

# אהת שאלתי

למדתי נעניתי ונהנית

## מאמר כה – יצירת אוירה רגועה בשולחן שבת

בשבוע שעבר התחלנו לעסוק בכלים שיאפשרו ששולחן השבת יתנהל על מי מנוחות ובאווירה נעימה. השלב הראשון ביצירת אוירה רגועה ונעימה מתחיל בהשראת נעימות ואחדות סביב השולחן. דרכים רבות לעשות זאת, ואני אוהב לאמץ את הכלל: 'מה שלא פשוט, פשוט לא יהיה'. ומכאן שיש לבחור בפעולה שתהיה קלה לביצוע.

במאמרנו אני מבקש להציע מניסיוני עם בני משפחתי, את אחד האמצעים המועילים ביותר. שנים רבות רעייתי ואני הנהגנו הרגל, שבמהלך השבוע כל אחד מהילדים מכין פתק ובו הוא רושם מעשה יפה שראה אצל אחד מבני המשפחה, אחים / אחיות. את כל הפתקים מקפלים לפני כניסת השבת ומכניסים לקופסא יפה.

בתחילת הסעודה, לאחר חלוקת פרוסת 'המוציא' נהגנו, שכל אחד הוציא את הפתק שכתב והקריא את תוכנו. אפשר כמובן לגוון ולהרחיב את "טקס" קריאת הפתקים, ולשלב חלוקת ממתק, שיוסיף למעמד נופך של מתיקות. ניתן מידי פעם לשנות ולקבוע שכל אחד יוציא פתק שנכתב ע"י אחר, ועוד פעולות שיגרמו בכל פעם ענין מיוחד.

לקריאת המעשה החיובי יש כמה תמורות: א. פירגון – הילדים מתרגלים לפרגן זה לזה. ב. עין טובה – מכשיר את הילדים להביט בעין טובה וחיובית זה על זה. ג. והכי חשוב, מעשה זה יוצר אוירה טובה סביב שולחן שבת. אוירה שתלווה את הסעודה בתחושה נעימה של אהבה ואחדות בין האחים. אחרי שאח מפרגן לאחיו, מי רוצה לריב? אחרי מילים טובות ניתן לעורר מחלוקות?

**מניסיון, הנהגה זו תורמת רבות לשולחן שבת באווירה רגועה ונעימה.**

**הרב חגי ולוסקי**

נ.ב.

אם נהנתם, מוזמנים להעביר למכריכם, שיהנו גם הם.

מוזמנים להמליץ למכרים להצטרף למנויים הרבים שמקבלים בכל מוצא"ש כלים המסייעים להפוך את השבת לחוייה משפחתית מיוחדת, בקישור

<https://chat.whatsapp.com/FzKpbv5NCvK5aIFO9qJSBn>

לתגובות ושאלות – office@shaalti.co.il או וואטסאפ – 052-9453811