

מאפיונותיה של נחמה ספרייזמאן

1. כאשר האם שמחה, שמחים כל בני ביתה.
2. פזמי לעצמך שיר. מצב רוח מרומם – מדבק.
3. חלק כה גדול מזמננו מוקדש לעבודות הבית עד שדרכן אנו מבטאות את גישתנו לחיים בכלל. אם אנו שונאות את עבודות הבית ומתלוננות, ירגישו ילדינו את עצמם דחויים, אך אם נעשה את עבודתנו בשמחה, יחוו אהובים.
4. כל בית הוא "מקדש מעט" – בית-מקדש בזעיר אנפין.
5. בית הוא מקום ביתי – לא מוזיאון.
6. הליכה לישון מאוחר, תביא למחרת יום חסר-תועלת. אינך יכולה להבעיר את הנר משני קצותיו.
7. אם אינך חשה בטוב, דחי כל פעילות מכבידה ליום אחר.
8. לעולם, לעולם אל תשווי את עצמך לנשים אחרות. אינך מכירה את מידת המרץ של אשה זו או אחרת; את מצבה הכספי, את לחציה, מצב בריאותה וכדו'. עשי תמיד רק את הטוב ביותר שאת יכולה לעשות.
9. אל תתביישי לבקש עזרה כאשר את זקוקה לה. אנשים יכבדו אותך יותר, ולא פחות.
10. "חכמים היזהרו...מן הטלפון". השתמשי בטלפון בצורה חכמה. תכנני מראש דברים שאת יכולה לעשות בשעת שיחת טלפון. אל תתני לטלפון להשתלט על חיך. הוציאי את התקע בעת הצורך.
11. אל תניחי לילדיך להפך ל"יתומי רגש". קיימת אפשרות שלמרות שאת בבית רוב הזמן, את לא "נמצאת שם". הילדים לא יזכרו עד כמה הבריקה הרצפה, אך הם כן יזכרו את איכות הזמן שהקדשת להם.
12. מרגישה משועממת ושפופה? היי מעורבת יותר בעניינים וצאי מהבית!
13. אם יש לך נטייה לעשות למעלה מכוחך, החליטי מה הם הדברים שעליהם את מוותרת.
14. הדביקי על דלת המקרר את האמרה – "גם זה יעבור".
15. הכיני רשימות! כה הרבה מוטל עלינו לזכור ולעשות עד שאין פלא שראשנו מסתחרר ולעתים אנו חשות שאנו טובעות ח"ו. התענוג שבהכנת הרשימה הוא הסיפוק, יותר מאוחר, שבמחיקת הדברים שנעשו.
16. את, כאם, חייבת לדעת מי את ומה את רוצה. דעי כי את משמשת דוגמא חיה, ואת האדם החשוב ביותר, והמודל לחיקוי, בעולמם של ילדייך. את היא זו שהם מכבדים וממך הם לומדים כיצד לנהוג.
17. במשפחה שבה כמה ילדים, קורה שלפעמים הם חשים שאת נותנת עדיפות לאחד מהם. את צריכה לתת להם להבין בבירור שיש ריבוי אנשים בעולם, ויש מספר ילדים במשפחה, אך כל אחד ואחד שונה וייחודי ובעל תפקיד מיוחד בחיים. כל ילד יש לו כוח מיוחד שניחן בו, שאין אותו לאחיו, וכל ילד חשוב וחיוני בעולמו של הקב"ה.
18. חטפי הזדמנויות קטנות לבלות זמן ביחידות עם כל ילד – ולו רק לדקות מעטות. זה יגרום לילד תחושה שהוא מאד מיוחד.
19. לפני שילדך נרדם בלילה, ספרי לו שאת אוהבת אותו, ושאת הנך האדם העשיר ביותר בעולם בגלל שיש לך ילד כמותו. תראי איך עיניו יזהרו...
20. דאגי שילדיך ידעו כמה יקרים, מיוחדים, אהובים וחשובים הם. ספרי להם שמיד כשנולדו, הוספת עוד נר-שבת עבור כל אחד, וכך נהיה העולם מקום מאיר יותר בגללם.