



מתוך ערוץ סינגלס של MSN

הוא התחזק ואני נחלשתי

כרגע על המשקפיים שלך כתוב: "לעולם לא אפגוש מישהו כמוהו",
ו"לעולם לא תהיה לי שוב זוגיות כמו זאת שהיתה לי איתו". עם 'אמיתות'
כאלה באמת אין סיכוי שתמצאי מישהו. מאמנת הזוגיות מייעצת
מאת: עירית לוי



הוא לומד עכשיו תורה

שאלה

שלום עירית,

אני בת 24 ותקועה בקשר שהסתיים לפני כשנה וחצי. היינו ביחד שלוש שנים והיה בינינו חיבור אמיתי, אהבה שהתחזקה כל הזמן וקשר עמוק ומיוחד. בשלב מסוים, חברי החל תהליך של חזרה בתשובה. אני אמנם בחורה מסורתית אבל מבחינתי זה היה ללכת רחוק בדרך שאני לא מאמינה בה. אחרי מספר רב של ניסיונות מצד שנינו לגשר על הפערים שנוצרו, החלטנו להיפרד.

הפרידה היתה קשה מנשוא לשנינו, מכיוון שהיתה בינינו עדיין אהבה גדולה. גם היום, שנה וחצי לאחר מכן, הכאב הוא גדול. אני מאוד רציונאלית ויודעת שלא נחזור, כי אני לא יכולה להתעלם מהעובדה שהוא תלמיד ישיבה, איש חרדי ולא אותו האדם שהתאהבתי בו.

הכי כואב שגם אם אני רוצה, אין לי למי להפנות אצבע מאשימה, אין לי על מה ועל מי לכעוס. מבחינתי הוא הציב לי רף מסוים. אני יודעת ומאמינה שלא אפגוש אדם כמוהו ושאר פעם לא תהיה לי זוגיות מיוחדת כזאת. אני יודעת שעצם המחשבה הזו גורמת לי להמון מחסומים שמופיעים לי בפגישות עם גברים, אבל אני לא יכולה להימנע מלעשות השוואות. איך בעצם משנים משהו שאת באמת מאמינה בו?

תשובה

שלום לך,

המצב שאת מתארת נראה במבט ראשון מצב ללא מוצא. מנקודת מבטך יש לך שתי אופציות בלבד: או להתפשר על מערכת יחסים בינונית שלעולם לא תשתווה לזו שהיתה לך, או להישאר לבד עם כאבך, ללא יכולת ליצור קשר חדש. אני רוצה לפתוח לך דלת לאופציה שלישית.

למרות שכרגע זה נראה לך בלתי אפשרי, אני מאמינה שיש ביכולתך ליצור זוגיות חדשה ונקייה מהשוואות וממשקעי העבר. הדרך שיהיה עלייך לעבור אינה פשוטה, אך היא עשויה להיות מתגמלת. מדוע? משום שהיא "תאלץ" אותך לגדול ולצמוח. סביר להניח שבסופה של הדרך תגלי שאת אדם אחר עם יכולות ועם נקודות מבט שלא הכרת לפני כן.



לוותר על תפקיד הקורבן

את כותבת שאחד הדברים שמתסכלים אותך הוא ש"אין לך על מי לכעוס ואין את מי להאשים". הנטייה לחפש אשמים היא גול עצמי, מכיוון שהיא ממקמת אותך מיד בעמדה של קורבן. את אמנם טוענת שאין לך אף אדם ספציפי להאשים, אבל בלי לשים לב הפכת להיות קורבן של המצב, של הנסיבות.

עמדה של קורבן היא אמנם מייסרת, אך יש בה גם רווחים לא קטנים. זהו מצב נוח שלא דורש מאמץ, הוא מאפשר להימנע מלעשות שינוי והכי חשוב – הוא מצב מוגן, שלא מסכן אותך ומבטיח שלא תיפגעו בשנית. ויתור על עמדת הקורבן ולקחת אחריות אמיתית אינם צעד קל, אך יש בכוחם להעניק לך חופש מכבלי העבר ופתח לעתיד חדש.

להחליף משקפיים

שימי לב ל"משקפיים" דרכם את מסתכלת על העולם ומחפשת בן זוג חדש. כרגע על המשקפיים שלך כתוב: "לעולם לא אפגוש מישהו כמוהו", ו"לעולם לא תהיה לי שוב זוגיות כמו זאת שהיתה לי איתו". עם 'אמיתות' כאלה באמת אין סיכוי שתמצאי מישהו. גם אם יעבור לידך גבר מקסים שמתאים לך להפליא, את לא תראי אותו.

יש לנו אשליה שאין לנו שליטה על ה'אמיתות' שלנו. זהו אמנם מנגנון אוטומטי, אבל את בהחלט יכולה ללמוד לנהל אותו במקום שהוא ינהל את חייך. ניתן להתאמן באופן ממוקד על מנת להטיל ספק ב'אמיתות' ולמוסס אותן לגמרי.

בהצלחה!

עירית לוי היא מאמנת ליצירת זוגיות, מחברת Love Coaching. ניתן לשלוח אליה שאלות [לאימייל](#) והתשובות יתפרסמו בערוץ.

[האתר של עירית לוי](#)