

צדק בזוגיות וביחסים

דורון גיל

– מבלי משים, באופן לא מודע, מההורים שלנו, מאלמנטים בחברה בה אנו חיים ומאחרים, ואנו נאחזים בתפיסות חיים אלה כמו שור בקרנות המזבח. למעשה, תפיסות אלה שולטות בנו – במקום שתהיה לנו היכולת המודעת להחליט אם לאחוז בהן או לא!

לכן, כשאנו נוהגים לפי "צדק" אנו בהכרח מצמצמים את דרכי הפעולה שלנו, ומונעים מעצמנו ללמוד מאחרים ולהתפתח. אנו כבולים בתפיסת הצדק שלנו ואיננו חופשיים לאמץ דרכי חשיבה והתנהגות שונות.

ומה תפיסות אלה עושות לזוגיות וליחסים? הן חונקות יחסים, כי אנו שופטים את בן או בת הזוג שלנו לפי מושגי "צדק מוחלט". הן מביאות למריבות וחיכוכים, כי הן שמות בעדיפות ראשונה לא את היחסים עצמם, אלא את ה"צדק" שלנו. כלומר – כשאנו "נלחמים" להוכיח את הצדק שלנו עד חרמה, מה שחשוב לנו הוא הצדק, יותר מהיחסים, עד כדי כך שלעתים אנו מוכנים להקריב את היחסים שלנו עבורו!

אם נקבל את העובדה שכולנו עושים טעויות לפעמים; שבכולנו תכונות שונות ואיכויות שונות – לחיוב ולשלילה; שהכול זורם ומשתנה; שיום אחד אנו יכולים לטעון דבר אחד ויום אחר אנו יכולים לטעות בטענתנו – אז נבין שאין דבר כמו "צדק מוחלט"; שאין אף אחד מושלם; שגם אנו וגם אחרים עושים טעויות ונעשה טעויות. טעויות הרי נועדו לעזור לנו ללמוד על עצמנו ולגדול. כשנקבל זאת, נוכל לחיות בשלום עם האפשרות שלא כל מה שקורה סביבנו הוא "צודק". גם נבין ש"צדק" לשם "צדק" עלול להרוס ולקלקל יותר מאשר לעזור ולהועיל.

המפתח לזוגיות אינטימית וליחסים טובים הוא כבוד הדדי, גמישות ולב פתוח. גאנדי אמר: "חשוב יותר להקשיב לאמת מלהקפיד על עקבות".

כשאנו מקשיבים למה שחשוב לנו באמת – היחסים או "להיות צודק"? כשאנו מקשיבים, עם כל הלב, לבן או בת זוגנו, מבינים אותם ומרגישים את מה שהם חווים ומרגישים – פוחתת חשיבותו של עניין ה"צדק". אז אנו פועלים עם בני זוגנו ומגיבים אליהם מתוך לב פתוח ומתוך אהבה. הרי היחסים הם העיקר, היחסים בינינו לבין עצמנו, והיחסים שבינינו לבין אחרים אותם אנו אוהבים ואתם אנו בוחרים להיות ביחסים.

רבינדרנאט טאגור אמר, "לעתים, ברדיפה שלנו אחרי הפרי, איננו רואים את הפרח". על מנת לטפח יחסי זוגיות יפים, של אהבה ופתיחות הלב, כדאי להתבונן ולהבין, איך לא לאפשר לסוגיות צדק לערער את יחסינו.

במסגרת תפקידי בחוג למדעי ההתנהגות מנהל ד"ר גיל, עם הגב' ויקי שול, את תכנית "חיבורים" – קורסים, השתלמויות, וסדנאות ליחידים ולארגונים בנושאי מודעות עצמית, פיתוח מיומנויות אישיות, חיבורים בינינו לבין עצמנו ובינינו לבין אחרים, בין האישי בחיינו למקצועי.

כולנו שואפים ליחסי זוגיות טובים ומהנים. לאינטימיות מלאה המבוססת על כבוד הדדי, קבלה ואהבה. אך אף על פי שאנו מתכוונים, לעתים, עם כל הלב, לפתח ולטפח יחסים נפלאים, לא תמיד עולה הדבר בידינו, ואנו תמהים: מדוע?

יש דרכים רבות לערער ולהרוס יחסים, ורדיפה אחר "צדק" היא אחת מהן. נכון, צדק הוא ערך מוסרי ונעלה. אולם לעתים, מרוב רדיפה אחר "צדק", אנו מקלקלים את היחסים או מאבדים אותם. משום מה (לא תמיד אנו יודעים מדוע!), מאוד חשוב לנו שהצדק יהיה שלנו.

המוזר והעצוב מכול הוא שאנו עושים זאת עם בני הזוג האינטימיים ביותר!

לעתים אנו נכנסים למריבות רבות עם בני הזוג שלנו (או, לחילופין, עם בני משפחה אחרים, חברים או קולגות לעבודה) רק על מנת להוכיח שהצדק אתנו, ואפילו בדברים קטנים ושטותיים: כיצד מגיעים ממקום אחד לשני? כמה זמן אורכת טיסה מתל אביב ללונדון? מה הדרך הנכונה לסיים פרויקט זה או אחר? האם כשניסע צפונה ניתקל בפקקי תנועה או לא?

הוכחת הצדק נותנת לנו תחושת עליונות על השני: "את רואה? אמרתי לך!". ואם, לעתים, אנו נתפסים בשגיאה, שהצדק אינו אתנו, אנו מחפשים אלף ואחת דרכים להצדיק את העובדה ש"טעינו": "לא לכך התכוונתי"; "לא הבנתם אותי נכון", וכו'. לאחדים מאתנו אכן קשה להודות בכך שאולי טעינו. אנו חוששים שזה מראה על חולשה מסוימת! לעתים אפילו עם בני הזוג הקרובים ביותר איננו מוכנים להודות בחולשה. זאת כיוון שאיננו יודעים שהעצמה האמיתית היא להיות חשוף; שהכוח האמיתי הוא רכות. ולהיות חשוף, כמו רכות, הם מאבני הפינה של אינטימיות אמיתית עם בני זוג.

לו היינו יודעים לקבל בהומור ובהתלוצצות את חילוקי הדעות שלנו; לו היינו יודעים יותר לקבל את עצמנו ואת הזולת; לקבל את העובדה שאנו שונים זה מזה; שהיכן שיש שני אנשים יש לפחות שתי דעות – היו הזוגיות והיחסים שלנו עם אחרים מתנהלים הרבה יותר על מי מנוחות.

למרבה הצער, פעמים רבות אנו לוקחים את עצמנו ברצינות רבה מדי – ורוצים להוכיח את צדקתנו! הצורך שלנו בכוח ושליטה, אולי אפילו בתחרותיות מסוימת, באים כאן לידי ביטוי – אנחנו צודקים, ולא השני!

כשאיננו מוכנים לוותר על הוכחת הצדק, איננו מוכנים למעשה לאבד שליטה; *to let go* מדברים מסוימים. אנו "נאחזים" במה שאנו "בטוחים" שהוא נכון – ו"בטוחים" זו רק תפיסת עולם שלנו, אחת מגי רבות. אולם כשאנו "בטוחים" שאנו צודקים" הרי שאיננו מאפשרים לשום תפיסת עולם אחרת לחדור אלינו – ובכך אנו מערערים את יחסי הזוגיות שלנו.

לעתים תפיסות אלה של "צדק" הן אפילו לא תפיסות שהחלטנו עליהן באופן מודע. פעמים רבות אלה הן תפיסות חיים שלמדנו