

Conflict Resolution - Shalom Bayis Series - Part 2

Rabbi Shmuel Silber



1. שכל טוב (בובר) שמות פרשת בשלח פרק טז

אמר רבא פשיטא לי נר חנוכה וקידוש היום נר חנוכה עדיף, משום פרסומי ניסא, וקידוש היום אפשר דמקדש אריפתא, נר חנוכה ונר ביתו נר ביתו עדיף, משום שלום בית.

2. בראשית פרק ד פסוק כה

וידע אדם עוד את-אשתו ותלד בן ותקרא את-שמו שת כי שת-לי אלהים זרע אחר תחת הבל כי הרגו קין:

And Adam knew his wife again, and she bore a son, and she named him Seth, for God has given me other seed, instead of Abel, for Cain slew him.

3. רש"י זרעים פרק ד פסוק כה

... וכלל פרשת מאשתך זה מאה ושלושים שנה משנקנסה מיתך על ידך

4. בראשית פרק כא

(י) ותאמר לאברהם גרש האמה הזאת ואת-בנה כי לא יירש בן-האמה הזאת עם-בני עם- יצחק: (יא) וירע הדבר מאד בעיני אברהם על אודת בנו: (יב) ויאמר אלהים אל-אברהם אל-ירע בעיניך על-הנער ועל-אמתך כל אשר תאמר אליך שרה שמע בקלה כי ביצחק יקרא לך זרע:

And Sarah said to Abraham, "Drive out this handmaid and her son, for the son of this handmaid shall not inherit with my son, with Isaac." But the matter greatly displeased Abraham, concerning his son. And God said to Abraham, "Be not displeased concerning the lad and concerning your handmaid; whatever Sarah tells you, hearken to her voice, for in Isaac will be called your seed."

5. בראשית פרק כה

(כח) ויאהב יצחק את-עשו כי-ציד בפיו ורבקה אהבת את-יעקב:

And Isaac loved Esau because [his] game was in his mouth, but Rebecca loved Jacob.

6. בראשית פרק ל

(א) ותרא רחל כי לא ילדה ליעקב ותקנא רחל באחיתה ותאמר אל-יעקב הבה-לי בנים ואם- אין מתה אנכי: (ב) ויתר-אף יעקב ברחל ויאמר התחת אלהים אנכי אשר-מנע ממך פרי-בטן:

And Rachel saw that she had not borne [any children] to Jacob, and Rachel envied her sister, and she said to Jacob, "Give me children, and if not, I am dead." And Jacob became angry with Rachel, and he said, "Am I instead of God, Who has withheld from you the fruit of the womb?"

7. ספר יועצי שלום

(ז"ט)

והנה כשנתבונן בחילוקים שבין איש לאשה נמצא עפ"י רוב שיש בעיקר ג' סוגים שונים. וכל סוג בפני עצמו מחייב עבודה בפני עצמה. הסוג הראשון היינו טבעים שונים שיש בין זכרים ונקבות. והסוג השני הוא חילוק משפחות וסביבות שונות. וסוג השלישי הוא האיך להתנהג עם החסרונות שמוצאים כל אחד בבני ורגו.

והעצה לזה היא, שהרי כל אחד יודע במרת נפשו, ואנו בקיאים ויודעים בחסרונות עצמינו, ואעפ"כ אין אנו אבודים ושבורים כ"כ מהם, דוהו טבע האדם, וא"כ האם יש בזה ישירות ומדת אמת להיות שבור אורות חסרונות האחר. ואעפ"פ שעל פי רוב יש לאדם תירוצים על זה, שאומרים לעצמינו דאין חסרון שלנו שזה לחסרונות האחר, וכמובן שכל זה קשה לאדם למדוד לעצמו, ואפילו אם הוא אמת מ"מ ודאי רצון הקב"ה הוא שיקבל זאת כראוי, כמו שמקבל את חסרונות עצמו.

8. ספר יועצי שלום (כ')

וכלל גדול צריך לדעת בענין הנשואין, שאין תפקיד הבעל לתקן חסרונות אשתו, וכן להיפך אין תפקיד האשה לתקן חסרונות בעלה, אלא כל אדם צריך לעסוק בתיקון עצמו, כמו שכתב רבינו יונה לאבות במשנה דאין אני לי מי לי (פ"א מ"ד) ח"ל, אם לא אוכיח עצמי שאזרח עצמי במצות מי לי להוכיח ולזרזני, כי זרח האחרים טוב הוא לפי שעה, אבל כשיעורר האדם את עצמו בכל יום יום יוסיף לחשוב מחשבות לעשות מלאכת ה' ואין שכחה לפניו כאשר לבו חפץ והוא דרך ישר לפני איש, ע"כ.

10. 7 Principles for Making Marriage Work (Chapter 7)

Every marriage is a union between two individuals who bring to it their own opinions, personality quirks, and values. So it's no wonder that even in very happy marriages the husband and wife must cope with a profusion of marital issues. Some conflicts are just minor irritants, but others can seem overwhelmingly complex and intense. Too often couples feel mired in conflict or have distanced themselves from each other as a protective device.

Although you may feel your situation is unique, we have found that *all* marital conflicts, ranging from mundane annoyances to all-out wars, really fall into one of two categories: Either they can be resolved, or they are perpetual, which means they will be a part of your lives forever, in some form or another. Once you are able to identify and define your various disagreements, you'll be able to customize your coping strategies, depending on which of these two types of conflict you're having.

These couples intuitively understand that problems are inevitably part of a relationship, much the way chronic physical ailments are inevitable as you get older. They are like a trick knee, a bad back, an irritable bowel, or tennis elbow. We may not love these problems, but we are able to cope with them, to avoid situations that worsen them, and to develop strategies and routines that help us deal with them. Psychologist Dan Wile said it best in his book *After the Honeymoon*: "When choosing a long-term partner . . . you will inevitably be choosing a particular set of unsolvable problems that you'll be grappling with for the next ten, twenty or fifty years."

In *unstable* marriages, perpetual problems like these eventually kill the relationship. Instead of coping with the problem effectively, the couple gets gridlocked over it. They have the same conversation about it over and over again. They just spin their wheels, resolving nothing. Because they make no headway, they feel increasingly hurt, frustrated, and rejected by each other. The four horsemen become ever more present when they argue, while humor and affection become less so. They become all the more entrenched in their positions. Gradually they feel physiologically overwhelmed. They start a slow process of trying to isolate or enclose this problem area. But actually they have started becoming emotionally disengaged from each other. They are on the course toward parallel lives and inevitable loneliness—the death knell of any marriage.

