



זמן כניסת יציאת שבת			
מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת	ירושלים
18:26	17:47	16:33	ירושלים
18:23	17:48	16:49	תל אביב
18:23	17:46	16:40	חיפה
18:26	17:49	16:52	ב. שבע

ניסים בזמננו

מדוע לא רואים כיום ניסים גלויים שיש בהם שינוי הטבע ממש, כבזמננו?

מורנו הג"ר זמיר כהן שליט"א

בפרשת השבוע מסופר על צאת בני ישראל ממצרים לאחר עשר המכות אשר אילצו את פרעה לאפשר לבני ישראל לצאת לחירות. היו אלה עשר מכות פלאיות בהן נוכחו כולם לראות שהקב"ה שולט בכל מערכות הטבע, ולא כאמנות המצרים ואחרים, שהיו מייחסים כל כוח מכוחות הטבע אלילי אחר שבדו מלבם. עובדת התרחשותן של עשר המכות במצרים אינה ניתנת להכחשה, גם בקרב מי שלא זכו ללמוד ולהכיר את אמיתות התורה, וכפי שניתן להיווכח מעדותו הכתובה של מצרי בשם איפובר, שציין על גבי פאפירוס את עשר המכות מנקודת ראותם של המוכים (את תצלום הכתב ופענוחו ניתן לראות בספר "ארכיאולוגיה תנכ"ת" חלק א עמ' 214).



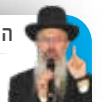
גם לאחר צאת ישראל ממצרים נוכחו לראות בעיניהם ניסים גלויים, כגון קריעת ים סוף, ענני כבוד, ירידת מן בכל יום, בארה של מרים ועוד. והשאלה המתבקשת היא, הרי אהבת ה' לעמו ישראל לא השתנתה מאז ועד היום, וכפי שאמר הוא עצמו, ככתוב: "וְאַהֲבַת עֹלָם אֶהְיֶינָהּ" (ירמיהו א, ב). ועוד אמר: "כִּי הָרַם יְמוּשׁוֹ וְהִגְבְּעוֹת תְּמוּטָנָה, וְחִסְדֵי מֵאֲתָךְ לֹא יָמוּשׁ" (ישעיהו נה, ז). מדוע אם כן לא מתרחשים גם בזמננו ניסים גלויים שיש בהם שינויי טבע, כבזמננו?

התשובה פשוטה. בזמן שהאדם נוכח לראות נס גלוי, אם בכל זאת נכשל בעוון ועבר על אחת ממצוות התורה, הרי הוא נענש מיד, ומידת "ארך אפים" כמעט שאינה פועלת כלפיו. שהרי ראית בעיניך את יד האלוקים, אז איך אתה מרשה לעצמך לעבור על מה שהוא ציווה בתורה?! ואכן, בכל שנות הנדודים במדבר, בכל חטא שחטאו ישראל - נענשו מיד בחומרה על פי מידת הדין, מאחר שהיו עדים לניסים גלויים, ובכל זאת חטאו.

ומעתה, השאלה מתהפכת. מדוע הראה להם הבורא יתברך ניסים גלויים, כאשר הדבר מחייב ענישה מיידית על כל חטא ועוון? משום שביציאתם ממצרים היו עם ישראל עם עבדים שהורגלו לעבוד את פולחן השה, כמו המצרים עצמם, ולא הכירו את אלוקי אבותיהם. במצבם הזה, איך יוכלו לקבל את התורה? משום כך הראה להם

הג"ר אברהם יוסף שליט"א

שאל את הרב



האם מותר לגרד את העין בשבת, אם הריסים שלי נתלשים בקלות ויתכן שייתלש ריס? צריך להשתדל לא לחכך במקום שיער רך

- 2 סגולת הרפואה יונתן הלוי
- 3 זמן תפילין הרב יצחק בצרי
- 4 מתנתקים ובל גולדן
- 5 מלימונים ועד גלידה הרב ירון אשכנזי
- 8 השבת לא אבדה כך חזרתי בתשובה
- 9 השגחה באפריקה הרב ישעיהו וינר

הקב"ה תחילה את שליטתו בכל המערכות ובכל איתני הטבע בעשר המכות, וקרע בפניהם את הים, והקיפם ענני כבוד, והאכילם מן במדבר במשך ארבעים שנה - על אף שמספרם היה כמה מיליוני גברים נשים וטף. בניסים אלה היה צורך הכרחי, למען יכירו את ה' אלוקיהם, אלא שהיה לכך מחיר כבד. אולם לאחר שהתיישבו בארץ ישראל, עברו הניסים להיות ניסים נסתרים. כלומר, תמיד ישנה השגחה אלוקית על-טבעית על עם ישראל, אולם בהשגחה נסתרת. כגון מה שעיינו הרואות עד עצם היום הזה את עצם קיומו של עם ישראל בארץ ישראל ככבשה בין שבעים זאבים, ועדיין היא חיה וקיימת, ואפילו מובילה בעולם בתחומים רבים. וכאשר אלפי טילים ורקטות נורו במרוצת שנים רבות על אזורים מיושבים, התרגלנו לשמוע שהטיל נפל בין בניינים, או בחצר ריקה, או בגן ילדים דקות אחדות לאחר שכל הילדים יצאו ממנו, ועוד אין ספור סיפורים מעוררי השתאות, בעוד שלפי סטטיסטיקה עולמית, מספר כזה של טילים המכוונים לאזורים מיושבים היה אמור לגרום להמוני נפגעים, חלילה, עם כל מערכות ההגנה של כיפת ברזל. ועוד לפני כיפת ברזל היה העולם עומד משתאה מול הצלת ישראל מידי נוראי זה. וגם אצלנו בישראל הרי זו התחושה הרווחת, עד כדי שכאשר נהרג חלילה אדם אחד או יותר, התחושה בלב כולם היא: "מוזר. מה קרה הפעם שיש נפגעים?...". כבר פורסמה כתבה בארה"ב, בה נשאל אחד מראשי הממונים על הטילים הנורים מעזה: "איך יתכן שאינכם פוגעים במטרות, האם לא למדתם עם השנים לכוון כראוי?". והוא השיב: "כבר למדנו לדייק, אבל מה נעשה שאלוקי היהודים מיט מהם את הטילים?". במצב כזה, בו הניסים אינם שינויי טבע פלאיים, אלא השגחה נסתרת שרק מי שפוקח את עיניו רואה אותה, הנהגת "ארך אפים" פועלת עבור עם ישראל גם כאשר הם חוטאים. וזה מחסדי ה' טובו, שלאחר שהראה את גדולתו בדרכים נסיות שייזכרו לנצח, וביד כל אדם להתבונן באמת המוחלטת של אמיתות התורה ולדעת באופן ודאי את ניסי ה' והשגחתו על העולם וכפי שהוכח בעבר, עברה ההנהגה האלוקית להנהגת ניסים נסתרים, אשר ככל הנהגות ה' אתנו, גם היא - רק לטובה. שבת שלום.

העלול להתנתק, בין אם בראש או בריסים או בזקן, ואם טעה וחיכך ונתלשו כמה שערות, אין בזה חילול שבת. **האם פורס ביצים מותר לשימוש בשבת?** מותר לכתחילה להשתמש בפורס ביצים בשבת, כדין סכיני חיתוך המיועדים לכך.

חמישי-שבת | י"א - י"ג שבט | 2-4.2

אסטרל פאלמה אילת

בהשתתפות הרב אבנר קוואס הרב ליאור גלזר

אטירה

לד' בחיי

הידברות מזמינה אתכם ל'שבת שירה' שכולה שבח והודיה

סופ"ש פרשת בשלח

לפרטים התקשרו << **חדרים אחרונים!** 073-222-12-70

שישי-שבת | י"ב - י"ג שבט | 3-4.2

לאונרדו ירושלים

בהשתתפות המקובל הרב יצחק בצרי הרב שניר גואטה והרב מרדכי חזיזה

"טביעת האצבע" השמימית (ב')

האם סדרת פיבונאצ'י מסתרת באותיות לשון הקודש?

כל שני גרעיני חמנייה סמוכים יוצרים ביניהם את "זווית הזהב", המאפשרת לחמנייה לעשות את השימוש היעיל ביותר בשטחה המוגבל.

עובדת הימצאותה של סדרת פיבונאצ'י בכל מקום בבריאה משקפת את השלמות בבריאה, המתוכננת באופן המדויק והטוב ביותר, והיא אף זכתה לכינוי "הסדרה המתמטית האלוקית".

השאלה המעניינת היא האם ניתן למצוא גם בתוך אותיות לשון הקודש את הופעתה של סדרת פיבונאצ'י? התגלית המתמטית הבאה נחשפה, והתפרסמה בספר "צפונות התורה". ניקח כל אות ונרשום את מספר האותיות הקיימות בכתיבת המילוי הפנימי של שם האות (מה שמכונה בגימטריה "מילוי אותיות" או "אותיות פנימיות") לאחר מכן, עבור אותן האותיות שהתקבלו בשלב הקודם נרשום שוב את מספר האותיות המופיע במילוי הפנימי שלהן, וכן הלאה. לדוגמא: המספר בשלב הראשון עבור האות 'א' הוא כמובן 1. המילוי הפנימי של אות זו היא: "א-ל-ף", ולכן ספירת האותיות של שלב זה הוא 3. המילוי הפנימי של האותיות "א-ל-ף" הוא: "אלף, למד, פא", ולכן ספירת האותיות של שלב זה הוא 8. בשלב הבא נכתוב שוב את שמות האותיות שהתקבלו בשלב הקודם, ונקבל: "אלף-למד-פא, למד-מם-דלת, פא-אלף", וספירת האותיות הינה 21.

המשך בעמוד <<

את הדרך היעילה ביותר לבצע תהליך של התפתחות וצמיחה. כך לדוגמא בסופות הוריקנים ניתן למצוא את "ספירת הזהב" (הנגזרת מסדרת פיבונאצ'י כפי שהסברנו במאמר הקודם), וזאת כיוון שהיא פועלת בטבע באופן שהיא מייצרת מקסימום תוצרת ומוציאה מינימום אנרגיה.

דוגמא נוספת היא הזווית שבין שני גרעיני פרח החמנייה ופרחים נוספים: עלי הכותרת צריכים להיות מסודרים באופן זה שהם לא יסתירו לעלים שתחתיהם את אור השמש ומי הגשמים, אבל



באופן כזה שיאפשר מקסימום גרעינים בכל טבעת. הסידור היעיל ביותר לשכפול מוצלח ומקסימלי הוא באופן זה שבין כל שני גרעינים תהיה זווית של 137.5 מעלות, זווית שנקראת "זווית הזהב" (= שהיא גם כן נגזרת של סדרת פיבונאצ'י, והיא הזווית המשלימה לזווית המתקבלת מחילוק 360 מעלות ב"יחס הזהב", השווה בקירוב ל-137.5°). ואכן,

שבוע שעבר סקרנו את סדרת פיבונאצ'י - אותה סדרה מספרית המסתתרת בגופנו, בטבע וביקום כולו, כגון: בקונכיות; בפרחים שונים; בגוף שלנו; בדנ"א שלנו; במבנה החומר הבסיסי ביותר; בתצורות של גבישים; בהוריקנים; בגלקסיות; בתא חי בשלבי התפתחותו הראשונים, ועוד. תופעה זו ריתקה רבים מאנשי המדע והמתמטיקאים, שמכנים זאת כ"טביעת האצבע של האלוקים בבריאה", או כ"החתימה של הבורא בבריאה".

כשסוקרים את עולמנו, מהפרח הקטן ועד הגלקסיות הרחוקות שנות אור מאיתנו, אנו מוצאים את אותה "טביעת אצבע" קבועה ומסודרת להפליא. החוקיות המתמטית הזו מספרת לנו שיש סדר ביקום. אין אקראיות או מקריות בהיווצרות העולם, אלא הכול תוכנן מראש בסדר מופתי.

ומה עוד מיוחד בה, מלבד עצם העובדה שהיא קיימת בכל מקום סביבנו? סדרת מספרים זו מייצגת

הסגולה שלא כדאי להחמיץ: "א-ל נא רפא נא לה"

"א-ל נא רפא נא לה" - תפילתו הקצרה של משה רבנו שהפכה לסגולה הידועה ביותר לרפואה

"המתפלל צריך שיחונך בשפתיו", ומוסיף הסבר מרגש: "וטעם החיתוך, כדי שיצטיירו האותיות ברוח פיו של אדם בקול ורוח ודיבור - ותעלה התפלה מצוירת ברוח לפניו יתעלה".

5. מילה שנזעקת מעומק הלב אל בורא העולם - יכולה להשפיע כל טוב על העולם כולו. רבותינו לומדים זאת מההלכה לפיה מי שאמר בתפילתו "משיב הרוח ומוריד הגשם" בקיץ - צריך לחזור ולהתפלל.

6. ניתן לשער כי אדם שמבקש גשמים בקיץ, לא ביקש אותם ככוונה עמוקה, כי אחרת היה שם לב לדברים שהוא מוציא מפיו. למרות זאת, בשל העובדה הברורה שמילותיו של יהודי עולות לשמי מרום, והן בעלות השפעה עמוקה - ההלכה קובעת כי על אותו אדם לחזור בשנית על תפילתו, מחשש שתפילה זו תגרום להשפעה שלילית על העולם.

7. עד כמה אנו חביבים על בורא עולם, עד כמה הוא שומע את דברינו ומייחס חשיבות רבה לבקשותינו. הבה נאמץ אל לבנו את תפילתו של משה "א-ל נא רפא נא לה", ובעת שנשמע על חולה מתייסר, או אדם הזקוק לרפואה - נוציא מפינו מילים, אפילו ספורות, המבקשות רחמים מאבינו, שומע תפילת כל פה.

והמילה האחרונה "לה" היא כינוי הגוף, מכאן ניתן ללמוד כי אפשר להתפלל על החולה, גם ללא הזכרת שמו.

3. יוצא, אפוא, שתפילת משה היא בת מילה אחת בלבד: "רפא". זוהי ככל הנראה הסיבה שהכתוב הגדיר את תפילת משה כצעקה, "ויצעק משה אל ה'". צעקה אדירה מעומק הלב לבורא: "רפא".

4. פירושים רבים נאמרו על תפילתו הקצרה של משה רבנו על אחותו מרים. רבנו בחיי מבאר את המילה "לאמר", שכוונתה ללמדנו כי עיקר התפילה היא שתהיה באמירה מוחלטת ולא במחשבה. רבנו בחיי מצטט את דברי רז"ל, שאמרו:



1. כאשר לקתה מרים הנביאה בצרעת, זעק משה אל ה' בתפילה. זוהי התפילה הראשונה המפורשת בתורה. תפילת משה היא בת חמש מילים בלבד, ובכל מילה הברה אחת. מילים אלו הן סגולה נפלאה לרפואה ולהתפלל על החולה: "א-ל נא רפא נא לה".

2. המילה הראשונה "א-ל" רומזת למידת הרחמים של בורא עולם, שנאמר: "חסד א-ל כל היום".

המילה "נא" חוזרת פעמיים והיא מילת זירוז הצמודה לפנייה ולבקשה, שכוונתה על פי ה"אור החיים" היא בפעם הראשונה - לשון בקשה ופיוס לעורר הרחמים, ובפעם השנייה - "עתה" ולא יתעכב.

קחו חלק במהפכה והיו שותפים בהפצה! לקבלת 50 עלונים עד לבית עם שליח. להפצה בבתי הנכנס ובסביבתכם חייגו 073-2221388



לקבלת העלון חייגו

הפצה ולוגיסטיקה | עריכה גרפית | עורכת משנה | עורך ראשי | היזכרות | מנחם פינס | דבי רייכמן | שני מויאל | תליה זכריה ואסתר שמיר

Advertisement for 'Chof Giya!' featuring a beach scene with palm trees and a swimming pool. Text includes: 'נופש משפחתי שמחמם את הנשמה', 'חוף גיא!', 'הבטיחו מקומכם: 073-222-1-270', 'פרשת יתרו', 'הרב אבנר קוואס', 'הרה"ג זמיר כהן', 'מלון מפואר', 'בריכה מחוממת', 'ספא מפנק', 'ארוחת גורמה'.

שפע מצוות תפילין

מה יש בתפילין ומה הסגולות הקשורות במצווה זו?



בתוך התפילין של יד כתובות ארבע פרשיות, וכן בתפילין של ראש. ב' פרשיות הראשונות הן ט"ז פסוקים המופיעים בסוף הפרשה, בהם מדובר על איסור אכילת חמץ וקדושת הבכור, שיש בהם זכירת נס יציאת עם ישראל מארץ מצרים. הפרשה שלישית היא "שמע ישראל" וכו' (דברים פרק ו'), בה אנו מורים על אמונתו באחדות ה' ובאהבתו. הפרשה הרביעית היא "והיה אם שמוע תשמעו" (דברים פרק י"א), בה הקב"ה מצווה את בניו לשמור מצוותיו, ויזכו בכך לשפע וברכה.

מעלת המצווה וסגולותיה

מצוות הנחת תפילין בכל יום ויום, יש בה ייחודיות מכל תרי"ג מצוות, כי שלוש מצוות בלבד - מילה, שבת ותפילין - נאמר בהן בתורה לשון "אות", והן סימן ועדות בנינו לבין הקדוש ברוך הוא.

ויש בהן סגולה לאריכות ימים, ומובא בזוהר הקדוש, שבשעה שאדם מניח תפילין, בא הקב"ה ושומרו מכל רע. וכל המתעטף בציצית ומניח תפילין וקורא קריאת שמע - מובטח לו שהוא בן העולם הבא (טו).¹

ישנה מעלה טובה להניח את הטלית ואת התפילין בעודו בבית, ולצאת לבית הכנסת כשהוא מעוטף בציצית ומעוטר בתפילין (זוהר), וכאשר יוצא מפתח ביתו, שני מלאכים יוצאים עמו אחד מימינו ואחד משמאלו ומלווים אותו עד בית הכנסת, ומברכים אותו, ומלאך אחד מקטרג שעומד על הפתח הולך אחריהם ועונה בעל כרחו אמן (ריקאנטי בשם הזה"ק).² ויש בכך סגולה להינצל מכל נזק ומשחית (הגר"ח פלא"י).

כאשר יגיע לבית הכנסת, יאמר את הפסוק: "וְאָנֹכִי בְרַב חֶסֶדָּךְ אָבֹא בִּיָּתְךָ אֲשֶׁתְּחַוֶּה אֶל הַיָּכֵל קְדֹשְׁךָ בְּיַרְקָתְךָ". מפני חשיבות זו לצאת מהבית בעודו מעוטר בתפילין, לכך האריז"ל לא יכל להיות מעשרה ראשונים בבית הכנסת, כי בבית הכנסת שהתפלל בו היו מגיעים עשרה אנשים מהלילה קודם זמן הנחת תפילין. ומכלל הדברים נלמד, שיציאה מהבית כשהוא עטור בתפילין היא מעלה גדולה יותר מהזכות להיות מעשרה ראשונים בבית הכנסת.

נס ההצלה מהשוטר הרומאי

בתלמוד במסכת שבת מסופר שמלכות רומי גזירה על ישראל, שכל המניח תפילין על ראשו - ינקרו את מוחו! יהודי בשם אלישע הניח תפילין, ותפסו פקיד מהשלטון הרומאי. אלישע החל לרוץ ולברוח ממנו, ולעומתו אף אותו השוטר רץ אחריו, כאשר השיג אותו ותפסו, אלישע הוריד את התפילין ואחז אותם בידו. השוטר שאלו: מה יש לך ביד? אמר לו אלישע: "כנפי יונה!", ואכן, נס של ממש נעשה לו, ונמצאו בידו כנפי יונה. ועל שם כך היו קוראים לו "אלישע בעל כנפים". ומדוע אמר דווקא כנפי יונה? כי כשם שכנפים של היונה מגינות עליה, כך ישראל, המצוות שהם עושים - הן מגינות עליהם.

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



תהיו אמיצים מול עצמכם

העצה שמסיימת את מסע חיזוק הביטחון העצמי

ישנם הרבה מאוד דברים שאפשר לעשות על מנת לחזק את הביטחון העצמי שלנו. בשבועות הקודמים הבאנו ארבע עצות חשובות לחיזוק הביטחון העצמי: לא להשוות את עצמנו לאחרים, לשמור על הגוף שלנו, לתרגל חמלה עצמית ולחבק את הספק העצמי.

כעת נביא עצה חמישית וחשובה לא פחות: כאשר המוח שלך אומר לך שאין לך, שאתה לא תצליח, ש'איך תסתדר במקום חדש?' וכו' - הזכר לעצמך שהמחשבות שלך לא תמיד מדויקות, ולפעמים הדרך הטובה ביותר להתמודד עם דיבור עצמי שלילי, היא על ידי קריאת תיגר על הצהרות אלה.

כדי לחזק את הביטחון העצמי שלנו, אנו צריכים ללמוד להתנסות ולחוות. מי שלא מנסה - לא נכשל. אבל רק מי שלומד להיכשל, בסופו של דבר גם מצליח.

מספרים על ציפור אחת שהתרגלה לשבת על ענף מסוים בעץ. היה לה נוח ורגוע, עד שיום אחד החלה סופה חזקה לטלטל את העץ, והענף עליו ירדה הציפור נשבר. הציפור לא איבדה את הביטחון העצמי שלה, היא לא נראתה מוטרדת במיוחד. למה?

א. היא יודעת שיש לה כנפיים. כלומר, מה שהביא אותה עד לכאן יעזור לה להמשיך מכאן.

ב. היא יודעת שזהו לא הענף היחיד בעולם, והיא בעזרת השם תמצא אחד אחר.

גם אנחנו כך - לפעמים התרגלנו למשהו מסוים, מקום עבודה, חבר, זוגיות וכו', ולפתע משהו קורה, ואותו "ענף" שהיינו יושבים עליו - נשבר. לא צריך בגלל זה לאבד את הביטחון העצמי. יהיה בסדר:

א. מי שעזר לנו להגיע עד כאן, יעזור לנו להמשיך מכאן - כלומר בורא העולם שעזר לנו להגיע עד כאן, יעזור לנו להמשיך מכאן.

ב. העולם גדול, ויש עוד הרבה מאוד ענפים. ברוך השם, יש לנו היכולות שלנו, הכישרונות שלנו, ובעזרת השם נמצא "ענף" אחר, ומי יודע, אולי אפילו נופתע לטובה מהאפשרויות החדשות.

לסיכום, אל תתנו ליצר להשאיר אתכם למטה. צריך לקום ולהתעודד, ולדעת שבורא העולם "סופר" אותנו. חמש העצות שנתנו בשבועות האחרונים יכולות לעזור לכם להרים קצת את הביטחון העצמי:

1. הפסיקו להשוות את עצמכם לאחרים
2. שמרו על הגוף שלכם
3. תרגלו חמלה עצמית
4. חבקו את הספק העצמי
5. אל תאמינו לכל מה שאתם חושבים

בשבוע הבא נעמיק עוד בנושא של הביטחון העצמי והאמון העצמי. גם אתם יכולים.

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

הידברות במיזם

שמאיר את הנשמה

בדרך להפצת 1,000 שיעורי תורה, והפרשות חלה

חוגגים 500 חוגי בית!

פרסום ישלח בחינם להפצה

הערב ללא עלות

חייגי עכשיו: 073-222-1-290

מתנת הוקרה לכל מארגנת חוג בית

גשמי ברכה

בדרך אליין

בחורף הזה הכניסי את השפע והברכה אל ביתך הזמני חוג בית מעצים ומרומם!

3

צעדים לארגון חוג בית



זמנים
כ-20 נשים
וכל מי שבא לך!



קובעים
תאריך ושעה



מתקשרים
להזמין אחת ממיטב הרבניות



לא לצאת מאיזון

מה ההבדל בין הורה מודאג להורה אוהב, ומה משותף לציפור וקפיץ?



ישנם הורים רבים המשקיעים רבות בחינוך ילדיהם, מתאמצים וטורחים בכל כוחם לחנך, וכאשר מגלים לפתע לחרדתם שהנער שגדל בוחר בדרך הפוכה מזו שחינכו אליה, אינם מבינים היכן כשלו, ובמה הם שונים מהורים אחרים שהשקיעו בחינוך ילדיהם לא יותר מהם, והצלחו.

יתכנו סיבות רבות לנפילה של ילדים ולסטייה מהדרך, חלילה. אמנם, לגבי מה שתלוי בנו ההורים, צריכים לדעת, שלפעמים הרצון שלנו להדריך אותם, בא בצורה שעשויה לגרום נזק. לפעמים עשוי הורה המודאג להלחץ את ילדיו יותר מדי, ולכן דווקא על ידי "השקעתו" בחינוכם, עשוי הוא לגרום להם לפרוק כל עול מיד כשמתאפשר להם.

ואילו כאשר האב מראה בכל שלב את אהבתו הגדולה לילדיו, ובונה אותם בהתאם לנטיית נפשם, הם נעשים בעלי נפש בריאה, ואוהבים ללכת בדרך האמת.

לחץ מופרז מתוך כוונה טובה של רצון לחנך, הטחת מילים פוגעניות ומעליבות במטרה לגרום לילד להשתנות, וכל דיבור או התנהגות הורית המביאים את הילד למסקנה: "בכל מקרה הורי מחשיבים אותי לכישלון, אז לשם מה להתאמץ ולהשקיע?", כל אלה מהווים מרשם בדוק להפוך ילד טוב מטבעו, לילד בעייתי המצפה לגיל בו יוכל לבעוט בכל הערכים שכה התאמצו להקנות לו. שהרי אין ילד שנולד רע. גרמו לו להיות כזה.

כאמור לעיל, חכמינו ז"ל במסכת סנהדרין (ק' ע"ב) מלמדים כי בחינוך "תהא שמאל דוחה וימין מקרבת". וזהו אחד היסודות הגדולים והבסיסיים ביותר בחינוך הילדים.

ואכן, אחד העיקריים שבמחדלים בחינוך ילדים בזמנינו, הוא חוסר איזון בין השמאל דוחה לבין הימין מקרבת.

יש שמשום שרוצים מאוד לתת לילד ולהעניק לו, מפנקים אותו יתר על המידה. וכך הילד גדל מבלי שיכיר בגבולות כל שהם, אינו יודע מה מותר ומה אסור, והוא גדל בתחושת הפקרות כמי שבידו לעשות ככל העולה על רוחו. ומאידך, יש המקצינים לצד השני. לוחצים את הילד, ואינם מאפשרים לו לבטא את עצמו, לטעות ולתקן, ללמוד מהטעויות ולהתפתח. הם בעצם "חונקים" אותו נפשית, מרוב דאגה לעתידו.

מייסד "תנועת המוסר", רבי ישראל סלנטר זצ"ל, היה אומר שיש עניינים הנמשלים לציפור אחוזה בין שתי כפות הידיים. אם אווזים בה חזק מידי, היא נחנקת. ואם חלש מידי, היא בורחת. אלא יש לתפוס בעדינות, לפי כוחותיו (הובאו דבריו ב"שיח יצחק" ח"א עמ' תקנ"ד). כך גם בחינוך ילדים. וכפי שהיה רגיל לומר זקן המשגיחים הגה"צ הרב שלמה וולבה זצ"ל, שילד דומה לקפיץ. קפיץ, ככל שדורכים אותו ולוחצים עליו יותר, כך הוא עף עם שחרורו לגובה רב יותר...

אולם ככל שהילד נבנה עוד מהגיל הרך באופן נכון, הוריו ומחנכיו זהירים ומאוזנים בכניסתם לנפשו הפנימית והעדינה, כדי להדריכו מה מותר ומה אסור, ומתנהלים בצורה נכונה על פי הכלל ש"לעולם תהא שמאל דוחה וימין מקרבת", כך הוא גדל בריא בנפשו, וחינוכו הנרכש מופנם בלבו לכל ימי חייו, ומועיל לו עד זקנה ושיבה.

רכישת הספר "המדריך המלא לחינוך ילדים" של הרב זמיר כהן היכנסו להידברות שופס או חייגו: 073-222-1250



הניתוק שיחבר אתכם בחזרה למציאות

הגמילה מההתמכרות הקשה שהפכה במקומות מסוימים לנורמה חברתית

זה היה בערך לפני חודש. אבל מה זה באמת משנה מתי. זה קורה יום יום, רגע רגע. ילד בערך בן 5 או 6 בווה בתוך הטלפון ה"חכם" של אבא שלו כמו זומבי. "רועי, זה מספיק! תביא לי את הטלפון!", אומר האב בתקיפות. אבל רועי... רועי בעולם אחר, הוא כבר עמוק עמוק בפנים. הסצנה חזרה על עצמה כמו תקליט שבור - הילד מזיז את אצבעותיו כאחוז אמוק, האב דורש לסיים, והילד שב ומבקש את רחמי אביו שלא ייקח לו עדיין את החמצן. בשביל מה האב בכלל לקח אותו לגן המשחקים, תהיתי לעצמי. וכאשר הטלפון שב סוף סוף לבעליו, הוא עצמו דאג לבדוק עדכונים אחרונים, כמובן.

האמת, קצת ריחמתי על שניהם. ואני, נטול סמארטפון ובעל טלפון כשר, מתרוצץ עם הבת שלי בתוך קרונות הרכבת הסגולה שבגן. לא שקועים בתוך עולם דמיוני. חיים את העכשיו, את המציאות, את הקשר אבא-בת, את האנושיות החמה.

ורועי? רועי, כמו רבים (ילדים, נוער ומבוגרים), חי בתוך עולם וירטואלי, בתוך חתיכת מתכת ש"מקלה מאוד את החיים, ואיך אפשר בלי זה?". בהחלט, היא יכולה להקל מאוד על החיים, אבל איפשהו באמצע הדרך, או די בהתחלה, היא מנתקת מהחיים.

יש כאלה שעושים החלטה אמיצה ובוחרים להיפרד מהסמארטפון כדי לחיות. לחיות את מי שמולם, בלי קטיעות של צפצופים שלא נגמרים לעולם, שחוטפים את אבא ואמא, וגם את הבן והבת. זו החלטה אמיצה שלא מגיעה בחינם. כל הדברים הטובים דורשים תשלום עבורם, ופה זה אומר לוותר על נוחות מסוימת. אבל התגמול שיבוא לא משתווה, הן באופן מידי ובעיקר לטווח הרחוק. ההתמכרות לעדכונים הבלתי פוסקים גורמת לנו להפסיד את מה שקורה מסביבנו, את האנשים, את עצם החיים.

עם כל הכבוד להתקדמות הטכנולוגית, מי אמר שבחלק מהמקרים, כמו במקרה המדובר, היא לא בעוכרינו? הסמארטפון הוא כלי ממכר, ששואב אותנו אל עולם וירטואלי המורכב מאוסף פיקסלים מרצדים. הוא מנתק אותנו מחיבור אל מה שמתרחש כרגע סביבנו, אל עולמנו ועצמנו.

ואם כבר, בואו נזכיר את מה שקורה שם, בכלי המדיה נטולי הסינון - מעשים והתבטאויות המעידים על מידות מושחתות; מראות אסורים; שיימינג ברשתות החברתיות וביזוי האחר בפומבי הפכו לדבר שבשגרה, ועליהם אמרו חז"ל "כל המלבין פני חברו ברבים כאילו שופך דמים". כל אלה מחלחלים אט אט לתוכנו, ומזהמים את נפשנו על ידי אותו ריקבון רוחני. הקלקול הרוחני מתרחש בתוכנו רק מעצם החשיפה שלנו לדבר, אף אם בתוכנו אנו מתנגדים לתוכן אליו נחשפנו. אינספור מחקרים בתחום בריאות הנפש מציגים את הנזקים הכאובים הנגרמים כתוצאה מהחשיפה לכלי המדיה נטולי הסינון, כגון פגיעה בהערכה עצמית, דיכאון, הזנחת חיי המציאות, בדידות, ירידה בהפגנת אנושיות ועוד.

קיימת אלטרנטיבה, כזו שתבלום את הטריוף. קוראים לה "טלפון כשר".

האתגר השבועי

אם מה שקראתם מוכר לכם, זה הזמן שלכם לעשות צעד קדימה! האופציה הראשונה והמובחרת ביותר היא לעבור לטלפון כשר. אופציה נוספת היא שימוש בסמארטפון מוגן שניתן לרכוש מחברות כמו הדרן, נתיב, מושגח, מהדרין פלוס ועוד. אופציה אחרת היא התקנת אפליקציית סינון על גבי מכשיר הסמארטפון הרגיל שקיים אצלכם, כמו של נטספארק, רימון ועוד.

תחשבו על זה, תגישו, תעכלו. מי יודע, אולי בסוף עוד תמליצו לחברים.

אנחנו בדרך אליכם אתם באים?

הכנסים הקרובים בהידברות

כניסה חופשית לגברים ונשים בהפרדה לפרטים והזמנת ערב חיוזק באזורכם 073-222-1-240

יקנעם רביעי י"ז שבט 19:30 - 8.2

אשכול פיס
רחוב שדרות רבין

הרב חזיה כהני	המקובל הרב יצחק בצרי	הרב שניר גואטה
------------------	-------------------------	-------------------

דימונה רביעי י' שבט 19:30 - 1.2

מיתנת מרכז דימונה
רחוב שדרות הרצל פינת אריאל שרון

הרב יעקב חמו	המקובל הרב יצחק בצרי	הרב שניר גואטה
-----------------	-------------------------	-------------------

לימונים, דובדבנים וסתימה בכיור

האם מותר לחמם חלות על הפלטה, ומה עושים אם שוכחים להתפלל?

ראוי להניח את החומר ליד הנקב של הכיור ולא ממש על גביו, שיהיה בגדר "כלאחר יד" (תיקון בשינוי), וכך יהיה מותר לכל השיטות. על פי הגמרא (כתובות ט' עמוד א') צינור שעלו בו קשקשין ממעכן ברגלו בצנעה בשבת ואינו חושש, והטעם משום שנחשב למתקן בשינוי ובמקום הפסד לא גזרו חכמים.

הגישו לשולחן גלידה שעליה מונחים דובדבנים. אני אוהב מאוד דובדבנים, ואף שהם טפלים לגלידה, אצלי יש להם חשיבות. האם אני צריך לברך על הדובדבנים בפני עצמם בורא פרי העץ, או שאברך שהכל נהיה בדברו ואפסור את הדובדבן?

אף שאנו נוקטים להלכה שבדרך כלל העיקר פוטר את הטפל, מכל מקום במקרה שהטפל חביב בעיניו כמו העיקר, יקדים ויברך קודם על הטפל ואחרי זה על העיקר. לכן כיוון שיש לאדם זה הנאה מעצם הדובדבנים, יברך בורא פרי העץ על הדובדבן בפני עצמו, ואחרי זה יברך שהכל על הגלידה (יביע אומר חלק ז' א"ח סימן ל"ב בהערה הראשונה, ילקוט יוסף סימן ר"ב אות ז').

אישה שנוהגת להתפלל שלוש תפילות, ויום אחד לא הספיקה - האם עברה איסור?

אם הפסידה את התפילה בשוגג ולא במזיד יכולה להתפלל תפילת תשלומין, כלומר שתתפלל פעמיים שמונה עשרה בתפילה הבאה (ילקוט יוסף סימן ק"ח סעיף א').

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



תחת השמיכה שנמצאת על גבי הסיר של החמין? אסור בשום אופן להכניס את החלות תחת השמיכה בשבת עצמה. כל מה שהתירו לעשות הטמנה זה רק מלפני השבת ביום שישי, כשמכסים את הסירים. אבל תוך כדי השבת אסור להכניס שום דבר תחת השמיכה, ונחשב להטמנה שאסור לעשות כן, וראיתי שיש הרבה נכשלים בכך (שולחן ערוך סימן רנ"ז סעיף א'). אבל יכול להניח את השמיכה מקופלת כך שלא תכסה את החלות מן הצדדים, וכך אינו נחשב להטמנה.



תכתי לימון בסכין בשרית. האם מותר לי לסחוט כעת את הלימון לתוך משקה חלבי? האשכנזים מחמירים לאסור במקרה כזה, כיוון שהלימון נחשב לדבר חריף, וכאשר חותכים דבר חריף בסכין, החריפות מוציאה את טעם הבשר שהיה בלוע בסכין. לכן לאשכנזים אסור לסחוט את הלימון למשקה חלבי. אמנם מרן השולחן ערוך פסק שלימון אינו נחשב לדבר חריף, וממילא הלימון נשאר פרווה, ומותר לסחוט אותו למשקה חלבי. וכך נוהגים הספרדים (על פי שולחן ערוך יורה דעה סימן צ"ו סעיף א').

למנהג האשכנזים, מה יהיה הדין אם תכתי לימון בסכין פרווה על קרש חיתוך בשרי נקי - האם הסכין והלימון הפכו להיות בשריים?

במקרה כזה שהסכין היה פרווה ורק הקרש חיתוך היה בשרי (נקי), גם שליטתם הלימון נשאר להיות פרווה, כי צריך שני תנאים - גם שיהיה דבר חריף או חמוץ, ושיהיה "דוחקא דסכינא", כלומר החיתוך של הסכין הוא זה שגורם להפליט את הטעם. ולכן אף שקרש החיתוך היה בשרי, הוא אינו מעביר את טעם הבשר ללימון. וה"חכמת אדם" מחמיר גם בזה. **בשבת בבוקר אני רוצה לחמם את החלות שיהיו חמות לכבוד שבת. האם מותר לי להכניס את החלות**

הילדים שפכו תבשיל לכיור, ועקב כך נסתם הכיור. כעת רוצים לשפוך מים רותחים או לשים חומר חריף שימיס את השומנים ויפתח את הסתימה. האם מותר לעשות כך בשבת? מרן הרב עובדיה זצוק"ל (יביע אומר חלק ה' א"ח סימן ל"ג אות ג' והלכות עולם חלק ד' עמ' רנ"ד) התיר לשפוך מים חמים על גבי הכיור, וכתב שאין זה נחשב לבישול, כיוון שהתבשיל כבר מבושל, ובפרט כאן, שהשומנים הללו הולכים לאיבוד, ואין שום מעלה בבישול הנוסף שנעשה. לפי זה הוא הדין שמוטר להניח חומר חריף כדי לפתוח את הסתימה, וזה קל יותר ממים רותחים, כיוון שהחומר אינו מבשל את המים, כי בישול הוא על ידי האש בלבד. ובכל זאת

עבד בעידן המודרני (ב')

"חכמת ההמון" מול "טיפשות ההמון"

זאת, אלא עושה הישר בעיני הבריות... והנה סתירה בה אנו חיים: מצד אחד, אין ויכוח על כך שכל אחד הוא עולם פרטי, עם תכונות נפש ייחודיות ועולם אישי של אתגרים והתמודדויות. מצד שני אנו דורשים מעצמנו (ומילדינו) לעמוד בצפיפות חברתיות, "ליישר קו", להתאים את עצמנו, בקיצור: להיות "כמו כולם".

מה זה להיות "כמו כולם"? האם זה סוג של ממוצע המבטא נורמליות? חשוב לזכור: א. ככל שכמות ההמון גדלה ("תודות" לרשתות החברתיות...) - **הממוצע יורד**. ב. אי אפשר להתעלם מהעובדה שגורמים קולניים משפיעים קשות על ה"ממוצע", גם כשהם לא משקפים את כלל האוכלוסייה.

השאיפה להיות "נורמלי" יכולה להיות טובה רק עבור מי שנמוך מהממוצע...

אז מה היית מאחל לילדים שלך? ולעצמך? לתגובות וסיפורים שלחו מייל לכתובת **oneg@shabat@htv.co.il**, עם הכותרת "עבור זאב ארן".

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

הייחודיות שלך? האם בהכרח מה ש"הולך" אצל כולם מתאים גם לך?

על כך אמר הגאון מוילנא: "הולך ביושרו ירא ה', ונילוז דרכיו בוזהו" (משלי י"ד, ב) - "אדם צריך לילך בדרך הצדיק לו, כי אין מידות בני אדם שוות

זו לזו, ויתכן שהוא רגיל בעבירה מסוימת, וצריך לגדור עצמו דווקא בה, ולעומתו, חברו אין צריך לזו השמירה, אלא לדבר אחר... ולכן 'הולך ביושרו' - בדרך הישר שלו, אף על פי שבעיני הבריות הוא רע, כי אינן יודעות מה שהוא

צדיק, ואף על פי כן אם הוא "הולך ביושרו" הוא ירא ה'! ונילוז דרכיו, אבל מי שמעקם דרכיו הצריכים לו בשביל למצוא חן בעיני הבריות, לעשות מה ש"ישר בעיניהם", אף על פי שבא מחמת זה לידי עבירות - 'בוזהו'. כי הקב"ה יודע מה הוא צדיק, והוא אינו עושה

מכירים את האנשים האלה שמוכרחים להיות מעודכנים בכל מה שקורה כל הזמן, כדי ש"חס וחלילה" לא יהיה מצב ש"יתפסו" אותם כ"לא מבינים" ב"מה שהולך היום"?

כדי לעמוד בקצב המסחרר, אתה מוכרח להיות מחובר לרשתות החברתיות

השונות (בדרך כלל כמה. אתה זה לא מספיק...), להתעדכן ללא הרף, לעקוב אחרי אנשים, מה הם משתפים, איך הם חיים, מה מגיבים להם ועוד ועוד. אתה חייב לעשות זאת! אחרת לא תדע מה מצחיק ומה לא, מה מוסרי ומה לא,

מי נחשב "סיפור הצלחה" וממי כדאי להתרחק... והתוצאה? תמצא את עצמך מדבר וחושב כמו כולם, אוהב מה שכולם אוהבים ושונא מה שכולם שונאים. תחיה את כולם - חוץ מאשר את החיים שלך עצמך. עצור רגע! מה עם האישיות שלך? מה עם



'חדרשת אלישבע' מבית הידברות, נפתחה בדיוק בשבילך! בקבוצה איכותית ומגובשת נתמלא יחד אמונה ויהדות, נבין את משמעות החיים ונתקרב לה' יתברך

מדרשת אלישבע



טובי הרבנים



שיעורי אמונה
השקפה ויהדות



תנאי ואזורים
ברווה גבוהה



קשר
אישי וחם



את הסיפור הזה אני שומר כל הזמן בראש. בעצם כל ההווה שלי מתעוררת כשאני נזכר בו. גם היום, שלושים ושש שנים אחרי, זה עדיין פועם בי, בעיקר העוצמה שמהדהדת לי בפיצוץ חסר בקרה.

השנה היא 1987, שלהי שנות השמונים. המצב הביטחוני בארץ התערער מיום ליום, הערבים הרימו ראש, פלסטין נהייתה הגדרה קיימת, ובכל יום קמנו לסיפור הרג חדש, שלא לדבר על זריקות אבנים יומיומיות בכל הצירים ולעבר מוצבים צה"ליים. ההנהגה עוד חיה באוטופיה שעוד מעט זה יגמר, ואולי כדי להוכיח שלא, התחילה האינתיפאדה הראשונה. הישראלים שהתרגלו לערוך קניות בשווקי עזה, שכם ויריחו התחילו לסבול מהצקות, אלימות וניסיונות לפגיעה בחייהם. כל יום הביא את הסיפור שלו, הטרור פרח ברחובות והישראלים התחילו לפחד. אם עד אז עזה היתה עוד מקום זול וססגוני, המצב הפך אותה לנקודת ציון מפחידה, קן צרעות של ממש.

בתוך כל הכאוס הזה, הייתי אני, חייל בשירות סדיר, בן 19.5, עדיין ילד. באחד הימים הקפיצו יחידה לחברון, תעסוקה מבצעית, לאבטחת אזורים. באותה יחידה הייתי גם אני. הביאו אותנו לבניין עם חזית פנורמית. בעצם לא בדיוק בניין, אלא שלד. בניין בשלבים המאוחרים לבנייה שלו. הוא היה גבוה והשקיף היטב על השוק המרכזי בחברון. הביאו אותנו בדיוק בשביל זה, לתצפת על המקום ההומה והרגיש הזה, כיכר השוטר, למי שמכיר. הימים היו ימים מתוחים ולא קלים, ולכן כל שביב של משהו חשוב היה חשוב מאוד.

ביקשו מאיתנו לעלות לקומה השלישית, להתבסס ולעשות את מה שאנחנו יודעים לעשות. כך משבע בבוקר ועד חמש אחר הצהריים.

כבר כשהגעתי למקום נדהמתי. המבנה היה פרוץ לכל עבר. לא היו בו דלתות או חלונות – כלום. כל הזמן קיננה בי המחשבה שכל אחד יכול להיכנס לכאן אם רק ירצה. זה לא היה בטיחותי בעליל, אבל אני הייתי חיל. התפללתי בלי קול שהכל יעבור בשלום, ויהיה בסדר, בעזרת ה'. הכל היה מלא בצינורות ניקוז פלסטיק, עדיין לא סיימו לחבר את כולם. היה שם שולחן רעוע ומספר כיסאות. לנו זה הספיק בינתיים. התיישבנו על הכיסאות, מתמקמים לתצפיות הטובות ביותר, מקווים לגמור בטוב. בסוף היום, בשעה חמש, ירדנו את שלוש הקומות, ועלינו לאוטובוס שחיכה לנו הישר אל המוצב שהיה סמוך. למחרת הסרט חוזר על עצמו.

לכל קומה יש כתובת



חייל צעיר עולה עם חבריו לבניין בתהליך בנייה, כדי לתצפת על אזור מסוכן. איש אינו יודע שגם עליהם יש תצפית, ובעיקר - שמשמייים יש תצפית מיוחדת על כולם | נס הצלה

הגענו שוב לאותו מקום - שוב אותה פקודה - ואני עדיין תמה על הקלות בה ניתן להפתיע אותנו אם רק רוצים. זה היה ממש אבסורד. אחרי הכל לא היינו באזור קלאסי, ולכן הגענו להיכן שהגענו. הפליאה היתה גדולה. היום השני הסתיים בדיוק כמו הראשון, בחסדי שמיים. גם כשהגעתי למוצב לא הסתרתי את ההלם שלי. אמרתי שוב ושוב שהמקום חשוף ובעייתי.

ביום השלישי, כאשר חזרנו מהמשימה שהפכה כבר כמעט לקבע, ראינו אוטובוסים מגיעים אלינו למוצב. מה קרה? חיילי מילואים. החליטו להביא

חיילי מילואים למשימות שונות, והגיעו לבשר לנו שלמחרת לא נלך לבניין ההוא בחברון, אלא חיילי המילואים שהגיעו ילכו לשם.

ואכן, ביום הרביעי, חיילי המילואים נשלחו לשם באותו מסלול קבוע, בדיוק כמו שהיה לנו. הפקודה היתה להתמקם בשוק. רק שהמשמעת של חברי המילואים היתה שונה, כנראה, מזו של חיילי סדיר. או שהם חשבו ששם הם יוכלו לראות טוב יותר? כך או כך, החבר'ה עלו לקומה שלישית כדי לקחת את הכיסאות, והניחו אותם בקומה השנייה, כי כך הם החליטו.

בסוף היום החיילים עלו לאוטובוס, ומשם לקחו אותם הלאה. זה היה תמוה מאוד מאוד. מה הקשר להביא עכשיו חיילי מילואים ליום אחד לתצפת על השוק? מה העניין? היו כל כך הרבה סימני שאלה על מה ואיך שהדברים קרו והתגלגלו.

חיילי מילואים לא היו כוח שמזניקים סתם, ועוד ליום אחד. בדרך כלל זה היה מרוכז ואינטנסיבי יותר.

למחרת על הבוקר נשלחו עוד פעם חיילים. הפעם אני לא הייתי ביניהם. נשארתי בקרבת מקום, אבל במשימה אחרת. ואז, בסביבות השעה עשר בבוקר, אמצע היום, בעיקר במונחים של צה"ל, וכן בשוק ההומה בחברון, שיא התנועה והערנות - נשמע פיצוץ עז ומחריד. כל הרדיוס, לקילומטרים רבים - הכל רעד. אבנים התעופפו לכל עבר. אני, שהייתי עם משקפת, השקפתי הישר למקור הרעש - כן, זה היה אותו בניין עליו תצפתי במשך שלושה ימים, ובמקרה לא הייתי בו היום.

זה היה פחד אלוקים. מעוצמת הפיצוץ, אבנים גדולות, בליסטראות של ממש, עפו למרחקים עצומים. היה ברור לכולם שהעסק לא נגמר בטוב. אין סיכוי לצאת מזה בחיים. ההלם היה גדול, הלב פרפר, לא רצינו לדעת ואפילו לא לחשוב מה קרה שם עם חברינו. בעיקר הידיעה שהייתי צריך להיות איתם יחד, כתף אל כתף... תסריטים שונים רצו לי בראש עם כל הבלגן שנוצר, יללות של רכבי ביטחון, סירנות של אמבולנסים. כולנו עברנו למוצב של דריכות ושל מתח גדול ונורא. כל המוצב נכנס לתזזיזת.

מה שקרה שם נשאר לי עד היום. הצמרמורת שזה עושה לי כל פעם מחדש, מרעידה לי את כל עמוד השדרה. קיבלנו את הבשורה: לכולם שלום. אין נפגעים בנפש. זה היה רגע אדיר. אלוקים אדירים, איך, איך זה יכול להיות? כל מי ששמע

מחנכים ומנהלים יקרים
מחפשים דרך להעצים את שנת הבת מצווה?
עבר חווייתי מרגש במיוחד המלווה בשירה וריקוד בו נחגוג יחד את המעבר מגיל הילדות לגיל הנערות. ניכר את מעגל חיי הבת במסורת היהודית ומקומנו בשרשרת הדורות.

מאירים
לכם את השנה
היברות מגיעה לביה"ס

ארגון היברות מציא:
בואי בשלום
מפגש מרוחם לשנת בת מצווה

13787 מס' תוכנית בגפן:

054-5218289

gefen@htv.co.il

073-3333347

תוכניות גפ"ן במשרד החינוך |

"טביעת האצבע" השמייתית (ב')



המשך מעמוד <<2

המספרים שמתקבלים בכל שלב (חלקן באופן כתיבת האותיות כפי המובא בספרי קבלה, או בביתא "אותיות דרבי עקיבא" שבהן למשל האות ת' נהגית כ"תאו") תואמים לגמרי למספרי פיבונאצ'י בדילוג על איבר אחד, כלומר איבר כן-איבר לא בסדרה. זאת אומרת, תחילתה של סדרה פיבונאצ'י היא המספרים 1, 2, 3, 5, 8, 13, 21, 34, 55... וכן הלאה, ומילוי האות א' היא הסדרה של כל איבר שני בסדרת פיבונאצ'י: 1, 3, 8, 21, 55... וכן הלאה עד אינסוף. מדובר בפלא בעל שיעור הסתברותי נמוך במיוחד, בפרט לאור העובדה שבכל שלב מצטרפות אותיות חדשות. מתמטיקאי שנדרש לנושא וניסה למצוא את הופעתה של סדרת פיבונאצ'י בשפות נוספות, במטרה להפריך את הפלא, הודה כי ניסה לעשות זאת בשפות נוספות, אך לשווא. "חוץ מהעברית, לא ראיתי עוד את פיבונאצ'י", הודה (במחקר נוסף הוא "הצליח" בדוחק למצוא משהו קרוב בלבד, בשפה אחת ששובשה לצורך הניסיון). לשון הקודש, אם כן, נותרה היחידה שמסדרת בדיוק מופלא עם פיבונאצ'י, כמו שאר חלקי הבריאה. האותיות הנוספות בהן כל איבר שני בסדרת פיבונאצ'י נמצא בהתאמה למספר האותיות בשמות הנפתחים הן האותיות: ה', ל' ו-פ'. הסדרות הנוצרות מהאותיות ה' ו-פ' מתחילות מהאיבר הראשון בסדרת פיבונאצ'י, והסדרות הנוצרות מהאותיות א' ו-ל' מתחילות מהאיבר השני בסדרת פיבונאצ'י. אותן ארבע אותיות, בחילוק ביניהן לפי מיקומן בסדרת פיבונאצ'י, יוצרות את הצירוף המרגש: "א-ל-פ-ה". והאמת היא שגם בלי הוכחות של צירופים נסתרים וצופני סוד אלו, כדי לחוש את נוכחותו של הקדוש ברוך הוא בבריאה, די להסתכל סביבנו ולהתפעם.

רוצים לשמוע עוד? חפשו בהידברות: "הסרטונים שישאירו אתכם פעורי פה".

הישר אל האבנים והבלוקים שהיו בשפע למטה. מוות אכזרי.

כאמור, הם שינו את התוכנית שלהם. למודיעין שלהם לא היתה מילה מול ההוכחה שהם ראו בשטח, כסאות וציוד שנמצא בקומה השנייה. אבל למחרת, החיילים שלנו מגיעים לבניין, וכמו חיילים ממושמעים - מצייתים לפקודות עד הסוף. הם מגיעים לקומה השנייה - רואים את הכיסאות ומחליטים לעלות לקומה השלישית, שם הם נוכחים לראות שחסרים כסאות. אז הם יורדים קומה, לוקחים את הכיסאות, עולים איתם לקומה למעלה, מסתדרים ועושים את העבודה כמו שצריך...

הפיצוץ בשעה עשר מחריד אותם. מול ענן אדיר של אבק ואובך, שנכנס לנשמה, הם מבינים מה קרה. רק אחרי שהכוחות הגיעו הם קלטו שהם אחרי האירוע. המהומה היתה גדולה כל כך, שלא היה ברור מה גרם למה, ואיפה אווזים, והאם יש עדיין אויבים באזור, הם נכנסו לעמדת התגוננות, כאמור, כשהכוחות הגיעו והתרגשו לראות אותם חיים, התבררה להם התמונה האמיתית, הם היו עכשיו ניצולי פיגוע שיכל להיגמר אחרת.

כן, כל הנזק נגרם לקומה השנייה בלבד. הם יצאו שלמים וקיימים, חיים ובעיקר נפעמים. אבל לא רק הם - גם אני, שראיתי הכל דרך המשקפת שלי, עדיין חי את הסרט הזה. ראינו את השגחת ה' עלינו ממש. הם תצפתו עלינו, אבל ה' תצפת גם עליהם, ושמר עלינו שמירה מיוחדת של אב אוהב לבניו. הניסים היו גדולים כל כך, שאפילו אותם מילואימניקים נעלמו, ולא ראינו אותם כדי להודות להם על הערבות שלהם שהציל את החיילים. איך הכל התנהל בצורה מפעימה, כך שאי אפשר היה להישאר אדיש. אם ה' לא ישמור עיר, שווא שקד שומר.

זה הסיפור שלי, זה שממשיך איתי לכל אורך חיי. ההשגחה המיוחדת הזו מעלה לי דמעות לעיניים כל הזמן. עם ישראל חי!

ואפילו לא ראה הבין שהיתה כאן כמות אדירה של חומר נפץ, שהסיכוי לצאת מזה הוא אפסי. וכאן מודיעים שכל החיילים שהיו שם, כולם בחסדי שמיים יצאו מזה?! כולם מבוהלים אבל בריאים ושלמים. זה לא נתפס.

מובן שכאשר ראינו אותם בעיניים, ההתרגשות היתה כפולה ומכופלת. ההודיה העמוקה לבורא עולם היתה גדולה מאוד.

ואז, לאט-לאט, התבררה התמונה השלימה.

מתברר שחיילי המילואים עשו עבודה מצוינת, יש לומר, בעיקר בכך שלא שמעו לפקודות בצורה מדויקת, אלא ערבבו קצת... הם הורידו, כאמור, את הציוד, קרי הכיסאות והשולחן, אל הקומה השנייה, שמשום מה נראתה להם טובה יותר... וכך גם השאירו את המקום.

העניין הוא שהיו עוד עיניים שתצפתו עלינו בכל הימים שהיינו שם. חוליית מחבלים עקבה אחרינו, ממש מבניין סמוך. אכן, ההרגשה שלי לא היתה שגויה. בסבלנות רבה הם אספו עלינו מידע, יום אחר יום. לא היתה להם מניעה - כאמור, לא היתה איזו מחיצה בינינו, ולא מעגל שמירה שני. הכל היה גלוי וידוע. וכך הם תכננו את הפגיעה, בצורה הכי קלה, להגיע ולפגוע בבטן הרכה שלנו, בקלות.

ביום הרביעי לאחר רדת חיילי המילואים, הם הגיעו לבניין, וחיפשו עוד עדויות וסימנים עלינו. מהמידע שהיה להם, אנחנו מתצפתים מקומה שלישיית, אבל עכשיו הם ראו את הכיסאות בקומה

השנייה, לכן החליטו להטמין מטען רב עוצמה בצניורות הפלסטיק שהשתרבבו שם חופשי ולא החשידו אף אחד. למטען היה טיימר שכוון לשעה הכי קריטית וחשובה, ככה באמצע היום, כשכולם נמצאים, ערניים ודרכים. חיות האדם הללו לא בחלו בדבד, הם קיוו לסיים את זה בצורה הכי כואבת שבבילנו. לא היה לשום נפש חיה סיכוי לשרוד את כמות חומר הנפץ הזה. במקרה הכי קל - החיילים היו עפים מההדף מהקומה השלישית, שכאמור היתה חשופה, ללא חלונות או קירות מגן,

אני שהייתי עם משקפת, השקפת הישר למקור הרעש - כן, זה היה אותו בניין עליו תצפתי במשך שלושה ימים, ובמקרה לא הייתי בו היום



הקול
בראש

הידברות מזמינה אתכן לערב שכולו תקווה והתחדשות!

ירושלים | חמישי
י"א בשבט
2.2

אולם דרכי דוד רחוב תחכמוני 2

הרב יעקב חמו
מי שמאמין
לא מפחד

ענת דורון
הגברת
מחשבות, חרדות
ומה שבניהן
סיפור אישי

פסיכותרפיסטית ומטפלת act icbt

בני ברק | רביעי
י"ב בשבט
1.2

מרכז נהליתי רח' אברבנל 60 פרדס כץ

הרב יעקב חמו
מי שמאמין
לא מפחד

פרי נהן
הגברת
כלים להתבוננות
ונכונה בחיים
חשיבה חיובית

סילביה ברדה
הקואוצ'רית

"אני מוצא את עצמי בתוך ישיבה"

הטעות בקריאת השלטים בעיר הקודש, המצווה המפתיעה שהדליקה את הניצוץ, ארון ספרי הקודש שצף ביום ההולדת, והמוסיקה שלא עוצרת. מסע התשובה של המוסיקאי יפתח דקל

הכמה חודשים הפכו לארבע שנים, ברוך השם.

התובנה הכי חשובה

אם נסכם את זה במילה אחת - כנות. נראה לי שהכי חשוב לאורך כל הדרך, זה להיות בכנות עם עצמך. נגיד, מצד אחד אני רוצה להיות צדיק, ומצד שני, יש ככה וככה דברים שאני יודע שקיימים בי, ואני לא מתכחש אליהם. אני חושב שזה אולי המצפן לתשובה בריאה, בת קיימא, שלא תחזור אחרי זה כמו מטוטלת לצד השני.

למשל, אם יש לי כישרון שבאתי איתו לעולם, למשל מוסיקה, צילום וכו', ועד היום הוא קיבל ביטוי בעולם החילוני, אם אני אקרא את הדברים הלא נכונים, אני יכול להבין בטעות שזה אסור, שזו עבירה, ולפסול את זה לגמרי. ופה יש סכנה, שאפשר להתכחש לאיזשהו כוח שיש בי, ולא להביא אותו לידי ביטוי. אני חושב שבסופו של דבר, בורא עולם בחר שבבילי להיוולד במשפחה שלא שומרת תורה ומצוות, ולשמוע את כל המוסיקה שגדלתי עליה, ואני מאמין שיש לזה תפקיד. שכל הדברים האלה אמורים להתהפך ולשמש בקודש, לדברים טובים.

מה היו האתגרים?

אני מוצא את עצמי בתוך ישיבה, לומד, כולי, רוב הזמן, באמת צמא ובווער ורוצה לדעת, ורוצה להשיג ולקנות ולהצליח ולפצח, עם הרבה כוחות והרבה אש, נהנה מהלימוד, בא הביתה ולומד עוד, ויש לי קול כזה בראש, שלוחש לי ומאמין שאני נועדתי להיות גדול הדור. ואז אני חוזר הביתה, ויש כבר ילדים, והבית אומר "צריכים אוכל", או "צריכים עזרה עם הילדים", ו"איפה אתה? אתה לא פה". זה מאתגר.

היום אני חושב שזה לא רק אתגר, זו גם הזדמנות, כי דווקא האתגרים האלה הזמינו אותי להוריד את התורה שלי לעולם המעשה. כלומר, סבבה שאתה חכם ומבין וקולט דברים בשכל, אתה יודע להתבונן על דברים ולהסביר אותם יפה. אבל האם זה יורד ללב, ברמה של להכין את הסנדביצ'ים בבוקר בלי להתעצבן? או להתמודד עם הפקקים בבוקר? כל מיני התמודדויות הכי קטנות, הכי אפורות. התורה שלנו, להבדיל מ"תורות" אחרות, שהן שמימיות ומנותקות, התורה שלנו מחייבת אותך להוריד אותה לפועל, לדברים הקטנים.

היהדות ואני היום

אני חושב שהמילה "מורכבות" היא המילה. יש לה לפעמים טון שלילי, מורכב זה כאילו כבד. אבל אני חושב שזה לא נכון. אני חושב ש"מורכב" זה הרבה של הפכים, שמיים וארץ, איש ואישה, נשמה וגוף. זו הרבה. היום אני נמצא יותר בהשלמה ובהסכמה עם המורכבות הזו, שמצד אחד יש לי שבת, שברוך השם רוב הזמן זו מתיקות וכיף עם הילדים והשירים והאוכל, והחברים והלימוד והתפילות, ומצד שני יש הביזנס, האולפן שלי והמוסיקה. היום אני נהנה יותר מהנסיעה, מהדרך, ונמצא פחות במאבק של קצוות.

ללמוד אמנות. והקסם של ירושלים התחיל לפעול עלי.

מתי היה הניצוץ הראשון?

אני זוכר איזה ניצוץ, נקודה קטנה שעשתה לי איזה קליק - עברנו לירושלים, וכל הזמן ראיתי שלטים של "הַשְׁבֵּת אֶבְדָּה", אבל אני קראתי אותם - "הַשְׁבֵּת אֶבְדָּה". ולא הבנתי מה זה אומר, חשבתי שאולי זה חילונים שצועקים על הדתיים, או הדתיים צועקים על החילונים, ולא הבנתי מה זה, ולמה זה חוזר כל כך הרבה פעמים, בהמון פוסטרים שונים בכתב יד. ואז פעם אחת

עצרתי, וראיתי שבכלל כתוב "הַשְׁבֵּת אֶבְדָּה". הייתי בטוח שמי שאיבד, מפרסם את זה. רק אחר כך גיליתי שזה הפוך, שמי שמצא הוא זה ששם את השלט, ושבעצם כל הרחוב שלי מלא בשלטים של אנשים שמוצאים דברים, והם שמחים, זה היה ניכר מהשלטים, לטרוח ולהחזיר את זה. זה עשה לי ניצוץ של "וואלה", הבנתי שזו מצווה.

ומשם התחלתי. הייתי הולך קצת לשיעורים, שומע, ומשהו בי נדלק. אפילו נדלק מדי, בדיעבד.

מתי הבנת שזה המהפך?

האמת, זה סיפור משעשע. היה לי יום הולדת. גרנו בדירה, אני ורעייתי, והיא עשתה לי מסיבת הפתעה, הזמינה חברים מהעבר הקרוב והרחוק, והיא קנתה לי ספר, ספר היהדות הראשון שנכנס אלי הביתה, "ליקוטי מוהר"ן". זה היה ספר גדול כזה, חום, מהודר, עם כל הקישוטים. התרגשתי מאוד. כבר התחלתי ללמוד אותו קצת עם חבר, אז שמחתי מאוד לקבל אותו. ופתאום הגיע עוד חבר, וגם הוא הביא לי ספר של יהדות, נראה לי שזה היה "אורות התשובה" של הרב קוק. ובא עוד חבר והביא לי ספר של כתבי בעל הסולם. פתאום, תוך רבע שעה, נהיה לי מדף של ספרי קודש. אני זוכר את הרגע שקלטתי את זה, שהבנתי שמשנה קורה פה. שמשנה בחיי הולך להשתנות.

אז למדתי וגמעתי ספרים, לבשתי ציצית. ואז היה בית מדרש - אז קראו לו "פתחי עולם", ("מדרשת זיו" כיום) מקום יקר שנתן לי המון. התחלתי ללמוד שם קצת, ואמרת לאשתי שזה עושה לי טוב - ו'בואי ננסה טעימה קטנה, חודשיים שלושה, ככה המליץ לי אחד הרבנים שם". היא באמת ראתה שזה עושה לי טוב, והיא פרגנה לי.

לדתי בבאר שבע, להבים, במשפחה שלא שומרת תורה ומצוות בכלל. לא היתה שום זיקה לזה, אפילו אנטי. עשיתי צבא, קרבי. אחרי הצבא עברתי לצפון, גרתי שנה בעמק החולה, שם התחילו סוף סוף להפתח לי החיים, הרגשתי שאני לבד, חופשי, יכול לעשות מה שאני רוצה, ולהקשיב ללב בכלל, מה אני מבקש פה בעולם הזה. אחרי שנה, בדיוק התחילה מלחמת לבנון השנייה, שנת 2006. ניצלתי הזדמנות וטסתי להודו, עם כרטיס פתוח לשנה.



רק אחר כך גיליתי שזה הפוך, שמי שמצא הוא זה ששם את השלט, ושבעצם כל הרחוב שלי מלא בשלטים של אנשים שמוצאים דברים, והם שמחים

אני והיהדות

פעם ראשונה שפגשתי יהדות שאיכשהו התקרבה אלי, זה היה אחרי שהתחלתי לחפש רוחניות. התעסקתי קצת ביוגה ובמדיטציה וכל מיני שיטות. חיפשתי וחקרתי פסיכולוגיה, פסיכיאטריה, כל מיני תשובות לשאלות שעלו לי מבפנים. היהדות נראתה לי לא רלוונטית לגמרי. בהודו הכרתי את רעייתי. ההיכרות איתה נגעה לי בלב, ופגשתי עניינים שאני צריך להתפתח בהם בעולם הלב, בעולם הרגש. עברתי שם איזשהו זעזוע חיובי, כאילו מישוהו טלטל אותי, חשף לי כל מיני דברים שיש בתוכי. בדיוק באותו זמן הגיע ספר שקראו לו "בעקבות הלב". יחד עם המשבר הקטן שעברתי שם, בהודו, פעם ראשונה לבד בעולם, לספר הזה היה, בפעם הראשונה, לאן לחדור. האדמה נסדקה קצת. כל האגו שלי - התדמית שהיתה לי עם עצמי קצת נסדקה, ונתנה למים האלה של הדת, של התורה, מקום לחלחל קצת פנימה.

כשחזרתי מהודו עדיין עסקתי באיזו עבודה פנימית של תיקון, אבל זה לא התקשר לי ליהדות פרופר, של תורה ומצוות ומחויבות. לא קיבלתי על עצמי את כל התיק. ואז עברנו לירושלים. אני רצייתי להקים להקה ו"לכבוש את העולם", ואשתי רצתה

ערב מעצים של ישועות לקראת

הילולת
הבבא סארי



הרב יעקב חמו-המקובל הרב יצחק בצרי-הרב חיים זאיד

הזמרת
ציפורה אבגי

לפרטים חייגו: 073-222-12-40

בית שאן | יום ראשון ז' שבט 29/1

אולם מחלקת הנוער רחוב מכלוף לסרי 2

המקובל הרב יצחק בצרי, הרב יעקב חמו
הרב חיים זאיד, הזמרת ציפורה אבגי

חולון | יום שני ח' שבט 30/1

אולם בית כורש המצודה 1

המקובל הרב יצחק בצרי, הרב חיים זאיד, הזמרת ציפורה אבגי



השגחה בערבות אפריקה

הוא החליט לעשות טובה לישראלים שזקוקים למניין במדינה הנחשלת, ולא חלם כמה זה קריטי עבורו

להם שימי כשהסביר להם היכן הדרכון. בתגובה הם פרצו בצחוק, ואמרו לו שכל אחד רואה שמדובר בזיוף גרוע. למרבה התדהמה, הם גם עשו חיפוש קל ומצאו את דרכונו. הוא הוכנס לניידת בדרך למעצר, כשאזיקים לידי ולרגליו. שימי תיאר לי את בית המעצר כגיהינום עלי אדמות. ריח נורא עמד כל הזמן באוויר, עכברים מסתובבים, אין איפה לשבת או לישון. המקום היה מלא במקומיים ומהגרים ממדינות עולם שלישי, תחתית התחתית של האנושיות. כל דקת שהייה במקום דמתה בעיניו לנצח, מה גם שלא פעם איימו האסירים על חייו, ושם לא מדובר בבדיחה.

(מה שהוא יגלה מאוחר יותר, זה שאותו עובד פשוט החביא את הדרכון במלון, לקח את הכסף לעצמו, וכ"נקמה" על פיטורי חבריו, הלשין לשלטונות על כך שלשימי אין אישורים).

בבית המשפט אליו הובא לאחר מספר ימים אייומים, פסק השופט כי הוא מגורש ועליו לעזוב מיידית. לא הייתה לו בעיה, שכן ממילא רכש כרטיסים לעוד מספר שבועות, אלא שבית המשפט קבע כי אם לא יעזוב באופן מידי, עליו לשהות במעצר עד זמן הטיסה, דבר שהוא כמובן התחלחל רק מלחשוב עליו.

"למה לא הזמנת מיד כרטיס?", שאלתי אותו, והוא סיפר לי שאין לו כרטיס אשראי, ושום סוכן לא יזמין לו על סמך הבטחה לתשלום עתידי. "ממי אני אבקש? מההורים המבוגרים שלי, שלא יבינו מה אני רוצה?", אמר בכאב. בשל סביבת העבודה, הוא לא שמר עליו כסף מזומן, ואת המזומנים מהבנק יוכל למשוך, בגלל בעיה מסוימת, רק סמוך למועד המקורי של עזיבתו. הוא דיבר בהיסטריה ובבכי, חרד מהמחשבה לחזור למעצר. מובן שמשם יצאנו יחד למשרד שלי, שם הזמננו לו כרטיס מהיום למחר, כולל עבודה זריזה של הנהג שלי, ששחרר את הדרכון שהוחרם.

ליוויתי אותו לשדה התעופה, תוך שהוא מדבר על כך שנראה לו כי לעולם שוב לא יעזוב את הארץ. כשחיבקתי אותו ונפרדנו, הוא אמר בהתרגשות: "תחשוב שלא הייתי משלים לכם מניינים? תחשוב שלא היית מחפש אותי???"

הפעם שוב הייתי צריך את שימי, אבל לראשונה הוא לא ענה לטלפונים. במשך יומיים ניסיתי לאתר אותו, אך לשווא. ביום השלישי החלטתי לנסוע למלון לבדוק מה קורה. זה לא היה פשוט, כי המנכ"ל של החברה בה עבדתי טס ארצה שבוע קודם בשל מצב רפואי קשה של אביו החולה, וכל התקלות הקשות שהיו במערכת נפלו עלי.

הגעתי למלון, שאלתי את המזכירה איפה שימי וישבתי לחכות לו. כעבור עשר דקות הוא יצא עם עיניים אדומות, כולו חיוור ונראה רע מאוד. נכנסתי איתו לחדרו הפרטי במשרדו, ושם ניסיתי להבין ממנו מה קרה.

לאחרונה, כך סיפר לי, הוא התחיל לעלות על כמה וכמה רמאויות שהתרחשו במלון. הוא חקר ובדק, עד שעלה על כך שאנשי הקבלה היו משכירים מדי פעם חדרים מתחת לשולחן, מבלי להכניס פרטים למחשב, תוך שהם לוקחים את הכסף לעצמם. ברגע שהוא עלה על התרמית והמעילה, הוא פיטר מיד את כל העובדים הסוררים שהיו שותפים למעשי אלו. באותו שבוע פרצו לפתע מספר שוטרים לבית המלון וחיפשו את שימי. "יש לנו דיווח שאתה שוהה במדינה שלא כחוק". שימי לא נבהל. הוא הסביר להם שהכל מסודר, אלא שאין לו אשרה ודרכון בדיוק משום שזה בטיפול אצלם. כמה ימים קודם לכן הוא ביקש מאחד העובדים שיחדש עבורו את אשרת העבודה שלו, עניין טכני שמתבצע מפעם לפעם. הוא נתן לעובד את דרכונו ואת הכסף הדרוש לעמלה, וביקש קבלה ליתר ביטחון. העובד ביצע זאת, ועדכן שהדרכון נותר ברשות ההגירה לכמה ימים עד להשלמת הטיפול. "הנה הקבלה", הראה

תוקף תפקידי, אני נמצא תקופות ממושכות בכל מיני מקומות בעולם, לפעמים מקומות נידחים ביותר. שמי יוסף, ואני עובד כטכנאי בכיר בחברת תקשורת המקימה רשתות סלולריות.

באחד הימים נשלחתי לסייע לחברה בתחום התקשורת באחת ממדינות אפריקה. עקב היותי אדם שומר מסורת שנוהג להתפלל תפילת שחרית במניין ומגיע לבית הכנסת בשבת, בררתי אצל ישראלים שעבדו במדינה הזו אם יש איפה להתפלל. לצערי לא מצאתי מניין באזור, חוץ משבתות, שהן התאספו מספר יהודים בבית של מישהו שנמצא במקום לשליחות בענייני כשרות, ושמהזיק בספר תורה.

באותה תקופה של מספר חודשים, הצלחנו רוב הפעמים למצוא מניין לשבת, אבל גם זה לא תמיד היה אפשרי. מדי פעם נהגנו להיפגש גם לתפילת ערבית במניין, לאזכרות ואמירת קדיש לזכר הנפטרים.

במקרים שבהם היינו תשעה וחסר רק אחד, היינו מתקשרים ליהודי בשם שימי, ישראלי יורד, שעסק בתירות מקומית וממש לא היה בעניין של דת, אבל הבין את המשמעות של להשלים מניין ולהיות מי שבזכותו אפשר לומר קדיש, קדושה וברכה, וכן לקרוא בתורה. כמנהל מלון, זה לפעמים היה על חשבון זמנים לחוצים מאוד עבורו, ובכל זאת הוא התאמץ והיה קשוב תמיד.

כמי שהפך להיות המארגן הראשי של התפילות, פנה אלי יהודי שביקש שנארגן ערבית ואזכרה לאמו.



לא "עושה טובה"

זוכה לראות זאת בעיניים בהמשך החיים, ולפעמים רק בעולם העליון.

סיפור זה יכול לחזק כל אדם שעומד במבחן שכזה. הנה לנו יהודי שקיבל על עצמו להשלים מניין לתפילת ציבור, ובעוד הוא חשב שהוא "עושה טובה", הוא בעצם הציל את עצמו ממצב שיכול היה להיגמר רע מאוד.

אם גם אתם רוצים לפרסם את סיפורכם האישי, שילחו לנו במייל: ashgacha@htv.co.il
או בטלפון: 079-699-88-44

הפעמים אין כלל צד היתר לוותר על המצווה. אדם שחי את חייו מתוך בטחון מוחלט בבורא עולם, יכול להתגבר בקלות על כל ניסיון שכזה, משום שהוא יודע שהכל כתוב מלמעלה. מה שצריך להגיע אליו - יגיע בכל מקרה, ושום דבר לא יברח לו, ודאי וודאי כאשר הוא הולך לעשות את רצון הבורא. על האדם לשנן שוב ושוב את מה שאמר חז"ל, שהקב"ה אומר "אין אדם שומע לי ומפסיד". אי אפשר להפסיד באמת מקיום מצווה. אף שלפעמים זה נראה לנו כך, עלינו לדעת שחז"ל אומרים שזה לא נכון. לפעמים

פעמים רבות עומד האדם במבחן, כאשר צרכיו הפרטיים עומדים מול קיום מצווה. הוא צריך להחליט אם להמשיך את ענייניו הדחופים (ומתי הם לא דחופים?!), או לעזוב כרגע את הכל ולקיים את רצון הבורא. פעמים שהניסיון אינו קל בכלל, והאדם מורה לעצמו היתרים שונים ומשונים. "אולי מותר לי להמשיך בענייני, כי זה יכול לגרום להפסד גדול", ועוד כמה "אולי ואולי". הצד השווה שבהם, שהינם עצת היצר. ברור שכאשר ישנה שאלה אמיתית, יש להיוועץ ברב ולנהוג ע"פ דעת תורה. אך ברוב



מיזם הנחת תפילין
הגדול בעולם! **וקישרתם**

תורמים עמדת הנחת תפילין שמזכה אלפי יהודים ומקדשים לעילוי נשמה, לרפואה, לזיווג הוגן, לזרע קודש, להצלחה ולכלל הישועות

3 הקדשות בעמדה לכל תורם

073-3333-343

העמדה כוללת תפילין טלית וסיידור

להקדשת
עמדה חייגו

בא תראה מה הרווחת!

לכמה אנשים תפילין הנחת

מעל
800,000
תפילין
הנחת תפילין
בשנה

58
ערים
ישובים

מעל
700
תפילין
עמדות

שווה ציטוט



”

“הרגשתי את האושר בתוך תוככי
 מצלולות נפשי, וראיתי שגם אחרי
 אתה מצליח יותר משחשבת
 שתוכל להצליח, גם שם אין את
 האושר האמיתי. לא יכולתי להפסיק
 עם העובדה שאני לא חי חיים עם
 מרות אמיתית. אז גם כל הכסף
 וההצלחה, איך אני יכול לוותר על
 האמת הפחותית?” (ג'יי ג'יי)

”



שווה חיוך

- החורף הפנה היה קשה
 - כן זה היה יום לא פשוט

ככל פזם שאתם מחשבי קיומי,
 צרכו את מצבכם לעול: האם אכפת
 מספיק חיוני?

אם אתה גרוע בתחום מסוים,
 פשוט תפסל או את החילוף
 אלקטרוני ותעסוק בו בכל זאת

קשה לי! איך מתמודדים?

ללמוד כיצד אפשר לשנות את המצב ממורי דרך שונים במגוון תחומים, כגון: חוכמת היהדות, טיפולים רגשיים, הרצאות מוטיבציה וקואצ'ינג, שיעורים, הדרכות לעזרה-עצמית, ספרים שנכתבו בנושא ועוד. מתוך כך הם עצמם הפכו בהמשך הדרך לאלו שעוזרים לאחרים לגבור על אותה התמודדות. איך עושים את זה? על ידי חיבור לכישורים שונים שיש בנפשנו, כמו: כתיבה, שיחות אישיות, מתן הדרכות, הובלת פעילויות חינוכיות בנושא לגילאים המתאימים, ויש אף שבחרו לעשות בבגרותם הכשרה מקצועית בנושא ולעסוק בכך. עזרה לאחרים במה שאנחנו עצמנו עברנו מעניקה סיפוק אדיר ותחושת מימוש עצמי. כך אנו מנתבים את הסבל שחווינו לאפיקים של גדילה עצמית, צמיחה פנימית והענקת לאחר. כשמוצאים משמעות עמוקה מאחורי האתגר שנשלח אלינו, אז האופן שבו אנו מסתכלים עליו וחווים אותו משתנה לחלוטין.

החיים מטבעם אמורים להיות יפים וטובים. ה', שהוא אבא אוהב, רוצה לראות תמיד את ילדיו שמחים ומאושרים. הוא לא נתן לנו חיים ויצר את כל הבריאה המופלאה מסביבנו רק כדי לראות אותנו שוכבים במיטה עם לב עצוב. זה נכון שהחיים כורכים בתוכם גם קשיים ואתגרים, אבל אם קיבלנו אתגר בחיינו סימן שהקב"ה סומך עלינו שיש לנו את הכוחות להתמודד ולנצח אותו, ואף מעבר לכך - בהרבה מקרים התמודדות שאדם חווה הגיעה לאדם במטרה לגרום לו ללמוד פרקי חיים חדשים, להתבגר ולהעשיר את עולמו הפנימי, ומתוך כך גם למלא שליחות ולהוות לפיד אור עבור אחרים המתמודדים עם אותו אתגר שהוא עצמו חווה. הקושי לעולם לא מגיע אל חיינו רק כדי שנסבול ונהיה מתוסכלים ועצובים. יש לכל קושי תפקיד נעלה, ואם לא נראה את מה שעומד מאחוריו, נפספס את כל המטרה שלשמה הוא הגיע.

רוצים לשמוע עוד? בקרו בסמינר הדיגיטלי מבית הידברות - 70' השאלות הקשות ביהדות: <https://www.70q.co.il>

יש כאלה שדוקא מתוך התמודדות החליטו

השו"ת המקוצר

בזה בעיה של לשון הרע, או של כיבוד הורים? אם צריך להשיח דאגתו לפני ההורים - מותר וחשוב לספר להם, אבל צריך להקפיד על כמה כללים, אם יש דברים שהם לא לצורך (חשוב לדעת: בכל מקרה של דברים חמורים באמת, מצווה לספר להם).

? אני עוד לא בן 13, וחי לבד עם אמא שלי. במוצאי שבת, מי עדיף שיעשה הבדלה - אמא או אני?

עד שתזכה להיות בר מצווה, בינתיים עדיף שאמא תעשה הבדלה ותוציא אותך ידי חובה.

? האם יש חובה מצד ההלכה לחבוש קסדה כשרוכבים על אופניים? יש חובה מצד החוק, ובזה גם ההלכה מחייבת, כי זה נוגע למצוות ונשמרתם לנפשותיכם מאוד.



? האם מותר לכנות את השולחן מהכלים המלוכלכים שעליו לאחר סעודה שלישית, כשעדיין שבת?

אם אכלתם סעודה שלישית סמוך לצאת שבת, אסור לפנות את השולחן, כי זה נראה שעושה כך לצורך מוצ"ש. אבל אם אכלתם בצהריים ועוד היום גדול, ורוצה לפנות כדי שהבית יהיה נקי לכבוד שבת, מותר.

? האם מותר להפעיל מוסיקה באמצעות שעון שבת, כדי שתופעל במהלך השבת ואפשר יהיה להאזין לה?

אסור, משום שחכמים אסרו להפעיל בשבת מכשיר שמשמיע קול אפילו אם פועל מאליו, ואפילו אם הודלק מערב שבת. ומלבד זאת, יש כאן זלזול בכבוד השבת.

? אחד החברים בכיתה כנע בי מאד. מותר לי לספר על כך להורים שלי, או שיש



המדור בחסות

נעם
בר מים היברידי

שאלה בנועם

מרת מסעודה ללוש, המתגוררת בלוס אנג'לס, נוהגת להפריש חלה מדי יום שישי. בסעודת ליל שבת ממש לפני הבציעה, נזכרה לחרדתה שלא הפרישה חלה. אך בעלה לא נבהל, וסיפק על אחר פתרון מידי. מהו?

כתרון החידה מעלון
כרשת שמות:

אסור להפריש חלה בשבת, מאותם טעמים שאסור להפריש תרומות ומעשרות. האיסור להפריש חלה בשבת, הוא לא רק מעיסה, אלא אפילו מפת שנאפתה קודם השבת ולא הפרישו ממנה חלה (משיב רס"א, סקד, סימן של"ט סעיף ד', ילקוט יוסף שבת כרך ה, מהדורת ת"ד עמ' ת"ז).

הגרלה!

בין הפותרים נכונה

יגול שובר ברשת

תשובות יש לשלוח למילי:
alon@afikim-water.co.il
או לפקס: 02-5807576

אפיקים
טכנולוגיית מים מתוקים



להזמנות:

077-80-37-880

כשיש נועם 2, אין שאלות!

הידברות

הלכה

באדיבות מטעמי השף

פינת ההלכה

לגבי הנחת תפילין - אני שמאלי ושכחתי את התפילין שלי של רבינו תם. יש משהו שיש לו תפילין והוא ימיני האם אפשר באופן חד פעמי להניח? לא יודעים להתייר את הקשר ולהחזירו.

תשובה

יש להפוך את התפילין באופן כזה שהקשר יהיה לצד הפנימי והקשריה לצד חוץ ובמקרה זה יוצא שהקשריה היא למטה והבית נמצא למעלה. על פי המבואר בשלחן ערוך (סימן כ"ז סעיף ג') וכן פסק בשו"ת אבני ישפה (חלק ז' סימן א').

התפילין
המקשרים



להזמנות: 052-399-2992



ביקורת בונה?

מה ה"סוד" של נבחרי ציבור שמביאים יותר תוצאות, ואיזה מוסר השכל יש לזה לחיים שלנו בכלל ולרוחניות בפרט?

וראש ישיבת סלבודקה) שנרצח באכזריות בידי הצוררים זמן לא רב לאחר מכן. כל מילה שלו, אור ענק: "עניין זה של שנאת הרע ואהבת האדם בעל הרע קשה עד מאד", אמר בין היתר, "כי קשה להבדיל בין הרע ועושהו. וקשה להציב גבולות ברגשות האדם פנימה ולומר: עד כאן גבול השנאה - מכאן ואילך גבול האהבה. תורה שלימה שמענו בזה - תורת הזהירות וטהרת הלב הנחוצה לאדם בכדי לדעת שלא לערב התחומים ולהיות בטוח בנפשו ששנאתו היא באמת שנאת הרע. ואהבתו אינה אהבת הרע אלא אהבת האדם.

"לא כל הרוצה לשנוא את חברו בשביל עבירה שעבר - רשאי לשנאותו.

"לא כל הרוצה לשמוח על מפתחם של רשעים - ראוי ומוכשר לזה.

"אם אינו בטוח בעצמו שהוא צדיק גמור מעבירה זו - לא עליו לקיים את המצווה הזו. מצווה זו לצדיקים נאמרה - ואם אין לבו טהור מעבירה זו, אז יש מקום לחשוש שאין כל כונתו לשם שמים למעט את הרע מן העולם ולמנוע חילול השם, אלא כמו לשמוח לאיד - לא עליו לקיים מצווה רבה זו. לא על ידו תתגלגל כל הזכות והתועלת

שבדבר. הוא אינו שונא את הרע אלא את האדם - וזה אסור מן התורה! כי בעיקרו של דבר פרסום החנפים עבירה היא - אונאת דברים, הלבנת פנים וכו', אך הותרה בשביל חילול השם, והיא עבירה לשמה. היתר זה אינו אלא כשהוא מתכוון לה לשמה. בתכלית הטהרה, אבל אם גם המפרסם הוא חוטא, אין פרסומו נובע מכל הרצון הטוב, ואפשר שהוא גם שמח לאיד, וכיון שאינו בתכלית הטהרה ואינו מתכוון רק לשמה, לא הותרה לו עבירה זו, ולעוון יחשב לו.

"ואף אם הגיע כבר למעלת הטהרה ויודע בנפשו ששנאתו היא שנאה טהורה שנאה של מצווה את עצם מציאות הרע ודבר אין לו על בעל הרע, אדרבה הוא אוהב אותו אהבת רעים כדן תורה ומתנהג עמו בדיון חסד ואמת, חסד גם בעל הרע ושנאת אמת את הרע - עדיין זקוק הוא לזהירות יתרה שלא תסובב מזה גם צד חלק האסור, שלא יוגרם מתוך שנאה המותרת גם איזה צד של שנאה האסורה. ואם יש לחשוש לזה, יבטל דין דאורייתא בכדי שלא יבא לידי שנאת האדם אף שהוא בעל הרע... זהירות יתרה נחוצה לאדם שלא יחשב עליו שהוא שמח לאיד, טהרת הלב נחוצה למצווה זו יותר משנחוצה לכל המצוות שבתורה!".

מדהים. עצרו רגע לפני שאתם כועסים על מישהו שדיבר נגד משהו שחשוב לכולנו, תבדקו אם אתם כועסים עליו או על המעשה שלו? שונאים אותו או את הרע? כי מספיק אינטרס אחד קטנטן זר - והתגובה שלנו בעייתית לא פחות. אז מה עובד יותר, להגביר את הטוב, או לעסוק במחאה נגד הרע? נתחיל בלדאוג לעצמנו.

בכמה מילים:

כמה אפשר להפסיד מעיסוק בביקורת על אחרים שאינם טובים, במקום לדאוג לעצמינו שנהיה טובים יותר. ולמה אנחנו בכלל מבקרים!?

"מה היה חשוב לך כשהלכת להצביע בפעם האחרונה?", שאלתי יהודי שעדיין איננו שומר מצוות, כשהוא בא בטענות שונות על כך שבכל פעם שהחרדים חברים בממשלה, תהא איזו שתהא, הם "לוקחים לעצמם הכל", כלשונו.

הוא חשב על השאלה, ואז אמר: "קודם כל שיגייסו את כל האלה בישיבות".

"מה עוד?", המשכתי.

"שיתחילו לשלם מיסים. הכל יקר בגללם, גם הדירות".

(בררתי אם מגיעים לי החזרים על מה ששילמנו בטעות אף על פי שאני שומר מצוות. אם יהיו החזרים ממס הכנסה, אתרום את המעשרות להיברות).

שים לב, השבתי, הדברים שהיו הכי חשובים לך, אלו שעליהם הלכת לבחירות, בכלל לא נוגעים אליך אישית. לא עסקת במה טוב עבורך, וכנראה אפילו לא

במה שטוב לכלל, אלא באיך לחנך את הזולת, לגייס אותה, לקחת ממנו כסף.

בניגוד לנציגים אחרים, שהציבור שלהם מחכה לתוצאות ולא מעניין אותו איך, נציגי הציבור שלך הבטיחו לך אש ומלחמה. זה לא מחייב אותם לכולם, חוץ מדבר בתקשורת דברי שנאה.

תחשוב, הצעתי, מה היה קורה אם הציבור הכללי היה מבקש מנציגי הציבור שלו, "דבר ראשון תנו את כל הכבוד לחיילים, שיקבלו תנאים טובים יותר, שכר הולם יותר, סיוע בדיוור". זה הרי מגיע להם. שלא לדבר על זה שלדאוג לחיילים שלנו זה קונצנזוס, כולם יתמכו. אבל במקום זה, מישוהו דואג למשוך את האש ללמה בני הישיבות לא משרתים" וכך משתמט מלהביא תוצאות ותקציבים הולכים להבליים.

תחשוב עוד, שהיית אומר "יקר כאן, תדאגו שירדו המחירים. וזה לא משנה מי אשם בזה, תביאו תוצאות, שנראה אותן בפועל בחשבון הבנק". במקום זה, מוכרים שר"הכסף בישיבות", ואתה מדקלם ובטוח שאם ייסגרו הישיבות - תרוויח יותר.

שים לב טוב אם התגובה שלך בעת ההפסד היא "למה לא נותנים לנו", או יותר "למה נותנים להם".

עזבו פוליטיקה, יש לנו משהו מדהים שאפשר ללמוד מזה על עצמנו. על איך שאנו נופלים בדיוק בזה.

עד כמה בחיים אנחנו דואגים לעצמנו, מול "דאגה" לזולת שבאה לידי ביטוי בביקורת.

"הסעיף שאני הכי אוהב בשולחן ערוך", אמר פעם מישהו, "זה סעיף קכ"ד".

"זה בגלל שאתה מכבד את קדושת בית מקדש מעט, וזההר מאוד לא לדבר בתפילה, כמו שכתוב בסעיף הזה", שאלו אותו.

"מה פתאום", הוא ענה. "אני אוהב אותו בגלל שכתוב שם ---ואם שת, הוא חוטא גדול וגדול עווננו מנשוא - וגוערין בו!". איזה כיף שמרן כותב שמצווה לגעור במישהו".

המשפט המשעשע הזה הביא אותי למסמך שנכתב בשנים לפני מלחמת העולם השנייה, בו נכתבו רשימות של אספת צדיקים שביקשו לראות איך הם מתקנים את המידות שלהם. בין היתר יש שם דברים שאמר הצדיק רבי אברהם גרודזנסקי ה"ד (משגיח

אור בירושלים (ה')

בשבוע שעבר סיפרתי לכם איך היפש אבא של עודד מישהו שילמד עם בנו

שבאנו - קובי ואני - וגילינו את הסוד שלו... עכשיו, כשראינו את עודד, איך הוא שמח ומאושר כשנתי מגיע - היינו ממש בהתרגשות. הבנו איזה מעשה נפלא ואצילי לקח נתי על עצמו. "ילד כזה מיוחד מסתובב בכיתה שלנו - ואנחנו לא ידענו!", הרהרנו בלבנו. ישבנו עם עודד שעה ארוכה ושוחחנו איתו בידידות. ראינו לפנינו ילד אמיץ ונחוש שיודע מה הוא רוצה מעצמו. ילד, שלמרות המום הגדול שנפל עליו - לא מתייאש, ומוצא את השמחה בחיים.



על התאונה הנוראה שגרמה לו לעיוורון - עודד סירב לספר. בכל פעם שניסינו לשאול אותו על זה, הוא התחמק בעדינות, עד שלבסוף אמר: "אני עוד אספר לכם על זה פעם".

בשבוע הבא אספר לכם מה חשבנו על עודד ועל נתי.

"אני מוכן!", אמר הילד. "באמת?!", התפלא האב. "כן - אבל בתנאי אחד: אינני מוכן לקבל שום תמורה עבור זה". האב התפעל מאוד מהילד החרדי בעל הלב הטוב, ולא יכול היה שלא לשאול אותו: "תגיד, מה שמך?". "נתי", השיב הילד. וכך היה עושה נתי מדי פעם את הדרך הארוכה מתלמוד התורה עד לביתו של עודד, כדי ללמד אותו את השיעורים מבלי לקבל שום תמורה. בינתיים גם קנו לעודד ספרים מיוחדים של עיוורים, שבהם נכתבו בכתב מיוחד - כתב ברייל - כל לימודי הקודש שהוא צריך. את הסוד הזה שמר נתי לעצמו ולא שיתף בו אף אחד. הוא רצה שזה יהיה "המעשה הטוב" הפרטי שלו, מבלי לקבל שבחים ומחמאות, עד

לב של ילד
אשר מדינה

עולם הילדים

טריוויה

למי מסר יהושע את התורה?

- א) לזקנים
- ב) למשה
- ג) לאנשי כנסת הגדולה
- ד) לנביאים

כמה בגדים לובש כהן גדול?

- א) 4
- ב) 8
- ג) 5
- ד) 1

איזה חג חוגגים בארץ ישראל יומיים רצופים?

- א) תנוכה
- ב) פסח
- ג) ראש השנה
- ד) שבועות

איפה התרחשה עקידת יצחק?

- א) בבית אל
- ב) בהר המוריה
- ג) בגליל
- ד) בהר הכרמל

מי היתה ציפורה?

- א) אשתו של יהושע בן נון
- ב) אשתו של משה רבנו
- ג) אחותו של אברהם אבינו
- ד) אחותו של משה רבנו

פתרון החידות מעלון פרשת שמות:

א. כנגד זכור ושמו, ב. תשעה באב ויום כיפור, א. מאיר אנשיל, ב. בן דוד בא, ג. הנחש

פתרתם את כל השאלות?

שלחו אלינו למייל trivia@htv.co.il
ויצינו בכתורת את שם הפרשה
בין הפותרים וכוונה יוגרל הספר
"הקרב על הבית" מאת ה' פאר
מתנת הידברות שופס.



מושג בשבוע

אש



נרות שבת או הנקה, מדוברת ל"ג בעומר והפירים שבמסבא: בקלם בוערת אש חמה ולהקט. אכל מהי בכלל אש? האש היא למעשה תהליך כימי ופיזיקלי. התהליך הזה מתרחש כאשר גזים שנופלים מחומר דליק קלשהו, עוברים תהליך חמצון מהיר, וכתוצאה מכך משחררים אור וחום.

האור והחום - אלו הלהבות של האש. כדי שאש תוכל לבעור, היא צריכה שני תנאי בסיסי: חמצן, וחומר בערה. ללא חמצן, האש תתחנק ותכבה, וללא חומר בערה - לא יפלטו הגזים הבסיסיים שנוצרים לאש כדי לבעור. כדי להצית אש, יש צורך במקור אנרגיה, כמו גפרור או מצית, או לחלופין - ברק. בציוני הילדים אנו מצירים אש תמיד בצבע אדום חזק. אך אם תבחנו מקורות שונים של אש (בזרחות ובפסוקים של משהו מבר, כמובן), תוכלו לראות שצבע האש משתנה. בנרות רגילים האש נוטה יותר לצהוב, ואילו להבות הגז בכירים מאירות בגוון כחול. הצבע של האש משתנה בהתאם לחומר הבערה ולגזים שנופלים ממנו.

הזוכה מעלון פרשת וישב: יאיר יונגרייס

פירוהיק מתוקים

ספר מרשים מבית מלכות וקסברגר
הלכות • ברכות • סיפורים ועובדות רעיוניות ואמרות • משלים והנהגות לכבוד ט"ו בשבט - ראש השנה לאילנות

קצר מהודר לכל המשפחה! עם ציורים אומנותיים מרהיבי עין

זרזים מקדימים:
073-222-1250
shops.hidabroot.org



מלאכות האריגה (ג')

איך יוצרים אריג בד?

בדיחות

שלוש המלאכות הבאות מבין מלאכות האריגה הן המלאכות שבאמצעותן לוקחים בפעול את חוטי הצמר או הבד, ויוצרים מהם אריג. כדי לעשות זאת, יש ליצר מתווה של שתי וערב. מהו שתי וערב?



תחלה לוקחים חוטים ומסדרים אותם בצורה ישרה, לארך, בזה אחר זה. חוטים אלה נקראים "שתי". הישור והמתקה של החוטים הללו היא מלאכת מסך. לאחר מכן משחילים חוטים נוספים לרחב (ערב), בין חוטי הארך, בדומה לתפירה: מעבירים חוט לרחב, מעל הארך הראשון ומתחת לשני, וכן הלאה לרוגזין. זוהי מלאכת האורג. ישנו מכשיר המיוחד לאריגה, שנקרא נול. בנוסף ישנו טבעות שבהן משחילים את החוטים, על מנת להקל על האריגה. הטבעות הללו נקראות "נירים", ויצירת שתי טבעות כאלה היא מלאכת "העושה שני בתי נירים".

משפט מהץ

אם רצונך לגדל, אל תומיך את חברך, אלא הגבה את עצמך (רבי ישראל מפלנט)



מצאו 7 הבדלים



- אמה, את יודעת? חלמתי בלילה שאת קנית לי במתנה ליום ההולדת שעון, ושאלה קנה לי אופניים. - וואו, איזה יופי! אבל אתה יודעת? במציאות בדרך כלל דברים קורים הפוך מבחלום... - לא נורא! מה אכפת לי, שאת תקני לי אופניים, ואבא יקנה לי שעון?



מה ההבדל בין זקן לבין גנב? זקן - בא בימים גנב - בא בלילות.



אם למסיבת יום ההולדת שלי הגיעו 18 אנשים שאני לא מכיר - אז זה אומר שהגיעו למסיבה ח"י זרים?

18

- מה אתה עושה? - הפוך את הגרב לצד השני. - למה?! - כדי שלא יראו את החור...

תודה לשירה יוחאי ריחונה, לנועמה ומוריה שמיר ולבתאל נחמני ששלחו בדיחות.

פרק 13

איור: רפי דרוק



זוהי מפת יו"ה. הנער האדם מסמן את הבית שבו אנחנו נמצאים כעת. הנער השחור מסמן את הבית של מיכאל, הנער הבהיר את הקונסוליה הישראלית והלכן את נקדת היציאה מהמנהרה העתיקה של ריקאטי שנומצאת מתחת לבית של מיכאלו קרדוזו.

הנער הסגל מראה את המקום של בית הקנסת העתיק.

אין רואה שהנער הירוק מסמן את מקום הפיצויה הכשרה של אבא של מיכאלו.



הנה הבית של מיכאלו שם, מעבר לגשר.

לפני הכל, נלך לביתו של מיכאלו! לבדק אם המשפחה שלו נמצאת בבית.

אם הם לא שם, נלך לבדק בפצ'וריה, ובאותה הדדמנות גם נאכל סוף סוף משהו...



לא אין פה אף אחד... הבית שקט...

הם לא עונים ולא פותחים את הדלת.

רוכז, תנסה לשמע אם יש מישהו בבית.

תראו את תבת הדארו! היא עמוסה במכתבים. זה נראה שקבר כמה ימים לא אספו את הדאר מהתבת.

מבצע מיוחד! מצטרפים למנויי 'תריגניק' ומקבלים 50 חבילות מדבקות במתנה!

50 חבילות מדבקות במתנה!

bhi.co.il | 0722-79-6666

מנעימים את הזמן לילדים עם מגוון ספרים ומשחקים

להזמנת: shops.hidabroot.org | 072-222-12-50

משלוח חינם ברכישה ב-300+ ומעלה ממגוון המוצרים באתר

מוח מול לב

הסדר הנכון בין שתי המערכות ששולטות בנו והדרך לחבר ביניהן

כך שאם למדנו דבר תורה מחזק, לא נשאיר אותו רק ברובד המחשבה, אלא נעורר את לבנו, בכך שנתבונן בידיעה החדשה, איך היא תורמת לחיי, מה היא מחדשת לי ומביאה לי בחיים. כך, כשהלב מתפעל, הדיבורים והמעשים יהיו בהכרח עם יותר חיות ושמחה.

דוגמא נוספת: לפעמים מרגישים חוסר חשק להתפלל. הלב קר ויבש כמו השכל, וקשה מאוד לעורר אותו. מה עושים? בדרך כלל מידת הרחמנות עוזרת לנו לעוררו מחדש - כאשר נחשוב על המצב הגלותי, על השכינה שבצער, או על מישהי שקשה לה ונרחם עליה. ממידת הרחמים קל ללב להתחיל, משהו בו מתעורר ואז קל יותר לנתב את הרגש למקום של געגוע לה, להשתוקק להתקרב אליו מחדש. שהרי כל יצור נברא מתגעגע ומשתוקק להתחבר לה'. רק שלפעמים התחושה המרוממת הזאת רדומה ולא מגיעה לידי מימוש, ועל ידי ההתבוננות של המוח - שמראה ללב מה עליו לחשוב כדי להוליד רגש מסוים, שבו הוא מעוניין - הלב מתעורר, מתרגש ושב לתפילה בצורה נלהבת יותר, ועם חיות. שנוכח ליישם ולהתעורר בלב ונפש חפצה לעבוד את ה' מתוך שמחה.

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

ומישוב, והלב לוחט ובווער". האדמור הרש"ב ענה לפרויד ש"צריך לחברם כך שהאור שבמוח יאיר בלב, על ידי כך, שהמוח יסביר ללב מה עליו לרצות, ועל הלב להוציא לפועל את הבנות המוח על ידי חיות והתלהבות של הלב".

איזו תשובה מעוררת להתבוננות. ה' לא רוצה שנבטל מערכת אחת בתוכנו, אלא שניתן מקום לשתי המערכות החשובות הנ"ל. אבל כן צריך לדעת מהו הסדר הנכון, מי שולט במי. זוהי העבודה הנכונה, שהמוח ישלט על הלב. התורה הקדושה מעניקה לנו סדר בעבודה שלנו, התאמה מיוחדת עבור הבריאה האדירה, היהודי. לשניהם נותנים מקום, שהרי אי אפשר לבטל כוח שה' הכניס בתוכנו. אך כל אחד יודע את מקומו ותפקידו כראוי.



אחרי שהמוח משדר ללב את התבוננות שהוא מבין מהלימוד, מההתבוננות, הלב מקבל את המידע, ומרגיש אותו - מעבד אותו ברמת החוויה.

בשנה שאחרי שנת השמיטה, מצווה התורה להתקהל בבית המקדש אנשים נשים וטף. גם בימינו כשעוד לא נבנה הבית, יש בשנת ה"הקהל" כוחות מיוחדים, שאיתם אנו יכולים "להקהיל", לאסוף ולחבר את כל כוחות נפשנו מצד אחד, ומצד שני להתקהל ולהתחבר עם הזולת מתוך אהבת ישראל ואחדות, ולהתעורר ביראת שמים.

כידוע, עיקר העבודה מתחילה בתוכנו. אבל איך מתקהלים בתוכי? איך מחברים את כל החלקים השונים שבי?

יודע שישנן שתי מערכות עיקריות בגוף, מוח ולב. שתיהן נחוצות וחשובות. אי אפשר להתקיים רק עם אחת מהן, לכן ה' ברא לנו את שתיהן. אך מצד שני, קשה כל כך - שתיהן רוצות לשלוט בעת ובעונה אחת בתודעתנו.

זיגמונד פרויד, אבי הפסיכואנליזה, שוחח פעם עם האדמור הרש"ב, ושאל אותו בדיוק את השאלה שאנו שואלים: "איך מחברים בין שני עולמות שונים ומנוגדים כל כך? המוח קר

הרבנית חגית שירה חכמת נשים

ברכיים כושלות, ושלא להיות הולך רכיל..."
(מועד לכל חי לחודש שבט).

חודש שבט כבר כאן. העולם צבוע בירוק רענן, הבריאה מתחדשת. עוד מעט קט והשקדיות ילבשו לבן, כמו כלות, ובא רבי חיים פלאגי ומסביר לך - **קוראים לזה הוד!**

הוד לפי הקבלה זו ספירה שמלמדת אותך להיכנס פנימה ולצלול לעומקים שבנפש. הוד היא ספירה פנימית, וזה בדיוק מה שקורה בחודש שבט - העולם מתעורר מבפנים.

הוד הוא אהרון הכהן, שהיה מדליק את המנורה, שהיה מדליק את האור בלבבות. אהרון ידע לצבוע בירוק גם את הקוצים היבשים והדוקרים. אהרון ידע להפוך כל אישה לכלה גם כשהשלום הסתלק מהבית, אהרון השכין שלום בין איש לאשתו ובין אדם לחברו... כי הוא אהב שלום! זה מה שהיה לו בפנים וזה מה שיצא ממנו החוצה. את מבינה? אהרון מלמד אותך, היכנסי פנימה, תראי כמה אור ואהבה יש לך בפנים, ופשוט תצבעי בזה את העולם ותלבישי אותו בבגד הרוחני הזה של האהבה והחמלה. הקשיבי לבכי שליך, אל תתעלמי, כי בכוחך - כן, בכוחך - לרפא כל כאב.



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

איך לובשים צדקות?

מדוע החליפה בתו של האדמו"ר מצאנו שמלה ביום חתונתה, ומה בין הוד לחודש שבט?

בתו של הצדיק לא הייתה צריכה יותר מזה. היא החזיקה בידה של הכלה הענייה, הלכה איתה לחדר הקרוב, ובפשוטות - החליפה איתה את הבגדים! את מבינה? היא לבשה סחבות, והכלה הענייה לבשה את השמלה הלבנה והיפה!



הנשים שהיו במעמד המיוחד הזה סיפרו שמעולם לא נראתה כלה זוהרת יותר מהכלה שהייתה לבושה בצדקה מאירה ויפה כל כך. מדעים!

...

כותב רבי חיים פלאגי זיע"א: "**שבט** הוא **בחינת הוד**, והוא **כמידתו של אהרון**, וצריך **בחודש זה להתאמץ יותר ולהיות אוהב שלום ורודף שלום**, ומשים **שלום בין אדם לחברו ובין איש לאשתו**, יותר מכל חודשי השנה... **שבט - שלום, ברכה, טובה!** ויזהר ביותר לכבד ללומדי תורה, ולהחזיר

הכלה הייתה לבושה בשמלה יפה ולבנה, פניה היו זוהרות, העיניים זולגות דמעות. ניגון קדוש הרטיט את הלבבות כשרבי חיים מצאנו ואשתו הובילו את בתם הקטנה לחופה. ופתאום נשמע הבכי...

הרבי עצר מיד, ופקד על השמש המסורי: לך תבדוק מי בוכה. חיפש השמש, והנה הוא רואה בצד נערה בוכה. הביא השמש את הנערה לצדיק.

"למה את בוכה?", שאל הצדיק, והנערה ענתה בדמעות: "רבי, גם אני מתחתנת היום, ואני כל כך ענייה, אין לי שמלת כלה..."

היא לבשה סחבות ביום חתונתה!

מה עושה הצדיק מצאנו? הוא לוקח את בתו הכלה לצד. הוא אומר לה: בתי, את יודעת מה נאמר על הקדוש ברוך הוא? נאמר עליו שהוא "לובש צדקות". צדקה זה בגד רוחני... מה דעתך ללבוש ביום חתונתך בגד רוחני?

הרגשות שלך בידים שלו

כשתגלי זאת
אולי יהיה מאוחר מדי!



עכשיו זה נראה רחוק, הוא דואג לך יותר מכולם אבל עמוק בלב את יודעת את האמת. את שבייה וגורל אכזר מחכה לך מעבר לפינה, כמו לכל האחרות שהיו שם...
שבטיות. לא עוד התבוללות
052-955-1591
kalina@htv.co.il





לגדול בריא

גדילה של ילדים תלויה באספקה סדירה של תזונה מאוזנת. כאשר איכות המזון לא מותאמת לשלבי הגדילה, עלולה להיות האטה ואפילו עצירה של תהליך הגדילה, ופיגועה בגובה.

ברור לכולם שמה שאנו מכניסים לגוף משפיע מאוד על אופן ההתפתחות, הגדילה והבריאות שלנו.

חלבונים מהווים רכיבים של הורמוני גדילה, לכן חשוב להקפיד בכל יום על אכילה של חלבון בכמות מספקת. חלבונים מצויים בשילוב של קטניות ודגנים - עדיף מלאים, ביצים, זרעים, עוף ובשר.

גם **סידן** הוא חלק חשוב בתהליך הגדילה וההתפתחות, מפני שהוא מרכיב את העצמות. הסידן משתתף בתהליך הפרשת ההורמונים ומעודד גם הפרשת הורמוני גדילה. סידן נמצא בעלים ירוקים, כרוב, תפוזים, שקדים, סרדינים, טחינה וחרובים.

אבץ הוא מינרל חיוני משתתף בתהליכי ייצור של חלבונים והורמונים, הוא חשוב ביותר בתהליכי ייצור של הורמוני גדילה. אבץ נמצא בגרעיני דלעת, גרעיני חמנייה, שמרי בירה, קינואה וכבד.

"ויטמין השמש" הוא **ויטמין D**, ולו יש הרבה תפקידים שמשפיעים על התהליכי ההתפתחות והגדילה. חשיפה לשמש לפחות 20 דקות ביום מספקת ויטמין D לגוף, וכך גם אכילה של דגים - בעיקר דג סלמון, נבטי אלפלפה וגרעיני חמנייה. המנעו ממזון מעובד ומפחמימות פשוטות. שומן טראנס שמצוי במזון מהיר, כמו מאפים ומטוגנים, פוגע בתהליכי חילוף החומרים, העיכול והניקוי בגוף.

לפעילות גופנית יש השפעה גדולה על הפרשת הורמוני גדילה. היא מייעלת את התהליכי הניקוי ומגבירה את חילוף החומרים בגוף. חשוב להקפיד על פעילות קבועה, בעיקר בשנות הילדות וההתבגרות.

המפתח העיקרי לגדילה הוא **השינה**. במהלך השינה הגוף מתקן רקמות פגומות, מייצר תאים חדשים, מנקה רעלים ומוציא פסולת שמצטברת במהלך היום. בנוסף, תהליכי גדילה והתפתחות מתרחשים בשעות הלילה, כאשר ישנים בשעות הנכונות. בין השעות עשר לשתיים בלילה הגוף מבצע את התהליכים החשובים בצורה הטובה ביותר. לכן כדאי ומומלץ לכולם לישון בשעות הנכונות, ובמיוחד לאלו שרוצים לייעל את התהליכי הצמיחה וההתפתחות ולגבוה יותר.

להזמנת חוגי בית בהשתתפות הגב' זוהרה שרביט (ללא עלות), חייגי 073-2221290



מריבות ופרפקציוניזם

מה לעשות כשהאחים רבים ביניהם, ומה עושים עם פרפקציוניזם?

הקפידו לריב פחות, כדי שיהיה לי קל יותר. יש סיכוי שהם ייזכרו בדבריך כל פעם שיריבו ויראו אותך, ויחדלו לריב ולו בשבילך, הניטרלית. (מנוחה פוקס, סופרת ומומחית תהליכי חינוך)

...

? אני פרפקציוניסטית ושואפת לשלמות בכל, אם משהו לא שלם כפי שהייתי רוצה - זה משבש לי את היום ואת מצב הרוח. האם יש מה לעשות עם זה?

רבים מאתנו מאמינים בשלמות, אשר הורסת כל דבר, כי המושלם אינו רק אויבו של הטוב, הוא גם אויבו של הריאליסטי, של האפשרי ושל הכייפי. "טירוף השלמות" הוא עיוות חשיבה שרבים מאיתנו נופלים בו. אישה ששופטת את עצמה עד כדי כאב הלקאה עצמית, ביקורת קשה, התמקדות בחוסר, בנפילות ובצדדים החלשים, זה חבל כל כך. החמצה של הטוב. לרוב, האדם גם לא אוהב את התחושות שנלוות לטירוף השלמות. הנה חמש דרכים להתגבר על הדחף לשלמות:

1. ללמוד לטעות (ולהבין את פוטנציאל "המתנות" שמקבלים מכך בהמשך. טעויות הן קרש קפיצה).
2. לשתף בקושי (שיתוף מרגיע ומקדם. לא לפחד להראות הזדקקות).
3. לכתוב לעצמנו פעולות קטנות שעשינו, הצלחות קטנות, ולהתמקד בכל התקדמות מנקודה A ל-B.
4. לשאול את עצמנו אם פעלנו מספיק למען המטרה, ואם באנו בכוונה טובה, ולא אם התוצאה מושלמת או בדיוק כפי שרצינו. להיות בחמלה כלפי עצמנו.
5. החלפת מחשבה של "הכל או כלום" במחשבה מציאותית. לדוגמה: במקום "הארוחה שבישלתי פשוט מגעילה", תחליפו ל-"זאת לא הארוחה הכי מוצלחת שהכנתי, אבל ודאי לא מגעילה". (אורלי סמירה, יועצת זוגית ופסיכותרפיסטית CBT)

? אני לא יודעת מה לעשות. שני אחים שלי, בגיל 12 ו-14, כל הזמן רבים. ההורים שלי מנסים לעשות כל מה שהם יכולים, אבל הם לא מפסיקים לריב. על פי רוב אחי הגדול מתחיל עם הקטן, לכן כמעט תמיד ההורים שלי מאשימים אותו. רציתי לשאול איך אפשר לגרום לזה שלא יריבו, וגם איך אפשר לדעת באמת מי התחיל, כי כל אחד מהם אומר שהשני התחיל אתו. אי אפשר לדעת מי התחיל, וזה גם לא משנה.

למה אי אפשר לדעת? כי האחים תמיד יצביעו זה על זה, ויאמרו שהאחר התחיל. מלבד זאת, אי אפשר לבודד את המריבה הנוכחית ולחשוב מי התחיל עם מי? מדוע? כי המריבה הזו קשורה גם למריבות הקודמות.



קחי לדוגמה ילד שמעצבן את אחיו. האח לא יכול להחזיר כרגע, אבל אחרי רבע שעה הוא מתפנה ויכול להחזיר, ואז הוא מתנפל על אחיו בשצף קצף. האם אפשר לדעת מה היה קודם? לא תמיד!

וכיוון שאי אפשר לדעת, לא כדאי בשום אופן להעניש את מי שנראה לנו שהתחיל. מה לעשות במקום זאת? להפריד! כשהאחים רבים, להפריד את השניים ולשולחם לשני הצדדים! בלי לשפוט ובלי להכביר בדברים.

את אמנם האחות ולא ההורה, אבל להפריד גם את יכולה. אל תאשימי אף אחד מהם, רק בקשי מהם להיפרד, והרחיקי אותם לשני צדי החדר.

בתור אחות, את יכולה גם לדבר אל לבם. אמרי להם שאת אוהבת אותם כל כך, אבל קשה לך עם המריבות שלהם. בבקשה,

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

הכח שבך
בהנחיית הקאוצ'רית סילביה ברדה

חשיבה חיובית
בהנחיית המנשרות מורן קורס

סיפורי אמונה
החזקים הרב חיים זאדי

סדנת איפור
המאפרת צילה אלחנתי

אירידילוגיה
אבחון על פי גלגל העין הנבורופמית זוהרה שרביט

בריאות מתוך שמחה
הרב יעקב חמו

כריא אפרון טוב לנשמה

סדנת איב חוויתית ארליס

זה בידיים שלכם!
 יחד נגיע ליעד - 300,000 עלונים מדי שבוע



עלוני השבת מחברים מאות אלפי יהודים לנשמה ולתורת ישראל, הצטרפו לנבחרת מחלקי העלונים, יחד נגיע ליעד החדש!

היכנסו להגרלה!

מני שנתו לעולם הילדים / הקמפוס היהודי / הקמפוס היהודי

חודש ראשון חינם
חייגו 073-2221388
 *חומתנה במני רציף למינימום שישה חודשים. *נתן לשלם מכספי מעשר



📖 שבת זוגית עם הידברות
 📖 הקדשה בעלון למשך חודש (בשווי 600 ₪)
 📖 400 ש"ח לרכישה בהידברות שופס
 *ההגרלה בין המנצחים שיצטרפו עד לנגעה ליעד 300,000 עלונים

ערכת כסף עם עיטורי זהב
 גביע קידוש, מלחיה, כלי למים אחרונים

ערכת כסף עם עיטורים
 פמוטים, גביע קידוש, נטלה, מלחיה



ערכת כסף עם הבלטות
 מעמד מפיות, מפל יין, נטלה

ערכת כסף עם פס זהב
 גביע קידוש, מלחיה, כלי למים אחרונים

הידברות מזמינה אתכם להדר את השבת עם עוד מגוון ערכות מוצרי יודאיקה מרהיבים במחירים מיוחדים!
shops.hidabroot.org | 073-222-12-50

מלון נופש בגליל | **מלון נוף כנרת**

קסם בלתי רגיל!

כוי-כז' בשבט | פרשת משפטים | 17-18.2

להזמנות: 073-222-1-270

מרחבים ונוף מרהיב

ארוחות גורמה

חדרים מפוארים

הרב אבנר קוואס והרב ליאור גלזר | הרב חיים זאיד והרב מאיר שוורץ

העלון מוקדש:

לעילוי נשמת: רחל בת מסעודה | פונגדה בן טורי | יוסף חיים רפאל בן ארז | רחל בת מסעודה | שאול בן גרציה | דודי דליה בת רחל | יוסף בן גרציה | לאה בת חנה | מאיר בן שושנה ושלום | **רפואה שלמה:** נצרת בת חנום

בשורות טובות וכל הישועות: איתמר בן זאב | אביה בת יואל

להקדשת העלון
חייגו: 073-2221388
 (שלוחה 3)