

מבוא

משחר ההיסטוריה האנושית בני האדם חיים בזוגות. ספר התורה, שהשפיע על האנושות יותר מכל ספר אחר, אינו פותח בסיפור מעמד מתן תורה או בהקמת המשכן ואף לא בכניסה לארץ ישראל, אלא בסיפור על איש ואישה. הוא מתאר את האדם כיצור זוגי, שלא טוב לו היותו לבדו, ואפילו במקום שלם כמו גן עדן דאג לו בוראו ל"עזר כנגדו". מעצמו ובשרו ממש הוציא הקב"ה לאדם את רעייתו.

גם לאחר שחרב העולם בעקבות המבול, יצאו בני האדם ובעלי החיים מן התיבה זוגות זוגות כדי לבנות את העולם מחדש. זכר ונקבה בראם, זכר ונקבה הוציאם מן התיבה, ועכשיו – "פרו ורבו ומלאו את הארץ".

הרבה יצורים "המציא" הקב"ה וכל אחד יפה ומיוחד בדרכו: האננס, האבטיח, החתול והכבשה, אבל בעיניי ההמצאה הזו, של איש ואישה, היא המרתקת והפלאית מכולן.

בכל יום אני יושב מול הפלא הזה. ומדוע פלא? כי בינו לבינה ישנו כמעט תמיד איזה קסם, איזה קשר סודי, תקשורת שהיא רק שלהם; קודים שרק הם מכירים. מבטים שרק הם יודעים לתרגם וזר לא יבינם. "חוט של חסד" משוח ביניהם.

כל זוג הוא עולם ומלואו, מקדש מעט.

מאז שנחרב בית המקדש, אין השכינה שורה אלא בין בני זוג. כותב הרב קוק: "**אין לנו באנושות דבר נקדש וראוי להיות מרומם כקדושת קשר ברית הנישואין**" (עין אי"ה).

בכל יום יושבים מולי זוגות וחושפים את פלאי הפלאים וקרעי הקרעים של אהבתם. בכל יום אני מתרגש מחדש, מופתע וסקרן לגלות עולם מופלא, ובכל יום אני כואב. כי ישנם גם קשיים. לעתים, בגלל דרישות היומיום ולחץ המשימות, נפרם החוט שביניהם ואין ברירה אלא להתיר את הקשרים שהסתבכו או לשזור מחדש את הפרום.

לרוב הם מגיעים אלי על מנת ליצור מחדש את החיבור, להשיב את האמון שאבד, ואני מנסה לגרום להם לראות את הרצון הטוב שמתחת למילים הקשות, את הנשמה של שניהם הזועקת לחיבור; את הילד הקטן שנמצא בתוכו ואומר, "תעריכי אותי", או את הילדה הקטנה שנמצאת בתוכה ואומרת, "תאהב אותי, אני צריכה להרגיש שאני חשובה לך".

הקשיים

על הקשיים שהדור שלנו חווה בתחום הזוגיות אין צורך להכביר מילים. התבוננו סביבכם, צפו והקשיבו – המציאות עולה על כל דמיון. כל כך הרבה זוגות נמצאים במשבר, כל כך הרבה מתגרשים, כל כך הרבה מחפשים זוגיות. אנשים טובים, יפים, מוצלחים, ערכיים, שלא חסרו להם דבר, מלבד אהבה. הם מסתובבים בעולם כמו "חולי אהבה", משוועים לחיבור, לאכפתיות, לחיבוק ולחיוך. בכל יום הם יושבים בקליניקה שלי ונשברים, ואז נבנים מחדש. אם אתה מאמין שאפשר לקלקל, כותב לנו רבי נחמן מברסלב, **תאמין שאפשר לתקן**. אתה מאמינה? אתה מאמין?

אחוזי הגירושין הנוסקים בכל רחבי העולם מעוררים שאלות נוקבות ומערערים את האמונה בטוב הגנוז בחיבור הזוגי. נדמה, עם כל יום שעובר, שהמוסד הזוגי פושט לאיטו את הרגל. מחלות רבות מתפשטות בו והוא מתקשה לשרוד את מהפכות התקופה.

המחלה הראשונה נקראת "גירושין". בעולם המערבי, כל זוג שני (כמעט) מתגרש. בישראל, כמעט כל זוג שלישי מתגרש. ארבעים אחוז בציבור החילוני, ארבעה עשר אחוז בציבור הדתי-לאומי, ארבעה אחוזים בציבור החרדי. בממוצע – עשרים ושבעה אחוזי גירושין. ברחבי אירופה ובארצות הברית ישנה תופעה חדשה שמורידה את אחוזי הגירושין – פשוט לא מתחתנים. אני מאמין כי המספרים הללו צריכים להיות נמוכים בהרבה. במקרים של התעללות פיזית או רגשית אין ברירה על פי רוב אלא להתגרש, אך רוב הזוגות אינם מתגרשים בגלל הסיבות הללו, אלא בגלל מה שהם מכנים "חוסר התאמה" או "חוסר הסכמה". אם רואים דברים אחרת, זה סימן שצריך להתגרש? אם היא חזרה בתשובה והוא לא, זה אומר שאי אפשר לחיות ביחד?

לצערי ולעניות דעתי, רוב הזוגות לא מודרכים בצורה נכונה. הם מנוהלים על ידי האגו שלהם או מסרבים להכיר בצורך בטיפול אישי ו/או זוגי.

המחלה השנייה מכונה בשם "גירושין רגשיים". על פי הערכות ומחקרים פסיכולוגיים, אחד מתוך חמישה זוגות נשואים "חולה" במחלה הזו. תסמיניה מוכרים וידועים לרבים: חיים ביחד, אך לחוד. נשואים, אבל נשואים ביחד רק בגלל הילדים, הכסף או "מה יגידו". הלכה למעשה אין שם זוגיות כלל וכלל. רוב הזוגות הללו אינם מגיעים לטיפול.

המחלה השלישית היא מחלת הרווקות המאוחרת. קשה לקרוא לה מחלה שהרי טבעית היא (כולנו נולדים רווקים...), אך נדמה כי בעשורים האחרונים פרצה הרווקות מגבולות הטבע והחלה להטביע את בני ובנות זמננו בביצה טובענית ומייאשת. גברים ונשים נורמטיביים, יפים, חכמים ומוכשרים מוצאים עצמם רווקים בגיל מאוחר. מדוע? ואיך אפשר לעזור להם?

הנתונים שהבאנו מעוררים שאלות קשות; מדוע בכלל לחבר בין איש ואישה? מדוע להתעקש על הצורה ה"מיושנת" והלא טבעית הזו, שמחייבת איש להיות עם אישה אחת למשך חמישים שנה ומעלה? ואולי אבד הכלח על מוסד הנישואין?

אני מוצא את עצמי יושב מול רווקים ורווקות ומקשיב לסיפורים על דייטים והיכרויות שנסתיימו במפח נפש. אני יושב מול זוגות נשואים ומנסה לפשר ולגשר ביניהם, ושאלה אחת מטרידה את מוחי ולבי: למה זה כל כך מורכב ומסובך? זה לא אמור להיות פשוט? גבר ואישה ביחד, וכל השאר אמור להסתדר מעצמו, לא?

מבחן המציאות מוכיח שהחיבור הזוגי הוא המורכב ביותר מבין כל מערכות היחסים שלנו. אחריו, במקומות השני והשלישי, נמצאים כנראה יחסינו עם הורינו ועם ילדינו. אבל מדוע דווקא החיבור הזה מורכב כל כך? האם ייתכן שמורכבותו הרבה נובעת מכך שהוא טומן בחובו את הפוטנציאל הגדול ביותר לתיקון?

הישן יתחדש והחדש יתקדש

הספר שבידיכם נכתב מתוך כאב על אחי ואחיותיי שסובלים ומתוך זעזוע מהמצב הזוגי שהדור הידרדר אליו, אך גם מתוך אמונה חזקה ביכולתה של זוגיות טובה להעניק לאדם חיים (או לכל הפחות רגעים) של חסד, אור, שמחה ותענוג ששום "מוסד" אחר לא יכול לספק לו.

במהלך השנים הרבות שבהן אני צולל עם זוגות אל תוך עולמם, חיפשתי נוסחה שתעזור להם, מקבץ כללי "עשה ואל תעשה", שהרי אף פעם לא לימדו אותנו כיצד חיים עם אותה אישה או עם אותו גבר במשך עשרות שנים. אבל אין נוסחה כזו. אין דף הוראות אחד. כל זוג הוא עולם בפני עצמו. עולם ומלואו.

ובכל זאת, ישנן בעיות המשותפות לזוגות רבים, אולי בכל זאת קיימת איזו נוסחה? במסע האישי שעברתי, גיליתי שטכניקות שלמדתי וכלים שרכשתי מעולם הפסיכולוגיה והגישה הם לא תמיד מספיקים. הרגשתי שנדרשת הבנה עמוקה יותר בנוגע לאיש ואישה ולחיבור הנכון ביניהם. הבנתי שאל לנו להסתפק בתובנות שפיתחו פסיכולוגים ומטפלים במאה השנים האחרונות. הם כמובן עשו את המיטב ואף מצאו כמה פתרונות מעשיים שגם אני משתמש בהם בהצלחה ואת חלקם אפרט בהמשך, אולם המציאות מוכיחה שלמרות ריבוי המטפלים והגישות – אחוזי הגירושין עולים. אז מה חסר? מה ישלים את התמונה? מה יחזיר אותנו לשפיות חברתית ולהרמת קרנה של המשפחה וערכיה?

בטוחני שכמספר האנשים כך מספר התשובות, אבל עבורי, תשובות לשאלות הללו קיבלתי כשתרתי אחר רבדים עמוקים יותר, בעולם היהדות. הרי לא אנחנו "המצאנו" את האיש והאישה, מי שברא אותם – הוא שייתן לנו את הוראות ההפעלה. הוא שייתן לנו נוסחה כלשהי.

ולא רק הבורא. במשך אלפי שנים, עוד הרבה לפני פרויד, אדלר וממשיכי דרכם, עסקו חז"ל בחוכמתם במה שמכונה ה"שורש" של כלל התופעות הקיימות בעולמנו. בין שלל הנושאים הם עסקו רבות גם בתחום שבינו לבינה ולימדו אותנו את מהות האיש והאישה, את מהות החיבור ביניהם, את העתים המדויקות לקירבה ולריחוק ביניהם, והתאימו לכל אחד את מקומו בתא המשפחתי לפי טבעו ומינו. הנביאים והתנאים, הרמב"ם, הרמ"ק, גדולי החסידות כמו גם גדולי

הקבלה, כולם עסקו בתחום הזוגי משל היו הם עצמם מטפלים, והידע שלהם לא יסולא בפז. שורשי ונצחי הוא.

אך האם הידע שלהם רלוונטי בימינו?

נדמה לי כי בחמישים השנים האחרונות, יחד עם תהפוכות הדור, הטכנולוגיה וצורות החיים, יחד עם פריצת הגבולות ושחיתת רוב הפרות הקדושות, הפכנו ובלבלנו גם את מערכת היחסים הבריאה בין המינים.

אבל אני משוכנע כי המשבר שהדור שלנו חווה בתחום הזוגי הוא הזדמנות אדירה לשינוי חיובי, לעליית מדרגה בקשר שבין האיש והאישה, כפי שהתנבא הנביא הושע: "והיה ביום ההוא נאם יהוה תקראי אישי ולא תקראי לי עוד בעלי" (פרק ב', פסוק י"ח). כיצד נהפוך את המשבר להזדמנות? כיצד נתמיר את הירידה לעלייה? כיצד נעבור לשלב הבא, של "איש ואישה"?

הספר שלפניכם מבקש לתת מענה לדור שנופל "בין הכיסאות" ולהציג בפניו את הדרך שנסללה זה מכבר, מודל עתיק ומיוחד הידוע לעם ישראל כבר אלפי שנים.

יש שיטענו כי המודל אינו רלוונטי לתקופתנו. הרי ברור שגברים ונשים עברו אי אלו התפתחויות במהלך הדורות, וודאי שמקומה של האישה ומקומו של הגבר השתנו מאז ועד היום מן הקצה אל הקצה. ובכל זאת אני מבקש לשאול: האם מה שמתרחש בין גברים ונשים בימינו הוא אידיאלי? האם הגישות המודרניות והפוסטמודרניות של יחסים מכל הצורות לא הוכיחו עצמן ככישלון? האם הנתונים המזעזעים של אחוזי הגירושין אינם בגדר עדות לכך שנדרש שינוי? נדמה לי שאם הספר הזה היה רואה אור לפני שני דורות, היו הקוראים צוחקים ומשתוממים: "מה הוא חידש כאן? על מה ולמה נכתב ויצא לאור ספר שמבאר את המובן מאליו?". אך בדורנו – המובן מאליו אינו מובן מאליו כלל וכלל.

למשל, מובן מאליו בעיניי שגבר ואישה צריכים לשים האחד את השני בראש סדר העדיפויות שלהם – הרבה לפני הקריירה, החברים, התחביבים, עבודות הבית, וגם לפני הוריהם, כנאמר בספר "בראשית": "על כן יעֻזב איש את אביו ואת אמו ודבק באשתו" – שאם לא כן, המערכת הזוגית לא תצליח. מובן מאליו בעיניי גם שכבוד חשוב יותר מאהבה ושזלזול וחוסר הערכה יקלקלו כל חלקה טובה.

אך בימינו כל זה אינו מובן מאליו, ולכן דרוש אומץ רב לעמוד מול גברים ונשים, לשנות להם דפוסי חשיבה שהוטמעו בהם ולשבור להם מודלים עקומים שינקו מהבית ומהסביבה. דרוש אומץ רב לעמוד מול זוגות ולהוציא מראשם את הדמיונות שמנהלים את ביתם, את עולם הדימויים שאנשי תרבות ורייטינג עמלו עליו רבות, דימויים הוליוודיים על התאהבות ויופי אידיאלי שמי שגדל לתוכם מתקשה להבחין עד כמה הם מעוותים. דרוש אומץ רב לאחוז בתורה עתיקת יומין ולהציע אותה לדור שהזוגיות הקדושה והטהורה רחוקה ממנו, דור שפרץ את הגבולות עד שכמעט איבד עצמו לדעת.

האם בכלל ניתן לחיות כאן ועכשיו, במאה העשרים ואחת, כשערכי הליכה שלנו מיובאים ממילניום אחר? האם זוגות בתקופתנו יכולים ליישם ערכים "של פעם"?

אני מאמין שכן. דומה הדבר לצורך הטבעי שלנו במזון. בני האדם אכלו מאז ומעולם ויאכלו לנצח. השאלה שצריכה להישאל היא במה יזינו את גופם; בוויטמינים ומינרלים או בחומרים משמרים. כך גם בנוגע לזוגיות. הרי מה שאנו מכנים היום בשם "מזון אורגני" היה פעם המזון הרגיל והנורמטיבי שצמח בכל גינה. אם כך, הבה נכנה ספר זה בשם "זוגיות אורגנית", נטולת ריסוס וחומרים משמרים, נטולת "הנדסה גנטית" ושאר מרעין בישין. ובמילים פשוטות: העולם ימשיך ככל הנראה לחיות בזוג לנצח נצחים. השאלה היא כמה "בריאות", דהיינו אושר, חיות ושמחה, תקיים בזוגיות הזו.

בחרתי לשלב בספרי זה סיפורים אמיתיים של זוגות, מעין הצצה אל הקליניקה שלי, יחד עם תיאוריה עתיקה מאוד של מודל עשר הספירות. תפיסת העולם היהודית-קבלית הצומחת ועולה מתוך הספר נוסחה וגובשה בידי גדולי ישראל באלפי השנים האחרונות, ואני תקווה כי מי שיישם את הנאמר בספר, ימצא אושר גדול.