

היזברות

עונג שבת

פרשת ויצא | גליון 479 | י"א בכסלו תשפ"א

תגובות: oneg.shabat@htv.co.il

לחפצת העלון - 073-2221388

www.hidabroot.org

העלון מוקדש לע"נ פונגרה בן טורי | לע"נ שלמה סלומון בן גויל | לע"נ יודאל מגירה בן סטירה | לבשרות טובות וכל הישועות לילך בת שרה | לבשרות טובות וכל הישועות אדיר בן רונית | לבשרות טובות וכל הישועות שירז בת רונית

להקדשת העלון חייגו: 073-2221388

זמן כניסת ויציאת שבת

מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת	ירושלים
17:52	17:14	16:00	ירושלים
17:48	17:15	16:15	תל אביב
17:48	17:13	16:06	חיפה
17:52	17:16	16:19	באר שבע

כוחו של יתור

אדם שמוותר לזולתו, עלול לחיות בתחושה שהפסיד בשביל השלום. האמנם?

מורנו הגה"ר זמיר כהן שליט"א

כאשר מצא ראובן דודאים בשדה והביאם ללאה אמו, ביקשה רחל מלאה: "תני נא לי מדודאי בנך". ולאה הכאובה הגיבה בניזיה: "המעט קחתך את אישי, ולקחת גם את דודאי בני?". ורחל השיבה לה בדברי פיוס.

הנהגה זו של רחל מעוררת השתאות. הרי היא לבדה היתה אמורה להיות אשת יעקב, כפי שיעקב היה בטוח בכך, לאחר שעבד שבע שנים ברעיית צאן לבן אביה, כדי שישכים לנישואיו עם רחל. וגם כולם היו אומרים: רבקה ולבן אח ואחות.



לרבקה שני בנים: עשו הגדול, ויעקב הקטן. וללבן שתי בנות: לאה הגדולה, ורחל הקטנה. הגדולה לגדול, והקטנה לקטן, כמובא במדרש בראשית רבה (פרשה ע). אך כאשר ראתה רחל את צערה של אחותה וחששה שלא תתבזה, ויתרה לה לבלי החתונה, ויעקב נשא את לאה. רחל לא ידעה באותה שעה שגם היא תזכה להיות אשת יעקב

אבינו, ובכל זאת ויתרה. והנה, כעת, לאה אחותה מטיחה בה את המילים: "המעט קחתך את אישי, ולקחת גם את דודאי בני?". מה טבעי יותר מלהשיב לה: "אני לקחתי את אישך? אני ויתרתי לך, ורק בזכותי את נשואה לוי!". אולם רחל מבינה שוב את כאבה של אחותה, הנוכחת לראות שבעלה אוהב את רחל יותר ממנה, והיא מבליגה ומפייסת אותה כאילו היא באמת אשמה במשהו.

האם רחל הפסידה מהויתור לאחותה שוב ושוב?

הנה דבר ה' בפי ירמיהו הנביא (פרק ל, ב-ג), לאחר שחרב בית המקדש ועם ישראל יצא לגלות: "כה אמר ה' וכו', הנה ימים באים וגם ה' ושבתי את שבות עמי ישראל וכו', והשבתיים אל הארץ אשר נתתי לאבותם וירשוה". ובהמשך (פרק לא, יז-טו) מגלה ה' יתברך בזכות מה יגאלו: "כה אמר ה' קול ברמה נשמע, נהי כני תמרורים, רחל מבכה על בנייה מאנה להנחם על בנייה כי איננו.



שאל את הרב

הג"ר אברהם יוסף שליט"א

איך מכפרים על גזל, כשלא יודעים למי צריך להשיב את הגזלה?
עם ישראל קיבל את מצוות השבת הגזלה

ואם אינו יודע למי להשיב או שהגזל נעלם ממנו, יש להעריך את מחיר הגזלה, ולעשות בסכום זה מצווה לטובת הרבים, כגון תרומת ספרי קודש לבית כנסת.
האם מותר להצטלם תמונה שבה

רואים גוף שלם, ולא רק פנים/חצי גוף? מותר להצטלם בכל מצב, ורק לבנות פסל בדמות של גוף שלם, בחיתוך ידיים ואצבעות, בבליטת האף והאוזן, זה מה שהתורה אסרה. לכן מותר גם לרכוש בובה לילדים.

2 להיות מוסרי! דינאל בלס



3 הערך העצמי שלך הרב יצחק פנגר



4 הרב המרקד הרב זמיר כהן



5 שאלות בהלכה הרב ירון אשכנזי



6 נסחרות דרכי הלב חיים ולדר



9 יוני גרשטיין בראיון מרים סלומון



14 אנוכיות - עד כמה? מנוחה פוקס



עושים זום לנשמה
במלון המפואר לאונרדו ירושלים

יוצאים בעד"ה לנופש חנוכה במלון לאונרדו
17-19/12
ב' - ד' טבת פרשת מקץ

הרצאות מרתקות
אווירה מפנקת
פעינות לילדים
ארוחות כיד המלך

הבטיחו מקומכם עימנו **073-222-12-70** עפי"ה הוט הסטלר

משמח הלבבות הרב שמשון פרץ

הרה"ג זמיר כהן

העלון טעון גניזה | נא לא לקרוא במהלך החפילה

האם אדם לא-מאמין יכול להיות מוסרי?

האמונה באלוקים היא הבסיס למוסר. האם ניתן להיות אדם מוסרי ללא אמונה?

מוסרי, חובה אוניברסלית, כיוון שהרגשות הללו תכליתם להטיב לנו. מקורן באלוקים, השופט אותנו על מעשינו הטובים והרעים. חשוב להבהיר שהאדם הדתי אינו מקיים את צו המוסר רק מפני שהוא פוחד מעונש, אלא מפני שמאמין שקיימת **תכלית לחיים**, והוא רוצה למלא את התכלית הזו. האמונה באלוקים מבטאת הצדקה רציונלית ותכליתית בעשיית מעשים טובים והתגברות על מידות רעות של אנוכיות והתאכזרות לאחרים. כעת נשאל, מה מקור הרגשות הללו בעיני האדם הלא-מאמין?

בשונה מכל הדתות ובניגוד להן, האתאיסט (הלא-מאמין) מפרש את הרגשות הללו כאשליה שיוצר המוח האנושי כדי להגדיל את סיכויי הישרדותו. אדם שמאמין באידיאולוגיה זו, יוכל להמשיך לנהוג על פי רגשותיו המוסריים אם ירצה בכך - אך לא יוכל להצדיק את רגשותיו בצורה שכלית.

המשך בעמוד 7 <<

אנו חשים שעלינו לנהוג בצדק, ברחמים וביושר כלפי אחינו. תחושה זו אין מקורה ברעיון לוגי-פילוסופי על האופן בו חברה אנושית אמורה לנהוג כדי לשרוד, אחרת רק פילוסופים היו חשים צורך בצדק. במציאות האנושית, הרגש קודם ללוגיקה. קיימת תחושת לב פנימית שמצויה בכל אחד מאיתנו - המורה לו על הכיוון הנכון. התורה נותנת את ההדרכה הזו, אך הרצון הראשוני בהדרת התורה מקורו ברגשות הלב הדורשים אמת, צדק ומוסר. יש שיכנו את הרגשות הללו בשם "מצפון".

כל המוסר כולו תלוי בשאלה אחת ויחידה: "מה מקור הרגשות הללו?" היהדות מלמדת אותנו שהרגשות הללו מקורם באלוקים, הבורא והמתכנן של האדם. הוא יתברך טבע בלבם של יצירי כפיו, בני האדם, את תחושת החובה המתבטאת ב"שבע מצוות בני נח", בלעדיהן לא תיתכן חברה מוסרית. האמונה באלוקים מקנה לרגשות שבלבנו צו

בראש ובראשונה, עלינו להבחין בעובדה הפשוטה והבסיסית, כי המוסר הוא תחושת לב פנימית שטבועה בנו - בני האדם. רגש עמוק אשר חוצה תרבויות וזמנים.

מדוע נשים דואגות כל כך לילדיהן? בגלל תחושת לב. מדוע אנשים חשים צורך לעזור לנזקקים וחלשים? בגלל תחושת לב.

אנו חשים בטבענו שקיימת שפלות מוסרית בחוסר יושר, בשפיכות דמים, גניבה ומרמה. כשאדם פוגע באחרים עבור טובת עצמו, הוא חש אשמה או בושה, מעין תחושה פנימית המזלזלת בו ומשפילה אותו.

אנו חשים בטבענו שאמורה להיות קיימת מסגרת ונאמנות בין איש לאשתו, המגדלים בצוותא את ילדיהם.

הורים חשים מטבעם דאגה ורחמים על ילדיהם, מכאן מגיעה תחושת האחריות כלפיהם.



7

שבע עובדות

יונתן הלוי

7 עובדות על הגרף פוטוצקי, גר הצדק המפורסם

אברהם בן אברהם, הידוע בכינוי האצולה שלו, "הגרף פוטוצקי", הוא אחד מגרי הצדק הנודעים בהיסטוריה היהודית

4. הכנסייה הנוצרית, שראתה באירוע משום בזיון לכנסייה, ולמשפחת פוטוצקי בעלת ההשפעה, אסרה על קבורת אפרו, ורק לאחר שוחד שנתן אחד מיהודי הקהילה, ניתן חלק מאפרו, ונלקח לקבורה בבית העלמין היהודי שם. הגאון מוילנה ביקש להיקבר על יד המקום בו נטמן אפרו של גר הצדק.

5. מסופר על רבי אלכסנדר זיסקינד, מחבר הספר "יסוד ושורש העבודה", שהגיע שעות רבות לפני העלייה על המוקד למקום השריפה, ושהה שם על אחד העצים במשך כיממה לאחר שריפתו של גר הצדק, וכל זאת על מנת שעל ברכתו של גר הצדק, שבירך בפני המוני הגויים את הברכה: "ברוך אתה ה' אלוקינו מלך העולם אשר קדשנו במצוותיו וציוונו על קידוש השם", יענו "אמן", ובכך היה המעשה שלם כקידוש ה' בפני ישראל.

6. החפץ חיים כתב על אברהם בן אברהם: "אם עשרה אנשים היו נוכחים לומר קדיש כאשר גר הצדק אברהם בן אברהם ז"ל הוצא להורג בשריפה, היה המשיח בא מיד".

7. על גדל מעשהו של יהודי אחד, ניתן ללמוד מדבריו של הגר"א, שאמר כי לאחר קידוש השם שהיה במותו של גר הצדק, נחלשו כוחות הטומאה מאוד.

חיפש אחריו. לאחר גירויו באמסטרדם, עבר לוויילנה ולאחר מכן לעיירה לידא הסמוכה. כעבור פרק זמן הגיעה השמועה על גירויו למשפחתו, והיא מצידה הפעילה את קשריה ופתחה בחיפושים אחריו כדי להחזירו לחיק הנצרות.

עקב הלשנה של יהודי בעיירה שהסתכסך עמו, נתפס אברהם, נחקר ועונה קשות. הוא הודה מיד כי הינו גר, ולא הסכים לחזור בו למרות המחילה, העושר והכבוד שהבטיחו לו אם יכריז על אמונה בדת הנוצרית. עד הרגעים האחרונים לפני עלייתו למוקד ניסו הכמרים לשכנעו ללא הצלחה.

3. אברהם הועלה על המוקד בכיכר העיר. הכמרים ניסו לדבר על לבו של אברהם, ברגעיו האחרונים, אך הוא לא שמע את דבריהם: ראשו היה למעלה מכך. גר הצדק בירך את ברכת "קידוש השם", קרא בעוז "משה אמת ותורתו אמת", ובקריאת "שמע ישראל, ה' אלוקינו - ה' אחד" זינק הצעיר אל המדורה הבווערת, לעיניהם המשתאות של כל הצופים.

1. ביום השני של חג השבועות, ז' בסיוון תק"ט (24 במאי, 1749), נשרף גר הצדק אברהם בן אברהם על קידוש השם. גר הצדק מצא את דרכו אל היהדות, ובוחר לקדש את שם ה' ברבים במות גיבורים.

2. הגרף פוטוצקי נולד בסוף המאה ה-17 בעיר וילנה שבליטא כוולנטין פוטוצקי, בן למשפחת פוטוצקי - משפחת אצולה פולנית מפורסמת הידועה באדמותיה הרבות ובעושרה הרב. בעת לימודיו באוניברסיטה בפריז, פקד בית מרוח שהיה בבעלות יהודי זקן, שהיה מנצל כל רגע פנוי ללימוד תורה ודרכו התוודע ליהדות ולערכיה הרוחניים, וחש צורך להתחבר אליה. למרות האיסור בחוק הפולני על המרת דת מנצרות ליהדות, שהעונש על הפרתו באותו הזמן היה מוות - התגייר פוטוצקי, ומאז נקרא כמקובל לגבי גרי צדק "אברהם בן אברהם" (על שם אברהם אבינו, שהיה הראשון לגרים).

הגרף פוטוצקי האב שוכנע שבנו מת, ולכן לא



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



מתי בפעם האחרונה בדקת את המזוזות?

הרב משה כהן שליט"א
תלמיד זקן המקובלים **הרב יצחק כדורי זצ"ל**
מוהל מומחה ומוסמך

מגיע לבית הידברות במיוחד לבדיקת המזוזות שלך!

לפרטים נוספים ולתיאום מועד:
073-222-1300

בדיקה יסודית ומדוקדקת ✓ החלפת קלף פסול במקום ✗ מבחר בתי מזוזה מעוצבים

הרב משה כהן שליט"א
הרב משה כהן שליט"א
הרב משה כהן שליט"א
הרב משה כהן שליט"א



בית היהודי

הרב שמחה כהן

כך תנהלו שיחה נכונה

מספר דוגמאות לנושאים שכיחים אשר יוצרים קושי ביצירת שיחה קרובה ומקרבת



לא רק שיחה נכונה עם בן-הזוג תביא אותו לרצות לשוחח, אלא גם תנאים סביבתיים מתאימים עשויים להשפיע על נכונותו אם הוא יהיה מעוניין לנהל שיחה אם לאו.

הדרך היעילה ביותר לניהול דו-שיח היא ישיבה ליד בן-הזוג, או מולו, כדי שכל אחד יוכל לראות את תגובות פניו של הזולת בעת שהוא משוחח. התבוננות בעיני הדובר תגדיל את רצונו לשוחח. יש לציין שישנם אנשים רבים שקשה להם לדבר אם המאזין אינו מביט בעיניהם. אולם גם מי שמסוגל לדבר אם אין מסתכלים לעברו, ללא ספק כאשר המבט מופנה אליו קל לו יותר לשוחח ולהביע את עצמו.

הדסה התלוננה שבעלה, בנימין, אינו מקשיב לה. שאלתיה לכוונתה באומרה שהוא "אינו מקשיב", והיא חזרה על אמירתה הקודמת: "הוא פשוט אינו מקשיב". כששאלתיה במה מתבטאת אי ההקשבה, היא ענתה: בעת שאני מדברת אליו הוא מתעסק בדברים נוספים, וכשאני פונה אליו ומבקשת שיקשיב לי ולא יעסוק בדברים אחרים, הוא מגיב ואומר: "אני מקשיב, דברי". מתברר שבנימין הוא נהג מקצועי, הלוקח עמו יום יום אנשים למחוז חפצם. בדרך הוא מנהל עמם שיחות ארוכות, וכמובן אינו מסיר את עיניו מלהתבונן בכביש אשר לפניו. לכן הוא התרגל לדבר עם אנשים מבלי להתבונן בהם. לפיכך אין הוא רואה בכך כל רע, והוא מרשה לעצמו לעסוק בדברים נוספים גם בעת שהוא משוחח עם רעייתו.

לאחר שהדבר התבהר בדיון בינינו, הסכים בנימין שיש להבדיל בין שיחה במכונית, שבה אין אפשרות להסתכל על המדברים עמו, לבין שיחה עם רעייתו, שבה אם אינו מסתכל לעברה בעת שהיא מדברת עמו, ובעיקר אם הוא עושה משהו תוך כדי השמעת דבריה, הרי הדבר מעליב ופוגע. אגב, אפשר להבחין לעיתים, שכאשר שני אנשים משוחחים ולפתע הם נעשים כעוסים זה על זה, הם ממשיכים להתווכח, אולם מבטו של כל אחד מהם מופנה הצידה ולא לעבר המאזין.

מומלץ לא לשבת משני עברי שולחן. ישיבה כזו יוצרת אווירה של הפרדה והתרחקות. לכן אם יושבים ליד שולחן, כדאי לשבת משני צדי זווית השולחן.

כדי לקדם עוד יותר את התקשורת השיחתית, על המאזין להניע את ראשו בהבעה של הקשבה, ואף לומר מילים שיש בהן לעודד את הדובר, כגון: "מעניין מאוד", "מאה אחוז", וכדומה.

השפעתה של האזנה אוהדת כמשפיעה על כושר ההבעה, בולטת בשיחה בפני ציבור. מרצים רבים יודעים לספר שכאשר הם מופיעים בפני ציבור אוהד, קל להם מאוד לדבר. לא זו בלבד, אלא אף רעיונות חדשים עולים במוחם תוך כדי ההרצאה. במהלכה כמעט ואינם שוגים בביטוייהם. הם מצליחים להעביר את המסר בצורה הנקלטת היטב באזניהם ובלבותיהם של המאזינים. זאת גם כאשר הם מצויים בכיור גופני ירוד, עקב הצטננות או עייפות.

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



קוקטייל ההצלחה

הרב יצחק פנגר

איך אתה קובע את הערך העצמי שלך?

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

בדרך להשגת "אני" רצוי ישנם קשיים רבים, עליות וירידות. בספר "שפת אמת" על התורה (תר"ח) מובא רעיון שמדגיש שבלי קשיים – אין חיים. על פי היהדות, האדם נמצא בעולם עם שאיפה תמידית לעלות, להגיע ל"אני" רצוי. אך כמו בכל עליה, אם היא על הר או סולם וכדו', העלייה אינה קלה והיא מלווה בקשיים. אל תיתנו לקשיים להוריד לכם את הערך העצמי, באומרכם לעצמכם:



"למה קבלתי את כל הקשיים הללו? אולי אני לא מתאים לתפקיד? אולי אני לא בסדר? אולי לאחרים זה קל יותר?". אל תתרגשו מהקשיים, אלא תבינו שהם חלק מהמסלול, וכשנגמרים הקשיים – נגמר המסלול, כלומר האדם סיים את תפקידו בעולם, והוא חוזר לכור מחצבתו בעולם הרוחני שממנו הוא בא.

הרב מעודד אותנו ומסביר שכל המשברים, הפיתויים, הם בסך הכול כמו צל שאין בו ממש. לכן אל תתרגשו מהם ואל תיבהלו, תילחמו על מה שחשוב לכם, ובסופו של תהליך – ההצלחה תעלה לכם את הדימוי ואת הערך העצמי שלכם, מה שאין כן אם תותירו ותתייאשו.

עד כמה אני מתמודד

ישנה צורה נוספת בה ערכו של האדם נקבע בעיניו. הדגש הוא על בעיניו, כיוון שיתכן מאוד שאנשים אחרים מעריכים ומוקירים את האדם הרבה יותר ממה שהוא מעריך את עצמו. אבל כרגע אנו מתמקדים בהרגשה האישית של האדם עצמו – עד כמה הוא מרגיש שהוא מצליח להתמודד עם מה שהבורא "משליך" עליו.

ישנו מנהג, שזורקים על החתן סוכריות בעליה לתורה בבית הכנסת. המקור של הדברים הוא בגמרא במסכת ברכות (דף ג' ע"ב), שזורקים לפני החתן והכלה קליות ואגוזים. אחד הטעמים לעניין הוא כדי ללמד את החתן שהתורה תעזור לו להסתכל נכון על דברים בחיים, ועם חיי אמונה יהיה לו קל יותר להתמודד עם מה ש"זורק" עליו משמים. טעם זה מתאים גם לחתן בר מצווה, ומסביר מדוע המנהג הוא דווקא בעליה לתורה.

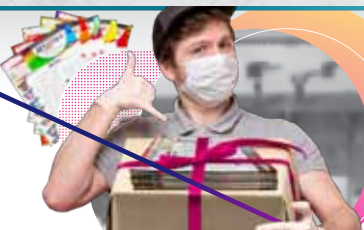
איך הדבר מתקשר לערך העצמי של האדם?

הדרך השנייה שבה האדם קובע לעצמו את הערך העצמי שלו, היא – עד כמה הוא מרגיש שהוא מצליח להתמודד עם מה שהחיים "זורקים" עליו. כלומר, כל אחד מאתנו מתמודד עם כל מיני אתגרים כמעט כל הזמן. אדם שמרגיש שהוא מתמודד בהצלחה עם מה שקורה עמו, הערך העצמי שלו עולה ומתחזק.

לעומתו, אדם שמרגיש שהחיים "גדולים" עליו, והוא מרגיש שהוא לא מצליח להתמודד עם מה שקורה עמו, הערך העצמי שלו יורד בעיניו.

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!

מני חנים לקמפוס היהודי VIP (3 חודשים)

ספר במתנה מהמנון בהידברות שופו

מני חנים לעולם הילדים (חודש מתנה)

מני חנים לעולם הילדים (חודש מתנה)

מני חנים לעולם הילדים (חודש מתנה)

לא מותרים 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, אף אחד לא ייקח לנו! ויותר מזה, כולנו מתייחסים 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! מכספי מעשר 073-222-13-88



נוער מתמודד

הרב דן טיומקין

פלך השתיקה

השתיקה חשובה לא פחות מהדיבור. היא ממש אמנות, שנצרכת במיוחד בחינוך



- אמא, מתי נגיע לאמריקה?
- שתוק ותמשיך לשחות.

יש הרבה מה ללמוד מהבדיחה הזו לעניין חינוך מתבגרים. גם לעניין ההתמדה, גם לעניין השתיקה. וכבר אמר שלמה המלך (קהלת ג', ז): "עַתְּ לַחֲשׁוֹת וְעַתְּ לְדַבֵּר", והתחושה שלי שיותר מדי מדברים על הדיבור, ופחות מדי על השתיקה, שחשובה לא פחות. השתיקה היא ממש אמנות, שבתחום החינוך נצרכת במיוחד. ויש לכך כמה דוגמאות:

1. לשתוק מריבוי הביקורת: לביקורת ולתוכחה יש תכונה מעניינת: כשמגזימים בהן, הן לא אפקטיביות, ולהיפך, הן אפילו מזיקות. לכן למרות הרצון הטבעי שלנו לבקר ולמחות, חייבים כאן להיות חכמים, ולבחור את הקרבות שלנו. להתמקד במה שבאמת בוער - ולשתוק מכל השאר. כמו שכתוב בפסוק: "וְהִתְעַלְמָתָּ" - פעמים שאתה מתעלם, וזה כלל גדול גם בחינוך.
 2. להשתיק רעשי רקע. זמני איכות עם הילדים הם הזמנים הכי חשובים ומשמעותיים. הם נותנים כוח לכל שאר הזמנים, ויוצרים מנגן נגד פיתויי הרחוב. ולכן חשוב לייקר את הזמנים האלה, לחפש ולזום אותם. כשהם קטנים זה יותר קל, כשהם מתבגרים זה מחייב יותר יצירתיות... אבל כשזה קורה, קל להתפתות בהם להיות מוסחי דעת, להציץ בטלפון, לענות לשיחה חשובה. חבל, זה יכול להחרב הכל. כדאי להתרגל בזמני האיכות עם ילדינו להשתיק את רעשי הרקע וליצור סביבה נטולת הסחות, ככל הניתן.
 3. לשתוק כדי לשמוע: בזמני האיכות עם הילדים, המעכב והמפריע הגדול ביותר לשתיקה ולהקשבה - הוא הדיבור. אדם שעסוק בלדבר, בלהשמיע את עצמו, מרוב מחשבות מה לומר ואיך לומר, בדרך כלל לא שומע מה שנאמר לו, וכמו שנאמר (לגבי איסור דם, חולין ק"ג): "אידי דטריד למיפלט - לא בלע". מי שטרוד לפלוט ולהשמיע, לא מקבל. בלי לשתוק - אי אפשר לשמוע! רוב בני האדם עסוקים להשמיע את מה שיש להם לומר. גם כשהם מקשיבים, הם רק מארגנים את המחשבות לתגובה שלהם. הם אינם פנויים לשמוע. תשומת הלב שלהם אינה מוקדשת לדברים שנאמרים אליהם. ולכן הם לא שומעים מה שבאמת נאמר. וכיוון שהשמיעה היא עיקר מה שנצרך מאיתנו ברוב המקרים, חבל לפספס את זה.
 4. לשתוק מלתת עצות מחוכמות. אין ספק שכולנו חכמים, כולנו נבונים, כולנו יודעים את התורה, ורוצים לסייע לנערינו המבולבלים. אבל גם כאן, ריבוי העצות עלול ליצור תחושה של מחנק, כי זו הקשבה שיפוטית שמיד קופצת להוראות מעשיות, מה הם חייבים לעשות. גיל ההתבגרות מחייב גם איזה מרווח שהנערים יבחרו בעצמם, ולכן כדאי לסגל הקשבה אמפתית, בגובה העיניים, עם הרבה הבנה, בלי לקפוץ מייד להציע פתרונות. זה לא קל, כי לפעמים באמת ברור לנו מה נכון לעשות, ובכל זאת, השתיקה כאן הכרחית. כאשר הנערים מקבלים אישור לרגשות ולתחושות שלהם, זה נותן להם הכרה בעולמם הרגשי, ויאפשר להם לחשוב על פתרונות טובים שהם יוכלו לעמוד מאחוריהם.
- יהי רצון שנצליח לשתוק ולהקשיב, ובכך נזכה לקשר עמוק ואיכותי עם ילדינו.

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



המדריך לחינוך

הרב זמיר כהן

חינוך בשיטת הדוב המרקד

בעוד שהדוב האומלל חסר בחירה, וחש כפוי לנוע בהתאם לאילוף שאולף, הילד המתבגר בעל בחירה הוא



בעבר היו העוברים ושבים בכיכר העיר צופים בדב מאולף הרוקד לקול צלילי חליל או תוף, ומתוך התפעלותם מהמחזה היו משלשלים פרוטות לטובת בעלי הדוב, שזו היתה פרנסתם. וכיצד הצליחו הבעלים לאלף את הדוב לריקוד מיוחד שאינו לפי טבעו?

היו מאלצים באכזריותם את הדוב לעמוד על סט מתכת חם, ומשמיעים לו באותה שעה את צלילי החליל או התוף. לרוב סבלו מחום המתכת, היה הדוב מרים את רגליו לסירוגין. ולאחר שהורגל פעמים רבות בהתניה שלילית קשה זו, היה קופץ באותה צורה מיד בשומעו את הצלילים, לרוב החרדה והדמיון שהנה שוב הקרקע בוערת מתחת לרגליו...

משל קשה זה יכול להמחיש את תחושת הצעיר או הצעירה שחו התניה שלילית בעת שחונכו לערכים טובים. ובעוד שהדוב האומלל חסר בחירה, ובעת שמיעת הצלילים חש כפוי לנוע בהתאם לאילוף שאולף, הילד המתבגר בעל בחירה הוא, ובעת שמיעת "הצלילים" שחש בתקופת ייסוריו, יקום ויבעט בכל הערכים שקיבל.

הדברים נכונים בהקניית כל סוגי הערכים החינוכיים הטובים, ונכונים שבעתיים כאשר מדובר בערכים חינוכיים גבוהים כגון לימוד תורה ושמירת מצוות מסוימות שהיצר מקשה על הילד ועל המתבגר לקיימן, כל אדם לפי טבעו.

ילד החווה, בעת לימודו עם אביו חומש או גמרא, חוויה בלתי נעימה של לחץ וכפייה, או כעס וגערות מצד האב, תחושה חווייתית דומה תלווה אותו כאשר יגדל בכל עת שיפתח ספר. ואם חווה מתח, הערות וזניפות בעת התפילה בבית הכנסת או בשולחן השבת, יחוש תחושה קשה בכל עת שייכנס לבית הכנסת או בשולחן השבת, ומכאן קצרה הדרך לפריקת עול.

ואם ההורים לא שמו לב לעובדה זו עד כה, יזדרזו להעניק לילד חוויה מתקנת שתאזן את התחושות הקשות שליווהו עד כה, וייצרו בלבו תחושה חדשה של מתיקות ונעימות (ואם הילד שגדל בהתניה שלילית נעשה כעת בוגר או אב בעצמו, יעמול בשכלו לשנות את התחושה הבלתי נכונה, באמצעות אמירת והפגמת המסר הבא לעצמו: "אני יודע שהלימוד מתוק, ואין מקום נעים בעולם יותר מבית הכנסת ומבית המדרש, וכמה נפלאה אווירת שולחן השבת. ואם אדם מבוגר, יהיה מי שיהיה, שעקב הקשיים שעבר בחייו טעה והקנה לי אווירה חווייתית מוטעית, אני לעולם לא אפסיד את העולם הרוחני שלי בגללו". וכך יאזור חיל להביט על החיים במבט נכון, ויעפיל למדרגה הרוחנית הנכונה והטובה).

אולם ילד שגדל באווירה חווייתית נעימה המקשרת בתודעתו את התורה והמצוות עם נעימות ומתיקות, בין את המצוות שבין אדם לחברו ובין המצוות שבין אדם למקום, יהיה בבגרותו אדם ערכי, השואף מצד עצמו לחיי איכות תורניים כרצון ה', בבחינת הכתוב (משלי כ"ב, ו): "חַנֵּךְ לַצֵּעַר עַל פִּי דַרְכּוֹ גַם פִּי יִזְקֶינָה לֹא יִסֹּר מִמֶּנָּה".

מתוך ספרו החדש של הרב זמיר כהן "המדריך המלא לחינוך ילדים". לרכישת הספר חייגו להידברות שופר 073-222-1250. או באתר shops.hidabroot.org

לא מזותרים על השיעור של החיים...

הזמינו כעת את הרב יונתן גל-עד

על פי הנחיות משדור הבריאות

- ללא עלות -

073-222-1290

שתף ה'חברה'

מחשבים חיים מחדש

ומזמינים את החברים אליכם לבית / לביה"כ / או לכל מקום שתבחרו, להתחזק עם הרב יונתן גל-עד, לשעבר קצין מודיעין מצטיין ופעיל תנועת מרצ, שבסקוטלנד הרחוקה גילה את יהדותו



קו ההלכה

הרב ירון אשכנזי

שהחיינו, מעשרות וברכת כהנים

האם מותר לברך על הרעם בתוך התפילה, האם מותר לפתוח במוצ"ש אימייל שנשלח בשבת, ועוד שאלות

מבית הכנסת כדי שיוכל חברו לישא את כפיו, מה טוב, ואם אינו מוכן לצאת מבית הכנסת, יצא הכהן קודם ברכת "רצה" מבית הכנסת.

האם ניתן לברך שהחיינו על פירות הדר, כגון תפוזים, קלמנטינות וכדומה, או שאין לברך עליהם שהחיינו כיוון שהם פירות מורכבים?

יש אומרים שאין לברך על פירות הדר ברכת שהחיינו, כיוון שתחילת עשייתם של פירות אלו היתה על ידי הרכבה (בן איש חי פרשת ראה אות י"א, ושו"ת מנחת יצחק חלק ג' סימן כ"ה). אמנם מרן הרב עובדיה פוסק שכיוון שההרכבה נעשתה כבר בעצים הראשונים, וכעת העצים הם הדור השני והשלישי של ההרכבה, אין בהם שום איסור, ומברכים על פירותיהם שהחיינו (יביע אומר חלק ה' אורח חיים סימן י"ט, אור לציון חלק ב' פ"ד אות מ"ה).

אם בירכתי על תפוזים ברכת שהחיינו, האם אני יכול לברך על הקלמנטינה או אשכולית וכדומה, או שיכול לברך שהחיינו רק פעם אחת על כל פירות הדר?

יכול לברך על כל מין ומין, אף שדומים זה לזה במראם החיצוני, כיוון שיש שינוי בשם, במראה ובטעם (הליכות עולם חלק ב' פרשת ראה אות ב', ואור לציון חלק ב' פרק י"ד אות מ"ו בהערות).

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

אם אינו משתמש בו אלא להרחה, או להטעים את התה, פטור ממעשרות (חזון עובדיה, תרומות ומעשרות עמוד ק"ה). אמנם צריך להיזהר מצד איסור תולעים המצויים בעלים אלו, ואין להשתמש ולחלוט עלים אלו, רק באמצעות מסננת משי או חיתול מחלחל, באופן שלא יהיה מגע ישיר בין המים לעלים.

האם אפשר ליטול ידיים מבקבוק שיש לו פיה צרה?

אם המים נשפכים בלי הפסקה, מותר להשתמש בבקבוק זה לנטילת ידיים (ט"ז סימן קס"ב סעיף קטן ה', אור לציון חלק ב' פרק מ"ו אות ו').

שמעתי שכאשר יש לכהן שונא בבית הכנסת, שאסור לכהן לעלות לדוכן. האם זה נכון?

מובא במשנה ברורה שכהן השונא לציבור - אסור לו לעלות לדוכן, ואם עולה לדוכן - סכנה יש לכהן (סימן קכ"ח סעיף קטן ל"ט). והמקור לדבר הוא הזוהר הקדוש (שער הציון שם). וכתבו הפוסקים שכל האיסור הוא דווקא כששונא לכל הציבור, או לחלק נכבד מן הציבור, שאין תקנה שיצאו כולם כדי שיוכל לישא את כפיו. אבל באדם יחיד ששונא לו, אין דין זה. ומכל מקום מספק יש להחמיר שיצא הכהן, דחמירא סכנתא מאיסורא, ולכן אם אפשר לשכנע את ה"ישראל" שיצא הוא

השומע קול רעמים בתוך ברכות קריאת שמע שבתפילה, האם יכול לברך ברכת "שכוחו וגבורתו מלא עולם"?

אם הוא נמצא בין הפרקים, דהיינו שכעת סיים ברכת "יוצר אור" ועדיין לא התחיל "אהבת עולם", או שסיים "אהבת עולם" ולא התחיל "שמע ישראל", יפסיק ויברך בשם ומלכות, כיוון שהיא מצווה עוברת. והוא הדין שאם רואה את הקשת בין הפרקים, יברך "זוכר הברית ונאמן בבריתו וקיים במאמרו" (יביע אומר חלק ד' סימן ג').

נשלח לי אימייל בשבת, ובמוצאי שבת אני מעוניין לפתוח ולקרוא את האימייל, האם מותר?

לכתחילה ראוי להחמיר ולא לפתוח הודעה זו, ולבקש שישלחו שוב משום שיש כאן זלזול בכבוד השבת (כך נראה מדברי שו"ת שבט הלוי חלק ח' סימן מ'). אמנם במקום הצורך יש להקל בדבר (עיין בילקוט יוסף מהדורת אלקיים סימן רמ"ו אות י"ז עמוד רס"א. וכן פסק משנה הלכות חלק ס' נ"א, להתיר לשמוע את המזכירה האלקטרונית).

אני מגדל בגינה נענע, שיבה ולואיזה, ומשתמש בה לצורך חליטת תה. האם אני מחויב להפריש תרומות ומעשרות מעלים אלו?

אם משתמש בנענע לצורך אכילה, כגון שמערב אותו בסלט וכדומה, יפריש תרומות ומעשרות. אבל



נפלאות הבריאה

דבי רייכמן

קרני האור נעות במהירות גבוהה מאוד. מהירות האור, בהנחה שהוא אינו מופרע על ידי עצמים שונים, הינה 300,000 ק"מ בשנייה אחת. כלומר, אם נוכל לעמוד על הירח ולהביט בכדור הארץ, אור שיידלק בכדור הארץ ייראה לעינינו כעבור קצת יותר משנייה אחת.

מהירות האור משמשת גם למדידה של מרחקים. "שנת אור" היא מושג נפוץ בתחום האסטרונומיה, והיא מייצגת את המרחק שהאור יעבור במשך שנה תמימה - מספר עצום בגודלו, כמובן.

מהירות האור גבוהה הרבה יותר ממהירות הקול. מהירות הקול היא כ-344 מטרים לשנייה בלבד. זוהי הסיבה לכך שהברק והרעם, שנוצרים למעשה באותו רגע, מתגלים לנו במרווח זמן זה מזה - קודם רואים את הברק, ורק לאחר מכן שומעים את הרעם.

אינם נחשבים לצבעי יסוד? הסיבה לכך היא שהשחור והלבן אינם נחשבים למעשה לצבע. שחור הינו העדר מוחלט של אור. במשטחים שחורים, קרן האור כולה נבלעת, ואף חלק ממנה אינו חוזר אל העין. כך אנו רואים את ה"צבע" השחור. הלבן הינו ההפך המוחלט - הוא מורכב מערבוב של כל הצבעים, וכאשר קרן אור פוגעת במשטח לבן - היא חוזרת במלואה אל העין, ואנו רואים את ה"צבע" הלבן.

את הצבעים המרכיבים את קרן האור אנו מכירים כשבעת צבעי הקשת. כאשר קרן אור פוגעת במנסרה, היא מתפרקת לגלים השונים המרכיבים אותה, ואנו רואים כל צבע בנפרד. כך מתרחש גם כאשר קרן שמש פוגעת בטיפות מים באוויר - וניתן לראות קשת בענן.

חנוכה, חג האורים, מתקרב, וזו ההזדמנות לשאול - מהו, בעצם, אור?

אור הוא למעשה קרינה אלקטרומגנטית, שנמצאת בטווח שבין קרני אינפרא-אדום לבין קרני אולטרא-סגול. שתי קרניים אלה, משני צדי הטווח, אינן נראות לעין אנושית. כל מה שנמצא בטווח שביניהן, נכלל בקרניים הנראות לעין, ולמעשה מהווה אור.

קרן אור מורכבת מגלים באורכים שונים. כל גל מוקרן כצבע שונה. כאשר קרני האור פוגעות במשטחים שונים, חלק מן הגלים הללו נבלעים במשטח עצמו, וחלק אחר חוזר ונגלה לעין האנושית. כך אנו רואים צבעים שונים.

האם תהיתם פעם מדוע צבעי היסוד המוכרים הם רק אדום, כחול וצהוב, ואילו השחור והלבן



מחזקים בעז"ה את התא המשפחתי מבלי לצאת מהבית

לפרטים נוספים ולהרשמה צרו עימנו קשר

073-222-1310
eliyahun@htv.co.il

בין הנושאים שיועברו בסדנאות:

- תקשורת זוגית נכונה
- תהליכים קוגניטיביים בזוגיות
- כיצד לחזק את הזוגיות?
- דפוסי התנהגות ופערים בזוגיות
- שיח וביקורת בינשוואין
- חזית אחת בחינוך הילדים

מחלקת שלום בית בהידברות, עם מיטב המומחים לשלום בית, מזמינה אתכם למבחן סדנאות זוגיות כוזם. ללא חשיפת המשתתפים.



נסתרות דרכי הלב (ג')

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



סיפור מהחיים

חיים ולדר

בשבועות הקודמים, כלה סובלת מהתנהגותה התוקפנית של חמותה. כשהיא מאבדת את תינוקה, היא נותרת ללא תמיכה.

כחודש לאחר שאיבדתי את הילד, חיי השתנו עוד יותר. בעלי ואני ישבנו על הספה ודיברנו על הנושא היחיד שנשאר לנו - היחס של חמותי. לפתע התחלתי להרגיש שאני רואה שחור בעיניים. הרגשתי פחד עצום. הרגשתי שמלאך המוות נמצא בבית ומחכה לרגע שיקבל אישור למעשה. התחלתי לרעוד בכל הגוף ממש, הרגשתי שזה הסוף. מיד יצאתי מהבית, התקשרתי להוריי שיבואו דחוף כי הולך לקרות לי משהו. הם נשמעו מבוהלים. לא הבינו מה קורה לי. במשך שעות ארוכות הסתובבנו ברחובות העיר, כשאני מחזיקה את ידה של אמי ומרגישה שמשוהו הולך לקרות כל רגע. הליכתי הייתה מהירה ומבוהלת, בכיתי שאני לא רוצה שיקרה לי משהו. איני יודעת מי היה מבוהל יותר, הוריי או אני. לאחר מספר שעות של טיולים נרגעתי מעט וביקשתי מבעלי שנישן אצל הורי בלילה, כי אני מפחדת לחזור הביתה. בעלי הסכים. ישנו אצל הורי.

למחרת לא האמנתי שאני חיה. מיד כשקמתי, אמרתי "מודה אני" בכוונה עצומה והרגשתי כאילו הפסוקים האלו נכתבו בשבילי. העניין אט-אט נשכח ונרגעתי, עד שהדבר הגרוע הזה הופיע שוב. ישבתי עם משפחתי על ספסל ליד הבית, ופתאום זה הופיע: פחד מטורף, תחושת מחנק, כל גופי רעד. קמתי בבהלה מהספסל והתחלתי להתהלך הלוך חזור בפחד נורא שהנה, אולי עכשיו יקרה משהו. הוריי נכנסו ללחץ ולא הבינו מה שוב קרה. הם פנו איתי לרופאת משפחה. עברתי מספר בדיקות, כולל אקו לב, והכול היה תקין. אם כך, מה פשר הדבר? הרופאה הסבירה, שהגוף נכנס למצב לחץ וחושב שיש סכנה ממשית, אך זו התראת שווא. היא המליצה על כדורים, ואני מיד סירבתי. מה פתאום שאצטרך כדורים? אני צעירה ואוכל להתמודד עם המצב הזה גם ללא תרופות. זה יעבור והכול יהיה בסדר. כך חשבתי לעצמי. אך כנראה לא ידעתי עם מה אני מתמודדת. ההתקפים חזרו ונשנו מספר פעמים. הייתי מגיעה למיון עם כאבים בגוף או עם תחושת מחנק ודפיקות לב מהירות, עוברת סדרת בדיקות וחוזרת הביתה. לבסוף נכנעתי והתחלתי לקחת כדורים. הבנתי שגם במשפחתי כבר מותשים ממני.

•••

בשלב מסוים הגעתי למסקנה, שאנשים חושבים שפשוט השתגעתי. בהתחלה הייתי מתביישת בעצמי. אני צעירה כל-כך מכדי לקחת כדורי הרגעה. אך לאט-לאט הבנתי שאני זקוקה להם, כי איני מצליחה להתמודד בעצמי.

ניחמתי את עצמי וכל הזמן הזכרתי לעצמי, שכשם שאדם שסובל מפצע זקוק לטיפול רפואי, כך אדם שיש לו פצע בנפש זקוק לטיפול, ואין מה להתבייש. חייתי עם זה והשתדלתי להרגיש טוב עם עצמי. השתדלתי להסתיר עד כמה שניתן את החרדות ואת הכדורים. הלכתי לטיפול פסיכולוגי.

•••

באותה תקופה חמותי קנתה לנו דירה. כן, פשוט כך. היא חיפשה ומצאה דירה בלי ליידע אותנו, וגם סגרה חוזה אצל עורך דין. קיבלנו את החוזה לידיים וראיתי שהדירה רשומה רק על שמה. אמרתי לבעלי: "מדוע אנחנו לא רשומים על הדירה? הרי חלק מהכסף שייך לנו". "נכון, זה מוזר", הוא ענה בפליאה ושאל את אמו על כך. "מה פתאום שארשום את הדירה על השם שלכם?" היא אמרה בלי להתבלבל, "ואם מחר אשתך תרצה להתגרש ממך? למה שהיא תיקח חצי מהדירה?". הייתי המומה מהתשובה. "זה מה שהיא רוצה? שנתגרש? הרי אדם מדבר מהרהורי לב", אמרתי לבעלי. הרגשתי שאני כבר לא מסוגלת. הרגשתי איך היא משחקת עם החיים שלנו. סיפרתי זאת למטפלת. שאלתי אותה איך אפשר למזער את הנזק הנפשי שנגרם לי מכל ההתעסקות עם חמותי. תשובת המטפלת הייתה: "אני סומכת עליך שתדעי מה לעשות". הגעתי הביתה ואמרתי לבעלי: "תקשיב, כעת הבנתי שזה או אני או היא. אני רוצה שתיתקח זמן ותחליט. אני לא רוצה לדבר עליה. ייתכן שהיא אמא טובה, אבל בתור חמות היא ממש נוראה. אני מרגישה שהקשר איתה מסכן את בריאותי הנפשית,

הגדה של פסח, מגילת האדם ועולמו, מפתחות אסתר, שיר השירים, קהלת, ספר דניאל לחיים, הזיוף הגדול

המהפך 1-4, הצופן, ארכיאלוגיה תנ"כית א'-ה'

המדריך המלא לנישואין מאושרים, המדריך המלא לחינוך לילדים

נזר כהן א'-ב', כיתת בזמננו

הספרים שמדחיבים לחיים ומאירים את הנשמה!

פרי הלבנה | הבית היהודי | תורה ומדע | מוסר והשקפה | ביאורים לחגים

לכל ספרי הרה"ג זמיר כהן ולהזמנות היכנסו להידברות שופט: 073-222-1250 | shops.hidabroot.org



היהודי החושב

האם אדם לא-מאמין יכול להיות מוסרי?

» המשך מעמוד 2

אדם שסבור כי צו לבו האומר לו שאסור לרצוח, הוא מסר אלוקי אשר טבע בלבו בורא-מתכנן, מקבל סיבה שכלית להקטיב למצפוניו, ולדרוש אחר היושר. אך אדם שסבור

כי צו לבו האומר לו שאסור לרצוח, הנו אשליה חסרת ערך שיצר הטבע העיוור במוחו, אינו מקבל אף סיבה שכלית להקטיב לצו לבו. להיפך: הוא מקבל סיבה לזלזל ברגשות אלה ולבטלם.

אני סבור שהסיבה היחידה שאתאיסטים בני ימינו אינם נוהגים בצורה מסוכנת, היא בגלל שהם נשמעים לחוקה ומנהגיה של התרבות המערבית אשר ינקה את המוסר שלה מערכי התורה (יסודות כבוד האדם וקדושת החיים מבוססים במקורם על פסוקים מפורשים כגון: "שופך דם האדם, באדם דמו ישפך, כי בצלם אלוקים עשה את האדם").

לצערנו, בכל שנה ושנה מתרחקת התרבות המערבית ממקורותיה, שוברת עוד ועוד גבולות מוסריים, עד שתאבד את הקשר שלה לערכי התורה לגמרי, ואז תוכר סכנתה. כיוון שלאתאיזם אין חיוב מוסרי, "מנהג אבות" לבדו לא יצליח לשמור לאורך זמן על צלם אנוש בתרבות אתאיסטית.

חברה אתאיסטית תוכל בקלות להתיר פריצות קיצוניות, לשבור את התא המשפחתי, ולהגיע לבסוף עד כדי רצח המוני, כפי שקרה בשלטונם של סטלין והיטלר ימ"ש. לאתאיזם הרי קל מאוד לבטל את הרגש המוסרי האומר לנו כי התאוה דורשת ריסון וצניעות, ואפילו את הרגש הבסיסי האומר לנו שיש קדושה וערך בחיי אדם. את כל הרגשות הללו מבטל האתאיזם בטענה שהם רק אשליה, ולנו יש תוכנית טובה יותר מן הטבע כדי להיטיב לעצמנו...

כל המוסר כולו תלוי באמונה, שהרגשות הללו מקורם בתכנון אלוקי ולכן ראוי להישמע להם ולכבדם.

מובן שגם אנשים דתיים עלולים לטעות, למעוד ולחטוא. הרי כולנו בני אדם, ולכולנו יש יצר רע. השאלה היא האם היצר הזה מוגדר בתור "יצר רע".

האתאיזם לא יכול לנכות אף יצר בשם "טוב" או "רע", ומכאן נובעת סכנתו.

לכן אמר אברהם אבינו: "רק אין יראת אלוקים במקום הזה, והרגוני על דבר אשתי" (בראשית כ', י"א). בעזרת השם נזכה כולנו לאמונה ישרה, השומרת על החברה מכל שחיתות ורשע.

לגשר, ולאחר שלא הלך בטובות – הם ממש איימו ואחר כך התחננו. אחר כך שוב איימו, אבל בעלי נשאר צמוד להוראת הרבנים.

מחצית השנה הזו התארכה לחמש שנים, שבהן לא היה שום קשר, לא עם הוריו ולא עם אחיו ואחיותיו.

אך מצד שני הוא הרוויח אישה שהבריאה והתחזקה. את כל הכוח שקיבלתי השקעתי בו. כיבדתי אותו והשבתי לו על מה שוויתר למעני.

לאחר חמש שנים החל הקשר לחזור בהדרגה. בתחילה בפגישות רשמיות ומאופקות, לאחר מכן לשבתות, ועם הזמן חזר הקשר להיות יום-יומי. הקשר הזה מתנהל בתנאים ברורים: הוא מדבר איתם רק בנוכחותי. הם אינם משמיעים ביקורת עליי בשום עניין, גם לא במרומז.

בתחילה הוא סירב לקבל כסף. זה היה עניין רגיש, שכן רוב השליטה מלכתחילה הייתה בגלל כסף. פשוט פחדנו ליצור שוב תלות כספית.

ולאחר מכן, כשאני הרגשתי מצדי שהלחץ יורד והאמון חזר אלי, הוא "הסכים" לקבל גם תמיכה. בינתיים נולדו לנו עוד ילדים, והקשר ביני לבין בעלי הפך לקשר נדיר שאין כמותו. אנחנו מרגישים רגועים יותר ביחד. החרדות נעלמו כמעט לגמרי. אני אישה הרבה יותר שמחה. הבית שלנו מלא באהבה, בהומור ובמוזיקה. ילדי גדלו בלי להרגיש כמעט את חמש השנים הללו (הנתק היה בזמן ששני הגדולים היו בגילאים צעירים).

אני יכולה לומר שהתמודדתי עם בעיה ידועה, אך ברמה קיצונית שמפרקת בתים, והעובדה שהצלחנו להיחלץ מזה בשלום רק חישלה אותנו כזוג וכמשפחה.

אסיים במסר פשוט מאוד: אל תתנו לאיש להרוס לכם את החיים! תתרכזו בחיים שלכם ותמשיכו קדימה. אם יש מישהו שמתנכל לכם, פשוט תלכו משם. תתנתקו מהרע גם אם יש טוב בצדו.

בתוך תוכי אני מלאה הכרת טובה לבעלי היקר שבחר בי. אני מסתכלת על אותם ימים ויודעת שזו הייתה בחירה לא פשוטה. לפעמים אני מתפלאת שהוא בחר בי באותם ימים, שבהם הייתי דכאונית ומלאה חרדות.

וכשאני אומרת לו זאת, הוא עונה לי: "אני לא ראיתי את מה שהפכת להיות. אני ראיתי את מי שהיית תמיד. ידעתי שהתקופה הזו היא תוצאה של רדיפה שאינה באשמתך, אך התקשיתי להודות בכך. ודאי שהיה קשה לנקוט מעשה שכזה, אבל אני שמח ומאושר שבחרתי נכון. בחרתי בך והרווחתי את מי שהיית מלכתחילה".

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

ואני מבקשת שתלך ותתייעץ עם מי שנראה לך. אני לא רוצה שום קשר עם המשפחה שלך אם חפצת חיים אנוכי".

בעלי התחיל לבכות. ידעתי שזהו בכי של אדם אומלל שנמצא בין הפטיש לסדן, ונקרע בין אהבת הוריו לאהבת אשתו. הוא התחיל לומר שהוא לא מוותר עליי, אבל אני אמרתי לו שאיני רוצה שום תשובה כעת, אלא רק בעוד שבוע.

עברו ימים אחדים, ולמען האמת, כמעט התחרטתי ששמתי אותו במקום הזה. פחדתי מאוד שיבחר בהוריו. אמרתי לעצמי: "לאיזה ניסיון הכנסת אותו? מצד אחד יש לו אישה שקצת השתגעה, ומצד שני בית מלא בכל טוב. מה פתאום שיבחר בך?".

אבל אחרי חמישה ימים הוא בא וביקש לדבר איתי. הוא אמר שהתייעץ עם רבנים, והם אמרו לו שהוא צריך לעשות את הצעד הנורא ולהתנתק מהוריו. הם אמרו שגם אם זה היה באשמת, עליו לבחור בצעד זה על פי ההלכה. אך הם הודיעו, שעל פי מה שהוא מספר, אני צודקת. הם אמרו שאני חיה כבר שנים בצורה בלתי נסבלת. כמו כן הם הסבירו לי, שגם בזיווג שני תהיה לו אותה בעיה.

הוא סיפר להוריו על ההתייעצות הזו. אביו דווקא השתכנע, אך אמו הייתה בהתקף של כעס וצעקות. היא האשימה אותו שהוא בן סורר ומורה וכפוי טובה. השיחה התפוצצה.

המפנה הגיע מכיוון בלתי צפוי. הוריו הלכו לדבר עם חכם שלום כהן שליט"א. אמו כתבה מכתב ארוך ובו שטחה את טענותיה. חכם שלום אמר שידבר עם בנה, בעלי.

בעלי הלך אליו (אני לא ידעתי מכל המהלך), והיה ברור לו שכעת הוכרעה הפרשה: הרב יורה לו לכבד את הוריו, והחבילה תתפרק.

אבל חכם שלום, כשמו כן הוא, הפתיע אותנו לחלוטין. וכך אמר לו במילים אלה: "קראתי את טענות אימך. בדרך כלל דיין צריך לשמוע שני צדדים, והיה עליי לשמוע את אשתך. אבל הפעם איני זקוק לזה, שכן מהמכתב של אמך כבר השתכנעתי שאשתך צודקת, כי המכתב היה מלא טענות ושנאת חינם כלפי אשתך. לא הייתה בו טענה אחת שהכלה מתחצפת אליה או לא שומעת בקולה, רק השמצות על אישיותה, על הטעם שלה בבגדים, על הטיפול שלה בילדים ועל סידור הבית. דברים שאין מתפקידה של החמות להתערב בהם בכלל. אימך שכנעה אותי שהדבר הכי טוב כעת יהיה להתרחק באופן זמני". זמני, זה הביטוי שבו השתמש. אבל בעלי הבין מה הוא צריך לעשות. הוא הודיע להוריו על "ניתוק זמני" למשך חצי שנה.

מה הם לא עשו. בתחילה אמרו "לא רוצה" – לא צריך". אחרי חודשים החלו לשלוח שליחים לנסות

זה הזמן שלך להתקדם בחיים! בעז"ה

ועכשיו גם בזום! לקבלת תכנית הלימודים הקדימו והתקשרו: 073-222-1280



תעודת יתרון בקורס

הקורס אי"ה יתיקיים בשיטת לימוד מרוחק, וכן ייתכנו מפגשים פרונטליים בבית היברות בהנחיית מלאכה ע"פ הוראות משרד הבריאות

החל מ' 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?

היברות מזמינה אותך לקורס בנושא מרתק **יסודות הפסיכותרפיה**

בראי היהדות

בהנחיית הרב אייל אונגר ראש מרכז הישיגים

הנושאים הנלמדים: זהות האדם וההשפעה על חייו | אמנות המחשבות | עיוותי חשיבה ואמונות מגבילות | כעסים ומתחים | התמכרויות | פרפקציוניזם רדיפת השלימות | התמודדות עם לחץ חברתי | דיכאון, דאגות, חרדות | ועוד



שלום ואמת

הרב אלחנן שלום
אלגרווד

שכנים ששיפצו ביחד

ההנחה ניתנה לאחד מן השותפים, כך שהשני שילם יותר. האם מגיע לו החזר?

כולו שלו, כיוון שההנחה של המוכר ניתנה אך ורק לו, ולכן אברהם לא יצטרך להחזיר דבר לדניאל (שיטת שו"ת התשב"ץ). ויש אומרים, שכיוון שההנחה של המוכר ניתנה לאברהם רק משום שהוא עשה עסקה על כל בניית השלד, וחצי ממנו נעשה בשליחותו של דניאל, הרי שהרווח צריך להתחלק בין שניהם בשווה, ולכן אברהם כן יצטרך להחזיר לדניאל 10,000 ₪ (שיטת הש"ך).

בנידון השאלה, אברהם נחשב "מוחזק" ודניאל נחשב "מוציא", כלומר אותם 10,000 ₪ נמצאים ברשותו של אברהם, ודניאל רוצה להוציא אותם ממנו ולהעבירם לרשותו שלו. מאחר שישנה מחלוקת הפוסקים, רשאי אברהם לומר "קים לי כשיטת התשב"ץ (אני עומד וסובר כשיטת התשב"ץ), שאיני חייב לדניאל דבר", ולא לשלם לדניאל מאומה.

פסק ההלכה של "מרכז הבוררות": מעיקר הדין אברהם אינו חייב להחזיר לדניאל מאומה, אבל ראוי שיתפשר על חצי מהסכום, ויתן לדניאל 5,000 ₪.

מקורות: משפט הקניין ח"א עמוד תנ"ח אות ה'. שו"ת תשב"ץ חלק ג' סימן קפ"ו. ש"ך בחושן משפט סימן קפ"ג סעיף ו' סעיף קטן י"ב על פי שיטת הרי"ף.

הרב אלחנן שלום אלגרווד הוא דיין מטעם המרכז לבוררות שע"י הידברות.

380,000, ודניאל העביר לו צ'קים על סכום של 190,000 ₪, כך שאברהם שילם רק 170,000 ₪. כחודש לאחר התשלום, דניאל גילה באופן אקראי את פרטי העסקה הנ"ל, ומובן שהוא כעס מאוד. לטענתו, ההנחה הייתה צריכה להתחלק שווה בשווה - שהרי שניהם חתמו על כך שהוצאות השלד מתחלקות "שווה בשווה", ולכן על אברהם להחזיר לו 10,000 ₪.

אברהם, לעומת זאת, טוען שכל ההנחה שהתקבלה הייתה רק בגלל שהקבלן הוא חבר אישי שלו, ושאברהם עשה טובה לדניאל בכך שביקש ממנו רק 190,000 ₪, כשהיה יכול לבקש ממנו את מלוא הסכום של 200,000 ₪, ולכן הוא אינו צריך להחזיר לדניאל מאומה.

דניאל ואברהם הסכימו לפנות ביחד ל"מרכז הבוררות שלום ואמת", כדי לברר מי מהם אכן צודק.

הצדדים חתמו בכתב על ההסכם שבו מפורטות ההתחייבויות שלהם בנוגע לבניה, והחתימה על שטר זה נחשבת מבחינה הלכתית כ"קניין המועיל", והיא מחייבת את הצדדים, כך שהם אינם יכולים לחזור בהם ללא הסכמת הצד השני.

בנידון השאלה, נחלקו הפוסקים אם אכן הרווח כולו שייך לאברהם: יש אומרים שהרווח

לאחר משא ומתן ארוך ומייגע, הגיעו אברהם ודניאל להסכמה בעניין הבניה המשותפת על הגג המשותף. שני השכנים סיכמו ביניהם בכתב ובחתימת ידם שכל ההוצאות של השלד, בסך 400,000 ₪, יתחלקו ביניהם שווה בשווה, ולאחר מכן, כל אחד ישלם בנפרד לקבלן על החלק הפנימי.



בחוזה שבין אברהם ודניאל סוכם שאברהם מופקד על בחירת הקבלן וחתימת החוזה, כמובן בכפוף לאישורו של דניאל, ודניאל ישלם לו את חלקו. אברהם פנה לידו, הקבלן המפורסם מר יעקב ג. ולאחר פגישה עם דניאל, אברהם ויעקב הקבלן חתמו על חוזה. בפועל בחוזה ביניהם אברהם קיבל הנחה של 10%, בסך 40,000 ₪, מידידו הקבלן. אלא שאברהם סיפר לדניאל על מחיר סופי בסך



הידברות שלום, במה נוכל לעזור?

- מזכירות הידברות 03-6166614
- יעוץ למתחזקים בתחילת הדרך 03-6106061
- יעוצים לשלום בית 073-2221310
- יעוץ לנשים בנושא טהרת המשפחה 02-6301522
- הזמנת חוגי בית / הפרשת חלה (בחינם) 073-2221290
- תמיכה וסיוע לנשים בהריון 052-9551591
- דיווח וסיוע במקרי התבוללות 052-9551591
- הזמנת הרב בצרי לערב בביתכם (בחינם) 073-2221240
- סדנאות בית הידברות 073-2221300/371
- הידברות שופט (מכירות) 073-2221250
- מנוי להפצת עלון השבת 073-2221388
- נפשי בשאלתי 073-3333331
- מיזם צופיה 073-3333333

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

אחרי

- 20:13 אני רק עכשיו מבינה מה חשבתי.. מזועזע
- ילדתי בזכות בורא עולם ובזכותכם! תודה שמנתם ממני נזק בעקבות משבר נישואים
- 20:13 בחרתי בחיים והשם זיכה אותי לנס

חידה

מים שאין להם סוף
מתי קורה שמכריכם ברכה על מים - אך ברכה זו אינה "שהכל נהיה בדברו"?

פתרון החידה מפרשת תולדות:

יש להוציא 16 נעליים. עד הנעל ה-15 שתוצא מהארון, אין ודאות לקבל זוג, שכן יתכן שיוצאו 5 נעליים שחורות ימניות, 5 כחולות ימניות ו-5 לבנות ימניות. רק כאשר נוציא את הנעל ה-16, היא תהיה מותאמת בוודאות כזוג לאחת מן הנעליים שהוצאנו קודם לכן.

רגע למחשבה

אמרות

השבת נקראת נשמה יתרה, כי הנשמה בשבת גדולה יותר מהלבוש הגשמי שמתלבט בתוכו. (רבי אריה לייב מגור)

עונג שבת של הגוף מאפשר לנשמה להתענג ברוחניות. (רבי יעקב יוסף מפולנאה)

האמן יוני גרשטיין: "ילד שיודע טוב יותר את המשניות בזכות הציורים שלי - שווה לי מכל זהב וכסף"

מבית הספר הלאומי הגבוה לאומנויות בפריז - אל היכלי "נתיבות עולם" בני ברק, ומשם לז'אנר אומנותי פורץ דרך בציבור החרדי: ר' יוני גרשטיין, אמן הציור הראשון בציבור החרדי, על הדרך הארוכה

את ההצעה בהתלהבות, והחליטו להדפיס 2000 עותקים. בחסדי ה', חודש אחר כך אזלה המהדורה, ובהוצאה לאור בקשו להוציא מהדורה נוספת. זו הייתה הפתעה גדולה עבורי, ושמחה גדולה עוד יותר. קיבלתי הרבה תגובות מקוראים שסיפרו לי כי ילדיהם לומדים את המשניות בשמחה, ומצליחים להבין אותן בקלות בזכות הציורים, והתרגשתי מדבריהם. הקוראים גם שלחו הרבה הערות ובקשות, ובזכותם יכולתי לתקן ולשפר בהרבה את המהדורות הבאות. עד היום, ספר הביכורים שלי - משניות שבת המצויות 'פני שבת' הוא הספר המצויר שלי שנמכר הרבה יותר מכל שאר הספרים שציירתי והשקעתי בתנאים מודרניים בהרבה".

לאחר הניסיון המוצלח עם מסכת שבת, החליט ר' יוני גרשטיין לצייר גם את מסכת סוכה. "התחלתי ללמוד אותה בעיון, ותוך כדי כך לצייר את המושגים וההלכות המעניינות שיש בה. עם הזמן, נכנסתי יותר ויותר למלאכת הציור בציבור החרדי, פנו אלי בעבודות איור לספרי ילדים, ציורים לעיתונים וקריקטורות, והיה גם פרויקט מיוחד של ציורים על פרקים בגמרא עבור ילדים. זו הייתה עבודה מאתגרת מאוד, אך מלאת סיפוק. הפרויקטים הגיעו בזה אחר זה, ותמיד קטעו אותי באמצע העבודה על מסכת סוכה. כך בלי תכנון, התמשכה העבודה על פני 20 שנים תמימות..."

"בחופש האחרון השנה החליט החתן שלי לעזור לי ולהמריץ אותי להוציא את מסכת סוכה לאור. בעידודו של חתני למדתי שוב את המסכת, עברתי על כל הציורים הקודמים והמשכתי לצייר עד שהגענו לסיום המסכת. ברוך ה', מרן הגאון ר' חיים קנייבסקי עודד אותי מאוד להוציא לאור את המשניות המצוירות. ובכל פעם שאני מביא לפניו מסכת נוספת שסיימתי לאייר, אני רואה כיצד הוא מדפדף ומחייך, מעלעל ונהנה, ובכל פעם המחזה מרגש אותי מחדש".

האם חברים שלך מהעבר רואים את ציורך כיום?
 "לא נראה לי, זה לא מעניין אותם. אחי רואה את הספרים ואומר לי: 'כן, ודאי אתה צייר מעולה, אבל מבחזבו!...' לתחושתם, הם 'איבדו' אותי בציבור החרדי. הם חשבו שאתמקד באמנות ושהציורים שלי יהיו מפורסמים ברמה בינלאומית. אולם אני יודע כי כל ילד שלומד את המשניות טוב יותר בזכות הציורים שלי, שווה לי יותר מאלפי זהב וכסף".

זצוק"ל לשאלה הלכתית מסוימת. לאחר שקיבלתי תשובה המשיך הרב שך ושאל אותי מעצמו: 'במה הנך עוסק?'. כששמע שהייתי צייר והפסקתי, אמר לי: 'היית מומחה? אז למה אתה לא ממשיך?'. הרב שך אמר לי לחזור ולצייר, ולא בגלל הפרנסה אלא בגלל הנפש. הוא הורה לי ללמוד תורה במשך חצי יום ולצייר במשך חצי יום".

"אחד מחברי לשיבה ביקש ממני באחד הימים לצייר עבורו את הלכות ציצית. שרבתני בקלילות את הלכות הקשירה של הציצית, לפי הכוונתו, בעט פשוט על גבי דף לבן, אפילו בלי צבע ובלי מכחולים. החבר הדפיס את הציורים הפשוטים שהכנתי לו, צילם עותקים רבים ודביק בבתי הכנסת. התגובות הנלהבות הפתיעו אותנו. זה היה חידוש גדול באותם ימים, ואני הבנתי כי יש ביקוש גדול לציורים ממחישים של הלכות. "בעקבות זאת עלה לי הרעיון לצייר ולהמחיש הלכות נוספות, וחשבתי להתמקד בציורי משניות. הלכתי להתייעץ עם הרב הגאון ר' יצחק זילברשטיין, ושאלתי אותו אם ראוי לצייר הלכות. לשמחתי, הרב אישר את הרעיון וגם הוסיף המלצה, להתחיל ולצייר את מסכת שבת. עבדתי על מסכת שבת במשך שלוש שנים, דף אחרי דף, בצורה פרימיטיבית לחלוטין, עד שזכיתי לברך על המוגמר. לפניי הייתה ערמה נכבדה של 350 עמודים מצוירים וכתובים".

השלב הבא היה המלחיץ ביותר עבור גרשטיין. "הסתכלתי על הדפים ולא ידעתי מה אעשה בהם. מי אני שאוציא ספר תורני? ומי יסתכל על הספר ללא שם מפורסם של רב מחבר? בחשש גדול פניתי להוצאת הספרים פלדהיים עם ערמת הדפים המצוירים. בהוצאה לאור דווקא קבלו

נולד עם מכחול ביד", כך אוהבים לומר על ציירים מפורסמים. מתברר שגם אצל ר' יוני גרשטיין, אמן הציור החרדי, התגלה הכישרון מוקדם למדי: "התחלתי את הדרך יחד עם אחי התאום דוד", מגלה לנו גרשטיין פרט משפחתי שלא רבים יודעים. "שנינו קבלנו את המתנה הזו משמים. עוד כשהייתי בגן יחד עם דודו, הגננת אמרה לאמי: 'הילדים שלך מוכשרים מאוד'. גדלנו ולא הפסקנו לצייר, ובבית הספר כבר ידעו כולם כי זו תהיה הקריירה שלנו. למדנו בחוגי ציור נחשבים, והתפתחנו אחי ואני כל אחד בתחומי הציור שמשכו אותו. אחרי השירות בצבא נסעתי להשתלם באקדמיה בפריז. לאחר כשלוש שנים חזרתי לארץ, פתחתי סטודיו, מכרתי ציורים בגלריות".

ותאום, באמצע החיים, השתנה הנתבי המשורטט. איך זה קרה?
 "בגיל שלושים ושמונה ריחם עלי הקב"ה, והאיר לי דרך חדשה: קרובת משפחה שלנו, קיבוצניקית שהלכה לצבא, חזרה לפתע בתשובה. לא יכולתי להסכים בשתיקה עם הצעד שלה. שוחחתי איתה וטענתי: 'עזבי, הם משגעים אותך'. ניסיתי לשכנע אותה בכל דרך לעזוב את ה'הבלים הללו'. אבל מכל הוויכוחים והשיחות שלנו, בסוף דווקא אני הייתי זה שהשתכנעתי. בשלב מסוים אמרתי לה: 'מי הרב שלך? אלך ואתווכח אתו ישירות!'. היא נתנה לי את הטלפון של הרב משה איינהורן, שהיה אז אברך צעיר ולא מפורסם, וכיום מנהל סמינר גדול בירושלים. התקשרתי אליו ובקשתי לשוחח, והוא הזמין אותי בפשטות אל ביתו.

"באתי אליו אחרי העבודה, שש אלי ויכוח, וגיליתי אדם עדין מלא חוכמה ועניו מאוד. שוחחנו רבות, והתרשמתי מאוד מדבריו האיכותיים. שבוע אחרי שבוע הגעתי אליו לשוחח ולהעמיק, ובכל פעם יצאתי בהרגשה של שמחה ונעימות בלב. לאט לאט התקרבותי לה' ולתורתו. התחלתי קצת להתפלל, קצת ללמוד ולשמוע קלטות של רבנים. אחר כך הלכתי לסמינר 'ערכים' והתחזקתי עוד יותר. נרשמתי לשיבת 'נתיבות עולם' והחלטתי לשמור תורה ומצוות. הפניתי עורף לכל עולם הציור וביקשתי לשבת וללמוד תורה ורק תורה כל ימי חיי. "באחד הימים עליתי אל מרן הרב שך



זכות גדולה עבורך!
 זיכוי הרבים בטהרת בית ישראל וגם פרנסה מכוונת

פיקוח ותפעול מקוואות
 סיוע וייעוץ מקצועי לבעלי מקוואות
 40 שעות אקדמאיות
 10 מפגשים מרתקים
 אי"ה ימי שלישי מ-כ"ב כסלו 8.12.20 19:00-22:00

הידברות מזמינה אותך לקורס ייחודי במינו, מפקחי מקוואות, לבדיקת תקינותם והפעלתם

בהנחיית הרב עובדיה ועקנין מומחה למקוואות

ברכת ובהשתתפות הרב"ג זמיר כהן

הקדימו להירשם: 073-2221300
 תינתן תעודת מטעם 'טהרת ישראל' והידברות

"הוא נשך אותי בראש בעוצמה, ואז הרים את העיניים ואמר: 'אמא, אני אוהב אותך'"

היו ימים שהם בכו ללא מעצור, וימים שהם צחקו בלי סוף. ימים שהם הרגישו ריקנות ועצבות, וימים של סיפוק ותחושת שליחות. הדבר היחיד שגרם להם לשרוד זה האמונה. ראיון

עד היום באזני: 'הילד שלכם מפגר והוא לא ידבר לעולם. אני ממליץ לכם לשים אותו בהוסטל, בשביל לא להרוס את הבית ואת הנפש שלכם'. הסתכלנו אני ובעלי זה על זה ואז אמרתי לרופא: 'אני מעריכה מאוד את הידע שלך והניסיון שלך, אבל אני מאמינה שבורא עולם יכול להפוך את הכל, הוא עוד ידבר, ואני מזמינה אותך לבר מצווה שלי'. כך הגבתי בביטחון מוחלט".

ומי צדק בסוף, את או הרופא?

"האמונה צדקה. משה שלנו מדבר הכל, ועשינו לו בר מצווה ב'היכל שלמה' עם 500 מזומנים".

"בורא עולם בחר בי להיות האם המיוחדת"

ביום המודעות העולמי לאוטיזם כתבה מיכל פוסט ארוך. הנה חלקים ממנו: "אני אמא גאה למשה שלנו, עם אוטיזם. קיבלנו מתנה ארוזה מבלי לדעת מראש שאכן זו מתנה. מתנה שלא הייתי מברכת בה אחרים, ולא הייתי מאחלת לאחרים לקבל אותה. אבל אם קיבלתי, זאת אומרת שבורא עולם בחר בי להיות האם המיוחדת המתאימה לקבל את המתנה הזו עד 120.

"בשנים שעברו, עברנו חוויות מגוונות, עליות ומורדות. ימים שבהם בכינו ללא מעצור, וימים שבהם צחקנו בלי סוף. ימים שבהם הרגשנו ריקנות ועצבות, וימים שבהם הרגשנו סיפוק והנאה. הדבר היחיד שגרם לי להיות, לקום ברגעי משבר ולחזק את בני הבית, הייתה האמונה. האמונה בבורא עולם. האמונה שבורא עולם לא עושה טעויות. האמונה שהכל מדויק משמים וכל מה שקורה זה מכוון לטובתי. האמונה שכל מה שיש לי זה הכי טוב בשבילי. האמונה שה' נתן בי את כל היכולות והכישורים להיות האם הטובה ביותר, כדי להעניק ולתת לילד מענה לצרכיו. האמונה שאני שליחה של ה', וזו השליחות העיקרית שלי.

"בזכותו עבדתי, ואני משתדלת לעבוד על מידותי, יום-יום, שעה-שעה. בזכותו עשיתי שינוי עיסוק, ממעצבת בגדים, כיום אני מעצבת את ניהול הרגשות שלי בחיים, ועוזרת לאחרים לבחור לחיות כפי שהם רוצים באמת. אני מאמינה שכל אחד מבני הבית יכול לעשות רשימה ארוכה, של הדברים הטובים שהם הרוויחו בזכות משה.

"ולא רק הם, אלא כל אמא בישראל, כל משפחה שיש לה ילד עם אוטיזם, יכולה להבחין בטוב שיש לה בחיים, בזכות הילד המיוחד שקבלה. נכון שגם כיום אנו חווים רגעים מאתגרים ולא פשוטים בכלל, אבל חווים גם רגעים שממלאים אותנו בשמחה ועונג אמיתי.

"יש ימים שאני מלאת אנרגיה, מחוברת לאמונה בעוצמה, נהנית ומתלהבת מכל רגע, שמחה ומאושרת במיוחד, כאשר אני רואה את ההתקדמות המדהימה של הילד שלי, העיקר שאת הפעולה אני עושה בהתמדה ובנחישות מתמדת. אני עושה את ההשתדלות שלי שבשליטתי ובידי, וה' אחראי על התוצאות. לא ככה?".

שבתי לשיחה עם יאיר ומיכל תהילה, וקיבלתי עוד נופך של עוצמות בלתי נתפסות.

מתי גיליתם שאתם הורים לילד מיוחד?

"אני הרגשתי מיד אחרי הלידה", מספרת תהילה. "מיד כשהחזקתי את התינוק לראשונה, אמרתי לבעלי: 'יש לי תחושה לא טובה עם התינוק, משהו לא מרגיש לי'. זאת הייתה תחושה שלי כאמא. בעלי לא הסכים איתי. שאלתי את האחיות המיילדת אם הכל בסדר עם התינוק, היא אמרה לי שהכל בסדר. אחר כך הכניסו את בעלי, עשינו תמונות, חיוכים, אבל הלב שלי לא היה רגוע. עליתי למחלקת היולדות כמו כל יולדת, אבל התחושה שלי הייתה מוזרה לחלוטין. לב של אמא זה לב של אמא. ואני ממש לא אישה חרדתית, רחוקה מזה. הלכתי בעצמי לתינוקיה, שאלתי את האחיות: 'כמה שנות ניסיון יש לך בתינוקיה?' היא ענתה לי: 'עשרים שנה'. ביקשתי ממנה שתסתכל על התינוק שנמצא בעריסה שסימנתי לה, ותבדוק אם הוא נראה לה בסדר. היא חזרה אלי ואמרה שהכל בסדר, הוא הכי חמוד שיכול להיות. חיכיתי למשמרת אחרת ושאלתי אחות נוספת, וגם היא חזרה אלי עם אותה תשובה, אבל אותי זה לא הרגיע. שאלו אותי מה ירגיע אותי, ואמרתי שאם יבוא רופא זה יכול להרגיע אותי. הגיע הרופא, בדק שוב את התינוק ואמר לי שהוא יותר טוב מטוב. נרגעתי, אבל הלב שלי היה כבוי".



אז מתי זה באמת קרה?

"עד גיל שנה וחצי הכל היה רגיל ותיקן. ואז בביקור השגרתי בטיפת חלב ביקשו ממנו לומר 15 מילים והייתה שתיקה, אפילו לא מילה אחת. שאלו אותו איפה האור, והוא לא ידע. הדאגה שלי החלה שוב להתעורר. במקביל הוא החל לעשות כל מיני התכווצויות מוזרות ועיוותים בפנים, גם במעון סיפרו שהוא בוכה כל פעם שהמנגנת מתחילה לנגן, וזה היה נראה להם מוזר. המנהלת של המעון שלחה אותי לאבחון. הלכנו לאבחון ולעוד אבחון והזמן עושה את שלו, עד גיל שנתיים ושמונה חודשים, בסיומן של המון בדיקות קיבלנו את תוצאות האבחון. אלו היו כל מיני אותיות באנגלית, שאלתי: 'מה זה אומר?' אמרו לי שרופא הילדים יסביר לנו. קבענו תור לרופא פרטי שאמר לנו את המשפט שמהדהד

ה באמת עובר על הורים לילד אוטיסט?

נחשפתי לפוסט שכתבה מיכל תהילה, אמא של משה בן ה-18 המאובחן באוטיזם. "בימים אלו אנחנו עוברים תקופה לא קלה, בלשון המעטה, עם משה שלנו. בשבת האחרונה היו למשה התנהגויות מוזרות. משה היה צובט ומלטף כאילו לא קרה כלום. אך במוצאי שבת היה השיא! הוא התעורר באחת בלילה, תופעה המוכרת לנו, אך הפעם זה היה שונה מבעבר. הוא קם בהתקף של צחוק מתמשך, אך נסער ומתנפל ללא שליטה! להרביץ, לזרוק חפצים גם מהחלון, למשוך שערות, גם מוכר לנו, אבל להתנהג בהסתערות כזו, במכות כל כך חזקות, את האמת, זה היה מבהיל! "עוד לא הספקתי להבין מה קורה לו,

צוחק? צועק? מרביץ? הוא התנפל עלי בתנופה כזו שלא ראיתי בעיניים. לא קל לי לומר שהוא נשך אותי בראש בעוצמה, ומשך את השיער עם השיניים שלו, הרביץ לכל כיוון במכות יבשות, צבט באצבעותי המסוריות לכל כיוון שרק הידיים הגיעו. זה היה מחזה נורא!

"הלב שלי נקרע מכאב על המצב שהוא נמצא בו. להרביץ למי שהוא הכי אוהב? רחמנות... ואני רק עושה כל מאמץ להרגיע אותו, אך ללא הצלחה. הוא התנשף, קצב הנשימות שלו מהיר במיוחד, ואני שומעת אותו אומר לעצמו בגוף שלישי: 'משה מה קרה לך? למה אתה מרביץ לאמא? מיותר לומר שפה כבר זלגו לי דמעות מחמלה והבנה אליו, לא עמדתי בזה'.

"סליחה אמא, אני אוהב אותך"

"קראתי לבעלי מהחדר הסמוך... בעלי הגיע במהירות, רק מלראות אותי הוא הבין שהיה פה אירוע יוצא דופן וחריג במיוחד. הוא נתן שאגה כדי להרגיע אותו. לאחר מקלחת נעימה וחביבוק חזק שעזר לו לוויסות התחושה, הוא נרגע. אומנם שינה כבר לא הייתה, אבל לפחות הוא היה מוכן מוקדם לבית הספר... בעודו מחכה להסעה, הוא הרים את העיניים למעלה, לכיוון החלון שלנו, ואמר: 'אמא עצובה? אני מתחרט אני מבקש סליחה, אמא, אני אוהב אותך'.

"גם עכשיו יורדות לי דמעות כשאני נזכרת ברגע הזה. הנשמה המתוקה הזו... איך אפשר שלא לשלוח לו נשיקות דרך החלון בחיוך ובאמירה: 'אני אוהבת אותך', וכך עלה להסעה'.



הידברות Cafe

המתנה המושלמת לבת שלך!

הסדרה לנערות שהפכה ללהיט

חדש, גם בצרפתית

עכשיו גם מתקיימת סדרת ספרים

תבריות וקשרים

ציניות ולבוב

אימא יקרה! עם כל הלבטים שהנערה שלך מתמודדת יש מה לעשות! העניקי לה את הספרים שמשנים חיים!

משלוח עד הבית ע"פ מדיניות האתר

shops.Hidabroot.org

להזמנות: 073-222-12-50



חידוד בנועם

הרב ראובן זכאים

מדור בחסות



שאלה בנועם



ילדי משפחת לימוני רגישים מאוד לקור, ומצטננים בתדירות גבוהה. אמם המסורה מגישה להם בשבת כוסות תה מהבילות עם פלח לימון, הידוע בסגולותיו הבריאותיות. האם עקב תכונת הלימון, ישנה בעיה ליתנו בכוס תה חם מצד בישול? והאם יש בדבר חשש רפואה בשבת?

הגרלה!

בין הפותרים נכונה

מכונת קפה איכותית!

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

תשובה לשאלה מעלון חיי שרה:

אכן בניגוד למלח, שתכונתו ייחודית, או שהוא כבר מבושל, אסור ליתן לפלפל סחון או כרכום ושאר תבלינים לתוך הסייר בו התבשל התבשיל, אפילו לאחר שהסירוהו מעל האש (שעייין נושא "כלי ראשון"). כמו כן אסור לתת תבלינים בצלחת או בקערה, ולערות (למנוח) עליהם מכילי ראשון. אבל אם כבר מזג את התבשיל לתוך צלחת או קערה, מותר לתבלו בתבלינים, מפני שחום כלי שני אין בו כוח לבשל גם אם היד סולדת בו (משניב ט"י שיח ט"ק ט"ה, ילקוט יוסף שבת ג' עמ' רכ"ח).



המיניבר המהודר
לשבת

להזמנות:
***8510**

כשיש נועם 1, אין שאלות!

אביב אלוש מרגש: "הבורא הביא וירוס קטן שהורס את העולם הישן - לא בכדי"

המעבר למירון ולימוד התורה הקבוע, ההתייחסות לקורונה והקשר שלה לביאת המשיח ולבניין בית המקדש ועוד: אביב אלוש ממשיך להתחזק



בכדי. בית המקדש השלישי והאחרון גם יהיה חלק מזה".

אלוש התייחס להכפשות החרדים בתקשורת סביב נושא הקורונה, ואמר כי "אני גם לא מאמין לכל הסיקורים האלו בתקשורת. יש לך מושג כמה בתי כנסת נסגרו בחגים האלו? כל מה שאנחנו מקבלים בחדשות זה את הרע".

לפני חודשים ספורים, אלוש קידש שם שמיים ברבים כאשר קיבל הצעה מדהימה לתפקיד גדול בהוליווד - "אבל סירבתי לזה, כי הצילומים יצאו בול על תקופת החגים", הוא אומר.

"דקה לפני הקורונה היינו כבר נכה קרובים למלחמת עולם"

אלוש גם התייחס לבחירות בארץ ואמר כי לדעתו נתיניהו הוא ראש הממשלה האחרון של מדינת ישראל. "ככה אמרו הרבה רבנים. אז עכשיו רע, אבל בעצם זה סולל דרך לעידן אחר, שבו יש פחות שנאת חינוס, שבו אנשים מוצאים את האלוקים ואת האמונה, שבו השיטה מתחלפת במשהו חדש. דקה לפני הקורונה היינו כבר נכה קרובים למלחמת עולם, והיום הרי יש כבר פצצות אטום. לכן כל הקורונה הזאת היא רחמים גדולים על העולם.

"פתאום בא וירוס קטן אחד שאף אחד לא יודע מה הסיפור שלו, מוריד לכולם את הגאווה ואת האגו והוא יביא אותנו לאיחוד. כאדם מאמין, אתה מבין מה קורה פה. אני לא מחדש כלום. יש המון כתבים על אחרית הימים, וגם על זה שבגוג ומגוג תהיה בכלל מגפה", הוא מסכם.

השחקן אביב אלוש עבר לאחרונה לגור במירון - שם הוא מניח תפילין מדי יום, לומד גמרא עם חברים ומתפלל בקביעות.

כידוע, אלוש מתחזק זה כמה שנים, במהלכם השית בחייו כמה וכמה שינויים - כולל לימוד תורה קבוע, שלוש תפילות ביום, הנחת תפילין מדי יום, שמירת כשרות ושבת ועוד.

כידוע, אלוש שומר שבת מזה כמה שנים, ובראיון סיפר על השבת הראשונה ששמר בחייו, בזמן שהיה בבית מלון בארצות הברית. "באתי לצלם שם סרט, והחלטתי שאני שומר את השבת. זאת הייתה חוויה חזקה כל כך. רק אני לבד, עם אוכל שקיבלתי מהקהילה היהודית, מקיים את המצווה הזאת. כשחזרתי, אמרתי ישר לרעייתי נופר שאני רוצה להמשיך לשמור שבת, והיא קיבלה את זה. היום כבר כל המשפחה שומרים שבת בבית".

"כל מה שאנחנו מקבלים בחדשות זה את הרע"

בראיון הדגיש אלוש את חשיבות הניקיון שנדרש מאיתנו בימים אלו, על רקע נגיף הקורונה, אך קישר את החשיבות שבשמירה על הנחיות משרד הבריאות לחשיבות הניקיון מיצר הרע.

"אני מאמין שצריך להישמר ולהקפיד, ואני גם אוהב את זה. הניקיון הזה מזכיר לנו להיות גם נקיים מאגו ומיצר רע. ומה זו המסכה? קודם כל שתוק, סתום את הפה. תחשוב לפני שאתה מדבר. הקורונה היא סימן לבוא המשיח. הבורא הביא וירוס קטן שהורס את העולם הישן - לא



נצפה לאחרונה

השבוע, דניאל דוויק קיסר כותב: "אני גר בארגנטינה, ומדי יום ישיש מדפיס את העלון בשבילי באופן עצמאי. בית הדפוס באזור סיפר לי שיש כאן כ-30 אנשים שמדפיסים את העלון לעצמם." **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. יוד

תעלומת המכתבים המסתוריים (כ"א)

אוריאל ונחמיה רחלי דויד

בשבוע שעבר סיפרנו לכם איך פגש נחמיה את מיכאל, וכיצד התפלל על אביו

לעיר הזו, ואין טעם לבקש ממנה שתבוא גם...
נחמיה מספר:
 כל אחר הצהריים חשבתי על הילד המסכן, ההוא מהמרפאה. כששמואל הגיע אלי אחר הצהריים, סיפרתי לו על כך. "מסכן ולדימיר הזה", הפטרתי. "הוא היה נראה איש נחמד כל כך... התפללתי עליו. כל ישראל אחים, לא?".
 "פעם הכרתי מישהו בשם ולדימיר", אמר לי שמואל. "לאבא של חבר שלי מיכאל מפתח תקוה קראו כך".
 "מעניין", חייכתי, "גם לבן של ולדימיר הזה קראו מיכאל. שמעתי את האב קורא לבנו 'מיכאילושקה'..."
 שמואל החוויר לפתע. הוא לא אהב להיזכר בחייו הקודמים בתור ילד לא דתי, ידעתי. "מה, אולי זה חבר שלך?!" שאלתי אותו, ושמואל הנהן בראשו. "טוב, אז כמובן שאתה גם תתפלל עבורו", אמרתי.
 "דגע, נחמיה", נזכר שמואל פתאום. "אמרת לי שיש לך קצה חוט בנוגע לתעלומה שלנו. מה קורה?".
 כעת נבהלתי קצת. לספר לשמואל על המעטפות של אוריאל? החלטתי שכן. שיתפתי את ידידי החדש במה שראיתי, אך משום מה כששמע על אוריאל שבה להכניס לחיבת הדואר שלו מעטפות, לא היה מופתע כלל.
 "לא, נחמיה", הוא הבהיר. "לא אוריאל הוא זה שכתב לי את המכתבים..."
בשבוע הבא נספר לכם איך הגיעו מיכאל ואביו לגמ"ח התרופות.

"מיכאיל, אמרתי לך שלא היית צריך לדאוג כל כך", ניסה ולדימיר להרגיע את בנו הנסער כשיצא מחדר הרופא. "בסך הכל ערך לי הדוקטור מספר בדיקות. אף אחד לא אמר לי ללכת לניתוח עדיין...".
 מיכאל הביט באביו ונרגע מעט. "אבא, אתה לא יודע איך האם והילד הדתיים האלה התפללו עליך שם, במרפאה", הודיע. "הם לא מכירים אותך כלל...".
 "ככה זה", נאנח האב. "כל ישראל אחים. לב יהודי מרגיש עוד לבבות יהודיים...".
 "מה זאת אומרת כל ישראל אחים?", לא הבין מיכאל.
 "כך אבא שלי ז"ל היה אומר", הסביר האב לבנו. "כשהייתי ילד קטן ברוסיה, למדתי ב'חידר', אתה יודע?".
 "מה, היית דוס?", התפלא מיכאל. אך משום מה, עובדה זו לא הבהילה אותו כלל. הרי הם דווקא נחמדים, הדתיים. וכל כך מבקשים לעזור אחד לשני כל הזמן. הנה, גם היום בערב קבע מיכאל לגשת לגמ"ח התרופות ולקחת משם את התרופה הנחוצה לאביו. עד שמצאו את התרופה לקח זמן רב כל כך! אם לא היו קיימים הגמ"חים, אבא היה נאלץ לנסוע לחו"ל עבור התרופה...
 אביו של מיכאל לא השיב לשאלתו. במקום זאת, שאל: "אז תוכל להתלוות אלי לבני ברק הערב, לקחת את התרופה?". ולדימיר ידע שאשתו אירנה בשום אופן לא תסכים להיכנס

ברכת מרק עוף



מתוך הספר "המברכים הצעירים", מאת ג.וינד

אשליה אופטית

נופי היום והלילה הפוכים לאיפורים - מן המוף הלילי מניחות ציפורים שחורות, המשתלבות בלבנות שהגיעו מהמוף המואר.



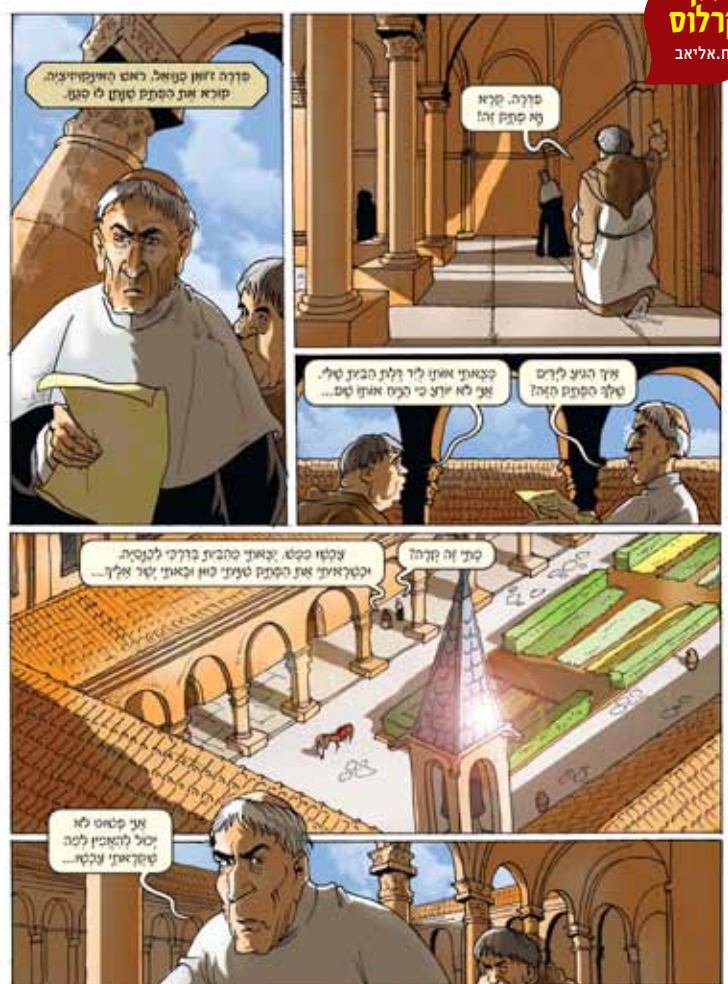
בדיחות ילדים

- איזה יום ארוך, הזמן לא זז... - יש לי רעיון: נרוק שעון מהתלון, ונראה איך הזמן טס!
- את יודעת? צביה לא מרגישה טוב. - כן, אני יודעת. - איך את כבר יודעת? - מה זאת אומרת? הרגע אמרת לי...
- תרים את הטלפון! - אבל הוא לא מצלצל... - אז מה? חייבים לחכות לרגע
- איך המורה יודעת של מי כל מבחן? - בעזרת השם!

תודה למיכלי כהן מאלעד, לשני הראל ולעשרת שר שלום וטילה שמעון (9) מירושלים, ששלחו בדיחות.



החג הזה הילדים שלך באורות shops.hidabroot.org • 073-222-1-250



המשך בשבוע הבא... באדיבות מגזין קונוקס | לרכישת ספר הקומיקס "דון קרלוס" בהדברות שופס, חייגו: 073-222-12-50

אחת שאלתי הרב ארז חזני

הפִּטְפִּטון הָרָאשִׁי בַתְּפִלָּה

הבן אחראי להשקיט את המדברים בתפילה, אך ביניהם נמצא... אביו

"מה נורא המקום הזה אין זה כי אם בית אלקים וזה שער השמים" (בראשית כ"ח, י"ז).

מעשה בבחור ירא שמים, שבבית הכנסת בו הוא מתפלל רבו דבורי המתפללים בכל מהלך התפילה וקריאת התורה. הזלזול הנורא בתפילה ובבית אלקינו נגע מאד ללבו, אך הוא לא ידע להשית עצות בנפשו. "היאך אוכל למגר את מספחת הדבורים, כאשר נראה כי אני היחיד בצבור שהדבר מעיק עליי?"



באחד הימים, למד את דברי בעל ה"נוי העמודים" (הובא במשנה ברוך סי' קכ"ד סק"ז): יש למנות איש חזק וירא שמים, שיתנו בידו שבט מושל, לגער ולהעניש את אלה שמדברים בבית הכנסת! החליט אפוא הבחור, שבמקום שאין אנשים, אשתדל אני להיות איש, ופנה אל הגבאים לקבל רשות להוכיח את המפִּטְפִּיטים בבית הכנסת. הרשות נתנה, ומעתה כל מתפלל שסח והפריע למהלך התפילה, נגש אליו מידענו, והסה אותו,

ובמקרה הצורך, אף הפה בחזקה על השלחן שלפניו... ואכן, זמנתו של הבחור הצליחה. אמנם האנשים ממשיכים לדבר, אך כל התחלת שיחה נקטעת על ידי הדפיקות של ה"ממנה על שמירת קדשת בית הכנסת". האנשים גלו הבנה, כך שהשקט נשמר עד לתחלת השיחה הבאה.

ממשיך הבחור לספר: הנה לאחרונה מגיע אבי שיחיה להתפלל אצלנו בבית הכנסת באפן קבוע, והבעיה היא - שהוא הפך לציצי המרְדוּזי של הפטופוטים והשחוק. לדאבון לבי, קורה גם שהפלאפון שלו מצלצל ומנגן בקול, והוא לא נמנע מלענות לשיחות (בתוך היכל ה', רח"ל)... גם לאחר שדברתי עמו על כך (לאחר התפילה) הוא ממשיך לדבר, ומשאיר את המכשיר הניד דלוק. שואל הבחור: "האם אני רשאי להתרות באבי כאשר הוא מפִּטְפִּט באמצע התפילה, כפי שאני נוהג בכל שאר המתפללים, או שמא כדאי שאעבר

להתפלל במקום אחר?... תשובה:

שנינו בהלכות פבוד הורים (ש"ע י"ד ר"מ-י"א): "רָאָה אֶת אָבִיו שֶׁעָבַר עַל דְּבַרֵי תוֹרָה, לֹא יֵאמַר לוֹ: 'עֲבַרְתָּ עַל דְּבַרֵי תוֹרָה!', אֶלָּא יֹאמַר לוֹ: 'אָבָא קְטוֹב בְּתוֹרָה כִּךְ וְכך', כְּאִלּוּ הוּא שׂוֹאֵל מִמֶּנּוּ, וְלֹא כְּמִזְהִירוֹ, וְהָאֵב אֵבִין עֲבָצְמוּ וְלֹא יִתְבַּיֵּשׁ". מבאר אפוא, שגם כאשר האב עובר על דברי תורה, אין לבישו, אלא רק לרמוז לו בעדינות שנוהג שלא כדיו. ולכן, אין לבן להכלים את אביו שמפִּטְפִּט, אלא רק לצנין בפניו את אזהרת התורה: 'מקדשי תיראו', ואת דברי המשנה ברוך (סי' רכ"ד ס"ק כ"ז): "אוי לאנשים שמשחחים בעת התפילה, כי ראינו כמה בתי כנסת שנחרבו בשביל עון זה".

ועל כל פנים, ודאי שאין לבן לעזב את בית הכנסת, ואם ינהג כן, ישא, חלילה, על גבו את עוונות המפִּטְפִּיטים, כדברי רבותינו (שבת נ"ד): "כל מי שאפשר למחות באנשי ביתו ולא מחה, נתפס על עון אנשי ביתו. באנשי עירו, נתפס על אנשי עירו".

לסכום: הבן ימשיך לשמש כ"שומר" על קדשת בית הכנסת, אך לא יזיח את אביו בדרך מבישת, אלא רק יזכיר לו את חמרת עון השיחה בבית הכנסת.

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



בריאות טובה

זוהרה שרביט

כך תסלקו את חומרי הדברה



חומרי הדברה משמשים כחומר מגן על גידולי השדה, אך הם חומרים המזיקים לבריאות שלנו. רוב המגדלים משתמשים בהרבה חומרי הדברה וחומרים רעילים מזיקים, וזו עובדה שלא ניתן לערער עליה.

כדי להימנע מחומרי הדברה, הדרך הטובה ביותר היא לצרוך מזון אורגני, אם כי גם כאן המוצרים לא יהיו נקיים במאה אחוז מחומרים מזיקים. אלא שזה לא מעשי לרובנו, לא כל אחד יכול לקנות פירות וירקות במחירי עתק.

חומרי הדברה שבפירות וירקות עלולים לגרום לתופעות לוואי רבות. לעיתים ההשפעות של הרעלים לא מידיות, לפעמים זה לוקח זמן רב עד שחומרי הדברה מתחילים להשפיע על הגוף, מפני שהם מתאספים ומצטברים בכבד ובכליות, ולגוף לא קל להיפטר מהם.

חשיפה מתמשכת וארוכת שנים לשאריות חומרי הדברה, אפילו בשיעורים נמוכים, יכולה להשפיע על הבריאות, במיוחד עקב העובדה שאנו צורכים יותר מזונות מעובדים ומתועשים ולגוף קשה להתמודד עם כל כך הרבה חזיתות: גם מזון מעובד, גם חומרי הדברה, גם מתח וכו'. כל זה מחליש את מערכת החיסון, מכביד על הכבד והכליות ויוצר עומס על מערכת העיכול. ההצעה להסיר את הקליפה כדי להימנע מחומרי הדברה לא מומלצת, כי אז תאלצו להיפרד גם מחלק נכבד מהיתרונות הבריאותיים שיש בקליפת הפרי או הירק, כמו נוגדי חמצון, סיבים תזונתיים, ויטמינים ומינרלים.

הדרך הטובה ביותר להוריד חומרי הדברה מפירות וירקות היא השריה שלהם בקערה עם מים, חצי כוס חומץ (רצוי חומץ תפוחים טבעי) וכף סודה לשתייה. השאירו את הפירות או הירקות מושרים במשך חמש עד עשר דקות, ושטפו במים נקיים.

אפשר להכניס לבקבוק שפריצר כוס מים, שתי כפות מיץ לימון או חומץ תפוחים וכף סודה לשתייה, לערבב ולהתין על הפירות, להמתין 10 דקות ולשטוף. השריה וקיצוץ של הפירות במים עם סבון לא תעזור להסיר חומרי הדברה, היא רק תוסיף עוד חומרים כימיים ומסוכנים לגוף. מומלץ לא לשטוף את הפירות והירקות לפני אחסונם במקרר, אלא רק לפני השימוש, מאחר שהדבר עלול להאיץ את צבירת הבקטריות ועוברים לא רצויים.

אם בכל זאת אתם מחליטים לשטוף, רצוי לייבש עם מגבת נייר לפני האחסון. **תיקון טעות: הטור "סידן לחיזוק העצם" שפורסם בעלון חיי שרה נכתב על ידי ר.ל. פלץ, ולא כפי שפורסם.**

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



פורום מומחיות

מגוון מומחיות

אני מאוכזבת מבעלי!

איך אדע אם בחרתי את השידוך הנכון, האם חשוב לשמור על עקרונות בזמנים מבולבלים, ולמה אף שיטת חינוך לא עובדת?

האם להמשיך להחזיק בעקרונות חינוכיים, או להרפות את המושכות. אין תשובה מוחלטת ונכונה, ולכל הורה הכוח והיכולת שלו להמשיך להקפיד על עקרונות והרגלי חיים. השאלה היא המחיר. האם זמן מסך מעבר למקובל בביתכם יגרור לא רק שקט לילדים ולהורים, אלא תשלום שאינכם מעוניינים לשלם? האם תזונה נכונה פחות וערמות ממתקים מצדיקים את התוצאה? את התשובה רק אתם, ההורים, יכולים לענות. במידה מסוימת, אני כן ממליצה על התגמשות והרפיה. זו תקופה מבולבלת וחסרת שגרה לכל הבית, והאנרגיות שנאלצים להוציא בשביל לעמוד על כלל כזה או אחר לא תמיד מצדיקות את התוצאה. (אסתי בראון, עו"ס קלינית).

מתמחה בטיפול בגישה הנרטיבית בנוער ובמבוגרים, ו- IPT)

...

אנו הורים לילדים מאתגרים מאוד, ונתקלים איתם בכל מיני סיטואציות לא נעימות. היינו בהרבה מפגשים עם יועצי חינוך למיניהם, ניסינו שיטות משיטות שונות ושום דבר לא עוזר. אנו מנסים בכל פעם אפשרות אחרת, משנים את דרכינו ודיבורנו, עם הילדים

ולא הולך. אנו על סף ייאוש... מה עושים? החינוך הוא לא מתמטיקה. אין לו כללים יצוקים בכל עניין. החינוך הוא דינאמי ואינדיבידואלי, כל ילד הוא עולם בפני עצמו, "חנוך לנער על פי דרכו" – שלו. עם כל החשיבות הרבה שיש ליעוץ, הנותן להורים אפשרות דיון עם בעל מקצוע, "פריקת מטענים" וקבלת כלים ואסטרטגיות יעילות, בסופו של דבר ההורים הם העומדים בשטח מול ילדיהם, ועליהם להפעיל שיקול דעת בכל עניין, ליישם ההנחיות שקיבלו בצורה הנכונה, בעייתו הנכון ומול הדמות הנכונה. לעניין העצות והניסיונות, אין תועלת כלל וכלל בשינוי גישה חדשים לבקרים. אם אתם בוחרים בניסיונות מגוונים מעת לעת, הילד יוצא מבולבל לגמרי, הוא לא יודע לקרוא את תגובותיכם – אם אתם שמחים או עצובים, מענישים או מבליגים, ערניים או מעלימי עין... בשל כך, הוא מסיק שאתם "לא סגורים על עצמכם", וממילא מלגלג ועושה מה שמתחשק לו.

לנסות דרך בחינוך, פירושו של דבר להתמיד בגישה שהותאמה לילד במשך כחצי שנה. מי שמצפה לשינויים, צריך להמתין לכל הפחות תקופה כזו על מנת לראות תוצאות. וכמובן, לפני הכול ומעל לכל – תפילה להצלחה! (קרן אהרון, מאבחנת דיסקטית, מרצה בחינוך מיוחד ובפסיכולוגיה התפתחותית)

אני נשואה כמה חודשים, ומאוכזבת מבעלי. הוא ישן הרבה, לא עושה עם עצמו כלום. אני עובדת, אבל הפרנסה לא מספיקה לנו, ובעלי לא לוקח אחריות על כך. אני תוהה, האם לא טעית בבחירה שלי?

הרגשת השמחה והאוויר המלווה אותנו בתחילת הנישואין, נראית לנו טבעית ושתישאר תמיד. אולם מהרגע בו אנו חיים יחדיו כזוג, מתחילה העבודה האמיתית.

אחד המוקשים בזוגיות הוא חסרון מודעות מהי זוגיות. בדרך כלל אין התייחסות מספקת לנושא חשוב זה. זוגיות היא תחום הדורש לימוד. כל אחד מבני הזוג הוא עולם שלם. אדם עם רגשות, תכונות, בעל די אן אי ייחודי, בן למשפחה מסוימת ועוד נתונים רבים וחשובים שאותם אנו לא תמיד יודעים לקחת בחשבון הכללי.

אנחנו מתמקדים ב"קצה קרחון" הנראה לעינינו, ומתעלמים מחלק נכבד של הקרחון הנמצא מתחת לפני המים. אנחנו נוטים לבוא לזוגיות עם ציפייה לקבל, שיהיו שם בשבילנו, שיעריכו אותנו, ועוד ועוד, ולא מבינים שגם בן הזוג שלנו הגיע עם ציפייה דומה...

וכך מתחילות האכזבות, ומתחילה ההתרחקות מהאדם שבחרנו בו. לכן חשוב להפנים שמתחת לכל פעולה / מעשה / תגובה של בן הזוג שלנו יש עולם שלם הנסתר מעינינו, המבקש הבנה, חמלה, עין טובה ולימוד זכות. עלינו לזכור שמה' אישה לאיש. הבחירה שלנו נכונה, אך דורשת השקעה מבלי ציפייה לתמורה. עלינו להתייחס למערכת הזוגית בתלת מימד, ולהבין שמאחורי בן הזוג שלנו קיים רקע המשפיע על אורח חייו.

ההבנה הזאת תסייע לנו לא להתייאש, ולנהל דיאלוג מכבד ומכיל, לפעול בתבונה מתוך אמון בבן הזוג, ובמידת הצורך להיעזר באיש מקצוע. (רות פטמן, יועצת זוגית ומשפחתית מטעם מחלקת שלום בית של הידרות)

...

אני אם למשפחה ברוכה ומרגישה כי החגים, ימי הסגר וכמה בידודים רצופים שנכפו עלינו לא רק ששיבשו את סדר היום, אלא גרמו לי להרמת ידיים בכמה עניינים עקרוניים וחינוכיים עליהם השגחנו תמיד. האם נכון הוא להרפות בתקופה הנוכחית, או להמשיך להקפיד על דברים שהיו בביתנו חוק בל יעבור?

בשאלתך נתקלתי רבות, הן מהכובע המקצועי והן מהכובע האישי כאם – מה ועד כמה ניתן לשמור ולשמר, בתקופה כה קשה ומבולבלת.

כל הסגולות הברכות

אצלך בבית או בביה"ט



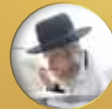
המקובל הרב חיים פוקס שליט"א

ראש מכון 'סגולת אמת' חקר בהוראת גדולי ישראל את מקורם ושושנם של הסגולות והקמעות המופיעים בכל ספרי הקודש והקבלה לאורך ההיסטוריה

מהיום הידברות מאפשרת לך להזמין את המקובל **הרב חיים פוקס שליט"א** המומחה לסגולות ולקמעות עפ"י חז"ל בהסכמת גדולי ישראל



מחיר: יוסף יוסף אלשיב זצ"ל



מחיר: יהודה ליב שטיינמן זצ"ל



מחיר: עובדיה יוסף זצ"ל



מחיר: קייבסקי שליט"א

- ערב ישועות עוצמתי -

אצלך בבית או בבית הכנסת עם בני משפחה וחברים ובע"ה תתבשר בטוב בקרוב.

שריינו תאריך: **073-2221240**

עפ"י הנחיות משרד הבריאות

ללא עלות

סוב סול

נופש גדול היה פה

בואו לנופש חנוכה מחזק! במלון המפואר מעלה החמישה

הרה"ג
זמיר כהן שליט"א

הרב שניר גואטה

משמח הלבבות
הרב שמעון פרוץ

הבטיחו מקומכם: 073-222-12-70

- מס' המקומות מוגבל | עפ"י הנחיות התו הסגול -

שבת חנוכה לכל המשפחה:

חמישי - מוצ"ש
פרשת וישב
כד' - כו' כסלו
10-12/12/2020

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

'הידברות שופס'

מאירה לכם את הבית

עם חנוכיות מהודרות

 מקט: 21202210	 מקט: 21202194	 מקט: 21212628	 מקט: 21202628
חנוכיית קריסטל קנים צבעוניים גובה: 28 ס"מ	חנוכייה מהודרת דגם טווס גובה: 41 ס"מ	חנוכייה עיטורים כסף גובה: 38.5 ס"מ	חנוכיית עיטורים זהב גובה: 38.5 ס"מ
 מקט: 21244603	 מקט: 21201707	 מקט: 21202707	 מקט: 21203050
חנוכיית אקוריום מוכספת דגם 'עיטורים' גובה: 41 ס"מ	חנוכיית אקוריום מוכספת דגם 'כריות' גובה: 27 ס"מ	חנוכיית ירושלים מעוגלת עיטור זהב גובה: 35 ס"מ	חנוכייה ציפוי כסף סגנון בארוק רגל פרח גובה: 36 ס"מ

מבצע מדליק

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

לקטלוג החנוכיות המלא ומוצרים לחג <

073-222-1-250 / shops.hidabroot.org

הידברות שופס

לראות - לקנות - להתחבר