

חלק ראשון

להיות אדם,
להיות פנוי

1

מה רע בחיים ביחידות?

כל דבר שחי, אינו חי לבדו ולא בעבור עצמו.

ויליאם בלייק

לראשונה בתולדות תרבותנו, יש אנשים המעדיפים לחיות כיחידים. ולא קשה להבין את הסיבה. מודעות הפרסומת לקוקה-קולה מציגות בפנינו רווקים נטולי דאגה ולצידם, נערות מקסימות. כולם לבושים בהידור ומבלים את זמנם בנעימים. הם עוסקים, כמובן, במקצועות מעניינים, ודירותיהם משופעות במכשירים חדישים ובציוד קולי משוכלל. אחרי שאכלו ארוחת-ערב במסעדת יוקרה הם חוזרים הביתה, ומתעלסים בלהט רב (כמובן!) והם פטורים מהצורך לטפל בילדים ובכביסה מלוכלכת.

תסריט נחמד... אבל אין הוא מציג את כל התמונה. סיפורים שונים לחלוטין שמעתי מפי פנויים המשתתפים בסדנאות שאני עורך. רבים מהם חזרו ועברו את שלב היחידות פעמים אחדות; הם הגיעו אלי כי החיים האלה לא הביאו להם אושר, למרות הבגדים הנאים והבילויים הנוצצים; הם שאלו את עצמם אם אין חיים יכולים להציע להם יותר מזה, ואם יוכלו אי פעם למצוא מישהו שיאהבו אותו ממש ויזכו באהבתו, וימשיכו לחיות יחדיו באושר.

מדוע זה קורה? הרי אפשר, סוף סוף, בחברה שלנו לחיות יפה לבד, לגור עם מאהב, לקיים יחסי מין עם כמה בני-זוג, ואפילו להוליד ילדים מחוץ לנישואים; הרי במקרים רבים נראים הנישואים כצעד הראשון לקראת הגירושים; ואף-על-פי כן, רוב הלא-נישואים רוצים להינשא. ומדוע הגרושים והאלמנים להוטים כל-כך להצטרף שוב אל שורות הנישואים? לדעתי, התשובה פשוטה מאוד: יש בנו כמיהה לא מודעת לזוגיות, כיוון שזו דרושה למימושנו; בלעדיה, לעולם לא נרגיש שאנחנו

שלמים. בספר הזה אני מבקש להראות מדוע יש לנו צורך חזק כל-כך בקשר מחייב. כמו כן אסביר מפני מה לא זכיתם לקשר כזה, (או מדוע נסיונותיכם נכשלו) וכיצד תצליחו לזכות בו. אבל לפני כן אני מבקש לדון בבעיות המטרידות כיום את הפנויים. בייחוד אני רוצה לדבר על אי-ההבנה לגבי המטרה הבסיסית של הקשר הזוגי, כי נדמה לי שכאן נעוץ שורש הבלבול והסבל המציקים כלכך לפנויים בימינו.

– החיים ביחידות – שלב מעבר שאינו זוכה לתשומת-לב

אפשר לומר דברים רבים בזכות החיים ביחידות. וכך אומר רעיונאי בן שלושים מניו-יורק:

"מאז שהגעתי לעיר הזאת, אחרי סיום האוניברסיטה, אני מאושר. בהתחלה גרתי עם חברי-לחוד מהקולג', בבניין ללא מעלית. חיינו בדוחק מהמשכורות הראשונות שלנו. למדנו להגן בעצמנו את בגדינו ובישלנו על כיריים בעלי שתי להבות. בשעות הערב הלכנו למקומות בילוי שלא דרשו תשלום, ולערבי שירה. פגשתי כל-מיני אנשים; חלקם היו מוזרים למדי על-פי אמות המידה של המערב התיכון. עכשיו יש לי דירה משלי במקום גבוה באפר איסט סייד, עם מטבח מודרני ואפילו עם מיקרוגל. נפגשתי עם הרבה בחורות; בדרך כלל לא היה לי שום קשר רציני, חוץ מבחורה אחת שאיתה גרתי כמעט שנתיים, (והיא גרמה לי לשרון-לב). פעמיים ביקרתי באירופה, ובשנה שעברה נסעתי בטרמפים בכל קנדה ולנתי בחינוכים. שנתיים למדתי טאי-צ'י ושנה אחת הייתי בטיפול נפשי. אני פוחד מאוד להינשא; אני לא רואה סביבי הרבה נישואים מוצלחים במיוחד; אבל שמתי לב, שכבר אין לי עניין למצוא סתם כך מישהי לצאת איתה במוצאי שבת, ואפילו לא למצוא בת-זוג לעוד הרפתקה מינית. מעולם לא חשבתי שאומר את הדברים האלה. החברה שלי ואני מתכננים להתחיל לגור יחד, ונדמה לי שאולי הגיע הזמן להתיישב."

נדמה לי שלבחור הזה היתה תקופת רווקות אידיאלית. פרק-הזמן שבו חי ביחידות היה לגביו שלב, ולא מטרה בפני עצמה. אף-על-פי שהיו אלה חיים עצמאיים, ובמידת-מה חסרי מסגרת, הוא נאלץ לטפל בענייני היום-יום ולדאוג לרווחתו האישית. זמנו וכספו היו שלו בלבד, והוא החליט בעצמו את החלטותיו לגבי מקצועו, ידידיו ומסעותיו. הוא התנסה בסגנונות חיים שונים, בחיי מין ובפגישות עם בחורות, וחיפש תחומי עניין ותחביבים חדשים. הוא "עשה חיים" וקיים כל-מיני קשרים עם נשים. לפחות עם אחת מהן היה לו קשר רציני שכלל מגורים משותפים. היו לו תקופות טובות ורעות. הוא בנה לו זהות משלו, מחוץ לרחם המשפחתי הקולקטיבי שממנו בא. בזמן הזה הוא פיתח לו תחושה מוצקה לגבי השאלה מי הוא, מה הוא רוצה וכיצד ישיג את רצונו. נראה לי שהחיים

ביחידות העניקו לו השכלה, נסיון והבנה מקיפה לגבי העולם. והוא מוכן לנוע קדימה, ללא צער וחרטה.

הלוואי שסיפורו של הבחור הזה היה סיפור אופייני. לרוע המזל, פנויים רבים מצליחים להחמיץ את ההזדמנות היקרה לרכוש עצמאות ולהכיר את עצמם. ואין בכך משום הפתעה; למרות החופש, אפשרויות הבחירה והאמצעים שיש לצעירים בימינו, רבים מהם אינם יודעים כלל כיצד להפיק את מירב התועלת מהחיים ביחידות. ומנין ידעו? עד לעת האחרונה לא היתה קיימת רווקות כפי שאנו מכירים אותה כיום; היה זה רק גשר, בין הילדות לבין מיטת הכלולות, שיש לעוברו במהירות וללא אירועים מיוחדים. לא ייפלא, איפוא, שבמקום לנצל את החופש לחיפוש, לגילוי ולהגדרת עצמם, נוהגים הצעירים על-פי התסריט המסורתי, או מתחבטים ומתלבטים לגבי תפקידי שני המינים ולגבי הדינמיקה של הקשרים הזוגיים.

הסיפורים שאני שומע הם, בדרך כלל, סיפוריהן של נשים פנויות שאינן רוצות אלא דבר אחד בלבד: לצוד בן-זוג; ולא סתם בן-זוג, אלא כזה העונה על רשימת דרישות ארוכה. והן מתאכזבות, כמובן, כאשר הנסיך על הסוס הלבן אינו מופיע, ואם הוא מופיע – אין הוא ממהר ליפול ברשתן. אני משוחח עם בחורים צעירים שעברו מסלול חינוכי דומה לזה של הבחורות (אותם מורים, אך לא אותם שיעורים!) – הם מקדישים את השנים האלה לבילויים ולכיבושים מיניים רבים ככל האפשר, ובו-בזמן עולים בסולם הקריירה במהירות. הם מתלוננים שכל הבחורות מצפות רק להצעת נישואים, ולכן הם נמנעים ככל האפשר מלהתקרר אליהן, עד שהם נכנעים לתביעות וללחצים. אפשר היה לחשוב שגברים ונשים באו מוכוכבי לכת שונים; עד כדי-כך פניהם מועדות לכיוונים מנוגדים.

אנשים שאינם חיים בהתאם למקובל בחברה, נתקלים בבעיות משלהם. נשים צעירות המתמסרות לבניית קריירה פוחדות לדחות את נישואיהן, כי הן יודעות שהסיכויים להינשא פוחתים עם הזמן. עדיין נאלצות הן להתמודד עם תווית הקלון של "הרווקה הזקנה". באחד המאמרים ב"ניו-יורק טיימס" מתלוננת מארי אן מייר:

"יש כאן פראדוקס: החברה אומרת, שיהיו הישגי האשה גבוהים ככל שיהיו, עדיין לא תיחשב אשה מצליחה, עד שלא יענדו על אצבעה את הטבעת.¹ גם בחורים שאינם להוטים אחר קידום מקצועי, או מי שבחרים מסלולים שאינם נחשבים "גבריים", גם הם משלמים מחיר; הם חוששים שמא יירד ערכם בעיני הנשים.

בניגוד לרושם החיצוני, קשה בימינו להיות פנוי. די להציץ בשפע ההצעות לפנויים, בעיתונים ובכתבי-העת. ראשית, יש להזכיר את כל השירותים והאמצעים שנועדו להפגיש פנויים ופנויות: חופשות במועדון הים התיכון, מועדונים לפנויים אנימיטיים, ספרים המלמדים איך לפגוש גברים וכיצד לצוד נשים, ספרים המסבירים מה טיבו של המין השני ומהם רצונותיו; מודעות במדורי ההיכרות, שבהם הפנויים מונים את מעלותיהם ואת המעלות שהם מחפשים בבני-זוגם. עבור פנויים שלא הצליחו להיעזר באמצעים האלה – יש הצעות נוספות:

פסיכולוגים שהתמחו במצבי בדידות ודיכאון המאפיינים את הפנויים; קבוצות תמיכה למי ש"פנויים באופן זמני"; שירותי היכרות המבטיחים הצליח במה שהאחרים נכשלו; ספרים על נשים שאוהבות יותר מדי ועל גברים ששונאים נשים. הפנויים חשים שהם נתונים בין הפטיש והסדן: אין הם רוצים לחזור אחורנית אל סיגנון הקשר המסורתי, ואין הם מוכנים להתקדם אל צורות חדשות של קשר. לוחצים עליהם גם להקים משפחה וגם "לעשות חיים". היכן, איפוא, נעוץ שורש הבעיה?

הגדרה חדשה של החיים ביחידות

בספרו "ילדות וחברה"² מדבר הפסיכואנליטיקן המפורסם, אריק אריקסון, על פרק זמן של "דחיית חובות" (מורטוריום), הקיים ברוב החברות הפרימיטיביות. בזמן הזה האדם רשאי – ואפילו אמור – לחיות מבלי לשאת באחריות ובחובות של אדם עצמאי, לפני שהוא מקים משפחה, מוליד ילדים והופך לחבר התורם לקהילה.

בתרבות שלנו, תקופה כזו ללא התחייבויות נופלת בחלקם של בני-המזל הלומדים במיכללות. ואולם, סטודנטים רבים ממהרים להינשא מיד אחרי סיום לימודיהם, לפני שהם מנסים לעמוד על רגליהם. הגידול במספר הסטודנטים העלה בשנים האחרונות את הגיל הממוצע של הנישואים הראשונים, אבל למרות זאת, צעירים רבים עדיין נישאים מיד לאחר סיום בית-הספר התיכון. ומי שזכו בהזדמנות לבצע טיסת-יחיד במשך זמן מה, עושים זאת ללא מפה שתראה להם כיווני המראה ומקומות נחיתה.

דרך טובה יותר

אנחנו חייבים להגדיר מחדש את החיים ביחידות, לעדכן את הכללים וללמד את הפנויים, מהן המטרות והיתרונות של תקופת המעבר החיונית הזאת. לדעתי, הדרך הטובה ביותר לעשות זאת היא, ליצור גירסה מודרנית של "דחיית החובות", שעליה מדבר אריקסון. בחברה שלנו דורשים מהצעירים להחליט החלטות ולהתחייב לגבי מסלולי החיים, ובסופו של דבר יש לנו מנהלי-עסקים ועקריות-בית שנסחקו והתערערו בטרם עת.

לא כל הנישואים בגיל צעיר הם הרי-אסון; בשום פנים לא. מי שגדלו במשפחות תקינות, מי שניצלו את שנות המיכללה או את שנות העבודה הראשונות לחיפוש הזהות העצמית ולגיבושה, ומי שידעו לבחור את בני-זוגם מצויידיים היטב לחיי נישואים תקינים, למרות גילם הצעיר. אבל הנסיבות האלה הן נחלתם של בני-המזל בלבד. לדעתי, רוב הצעירים צריכים להמתין עד לאמצע שנות העשרים. בפרק הזמן שבין הילדות ובית-הספר לבין הנישואים, אמורים הם

להכיר את העולם כפי שהוא. אין ללחוץ עליהם להינשא; ובעצם, יש ללחוץ עליהם שלא להינשא. כמו כן, אין ללחוץ עליהם לבחור בקריירה קבועה, אלא לבחון את כל תחומי החיים. יש לראות בחיים ביחידות שלב מעבר בדרך אל הבגרות; פרק זמן שבו אנו לומדים לדעת מי אנחנו, נעשים אחראים ועצמאיים, מגלים מה אנו רוצים באמת ועומדים פנים אל פנים מול חולשותינו וכוחותינו הפנימיים. בפרק זמן זה נשנה את הדברים המפריעים לנו, ליהנות ולהתקדם בחיים, ונלמד איך להתקשר ולתקשר בכל הרמות. החיים ביחידות מכשירים אותנו לקשר הזוגי, ולהכשרה הזאת חשיבות רבה.

אלו נהגו הפנויים לדחות את נישואיהם עד לאחר המסע הזה, היו מונעים רבות מהבעיות המחבלות בנישואים. אמנם, יש בעיות עמוקות המופיעות רק בחיי היום-היום, במסגרת קשר מחייב, ורק אז אפשר לפתור אותן, אבל אפשר "לנקות קצת את השטח" קודם לכן. אפשר לטפל בבעיות בסיסיות של העצמיות, כדי שאלה לא יכבידו על הנישואים, בני-הזוג ייטיבו להכיר את עצמם, ירגישו נוח יותר במצבים אינטימיים והיו מוכנים לקבל עליהם את האחריות של הנישואים. אם יידעו מה הם רוצים באמת בחייהם, לא יופתעו כליכך לאחר זמן. פנויים כאלה יהיו מסוגלים להתמודד עם העימותים הפסיכולוגיים האדירים הכרוכים בנישואים, ויבינו את הפוטנציאל הרוחני הכביר הטמון בהם. וחוצץ מזה, מה החיפזון? בגיל עשרים-ושמונה, שלושים או שלושים-ושתיים, עדיין נותר זמן רב כדי להוליד ילדים וכדי להתקדם במקצוע שייבחר בבחירה חופשית.

אף פעם לא מאוחר מדי לחיות לבד

כיוון שנישואים בימינו אינם מאריכים ימים, לא רק צעירים חיים בגפם. החיים ביחידות בגיל שלושים, ארבעים וששים קשים במיוחד למי שנישאו כשהיו צעירים ותמימים, וחשבו שהצליחו להימנע מההתמודדות עם הבדידות ועם התלות שלהם. על-פי-רוב, החיים לבד בשנות אמצע החיים מלווים בפחדים מפני ההזדקנות או מפני הכניסה לשוק העבודה בפעם הראשונה; הם כרוכים בקשיים של גידול ילדים לבד ובמצוקה כספית.

ואולם, דחיית החובות (מורטוריום) בתחום של מציאת בני-זוג עשויה לשמש, בכל גיל, הזדמנות-פז לגילוי עצמי. ואפילו חיים ביחידות מתוך כורח המציאות ולא מתוך בחירה, עשויים להיטיב עם האדם, לאפשר לו להירפא, לקבוע מחדש סדר עדיפויות ולבנות לו תחושת עצמיות. שמעתי אין-ספור סיפורים מגרושות שחששו לחיות בגפן, אף-על-פי שנישואיהן היו מכאיבים ונטולי אהבה; הן פחדו להתחיל להיפגש שוב עם בני-זוג ולצאת שוב אל שוק העבודה. לרווחתן התברר להן, כי החיים החדשים הקלו את מכאוביהן ואיפשרו להן להירפא ולהתחבר שוב אל עצמן.

אחת הנשים הללו, אשה בגיל העמידה, חששה מאוד מפני הבדידות ומפני השינוי בסיגנון החיים שנכפו עליה עקב גירושיה; והנה ציפתה לה הפתעה נעימה:

"מצאתי את עצמי מסתובבת בבית ושרה. נהייתי מהדברים הבסיסיים ביותר, כמו לאכול לבד (ולאכול מה שאני רוצה, מתי שאני רוצה, גם אם חרגתי מהמקובל), עשיתי אמבטיות, עיינתי בכתבי־עת, עבדתי עד אמצע הלילה. זמן רב לא הרגשתי רצון או צורך למצוא בן־זוג. היה זה כאילו הייתי צריכה לאחות את עצמי מחדש, לגלות מי אני ומה אני רוצה באמת בכל תחומי החיים. התהליך הזה היה מכאיב מאוד מכמה בחינות, אבל תחושת העצמיות הגוברת שלי והיכולת לעמוד בה לבד היו עבורי בבחינת תגלית. וכמובן, הגיע הזמן שבו כבר היה לי קל מאוד לחיות לבד וחששתי מפני כל התקשרות העלולה להפר את האיזון שלי. עכשיו אני דואגת שבגילי לא אמצא בן־זוג. אבל זה כבר סיפור אחר".

בריאן, גבר חרוץ ועקשן שהתגרש בשנות החמישים לחייו, סיפר לי כי תחילה הירבה להיפגש עם נשים ועשה הכל כדי שלא לחזור אל ביתו הריק; אחר־כך התברר לו, כי מה שאהב באמת הוא לאפות לחם, להישאר ער עד שעה מאוחרת ולנגן בפסנתר (שבו לא נגע מגיל עשרים), לבוא מאוחר אל המשרד ולערוך טיולי מחנאות אל איזורי דיג אקזוטיים. כל זה היה שונה לחלוטין מהדרך שבה ראה קודם את חייו. "מדוע עבר זמן רב כל־כך עד שהבנתי את זה?" אמר, "ואולי יכולתי, גם לעשות את כל הדברים האלה וגם להיות נשוי?" גרושים ואלמנים רבים, בייחוד אלה שעברו את תקופת "הניאוף והפאניקה", כפי שהתבטא אחד מהם, עושים את מה שהיו אמורים לעשות לפני שנישאו בפעם הראשונה: לחיות בגפם, למצוא את הקצב האישי שלהם, לפגוש כל־מיני אנשים, לקבל טיפול נפשי, למצוא ידידים ותחומי עניין חדשים, ללמוד לחיות עם עצמם ולדאוג לעצמם.

פנויים לנצח

יותר ויותר אנשים אינם רואים בחיים ביחידות שלב מעבר בין מערכות יחסים, אלא בחירה קבועה. יש הרואים בכך קורבן למטרות יצירתיות או למען קריירה תובענית. בעיני אחרים החיים האלה הם מרד נגד הציפיות או הדרישות המופנות אל בני־מינם. אחרים מחליטים להימנע מהכאב או מהאינטימיות שהתנסו בהם בקשרים קודמים. (ויש עוד סוג: מי שהחיים ביחידות הם עבורם חלק מהתחייבות דתית ומהתמסרות לחיי דת. במקרים אלה יש תוקף תרבותי לחיים האלה. אבל אפילו הנזירות הקאתוליות שבחרו ברווקות ובהינזרות, מתחייבות "להינשא" לישו).

יש לי חבר שבחר להישאר רווק. הוא מלחין המסור לעבודתו, והוא חי כמין נזיר־למחצה – עובד בשעות לא קבועות, חי בפשטות ומסתפק במשכורת צנועה. הוא חושש שאם יינשא, יאלץ גם להשתכר יותר וגם לשנות את הרגליו ואת כל אורח חייו, על חשבון אהבתו האמיתית: המוסיקה. "אני גר במבנה רעוע עם גג דולף. אין לי טלוויזיה, אין לי ביטוח רפואי ולא יצאתי מהמדינה זה שלוש שנים. אני נראה לך כמו רווק מבוקש?"

אינגריד, כימאית המתמסרת למחקר, אומרת שהיא מאושרת בחייה, אבל

כועסת בעקבות ההחלטה שנאלצה להחליט:

"לגברים בעלי עמדה דומה לשלי יש רעיות שדואגות להם, תומכות בהם ומתמודדות עם טרדות היום-יום. לא זו בלבד שלאשה כמוני קשה למצוא גבר שיבין עד כמה אני שקועה בעבודה, אלא שמצפים ממני, על-פי-רוב, לוותר עליה למען הפריווילגיות של הנישואים. כיום, לפחות, אני יכולה לקיים קשרים עם מאהב מבלי שיתקפו אותי במיוחד, אם כי יש אנשים שאינם רואים בעין יפה את הבדל השנים הגדול ביני ובין המאהב הנוכחי שלי, הצעיר ממני. לו הייתי גבר, אף אחד לא היה שם לב לזה".

סוג שונה במקצת של פנויים הם האנשים שנשארו במצב זה מתוך הזנחה או חוסר תשומת-לב. יש המשלימים עם החיים ביחידות, מחליטים להפיק מהם את המירב ואף מצליחים בכך. אבל מבחינה מסויימת הם ויתרו על החלום לכונן קשר; רבים מהם נהגו כך כיוון שניכחו קשות בעבר. הסופרת עדנה פרבר מתבדחת: "להיות בתולה זקנה זה כמו למות בטביעה, ואין זו תחושה בלתי נעימה, דווקא אחרי שהפסקת להיאבק".

יש, כמובן, אנשים שהחלטתם להישאר בגפם אינה אלא תירוץ לחוסר יכולתם לעמוד בדרישות של קשר זוגי. "אני זקוק למרחב"; "לא מצאתי את האדם המתאים"; "העבודה גזלת את כל האנרגיה שלי". אנשים רבים שבחרו לחיות בגפם נתקלים שוב ושוב באותן בעיות וצרות. הם חשים שילדותם הקשה הותירה בהם צלקות, ואלה הורסות את מערכות היחסים שלהם, בזו אחר זו. פצעייהם נפתחים מחדש ואינם נרפאים. שוב ושוב הם מוצאים את עצמם תקועים באותו מקום. לכן הם מחליטים, ואולי בצדק, שמוטב להם להישאר לבד. הם בוחרים להפיק את המירב ממצבם באקלים תרבותי, שלפחות מגלה סובלנות כלפי הישארותם בגפם. השנים הבאות ייטיבו, לדעתי, עם מי שבחרים להישאר בגפם, ובייחוד עם מי שרואים בחיים ביחידות שלב בהתפתחותם, שלב מעבר בדרך אל הנישואים. אני שבע-רצון מההתייחסות המקבלת, ההולכת וגוברת, כלפי החיים ביחידות, ומקווה שהסטיגמה הקשורה בהם תלך ותצטמצם. אבל כפי שוודאי ניחשתם, אני רואה בחיים אלה רק מסגרת מוגבלת המאפשרת לאדם למצוא ולבנות את עצמו באחד השלבים בחייו. לאור נסיוני האישי, לאור השקפתי על טבע האדם, ולאור נסיוני בעבודה עם פנויים, אני רואה בעיקר מה **איננו כשורה** בחיים ביחידות. אני מניח שאתם קוראים את הספר הזה משום שגם אתם אינכם מתלהבים מחיים שכאלה, אף-על-פי שאולי כיום אתם נהנים מהם. יש לשער שאתם רוצים בקשר ממושך, ויש לשער שעדיין לא מצאתם אותו.

אנחנו זקוקים לקשר זוגי

לעיתים קרובות אומרים לי אנשים פנויים כי לדעתם, יש בהם פגם כלשהו, כיוון שהם זקוקים מאוד לקשר. רבים מהם מגיעים למצב שבו, הם מקווים, יופיע

מישהו – ויהיה מי שיהיה – ויתאהב בהם; הם יינשאו והכל יבוא על מקומו בשלום. הדברים האלה מעידים על ייאוש ועל חוסר בגרות, אבל רבים מאוד נישאים כי "זו ההזדמנות היחידה שלי", והתוצאות הרוט-אסון. אנשים שנישאים מבלי לממש את הזכות לחיות בגפם זמן-מה דוחים, בעצם, את שלב היחידות עד לאחר שיתגרשו, אלא אם כן שפר עליהם מזלם והם השקיעו מאמץ מיוחד בנישואיהם, או שהם תקועים בנישואים שכבר אין בהם רוח-חיים.

ואף-על-פי-כן, אינני רוצה להחמיר בשיפוטי, כי ברוב המקרים, הדברים מורכבים יותר; אין כאן רק צורך נואש להינשא או רצון למלא חלל ריק בחיים. ההזדקקות הזאת מעידה על צורך עמוק ולא מודע; היא מבטאה את הצורך האנושי בשלמות ובהתקשרות, ובייחוד את הצורך בזוגיות אינטימית ובטוחה. כדי להרגיש שאנחנו שלמים, שאנחנו חיים במלוא מובן המילה, שאנחנו בני-אדם במלוא מובן המילה, וכדי לרפא את פצעי ילדותנו, חייבים אנו, לדעתי, להינשא. הדברים נשמעים דרמטיים למדי, אבל אני מאמין שהם נכונים ביסודם. אין כאן רק עניין של פנויים נואשים; לא אפשר להתכחש לטבע האנושי ולצרכיו, ואחת היא עד כמה אנחנו מסתגלים ואלו תירוצים אנו מוצאים.

שימו לב לעובדה, שאנחנו מגדירים את הפנויים על-פי מצבם ביחס למערכות היחסים שלהם: גרושים, אלמנים, פרודים, מאורסים או רווקים – גירסה כלשהי של "לא-נשואים". לכאורה, הדבר משקף את נטייתה של החברה אל הנישואים; ובעצם הוא מעיד, שבלא-יודעין אנחנו מודים בצורך הטבעי בקשר. כדי להיווכח בכך, צריך רק להיזכר עד כמה אנו שליווים ומלאי-חיים כאשר יש בחיינו קשר אהבה, ועד כמה אנו שפופים ופזורי-דעת כאשר אין לנו קשר כזה.

הנתונים הסטטיסטיים על מצב הבריאות מגלים את הצורך המולד בקשר. אנשים חיים בגפם זמן רב נוטים לסבול מדיכאונות, במידה זו או אחרת. המערכת החיסונית שלהם חלשה משל האחרים, ולכן הם פגיעים יותר למחלות, ותוחלת החיים שלהם קצרה יותר. הם גם פחות יעילים במקומות עבודתם, ומתקשים לשאת אכזבות או משברים. רבים מאוד האלמנים שמצבם מידרדר; הם נעשים חולים ואפילו מתים בתוך שנה, לערך, מפטירת בני-זוגם, בין שנישואיהם עלו יפה ובין שלא. ומחקרים רבים מראים כיצד הזנחה או חוסר תשומת-לב משפיעים לרעה על תינוקות.³

קיצורו של דבר, אנחנו זקוקים לקשר זוגי, ובייחוד לקשר אהבה ממושך ומחייב המאפשר לנו להירפא ולצמוח. לפי השקפתי, החיים ביחידות משבשים את הצמיחה, כיוון שהם מתכחשים לצרכים הלא מודעים הבסיסיים. אני סבור שהחיים ביחידות נועדו להיות שלב בחיים ולא אורח חיים קבוע. יש דברים שאפשר לבצעם מבחינה רוחנית ומבחינה נפשית רק במסגרת של קשר זוגי מחייב. אינני רוצה למתוח ביקורת על הפנויים. הם נשאר תלויים באוויר בתרבות שאינה מבינה מהי מטרת החיים ביחידות בזמנים המודרניים, ואינה תומכת בהם. הפנויים מתמודדים עם בעיות רציניות, ואין להם כלים מתאימים להתמודדות הזאת. אני רוצה שהחברה תקבל את הפנויים, ולא זו בלבד: שתבין ותעודד אותם בהקשר הנכון. בו-בזמן, אני דוחה את הרעיון האומר, שהבחירה בחיים אלה שוות-ערך

לבחירה בנישואים. הרעיון הזה אינו נכון. מי שבוחרים בחיים ביחידות, אינם מאפשרים לעצמם להתפתח ומתעלמים, על אחריותם, מתכתיבים לא־מודעים. מטבע ברייתנו נועדנו לחיות בזוגות.

הבעיה של הפנויים

אני חש אהדה כלפי אנשים הלהוטים למצוא אהבה ולשמור עליה. ואולם, העבודה עם פנויים מתסכלת לעיתים, כי רבים מהם אינם מבינים כלל את התנהגותם ואת ציפיותיהם בתחום של יחסי האנוש. הם חונכו על־פי הכללים הישנים אבל הם מתנהגים על־פי הכללים החדשים, ולכן הם רוצים לכונן קשרים איטימיים עם הזולת בטרם למדו איטימיות מהי, ובטרם הגיעו לקירבה אינטימית עם עצמם.

כשהייתי כומר, עבדתי שנים אחדות עם פנויים בקבוצות שאירגנה הכנסייה. תמיד התמיהה אותי העובדה, שבכל פגישה ופגישה נמצאו כמה אנשים שהתלוננו על שאין שום אדם מתאים עבורם, ולעולם לא ימצאו את האדם הנכון; והם אמרו זאת כאשר היו מוקפים במאה או מאתיים מועמדים פוטנציאליים נאים. מבין כל המועמדים הזמינים האלה, לא יכלו למצוא שום אדם שיעניין אותם.

כמו כן, נתקלתי בדפוס חוזר ונשנה נוסף; שאלו אותי שאלות שהתחילו כך: "ומה אם האדם שפגשתי לא...?" וכאן נשמעו כל מיני טענות ומענות: "לא יהיה אדם פתוח"; "לא יתקשר אלי בחזרה"; "לא ירצה ביחסי מין"; "לא יהיה ישר"; "לא יתחתן איתי"; "לא ישלם עבור ארוחת הערב". התרשמתי שלאנשים האלה לא היו כלל מיומנויות של קשר ושל תקשורת, שאם לא כן, מדוע שאלו את השאלו הללו? והאם אעזור להם אם אענה: "פרד לא יינשא לך משום שטוב לו להיות לבד"; "מונה לא תשכב איתך כי נדמה לה שאתה רוצה רק את זה"; "ארווין חש עד כמה את זקוקה לו, וזה המפחיד אותו. לכן הוא לא יצלצל שוב"; "אלן לא ישלם עבור ארוחת־הערב כי הוא לא רוצה שתיראי בו רק מקור מימון; את צריכה להבטיח לו שהוא יקר לך".

זמן רב תמהתי, מדוע האנשים המוצלחים האלה נכשלים במידה כזו בחיי האהבה שלהם, עד שיום אחד שוחחתי עם הכומר שניהל את התוכנית לפנויים בקהילה גדולה בקירבת מקום. התברר שהוא נתקל בבעיות דומות. הוא אמר לי: "אתה יודע, הגעתי למסקנה שפנויים רבים פשוט לא התבגרו; הם לא קשורים למציאות, הם לא מכירים את עצמם, לא מסוגלים לשאת באחריות ויש להם פנטסיות לגבי האהבה. הם בורחים אל הנישואים או בורחים מהנישואים, אבל אין הם יודעים בדיוק מה זה. יש להם פריווילגיות של מבוגרים ורכוש של מבוגרים, אבל הם עדיין לא הגיעו לכלל בגרות. ולכן הם פנויים כרוניים".

תחילה התנגדתי לדבריו, אבל התרשמתי מהמונח "פנויים כרוניים". קשה, אמנם, לעשות הכללות לגבי הפנויים, אבל יש בימינו קבוצה גדולה של אנשים שאפשר לכנותם ללא ספק "פנויים כרוניים": הרווק שאינו מקים משפחה; האשה

שהגברים אינם מחזירים לה צילצול או זו שלעולם אינה מוצאת את האדם הנכון; הפנוי העסוק תמיד בעבודתו ולכן נאלץ לדחות את נישואיו; גם מי שהתנסו בכמה קשרי נישואים כושלים הם, במובן מסויים, פנויים כרוניים. מדי פעם הם עושים פסק־זמן לצורך נישואים ארעיים, ואחר־כך חוזרים שוב למסלולם – מסלול החיים ביחידות.

כשערכתי סדנאות לפנויים, התברר לי שהמשתתפים ציפו למצוא תרופת־פלא לבדידותם הארוכה; הם קיוו שאומר להם מה לעשות, לאן ללכת, מה להגיד, כדי שימצאו להם בני־זוג במהירות. הם גם קיוו שאביר־חלומותיהם יתיישב ממש לידם. ואילו אני הייתי בטוח, שהם לא יידעו להבחין באהבת אמת, אפילו זו תתיישב בחיקם. הם יוסיפו לשאול אם אין מישהו טוב יותר, ולא יידעו איך להתקדם אל השלבים הבאים של האינטימיות ושל המחוייבות. ואמנם, שמעתי מפי אחת הנשים הצעירות את הדברים האלה: "טוב, אני אוהבת את ג'ואל, אבל הוא רק מתלמד בבנק, והוא לא אוהב ללכת לתיאטרון או למוזיאונים. מה יקרה אם אבטיח להינשא לו ואחר־כך אפגוש מישהו מוצלח יותר?"

פנויים רבים ממקדים, איפוא, את כל מאמציהם בשיכלול כלי־הציוד ושיטות החיפוש, אבל הם מזניחים את האני הפנימי שלהם ואינם נותנים עליו את דעתם. הם רוצים למצוא את בן־הזוג המושלם, להינשא לו ולאחר מכן לדאוג להצלחת נישואיהם. הם דוחים מועמדים לנישואים ומוצאים בהם פגם זה או אחר, ואינם מבינים שהפגם מצוי אצלם, אצל הדוחים. למרבה האירוניה, כמעט חמישים אחוז מכלל האנשים שנישאו, בטרם פרקו ובדקו את המטענים שהם נושאים מהילדות ולפני שהתנסו בקשרים, נגזר עליהם להצטרף אל שורות הפנויים בדרך הקשה – דרך הגירושים. הם אינם מבינים ששום דבר לא ישתנה, אלא אם כן הם ישתנו. הם לא ימצאו מאהב בוגר ובריא בנפשו עד שהם עצמם לא יהיו בוגרים ובריאם בנפשם, עד שלא יכינו את שיעורי־הבית ויכינו את עצמם.

מציאת אהבה

אף כי הספר הזה אינו עוסק במציאת בני־זוג, אני מכיר היטב את הבעיות שהפנויים נתקלים בהן בפגישות עם מועמדים לקשר. הביישנות, הפחד, הספקות, פגישות כושלות בעבר – כל אלה עלולים לבלום אותנו מאוד בחיפוש אחר בני־זוג. האמינו לי; כבר שמעתי סיפורי זוועה לרוב מפנויים מיואשים, סיפורים על דחייה, על מבוכה, ואפילו על סכנה. אני מבין את הדחף להישאר בבית ולקרוא ספר, בתקווה לפגוש את המיועד בדרך אל המשרד. אבל האמת הבלתי־נמנעת היא, שכדי ליצור קשרים, עליכם להשתדל לפגוש אנשים. ופירוש הדבר, שעליכם לחשוף את עצמכם. אינני מתכוון לומר שעליכם לפרוש את מרכולתכם בכיכר השוק, אלא שצריך להשתדל ככל האפשר להגדיל את מאגר בני־הזוג הפוטנציאליים. אין פוגשים בני־זוג בישיבה בבית ובציפיה לנסיך על הסוס הלבן. עליכם לנסות את כל הדרכים; ללכת למקומות מיפגש לפנויים ולהשתתף בפעילויות ובחוגים המיועדים

למטרה זו. אל תוציאו מכלל זה את משרדי ההיכרויות, המפרסמים בעיתונים מודעות העשויות לעניין, לדעתכם, את האנשים שאתם מחפשים.

בנוסף לחיפוש הממשי, אני מייעץ לכם להגדיל את אפשרויות הבחירה על-ידי הגמשת אמות-המידה שלכם. ככל שרשימת דרישותיכם תתארך, וככל שתתקשו ותחפשו רק בן-זוג בעל תכונות מסוימות ומוגדרות, כך יצטמצמו אפשרויות הבחירה שלכם. אתם דוחים בלא-יודעין אלפי מועמדים בטרם ניתנה להם ההזדמנות לכבוש את לבכם. כדאי להיפגש עם אנשים שמתנהגים, חושבים ונראים אחרת מכפי שהורגלתם. ואפילו אינכם מאמינים שתמצאו בן-זוג בדרך זו, הרי תעשירו את עצמכם, ועל-ידי כך תעשירו גם את מאגר המועמדים.

ברצוני להקדיש כמה מילים לבעיית ההרס העצמי שהבחנתי בה אצל פנויים רבים. במידת-מה הדבר מתבטא בהימנעות מפגישות או בהקשחת אמות-המידה לבחירת בן-זוג; אבל במקרים רבים, אנשים דוחים את המועמדים בעצם התנהגותם. אחד מידידי, שהתחתן לא מכבר, סיפר לי, כי רבות מהנשים שפגש בשנות רווקותו "ירו לעצמן ברגליים". כשביקשתי ממנו לפרט, סיפר לי איך הן התנהגו: הן דיברו בשלילה על הגברים שהכירו או על מערכות היחסים הקודמות שלהן; זילזלו במראה או באינטליגנציה של הגברים; נקטו מיד גישה שלילית כלפי דברים שונים, ובייחוד כלפי המין השני. כבר ברגעים הראשונים מצאו עילה לביקורת; וכבר בפגישה הראשונה איחרו, ותירצו זאת בתירוצים מתירוצים שונים. הן טענו שרק בן-זוגן אשמים בכשלון הקשרים הקודמים; הן שידרו לגבר שהן זמינות, מבחינה מינית או מבחינות אחרות, וכשהוא הגיב למסרים האלה – הגיבו הן בביישנות או הסתלקו. "עכשיו אני תמה אם גם אני נהגתי כך", הוא אמר. הישמרו מפני התנהגויות שיכשילו אתכם. המירשם להתנהגות נכונה בפגישות הוא כזה: צריך להיות כנים, לנקוט גישה חיובית, להיות זמינים ופתוחים להיכרויות חדשות, ולהיות אתם עצמכם מתוך ביטחון עצמי רב ככל שתוכלו. אין לי מה לומר עוד על הנושא הזה, כי אני סבור שיותר מזה לא תוכלו לעשות. אין טעם לנסות ולקבוע מיהו "האדם הנכון". רק המוח הבלתי-מודע שלכם יקבע את זה, ואולי לא תתפעלו במיוחד מהתוצאה. הדבר המודע היחיד שתוכלו לעשות לגבי בחירת בן-הזוג הוא, לבחור אדם בעל מודעות עצמית, המוכן להשקיע את המאמץ הדרוש ביצירת אהבה בת-קיימא.

המשימה שלכם: להתכונן

אתם שואלים: איך יעזור לנו הספר הזה למצוא אהבה בת-קיימא? הרשו לי לענות לכם באמצעות מטאפורה. אני אוהב להשוות את הנישואים לשיט רפסודות בנהר קולוראדו. אתם יכולים להימנע מהטיול הזה, אבל משבחרתם בו – לא תוכלו להימנע מהאשדות שבדרך. ואולם, תוכלו ללמוד מה צפוי לכם, ואם תלמדו לשייט באשדות קטנים, לא תטבעו בגדולים. אני רוצה להציג בפניכם מפה, כדי שלא תיתעו בדרך ולא תיבהלו כאשר יופיעו הזרמים החזקים. כמו כן אני רוצה

לספק לכם את הציוד הדרוש: כמה מיומנויות בסיסיות שיסייעו לכם לצלוח את האשדות.

במילים אחרות: **אתם מתכוונים למסע** – מסע הנישואים. ההכנות הן תנאי מוקדם לכל מסע מוצלח, והזמן המתאים לכך הן שנות החיים ביחידות. ואף על-פי-כן, אני רוצה לומר דברים ברורים: ההכנות הללו אמנם יקבעו את ביטחונכם ואת רווחתכם במסע הזה, אבל לא יוכלו למנוע מכם את הסכנות שבדרך.

אנחנו מסוגלים כיום לדברים שונים, על-פי טבענו ועל-פי תולדות חיינו. אנחנו תוצר של התייחסות הסביבה אלינו ושל התייחסותנו לנו אל הסביבה, ובאופן פראדוקסלי, דווקא משום כך חסרים לנו הדברים שאנחנו רוצים בהם וראויים להם, לדעתנו, על-פי זכות. אנחנו מתעקשים ורוצים לספק את צרכינו מבלי לשנות את עצמנו, אבל הדבר הזה בלתי אפשרי, כי מה שדרוש לנו הוא האני שלנו, שלמותנו שאבדה לנו, ואת אלה נוכל להשיג רק אם נשנה את מה שאנחנו כיום.

אינני רוצה להבטיח יותר מדי. ההכנות האלה – המודעות והנכונות לשנות וללמד את עצמכם – הן כל מה שתוכלו לעשות כפנויים. אתם יכולים להתחיל להיעשות בני-אדם שלמים בעודכם פנויים, אבל לא תוכלו לרפא את פצעיהם לחלוטין או להגיע אל השלמות – בלי בני-זוג. את האני האבוד שלכם תוכלו למצוא מחדש רק באמצעות המסע של קשר אינטימי, המפעיל את המקוריות האבודה שלכם. ולמסע הזה תוכלו להתכונן רק אם תשנו את התנהגויותיכם ההגנתיות והבלתי מסתגלות.

לשון אחרת: לא תוכלו לזכות בפרס – אהבה אמיתית – מבלי לערוך את המסע הזה. וגם אז, מסע הנישואים איננו טיול של חופשה ואין בו מדריך תיירים העושה את כל העבודה. יהיה עליכם לעשות את העבודה בעצמכם, כי כל קשר זוגי שונה ממשנהו. עכשיו אתם עומדים להכיר את השטח ולרכוש את הציוד הדרוש, כדי שתוכלו לאלתר בהצלחה כמעט בכל מצב.

שיכחו את משחקי החיזור!

אם לא מצאתם עד היום אהבה בת-קיימא – אינכם אשמים בכך, אבל מוטלת עליכם האחריות לעשות מה שצריך כדי למצוא אותה. אם נתקלתם שוב ושוב בבעיות בקשריכם הזוגיים, אין צורך לסבול בשל כך, אלא יש צורך להבין ולעשות משהו בנידון. הפיתרונות לבעיותיכם אינם ממתנינם לכם במציאת הדירה המתאימה, המכונית הנכונה או הבגד הנאות; את הפיתרון תמצאו אם תכירו בחירותכם ובכוחכם לצמוח צמיחה פנימית, בנכונותכם להשתנות ולשאת באחריות למה שקורה לכם, ובקצרה: בנכונותכם לערוך את המסע אל הבגרות. אם אתם מתייחסים בכובד-ראש אל המשימה של יצירת קשר אהבה ממושך, עליכם להתייחס ברצינות גם אל החיים ביחידות. לפני שבן-הזוג יופיע ובטרם

תצאו איתו למסע הנישואין, עליכם לבצע ארבע משימות: (1) ללמוד על הקשר הזוגי; (2) ללמוד על עצמכם; (3) להתאמן במיומנויות של קשר זוגי; (4) להשתדל ככל שתוכלו לשנות את ההתנהגויות ואת ההגנות המפריעות לכם לשמר את האבותיכם.

אלה המשימות שלכם בתור פנויים. האמינו לי: אם תנהגו כך, לא תתקשו במציאת בני־זוג, ויש להניח שבני־זוג אלה יהיו מוכנים לקשר מחייב ומספק יותר מבני־זוג שתמצאו לכם (או שימצאו אתכם) לפני שתכינו את שיעורי־בית.

אני מציע לכם לדחות את יצירת הקשר המחייב עד לאחר שתסיימו את מערכת המשימות המוצעת בספר הזה. אני מציע להפסיק עכשיו לחפש מועמדים לנישואים. אינכם צריכים לחדול מלהיפגש עם בני־זוג, אדרבא; הקשרים שתקיימו עכשיו ישמשו לכם מיגרש־אימונים אידיאלי להתאמן בו לקראת האהבה האמיתית; אבל כדאי לדחות את הנישואים וכדאי מאוד לנהל פרשיות־אהבים לפני הנישואים. חיו כפנויים בצורה נכונה עכשיו, ולא אחרי פרידה או אחרי גירושים שוברי־לב. **אם תיעשו "פנויים מודעים", תתכוננו כראוי למסע הנישואים.**