

**בשורה
משמחת!!**

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

שלום בית פנינו

**פרשת בלק
מפטירין:
והיה שארית**

**הצהרה!
למען הסר ספק,
מכשיר הפ"ל
נוקיה פשוט,
המספר להודעות
סמ"ס בלבד
לצורך עבודתי,
ובאישור הרבנים
שליט"א!!**

לרפואה ולהצלחה!!

משפחת תמיר מן משה, צדוק בן נג'יה
משפחת יעקב, משפחת דוד
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

ע' 645 - לגישור ויעוץ לפני ואחרי הנישואין הרב אליהו יעקב 0543359848

היא בבחינת עשיית טובה, מחווה וחסד, כי כך הם בנויים בטבעם בעיקר שכך הורגלו בילדותם ובפרט נרקיסיסטים. זה היפך הנשים שבנויות לעשות את תפקידיהן ומטלותיהן ברצון ומרגישות שלמות, מסופקות ומאושרות, למרות שיש יוצאות דופן. מכאן מובן- שבמידה והגישה שלה תובענית וממורמרת, הוא יחוש נשלט וחייב, מיד לבו נסגר ויעניק לה את המינימום כדי לצאת ידי חובה, ימצא סיבות, שקרים ותירוצים עד שיפסיק לחלוטין. לכן עצתי שתתנהגי בחכמה ובגישה עדינה ותעבירי לו הרגשה שהוא אכן עושה לך טובה ומחווה, ובדרך זו תוציאי ממנו את המיטב ועלייך נאמר- "חכמות נשים בנתה ביתה וכו'", היפך מזה- "אולת בידיה תהרסנו". יתרה מכך- גברים זקוקים יותר מכל לחוש, שנשיהן זקוקות ותלויות בהם, כי זה מה שהופך אותם לבעלים גאים ובטוחים בעצמם להעניק להן את המיטב. אמנם טבע הנשים לסמוך ולהישען על בעליהן [אלא אם נכספו למכשיר הטמא] וזו היא בעצם גאוותן וביטחונן שיש להן על מי להישען. הרגשת בטחון זו למעשה מחזקת את גבריותם וביטחונם להעניק לאשה יותר מעצמם. במידה וגברים זוכים להערכה וסמכות מנשיהן [כפי שקבלו בתחילת הקשר] כעת יהיו מוכנים להציע את תמיכתם בלי שנתבקשו וימסרו נפש עבורן. סיבה נוספת מדוע נשים מאריכות בהסברים לבקשתן- קיים להן פחד פנימי להידחות, בעיקר אם ראו או חוו נטישה בילדות. לכן הן סבורות שאם יבקשו באופן קצר וענייני, לא ירדו לסוף דעתן וייווצר הרושם שהן תובעניות ואינן מסתפקות במועט וידחו. אולם ההיפך הוא הנכון- כשהאיש שומע בקשה באופן ענייני, הוא בטוח שיש סיבות טובות לבקשה, וכשאת עורכת רשימה הוא מרגיש שעליו למלא אחר הדרישה וחש כפוי וחייב. התוצאה- חש מתופעל ומתמרן, מיד נפגע ונחסם. עצתי- לקצר בהסברים ולהעביר לו הרגשה שמעניק לך מרצונו החופשי כמחווה ולא כאל דבר המובן מאליו. במידה ויבקש הסבר לבקשה, קצרי ודברי ענייני ותעבירי לו תחושה כנה שאת סומכת עליו שיענה לבקשה. מעשה באחד שטען שאשתו התהפכה מאשה עדינה ומקבלת לתובענית וממורמרת. כאשר בדקתי את הנושא מתברר שהאשה קיבלה העצמה אישית ממקומות אסורים ונהפכה לגבר

ציינו בעבר שהזדהות והכלה אחת מצד הבעל במצוקות האשה, היא ריפוי עצום בפני עצמו ששום אדם לא יכול להעניק לה וגם הרב והמגשר הדגול ביותר, לא יכולים לתת לה תמיכה רגשית ברמה ובעוצמה כזו, כי היא זקוקה דווקא מהבעל ככתוב- "אל אשר תשוקתך והוא ימשול בך". כלומר הבעל מושל בה וכל תחושותיה ורגשותיה תלויים בתמיכה זו. בטיפולים- כאשר אני מבחין שהאשה מתוסכלת ומיואשת ואיבדה אמון בבעל והוא זורק את הכדור אליי על מנת שאשכנע אותה לתת הזדמנות נוספת, אני מחזיר אליו את הכדור חזרה ומסביר לו שרק הוא יכול לשכנע אותה להזדמנות חדשה, כי היא זקוקה לאמון דווקא ממנו ולא ממני ולא משום אדם אחר. במידה והוא נחסם ואינו מצליח לשכנע אותה, אני עורך לו מספר טיפולים כדי להחזיר לו את בטחונו ומלמדו כיצד לתמוך בה באמת ובכנות ואזי היא חוזרת לשפיותה ומשתכנעת. דרך האשה להאשים את האיש בתסכוליה ואכזבותיה כי אין לה כתובת אחרת שסומכת ובוטחת אלא בו. כמו כן דרכה להרחיב בהסברים כאשר היא זקוקה לעזרה או תמיכה כל שהיא, כל שכן אם היא התאכזבה ממנו בעבר. עצתי- לנשים לקצר ככל האפשר בהסברים וסיבות לצורך בקשתן, לגשת ישירות לעניין ובהזדמנות אחרת להיפתח יותר באופן ריגשי ולבקש את תמיכת הבעל באופן ישיר ולא לערב כעסים ותסכולים בזמן הבקשה. עצתי- לגברים להבין ולהכיל את נשיהן בזמנים שהן נפתחות ומוציאות רגשות שליליים, בלי לחוש אשמים וללא עצות ופתרונות, כי הוצאת תסכוליהן אינם בהכרח קשורים אליהם למרות שהיא מאשימה אותם במצב, כי בדרך זו היא משתחררת. יתכן שבעקיפין יש להם חלק במצב, כתוצאה מחוסר יחס, זלזול והתעלמות מרגשותיה, אך כעת הצורך הנפשי הרב שלה ליזכות להקשבה והזדהות בכאבה ללא עצות ופתרונות כאמור. על האיש לרדת לסוף דעתה על מנת להעניק לה תמיכה טובה וכנה בזמן הוצאת תסכוליה. סיבה נוספת להתנהלות הנשים באופן עקיף- הן חושבות שאם ינהגו באופן ישיר, עלולים הגברים לחשוב שהם עושים להן טובה ומחווה לכן מאריכים בסיפורים. אכן צדקתן זו תפיסת הגברים. **עומק העניין**- נתינה והעניקה מצד הגברים

בבית והפכה אותו לאשה. ברמת העיקרון איני מתנגד לאשה שתקבל העצמה ובמקרים מסוימים גם אני אישית מעביר העצמה כדי להציל את הבית מפירוק. אולם תכלית ההעצמה כדי להעניק לאשה עצות וכלים על מנת להרים את עצמה במטרה להעצים את הבעל ולא להתנצח עימו ולהוכיח לו שהוא לא מוצלח וחסר ערך. לא אכחיש שיש מקרים יוצאי דופן שצריך לגרש ומצוה לגרש ואני מעודד את הזוג להפריד את החבילה. כמובן כשטיפלתי בזוג ולא מצאתי שום פתרון ולטובתם וטובת הילדים פסקתי להתגרש ושלחתי את האשה להעצמה וטיפול רגשי כדי שיעברו תהליך גירושין בבטחה עם מזעור נזקים משני הכיוונים. כידוע כולם יודעים להינשא ומעטים יודעים לגרש בצורה מכובדת ומכבדת. יש לי המון סיפורים על זוגות שהתמודדו נפלא עם כל הקושי, עד שהאשה קבלה העצמה מבורות נשברים ופירקו את הבית. יצוין שכל זוג וגם הבעייתי ביותר, אם אין מעורבות רגשית מהחברה, מההורים או מבני המשפחה, בסופו של דבר יתמודדו ויצליחו כמו שהיה דור אחד קודם. אולם לצערי בדורנו ההורים הם המחנכים והם המגרשים וכמעט ואין בחירה לזוג ובהמון מקרים הצלחתי לגשר בין הזוג וההורים פירקו את הבית רחמנא ליצלן. נציע מ' טיפים לאשה לבקשת תמיכה נכונה ללא העצמה: **א.** לדבר ישירות. **ב.** לקצר בדיבורים **ג.** להשתמש במשפטים של בקשה ולא ציווי. כגון: "אתה מוכן, אתה רוצה, אתה מעוניין, אתה יכול וכו'". רצוי להוסיף בסוף הבקשה- "זה ישמח אותי, יקל מעלי, יעשה לי טוב, אעריך מאוד וסומכת עליך וכו'". לכאורה מדוע האשה חייבת לבקש תמיכה בעוד שהיא מעניקה לילדים ולבעל בלי שיבקשו? נשים בנויות עם בינה יתרה לדעת דבר מתוך דבר את צורכי הזולת, לכן מגישות את עזרתן בלי שיבקשו מהן במפורש. אולם גברים בנויים בצורה שיכלית וקיים בהם נכות רגשית להכיר בצורכי אחרים. לכן חובתה לבקש כל דבר ואפילו בדברים קטנים של מה בכך. יתרה מכך- גם על הדברים הפשוטים שגברים עושים מתוך שיגרה, יש לתת להם עידוד והערכה על מנת שימשיכו להעניק, כי עבורם שום דבר לא מובן מאליו. למרות שהאשה בנויה באופן שעושה את מטלותיה בקלות וכמובן מאליו. יצוין- כאשר האיש מקבל הערכה טובה ומרגיש שמעשיו רצויים, הוא יגלה נכונות להציע את תמיכתו בלי שיבקשו ממנו, מאחר והוא בנוי בטבעו אנוכי ועצלן ובעיקר שכך חונך בילדותו, לכן זקוק לעידוד והערכה מרובה, כי זה בונה את בטחונו ומוציאו מאנוכיותו לקום וליזום מעצמו. האשה ביחס לבעל בדרך כלל היא זריזה ולא מפונקת, לכן מעניקה בטבעיות מתוך רצון, כי זה מקור לשמחתה וגאוותה ובעיקר שכך חונכה בילדות. לכן חובת האשה לעודדו ולקבלו כפי שהינו ובפרט בדורנו החיצון שרוב הגברים נרקיסיסטים כאמור. יתרה מכך- גברים בטבעם מעניקים מעט ומצפים להערכה מרובה ונשים בטבען נותנות המון ומצפות להערכה מועטה. בנקודה עמוקה זו נשים שונות מגברים אך יזהרו מלעשות השוואות בין נתינתן ביחס למה שמקבלות, וגם לא לעשות השוואות בין הבעל לזוגות אחרים, אחרת יאבדו מתנה

נפלאה זו ויפסיקו להעניק כבתחילה וחבל. מעשה בזוג שהגיעו אליי והאשה סיפרה כשהבעל מתעורר משנתו והולך להתפלל היא מסיימת כמעט את משמרת העבודה. שאלתי מה הבעיה? ענתה- "מה פירוש, עד שהוא קם סיימתי את העבודה". שאלתי- האם הוא מעריך את המאמצים שלך וכו'? ענתה- כן. אמרתי לה- שהיצר התלכש בה כי ערכה השוואה בינה לבין וזה הוריד לה את החשק להשקיע. הצעתי לה שבכל עת שהוא מעריך את מאמציה תמשיך להשקיע ולתת אך ללא השוואות, והמוטיבציה שלה תחזור וכך היה. בעבר כשרעייתי התלוננה שאני קם מאוחר או מתפלל ביחידות, השבתי לה- "את יודעת מה עובר עליי? את יודעת מתי אני מצליח להירדם? אני צריך רעייה תומכת ומחזרת ולא רבי בבית, מיד שינתה כיוון והכל חזר למקומו ואשריה. **נחזור**- בנקודת ההענקה נשים שונות מגברים אך גם הן זקוקות להערכה וחובת הגברים להעניק להן. נשים שקשה להן לקבל את השוני הטבעי שקיים ביניהם, עצתי שתתחיל להעניק פחות [בפרט נותנת כפייתית] ולהתחיל להעריך יותר את עזרתו המועטה. כאשר הוא יחוש יותר נאהב ונערך, היא שוב תזכה לתמיכה ולעזרה מרובה. **זהירות**- לא לחזול כלל מלהעניק, אלא במידה שתוכל האשה בנקל להעריך כראוי את בן זוגה ללא עריכת השוואות בין נתינתה לנתינתו כאמור. חובת האיש ללמוד כיצד לתמוך ולהעריך את תרומתה המיוחדת ולא לזלזל ולחשוב שזה מובן מאליו או שהיא עושה את חובתה. נציין נקודה עמוקה נוספת מדוע האשה מבקשת באופן עקיף. כאשר האשה מעוניינת בקניות וכו', במקום לבקש ישירות את המצרכים, מתלוננת על חוסר בבית, מקרר ריק וכו'. מעוניינת בבגדים וכו', מספרת שאין לה מה ללבוש וכו'. במקום לומר באופן ישיר שזקוקה ליחס חיזורי וכו', מתלוננת עד כמה קשה לה בעבודה, בבית, עם הילדים וכו'. **עומק העניין**- מאחר והיא בנויה מצד הרגש, חשוב לה שהבעל ירד לסוף דעתה, יבין ויזדהה בכאבה יותר מאשר לספק לה את הצרכים הגשמיים שעליהם היא מתלוננת. מובן שגם הצרכים הגשמיים מהווים עבורה למקור סיפוק רב, אך בתנאי שלא ישמשו כתחליף לצרכים הריגשיים שהיא זקוקה להן יותר מכל. מכאן מובן מדוע האשה מאריכה בפרטים, כי באמצעות ההסברים שלה משתחררים לה ספקות, פחדים ותסכולים שמרגיעים לה את הנפש יותר ממילוי החסרונות הגשמיים, בתנאי שהבעל יעניק לה הזדהות והבנה וזה **סוד יקר**. יתרה מכך- היא מעוניינת יותר מכל- להרגיש שהיא נמצאת במקום בטוח ושיש לה על מי לסמוך בעיקר בזמני לחץ, חוסר וכו'. גברים שאינם מודעים לצורך שלה לפרוק ולהוציא רגשות שליליים, לא די שאינם נותנים לה את התמיכה הראויה, הם מפרשים בטעות את ההסברים והסיפורים כתרעומות ותלונות, לכן חשים נשלטים, מותקפים ומואשמים במצב. כלל לא עולה בדעתם שזה הוצאת פחדים ותסכולים על העבר וכמו כן על הלהץ והמתח בהווה ובנוסף על חוסר, הבנה והצדקה ברגשותיה מצד הבעל, שעשוי להועיל לה ולרפא לה את הנפש יותר מכל יועץ או נתינה גשמית אחרת, **שבת שלום ומבורך**.