

התקרחות גברית – נקודת מבט נשית

ראיון עם ד"ר רבקה נרדי, סופרת ומטפלת אישית וזוגית.

בימים אלו התפרסם ספרה העשירי (רומן) "זר יקר שלי"

פרדס הוצאה לאור, 2008

מנקודת מבטך כאישה וכמטפלת, איך את רואה את נושא ההתקרחות הגברית?

אני עושה הבחנה בין התקרחות של גברים צעירים לבין מבוגרים. לגבי הצעירים – נדמה לי שהם (הצעירים) מתמודדים עם הנושא באופן יותר ספורטיבי שהפך לסוג של אופנה - על ידי גילוח השיער לפני בוא הקרחת. אני חושבת שזו דרכם לאתגר את הקרחת ולהגיד לה 'אני אקדים אותך. לא רק שלא אסתיר אותך, אלא גם אגרום לך להיווצר עוד לפני שתהיי כאן באמת'. יש כאן התרסה שיוצרת סגנון גברי, אפילו הומוריסטי, שלא רק שאינו פוגע בגבריות אלא אפילו מחמיא לגברים. אלה שנראים טוב, נראים טוב גם במראה הקירח, ואלה שלא נראים טוב – משדרים לעולם שנוח להם עם עצמם.

הגבר אומר לקרחת 'אני שולט בכך' – זאת אמירה ששייכת לתכונות הגבריות של שליטה, גאווה, ההיפך מבושה ומהסתרה. כך אפשר להקריח בזקיפות קומה, בקריצה שובבה.. לא נראה לי שההתקרחות משפיעה על המשיכה של נשים לגברים, ואין בעיה בסקס אפיל – אולי אפילו להיפך, כך שהכל בסדר. אם נשאל את עצמנו ממה צריך גבר לחשוש יותר: מהכרס או מהקרחת, התשובה תהיה חד משמעית – מהכרס! כרס מעידה על סוג של הזנחה, על חוסר פעילות גופנית ועל תזונה מזיקה, ולכן עדיף לדאוג למיגור הכרס מאשר למיגור הקרחת, שממילא לא תמוגר.

האם תוכלי לתת עצות מעשיות לגבר המקריח?

קודם כול חשוב לי לומר שכאשה ואפילו כמטפלת אני מוגבלת במתן עצות לגברים בתחום הדימוי הגופני שלהם. יש לזכור זאת בהמשך.

- אם אתה מתחיל להקריח, לך למספרה ובקש מהספר באומץ לגלח את שיערך עד לקרחת מלאה. שיטת 'הלוואה וחסכון' אינה עובדת, וקרחת היא גברית מאד.
- אם אינך יכול בשום אופן לסבול את הקרחת, וההתקרחות פוגעת בציפור נפשך ומטרידה אותך מאד – בחר בשיטת טיפול כלשהי, כמו השתלת שיער או פאה – ובלבד שהיא תסייע לך להרגיש טוב יותר עם עצמך. זכור שאתה הריבון על גופך, ואל תתנצל על כך!
- החיים אינם מושלמים. מרגע שאנו נולדים, אנחנו מאבדים. המראה החיצוני הוא חלק מכך, ההתקרחות היא אחד התסכולים בחיים שאין ברירה אלא לעמוד מולו ולהתמודד איתו. כולנו פגיעים בכל הנוגע למראה החיצוני שלנו, אך חשוב שנזכור שכוח המשיכה שלנו תלוי לא רק בצורתנו החיצונית אלא גם ביכולת העמידה שלנו מול החיים. ככל שיש לנו יותר נוכחות ויותר

אסרטיביות, גדל הסקס אפיל שלנו, ולכן לא כדאי לשים את כל יהבנו על הצורה החיצונית. יחד עם זאת, מותר לנו לכבד את הפגיעות שלנו ולעשות פעולות מסוימות לשיפור המראה החיצוני, מתוך רצון להיראות טוב יותר, אך חשוב לשמור על איזון ולזכור שמראה חיצוני מושך ללא נוכחות סקסית עוזר לנו באופן חלקי בלבד. ונוכחות סקסית של ממש מושגת בעיקר על ידי התנהגות שיש בה נחישות, יושרה ואומץ לב להיות נאמן לעצמך ובעיקר לערכיך.