

האדם קודם למהותו

ההסבר הפשוט לאקזיסטנציאליזם

מאת דרור שקד 2018

מי שיקרא את המאמר מובטח לו שיבין בקלות את האקזיסטנציאליזם, המאמר מבהיר את התפיסה הקיומית ובלשוני "האדם קודם למהותו". בעקבות שיחה שקיימתי אודות הלוגותרפיה, הבנתי שאחד המושגים הקשים להבנה הוא מושג האקזיסטנציאליזם או במילים רכות יותר "הגישה הקיומית או הפילוסופיה הקיומית". הדבר הביא אותי לידי כתיבת המאמר הזה מתוך כוונה לחדד את ההבנה ולהנגיש טוב יותר את המושג והתפיסה האקזיסטנציאליסטית הקיומית, בקרב אנשים המבקשים לעשות את צעדיהם הראשונים בתחום.

התפיסה הקיומית התפתחה על רקע שתי התפתחויות מרכזיות:

האחת החל מסוף המאה ה-19 כשהמדעים לא עמדו בציפיות מהם לתת הסברים מלאים אודות העולם. האנושות סברה עד אז שעל רקע הגילויים המדעיים האנושות נמצאת על סף גילוי כל הידע הקיים. אולם דווקא שנראה היה שהאנושות עומדת להגיע אל שורשם של הדברים, התרבו ויצרו שאלות עליהם לא ניתן היה לתת להם מענה סופי והתגלו עוד ועוד עומקים ורבדים שנידרש לחקור ולהבין. זו היתה תקופה באנשים נאלצו לזנוח את "רעיון הידיעה המושלמת" ולהתייבב מול פערי ההבנה שלהם את העולם ההולכים ומתרחבים.

ההתפתחות השנייה אשר עודדה את התפיסה הקיומית הגיעה לשיאה בתום מלחמת העולם השנייה, כשהעולם נחשף לזוועזועותיה הלא נתפסות והבלתי מוסברות של המלחמה ולערכם האפסי של חיי אדם. הסבל האין סופי והקיצוני עמו התמודדו בני האדם, ההרס, החורבן והאובדן ההמוני של בני האדם, יצרו סימן שאלה גדול בדבר קיומה ומעמדה של המשמעות בחיי האדם.

על מצע שתי ההתפתחויות הללו צמחה לה הגישה האקזיסטנציאלית הקיומית לפיה **האדם בא לעולם ללא כל משמעות או תכלית**, האדם קודם כל בא לעולם ורק לאחר מכן הוא יוצק לתוכה מהות לפיכך ניתן לומר ש **"האדם קודם למהותו"**. התפיסה הקיומית גורסת שהאדם אינו זקוק ואינו תלוי במהות עליונה על מנת שיוכל להתקיים בעולם. היא אף התחזקה מאד לאור התחזקותם של המדעים והתגליות אשר סיפקו תשובות ומשמעויות חלופיות, במקום אלו אשר הדת סיפקה עד לבני האדם. מנקודת ראות זו הקרקע נשמטת למעשה מתחת לתפקידה של האלוהות כמקור למשמעות בחייו של האדם, בהקשר זה הכריז **ניטשה ש"אלוהים מת"** או בלשון עממית אינו רלוונטי כבר.

נשאלת השאלה כיצד האדם יכול לפעול ולעשות את הדבר הנכון בהעדר תפיסה מהותית כלשהי - הפילוסופיה הקיומית סבורה שעלינו לעשות בכל מקרה רק את הדבר הנכון גם כאשר אין לנו כל סיבה לעשות אותו. יושר ואומץ לב אמתיים פירושה לעשות את הדבר הנכון לשם עצמו, לא כי אנחנו מפחדים מעונש או כי תצמח לנו תועלת ממנו, יש לעשותו פשוט משום שזהו הדבר הנכון והראוי לעשותו. הפילוסופיה הקיומית (האקזיסטנציאליזם) אם כן עוסקת באותו החוסר המובנה של משמעות ותכלית בחייו של האדם ומסייעת לו למצוא תשובות לשאלתו **"מי אני ומה מעשי כאן בעולם ואיך עלי לפעול"**

"הנתק" הזה בין קיומו של האדם למהותו, והעובדה שהוא נולד ללא מהות מובנית built-in מניחים לפתחו של האדם קשיים ותחושות כגון:

- **הוא חש בודד** - מאחר ותחושת הקיום שלו היא ייחודית רק לו, נוצר לו קושי לשתף בתחושותיו את האחרים וגם קושי להבין ולחוש בתחושות קיומו של האדם האחר. היות ואין לאדם אפשרות להבין את מהותו כל שכן את מהותו של האדם האחר, הוא יכול למעשה רק להבחין בקיומו הפיזי ובמראה החיצוני שלו, אך לא לראות את מהותו ותכליתו.
 - **האדם חש פחד וספיקות**, אדם שמתקיים ובא לעולם ללא מהות חש ש "הכל סתמי" מן תחושה שנגזר עליו לחיות, כמי שהושלך לעולם ללא תכלית ומשמעות. סארטר כינה זאת בשם "בחילה". מצב זה מעמיד את האדם הקטן מול עובדות החיים הגדולות ללא יד מכוונת וללא מטרה מובנית תוך תחושת חוסר ביטחון וספקות הוא חווה את חייו בפחד והוא חש שהוא עלול להיפרד מחייו מבלי שהוא הצליח להבין מה הייתה תכליתו בחייו.
 - **חופש הבחירה ואחריות לתוצאות**, היות והאדם ללא משמעות אשר מוכתבת לו הוא חייב למצוא אותה, והוא מחויב לבצע בחירות משל עצמו. לא ניתן לו לברוח מתהליכי הבחירה המתמשכים אשר החיים מזמנים לו. גם "אי בחירה" היא סוג של בחירה. הדבר המרכזי הניצב לפתחו הוא הדחף למצוא את המשמעות הייחודית לו ואת זה הוא יכול לעשות אך ורק מתוך בחירה. אלו הן בחירות קיומיות המעצבות אותו ומלוות אותו לאורך כל חייו. **לא בכדי פראנקל טבע את המשפט "האדם מחפש משמעות"**
- חופש ההחלטה והבחירה מגבירים באדם את תחושת האחריות שהוא נושא על כתפיו הן כלפי עצמו והן כלפי הסובבים אותו, והדבר יכול להוביל לתחושה של חרדה. **ז'אן פול סארטר סבר שאם היקום לא מוגדר ואין צו עליון הקודם לאדם אז האדם חופשי לגמרי לבחור את הנתניב שלו.** הוא סבר שיש בכך משהו משחרר מאחר ולא משנה מהו ניסיון העבר שלנו, אנו בכל עת רשאים לבחור את הכיוון העתידי שלנו. זו גישה המטילה אחריות על כתפי האדם ויוצרת בו חרדות וחששות מפני אתגרי החיים.
- **תחושה שהעולם הוא אבסורדי** - זו תחושה הנוצרת על רקע השונות בין בני האדם ובגישתם, ובשל הפערים בתפיסות העולם והשוני באידיאולוגיות בהן מחזיקים האנשים השונים. המהויות השונות שאנשים יוצקים לקיומם, יוצרים תחושה של אבסורד למשל לגבי מהו דבר חשוב ומהו שולי מהו ראוי ומה לא ראוי. תחושת האבסורד יוצרת תחושה של עולם רע פסימי ולא צודק. **אלבר קאמי** התעניין במיוחד באבסורד של החיים וכתב על כך רבות ביצירותיו, את האבסורד הוא הגדיר כ"**קיום חסר משמעות**". מבחינת קאמי האבסורד נוצר כתוצאה מהסתירה בין חוסר ההיגיון, חוסר ההבנה את דרכו של העולם והוודאות של המוות הממתין לו בסוף חייו, לבין השאיפה המתמדת שלו למצוא משמעות ולהבין את פשר חייו.
 - **חוסר אותנטיות** - אדם אשר אינו מודע למהותו הפנימית נותר פרוץ ופתוח להשפעתם של בני אדם אחרים והדבר מביא אותו לכדי אימוץ של "דמויות מזויפות". אנשים שאינם אותנטיים לא מבחינים באפשרויות הקיום הייחודיות להם ואינם מבחינים בדברים המהותיים ביותר אשר מספקים להם משמעות אמיתית ואישית. הם ממשיכים להיאחז בנורמות החברתיות והתרבותיות, צורכים תחליפים, אשליות והסחות דעת אשר מספקים להם החיים.

האקזיסטנציאליסטים גם לקחו על עצמם לחפש דרך מוסרית כדי לסייע לאדם לגלות כיצד עליו לפעול בעולם. קירקגור הבין את הקושי שבהתמודדות עם "קיום" ללא מהות וללא תכלית, והוא פיתח את גישתו על מנת לסייע לאדם להבדיל בין טוב לרע ולחיות את החיים הראויים כפי שאפרט זאת להלן גם לגבי תפיסתו וגם לגבי תפיסתו של ויקטור פראנקל.

דרכים למציאת המשמעות

דרכו של קירקגור אל המשמעות

מהותו של האדם אמורה להנחות אותו בחייו ולהאיר את דרכו. קירקגור סבר שהחברה שוטפת אותנו ברעיונות רבים על מנת להביא אותנו לסיפוקים, אותם אנו מאמצים משל היינו חלק מעדר ללא כל שיקול דעת עצמאי. הוא סבר שיש לו לאדם שלוש נקודות מבט או שלושה מאפיינים של אדם לאורם אדם יכול לבחור בעצמו את הדרך הנכונה ביותר המתאימה לו והאדם יוכל לפעול לפיה בכל מצב נתון ולענות לעצמו על השאלה "איך ראוי לו לחיות את חייו" ואלו: התועלתנית, האתית מוסרית, והדתית רוחנית.

האדם התועלתני / האסתטי ישאל - מה יעשה לי טוב (תועלת אישית) - חי את חייו מתוך מחשבה בלעדית על עצמו והנאתו האישית וסיפוק מידי של כל יצריו ותשוקותיו.

האדם האתי מוסרי ישאל - מה הכי נכון מבחינה מוסרית (תועלת חברתית) - פועל על פי המוסר הכללי והתבונה תוך התחשבות בחברה והסובבים אותו

האדם הדתי רוחני ישאל - מה אלוהים היה רוצה שאעשה (תועלת רוחנית) - פועל על פי צו אלוהי או רוחני גבוה. ועל פי קירקגור זהו "האומץ להאמין" - לדעת לעשות את הבחירה העתידית המבוססת אמונה ודמיון, גם אם היא עומדת בניגוד לתבונה

דרכו של פראנקל אל המשמעות

על פי פראנקל לכל רגע ורגע יש את המשמעות הייחודית לו. המשמעויות הן יחידות ובנות חלוף, כשם שכל סיטואציה שהחיים מזמנים היא יחידאית. אם לא מממשים את ההזדמנות להגשים את המשמעות החבויה בסיטואציה מסוימת, היא נמוגה ונעלמת. המשמעות קיימת בכל רגע, ועל האדם עצמו לגלות בעצמו את משמעות חייו, ולעשות זאת שוב ושוב בכל רגע מחדש. על פי פראנקל הערכים הם הגורם המרכזי המהווה את הבסיס למציאת משמעות בחיים וישנם **שלושה ערכים מרכזיים**:

א. **ערכים יצירתיים** בהם האדם מוצא משמעות במה שהוא נותן לעולם כמו למשל יצירתו ועבודתו בחייו.

ב. **ערכים חווייתיים** באמצעותם האדם מוצא משמעות במה שהוא נוטל מהעולם ובמה שהוא חווה בעולם כמו למשל מערכות יחסים ואהבה.

ג. **ערכים התייחסותיים** אשר לאורם האדם מוצא משמעות באופן ההתייחסות שלו אל מצבו בעולם, ובמיוחד בתחום התייחסותו אל שלושת המצבים מהם אין האדם יכול להתחמק אשם, סבל ומוות.

ראינו אם כן שהיותו של האדם קודמת למהותו, מחייבת אותו למצוא פשר לחייו אחרת הוא יחוש פחד וריק קיומי בלשון הלוגותרפיה. רוב האנשים נוקטים בתמהיל גישות על מנת למצוא פשר לחייהם בהתאם לנסיבות והאירועים מתוכן נגעתי בזו של קרקגור וזו של פראנקל. אנשים רבים עוברים בחייהם שלב אקזיסטנציאלי מבחינים בתהום הפעורה בין היותם קיימים לבין היותם משמעותיים, ואז הם יוצרים או מוצאים בהדרגה משמעות ותכלית ומרחיקים בכך את תחושות החרדה והריק הקיומי בהם הם שרויים.

בכל מצב האדם נידרש לממש בחופשיות את יכולתו זו לבחור ולהכריע בדבר השאלות העומדות בפניו על מנת שהוא יחיה בהלימה מוסרית ואתית עם ערכיו ויחוש שהוא חי את החיים המהותיים והראויים עבורו.