

בס"ד

המדריך השלם



למציאת בן זוג



בית הספר לזוגיות בהשראה יהודית

טלפון: 073-7256660 פקס: 153-

774140153

אימייל info@zoogischool.com

www.zoogischool.co.il



~ תוכן העניינים ~

עמ' 3	פתיחה
עמ' 5	חלק א': 7 הסיבות האמיתיות לכך שלא מצאת עד היום בן זוג
עמ' 23	חלק ב': 21 המחשבות שלא מאפשרות לפנויים ופנויות להצליח
עמ' 29	חלק ג': 4 הצעדים שבאפשרותך לעשות ממש עכשיו כדי לשנות את המצב
עמ' 38	סיום



~ פתיחה ~

שלום רב לכם,

שמי אוריאל וינברגר

אם הגעתם לכאן סימן שאתם רוצים לגלות את הסודות למציאת בן זוג
בשנה האחרונה הדרכתי מאות פנויים ופנויות באמצעות תכנים חינוכיים דרך
האינטרנט.

בין דפים אלו לא מעט סודות שיכולים לשנות את חייכם.

אני מאד אשמח שתפיקו ערך ממדריך זה. יש כאן תוכן רב,
ואם תקראו זאת בעיון ותשומת לב תוכלו להפיק מכאן המון.

חלקכם רוצים יותר ממה שתמצאו כאן, וזה בסדר גמור,

ובדיוק בשבילכם אני משיק בקרוב ערכת הדרכה שתלווה אתכם

צעד אחר צעד עד מציאת בן הזוג שלכם.

ממש בקרוב תקבלו את הפרטים על ערכת ההדרכה השלמה למציאת בן זוג.

זוהי ערכה שכוללת כ- 20 שעות הדרכה המגיעות אליך בדיסקים וביחד עם
חוברות

מתומללות וחוברות עבודה עם משימות פורצות דרך בחיך.

התכנים לקוחים מתוך התכנית "למצוא בן זוג תוך 90 יום - באחריות"

בה משתתפים בימים אלו כחמישים איש שעושים תהליך נהדר בעוצמתו,

ברוך ד' כבר מספר שבועות לאחר תחילת התכנית אנחנו זוכים לשמוע

בשורות נהדרות מהמשתתפים על תהליכים שמתרחשים בחייהם.



כדי לקבל את כל הפרטים על הערכה כל שעליך לעשות הוא לוודא שיש לנו את כתובת המייל שלך כדי שנוכל לעדכן אותך מיד עם השקת הערכה.

נשתמע בקרוב,

הרב אוריאל וצוות ביה"ס לזוגיות מבית "הגפן השראה יהודית".



~ פרק א' ~

7~ הסיבות האמיתיות לכך שלא מצאת עד היום בן זוג ~

בחלק זה אגלה לך 7 סיבות אמיתיות לכך שפנויים ופנויות לא מצליחים למצוא בן זוג.

1. [פחד מפני הזוגיות ואמונות מגבילות על בני המין השני](#)

הפחד עוצר, האמונות המגבילות עוצרות, זהו תהליך פנימי לא מודע שגורם לנו להגיב בחוסר עניין להצעות או למראה חיצוני.

2. [חוסר יוזמה ואי יצירת הזדמנויות נכונות](#)

ההשקעה במציאת בן זוג עשויה לכלול הגדלת כמות ההזדמנויות. זוהי פעולה שמביאה ברכה גם אופן גלוי וגם באופן סמוי. מה שאנחנו משקיעים בו אז גם הוא יוצר בתוכנו חשיבות וגם מביא תוצאות בעצם העשייה.

3. [חוסר אנרגיה בפגישות בגלל שחיקה](#)

האנרגיה שלכם בעת הפגישה צריכה להיות הכי גבוהה שיכולה להיות לכם. שווה להשקיע בכך הרבה מחשבה ומאמצים כיצד להגיע לפגישה באנרגיה גבוהה ביותר!

4. [שינוי סטאטוס – לא הכל אותו דבר](#)

מי שאין בו מוכנות לקראת המצב החדש, ולא ברור לו היופי שבו והשגשוג והצמיחה האמיתיים שהזוגיות מאפשרת- לא יצליח לאפשר לעצמו להתחתן.



5. תחושת ערך עצמי

מי שיש לו דימוי עצמי נמוך מכשיל בלא מכוון את הצלחת הזוגיות שלו. אף אחד לא רוצה להתחתן עם מישהו שהוא יצטרך להיות המטפל/ת שלו.

6. ייאוש

מי שמיואש הוא עוצר את ההזדמנות ולא מאפשר לה להגיע אליו. הוא ניסה וניסה והפסיק באמת לנסות.

7. יותר מדי דברים חשובים מהאהבה עצמה

מי שמחפש בן זוג לחיות איתו בלי הרבה פוזות של כבוד, כסף, תכנות לעתיד וכו' פותח את עצמו.



1. פחד מפני הזוגיות ואמונות מגבילות על בני המין השני

הפחד הוא מנגנון שנברא בנו כדי להגן עלינו מפני דברים מסוכנים. פעמים רבות מדובר על דברים שאנחנו לא חווים אותם ואיננו מכירים, שהרי את מה שאנחנו מכירים כבר אין לנו מה לפחד.

אנחנו לומדים לפחד מדברים מסוימים שאנחנו מכירים בגלל סיבות מסוימות, ובעיקר מההשפעה של הסביבה.

יש דברים מסוכנים שאכן טוב לפחד מהם כדי להיזהר מפניהם, מאידך יש דברים רבים שאינם מסוכנים אבל הם מפחידים. כלומר נדמה לנו שעשוי להיות לנו מאד לא טוב אם נעשה מעשים מסוימים או אם יתרחשו אירועים מסוימים בחיינו.

האמת היא שמנגנון זה של פחדים עוצר אותנו הרבה פעמים לפני החלטות גורליות, לפני הזדמנויות חדשות, לפני שינויים וצעדים משמעותיים קדימה בחיינו.

הסיבה לכך היא שכל דבר שאינו מוכר למוח שלנו- הוא מגן עלינו מפניו. הדבר החשוב ביותר בהקשר לפחדים הוא לא לתת להם לנהל לנו את החיים. כלומר אנחנו לא רוצים לתת לעצמנו להחליט החלטות משמעותיות בגלל פחד.

אנחנו עלולים להפסיד הזדמנויות רבות להתקדמות בחיים רק בגלל שמנגנון הפחד ינסה למנוע אותנו מהם.



הזוגיות היא צורת חיים חדשה שאיננה מוכרת לנו לפני שהיא ממש הופכת להיות חלק מחיינו. וכל עוד לא חווינו חיים קרובים לבן הזוג שלנו לעולם לא נוכל לדעת מה באמת הולך להתרחש כאשר זה יקרה.

הפחד הוא חלק ממעשיו של כוח הדמיון שנברא בנו. הדמיון עושה עבורנו שירות מעניין. הוא יוצר בעיני רוחנו ללא מודע את העתיד בצורה ורודה ונעימה כדי שיהיה לנו חשק להתקדם לשם, לעיתים נוכל להבחין בכך בחלומות שנחלום בלילה.

מאידך הדמיון גם צובע עבורנו את העתיד בצבעים "שחורים" כדי שניזהר מפני דברים שצריך להיזהר מפניהם ולא נפעל בדעת זחוחה וחסרת מחשבה. הפחד מפני התרחשות לא ידועה הוא שעוצר אותנו, פעמים רבות זהו תהליך פנימי ולא מודע.

בתלמוד מסופר על שני רבנים שהלכו ברחוב והאחד אמר לחברו שהוא מפחד, וחברו ענה שזהו חטא לפחד כמו שכתוב "פחדו בציון חטאים". מיד ענה החבר והזכיר את דברי הכתוב "אשרי אדם מפחד תמיד" וחברו ענה שפסוק זה מדובר על דברי תורה שבהם יש צורך לפתח גישה אחרת משאר תחומי החיים שבהם אין מקום כלל לפחד.

במהלך עבודתי ראיתי שאנשים שונים בוחרים דרכי התמודדות שונות עם פחדים שלהם. כל אחד מהמשתתפים בפעילויות מוצא את הדרך שמתאימה לו מבין מגוון דרכי התמודדות שעומדות לרשותו. לדוגמה: פעולות בצעדים קטנים, שינוי תמונת העתיד, שאלות רוח והפסד ועוד. כל דרך שנבחרת היא טובה, אם היא מאפשרת פעולה רגועה, עניינית ומקדמת.



אמונות שליליות על בני המין השני

"גברים הם רק רוצים דבר אחד", "נשים היום פוסלות על כל דבר קטן", וכו' סיבה דומה לחד היא המחשבה הלא מודעת שיש בתוכם כלפי בני המין השני.

מכל מיני סיבות סיגלתם לעצמכם מחשבה שלילית על גברים. לעתים תופעה זו נגרמת בגלל אכזבות שלכם מהיענות של גברים או נשים אליכם, לעיתים יש סיבות קדומות יותר בגלל התנהגות מורכבת של אחד מקרובי המשפחה שלכם אליכם בשלב כזה או אחר במהלך ההתפתחות שלכם- ויש סיבות רבות לכך.

אך השורה התחתונה היא שמהו בבני המין השני מרתיע אתכם, ומעורר בכם תחושה לא נעימה ואולי אפילו סלידה. כמובן, יחס שכזה איננו מאפשר לכם לרצות באמת להתחתן עם מישהו ששייך לבני המין השני.



2. חוסר יוזמה ואי יצירת הזדמנויות נכונות

יש פנויים ופנויות רבים שיושבים בבית ומחכים שמישהו יכיר להם את ה"אביר על הסוס הלבן". משום מה היוזמה בתחום זה זוכה ליחס נלעג ולא מעורר כבוד.

בתחום חיפוש עבודה- ההתייחסות היא אחרת. משלוח קורות חיים (אפילו מאות...) , לעשות טלפונים, לעבור ממקום למקום ולחפש עבודה זה דבר מכובד וראוי להערכה. משום מה בתחום מציאת בן זוג צריך לחכות בבית עד שיבוא לציון גואל...

יש כאלה שנוטים לצטט כל מיני מקורות שמצדיקים את ההתנהלות הזו, שכביכול יש בה אמונה ש "הכול משמיים, וכזה צריך לבוא זה יבוא..."

כמובן, אני האחרון שחולק על כך שהקדוש ברוך הוא מנהיג את העולם, אך ההמתנה לכך שהוא ישלח משמיים את בן הזוג המיועד – היא לא התנהגות שמעידה בהכרח על הבנה מעמיקה של השגחת ד' בעולם.

זה דומה לבדיחה המפורסמת על אותו יהודי שמתפלל בדמעות שלישי לקב"ה על רצונו לזכות בהגרלה של מפעל הפיס.

אחרי שנים של בכיות ותחנונים, מספרת הבדיחה שראו המלאכים את צערו של האיש והחליטו לבקש בעצמם מהקב"ה שירחם על האיש וייתן לו לזכות בפיס.

לאחר שביקשו המלאכים מד' ענה להם, כבר לפני שנים גלה בליבי ההחלטה לתת לו לזכות, הבעיה שהוא מעולם אפילו לא מילא כרטיס אחד...



ובכן, בדיחה זו מעוררת חיוך, אך כל כך הרבה פעמים אנחנו מתפללים וסומכים על ד' במקום לפעול פעולה קטנה ופשוטה שתאפשר לשפע מאת ד' לזרום אלינו.

שתי רמות לתועלת של פעולה אקטיבית בנושא לעומת פסיביות

פעולה של השתדלות מעשית למציאת בן זוג משפיע עלינו בשני רבדים. האחד הוא התועלת הגלויה בכך שאנחנו עושים משהו שיש לו תוצאה מסוימת.

מעבר לכך, השקעה ומאמץ לכיוון מסוים בחיים שלנו מבהיר לנו בתוכנו באופן עמוק עד כמה תחום זה חשוב לנו, באופן שלא ניתן להבהרה עמוקה יותר בדרכים מילוליות בלבד.

לדוגמה: אם אנחנו רוצים להגדיל את מעגל ההזדמנויות שלנו, אך לא פונים לעזרה (לחברים, מכרים ואנשים מקצוע) בגלל החשש להיראות באור לא טוב בעיניהם, אנחנו מפסידים שני דברים. האחד הפסד גלוי ומיידי, שאותו אדם שהיינו יכולים להיעזר בו, לא מודע לכך, ולכן לא עוזר.

הדבר השני הוא שיש כאן אמירה פנימית בלתי מודעת "אני רוצה למצוא בן זוג, אבל לא בכל מחיר!" זוהי אמירה שעוצרת אותנו מהשגת היעד. ההתלהבות ממציאת בן זוג אמורה לעורר בנו נכונות לשלם מחיר רב כדי לזכות לכך, גם אם לא נעים או לא נוח, ונדמה לנו שאנחנו נראים באור שלא היינו רוצים להיראות בו.

אמנם לא לכל אחד יש מעגל מכרים קרוב שהוא גדול, ולכן לעיתים כדאי להרחיב את המעגל ולפנות לאנשים שיש להם חשיפה לקהל רחב שבו יהיו יותר הזדמנויות.



ההימנעות מפנייה לעזרה היא נובעת לעיתים בגלל שיקול כספי של חיסכון.
כמובן כל אחד צריך לעשות את החשבון הכספי שלו אך יש לזכור שאין
הרבה תועלת בחסכון כספי אין משפחה וילדים כדי לתת להם אותו...



3. חוסר אנרגיה בפגישות בגלל שחיקה

אנשים טובים מציעים לכם חברים ומכרים שלהם.
לעיתים נשמע לכם שיש כאן הזדמנות ולעיתים לא.
בגלל שלא נעים לכם, אתם מגיעים לפגישה – נכון?

גם בגלל שאינכם רוצים לומר לעצמכם על עצמכם שאתם אלה שבוררים
ומונעים מעצמכם למצוא בן זוג?

הקרובים שאהבים אתכם משכנעים אתכם להיפגש גם כשנדמה לכם שלא
יציא מזה כלום בגלל ש"מי יודע מאיפה תצמח הישועה?"

אתם מתרגלים לבוא עם ציפיות נמוכות מהפגישה – והתוצאה היא אכן לא
מפתיעה...

לא ניכנס כעת לשאלה מתי להגיד "כן" או "לא", (שאלה חשובה כשלעצמה)
אלא אחרי שהחלטתם להגיד "כן!" עליכם לוודא שאתם באים מלאים
באנרגיה לפגישה.

קבעו אותה בשעות שמתאימות לכם, ולא אחרי יום עבודה או לימודים
כשאתם גמורים!

קבעו אותה במקום שאתם אוהבים ולא במקומות שמזכירים לכם כל מיני
חוויית שהייתם מעדיפים לשכוח...

חשבו על כל דבר שעשוי להגביר את רמת האנרגיה שלכם בעת הפגישה.

כל האנשים הנחמדים שאומרים לכם "לתת צ'אנס" כנראה מתכוונים שתעשו
גם בתוכם את העבודה הזו של לתת צ'אנס לעצמכם ולבן הזוג שלכם
ותשאלו את עצמכם "כיצד אוכל לגרום לפגישה הזו להצליח? על מה
מהדברים יש לי אפשרות להשפיע?"



כאשר אני שואל בנים ובנות לקראת פגישות את השאלה הזו- תמיד עולים דברים שהם לא חשבו עליהם קודם לכן, ולאחר שעולה השאלה מתחילים להיזכר בהם.

יש כאן דבר חשוב, אם אתם באים לפגישה ואומרים לעצמכם שיש רק 10% שהיא תצליח- אתם מראש מכינים את התוצאה הזו.

מסיבות שונות, אתם באים שוב ושוב לפגישות עם מחשבה שיש להם רק סיכויי הצלחה נמוכים, במקום לעשות הכל כדי להיפגש אך ורק כשיש סיכויי הצלחה גבוהים.

התוצאה הישירה של התנהלות לא אפקטיבית זו היא "פול גז בניוטרל" אתם שוחקים את "המנוע" שלכם, משקיעים הרבה מאד אנרגיה ולא מתקדמים לאף מקום, דבר ששוחק אתכם ועשוי למנוע מכם ליהנות מפגישות גם כשיש בהם הזדמנות אמיתית.

לסיכום:

האנרגיה שלכם בעת הפגישה צריכה להיות הכי גבוהה שיכולה להיות לכם. שווה להשקיע בכך הרבה מחשבה ומאמצים כיצד להגיע לפגישה באנרגיה גבוהה ביותר!



4. שינוי סטטוס – לא הכל אותו דבר

שינוי סטטוס מ"פנוי" ל"עסוק", מה ההיפך של המילה "פנוי"?

רגילים לחשוב שההיפך הוא "נשוי" אבל ההיפך הוא "עסוק"!

חלק מהמצב הקיים של פנויים ופנויות מאפשר להם זמן פנוי. אדם בעל משפחה משקיע את זמנו ומרצו בטיפול בילדיו ובביתו וכל מה שכרוך בכך.

נדמה שדווקא זמנו של הפנוי/ה בידו. הולך לאן שהוא רוצה מתי שהוא רוצה ועם מי שהוא רוצה.

מצב זה מוביל לעיסוקים שונים עם תשומת לב רבה מאשר אצל זוגות נשואים. תחביבים, עזרה לזולת, לימודים, התפתחות אישית, השקעה נוספת בעבודה או במשפחה או בחברים. לאחר תקופה ממושכת של הרגל זה, כמו כל דבר נוצר קיבעון מסוים של הנפש על צורת החיים הזאת. יש שרואים בה חופש אישי והזדמנות לצמיחה.

מה שנגרם הוא קושי גדול לחשוב על צורת החיים אחרת, ובאופן לא מודע יש רצון להישאר בצורת החיים הקיימת שנוצרה. נדמה במבט הרגיל שבצורת החיים הזו יש מרחב אישי וחופש להתפתח ולהתקדם. המחשבה הלא מודעת הזו היא כמובן לא מעודדת להתחתן...

מציאת בן זוג והחתונה שלאחריה עשויה לשנות הרגלים רבים בחיים שלך. מקום מגורים, מקום עבודה, זמן לתחביבים, מצב כלכלי, ועוד.



אחרי שנים של הרגל – אין זה מובן מאליו להסכים לעזוב את הכל ולעשות
"לך לך מארצך וממולדתך". לא כל אחד הוא אברהם אבינו. גם אברהם
אבינו קיבל שכר רב על נכונותו לעזוב הכל וללכת אחרי ד'.

הקושי לעזוב את הקרקע היציבה שיש לך כיום הוא אחד הדברים שבאופן
מודע או לא מודע עוצרים אותך ממציאת בן זוג.



5. תחושת ערך עצמי

מי שיש לו תחושת ערך נמוכה הוא בדרך כלל מתקשה מאד למצוא בן זוג.
יש לכך מספר סיבות
האחת היא שיש לו תחושה של הולכת שולל כלפי בן הזוג שלו.

באופן לא מודע עוברת בתוך אדם בעל דימוי עצמי המחשבה הבאה
"אם אתה תתחתן איתי אתה נתקעת לכל החיים עם אדם חסר ערך וחסר
חשיבות שכמותי, ממש לא כדאי לך, אני יודע כי אני מכיר את עצמי
היטב!!!"

מחשבה זו מונעת כל אפשרות של קשר להיווצר.

לעיתים נדמה שיש בכך תחושה של "צדיקות" מדומה ושל ענווה וצניעות,
אך לאחר שמעמיקים בכך, אפשר להבחין שמדובר על חולשה של חוסר
הכרת הערך העצמי, שהיא נובעת מסיבות שונות של השפעה סביבתית,
ביקורתיות יתר, רגשות אשם, פרפקציוניזם, וכו'.

אדם בעל תחושת ערך ודימוי עצמי כפי שראוי הוא מגיע לפגישות
בתחושת ביטחון. יודע בוודאות שהקשר שהוא עכשיו מקים הולך להביא
ברכה רבה גם לעצמו, גם לבן הזוג שלו וגם לכל עם ישראל.

כאשר הוא חדור בתחושה שכזו- הוא יכול להעניק בחופשיות מתוך עולמו
אל הסובבים אותו בכל ואל בן הזוג שלו בפרט.
יש בו אנרגיה גבוהה, והוא יוצר אווירה חיובית ומעודדת בסביבתו, מה
שמזמין את בן הזוג שלו לרצות להמשיך את הקשר איתו.



חוסר הכרת הערך העצמי מוביל פעמים רבות לבעיות נוספות.
מי שמרגיש חוסר ערך ולא שווה, אומר לעצמו שברור שבן הזוג לא ירצה אותו, שהרי מי ירצה חסר ערך שכמותו.
הא רואה בעיני רוחו כבר מראש את הדחייה שהוא הולך לקבל מבן הזוג.
הדמיון כבר מתחיל לתכנן את רגע הדחייה, ולצבוע לו בצבעים עזים את התחושות שילוו אותו אז.
דמיון זה גורם לחוסר יוזמה מראש, כי "מדוע ארצה ליזום קשר אם אני יודע שבסופו של דבר אקבל דחייה?", "עדיף לחתוך כבר עכשיו וזהו!"
וכמובן מי שלא יוזם- מונע מעצמו אחוז גבוה של סיכויי הצלחה.

בנוסף לכך, חוסר הכרת הערך העצמי גורם לתלות יתר בהסכמה של בן הזוג ליצירת הקשר.

כי מי שיש לו תחושת ערך גבוהה, אינו זקוק לאישור מהסביבה על כך שהוא טוב ושווה. אבל, מי שמחכה ל"אישור מהסביבה" על כך שהוא טוב ושווה, עלול להיפגע מאד כאשר הוא נתקל בתשובה "לא". הוא עשוי לקחת אותה באופן אישי ולחשוב שהוא לא טוב, לא ראוי, ולאבד הרבה מכוחו.



6. ייאוש

שאלה שעשויה להישמע מובנת מאליה:
מי יצליח יותר בחיים, מי שהוא חסר כל סיכוי אבל מנסה שוב ושוב, או מי
שהפסיק לנסות?
ובכן מפתיע לגלות, שכל אדם שהוא מנסה יש לו הרבה יותר סיכוי להצליח
ממי שלא מנסה.
כי אם לא תנסה איך תצליח
יש השפעה רבה לאמונה של האדם בהצלחה.

אחת ההנהגות החשובות שאנחנו נשאלים עליה ביום הדין היא האם
"ציפית לישועה?"
נכון אמנם שמדובר שם על ישועת עם ישראל כולו, אבל גם על צרות
אישיות יש בכך תועלת רבה.

הייאוש הוא משפיע באופן מיידי על האנרגיה שאיתה פנויים ופנויות באים
לפגישה.

פנויים ופנויות הם בדרך כלל עייפים לאחר כל כך הרבה ניסיונות, ולא
מצליחים ליצור בתוכם הרבה אופטימיות לפני פגישה. כאשר באים
בהתלהבות חלקית מאד, הסיכוי שמשהו יתרחש הוא נמוך מאד וכמעט לא
קיים.

כאשר אדם בא לפגישה, ויוצר תחושה שהוא "עושה טובה" – זה לא ממש
גורם לרצות להמשיך איתו את הקשר לפסים רציניים.



וכך זה יוצר איזשהו גלגל אינסופי של פגישות שוב ושוב, שרק מוכיחות את האמירה שהיתה מראש ש"אין סיכוי"...

העבר הוא באופן לא מודע משכנע אותנו שגם העתיד יהיה כמותו, כי אם אדם היום ניסיתי ולא הצלחתי, למה שפתאום משהו ישתנה?



7. יותר מדי דברים חשובים מהאהבה עצמה

האהבה – ערך ראשון במעלה!!!

האם חשוב לך למצוא בן זוג? מדוע?

האם חשוב לך להתחתן? מדוע?

מה לא טוב לך להיות לבד?

יש כאלה שעונים על השאלה הזו שהם רוצים להיות חלק, לאהוב ולהיות נאהב, לתת ולקבל אהבה והערכה, לפרגן, לתמוך, לחלוק את חייהם עם מישהו.

אלה תשובות טובות וחיוניות שמלמדות על אדם שיש בו פתיחות למצוא בן זוג.

לעומת זאת, על שאלות אלו יש המשיבים "אני רוצה להתחתן כי יש מצוה כזו", "אני רוצה להתחתן כי כל החברים שלי התחתנו", "כי כבר מיציתי את השלב של המגורים עם ההורים" אלו אמירות שמגלות על כך שהאהבה איננה בראש מעייניו של מי שעונה זאת.

לפעמים בני זוג מחפשים דברים אחרים מלבד אהבה. מישהו שיפרנס אותם, מישהו שידאג להם למעמד חברתי כזה או אחר, מישהו שיחנך את ילדיהם, או מישהו שיהיה סמל כזה או אחר עבור ילדיהם בעתיד.

ערכים אלו לא תמיד מלמדים על הבנה מעמיקה של האושר, היופי והעוצמה שהם יזכו לה בתוך חיי משפחה בריאים.



כאשר יש מישהו לאהוב אותו ולקבל ממנו אהבה.

מערכת יחסים בריאה היא כוללת מילוי צרכים רגשיים האחד של השני. נוסחת ההצלחה בזוגיות על רגל אחת היא לתת ולקבל את הצרכים הרגשיים העמוקים.

כמובן זה כולל לדעת מהם הצרכים של בן הזוג שלך, ולדעת להעניק לו אותם, לדעת מהם הצרכים שלך, לדעת לבקש מהשני שימלא את צרכיך, ולדעת להתמודד עם מצבים שלא מתאפשר לו מסיבות שונות.

כאשר האהבה היא ערך ראשון במעלה, נפתחות הרבה אפשרויות.

פנויים פנויות רבים אינם ערים לכך, ובגלל שיש להם תארים שונים, ורמת השכלה, ורמת דרישות מעצמם, הם סבורים לדוגמה שאם יש לי תואר שני בהנדסה אלקטרו מגנטית, אני בחיים לא יכולה להיות מאושרת עם מישהו שלא סיים תיכון.

חיפוש יתר של דברים נוספים מלבד האהבה ומערכת יחסים תקינה- הוא גורם לעיתים לפסילה מראש של הזדמנויות בגלל מעמד חברתי, רמת חיים כלכלית, וכדומה.



~ פרק ב' ~

~ 21 המחשבות שלא מאפשרות לפנויים ופנויות להצליח ~

1. "אם היא תדע מי אני באמת היא לא תרצה אותי"

תחושת ערך עצמי נמוכה גורם לחלק מהרווקים לחשוב שעליהם להיות מישהו אחר כדי להצליח למצוא בן זוג. כי אם יידעו מי הם באמת עם כל החסרונות והתכונות הלא מושלמות- הם לא יהיו רצויים, אז עדיף להתחפש למישהו אחר.

2. "אין בעולם מישהו שמתאים לי"

לאחר מספר רב של ניסיונות, מתקבלת החוויה שאין מישהו בעולם שמתאים, כי יש לי אוצר תכונות שמורכב מיתרונות וחסרונות, ואין אף אחד שהוא מצד אחד מצליח להתמודד עם החסרונות שלי, ויחד עם זאת מעניק לי מהיתרונות שלו, זה פשוט לא קיים, אז יתכן שכבר חבל להשקיע אנרגיה בחיפוש...

3. "כל הגברים רק רוצים דבר אחד"

מחשבות שליליות על גברים, גורמות לנשים להיות חשדניות, הססניות, ולא ממש בגישה חיובית שמאפשרת צמיחה ושגשוג לקשר ביניהם. למחשבות אלו יש סגולה לא ברורה להיות מציאות קיימת למי שחושב אותם, ועבור מי שלא חושב אותם הוא פשוט לא ראה זאת מעולם.

4. "בנות פוסלות בקלות"

בדומה לסעיף הקודם, גברים שיש להם חשש גדול מפני דחייה של בנות הם מתיחסים לנשים בצורה הססנית ולא מעוררת ביטחון ותחושת חוזק. הם מראש מהססים לבוא לפגישות, לא יוזמים ולא מעודדים את הקשר



להתפתח מחשש שהם לבסוף "יפסלו". הדבר המצער הוא שבגלל חוסר היוזמה שלהם בסופו של דבר- הם אכן "נפסלים" שוב ושוב.

5. "יש לי חסרון קריטי, אני מובטל/נכה/מבוגר/עיוור/חולה"

גם אם ניחנת בחסרון מסוים, לא קצרה ידו של הקדוש ברוך הוא לסייע לך. שאל את עצמך האם יש מישהו בעולם שמתמודד עם אתגר שכזה והצליח למצוא בן זוג ולהתחתן? אז כל שעליך לעשות הוא לשאול את עצמך (או את אותו אדם) מה הוא עשה כדי להצליח, ולבצע את אותם דברים. כל השלבים שהוא עשה, יש לך גם אפשרות לעשות, הפעולות, המחשבות, הלכי הרוח, ההרגשות, ההתמודדויות עם האתגרים.

6. "צריך להתפשר כדי למצוא בן זוג"

המילה להתפשר היא משדרת אנרגיה שלילית שאיננה מאפשרת לבוא בגישה הנכונה. אני אומר שהגישה הנכונה היא להבין כיצד העולם בנוי. וזה עיקרון שנכון לגבי כל גיל. לכל יתרון יש חסרונות. בחור שיש לו אופי משפחתי- יהיה קשור לאחים שלו ואת עלולה להרגיש שהוא לא מספיק נמצא איתך, ומישהו לא "משפחתי" - את עלולה לחשוש שהוא לא ישתלב היטב במשפחה שלך.

7. "זוגיות עוצרת את הצמיחה שלי"

המחשבה של זוגיות כמקור של עצירת הצמיחה האישית היא הדבר שמונע באופן מודע ולא מודע את הרצון להכיר בן זוג. בין אם מדובר בהתפתחות של קריירה או של לימודים, או כל דבר אחר, ההתייצבות של בן הזוג לצידך עשויה לסייע לך רבות, והיא צורת החיים הרצויה כדי שיהיה בך החוסן לעבור את תהליך הצמיחה הרצוי לך.



8. "אני לא באמת יכול להיות בעל משפחה"

מי שלא יודע במה כרוכה הקמת משפחה עשוי לפתח חששות שונים מפני זה. הדבר היפה הוא שהמשפחה הולכת ומתפתחת. בהתחלה אתם רק נפגשים, לאחר מכן אתם מחליטים להתארס, לאחר מכן להתחתן, לאחר מכן נולד ילד ראשון, ורק אחרי מספר שנים אפשר לקרוא לך "בעל משפחה". כששמים לב לקצב האיטי של התפתחות התהליך. כך- קל יותר לחשוב עליו...

9. "זוגיות היא מחויבות"

בעולם המודרני יש בנים רבים שיש להם הכרויות עם בנות רבות, ובנות רבות שיש להם הכרויות עם בנים רבים. קשר לא מחייב הוא לפעמים חוויה רגשית מאד נעימה. הזוגיות מצריכה לכאורה התחייבות לבחור מישהו אחד ולא מאפשרת חופש ולכן מאד קשה להכנס למחויבות שכזו.

10. "יש אנשים שלא נועדו לחיות בזוג"

המשפט העממי "לכל סיר יש מכסה" הוא מעורר אופטימיות זהירה. יש החושבים שהכלל הזה נכון רק לגבי סירים ולא לגבי בני אדם. בגלל שיש להם אופי מסוים, תכונות מסוימות, הרגלים מסוימים, הלכי רוח וכו'- נדמה להם שאולי הם לא נועדו לחיות בזוג.

11. "אני רוצה את בן הזוג המושלם"

רבים וטובים כבר דיברו על כל האנשים שאינם מושלמים שמשום מה מחפשים מישהו מושלם. לא ברור כיצד יתנהלו החיים כאשר יהיה בבית מישהו כל כך מושלם, אולי הוא פשוט יגרום לכם לגלות שהוא מתאים לכם כל כך דווקא בגלל שהוא לא מושלם...



12. "לא כדאי להתעסק עם חששות ופחדים וחיטוטים"

מי שמצליח לפעול ללא פחד גם אם יש לו פחד או חשש, באמת יתכן שעדיף שלא יתעסק בכך. יחד עם זאת, אנחנו כבני אדם באופן אוטומטי פועלים מתוך פחדים וחששות, וכאשר מודעים לכך ופועלים להתמודד עם הפחדים בצורה אחרת- מקבלים תוצאות אחרות.

13. "אני בסדר גמור ואין לי מה ללמוד מאף אחד"

ההגדרה של חוסר שפיות לפי אינשטיין היא לעשות שוב ושוב את אותו דבר ולצפות לתוצאה אחרת. אם עד היום עשית משהו בצורה מסוימת ולא הצלחת, שווה לך לבדוק דרכים חדשות, רעיונות חדשים שיאפשרו לך לעשות דברים אחרים ולקבל תוצאות שישביעו את רצונך בעזרת ד'.

14. "עלי ללמד את בן הזוג שלי בפגישות את הגישה הנכונה לחיים"

מורים ומדריכים לא ממש חסרים לאנשים בימינו. פגישות שמצריכות מבן הזוג שלך השקעת אנרגיה רבה להקשיב לתיאוריות פורצות דרך שיש לך על העולם- בדרך כלל לא ייגמרו בחתונה.

15. "כל חיסרון קטן שמתגלה בפגישה עשוי לגדול בחיים בעתיד"

"הנחת העבודה" השגויה שאם גילית חסרון אצל בן הזוג שלך הוא עשוי להיות חסרון נוראי בהמשך החיים- זוהי התעלמות מהשינוי הדרמטי שהולך לקרות בחייכם לאחר החתונה. באופן הכי פשוט לגור באותו חדר בקרבה גדולה ולחזור לאותו בית, ולהסתדר יחד עם אותו חשבון בנק- אלה שלושה דברים קטנים שמשפיעים רבות על חייכם, אל תלמדו מעכשיו אל העתיד. תנו לעצמכם ליהנות עכשיו מהפגישה.



16. "פספסתי את המתאימה"

כן, היה לך קשר נהדר עם מישהי, ולבסוף לא הצלחתם להחליט לחיות יחד עד 120 מסיבות שונות. עכשיו יש לך אפשרות להיזכר שוב ושוב באותה בחורה, ולהגיד לעצמך שזה ממש היה קרוב, ולהשקיע שם הרבה מאד אנרגיה. ויש לך אפשרות להחליט שבכוחך להחליף את התמונות מהעבר בתמונות שמקדמות אותך אל העתיד הרצוי.

17. "בני זוג מתאימים אמורים להסכים זה עם זה בכל דבר"

הויכוח הראשון שפורץ ביניכם במהלך אחת הפגישות עשוי לסיים את הקשר ביניכם, כי נדמה לכם שאם הייתם באמת מתאימים אז ברור שלא הייתם אמורים להתווכח. אם יש חוסר הסכמה- זה מפחיד אתכם לגבי העתיד שיהיו הרבה פעמים ביניכם חוסר הסכמה ויהיו לכם חיים מאד קשים...

18. "עלי למצוא את הנפש התאומה שלי"

מחשבות מאד רומנטיות וגרנדיוזיות על בן הזוג שלכם, לעיתים הם תלושות מהמציאות. הרי לא באמת אפשר לדעת שמצאתם את הנפש התאומה שלכם... ואתם תמיד תשאלו את עצמכם, "אולי יש יותר טוב?" זוהי שאיפה שלא ניתן לממש אותה כמעט אף פעם. אתם רוצים ליצור בתוכם שאיפה פשוטה למצוא "מישהו שיהיה כיף לחיות איתו", "מישהו לאהוב ולקבל אהבה", "מישהו להקים איתו משפחה". דיבורים פשוטים וניתנים ליישום.

19. "ההשפעה על הצלחת הזוגיות נובעת ברובה מהבחירה בבן הזוג הנכון"

כדי לחיות טוב לאורך ימים ושנים נדמה לכם שעליכם לבחור את "הבחירה הנכונה". מחקרים מראים שמה שמשפיע ביותר על הצלחת הזוגיות היא ההתנהגות הנכונה והמקדמת שלהם אחד אל השני וממש לא התכונות והאופי שיש בהם קודם לכן.



20. "אנשים מכירים אותי יודעים שאני מחפשת"

נכון, אנשים מכירים אותך. נכון, הם יודעים שאת מחפשת. יחד עם זה הם מגדלים משפחה, עובדים לפרנסתם, עוסקים בתחביבים וגם מנסים לעזור לעוד כמה אנשים. ולכן אם לא תזכירי להם מדי פעם לחשוב עלייך- עם כל הרצון הטוב שלהם – הם כנראה לא יציעו לך הרבה הצעות אם בכלל...

21. "כשזה צריך לבוא זה יבוא"

זהו משפט המחץ. אין מה לעשות. לשבת בבית ולחכות. כשזה צריך לבוא זה יבוא. כבר שאלו בספרי מוסר, מדוע ללכת לרופא. אם נגזר שהחולה ימות- מה יעזור הרופא, ואם נגזר שהחולה יחיה, בשביל מה צריך את הרופא? ותירצו שלפעמים נגזר שהחולה יחיה אם הוא אכן ילך לרופא... אם כן במצב כזה, חולה שלא ילך לרופא- הוא מונע מעצמו במו ידיו את הבריאות שלו ואת עתידו, והמבין יבין...



~ חלק ג' ~

~ 4 צעדים שבאפשרותך לעשות ממש עכשיו כדי לשנות את המצב ~

4 הצעדים שבאפשרותך לעשות ממש עכשיו כדי לשנות את המצב:

1. תמונה של מצב רצוי
2. הגדלת הערך העצמי שלך
3. הבהרה של משאבים שיש בך שיאפשרו לך להתגבר על קשיים בהמשך
4. להתרגל לעשות דברים כמו שאפשר ולא כמו שצריך



1. המצב הרצוי.

לאחר זמן רב שבו לא מתקדם לכאורה שום דבר בהקשר של מציאת בן זוג לעתים נדמה שזוהי כבר לא אופציה.

מבחינה ריאלית יש אנשים שאומרים שאם כבר מספר שנים עד היום חיפשת בן זוג ולא מצאת- אין זה ריאלי שלפתע תמצא...
לפי ההיגיון הזה אף אחד בעולם לא אמור למצוא בן זוג, ובאופן מפתיע (או לפחות מפתיע את המחשבה הריאלית) אנחנו רואים שאנשים רבים מוצאים, כנראה שאין זה במקרה.

הצעד הראשון והחשוב הוא להזכיר לעצמך את האופציה הזו.
להתרגש לקראתה, לחלום עליה, ולהכניס אותה בתוך "סל" האפשרויות של ההתרחשויות הקרובות בעזרת ד'. דרך מצוינת לעשות זאת היא בעזרת הדמיון.

לדמיון יש מספר תפקידים בחיים שלנו. אחד מתפקידיו של הדמיון הוא לסלול את הדרך בצורה משוחררת מההגבלות ולאחר מכן לאפשר למציאות להתרחש עם כל המגבלות הכרוכות בה. ללא דמיון – השכל משכנע אותנו שהרבה דברים בלתי אפשריים, שהרי..... והרי..... והרי..... אז המסקנה היא שאין סיכוי!!!

כדי להתקדם לקראת מציאת זוגיות עליך להתחיל לעורר את האפשרות הזו בדמיון שלך.

והנה הדרכה קצרה בעניין:

אני רוצה להזמין אותך ממש עכשיו ברגע זה לדמיון יום מתוך החיים הנהדרים שלך בעתיד עם בן או בת הזוג שלך.



אם מתאים לך לשאול את עצמך את השאלות הללו בקול או בשקט, בלשון רבים או בלשון יחיד, או בכל אופן שמתאים לך. העיקר להיות בערנות לכל ההתרחסות.

היכן אתם נמצאים? מה אתם עושים? מה כל אחד מכם מרגיש? מה את/ה אומר/ת לעצמך שם? איזו התרחשות יש שם? האם יש שם רעשים או קולות ברקע? מה אתה רואה שם?

יתכן שבגלל סיבות מסוימות חלק מההתרחסות שם איננה נעימה לך. אולי יש שם אווירה לא נעימה, אולי יש שם דברים שאינם מתאימים לך.

מה שנחמד כאן הוא שבסרט הזה יש לך אפשרות להיות גם בתפקיד של הבמאי ולשנות את ההתרחסות לפי המתאים לך.

אני מזמין אותך ממש עכשיו לשנות את כל מה שנדרש בסרט העתיד שלך בו כדי שיהיה לך מאד נעים לחשוב על יום אחד בחיים שלך.

יש לך אפשרות לשים לב להרבה דברים שם. לתחושות שלך, לכל האנשים הנוספים שיש שם באותו הקשר, למיקום – אם זה בתוך בית או בחוץ.

ככל שהתמונה הזו תהיה נעימה וחיובית עבורך, יש סיכוי גדול יותר שבקרוב תאפשר לעצמך להתקרב אליה. אם משהו בתמונה העתידית הזו איננו מוצא חן בעיניך, יש לך אפשרות לשנות אותו, הרי זה רק בדמיון, ובדמיון הכל אפשרי....



2. להגדיל את הערך העצמי שלך

כמו שידוע לך אחד האתגרים המשמעותיים בדרך למציאת בן זוג היא להיות מלא בערך העצמי האמיתי שלך.

לא מדובר כאן חס וחלילה על גאווה של התפארות בדברים שאין בך, או בניסיון חיצוני להרשים מישהו. מדובר על תחושת הכרה מלאה של הנפש שלך, של הנשמה הטהורה שלך, של העוצמות הקיימות בך, של התכונות הטובות והנהדרות שניחנת בהם, של הרצונות הטובים שיש בך.

פעמים רבות, הכרה שיש בך נשמה אינסופית ואדירה היא נשכחת מסיבות רבות.

ביקורת חיצונית, ביקורת פנימית, חוסר הצלחה בתחום אחד או יותר, ועוד הרבה תהליכים גורמים לכך שתחושת הערך שלך בעיני עצמך נשחקת. תוצאה מכך היא סיבוך בתחומים רבים בחיך ובעיקר בתחום מציאת בן זוג (הערה: גם בקרב בני זוג יש לא מעט אתגרים שקשורים לתחושת ערך נמוכה שיש לכל אחד מהם, ותלות יתר שמתפתחת בין אחד לשני כדי ליצור תחושת ערך דמיונית)

יש פה תהליך קצר ליצירת ערך עצמי שאיננו תלוי בהישגים שלך או ביחס של אדם אחר אליך.

כיצד תמלא את עצמך בתחושת ערך עצמי?

לשאל את עצמך איזה אדם היית רוצה להיות? איזו התנהגות או צורת חיים היא מעוררת הערכה ו/או כבוד או התפעלות אצלך?
מה צריך לקרות כדי שגם אתה תוכל להתנהג באותו אופן?
באילו משאבים היית רוצה להתמלא?
לדוגמה: ביטחון, רוגע, שלוה, עוצמה, שמחה, אופטימיות, הצלחה. וכו'



ראה בעיני רוחך סיטואציה שהיתה בחיים שלך בעבר ובה היה בך משאב זה כגון ביטחון. מה היה שם? כיצד הרגשת שם? מה ראית? מה אמרת לעצמך? אילו קולות או צלילים וריחות היו שם ברקע? ושיש בך את אותו משאב שם, הישאר שם והתמלא ממנו עד האופן שמתאים לך.

לאחר מכן עשה את אותן פעולות על משאב נוסף שנדרש לך, ראה סיטואציה שבה היית מלא בו, והיכנס אליה בעיני רוחך, ותן לעצמך להתמלא מאותו משאב ששימש אותך באותה סיטואציה.

בחר לך 2-5 משאבים שהיית רוצה להתמלא מהם, ועשה את אותו תהליך. איך ההרגשה שלך עכשיו? מתי להערכתך תרגיש את התוצאות של העובדה שתחושת הערך העצמי שלך גדלה?



3. הפחד הלא מודע מפני העתיד

בעבודתי עם פנויים ופנויות רבים מצאתי שאצל רבים מהם ישנו פחד וחששות רבים מפני העתיד המשותף. כמובן האמת היא שיש לשים את מבטחנו בד' והקב"ה לא יעזוב חסדו מאתנו. תובנה זו היא ידועה בצורה שכלית, אך לא תמיד קל להטמיע אותה לכל חלקי האישיות.

כדי לעזור לכוחות החיים שעדיין שרויים בפחד יש מספר צעדים שניתן לעשות כבר כעת כדי להשתחרר מפחד וחששות מפני העתיד צעד אחד הוא לשאול את עצמך מספר שאלות כדי להכניס את הפחד לפרופורציה

1. לשאול את עצמך מה גורם לך לחשוש שאכן כך יהיה? או בקיצור "מי אמר לך?"
2. לשאול את עצמך "ואם אכן יקרה כך, מה הדבר הכי גרוע שיכול לקרות?"
3. "האם אני אוכל לצאת מזה? תוך כמה זמן?"

צעד שני הוא לעשות לעצמך רשימה של הכישורים התכונות הטובות והמשאבים הנוספים שעומדים לרשותך, ולשאול את עצמך אם אכן יקרה דבר כה גרוע, כיצד אוכל להתמודד איתו?

לדוגמה:

יש לך חשש שלאחר החתונה יתגלה שהבעל הנחמד אותו פגשת הוא בעצם נוטה להתפרצויות כעס, כמו שזכורים לך אצל אבא שלך, וזה מאד מפחיד אותך.

נשאלת השאלה: מה גורם לך לחשוב שכך יהיה? מי אמר ?



שנית, מה הכי גרוע שיקרה אם כך? האם זה עשוי לגרום לך אתגר גדול בהתמודדות איתו? האם זה יכול לגרום לכם ח"ו להתגרש? מה הכי גרוע? לאחר מכן לשאול את עצמך- האם זה משהו בלתי הפיך לכל החיים או שאוכל לצאת מזה? תוך כמה זמן? תהליך קצר זה תוחם את הפחד בגבול מסוים.

לאחר מכן יש לערוך רשימה של כל התכונות שיש בך שיאפשרו לך להתמודד בהצלחה עם התסריט הנוראי שעשוי לקרות. האם יש לך אורך רוח? האם יש לך יכולת להסיח דעת? האם יש לך יכולת לפנות לעזרה? כל דבר שיוכל לעזור לך עשוי מעט כעת הוא מרגיע ...



4. פשרה או לקבל את העולם כמו שהוא

אחד הדברים שאנשים מאד מתקשים להבין הוא שיש בעולם שלנו חוקים שהקב"ה קבע. השמש זורחת בבוקר ושוקעת בערב.

כוח המשיכה, כוח הכבידה, וכל הכוחות הטבעיים נוסדו מאת ד' ויש בהם כוח אדיר ועוצמתי. על מנת להבין מערכות יחסים, אחד הדברים החשובים ביותר שקשורים לכך הוא לקבל את העולם על חוקיו כמו שהם.

ואחד העקרונות שיש בענין זה הוא שלא הכל אפשרי כאן בעולם. כל גדולה שיש כרוכה עם חסרונות.

אדם חכם הוא באופן מובנה יתקשה להאזין לדברי טפשות. זה נכון שהוא יכול ללמוד ולהתקדם ולפתח סבלנות, אבל התכונה היסודית שלו היא חכמה. ובגלל שיש בו חכמה – סביר שתהיה בו פחות סבלנות.

הניסיון למצוא את כליל השלמות שיש בו את כל התכונות במינון שהיינו רוצים הוא חוסר הבנה של חוקי העולם שלנו.

אני ממליץ כדי להטמיע את העיקרון הזה להתרגל לעשות דברים היום כמו שאפשר ולא מחר "כמו שצריך".

זה כלל שעוזר מאד להרבה ענינים נוספים. העיקרון כאן הוא שאנחנו רוצים להתרגל לחיות כמו שאפשר לפי מידותיו והגבלותיו של עולם הזה ולא כמו שנדמה לנו שהיינו רוצים.



הרבה אנשים רוצים להקים דברים, לפתח רעיונות, ללמוד לימודים, ולהוביל תהליכים משמעותיים לעצמם, למשפחתם ולכל עם ישראל.

רוב הדברים האלה נעצרים בגלל שרוצים לעשות אותם "כמו שצריך". ואז מחכים לרגע שבו יהיה אפשר לעשות את הדברים "כמו שצריך".

להתרגל לחיות בעולם שלנו זה אומר לעשות דברים היום כמו שאפשר היום, ובעזרת ד' ללכת ולהוסיף עוד ועוד.

בהקשר זה אמרו חז"ל "אל תאמר לכשאפנה אשנה שמא לא תיפנה" אל תחשוב שיום יבוא ויסתדרו לך הדברים. עליך לעשות היום לפי מה שמתאפשר לך גם אם זה לא ממש בצורה שמתאימה וראויה לדברי תורה.

לכן ההמלצה המידית שלי כדי להתרגל בחוקי העולם לבחור תחום כלשהוא בחיים שלך שבו היית רוצה להתפתח או לקדם משהו, ופשוט לעשות בו צעד אחד קטן.

צעד חלקי, לא שלם, ורחוק מהשגת המטרה. אבל צעד.

מבטיח לך שהצעד החלקי והמגוּחך הזה שבחרת יקדם אותך למטרה הרבה יותר מאשר לא לעשות כלום...



~ סיום ~

לסיום וסיכום,

במהלך קריאת המדריך בודאי גיליתם שיש דרכים רבות להשפיע על מציאת בן הזוג שלכם.

אפשר ממש להבחין בין אנשים שמוצאים בן זוג לבין אנשים שלא מוצאים בן זוג.

יש פעולות, מחשבות והלכי רוח שמאפשרים לאלו "למצוא" ולא לאלו "למצוא"

אם תגלה את סודותיהם של אלו שמצליחים למצוא בן זוג אלו תמונות עוברות להם בראש, אלו מחשבות מתרוצצות בתוכם, מה הם אומרים לעצמם? כיצד הם חווים את התהליך של ההכנה לפגישה, הפגישה ולאחר מכן ההחלטה.

תוכל להתחקות על הפעולות שלהם ולמצוא כיצד ליישם אותם בחיים שלך באופן שמתאים.

אנחנו כאן בשבילך,

אוריאל וצוות בית הספר לזוגיות מבית "הגפן השראה יהודית"



נ.ב.

בקרב תישלח אליך ההודעה על השקת ערכת ההדרכה למציאת בן זוג תוך 90 יום. כל שעליך לעשות כעת הוא לוודא שכתובתך רשומה אצלנו בעמוד המיוחד לקראת ההשקה ולקבל את כל הפרטים.



בית הספר לזוגיות בהשראה יהודית

טלפון: 073-7256660 פקס: 153-

774140153

אימייל info@zoogischool.com

www.zoogischool.co.il