

היציאה השבועית

מפתח להצלחה בחיי הנישואין

יחזקאל אלישמע בוצ'קו

עריכה: אודיה בראון

ספריית עץ חיים

ניתן להשיג את הספר

בישיבת "היכל אליהו"

כוכב יעקב 90622

טלפון 026550500

פקס 029972115

hesder@gmail.com

www.toraisrael.com



כל הזכויות שמורות למחבר

תשע"ח – 2018

חל איסור לצלם מן החוברת למטרות מסחריות

מותר לצלם לצורך לימוד אישי

תוכן העניינים

5	יצירת תקשורת נכונה בין בני הזוג
7	התחדשות מתמדת
9	השקעת זמן - חוסכת זמן
11	השקעה בהתחדשות
13	הענקת ביטחון לילדינו
14	המשפחה – מפעל חיים
17	אז מה עושים בפגישה השבועית?

היציאה השבועית

בחיבור זה אשתדל להסביר את חשיבותה של היציאה השבועית ולהבהיר את תרומתה הרבה לחיי הנישואין.

מטרת החיבור לחזק את שלום הבית, מתוך אמונה שהמפתח לגאולת ישראל טמון בהשראת השכינה בבית הפרטי של כל משפחה – שמתוכו יתרחב השלום בעזרת ה' לבית הכללי של עם ישראל.

חשוב לי להדגיש, כשם שכתב רבי משה חיים לוצאטו בהקדמה לספרו "מסילת ישרים", שאינני מבקש לחדש חידושים אלא רק להזכיר לי ולאחרים דברים ידועים, שמחמת היותם כל כך ידועים ומפורסמים ההעלם מהם רב. לפעמים דווקא הדברים הפשוטים נזנחים ונעלמים מן הדעת, משום שהאדם אינו רואה בהם אתגר שיש לעמול בו.

יצירת תקשורת נכונה בין בני הזוג

אחד הגורמים המשמעותיים המביאים לקשיים בחיי הנישואין הוא תקשורת לקויה בין בני הזוג. הקב"ה ברא את האיש והאישה שונים בטבעם ובמהותם, כדי שישלימו זה את זה וכל אחד יאיר לרעהו זווית הסתכלות שונה. השוני בין בני הזוג טבעי ומבורך, אך כיוון שדרכי החשיבה שלהם כה שונות הם עלולים להגיע לעיתים קרובות לחוסר הבנה ולחוסר הסכמה. מה שנראה ברור לאחד מבני הזוג נשמע מופרך לבן הזוג השני וכן הלאה – ולכן נדרשת מהם סבלנות רבה, הקשבה הדדית ובעיקר נכונות לוותר.

רבי עקיבא דרש בגמרא: "איש ואישה זכו – שכינה ביניהם" (סוטה יז, א), ונראה לי לומר שדרך המלך שדרכה יכולים בני הזוג להשרות שכינה ביניהם היא דרך הוויתור ההדדי, שהרי כדי שהשכינה תוכל לשרות ביניהם הם חייבים לפנות לה מקום...

כשכל אחד צועד צעד אחד אחורה ומותיר מקום לרצונו של השני – זו השראת שכינה של ממש, והשראת שכינה בין בני הזוג מביאה להשראת שכינה במציאות כולה. כאשר אדם מוותר לזולתו הוא מעיד שיש בו משהו אלוקי, שהוא איננו רואה את עצמן במרכז אלא את הזולת, ואומרים בשם האר"י הקדוש שמצוות "ואהבת לרעך כמוך" יכולה להתקיים בצורתה השלמה ביותר בין איש לאישה. החיים הזוגיים סובבים את האדם בכל פרטי חייו, והוא נדרש לזכור בכל רגע ורגע שהוא איננו לבד ושיש עוד מישהו לצידו. הוא צריך להתחשב ולוותר, והוויתור דורש מאמץ.

המאמץ שבוויתור תובע מאיתנו כוחות נפש, אך מרוץ החיים היומיומי מקשה עלינו להגיע לפניית הנפשית הנדרשת לגיוס כוחות הנפש המתאימים. כאשר בני זוג יוצאים יחד פעם בשבוע למקום רגוע ומשוחחים בניחותא, הם מגלים לפתע שקל להם הרבה יותר להיות סבלניים וקשובים זה לרצונותיו ולתחושותיו של זה.

ה"מסילת ישרים" מסביר (בפרקי מידת הזהירות) שהיצר הרע אינו מתמקד בניסיונות להכשיל אותנו בעבירות אלא במאמץ לגרום לנו להיות עסוקים תמיד, כדי שלא יהיה לנו פנאי לעשות חשבון נפש. ברגע שהאדם עוצר מעט ומתבונן

בחיינו הוא מסוגל להבחין בנקודות שעליו לשפר, ובעצם המודעות נעוץ הצעד הבסיסי והחשוב ביותר בדרך לשינוי. פגישה שבועית היא דרך מצוינת לעצור לרגע את שטף היומיום ולהתבונן, לשים לב לבעיות שצצות ושעולות לצוץ, ומתוך ההתבוננות ייפתר חלק ניכר מהבעיות עוד לפני שיעלו על פני השטח.

לפגישות היזומות אחת לשבוע יש השפעה מכרעת על השבוע כולו, והדינמיקה החיובית שנוצרת בהן נשזרת בהדרגה בחיי היומיום. המפגשים מחזקים את האהבה ואת התקשורת הטובה בין בני הזוג, וכשבני הזוג פנויים זה לזה, בלי לחץ ובלי עייפות, הם מסוגלים להגיע ביתר קלות להבנה הדדית, לקבל החלטות שנובעות מרגשי אהבה וכבוד, ולהחיל את התחושות הטובות שהיו במפגש על החיים בכללותם.

התחדשות מתמדת

הקב"ה אומר לעם ישראל "וְאַרְשִׁתִּיךָ לִי לְעוֹלָם" (הושע ב, כא). מה ההבדל בין האירוסין לנישואין?

בתקופת האירוסין הולך ונבנה הקשר הנפשי. בני הזוג העתידיים משקיעים בהיכרות מעמיקה ומשתדלים לשמח זה את זה. בתקופה זו בני הזוג חיים עדיין איש איש בביתו ובסביבתו, והקשר ביניהם נבנה בעיקר מדיבור ומשיחות ממושכות. רק אחרי החתונה מתחיל הזוג לחיות יחד ולנהל חיים משותפים באמת.

יש הסוברים בטעות שלאחר החתונה, כשכבר חיים יחד בשלמות, אין עוד צורך להשקיע מאמץ יזום בפיתוח הקשר. הרי אנו רואים זה את זה כל הזמן ומדברים זה עם זה באופן טבעי, ומדוע לייחד לדיבור ביננו זמן מיוחד?

ואולם יש להבחין בין השיחות היומיומיות, החשובות בפני עצמן, לדיבור שמתהווה בפגישה יזומה. כדי לפתח קשר איכותי ולא רק טכני נדרשת השקעה.

לפני החתונה ברור לשני הצדדים שכדי לבנות קשר בר קיימא חייבים להיפגש ולהכיר זה את זה – אך אסור להיעצר שם. המשך העמקת הקשר גם אחרי החתונה הוא צורך גורלי. אם לא נשקיע בשיחות עומק במהלך החיים המשותפים תצטמצם התקשורת ביננו לחיי היומיום הסובבים סביב צורכי המשפחה ורווחת הילדים, וכשיעזבו הילדים את הקן נגלה עד כמה התרחקנו זה מזה.

הקשר דורש התחדשות מתמדת, וכדי ליצור את החידוש נדרשת השקעה של שיחה משמעותית לפחות פעם בשבוע במקום נעים ובזמן נינוח. בתקופת האירוסין הכול חדש, ובזה ייחודה. אנו מתפללים שבכל מהלך חיי הזוגיות נמשיך להתחדש, וכדי להתחדש ולהעמיק את הקשר ביננו עלינו לעצור את המרוץ ולצאת החוצה.

אחרי הפעולות נמשכים הלבבות

שאלה: מדוע צריך דווקא לצאת מהבית? אפשר לקבוע פגישה שבועית בבית, להשכיב את הילדים ולהירגע יחד על כוס קפה.

תשובה: כפי שלימדנו בעל ספר החינוך, "אחרי הפעולות נמשכים הלבבות". ברגע שאדם משנה את הנוף ואת האווירה הוא חש מאליו תחושה של חידוש. גם אכילה משותפת בטעמים החורגים מטעמי היומיום היא פעילות חשובה שעשויה להוסיף נופך ולקרב את הלבבות, אך אין בכך די. העזרים החיצוניים חשובים בהחלט ויש לתת להם מקום ולדעת להיעזר בהם, אך חשוב לזכור שההתחדשות היא קודם כול פנימית. להתחדשות הפנימית אין תחליף. איש ואישה נולדו שונים, וככל שחולפות השנים השוני הולך ומתחדד. אומנם יש שטוענים שעם השנים בני הזוג הופכים להיות דומים באופיים, אך לדעתי יש לדייק שאין מדובר בדמיון ממשי אלא ביכולת נרכשת להכיל, לקבל את השוני ולוותר זה לזה. ההכלה והקבלה מדגישות את הדומה שבתוך השוני.

השקעת זמן - חוסכת זמן

שאלה: פעם בשבוע זה הרבה יותר מדי! איך אפשר לפנות כל כך הרבה זמן בתוך עומס החיים, העבודה, הלימודים?

תשובה: חשוב מאוד לדעת שהמושג "אין לי זמן" איננו מדויק, הגדרתו תלויה בסדר העדיפויות שאנו בונים לעצמנו. הזמן קיים, השאלה היא במה אנו בוחרים להשקיע אותו. כשאני טוען שאין לי זמן לפעילות מסוימת משמע שאינני רואה בפעילות זו עילה מספקת להקדשת הזמן על חשבון דברים אחרים. ברגע שנבין את גודל חשיבותה של היציאה השבועית יהיה לנו ברור ששווה להקדיש לה את מיטב הזמן הדרוש לה,

ולא זו בלבד – נגלה שהשקעת הזמן הנקודתית חוסכת בסופו של דבר המון זמן בחיים!

לדוגמה, באופן טבעי ישנן מפעם לפעם אי הבנות בין בני זוג. בתוך עומסי היומיום עלולה אי הבנה קטנה לגדול ולצמוח, לגרום לתחושת מרמור מתמשכת ולגזול זמן רב בניסיונות לפתור את הבעיה באופן שטחי. ואולם, ניסיונות גישור שבאים מתוך לחץ ועצבנות בדרך כלל לא יביאו לפתרון אמיתי. פגישה שבועית שמוקדשת לדיבור מאפשרת לגשר על הפערים מתוך הקשבה והבנה ומתוך התכווננות לשורש המחלוקת, וחוסכת זמן ותסכול.

יתרה מזו, "בזבוז זמן" נובע בדרך כלל מחוסר תכנון. ברגע שאנו יודעים שיש לנו פגישה מתוכננת אנו יכולים לנתב אליה נושאי שיחה רבים שהיו גוזלים לנו זמן בתוך השגרה.

תחזוקה שוטפת

בתחומי חיים שונים ברור לכול שחוסר תחזוקה עלול להוביל לסבל רב. אינו דומה מי שמבקר אצל רופא השיניים באופן סדיר למי שמזניח את שיניו, ומי שמקפיד לטפל ברכבו בקביעות, לבדוק מים ושמן ולהעניק לו "טיפול 10,000" בזמן, כנראה שלא ייתקע באמצע הכביש בדיוק בדרך לחתונה... נוסף על כך כל בעל רכב מחויב על פי החוק לערוך 'טסט' לאוטו מדי שנה בשנה. פעם בשנה צריך להשקיע זמן וסבלנות כדי להכין את הרכב למבחן הרישוי – אך הזמן המושקע הזה חוסך בזבוז של המון זמן ועוגמת נפש שעלולים לצוץ בלא התחזוקה השנתית.

ואם ברכב חשובה התחזוקה, על אחת כמה וכמה בזוגיות. הפגישה השבועית כמוה כטיפול תחזוקה שוטף. אם לא מתחזקים את הזוגיות באופן שוטף עלולים להגיע למריבות שהיו נפתרות מראש בתחזוקה שוטפת, או שלא היו צצות כלל. בבית שמושתת על אהבה וכבוד ועל תקשורת נכונה המתחדשת ונבנית בכל שבוע מחדש, הזמן אינו מתבזבז על "כיבוי שריפות" ועל עיסוק בקטנות, בני הזוג רגועים ושמחים וממלא מצליחים לסיים משימות שמוטלות עליהם בִּיתר יעילות.

ההספק בחיים אינו מתבטא רק בכמות הדברים שאנו מספיקים בזמן נתון, אלא בעיקר באיכות. רוגע פנימי שווה המון זמן, ועל כן איכות חיים טובה חוסכת זמן רב, וככל שהאיכות עולה הולך הזמן ומשתבח. אדם לחוץ או ממורמר מנצל פחות את זמנו, כל שכן במצבי קיצון של עצבות ודיכאון שגורמים לאדם לחדול מעשייה. לסיכום, השקעת הזמן ביציאה שבועית תחסוך לכם זמן יקר!

השקעה בהתחדשות

שאלה: תשלום שבועי לבייביסיטר לצד הוצאות האכילה בחוץ עלולים להיות נטל כלכלי משמעותי...

תשובה: לכאורה אפשר גם 'להיפגש' בבית, בשעה שקטה ורגועה כשהילדים ישנים, אך יש תועלת רבה ביציאה למקום אחר, הרחק מערימת הכלים הממתינה בכיור ומהילדים שעלולים להתעורר. היציאה מהבית עוזרת לנפש להשתחרר מהצורך לסדר את הבית ולארגן כביסות, ומאפשרת להגיע

לשיח משמעותי ומשוחחרר. ואולם לא כל יציאה מחייבת הוצאה כספית. יציאה לבית קפה או למסעדה היא דבר נחמד בהחלט, אך ישנם בילויים אחרים שאינם עולים מאומה. אפשר לצאת להליכה משותפת, לשבת בגן המשחקים או למרגלות נוף משובב – בלי להוציא כל כסף על הבילוי.

ועם זאת, ההחלטה במה להשקיע את כספנו נובעת מסדר העדיפויות שאנו מציבים לעצמנו. אם נפנים ששלוש בבית פותר כל כך הרבה בעיות נבין שגם השקעה כלכלית בתחום זה משתלמת היא עד מאוד.

לכל אדם יש צורך בהתחדשות, בין לאנשים ובין לנשים. על פי ההלכה הבעל מחויב לשמח את אשתו בחג ולקנות לה בגד חדש או תכשיט יפה. אדם שאינו דואג להתחדש באופן יזום ומבוקר יפצה את עצמו פעמים רבות בקניית ממתקים או חפצים בלתי נצרכים.

ההתחדשות היא צורך נפשי. האדם בוחר להשקיע כסף בחידוש רכבו, בשדרוג הפלאפון, בקניית רהיט חדש לבית. ההתחדשות מסבה שמחה לאדם למרות מחירה.

כפי שהזכרנו קודם, אחד האפיקים שבו יש חשיבות גדולה להתחדשות הוא הקשר בין בני הזוג, שעובדים קשה בפרנסת הבית ובגידול הילדים. כדי שיהיו כוחות נפש לגידול המשפחה נדרשת התחדשות מתמדת. חשוב שהבסיס של כל המפעל הזה יהיה בשמחה ולכן תחזוקה נכונה, גם זו הכרוכה לעיתים בתשלום, עשויה לחסוך בסופו של חשבון הוצאות מיותרות.

הענקת ביטחון לילדינו

שאלה: האם היציאה מדי שבוע בשבוע לא תפגע בילדים?

תשובה: המתנה הגדולה ביותר שאנו יכולים להעניק לילדינו היא תחושת הביטחון שהם חיים בבית שיש בו שלום ואהבה והכלה הדדית. אין דבר שמערער את הביטחון העצמי של הילדים כמו מריבות בין ההורים. כתוב בתורה "וְהָיוּ לְבָשָׂר אֶחָד" (בראשית ב, כד). אחד הפירושים הוא שהילד שנולד מאחד את בני הזוג כיוון שהוא נוצר משניהם. הילד הוא תמצית של שני ההורים, וכשיש מריבה הוא מרגיש קרוע מבפנים. לפעמים הילד אפילו מרגיש אשם במריבה, כי הוא כביכול נושא בתפקיד הגורם המאחד. ולכן כשאבא ואימא יוצאים ומחזקים את הקשר ביניהם הם מעניקים לילד ביטחון נפשי. הם משרים בבית אווירה רגועה יותר ובריאה יותר, הילד סופג אווירה זו אל קרבו ומקבל ממנה כוחות להתמודד עם אתגרי החיים.

ילדים הם הפסיכולוגים הגדולים ביותר, והם קולטים הכול. כשבתנו הבכורה הייתה בכיתה א' היא ניגשה ערב אחד לאשתי ואמרה לה: "אני רוצה לתת לכם כסף מדמי החנוכה שלי כדי שתזמינו בייביסיטר ותצאו, כי תמיד כשאתם יוצאים אימא רגועה ושמחה מאוד למחרת..."

חשוב להעניק לילד תחושה שאבא ואימא מסתדרים גם בלעדיו, ושהקשר ביניהם אינו בנוי רק על גבו. ילדים שגדלים בבית שבו ההורים בונים זוגיות בריאה יחוו ביטחון בחממה הביתית גם כשיגדלו ויבנו את ביתם-הם, וישמחו לבוא ולבקר

בבית הוריהם מתוך שמחה וטבעיות, מתוך אהבה ושייכות, ולא מתוך תחושה שמא ההורים בודדים...

לסיכום, בית של שלום ואהבה הוא בית שנעים להיות בו, ועל כן היכולת שלנו להיפרד מהם לכמה שעות מפעם לפעם רק תתרום לביטחונם ולבניין אישיותם.

המשפחה – מפעל חיים

שאלה: מדוע יש צורך דווקא בפגישה מתוכננת, הרי אנו נפגשים כל הזמן, מדברים ומקבלים החלטות משותפות?

תשובה: בניית משפחה כמוה כבניית מפעל גדול – מפעל חיים. אחד השלבים החשובים ביותר בתפעול מיטבי של כל מפעל הוא תהליך קבלת ההחלטות. כל סחבת בתהליך זה אינה מאפשרת לדברים להתנהל בקצב הנכון, גם אם הזרוע הביצועית במפעל היא מהטובות ביותר. תהליך קבלת החלטות דורש שיקול דעת. החלטות המתקבלות ברגע האחרון, תחת לחץ ובלי תכנון מדוקדק מראש תהיינה בדרך כלל שגויות או בלתי מספקות. תכנון מראש של הדברים העומדים על הפרק מסייע להגיע להחלטות נכונות ולמנוע הרבה אי נעימויות, ומייעל עד מאוד את תפעולו של המפעל.

בכל מפעל המכבד את עצמו מתקיימת ישיבת צוות שבועית. אומנם קיים שיח מתמיד בין צוות העובדים ובינם לבין המנהל, אך ב"שיח פרוזדורים" זה לא מתקבלות החלטות. הישיבה השבועית מאפשרת "להרים את הראש" מעל למשימות היומיום השוטפות שעלולות להטביע את צוות המפעל, להציע

שיפורים בהתנהלות השגרתית ולהתבונן אל עבר מטרות ארוכות טווח. הצבת היעדים מחייבת את צוות המפעל להתחדש ולפעול באופן מבוקר. הישיבות מאפשרות להציב מראה מול היומיום, לבחון אם הכול מתנהל נכון ולהתחדש בהתאם לתובנות שעולות בהן. לצד היעילות הביצועית, הפגישות תורמות להווי החברתי ולתחושת השייכות של חברי הצוות, ותחושה זו מביאה את העובד לבצע את עבודתו ביתר שמחה ומרץ.

לאור כל האמור, על אף שהישיבה "גוזלת" כביכול שעות עבודה יקרות, ערכה להצלחת המפעל לא יסולא בפז.

כל משפחה היא מעין מפעל – שבראשו עומדים ההורים. קבלת החלטות היא משימה חשובה מאוד להצלחת המפעל המשפחתי, אך היא איננה פשוטה כל עיקר. לדוגמה, השאלה הפשוטה 'איפה נהיה בחג, בליל הסדר או בראש השנה' עלולה ליצור מתח רב ולהציב אתגר לא קטן. לחצים מופעלים מכיוונים שונים, כל אחד מבני הזוג מביע את רצונותיו, משפחות שני הצדדים מושכות כל אחת לכיוונה, וגם לילדים יש מה לומר בנושא... המתח גואה, הרגשות מתעצמים, ושום החלטה לא תרצה את כל הנוגעים בדבר... אז איך מחליטים?

אם שני המנהלים ישבו בפגישה השבועית, ישקלו את מכלול השיקולים ויקבלו החלטה משותפת ואיתנה, ייעלמו כל הלחצים שמסביב. כשכל המעורבים ידעו שמקבלי ההחלטות במפעל המשפחתי נחושים בדעתם ומאוחדים בהחלטתם – כולם יכבדו את ההחלטה ואיש כבר לא ינסה להתערב. ילדים שיודעים שבראש הבית עומדת הנהגה חזקה, שהעניינים

בשליטה ושהחלטות המתקבלות אינן משתנות מכל משב רוח – זוכים לחוסן נפשי ולחיים של רוגע וביטחון. מצבים של ספק ושל אי ודאות מערערים מאוד את הביטחון, אך כשבני המשפחה יודעים שאחת לשבוע מתקבלות החלטות מחושבות, ברוגע ובלי לחץ, הם יכולים להיות רגועים ושמחים.

בחיי היומיום אנו מקבלים החלטות רבות תחת לחץ, בלי שמתאפשר לנו להפעיל שיקול דעת מחושב. כולנו מכירים את תמונת הילד הדורש שאימו תקנה לו ממתק יקר בעת ביקורם במכולת. היא מנסה לדבר על ליבו, אך הוא מתחיל לצרוח ונשכב על הרצפה. פעמים רבות תיאלץ האם לקנות את הממתק, ובלבד שהילד יירגע – ואיתו יירגעו גם העוברים והשבים... זו דוגמה קטנה ושכיחה, אך כמוה יש רבות, ברמות חומרה שונות. לדוגמה, הילד מבקש לצאת לטיול וזקוק לאישורנו. אנו מרגישים צורך לברר לעומק את פרטי הטיול, אך הילד לוחץ, הוא כבר חייב לדעת... ייתכן שמתוך הלחץ ניתן את אישורנו, אך לא נהיה שלמים עימו כלל. הדאגה תמלא את ליבנו, וגם הילד יחוש שהאישור לא ניתן מתוך רוגע ושלמות. במערכת שבה מתקיימת פגישה שבועית קל יותר לומר לילד שאבא ואימא ישוחחו על כך ויגיעו להחלטות. אמירה כזו מעניקה לו תחושת ביטחון שיש בבית מנהלים ששוקלים את הדברים בכובד ראש ובחשיבה מושכלת, וזה עוזר לו לקבל את ההחלטה גם אם היא אינה תואמת את ציפיותיו.

לסיכום, עלינו לזכור שביתנו הוא המפעל הגדול של חיינו, ואם אנו חפצים בהצלחתו עלינו לפעול לקידום תקשורת רציפה בין מקבלי ההחלטות. כמו בכל מפעל, הפגישה השבועית עוזרת

לנו להרים את מבטנו מעל לשגרת היומיום השוחקת, לחשוב לאן אנו שואפים להגיע ומהו החזון של משפחתנו. התבוננות במטרת המפעל ובגודלו תמלא את ליבנו בסיפוק ותיטע בנו כוח ותעצומות.

אז מה עושים בפגישה השבועית?

שמעתי פעם שלפני כל עשיית חשבון נפש יש להקדים ולערוך "חשבון נפש חיובי" – להאיר בקרבנו את הנקודות החיוביות ולשמוח בהן. הארה של הנקודות החיוביות מעלה ומרוממת אותנו ומביאה להתקדמות רבה ולשיפור דרכינו.

כך גם בקשר הזוגי נפתח תמיד בדברי הערכה הדדיים. כל אדם זקוק לפרגון, על אחת כמה וכמה כשמדובר בקשר בין בני זוג. פגישה שבועית היא זמן מצוין לפרגונים הדדיים, ואחריהם אפשר להעלות גם את נקודות הקושי. חשוב להעלות כל קושי וכל טענה בנינוחות וברוגע ומתוך כבוד אמיתי ליושב מולנו. ביקורות הנאמרות בלי מחשבה עלולות לפגוע, ובמקום לבנות הן זורעות הרס. אם עומדת לאחד מכם ביקורת על קצה הלשון במהלך השבוע, שמרו אותה למפגש השבועי. הביקורת תעבור עיבוד ותיאמר בצורה שקולה ומכובדת, בלי כעס.

נסיים בכמה עצות מעשיות שיהפכו את היציאה השבועית לקלה יותר לביצוע, וכל זוג מוזמן לאמץ את העצות שמתאימות לו:

א. לבחור מועד קבוע שמסתדר היטב לשני בני הזוג.

- ב. לקבוע מראש עם שמרטפית קבועה במקום לחפש כל פעם מחדש.
- ג. לתכנן מראש לאן הולכים. ההתלבטות לאן לצאת עלולה לגזול זמן וכוחות נפש, וחבל.
- ד. יש שממליצים לצאת למקום קבוע, אחרים מעדיפים לגוון.

זיהי רצון שתשרה שכינה במעשה ידיכם!

מצווה להפיץ דברים אלו למען יזכו כל איש ואישה לשכינה ביניהם, ומתוך כך תשרה השכינה בעולם כולו.

לתגובות : יחזקאל אלישמע בוצ'קו

yehezkelbo@gmail.com