



נרדי: "לא הזוגיות בסכנה, אלא האדם עצמו" / צילומים: יח"צ

# זוג או פרט

**ד"ר רבקה נרדי, סופרת ומטפלת אישית וזוגית, מדברת לרגל צאת סיפורה ה-14 "כל יום בשעה 11:15" על חגים, זוגיות, ובגידות: "אנשים בוגדים בדרך כלל מתוך שעמום. החיים אפורים והם מביאים עניין לחיים שלהם דרך מערכות יחסים שיש בהם התרגשויות"**

## ויקי דור

לאחרונה נפגשתי עם ד"ר רבקה נרדי, סופרת ומטפלת אישית וזוגית, לרגל צאת סיפורה ה-14 "כל יום בשעה 11:15" (הדים 2016, ספר הפרווה ה-5 שלה), כדי לדבר על אלינור גיבורת הספר, על חגים, זוגיות, ובגידות. החגים יכולים להיות חגיגה זוגית או כאוס מוחלט, מדוע לדעתך?

"בתקופת החגים, העובדה שאנו לא יכולים לברוח לעבודה או להתפרפרויות, ולהתחבא מאחורי כל מיני דברים, יכול ליצור קירבה או ניכור. זוג שלא מכיר את היכולת לעבור ממצב

של ניכור למקום של קירבה, לא הזוגיות בסכנה, אלא האדם עצמו. בכל חג התנועה בכבישים דלילה, רוב הזוגות בחו"ל. למה אנשים יוצאים לחו"ל, וטסים בחבורות? חלקם סתם משעמום, שכחו איך לדבר. אחרים מפחדים להיות לבד. כשהם לבד הם לא יודעים איך לפתור את בעיית הניכור. החיים בניכור הם רעל לגוף – חסימת רגשות, עוינות, כעס עצור, מקור למחלות, למוות, בדידות, דיכאון".

גם אלינור חיה מתוך תחושת ניכור פנימי. "נכון, במשך כל חייה התנכרה אלינור לנשיות, למיניות ולרכות שלה. היא סומנה על ידי אביה כפיצוי על הבן החלש, הדיכאוני והמסכן,

שהתאבד בסופו של דבר. מתוך רצון לרצות את אביה כממשיכת דרכו בעולם העסקים, הקריירה הפכה להיות מטרתה העליונה, ממש כגבר. מצד שני, היא עדיין רצתה להיות אישה והתחתנה ללא אהבה. את האהבה היא מצאה עם אבנר, גבר נשוי שנועד איתה לשיחת הטלפון היומית בשעה 11:15. בזכותו היא מוצאת נחמה ומגלה את הנשיות והמיניות שלה, שהיתה זרה לה, ואת התשוקה שמתפרצת במפגשים ביניהם בכנסים בארץ ובחו"ל, ובבתי מלון".

לדבריה, "למרות הנישואין הקשים, המשפחה המפורקת, והרומן האסור, מקפידה אלינור על קידוש וקיום חגים כהלכה. בתוך כל הכאוס היא

שומרת מכל משמר על הטקסיות – זה משרת אצלה את השייכות למעמד הבינוני הגבוה – אצלי הכל בסדר, יש לי קריירה, חג זה חג, כלפי חוץ הכל מצוין".

**תקופת החגים זו אשליה בעצם של המציאות?**  
 "לגמרי! אנו חיים בחברה שמרנית, בה המודל למשפחה טובה הוא הטרוסקסואלי, אלה שיושבים יחד סביב השולחן. בגיל מסויים יש ציפייה שהילדים יתבגרו ויגורו לבד, או יתחתנו ויביאו נכדים. מכאן, דרך דמותה של אלינור אנו מבינים כמה שאנשים לא מצליחים להרים את עצמם, וכלפי חוץ חג מהווה פיסגה מול המציאות. בחג בולט הפער בין המודל לבין המציאות, והפער



כריכת הספר

## כל יום בשעה 11:15

רבקה נרדי



ומראים זוויות חדשות מתוך הפוטנציאל שבנו. שינוי קשור לסקסאפיל – אם אדם משתנה הוא הופך להיות הזר והסקסי. כי הוא לא מוכר. אם בעלי עשה קורס בדרכה, ופתאום הוא מזמין אותי להצגה, אני רואה אותו באופן אחר, זה הניצוץ שבני זוג חייבים לשמור – להתפתח".

### לא לקחת את בן הזוג כמובן מאליו

בשיגרת הזוגיות המתמשכת זוגות רואים את בן/בת הזוג כמובן מאליו. לדברי נרדי, "הבעל או האישה מסתכלים ובטוח יודעים על מה אנו חושבים, מה אנו מרגישים, מה פוגע בנו, ומה אנו אוהבים בסקס, מה הפנטזיות. הוא בטוח שאני פתוחה בפניו ככף ידו. הוא לא יודע את הסודות בנפשי, שקרים קטנים, שאולי אני לא נמשכת אליו, ממורמרת עליו כי לא הגשמי את עצמי. הוא לא מתעניין למה, הוא לא יודע. זו עצלנות מחשבתית, ורגשית. אני יודע הכל, אל תבלבלו אותי עם עובדות. ברגע שאנו חושבים אנו כבר לא יכולים להיות עם דעות קדומות".

איך אפשר ליצור קירבה ואינטימיות מחודשת?

"לשתף את בן או בת הזוג בעולם הפנימי שלי. שיתוף אמיתי גורם להתרוממות נפש. לעלות ולהתעלות מעל החיים. זה חסד. ואם האחר לא יכול להכיל, ולא קיבלנו הדר, בפעם הבאה אנו נזהרים במינון השיתוף, 'בודקים את הדופק'. למה? כי למדתי שיכולת ההכלה שלנו כבני זוג להכיל את בני הזוג מוגבלת. שמתי לב שהרבה אנשים נכנסים למתח כאשר משתפים אותם בנושא שגורם להם חוסר אונים ואי נוחות היות והם לא יכולים להיות מטפלים או לעזור. אנשים מפחדים לעשות את זה עד הסוף, לא רוצים שזה ינוצל לרעה. אנו עושים צנזורה. או מתביישים, חונקנו לא לגלות, זה אישי וזה שלנו".

משיחה על הספר ועל בגידתה של אלינור, גלשנו לשיחה טיפולית. כמה הצד המטפל השפיע על הבתיבה?

"ההתעסקות המקצועית לא נתנה לכפתור הספרותי להיפתח, אולם אחרי 9 ספרים עיוניים, העזתי. העידוד סביבי היה קיים, היכולת היתה קיימת, והיום פחות מעניין אותי לכתוב עיון, אלא יותר תוכן ספרותי ואומנותי. בספר האחרון השינוי בא לידי ביטוי בכך שהיה לי מאוד מרתק להוציא את תמרה המטפלת ואלינור מחדר הטיפול, אל שדות התעופה, ולעמת את שתיהן אחת מול השנייה, מה שלא קורה בחדר הטיפול. בין תמרה שהיא אישה מאוד צנועה ובין אלינור שמגיעה ממעמד גבוה, פרצים החוצה פערי המעמד הכלכלי והתרבותי ביניהן. הרשיתי לעצמי לזרום וללכת עם הסיטואציה, ללא מסר דידקטי, עם כתיבה אינטואיטיבית".

ואכן, עם הזרימה האינטואיטיבית יצרה ד"ר נרדי עלילה מרתקת, ספר סוחף שמעלה מגוון של רגשות, וקשת של מחשבות אודות מערכות יחסים, וסיום מפתיע. ממליצה באהבה.

קר, מתרגז. הנשמה לא שם. אנשים שחיים כך, מביאים הרבה מאוד מחלות פסיכוסומטיות, מתח ותחושה של רעל פנימי, אתה מפוצל, מרמה, לא אמיתי, סוד גדול שאתה מסתיר. אתה לא בא הביתה אלא לקירות הבית".

לדבריה, "ככותבת אפשרתי לדמויות ללכת עם הצרכים שלהם. דמותה של אלינור הוליכה אותי, וקיבלה חיים משלה, ללא התערבות. לא היה קל, הייתי צריכה לאהוב אותה. היא מאוד שונה ממה שאני מכירה וחיפשתי את נקודת החיבור ביננו – הפגיעות שלה".

מה גורם לאנשים לבגוד?  
"אנשים משתעממים כשהם לא מתפתחים כשהם לא מעניינים את עצמם ולוקחים את השני כמובן מאליו. בנישואין אנו אמורים להניח שאנו לא באמת מכירים את בני הזוג שלנו. הטלפון הנייד הוא גורם רציני בכל מה שקשור לסודות ושקרים. אנשים מסתירים המון ובעצם גורמים לכך שבתוך המצב הכי אינטימי אף אחד לא מכיר את השני. יש המון סודות ואנו לוקחים את השני כמובן מאליו. אנשים לא רוצים לפגוע, מגנים על עצמם, על בני הזוג".

מה ניתן לעשות כדי שהחיים הזוגיים יהיו מעניינים יותר?

"להיות מעניינים קודם כל לעצמנו. ללמוד, לזרום, דברים, להביא הביתה דברים חדשים. הלמידה יוצרת לעיתים שינוי תפיסת חשיבה, סגנון חיים. לכל אדם יש המון אפשרויות, אם אנו נמצאים בתהליך קבוע של שינוי, אנו משתנים,

יוצר תחושת תסכול, וכישלון".

### בגידה כבריחה מהמציאות

לדברי נרדי, "אנשים בוגדים בדרך כלל מתוך שעמום, חסר להם משהו בזוגיות, ריגוש כי העבודה לא מספיק מעניינת, הם לא מעניינים את עצמם, החיים אפורים והם מביאים עניין לחיים שלהם דרך מערכות יחסים שיש בהם התרגשויות, גיוון וסקס. יש גם בגידות שנובעות מחוסר אמיתי וצורך בהתקשרות אינטימית שיש בה עומק ואינטימיות ברמה יותר גבוהה. קורה והם פוגשים אדם שאין איתו חשבוניות ושקרים וסודות, איתו הם יכולים להתחיל מא' ושם מוצאים אדם שאין מולו טענות, אלא נטו אינטימיות. אשליה, תיקון לחיים החסרים. כך או אחרת, קל יותר לברוח מהמציאות מאשר להתעמת".

רקמת סיפור אהבה בין שני אנשים שחווים זוגיות בעייתית ושחוקה, שמצאו את הבגידה כפתרון לשמר את המשפחה, במקום לפרק את החבילה.

כמטפלת את בטה רואה את הסיטואציה אחרת לגמרי. איך זה התחבר לך?

"השאפה כמטפלת לסייע לזוגות למצוא את החיבור מחדש, את הגאולה בתוך הנישואין. בגידה זו ברירת מחדל, שאיני יכולה להחמיא לה. אדם שמעניק את החלקים הנאצלים לאדם אחר, נשאר עם מעט מדי לבן הזוג. בן הזוג מרגיש שהוא לא נוכח באהבה. הוא שם, אך אדיש או