

**העלון מוקדש לע"נ אסתר בת יפה ג'מילה**  
 לע"נ פונגדה בן טורי | לע"נ מנשה בן  
 אבלין | לע"נ רבקה עדנה עזות בת גוהר רחל  
 לברכה והצלחה בכל אריק בן קרלין אריה

**להקדשת העלון חייגו: 073-2221388**

זמן כניסת ויציאת שבת			
מוצ"ש	מוצאי שבת	כניסת השבת	ירושלים
17:53	17:14	16:01	ירושלים
17:49	17:16	16:17	תל אביב
17:49	17:14	16:08	חיפה
17:53	17:17	16:20	באר שבע

בחסות יב"ק ירושלים

**16 עמודים מלאים בתוכן עשיר ומחזק!**  
 עלון "עונג שבת" מופץ מדי שבוע ב-179,000 עותקים ברחבי הארץ

עלון שבועי לקירוב לבבות | ערוץ 97 בכבלים, בלוויין בפרטנר tv ובסלקום tv

# היזברות

עונג שבת

פרשת וישלח | גיליון 377 | ט"ו בכסלו תשע"ט

תגובות: oneg.shabat@hidabroot.org

להפצת העלון - 073-2221388

[www.hidabroot.org](http://www.hidabroot.org)

## כוחו של אבק

שני סוגי אבק עולים מן העפר, וכל מגוון אתגרי החיים טמונים בהם

### הרב זמיר כהן

אחר שיעקב אבינו העביר את בני משפחתו במעבר יבוק, נאמר: **"יִנְתָּר יַעֲקֹב לְבָדוֹ, וַיֵּאבֶּק אִישׁ עִמּוֹ עַד עֲלוֹת הַשָּׁחַר"** (בראשית לב, כה).  
 בביאור המילה "ויאבק", הביא רש"י את פירושו מנחם: "ויתעפר איש, לשון אבק, שהיו מעלים עפר בגליהם על ידי נענועים".  
 כל מילה בתורה מדויקת, ואינה כותבת שום פרט מיותר. לשם מה הוצרכה לציין את העלאת האבק? האם לא די היה לומר ויתקוטט איש עמו עד עלות השחר?

הדבר יובן לאור העיקרון הידוע בתורת הקבלה, שכל המעשים שהיו עם שלושת האבות, באותה תקופה בה הונחו היסודות לבניין עם ישראל בעתיד, מהווים בסיס לכל ההתנהלות של עם ישראל במהלך ההיסטוריה. משום שהאבות הקדושים התוו את המסלול הרוחני למסלול שעם ישראל יצטרך לעבור עד זמן הגאולה. לפיכך, ההתמודדויות הקשות שעברו אברהם יצחק ויעקב, אלו הן בדיוק ההתמודדויות שעברו ושעוברים עם ישראל בכל השנים, וכפי שהם ניצחו לבסוף בכל התמודדות, כך ניצח גם עם ישראל בכל ההתמודדויות המקבילות.

לכן, מאבקו של יעקב אבינו עם שרו של עשו "עד עלות השחר", היה בבחינת דוגמה לדורות עולם, לאשר עתיד להתגשם במאבק שבין ישראל לעשו - "עד עלות השחר", דהיינו עד ביאת המשיח. משום כך יש ללמוד פרשה זו בעיון, להבחין במוסר ההשכל העולה מכל פרט במאבקו של יעקב אבינו עם שרו של עשו, ולהפיק לקחים כיצד לא ליפול ברשתו של מלאך זה הנקרא ס"מ, שהוא היצר הרע. האבק נתפס כדבר של מה בכך, כמעט כלום, ונחשב טפל למתאבק עצמו. אולם התורה ציינה את העובדה ששניהם העלו אבק לאוויר, ללמדנו כי בכל התמודדות עם היצר הרע, ישנה שיטה שהוא נוקט בה כדי להפיל את האדם ברשתו. הוא מנסה להעלות ולהגדיל ולהעצים בשקר את מעשה העבירה שכל כולה אבק והבל, ולהכניס את האדם לדמיון כאילו יש בה



ממשות של הנאה אמיתית. מאידך, הוא מקטין ומנמיך בפני האדם כל מעשה טוב שעושה, כאילו הוא פירור קטן המונח למטה על הארץ, ובכך מאבד ממנו את שמחת חייו במה שבאמת היה לו לשמוח בו תמיד. תפקידו הוא לעשות ההיפך הגמור, להקטין ולהנמיך את התאוה לדבר עבירה באמצעות ההתבוננות שההנאה ממנה אינה אלא זמנית, ולהביט דווקא בגדולתה וברום מעלתה של כל מצוה המלווה אותנו לחיי נצח. שהרי חיים כאלה הם חיי אמת, ורק כך מגשים האדם את תכלית חייו בעולם הזה. וכמו שאמרו במשנה (אבות ד, טו): "העולם הזה דומה לפרוזדור בפני העולם הבא. התקן עצמך בפרוזדור כדי שתכנס לטרקלין".

לכן, במאבק היסודי של יעקב אבינו עם הס"מ, היה יעקב מעלה את האבק לרומם את חשיבותה האמיתית של כל מצווה שבניו יעשו, ואילו הס"מ היה מעלה אבק אחר, לרומם את הדמיון שבמעשה העבירה, כאילו יש בה טוב לאדם. וציינה התורה כי מאבק זה יימשך "עד עלות השחר", עד בא עת הגאולה, בו יעלה אור השחר האלוקי, וכולם יראו בבירור מהו טוב אמיתי ומהו טוב דמיוני.

אשרי האדם הזוכה ללמוד להכיר ולדעת את שקרי היצר הרע המנסה להפילו ממעלותיו הרוחניות הנפלאות. אדם זה מחפש תמיד את האמת, מודע לגדולה הרוחנית שהוא זוכה להשיג לעצמו בכל מצווה שעושה גם אם היא נראית קטנה ממש - כגון מעשה חסד קטן עם הזולת. הוא יודע להעריך את חשיבותה של כל פעולת התקדמות בסולם העבודה הרוחנית, כמו להתחיל אפילו שלב אחד בשמירת שבת אם עדיין אינו שומר, ולהמשיך לעלות בשלבים. להסיט את העיניים לצד, שלא לראות מראה שאינו צנוע, לנצל כמה דקות של המתנה כדי ללמוד תורה, להתגבר על פיתוי לכעוס, וכל מעשה טוב אחר. אדם גדול זה מקטין מיד את ההנאה הדמיונית שבעבירה, ושש ושמוח הוא כמוצא שלל רב בכל מצווה שעושה - גם אינו רואה מיד מה בדיוק הרוויח ממעשה זה או מהתגברות זו. לפי שלגד עיניו עומד תמיד מאמר רבותינו ז"ל: "ונאמן הוא בעל מלאכתך שישלם שחר פעולתך" (אבות ב, ד). שבת שלום.

- 2 **חידת הזמן**  
דניאל בלס
- 4 **צריך ריטליין?**  
הרב אפרים אורשלימי
- 5 **שאלות מקו הרלכה**  
קו הרלכה
- 6 **ברכב או בסוסים (א')**  
חיים ולדר
- 8 **שיח חילוני-חרדי**  
יהודה אייזיקוביץ
- 10 **הידברות בצוללות**  
מיכל אריאלי
- 14 **מסגרת של פלדה**  
מונחה פוקס

העלון טעון גיזיה | נא לא לקרוא במהלך התפילה

### שאל את הרב

הרב אברהם יוסף

מאיזה גיל צריך להתחיל להלביש ילדה

בצניעות?

מגיל שלוש צריך להקפיד מעט, ומגיל חמש

צריך ליטול ידיים בנטלה, או שמספיק לשטוף אותן?

די לשטוף את הידיים מהברז. אך אם עומד להתפלל לאחר מכן - חייב ליטול עם נטלה.

יותר, ומגיל תשע להקפיד על הכל. וילדה חכמה ונבונה במיוחד - יש להקדים את חינוכה בהתאם להבנתה.

אחרי שיוצאים מהשירותים - האם

## סופ"ש חנוכה מלא אורה

נופש משפחתי בלתי נשכח בהשתתפות מיטב המרצים במלון המפואר 'ענבים' - סעילת החמשה

חדרים אחרונים!

הרצאות בנושאי זוגיות וחינוך ילדים | ארוחות גורמה מפוארות | פעילות לילדים

הרב יצחק פנגר

הרב זמיר כהן

הבטיחו את מקומכם 073-2221270

יום חמישי ועד מוצ"ש 6-8/12 כ"ח עד ל' בכסלו

היזברות

# היהודי החושב

## חידת הזמן: האם הדאגות שלנו הן רק דמיונות

### האם ניתן להגדיר את המושג "זמן"? מה היהדות ומה המדע מלמדים אותנו על מושג הזמן? חלק א'

זה נכון: הדאגות שלנו הן באמת רק דמיונות, שיחזור של אירועים מתוך זכרוננו. על פי הבנה זו, רבי אליעזר פאפו מציע עצה לחיים: "שאם הדבר כבר עבר, מה יועיל בדאגה, האם יוכל להשיבו? ולא די לו רעת הרעה שארע לו, אלא שיוסיף רעת הדאגה וחיי צער יחיה. (אז) יסיחני מדעתי! ואם הוא דבר שעתיד להיות: אם יש תקנה - יעשה התקנה, ואם לא... מה יועיל בדאגה? יבטח בשם ה' וישען באלקיו. זה כלל גדול להסיר הדאגה".

האם פירוש הדבר שזמן הוא רק אשליה? כלל לא. גם אם תפיסת המציאות שלנו עשויה להיות שגויה, הזמן הוא עדיין מושג אמיתי שקיים במציאות, ונמדד על ידי תצפית וניסוי. כך ממדיר המדע את המושג "זמן": תנועה של חומר. ללא תנועה - לא יהיה זמן.

אם נמשיל את היקום להצגה, אז נוכל לומר שהזמן הוא הבמה, והחומרים הם השחקנים בהצגה. כך שהזמן הוא הבמה שעליה קורים האירועים של החומר. מובן שללא במה, השחקנים לא יוכלו לנוע ולשחק בהצגה.

המשך בעמוד 7 <<

תחושת ה"עכשיו" שלנו לא נחה לרגע, וכשאנו חושבים על ההווה, אנו בעצם משחזרים ומחברים את מחשבותינו האחרונות על העבר. רוצים הוכחה? נסו לחשוב ברגע זה מחשבה כלשהי, או להיזכר בזיכרון כלשהו, או אפילו לומר משפט אחד קצר, ותגלו שאתם למעשה משחזרים במוחכם את הדבר האחרון עליו חשבתם או אמרתם לפני מספר שניות. במילים אחרות, כולנו חיים בעבר!

רבי אליעזר פאפו תיאר זאת בפתגם קצר: "כבר אמר החכם: העבר אין, העתיד עדיין, דאגה מנין?" (פלא יועץ, אות ד', ערך 'דאגה'). כמו שהעבר נעלם, והעתיד נעלם, ואי אפשר להגדירם, כך גם ההווה שלנו נעלם בכל רגע כלא היה, כי הוא רק מקשר בין העבר והעתיד. אז



נסו לשאול אנשים שונים כיצד הם מגדירים את המושג "זמן", ותקבלו תשובות רבות ויצירתיות למדי:

יש אנשים שיאמרו שהזמן הוא משהו רוחני, בלתי נתפס, שהראיה היחידה לקיומו נמצאת בתחושה פנימית שאי אפשר להסביר באמת. אחרים יעדיפו להשיב את התשובה הקלה ביותר, שהזמן הוא רק אשליה אנושית שלנו, והדבר היחיד שקיים באמת הוא רק זמן-הווה.

אך האם ההווה שלנו הוא באמת "זמן מוצק" וממשי יותר מן העבר או העתיד? ובכן, אם אפשר לומר דבר אחד על הזמן בוודאות, הוא שהזמן נע כל הזמן; שנייה גוררת שנייה, ואי אפשר לעצור פתאום את הזמן ולומר "עכשיו הוא זמן הווה!"

# שבע עובדות

## 7 עובדות מעניינות על מצוות הבדלה

### הבדלה היא מצוות עשה, המציינת את סיומה של השבת (או של יום טוב ויום הכיפורים), והמעבר לימות החול. דברים שאולי לא ידעתם על המצווה

התיבות שלהן: יבנ"ה (יין, בשמים, נר, הבדלה). הסדר של הברכות הוא במעלה הראש, מהיין שנכנס לפה, הבשמים אותם מריחים באף, האש שרואים בעין וההבדלה שנעשית במוח.

5. אחד הטעמים להרחת הבשמים בהבדלה הוא שבכניסת השבת מוסיף הקב"ה לכל יהודי נשמה יתירה, המסייעת לו להתקדש ולהתעלות מתוך רוממות הרוח. לאחר צאת השבת מסתלקת הנשמה היתירה מהאדם, ונופלת עליו עצבות מסוימת בגין כך. הריח הטוב הוא פיצוי לנשמה, המעניק לה תחליף לרוממות שחשה ביום השבת. הריח מקשר בין החומר לרוח, בין הקודש לחול.

6. הברכה השלישית על הנר, תכליתה להודות לה' על שהעניק לנו את האש, מקור האור והחום. אנו מברכים ברכה זו במוצאי שבת, מכיוון שבמוצאי שבת הראשונה של הבריאה נטל אדם הראשון שתי אבני צור, היכה אותן זו בזו, ויצר לראשונה את האש.

7. יש לומר את ההבדלה על היין, וגם מיץ ענבים כשר להבדלה. כאשר אין יין ניתן לעשות הבדלה גם על משקאות משכרים אחרים. מי שלא היה לו יין, או שלא הבדיל במוצאי שבת מסיבה אחרת - יכול להבדיל עד יום שלישי.

המילים: "ברוך המבדיל בין קודש לחול".  
3. לפני הברכות, אומרים פסוקים שיש בהם להפיח אמונה ותקווה. אלו מסוגלים להביא אורה וברכה בתחילתו של השבוע החדש העומד בפתח. לאחר פסוקים אלו נאמרות הברכות לפי סדר זה:

ברכת בורא פרי הגפן.  
ברכת בורא מיני בשמים. לאחר ברכה זו מריחים צמחים ריחניים.  
ברכת בורא מאורי האש. לאחר ברכה זו נוהגים להגביה את הידיים ולהסתכל באש המשתקפת בציפורני הידיים.

ברכת הבדלה. נוסח הברכה הוא "ברוך אתה ה' אלוקינו מלך העולם המבדיל בין קודש לחול, בין אור לחושך, בין ישראל לעמים ובין יום השביעי לששת ימי המעשה. ברוך אתה ה' המבדיל בין קודש לחול".

4. סימן לזכירת סדר הברכות הוא ראשי

1. מצוות הבדלה היא מצוות עשה מן התורה, שצווינו לזכור את יום השבת. רבותינו מבארים כי החיוב הוא להזכיר את קדושת היום על ידי זכירת שבת וקידוש, בכניסתו וביציאתו. זכירת השבת בכניסתה היא על ידי קידוש, וזכירת השבת ביציאתה היא על ידי הבדלה.

עיקרה של ההבדלה הוא להבדיל בין היום השביעי לששת ימי המעשה, כלומר, לבטא במילים את העובדה שחיי מפריד בין השבת לשאר ימות השבוע, כשם שקיים הבדל בין קודש לחול, בין אור לחושך ובין ישראל לעמים. מושגים אלו הם קוטביים ואינם מתאחדים, וכך נבדל גם היום השביעי משאר הימים.

2. את ההבדלה עורכים בכל בית מיד כשחוזרים מבית הכנסת מתפילת ערבית. אין לאכול מצאת השבת ועד עריכת ההבדלה. אם מעוניינים לעשות מלאכה לפני ההבדלה, ועדיין לא אמרו "אתה חוננתנו" בתפילת העמידה, יש לומר את



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



Advertisement for a religious event. It features a man in a suit speaking into a microphone, a menorah, and a portrait of a rabbi. Text includes: "בואו למצוא את הדרך", "תמי' השני שלך", "בסופ"ש רווקות", "הרבני' ימימה מזרחי", "המקובל הרב יצחק בצרי", "במלון המפואר גני ירושלים", "חנוכה | שבת פ' מקץ - כ"ט-ל' בכסלו 7-8/12", "בבטיחי מקומך 073-2221270", "עונג שבת המופע המצחיק עם הזוג המפורסם עדן הראל ועוד מנושה", "כיצד לבחור בן זוג נכון איך יודעים אם הזיווג נכון שאלות ותשובות אל תוך הלילה".





מפתחות לחיים

# הצהרת הון

## מהו ההון האמתי שנמצא בידינו, ואיך נוכל להגיע לשמחה אמיתית?

מסופר על רב חשוב ששימש כשר האוצר בחצרו של אחד ממלכי האומות. לאחר דברי נאצה ששר האוצר הקודם היה לוחש השכם והערב באזנו של המלך, כי השר היהודי גונב מאוצר המלך וממנו עשה את כל עושרו, החליט המלך לבדוק את העניין. באחד הימים פנה המלך במפתיע לשר היהודי ואמר לו: "אינך יוצא מאן עד שתכין תצהיר ובו סך כל רכושך הפרטי!". באמצעות הצהרת ההון ביקש המלך לבדוק מה יש לרב ומהיכן השיג את אשר לו. להפתעתו הגיב הרב ואמר: "אינני צריך להכין. זה כתוב בפנקסי". הוא הוציא מכיס מעילו פנקס ובו טורי מספרים, והקריא מתוכו: "בסך הכל, רכושי הפרטי עומד על סך עשרים ושבעה אלף דולר". כאשר שמע המלך את הדברים, חמתו בערה בו. הרי רק ביתו של הרב שווה הרבה יותר וכיצד הוא מנסה לרמותני?? אין זאת אלא שאכן צדקו דברי שר האוצר הקודם. מיד הורה המלך להשליך את הרב לכלא וחתם על צו המחרים את כל רכושו לאוצר המלכות.

לאחר שנגרע מזעמו, החל המלך מהרהר לעצמו: "אני מכיר את הרב כאדם נבון. הרי לכן הדחתי את השר הקודם ומיניתי אותו לתפקיד הרם. והוא אכן השכיל לייצב את המצב הכלכלי של הממלכה. לא ייתכן שאדם נבון כמותו ינסה לשקר במה שבוודאי יתגלה מיד. כנראה מסתתרת כוונה מסוימת בדבריו". והוא ציווה להביאו לפניו.

לשאלת המלך, השיב הרב בחיוך שליו: "אדוני המלך ביקש לדעת את סך רכושי הפרטי. על פי השקפתי היהודית, כל העולם הזה ארעי וכל הרכוש העומד לרשותי כאן אינו רכושי 'הפרטי'. וראיה לכך, בהינף חתימה העברת את כל רכושי לאוצר המלכות. האם ניתן לקרוא לרכוש כזה, היכול להילקח ממני באחת, רכושי הפרטי? הנה ראה נא, פנקס זה הוא פנקס כספי הצדקה שנתתי. זהו רכוש הפרטי באמת! את הסך הרשום כאן איש אינו יכול לקחת ממני! את הסכום הזה אקח איתי לחיי נצח!".

נמצא שעל ידי ההתבוננות בארעיות העולם, יכול כל אדם, בכל מצב שהוא, להגיע לשמחת אמת. שהרי יודע הוא מה עיקר ומה טפל ועד כמה הסבל והקשיים עצמם טובים הם עבורו - גם אם כעת אינו יודע את סיבתם המדויקת.

באותה שעה, עשירי עולם הדנים בעסקיהם בפנים חמורי סבר, נראים בפניו כילדים המשחקים במשחקי קניין ורכוש. אם אחד הילדים יפסיד את "רכושו", נכנס הוא לצער עמוק. אולם האב הבוגר המשחק גם הוא עם ילדיו, מחייך בלבו כשמפסיד. הוא יודע היטב כי רכוש זה עראי הוא ואין בו ממש. והוא ממשיך בשמחת חיוו.

רכישות 90 מפתחות לחיים ושאר ספרי הרב זמיר כהן, חייגו להדברות שופר: 090-222-1250



ארגז הכלים



# ההספד על העץ

## ככה זה גם בחיים: אדם גדול וחכם עלול להישבר בגלל דאגות קטנות

עץ היה בקולוראדו, בן 450 שנה, לערך. האגדה מספרת, שהזרע שלו הוטמן באדמה על ידי קולומבוס, כשגילה הנ"ל את אמריקה. במהלך חייו ספג העץ לפחות 14 פעמים פגיעות ברק, ושרד. הוא הוכה ע"י אין-ספור סופות עזות, ושרד. הוא חווה תקופות ממושכות של יובש, כאשר כמעט לא נותרה בו לחלוחית, ושרד. הוא היה גדול וחזק, וגבוה. עכשיו הוא איננו.

מה הביס את העץ החסון?

טרמיטים, שהם מעין נמלים קטנטנות. הטרמיטים כרסמו בשורשי העץ, והרסו אותו בהדרגה, עד שקרס ומת. עץ ענק וחסון, ששרד למעלה מ-400 שנה, הוכנע ע"י בעלי חיים זעירים.

ככה זה גם בחיים: אדם גדול וחכם עלול להישבר ולהיהרס בגלל דאגות קטנות.

הרב שמשון פינקוס זצ"ל היה נוהג להגיד, שמרבית הדאגות מסתכמות ב"חמישים שקלים", כלומר - אנחנו נותנים לדברים קטנים להרוס לנו את מצב-הרוח, ובדרך כלל מתברר בסוף שמזוב נהיה פיל.

ניקח דוגמא מצויה: הבעל לא חוזר בזמן, הטלפון הנייד שלו לא זמין, והאישה מתחילה לדאוג. איפה הוא יכול להיות? היא שומעת בחדשות, שהיה פיגוע בצפון. הבעל שלה אמנם נסע לאשדוד, אבל איזושהי מחשבה טורדנית מזמזמת לה בראש - "אולי התכנית השתנתה, והוא בכל זאת שם?".

בינתיים, הבעל - שדווקא עמד מבחינתו בלוח הזמנים - יצא לדרך הביתה, אבל נתקע בפקק מורט עצבים. מה לעשות, עבודות אחזקה בכביש. הוא רצה להתקשר הביתה, לדווח על האיחור, אבל בדיוק אז הסוללה של הטלפון הנייד פלטה ציוץ אחרון, ונגמרה.

אשתו, בבית, מתחילה לעבור מדאגה לעצבים. "הוא תמיד מאחר", היא אומרת לעצמה. "אין בו אפילו קצת אכפתיות. כל כך קשה להתקשר ולהודיע לי, אם הוא מתעכב?! אני טורחת להכין לו ארוחת ערב, עושה מאמצים שהכול יהיה מוכן בזמן, טרי וחם. והוא?! ודאי כל הזמן הזה, שאני דואגת, הוא מסתובב עם חברים, מדברים על כל השטויות שבעולם, בלי שום התחשבות. איזו אנוכיות... איזו חוצפה... אסור היה לי להתחתן אתו, אימא שלי צדקה".

הבעל הצליח, בשעה טובה, להיחלץ מהבוץ. הוא בדרך הביתה, עצבני, עייף, רעב. הוא דופק על הדלת, בכמיהה להגיע לחוף מבטחים ולקפה חם, אבל הדלת - להפתעתו הגדולה - לא נפתחת. אשתו צועקת מהמטבח "מה קרה, הוא לא בטוב לבוא?! אתה יכול לחזור לחברים שלך!".

בסוף היא, כמובן, פותחת, אבל אפשר לדמיין מה שיתרחש שם. כעס, עצבים, טינה. בעל אומלל ואישה מסכנה. והכול מדאגה מיותרת שהפכה זבוב לפיל.

רכישות 90 החדש של הרב יצחק פנגר "המכתב" חייגו להדברות שופר: 090-222-1250 או באתר [shops.hidabroot.org](http://shops.hidabroot.org)

השנה את לא מפספסת! שמונת ימי חנוכה מסוגלים לכל הישועות! **חסימת שירה וריקודים** שיעור תורה תפילת הודיה הפרשת חלה ללא עלות הידברות אצלך בבית או בכל מקום שתבחר: 073-2221-290



# מיומנה של

## גרת צדק

# בכל יום שעבר הרגשתי שאני עדיין נשארת במקום

לא ידעתי איך לשאול, והאם לבקש שיפתח קורס במיוחד בשבילי? או לבקש שיקצרו לי את זמן הגיור? או רק לבקש להיות סוף סוף יהודייה מבלי לעבור יותר ייסורים בדרך?

בצעד אסרטיבי לבקש את הרב של הקורס, שאולי בעזרתו אוכל למצוא פתרון למצבי. באמת הרגשתי שכבר סבלתי, לא יכולתי למשוך עוד רגע במצבי הנוכחי, בכיתי כל כך הרבה והרגשתי שכל הכוחות שמחזיקים אותי כבר אזולים ממני. ההנהלה נענתה לבקשתי ונתנה לי את המספר. הייתי בהלם מהתשובה החיובית אותה קיבלתי, כי הרגשתי עד אותו זמן שפשוט אף דבר לא הולך לי בענייני הגיור. עכשיו שכבר היו לי המספר וההזדמנות, נבהלתי לרגע. מה אני אגיד לו? איך אגיד לו את כל מה שעובר עלי והאם הוא יצליח להבין אותי? אולי הוא לא יבין מאיפה אני נופלת עליו עכשיו, ויראה אותי בצורה מזוהה. לא ידעתי כיצד לבקש ממנו שיעזור לי. לא ידעתי איך לשאול, והאם לבקש שיפתח קורס במיוחד בשבילי? או לבקש שיקצרו לי את זמן הגיור? או רק לבקש להיות סוף סוף יהודייה מבלי לעבור יותר ייסורים בדרך?

הרגשתי היחידה שנפלה בין הכיסאות, אחת שמקרה כמו שלה לא קיים לעוד אדם ביקום. בשיחה הבושה עטפה אותי. חששתי שגם אם אשפוך את לבי זה לא באמת ישנה משהו, כי סה"כ עברו אולי אני עוד אדם רגיל שרוצה להתגיייר. הייתי נבוכה כשסיפרתי לו שאני דתיה, דתיה אמיתית שחייה אורח חיים דתי ומלא, שומרת תורה ומצוות, אך עם כל זאת - לא יהודייה. כבר בתחילת השיחה הסרטתי בראשי את התנהלות השיחה - שהרב שמח לשמוע שממש חשוב לי להיות יהודייה, וכל הכבוד לי על המאמצים הרבים למרות כל המכשולים בדרך, על הידע והבקיות בהלכות, אך בשלב זה אין מה לעשות בנידון ושאני אצטרך לחכות כמו כל אחד אחר לקורס הבא שיפתח... אך ברגעים האחרונים שבהם אזלים כוחותיי, ואיני מסוגלת לקבל עוד את המצב הקיים, ה' לא הרפה מלהושיע, והתסרטי בראש שינה את פניו במציאות.

המשך בשבוע הבא...

הרב נענה לבקשתי והתעניין לשמוע מה התחומים שחשבתי עליהם כאופציה, וגם שאל למה אני מתחברת בכל מקצוע. לבסוף הסקנו מסקנות לגבי נתח שוק העבודה, ביקוש וכמובן, במה חשקה נפשי ואיפה אני אהיה הכי מאושרת. בסיום השיחה, לאחר שהרב עזר לי להחליט לאיזה תואר עלי להירשם, הוא בירך אותי להצלחה, ואיחל שכל מעשי במקצוע זה יהיו לשם גמילות חסדים.

בכל יום שעבר הרגשתי שאני הולכת - אך עדיין נשארת במקום. אני לא מצליחה להתגיייר, ואין למי לפנות כדי לטפל בבעיה. הימים שלי התחילו להתמלא בעצבות, ואני לא ידעתי כיצד לצאת מזה. בכל יום הייתי אומרת לעצמי "כל מה שקורה בחיים זה מאיתו יתברך, ואם הוא בחר עבורי את הניסיון הקשה הזה - איתו אני

צריכה להתמודד. אז כנראה שזה הכי טוב בשבילי". לבסוף, בנקודת מבט עתידית, בהחלט ראיתי מהי הטובה שצמחה לי מכך.

לאחר זמן ממושך במצב בו אני נמצאת החלטתי להפסיק להיות שאננה ולנסות שוב להתקשר לשאול לגבי מועד פתיחת הקורס. הפעם, במקום אותה בחורה שהייתי רגילה לדבר איתה - ענו לי מההנהלה. רצייתי לדעת למה לא מתחיל קורס, למה אין באפשרותם לפתוח אחד עכשיו ולמה זה מתעכב כל כך? הייתי נסערת מאד, שכן כל אותם חודשים של המתנה וציפייה נשפכו לתוך השיחה, אך למרות הכל, בצד השני של הקו ענו לי שזהו המצב, אי אפשר לפתוח וגם לא יפתח קורס נוסף בשלושת החודשים הקרובים.

כבר לא יכולתי לשמוע את התשובה. משהו בתוכי בער והתעקש מתוך האמת הפנימית שלי ברצון לפתוח קורס, וזאת למרות התשובות של ההנהלה. החלטתי



# חינוך ילדים

# לא רוצה לקחת ריטלין

איך מתמודדים עם ההתנגדות של הילד לקחת את התרופה שהוא זקוק לה?

בני אובחן על ידי רופא, ונקבע כי הוא זקוק לטיפול תרופתי (ריטלין) כדי להצליח בלימודים. לצערי הילד לא משתף איתי פעולה, והוא מתנגד לקחת את הכדור. יש לנו מלחמות איתו כמעט כל בוקר עד שהוא לוקח, ולצערי לפעמים הוא יוצא מהבית בלי לקחת את התרופה, וכמובן הטלפון מהמורה מגיע מיד בראשיתו של הבוקר, על כך שהילד לא קשוב להוראות פשוטות. אשמח לקבל טיפים לשיפור המצב.

במקום להיות כל הזמן במאבק על לקיחת הכדור, הבה ונקדיש זמן איכות עם הילד בצורה מכובדת, ונסביר לו על חשיבות ויתרונות הטיפול. הפתיחות שתגלו מול הילד תוביל לריכוך ההתנגדות. תוכלו להצביע לו על חבריו (ללא שמות כמובן) שהם מוצלחים מאוד, וכולם רוצים להיות בקרבכם, וזאת דווקא בגלל שהם לוקחים טיפול תרופתי. אני יכול להבין מאד את הילד שפתאום מרגיש "כבוי" בחברה. הוא לא כ"כ משתולל, הוא לא הכי מצחיק שבעולם, יתכן שהכדור עושה לו תחושה מזוהה או בחילות וכאבי ראש. לכן חשוב שנגלה הבנה ופתיחות, על ידי כך שנשמע את הילד. אבל כל זה אמור להיות לא בשעה שהוא לוקח את הכדור בשעת הלחץ בבוקר, אלא בזמן רגוע - אחר הצהרים, על גביע גלידה ועוגה טעימה. לאחר ההסבר של הרצינות שעומד מאחורי לקיחת הכדור, חשוב שבבוקר נראה לילד באדיבות, בסובלנות אבל עם הרבה נחישות, שאנחנו לא הולכים לוותר לו בעניין. הכינו בבקשה מבעוד מועד טבלה נסרת שתהיה גלויה רק אל מול עיני הילד, כך שבכל פעם שהוא לוקח את הכדור מבלי להתווכח - אתם מסמנים לו עיגול במקום מסוים ולאחר כמה עיגולים הוא מקבל פרס קטן. ברגע שהדבר יכנס למסלול, הילד לא ייכנס אתכם לוויכוחים, משום שהוא יראה כמה הדבר נצרך לו (מובן שזה משתנה מילד לילד). חשוב לציין שבכדורים מסוימים יש אפשרות לפתוח את תוכן הקפסולה ולפורר אותה לתוך מעדן וכיו"ב. חשוב להתייעץ בכל דבר כזה עם הרופא. אל תשכחו בשום פנים ואופן להמשיך ולפרגן לילד גם כאשר הוא נכנס כבר לשגרה. הוא זקוק להרבה חיזוקים וצ'ופרים, כדי לרכך את התנגדותו הטבעית.

שאלות למדור - a0504168883@gmail.com  
לרכישת ספרי חינוך ילדים של הרב אפרים אורשלימי חייגו להידברות שופר 073-222-12-50 או Shops.hidabroot.org

**הידברות מגיעה גם אליכם**  
**עליו מלאה אדומים**

יום שלישי כ"ו כסלו, 4.12.2018 בשעה 20:00  
באולם 'אשכול הפיס', דרך הר הצופים 8, מעלה אדומים

חופע חרגש של האמנית **אילנה עדני**

הרב **יצחק בצרי**  
הרב **מאיר שוויץ**  
הרב **זמיר כהן**

**הידברות מגיעה גם אליכם**  
**עליו זית אמן והסביבה**

יום רביעי כ' כסלו, 28.11.2018 בשעה 20:00  
באולם 'מפות', שד' הארבעה 1, בית שאן

הרב **יצחק פגור**  
הרב **זמיר כהן**  
הרב **יצחק בצרי**





# קו ההלכה

# שאלות שנשאלו בקו ההלכה

על תפוחי אדמה מתבנית בשרית, תבניות חד פעמיות, מעשר כספים וברכת המזון

הכשר על התבניות הנ"ל, מחשש לכשרות החומר של ההברקה שמורחים על התבניות. במקרה שאין הכשר על התבניות, יש פוסקים שנוקטים שצריך להגעיל את התבניות (כך שמעתי מהגאון הרב שלמה מחפוד שליט"א).

**אפית תפוחי אדמה בתנור בשרי ובתבנית בשרית שצילתי בה בשר היום (התבנית היתה נקיה לפני האפייה של תפוחי האדמה), וכעת אני מעוניינת להעביר את תפוחי האדמה לכלי אחר ולשפוך עליהם שמנת וגבינות. האם מותר לעשות כן?**

לספרדים מותר לעשות כן לכתחילה (שלחן ערוך יורה דעה, סימן צ"ה סעיף א', והליכות עולם חלק ז' פרשת קורח אות י"א). והאשכנזים נוהגים איסור בזה (הרמ"א שם). אמנם אף לאשכנזים יש להקל במקרה שאפו בתבנית שאינה בת יומה (שעברו 24 שעות מהפעם האחרונה שצלו בה בשר) שבמקרה זה מותר לערב את תפוחי האדמה עם שמנת (דרכי משה שם אות א'). יש להדגיש שצריך להעביר את תפוחי האדמה לכלי אחר, ואסור לשפוך על גבי הכלי הבשרי, וזה כלל ברור לכל הלכות בשר וחלב, שאסור בשום אופן לערבב את החלב בכלי בשרי, ולהיפך (חידדנו זאת בעקבות השאלה שהיתה בפרשת לך-לך לגבי הספוגי, וכמה אנשים הבינו שמותר לערבב בכלי הבשרי את החלב, ותודה למעורר על כך).

לספרדים מותר לעשות כן לכתחילה (שלחן ערוך יורה דעה, סימן צ"ה סעיף א', והליכות עולם חלק ז' פרשת קורח אות י"א). והאשכנזים נוהגים איסור בזה (הרמ"א שם). אמנם אף לאשכנזים יש להקל במקרה שאפו בתבנית שאינה בת יומה (שעברו 24 שעות מהפעם האחרונה שצלו בה בשר) שבמקרה זה מותר לערב את תפוחי האדמה עם שמנת (דרכי משה שם אות א'). יש להדגיש שצריך להעביר את תפוחי האדמה לכלי אחר, ואסור לשפוך על גבי הכלי הבשרי, וזה כלל ברור לכל הלכות בשר וחלב, שאסור בשום אופן לערבב את החלב בכלי בשרי, ולהיפך (חידדנו זאת בעקבות השאלה שהיתה בפרשת לך-לך לגבי הספוגי, וכמה אנשים הבינו שמותר לערבב בכלי הבשרי את החלב, ותודה למעורר על כך).



בטענו שאם יהיו חייבים להטביל את התבניות הנ"ל, לא ישתמשו כלל בתבניות אלו מחמת הטרחה הרבה בעניין זה, שאלנו למרן הראשל"צ הגאון הרב יצחק יוסף שליט"א, והסכים להקל בזה מכמה טעמים. והאשכנזים יכולים להקל בזה לכתחילה, שאין צריך להטביל תבניות חד פעמיות (שו"ת אגרות משה אורח חיים, חלק ג' סימן ל"ט, ושו"ת מנחת יצחק, חלק י' סימן כ"ג).

עם שמנת (דרכי משה שם אות א'). יש להדגיש שצריך להעביר את תפוחי האדמה לכלי אחר, ואסור לשפוך על גבי הכלי הבשרי, וזה כלל ברור לכל הלכות בשר וחלב, שאסור בשום אופן לערבב את החלב בכלי בשרי, ולהיפך (חידדנו זאת בעקבות השאלה שהיתה בפרשת לך-לך לגבי הספוגי, וכמה אנשים הבינו שמותר לערבב בכלי הבשרי את החלב, ותודה למעורר על כך).

**ממה צריך להפריש מעשר כספים - ממה שאדם מקבל לפני ההורדות, למשל מס בריאות, קרן השתלמות ופנסיה, או ממה שהוא מקבל נטו ביד אחרי הניכוי?**

**תבניות חד פעמיות מנירוסטה בהכשר הבד"ץ, המיובאות מחו"ל, האם צריך להטבילן במקווה כלים לפני השימוש? ראשית, יש להדגיש שצריך להקפיד שיהיה**

ופנסיה, כיוון שבזמננו אין באפשרות העובד למנוע הוצאה זו, אינה נחשבת כהכנסה, ואינו צריך להפריש מעשרות. אמנם כאשר ימשוך את הכסף של הפנסיה, צריך להפריש מזה מעשרות (שו"ת אבני ישפה חלק ב' סימן ע"ז אות ה').

**אשתי בירכה המוציא והתחילה לאכול, ולאחר כמה דקות הצטרפתי. בירכתי ברכת המוציא ואכלנו. האם אני יכול להוציא את אשתי ידי חובה בברכת המזון, כלומר האם זה נחשב שאכלנו יחד או לא?**

אם אשתך אכלה איתך יחד עוד שיעור של פת, אתה יכול להוציאה לכתחילה ידי חובה בברכתך, כי זה נקרא ששניכם "קבעתם עצמכם לאכילה" (על פי שלחן ערוך סימן קצ"ג סעיף ב' לעניין זימון). ואם היא גמרה לאכול קודם שהתחלת באכילה, לכתחילה עדיף שתברך לבדה. ובדיעבד, ובפרט אם אתה יודע שלא תברך - תוכל להוציאה ידי חובה אף אם לא אכלתם יחד (משנה ברורה סימן קס"ז סעיף קטן ס"ה).

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



# נפלאות הבריאה

זאת לעתים קרובות מידי, שכן גופכם זקוק לשינה. אך במקרי חירום - השתמשו באור כחול. מחקרים מראים שבאור כחול קל יותר להישאר ערים מאשר באשר באור בכל צבע אחר.

**איך מוצאים את הרכב? אתם נמצאים בחניון ענק, ומגלים ששכחתם איפה הרכב שלכם חונה. אתם מנסים לחוץ על השלט של הרכב כדי לאתר אותו, אך ככל הנראה הוא רחוק מכדי לקלוט את האות מהשלט. הראש שלכם יכול לסייע לכם להגדיל את טווח הקליטה של השלט. הניחו את השלט מתחת לסנטר, פתחו את הפה - ואז לחצו על כפתור השלט. עוצמת האות מהשלט תוגבר בזכות חלל הפה, ויש סיכוי שהפעם הרכב יצפף.**

# דברי רייכמן

# "הטריקים" של הגוף

חושבים שאתם יודעים הכל על הגוף שלכם? הנה כמה דברים שלא ידעתם שהוא יכול לעשות

פענוח המילים אם תפנו אליו דווקא את אוזן ימין שלכם. האוזן הימנית מחוברת להמיספרה השמאלית במוח - זו שאחראית על קליטת הדיבור. לכן היא זו שתקל עליכם לשמוע את המילים של האדם איתו אתם משוחחים. לעומת זאת, אם אתם מנסים לשמוע מנגינה שמושמעת מתוך חנות ברחוב הסואן - הפנו אליה את אוזן שמאל, המחוברת להמיספרה הימנית של המוח, וטובה יותר בזיהוי של צלילי מוסיקה.



**איך נשארים ערים? אתם עייפים מאד, אבל מוכרחים לסיים את העבודה שהתחלתם? אל תעשו**

הקב"ה ברא לאדם גוף מופלא. כל מי שמביט, ואפילו לא בעיון יתר, בגוף האדם, רואה את הדברים המופלאים שקיימים בו - החל מחמשת החושים עד לפרטים הקטנים ביותר של פעילות הגוף.

אספנו עבורכם כמה דברים מפתיעים שהגוף שלכם יכול לעשות, אם רק תדעו כיצד להשתמש בו.

**איך משרפים את השמיעה? נניח שאתם נמצאים במקום רועש. רחוב סואן למשל, או אולם חתונות פעיל. האדם שלצדכם מנסה לדבר אתכם - אך אתם לא מצליחים לשמוע אותו טוב מספיק. תוכלו לשפר את**

**עכשיו בבאר שבע**  
**בחיים צריך לדעת לבחור נכון**



**הידברות מזמינה אותך לגלות את כל הסודות לניקוי רעלים, איזון לחץ דם, הורדת כולסטרול בסדנא חווייתית אחת!**  
רפואה אלטרנטיבית ע"י הנטורפית  
**הרבנית רחל בצרי**  
הרב יצחק בצרי בתפילה מיוחדת  
**073-222-12-40**  
רישום מראש חובה - מכירת מצרי הידברות במקום

שי לכול משתתפת!  
חברת מחכמים בריאות  
א"י"ה  
הסדנא תתקיים  
ביום רביעי כ"י כסלו  
28-11-2018  
בין השעות 16:00-11:00  
בבית רבקה רחוב התורה  
הגואלת 2 באר שבע





# אלה ברכב, ואלה בסוסים (חלק א')

הם היו חברים מילדות, בלב ונפש. אחד מהם אהב סוסים, השני טרקטורונים, ושניהם אהבו להתווכח מה חשוב ממה. יום אחד הם נקלעו לאסון נורא שזעזע את כל המדינה, אך דרכו, הגיעו אל התשובה...

שנינו במקהלה, והרב, שהתברר ששמו ראובן, הסביר: "סוס נברא על ידי הקדוש ברוך הוא. הטרקטורון - הרי הוא יצירה של בני אדם, לכן פשוט וברור שסוס טוב יותר".  
בטרם הספקנו לעכל את החלוקה המקורית, הוסיף: "אנחנו צריכים רק להבין בשביל מה הקדוש ברוך הוא ברא את הסוסים...". הרב ראובן לחץ את ידינו ואיחל לנו שבת שלום.  
בדרך לביתנו לא שוחחנו בצעקות, כרגיל, אלא רכבנו בשתיקה. איני יודע מה חשב יגאל, אבל אני לא הפסקתי לחשוב על הדברים ששמענו. ידעתי שיש "קדוש-ברוך-הוא" ושהוא ברא את העולם, אבל למה? למה הוא ברא? מעולם לא חשבתי על זה, ושאלה זו ניקרה במוחי באותם רגעים.  
ביום שישי בלילה ישבתי עם המשפחה והצבתי את השאלה, אבל איש לא התייחס ברצינות. אמי הפטירה: "מי אמר בכלל שמישהו ברא". אבי ענה: "מה אכפת לך? הוא ברא ועכשיו אנחנו יכולים לרכב, מה זה משנה למה?".  
העניין נשכח מזיכרוני. מפעם לפעם צפה לה השאלה בראשי, אך לא מצאתי די זמן וגם לא מקום שבו אוכל לתת לעצמי מענה.  
\* \* \*

היה זה יום מיוחד מבחינתי. רכבתי לפינה שלי ושל יגאל, מן מישור סלע קטן על הצלע המזרחי של ההר, שממנו נשקפים כל ההרים למלוא העין. אני ויגאל קראנו לו "מצפה השמש העולה", משום שממנו ניתן היה לראות את הזריחה המהווית היפה ביותר בכל האזור.  
התחלתי בדהירה אל הרי הכרמל, שאותם הכרתי ככף ידי. הקפתי את ההר והתקדמתי לכיוון המצפה. עד מהרה הרחתי ריח של אש, וראיתי להבות מתמררות על ראשי ההרים.  
התרגלתי לזה שמדי פעם יש שריפות קטנות, וכבר לקחתי את הסלולארי לדווח, אך עוד לפני שהספקתי, ראיתי מלמעלה נידות כבוי רבות שועטות ממוקד למוקד, ומספר מסוקי משטרה ותקשורת סבבו מעלי.  
הגעתי כמאה מטרים לפני המצפה, וראיתי שהאש ממעלה ההר קרבה אלי יותר ויותר,

ביום שישי אחד לוהט של אמצע הקיץ, בשובנו מטיול תחרותי שבו התאמצנו במיוחד להוכיח את יכולות הכלים שברשותנו, רכבנו לאטנו תוך גלגול שיחה עליזה, ושוב העליתי את הוויכוח הישן שלנו מי רכב טוב יותר. ככל הנראה, ליגאל כבר נמאס מהוויכוח הקטנוני והאין-סופי הזה, ורק פלט "בחיין, אורן, מה זה משנה בכלל...".  
אבל כעבור שנייה הוא הוכיח שלילד שנשאר עמוק בבטן שלו זה קצת כן משנה - והציע: "בוא נסגור דיל, נשאל את הבן אדם הראשון שאנחנו רואים, והוא יחליט אחת ולתמיד מה טוב יותר".  
"סגרנו", השבתי בחיך מרצה, והמשכנו ברכיבה איטית תוך החלפת בדיחות ועקיצות קלאסיות שהתרגלנו אליהן.  
לאחר חצי דקה ראינו כמה מאות מטרים לפנינו אדם דתי עם כובע שחור וז'קט ארוך, מלווה בכמה זאטוטים קטנים שבאו מן הסתם לטייל בהרי הכרמל.  
"הנה בן אדם!", צעק יגאל בהתרגשות, כביכול נחת זה עתה מהמאדים.  
"עזוב, הוא נראה איזה רב", נרתעתי.  
"רב או לא רב - הוא בן אדם וסגרנו דיל!" צעק יגאל, תוך שהוא מרעיף עם דוושת הגז פעמיים. קרצנו אחד לשני, ופצחנו בדהירה מטורפת לכיוונו. עצרנו לידו בחריקת צמיגים ופרסות, ובעוד ילדיו פוערים את פיהם לרווחה למראה הסוסה הגבוהה והטרקטורון הענק שנחתו ממש לידם, ניגש אליו יגאל והושיט לו יד. "שלום, כבוד הרב, יש לנו שאלה: מה טוב יותר - סוס או טרקטורון?".  
\* \* \*

הייתי סבור שהדתי הצנום הזה מעולם לא ראה טרקטורון, ומערכות הקפיצים הגבוהים והמרשימים ודאי יטעו אותו. במוחי התחלתי לנסח נאום הפסד ושלל תירוצים מדוע הוא אינו ראוי ואינו כשיר להכריע.  
אך למרבה הפתעתי, חיך הרב לבוש השחורים בנעימות והשיב בלי להסס אפילו: "ודאי שסוס!", זקפתי את אזני בהתעניינות, ומזווית עיניי ראיתי את אפו של יגאל מתעקם מעט. "למה?", שאלנו



**נ**ולדתי למשפחה חילונית במושב קטן בצפון הארץ, כשלושה קילומטרים מרכס הרי הכרמל. כל נושא היהדות והדת מעולם לא תפס אצלי מקום רב. יהדות, מבחינתי, הייתה רימון בראש השנה ומצות בפסח.  
בבעלות משפחתנו חוות סוסים שאבי רכש וגידל, ובעוד חבריי למושב רכבו על אופניים, אני תמיד הופעתי בחברת סוסי פוני. לאחר מכן, כשגדלתי מעט, עברתי לרכיבה על סוסים גדולים יותר כמו "ליפיצאנר" ו"היפלנד". כשהתגייסתי לחטיבת גולני, קנה לי אבי סוסת "קוואטר סוראל" צעירה וגבוהה במיוחד, שממנה כמעט ולא ירדתי, ומטעמים לא נהירים קראנו את שמה "גלוריה".  
במושב שבו אני גר, מתגוררים גם אחותה של אמי ובעלה. יגאל בנם, נולד כשלושה חודשים אחרי, ומטבע הדברים היינו חברים טובים ביותר, ומגיל קטן עד הצבא כמעט ולא נפרדנו זה מזה, כמעט ולא היה הבדל בינינו, היינו דומים באופיינו, בתכונותינו, ואפילו במראה. פרט להבדל אחד: אני חיבבתי סוסים; יגאל - טרקטורונים.  
מגיל קטן החזקנו בוויכוח קטנוני שלא נגמר, האם הסוס הוא בעל יתרון גדול יותר בשטח או הטרקטורון. מעולם לא התווכחנו ברצינות על כך, אבל בכל פעם כשאחד מאתנו עבר לדגם או זן מתקדם יותר, עמד השני והתחנן לאביו שישדרג את הישן בחדש. בדיוק שלושה חודשים אחרי שהגעתי לגיל 18 וחזיתי בסוסת הקוואטר - הגיע גם יגאל לגיל הזה, וקיבל מאביו את חלומה הגדול - טרקטורון POLARIS XP 850, שהושק ממש באותם ימים.  
\* \* \*

**הבטיחי מקומך והזמיני חברה**  
הרשמה מראש חובה 073-2221300

**הינך מוזמנת ליום העצמה נשית**  
הרב עמנואל תהילה • הרב מאיר שוורץ  
והמקובל הרב יצחק בצרי

שיתקיים א"ה ביום  
שלישי י"ט בכסלו • 27.11.2018 • 09:30-16:00

בבית הידידות רח' אריה שנקר 20 פתח תקווה (סמוך לצ. גנה)  
מספר התקנות מוזמנת! הגדירי להירשם!

**להדליק את האור**  
במתוכך

בופת חלב עשיר



# היהודי החשוב



## האם הדאגות שלנו הן רק דמיונות (המשך מעמוד 2)

וזו ההוכחה המדעית שקיים זמן: כי אם לא היה קיים, אז לא היה חל כל שינוי במציאות. זמן הוא פשוט תנועה, שינוי של החומר. מעניין למצוא שחכמי ישראל הגדירו את המושג זמן בדיוק כפי שהמדע מגדיר אותו כיום. כך כתב הרמב"ם לפני כ-800 שנה: "אם הזמן עצמו הוא מכלל הנבראים, שהרי הזמן תלוי בתנועה, והתנועה היא מקרה בחפץ הנע. ואותו חפץ נע עצמו, אשר הזמן תלוי בתנועתו, אף הוא נברא, והתהווה לאחר שלא היה" (מורה נבוכים, חלק שני, פרק י"א). וכן כתב הרמב"ם בביאורו לספר בראשית (פרק א', פסוק ד').

אך האם ייתכן שתחושת הזמן שלנו היא אשליה? כפי שראינו: התנועה, השינוי, סיבות ותוצאות, הן המוכיחות שהזמן הוא ממשי וקיים במציאות. אך זו עדיין לא הוכחה לכך שהזמן נע בשלבים כפי שאנו תופסים אותו. כפי ששדה הראייה שלנו מוגבל, ואינו מאפשר לנו לראות מה יש מאחורי גבנו, או מה נמצא בסוף העולם, כך גם תחושת המציאות שלנו עשויה להיות מוגבלת רק להווה שנמצא מולנו, ולא לעבר והעתיד.

אולם הנשמות שעוזבות את הגוף עוברות למימד אחר, שאין בו גוף פיזי, וחוקי הזמן שלו שונים משלנו. כך מתאר הרמב"ם את העולם הבא (הלכות תשובה, פרק ח'): "העולם הבא אין בו גוף וגווייה... ולא יארע בו דבר מן הדברים שמאורעין לגופות בעולם הזה, כגון ישיבה ועמידה ושינה ומיתה ועצב ושחוק וכיוצא בהן. כך אמרו חכמים הראשונים, העולם הבא - אין בו לא אכילה ולא שתייה ולא תשמיש, אלא צדיקים יושבין ועטרותיהם בראשיהם ונהנין מזיו השכינה".

את העולם הבא לא נוכל לתאר בדמיוננו, כפי שעובר לא יוכל לתאר את החיים מחוץ לבטן אמו. אך כולנו נגיע לשם באחריתנו, לעולם הבא, ואז נבין באמת עד כמה מוגבלת היתה תפיסת הזמן שלנו בעולם הזה. מי ייתן ונצל בחכמה את הרגע הקצר הזה, שאותו אנו מכנים בדמיוננו "שמונים שנה".

בכל כוחי כדי לא ליפול. אחר מספר ניסיונות שלא להתדרדר היא עלתה בחזרה אל השביל ונעצרה מעצמה.

עמדנו על מקומנו. ראשי הלם כפטישים ופעילות הלב שלי נדמו בעיני כנפח החובט על הסדן, בניסיון נואש ליישר ברזל סורר.

האזנתי לקולות הנפץ שבקעו מהלהבות. הד של גזעים עבותים קורסים ונחבטים בקרקע הגיע לאזני, וברקע שמעתי את יבבות רכבי הכיבי והמשטרה, ולא חשתי דבר חוץ מפחד נורא.

מימיני, משמאלי, מאחורי ומלפני - להבות ענק, והן התקדמו היישר אלי. אט-אט חדרה אלי ההבנה, שמכאן - אני לא אצא חי...

\*\*\*

האש הולכת ומתקרבת בצעדים מבעיתים. אני יושב על האוכף בייאוש ומשפשף את עיני השורפות מהעשן הסמיך, ולא מצליח לחשוב.

התחלתי לחוש במחנק של ממש, השתעלתי שוב ושוב עד שהרגשתי כאב חד בריאותי. ראשי החל להסתחרר. האש ממעלה ההר הייתה במרחק של פחות ממאה מטרים, שהצטמצמו משנייה לשנייה. הסוסה הניעה את ראשה ימינה ושמאלה כאחוזת דיבוק, ודמויותיהם של בני משפחתי עלו לנגד עיני כבסרט נע.

ניסיתי להתנער ולהכריח את עצמי לחשוב בצורה מעשית. "מה יגאל היה עושה במקומי עכשיו?", שאלתי את עצמי.

ואז, משום מקום, צץ בדמיוני אותו הרב ראובן: "אנחנו צריכים רק להבין - בשביל מה הקדוש ברוך הוא ברא את הסוסים..." מילותיו צפו מולי בבהירות לא מובנת.

"בשביל מה הקדוש ברוך הוא ברא את הסוסים...", הדהדו מילותיו באלפי קולות, והשתלבו ברעש הפצפוף וקריסת העצים מסביב.

הרמתי את ראשי אל השמים. השמש שקעה זה מכבר, והעשן הרב שמעלי נצבע באדום לוהט מאור הלהבות. לראשונה הבנתי את המונח "שמים אדומים". חלקי עצים בוערים התעופפו ממש מעלי, והשיחים הסמוכים אלי החלו להידלק בזה אחר זה.

הייתי כולי סחוט מזיעה. חשתי כמו קרב על הרשת, ושרירי הסרעפת שלי כבר בקושי רב החניקו שיעולים מאולצים. חשתי תשוקה עצומה למעט אוויר טהור.

גלוריה כבר הפסיקה כמעט לנוע, ונחיריה השמיעו קולות צורמים. הבנתי שאלו הדקות האחרונות של חיי, וניסיתי לחשוב מה עלי לעשות בהן, אך לא הצלחתי לחשוב על דבר מלבד מילותיו של הרב ראובן, שהדהדו באזני ללא הפסקה.

"בשביל מה הקדוש ברוך הוא ברא את הסוסים... בשביל מה הקדוש ברוך הוא ברא את הסוסים..."

### המשך בשבוע הבא

לרכישת ספרי חיים ולדר לילדים, מבוגרים ונוער, חייגו להיברות שופר: 073-222-12-50 או באתר [shops.hidabroot.org](http://shops.hidabroot.org)

ועדיין הייתי סבור כי הדרך מאחורי אינה בסכנה. כחמישים מטרים לפני המצפה הבנתי שאין עוד לאן להתקדם, הוצאתי את הסלולארי מכיסי וחייגתי ליגאל. "יגאל, אני ליד המצפה, לא נשאר כלום, הכל בוער", בישרתי לו בקול נכאים.

"השתגעתי?!", צרח לי יגאל בקול שכמעט חריש את אזני, "תברח משם! זה מסוכן, הכל מסביב בוער!".

"בסדר, אני חוזר", אמרתי בקול נעלב. "מה אתה צועק?".

סוסתי החלה לזוע באי נוחות ונראה היה כי היא עומדת להתחיל בכל רגע בריצה חסרת שליטה. החזקתי בכוח במושכות והסתובבתי לאחורי. חזרתי במהירות כמה מאות מטרים, ואז הבנתי מדוע יגאל צעק.

הדרך באמצעותה הגעתי נחסמה לחלוטין. מצאתי עצמי מוקף בלהבות אימתניות שמתקרבות אלי במהירות מסחררת.

\*\*\*

התבוננתי למרגלות ההר וראיתי שגם משם אני מוקף באש שעולה אלי במהירות. הסתובבתי על מקומי במהירות והחלתי בדהירה מהירה חזרה לכיוון המצפה. לאחר כמאה מטרים עצרתי, ותחושה מבשרת רעות החלה עולה ממעמקי בטני.

הייתי כמו עכבר במלכודת, מוקף כולי בלהבות. במורד ההר נותר קטע צר של כמה עשרות מטרים שדרכו ייתכן שהיה לי סיכוי לעבור, אולם המדרון היה חד מדי, והמרחב הלך והצטמצם במהירות. הבנתי שעם הסוסה לא אוכל לרדת בו, וספק אם בריצה רגלית אצליח לרדת בלי החליק.

לרגע חשבתי לעשות זאת, אבל הבנתי שללא מהירות הדהירה שלה, עד שאגיע לשם - אשאר בלי מעבר ובלי סוסה.

נתקפתי חרדה. הסלולארי עדיין היה בידי ושמתי לב שיגאל עוד לא ניתק. "יגאל, אני לכוד! יגאל, תקרא לעזרה!" צרחתי.

"תצא משם! תברח! אתה תמות!" צעק לי יגאל חזרה בפאניקה. חשבתי לחייג בעצמי למוקדי החרום, אך לא ידעתי למי עליי לחייג ומה בדיוק אומר. לפתע התנערה הסוסה ופצחה בריצת אמוק מטורפת בניסיון בריחה מהאש, והסלולארי התעופף לו לאי שם.

ניסיתי לעצור את ריצתה, אך היא התעלמה לגמרי מהחבטות שלי ולא עצרה לרגע. היא חזרה עד המצפה, אך גזע ענק שנפל מספר מטרים מאתנו בקול חבטה עזה הבהיל אותה, והיא הסתובבה במהירות והחלה לדהור לכיוון הנגדי, תפסתי את צווארה בכוח וחשתי תסכול עמוק.

מעולם לא קרה לי שלא הצלחתי להשתלט על סוס. כעת זה קרה.

עשן סמיך העכיר את האוויר וגרם לי לשיעול ולצריבה נוראה בקנה. דהרנו כמאתיים מטר לכיוון מזרח, ושוב היא עצרה, מתנשמת ומתנשפת למראה הלהבות על השביל.

לחרדתי הרבה היא ניסתה בצעד נואש לרדת מהשביל אל תחתית ההר. תפסתי את צווארה

אם חשובה לכם התקשורת הזוגית, לא די בטיפים סיסמאות והרצאות לא ממוקדות, מצטרפים לסדנה פרקטית! לומדים ומיישמים, מנסים ותוהים, טועים ומתקנים והכל עפ"י תכנית מובנית, שכלתנית ואינטראקטיבית, בהנחיית טובי המומחים בהידברות.

לקבלת ייעוץ אישי ו/או להרשמה לסדנה זוגית [shimonb@htv.co.il](mailto:shimonb@htv.co.il) | 073-222-13-10



מקבלים כלים לשלב כוחות למטרה משותפת



## מה עושים?

כשמעירים לבן הזוג על חסרונותיו, כשאין ביכולתו לשנות, זה מכעיס ולא מביא תועלת.





טור  
דעהלמה השיח החילוני-חרדי  
לא מגיע לשום מקום?

השיח חילוני-חרדי נמצא במבוי סתום כבר שנים רבות, וזה לא קורה סתם כך. בשיח הזה יש כשל מובנה שמונע כל אפשרות להגיע להבנה

עוד זאת התפיסה אין פלא שעריקתו של אדם חרדי מהמחנה "החשוד" אל מחנה "בני האור" תצטייר כאירוע משמח. גישה זו גם מסבירה את הקיטוב וההקצנה של השיח הציבורי בנושאי חיכוך חילונים-חרדים, כאשר בר הפלוגתא שלך מצטייר בעיניך כבבון או כרובוט קשה לחוש הרבה אמפתיה לעמדה שהוא מייצג. למען האמת קשה אפילו לשמוע אותו. כל עוד זו ההתייחסות לאדם החרדי קל לזלזל בו, להתעלם מטענותיו, ואפילו לשנוא אותו.

התופעה הרווחת הזו היא תוצר של היעדר מידע או העברת מידע חלקי, שגוי, מוטעה ובעיקר שלילי שהתקשורת ככלל הזינה בהם את הציבור הרחב על החרדים במשך שנים רבות מבלי שניתנה במה ראויה להצגת הצד השני, כך באין מפריע התקבעה לה התפיסה שהחרדים הם קבוצת תימהוניים נלעגים, את המחיר התדמיתי שילמו בעיקר החרדים אך עם הגידול המספרי של המגזר החרדי ותחושת האיום שחשים חילונים רבים מכך נראה שהחברה הישראלית כולה סובלת מחוסר ההבנה הזו שמובילה לחיכוכים ומריבות בין המגזרים.

בשיח הפרוגרסיבי מרבים להדגיש את הצורך בהכרת סיפורו של "האחר". זו הסיבה שרבים במחנה השמאל מבינים היום שבשביל לחיות בדו-קיום עם האוכלוסייה הפלסטינית לא די במציאת פתרונות לבעיות פרגמטיות. צריך גם להכיר את ה"נרטיב הפלסטיני" ולחוש אמפתיה כלפי אסון "הנכבה" - גם אם יש בנרטיב הזה אלמנטים רבים שמרגיזים את הצד הישראלי. ובכן, כמה חילונים טרחו להכיר את ה"נרטיב החרדי"? אורח החיים החרדי מבוסס על שכל ישר, הגיון בריא ולוגיקה פשוטה

**א** לפי מילים נשפכו במאות ויכוחים שמתנהלים כבר עשרות שנים על נושאי חיכוך חילונים-חרדים ולמרות כל המלל הזה לא נרשמה כל התקרבות בין הצדדים והשאלה המתבקשת היא - מדוע? למה באמת אנחנו לא מצליחים להגיע להבנה כלשהי? באחת הכתבות שערך איש התקשורת אמנון לוי, הוא הביא את סיפורו של צעיר חרדי ששלושה חודשים אחרי נישואיו מחליט לנטוש את אורח חייו החרדי ואת אשתו הטריה ופותח בפרק חדש כאדם חילוני, אמנון נוכח במעמד בו כותב הצעיר מכתב פרידה לאשתו, מתלווה אליו למספרה שם הוא מסיר את זקנו ופאותיו וממשיך ללוות אותו במשך מספר חודשים תוך כדי השתלבותו של הצעיר בעולם החילוני.

הסיפור הזה בעיני, כחרדי, הוא סיפור עגום על אדם שהיה במצוקה אמתית ולא קיבל את העזרה שהיה זקוק לה, ולבסוף עשה צעד פזיז שהרחיק אותו ממשפחתו ומסביבתו הטבעית וגזר עליו חיי בדידות, אך בעיני לוי מדובר בסיפור מעורר השתאות והוא יוצא מגדרו מרוב התפעלות על הצעד ה"אמיץ" שעשה אותו צעיר.

שאלתי את עצמי, מנין לאמנון לוי שכאשר יהודי עוזב את אורח חייו החרדי הוא עושה מעשה אמיץ? אולי זהו מעשה פזיז? מנין הביטחון העצמי הזחוח הזה שמה שנראה לו כאדם חילוני כחיובי ומוצדק הוא אכן כך?!

אמנון לוי מדגים תופעה רווחת, בעיניהם של חילונים רבים החרדים הם בהגדרה אנשים תימהוניים, לא רציונאליים, נעדרי יכולת חשיבה, המקובעים לתבנית התנהגות מאובנת שאין בה שמץ של היגיון. כל

והוא רציונלי לחלוטין. ההנחה לפיה יש לעולם בורא ויש לחייו של האדם משמעות ותכלית היא הגיונית ומתקבלת על הדעת. זו גם הייתה השקפתם של שורה ארוכה של מדענים מאמינים, יהודים ושאנים יהודים, שאמונתם נגזרת מכוח התבונה, הניתוח ויכולת השיפוט שלהם. האם כל אלה היו אנשים לא רציונליים?

ביסוד חייו של יהודי שומר מצוות נמצא מעמד הר סיני ומתן התורה שאף אותו ניתן לבסס. קיום מצוות אינו ענין של אמונה עיוורת.

המצוות הן מערכת קוהרנטית של פעולות שיש בהן היגיון פנימי רב ואשר עמדו במבחן הזמן ביצירת בני אדם בעלי אישיות איכותית ומרוממת.

קנאי החילוניות המיליטנטית רושפים וקוצפים על כל גילוי של סממן יהודי במערכת החינוך. הם קוראים לזה "הדתה". אבל ממת רכישת קורטוב של הבנה אודות זהותה ומניעיה של קבוצה אחרת - בפרט קבוצה שהיא חלק בלתי נפרד ממרקם החיים הישראלי - היא דבר שלילי?

הענקת במה תקשורתית ראויה להכרת ה"נרטיב החרדי" יכולה לעשות רק טוב לשיח החילוני-חרדי. היא לא נועדה "להחזיר בתשובה" את החילוני אלא לחסוך לכולנו שנים של להג ולעג חסר תועלת.

זאת ההזדמנות של התקשורת הישראלית לתעל את עצמה ולהביא להנמכת חומות הניכור ולחיים משותפים זה לצד זה ביתר הבנה. כעת נותרה רק שאלה אחת - מתי מתחילים?

רגע  
למחשבה

## חידה



## נוסעים לטיול

5 אוטובוסים יכולים להסיע 200 איש מטבריה לירושלים בתוך 3 שעות. כמה זמן ייקח ל-10 אוטובוסים להסיע 400 איש באותה הדרך?

התשובה תפורסם בשבוע הבא

פתרון החידה מפורשת תולדות:

84 נזלים - ואיתם 12 תוכים זכרים ו-4 נקבות.

## אמרות

העבד חופשי - כשיסתפק בחלקו, והחופשי עבד - כשיבקש יותר מלחם חוקו. (רבי יהודה אלהריזי)

"והייתם לי סגולה" - היו כסגול הזה, שככל שתסובבהו - יישאר תמיד סגול. כך טיבו של יהודי: ככל שיתפתח ויהפוך צורתו - יישאר יהודי. (רבי דוד מלעלוב)

מחכים לך  
שתחלק עלוני שבת  
גם בבית החולים הקרוב אליך

ואם אתה לא מוותר על מצוות זיכוי החולים, אולם קשה לך להגיע, הידברות תפיץ עבורך, ובכל מקרה - *שיחיה לך אבראם!*



מאות עלוני שבת מופצים כיום לחולים, לבני משפחתם ולמבקרים בבית החולים 'הדסה עין כרם' בירושלים, וב'מעייני הישועה' בבני ברק. ומה לגבי עשרות אלפי חולים ומבקרים בביה"ח, אשר לא זוכים למעט נחמה עם עלוני שבת של הידברות?!

שלוח בדרך אליכם - עד הבית!

להצטרפות נמפיץ בבתי חולים: 073-2221388



# הודיה בללי: "נאלצתי ללמוד הכל מהתחלה"

מילדה מחוננת ומוכשרת, הפכה הודיה בללי לילדה עם מגבלות קשה ונזק מוחי משמעותי. אך היא לא נתנה לעובדה זו לשנות לה את החיים



בתיכון, וכמו שאר חברותיה - נכנסה לעולם האמתי. "כל כך רציני להתחתן ולהקים בית כמו כולם - לעבוד, להתפרנס, אבל גם ידעתי שזה יהיה לי קשה וחששתי מכך מאוד", היא נזכרת. "לא אשכח את הפעם בה עמדתי מול אמא שלי, הסברתי לה שאני רוצה לצאת לעבוד כמו חברותי ופתאום התחלתי לבכות. אמא שלי אמרה לאחר מכן לאחותי: 'הודיה שברה לי את הלב'. אלו היו באמת הרגעים הקשים שלי, כי במשך כל השנים בהן הייתי במסגרת הצלחתי להחזיק את עצמי. שכנעתי את עצמי כל הזמן שבסופו של דבר אהיה כמו כולן, אתחתן עם בחור רגיל ואקים בית, ופתאום אני קולטת שכל הפנטזיות שהיו לי תמיד, לא ממש מגשימות את עצמן במציאות. באותה תקופה הייתי בקשר עם רבנית שמאוד עזרה לי ותמכה בי. היא הסבירה לי כל הזמן: 'הודיה, נשמה, נכון שאת רוצה בחור רגיל, אבל הוא לא יבין אותך. עדיף לך לקחת מישהו עם מגבלה שידע להבין ולהכיל אותך'.

"באמת", אומרת הודיה, "התחלתי לשמוע שידוכים וזה היה מאד לא קל. חלק מהשידוכים הורדתי כי הם החזירו אותי לעבר שכל כך רציני לשכוח. חלק מהבחורים הורידו אותי. בסופו של דבר זכיתי לקבל בעל מקסים-מקסים. יש לו שתי ידיים ושתי רגליים, הוא בריא בגוף ובריא בנפש, נכון שגם הוא צולע כמוני, אבל הוא מבין אותי ודואג לכל מה שחסר לי. יש לנו אחד את השני ואנחנו מסתדרים כל כך נפלא יחד. אין יום בו אני לא מודה לה' על כך שזיכה אותי בבעל המתאים לי ביותר. ברור שלא הייתי יכולה להסתדר עם אף בעל אחר. מי יכול להבין אותי יותר ממנו? אני מודה לאלוקים גם על הבנות המדהימות שנתן לי ועל העבודה שלי בגן הילדים, שאני כל כך נהנית ומסופקת ממנה. הוא פשוט דאג לכל מחסורי, במשך כל החיים הוביל אותי בדיוק בדרך שנכונה עבורי".

ויש לה גם מסר לכל המתמודדים והמתמודדות באשר הם: "אל תרחמו על עצמכם. ה' הוא רחמן, ואם הוא נתן לכם את ההתמודדות בחיים, אז זה סימן שאתם יכולים לעמוד בכך ולהתמודד. נכון שזה לפעמים קשה, כי אנחנו לא יודעים חשבונות שמיים, אבל דבר אחד ברור - אם הקב"ה נתן לנו את זה, אז זו המציאות הטובה ביותר בעבורנו. בואו נודה לו גם על הטוב, וגם על מה שבעיניי שלנו לא נראה תמיד טוב, כי זה בוודאי טוב מאוד".

30 רופאים והניתוח נעשה עם מסכים ששידרו אותו ישירות לחו"ל".

אחרי הצנתור הודיה שבני המשפחה הכירו. "ההורים שלי הכניסו אלי את האחים אחד-אחד", היא מתארת, "הם קיוו שזה יעזור אצלי תאים רדומים במוח ושאליוח להיזכר בהם. כל ילד שנכנס נקב בשמו, אבל אני לא הצלחתי לזכור מיהו. לכולם קראתי 'שושנה'. אפילו לאבא... לא הצלחתי לקלוט מה הקשר ביני לבין מי שמבקר אותי".

השיפור לא קרה ברגע אחד, גם לא בכמה ימים. "המצב שלי השתפר כל הזמן, אבל באופן מאד-מאד איטי, הדרגתי ומתיש", היא מסבירה, "אבא שלי מספר שבתחילה הייתי שקטה מאוד, ולאחר שהתחלתי לדבר דיברתי באיטיות מרובה: 'א...ני... ר...זה...'. פשוט לא הצלחתי לשלוף את המילים. עברתי טיפולים אצל קלינאית תקשורת, פיזיותרפיה, ריפוי בעיסוק, הידרותרפיה, ועוד טיפולים מכל הסוגים והמינים. הם עזרו לי, אבל שום דבר לא החזיר את הגוף באמת לקדמותו. עד היום אני עדיין הולכת לפיזיותרפיה פעם בשבוע". מספר חודשים לאחר מכן היא שבה לכיתה בה למדה, כתלמידה מן המניין. הילדות כבר היו באמצע כיתה ב', ולמרות שהכירו את הודיה, הן הבינו מהר מאוד שמדובר בהודיה אחרת.

"לפני שנכנסתי לכיתה, המורה כינסה את כל הבנות ואמרה להן: 'הודיה הייתה בבית חולים ועברה תקופה לא קלה', היא גם הסבירה להן שאני לא יודעת לדבר וללכת. אבל למרות הכל הן היו ממש בשוק, כשראו שמכניסים אותי לכיתה על הידיים. בהפסקות קראתי כל הזמן לאחיותי הגדולות, שיעזרו לי. החברות לא תמיד ידעו להבין אותי והיו גם כאלו שצחקו עלי וחיכו אותי".

**את חושבת שזה היה נכון להכניס אותך לכיתה רגילה?**

"אני יודעת שאנשי מקצוע ניסו לשכנע את אמא שלי לנהוג אחרת ולהכניס אותי לבית ספר שמיועד לילדים עם מגבלות. אבל כשאני מסתכלת על כך לאחור - בית ספר רגיל הוא הדבר הכי נכון שיכולתי לקבל. כי אם היו מכניסים אותי לכיתה של ילדות שכולן עם מגבלה כזו או אחרת, אף פעם לא הייתי מרגישה שונה ולא הייתי מתקדמת. רק בזכות זה שחזרתי לכיתה הרגילה שלי ולחברות, הרגשתי כל הזמן שאני חייבת להוכיח את עצמי".

**"בעל שמבין אותי"**

בגיל שמונה עשרה סיימה הודיה את לימודיה

ה קרה לפני עשרים ואחת שנה: הודיה בללי הייתה בסך הכל בת שבע. ילדה שביעית במשפחה של תשעה ילדים. יפה, מוכשרת, ממש מחוננת. על אף גילה הצעיר היא ידעה לקרוא עם ניקוד וללא ניקוד, היא הבינה בכל תחום שהוא והייתה המנהיגה הבלתי מעורערת בכיתה.

בערב תשעה באב של אותה שנה השתנו הדברים בבת אחת: הודיה יצאה יחד עם אחיה ואחיותיה לשחק מוחץ לבית ולאפשר לאמה, אחות סיעודית במקצועה העובדת במשמרות לילה, לנוח מעט מהעבודה. "אבא שלי נכנס להתפלל", היא מספרת, "ובינתיים שיחקתי עם אחי ואחיותיי בתופסת. פתאום באמצע המשחק התיישבתי על אבן, ואחותי שושנה, שגדולה ממני בכמה שנים, קראה לעברי: 'תברחי, תברחי, עוד רגע יתפסו אותך'. אבל אני לא יכולתי לרוץ, הרגשתי שכל העולם מסתובב סביבי ואחרי כמה דקות נפלתי על הרצפה".

הודיה מציינת כי את כל מה שעבר עליה היא אינה זוכרת כלל, הדברים נמחקו ממנה לגמרי, אך היא יודעת אותם מן הסיפורים שסיפרו לה הוריה לאחר מכן.

## תחזית רפואית קודרות

"אבא שלי הגיע בריצה למקום", מספרת הודיה, "הוא הרים אותי, ואת זה אני דווקא כן זוכרת - הרגשתי כמו אדם ישן שמעירים אותו, אבל מכיוון שהוא מרגיש באמצע חלום הוא לא רוצה להתעורר. ככה בדיוק היה אצלי. שמעתי שאבא קורא לי: 'הודיה, הודיה', אך לא יכולתי לענות לו. אחר כך אבא קרא לאמא שראתה אותי ואמרה לו שלוש מילים: 'הילדה הולכת לנו'. באותו רגע הם לקחו רכב משכן ופינו אותי למיון. כאן מגיע פרט נוסף שאני זוכרת - כשהגענו למיון פקחתי את העיניים, הסתכלתי על כל הרופאים, אחר כך הסתכלתי על כל הגוף שלי - מהראש ועד לרגליים, ונרדמתי שוב".

מעבר לכך היא לא זוכרת דבר. "התגלה שהתפרצו למוח שלי קרישי דם ופגעו באזורים שונים, בקריאה, בכתיבה, בהליכה, בדיבור, כמעט בהכל. הרופאים הציעו לעשות לי צנתור בראש, אבל ההורים שלי חששו מאוד, כי צנתור כזה היה ממש נדיר באותה תקופה והיה חשש גדול שהרופאים לא יצליחו לבצע אותו. אבל המצב התדרדר וללא צנתור נאמר שייטכן מאוד שלא אשרוד. לבסוף הוצעק רופא מיוחד מחו"ל כדי לבצע את הצנתור. בחדר הניתוח היו באותו זמן

בואי להוסיף טעם לחיים עם הרבנית

# חגית שירה

הפקה מרתקת על המתוק והמלוח שבחיים ומה שביניהם...

## קצת מלח קצת פלפל

בשילוב מופע מוסיקאלי מטלטל ונוגע

המופע המרגש יזקקים א"ה  
ב-12.18.18 • ב' טבת • 19:30  
בבית הדיבורת רח' אריה שנקר 20 פ"ת

בסוף המופע תתקיים תפילה מרגשת עם הרב המקובל יצחק בצרי

לפרטים והרשמה:  
**073-222-1-300**

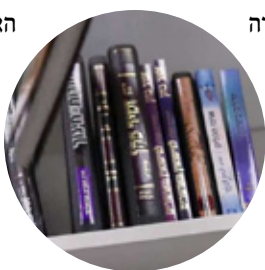


# פעילות הידברות

# בצוללות ובספינות הטילים: כך מגיעים ספרי הידברות למקומות הכי הזויים

לא היה שום דבר בעולם שיכניס ספרים כמו "המהפך", "בגן האמונה" ועוד, אל הצוללות והספינות של חיל הים, אבל פרויקט חלוקת הספרים של הידברות עשה את הבלתי ייאמן והגיע עד לשם. איך זה קרה?

בספרים וחילקתי אותם בין כלי השיט השונים. כל ספינה קיבלה שני ספרים, והתכנית שלי היתה מידי פעם להחליף את הספרים בין הספינות, כך שלבסוף כולם יוכלו לקרוא את כל הספרים."



יעל עצמה משרתת באזור המרכז, אבל באופן מקרי ביותר היא נקראה בדיוק ביום בו קיבלה את הספרים, לדיון בקצה השני של הארץ. "זה היה פשוט פלאי. לקחתי את החבילה אתי ועשיתי את כל הבסיסים באזור המרוחק ממני משמעותית, הגעתי לבסיס הקומנדו הימי, לבסיס ההדרכה של חיל הים, לספינות הטילים, ועוד. בכל מקום השארתי שני ספרים. הרגשתי כאילו שמשמיים קראו לי להגיע לאזור הזה. זה היה מדהים ומיוחד."

החסוי והבכיר בחיל הים אינו מאפשר לה להתראיין בשם מלא. "כבר שבע עשרה שנה שאני משרתת בחיל הים", היא מספרת, "בשנים האחרונות התקרבת ליהדות, וכשמעתי על המבצע שעושים דרך הידברות, שמאפשר חלוקה של ספרים תורניים, חשבתי לעצמי שזהו רעיון מצוי. אם רק אקבל חבילה של ספרים כאלו, אוכל להכניסה לבסיסים בחיל הים. מה שמעניין בבסיסים האלו זה שהחבר'ה שמשרתים בהם עושים את השירות על כלי שיט וצוללות. מה שאומר שכשהם יוצאים לים, הם מתנתקים מהעולם למשך שבועיים-שלושה ולפעמים אף יותר."

זוכרים את פרויקט חלוקת הספרים של הידברות שיצא לדרך לפני כשנה? במסגרת הפרויקט גויסו למעלה מ-500 אלף שקלים, במטרה להפיץ 20,000 ספרי יהדות מחזקים של הרב זמיר כהן, הרב פנגור, הרב שלום ארוש, ספרי ילדים וספרונים מחזקים, בספריות עירוניות, בתי חולים, בסיסי צה"ל, ועוד מקומות בהם הציבור ייתקל בהם 'מקרה', יקרא ויתחזק. אם גם אתם שאלתם את עצמכם להיכן הגיעו אותם ספרים, תרשו לנו לתת כדוגמה את סיפור המרגש של אחת מהשליחות הטובות שקיבלה את ארגזי הספרים והפיצה אותם במקום אליו לא היה שום סיכוי שיגיעו אליו בדרך אחרת - בבסיסי חיל הים.

באופן אישי מציינת יעל שהיא מרגישה זכות עצומה. "אני מרגישה כמו אחרי מבצע צבאי. בכלל, גם אני התחזקתי בזכות הפרויקט הזה. בכל פעם מחדש אני שואלת את עצמי מה יש לי לחפש בצבא, הרי אני אמה לילדים ומנסה להתחזק, מה יש לי עם העבודה הזו? כעת אני מרגישה שלא לחינם הגעתי לכאן, הייתה לי שליחות."

### תחושה של שליחות

יעל מציינת כי בהידברות שמחו מאוד לספק לה חבילות ספרים. "קיבלתי ארגזים מלאים

### על הספינה, ללא קשר עם העולם

"תקראו לי יעל", אומרת לנו האישה עמה אנו משוחחים. יעל אינו שמה האמיתי, אך בכל זאת היא מבקשת להופיע תחתיו, מאחר שתפקידה

מרן הרב עובדיה יוסף זצוק"ל

# מעדני מלך

אנשים שמחכים לו שיבוא, וכשמגיע אומר להם "תסלחו לי רבותי שרק אטעם משהו כדי שאוכל לטפל בהם", מבקש מהם סליחה, אומר "ארוחה הזו אחת לעשרים וארבע שעות", לא היה לו זמן אפילו לאכול. אחרי שהיה טועם משהו, היה מתחיל לטפל בהם.

הוא מספר כן לתלמידו ר' יוסף אבן עקנין, ואומר לו "חיידך שאיני גומר עם האנשים האלה עד שעה עשר אחת עשרה בלילה, ואח"כ הולך לשכוב פרקדן ואין לי כוח". אפילו היו לו כאבי גב ועוד, "טרחכם ומשאכם וריבכם". אחד לקח לשני את התור. אם בזמנינו עושים צעקות כשאחד לוקח לשני את התור, באותו הזמן מה היה, עוד יותר גרוע. כשיש חולה שצריך תרופה, היה כותב לו את הרצפט ושולח אותו לחדר השני. שם היה בנו ר' אברהם הרוקח, אומר לו תטחן כך וכך, מהעשבים האלה כך וכך גרמים, ותעשה מזה מרקחת שהאיש הזה יתרפא, והוא היה מכין.

לרכישת ספרי "מעדני המלך" המלוקט משיעורי הרב עובדיה יוסף זצוק"ל חייגו להידברות שופס [Shops.hidabroot.org](https://hidabroot.org) או 073-222-12-50

# גדולת הרמב"ם בחכמת הרפואה

מרן הרב עובדיה יוסף זצוק"ל מספר על רופא שלמד את מקצועו מספרי הרמב"ם

על ידי חקירות שנים עד שמצאו את הדברים האלה, איך הרמב"ם דבורו כאילו לא היה לו עיסוק אחר רק לראות את הנחש הזה מה התרכיב שלו, איך היה בקי כל כך בדברים האלה. ולא רק בארס של נחשים, היה רופא גדול של כל מיני דברים, וידע כל נחש זה התרכיב שלו, וגם היום מתנהגים על פי הספר הזה.

לפני ארבעים שנה היה ברחוב הנביאים פרופסור מונטנר ז"ל, הוא היה חכם גדול ובקי גדול בתרכיבים של נחשים, כל מי שהיה נשוך היו תכף ומיד מתייעצים איתו איזה תרכיב לתת לו, כי יש להיפך - אם יתנו תרכיב של נחש אחר יהיה המצב עוד יותר חמור ויותר גרוע, כל אחד יש לו תרכיב אחר.



זה היה גדולתם של הראשונים, השכל שלהם זך, שכל אדיר בחכמה ותבונה, שידעו ללמוד דבר מתוך דבר. מקודם היה בית מרקחת? מי עושה בית מרקחת? הוא בעצמו הרופא והוא בעצמו נותן את התרופות והכל. מאיפה היו קונים את התרופות? בנו ר' אברהם היה עוזר לו.

שאלו אותו מאיפה הבקיאיות שלך? הוא סיפר לנו שנפל לידו ספר כתב יד של הרמב"ם מלפני 800 שנה, וכל הספר כולו התרכיבים של כל נחש ארסי, והוא מצייר את כולם. לזה קורים שפיפון, לזה קוראים אותו כך וכך, לכל אחד כותב את שמו, "איש את שמו תכתוב על מטהו", ולמטה כתוב מה התרכיב שצריך להיות מורכב בכדי לבטל את הארס של הנחש הזה, וכל אחד יש לו תרכיב אחר. אומר, שלש מאות דפים, בכל דף יש צורה של נחש אחר, והוא למטה כותב איך לעשות את התרכיב כדי שיבטל את הארס של הנחש ההוא ולא ימות. כשהוא הראה את זה לרופאים השתוממו, הם

הוא בעצמו מספר שמוקדם בבוקר היה הולך למלך לרפאות את נשיו וילדיו, הוא רופא המשפחה של המלך, היה יוצא קודם עמוד השחר ורוכב על החמור, וכשחוזר סמוך לצהריים היה מתפלל שם, לא היה לו זמן אפילו להתפלל. ורואה שעל יד המרפאה שלו תור ארוך ענק של

סוף סוף אפשר ללמוד בסדנה וירטואלית  
מבלי לצאת מהבית

כל הסודות על  
הדיאטה הסופית  
והאחרונה בחיך

שיעור ראשון חינם! + מתנה לכל משתתף! [campus.hidabroot.org](https://campus.hidabroot.org)

סדנת בריאות שמחוללת שינויים  
רק אתם מול המחשב בבית | 10 שיעורים  
בהנחיית המומחה אליהו שירי

הסוד הגדול שעומד לשנות את חיך | להשתחרר מהכבלים וליצור את השינוי | כיצד להתנהג כדי להצליח | הכל על רפואה מונעת | הקשר שבנינו לבין העולם הפסיכוסומטי

סדנת אינטראקטיבית לצפייה ישירה זה נגיש. זה נח. זה עובד. [הקמפוס היהודי](https://www.kemfoss.org) סדנות אינטרנטיות משנות חיים



**3 נקודות  
למחשבה**



# השקית שמתמלאת אך אינה מתפוצצת

היכן טמון כל הצופן הגנטי של אדם שטרם נולד, איזו שקית מתמלאת ואינה מתפוצצת, ומה ניתן ללמוד מחרק המספריים?

**"שקית מים" מיוחדת**

אם אקח שקית ניילון ואמלא אותה במים, ולאחר מכן אמשיך להחזיר לשקית עוד ועוד מים – מה יקרה בסופו של דבר לשקית? השקית תתפוצץ, כי אין ביכולתה להכיל את כל המים מבלי להיקרע. אם נתבונן, נגלה שבגופנו יש "שקית" דומה של נוזלים, הנקרא "שלפוחית השתן", והיא מאחסנת את השתן המסונן מהדם בכליות. שימו לב לפלא האדיר שמתרחש בגופנו.

שלפוחית השתן, שנראית כמעין שק, מסוגלת להתרחב בעת הצטברות השתן, ואינה "נקרעת" לנו בגוף. כשהיא מתמלאת עד תומה, או כמעט עד תומה, נשלח באופן אוטומטי אות למוח, שאומר כביכול כך: "חביבי, אין לי עוד מקום פנוי פה, תדאג בבקשה שהבנאדם יתפנה וירוקן אותי". בצורה כזו, נמנע אסון בגופנו.

אך הפלא מתעצם שבעתיים. שימו לב: כל עוד אנו ערים, אנחנו מודעים לתחושת הדחף לרוקן את השלפוחית. אבל בזמן השינה, מה יקרה אז? האם נגזר עלינו למות? אלא, בשינה האות המבשר למוח על הצורך לרוקן את השק הוא חזק כל כך, שבכוחו אף להעיר אותנו משינה, ובהתאם לכך לגשת לשירותים ולהתפנות.

תחשבו – מה היה קורה לולא היה קיים בגופנו מנגנון שדואג לרוקן לנו את הגוף מנוזלים? מה היה קורה לולא היה מנגנון מופתי זה מופעל בעירות ובשינה? התשובה לכך ברורה. תודה לבורא העולם, "רופא כל בשר ומפליא לעשות" (מתוך ברכת "אשר יצר").

**עולם ומלואו**

מיליארדי מבוכי העין, אלפי סיבי האוזן, מיליוני תאי האוויר שבריאות, מיליוני קילומטרים של נימי דם זעירים, המורכבות של הכליות, הלב, הריאות והמוח – כל אלה צפונים בזרע האנושי, שניתן לראותו רק באמצעות המיקרוסקופ.

בתא הזרע הזעיר טמון כל הידע התורשתי הפיזיולוגי, כגון גובהו המשוער של האדם שייולד, צבע עיניו, צבע השיער וצורתו, גון עורו ומבנה גופו. אם כן, מי הוא זה "הנדס" את כל הצופן הגנטי של האדם בצורה כה מושלמת ומדוקדקת בתא זרע אחד זעיר? רק בעל תבונה עליונה, שהוא בעל יכולת בלתי מוגבלת, רק הוא יכול לברוא דבר כה מתוחכם.

**"חרק מספריים"**

"חרק מספריים", מכירים? (בעברית – "צבתן נקוד", אבל מי קורא לו כך?) יום אחד הבחנתי לפתע בג'וק שכזה על התקרה, לקחתי מטאטא וניסיתי להוריד אותו משם, ואז... בום! הג'וק נחת מגובה של כ-2 מטר על הרצפה המרוצפת. נראה היה שלוקח לו שנייה להתאושש. לפתע, עשה לי פרצוף "חכה חכה", ואז המשיך לדרוך כרגיל, כאילו לא "הזיזה" לו הנפילה... שאלתי את עצמי, איך זה יכול להיות שהוא אז? איך לא כואב לו? איך הוא לא מת? אין לו שבר, אין "זעזוע מוח", איך המשיך לו כרגיל? פלא אדיר, כחשובים על זה!

שימו לב: הג'וקים חסינים. אין להם עצמות פנימיות, במקום זאת צויידו במעטפת חיצונית, שלד חיצוני נוקשה המשמש להם שריון מגן. ככה הם שורדים. לולא היו בנויים כך, לא היו שורדים בטבע. כיצד גופם הזעיר של הג'וקים בנוי בצורה כה מופלאה ויכול להתמודד עם נפילות כה עוצמתיות? מי עיצב אותם בצורה כה מושלמת?

מעבר לפלא הזה, אנו יכולים ללמוד מכך שיעור חשוב לחיים. מהו? מתברר שלמרות גופו הקטן והשברירי, הג'וק הרבה יותר חסין וחזק מ"נזר הבריאה", האדם. שהרי אם אנחנו היינו נופלים מגובה שכזה, סופנו עלול היה להיות רע מאוד! עלינו ללמוד מכך ענווה וצניעות, ולהבין שבהיבטים מסוימים, חרקים כמו ג'וקים זכו למבנה שמגן עליהם, גם אם נתפסים הם בעינינו כנחותים ומאוסים.

# מומלצים בהידברות

**צופיה וערוץ הידברות**



הרב זמיר כהן - למה בחורי ישיבה לא מתגייסים לצבא?



מסע בין נשמות - דודו כהן בראיון פתוח ומרתק עם משה חיים



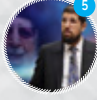
הרב אהרון לוי - האם אתה חי את האמת?



חדשות צופיה - מהדורה יומית בצופיה ובאתר הידברות



הרב אליהו עמר - הרב עובדיה יוסף



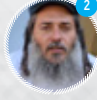
**אתר הידברות - האתר העולמי לקירוב**



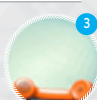
"יהדות היא לא בעיה, היא פתרון": איך סיון רהב מאיר עשתה תשובה?



רן ובר בסדנת כתיבה אינטרנטית בקמפוס היהודי



"כשחברתי התקשרה אליי כולה מתייפחת, הייתי בטוחה שארע אסון"



הבחור שנתן טסירה - הפך לראש כולל חשוב. לא תאמינו כיצד



דובי וינרוט: "אבא אמר לי לפני פטירתו: אתה תעמוד בזה"



לקבלת טרטונים ותכנים מרתקים, צרפו את 052-9551592 לאנשי הקשר, ושלחו את שמכם ועיר מגוריים



להצטרפות לניוולטר הידברות נכנסו - http://hidabroot.org.vp4.me/newsletter



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



**הידברות שלום, במה נוכל לעזור?**



- 03-6166614 ..... מכירות הידברות
- 03-6106061 ..... יעוץ למתחזקים בתחילת הדרך
- 073-2221310 ..... יועצים לשלום בית
- 02-6301516 ..... יעוץ לנשים בנושא טהרת המשפחה
- 073-2221290 ..... הזמנת חוגי בית / הפרשת חלה (בחינם)
- 052-9551591 ..... תמיכה וסיוע לנשים בהריון
- 052-9551591 ..... דיווח וסיוע במקרי התבוללות
- 073-2221240 ..... הזמנת הרב בציר לערב בביתכם (בחינם)
- 073-2221300/371 ..... סנדאות בית הידברות
- 073-2221250 ..... הידברות שופס (מכירות)
- 073-2221253/388 ..... מנוי להפצת עלון השבת



# צילדים

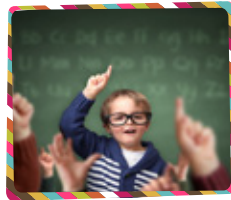
## בְּחִירוֹת ('א)

אליהו רוצה להיבחר לוועד הכיתה.  
מה הוא מוכן לעשות לשם כך?

להציג את מעמדו.  
מחדש לחדש הייתי מתכונן, משכנע את החברים, מדמין מה אעשה כאשר אהיה "ראש ועד" (על פחות מזה כלל לא חשבתי...), הרגשתי בלבי שאם אהיה פעם אחת ראש ועד, אעשה כאלה דברים טובים למען הכיתה, שכלם יבחרו בי באופן קבוע, כמו שבחרים את אבי כהן.  
אבי כהן לא צריך להתאמץ כמוני. הוא פשוט נבחר וזהו. האמת היא, שבכל פעם הוא אומר: "נמאס לי להיות בועד", ולא מגיש את מעמדו, ורק ברגע האחרון הוא מסכים ו"עושה טובה" לכלם. אסור לקנא, אבל לא אכחיש שכואב לי מדוע לי הולך כל כך קשה. הרי אני חולם ורוצה כל כך להיות בועד הכיתה, מתכנן כל כך הרבה תכנונים, ולא יוצא לי שום דבר. מדוע נבחר דוקא זה שהבחירה בכלל לא מעניינת אותו ולא גורמת לו כמעט שום הנאה? כמה אי צדק יש בעולם! לו ידעו חברי כמה אני רוצה להיות בועד, כמה הרצון הזה בוער בתוכי, אולי היו בוחרים בי.  
בשבוע הבא אספר לכם מה עשיתי לקראת הבחירות.

שנבחרו בכל פתק.  
בדרך כלל מתמקדת הבחירה בשלשה או ארבעה שמות מובילים, ושאר המעמדים זוכים לקול אחד או שניים.  
אני יכול לומר לכם, שזו ממש לא הרגשה נעימה לקבל קול אחד, כאשר החברים שלך מקבלים שניים-עשר ושלושה עשר קולות ולפעמים גם יותר. זה מביא אותך לכל מיני מחשבות, מדוע לא אוהבים אותך, וכל זה. אני לא סתם מספר את זה. אני הוא אחד הילדים שתמיד מקבל את הקול הבודד, לכל היותר שניים. נראה לי, שאף ילד אינו מנחש את התחושה הזאת, להביט על הלוח ולראות את כל ה"איקסים" ליד שמות האחרים, כאשר ליד השם שלך איקס בודד, שכאלו זועק ומכריז על בדידותך. אני תמיד מודה בלבי למחנך, שלאחר הכרזת התוצאות, הוא ממחר למחק את השמות והאיקסים. כנראה הוא מרגיש שבבילי את ההשפלה וממחר לטשטש אותה.  
למרות כל הכשלונות שלי, מעולם לא הפסקתי

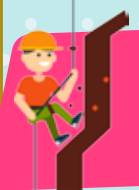
שמי אליהו.  
אני גר באשדוד ולומד בכיתה ה'.  
בכל ראש חודש נערכות בכיתה שלנו בחירות לוועד הכיתה.  
ועד הכיתה מרכב משלשת התלמידים שקבלו את מספר הקולות הגבוה ביותר מבין כל המעמדים. לתפקיד "ראש הועד" מתמנה מי שהגיע למקום הראשון.  
הבחירות אצלנו מתנהלות ככה: המחנך מודיע על הבחירות ושואל מי מגיש את מעמדו. המעמדים מצביעים (בדרך כלל הם מסתכלים מסביב לדעת מי עוד מגיש מעמדו), המחנך רושם את שמם על הלוח. בדרך כלל מגישים מעמדות בעשרה מתוך שלשים ילדי הכיתה. המחנך מחלק פתקי הצבעה ומורה לבחור שלשה מבין המעמדים.  
לאחר מכן מגיע שלב ספירת הקולות. המחנך אוסף את פתקי ההצבעה, ומתחיל לסמן "איקסים" על שמות המעמדים



### בדיחות לילדים



עבודת צוות היא חיונית.  
היא מאפשרת לכל אחד להאשים מישהו אחר.



איש אחד יצא לעשות סנפלינג מהר גבוה.  
מוטרד, הוא בחן את החבל ושאל את המדריך:  
"מחליפים את החבל הזה מידי פעם?"  
"בוודאי", ענה המדריך, "בכל פעם שהוא נקרע...!"

- הזמנתי ספה בצבע זית, למה קבלתי אותה בצבע שחור?  
- גברת, אף פעם לא ראית זיתים שחורים?



- אתה יודע מה עושים באינדונזיה כשיורד גשם?  
- לא, מה?  
- נותנים לו לרדת.

### מה בפרשה?

## על אם הדרך

יעקב שולח מלאכים אל עשיו כדי לספר לו על חזרתו לארץ. כאשר עוברים יעקב ובני משפחתו במעבר יבוק, נותר יעקב לבדו ושרו של עשיו נלחם בו ונוקע את ירכו. המלאך אומר ליעקב כי מהיום יקרא שמו "ישראל".  
שכם בן חמור לוקח אליו את דינה בת יעקב, ורוצה להינשא לה. שמעון ולוי אומרים לבני העיר שכם שעליהם לעבור ברית מילה כדי שיוכלו להינשא לבני יעקב, וביום השלישי למילתם - הורגים בהם ומחזירים את דינה.  
יעקב ובניו ממשכיכים לנסוע בדרכם. הם מגיעים לבית אל, ומשם נוסעים לאפרת. בדרכם, יולדת רחל את בנימין, אך מתקשה בלידתה ומתה. יעקב קובר אותה בבית לחם, על אם הדרך.  
הפרשה מסיימת בפטירתו של יצחק ובפירוט בניהם של יעקב ושל עשיו.



יש בהידברות משחקים שפשוט נותנים

השק להיות טוב ילדים!







הצטרפות למנוי החדשי או לרכישת מגוון מוצרי חבורת תרי"ג, היכנסו לאתר הידברות שופוס או חייגו: 073-222-12-50

המשך בשבוע הבא...

# כשתיקון החשמל מביא לאיסור

## האם מותר לתקן את התקלה, כשהדבר יביא להפעלת תנורים מלאים בבשר-בחלב?



החשמל שלו, ואינו רוצה כלל בבישוליו של הגוי, ולכן יש מקום לומר שהדבר אכן דומה למעשה נעילת בית, שגורם ללכידת הצבי בתוכו. אולם, כשהציע הרב זילברשטיין את הנידון לפני גיסו, מרן הגאון רבי חיים קניבסקי שליט"א, אמר הגר"ח, כי לא ניתן להקל בנידונו על פי המבואר בהלכות שבת, כי בשבת "מלאכת מחשבת" אסרה תורה, וכל שאינו מתכוון ואינו רוצה את תוצאת המלאכה, אין זה "מחשבת", אך מניין לנו להקל גם בהלכות בישול בשר בחלב, ולכן למעשה אין לתקן את החשמל כאשר התיקון יגרום בהכרח לבישול בשר וחלב!

באופן כזה שבהכרח גם תתבשל מחמת האש שמבעיר, עוד קדירה אחרת של נכרי, ויש בקדירה זו בשר בחלב, האם הדבר מותר? ודן הגרש"ז לומר: נראה שבאופן כזה, שהיהודי ודאי לא ניחא ליה כלל בתבשילו של הנכרי, דומה הדבר לאדם שנועל את דלת ביתו בשבת על מנת לשמור על חפציו, אלא שעל ידי נעילת הדלת ממילא ניצוד גם צבי שנמצא בתוך הבית, שהדבר מותר באופן כזה שלא ניחא ליה כלל בצידת הצבי; ושמא גם בנוגע להבערת האש תחת תבשילו כשלא ניחא לו כלל בבישול קדירת הנכרי כך יהיה הדין. והניח מרן זצ"ל את הנידון ב"צריך עיון".

ויתכן שנידון דנן קל יותר מנידון הגרש"ז, כי כשמבעיר אדם אש תחת קדירה כדי לבשלה, הוא מתעסק בבישול (וגם עושה מעשה בגוף הדבר - בקדירות עצמן), וממילא יש מקום לומר שאף שתבשילו של הגוי אינו מעניין את היהודי, מכל מקום הוא עושה מעשה מצרכי הבישול שגורם לבשר וחלב להתבשל, ולכן שם יש צד להחמיר; אך במקרה דנן, פעולת תיקון החשמל אינה מעשה אופייני של "בישול", אלא התעסקות בדבר אחר לגמרי, וכל כוונתו של היהודי הוא לתקן את

אֲרָצָה שְׂעִיר שְׂדֵה אָדוּם (בראשית ל"ב, ד'), הוא אדום, ותבשילו אדום... הוא אדום - 'ויצא הראשון אדמוני', תבשילו אדום - 'הלעיטני נא מן האדום האדום הזה' (בראשית רבה פרשת וישלח פרשה ע"ה).

יהודי שגר בצרפת העלה את השאלה הבאה: אני גר בשכונת לגוי המפעיל בביתו קיטרינג. בכל שעות היום הגוי עוסק בבישול, ובעבר סיפר לי שהוא "מקפיד" לערֵב בתוך תבשיליו חמאה כדי "לעדנם", כך שעל הכיריים החשמליים ותנוריו מתבשלים בשר בחלב.

ונה, ביום מן הימים אירעה תקלה רצענית בחשמל הבניין המשותף, וכשעמדתי לתקנה, הסתפקתי: הרי מונחים כעת בתנורים ומעל לכיריים החשמליות של הגוי, תבשילים המלאים בבשר בחלב, כך שברגע שאתקן את לוח החשמל המשותף, מיד אגרום לבישול בשר בחלב.

אך שמא אוכל לתקן את הלוח, כי תבשיליו אינם מעניינים אותי כלל, וכל כוונתי היא לתקן עבור עצמי?

מרן הגרש"ז אורבאך זצ"ל (מנחת שלמה ח"א סי' כ"ב): מסופקני במי שמבעיר אש תחת קדירתו, כדי לבשל את תבשילו, אלא שאי-אפשר לו כי אם

לרכישת ספרי "ופריו מתוק" של הרב ארז חזני  
חייגו להידברות שופוס 073-222-12-50  
Shops.hidabroot.org



**באוירה**  
**משפחתית**

**מסגרת של פלדה**

אל תחליטו עבור הילדים אם הם טובים או רעים. תנו להם להיות הם עצמם

מאותה תווית. נכון, זו תווית חיובית, אבל היא ממכרת, היא דבוקה בדבק חם ולוהט שלא יכול להיפרד.

משה מרגיש שאם פעם לא ישמע לקול אביו, הוא מפסיד את מקומו, הוא משליך את עצמו וישותו. משה לא רוצה להגיע לכך, לכן הוא מתאמץ תמיד תמיד, אבל תמיד, להיות זה שרץ ראשון וממהר לעשות מה שאבא אומר.

ילד שתמיד אומר "כן", ושעוזר באופן קיצוני, נמצא אף הוא בבעיה. אף הוא נמצא במצב של תחושה שאומרת: "אם לא הקטע של העזרה - אינך שווה, אינך שייך, אתה לא חלק מהמשפחה". תנו לילדים שלכם להיות מה שהם, בלי למסגר אותם במסגרת של פלדה. תנו לילדים שלכם להוכיח בעצמם מה הם שווים, בלי שתכתירו אותם בתואר שאותו אולי הם לא אוהבים, אבל מה לעשות שהוכתרו בו, והם כמו אסורים בבית אסורים. אל תדביקו לילד תווית. תנו לו לחיות כשיום אחד הוא עצלן מעט יותר וביום השני הוא חרוץ ביותר; יום אחד הוא הילד הטוב ובשני הוא שוגה; יום אחד הוא ילד מלא שמחת חיים, אבל הוא מרגיש שגם מותר לו להצטרע.

אהבתנו לילד, כהורים, אינה תלויה בדבר, אינה תלויה בהתנהגותו. זה מה שחובה עלינו להוכיח לו.

"הוא ילד של יום", הסבירה לי אחת האימהות בהרצאתי בנושא השכבת ילדים לישון. "הוא לא יודע מה זה לילה, תמיד תמצאי אותו ער", היא הוסיפה.

הילד של היום לא ילך לישון כל כך מהר. עד שיש לו שם משלו, עד שיש לו תפקיד מיוחד לו, עד שהצליח ללמוד את כולם שהוא שווה. שיש לו תואר מצוין שמזכה אותו בנקודות זכות תמידיות, עד שהצליח לבנות לעצמו את השם, חשבתם שישתנה? לא!

- "למה קראת רק ליצחק שיעזור לך בבניית הסוכה?"  
- "כי יעקב הוא עצלן!"

עכשיו מובן למה יעקב ממשיך ומתעצל, כשאבא מבקש שילך לקנות חלב. כי רק זה חסר לו, ללכת עכשיו לחנות, ולוותר על השם שלו: "יעקב העצלן!"

פשוט וקל מאד לננות בשם. למצוא את הילד העצלן, לגלות את המתלונן הראשי, לשפוך אור על הרשע. אבל כל זה איננו עוזר ואינו מועיל לאיש.



להפך. ברגע שאנו מכנים ילד בשם, הוא רק ילך ויצדיק את השם הזה. הוא ידאג שכולם ישמעו עליו, שאמא תספר עליו, שאבא ישנן את תארו, שגם השכנה מימין תשמע ושגם זו שמשמאל תדע.

הוא מרגיש שייך למקום רק בזכות שם התואר הזה. רק על ידי זה שהוא שונה - שהוא טרדן, עצלן, עקשן, צרוחן, רק בזכות כל זאת הוא קיים. אם תיקחו ממנו את התואר הזה - אין לו כלל תקומה.

אבל גם עם התואר הנ"ל הוא אינו חי כהלכה. הוא חי בצל, מצדיק כל העת את קיומו, משתדל שלא להכחיד, ואוחז בו בכל כוחו. כך קשה ללמוד, כך קשה להתקדם, כך קשה להירתם לתפקידים וללימודים.

מכירים את זה שאומרים על משה בקביעות: "משה הוא ילד נהדר, תמיד כשאני מבקש משהו הוא עוזר, נכון, משה?". ומשה לא יכול להפטר

**חכמת נשים**

הרבנית חגית שירה

**שרו של עשיו**

אל תקראו לו בשם, כי הוא הולך להתחלף לגרוע יותר. הוא הולך להיאבק אתנו עד שיעלה אבק

ישראל. את יכולה לנצח כל מלחמה וכל מאבק - את בת ישראל!

שרו של עשיו נעלם כשעלה השחר והשמש זרחה. הוא יכול באמת להעלם בשנייה, זה הכל עניין של החלטה: כמה אור אמיתי את מכניסה לחיים שלך.

התחילי בחשבון נפש פשוט. את חייבת לשבת עם עצמך ולבדוק מה הוא גנב ממך היום, ה"שרו של עשיו" הזה? אלו רגעים הוא גנב לך עם הילדים, עם עצמך? בקניויות, כשפגשת אנשים נחמדים בדרך והיית עסוקה אתו. כשבעלך בדיוק נכנס ובקושי הרמת אליו את העיניים. כמה הוא רטט וצפצף והקפיץ לך את הלב כשהוא זזם או צייץ... שימי אותו בצד. תשתחררי ממנו, זה אפשרי. הכניסי אור אמיתי לחייך. לא אור מדומה וצבעים ממחוזות רחוקים. אור קרוב. אור שלך. אור של ביחד, של זמן רגוע ואהבה נקיה עם הקרובים לך. טעמי וראי כי טוב השם, בת ישראל! הדליקי אור, והוא יעלם.

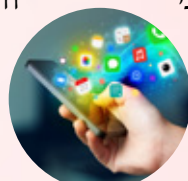
ניתן להזמין את הרבנית חגית שירה לחוגי בית בכל רחבי הארץ, ללא תשלום 073-2221290

"ויוותר יעקב לבדו ויאבק איש עמו עד עלות השחר" - מי היה האישי? "הגידה נא שמך", שואל יעקב, "ויאמר למה זה תשאל לשמי...".

"ויאמר למה זה תשאל לשמי...". הנה מכתב למשפחה שהמכשיר החכם השתלט על ביתה.

אין לו שם, לשרו של עשיו. אין. כי הוא משתנה כל הזמן. הכוח הרע הזה שנאבק בעם ישראל משתנה כל הזמן. אלפי שנים, ובכל פעם הוא מופיע בשם אחר. הוא מנסה להפיל את כל הדור, וכל הזמן הוא משתכלל יותר ונעשה קטן יותר והרסני יותר, ומכניס אותך למאבק צמוד ואת מוצאת את עצמך לבד מולו: "ויוותר יעקב לבדו...".

היום, את כל כך לבד אתו. את קמה אתו בבוקר והולכת לישון אתו בלילה, הוא צמוד אלייך כשאת אוכלת, והולכת, ועובדת, ומבשלת... וגם ברגעים



הכי יקרים בחיים הוא צמוד וקרוב והורס כל חלקה טובה. בכל מקום את יכולה להטעין אותו כדי שחם ושלום הוא לא יכבה, ואז... מה תעשי בלעדיו?

מי הוא האישי? טלפון קטן וחכם, מלא באפליקציות וצבעים. נדמה לך שאת מחוברת דרכו למישהו, אבל זה לא נכון... את לבד!

הילדים גדלים מחוברים אליו, והם כל כך לבד. אפילו אנחנו, בתוך הזוגיות שלנו, ברגעים הכי יפים, יכולים להיות לבד. אל תקראו לו בשם, כי הוא הולך להתחלף לגרוע יותר. הוא הולך להיאבק אתנו עד שיעלה אבק ויסתיר לנו את האור של החיים היפים והאמתיים.

הוא הרסני, ה"שרו של עשיו" הזה. איך נוכל לו? "כי שרית עם אלוקים ועם אנשים ותוכל...". לך יש יתרון עליו, כי לך יש שם. המאבק הזה וכל המאבקים בחיים מחייבים אותך לאמץ את השם

אוכלים מסודר ובריא ועדיין **כל היום? רעבים?**



**בסדנה ביתית קצרה, תגלי שכל הפתרונות, לרבות אלה המקנים תחושת שובע לאורך שעות - נמצאים אצלך במטבח.**  
קחי יוזמה, הזמיני חברות, והידברות תגיע לביתך או לכל מקום שתבחרי עם מיטב הנטורופתיות

**בסדנא אחת תקבלי את כל הסודות לבריאות גוף ונפש!**  
הרבנית רחל בצרי • הרבנית שושנה גבאי  
הרבנית זוהרה שרביט • גברת רות ליאת אורפלץ

**לתיאום המועד הנח לך: 073-22-1290**

ללא עלות  
סדנא ביתית ייחודית



**בריאות טובה**



**ויטמינים**

ויטמינים הפכו כיום לנושא מדובר מאוד בין האנשים שדואגים לבריאותם ולבריאות הסובבים אותם. עקב חשיבותם של הוויטמינים, נוצרו אי הבנות רבות ואמונות בלתי מבוססות באשר לאופן פעולתם. רבים חושבים שהוויטמינים הם מין תרופת פלא, תמצית ה"טוב" של המזון. אחרים סבורים כי הוויטמינים מסוגלים לרפא כל דבר, ולכן חשוב לקבל מידע כללי על הוויטמינים, על תכונותיהם השונות ועל השימוש הנכון בהם. הוויטמינים הם מולקולות אורגניות הנמצאות ברקמות חיות, והכרחיות לתהליכים של חילוף חומרים בגוף. תפקידם הוא לזרז ולאפשר את קיום התהליכים הביוכימיים המתרחשים בגוף. הוויטמינים אינם מהווים תוספת קלורית ואינם משנים את מבנה הגוף, אבל בלעדיהם אין אספקת אנרגיה לגוף, ותהליך הבניה וההתחדשות לא מתקיים כהלכה. הוויטמינים השונים מתחלקים לוויטמינים המסיסים במים - ויטמיני B ו-C, ולוויטמינים המסיסים בשמן - ויטמיני A, E, D ו-K. שספיגתם בגוף שונה. בעוד שהוויטמינים המסיסים במים נספגים ישירות לדם, הוויטמינים המסיסים בשמן אינם יכולים להיספג ישירות לדם, ולכן הם נספגים קודם כל בבלוטות הלימפה ולאחר מכן נכנסים לדם ע"י חלבונים הנושאים אותם. כאשר הוויטמינים נספגו והובלו לתאי הגוף, עודפי הוויטמינים המסיסים בשמן הנמצאים בדם מורחקים ומבודדים במאגרי שומן שונים. לעומת זאת, כאשר יש עודף של ויטמינים המסיסים במים בתוך הדם, הם יוצאים החוצה מן הגוף על ידי הכליות, ולכן אין סכנה של רעילות יתר. המהפכה התעשייתית שהתרחשה לפני עשרות שנים הביאה איתה דפוס של אורח חיים מודרני, אנשים כיום מרבים לאכול מזון מעובד, נטול וויטמינים, מינרלים ורכיבים תזונתיים חיוניים אחרים. מזון זה מועשר בצבעי מאכל, חומרי שימור, משפרי טעם ועוד, הפוגעים בבריאותנו. כל זה הביא להשלכות בריאותיות מסוכנות. עדויות מדעיות רבות מוכיחות כי לוויטמינים ערך בריאותי רב בטיפול ובמינוע של מחלות, וכן בחיזוק מערכות הגוף השונות.

**פורום קומחיות**

**הדיאטה הנכונה בגיל ההתבגרות**

איך אדע שהתפריט של בנותיי מאוזן, מדוע הילד לא אוכל בגן, ומה הקשר בין דיסלקציה לשגיאות כתיב?

של עצמם או משחקים באוכל במקום לאכול אותו, גם הוא ינהג כמותם. בקשו מהגננת לבדוק מה קורה ביחס הילדים לאוכל, מדוע הוא אינו אוכל, מה הוא רואה סביבו בשעת האוכל. בטוחני שהתשובה נמצאת, פשוט מאוד, שם. מובן שברגע שיתגלה שכך הדבר, הגננת תהיה חייבת לטפל בעניין, ולא אתם בבית. ילד בן 4 חייב חברה סטרילית סביבו, חברה שעושה מה שצריך לעשות לפי כללי הבית, אחרת לא פלא שהוא בעצמו מפר את הכללים. (מנוחה פוקס, סופרת ומומחית תהליכי חינוך) \* \* \*

**בנו בן ה-9 מאובחן בדיסלקציה, וכתבתו לא קריאה כלל. הוא משמיט ומחליף אותיות ושגיאות הכתיב שלו חמורות. האם יש קשר בין הלקויות?**

דיסלקציה היא לקות למידה די נפוצה, המאופיינת באופן כללי בקושי משמעותי ברכישה של מיומנות הקריאה, מה שמתבטא בעיקר באיטיות, בקושי בקריאה מדויקת ובפערים ניכרים מבני הגיל. היות שהקריאה היא בסיס כמעט לכל הפעילויות הלימודיות, היא משפיעה על כל תחומי הלימוד, ובעיקר על יכולת הכתיבה. אמנם נראה שמדובר בשתי מיומנויות נפרדות, אך הן קשורות ביניהן. אין בעיה לדעת לקרוא ולא לדעת לכתוב. הכתיבה לכשעצמה דורשת מיומנות גרפ-מוטורית של ידע ויכולת יצירת צורות האותיות, אך מלבד היכולת והידע הצירוי, צריך להכיר את הצליל שהאותיות יוצרות, ולכן בלתי אפשרי לדעת לכתוב בלי לדעת לקרוא. מכאן הקשר בין דיסלקציה לכתיבה.

ילד המתקשה לרכוש מיומנות קריאה אולי יצליח לשרטט את סמלי האותיות, אך יתקשה לחברן למילים ולמשפטים, ויתקשה בקריאתו. בקרב המאובחנים בדיסלקציה קיים בד"כ קושי בולט של שגיאות כתיב קשות, גם בגיל מאוחר. כשילד בתפקוד תקין נדרש לכתוב מילה, המח פועל על סמך תבנית המילה שנקלטה אצלו בעבר, כתוצאה מחשיפה חוזרת, ומזהה את כתיבתה התקינה באופן אוטומטי. אולם בדיסלקציה, המח לא מטביע רושם בחשיפה למילים. הילד אמור לנחש כל פעם מחדש כיצד לאיית את המילה, ולא תמיד זה מצליח. (קרן אהרון, מאבחנת דידיקטית, מרצה בחינוך מיוחד ובפסיכולוגיה התפתחותית)

**אני אמא לתאומות בנות 15, ובשבוע האחרון שתיהן החליטו להתחיל בדיאטה. איך אדע שהתפריט שלהן מאוזן?**

גיל ההתבגרות הוא תקופה שבה עוברים על הגוף והנפש שינויים רבים. במקביל לשינויים הורמונאליים, קיימת האצה ניכרת בצמיחה לגובה, וכן חל שינוי במבנה הגוף והרכבו. לכן, גם אם רוצים לרזות - חשוב שהתוכנית תהיה מאוזנת, כזו שנכתבה על ידי איש מקצוע אשר מומחה בעניין. התוכנית חייבת להכיל את כל אבות המזון וכל הנדרש לגיל שלהן. הגוף עלול לעצור את הגדילה לגובה כאשר ישנו מחסור בקלוריות ובחלבון. לכן יש להימנע מדיאטות הרזייה כל עוד צומחים לגובה, ורק לנקוט בתפריט המכוון לתזונה נכונה ומכיל את כל הנדרש.



הדבר החשוב ביותר והנכון ביותר בגיל זה הוא מעבר לתזונה נכונה ורכישת הרגלים נכונים. יחד עם זאת המשקל יתאזן, אך לא באופן קיצוני, ומבלי לפגוע בתהליכי הגדילה. כללי האכילה הנכונה בסיכום לגיל ההתבגרות יכללו 5 ארוחות ביום; להימנע מדילוג על ארוחות; הקפדה על ארוחה אחת בבית הספר; לשלב ירקות ופירות בארוחות; ולהקפיד על ארוחת בוקר שהנה מומלצת ולא כדאי לוותר עליה. היא מסייעת בהעלאת רמות הריכוז במשך היום ומפחיתה את הרעב בשעות מאוחרות יותר. (ד"ר סיגל תמיר, ד"ר לתזונה ומדעי ההתנהגות) \* \* \*

**בני בן ה-4 מחזיר תמיד את האוכל שלו מהגן עם ביס אחד או שניים. אני תמיד שולחת את האוכל שהוא אוהב, ושבתוח שהיה אוכל בבית. כשהוא חוזר הביתה - הוא פותח את התיק ורוצה לאכול את האוכל הזה. בד"כ גם בבוקר הוא לא מעוניין לאכול משהו, כשבגן הם אוכלים בערך בעשר. פעם אחת הוא אמר לי מה הסיבה - "כל הילדים מחזירים אוכל". אשמח לעצות.**

בן ה-4 מחזיר את האוכל הביתה, על אף שאוהב לאכול אותו ואפילו אוכל אותו בבית. זה מוזר ולא קורה על פי רוב. הייתי חושבת שאולי אכל בבית לפני שיצא ואינו רעב בגן, אבל כיוון שגם בבית הוא לא אוכל, אני מציעה לערוך בירור בגן, מה בדיוק אוכלים שם הילדים האחרים. מה הוא רואה מול עיניו ומה גורם לו שלא לאכול. ילד בן 4 מחקה את החברים, לכן אם החברים היושבים לידו עושים צחוק מהאוכל שלו, טוענים שהם לא רעבים, אומרים מילים לא יפות על האוכל



# הרגע שכולם חיכו לו

צופיה הינה מערכת מתקדמת, המביאה לביתר אפיקים של תוכן עשיר לכל גיל. שיעורי תורה, תכניות ילדים, ערוץ טבע, שידורים חיים, מהדורת חדשות יומית מותאמת, הופעות מחיקה, ועוד עשרות אלפי שעות צפייה מותאמות ויחודיות. מחליפים מסך במסך והבית מתמלא בתוכן ערכי, עשיר, חינוכי, ומגוון.

6 ערוצים ואתר תוכן מבוקר ואתר יומי

- ערוץ 97 ערוץ ישר של ערוץ הידברות המוכר והאהוב
- ערוץ צופיה שידורים ישירים ממגוון הראות והתכנים למנויי צופיה בלבד
- ערוץ מחיקה תוכניות מחיקה קליפים, מיטב ההופעות והיות התוכניות ביות, ומחיקה משוכות לבידורכם
- ערוץ הסרטים סרטים מותאמים באכות גבוהה לבני נוער ולמשפחה
- ערוץ הילדים מאות תכניות חינוכיות לילדים, צור משלנו, חדשות בוקר, סו וילא סיפורי אי, עם, התחנה שלנו, ועוד...
- ערוץ הקטנטנים חוותי צפיה לגיל הרוך בתכנים ומסרים טובים וערכיים

V.O.D

תוכן עשיר ומגוון עם עשרות אלפי שעות צפיה. מגוון ענף של תכניות ילדים לבחירה, שידור אינטראקטיבי, ערוץ שיש מיוחד (מקום בקוד), ערוץ בית מדרש, תכניות לכל המשפחה ועוד



ערוץ טכני  
בשימוש  
אוגורפיק  
נשינוכל  
חדשות  
יומית

ערוץ מיוחד  
לנושאים  
ספירלינג-קאזינג  
הרבנית ימימה  
מרחי ועוד

## הצטרפו לאלפי בתים שחוו את הרגע הזה

כך ביתך מוגן ובטוח ומשפחתך לא תחשף לתכנים מזיקים. התקשרו לקבלת צופיה עם שליח עד לפתח ביתכם  
**073-3333333**



התכנים הינם בלעדיים וחמימים למנויי צופיה בלבד  
**המנוי מותנה באישור ועדה רוחנית**



גובה: 19 ס"מ  
רוחב: 36 ס"מ



גובה: 16 ס"מ  
רוחב: 32 ס"מ



גובה: 29 ס"מ  
רוחב: 36 ס"מ

### הידברות מאירה לכם את הבית עם חנוכיות מרהיבות במיוחד



תנוכיה זו מיועדת להדלקה עם נרות שעווה בלבד

גובה: 30 ס"מ  
רוחב: 20 ס"מ



הקנים של החנוכיה מתאפכים ומתאימים להדלקה גם בשבת

גובה: 33 ס"מ  
רוחב: 37 ס"מ  
עומק: 13 ס"מ

### מרתנה

בכל רכישת חנוכיה!!!  
חנוכיות ילדים מצוידות (עד גובה הבילוי)



מבצע מיוחד  
ברכישת חנוכיה תוכלו לרכוש ערכת שמן זית מוצק כשר למהדרין במחיר מיוחד...

ערכת שלחבת

החנוכיות מגיעות עם כוסיות זכוכית להדלקה יציבה ובטוחה

**שליח עד הבית!**

להזמנת חייגו עכשיו: **073-222-12-50**

**Shops.hidabroot.org**

אל תהכו לרגע האחרון

# שבת ראש חודש שכולה ניסים

נר שיש עם הידברות בבית הכנסת שלך!  
בעוד שבועיים זה קורה!

## לקראת שבת ראש חודש ונר שיש בחנוכה מזמינים את אחד מרבני הידברות לבית הכנסת ובעייה זוכים לניסים בזכות זינוי הרבים

הרכלות ארתקאות • אונג שבת  
שיאור אווהז אונגים  
גיבול הקהילה • יאזל והכאונג



הרב רפאל אוחין • הרב שי עמר • הרב מרדכי חזיזה • הרב מרדכי ארם צובה • הרב ניסים אזווי • הרב מרדכי לוי • הרב ראובן זכאים

הזמינו שבת בקהילה והודיעו לכולם

**ללא עלות**

**073-222-1361**

בנוסף יינתן לבית הכנסת 50 ספרים מתנת הידברות

