

בשורה משמחת!!

ספר שלום הבית
שכולם ציפו לו
יצא לאור וניתן
לרכוש אותו
ישירות מהרב
פ"ל-
0543359848

פרשת בשלח
מפטירין:
ותשר דבורה

ניתן לצפות
ביוטיוב,
בשיעורים של
הרב אליהו
יעקב שליט"א,
שלום בית
פנימי!!

שלום בית פנימי

ע' 625- לגישור ויעוץ לפני ואחרי הנישואין הרב אליהו יעקב 0543359848

ע"ג: מר' הרב עובדיה יוסף בן גורג'יה
הרב יורם אברג'ל, לוי בן יוכבד
נג'יה בת נעימה, דניאל בן חתון
מתוך בן נג'יה, סבה בן סלימה
סעדיה סעיד בן נג'יה, דוד בן נחמה
סביחה סלחה בת טובה, אורן בן פרידה
דוד בן גורג'יה, יצחק בן נעימה
שרה בת נעימה, נג'י בן נעימה
אסנת בת ירדנה, אברהם בן בלנקה
דוד בן מזירה, מרים בת לונה ויקטוריה

לרפואה ולהצלחה!!

תמיר בן משה, אברהם בן סולמנה
משפחת יעקב, משפחת חמרה
יונה בת לונה, טוהר בת אסנת
דוד אשר, שאול סלם, ערן בן ציונה רחל
ששון בן סביחה, אברהם בן שרה
לירן בן יונה ומשפחתו, שי בן תמר
דניאל בן ג'וליה, אברהם חי בן לולו
שמואל יצחק שי בן חנה, מאור בן חנה
רונית בת דליה, שלמה רפאל בן יוכבד

לפייסה ולשפר את הרגשתה באמצעות הסברים והצדקות, לכן טורח להסביר לה מדוע היא אינה צריכה לכעוס ולחוש פגועה ממעשיו. גם כאן אין לו מושג כלל עד כמה תירוציו והסבריו גורמים לה להרגיש מתוסכלת וחסרת ערך על עצם זה שגורם לה לחוש שאין לה שום הצדקה וזכות להיות נסערת. באמצעות גישה בלתי תומכת זו, הוא מעביר לה מסר משפיל וכאוב- "לא אכפת לי מהרגשות שלך", "את נסערת מידי", "מכל דבר את עושה עניין", "את מתוסכלת ולא צודקת בתגובות שלך, לכי לטיפול וכו'". על מנת שהאשה תהיה ערוכה לשמוע ולקבל את תמיכתו, היא זקוקה תחילה שיבין את כאבה ותסכולה ולהצדיק את הסיבות למרירותה. רק לאחר שיתמוך בה ויזדהה בכאבה, היא תהיה ערוכה לקבל את עצותיו. לכן הוא חייב להקשיב ולהתעניין בכנות בחוויותיה ותסכוליה, למרות שהם נשמעים לו שטותיים, ילדותיים ולא רציניים, בלי לבטלן או לזלזל בהן חלילה. ורק לאחר שהיא תחוש נאהבת ונתמכת, היא תהיה פתוחה לשמוע ולקבל את עצותיו מתוך הבנה והכלה. שינוי גישה זו לשני בני הזוג דורשים תרגול ושינון אך ודאי שניתנים לביצוע. **לסיכום:** קיים דחף באיש לבטל את רגשות האשה באמצעות הסברים שהיא אינה צריכה להיות כעושה ונסערת כפי שהוא למוד, אך זה גורם לה בדיוק למצב הפוך, כי היא בנויה מראשיתה היפך ממנו. **ב.** תגובות האיש לצורך מתן הסברים על מעשיו, מבטלים למעשה את רגשותיה וגורם לה לחוש חסרת תועלת **ג.** על מנת שהאשה תעריך את תמיכתו היא זקוקה תחילה שיבין לליבה ויצדיק את כאבה, וזה יגרום לה לקבל את תמיכתו. יתכן מאוד ששלילת רגשותיה מפאת פחדיו- מפני שהוא חש מותקף ומואשם כאשר היא משתפת אותו בתסכוליה. בעיקר כאשר היא מאשימה אותו במצוקותיה או כאשר היא מוציאה רגשות באימוציות חזקות. לכן על האשה להבין ולנסות לקבל את העזרה שלו, כי למעשה בהסבריו הוא מנסה להוציאה ממצוקתה שלמעשה זה מצוקתו. לעומת זאת דרך השכיחה שבה נשים גורמות בלא יודעין לוויכוחים ומחלוקות, כאשר הן בלתי ישירות בנוגע לרגשותיהן. **נקדים-** קיימת טעות בקרב נשים לא להביע באופן ישיר את אי הסכמתן או אכזבתן מהתנהגות האיש

טבע האיש לתמוך באמצעות שלילת רגשות האשה ולפסול את נקודת הראות שלה, כי הוא סבור שכך יוכל לתמוך בה ולשחרר אותה ממצוקותיה. אך במציאות מגלים בחוש שגישה זו מעצימה את תסכולה וכאבה. **עומק העניין-** כאשר האיש משתף את רעיו בקשיו, הם תומכים בו באמצעות שלילת רגשותיו וביטול בעיותיו. הם גם מחזקים את בטחונו באמצעות המעטת בעיותיו כמו- "זה כלום", "אתה חזק", "זה יעבור", "זה קטן עליך וכו'". מכאן מובן מדוע כאשר האשה מוציאה תסכולים וכאבים, האיש תומך בה באמצעות שלילת רגשותיה, כי כך הוא תומך ורגיל שיתמכו בו. נדמה לו שבאמצעות המעטת רגשותיה יצליח ליישב את דעתה ולהרגיעה, ואינו תופס עד כמה זה מכעיס, מתסכל ומקומם אותה יותר. למעשה הוא אינו מודע שהיא בנויה בטבעה היפך ממנו ורק באמצעות העצמת כאבה והצדקת רגשותיה עשויה להירגע וליישב את דעתה, וזה **סוד יקר!! לדוגמא-** כאשר האשה משתפת את בן זוגה בחוויה או במאורע מסוים שריגש או הכעיס אותה במיוחד, כך היא תגובתו- "אין לך מה לדאוג", "מה את עושה מזה עניין", "זה שטויות", "אין לך מה להתרגש", "להילחץ וכו'". תגובות תמיכה מעין אלו כאשר האיש שומע אותם מידידיו, נשמעות די ידידותיות ומרגיעות. אולם בעיני האשה זה מעיד על חוסר רגישות, זלזול ופגיעה בנפשה ובנשמתה. **דוגמא נוספת:** כאשר האשה כעושה בעניין מסוים והאיש מנסה להרגיע אותה ולשים קץ לכאבה כך הם פני הדברים: "את לא צריכה לכעוס, את רגישה מידי, תפסיקי להיות ילדותית, מכל עניין קטן את עושה ענין גדול וכו'", ולאחר מכן מציע פתרון מעשי לבעיה ומצפה שירווח לה וישחרר אותה ממצוקתה. כלל לא עולה על דעתו עד כמה התייחסותו בביטול רגשותיה פוגע בה, מזלזל בה ומוריד לה את הערך העצמי בעיניה ובעיני בן זוגה, כך בכל אופן היא מרגישה. **יצוין-** שהאשה לא תירגע ולא תעריך את תמיכתו, אלא רק לאחר שיצדיק את כעסה ותסכולה ויכיר בצורך הנפשי שלה לחוש כעושה, כואבת וצודקת, ובלי לשלול את רגשותיה וללא עצות ופתרונות. **נקודה נוספת-** כאשר האיש עשה דבר מה שהכעיס את האשה וגרם לה לחוש נסערת וכעושה, הדחף הראשוני שלו

כאשר הוא עשה דבר מה שאינו מוצא חן בעיניו. במקום לומר לו ישירות את מה שבעצם הרגיו או הפריע להו, הן מפגזות אותו בשאלות ובלא יודעין משדרת לו מסר של זלזול, פסילה והסתייגות מוחלטת מהתנהגותו. גם כששואל אותה- "מה לא בסדר"? היא עונה-"אתה יודע"! **לדוגמא:** כאשר האיש מאחר לביתו, במקום לתת ביטוי ישיר להרגשתה, היא מתחקרת אותו וכך הם פני הדברים: "איך יכולת לאחר לי", "מה אתה מצפה שאחשוב", "מדוע לא התקשרת וכו'". מובן שאין כל פסול בשאלה מדוע לא התקשרת בתנאי שהבקשה היא בכל הכנות לשמוע את הסיבה להיעדרות ולא כדי לשלול את טענותיו על מנת לשפוך עליו את תסכולה וזעמה. כאשר האשה עושה לו מניפולציה רגשית- כועסת וצועקת, תגובתה ונימת קולה מסגירים את כוונתה שאין היא מעוניינת בשום הסבר, אלא להבהיר לו שאין שום תירוץ או סיבה המתקבלת על הדעת לאיחורו. כאשר האיש מבחין בתגובות מעין אלו, הוא נחסם ונסתם וחש דחוי ואינו מעוניין להבין את אכזבתה וכאבה, כי הוא מרגיש רק את הסתייגותה וחוסר הבנתה במה שהוא עובר. הוא חש ברצונה הפולשני לחדור לתחומו כדי לחנכו וללמדו להיות בוגר ואחראי, ומרגיש נזוף ופגוע. מטבע הדברים הוא נהפך להגנתי, בלתי מתחשב ותגובתו בהתאם למצב רוחו, מפני שאין לה מושג עד כמה זלזולה והסתייגותה בהבנת מניעיו, מכאיבים לו ופוגעים בו קשות. **יוצא מכאן-** שבאותה מידה שנשים זקוקות לרגישות והתחשבות המצדיקים את רגשותיהן הכאובים, כך באותה רמה הגברים זקוקים לאישור ותמיכה חיובית של נשיהן כלפי רגשותיהם. ככל שהאשה אוהבת יותר, כך היא זקוקה לתמיכה והבנה יותר, וככל שהאיש אוהב יותר כך הוא זקוק לאישור ותמיכה יותר. ציינו בעבר שהאיש בטבעו פחדן וחסר בטחון להיכנס לכל מסגרת מחייבת וכל שכן למערכת נישואין כה מחייבת עבורו, מחשש שיכשל ולא יצליח במערכת הזוגית. פחדו כל כך עמוק שעשוי למנוע ממנו להשקיע במערכת הנישואין מחשש כישלון. לאישור והסכמה שהוא הגבר המוצלח והמוכשר ביותר בעיני כולם ובעיקר בעיני האשה, זכה לקבל כבר בתחילת התקומות הקשר. די במבט מיוחד אחד שאומר-"אתה הגבר שיהפוך אותי למאושרת עלי אדמה", "אתה הגבר המושלם שלי", "אתה הגבר שעליו חלמתי וכו'", משכנעו להיכנס לקשר כה מפחיד ומחייב עבורו. זאת הסיבה בעיקר שבגינה קיבל את האומץ להיכנס למערכת יחסים כה משעבדת ומחייבת עבורו, ומאז הוא בטוח שיוכל להשיג אישור יקר זה בנקל. לאישור חשוב זה הוא זקוק במערכת היחסים עבור בטחונו, גבריותו והערכתו העצמית, כדי שיוכל להעניק ולהשקיע במערכת הזוגית את המיטב. לכן גם אם האשה נפגעה ממנו בעבר, תדע לתת לו את אישורה ובעיקר כאשר נכשל, שגג או הזיד, כי זה מה שעשוי להחזיר לו את הבטחון והמוטיבציה להעניק לה את המיטב ולהוכיח לה שהוא ראוי לאותה הערצה ואמון. אולם חבל שלאחר הנישואין כאשר מתעוררים הבעיות והניסיונות, האשה שוכחת להעביר לו מסר ערכי ויקר זה, שכעת הוא זקוק לו יותר מכל זמן אחר. למעשה בעידודה היא מאשרת לו שהיא

מקבלת אותו כפי שהוא, וזקוקה לו בלי שום אינטרס וציפיות, אלא רק אהבה אמיתית וכנה. אולם כאשר האשה מונעת את אישורה והסכמתה להיותו הגבר המיוחד והמוכשר בעיניה, אין לה מושג עד כמה היא פוגעת בגבריותו, מכאיבה לו ומוכיחה לו שכל מטרתה רק להשיג יעדים ומטרות. בדרך כלל נשים מסירות את חיבתן מפאת שאינן מודעות לעוצמה ולכוח הטמון במסר יקר זה וכמה תהפוכות ותעצומות עשויים לחולל בנפשו, ולמעשה הרווח הראשון הוא שלהן. עצתי לאשה לפתוח את אלבום התמונות של תחילת ההכרות והנישואין ולהיזכר באותם זמנים, כי סביר להניח שהוא לא השתנה מכפי שהיה ועדיין ערוך ומוכן להעניק לה את התמיכה הראויה ולהופכה למאושרת עלי אדמה, אך זה תלוי במסר של האשה שהיא זקוקה לו ושהוא הבעל המושלם עבורה כפי שהוא ודווקא מנקודה חשובה זו יעשה הכל על מנת לרצותה. כדי שנתנתנו תהיה טובה ותפעל באופן חזק, חייבים לתת את מה שבן זוגנו צריך, זקוק ואוהב ולא את מה שאנו חושבים. לכן חובת בן הזוג ללמוד את התמיכה הראויה והנכונה של בן זוגו ולהשלים לו את חסרונותיו. **נקודה נוספת-** קיימת טענה נפוצה בקרב גברים, שנשיהן תלויות בהם ואינן מתפקדות כראוי, ולכן משעבדות אותם במטלות, בקשות ובעזרה לבית ולילדים ללא הרף, ואחרי הכל אינן מרוצות. בקשותיהן מתרבות וגדלות ומלוות בכעסים ומתחים קשים עד כדי שטעונים עדיף להתחמק בתירוצים ובשקרים כדי להיות כמה שפחות בבית ולא להיתקל שוב באשה. **נקדים-** כל אשה בנויה שכל מאוייה במשך 24 שעות ביממה למצוא חן בעיני בעלה כגון- ניקיון וסידור הבית, טיפול הילדים וטיפוחם, ובעיקר איך להיראות בעיני הבעל, עד לפרטים הקטנים שמבחינתו אינם משמעותיים ומעניינים כלל. כמו להתאים את צבע הבגד לכיסוי הראש, לנעלים ולצבע שבעיניים. מכאן מובן מדוע האשה משעבדת את הבעל ללא צורך מיוחד, כי קיים בה צורך נפשי רב לקבל חיזורים והערצה ממנו. כאשר היא אינה מקבלת כראוי, ביטחון העצמי שלה מתרסק ונהפכת לתלותית ומשעבדת אותו בבקשות וכו', בו זמנית שהיא מסתירה את כאבה העיקרי לקבל ממנו יחס וחיזורים. מכאן-האיש יבין כאשר האישה תובעת ודורשת מעל הרגיל ואינו מצליח להרגיעה ולפייסה, ידע שמאחורי הבקשות, מסתתרים כאבים ופגיעות על העדר התעניינות ויחס ראוי ומלבישה את כאבה בעיניי הבית, מחמת הבושה והחוסר נעימות. כאשר האיש אינו מודע לסוד נפלא זה, עושה את מטלותיו מתוך כפייה וחוסר ברירה רק כדי להיפטר ולצאת ידי חובה. הוא גם עלול לחשוב בטעות שהיא אשה רעה ושתלטנית שמטרתה לשעבד אותו תחתיה. מובן שאין זו כוונתה, אלא הוצאת תסכולים וכעסים על חוסר הערכה, כבוד וחיזורים מצידו. **עצתי-** לאיש להשקיע בפן הריגשי בנוסף לגשמי ויזכה: **א.** את בריאותה ותפקודה המלא **ב.** שחרור המטלות העודפות מעליו **ג.** מרפא לה את הנפש ללא יועצים. רק מי שיוודע לתדלק באופן הנכון את האשה, יגרום לה להרים את הבית ואותו בקלות. יש חיוב לאשה להעריך את הנתינה הגשמית ולעוררו לצרכיה הרגשיים והנפשיים, **שבת שלום ומבורך.**