

גליון מס' 14 מנכ"ל: טוען רבני מאיר. ש. עשור 052-220774, רכז ועדה רוחנית: הרב חנוך חן גלזמן שליט"א
עורך: ד"ר עמי שקד, מפיקה: ריקי בן זיו

כתובת המערכת: "איגוד ינר" - הקדש עולם שע"י ביה"ד להקדשות י-ם ת.ד. 16130 ירושלים מיקוד 91161
טל: 02-6422432 פקס: 02-6412970

Email: igud@ynr.org.il www.ynr.org.il

שרותי גריפיקה והדפסה: דפוס עמירם מרכז שטנר 2 גבעת שאול ירושלים טלפון: 02-6525850

בנין הבית

מאת: הרה"ג ראובן אלבז שליט"א
ראש מוסדות "אור החיים"
ורב שכונת בית ישראל י-ם ת"ו

בשתית יין על מנת לא לאבד שליטה במעשים
ובהנהגות).

אחרים סבורים כי בעוד שמאכלים אחרים מתקלקלים
עם חלוף הזמן, היין טעמו משתבח וערכו עולה ככול
שהוא מתיישן ומאריך ימים.

מכאן נחזור ונשאל, מדוע המשילה הגמרא נשואי ת"ח
לענבי הגפן בענבי הגפן? ויש לומר כי בעוד שאצל אחרים,
ככול שיחלוף הזמן, קשר הנישואין מתרופף והולך,
הרי שאצל- תלמידי חכמים הנשואים לבנות ת"ח קשר
הנישואין הולך ומשתפר.

הקשר הרגשי בין השניים הולך ומעמיק ואיתו מתעצבת
ומתייצבת ברית הנישואין כמו היין שכל שהוא מתיישן
צבעו וטעמו מתייצבים ומשתפרים.

תכליתה העיקרית של ברית הנישואין הוא ליצור שלמות
האדם, להשלים דברים חסרים שנמצאו אצל האיש,
וכאלה שימצאו אצל האשה, והאחד משלים את השני
ליצירת השלם, האדם. זהו שנאמר "זכר ונקבה בראם
ויברך אותם ויקרא את שמם אדם" (בראשית ה' ב').

כששני בני הזוג חוברים יחדיו בתחושה אמיתית ועמוקה
של ביחדיות ואחדות, הרי אז יוצרת ברית הנישואין
אדם שלם. לא בכדי, אחת משבע ברכות הנישואין היא
ברכת "יוצר האדם", כוונתה על אותה ישות חדשה
הנוצרת בזמן שהאיש מקדש את האשה בברית
הנישואין. עבודת הנישואין אליה שני בני הזוג נרתמים
תפקידה להשיג את השלמות (מלשון שלם ולא דוקא
מלשון מושלם).

המטרה היא השגת השלום והאמצעים המשמשים
להשגת מטרה זו הם רבים: חברות, אמפטיה, הבנה
הדדית, תמיכה, ויתור ועוד. המטרה העיקרית בחיי
הנישואין היא שהבעל משלים את אשתו, וההיפך, ואז
האהבה בין השניים תלך ותשתפר, וכל שנה שעוברת
עליהם הולכת ומעמיקה גם האחוה והרעות שביניהם.
בענין זה אומר הזוהר הקדוש: בני זוג הינם נשמה
אחת, ברדתם לעולם הם נפרדו בזמן ובמקום, אולם
בהגיע הרגע המיועד התחברו יחד מתחת לחופה, שכל
גלוי שמחתה הם שמחת החזרת חלקי הנבראים
לאחדותם.

הגמרא ממשילה נישואי תלמיד חכם עם בת של תלמיד
חכם כדימוי של ענבי הגפן בענבי הגפן.

וכך אומרת הגמרא במסכת פסחים מ"ט ע"א: "לעולם
ימכור אדם כל מה שיש לו וישא בת תלמיד חכם, וישא
בתו לתלמיד חכם, משל לענבי הגפן בענבי הגפן, דבר
נאה ומתקבל".

יש הסוברים שהמילה "מתקבל" כוונתה שהזיווג של
ת"ח עם אשה הראויה לו גורם לנחת ומתקבל כדבר
נאה ומיוחד בעיני אחרים, שהבריות רואים הזיווג
ונראה בעיניהם מוצלח. הרשב"א מעמיק יותר וקובע
שהמושג "מתקבל" בענין זה הוא שהדבר (הזיווג
המיוחד הזה) נקלט ויש לו ע"י כך תוצאות טובות
במציאות, דהיינו, שהנישואין בין בני זוג המשולים
לענבי הגפן בענבי הגפן נקלטים היטב וקיימת ערובה
לאריכותם ויציבותם כבנין עדי עד.

בהמשך אומרת הגמרא "ולא ישא בת עם הארץ, משל
לענבי הגפן בענבי הסנה, דבר כעורר".

הסנה הינו שיח קטן הגדל בר ופרותיו קטנים וחסרי
עסיסיות, לעומת ענבי הגפן העסיסיים והמתוקים.
במקום אחר מביאה הגמרא (ברכות נ" ע"א) תוספתא
לפיה "ממשיכין יין בצניורות לפני חתן ולפני כלה"
משום סימן טוב (רש"י). כלומר, מתירה הגמרא למשוך
יין בצניורות על מנת לסמן ולסמל ברכת הצלחה לזוג
הנישא, ואין לראות בכך משום בזיון אוכלין. עוד נזכר
כי גם נעים זמירות ישראל ברצותו להמחיש את מקומה
החשוב של האשה במשכן הבית והמשפחה ממשיל
אותה "כגפן פוריה בירכתי ביתך" (תהילים פרק קכח
פסוק ג').

כמו"כ, גם ברכות הנישואין נעשות על היין. ונשאלת
השאלה, מהי הסמליות המיוחדת שיש ליין ומנין מקומו
המיוחד?

יש שרצו לומר כי כל דבר מאכל שהוא שמרגיל באכילתו
סופו שאדם קץ בו ומאבד מחשיבותו.

לא בכדי נאמר "דבש מצאת אכל דרך פן תשבענו
והקאתנו" (משלי פרק כ"ה פסוק ט"ז) מה שאין כן היין,
שהרי ככול ששותים ממנו נעשים שמחים יותר, בבחינת
"יין ישמח לבב אנוש" (למרות שאנו מצוים על זהירות

מה לומר? ...

ובכל מעשיו- אמורה להמצא בכיסו. ומאיך הוא גם פחות תולה תקוות כי דבריו ישפיעו על האווירה, שכן הוא מעריך, שבשל הקשר ההדוק שנוצר והחשיפה הרבה בעקבותיו, כבר מכירים אותו על מעלותיו וחולשותיו, והוא "כבר לא יכול לעשות הצגות".

אך צריך לומר שאין זה כך. הצורך בזהירות בכל מה שאנחנו מוציאים מפינו ובשיקול דעת נכון לפנינו, נדרש גם בתוך המשפחה, ולא רק בשלב הראשון של הקמתה. הדימוי בבית ממשך להיות חשוב, גם כאשר המשפחה כבר נכנסת למסלולה הרגיל, כבר נולדו ילדים. אולי להפך, בתוך הבית הדימוי חשוב אף יותר מבחוץ. בהקשר זה צריך להזכיר את אחד הדברים החשובים שהורו לנו חז"ל, באבות דרבי נתן, פרק ו': "בזמן שבא אדם לבית המדרש ולא היו נוהגים בו שם כבוד, או שעירער (התקוטט) עם חברו, אל ילך ויאמר לאשתו כך וכך ערערת עמי חברי. כך וכך אמר לי, כך וכך אמרת לי. מפני שבזוה את עצמו, ואשתו שהיתה נוהגת בו כבוד, עומדת ומשחקת עליו". כלומר הבריתא מציעה לנו שאדם לא יספר מה הדברים הרעים שחבריו אמרו עליו, שמא בן-זוגו יאמר לעצמו: אם אומרים עליו דברים אלה אולי הם אכן נכונים.

כך גם מסביר רבינו עובדיה מברטנורא (אבות פרק א' משנה ה'): "מתוך שהוא מספר לה שחברו גינהו וביישוהו, אף היא מבזה אותו בליבה". דהיינו תדמיתו של הבעל עשויה לרדת בעיני אשתו, והדבר אינו מוסיף לבנין המשפחה. חכמינו מלמדים אותנו בדברים אלה, כי גם בתוך המשפחה אנחנו מזהים באופן ברור, שבני זוג, דווקא במצב ידידותי, כאשר הם חשים ובצדק- שהקשר במשפחה מעולה, עשויים להשמיע זה באוזני זה, את השטויות והטיפשויות הגדולות ביותר, שהם יכולים להפיק מעצמם. והכל מתוך כוונה טובה כביכול של "להידוק הקשר".

לעיתים דיווח כזה על תקרית שעברה על הבעל והאשה מחוץ לכותלי הבית, במסגרתה אמרו דברים מסויימים וספגו עלבונות, עשוי לגלוש לאמירות שיש בהם פגיעה אישית, על אף שהדברים נאמרים ברוח טובה וידידותית, כשהם חפים מכוונה לפגוע. זאת כאשר למשל האשה ששומעת את הדיווח של בעלה, על האירוע הקשה והמביך שעבר עליו בחוץ, במקום לתמוך בו היא נזפת בו, על שטויות שהוא עושה, הוא נעלב וחס כי אשתו כאילו מצטרפת למי שביזו אותו, ומגיב בחריפות, ומכאן עשויה להתפתח תקרית, שנגרמת בשל דיווח לא הכרחי של הבעל. כאשר אם הוא היה שוקל זאת לפני הדיווח, היה מבין שהסיפור לא תורם דבר להרמוניה הביתית, והוא לחלוטין אינו נכלל בהתחייבות ההדדית של "ולא יעלימו זה מזה". התחייבות שמתייחסת לדברים רלוונטיים לבית ולקשרים בו, ולא לארועים לא משמחים שעוברים על כל אחד מאתנו בשלב זה או אחר.

מתוך אותה קירבה ותחושת שותפות יציבה עשוי כל אחד מהם לספר על התנהגות חריגה שלו בתקופת ילדותו, על שאיפות מעוותות ומוזרות שהיו לו פעם, או על דברים מעט ביקורתיים שההורים השמיעו ביחס אליו בילדות (המשך בעמוד 3)

במרכזו של "שטר התנאים", שידוע יותר כ"אירוסין" נמצאים המילים "ולא יעלימו זה מזה". לעומת זאת כל אחד מבני הזוג נמצא בתקופה שבה הוא מנסה להציג את הפנים החיוביות ומשתדל להשיג תדמית חיובית גם על ידי העלמה של היבטים שליליים באישיותו. צריך לומר כי הרצון להעלים דברים שליליים אמנם בולט מאד בתקופת הקמת המשפחה החדשה. אך היא אינה מוגבלת אך ורק לתקופה זו, אלא מצויה בחיי היומיום של כל אחד מאתנו. כאשר אנחנו פוגשים אדם שאיננו מכיר אותנו, ופותחים עימו בשיחה, אנחנו מאד נחמדים אליו, מאד חניניים, שופעים ידידות, ומשתדלים להפיק מתוך עצמנו מכסימום של חיובים רחבים ומסבירי פנים, נעימות מופגנת, עם הרבה מאד הכרת תודה על כל סיוע פעוט שמושגים לנו.

הסיבה להתנהלות זו, היא בעיקר מהעובדה שבאישיותו של האדם מוטבעת תכונה של צורך בתדמית חיובית. עניין זה הוא חיובי, שכן הוא מהווה גורם מלכד חברתית, וממריץ את האדם להתנהל בדרך שתהפוך אותו ליותר מקובל בחברה ובמשפחה.

ביטוי לכך ניתן למצוא בדברי הרמב"ם. (פירוש המשניות לפרק 'חלק' מסכת סנהדרין): "כי אתה מוצא רוב בני האדם, מיגיעים נפשתיים וגופותיהם בעמל ויגיעה שאין למעלה ממנה, כדי שיגיע לו מעלה וכבוד, ושינשאוהו בני אדם". כלומר, התמריץ החברתי הוא זה שמביא את האדם לעשות מעשים טובים וללכת בדרכים ישרות. כיון שחלק משמעותי ממה שאדם משקיע בחייו, בעבודתו ובמאמציו בחייו הפרטיים, כמו העמל לפרנסתו, בנין ביתו ועוד דברים מרכזיים בחייו, נובע- מבלי שהוא מבחין בכך במודע- מהרצון להיות מכובד בחברה, ואחוד על סביבותיו. הרמב"ם מדבר גם על "הסור מרע", מניעת השלילה, ועל כך הוא אומר, כי הרבה מבני האדם נעצרים מלבצע את דחפיהם החזקים ביותר, מיראתם שמא "ישגו מזה חרפה ובושת מבני אדם, או שמבקש שיהיה לו שם טוב". מדברי הרמב"ם אנחנו למדים כי לצורך בתדמית יש יתרון, הוא גורם שאדם חושב פעמיים מה לומר לזולת, לכן בני משפחה בתחילת נישואיהם מאד מחושבים, כאשר הם מבקשים להשמיע את מה שעולה על ליבם, וגם בדיווחים ההדדיים על מה שעבר עליהם, ומשקיעים מחשבה כדי לשוות לדבריהם אופי חיובי ובונה ולא שלילי והרסני. אבל ככל שהם מכירים זה את זה יותר, ונעשים קרובים זה לזה, הם שוקלים פחות את דבריהם, והמגנון האוטומטי שהזהיר אותם מלומר דברים שאינם מועילים לתדמית האישית מתרופף והולך. ואז הם עלולים לומר דברים שמן הנכון היה שלא יעלה על דל השפתיים. וככל שהם מרגישים קרובים יותר הם עשויים לומר את הדברים הגרועים ביותר. ההתרופפות באה, משום שבשלב ההיכרות היותר קרובה והתחושה של מובן מאליו, הרצון לתדמית חיובית, מאבד את כחו. משום שכל אחד מבני הזוג בטוח במחוייבות של "השותף" כלפיו, וסבור כי התמיכה בו

מה לומר? ... המשך ...

לחלחל. בן הזוג עשוי להשתכנע כי אלה אכן פני הדברים, ומה שאומרים על בן זוגו לפי הדיווח שלו עצמו- אכן קולע למטרה ומגדיר אותו נכון. בעקבות זאת הוא עשוי להפנים את נחיתות שותפו לנישואין, ואף לפתח כלפיו יחס של זלזול. הליך שאינו דרוש כלל ועיקר, כי ניתן בנקל להמנע ממנו, ואין בהימנעות מהדיווח משום "העלמה" שסותרת את המחויבות המשפחתית.

היבט אחר של דיבורים מיותרים, הוא אמירות קשות שאחד מבני המשפחה משמיע באוזני השני, כמובן בעידנא דריתחא. כאשר האשה שלמשל שמעה את בעלה מטיח בה הערכות לא מחמיאות לא מבינה, וגם נותנת ביטוי לתמיהתה בשאלה המתבקשת: הרי אתמול אמרת את ההפך הגמור, שאתה מאוד מחבב אותי, ואז משיב לה הבעל, שכולו נתון בתוך הרתיחה: מה שאני אומר עכשיו זו האמת, ומה שאמרת אתמול נאמר כיון שמדריך הנישואין אמר לי לדבר בצורה כזאת.

כמובן שאצל משפחה כזאת יקח לבעל שנים רבות, עד שאשתו תאמין לדברים היותר חיוביים שיצאו מפיו.

הרחוקה והם שמורים איתו עד היום. הדחף לומר דברים אלה נובע מתחושת צורך עמוקה להשתחרר ממה שמעיק על לבו, ולחלוק אותו עם אחרים, צורך שבלט יותר אצל נשים מאשר אצל גברים. לכן לפני שמשמיעים דברים מסוג זה, צריך לשקול את האפשרות שהדברים שיאמר יחלישו את התדמית שלו בעיני בן-זוגו, או שהמועקה כל כך גדולה שהרווח של שחרור המועקות יעלה על ההפסד של הפחתת התדמית החיובית.

לעיתים מה שמביא בן-זוג לומר דברים שאין נכון לאומרם, הוא הצורך שלו בתמיכה משפחתית, זאת הוא מנסה להשיג באמצעות השמעתו שלמטרה. תוך אמירה על עצמו, כי אינו נשען, ביטוי שהוא חוזר עליו שוב ושוב, כדי "לסחוט" אמירות הפוכות, וביטויים עזים של תמיכה מוחלטת, והתייצבות מאחוריו, שדרושה לו רגשית אחרי החוויה שעבר. לעיתים גם בן הזוג המדבר יורד לפרטי פרטים של הנושא שבו נכשל כשלון חרוץ. אם משפטים אלה יאמרו בחברה, הם עשויים להשמע לעיתים כענווה וכ"כנות". אבל במסגרת המשפחתית, שהיא מסגרת רגישה, הרי כאשר הדברים חוזרים על עצמם, הם עשויים

שלווה בארמונתך

מאמר המבוסס על מאמרו של הרה"ג ר' חיים פנחס שיינברג שליט"א
ראש ישיבת "תורה אור" מתוך החוברת "שלווה בארמונתך".

הגיע להם יחס של סלחנות וחסדים. בכול זאת שונים היו הדברים אצל הקב"ה. וזהו מה שהתורה מגלה לנו שהוא בבחינת חסד אמיתי. שהרי גילוי חסד כלפי אדה"ר בטרם חטא לא היה בזה משום רבותא, שהרי השכל הישר מורה לנו שלאדה"ר מגיע שיתיחס אליו הקב"ה בחסד.

ואין בחסד זה שום מיוחדות הראויה לציון, שהרי מקבל החסד, אדה"ר, היה ראוי לכך, שהרי היה שיא השלמות והקירבה לקב"ה. דוקא החסד שקבל לאחר שחטא הוא הראוי לציון ולהבלטה. זהו החסד האמיתי עליו מצביעה התורה כמאמר הגמרא שהתורה תחילתה בחסד. וגם האדה"ר אף הוא הכיר בגדולתה של חוה, דוקא אחרי החטא, וקרא לה בשם חווה אם- כל- חי ובכך הראה את מידת החסד של הענקת סליחה ומחילה לזה שחטא. מהנהגת החסד שהראה הקב"ה לאדה"ר דוקא אחרי החטא יכולים אנו ללמוד וליישם גם בקשר בין בעל לאשתו בחיי הנישואין. התורה מצווה אותנו לגלות חסד לא רק כאשר קל, פשוט והגייוני לעשותו. אין זה מיוחד שבעל יגלה מידת החסד כלפי אשתו כאשר הם חיים בשלווה ובהערך מתח וכעסים. המיוחד הוא להפעיל את מידת החסד גם ובעיקר כאשר הדבר הוא באי התאמה עם השכל וההגיון.

אדם מצווה לעשות מעשי חסד עם אשתו דוקא ובעיקר בעיתות של מתח, משבר ואכזבות. בכגון זה כאשר אדם עובר על מידותיו ועושה מעשים של התקרבות ואחדות, הרי אז הוא מקיים את מה שהתורה מצפה ממנו, בכך שהוא מתחבר עם "תורה תחילתה גמילות חסדים".

על הצווי "והלכת בדרכיו" קובע הרמב"ם: "מה הוא נקרא חנון אף אתה היה חנון. מה הוא נקרא רחום אף אתה היה רחום... להודיע שהן דרכים טובים וישרים וחיוב אדם להנהיג עצמו בהן ולהדמות אליו בכל כוחו" (ספר המדע, הלכות דעות פ"א ה"ו). דברים אלה מבוססים על הנאמר במסכת סוטה (י"ד ע"א): "מאי דכתיב אחרי ה' אלוקיכם תלכו... אלא להלך אחר מידותיו של הקב"ה", שמידת החסד היא אחת ממידותיו העיקריות. ועל כך מוסיפה הגמרא ואומרת (שם) "דרש רבי שמלאי: תורה תחילתה גמילות חסדים וסופה גמילות חסדים. תחילתה גמ"ח דכתיב: "ויעש ה' אלוקים לאדם ולאשתו כנתנת עור וילבישם" וגו'. הקב"ה לא רק שהכין לאדם הראשון (לאדה"ר) ולאשתו כנתנות, אלא הוא עצמו הלבישם, להראות לנו גדולתה של מידת החסד. חכמי המוסר שואלים על הנאמר לעיל, האמנם תחילתה של התורה בחסד זה דוקא (הלבשתם של אדם וחוה), שהרי עצם בריאתו של האדם בן עדן הוא החסד הראשון שנעשה ע"י הקב"ה בשלמות הבריאה. והרי אנו מברכים מתחת לחופה "שמח תשמח רעים אהובים כשמחך יצרך בן עדן מקדם" על מנת להמחיש כי השמחה של אדה"ר בן עדן נחשבת למעשה חסד עילאי, ושאיפתנו לחזור לאותה מציאות של חיי עונג ושלווה.

ובכול זאת הגמרא מתייחסת דוקא לחסד הלבשתם של אדם וחוה ככותונת כאל "תורה תחילתה חסד". התשובה היא שדוקא מעשה זה, שנעשה להם לאדם וחוה לאחר החטא נחשב בעיני הגמרא כחסד ראשון. שהרי אלה גרמו בחטאם לכך שתגיע מיתה וחורבן לעולם ולכאורה לא

נישואין ומשפחה: התפתחות במעגל החיים שלב עזיבת הקן - יציאת הילדים מהבית

מאפשרים מעבר בטוח של ילדיהם לקראת חיים עצמאיים. הצלחתם של הצעירים להפרד מקן- המשפחה וליצור לעצמם זהות נפרדת ועצמאית דורשת השקעה ומאמצים מצד כל בני המשפחה.

תפקיד ההורים בשלב זה הוא למצוא איזון הולם בין צרכי תלות ועצמאות של ילדיהם המתבגרים והמבוגרים. הווה אומר לאפשר להם חופש לביטוי עצמיות ועצמאות תוך המשך מתן תמיכה ודאגה הורית חשובה. עליהם לשחרר מספיק מרחב להתפתחותם העצמית של הילדים אך בו בזמן לא לשחרר לגמרי את "החבל", על מנת לא לאפשר דרגת חופש ועצמאות מעבר ליכולתם של המתבגרים להשתמש בהם בבטחון ומתוך תחושת אחריות עמוקה. בשלב בו עוזבים הילדים את הבית באופן פיזי לחיים עצמאיים נדרשים ההורים לארגן מחדש את המרחב בינם לבין ילדיהם על מנת לאפשר להם חיים מלאים של אי-תלות מתוך כבוד, הערכה והמשך דאגה הדדית.

הקשר בין ההורים עם ילדיהם המתבגרים/ הבוגרים דורש יותר גמישות, אורח רוח וסבלנות מאשר כל שלב אחר בהתפתחות המשפחה. יש לא מעט אתגרים, מאבקי כח ומתיחויות בנושאים הקשורים לסמכות ההורים, לקבל עול, לגבולות התנהגות מותרת ורצויה, פעילות חברתית מחוץ לבית, השקעה בלימודים וכדומה. המתבגרים מצידם דורשים יותר ויותר עצמאות ואי-תלות, כשההורים ממשיכים בתפקידים הנגזרים מתיסתם את מהות ההורות. נדרשת מידה גבוהה של שתוף פעולה, אחידות בגישה והבנה על מנת לטפל באתגרי שלב זה באופן יעיל והולם. הדבר קשה בעיקר כאשר עולים נושאים הקשורים לערכים, השקפה, הנהגות ונורמות משפחתיות- חברתיות.

הטיפול במתבגרים ובמעברם לחיים עצמאיים מחוץ לבית יכול לחזק את קשר הנישואין בין בעל לאשתו. זאת בעיקר אם הם השכילו לפתח קשר זה במהלך השנים ולהשקיע בו ובחיזוקו בהתמדה. הורים שיש להם קשר סולידי ויציב מצליחים לעמוד באתגרים ובקשיים של שלב שילוח הילדים לחיים עצמאיים בהצלחה ובהרגשת שביעות רצון.

יש להבחין בין שני סוגי משימות העומדות העומדות בפני המשפחה בשלב חשוב זה של חיייה, שלב יציאת הילדים את הבית לחיים עצמאיים: משימות אפקטיביות (רגשיות) ומשימות אינסטרומנטליות (מעשיות, תפקודיות). משימות רגשיות: חיזוק יתר של תא- הנישואין והקשר בין בעל לאשתו, ומתן תמיכה הדדית וגיבוי רגשי שיאפשר לעבור שלב זה בהצלחה. כמו כן מתן עידוד ותמיכה רגשית לעוזבים את הבית תוך שמירה נאותה של גבולות רגשיים ואיזון בין המשך תמיכה והתקשרות מחד גיסא, ומתן חופש פעולה לעצמאות ועצמיות מאידך גיסא.

משימות אינסטרומנטליות: מעבר, מתוך גיבוש מחדש, ממערכת קשר של הורה- ילד, למערכת קשר של הורה- בוגר מתוך הערכות לקליטת בני זוג, מחותנים ונכדים. (המשך בעמוד 5)

זהו המאמר הרביעי בסדרה העוסקת בהתפתחות תא- הנישואין והמשפחה במעגל החיים. כשם שהפרט עובר שלבים שונים ומובחנים בהתפתחותו מלידה לשיבה טובה, כך גם תא- הנישואין והמשפחה עוברים שלבים מוגדרים ומובחנים של התפתחות וצמיחה מתוך בניה מתמדת ותנועה פרוגרסיבית למימוש מטרות החיים. במאמרים קודמים עסקנו בשלבים הראשונים והמוקדמים של התפתחות תא- הנישואין והמשפחה והם:

1. **שלב התנתקות** - הפרט (גבר ואשה) ממשפחות המוצא (ההורים) לקראת מציאת בן/ בת זוג להתקשרות בברית הנישואין.

2. **שלב יצירת קשר** - הנישואין המתייחס בעיקר לשנה- שנתיים הראשונות להתפתחות והמיועד לפיתוחה של תשתית חזקה ויציבה של קשר הנישואין שתהווה בסיס איתן להמשך ההתפתחות.

3. **שלב התרחבות המשפחה** - הבאת ילדים וגידולם. זהו שלב המוצא את בני הזוג בראשית התפתחותם כיחידת נישואין והמחייב התארגנות וגיבוש לקליטת התינוק הראשון, ואלה שיבואו אחריו.

במאמר זה נעסוק בשלב הרביעי של התפתחות תא- הנישואין והמשפחה והוא שלב "עזיבת הקן", עזיבת הילדים, בזה אחר זה את בית ההורים. אין זה שלב פשוט "וחלק" כלל ועיקר והוא מחייב בראש ובראשונה את ההורים להגיע לבשלות ומוכנות לאפשר לילדים להפרד. ההורים שעמלו קשות עבור גידולם והתפתחותם של ילדיהם עומדים מול הצורך וההכרח האנושי להרפות מאחיזתם ההורית ולאפשר לילדיהם לעזוב את קן משפחת המוצא לקראת חיים עצמאיים (לימודים, נישואין). שלב זה מתחיל עוד כשהילדים נמצאים עצמם פיזית בבית הוריהם, כשהם הופכים למתבגרים, ומתחילים בצמידות והתקשרות חזקה יותר עם בני- גילם, תוך שהם דורשים מידה גוברת והולכת של עצמאות, והפרדות הדרגתית מהוריהם. הורים רבים מתקשים "לעכל" שלב נורמלי זה בהתפתחות ילדיהם. קשה להם לראות ולקבל שילדיהם פחות ופחות נזקקים להם, דבר שעלול לערער במידת מה את אחד מצירי קיומם העיקריים, ציר ההורות. משלב ההתבגרות, עוברים הילדים לשלב של בגרות מלאה המניעה אותם להמשך התפתחותם בלימודים, ובמציאת בן/ בת זוג ליצירת תא- נישואין חדש. תהליך זה של עזיבת הילדים את קן- המשפחה הינו הדרגתי, ונמשך לאורך שנים רבות בחיי המשפחה, והמשפחה כולה, הורים וצאצאים, נוטלים בו חלק אקטיבי. עם הפרדם של הילדים מבית ההורים משנים הם את הסטטוס (המעמד) שלהם, מתלות לעצמאות, ומקבלים על עצמם תפקידים חדשים המתחייבים מעצמאות זו. שהעיקרית שבהן היא מציאת בת זוג להתקשרות בברית הנישואין וליצירתו של תא- משפחתי חדש.

הגיל בו עוזבים הצעירים את משפחת המוצא תלוי במגוון משתנים פסיכולוגיים- חברתיים ותרבותיים, כגון: מבנה המשפחה, גורמים דמוגרפיים וכלכליים וכדומה. משפחות הנענות לאתגר זה באופן חיובי ומתוך בשלות, חוסן ויציבות,

נישואין ומשפחה: התפתחות במעגל החיים שלב עזיבת הקן - יציאת הילדים מהבית המשך...

קיימת גם אפשרות למצב אחר: כאשר הילדים מהווים מעין "חציצה" או "צד שלישי" במשולש (אב-אם-ילדים). מצב זה גורם למיתון הקונפליקטים והמתחים, מה שאפשר לבני הזוג להתקיים למרות קיומם של הבדלים חזקים ואי הסכמות רבות. עם עזוב אחרון הילדים את הבית, מסתלק איתו גם אותו "חייץ" שהווה מעין הגנה מלאכותית על אורת הבית ההופכת במילא למתוחה יותר.

לסכום, עזיבת הילדים את הבית לחיים עצמאיים יכול שתחזק ותפרה את הזוגיות והקירבה הרגשית בין בעל לאשתו. זאת כאשר השכילו השניים, בעל ואשתו, להיות בקשב צמוד עם מה שעובר עליהם מבחינה רגשית (בשלב זה של חייהם), תוך שהם פועלים ביחד לשם חיזוק אדני הקשר. המגמה: איך להרגיש קירבה וביחדיות, מתוך דאגה הדדית, גם כשתפקיד "ההורה הפעיל" מסתיים עם עזיבת הילדים את הבית.

הסתגלות בריאה והולמת בשלב זה של החיים מותנית גם ובעיקר בחוסנה ויציבותה של ברית הנישואין שנכרתה והתפתחה בין איש לאשתו.

כמו כן נדרשת המשפחה להתארגנות פיזית וכלכלית, תוך גיוס משאבים שיאפשרו התמודדות נאותה עם שלב זה. הדבר מחייב גם חלוקה אחרת של תפקידים ותחומי אחריות בין בני המשפחה.

ומה קורה בין בני הזוג כאשר כל ילדיהם עזבו את הבית? מחקרים אחדים מצביעים על עליה בהרגשת הקירבה, הביחדיות ושביעות הרצון מחיי הנישואין בקרב זוגות שילדיהם עזבו את הבית לעצמאות קיומית ולהקמת משפחה משל עצמם. אך יש גם מצבים לא מעטים בהם נוצר ואקום (ריקנות) רגשי המעיב ומעיק על בני הזוג שנותרו בלבדיותם. ככלל, במקרים בהם היתה מיידה מסוימת של ריחוק רגשי וריקנות רגשית בין בני הזוג, ניתן להניח שאלה יגדלו עם עזוב הילדים את הבית. אלה הם המקרים בהם עיקר הסיפוק האמוציונלי ניתן להורים ע"י ילדיהם, ללא שהצליחו להפיק מידה גבוהה של סיפוק והנאה זה מזה. בהעדר מקורות אחרים של חדות חיים וסיפוק רגשי, מרגישים ההורים, בני הזוג, בנפילה רגשית ובריקנות מתגברת כאשר אחרון ילדיהם עזב את הבית לחיים עצמאיים.

נישואין שנשארו



כן - אנו זקוקים להעשרת הזוגיות.

אך - לא תמיד יש את הזמן והמקום המתאים.

יש - אלטרנטיבה, ירחון "נישואין של אושר" מגיש בפניך מגוון רחב של מאמרים, העוסקים בחיי הנישואין והמשפחה מאמרים אלו נכתבים ע"י אנשי יהדות ואקדמיה העוסקים בנושא.

דצין איך לחנך את ילדינו?

האם היחיון היחיד איך בהכנה גא-פולטי?

תוכלו לקבלו באופן קבוע ישירות לביתך...

התקשר/י עוד היום להרשם כמנוי שנתי

דמי מנוי שנתי על סך 75 ₪ בלבד!

דע/י כי במנויך זה הינך תורם ומסייע ל"מוקד י.נ.ר" (יעוץ נישואין ראשוני) המוקד הארצי ההתנדבותי ליעוץ אישי, זוגי ומשפחתי. המסייע למשפחות בשעת משבר בנישואין המטופלים ע"י המוקד בהתנדבות.

ניתן לקבל כמות מוגבלת להפצה באופן קבוע למוסדות, בתי כנסת וכדו' במחיר עלות.

לאנשי מקצוע בתחום הנישואין והמשפחה המעוניינים לכתוב בירחון

מוזמנים לשלוח מאמר למערכת לכתובת: e-mail: igud@ynr.co.il

לפרטים והרשמה: טל' 02-6412790 פקס' 02-6422432

ת.ד. 16130 מיקוד 91161 ירושלים

בואי שזה אפשרי והדבר תלוי רק בכך ענית. בני זוג שלא מקפידים לטפל ברגשות שליליים גורמים הצטברות של כעס ומרירות, ולבסוף נהיים עוינים זה לזה. הדרך הקלה היא לברוח מסיטואציות לא נעימות. אך ככל שבורחים כך קשה יותר לגשת לפתרון הבעיה, חשוב לציין שאומנם קשה אך לא בלתי אפשרי! יש צורך בדיאלוג בין בני הזוג בו כל אחד יאמר את הצרכים שלו וכל אחד יהיה קשוב לשני וביחד יגיעו לאיזון הצרכים, ולפשרה שתשמור על יציבות הנישואין. יש צורך להשקיע בתקשורת, לשוחח באופן קבוע עם בן הזוג על מנת להכיר את בן הזוג בצורה אופטימלית. חנה התפרצה וביקשה: "אני רוצה שהוא יהיה יותר בבית ויפסיק להיות כל הזמן בעבודה או במחשב". הסברתי לחנה שאם היא אכן רוצה שהדבר יתבצע היא צריכה להפסיק לבקר ולהעיר ליאיר. לנישואין מגיעים גבר ואשה כשלכל אחד מהם אישיות שונה, ומנסים להיות יחידה אחת. בהתחלה ניגודים נמשכים זה לזה. נראה לנו שאם נתחנן עם מי שיש בו את מה שחסר לנו אנו נהיה מושלמים. במהלך הנישואין במקום שכל צד יאזן את עצמו לכוון בן הזוג, קורה דבר הפוך שכל אחד מושך לקוטביות שלו, הדומיננטי הופך לקפדן וקשוח, והמתון הופך להיות אדיש. ואותן תכונות שנראו לנו בתחילה מושכות הן אלו שעתה מציקות לנו יותר מכול. בנסיון לשנות את בן הזוג, אנו סוגרים עליו, ונותנים לו תחושה של מילכוד, חוסר האיזון הזה מביא לפרדוקס, שכן לא משנה מה אנו רוצים כשלוחצים בכיוון הזה אנו מקבלים את ההיפך. אם נלחץ לקרבה נקבל ריחוק. במקרה שהצגנו, חנה רצתה שיאיר יבצע דברים בקצב שלה, ושיהיה פעיל יותר (למרות שהכירה אותו כשקט ומופנם לפני הנישואין), ולכן טרחה להעיר לו על כל צעד ושעל, דבר שגרם ליאיר לברוח ולהיות אדיש עוד יותר לכל הסובב אותו. חנה הבינה שהיא צריכה לתת ליאיר את המרחב שלו ולהפסיק להעיר שכן היא לא התחנתה על מנת למגז את אישיותו של בעלה באישיות שלה, היא צריכה לדרוש שינוי מעצמה בלבד וזה מה שיביא את השינוי המיוחל בבעלה. יאיר לעומת זאת למד שהוא צריך להשקיע בתקשורת ולהיות קשוב לצרכים של חנה. זוג צעיר יוצא לדרך ואינו יודע מה צופן לו העתיד, ההתאהבות מסייעת להתגבר על קשיים ראשונים שבדרך אך מה קורה לאחר מספר חודשים או שנים כאשר האהבה הגדולה מפנה את מקומה לחיכוכים יומיומיים? האם יש להם את הכלים להתמודד? נקווה בעז"ה שיאיר וחנה ישכילו להשתמש בכלים שקיבלו בתבונה, וידעו לחזק אחד את השני לאורך המורדות והעליות של חיי הנישואין.

יאיר וחנה התחננו לפני כ-5 שנים כשבלב שניהם הבטחון שהאהבה שביניהם היא המתכון הבטוח לנישואין טובים ומוצלחים. חנה הגיעה לפגישה הראשונה לבדה! חנה: "מזה כשבוע בעלי עזב את הבית וגר אצל אמו. הוא רוצה להתגרש, ואני נשארת לבד עם תינוק בן חצי שנה". ביקשתי מחנה לספר מעט על מערכת היחסים שביניהם והסיבות לפרוד- וחנה מספרת. "בעלי נמצא כל היום בעסק וכשהוא בבית הוא עסוק בטלפון או במחשב. לא מעניק לי תשומת לב, ולא עוזר לטפל בילדה. יש ביננו ויכוחים רבים שמסתיימים לעיתים קרובות בהרמת קול, בהתבטאות לא ראויה אחד כלפי השני ואח"כ שתיקה של ברוגז למשך מספר ימים, ושוב חוזר חלילה. אינני רוצה להפרד, אך איני יודעת מה לעשות מאחר ואינו מעונין להגיע ליעוץ. פניתי לחנה ושאלתי- אם בעלך היה יושב כאן לצידך, מה לדעתך הוא היה אומר? חנה: "הוא היה אומר שאני פזיזה, תוקפנית, לא מפנקת ומעירה הערות" "ללא הפסקה". השיחה הסתיימה בניסיון לראות כיצד ניתן להביא את הבעל לשיחת יעוץ. לאחר כשבועיים הגיע יאיר לפגישה לבד ופתח בשיחה "אני לא רוצה לאכזב אותך אבל אל תנסי לשכנע אותי לחזור לנישואין, אני חושב שאי אפשר לשנות בני- אדם ואשתי לא תשתנה לעולם. היא עצבנית, לא שוקלת את המילים, מעירה לי לפני אנשים ופוגעת בכבודי, כל יום היא מקטרת על כך שאני לא עוזר ולא עושה את המחויבות שלי. ולכן אני מעדיף לשהות כמה שפחות בבית ולהיות בעבודה כמה שיותר או כשאני כבר בבית להתעסק במחשב". בעיית אי- התאמה בין בני זוג לא פעם עולה כסיבה לגירושין, רוב הזוגות מייחסים את המעשה או ההתנהגות של בן הזוג כרצון להכעיס את הצד השני. לא פעם נשמעת השאלה למה היא/הוא עושה לי את זה? בני זוג לא משכילים לדעת שהתנהגות כזו או אחרת לא נעשית במכוון על מנת להכעיס, לא נעשית מתוך רוע לב, אלא מתוך אי ידיעה מספקת כיצד יש להתייחס אחד כלפי השני בשיגרת החיים. בנוסף יש גם חוסר יכולת לפתור משברים וקונפליקטים באופן כזה שיתרום לביסוס היחסים ולא לפרוק היחסים. לרכישת מקצוע בחיים אנו לומדים מספר לא מבוטל של שנים, לפעמים יש צורך גם בסטאז', ולמקצוע "הנישואין" נכנסים זוגות בעיניים עצומות, ללא שום הכשרה והכנה. יאיר הפנים את המסר והבין שאכן, לא היו להם כלים נכונים להתמודד מול קשיי היומיום והחליט לנסות שנית אך הפעם בלווי יעוץ. יאיר: "האם אפשר לעורר את האהבה מחדש?

אמצע החיים - מימד הזמן הרוחני

בהתקף לב, או נפטרים, והיינו רוצים שמישהו יבוא מהר, ויגיד לנו: אל תדאג, אתה תחיה לנצח!

בכל מיחוש או שינוי בגופנו או מגבלה ביכולתנו אנחנו רואים רמז לכך שאנחנו בני תמותה. גם הדעיכה של הורינו שהזדקנו פתאום מבחירה לנו שבקרוב נאבד את המגן החוצץ ביננו לבין המוות, כי אחרי מותם מגיע תורינו. אבל דווקא בזמנים כאלו – קורה משהו מעניין. אנחנו מתחילים לבדוק את ההגדרות העצמיות שלנו, ושואלים את עצמנו מי אנחנו, מי אנחנו מנסים להיות, ואיזה ערך אמיתי יש להשיגנו ומטרותינו בחיים. באיזו מידה אנו רוצים - או מעיזים להיות חופשיים וחזקים? ככל שלאדם יש אמונה גדולה יותר בהשגחה פרטית, והוא יותר נותן את המפתח לבורא עולם לנהל את חייו, כל המעברים והשינויים בחייו בכל התחומים מתרחשים ביתר קלות מהבחירה הפסיכולוגית- הוא פחות נלחם כנגד המציאות, ויותר מנסה להפיק ממנה את הפירות החיוביים שהיא מסוגלת לתת.

למשל- אדם בעל אמונה יראה את גיל העמידה כהזדמנות נפלאה להתפתחות הרוחנית שהוא תמיד רצה להגיע אליה, ולא הצליח בגלל טרדות אינסוף של עבודה, וגידול ילדים. זהו זמן נפלא להתפתחות אישית, למידה וחוויה פנימית של החיים באופן שונה ממה שחוונו עד כה.

בגיל המעבר מתחזקת ההכרה כי זה הזמן ללמוד סוף-סוף את הנושא שתמיד רצינו ללמוד, לכתוב את הספר עליו חלמנו עשרים שנה, לעשות את השינוי המקצועי או המשפחתי. זה הזמן והוא מדוד ומגובל.

בעולם של אנשים מאמינים ורוחניים יש ערך רב משקל לחכמה הבאה יחד עם השיבה. כאשר אנו מודדים דברים על פי הערך הפנימי והאמיתי שלהם, גם התחושה האישית שלנו לגבי ההתבגרות שלנו, והשעון המתקתק משתפרת לאין ערוך.

תורת ישראל נותנת לנו כלים רבים- המלמדים אותנו כיצד לעשות זאת.

חז"ל כבר אמרו: "תלמידי חכמים דעתם משתבחת עליהם בזקנותם, ואילו עמי ארצות בזקנותם- דעתם מיטרפת עליהם."

כלומר: אנשים שכל חייהם הזדהו בעיקר עם הגוף ומאוויו, אין ספק שדעתם תיטרף ותתבלבל עליהם כשיראו כיצד הגוף מתבלה, מזדקן, ומאבד את ערכו. אבל אנשים שכל חייהם חיו מתוך הכרה ש"אני- זה הנשמה שלי, ולא רק הגוף שלי" כפי שאמר רבי חיים ויטאל תלמידו של הארי הקדוש- אנשים כאלו דעתם משתבחת עליהם בזקנותם כי הם יודעים שכל שלב בחיים הוא רק עוד שלב של התפתחות- מאחר ואין באמת "סוף" לנשמה, נשמה היא דבר נצחי. ולכן- יש חשיבות מרובה לכל מה שאני עושה עכשיו, גם אם כבר יצאתי לפנסיה, והילדים עזבו את הבית, ונדמה לי שאני כבר לא מביא תועלת לאף אחד.

בחסידות אומרים: "אסור להיות זקן" כלומר: עניין הזקנה הוא עניין נפשי- רוחני והוא תלוי בנו. לעולם לא מאוחר מדי להתפתח מבחינה רוחנית.

באמצע חייו (גילאי 60 - 45) אנו הופכים לאנשי ביניים, "אנשי סנדוויץ'", לא רק בין דורות, אלא גם בין זמנים. אנו בחזקת צופים קדימה ואחורה כל העת, כלפי העבר וכלפי העתיד. הסתכלות כפולה זו, בו-זמנית, בעבר ובעתיד מעוררת לא אחת, רגשות של תסכול והחמצה, יחד עם רגשות של גאווה והישג.

בתקופת חיים זו מתרחשים שינויים בתפקוד הגופני כמו גם בתפקודי חיים ובתחומים שונים, הילדים הבוגרים מתחילים לעזוב את הבית, ההורים מזדקנים ולא פעם אנו נדרשים להשגיח עליהם ולטפל בהם.

במקום העבודה או במקצוע אנו כבר סמוך לפסגת ההישגים, ואנו מודעים לכך שכנראה כבר לא נממש את כל מה שחלמנו עליו. הגוף, שהיה ידיד נאמן עד כה, מכריז על קיומו בחריקה קטנה פה, מיחוש שם. והמראה בה אנו מביטים משקפת את בבואת השינויים בגופנו. אנו בודקים את ה"ימחסנים הפנימיים" תוך השוואת חלום החיים של הבגרות הצעירה למציאות החיים של גיל הארבעים וחמש, ולא תמיד אנו שבעי רצון ממפגש זה. איך עברו להם החיים האלה אנו שואלים, והרי: רק אתמול, אבל ממש רק אתמול, עוד היינו בטוחים שעתיד אינסופי פרוש לפנינו, שיש זמן לכל.

בדרך-כלל אנו מגיעים לשיא המקצועי והחברתי בתקופת אמצע החיים אך באופן פרדוכסלי להגיע לשיא פירוש גם להתחיל ברידה. בתקופת אמצע החיים חלים שינויים משמעותיים בחוויה האישית של הזמן. אנו מודעים יותר מאשר בתקופות חיים קודמות לקצבו, לאופן בו הוא מתחלף, ולמשמעות של החילופים האלו עבורנו. בעיקר מתרחש בבני קבוצת הגיל הזו שינוי בזווית ההסתכלות האדם מתחיל להרגיש כי הוא "צופה כלפי הזמן שנותר לו לחיות ולא כלפי הזמן שעבר מאז הלידה." מחקרים על קבוצת הגיל הזו מראים שכל שעולה גיל המוראיינים, אנשים נוטים להסתכל פנימה ולהעריך את חייהם. והם נעשים מודעים יותר לסופיות האישית ולמגובלות הזמן.

יש אחרים שיתארו את תחושת החיים כתחושה של "זמן שאול, זמן סופי בו מתנהל דיאלוג מתמיד עם הזמן האישי." קיימת תהייה האם ניתן יהיה להספיק להגיע לסוף הדרך לפני סוף הזמן. השאלה המוסתרת היא: "האם נשאר לי מספיק זמן?!"

בתקופת אמצע החיים- גובר הרצון לשלוט בזמן, ולנצל אותו בצורה הטובה ביותר. המודעות לכך שהזמן האישי הוא משאב יקר שיש לנהוג בו זהירות מתגברת ומתחדדת, והיא מאיצה אותנו סוף סוף לממש החלטות, ולפנות תפניות שדחינו במהלך הבגרות הצעירה, כאשר הרגשנו שנהר הזמן שזורם לפנינו הוא אין-סופי.

יש אנשים שמרגישים מובסים, ומפוחדים בתקופה הזו. שוב הם לא מרגישים את הביטחון שחשו פעם. האדמה רועדת מתחת לרגליהם, הם כביכול מתיישבים בהזדקנות, במקום לראות בה דבר טבעי שחייב לקרות. מרגישים אבדן כוח, ואבדן אפשרויות. חלק מהחברים פתאים לוקים

מי צריך ל"עבוד על הזוגיות?"

ממקום שונה: ערכים, חינוך והרגלים שונים ובנוסף, עובר תהליכי שינוי נוספים במהלך החיים. עלינו להיות מודעים לכך ולא להבהל כשנפגעים חילוקי דעות. אפשר ללמוד להתמודד עם אי הסכמות באופן חיובי, לקבל כלים להקשבה, להבנה ולדו שיח המוביל להסכמה הדדית. עם הדרכה נכונה, הקונפליקטים לא יעיבו על מערכת היחסים וישמשו מנוף להבנה במקום לגלוש לווכוחים, סכסוכים ומריבות.

כל אחד מאיתנו אינו מסכים שאת בתו תלמד מורה שאין לה תעודת הוראה, אם כן, מדוע אנו מפקידים את ילדנו בידי הורה שאין לו תעודת הורות ואת עצמנו בידי בן-זוג שלא למד זוגיות מהי. לכן יש חשיבות עצומה לרכישת ידע ומיומנויות בנושאים רבים הקשורים לחיי הנישואין כגון: הכרת הצרכים והבעתם ואופן ניהול הקונפליקטים, שאותם הזכרנו לעיל ובנושאים נוספים כמו, הבעה של בקורת באופן בונה, הבעת הערכה כלפי בן הזוג, זיהוי והמנעות ממוקשים המזיקים לחיי הנישואין... העבודה בחיי הנישואין תהיה אפקטיבית ומהנה אם נדע כיצד לבצע אותה, אם נקבל כלים לחיים נכונים ואם נעמול על מנת למצוא את הכלים האלה. כדי לנהל את חיי הנישואין בצורה נכונה, בנעימות, בהבנה ובאווירה טובה, אפשר וצריך לקבל הדרכה, להשקיע וללמוד. כיום ישנם אמצעים רבים ללימוד הנושאים הללו, הזמינים לכל דורש. בדורנו, חוברו ספרים נהדרים בנושא חיי הזוגיות. קריאה בצוותא של ספרים אלה, יכולה ליצור חוויה זוגית חיובית בפני עצמה (כמו גם קריאת מאמרים בנושאים אלה). ישנן הרצאות שונות, המיועדות לכל גיל, ותק או רמת יציבות של הנישואין, המציעות הזדמנות לקבל ידע בנושא. כמו כן, ברחבי הארץ מתנהלות סדנאות להעשרת הזוגיות. מטרת סדנאות אלה היא להקנות כלים להתמודדות עם נושאים שונים בחיי הנישואין וכן, להתנסות, לתרגל ולהפנים כלים אלה, עד שיהוו חלק אינטגרלי מהחיים בכלל ומחיי הזוגיות בפרט. הלימוד בסדנא מבוסס על למידה חוויתית, שמסייעת בהטמעה של העקרונות החשובים ליצירת אוירה נעימה בנישואין ויצירת מערכת של אמצעים ישומיים לחיזוק והעשרת הקשר הזוגי. בכל שלב בחיים יש מקום לעבוד, לשפר ולרענן את מערכת היחסים. ככל שנשקיע בזוגיות, גם אם טוב לנו ביחד, היא תשתבח ויציבותה תשמר לאורך זמן. השקעה זו מניבה פירות באופן מידי והקרן קיימת גם לעתיד.

כאשר זוג עומד מתחת לחופה, ואופפת אותם תחושת שלמות, כיצד הם רואים את חיי הנישואין? יתכן שהחיים הזוגיים נתפסים כ"נגטיב" של חיי הרווקות, בהם נאלצו השניים להכיר אנשים, להשתדל לקלוט כיצד להרשים אותם ולהתמודד עם חוסר הוודאות לגבי תוצאות המפגשים. קיימת האפשרות שהמשמעות של ה"נגטיב" לחיי טרום הנישואין, היא הרגשה שלא צריך יותר להמשיך להכיר, שאין צורך לבדוק מה גורם לאדם השני תחושה טובה ושלא משנה מה יקרה: בן הזוג איתנו לתמיד. תחושות נפלאות של השלמה, של הגעה ל"חוף מבטחים" ושל השגת מטרה, מהוות חלק אינטגרלי מהמעמד שבו נכרתת ברית הנישואין.

זו חוויה חיובית חשובה, שמכילה בטחון בזוגיות ושמחה על הבחירה, אך חשובה לא פחות, היא האפשרות להבין את האחריות שמוטלת עלינו בכל הנוגע לשמירה על איכות חיי הנישואין. נכון, כריתת ברית הנישואין היא מאורע מרגש וחשוב. אין באפשרותנו לבחור את המשפחה שממנה הגענו, אך בהחלטה להינשא לבחיר לבנו, אנו בעצם בוחרים את השותף המשמעותי ביותר בחיינו. מדובר בבחירה החשובה ביותר שנקבל בחיינו הבוגרים. עם זאת, החיים אינם מעוצבים מתאריכים חשובים כי אם מתהליכים חשובים.

החיים הם רצף של נסיונות, רצף של נקודות בחירה. האחריות על התוצאות של החיים נמצאת על כתפי שני בני הזוג והעבודה על החיים המשותפים היא הכרחית. הבחירה באדם שאיתו נקשור את חיינו היא בעצם הבחירה באדם שאיתו נעבוד כל חיינו. ההשקעה חייבת להתקיים בכל חיינו המשותפים, אם ברצוננו לנהל חיים מלאי סיפוק ואושר. אחד ההיבטים שמחייבים עבודה מתמשכת לאורך כל החיים הוא הכרת הצרכים ההדדיים שלנו וסיפוקם. חשוב להכיר את צרכי בן הזוג ולבדוק את הדרכים שבהם אנו יכולים לעזור לו להגשים אותם. חשוב שאנו נהיה מודעים לצרכים האישיים שלנו ונדע להביע אותם באופן ברור וישיר בפני בן הזוג. כשאני ובן זוגי מכוונים את הפעולות שלנו על סמך ידיעה, התוצאות שנקבל יהיו מספקות לאין ערוך מאשר אם ננחש או נפעל על סמך ההרגלים והאינטרסים האישיים שלנו.

היבט נוסף, מתוך מגוון ההיבטים המשמעותיים בזוגיות, הוא האופן שבו אנו מנהלים אי הסכמות. כאשר בני זוג חיים בכפיפה אחת, הקונפליקטים הם מחוייבי המציאות, היות שכל אדם מגיע לזוגיות

מסנן ונישואין



החלה הרשמה לשנת הלימודים תשס"ה:

קורס להכשרת מנחי נישואין ומשפחה

לגברים ולנשים בירושלים ולנשים בגבעת שמואל. תכנית המכשירה אנשי מקצוע בתחום הנחיית נישואין ומשפחה, במטרה להעלות את המודעות לחשיבותה של ברית הנישואין וחיזוק תא המשפחה, והכשרת אנשי מקצוע פרה פרופסיונליים שיעסקו במתן הדרכה, הנחייה וייעוץ אישי, זוגי וקבוצתי במגמה להעשיר את חיי הזוג והמשפחה. משך הקורס הוא שנתיים וכולל לימודים תאורטיים עיוניים ועבודה מעשית. לבוגרי הקורס תוענק תעודה מ"המכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה" עם זכאות להשלמת שעות וקבלת תעודה ממושרד החינוך.

קורס יועצי נישואין רבניים

בוגרי קורס להנחייה יהיו זכאים לשדרג את מעמדם ולהתקבל לקורס "יועצי נישואין רבניים" בהמלצת הרה"ל הרה"ג שלמה עמאר שליט"א ובחסות האקדמית של היחידה ללמודי המשך, ביה"ס לעו"ס, אוניברסיטת בר-אילן.

"עקרונות תרפיית הגשטאלט"

קורס חדש וייחודי למנחים / יועצים / מטפלים והעוסקים והמתעניינים בתחום. הקורס כולל חלקים תאורטיים חווייתיים והתנסויות. הבוגרים יקבלו תעודה מ"המכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה" ויתקבלו כחברים נלווים באגודה הישראלית לגשטאלט.

קורסים להכשרת והעשרת מדריכי חתנים / כלות

קורסים המיועדים להכשרת מדריכים/ות לחתנים וכלות ולהעשרתם בפועל. בקורס מועברים היבטים תורניים - השקפתיים ומקצועיים על ההכנה לחיי הנישואין והתמקדות בשנה הראשונה לחיי הנישואין.

קורס להכשרת מגשרים כלליים ומשפחתיים

הגישור הוא הליך ליישוב סכסוכים בדרך של הידברות. כיום, ישנה מודעות גדולה יותר להליך זה והשימוש בגישור רווח ביותר. כמו כן, מקובל להשתמש בגישור בכל תחום. קורס זה מיועד לעורכי דין / טוענים רבניים, אנשי חינוך ולכל המתעניינים בתחום ורואים בו גישה לחיים.

סגל אקדמי:

הרב שמחה כהן שליט"א - מנהל רוחני, ד"ר עמי שקד - מנהל אקדמי, הרב חנוך חן גלזמן שליט"א, ד"ר אלחנן בראון, ד"ר נפתלי פיש, מר אברהם כץ (MA) ד"ר חנה קטן ד"ר רבקה קליין, ד"ר נורית לוי ואנשי מקצוע נוספים. בוגרי הקורסים מתקבלים כחברים באיגוד י.ג.ר הדואג להמשך פעילותם המקצועית ומעניק להם פרסום ואפשרות להשתלב בשוק העבודה. המכון קיבל את המלצותיהם וברכתם של גדולי ישראל.

לפרטים והרשמה טלפון: 02-6413242 נייד: 058-915978

המען למכתבים: ת.ד. 16130 מיקוד 91161 ירושלים

e-mail: machon@ynr.co.il

חשיבות פיתוח האחריות אצל הילד

האחריות של הילד. הוא גורם לכך שהעולם ומטלותיו מנותקים ממנו. ולכן חווה נאלצת לעבוד כה קשה. דרכם של ילדים שהם סבורים שהמיטות מתנערות ומסתדרות לבד, המצעים מרחפים אל מקום מסתורי כלשהו ובאורח פלא מגיעים נקיים אל מיטתם. הבגדים, רצים באופן עצמאי אל מכונת הכביסה והמשרתת "השקופה" מחזירה אותם לארון. אמהות, לדעתם אינן עייפות לעולם, ובקצרה כל היקום נועד לשרתם, ילדים תופסים זאת בטבעיות, כי ילד בתחילת חייו הוא אגוצנטרי ומרוכז סביב עצמו, אלא אם ההורים מלמדים אותם אחרת.

אמא שלעולם אינה מתעייפת ובייתה נקי ומסודר, ילדיה תמיד מטופחים והיא שולטת על הכל מפריעה לילדיה לראות כי חוץ מהם יש בעולם עוד כמה בני אדם שצריכים להתחשב בהם. סיבות רבות יש להורים לטעות זו בהתנהגות ההורית. ישנן אמהות הששות כל כך לעשות את תפקידיהן מבלי שיפריעו להן, עד כי הן שוכחות שהילדים גם הם צריכים לקחת את העול על עצמם.

ישנם הורים שיש להם צורך להיות מושלמים. יש הורים שמרחמים על ילדיהם. הם חושבים שילד הוא עדיין קטן, חלש, או לא יכול, הם מגוננים על הילדים בכדי למנוע מהם צער, סבל והרגשה רעה. יש הורים שרוצים לתת לילדיהם מה שלא היה להם מעולם, או שילדם יאהב אותם והם פוחדים לאבדו. וכך הם מגדלים את ילד "המגיע ליי", ואת ילד "זכותי", ואת הילד המקופח שעושה להם פרצופים, כי לפי הבנתו את העולם, הוא לא קיבל את מה שמגיע לו. פיתוח תחושת אחריות אצל הילד, זו אולי מטרת המטרות של החינוך. ילד שמתפתח אצלו תחושה נכונה של אחריות מתחיל את דרכו לעבר התחברותו עם כלל ישראל ברגל ימין. בכדי להגיע למידה של "הנושא בעול עם חברו" המתבקשת מכל אדם בישראל, עלינו כהורים, לפתח בילד קודם כל את מידת האחריות לשאת בעול חייו.

בשלב הראשון, עליו ללמוד למלא את מטלותיו שלו, כבר בגיל שהוא יכול לעשות אותם בעצמו. אחר כך כמובן לשאת בחובות לימודיו ובעול המצוות, וכמובן בשלב הבא לשאת בעול אשה, עול הבית, חינוך הילדים, תלמידים ושאר הציבור. כך זו דרך הגדילה של הפרט אל הכלל, כפי שמלמד אותנו הרב וולבה שליט"א ב"עלי שור".

על האדם להרגיש שכל העולם נברא בשבילו, אך מי שבטוח ומתרברב בכך, עלינו כהורים ללמדו ש"יתוש קדמך".

יצחקי הוא בנה של חוה. הוא לא בן יחיד, אבל הוא כמו כל אחיו, זורק את בגדיו על הרצפה מיד לאחר שהוא פושט אותם, משאיר את כלי האוכל על השולחן לאחר הארוחה, וגורם לאמו לטרוח טרחה יתרה בכדי להחזיר את הסדר בבית על כנו.

גם הכנת שעורי הבית, הופכת לסיוט עבור חוה. היא רודפת אותם ויושבת איתם שעות רבות בכדי שיעשו את המוטל עליהם, ואילו הם ובראשם יצחקי משחקים בעפרון, מצוירים ציורים קטנים בשולי המחברות, וקוראים מן הצד ספר מצוייר באופן שבו אמא לא תרגיש.

חוה מותשת. גם בעלה משה לא טומן ידו בצלחת, ותורם את חלקו בהפעלת הילדים לעשייה בונה וחיובית. אך העגלה, כמו מסרבת לזוז ממקומה, תקועה.

לפעמים הם מסתכלים על ילדי השכנים. האמא עסוקה והאבא גם הוא נעדר, הבית אמנם אינו מטופח כביתם של חוה ומשה, אך הילדים? איזה תפקוד! נכון שהקטן שלהם הולך עם חולצה רכוסה קצת באלכסון ונעליים שנפרמו שרוכיהם, אך השיעורים נעשים, והילדים תמיד מופיעים בזמן לכיתה, וגם כשאמא לא בבית הם לוקחים סידור ומתפללים בקביעות. נכון שהרצפה אינה נקיה ביותר אך הילדים עצמאיים ויודעים להסתדר ואף לבשל אוכל לעצמם. מה קורה פה? שואלת את עצמה חוה בהשתוממות. אני עושה את כל מה שצריך ואינני רואה, פירות לעשייתי זו, ולהפך, העול גובר משנה לשנה ואני מתמוטטת תחתיו, ואילו שכנתי זו, נעדרת מביתה יותר משהיא נמצאת בתוכו, וילדיה מתפקדים כמו חיילים לפני מסדר. בכדי להבין את העניין עלינו לדעת ששתי משפחות אלו מייצגות שתי שיטות חינוך שונות באחת בולטת הורות מאוד נוכחת ומאוד מעורבת, ובשניה בולטת נעדרות הורית.

הנעדרות ההורית בקיצוניותה, דרכה כמובן שהיא מביאה לידי הזנחה, ואילו המעורבות ההורית בקיצוניותה מביאה לידי פינוק. פינוק והזנחה הם שני הצדדים של אותה מטבע, הזנחה אינה רצויה כי היא משאירה פגיעות רגשיות וכמובן גם התפתחותיות, אך מצד שני הילד חייב להאבק על חייו אם ברצונו לשרוד, מה שנותן לו מרחב להוציא את יכולותיו, במידה ויש לו כאלה, מהכוח אל הפועל. ואולם שתי הדרכים בקיצוניותן אינן רצויות.

חוה ומשה המופיעים בדוגמא זו, מעורבים באופן מופרז בהתפתחות ילדיהם והדבר מביא לתוצאה ההפוכה מזו הרצויה להם. הפינוק משחית את תחושת

תפקידי ההורים בבניית הזוגיות של ילדיהם עזרה לילדים הנושאים עד כמה? עד היכן?

בצורה חד צדדית מבלי לקבל תמורה מיידית על המאמצים.

הורים רבים חושבים שמכיון שהם בעלי המאה הם יכולים לתבוע לעצמם גם את מעמד בעלי הדיעה. זאת אכן אחת המכשלות הנפוצות ביותר. יתכן והרצון להמשיך ולהיות בשליטה בחיי הילדים נובע מחוסר יכולת של ההורים לבצע את תהליך ההפרדה הנכון והבלתי נמנע מילדיהם הבוגרים. הם מתקשים להשלים עם המחשבה שמעתה הם מדורגים בדרוג נמוך יותר בחיי הילדים, תפקידם המרכזי והראשוני הסתיים ושינה צורתו ותפקיד משני יותר. מבלי משים ולפעמים אפילו בחוסר מודעות הם מנסים ל"סדר" לילדיהם את חייהם, במקרים קשים ל"הכתיב" להם את סדר יומם האישי והמשפחתי והכל בגלל שהם "נותנים" כ"כ הרבה, ורק בדין ובצדק הילדים חייבים לשמוע בקולם בצורה גורפת לגמרי. ואז, כהמשך מובן מאילוי אומרים הילדים - "לא תודה, לא מדובשם ולא מעוקצכם..." והקרע והניתוק לא מאחרים לבוא.

הנתינה ההורית חייבת להתבצע מתוך חוסר אנוכיות מוחלט, מתוך הבנה שמטרת הנתינה היא אך ורק להיטיב עם הילדים מבלי לצפות לתמורה כלשהיא, וכמובן, מה שעוד יותר חשוב, מבלי לנסות לצבור כוח ולהשפיע על חיי הילדים בניגוד לרצונם! היכולת הממשית לעזור לילדים היא פריבילגיה נפלאה היא אמורה להיות מקור אושר להורים, מקור לסיפוק בלתי נדלה כל עוד באמת אין שום ציפיה להחזר, ובמיוחד לא להחזר של שליטה בחיי הילדים. הנסיון לשלוט בחייהם דרך הנתינה תמיד מתפרשת בעיני הילדים כדיכוי עצמאותם, כהוכחה לאוזלת ידם כביטוי להרגשה של ההורים ש"אי אפשר לסמוך עליכם..." ועוד מסרים שליליים כאלו אשר לפעמים אפילו לא עלו על דעת ההורים. ושוב עולה השאלה: " אבל איפה טעינו? הלא נתנו כ"כ הרבה, הרבה יותר משיכולנו להרשות לעצמנו..." הדרך הנכונה להעניק לילדים היא בצורה של כבוד, בדיסקרטיות, מתוך הבעת ביטחון ביכולות ובכוחות שלהם, בהארת פנים ובנפש חפצה. וחשוב מכל, הורים יקרים, המתינו עם העצות שלכם עד אשר יבואו ילדיכם לבקש אתכם. לחץ בצורה של מתן "עצות" הוא כלי מסוכן, תהליך אשר אנו יודעים כיצד הוא מתחיל אבל לעולם לא יודעים כיצד הוא יגמר.

היו שם בשביל ה"נושאים" שלכם כסלע איתן, כמקור של חום ויציבות, כמקור בלתי אכזב לאהבה רבה שאינה תלויה בדבר... אבל עליכם גם ללמוד לשמור על גבולות, ולאפשר לבני הזוג מרחב הולם מספיק לבניית עצמאותם ועצמיותם הזוגית.

"יותר משהעגל רוצה לינוק, הפרה רוצה להניק". אימרה זו ועוד רבות בדומה לה נשמעות לעיתים קרובות מפי הורים אשר חוו מפח נפש ואכזבות בעזרם לילדיהם הנושאים.

לתהליך זה, כמו לעוד תהליכי חיים רבים חשיבות מכרעת באופי הזוגיות של הילדים, ויש לה גם השפעה לא מעטה על הזוגיות של ההורים! לעיתים קרובות אנו רואים הורים אשר נתנו והעניקו לילדיהם מעל ליכולתם, יצאו מגדרם כדי להקל על ילדיהם את השנים הראשונות לחייהם העצמאיים, וכל מה שקבלו בחזרה היה התנכרות, התחשבות קטנונית, מעקב צמוד אחרי מה שמקבלים אחיהם ואחיותיהם, ובמקום הכרת הטוב, הערכה וכבוד מקבלים ההורים יחס קר, הזנחה רגשית קשה, התעלמות, התניית הקשר עם הנכדים בטובות הנאה, ועוד תופעות קשות למיניהן.

אני משערת ומקווה שבציבור שלנו תופעות כאלו הן חריגות ולא חלילה מעשים שבכל יום, אבל מכיון שנתקלתי רבות בכאב לב ובאכזבות גדולות מצד ההורים מחד-גיסא, וטענות של הילדים מאידך גיסא, אולי הדיבור ינטרל את הבעיה ויתן למעורבים בה כלים להתמודד.

הרצון ההורי להעניק לילדים נולד עם לידת הילד הראשון. הדחף להיטיב עם הילד הוא מרכיב מולד אצל ההורה ועל כך אין עוררין. מנין אם כך נוצרות בעיות שלעיתים נמשכות ונגררות לאורך שנים קשות כאשר המוטיב החוזר ונשנה מצד ההורים הוא חוסר הבנה מוחלט, חוסר אונים משווע להבין מאין נפלה עליהם צרה זו "... והרי נתנו כל כך הרבה, הלא הקדשנו את כל כוחותינו, זמננו, משאבינו..." וכדומה. גם הורים אשר נתנו קורת גג לילדיהם בביתם הם, כלומר שכנו בביתם ולא דווקא בתנאי מגורים מרווחים, עלול הדבר להסתיים בטרואמה, במשקעים רבים וקשים לשני הצדדים מתקופת השהות בבית ההורים.

ונשאלת השאלה למה?? כיצד קורה שרצון טבעי, חזק מכל והוא להיטיב עם ילדינו תמיד, בכל מצב, עד זקנה ושיבה וגם עד כלות הכוחות מניב תוצאות כל כך לא צפויות ומנוגדות לציפיות.

במהלך עבודתי הגעתי למסקנה שישנן מספר סיבות מרכזיות למצב זה. אני נוטה בד"כ להטיל את ה"אחריות" ליחסים תקינים ואוהבים עם ה"נושאים" שלנו על ההורים. הם יותר מבוגרים, יותר מנוסים, בעלי שיקול דעת נכון יותר, ועליהם החובה לנווט את העניינים לכוון טוב, להשיט את הסירה המשפחתית על מי מנוחות. לעיתים יש צורך לעשות זאת אפילו

נישואין וזוגיות לאור הגרפולוגיה

אצל נשים באה לידי ביטוי התכונות הנשיות שמאפיינות את האופי הנשי רכות, לבביות, מסירות ואכפתיות. כמובן שכל אדם, גבר או אשה, ניחון במכלול אישיותי שמייחד אותו בצורה ספציפית. בניית המרקם המורכב והמופלא בין תכונות, פוטנציאל, רגשות ומחשבות יוצר את אותו "עולם מלא" של כל אדם בפני עצמו. התורה מלמדת אותנו, שכאשר בא משה רבינו, בציווי הקב"ה, אל בני". הוא שמע את ההוראה של "כה תאמר לבית יעקב ותגיד לבני ישראל"- האמירה הרכה יועדה לנשים, בעוד שאת הדברים הפסקניים, ההחלטיים והתכליתיים היה עליו לעביר לגברים. לצורך המחשת הנאמר עד כה, אתאר סיפור אחד כמייצג.

ראובן ושרה הינם זוג צעיר בראשית דרכם והורים לתינוקת. ראובן חש בשרה שהיא מסתגרת מפניו. לשאלותיו הספורות מה קורה, ענתה באופן לקוני- אינפורמציה מספקת מה היא מרגישה, שלא שודרה ולא נאמרה בקול.

חרף קיסמה האישי, כושר דיבורה הרהוט ופעלתנותה הרבה, מיעטה שרה לחפש את קירבתו של ראובן, היא נטתה לעסוק בענייניה, או לשתוק במחיצתו. הדינאמיות העירנית והתוססת היוותה ניגוד חריף לדמות החיוורת כשהיו יחד. ראובן מצידו בחר ללכת לכולל ולשיגרת יומו וחש שנוח לו יותר לשהות במחיצת חבריו מאשר לחזור לבית שקט. בשלב מסוים, בחר ראובן לפרוץ את מחסום השתיקה. היה לו חשוב לזהות את מוקד הקושי, כדי לאתר מה שניתן לעשות ולהיטיב. לאחר מכן הוגש לפני כתב היד של בני הזוג. כתב היד ביטא צורך עז בשותפות רגשית, בתחושה של יכולת לחלק התרשמויות ולהרגיש מוגנת, רצויה ואהובה. היה לשרה קשה לשוחח בפתיחות ספונטנית ולפנות לראובן בבקשה פשוטה לנהל איתה שיחה יומיומית טריוויאלית. היא חשבה שמחובתו כבעלה להבין את צרכיה, פניותיו אליה התקבלו במורת רוח ובתסכול, "מה, הוא באמת לא מבין, או שהוא מיתמם ועושה את עצמו". היא ננעלה לתוך עצמה והשיבה באופן סתמי ככל ששאל יותר. כתב ידו של ראובן לימד על לוח זמנים צפוף של לימודים אינטנסיביים שלא הותיר מקום לחיזורים עדינים, להבעות אמפתיות ולמעורבות בנעשה. גם כשהיה בבית, היה ממוקד בעצמו ובנושאים שהטרידו אותו. מבחינתו, היה הצורך לנתח כל בעיה בצורה לוגית, ואז להגיע לפתרון תכליתי בדרך הקצרה, הפשוטה והיעילה ביותר. הזמן היה חשוב מכדי לבזבז אותו בתיאורים צבעוניים על התרחשויות שיגרתיות. הוא לא הצליח להבין איך

כאשר זוג מחליט להינשא ולהתאחד בברית הנישואין, הוא יוצר מהות ייחודית חדשה בעולם. משמעות המילה נישואין הינה נשיאה והרמה. הבעל והאשה מגביהים את הצד הגשמי והצד הרוחני לספירה אחרת לגמרי- מרוממת יותר שבו מתאחדות נשמותיהם לנשמה אחת.

האיחוד הרוחני של שתי נשמות בני הזוג עד להוויה הרוחנית נשמתית אחת יש בו סודות עצומים. עולם המחשבה אינו גלוי ומוחשי ואינו נתפס בחמשת חושי האדם ובכל זאת, למחשבה כח רב להשפיע וליצור עובדות מעשיות ומציאותיות בפועל.

חז"ל היטיבו להראות לנו כיצד מחשבת האדם פועלת ומשנה בחיים המציאותיים. למשל, אדם שחשב להפריש תרומה- הפירות נעשים תרומה. יתירה מזו אדם הביא קורבן, אולם בעת ההקרבה מחשבתו נשאה אותו לדברים אחרים לא כשרים כמו שינוי השם, שינוי המקום ושינוי הזמן. כל אלו פוסלים את הקורבן. הדבר בא לידי ביטוי גם בהקמת התא הזוגי. מחשבות טובות וטהורות משנות את המהות ויוצרות קשר עמוק של כוח, עוצמה, שותפות הדדית וכבוד בבניית הקן המשותף. המחשבה הינה סוג של התקשרות פנימית עמוקה ביותר. כשחושבים אודות הזולת, הזולת חש בזאת ומושפע מכך. האנרגיה החיובית מעניקה רוגע, שמחת חיים, עשייה והמשך יציב ואיתן. כדי שהקשר בין בני הזוג יהיה בריא, יציב ומוצלח נדרשת תשומת לב עירנית וזהירה לחיזוק תא הנישואין באמצעות החלטות טובות וביצוען לאורך שנות הנישואין. כתב היד "גרפולוגיה" הינו כתב המחשבה.

בעשרת הדיברות, מפרש האונקלוס את המילה אנכי- "אנא נפשית כתבית יהיבתי". כלומר, אני כתבתי את מחשבתי.

כתב היד, כמו חיי הנישואין, משתנה ומתגבש לאורך שנים ומשקף את הדינאמיקה וההוויה שהזוג חווה בתחנות השונות. הכתב "נושם" את האקלים השותפתי מבחינת הקשר והתמיכה ההדדיים, ומבטא את צורך כל אחד מבני הזוג בהגדרה עצמית של תחושות, שאיפות, רגישויות, ותקוות. גם בתוך המערכת הזוגית נשמרת הייחודיות שדרכה רואה הגבר ומבחין בעולם דרך משקפיו, וכנ"ל להיפך- האשה מביטה בעולם דרך משקפיה שלה. ההכרה בשונות- וההשלמה איתה, מעידה על הייחודיות של תכונות הגבר והשקפת עולמו, לצד תכונות האשה ודרך התבוננותה על הבנת החיים ופישרם.

אנו מוצאים קווים משותפים לכתבי יד גבריים כמו החלטיות, הגיון, שכלתנות, העמקה וכושר אנאליטי.

(המשך בעמוד 13)

נישואין וזוגיות לאור הגרפולוגיה המשך...

תרמו להשלמתם כנשמה אחת! אין ספק שלגרפולוגיה יש מקום מכובד בתור אמצעי לאבחון והגדרת מצבים, היא יורדת לדקויות ולניואנסים עדינים. עוזרת להגדיר בצורה מדויקת וברורה מה מקור הקושי והיכן טמונים המפתחות למציאת דלת הזהב שתפתח לבני הזוג את השער לעבודה עצמית.

הנחיית נישואין הינה המשך ישיר לשיקום ולבנית הגשר המאחד, סבלנות, הבנה, הקשבה ונכונות לויתורים הדדיים מובילים את הזוג לנישואין מרוממים ונעלים, שבהם לכל יום יש בשורה מחודשת ותקווה טובה להתרומם, לשגשג, לתמוך בזולת בלי לחוש מושפל ונכנע. מחשבה מבריא מולידה מעשים מבריאים, מחשבה חיובית משדרת אנרגיה חיובית.

הגרפולוגיה לאור היהדות, עוזרת למצוא את היופי והחכמה האלוקית שיש בכל אחד מאיתנו, את אותו ניצוץ ניחבא שמחכה לאלומת האור שתחשוף ותוציא אותו לאור העולם.

אשה כה נמרצת, חייכנית ובעלת מקוריות יצירתית, הופכת לטיפוס אנמי, זעוף פנים ומכונס בעצמו. בני הזוג הביטו זה בזו. לפתע, התמונה שינתה את הפוקוס. ראובן לא היה עוד אדם מחושב ותועלתי, אלא מי שהזמן כה יקר ערך בעבורו והוא שואף לנצלו במקסימום. שרה הבינה את חפזו לקצר במשפטים ולחזור לנושא החשוב "לימוד תורה", הוא לא התעלם והיה אדיש כלפיה, אלא לא העריך בצורה נכונה עד כמה היא מצפה וכמהה לנוכחותו, כעסה נמוג. מאידך, ראובן קלט את עוצמת הבדידות ששרה שידרה. הוא הבין שלא מספיקה שהייה משותפת באותו חדר, עליו להעניק לה מבט חמים, התענינות, תחושה שהיא מעניינת אותו ושחשוב לה לשמוע את נימוקיו ההגיוניים וניתוח שכלו.

הזוג למד, לכבד כל אחד את ה"לבד" של האחר, לתמוך בו, לעזור לו לממש בהצלחה שאיפות, ומצד שני, הם השכילו להינות מה"ביחד" ולהפיק מכך הרמוניה, שותפות ונעימות. דווקא השונות והניגודיות

הכנה לחיי הנישואין

מאת: ש. עזרי
כוגרת קורס הדרכת כלות של
"המכון הישראלי ללמודי נישואין ומשפחה"

צריך לשנות כיוון

לשנות את בן/בת הזוג אך ללא הועיל, בל נשכח לציין שהשיטה חייבת לשאת אופי של "דרכיה דרכי נועם" על כל המשתמע מכך. אנו מנסים ושוב מנסים, אך בן הזוג לא משתנה. נעצור לרגע ונחשוב: אולי את אותה אנרגיה שאנו משקיעים בכדי לשנות את הזולת פשוט ניקח ונשקיע - בעצמנו!

הקב"ה תבע בכל אחד מאתנו מידת שינוי מסוימת, ובמקום להשתמש בה בכדי לשנות את המידות שלנו, אנו משתמשים בה בכדי לשנות את המידות של הזולת. הבה ונסיט את האצבע המאשימה לעברנו, שכן "אין הדבר תלוי אלא ביי" ורק כך נוכל להגיע בשלום אל היעד, שאם לא כן, אנו צועדים היישר לעברו של מבוי סתום אשר סופו מי ישורינו...

כאשר נוצר קונפליקט בין בני הזוג או קיימת ביניהם אי-הסכמה בנושא חשוב, וכאשר אין להם כלים לפתרון קונפליקטים, עלולים הם לעבור לפסים של וכחנות נצחית. מצב שכזה מעלה את הסכנה שיתחילו להאשים זה את זה. האצבע המאשימה תמיד דרוכה להצביע לעבר טעויותיו של השני: הוא לא בסדר, היא לא בסדר... שכן "אין אדם רואה נגעי עצמו", וזוהי הדרך הקלה ביותר. הרבה יותר נוח לטעון ש"אני בסדר, אצלי הכל הולך למישרין ואילו כל הבעיה נמצאת אצל בן הזוג."

התוצאה בפועל של גישה זו, היא שבעצם אף אחד לא משתנה. ומי סובל מכך? שניהם! אם כן מהו בעצם הפתרון לבעיה זו? ובכן, צריך להבין שכאשר אנו נוקטים בשיטה מסוימת בכדי

סוד האהבה והשנאה

חבלים שנקשר לחבל העבה קובע בעזרתו ועליו ירד הפועל לקול תשואות הציבור אל הצלתו. שמעתי שמעשה זה אכן היה במציאות אך גם אם לא, היה כדאי להמציא אותו בתור מעשה מוצלחת שמוסר השכל רב יש בה.

אם נתקעת במרומי הקומה הרביעית ואין בנמצא אמצעי חילוץ אל תזלזל בכל אשר יש לך, זכור! אתה בתקופת "שנאה" היא תחלוף. אל תתיאש, אל תאבד עשתונות חשוב בקור רוח על פתרון. אמת, חוט נילון דקיק שנוצר מפרימת גרב אינו אמצעי חילוץ ואינו פתרון כלל וכלל, ואף על פי כן יש ובעזרתו תגיע לחוט אחר יותר עבה ויותר חזק שגם הוא אינו אמצעי חילוץ ראוי אך גם הוא יכול להביא אותך לשלב הבא והוא יביא לשלב הבא אחריו והוא כבר כן אמצעי ראוי להצלתך. אל תזלזל, אל תשמוט מידך את החוט הדקיק כי בלעדיו לא תגיע לבאים אחריו ולא תתקדם. אל תתיאש! נסה בכל שבידך, אל תחפש פתרון מוחלט, אל תשאף בבת אחת אל המקסימום. יתכן ואינך יכול לפתור את כל הבעיה אך מה שיש לך עשוי להוביל אותך למצב אחר טוב יותר. פתרון ביניים יוביל למצב של פתרון מוחלט. אל תאבד עשתונות התקדם משלב לשלב עד שתשוב ותתקומם תשוב ותשגשג.

"שבע יפול צדיק וקם ורשעים יכשלו ברעה" (משלי כ"ב, ט"ז). הצדיק נופל יותר מאשר הרשע. הצדיק נופל שבע פעמים ורשעים ברעה אחת. כל אחד מבין שהרשעים הם רשעים באשר נפולים הם, שרויים בנפילה מתמשכת, אינם מנסים לקום, וצדיק נופל וקם נופל וקם.... אך הוא קם בסופו של דבר ולכן הוא צדיק. דע לך שכל תקומה מביאה למצב יותר גבוה מאשר הייתה בו לפני הנפילה. בכל תחומי החיים יש מקום למסור השכל זה, בודאי ובודאי שבחיי זוגיות יש עליות וירידות, התקרבות והתרחקות, אור וחושך, גאות ושפל בקשר הזוגי. זו המציאות אין לשנותה או להתעלם ממנה יש לחיות איתה ולנצלה לתועלת.

כשטוב ונעים יש לבנות בסיס איתן, קשר וחבור אמיץ שכאשר יפגעוהו החבטות והשפל לא יבטלוהו לגמרי. אפשר לדבר כשטוב ונעים על ירידה אפשרית ולהתכונן לקראתה לכשתבוא, להבין שזו מציאות קיימת ולא מציאות בחיירת.

בזמן השפל יש להזהר שבעתיים מלהרוס ולהחריב. יש להזהר מדיבורים פוגעים או ממעשים שמקורם בשפל ולא במקור אמת. לא להעליב, לא להצהיר הצהרות שליליות, עקרוניות וערכיות. להמנע ממעשי נתוק בפועל. יש להמשיך את הנהגות החברות והקשר אפילו באופן רוטיני, כמצוות אנשים מלומדה, בדפוסי התנהגות חיוביים אפילו שאינם באים מנקודת אמת פנימית צרופה של קשר וחברות.

דעו והודיעו שאתם מצפים ומתכוננים לתקומה מחודשת, אפשר להתנצל על תקופת השפל הזמנית המקשה על התפקוד להצהיר על האמונה שאחר הלילה שוב תזרח השמש ואור ינגה עליכם ועל חייכם ויאיר את החיים בכלל ואת הזוגיות בפרט באור נעים ורך, זה האור האמיתי....

תנודות- עליות וירידות הן חלק בלתי נפרד מפילוס הדרך במשעולי החיים. בכל מעשי האדם הוא חווה תחושות של עליה, שגשוג, סיפוק והצלחה של מיצוי יכולותיו. יש והתחושות מתהפכות והוא אפוף אדישות וחוסר עניין, שעמום, מונוטוניות, דעיכה- ירידה וכדומה. בספר הישר המיוחס לרבינו תם מכוונות התקופות הנ"ל כ"סוד האהבה והשנאה" כלומר יש והאדם מרגיש אהבה כלפי עצמו וכלפי העולם כולו ויש והרגשתו הכללית שנאה. רבנו תם ממליץ "כי צריך לבעל העבודה להכיר בתחילת עבודתו כי האהבה והשנאה נלחמות שתייהן פעם תגבר האחת ופעם תגבר השניה" צריך אתה האדם הפוסע בשבילי החיים לדעת שזו המציאות ואין לשנותה יש לחיות איתה ולהתמודד בכל מצב לפי הנדרש ולכן "אין צריך בתחילת עבודתו להיות חושש אם יקוץ בה כי זה זה משפט האהבה בתחילתה כי תגיע לתכלית ידועה ותחלד ואחרי כן תשוב ותתחזק ותתחדש כנשר" אל תחשוש ומפילה אל תנסה למונעה היא בא תבוא אך גם תעלה ותחלוף. "ואחרי כן אם תחלש האהבה ותכבד השנאה אל יהי נואש בעבודה רק ידע כי לקץ הימים תחלוף". גם כשנפלת אל תתרסק, אל תאבד את שכבר השגת, חכה ותחווה שוב צמיחה ושגשוג.

רבינו תם מוסיף ומשיא עיצה מעשית "ועל כן צריך המשכיל בראותו כי תכנס השנאה בליבו ויקוץ בעבודה לבל יניח כל המעשה ואל יאמר אניח הכל ואתה ואחרי כן אחזור אליו כי אם יניח הכל יאבד מידו ואם יחזיק ממנו במקצת לא יאבד". אל תעזוב! החזק בכל כוחותיך בקיים ואפילו אם אינך יכול כרע להתקדם באופן זמני כי בימי שנאה אתה מצוי- אל תסוג לגמרי עמוד במקומך חכה בסבלנות. אתה עתיד לחזור ולשגשג. אל תתרסק, אל תתיאש כי אם תעשה זאת תוכל להמשיך להתקדם אך אם תחזיק במצבך אפילו ללא התקדמות תוכל להתעשת ולחזור ולהתקדם ולהעפיל במסילתך. שמעתי מעשה שהיה הוא מאלף במוסרו, וכך היה: בנין עמד בבניתו ותוך כדי בניה התמוטט חלק חשוב ממנו, נוצרה אנדרלמוסה ומהומה ותוך כדי כך הבחינו העומדים למרגלות הבנין הפועלים שנשאר לכוד על בדל רצפה שנותרה בין שני קירות בקומה הרביעית ודרכו אל המדרגות התמוטטה. לא היה באפשרותו להחלץ משם. מיד החלו לטפל בחילוץ, זה מיעץ להביא מנוף גבהים ואחר מסביר שזה לא שייך באשר הריסות הבניין לא מאפשרות ליצבו. אחר מציע חילוץ בעזרת מסוק וגם הוא נדחה באשר הדף כנפי המסוק לעולים למוטט לא הקירות הרעועים ממילא. זה בכה וזה בכה ופתרון לא נמצא. פתאום הגיע פועל אחד מלמטה וצעק לחברו בשפה זרה מספר מילים, ולעיני כל הנאספים חלץ הפועל הלכוד את נעלו פשט את הגרב פרם אותה לחוט נילון דקיק וחלש, ובעזרת מבו קטנה שמששה כמשקולת החל משלשל את החוט כלפי מטה. לחברו משיא היעצה היתה בכיס פקעת של חוטי סימון בהם משתמשים הבנאים בעבודתם, והוא קשר את קצהו לחוט הנילון הדקיק ולאט לאט כשכל הנאספים עוצרים את נשימתם משך הפועל הלכוד את החוט כלפי מעלה, לחוט הסימון קשרו חבל חזק ואף הוא נמשך בעדינות אל על כמה בעלי יוזמה הכינו סולם

נקודה למחשבה

מאת: מרית עוזרי
מנחת נישואין ומשפחה וחברה באיגוד י.נ.ר.
טל' 08-8506810 נייד: 051-675189

אתגור

הוא מרכז הקשר בינו לבין.
כאשר אני מכבד את בן הזוג
אני קשוב לרגשותיו ולא צו של זוגי
וגם אם אפסתי נתיב ואף נאוכח
אם אלו החיים אעולם הזוגיות הנצח.

וכמוכן לא יזיק לראות בבן הזוג גבר
כי אז אכל הבקשה קל יותר להגבר.

אגבר רצין ועצור גם כשלא נח
ומקשיבים לרגשי איכו גם כשלאין כוח.
אגבר קל יותר אומי: טעמי, סוגיה,
ומחשיבים את היום כגוי ובשמחה.

הגבר שומע פגוע ביקורת ויותר עידוד
וגדה או אומרים על כל מעשה וביקור.
אז אשומת לכנס קול את הדברים
והגומס לבן הזוג אפגוע כמו גברים.
והי רצון שברכך מרומים
לשכון בביתנו כל החיים.

זוגיות טובה זה מפעל גייס
על אף שבדרך יש הרבה קשיים,
כל אחד מאתנו בא מרקע שונה
ואיך עם האגר את הבית בונה.

האב קצת מרגיש ויש לעשות
האם יגשמו ציפיות ובקשות?

ישנה ציפיה לעזרה הדדית
ושכל בקשה גבוהה מיידי.

אכל אחד יש את משאלת האב
שיתצבו לצידי בשעת משבר וכאכל.
עזרה בבית מילך יודים
תמיכה, ומשמח את הדדיים.

אך אם נשאיר את הציפיות בצד
ונשא זוגיות טובה הכיזר?
אז נשכיל ארעם שבשום חיים
מסגרתו כל מצינות הבית והצולאים.
כבוד הדדי, הקשבה והבנה

שידוכים - סיוע והכוונה לפנויים/ות במציאת בן/בת זוג.

מיועד לציבור: החרדי על כל גונו, דתי לאומי והמסורתי
מטרת המרכז להעניק סיוע והכוונה לפנויים/ות במציאת בן/בת הזוג.
בעזרת צוות אנשי מקצוע המתמחים בתחום הנישואין והמשפחה
המלווים את בני הזוג ביעוץ, הדרכה והכוונה עד לנישואין

ניתן להרשם באופן עצמאי דרך אתרינו www.ynr.co.il

לפרטים: 02-6433232

e-mail: mesima.bishnaim@ynr.co.il



סוגיות אולטרא

מיקוד מיוחדת לנישואין שניים

שרותי מוקד י"נר

- ייעוץ והכוונה בנושא זוגיות ומשפחה.
- ייעוץ הלכתי או משפטי בעניני בתי דין רבניים בישראל.
- הנחיית הורים וייעוץ חינוכי.

בימי א'ה' בין השעות: 10:00-18:00
מוקד לילה בין השעות: 18:00-24:00

מוקד ינ"ר - יעוץ נישואין ראשוני.

מוקד התנדבותי ארצי ליעוץ אישי זוגי ומשפחתי.

המוקד נותן שירות ארצי בהתנדבות לכלל האוכלוסייה

בנושאים אישיים זוגיים ומשפחתיים, ע"י הנחיה ויעוץ ראשוני,

הפניה לאנשי מקצוע המומחים בתחום בכל הארץ לפי אזור מגורי הפונים.

המוקד בפיקוח ועד רבנים ואנשי מקצוע מומחים ומטפלים בתחום הנישואין והמשפחה.



חדש במוקד! - פורום לשו"ת בנושא נישואין ומשפחה "שאל את המומחה" באתרינו www.ynr.co.il

ת.ד. 16130 ירושלים מיקוד. 91161 Email: moked@ynr.org.il



מכון אליה

מרכז רוחני ללימוד מקצועות ההלכה

- לימוד תורני, סיפוק רוחני ורכישת מקצוע יהודי!
- הסמכה לתואר רב שכונה
- הסמכת משגיחי כשרות
- הכשרת פרקליטים (טוענים) רבניים
- הסמכת סופרי סת"ם

מסלול לימוד אישי עם תמיכה או קבוצתי בכיתת לימוד.
התקשר וקבל שיעור דוגמא ללא תשלום

טלפקס: 02-6428782 רח' הסביון 16 ת.ד. 26205 ירושלים
אימל: elyah@bezeqint.net



דרושה

שדכן/נית מקצועית

בעלת מאגר של פנויים/יות

דתיים / חרדים

עם ידע ואפשרות גישה לאינטרנט.

לפרוייקט מעניין ומאתגר

לעבודה מהבית בשעות הערב.

לפרטים: 02-6433232 פקס: 02-6422432

e-mail: mesima.bishnaim@ynr.co.il

השבועון לבית היהודי

"מרוזה לצמא"



יוצא במבצע הכירות
מיוחד במינו!!!

בסך 9 לחודש בלבד!
(לחודשיים הראשונים)
לחותמים על טופס מגוי
בכרטיס אשראי

השבועון איש המספרה, אדריג הבית לבני הצויים ואילי היק.

יש הקונה עולמו בחתימה אחת

לפרטים ודרשמה: מלכה לב 02-5810490



19 שנות
נסיון והצלחה

סיפורים אפטיים

בנה קינך

מחלקה מיוחדת
למ"פ מחו"ל
למען צמצום התבוללות

יעוץ והכוונה לנישואין ♦ לגילאים השונים ♦ לכל גוויי היהדות הדתית מכל רחבי הארץ

לכל רמות ההשכלה והעיסוקים ♦ אפשרות ללא ידיעת המועד/ת ♦ אחוזי הצלחה מרשימים ♦ יחס אישי ♦ סודיות מוחלטת

טלפקס: 02-6242428

ירושלים: רח' המלך ג'ורג' 12 קומה ב'

טלפון: 08-6283263

באר שבע: רח' הפלמ"ח 71 (בסמטה)

רמת גן: מגדלי התאומים בנין 1 קומה 7 חדרים 732-733 (רח' ד'בוטינסקי 33) טלפקס: 03-6133010

טלפון: 06-77614024

ניס (הרביירה הצרפתית):

טלפון: 06-79933570

פריז:

www.bne-kincha.co.il Email: shiduchim@bne-kincha.co.il