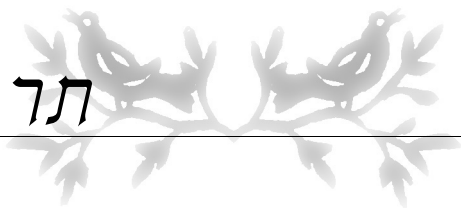


תרבות המחלוקת



השונות בין בני הזוג

בסיום הפרק הקודם עסקנו בתרבות הדיבור. לבסוף העלינו את הצורך ליצור דרך התפייסות קבועה, מתוך הנחה שהשונות שבין האיש והאשה יוצרת מדי פעם מתחים, וממילא הכרחי ליצור מתכונת להתפייסות.

עלינו להכיר במציאות עמוקה עוד יותר – למרות ששני בני הזוג החליטו להינשא, אין זה אומר שהם תמימי דעים בכל מה שהחיים המשותפים מזמנים להם. מהרה יתברר להם, לעיתים אפילו תוך תקופת ההיכרות שלפני הנישואים, שעם כל אהבתם, ויחד עם תמימות הדעים בנושאים עקרוניים רבים, עדיין ישנם נושאים רבים בהם דעותיהם חלוקות. כבר עמדנו על כך בפרק הראשון, וכאן ננסה לבאר כיצד ראוי להתמודד עם תופעה זו.

שאלת השאלות היא כיצד ליצור תרבות מחלוקת שתאפשר לבני הזוג לנהל חיי אהבה, למרות שלא יגיעו לתמימות דעים בכל העומד בפניהם.

קשה לאדם לצפות לפני חתונתו, מה הוא באמת מבקש מחיי הנישואין. ישנם דברים רבים שנעלמים מנגד עיניו והוא לא נותן דעתו עליהם. האדם לא מודע למכלול מרכיבי האופי שלו ושל זולתו. ישנם דברים רבים שסובבים את האדם, חלקם קשורים לאופיו, חלקם לסגנון החיים שלו ושל בית הוריו, והוא אינו מודע כלל עד כמה הם חשובים לו, ועד כמה הם אינם מובנים מאליהם לאדם אחר, למרות שאצלו הם כטבע שני. דוגמא: אדם שאוהב הזמנת אורחים, לעומת אדם שאוהב שקט והתכנסות פנימית; מנהגי אכילה שונים; תרבות בית ומגורים שונה וכדומה. יש דברים שנצפים כבר טרם הנישואין ומשתדלים להגיע בהם להסכמה, אך דברים רבים נחשפים רק לאחר זמן.

זאת עלינו לדעת: קודם הנישואין איננו מסוגלים לתפוס את כל מכלול המשמעויות של חיינו המשותפים. גם אם ננסה לנתח את כל הנתונים שלפנינו, לא נוכל להשיג אלא את קצה הקרחון הבולט מעל המים. נוסף לכך, אי אפשר לדעת מה נכון לנו בעתיד, כגון: יכולת ההולדה של שנינו, בריאות הילדים וגידולם, בריאות כל אחד מאתנו וכו'. אפילו מערכות היחסים בינינו – בין היחסים הגופניים ובין היחסים

הנפשיים, גם הן נתונות להתפתחות ולשינויים, וקשה מראש לנבא כיצד תתנהלנה לאורך השנים.

השונות תחל לתת אותותיה כבר בימים הראשונים שלאחר החתונה. לפתע מגיעים שני בני הזוג לבית משותף, למיטה משותפת ולכלל אורחות החיים המשותפים. כבר בימים אלו יכולים להופיע ניצנים ראשונים של שוני ביניהם. בדרך כלל בימים הראשונים בני הזוג אסורים בקרבה גופנית, לאחר חיי האישות הראשונים. מצב זה מקשה עליהם שבעתיים, וחשוב להיות מוכנים לכך.

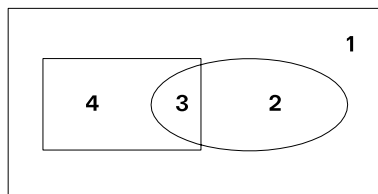
אין המגמה בדברים אלו ליצור תסכול ותחושת חוסר אונים ביחס ליכולתנו לבחור בן זוג. אל לנו להיבהל, המציאות אמנם מורכבת ולא ניתנת לחיזוי, ועל כן בהחלט ישנה אפשרות שיצוצו קשיים במהלך דרכנו המשותפת, אך עם קשיים עלינו להתמודד ואין אנו נרתעים מהם.

נראה, שעלינו לחפש אדם שנראה לנו כמתאים מבחינת התכונות והמידות שאנו מחפשים, שתהיה נשיאת חן חיצונית בינינו, ושיתאים לשאיפותינו. לאחר שבחרנו בבן זוגנו, נקודות מחלוקת כלשהן אינן צריכות למנוע את הנישואין. להפך, עצם ההנחה שתמיד תהיינה נקודות מחלוקת, מובילה אותנו לתובנה בעת חיפוש בן הזוג, שאין אנו צריכים למצוא אדם שידמה לנו בכל ושלא יהיו בינינו חילוקי דעות. דבר זה כמעט ואינו קיים ואף אינו נצרך. אנו יודעים שיהיו בינינו חילוקי דעות, אלא שצריך לבנות מודל לפתרון בעיות אלו ולהתמיד בניסיון לפותרן מתוך אמונה שאין דבר שאינו ניתן לפתרון.

על כן, כל מה שאפשר לברר וליישב לפני הנישואין עדיף, והשאר יעשה במהלך חיי הנישואין.

הסכם הנישואין

מוצע בזאת מודל לניתוח נקודות החיכוך האפשריות בין בני הזוג והדרך להתמודדות עימן:



מסמל את התחום המשותף של שני בני הזוג. היכן יחיו, מהו כיוון החיים שלהם? כגון: רמת שמירת המצוות בבית, האם יהיו צמחונים או אוכלי בשר וכדומה.

1

העולם האישי של האשה, אותם תחומים אישיים הנוגעים לחיים שלה בעיקר, כגון: מה תלמד, במה תעסוק, מי תהיינה חברותיה וכדומה.

2

העולם האישי של האיש, כגון מה ילמד, היכן יתפלל, במה יעסוק לפרנסת הבית, עם מי יתרוגע וכדומה.

4

מסמל את התחום המשותף בו חייהם האישיים משיקים אחד לשני, וממילא הם דורשים הכרעות משותפות מסוג אחר. כגון: ניהול ענייני הכספים, תפקוד חיי המשפחה בגין עיסוקיהם האישיים, מי יטפל בילדים במשך היום, מי ישתמש ברכב המשפחתי וכדומה.

3

כשיש יחס בריא בין שני בני הזוג, יש להניח שהם יתאמו ביניהם במידת האפשר עוד קודם לנישואיהם את התחומים הנ"ל. גם לאחר הנישואים הם ודאי ישתפו זה את זה בעולמו האישי של כל אחד מהם, וינסו ככל האפשר לנהל את ביתם באופן שיענה על מירב צרכיהם, מתוך ראייה משותפת שנותנת גם פתרונות אישיים לכל אחד מהם. אולם, ייתכנו מצבים שבהם אחד רואה מול עיניו את צרכיו האישיים המנוגדים לצרכי הזולת או את דעתו האישית השונה משל זולתו, או אז נוצרת המחלוקת אשר בה נעסוק בהמשך.

לגבי התחום האישי של כל אחד מהם, חשוב להבהיר – כל אחד לרעהו (האיש לאשה לגבי 2, והאשה לאיש לגבי 4), שזהו עולמו האישי והוא זכאי להכריע בו בעצמו. מובן, שכן הזוג יהיה שותף והוא ישמח להקשיב ללבטים, הוא ישמח ליעץ, לעזור, אבל לא להחליט. האשה תחליט לגבי עתידה בתחום האישי שלה, והאיש יחליט לגבי עתידו בתחום האישי שלו. אין זה נכון וכדאי שאחד מהם ינסה להפעיל לחץ על הזולת ליותר על דרך החיים האישית שלו. בן הזוג המוותר עלול לחיות כל חייו בתחושת החמצה שנבעה מלחץ חיצוני. מובן שזכות זו להכריע, טומנת בחובה גם את האחריות להכרעה – ולכן אין לאחד מבני הזוג להשליך אל זולתו את ההכרעה בעניינים השייכים לו עצמו.

שונה הוא הדבר, אם אחד מהם מוותר, אפילו על משהו מהותי, מרצונו החופשי, כדי לזכות בבן הזוג השני או בגלל שיקול אחר. אז הוא שקל את המחיר לוותרו והכריע מרצונו ליותר, ולא מחמת הלחץ של בן הזוג השני.

לגבי תחום 1 ו-3, חשוב מאד אם יוכלו בני הזוג לפני הנישואין, לדון ביניהם ולסכם ככל האפשר, את הניתן לצפות. על ידי כך הם יוכלו ליצור מערכת ציפיות מאוזנת בין שניהם. כמובן, ככל שסיכמו ביניהם ביותר עניינים והדברים יהיו מובנים וצפויים, כך ייקל עליהם לתפקד יחד לאחר הנישואין. מאידך גיסא, לא את הכל ניתן לצפות לפני הנישואין, ובמהלך חיי הנישואין צפות ועולות שאלות נוספות. בדברים הבאים נעסוק בדרכי פתרון המחלוקות המתעוררות במשך תקופת הנישואים.

הערה חשובה

לעיתים חשים בני הזוג או אחד מהם בהתפתחות אוירה של מתח. 'ריחה' של מחלוקת כבר עומד באויר. הדבר עלול לנבוע מהתפתחות מסוימת במהלך חיי המשפחה או מחמת חילוקי דעות כיצד להתייחס למאורע עתידי. לעיתים, בא זמן שאחד מהם חש שמערכת הציפיות שלו שונה משל רעהו, והדבר מביא אותו לאכזבה ותסכול וממילא למחלוקת ולעליית המתח ביניהם.

אין טעם להניח לדברים להתגלגל מאליהם, ואח"כ לנסות לאחות את הקרעים. עדיף להתרגל לזהות מצבים כאלה ולהתכונן אליהם כראוי, כמאמר הפתגם: בעל התושיה יודע כיצד להחלץ ממצב קשה שנקלע אליו, אך החכם שעניו בראשו, נמנע מלהיכנס לאותו המצב.

דוגמאות: ימי חופש קרבים, ולכל אחד מבני הזוג מערכת ציפיות שונה כיצד לנצל אותם. ראוי שישבו לפני כן ויתאמו ביניהם כיצד ינהגו, ועל ידי כך הם יפרקו הרבה מוקשים'. הם חשים שהתייחסותם השונה לאחד מבני המשפחה – לאחד

החותנים/ות, לאחד מילדיהם וכדומה – יוצרת מתח ביניהם. מיד ישבו וילבנו ביניהם את הדברים ויגבשו דרך התנהגות מוסכמת, גם אם לא אחידה. לא את כל המחלוקות נוכל למונע בדרך זו, אך ברור שעל ידי כך נוכל להפיג הרבה מהמתח, וזה עצמו דבר גדול וחשוב. אי אפשר לתאר איזו הקלה תבוא לבני הזוג ע"י דיון מוקדם זה, המברר להם מה הן נקודות המחלוקת שביניהם, ועל ידי כך הם יוכלו לגבש הצעות מעשיות כיצד לנהוג למעשה במצב זה של חילוקי דעות.

דרך התפקוד בשעת המחלוקת

כאמור, המחלוקת מצויה כמעט בכל בית. התורה מציגה גם את האבות ומשפחותיהם כשבביתם מצויות מחלוקות שונות – ללמדך שמציאות זו היא בלתי נמנעת. כשאנו מוצאים עצמנו בעין הסערה של המחלוקת, עלינו לפעול על פי כמה עקרונות, מתוך ההכרה שמגמתנו היא להמשיך לאהוב ולחיות תחת קורת גג אחת, למרות חילוקי הדעות שבינינו:

■ **המתנה עד יעבור זעם** – כדאי מאד בשלב הראשון 'לצנן' את המערכת. פירוש, להציע לבן הזוג השני להפסיק את כל התגובות ההדדיות ולתת לסערת הרגשות לשקוט. רק לאחר מכן להתחיל לטפל בעניין השנוי במחלוקת.

■ **עדיף לשקף את רגשותי ומצבי – במקום לשפוט את הזולת על התנהגותו וכוונותיו**, עדיף לשקף לשני את רגשותי ומצב רוחי. השיפוט של הזולת מקומם, והסיפור על מצב רוחי והרגשתי מעורר אצל השני אמפתיה.

■ **מי התחיל או מי אשם** – כשנוצר מתח, ובני הזוג חשים פגועים, אין זה משנה כלל מי עורר את המחלוקת או מי אשם בדבר. אין לכך כל משמעות, והבירור הזה לא יתרום מאומה לפתרון המחלוקת. יותר מכך – המחקרים מורים שכמעט תמיד שני הצדדים תרמו למחלוקת. אשר על כן, הבירור מי התחיל או מי אשם לא יועיל במאומה להשגת הפתרון וליישוב הסכסוך שנקלעו אליו, אלא עלינו לבחון בעיקר מה מעיק עלינו כעת, ולהתמקד בחיפוש הדרך לפתור מועקה זו.

■ **מי צודק ומי טועה** – במקרי מחלוקת בדרך כלל אין מושג של צדק מוחלט. כמתחייב מהשונות הבסיסית שבין בני הזוג כפי שתוארה בפרקים הקודמים, כל אחד מאיתנו רואה את המציאות על פי דרכו, ולכן עם אף אחד מאיתנו לא נמצא הצדק המוחלט. כשם שבהלכה אין מי שצודק ומי שטועה, אלא הולכים אחר הרוב, ו'אלו

ואלו דברי אלוקים חיים', כך גם במחלוקת בתוך המשפחה צריך לחפש פתרון יצירתי שאינו יוצא מנקודת הנחה שאחד מבני הזוג טועה והשני צודק. ככלל, הבית אינו בית משפט ואיננו מחפשים בו מי צודק ומי טועה, שכן תהליך כזה יביאנו לפירוד, ואנו הלא מחפשים את האחדות. לשם כך עלינו להרבות באהבה הדדית ובכבוד לאוטונומיה של הזולת, ולחפש דרך להתנהלות שלא תקומם אחד מאיתנו, אלא תאפשר לשנינו להמשיך ולתפקד יחד למרות השונות שבינינו.

■ **איננו מחנכים אחד את השני** – לא התחתנו כדי לחנך אחד את השני, אלא כדי לחיות יחד ולאהוב זה את זה למרות שאנו שונים. לשם כך עלינו לקבל את השני כמות שהוא. צריך להימנע ככל האפשר מעימותים הצומחים מחמת רצוננו 'לחנך' את זולתנו. מותר ונחוץ לומר לבן זוגי מה שפוגע בי ומה שמפריע לי, כמובן, בזמן הנכון ובאופן הנכון – זהו חלק מגילוי הלב הנחוץ לנו כל כך, אך לא נכון שנעיר לו כיצד עליו לנהוג בתחומים אחרים שאינם פוגעים בי, אלא אם כן הוא רוצה בכך או שמדובר בדברים הפוגעים בהלכה או במוסר הכללי, וכפי שיבואר עוד להלן.

■ **מהו מקור הכעס** – בעת הברור שנעשה לאחר שנתגלעה המחלוקת, עלינו לקחת בחשבון שלא פעם הכעס אמנם התפרץ סביב אירוע מסוים, אבל סיבת הכעס נובעת מעניין אחר לגמרי. חשוב תמיד לנסות לחדור ולאתר את הסיבות האמיתיות שגרמו למחלוקת להיות כל כך טעונה מבחינה רגשית. דוגמא: הם מתווכחים אם לנסוע לאירוע מסוים, והיכוח הופך ל'מלחמת עולם'. אבל מתברר אחר כך שהכעס סביב נושא זה לא נבע מהתנגדות לנסיעה הזאת, אלא מכך שהאחד מרגיש שאין להם זמן פנוי המיוחד לשניהם במשך השבוע. לרוב, מאחורי הכעס נמצאת פגיעה, בן הזוג פגוע ממשוהו מסוים, ובמקום לדבר על תחושת הפגיעה שנראית לעיתים כקטנונית, הדבר בא לידי ביטוי בכעס.

לעיתים, המשברים והכעסים נובעים ממערכת ציפיות נכזבת, ואז צריך לחשוף את אותן ציפיות ולטפל בהן. דוגמא: האשה התחתנה עם בן ישיבה מתוך רצון להקים בית של תורה, ולפתע הוא פונה למסחר כדי שהפרנסה תהיה מצוייה, ובקושי מקדיש זמן ללימוד תורה וכדומה. במקרה כזה, יש לרדת לשורש הבעיה ולאתר את מקור האכזבה של הזולת ואז לערוך תיאום ציפיות מחודש. אי אפשר במצב זה להסתפק בטיפול בסימפטומים החיצוניים של אותה אכזבה, ולטפל רק במריבות המתפרצות סביב נושאים שוליים.

דרכים לפתרון המחלוקת

אחרי שהסרנו את כל המכשולים ובררנו לעצמנו את יסוד המחלוקת בינינו, אנו צריכים לנסות להתמודד איתה ולנסות לתת לה פתרון. חמישה שבילים לפנינו, ולכל אחד מהם יתרונותיו וחסרונותיו:

א. **שכנוע** – הדרך הפשוטה והטבעית ביותר היא לנסות לשכנע זה את זה. אכן, נמצא הרבה זוגות עסוקים בנסיונות שכנוע אין סופיים. אין לבטל נסיונות אלו, ולעיתים הם אף נושאים פרי, אך עלינו לדעת שבאותם תחומים בהם בדרך כלל מתעוררת מחלוקת בין בני הזוג, אין נטייה לאדם להשתנות. על כן צריך לקחת בחשבון שברבים מהמקרים האלו לא נצליח לשכנע האחד את השני, גם לאורך שנים. כשבוחנים את המציאות, נמצא, על פי רוב, שמחלוקות אלו הן על דברים פעוטים וחסרי ערך יחסית למהות חיי הנישואין בכלל. הם נוגעים בדרך כלל לאופיו השונה של כל אחד מבני הבית, ולכן קשה מאד לאחד לקבל את רצונו של הזולת. זוהי הסיבה שברוב המקרים סיכויי השכנוע אינם גדולים.

ב. **כח** – דרך אחרת היא דרך הכפייה, או הוויתור מאונס. בשתי דרכים מקבילות אלו השגת המבוקש היא על ידי שימוש בכח, פיזי או נפשי. אמנם השגת המטרה היא מהירה, אך עלינו לדעת שגם אם חיצונית השני ויתר, בלבו מצטברת טינה פנימית, ויום אחד היא תפרוץ בצורה שלילית. אנו שוללים דרך זו מכל וכל, עקב התנגדותינו לפתרון בעיות ע"י כח. מערכת היחסים בין האישה והאשה בנויה על אהבה ואמון, ואין בה מקום לשימוש בכח. גם במערכות יחסים אחרות השימוש בכח פסול, אך אין זה המקום להרחיב את הדיון בכך.

ג. **פשרה** – הדרך השלישית היא לנסות להגיע לפשרה. אמנם בפשרה אף אחד לא השיג את מלוא מבוקשו, אך לעומת זאת, אף אחד גם לא הפסיד לגמרי. זה יתרונה של הפשרה, ומאידיך גיסא, הקושי שבקבלתה. עלינו לקחת בחשבון שהכרחי להגיע מדי פעם לפשרה, זהו מרכיב הכרחי בחיים המשותפים. דוגמא: האשה רוצה לנסוע להוריה לשבת כל שבועיים, והאיש רוצה רק אחת לחודש, הרי שטבעי שיגיעו לפשרה כל שהיא, כגון: שיסעו אחת לשלושה שבועות וכדומה.

ד. **גישור** – הדרך הרביעית היא ששניהם ינסו להבין מהם האינטרסים של בן הזוג השני בנושא הנידון ביניהם. אם יצליח כל אחד להבין היטב מהם האינטרסים של הזולת, הם יוכלו לתור אחר פתרון שיתן מענה לאותם האינטרסים תוך כדי שמירת האינטרסים האישיים של כל אחד. דרך זו יסודה בתהליך הנקרא 'גישור'.

מעלתה היא, שאין היא מתעלמת מהצורך של הזולת, אלא לאחר שאנו מבינים היטב מה מציק לכל אחד מאיתנו ומה הם האינטרסים הגלויים והסמויים של כל אחד מאיתנו, אנו מסוגלים 'לייצר' פתרון שיתן מענה סביר לשנינו ובה יתרונה של דרך זו על דרך הפשרה שהיא בנויה על ויתור על חלק מהאינטרסים.

ה. **נתינה** – הדרך החמישית היא ויתור מתוך רצון. אחד מבני הזוג מבין שכדי לשמור על שלום הבית, ומתוך שהוא אוהב את בן זוגו, הוא מעניק לו את הדבר שהשני מעוניין בו, למרות שהוא רוצה או חושב אחרת, והוא מוותר בכך על צרכיו או על דעותיו.

בדרך כלל, ההתנגדות הפנימית לויתור נובעת מדרישת הצדק שיש באדם. האדם מרגיש, שהאמת והצדק צריכים לנצח, והוא מדמה לחשוב שהוא הצודק, ולכן קשה לו לוותר. צריך להבין שנישואין הם שלום בין שני בני הזוג, ואי אפשר לדבר בהם על 'צדק' מוחלט. מה שצודק לדידה אינו צודק לגביו ולהפך, אלא יש לדבר על נתינה הדדית¹. רק הויתור ההדדי יביא בסופו של דבר לשלום בית. מדובר כאן על ויתור של נתינה, בניגוד לויתור המוזכר בסעיף ב', שנעשה מאונס. כאן המוותר אינו מצפה לקבלת תמורה מהצד השני, אלא הוא נותן מפני שהוא אוהב. שכרו הוא האהבה עצמה והסיפוק שבנתינה. יש להניח כי אצל אנשים הגונים, וויתור כזה יוליד גם וויתורים מהצד השני. למרות שהוא נשאר עם התחושה שהוא הצודק, הוא מבין שכן זוגו בנוי אחרת, שהצורך שלו שונה, וששלום ביניהם כרוך בנתינה הדדית.

ברור, שהדרך החמישית היא המומלצת, אך יש להניח שלא פעם ינסו בני הזוג לנקוט בדרך השכנוע, וזה לגיטימי לפחות לנסות דרך זו. לא פעם הם יגיעו לפשרה או ינקטו בדרך המבוססת על עקרון הגישור. הדרך האחרונה יש בה חידוש, כי במקום המחלוקת, שהיא גורם מרחק, הופך אחד מבני הזוג את העניין לגורם מקרב, על ידי הנתינה.

הלכות בין אדם לחבירו ויישומן בין שני בני הזוג

כבר הזכרנו שמצות 'ואהבת לרעך כמוך' היא היסוד הראשון עליו מושתתים יחסי בני הזוג, אלא שכדרך בני האדם מתעוררים לא פעם קשיים בין השניים. ככל שאנשים קשורים ותלויים יותר זה בזה, הסיכוי להיווצרות חיכוכים ביניהם גדול יותר. עסקנו לעיל בתרבות המחלוקת. חלק גדול ממרכיבי המחלוקת נוגעים להלכות שבין אדם לחבירו. על כן, חשוב לבחון כיצד ליישם הלכות אלו בין בני הזוג.

הכתוב בויקרא² אומר: "לֹא תִשָּׂא אֶת אַחִיךָ בְּלִבְבְּךָ, הֹכֵחַ תּוֹכִיחַ אֶת עַמִּיתְךָ וְלֹא תִשָּׂא עָלָיו חֲטָא". התורה מורה לנו כאן שלוש הלכות – א. איסור שנאה בלב, ב. חובת התוכחה, ג. איסור נשיאת חטא. הרמב"ם בהלכות דעות³ מוצא בפסוק זה כמה משמעויות:

א. בהלכה ו' אומר הרמב"ם: "כשיחטא איש לאיש, לא ישטמנו וישתוק ... אלא מצוה עליו להודיעו ולומר לו למה עשית לי כך וכך". זאת אומרת, אסור לשמור טינה בלב, אלא חובתי להעלות בפני חברי כל דבר שמעיק עלי. מובן, שבן הזוג בכלל זה, כפי שכתבנו לעיל. זהו הדגש בפסוק "לא תשנא את אחיך בלבבך". שמירת הדברים בלב בלא להעלותם, עלולה לגרום להצטברות טינה, ולשנאה חס ושלום. המשך הפסוק מורה לנו שחובה לומר לחבר ממה הוא נפגע. וזהו סיום הפסוק – "ולא תשא עליו חטא" – אימתי לא תשא עליו חטא? אם תאמר לו במה פגע בך, כדי שיוכל להתנצל ולתקן את שעשה. אם לא תאמר לו, הרי שהשנאה נשאר בלבך ללא תיקון, והוא לא ידע כלל שיש בלבך טרוניה כלפיו ולא יתקן את שעשה. השאלה היא כיצד לומר את הדברים כך שיועילו ויקדמו את שני בני הזוג. אין להסתפק רק באמירה עצמה, למרות שגם זו כשלעצמה חשובה, מבחינת פריקת הדברים מליבו של האומר, אך אין זה מספיק. לשם כך הכתוב ממשיך "הוכח תוכיח את עמיתך ולא תשא עליו חטא" – באה התורה ודורשת לא רק שלא תשמור את הטינה בלב, אלא תוציא אותה בצורה כזו שהיא תקדם את חברך – צריך למצוא את הדרך לומר את הדברים כך שהם ישפיעו על בן הזוג השני, ושהוא יהיה מעוניין לתקן את אשר עיוות, ולא יאחז במעשים הפסולים שעשה.

אם כן, אם נפגעת, אני חייב למצוא את הזמן המתאים להעלות את העניין בפני בן הזוג, אך חשוב מאד לתכנן כיצד לומר הדברים כדי שייכנסו בלב השומע. על כך, לקמן.

ב. בהלכה ז' מביא הרמב"ם משמעות נוספת בפסוק הנ"ל: "הרואה חבירו שחטא, מצווה להחזירו למוטב". זהו סוג אחר של תוכחה. אין המדובר בפגיעה של חברי בי, אלא במעשה שלילי לכשעצמו, בין אם זו עבירה או כל מעשה שלילי. כשהאחד רואה אצל בן הזוג השני התנהגות שלדעתו אינה ראויה, בין בתחום קיום המצוות ובין בשאר תחומי החיים, הוא חייב להוכיחו. הגמרא⁴ קובעת שכל מי שיכול להוכיח את הסובבים אותו ואינו מוכיחם, אחריות החטא שלהם מוטלת עליו. זוהי מטלה כבדה מאד, והגמרא שם מאריכה בעניין. תוכחה מסוג זה חייבת להיות מאד רגישה, אחרת היא עלולה להשיג בדיוק את התוצאה ההפוכה. עלינו לזכור את דברי הגמרא: "ואמר רבי אילעא משום ר' אלעזר בר' שמעון: כשם שמצוה על אדם לומר דבר הנשמע, כך מצוה על אדם שלא לומר דבר שאינו נשמע"⁵. אם כן, לא תמיד נכון לומר כל דבר. כמו כן, צריכים לעמוד לנגד עינינו דברי התנאים במדרש ההלכה 'תורת כהנים' על הפסוק "הוכח תוכיח"⁶:

"אמר רבי טרפון: 'העבודה' (לשון שבועה, שהיו נשבעים בעבודת בית המקדש) – אם יש בדור הזה יכול להוכיח, (פירוש: אם יש בדורנו מי שראוי להוכיח, שהוא עצמו שלם ולא יאמרו לו: קשוט עצמך תחילה). אמר רבי אלעזר בן עזריה: 'העבודה' – אם יש בדור זה יכול לקבל תוכחת, (פירוש: אם יש בדורנו מי שיוודע לקבל תוכחה, שמוכן לשמוע תוכחות). אמר רבי עקיבא: 'העבודה' – אם יש בדור הזה יודע היאך מוכיחים, (כלומר, שיוודע כיצד לומר את הדברים, כך שיתקבלו אצל השומע). אמר רבי יוחנן בן נורי: מעידי עלי שמים וארץ, שיותר מארבעה וחמשה פעמים לקה עקיבא על ידי לפני רבן גמליאל, שהייתי קובל לו עליו, וכל כך הייתי יודע, שהיה מוסיף לי אהבה, (פירוש: רבי יוחנן בן נורי לא מנע עצמו מלהוכיח את רבי עקיבא בפני רבן גמליאל, מתוך ידיעה ברורה שרבי עקיבא אוהב את התוכחות, וכל תוכחה כזו רק מגבירה את אהבתו של רבי עקיבא לרבי יוחנן)".

לכאורה, דברי תנאים אלה פוטרים אותנו ממצות תוכחה. אם בימיהם כבר אין מי שראוי להוכיח, ומי שיוודע איך להוכיח, ומי שמוכן לקבל תוכחה – בימינו, לא כל שכן! המדרש מציג את רבי עקיבא, המוסיף אהבה לרבי יוחנן בן נורי לאחר כל תוכחה שמוכיחו לפני רבן גמליאל, כתופעה חריגה גם בין התנאים. אם כן, כיצד נקיים אנו מצות תוכחה? הלא דברי התנאים במדרש רוקנו לכאורה את כוחה של המצוה – מי מאיתנו ראוי להוכיח, מי יודע כיצד מוכיחים, מי מאיתנו מוכן לקבל תוכחה?

אכן נראה, שאנו חייבים לזכור כל הזמן את דבריהם בטרם ננסה להוכיח מישהו על דבר שעשה. מאידך גיסא, דברי הפסוק עדיין קיימים ומחייבים, ואי אפשר לבטלם בגלל

המדרש הזה. זאת ועוד, הלא גם הגמרא שהזכרנו מקודם שהיא מאוחרת למדרש הנ"ל, מחייבת את האדם לקיים מצות תוכחה בסביבתו הקרובה. לכן, בראות אחד מבני הזוג תקלה אצל רעהו, ודאי שהוא חייב לנסות להוכיחו. יתר על כן, הלא גם רגש האהבה מעוררו להציל את אהובו מתקלה, אולם הדבר צריך להיעשות בזהירות מופלגת – הסכנה הראשונה האורבת לפתחנו היא שתיווצר בבית נורמה של חיפוש פגמים הדדי. אם עיקר העיסוק המשותף של בני הזוג יהיה בחיפוש פגמים הדדיים, הדבר עלול ליצור אווירה של 'חברה לחיפוש חטאים', כאילו האדם העומד מולי כולו רק רע כל היום, וכאילו מטרת הנישואין היא לחנך ולתקן את בן הזוג. ברור שכל אחד מאתנו הוא אדם חיובי שיש לו גם כמה פגמים וחולשות, אך לא התחתנו כדי שנעמוד באופן תמידי מול בן זוגנו ונשמע ממנו על חולשותינו. צריך להיות איזון ברור בין שאר הנושאים עליהם אנחנו מדברים, לבין אותם משפטים העוסקים בתוכחה. כאותו איזון שיש בדמות בן הזוג שבחרתי, שוודאי הטוב שבו מרובה לאין שיעור מהשלילי שבו, שאם לא כן לא הייתי בוחר בו.

אם ישנם דברים המפריעים לי ואיני יכול לעבור עליהם לסדר היום, הרי שאני חייב לשוחח אודותם עם בן/בת זוגי, אך עלי לשמור על הפרופורציה הנכונה. לפיכך, גם אם מפריעים לי כמה דברים, אדבר רק על הדבר המפריע לי ביותר, ולאחר זמן, אוכל להעלות דבר נוסף וכן הלאה.

העניין השני – המוכח צריך לחוש מצד המוכיח "ים של אהבה" שבתוכו נקודה קטנה של תוכחה ולא להפך. הדבר הוא קריטי, כדי שלא יתערער בטחונו של המוכח באהבת המוכיח אליו כתוצאה מהתוכחה. על כן, כמות התוכחות היא מאד משמעותית. הכרחי לחשוב בכל פעם לפני התוכחה, האם זה חיוני להעלות את הנושא לדיון, והאם הוא הדבר החשוב ביותר, בו הייתי רוצה לעסוק.

יתר על כן – קודם לתוכחה צריך להכביר במילות אהבה ופיוס, כדי שבן הזוג יחוש היטב עד כמה המוכיח אוהב אותו ויהיה בטוח בכך, ורק אח"כ יעיר לו את הערתו. אז יש סיכוי שהמוכח יבין שהמוכיח אומר לו את הדברים מתוך אהבה ודאגה, ולא מתוך שמחה לאיד.

העניין השלישי – צריך להעמיד את הדברים מתוך הענקת התחושה שאין אתה מחשיב עצמך כטוב יותר. מי יודע, אולי גם אתה במקומו היית נכשל. באופן זה, התוכחה לא תהיה מתוך התנשאות, כביכול, שאתה טוב והשני רע.

בהלכה ח' מוסיף הרמב"ם עניין נוסף: "המוכיח את חבירו תחילה, לא ידבר לו קשות עד שיכלימונו, שנאמר, ולא תשא עליו חטא". זאת אומרת, למרות החובה להוכיח, אנו

חייבים לשקול היכן וכיצד לומר את הדברים, כדי שכן זוגנו לא יתבייש בתוכחה. על כן, ודאי שאי אפשר כלל, להעיר הערות תוכחה בפני אחרים; כמו כן, אין להעיר הערות בצורה מביישת.

בהזדמנות זו שאנו עוסקים בשאלת העלאת הביקורת בפני בן הזוג, נזכור גם את עניין המשוב החיובי – המחמאות, בו עסקנו בפרק ב' (הכרת הטובה). אין לשער את גודל התרומה למערכת הזוגית שלהם בכך שהם יודעים לשבח ולהעלות על נס את הדברים החיוביים שהם מוצאים זה בזה – במעשיו הטובים, בתכונותיו החיוביות וכדומה. כמבואר שם – לא מספיק שאתה חושב כך, אלא צריך גם להביע זאת בהזדמנויות קרובות. מובן, שככל שנרגיל עצמינו בנתינת משוב חיובי לבן זוגנו והדבר יהפוך לנורמה בבית, נוכל גם בשעת הצורך להביע ביקורת או להוכיח על דבר הדרש תיקון לדעתנו.

לא פעם אחד מבני הזוג הוא שקט, ביישן ואף חסר בטחון, ולאחר הנישואים – על ידי הענקת העוצמה והעידוד במלים מפרגנות על ידי בן הזוג השני, הוא מתעלה ומתחזק והוא מקבל בטחון ומגיע למקומות שלא חשב אף פעם שיוכל להגיע אליהם. מאידך גיסא, זוגיות שמלווה בביקורת תמידית עלולה לגרום לו לנבול ולאבד את האמון בעצמו.

'הווי דן את כל האדם לכף זכות' – עוד לפני שניגשים להוכיח את הזולת, צריך לחשוב היטב, האם באמת יש כאן מעשה שלילי. ייתכנו אפשרויות רבות ללימוד זכות על המעשה, כגון: א. שמא, אינך יודע את כל העובדות, ולכשתדע אותן תשתנה דעתך. ב. גם אם העובדות ברורות, שמא הדברים נעשו בשוגג. ג. גם אם העובדות ברורות, והדברים נעשו בכוונה תחילה, שמא היו כאן סיבות ומניעים, שאם תדען, תשפוט את כל המקרה אחרת. ד. גם אם ברור, שכל נקודות הזכות דלעיל לא קיימות במקרה שלפני – לפני שאני ניגש להוכיח את בן הזוג, עלי לזכור את כל דמותו של המוכח וכל נקודות הזכות שלו, ורק מתוך זכרון זה אני יכול להתייחס לאותו כישלון שעליו אני רוצה להוכיחו. זוהי משמעות הביטוי 'כל האדם' – כי הכשולן צריך להימדד על רקע האישיות הכוללת, וכל החיוב שיש באדם שנכשל.

דוגמא: האיש הלך לקניות, והוא מתאחר כבר זמן רב. באותה שעה התינוק צורח, והאשה לא מצליחה להרגיעו. בינתיים הטלפון מצלצל, והילד השני נפל בחוץ ונכנס צורח הבייתה כשפצע ברגלו. מרגע לרגע חמתה עולה. והנה הוא מגיע. היא אפילו לא מניחה לו להניח את הסל ופורצת בצעקות – איך הוא יכול לעולל לה כזאת. עוד רגע, כשתירגע ותהיה מוכנה להקשיב, היא תיווכח שהוא היה עסוק בעניין חשוב,

שהתעורר לפתע ללא תכנון מוקדם, ולא היה באפשרותו להודיע לה על האיחור. ברור, שאילו הייתה נשאלת על ידו כיצד לנהוג, ודאי שהייתה תומכת בכך, שיישאר ויעשה את המוטל עליו וכדומה. מכאן נסיק כי לפני שאני כועס על בן זוגי כדאי להתאפק ולשאול לפשר העניין. לעיתים, התשובה תחסוך את כל הכעסים עוד לפני שהם יצאו לאוויר העולם...

אשר על כן, קודם שאפנה להוכיח, אנסה ללמד זכות על בן הזוג השני, ורק לאחר שיהיה ברור, שהיה כאן כישלון שזוקק תוכחה, אוכיח בהתאם לתנאים דלעיל. הנה, אנו יכולים להיווכח כיצד הלכות אלו עומדות למבחן ראשון בין איש לאשתו. כמובן, באותה מידה, צריכה לימוד ובירור מצוות שמירת הלשון ועוד מצוות שבין אדם לחבירו.

הנקודות שהוזכרו לעיל, הן מאבני היסוד של מערכת יחסים תקינה בין בני אדם בכלל ובין בני הזוג בפרט.

מעבר לתנאי ההכרחי של לימוד והבנת הדברים, עומד בפנינו אתגר נוסף – להטמיע את הדברים בקרבנו. בברכות השחר אנו מתפללים – "שתרגילנו בתורתך". פירוש, לימוד התורה והבנתה הם התנאי הראשון, אך אין די בכך – אנו זקוקים עוד להרבה עמל, כדי שהדברים הללו יהפכו לחלק מיישותנו.

המרחק בין הבנת דבר לבין הפיכתו ל'טבע שני' של האדם, הוא גדול מאוד. הרבה הרגל ואימון דרושים לכך. אבל מי שיתמיד במאמץ, יזכה לכך, ויהיה זה שכרו.

הערות

- 1 כשם שהקב"ה "מוותר" על כבוד שמו למען השלום, וכמו שאמרו חכמים על פרשת אשה סוטה – גדול השלום, שהקב"ה ציוה למחוק שמו על המים כדי להטיל שלום בין אשה לאישה (סוכה דף נג ע"ב).
- 2 יט, יז.
- 3 פרק ו, הלכה ו-ט.
- 4 שבת, דף נה ע"ב.
- 5 יבמות, דף סה ע"ב.
- 6 ספרא, תורת כהנים פרשת קדושים פרשתא ב.