

היזברות

עונג שבת

פרשת תולדות | גליון 478 | ד' בכסלו תשפ"א

לתגובות: oneg.shabat@htv.co.il

לחפצת העלון - 073-2221388

www.hidabroot.org

העלון מוקדש לע"ג כרמלה בת מסעודה לע"ג פונגה בן טורי | לע"ג אליהו בן שרה לע"ג שרה בת יוסף | לע"ג שלום בן יוסף | לע"ג אליה בן אורי | לרפואת אפרים אפרימוב בן שאקר

להקדשת העלון חייגו: 073-2221388

זמן כניסת ויציאת שבת		מוצאי שבת		מוצאי שבת	
מוצ"ש	מוצ"ש	מוצ"ש	מוצ"ש	מוצ"ש	מוצ"ש
ירושלים	16:02	17:15	17:53	17:53	17:53
תל אביב	16:17	17:16	17:50	17:50	17:50
חיפה	16:09	17:14	17:50	17:50	17:50
באר שבע	16:20	17:18	17:54	17:54	17:54

הטוב שבעיכוב

מדוע התעכב יצחק אבינו עד שמצא את זיווגו, ומדוע מתעכבים רבים אחרים?

מורנו הגה"ר זמיר כהן שליט"א

פרשת השבוע מספרת התורה: "וַיְהִי יָצֵק בֶּן אֲרָבָעִים שָׁנָה בִּקְהָתוֹ אֶת רַבְקָה בַּת בְּתוּאֵל הָאֲרָמִי, מִפְּדֵן אָרָם, אָחוֹת לְבֶן הָאֲרָמִי, לוֹ לְאִשָּׁה". כפילות ואריכות הדברים בתיאור פרטי משפחתה של רבקה ומקום מגוריה, דורשות הסבר. שהרי בפרשה הקודמת כבר סיפרה התורה שאליעזר עבד אברהם נסע לפדן ארם, וחזר עם רבקה בת בתואל אחות לבן הארמי, והיא נישאה ליצחק. ולשם מה היתה צריכה התורה, שאין בה אות מיותרת, לפרט שוב אודות רבקה?

אולם הדבר יובן על פי הגילוי שמגלה הזוהר הקדוש (פרשת לך לך, דף צא ע"ב, מתורגם) בסוד הנישואין: "בשעה שמוציא הקדוש ברוך הוא נשמות לעולם, כל אותן רוחות ונשמות כלולות מזכר ונקבה שמחוברות יחדיו. ובשעה שנמסרות הנשמות בידי השליח הממונה על ההריון, נפרדים שני חלקי הנשמה, הזכר והנקבה. ואפשר שיקדים חלק זה לרדת לעולם לפני חלקו השני וכשמגיע זמן זיווגם, הקדוש ברוך הוא היודע איזה זכר ונקבה שייכים במקורם זה לזה, מחבר אותם כבתחילה, ונישאים ומכריז עליהם. וכאשר מתחברים, נעשים גוף אחד ונשמה אחת, ימין ושמאל כראוי (ומכאן חשיבות קדושת הנישואין בחופה וקידושין כדת משה וישראל, לפי שהנישואין הינם חיבור מחדש בשרשי הנשמות. ורק לאחר הקידושין בפני עדים וחופה ובכוחה כהלכה, נעשה החיבור הרוחני-נשמתי כראוי, אשר הקשר הבא אחריו הינו ביטוי מעשי לחיבור הרוחני). ואם תאמר, הלא למדנו שאין מזווגים לאדם אלא לפי מעשיו, ולא לפי קביעה מראש? כך הוא בוודאי. שאם זוהו ומעשיו כשרים, זוהו לאותו חצי שלו להתחבר עמו כפי שהיה". עד כאן תקציר דברי הזוהר.



השני וכשמגיע זמן זיווגם, הקדוש ברוך הוא היודע איזה זכר ונקבה שייכים במקורם זה לזה, מחבר אותם כבתחילה, ונישאים ומכריז עליהם. וכאשר מתחברים, נעשים גוף אחד ונשמה אחת, ימין ושמאל כראוי (ומכאן חשיבות קדושת הנישואין בחופה וקידושין כדת משה וישראל, לפי שהנישואין הינם חיבור מחדש בשרשי הנשמות. ורק לאחר הקידושין בפני עדים וחופה ובכוחה כהלכה, נעשה החיבור הרוחני-נשמתי כראוי, אשר הקשר הבא אחריו הינו ביטוי מעשי לחיבור הרוחני). ואם תאמר, הלא למדנו שאין מזווגים לאדם אלא לפי מעשיו, ולא לפי קביעה מראש? כך הוא בוודאי. שאם זוהו ומעשיו כשרים, זוהו לאותו חצי שלו להתחבר עמו כפי שהיה". עד כאן תקציר דברי הזוהר.

שאל את הרב

הג"ר אברהם יוסף שליט"א

צנצנת שמשתמשים בה רק כדי לאחסן עוגיות, האם צריכה טבילת כלים? כל כלי מתכת או זכוכית שיש בו שימוש ישיר בדבר מאכל, והוא מיוצר על ידי

גויים, חייב טבילה בברכה במקווה הראוי לטבילה. ואם היה בכלי אחסון (כמו הצנצנת שציינת) דבר מאכל או משקה, ולאחר שכיילה לאכול או לשתות רוצה לעשות בו שימוש חוזר לאחסון מזון, יש לטובלו בלי לברך. כלי שאין בו שימוש ישיר לדברי מאכל, כגון מגש שמניחים עליו כוסות בלבד, אינו חייב בטבילה.

סיפרתי על מישהו לשון הרע, והוא נפטר לפני שהספקתי לבקש סליחה. איך אוכל לכפר? צריכה להיות זהירות רבה לא לדבר לשון הרע בכלל, ואם דיבר - צריך לבקש ממנו מחילה. ואם נפטר האדם שדיברו עליו, יש להעמיד עשרה אנשים ליד קברו ולבקש בנוכחותם מחילה.

2 מלחמות בעולם? דניאל בלס



3 איכות השיחה הרב שמחה כהן



4 בשבח מעלת ההקשבה הרב אפרים אורשלימי



5 בדיקת קורונה בשבת הרב ירון אשכנזי



6 נסתרות דרכי הלב חיים ולדר



9 אייל שטרית בראיון אבנר שאקי



14 לסלוח לעצמך מנוחה פוקס



נופך חנוכה פה

בואו לנופש חנוכה מחזק! במלון המפואר מעלה החמשה

שבת חנוכה לכל המשפחה: חמישי - מוצ"ש פרשת וישב כד' - כו' כסלו 10-12/2020

הרצאות מרתקות • עונג שבת מרומם! • חדרים מפנקים במיוחד! • מסעדת שף • פעילות לילדים

הרב'ג זמיר פתן שליט"א | הרב שניר גואטה | משמח הלבבות הרב שמעון פראץ

מס' המקומות מוגבל | עפ"י הנחיות התו הסגול

הכסיתו תקומכס: 073-222-12-70

מלחמות בעולם: בגלל הדת או בגלל טבע האדם?

ללא דתות, האם העמים היו חיים בשלום, או שמא היו מסוכנים יותר?

ביותר, שהתבססו כולם על הנאורות, החינוך, הקדמה, ההשכלה, הפילוסופיה, האמנות, המדע והטכנולוגיה המתקדמים ביותר. דווקא במאה זו נרצחו יותר מ-170 מיליון בני אדם בעולם, כפי שציטטנו מוויקיפדיה בכתבה קודמת: "המאה העשרים, שנולדה משופעת תקוות להיות מאת הנאורות, הקדמה, הרציונליות וההומניזם, הייתה למאה הכי עקובה מדם בהיסטוריה. במאה זו שבה נרצחו על ידי השלטונות, ברוב המקרים על ידי ממשלותיהם הם, שנועדו לדאוג לרווחתם, בין 170 ל-360 מיליון בני אדם נטולי הגנה, בשואה אוניברסלית חסרת תקדים בתולדות האנושות".

מדע וטכנולוגיה הם רק כלי הנשלט בידי בני אדם. וכאשר טבע בני האדם הוא להילחם ולהרוג, הם יעשו זאת באמצעי המדע, בדיוק כפי שהם היו עושים זאת קודם לכן באמצעות הקשת והחרב. הנה, לדוגמה, כיום האיראנים האדוקים משתמשים במדע כדי ליצור נשק גרעיני.

(מלחמת העולם הראשונה, ומלחמת העולם השנייה) לא נעשו על רקע דת. האם יש הוכחה חזקה מזו, שהרצח והדיכוי אינם מגיעים בשל הדת, אלא בשל טבעו ומעשיו של האדם?

התורה לימדה אותנו: "יצר לב האדם רע מנעריו" (בראשית ח', כ"א). על כן חינוך דתי נכון יכול לרסן את יצר לב האדם, את אנוכיותו, את הכעס, הקנאה, הגאווה והתאוה, ולכוון את כוחות נפשו לאפיקים מועילים. ללא חשיבה דתית, מצבם של בני אדם היה גרוע יותר.

אמנם לא פעם נשמעות קריאות הטוענות כי המדע, הקדמה, הטכנולוגיה, הרציונליות והנאורות יביאו את השלום לעולם. אך קריאות אלו הופרכו כליל בידי ההיסטוריה הטרייה שלנו, על ידי זוועותיה של מלחמת העולם השנייה. במאה ה-20 קמו ההוגים הרציונליים והמשפיעים ביותר, ונוסדו המדינות הנאורות

מירי שואלת: "שלום. חברתי טוענת שהדתות בהיסטוריה היו מאז ומעולם גורם עיקרי לרצח של חפים מפשע ומלחמות בעולם, לפי אמונתה דתות רק מזיקות לאנושות. מה אוכל להשיב לה?".

שלום מירי, ותודה על שאלתך. למעשה, רוב המלחמות בעולם ורוב רציחות-העם בהיסטוריה האנושית לא נעשו על רקע דתי. כובשי הארצות ורוצחי-ההמונים הידועים ביותר בהיסטוריה לא היו אנשים דתיים. הנה רשימה קצרה של הבולטים שבהם: יוליוס קיסר, נפוליאון בונפרטה, אטילה ההוני, אלכסנדר מוקדון, חניבעל, ג'ינגיס חאן, אדולף היטלר, ג'וזף סטאלין, מאו זה-דונג. ברשימת הכובשים והרוצחים הגדולים ביותר של כל הזמנים לא מופיע אפילו אדם דתי אחד.

גם שתי המלחמות המסוכנות והגדולות ביותר



המשך בעמוד 7 >>



שבע עובדות יונתן הלוי

בן פורת יוסף: 7 עובדות על עין הרע ביהדות

מהי עין הרע, כיצד נתגונן מפניה, וכיצד נזכה שהברכה תשרה במעשי ידינו?

הברכה שורה אלא בדבר הסמוי מן העין" (תענית ח, ע"ב).

6. התגוננות נוספת מעין הרע היא על ידי הבטת בעין טובה על הזולת: על רכושו, על בניו וכו'. כאשר אדם מביט על הזולת בעין טובה הוא מוגן יותר מהעין הרעה של אחרים. על כך נאמר בספר משלי: "טוב עין הוא יבורך".

7. הפוסק הרב פיינשטיין מורה לנו מה המידתיות הנכונה בעניין. הוא נשאל האם אישה צעירה מעוברת צריכה לחשוש מעין הרע, ועל כך השיב: "איני רואה בזה שאשה צעירה, שהוא כדרך העולם להתעבר, שיהיה שייך עין הרע, ואין להקפיד בזה". והוסיף: "רק דבר שלא מצוי לפי דרך העולם שייך לחוש, ולא לדברים מצויים".

במקרים מסוימים שבהם אדם מרגיש שיש עליו עין הרע, הוא יכול לפנות לרבנים אמתיים, מוסמכים ורציניים שמומחים בהוצאת עין הרע; הקבלה מציעה שיטות שונות להסרת עין הרע, למשל, אבל יש לעשות זאת רק במקרים חמורים, ורק אצל רבנים מוכרים - ולא אצל מיסטיקנים למיניהם. יש לזכור את דברי חז"ל, על כך שלא צריכים להקפיד יותר מדי בנושא, כי ככל שאדם דואג יותר - הוא דווקא חשוף יותר לעין הרע.

אדם המקנא בחברו גורם למעט את שפע החיים מחברו ולגרום לו לנזקים ולאסונות, כיוון שהוא גרם לחברו להגשות קנאה.

3. הגמרא מצווה עלינו להימנע מלחוש קנאה בזולת, על מנת לא להטיל עליו עין הרע. בנוסף, אנו מצויים שלא לעורר את קנאת הזולת עלינו.

4. כדי להימנע מלחוש קנאה בזולת, ועל ידי כך להטיל עליו עין הרע, מצווה הגמרא שאסור לעמוד בשדה חברו כשהיא בשיא צמיחתה, זאת בכדי שלא להכניס עין רעה בתוצרת החקלאית (בבא מציעא ק"ז ע"א). גם "היזק ראייה" הוא מושג הלכתי הקשור לעין הרע. זהו היזק אשר גורם אדם לחברו על ידי הסתכלות בשטחו הפרטי.

5. כדי להימנע מלמשוך עלינו עין הרע, יש להשתדל שלא לעורר את קנאת הזולת עלינו. לשם כך יש לנהל אורח חיים צנוע, לא לנקר עיניים, לנהוג בצניעות, ולהיזהר מהתרברבות בהצלחות - בין אם הצלחה כספית, הצלחה בחינוך הילדים או כל מזל טוב אחר בו שפר חלקו. על כך נאמר "אין

חכמינו זיכרונם לברכה מורים כי לאדם אסור לעשות דברים שימשכו את העין. מהי, למעשה, עין הרע? כיצד ניתן להתגונן מפניה?

1. יש להבין כי הבורא מנהל את העולם באמצעות שתי מידות עיקריות. האחת היא מידת הדין, והאחרת - מידת הרחמים. מידת הדין דורשת דין וחשבון על כל מעשה של האדם, שכן על מעשים טובים ועונש על מעשים רעים.

מידת הרחמים פועלת על מנת שהאדם לא ייענש מיד על מעשיו הרעים. מעשיו נשארים תלויים ועומדים, מתוך תקווה שבינתיים יתחרט ויעשה תשובה. חז"ל מלמדים אותנו שיש מספר דברים שיכולים "לעורר" את מידת הדין.

אחד הגורמים להפעלת מידת הדין הוא מקרה של "עין הרע". מידת הדין תתחזק אז ותתגבר על מידת הרחמים, והעונשים התלויים על האדם על העבירות שביצע ולא התחרט עליהם עדיין, יופעלו. בכל מקרה, לא "עין הרע" היא סיבת העונש, אלא העבירה עצמה.

2. הרב דסלר מסביר בספרו "מכתב מאליהו" כי



עורך: דודו כהן • עורכת משנה: דבי רייכמן • עריכה גרפית: שני מויאל • הפצה ולוגיסטיקה: טליה זכריה ואסתר שמיר
רוצים לקבל 50 עלונים עד לבית עם שליח, ולהפיץ בבית הכנסת או בסביבתכם הקרובה? חייגו 073-2221388




מגשימים לך בעזרה שלום בית

דברו אתנו: 073-222-1310 | eliyahun@htv.co.il

כאן בשבילכם! אם התקופה האחרונה הציפה גם אצלכם קשיים בחיי המשפחה, במקום לחלום רק על הטוב - בואו בע"ה להגשים אותו! - גם באמצעות פגישה טלפונית/וידאו - היועצים המומחים של מחלקת שלום בית עם תקשורת זוגית טובה - יכולת להתמודד עם קשיים כל השיטות והכלים המעשיים הדרושים לכם: - הגנה והקשבה - פתרון קונפליקטים - הגיע הזמן ליצור אווירה משפחתית טובה בפנים, למרות כל מה שקורה בחוץ. - מענה טלפוני ראשוני ללא עלות - פגישה היעץ כרוכה בתשלום -





הבית היהודי
הרב שמחה כהן

הדברים הפוגעים באיכות השיחה

מספר דוגמאות לנושאים שכיחים אשר יוצרים קושי
ביצירת שיחה קרובה ומקרבת



באחת הפגישות הטיפוליות ביקש יצחק להעלות נושא לדיון. "קיימת בעיה קשה בצורה שבה אורלי מציגה עובדות. תוך כדי סיפוריה על מאורעות שהיו בבית או מחוצה לו, היא מרימה את קולה, או שהוא נעשה רגשני וחד, והדבר מוציא אותי משלוותי. בעקבות זאת גם אני נסחף ומרים את קולי. המטרד אותי, הוא שבעקבות צורת הדיבור הזאת אני מרגיש התנתקות מתמדת ממנה, פחות קשר אליה ופחות רצון לשוחח עמה".

אורלי הגיבה - "אני חושבת שאני מדברת בצורה נורמלית וטבעית. ברור שאם אני מספרת

על דבר שלילי שילדי עשה, אני נכנסת לתחושה שהיתה בעת המאורע, ואין פלא שהתרגשותי עולה, ועמה נעשה קולי חד וגבוה. לעומת זאת, בהערות שלו תוך כדי דיבורי, כאשר הוא אומר: הנמיכי את קולך, אל תצעקי - אני חשה מגמה של רצון לשנות את אישיותי ולא לקבל אותי כמות שאני, ומבין שקשה לי להשלים עם כך".

הבה ננתח את הקושי שנוצר במקרה זה. כיוון שיצחק לא היה בבית בעת המאורע שעליו סיפרה רעייתו, הוא לא צבר מתח ממנו, והוא רואה אותו בצורה הרבה יותר קרירה מאורלי, לכן אין הוא מוצא סיבה להתרגשותה. בנוסף לכך, כאשר מצויים מחוץ למאורע, אפשר לנתח בצורה קרה את הפעולות שצריך לעשות. מתוך כך, תחושתו היא שרעייתו "עושה עניין" מדבר פגוט.

לעומת זאת, ניתן לומר שאורלי זקוקה להביע את הדברים בהתרגשות כדי לשתף את יצחק במה שעובר עליה. יתר על כן, אם אין במאורע משהו מרגש, אין סיבה לספר עליו. לכן היא אומרת לעצמה שצריך לספר בהתרגשות. נמצא, אם-כן, שהצורה המרגשת של הסיפור היא חלק מהצגת האירוע, כפי ששחקן בהצגה, או מורה בכיתת בית ספר, משתדל להיכנס למצב של התרגשות, כאשר הוא מספר על דבר מרגש. הפרעה נוספת לשיחה פתוחה ומפרקת, מתרחשת כאשר מתחולל עימות בין הבעל לרעייתו, ואז, במסגרת הדברים הקשים המוטחים לעבר בן-הזוג, מוזכרים גם דברים שבן-הזוג אמר על עצמו בעבר, כ"ידידי" על התנהגותו הלא טובה כלפי עצמו, הילדים, או כלפי אחרים. בזמנם הדברים נאמרו מתוך תחושה שהמאזין אוהד, וערכו של המספר לא ירד גם אם יספר על עצמו דברים שליליים. עתה, כאשר מתחולל ויכוח ועימות, ו"ידידים" אלה מוטחים בפני המספר, נוצרת מכאן ואילך חסימה לספר על דברים מציקים, גם באווירה טובה - כל זאת משום שמתפתחת תחושה של "אין לי שותף לחיים שבפניו אוכל לפתוח את סגור לבי". לכן, על אף שהדברים החזקים ביותר שאפשר לתקוף באמצעותם את בן-הזוג הם הדברים השליליים שהוא אמר על עצמו, אין לתקוף באמצעותם!

לרכישת ספרי הרב שמחה כהן חייגו להידברות שופו: 073-222-1250



קוקטייל ההצלחה
הרב יצחק פנגר

הערך העצמי שלך

מה קובע את הערך העצמי שלנו, ואיך אפשר לשפר אותו?

פעמים רבות הדרך בה אנו מסתכלים על העולם, על אחרים וגם על עצמנו, אינה משקפת בהכרח את המציאות, אלא נובעת מ"לכלוכים" שדבקו בנו, פעמים עוד מתקופת הילדות, כשההורים או המורים שלנו התייחסו אלינו בצורה ביקורתית ולא מפרגנת. ממילא אנו ממשיכים בלי משים את דרכם כלפי אחרים, וגם כלפי עצמנו.

הצורה בה אנו מסתכלים על עצמנו, היחס שלנו לעצמנו, מוגדרים בשם "ערך עצמי". הערך העצמי של האדם נקבע על ידי שני



דברים עיקריים:

1. הפער בין מה שאני רוצה להיות, צריך להיות או חושב שאני צריך להיות, לבין מה שאני בפועל.

2. הצורה בה אני מעריך את הדרך בה אני מתמודד עם אתגרי החיים.

נסביר ונקדים - כשאנו מדברים על הערך העצמי של האדם, אין אנו מתכוונים לערך האובייקטיבי שלו, כמה באמת הוא "שווה", אלא הכוונה היא לדרך בה האדם מעריך את עצמו. כיצד האדם רואה את עצמו ועד כמה הוא חושב שהוא "שווה".

על הצורך של אדם בהכרת ערכו אמרו חז"ל "חייב אדם לומר בשבילי נברא העולם".

הפער בין רצוי למצוי

הערך העצמי של האדם נקבע על פי היחס בין מה שהוא חושב שהוא במציאות, לבין מה שהוא חושב שהוא אמור להיות.

לכל אחד מאתנו יש "אני" רצוי - אנחנו משערים מה החברה רוצה מאתנו שנהיה, ובנוסף לכך יש לנו הרצונות הפרטיים שלנו, השאיפות האישיות שלנו. אל מול זה עומדת המציאות, ה"אני" המצוי.

רוב האנשים נמצאים במצב של פער בין מה שהם חושבים שהם אמורים להיות, לעומת מה שהם בפועל. הדבר הזה הוא טוב, כי בצורה זו יש בנו ההשתוקקות להתפתח, לגדול, להשתפר. אך השאלה העיקרית שהתשובה עליה קובעת באופן משמעותי את גובה הערך העצמי של האדם היא: עד כמה האדם "קשה" עם עצמו בעקבות פער זה?

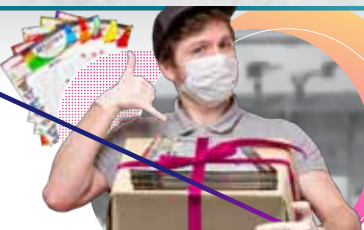
הדיבור הפנימי שמתנהל בראשו של האדם קובע מאוד את איכות הרגשות והתחושות שלו. אם האדם אומר לעצמו כל הזמן - "אתה שמן, טיפש, לא מוצלח, חסר כישרון" וכו', איך, לפי דעתכם, הוא ירגיש?

הבה נחשוב לרגע שמישהו אחר היה אומר לו את הדברים הללו. כיצד היה מרגיש? כל דבר כזה משפיע לרעה על הערך העצמי של האדם.

הערך העצמי שלך הינו בעצם תמונת מראה של מערכת היחסים שלך עם עצמך. אתה צריך להיות החבר הטוב ביותר של עצמך, לא האויב או השונא של עצמך. ממילא, גם אם יש פער בין מה שאנו שואפים להיות לבין מה שאנו בפועל, במקום "להרביץ" לעצמנו - עלינו לעודד, לחזק ולתמוך.

מתוך ספרו החדש של הרב יצחק פנגר 'קוקטייל ההצלחה'.
לרכישה היכנסו להידברות שופו או חייגו: 073-222-1250

מצווה גורת מתנה



כל המצטרף למצוות זיכוי הרבים הגדולה בעולם בהפצת עלוני השבת ו/או כל המגדיל את הכמות שהוא מפיץ - יזכה במספר מתנות!

מניינים לקמפוס היהודי VIP (3 חודשים)

ספר במתנה מהמנון הידידות שופו

מניינים לעולם הילדים (חודש מתנה)

מניינים לעולם הילדים (חודש מתנה)

מניינים לעולם הילדים (חודש מתנה)

לא מוותרים על עלון הידברות? כן. אתם. חשוב שתדעו!

בזמן שהקורונה דוחה לעת עתה את ההגדרה הגדולה על ספר תורה ורכב חדש בין מפיצי עלון הידברות, **את מצוות זיכוי הרבים הגדולה בעולם, אין אחד לא ייקח לנו!** ויותר מזה, כולנו מתגייסים בע"ה במגמה להעלות את הכמות ההיסטורית, שלא נראתה כמותה

224,000 עלוני שבת בכל רחבי הארץ! לא נותנים למגפה לעצור אותנו! ממנפים את נבחרת מפיצי עלון הידברות! **מספיק מעשר 073-222-13-88**



חינוך ילדים

הרב אפרים אורשלימי

בשבח מעלת ההקשבה

כשהילד או הילדה מבקשים לשתף אותנו במשהו, חשוב שנאפשר להם להתבטא ולהשמיע את דבריהם עד תומם



מי מאיתנו אינו מזהה את הסיטואציה הבאה: בפתח היציאה מהבית, רגע אחרי שסיימנו למלמל באנחה עד כמה אנחנו ממהרים, אחד הילדים ניגש ומבקש לשתף אותנו בחוויה כלשהי שעבר... שפת גופנו משדרת חוסר סבלנות, וגם אם נקבל החלטה להקשיב לרגע לעיקרם של דברים, כדי לקבוע אם הם חשובים דיים או סובלים דיחוי - כל רגע של עיכוב יידמה לנו כנצח. בסופו של דבר נפטיר לעבר הילד הבטחה מגומגמת על שיחה "במועד מאוחר יותר", וניעלם בזריזות בחדר המדרגות, כיאה לאנשים ממהרים. וכעת, עם יד על הלב: מה יקרה אם בפתח היציאה מהבניין נפגוש באחד המכרים החביבים עלינו? הרי לא יהיה זכר לאיש הממהר שהיינו רק לפני דקה. נשוחח איתו במאור פנים וגם נהנה מהמפגש. מסקנת הדברים: את הילד שלנו אנחנו אוהבים. את המכר אנחנו מחבבים. יכול להיות שהמשמעות לחוסר הסבלנות היא שאנחנו... אוהבים את עצמנו? דווקא במקרים מהסוג המדובר יש לזכור, שאחת הדרכים הטובות ביותר לבניית קשר בריא ויעיל בין ההורה לבין הילד, היא על ידי הזהדות עם בעייתו הפרטית.

הגדלות של הורה/מחנך היא להקשיב, להזדהות ולהכיל את חווייתו של הילד - אפילו אם היא שטונית ופעוטה. כשהילד או הילדה מבקשים לשתף אותנו במשהו, חשוב שנאפשר להם להתבטא ולהשמיע את דבריהם עד תומם (להימנע מזירוז במילים כגון "שמעתי, הבנתי", וכו'), ננסה להיכנס לראשם ולהתייחס לבעייתם כאילו הייתה בעיה של מבוגר.

הורים הנמנעים מהאזנה אמיתית למצוקות או ליבבות, יגרמו לילדם לפתח אותן. הוא יהפוך לבכין יותר ולמתלונן יותר. נכון שלפעמים (תוך כדי האזנה כנה) אנו חותרים לפתרון, בהתאם לתלונתו ולמצוקתו של הילד. אך אם "נדלג" על שלב ההשתתפות בצער, או גרוע מכך, נוכיח אותו ונדגיש את חלקו שהוביל למצב - נגרם לקלקול, ונרחיק עד מאוד את הפתרון.

דוגמא: ילדנו זקוק בדחיפות לטיפול אצל רופא שיניים, אך הוא חושש מהטיפול המכאיב הכולל בחובו זריקה. תגובה שגויה היא לומר לו "אתה סתם בוכה כמו תינוק! זה בכלל לא כואב! הזריקה היא דקירה קטנה ואחרי זה לא מרגישים כלום!". אם נגיב כך, נגלה כי הילד ימשיך לבכות, ואף יעצים את חששותיו. במקום זאת, אם נאמר לו "אתה צודק. זה קצת כואב בהתחלה ומותר לך לפחד. גם כשאני הייתי קטן פחדתי ללכת לטיפול אצל רופא שיניים". התגובה הזו (שאינן בה פתרון!) מעניקה לילד את התחושה שהוא צודק בהרגשתו, וגם שיש מי שיחלוק עמו את הכאב.

הדברים נכונים, כמובן, גם כשמגיבים לבעיות עמוקות ומהותיות יותר. ויהיה לנו רווח נוסף: בכך שאנחנו מאזינים לילדינו ומעניקים להם תחושה שאנחנו מבינים אותם, הם יעדיפו לחלוק איתנו את צרותיהם, ויימנעו מחיפוש אחר אוזן קשבת לב מבין במחוזות זרים ומזורים. על הדרך, נקנה להם גם מידה נעלה, באמצעות דוגמא אישית, איך מקשיבים לאחרים ולא קוטעים את דבריהם.

לשאלות למדור - a0504168883@gmail.com, לרכישת ספרי חינוך ילדים של הרב אפרים אורשלימי חייגו להידברות שופר 073-222-1250



נוער מתמודד

הרב דן טיומקין

גבולות וסייגים - אבל אסור לשכוח את העיקר

על כולנו מוטלת כאן חובה לחפור ולמצוא בעצמנו נקודת חיבור רגשי, קישור נפשי, חיות וסיפוק. זה מה שנותן את הכוח לכל שאר החובות

בפרשה שלנו יש הרבה דיבור על בארות מים והמאמצים לחפור אותם. מובא בספרים שלא מדובר כאן רק על באר מים באדמה, אלא זה גם ייצוג לנקודת החיבור שלנו אל הפנימיות, הנביעה שמחברת אותנו לעצמנו, לקדושה, וכמה צריך להתאמץ למצוא אותה (שפת אמת). לפעמים נראה שרוב העיסוק שלנו בחינוך הפך להיות סביב הגדרות והסייגים, החומות. אפשר גם להבין את זה: בדור מבלבל כל כך, שכל סדרי בראשית השתנו בו, הפיתויים וההסחות זמינים כל כך, וחייבים כאן גדרות וקוים אדומים.

אבל אסור להזניח את העיקר, את החיבור החיובי לערכי האמת שלנו, ואז ממילא יהיה פחות צורך בחומות. אם הבור ריק, אין בו מים, ואז מתחילה מלחמת התשה חסרת סיכוי עם הנחשים והעקרבים. מובן שצריך לנסות לשמור על חומות ולשמור על סייגים, ולהרחיק את הניסיונות הקשים כמה שרק אפשר. אבל במקביל צריך יותר מאמץ בחיבור אמיתי לקדושה. זה לא קל, אבל חייבים למצוא את הנביעה של המעיין, להבעיר את האש הפנימית בלבנו, שזה מגן אמיתי נגד כל הפיתויים שבחוץ.

על כולנו מוטלת כאן חובה, חובה קדושה, לחפור ולמצוא את נקודת החיבור הזו בעצמנו. יש הרבה שערים לקדושה. יש מי שמתחבר דרך לימוד עיוני, יש מי שדרך לימוד הלכה או מוסר. יש מי שמתחבר דרך מעשים של חסד, או לימוד אחר. יש מי שאצלו בכלל התפילה היא עיקר העניין, ויש מי שמתחבר דרך מוזיקה, ניגונים או אמנות.

אני לא מדבר כאן על חובות הלכתיות: בזה יש שולחן ערוך שמחייב את כולנו. אני מדבר על נקודת חיבור רגשי, קישור נפשי, חיות וסיפוק. זה מה שנותן את הכוח לכל שאר החובות והמטלות, בחינת: "על כל פשעים תכסה אהבה". יש הרבה שערים לקדושה, וכל אחד צריך למצוא את השער שלו, שמחיה אותו - אחרת, אין לו מגן אמיתי נגד פיתויי הרחוב.

יש כוחות טבע חזקים שפועלים לסתום את הנביעות האלו. "סתומים פלישתים", הם פועלים כל הזמן. יש לזה גם ייצוג מוחשי כאן בעולם: גם בית סגור ונעול הולך ומתמלא באבק. וכשהנביעה נסתמת, ואין חיבור, אז הכל נהיה סתום, הכל נהיה סתם, והשעמום וחוסר הסיפוק הופכים לכדור שלג של ניתוק. אבל אסור לנו להתפתות לטפל רק בסימפטומים. צריך לחפש כל הזמן את נקודות החיבור. וגם אם נקודת החיבור נראית סתומה, בכל זאת אסור להתייאש. ככל שנצליח למצוא את נקודות החיבור שלנו, נוכל גם לסייע לילדים שלנו למצוא את שלהם, וזו כבר מלאכה קשה שבעתיים. גם שם, גם אם הבאר שלהם נראית סתומה, אסור לנו להתייאש. לא נוכל לחפור עבורם, וגם לא יעזור "לחפור להם". אבל בכוחנו וביכולתנו לשנות את זווית הראייה ולראות מעבר לעפר שסותם. אם נצליח להביט מעבר לקנקן, במה שיש בו, בחיבור שלו, נתבונן ונחקור אחרי הנצנוצים של נקודת החיבור האישית שלו, ובכך נוכל לעזור ולסייע להם למצוא את נקודות החיבור האישיות שלהם.

החפירה הזו מחייבת התבוננות: צריך להרבות בחוויות הצלחה, להרבות בקשר טוב. זה חלק מההשתדלות שלנו בחינוך, לאפשר, לעודד חיפוש פנימי, למצוא ולמקצע את נקודת החיבור, שבה תלוי הכל.

לרכישת הספר "בוטח המלאכים", ארגז כלים להורי המתבגר מאת הרב דן טיומקין, חייגו להידברות שופר 073-222-1250

במקום שהתפילין שלך יישארו בארון - הם ייתרמו למתחזקים -



יש לך תפילין נוספות? שלך ו/או של קרובים שנפטרו ז"ל דווקא עכשיו! עקב המצב, חלה עלייה אדירה בביקוש! זה הזמן לתרום אותם ליהודי מתחזק, שאין באפשרותו לרכוש. **וכל הזכויות שלו שמורות לך!**

זריזין מקדימים: 073-222-1361



קו ההלכה

הרב ירון אשכנזי

בדיקת קורונה בשבת

האם מותר לבדוק בשבת תוצאות של בדיקת קורונה, ומה הדין של סירים מלוכלכים?

או אם הכלים תופסים מקום וצריך את המשטח להשתמש בו - מותר לטלטל את הכלים, אבל ללא צורך אסור להזיז את הסירים מהיבוש לארון (עי' משנה ברורה סימן ש"ח סעיף קטן כ').

סיר חמין מלוכלך עושה ריח לא טוב במטבח. האם מותר לשטוף את הסיר לאחר הסעודה?
אסור לשטוף סירים בשבת לצורך מוצ"ש, כי דבר זה נחשב להכנה משבת ליום חול. אמנם אם הסיר עושה ריח, ורוצה להוציא את הסיר למרפסת וכדומה, יכול להוציא אותו כמו כל דבר מאוס שהתירו לטלטל אותו (ארחות שבת חלק ב' פרק י"ט אות מ"ה).

לפני כמה שנים קניתי תפילין חדשות ומהודרות. האם יש חיוב לפתוח ולבדוק אותן? אני חושש שמא התפילין ייהרסו מהפתחה והסגירה.

אם התפילין היו מאוחסנות כל הזמן במקום קריר ויבש, אין חיוב מעיקר הדין לבדוק את התפילין. אמנם ראוי ממידת חסידות להחמיר ולבדוק את התפילין מידי שנה בשנה בחודש אלול (ש"ת יחזקאל דעת חלק א' סימן מ"ט). ויש נוהגים לבדוק את התפילין פעמיים בשבע שנים (קול יעקב אות ל"ח).

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

תיחשב לחלבתי?
העוגה נחשבת לפרווה, ואפשר לאכול לאחר סעודה בשבת. ומכל מקום, אם אפשר להסיק את התנור מעט לפני כן, כדי שהאדים שנדבקו בדפנות התנור ישרפו לפני כניסת העוגה, עדיף לעשות כך. יש לציין שכל זה מדובר כאשר אפו דבר פרווה, אבל אם הכניסו דבר בשרי לתנור חלבי, הדין שונה.

האם מותר לי בשבת לשים ריסים מגנטיים, ובסוף השימוש להחזיר אותם לקופסה שהם מתמגנטים אליה?

הריסים נחשבים לתכשיט, ומותר לענוד אותם ולהוריד אותם ללא חשש. אמנם יש לציין שאם נמצאים במקום שאין בו עירוב מסודר, אסור לאשה לצאת עם תכשיטים לרחוב, וזה נחשב לטלטול ברשות הרבים (שולחן ערוך סימן ש"א).

שטפתי סירים לפני שבת והנחתי על משטח היבוש, ולאחר כניסת השבת התייבשו הסירים. האם מותר לי להכניס אותם לארון או למגירה?

הסירים נחשבים ל"כלי שמלאכתו לאיסור", ולכן אין לטלטלם בשבת ללא צורך גופו או מקומו. לדוגמה, אם צריך את הסיר להשתמש בו לדבר היתר, לצורך שטיפת פירות וכדומה,

עשינו בדיקת קורונה ביום חמישי, אמרו שהתשובה תהיה בשבת, האם מותר להתקשר בשבת לקופת החולים לקבל את התשובה? אסור בשום אופן להתקשר. כל מה שהתירו זה רק במקום פיקוח נפש, וכאן אין פיקוח נפש, משום שאתה יכול להישאר עם משפחתך בביתך ואינך מסכן את סביבתך, ועל כן עליך להמתין למוצאי שבת.

אני נוהג לשים במלחיה גרגירי אורז שעוזרים לירידת המלח ללא התגבשות. האם מותר להשתמש בשבת במלחיה זו, או שיש איסור בורר במקרה כזה?

כיוון שהאורז ניתן בשביל לפזר את המלח ולמנוע התגבשות, ואין שום כוונה לברור את המלח מתוך האורז, מותר להשתמש במלחיה זו בשבת (אשרי האיש חלק ב' עמ' שכ"ז, חזון עובדיה שבת ד' עמ' ר"ז).

טיגנתי חביתה עם גבינה במחבת בשבת. יש לציין שלא טיגנתי במחבת הבשרית כמה ימים, מה הדין?

כיוון שעברו יותר מ-24 שעות מהטיגון של הבשר, החביתה מותרת באכילה, אבל המחבת עצמה צריכה הכשר בהגעלה.

אם חממו אתמול בערב פיצה בתנור חלבי, ועכשיו רוצים להכניס עוגה פרווה - האם היא



073-3333-300



הידעת?

דבי רייכמן

7 עובדות מפתיעות שאולי לא ידעתם

איזה דג הולך על בוז, מהי ספינה מעופפת, ואיך בונים קשתות יציבות?

זוגי של לבנים, כולן בצורת טרפז. כל אבן נשענת על קודמתה, ויחד נוצר עמוד. בראש הקשת מוצבת אבן הראשה, אשר סוגרת את הקשת, מייצבת אותה ומעניקה לה חוזק שמאפשר לה להישאר יציבה לאורך שנים רבות.

הידעתם היכן נמצא הגשר המפחיד בעולם?
זהו גשר אשימה אוהאשי שביפן. הגשר נבנה בשיפוע חד מאוד, על מנת לאפשר לספינות לעבור תחתיו. התוצאה היא גשר שנראה ממש כמו מסלול של רכבת הרים... זהו גשר הבטון היצוק הגדול ביותר ביפן, והשלישי בגודלו בעולם.

הידעתם ממה נגרם צונאמי? צונאמי (מיפנית): נחשול רעש) הוא שמם של גלי ים ענקיים שמתפרצים בעוצמה אל החוף ועלולים לגרום לנזקים עצומים ולהצפות נרחבות. הצונאמי נגרם בדרך כלל מרעידות אדמה שמתרחשות בלב האוקיינוס, ויוצרות גלים חזקים במיוחד, או מפולת של הר שנמצא מתחת למים.

שהוצמדו לכנפי המטוס.

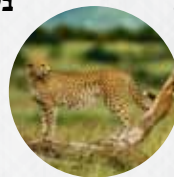
הידעתם מיהו בעל החיים היבשתי המהיר בעולם? זהו הברדלס (צ'יטה), שריצתו מגיעה למהירות של 112-120 קמ"ש. במהלך הריצה יכול הברדלס לדלג מרחק של 8 מטרים בכל דילוג.

הידעתם היכן נמצא מדבר המלח הגדול בעולם? זהו סלאר דה אויוני שבבוליביה - מדבר שמכוסה כולו במלח, והוא מדבר המלח הגדול בעולם. המדבר מהווה חלק מרכס הרי האנדים, ונפרש על פני שטח עצום של 10,582 קמ"ר. המדבר נמצא בגובה של 3,650 מטרים מעל גובה פני הים. במדבר הזה יש אפילו בית מלון שבנוי כולו מלבני מלח.

הידעתם כיצד בנו בעבר קשתות שונתרו יציבות? הקשת היא שיטת בנייה עתיקה, שמסוגלת לסחוב עליה יותר משקל מכל שיטת בנייה שהגיעה לפניו. הקשתות נבנות ממספר אי

הידעתם איזה דג יודע ללכת על בוז? היבשתן הוא דג שחי באזורים רדודים של הים. כאשר ישנו שפל, והמים נסוגים מקו החוף, היבשתן גורר את עצמו על החוף במעין הליכה - סנפיריו דמויי הרגליים מסייעים לו לנוע וגם לצוד חרקים וסרטנים. ליבשתן תאי זימים המתמלאים במים, ומאפשרים לו לנשום גם כאשר הוא נמצא מחוץ למים, וכך הוא יכול לשרוד באזורים בוציים במשך זמן רב.

הידעתם מהי ספינה מעופפת? בתחילת המאה ה-20, כשמטוסים כבר היו בשימוש, שדות התעופה עדיין לא היו מקום בטוח מספיק, והם היו מועטים מאוד. בהתחשב בכך, המים - במיוחד באגמים שקטים - נחשבו לבטוחים יותר לנחיתה מאשר היבשה. הספינות המעופפות נראו כשילוב של מטוס וספינה, ונבנו כך שחלקן התחתון התאים לציפה על פני הים, בשילוב עם מצופים קטנים



073-3333-300

התקשרו למענה אנושי הלכתי

24 שעות ביממה



עברית ו-5 שפות זרות



6 שאלה

הדרכה מעשית להפרשת תרומות ומעשרות

5 שאלה

הוצאות של הרה"ג זמיר כהן

4 שאלה

לימוד בחברותא 5 דקות ביום לגברים ולנשים

3 שאלה

מרכז בוררות ארצי ע"י ההלכה רשת בתי הדין וההוראה

2 שאלה

שלוש בתי חינוך ילדים חשקפה ומוסר חרות ונביות רגשיות פוריות ע"י ההלכה

1 שאלה

לכל נושא הלכתי הלכות טהרה דיני ממונות

האם מותר לזרוע נענע ולואיזה באותה אדנית?

נסתרות דרכי הלב (ב')

כלה צעירה נכנסת למשפחה ומגלה שהיא ובעלה לא הולכים לנהל לעצמם את החיים. מישהי אחרת עושה זאת בשבילם... בטח שמעתם סיפורי כלה וחמותה, אבל על סיפור כזה - אפילו לא חלמתם

ההעברה בוצעה בהצלחה, אך לחמותי היו עוד טענות. "הדירה נשארה מלוכלכת מאבק", היא טענה, "לא יכולתם לנקות את הדירה לפני שעזבתם? קיבלתם דירה חדשה וככה אתם מחזירים אותה?". רצייתי להסביר לה שמבית החולים היה קשה לנקות את הדירה, ובעלי התנדב לומר לה במקומי, אבל מבחינתה דבר לא עזר. עדיין הייתי האשמה בסיפור. יחידת הדיוור הייתה ממוקמת בחצר ביתה של אישה מבוגרת טובת לב. הייתי יורדת אליה, יושבת איתה, והיינו משוחחות.

בשעה טובה ילדתי בן. החלו הדיבורים היכן נערוך את הברית. ושוב אני בצד, לא מתערבת. חשבתי לערוך אותה באולם של בית הכנסת, אבל חמי וחמותי לא הסכימו. הם החליטו לשלם יותר ולערוך אותה באולם שבו התארסנו. להגיד לכם שהרגשתי שזה טקס ברית המילה של הבן שלי? איני יכולה לומר זאת. הם הלבישו את התינוק בלבוש מוזר הנהוג אצלם. חמותי לקחה אותו ממני ונתנה לאנשים הכי לא קשורים. הם העבירו את התינוק מיד ליד, ובכל תמונה, במקום שאני ובעלי נצטלם, היא מופיעה. לא יכולתי להרגיש מאושרת. נכון שהם שילמו את רוב הכסף, אבל הילד הוא שלי, והוא שווה יותר מכל הכסף שלהם.

כשהיינו מתארחים בשבתות עם הילד, הייתי נחה את מנוחת הצהריים בחדר ושומעת שיחות שלה עם בעלי: "איזו אישה יש לך, איך אתה מסתדר איתה? היא לא דואגת לך, לא מכבדת אותנו, שתלטנית, כל מה שהיא אומרת אתה מקשיב. מה, אין לך דעות משלך?". המילים הללו חדרו ללבו, ומידי פעם הוא היה

איך אני מתלבשת? כל אדם וסגנון הלבוש שהוא אוהב. כמו שאני לא מתערבת לך בלבוש, כך גם את לא תתערבי לי בלבוש. מובן שלא העזתי לומר לה זאת. פשוט הורדתי את הראש, הלכתי לחדר ופרצתי בבכי. לא הייתי מסוגלת להכיל את המילים שלה.

ובחודש השמיני הגיעה ההודעה הסופית. "הדירה נמכרה, תתחילו לפנות", הודיעה חמותי. "אבל הבטחתם שנישאר בדירה ואפילו נעשה פה את השמחה", שמעתי קול חנוק בתוכי, "הרי אני רצייתי לעבור לפני כשמונה חודשים ואמרת שאני תינוקת ולוקחת דברים קשה".

ארזתי לאטי את החפצים. העברת הדירה בפועל הייתה נוראה. בבוקר, בעיצומה של המלאכה, הרגשתי כאבים עזים. נסעתי לבית החולים לבד, כי בעלי היה צריך להישאר עם המובילים. חיברו אותי למוניטור כדי לוודא שהכול תקין. הבטתי בתקרה ושאלתי את עצמי: "מה אני עושה פה? אני לא במקום שמתאים לי". כאילו זה בידיים שלי. הייתי בקשר טלפוני עם בעלי כדי להתעדכן מה קורה ואיך הם מסתדרים עם העברת הדירה. לאחר מספר שעות השתחררתי מבית החולים, והזוהרתי לא להתאמץ.

הגעתי היישר ליחידת דיוור מושכרת של חדר וחצי. איני צריכה להסביר איזו טראומה זו הייתה. מדירה רחבת ידיים ליחידה מצומצמת ונטולת אוויר - וזה עוד לפני הלידה. חצי מהריהוט היינו צריכים לזרוק, כי אכלוס של חמישה חדרים בוודאי לא ייכנס בחדר וחצי.



סיפור מהחיים

חיים ולדר

בשבוע שעבר, כלה צעירה מתמודדת עם חמותה המתערבת, ועם קונים פוטנציאליים המגיעים לדירתה ללא הזמנה.

בשבתות שהתארחנו אצל חמי וחמותי, נתנו לי לשטוף כלי חרס כבדים ולהרים תבניות של תנורים על מנת לשטוף אותן. הם טענו שהמצב שלי אינו מחלה ושצריך להתנהג כרגיל. הרגשתי כאילו שכרו משרתת. חמותי הייתה מספרת לי איך הייתה מבריקה את הבית של חמותה, שוטפת כלים, מרימה את הכיסאות על השולחן, שוטפת את הרצפה ורק אז הולכת. היו פעמים שעמדתי לידה כשהיא שטפה כלים, והיא הייתה אוהבת לעקוץ אותי: "תראי איך הסירים שלי מבריקים. אני משתגעת כשאני רואה את הכלים של (כאן היא נקבה בשם העדה שלי). הכול מלוכלך. ה... לא נקיות בכלל". מיותר לציין שחמי וחמותי לא היו אוכלים אצלי כלום, והם שתו מים רק בכוס חד פעמית. באחת השבתות יצאנו איתם לבית מלון וזכיתי לעוד עקיצה: "למה את לא לובשת טוניקות יפות כמו הצעירות? את מתלבשת כמו זקנה". האמת שהזדעזעתי מההערה הזו. מה אכפת לך

לא מזותרים על השיעור של החיים...

הזמינו כעת את הרב יונתן גל-עד

על פי הנחיות משרד הבריאות

- ללא עלות -

073-222-1290

מחשבים חיים מחדש

וזמיינים את החברים אליכם לשמוע את הרב **יונתן גל-עד** לשעבר קצין מודיעין מצטיין ופעיל מרץ, שבסקוטלנד גילה את יהדותו



היהודי החושב

מדוע נלחם הצורך?

» המשך מעמוד 2



ובמענה לשאלתך - מאחר שרוב המלחמות בהיסטוריה האנושית התבצעו על רקע כלכלי ושלטוני, ולא על רקע דתי, פירוש הדבר שגם אם לא היו דתות, מלחמות היו ממשיכות להתבצע מסיבות כלכליות כמו מחסור ומצוקה, או פשוט בשם תאוות כוח ושלטון. האימפריה היוונית והאימפריה הרומית הן דוגמאות טובות למדינות שניסו להשתלט על העולם, ולא היתה להם אג'נדה דתית. ללא הדת, היו מדינות נלחמות ביניהן על השקפות כלכליות שונות וצורות שלטון שונות כמו קומוניזם, סוציאליזם וקפיטליזם. רק שללא הדת, לא היה כל מחסום ומעצור בפני רצח עם תמידי, לא בעיני המנהיגים ולא בעיני ההמונים. אין זה צירוף מקרים שבמאה ה-20 רצחו בני אדם יותר מכל המאות הקודמות בהיסטוריה, כאשר בראשם ניצבו סטלין מאו והיטלר ימ"ש - אשר התנגדו ואף זלזלו בכל עקרונות הדת. האמונה באלוקים שומרת על צלם אנוש שבאדם, וללא האמונה מתדרדר האדם לשפל המדרגה ולמידות האכזריות ביותר שידעה האנושות. כאשר ירד אברהם אבינו למצרים, הוא לא בטח ביושרו המוסרי של אבימלך ואנשי ממלכתו. כאשר אבימלך שאל אותו מדוע הסתיר את זהותה של שרה אשתו, השיב לו אברהם: "כי אמרתי, רק אין יראת אלוקים במקום הזה, והרגוני על דבר אשתי" (בראשית כ', י"א). כלומר: חברה אשר אינה מאמינה שהמוסר שלה מגיע מאלוקים, לא תימנע ממעשי רשע. האמונה באלוקים היא עוגן מוסרי לחברה כולה (על נושא זה נרחיב עוד בכתבה הבאה).

יחד עם זאת, חשוב להבחין בין סוגי דתות: ככל שדתות קרובות יותר לחוקים האמיתיים של תורת ישראל - כך הן זוכות ליותר שגשוג, שלום ומניעת נזק בין בני אדם, וככל שדתות הן רחוקות יותר מחוקי התורה, כך גדול העוול וגדולה יותר סכנתם. היטלר הנאצי, בדומה לעמלק, ייצג את הקיצוניות הנגדית וההפוכה לתורה, הוא התנגד לכל מה שייצגה תורת ישראל, ולפיכך נזקו היה גדול וקיצוני מכולם. אולם בסקאלה הזו שבין תורת ישראל האמיתית - לבין האתאיזם הקיצוני, קיימות הרבה דתות ביניים, שנמצאות בדרגות שונות של היכרות עם התורה הקדושה; מכאן נובעים ההבדלים ביניהן.

את הכאב.

שבוע עבר. לא היה מי שינחם אותי במצבי. פרט לפעם אחת שבני הבכור הגיע לבקר, הרגשתי בודדה ועזובה, מסכנה ואומללה. כשהשתחררתי מבית החולים, הבטתי באנשים החולפים, בנשים היוצאות עם התינוקות שלהן, עמוסות במתנות ובבלונים, עטופות בחיבוקים ובאהבה של המשפחה - ורק אני יושבת לבד בלובי, מחכה, ואיש אינו בא אפילו לקחת אותי הביתה.

•••

השבועות הראשונים עברו עליי בכאב נורא. הרגשתי שעולמי חרב. חשתי בדידות. שמחת החיים הייתה ממני והלאה. הייתי יורדת עם בני לפארק, וחברות היו אומרות לי: "מזל טוב" ו"איפה התינוק?".

הייתי נחנקת, מסוחררת. רציתי לברוח, ניסיתי לחייך. לא ממש הצלחתי. מאדם מלא שמחת חיים ומרץ, הרגשתי שהכול אפל ושחור. אפילו בני היה מרגיש אותי כשהייתי עצובה. הוא היה מניח את ראשו על ברכי, והייתי נמסה ובוכה.

•••

באחד הימים חמותי התקשרה ואמרה שנבוא לסעוד יחד. אמרתי לבעלי שאיני מעוניינת לבוא, כי אני רוצה שקט ואין לי כוחות לדבר עם אנשים. חמותי התרגזה. "נמאס לי ממנה. היא תינוקת וקטנונית. מה יש? מזמינים אותה - שתבוא! אני לא מבינה איזו אישה לקחת, לא רוצה לדבר איתה", וסגרה את הטלפון.

הייתי המומה. עברתי חוויה נוראה ואני צריכה להתאושש, והיא באה ואומרת שאני תינוקת? איפה הרגש שלה?

החלטתי שגם אני לא רוצה לדבר עם אישה חסרת רגש והבנה לזולת. וכאן התנתק הקשר. לי הניתוק הזה עשה ממש טוב. לבעלי, כמובן, פחות, אבל הוא הבין את מצבי והתחשב. בעלי נאלץ לשמוע מהדודים שלו שיש לי בעיות נפשיות, ובגלל זה אני מתנהגת בצורה מזוהה. הוא היה לוקח את הילד ונוסע לשבתות, ואני הייתי נשארת לבד אצל הורי.

הוא היה חוזר מוסת לגמרי ובקושי מדבר איתי. הבנתי שמילאו אותו בטענות נגדי ושעובר עליי משהו.

לפעמים הייתי סקרנית לדעת מה הם דיברו עלי. זו הייתה טעות גדולה, כי כשהייתי לוחצת הוא היה מספר, וזה גרם לפיצוצים בינינו, כך שהיינו יכולים להיות בנתק של שבוע ויותר. הוא ביקש שיותר לא אשאל, על מנת לשמור על עצמנו.

המשך וסיים - בשבוע הבא.

לרכישת ספרו החדש של חיים ולדר "אנשים מספרים על עצמם 1 ו" ושאר ספריו לילדים, מבוגרים ונוער, חייגו להיברות שופר: 099-073-222-12-50 או באתר shops.hidabroot.org

נוהג להזכיר לי כמה הוריו צדקו. הקשר בינינו לא נבנה על מי מנוחות. היינו רחוקים מאוד אחד מהשני. לא סמכתי עליו. הרגשתי שהוא מצדד בהוריו ולא בי. במקום שהעץ יגדל ויפרח, הוא היה כבר משורשו רקוב וחלש. הילד גדל, ומפעם לפעם היינו משאירים אותו אצל חמותי. כשהיינו חוזרים לקחת אותו, הוא היה לבוש בבגדים אחרים. "הבגדים שאת מלבישה לא הולמים! הנכדים שלי לא יתלבשו ככה. אני הייתי מלבישה את אלי עם חליפות בורדו ופפיונים. הוא היה ילד מטיפח ומסודר".

•••

חיינו המשיכו להתנהל כביכול בשקט, אבל אני רותחת מבפנים ולא מגיבה, והם בשלהם - מנהלים את חיינו ודואגים לשגר עקיצות כמה אני לא בסדר.

ומה עם בעלי? כנראה היה לו טוב עם זה. הוא לא היה מודע אפילו לנזק שיכול להיגרם מדיבורים אלו.

לאחר מספר חודשים שוב התבשרתי בבשורות טובות. השמחה הייתה מהולה בעצב. הרגשתי שבעלי אינו מבין מה אני עוברת עם חמותי. הייתי בוכה המון ולא ידעתי מה אני אמורה לעשות.

לאחר מספר חודשים, בעלי אמר לי מספר פעמים שהוריו רוצים לדבר איתנו. לא הסכמתי, בטענה שאני רוצה להישאר רגועה ולא להיכנס ללחץ, כי אסור שלחץ הדם יעלה. ומלבד זאת, אין לי מה לדבר איתם.

הוא היה לוחץ עליי מדי יום ואינו מרפה, שהוריו משגעים אותו שנבוא.

"תדע שאני פוחדת שיקרה משהו לתינוק", אמרתי לו. ובכל זאת נכנעתי והלכתי ל"אסיפת ההורים", שידעתי היטב למה היא תוביל.

•••

בלב כבד יצאנו לבית הוריו. מצאתי את עצמי יושבת מסביב לשולחן שבו מתנהל מעין דיון משטרתי. כך החלה האסיפה עם הטחת ביקורת והערות על כך שאיני שוטפת כלים ולא מספיק מכבדת.

בעלי שתק ורק הנהן בראשו לאות הסכמה. ידי החלו לרעוד. הרגשתי סחרחורת. לא הייתי מוכנה לזה ולא שיערתי שבעלי, האיש שאמור להגן עליי, דווקא הוא אינו לצדי.

מעולם לא הרגשתי גרוע כל-כך. כשחזרנו הביתה, אמרתי לאלי כמה אני מאוכזבת. "ציפיתי שתגן עליי. גם אם אני לא צודקת כל-כך, לפחות ליד ההורים שלך תראה לי שאתה תומך בי".

יומיים לאחר האסיפה הלכתי לבדיקות שגרתיות, ולפתע אובחן שמשוה לא כשורה.

לא ארחיב יותר מדי, רק אומר שלאחר חודש של בדיקות ופחדים איבדתי את התינוק שלי. זה קרה בבית חולים בתהליך קואב ונורא.

לאחר מכן הועברתי בחזרה למחלקה ונרדמתי. אמי ישבה לצדי כל הלילה, מלטפת את ידי וכואבת

”
עם מסיכה
אי אפשר להסתיר
את הרגשות בפנים!



עם מסיכה
אמנם אפשר מעט
להסתיר את הפנים

מרגישים מתת, חרדה,
דיכאון, לחץ נפשי?

נפסי בשאלתי
מומחים לטיפול נפשי
ע"י ערכי היהדות!

אנו כאן עבורכם | פנו אלינו
073-333-3331
sarap@htv.co.il
- סודיות מובטחת -

מענה טלפוני ראשוני ללא עלות | פגישות הייעוץ כרוכות בתשלום

כיצד משפיע לימוד התורה על האדם, על ישראל ועל העולם? 6 נקודות

בעת לימוד בתורה קונה לעצמו היהודי אוצרות נצח שיעמדו לזכותו הן בעולם הזה והן בעולם הבא

של חסד
כמו כן, בעת הלימוד שורה על האדם השכינה (ברכות ו, א'). וכן, יהודי הלומד בלילה משוך עליו חוט של חסד (חגיגה יב, ב'). וכן נאמר כי בית שנשמעים בו דברי תורה בלילה אינו חרב (עירובין יח, ב').

5. התורה מעניקה שמירה והגנה ללומדיה
התורה יוצרת שמירה והגנה על האדם ועל אומת ישראל בכללה.

אמרו חז"ל: "תורה מגנא ומצלא" (מסכת סוטה, דף כא, עמ' א'), וכן לשון המדרש: "כשהם עוסקים בתורה אין כל אומה שולטת בהם" (מדרש "בין מים למים" - בתי מדרשות חלק ב').

כמו כן, כותב ה"העמק דבר": "עסק התורה הוא נקרא חרב, כמבואר על הפסוק "חגור חרבך על ירך" (מסכת שבת, דף ס. ד) ... והנה כמו חרב הוא בא לשמור מאדם המזיק, כך כוח התורה הוא משמר מכל רע" (העמק דבר, בראשית, פרק כ"ו, פסוק ה').

וכן אומר דוד המלך: "עומדות היו רגלינו בשעריך ירושלים" (תהלים, קכ"ב, ב'), ומבואר כי הכוונה שבזכות לימוד ועסק התורה שהייתה ירושלים מלאה בה - נצחו הם במלחמה.

6. לימוד התורה הוא המקיים את העולם
לימוד התורה הוא למעשה תכלית הבריאה, כפי שמביאים חז"ל: "התנה הקב"ה עם מעשה בראשית: אם ישראל מקבלים את התורה - אתם מתקיימין, ואם לאו - אני מחזיר אתכם לתוהו ובוהו" (מסכת שבת, דף פח, עמ' א'). כלומר, לימוד התורה בכל עת הוא המקיים את הבריאה עצמה ואילולא זאת - לא יהיה קיום לבריאה.

והנה לשון רבי חיים מוולוז'ין בספרו "נפש החיים" (עמ' רכ"ז): "והאמת בלי שום ספק כלל, שאם היה העולם כולו מקצה עד קצה פנוי חס ושלוש אף רגע אחד ממש מעסק והתבוננות שלנו בתורה, ברגע היו נחרבים כל העולמות, עליונים ותחתונים, והיו לאפס ותהו חס ושלוש".

על הניסיונות שאותם הוא מעמיד בפני האדם היא ע"י התורה שבכוחה ניתן לנצחו ולהתאזר בתעצומות כנגדו.

3. ברכות וטובות גדולות מגיעות על האדם הלומד תורה לשם שמים



הלומד תורה לשמה זוכה לאריכות ימים, לעושר, לכבוד, לברכה ולהצלחה. וכן זוכה הוא לחיי עולם הזה ולחיי עולם הבא. עוד זוכה בעת חוליו לרפואת הגוף, כיוון שהתורה מהווה מרפא (מסכת אבות פרק ו', משנה א' ו-ז').

4. לומדי התורה זוכים להשראת השכינה ולחוט

1. לימוד התורה מזכך את נפשו ואת מידותיו של האדם

התורה נמצאת ברמה הרוחנית הגבוהה ביותר בבריאה עצמה. האדם הלומד בה מושפע מהארתה ומאורה הגדול הנמשך ממנה אל נשמתו, ובכך מתנקה הוא ממידותיו הרעות, נעשה זך וטהור ומתעלה רוחנית.

והנה לשון הרמח"ל בספרו "דרך עץ החיים": "התורה הנה קודש ה', אשר לה מציאות גבוהה בגבהי מרומים. וכאשר יעסוק בה האדם למטה - אור היא אשר תאיר בנשמתו להגיע אותו אל גנזי מרומים, גנזי הבורא יתברך שמו, בדרך הארה ופעולה חזקה אשר היא פועלת בה... ובהיכנסה בנשמה יכנס אור בה".

2. התורה מגנה ומצלה על האדם מפני החטא

אמרו חז"ל: "בראתי יצר הרע, בראתי לו תורה תבלין" (מסכת קידושין, דף ל, עמוד ב'). כלומר, מטרת יצר הרע הוא להפיל את האדם בחטאים ובעוונות, והדרך להתגבר



רגע למחשבה

אמרות

99 "שבת מעין עולם הבא" - שבת היא המעיין שממנו שואבים עולם הבא. (רבי אהרן מקרלין)

97 כל מצווה מתקנת איבר אחד של האדם. השבת - מתקנת את כל הגוף. (רבי אריה לייב מגור)

חידה

בארון הנעלים

בארון נעליים ישנם 5 זוגות של נעליים שחורות, 5 זוגות של נעליים כחולות, ו-5 זוגות של נעליים לבנות. כל הנעליים מעורבות יחד, ואינן מסודרות בזוגות. בהנחה שהחדר חשוך - כמה נעליים בודדות יש להוציא מהארון, כדי לקבל בוודאות זוג נעליים אחד בעל צבע זהה?

פתרון החידה מפרשת חיי שרה:

התפילה היא התחנן הארוך, אותו אמרים בימי שני וחמישי: "מרעש ומרוגו הצילנו". רעש" הוא רעידת אדמה.

הידברות שלום, במה נוכל לעזור?

מזכירות הידברות 03-6166614

יעוץ למתחזקים בתחילת הדרך 03-6106061

יועצים לשלום בית 073-2224310

יעוץ לנשים בנושא טהרת המשפחה 02-6304522

הזמנת חוגי בית / הפרשת חלה (בחינם) 073-2224290

תמיכה וסיוע לנשים בהריון 052-9551591

דיווח וסיוע במקרי התבוללות 052-9554594

הזמנת הרב בצרי לערב בביתכם (בחינם) 073-2224240

סדנאות בית הידברות 073-2224300/374

הידברות שופש (מכירות) 073-2224250

מנוי להפצת עלון השבת 073-2224388

נפשי בשאלתי 073-3333334

מיזם צופיה 073-3333333

לקבלת 2 הלכות ביום, בוטסאפ או במייל
hidabroot.org.vp4.me/2halachot



זה הזמן שלך להתקדם בחיים! בעז"ה



ועכשיו גם בזום!
לקבלת הכנית הלימודיים הקדימו והתקשרו:
073-222-1280

הקורס אי"ה יתיקיים בשיטת לימוד מרוחק, וכן יתכנו ממגשים פרונטליים בבית הידברות בהנחיית מלאה עב"י הוראות משרד הבריאות

החל מ'ו' טבת 21.12.2020 | שעות: 19:00 - 22:00 | ימי שני

זו ההזדמנות שלך

למנף את הכישורים שלך!

יש לך יכולת הקשבה? כולם מבקשים עצה ממך? היית רוצה להתמקצע ולהרוויח מזה?

הידברות מזמינה אותך לקורס בנושא מרתק **יסודות הפסיכותרפיה** בראי היהדות

בהנחיית הרב אייל אונגר ראש מרכז הישגים הנושאים הנלמדים: זהות האדם וההשפעה על חייו | אמנות המחשבות | עיוותי חשיבה ואמונות מגבילות | כעסים ומתחים | התמכרויות | פרמקציוניזם רדיפת השלימות | התמודדות עם לחץ חברתי | דיכאון, דאגות, חרדות | ועוד

הקורס יתקיים בשיטת לימוד מרוחק, וכן יתכנו ממגשים פרונטליים בבית הידברות בהנחיית מלאה עב"י הוראות משרד הבריאות

כל שאלה הלכתית שהייתה לי - שאלתי אותו, והוא עזר לי מאוד להתחזק."

לפעמים חלומות מתגשמים?

"בתקופה היא היא היה לי עסק פרטי בתוך העסק של אחי, עבדתי המון, הרווחתי טוב, אבל סדר היום שלי היה מבובל מאוד. חשבתי איך אוכל לסדר לעצמי את היום, והבנתי שאם אקבל עלי תפילות, שחרית מנחה וערבית, זה יסדר לי את היום. הייתי קם לשחרית, אוכל, רואה שיעור ויוצא לעבוד בעשר. בשעות האלה גם לא היו פקקים, עבדתי רק ארבע שעות ביום כדי לחזור למנחה בזמן, ולהפתעתי ראיתי שאני מרוויח פי שלושה ממה שהרווחתי לפני שקיבלתי על עצמי תפילות.

"והנה, באחד הבקרים התעוררתי, ושוב, כמו שקרה לי אחרי החלום שבו הרגשתי שאני מת, לא הרגשתי את היד. הבנתי שאין עוד זמן למרוח, שאני רוצה להתחזק, וידעתי שכדי לעשות את המהלך אני צריך לחזור לארץ. פשוט עזבתי את כל מה שהיה לי בארה"ב - רכב, דירה, עבודה והכנסה מצוינת, ועליתי על מטוס חזרה לישראל. "הייתי אז בן 32, זה גיל שלא פשוט להיכנס בו לישיבה. חיפשתי באינטרנט ישיבות לבעלי תשובה, ונתקלתי בטבלה של ישיבות לבעלי תשובה. בטבלה ראיתי שהישיבה לבעלי תשובה ב'תורת החיים' יכולה להתאים לחבר'ה בגילי, אז רשמתי את השם שלה על פתק והכנסתי לכיס. בתחתית הטבלה היה רשום מספר הטלפון של האדם שריכז את כל הישיבות בטבלה, התקשרתי אליו כדי להתייעץ, והוא ביקש להיפגש איתי. נסעתי אליו מקרית שמונה ונפגשנו בבני ברק, ספרתי לו על עצמי, והוא אמר לי שיש ישיבת תורת החיים מאוד יכולה להתאים לי. הוצאתי את הפתק מהכיס, ראיתי שגם אני כתבתי את שמה, הרגשתי שזה המקום עבורי.

"מאז, ברוך ה', אני חזק בפנים. החיים שלי השתנו לחלוטין. תודה לה' התפתחתי מאז, ולמדתי המון. אחת המסקנות העיקריות שאליהן הגעתי היא שאין מה לחפש בחוץ, כי הכל כתוב אצלנו בתורה. מאז ועד עכשיו זכיתי לעבור צד, ומהחטאת הרבים זכיתי להפיק מאות סרטוני חיזוק של רבנים שחזקו מאות אלפי אנשים, ואני גם מצלם את עצמי ומפיק לעצמי סרטוני חיזוק ומוטיבציה. בנוסף לכך, סימתי לאחרונה לכתוב ספר שבע"ה יצא לאור בקרוב.

"כיום אני עוסק במספר דברים, וביניהם הפקת תוכן ושיווק דיגיטלי מקצועי שמתבטא בצילום ועריכת וידאו, עריכה והפקת סאונד, עיצוב גרפי, אנימציה ומיתוג. בנוסף לכך, אני עוסק ביעוץ אסטרטגי עסקי, אימון לפיתוח האישיות ושיווק נדל"ן. ומעל כל זאת, החלום האמיתי היה, עדיין, וישאר לנצח - לעשות מוזיקה. אני מייחל ליום שבו הקב"ה יזכה אותי למצוא את השותף המתאים כדי שאוכל לחזור ולעשות מוזיקה, רק שהפעם, בע"ה, אעשה זאת בקדושה."

האמן אייל שטרית: "קיבלתי על עצמי תפילות, ולהפתעתי התחלתי להרוויח פי שלושה"

אייל שטרית מספר בראיון על תשובת המשקל אותה עשה בעקבות המסיבות הרבות בהן תיקלט

נעים להכיר

"איל שטרית, 38, נשוי ואב לשתיים, מתגורר בחריש. עוסק בהפקת תוכן ושיווק דיגיטלי מקצועי, ייעוץ אסטרטגי עסקי, אימון אישי ושיווק נדל"ן. אך עם כל זה - החלום הגדול שלי הוא לחזור לכתוב, להפיק ולנגן מוזיקה. רק שהפעם בקדושה."

פועל במה

"נולדתי למשפחה מרוקאית מסורתית בקריית שמונה, חמישה אחים ואחות, אבא עבד בכיבוי אש, אמא במכללת תל חי.

"את רוב הידע שלי השגתי לבד. כשהייתי בן 15, הצטרפתי לצוות אירועים שנתן שירותים למלון בקיבוץ הגושרים בתור סבל של ציוד הגברה, ולאט לאט התחלתי להשתלב בתור תקליטן קריוקי. אחרי תקופה לא ארוכה הצוות התחיל לעבוד במקומות נוספים, והמשכתי איתם הלאה. "ככה לאט לאט התחילו להכיר אותי בתור תקליטן, ויותר ויותר הזמינו אותי לתקלט בכל מיני מקומות. לאחר תקופה לא ארוכה כ-DJ, הרגשתי שמתחיל להימאס לי לנגן רק מוזיקה של אחרים, אז התחלתי להתנסות ביצירת מוזיקה."

15 שעות ביממה

"העמקתי עוד ועוד בעולם המוזיקה, למדתי המון, ונפתחו בפני עולמות שלמים. בשלב מסוים החלטתי לעזוב את אילת, וחזרתי לקרית שמונה. ניהלתי אולפן הקלטות, חדרי חזרות והעברתי שיעורים בהפקת מוזיקה אלקטרונית, אבל בשום אופן לא הפסקתי ליצור. ישבתי 15 שעות בממוצע ביום מול המחשב. בסופו של דבר ההצלחה הגיעה, ויצרתי טראק שהוחתם בחברת התקליטים של DJ מפורסם ושוחרר באלבום שהם הפיקו. מאותה הנקודה מצאתי את עצמי מנגן בהפקות גדולות מאוד, לפעמים גם מול 5,000 איש ויותר, מתארח בתוכניות רדיו ומתרוועע עם השמות החמים בעולם המוזיקה האלקטרונית."

פחד מוות

"בין כל הדברים הללו, כשהייתי בן 24 קרה לי מקרה מוזר מאוד, שבסופו של דבר סגר לי מעגל. באחד מימי חמישי הלכתי לישון, ורגע לפני היקיצה חלמתי חלום מוחשי מאוד, שארך שלוש

שניות בדיוק. חלמתי שאני שוכב בחדר חשוך ללא חלונות, מסובב את הראש לכיוון הדלת, ורואה דמות עם מזוודה ביד. הדמות נראתה גדולה, בגודל של הדלת, והייתה לה מצנפת בד על הראש, אז לא יכולתי לראות את הפנים. ברגעים האלה, אני לא יכול להסביר את זה, אבל איך שראיתי את הדמות הזאת הרגשתי שאני מת במקום. התעוררתי בבהלה, ותחושת המוות עדיין הייתה שם. פחדתי מאוד, וממש בכיתי כמו תינוק. ניסיתי לקום, ושמתי לב שאין לי תחושה ביד. היד לא הייתה רדומה, ובכל זאת אני הרגשתי אותה כמו אבן. וזו רק ההתחלה של הדברים המוזרים שקרו לי בסוף השבוע הזה: הרגשתי שוב תחושה מוחשית שאני מת. מה שקרה לי עורר אותי למחשבות, וגרם לי להרגיש שפספסתי את החיים שלי עד כה. הרגשתי שכביכול לא עשיתי כלום בחיים, אז החלטתי לטוס לאחי שגר בארה"ב, כדי לפתוח דף חדש ולהתחיל לחיות."

טוב שכן קרוב

"אחרי זמן מה חזרתי לארץ, ואחר כך טסתי שוב לחו"ל. בתקופה היא התחלתי להתחזק לאט לאט במצוות. כבר בפעם הראשונה שהייתי בארה"ב, כיהודי שרחוק מיהדותו לגמרי, שמעתי באופן קבוע שיעורים של הרב זמיר כהן ושל רבנים נוספים, כי זה חיזק אותי מאוד ועזר לי לראות סיטואציות בחיים באור נכון. ראיתי שיש המון חוכמה ביהדות, וזה משך אותי. אבל בפעם השנייה שהייתי שם, פתאום בער בי רצון חזק להתחזק. אני אפילו לא יודע איך להסביר את זה. מבחינה מסוימת, זה גם היה קל יותר. למשל, שמירת שבת הפכה פתאום נוחה יותר, כי גם ביום ראשון היה חופש, אז החלטתי לשמור שבת, ובראשון לטייל. הדברים הראשונים שקיבלתי על עצמי היו תפילין, שבת וברכת המזון.

"גרתי אצל אחי. הם לא שמרו שבת וזה לא היה פשוט, אז לאחר כמה חודשים חיפשתי דירה להשכיר, וגם זה היה בהשגחה פרטית נפלאה. חיפשתי דירה באזור שבו אחי גר, כדי שנהיה קרובים, ומכל האזור הענק שבו הם גרו מצאתי דירה ממש במרחק הליכה לאחי, וכך יכולתי להתארח אצלם בערבי שבת בלי לחלל את השבת. בנוסף, השכן בדלת מולי היה תלמיד חכם גדול.

הגדלה לקוחות - עלון השבת של הידרות מוכח כמושך לקוחות! ולאחר שמוציאים אותו אצלך בעסק, חוזרים וגם מממשים הנייה.

סוגלה לנשכני - הפצת היהדות שתיכנס לעסק שלך, בע"ה בע"ה תביא את הברכה עמה, הן במישור הרוחני והן בעסקי.

בעל עסק ?
יש לנו הצעה מעניינת עבורך עם סוגלה ששודבתי

זואים ברכה חשבת אחת לנשייה, ובע"ה... בעקבות התיקוש, מבקשים להגדיל את כמות ההפצה :

מקבלים 50 עלונים לכל שבת עם שליח עד בית העסק

מחקרים וחבקים להצטרף לנבחרת מפיצי עלוני הידרות לעסק

אז איך מרוויחים ?

הזמינו חמסי מעשר והשליח בדרך אליכם... 073-222-1-388

עונג שבת זו המתנה שלך לפרנסה בשפע!

חודש ראשון ללא תשלום!

כי כשמוכים את הרבים, מכניסים את הברכה לעסק וגם מרוויחים - בדוק!

הצעה הינה להפיצי עלוני השבת בחבקים, ולא לפרסום העסק בעלון



ממשרד יוקרתי לדירה פשוטה ובני ברק: מעצבת הלוגו של הידברות מספרת

מסתבר שלא רק ארגון הידברות מקרב אנשים בעמ"ה, אלא אפילו הלוגו שלו זכה להיות שליו טוב לתהליך של תשובה. מירב בר-לב, מעצבת גרפית במקצועה, מספרת על הדרך שעברה עד שהגיעה לעיצוב חבילת הטלוויזיה של הערוץ, ועל העולם החדש שנפתח לה בעקבות כך

הכבוד, ואילו לו חשוב - שבן הגבירה יראה טוב לא פחות, ויקבל גם הוא כבוד. הבנתי מאוד את הצורך לעשות זאת, כי אי אפשר להנחיל ערכים עם עטיפה לא מושכת, לאנשים שגדלו בעולם בו החיצוניות תופסת מקום חשוב כל כך. כיום, בכל הפרסומות עוברים על הדמויות עם כל תוכנות העיצוב האפשריות, עד שהן נראות כמו מיליון דולר. היה לי חשוב לקחת את כל הכלים האלה לטובת האמת".

מירב עברה לעבוד בהידברות, בדירה הכל כך לא מעוצבת בבני ברק. "ההתמודדות עם הרחוב החרדי לא היתה לי פשוטה, הייתי רגילה למסעדות יוקרה מתחת למשרד, ופתאום יש למטה רק קוגל", היא מספרת בחיך. "בנוסף, היה סביבי צוות חרדי, שהגיע מעולם שונה כל כך. אבל ידעתי ליהנות מהיתרונות של סביבת העבודה הנקייה, ומהאתגר שבעיצוב והלוגו ושאר הצרכים הגרפיים של הידברות. האריזה שהכניתי הוחלפה בשלב מאוחר יותר, אבל הלוגו נשאר עד היום, וזו התרומה שלי לארגון".

עבודתה של מירב בערוץ נמשכה רק חודשים ספורים. "הארגון היה אז במלחמת הישרדות על כל שקל, ולבסוף הבינו שאין הצדקה למשכורת הגדולה שקיבלתי. בכל אופן, אני מצדי שמחתי על כך שהמקום הזה היווה עבורי קרש קפיצה, ומשם התחלתי לעבוד כעצמאית עם אנשים המייצגים ערכים כלבבי. זכיתי לעבוד עם מרכזי קירוב, וראיתי שליחות גדולה ביצירת עטיפה חיצונית יפה לעבודה החשובה שלהם. אחר כך הגיעו עיצובים של דיסקים לאמנים שונים, כמו אהרון רזאל, יצחק מאיר ועוד, וכבר 3 שנים שאני זוכה לאייר את הכריכה ליומן של הרבנית ימימה מזרחי".

אגב, מה היתה המחשבה סביב עיצוב הלוגו של הידברות?

"היו כמה וכמה ניסיונות עד שהגענו אליו. חיפשנו משהו שיהיה מצד אחד עכשווי ואופנתי, באופן שיתפס את העין, ומצד שני שיהיה גם נצחי. לכן מגן דוד הוא לב לבו של הלוגו, והצבעים מייצגים את העושר של התורה, וגם את הגוונים הרבים בעם ישראל, שמתאחדים כולם סביב האמת. "אני מאושרת על כך שזכיתי להגיע לנישה שלי, לעטר ולפאר תכנים שקשורים בעולם התורה", אומרת מירב. "אני קמה בכל יום ומודה לה' שגלגל כך את הדברים, וכיום מבינה שלא לחינם הוא שלח אותי לחברת הפרסום בה למדתי את סודות המקצוע, ושכל זה היה כדי שאוכל להשתמש בידע הזה לטובת האמת. המעבר שלי בין העולמות לא נעשה בצורה קיצונית, אלא באופן איטי והדרגתי, ואף על פי שזה היה נראה לי בלתי אפשרי, האמונה בייעוד שלי והחתיירה למה שבאמת ממלא אותי, הם אלה שנתנו לי את הכוח להמשיך. משהו פנימי בתוכי חתר כל הזמן קדימה, וראיתי איך הקב"ה פותח לי פתחים לאורך כל הדרך הזו. לפני 15 שנים, כשנכנסתי לעולם היהודי, התכנים היהודיים נראו הרבה פחות יפים מבחוץ, ואילו כיום הכל מונגש טוב יותר ברמה הוויזואלית, וזו מהפכה שיש לה חשיבות גדולה".

הראשונה בחיי למדתי שראש השנה הוא הרבה יותר מתפוח דבש, והוקסמתי מהעומק האינסופי של היהדות. בהמשך התחלתי ללכת לשיעורי תורה בניו יורק, בהם גיליתי עולם שלם. "כשחזרתי ארצה, התחלתי ללכת, בין השאר, לשיעורים של הרב פנגר במרכז קטן בתל אביב. לשיעורים האלה היו מגיעים בכל פעם רק ארבעה אנשים, אבל למרות זאת הרב, שעדיין לא היה מוכר אז, נסע בכל שבוע עד אלינו, וגם שם בהם את כל הלב והנשמה. הוא ענה לכל השאלות שלי, פירק אחת לאחת את התפיסות שגדלתי עליהן, והיה שם גם מול השאלות הקשות שעלו לי. כך, עם הזמן, המחסומים שלי ירדו, והלב - שהרגיש כבר קודם לכן שזהו הדבר הנכון, קיבל את האמת".



מחיצוניות לתוכן פנימי

מירב חזרה לעבוד באותו משרד פרסום בו עבדה קודם, אך אי אפשר היה להתעלם מהשינוי שחל בה ורגילה הוליוו היא לבית המדרש מעצמן. "הגעתי למדרשת 'נתיב בינה' בירושלים, הפעם מתוך ידיעה שאני כבר בתחילתו של תהליך חזרה בתשובה. בפעם הראשונה בה הגעתי לבקר במקום, היה ברור לי שאני לא נכנסת אליו יותר. שוב צרם לי הנושא האסתטי, ושכונה חרדית, עם כל הבימבות בכניסות הבניינים, הרתיעה אותי קשות... אלא שבדיקו אז פגשתי במדרשה חברה מתל אביב, והופתעתי לראות אותה עומדת לפני דתיה למהדרין. ברגע שראיתי אותה הבנתי שאם היא שם - גם אני יכולה, וכך התחלתי תקופה של חיים כפולים - פעם בשבוע במדרשה בירושלים, ובשאר הזמן במשרד הפרסום בתל אביב".

איך בסוף קרה השינוי?

"הטוויסט בכל העלילה הזו הגיע משמיים, בדיוק אחרי שנסעתי להתפלל בציון רבי נחמן באומן, ופתאום ראיתי סיעתא דשמיא אדירה. איכשהו, שמעו עלי בהידברות, ואני הגעתי לראיון במשרדי הארגון, שהיו אז בדירה קטנה ברחוב רבי עקיבא בבני ברק. עצם הכניסה לעיר הזו הכניסה אותי להלם, וכך גם הדירה הפשוטה אליה הגעתי, אחרי שהתרגלתי למשרדים יוקרתיים, עליהם עמלו מיטב המעצבים. במהלך הראיון נכנס הרב זמיר כהן לחדר, והיה חשוב לו לומר דבר מסוים. הוא אמר שבעולם שלנו, בן השפחה הוא זה שנראה טוב ברמה החיצונית, והוא גם זה שמקבל את כל

! ערוץ הידברות היה בשלבי הקמה, והם היו זקוקים לחבילת עיצוב מתאימה עבורו, מספרת מירב בר-לב, מעצבת גרפית ומאירת במקצועה. "רציתי מאוד לעבוד במקום כזה, שעוסק בתוכן טוב באמת, וכך הגעתי ממשרדי החברה היפים והמעוצבים שהורגלתי בהם, לראיון עבודה במשרדי הארגון, ששוכנו אז בדירה קטנה בבני ברק. כיוון שאסטטיקה תפסה מקום חשוב בעולמי, הזדעזעתי מהפשוטות והצפיפות של הרחוב הבני ברק. לא האמנתי שאוכל לעבוד במקום כזה, אבל הבנתי שזו הזדמנות של פעם בחיים, כי אחרת יכול להיות שאשאר לנצח בעולם החלול שבאתי ממנו". מאז עברו 15 שנה, וחבילת הגרפיקה שעיצבה מירב לערוץ כבר עברה ריענון והחלפה, אבל הלוגו של הארגון, פרי ידה המוכשרת, מלווה אותו עד היום.

כל כך מצליחים וכל כך לא מאושרים

מירב נולדה בתל אביב לפני 43 שנים, למשפחה שלא הכירה כמעט דבר מהיהדות. "לא ידעתי אפילו מה זה קידוש בשבת", היא אומרת. "כשבגרתי, פניתי ללימודי עיצוב ואוויר, ובסופם התקבלתי לעבודה באחת מחברות הפרסום הגדולות בארץ. עבדנו שם עם הלקוחות הכי גדולים, כמו 'תנובה' ו'שטרואס', והמקום עצמו היה מתגמל מאוד מבחינת המשכורת והתנאים. אלא שעם כל זאת, היה לי שם קשה מאוד. הרגשתי שאני מבוזבת את זמני וכשרוני על דברים לא חשובים ומשתפת פעולה עם שקרים שיווקיים, ולכן תחושת הריקנות בתוכי רק הלכה וגדלה. בזמן ששאר העובדים סביבי נהנו מההצלחה, אני הייתי בודדה בתחושותיי, ולכן אחרי 6 שנות עבודה במקום, הבנתי שעלי לעשות שינוי".

בחיפוש אחר המילוי הפנימי שחלמה עליו, עברה מירב לניו יורק. "אף על פי שלעיר הזו יש הרבה להציע בתחום הגשמי, התקופה שעברתי שם היתה עבורי מטלטלת מאוד. ראיתי מעצבים בתחום שלי שהגשימו את כל חלומות ההצלחה, אבל לא קשה היה לפספס את העובדה שהם פשוט לא מאושרים. יתכן שאנשים חווים את ניו יורק אחרת ממני, אבל ה' תכנן את זה כך שזו תהיה ההרגשה שלי במקום, ומתוך כך התגבשה בתוכי הבנה עמוקה שאני לא שייכת לשם ולא רוצה להמשיך לחיות את חיי ככה. בהשגחה פרטית ממש, פגשתי באותו זמן כמה חסידי חב"ד. זה היה בחודש אלול, ובפעם

תעשי השתדלות לערב רוחני, ובע"ה זהו לך בשורות טובות!



בחי את מייטב רבנית הידברות לערב תפילות והתחזקות, חודיה, שירה והעצמה, הפרשת חלה, תכונן שערב זה יהיה לי שונה שאת מתפללת עליה, ובע"ה תראי כי מובני-י-נ 8,000 נשים ואנשים מעידות שנותנו בס"ד מעל המבעה!!!

אלך ככית ללא שות
עפ"י תקנות משרד הבריאות
073-222-12-90

הרבנית
שושנה
מרכז הרבנית

האבות הקהל
נתן
בן ארי

הרבנית
חגית
שירה

המחבר
דיוטל
צדוק

המחבר
לינך
בן סימון

חמרת
אוריין
יסכה שבת

מחברת
מלכה
מבן

מחברת
אורנה
שינו



חידוד בנועם

הרב ראובן זכאים

המדור בחסות

נעם
זורם ברגע אחד

שאלה בנועם



ר' חיים תבלינסקי מב"ב יגע על השאלה הקודמת, ומצא שמותר לתת תבלינים על תבשיל שכבר נמוז לכלי שני. בא לתבל את הביצה ותפוחי האדמה שבצלחתו בפלפל שחור, אלא שהרב חסידה, המארת, עצר בעדו: "שבת! שבת! אתה מבשל את התבלין". תבלינסקי המפולפל התווכח עמו. נסו להכריע ביניהם.

הגרלה!

בין הפותרים נכונה

מכונת קפה איכותית!

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

תשובה לשאלה מפרשת וירא:

תשובה: מלח **מבושל** (ורוב המלח בזמנינו עובר תהליך זיקוק, ונחשב כמלח מבושל) מותר ליתנו בתבשיל אפילו בכלי ראשון שהיד סולדת בו, אך **דווקא לאחר שהעבירוהו מעל האש**, ואין בזה משום ביטול, בגלל תכונתו הייחודית של המלח. אבל אסור ליתן מלח על תבשיל שנמצא **על האש**, גם אם המלח מבושל, כאמור, כיון ש"נראה כמבושל". אך אם התבשיל שווה על פלטה ולא על האש, מותר מעיקר הדין להוסיף מלח, כי אין בו משום נראה כמבושל (ילקו"י שבת ג' עמוד רכ"ז). וראה הליכות עולם ח"ד עמ' כ"ח. הדין לגבי מלח שאינו מבושל, עיי' שם).



המיניבר המהדר
לשבת

להזמנות:
***8510**

כשיש נועם 1, אין שאלות!



פרקי אבות

הרב זמיר כהן

הרחק משכן רע

קטעים מתוך ספרו של הרב זמיר כהן על פרקי אבות. והפעם: פרק א', משנה ז'

המתעוררים אל מול דפוסי ההתנהגות של השכן הרע כלפי בני המשפחה וכלפי הסביבה.

"נתאי הארבלִי אומר: הרחק משכן רע, ואל תתחבר לרשע, ואל תתיאש מן הפורקנות" (אבות א', ז').



קירוב רחוקים

וְאֵל תִּתְחַבֵּר לְרָשָׁע – באבות דרבי נתן (פרק ט' משנה ד') מבואר, שאפילו למטרה טובה, כגון ללמוד תורה, אין להתחבר לרשע. כלומר, יש להבדיל בין קירוב הרשע לבין התחברות לרשע. שכן גם לאדם המוגדר רשע, טוב ונכון לסייע ולקרבו לתורה, אבל יש לשמור ממנו מרחק ולא להתחבר אליו, לבל ילמד ממעשיו. שהרי עלול הוא לרדת לאותה רמה של הרשע עצמו, ולהיכשל באותם דברים שהרשע נכשל בהם.

לכן להלן (משנה י"ב) נאמר: "הווי מתלמידי של אהרן, אוהב שלום ורודף שלום, אוהב את הבריות ומוקרבן לתורה". כלומר, הישאר בקומתך הרוחנית הגבוהה והושט לו יד לקרבו לתורה, אבל היזהר שאתה עצמך לא תיפול! סיוע וחיזוק הרשע בתורה ובמצוות, טוב ונכון, אבל **חיבור** לרשע מעמיד בסכנה את מדרגתך.

ואכן, זהו כלל גדול בקירוב רחוקים, שגם כאשר אדם מקרב את האחרים לתורה ומצוות, עליו לנקוט בצעדי שמירה והגנה שחלילה לא ירד הוא עצמו ברוחניותו עקב כך.

רע מול רשע

בשכן נקט התנא שכן "רע", ובחבר אמר ואל תתחבר ל"רשע".

אדם רע הוא אדם שלא נעים להיות בקרבתו, לפי שהוא רע לשמים ורע לבריות. ואילו רשע יכול להיות גם אדם חייך המתנהג כבן תרבות, אבל מלגלג על התורה ועל דברי חכמים. לפיכך לא היה צריך התנא להזהיר שלא להתחבר לאדם רע, לפי שגם ללא אזהרת התנא בודאי שכל אדם בר דעת לא יתחבר אליו. לכן אמר הרחק משכן "רע" – על אף שלא בחרת בו ויתכן שהוא בא אחר כך לגור במקום זה ונעשה שכנך. אבל הרשע עלול להטעות בחזותו בהיותו נראה בן תרבות, וההתחברות אליו מסוכנת מההיבט הרוחני. לפיכך הזהיר ואמר: ואל תתחבר ל"רשע".

מתוך ספרו החדש של הרב זמיר כהן פרקי אבות עם פירוש 'זר הדעת'. לרכישת הספר חייגו להידברות 073-222-1250 0900



נצפה לאחרונה

והשבוע, רפי סקי כותב: "הבן שלי נולד בשערי צדק בירושלים, ובמחלקה אחת היולדות הניחה לי על התינוק את העלון... מרגש ממש!". **גם אתם נתקלתם או הנחתם את עלוני הידברות במקום לא שגרתי? צלמו מזווית מעניינת, ושלחו אלינו למייל oneg.shabat@htv.co.il**



הידברות

צילדים

הלכות ברכות ג. יוני

תעלומת המכתבים המסתוריים (כ')

אוריאל ונחמיה רחלי דויד

בשבוע שעבר סיפרנו לכם איך סיפר אוריאל לשמואל על המכתבים

ואכן, הילד שישב מולם כיסה את פניו בכפות ידיו והתייפח מרה. "מה קרה?", נגשה אליו אמא ושאלה. "א... אבא שלי... אני דואג לו מאוד..." ייבב הילד. "הוא לא מרגיש טוב לאחרונה, וצריך כל מיני תרופות, ואמא שלי עובדת שעות נוספות במקומו כי הוא לא יכול ללכת לעבודה וצריך להרוויח כסף לכל מיני תרופות יקרות... אולי אפילו הרופא יאמר לו, לאבא שלי, שהוא זקוק לניתוח מסוכן... אני מפחד!", הילד פצח שוב בבכיות, ואמא נסתה להרגיעו. "אל תדאג, חמוד, יהיה בסדר... היום הרופאים מומחים כל כך, ומצליחים בעזרת השם לפתור את רוב הבעיות ולהתגבר על המון מחלות! הנה, לִבְּן שלי משעמם, אני אבקש ממנו להתפלל על אביך. תוכל לומר לי מה שמו של אבא, ושם אמו?"

"א... לאבא קוראים ולדימיר", אמר הילד בהיסוס.

"מזל שאמא נזכרה בתור לרופא העיניים", הרהר נחמיה בשעה שישב בחדר ההמתנה של מרפאת המומחים בפתח תקוה. "זהו תור שקבענו כבר לפני שלושה חודשים, ואילו הייתי מפסיד אותו הייתי צריך להמתין עוד שלושה חודשים לפחות!".

היו כמעט לבדם במרפאה. חוץ משניהם, ישבו שם אדם מבוגר יותר, כבן חמישים ושמונה, ובנו הצעיר, בן גילו של נחמיה, אך אינו שומר תורה ומצוות. נחמיה, המשועמם מעט, הבחין שהם ישובים סמוך לדלת שעליה שלט "ד"ר רוברטס, רופא קרדיולוג", והבין שזהו מומחה לבעיות לב. "מסכנים", חשב נחמיה. "מעניין מי מהם חולה לב... אומר עבורם פרק תהילים...".

כעבור דקות מספר נקרא האב פנימה, אל חדר הרופא, ונחמיה שמע אותו אומר לבנו במבטא רוסי כבד "הישאר בחוץ, מיכאילושקה, וחכה לי פה".

ברכת מרק



מתוך הספר "המברכים הצעירים", מאת גוינד

"יש לו שם עברי?", שאלה אמא. "אני חושב שכך... אולי זה יוסף. כן, יוסף!". "יופי, ולסתבת?", הוסיפה אמא לשאול. "לסתבת אולגה קוראים גם לאה". "נחמיה, התפלל בבקשה עבור יוסף בן לאה לרפואה שלמה", הורתה אמא, ופתחה אף היא ספר תהילים קטן שהיה בתיקה. מיכאל הביט בהם בפליאה... כך הם מתפללים בכוונה עבור מישהו זר להם לחלוטין?!

בשבוע הבא נספר לכם מה קרה עם מיכאל לאחר הביקור אצל הרופא.

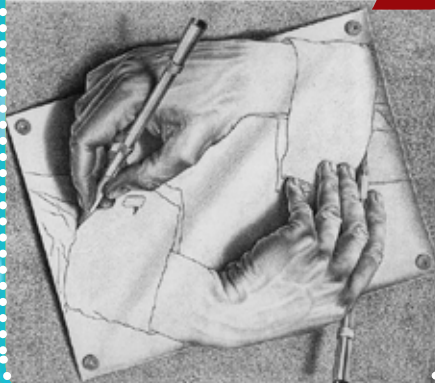
באותו רגע נפתחה הדלת לחדרו של רופא העיניים. "סליחה", הוא פנה אל נחמיה ואמנו. "הגיע עבורי משלוח מיוחד של תרופות מחולל, ואני חייב לגשת לסניף הדואר לקחת אותו. תוכלו להמתין עוד כרבע שעה עד שאשוב? אני מתנצל מאוד...".

"כל עכבא הטובה" אמרה אמא. "זה בסדר, אנחנו נחכה". הרופא הודה לה ויצא במהירות מהמרפאה.

"אוף, משעמם לי", התלונן נחמיה. "הוי, אמא, תראי - הילד הזה בוכה!".

אשליה אופטית

היז צורה באופן מדויק כל כך, שהיא הגיחה מן הנייר והחלה מציינת את היז השנייה...



שטור: אדוני, עלי לתת לך ד"ח. אתה דג באזור אסור לדיג. דייב: אבל אדוני, אני רק מלמד את התולעת שלי לשחות! שטור: אם כך, דו"ח כפול. התולעת שוטה בלי כובע ים!

אוטו מצאתי מסמר חלוד בלחמניה! טוב, מה רצית למצוא בלחמניה פשוטה כזו, תכשית זהב?

החתול כשפגש את העכבר? - טעים מאוד!

מלצר! אני מבקש סטייק שרוף, צ'יפס קפוא וסלט מרקוב. סליחה... אני לא חושב שיש לנו אוכל כזה... באמת? כי זה מה שאכלתי פה לפני יומיים...





המשך בשבוע הבא...

באדיבות מגזין קולנוע | לרכישת ספר הקומיקס "דון קרוס" בהדברות שופס, חייגו: 073-222-12-50

אחת שאלתי
הרב ארז חזני

החתול היקר

מדוע לא היה מוכן המוכר למכור את הקערה עם החתול?

"בשום אופן לא", השיב המוכר נחרצות. ראובן הציע תשלום סמלי עבור הקערה, והמוכר שוב מודיע בהחלטיות שאין על מה לדבר. ראובן ממשיך להוסיף עוד ועוד במחיר, עד שהמחיר כבר טפס לאלפי דולרים, אך המוכר נותר בשלו... לבסוף שואל ראובן: "מדוע אינך מוכן למכור לי את הקערה תמורת סכום כזה רב?".

"אגלה לך את הסוד", השיב. "אני לא מוכר רק פריטי יודאיקה. אני מוכר גם - - - חתולים! בזכות הקערה הזו זכיתי לגרוף הון רב על ידי מכירת חתולים לסוחרים מפלפלים כמוך, שחשבו להתחכם ולקבל את הקערה עם החתול...". ומה השאלה שהתעוררה כעת? - ראובן קם ותבע מהמוכר להשיב לו את אלף הדולרים ולקבל בחזרה את חתולו. "זהו מקח טעות, כי מעולם לא חשבתי לקנות חתול במחיר מפקע כל כך, וברור שכל פונתי הייתה לזכות בקערה...". לעצמתו טוען המוכר: "המקח שרירי וברור וקיים, כי נעשה מתוך דעה צלולה, ומאחר ולא העמדת שום תנאי אודות מכירת הקערה, הרי שקנית חתול בשקט...".

עם מי הדין?



מעשה בסוחר יודאיקה בשם ראובן, שנסע לחו"ל לצרף מסחרו, והגיע לאזור בו נמצאים בתי מסחר לעתיקות. האיש נכנס לחנות מסוימת, ולא מצא פריטים נדירים, אלא שלפפת צדה עינו קערת כסף מרהיבה, בעלת חטובים מיוחדים, ולפי ממחיתו העריך שמדבר בקערה עתיקה ונדירה מאד, ושורה מסתכם בכמה מאות אלפי דולרים... ראובן עמד ונעץ עיניו בקערה, וכאן התגלה מחזה מוזר לנגד עיניו: בעל החנות נטל את הקערה, יצק לתוכה חלב, והניחה לפני החתול שלו... ראובן חושב בלבו: בעל החנות נדאי אינו מודע לאוצר הגדול שבכשתו, זו הזדמנות פז לרכש את הקערה בזול ולהתעשר. אלא, שאם יגלה התענוגות מיוחדת בקערה, יבין המוכר שערכה רב. הוגיע את מחו, כיצד אוכל לרכש את הקערה...? החתם ראובן ושאל את המוכר: "בכמה תמכר לי את החתול שלך?". המוכר השיבו לאלתר: "אלף דולר!". "מדוע הוא יקר כל כך?", התפלא ראובן, אך שלף את הסכום, שלם למוכר, ואמר: "כעת אני בבטיחה. איך אתן לחתול לאכל ולשתות? אוכל לקחת, בבקשה, את קערת החלב...?".

תשובה:
רבנו האור החיים הקדוש שואל (בראשית כ"ה, ל"א): התורה הצדיקה את מכירת הבכורה של עשו ליעקב תמורת נזיד עדשים, כדכתיב: "וימכר את בכרתו ליעקב". ויש להבין מדוע אין המכירה בטלה מדיו "אונאה" (נורי הלכה בדיני, שפאשר שניר האונאה היה למעלה מששית במחיר, המקח בטל)? הלא עשו מכר ליעקב דבר השוה מאה מנה במנה, וממילא מקח הבכורה צריך להיות בטל?
ומישיב האור החיים: עשו ידע היטב כי מדבר במחיר מפקע, ובכל זאת הסכים לעסקה ומחל על בכורתו, וכך נפסק בשו"ע (ח"מ סי' רכ"ז ט"ו): "אם מכר מפני דחק, וזלזל במכירתו יותר מכדי שהדעת טועה, שנכר שמפני דחקו הצרף לזלזל, אינו יכול לחזור בו, דינע ומחל". ומעתה - אומר האור החיים - הגם שמכר עשו דבר מפלג הערך, תמורת לגימה אחת של נזיד - ממכרו מכר. וכך גם נאמר בנוגע לשאלתנו - ראובן ידע ומחל, הכניס עצמו מדעת לסכנו, ונטען כלפיו: "חייבתא דקטירי (שק קטירי המלא ברוח) סברת וקבלת" (ב"ק ט'), כשהחלטת לרכש את החתול במחיר כה רב בחשבך שתקבל גם את הקערה! ממילא אין לו תביעת אונאה על המוכר. **לסכום:** מכירת החתול קימת, וראובן אינו זכאי לקבל את כספו בחזרה.

הושלמה סדרת הספרים הפופולרית "ופריו מתוק" של הרב ארז חזני. להזמנות חייגו להדברות שופס: 073-222-1250



באוירה משפחתית

מנוחה פוקס

לסלוח לעצמך - זו חוזקה!

האם המחשבות הטורדניות הללו, שלא נותנות לכם מנוח, הן אלו שיועילו לכם?
האם "מלווי המציאות" הללו יגרמו לכם לנחת רוח?

וכך, אבל האם המחשבות הטורדניות הללו, שלא נותנות לכם מנוח, הן אלו שיועילו לכם?
האם "מלווי המציאות" הללו יגרמו לכם לנחת רוח?

סלחו לעצמכם, ותרגישו פתאום איך הכול נעשה קליל יותר. הסבירו לעצמכם שאתם בני אדם. שבני אדם טועים. שאם לא הייתם עושים גם לא הייתם שוגים. הסבירו לעצמכם שגם אם אתם אשמים, וגם אם זה האופי שלכם, אתם בכל זאת משתדלים, ובכל זאת אתם אכפתיים.

שמעתי פעם אמרה מצוינת, שאומרת בדיוק את אלו הדברים: "להשמין זו חולשה אנושית - לסלוח לעצמך זו חוזקה אמיתית".

ואכן, בואו נדע להביט בחולשות שלנו, לנסות לשפר אותן, אבל אם לא הצלחנו, בואו ונסלח להן, כי הלא הן חלק מהרכב נפשנו. חיבוק עז להן, ונמשיך בקלילות בדרכנו.

לרכישת הספרים החדשים של מנוחה פוקס
על חינוך ילדים היכנסו להידברות שופס,
073-222-12-50 בטלפון:

נכון, הלחץ הוא אדון הכל. נתוני הזמן פועלים לרעתנו. קשה להספיק הכול.

ובכל זאת, אנחנו מרגישים רע כל כך כשזה קורה. רע כל כך, עד שאיננו יודעים מה לעשות עם עצמנו.

לפעמים ה"רע" הזה, מלווה אותנו בדרכנו לאורך היום, הלילה, היממה, השבוע, החודש או השנה, השאלה היא מה מידת נוכחותו.

מי צריך את החטוטרות הזו? מי צריך למשוך אחריו את השוכל הזה? בואו ניפרד ממנו, מהמקרה שארע.

איך? על ידי שנדע לסלוח לעצמנו. נכון, חטאתם, עוויתם, פשעתם, עשיתם כך

אינן מה לעשות, לפעמים צריך לסלוח. לסלוח לעצמי.

לא פעם אנחנו עושים דברים שאם לא היינו כל כך לחוצים, לא היינו עושים אותם: ממהרים לאוטובוס שיוצא עוד שתי דקות, ובינתיים מרגישים נורא עם הקבצנית שישבה בפינת הרחוב, כמו בכל בוקר, מחכה ל"בוקר טוב" שלנו, שלא הגיע היום.

מנקים בית שלם, עבודת פרך של ממש, ושוכחים להיפרד יפה מהילד שיצא ללימודיו.

גומאים רחובות שלמים כדי לחפש בגד לקטנה, אבל כשאמנו המבוגרת מצפה שניכנס רק לומר "שלום", אנחנו כבר לא מספיקים.



חכמת נשים

הרבנית חגית שירה

נשמת כל חי

במקום לבכות ולילל על מר גורלם, יצחק ורבקה פשוט מודים על הטוב שיש להם

תהילתו - זה המשמיע תהילת ה', המשבח. המודה. המהלל! הודיה ותהילה היא הבסיס לתפילה.

אומר הזוהר: כמה טובות עושה הקב"ה עם בני האדם, וכמה ניסים מרחיש להם בכל יום, ולא יודע, רק הוא בלבד... זכרי, נס הוא לא שמש בליה, ולא כוכבים בבוקר... הנס שלך הוא לא ים נפתח לשניים ולא שמש עומדת שלושים ושש שעות... הנס שלך הוא הרגע הזה! הוא הנשימה שלך עכשיו, הוא ילדים שיצאו בבוקר וחזרו ב"ה בריאים ושלמים. נס הוא שן מבצבצת לתינוק, וכזו שנופלת לבן השש. הוא בוקר חדש, הוא בית, משפחה, ילדים, עבודה... (סידור שירת חיי). וכיוון שאין לנו היכולת והמסוגלות להודות על כל הטוב הזה, על הכל הכל - תקנו לנו חז"ל פעם בשבוע, בשבת, עם כוחה של הנשמה היתרה שתעזור לנו להתרומם - לומר נשמת כל חי, וזו מעין מודעה וגילוי דעת של הודיה על כל השבוע, לשבח ולהלל על הכל. ויש הרבה כל כך - אלפי אלפים ורוב רבי רבבות... ואין אנחנו מספיקין.

ניתן להזמין את הרבנית חגית שירה לחוגי בית בכל רחבי הארץ, ללא תשלום 073-2221290

זווית והוא בקרן זווית, והם מתפללים תפילה מיוחדת מאוד, תפילה שפותחת שפע גדול, מסירה את כל הקטרוגים ומסלקת את כל המניעות. "ויעתר יצחק לה' לנכח אשתו" - לנכ"ח,

אותיות להגיד נשמת כל חי... אשתו, אותיות תברך את שמך ה' אלוקינו, ורוח... כן, הם אומרים נשמת כל חי, את מבינה? במקום לבכות ולילל על מר גורלם, הם פשוט מודים על הטוב שיש להם, הם משבחים את ה' בשבח מופלא שנוצרב בלבו של העם היהודי, זוכים ללדת - נשמת כל חי!

יצחק בגימטריה - 208, רבקה - 307, ביחד - 515, כמניין ואתחונן, כמניין תפי(י)לה, כמניין שירה.

אומר דוד המלך בתהילים: "מי ימלא גבורות ה' ישמיע קול תהילתו" (תהילים ק"ט). מי ימלא גבורות ה'? מי הראוי להתפלל לפניו? ישמיע קול

עשרים שנה חלפו מאז נשא יצחק את רבקה והביאה לאוהל הקדוש, ועדיין לא זכו בבנים, עד שהתפלל, שנאמר: "ויעתר יצחק" - הזוהר מסביר ש"יעתר" זה "יחתור" - הוא חתר חתירה למעלה... ואז זכה, "ויעתר לו ה'"

- חתירה חתר לו הקדוש ברוך הוא וקבל אותו, ואז - ותהר רבקה אשתו (זוהר תולדות). מצד המזל, אומרים חז"ל, לא הייתה רבקה יכולה ללדת, אבל יצחק חותר בתפילתו ועוקף את הכל. הוא יודע שהכל תלוי בתפילה, ובשעה שיהודי חותר ומתפלל אל ה', אז ודאי גם ה' חותר ונענה בשבילו...

המדרש מספר שהוא לוקח את רבקה להר המוריה, למקום בו נעקד לפני שנים על גבי המזבח. הוא יודע שהשם זוכר את העקדה, ועד ביאת משיח מוריד לעולם שפע בזכותה. הם נעמדים במקום הקדוש, היא בקרן



اضطر إلى الأمام
הקפה עליי!



את יודעת איך זה מתחיל...
לצערנו אנחנו יודעים איך זה נגמר

מישהו שנראה כמו כולם, אדיב ומשכנע אף יותר - תופעה שמבלבלת אלפי בנות במצוקה, שזועקות לחילוץ מדי יום, ולא יודעות לאן לפנות

לך זה לא יקרה! כי את תקשורי וביס"ד נסיים בזמן, כפי שזכינו להציל מאות בנות לפניך

מח' שבויית - לסינוע ודיווח על קשרי התבוללות 052-9551591 • 073-222-1333 • kalina@htv.co.il



הכן גופך לחורף (ב')



בכתבה הקודמת פרטנו אלו צמחים מחזקים את המערכת החיסונית, כדי שהחילים שלה יתקיפו את הפטוגנים שנכנסים לגוף, כמו בן "ללא הזמנה".

נפרט על פטריות עצמה, שמחזקות את מערכת החיסון.

שיטאקי - השיטאקי היא פטריית מאכל ומרפא, הגדלה בין פטריות השיטאקי משמשות לחיזוק מערכת החיסון במצבים של חולשה חיסונית, מחלות ויראליות ומחלות אוטואימוניות היא אף משמשת לחיזוק כללי של הגוף במצבים של סטרס מתמשך, עייפות וחולשה כללית, פיברומיאלגיה ואף טיפול תומך, חיזוק ומיתון תופעות לוואי במצב של מחלה סרטנית ה".

נצפה שיפור חיסוני בסביבת המעי והפחתת רמות דלקתיות בגוף, שהתבטאה ביידה במדדי CRD אצל מי שצרכו פטריית שיטאקי. השיטאקי אף תומכת בכבד במתן טיפול כימותרפי. משתמשים בה גם לטיפול במחלות מטבוליות וביתר לחץ דם.

ריישי - פטריית הריישי מהווה אדפטוגן קלאסי ותמיכה בחיזוק של שריר הלב ושל פעילות בלוטת האדרנל, של הכבד ושל הלב, בשיפור מדדי קרישת הדם ושומני הדם, באיזון בלוטת התריס, באיזון מנטלי ובהעלאת רמות האנרגיה, בעיקר במצב של תשישות ועייפות.

בנוסף, הריישי מחזקת את תפקוד המנגנון החיסוני, ויש לה פעילות אנטי ויראלית ואנטי סרטנית. לפטריות ריישי תכונות נוגדות חמצון משמעותיות.

מייטקה - מקורה של פטריית המייטקה הוא בצפון יפן. היא ידועה כצמח מאכל מזין מאוד, המכיל קומפלקס ויטמיני, מינרלים וחומצות אמינו. כצמח מרפא, ייעשה בה שימוש התורם לבריאות כללית. **הפטריות משפרות חיסונית**, ותורמת לתוחלת חיים ארוכה.

הפטריות מכילה בטא גלוקן, אשר תורם לתפעול מערכת החיסון ולהפרשת ציטוקינים מסוג TM (חלבונים קטנים שמהווים את הבסיס לתקשורת בין תאי מערכת החיסון ובין תאים השייכים לקרומות הגוף).

מחקרים אף הראו כי לפטריות מייטקה השפעה מאזנת על רמות הסוכר בדם, והיא משפרת את הרגישות לאינסולין.

ניתן למצוא את "פטריות העוצמה" בטבליות בבתי טבע.



חייבים להעניש!?

איך הילד ידע שאני מתכוונת למה שאני אומרת, איך מתמודדים עם חרדה מחרדה, ואיך מזרזים החלמה?

? איך גורמים לך שהילד ידע שאני מתכוונת באמת למה שאני אומרת? ברור שאני רוצה שהוא יעשה, אבל בשביל שהוא יבין שאני רצינית - אני אצטרך לנקוט בעונשים. האם זאת הדרך? כאשר את תהיי רצינית, הילד ירגיש את זה, וככל שהוא יראה את זה יותר - הוא יפנים את זה יותר, ויפעל בהתאם. את לא צריכה להשתמש מיד בעונשים. עקביות, זהו הדבר שצריך. כך ילד מפנים שכשאמא אומרת - אמא רצינית, ועומדת מאחורי המילה שלה. אם צריך עונש - אז גם נותנים, ולא קורה כלום.

מטרת העונש היא ללמד את הילד שיש תוצאה למעשיו. אם את נותנת עונש מתוך כעס והרגשת נקמה, ודאי שתהיה התנגדות לתת עונש ולקבל אותו. אך אם את עושה את זה מהמקום הברור שלך כאמא שזה מה שהוא צריך עכשיו, לטובתו, זה גם נתפס אצלו כך, וגם לו אין בעיה עם זה.

מה שכדאי לעשות הוא להתבונן עם עצמך, ולהבין מה גורם לך כאמא להאמין במחשבה שרק עונש יגרום לילד שלך להבין שאת רצינית... מדוע האמון הפשוט בטוב האמיתי של הילד לא פשוט אצלך, וממילא תוכלי לפעול מתוכו.

כאשר את פועלת ממקום של חוסר אמון בילד ובהתנהגותו - הוא מרגיש את זה ממך, זה עצמו יכול לגרום לך שהוא לא ירצה לשתף פעולה.

כאשר ילד מרגיש שמאמינים בו ושומכים עליו, הוא באופן טבעי ירצה להוכיח כמה הוא טוב ורוצה, ואת התוצאות את תראי בשטח. שימוש בכוחנות, במלחמה, בכעס, באיומים וכו' - גורמים לריחוק ולתוצאה הפוכה. (יוכי דנחי, יועצת חינוכית ותומכת רגשית לגנות ולאהות)

...

? אני בת 20, סובלת מחרדה חברתית ומדיכאון, ולדעתי גם פיתחתי הפרעת אישיות נמנעת. אני רוצה מאוד ליצור קשרים חברתיים, אבל אני מרגישה משעממת, ושאף פעם אין לי משהו מעניין לספר. הצעד הראשון הכי מלחיץ אותי, אך גם בזמן ואחרי מפגשים חברתיים אני מרגישה חרדה, ובגלל זה אני משתדלת בדרך כלל להימנע מדברים שמלחיצים אותי. כבר נואשתי מלנסות לעזור לעצמי לבד, אבל החרדה מהחרדה מקשה עלי לפנות לטיפול.

פנייה לטיפול מלווה בדרך כלל בפחדים רבים. למעשה, במקרים רבים הפחד הוא מרכיב חשוב בתהליך הפנייה לטיפול, מפני שהוא מחייב אותך לגייס מוטיבציה ולהתייחס לטיפול כאל נקודה מכרעת בחייך. לפעמים אמנם צריך לתת לעצמך "להתבשל" מעט, עד שהפחד יפנה את המקום



לאומץ לפנות ולהיעזר.

מדברין נראה שנוכחת לדעת שהמלכודת הגדולה ביותר היא "החרדה מפני החרדה", והנטייה שבעקבותיה להימנע ממצבים ופעולות שבהם תחושי חרדה. כל הימנעות כזו, מתחילה כחד פעמית, אך הופכת לקבועה ומתרחבת למצבים אחרים. ההימנעות מסכלת את האפשרות להתרגל למצבים שאת תופסת באופן מוגזם כמסוכנים. במקביל, מתקבעות מחשבות שונות לגבי עצמך, כמו שהזכרת: שאת משעממת. לכן, כדאי להסכים לחוות חרדה. החרדה כשלעצמה אינה מסוכנת, אלא רק לא נעימה. עד כמה שזה נשמע אבסורדי, מותר לך להיות חרדה. לא כדאי לחכות שהחרדה תעלם כדי שתפני לטיפול. כרגע כדאי אולי לבדוק אם יש חברה או מישהו מבני משפחתך שיוכל לעזור לך בתהליך הפנייה וההגעה לטיפול.

אורלי סמירה, יועצת זוגית ופסיכותרפיוטית (CBT)

...

? אני אישה פעילה, אבל לאחר תאונת עבודה נבצר ממני לשוב ולתפקד כרגיל. אני במנוחה, אבל מיוסרת מהחופשה הכפויה שנכפתה עלי. איך אוכל לזרז

החלמתי?

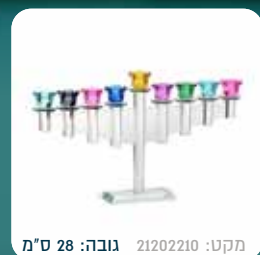
לא תמיד נכון להאיץ תהליכים. התהליך, מטבעו, בנוי בצורה הדרגתית, וכל שלב בו הוא נחוץ וחשוב. כך גם בתהליך החלמה שאת עוברת.

נכון שזוהי חופשה כפויה, אבל אם תרפי מהעיסוק ב"מתי זה יגמר", ותאפשרי לעצמך לשהות בתוך העצירה הפתאומית הזו שנכפתה - תזכי לגלות את עצמך - בעצמך.

למעשה, כל עצירה מחייבת התבוננות. את ודאי מכירה את התחושה של עמידה ממושכת בפקק מבלי יכולת התקדמות. בזמן הזה מתאפשר לנו להתבונן לעיתים בעצמנו, או מסביבנו, לעבד מחשבות או תחושות שחלפו בנו קודם... מה שלא היה קורה אם היינו תמיד בניסיעה. כשעומד הזמן מלכת, אנו עסוקים בהתבוננות פנימה אל תוך עצמנו, ומהמקום הזה עולות תובנות.

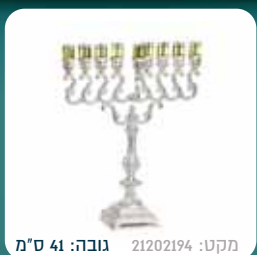
אנו מורגלים לברוח מעצמנו, לחשוב שכל חיינו מתחילים ומסתכמים בכמה נפעל וכמה תפוקה ניתן... אבל מתברר שהגוף והנפש דורשים את שלהם, ומבקשים לעצור, להתבונן ימין ושמאל, להפיק לקחים עמוקים יותר על עצמי, זהותי ומהות תפקידי. אחרי שהאזור הזה בטוח, אנחנו יכולים להמשיך לחצות בבטחה את הכביש הסואן של החיים. (ענבל אלחיאני, MA, מטפלת מוסמכת ב-NLP ובדמיון מודרך, כותבת ומרצה בתחום)

'הידברות שופס' מאירה לכם את הבית עם חנוכיות מהודרות



מקט: 21202210 גובה: 28 ס"מ

**חנוכיית קריסטל
קנים צבעוניים**



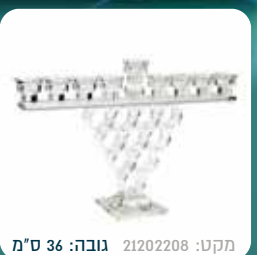
מקט: 21202194 גובה: 41 ס"מ

**חנוכיית מהודרת
דגם טווס**



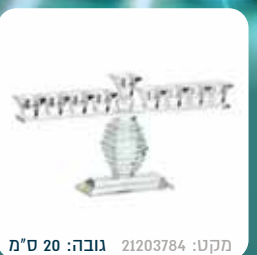
מקט: 21212628 גובה: 38.5 ס"מ

**חנוכיית עיטורים
כסף**



מקט: 21202208 גובה: 36 ס"מ

**חנוכיה קריסטל
דגם טבעות**



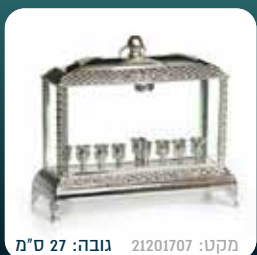
מקט: 21203784 גובה: 20 ס"מ

**חנוכיה קריסטל
קנה מדורג**



מקט: 21244603 גובה: 31 ס"מ

**חנוכייה אקוריום
מוכספת דגם 'עיטורים'**



מקט: 21201707 גובה: 27 ס"מ

**חנוכיית אקוריום
מוכספת דגם 'כריות'**



מקט: 21201539 גובה: 21 ס"מ

**חנוכיה קריסטל
אבנים משולשת**



מקט: 21203050 גובה: 36 ס"מ

**חנוכיה ציפוי כסף
סגנון בארוק רגל פרח**



מקט: 21201800 גובה: 20 ס"מ

**חנוכיה קריסטל
עם שרשראות**



מבצע מדליק!
רכשו אחת מהחנוכיות המהודרות וקבלו ערכת שמן זית מוצק כשר למהדרין במחיר מצחיק!

הידברות שופס
לראות · לקנות · להתחבר



צפו בקטלוג המלא של חנוכיות ומוצרים לחג 'הידברות שופס' •
shops.hidabroot.org
לרכישה טלפונית חייגו: 073-222-1-250

מתענגים מהמגוון מחכימים מהתוכן

הידברות שופס

להזמנות: 073-222-12-50
shops.hidabroot.org

***משלוח חינם**
ע"פ מדיניות האתר

המתקנים המצוינים

- ילדים שואלים על עצמם** - אינטיקטיביזם על שיתוף על הדימוי
- זאת התורה** - סדרת הספרייה לילדים לאורם של מדרשים
- מה עושים עכשיו?** - הספר שלחוד כל ילד מה בדיק למשחק
- תן בדיחה** - ספר בדיחות לכל המשפחה, כולל 100 בדיחות קומנט
- ווא - מלאי טבע** - תופעות מפתיעות... אלומס מרהיב במיוחד (5 כרטיס)

המתקנים המצוינים

- ספר חדש** - **מערב לסמלה** - רוב אליזבת נמיר על חמישה שבועות חרסמור החסעל זורע שמעון (2 כרטיס)
- ספר חדש** - **ברוך יאמרו - בראשית** - שיחת הדיבור והתבוננות על פ. הרהור.
- ספר חדש** - **קוקטיל ההצלחה** - רוב יסוק בנגר כל העקרונות לאנשים שמעליהם בחיים.
- ספר חדש** - **שער הביטחון** - רוב יסוק בנגר כיאר השער הרביעי חסמור חוכמת הלבנות
- ספר חדש** - **המדריך המלא לנישואין מאושרים** - מאת הרב זמיר כהן עולם בת לאשה ואשה (2 כרטיס)
- ספר חדש** - **זחה עוד לא הכל...** - מגוון ענק של ספרים ומצעים בריבונות שופס..
- ספר חדש** - **עוד שבת מלכתא** - ספרים לשבת לילדים
- ספר חדש** - **ליבו של רש"י** - מסכת ר"ם מביאה של סדר המלכות
- ספר חדש** - **אורח של האר"י** - מסע נתיב נחמד
- ספר חדש** - **כל משברך** - משפט ובראית לילדים ומשברים לשיחה