

שזרשי הבית

הפנמת הצורך הרגשי של הבעל והאישה
בקשר הנישואין

ירושלים

תש"פ

הקדמה

ומטרת החוברת

הנה ב"ה חנויות הספרים ממש מלאות בספרי הדרכה על כל ענין בחיי הנישואים, ההקשבה, הדיבור, כלכלה, הבנת ההבדל בין בעל לאשה, הבנת הצורך הרוחני בחיי נישואין, וגדולת הבית היהודי וכו'.

הצד השווה שבכולם הוא ההבנה במהותו של בית מבחינה שכלית וכן עצות והדרכות איך לנהל את הבית בצורה נכונה [ע"י הבנת השוני שבין בעל ואשה]

אחר כל הספרים שלמדתי ומנסיון החיים, לא מצאנו הרבה שנגעו בנקודה הכי יסודית שעליה בית עומד, המקום הרגשי, לא רק המקום הרוחני המופשט ולא כללים איך מסתדרים נכון אלא איך חיים, חיים מואחדים ברגש, שמרגישים שממש משהו מבפנים מתמלא לכל אחד מבני הזוג בתוך מערכת החיים ורק על זה נבנה כל אותם הכללים

ודאי שיש צורך למצוא עצות להנהגת החיים בפועל אך כל זה רק אחרי שכל אחד גילה וחווה בתוך עצמו ממש - לא טוב היות האדם לבדו - שהחיים לבד חסרים רגשית, לכל אחד מבני הזוג בחלק שחסר לו

[נשים לב להדרכה של הרמב"ם שעליה בנינו חוברת זו כולה מדברת על צורת הקשר הרגשי של בני הזוג בלבד, בצווי על האשה לכבד וללכת בתאוות ליבו - מבואר הצורך של הבעל,

ובצווי של הבעל אהבה כגופו ומכבדה יותר מגופו - מבואר הצורך של האשה ולא באנו פה אלא לחיות את הדברים בס"ד]

מתוך הניסיון אנו רואים שככל שאדם חי בתוך עצמו, כמה חיי הנישואים ממלאים אותו ממקום רגשי כך הוא משקיע יותר בבית, ומתחבר לאשתו לבית ולילדים שלו

אך ככל שהגישה לבית היא גישה רוחנית מופשטת [שאיננה גישת התורה כמבואר מדברי הרמב"ם הנ"ל] ללא חיות רגשית כך הבית הוא

יותר יבש וחסר, וממילא מתסכל כי הוא נחווה כמטלה ועול ומחייב ולא כהשלמת האישיות

וכן אם חיים את הבית ממקום שבו כל אחד שונה מחברו, ואנו צריכים ללמוד איך מסתדרים זה עם זה, זה מלאכה מתישה ולא תמיד מתגמלת מכיון שכל עוד ואין סיפוק רגשי אחד מהשני שזה בעצם יסוד הבית חסר את המנוע החזק ביותר להתקדם

הנה כשאנו רוצים להכיר שימוש בכלי כל שהוא, אנו יכולים לגשת לזה בב' אופנים א. כללים ב. יסודות

א. כללים - ללמוד את ההוראות ונשתמש בו כראוי

ב. יסודות - ללמוד את המערכת שלו, איך הוא עובד, על מה הוא בנוי, ואז ממילא נדע לבד את צורת השימוש בו, אחר שאנו יודעים את מהותו

החסרים בגישה של כללים מול גישה של יסודות ושורשים

כשיש מצב שאין עליו כלל

ההבדל בין שתי הדרכים הוא במקום שיש קשיים ואין בהוראות איזה הוראה איך מתנהלים במצב זה, [אמנם אפשר להוציא איזה ידיעה לא ברורה מכח כל ההוראות אבל בדרך כלל התוצאות לא מספקות]

אך אם יודעים את המהות וברור בדיוק איך המערכת עובדת, יודעים לזהות את הבעיה מהשורש, ואז לפתור אותה משם, בלי ללמוד כל החיים כללים על גבי כללים

חיים לא רגועים

כשחיים בכללים כל הזמן נמצאים בשליטה על המערכת ולא חיים - חיים רגועים ושלווים, אך כשחיים את הפנימיות של הדברים הפעולות יוצאות לבד מכח ההבנה הפנימית וההרגשה הפנימית

ובאמת זה עיקר מלאכת ההבנה שעליה אנו עומלים בישיבה ובכולל, ללמוד את פנימיות המושג וממילא הרבה מאוד קושיות לא שייכות כלל כיון ששורש העניין שונה בכל אחד מהדינים.

אך אם לומדים רק את הפרטים ולא מנסים להבין את הגדר שעליהם הם בנויים אז כשמגיע איזה פרט שאין עליו ראייה ברורה אי אפשר לדעת איך לפסוק בו

חבורת זו דנה באיזה נקודה רגשית הבעל חסר בלי אשתו ומצפה שהיא תשלים אותו, ובאיזה נקודה האשה חסרה ומצפה שהבעל ישלים אותה, בכל מערכת חיי הנישואין - בימי ההיתר ובימי האיסור

ומכך נולד כל צורת ההקשבה והדבור האחד עם השני, מהו המקום של ההקשבה שהבעל מצפה מאשתו ומה היא מצפה ממנו ואיך כל אחד מהם מתמלא בו

חבורת זו נכתבה מתוך הניסיון, ולא מתוך מקום מופשט שלא כל כך שייך לקיים אותו במציאות.

חבורת זו אינה מיועדת לתת עצות ולא הדרכות בפועל, אלא לחיות ממש את כל מה שחסר לנו, אחד בלי השני, ולתת לזה מקום, ואז לחוות בתוך עצמנו ולא רק כאיזה הבנה שכלית מופשטת, כמה חיי הנישואין ממלאים אותנו באותם נקודות.

[אם אנו לא מצליחים להגיע לחוויה זו, נבין למה ומה הדרכים לתקן זאת, אך הכל ממקום של הבנה ברורה פנימית בתוך עצמנו, לזהות בדיוק את המקום הרגשי שלנו בחיי הנישואין]

כשאנו מזהים את המקום בתוך עצמו אנו חיים אותו, וממילא נולדים מכח הבנה זו פעולות בלי שנצטרך כל הזמן לעבוד ולבנות, אלא חיי הנישואים הולכים ומתפתחים עם עצמם, כל הזמן.

דברי מרן המשגיח – זריעה ובנין

המשגיח מרן הרב וולבה העמיד את כל החינוך על שתי כללים זריעה ובנין [כן ביאר בעלי שור, וכן כתב קונטרס שלם בשם זה זריעה ובנין בחינוך]

הנה המסילת ישרים כותב בהקדמה יסוד החסידות ושורש העבודה מבואר שלחסידות – יסוד - כלומר שהחסידות נבנית בצורה של בנין שיש לו יסודות וקומות

והעבודה - שורש - כמו זרע שמשריש

יסוד הדברים שמבוארים שם - בחינוך, ההורים מופקדים על ב' מערכות של הילד א. הרוחני ב. הרגשי

החלק הרוחני [שכל] נבנה בצורה של בנין יסוד וקומות, עוד קומה ועוד קומה, והקומות אינם נבנים מעצמם רק צריך לדעת מה לפני ומה אחרי, אך צורך הבנין היא לבנות עוד קומה ועוד קומה

עוד נקודה יש פה שהשכל נבנה על יסוד שבו רואים תוצאה עם הבניה עצמה וממש כל קומה רואים תוצאה חיצונית

החלק הרגשי [הלב] אינו נבנה בצורה של בנין אלא בצורה של שורש = שורש צריך להשקות הרבה אבל ההתפתחות שלו היא לבד, מצד עצמו, רק צריך לדעת כמה מים לתת לו, ואיך להשקות אותו נכון אך הוא הולך ומתפתח מעצמו

אמנם בחלק הרגשי לא רואים תוצאה מיד, כמו בשורש של זרע שלא משריש מיד אלא הוא מרקיב ולאט לאט הולך ומתפתח עם עצמו בלי שרואים איזה תוצאה חיצונית, רק כשהשורש הבשיל עם עצמו

ב' גישות ביצירת שלום בית

וזה ממש הענין שלנו, אפשר לבנות את השלום בית רק ממקום של בנין עם כללים ולאט לאט ללמוד את הכללים, - כל החיים לעסוק רק בבנין אך אפשר לבנות את הבית ממקום של זריעה - להתחבר למקום בפנימי שבנו - ואז המערכת פועלת לבד

ודאי שצריך את השילוב של ידיעת הדברים, אבל גם השבתם אל הלב, שלא יישארו רק כללים מופשטים בחינת בנין אלא שיכנסו ללב וילכו ויתפתחו שם מבחינת זריעה

התודה והברכה לאשתי שממש כל מה ששלי שלה, יתן ה' שנזכה יחד לרוות נחת של קודשה ויראת שמים מכל יוצאי חלצינו ולא יצא תקלה תחת ידינו בעזרת ה'

אודה בכל לב למורי ורבי הגאון רבי חיים פרץ ברמן שליט"א מר"י פונוביז' המעטירה שהעמידני בקרן אורה ופתח בפני שערי עומק ההבנה לדלות עומק פניני תורתנו הקדושה אשר הכל בה

אין בפי מילים להודות למו"ר הרב מנחם שווב שליט"א בעמח"ס עולם מלא שפתח בפני את כל עולם הנפש ובשיעוריו הנפלאים ממש מעמיד את היסודות הנאמנים של בית יהודי הרבה מאוד מהכתוב כאן הוא מתורתו ומכוחו [השיעורים נמצאים בקול הלשון סדרת בנין הבית]

חוברת זו מחולקת לג' מערכות. שהם בעצם כוללות את עניני הבית

א' - המערכת הרגשית של הבעל והאשה

בו נבאר מהו היסוד הרגשי של הבעל ומה הוא מחפש שאשתו תשלים בו וכן מה המערכת הרגשית של האשה ומה חסר בה ורוצה שבעלה ישלים

ב' - מערכת הקשר בדיבור ובהקשבה - אחר שהבנו נכון איך כל אחד בנוי - נבין את ההבדל בין הצורך של הבעל בהקשבה ובדיבור לבין האשה

ג' - מחולק לחוברת נפרדת שורשי הקשר [ניתן לקבל אצל המחבר]

מערכת חיי האישות - נראה איך מערכת זו ממש בנויה על החלק הרגשי החסר לכל אחד ואיך כל אחד מחפש לקבל סיפוק במה שחסר לו רגשית ולתת ממה שיש לו

נספח - עניני קדושה בכלל

כללים בלימוד החוברת

ברגע שחוברת זו יצאה מידינו אין באפשרותנו להדריך את צורת הלימוד בה ולהעמיד הדברים על דיוקם, לכן חשוב מאוד לקרוא כללים אלו כדי להפיק תועלת מרובה

- א. מטרת החוברת היא ללמוד את המערכת הפנימית של הבעל ושל האשה מהמקום הרגשי שלהם
- ב. עצם הלימוד של הדברים פועלת את הזיהוי הפנימי של חלקים אלו בנפש אך אם אחר כך מתבוננים בדברים בתוך עצמינו הולך מקום זה ומתחדד
- ג. אין כאן עבודה מעשית, אלא רק חיבור לתוך עצמנו במקומם בנפש וזה יוצא ממילא לעשייה
- ד. חשוב שכל אחד מבני הזוג ילמד את כולה כדי לזהות בתוך עצמו מה חסר לו, ומה הוא מחפש שהשני ישלים בו וכן להיפך
- ה. אם רואים שגם אחר לימוד הדברים וההתבוננות בהם עדין לא מתחברים כנראה שחסר אחד הדברים א. שהדברים לא הובנו כראוי ב. אם ישנם חסכים רגשיים שהנפש לא מלאה בכל מה שחסר לה א"כ בנפש חסר הכלים שעליהם אנו מדברים בחוברת אבל התועלת שתעלה לו מהחוברת היא,
 - א. לחדד בשכל מה חיי נישואין מספקת ולאן הוא ישאף להגיע
 - ב. ומצד שני יתברר לו שחיי נישואים אינם בונים לאדם את עצם עולם הרגשות שלו אלא נותנות לו מקום להוציא לפועל את מה שיש בו, ובזה נחסוך הרבה מבעיות שלום בית כשיש ציפיה לקבל משהו שחיי נישואים כלל אינם צרכים לתת [ומה שחסר לו הדרך היא להשלים אותה ע"י טיפול רגשי]
- ו. אין לדלג על פרק אחד להגיע לשני כל פרק בנוי ממש על הפרק הקודם

חשיבות הכרת עצם צורת האדם לפני כל לימוד העבודה המעשית

כתב האבן עזרא [כי תשא לא יח] ריקי מוח יתמהו מה עשה משה בהר ארבעים יום וארבעים לילה. ולא ידעו אם יעמוד שם עם השם כמספר הזה. וכפל כפלו שנים. לא יוכל לדעת חלק מאלף ממעשי השם ודרכיו וסוד כל המצות שצוהו כי יחשבו כי המעשה העיקר. ואיננו רק הלבב והמעשה והלבב והלשון להרגיל. וכן כתוב בפ"ך ובלבבך לעשותו וקדמונינו אמרו רחמנא לבא בעי. ושרש כל המצות עד שיאהב את השם בכל נפשו וידבק בו וזה לא יהיה שלם אם לא יכיר מעשי השם בעליונים ובשפלים וידע דרכיו. וככה אמר הנביא כי אם בזאת יתהלל המתהלל השכל וידוע אותי.

אז יתברר לו כי השם עושה חסד משפט וצדקה בארץ ולא יוכל לדעת השם אם לא ידע נפשו ונשמתו וגופו. כי כל מי שלא ידע מהות נפשו חכמת מה לו. והנה משה שהתנבא ארבעים שנה במדבר ועמד בסודות רבות שגלה לו השם בהר סיני והוא אמר לפני מותו אתה החלות להראות את עבדך את גדלך והנה עתה החל והראה לו גדולת השם. וזהו אמת כי לגדולתו אין חקר:

מבואר מדברי האבן עזרא שאין דרך לאדם לדעת את השם אם אינו יודע מהות נפשו, - הכרת נפש האדם היא תנאי הכרחי לעבודת ה'

כשאדם יודע ומודע לכל הכוחות שפועלים בו, לרצונות שלו, לדחפים שלו, וכן למה שחסר לו - והדרך שלו להשלים אותם, הוא יודע לשים נכון כל דין בתורה ובמצוות במקומות הנכונים בנפשו, ומבין על איזה כח בנפש המצווה הזו חלה

אם כן הוא בכל המצוות ק"ו בחיי הנישואים שמהותם הוא שלמות בנפש

"לא טוב היות האדם לבדו", כל עוד ואין לאדם ציור ברור למה "לא טוב", איזה חלקים חסרים לו בנפש בלא אשה, ואיפה אשה משלימה אותו, גם אם הוא יהיה אדם בעל מידות טובות מאוד, - חיבור אמיתי עם אשתו לא יהיה, וזה פשוט

התוכן הפנימי של חיי הנישואין

המערכת הרגשית של הבעל והאשה

כתב המהר"ל ז"ל נקרא החיבור אכילה, בין באיש בין באשה, כי קבלת הדבר [המשלים את האדם] יקרא אכילה שהאדם מקבל דבר שהוא אוכל והאשה מקבלת בודאי האיש, והאיש מקבל האשה כי כל חיבור האחד מקבל את האחר ושניהם מקבלים זה מזה.

ישנם ב' חלקים א. נתינה וקבלה - האיש מקבל מהאשה והאשה מהאיש ב. קשר - שניהם מקבלים זה מזה

זהו בעצם היסוד לחיי הנישואים שקיים בהם ב' מערכות אלו א. ישנה נתינה וקבלה - חיי נישואים אנים נתינה חד צדדית בלבד כדוגמת הורים שבהם המערכת היא שההורים עומדים רק כדמות מקבל וההורים כדמות משפיעה בלבד ב. אך זהו נתינה וקבלה לא חיצוניים מעצם האישות כמו נתינה וקבלה בכל מערכות האחרות בחיים אלא היא מערכת שת נתינת מקום בעצם האישיות של כל אחד להשלים את מה שחסר לחברו

הבנת הצורך הרגשי של הבעל באשה ושל האשה בבעל

ומקום החיבור ביניהם

כתב הרמב"ם : וכן צוו חכמים שיהיה אדם מכבד את אשתו יתר מגופו ואוהבה כגופו ואם יש לו ממון מרבה בטובתה כפי הממון ולא יטיל עליה אימה יתירה ויהיה דיבורו עמה בנחת ולא יהיה עצב ולא רוגז

יש לנו לעיין היטב בלשון הרמב"ם שממש כל מילה ממנו היא אבן פינה לכל מערכת חיי הנישואין והבנת צורכי הבעל והאשה,

אך ביותר הצרכים הרגשיים מסקפים את עצמם מהות האישיות של כל אחד, וכשיש לנו ציור ברור ממהות זו כל פרטי החילוקים בין הבעל האשה מתחברים לציור זה, [ואז א. נחסכים הרבה מאוד מחלוקות כי ברור לכל אחד מה צורת האישיות של חברו, ב. יודעים איך לפתור חילוקים בבין בני הזוג]

תפקיד הבעל מול האשה – צרכי האשה

א. הרמב"ם כתב קודם מכבד את אשתו ואח"כ אוהב, כבוד הכרחי לאשה יותר מאהבה – [הפוך ממה שידוע בעולם שאשה צריכה אהבה מהו ביאור הדברים]

ב. מכבד את אשתו יותר מגופו ואוהב כגופו – כבוד יותר מגופו – אהבה כגופו – ביאור הדברים והחילוק ביניהם

ג. דיברו עמה בנחת

ד. לא יהיה עצב ולא רוגז

תפקיד האשה מול הבעל – צרכי הבעל

וכן צוו חכמים על האשה שתהיה מכבדת את בעלה ביותר מדאי ויהיה לו עליה מורא ותעשה כל מעשיה על פיו ויהיה בעיניה כמו שר או מלך מהלכת בתאות לבו ומרחקת כל שישנא וזה הוא דרך בנות ישראל ובני ישראל הקדושים הטהורים בזיווגן ובדרכים אלו יהיה ישובן נאה ומשובח:

א. מכבדת את בעלה ביותר מדאי - יש כאן הבדל בין האשה שמכבדת יותר מדאי לבין הבעל שמכבד יותר מגופו - מהו ההבדל בין "יותר מדאי" לבין "יותר מגופו"?

ב. והיה לו עליה מורא - מה מקום המורא הזה וגדרו?

ג. ותעשה כל מעשיה על פיו - איזה צורך זה משקף לבעל ולאשה?

ד. ויהיה בעיניה כשר או מלך - הציור שלה עליו כשר או מלך - ביאור הדברים

ה. מתהלכת בתאוות ליבו ומרחקת כל מה שישנא - ההבדל בין מקום האשה מול הבעל - מתהלכת בתאוות ליבו, למקום הבעל מול האשה - אוהבה כגופו

נתחיל בס"ד בביאור היסודות שעליהם נבנים כל כללים אלו, שורשם בנפש האדם, ובצורך של כל אחד מהשני

ישנם שתי כוחות מרכזיים שסובבים את הבית כבוד ואהבה

האיש מהותו - שכל, שהוא קביעת ערכים של הבית, קביעת הכללים, וכן נתינת הרגשת השויי לאשה למעשיה ולחיייה

האשה מהותה - כח הרגש, רגש הוא כח חיבור לחוויות החיים ולנעימות שלהם,

ישנו הבדל מהותי בין רגש לתחושות, תחושה היא דחף גולמי שקיים בכל מיני צורות, דחף קיים בגבר גם בלי האשה וכן בילד גם בלי חווית קשר עם ההורים שלו, רגש הוא - חוויה, הנאה רגועה ושלווה מלאת חיות,

בכל יצירת קשר זוגי ישנם ד' חלקים

א. לזהות מה חסר לי רגשית בלי בן הזוג, ואז אני קובע בעצמי את מה אני מחפש בו

ב. כשאני מתחתן אני קובע שהוא זה שיספק את אותו חסר

יכול להיות שצד אחד מספק לצד השני את מה שחסר לו רק שהצד השני לא מופנה לקבל אותו ממנו וממילא הוא מתוסכל

כדוגמת אשה שמופנת לקבל מערך מהעבודה שלה ומהמעמד שלה ולא מבעלה א"כ גם אם הבעל ימלא את כל הצורך שלה היא לא תהיה מסופקת ממנו כלל

וכן בעל שלא מופנה לקבל מאשתו את הרגשת נעימות החיים [כמו שנאריך לקמן] דם אם אשתו לגמרי כזו הוא לא יהיה מסופק

ג. לקבל את אותו חסר רגשי ממנו ולהתמלאות בו

D. לתת את החלק שלי שבו הצד השני מתמלא

מערכת נישואים היא לא ניתנה או קבלה אלא היא קשר,

ישנה מערכת של נתינה ממקום של משפיע שבו הוא לא מקבל כולם אלא נותן, ויש מקבל שהוא כלי קיבול לשפע אך ללא נתינה כלל

אך חיי נישואים הם מערכת של קשר שהוא חיבור של נתינה וקבלה אחד בתוך השני ואחד מהשני

דוגמת החשמל ישנם שתי חוטי חשמל אחד מקבל [מינוס] ואחד נותן [פלוס] אבל ברגע שהם מתחברים בכלל לא ניכר ההבדל בין המקבל לנותן כי פשוט יש ביניהם קשר וכל אחד נותן את החלק שלו

כעת אנו צרכים לברר מה חסר לבעל בלי אשה ומה יש לו לתת לה ובזה רוצה שאשתו תהיה מופנה כלפיו לקבל ממנו צורך זה

ומה חסר לאשה בלי בעל ומה יש לה לתת לבעל ונראה איך הם מכוונים ממש אחד כנגד השני

בעל

א' קבלה של רגש – ובזה אשתו משלימה אותו

ב' נתינה של ערך – ורוצה שאשתו תעמיד את עצמה ככלי

קיבול מולו לקבל ערך

נתינה - ערך

הבעל מחפש באשתו שהיא תראה בו דמות ערכית שמשפיעה עליה, ומשלימה את החיים שלה בחוסן ובערך

מחמת הבלבול הגדול בזה נאריך בהגדרת הדברים

[לא ממקום שזה מה שממלא את הערך שלו, בעל שערכו תלוי באשתו הבית ממש חסר כי כל מה שאשה מחפשת זה בעל תומך ואם היא הערך שלו אז לה אין בעלה ולו אין אשה, אלא ממקום שאצלה בלב נקבע שהוא הדמות הערכית ואז הוא מהמקום הזה יכול להשפיע כי אם היא לא תזהה אותו כדמות הערכית הוא לא יכול להשפיע, וישאר ללא אפשרות נתינה וזה ממש יתסכל אותו, ובזה יש בלבול גדול היום, בחור בעל חוסר ביטחון עצמי והרגשת שווי רואה את דברי הרמב"ם יהיה בעניה כשר או מלך והוא חושב שחוסר הרגשת השווי שלו יתמלא כשהוא יתחתן, ואז הוא מגלה שאשתו בעצם מחפשת שהוא יתן לה את תחושת הביטחון והערך והא ממש מבולבל

והאמת היא פשוטה, יהיה בעיניה כשר או מלך הוא לא ממקום של למלאות את החוסר שלו, אלא ממקום של להעמיד אותו במקום הזה כדי שהוא יוכל להשפיע עליה ולמלאות את מה שחסר לה, וכמו שאנו מכבדים את ההורים, המטרה היא לא כדי שההורים יהיה מלאים בהרגשת ערך אלא כדי להעמיד אותם במקום השפעה עלינו, ובודאי שיש בזה סיפוק גדול של נתינה אך לא השלמת חוסר בעצם האישיות

וזהו ביאור דברי הגמ' על אותם אמוראים שאחר שעלו לגדולה אמרו שלא יתנו להוריד אותם דאין הענין פה גאוה ח"ו אלא שכשעולים לגדולה נמצאים במקום של אפשרות לתת ולהעניק וכשסוגרים את אותו מקום האדם ממש נשאר ללא אפשרות להוציא מעצמו, וכן ידוע שהגרש"ש אחר שנסגרה ישיבתו חלה ונפטר דזהו היסוד שכשלוקחים מהאדם את האפשרות להשפיע הוא ממש בחינת מוות, איך יש הבדל בין להיות ראש ישיבה כדי להתמלאות לבין כדי למלאות

וזהו שכתב הרמב"ם יהיה בעיניה שר או מלך - כלומר לא שזה ממלא אותו אלא יהיה בעיניה שר או מלך וע"י זה הוא יוכל להשפיע עליה מכח הערך שלו

קבלה - רגש

חלק שני שהוא מחפש באשתו זה שהיא תמלא אותו בחיות רגשית ע"י הקשבה לחוויות החיים שלו ודאגה לצרכים שלו

דברי הגמ' מה חסר לבעל רגשית בלי אשה

בגמ' סנהדרין (כב.) אמר רבי אלכסנדר כל אדם שמתה אשתו בימיו עולם חשך בעדו שנאמר אור חשך באהולו ונרו עליו ידעך

רבי יוסי בר חניניא אמר פסיעותיו מתקצרות שנאמר יצרו צעדי אינו

רב אבהו אמר עצתו נופלת שנאמר ותשליכהו עצתו

מבואר שחסר לו א. עולם חשך בעדו ב. פסיעותיו מתקצרות ג. עצתו נופלת מהו ביאור ג' ענינים אלו

ביאור דברי הגמ' הוא כמבואר לעיל שישנם ב' ענינים שבעל מחפש באשתו

א. בעל צריך שאשתו תמלא בו את הרגש כי אין לו את זה מעצמו, וזהו שנאמר עולם חשך בעדו כלומר שהחיים שלו נעשים יבשים חסרי טעם וחשק, כמו חושך הלילה שאין בו את השמש שנותנת חום ואור [וכידוע בגרפולוגיה השמש היא האמא] וזה החלק שהיא משלימה בו

עולם חשך בעדו - העולם הוא אותו עולם, אבל יבש וחסר חיות

ב. בעל זקוק שאשתו תראה בו דמות שמשפיעה עליה, דמות של סמכות שאפשר לסמוך עליו, שע"י זה יוצא האישיות שלו לאור

וזהו שמבואר בגמ' שכשאין לו אשה - פסיעותיו מתקצרות כלומר מצטמצם האפשרות שלו להשפיע

ג. ויש עוד חלק שלישי עצתו נופלת, כיון שכשמחלטים החלטה בבית היא בעצם בנויה משתי כוחות, כח הערך של הבעל וכח הרגש של האישה [בינה יתירה ניתנה בנשים שהוא הכח לבין דבר מתוך דבר ע"י שהיא מתחברת רגשית לאותה נקודה, לא ממקום של ניתוח שיכלי כמו בעל, אלא ממקום רגשי של חיבור לנקודה הפנימית של הנושא] ואז יש מבט שלם על כל חלקי השאלה והבעיה גם מבט של כח הערך וגם מבט של רגש

וכשיש החלטה שנבנית מכח שנימבטים אלו העצה היא מלאה

אך כשאין אשה, נשאר לבעל שוב רק את המבט שלו, וזהו עצתו נופלת, כלומר חסר לו את האפשרות להכריע בדבר בצורה ברורה, כי חסר לו את המבט של האשה על הדברים א"כ נמאנו למדים ג' חלקים א. בעל בלי אשה החיים שלו יבשים ובוז הוא צריך שהיא תמלא אותו

ב. בלי אישה אין לו אפשרות להוציא לפועל את כח ההשפעה והנתינה שלו ואת זה אשה מאפשרת לבעלה כמה שהיא יותר רואה בו דמות שיכולה להשפיע עליה

ג. השותפות חיים הזו נותנת להם אפשרות להסתכל על החיים מכח מבט שלם גם מכח ניתוח שכלי של כל פרטי הענין שאת זה מביא הבעל וגם מהמבט הרגשי שהוא להתחבר לנקודות הדבר כמו שהיא רואה כי כח הרגש שלה שהוא הכח להתחבר לדברים הוא חזק מהגבר [וכמבואר בגמ' שאשה מכרת באורחים יותר מגבר, כי גבר מקבל דברים דרך השכל הוא מזין את הפרטים ומהם יוצר תמונה פנימית, אשה מתחברת לדברים דרך אינטואיציה רגשית, ללא איזה ניתוח שכלי, ובעצם ההרגשה שלה נוצרת לה תמונה בלב ממהות הדבר]

עולם הרגש הוא חיבור החוויה - למאורע של החיים, אפשר לעבור הרבה מאורעות בחיים אבל בלי לחוות אותם בלי להרגיש את החיות שבהם

בעל שחוזר מהכולל ויש לו אשה לספר לה איך היה החבורה היום, יש לו חיות יש לו הרגשת נעימות החיים

אם אין לו אשה [או במציאות או שאין ביניהם קשר טוב] החיים שלו יבשים ומתוכנתים

וזהו היסוד השני שכתוב ברמב"ם - מתהלכת בתאוות ליבו - כלומר בזה היא ממלא אותו שהיא ממלא לו את החלק הרגשי של צרכי החיים והחיות בחווית החיים והפיכתם לחיים נעימים ע"י החיבור למה שהוא אוהב או שונא

בקהלת (ט,ט) רְאֵה חַיִּים עִם־אִשָּׁה אֲשֶׁר־אֶהְבֶּתָּ כִּי־יִמִּי חַיִּי הֶבְלֶךְךָ אֲשֶׁר־נִתְּנָהְךָ תַּחַת הַשָּׁמַשׁ כִּלְ יָמֵי הֶבְלֶךְךָ כִּי הוּא חֶלְקֶךָ בַּחַיִּים וּבְעַמְלֹךְ אֲשֶׁר־אֶתְּנֶה עִמָּךְ תַּחַת הַשָּׁמַשׁ

יש פה שתי נקודות שע"י האדם רואה חיים עם האשה א. חלקך בחיים ב. בעמלך

וביאור הדברים כמו שביארנו לעיל, האשה מאפשרת לבעל להוציא לפועל את כח השכל שבו, את "עמל החיים" ע"י שהיא רואה בו דמות ערכית שיכולה להשפיע עליה וזהו בעמלך אשר אתה עמל, כלומר העמל הוא של הבעל, והאשה נותנת לו מקום להוציא את עצמו לפועל

ויש את החלק שהיא ממלא בבעל - וזה חלקך בחיים, החיבור לחיים, ולרגש הנאת החיים

לסיכום: גבר ללא אישה החיים שלו חסרים בחיות ובהרגשת נעימות

וללא אישה אין לו את מקום הנתנה שלו לחוזק והעוצמה שלו, אין דמות שזקוקה לערך שלו להשלמת האישיות שלה

אשה

א' קבלה של ערך - ובזה בעלה משלים אותה

ב' נתינה של רגש - ומצפה שבעלה יעמיד אותה כדמות שתספק לו רגש

קבלה - ערך

דברי הרמב"ם על אשה בלא גבר

ברמב"ם ספ"ו מדעות כתב חייב אדם להזהר ביתומים ואלמנות מפני שנפשו שפלה למאד ורוחם נמוכה אע"פ שהן בעלי ממון אפילו אלמנתו של מלך ויתומיו מוזהרים אנו עליהן שנאמר כל אלמנה ויתום לא תענון והיאך נוהגין עמהן לא ידבר אליהם אלא רכות ולא ינהוג בהן אלא מנהג כבוד ולא יכאיב גופם בעבודה ולבם בדברים קשים ויחוס על ממונם יותר מממון עצמו כל המקניטן או מכעיסן או הכאיב להן או רדה בהן או אבד ממנון הרי זה עובר בלא תעשה וכל שכן המכה אותם או המקללן ולא זו אע"פ שאין לוקין עליו הרי עונשו מפורש בתורה וחרה אפי' והרגתי אתכם בחרב ברית כרת להן מי שאמר והיה העולם שכל זמן שהם צועקים מחמס הם נענים שנאמר כי אם צעק יצעק אלי שמוע אשמע צעקתו [ועיין עוד בדברי הרמב"ן על הפסוק כל אלמנה לא תענון ויש עוד מקורות בזה]

מבואר מדבריו שאשה בלי בעל נפשה שפלה, כלומר הבעל הוא הגב של האשה הוא השענת שלה לחיים, הוא הכח החזק שקובע את הערך לחיים בכלל, ולחיים ומעשים שלה בפרט כשאשה צריכה מילה טובה מבעל זה ממקום של לתת ערך למעשים שלה

[כשבעל רוצה מחמאה הוא רוצה בעצם לראות כמה הוא נתן לה כמה הוא מילא אותה, ובעצם כמה היא מעמידה אותו במקום שיכול להשפיע עליה, וכן הוא רוצה להרגיש את נעימות החיים הזו, וכשהאשה מפרגן ומדבר בצורה רגשית שופעת הבעל מרגיש משהו מחובר יותר וכמו שביארנו לעיל]

וזה נוגע לכל אשה בכל מעמד אפי' אשת מלך שיש לה את כל הכבוד שבעולם עדין יהיה לה משהו חסר

כי החיבור של חיי הנישואין הוא השלמה בעצם האישיות ואין דבר בעולם שיכול למלא את עצם האישיות של האדם, אלא רק לתת לו עוד אפשרויות לחוות דברים דרך האישיות שיש לו אבל לא להשלים אותה

פגיעה באשה גדולה מגבר

בגמ' ביבמות (סב:) אוהבה כגופו ומכבדה יותר מגופו כתב רש"י – דזילותא דאשה קשה מדגברא

מבואר מרש"י דלכבד אשה הוא - לנהוג בזהירות שלא לפגוע בה, מכיון שפגיעה באשה גדולה משל גבר

למה אשה נפגעת יותר מגבר?

איזה כח יש אצל גבר שפחות נפגע מאשה?

עיקר אישיות של גבר הוא כח הערך, ואשה חסרה בו, ועיקר האישיות של האשה הוא כח הרגש שהבעל חסר בו

כשבעל פוגע באשה הוא בעצם גורם לה להרגיש לא שווה, כשאשה פוגעת בגבר היא גורמת לו להרגיש לא נעים, מעצבן, אך לא פגועת בעצם הקיום שלו, כיון שהרגשת הערך היא הרגשה שלו בלי קשר אליה רק שהיא יוצאת לפועל מול אשתו

הפגיעה באשה הוא גורם לה להרגיש שאין לה למה לחיות - היא לא שווה

וזהו שכתב הרמב"ם מכבדה יותר מגופו, - כלומר מעניק לה ערך יותר ממה שהוא מעריך את עצמו, כיון שהוא מחמת עצם האישיות שלו כגבר בוגר מרגיש את הערך שלו, אך האשה צריכה שהוא ימלא אותה דרך אותו כח ערך שיש בו

נתינה - רגש

אשה רוצה שבעלה יראה בה דמות נשית - כלומר שהיא דמות הרגש בשבילו ויהיה מופנה לקבל ממנה רגש

אוהבה כגופו - כלומר שיעמיד אותה במקום שהיא בעצם הדמות הרגשית שממנה הוא רוצה לקבל את הרגש ורואה בה את הדמות שיכולה לספק לו את נעימות החיים

ובזה יש סיפוק גדול לאשה להרגיש שהיא מנעימה לבעלה את החיים

ישנם הרבה מקרים של שלום בית שהחיסרון הוא לא בזה שהאשה לא מתפקדת כאשה אלא שהבעל לא מופנה אליה, לקבל ממנה את הרגש

ואז שני בני הזוג מתוסכלים הבעל מתוסכל כי הוא מרגיש חסר, הוא מחפש את הרגש מחוץ לבית בכל צורה [מעמד, קשר עם דמות חיצונית חמה ותומכת וכו' והוא לא מודע לזה שהוא מחפש משהו במקום לא נכון] ואז הוא פחות משקיע בבית

והאשה מתוסכלת – היא מריגשה שהיא לא מוסיפה לבעל כולם בחיים [גם אם היא עובדת ומפרנסת והוא מודה לה על כך היא ודאי מרגישה טוב מזה אבל עדין ההרגשה היא "למה הוא צריך אותי" את האישיות שלי בחיים שלו]

ההבדל בציווי התורה

אשה – מוסר ודרך ארץ, איש – אזהרות ועונשים

כתב רבינו בחיי על הפסוק כה תאמר לבית יעקב ותגד לבני ישראל

כה תאמר לבית יעקב. אלו הנשים, כה תאמר בלשון הקדש, כה תאמר בנחת. וצוה לדבר אל הנשים תחלה ללמדן מוסר ודרך ארץ, ועוד כדי להמשיך לבן אל התורה והמצוות ולומר להן ראשי פרקים מפני שאין דעתן מיושבת כאנשים, ועוד שהאשה הטובה היא סבה לתורה שהיא יכולה להמשיך את בנה לבית המדרש לפי שהיא מצוייה בבית, והיא מרחמת עליו בכמה מיני געגועין כדי להמשיך אותו אחר למוד התורה מנעוריו, (משלי כב, ו) "וגם כי יזקין לא יסור ממנה", ולכך ראויה האשה להתפלל לשם יתברך בשעת הדלקת הנר של שבת שהיא מצוה מוטלת עליה שיתן לה ה' בנים מאירים בתורה, כי התפלה יותר נשמעת בשעת עשיית המצוה, ובזכות נר שבת שהוא אור תזכה לבנים בעלי תורה הנקראת אור שנאמר: (שם ו, כג) "כי נר מצוה ותורה אור", וכן דרשו רז"ל: (שבת כג ב) האי מאן דרגיל בשרגי הויין ליה בנים תלמידי חכמים:

ותגיד לבני ישראל. צוה להודיעם אזהרות ועונשים וזהו לשון "ותגיד" דברים הקשים כגידין, ועל כן הוא מלא ביו"ד ובכל המקרא לא תמצא לשון הגדה אלא חסר כגון: (יהושע ז, יט) "והגד נא לי מה עשית", (ישעיה נח, א) "והגד לעמי פשעם", אבל זה שנכתב ביו"ד לכך דרשו בו דברים הקשים כגידין.

לנשים צויה ה' לומר מוסר ודרך ארץ ורשאי פרקים

א. מחמת שאין דעתן מיושבת כאנשים - כיון שעיקר האשה הוא כח הרגש, בינה החיבור הרגשי לתוכן הפנימי של הדבר לא ממקום של ניתוח שכלי אלא ממקום של חיבור רגשי ב. שהיא מופקדת על פיתוח הרגש של הילד "מרחמת עליו בכמה מיני געגועים" וזה המקום שפותח את הלב שלו להתחבר רגשית לתורה - "אשה טובה היא סיבה לתורה"

לאנשים צריך - להזהיר ולענוש - כיון שהכח החזק של האיש הוא כח השכל, וכח התאווה, [לא כח הרגש], ולכן מקום החיבור שלהם הוא.

א. אזהרה - שהוא הידע השכלי [בלא ההבנה הפנימית של הדבר אלא הידיעה בשכל שהדבר אסור

ב. העונש - עומד כנגד התאווה - להעמיד את העונש והיראה ממנו ואז אפשר לעבוד מול התאווה

אך מקום האשה הוא כח הרגש שהוא הלב ולדבר ללב הוא ע"י - מוסר ודרך ארץ

דברי הרב וולבה "כל זוג משלים כל השאר ענין של מידות"

ישנו משפט שאמר מרן המשגיח הרב וולבה זצוק"ל "כל זוג משלים כל השאר ענין של מידות"

והתבוננתי במשפט זה רבות מה הכוונה בזה "שכל זוג משלים", כמה זוגות התגרשו, במה הם השלימו אחד את השני כשחיינו חיי נישואין יחד

והנראה בזה השלמה של גבר ואשה הוא לא החיבור בין תכונות האופי, המידות, השאיפות. הרצונות, החיבור הוא עוד עמוק הוא חיבור בעצם האישיות, עצם זה שהוא גבר שהוא חצי אישיות, והיא אשה שזה חצי אישיות, זה עצמו ההשלמה כל העבודה היא לזהות כל אחד כמה הוא חסר בלי השני ולתת לשני את מה שחסר לו,

ופה ישנו מפריע של מידות אם זה גאווה שלא נותנת להכיר בזה שאני צריך את השני, חוסר הכרת הטוב וכו'

אבל בעצם החיבור בין בני זוג הוא לא החיבור בכל מכלול התכונות שלהם אלא חיבור של אישיות גבר על אישיות אשה

כלומר ב"בכח" כל בני זוג גבר ואשה בעצם משלמים לאישיות אחת שלמה גם הזוג שחי הכי רחוק אחד מהשני יש פה השלמה בכח של האישיות אבל כשאי אפשר בשום צורה לחוות אותה בפעול יש מקום לגט

עבודה של שנה ראשונה

העבודה של שנה ראשונה להרגיש כמה אי אפשר אחד בלי השני וכמה כל אחד ממלא את השני במקום שחסר לו וממקום זה מגיע ההשפעה על הצד השני

כתב החינוך מצוה תקפב וז"ל

שנצטוינו שישמח החתן עם אשתו שנה אחת, כלומר, שלא יסע חוץ לעיר לצאת למלחמה ולא לענינים אחרים לשבת זולתה ימים רבים, אלא ישב עמה שנה שלמה מיום הנישואין, ועל זה נאמר [דברים כ"ד, ה'], נקי יהיה לביתו שנה אחת ושמח את אשתו אשר לקח.

משרשי המצוה, כי האל ברוך הוא עלה במחשבה לפניו לבראות העולם, וחפצו שיתישב בבריות טובות הנולדות מזכר ונקבה שיזדווגו בהכשר, כי הזנות תועבה הוא לפניו, על כן גזר עלינו העם אשר בחר להיות נקרא על שמו שנשב עם האשה המיוחדת לנו להקים זרע שנה שלמה מעת שנשא אותה כדי להרגיל הטבע עמה ולהדביק הרצון אצלה ולהכניס ציורה וכל פעלה בלב, עד שיבא אצל הטבע כל מעשה אשה אחרת וכל עניניה דרך זרות, כי כל טבע ברוב יבקש ויאהב מה שרגיל בו, ומתוך כך ירחיק האדם דרכו מאשה זרה ויפנה אל האשה הראויה לו מחשבתו ויוכשרו הוולדים שתלד לו ויהיה העולם מעלה חן לפני

בוראו, וזהו שאמרו זכרונם לברכה [סוטה מ"ד ע"א] שאחד הנושא את הבתולה או האלמנה או יבמה חייב בזה, שכולן ראויין לכך לפי הטעם הנזכר, אבל לא המחזיר גרושתו. בדברי החינוך ישנם כמה יסודות גדולים מאוד בעומק הקשר בין בעל לאשה.

נתחיל בכמה שאלות

- א. לשון התורה במצוות עשה זו הוא "ושמח את אשתו" א"כ עיקר העבודה היא לגורם לה שמחה, ומהו שכתב החינוך להכניס ציורה בלב להדביק הרצון אצלה וכו' לא מוזכר במה לשמח אותה ?
- ב. ביאור הדברים מהו "להרגיל הטבע עימה" "להדביק הרצון אצלה" "להכניס ציורה וכל פועלה בלב – עד שיבוא אצל הטבע אשה אחרת וכל עניניה דרך זרות"
- ביאור הדברים הוא שעיקר הבית עומד על כח האחדות וההשלמה שכל אחד רואה שהשני הוא השלמה לעצם החיים שלו
- הדבר הראשון שצריך כדי להשלים אחד את השני, עוד לפני שאנו לומדים על הצרכים אחד של השני, וההבדל בין בעל לאשה, צריך לזהות מה אשה מעניקה לי ומה בעל מעניק לאשה
- וכדי להבין את זה השאלה הראשונה לפני כל התחלת הדרכת חתנים או כל קשר זוגי הוא מה חסר לי בלי אשתי ומה חסר לי בלי בעלי
- השאלה היא לא ממקום שכלי, אלא ממקום רגשי, מה אתה מרגיש עכשיו שחסר לך אשה ובמה אתה חושב שהיא יכולה להשלים אותך
- הרבה מאוד אנשים עברו הדרכה של שלב ב'
- איך מסתדרים ביחד מה ההבדל בין בעל לאשה, אבל לא זיהו בעצמם במה חסר לי אשה.
- רק אחרי שאדם מזהה בתוך עצמו מה חסר לו, הוא מזהה שהצד שהני יכול להשלים את אותו חוסר, ואז מתחיל קשר של אחדות שהולך ומתאחד במשך כל החיים,
- וזהו שכתב החינוך - עיקר העבודה בשנה ראשונה
- להרגיל הטבע איתה, להדביק הרצון אצלה - כלומר כשהבעל מזהה כמה אשה חסרה לו בחיים ואיפה היא חסרה לו, מתעורר בו רצון להתחבר אליה להשלים את עצמו על ידי הקשר עימה
- כח הרצון נוצר ע"י כח הציור, כשיש לאדם ציור בדבר נוצר בו רצון [כל עוד ואין ציור ברור אין כאן רצון אלא דחף מופשט שאין בו צורה ברורה]
- [יצר – ציור – רצון]

וכשיש לו רצון להתחבר אליה ולחבר אותה אליו מגע שלב ב'

להכניס ציורה וכל פועלה בלב – עד שיבוא אצל הטבע אשה אחרת וכל עניניה דרך זרות כשהבעל זיהה שחסר לו משהו בעצם החיים שלו "לא טוב לו להיות לבד" לאותו מקום בלב הוא מכניס את אשתו "ציורה וכל פועלה בלב" כלומר הוא מזהה את האישיות שלה

ואת המעשים שלה כמשלמים אותו, ואז הם נכנסים ללב שלו, לאותו מקום שהוא זיהה שחסר לו

ואז מגיע התוצאה

יבוא אצל הטבע - באופן טבעי בלי עבודה מיוחדת [היום זה נשמע חידוש עם כל כמות הספרים שקיימים, היועצים ובלי סוף קורסים מצטייר שאין דרך לנהל חיי נשואין טבעיים, בלי מחקרים ורעיונות על כל תזוזה בבית,.....].

אשה אחרת וכל עניניה דרך זרות - כל אשה אחרת לא מעוררת אותו לקשר, [וכמו שנבאר במערכת חיי האישות - אין תאווה כלל כשאין חיפוש רגשי ואכ"מ] כיון שהוא זיהה בדיוק מה חסר לו בלי אשה ולאותו מקום חוסר הוא הכניס את אשתו "הרגיל את הטבע עמה" "והדביק הרצון אצלה"

הרצון שלו הוא קשר מוחלט עם אשתו - היא המשלימה שלו בחיים

עכשיו נחזור לשאלה הראשונה, למה כל העובדה הזו נקראת ושמח את אשתו ?

מה ההבדל אם גבר מעניק לאשתו ממקום של חסד ומידות טובות לבין אם מעניק לה ממקום שהיא משלימה את החיים שלו, היא חלק מעצם החיים שלו

כשבעל עסוק לתת לאשתו לפרגן לה, אז הבעל בא ממקום שיש פה אשה שצריכה צומי וזקוקה לכל מילה שלי אני בעצם ממלא אותה, הוא לא מרגיש כמה היא ממלא אותו הוא לא מריגש כמה אותה ניתניה עצמה ממלא אותו ואז הוא הולך מתייבש ומתעייף

אבל איך ההרגשה של אשה לקבל פרגון ממקום כזה - כמו עני שמקבל צדקה

ושמח את אשתו הוא להבין כמה בלעדיה החיים שלי יבשים חסרי טעם, היא ממלא אותי בחוויית חיים ובשמחה

היא מאפשרת לי להוציא את עצמי לפעול

איזה אושר זה לאשה לשמוע את המילים האלה - כשהם האמת

ואיזה שמחה יש לבעל להרגיש כמה אשתו משלימה אותו ושמחה לתת לו ולהשלים אותו

כשיש בעיות בשלום בית, יכולים להיות כמה סיבות

א. הבנת ההבדלים בן גבר לאשה

ב. הבדלי הבית שכל אחד בא ממנו וכל שאר צורות הנהגת החיים

ג. צפיה לא נכונה מבן הזוג למלאות צורך שהוא לא צריך אמור למלאות [בדרך כלל כשילד בא מבית שאין לו ציור ברור בו מה בעל מחפש באשה או יותר מזה כשהאבא חיפש באמא צורך שהיא לא צריכה למלאות לו, (כגון- להיות אמא שלו- כלומר המקום של אשה הוא שותפות רגשית עם בעלה ולא לקיחת אחריות על עצם החיים שלו כאמא)]

ד. כשיש חסך רגשי לאחד מבני הזוג והוא לא יכול לתפקד ולמלאות את תפקידו

אך לפני שאנו בודקים מה מפריע לשלום בית, צריך לראות אם היה פה שלום בית = האם הייתה חווית חיים משותפת

[וכך שמעתי מאדם שעוסק הרבה מאוד בהדרכת זוגות, שהיום 60 אחוז מהזוגות חיים ממש חיים טכניים, ולא מוצאים אחד בשני השלמה לעולם הרגשי שלהם, זה כל כך כואב כי יש לכל אחד אוצר בבית שלו והוא הולך לחפש אותו מתחת לגשר...

הרי יש לבעל את אשתו ויש לאשה את בעל, אם כל אחד יראה בתוך עצמו מה חסר לו בחיים וכמה הצד השני משלים אותו ואז ההרגשה הנפלאה של לא טוב היות האדם לבדו תיכנס לתוך ליבם וממש יעשו גוף אחד]

אם אחרי ההפנמה של הציור הברור מה בעל מחפש באשה ומה אשה בבעל עדין משהו נתקע כנראה שישנם חסכים רגשיים [חוסר בדמות הורים אם בעוצמת הערך שנבנית ע"י אבא או בהרגשת נעימות החיים שנבנית ע"י אמא ויש הרבה מה להאריך בנושא זה] "פסיכולוגיה התפתחותית" אך זה לא המקום] – ובעצם הבעל מחפש אבא או אמא שהם דמיות שנמצאים מעל הילד ומעניקים לו ללא שהוא צריך לעשות כולם ואת זה הוא חושב לקבל מאשתו,

ובזה נצרכת עזרה מקצועית להשלים את מה שחסר בנפש, ואז ממילא הבעל יהיה מופנה לקבל מאשתו את מה שהיא נותנת

מערכת הקשר בדיבור והקשבה

הנה עיקר הקשר הזוגי ובעיקר בימי האיסור הוא בשיחה שמורכבת מב' חלקים א. דיבור
ב. הקשבה

הקשבה

מהי הקשבה נכונה?

יש הקשבה שהמטרה בה היא – קבלת מידע, לשמוע את המלל של השני, ולקבל בצורה
שכלית את מה שהוא אומר

זה סוג הקשבה שמיועד לכל קשר שהמטרה בו היא – קבלת מידע

הקשבה כזו בחיי נישואין [בקשר שאינו טכני בין בני הזוג] אינה מועילה כלל, עולם
המושגים של בני הזוג הרי שונה בעצם זה שהם גבר ואשה, עוד לפני צורת החיים השונה
שהם עברו, והנושאים שמעניינים אותם.

הקשבה בחיי נישואים היא הקשבה רגשית

כשבן זוג מדבר אני לא שומע את המלל שלו את הידע על המאורע שקרה וכוד'

אלא אני פותח את הלב לקבל את הרגשות של האדם שמדבר, והציור שיש לו בלב
[שיוצאים לפעול ומוגדרים במילים שלו]

איך הוא הרגיש באותה סיטואציה שעליה הוא מספר, ובאותה הרגשה שהוא מרגיש כרגע
- אני שותף

זה בדיוק מקום החיבור בין בני זוג, כשהבעל מקשיב למאורע שאשתו מספרת [בפירוט
רב מאוד...] ומה שמעניין אותו - מה היא מרגישה = נוצרת בלב של האשה הרגשה -
מישהו חזק ועוצמתי חי איתי, ברגשות שלי, בחיים שלי -

וככל שיש לבני הזוג את המקום הזה, שכל אחד שומע את השני מה הוא מרגיש כך הולך
הקשר ונבנה ומתאחד

דיבור

בעל לדבר בנחת - לא עצוב ולא כועס

ויהיה דיבור עמה בנחת ולא יהיה עצב ולא רגז

יש כאן חיוב על הבעל לדבר בנחת

וכן לא להיות במצב של כעס ולא עצבות

למה אצל בעל יש הוראה לדבר בנחת ולא אצל אשה ?

כיון שאצל אשה הבעל הוא הערך שלה, וכשהוא מדבר אליה לא בנחת התחושה שלה
היא "איום", כי הבעל הוא הגב שלה הוא הערך שלה

כשהאשה מדברת עם הבעל בצורה של לחץ וכעס, זה הרגשה מאוד לא נעימה ואפי' מרגיזה, אבל הוא לא מרגיש מאויים, הוא מרגיש שמושהו בהנאה שלו נפגם

אבל לא הקיום שלו

מה יש בכעס ועצבות יותר מכל התחושות האחרות ?

כמו שביארנו - מקום האשה היא להפוך לבעל את החיים לחיים נעימים להפוך מאורע - לחוויה, והבעל ממלא אותה בתחושת ערך ושווי

כשבעל כועס - האשה מרגישה שהיא לא שווה - הערך שלה מאויים

כשהבעל עצוב - היא מרגישה שאין בה שום תועלת - המטרה שלה היא להנעים לו את החיים, שהחיים יהיו מלאים בחיות וכשהיא רואה שהיא לא מצליחה בזה ההרגשה היא למה לי חיים

שתי תחושות אלו עומדות ממש מול הנתונה שלה [רגש], ומול הצורך שלה [ערך]

בכל תחושה אחרת שתהיה לבעל אין פה פגיעה ישירה בה, בכעס ועצבות זה פגיעה ישירה בה

אז מה עושים כשיש כעס? האם אין דרך לבטאות אותו בצורה טובה ונכונה שאפי' תקשר בין הבעל והאשה

תשובה: יש דרך שהבעל יוכל לחיות לגמרי עם כל התחושות שלו ולא רק שזה לא יהרום את הקשר בניהם זה יחבר בניהם

אפי' יותר מזה זו ההזדמנות לייצר קשר נוסף

מה היא העבודה?

נראה בעזרת ה' אחרי שנלמד מה בעל מחפש בהקשבה ומה אשה מחפשת בו

מה בעל מחפש בשיתוף האשה ?

הפנמנו שהבעל הוא דמות הערך והאשה היא דמות הרגש

מה שחסר לבעל זה רגש ומה שחסר לאשה זה רגש

דיבור ותקשורת היא הכלי המרכזי לייצר קשר [תקשורת יוצרת התקשרות = חיבור], שבו כל אחד ישלים את בן זוגו

בעל מחפש לשתף את אשתו במה שהוא חסר בו - בחוויות החיים שלו, עצם זה שיש לו מקום לחזור אליו ולספר מה היה איתו היום ואיך הוא מרגיש יש לו הרגשה נעימה וטובה, בית חם

ההרגשה של הבעל אחרי שהוא שיתף את אשתו בחיים שלו - מחובר יותר לעצמו ולרגשות שלו

הצפייה של בעל: הקשבה מלאה רגש ואכפתיות, פחות הקשבה של הערכה יותר
הקשבה של אכפתיות הבנה של הצרכים שלו דאגה לו ולצרכיו

מה אשה מחפשת בהקשבה של בעל ?

אשה מחפשת הקשבה ממקום של חוזק ועוצמה, בעל דמות הערך, מקשיב לה, זה נותן
תוקף למעשים שלה ולאישיות שלה

אשה יכולה לספר לחברה את כל מה שעבר עליה היום ובכל זאת היא עדין רוצה לשתף
את בעלה

אצל חברה שלה היא פרקה והרגישה משוחרת, אבל אין לה תחושת העוצמה והחוזק -
את זה היא רוצה לקבל אצל בעלה

כשהיא מספרת לבעל על המעשים שלה, ההצלחות שלה, היא חווה בהם את הרגשת
השווי והערך שאין לה אפשרות לחוות מצד עצמה

ובכשהיא מספרת על הכישלונות [שאותם היא חווה עם כל העוצמה] - היא חווה את
העוצמה של הערך של בעלה שנותן לה גב חזק ועוצמתי בתוך המציאות הכואבת הזו

זה בעצם יסוד הפירגון והמחמאות שכל כך חשוב לאשה לקבל - לקבוע שכל דבר שלה
שווה ובעל משמעות [שונה לגמרי ממחמאה לילד או לתלמיד שהוא זקוק למילוי הערך
ולא לשותפות של דמות ערכית]

[מקום ההורים מול הילדים, אבא - נתינת ערך. אמא - נתינת רגש]

הנה דברינו שעיקר אישיות הגבר היא הערך, ועיקר אישיות האשה היא הרגש, ובכך הם
ממלאים אחד לשני את המקומות הרגשיים שחסרים, אך צריך א. להכיר בצורך הרגשי
שחסר לכל אחד בלי השני ב. לזהות את השני כמספק הצורך

והנה מול הילדים האבא והאמא בעצם משתמשים בדיוק באותו כח שעליו דיברנו רק
ממקום אחר

הגבר הוא כח הערך, האשה היא כח הרגש, אבא מול הילד ממלא את האישיות שלו
בערך, שווי, והרגשת ביטחון בחיים, אמנם מול אשתו הוא לא ממלא את האישיות שלה
אלא משלים את האישיות שלה, אשה היא לא ילדה של בעלה, אלא היא ממקום רגשי
צריכה שהוא ישלים אותה, אבל ילד צריך שההורים ימלאו אותו.

וכן האמא מול הילדים, ממלא אותם ברגשי אהבה והכלה שנשארים איתם לכל החיים,
אך את בעלה היא לא בונה וממלא אותו, אלא מצטרפת לחיים שלו

וכשהבית לא בנוי כך אלא שחסר בצורת הנתינה, או שהנתינה הפוכה [אבא אהבה אמא ערך] מזה נוצרים הרבה בעיות הרגשיות שנמצאים בזמנינו ואכמ"ל

נחזור לשאלה הראשונה איך מדברים על התחושות הכי קשות בצורה שלא תעורר אשמה, כעס, לחץ בצד השני?

אלא הפוך, אכפיות, אהבה, רצון שיהיה טוב

דיבור על המאורע או דיבור על ההרגשה

צורת הדיבור בבית - מה אני מרגיש [רגש] ולא מה קרה [דיבור על המאורע]
לדוגמא - כשאשה פגעה בבעלה, הדחף הוא לומר "אני לא מוכן, ככה לא מדברים אלי. מה זה לא מכבדים אותי, למה עשית ככה" וכו'

או לחיות מה הרגשתי ולשתף אותה

אני מרגיש ממש רע כרגע [אפשר לוותר לגמרי על המאורע] כואב לי מאוד ממה שהיה בבוקר וכו'

מה ההבדל אם אני מדבר על מאורע או על הרגשה

ההבדל המהותי הוא בתפקיד מי אני וממילא בתפקיד מי אשתי

דיבור על מאורע

תפקיד הנפגע: שופט ודיין - מי צודק

צורת הדיבור: אחד תובע ואחד נתבע

התוצאה: התובע מעמיד את תביעתו והנתבע מגן על הזכויות שלו או מודה ונפגע

דיבור על הרגשה

תפקיד הנפגע: לשתף את השני ברגשותיו

צורת הדיבור: אחד משתף והשני מכיל

תוצאה: המשתף מביע את רגשותיו והשני ממילא מביע רגשי אכפתיות

[הוא לא עסוק בלהגן על עצמו ולהדוף את האשמה והפגיעה]

עמוק הענין דיבור מה"אני" או דיבור מ"דחף"

והנה בעומק ההבדל בין לדבר על מאורע או לדבר על חוויה והרגשה, הוא הבדל מהותי, ולא רק בצורה לייצר שיח נכון

דיבור ממקום של מאורע הוא דיבור של דחף, הוא דיבור על המקרה עצמו עם הפרטים שלו ללא שותפות של החוויה והרגשת האדם עצמו,

כשאדם מתאר פרטי מקרה גם אם הוא צועק תוך כדי ומדבר בצורה עוצמתית מלאת רגש הוא מדבר "עם רגש" אבל לא מדבר "מתוך רגש", לתיאור המקרה מתלוות תחושות

אדם שמדבר על מה אני הרגשתי, על הגש עצמו מתדבר מתוך עצמו על עצמו, על חווית החיים שלו, זה אדם שמחובר לעצמו וכל מה המאורעות בעולם הם רק היכי תמצוי לייצר בתוך עצמו עוד ועוד חוויות חיים שמעשירות את חייו הפנימיים

העולם שלו פעול בתוך עצמו ללא שום קשר למאורע חיצוני, - החיים שלו מלאים חיות והנאה בלי קשר כלל לכל העולם החיצוני, כי הקיום שלו ושל הרגשות שלו לא תלויים כלל בעולם

אמנם אדם שחי בעולם של דחפים, המציאות שלו היא המאורעות, החיים שלו תלויים לגמרי רק בגורמים חיצוניים שמפעלים את הדחפים

העולם שלו תלוי לגמרי במאורע חיצוני שיפעיל את הדחפים שלו, בלי גורם חיצוני שמפעיל אותו, החיים שלו הם שיעמום ריקנות וחוסר חיות

צמצום ה"אני" מול ההרחבה שלו

כשמדברים על מאורע ה"אני" שלנו לא מקבל מקום ומצטמצם,

האני שלנו הוא הרצונות והחוויות שלנו, המאורעות שאנו עוברים יוצרים חוויות בתוכנו אם אנחנו מדברים על עצם המאורע על הפרטים שהיו בו ועל התגובות של אנשים בו, בעצם אנו שוחכים מעצמנו, מהרגש שלנו, והחיים הם יבשים

אם בכל מאורע אנו מחוברים למה אני מריגש באותו מאורע, לחוויה שבו, אנו מחוברים לעצמנו

ואז כל מאורע שלנו בחיים מרחיב את האני שלנו, וכל חוויה נוספת מעשירה אותנו

מקום החיבור בין בני הזוג הוא - באני

אני ואני שהופכים להיות - אנחנו

דיבור על מאורע אינו יוצר שיתוף בעצם האני שבין בני הזוג, אלא רק קשר שכני של בני אנשים שיש בניהם אכפתיות

אמנם דיבור על רגשות הוא דיבור מהאני שמתחבר לאני השני ואז נוצרת חווית חיים משותפת שמשלימה בעצם הנפש של כל אחד מבני הזוג את מה שחסר לו ללא חיי נישואין

וכך מערכת זו הולכת ומתפתחת לאורך כל החיים

ברור שבמערכת הקשר יש מקום להרפות ולהעביר חווית סתם ככה, ולדבר על דא והא
בדיבור סתמי זה נותן לנו הרגשה שאנחנו חיים אחד עם השני, אבל אין כמו לחוות אחד
את השני חוץ מלחיות אחד עם השני

לסיכום

תקשורת נכונה בין בעל ואשה

הבסיס לתקשורת נכונה שיוצרת התקשרות - היא תקשורת על רגשות

איך מדברים על רגשות ?

לדבר על מה אני מרגיש - ולא מה עשית לי

הבעל מחפש תקשורת של שיתוף הדמות הרגשית בחויית החיים שלו

וכן שהיא תשתף אותו בצרכים של החיים שלה - הוא ירגיש איך הוא מעניק לה חוזק
ועוצמה לחיים שלה

האשה - מחפשת לשתף דמות חזקה בחוויית החיים שלה - זה נותן לה תחושת ערך
ושווי למה שהיא עשתה היום

רוצה שבעלה יראה בה דמות שמניעה לו את החיים בזה שהוא משתף אותה בחוויית
החיים שלו