

אמת בזוגיות

דורון גיל

היכולת והמוטיבציה לומר אמת ביחסי הזוגיות שלנו תלויות בהבנה שלנו שאמת, פתיחות וכנות יד ביד הולכות. בהבנה שלנו שכדי להיות בזוגיות אמתית וכנה, עלינו קודם כול להיות אמיתיים עם עצמנו. כשאנו אוזרים ואומץ לבטא ולחשוף דברי אמת ורגשות אמת – לעצמנו ולבני הזוג שלנו – לבנו מתרחב ונפתח, מתמלא וכרווח ואנו הולכים ומתקרבים זה לזה כמו ספינה אל חוף מבטחים. ואז... איננו צריכים עוד לבטא עצמנו במילים, בדיבורים, שכן לבנו מדבר אמת – בפתיחות, בערגה, באהבה וברוך.

מאתנו "מומחים" במציאת סיבות ותירוצים), לעתים תכופות איננו דוברי אמת עם בני הזוג שלנו.

היכולת והמוטיבציה לומר אמת ביחסי הזוגיות שלנו תלויות בהבנה שלנו שאמת, פתיחות וכנות הא בהא תליא, יד ביד הן הולכות. בהבנה שלנו שכדי להיות בזוגיות אמתית וכנה, עלינו קודם כול להיות אמיתיים עם עצמנו. לא לפחד להודות, בפני עצמנו, בחולשות שלנו ובאותן תכונות שהיינו רוצים, אולי, לשפר או לשנות. להיות מסוגלים לעמוד בפני הראי, לקבל את עצמנו ולומר לעצמנו: כן, אלה אנחנו.

אז, כשאנו מקבלים את עצמנו כפי שאנו, אנו מגבירים את היכולת לבטא את האמת שלנו בפני בני הזוג שלנו, ללא פחד, וללא מורא. שהרי לעתים איננו מבטאים את האמת שלנו, לא כלפי עצמנו ולא כלפי בני הזוג שלנו, מחשש – כיצד הם יקבלו אותנו; מה הם יאמרו ויחשבו עלינו; כיצד הם יגיבו. האם עדיין יאהבו אותנו, או שמא ינטשו אותנו. והרי הצורך באהבה ופחד נטישה, שניהם יחד מחלחלים ומקוננים בנו כמו קינה אין סופית...

אולם האם קל להיות כנים ואמיתיים עם עצמנו? המשורר ומבקר הספרות דן פגיס (1930-1986) תוהה בשירו "חקירה ראשונה" האם אנו יכולים להיות אמיתיים עם עצמנו. שהרי לעתים זה מפחיד, כי איננו יודעים מה יתגלה לנו, מה נפגוש, אם וכאשר באמת ננסה לשקף לעצמנו את האמת לגבי מי שאנחנו. האם זה בכלל אפשרי, לומר לעצמנו את האמת, לספר ולגלות

"את כל הסיפור כולו,
את הפרצוף האמיתי שלי?"

פגיס ממשיך לתאר כיצד יושבים בו, בתוכו (כמו ברבים מאתנו)

"אני נשבע לומר את האמת, את כל האמת, ורק את האמת". אמירה זו, שאנו שומעים בבית המשפט, האם כדאי לאמץ ליחסי הזוגיות שלנו? האם נכון לנו לומר לבני הזוג שלנו את כל האמת, לבטא בפניהם את האמת הפנימית שלנו על עצמנו, עליהם ועל היחסים שבינינו?

יש בינינו כאלה החושבים שלא כדאי לומר הכול לבני הזוג. סייג לחכמה – שתיקה. חלק מאתנו מאמינים שיש "שקרים לבנים", ויש דברים שעדיף לא לומר. "מה שלא ידוע אינו מזיק", אנו חושבים לעצמנו. כך שמדוע לחשוף את הכול? אחדים מאתנו חוששים שבני הזוג שלנו ישפטו אותנו, יפלילו אותנו, ישתמשו בגדנו ב"אמת" שחלקנו אתם ברגעי אינטימיות וקסם.

כיוון שכך, מתוך מחשבה על העלול לקרות בעתיד, יש בינינו כאלה הנמנעים מלומר אמת בהווה, כאן ועכשיו. אולם בכך אנו מונעים מעצמנו, במו ידינו, פתיחות ואינטימיות. שהרי ככל שנהיה כנים יותר עם בני הזוג שלנו, ככל שנבטא – לעצמנו ולהם – דברי אמת הקשורים בנו ובחיינו, ברגשותינו, מאוויינו, תשוקותינו – כך נוכל לבנות, לפתח ולטפח אינטימיות רבה יותר.

בשירו "לומר הכול" אומר המשורר הצרפתי הנפלא פול אלואר (1895-1952):

"הכל הוא לומר הכל ואני חסר מלים
ואני חסר זמן ואני חסר עוז רוח
אני חוזה ואני מרוקן בארעי תמונותי
הריעותי לחיות ולא למדתי דבר ברורות."

כבר בשורות אלה של שירו מונה פול אלואר מספר סיבות המסבירות מדוע, לעתים, אחדים מאתנו נמנעים מלומר את האמת ביחסי הזוגיות שלנו: לעתים אנו חסרי מילים; לעתים רבות – חסרי אומץ; ולעתים פשוט איננו יודעים לדבר ברורות, באופן שבני הזוג יבינו אותנו. תהיה הסיבה אשר תהיה (ורבים

“...עֲשָׂרָה פְּרָצוּפִים
עֲשׂוּיִים לְלֹא חֶת,
צוּפִים מִתּוֹךְ צִפְרָנָי.”

והאין זה מפחיד, ומאיים, לגלות לעצמנו – ולבני הזוג שלנו! – את אותם פרצופים רבים השוכנים בנו, אותם חלקים שונים שבנו, אותם אנו מנסים להסתיר אפילו מעיני עצמנו? האין זה מפחיד לחשוב, מה יהיה אם אנחנו – ולא כל שכן בני הזוג שלנו(!) – ידעו באמת מי אנחנו? יראו את הפרצוף האמתי שלנו? לעתים פחד זה של חשיפה כה מרתיע אותנו, עד שאנו מעדיפים להתכנס לתוך עצמנו, כמו שבלול, לחשוף מעצמנו רק טפח, ולכסות טפחיים, מתוך חשש שכל המוסיף גורע...

משחר ילדותנו למדנו לכסות, להסתיר, להדחיק ולהכחיש חלקים מעצמנו (אותם חלקים שהביאו עלינו נזיפות, גערות וביקורת), ולבטא חלקים והתנהגויות שבעבורם זכינו באהבה וקבלה מהורינו ומאחרים בסביבה שלנו. אולם חשיפת עצמנו, לעצמנו ולבני הזוג שלנו, יכולה לקרב את עצמנו אל עצמנו ואל בני הזוג שלנו. חשיפת עצמנו ואמירת האמת יכולות לאפשר לנו לבנות אינטימיות אמיתית, אותנטית וכנה. וכדי לחשוף את עצמנו לעצמנו ולבני הזוג שלנו, דרוש אומץ, אשר יאפשר לנו להתגבר על הרגל רבי-ימים של הכחשות והדחקות.

את האומץ לספר הכול מבטאת רחל המשוררת (1890-1931) בשיר ללא כותרת:

“את כלי סיפּרתי עד תם.
בְּחֻדְרֵי חֻדְרֵי
הוֹלַכְתִּי זָרִים וְהִצְבַּעְתִּי:
כָּאֵן –

גִּאֲוָה רְמוּסָה, כָּאֵן – צִפִּית שְׂוֹא,
וְשִׁלּוּהַ לְאַחַר יָאוּשׁ –
לְהֵלֵךְ.”

האומץ לספר את האמת על עצמנו כרוך בקבלת עצמנו, בקבלת אותם חלקים בנו שאיננו מתפארים בהם. אומץ זה יכול לפתוח בפנינו דלתות לאינטימיות רבה יותר עם בני הזוג שלנו, להבנה גדולה יותר, ולתחושת פתיחות ו"ביחד" גדולה יותר.

המשוררת ומבקרת הספרות לאה גולדברג (1911-1970) בספר שיצא לאור לאחר מותה כותבת בשיר ללא כותרת:

“וְהַשִּׁיר אֲשֶׁר לֹא כָּתַבְתִּי
כְּאֲשֶׁר כָּתַבְתִּי שִׁירִים...
לוֹ כָּתַבְתִּיו אֲזַי, הִיָּה
אֲמַת מְעוּרְטֶלֶת מְדִי.”

הפחד לחשוף את עצמנו לעצמנו, ולבני הזוג שלנו, לעתים דוחף אותנו לשתוק, לא לשתף, אפילו במחיר של ניתוק, התרחקות, חוסר אינטימיות, חוסר קרבה.

ואמנם, זלדה (1914-1984) בשירה "שבת וחול", מאמתת את העובדה שבלי אמת:

“מה מְעַט יוֹדַע אָדָם עַל חֵבְרוֹ –
אֶפִּילוֹ בְּנֵי בֵּיתָהּ, אֶפִּילוֹ יְקִירָהּ, עֲלוּלִים
בְּרַגַע שֶׁל לִיקוּי-מְאֻרָּת
לְרֹאוֹת בָּךְ כֹּל מוֹם רַע.”



