



אתר דעת * לימודים * גיליון 20 * תשפ"ה * 2024-25

יצר המין כמשכין שלום בזוגיות

פרופסור שלמה קניאל

ראש תכנית לתואר שני בפסיכולוגיה חינוכית בפקולטה לפסיכולוגיה במכללה למשפט ועסקים
רמת גן ומרצה במכללת תלפיות ושאנן

היצרים של האדם מבוססים על חוק ההומואסטזיס – חוק איזון לאפס

לאדם יש צרכים (יצרים) רבים המניעים אותו לפעול. צרכים אלה מבוססים על אינסטינקטים שאתם האדם נולד והם תוכניות פעולה לביצוע מעשה מסוים באופן מדויק ואוטומטי כתגובה לגירוי כלשהו. דוגמאות לאינסטינקטים אפשר לראות בקרב ציפורים הבונות את קניהן בדגי הסלמון החותרים כנגד הזרם כדי להטיל את ביציהן. תגובות הגוף והנפש למצבי לחץ, כמו בריחה, תקיפה, קיפאון או הסתגלות גם הן חלק ממאגר האינסטינקטים שלנו להישרדות. אחד האינסטינקטים הידועים נקרא 'הומואסטזיס' (homeostasis) שפירושו חזרה לסטטיות ויציבות. באדם יש מנגנונים שתפקידם לאתר חוסר שווי משקל בגוף ולדאוג לאיזון ולהסתגלות. למשל: במצבים של רעב, של צמא, של חסך בשינה, של קור ועוד, נוצרים מחזוריים קבועים של איזון (אדם שבע), חוסר איזון (רעב), חתירה לאיזון והגעה לאיזון (שובע) עד הפעם הבאה.

בשנות החמישים של המאה הקודמת לקחו הפסיכולוגים, בראשם היידר ופסטינגר, מן הפיזיולוגים את הרעיון של הומואסטזיס והעבירו אותו לנפש האדם בכינוי 'דיסוננס קוגניטיבי'. בהקבלה בין הגוף לבין הנפש מוצג הלחץ הפסיכולוגי כמצב של חוסר איזון המופיע כאשר צרכים פסיכולוגיים של האדם נמצאים בסכנה, והאדם שואף באופן טבעי לחזור למצב של איזון פסיכולוגי. האדם נוטה לשמור על עולמו הפנימי והחיצוני כשלם (גשטלט), מאוזן ועקבי וללא סתירות. איזון גורם להנאה, וחוסר איזון גורם ללחץ, לכאב רגשי ולצורך לחזור לאיזון. כישלון באיזון יוצר לחץ ואיננוחות, ואלו דוחפים את האדם לפעולות שיחזירו את האיזון.

בעיני פרויד ואחרים 'האני העליון', המצפון והמוסר אמורים להראות לנו את הדרך להשתלט על הדחפים, בפרט המיניים הפועלים בצורה מחזורית. לפי גישה זו האדם מונע בידי סיפוק רב ככל האפשר של הנאותיו, או בידי הרצון להימנע ככל האפשר מכאב. פרויד למשל סימן את הליבידו כאנרגיה נפשית שמניעה את האדם בשני כוונים עיקריים נוגדים: יצר החיים, Eros – היצר לאהוב, להתחבר, ליצור, לארגן, לבנות, ויצר המוות, Tanatos – היצר להרוס, לשבור, להשמיד (את עצמו ואת הסביבה). מובן שאין לספק את צרכיו הראשוניים של הליבידו, ויש לעדנם באמצעות חינוך אשר יסייע לרסן את כוח המין ולתעל ולעדן אותו להסתגלות ביוסיום לאהבה ולעבודה.

יצר המין בתרבות המערבית הלא דתית נתפס כשייך לקבוצת היצרים הרגילה, כמו רעב, צמא ושינה, הפועלים במחזוריות מסוימת. בכל אחד מהם יש אנשים מעטים שמתדרדרים לקיצוניות,

למשל אנורקסיה, אכילת יתר (בולימיה), שנת יתר וכמובן התמכרות קשה למין ולפורנוגרפיה. אבל אצל רוב האנשים המין הוא מחזורי כמו מזון ושינה והיחס אליו נקבע לפי עקרונות מוסריים בהנחה שהוא יצר טבעי כמו יתר היצרים ופועל לפי חוק ההומואסטיזם.

יצר המין ביהדות פועל אחרת: 'מרעיבו – שבע, משביעו – רעב'

ביהדות, הגישה למין שונה מהתרבות המערבית הלא דתית, וסיפוק הצורך המיני אינו מחזורי אלא יוצר מעגל הגברה ספירלי עולה. כלומר, לאחר סיפוק הצורך המיני תזדקק מערכת הגירויים לרמה גבוהה יותר של סיפוק ובתדירות רבה יותר. בניסוח של התלמוד (בבלי, סוכה נב, ב): "אמר רבי יוחנן: אבר קטן יש לו לאדם, מרעיבו – שבע, משביעו – רעב." מוצגת דוגמה מדוד המלך אשר התלונן בפני האלוקים על כך שאברהם, יצחק ויעקב נכנסו לתפילת עמידה במשפט 'אלוקי אברהם יצחק ויעקב' ואילו הוא לא נכנס לתפילה ולא אומרים אלוקי דוד. אלוקים מסביר לדוד שהסיבה לכך ששלושת האבות עמדו בניסיונות ואילו דוד המלך לא עמד בשום ניסיון. ביקש דוד לעמוד אף הוא בניסיון כמו האבות. אלוקים נעתר לו ואמר שהוא נותן לו רמז ברור שהניסיון יהיה בתחום המיני. אלוקים הוסיף והזכיר לדוד שלאבות הוא לא רמז על תחום הניסיון שיעמיד להם. כדי להתמודד עם האתגר ולא להתפתות קיים דוד המלך יחסי מין ביום ולא בלילה מתוך הנחה שיצר המין שלו יהיה שבע ביום והוא לא יתפתה למראה עיניו. הוא כנראה לא ידע את הכלל שמשביעו רעב ומרעיבו שבע. לעת ערב טייל על גג הארמון וראה את בת שבע רוחצת על הגג. למרות שהשביע את יצר המין בבוקר היצר גבר עליו והוא חשק בה, הביאה לארמון ושכב אתה. את בעלה, אוריה החיתי, שלח למלחמה וציווה להעמיד אותו במצבי סיכון רבים כדי שימות. חטאו של דוד היה כה גדול, שאלוקים המית את התינוק שנולד. חשוב לדעת שבגמרא יש דיון על חטא דוד ועד כמה חטא. כך או אחרת, מבחינה הלכתית אין לסמוך על אף אדם בכל הקשור לשמירה על איסור עריות (אין אפוטרופוס לעריות) והאדם חייב לשמור על עצמו ולא להיכנס למצבים המסכנים אותו להתפתות לחטא (הלכות ייחוד נועדו לעזור לו).

תמיכה לרעיון שיצר המין אינו דומה ליצרים אחרים נמצא בחקר המוח. בשנות החמישים מצאו החוקרים את המקור הפיזיולוגי של העונג הגופני. רוברט הית' השתיל אלקטרודות במוחות של חולי אפילפסיה, חולי סכיזופרניה וחולים אחרים הסובלים מבעיות נוירולוגיות חמורות. התברר כי באמצעות גירוי חשמלי באזורים מסוימים, חולים שהיו שרויים בדיכאון עמוק החלו לחייך ולשוחח. כשפסקו הגירויים החשמליים שבו התסמינים. כאשר המטופלים היו יכולים לשלוט על יצירת הגירוי רבים מהם לחצו על הכפתור בשכיחות גבוהה. באותה תקופה, וללא קשר להית', חיפשו שני חוקרים (אולדס ומילנר) אזורים במוח שיכולים להשפיע על התנהגותם של בעלי חיים. במחקרים מוקדמים הם זיהו אזור שגירוי שלו גרם לחולדות להפסיק פעולה כלשהי שבה עסקו. כשמיקמו את האלקטרודות בגרעין האַקוּמֶנְס (בבסיס המוח הקדמי), וכן בכפיס המוח (המגשר בין החצי השמאלי לחצי הימני של שתי ההמיספרות במוח), הופתעו החוקרים לגלות שהחולדות נהנות מאוד מהגרייה החשמלית. במקרים מסוימים בעלי החיים אפילו העדיפו את הגירוי החשמלי על פני מזון. כשחוברו האלקטרודות כך שהחולדות יוכלו לגרות בעצמן את מוחן באמצעות לחיצה על דוושה, הן דווחו את עצמן בכפייתיות, כמה מהן יותר מאלף פעמים בשעה. כשהפסיקו את הזרם החשמלי, החיות לחצו על המוט עוד כמה פעמים ולאחר מכן נרדמו. חולים ואסירים שהסכימו לנסות את הגרייה החשמלית דווחו שהחוויה דומה להנאה מינית.

נראה שגירויים אלה גורמים להפרשת אנדורפינים (סוג של נוירוטרנסמיטורים האחראים על התקשורת בין העצבים במוח) המצויים באופן טבעי במוח ומסייעים לשיכוך כאב ולשיפור מצב הרוח. האנדורפינים משתחררים בעת פעילות גופנית מאומצת, בעת קיום יחסי מין, באכילת שוקולד, בשמחה, בצחוק, בעיסוי ואף במהלך השינה. ייתכן מאוד שחיזוקים פיזיולוגיים ראשונים, כמו צריכת מזון ומים, יוצרים הנאה במוח באמצעות אנדורפינים למיניהם ובאמצעות תהליך אסוציאטיבי (התניה קלאסית), מצליחים לעורר הנאה גם גורמים שמלכתחילה היו ניטרליים.

כוחו העצום של יצר המין בא לידי ביטוי בסיפור קצר שמופיע בתלמוד הבבלי, קידושין פ"א, א (בתרגום חופשי): לעיר נהרדעא הגיעו שבויים שחולצו כנראה בפדיון שבויים. הלינו אותן בעליית הגג בביתו של ראש הכפר, רב עמרם. מחשש שגם ראש הכפר יתפתה ויפגע בהן מינית, סילקו את הסולם שמגיע לעליית הגג. אולם יצרו של הרב עמרם גבר עליו והוא הצליח להרים לבדו את הסולם, שעשרה אנשים יחד לא יכלו להרימו. רבי עמרם טיפס בסולם וכשהגיע לאמצע התחזק וצעק: "אש בבית עמרם!" רצו כולם לביתו של ר' עמרם כדי לכבות את השרפה, וברצים היו גם חבריו הרבנים. כשראו אותו על הסולם אמרו לו: "ביישתנו!" אמר להם: "מוטב תתביישו ממני בעולם הזה ולא תתביישו ממני לעולם הבא." רבי עמרם השביע את היצר הרע שיצא ממנו. ואכן הוא יצא ממנו כעמוד של אש. אמר רבי עמרם ליצר הרע: "ראה, שאני בשר ואתה אש, ואני עדיף ממך."

כוחו העצום של יצר המין מתבטא גם בפשרה עמו במקום להילחם בו. במסכת קידושין (מ' א) מביאה הגמרא את דברי רבי עילאי (אלעה) הזקן: "אמר רבי אלעה הזקן, אם רואה אדם שיצרו מתגבר עליו, ילך למקום שאין מכירים אותו וילבש שחורים ויתעטף בשחורים ויעשה מה שליבו חפץ ואל יחלל שם שמיים בפרהסיה." אין בדברים אלו היתר לחטוא ולשכב עם נשים נשואות או נידות במצב של בולמוס אלא הצעה לצמצם נזקים. אם האדם החליט לחטוא ואין אפשרות למנוע זאת; לכל הפחות שיעשה זאת בצנעה ולא בפרהסיה כדי שלא יחלל שם שמיים ברבים. עצם עזיבת הבית והליכה לעיר אחרת עשויות לגרום לו לחזור בו מהחלטתו לחטוא.

רעיון דומה שבו יש להשלים עם כוחו של יצר המין במקום להילחם בו נמצא ב'אשת יפת תואר'. מדובר במקרה שבו אישה יפה נלקחת בשבי במלחמה והשובה חושק בה וחפץ לקחתה לאישה, כפי שהיה נהוג בתקופה הקדומה. התורה קבעה מגבלות שנועדו בין היתר להגן על האישה, ולעדן את יחסם של הלוחמים לנשות האויבים.

הכלל הוא שהתורה מבינה שקשה להתמודד עם יצר הרע בתחום המיני, ולכן "מוטב שיאכלו ישראל בשר תמותות שחוטות ואל יאכלו בשר תמותות נבילות" (בבלי, קידושין ק"ב, א). התורה הבינה שהאדם שלא יוכל לבלום את תשוקתו, ושיאסור גורף עלול לגרום לנזק גדול בהרבה מזה הכרוך בהיתרים עם מגבלות. לולא המגבלות היו נגרמים מעשי אונס במלחמה, כפי שאכן קרה לאורך ההיסטוריה. לפיכך, עדיף להתיר את השבעת היצר אגב הצבת מגבלות מאשר להעלות את הסבירות לריבוי מעשי אונס, וכך יהיה אפשר לפקח ולמנוע ההתדרדרות במדרון החלקלק, הלוא הטלת איסור גורף לא תפתור את הבעיה. על פי אותו עיקרון יש מדינות שמתירות הימורים, זנות, פורנוגרפיה, סמים קלים ועוד.

העיקרון שיצר המין אינו דומה ליצרים כמו רעב צמא ושינה אלא מרעיבו שבע ומשביעו רעב, מתרחב להכרעה הלכתית שבריאותו של היחיד חשובה פחות מהתדרדרות מוסרית של החברה בתחום המיני. בגמרא (בבלי, סנהדרין ע"א א) מסופר שאדם אחד היה חולה מאוד ורצה מאוד לשכב עם אישה מסוימת. הרופאים יעצו לחכמים להתיר לו את החטא כי אז יירפא ממחלתו. אולם

החכמים קבעו במפורש שאין היתר: "ימות ואל תבעל לו." משא ומתן התנהל בין הרופאים לחכמים: "תעמוד לפני ערומה?" שאלו הרופאים. ענו חכמים: "ימות ואל תעמוד לפני ערומה." הציעו המתווכים: "תספר עמו מאחורי הגדר?" השיבו חכמים: "ימות ואל תספר עמו מאחורי הגדר." אף על פי שבדרך כלל חכמים מסמיכים את הרופאים בקביעה אם מדובר בפיקוח נפש ולאפשר לחולה על בסיס קביעה זו לעבור על איסורי תורה (כגון מקרה של חולי בצום וכדומה), במקרה זה אסרו חכמים את התרופה המוצעת – בעילת האישה. יתר על כן, הפשרות שהוצעו להרגיע את בולמוס העריות שלו נשללו בתוקף. זאת "כדי שלא יהיו בנות ישראל פרוצות בעריות". הטענה היא שיש סכנה ציבורית של כניעה לפריצות ושל זילות כבודן של בנות ישראל, וכנגד זה, קבעו החכמים, יש להיאבק גם במחיר של סיכון היחיד.

הגישה היהודית ההלכתית קובעת אפוא הטלת גבולות על יצר המין בעל הכוח העצום, שהוא כהר געש היכול להתפרץ וליצור כדור שלג מתגלגל. ההלכה שמה לו גבולות על ידי קביעה שקיום יחסי מין הוא בגדר מצוות פרו ורבו שבה האיש מצווה על פריה ורבייה, אבל לא כן האישה, ודי להוליד בן ובת כדי לקיים מצווה זו. נוסף על כך מוטלת על הגבר מצוות 'עונה', כלומר לקיים יחסי מין עם אשתו. בה בעת קיימים איסורים רבים כמו איסור גילוי עריות, קרי יחסי מין אסורים, שהוא מהאיסורים החמורים ביותר בתורה, ונמנה עם שלוש העברות שהן בגדר ייהרג ואל יעבור.

המין כמשכים שלום (אינטימיניות)

לאחר שהבנו את כוחו העצום השלילי של יצר המין נראה כי את האנרגיה עצומה אפשר לתעל לכוון חיובי (מנגנון הסובלימציה אצל פרויד) כמשכין שלום בזוגיות. בתלמוד בבלי, שבת קנב א, יש סיפור יפה על זקנה: "אמר לו רבי לר' שמעון בן חלפתא: מפני מה לא הקבלנו פניך ברגל כדרך שהקבילו אבותי לאבותיך? אמר לו: סלעים נעשו גבוהים, קרובים נעשו רחוקים, משתים נעשו שלש, משכים שלום בבית - בטל." רבי יהודה הנשיא שאל את תלמידו וידידו, רבי שמעון בן חלפתא, מדוע לא בא לבקר, כנהוג, בימי החג, כדרך שנהגו בני משפחתו מימים ימימה. ר' שמעון השיב – הזדקנתי: "סלעים נעשו גבוהים, קרובים נעשו רחוקים", כלומר ההליכה כבר קשה לי, ומה שנחשב קרוב, עתה רחוק הוא; "משתים נעשו שלוש", כלומר לשתי הרגליים העייפות נוספה רגל שלישית, היא מקל ההליכה; ו"משכים שלום בבית בטל", דהיינו כוח הגברא שלי כבר לא מה שהיה, ובשל כך אין שלום ואין שמחה במשפחה. חשיבות המין כמשכין שלום מתבטאת היום בנטייה של הרבנים להקל ולהתיר נטילת תרופות שמגבירות את האון הגברי (ויאגרה).

נפנה לאריקסון כדי להבין את הרעיון שמיניות נכונה משכינה שלום בזוגיות: יש להתמקד בשלב הבגרות המוקדמת (גיל 18–35) – הנקרא "אינטימיות לעומת בדידות". לפי אריקסון, בשלב זה האדם מתבקש להגיע להחלטות חשובות בחייו. מלבד בחירת מקצוע עליו לבחור בן זוג שאתו יחלוק את חייו. ההכרעה על זוגיות ונישואין מכניסה את האדם לקונפליקט הקלסי שבין חירות להגשמה עצמית הכרוכה בבדידות, לבין זוגיות שבה יש אינטימיות ובה פחות חירות ויותר שייכות. בלשונו של אריקסון: "הדדיות של אורגזמה עם בן זוג או בת זוג אהובים שמסוגלים ומוכנים להשתתף עמו באמון הדדי ומסוגלים ומוכנים לווסת ביחד עמו את המחזוריים של עבודה, הולדה ורגיעה כדי להבטיח גם לצאצאים התפתחות נאותה."

הקונפליקט בשלב זה הוא בין חיפוש אחר קשר אינטימי לבין בריחה מקשר קרוב וקבוע. כישלון במציאת קשר אינטימי מתבטא בבדידות ובהסתגרות פנימית, לחוסר יכולת ליצור קשר או להתמיד בו לאורך זמן. הצלחה ביצירת אינטימיות מלווה ברגש אהבה שמכוון אותו לאינטימיות

עם הזולת, לאכפתיות ולמחויבות, מרחיבה את האני ויוצרת תחושה של קרבה, חום וביטחון. מיניות נכונה היא שילוב של הנאה מינית יחד עם רגשות של אהבה וקבלה שאפשר לכוונן כאינטימיניות (שילוב בין אינטימיות למיניות). נאמר שקרבה ללא מריבות יש רק בבית קברות, וטבעי שיש ויכוחים, חילוקי דעות ומריבות. זוג נכנס כל לילה למיטה משותפת ובמקום להתווכח עד אין־סוף הם פשוט "עושים אהבה" וכך מתפוגגים הכעסים, ולמחרת אפשר להתחיל יום חדש כשהזוג מפויס. תחושת החיבור והפיוס ממשיכה כמה ימים ומשרה אווירה טובה במשפחה. יש בכוח האינטימיניות להשכין שלום בבית ולהתרחב לתחומים אחרים של החיים, וגם להפך: תסכול מיני, כמו תסכול אינטימי, מעלה את הסבירות לאלימות מילולית ואף גופנית. השילוב בין מיניות לאינטימיות הוא ביטוי לחיבור אמתי ולאהבה המקדשת את המיניות. גרעיני אהבה אלה מתרחבים לעבר אהבות במעגלים מתרחקים עד אהבה הבורא ואהבת חינוך.