



זמן כניסת ויציאת שבת			
מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת	ירושלים
17:52	17:15	16:00	ירושלים
17:49	17:16	16:16	תל אביב
17:49	17:14	16:07	חיפה
17:53	17:17	16:19	ב.שבע

"לשבת יצרה!"

האוסר והשמחה שבמשפחה ברוכה, וכיצד הדבר קשור לזירוז גאולת ישראל?

מורנו הג"ר זמיר כהן שליט"א

בפרשת השבוע מסופר אודות לידת הבן השנים-עשר והאחרון של יעקב אבינו, בנימין. משנים עשר ילדים אלו יצא מספרם האדיר של אין ספור רבבות אלפי ישראל לדורותיהם, דבר שיש בו לעורר התבוננות נכבדת, כחישוב הפשוט והמעניין שערך ראש ישיבת "פורת יוסף" הגאון הצדיק הרב בן ציון אבא שאול זצ"ל. וכך אמר: "בדור ההמשך של היולדים שני ילדים בלבד, אם כל אחד מילדים אלה יביא גם הוא לעולם שני ילדים, הם יהיו ארבעה. ובדור השלישי, כאשר כל אחד מהארבעה ילד שני ילדים, הם יהיו שמונה. בדור הרביעי, ששה עשר. ובדור החמישי יגיעו לשלושים ושתיים נפשות, אשר יהיו חלק מעם ישראל. אולם במשפחה בה ישנם עשרה ילדים, כשכל אחד מהעשרה יילד עשרה, הם יהיו מאה. בדור השלישי, אלף. בדור הרביעי, עשרת אלפים. ובדור החמישי, מאה אלף!". חישוב פשוט זה ממחיש היטב את משמעות האחריות לריבוי המספרי של עם ישראל, בפרט לאחר השואה האיומה שכילתה כשליש מעמנו.



למרבה הפלא, ישנם בזמננו הורים החוששים מעול הטיפול בילדים נוספים, או מהעול הכלכלי אשר יוטל עליהם, או מפגיעה בקריירה המקצועית שלהם, ויש החוששים דווקא מפגיעה בילדים שיוולדו עקב אי יכולתם להעניק לכל ילד תנאים חומריים ברמה גבוהה כפי שאיפתם. יש שאפילו חשים אי נעימות לצעוד ברחוב עם יותר משנים או שלשה ילדים, עקב מוסכמות חברתיות מוזרות הרווחות סביבם. וכל אלה אינם יודעים כי מרכז העונג והאושר שבחיי המשפחה, ובחיים בכלל, טמון במשפחה שבה גדלים יחדיו אחים ואחיות רבים - במשפחה ברוכת ילדים. אמנם יש שמן השמים מנעו מהם פרי בטן, משום ששליחותם בעולם הזה נועדה לתכלית אחרת, וכפי שהיו אפילו מגדולי התורה

הג"ר אברהם יוסף שליט"א

שאל את הרב



האם הבעיה בפתיחת מקרר בשבת היא רק במנורה הנדלקת? אם מוציאים אותה אפשר להשתמש במקרר באופן חופשי? בימינו יש מערכות רבות בכל מקרר, ולא כמו שהיה בעבר, רק בעיית הנורה הדולקת. לכן אם אין במקרר תוכנית של "מצב שבת",

יש להזמין טכנאי ירא שמים, שיתקין מערכת שפותרת את כל הבעיות ומאפשרת שימוש חופשי בשבת.
אם בטעות לא הדלקתי בדיוק בזמן, עד מתי מותר להדליק נרות שבת?
זמן הדלקת הנרות צריך להיות לפני השקיעה, וכדי שלא יטעו ויאחרו את זמן

ההדלקה ועלולים גם להגיע לחילול שבת, קבעו זמן אחיד בכל העולם, כ-20 דקות לפני השקיעה, ואם אחרו או הקדימו כמה דקות בודדות מזמן ההדלקה אין בזה איסור, אבל אם הגיע זמן השקיעה בקירוב, אפילו אם לא ברור שכבר שקיעה, אין להדליק, כי ספק דאורייתא לחומרא.

2 למה בעל כהן? גלעד שמואלי

3 ממשיכים לצפות הרב יצחק פנגר

4 מהו חיבור? הרב זמיר כהן

8 ישיבת האומנים גולן אזולאי

9 ואז הגיע חושר דוד פריד

14 ההנאה האמיתית הרבנית חיה שירה

זה לא חו"ל... זה חוף גיא!
מוזמנים למפגש הכי שווה על חוף הכנרת!

נופש משפחות
פרשת וישב חמישי-שבת
כ"א-כ"ג כסלו 15-17.12

הרב שניר גואטה
הרב אבנר קוואס

הבטיחו מקומכם: 073-222-1-270

מלון מפואר
בריכה מחוממת
ספא מפנק

ארוחת גורמה

העלון טעון גניזה | נא לא לקרוא במהלך התפילה

אי אפשר להאמין רק בתורה שבכתב (א')

למה בכלל קיימת תורה שבעל פה, והאם גם היא המשך של התורה מן השמיים?

ג. "ויאמר ה' אל משה עלה אלי ההרה והיה שם ואָתְנָה לך את לחות האָבן והתורה והמצוה אשר כתבתי להוֹרְתֵם" (שמות כ"ד, א). בהר סיני נמסרו למשה רבנו שני לוחות הברית, התורה שבכתב והתורה שבעל פה. משמעות המילה "מצוה" בפסוק היא להעיד כי לא ניתנו רק לוחות הברית והתורה הכתובה, אלא גם ה"מצוה" – פירוש התורה והוראות מעשיות לקיומן של המצוות. כמו כן, התורה שבכתב מעידה בסוף פסוק זה כי הדרך ללמד את העם את אופן קיום המצוות והתורה היא דרך הוראה והנחייה.

ד. "ויהי ככלות משה לכתב את דברי התורה הזאת על ספר עד תמם" (דברים ל"א, כ"ד). התורה שבכתב מעידה כי ספר התורה שבכתב נמסר לבני ישראל רק עם פטירת משה רבנו. מכאן ניתן להסיק שעד פטירת משה רבנו, התורה נלמדה והועברה בעל פה, שכן טרם נמסר לעם ספר תורה כתוב. כלומר, הוראת ולימוד התורה שבעל פה קדמה למתן התורה הכתובה.

במיד משה" (ויקרא כ"ו, מ"ו); "והִזְהַרְתָּ אֹתָהֶם אֶת הַחֻקִּים וְאֶת הַתּוֹרֹת וְהוֹדַעְתָּ לָהֶם אֶת הַדֶּרֶךְ יַלְכוּ בָהּ וְאֶת הַמַּעֲשֵׂה אֲשֶׁר יַעֲשׂוּן" (שמות י"ח, כ). תורות, בלשון רבים. כלומר, בהר סיני ניתנו שתי תורות – תורה שבכתב ותורה שבעל פה.

ב. "ואתי צוה ה' בצעת הוא ללמד אתכם חקים ומשפטים לעשותכם" (דברים ד', י"ד). בתורה שבכתב עצמה נכתב כי ה' ציווה את משה רבנו ללמד את העם את החוקים והמשפטים מפיו, ולא רק למסור ספר תורה כתוב.

במעמד הר סיני נמסרה כל התורה כולה. זו שבכתב וזו שבעל פה. שתייהן מועברות מדור לדור. למה ניתנה התורה בצורה הזו, ואיך בעצם אפשר לדעת שגם מה שבעל פה זה מה שמסר הבורא לעם ישראל?

הנה כמה פסוקים מתוך התורה שבכתב המעידים על קיומה של התורה שבעל פה, וכן על ציווי ה' ללמוד את התורה דרך החכמים:

א. "אלה החקים והמשפטים והתורות אשר נתן ה' בינו ובין בני ישראל בהר סיני



7 יונתן הלוי שבע עובדות

עולבן, מכבד להן ואפילו למקילין לו, ונושא ונותן באמונה, ולא ירבה באריחות עמי הארץ וישיבתן, ולא ייראה תמיד אלא עוסק בתורה עטוף בציצית מוכתר בתפילין, ועושה בכל מעשיו לפני משורת הדין... עד שימצאו הכל מקלסין אותו ואוהבים אותו ומתאווים למעשיו הרי זה קידש את השם, ועליו הכתוב אומר 'ויאמר לי, עבדי אתה ישראל, אשר בך אתפאר' (ישעיהו מ"ט, ג).

כאמור, כיום מקובל להשתמש במושג "קידוש ה'" כשהכוונה לתאר התנהגות ראויה של אדם שומר מצוות. לעומת זאת הביטוי "חילול ה'" הוא כאשר שומר מצוות מתנהג באופן לא ראוי.

6. אמירת דבר שבקדושה במניין: בתלמוד (מסכת ברכות כ"א, ע"ב ומסכת מגילה כ"ג, ע"ב). רמב"ם הלכות תפילה וברכת כהנים ח.ו. שולחן ערוך סימן נ"ה) נדרש מפסוק זה שאמירת קדושה, קדיש, ברכו, חזרת הש"ץ, ברכת כהנים וקריאת התורה נאמרים רק בעשרה: "אמר רב אדא בר אהבה: 'מניין שאין היחיד אומר קדושה, שנאמר: 'ונקדשתי בתוך בני ישראל'. כל דבר שבקדושה לא יהא פחות מעשרה". צורת הדרשה נעשית בגזירה שווה מהמילה "תוך", שמדובר על מניין. גזירה שווה זו מלמדת גם שחובת מסירות נפש היא רק באונס לעשות עבירה ליד או בידיעת מניין יהודים.

7. קידוש השם במחשבה: בתשובות הרשב"א (הלך ה' סימן נ"ה) נאמר שכשאומרים בקריאת שמע את המילים "ובכל נפשך" ומסכימים למסור את הנפש על קידוש השם, מקיימים את מצוות קידוש השם "כי כל המסכים על זה כאילו עשאו". שנזכה כולנו לקדש שם שמיים בכל מעשינו.

קידוש ה': 7 עובדות על המצווה אותה ניתן לקיים אפילו במחשבה

"איזה קידוש השם זה": מה המקור למצווה זו, איך עושים זאת ומתי?

במניין של עשרה משתתפים.

4. מוכנות למסור את הנפש כדי לא לכפור בה': הרמב"ם בספר המצוות (מצווה ט') מבאר את המצווה: "שאנו מצווים לפרסם דת אמת זו ברבים, ושלא נירא בכך מהיזק שום מזיק, עד שאפילו יבוא אלינו אנס עריץ ויקרא אותנו לכפור בו יתעלה - לא נשמע לו, אלא נמסור את עצמנו למות בהחלט, ואפילו לא ניתן לו לחשוב שכפרנו, אף שלבנו מאמין בו יתעלה".

פרטי המצווה נידונו בהרחבה פרק ח', ברמב"ם הלכות יסודי התורה פרק ה' ובשולחן ערוך יורה דעה סימן קנ"ז.

1. קידוש ה' הוא מצוות עשה, המופיעה בספר ויקרא (כ"ב, ל"ב), יחד עם האיסור לחלל את ה': "ולא תחללו את-שם קדשי, ונקדשתי בתוך בני ישראל: אני ה', מקדשכם". כלומר: "ולא תחללו את שם קדשי" - זהו האיסור לגרום לחילול ה', ונקדשתי בתוך בני ישראל" - זוהי החובה לקדש את ה'.

2. למצווה זו כמה משמעויות. הראשית והעיקרית - חובה למסור את הנפש במקרים בהם יש דין של "ייהרג ואל יעבור". כאשר אדם מוכן למות על קידוש ה' (במקרים שבהם אכן ההלכה דורשת כך), מתקדש ומתכבד שמו של ה' בעיני האנשים, הרואים שמאמיניו דבקים בו אף במחיר חייהם. זוהי הסיבה לכך שיהודים שנרצחו בשל היותם יהודים מכונים "קדושים", ומותם מוגדר כ"מוות על קידוש ה'".

3. פרטים נוספים לקיום מצוות קידוש ה' מובאים בספרי הראשונים, והם: נכונות והסכמה למסירות נפש אפילו במחשבה בלבד; התנהגות נאותה, שגורמת לשבח את ה' ומאמיניו; אמירת שבחי ה'



עורך: מנחם פינס • עורכת משנה: דבי רייכמן • עריכה גרפית: שני מויאל • הפצה ולוגיסטיקה: תליה זכריה ואסתר שמיר
בואו להיות חלק מהמהפכה, היו שותפים בהפצה! לקבלת 50 עלונים עד לבית עם שליח, להפצה בבית הכנסת ובסביבתכם הקרובה חייגו 073-2221388

תורה אחת

אלפי שיעורים

ניתן להזמין כנס באזור מגורכם גם תרויחו שיעור תורה וגם זיכוי הרבים!
שריינו תאריך! 073-222-1-240

הרב שניר גואטה
המקובל הרב יצחק בצרי
הרב מרדכי ארם צובא

רביעי | ד' טבת | 19:30
אולם במתחם בית ספר ישורון רח' ניסים יצחק 12
קרית מלאכי 28.12

הרב עידו סממה
הרב שניר גואטה
הרב יעקב חמו

רביעי | כ' כסלו | 19:30
אולם ביה"כ לאה וילדיה (מתחם קבר האמהות) רח' גולדה מאיר 15
טבריה 14.12

שיח יצחק

מלווים את המלכה

מתי כדאי לאכול את הסעודה, ומה בין סעודת מלווה מלכה לתחיית המתים?



מלך שבא לבקר, בצאתו מן העיר - אנשי העיר מלווים את המלך. כך שבת מלכתא, בצאת השבת מכבדים אותה, ובמה? צריך לסדר את השולחן במפה יפה, ולאכול סעודה רביעית, ומפני כך נקראת סעודה זו בשם "מלווה מלכה".

בסעודה רביעית טמונות כמה סגולות, כפי שמובא בספרים הקדושים.

עצם לזו לתחיית המתים

בכל אדם ישנה עצם קטנה הנקראת: "עצם לזו". מיקומה בראש השדרה בעורף, הטבע של עצם זו - שאינה ניוזנת אלא מאכילה של מוצאי שבת בלבד. נמצא שעצם לזו לא נהנתה מאכילת עץ הדעת שאכל אדם הראשון, ומפני כך לא נקנסה בעונש מיתה שנגזר על האדם, ואינה מתכלה בקבר כשאר חלקי הגוף. ולעתיד לבוא, בזמן תחיית המתים, ממנה יקום האדם לתחיית המתים. באכילת סעודה רביעית מתחזקת אותה העצם ונהנית.

סיפר הרב שאול בראך זצ"ל, שמצא בכתב עת שהופיע במדינת צ'כיה, מאמר מאת מנהל קרמטוריום (משרפה בה שורפים הגוים את הגויות כפי מנהגם שם), שמצא פעם בתוך אפר גוויה שרופה, עצם קטנה שלא שלטה בה האש ולא נשרפה. ובעקבות כך החל לחקור אחר העצם הזו, ומצא שאינה יכולה להישרף בשום חום שבעולם. ולאחר מכן החל לבדוק את האפר ומצא בו עצמות רבות כאלו, ומני אז החל לאוספם עד שיש לו בנגויו ארגז המלא מעצמות כאלו!

כתב רבינו האריז"ל, בכוח סעודה זו ינצל מצער חיבוט הקבר. בכוח אכילת סעודה רביעית - ינצל שלא יצטרך לאכול מאכלים ומשקים מרים לרפואה (רבי יצחק מולכו מסלוניקי). וסגולה לנשים ללידה קלה ומהירה (הרה"ק רבי אלימלך מליז'נסק). ישנם כמה דקדוקים והנהגות טובות שמן הראוי להדר בהם בסעודה רביעית:

- ישתדל להסמיך סעודה זו כפי יכולתו לצאת שבת, וזמנה עד ארבע שעות מצאת השבת, ולכל המאוחר עד חצות הלילה. ומן הנכון שלא יתעסק במלאכת קבע קודם סעודה זו (בן איש חי).
- יפרוס מפה יפה על השולחן לכבוד סעודה זו, ולא יסיר בגדי שבת מעליו עד לאחר הסעודה (בן איש חי).
- טוב להניח לפניו שתי ככרות לחם שלמים, ולא יתפוס בידו אלא אחת (האריז"ל).

• מובא בגמרא במסכת שבת מים חמים לשתיה ולרחיצה במוצאי שבת יש בהם רפואה, וכן אכילת פת חמה במוצאי שבת יש בה רפואה, והוא סגולה להינצל מעצבות. ועל כן טוב לקחת לסעודה רביעית פת חמה מהתנור, או שיחמם את הלחם בכל דרך שהיא. וכן טוב לשתות במוצאי שבת שתיה חמה.

מתוך סדרת הספרים "שיח יצחק" על הש"ס. לרכישת ספרי הרב יצחק בצרי היכנסו להידברות שופס או חייגו: 073-222-1250

זה אפשרי



ציפיות מצופות

טיפים נוספים לשימוש נכון בציפיות

מה כן אפשר לעשות עם הציפיות שלנו מלבד לתת להם פרופורציה ולהזהר ממוקשים דוגמת אלו שהבאנו בשבוע שעבר?

א. **לפתח הכרת הטוב** - במקום לצפות ולחכות תמיד למשהו עתידי, תיהנו ממה שיש כרגע, וגם מההתליך, לא רק מהמטרה.

ב. **לשמוח בטוב מספיק** - הבה ניתן דוגמה במישור הזוגי: במערכת יחסים "טובה מספיק", בני הזוג מצפים שיתייחסו אליהם באדיבות, באהבה, בחיבה ובכבוד. הם אינם סובלים התעללות רגשית או פיזית. הם מצפים מבן / בת הזוג שלהם להיות נאמן.

זה לא אומר שהם מצפים שמערכת היחסים שלהם תהיה נקייה מסכסוכים. אפילו זוגות נשואים באושר מתווכחים. הסכסוך הוא בריא, כיוון שהוא מוביל להבנה גדולה יותר. אנשים גם לא צריכים לצפות לפתור את כל הבעיות במערכת היחסים שלהם. יתר על כן, זה לא מציאותי לצפות שזוגיות תרפא פעמי ילדות, או תהפוך למסלול להארה רוחנית או למימוש עצמי.

הם מכבדים זה את חלומותיו של זה, גם אם הם שונים. הם יוצרים חיים בעלי משמעות משותפת, כלומר עוזרים זה לזה לממש את הציפיות, אבל אף אחד מאתנו לא יכול לצפות שזוגיות תמלא את כל הציפיות שלנו, לכן "טוב מספיק" זה מצוי.

ג. **לא לצפות מאחרים להתייחס אליך, כמו שאתה מתייחס אליהם**. היו אנשים טובים, בלי קשר למה שאתם מקבלים בחזרה. לפעמים גם נזק שנגרם לנו מהזולת, אם נסתכל עליו נכון, יכול לסייע לנו להגשים ציפיות שלא יכולנו להגשים בצורה אחרת. הסיפור הבא יסכם לנו זאת: אדם חכם ומלומד עבר ליד כפר בו גר חבר ילדות שלו, והחליט לבקר. כשהגיע לביתו של חברו הוא הצטער מאוד לראות שחברו חי בעוני מחפיר. הוא גילה שחברו מתפרנס מעץ לימון שבחצר האחורית של ביתו - מוכר את הלימונים שקטף מהעץ, ובכסף קונה מעט מצרכים בסיסיים למחייתו הדלה.

במשך הלילה החכם לא הצליח להירדם, כאשר כל הזמן הוא חושב איך יוכל לעזור לחברו, ואז קפץ למוחו רעיון. כולם ישנו. החכם קם, לקח גרזן, יצא לחצר האחורית, קיצץ את העץ כמעט לגמרי, וברח מהכפר. בבוקר, כשגילה זאת החבר, הבין מי כרת את העץ, כעס על חברו ודאג מאוד (מעשה כזה כנראה אסור על פי ההלכה, אבל אותו חכם התכוון לטובה...).

שלוש שנים חלפו.

החכם עבר שוב ליד הכפר, והופתע לראות שחברו שיפץ את הבית. חברו משכבר הימים התייצב בפתח, כולו מחויך, וסיפר כי לאחר שנגדעה פרנסתו היחידה, החל לחשוב מה יוכל לעשות, ופתח עסק קטן בעיר. העסק הצליח מעל למשוער, והכל בזכות העובדה שהפסיק להישען על עץ הלימון.

המסר עבורנו - לפעמים קורים דברים לא צפויים, שלא ייחלנו אליהם, אבל אם נסתכל נכון, כל משבר בציפיות יכול להיות הזדמנות לדרך חדשה, אולי טובה הרבה יותר מהקודמת.

מתוך ספרו החדש של הרב יצחק פנגר "זה אפשרי". לרכישת היכנסו להידברות שופס או חייגו: 073-222-1250

איך שלא נסובב את זה...
שבת חנוכה
בהרי ירושלים
הנופש הכי מואר

נווה אילן
מלון HOTEL C

הרב יצחק פנגר
הרב חיים זאיד

פעילויות
ילדים



ארוחות נורמה
מפוארות



הרצאות בנושא
זוגיות וחניון



מעלה חמישה

מלון יערים

הרה"ג זמיר כהן
הרב מאיר שוורץ

חמישי-שבת פרשת מקץ | כ"ח-ל' כסלו | 22-24.12
הבטיחו מקומכם: 073-222-1-270



הפרשת חלה - הרבה יותר מערב ישועות

למה צריך להפריש חלה, ומה מיוחד בזמן קיום מצווה זו?

כולנו מכירים את התופעה המבורכת של קיום ערב נשים בו נערכת הפרשת חלה ונשמעים דברי תורה וחיוזוק, שמסוגלים לחזק באמונה ולקרב לבבות. יחד עם זאת, כדאי לזכור שהפרשת חלה איננה (רק) טקס הנערך בערבים נשיים בנוכחות רבנית, אלא מצווה שכל אחת ואחת יכולה לקיים בביתה, בזמנה האישי, לבדה, בינה ובין בוראה.

מקורה של מצוות הפרשת חלה הוא בפסוקים: "וְהָיָה בְּאֶכְלֶכֶם מִלֶּחֶם הָאָרֶץ תְּרִימוּ תְרוּמָה לַה': רֶאֱשִׁית עֲרֹסְתֶכֶם חֲלָה תְרִימוּ תְרוּמָה... מִרְאֲשִׁית עֲרֹסְתֵיכֶם תִּתְּנוּ לַה' תְּרוּמָה לְדֹרֹתֵיכֶם" (בראשית ט"ו, ו' ט"ז-כ"א). ישנה מצווה עשה להפריש תרומה מן העיסה של בצק המיועד להכנת דברי מאפה, כאשר יש בו שיעור של הפרשת חלה. לכן, בכל מפעל להכנת מאפים או פיצרייה בעלי תעודת כשרות ישנו משגיח כשרות הדואג, בין יתר תפקידיו, להפרשת חלה מעיסות הבצק. על פי דיני כשרות, עיסת בצק מעל כמות מסוימת חייבת בהפרשה, וכל עוד לא הפרישו ממנה היא נקראת "טבל", ואסור לאכול ממנה עד אשר יפרישו ממנה.

ולמה ה' נתן לנו מצווה זו?

מובא ב"ספר החינוך" כי, כידוע, עיקר מזונו של האדם הוא המזונות והלחם, והקב"ה רצה שהמזון שבו אנו מזינים את גופנו לא יספק רק את צורך הגוף, אלא שיהיה טמון בו גם רכיב מיוחד שיספיע על הנפש שלנו. מהו אותו רכיב מיוחד שיש בלחם שיכול להשפיע על הנפש שלנו? קדושה. הקדושה נכנסת לתוך הלחם על ידי כך שמקיימים בו את המצווה של הפרשת חלה. וכך הלחם מזין גם את הגוף – על ידי הרכיבים התזונתיים הקיימים בו, וגם את הנפש – על ידי הקדושה שנכנסה בו מעצם קיום המצווה בו.

והנה לשון ספר החינוך: "רצה המקום לזכותנו במצווה תמידית בלחמנו, כדי שתנוח ברכה בו על ידי המצווה ונקבל בה זכות בנפשנו, ונמצאת העיסה מזון לגוף ומזון לנפש". סיבה נוספת, שרלוונטית לתקופת בית המקדש, היא שאת החלה היו נותנים לכוהנים המשרתים בבית המקדש, שמשום עבודתם בקודש לא היה להם פנאי לעסוק בהכנת לחמים לצורך עצמם. תרומת חלה לכהן מאפשרת לו למלא את שליחותו הרוחנית בקודש. מצוות הפרשת חלה היא אחת מבין המצוות המיוחדות לאישה היהודית, ובה האישה קודמת לבעל בקיומה. מצווה זו של האישה כביכול מתקנת את חטאה של חוה שהביאה למיתתו של אדם הראשון שחטא. על האדם הראשון נאמר "חלה טהורה היא", ומובא שהקב"ה יצר את האדם עפר מן האדמה, כמי שנוטל חלה מן העיסה. וכיוון שאחרי מעשה חוה נטמאה "חלתו של עולם", זכות הנשים היא לתקן חטא קדמון זה על ידי מצוות הפרשת חלה.

ומהיכן מגיע עניין הישועות? מובא בזוהר הקדוש (פרשת שלח, דף קע"ד ע"א א') כי בזכות קיום מצוות הפרשת חלה, מזדמנים המלאכים מיכאל, גבריאל ונוראל, ובזכותם השכינה שורה במקום. באותה שעה, כשהשכינה נמצאת, יש כוח אדיר לתפילה לפעול. לכן, אותה עת מיוחדת שלאחר קיום מצוות הפרשת חלה היא שעת רצון לקבלת תפילות.

האתגר השבועי

מצאו ערב פנוי במהלך השבוע, ועשו בו הפרשת חלה. לא חייבים להזמין חברים או בני משפחה. עשו זאת ביניכם לבין בוראכם. נצלו את שעת הרצון לאחר הפרשת החלה לתפילות ובקשות מעומק לבכם.

מהו חינוך, ומהי פסגת ההצלחה בחינוך הילדים?

למה קוראים חינוך, ומהי הצלחה בחינוך הילדים?



יש הנוטים לראות את פסגת ההצלחה בחינוך, במשמעת המוחלטת של הילד להוראות ההורה או המורה. כלומר, בביצוע מידי של כל הוראה שקיבל, מתוך צייתנות כנועה ללא שום התנגדות. כדי להגיע ליעד זה, עלול ההורה או המחנך לעשות כל שבידו, גם אם המחיר יהיה נזיפות וגערות בילד ללא הרף, ועונשים בלתי מידתיים, ובלבד שהמטרה תושג. אולם לאמיתו של דבר, ראייה זו מוטעית לחלוטין. מלבד הסיכון שבסיכוי הגדול למוטט בכך את הביטחון העצמי של הילד ואת הדימוי העצמי שלו בעיני עצמו, או מאידך להובילו למרדנות קיצונית ואפילו למשבר נפשי, גם ההישג עצמו – משמעת מוחלטת – אינו מוגדר בשם חינוך, אם הושג בדרך זו. צייתנות אשר הושגה באמצעות הפחדה ועונשים, אינה "חינוך" אלא "אילוף" – ואף גרוע מכך. בשיטה זו, הילד אינו מבין את מעלת הערכים שאנו מנסים להקנות לו לטובת עתידו, אינו מזדהה איתם, וממילא גם אינו מפנים אותם. הוא פועל כעת כפי שהוריו מצפים ממנו מתוך תחושה של פחד – שלא תגיע המכה או שלא יבוא העונש. שיטת חינוך כזו אינו שונה בהרבה מאילוף בעל-חיים שיבצע כרובוט את רצון מאלפם, והיא מותרת רק במצבים קיצוניים בהם הילד מסכן את חייו, ואין דרך אחרת למונעו מהפעולה המסוכנת.

אך כאשר כל השיטה החינוכית מושתתת על פחד מהעונש, ללא הבנת התועלת שבהוראת ההורים, וללא שום הזדהות פנימית של הילד עם ההוראה שקיבל, בל נתפלא שבשעה שהילד "הצייתן" אינו נמצא בטווח הראיה והשמיעה של הוריו ומחנכיו, התנהגותו המיידית תהיה הפוכה לחלוטין בקיצוניות מהערכים שאליהם ההורים מנסים לחנכו.

מהי, אם כן, פסגת ההצלחה בחינוך?

שלמה המלך, החכם מכל אדם, מגדיר את ההצלחה בחינוך במשפט קצר וברור: "חֲנֹךְ לְנֶעֶר עַל פִּי דָרְכּוֹ, גַם פִּי יִזְקֶיךָ לֹא יִסּוֹר מִמֶּנָּה" (משלי כ"ב, ו').

החלק הראשון של הפסוק עוסק ב"איך לחנך", והחלק השני ב"יעד" של פעולות החינוך.

כלומר, המדד להצלחה בחינוך, הוא כיצד מתנהג הילד בעת שאינו נמצא עם הוריו ומוריו שחינכוהו! וימי הזקנה הם אלו שמסמלים מצב זה יותר מכל.

אם השכלנו לחנך את הילד לערכים ולהתנהגות נכונה – באמצעות הדרכתו בשיטה מאוזנת ונכונה כמבואר בפרקים הבאים, עד אשר הזדהה עם הדברים, הסכים לנכונותם והפנים אותם, זו היא הצלחה בחינוך. והמבחן האמיתי לכך הוא: האם הילד מתנהג בהתאם לערכים שחינכנו אותו אליהם גם כאשר אין אנו נמצאים עמו. אלא ברחוב, בבית החבר, בחצר בית הספר, ו... בעתיד לאחר שיתבגר ויהיה לאיש ולזקן.

לרכישת הספר "המדריך המלא לחינוך ילדים, היכנסו להידברות שופט או חייגו: 073-222-1250

מכניסים אור במעגל השנה

מחר להחזיק מחיר מבוצע חנוכה בלבד!

יצירה מאלפת שתלווה אותך סביב מעגל השנה!
ביאורים נפלאים אודות מהותם של כל חגי ומועדי ישראל, עצות והדרכה בכל תחומי החיים, רוויים במתיקות ועונג.

073-222-1250 shaps.hidabroot.org גם בוואצפ ניתן שירות מנציג דיגיטלי



דיני מתנות חתונה

וגם: מסעדה בשנת אבל, עובד שאינו יהודי במלון והנחת תפילין לפני בר המצווה

חבר כדי להתאוורר מעט.
האם מותר להניח חלב על גבי הפלטה ולחמם בשבת קודש? הרי החלב כבר עבר פיסטור, והוא מבושל?

הפיסטור של החלב נעשה ב 73 מעלות צלזיוס, ויש בזה מחלוקת כמה מעלות צריך כדי להחשיב את המוצר למבושל (אור לציון ח"ב פ"כ י"ה, שבת הלוי ח"ז סימן רל"ד, יביע אומר ח"ב סימן ט"ו). אבל גם אם נחשיב את החלב לדבר מבושל, בכל זאת יש איסור להניח את החלב הקר על הפלטה, משום שאנו נוקטים שיש בישול גם בדבר שהתבשל והצטנן, כי החימום החדש נחשב לבישול מחדש (שלחן ערוך סימן שי"ח סעיף ד').

האם מותר להמיס גבינה צהובה בשבת על גבי פיצה שנאפתה מאתמול?

אסור בהחלט להמיס את הגבינה. בניגוד למה שאומרים, הגבינה הצהובה אינה מבושלת. תהליך הייצור של הגבינה הצהובה - החלב עובר פיסטור ב-76 עד 80 מעלות, שלדעת הרבה פוסקים אכן מוגדר כבישול, אבל לאחר מכן מערבים את החלב עם מחמצת חומרים ואנזימים, והגבינה מתגבשת, נכנסת לאמבטיה עם מי מלח ונכבשת באמבט זה. נמצא שהגבינה אינה מבושלת, ואסור להתיך אותה בשבת (ההסבר הנפלא מפי ידי"ן הרה"ג עזרא פרידמן שליט"א, סמנכ"ל ה-SU ישראל).



הידברות וקו ההלכה בשירות ללא תשלום, למענכם. לכל שאלה בהלכה, חייגו עכשיו 073-3333-300



זאב ארון

בנאדם וחברו

הראשונה שחיסלה חצי עולם - על ידי מניפולציות זולות של אחווה.

אמנם אנשים אחים אנחנו, ואמנם כבר עברו אלפיים שנה מאז ראינו זה את זה, ואין דבר מרגש ומשמח יותר מהמפגש שלנו שוב יחד כאן בארץ הקודש. אבל גם היום, כאן בארץ ישראל, נדרשת ממנו זהירות ממלכודות דבש שכאלו. נכון שבעוון שנאת חינוס חרב מקדשנו וגלינו מארצנו, ובזכות אהבת חינוס נזכה לגאולה השלמה בקרוב בימינו, אך עדיין אסור להירדם על המשמר! עדיין אין מקום לשאננות. אנחנו חיים במציאות אשר ישנם כאלו המנסים לקחת את הערך המקודש של "אהבת חינוס" ולהשתמש בו נגדנו (באמצעות מילים מכובסות של "ריפוי ואיחוי", "שותפות", "הכלה", "סובלנות" ועוד) וכך לטשטש כל בדל זהות יהודית.

אהבת חינוס? כן! אבל אהבה בחינוס? אם ישנם כאלו שאינם פרטנרים, אלא מנצלים זאת באופן ציני כדי לבצע את זממם? זה לא.

לרכישת הספר "בנאדם וחברו" של זאב ארון היכנסו להידברות שופס או חייגו: 073-222-1250

חיוב להחזיר את מה שקיבלת בחתונה, כי היום אין מקפידים בדבר. ואף שנהוג לעשות רשימה מי נתן וכמה נתן, כל זה רק כדי שתהיה תזכורת לבעל השמחה, ולכשירצה לתת מתנה, יכניס גם את זה במערכת השיקולים.

מה הדין במקרה הפוך - כאשר החבר נתן 100 ₪ לחתונה, וכעת אני מעוניין לתת 200 ₪. האם יש כאן איסור ריבית?

כיוון שאין חיוב להחזיר את מה שקיבל, אלא זו מתנה, נמצא שאין

כאן הלוואה כלל, ולכן יכול לתת כמה שרוצה.

אבי נפטר לפני כחודש, וכעת יש לנו טיול מאורגן שקבענו אותו לפני פטירתו, האם מותר לצאת לטיול זה? אסור לצאת לטיול מאורגן בשנת האבל,

משום שיש שמחה גדולה כאשר יוצאים בחבורה גדולה של אנשים (שלחן ערוך יורה דעה סימן ש"פ סעיף כ"ה).

האם בשנת אבל מותר ללכת למסעדה עם חברים? כל האיסור הוא דווקא לצאת בשיירה גדולה, שיש שם שמחה גדולה. אבל מותר לצאת למסעדה עם

האם לגוי שעובד במלון בשבת מותר להסיע אוכל במעלית לקומה גבוהה יותר?

כל דבר שהגוי עושה לצורך עצמו - מותר, וכגון כאן שאומרים לו להעלות את האוכל לקומה גבוהה, והוא זה שבוחר לא לעלות במדרגות, אלא משתמש במעלית לתועלת עצמו, אין בזה איסור (על פי ילקוט יוסף, שבת ב' עמ' רנ"ח).

האם מותר לקיים טקס הנחת תפילין עוד לפני שמגיע תאריך בר המצווה?

מותר לעשות את העליה לתורה והנחת תפילין כמה ימים לפני היותו בר מצווה. ילקוט יוסף (דיני חינוך קטן עמ' קיד) בשם מרן הגרע"י ביחווה דעת.

חבר נתן לי בחתונה סכום של 600 ₪. עכשיו הוא מתחתן, ואני במצב כספי לא טוב, עם חובות ומינוס בבנק. האם אני חייב לתת לו את אותו סכום שהוא נתן לנו?

מתנות לחתונה נקראות בהלכה "סבלונות", וכיום, בזמננו, גם אם אדם נתן מתנה לחברו, וכשהגיע זמן שמחתו החבר לא החזיר לו, אין יכול לתבוע זאת (שלחן ערוך אבן העזר סימן ס'). לכן מעיקר הדין אין

אהבת חינוס, לא אהבה בחינוס

מתי אהבת חינוס היא ערך עליון - ומתי היא עלולה להיות מלכודת?

את עם ישראל לא פעם במשך אלפי שנות קיומנו. הניסיונות למחיקת הזהות היהודית במשך הדורות תמיד התפצלו לשני סוגים: א. גזרות ישירות בכוח הזרוע ("עשר"). ב. "אהבה", "שוויון זכויות" ועוד ("אח").

ההיסטוריה מראה שהדרך השנייה מסוכנת ביותר, והסבה נזקים קשים מאוד לעולם כולו בכלל, ולעם ישראל בפרט.

כך חז"ל מתארים במדרש רבה את מלחמת העולם הראשונה: "הבל היה גיבור מקיץ", ובעימות שפרץ ביניהם הבל גבר על קיץ, אבל אז אמר קיץ: "רק שנינו בעולם! ומה אתה הולך ואומר לאבא? נתמלא עליו רחמים. מיד עמד עליו והרגו." כך הוכרעה מלחמת העולם

אמנם הם אחים, ואמנם עברו כבר עשרים ואחת שנה מאז שראו זה את זה, אבל בכל זאת דבר אחד ברור: פגישה זו יכולה להיות תחילתה של מלחמה אכזרית מאוד.

קיימת גם אפשרות שעשו ישתמש בטקטיקה של הטעיה, ובאמצעות מילים מכובסות יעמיד פני "אח גדול ואוהב", ובכך יסתיר את כוונותיו הזדוניות.

האפשרות השנייה מפחידה יותר - ויעקב אבינו מתכוון לכל תרחיש אפשרי: "הצילני נא מיד אחי מיד עשו". כך

בחר יעקב אבינו לנסח את תפילתו, כשהוא מקדים את "אחי" ל"עשו".

זה לא סיפור היסטוריה. זאת הדרכה שהצילה



הידברות במיזם

שמאיר את הנשמה
בדרך ל-הפכת 1,000
שעורי תורה, והפרשות חלה
חוגגים 500
חוגי בית!

כרסום ישלח בחינם
להפצה בווטסאפ

הערב ללא עלות
חייגו עכשיו:

073-222-1-290

מתנת הוקרה
לכל מארגנת חוג בית

מאמינה ביססים?

השנה את לא מכפסת! חודש כסליו מסוגל לכל הישועות
הכנסתי אור הביתה, הזמיתי חוג בית מעצים ומרומם!

מזמינים
כ-20 נשים
וכל מי שבא לך!

קובעים
תאריך
ושעה

מתקשרים
להזמין אחת
ממיטב הרבניות

צעדים
לארגון חוג בית

3

אף אחד לא הבין למה הייתי "תקועה" כל כך הרבה זמן בשידוכים, למה לא הולך לי, ואיך אני עדיין רווקה. כולם חשבו משהו מסוים, אבל אני ידעתי עוד כמה דברים... מאז שאני זוכרת את עצמי הייתי אהובה בכיתה, מצחיקה, שנונה, אחת שאוהבת את כולם וכולם רוצים את חברתה. הייתי מלכת כיתה מהזן הטוב, כביכול, נתתי מקום לכולם והנהגתי תמיד בדרך טובה ומכבדת. ככה הייתי כל חיי. חברה לא חסרה לי, ברוך ה', וגם הכישרונות הרבים בהם בורכתי פתחו לי שערים. ההישגים גם הם לא איחרו להגיע, הם היו מדהימים וגרמו לכל מי שהכיר אותי להעריך, ואולי אף להערץ.

בשכנותי גרה בת ששמה היה כשמי, כולל שם המשפחה, אבל לא היה בינינו שום קשר משפחתי. יתירה מכך, גם שמי הפרטי וגם שם משפחתי לא היו נדירים אבל גם לא שכיחים מדי, והמדהים הוא ששתינו גרנו באותו רחוב, אני בקצה אחד והיא בקצה השני. שתינו באותו מיקום במשפחה, כמעט תאומות. אבל ההבדלים בינינו היו גדולים. בעוד אני הגעתי ממשפחה מיוחסת ונחשבת, היא הגיעה ממשפחה "פשוטה" ושקטה. גם באופי: אני הייתי בעלת טמפרמנט סוער ומוחצן, והיא היתה ביישנית, עדינה ונחבאת אל הכלים. כישרונות לא היו הצד החזק שלה. בעוד אני קטפתי ציונים טובים בקלות, היא עבדה ועמלה כדי להצליח במבחנים. שתינו היינו בהקצבות הגבוהות בסופו של יום, היא בזכות עמלה, ואני בזכות על מה...

כך או כך, אותה חברה המשיכה יחד איתי גם לתיכון ולאותו סמינר בלימודים העל-תיכוניים. דרכינו לא התפצלו, ותמיד היו המורות שהתבלבלו שוב ושוב, לא חסרו תקלות מביכות ומצחיקות גם יחד.

כאשר הייתי כבר מועמדת לשידוכים, שמי הטוב הלך לפני. הרבה שדכנים ושדכניות ניסו להציע להורי שידוכים מעולים. אבא שלי שם עין על בחור אחד אותו "גילה" באחת השישיות בעת לימודו. הוא בירר עליו, ומצא רק דברים טובים, הוא רצה אותו מאוד. העניין היה שהבחור עצמו עדיין לא החליט שהוא בונה את ביתו ורצה עוד קצת זמן עד שישמע להצעות השידוכים. בינתיים הורי המשיכו לשמע הצעות, תוך כדי שאבא שלי פוקח עין על הבחור. ואכן, מיד כשאבי שמע שהבחור מוכן לשמוע הצעות שידוך, הוא ביקש מאחד מהרבנים בשיבה שיפנה אל הבחור הזה וידבר עמו על כך.

עובר זמן, ואין תשובה מהצד השני, אבי הרים טלפון אל אותו הרב ושאל מה התקדם. הרב לא הבין. "מה זאת אומרת?", שאל, "הולך מצוין". מפה לשם, התברר שאכן הצעת השידוך התקדמה מעולה, אבל לא איתי, אלא עם אותה חברה,

מסליחה לא מפסידים



בחורה מוצלחת מגלה שהשידוך שיוזע לה "הועבר" בטעות לחברתה. היא עושה טעות אחרי טעות מרוב זעם, אולם משהו שהופך את חייה גורם לה לפייס את חברתה, דבר שמביא עמו הפתעה בלתי צפויה

האדם שהיה בי. שיתפתי את כל מי שרק הסכים לשמוע על הטעות האיומה, ושוה בעצם השידוך "שלי". לא חשבתי לרגע על חברתי ומשפחתה, על הבושות, על התרת דמה כך ברבים. אבל לא חשבתי על כלום, כאמור. חשבתי על צדק כשהארס מפעפע בי, מתעתע את כל חושי.

וכך כולם דיברו על השידוך "בטעות". במקום לשמוח עם חברתי, זה היה נושא השיחה. בגללי.

וכמו כל דבר בחיים, גם זה עבר, או כך לפחות חשתי. ואז הגיע הפיגוע. עכשיו לקחתי חלק בסטיסטיקה.

זה היה יום גדול (תרתי משמע), לפני יותר מעשור, לא הייתי אמורה לעלות כלל אל האוטובוס, אבל ההשגחה גלגלה אותי בדיוק לאוטובוס הזה, באותה השעה, וכן, באותו המיקום. בדרך כלל אני אוהבת לשבת בספסל שמאחורי הדלת האחורית, מאחורי הזוגיות. הפעם, אף על פי שהמקום היה פנוי, המשכתי עד מאחורי האקורדיון, מאחורי לוח מתכת קטן שהיה שם. כבר בתחנות הבאות האוטובוס העמיס נוסעים. היה צפוף וחנוק, עדיין לא ידעתי איזה ריח אני עוד הולכת להריח... ואז, באבחה אחת, הגיע הפיצוץ, הוא היה חזק כל כך שלא שמעתי כלום. גם השקט שהיה אחר כך היה מחריש אוזניים. שאף אחד לא יידע מכך לעולם. זו היתה זווית עולמים, השקט הזה. המוות. רק לאחר מספר דקות התחילו הצרחות, הקולות, המראות, הריחות וחרדת אלוקים. ואני הייתי שם. מביטה על עצמי ורואה דם, יוצאת בכוחות עצמי, ומבינה לאט, לאט, שהייתי כרגע חלק מפיגוע שהתרחש ממש בסמוך לאוטובוס, זה הגיע גם אלי. הדם שעלי היה שייך לאנשים אחרים. נתקפתי בהלם. רציתי לרוץ, אבל לא הצלחתי. נפגעת חרדה. הבטתי בעיניים חלולות, עד שניגשה אלי מתנדבת במד"א והתחילה לבדוק אותי. הייתי בובות מרינוטה. לא הרגשתי כאב, הכל היה חלול, לא הרגשתי קיימת. פינו אותי לבית חולים. נחשבתי לפצועה קל, רסיסים בודדים חדרו אלי. רק בבית חולים הבינו את האסון. אכן, לא דיממתי משמעותית כלל, ולכאורה הכל היה חיצוני, מלבד רסיס אחד שפגע בי באופן קריטי, בצורה שאולי לא ידועה כלפי חוץ, אבל נדמה כי כל מי שיבין את הנזק הבריאותי, יימנע מלהקים איתי את ביתו.

לא פשוט, לא קל, בטח לא לנערה בשנים הכי קריטיות שלה. הוטסתי כמה פעמים לכמה מדינות כדי לנסות ולפתור את זה, טובי המומחים היו בעניין ו- אפס, לא נראתה הצלחה. היה רק רופא אחד שנתן עוד תקווה, אבל זה הותנה בכל כך הרבה תנאים ופרוצדורות, שהסיכוי היה קלוש. לא יהיה. אבל עדיין היתה חשובה לי הדיסקרטיות. ביקשתי ממשפחתי הקרובה לא לומר דבר, ואכן,

בעלת שם זהה לשלי. את התשובה על ההצעה ענו בטעות ל...חברה שלי.

כאשר התבררה הטעות האיומה, זה היה מאוחר מדי. אפילו ההורים כבר נפגשו ביניהם, הכל התקדם והגיע לשלבים הסופיים. זה היה הלם. הבחור שאבי חלם עליו, בחיר הישיבה, יתארס עם מישהי אחרת - וגרוע יותר היה, מבחינתי, זה שהיא השתמשה ב"שם שלי", כביכול, כדי לזכות בשידוך. ככה הרגשתי, כעס איום. באותם רגעים לא זכרתי את כל שיעורי המוסר והלכות לשון הרע. כלום. זעמתי.

הקב"ה לגלג זאת בצורה מדהימה, שכל הבריורים בשבילי נסובו עלי, ובעצם זו היתה היא. וכל זה כי הרב שלו לא ידע שיש עוד אחת כמוני באותו רחוב, ובאותה הכיתה. באירוסים שלה לא הסכמתי לבוא ולומר לה מזל טוב. כעסתי כל כך. איבדתי את כל

11.12.22 | י"ז כסלו
בית שרה לוי
(ישויו תעניך עפולה)

12.12.22 | י"ח כסלו
אולם ב"כ "בית אל"
רח' הוורדים 5

15.12.22 | כ"א כסלו
אולם בנימין של מלך
רח' דבורה הנביאה 12

מושב פראון ראשון
בהשתתפות הרב מאיר שווארץ

כפר יונה שני
בהשתתפות הרב יעקב חמו

אשקלון חמישי
בהשתתפות הרב יעקב חמו

שני חיון
חנן לדרמן
רביב זק

פתיחת שערים 19:30
מיועד לגברים ונשים בהפרדה מלאה
כרטיסים בעלות סמלית: 073-2221240

שלושה בקדירה אחת
ככה עובדים על המידות!

מופע קומי מוזיקאלי
קומדיה מוזיקאלית מצחיקה, שתפיל אתכם מהכסא! בשילוב מוזיקה מדהימה עם שבעה כלים שונים!
מופע מרגש, מקורי, מצחיק ומעורר מחשבה.

לא רק תורה שבכתב

המשך מעמוד 2 <<

משה רבנו עלה להר סיני והיה שם במשך 40 יום ולילה. במשך אותו זמן ה' לימד אותנו את כל פירושי התורה, רבדיה ועומקיה, שהם התורה שבעל פה. לאורך שנות נדודי המדבר משה רבנו העלה על כתב את התורה שבכתב על פי דבר אלוקים אליו. את התורה שבעל פה, שכללה את הכללים והפרטים, העביר בעל פה לחכמי הדור שלימדו והעבירו אותה לשאר העם.

למה לא הכל בכתב?

למה צריך את התורה שבעל פה? ולמה ה' בכלל רצה שתהיה תורה שבעל פה? למה לא למסור תורה אחת, שהיא רק בכתב, הכוללת את הכל?

1. **בדיוק כמו שקוד לכספת לא רושמים על פתק.** אחת התשובות לשאלה זו נמצאת במדרש: "צפה הקב"ה שעתידיים עובדי אלילים לתרגם את התורה ליוונית ואומרים אף הם ישראל, אומר הקב"ה לאומות: איני יודע אלא למי שהסודות שלי בידו, ומהו הסודות? זהו משנה" (ילקוט שמעוני, ספר הושע).

ה' ידע שיבוא יום ויקומו עובדי אלילים ויטענו טענת שווא, שה' הפר חלילה את בריתו עם בני העם היהודי, עם המצאות כאילו כרת עמם בריתות חדשות ומסר להם תוספת על התורה המקורית. המנגנון שמונע כל בר דעת להאמין לטענת הבל זו הוא שביאור התורה וסודותיה אינם ידועים לאף עם מלבד העם היהודי שקיבל זאת במסורת בעל פה. כשהקב"ה כרת את בריתו עמנו הוא העניק לנו את "הקוד" באמצעותו ניתן להבין את הכתוב שבתורה שבכתב, שהינה לרוב כותרות לא מובנות, תורה סתומה וחתומה. אותו קוד הוא למעשה התורה שבעל פה, המבטיחה את ידיעת התורה לבניו של הקב"ה בלבד - בני העם היהודי.

על דרך המשל, אם יש לנו כרטיס אשראי בארנק, סביר להניח שאת הקוד שלו לא נרשום על פתק, כדי שאם בטעות הארנק יגיע לידיים זרות, תימנע גישה של אחרים לחשבון הבנק שלנו. את הקוד נזכור בעל פה בלבד, ונמסור אותו בעל פה גם כן רק לקרובים בלבד שנרצה לאפשר להם גישה, כמו האישה או הבעל. כך גם ה' נתן את היהלום שבכתב, התורה, לבניו בלבד. וכדי שמתנה יקרה זו לא תגיע לבני אומות אחרות, רצה אלוקים שהבנת התורה לאמיתה תישאר בעל פה בלבד.

רק התחלנו. המשך בשבוע הבא, בעז"ה.

עשיתי בירור קצר ושמעתי שבשנים שחלפו היא מנהלת משפחה יפה עם ארבעה ילדים. החלטתי להתקשר אליה. לא היה מענה. בנוסף ניגשתי להוריה, בפנים נפולות, מתביישת עוד מאז. אבל אז גיליתי אמת אחרת, הוריה סיפרו לי בדמעות שהבת שלהם חולה, חולה מאוד. היא בבית חולים. זה היה מהיר כל כך. מרגע הגילוי ועד עכשיו היא מוטלת תלויה בחסדי שמים ובתפילות. שיתפתי אותם ברצון שלי למחילה, ביקשתי חמלה. לא ידעתי אם זה אפשרי, אבל הם היו אנושיים כל כך. למחרת הגעתי אליה, למחלקה הנוראית הזו, נזכרת שוב מי קוצב חיים לכל חי, מצטמררת מהעיתוי.

ראיתי אותה חיוורת וחלשה, חצי מלאך. היא חיכתה לי, ראיתי את השמחה על פניה. נצבט לי הלב למה לא עשיתי זאת עוד קודם. פתחתי את הדברים. היא כבר ידעה למה באתי, ומחלה לי מיד. שפכתי שם דמעות, סיפרתי לה על חיי, שיתפתי אותה בסוד חיי. בכינו יחד. זה היה רגע של חרדת אלוקים, יום כיפור קטן. היא לקחה לי את היד ואמרה: "אני לא יודעת כמה עוד נשאר לי, אבל אחרי, אני מחזירה לך את השידוך שלך. יודעת שילדי יהיו בידיים טובות". הזדעזעתי. לא לכך התכוונתי. "חלילה", נזעקתי, "עוד נכוננו לך חיים עד 120...". אבל היא רק חיכה חיוך קלוש ומיוסה, ולחצה לי את היד. עיניה נעצמו, היא היתה מותשת. הבנתי שפגישתנו הסתיימה.

יצאתי משם אדם אחר לגמרי. שבועיים אחרי, היא נפרדה מאיתנו לנצח. וכן, בתוך שנה מפטירתה נישאתי לבחור ההוא. השידוך "שלי" חזר אלי עם ריבית והצמדה. טוב לי. יש לי משפחה, ואני משתדלת לתת לה את כולי, נוצרת לחברתי בנאמנות את הבטחתי. היא תמיד תהיה חלק מאיתנו. היא האם, אני הגעתי להמשיך את מה שביקשה. ואני יודעת דבר נוסף: מלבקש סליחה לעולם לא מפסידים. ההפך.

רק הורי ומספר מועט של אנשים ידעו את האמת. רציתי להמשיך ולהציג כאילו אני כמו כולן, לא שונה ואחרת. לא רציתי אצבע ברוחב. הספיק לי שדיברו על ההצלה שהיתה לי, וביקשו ממני לבוא ולדבר בכל כנס של ימים נוראים וכאלה. היה לי הרבה על מה לדבר, כי רק מי שהיה שם ראה את "זה קלי", כחוט השערה בין המוות לחיים, ללא הסבר. כביכול, מישהו עבר בין כולם ובחר לו את מי הוא רוצה אליו, ואת מי הוא משאיר לחשבון נפש.

אז עדיין לא הבנתי את הרמזים. ניסיתי לחזור לשגרה, להתרפא. אציון, שכל חברותי הגיעו לבקר אותי, לעודד ולשיר. הייתי מוקפת באהבה. כן, גם חברתי ש"גנבה" לי את השידוך. התביישתי ממנה כל כך, שלמרות הכל היא הגיעה כאילו כלום לא קרה. אבל עדיין לא היה בי העוז לקום ולבקש ממנה סליחה ומחילה. חשבתי על זה שאילו השידוך היה ממשיך כמו בתכנון המקורי, הרי שחלילה יכול להיות שהבית היה נותר ריק מילדים לעולם.

המשכתי בחיי. נלחמת כמו שרק אני יודעת, לא נותנת לעצבות לשלוט בי. אנשים לא הבינו למה אנחנו מורידים שידוכים ובכלל לא מוכנים לשמוע, גם כשכבר עבר זמן רב מהפגוע. במקביל, התקדמתי בעבודה וקיבלתי תפקיד נחשק שמעטים בגילי זכו להגיע אליו. היתה לי בסיעתא דשמיא הצלחה מסחררת. ככל ששקעתי בעבודה,

הרגשתי כמה חסרים לי בית משלי ומשפחה. ואז החלטתי לשמוע שידוכים שוב ולומר את האמת. עכשיו כבר היה קל יותר, כי ההצעות הרגילות שינו כיוון, והתחילו לזרום ההצעות של כאלה שהם בפרק ב' של חייכם, עם ילדים וכלי. אבל גם כאן נראה היה שהכל שםם וחרב. שום דבר לא התקדם, עד שהרגשתי שדי, משהו קורה, ואני חייבת להבין על מה ולמה. או אז נזכרתי בחברתי. היא. עם "השידוך שלי". נזכרתי בבושות שגרמתי לה, בעוגמת הנפש, ובעיקר בכך שעדיין, למרות הכל, לא ביקשתי ממנה סליחה.

לא חשבתי לרגע על חברתי ומשפחתה, על הבושות, על החרת דמה כך רבים. אבל לא חשבתי על כלום, כאמור. חשבתי על צדק, כשהארס מפעפע בי



נועדת לשנות חיים!

הידברות קולג' מזמין אתכם ללמוד יעוץ והדרכה לבית היהודי. מקצועות מבוקשים עם משמעות משנת חיים.

הקורסים שלנו

<p>מדריכי חתנים תחילת הקורס: יום א' 8.1.23 • ט"ו בטבת</p>	<p>מדריכות נלה תחילת הקורס: יום ד' 11.1.23 • י"ח בטבת</p>
<p>יועצי נישואין תחילת הקורס: יום ה' 12.1.23 • י"ט בטבת</p>	<p>יועצות נישואין תחילת הקורס: יום ב' 9.1.23 • ט"ז בטבת</p>

← מקצוע מבוקש ורווחי ← מקצוע עם שליחות ← **תעודה מוכרת מטעם מכון ארנברג לפרטים והרשמה: 073-222-1-300** | בית הידברות רח' אריה שנקר 20, פ"ת

הידברות קולג'

SAVE THE DATE

יום פתוח לערבי המבוא ליעוץ נישואין

נשים שלישי 27.12 • ג' בטבת
גברים חמישי 29.12 • ה' בטבת

בהנחיית הרב יעקב ארנברג



הישיבה הקדושה לאנשי התרבות והאומנות, ולא רק

גולן מגיע לביקור בישיבת "נתיבות עולם" - ישיבה של חוזרים בתשובה, ופוגש שם, בין השאר, את אהוד בנאי

חשבתי שיש רק קלקול?", שאלתי אותו. "אני, כמו סֶבֶל, הבאתי את המשפט הזה מרבי נחמן מברסלב אל השיר שלי", מספר אהוד, עברו בערך 30 שנה מאז שהשיר הזה יצא, ואז גם התחיל הקשר שלי עם המקום הזה, עם 'נתיבות עולם', בזכות אחי הבכור, אליהו. הוא היה מורה לספרות ומחנך בבן שמן קרוב ל-40 שנה. הוא יצא לפנסיה לפני שנתיים. בסוף שנות השמונים הוא התחיל ללמוד כאן, ואחרי שאבי נפטר, היה לי צורך לחזק את הקשר עם אחי היחיד. ואז התחלתי לבוא לכאן, כדי ללמוד איתו, וכדי להכיר קצת יותר את העולם שלו. התחלתי ללמוד כאן, לא יותר מפעם-פעמיים בשבוע. עד היום אני לומד עם אחי חברותא של גמרא, וזכיתי, כי אחי הוא מורה, הוא יודע ללמד, והוא נתן לי בעצם להוביל את הלימוד. זה לימוד של קרוב ל-25 שנה."

איך מלימוד כזה עם אח מגיעים עד כדי כך?
"היתה לי אמונה בקב"ה מאז שהייתי ילד. היתה לי איזושהי אמונה באמת של התורה שבכתב. אבל הייתי קצת 'קראל', היה לי איזה מחסום עם התורה שבעל פה. למה הפרדה של שעות בין בשר וחלב, איפה כתוב תפילין, ההיגיון של הדברים. ואז התחלתי ללמוד פרקי אבות עם הרב אדרת. פרקי אבות הם בעיקר ציטוטים של חכמים. הוא היה מחיה כל דמות כזו שעלתה בלימוד. הלל ושמיא, רבי יהודה הנשיא, אלישע בן אבויה. כל הדמויות האלה. השיעור היה מלא בדברי אגדה על האנשים האלה, על התנאים. והעולם של התנאים פתאום נפתח בפני. אלה אותם אנשים שכתבו את התורה שבעל פה. אני זוכר שהרגשתי מין בושה כזאת. אמרתי לעצמי, יש להם כזו עוצמה רוחנית, לאנשים האלה, הם גם הקימו את היהדות מחדש. אז אתה שואל את עצמך אם להניח תפילין או לא? זה ממש היה לי מין קטליזטור להתחיל לקיים את המצוות של התורה שבעל פה. הייתי עד אז סוג של שומר שבת בדרכי, ושומר כשרות בדרכי, וזה היה כבר להיכנס לגמרי לתוך העניין."

"קיבלתי כאן גם עזרה ברגעים מורכבים. למשל, כשהתחלתי לשמור שבת, אחי אמר לי: 'הרב ברוך רוצה לדבר איתך, תבוא לישיבה'. הייתי בטוח שהוא יבוא ויגיד לי איזה יופי, כל הכבוד. אבל אני נכנס, והוא אומר לי: 'מה שלום אשתך?'. אני אומר לו, 'בסדר'. והוא שואל: 'קשה לה?'. אני עונה שכן, והוא אומר: 'היא צודקת. מה היא אשמה שהשתנית?'. ואז הוא נתן לי תובנות איך להתנהל. לא להחמיץ פנים כשאני חוזר הביתה מבית הכנסת בשבת והטלוויזיה דלוקה, לא להתנגד לטיול בשבת. הוא הסביר לי ששלום בית קודם לכל. זו היתה שיחה של רבע שעה, שנתנה לי כיוון לשנתיים."

אני עומד שם עם המון מחשבות שמתערבבות בקול התורה שהולך וממשיך, כובש לבבות ועושה לך חשק להישאר שם עוד ועוד.

מתוך התכנית החדשה של גולן אזולאי בהדברות דיגיטל, "גולן עם העם"

בתשובה.
"גם אני לא הבנתי את זה עד כדי כך. אבל נכון, כשאתה מתקרב, זה רק דבש. הנה, תראה את הספרייה כאן מאחורי - אלה ספרים של תלמידים. 80% מהספרים כאן הם או של תלמידים, או של בנים שלהם."
אני נכנס לסיור בישיבה, ויושב לשיחה עם שניים מהתלמידים בה, מורן ועידו.
אתם נראים כמו חברים טובים, כמה זמן אתם בישיבה יחד?
מורן: "בערך שנתיים וחצי".

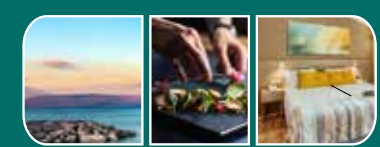
עידו: "אני פה חמש שנים."
מה אתם יכולים לספר על הישיבה?
עידו: "תראה, נכנסנו לפה לפני חמש שנים, ואנחנו לא יוצאים. אני חושב שזה מדבר בעד עצמו. זה מקום שמנותק מהעולם, מקום שעובד אחרת. יש פה כאלה שאומרים שזה כמו תיבת נח, יש כאלה שאומרים שכל העולם עוצר כאן. אתה מרגיש שאתה עושה את הדבר הנכון."
למה דווקא "נתיבות עולם"? למה בחרתם בישיבה הזאת?
עידו: "זה לא כמו גן עדן, זה גן עדן עצמו. ככה אני מרגיש, חד משמעית", אומר מורן. גם עידו מוסיף: "מי שרוצה שלוה ואושר, נכנס לבניינים מהסוג הזה".

אני ממשיך לסייר בישיבה, ולפתע אני רואה שם תלמיד מוכר מאוד, אהוד בנאי. זמר ויוצר ישראלי מוכר ומוערך.
"אני מתרגש לפגוש אותך", אמרתי לו. סיפרתי לו עד כמה הוא נמצא אצלי בלב המון. גם הוא חלק מהתשובה שלי. לפני שחזרתי בתשובה, הייתי במזרח הרחוק, וחזרתי ממש בדיכאון, חשבתי על הגרוע מכל. ואז שמעתי את השיר שלו, "אל תפחד, אתה לא לבד, אז תאמין שאם קלקלת אתה יכול גם לתקן". מהמשפט הזה כמו נורה לי חץ לתוך הלב, ואז הבנתי שאני רוצה לנסות לחיות. "איך לא חשבתי על האפשרות שיש תיקון בעולם? למה

רדתי מירושלים הקדושה אל בני ברק הרועשת, ואני הולך להיכנס לישיבת "נתיבות עולם", ישיבה של חוזרים בתשובה, רובם ככולם. אנשים מכל החברה, כולל שחקנים ואמנים - דני שטג, אהוד בנאי ועוד רבים.
אני מתרגש מאוד להיות פה, פעם ראשונה שלי. כבר מתחילת התשובה שלי, לפני 20 שנה, שמעתי על "נתיבות עולם", הציעו לי ללמוד פה. הסתקרנתי, אבל זה לא עלה בידי. אני משוחח עם ראש הישיבה, הרב יוסף ברוק, שהיה מן המקימים של הישיבה, כבר בגיל צעיר מאוד.



הישיבה, אם שאלתם, חגגה לפני מספר חודשים 42 שנים. ואני מבקש להבין למה משהו קם ומבקש להקים ישיבה לחוזרים בתשובה, למה לא כולל אברכים למשל?
"זו שאלה מצוינת ששאלו אותי גם בשעתו", אומר לי ראש הישיבה. "כולם הסתכלו עלי בחוסר הבנה, מה אתה הולך בכלל לישיבה כזו, מה יהיה שם? לאנשים לא היה אמון בנושא, לא חשבו שיהיה מי שימלא את הישיבה. היו כבר כמה מפורסמים שחזרו אז בתשובה - הרב אורי זוהר, הרב איקא ישראלי, אריה יצחק, מרדכי ארנון. התחיל משהו, אבל זה היה נראה כמו קוריוז חולף. ופתאום באים שלושה אנשים צעירים, ואומרים - אנחנו נקים מסגרת לאנשים האלה. האמת היא שאין לי היום תשובה ברורה על זה, אבל אני יודע דבר אחד - שבאותם זמנים, זה היה לי ברור כל כך שצריך לעשות את זה, שלמרות כל האנשים מסביב שניסו לשכנע אותי, אנשים טובים וחכמים - זה לא עבר. הייתי חודר מטרה".
הם לא הבינו איזה דבש זה, לימוד עם החוזרים



מלון כינר גליל מזמין אתכם לשבת חורפית מול נפי הנרת המדהימים כאן תיהנו מחדרים מפנקים, סעודות גורמה ואווירת שבת מלוחה בהרצאות מרתקות.
שבת שפשוט מחממת את הלב!



הרב חיים זאיד | הרב אבנר קוואט

האווירה מתחממת
לבית מלון כינר
במלון כינר גליל



"העולם החשיך בבת אחת"

אביחי יעיש גדל כילד בריא לכל דבר. העיוורון תקף אותו במפתיע וטלטל את עולמו, ואז, במקום להישבר, הוא החל לראות באמת

בעצם, דווקא אז הגיע מהפך בהסתכלות שלך על התורה והמצוות?

"התקופה ההיא שינתה משהו בתוכי. בשעה שאושפזתי בבית החולים הגיעו לבקר אותי בני המשפחה הרחבה שלי, בהם גם בני משפחה חרדים. עד אז הם היו בעיני הדוסיים החשוכים, אלו ששומרים באדיקות על התורה והמצוות. מבחינתי התנהלותם הייתה מוזרה ולא מעודכנת, אבל באותם רגעים קשים הם היו אלו שדיברו איתי דברי אמונה וחיזוק אותי. באותם רגעים שישבתי מול הרופא ססיפר לי ולאמי את הבשורה הקשה בחיי – ציטטתי בלבי את דברי האמונה הללו. הבנתי שהרופא האמיתי הוא הקב"ה והוא זה שיחליט מי יהיה בריא ומי חולה, והיכן שנגמרת הרפואה מתחילה ההשגחה העליונה – וקיווייתי שאשוב לראות. זה גרם לכך, שכאשר יצאנו מהחדר אני הייתי זה שעודד את אמי. אז ראיתי את ההתממשות של מה שמובא, שאין ניתן ניסיון לאדם אלא אם כן הוא יכול לעמוד בו.

"עד כמה הייתי רחוק קודם לכן מהדת ניתן להבין מכך שעד אותו יום לא הייתי מניח תפילין", הוא מוסיף, "אבל בבית החולים קיבלתי יציאת והתחלתי להניח גם תפילין. זה בעצם היה הרגע שבו יצאתי מהמצב שבו הייתי קודם לכן והתחלתי להסתכל על העולם בדרך אחרת, נכונה הרבה יותר, שלא דרך העיניים אלא דרך האוזניים. חדלתי להסתכל בקנקן שממילא לא יכולתי לראות אותו, והתחלתי לראות את מה שיש בתוכי. לפתע, כאשר הנראות נעלמה, התחלתי להבין את העולם אחרת. לפתע 'ראיתי' שחשוב יותר איך אנשים נשמעים ולא איך שהם נראים. בשלב הבא, אנשים שהערצתי אותם עד אותו היום התבררו בעיני כאנשים שאין בהם כל תוכן, ולהיפך, אנשים שכלל לא הבטתי לכיוון שלהם – לפתע התגלו בעיני כאנשים חכמים, רגישים וראויים. באותם ימים הבנתי שעד אז חייתי בעולם לא אמיתי, שכולו הצגות ונראות. כתוצאה מכך התחלתי לערוך חשבון נפש עם עצמי, שהוביל אותי למסקנות על החיים, על התורה ועל היהדות."

בחרת לך מקצוע מעניין בעבור אדם שאיננו רואה.
"בהחלט. אני משמש כיום כמורה, וזה מורכב, לא פשוט בכלל, אבל ברוך השם אני מסתדר ומצליח לנהל את הכיתה בצורה ראויה שאיננה פחותה מזו של אדם שרואה."

איך זה מצליח בפועל?

"יש ילד שמסייע לי במסירת השיעורים, אבל אני לא אומר שלא היו אתגרים. בתחילה היו הורים שלא קיבלו את העובדה שלבנם יהיה מורה שאיננו רואה. גם בשלב שבו חיפשתי לעבוד בתחום היו הרבה 'טריקות דלת' עד שקיבלתי את המשרה הזו. היו רואים אותי עם כלב נחייה ופשוט טרקו לי את הדלת בפנים, כפשוטו, עד כמה שזה נשמע נורא. מי שלבסוף הוביל לכך שקיבלתי את המשרה הזו היה הרב יצחק שרביט, אדם נפלא, שהכיר אותי והציע לי לבוא איתו לכמה בתי ספר, עד שהגענו לבית ספר בגבעת שמואל ושמנו המנהל החליט לקחת את האתגר הזה. לשמחתי, גם רוב ההורים מאושרים על כך שאני המורה של ילדיהם."

כאדם ש"רואה דרך האוזניים", הוא מבקש להעביר מסר. "חשוב לי שבינינו שלאנשים בריאים יש סטיגמה על אנשים חולים", הוא אומר ומסביר: "אני רוצה שלא יסתכלו עלי אחרת. אני הרבה יותר מהעיוורון שלי."

והדרך שבה הוא מצליח לראות לעיתים את מה שבעלי הראייה לא מבחינים בו, אומרת הכל.

אביחי יעיש (34) מחלק את חייו לשניים: אלו שלפני העיוורון ואלו שלאחריו. "אני נשוי פלוס שלושה ילדים ואפילו עוסק במקצוע שאף אחד לא מאמין לי כשהוא שומע על כך לראשונה", הוא אומר בסיפוק, "אבל המציאות הזו בכלל איננה מובנת מאליה."

סיפורו של אביחי מתחיל בעיר רחובות. "אף על פי שגולדתי למשפחה דתית לאומית, וזו הייתה המסורת הרוחנית שגדלתי עליה, כיום אני יודע שהייתי אז יותר דתי-חילוני כזה. בשבת היינו אומנם הולכים לבית הכנסת, אך מאידך גיסא גם הולכים למקומות שאין רוח חכמים נוחה מהם. לא פלא שכנער צעיר חיפשתי את הפיתויים ואת הנאות החיים, ופחות את התורה והמצוות."

הסיפור שלו החל להסתבך כאשר עלה לכיתה י"ב. "באותה תקופה", הוא נזכר, "היינו משחקים כנערים

"זה מה שיש לאביחי, הם אמרו לאמי. ואז הגיעה הבשורה הקשה, 'אלו הולכים להיות החיים שלו. כדאי להסתגל לכך'. זה כמו בן נפל עלינו כרעם ביום בהיר"



לראות אמונה

"רבי עקיבא אומר שמי שמגיע לבקר חולה נוטל עמו אחד חלקי שישים מחוליו", הוא נאנח, "ובמקרה שלי היו בעת האשפוז המונים שהגיעו לבקר, זה אומנם לא לקח ממני את הפגיעה בראייה, אבל החולי הוא גם חולי הנפש, ואכן בזכות הביקורים הרבים – פחות הרגשתי את המצב החדש שאליו נכנסתי. למזל, והיום אני יודע עד כמה זה היה למזל, פחות חשבתי באותם רגעים על מה שקורה איתי."

לאחר שבוע שלם של אשפוז, הגיע אליו הרופא עם הבשורה הקשה: "איננו יודעים מדוע אינך רואה. עשינו כל בדיקה שהיא, והמצב כלל לא ברור". באותו רגע, אביחי חש שהקרקע נשמטת מתחת רגליו. "מורים פרטיים החלו להגיע לביתי כדי ללמד אותי, ולמזל גם החברים לא זנחו אותי והמשיכו לבוא, לבקר ולעטוף אותי."

זמן רב לקח לרופאים להבין מה יש ליעיש. "לאחר ארבעה חודשים, קיבלנו טלפון ובו עודכנו שהרופאים מצאו את הבעיה. הם אמרו לנו שיש להם תוצאות, והזמינו אותנו לבוא לבית החולים. בבית החולים התוודעתי למושג חדש: מחלת לבר. 'זה מה שיש לאביחי', הם אמרו לאמי. ואז הגיעה הבשורה הקשה, 'אלו הולכים להיות החיים שלו. כדאי להסתגל לכך'. זה כמו בן נפל עלינו כרעם ביום בהיר. זה היה הרגע שבו הבנו שזהו, החיים שלי השתנו לעולם". דבר נוסף השתנה. "עד אז", מציין אביחי, "העיניים שלי היו נשואות לרופאים ורק אליהם, בתקווה שהם ירפאו אותי ויביאו מזור לבעיית, אבל אז הבנתי שהם אינם התקווה שלי, אלא דבר אחר, מעבר לאותם רופאים שמדברים בשפה שבקושי הבנתי, והוא הקב"ה."

משחקי רחוב שכללו אלימות ממשית בין התלמידים, זאת כחלק ממאמץ לפרוק אנרגיות. המקרה ששינה את חייו התרחש באחד מהמשחקים הללו. "זה קרה כאשר שיחקתי עם ידיד שגדול ממני מבחינה פיזית, וכתוצאה מכך גם חזק ממני. בשלב מסוים עפתי כשהראש שלי כלפי מטה, ופני נחבטו בברך של אותו ידיד. אני זוכר שקמתי הייתי מזועזע מעט. חזרנו לכיתה, כאשר תוך כדי אני לוקח מעט קרח מהמקפיא ושם על מקום הפציעה במטרה להרגיע את הכאב. חשבתי שבוזה העניין מסתכם.

נשטוש גובר

"עד אותם רגעים הייתי בריא לחלוטין, עם ראייה טובה, ללא משקפיים", הוא מספר. "אני זוכר היטב את הרגעים ההם שבהם כל זה השתנה", הוא שב כמעט שני עשורים לאחור. "רציתי לכתוב את מה שהמורה כתב על הלוח, אבל תוך כדי שאני מסתכל על הלוח – גיליתי לפתע שאינני רואה מה כתוב שם. הבנתי שמשוהו כאן לא בסדר. בסוף היום סיפרתי לאמי שאינני רואה מה כתוב על הלוח, ונדמה לי שיש צורך לקבוע תור לרופא עיניים."

בשלב זה לאביחי נקבע תור לרופא, אך ככל שחולף הזמן הוא מגלה לחרדתו שמצב הראייה

הידברות לנוער

שווה ציטוט



”

”הייתי מפורסמת וידועה, אבל הייתי במידה רבה תוצר של תדמיות. הפנתי אז, שזה לא מה שיביא לי את האושר, ושאני צריכה עצרה רוחנית כדי להתקרב למקום אמיתי... התחלתי להתעמק ביהדות והתברר לי שיש האמת”. (אלי אנקרי)

”



חבל שאין לי פנים אחרות!?

מעצמם נובעת מההשוואה אל מול השלמות הנראית על גבי פרסומים וכדומה. עולם השקר והפרסום מציגים בפניהם זיוף של שלמות, שגורם להם להרגיש לא טוב עם עצמם. מתי ההרגשה הזו תיפסק?

כשנפסיק לצרוך את מה שמנסים להאכיל אותנו, כשנפסיק להכניס לתודעה של עצמנו תמונות לא מציאותיות של שלמות. זו עוד סיבה, אחת מני רבות, להשתמש עם מכשיר כשר ולעזוב את הסמארטפון הפרוץ, למי שעדיין לא עשה זאת.

החיוכים שרואים על המסך הם מעושים; השיער? עבר עיצוב של שעה וחצי; הפנים? שילוב של פלסטיקה ואיפור מקצועי. מה שרואים על המסך זו אשליה. אשליה של חיים מושלמים. אשליה של עור חלק ללא קמטים. אשליה של שמחת חיים ואושר שלא פוסקים לרגע.

כשמתרחקים מהמדיה ולא נחשפים לאותה שלמות מזויפת, הנפש נמצאת באיזון הבריא של, ומרגישים הרבה יותר טוב. ואז, כשקמים בבוקר ומסתכלים במראה, פשוט מרגישים לגמרי בסדר עם עצמנו.

והכי חשוב שנדע, שהבורא ברא אותנו בצלמו בצורה הכי טובה ונכונה לנו.

לא מרוצים ממה שאתם רואים במראה? ושואלים את עצמכם אם קיים סיכוי שיום אחד תקומו בבוקר, ופשוט תאהבו את החיצוניות שלכם? אחת הסיבות המרכזיות לדימוי גוף שלילי היא ההשוואה שאנחנו אוטומטית עושים בין עצמנו לבין מה שאנחנו רואים. הבעיה הגדולה מתחילה כשיש חשיפה לסטנדרטים לא ריאליים. בדיוק כמו שקורה לאלו החשופים לכלי המדיה והתקשורת הלא כשרים.

את מי בוחרים להראות בכלי המדיה? לרוב, אנשים בעלי נראות הרבה גבוהה יותר מהנורמלי והממוצע. את הישראלי הממוצע, עם הכרס הממוצעת וקו השיער שמזמן עשה רוורס - פוגשים בצידו האחר של המסך...

ולא לשכוח, רובם הגדול של הידוענים למיניהם משקיעים זמן ניכר מחייהם בטיפוח עצמי וחיצוניות. ולזה תוסיפו איפור מקצועי, תאורה שמסתירה כל פגם הכי קטן בעור, ועיבודים שונים שגרפיקאים עושים מאחורי הקלעים, זה מה שרואים כל היום בעלי הסמארטפון ושאר כלי המדיה שאינם כשרים. ואחרי כל זה, לא פלא שכאשר הם מסתכלים על עצמם במראה הם מרגישים מאוכזבים ממה שהם רואים. ההרגשה של חוסר שביעות רצון

השו"ת המקוצר

שווה חיוך

קונה ירקות כדי להתחיל לחיות בריא
2 בלילה:
טובל זכר בוטלרה

אם החיים נותנים לכם אימונים,
פסל פנים ואופן אל תבינו מהם אופנים

קראים לזה חטף אנרייה כי זה ממלא
אותך בכוח לבית אבא שואכרמה

בזה בעיה של בל תשחית?

אסור לעשות זאת ויש בזה משום בל תשחית. כך כתב הבן איש חי בפרשת בחוקותי. כדאי לחפש דברים שאינם מזון, כמו חול וכדומה.

האם מותר לומר את שם ה' בשינוי, למשל "אמוני" או "אדושם"?

עדיף שלא להזכיר בצורה זו, משום שאין זו דרך כבוד.

דיברתי בטעות באמצע הבדלה. האם יצאתי ידי חובת הבדלה?

אם הדיבור היה באמצע ברכת המבדיל, צריך לשמוע שוב הבדלה.



איך מניחים תפילין ביד שמאל, אם יד ימין מגובסת ולא מתפקדת?

אין חובה להניח את התפילין ליד. אפשר לבקש מחבר שיעזור לך להניח את התפילין של יד.

השתמשתי בנטלה לשימושים שונים, כמו שפיכת מים לניקוי בשריות, האם מותר להשתמש עכשיו בנטלה לנטילת ידיים?

מותר ואין בזה בעיה.

אני רוצה לעשות פעילות לחניכות, שבה מחפשים סוכריה בתוך קופסה גדולה של קמח. האם מותר, או שיש



שיעור ממשורר הרחוב

המפגש המפתיע עם משורר הרחוב שמסתיר סיפור מפעים ומותיר תובנות מעוררות מחשבה

אט אט קרב אלי ההלך, שיער ארוך גולש מראשו. נראה כי לא הסתפר זה זמן רב. פניו מקומטות, משקפיו תלויות לו על צווארו. מראה שנע בין חסר-בית לבין פרופסור מפוזר. במטרים שנותרו עד שיגיע אלי, ניסיתי לנחש מדוע הוא בא. בידי היה צרור דפים צבעוניים, כל דף בצבע אחר, נדמה שמודפסים עליהם אותיות ומעט אירוסים. האם הוא קבצן? יהיה לא נעים, כי במקרה אין עלי ולו מטבע דל. או שהוא מחלק פרסומים.

"שלום", הוא הביט לתוך עיני. "אתה אוהב שירה?". האמת היא שהייתי משיב לו, אוהב גם אוהב, אלא שהוא לא נתן לי כל כך זמן להגיב. "אני משורר. אלו שירים שאני כתבתי. זהו ציור שצייר עבורי האמן מנשה קדישמן", ואז הוא מיהר גם להרגיע, "אלו בסך הכל שירים שאין בהם שום דבר של כפירה".



הבטתי בשורות שכתב. נראה מעניין, אבל הדף לא יכול היה להישאר אצלי, היות שכלל יש בידו: "אומנות לא מחלקים בחינם". זה דווקא מקסים. הוא מציע לקבל בתמורה אגורה או שקל, העיקר שאבין שיש לזה ערך.

אז אולי לא יצאתי עם הדפים הצבעוניים שלו, אבל סיפור מדהים נותר בידי. קוראים לו אברהם. הוא נולד בארץ להורים יוצאי גרמניה, לפני מעט יותר משמונים שנה. לפני שנים רבות הוא עבד כבנקאי, והתקדם מהר במעלה הדרגות בעבודה, עד שהפך למנהל סניף בנק בחולון. ואז הגיע היום בו הלך לעולמו הבוס שלו, בנסיבות טראגיות. לפתע הוא ראה את העולם אחרת, ושאל את עצמו מכיסאו המכובד, איזה מן חיים אלה, של שיעבוד. הוא פרק כל עול חברתי, עזב את כל מה שהכיר, נטש במידה מסוימת גם דמויות קרובות (זה אכן לא ממש דבר חיובי), ויצא אל העולם. הוא הפך להיות משורר רחוב. המילים הן הבית שלו.

הוא הולך ממקום למקום, מוכר את שיריו בעיקר ברחובות תל אביב - ובעיניו זה הפרס הגדול, לקום בבוקר וללכת לישון בערב כשאתה עושה את הדבר שבעיניך נותן משמעות. אז אולי חשבון הבנק של מי שבעצמו נזף בכולם והחזיר להם את הצ'קים - ריק, אבל הוא מרגיש כמו האדם המשוחרר ביותר.

מבלי להיכנס לפרטי הפרטים של הסיפור, משהו בזה שאדם מסוגל להגיע לתובנה של המרדף אחר הכלום, לבעוט בסמל הכסף והשעבוד ולצאת מכבלי העולם אל הרחוב לעשות את "מה שאני רוצה לעשות כשאהיה גדול", כלשונו, משהו שממלא לו את הנפש, ולהעריך אותו כל כך, הוא מעורר השראה.

כשהוא התרחק, פתאום נפלה בי הכרה מדהימה שהציבה בפני שאלה: איך זה שאנו לא מספיק שמים לב לזה מסביבנו?!

תיכנסו לבית המדרש הקרוב שבו יהודים לומדים תורה כל היום. הם עוסקים בשירה. השירה הזו, אותה העניק לנו הבורא. הם בעטו בכל מוסכמות העולם, וזה לא קל. כל אחד מהם יכול להיות איש עסקים מצליח, והם בחרו לעשות את מה שהם רוצים להיות כשהיו גדולים. הם רוצים להיות גדולים כבר עכשיו.

אפילו בלי המבט הזה על זכות התורה בהגנת עם ישראל, אפילו בלי העובדה שהעברת התורה מדור לדור תלויה בכאלה שיעזבו הכל וישקיעו בתורה.

הם ראויים לעורר השראה רק על הפעולה הזו של בחירה במשהו רוחני במקום משהו גשמי, ותאמינו לי שהם מסוגלים, ויש להם ראש טוב.

(גם אלו שיש להם התנגדות לקצבאות לאברכים או לתמיכה של המדינה בעידוד לימוד תורה, מבינים ש-700 שקלים לחודש או אפילו אלף, לא הם הדבר שיכול לשכנע אדם בעל משפחה שכדאי לו להשקיע בתורה יומם ולילה. מי שנושא את זה על שכמו וראוי לכל הערצה שבעולם אלו הן הנשים היקרות, שבחרות במודע בחיים כאלה, שדורשים ויתור עצום לצד מוכנות לעמול קשה בשביל זה).

אבל לא רק זה מה שלמדתי ממשורר הרחוב. השיעור החשוב היה לשאול את עצמי, מה איתי? מה איתנו?

הסיפור של המשורר הזכיר לי נער בשם יחזקאל, ילד יתום בוורשה של לפני למעלה ממאה עשרים שנה. הילד בן החמש עשרה בערך, שכבר למד קצת בישיבה, נאלץ לעזוב הכל כדי שיהיה משהו שייסייע לו לחיות, ולו בדלות. הוא מכר פרחים לפרנסתו. באחד מימי שישי, בעת שיצא מהמקווה, שהיה בעצם בית המרחץ שבו יכול היה להשתמש, הוא גילה כי מישהו גנב מכיסו את כל המשכורת השבועית שלו. זה זעזע אותו. לא, לא השבר והאבדן, גם לא העובדה שאפילו לחם הוא לא יכול לרכוש לעצמו, אלא מחשבה עסקית פשוטה: אם ברגע אחד ניתן לאבד את משכורת של עמל שבוע שלם בלי שינה ומנוחה, הרי כדאי להשקיע במה שאי אפשר לגנוב. הוא עזב את הפרחים, שב אל הישיבה והיה לאחד מגדולי ישראל (הצדיק בעל האמונה הגאון רבי יחזקאל לוינשטיין, מנהלן הרוחני של ישיבות נודעות).

אז כמה אנחנו, בתוך הלחצים של חיי היומיום, עוצרים לרגע ועושים משהו בשביל הרוח, בשביל הנשמה?

האם יש לנו משהו שלא יוכלו לקחת לנו לעולם?

כנמה מילים:

הלחץ של השגרה לא יעצור לעולם. רק אנחנו יכולים לעצור לרגע את השעבוד, ולו לכמה דקות. להתחרר, לעשות משהו בשביל הרוחניות, כזה שיישאר לנו לעולם.

המדור בחסות

נעם
בר מים היברידי

שאלה בנועם

יששכר שמחנא אתגר את ילדיו בשולחן השבת: היכן מצוינו באחד המועדים שהתירו לכתחילה לרקוד ולמחוא כף ממש כרגיל, ומדוע?

כתרון החידה מעלון: כרשת תולדות:

תשובה: א. כבר נזכר לעיל שיש מבני אשכנז שנהגו להקל בדבר, בהסתמך על מה שהביא הרמ"א (בהגדה לסימן של"ט ע"פ ג. שיש שנהגו להקל בדבר בזמנו, כי לא בקיאים בחיוב וכו'). אולם היתר זה מוגבל כאמור לבני אשכנז, ולספרדים אסור לחלוטין. ואפילו לבני אשכנז כבר ציינו לעיל שהמש"ב (ש"ס סק"ז) כתב, שאין כדאי להקל לדבר אלא לצורך מצווה.
ב. היתר נוסף ישנו, לכל העדות. והוא, ללכת במחול, כלומר בצורה סיבובית ובמעגל. כי "ריקוד" שנסטר, הוא דווקא ריקוד ממש, שעוקר רגלו מהקרקע ומניח את חברתה, וחוזר חלילה, ולא נאסרה הליכה במחול. אך כתב בילקוי מהמחמיר גם בזה תבוא עליו ברכה.

המרלה!

בין הפותרים נכונה

יורגל שובר ברשת

תשובות יש לשלוח למייל:
alon@afikim-water.co.il
או 02-5807576 :0977

אסיקים
טכנולוגיות מים מתקדמות



להזמנות:

077-80-37-880

כשיש נועם 2, אין שאלות!

הידברות

הלכה

באדיבות אבי סופר ומטעמי השף

פינת ההלכה

אכלתי מיני מזונות ובירכתני "בורא נפשות" האם יצאתי ידי חובה או שצריך לחזור ולברך "ברכת מעין שלש"?

תשובה

ברכת שהכל פוטרת את שאר הברכות כברכה כוללת, במקרה שבירך בורא נפשות במקום מעין שלש צריך לחזור ולברך.

אבי סופר



להזמנות חייגו:
*6168



להזמנות חייגו:
052-399-2992

אור בירושלים (א')

חברים מתלמוד התורה מגישים עזרה לילד שזקוק לה, ושומעים את סיפורו

לב של ילד אשר מדינה

ניגש במהירות לאיש הגבוה ונוטל מידו את החבילה, כשהוא מחייך ומסתודד אתו. לא עבר רגע, האיש הגבוה נכנס למכונית, נופף בידו לנתי ונסע מהמקום.

נתי הוא ילד טוב, עם פאות גדולות מאחורי האוזניים, אך מופנם. הוא מעולם לא התבלט במשחק או בכל דבר אחר. האמת, שלא הרבה ידענו עליו, כי הוא לא היה חברותי במיוחד ולא שיתף את החברים בסודותיו. מה שכן ראינו עליו - שהוא ילד טוב שאוהב לעזור לכולם. לכן, מה שהפליא אותי ועוד כמה ילדים בכיתה -



אלו הדברים המוזרים המתרחשים סביב נתי בזמן האחרון.

כמעט שכחתי לומר: שמי דני כהן, אני בן תשע וחצי, ואני גר בשכונת רמות בירושלים וגם לומד בחיידר שם.

בשבוע הבא אספר לכם על התהיות שלנו לגבי נתי.

"קטרים באים!"
"אחת, שתיים, שלוש!"
רחבת המשחקים של תלמוד התורה

היתה מלאה בילדים צוהלים, שמחים לספור את השניות האחרונות שנותרו לי כדי לעבור לצד השני. נשארתי יחיד מתוך הרבה ילדים שלא הצליחו במשחק, ונתפסו על ידי "קטר ראשי"...

אני ידוע כזריז וגמיש במיוחד. קשה מאוד לתפוס אותי, כי אני חמקמק כזה ומצליח לברוח בכל פעם בזריזות. יכולתי להמשיך כך במשחק ולהתלכסם, אילולי הצלצול החד שנשמע פתאום ברחבה ובישר על קץ ההפסקה.

הילדים המתנשפים התפזרו לכיוון הכיתות. מזווית העין הבחנתי במכונית לבנה חדשה המתקברת ונעצרת ליד שער תלמוד התורה. מתוכה יצא אדם גבוה עם קסקט מוזר, ובידו חבילה. והנה אני רואה את נתי, חברי לכיתה,

טיפים ופטנטים



אוהבים לאפות או לבשל מתוך חוכרות מתכונים? אחד הדברים המעצבנים בעבודה במטבח, הוא שאין איפה להניח את ספר המתכונים. על השלחן או השיש הוא עלול להתלכלך, אָבֵל איפה עוד אֶפְשֶׁר להניח אותו?

קחו קולב עם "קליפסים", כְּזֶה שְׁמִיעַד לחלית וְצֵאִיות או מְכַסִּים. תְּלוּ אותן על הַיָּדִית שֶׁל אחד הָאֲרוֹנוֹת הָעֲלִיוֹנִים בַּמִּטְבָּח, וְתִלְוּ עֲלֵיוֹ אֶת הַמִּתְכּוֹן או סֵפֶר הַמִּתְכּוֹנִים בְּאִמְצָעוֹת הַקְּלִיפְסִים. הַמִּתְכּוֹן יִהְיֶה בְּגִבֵּה הָעֵינַיִם שֶׁלְכֶם, הַיָּדִים שֶׁלְכֶם תִּהְיֶינָה חֲפִשִׁיות וְהַסֵּפֶר יִשָּׂאֵר נָקִי.

מבשלים בכין

מְגִיעִים אוֹרְחִים בְּהַפְתָּעָה, וְאֵין שְׂתִיָּה קֶרֶה בְּמִקְרָר? מִתְסַכֵּל מֵאֵד, בְּפֶרֶט פִּי אֵין סְכוּי שֶׁהַשְּׂתִיָּה תִּתְקַרֵּר מִהַר מִסְפִּיק עַד שֶׁהֵם יִגְיעוּ... או אוֹלֵי כֵּן? קְחוּ מִגְבֵּת גֵּר וְהִרְטִיבוּ אוֹתָהּ הִטֵּב. עֲטִפוּ אֶת הַבְּקָבּוֹק בְּמִגְבֵּת הַגֵּר הַרְטֻבָּה, וְהַכְנִיסוּ אוֹתוֹ כֵּן אֶל הַמִּקְרָר. מִהִירוֹת הַקְּרָר תִּתְגַּבֵּר, וְעוֹד כְּרָבֵעַ שָׁעָה, כִּשְׁהָאוֹרְחִים יִגְיעוּ, תּוּכְלוּ לִכְבֵּד אוֹתָם בְּמִשְׁקָה קָר וְטָעִים.

עולם הילדים

טריווייה

מה היה הייחוס של ושת?

- א. ינחו של שלמנאסר
- ב. בתו של נבוכדנצר
- ג. נכדתו של סנחריב
- ד. אשתו הראשונה של נבוזראדן

אלו ארבעה נהרות יצאו מגן עדן?

- א. פישון, גיחון, חידל ופרת
- ב. פישון, גיחון, חידל ופרת
- ג. פישון, גיחון, חידל ופרת
- ד. פישון, גיחון, חידל ופרת

מתי אסור להספיד?

- א. בתנוכה
- ב. בחודש ניסן
- ג. בחול המועד
- ד. כל התשובות נכונות

מה הקב"ה סופר ומניח בבית גנזיו?

- א. טיפות זיעה של מצווה
- ב. דמעות על אדם כשר שנפטר
- ג. עלבנות שמבליגים עליהם
- ד. כל התשובות נכונות

איזה שבת לא קיבל ברכה ממשה רבנו לפני מותו?

- א. ראובן
- ב. מנשה
- ג. אפרים
- ד. שמעון

פתרון החידות מפרשת תולדות:

א. הוציאו את דיבת הארץ רעה, ד. 48, ג. צמר ופשתים, ב. מספרד לאמסטרדם, ד. תצוה

פתרתם את כל השאלות?
שלחו אלינו למייל trivia@htv.co.il
ויציינו בכותרת את שם הפרשה
בין הפותרים נכונה יוגרל הספר
"שלושה מנצחים" בהוצאת נקודה טובה
מתנת הידברות שופס.



לא חייבים להסתובה...

מגוון ספרים ומשחקים לחנוכה בקליק אחד הידברות שופס!



מלאכת אופה / מבשל (ט')

בדיחות

הלכות שקשורות למלאכת מבשל - מחוץ למטבת, חלק שני

ישנם דברים שחכמים אסרו לעשות בשבת, משום גזרת מבשל. כך, למשל, אסור להתרחץ במים חמים, גם אם חממו לפני שבת בדרך מתרת. מתר לרחץ כך רק ידים ופנים, אך לא את כל הגוף. אין להחמיץ מלפפונים וכדומה בשבת, אף על פי שאין כאן בשול, משום שהפעלה דומה לבשול. אסור להניח בגד רטב ליבוש על ההסקה או הרדיאטור, אם המים שבבגד יכולים להתחמם מאד.



מאכל שלא התבשל לגמרי, אין להשאיר אותו בשבת על

אש גלויה, אלא יש לכסות את האש באמצעות פח מיחוד לכך, או להשתמש בפלטה חשמלית.

אמא: בנצי, איך היה המבחן?
בנצי: לא כל כך טוב, אבל עניתי נכון לפחות על שלוש שאלות.
אמא: כל הכבוד!
מה היו השאלות?
בנצי: שם, כיתה ותאריך.



אחד הלך ברחוב עם חסה על הראש. פגש אותו חבר, ושאל: "למה אתה הולך עם חסה על הראש?" ענה לו: "מה, אתה לא יודע? יש לי מנהג, כל יום שלישי ללכת עם חסה על הראש." אמר לו חברו: "אבל היום יום רביעי." הוריד מיד האישה את החסה מהראש, וצעק: "יוואוו, איזה פדיחות!"



פעם חשבת שאוויר זה בחינם... עד שקינתי שקית צ'יפס.



הבדיחות מתוך הספר "תן בדיחה 4" מאת יעקב חמו. לרכישת הספר, פנו להידברות שופס.



מרק 6

איור: רפי דרוק

ח'כים להכנס פנימה לבדוק מה עם הפרופסור! מזל שיש פה גדר, אחרת לא היה לנו על מה לטפס...
נורובין, אולי תפרץ את הדלת?
אין לי יללת להתמודד עם כזה מנעול...
גדי, בוא אני ארכיב אותך על הכתפים ונצמד דרך החלון לתור הבית.
למה דוקא אתי?
כי אתה שוקל הכי מעט...
אחחח!
אה... נראה לי שאני רואה משהו... רובי! תביא רגע פנס!
קלי קלות גדי, לא שוקל כלום.
אהממ... כעצם הוא כן שוקל...
גדי, תן ידו לשבע יפול צדיק וקם".
אין סכנו ישראל, אני לא מטפס עליך שוב...
טוב עד ספר לנו מה שתואשט, ראיית.
נדמה לי שראיתי קלסר שכתוב עליו 'חבורת תרי', אבל אני לא בטוח.
יש לי רציול ונכל להכנס אל הבית מהקניסה האחורית.
יפי תנוס! נראה שהיית צריך לפל, כדי שתזכר שיש לבית הזה גם קניסה אחורית...

מצאו 10 הבדלים



לצאת מהמצרים שלך

פרסום הניסים שלנו מאפשר לנו לראות מעבר לראייה הפשוטה שלנו את המציאות

לה! גם אם כל מה שהיה לה לומר זה תודה על הבדיקות שעברה ותודה שגילו לה עוד גרורות, שלפחות גילו אותן... היא אמרה תודה. ברור לה שה' הוא כל יכול, שיש ניסים, שה' אוהב אותה ומחבק אותה אף על פי שלא תמיד היא ראתה זאת בגלוי.

היא ביקשה שיתפללו לא רק עליה, שכן רשימה קבועה עמדה באמתחתה. היא התפללה על כל עם ישראל. בכאב שלה, היא לא שכחה את הכאב של עם ישראל.

היא ידעה לצחוק ולקבל באהבה. אף פעם לא ראתי אותה מתלוננת, וכששאלתי, היא אמרה מיד: "להתלונן? לקטר? על מה? ברוך השם, ה' עושה ניסים כל הזמן! לעיתים אנחנו חשים בהם ולעיתים אנחנו צריכים לפקוח את עינינו חזק חזק כדי לראות עד כמה ה' באמת אוהב אותנו". בשבת האחרונה כשהייתי אצלה, היא אמרה לי: "זהו. הנס התרחש! תודה לה!"

חשוב לפרסם ניסים. זה מאפשר לנו לראות מעבר לראייה הפשוטה שלנו את המציאות, לראות במשקפי האמונה, איך כל אחת עם הנס שלה מצליחה להתרומם מעל הטבע הטבעי שלה, ולהתאחד עם ה', בלי צער, בלי קושי, רק בזכות הנס שלה, שלה ושלך.

גם לך יש אפשרות להכיר את היהדות לעוד נשמה. לארגון שיעור או הפרשת חלה אצלך בבית. חייגי 073-222-1290

שיעור תורה בבית שכנתי שהתחזקה בשנים האחרונות, כדי לחזק אותה בתקופה הקשה בחייה. לפני תקופה גילו לה את המחלה. בכל תקופת הטיפולים היא היתה חלשה מתמיד, והיא ביקשה שהשיעור יוציא אותה קצת מהכאבים, מהמחשבות ומכל מרעין בישין שהיא הרגישה שהשתלטו עליה.

כשהמחלה התגלתה, היא חטפה את שוק חייה, ובצדק - אישה צעירה, אמא לילדים, עובדת במשרה מלאה, בלעבוסטע רצינית - פתאום מכאב קטן מגלה שהכאב הרבה יותר עצמתי ממה שהיא חשבה. הלם נפל על ביתה. אך היא לא נתנה לכאב לעצור אותה מלקוות ולהאמין. היא החליטה בהחלטה נחושה: "בעזרת ה' - עוד נחגוג בסעודת ההודיה, וכולם יראו שיש ה' בעולם, ושיש ניסים גלויים". היא החליטה להתחיל ולסיים כל יום בהודיה

בשבוע הבא יחול י"ט כסלו, התאריך בו חסידי חב"ד חוגגים את "חג הגאולה", היום שבו יצא בעל התניא מהמאסר. זה יום שבו אנו למדים שגם לנו ניתנה האפשרות לצאת כל אחת מהמאסר הפרטי שבו היא נתונה - אם אלה מחשבות שליליות, תוקעות ולא מצמיחות, או מעשים, הרגלים שהיא רוצה לסגל לעצמה, או להפק - להפסיק אותם. כדברי בעל התניא על הזמן המסוגל לצאת "מן המיצר אל המרחב", נוהגים החסידים להתחזק בענייני תורה ומצוות, לזכות לצאת ממצרים אישיים לעבר הגאולה הפרטית של כל אחת מאיתנו.

בהשגחה פרטית, הכרתי אישה עצמתית במיוחד שהצליחה לצאת מהמצר האישי שבו היא היתה נתונה תקופה ארוכה, בזכות האמונה, המצוות והחיבור שלה לה'. בכל שבת, באופן קבוע, ה' זיכה אותי להעביר



הרבנית חגית שירה
חכמת נשים

ההנאה הגדולה באמת

על רגיעה האחרונים של רחל, שמלמדים אותנו לאהוב

נוראית כל כך שאת מבינה שאת לא יכולה לעזור לה, תרימי טלפון, תגידי מילה טובה, תחזקי, תעודדי, תאהבי... המילים של המיילדת ודאי שמחו את רחל ונסכו בה נחת ברגיעה האחרונים. גם את - המילים שלך, הקול, האהבה שלך יכולים לתת כוח ולעודד גם אם אפסה תקווה, גם אם אין אור בקצה המנהרה. וכן, כמו שהמיילדת הרוויחה מזה שזכתה ונזכרה בתורה, כך גם את תרוויחי.

בספר "48 דרכים לחכמה" שואל המחבר (הרב וינברג זצ"ל): **איזו הנאה גדולה יותר לדעתך? לאהוב או להיות אהוב?**

והוא עונה נפלא: לאהוב!
השפעת אהבה על האחר, היא ההנאה הגדולה יותר... הנשמה רוצה לאהוב אחרים, משום שהענקת אהבה היא אחת מההנאות העמוקות שהנשמה יכולה לחוות. הנשמה, שנובעת במקורה מהאינסוף ברוך הוא, רוצה להתרחב אל מחוץ לעצמה וליצור קשר עם כל הנשמות האחרות שמחוברות אף הן לאותו מקור. אז מה את מרוויחה? את הנאת הנשמה. ואין הנאה גדולה מזו.

ניתן להזמין את הרבנית חגית שירה לחוגי בית בכל רחבי הארץ. ללא תשלום 073-222-1290



למסור את נפשה, היא מוכנה למות בשביל ילד נוסף, ואז - "בצאת נפשה כי מתה..." זו אמא רחל, מוסרת נפש בעבור בניה, מתפללת עליו, בוכה איתנו. וכעת נענה על השאלה ששאלנו בפתחת הדברים... חז"ל מסבירים שרחל אמנו נביאה הייתה. הסברנו גם שהיא מסרה נפש בשביל בנה. אם כך, מה ראתה התורה לתת מקום למילותיה של המיילדת?

התורה הקדושה מלמדת אותנו שכל דיבור ודיבור טוב מאיש לרעהו, כל חיזוק, כל מילה טובה, אפילו אם לא פעלה - חשובה כל כך בשמיים. כשהמיילדת רואה שרחל במצוקה, כשהיא מבינה שהיא בסכנת חיים, היא משמחת אותה, היא מעודדת אותה - הנה, הנה יש לך בן, היא מבשרת לה, והתורה נותנת מקום של כבוד למילות העידוד והנחמה הללו. את מבינה? אחותי, כשאת רואה מישהי במצוקה

"וַיְהִי בְהִקְשָׁתָהּ בְּלִדְתָהּ וַתֹּאמֶר לָהּ הַמִּיִּלֶדֶת אֶל תִּירָאִי כִּי גַם זֶה לָךְ בֵּן" (פרשתנו, פרק ל"ה פס' י"ז). טרגדיה בפרשה. לידה שבסופה יש מי שחייה מסתיימים, לא עלינו.

התורה הקדושה נותנת מקום של כבוד למיילדת. התורה שלנו, שחוסכת במילים, וכל מילה בה היא בעלת משמעות עצומה, מספרת לנו שהמיילדת אומרת לרחל: "אל תפחדי... יש לך בן!" והרי ודאי שרחל ידעה שזה בן, היא הרי מסרה את נפשה כדי להביאו לעולם. הזוהר מסביר נפלא,

שבלייל החופה נותן החתן לכלה מספר חלקים מנשמתו, כמספר הילדים שיוולדו להם. בלייל החופה של יעקב ורחל, יעקב נתן לרחל חלק אחד בלבד מנשמתו, זה אומר - רק ילד אחד! מה עושה רחל, שרוצה לזכות בעוד ילד, בעוד שבט? כשנולד יוסף היא אומרת, מבקשת: יוסף ה' לי בן אחר. אבל איך אפשר? היא קבלה רק חלק אחד מנשמתו של יעקב, נכון? רחל מוכנה



מחלקת אמ"א דואגת לטעוט אותך ואת תינוקך בחום ואהבה



אמ"א
יש רק אחת



בין ההתקפים

מה תפקיד ההורים במטלות בית הספר, ועד כמה מסוכן התקף חרדה?

2 בהילדה שלי בכיתה א'. מה התפקיד של ההורה בכל הקשור למטלות בית הספר? הרבה הורים תוהים כמה, אם בכלל, עליהם להתערב ולקחת חלק במטלות של הילד בבית הספר.

לבדוק האם עשה שיעורים? האם לעבור על המחברות והספרים בכל יום? וכו'.

מובן שכל הורה מכיר את הילד שלו הכי טוב, ויכול לשים לב לבד אם הילד צריך יותר עזרה וסיוע, או שהוא אחראי מספיק ומסתדר לבד, ולפעול בהתאם.



כך או כך, הכלל שצריך ללוות אותנו, ההורים, הוא: להיות עם הילד, ולא במקומו. עם הילד, זאת אומרת לעזור, לכוון. אם יש משימות לקריאה או הכנה למבחן מובן שאפשר לשבת, להקשיב, לתקן, להדריך... אבל לא להיות שם במקום הילד, זאת אומרת, לא לקחת במקומו את האחריות על המטלות מבית הספר.

חשוב להבין שיש כלל בסיסי לאחריות. אחריות נמצאת תמיד רק אצל אדם אחד. אי אפשר ששניים יאחזו בה. לכן אם ההורה הוא שאחראי על הסדר והניקיון במחברות, על אבזור הקלמר, על הכנת שיעורי בית וכו' - כל אלה בכלל לא בתחום אחריותו של הילד. זה הופך לתפקידו של ההורה.

אז מובן שאם רואים שהילד מתקשה וצריך עזרה והכוונה, נהיה שם בשבילו.

אבל מתוך הבנה ברורה שהאחריות היא שלו בלבד, ואנחנו כאן רק כדי לעזור ולסייע במה שעדיין קצת קשה או לא ברור.

לאט לאט, ממש כמו רכיבה על אופניים, כשהילד ילמד ויתרגל, נוכל לעזוב, להרפות

ולתת לו לצאת לדרכו לבד ולהצליח בכוחות עצמו. (חן אזולאי, יועצת ומנחת הורים, מפתחת גישת אמא מובילה שינוי)

...

2 איך נוצר התקף חרדה, והאם הוא מסוכן? האם התקף חרדה יכול לגרום להתקף לב או לבעיית בריאות אחרות?

לעיתים קרובות, אדם צעיר ובריא, שנמצא בתקופה די מתוחה, מרגיש שלבו דופק חזק יותר מהרגיל, או חש אי נוחות בחזה. מתעוררת דאגה, שבעקבותיה מתחיל שחרור אדרנלין. אדרנלין הוא הורמון שמשחרר בכל מצב של פחד, בין אם מדובר בסכנה אמיתית ובין אם לא, ובשלב זה המוח מגיב כאילו הוא במצב חירום: הלב מזרים יותר דם לגפיים, רמת החמצן עולה וכך גם רמת הסוכר בדם, האימונים מתרחבים וכל מערכות החירום מתגייסות. זהו מעגל קסמים, שכן התהליכים הללו מגבירים את תחושת הסכנה, שמגבירה את מערכות האזעקה, וחוזר חלילה. התהליך מהיר ועוצמתי, כיוון שבמקורו הוא נועד לסייע לאדם להימלט מסכנה או להילחם כנגדה. למעשה, עוברות שלוש דקות בלבד מרגע שלחת הודעת חירום מהמוח ועד שהגוף מוצף באדרנלין.

התקף חרדה אינו מסוכן. אי אפשר למות ממנו, והוא אינו מוביל להתקפי לב.

זאת ועוד - ישנם מומחים שטוענים שהתקפי חרדה משרים תפקודי לב-ריאה, כמו אימון גופני אירובי.

עם זאת, התקפי חרדה חוזרים ונשנים גורמים למצוקה ולחרדה מתמשכת. הניסיונות להימנע מההתקף הבא ומהבושה המתלווה להתמוטטות בציבור עלולים להוביל לצמצום ולהסתגרות. חרדה מתמשכת אינה דבר בריא. מעבר לפגיעתה באיכות החיים, היא עלולה לפגוע במערכת החיסונית, ולהגביר את פגיעותו של הפרט לבעיות בריאות רבות. לכן אם התקפי החרדה מתמשכים, כדאי לפנות לטיפול פסיכולוגי ו/או תרופתי. (אורלי סמירה, יועצת זוגית ופסיכותרפיסטית CBT)

יש לכם שאלה למומחיות שלנו? שלחו אותה למייל yael@htv.co.il



שושנה ברגל - מה שאפשר גם בבית

שושנה ברגל היא דלקת בשכבת הדרמיס בעור, והיא נגרמת על ידי חיידקים המצויים על העור שלנו בדרך כלל. התסמינים של השושנה ברגל הם חום גבוה, צמרמורות, כאב ראש וחולשה כללית בתוך 48 השעות שלאחר הזיהום הראשוני, ופריחה אדמומית דלקתית שנראית לאחר יממה בגין חיידק שמצוי על עורנו תמידית (נא לא להתבלבל עם שושנת יריחו - הגורם לה הוא טפיל המועבר באמצעות עקיצה של זבוב החול).

אז מדוע פורצת הדלקת פתאום? ברגע שנפרץ העור ברגל ע"י סדקים, שריטה, פטריה וכו', החיידק נכנס פנימה ומתחיל לנקות את הגוף מבפנים, אבל רק בתנאי שיש מה לנקות! כלומר - גוף חומצי מריבוי סוכר, מזון מן החי, מתח, קרינה ועוד - כל אלו הם תנאים לחיידקים להתרבות ולנקות. ברגע שהחיידק מסיים לנקות (בתנאי ששיתים רק מים בימים הראשונים של החום), הדלקת מסתיימת מאליה. אבל ברגע שאנשים ממשיכים לאכול כרגיל בזמן התפרצות השושנה והחום, אז זה לא נגמר, ואף מחריף עד כדי אנטיביוטיקה ואשפוז.

אז מה חשוב לדעת? אם רוצים שתהליך ניקיון (דלקת) זה יסתיים מהר, חייבים להפסיק להרעיל את הגוף למשך מספר ימים מועט עד שבועות (תלוי במקרה), ואז יש ריפוי מלא. מניסיונו הרב, אלה הפעולות הנחוצות לריפוי מלא בבית:

1. בזמן החום (וגם בכל מחלה) הכי נכון ובריא לשתות מים מינרלים וחליטות תה לריפוי מהיר (בורא עולם יצר מנגנון של אי רעב כשיש חום. תקשיבו לו). זה יכול לקחת 1-3 ימים, ובכל יום החום יורד במעלה אחת בממוצע ללא אקמול (שמזיק לריפוי), בתנאי שלא אוכלים. אם רעבים - שותים את המזון: שייק פירות מדולל במים או מרק ירקות טחון בלבד.
2. כשהחום מתחיל לרדת, מתחילים בהדרגה ללעוס את המזון: פירות, סלט ירקות ומרקים. אט אט חוזרים לאכילה רגילה ובריאה כמובן.
3. ישנו כאב עז למספר שניות משיבה לקימה (נמשך יומיים בדרך כלל), בגלל הדלקת בשוק שמושכת את הרקמה. כדאי להרים רגל על הספה מדי כמה שעות.
4. רצוי מאוד לשלב תוספי תזונה חיוניים מהרגע הראשון של החום. ויטמין C כל מספר שעות במינון של 1000 מ"ג לפחות (כשיש שלשול - הגעתם לעודף בוויטמין C). כמו כן, רצוי לתת ויטמין D במינון של 8000 יחידות ביום לפחות.

לרכישת המהדורה האחרונה של הספר "רזי התזונה להתנקות, להבריא, לרזות בקלות" חייגו להידברות שופו: 073-222-1250

בית האשה השונמית

הבית שבורך ע"י אלישע הנביא המסוגל לישועות ולפקידת עקרות

יום שני
ב' טבת
26.12

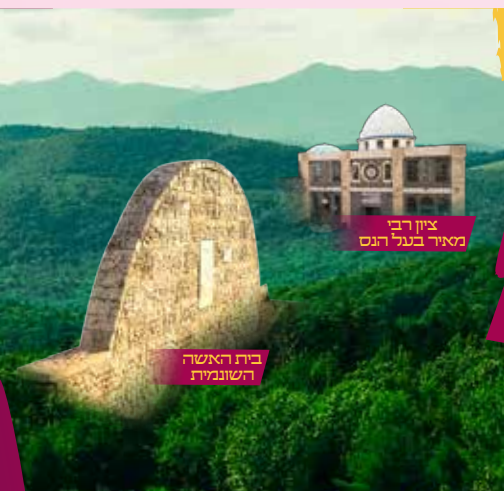
רבי מאיר בעל הנס
על שפת ים כנרת

ארחת צהרים
עשירה במלון
נוף כנרת



הרבנית חגית שירה
תלווה את הנסיכה עם סיפורים מרתקים

הזמרת ציפורה איבגי
במופע שירה סוחר ומרגש



בית האשה השונמית

צינור רבי מאיר בעל הנס

מענה להיטבע

נסיעה לנשים לקברות הצדיקים לחיזוק, לתפילות ולשמחה!

יצחק בצרי

עם המקובל הרב בחפילה מיוחדת לכל הישועות



נקודות איסוף: בני ברק, רמת גן, פתח תקוה וירושלים
לפרטים חייגי << 073-222-1240

להודות ולהלל

בואו נחגוג את חודש כסליו
בדברי תורה מאירים,
בשירת הודיה ושחוק מלבב



הרבנית
חגית &
שירה
הזמרת &
ציפורה
איביג
הזמרת &
ענבר
טביב
הזמרת &
רויטל
שמואלי
הזמרת &
חירי
אור

לפרטים: 073-222-12-40

<p>נהריה יום א' י"ז כסלו 11/12 אולם י"ד לבנים, יפה טף 44 גבעת אוסישקין</p> <p>הרב יעקב חמו הרבנית חגית שירה הזמרת חירי אור וציפורה איביג במנופת מרגש</p>	<p>הוד השרון יום ד' כ"כ כסלו 14/12 אולם צ' בני ברית, רחוב בני ברית 2</p> <p>המקובל הרב יצחק בצרי הרבנית חגית שירה במופת מחשבות טובות הזמרת רויטל שמואלי</p>	<p>פרדס חנה יום א' כ"ד כסלו 18/12 אולם צ'לל ישראל, רחוב חברון 11</p> <p>המקובל הרב יצחק בצרי הרבנית חגית שירה הזמרת חירי אור</p>	<p>הר נוף יום ג' כ"ז כסלו 20/12 מנהל קהילתי הר טף רחוב כצלנבוגן 43</p> <p>הרב חיים זאיד הרב יעקב חמו הרבנית חגית שירה הזמרת ציפורה איביג</p>	<p>קריית שמונה יום ד' כ"ז כסלו 21/12 אולם בית ונקובר (מתנס כל נדרי), רחוב רמב"ם 19</p> <p>הרב יעקב חמו הרבנית חגית שירה הזמרת ענבר טביב חירי אור</p>
---	--	---	---	---



המסע היסטורי באתרוק

י"ז-י"ח בשבט | 8 ימים | 1.2-8.2

בשיאו של המסע:
היולת הצדיק רבי יצחק אבוחצירא
בעל "אעופה אשכונה"

הידברות במסע של קברי צדיקים, מסורת, טעמים ונופים
חבילה מושלמת הכוללת טיסות ישירות, ארוח חצי פנסון וארוחות
ארוחות לדרך. בכל יום אתר עוצר נשימה חדש!



לפרטים: 073-222-12-02
מספר המקומות מוגבל!



בכשרות
למהדרין
משגיח צמוד



משמח הלבבות הרב
שמעון פרץ

קונצרט שירה עם
משה דוויק בליווי נבנים

יריד חנוכה הגדול



<p>מקט: X1081 חנוכיית קריסטל "תכשיט" גובה: 50 ס"מ</p>	<p>מקט: X2628Z חנוכיית פילגרים זהב גובה: 38.5 ס"מ</p>	<p>מקט: X2193Z חנוכיית "הודיה" כסף וזהב משולב גובה: 48 ס"מ</p>	<p>מקט: X1535BG חנוכיית קריסטל "רשת כסף" גובה: 59 ס"מ</p>
<p>מקט: P707ZA חטכיה/מחטים מתהפכים אקוריום כסף זהב גובה: 27 ס"מ</p>	<p>מקט: X4192A חנוכיית קריסטל "עישורים" גובה: 18 ס"מ</p>	<p>מקט: X4186A חנוכיית קריסטל "פנינים" גובה: 21 ס"מ</p>	<p>מקט: X3136AG סט 3 סביבון קריסטל צבעוני גובה: 8 ס"מ</p>

הזדמנות אחרונה!
הזמנות לחנוכה יתקבלו עד יום שני הקרוב בלבד!

אצלנו יש ככל מבצעים!! בכל רכישת חנוכיה, קבלו ערכת שמן זית מוצק כשר למהדרין במחיר מוזל + ברכון סדר חנוכה מפואר במתנה עוד מגוון ענק של מוצרים באתר << 073-222-1-250 shops.hidabroot.org היברות שופס תחבובי - חתים - תורט

העלון מוקדש:

לעילוי נשמת: אברהם בן שיכה אסתר | פונגדה בן טורי | נורית ניסרת בת מזל | מאיר בן שושנה

ברכה והצלחה וכל הישועות: יצחק בן חיה רחל | ישי בן שליה

רפואה שלימה וכל הישועות: עזרא אילן בן רחל | אליאור בן טל | נצרת בת חנום | דוד בן שושנה | אלחנן בן לבנת | חיים נחום בן רבקה



להקדשת העלון

חייגו: 073-2221388

(שלושה 3)