא על שפת הים. מין חוף נודיסטים כזה, הוא חושב. הוא רואה את הבחורות הרזות והחטובות בביקיני ואז בדיוק אז הוא מגיע לשיא. ברובד המודע, לעומת זאת, הוא ידוע כאיש ביקורתי.

אל בית הספר הגיעה מורה חדשה, תוקפנית למדי - רק הגיעה וכבר מנסה לסדר את מערכת השעות באופן שיתאים לה. מיקי מספר שהוא מגיב אליה דווקא בנעימות וברוגע. מורים אחרים כבר רוצים לחסל אותה. "לעומת זאת בשיבות המורים אני ידוע כביקורתי למדי וחברי מנסים למתן אותי. אני לא מוכן שתלמידים יבואו לבית הספר ללא תלבושת אחידה, יעשנו, יעשו בלגן וכדומה. אני בעד הצבת גבולות ברורים". לא היה קשה למיקי להבחין בין תגובותיו המיידיות המתונות בקשרים אישיים ובין ביקורתו המנומקת והלא מתפשרת בשיבות המורים. תגובותיו המיידיות מקורן בפנטזיית האהבה, ואילו ביקורתו - ברובד המודע. ההפך מחבריו, הוא מסביר. סביר להניח שדפוסים אלה מאפיינים את מיקי ככלל. בקשר בין-אישי מידי הוא יהיה רך ונעים כמו הפנטזיה המינית שלו. אבל ברמה הארגונית, משימות ומטלות

שיש לעמוד בהן שאינן מבטאות קשרים אישיים אוטומטיים, הוא ביקורתי כלפי האחר ולא פחות גם כלפי עצמו. דומה שכולנו מכירים אנשים כאלה שיכולים להיות רכים ומקבלים ברמה האישית ונוקשים וביקורתיים ברמה המערכתית (אני יכול לחשוב על כמה פוליטיקאים כאלה). מאחר שחלומותיו של מיקי נעימים, ייתכן שלא היה לו צורך לפתח פנטזיית אהבה הגנתית או תוקפנית יותר. הביקורתיות שלו ברובד המודע קשורה להזדהות עם דמויות סמכות.

מיקי גדל כנראה בסביבה שיפוטית שעם עמדותיה הוא הזדהה. מאחר שנפגוש לא מעט מקרים שבהם הרובד המודע הוא היפוכו של רובד פנטזיית האהבה, גם ניתן לשער שהרובד המודע הזה מתפתח כתגובה לרובד פנטזיית האהבה. מיקי, שמפגין רוך רב ברובד של פנטזיית האהבה, נשאר לא אחת חסר הגנה, פגוע וכועס מבלי יכולת להגן על עצמו. על כן פיתח לו בשלב ההתפתחותי המתאים (אולי כבר בשנה השנייה או השלישית לחייו) רובד מודע ביקורתי ותוקפני יותר. בתחילת השיחה עם המטפל טען מיקי שתחזיותיו השחורות בישיבות המורים מתממשות בדרך כלל ויש לנקוט יד קשה יותר כלפי מי שפוגע במערכת. כעת דומה שמיקי מבין שאופן הראייה שלו את הדברים ברובדי החשיבה השונים הוא ייחודי לו ואין מניעה שאחרים יראו את אותן בעיות באופן שונה. כל זה התרחש בשיחה אחת שבה מיקי לוקח אחריות על רובדי החשיבה שלו. מעבר לכך, המקרה של מיקי מחדד את ההבדל בין התייחסות הפרט לאירועי מציאות מהרובד של פנטזיית האהבה או מהרובד המודע.

משחקי האהבה של מיקי

מיקי נהנה מאוד מחיי המין שלו עם חברתו. כשהם שוכבים הוא צופה לו בהנאה בנשים הנאות הפוסעות על החוף והתמונה השלווה הזאת

מטריפה את דעתו. חברתו שואלת אם היא נמצאת שם והוא משיב לה בחיוך שלא תמיד. לחברתו, לעומת זאת, יש פנטזיה מעניינת לא פחות - היא מפנטזת שלבחור מסוים שאת שמו היא לא מוכנה לגלות למיקי יש יום-הולדת והיא מגיעה לביתו ואומרת לו שיש לה מתנה נפלאה בעבורו. כאשר הבחור שואל היכן המתנה חברתו של מיקי משיבה לו בפשטות ובצניעות: "אני המתנה. עשה בי מה שאתה רוצה". כשהם שוכבים מיקי מספר לחברתו בעת המעשה איזו מתנה נפלאה היא נותנת לבחור כלשהו. הוא מתאר באוזניה איך אותו בחור מפרק את המתנה, פותח אותה, חודר לתוכה בעוד היא, המתנה, מתמסרת כולה... וכיצד בעוד שנייה ההנאה שלו מהמתנה פשוט תשגע אותו. אז, בדיוק אז, חברתו גומרת. הוא עצמו עוד מספיק להחליף פנטזיות וחוזר לאותן נשים הפוסעות להן בניחותא על החוף. כעת גם הוא מתפרק בהנאה שאין כדוגמתה.

חברתו של מיקי - בהתאם לפנטזיית האהבה שלה - היא רופאת ילדים שאישיותה מלאת החמלה מוכרת לכולם. אבל בבית היא בלגניסטית גדולה. מיקי מוצא את עצמו מתקשה להגיב בתקיפות מתוך הרובד המודע של חשיבתו מייד כשמשהו מפריע לו. במקום זאת הוא מגיב מתוך רובד פנטזיית האהבה שלו ברוך ובהתחשבות. רק לאחר שצבר כעס רב הוא משיב לה מנה אחת אפיים ומבקר אותה בחריפות. אכן, לעיתים אנחנו מקובעים, ומסוגלים להגיב לאנשים ולמצבים מרובד חשיבה אחד ולא מאחר. חברתו של מיקי, המודעת לפנטזיית האהבה הרכה שלו, שואלת אותו לא אחת אם הוא כועס עליה. בדרך זו היא מנסה לעזור לו לשחרר כעסים ולא לצבור אותם. והוא, מיקי, מבין גם הוא שחברתו מחלקת בחיי היום-יום יותר מדי "מתנות" לכולם - דואגת לכולם - והוא מנסה לעזור לה למתן את התנהלותה.



3. קודם קשוחה, אחר כך "נותנת"

יעל התייחסה בקשיחות לבחורים שהכירה. היחס שלה נע בין חוסר התייחסות והתעלמות בסיטואציות חברתיות ובין ציניות קלה של לגלוג, כמעט ללא מילים, שהתבטא בהבעות הפנים. זה היה סימן מובהק - שנדרש לה זמן להודות בו - שלאחר מכן היא "תיתן" להם. היו כאלה שנבהלו כמובן ולא ניסו להתקרב, אולם מי שהעז מצא שמתחת לקשיחות הראשונית יש רכות תהומית ובעיקר קריאה לעזרה. החבר שלה סיפר שיש לו חלומות שבהם הוא צריך להציל אותה: היא טובעת בים והוא רץ לעזרתה, היא נפגעת בתאונת דרכים והוא רץ איתה לבית החולים. ככה זה, לעיתים חלומות שלנו אינם אלא מה שנקלט משידורי האחר. כיצד התפתחה נטייה זו שלה לקשיחות ושבירות? כל שידוע לנו הוא מה שסיפר החבר. כיצד פעם הם ישבו במטבח עם אביה שגידל אותה. הוא, האב, שאל את החבר בקול מיואש: "למה אתה לא מתחתן איתה? תראה איזו אישה טובה היא, יודעת לשל. כדאי לך..." כך המשיך להתחנן. החבר מספר שההשפלה שהוא עצמו חווה בשביל חברתו הייתה כמעט בלתי נסבלת. מה קורה לילדה שגדלה בחסות אב כזה? אולי היא מנסה להגן על המעט שיש לה עד שגם זה מתפרק. מה הייתה פנטזיית האהבה שלה אנו לא יודעים בדיוק. ואולם דומה שהתנהגותה מזכירה יחסים סדו-מזוכיסטיים שבהם היא מפגינה נוקשות כדי לעודד עימות ולאחר מכן באה הכניעה וההתמסרות.

יום אחד אושפז אביה בבית החולים. היא רצתה שיזכה לטיפול טוב ככל האפשר וביקשה לדבר עם מנהל המחלקה. הוא היה עסוק. לבסוף, כשפינה לה כמה דקות, ליטף את ידה וניסה להרגיעה. לחבר שלה היא אמרה שאם מה שצריך הוא לשכב עם מנהל המחלקה היא תעשה זאת בשביל אביה. מה שבטוח הוא שהפנטזיה הזאת הייתה שלה. לגבי מנהל המחלקה איננו יודעים דבר. פעם שאל אותה החבר שלה עם מי הייתה מעדיפה לשכב, עם שוטר או פרופסור. התשובה הייתה נחרצת - שוטר. איך יוצרים חוויה מזוכיסטית אצל תינוק בן שנה? איך גורמים לו לאהוב נזיפות וסבל? אביה שגידל אותה לא היה בהכרח אבא רע. הוא דאג לה מאוד. אבל די בנטייה סדיסטית סמויה של ההורה כדי לגבש דפוס מזוכיסטי אצל התינוק. אבא נותן לה לשתות מבקבוק. היא לא רוצה. הוא מכריח אותה. קצת, לא הרבה. היא שותה בשבילו, סובלת בשבילו. כעת שניהם מרוצים. לאבא אין כוח להחליף לה כעת חיתול. היא מבינה זאת ומפסיקה לבכות. היא סובלת כעת בשביל אבא. אין פלא שהיא מוכנה לשכב עם מנהל המחלקה בשביל אבא או מתגרה בגברים כדי להיכנע ולספק לבסוף את מאווייהם. בספרות ניתן להתרשם במקרים רבים ממטופלים שפנטזיית האהבה שלהם היא מזוכיסטית, אולם ברובד המודע הם מתנהגים בסדיסטיות. האם הסדיסטיות התפתחו כתשובה למזוכיסטיות וכרצון לפצות עליה, ואולי להפך, כדי להתגרות באחר ולממש אותה? דומה שזו שאלת הביצה והתרנגולת. בכל מקרה, אנו ערים לכך שרובד פנטזיית האהבה והרובד המודע יכולים להיות קשורים זה בזה בקשר הדוק.

מטבע הדברים, פנטזיית האהבה המזוכיסטית של יעל לא הצליחה לפצות על עולם חלומותיה המאויים. ואולם בחלומותיה בהקיץ היא הייתה ביונסה. מתרוצצת על הבמה במופע אור-קולי מהמם כשהיא שרה, רוקדת ומנגנת, ומרטיטה את הקהל. סרט קצר זה הוקרן במוחה

פעמים רבות, בייחוד לאחר רגעי חרדה או השפלה. כשהחבר שלה לא נענה לרצונה להיפגש היא פתאום הייתה ביונסה, חשה התעלות עצומה כשהיא צופה בעצמה על הבמה. כך נקשרים ביניהם הרובד הלא מודע והרובד המודע. יעל סיפרה שלעיתים גם לאחר שהגיעה לסיפוק מיני היא צופה בעצמה מככבת על הבמה. ניתן להניח שיעל הגיעה לסיפוק מתוך פנטזיה מזוכיסטית כלשהי ולאחר שהגיעה לפורקן הפעילה את חלומה הנעים בהקיץ כדי לפוגג את ההשפלה ולרומם את תחושת הערך העצמי הנמוכה שחשה בעטייה של פנטזיית האהבה שלה. כך אנו מתרשמים שברובד המודע של יעל מככבות פנטזיות גרנדיוזיות לצד סדיסטיות והרפרטואר יכול אף להיות עשיר מזה. אנו גם מתרשמים שהרובד המודע יכול להיות קשור לרובד הלא מודע וגם לרובד של פנטזיית האהבה.

אכן, יעל התפתחה בעקבות חלומה בהקיץ והצליחה בתחום האומנות. לעיתים הרובד המודע הוא שמפצה על קשיים ברבדים העמוקים יותר של החשיבה. זהו הרובד שמקושר טוב ביותר למציאות המורכבת וגילוי שאפתנות ברובד הזה יכול בהחלט להוביל אנשים מרובי קשיים למקומות טובים.

לעיתים מבט רגיש מבחוץ יכול לחשוף את רובדי החשיבה של מי שאנו במגע איתו. כך חשף חברה של יעל את נטייתו של עולם חלומותיה מתוך עולם חלומותיו וגם את מאפייניה של פנטזיית האהבה שלה ואת הרובד המודע של חשיבתה.

כאשר איננו מודעים לפנטזיית האהבה שלנו ושל בן זוגנו לא רק שאנו מפסידים את המשחקיות והעושר הטמונים בה ליחסי מין מהנים, לא רק שאנו מפסידים את האהבה שעונג זה מעורר אלא שאנו גם סוגרים חלק מאישיותנו והופכים אותו ללא נגיש, מה שללא ספק עלול לפגוע בכל מחשבה יצירתית וחופשית.

משחקי האהבה של יעל

ליעל ולבן זוגה היו חיי מין מוצלחים ביותר. לו היו נטיות סדיסטיות וזה השתלב לא רע עם נטיותיה המזוכיסטיות. בפנטזיה המשותפת שלהם הוא הכריח אותה לשכב עם כל מיני גברים שבחר בעבורה. הוא נהג לשאול אותה, "מיהו הגבר שהכי פחות היית רוצה לשכב איתו?" היא הייתה חוככת בדעתה ומספרת לו על מישהו מבוגר ומגעיל שעובד איתה. ואז הוא היה מצווה עליה להתמסר לו. יעל צעקה "לא! לא!" וזמן קצר לאחר מכן הייתה נאנחת עמוקות ומגיעה לסיפוק באמצעות הפנטזיה הזאת. ברגעים אחרים הוא הכריח אותה בפנטזיה המשותפת לשכב עם ידידים, בני משפחה, ילדים וככל שהאיסור היה גדול יותר דומה שההנאה של שניהם הייתה רבה יותר. הם לא ישכחו איך פעם אחת הוא הכריח אותה לשכב עם אחיה. יעל סירבה, לא רצתה, כמעט נאבקה, הוא אמר לה שאין לה ברירה, היא חייבת, המשיך לתאר איך הוא חודר, איך היא מתמסרת לו בגופה, מושפלת... יעל התקשתה להודות אבל גם היא, שהייתה רגילה להגיע לשיאי אורגזמה על-אנושיים, פריצת מחסום גילוי העריות והטאבו הביאו אותה לשיא שאותו לא תשכח לעולם. אכן, לרבים מאיתנו ישנם חלומות שבהם אנו מקיימים יחסי מין בתוך המשפחה אולם בפנטזיית האהבה - במודע - זה כמובן הרבה יותר מאיים ועל כן מודחק. זה אולי הטאבו העוצמתי ביותר של המין האנושי לצד איסור על אכילת בשר אדם. ההשפלה וההנאה של יעל היו אפוא מושלמים ואיתם פרחת האהבה.

אין ספק שלחבר של יעל יש משהו נגד נשים והוא חפץ להשפיל אותן. ואולם דווקא המודעות שלו לנטייתו ויכולתם לשחק בה בהנאה עצומה בחדר המיטות עזרה לחבר להכיר בנטייה זו ולשלוט בה בחייו ובמיוחד בקשריו עם יעל. לא אחת הייתה פנטזיית האהבה התוקפנית שלו צצה לה כאילו יש מאין. בכביש, מתוך מכוניתו שעוד רגע תיעלם

מהזירה, הוא נהג להמטיר על נהגים שהרגיזו אותו קללות גסות. ברגעים אחרים, כשהיה נדמה לו שמישהו מנסה לסדר אותו, הוא הגיב לעיתים בתוקפנות ובאימפולסיביות. אבל ככל שהם תרגלו את פנטזיות האהבה שלהם במיטה כך גברו מודעותם ושליטתם. כשיעל ביקשה מבן זוגה בקשה שהכעיסה אותו הוא סיפר שפתאום הבין כמה הוא תוקפני ועצר את עצמו, מה שלא קרה בעבר. יעל, מצידה, שאלה את עצמה אם היא לא החייתה ושחזרה את פנטזיית האהבה שלה ברגע זה. יעל הפכה למנהלת בתחום האומנות. האתגר שלה היה להציב לעובדים שלה גבולות מבלי להתרכך ולהישבר לאחר מכן. לא היה לה קל. היא למדה לעשות זאת והם מצידם חוו אותה כמנהלת מתחשבת ועדינה במיוחד.