

בסייד | גליון 28 | חשון חססיז

כלים שלובים

כתב עת לענייני נישואין, חינוך ומשפחה

הארוחות ככלי גבוש משפחתי

הרב שמחה הכהן

כיצד להפוך את הארוחה למנוף ביחסי הנישואין

עלי זית

מאיר עשור

מחקר מקיף ומעמיק על תכונותם וסגולתם של עלי הזית

1-700-5000-65

המוקד הארצי התנדבותי להפניות
לייעוץ אישי, זוגי ומשפחתי

מוקד י.נ.ר

כלים שלובים

כתב עת לענייני נישואין, חינוך ומשפחה

העלון יוצא לאור ע"י איגוד י.נ.ר. יועצי נישואין רבניים בישראל (ע"ר).
מנכ"ל: מאיר שמעון עשור.
עורכת: טל נחום.
רכזי הועדה הרוחנית:
הרב חנוך חן גלזמן שליט"א
הרב דניאל עשור שליט"א.
עיצוב גרפי ואיור: יהודית מרילוס. 03-5744010

דבר המערכת

קוראים יקרים,

תקופת החגים הסתיימה ואנו עומדים בפתחה של שנה חדשה.

תקופה זו העלתה והומחה אותנו מעלה במימדים רוחניים: המלכת ה' למלך בראש השנה, הדדכות והיטהרות ביום הכיפורים וההסתופפות ב"צילא דמהימנותא" בסוכות.

רבים מרגישים לאחר תקופה מרוסמת זו כעין "צניחה" למציאות של שיגרת יום יום רגילה וחדגונית: החזרה ללימודים, לעבודה, לריצות והתיסרוטים.

כשחשבתי על כך בעצמי, איך אני חוזרת לתלם ולמסלול, עלה בי הפירוש לפסוק בתהילים (פרק כ"ד, פסוק ג'): "מי יעלה בהר ה' וחי יקום במקום קדשו" - לעלות להר ה' ניתן ואפשרי על ידי עבודה אינטנסיבית ומאומצת ודבקות במטרה, אך קשה הרבה יותר הוא "מי יקום במקום קדשו" - לאחר העליה להר ה', להישאר שם. לא רק להגיע לפסגה אלא לעשות הכל כדי להישאר בה.

לא קשה כל כך להרגיש התרוסמות רוח בתקופת החגים: תקיעות השופר, הידויים, הצום, התהלכות בנעלי בד, הלינה והאכילה בסוכה, כל אלו מסייעים לנו לעלות להר ה', להגיע גבוה מבחינה רוחנית, אך כעת עלינו לקחת את ההתרוסמות הזו, להתמלא בכוחות הרבים שאותם קיבלנו ולהשפיע אותם על שיגרת היום יום.

נכון הוא הדבר גם בזוגיות: הרבה פעמים ניתן להגיע לתחושה טובה של סיפוק: חילה טובה, התאמצות לנשיאת חן, הבלגה ומילות חיבה פה ושם מביאים את בני הזוג לתחושה טובה אותה ניתן להשיג גם בעבודה מאומצת חד פעמית. אך העבודה של חיי הנישואין היא לא רק להגיע לתחושה זו אלא להתמיד בה יום יום שעה שעה.

אני תקווה כי עלון זה יסייע לרוצים גם לעלות להר ה' וגם לקום במקום קדשו.

כתובת המערכת:

איגוד י.נ.ר. יועצי נישואין רבניים בישראל (ע"ר)

ת.ד. 9824 ירושלים מיקוד 91097

טל: 02-6412970 פקס: 02-6422432

כתובתנו באינטרנט: www.ynr.org.il

תגובות, הצעות, רעיונות ומאמרים

יתקבלו בברכה:

machon@ynr.org.il

כלים שלובים

כתב עת לענייני נישואין, חינוך ומשפחה

להצטרפות לרשימת המנויים ולקבלת העלון ישירות לביתך

02 6412970

ניתן להקדיש עם ברכה ליום הנישואין, יום הולדת או כל מאורע...

פרסם ותזוכא!

כלים שלובים - הפרסום שעובד!

קשר הנישואין

מאת: הרב שמעון שמש 052-2400999, 02-5857692
מרצה על ערכי יהדות, משפחה וחינוך / מנחה חתנים
מנחה נישואין ומשפחה.



בבניית רגשות, אין שימוש ישיר בחומר גשמי. אלא אם כן ישכילו להפוך את החומר לרגש: תכשיט זהב יוקרתי, אוכל משוכה, או מתנה ליום ההולדת, אינם אריחי בנייה, אלא הרגש שמלווה אותם. הדבר תלוי איך מגישים את המתנות הללו, וכמה רגשות טמונים בהם. פעמים, פרח בודד יספק חומר רב לבנייה, מאשר תכשיט יוקרתי ומשובץ ביהלומים, הדבר תלוי בכמות ועוצמת הרגשות שהוטמנו בנתינה: החיוך שמלווה, ההערכה שמביע הנותן, הם אלה שהופכים את הפרח או את התכשיט, לחומר רגשי לבניית קשר הנישואין. הפרח או התכשיט, מהווים רק אריזה, שעם הזמן יושלכו או יאבדו. אבל התוכן, "האספקה הרגשית" שבתוכם לא יאבד לעולם אלא יעמוד איתן לנצח בין נדבכי בניין הרגשות והקשר של בני הזוג.

זאת ועוד, אין שום בית חרושת או חנות שישפיקו חומר רגשי לבניית קשר הנישואין, כל זוג באופן עצמאי, חייב להכין את החומר בנוסח בית-אישי להמשך בניית הקשר שלהם. הכנת חומר הבניין לקשר הנישואין היא בבחינת "מעשה ידינו כוננה עלינו" כדבר אישי, המתוכנן תוך כדי הקפדה על איכות וטיב המוצר.

זאת נעשה על ידי הכרת הטוב, כבוד הדדי, מילה טובה, הערכה, אכפתיות, הזדהות למצבי-רוח, אמפטיה והקשבה וזאת מתוך מחשבה: איך אגרום נחת-רוח לבן זוגי? איך ארומם את מצב רוחו? איך אצליח לשמח את בעלי/אשתי? ובכך בונים נדבך על גבי נדבך, את בניין קשר הנישואין.

דבר אחד יש להשיג לפני הנישואין, או במהלכו: "חכמת הבנייה" ויידע הנישואין.

וזאת בכדי לדעת ממה יש להיזהר, כיצד ובמה אפשר לשמח, מה הן תכונות היסוד של איש ואשה, ממה יש להיזהר בליבון אי-הבנות וויכוחים. מה כל דיבור או מילה גורמים לבן/בת הזוג, מה גורם לדחייה, ומה מפתיע בצורה חיובית. וכן על זה הדרך.

ישנם מספר דברים בסיסיים שיש לדעת בכדי לגשת למלאכת בנייה, בקשר הנישואין:

- לקבוע זמן לשיחה יומית, ובה יביע כל אחד מה מקרב, ומה דוחה אותו.
- לגלות ערנות ואכפתיות למצבי רוחו של השני, ולהביע הזדהות רגשית ומעורבות במה שקורה לו.
- לפרגן על כל מעשה טוב, ולעודד את מעלותיו ותכונותיו של השני.
- "מותרי" להעלים עין מחסרונותיו של בן/בת הזוג. מתוך הבנה שאף אחד אינו מושלם. מוטב לחיות עם מעלותיו של השני, מאשר לחיות באכזבה מחסרונותיו.

מִן לְחֶכֶם וְיִחְכְּם-עוֹד... (משלי, טו) יש לדעת שלכל אחד מהנושאים הללו מתלווה חומר רב. ולכן כדאי ללמוד ולהתעניין עוד, על מנת להעשיר את הידע הדרוש, להמשך מוצלח בבניית קשר טוב יותר בנישואין.

בהצלחה!

מהי לדעתכם הגדרת: "קשר הנישואין"?
אין ספק כי מה שמגדיר את "קשר הנישואין" בין בני הזוג, אינו דבר גשמי: לא הבית שבו גרים, ולא דלת הפלדה, לא הסכמי עבודה ואף לא חלוקת תפקידים... טבעת הנישואין, חופה, קידושין וכתובה, הינם אמצעי הקניין, ייחוד והבדלה משאר באי עולם. המשפט: "הרי את מקודשת לי" פירושו: "את מובדלת ומופרשת מכל העולם, ומיוחדת רק לי, בקבלת טבעת זו מידי, וזאת כדת משה וישראל".

עם זאת יתכן כי התוכן והפנימיות שבנישואין, יכולים להיות מבני הזוג והלאה, וכמו שלעיתים ניתן לשמוע משפטים כגון: "אין בינינו קשר" או: "אנו לא מרגישים נשואים" לא תמיד מצליחים להסביר האחד לשניה למה הכוונה. ופעמים אף מתעורר זעם או תסכול אצל השני: "זכי מה חסר לך?" "שוב פעם קשר...?!" "היית רוצה שאהיה קשור/ה אליך בשרשרת...?!" ועוד משפטים מהסוג הזה. אם כן מהו באמת "קשר הנישואין"?

עלינו לדעת שעיקר הקשר בין איש ואשתו, ומה שמקשר אותם מעל ומעבר, הינו קשר הרגשי שביניהם. הרגשות של שניהם יחד, הם אלה שמעצבים את קשר הנישואין. זאת בכך שאם האחד משמח את השני או גורם לו נחת, הדבר מוביל ישירות לקשר הדוק יותר. וכאשר אחד מבני הזוג מתעלם-במודע או בלא מודע- מרגשותיו של השני, הדבר פוגע בקשר שביניהם. ללא טיפוח הרגשות; קשר הנישואין הופך להיות רדוד, אפור, ללא חיות, ואפילו משעמם. אם כך, קשר הנישואין = קשר רגשי.

ענידת הטבעת והקידושין, מקשרים את בני הזוג מבחינה הלכתית, עם התחייבויות של כל אחד כלפי השני, ככתוב בכתובה ובהלכה בדת ישראל. זהו הקשר שבונה את "מסגרת" הנישואין. קשר זה אפשר להשיג כמעט ללא עמל, עם מנין של אנשים, קידושין וכתובה, כוס יין וברכת מזל טוב. אך את הקשר הרגשי שבנישואין לא משיגים לא בענידת הטבעת, ואף לא בהחלפת שמות המשפחה וציונם בתעודות הזהות. את הקשר הזה אפשר וצריך להשיג בעמל. יש לבנותו מן היסוד, ביחד, בבנייה מתמדת. ורק כך הקשר מקבל משנה חוזק וחוסן. וככל שהזמן חולף והבנייה נמשכת, קשר הנישואין הולך ומתחזק.

כל בנייה, כידוע, דרושים חומרי בנין מתאימים, על מנת שהבית יחזיק מעמד לאורך ימים ושנים, וייתצב בגאון וחוזק מול שינויי מזג האוויר. כך גם בבנייה רגשית - דרושים חומרי גלם רגשיים כגון מחמאות, הודיה, הערכה, כבוד הדדי ועוד.



בסקר פרטי שעשיתי בין בני זוג על הציפיות ההדדיות של אדם מאשתו ושל אשה מבעלה, עלה הנושא של פעילות משותפת ועשייה שיש בה משהו מהיחודי. בתשובות לשאלות שהצגתי, עלו בין השאר המשאלות כי גם נושאים שוטפים ייעשו בצורה משותפת. בהקשר זה גם עולות כמה שאלות:

הארוחה, ואפילו התקדמו יותר והכינו עצמם לישון, אם זה בשעות הערב, או כבר פנו לעשיית 'שיעורים', אם זה בשעת צהריים. במקרה זה אכן גם היה זה מן הנכון כי הבעל יהיה שותף לעשייה בבית, יאכל יחד עם הילדים, ולא ימתין לאשה עד בואה.

בהקשר הזה צריך הבעל לדעת, בעיקר בשעות הנישואין הראשונות אבל לא רק- כיצד האשה חתייחסת לנושא האוכל, ובכן, מסתבר, כי בשונה מההתייחסות של הבעל לנושא האוכל, שרואה בו סך הכל משהו מאד טכני בעיקרו, של הזנה לצורך קיום, "שצריך לעבור אותו", על אף שזה לא מזיק שיהיה נעים וטעים... אבל בסך הכל צריך לעבור אותו, הרי לאשה יש התייחסות רחבה הרבה יותר לנושא האוכל ולהכנת האוכל. היא רואה בו לעיתים דבר מרכזי בחיי הבית ואחת החשובות שבמטלות שעליה לעמוד בהן. ואכן, חלק מהמטויבציה שלה להכנת האוכל, אינה רק מילוי תפקיד ההזנה המשפחתית, שהוא חשוב כשלעצמו, אלא היא רואה בכך כר מתאים לביטוי יכולתה, וגם מילוי חלק מהמטלות הבסיסיות שהיא מיחסת לעצמה. המגמה, שהיא מגמת חסד ביסודה, שאכן מצויה בעמקי נפשה, היא משהו שבורא עולם טבע בה מתחילת בריאתה. הפעילות בתחום ההזנה של בני ביתה, באה לידי ביטוי מהרגע הראשון בו היא ילדה את התינוק והיא מזינה אותו, כפי שהקדוש ברוך הוא ברא, והעניק לה את ההזדמנות לעשות חסד עם תינוקה מתוך התמסרות מלאה. נסיה זו אינה מסתיימת בשלב החיים הראשוני של התינוק, אלא ממשיכה בדרכים אחרות, בהתאמת המזון לכל אחד מבני הבית לפי גילו וצרכיו.

אבל לא רק הנטייה הטבעה בנפש האשה, אלא עצם העיסוק בהכנת האוכל ובכלל הכנת דברים למען הזולת, יוצרת צורך לחי שעוסק בכך, לקבל תגובות והיזונים חוזרים (פיזי-בקים). על כן, סביר מאד שגם אם איש היה מכין את האוכל ולא אשה, במידה רבה מאד היה מצפה לחוש כי אנשים נעים מהאוכל ושבעי רצון ממעשי ידיו. משאלה זו אופיינית אפילו לשף במטבח של מקום ציבורי. על אחת כמה וכמה שהדבר נחוץ לאשה שמכינה את האוכל, שהיא מחוברת לנושא בכמה וכמה נימים מקשרות ומחברות,

עובדה היא שעל פי רוב עצם האכילה יוצרת רגיעה: אנחנו למשל מזהים במקרים קיצוניים כי כאשר אנשים מצויים ברגעים של חמת, הם רצים לעבר המחווה או המקרר ושולפים מוצרי מזון וחטייפים מעבר לכמות הנדרשת להם וזאת משום שכנראה ההליך הזה מהווה עבורם גורם הרגעה והתפרקות ממתחים. כמו כן, רוב הסובלים מעודף משקל אוכלים בכמויות שבוודאי אינן דרושות לקיום גופם וזאת בלי ספק נובע מתיסכולים ומחילוי סיפוקים אחרים שחסרים להם. משמע שהאוכל הוא משהו שמתפרקים עליו והוא מרגיע.

על כן, כמובן שמן הראוי לנצל נטייה והשפעה זו של האוכל לטובה ולעשות אותו מכשיר שיתרום לקשר במשפחה. שהרי הבעל אינו רואה באוכל בזבוז זמן, והוא לא צריך לשבת במיוחד "רק" כדי לשוחח עם אשתו.

מאידך, כמובן שלא מן הנכון, וזה דבר שקורה לעיתים רחוקות, שהאשה תציע לבעלה, או שהוא מעצמו יעשה כן, שישג למקפיא, יקח את האוכל שלו ויחמם אותו לבד, גם אם הוא רוצה לעשות זאת מתוך התחשבות בה. זאת משום שהבעל עשוי לשכוח מי קנה את דברי המאכל, מי טרח להכין אותם, מי תיבל אותם, מי בישל אותם, והביא את המוצר המוגמר לצלחת. כמו כן, ההדגשה על כך שכל אחד אוכל לבדו, עשויה להיות ההיפך ממעשה קירוב, והדבר עשוי להביא לניכור ולכירסום בשיתוף.



עם זאת, נכון שהדבר ייעשה ברוח טובה ובנעימות ולא בכייתיות, ואין צורך לעמוד על כך כאילו זה דבר מחייב. מותר לגלות בכך גמישות, ולהפעיל שיקול דעת בכל מקרה לגופו. למשל, כאשר האשה נמצאת בלחצי עבודה, כאשר היא עובדת מחוץ לבית ויום אחד היא חוזרת מאוחר, במקרה כזה אין צורך להקפיד יתר על המידה, ומאד יכול להיות שהאשה אף מעדיפה שהבעל לא ימתין לה עם הסעודה. זאת על אף שהיא ממתינה לו תמיד. מסתבר כי במקרה חריג זה, היא היתה שמחה יותר אילו כאשר היא תשוב הביתה תמצא שבעלה וילדיה כבר סיימו את

למשל, האם נכון לאכול יחדיו, או שאין רע בכך שבשל העיסוקים השונים של השניים, שמכתיבים מחילא לוחות זמנים אחרים של כל אחד מבני הזוג, ינהגו בפרקטיות, וימצאו כל אחד את הזמן המתאים לו כדי לאכול, מבלי להטריח את השני ולכפות עליו את האכילה המשותפת. זאת כמובן מלבד שבת, שבה תמיד הסעודות משפחתיות במלוא מובן המילה. זה יכול לקרות באמצע השבוע, כאשר הבעל לומד בכולל מחוץ לעיר ומגיע הביתה בשעה מאוחרת, או שהוא חוזר מעבודתו בשעה לא מוקדמת. האשה, כאשר היא מגישה את האוכל לילדים, בצהריים, גם מרגישה נוח לאכול יחד איתם, וזה נראה בעיניה טבעי לגמרי. כתוצאה מכך, נוצר מצב שאת הארוחה העיקרית, כאשר הבעל סועד את ליבו בערב, עם בואו מהכולל או מהעבודה, ואולי גם אחרי 'מעריב', הוא אוכל לבד. ברור מאלי, שהיה מן הנכון, שאם אין הדבר מקשה על האשה באופן מיוחד, שהיא תסגל לעצמה סדר יום -סודר תזונה- שיאפשרו לה בכל זאת לאכול יחד עם בעלה. זה חשוב, משום שעל ידי זה יש להם עוד נקודות מפגש, על רקע של ישיבה בצוותא ומחילא עשיית פעילות בצוותא. מה עוד כאשר על פי רוב, אנשים רגועים יותר בעת הארוחה וניתנת להם הזדמנות לשיחה נוחה ונעימה.



הגמרא בסוף מסכת קידושין אומרת, שהאכילה היא דבר שסגולתו רבה לקרב אנשים, אפילו זרים. ומה שטוב בחוץ, בוודאי שטוב בבית, במקום שהקרב מועיל כל כך. ומאחר ויתכן שיש מקרים שבהם הנסיבות אינן מאפשרות לאישה להמתין עד הערב, ולעיתים הסיבה היא שלבעל אין שעה קבועה ומיועדת מראש לשונו הביתה, שעל פיה היא תוכל לקבוע לעצמה סדר יום, הרי היה מן הנכון שלפחות תשב לידי בעת הארוחה, ולעצמה תיקח משהו קל לאכול. כך שתתן בכל ההזדמנות למשהו שיהיה כמו ארוחה משותפת.

ככלל, ניתן לומר כי היה מן הנכון שבני זוג ישבו לארוחה משותפת לפחות פעם אחת ביום. שהרי



אולם, פה גם נדרש מהאשה שתזדרז להתיישב לשולחן כדי שבעלה לא יצטרך להתמודד עם רעבונם אחר יום עמוס ומפריך, ועם האתגר שמציב האוכל הכל כך טעים והמוגש כל כך יפה שאשתו מכינה. על כן עדיף שהאשה תהיה גם היא מודעת לקושי הטבעי של בעלה להתאפק עד שהכל יהיה מוכן, ותכין את מעטו ואת מעטה ואת מנת הילדים יחדיו במטבח ותוציא אותם בבת אחת, ואז היא תוכל להתיישב יחד עם בני ביתה אל השולחן, ולא יוצר קושי או לחץ על אחד מבני הבית.

כדי לתת לארוחות תוכן ומעמד מתאים, היה מועיל שהבעל יאמר איזה אימרה מתאימה ששמע היום בבית המדרש, כדי לתת לסעודה אופי יהודי.

בין הדברים שנוכח שיעשו יחד ראוי שינצלו את אותה שעה, לפעמים שעה קלה של שהות משותפת, כמו בשעות הארוחות, כאמור כדי לשוחח. גם לאחר שסיימו את הסעודה היה מן הנכון שהבעל לא יקום מיד ובבהילות, משום שהדבר עשוי לתת לאשה תחושה שבעצם המגמה של הליכוד המשפחתי לא השיגה את יעדה. לעומת זאת גם מספר מועט של דקות שיחה אחרי סיום האוכל, ישדרו לאשה כי ההשקעה באוכל השיגה את מלוא היעדים. וה"רווח" של הבעל יהיה נראה לעין.

נכון יעשה הבעל אם בעת שהוא קם מהשולחן, יקח לפחות את כלי אכילתו למטבח ויסיר את שאריות המזון.

בני משפחה שאוכלים עם הילדים, וחשים תועלת בכך, יהיה מן הנכון שיקבעו לעצמם פעם-פעמיים בשבוע לאכילה בלי הילדים, זה יכול להיות בשעות הערב אחרי שהילדים הלכו לישון, או בהזדמנויות מתאימות שיוכלו למצוא לעצמם לפי חיבנה וסדר היום המצוי אצלם.

מן הראוי שהבעל לא ישכח לשבח את מעשי ידי אשתו. הצורה הנכונה היא שלא די לומר כי האוכל טעים, אלא לדבר בפרוטרוט על המרכיבים המוצלחים, כמו "העוף היה חובשל מצויין", "האורז היה נפלא", וכדו' וכדו', זאת ניתן ללמוד מרבי ישראל מסלנט שאמר כי הגשמיות של השני זו הרוחניות שלי.

השבח חשוב כי הזכרנו שחלק מהמוטיבציה של האשה לטרוח כל כך בהכנת האוכל היא קבלת הוכחה על יכולתה. לעומת זאת, מניעת השבח על האוכל מהווה קבלת דבר בלי "לשלם" את תמורתו.



ואין טבעי מכך שהיא מצפה לתגובות והיזונים חוזרים. כתוצאה ממשאלה טבעית זו, היא עשויה להיות מאד לא שבעת רצון אם בני ביתה אוכלים במהירות את האוכל. היא סבורה כי בכך בעלה מאבד את תחושת הטעם, שהיא כל כך השקיעה בו.

עוד דוגמה של התנהגות שעשויה להציק לאשה ולהותיר אותה מאוכזבת, תהיה אם בעלה יעשה מנהג לעצמו להשיב לטלפונים תוך כדי ארוחה. התנהגות זו גורמת לה להרגיש כי היא טרחה והשקיעה, ואילו בעלה אינו טורח להנות מפרי עמלה ואינו שם ליבו לתוצאות של מעשה ידיו.

בעיקר כואב לה כי הוא לא משתמש בסעודה המשותפת ככלי לבנין הבית, אלא שקוע במחשבתו בעולם אחר: מה ששמע רגע לפני בטלפון, או בכתורות העיתון בו הוא מעיין תוך כדי הארוחה, וזאת במקום לתת את הזמן הקצר כשלעצמו, לאשה ולמעשה ידיה ובכך ליצור אמצעי יוצא מן הכלל לקישור וחיבור משפחתי, שעשוי להועיל גם אם בני הבית נמצאים מרבית היום כל אחד בעיסוקיו הוא.

כלומר שמציק לה, שעל אף שהבעל נענה חיצונית לצורך שלה לאכול יחדיו, הרי הדבר קורה רק פיסית. הוא נמצא כאן, אך ליבו במקום אחר, ומחשבתו מרחפת בעולמות שונים, רחוקים מאד מתחום המחשבות והעניין של אשתו.



בעל שיינה בתבונה ויותר על התעסקויות אחרות בשעה הלא ארוכה של האוכל, ימצא שהוא קונה עולמו בשעה קלה. והשקעה בזמן הקצר גם תתגלה כמשתלמת במישור המעשי ובחסכון הזמן. שכן האשה שתחושה מסופקת ורוויה בצורך בקשר המשפחתי, לא תחפש אותו על ידי הטרדות ותלונוות, שלא תמיד הוא מבין את מקורו, אבל אם יעמיק יבין כי הם לא נועדו להטריד אותו, אלא שזו הדרך שלה להבטיח את רגעי הקשר הנחוצים לה על פי הטבע שחנן אותה בו הבורא לטובת בנין הבית.

בהקשר זה יש להוסיף כי מן הנכון הוא, שכיוון שחלק מהמוטיבציה של הבישול היא יצירת הקשר המשפחתי, היה נכון ראוי ומתבקש שהבעל לא יחמר להתחיל לאכול, בעוד האשה עוד טורחת רגעים אחדים נוספים במטבח, אלא ימתין לה באורך רוח, עד שתגיע גם היא לשולחן. אחרת היא עשויה לחוש שהיא שוב לבד. לעומת זאת, על ידי המתנה של רגעים אחדים, שגם מכבדת אותה, היא חשה שהיא משיגה את המטרה העיקרית שלה בכל טירחת הכנת האוכל המוטלת עליה, וגם רושמת לעצמה כי בעלה מודע לכך והוא רואה עצמו חלק מהעניין, כאשר בעצם זה החלק שלו במעשה האכילה. האשה שיש בו נכונות טבעית לעשות הכל במלוא ההתחשבות, מבקשת את המעט הזה, שהבעל יהיה חלק מהעניין על ידי שיאכל בתשומת לב ראויה את מה ששקדה להכין.

למה דווקא זית מכל העצים? הלא זה עץ קטן וכלל אינו מרשים.

נכון קטן הוא העץ אך פלאי פלאים דווקא זה הצנוע חי מאות בשנים. הוא אומר הצנעה שווה עוצמתה ואין טוב מעץ הזית שיבטא את מהותה.

אבל מרים הם אלו עליו והפירותיו?

לפני עיבוד וכתושה אכן הם מרים, אך אשר יופק ממנו ראוי לשולחנות מלכים ומזור לחולים.

במקרא נזכר הזית לראשונה בסיפור המבול, כאשר שלח נוח מן התיבה את היונה, חזרה אליו ובפיה עלה של זית - ותבא אליו היונה לעת ערב והנה עלה - זית טרף בפיה - (בראשית ה, י-א).

גם בני ישראל בכבשם את הארץ מצאו בה את הזית ; - והיה כי - יביאך ... אל הארץ... לתת לך... כרמים וזיתים אשר לא - נטעת - (דברים ה, כ-י-א).

הזית, כידוע הוא אחד משבעת המינים שנשתבחה בהם ארץ - ישראל, ועל שמו היא נקראת ; - ארץ זית שמן - (דברים ת, ת-). על שיעור תפוצתו של הזית אנו למדים מהעובדה, שדוד המלך מינה אחראים על עצי הזית ועל אוצרות השמן אשר לו - ועל הזיתים והשקמים אשר בשפלה בעל חנן הגדרי ועל - אצרות השמן יועש - (דברי הימים א, כ-ז, כ-ח). שלמה המלך נתן לחירם מלך צור עצי הארזים לבניין המקדש; - עשרים כר שמן כתית שנה בשנה - (מלכים א, ה, כ-ה).

במקרא מסופר, שמארץ - ישראל היו מייצאים זיתים (שמן - זית) גם למצרים - ושמן למצרים יובל - (הושע י-ב, ב-). ובמקום אחר; - מה היו השבטים עושין היו משלחין שמן למצרים (איכה רבה פ-ה, ד).

עץ הזית היה נערץ בשל תפארתו, רעננות עליו הירוקים תמיד וחוסן שורשיו החודרים גם לתוך הסלעים. ירמיהו הנביא מתארו כך ; - זית רענן יפה פרי - תאר קרא ה - שמך - (ירמיהו י-א, ט-ז).

הזית בשימוש הרפואה.

השימוש הרפואי בעלי הזית היה ידוע כבר במצרים העתיקה, אך האזכורים הראשונים של צמח זה בספרות הרפואית התחילו להופיע רק באמצע המאה הקודמת. בסביבות שנת 1850 הופיעו תיאורים של שימוש בעלי הזית לטיפול במצבים של חום גבוה וקדחת, אולם רק לאחר כמה עשרות שנים הצליחו חוקרים איטלקיים לבדוד את החומר הפעיל של הצמח - אולאורופאין (OLEUROPEIN) וגילו כי חומר זה מסוגל להפחית את לחץ הדם. כך, צמח המרפא שהיה ידוע מימי התנ"ך, זכה להתגלות מחדש והוכיח את יעילותו במגוון של שימושים תרפויטיים.

השימוש בעלי זית מעורר אנרגיה, תחושת עליו ותחושה כללית טובה. הוא טוב לאנשים החיים בלחץ מתמיד ורגישים עקב כך להתקררויות

תכופות ולפגעי וירוסים אחרים. על השימוש להיות ממושך, כאמצעי מניעה.

השימוש בעלי-זית מונע את חימצון הכולסטרול הרע (LDL) ומונע כך פגיעה בכלי-הדם הכליליים של הלב. גם זיהומים קשים ביותר, כמו נגיף איידס (HIV) והרפס (HERPES), מגיבים לטיפול בתמצית עלי זית ללא תופעות לוואי. בניסוי שנערך בארץ הוכח שהטיפול יעיל גם נגד חיידק הסטרפטוקוקוס (STREPTOCOCCUS).

במקרה של טיפול תרופתי לחדירת חיידקים לגוף, מסייעת תמצית עלי הזית על ידי כך שמחוררת את קרום תא החיידק. הפגיעה גורמת לפריצת החומרים התוך-תאיים בחיידק, כמו אשלגן, זרחן וגלוטמט (GLUTAMATE) מתוכו ובכך מאפשרת לתרופות לחדור לגוף החיידק הבלתי מוגן ולנטרלו

במחקר שנערך באוניברסיטת מסינה באיטליה, לגבי השפעת השימוש בתמצית עלי זית על בריאות הלב, הודגם כיצד האולרופאין מגביר את זרימת הדם ללב, על-ידי הרחבת כלי-הדם שלו והורדת לחץ-הדם.

חוקרים אחרים קבעו כי תמצית העשויה מעלי העץ מגבירה את זרימת הדם בעורקים כליליים ובעלת השפעה אנטי-ארייתמית (נוגדת אי-סדירות בקצב הלב). בנוסף לכך, הסתבר כי הצמח מסייע במניעת עוויתות בשריר החלק של דופן המעי.

החומר הפעיל בעלים ובעץ כולו, הוא חומר בשם אולאורופאין, זו חומצה אלנולית המקנה לעץ ולמוצריו טעם מריר, המגן עליו מפגעי הסביבה, כמו נזקי חרקים וחיידקים. חומר זה מצוי גם בשמן הזית רק שבעת עיבוד זיתים ירוקים ושימורם מורחק מהם חומר זה.

תכונות הלאורופאין אנטי חד-תאי (נוגד חיידקים), אנטי-ספסטי (מחטא) חזק, מגן על הלב, אנטי-ויראלי (מדכא זיהום נגיפי). אנטי-בקטריאלי (קוטל חיידקים ו/או מעכב צמיחתם) ואנטי-פטרייתי.

במיוחד חשובה תכונתו האנטי-בקטריאלית, מהחזקות יותר בעולם צמחי המרפא נגד התפתחות חיידקים עמידים בפני-אנטיביוטיקה.

כבר בשנות 60-ה המאוחרות דיווחו החוקרים, כי החומר המופק מתמצית עלי הזית - החומצה האלאנואית (אחת מחומצות האמנו המרכיבות את החלבון) - הצליחה לחסל את כל סוגי הוירוסים שנבדקו בניסוי. בין כל נגיפים שנחקרו, בלטה פעילותו של הצמח נגד וירוס ההרפס ווירוס השפעת.

עלי הזית מכילים גם ביו-פלאבונואידים שונים. פלבונואידים, הינם תרכובות גבישיות, דמויות ויטמינים, המצויות בשפע ובמגוון גדול בצמח ומעניקות לו את צבעו. הפלבונואידים פעילים כנוגדי חימצון,

משתחררים רעלנים רבים מהגוף. על מנת למנוע זאת יש לשתות, תוך כדי כך, כמויות גדולות של מים זכים. ישנם מקרים בהם תגובת הגוף להשתחררות הרעלנים היא תשישות, שילשול, כאבי ראש, כאבי מפרקים ושרירים ותופעות הדומות לאלו של שפעת. במקרה זה יש להפסיק את השימוש בתמצית או להקטין את מינונה. במקרים אחרים דווח על כאבי ראש קלים.

טיפ להכנת תרופת עלי זית-

בשלו חופן עלי זית ב 1 ליטר מים, עד שתיוותר מחצית מכמות המים המקורית, הצריכה היומית המומלצת היא 250 עד 500 מ-ג, עם הארוחות.

נראה שעלי הזית אינם נופלים בתכונותיהם הרפואיות מהשמן המופק מהזיתים אשר גם הוא תרופת פלא ורב סגולות לבריאות האדם, לא לחינם נודע עץ הזית כסמל השלמות והשלום בעולם.

דלקות ווירוסים. בנוסף לכך הם מאיצים את פעולת ויטמין c בגוף, מגינים מלחצים ומתחים ואנטי-אוקסידנט- נוגדי חימצון המנטרלים פעולות רדיקלים חופשיים. הפלבנואידים גם דרושים לתחזוקת דפנות כלי-דם נימיים ומונעים היווצרות כלי-דם דמויי עכבישים.

כאנטי-אוקסידנט (נוגד חימצון) תמצית עלי זית מעכבת תהליך התחמצנות הגורם לפגיעה בכלי-דם, המסתיים בדלקות וסתומות בכלי-הדם, כמו טרשת-עורקים ומחלות-לב.

שימושים עיקריים בתמצית עלי זית הם:

מחזקת מערכת החיסון. פעילות נוגדת חיידקים, וירוסים, פטריות וטפילים. הגברת ייצור אנרגיה בגוף. הגברת הטיהור הפנימי. הפחתת לחץ הדם. הורדת רמת השומנים והסוכר בדם.

עם זאת, ישנם אנשים שעלולים לחוות תופעות לוואי של היטהרות בעת השימוש בתמצית עלי הזית. זאת משום שתוך כדי טיפול



טבענט
WWW.TEVANET.CO.IL

הרשמה בעיצומה לקורסי

- כירולוגיה - אבחון על פי כף היד, קבוצות קטנות
- גרפולוגיה - אבחון על פי כתב היד: מועבר ע"י הגב' רות נוי (M.A) וד"ר גדעון כץ.
- לגרפולוגים - קורס שלב ב' למתקדמים
- אירידיאלוגיה - אבחון על פי קשתית העין - מועבר ע"י מר רפי לוקסנבורג (M.A).
- פיזיוגנמיה - אבחון על פי חכמת הפנים, מועבר ע"י דר' עזרא מור.
- כח האותיות - קורס אבחון עפ"י אותיות מועבר ע"י הסופר נפתלי פרום.

סדנא למודעות והפגת מתחים בטכניקה של EFT

טכניקה המבוססת על הגישה ההוליסטית לטיפול בכאבים פיזיים ורגשיים, טראומות, לחץ, חרדה, מתח ועוד.

קבוצות נפרדות לנשים ולגברים בירושלים. תעודות ינתנו למסימים בהצלחה

לפרטים והרשמה 02-6421057
או באתר www.tevanet.co.il



המכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה פותח את שעריו לקורסי ייחודי להכשרת טוענים רבניים

הקורס מכשיר את המשתתפים לבחינות שעי" בית הדין הרבני הגדול בירושלים שעי" הנהלת בתי הדין הרבניים.

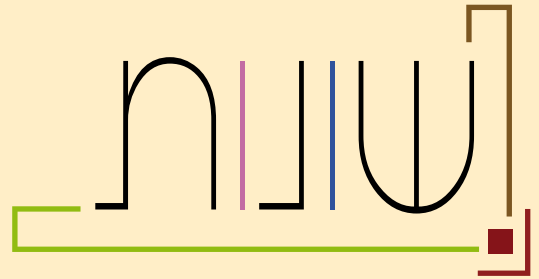
בקורס יועברו תכנים פרקטיים- כתבי תביעה, כתב הגנה, מתן עדויות ועוד...

סגל אקדמי המורכב ממיטב הרבנים ואנשי המקצוע בתחום-

- הררה"ג גדעון בן משה שליט"א - ראש בית המוראה "חנה דעת",
- הררה"ג יצחק אושינסקי שליט"א - מח"ס "אורחות משפט",
- הררה"ג משה פנירי שליט"א - ראש כולל להוראה "נחלת אברהם",
- הררה"ג אליהו בר שלום שליט"א - ראש כולל לדיינות "משפטי החיים",
- עו"ד אשר רוט - יועץ משפטי לנהלת בתי הדין הרבניים לשעבר,
- טו"ר הרב יוסף וסרמן - ראש הלישכה לטור.

לפרטים והרשמה: 02-6413242 נ"ד: 054-8119588
* מספר המשתתפים מוגבל.

מוקד י.נ.ר (יעוץ נישואים רבניים) - המוקד הארצי ההתנדבותי להפניות ליעוץ אישי, זוגי ומשפחתי
טל: 65-5000-1700



הרב חנוך חן גלזמן 0527631931
יועץ נישואין רבניים ורכז הקורס להדרכת חתנים.

הם נפגשו בארוע של קרובים רחוקים משותפים. ביניהם אין בכלל קירבה. ההפך הוא הנכון, מרחק יש. הם בני עדות שונות, שניהם ממשפחות חרדיות. היא בת סמינר, בהירת שיער והוא בן ישיבה שחום. החליפו מבטים אחד ועוד אחד ועוד... אך לא מילה, אפילו לא אחת, שפת הלב היא שדיברה.

משניהם הגיעה בקשה לקרובים המשותפים ליזום קשר באופן מסודר, להציע פגישה. המשפחות התנגדו, "מה פתאום, הם לא משלנו", כך הגיבו שני הצדדים.

התנגדות המשפחות העמיקה את רצון הצעירים, המתיקה את המים למרות שלא היו ממש גנובים. ובכל זאת, שונים, לא שגרתיים, עמדו על דעתם. ומכיוון שהתקיימה פגישה ועוד אחת, נשברה צלחת ונקבעה חתונה.

הלכות מלאים ספיקות איך זה נתנו יד לעניין, איך הסכמנו ומי יודע אילו קשיים יהיו ומתוך כך ולמרות זאת נבנה והוקם בית חדש בישראל, בית המגשר על עדות ופערים. האמנם???

מיד אחרי החתונה התגלעו קשיים: "את לא מחייכת בבית הורי",
"בטח, אני לא כמוכם, הם שונאים אותי",
"שטויות, הם אוהבים",
"אז למה המבטים האלו כל הזמן והבדיקה הבלתי פוסקת?"
"את מסתגרת",
"אני לבד שם, אפילו אתה אף פעם לא איתי",
"את לא מנסה להתערות",
"אני כן" "את לא",
"אני לא הולכת לשם יותר"
"את כן"
"אני לא".....

כולם כבר יודעים שיש קשיים ביניהם, כולם גם יודעים למה, "מתחילה אמרנו שאין לנישואין האלו סיכוי... "כך הדודות. דודה אחרת, מפוכחת יותר הפנתה להנחייה זוגית.

הם באו, ישבו נבוכים. סיפרו בדואט את סיפור חייהם הקצר, השלימו משפטים זה לזו, חייכו במבוכה בתחושת מטופשות ובכושה מעצם העניין. עיניהם מצועפות ואחר כך דומעות ממש. סיפורם מלא בתחושת החמצה, האשמה הדדית, כאב ופגיעה והמון אכזבה. כשסיפרו כל אחד על הרקע הכללי של בית הוריו התברר שקיימים הבדלים רבים ביניהם ומהותיים ביותר: הוא בכור במשפחתו, אחריו סדרת אחים ואחיות, היא הצעירה בבנות. הוא הבכור מקור גאוה להורים צעירים שהציבו לעצמם ולו סטנדרטים של הצלחה ומצוינות. גידלו אותו בלי נטיון קודם, בלי יכולת ספיגה של כישלונות מתוך מאבק להתערות בתוך שכונה חרדית מובהקת ושמרנית מתוך שאפתנות ועמידה בלחצים חברתיים ולימודיים ובאווירה של מצליחות כלכלית. מגיל צעיר התרגל הוא לראות את העולם מבעד עיני הוריו: מה שמשמח אותם משמח אותו ומה שמלחיץ ומאכזב אותם משפיע כך עליו. השגיו והצלחותיו נמדדות בעיניו לפי פרמטרים שנקבעו על ידי הוריו בעצם הווייתם. הוא עמד במשימות בדרך כלל, לא הצטיין במיוחד אך הצליח: מקובל בחברה, נאה בהופעתו, תפור בדיוק לפי מידות הוריו. הוא עצמאי כי הם דורשים ממנו עצמאות ובגרות.

לעומתו היא היתה ועודנה הצעצוע של הבית, הנסיכה. הוריה בשלים ומכוברים, נעימי סבר, ותרניים (אוילי מדי...), בעלי סבלנות וסובלנות. הם בנו את ביתם בשכונה מעורבת בעיר קטנה. בהיותה בת שנתיים התמודדו אחיותיה המבוגרות על אהבתה, כולן היו מוכנות לעשות המון על מנת שעוד חיוך מתוק יפציע על שפתיה הורודות, כולן רצו לסרוק את שיער הזהב ולהלביש שמלות מקושטות וללכת להשוויץ בה בפני החברות "איזו בובה מתוקה, איזו נסיכה". אכן נסיכה.

הוא המשועבד, היא הזכאית, מותר לה להיות חמוצת פנים אם לא נחמד לה ברגע זה. הוא לא מסוגל לכך כי צריך לשאת חן, לתת תחושת כבוד, לתפקד לפי נוהלים קבועים. היא יכולה לשבת בלי להושיט יד עוזרת בפניו כלי הסעודה כי לא מתאים לה עכשיו להידחף עם כולן במסבחה. הוא מתבייש בהנהגותיה ובאורחותיה, היא לא מתפקדת לפי בכללים של חייו, הוא מרובע בעיניה, מקובע, מוכתב, לא ספונטני, לא זורם, הוא ממסוגר, חשוב לו שהבית יהיה נקי מסודר ומאורגן, זה מעיד על נינוחות וחיוניות. היא מעדיפה שיחה ומנוחה על פני פעלתנות לשמה, את הבית היא תסדר אחר כך...



הם שונים בתפיסת עולמם. מקומם במשפחה ובחברה שונה ודמותם התעצבה באופן שונה בתכלית. לא צריך הבדלים מהותיים כדי ליצור שונות, מספיק שוני ברקע הכללי ובאופן העיצוב האישיותי אפילו בתוך אותה חברה ואף אותה עדה.

בעצם היות בני הזוג גבר ואשה יש הבדלים ביניהם. הבדלים באופן כרייתם. הוא נוצר באמירת "יוצר ה' אלוקים את האדם" והיא נוצרה באמירת "ויבן ה' אלוקים את הצלע אשר לקח מן האדם לאשה". הוא נוצר מעפר תחוח והיא נוצרה מעצם קשה. יש הבדלים ביניהם בתפיסת העולם ביחס לסובב אותם ובעצם לכל דבר. אומר המהר"ל (באר הגולה מאמר רביעי), כי הקב"ה עסוק מדי יום ביומו לקיים את הקשר בין איש לאשה וכן כותב המהר"ל (נתיבות עולם, נתיב החסד) בעניין שמחת חתן וכלה: שבניין איש ואשה אינו בניין טבעי אלא בניין אלוקי. הנה אם כן אנו רואים שהקב"ה כביכול עסוק בלעשות נס יום יומי כדי שבית יהודי, כל בית יהודי יבנה ויתקומם. אנו צריכים רק לא להפריע לו, עלינו להבין שכל אחד שונה מזולתו וזה דוקא יוצר עניין בקשר ובחיבור. אם נפשוט את שתי ידינו ונביט בהבדל שבהן: הן אותו דבר אבל הפוך, הפוך בתכלית ההיפוך, אך רק כך אפשר להשתמש בהן, רק יחד הן משלימות זו את זו, עוזרות זו לזו. אם היו שתיהן שוות אי אפשר היה לעשות איתן דבר.

השונות יוצרת עניין ואתגר, נותנת טעם לחיים בכלל ולחיי הנישואין בפרט. אל לנו לשאוף לחיים מונוטוניים ושגרתיים כיוון שאלו ימאסו עלינו ומהר.

התמודדות הדדית משותפת יוצרת עניין ועושר חווייתי המוביל לחוית אושר.

אם נשכיל לראות כל אחד מהקשיים הקטנים היומיומיים כנוכעים משונות ומהווים אתגר ועניין אזי התחלנו למצוא את הדרך לאושר האמיתי.

כנס ויום עיון ארצי

להעשרה והשתלמות בתחום הנישואין, המשפחה ובריאות האשה מיועד למדריכות כלות מוסמכות, מטפלות ויועצות בתחום הנישואין והמשפחה ולציבור הנשים הרחב

בכנס ישתתפו אנשי מקצוע ורבנים מומחים בתחום:

- + דר' חנה קטן: האשה במעגל החיים: גוף ונפש.
- + הרה"ג אליהו בר שלום: נושאים הלכתיים הרלבנטיים לכלה.
- + הרב דניאל עשור: "שובי שובי השולמית" - הדרכה יחודית לכלה ולזוג בעלי תשובה.
- + הרבנית רחל פרץ: סוד הארת הפנים, התחדשות השיגרה בנישואין.
- + דר' עמי שקד: בניית תשתית הקשר הרגשי בשנת הנישואין הראשונה.

הכנס יתקיים אי"ה ביום שני ו' כסליו תשס"ז (27/11/06) בבית הארחה בית וגן, ירושלים.

מס' המשתתפות מוגבל, הרשמה מראש בלבד!

לפרטים- רבקה בכורשוילי- 02-6412970 08-8558131 054-5744448

נקבעה ע"י היצרן ולפי הוראותיו, מסיר היצרן את אחריותו מהמוצר וכל תיקון ויקר ככל שיהיה) הוא על חשבון הקונה.

בורא העולם שייצר את האדם נתן לנו בתורה "הוראות יצרן". כי ייקח איש אישה חדשה...נקי יהיה לביתו שנה אחת ושמח את אשתו אשר לקח" - שנה שלימה של "הרצה". כדי להגיע לתפעול מלא והרמוני בחיי הנישואין שלהם וזאת מכיוון שבעל ואישה הם שני חלקים השונים זה מזה בכל התחומים: בצורת החשיבה שלהם, בצורת הדיבור, במבנה הגופני ובצורת התגובה שלהם לאירועים. כמו כן, כל אחד מהם בא מבית השונה מהבית של בן זוגו. (במידה והם באים מרקעים ומעדות שונים, ההבדלים עוד יותר מתחדדים).

לכל אחד מבני הזוג אישיות משלו שעוצבה והתגבשה עד לנישואין. אישיות זו כוללת: אירועים שונים שהוא/היא עברו, חלומות, ציפיות, צרכים, התנהגויות שונות, דרכי חשיבה ופתרון בעיות ועוד.

כאשר נישאים בני הזוג הם מתחילים להשתפשף אחד כלפי השני. אם רוצים ש"ההרצה" תעבור בשלום חייבים לעשותה בדיוק כפי שהורה היצרן - "נקי יהיה לביתו שנה אחת...ושימח את אשתו אשר לקח".

ישנם גורמים העשויים להפוך את שנת הנישואין הראשונה לשנה קשה.

ישנה חשיבות רבה להבנת הגורמים לבעיות כיוון שבמקרים רבים המודעות להן מסייעת במניעת חיכוכים ובמציאת פתרונות חלופיים.

א. גורם ההפתעה:

לאחר שבעת ימי המשתה מתחיל הזוג בשגרת החיים. עבודה, לימודים, בית וחזור חלילה. בני הזוג מופתעים כל פעם מחדש מגורמים או מדברים שלא היו צפויים, ידועים, או לא נחוו לפני הנישואין.

בחלקם אלו הפתעות נעימות אך ברובם הגדול הם הפתעות מפחידות, מלחיצות, מתסכלות הגורמות להרגשת חוסר יציבות ולחוסר בטחון, תסכול, חוסר אונים ולעיתים אפילו ייאוש.

הרבה פעמים שואל בן זוג אחד את עצמו: האם זה האדם שאותו הכרתי לפני הנישואין? מה קרה לו/לה? איפה האישה/בעל/ת המידות הנפלאות, שהייתה? להיכן נעלמו הנימוסים ההתייחסויות הקטנות המחמאות שכל כך אפיינו אותו/אותה בתחילת הקשר ובמהלך האירוסין? איפה ההתחשבות בצרכי ברצונותיי? מה עוד מצפה לי שאיני יודעת/ת? איך אני מתמודד/ת עם מה שאני חווה, מרגיש/ה?

ב. מחשבות על שינוי הזולת: "אני אשנה אותו/אותה", או "הוא/היא ישתנה, או: זה יסתדר במשך הזמן"

בתקופת האירוסין יש נטייה אצל בני הזוג להעצים את הדברים החיוביים בכך הזוג ולגמד את הדברים הנתפסים כמאיימים על ההחלטה להינשא. רוב הזוגות רואים בכך זוגם הרבה מאד דברים שאינם מוצאים חן בעיניהם, אך הם אומרים לעצמם, או למי שמוכן לשמוע אותם "אני



אביבה שטינמן: יעצת נישואין (M.A.) ומאמנת אישית בשיטת המודעות "אהוב את עצמך רפא את חייך" - בדרך התורה, מתמחה בשחרור מטראומות פחדים, ואלרגיות בשיטת P.A.T. טל: 054-688712, 03-6196312

"ושימח את אשתו אשר לקח" - השנה הראשונה בחיי הנישואין - להתחיל ברגל ימין

בתחילת כל פגישת יעוץ עם זוג חדש, אני שואלת אותם איך הייתה השנה הראשונה שלהם. כמעט רוב הזוגות עונים שהייתה זו השנה הקשה ביותר והמלחיצה ביותר. הרבה חלומות התנפצו במהלכה ודפוסית התנהגויות שליליים נרקמו בתוכה. במאמר זה אתייחס למגוון הבעיות הקשורות לשנה הראשונה כי היא היסוד עליו יבנה בנין העדי-עד של הזוג.

התורה הקדושה ציוותה אותנו: "כי ייקח איש אישה חדשה, לא יצא בצבא, ולא יעבור עליו לכל דבר, נקי יהיה לביתו שנה אחת ושמח את אשתו אשר לקח" (דברים, כד, ה) ורבותינו פרשו: "נקי יהיה לביתו" לכל דבר שהוא צורך הצבא, לא לספק מים ומזון ולא לתקן הדרכים. (רש"י) ושלא יהיה עליו עול מלכות. (הראב"ע).

התורה בהנחיתה, מצווה על המלכות ורשויות הצבא, לא לקחת את האנשים שנמצאים בשנה הראשונה לנישואיהם. לכאורה זוהי פריבילגיה תמוהה ביותר. וכי בגלל שאדם נמצא בשנתו הראשונה הוא זכאי לפטורים שכאלו? האם לא נכון יהיה לתת אותם לאנשים בעלי משפחות הנשואים מספר שנים שהקשר ביניהם חזק יותר ופרידה עבורם קשה יותר? הנימוק להוראה זו הוא סופו של הפסוק: "ושימח את אשתו אשר לקח". מהו הדיוק הנלמד מכאן? איך על הבעל לשמח את אשתו ובמה עליו לשמחה?

השנה הראשונה דומה ל"הרצה" של חפץ חדש, ממש כמו הרצה של מכונית היוצאת מן המפעל. "הרצה" פרושה שימוש במכשיר או בחפץ בצורה מבוקרת לפי הוראות היצרן. הצורך בהרצה נעוץ בעובדה שכל חפץ מורכב מחלקים שונים המתחככים האחד בשני. כשמכשיר יוצא מהמפעל חלקיו עדיין לא עברו תקופת חיכוך מספקת, ע"מ לאפשר לו לפעול כמלוא תפוקתו. אי לכך דורש היצרן מהקונה, להשתמש במכשיר בתקופה מסוימת (הנקבעת ע"י היצרן) בצורה הדרגתית ועדינה. כך שאם יתגלו תקלות ניתן יהיה לאתרן מיד ולתקנם כדי שלא יוצר נזק בלתי הפיך. במידה ואדם אינו עושה את תקופת ההרצה כפי שהיא

ז. החשיבה למה להשקיע והרי כבר התחננו?

הרבה זוגות חושבים שמאחר והם כבר התחננו אין צורך להשקיע את אותו מאמץ כמו בתחילת הקשר והאירוסין.

ואם בתקופת האירוסין הם חשבו כל הזמן "איך אוכל לשמח את בן זוגי" או "כמה נפלא, מקסים, תלמיד חכם, נהדר" הוא בן זוגי, הרי שמיד לאחר החתונה מתחיל תהליך של "מובן מאילו" או "הוא/היא צריך/ה לקבל אותי כמו שאני", או, "על מה כבר יש לדבר". מתחיל תהליך של נטילה ודרישה, התחשבות, קטנוניות, גימוד החלקים הטובים, והעצמת החלקים השליליים. חשיבה זו מושכת אליה רגשות והתנהגות בהתאם.

ח. הכנה לא מספקת לחיי נישואין

לכל מקצוע בעולם נדרשים לימודים ותעודת הסמכה. רק בשני מקומות אין צורך בידע מוקדם ובניסיון. הראשון הוא חיי הנישואין והשני הוא להיות הורים. דווקא בדורנו שפשו בו נגעי התחרותיות, הקנאה, הכבוד ההישגיות, והרדיפה אחרי... יש צורך בידע רב ובהתנסות חווייתית עוד לפני הנישואין ע"מ לקבל כלים איך מתמודדים איתם. הדרכת הכלות והחתנים שבאה בזמן לחוץ וקצר לפני החתונה, עם כל תרומתה החיונית לבניית הבית, אינה יכולה למלא חסרון של למידה שיטתית ונכונה הרבה לפני החתונה. למידה של כישורי תקשורת, הקשבה, פתרון בעיות, יכולת אמפטיה והשתתפות, וכו'.

ט. תהליך קבלת החלטות ופתרון בעיות.

לרובנו תהליך קבלת החלטות הוא תהליך שבו מתערבבים השכל עם הרגש, עבר והווה, שיקולים רלוונטיים ושיקולים שאינם קשורים כלל לעניין וכו'. אם אצל היחיד התהליך כולל בתוכו את האלמנטים שהובאו, אצל הזוג הם מוכפלים ומועצמים מאחר והם צריכים לכלול גם את השני ולבצע את הפעולות הנדרשות לקבלת הפתרון הטוב ביותר ביחד כדי שהתוצאה תהיה טובה לשניהם. הדבר גורר אחריו הרבה פעמים כעסים, החלטות שגויות שנוזקו אינו הפיך, הרגשה שהשני רוצה רק את טובתו, פועל נגדי, ועוד.

י. עבודת צוות.

כזוג נדרשים היחידים לעבודת צוות, הכוללת בין היתר: שיתוף, הבהרה, גילוי לב, פתיחות, יכולת הקשבה,

יכולת הכלה ועוד. אך מאחר והחיים של היום אינם מכינים את היחיד לעבודת צוות ולשיתוף, ובמקומם נכנסים התחרותיות, ההשוואה, הביקורת והרדיפה אחר הישגים כפי שנחוו עד לנישואין, הדברים אינם מקילים על בניית הבית.

עד כאן הובאו חלק מהסיבות שבעטין השנה הראשונה עשויה להיות קשה, מלאה באבני נגף ומהמורות. אך כלל נקוט בידינו: "שאלה טובה כמוה כחצי תשובה". ידיעת הסיבות והגורמים עשויה להאיר לזוג מאיפה נובעים הקשיים שלו ומתוך ראיית הקושי והגדרתו ניתן לצאת לפתרון שינתן אי"ה במאמרי הבאים.

אשנה אותו/אותה" או: "היא/הוא ישתנו". או זה יסתדר, זה יעבור, הנישואין יפתרו את כל הבעיות וכו'. כשהדברים אינם מסתדרים כך, מתחילה האכזבה. בעקבותיה באים רגשות המרירות, הקורבנות או התוקפנות, ומשם הדרך אינה רחוקה למשברים.

ג. האני האמיתי.

בתקופת האירוסין מנסה כל אחד מבני הזוג להציג את עצמו בצורה הטובה ביותר שלו. ומבחינת המראה החיצוני, ההתנהגות, צורת הדיבור, ההתבטאות הפיזית, ההתייחסות לבני המשפחה הקרובה והרחוקה, ועוד). בני הזוג נמצאים במעין הצגה שנגמרת כשהם מסיימים את הפגישה ואיש איש פונה לביתו. בהרבה מקרים הדבר בא על חשבון הצרכים, הרגשות, ואפילו המצב הגופני שלהם, ובלבד שהם ייתפסו כאנשים אמינים, רציניים, יציבים, חושבים, יצירתיים וכו'. כרגע שהזוג מתחנן כל אחד מרגיש שהוא יכול להוריד את המסכה שהעלה עליו בתקופת האירוסין ולהיות האני האמיתי שברוב הפעמים אינו תואם כלל את זה שהיה לפני הנישואין.

ד. ניפוץ החלום מול המציאות.

לכל אחד מבני הזוג יש איזה חלום או ציפיות לבני הנישואין. מהותם, מערכות היחסים, מה הם רוצים לקבל מהנישואין, איך יראה הבית מבחינה פיזית ורוחנית, אלו תפקידים ייקח כל אחד לעצמו אלו תפקידים ימלא בן זוגו

בהרבה פעמים המציאות אינה תואמת כלל את החלום או את הציפיות המרובות שתלו בנישואין.

ה. בשלות רגשית ונפשית לחיי הנישואין

היום גיל הנישואין והחיים עצמם וכניגוד לעבר שאף בו גיל הנישואין היה נמוך, אך החיים עצמם הכינו את הצעיר והצעירה לשאת בעול בית ומשפחה) אינם מכשירים את הצעיר או הצעירה לחיי נישואין. הרבה פעמים הם מתחננים כשאין להם עדין את היכולות והכישורים לחיי נישואין. כגון: וויתור, הכלגה, הסתפקות במה שיש, התחשבות בשני, ניהול משק הבית, ניהול תקציב הבית והמשפחה, דחיית סיפוקים, הכרת הטוב ופתרון בעיות בדרך יעילה ופרודוקטיבית. חסרונם של כישורים אלו מתבטא בצורה חריפה בתחילת חיי הנישואין.

ז. איבוד העצמאות

אחד הקשיים היותר בולטים בשנה הראשונה הוא אבוד העצמאות (וכיכול). כל עוד בני הזוג היו רווקים, התנהלו חייהם כפי שהם ראו לנכון. הם היו אדונים לזמנם, לממונם, להחלטותיהם, לדרכי הבילוי שלהם

לבחור לעצמם את חבריהם וכו'. בהינשואם הם מרגישים שהם נכבדו כבר לא אדונים לעצמם ועליהם להתחשב בבן זוגי. בצרכיו, ברגשותיו, באורח חייו, ובכך הם כאילו מאבדים חלק מעצמיותם. הרבה פעמים הדבר מהווה איום על אישיותם ותגובותיהם לסיטואציות החיים באות ממקום של פחד, או דאגה לקיומם העצמאי.

גלל הקפה...



לא בכל יום זה קורה, אך גם בית הדין הרבני יכול לספק פרק בטלנובלה:

בני זוג שעמדו לאחרונה בפני הליכי גירושין בבית הדין הרבני האזורי בנתניה בשל אי התאמה הגיעו להסדר גירושין וביום שנקבע הגיעו לבית הדין לצורך סידור הגט.

לאחר חקירת השמות, הליך בו מבררים הדיינים את שמותיהם המדויקים של בני הזוג לצורך הגט, סופר הגיטין כתב את הגט, הבעל והעדים חתמו על הגט.

אולם הגט לא נמסר לאישה משום שבתעות נשפכה עליו כוס קפה. בשל הכתם, בהתאם להלכה הגט פסול, וזאת משום שבהתאם לשולחן ערוך ברגע שיש על הגט כתם כלשהוא קיים חשש לחיבור האותיות לאור פגם זה הגט פסול.

סופר הגיטין נערך לכתוב את הגט מחדש, אלם אז נכנסה האישה לאולם והפתיעה את הבעל, הסופר, הדיינים והעדים ואמרה: "אם נשפך קפה על הגט והגט נפסל, סימן משמיים שלא היינו צריכים להתגרש ואנחנו מבקשים שלום בית".

בני הזוג הצהירו בפני הדיינים המופתעים כי הם מסכימים לשלום בית. לבקשת בני הזוג, סגר בית הדין הרבני את תיק הגירושין והדיינים איחלו לבני הזוג בהצלחה.

"כל עכבה - לטובה": כשדבר מסויים בו אנו עסוקים לעיתים "נתקע" ומשהו לא הולך, יתכן כי רוצים משמיים לבדוק עד כמה אנחנו באמת רוצים בו ובכך ניתנת לנו הזדמנות לבחון את יעילותו ונחיצותו מחדש. בני הזוג בחרו שלא להתעלם ממקרה שולי זה וניצלו את העיכוב ה"פשוט והתמים" ולכאורה שולי לחלוטין לבחינה מחדש ובכך העניקו הזדמנות נוספת לחיי הנישואין שלהם.

* הסיפור ניתן באדיבות הנהלת בתי הדין הרבניים בישראל



המכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה

חדש במכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה

קורס מסמך בגישור - בשיתוף מרכז גבים לגישור

60 שעות לימוד המכשירות מגשרים מקצועיים לתפקידי ופעולות גישור בתחום המשפחתי.

למסיימי הקורס בהצלחה תוענק תעודת מגשר מקצועי מטעם מרכז גבים לגישור, המוכר ע"י ועדת גדות וע"י הנהלת בתי המשפט.

בוגרי הקורס יהיו זכאים להצטרפות לאיגוד י.נ.ר - איגוד יעצי הנישואין הרבניים בישראל כמגשרים.

לפרטים: 02-6413242 נייד: 054-8119588

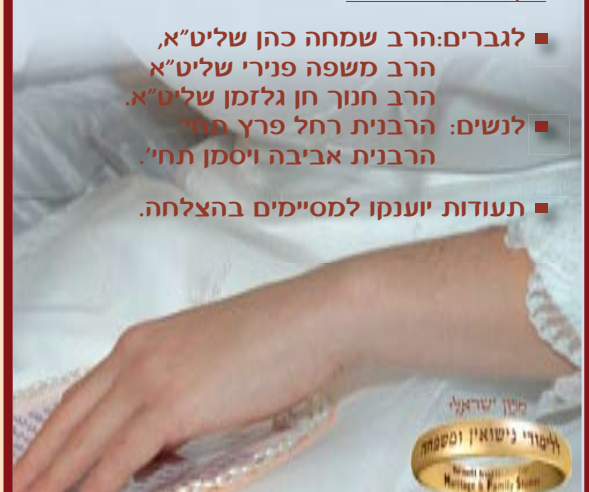
קורס להכשרת מדריכי חתנים / מדריכות כלות

קורס המכשיר להדרכה והכנה לחיי נישואין תוך התמקדות על השנה הראשונה לחיי הנישואין מתוך ראייה בחשיבות הדרכה נכונה כמונעת בעיות.

הקורס כולל חלקים מקצועיים והלכתיים.

הקורס מועבר ע"י:

- לגברים: הרב שמחה כהן שליט"א, הרב משפה פנירי שליט"א, הרב חנוך חן גלזמן שליט"א.
- לנשים: הרבנית רחל פרץ תחי, הרבנית אביבה ויסמן תחי.
- תעודות יוענקו למסיימים בהצלחה.



לפרטים 02-6413242 נייד 054-8119588

אולם אילוף איננו הפנמה כי אם רכישת מיומנות כל שהיא או הקניית משמעת.

ניתן לראות זאת כבדרך משל: דולפינים אוהבים סוכר. לאחר שנותנים להם לטעום קוביית סוכר מציבים את הקובייה מעבר לחישוק. הדולפין ישאף להגיע אל הקובייה ולכן הוא יקפוץ מבעד לחישוק להשיג את משאת נפשו. עד כאן עובר הדולפין תהליך של אילוף. אולם אט אט ימעיט המאמן במתן הסוכרייה ולאחר זמן יסתגל הדולפין ויתרגל כי אף שאיננו מקבל כלל סוכרייה הקפיצה מבעד לחישוק מתוקה לו. הוא למד לאהוב את הקפיצה גם ללא קוביית הסוכר. תופעה זו קרוכה יותר לחינוך.

המאמן מתנה את נתינת הסוכרייה בקפיצת הדולפין: כאשר ההתניה היא מתוקה וחיונית יחול תהליך של הפנמה וחינוך. אולם כאשר ההתניה היא שלילית ניתן רק לכפות אילוף אולם תהליך זה יהיה סותר הפנמה ולכן סותר חינוך.

כשם שכלל זה נכון לגבי חינוך ילדים נכון הוא בהנהגת כל ענייני הבית. כאשר הבעל מפעיל את סמכותו ההורית הוא יכול אומנם לכופף התנהגויות מסוימות או להטיל מורא אולם הוא החטיא את המטרה מפני שההפנמה של בת זוגו או בני ביתו לא רק שלא הושגה כי אם אף ההפך בדיוק הושג נסיגה בתהליך ההפנמה. אם את כל בקשותנו ומעשנו בכית ובחוצה לו ילווה טוב לב ואורך רוח ננים אם נשכיל לחייך מספיק ולהסביר פנים כי אז ניצור "התניה" חיונית אשר תגרוור אחריה הפנמה וחינוך טוב בכל ענייני הבית הן בחינוך ילדינו הן בחינוך עצמנו לזוגיות טובה וחיי נישואין נכונים ובריאים.

שלמה המלך כתב בספר משלי "חנוך לנער על פי דרכו גם כי יזקין לא יסור ממנה" פרושים רבים נאמרו בפסוק זה ואכן אין הכוונה רק לנער ולא לנערה אלא לשניהם גם יחד נוכל לומר כי פירושו מתוך דברינו הוא כי "גם כי יזקין" וישא אישה וילד ילדים עדיין תהיה נכונה לגבי יחסי הזוגיות וחיי הנישואין שיטת ה"חנוך לנער על פי דרכו" שהיא ההפנמה באמצעות "התניה חיונית המלווה את כל המעשים".

באחת מהרצאותיי במכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה דובר על סוגיות חינוכיות בקרב ילדים להורים בעלי תשובה.

במהלך ההרצאה שמטרתה הייתה הבנת עולמם הפנימי של ילדים להורים בעלי תשובה, נשאלתי על ידי אחד התלמידים "מה השייכות בין נושא זה לנושא הזוגיות ולבעיות בשלום הבית, נושאים אותם אנחנו התלמידים אמורים ללמוד?". כמעט שלא יכולתי להסתיר את פליאתי. לאמיתו של דבר אף לרגע לא חשבתי כי יש צורך להדגיש את הקשר בין שני הנושאים אולם משנשאלה השאלה כבר אי אפשר לומר כי אין כל צורך בביאור הקשר או העניין ומעתה ברור לי כי עליי לפתוח את נושא השיעור בהדגשת הקשר הישיר שבין הנושאים.

אכן נכון הדבר כי איננו יכולים להתמחות במספר תחומים גם יחד. בדרך כלל אדם המתמחה במספר תחומים איננו מומחה באף לא אחד מהם. אולם עלינו לדעת כי אף אם איננו מתמחים בתחום חינוך הילדים חייבים אנו להפנים את השלכותיו הרבות הישירות והעקיפות והמקבילות לתחומינו אנו.

ניתן לומר כי התא המשפחתי הנו יחידה אחת שלמה, עסקת חבילה אחת גדולה. פעמים רבות בעיית חינוך הילדים, כישלון בחינוך או אפילו חוסר הסכמה בין ההורים בעניינים חינוכיים ניצבת במרכז בעיית שלום הבית ומכאן נגזרות בעיות בזוגיות בריאה.

תחום החינוך הינו גדול ורחב. אולם כמאמר זה בחרתי להקביל עניין בסיסי וחשוב שהוא התשתית לחינוך הילדים.

ישנו הבדל תהומי בין אילוף לחינוך. האילוף איננו אלא רקע משמעתי או הקניית מיומנויות לילד. כשהילד מאולץ אין זה אומר כי הוא הפנים את הנושא עליו אנו עומדים. ניתן לראות לדוגמא ילד שיודע אמנם להתמודד עם דף במרא אך הוא איננו אוהב את זה, הלימוד איננו משאת נפשו, הוא לא הפנים את חשיבות ומתיקות לימוד התורה. לכן נוכל להגדיר ולומר כי הפנמה שווה חינוך.

קורס לרכישת ידע הלכתי ופראקטי למסדרי חופה וקידושין
הקורס כולל את הידע וההלכות הדרושות למסדרי חופה וקידושין, השיעורים מועברים ע"י
 * הרה"ג אליהו בר שלום שליט"א - מח"ס "משפט הכתובה"
 * הרה"ג יצחק אושינסקי שליט"א - מח"ס "אורחות משפט".
למסיימים בהצלחה תוענק תעודה מטעם איגוד י.ג.ר.

לפרטים נוספים: 02-6413242 נייד: 054-8119588

אומנות ההנחיה - מודלים מתקדמים להנחיית קבוצות

קורס המכשיר ומעניק ידע מיומנויות וכישורים להנחיית קבוצות:

- מבוא כללי להנחיית קבוצות, תיאום ציפיות ויצירת חוזה קבוצתי
- תפקיד המנחה בקבוצה, כוחו וסמכותו של המנחה
- סגנונות הנחיה והתאמתם אל הקבוצה
- תקשורת אפקטיבית ואסרטיבית בהנחיה
- אמנות הפרזנטציה - שפת גוף, שימוש בקול

לפרטים נוספים: 02-6413242 נייד: 054-8119588

הקורס מועבר ע"י הגבי שרון ארנרייך (M.A.) מאמנת אישית, מנחת קבוצות מנהלים ועובדים

טתיחות ויושר — סגולה לאושר —

הרב גד מאיר שמחוני יועץ נישואין רבניים
057-8995056

להימצא גם בין כתלי הבית היהודי כדי שהבניה של בית יהודי לשמו תהיה מוצלחת.

במקום אחר אנו מוצאים פסוקים נוספים שיכולים לתת לנו היבט נפלא על דרך בניית יחסי הגומלין שבבית: "שָׁבָא וּדְדָן וְסַחְרֵי תְּרָשִׁישׁ וְכָל כְּפָרִיקָה יֹאמְרוּ לְךָ הֲלִשְׁלַל שָׁלַל אֶתָּה בָּא הַלְבֹּז בֹּז הַקְּהֵלֶת קְהֵלְךָ לְשֵׂאת כֶּסֶף וְזָהָב לְקַחַת מִקְנֵה וְקִנְיָן לְשֵׁלַל שָׁלַל גְּדוֹל:" (יחזקאל ל"ח יג') בעיון בפירושו של המלבי"ם, בחלק באור העניין אנו מוצאים את ההיקש הבא: הסוחרים בארץ ישראל בכסף ובוזה ובאבן יקרה, שהם שבא ודדן וסוחר תרשיש שואלים: על מה באת, הֲלִשְׁלַל שָׁלַל אתה בא, הֲלֹבֹז בֹּז? שלל ובוזה הם מושגים הקשורים לזמן מלחמה: השלל הוא הנשאר מעצמו בעת המלחמה, וזה שייך אל המלך והבוזה הוא מה שבני החיל בוזזים איש לו. לעומת זאת ישנה דרך של מסחר: לקיחת מקנה וקנין המביאים לשלל גדול שהושג בעמל ובמאמץ ובדרך של נתינה, השקעה וכנגד - קבלת השלל כתמורה. כיצד אתה בא לבנות את ביתך - דע כי אם לבוז בז באת - שהרווח הוא שלך בלבד ללא התחשבות, ללא השקעה ועמל מצדך - הרי שהפסדת. ואם למסחר באת - הריווח יהיה גם לך וגם לביתך: לשלל שלל גדול, זוהי ההרווחה הגדולה כמו שנאמר "בטח בה לב בעלה ושלל לא יחסר".

באותו עניין אומר העקידת יצחק בשער כב: "בטח בה לב בעלה ושלל לא יחסר. אמר כי בעל אישה זו סמוך לבו בה שתשמור קנייניו וכל אשר אֶתָּה בבית." ביטחונו של הבעל באשתו צריך להיות כל כך גדול עד שאינו בוחן מה נעשה בבית, כי ברור לו שאשתו שומרת על הכול בדרך הטובה ביותר ומחזיקה את הבית במצב איכותי מבלי שעליו להדגיש לה זאת. ממשיך העקידת יצחק ואומר: "ועם זה לא יחסר מלהביא עוד שלל רב מחוץ כי שני אלו העניינים הם הכרחיים להצלחת הבית." למרות שהוא יודע שלא חסר בבית מאומה הוא ממשיך להביא לביתו רכוש נוסף כי הוא סמוך ובטוח שלא יבוזבוז לריק. ועוד יותר מכך, הוא מעוניין שלאשתו תהיה האפשרות לקנות צרכי הבית כמוות נפשה, כי כל מה שתקנה יש בו צורך לבית "ואפשר שירצה שהיא גם היא תקנה ותוסיף כיד אלוקים הטובה והנה לא יחסר בעלה כל בה." מערכת היחסים הזו שבין הבעל ואשתו היא הבסיס הראשון לאהבה שביניהם. ממשיך המזמור ואומר שהאישה "גמלתהו טוב ולא רע כל ימי חייה. אמר שיגיע מהריצות זאת האישה וטוב טעמה לעשות כל מעשיה על צד היותר טוב מבלי שיצטרף מאומה רע בהם כמו שהוא על הרוב בכל הפועלים." ומסביר שמה שהאישה עושה עם הפרנסה שהבעל מביא, הרי בכך היא גומלת לבעלה טוב, כי היא מגדילה את איכות הדברים ואת איכותו של הבית והוא נהנה מזוגתו והיא ממנו.

מוסד הנישואין הוא מבנה השותפות המורכב ביותר. אורכו כאורך החיים, תנאי השותפות משתנים ללא הרף ולא תמיד על פי רצון הנפשות הפועלות.

שינויים המתרחשים תדיר בחיינו, יוצרים מצבים שבהם עלינו לשנות את תנאי ההסכם. לא תמיד שני בני הזוג מוכנים לשינויים, ועל כן הצורך הדחוף לשינוי יוצר מתחים ומביא לחילוקי דעות. זוגות רבים נשברים ומפרקים את השותפות ללא הנד עפעף. עיקר הסיבה לפירוק השותפות נובע מכך שמי מבני הזוג אינו מוכן להתמודד עם שינויים ואינו מוכן להתאמץ יתר על המידה. זוגות אחרים, המעוניינים בהמשך השותפות, ונמצאים במשבר יפנו אל יועצי נישואין לטכס עצה, לקבל הדרכה, ולתקן את השברים שכבר נוצרו. אלו הזוגות שמוכנים להשקיע מאמצים כדי לשמר את הזוגיות שלהם בכל מחיר שידרש.

תפקיד זה של תיקון קשה הרבה יותר מתפקיד הבניה הראשוני, אך אינו בלתי אפשרי. מצד שני אם עושים כל מאמץ לתקן, יקבלו החיים לאחר התיקון והחזרה אל השותפות הבריאה משנה יופי ועומק שיעלו את בני הזוג בדרגה אחת או שתיים כלפי מעלה.

מה צריך לעשות כל אחד, כדי למנוע מעצמו להגיע למצב זה? נבחן כיצד מתייחסים לכך מקורותינו היקרים.

שלמה המלך מביא בספר משלי דוגמאות רבות הקשורות לחיי הנישואין. "בְּטַח בָּהּ לֵב בְּעֵלָה וְשָׁלַל לֹא יִחְסֹר: גְּמֻלָתָהּ טוֹב וְלֹא כָע כָּל יְמֵי חַיֶּיהָ:" (משלי ל"א יב) בדברים אלו נאמר שעל כל השקעה חיובית יש רווח, ריבית ותשואה גבוהה בנוסף לקרן הקיימת. השקעתו של הבעל - ביטחון באשתו, ביטחון שהיא יודעת מה ואיך לעשות כדי שהבית יראה כארמון ותושביו כמלכים. באווירה כזו האישה תמיד שמחה לגמול לבעלה ומשפחתה, טוב תמיד.

בית הלוי מקשר את הפסוק ממשלי לפסוק בשמות: "וְעֵתָה אִם שְׁמוּעַ תִּשְׁמְעוּ בְּקִלִּי וְשִׁמְרֶתֶם אֶת בְּרִיתִי וְהֵייתֶם לִי סֵגֻלָּה מִכָּל הָעַמִּים כִּי לִי כָּל הָאָרֶץ:" (שמות י"ט ה') ואומר שכמו שכל מי שיהיה מתייגע בתורה וישיג על ידי זה את שללו בתורה, כך שהמתייגע בבניית מערכת נישואיו ישיג גם הוא את שלמות ביתו והשגת מטרותיו באותה מידה.

מתוך דבריו של הבית הלוי אנו לומדים כי ההשוואה שערך שלמה המלך, בהציגו את למוד התורה, את הבורא ואת עם ישראל כחתן וכלה, אם בשיר השירים ואם במשלי, הרי שאותם הכללים צריכים

וכשם שיגיעים ומשקיעים בהבנת התורה כך יש להשקיע בהבנת המערכת המשפטית ובהצלחתה.

דומה הדבר לדלי העומד על שפת הברז והחבל המונח לידו. הרוצה לדלות מים מן הברז יקשור את החבל לדלי ואז יוכל להורידו לברז ולשאוב מים לרוויה. אם לא יתחברו החבל לדלי מים לא יהיו. כך גם חיי המשפחה, לכל אחד תפקידיו המיוחדים, אם לא נשקיע בתפקידנו את הטוב ביותר כל המשפחה תישאר צמאה לאהבה.

השיתוף בין החבל לדלי בדליית מים
עלה וירבה אהבה בין הקרובים
כשהם נפרדים ואינם מתחברים
כולם לאהבה - נשאים צמאים.

דבר נוסף וחשוב אותו מלמד אותנו בית הלוי: "או שירצה והוא הנכון כי בעבודתו תשמור לו חסדו וטובו שעשה לה ותגמלהו ולא תזכור לו דבר רע אם קבלה ממנו בשום צד." האישה גומלת לבעל טוב בכך שזכרת לו את הטוב שעשה ועושה לה ומתעלמת מדברים לא טובים שמתרחשים במהלך החיים. זאת מכיוון שרוב החיים הזוגיים שלהם טובים ויכול האדם להיכשל בדבר לא טוב. הגישה החשובה אותה מלמד אותנו בית הלוי היא לזכור את הדברים הטובים שהאחד עושה לזולתו גם כשמשוהו משתבש ולא נעשה לרצונו, ניתן להרים את הקול ולעשות מהדבר האחד והיחיד מהומה שתשכיח כל מה שהיה טוב ביניהם, אך ניתן גם לזכור את הטובות שעשו ולדעת למחול על העוול שקטן מול הטוב הרב.

זיווגו של האדם מקביל לזיווגו עם הקבי"ה, ההתקשרות לתורה ולקבי"ה מושווית להתקשרות הגבר עם אשתו לשם קדושת נישואין,

איגוד י.נ.ר. - איגוד הנישואין הרבניים בישראל (ע"ד)					
חברי האיגוד - רשימה חלקית					
גב' שילה חוה B.A מנחת נישואין ומשפחה ומגשרת משפחתית. איינשטיין 33 אחוזה, חיפה, וורמזיה 3/6 תל אביב 04-8110529, 03-5274312	גב' ספיר עדנה מנחת נישואין ומשפחה ומדריכת כלות רזובסקי 9/2, פתח תקווה 03-9328734, 050-6760818	גב' חיה לוריא ט"ר מנחת נישואין ומשפחה יהושע בן ען, בית חורון 02-5361447, 054-7661872	גב' מרגט חוה מנחת נישואין ומשפחה מעלה עמוס 02-9934908	גב' רווח אילנה B.A מנחת נישואין ומשפחה קינע ג'ורג', ירושלים 02-5332147	גב' רוזנברג מרים מנחת נישואין ומשפחה, דוברת עברית ורוסית. נחל הבשור 4/1, רמת בית שמש א' 07-22112304, 054-5452434
מר דהרי אברהם מנחה נישואין ומשפחה אברבנאל 68, בני ברק 03-5794951, 0506388688	הרב נחמיה מנחה נישואין ומשפחה פסנתר הנלבוץ 1 יד בנימין 08-8693385, 054-2210499	מר צירמן מיכאל M.A עוס' ומטפל משפחתי לפני 11, תל אביב 03-5166731, 050-8663228	מר גודינר יאיר B.ed מנחה נישואין ומשפחה אצ"ר 6, פתח תקווה, אלקנה. 03-9362986, 0528363062	מר ויינברג גבריאל מנחה נישואין ומשפחה אזור השומרון והשרון 09-8612665, 0523317444	הרב בר יצחק חזן מנחה נישואין ומשפחה ומנחה במניעת כעסים. נציח ירושלים 3/3, אפרת, מקבל גם בירושלים 0546290260
גב' קנפלימכר מרגלית מגשרת, יועצת ומאבחת משפחתית הרב בלוי 9 ירושלים 02-5826299, 050-6736562	גב' קלמרסקי לאה מנחת נישואין ומשפחה הרב לוין 2/4, אשדוד 08-8557166, 050-4128817	גב' לוינר אסתר B.A מנחת נישואין ומשפחה הרואה 25, רחובות 08-9491716, 050-5478896	גב' אגבשוו רבקה מנחת נישואין ומשפחה. חנקין 10, תל אביב 03-6047317, 054-3454460	גב' רוזנהיים יפעת עובדת סוציאלית ברק 7/3, לוד 077-2030857, 050-6354865	גב' רבינוביץ יונה B.ed יועצת חינוכית עזרא 43, רחובות 80-9491065, 054-5482430

*רשימת חברי איגוד י.נ.ר. המלאה, מסווגת לפי סטטוס מקצועי ואזור מגורים, מתפרסמת באתר האינטרנט: WWW.YNR.ORG.IL

משימה בשניים
אתר היכרות לפגורים הדתיים לספרות נישואין
www.m-2.co.il
מהרשמה ועד החתונה - חינם

אין זה לא מוצלח - יש זה לא מודרך
טימול משפחתי זוגי, חוגי בית והרצאות העצמה אישית, שיפור הסמכות הורית, טימול בתקשורת אישית וזוגית
kochav_meir@walla.com 057-8995056

כוכב מאיר
המרכז למשפחה ולילד
בתהלת ר' גד מאיר שמחוני

הרב יצחק גלדמנד
- יועץ נישואין רבניים
- מדריך חתנים מוסמך
- מנחה בחיי אישות.
הרצאות וסדנאות בתחום הזוגיות, נישואין ומשפחה.
בית וגן, ירושלים
טל': 02-6419347 נייד: 050-2117902

קורס להכשרת יועצי נישואין רבניים
קורס המעניק ידע הלכתי ומקצועי ליעוץ נישואין רבניים בחסות היחידה ללמודי המשך, ביה"ס לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר אילן ובהמלצת הרבנות הראשית לישראל.
לפרטים והרשמה 054-8119588 02-6413242

מדינת ישראל
משרד החינוך, התרבות והספורט



בית הספר לעבודה סוציאלית
אוניברסיטת בר אילן

קורס להכשרת מנחי נישואין ומשפחה

הקורס מכשיר אנשי מקצוע לתפקידי ופעולות הנחייה לזוגות בתחום הנישואין והמשפחה על ידי מגוון רחב של חומר מקצועי המועבר ע"י מיטב הרבנים ואנשי המקצוע העוסקים בתחום ברוח היהדות ובאווירה תורנית.

הלימודים כוללים לימודים עיוניים ולימודים מעשיים הכוללים התנסות חווייתית מודרכת.

* לחסיימי הקורס בהצלחה תוענק תעודה מהמכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה ותעודת הסמכה מטעם משרד החינוך (620 שעות)

* תכנית המשך לבוגרים להסמכה ל"יועצי נישואין רבניים" בחסות היחידה ללימודי המשך, בית הספר לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר אילן ובהמלצת הרבנות הראשית לישראל.

* בוגרי הקורס מתקבלים כחברים באיגוד יועצי הנישואין הרבניים בישראל הדואג להמשך פעילותם המקצועית ומעניק להם פרסום ואפשרות להשתלב בשוק העבודה

ההרשמה בעיצומה לגברים
גבעת שמואל.

נותרו מספר מקומות בלבד לנשים
ירושלים / גבעת שמואל.

לפרטים 02-6413242 נייד 054-8119588



(מ-תשמ"ה)

22 שנות ניסיון
והצלחה

בנה קינך
שידוכים לדתים

מחלקה מיוחדת לזוגות
למען צמצום ההתבוללות

ייעוץ 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

02-6242428

ירושלים: רחוב המלך ג'ורג 12 קומה ב'

08-6283263

באר שבע: רחוב הפלמח 71 (בסמטה)

03-6133010

רמת גן: מגדלי התאומים בנין 1 קומה 7 חדר 732

06-79933570

פריז (סניף מרכזי אירופאי)

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