

מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת	ישראלים
18:50	18:09	16:57	ירושלים
18:47	18:11	17:13	תל אביב
18:48	18:10	17:05	חיפה
18:50	18:11	17:15	ב.שבע

מוצאי שבת
בחסות יקבי ירושלים

סודותיו של המגן דוד

מהו הפרח שעוטר את מנורת הזהב בבית המקדש, ומה לו ולמגן דוד?

מורנו הג"ר זמיר כהן שליט"א

בין כלי המקדש המפוארים היתה מנורת הזהב, עליה הצטווה משה רבנו: "וַעֲשֵׂתְךָ מִנְּחָת זָהָב טָהוֹר. מִקְשֵׁה תַעֲשֶׂה הַמְּנוֹרָה, יָרְכָה וְקָנָה גְבִיעֶיהָ כַּפְתָּרֶיהָ וּפְרָחֶיהָ, מִמָּנֶה יִהְיוּ" (שמות כה, לא). פירוש המילים "מקשה תעשה המנורה", שלא ייצור חלקים-חלקים ויחברם בהלחמה, אלא ביציקה אחת שכולה זהב כולל הגביעים ועיטורי הפרחים.

רש"י הביא את דברי רבותינו ז"ל בביאור הכתוב "תעשה" המנורה, ולא כתוב מקשה "תעשה" את המנורה, כלשון הכתובה בשאר כלי המקדש, ללמד שמהם התקשה בעשיית המנורה, ואמר לו הקדוש ברוך הוא להשליך את הזהב לאש והמנורה נעשתה מעצמה, יצירה אלוקית בדרך ניסית.



ואיזה פרח נבחר ע"י ה' שתהיה צורתו קבועה במנורת המאור שבמקדש? את הפסוק: "וּפְרָחֶיהָ מִמָּנֶה יִהְיוּ" תרגם אונקלוס: "ושושנהא מנה יהוה". והכוונה בזה לפרח שושן, וכמו שכתב הרמב"ם בפירוש המשניות (מנחות ג, ז), ולא לורד. פרח שושן הוא הפרח המוכר כיום בשם "שושן צחור", המכיל מרכז בצורת קערה קטנה שממנה יוצאים שישה עלי כותרת כלפי חוץ. אולם שישה אלה אינם סדורים זה לצד זה, אלא שלושה יוצרים צורת משולש ישר, ועליהם שלושה אחרים היוצרים צורת משולש הפוך. ומהמנורה למד שלמה המלך לעצב צורת פרח שושן בכותרות עמודי המקדש שבנה.

נמצא שמבנה המגן דוד על פי צורתו בטבע, נחשב אצל ה' כראוי להימצא במנורת המקדש, וזהו יסוד הסמל היהודי הידוע בשם "מגן-דוד", המופיע בכתבי המקובלים (שער הייחודים דף טו ע"ב).

ומה המיוחד במבנה צורה זו? נתבונן במסרים אחדים מתוך המובא בספר "הצופן" (פרק האות ז). נקדים תחילה את דברי המהר"ל שהמספר שש שבסוד האות ו', הוא המספר המייצג את החומר, שהרי החומר מוגבל בששה צדדים ונברא בששה ימים, ואילו השבע (שבסוד האות ז) הוא בבחינת הנפש שבחומר, הכוח המניע את החומר. וזהו שנאמר בספר יצירה (פרק ד, ב) שישנן שבע אותיות כפולות (אות דגושה ואות רפויה, כגון ב.ב.כ, פ.כ) כנגד "שישה קצוות: מעלה ומטה, מזרח ומערב, צפון ודרום. והיכל הקודש מכוון באמצע והוא נושא את

- 2 הכל על מזל דגים שולי שמואלי
- 3 עף על עצמו הרב יצחק פנגר
- 6 טיול עם שורשים ע. עידן
- 8 סוד השירים הגנוזים אבנר שאקי
- 9 אומנת ההקשבה הרב אליהו נקש
- 14 סירוב - מאהבה מורן קורס

כולם". הרי לנו תיאור מבנה המגן דוד, שסוד מקור הברכה שבממון, על ידי שמירת שבת בדווקא, מוסבר בו היטב. שהרי בששת ימי המעשה עושה האדם חומר (כסף), וכששומר שבת פועל הוא בממד הרוחני להכניס בממון את הרוחניות שבחומר, שהיא סוד היום השביעי, שבת. וממילא כספו מתברך.

זאת ועוד. המשולש שבסיסו רחב, מסמל את העולם-הזה התחתון, על תאוותיו ויצריו. ואילו המשולש שעליונו רחב, מסמל את העולם-הבא וחיי הרוח. בכך נרמז כי המציב במרכז חייו את הנאות העולם-הזה ורואה בהם את תכלית החיים, ככל ששיג יותר ויעלה מעלה, הנאותו תפחת עד שיחדל מלהנות, בדיוק כמו המשולש ההולך ועולה ונעשה צר עד שמסתיים. אך הנמצא בעולם-הזה, שהוא הבסיס התחתון ובוחר בחיים הרוחניים, בתחילה, צר לו - כמו החוד הצר שלמטה - כל ההתחלות קשות, אך ככל שעולה ומתרומם כך הולך ומתרחב, הולך ונעשה מאושר ושמח ויכול להמשיך ולהתרומם עד אין קץ. שהרי את אלכסוני המשולש הרוחני ניתן להמשיך לאין סוף, בעוד החומר המיוצג בקו התחתון, מוגבל הוא.

וביתר עומק, על-פי הסוד, כל פעולה חיובית או שלילית שפועל האדם בעולם-הזה, עולה ומשפיעה בעולמות העליונים, והשפע חוזר ויורד לעולם, בהתאם למעשי האדם. וזה סוד "אם בְּחֶקְתִּי תִלְכּוּ וְאֵת מִצְוֹתַי תִּשְׁמְרוּ וְעֲשִׂיתֶם אִתָּם, וְנִתְתִּי גִשְׁמֵיכֶם... וְנִתְתִּי שְׁלֹם..." יסוד חשוב זה בא לידי ביטוי נפלא במגן-דוד: הקו המאוזן העליון של המגן-דוד מסמל את השמים, והקו התחתון - את הארץ. בתחילה, האדם עושה בארץ מעשה טוב או רע, ומעשהו עולה וחודר אל השמים ופועל את פעולתו בעולמות העליונים. זהו המשולש התחתון העולה מעלה וחודר אל הקו העליון. או אז חוזרת השפעת אותו מעשה שהשפיע למעלה ויורדת לעולם-הזה וחודרת אל תוכו לפעול בעולמינו לטובה או לרעה כפי מעשה האדם. דבר הנרמז במשולש היורד מלמעלה למטה.

זאת ועוד, המעמיק בצורת הסמל היהודי, המגן-דוד, יתפעם לגלות כי היא כוללת בתוכה את צורתן של כל האותיות העבריות (1), ומסרים נפלאים נוספים לחיים, כמופיע בהרחבה בספר "הצופן" (עמודים 136-132), ולהסיק עד כמה כל פרט ביהדות, ואפילו זה הנראה פשוט ביותר, מורכב מרבדים עמוקים ומחכימים. שבת שלום.

להחזיק אותו ביד ימין, או בעשר אצבעות? את הלחם לא מחזיקים בשעת הברכה, אלא מניחים אותו על הצלחת או על המגש, בברכת המוציא עשר מילים.

להחזיק אותו ביד ימין, או בעשר אצבעות? את הלחם לא מחזיקים בשעת הברכה, אלא מניחים אותו על הצלחת או על המגש, בברכת המוציא עשר מילים.

הג"ר אברהם יוסף שליט"א
שאל את הרב

כשמברכים על לחם, האם צריך

מלון נוף כינרת טבריה

הרב שניר גואטה
הרב יונתן גל עד

משנכנס אדר

יובלים בלתי אהיה!

חדרים אחרונים!

פרשת תצווה | י"ו-י"א אדר
שישי-שבת | 4-3 מרץ

מרה להזמין:
073-222-1-270

הידברות ביעד חדש!
מלון עץ הזית ירושלים

המקובל הרב יצחק בצרי
הרב אבנר קוואס
הרב שמעון פרץ

למה החיים קשים כל כך? (ב')

אם בורא עולם הוא כל יכול והוא אוהב אותי, למה החיים שלי לא מושלמים?

דווקא כשיש מצבים לא קלים - שם נמדד טיב הקשר בין השניים. כשמוכיחים נאמנות ודבקות בימים סוערים - אז הקשר מגיע לרמת קרבה גבוהה יותר. כשמצליחים להתגבר על הניסיון ומוכיחים אמונה בה, נאמנות אליו ודבקות בו למרות הייסורים - הקשר עם הבורא עולה לדרגה רוחנית חדשה וגבוהה יותר. ההתמודדויות נועדו להביא אותנו אל פסגות חדשות. הן מקור הצמיחה הרוחנית שלנו, הן דוחפות אותנו לגלות בתוכנו כוחות פנימיים ועמוקים החבויים עמוק בנו.

כשבורא עולם שולח לנו קושי, זה אומר שהוא רוצה בקשר מיוחד איתנו. אבל לשם כך יש טירונות שצריך לעבור, והיא לא קלה. גם חיילים ביחידה מובחרת לא עוברים את אותו מסלול של חיילים ביחידות רגילות. חיילים ביחידה מובחרת עוברים מסלול מפרך, ואם הם מצליחים לעמוד בו - הם מגיעים לדרגה נעלית, שונה לגמרי מזו של החיילים הרגילים. הקושי הוא למעשה פתיחת דלת של בורא עולם, דלת שהכניסה אליה מעניקה הזדמנות להתקרב אליו. זוהי קריאתו "בוא, התקרב אלי עוד יותר".

המשך בעמוד <<7

החיים פה לא נועדו שנעביר אותם בשתיית כוס קפה לצד עוגה במרפסת. יש לחיים מטרה, והיא לצמוח רוחנית וליצור קשר קרוב אל ה'. הקרבה הזו נוצרת רק על ידי התעלות רוחנית. כאשר הקב"ה רוצה את הקרבה של אחד מבניו, הוא שולח אליו ניסיון. וככל שהניסיון קשה יותר, כך ההתרוממות הרוחנית שהקב"ה רוצה להעניק לו היא גבוהה יותר. זאת אומרת שהשמעות של אותן ההתמודדויות הכל-כך לא פשוטות שמישהו קיבל אל חייו, היא שהקב"ה רוצה קשר מיוחד איתו.



הניסיון הוא מבחן שבו האדם נבדק, האם למרות הקשיים הוא ממשיך באמונתו בבורא עולם ונשאר נאמן לו, או חלילה להיפך - נחלש רוחנית, בוטע ומתערעם כלפי הנהגת שמים. את הנאמנות אפשר לבדוק רק בשעת קושי, בדומה לקשר בין איש ואישה. הקשר נבדק לא כשהכול זורם על מי מנוחות, נחמד ונעים, אלא

בטור הקודם הזכרנו שלוש סיבות מרכזיות לשאלת הסבל והקשיים בחיים, אותן נזכיר בקיצור. **סיבה ראשונה** לכך שהקב"ה מביא קשיים על האדם היא כדי לגרום לו לתקן את מעשיו. הקשיים נועדו להוציאו מהתרדמת הרוחנית שבה הוא שרוי, והם מגיעים רק למען טובתנו העתידית, מתוך אהבת השם אותנו ודאגתו אלינו כדאגת אב לבניו. **סיבה שנייה** לקשיים שפוגעים באדם היא קטרוגים משמים, הטוענים שאותה הטבה שרוצה הקב"ה להעניק לאדם אינה מגיעה לו, וכעת הוא נדרש להוכיח את אמונתו במבחן של ניסיון. **סיבה שלישית** לקשיים היא רצונו של ה' שנתקרב אליו. ה' לעיתים מביא קשיים במטרה שניצור עמו חיבור, שנתפלל אליו, שנישען עליו, שניצור קשר עמוק יותר איתו. **סיבה רביעית** לקשיים: הקב"ה רוצה להרים אותנו לרמה רוחנית גבוהה הרבה יותר.

שולי שמואלי שבע עובדות

הטיפוסים של מזל דגים תמיד יחפשו אישור עצמי מהסביבה החיצונית, וישתוקקו שכולם יאהבו אותם ויהיו מרוצים מהם. הם יציגו את מה שהחברה רוצה מהם, ולא את מי שהם באמת. לכן, בני מזל דגים צריכים לעשות שינוי פנימי בגישתם לחברה שסובבת אותם, ולהבין שהם יצליחו לחוש סיפוק אמיתי רק כאשר יפסיקו לחיות על פי ציפיות החברה, ויתחילו להיות נאמנים לעצמם.

6. דג, בניגוד לחיות אחרות, הוא חיה המסוגלת לאכול את בני מינה ואפילו את ילדיה. לכן, בני מזל דג צריכים להיזהר ממידת האכזריות, הנובעת מקונפליקטים פנימיים וניגודים הקיימים בהם.

7. יסוד המים הממתיין למזל דגים הוא יסוד הקשור להנאות העולם הזה. לכן הטיפוסים של מזל דגים נמשכים מאוד לתאוות של עולם השקר המכונה בלשון חז"ל "עלמא דשיקרא". בעולם השקר מילוי התאוות משול לשתיית מים מלוחים שמסוגלים להרוות את הצימאון לרגע אחד, אך ברגע הבא הם מביאים לצימאון נוסף. התיקון העיקרי שלהם הוא להצליח להסתכל מבעד לחיצוניות המושכת שהעולם הזה מציג. הדרך היחידה בה הם יוכלו למלא את חלל הריקנות המורגשת לאחר כל מילוי הנאה רגעית היא רק ע"י התחברות לאמת הפנימית שלהם ולתפקידם בעולם הזה.

מזלו של חודש אדר הוא מזל דגים הממתיין ליסוד המים. 7 עובדות על מזל דגים

1. מזל דגים הינו המזל השנים-עשר בגלגל המזלות. לגלגל המזלות הוא דימוי ציורי של כוכבי השמים, כמו לגלגל המחולק ל-12 מזלות. השבט המיוחס לחודש אדר הוא שבט נפתלי, שברכתו של יעקב אבינו אליו היא: "נפתלי אילה שלוחה הנתן אמרי שפר", כלומר שארצו של שבט נפתלי תבכר ותבשיל את פירותיה במהירות כאילה הממהרת לרוץ, וכן שהם יזכו לבשר בשורות טובות לעם ישראל.

2. העבודה הרוחנית של חודש אדר היא עבודת השמחה, כמאמר חז"ל: "משנכנס אדר מרבין בשמחה". לבני מזל דגים ישנה משיכה להנאות העולם הזה, אך עליהם לזכור כי השמחה האמיתית תיכנס בלבם רק מתוך חיבור לאמת הפנימית שלהם וחיבור לתפקידם בעולם.

3. מקום משכנו של הדג הוא במים, ומים מייצגים ע"פ הקבלה חסד ונתינה. לכן, בני מזל דגים מאופיינים במידות של השפעה, העניקה ואהבה

4. מזל דגים הוא המזל היחיד מביין מזלות בע"ח שנקרא בלשון רבים, וזאת מכיוון שקיימת בו ניגודיות שמהווה את הייחודיות שלו. בזכות הניגודיות הם אלה שמצליחים להבין מורכבויות. בני מזל דגים ניחנו באינטואיציה גבוהה מאוד, והם מסוגלים לשים לב לכל הפרטים הקטנים והחבויים. הם יכולים להבין מניעים נסתרים ולקרוא מאחורי הקלעים.



5. הקב"ה ברא את חודש אדר על ידי האות ק', שמייצגת את מושג השקר. השקר, כמו האות ק', עומד על רגל אחת ללא יציבות. מהות השקר היא חקיניות המדמה אמת. לכן, בני מזל דגים מנסים תמיד לרצות את הסביבה, והם יעשו זאת על ידי כך שהם ינהגו לעתים על פי מה שהחברה מצפה מהם.

1. מזל דגים הינו המזל השנים-עשר בגלגל המזלות. לגלגל המזלות הוא דימוי ציורי של כוכבי השמים, כמו לגלגל המחולק ל-12 מזלות.

השבט המיוחס לחודש אדר הוא שבט נפתלי, שברכתו של יעקב אבינו אליו היא: "נפתלי אילה שלוחה הנתן אמרי שפר", כלומר שארצו של שבט נפתלי תבכר ותבשיל את פירותיה במהירות כאילה הממהרת לרוץ, וכן שהם יזכו לבשר בשורות טובות לעם ישראל.

2. העבודה הרוחנית של חודש אדר היא עבודת השמחה, כמאמר חז"ל: "משנכנס אדר מרבין בשמחה". לבני מזל דגים ישנה משיכה להנאות העולם הזה, אך עליהם לזכור כי השמחה האמיתית תיכנס בלבם רק מתוך חיבור לאמת הפנימית שלהם וחיבור לתפקידם בעולם.

3. מקום משכנו של הדג הוא במים, ומים מייצגים ע"פ הקבלה חסד ונתינה. לכן, בני מזל דגים מאופיינים במידות של השפעה, העניקה ואהבה

העלון מופץ השבוע ב-292,900 עותקים. בזכות אלפי יהודים שאכפת להם! אכפת גם לך מויכחי הרבים? חייגי! 073-2221388 ותקבלי 50 עלונים להפצה מדי שבוע



עורך דודו כהן | עורכת משנה עריכה גרפית | הפצה ולוגיסטיקה טליה זכריה ואסתר שמיר | שני מויאל | דבי רייכמן



הדרים מפוארים | בריכה מקורה | נוף מדהים של הרי כרמל
בהשתתפות הרב יצחק פנגר • הרב חיים זאיד
הבטיחו מקומכם: 073-222-1-270

נופש בלתי נשכח רוחני, חווייתי ומושקע
פרשת כי תשא ט"ז-י"ח באדר חמישי - שבת 09-11.3



מעלת השלום

מה קורה כשיש שפע, אבל אין כלי שיחזיק אותו?

דעות בני אדם שונות זו מזו. מטבע הדברים, שינוי זה גורם לוויכוחים שונים. חילוקי הדעות שייכים אצל כולם: בין איש לאשתו, בין איש לחברו, בין איש לשכנו, בין הקהילה לקהילה ובין קבוצה לקבוצה. כאשר הוויכוח מתנהל בצורה לא נכונה, מתוך רגשות או מתוך התבצרות בדעה הפרטית, יכולים חלילה להיגרר למחלוקת וריב. ישנם כאלה שמטעמי כבוד נגררים לריב, אף שהם מודעים לכך שכתוצאה מכך יהיה להם הפסד גדול מאוד ביחס לרווח ולתועלת שיבוא להם מהניצחון באותה מריבה. פעמים, ההפסד מורגש דווקא לאחר זמן, כשהושקטה המריבה, אך כבר מאוחר מלהשיב את הנעשה, ולא ניתן לחבר את הקרעים שנוצרו...

לשוננו החריפה של הרמב"ם

הרמב"ם כתב לבנו, רבי אברהם, איגרת מוסר, ובה הזהירו על נגע המחלוקת: "אל תשקצו את נפשתיכם במחלוקת המכלה הגוף והנפש והממון, ומה נשאר עוד?! ראיתי משפחות נספחו, ושרים הוסרו מגדולתם, ועיירות גדולות נתערערו, וקבוצים נפרדו, וחסידיים נפסדו, ואנשי אמונה אבדו, ונכבדים נקלו ונתבזו בסיבת המחלוקת. "נביאים נבאו, וחכמים חכמו, ופילוסופים חפשו - ויספו לספור רעת המחלוקת, ולא הגיעו לתכליתה. לכן שנאו אותה ונוסו מפניה! והתרחקו מכל אוהביה וגואליה ורעיה, וגם אל כל שאר בשרכם אוהב מדינים - התנכרו ורחקו קרבתם, פן תספו בכל חטאתם."

כלי שמחזיק את הברכה

הברכה האחרונה בתפלת העמידה היא ברכת: "שים שלום", ובה חותמים: "המברך את עמו ישראל בשלום". בסיום תפלת העמידה אנו מתפללים: "עושה שלום במרומיו, הוא יעשה שלום עלינו ועל כל ישראל". כך גם סיום ברכת הכהנים היא בברכת השלום: "וישים לך שלום". ואמרו חכמינו ז"ל: "לא מצא הקב"ה כלי מחזיק ברכה אלא השלום". כלומר, יתכן שיש לאדם הרבה ברכה בכל מעשיו ועסקיו, אך אם חסר לו שלום עם בני ביתו או עם האנשים הסובבים אותו, אזי אין לו כלי שיחזיק את כל הברכה השרויה אצלו, ולכך הקב"ה בירך את עם ישראל בברכת "שלום".

השראת השכינה וניצחון במלחמה

כאשר יש שלום ואחדות, השכינה שורה בתוך עם ישראל, ונוצחים במלחמות. לכך דורו של אחאב, ששרר ביניהם השלום, והשנאה והלשון הרע היו רחוקים מהם, ניצחו במלחמות נגד האויב, על אף שהיו במצב רוחני ירוד, שהיו עובדים עבודה זרה. וכך מובא בזוהר הקדוש בפרשת מקץ: כאשר עם ישראל בשלום ואין בהם בעלי מריבה, הקב"ה חס עליהם ואין הדין הקשה שולט בהם. ובסוף פרשת נח מגלה הזוהר הקדוש, שהטעם לכך שדור הפלגה, אשר כפרו ב-ה' יתברך ואמרו "נעשה עמו מלחמה", לא ניתן להם עונש כפי שניתן לבני המבול, הוא מאחר שהיה להם לב אחד ורצון אחד, ובמקום אחדות - אין הדין יכול לשלוט.

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



עף על עצמו

מה קורה כשאתם מגזימים במחמאות לאחרים ולעצמכם?

אחד מהדברים שיכול לעזור לאדם לדחוף קדימה, לשאוף למקסימום, הוא מחמאות.

אבל כשאני ניגש לתת לעצמי מחמאות, צריך לדעת איך נותנים מחמאות. לצערי הרב, הרבה מאיתנו נותנים מחמאות כוללניות מאוד - "את מדהימה, אין עליך"; "תקשיב, נראה לי שאתה אלוף העולם, אתה פשוט גאון". כל המחמאות האלה אולי יעזרו לי טיפה להרים את האגו באופן זמני, אבל אם לא נלמד איך נותנים מחמאות לאחרים, או לעצמנו - יכול להיות שאנחנו לא רק לא מועילים, אלא אפילו מזיקים במחמאות שלנו. אם אני רוצה לשלוח עכשיו בחור לפתוח ישיבה במקום מסוים, כמו שסיפרנו בשבוע שעבר, הוא צריך לדעת את הכוחות שלו. הוא לא צריך לחשוב שהוא יותר מזה, ולא פחות מזה. אני צריך לתת לו מחמאות בצורה כזאת שתבנה אותו.

מדוע המחמאות שלכם מזיקות?

א. אתם מגזימים ומאבדים כל פרופורציה במחמאה. ב. אתם פשוט מחמיאים על הדבר הלא נכון.

נתחיל מהמקרה שבו אתם פשוט מגזימים כדי שמישהו ירגישו טוב עם עצמו. קודם כל, תנו לאנשים קצת יותר קרדיט. הם כנראה יודעים להבחין בעצמם בין תוצאה בינונית לאיכותית, מתי השבחים שלכם כנים ומתי הם ריקים מתוכן. אנחנו פשוט מורידים מהאמינות שלנו ומעוצמת המחמאות שלנו בעתיד כשאנחנו נותנים מחמאות מוגזמות.

לפעמים אנשים לוקחים את המחמאות המוגזמות שלנו ברצינות, בעיקר כשמדובר בילדים. איך זה משפיע עלינו כשאנחנו מקבלים מחמאות מוגזמות? החוקר והפסיכולוג אדי ברומלמן חקר בדיוק את זה. ילדים התבקשו לצייר ציור בהשראת יצירה של ואן-גוך. באופן אקראי, חצי מהילדים קיבלו על הציור שלהם מחמאה מופרזת ("וואו! ציור פשוט מדהים בצורה יוצאת דופן!"), וחצי מהילדים קיבלו מחמאה חיובית ועניינית ("ציור יפה"). לאחר מכן הילדים היו צריכים לבחור אחת משתי משימות - לצייר ציור קליל, או ציור מורכב. לילדים הודגש: "אם תבחרו את הציור המורכב, אולי יהיה לכם קשה יותר ותעשו יותר טעויות, אבל תלמדו יותר. אם תבחרו את הציור הפשוט - יהיה לכם קל יותר, תעשו פחות טעויות, אבל גם תלמדו פחות."

מתברר שהילדים שקיבלו הערכה חיובית קצרה ועניינית קודם לכן, נטו לבחור בציור המורכב, ואילו הילדים שקיבלו מחמאות מופרזות נטו לבחור בציור הפשוט. זה היה נכון בעיקר עבור ילדים בעלי ביטחון עצמי נמוך יותר, בדיוק אותם ילדים שעבורם אנחנו מרגישים צורך להעצים את השבחים שלנו.

כשאנחנו מקבלים מחמאות מופרזות - "העבודה שלך מושלמת" - נוצר אצלנו סטנדרט גבוה כל כך, שמפחיד לסכן אותו. אנחנו מרגישים שאנחנו חייבים להוכיח לאחרים שאנחנו עומדים ברף הזה.

מהיום נסו לשאול את עצמכם - האם המחמאות שאתם נותנים נאמנות למציאות?

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

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



הידברות
מגזין חב"ד

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

היכנסו להגדלה!

מני שנת לעולם הילדים
/ הקמפוס היהודי
הקמפוס היהודי

שובר מתנה 50 ₪
לרכישת בהידברות שופס
הידברות שופס
התחבר - חשיתית - חזקת

חודש ראשון חנים
חייגו 073-2221388
מתנה במני רצף למינימום שישה חודשים. ניתן לשלם מסכי משטר

שבת זוגית עם הידברות
הקדשה בעלון למשך חודש (בשני 600 ₪)
400 ש"ח לרכישת בהידברות שופס
*ההגדלה בין השניים שיצטרפו עד להגעה ליעד 300,000 עלונים



שולחן שבת באווירה נעימה - זה אפשרי

איך הופכים את שולחן השבת לזמן המיוחד של השבוע?

הזמן המיוחד של שולחן השבת מסוגל לתרום להידוק הקשרים בין בני המשפחה, ומהווה מקור לחיזוק הרחוניות והקניית ערכים לילדים. כיצד יוצרים אווירה מרוממת, נינוחה ושמחה? כיצד ניצור שולחן שבת שיהיה הדובדבן שבקצפת של כל השבוע? הנה כמה עצות.

- 1. עיצוב שולחן השבת.** השקיעו מראש בנראות שולחן השבת. שולחן שבת שמעוצב במפה וכלים נאים ומהודרים יוצר אווירה מכובדת וייחודית.
- 2. אוכל טעים ומיוחד.** לכבוד שבת-קודש השקיעו בהכנת מטעמים ייחודיים ושונים משאר מאכלי ימות השבוע. מדי פעם בפעם חפשו מתכון חדש, כדי ליצור גיוון במאכלי השבת.
- 3. מחמאות ופירגונים.** חפשו כל הזדמנות להעתיק במילות שבח או הודיה זה לזה. הבעל יחמיא לאשתו על המאכלים שהכינה, האישה תחמיא לבעלה על הסיפור או דבר התורה שאמר, ההורים יחמיאו לילדיהם על העזרה בהכנת המאכלים וסידור השולחן וכדומה. כל אחד מאתנו חפץ ושמח במילות הערכה או במחמאה נעימה. נצלו זמן זה לרומם זה את זה ולהאהיב את שולחן השבת על בני המשפחה.
- 4. דברי תורה וסיפורים מעניינים.** אבי המשפחה ישתדל להשקיע ולמצוא זמן להכין במהלך השבוע דבר תורה מענייני פרשת השבוע. כדאי לנסות לחשוב איזה רעיון מוסרי או אקטואלי מתוך פרשת השבוע יעורר עניין בקרב בני הבית. בנוסף, אפשר לספר סיפורים מעניינים שקשורים לפרשת השבוע, או סיפורים בעלי מסר חינוכי. כמו כן, ניתן להביא עניין נוסף לשולחן השבת דרך ספרים שונים ומגוונים. תוכלו ללמוד בכל סעודת שבת עם כל בני המשפחה שתי הלכות מתוך ספרי הלכה שונים.
- 5. זמירות שבת ושיירי קודש.** דבר נוסף שמייחד את שולחן השבת הוא שירי הקודש שמלווים אותו. ניתן לרכוש זמירות לשבת ובהם מילות שירי הקודש.
- 6. בגדי שבת מכובדים ונאים.** חכמים לימדונו: "אחרי הפעולות נמשכים הלבבות". לכן, כדי ליצור הרגשה פנימית מרוממת ומכובדת, יש ללבוש בגד נאה ומכובד שיספיע על הרגשתנו הפנימית, וגם יכבד את השבת.
- 7. הקפידו על מעורבות הילדים.** חשוב מאוד לתת לילדים ולכל בני הבית הזדמנות להתבטא ולהשמיע את עצמם. מעורבות הילדים בשולחן השבת תעורר בהם רצון ועניין בו. מלבד זאת, יש חשיבות רבה בנתינת אפשרות לילדים להביע את עצמם, על מנת ליצור אצלם תחושת ביטחון עצמי ומכובדות פנימית. יש להקדיש את מלוא תשומת הלב והסבלנות לדברי הילדים. יש לשאול את הילדים שאלות שונות בנושאים המדוברים ולהתעניין בדעתם. דרך נוספת לעורר עניין בקרב הילדים וליצור מעורבות שלהם היא לשאול חידות בנושאים הקשורים לפרשת השבוע. חשוב לדעת כי מצוות כבוד השבת ועונג השבת נלמדו מדברי הנביאים: "וקראת לשבת ענג לקדוש ה' מכבד... וכבדתו מעשות דרכיך" (ישעיהו נ"ח, י"ג). כל טרחה והשקעה קודמת לכבודה של השבת הן למעשה קיום של מצוות אלה.



כמה זמן ביום אתם מדברים עם הילד?

ילד זקוק לא רק לסיפוק צרכים טכניים, אלא גם להתעניינות כנה בשלומו, בתחושותיו ובהישגיו

במחקרים שבוצעו בזמננו, התבררה העובדה המדהימה, שרוב ההורים בעולם משוחחים עם הילד בממוצע כ-15 דקות בלבד ביממה! ומה גם שרובם של דיבורים אלו עוסקים בנושאים טכניים לחלוטין (שאלות כמו: אכלת? התקלחת? צחצחת שיניים? והוראות: תיכנס כבר לישון! תתלבש, תתארגן, תזדרז להסעה...).



הורים אלה, שעסוקים מידי בעצמם ובמטלות שעליהם, שוכחים שנפש הילד זקוקה לשיחה עניינית, מתונה ואמיתית, כדי שהיא תתפתח כראוי. כל ילד זקוק להתעניינות כנה בשלומו, בתחושותיו ובהישגיו, בלימודיו ובקשריו עם חבריו, ובכלל, במה שטוב לו ובמה שקשה לו. התעניינות זו תבוא מתוך אהבה ואכפתיות סבלנית, ולא כהצקה או כלאחר יד. לכן יש גם לדעת את הגבולות בהתעניינות, לבל יקבל תחושה של חטטנות יתרה ומטרידה מצד ההורים, בפרט כשמדובר בילד בגיל ההתבגרות.

"חיישני" הילד מפותחים הרבה יותר מכפי שהוריו סבורים, והוא חש היטב על פי טון וצליל הדיבור, מבט העיניים ושפת הגוף, האם שאלת ה"מה נשמע?" וה"איך היה?" ו"מה שלומך היום?" אמיתית וכנה, או נאמרת מהשפה ולחוץ רק כדי לצאת ידי חובת התעניינות, מבלי שבאמת אכפת.

ילד שאינו מקבל מהוריו יחס אוהב באופן נכון בגיל הצעיר, אינו חש קשר אמיתי ונפשי עם הוריו כאשר הוא גדל ומתבגר, ואין להתפלא שבהגיעו לגיל ההתבגרות אינו מתייעץ עם הוריו, ואפילו מתנכר אליהם. הרי עבורו, הוריו מהווים בסך הכול אנשים טכניים שסובבים אותו במשך השנים. זה "תפקידו" לארגן כסף למחיה, לגעור ולנוזף, וזו "תפקידה" לבשל עבורו ולכבס את בגדיו, ומידי פעם לרטון ולצעוק עלי. אולם ילד שהוריו מוצאים את הזמן להקדיש עבורו זמן איכות לשיחה נעימה, משתפים אותו מפעם לפעם בענייני הבית ובתוכניות המשפחתיות בנושאים המתאימים לגילו ולרמתו, מחייכים אליו במבט אוהב לפחות פעם ביום, צוחקים מהלצותיו ומתבדחים איתו, ובמקביל - מדריכים אותו אל הטוב והנכון באווירה רגועה, באמצעות דיבור אל שכלו ושכנועו שכך עדיף לו וזה הדבר הנכון עבורו - לטובתו, ונוזפים בו רק כשאין ברירה, ובכל מקרה, נזהרים תמיד שלא להשפילו ולבזותו - גם בעת תוכחה - הרי ילד זה יודע כבר מהגיל הרך ש"אבא ואמא הם החברים הכי טובים שלי", והם גם "המדריכים הכי טובים שלי". הוריו של ילד זה מהווים בעיניו דמויות ערכיות וחינוכיות, אשר תפקידן להדריך, להסביר וללמד, והוא חש היטב שאפשר להתייעץ איתם בכל נושא מטריד. ילד זה יאהב ויעריך את הוריו, כל ימי חייו.

בשבועות הבאים נתבונן בעז"ה בכמה עצות יסודיות למניעת טעויות בחינוך, ובכללי יסוד מעשיים, לבניית ילד שמח ובעל נפש בריאה.

לרכישת הספר "המדריך המלא לחינוך לילדים" של הרב זמיר נהן היכנסו להיברות שופס או חייגו: 073-222-1250

רוצים לפתוח שערי הצלחה, רווחה, תפילה וישועה? הקדישו את עלון הידברות לברכה, ולעילוי נשמה ליקיריכם וזיכוי הרבים שנעשה בעלון האהוב ביותר יעלו עד כסא הכבוד ויפתחו לכם שערים!

מקדישים את עלון הידברות וזוכים!

להקדשה חייגו << 073-222-1388 שלוחה 3





זכר למחצית השקל

מדוע נותנים זכר למחצית השקל, מי נותן, וכמה?

דחוקה לו, שאז רשאי לתת ממעות מעשר לתרומת זכר למחצית השקל (ש"ת יחזו דעת, חלק א' סימן פ"ז).
מאיזה גיל נותנים מעות "זכר למחצית השקל", והאם צריך לתת גם עבור הנשים והילדים?

החייב לתת מחצית השקל הוא מגיל עשרים ומעלה. רמ"א סימן תרצ"ד. וטוב שגם נשים יתנו מעות זכר למחצית השקל, וטוב לתת גם עבור ילדיו הקטנים. ואם האישה מעוברת - ייתן אף על העובר, אבל אין זה חייב אלא הידור (משנה ברורה סימן תרצ"ד סעיף קטן ה). ואם אין ידו משגת כל כך, ייתן חצי שקל עבור עצמו, ובעד כל אחד מבני ביתו ייתן מטבע קטן יותר, כפי כוחו.

למי נותנים את מעות "זכר למחצית השקל"?

מעות זכר למחצית השקל יינתנו לטובת מוסדות של תורה, לארגונים שמפיצים תורה ויראת שמים, דוגמת הידברות - ארגון זיכוי הרבים הגדול בעולם.

האם ניתן לתת את מעות "זכר למחצית השקל" באשראי?

ניתן לתרום את מעות מחצית השקל בכרטיס אשראי, ואין צריך לתת את המעות דווקא בכסף מזומן (על פי האמור בספר "באורח צדקה" עמ' ס"ג בשם הגר"ש וואזנר).

מי שלא הספיק לתת לפני פורים, מה יעשה?

יכול בדיעבד לתת גם לאחר הפורים (הליכות והנהגות פורים, בשם הרב אלישיב זצ"ל).



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



הרב שניר גואטה

מראש שניר

שאם שמתו אותך במקום שלך, עם הניסיונות שלך, גם נתתי לך כוחות להתמודד איתם. תאמין שאתה יכול לעמוד בהם!

אך הבעיה של רובנו היא שאנו לא מאמינים בעצמנו.

יש פעמים שיהודי רוצה לקבל קבלה, אך הוא מוותר מראש, מפחד ליפול ולא להצליח.

הקושי הוא דבר טבעי, והוא חלק מהתהליך, חלק מהתוכנית שתכנן עבורנו בורא עולם. אם נשים לב, נראה שבמקרים מסוימים הקושי "זז" הצידה: חיילים בשעת לחץ או מלחמה עושים דברים שלא חלמו לעשות בזמן רגיל. אדם שנמצא בצרה, חס ושלום, מוכן להקריב את כל מה שיש לו רק כדי לצאת ממנה. הוא יקבל קבלות ויתחזק בכל הכוח - מה שלא היה עושה לפני שנכנס לאותה צרה. בשעה שכזו אדם מגלה את הכוחות האדירים שטבע בו הקב"ה.

אז תאמין בעצמך, ותאמין בבורא עולם שמאמין בך!

מתוך "מראש שניר" - המדריך שלך להצלחה. לרכישה היכנסו להידברות שופו או חייגו 073-222-250

וכמו שמובא בבן איש חי (חידושים פרשת כי תישא). ומובא בשם הגאון מווילנא, שכשתיקח את המילה "מחצית", האות האמצעית היא אות צ', שמרמזת על הצדקה, האותיות שקרובות לאות צ' הן ח' - י, "ח"י, והאותיות החיצוניות הן מ' - ת, "מת". כלומר שעל ידי הצדקה שאדם נותן, מקרב את החיים ומרחיק את המיתה.

כמה צריך לתת עבור "זכר למחצית השקל"?

צריך לתת סכום שווה לתשעה גרם כסף מזוקק, לפי מחיר הכסף

הגולמי מידי שנה בשנה (כפ החיים סימן תרצ"ד סעיף קטן כ'). סכום זה נקבע כפי מחיר הכסף הגולמי בר"ח אדר (כך שמעתי מפי מרן הרב עובדיה זצ"ל). בזמן כתיבת שורות אלו, המחיר המשוער הוא 25 ש"ח לנפש.

מי שאין לו אפשרות להוציא כל כך עבור מעות "זכר למחצית השקל", מה יעשה?

מי שמצבו הכלכלי קשה, די שיתן מטבע של חצי שקל לזכר מחצית השקל (חזון עובדיה עמוד ק"ז).

האם מותר לתת מעות "זכר למחצית השקל" מכספי מעשרות?

אין לתת זכר למחצית השקל ממעות מעשר שמפריש בכל חודש, אלא אם כן התנה מראש בפירוש ואמר שמפריש מעות מעשר בלי נדר, והשעה

מה המקור לתת את מעות זכר למחצית השקל, ומדוע נותנים אותם דווקא בחודש אדר?

בזמן שהיה בית המקדש קיים, היו ישראל מביאים מחצית השקל תרומה לבית המקדש פעם



בשנה. חיוב זה הוא מן התורה, כמבואר בפרשת כי תשא: "זה יתנו כל העובר על הפקודים מחצית השקל בשקל הקודש". הסיבה לחיוב זה היא כדי שכל ישראל יהיו שותפים בקורבנות הציבור שמקריבים על גבי המזבח מידי יום. בזמננו אין מצווה מן התורה, כיוון שכיום אין בית מקדש וקורבנות, אבל נוהגים לתת מעות "זכר למחצית השקל" (כן כתב הרמ"א בשם המרדכי, יומא פרק א'). הטעם שנותנים את הזכר למחצית השקל דווקא בתקופה זו של חודש אדר, מבואר בירושלמי (מגילה פרק א' הלכה ה'): אמר רבי יהושע בן לוי, גלוי וידוע לפני הקב"ה שעתידי המן לשקול שקלים על ישראל, כמו שנאמר ועשרת אלפים ככר כסף אשקול על ידי עושי המלאכה, לפיכך הקדים שקליהם לשקליו. אמר הקב"ה, מוטב שיקדים כספן של בני לכספו של אותו רשע".

מה הסגולה המיוחדת שיש בנתינת מעות "זכר למחצית השקל"?

מעה גדולה יש בנתינת מעות "זכר למחצית השקל", ויש בה זכות המגינה על האדם מן המגיפה, בית מקדש וקורבנות, אבל נוהגים לתת מעות "זכר למחצית השקל" (כן כתב הרמ"א בשם המרדכי, יומא פרק א'). הטעם שנותנים את הזכר למחצית השקל דווקא בתקופה זו של חודש אדר, מבואר בירושלמי (מגילה פרק א' הלכה ה'): אמר רבי יהושע בן לוי, גלוי וידוע לפני הקב"ה שעתידי המן לשקול שקלים על ישראל, כמו שנאמר ועשרת אלפים ככר כסף אשקול על ידי עושי המלאכה, לפיכך הקדים שקליהם לשקליו. אמר הקב"ה, מוטב שיקדים כספן של בני לכספו של אותו רשע".

מה הסגולה המיוחדת שיש בנתינת מעות "זכר למחצית השקל"?

מעה גדולה יש בנתינת מעות "זכר למחצית השקל", ויש בה זכות המגינה על האדם מן המגיפה,

תאמין במי שמאמין בך

אם אתה לא מאמין שאתה יכול, לפחות תאמין שהקב"ה נותן לך כוחות

שיכול לעשות זה לנסות לקלוט. הוא זורק את הכדור. הכדור עולה באוויר ו...מחטיא.

הסתיים המשחק והם הפסידו את הגביע. קרא המאמן ליוסי: "גש אלי! אמור לי, מדוע לא זרקת? הלא זו היתה התוכנית, אמרתי לך לזרוק בשנייה האחרונה. למה הפרת את דברי? הרסת לנו את המשחק."

ענה יוסי למאמן: "תראה, אומר את האמת, אף על פי שכנראה לא תאהב אותה... הייתי בטוח שאחטיא, אז מסרתי לאברהם. הוא יודע לקלוט. אבל אברהם החטיא. מה אני אשם?".

אמר לו המאמן: "אם אתה לא מאמין בעצמך, לפחות תאמין במאמן שמאמין בך!".

להבדיל, הקב"ה אומר לכל אחד מאיתנו: אם אתה לא מאמין בעצמך שאתה יכול, לפחות תאמין בי,

רבי צדוק הכהן מלובלין אומר ("צדקת הצדיק", אות קנ"ד): "כשם שצריך אדם להאמין בה' יתברך, כך צריך אחר כך להאמין בעצמו".

למה הדבר דומה? לשתי קבוצות כדורסל שהגיעו לגמר גביע. מכבי הובילו בשתי נקודות הפרש.

נותרו עשר שניות לסיום, והכדור היה של הפועל. היה פסק זמן, והמאמן של הפועל קיבץ את שחקניו והתחיל להקריא להם את התוכנית, שהסתיימה ב"יוסי, אתה סוחר אותם עוד ארבע שניות. בשנייה אחרונה לסיום - אתה עולה לזריקה".

הכל מתחיל כמו שהמאמן הדריך אותם, אבל בשנייה האחרונה שבה היה יוסי צריך לזרוק את הכדור לסל, הוא מסר את הכדור בחזרה לאברהם.

אברהם קיבל את הכדור, נשארה לו רק שנייה, ומה



הידברות במיזם
שמאיר את הנשמה
בדרך ל-הפצת 1,000
שיעורי תורה, והפרשות חלה
חוגי בית!
600 חוגים

מזמינים
כ-20 נשים
וכל מי שבא לך!
הערב ללא עלות
073-222-1-290

קובעים
תאריך ושעה
מתקשרים
להזמין אחת ממטיב הרבניות
3 צעדים
לארגון חוג בית
מתנת הוקרה לכל מארגנת חוג בית
פרסום ישלח בחינם להפצה

זה הזמן לשמוח
משנכנס אדר מרבים בשמחה הכניסי את השמחה
לביתך הזמני חוג בית מעצים ומרומם!



ב שבוע שעבר הכרנו במהלך הטיוול אדם שערך לנו סיור מרתק ברומא. ואז הוא ביקש לשוחח איתנו.

נכנסנו אל המסעדה, כאשר אשתי ואני תוהים, מה רוברט רוצה לומר לנו? הוא היסס וחכך בדעתו שוב ושוב, עד שהצליח לסדר משפט. "אבא שלי היה באושוויץ". בום גדול. זה הסביר לי את המשיכה שלו לנושא השואה, אבל עדיין הזכרתי לעצמי שהיו גם לא יהודים שם. מיד ביררתי אם הוא היה במחנה 1. "אכן", הוא חייך, "כל השנים אבא שלי סיפר לנו שהוא היה במחנה 1, כפולני לשעבר שהיגר לאיטליה. אילולא המספר שהיה חקוק על זרועו - גם את זה לא היה מספר. הוא מיעט לדבר על מה שראה והיה 'שם'. הבנו שזה היה איום ונורא וזהו.

"אחותי ואני היינו שותקים כל אימת שהזכירו את הנושא. ידענו שזה רגיש. ניסינו מדי פעם להבין על מה ולמה אבי נכלא שם, ולמה הוא כפולני

ברח לאיטליה ולא המשיך את חייו בפולין, אבל הבנו שתשובות לא נקבל, בטח לא ממנו. "אבי היה קשור מאוד לאמי, שהיתה שונה ממנו בהרבה. היא היתה אישה לבבית וחמה, אישה חכמה מאוד. היא ניהלה את העסק שלנו, שהצליח ופרח הרבה בזכותה. את המשפחה שלה לא הכרנו, הכרנו רק דוד אחד שהיה גר כמה רחובות מאיתנו ותו לא. הבנו שהם גדלו כיתומים, גם היא לא הרבתה לדבר על הבית שבו גדלה. אבי בכלל לא דיבר על משפחתו, הבנו שהוא ניתק איתם מגע, אולי בגלל העבר ה"בעייתי" שלו מול הגרמנים.

"ככה גדלנו. אהבנו את הבית ואת המשפחה המצומצמת שלנו, ולכאורה הכל היה נראה מבטיח וטוב, כאילו הכל ימשיך כך לעולם. אבל לא כך היה. יום אחד אמא שלי נפלה, חשבנו שזו היתה מעידה חד פעמית, אבל העסק הסתבך. היא נהייתה סיעודית. ולא, זה לא נגמר בזה, אמא שלי התחילה תהליך נוראי של דמנציה. תבינו, בשבילנו אמא שלי היתה הכל בבית. זה היה איום ונורא. היא החזיקה הכל, היא היתה עמוד התווך של אבא שלי. הוא לא יכול לחשוב על דבר אחר מלבדה, היא היתה כל עולמו, עליה הוא הכי סמך. ועכשיו זה היה שבר גדול ועמוק מאוד בחיינו כמשפחה.

טיול עם שורשים (ב')



זוג יוצא לטיול באיטליה בתכנון מהיר. כשתקלה בטיסות מובילה אותם לעיר אחרת, וכשהטיול מתנגש באבלו של העם היהודי - מתברר בדיוק מה היתה מטרת הטיול

כאן. ואז אבא סיפר את הסיפור של אמא.

"אמא גדלה כיהודייה לכל דבר במשפחה דתית. לאחר מלחמת העולם השנייה, לאחר שהיתה עם משפחתה בג'אדו (מחנה ריכוז בטרפוליה), אחיה הגדול פיתה אותה לבוא איתו אל איטליה, והיא הלכה איתו, זונחת מאחור את משפחתה. זה היה צעד לא מקובל בכלל, בעיקר אצל בנות שיעזבו ככה את משפחתן, אבל אמא היתה קרוצה מחומר אחר. וכך הגיעה לאיטליה עם אחיה - הדוד שלנו שהכרנו. כאן התחתנה עם אבי, וכל השאר היסטוריה.

"עכשיו היא חוזרת 'לשם', הסביר לנו אבא. היא רוצה להדליק נרות של שבת. מה שיהודים מדליקים. וזהו אחותי ואני התחלנו לקרוא וללמוד על היהדות ועל כל מה שזה אומר, בעיקר על נרות שבת. מאז אחותי היתה מביאה לה כל שבוע

נרות שבת. האור והאושר שהיו לה בעיניים - לא יתואר. בשעות הערנות שלה, היא כאילו היתה שוכחת הכל. גם כשאחותי הזכירה לה, היא חייכה חיוך גדול ואמרה 'נכון, נכון, אני יהודיה'. "ככל שהמצב הידרדר, היא חזרה יותר ויותר 'לשם'. מדברת בערבית מסתלסלת. לא הבנו דבר. אחותי היתה מקליטה אותה ומביאה את זה לחברה יהודייה שלה, שהיתה טריפוליטאית, והערבית היתה שגורה על פיה. היא היתה מתרגמת לה בכל פעם, וזה היה מרתק, כי היא דברה אל המשפחה שלה, כולל השמות וההורים. בשבילנו זה היה מסקרן ממש.

"ואז, באחת הפעמים היא סיפרה שאמא שלי מספרת כביכול להוריה על החתן שלה, ושהיא מבטיחה להם שהוא יהודי, והוא מסכן שניצל מאושוויץ. ניצל מהגרמנים. והיא לא מתחנת עם גוי, היא מבטיחה. ועוד תמלילי שיחה שלמה שאמי דיברה מתהומות הנשייה, כאילו מתחנת להוריה לקבל אותה כבת בחזרה, כי היא התחנתה עם יהודי מאושוויץ. חטפנו שוק. אבא - יהודי. הוא שיקר לנו כל השנים? שהוא פולני שהסתבך עם החוק הגרמני? לא ידענו מה לחשוב. לקח לנו כמה ימים כדי להחליט שאנו מגיעים אליו עם העובדות, די להסתרה.

"אבא נשבר באותו הרגע. הוא התוודה, אכן, אני

"אבל זו היתה רק ההתחלה. לאמא היו רגעים של שכחה. בינתיים, ברוב הזמן, ראשה היה צלול, כביכול. ואז הגיעו ההזיות, כפי שאבי אמר. היא התחילה לדבר בערבית. ידענו תמיד שאמא שלנו אינה איטלקיה, כמו שאבא שלי לא. ידענו שהיא מגיעה מלוב, אבל לא מעבר לכך. היא התחילה לדבר, ולא סתם. היא ביקשה לראות את הנרות שלה. אבא התחיל להילחץ. לא הבנו מה היא רוצה. אבל אבא הבין... הוא היה מתחנן אליה ומנסה להעביר נושא, אבל היא לא שמעה אותו בכלל. זה ממש הדליק לנו את כל הנורות האדומות. אחותי החליטה שזהו, לא עוד. היא רוצה להבין מה קורה

וקשרתם' - מיום הנחת תפילין הגדול בעולם!

את היקרים לנו כבר לא נוכל להחזיר
אבל בוודאי נוכל לעשות לנשמתם נחת רוח,
לשמח את הנשמה!



להקדשת עמדה חייו
073-3333-343
העמדה כוללת תפילין סלית וסידור

הנחיתו את יקירכם
ותרבו להם זכויות
תרמו עמדת תפילין
שמחה אלפי יהודים

3 הקדשות בעמדה לכל תורם

לעילוי נשמת
ישראל ישראלי דל



הם נתנו לנו
את הנשמה
זה הזמן לתת
לנשמה
שלהם...



למה החיים קשים כל כך? (ב')



המשך מעמוד 2 <<

ולמי הקב"ה בוחר להוריד קשיים? הקב"ה נותן קשיים דווקא למי שהוא אוהב ורוצה בקרבנו. כך לדוגמה כל ארבע האמהות הקדושות נולדו עקרות. ולמי הקב"ה לא נותן קשיים? למי שהוא לא רוצה בקרבנו, כדוגמת הנחש הקדמוני, אותו ה' קילל שכל מזונו יהיה מצוי כעפר הארץ. כלומר, לא יהיו לו לעולם חסרונות או מאוויים, יהיה לו כל מה שהוא צריך, וזאת כי ה' לא רוצה אתו קשר לעולם.

הקב"ה רוצה בטובתנו, הוא רוצה שנצליח להגיע אל תכלית חיינו עלי אדמות ברמה הכי גבוהה שאנו מסוגלים להגיע אליה, ולכן הוא דוחף אותנו קדימה על ידי ניסיונות והתמודדויות. על דרך המשל, זה מזכיר מאמן כושר אישי שמפציר במתאמן להמשיך לרוץ, אף על פי שהוא כבר לא מרגיש את הרגליים מרוב כאב, ודורש עוד שתי שכיבות סמיכה אף על פי שהידיים כבר רועדות. הוא דוחף אותנו קדימה, למרות הקושי הרב של המתאמן, במטרה להוביל את הלקוח שלו אל היעד. כך גם הקב"ה, שהוא אבא אוהב, רוצה שנגיע לגרסה הכי טובה של עצמנו, לרמת הקרבה הכי גדולה שאנחנו מסוגלים ליצור איתו.

כשחווים קושי, נדרש מאיתנו לעשות שינוי תודעתי, ולראות בו אמצעי להתעלות רוחנית. ראייתו בראי האמונה משנה לחלוטין את אופן ההתמודדות עמו, ומעוררת כוחות פנימיים. הרי החיים פה נועדו למטרה, והניסיונות שנשלחים משמים נועדו לעזור לנו לממש את עצמנו ולהגיע לאותה תכלית. לכן גם כאשר רואים דברים שאינם טוב גלוי, הם עדיין טוב מוחלט, שהגיע מאבא אוהב.

בקשה להיקבר כמו אמא, כדת משה וישראל. חבר יהודי עזר לי וקשר ביני לבין הרב של הקהילה. גם אבא נקבר כיהודי. מאז אני לא יודע מי אני באמת. רוברט שגדלתי, או רוברט שאבא ואמא שלי הסתירו ממני.

"עכשיו כשראיתי את הזעזוע שלך מהפטירה של הצדיק, זה החזיר אותי אחורה. זה היה בשבילי הדף מההלם של אז, כשגיליתי שאמא שלי יהודייה. אני יודע שאתה ודאי המום, כי אמרתי לך ולרבי בוונציה שאני לא יהודי. כי ככה אני מרגיש. אבל עכשיו אני מעורער כל כך, שאני לא באמת יודע מה אני מרגיש..."

וואו, זה היה הלם של ממש. נאום כזה, מלא ברגש ועוצמה, בחיי לא שמעתי. שמחתי כל כך שאני דובר אנגלית, וששום קשוי שפה לא חסמו בעדנו. ובכלל, כל העיכוב הזה משמים שהביא אותנו לרומא שכל כך לא רצינו - עכשיו אני מבין את הסיבה..."

חיבקתי אותו חיבוק ארוך, בכיתי על כתפיו. סיפרתי לו על המשפחה של סבי וחלק ממשפחתה של אשתי שנכחדו שם במלחמות אושוויץ. על האפר שלהם אנחנו חיים היום. אנחנו ההמשך, ונצח ישראל לא ישקר.

מיד חיברתי אותי לבית חב"ד המקומי, שהניחו לו תפילין בו ביום... יש לי משפחה באירופה, כך שגייסתי אותם למשימה, והם עזרו לי להגיע אל הרבנים המתאימים שעזרו לרוברט להגיע לחיים יהודיים.

היום רוברט הוא יהודי כשר.

ערך ברית מילה וחזר בגאווה לעם היהודי. כאשר חזרתי לארץ, הכל כבר היה אחרי הקבורה של מרן, אמצע ימי השבעה. הפצע היה עדיין פתוח. העלייה לבית הקברות בסנהדריה היתה בעיצומה, כולם רצו להיפרד ממרן זצ"ל.

הלכתי לשם, נפרד מדמותו, יודע מה הפטירה שלו עשתה ליהודי אחד, שחי בניכר רחוק מצל של יהדות.

יהודי. סיפר שלא היתה לו ברירה, הוא רצה לגדל אותנו אחרת ממה שהוא גדל. פחד שעוד היטלר יעלה לשלטון, כי מבחינתו זה היה עניין של זמן. הוא הכיר את אמא באיטליה לאחר שברח מפולין, ששנא כל כך. הוא נישא לה גם כי הבטיח לאביו רגע לפני שהלך למשפחה שהוא יתחתן עם יהודייה. וזהו. מאז הוא לא ראה ולא שמע על אף אחד מהמשפחה שלו. הוא סיפר לאמא על חששותיו, וביקש שתשתף איתו פעולה. אמא הסכימה, אף על פי שבתוכה היא היתה חמה מאוד ליהדות כל השנים, ומידי פעם היתה מדליקה נרות שבת בלי שנשים לב.

"היינו המומים כל כך, ששינונו, אחותי ואני, חלינו. הגוף שלנו לא עמד בזה. למחרת אבא הניח מכתב על השולחן שלי. היה כתוב בו שם משפחתו הקודם, וכל אילן היוחסין שלו ושל אמא. היו לנו עכשיו ביד כל ציוני הדרך של הורי.

"הרגשנו שזה גדול עלינו, לא היה לנו כוח לחפור יותר, המעמסה הזו היתה גדולה עלינו. ההלם מגילוי היהדות גבר על הכל. כל חיינו אבי התרחק מכל מה שקשור לזה. בחדשות, כל פעם שדיברו על ישראל - הוא היה סוגר את המקלט, היה שומר מרחק מכל מה שהריח משהו שמתקרב ליהדות. פתאום אנחנו חלק מהעם הזה. ובעיקר, אנחנו לא יודעים מה זה העם הזה באמת..."

"המצב של אמא הדרדר במהירות. לא הרבה אחרי היא נפטרה. אבא דיבר עם מי שדיבר, והיתה לה לווייה יהודית. היא נקברה כדת וכדין בבית קברות

יהודי, לא לפני שאבא דיבר עם משפחתה של אמא מישראל. חלקם הגיעו ללווייה. זו היתה הפעם הראשונה שנפגשנו איתם. היינו מנומסים ודי קרירים, כי מעולם לא שמענו עליהם ולא ראינו אותם.

"מאז אבא כבר לא דיבר. הפטירה של אמא היתה חלל גדול ועמוק בשבילו. הוא לא התאושש מזה. שנתיים אחרי כן הוא נפטר. הוא השאיר בצוואתו

"חלינו. הגוף שלנו לא עמד בזה. למחרת אבא הניח מכתב על השולחן שלי. היה כתוב בו שם משפחתו הקודם, וכל אילן היוחסין שלו ושל אמא"



משהו חדש קורא לך!

ספר טוב יכול להביא אתכם לשלב הבא בחיים שלכם! רעיונות חדשים, אמונות חדשות, השראה, מוטיבציה, ועצות בנושאים החשובים של החיים.



לאהוב
שיטה שחוללה מהפכה בחינוך
הרב יצחק רבי



ADHD
כוחות העל של ילדי הקשב
הרב זן טיימקין



הרב יגאל כהן
כחן
אמונה בטחון שמחה



ממתק
יש טעם חדש לפרשה
הרב נהוראי משה אלביליה



הכוח הסודי
לרפא ולהגשים את חיינו
הרב מנחם ישראל

הידברות שופס
073-222-12-50
shops.hidabroot.org

יוסף נטיב: "כשסבא נפטר - פתאום כל הילדות שלי חזרה אלי בבום"

ניסיונותיו של יוסף נטיב להתנתק ממסכים, המחסום היצירתי בו נתקל בשנתיים האחרונות, ולמה לדעתו התשובה היא תהליך שלא נגמר

שעברתי את זה אני מגיע ליצירה ממקום הרבה יותר אמיתי. בכלל, לא תמיד אחשוב פעמיים אם שיר שאני אוהב ורוצה להוציא הוא מספיק עדכני, מסחרי וכו', אני מרשה לעצמי לנבוע גם בשביל עצמי ולהנציח את מה שבאמת עובר עלי, גם אם זה לא יהפוך להצלחה מדהימה.

"בתוך כך אוכל לספר שסבא שלי נפטר לאחרונה, וכתבתי שיר לזכרו. כשזה קרה - פתאום כל הילדות שלי חזרה אלי בבום. הרגשתי שרק כשהוא נפטר גיליתי את הקשר שהיה בינינו ושאני דומה לו כל כך. שיר נוסף שהוצאתי נקרא 'קול דודי', והוא מספר על הרצון שלי לעזוב את כל התירוצים והדרכים הקלות שלעתים קרובות אני בורח אליהן, ובאמת להתקרב לה' ולעצמי ולהיות אמיתי עם עצמי. אני מחכה שיאספו כמה שירים טובים, ואז אוציא אותם באלבום".

להשפיע על העולם כולו

דיברת על אלבום, אבל נראה שהאלבומים די עברו מן העולם. היום אמנים מוציאים בעיקר סינגלים.
"כן, זה די נכון, ויש לכך יתרונות וחסרונות. מצד אחד זה מקליל את העניין, כי אלבום זה דבר כבד וגדול, אבל מצד שני באלבום הרבה פעמים יש סיפור שלם. זה כמו להישאב לתוך פרויקט ארוך, מסע שמתגלות בו הרבה הפתעות. לא מעט שירים אני מפיק באולפן הביתי שלי, שנמצא בדירה שאני שוכר בחריש, וזה מקום שקט ליצירה שאני תמיד אוהב לחזור אליו. יש משהו רחוני בלעבוד לבד, זה כמו יציאה מהעולם לכמה שעות, אבל הלבד הזה גם יכול לסגור אותך יותר מדי ולקבע".

מעבר לעיסוק המוזיקלי, כיצד אתה רואה את התהליכים הרחניים שעוברים עליך כבעל תשובה?
"מבחינתי התשובה היא דבר שאינו נגמר. רבי נחמן אומר שכל הזמן צריך לחפש, לעלות ממדרגה למדרגה. לחזור בתשובה ולחשוב שחזרת וזהו זה נקרא להירדם. צריך להתחדש כל הזמן ולחזור לחפש את ה' באמת, להתקלף לאט לאט, והתבודדות יכולה לעזור בזה מאוד. גם בתשובה יש הרבה קליפות. לחזור בתשובה זה לא פעם אחת, זה כל החיים. לפעמים מגלים שעשינו תשובה בפני אנשים, אבל לא לפני ה'. וצריך לזכור שגם הירידות הן לצורך עליה. בירידה אתה מקלף את הגאווה מעליך, את הקליפות, וכל זאת בשביל לקבל כלים חדשים".

עוד בעניין התשובה, אתה מאמין שהשירים שלך עוזרים לאנשים להתקרב לה'?

"להצליח לקרב מישהו לה' באמת זה קשה, אבל אני מאמין שהשירים אכן עוזרים בזה. ואני כמוהו מודה על כך לה' מאוד. מי שמחליט להתקרב לה' הולך לצאת למסע קשה, אבל הקב"ה מלווה כל אחד ואחד שבא לקראתו. מי שרוצה להתקרב לה' - הכל פתוח בפניו. הוא יכול להגיע לדרגות הכי גבוהות שיש. כל אחד הוא בבחינת צדיק, ויש בו טוב מיוחד שאין בחברו, והנקודה זו צריכה להתגלות. אני מנסה לעשות עבודה על איך לראות את הטוב שיש בכל אחד, וזה משפיע מאוד עלי, על היצירה שלי, ואני מאמין שגם על העולם כולו".

הייתה תקופה של הרבה כתיבה וניסיונות. ההשקעה השתלמה ובסופו של דבר עליתי על תדר נכון, והגיעו שירים שאהבתי מאוד, כמו 'לאהוב בחינם', 'זה אתה', 'לא חסר בכ' כלום' ועוד. ידעתי שהם שירים שיעזרו לי לצאת החוצה, ואכן שידרו אותם ברדיו, ובזכותם הזמינו אותי להופעות.

"כשיוצרים, זה לעתים קרובות לוקח זמן. עד היום הוצאתי שלושה אלבומים, אחד מהתקופה של החילונית שכמעט לא מכירים אותו. הוצאתי פחות מארבעים שירים סך הכל, אבל יש לי יותר ממאתיים. יש לי חלום להוציא אלבום של השירים הגנוזים שלי, יש אנשים שהכי יתחברו דווקא לשירים האלה".

כמו לצאת מהעולם

בנוסף לכך, ולצד דבריו על שיריו הגנוזים, יש ליוסף לא מעט דברים לומר על שיריו שיצאו לאוויר העולם. "בשנתיים האחרונות הרגשתי שיש לי מחסום יצירתי", הוא מספר בגילוי לב. "כתבתי והלחנתי מעט, אבל הרגשתי שזה לא זה. הקורונה שנפלה על העולם נפלה כמוהו גם עלי, ועצרה לי את היצירה השנתיים האחרונות היו לא פשוטות עבורי. הקריירה שלי הייתה בהקפאה. מבחינה מוזיקלית, בעיקר הפקתי שירים לאמנים מדהימים, אבל המוזיקה שלי ישבה בצד. לצד זאת, היתה בזה גם ברכה. עשיתי יותר דברים טבעיים שעשו לי טוב. לקחתי זמן להתנתק רגע, לשים את הלחץ בצד, עזבתי מנהל מסוים שעבדתי איתו, והחלטתי שאם אין לי שירים טובים - אז אני לא מוציא שירים בינתיים. כנראה הייתי צריך להירגע, ומבחינה מסוימת קצת להיוולד מחדש.

"מעבר לכך, הקורונה גם הביאה לי הרבה טוב. הקב"ה מביא צרה לישראל כדי שיברחו אליו. הקב"ה עושה לנו סימנים כדי שנתקרב אליו. ברור לי למשל שאנחנו צריכים להתלכד סביב העניין של התפילה, של הביחד. העם שלנו הוא הדבר הכי קדוש ויקר שיש. תרבות המערב מנסה ללמד אותנו ניכור, קריירה וחומר, אבל הקב"ה לא אוהב את זה. בקורונה הכרתי פתאום חברים חדשים, והלב שלי נפתח. פתאום הרגשתי שהלב שלי רוצה להתפלל על כלל ישראל, על ארץ ישראל. נפתחו לי קשרים ודברים חדשים, ואחרי

תקופה שבה המחקרים על נזקי הטכנולוגיה לא מפסיקים להתפרסם ולהפחיד, ובתוך המולת היום-יום וההשתעבדות למסכים שרובנו מצויים בהם, נעים ומשמח לפגוש אמן שמסרב לקחת חלק במשחק. "אנחנו לא חייבים לתת לעולם נהל אותנו", אומר יוסף נטיב, אמן פעיל ובולט בסצנת המוזיקה היהודית בארץ. "יש הרבה הסחות דעת, ועלינו לחשוב מה כדאי לנו לשפר

"יש בתוכנו עומקים אינסופיים שרק מחכים להתגלות, אבל אנחנו כל הזמן מוסטים מהם. יש בי רצון חזק לשמור על המקום והזמן שלי"



ולדייק בתוכנו. אנחנו נמצאים בתקופה שמאוד קשה בה להשקיע הכל סביבנו ולהיות עם עצמנו. המסכים גונבים אותנו מעצמנו ללא הפסקה, הקצב נהיה כל כך מהיר, וזה קצת הופך אותנו למכונות".

סוד השירים הגנוזים

לנטיב יש הסבר לכך שהחליט להתנתק מהמדיה: "הבנתי שאם לא אלמד להתנתק מאותם כלים, ואם לא אפסיק עם הברירות האלה, פשוט אשאב לשם ואאבד את עצמי. יש בתוכנו עומקים אינסופיים שרק מחכים להתגלות, אבל אנחנו כל הזמן מוסטים מהם. יש בי רצון חזק לשמור על המקום והזמן שלי, שבו אני יכול לגלות את עצמי, בתור אמן, עובד ה', איש משפחה, ובכלל, בתור יוסף. רבי נחמן מברסלב הוא מתנה גדולה שירדה לעולם, והוא אומר שאדם צריך לכבד את הזמן שלו, להשקיע אותו במה שחשוב. אסור לתת לעולם לבלבל אותנו".

ואיך משפיעה על כך הפעילות המוזיקלית שלך?

"אני חושב שכשאדם יוצר הוא צריך להיות מחובר לעצמו, וזה מאוד חשוב עבור היצירה. להיות עם כמה שפחות הסחות חיצוניות, וגם לאפשר לעצמו לקחת את הזמן הדרוש עבור היצירה. למשל האלבום השלישי והאחרון שהוצאתי, 'בוא היום', יצא לאחר מספר של שנים של עבודה. התהליך לקח זמן. חלק מהחומרים שהיו לי היו מספיק טובים בעיני, וזו

שבת בחוויה רוחנית
אדירה!

· הרצאות מרתקות
· גיבוש הקהילה
· יעוץ והכוונה
· עונג שבת

073-222-1240

הזמינו שבת לקהילה שלך וקבלו מתנה 3 ספרים של הרב זמיר כהן

שבת
בקהילה
שלכם
עם רבי
הידברות!
ללא עלות

על השבת הזאת ידברו גם
במ"צ"ש

מעלות שלמות במי הים התיכון, מה שמפריע לחייהן ולהתפתחותם של קיפודי הים.

הידעתם מהן טרסות האורז שבסין?

טרסות האורז שבאזור לונגשנג שבסין, הן טרסות עצומות בגודלן שמשתרעות מפסגות ההרים ועד לנהר שבתחתיתם. אלה הן טרסות מעשה ידי אדם, שבהן נעשה שימוש בגידול אורז גם באזורים הרריים, שבמצב רגיל אינם קלים לגידולים מסוג זה. מלבד היתרון המעשי, הטרסות הללו יפהפיות וציוניות ממש.

הידעתם איזה יצור ימי בעל מראה ייחודי - וגם אורח חיים ייחודי. הוא חסר קשקשים, דומה במראהו לצלופח ואורכו מגיע עד כמטר אחד. הוא חי בדרך כלל באגמי מים מתוקים, או לאורכם של חופים. לצמד הים יש פה מלא בשיניים, ובעל צורה של משפך. הוא נצמד לדגים ולינוקים ימיים, ומוצץ דם מגופם. כך הוא ניזון. לרוב, צמד הים אינו תוקף בני אדם, אלא רק במקרים של רעב קיצוני.



הרב אליהו נקש

טיפול זוגי

ולתת מקום לכל מה שנאמר, תוך שאנו אומרים לעצמנו שמה שמוטל עלינו כרגע זה רק להקשיב, ואנחנו נקבל את הזמן שלנו להגיב. על ידי ההמתנה נרוויח שני דברים: דבר ראשון, אולי נשמע דברים שבאמת יובילו אותנו למסקנה שאכן עלינו לקחת אחריות בנושא המדובר. דבר שני, גם אם נצא מנקודת הנחה ששום טענה אינה מוצדקת, הרי אם נסתור את דברי בן הזוג שלנו לפני שהוא סיים לדבר, הוא לא יקבל את טענותינו, מאחר שהוא יגיד לעצמו: "ברור שהוא לא מסכים איתי, הוא אפילו לא שמע אותי עד הסוף". מה שאין כן אם נקשיב עד הסוף, וניתן את ההרגשה שאנו מכבדים את בן הזוג שלנו ואת רגשותיו, כי אז גם אם לא נסכים לדבריו, יש סיכוי גבוה שהוא יבין אותנו ויקשיב גם לנו, ומשם הדרך להבנה הדדית סלולה, וייתכן מאוד גם הדרך להסכמה.

ועכשיו אתם

בפעם הבאה שכן הזוג שלכם מבקש לדבר איתכם על נושא רגיש, או לחילופין, אם אתם יודעים שיש משהו שמפריע לבן הזוג שלכם, תיזמו שיחה, ותראו איך אתם מצליחים להגיע למקום של הקשבה, שכוללת בתוכה סבלנות, הכלה ואמפתיה. שימו לתגובה של בן הזוג שלכם, אני בטוח שתופתעו לטובה.

5 דברים שאולי לא ידעתם

מהי הלימוזינה הארוכה בעולם, לאן נעלמים קיפודי הים, ומהן טרסות האורז הציוניות בסין?

הידעתם מה מיוחד בכלב הקומונדרו?

הכלב המיוחד והחמוד הזה, שמוכר גם בשם "כלב הרועים ההונגרי", הוא כלב גדול וחזק, שפרוותו ארוכה מאוד, ובצורת חוטים - מה שנתן לו את הכינוי "כלב מגב". הפרווה הארוכה דומה לצמר כבשים, כך שהוא יכול להתמזג בתוך עדר כבשים ולהסוות את עצמו. הקומונדרו משמש לעיתים קרובות ככלב שמירה על רכוש או על בעלי חיים.



הלימוזינה מברבנק. אורכה הוא 30.5 מטרים, ויש לה 26 גלגלים. הלימוזינה הזו לא מורשית לנהוג בכבישים רגילים, והיא מיועדת לשימוש רק בתצוגות ובאירועים מיוחדים, אליהם היא מובאת בשני חלקים באמצעות משאית תובלה. הלימוזינה מכילה בתוכה הרבה דברים מפתיעים, כמו בריכת שחייה עם קרש קפיצה, מנחת מסוקים, ועוד.

הידעתם לאן נעלמים קיפודי הים?

קיפודי הים, שהם יצורים ימיים בעלי חוצים חדים, לעיתים ארסיים, הולכים ונעלמים בשנים האחרונות מחופי הים התיכון. הסיבה העיקרית לכך היא ההתחממות הגלובלית, שגרמה לעלייה של עד 3

הידעתם מהי הלימוזינה הארוכה ביותר בעולם?

לימוזינה היא מלכתחילה רכב ארוך במיוחד, הרבה יותר מרכב רגיל. אבל את שיא האורך שברה

אומנות ההקשבה

מה קשה יותר: לדבר נכון או להקשיב נכון?

דף (ע) מפרשים פסוק זה בשני אופנים: פירוש אחד: יסיח דעתו מהדאגה, ופירוש שני - ישחנה לאחרים. כלומר ישתף אחרים, ועל ידי זה הוא ירגיש הקלה. אנחנו כמובן מדברים על מקרים שבהם הסחת דעת אינה עוזרת, אלא נדרש הצעד של שיתוף.

אז מורכב מה כל כך בלהקשיב, אתם שואלים?

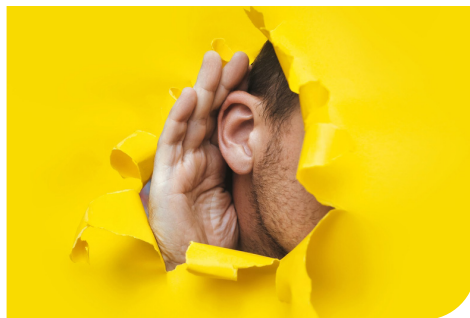
לאיש מקצוע לא אמורה להיות כל בעיה להבין ולהכיל כל קושי, לשם כך פנו אליו מלכתחילה. המורכבות מתחילה כאשר מדובר באדם "מן המניין" שנמצא במערכת הזוגית על תקן בן זוג

ולא מעבר לכך, וממשיכה בזה שהשיתוף של בן הזוג שלו מכיל בתוכו סוג של טענה כלפיו. מה שנוצר כאן זה בעצם קונפליקט. הקושי, במילים פשוטות, הוא שפעמים רבות אנו נדרשים להקשיב עד הסוף ומתוך אמפתיה, למסר שמכיל טענות והאשמות כלפינו. זה אפשרי? בהחלט. ראשית, עלינו המקשיבים, להכיל

כל אדם זקוק לדברים מסוימים כדי להתקיים פיזית ורגשית. בפרט הפיזי מדובר על חמצן, מזון, שתייה וכדומה. בפרט הרגשי אנחנו מדברים על דברים עמוקים יותר, כגון הערכה, אהבה, בטחון וכדומה. אחד הדברים הבולטים מהרשימה האחרונה, שחסר

מאוד אצל הרבה אנשים במערכת הזוגית שלהם, הוא הקשבה. מילה שמתארת מצד אחד דבר פשוט, רק לשמוע את מי שמדבר איתי, אך מצד שני יכולה לתאר פעולה מורכבת למדי, שמטרתה למלא צורך רגשי עמוק של מי שמולנו.

כשאנו חווים משהו שלילי, הדבר גורר רגשות שליליות כמו כעס, עצבות, תסכול וכו'. פעמים שהזמן הוא תרופה לכך, אך פעמים רבות הוא לא נותן מענה מספיק דיו. אחד הדברים שבכוחם לשחרר לנו את ההרגשות הללו הוא לשתף משהו קרוב (או איש מקצוע). אומר שלמה המלך: "דְאָגָה בְּלָב אִישׁ-יִשְׁחָנָה" (משלי י"ב, כ"ה). חכמי הגמרא (מסכת יומא



בית הידברות בסדנא חדשה וחוויתית
מלאת עצות ותרגילים מעשיים שמומלץ לנסות בבית

הרב
צורי הראל
יועץ נישואין
תקשורת זוגית



הרב
מרדכי חזיזה
פסיכותרפיסט
השופי מקור לברכה



הרב
אבנר קוואס
מומחה לזוגיות
הבדל שמים וארץ



הרשמה מראש חובה | לנבטים ונשים בהפרדה

073-222-1300

בית הידברות
רח' אריה שנקר 20 פ"ת

3 מפגשים בימי חמישי
החל מט' אדר | 2.3.23

רק שנינו על אי בודד...
מסתדרים או לא מסתדרים?

זוגי

בית
הידברות

הידברות לנוער

שווה ביטול



"יש הרבה אנשים בתחום שלנו שאתים לשמור שבת או לפחות לא לעבוד בה, אבל רוצים מחדש שיפטר אותם, או שיתכלו עליהם עקום. הפחד מנהל אותם. אנשים שואלים אותנו 'איך הצעתם לעשות את זה?', ואני מקווה שיש כאלה שזה נותן להם כוח ואומץ להיות נאמנים לאמת הפנימית שלהם."

(רותם זיסמן-כהן)



שווה חיור

אין יצור יותר מתנשא מזה שעותה קפה ללא סוכר

צ'צ'ון - עושה הכל לאט.
צ'צ'ון אחיתי - עושה הכל מהר כדי שיהיה לו הרבה זמן בלי לעשות כלום

מה זאת אומרת "אתה צוריק"?!
את אמורה להמשיך להתוכח איתי.
אני לא יודע מה עושים בצה של הצורקים



זה הילד הכי אומלל שיש, והוא צריך דווקא אותך

בן 32 עם עבר מורכב על רקע חרדה חברתית, דיכאון קליני ופוסט טראומה, בן 32 שחיי ונלחם לבד בכל יום שעובר להוכיח לעצמו ולעולם שהוא כן שווה משהו. וכל זה בגלל מעשי רוע של ילדים (מתוך מכתב שנשלח לפעילה הנאבקת בתופעת החרמות על ילדים ובני נוער).
בדידות והחרמות הן משהו שנשאר עם הבן-אדם והולך איתו לכל החיים. וכאן בדיוק אתה נכנס לתמונה. אתה יכול להציל את הילד הזה מהכיתה שלך מעתיד אומלל ומעורר רחמים. לא חייבים להיות רופא או מתנדב ב"איחוד הצלה" כדי להציל חיים. אפשר להציל חיים שלמים של בן אדם גם בחיור, בשיחה קצרה מדי יום, בנתינת הרגשה שיש מישהו שאכפת לו ממני. תהיה אתה זה שיוצא כנגד העדר החברתי והאכזרי מול אותו ילד בודד. תהיה אתה הנבחר, המנהיג האמיתי, הגיבור. תהיה אתה זה שמציל לו את החיים.

הוא נמצא בשכבה שלך. מסכן כזה, בודד, בלי חברים, קצת משונה מכולם. ויש את החברה שמריצים עליו צחוקים פעם אחר פעם, כאילו אין לו רגשות, כאילו הפגיעה הזו לא תהפוך לצלקת בנשמה שלו. אף אחד לא נמצא שם בשבילו, כדי להגן עליו או אפילו רק כדי להיות איתו קצת, לדבר איתו, להראות לו שהוא לא איזה עציץ בכיתה. החיים החברתיים של הילד הזה, או אם נדייק, חוסר החיים החברתיים, קורעים לו את הנפש יותר ממה שאפשר לדמיין. ואיך אותו ילד ייראה בעוד 20 שנה מהיום? קבלו הצצה אנתנטית: "בחדש הבא אהיה בן 32, ובכל זאת עדיין כותב עם דמעות שלא מפסיקות לזלו, רק מלהיזכר בשוואה שעברתי בילדותי. בן 32 ועדיין רווק. בן 32 שלא יוצא להיפגש עם חברים, בן 32 שלא מרבה להסתובב עם אנשים ומעדיף את ה'לבד' שלו, בן 32 שמעדיף את הבדידות על חיים מלאים בחברים,

השו"ת המקוצר

נולד לי אח, ובעוד כמה ימים הברית. מותר לי לספר לחברים מה השם שיתנו לתינוק? נוהגים שלא לספר.

נפל לי זבוב לשתיה. הוצאתי אותו, אבל מגעיל אותי לשתות את מה שנשאר. מותר לשפוך את השתיה, או שזה בל תשחית? אין בזה איסור.

הבטחתי לחבר לשמור סוד, אבל נפלתי לי וסיפרתי את הסוד למישהו אחר. האם עברתי עבירה? בהחלט אסור לגלות את הסוד, ועל זה נאמר "הולך רכיל מגלה סוד" (משלי י"א, ג').



יש לי סוודר יקר מצמר אנגורה. יכול להיות בו חשש שעטנז? צמר אנגורה אינו צמר כבשים, אלא פרווה של ארנבת, לכן אין בו חשש שעטנז.

אני דיסלקט, והקריאה קשה לי. אני רוצה לומר תהילים וזה לוקח לי המון זמן. אפשר להגיד כמה פעמים אותו פרק, שאני כבר מכיר בעל פה? אפשר בהחלט.

אמרו לי שיש בעיה לשחק משחקי קלפים, כמו "מלחמה", סוליטייר וכו'. מותר או אסור? אם המשחק לא כולל התערבות על כסף - מותר לשחק. לגבי משחק בשבת, לספרדים אסור, ולאשכנזים מותר.



המדור בחסות

נטע
בר מים היברידי

שאלה בנועם

רבי ניטן אפה מצות שמורות בערב פסח אחר חצות, כדרכו במשך שנים. עם התקדש החג נוכר שעקב הלחץ והדחוק לא הפריש חלה מהמצות. הוא רץ מבוהל לרב השכונה ושאל: האם ככל שמדובר בקיום מצות עשה מן התורה של אכילת מצה, וביום טוב שלא חל בשבת, האם ישנו היתר להפריש חלה?

פתרון החידה מעלון כרשת יתרו:

אישה שכבר הדליקה נרות וקיבלה עליה שבת, ושוב נזכרה ששכחה להפריש חלה, או לעשר פירות וירקות, וטרם שקעה השמש - רשאית להפריש חלה ולעשר פירות וירקות. כמו כן, תוכל להתפלל מנחה של ערב שבת. ואיש שהדליק נרות שבת, מותר לו בשופי להתפלל מנחה של ערב שבת, או להפריש תרומות ומעשרות וכיוצא בזה אחר הדלקת הנרות, כיוון שאין מנהג האנשים לקבל שבת בהדלקת הנרות (לקו"י אוצר דינים לאשה ולבת למרן הראש"ל הגר"י יוסף שליטיא, מהדורת תש"ה עמוד תרס"ג).

הגרלה!
בין הפותרים נכונה יגרל שובר ברשת
food appeal
תשובות יש לשלוח למייל:
alon@afikim-water.co.il
או לפקס: 02-5807576

אסיקים
טכנולוגיית מים מתוקמת



להזמנות:
077-80-37-880
כשיש נועם 2, אין שאלות!

היברות הלכה פינת ההלכה
באדיבות מטעמי השף

אדם שלא בירך ברכות השחר בבוקר מחמת סיבה כל שהיא, עד מתי יכול לברך ברכות השחר?

תשובה

רשאי לברך ברכות השחר במשך כל שעות היום עד שקיעת החמה, ואם התפלל שחרית לפני שבירך ברכות השחר, מברך את כל ברכות מלבד ברכת אלקי נשמה, וברכות התורה שאינן מברכן אחר תפילת שחרית. שרת רב פעלים ח'ק"ב (חלק אורח חיים סימן ח'). ויש אומרים שיכול לברך אותם גם בלילה אחר צאת הכוכבים. עד שילך לישון, ואף שיש חולקים המברך יש לו על מה לסמוך. (עי' יחזקאל דעת חלק ד' סימן ד' וילקוט יוסף סימן מ"ז סעיף כ"ה) משנה ברורה סימן לב סעיף ק"י.



להזמנות: **052-399-2992**



"יצאנו מבין שיני האריות ממש"

ברגע האחרון ממש נשלח אליהם שליח ההצלה. איך הם זכו לכך, והאם גם אנחנו יכולים?

בחיים מכאן. האמנו מכל הלב שרק השם הכניס אותנו לכאן, ורק הוא יכול להוציא אותנו.

"פתאום עצר רכב לפנינו. יצאו ממנו שני בדואים לכיוון שלנו. היינו בטוחים שהם באים לפגוע בנו. הם התקדמו אלינו ואמרו: 'באנו להציל אתכם, בואו תעלו לאוטו שלנו'.

"לא האמנו להם. אין צורך, תודה, המשטרה בדרך", אמרנו להם. 'אל תחכו למשטרה, אתם לא נורמליים! יהרגו אתכם אתם כאן, תבואו איתנו!' לא הסכמנו. היינו בטוחים שיקחו אותנו לכפר ויפגעו בנו. אבל אז הם אמרו: 'אנחנו נשארים איתכם עד שהמשטרה תבוא. לא ידענו מה לחשוב, אם הם בעד או נגד. תוך כדי שהם משכנעים אותנו, אנחנו המשכנו להתקשר למשטרה, מתחננים שאנחנו מוקפים בערבים. איפה הניידת, איפה!



תמונת הרכב השרוף

"תוך כדי כך, בזמן שהבדואים לידנו, עוצרות מכוניות עם ערבים רעולי פנים, ואנחנו מבינים מהבדואי שהם קיבלו דיווח עלינו ובאו לפגוע בנו. הבדואי שהיה לצידינו דיבר איתם בערבית. הם נראו כועסים, ונסעו בסירוף.

"ואז החלטנו שאין לנו ברירה. יצאנו מהרכב, תוך שאנו מתכופפים, כדי שהערבים מסביב לא יראו אותנו, ועלינו איתם בפחד נורא. הבדואי יצא בנסיעה מהירה לכיוון ערד. ואז, איזה הזוי, ראינו ניידת משטרה בצד השני שחוסמות את הכביש במרחק של אולי חמש דקות מהתופת שהיינו בה. המשטרה פשוט הפקירה אותנו למוות. הרגשנו על בשרנו את הפסוק 'אל תבטחו בנדיבים, בן אדם שאין לו תשועה'.

"הודו לה' כי טוב, הגענו לערד. אבא שלי בא לאסוף אותנו, ואחרי כמה שעות קיבלנו דיווח מהבדואי, שהרכב שלנו שרוף. אמר לנו שניצלנו בנס, בטוח שהיינו יכולים להיות בתוך האוטו שנסרף!

"אח"כ הבדואי סיפר לנו שהוא אמר לערבים שאני מנהל העבודה שלו ושלא יעזו לפגוע בנו. הם לא הכירו אותי וזה לא עניין אותם, אבל משהו גרם להם להקשיב לי והם פשוט נסעו.

"לשאלתנו למה עשה זאת, ענה: 'לפני כמה ימים נקלעתי לנתניה, וכמה צעירים התחילו להרביץ לי, ואז הגיע מישהו מבוגר והציל אותי מהם. 'בדיוק' נקלעתי למקום כשאתם הייתם מוקפים, והחלטתי שגם אני הולך להציל אתכם בכל מחיר'."

"ראינו את המוות מול העיניים, בנס גלוי יצאנו מהתופת", שולחת לנו משפחת ספיר מאשדוד את קורותיה באותו יום של ראש חודש סיוון תשפ"א. "יש לנו ב"ה 3 בנות. בתקופת האזעקות האחרונה היה לנו קשה מאד. אין לנו מ"מ", והיינו צריכים לצאת בכל פעם לחדר המדרגות, לפעמים גם באמצע הלילה. החלטנו לנסוע לערד, להורים. יצאנו דרך כביש 31, הכל היה רגוע, מכוניות נסעו לפנינו. ממרחק ראינו אש על הכביש. לא הבנו מה קרה, אבל המשכנו. פתאום נחת עלינו מטר של סלעים ואבנים, כשערבים עומדים מסביבנו במבט רושף בעיניים. פחד איום אחז בנו!

"קלטנו שאנחנו בתוך מדורה של אש, והרגשנו היסטריה ופחד. לחצתי על הגז, והאוטו קרטע ופרפה לחצתי בכל הכוח, שמענו התפוצצות של הגלגלים הקדמיים שמתפוצצים. התחננו לבורא עולם והתפללנו שיוציא אותנו ממש. התקדמנו עוד כמה מטרים עד שהאוטו נעצר ושבק חיים. "מיד התקשרנו למשטרה. הסברנו

להם בהיסטריה שאנחנו מוקפים בערבים ושיבואו להציל אותנו. נתנו להם מיקום מדויק. "תוך 3 דקות אנחנו אצלך", אמרו לנו.

"עברו חמש דקות שנראו כנצח, והמשטרה כלל לא נראתה באופק. שוב התקשרנו למשטרה, התחננו: 'בבקשה, תבואו להציל אותנו, אנחנו עם שלוש בנות קטנות בסכנת חיים, הרכב לא זז, ואבנים ממשיות נחות עלינו'. ואז הפקידה של המשטרה אמרה לי: 'אנחנו בעומס פניות כרגע, תצטרכו לחכות עד שניידת תגיע'. אמרתי לה 'מה לחכות?! אנחנו בסכנת מוות ממשית!', אך לא היתה לה דרך לעזור לי.

"זה היה הרגע הכי קשה בעולם: אנחנו בפחד איום, מבוהלים ברמות שאי אפשר לתאר בכלל, ומבינים שאף אחד בעולם לא יכול לעזור לנו. הילדות היו מפוחדות ומבוהלות. דיברנו איתן ואמרנו שהקב"ה שומר עלינו, ושעוד מעט המשטרה באה להציל אותנו, מה שלא קרה. בדקות אלו התחננתי לבורא עולם, וכולנו יחד אמרנו שוב ושוב בריכוז מלא 'אין עוד מלבדו, אין עוד מלבדו, אין שום כוח בעולם שיכול לגנוע בנו בלעדיך, אתה זה שנותן בכל רגע חיים וכוח לכל אחד מהמחבלים שסביבנו, בלעדיך אינם יכולים אפילו להרים אבן קטנה, בבקשה השם תוציא אותנו

באיזה כוח המשפחה היקרה הזו ניצלה, והאם גם אננו יכולים להעתיק כוחות אלה? בהחלט כן!

וכך כותב רבי חיים מוולוז'ין בספר "נפש החיים": "וּבְאִמַּתּוֹ הוּא עֲנִין גָּדוֹל וְסִגְלָה נְפִלְאָה לְהִסְרֵי וּלְבִטּוֹל מְעֻלָּיו כֹּל דְיָדִים, וְרִצּוֹנוֹת אַחֲרֵים שְׁלֵא יוֹכְלוּ לְשַׁלֵּט בוֹ, וְלֹא יַעֲשֶׂוּ שׁוּם רֶשֶׁם כָּלֵל, כְּשֶׁאֵדָם קוֹבֵעַ בְּלָבוֹ לְאִמּוֹ: הֲלֹא ה' הוּא הָאֱלֹקִים הָאֲמִתִּי וְאֵין עוֹד מְלַבְדוֹ יִתְבָּרַךְ שׁוּם כֹּחַ בְּעוֹלָם... מִמֵּילָא יִתְבַּטְלוּ מְעֻלָּיו כֹּל הַכּוֹחוֹת וְהַרְצוֹנוֹת שְׁבַעְעוֹלָם שְׁלֵא יוֹכְלוּ לְפַעוֹל לוֹ שׁוּם דְּבַר כָּלָל!"

סגולה זו ידועה בכוחותיה המופלאים, וגדולי עולם העידו שהיא בדוקה, הרבה דברים על טבעיים התרחשו מכוחה. היא אינה מיועדת רק

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

אור בירושלים (י"ב)

ל 2 של ילד
אשר מדינה

בשבוע שעבר סיפרתי לכם איך יצא עונד לטיול עם תברים

לאחר שצילמנו כמה תמונות, הוציא פאול מהתרמיל את החבלים המיוחדים, ואמר: "זה בדיוק המקום המתאים לעשות את זה!". פאול קשר את החבל בזריזות לאיזה סלע גדול שהיה שם, עד שהיה בטוח שהחבל קשור היטב. החבל השתלשל מהסלע אל תוך התהום העמוקה שהיתה פעורה מתחתיו.



הבטנו בו מפחדים. לא העזנו להתקרב אל החבל. פאול, שרצה להראות לנו את ניסיונו העשירי בירידה מהרים, שם על עצמו חלק מיוחד שקושר אותו אל החבל, וחיש מהר השתלשל איתו למטה.

הבטנו בבהלה בפאול הצונח למטה - אך הוא דווקא נראה מאושר. הוא צרח בהנאה: "איזה כיף!".

בשבוע הבא אספר לכם מה קרה כשניסה עונד ללכת בעקבותיו של פאול.

הרעיון היה של פאול - הילד האמיץ בחבורה, שהביא מאחיו הגדול את החבלים האלו לטיול. אנו אמנם מעולם לא התנסינו בירידה מההרים עם חבלים, אך פאול, שהיה לו ניסיון בזה בעבר, הרגיע אותנו, והבטיח שילמד אותנו איך להשתמש בהם וזוהו קל מאוד. "זה יהיה אדיר!", התלהב פאול.

הרגשנו הכי אמיצים וגיבורים בעולם.

ההרים הגבוהים התנשאו לפנינו במלוא הדרם. נפעמתי מאוד מהמחזה הנהדר של הצוקים הגבוהים, שביניהם פעורה תהום עמוקה ומאיימת. צעדנו בשבילים המפותלים והתלולים של ההרים, ושרנו שירים עליזים. לאחר מספר שעות של הליכה מתישה, כשהגענו לתחתית ההר, נגלה לפנינו מפל מים מדהים הזורם בשצף מאחד הסלעים הגדולים. עמדנו שם שעה ארוכה והבטנו במחזה המרהיב.

עולם הילדים

טריוניה

כמה ניסים נעשו בבית המקדש?

10 ג	26 א
12 ד	20 ב

רבי שמעון בר יוחאי היה תלמיד של:

רבי עקיבא א	רבי מאיר ב
רבי חנניה בן עקשיא ב	רבי אלעזר ד

לאיזה כיוון צריך להתפלל שמונה עשרה?

לכיוון מזרח א	לכיוון שיש בו קיר ג
לכיוון מערב ב	לכיוון ארץ ישראל / ירושלים ד

איזו תפילה תיקן יצחק אבינו?

ערבית א	שחרית ג
מוסף ב	מנחה ד

מהו "קדם"?

צד מזרח א	צד דרום ג
צד מערב ב	צד צפון ד

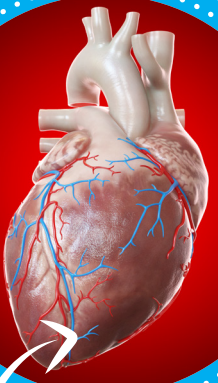
פתרון החידות מפרשת יתרו:
ד. הלל הזקן, ג. כ"ז, ד. רבנים במשחה, ב. רביעי, ד. מזונות, גפן, עץ, אדמה, שהכל שמועון חדאד

פתרתם את כל השאלות?
שלחו אלינו למייל trivia@htv.co.il וציינו בכותרת את שם הפרשה בין הפותרים וכונה יוגרל הספר "הקרב על הבית" מאת ה' פאר מתנת הידברות שופס.



לב

מושג בשבוע



הלב הוא אֶחָד הָאֲבָרִים הַחֻשְׁבִּים בְּיֹתֵר בְּגוֹף הָאָדָם. בְּלִי הַלֵּב - אֵין לְאָדָם אֶפְשָׁרוֹת לְחַיּוֹת. הַלֵּב הוּא בְּעֶצֶם מְשֻׁאָבָה. וְלֹא סֵתָם מְשֻׁאָבָה, אֶלָּא הַמְשֻׁאָבָה הַכִּי וְעִלְיָה בְּעוֹלָם - הַלֵּב פּוֹעֵל כָּל זְמַן שֶׁהָאָדָם בְּחַיִּים, לְלֹא הַפְסָקָה כָּלֵל.

הַלֵּב הוּא שְׂרִיר חֲזָק מְאֹד, וְהוּא מְחַלֵּק לְשְׁנֵי צַדִּדִּים, יְמִינִי וּשְׂמָאלִי, כְּשֶׁכָּל צֵד מְרַכֵּב מְחַדָּר וּמְעִלְיָה.

פְּעִימוֹת הַלֵּב שׁוֹאֲבוֹת אֶת הַדָּם מִן הַוְרִידִים וְדוֹחֶפּוֹת אוֹתוֹ אֶל הָעוֹרֵקִים. הַוְרִידִים וְהָעוֹרֵקִים הֵם כְּלִי דָם שְׂפָרוּשִׁים לְאֶרֶךְ כָּל הַגּוּף, וּמְאֻפְשָׁרִים לְגוֹף לְתַפְקֵד. דָּרָךְ כְּלִי הַדָּם הָאֵלֶּה, הַלֵּב מְזָרֵם אֶל הַגּוֹף חֲמָרִים חֻשְׁבִּים שְׂמֻסְיִיעִים לְגוֹף לְחַיּוֹת, לְגַדֵּל, לְקַבֵּל תְּזוּנָה וְגַם לְנֶשֶׁם. אֶחָד הַחֲמָרִים הַחֻשְׁבִּים בְּיֹתֵר שְׂעוֹבְרִים בְּזָרְם הַדָּם הוּא הַחֲמָץ, שְׂנֻחוֹף לִנְוֵי לְגַדֵּי לְנֶשֶׁם וְלְחַיּוֹת.

הַלֵּב שׁוֹקֵל בְּמִשְׁקֵעַ כ־350 גָרָם. הוּא גָדֵל בְּשָׁנוֹת הַהִתְבַּגְּרוֹת בְּהִתְאַמָּה לְגַדֵּל גּוֹפוֹ שֶׁל הַיֶּלֶד - הַנְּעָר-הַמְבַּגֵּר. לֵב בְּרִיאִי אֵינוֹ מְתַעֵף - בְּמִהְלָךְ 75 שָׁנוֹת חַיִּים, לְקַשֵּׁל, הַלֵּב יִפְעֵם יוֹתֵר מִ-2.5 מִיְלִיאָרְד פְּעִימוֹת! בְּכָל יוֹם הַלֵּב פּוֹעֵם לְפָחוֹת מְאֹה אֶלְף פְּעִימוֹת.

ערכת פורים במחיר מיוחד!



יצירות מפלסטלינה | משחק טריוניה | חוברות פעילות וצביעה | מגילת אסתר מאוירת | ספר 'אלי לומד על החגים' - פורים ועוד. **ברכישת ערכה מקבלים משלוח חינם עד הבית!** *ניתן לרכוש גם בבודדים

האזנה אולדיום



הרוז להזמין! 073-222-1250 | shops.hidabroot.org **הידברות שופס**

מְלֶאכֶת הַמְתִּיר

בדיחות

מהי מְלֶאכֶת הַמְתִּיר, ומתי השתמשו בה במשכן?

המְלֶאכֶת הַמְתִּיר שְׂמֵרָה וְשִׁמְשֵׁם מִבֵּין ל"ט אֲבוֹת הַמְּלֶאכָה שְׂאִסוּרוֹת בְּשַׁבָּת, הִיא מְלֶאכֶת הַמְתִּיר. בְּמִשְׁכָּן, לְפַעֲמִים הָיָה צָרָךְ לְהַתִּיר קְשָׁרִים שֶׁנִּעְשׂוּ בְרִשְׁתְּ שֶׁבָה צְדוֹ אֶת הַחֲלֻזוֹן לְצְבִיעַת הִירְיָעוֹת, אוֹ אֶת הַקְּשָׁרִים שֶׁבְּמִיתָרִים בְּמִשְׁכָּן.



אֲב הַמְּלֶאכָה, שְׂאִסוּר מִן הַתּוֹרָה, הוּא פְתִיחָה שֶׁל קְשֶׁר שֶׁקְשִׁירְתוֹ אִסוּרָה בְּשַׁבָּת מִן הַתּוֹרָה. תּוֹלְדֵת הַמְּלֶאכָה הִיא הַפְרָדָה שֶׁל חֶבֶל מִפֶּתֶל. בְּאִפְסוֹן מַעֲשֵׂי, מְלֶאכֶת הַמְתִּיר הַפּוֹכָה בְּדִיוֹק מִמְּלֶאכֶת הַקּוֹשֶׁר, שֶׁהַזְכָּרָנוּ בְּשַׁבּוּעַ שְׁעֵבֶר. כָּל קְשֶׁר שְׂאִסוּר לְקְשֶׁר בְּשַׁבָּת - אִסוּר גַּם לְהַתִּיר בְּשַׁבָּת. עִם זֹאת, קְשֶׁר שֶׁנִּעְשָׂה בְטָעוּת - מֵתָר לְהַתִּיר בְּשַׁבָּת. גַּם נִעְלָם שֶׁנִּעְשָׂה בְּהוֹן קְשֶׁר כְּפוּל, מֵתָר לְהַתִּיר אוֹתוֹ. כְּדֵי לְחַלֵּץ אֶת הַנְּעִלִים. גְּרָבִים חֲדָשִׁים שֶׁמְחַבְּרִים בִּינֵיהֶם בְּחוּט - אֵין לְהַתִּיר אֶת הַקְּשֶׁר וּלְהַפְרִיד בֵּין הַגְּרָבִים בְּשַׁבָּת.

- אתה ממש מזכיר לי את זכריה כהן.
- אני זכריה כהן!
- אההה...
לכן אתה דומה לו!

רופא: למה אתה לא לוקח את התרופה שנתתי לך?
מטופל: כי צריך לקחת אותה על בטן ריקה.
רופא: נו, מה הבעיה?
מטופל: אני לא מגיע לזה...



- יש רק דבר אחד שחסר לי כדי שאוכל להיות צייר מפורסם.
- באמת? מה?
- כישרון.



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

להודות למישהו בפה מלא - זה מנומס או לא?



איזה רכב אהוב על צפרדעים? - חיפושית.

פרק 17

איור: רפי דרוק



משפט מהך

כל זמן שהנר דולק - אפשר לתקן. (רבי ישראל מסלנט)



מצא 8
הבדלים



המשך בשבוע הבא...

הסירוב שלי מגיע מאהבה

ילדים מפונקים, שמקבלים כל מה שרוצים ורגילים פחות להתאמץ, מתקשים יותר לשאת התמודדויות בהמשך החיים

בינינו, דווקא לילדים מפונקים, שמקבלים כל אשר יחפצו ורגילים פחות להתאמץ, קשה יותר לשאת התמודדויות בחיים.

לדעתי, חמש מילות המפתח בתחום החינוכי הן: רצון. מאמץ. התגברות. אמון. עין טובה. אם הילדים שלנו רוצים משהו, צריך לעודד אותם להתאמץ, כיוון שאנחנו יודעים שאת הדברים החשובים בחיים אנו משיגים במאמץ, ואם קשה להם, ננסה לכוון אותם, להתגבר על הקושי, ולנסות אולי דרכים אחרות, אבל חשוב לרצות להתקדם, ולא להישאר פאסיבי בחיים, לחכות שהדברים יגיעו אלינו... אדרבא, לחתור להשיגם, ולא להיבהל מקושי. בנוסף, להאמין בהם שהם מסוגלים להגיע לכך, מתוך עין טובה. אם ניקח את הרעיון צעד אחד קדימה - לא מדובר רק בחינוך, אלא גם בקשר שלנו עם ה'.

כמה פעמים אנחנו חושבים שמגיע לנו משהו מסוים, ואנחנו מתוסכלים מכך שלא קיבלנו את מבוקשנו, במקום להבין שה' נותן לנו בדיוק מה שאנחנו צריכים לקבל?

ברגעים האלה, שנייה לפני התסכול, אם נזכור את העניין הזה - נוכל להרגיע את עצמינו ולהתפלל: ה', תן לנו את הדעת לראות את הטוב במה שאתה מעניק לנו, לשמוח במה שיש לנו ולרצות את מה שנכון עבורנו. אמן.

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

מורכבת מהרגיל. לאחר שב"ה הוא הצליח, אחרי ניסיונות לא מעטים, הוא שמע לפתע את אביו בוכה.

הוא הסתכל עליו, ואביו אמר לו: "יכולתי להביא לך את הכוס, אבל הסירוב שלי היה בשבילך! כיוון שאם הייתי מוותר לך, הייתי מוותר עליך. קשה לי לראותך סובל, אבל אם אביא לך כל מה שתבקש, לא תצטרך להתאמץ, לא תצליח להתמודד. תבין אותי, הסירוב שלי מגיע מאהבה".



הסיפור הזה נגע בי, ומלווה אותי הרבה פעמים בדילמות חינוכיות.

כמה פעמים אנחנו מוותרות בחינוך? מרחמים על ילדינו ועושים בשבילם, את מה שהם אמורים לעשות? אבל דווקא הגבולות, לשמוע את ה"לא", חשוב להם. לעיתים בדור השפע, כשהילדים חוזרים אלינו עם האמירה: "אבל לכולם יש ורק לי אין...", אנחנו קונים להם מיד, או מבטיחים להם הבטחות אם יעשו כך וכך, ומארגנים מבצעים, רק כדי לעודד אותם שיעשו...

כששמעתי את סיפורו של אהרון מרגלית, הצטמרתי. כל הסיפור שלו בנוי על התמודדות, כאב, ניסיונות, התמדה ובסוף - ניצחון. הרבה אפיוזות מהסיפור שלו תפסו אותי, אך ישנו סיפור אחד, שתפס אותי במיוחד. אהרון סיפר על התמודדות שחווה בתור ילד, כשחזר לביתו לאחר אשפוז ארוך של שנים רבות בעקבות מגפת הפוליו, והשתק בגופו. כשרצה לקחת כוס מים במרחק של שני מטר ממקום מושבו, הוא ביקש מאביו להביא אליו את כוס המים, אך אביו סירב, בתשובה לבקשתו, ואמר לו: "אהרון, אתה יכול לעשות זאת בעצמך".

אהרון ניסה לקום ממקום מושבו מספר פעמים ללא הצלחה. בפעם המי יודע כמה, הוא הצליח לעמוד. לאחר מכן הוא התקדם לאט, בעזרת הליכון, הגיע למקום המיועד, וגם שם הניסיון לא פסק. הוא היה צריך להרים את ידו, להחזיק את הכוס ולכוון את הכוס לפה שלא תישפך... פעולה כזו, שנראית לנו טריוויאלית כל כך, אצלו היתה

הרבנית חגית שירה
חכמת נשים



מאחורי כל הסתר יש מגילה

למה הקב"ה נותן לנו לפעמים סיבת טובות לבכות?

לילות. שק ואפר מוצע לרבים, הם צמים, לא אוכלים ולא שותים... בדמעות שלהם, בתפילות שלהם, הם שוטפים ומנקים את המוגלה הגדולה שהצטברה בתוכם. הם שוטפים את העבודה הזרה, את היצר הרע, את האוכל הלא כשר שהם הכניסו לפה, את מראות הטומאה שראו העיניים הטהורות, את ההוללות, את הברחה מהשם יתברך...

הכל נשטף ויוצא החוצה. רק אז "ליהודים הייתה אורה ושמחה!" את מבינה? ככה זה בחיים, נשמה. סיפור המגילה מגלה לנו את הדרך ל"אורה ושמחה". שימי לב, העם לא מורד, הוא לא מתעלם מהטעויות שלו. בני ישראל מיד תופסים את עצמם בידיים ושבבים אל השם, הם עושים תשובה, מתחרטים ובעיקר מבינים, הם מבינים למה ה' עושה להם ככה, והם זוכים.

אחותי, כל ניסיון הוא דיבור ישיר מהשם יתברך אליך. הוא רוצה שתנקי משהו, שתשימי לב שמהו לא בסדר. אל תעלמי, אל תאשימי אחרים כשקשה לך, כי אם כואב לך - ה' מדבר איתך! זכרי, מאחורי כל הסתר - יש מגילה. פתחי אותה.



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

ואמר: כשבדקתי אותך, רבי אברהם, ראיתי שאין לך משהו מסוכן. זה לא דרש ניתוח, לא היה צורך לפתוח... אני ראיתי שרק מוגלה גדולה הצטברה לך שם בפנים, וכדי להוציא את המוגלה הזו צריך מלח, ומלח יש בדמעות! חשבתי מה לעשות כדי לגרום לך לבכות, ואז



עלה בי הרעיון לשלוח אותך לכאן, לדייר העיזים, שתבכה, והכל יצא החוצה! הרמב"ם ניקה את עיניו של רבי אברהם ושלא אותו בריא ושלם בחזרה לביתו.

את מבינה? לפעמים השם עושה לך לבכות. ואת חייבת להבין שזה אף פעם לא סתם. את חייבת להבין שלניסיונות ולקשיים יש מטרה, הם עושים לך ניקיון יסודי! זה בדיוק מה שקורה במגילת אסתר... זה לא הסתר!

השם מגדל את המן. הוא גוזר להשמיד, להרוג ולאבד את העם. המוות עומד להם מול העיניים והם מתחילים לבכות, שלושה ימים ושלושה

בשבוע שעבר סיפרנו על רבי אברהם אבן עזרא שהגיע לרמב"ם לטפל בכאב שהיה בעיניו. ריח עיזים חזק חדר לאפו של רבי אברהם אבן עזרא. הוא היה המום, כואב, ובעיקר פגוע...

מה כבר ביקשתי, ריבונו של עולם? אני רק רציתי למצוא מזור לכאבי העיניים שלי!

ואז זה קרה. רבי אברהם החל לבכות, הכל עלה וצף, הניסיונות, הכאבים, השנים הארוכות של העוני וחוסר המזל... הפגיעה הזו היום, מהרמב"ם הקדוש...

והוא בכה ובכה ובכה, אולי שעה, אולי יותר... עד שלפתע הוא הרגיש "פיצוץ" בעין ימין, ואז "פיצוץ" בעין שמאל, ומהעיניים שלו ירדה מוגלה ונשפכה החוצה.

ברגע הזה נכנס הרמב"ם לדייר העיזים. הוא הגיש לרבי אברהם כוס משקה חם. הוא הסביר

הרגשות שלך בידיים 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...
שבניות. לא עוד התבוללות
052-955-1591
kalina@htv.co.il





דגני סוכר

ארוחת הבוקר (ולצערני היום גם ארוחת ערב) הנפוצה ביותר בארץ היא דגני בוקר מסוגים שונים. חברות הפרסום הצליחו להחדיר בנו שזה מזון בריאות.

אבל דגני בוקר הם מזון מתועש, מלאכותי ומעובד, עתיר סוכר, וחבל שהילדים שלנו מתחילים את הבוקר או מסיימים את היום בארוחת ערב של דגנים עם חלב.

בפרסום מבטיחים לנו כוח, בריאות, ריכוז ואפילו כמות ויטמינים ומינרלים גבוהה. האריזות של הדגנים מעוצבות בצורה ובצבע, עם תמונות מהטבע שמשדרות שהתכולה של האריזה טבעית ומבריאה.

לצערנו, המציאות היא אחרת לגמרי.

קורנפלקס הוא אחד המוצרים הנמכרים ביותר. כולנו יודעים שזה תירס, מה רע?

זהו מוצר מעובד. אין בו מספיק סיבים תזונתיים באופן טבעי, וכמות המלח והסוכר שבו גבוהים. בנוסף לכך, הקורנפלקס מכיל חומרים מתחלבים, שעלולים להציק למערכת העיכול. התירס, שלעיתים הוא מהונדס, עובר תהליכי עיבוד בטמפרטורות גבוהות, שפוגעות בערכים התזונתיים. גם צבע הקורנפלקס הוא לא טבעי - לרוב סוגי הדגנים מוסיפים צבעי מאכל, כדי שייראו טוב. היצרנים לא מתחשבים במה שזה גורם לבריאות שלנו. במקרים רבים מוסיפים גם מונועי חמצון, כדי לשמור על חיי מדף ארוכים. יש חברות שהורידו את כמות הסוכר, "מתוך דאגה לבריאות שלנו". הבעיה היא שהם הוסיפו ממתקים אחרים, שגם הם לא עושים לנו טוב.

באופן כללי, כל דגני הבוקר ממותקים מעל ומעבר לכול פרופורציה. כריות ודגנים מצופים בדבש או שוקולד - זו לא ארוחה מזינה, הם יכולים להיכנס לקטגוריית הממתקים עתירי הסוכר והשומן - זה בסדר מידי פעם, אבל לא באופן קבוע. דגנים עם סובין מסייעים לתהליך העיכול, אבל יש שמכילים כמות סוכר גבוהה, או ממתקים שלא מומלצים. בעיקרון, אין ממתיק מלאכותי שלא פוגע בצורה כזו או אחרת. גם מוצר שאינו מכיל כמות קלוריות גבוהה יכול להכיל רכיבים מזיקים רבים, לכן אל תתפתו להבטחות. קראו את רשימת הרכיבים. חשוב לבדוק את כמות הסוכר, את סוג הממתקים האחרים שהוסיפו, האם הדגנים מכילים צבעי מאכל ומה כמות השומן? כדאי שהמוצר לא יכיל יותר מחמישה אחוז שומן.

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



על ילדים שאמא שלהם עושה הכל בשבילם

איך לגרום להם להיות עצמאיים יותר?

אלחיאני, MA, מטפלת מוסמכת ב-NLP ובדמיון (מודרך)

...

? ילדי בן השלוש רוצה שרק אני ארחיץ אותו ואלביש אותו. כשאבא שלו עושה את זה - הוא מתנגד בכוח. אני מסבירה לו כל פעם שצריך לכבד את אבא, ושאני לא תמיד יכולה, אבל הוא צורח כשאבא מתקרב, אז בסוף אני עושה הכל. איך צריך להתנהג במקרה כזה?

הילד למד שכשאבא רוצה לרחוץ אותו והוא מתנגד - הוא מקבל הרבה מאוד יחס מיוחד. דיבורים, שכנועים, ליטופים, הבטחות. אם כן, למה שלא ימשיך במריו? הוא מבין שאם אבא ירחיץ אותו, והוא יאפשר לו - הרחצה תיגמר תוך רגע קט, והוא יכנס למיטתו.

על פי רוב, ילד לומד איך כדאי לו להתנהג מתוך מקרה של פעם אחת. גם פה, כנראה, פעם אחת אבא רצה לקלח אותו, הוא צרח, אבא העביר מיד לאמא, אמא שידלה, וכך הוא גילה מכרה של תשומת לב. בפעם השנייה הוא כבר ניסה את הדבר בלא לחשוב כלל, ומאז, הוא לא צריך לחשוב לפני שהוא מתעקש, בתת ההכרה הוא כבר מבין שאם ינהג כך, יזכה בהרבה מאוד תשומת לב - וממשיך.

מה לעשות? לומר לילד פעם אחת "אני לא יכולה תמיד לרחוץ אותך, לפעמים זה יהיה אבא, אני מבקשת ממך לאפשר לאבא לרחוץ אותך. במקרה שלא תאפשר, אבא יעשה זאת במהירות ולא תוכל ליהנות מהמקלחת."

ואכן, מרגע שנאמרו לו הדברים, המשיכו בשגרה הרגילה. כשיגיע הרגע, אבא יישא אותו לאמבטיה, בין אם הילד יבכה ובין אם לא. הוא ירחיץ אותו תוך כמה רגעים, גם אם הוא ממשיך לבכות, ולא יכעס עליו כלל. את הדבר הזה צריך לעשות בנחרצות, אך ללא כעס ועלבון.

תתפלאו כמה יפה זה יעבוד, וכמה מהר יגיע הרגע שהילד ינהג גם מהרחצה של אבא.

(מנוחה פוקס, סופרת מומחית תהליכי חינוך)

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

? בני בן ה-11 לא מתפקד בהתאם למצופה ממנו בגילו. אני חשה שאני מקדישה הרבה מזמני לטיפול בו ובצרכיו. מאידך, כשאני מבקשת ממנו שיפעל עצמאית - אני מבחינה שאינו פועל נכון. איך אני גורמת לו להיות עצמאי יותר?

ילדים מפתחים את זהותם האישית על פי מה שהם חושבים שאנחנו חושבים עליהם כהורים.

בדיוק באותו האופן שילד יודע לקרוא לחפץ שעשוי מעץ ושמונח לצד כסא - "שולחן", כי כך למד מהוריו, כך גם למד אודות עצמו, מהותו ויכולותיו - מהוריו.



כשאת פועלת למענו ללא הפסק, את מאמינה לאמונה המוטעית שילדך אינו מסוגל לעשות זאת לבד. את רואה אותו כל העת כילד ש"לא מתפקד בהתאם למצופה ממנו", וכשזו האמונה שלך כלפיו, את גם פועלת לפיה, ועושה הכל עבורו. לכן גם כשאת כבר נותנת לו את האפשרות לפעול עצמאית, את לא באמת רואה שינוי, משום שהאמונה שלך כלפיו שהוא לא כזה היא זו המנחה אותך.

מהצד שלו, ילדך גדל עם תדמית של ילד בתוכו, וככה הוא נסמך עליך ונתלה בך, ולא יכול לראות את עצמו כעצמאי.

הפתרון הנכון הוא להאמין שאכן ילדך כבר גדול, ושהוא זכאי, מסוגל ואף חייב לפעול בהתאם לגילו. האמונה הזו תשחרר אותך מעשייה בלתי פוסקת כלפיו, ואף תעביר לו דרכך שדר פנימי שהוא גדול, ומסוגל למלא את צרכיו לבד. הוא יראה עצמו כבוגר לאחר שיחוש שזו תפיסתך אודותיו, וזה יאפשר לו להוציא את כל כוחותיו הטמונים בו. (ענבל

הצטרפי לנסיעת נשים מרגשת לקברות צדיקים בצפון בהילולת משה רבינו יום המסוגל לישועות!



המקובל הרב
יצחק בצרי
במעמד תפילה מיוחד



תלווה את הנסיעה הרבנית
חגית שירה
בסיפורי אמונה והשגחה

שירה ושמחה עם די ג'י
הדס אביזמר

ארוחת צהריים
במלון נוף כינרת

אוסרות
ניצוצות
בהילולת משה רבנו

שרייני מקום: 073-222-12-40
יצאה מנקודות איסוף בערים פתח תקווה, בני ברק וחדרה

א"ה יום שלישי
28.2.23 • אדר

חורף במלון נוף כינרת הנוף כלול!

שבת רוחנית, מרעננת ומלאת חוויות



ארוחות גורמה



הרצאות מרתקות



חדרים מרווחים



פעילויות לילדים

שישי-שבת פר' ויקהל פקודי כ"ד-כ"ה אדר 17-18.3 // להזמנות: 073-2221270

על הניסים ועל הסיפורים!
חגגת ספרים במחירי מבצע בהיזכרות שופס!

מגילת אסתר עם פירוש של הרה"ג זמיר כהן שדרגו את משלוחי המנות עם מתקת רוחני מוזיקלי מיוחד ברכישת כמה מגילות

אוצרות התורה פורים

ילקוט יוסף הלכות פורים

מגילות מיוחדות

דורש טוב פורים

באר החיים ימי פורים

מעוצבות מגילות עם אפשרות להטבעה

פירוש פורים

SHOPS.HIDABROOT.ORG ☎ **073-222-1250**

מקהלת שירת אמה
בואי יחד עם חברותייך לערב שכולו שמחה אמיתית שנובעת מהנשמה!

הרב יעקב חמו לא כל יום פורים
המקובל הרב יצחק בצרי
הרב חיים זאיד כח השמחה

הרבנית חגיית שירה בשמחה תמידית

מישל אלבז & יעל כליפא
מופע סוחף ומרגש בליווי אומניות המחול של שבי הולצברג

מנהלים שלישי ד' באדר | 28.2
אולפן יפה של בי"כ גלנווד, רח' המוריה 3 המקובל הרב יצחק בצרי, הרב יעקב חמו הרבנית חגיית שירה, הזמרת יעל כליפא בליווי אומניות מחול

באר אמה שני' א' באדר | 27.2
מתנ"ס היכל קדמא, רח' אבוהצירא 3 המקובל הרב יצחק בצרי, הרב יעקב חמו הרבנית חגיית שירה, הזמרת יעל כליפא בליווי אומניות מחול

טבריה ראשון ה' באדר | 26.2
בית ידי לבנים, רח' הגדוד הרביעי 4 הרב חיים זאיד, הרב יעקב חמו, הרבנית חגיית שירה, הזמרת יעל כליפא בליווי אומניות מחול

פתיחת שערים: 19:30 * חיועד לנשים * עלות סימלית * לפרטים: 073-222-1240

להקדשת העלון
חייגו: 073-2221388 (שלוחה 3)

העלון מוקדש:
לעילוי נשמה: רבי מנדל בן חיים | אסתר בת זוריה | קראוס יחיאל בן מרים | שגיא בן שרה | פונגדה בן טורי | רחל בת מסעודה | שאול בן גרציה | דודי דליה בת רחל | יוסף בן גרציה | רפואה שלמה וכל הישועות: נורית בת אברהם וסולטנה | נצרת בת חנום ברכה והצלחה וכל הישועות: תמר בת עליה