

# 3

© כל הזכויות שמורות להוצאת "הדים"  
הותר לפרסום באתר פסיכולוגיה עברית [www.hebpsy.net](http://www.hebpsy.net)

פרק שלישי

סודות, שקרים ואמת

בחיים הזוגיים

## סיפור המסגרת

שיר אהבה/ דליה רביקוביץ<sup>1</sup>

שני דגים נחפזו,  
וירדו למצולות הים  
לספר איש לרעותו  
מה גדלה אהבתם  
שני דגים צללו  
ושהו במצולות הים  
וככל שהרחיקו הלוך  
כך גדלה אהבתם.  
ולא עוד עלו אל החוף  
אוהבי מצולות הים.  
ולא הפה מספר  
מה גדלה אהבתם.

\*\*\*

סודות מילאו את חייה המוגנים. היא אהבה את סודותיה שהיו מאז ומעולם עיר המקלט שהייתה מחליקה אליהם בנחת לפני הירדמה, לפני שהחלומות שלטו בה. התרגלה לחיות בעולמות מקבילים. 'כל כך טוב ונכון', הייתה מהרהרת בינה לבין עצמה במתיקות. וכך המשיכה גם בבגרותה. נישאה לאיש טוב, גדול ורחב ומגונן, כמו אבא טוב. ילדה שני ילדים וניהלה קריירה צנועה. אישה נעימת מראה, חביבה על סביבתה. ועולמה המקביל ידוע לה, לה בלבד. סודותיה לבשו ופשטו צורה עם השנים. אם בנעוריה חלמה על הרפתקאות של גבורה בקצה העולם, בשנים האחרונות השתוקקה בחלומותיה לגבר שייקח אותה בסערה, שימלא את נפשה בתשוקה אפלה. עם הזמן העזה יותר ויותר – להפוך חלום הזוי למציאות שמסכנת אותה. לקחה מאהבים. למדה להעמיד פנים של תמימות מול בעלה האוהב אותה עד כלות. למדה לשקר. מוחה התמלא בחומרים מסוכנים עליו, על השיעמום בחיי נישואיה, על רצונה להיות במקומות אחרים, על תשוקותיה שאינן יודעות שבעה. אך החיוך המתוק לא מש משפתותיה. אבל הרעל הלך והתפשט בגופה עד שכמעט איוותה נפשה למות.

בלילות היה קם כאחוז תזזית והולך בלאט לחדר עבודתו, שם המחשב שלו בו טמונים סודותיו. וגולש לכל האתרים האסורים. שמח שאשתו הילדותית לא מגלה עניין ב"אתרים למבוגרים". זה לא בשבילה. בלילות היה חובר לנשים שאיתן אפשר לדבר דיבורים מלוכלכים, היה קובע פגישות וירטואליות לסקס וירטואלי ומפנטז עליהן במשך היום. 'אילו רק ידעה אשתי' היה נחרד מעצם המחשבה. היה נזהר. עד שיום אחד נגלתה ערוותו דווקא על ידי בנו בן החמש-עשרה, במקרה. הלך הילד וגילה לאמו.

## רבקה: מחשבות ביני לבין עצמי

"איך זה באמת שאדם שכל כך רגיש לניואנסים הכי דקיקים בהתנהגות זולתו 'עושה הנחות' לעצמו? תהתה. למעשה היא ידעה את התשובה שהרי עסקה בכך בחמש עשרה השנים האחרונות בשיעורי הספרות שלה. רק שהיום, בפעם הראשונה, התיישרה לחשוב על עצמה המזויף ומיד נתקפה בסחרחורת וחולשה. מחשבה חדשה ודי אמיצה בשביל אישה כמו דורה שהייתה שקועה כה עמוק בייסורי צמיחתה לא התירו לה עד היום להציץ הצצה הגונה פנימה. חשבה: אנשים מזייפים מנגינות, זה כל ילד יודע. חיוך מזויף ניתן לזיהוי כמעט מייד. ומה באשר לנפש המסוכסכת בתוך עצמה. איך תדע אל נכון?"<sup>ii</sup>

\*\*\*

עוד בילדותנו יצרנו לנו עולם מקביל לעולם המציאותי הקטן שבו אבא ואימא ומבוגרים אחרים שלטו בנו. שם ואז היינו הכי יפים, הכי חכמים, הכי אמיצים והתגברנו על כל הסכנות באבחת חרב אחת או במילה אחת, או אפילו לפעמים במבט מצמית, כזה שראינו בסרטים המצוירים או באחד מסרטי ההרפתקאות. עוד בילדותנו נזקקנו באופן נואש כמעט לעולם המקביל שלנו שינחמנו על מגבלותינו הכל כך ברורות לעין בעולם האמיתי.

עוד בילדותנו למדנו את מלאכת הזיוף וההסתרה של מחשבותינו האמיתיות. למדנו לא לספר לאבא ולאמא שאנחנו מאוד כועסים. למדנו להסתיר מהם עלבונות שספגנו מילדים אחרים בבית הספר. למדנו לשקר ביודעין על מקרים חמורים בהרבה של חרמות והתעללויות חברתיות. כן, מחמת הבושה. וגם לא ממש שמכנו עליהם שידעו לחלץ אותנו מצרות מסוג זה.

בנעורינו השתכללה לה מלאכת ההסתרה והזיופים. למדנו להחמיא לחברה גם כשלא התכוונו, למדנו לשקר למורות. למדנו, ועוד איך, לשקר להורינו. למדנו וגם נהנינו יותר ויותר להסתיר ולצפון את מאווינו האמיתיים, גם המיניים. זו למידה של הישרדות. הצווים החברתיים על "מותר" ואסור" הם לעיתים כל כך מחמירים ובלתי אפשריים לנפש שלנו עד שאין לנו ברירה – אנחנו לומדים לזייף ולהסתיר.

אכן. האם מישהו יכול לחיות ללא עזרת הדמיון? הדמיון שלנו חייב להיות סודי לגמרי אחרת הוא אינו שלנו. הנפש שלנו זקוקה לאותה פינה ברורה של פרטיות מלאה וסודית – כדי לשרוד. כדי לדעת אל נכון את הזהות האישית הניזונה לעיתים מהדמיון יותר מאשר מתפקידים ונכסים חומריים המולבשים על זהותנו השברירית עד שלא נדע מיהו האני האמיתי – "פה" – במציאות, או "שם" – בדמיונו, בסודותינו.

אך טבענו האנושי הוא כזה שדמיונו מוזן גם מסודות אפלים, דברים שנרצה לשכוח, אירועים שנרצה להסתיר מחמת הבושה או סכנת הענישה. סודות מעברנו, סודות מהווה הנוצר עכשיו – התאהבות, השתוקקות, מחשבות רעות, אלימות מוסתרת, בגידות של ממש.

כדי לשמור על הסודות הללו שלא יתגלו חלילה, עלינו לייצר מציאות העוקפת אותם. הפחד פן יתגלו הוא כל כך מאיים (כך אנו מאמינים) שנעשה הכול, הכול! כדי לנצור אותם בתוך הכספת הפרטית שלנו. טיבם של סודות גדולים הוא הרסני. אדם מתהלך בין כותלי ביתו עטוף ומוסתר ונשמר וזהיר עד שלא יוכל להיות נוכח באמת בתוך חייו הזוגיים. וכאשר מתגלה הסוד הגדול – שוד ושבר לשני בני הזוג.

אך יש, כאמור, גם סודות קטנים בחיינו, אלו השייכים לחלקת אלוהים הקטנה שלנו, הפינה הפרטית שלנו שלא נרצה לחלוק אותה עם איש. סודות קטנים השייכים לממלכת הדמיון שלנו. מחשבות שלא נרצה לחלוק אותן. פנטזיות פרטיות כמו גם רגשות חולפים. גם אלו שייכים לפעמים לאירועי עבר שאנו בוחרים לשמור אותם לעצמנו.

כל אדם זקוק לפינה קטנה ופרטית לשם לא יכניס איש או אישה – כדי להזכיר לעצמו מיהו. אדם עם חלומות ומחשבות שאולי לא יממשם לעולם אך זקוק הוא "למשש" אותם בתוך עצמו – כך ישמור על ייחודיותו, על עצמיותו. אני מאמינה שאנשים הנותנים לגיטימציה לעצמם להחזיק בפינה פרטית מעין זו חשים טוב יותר עם עצמם. יש להם המקום הקטן שלהם שאליו יוכלו לברוח בשעת מצוקה. סודות, אם כן, נמצאים על רצף בין שקרים "לבנים" ושמירה על פרטיותנו לבין צביעות, זיוף, שקרים גדולים, הסתרות ובגידות.

כולנו זקוקים למנת צביעות יומיומית (כלומר הרבה שקרים לבנים) כדי לשרוד בחברה. או לנו אם כל רגע ורגע נאמר בדיוק את אשר על לבנו. אנחנו זקוקים לזה גם בזוגיות. אם בני זוג (ויש כאלו) היו אומרים בכל רגע נתון את אשר על לבם חיי הנישואים היו מתפרקים עוד לפני שהחלו. לרוב האנשים יש תחושות אמביוולנטיות ביחס לקשר הזוגי. לפעמים רוצים מאוד ומרגישים הכי נפלא ולפעמים ממש הפוך. ובין לבין יש תחושות עמומות לא ברורות של "לא יודעים". רוצים להיות במקום אחר, אבל לא ממש. לא יודעים. שיתוף אינטנסיבי של תחושות פרטיות אלו עם בני זוגנו עלול להוביל לאבדון. עם זאת אי שיתוף מוחלט הוא אסון אמיתי. הוא מביא את הדבר הנורא ביותר שיכול להתרחש בין שניים – ניכור. מה נעשה, אם כן, עם סודותינו? אם נחלוק הכול וכל הזמן עם בן או בת זוגנו, בשאיפה תמימה להיות איתו, איתה, בסימביוזה מלאה – אחדות המנצחת את פחד המוות, לכאורה – נאבד עצמנו בתוכו, בתוכה. כך אירע לנעמה שחלקה הכול עם בן זוגה, אביר נעוריה. בוקר אחד גילתה את בגידתו המתמשכת. והוא, בסודותיו שמורים היטב בכספת, עזב מבלי שתדע למה.

ומה יקרה לנו אם ננצור הכול בתוכנו ונשמור בחירוף נפש על נפרדותנו? הברידות והניכור מחכים לנו בפתח. כך התנהלו חייה של דורה, גיבורת ספרי "זר יקר שלי"<sup>iii</sup> שחיה בעולם מקביל, דמיוני, הזוי, וחלקה את סודותיה ותשוקותיה עם זר דמיוני שהתכתבה איתו ובשמו השיבה לעצמה...

כמו בכל מצב אנושי אנחנו נזקקים למה גדושה של אינטליגנציה רגשית. אם נסתיר יותר מידי, או אם נבחר איש או אישה אחרים לחלוק איתם את סודותינו, פחדינו, מאווינו, ונשאר את בן/בת זוגנו מאחור – הזוגיות שלנו בסכנה. עם זאת, אף על פי שיש הרבה יופי ושחרור בשיתוף ברגשות, גם רגשות שליליים ומפחידים, יש גם קווים אדומים. עד כמה נרחיק לכת בגילוי עצמי? אין צורך לומר בבוטות ו"ביושר" לבן או לבת זוג מה אנחנו חושבים על המראה שלו או המשקל שלו או על ביצועיו המיניים ועוד כיוצא באלה נקודות תורפה. אך יש צורך באמירת אמת כאשר חשים רגשות קשים שנובעים מיחס רע.

חשוב לשתף בתחושות של בדידות, אכזבות, פחדים, התלבטויות קיומיות ועוד. זה שיתוף מקרב. גם לשיתוף המקרב הזה גבולות דקים, כמעט נסתרים מהעין. הכמיהה לאינטימיות מבלבלת אותנו לפעמים. למענה נותר (לא ביודעין) על המינון הנחוץ כל כך לשמירה על המרחב האירוטי ביחסינו הזוגיים (בלשונה של אסתר פרל, מחברת הספר "אינטליגנציה אירוטית"<sup>iv</sup>). כן, אותו מרחב אירוטי מתעתע הניזון ממסתורין, מחידתיות, מאי וודאות – תחושות המאיימות על הביטחון והאינטימיות. הפינה הפרטית, חלקת אלוהים הקטנה שבנפשנו, לשם לא נזמין איש, אף לא את בן או בת זוגנו, נחוצים לנו לא רק למען שמירה על זהותנו האינדיבידואלית אלא, כמה מפתיע, למען שמירה על אש הזוגיות.

## חן: הקריט הקטנים fe

אני רוצה לדבר איתך על השקרים הקטנים שלי, שלכאורה פחות מאיימים, שקרים לבנים. הם לא מפרקי נישואין, לפחות לא מידיתי. אבל אני משקר אותם, ובכמויות. אולי החשיפה שלהם היא כמו ניקוי תקופתי למכונת שלי. הנה שקר מחצי השעה האחרונה.

שכבתי על המיטה רדום כמו חתול שבע. כל כך אהבתי את התרדמה הכבדה שפשטה שכל גופי. את סיימת את הכנותייך לקראת הכתיבה שלנו ואז אמרת לי: "אתה בא?" שיקרתי לך. אמרתי "בטח" אבל הסוד, השקר שלי, היה שלא בא לי לקום ולכתוב איתך את הפרק על הסודות. שיקרתי כמו בהרבה פעמים אחרות כי פחדתי מהתגובה שלך אם אגיד "לא בא לי", כמו שבאמת הרגשתי באותו רגע. אחר כך יצאתי החוצה להביא את הדר' גב מהמכונת ובדרך אמרתי לעצמי: 'וואו, איזה מזג אוויר ונוף אידיאלי לצעדה, עכשיו כשפחות קר ועוד לא חשוך', אבל בלעתי את המחשבה ושמרתי את הסוד בתוכי. אמרתי לעצמי: 'רבקה תתעצבן וזה יקלקל את האווירה. היא תגיד או תחשוב שזה מעשה אגואיסטי כי הרי תכננו לכתוב ופתאום אתה מבטל'. אז חזרתי לחדר עם הד"ר גב, לא אמרתי דבר מכל מה שסיפרתי קודם והתחלנו לעבוד.

עד כאן תיאור העובדות. עכשיו לרגשות. במקרה הזה הסוד הקטן נבע מחשש לקלקל את אווירת היצירה ושיתוף הפעולה בינינו. אני חושב על סודות (שקרים) רבים כאלו שהסתרתי ממך במשך השנים. הצורך שלי להעניק לך תמיכה "גדולה מהחיים" הוביל אותי לצבור תסכולים על גבי תסכולים. את התוצאה את מכירה: ברגע מסוים כעסתי עלייך מאוד. כעס על משהו שטויתי ואת אפילו לא ידעת על מה.

יש סודות אחרים שאני שומר מפניך, מכיוון שאני לא רוצה לפגוע בך ופחות מכיוון שאני לא רוצה להיפגע. אני יודע שגם לך יש סודות כאלו שנועדו להגן עליי. אני חושב שלפעמים את שומעת עליי דברים לא מחמיאים מצד אנשים ואת לא מעבירה לי את המידע. זו רק דוגמה ואני בטוח שאת מגנה עליי גם במקרים רבים אחרים.

הרבה סודות קטנים מהסוג שתיארתי הופכים לעיתים לסוד אחד גדול. כמו פתיתי שלג רכים הנערמים זה על גבי זה בקור העז והופכים לקרח, ואז לקרחון. טבעם של קרחונים הוא ש-90 אחוז מהם שקועים במים. את פשוט לא רואה את הגודל האמיתי שלהם. לפעמים מרוב שקרים והסתרות קטנות מהסוג שאת אפילו לא הסכמת לתת להם את התואר המכובד 'סודות', פתאום אני מרגיש שאין לי אוויר, שאני נמצא במערכת שסוגרת עליי, שלקחת לי את החופש, אפילו אם זה החופש לומר לך: "אני לא רוצה להרכיב את השולחן שקנינו באיקיאה כי אני פשוט לא יודע איך. בוואי נזמין מרכיב מקצועי". כך, על לא עוול בכפך ובלי לדעת מכך דבר את חווה לעתים התפרצות כעס מצדי מבלי לדעת כלל על מה. את עומדת נדהמת ובצדק, ושואלת את עצמך 'למה זה הגיע לי', ומשיבה לי מלחמה שעה. אסכם: כבוד כבוד, כבוד לסודות הקטנים שעלולים להיפך לקרחונים גדולים בזוגיות.

האם צריך לגלות הכול אני מודה שאין לי מושגים ברורים כמו שלך על נושא הגבולות לגבי מה לספר ומה לא. אני יודע שלפעמים אני עובר את הגבול, לא מבחינתי, אלא מבחינת השומע. כשהייתי צעיר יותר חשתי צורך להפגין ביטחון עצמי ומיוחדות באמצעות שחרור סודות. משהו מהסוג של "תראו כמה אני אמיץ ולא זקוק להגנות שאנשים 'רגילים' זקוקים להם". את לא אהבת את הסגנון הזה של גילוי סודות אצלי.

אבל מעבר ל"שוויץ" שבלהיות "כן מקצועי", יש סוג של גילוי סודות שבעבורי הוא הכרחי. במיוחד ביחסים קרובים. אני מרגיש צורך להוציא מהאפלה אל האור סודות שהמשך הסתרתם גורם לי להרגיש שבת זוגי לא באמת מכירה אותי. עד כדי כך זה משמעותי שלעיתים אני שואל את עצמי, 'לעזאזל, איך אתה

יכול להיות בטוח שרביקה אוהבת אותך בגלל מי שאתה? אולי היא בנתה לעצמה דימוי על מי אתה ומה אתה, דימוי שהקשר בינו לבין המציאות קלוש, בכל אופן לטעמי.

את ודאי זוכרת את תקופת החיזור שלנו, טרם נישואינו. חזרתי והזהרתי אותך מפניי, סיפרתי לך דברים רעים על עצמי, הרגשתי שאני חייב לעשות את זה כדי להיות בטוח שלמרות הסודות האלה את באמת בוחרת בי.

## רקמה: סודות "סוגים", סודות "רצות"

חני, אני מודה שבזכות הדיאלוג הזה בינינו אני מבינה יותר את הבדלי התפיסה בינינו ביחס לסוגיות שונות של חיינו, אך נדמה לי שבסוגיה מורכבת זו של גבולות הגילוי העצמי בולטים לעין הצרכים הנפשיים הפ'ה שונים שלנו. לשמחתי, בשונה משיחות (או ויכוחים) רגילים בינינו, הכתיבה המהירה הופכת כל מכשול כזה לאתגר רגשי.

בשורות הבאות אביע את עצמי לא על מנת לשכנע אותך אלא בתקווה להיפתח לעוד ערוצים של מחשבה אחרת וגם להבין לעומק את נקודות המבט השונות שלנו.

אני לא חושבת שמישהו יכול כל רגע ורגע לשתף את זולתו במה עובר לו במוח. לעיתים עוברות במוחנו מחשבות שיש בהן שיפוטיות גבוהה של התנהגות הזולת, לעיתים אנחנו מרגישים רגשות מסוימים שאנחנו לא רוצים לשתף בהם את בן הזוג. כלומר התופעה של מחשבות מהירות שחלקן חולף במוחנו ונעלם באותה מהירות היא מאפיינת את החשיבה האנושית. לכן אין אני רואה הכרח לשתף את בן זוגי בכל בדל של מחשבה החולפת במוחי. **בשבילי סודות זה משהו שאנחנו בצורה מכוונת ומודעת מחליטים לא לספר לבן הזוג שלנו, אם זה מסיבות של פחד או מסיבה של רצון להגן עליו.**

ולכן אני "מסווגת" את הסודות לארבעה סוגים:

➤ הראשון – מחשבות פרטיות, פנטזיות למיניהן, מהסוג השייך לחלקת אלוהים הפרטית שלנו שדיברתי עליה בפתחה.

➤ השני – רגשות שליליים, באים והולכים. "כמו פרפרים" שעלינו להתמודד איתם בינינו לבין עצמנו. וגם – מחשבות שיפוטיות על זולתנו שאם נאמר אותן נפגע בכבודו. (בצדק, לדעתי, לא נספר לבן הזוג שלנו רכילות מרושעת עליו, לא נספר לו דברים שעלולים לפגוע בכבודו ובנקודות התורפה שלו. דברים שקשורים למראה, למשקל, לגיל, לביצועים מיניים וכיוצא באלה).

➤ השלישי – סודות "כבדים" – בגידות, חשבונות בנק חסויים מבן/בת הזוג, סודות הקשורים בעברנו ועוד. אלו הסודות שגילויים נוחת על בן או בת הזוג כרעידת אדמה שלעיתים אין ממנה דרך חזרה.

➤ הרביעי – סודות הקשורים ליחסינו. למשל: כאשר בני זוג מסתירים זה מזה (לפעמים רק אחד מהם) את רגשותיהם השליליים הנוגעים לחיים המשותפים: הוא או היא לא ידברו על חוסר העניין שלהם במין, הוא או היא "יסכימו" לחיות בסגנון חיים שלא מתאים להם, הוא או היא לא יגיבו לעלבונות והשפלות ו"יעברו על כך לסדר היום", הוא או היא יעלימו עין מפלרטוטים, יעלימו עין מהזנחה מתמשכת, מיחס רע ועוד. הסודות הללו נערים בערימה ענקית בפתח ביתנו ונוטלים מחיינו הזוגיים את החמצן. הם "מתגלים" בפרצי זעם, לעיתים בעזיבה "פתאומית" של הקשר.

אנסה להרחיב מעט על סודות השייכים לסוג התמים יותר, הראשון והשני (הם יכולים להתערבב בקלות). אלו סודות שאנו נזקקים להם למען שמירה על אנושיותנו הייחודית.

לפעמים, כמו ברגעים אלו של שיחתנו, אתה שואל אותי מה אני מרגישה "עכשיו"?

מצד אחד נעים לי שאתה מתעניין ברגשותיי. מצד שני אני מרגישה (לפעמים) תחת חקירה. אני יודעת שכוונותיך טובות, עם זאת לא נוח לי להיות כל כך חשופה, בעיקר אם זה לא בא ביוזמתי. מה שאמרתי עכשיו חלף במוחי מהר מאוד. לא היה לי צורך לומר אותו מהסיבות שהבהרתי קודם. אך אין שום סוד ממשי במחשבות שלי. אתה מכיר את רגשותיי כאשר אני מרגישה "נחקרת". אני מספרת לך אז מה אני

מרגישה. עכשיו לא היה לי צורך לדווח לך על כך. רציתי להמשיך ולחשוב ביחד איך אנחנו נוגעים בחומרים חדשים.

ויש גם סודות שנופלים "באמצע" – בין ה"תמימים" ל"מסוכנים". אני חושבת שרוב האנשים, וזה כולל גם אותנו, יש להם רגעים רבים שהם מרגישים תסכול, אכזבה, כעס ואולי אפילו רצון לעזוב. בכל מערכת זוגית קונפליקטים חוזרים על עצמם – כי בעיות לא פתורות, כי יש תחושה של אי נחת. ולעיתים, כאשר מרגישים את האמביוולנטיות, הטוב שיש ביחסים נדחק הצדה וכל מה שנמצא בנשמה זו הרגשה של אי שקט, של "מה אני עושה פה?" אני יודעת כמה קשה לבוא אליך ולספר לך שזה מה שעובר עלי. כי אני עצמי לא בטוחה שמה שעובר עליי זו האמת. אני פוחדת שאחרי שאומר את הדברים הם יהפכו לאמת שלא תהיה ממנה דרך חזרה. אני פוחדת שאחרי שאגיד גם אתה תגיד משהו ואז פתאום ממצב עמום ומטריד תהפוך המציאות לשלילית ומפחידה. במקרים כאלה אני נוטה לשמור את הרגשות האלה לעצמי ואז מה שיוצא, ואתה יודע את זה, זו התנהגות מרוחקת, לא נחמדה, לא אינטימית, לפעמים אפילו מרושעת, ואני מרגישה רע מאוד עם זה ואתה כנראה מרגיש עוד יותר רע. זה קורה לשנינו. וזה למשל סוד שאני חושבת שאם חיים איתו לבד, כלומר אם לא חולקים אותו ברמה זו או אחרת, הוא יכול להפוך לפצצה מתקתקת. כי מה שבן הזוג מקבל, וחשתי את זה ממך לא פעם, זה משהו לא סימפטי שפעמים רבות לא הבנתי על מה זה יושב. הייתי עסוקה בניחושים וגם בלהחזיר מלחמה, כמו שאתה, במצב הפוך, היית עסוק בלהחזיר אש. אני חושבת שהתמודדות עם הקונפליקטים ועם מצבי הרוח המשתנים ביחסים זה משהו שחשוב למצוא דרך להוציאו מהאפלה אל האור ולשתף ברמה (אולי לא טוטלית) את בן הזוג כדי להתחיל איתו איזשהו דיאלוג על הקושי.



## חן: אני מתצניין בקי, לא חוקר אותך

מאוד הסכמתי עם דבריך בעניין הסודות שאנחנו פוחדים שאם נגלה אותם הם עלולים לגרום לדינמיקה של אי הבנות.

ובעניין הרגשתך כ"נחקרת" על ידי, לעתים, הצטערתי שכך את מפרשת את הרצון הכן שלי להתעניין בך ובעברך. זה מזכיר לי דיאלוג שהתרחש בין הציפור והכלב על גדות הנחל:  
על גדות הנחל הציפור עומדת על גבו של בן זוגה הכלב הסן ברנארדי הענק. הוא מנמנם ראשו בין כפותיו. היא מנקרת פירורים מתוך פרוותו. הוא מגרגר בהתלהבות.

הכלב: "אף פעם לא סיפרת לי על הרומנים שלך מלפני נישואינו, אולי תספרי לי?"

הציפור: למה אתה רוצה לדעת?

הכלב: כי אני סיפרתי לך על כל הרומנים שהיו לי, וחוץ מזה אני נדלק מהסיפורים האלה...

הציפור: אין לי שום כוונה לספר לך ואם תמשיך לדבר על הנושא הזה אני פשוט עפה.

הכלב: מה את מתעצבנת?

הציפור: אני מתעצבנת כי אתה יודע שאני לא אוהבת את הפולשנות המציצנית שלך.

הכלב: למה את מעליבה? מה כבר עשיתי שמגיע לי סגנון כזה? למה הפסקת עם הניקורים החמודים?

הציפור: אתה מתנהג כמו פיל בחנות חרסינה. כאילו שהפרשות שלי הן חומר רכילותי צהוב.

\*\*\*

הדיאלוג הזה בינינו חשוב לי. הוא מלמד אותי עלייך דברים חדשים ומשפיע עליי באופן כזה שאהיה רגיש יותר לצורך שלך בפרטיות. לא אסתיר שאני מייחל לכך שתגמישי את גבולות הגילוי העצמי שלך, שתסמכי עליי יותר.

זה מזכיר לי את המשחק שלנו: את עוצמת עיניים ונופלת לאחור, בטוחה שאציל אותך מהתרסקות על הרצפה. אחר כך אנחנו משתוללים מצחוק. אני תמיד תופס אותך אף על פי שאני נבהל מהאמון המוחלט שאת נותנת בי.

האם תרשי לעצמך לסמוך עליי גם בהקשר לסודות? האם את בכלל רוצה? לא לפחד ממני, להאמין לי שלא אפגע בך, אם אדע יותר? אני די מתבלבל עכשיו. מצד אחד את מדברת על שמירת הסודות שלך, אבל לפעמים אני מקשיב לך ואומר לעצמי שלעולם לא הייתי מספר למישהו את הדברים שאת משחררת בקלות על עצמך בשיחה עם אנשים בטלפון או בפגישות עסקיות. את דווקא מספרת המון על עצמך. למשל את מספרת בקלות על כאבייך מיחס לא נאות שאת זוכה בו לפעמים, מאכזבות שהנחילו לך אדם זה או אחר. את משחררת בקלות ומסגירה חולשות שאני רק בדי עמל למדתי לשחרר. לדוגמה, אני מקנא בך על היכולת לשתף אותי בספונטניות בפחדים שלך: מתולעים, מגזקים, מפריחה קטנה שצצה על עורך, ועוד ועוד. את משמיעה קולות ילדותיים, מתפנקים, הבעות תינוקיות, שאני לעולם לא הייתי מעז להביע.

אבל יש מקום שבו את לא משתפת אותי, שבו את סגורה בפניי וחתומה כמו כספת של בנק! המקום שבו את לא סומכת עליי. המקום שבו את פוחדת שאנצל את המידע הסודי ואפגע בך. האם תוכלי לשתף אותי יותר, לפחד ממני פחות?

## רבקה: אפולות האינטימיות בינינו

אהבתי את דברייך ושמחתי שאתה מבין.

יש בתוכי שני רגשות שונים. לאו דווקא סותרים זה את זה. מצד אחד יש בי סקרנות גדולה לדעת מה אתה לא מספר לי שקשור לעולמך הפנימי, מצד שני אני מאוד מכבדת וגם לא במיוחד מוטרדת מכך שאני לא אדע כל מה שעובר עליך וזאת משום שביום יום שלנו אני נהנית מגילוי ליבך הספונטאני מאוד, ולפעמים פחות. גילוי לב שמזמין אותי לדעת לא מעט ממה שעובר עליך גם בינך לבינך עצמך וגם בינך לביני. אני לא בטוחה שאני רוצה לדעת הכול. זה נראה לי ממש לא הגון לדעת הכול. זה כמעט אקט פורנוגרפי לדעת הכול. לראות את פנימיותו של האדם ללא שום הסתרה. אני חושבת שיש יופי וגם מידה של צניעות שאדם שומר פינות מסוימות לעצמו. בעיניי זה לא פוגע באינטימיות. נהפוך הוא. זה שומר על גבולות הכרחיים כדי להיות בקשר שבעיניי רק כך יכול להיות בריא, מתמשך, מסקרן ומאתגר וגם מעניק ביטחון. בכל אופן אני לא הייתי רוצה להיות גלויה לאדם כמו כף יד, באופן שהוא יקרא אותי ויחקור אותי ויחזור לדעת הכול. זה היה גורם לי אי נוחות עצומה ותחושת חנק.

במהלך הדיאלוג בינינו, במיוחד כאשר זָפַתְּ " בי שאני מסתרת מאחורי אמירות מקצועיות ולא מביאה את עצמי האוטנטי, חשתי את ניצני המרד העולים מתוכי. הובלתי את עצמי עם כוס הקפה הראשונה שלי למרפסת הצימר מתנחמת בצמחיה הגלילית הטבעית שהקיפה אותו. התבוננתי בהרים שיצרו בעבורי את התפאורה שהייתי זקוקה לה, ורווח לי.

לאט לאט הבנתי. הבנתי שהרגשתי כמו ילדה שכופים עליה לספר את כל סודותיה. כך הרגשתי. באמת. נדהמתי מעוצמת תחושותיי והתחלתי לחקור אותן. וכי למה ארגיש ככה? האם זה רק בשל הערותיך הדידקטיות, שאהיה יותר ישירה, יותר אישית, יותר גלויה לב?

משהו מכל אלו כבר חוויתי בפרקים הקודמים רק שעכשיו תחושת המרד הקטן שלי הלכה וגדלה. שהרי בסודות עסקינן. "והיכן סודותייך?" שמעתי את קולך רועם באוזניי, או שמא היה זה קולי שלי? וכעסתי. לא רציתי להיות מובלת למחוזות לא לי. לא רציתי להיות נשלטת על ידי הסגנון או האידיאולוגיה שלך – בין אם מדובר בכתיבה או בדרך טיפולית או במבנה של הרצאה. בקיצור – מרדתי.

כוס הקפה הייתה כבר ריקה לגמרי כאשר הזמנתי אותך לצאת למרפסת כדי לשוחח. אני חושבת שלא ידעת מה מצפה לך.

סיפרתי לך את הסוד שהתגלה לי זה עתה. לא בדיוק סוד, שהרי סוג זה של מרד היה מופר לשנינו מחיינו המשותפים. אלא שעכשיו הוא קיבל את הכותרת של "סוד" שיש לכבדו בעיקר אם חושפים אותו. 'מעניין', הרהרתי, 'מזל שאנחנו כותבים. שאם לא כן הייתה פורצת פה מלחמה'. אתה אישרת לי, כעבור רגע, שזה בדיוק מה שהרגשתי.

'הכול שונה', אמרת, 'כאשר הדיאלוג מתקיים בקונטקסט של חקירה משותפת'.

המשכנו, אם כן, בחקירה הזאת כמו שני אנתרופולוגים הסקרנים להבין את מנהגיו של בן השבט הזר להם. ומי כמונו יודע ש"אישה" או "גבר" שייכים ל"שבטים" או בעגה הפופולרית – "כוכבים" שונים.

כאשר הוויכוח החל לדעוך, הצעת לי שאחשוב ביני לבינך עצמי מדוע כל כך קשה לי החשיפה שלי. וכך נולד בי הצורך לחזור לשולחן הכתיבה, למחשב הקטן שלי, לבד. לגמרי לבד. את הבירור הזה עליי לעשות בשקט.

'למה, לכל הרוחות, זה באמת כל כך קשה לי?' אני מנסה לפענח ועולים בי זיכרונות של הופעות בטלוויזיה במהלך השנים. מנהג אימצתי לעצמי: לא לצפות בהן. למה? כי אני לא רוצה לראות את עצמי כל כך חשופה. עליי להודות שיש משהו ילדותי מאוד במנהג זה, כמו ילד המסתיר את פניו ומשוכנע שככה

איש לא רואה אותו. אני מתבוננת בעצמי מהצד ומגחכת במבוכה מעוצמת החרדה הילדותית שעוטפת אותי. אני רוצה ולא רוצה שיראו אותי. אני מתבוננת בתמונות הללו ומגלה בהן רמז לסוד שמור היטב שאני מחזיקה בתוכי.

אני מתביישת, אני נבוכה, אני חוששת – אם רואים אותי חשופה.

כאדם שהקרקע נשמטת מתחת רגליו, או אם תרצה, כאדם שהאדמה רועדת מתחתיו – כך אני. בתחושת אובדן שליטה וכאוס מוחלט. מוגזם. לא כן?

אבל למה? אני חוקרת את תחושותיי מעמדת תצפית. מה יש בה בחשיפה אישית פומבית שגורמת לי להרגיש רגשות כה דרמטיים? ולמה אני כל כך נאחזת בגבולות כדי להגדיר את גבולות הקרבה, החשיפה והאינטימיות שאני רוצה בהם?

אני בורחת לרגע לחוויות החוזרות ונשנות של מטופליי שברגע "האמת" מדגישים בפניי בהתרגשות שאת "הסוד הזה" לא גילו לאיש. ומגלים לי כמה זה קשה להם לדבר על "זה". ואני מבינה. אני חושבת שגילוי סופי וטוטלי של "הכול" עלול לפרק את העצמי שלנו, אלא אם כן נהיה מוגנים בדרכים נוספות סמויות, ידועות רק לנו. כלומר שעדיין נשמור על חלקת אלוהים הקטנה שלנו. קטנה ככל שתהיה, אך עדיין שלנו.

ועוד אני חושבת על הפער הקיים ביני לבינך ביחס לחשיפה. אני רואה אותך בהרצאותינו המשותפות מספר על כאבי ילדותך הרחוקה וגם על "בושות קטנות" שלנו – הזוג שזה עתה מרצה על זוגיות... אני אז גאה בכך וגם מצטרפת בחדווה ובלי בושה לדבר על כישלונות או כאבים שלי שכבר אינם סוד. כך בהרצאות הפומביות ויותר מזה – כך בכתבתי. הגילויים הללו שהופכים, על פי בחירתי וכאשר אני בשלה לכך, לנחלת הכלל מקבלים משמעות הן אישית והן אוניברסלית.

אבל יש סודות קטנים רבים השייכים לממלכה הפרטית שלי – מחשבות, פנטזיות, חלומות שבאים והולכים כמו פרפרים קטנים שרגע הם פה וברגע השני חלפו. אני רוצה לשמור עליהם כך. "פרפרים עפים ונעלמים..."

ולעומתם יש סודות של קבע המתנחלים לי בנשמה וחונקים אותי. הם זועקים ש"אקיא אותם". אלו הסודות שארצה לגלות, קודם כול לך. ואחר כך, עוד נראה אם ארצה לגלות אותם לעולם.

## חן: צור חשיפה אחת: הפחד שלי להימלא

כל אחד מאיתנו עכשיו ליד המחשב שלו. גב אל גב. אני מול האלון וההרדופים הנשקפים מהחלון הצפוני, את מול בקעת בית נטופה שמציצה אליי מהחלון הדרומי. אני רואה עצים, את רואה בקעה, אני בצפון ואת בדרום.

פחדתי שהנה זה בא, הנה כאן בנוף היפה הזה נולדת לה המריבה החדשה שלנו. למה לכל הרוחות היינו צריכים את זה? למה לפתוח דברים. למה בכלל לדבר.

הנה הוא יוצא, הסוד שאני מתבייש בו. תוך כדי תהליך הכתיבה שלנו עולה שוב ושוב השאלה הסמויה מי מוביל ומי מובל? של מי הספר הזה? למי מגיע הקרדיט? מי מטביע את חותמו על מי וכמה? עננים קודרים של זיכרון מאבקי הכוח המתישים בינינו חוזרים. הפחד שלי (גם שלך?) להיעלם ולהיבלע בתוך האחר, חוזר.

כן, זה הסוד שלי. כמה אני חלש ופגיע וכמה אני מתבייש בכך, וכמה אני חושש להראות לך את חולשותיי.

הייתי כל כך גאה בעצמי שבפרק זה, בניגוד לפרקים הקודמים, אני מגיב מיד. זורם עם התשובות, לא מתיישב וכותב את תגובתי ורק אחר כך מעביר אותן אלייך. לא חשבתי על מה שתגידי ועל מה שאענה לך. לא בזבזתי אנרגיה על תכנון, על פחדים. פשוט אמרתי.

פתאום זה בא. הביטחון העצמי הזה לתת את מה שיש לי בלי לייפות. בלי ללטש. כמו שזה, נטו. ריבלי'ה היקרה, גילוי סודות בדרך שעשינו אמש שחרר ממני כובד שבכלל לא הייתי מודע לו. קמתי הבוקר וצעדתי כשעה בשבילי הקיבוץ והרגשתי קל יותר. הרבה יותר קל מבכל בוקר.

## רבקה: "עכשיו שאת יודעת את אחראית כחנ'!..."

חזרנו מטיול בפקיעין. למרות החום הכבד היינו שמחים בחלקנו. במשנה מרץ פתחתי את הקובץ המשותף שלנו וקראתי את החומר. זו הייתה בעבורי קריאה כמעט מסכמת לסגירת קצוות פתוחים. לפתע נזכרתי באחד מגילויי הסודות השמורים ביותר שלך, סוד ששחררת עוד טרם נישואינו, כמו רצית בכך לומר לי – "ראי כמה אני הגון. אני מספר לך 'את כל האמת' על עצמי ואת תבחרי".

הסוד היה הצגתך כאדם "רע", אדם שאתה מזהיר אותי להיזהר ממנו. מובן שלא לקחתי את זה ברצינות. חשבתי בליבי כמה אמיץ וישר צריך להיות אדם שכך מציג את עצמו. ומי שכך מציג את עצמו ודאי שאינו יכול להיות אדם "רע", נהפוך הוא. קרוב לודאי שהוא טוב מהאחרים.

רק עכשיו שאנו עוסקים בסודות והעלית את הסוד הזה, אני לראשונה מתעמקת במשמעות שלו. אני חושבת: אכן זה "הסוד" הגדול הזה ששחררת. אך, במחשבה שנייה, שחררת למעשה את עצמך.

במהלך השנים יכולתי להבין למה התכוונת, אבל לא ניכנס לכך. אני רוצה להתייחס לאופן גילוי הסוד. גילוי סוד, כפי שקרה במקרה שסיפרת, שחרר אותך, אך לעומת זאת הטיל את כובד האחריות עליי – אני שהסוד "שוחרר" אליי. נראה לי שהשאלה המאתגרת באמת היא – על מי מוטלת האחריות עכשיו?

האם אדם שסוּחב משהו מעברו ומגלה אותו, האם בעצם הגילוי הוא פטור מקבלת אחריות להשלכות של אותו סוד על חייו ועל חיי זולתו? אני אומרת את הדברים כי אני חושבת שגילוי הסוד לבדו אינו פותר את העניין. הדוגמה הכי בוטה שאני יכולה להביא כדי להמחיש את הדברים היא על גבר שבא לאשתו ומגלה לה "אני בוגד בך כבר שנתיים. זהו. סיפרתי לך. עכשיו את יודעת". ומנקודה זו אין הוא עושה דבר כדי לקבל אחריות חד-משמעית לאקט הזה. כלומר אין הוא מחויב לתהליך של שיקום האמון, של פיצוי על הסבל בהתנהגות האומרת "אני כאן, אני מצטער, אני מסוגל להכיל את כאבך וכעסך".

בהקשר זה אני נזכרת בסיפור-בדיחה שהיית נוהג לספר לי בראשית נישואינו. הסיפור הוא על הצפרדע, העקרב וחציית הנחל. העקרב מבקש, ממש מתחנן בפני הצפרדע שתעביר אותו את הנחל. היא מסרבת באומרה: "אני יודעת שאתה תעקוץ אותי למוות אחרי שאעביר אותך את הנחל על גבי". העקרב משיב לה בחום: "איך את יכולה לחשוב על דבר כזה, לעולם לא אפגע בך". הצפרדע מתפתה להאמין לו, מעבירה אותו על גבה את הנחל, וכשהם מגיעים לגדה הוא עוקץ אותה למוות. שנייה לפני מותה, בעוד היא גוססת, היא שואלת אותו בייאוש: "אבל למה?" והוא עונה לה בלי להתרגש: "כי אני עקרב ואני לא יכול אחרת".

אני זוכרת שאת הסיפור הזה היית מספר לי בחיך שובבי, כמו בכך אתה פוטר את עצמך מאחריות להתנהגויות פוגעניות כלפיי. ואני, מבחינתך, הייתי אמורה להסתפק בכך, שהרי יש הסכם בינינו. אתה גילית לי מראש את סודך השמור ביותר – שאתה אדם "רע", ואני הרי בחרתי בך. כלומר האחריות עליי... מאז חלפו יותר משלושים שנה. שנינו יודעים שאתה לא אדם רע, אלא להפך אדם שאני מעריכה כאדם טוב, אחראי ואמין, אבל גם עם יכולת לפגוע. אני נזכרת בסיפור הזה עכשיו בהתייחס לקטע ההוא על שחרור הסוד.

למדתי ועדיין אני לומדת את השיעור החשוב הזה ששחרור סוד לא בהכרח משחרר מכלום. אולי משחרר מאחריות את מי שגילה, אך לא בהכרח את מי שמגלים לו.

רציתי כאן לחתום את דברי, לחמוק לי בשקט מתגובה לדבריך האחרונים – סודותיך הרגשיים, הפחדים שלך ממני, מרגשותי אליך כאשר תיחשף בפניי, רציתי לחמוק מתגובה לתהיותיך – למה אני ככספת סגורה לפעמים?

כמה טוב לי לפעמים בעולמי הסגור, קונכייה קטנה ופרטית שלי נטולת משוב מן העולם, ממך, יקירי. אני אוהבת אותה (לא כל הזמן) את הבדידות הזאת שבשליטתי. שיחות לי עם עצמי, תהיות שבאות

והולכות ומתנקזות בהסוואות שונות בדמויות שאני יוצרת. שיחות לי עם נשים וגברים שאני משוחחת איתם על סודותיהם בפגישות הטיפוליות. דרכם, לפעמים, משתקפת נפשי ששריטות לה רבות. אגלה כשארצה, אסתיר, כשארצה, את אוצרותי-סודתי. וכך אמצא שלוה, או אחבור לסערת נפשי – והכול בסמיכות למזג האוויר הפנימי שלי. אך אם תבקש או תדרוש, תחקור, תנזוף, תרמוז – משהו בתוכי מתכווץ, נסגר. סודתי הקטנים, כמו פרפרים קטנים, (כבר אמרתי קודם). באים והולכים, מרחפים, נוגעים בי במשק כנפיהם העדינים. כך אני.

## חן: אילוי סודות כפורקן חיוני

קשה לי עם ההתייחסות שלך לגילוי סודות שאותו את מכנה "שחרור חסר אחריות". חלק מהסודות שסיפרתי לך על עצמי היו מבחינתי רצון להיות איתך בדיאלוג על מי שאני ועל מה שאני. היה לזה קשר חזק מאוד ליחסים שלנו, לעתיד שלהם, למה שהם עכשיו. התייחסותך עכשיו לשחרור הסוד הייתה מאוד כועסת. וגם טון הדיבור שלך – כל אלו הזכירו לי את תגובת ההלם שלך כשסיפרתי לך דברים על עצמי שלא תאמו את הפנטזיה שלך על האדם שהתחנת איתו. הרגשתי שאת לא יודעת מה לעשות איתי. אולי גם את התחרטת על נישואינו אבל לא שחררת את הסוד הזה. אולי כל ייסורי החרטה הועברו למגרש שלי. אני הייתי המתחרט הגדול שמקלקל את השורה. עם השנים התברר לי שגם לך היו הרהורי חרטה על נישואינו ברגעים רבים.

כן, לא במקרה התעלמתי. היה לי קשה להקשיב לך. במיוחד להשוואה שלי לגבר שאומר "בגדתי, עכשיו את יודעת, אני סיפרתי, עכשיו תעשי עם זה מה שאת מבינה". חשתי את הכעס שלך עלי. כעס גדול. עברת במהירות מביטוי הערכה והתפעלות ממני על כך שאני גלוי לב איתך ומספר את הסודות שלי, ללעג ובוז.

את זוכרת לי בעלבון ובכעס את ייסורי החרטה שלי על נישואינו. בצדק. לך היה הכאב שלך. מה רבה הייתה אכזבתך לגלות שהגבר הצעיר שעמו התחנת נע ונד בין אהבתו אלייך ובין ייסורי חרטה על נישואיו עמך. הגבת בכאב גדול, בזעם, הזכרת לי חזור והזכר את חטא היסוסיי. בהתחלה ניסיתי לשמור בסוד את תחושותיי האמביוולנטיים ביחס לנישואינו. הניסיון הזה היה אסון. את הרגשת שמהו לא בסדר: התפרצויות הזעם שלי עלייך, בגלל שטויות, כשקלטת שאני מרגיש 'פראיאר' על הנתינה שלי, שאני לא נותן במאה אחוז מהלב. המאמץ שלי לשמור ממך את הסוד הזה, גבה מחיר יקר.

אני חוזר לתביעתך שעם כל שחרור סוד צריך לבוא אקט מידי של לקיחת אחריות. ומה קורה כאשר שחרור הסוד הוא צורך להשתחרר ממשא כבד שרובך בנפשו של אדם? באיזושהו מקום אני חש שלא כיבדת את הכאב שלי, אולי מתוך הבהלה שלך, אולי לא ידעת מה לעשות עם הדברים. התביעה שלך לקחת אחריות מידיית על הסוד שזה עתה שוחרר נשמעת לי מאוד חמורה, מוסרנית ולא אמפתית לסבל.

## רבקה: משאלה לי אליק

קודם כול וידוי אישי: 'אין כאן מלחמה', לחשתי לעצמי. הקשיבי. אל תשפטי. אל תתכנני את תשובתייך. משהו מדבריך מאוד נגע בי. כאשר אמרת שנראה לך שייסורי החרטה על הנישואים הועברו למגרש שלך. כלומר אתה הפכת להיות "האישה הרעה" בסיפור הזה שלנו. סיפור שיש בו הכול מכול, גם חרטה ופחד. כל כך צדקת. לקח לי הרבה שנים לחבור לרגשות סודיים אלו של עצמי, אף על פי שלעיתים נתתי לעצמי להרגיש את עוצמתם, בעיקר בשעת מריבה וגם מיד אחריה, אבל לאחר מכן הייתי מדחיקה אותם היטב היטב. כי באמת לא היה לי ברור מה לעשות איתם.

ואתה צודק בעוד משהו: אי שחרור הרגשות הללו יצר גם אצלי התנהגויות פוגעניות כלפיך – מריחוק דרך ויכוחים ועד ניכור. כלומר אני עצמי חטאתי באותו חטא ממש. ואני שואלת את עצמי האם מי מאיתנו יכול לבוא לזולתו ולהביע בפניו את רגשי החרטה שלו על הנישואים? והאם מי מאיתנו לא חווה לעיתים רגשות מעין אלו? נראה שזה קשה מדי. ונדרשות עוד שנים ארוכות של עבודה עצמית והרבה דיאלוגים וניסיונות של דיאלוגים. מסע ארוך. אולי בסוף אנחנו מבינים משהו. ועכשיו – למשאלה שלי:

עכשיו כשאתה יודע יותר עלי אני מבקשת שתבין. הנח להם לסודות הקטנים שלי לנוח בשלום בכספת הפרטית שלי. אין בהם זדון, אין בהם איום. אני מבקשת שתמשיך להיות גלוי ופתוח בפניי, אך אנא הבן את מגבלותי להכיל את כל סודותיך – תמונות מעולמך הפנימי שאתה מגיש לפתחי אך המכל שלי כבר עולה על גדותיו ומקום אין.

אני מתפללת שאהיה יותר אמיצה לדבר בכנות וברכות על דברים שבלב, גם המפחידים, "השדים שבארון" שלי. אני לומדת ממך כי בדיאלוג נכון הם יכולים לקרב בין שניים. לפעמים אני חולמת על איך אנחנו מספרים מחדש את הסיפור שלנו – נקי מרעלים, משוחרר ממטעני עבר ומתקיים במרחב רגשי מחבק. אבל עוד בכתבי שורות אלו אני יודעת שזה חלום בלבד המתכחש למי שאנחנו היינו ועדיין. אז אניח לחלומי התמים.

חני, תודה לך שעזרת לי לומר הרבה יותר ממה שהייתי מע. זה בלעדיך. אני מרגישה שאני מסוגלת, שאנחנו מסוגלים היום יותר מאי פעם. התבגרנו. אני הבנתי דבר או שניים על עולמך הפנימי ואף גיליתי להפתעתי שגם לי חוויות דומות. נדמה לי שגם אתה הבנת דבר או שניים על עולמי שלי. הדיבור על כך בלשון עבר שיש בה מנגינה של פיוס מנחמת אותי. אני מקווה שגם אותך.



## חן: סודות עם תוקפם

תודה לך. דבריך הרגיעו אותי. תודה על הגדרתך מחדש את גילוי הסודות שלי כצורך אישי ולא כמזימה ועל הכרתך בתרומה שלהם לחברות שלנו. הבנתי ואני מכבד את דבריך על הקושי שלך בחשיפת סודות. אני רוצה להוסיף מושג חדש שעולה בראשי כעת: "סודות שפג תוקפם". כמו חלב שתאריך ה"פג תוקף" שלו הגיע ויש להסירו מהמדף, שאם לא כן הוא הופך לרעל, סכנה לכל מי שישתה. כאלו הם הסודות שה־שָׁרְתָם על המדף הסודי של הנפש הופכת אותם לרעילים. סודות המעלים עובש וריחות רעים. אחד ממטופליי התוודה בפני אשתו על בגידתו בה במשך שנים רבות. היא לא תפסה אותו ואפילו לא חשדה. הוא בכל זאת סיפר לה. הוא חש שאינו יכול להמשיך בבגידה מפני ששמירת הסוד גוזלת ממנו כמות עצומה של אנרגיה, שהוא מדולדל מכוחותיו.

"מי אני באמת?", שאל את עצמו, "האם אני הוא הגבר הנשוי המגדל את ילדיו יחד עם אשתי ומלמד את ילדיי לומר אמת? או שמא הגבר החומק מביתו לפגישות הסודיות מאחורי גבה של אשתי?"  
האם יהיה לנו אומץ לזהות את הסודות שפג תוקפם על המדף הנפשי שלנו?

- 
- i מתוך ערב שירי משוררים מספר 1 שהופק ע"י גלי-צה"ל ב-1972. מפיקים יצחק בן-נר ואלכס ברנע. באדיבות הד ארצי.
- ii מתוך זר יקר שלי, מאת רבקה נרדי, פרדס, 2008, עמ' 102. וכן יתר הציטוטים בספר זה מהוצאה זו באדיבותם.
- iii זר יקר שלי, מאת רבקה נרדי, פרדס, 2008.
- iv אינטליגנציה אירוטית, מאת אסתר פרל, תרגמה מאנגלית: שרה ריפין, כנרת, 2007.