



מתי כדאי לנו לדבר על העבר המיני שלנו?

בשיחות שלי עם רווקים, רווקות או זוגות צעירים לעיתים נשאלת השאלה: "מתי כדאי שאספר לה או לו על העבר המיני שלי?" השאלה מובנת לגמרי. זוהי שאלה שמעסיקה אותנו במערכת יחסים טרייה ושאלה די מטרידה. לרובנו היום יש מה לספר ואנחנו מצפים באי־נוחות שגם האחר יספר משהו שקשה לו לספר. כל זה גורם לנו ללא מעט בושה וחששות.

חשוב שזוג צעיר ידבר על העבר המיני שלו, כי כאשר הם מסתירים דברים זה מזה הם לא יהיו מסוגלים להיות בשר אחד באמת.

נישואין שמשקפים את אלוהים

אנחנו משקפים את אלוהים בחיינו כי הוא ברא אותנו בצלמו (ברא א 27). כאשר אנחנו נידמים לו וחיים לפי דברו, אנחנו מתהלכים בחופש באמת והחיים שלנו מאירים את החושך בעולם. נישואין הם אחד הכלים שאלוהים משתמש בהם כדי להפגין את טיב האהבה שלו לבני הזוג, כי נישואין משקפים את המשיח והקהילה שלו (אפס ה 22-33). במערכת יחסים כזאת אין סודות ואין מסכות. יש פתיחות ואהבה וסליחה. כל אלו מתחילים כבר לפני הנישואין.

יעוץ טרום־נישואין טוב מתייחס לתחומים רבים בחיים של הזוג הצעיר, כגון ניהול כספים, אמונה, משפחה מחותנת, ילדים, תפקידים ויחסי מין. קל לתת קצת מידע על יחסי מין, טיפים לירח דבש ולסיים עם זה, אך חשוב שזוג צעיר ידבר גם על העבר המיני שלו, כי כאשר הם מסתירים דברים זה מזה הם לא יהיו מסוגלים להיות בשר אחד באמת, כי בלב שלהם יחזיקו סודות בחושך.

מה צריך לספר?

בשום פנים ואופן לא נדרש להיכנס לכל פרטי פרטים של החוויות שלנו. יש בינינו כאלה שעברו דברים רבים – כנגד רצונם או כי חיו אורח חיים שונה בעבר. בגדול חשוב לספר על כל סוג של חוויה מינית שזכורה לנו. זה כולל חוויות עם אנשים אחרים, חוויות עם עצמו, חוויות עם מין דיגיטלי, פורנו, פנטזיות מיניות וכן הלאה. חשוב לדבר על טבע החוויה.

בשום פנים ואופן לא נדרש להיכנס לכל פרטי פרטים של החוויות שלנו.

◆ במקרה של יחסי מין עם אחרים: האם הייתה זאת זוגיות אחת או יותר? האם מדובר בסטוץ או במערכת יחסים לטווח הארוך או משהו אחר לגמרי?



◆ במקרה של התמכרות או הרגלים לא טובים: מתי זה התחיל? כמה זמן נמשך המאבק שלך בהרגל? האם הוא עדיין ממשיך? אם כן, באיזו תדירות עדיין יש נפילות? מה נעשה כדי לפתור את העניין או להשתחרר מההתמכרות? האם יש מוכנות לחיות באור בנוגע לזה?

◆ במקרה של התעללות, הטרדה או גילוי עריות חשוב לדבר על סוג הטרומה, ומתי זה קרה. גם כדאי לדבר על חששות וצרכים מיוחדים בעניין של מגע לפני הנישואין.

במקרים של התמכרות או הרגלים לא טובים שעליהם עוד לא התגברתם, או במקרים של טראומה שעדיין גורמת לכם לפחד לקראת החתונה או לקראת קיום יחסי מין כדאי לפנות ליעוץ. חשוב להתחיל נישואין בצורה הכי טובה, עם דף חדש.

באיזה שלב בקשר כדאי לדבר על העבר המיני שלנו?

עדיף לדבר על העבר המיני בשלב די מוקדם במערכת היחסים. תנו לי להסביר. בני זוג הנמצאים במערכת יחסים מחפשים את הטוב ביותר לשני הצדדים, לכן אינכם צריכים לחשוש לדבר על העבר שלכם ולהראות את הפנים האמיתיים שלכם. זה סוג היחסים שכולנו משתוקקים להם, אבל זה גם מפחיד. אי אפשר לבנות אמון בזוגיות אם אתם עדיין מסתירים דברים. אפילו אם האחר לא יודע על זה, אתם כן יודעים. מי שמסתיר דברים ולא מוכן להתהלך באור, לא מוכן לבנות נישואין בצלם אלוהים. לפעמים אנחנו מהססים לספר את האמת ולדבר על העבר שלנו, כי אנחנו מפחדים לאבד את מערכת היחסים. אך זאת תשתית לא טובה לעתיד.

כל מערכת יחסים מתחילה בהיכרות ובילויים. כאשר שני אנשים מבליים יותר ויותר ונהנים מזה מתחילים לשקול האם זה יכול להיות "ה-אחד" לכל החיים. אז מתחילה תקופה של בירורים לפני ההתחייבות. זה הרגע להכיר את המשפחה והחברים שעוד לא הכרתם, לדבר עם מאמינים בוגרים שמכירים את שניכם, ולדבר על העבר שלכם (גם המיני), וכן, ללכת ליעוץ טרום-נישואין.

חשוב לעשות זאת לפני שאתם מתארסים. שלב האירוסין מעיד שאתם בשלב שבו אתם מסוגלים להגיד שאתם מכירים את האחר, את החולשות והחוזקות שלו, את הפיתויים והחטאים, ואת אורח החיים שלו. בעת האירוסין אתם בוחרים את האחר עם עיניים פקוחות.

**לפעמים אנחנו מהססים לספר את האמת ולדבר על העבר שלנו,
כי אנחנו מפחדים לאבד את מערכת היחסים. אך זאת תשתית
לא טובה לעתיד.**

למה זה כל כך קשה?

הרבה זוגות לא מדברים על העבר המיני שלהם, והרבה יועצים לא מעלים את הנושא. הסיבה לכך היא שזה די מפחיד לעלות סיפורים כל כך אישיים. אנחנו חוששים שהחטא שלנו יותר מידי גדול בשביל האחר ופחדים מפרידה. בנוסף אנחנו לפעמים חושבים שמאבקים מיניים הם דבר פרטי. לעיתים מערכת יחסים חדשה יכולה להפחית את ההרגלים הרעים. אז אולי אפשר להשאיר את זה בעבר ולא לדבר על זה? אנחנו מתביישים ומתקשים לחשוב איך לדבר על דבר כל כך מביך.



עשו זאת עם ישוע

אם גם אתם מרגישים את כל הרגשות האלו: פחד, חשש, בושה... זכרו שאלוהים מבטיח לנו שאם "נתהלך באור, כמו שהוא באור, כי אז התחברנו זה עם זה ודם ישוע המשיח בנו מטרה אותנו מכל חטא" (יוח"א 7). בקשו יחד מישוע הדרכה, סבלנות, חוכמה, אהבה וסליחה זה בעבור זה. אין דבר חזק יותר מלהודות באמת ולקבל רחמים וסליחה מהאדם שהכי חשוב לנו בחיים.

כמה טיפים מעשיים

- ◆ זאת איננה שיחה חד-פעמית כי אם שיחה מתמשכת (גם אחרי החתונה). ככל שאתם מכירים יותר טוב ותתקרבו יותר, תיזכרו פתאום בעוד דברים או לפתע תבינו עוד משהו על עצמכם, גם בתחום המיני.
- ◆ חקרו את הלב שלכם כדי לדעת מה חשוב לשתף ולא להסתיר כלום בכוונה. חשוב לספר על הנושאים הגדולים שמשפיעים עליכם בשל המחשבות או ההתנהגות שלכם.
- ◆ היזכרו איזו מטרה יש לחיים באור. כבני אדם חוטאים אנחנו כולנו זקוקים לחסד ולסליחה. אנחנו עוד לא השלמנו את המרוץ (עבר' יב 1-2).
- ◆ ספרו את החוויות שלכם באופן מכבד ואוהב. בקשו מאלוהים חוכמה לגבי מה כדאי לשתף וכמה.
- ◆ אם אתם שומעים דברים מבן או בת הזוג שלכם שקשים לכם לשמוע, היזכרו מה אתם מחפשים: לא אדם מושלם, אלא אדם שהולך באור ומודה בצורך שלו. אדם שמבין את המשקל שיש לבחירות שלו בחיים ומחפש להידמות למשיח בכל דבר.

דגלים אדומים

- אם בן או בת הזוג שלכם אינו מוכן לדבר על העבר המיני שלו ועל המאבקים שלו, זה דגל אדום.
- אם אתם מרגישים שהם לא לוקחים את הנושא הזה ברצינות או מנסים להקטין עניינים, זה דגל אדום.
- אם הם עוד לא עשו צעדים ברורים והחלטיים כדי לפתור עניין או להשתחרר מהתמכרות, זה דגל אדום.
- אם הם חושבים שהנישואין יהוו פתרון להרגלים המיניים הבלתי מרוסנים שלהם, זה דגל אדום.
- אין זה מספיק להבטיח דברים טובים, לדבר מילים יפות, או לתת מתנות כדי לבקש סליחה. גם לא מספיק להתפלל עוד ועוד. צריך לשנות התנהגות וזוהי חזרה בתשובה באה לידי ביטוי בהתנהגות שמשנה חיים. חכו לראות את השינוי הזה, עוד לפני החתונה, אחרת עוד אל תתחייבו להתחתן.