

11.16x27.04	1/2	עמוד 126	לאשה	08/05/2017	58393209-9
נג הוצאת לאור הכל אפשרי בקלות ובפשטות - מאת בטי נעי - 84110					



המוטו של בטי נעים, מנטורית להעצמה אישית, הוא "הכל אפשרי בקלות ובפשטות". למרות המסר האופטימי, מתברר שהיא לא ליקקה הרבה רבש בחייה. בספר זה החדש, "הכול אפשרי בקלות ובפשטות - מדריך להעצמה אישית" (הוצאת אסט' רולוג), היא מגוללת את סיפורה האישי לצד סיפורי מטופלים ותרגילים לשיפור החיים.



בטי נעים. צורך גדול באהבה

כשהייתה בת שבע התגרשו הוריה. "מבית מוגן ושני הורים שאהבו אותי עבדתי בעצם לגדול לבד", מספרת נעים (45), גרושה ואם לארבעה מגן-יבנה. "אבי התנתק מחיינו והקים משפחה אחרת, אמי עבדה ואני הייתי 'ילדת מפתח' ששמרה על אחיה. למזלי, סבתא שגרה מולנו הפכה לדמות המשמעותית והיציבה בחיי. הייתי נערה כועסת ומרדנית. בגיל 15, כשאמא הכירה גבר וילדה את אחי הקטן, עברתי לגור עם סבתא. התגייסתי בלי בגרות ומיד אחרי הצבא נישאתי, עברנו לבאר-שבע ולמרתית היסטוריה באוניברסיטה הפתוחה. לאחר סיום התואר הראשון למרתי לתעודת הוראה ובהמשך לתואר שני באוניברסיטת בן-גוריון. 18 שנים הייתי מורה להיסטוריה בתיכון.

"לכאורה, בעלי ואני הגשמנו את כל החלומות שלנו: הוא ניהל עסק מצליח, גידלנו ארבעה ילדים, עשינו קריירה, היה לנו כל מה שרצינו. אבל, בגיל 38 הרגשתי עצבות ותהיתי מדוע. בעקבות קריאת הספר 'המסע' הצטרפתי לסדנה שהעבירה המחברת, ברנדון בייס. שם הרגשתי לראשונה שאני מוכנה לטיפול. תמיד שיחקתי את 'החוקה' בעיני כולם, כולל עצמי. בסדנה אפשרתי לעצמי לבטא דברים שקורים בתוכי, ועיקרם - הצורך הגדול באהבה. "בתום הסדנה המשכתי לחתור להתפתחות אישית. בזכות לימודי תואר הילינג הבנתי שבעיות האכילה שמהן סבלתי יושבות על מחסור באהבה מכל הסוגים: אהבה הורית, זוגית, עצמית. לא היה לי מחסור באהבה מבעלי, אבל הוא ביטא אותה בהענקת ביטחון כלכלי וכל כולו היה בעסק. הצורך העז להרגיש נאהבת התחיל ליצור אצלי 'רעשים'. למדתי נטורופתיה כדי לטפל בעיות האכילה שלי והנושא תפס אותי".