

בסייעתא דשמיא

כמה שנים אחרי שיצא הספר 'אמון' לאוויר העולם, והפך לרב מכר, החלטתי שאני חייבת להסתער על המשימה הבאה: זוגיות. החידוש המהפכני - ועם זאת הפשוט בתכלית - שיש בגישה אילץ אותי להתיישב ולכתוב כדי להביא את הבשורה לעולם כולו.

בספר הזה, בניגוד לקודמו, לא כתבתי כמעט דבר משלי. רוב רובם של הדברים המובאים בספר הם משנתה הסדורה של מורת, יעל אליצור, בנושאי זוגיות וחיי נישואין.

יעל קיבלה את בסיס השיטה ממורתה גב' בלהה שפר ז"ל ועליה הוסיפה, עיבתה ושכללה מניסיונה ומחוכמתה. אני, תלמידתה, מעזה להעלות על הכתב את התורה שבעל פה שריפאה את חיי הזוגיות של זוגות רבים כל כך במהלך השנים.

זו ההזדמנות שלי להגיד תודה אישית חמה שאין לה סוף למורת, יעל אליצור, ששינתה מן הקצה אל הקצה את חיי על מעגליהם השונים. תודה נוספת אני חבה לידידתי, חבצלת דולב תחי', יועצת זוגית בחסד, שעברה לבקשתי על הספר ובחוכמתה המיוחדת העירה ודייקה. תודה אחרונה וראשונה אני חבה לקדוש ברוך הוא שזיכני בכל אלה.

חשוב לדעת (ואל תגידו שלא אמרתי):

הספר כתוב בלשון נקבה ופונה לנשים, אך אין בו בשום אופן הטלת אשמה על האישה בבעיות הזוגיות או אחריות לתיקון הקשר. כי בזוגיות, כמו בכל עניין בינאישי - אין אשמים. כל אחד עושה כמיטב הבנתו ומנקודת המבט שלו, ולכן כל התובנות וכל הדוגמאות נכוונות ומתאימות גם לעבודה של הגבר. ממש כולן!

עוד חשוב לדעת שכדי ללמוד ולהבין לעומק את הרעיונות המובאים בספר, מומלץ להשתתף בסדנת זוגיות, שמאפשרת תרגול מעשי של

התובנות ותהליך של פתרון בעיות.

בתקווה שלא תבוא תקלה מתחת ידי והרעיונות יהיו מדויקים, מבוררים דיים ומכוונים לאמת, ובתפילה שהמילים יביאו אור, שמחה ושקט לבתי ישראל.

צ'ארי / א'ספסג'יג
קיץ, תשע"ט, 2019

- 15 יש זוגיות נכונה?
21 אז מה זה זוגיות טובה?
- 31 אי אפשר לשנות אותנו!
37 איך אני יכולה לקבל?
41 מה אני יכולה לעשות?
47 באיזו זכות?
- 55 נקודת מבט
61 להחליף איתו כיסא
69 מי צודק?
- 79 מלחמה!
85 דינמיקה של מאבקים
93 יש לי בעיה עם זה
97 לבקש
101 הפרת חוזה
105 הבעיה שלך
109 מה אתה רוצה?
115 קשה לי
- 121 עין טובה
127 השוני המבורך ביננו
- 133 אתה שווה תמיד!!!
139 האוכל של אמא שלך
143 עניין של דינמיקה
- 151 מי קודם למי?
157 שולחן שבת
163 הם גם הילדים שלו
169 לסגור את הסדק
- 179 רצון נשי טבעי
185 למה אני לא נהנית?
191 מאבקים

- 1 זוגיות טובה
- 2 לשנות את השני
- 3 סובייקטיביות
- 4 מאבקים
- 5 עין טובה
- 6 תחושת שווי
- 7 יחסי הורים
- 8 יחסים אישיים

ראשית דבר

בעולם המודרני חיי זוגיות נראים כמעט כמו משימה בלתי אפשרית. סיסמאות השוויון והפמיניזם שהבטיחו לנו, הנשים, הגשמה עצמית, חופש ושגשוג, הביאו אותנו פעמים רבות ובלי שנשים לב להתמקם "למעלה". אנחנו תמיד חכמות, מבינות וצדיקות יותר מהבעל. אנחנו רוצות לנהל אותו, מנסות לחנך אותו ושופטות אותו - והיכן השוויון? נכון, ניצחנו במערכה. יש לנו דעה וכסף, מעמד ומילה, כוח ועצמאות. אבל אנחנו מפסידות בקרב.

הפסדנו את הבעל ואיבדנו את החברות והאינטימיות. נשארנו לבד. איך פשטו את הרגל בזו אחר זו החברות, הענווה, הכבוד, האמון והנתינה?

איך יכול להיות שמכל המקומות שבעולם, דווקא בתוך הבית בן הזוג מרגיש שהוא קטן, מותקף, לא מספיק טוב או לא שווה?



אם אנחנו שואפים להחזיר הביתה יחסי זוגיות טובים, בריאים ואינטימיים, עיקר העבודה הוא פשוט לראות בענווה ש... יש כאן עוד מישהו.

להבין שיש לו השקפה אחרת, רצונות אחרים ואופי אחר שהם לגיטימיים ממש כמו שלי. הוא לא פחות טוב, לא פחות מבין ולא חי פחות נכון ממני, אלא שונה ממני ושווה לי.

כשנצליח להוציא ממערכת היחסים שיפוט והתנשאות ונתחיל לראות את בן הזוג, אנחנו מזמינות שוויון אמת. אנחנו מאפשרות זוגיות שיש בה אינטימיות, קרבה וצמיחה הדדית. אנחנו מאפשרות לבעל שתמיד חלמנו עליו להיכנס הביתה.

”תגידי,
**אתה
נורמלי?**”

זוגיות טובה

יש דבר כזה זוגיות נכונה?

התובנה הראשונה שלמדתי אצל יעל אליצור היא שבדרך כלל כשמדברים על זוגיות, לרובנו יש בראש איזושהי סכימה או תבנית. נדמה לנו שיש דבר כזה זוגיות נכונה, שיש איזשהו מודל אידיאלי לניהול חיים זוגיים טובים ונעימים. אולי ראינו זוגיות שהערכנו אצל ההורים, קראנו על זוגיות שנראתה בעינינו אידיאלית, פגשנו זוג שהתרשמנו מהיחסים ביניהם או שאולי למדנו לפני החתונה בהדרכת כלות מהי זוגיות נכונה - ועם שלל הנוסחאות האלה אנחנו נכנסות לחופה.

נשים רבות חושבות, לדוגמה, שתליית מדפים היא דבר שהבעל עושה באופן בלעדי, או שאנחנו רעיות טובות אם תמיד תהיה בבית ארוחה חמה. אולי אנחנו בטוחות שהבעל חייב להחמיא לאשתו ולקנות לה מתנות או שהאישה צריכה להיות במטבח, הבעל מפרנס, לגברים אין טעם ונשים מבינות יותר בחינוך.

ייתכן שהמודל שלנו באמת מצוין ועובד נפלא אצל זוגות אחרים שאנחנו מכירים, הבעיה היחידה היא שזה לא תמיד מסתדר עם

המציאות אצלנו בבית.

אולי אני, לדוגמה, ממש שונאת לבשל, ואז אני מרגישה שאני לא בסדר באופן גורף ושקלקלתי את הזוגיות הנכונה. או נניח שבעלי לא סובל בנקים ולא מבין בכספים - ואז איך זה מסתדר עם המודל? לאן נעלמה הנוסחה הנכונה לחיים זוגיים טובים? נדמה לי שהוא לא מתנהג כמו שצריך ושבעניין הזה יש לי זוגיות בעייתית, שיש לי זוגיות לא נכונה.

יעל תמיד מביאה את הדוגמה הקצת משעשעת שבה מישהי סיפרה שהיא למדה בהדרכת כלות שהיא חייבת להכין לבעלה כל יום, כשהוא חוזר מהעבודה, אוכל מבושל. ובאמת היא הייתה טורחת על הכנת ארוחת ערב מושקעת יום יום. אבל אז, בערך אחרי שנה של אוכל מבושל, היא הצליחה לשמוע שהוא מעדיף משהו קליל כמו פיתה עם חומוס...

מה עשה כאן "המודל הנכון"? הוא אילץ את שני בני הזוג להידחק לתוך המודל, ובסופו של דבר הביא לחוסר שביעות רצון הדדית.

במשך השנים פגשתי זוגות מגוונים, שחיים כל כך יפה ביחד, בניגוד מוחלט לכל המודלים הידועים והמוכרים. הכרתי אישה שסיפרה בשמחה ובהקלה שאת כל הבגדים שלה קונה בעלה, כי היא שונאת להיכנס לחנויות ולמדוד. הוא מאושר ממסעות הקניות ואוהב שהיא לובשת מה שהוא בוחר, והיא אוהבת את הטעם שלו, ככה ששניהם מרוצים מהסידור.

פעם אחרת פגשתי בעל שהמשימה הבלעדית שלו היא לבשל את האוכל לשבת. ומה עושה האישה ביום שישי? נוסעת לים. הוא בשלן טוב, והיא לא אוהבת לשהות במטבח יותר מעשרים דקות ברציפות. היא מחמיאה לו על האוכל, והוא מתמוגג מהמחמאות. מה יותר טוב מזה?

פגשתי מישהי שהייתה אלופה בפתיחת סתימות במערכת הניקוז,

ובעלה היה טיפוס עדין שכל העניינים האלה לא קשורים אליו, או בעלים שמארגנים ומוציאים את הילדים בבוקר ואחראים לארוחת הצהריים כי האישה עובדת עד מאוחר.

אלו רק כמה דוגמאות מבין רבות, שברגע הראשון אולי נשמעות לא רגילות, אבל מה לעשות - עובדות מצוין ויוצרות זוגיות טובה.

אין מודל

אז האמת היא שיש המון דרכים וצורות, לפעמים מפתיעות או לא שגרתיות, לחיות ביחד, ולכל אחד מאיתנו יש מודל אחר של זוגיות טובה. אבל מה קורה כשהמודל שבעלי מביא איתו הביתה מפריע לי? כשזה נראה לי לא נכון, לא צודק או באמת לא נורמלי ולא הגיוני?

כשעוסקים בזוגיות, בעצם הדבר הראשון שצריך להבין הוא שאין בשום פנים ואופן מודל לזוגיות נכונה. אין נוסחה מנצחת לאיך לחיות טוב ביחד.

למה חשוב לדעת את זה? כי דווקא המודל האידיאלי בעינינו על זוגיות הכביכול **נכונה** מרחיק מאיתנו את הזוגיות **הטובה** - כי הרבה פעמים בן הזוג פשוט לא נכנס לשם, ולא משתף פעולה עם החלום שלנו על זוגיות נכונה. בעצם המודל הזה שיושב לנו בראש יוצר לא מעט בעיות וגורם לנו להיות ממורמרים, כועסים או ביקורתיים.

הוא יכול לגרום לנו לרגשי אשם, על כמה שאנחנו לא בסדר או מקלקלים את הזוגיות, אבל ברוב המקרים המודל הכביכול נכון מביא אותנו, די בקלות, למלחמה עם בן הזוג. מלחמה שמטרתה לשנות אותו ולהכניס אותו למשבצת הנכונה. בשני המקרים אנחנו נעולים על הנוסחה הדמיונית, נלחמים במציאות ולא עסוקים בתכל'ס במה שיש לנו בבית.



לפגישת ייעוץ הגיעה אישה שהתלוננה שבעלה לא לוקח אחריות על נושא הכספים בבית. חשבון הבנק לא מתנהל לשביעות רצונה והחשבונות לא משולמים בזמן וגוררים איתם קנסות. היא סיפרה שהדבר מעורר ביניהם ויכוחים והביא אותם כבר המון פעמים לפיצוצים של ממש. "בעל אמור לדאוג לכספים. זו הצורה הנורמלית שבה חי כל זוג שאני מכירה", זה היה הטיעון המרכזי שלה.

מה עשיתי? בסך הכול פרסתי בפניה את האפשרויות שלה: "אפשר להמשיך להילחם במציאות ולנסות להכניס אותו למודל שיש לך בראש, מה שהוכיח את עצמו עד עכשיו כחסר טעם לגמרי, או שאפשר להבין שזה בעלך ולקבל את צורת ההתנהלות שלו. אם בחרת באפשרות השנייה, להפסיק לחלום על בעל אחר ולקבל את המציאות, יש לך שוב שתי אפשרויות: שהוא ינהל את הכספים כמו שהוא מבין, ואז אולי יהיו חריגות ובעיות אבל יהיה לך בעל שאחראי על כספים כמו שאת חולמת, או שאת תיקחי את הכספים תחת אחריותך. במקרה כזה מודל הבעל-אחראי-כספים כבר לא קיים, אך לעומת זאת נפתרה לך הבעיה של החריגות והמינוסים".

אבל היא לא הייתה מוכנה בשום אופן לשחרר את הקביעה הנחרצת שלה על בעל וכסף. "תגידי", שאלה אותי, "בעלך לא מנהל את החשבונות בבית!?"

"למען האמת כן", עניתי לה, "אבל אין לי מושג מה הוא עושה שם, ואם יש בחשבון מאה אלף מינוס או פלוס... אני סומכת עליו במאת האחוזים, אבל אני כן מכירה נשים שלקחו על עצמן, משיקולים שונים, את כל ניהול החשבון ושני הצדדים חיים טוב עם הסידור הזה".

היא יצאה מהפגישה עם סימן שאלה, אבל לא הראתה שום כוונה להיפרד מהנוסחה שכל כך מאמללת אותה.



פגשתי המון נשים שמודל כמו "הבעל חייב לעזור בבית", או "בעל חייב להחמיא לאשתו" ועוד, תקע את כל הזוגיות שלהן והביא להמון מתחים ואפילו לגירושין. כי כמה שהרצון הזה בוודאי מצוין - מה לעשות, הבעל שלהן לא היה כזה. הן חלמו על בעל וירטואלי שלא קיים, לפחות כרגע בשטח, ולכן הזוגיות שלהן הייתה רעועה.

זוגיות טובה

בעצם אין הגדרה לזוגיות נכונה, אלא יש זוגיות טובה.

זוגיות טובה היא קודם כול זוגיות שבה טוב לשני בני הזוג. מתי זה קורה? כשמקבלים את בן הזוג כמו שהוא, על המעלות והחסרונות שבו, בלי רצון לשנות אותו.

אם אני מבינה באופן גורף שבזוגיות אין נכון ולא נכון ואין "ככה צריך להיות בזוגיות", מפלס המתח שלי יכול לרדת פלאים והדינמיקה ביני ובין בן הזוג יכולה להשתנות. אני כבר לא מתעצבנת עליו אם הוא לא מתאים את עצמו למשבצת "הנכונה", כבר לא מאוכזבת מכך שהוא שונה מאבא שלי ולא נלחמת בו שישתנה או יתיישר לפי הקו שלי. אני יכולה לחשב מסלול מחדש ולבחון את הדברים באופן שמברר מה לעשות עם העניין, בלי קשר למה שראיתי בחוץ או למה שחשבתי קודם על הנישואין.

זוגיות טובה תלויה ביכולת שלי להיות גמישה וזורמת עם מה שיש ולא עם מה שאין. לעשות היכרות מחדשת עם הבעל שלי, ולא עם זה שאני חולמת שיהיה. להכיר במציאות החיים שלי, בלי מודלים ונוסחאות, ולהבין שזה הבעל שלי, ממש כמו שהוא, עם שלל מעלותיו וחסרונותיו, ושזו הזוגיות שאני אמורה לבנות וליהנות ממנה.

אז מה זה זוגיות טובה?

הבנו שאין זוגיות נכונה, אלא יש זוגיות טובה.
מהי אותה זוגיות טובה? בפשטות ברור שזוגיות טובה היא מצב שבו
שני הצדדים מרוצים, כשלשנינו טוב.

איך נדע מה עושה לבן הזוג שלנו טוב? עם יד על הלב, רובנו המוחלט
בוודאי יודעים מצוין מה בן הזוג היה רוצה או מה עושה לו טוב. אבל
אם לא, זה הרבה יותר פשוט ממה שאנחנו מדמיינים: פשוט נשאל
אותו. נברר איתו מה הוא היה רוצה ומה הוא היה שמח לקבל מאיתנו.
כשנעשה את זה תהיה לנו זוגיות טובה. בעצם, אם כל אחד ייתן לבן
הזוג את מה שהוא צריך, את מה שהוא אוהב ואת מה שמשמח אותו -
תהיה לנו זוגיות מלאה, מספקת ונפלאה.

כדי לקחת

”את ממש צודקת, זה בדיוק העניין. באמת הגיע הזמן שהוא ייתן לי,

שסוף סוף יפרגן לי ויתחשב בי”.

“ואולי תתחילי את?”

“רגע, רגע, למה שאני אתחיל? מה אני, פראירית? למה שאני אוותר? ואם אני אתן לו מה שהוא רוצה, מי אמר שהוא יחזיר לי? ואולי אני בכלל אשאר קירחת מכאן ומכאן. גם אתן לו, אשקיע ואתחשב, וגם לא אקבל חזרה...”

ובאמת, זו הגישה של רובנו. אנחנו בונים זוגיות, באופן הכי טבעי, כדי לקחת. אני צועדת לחופה במטרה שהוא יעניק לי, יפרגן לי, יתחשב בי, ימלא את מה שחסר לי, יאהב אותי וייתן לי הרגשה טובה.

כל עוד הרצונות שלי מתאימים לשלו - מה טוב. אם אני לדוגמה אוהבת פרחים, ובעלי שמח לקנות לי פרחים - יש לנו, בנושא הפרחים, זוגיות פורחת. וגם להפך - אם אני לא אוהבת פרחים וגם בעלי לא אוהב לקנות פרחים - שוב יש לנו זוגיות טובה בעיניי הזה.

אבל מה אם לא?

אם אני מאוד אוהבת פרחים, אבל בעלי תמיד שוכח לקנות או שזה נראה לו בזבז כסף, או שאני בכלל לא אוהבת פרחים ובעלי ממש מאוכזב מזה שאני לא... מה בדרך כלל קורה שם? שם הזוגיות שלנו תחרוק. אני אמצא את עצמי רוטנת, מתוסכלת וחושבת שהוא לא בסדר. שהוא לא נותן לי.

מה יקרה אז?

תיווצר בינינו מעין משיכת חבל, ייווצר קשר, פלונטר. כל אחד מאיתנו בטוח שהוא הכי בסדר ושהשני אמור לתת לו, וכל אחד ידרוש מהשני לבוא לקראתו ולהשתנות בשבילו. כשכל אחד מאיתנו מושך לצד שלו - הפלונטר, הקשר הזה, יתהדק, ואיתו יחריפו החיכוכים והבעיות.

בעצם, אני לא תמיד מודעת לכך שעם כל האהבה וההערכה שלי לבן הזוג, אני כל הזמן תובעת ממנו שימלא אותי ומנסה להוציא מהקשר בינינו כל מה שאני יכולה. למעשה, כך נוהג גם בן הזוג. גם הוא הגיע לכאן כדי לקבל ולהתמלא, ואז כל אחד מהצדדים מתעקש שהשני

יותר וייתן לו ומושך לצד שלו. וכך נרקמת לה, לפעמים בשקט ולאורך שנים, מחלוקת, מלחמה ואפילו זוגיות רעועה.

מה הפתרון המתבקש? ממש כמו בקשר בחבל - אם רק צד אחד יתקדם לכיוון הצד השני, הפלונטר יפתח וישתחרר והמתח ייפסק. פעמים רבות קורה ששנים מבררות אצלי על ייעוץ זוגי, ואומרות בצער שבן הזוג לא מוכן להגיע לייעוץ ולכן הכול תקוע. מה אני אומרת להן? בניגוד למה שמקובל לחשוב, כדי לעבוד על זוגיות, אין צורך ששני בני הזוג יגיעו לייעוץ זוגי. מספיק שאת לבדך תעשי שינוי - זה כבר יתיר את הפלונטר והבעיה ביניכם תיפתר. כי אם נחזור לפרחים, אם אני מתה על פרחים אבל מבינה את הקושי שלו להוציא עליהם כסף, אומנם "נתתי" לו, אבל התרתי את הפלונטר ואפשרתי זוגיות טובה. כך גם אם פרחים לא מזיזים לי אבל אני רואה שזה חשוב לו ובאמת מפרגנת לו עליהם - לא ממקום מסכן או קורבני - גם שם, הפסקתי להתעסק בעצמי, שחררתי את המתח והייתי עסוקה בבן הזוג, ולכן יש לנו בנושא הפרחים זוגיות טובה.

בעצם אם רק צד אחד מאיתנו מפסיק להיות בצד הלוקח ועובר לצד הנותן - יש לנו זוגיות טובה.

להיפגש באמצע

אבל האם זה המצב אצל רובנו? האם אנחנו ממקמים את עצמנו בצד הנותן?

בהחלט לא. לרובנו נדמה שזוגיות זה "פִּיפְטִי-פִּיפְטִי", חמישים אחוז שלי וחמישים אחוז שלו, ושנחנו צריכים מה שנקרא "להיפגש באמצע". אבל התפיסה הזאת היא אשליה. קודם כול כי לכל אחד יש בראש אמצע אחר, לכל אחד יש הגדרה שונה של מה זה החמישים-חמישים שכל אחד אמור לעשות.

לדעתי, נניח, החמישים שלו הם שהוא יעשה קניות בסופר, והחמישים שלי הם להיות אחראית על הבישולים. אבל אולי האמצע שלו הוא שאני אעשה את הקניות בסופר וגם אבשל והוא ידאג, נניח, לענייני האוטו והבנקים? ואז אנחנו שוב מושכים בחבל, כל אחד לצד שלו...

אבל הדבר העיקרי שיוצר בעיות סביב רעיון ה"ניפגש באמצע", הוא העובדה שאני לא יכולה לגרום לאף אחד לעשות משהו, להשתנות או לתת לי, גם לא חצי... בעצם אני יכולה להיות אחראית לגמרי על הנתינה שלי, אבל לגמרי לא יכולה להיות אחראית על הנתינה או ההתחשבות שלו, גם לא על חצי ממנה. כל אחד יכול להיות אחראי רק על החלק שלו, על המאה אחוז נתינה שלו, אבל בשום אופן לא יכול להיות אחראי על החלק של בן הזוג, על מה שהוא נותן לקשר. בעצם אין לנו שליטה עליו, אבל בהחלט יש לנו שליטה עלינו.

גן עדן וגיהנום

יעל אליצור מביאה משל חסידי שמספר על איש אחד שעלה לשמיים וביקש שיראו לו את גן עדן וגיהנום, והופתע לראות ששני העולמות זהים לגמרי! בשניהם היה גן יפה ומטופח שבמרכזו עמד שולחן עמוס מאכלים ומטעמים מכל טוב וסביבו ישבו אנשים. אבל לכל האנשים, בגן עדן ובגיהנום, היו ידיים ישרות בלי מרפק, ככה שהאנשים סביב השולחן הערוך היו רעבים מאוד ורצו לאכול, אבל בגלל שלא יכלו לכופף את הידיים, הם לא הצליחו להגיש לעצמם את האוכל לפה.

מה בכל זאת היה ההבדל בין גן עדן לגיהנום? בגיהנום, כל אחד שאל את חברו שישב מולו בשולחן: "אני רעב, אתה מוכן להאכיל אותי?", והחבר ענה שהוא מוכן אבל רק אם הוא יאכיל אותו קודם... בעצם שניהם ראו את כל המטעמים אבל נשארו רעבים ומאוד עצבניים, כי כל אחד רצה שהשני ייתן לו קודם, שהוא יקבל ראשון.

אבל בגן עדן שאלו האנשים שאלה הפוכה. הם הבינו שלמרות שהם לא

יכולים לאכול, לכל הפחות הם יכולים לעזור לחבר הרעב שממולם, וכל אחד הציע להאכיל את חברו. ואז, כשהחבר קיבל את האוכל והיה מרוצה ושבע - גם הוא הושיט את היד הישרה שלו לחברו והאכיל אותו. כך שבסופו של דבר, למרות שהראשון האכיל את חברו ולא היה בטוח שהוא ייתן לו חזרה, כולם אכלו, שבעו והיו מאושרים.

זה ההבדל בין זוגיות טובה לזוגיות לא טובה.

בזוגיות הלא טובה - אני בגיהינום. אני לא מוכנה לתת ואז כולם סובלים ואני נכנסת למלכוד הזוגי הידוע: אני עצבנית ולא בא לי לתת לו כי "אני לא פראירית ולא אוותר ראשונה". ובצד השני - גם הוא רעב אבל לא יהיה הפראיר הראשון לתת וחוזר חלילה. הזוגיות נתקעת ברצון ההדדי שלנו לקחת מהצד השני ולהתחשבן על הנתינה שלנו.

בזוגיות טובה - אני בגן עדן. אני לא מתעסקת במה שהוא אמור לתת אלא פשוט נותנת, ובכך מתחילה מעגל קסמים שברוב המקרים יביא את בן הזוג שלי לתת בחזרה.



אישה שעמדה כהגדרתה "רגע לפני פתיחת תיק ברבנות" הגיעה אליי לייעוץ זוגי. היא סיפרה שבעלה הוא אדם נערץ בחוץ וגם בבית הוא מנסה, למורת רוחה, להיות הבוס. הוא מתפרץ על כל שטות, "לא סופר אותה" ולא מעריך את ההתמודדות שלה עם כל המשימות של הבית והילדים.

"ואת - נותנת לו להיות הבוס? את עושה מה שחשוב לך?" שאלתי אותה, ושמעתי כמובן תיאור הפוך. "מה פתאום! קודם שיתנהג אליי בכבוד, ואז אני גם אבוא לקראתו ואקשיב למה שהוא מבקש ממני".

בשיחת הייעוץ הבנו יחד, שהבעל ממש ניזון מהעובדה שהוא מוערך ונערץ, והוא משיג את זה בלי מאמץ מכל מי שסביבו. אבל רק אשתו,

בבית שלו, שמה עליו פס... בעצם את הדבר שהיה הכי משמעותי בשבילו - היא לא נתנה לו.

ומה קרה ביניהם? היא לא נתנה לו את מה שהוא רצה, וגם הוא משך בצד השני ולא נתן לה את מה שהכי חשוב לה: הוא לא ראה אותה. בסופו של דבר היא נשארה גם מתוסכלת, אבל גם לא קיבלה את מה שהיא רצתה - שהוא יראה אותה. ככה שהיא נשארה גם עצבנית וגם רעבה. היא רצתה לקחת בכוח את מה שהיה חשוב לה, "תראה אותי", ומשכה לצד שלה, והחיים ביחד הפכו, ממש כמו במשל, לגיהינום.

לאט לאט היא הבינה שאם היא תתחיל להתייחס לבעלה כמו שמתייחסים אליו בחוץ - כמו אדם נערץ שמתייעצים איתו, נושאים אליו עיניים ומעריכים את מה שהוא עושה - היא יכולה להתיר לבדה את הפלונטר ולקבל מחדש את בעלה. "אם תראי אותו ככה, אבל באמת ובלי תנאי, גם כשהוא מתפרץ, סביר להניח שאת מזמינה הביתה זוגיות אחרת לגמרי", אמרתי לה.

כשאת תפסיקי להיות עסוקה במה שהוא לא נותן לך, ופשוט תיתני לו את מה שהכי חשוב לו - יכול מאוד להיות שגם הוא יושיט לך את היד כדי לתת חזרה.

אני נותן

זוגיות טובה היא בעצם לתת לשני את מה שחשוב לו, בלי לפזול הצידה ולוודא שגם הוא נותן. זה מאה אחוז נתינה שלי, בלי לחשוב על אחוז אחד של נתינה שלו. זוגיות כזאת מתנהלת מתוך תפיסה בסיסית של "אני נותן, ולא משנה מה הוא יעשה". אם אני באה בגישה כזאת, אני בגן עדן - אני שמחה כי יש לי פתרון לקונפליקט! יש לי מוצא פשוט מהגיהינום: לתת. הוא שמח כי הוא קיבל את מה שהוא רצה, ואז לשנינו טוב.

אבל יותר מזה, התוצאה של הנתינה שלי, אפילו שהיא לגמרי חד

צדדית, תהיה שמי שקיבל ירגיש רצוי ומקובל, ולכן ירצה גם לתת. ואז סביר להניח שהוא יהיה נדיב וירצה להחזיר, אולי אפילו יותר משקיבל.



האדמו"ר הזקן, בעל התניא, היה אומר: **"תדאג לחבר שלך לעולם הזה, ולעצמך - לעולם הבא"**.

כיום, אני דואגת לעולם הבא של בעלי: איזה בן אדם אתה, למה אתה כועס, למה אתה לא מתחשב, לא בסדר עם הילדים, לא מקפיד מספיק במצוות ועוד. ולעצמי אני דואגת לעולם הזה - אני דואגת שיהיה לי טוב, נעים ונוח.

אבל באמת אני אמורה לדאוג לעולם הזה שלו. אם הוא אוהב סדר וניקיון - לדאוג לסדר ולניקיון. אוהב כבוד - לתת לו כבוד. אוהב אוכל בריא? לדאוג לסלט חסה וגרנולה. אוהב ג'אנק? לאפות לו עוגות קצפת. אוהב ללמוד תורה? לאפשר ולפרגן לו על זה. אוהב לישון? לכסות אותו ולשמור על השקט. בעצם לפנק אותו, לקבל את החולשות שלו ולתת לו את מה שהוא רוצה. ולעצמי? לדאוג לעולם הבא - להיות בצד הנותן והמכבד.