

16 עמודים מלאים בתוכן עשיר ומחזק!

עלון "עונג שבת" מופץ מדי שבוע ב-192,700 עותקים ברחבי הארץ

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

# היזברות

## עונג שבת

פרשת משפטים | גליון 387 | כ"ו בשבט תשע"ט

להגבות: oneg.shabat@htv.co.il

073-2221388 - הפצת העלון

www.hidabroot.org

העלון מוקדש לע"נ פונגדה בן טורי  
לע"נ אפרים בן כתון | לע"נ יהודית הררי בת  
זהירה חוד | לע"נ רבקה עדנה עזת בת גוהר רחל  
לברכה והצלחה בכל מגן בת סולימה סדרה

להקדשת העלון חייגו: 073-2221388

### זמן כניסת ויציאת שבת

מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת
18:30	17:51	16:37
18:27	17:53	16:53
18:27	17:51	16:44
18:31	17:53	16:56

2 דניאל בלס היקום בראש סיכה

4 הרב כוונס כל הזמן הרב אפרים אורשלימי

5 שאלות מקו ההלכה קו ההלכה

6 ברגע הנכון חיים ולדד

8 שהתערורו מתרדמת שירה כהן

9 הדבר הבא במוזיקה אבנר שאקי

14 לא נלחמים, מצטרפים! מנוחה פוסק

## סוד הצדק העליון

האם יש מענה הולם לתמיהות האנושיות אודות דרכי ההנהגה העליונה?

### הרב זמיר כהן



(שם), והוא מסובב מהלכים עלילתיים, בהם מהלך שנראה סתמי ומקרי נועד להוביל למהלך אחר שלכאורה אינו קשור לקודמו כלל, עד שרצונו יתברך מתבצע. ככתוב: "גְדַל הַעֲצָה וְרַב הָעֲלִילָה, אֲשֶׁר עֵינֶיךָ פְּקוּחוֹת עַל כָּל דְּרָכֵי בְנֵי אָדָם, לַתָּת לְאִישׁ כְּדַרְכּוֹ וְכַפְרֵי מַעֲלָיו" (ירמיהו לב, ט). וכך, אדם שפגע בחברו בטעות וללא שום אשמה, ובכל זאת נשפט ומרצה את עונשו, אל יתמרמר - מדוע זימן לי ה' מקרה זה, ומדוע אני נענש על לא עוול בכפי, אלא יאמר הכל משמים לפי חשבונות קודמים והכל לטובה.

לחיזוק הדבר נוסף פרט נכבד שגילו לנו חכמי תורת הקבלה. שהנה, גם לאחר לימוד דברי התלמוד המובאים לעיל, עלול העומד מן הצד להתרעם ולומר: "אני מכיר היטב את כל ההיסטוריה של הנהרג מאז לידתו ועד מותו, הוא מימיו לא הרג אדם, גם לא בשגגה, אז למה הוא מת?".

אולם, מלבד שכאמור יכולות להיות סיבות רבות נוספות לסבלו של אדם צדיק (ראה בביאורנו "נזר חכמה" על ספר קהלת, הערה קט), הלא החיים שמהלידה ועד המוות אינם מהווים את כל חייו של אותו אדם בעולם הזה, אלא מהווים קטע אחד מתוך "סרט" ארוך, כביכול, של חיי אותו אדם בגלגולים קודמים, כמבואר בזהרה הקדוש (פרשת משפטים יג) ובספר "שער הגלגולים" להארי" ז"ל. ומי מכיר ויודע את מאורעות חיי אותו אדם, הצלחותיו וכישלונותיו בניסיונות שונים בכל גלגוליו הקודמים, מלבד בורא האדם?

גדולתו של האדם נמדדת בכך שגם כאשר אין הוא יודע את התשובה לכל מהלך אלוקי בעולם, סמוך ובטוח הוא כי הדבר נעשה בצדק, ורק טוב וחסד אלוקי מסתתר בו - גם אם לעיני חומר של בני אדם נראה המעשה קשה ומר. אדם זה הנו איש אמת ובעל ענווה. הוא מכיר בעובדה ששכלו והשגתו וראייתו קטנים ומצטמצמים ביחס לחכמה ולראייה האלוקית, ומתוך כך גם זוכה לשמחת חיים תמידית. שהרי גם כאשר חושך שורר סביבו, רואה הוא תמיד אור. שבת שלום.

עמים עומד האדם תמה מול דרכי ההנהגה העליונה, ואינו מבין כיצד יתכן שישנם מהלכים בעולם הנראים כחסרי צדק, כגון אדם טוב שסובל או אפילו עוזב את העולם בניסיונות טרגיות.

אך הנה נתבונן בפסוקים הבאים: "מִכָּה אִישׁ נָמַת, מוֹת יוֹמַת. וְאֲשֶׁר לֹא צָדָה, וְהָאֱלֹקִים אָנָּה לִידּוֹ, וְשִׁמְתִי לָךְ מְקוֹם אֲשֶׁר יִנָּס שְׁמֶךָ".

ההוראה הראשונה מובנת לכל, שהיא שופך דם בזדון, דמו ישפך, מידה כנגד מידה. אך ההמשך מעורר תמיהה: "וְאֲשֶׁר לֹא צָדָה (לא תכנון להרוג), וְהָאֱלֹקִים אָנָּה לִידּוֹ", האם יתכן שהאלקים זימן לאדם ויגרם לו להרוג את חברו?

אולם רבותינו ז"ל בתלמוד (מכות י"ב) גילו לנו את סוד הדבר. הנה לשונם: "במה הכתוב מדבר? בשני בני אדם שהרגו את הנפש, אחד הרג בשוגג ואחד הרג במזיד, לזה אין עדים ולזה אין עדים. הקדוש ברוך הוא מזמין לפונדק אחד, זה שהרג במזיד יושב תחת הסולם, וזה שהרג בשוגג יורד בסולם, ונפל עליו והרגו. זה שהרג במזיד נהרג, וזה שהרג בשוגג גולה".

כלומר, כל תמיהותנו אודות דרכי ההנהגה העליונה נובעות רק מאי ראייתנו את התמונה כולה. הנה, נתאר לעצמנו מצב בו אנו עדים לסוף הסיפור. רואים אדם יורד מסולם נופל על חברו בשוגג והורגו, ומיד מתפלאים: מדוע הקב"ה לא שמר על שניהם? על זה שלא ימעד ויפול, ועל זה שלא ייהרג! ובאמת הוא יתברך "אֵל אֱמוּנָה וְאִין עֹלָם, צְדִיק וְיֹשֵׁר הוּא" (דברים לב, ד). הכל התחיל במעשה שקדם למעשה זה הנראה לעינינו, ומאז כל אדם מובל על ידי ההנהגה העליונה לקבל את המגיע לו.

דוגמא זו מייצגת סיבות נוספות רבות שאין אנו מודעים להן, לכל קושי וסבל המתרחש בעולם, ומלמדת להתייחס בכובד ראש ובענווה כלפי הבורא יתברך ש"כָּל דְּרָכָיו מְשֻׁפָּט"

### שאל את הרב

הרב אברהם יוסף



אחד מבני משפחתי הרחוקים נסע בשבת לצערי, הגיע אלי ונתן לי מתנה. האם מותר לי להשתמש בה?  
כל דבר שהסיעו אותו בשבת, ובגופו לא נעשתה מלאכה האסורה בשבת - מותר ליהנות ממנו בשבת, בין אם דברי מאכל

ובין אם בבגד או בספר. אולם זה מעיקר הדין. אבל לעיני הנותן, ראוי להראות חוסר שביעות רצון מחילול השבת, ולא להשתמש במתנה בשבת, כדי שלא ידמה בשכלו שזה עניין קל.  
האם צריך לקבוע מזווה במרפסת שירות, שיש בה מכונית כביסה וכדומה?

מזווה קובעים בכל מקום שמשתמשים בו בכבוד. לכן שירותים ואמבטיה אין בהם מזווה. מרפסת שמשרתת אותנו לכביסה בלבד, והכניסה אליה מכובדת, ויש בה ארבע אמות על ארבע אמות, קובעים בה מזווה. אם המרפסת פתוחה - לא מברכים על המזווה, ואם המרפסת סגורה - מברכים.

שבת מיוחדת של נפש ומרגע, שלא כדאי לכם להחמיץ!

## עונג שבת

הרצאות מרתקות בנושא **חינוך ילדים וזוגיות**

הרב זמיר כהן | ר' שמעון פרי

שבת פרשת כי תשא | 23-22.2.2019 | י"ח אדר א' | 073-222-1270

הבטיחו מקומכם איתנו!

במלון היוקרתי 'קיבוץ לביא'

נפך גלילי יפיפה

חדרים מפוארים

ארוחת גורמה

בריכה מחוממת ומקורה

שבת פרשת כי תשא | 23-22.2.2019 | י"ח אדר א' | 073-222-1270

# היהודי החושב

# כל היקום כולו - בראש סיכה

מה היה לפני היקום? קראו על הוכחה מדהימה למציאותו של אלוקים

סביב הגרעין! אילו כל החלקיקים ביקום היו חדלים מתנועתם אפילו לרגע, היו יכולים להתכווץ שוב בראש סיכה.

לגבי שאלתך השנייה - המדע הוכיח שהיקום כולו הופיע בנקודת זמן מסוימת ולא היה קיים תמיד, פירוש הדבר שלפני היקום לא היה חומר מרחב או זמן, או בשפה פשוטה: לא-כלום. לא היה צבע או העדר של צבע, למעשה, לא היה אפילו מקום להכניס בו סיכה. היקום לא היה, ולכן גם חלל לא היה בו. הרעיון הזה לא נתפס בדמיון, כי הדמיון בנוי על ציורים מוחשיים של חמשת החושים, וכיצד ניתן לדמיון מושג שאי אפשר לראות או לשמוע או למשש? אך בדרך משל, נסי לחשוב על המושג שנקרא "ואקום". כששקית מנופחת באוויר, יש בתוכה תרכובת גזים, אך כשמוציאים ממנה את כל האוויר, חלקיה מיד נצמדים זה לזה, מה שנוצר בנייהם מכונה "ואקום" - העדר של חלל. המשך בעמוד 7 <<

לפסוק הראשון בבראשית, וביאר שהקב"ה יצר את העולם מ"חומר היולי" בראשיתו. המדע מכנה כיום מכנה חומר בראשיתי מרוכז זה בשם "הנקודה הסינגולרית". את שואלת, כיצד הדבר ייתכן?

ההסבר לכך טמון בעובדה שכל החומרים המוצקים למראה בנויים למעשה מחלקיקים זעירים מאוד, הנעים במהירות אדירה. תנועה זו היא שיוצרת את האשליה של נפח, גודל וצורה. ניתן להמשיל זאת למאוורר שבנוי משלוש צלעות דקות, אך כשהוא מסתובב, כל שטח בו ניגע ירגיש "מוצק" למגע. האטום מורכב מגרעין עשוי פרוטונים ונויטרונים, ואלקטרונים שחגים סביבו במהירות. הגרעין כל כך קטן באטום, עד שניתן להמשילו לנמלה בתוך מגרש כדורגל. כל מה שיוצר את ה"מגרש" הוא התנועה המהירה של האלקטרונים

לאה שואלת: "שלום, קראתי במאמר קודם, שאלוקים ברא את כל היקום מחומר ראשון, והכול היה קטן יותר מראש סיכה. אני לא מצליחה להבין איך הדבר הזה אפשרי, איך ייתכן שכוכב יוכל להתכווץ בראש סיכה? ועוד כל היקום כולו? זה בלתי נתפס בשכל. ואם כבר מדברים על דברים שלא נתפסים בשכל, אני גם לא מבינה מה היה לפני היקום, מה זה אומר: לא היה כלום? האם היה חלל ריק וחשוך? תודה".

שלום לאה, ותודה על שאלותיך. התשובה המדעית הקצרה היא שכן, וכך אכן היה! המדע גילה שכל הגלקסיות מתרחקות זו מזו, ופירוש הדבר, שבעבר היו כל הכוכבים והמסה ביקום מרוכזים בנקודה זעירה אחת, קטנה יותר מראש סיכה. הרמב"ן תיאר זאת לפני כ-800 שנה בפירושו



\*\*\*

# שבע עובדות

# 7 עובדות על האבן עזרא

רבי אברהם אבן עזרא נפטר בא' אדר א' תתקכ"ז. לרגל יום ההילולא שחל ביום רביעי השבוע, קבלו 7 עובדות שאולי לא ידעתם על דמותו הגדולה

בְּשֵׁר וְדָגִים / הַמֵּתְאָבְלִים  
בו אָחֹר וְנִסְוִים / כִּי יוֹם  
שְׁמֵחוֹת הוּא וְתִשְׁמְחֵנִי:  
מִחַל מְלָאָכָה בו סוֹפו  
לְהַכְרִית / עַל כֵּן אֶכְסֵב בו לְבִי כְבוֹרִית / וְאֶתְפַּלֵּלָה  
אֶל קַל עֲרֵבִית וְשִׁחְרִית / מוֹסֵף וְגַם מְנַחֵה הוּא  
יַעֲנֵנִי:  
7. ראב"ע חיבר עשרות ספרים: פירוש על חמש מגילות; מאזני לשון קודש; ספר דקדוק עברי; פירוש לספר איוב ולספר דניאל; תרגם מערבית את שלושת ספרי הדקדוק של ר' יהודה אבן חיוג; פירושו הקצר על התורה; פירוש על נביאים ראשונים (אבד); פירוש על ספר ישעיהו; ספר היסוד (אבד); "שפת יתר", ספר דקדוק בכתב יד; "ספר העיבור" על לוח השנה; "שפה ברורה"; דקדוק עברי; "ספר הלוחות" - לוחות אסטרונומיים; "ספר השם"; פירושו הארוך על התורה, ממנו נותרו קטעים מספר בראשית וספר שמות בשלמותו; פירוש על דניאל, תהלים, תרי עשר, פירוש שני על מגילת אסתר ופירוש שני על שיר השירים; "יסוד מספר"; ספר דקדוק העוסק בשמות המספר; "ספר המספר"; עוסק באריתמטיקה; "ספר האחד"; על המספרים 1-9. ספריו האסטרונומיים: ראשית חכמה, ספר הטעמים, משפטי המזלות, ספר המולדות, ספר המבחרים, ספר המאורות, ספר העולם, ספר מפתח שלמה, יסוד מורא ואגרת השבת.

5. משיריו הידועים: "אגדלך אלקי כל נשמה", "אש תוקד בקרבי", "כי אשמרה שבת", "לך קלי תשוקתי", "צמאה נפשי לאלוקים לקל חי", "אשורר שיר במלחמה ערוכה".  
6. הפיוט אותו חיבר "כי אשמרה שבת" הוא מפיוטי השבת הנפוצים והידועים ביותר, המושרים על ידי כל עדות ישראל, בשינויי נוסח קלים. שמו של המחבר חתום בראשי התיבות של הבתים. מילות הפיוט: כִּי אֶשְׁמְרָה שֶׁבֶת קַל יִשְׁמְרֵנִי. אות היא לְעוֹלָמִי עַד בְּיָנוּ וּבִינֵי. אֶסוּר מִצָּא חֶפֶץ עֲשׂוֹת דְּרָכִים / גַּם מְלֻדָּבַר בו דְּבָרֵי צְרָכִים / דְּבָרֵי סְחוּרָה אֶף דְּבָרֵי מְלָכִים / אֶהְיֶה בְּתוֹרַת קַל וְתַחֲכַמְנֵי:  
בו אֶמְצָא תְּמִיד נוֹפֵשׁ לְנַפְשִׁי / הִנֵּה לְדַר אֶרְשׁוּן נִתֵּן קְדוּשִׁי / מוֹפֵת בְּתַת לְחֵם מְשֻׁנָּה בְּשִׁטִּי / כֶּכָּה בְּכָל שִׁטִּי יִכְפִּיל מְזוּנֵי:  
נְשֵׁם בְּדַת הַקֵּל חוֹק אֶל סִגְנֵי / בו לְעֶרְוֶה לְחֵם פְּנִים בְּפָנָיו. / עַל כֵּן לְהַתְעַנּוֹת בו עַל פִּי נְבוּנֵי אֶסוּר / לְבַד מִיּוֹם כְּפֹר עֲוִי:  
הוא יום מְקַבֵּד הוּא יוֹם תְּעַנּוּגִים / לְחֵם וְיֵין טוֹב

1. ר' אברהם בן מאיר אבן עזרא (ראב"ע) נולד בשנת ד'תתנ"ב בטולדה שבספרד, בתקופת תור הזהב של יהדות ספרד. הוא היה פרשן המקרא, משורר, בלשן, רופא ופילוסוף, מהבולטים בהוגים היהודים בימי הביניים. עסק גם באסטרונומיה, מתמטיקה ואסטרונומיה. חיבר ספרים ופיוטים רבים.  
2. האבן עזרא הוא מגדולי מפרשי המקרא בכל הדורות, ופירושו מצטיינים בנטייה חזקה לפשט. פירושו מקוריים ומצטיינים בסגנונם הקצר והתמציתי, הקשה לעתים להבנה. האבן עזרא שם דגש חזק על פירוש לפי כללי הדקדוק.  
3. יש בידינו פירושים של אבן עזרא לספרים: תורה, חמש מגילות, ישעיהו, תרי עשר, תהלים, איוב ודניאל. האבן עזרא מזכיר את פירושו לנביאים ראשונים ומשלי, אך הם כנראה אבדו ברבות השנים ולא שרדו.  
4. רבי אברהם אבן עזרא הרבה לכתוב שירה והיה מהמשוררים הפוריים ביותר בתקופתו. יותר משלוש מאות משיריו שרדו.



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



# כיבוד אב ואם זרך מרכזי בצ'רניה

למעלה מ-1,000,000 צופים לא טועים  
המערכת הטכנולוגית החכמה, מביאה לביתך אפיקים של שידורים לכל הגילאים. תכניות ילדים שבכולן מסרים חינוכיים, ערוץ טבע, שידורים חיים, מהדורת חדשות מותאמת, הופעות מוזיקה, שיעורי תורה ועוד אלפי שעות צפייה מותאמת ייחודית.

מצטיינים בחוויה משפחתית



קטעי מודיעין  
מזרז בנג'ר

ערוצים לכל המשפחה  
5 ערוצים LIVE

התקשרו והמסך יותקן בביתכם: 073-333-3333  
דמי המנוי כוללים את כל חבילת הערוצים ניתן לבחור גם חבילת מהערוצים מלבד המנוי מותנה באישור העדה הרחוקת

מפתחות

לחיים

# לפוס צערא אגרא

מי זוכה לשכר גדול יותר - מי שמבין את הלימוד בקלות, או מי שמתייגע ולא מבין?

ישנם זמנים בהם ערכו של רגע עולה פלאים. וכמו שכתב המקובל הנודע הרב יוסף חיים בספרו "בן איש חי" (שנה ב', פרשת שמות), שדקה של לימוד תורה בשבת מקביל לאלף דקות ביום חול, ושעה מקבילה לאלף שעות. שכן השבת שייכת לממד רוחני גבוה והזמן זורם ביום זה באופן אחר.

גם שוויו של רגע של לימוד מתוך צער, כגון קשיי פרנסה, בעיות בריאות ושאר טרדות, מכפיל את מעלת ואת שכר הלימוד לפחות פי מאה. כמובא באבות דרבי נתן (פרק ג'): "אם למדת תורה בשעת העושר, אל תשב לך בשעת העוני. אם למדת תורה בשעת שביעה, אל תשב לך בשעת רעב. אם למדת תורה בשעת הרווח, אל תשב לך בשעת הדחק. לפי שטוב לו לאדם דבר אחד בצער ממאה ברווח".

### עמל ורוחניות

בעולם הגשמי, בעל מלאכה העמל לפרנסתו, אם הגיע לתוצאה מוגמרת - יקבל עליה את שכרו. אולם אם רק טרח ויגע, אפילו אם השקיע את כל כוחותיו, אך לא הגיע לתוצאה הנדרשת - איש לא ישלם לו על העמל.

אולם ברוחניות - שונים הם הכללים. אדם העמל בלימוד התורה או בכל מצוה אחרת, אינו מקבל את שכרו לפי התוצאה, אלא לפי העמל. למשל, אם טרח רבות כדי להגיע לשיעור תורה ולבסוף השיעור לא התקיים, או עמל להבין סוגיה בתלמוד ולבסוף לא הצליח להבינה, הוא יקבל את שכרו המלא! שכן בשמים "לפוס צערא אגרא" (אבות ה', כ"ג). וככל שהצער והטרחה שטרח, או הזמן שהשקיע, או המאמץ המחשבתי והקושי הסביבתי היו גדולים יותר, כך יקבל שכר רב אשר יגדל בהתאם.



בעיני החברה האנושית מי שיודע הרבה ללא מאמץ הוא הנערץ, ומי שהתאמץ ולא הצליח הוא המזלזל, אולם בשמים ההסתכלות הפוכה. שם לוקחים בחשבון את כל המאמצים שהשקיע זה האחרון והקשיים שהתגבר עליהם, ושכרו יהיה פי כמה וכמה ללא כל יחס לאותו אדם מבריק.

וכשהלימוד בחבורת לומדים, הרי שכר כל אחד מהלומדים מוכפל בשכר כולם. לפי שאינו דומה לימוד ביחיד ללימוד ברבים. וכמו שכתב השדי חמד: "לימוד בחבורה, מכפיל שכרו לפי מספר הלומדים. וכמו שאמרו מצוה שעושים אותה הרבה בני אדם בשותפות, כל אחד נוטל שכר כאילו עשאה כולה לבדו". ומהיבט נוסף כתב החפץ חיים (אהבת חסד חלק ב', השמטות): "ודע עוד כי הלימוד בחבורה הוא מצוה כפולה ומכופלת, שמתקדש שם שמים על ידי לימוד ברבים. וכמו שכתבו הראשונים שלפיכך אומרים קדיש אחר לימוד בחבורה".

חשוב מהיר מראה כי הזמן מכיל מיליוני מיליונים של אוצרות שכר אשר המוח האנושי אינו מסוגל להכילם ולתארם באופן מוחשי ואמיתי. האדם החכם אשר אינו מאפשר לעולם החומרי להעלים ממנו את האמת, אלא מחנך את עצמו לקבוע מידי יום זמן ללימוד תורה ולנצל כל רגע פנוי ללימוד תורה, זוכה למלא את הזמן היקר במיטב הקיים בעולם, ורוכש הוא בכך לעצמו אוצרות נצח.

לרכישת ספר מפתחות לחיים ושאר ספרי הרב זמיר כהן, יחייגו להידברות שופו: 073-222-1250

ארגז

הכלים



# הדבר שבלעדיו לא תוכל להזיז גרגר חול

מהו הדבר שכולנו צריכים על מנת להצליח בדרכנו ובעבודתנו?

יש דרכים רבות להגיע לשלמות. כל דרך שמופיעה בחז"ל, אם ידבק בה האדם ויתמיד בה, בעזרת השם, בסופו של דבר הוא יגיע.

הגמרא אומרת (מגילה ו' ע"ב): "אמר ר' יצחק, אם יאמר לך אדם 'געתי ולא מצאתי' - אל תאמן. 'לא יגעתי ומצאתי' - אל תאמן. 'געתי ומצאתי' - תאמן". אם אדם לא מתייגע, ולא עושה כלום, סביר שלא "ימצא". אם אדם מתייגע באמת, לבסוף הוא ימצא, וישיג את המטרה, שלמענה הוא משקיע את מאמציו. המאמצים שלנו להתקדם בדרך המובילה אל השלמות הם, אפוא, חשובים מאד. הכרחיים.

אבל רגע לפני שאנחנו מתחילים לצעוד בדרך היפה - אך לא נטולת המהמורות - הזאת, אנחנו צריכים לעצור. עלינו לבקש לעצמנו תחילה את הדבר החשוב ביותר - את ה"סייעתא דשמיא", כלומר "עזרה משמים". עם סייעתא דשמיא אדם יכול להפוך עולמות, ובלי זה אדם לא יכול להזיז גרגר חול.

### מטרה מוגדרת

בתחילת כל דרך או מסע יש לציין יעד, שהרי ללא יעד אין לנו אפשרות לנוע. איננו יודעים לאיזה כיוון להתחיל להתקדם. על כן, יש להגדיר תחילה מהי המטרה. לאן אנחנו רוצים להגיע? מהי משאלת לבנו?

אדם בעל מטרה מוגדרת ימצא בתוך עצמו את הכוחות להשגת המטרה. לעומת זאת, אדם שאין לו מטרה מוגדרת, שלא רואה משמעות לחייו בהווה או בעתיד, עלול ליפול, במוקדם או במאוחר, לתחושת דיכאון ולחוסר טעם בחיים. הרמח"ל (רבי משה חיים לוצאטו) פותח את ספרו הנודע, "מסילת ישרים", במילים הללו: "יסוד החסידות ושורש העבודה התמימה שיתברר ויתאמת אצל האדם מה חובתו בעולמו, ולמה צריך שישים מבטו ומגמתו בכל אשר הוא עמל כל ימי חייו".

ראשית לכל דבר, הוא **היסוד** שעליו הבניין עומד. ללא יסוד איתן, ייהרס הבניין ולא יהיה לו קיום.

כמוהו גם **השורש**, שהוא מקור כוחו וחיוניותו של העץ. השורש מחזיק את העץ במקומו, שלא ייפול וימות, והוא גם מזין ומחיה את העץ, ונותן לו כוח להמשיך לגדול ולהתפתח.

יסוד החסידות ושורש העבודה הם הידיעה הברורה, ללא שום ספק כלל - מהי חובתו של האדם בעולם, ומהי מטרתו של האדם בחייו. מחמת חשיבותם האדירה של הדברים, אדם צריך לברר לעצמו היטב-היטב את האמיתות הללו. הוא צריך לדעת בבהירות מוחלטת, מהי חובתו בעולמו. הוא צריך לדעת גם למה הוא צריך לשאוף להגיע באופן כללי, וכן בכל פעולה ופעולה - שתהיה לשם שמים.

מאחר שהיסוד-השורש הזה יהיה חזק, כל הפעולות והמאמצים שיעשה האדם לאחר מכן, יהיו מכוונים למטרה הגדולה, שלמענה נברא.

לרכישת ספרו החדש של הרב יצחק פנור "מחשב מסלול מחדש" יחייגו להידברות שופו: 073-222-1250. או באתר [shops.hidabroot.org](http://shops.hidabroot.org)

"בגיל 36 אף אחד כבר לא האמין, והיום ב"ה נשואה ואמא לתאומים"

ציפי שחר, חיפה - הזמינה את הידברות לביתה והקדישה ערב הודיה לחייוג הגון



בס"ד ערבי הודיה בהידברות הוכיחו עצמם בקרב כ-8000 נשים מעשה קמן ישועה גדולה!

אל תחני לרגע האחרון!  
הזמיני אליך את הידברות, **נלא עלות** לבית, לביה"ג, למתנס"ט או לכל מקום שתבחרי תפילת הודיה • הפרשת חלה • שיעור תורה

073-222-12-90

חינוך ילדים



# הילד כועס כל הזמן!

איך מגיבים לילד שכועס, ולמה הוא כועס כל כך הרבה?

**רצינו לשאול מה ניתן לעשות עם ילד שמרבה לכעוס ולהתרגז, ואף לבכות מידי פעם בכי קטנוני ומרגיז. כמו כן, כיצד עלינו להגיב ברגעים שבהם הוא כועס? האם לתת לו להשתחרר ע"י הכעס, או שמא להגיב בחומרה באותם הרגעים?**

ראשית חשוב שנפנים כי כעס הוא סוג של איתות המעיד על קושי או תסכול שהילד עובר. כשהילד כועס או מרבה לבכות על כל דבר, הוא בעצם מבטא את סוג התחושה שיש גם לנו. הרי כשאנו, כמבוגרים, מתרגזים - הרי שבדרך כלל אנו לא בוכים, כי אנו אנשים מבוגרים, אבל אנו מבטאים את זה בכעס. הילד מבטא את זה בדרך כלל בקולות של בכי, ולעיתים אף בכעס ממש.

לכן בראשית הדברים, יש להבין האם הכעס או הבכי הם דברים שקרו רק לאחרונה, או שזו התנהגות מוכרת כבר תקופה ארוכה. באם זה קרה רק לאחרונה, חשוב שנחקור, אולי קרה אירוע משמעותי במסגרת הלימודים, כגון החלפת מורה, כגון חרמות על הילד מצד חברי כיתתו, או כל דבר אחר שיכול להיות משקל שיעורר את המרמור הפנימי שבו. כשהבעיה תיפתר מהמקור - נוכל לראות ילד רגוע יותר.

במקרה והכעס או הבכי הם לאורך תקופה ארוכה יותר, ואנו לא מוצאים חוויה כלשהי שתצביע על כך שקרה משהו במסגרת הלימודים, הייתי מציע לתת לילד זמן איכות פרטני עם אבא ואמא. למשל, הבה נקבע לנו זמן (פעם אבא ופעם אמא) לשחק עם הילד, לפטפט אתו, לצאת איתו לטיול וכו'. זמן האיכות הזה ירגיע אותו מבפנים וישחרר לו רגשות שליליים או סוגי כעסים שיש לו.

בנוגע לשאלתכם מה ניתן לעשות ברגעי הכעס עצמם, הייתי מגדיר את זה בכותרת של "הכלה סמכותית". זאת אומרת, מצד אחד להבין את המציאות שעוררה את כעסו של הילד (זאת ניתן לעשות ע"י מגע וחום על צווארו של הילד), אבל יחד עם זאת, ובטון סמכותי רגוע, יש להציב לו גבולות ברורים מה אתם לא מסכימים שהוא יעשה, למשל: להרוס חפץ מסוים מתוך כעס, להרביץ לאחד מהאחים וכו'. ניתן לעשות זאת מתוך דיבור אדיב אבל סמכותי, לדוגמה לומר לילד: אני מבין את הכעס שלך מאד, אבל אינני מוכן שבבית שלנו יתנהגו בצורה שבה אתה מתנהג. יתכן שהילד לא יירגע מיד, אבל דבר אחד חשוב בההרנו לו: אנו לא מתערבבים עם הכעס שלו ולא מתעצבנים עליו בחזרה, אבל בהחלט לא מסכימים שהוא יעשה דברים החורגים מגבולות הנורמה של ההתנהגות.

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

# אולי אתם מכירים את אחותו הביולוגית של דניאל מזרחי?

דניאל מזרחי פותח את סיפור חייו בטור מרגש במיוחד, ומבקש את עזרתכם במציאת אחותו - כל המשפחה שנותרה לו

הגיע הזמן לשתף אתכם בסיפור חיי, שלא סיפרתי לאף אחד, שעברתי מגיל קטן ועד עצם היום הזה. כמה רציתי לשתף אתכם בחלום האבוד שלי... שמי דניאל מזרחי, בן 27. נולדתי עם שיתוק מוחין ספסטי אטואידי. מה זה אומר? אני לא שולט בגוף שלי. לעיתים קרובות הגפיים שלי משתוללות בצורה בלתי רצונית, עד כדי כך שאני מבקש שיקשרו לי את הידיים והרגליים. מצבי הרפואי נדיר מאד. ובכל זאת, יחד עם הקשיים המרובים זכיתי לקבל מבורא עולם מתנה מופלאה - אני שולט בראשי בצורה מוחלטת, ובעזרתו מצליח לעשות הכל ממש. מלבד התפקוד הפיזי, גם ברמה השכלית והנפשית לא נפגעת, ברוך השם. מכאן נובע המוטו שלי, "הכל בראש".

בגיל שנה עזבנו, אמי ואני, את אוקראינה, ועלינו לארץ. אך לאחר העלייה, אמי לא יכלה לטפל בי, עקב מצבה הבריאותי. נמצאה לי משפחה אומנת מלוד, שגידלה אותי כבן לכל דבר וחינכה אותי להאמין שהכל אפשרי אם רק רוצים. בגיל שמונה המציאו עבורי מוט מחובר לרצועה אותה אני חובש על המצח. בעזרתו אני כותב, מצייר ובעצם עושה הכל. הראש שלי הוא גם הידיים שלי. מעולם לא תירצתי או ויתרתי לעצמי בגלל מוגבלות, ויותר מכך - תמיד ידעתי שכל התקדמות מובילה לחומה הבאה, שגם אותה צריך לפרוץ.

בגיל עשרים ואחת נודע לי שאמא שלי נפטרה עקב המחלה. במקום לשקוע, החלטתי לקחת על עצמי את העניין של חיזוק הרבים לעילוי נשמתה. התחלתי לכתוב מאמרים וטורים שונים, הפקתי ערבי חיזוק והתחלתי להעביר הרצאות בכל רחבי הארץ וגם בחו"ל, שמשכו המונים.

בגיל עשרים וארבע שוב הגיעה העת לצאת לדרך חדשה, ולעזוב את המשפחה האומנת שלי שתמכה בי לאורך השנים. לאחר מאבק ארוך עם הרווחה, מצאתי דירה של "חברת כנרת שרותי רווחה" בירושלים, יחד עם שלושה שותפים.

ברוך ה', בזכות החיים בקהילה התקדמתי רבות ונהייתי עצמאי יותר. אני נוסע בתחבורה ציבורית לבד, וגם את כל הסידורים והקניות אני עושה לבד. כיום אני בתהליך של מעבר לדירה לבד, כדי שבעזרת השם, בבוא העת, אוכל להקים בית נאמן בישראל. אתם בוודאי תוהים אם זאת לא הגזמה, התקווה למצוא את הזיווג שלי, אבל כמו שהבנתם - זאת לא תהיה הפעם הראשונה שהצלחתי לממש את מה שאחרים הגדירו כבלתי אפשרי.

ועכשיו לסיבה שלשמה אני כותב את המכתב הזה. לאחרונה גיליתי שאני לא בן יחיד. מתברר שיש לי אחות ביולוגית שקטנה ממני בשנתיים, וכל השנים גדלה אצל משפחה מאמצת. דוד שלי מצד אמא, אתו אני נמצא בקשר, אמר לי ששמה הוא ג'סיקה, וסיפר שפעם אחת הוא קיבל שיחת טלפון בעילום שם. האדם מצדו השני של הקו סיפר שג'סיקה גדלה בירושלים, ולא פירט מעבר לכך. מאז נודעו פרטים חדשים. ניסיתי לבדוק אם היא פתחה את תיק האימוץ שלה, אבל זה לא קרה עד היום. אחותי היא בעצם כל המשפחה שנותרה לי, ואני משתוקק בכל מאודי לפגוש אותה.

במקור, שם המשפחה של שנינו הוא אלפרקין, אבל אני וגם אחותי שינינו אותו, כי גדלנו במשפחות אומנות ומאמצות. אשמח אם תוכלו לעזור לי להגשים את החלום שלי למצוא אותה! אנא מכם, שתפו את הטור הזה כמה שיותר, ואולי זה יגיע למישהו שמכיר אותה, באופן ישיר או עקיף, או אפילו יגיע ממש אליה.

מכירים את אחותו של דניאל מזרחי? כתבו אלינו למערכת הידיברות עונג שבת" - oneg.shabat@htv.co.il



דיסקרטיות מובטחת!

## מחלקת שלום בית

עם מיטב המומחים כאן למענכם

\* יועצים מהשורה הראשונה בפריסה ארצית \* ליווי מקצועי \* תוצאות מבורכות

הידיברות מחלקת שלום בית

יעוץ, הכוונה ותאום פגישה אישית 073-222-1-310



## שלום הבית שלכם בידיים הכי טובות

פתרונות, גישור והדרכה זוגית

- נישואים שניים
- ישיבות הבית לבעלי תשובה
- סדנאות ערב מרתקות
- תקשורת זוגית
- מעורבות הורית
- שיחת אבחון ראשונית ללא עלות



**קו ההלכה**



# שאלות שנשאלו בקו ההלכה

משחקים בשבת, שקית חלב בסכין בשרי ונגינה בשנת אבל

**האם מותר לשחק בכדורגל בשבת?**

לספרדים ההולכים אחר פסק מרן השולחן ערוך אסור לשחק בכדור בשבת (שלחן ערוך סימן ש"ח סעיף מ"ה), והאשכנזים נהגו להקל בזה. אמנם אף לשיטתם אין להתיר אלא רק כאשר משחקים במגרש מרוצף, אבל לכולי עלמא אסור לשחק על גבי קרקע שאינה מרוצפת (שם ברמ"א, ועי' בשו"ת שבט הלוי חלק ט' סימן ע"ח).

**האם מותר לתת לילדים לשחק במשחק הלגו בשבת, או שיש בזה חשש איסור בונה בשבת?**

מותר להרשות לבניו הקטנים שעוד לא הגיעו לגיל מצוות לשחק בלגו, ואין בזה חשש בונה מכיוון שעשויים לפירוק והרכבה כל הזמן (שו"ת אבני נזר סימן ר"י, שו"ת מנחת יצחק חלק ח' סימן כ"ז ד"ה אמנם וחזון עובדיה שבת ג' עמוד קי"ט).

**האם מותר לפתוח שקית חלב בסכין בשרי? ואם תחכתי, האם הסכין או החלב נאסרו?**

אסור בהחלט, כי נהגו לייחד כלים לבשרי ולחלבי (רמ"א בשלחן ערוך יורה דעה סימן פ"ט סעיף ד', ובט"ז שם סעיף קטן ז'). ואם תחכו כבר, בדיעבד אין הסכין או החלב נאסרים, כי הכל נעשה בצונן ובתנאי שהסכין היה נקי. אבל אם הסכין היה מלוכלך - צריך להתקשר לרב פוסק שיורה בזה את הדין.

**האם צריך להוסיף מים בקידוש של שבת,**

**האם צריך להוסיף מים בכוס של הבדלה?**

נוהגים שאדם אחד מגיש לזה שמקדש את הכוס, ולאחר שהגיש לו את הכוס מוזג לו שלש טיפות של מים (עי' בארוכה בן איש חי שנה שניה בראשית אות כ"ט, ומקורו מספר מעבר יבק שפת אמת פרק כ"ח על פי הזוהר הקדוש, ינוקא דבלק קפ"ט). וחכמי המקובלים, בשעה שמוזגים את הטיפות הנ"ל אומרים את הפסוק "מלא ידינו מברכותיך ומעושר מתנות ידך" (שבת ציון שער ה' אות כ"ג בשם אביו). אמנם מנהג זה נוהגים בכוס של קידוש ולא בכוס של הבדלה, שכוס של הבדלה צריכה להיות יין בלבד בלי מזיגת מים (שער הכוונות דף ס' עמוד ב').



(סימן ב' סעיף קטן ז') מבוואר שפטור. ועל כל פנים, בוודאי ראוי לצאת ידי שמים.

**אישה הנמצאת בשנת אבל על הוריה, ועיסוקה התמידי ופרנסתה מקיום פעילות לגיל הזהב במתנ"סים לשמח את בנות ישראל בגיל השלישי - האם מותר לה להשמיע מוסיקה ולהרקיד את הנשים, או שאסור מחמת האבל על הוריה? וכנ"ל לגבי זמר הנמצא בשנת אבל, או נגן בתזמורת. מה יעשו?**

כיוון שזו פרנסתה של אותה אישה, נחשב הדבר כמו דבר האבד שאי אפשר לעשותו על ידי אחרים, ומותר לה להמשיך בעבודתה (על פי הרמ"א יורה דעה סימן ש"פ סעיף ה', ועי' פרי מגדים סימן תקנ"א אשל אברהם סעיף קטן י'). והוא הדין לכל בעלי המקצוע בתחום זה (שו"ת בצל החכמה חלק ו' סימן ס"א, וחזון עובדיה אבלות ג' עמ' שמ"ט).

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

**נפלאות הבריאה**



מוריה חן

## פלא במפרץ אילת: צוללנים גילו דג אננס נדיר

דג נדיר נתגלה בשונית האלמוגים במפרץ אילת. בשל צורתו הייחודית קיבל הדג את הכינוי "דג אננס". נפלאות הבריאה

על הגוף". לאחר בדיקה במגדיר הדגים, גילה סמוראי מיהו היצור שנמצא בשמורת האלמוגים: "גילינו שמדובר בדג נדיר מאד, שבדרך כלל נמצא בעומקים מאד גדולים, מלבד בשלב הצעיר בחייו בו הוא מוצא מסתור בין זרועות אלמוגים בעומקים של עד ל-20 מטרים. אני צולל במפרץ אילת על בסיס יומימי כמדריך צלילה וצילום תת ימי, וזאת הפעם הראשונה שנתקלתי בדג זה".

וצוללן עם ותק של אלפי צלילות הוא שגילה את הדג, לדבריו, מעולם לא פגש בדג הזה במפרץ אילת. "כשהגענו לבלט אלמוגים גדול שזכה לכינוי 'סלע משה', בלב שמורת האלמוגים בחוף הדרומי, הבחנתי בעצם קטנטן בגודל של לא יותר מסנטימטר שריחף לו נגד הזרם. מיד הבנתי שמדובר בדג שלא ראיתי מעולם, מאד יפה עם מעין בליטות קוצניות



דג נדיר נתגלה בשונית האלמוגים במפרץ אילת. הצוללנים גילו את הדג, אשר לרוב מצוי בקרקעית המפרץ, בלב שמורת האלמוגים "סלע משה" הממוקם בחוף הדרומי של אילת. מדובר בדג הקרוי בשם דג מגינון, ובשל צורתו הייחודית קיבל את הכינוי דג אננס, Pineapple fish. בועז סמוראי, מדריך צילום תת ימי

בואי לקבל הרבה כח אמונה ושמחה בתכנית עשירה במיוחד:

**משנכנס אדר מרבים בשמחה**  
יום עיון לנשים בבית הידברות



הרב מרדכי לוי



הרב חיים זאיד



הרב חיים זאיד

יתקיים א"ה ביום שני ו' אדר א' 19.11.20  
9:30-15:00 בבית הדברות רח' שנקר 20 פ"ת  
רישום מראש חובה: 073-222-1300



# ברגע הנכון

הורים צעירים נמצאים בניכר לצורך ניתוח חירום שיציל את בנם. ברגע האחרון מתברר להם שחסרים מאה אלף דולר לקיום הניתוח, ושיש להם בדיוק שעה להשיג אותם. הסיכויים שלהם להצליח במשימה הם לפחות חמישה אפסים...

מתקשר, חוזר על דבריו של האברך ולאחר שהוא שומע תשובה מהצד השני, מאשר לו להיכנס. השער נפתח, וכדי להגיע לטירה הענקית היה כביש גישה, מעין רחוב ראשי עם שני נתיבים בכל כיוון, אך הוא כמובן בא ברגליו. \* \* \*

השוער שואל משהו באנגלית והאברך עונה שוב: "אני אברך מבני ברק", ועוד לפני שהוא מספיק לזוז, לפתע יוצא איש הדור, כסוף שיער. ניכר שמדובר בבעל הבית. הוא נראה ממנה. "מי אתה?", שואל אותו באנגלית.

"אני אברך מארץ ישראל", ענה, "ורציתי..." "שום בעיה, קח", אומר העשיר, מוסר לידו מעטפה חומה ענקית ועבה, וממחר אל הלימוזינה שלו.

"רגע, אני רוצה להסביר לך", מבקש האברך. אבל העשיר אמר משהו באנגלית שהאברך איכשהו הצליח להבין: "איי נואו, איי נואו, אתה אברך מבני ברק, אין לי זמן, הכל בסדר". נבלע במכוניתו ונסע משם. \* \* \*

הוא פותח את המעטפה ורואה מאות שטרות מגוהצים של מאה דולר. אבל הוא לא צריך אפילו לספור, משום שהיה פתק שצורף למעטפה ובו היה רשום המספר הלא יאמן: מאה אלף דולר.

הוא מתחיל לבכות ופותח בשבח ובהודיה לקב"ה, עד שפתאום נזכר שיש לו בדיוק עשרים דקות לחזור לבית החולים, שכן אז מסתיים האולטימטום של הרופא.

הוא מתחיל לרוץ במהירות בכביש המוביל אל מחוץ לאחוזתו, ובחוף הוא מנסה לעצור מונית. דקות יקרות חולפות, ורק חמש דקות לפני הזמן המיועד מגיעה המונית. הוא נוסע במשך עשר הדקות הארוכות ביותר בחייו. יודע שהוא מאחר, אבל מקווה שחמדנותו של הרופא גדולה מקשיחותו... הוא נכנס בדהרה לבית החולים, עולה במעלית

לפקידה ולבקש ממנה ליידע אותם מה קורה. זו הייתה נבוכה וחזרה על מה שכבר היה ידוע לשניהם, שהפרופסור מבקש מאה אלף דולר נוספים. היא אישרה שאכן דובר על סכום מסוים, אך לדבריה הפרופסור טוען שבבדיקות האחרונות התגלה מום נוסף שעליו לא דווח מלכתחילה, ועליו הוא דורש את מאה אלף הדולרים, אחרת לא יבצע את הניתוח. "אני מבקש לדבר עם הפרופסור", אמר האברך. "זה בדיוק מה שעשיתי בחצי השעה האחרונה", אמרה הפקידה. "ניסיתי לשכנע אותו לבוא ולשוחח אתך, אך הוא מתעקש שאם לא יופקדו בתוך שעה מאה אלף דולר או לחילופין תוגדל הערבות במאה אלף דולר, הוא אינו יוצא מהבית, והניתוח של הילד יבוטל".

"אולי ניתן לדחות את הניתוח בכמה ימים, ובזמן הזה מדבר עם העסקנים שינסו להשיג את הסכום?" הציע האברך. "זה בלתי אפשרי", אמרה הפקידה. "הלילה הוא יוצא להפלגה באיים הקריביים לחודש שלם, ולאחר מכן ממתין לו כאן תור דחוס מאוד, זה עוד שעה - או בכלל לא". \* \* \*

"יש כאן אולי יהודים עשירים שיוכלו לסייע?", שאל האברך בייאוש את היהודי. האיש משך בכתפיו "יש כמה רחובות מכאן יהודי עשיר מאוד, אמנם לא חרדי, אבל שמעתי שהוא תורם פה ושם. לך אליו, אולי ממנו יביא לך הקב"ה ישועה".

האברך לא חושב פעמיים. הוא מבקש מהיהודי שיסביר לו איך להגיע לביתו של העשיר, ויוצא לדרך. אשתו נותרה עם התינוק ועם ספר תהילים שהיה הדבר היחיד שיעזור כרגע להצלתו. הוא הגיע לאחוזתו ענקית וניצב בשערי הבית. בכניסה ניצב שוער קשוח ששואל אותו: "מי אתה?", והוא עונה "איש צעיר מבני ברק". השוער



**ב** שכונתי מתגורר אברך חשוב, שכל כולו לימוד ותפילה. הוא חי בעוני ובדחקות, וכל ראשו עסוק בלימוד ובחינוך הילדים.

יום אחד נולד להם ילד, ומיד עם לידתו התגלה מום חמור ונדיר מאוד בלבו. בשלב מסוים המליץ אחד מעסקני הרפואה המוכרים להטיסו לחו"ל לצורך הניתוח העדין והמסובך. אספנו סכום גדול, והוא טס עם רעייתו והילד לחו"ל.

בבוקרו של יום הניתוח הם מגיעים לבית החולים וממתנים בלב הולם להיכנס לכל ההכנות שיובילו לניתוח. הם שמים לב שמעכבים אותם. הפקידה נראתה נסערת, הרימה טלפונים, קמה והלכה, חזרה והתיישבה.

ההורים כמובן לא הבינו מילה. \* \* \*

למזלם היה שם יהודי חרדי יליד ארצות הברית. האברך ביקש ממנו להבין על מה המהומה. היהודי הקשיב מעט ואמר לו: "נראה שהרופא לא מרוצה מהסכום שהפקדתם או מהסכום שחתמו בעבורך בערבות. הוא טוען שחסרים מאה אלף דולר".

האברך אמר שלא ייתכן, שסוכם על סכום גבוה מאד שאת חלקו כבר מסרו וחלקו האחר ניתן בערבות של אנשי הון, אולם לא היה עם מי לדבר, שכן הרופא לא היה במקום, והפקידה כלל לא פנתה אליהם להציג את הבעיה. בסופו של דבר ביקש האברך מהיהודי לגשת

**הדרך לבריאות שלך!**  
לפרטים והרשמה 073-2221240

**משרדים את הגוף והנשמה!**  
הידברות מזמינה אותך ליום שכולו העצמת גוף ונפש  
בהשתתפות מיטב המומחים בתחום:  
הנטורופתית ומאבחנת עפ"י גלגל העין & מדידת ספורט ומחול ומחברת הספר "רדי התזונה"  
הרבנית **זוהרה שרביט** & **גב' רות ליאת אור פלץ**  
והרב הפסיכותרפיסט **מרדכי חזיה**  
בארוע יוקרן סרט מרגש ומחוק | ניתן לקבל ייעוץ אישי  
**בשבוע הקרוב!**  
יום שלישי, ל' שבט 5.2.19 אולם ביכ"נ שאר ישוב, רחוב מונטיפיורי 4  
יום שלישי ז' אדר 10:00-16:00 אולם תפארת עובדיה רחוב ארלוזורוב 52  
תחנה חובת מתנסים יכוד עשיר ובריאות טיפים לבריאות העור

מה הקשר בין ניקוי רעלים בגוף לשיפור איכות החיים? איך מאזנים את הסוכר, ולא מוותרים על ממתקים? איזו פעילות גופנית מומלצת לאיזון שומנים בדם?  
**כל הדרכים מובילות לסדנה חוויתית אחת!**

# היקום בראש סיכה (המשך מעמוד 2)

אפשר לסבר את האוזן ולומר שלפני היקום היה מצב של ואקום, ריק מוחלט מכל חומר, חלל ותנועה.

גם אם לא ניתן לדמיין זאת, בשכל הרעיוני נתפס.

כשאין חומר, אין שינויים. לא-כלום הוא מצב קבוע, שאין בו סיבות ותוצאות, כי אין בו דבר שיכול לחולל שינוי או להשתנות.

לא-כלום הוא למעשה מושג פשוט מאוד להבנה. הוא העדר של חומר ותנועה. בלא-כלום - לא קורה כלום.

לכן הופעתו של היקום מעידה על בורא שקדם לו, ואינו מוגבל לגבולות החומר והזמן.

**1 מכיוון שלפני היקום לא היו חומר ואנרגיה.** מכאן ההוכחה שמי שברא את היקום אינו עשוי מחומר ולא מאנרגיה. כלומר: מציאותו אינה חומרית, ובמילים אחרות, הוא על-טבעי.

**2 מכיוון שלפני היקום לא היה מרחב (-חלל).** מכאן ההוכחה שמי שברא את היקום אינו צריך מרחב כדי להתקיים. כלומר: אין למציאותו גבולות חומריים, ובמילים אחרות, הוא אינסופי. נמצא בכל מקום במידה שווה.

**3 מכיוון שלפני היקום לא היה חומר ומרחב, חילוק או מרחקים.** מכאן ההוכחה שמי שברא את היקום אין בו גבולות וחילוקים. כלומר: מציאותו אינסופית ללא גבול, ובמילים אחרות, הוא אחד מוחלט.

**4 מכיוון שלפני היקום לא היתה תנועה וזרימה של זמן (עבר, הווה או עתיד).** מכאן ההוכחה שמי שברא את היקום אינו תלוי בממד הזמן. כלומר: אין למציאותו תנועה ושינוי, ובמילים אחרות, הוא נצחי.

**5 ביקום ישנם חוקי טבע,** אשר הופיעו יחד עם החומר יש מאין. חוקיות זו מארגנת את כל החומרים ביקום ברמה מתמטית מורכבת לאין שיעור. מכאן ההוכחה שמי שברא את היקום תכנן את חוקיו בהגיון, ובמילים אחרות, בעל חכמה וכוונה.

אם נשאל אנשים מרחבי העולם מה פירוש המילה "אלוקים", ישיבו בדרך כלל: אלוקים הוא בורא העולם, איננו חומרי, הוא אינסופי, נצחי, אחד מוחלט, כח עליון, חכם שאין חכם ממנו. בכל הסעיפים שראינו נמצאו עדויות מהיקום לכל המאפיינים שמגדירים את השם "אלוקים". נמצא שהבריאה מעידה על יוצרה, ומציגה לפנינו הוכחה ברורה לקיומו של אלוקים.

"אבי יצא מהמלון שבו התגורר בשעה 15:15, אך המעלית נתקעה. הוא צלצל בפעמון החרום, לקח עשר דקות עד שבכלל שמו לב לזה, הם הזעיקו טכנאי שלקח לו שעה להגיע, ועוד כחצי שעה לחלץ את המעלית. רק ב-16:30 אבי הצליח לצאת משם, לקח מונית שתוביל אותו לבית העשירי, וכשהגיע נאמר לו שהאיש כבר יצא למשרדו. הוא הוביל את המונית למשרדו, לשם עלה. האיש היה באמצע פגישה חשובה. הוא המתין לו שעה, חושב כיצד יתנצל על איחורו.

"בסיומה של הפגישה יצא אליו העשירי ושאל: 'מי כברוד?'"

"אני שלום מאיר יונגרמן, אמר אבי והוסיף: 'אני מנהל המוסדות בזיכרון יעקב.'"

"העשירי נראה טרוד וכעוס. 'זה לא יכול להיות. הגיע לביתי איש חרדי ואמר שהוא יונגרמן מארץ ישראל.' "יונגרמן זה אברך צעיר באידיש. אתה, מבלי משים, הגעת למקום הנכון בזמן הנכון ואמרת גם את השם הנכון, וזכית במאה אלף דולר שמגיעים למוסדות התורה בזיכרון יעקב..."

לא יאמן כי יסופר.

מובן שבמוצאי שבת הגיע הסיפור לגאון רבי שלום מאיר יונגרמן, והשניים, כמו יהודים טובים המקפידים בהלכה הלכו יחדיו לרבה של רמת אלחנן, הגאון הגדול רבי יצחק זילברשטיין שליט"א, וזה לאחר עיון פסק על פי "תרומת הדשן" ו"דרך אמונה" פרק ח' ממתנות עניים, שאם עני בושש להגיע, ובמקומו בא עני אחר וקיבל את הדבה - אין לעני הראשון זכות בה.

רבי שלום מאיר יונגרמן קיבל עליו את הדין בלי טענה ומענה. בהוראת הגאון הגדול רבי יצחק זילברשטיין, כדי למנוע חילול השם, הוא סיפר לעשיר מה שאירע, זאת מפני שהלה סבר שבוצעה בו הונאה, דבר זה יכול היה לגרום לו להימנע מלתרום.

כאשר שמע העשיר את הסיפור התרגש עד עמקי לבבו, וביקש הודיע לאברך כי הוא מאשר בדיעבד את המתנה שנתן בטעות, וכי הוא שמח שבורא עולם זיכה אותו להציל חייל ילד יהודי.

שבועיים לאחר מכן, התקבלה במשרדו של הגאון רבי שלום מאיר יונגרמן המחאה על סך 120 אלף דולר. מסתבר שהעשיר חש צורך לפצות את הרב יונגרמן על עגמת הנפש שאירעה לו, ולא לקפח את מוסדות זיכרון יעקב.

הסיפור הזה הוא רק תבך קטן וזעיר מסיפור חייו ופועלו של הגאון רבי שלום מאיר יונגרמן, שזכה להעמיד אלפי תלמידים ולהחזיק אותם בדרך מעוררת השתאות, והסיפור המופלא הזה הצליח באמצעות שמו, שנאמר בטעות גמורה, להציל נפש בישראל. תהיה נשמתו צרורה בצרור החיים.

**לרכישת ספרו החדש של חיים ולדר "אנשים מספרים על עצמם 10" ושאר ספריו לילדים, מבוגרים ונוער, חייגו להידברות שופו: 073-222-12-50 או באתר shops.hidabroot.org**

ומגיע מתנשף אל הפקידה, שכבר עמדה לעזוב. "רגע, תתקשרי בבקשה לפרופסור!". הפקידה הביטה עליו כמו על מי שנפל מהירח, ובדיקו אז הגיעה אשתו. לפני שהספיקה לשאול מה קורה היא קיבלה תשובה ברורה, כאשר הפך בעלה את המעטפה, ועשר חבילות של עשרת אלפים דולר צנחו על הדלפק...

"איי דונט בליב איט", אמרה הפקידה ורצה לטלפון.

\*\*\*

מסתבר שהאברך צדק. הרופא הקשוח התרכך לנוכח מאה אלף דולר שחילו לו, והוא הודיע לפקידה שהוא מגיע. ואכן, תוך חצי שעה הוא הופיע.

אם נאמר "הטוב שברופאים לגיהנום", הרי שזה חובר במיוחד בשביל הפרופסור הזה. הוא היה רשע, קשוח, קר, חסר רגשות, ובהחלט מועמד ראוי לגיהנום, אבל מה לעשות - הוא היה הטוב שברופאים! הוא ביצע את הניתוח העדין והמורכב בצורה מושלמת, וזאת בידיעה שכל סטייה של מילימטר הייתה מובילה למוות מידי של התינוק. מדובר בניתוח וירטואוזי שנעשה רק בארה"ב ואצל הפרופסור המסוים הזה.

הילד יצא מכלל סכנה, וזכה לשנים רבות וארוכות א"ה.

\*\*\*

נגמר טוב, הסיפור, הא? אז זהו, שהסיפור לא רק שלא נגמר. הוא אפילו לא התחיל!

ההורים הגיעו לארץ לאחר כחודש שנדרש להחלמת התינוק, ומיד בשבת הקרובה ערכו קידוש גדול ובמהלכו סיפר האברך את סיפור הצלתו של בנו התינוק. הוא ביקש את סבלנותם של הסועדים וסיפר את הנס המופלא והמזור שארע לו עם מאה אלף הדולר שהגיעו מהשמים, פשוטו כמשמעו. כולם היו המומים מהסיפור, כי פרט למספר אברכים ובתוכם אני, איש לא ידע ממנו. רק אברך אחד היה נרגש יותר מכולם. לא סתם נרגש. הוא היה נסער ולא ידע את נפשו.

לא. אין מדובר באבי הבן, אלא באברך מתמיד, בנו של תלמיד חכם ידוע שהקים וניהל רשת מוסדות בזיכרון יעקב, עם מאות תלמידים. הוא המתין שכולם ילכו, ואז פנה אל האברך ואמר לו: "אתה הצבת כאן תעלומה, אבל לי נפתרה תעלומה שמעסיקה את אבי ואת כל משפחתנו כבר חודש ימים".

\*\*\*

"אתה מכיר את אבי, כל חייו מתרוצץ בעולם ואוסף תרומות מנדיבים למען מוסדותיו. במשך חצי שנה עבד על תרומה מאותו עשיר, הוא שלח לו אלבומים ומצגות שבהם השקיע הון תועפות, השתמש בשירותי מתווכים שידברו אל לבו, ואכן לאחר חודשים רבים נאות העשיר להעניק לו תרומה. הוא לא אמר כמה, רק אמר שזה יהיה סכום מכובד וקבע זמן שיבוא לביתו, בשעה 16:00 אחרי הצהריים.

**הסדנא תחקיים איייה בימי ראשון 3 מפגשים החל מ-י"ב אדר א | 17.2**  
בבית הידברות רח' אריה שנקר 20 פ"ת

**מהרו להרשם ביחד כמובן! 073-2221300**  
**בוא להתחבר להצלחה בנישואין!**

**100 ליכוחים - נלמד מדוע כל שיחה מגיעה ליכוח וכיצד יוצרים שיחה על רגשות וחבנה. בתאמן על זה בתוך הסדנא, ונצליח! נקבל תקשורת זוגית בריאה, המון רגש והבנה הדדית בנישואין**

**כי מגיע לכם!**

**הסדנא תועבר על ידי הרב שמעון ביטון**  
ראש מחלקת שלום בית, יועץ נישואין ופסיכותרפיסט,  
**והרב צורי הראל** יועץ נישואין בכיר בהידברות

**תקשורת זוגית**

**זה קל**



# 5 סיפורים על אנשים שהתעוררו מתרדמת

5 סיפורים מרתקים על אנשים שהתעוררו מתרדמת בדרכים הזויות למדי, ואחד הוא המכנה המשותף שלהם: כוח עליון שגרם לזה לקרות - בניגוד לתחזיות הרופאים, וכנגד כל הסיכויים

מעט מנדרינית. והנה, כאשר התעורר מהתרדמת, באופן מפתיע לחלוטין - שכח את האנגלית שלו, וידע לדבר מנדרינית שוטפת. העובדה הזו חוללה סערה גדולה בזמנו, וכן העניק ראיונות במות הפופולריות בעולם, בהן סיפר את סיפורו.

## אחרי חודשיים בתרדמת - הפסנתרן הידוע התעורר וחזר לנגן

כשהפסנתרן פרד הרש החל את דרכו בניו יורק של שנת 1977 כשהוא בגיל 21 בלבד, היה צפוי לו עתיד מזהיר - אלא שבתחילת שנות ה-90 לקה הרש בדמנציה, ונפל לתרדמת כאשר רמות החמצן בדם שלו צנחו וגופו נכנס ל"הלם ספיגה".

חודשיים שלמים שכב הרש בתרדמת, וכשהתעורר - במשך 10 חודשים נוספים הוא לא היה מסוגל להזיז אף איבר בגופו, וקיבל מזון דרך צינורית לווריד.

הרופאים אמרו שגופו במצב חלוש כל כך, עד שאין סיכוי שהוא יחזור לנגן. "אמרו לי שאני צריך עבודה של 10 שנים לפחות בתרגול פיזיותרפיה, אבל אני לא עזבתי את הפסנתר גם כשהאצבעות היו משותקות. היה חשוב לי לחזור לנגן, זה המקצוע שלי".

בשנת 2010, כנגד כל הסיכויים - התייצב הרש למופע הראשון שלו מאז הפציעה, והדהים את הנוכחים במקום עם קונצרט שנמשך לא פחות מ-90 דקות, והיה מבוסס על מה שזכר מהחלומות שראה במהלך שהותו בתרדמת, לדבריו.

## המוזיקה הוכיחה עצמה שוב, והנער התעורר אחרי חודשים של תרדמת

בשנת 2009, ג'ארט קרלנד וחברו הטוב ביותר נפצעו בתאונת דרכים קשה. חברו של קרלנד נהרג במקום, ואילו הוא הובהל לבית החולים כשהוא שרוי במצב של תרדמת והוא בן 17 בלבד.

הרופאים צפו להוריו עתיד עגום ואמרו כי יש סיכוי טוב לכך שהוא לעולם לא יתעורר, אך גם הפעם אירע הנס וקרלנד התעורר מתרדמת שבה שקע למשך ארבעה חודשים - לאחר שעבר טיפול במוזיקה.

שאני אוהב זה נתן לי אנרגיה חדשה", אמר.

## התעוררה מתרדמת אחרי עשרה ימים - נטולת זיכרון

זה קרה ביום בהיר אחד, בשנת 2012. שרה תומפסון מארה"ב הייתה בת 32 בלבד, כאשר קריש דם שהתפרץ במוחה הוביל אותה לאשפוז במחלקת טיפול נמרץ - בה שהתה כשהיא בתרדמת למשך 10 ימים ארוכים.

כשהתעוררה תומפסון כעבור עשרה ימים - הרופאים נדהמו לגלות כי היא לא זוכרת שום פרט מ-14 השנים האחרונות: את העובדה שהיא נשואה ויש לה שלושה ילדים. כשהילדים הגיעו לבקר את אמם, לא היה לה שמץ של מושג מי הם או מה הם עושים דווקא אצלה. "חשבתי שהם הילדים של מישהו אחר, ולא הבנתי למה הם כל כך שמחים לראותי אותי". "במשך תקופה ארוכה ניסיתי להיזכר באדם שהייתי, אבל הבנתי שאני גם לא יכולה לתת למה שקרה לי להגדיר את מי שאני. אני צריכה לנסות לייצר זיכרונות חדשים, זיכרונות של ההווה", אמרה אז.

## שכח את האנגלית ודיבר רק מנדרינית

בן מקמהון מאוסטרליה נפצע בתאונת דרכים קשה שהותירה אותו בקומה למשך שבוע. מצבו היה כה קשה עד שהרופאים לא נתנו לו סיכוי להתעורר ואמרו כי אם יצליח לשרוד - זה יהיה מזל. בן, שידע אנגלית על בוריה ולמד אותה כשפה שנייה, ידע גם

מצב שבו אדם שרוי בקומה (תרדמת) יכול להיות בעל השפעות הרסניות לטווח הארוך, ולהעמיד את הרופאים בלא מעט מבוכה ושאלות כיצד נכון לנהוג במקרים כאלו.

לפניכם 5 סיפורים מרתקים מרחבי העולם על אנשים שהתעוררו מתרדמת בדרכים הזויות למדי, שאחד הוא המכנה המשותף שלהם: כוח עליון שגרם לזה לקרות, בניגוד לתחזיות הרופאים וכנגד כל הסיכויים.



## התעורר אחרי שלושה ימים בתרדמת - בעקבות שיר

סם קרטל הוא אופה בן 60 מסטאפורדשייר שבאנגליה. בשנת 2008 התמוטט קרטל כתוצאה מאנמיה קשה, והובהל לבית החולים כשהוא סובל מחוסר המוגלובין גבוה בדם ומקריסת מערכות כללית. רופאיו עשו הכל כדי לעזור, אך כשקרטל נפל לתרדמת - הרופאים איבדו תקווה.

באחד הימים נכנס הרופא לחדרו וראה את אשתו של קרטל כשהיא בוכייה ומיאשת ממצבו של בעלה. כדי להעלות חיוך על פניה, הרופא הציע לה לנגן את השירים שבעלה אוהב באוזניו ו"אולי יקרה נס".

אשתו של קרטל לקחה את העצה ברצינות: היא קנתה סט אוזניות והחלה לנגן באוזניו את השירים שהוא אוהב, וכבר באותו יום - הנס התרחש וקרטל פקח את עיניו. "שמעתי את המילים של השיר

## רגע למחשבה

### חידה

#### סימן מתמטי

איזה סימן מתמטי צריך להציב בין הספרות 4 ו-6, על מנת שהתוצאה תהיה מספר הגדול מ-4, אך קטן מ-6?  
התשובה תפורסם בשבוע הבא

#### פתרון החידה מפרשת יתרו: כעבור 20 דקות.

אשר עובר ב-40 דקות מרחק שיעקב עובר ב-50 דקות. על פי אותו היחס, הוא יעבור ב-20 דקות את המרחק שיעבור יעקב ב-25 דקות. מכיוון שיעקב יצא 5 דקות לפני אשר - לאחר 20 דקות הליכה יפגוש אשר את יעקב.

### אמרות

הבורא יתברך יצר לנו שתי אוזניים ולשון אחת - כדי שנשמע כפול ממה שנדבר. (מאמר החכם)

גם אנחה עמוקה מלבו של יהודי בגין לשון הרע - גם היא שווה הרבה. (רבי ישראל מסלנט)

עומר יגל < מנהל משרד ה"ח, כיום בן 37 נשוי + 2 ילדים

# אמא, תודה שלא התחרטת

אחא מצילה אחי  
הידברות - למשק החיים





# יוסף נטיב, הדבר הבא במוזיקה היהודית: "תמיד הייתה לי הרגשה שיש משהו לא הגיוני בחיים האלה"

לקראת אלבום שלישי, ועם המון פרגון מתעשיית המוזיקה, מייחל יוסף נטיב לפריצה הגדולה, ומספר על שיתופי הפעולה עם ישי ריבו ויונתן רזאל

נולדתי למשפחה חילונית-מסורתית. אבי עלה מטוניס, אמי ממרוקו, המשפחות שלהם התגוררו בדרום, ובשלב כלשהו עברו לנתניה, בה גדלתי."

## עד כמה הייתם מחוברים ליהדות?

"היינו עושים קידוש בבית, אבל בכל הקשור לשבת - לא היה מעבר לזה. שמרנו גם פסח וכיפור ועוד כמה דברים. ממש בקטנה. היו לי שתי אחיות, הייתי הבן היחיד בבית, והורי רשמו אותי לבית ספר של מושבניקים באזור, בניגוד לכל חברי מנתניה. הלימודים במושב הפכו אותי לילד די בודד. אני מודה לקב"ה על כך שהמוזיקה הייתה איתי כל הזמן הזה.

"במבט לאחור אני חושב שהחיים הסיטו אותי מזה. אף פעם לא לקחתי את זה למקום קיצוני של 'אני רק אמן ורק כותב שירים'. כמעט תמיד זה היה נוכח, אבל מהצד. אחרי הרוד התחלתי ללמוד חינוך מוזיקלי, ועם תחילת הלימודים התחלתי להתעורר בתשובה. עבדתי אז באיזו מסעדה, ומדי פעם אחרי המשמרת הגעתי לחבר שהבית שלו היה מקלט בשבילי. החבר הזה היה חסיד ברסלב, הוא שיתף אותי במה שעובר עליו, בספרים שהוא לומד, ולאט לאט פשוט התחלתי להתקרב לה' ולמצוות. מצאתי בתורה חוס, בית, נעימות.

"תמיד הייתה לי הרגשה שיש משהו לא הגיוני בחיים האלה. שיש משהו שאנשים, ואני בתוכם, מפספסים. הייתי מקשיב לאנשים מדברים, והרגשתי שהם לא רואים איזו נקודה טובה ואמיתית. שאנשים לא חיים את התכלית. אח של אבא שלי חרדי, וכשהוא היה מדבר איתי על דברים ביהדות - זה פשוט היה נוגע לי בלב."

## "לא האמנתי שאחזור בתשובה"

"תמיד הייתה לי משיכה לעניינים שקשורים לעולם להבא ולרוחניות, ולנושאים כמו 'איך ה' ברא את העולם' ו'האם ואיך הוא משגיח עליו'", מוסיף נטיב. "אבל לא האמנתי שאחזור בתשובה. הייתי שקוע עד צוואר בענייני העולם הזה. הייתי יוצא, ומבלה, עוסק בסיפוק תאוות, נוסע המון לטיולים בחו"ל ועוד. אבל כשקראתי דברים של רבי נחמן, הרגשתי שזה מאוד מוכר לי. שזה תמיד היה שם, ורק עכשיו חשפו את זה בפני. בתקופה ההיא הוצאתי את האלבום הראשון שלי, שלא כל כך הצליח. חברת 'נענע דיסק' הפיקה את האלבום, היו ממנו ציפיות גדולות, וציפיתי שהם

כחזר מטיוול ממושך בהודו, היוצר יוסי נטיב - או בשמו החדש-ישן "יוסף" - שקע לדיכאון עמוק. בין כל הפתרונות להם ייחל, לא דמיין שדווקא עבודה לילית ומייגעת בבית חולים לפגועי נפש תביא את הישועה.

"אחד הדברים הכי חמורים בתקופה הזו היה שלא יכולתי לגעת בגיטרה או להתעסק במוזיקה. היה לי דחף אדיר לעשות דברים שנחשבים רציניים, מפרנסים, מקדמים. מוזיקה בעיני, ובעיני החברה שבה הייתי, נחשבה אז למשהו לא רציני. אז גם מזה ברחתי. אחרי כמה חודשי דיכאון התחלתי לעבוד כמאבטח בבית חולים לחולי נפש בפרדסיה, וזה עשה שינוי אדיר בחיי. היום אני מבין שהעבודה שם היא שהחזירה אותי למוטב. גם עצם זה שהתחלתי לעבוד מאוד עשה לי טוב, וגם כשראיתי את המטופלים שם - זה נתן לי פרופורציה אחרת לגמרי על החיים. כשאתה רואה דברים כאלה, זה מזיז לך משהו במערכת. משנה לך משהו בראיית העולם."

## "הרבה שנים רציתי לחזור לשמי האמיתי"

את השיחה עם יוסף, 39, זמר יוצר, נשוי ואב לארבעה המתגורר בחריש, אני מקיים לרגל אלבומי החדש, שיראה אור בקרוב. סינגל ראשון ממנו, "זה אתה" - יצא לאור תחת שם הבמה החדש "יוסף".

"הרבה שנים רציתי לחזור לשמי האמיתי, גם בחיים האישיים וגם בקריירה, אבל לא היה לי אומץ לעשות את זה. וגם קשה לשנות הרגלים. אבל עכשיו הלכתי על זה. גם בשביל החיים האישיים, וגם בשביל שם הבמה - כי זה מתקשר למוזיקה שאני עושה.

"השירים שלי הם בדרך כלל שירים רוחניים, והשם השורשי שלי, הרוחני יותר, השם שקראו לי בברית - הוא יוסף. בשנה האחרונה באה לי שוב ושוב המחשבה שאני צריך לחזור אליו. ניסיתי להתחמק מזה, אבל זו הייתה מחשבה בלתי רצונית שלא הפסיקה לבוא.

## "הלימודים כמושב הפכו אותי לילד די בודד"

"אפרופו יוסף הצדיק", ממשיך נטיב, "שהעביר שנות חיים רבות בסביבה הרחוקה משמירת תורה ומצוות, גם אני גדלתי בסביבה דומה בהקשר הזה.

יהפכו אותי לכוכב.

## איך ממשיכים אחרי כישלון ראשון?

"לא היה לי מאיפה להביא סכומים רציניים כדי להמשיך בהקלטות, אז התחלתי בקטנה. אני ועוד חבר אספנו ציוד וממנו בנינו אולפן, והחלטנו להפיק את האלבום השני יחד. בלי עזרה מאף גורם חיצוני. ואז קרה נס. האלבום התחיל לעוף, אנשים שמעו עליו, וקיבלתי תגובות מדהימות.

"אחד הדברים שהכי עזרו לדבר הזה לקרות היה טלפון שקיבלתי בוקר בהיר אחד מדודו כהן, עורך אתר ועלון הידברות. הוא הציג את עצמו, אמר שאהב את מה ששמע, ודחק בי להמשיך ליצור ולפרסם כמה שיותר חזק את השירים שלי.

מעבר לכך, הוא ממש פרגן לי באתר הידברות. "אחרי שהאלבום השני הצליח יחסית, בטח בהשוואה לראשון, קלטתי את כמות האהבה וההערכה שקיבלתי מאנשים, ונכנסתי לתהליך חשיבה לגבי העתיד. בסוף התהליך, החלטתי בפעם הראשונה בחיי, לשים את המוזיקה לגמרי במרכז. התוצאה של התהליך הזה היא האלבום השלישי, שבעז"ה יצא בקרוב. באלבום הזה יש שירים מיוחדים שעבדתי עליהם המון, ובין היתר יהיו בו דואטים שעשיתי עם יונתן רזאל וישי ריבו. אפרופו ריבו, המעבד והמפיק שלו, מאור שושן, הפיק גם את האלבום החדש שלי.

"אני מאמין מאד באלבומים הקודמים שלי, ויודע שמי שיחזור אליהם יגלה דברים חזקים. עם זאת, כרגע הראש שלי מונח בעיקר בשלישי, שיש לי תקווה אדירה שיפרוץ חזק וגבוה, יגע בכמה שיותר אנשים, ויחבר אותם לעצמם ולה'."

לרכישת הדיסק של יוסף נטיב 'אף אחד לא נשאר' היכנסו להידברות שופר SHOPS.hidabroot.org  
073-222-12-50 1990 במספר 073-222-12-50



ליויי טלפוני בדרך לטהרה  
תתחברי: 02-6301522  
~ mit@htv.co.il ~

דיסקרטיות מלאה

כל הכבוד  
שמור לך

אם רק אפיץ אבות אברה



# הקמפוס היהודי

שאת, על מה שיש בך וגם על מה שאין. את נמצאת כאן כדי להשיג דבקות עם הבורא, כדי להיות כלי לרצונו יתברך בכל יום מחדש.

את נמצאת כאן כדי להעריך את כל השיעורים שאת לומדת - גם כשזה הכי קשה לך. את נמצאת כאן לא כדי למצוא את החצי השני שחסר לך, אלא כדי להעריך את החצי שכבר יש לך. אם את עדיין לא שם, אני מזמינה אותך למסע שהוא כל כולו למענך, שבו תלמדי לייקר את הפנינה הנפלאה של הנשמה שלך, גם - ובמיוחד - בתוך הקושי של תהליך השידוכים. אז למה את מחכה? הצטרפי עוד היום לקבוצת הפייטריות של שירה כהן, וגלי את עצמך מחדש בתוך התהליך שהיה עד כה הכי מעייף בעולם עבורך.

שירה כהן היא כתבת בכירה באתר הידברות, בעלת הבלוג "בדרך שלך" - העצמה אישית לרווקות בשידוכים, ומנחת סדנה אינטרנטית לרווקות באתר "הקמפוס היהודי" מבית הידברות. ההרשמה לרווקות בלבד.

# רווקה? תעריכי את החצי שכבר יש בך

יצאת למסע הזה לא רק כדי למצוא את החצי השני שלך, אלא גם את החצי שכבר יש בך. סדנה מיוחדת לרווקות בקמפוס היהודי

וחוסר כנות עם עצמנו הוא הדבר הכי גרוע שיכול לקרות לנו בתהליך הזה.

היום, 17 שנה אחרי שעברתי כל תרחיש אפשרי כמעט בשידוכים, אני יכולה לומר לך בפה מלא, שמן הסתם לא יצאת למסע החיפוש אחר החצי השני - כדי לאבד את החצי שלך בתוכו. כדי לאבד את התחושה שאת טובה בזכות מי שאת, ולא בזכות מי שלבסוף יבחר בך (ובטח לא בזכות מי שלא בחר בך, מי שאמר את ה'לא').

את יצאת למסע הזה כדי להיות בו הכי מדויקת והכי אמיתית שאפשר, מול בוראך ועם עצמך. את נמצאת בתוך המסע הזה כדי לשמוח על מי

"תגידי תודה שלפחות הוא זה שאמר את ה'לא'".

במשך שנים, המשפט הזה אחרי שידוך שלא צלח - עודד אותי. ראיתי בו סוג של נחמה, טפיחה על השכם. היום, אחרי מסע לא פשוט של 17 שנה כמעט בשידוכים, אני בכלל לא מבינה מה יכול להיות מנחם בזה שהבחור אומר את ה'לא'. עוצמת הפגיעה קשה בכל מקרה, שלא לדבר על מה שזה עושה לנו לטווח הארוך.

הרבה מאיתנו כבר לא מסוגלות להודות בזה, אבל משהו בגישה הזו של "תגידי תודה שהוא זה שאמר את ה'לא'" - הופך אותנו למין בלילה אמורפית, בלתי מובנת, שמובילה בסופו של דבר לחוסר כנות עם עצמנו.



נעמה גרין

# המדריך למתחזק, והפעם: איך שומרים כשרות? (א')

איך שומרים על כשרות המטבח, מה מותר לאכול, ולמה בכלל צריך הכשר על מאכלים? המדריך שיעשה לנו סדר בנושא הכשרות

כל חיות הבריא ועופי השמים. בספר "שולחן הטהור" מבוא כי אדם שמקפיד על כשרות "נתרומם ונתנשא בשמים מאוד, ומתכפרים לו הרבה עוונות, יותר מאשר התענה למאות תעניות". בספר החינוך (מצוה ש"ב) מובא טעמה של מצוות כשרות המזון: "לפי שעניין הטומאה ידוע לחכמים שיחליש כח הנפש השכלית ועיררב אותה ויפריד בינה ובין השכל עליוני השלם ותהי נפרדת עד אשר תטהר, וכמו שכתוב בעניין הטומאה: "ולא תטמאו בהם ונטמתם בהם", כלומר שמעינות השכל מטממים בטומאה". השבוע ובשבועות הבאים נסקור בקצרה את הנקודות הבאות, המסקרות את המזון הכשר: בעלי חיים כשרים, שחיטה כשרה, בשר וחלב, בישול עכו"ם, חלב ישראל, אבר מן החי, כשרות הדגנים, הפירות והירקות.

העולם מלא מוצרים שונים המשמשים מאכל האדם: פירות וירקות, מיני מאפה, בשרים ומוצרי חלב. והנה לפתע, ספר הספרים - התנ"ך, מתערב בתפריטו של היהודי ואומר לו: גם אם הכול תאוה לעיניים, שמע לי: את זה תאכל, אבל את זה אל תאכל.

מדוע? מה זה כל כך משנה מה אנו אוכלים? חשוב להבין כי המזון מתערבב בנפש האוכל, והופך להיות חלק ממנו ממש. בשל ההשפעה העמוקה על האדם, עלינו לצרוך מזון שהוא בריא לגוף וגם נפש. כאשר אדם אוכל, הגוף מקבל את החלק החומרי, והנשמה מקבלת את החלק הרוחני שבמאכל. כשאדם אוכל דברים האסורים באכילה - הוא מטמא את הנפש שלו.

מובא במדרש רבה כי "עתיד הקב"ה לעשות סעודה גדולה לעבדיו הצדיקים לעתיד לבוא, וכל מי שלא אכל נבלות בעולם הזה זוכה לראותו בעולם הבא". החפץ חיים כותב כי המקפיד על הכשרות זוכה שאורו של הקדוש ברוך הוא יהיה עטרה בראשו ויזכה לשכר רב בעולם הגמול. בשם ספר הזוהר מובא כי כאשר אדם נזהר ממאכלים אסורים שורה עליו צלם אלוקים ופוחדים ממנו



## בעלי חיים כשרים חיות ובהמות

בחומש ויקרא מונה התורה את סימני הטהרה של החיות ובהמות המתרות לאכילה, שהם: מעלות גרה, שוסעות שסע ומפריסות פרסה. כל החיות הטהורות הן אוכלות עשב ממשפחת

# המדריך למתחזק

היונקים. הבהמות שבדרך כלל נוהגים לאכול היום הן פרה, עז וכבש - ולעתים גם צבי או בופאלו. עופות

בחומש ויקרא מונה התורה 24 ציפורים האסורות במאכל. כיום מתרות לאכילה רק העופות שיש לנו מסורת מבוססת לכשרותם - כגון תרנגול, תרנגול הודו, ברווז, יונה ואווז.

## דגים

סימני הטהרה בדגים הם: סנפיר וקשקשת. הדגים הבאים הם דגים כשרים: טונה, סלומון, קרפיון, אמנון, נסיכת הנילוס, מקרל ובקלה. סרטנים ו"פירות ים" אחרים (כמו צדפות) אינם כשרים, משום שאין להם קשקשת. בנוסף לכך, כל היונקים הימיים (לווייתנים ודולפינים) אינם כשרים.

## שחיטה כשרה

כדי שהבשר יהיה כשר לאכילה, לא די בכך שמקורו במין טהור. הבהמה והעוף צריכים לעבור שחיטה על פי המתואר בתורה (דגים אינם צריכים שחיטה). בתהליך זה, חותך שוחט מוסמך את הקנה והוושט של החיה בסכין שחיטה מיוחדת, חדה מאוד. השחיטה קוטעת גם את וריד הצוואר, וגורמת לאיבוד הכרה ומוות מידי, כפי שהוכיחו מחקרים.

שחיטה כשרה כוללת אף בדיקה, ניקור ומליחה. לכן חובה להקפיד לקנות בשר עם כשרות, המוכיחה שתהליך השחיטה נעשה על פי כללי ההלכה.

אחרי שאכלתם שבעתם וברכתם מה באמת? מונע צרבת?



בסדנה ביתית קצרה תגלי שכל הפתרונות לרבות אלה המרגיעים את מערכת העיכול - נמצאים אצלך במטבח

קחי יוזמה, הזמיני חברות והידברות תגיע לביתך או לכל מקום שתבחרי עם מיטב הנטורופטיות

כל הסודות לבריאות גוף ונפש!

הרבנית רחל בצרי • הרבנית שושנה גבאי הרבנית זוהרה שרביט • גברת רות ליאת אורפלץ

לתיאום המועד הנח לך: 073-222-1290

ללא עלות



סדנה ביתית יהודית

**3 נקודות  
למחשבה**



## איך זה שהגשם לא מוחץ אותנו?

איזה פלא מתרחש בתהליך עיכול המזון בגופנו, ומדוע לא מספיק להתפלל פעם בחודש?

### מה מונע מהמזון לחזור בחזרה לכיוון שממנו הוא הגיע?

בתהליך העיכול, האם המזון עלול להיתקע במקום מבלי להתקדם? כיצד המזון ממשיך לנוע דרך גופנו? מה דוחף את המזון לאורך המעי? והכי חשוב: מה מונע מהמזון לחזור בחזרה לכיוון שממנו הוא הגיע?

גלים של שרירים מתכווצים ישמרו על המזון בתנועה – תהליך הנקרא פריסטלטיקה (Peristalsis). תנועה גלית של שרירים, הגורמת לדחיפת חומרים שונים דרך "צינורות" בגוף. התכווצויות אלו כה חזקות, עד כי ניתן לאכול אף כשאנו עומדים על הראש... (מה שמוכיח שלא מדובר בכוח המשיכה גרידא, שגם הוא כמובן פלא בפני עצמו).

הבלב מפריש מיץ לבלב, שמנטרל את חומציות הקיבה. לאחר מכן, מיצי מרה מהכבד מפרקים את השומן לטיפות קטנות. טיפות שומן קטנות קלות יותר לספיגה במעי.

כעבור שעה, הקיבה דוחפת את המזון המפורק החוצה דרך פתח קטן הנקרא "סתום השוער". המזון נכנס אל המעי הדק – כ-3.5 מטרים של צינור מפותל – המקום שבו אנו סופגים את רוב החומרים הנחוצים מהמזון, כגון: סוכרים, חלבונים, שומנים, ויטמינים ומינרלים. לאחר כשעה וחצי, המעי הדק סג את רוב חומרי המזון החיוניים. העיסה שנשארה נכנסת למעי הגס דרך "הסתום האיליאוסקלי" (The ileocecal sphincter) – ססתום חד כיווני שמונע מהמזון לחזור בחזרה לכיוון שממנו הגיע.

מה שנשאר מהמזון זו תערובת של מזון, פסולת ותאים מתים מדפנות המעי. לאחר כ-12 שעות, אנו מסלקים את מה שנשאר מהארוחה שלנו. זו עדות נוספת לתכנון האלוקי במערכת העיכול של גופנו.

### טיפות הגשם

האם יצא לכם פעם להיכנס אל מתחת למפל מים? זו חוויה מרגשת לשבת או לעמוד מתחת לזרימה החזקה העוצמתית הזאת. יחד עם זאת, לעיתים עוצמת הנפילה של המים היא כה חזקה, שישנם בעולם מפלים עצומים בגודלם, שבנופלים מגובה של עשרות ומאות מטרים, בכוחם לרמוס את האדם. אך ראו איזה פלא... תסתכלו על הגשם היורד על ראשו מגובה רב. האם שמנו לב לעובדה שהמים נוחתים ויורדים בצורת טיפות עדינות, המלטפות את פני האדמה, ואינן מכאיבות לבני האדם? והרי זה מוזר, שלאורך מסעם האווירי הארוך בירידתן מגובה העננים ועד פני האדמה, טיפות הגשם אינן נוגעות זו בזו, דבר שהיה הופך את כולן למפל מים אדיר, החובט בעוצמה בראשינו, הופך את פני האדמה ושוטף את כל הזרעים העדינים מתוכה החוצה.

אף על פי שהעננים אוגרים כמות כל כך עצומה של מים (ענן ממוצע מכיל כ-300 מיליון ק"ג של מים), הגשם יורד עלינו כטיפות. חשבתם לעצמכם מה היה קורה אילו התנאים היו שונים, והגשם היה יורד עלינו כמפלים הרסניים? רק בעל תבונה עליונה, שהוא בעל יכולת בלתי מוגבלת, דואג ואכפת לברואיו, רק הוא יכול לקבוע חוקים כה חכמים בטבע...

### מדוע צריך להתפלל?

כל יהודי מתפלל שלש תפילות ביום. אם נתבונן, נבחין בעצם שאנו מתפללים על מה שחסר לנו. וכאן יש לשאול ולתמוה, הרי בורא עולם ברא את העולם כולו, אם כן, מדוע אנו צריכים לבקש ולדרוש ממנו? וכי הוא לא יודע מה האדם צריך? הלא הוא בוחן כליות ולב!

המשילו לכך משל לבן יחיד, האהוב על אביו אהבת נפש, שיצא למחנה קיץ למשך שבועיים. לילה קודם היציאה, פנה אל אביו ואמר לו: "אני זקוק לכסף למשך זמן שהותי במחנה".

האב הנהן בראשו, ושלף לו שטר של מאה שקלים. "כאשר תזדקק לעוד, תתקשר אלי, ואשלח לך מיד מה שתצטרך". הבן יצא לטיול, נהנה מהחוויות ומשלל האטרקציות, וכשאל הכסף מארנקו נזכר באביו. אז הבין מדוע אביו לא נתן לו את כל מבוקשו תיכף ומיד. כל הסיבה הייתה רצונו של האב שהקשר ביניהם ימשך גם בהיותו רחוק מביתו.

כל יסוד התפילה הוא הקשר שלנו עם הבורא. הוא יודע היטב מה חסר לנו ולמה אנו זקוקים, אבל הוא רוצה וחסך שבניו אהוביו ישמרו על קשר אתו, שיפנו אליו, שיבקשו ממנו, שיכירו במלכותו ובאלוקותו.

## מומלצים בהידברות

### צופיה וערוץ הידברות



1 הרב זמיר כהן - איך מגדלים ילדים בריאים בנפשם?



2 מהדורת חדשות יומית למנויי צופיה, המסך שמחליף את הטלוויזיה



3 אחת אחת: אפרת ששרן נפגשת עם נועה ירון-דיין



4 הרב יצחק פנגר - מתי תבוא הישועה?



5 מעלת השמחה: צבי יחזקאלי בשיחה מרוממת עם הרב דניאל כהן



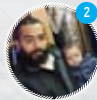
### אתר הידברות - האתר העולמי לקירוב



1 "התרגשתי עד דמעות. זו הפעם הראשונה שמדינת ישראל הכירה בפיוט המזרחי"



2 בכיוו של הרב הנולד נמהל ביללות האמבולנס: ראיון מרגש ומלא הודיה עם האב



3 איך מתנחמים על נכדה שנהרג בהילולת הבבא סאלי? הרב שלום ארוש בראיון בלעדי



4 איך מיילדת דתיה מסתדרת עם משמרות שבת? השבת של נעה פרייזלר



5 עדי רן: "תחושת ההחמצה שאני מרגיש מאז פטירתה של אמי קורעת אותי לגזרים"



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



להצטרפות לניוזלטר הידברות ננסו - http://hidabroot.org.vp4.me/newsletter



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



### הידברות שלום, במה נוכל לעזור?



- מזכירות הידברות..... 03-6166614
- יעוץ למתחזקים בתחילת הדרך..... 03-6106061
- יועצים לשלום בית..... 073-2221310
- יעוץ לנשים בנושא טהרת המשפחה..... 02-6301522
- המזנת 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
- סנדאות בית הידברות..... 073-2221300/371
- הידברות שופס (מכירות)..... 073-2221250
- מנוי להפצת עלון השבת..... 073-2221253/388

# צילדים

## זכרונות מהקיץ שעבר (ד')

בשבוע שעבר ספרתי לכם על המופע שערכתי בסיום המחנה

וטובים".  
נטלתי את המיקרופון ואמרתי: "אני חוזר שוב ואומר, שהנהלת הקמפ עשתה הכל להנעים לנו את החיים - חוץ מדבר אחד: היא לא ברה בדיק מי הם הילדים שמגיעים לכאן. האם מישו חשב לברר על הילדים? על החנוף שלהם? על הבית שלהם? האם דאגתם לכללי ברזל, לפיהם ילד שפוגע ומשפיל את חברו - לא ימשיך כאן ולו שעה אחת?"

"ושוב אני רוצה להודות למנהלי הקמפ, שבאמת אינם אשמים במה שקרה. הם עשו את כל המאמצים לעשות לנו חפשה טובה ונעימה. אני רק רוצה להעיר בשביל דורות רבים של ילדים שיהיו כאן איה - שפדאי לחשב גם לא רק על התנאים - אלא גם על זהות המגיעים לקמפ." ירדתי מהבמה לקול תשואות רמות. מנהל הקמפ נהג בחכמה וקבל על עצמו בפני ההורים לדאג שבשנה הבאה לא יקרו שוב דברים כגון אלה שתארת. **בשבוע הבא אספר לכם מה קרה כשחזרתי לחדר.**

טוב. יש ילדים שמקבלים כאן המון שמחה וחזק. מהמקום, מהמדריכים, מהפעילות. יש ילדים שמקבלים כאן כח לשנה שלמה. רב הילדים. אבל לא כלם". שקט השתרר.

"יש כאן ילדים שעברו כאן חדשים של ענויים. פגעו בהם, השפילו אותם, רמסו את כבודם ואת נפשם. הם באו לכאן עם תקנה ויצאו עם יאוש. באו עם שמחה ויצאו עם עצב.

"הם הגיעו לאסוף כחות וגלו שלקחו להם את הכחות שהיו להם. הם הגיעו עם חם בלב ויצאו מכאן עם חר בלב. האם לכל ההורים שנמצאים כאן יש משג מה הילדים שלכם עברו? או שפמו ההורים שלי, כלכם בטוחים שהילדים שלכם נהנו כאן עד השמים?". ראיתי את אחד המארגנים של הקמפ מתקדם לעבר הבמה. הוא נגש אלי, אחז במיקרופון ואמר: "אתה משמיע כאן האשמות מאד חמורות על הקמפ. אנחנו עשינו כאן מה שיכלנו כדי לעשות לכם את החיים נעימים

פעבר חצי שעה נגשו הילדים לבחר את התכנית הטובה ביותר, ולאחר ספירת הקולות התברר, כי תכניתי זכתה ברב עצום במקום הראשון.

המנחה העלה אותי אל הבמה כדי לקבל את הפרס, וכלם הריעו ממשכות. כנהוג, התבקשתי לשאת מספר מלים לרגל זכיתי. נגשתי אל המיקרופון, המתנתי מספר רגעים עד שהשתרר שקט, ואז התחלתי לדבר. "יש לי כמה מלים לומר על הקמפ, אמרתי. ראיתי שכלם מטים אזן לשמע דברי שבח והלל על המקום.

"אני רוצה לדבר אל שלש מאות ההורים שבאו לכאן. כל הורה כאן משקיע כסף רב כדי שהילד שלו יהנה מחפשה נעימה וממנוחה מהמאמץ המלווה. כל הורה רוצה שהילד שלו יקבל קצת שמחה וכח לקראת השנה הבאה. ויבאמת, הנהלת הקמפ עשתה הכל להנעים לנו את החיים. תנאים טובים, מדריכים מצוינים, אכל



### בדיחות לילדים



- היה לי מאבק מול חברת החשמל.
- ומי ניצח?
- נשארנו בתיקון. אני לא נותן להם כסף, והם לא נותנים לי חשמל.



- הנסיעה הזו היתה קשה. קשה לי לשבת נגד כיוון הנסיעה.
- מדוע לא בקשת ממני שישב מולך שיתחלף איתך?
- חשבתי על זה. הבעיה היא שאף אחד לא ישב מולי...

- אולי אתה יודע איפה זה רחוב דבולכר?
- לא, לא יודע.
- אז למה אתה לא שואל?



פעם הייתי שחצן. אבל מאז שהתגברתי על זה - אני מושלם!

### מה בפרשה?

## לומדים את ההלכות

לאחר קבלת התורה, מצווה הקב"ה את משה ללמד את בני ישראל את מצוות התורה. הפרשה מתחילה בהלכות עבד עברי, ולאחר מכן דנה בדיני נזיקין - אדם שהזיק לחברו באופנים שונים, מתי חייב לשלם את הנזק שגרם, ומתי הוא פטור? הפרשה עוסקת, למשל, באדם שכרה בור, ואדם אחר נפל לתוכו, באדם שנגב מחברו וכן הלאה. התורה מצווה שלא לענות גר, יתום ואלמנה, אוסרת הלוואה בריבית ומזהירה מן השקר. לאחר מכן נלמדים הדינים של שנת השמיטה, וכן ציווי שמירת השבת והחגים. הקב"ה מזהיר את בני ישראל כי ארץ ישראל וכל טובה יהיו נתונים להם רק אם ישמרו את מצוות ה'. משה בונה מזבח תחת ההר, ובו 12 אבנים ל-12 שבטי ישראל. לאחר מכן עולה משה רבנו אל הר סיני למשך 40 יום ו-40 לילה, כדי להוריד אל ישראל את הלוחות.

"אנשים מספרים על עצמם" סדרת ספרים מפתיעים, מרגשים, מחזקים, כתובים ביד אומן, שבצעם כולם כבר מכירים...



מה קראו במספריה שלכם?

מחיר מיוחד ספרים מלא ובנוסף שלוח חינם עד הבית!

הידברות ספרים - לקנות - להתברר

לפרטים ולהזמנות: SHOPS.hidabrot.org או במוקד המכירות: 073-222-12-50

### "ילדים מספרים על עצמם"

הענקת פתרונות חינוכיים מעולמם של הילדים. כל אחד מהסיפורים יעניק לילדכם כלים מסולאים מכו שילוו אותם לאורך כל חייהם.





המשך בשבוע הבא...

להצטרפות למגני החודשי או לרכישת מגוון מוצרי חבורת תרי"ג, היכנסו לאתר הידברות שופס או חייגו: 073-222-12-50

# זיכוי של קונדיטוריה אחרת

ראובן שילם לשמעון בזיכוי - אך התברר שמדובר בזיכוי של קונדיטוריה אחרת...

פי יתן איש אל רעהו כסף או כלים לשמו (שמות כ"ב, ו')

את הקופה כדי להוציא את שובר הזיכוי, אך לא מצאו. "אני מאוד מצטער", אמר לראובן, "השטר ככל הנראה אבד".

מעשה בראובן, שהיה בידו שובר זיכוי על סך מאה שקלים, לרכישת דברי מאפה בקונדיטוריה. נכנס לקונדיטוריה "שמעון", בחר מאפים ועוגות במאה שקלים, ומסר לידי שמעון את השובר.



בקש ראובן ללכת, אך כאן שמעון, שכלל הנראה הינו יודע-ספר, פונה ואומר לו: "הבה ונפריד בין העניינים; אתה חייב לי מאה שקל עבור העוגות, ובה אין כל ויכוח, כי נהנית מהם ולא שילמת עבורן; מאידך, גם אני חייב להשיב לך את תעודת הזיכוי, אלא, שלכל היותר אני 'שומר שובר' על הזיכוי הזה, והלכה בידינו, שחיובי 'שומר', לא נאמרו בשמירה על שטרות, אלא רק על חפצים שגופם ממון; ומכיוון ששטר זיכוי אין גופו ממון, הרי שאין עליו חיובי שמירה...".

למחרת, שמעון בדק את הכנסותיו, והנה הוא מגלה את שובר הזיכוי של חברו ראובן, אלא שלהפתעתו, הזיכוי שבשובר היה לרכישה בקונדיטוריה "לוי". שוברי שתי הקונדיטוריות (של שמעון ושל לוי) הינם כמעט זהים, וגם הקונה וגם המוכר לא שמו לב לטעות שאירעה.

האם טענתו של שמעון נכונה? **השיב הרב זילברשטיין שליט"א:** נראה שטענתו של שמעון אינה מתקבלת, משתי סיבות: (א) ראובן שילם על דברי המאפה שקיבל על ידי

שמעון צלצל אל ראובן, והודיע לו על הטעות. ראובן התנצל ואמר "מחר אגיע אליך בע"ה, ואשלם לך מאה שקל, ואתה תשיב לי את תעודת הזיכוי". כשהגיע ראובן אל הקונדיטוריה, שמעון פתח

## ופריו מתוק הרב ארז חזני

הזיכוי, ואמנם שילם, מחמת טעות, בשווה כסף ולא בכסף, בכל זאת שמעון הרי קיבל את הזיכוי ששוויו הוא מאה שקל, כי כך אפשר לקבל עבורו (בקונדיטוריה של לוי), כך שזיכוי זה יכול להיחשב במצב שכזה ל"דמי המקח".

ואמנם ברור שכונת כל מוכר היא לקבל כסף ממש, ולא שווה כסף (כפי המבואר בדברי הריטב"א המובאים בשו"ע ח"מ סי' ק"א ס"ו, שלגבי מוכר סחורה, אומדנא ברורה היא שאין דעתו לקבל עבור סחורתו שווה כסף, אלא דווקא כסף מזומן), מכל מקום, אם למשל לקונה אין אפשרות תשלום אחרת, מלבד שווה כסף, מן הסתם שהמוכר מעדיף לקבלו (ועל כל פנים לאחר שכבר קיבל, מסתבר שמתרצה בכך), ולכן, גם כאן ניתן לומר שלאחר שהמוכר קיבל את השווה כסף ואיבדו, יכול הקונה להסתפק בתשלום זה (ויעוין בקצות שם ס"ה, ובאבני מילואים סי' כ"ז סק"ד).

(ב) שמעון קיבל לידו את הזיכוי. אם טוען כעת "מקח טעות", עליו להשיב תחילה מה שקיבל, ככל חזרה ממקח שנעשה בטעות (וע"ע בנתיבות סי' ע"ב ס"ק י"ג, ודו"ק).

**לסיכום:** ראובן אינו חייב לשלם לשמעון את מאה השקלים.

לרכישת ספרי "ופריו מתוק" של הרב ארז חזני חייגו להדברות שופס 073-222-12-50  
Shops.hidabroot.org או

# באוירה משפחתית

## לא נלחמים. מצטרפים!

12 בלילה - לא עייפים. אבל אצלנו בבית יש

כלל אחד בלבד: נכנסים למיטה בשעה 9! במיטה, תוכלו לעשות הכול: לקרוא, לכתוב, לפטפט, לחשוב מחשבות, כל מה שתמצאו. אנחנו, ההורים, הולכים לישון, אבל אתם לא חייבים להירדם, אפילו עד 1 בלילה!"

מספר ימים חלפו, האישה מטלפנת אלי, כולה מברכת: "הילדים נכנסים למיטות, ללא ויכוחים, וב-10 בלילה כולם ישנים! כולם!"

ברגע שמצטרפים לילדים ולא נלחמים - הם פורשים מהמלחמה.

יום אחר כך התלוננה באזני אישה שרצתה לצאת עם בעלה לטיול, אבל הוא רק רוצה ללמוד ואין לו עניין בטיולים. האישה נעלבה, כמוכן, כי היא סבורה שיש דרך ארץ ויש תורה.

"מי קבע שבטיוול אי אפשר ללמוד?" - תמהתי, "להפך, כשהבעל מצטרף לאישה בראייה, אף אחד לא מפריע לו גם לטייל וגם ללמוד תורה!"

אז גם אתם, קחו את הדבר לתשומת ליבכם, אינכם יכולים לבצע את מה שעל לבכם, הצטרפו למערכה ותיהנו אף אתם.

**מתקשים להשכיב את הילדים מוקדם? היכנסו לאתר "הקמפוס היהודי", לסדנה הייחודית של מנוחה פוקס על השכבת ילדים בשעות שפויotes, ותתחילו ליצור את השינוי בבית!**

לפעמים במקום להילחם, עדיף לחשוב איך להצטרף, כך שכל הצדדים יהיו מרוצים

לכאן ולצייר על הקיר כאוות נפשם. יותר גרוע ממצב החדרון הזה כרגע, זה לא יהיה".

מאותו יום שימשה המרפסת הקטנטנה לפינת יצירות הילדים. מאז, מעולם לא קשקשו סתם על קיר. היה להם קיר משלהם. קיר שעליו ציירו בכל עת שהתחשק להם לעשות כן. ואגלה לכם בסוד - זה היה הקיר הנאה ביותר בביתנו.

"אם לא תוכל להשתלט עליהם" - הסברתי לאותו שואל - "חשוב איך אתה מצטרף אליהם".

למחרת, בתום הרצאתי, נגשה אלי אחת האימהות, היא רצתה מאוד שדובר על השכבת ילדים לישון, וזה לא היה הנושא שלנו. היא ספרה שהיא אובדת עצות. הילדים שלה לא הולכים לישון עד

12 בלילה. לפעמים היא נרדמת לפניה. ובבית הספר הם עייפים... עד אותו רגע היא כפתה עליהם ללכת למיטה, לכבות אור, לעצום עיניים, לסגור פה, ולישון! זה יצר מריבות בכל לילה ולא עזר.

מה שאני הצעתי לה היה לומר לילדים כך: "ילדים, מהיום אני אתכם. אתם צודקים, לפני

למה לצאת למלחמה אם אפשר לצאת מזה בשלום? זה מה שעניתי לשלושה אנשים שונים בשבועות האחרונים. כל אחד ושאלתו הוא.

הראשון שאל מה לעשות עם ילדו, שלא שומע לדבריו ולדברי אשתו ומקשקש כל הזמן על הקירות.

סיפרתי לו שכשהיו ילדי קטנים, נהגו באותה צורה. אהבו לעבור ליד הקיר, להושיט את הצבע ולקשקש. כשראו שהדבר מכעיס אותנו, ההורים, הם לקחו את הצבע למקום נסתר. נסתר לדעתם, נגלה לעינינו.

יום אחד, ללא קשר לדברים, אמר לי בעלי: "ראי כמה מוכערת מרפסת השירות שלנו. הקירות שלה עשויי בטון ולכלוכי צבע שהשאירו הפועלים שבנו את הבית. אולי כדאי להביא מישהו שיצבע את הבטון ושהמרפסת הקטנה הזו תקבל צורה?".

חשבתי לעצמי מספר דקות ופתאום עלה רעיון במוחי. "מה דעתך?", אמרתי לו, "להפוך את המרפסת הזו, שמכילה אך ורק מכנת כביסה וארון דל, למרפסת ציורי ילדים? נאפשר לילדים לבוא



# שירת האמונה

הרבנית חדוה לוי

## המסמרים שנשארים בגדר

מדוע מגיעים המשפטים הארציים דווקא בנקודת השיא של מתן תורה?

ואמר לו שכעת, בכל יום שחולף ללא כעס - ישלוף מסמר אחד מן הגדר. הימים חלפו, ולבסוף כל המסמרים נשלפו מן הגדר.

האב חיבק את בנו ובקש ממנו להביט בגדר. הבן ראה שהגדר מחוררת.

אמר לו אביו: "הגדר כבר לעולם לא תהיה כמו שהיא הייתה בהתחלה, בני היקר. כשאתה פוגע במישהו - אתה כאילו גורם לחור בלבו". כאב של מילה שיצאה מהפה, לא פשוט לרפא...

לפני שאתה מוציא משפטים מפיק ("ואלה המשפטים אשר תשים לפניך"), שים לב שהם לא פוגעים. שלא יותירו צלקת בלב החבר שלך, בדיוק כמו החור שבגדר. פצע מילולי כואב אף יותר מפצע פיזי.

"שים לב למחשבות שלך, הן הופכות להיות מילים. שים לב למילים שלך, הן הופכות להיות משפטים. שים לב למשפטים, הם הופכים

מסופר על ילד קטן עם אופי רתחני, שבכל פעם שמשוה לא הסתדר כפי שרצה - הוא היה צועק ומוציא מפיו מילים לא יפות. החברים שלו מצאו את עצמם נעלבים ממנו פעם אחר פעם, עד שהוא נשאר לבד. הלך לאביו וסיפר על כאבו. אבא שלו לקח אותו לחצר הבית, נתן לו שק

עם מסמרים ואמר לו שבכל פעם שהוא כועס עד שמרגיש שהמילים הקשות מתפרצות מפיו - הוא ייקח את הפטיש ויתקע מסמר בגדר שמקיפה את ביתם.

ביום הראשון, תקע הילד 37 מסמרים בגדר. ביום השני אותו מספר, אך במהלך השבועות הבאים ירד מספר המסמרים שהוא תקע בגדר. הוא למד שקל לו יותר לשלוט בכעסו מאשר לתקוע מסמרים בגדר.

לבסוף הגיע היום בו הילד לא התפרץ כלל. אבא שלו שמח כל כך, נתן לו שוקולד טעים



למעשים. שים לב למעשים, הם הופכים להיות הרגלים.

וההרגלים? כדאי שנתרגל לחשוב טוב..."

התורה מתארת את המעמד הנשגב של מתן תורה, ובאמצע השיא - מגיעה פרשת משפטים, שמתארת ירידה לפרטים הגשמיים ביותר בארציות האדם (שור שנגח, מכה או מקלל אביו ואמו, התרחקות מדבר שקר וכו'). נשאלת השאלה, מדוע בחרה התורה דווקא בנקודת השיא להכניס את המשפטים?

כתוב בתהילים, "מִגִּיד דְּבָרוֹ לְעֵקֶב; חֶקְיוֹ וּמִשְׁפָּטָיו, לְיִשְׂרָאֵל" (תהילים קמ"ז י"ט). אומר על זה המדרש, "מגיד דבריו ליעקב - אלו עשרת הדברות. חוקיו ומשפטיו לישראל - אלו המשפטים" (שמות רבה ל', ט'). הוא רומז שהמשפטים אף גבוהים יותר בקדושתם.

השותפות שלנו עם בורא עולם מתבטאת דווקא בפרטים הקטנים של חיינו, כשהאדם נדרש לזכך את מידותיו בנינים שבין אדם לחברו, בתוך המשפחה ומחוצה לה. האדם נדרש להכניס את האור האלוקי אל תוך המציאות הגשמית, ובכך לעשות לקב"ה דירה בתחתונים.

כל פרסום הפקת הערב בחסות הידברות לפרטים ותיאום תאריך: 073-222-1240

**איך תזכי לערב כזה?** את מתקשרת לתיאום מועד, מזמינה את החברות, המשפחה והשכנות, מחליטה על מקום בביתך, בביה"כ, במתנ"ס או באולם אירועים

האמנית הרבנית אהובת הקהל **חדוה לוי** בערב מחולל פלאים

**נשים יקרות!** היכרות בהזדמנות מיוחדת במיוחד בשבילכן, עם **האמנית הרבנית חדוה לוי קרובה אליכן** מתמיד בערב של שמחה והודיה המסוגל לכל הישועות!

## לא אוהבת לבשל!

האם אישה חייבת לדעת לבשל, איך מונעים מהילד להזיק לתינוקת, ולמה בן הזקונים כועס?

**?** יש לי בעיה גדולה. אני לא אוהבת לבשל ובעלי לא יודע לבשל. חמותי היא ממש טבחית מושלמת, ובעלי התרגל לאוכל טוב מאד. בכל פעם שאנחנו הולכים לאימא שלו היא מבשלת לנו ואנחנו לוקחים לכל השבוע. האם יש פסול באישה שלא מבשלת, או שזה בסדר שאני אעשה את המינימום, ובמשך הזמן גם בעלי יבשל, וגם הילדים בעתיד הרחוק?

בדרך כלל האם היא זו שנמצאת יותר בבית בכלל ובמטבח בפרט, מה לעשות שעליה נשען הבית? היא, על פי רוב, נמצאת יותר עם הילדים. ייתכן שאצלכם בבית הכול יהיה שונה. אולי בעלך יהיה יותר בבית ואת תצאי לעבודה לשעות רבות, אולי אצלכם הילדים בעתיד יכינו את האוכל במטבח?

הכול יכול להיות. ובכל זאת, כן הייתי מייצעת לך להיכנס למטבח, ללמוד להכין מאכלים קלים ולהכין אותם, גם אם את לא כל כך אוהבת.

דעי לך שבעל מעדיף לאכול בביתו שלו מאכלים פחות משובחים, שהכינה אשתו, מאשר לאכול במסעדת פאר. במאכל שמכינה אישה לבעלה - נכנסים לב ונשמה, גם אם זו רק חביתה.

אני בטוחה שאם תיקחי את עצמך לידים ותכניי לבעלך מאכלים פשוטים שאפשר ללמוד בנקל איך להכין, הבעל יאכל בתאבון מוגבר, כי הוא יקבל מלבד את המנה - גם את הנשמה שבה. (מנוחה פוקס, סופרת ומומחית תהליכי חינוך)

\*\*\*

**?** יש לנו בן בכור בן שנה ועשרה חודשים, ולאחריו תינוקת בת חמישה חודשים. הוא מצד אחד מאד אוהב אותה, ומיד כשחוזר מהגן מחפש אותה כדי לשחק עמה, אך אז ממש מציק לה ומצער אותה. ברוב הפעמים נראה שהוא עושה זאת רק כדי לקבל מאתנו תשומת לב. ניסינו כל מיני שיטות, אך הדבר חוזר על עצמו שוב ושוב. האם עלינו למנוע ממנו להתקרב אליה, או שישנה דרך אחרת לאפשר לו לשחק בחברתה?

ראשית יש להבין שבנכם הבכור היה רגיל לקבל עד כה את מלא תשומת הלב. הוא התרגל שרק אליו מתייחסים, אותו אוהבים. לפתע מגיעה תינוקת קטנה שכביכול תופסת לו את מקומו ולכאורה אינו מבין מה קרה.

תוכלו להירגע, מכיוון שהתנהגותו טבעית לחלוטין ותואמת את גילו. חשוב מאד לשתף אותו בדברים הקשורים לתינוקת כגון לבקש ממנו לעזור לכם בדברים כמו להביא טיטול,

מגבת, בקבוק, מוצץ אפילו לתת לו להאכיל אתכם אותה, לנדנד אותה בעגלה. השיתוף גורם לו להתחבר ולהרגיש חלק.

במקרה של הרמת ידיים, אחזו בידו בעדינות והגידו לו "אני לא מרשה" או "לא מרביצים" (אל תקשרו את המסר לתינוקת! תגידו מסר כללי, ע"מ לא ליצור התנגדות לתינוקת) חזרו על אותן מילים כדי שהמסר יעבור בצורה ברורה ולא יבלבל אותו.

בשעות ערות למדו אותו לשחק אתה, במה מותר ובמה לא. איך משחקים אתה - בעדינות. היו במחיצתם כשהם משחקים ביחד.

בשעות שהתינוקת ישנה ואין הסחות דעת, הקדישו לו זמן איכות של משחק משותף אתכם, הרעיפו עליו את אהבתכם בכך הוא ירגיש שעדיין מקומו בטוח ובמשך הזמן יתרגל ל"רעיון" החדש, וילמד כיצד להתייחס. (יוכי דנחי, יועצת חינוכית ותומכת רגשית לגננות ולאמהות)

\*\*\*

**?** חיתנתי את בתי הבכורה, ונולדה לנו נכדה ראשונה במזל טוב. מאז שהיא נולדה - בן הזקונים בן ה-8 השתנה מאוד. מילד חברותי, רגוע ונעים הוא עצבני, ממורמר, מסתגר, מתלונן וילדותי. מה עלי לעשות?

אם תשאלי את הבן "מה אתה אומר, מה השתנה?", הוא יענה: "מאז שאחותי התחתנה שכחו אותי, כולם סביב החתן והכלה, ומיהו בכלל? לקח את אחותי והיא בקושי מתייחסת אלי. היא שכחה שהיא גידלה אותי. בהתחלה החתן, ועכשיו התינוקת! אני כל הזמן צריך לוותר, לקחו לי את החדר, אסור להרעיש, אסור להביא חברים, כל היום תביא. תיקה, תלך, תבוא. לאחותי לא אכפת ממני, וגם אמא ואבא כל הזמן עסוקים, אין להם זמן בשבילי, הם כבר לא מתעניינים בי כמו בעבר, אמא סביב הנכדה ואחותי, ואבא חוזר מאוחר. אני מרגיש בודד".

כאשר מתרחשים שינויים בתוך המשפחה - כולל שינויים משמחים - הדבר גורם לטלטלה לכל אחד מבני המשפחה. ככל שהילד צעיר יותר - הוא נתקל בקושי רב יותר, מכיוון שאין לו הכלים והתובנות של אדם בוגר. אנו, כהורים לילדים צעירים, צריכים לתת את הדעת מהו המקום והתפקיד שנועבר לבן הזקונים. טוב יהיה לתת לו את התפקיד של הדוד הגדול, לשתף אותו בכל דרך אפשרית, להתייעץ עמו ולחלוק עמו חוויות. זה יחזיר לו את רגש השייכות. (ציונה תמים, יועצת הורות ומשפחה, "שבילים בשבילך")

## עוד על משפחת ויטמיני B

### B10 - חומצה פולית

תפקידה של החומצה הפולית הוא ייצור חומצות גרעין ה-D.N.A, ייצור ה-R.N.A וייצור חלבונים ותאי דם אדומים.

יחד עם ויטמין B6 ו-B12, החומצה הפולית מונעת רמות גבוהות של הומוציסטאין בדם. החומצה הפולית חשובה למניעת מצבי דכאון. במחקר שנערך בקרב חולי דכאון, נמצא שהם סבלו ממחסור בחומצה פולית. בנוסף, השימוש בחומצה פולית חשוב מאוד אצל נשים בהריון, שכן מחסור ב-B10 עלול לגרום למומים מולדים בעובר, כתוצאה מנוק במערכת העצבים.

הוויטמין גם חשוב מאוד לתפקוד תקין של מערכת העיכול - המעינים, והוא גם מגביר תיאבון ומועיל ליצירת חלב למיניקות.

חומצה פולית ניתנת כתוסף, בין 400-800 מ"ג. המקורות במזון: שמרים, אספסת נבטים, זרעונים, שקדים, סלק, עלים ירוקים וברוקולי.

### B12 - קובלמין

חומצה פולית ו-B12 פועלים בהדדיות ביצירת תאי דם אדומים תקינים. ויטמין B12 משתתף ביצור ה-D.N.A, כדי שהתא יחלק את עצמו כמו שצריך. הוא גם חיוני ביותר לתפקוד תקין של מערכת העצבים.

בטבע קיים הוויטמין בשתי צורות: ציאנו-קובלמין והידרוקסי-קובלמין.

כדי שגופנו יוכל לספוג את הוויטמין במערכת העיכול, הוא מפרש במעינים חומר נשא המתחבר אל הוויטמין, ונושא אותו מהמעי הדק אל זרם הדם. ללא גורם זה לא תהיה ספיגה של הוויטמין, גם אם נקבל אותו בכמות מספקת מהמזון. ולכן אנשים עם חוסר בוויטמין צריכים לקבל תוסף של הוויטמין, עדיף כזה שניתן מתחת ללשון, ונספג ישירות לזרם הדם.

תסמינים של מחסור בוויטמין B12: קוצר נשימה, חולשה, תשישות, דכאון, אנמיה, דלקות עצביות, קשיי הליכה, דלקת עצם הפנים, פצעים בפה, הרדמות הגפיים.

מקורותיו במזון - ירקות כבושים. יש חיידקי תסיסה שמייצרים B12, וכן אצות אגם ומוצרים מעולם החי.

הוויטמין נוצר במעינים, אם המקרו פלורה תקינה. הרמה המומלצת של ויטמין B12 בדם היא בין 400 ל-900.

# הגרלת הענק מתנת 'פיניש'

חברת 'פיניש' מעניקה מתנה חסרת תקדים. כל המזמין שבת לקהילה בבית הכנסת שלו עם רבני הידברות (ללא עלות) נכנס להגרלה!

שווי הפרס

## 200,000 ₪

### להידור בית הכנסת שלך מתנת חברת 'פיניש'

שבת בקהילה עם רבני הידברות כוללת: הרצאות מרתקות, גיבוש הקהילה, ייעוץ והכוונה



היכל קודש

אהונות ספרים

מיזוג ותאורה

כיסאות ישיבה



מגדילים תורה בקהילות ישראל



ריהוט אמנותי לבתי כנסת

# 073-222-13-61

התמונות להחשפה בלבד | נספח לתקנון | בליוי רדח | ט.ל.ח.




## לצפייה ישירה מבלי לצאת מהבית!

## הקמפוס היהודי?


## אילו סדנאות מחכות לך באתר




**הדיאטה האחרונה בחיך? בריאות ותזונה**  
אליהו שירי | 5 שיעורים




**מחרדות לשלוח ולרוגע בחיים שלוח הנפש**  
הרב אייל אונגר | 6 שיעורים



**להיות בשמחה תורת הנפש**  
רן רובר | 5 שיעורים



**דקלה יוספסברג**  
אמא שמחה ונינוחה חינוך ילדים בגישת שפר  
דקלה יוספסברג | 9 שיעורים




**מנוחה פוקס**  
איך להרדים את הילדים בזמן חינוך ילדים  
מנוחה פוקס | 6 שיעורים



**סדנה למיגור דיכאון ומרדות דיכאון, מרדות ואמונה**  
הרב יגאל כהן | 14 שיעורים



**סודות החינוך האפקטיבי סדנת חינוך**  
חיים ולדר | 10 שיעורים



**כך תחזירו אותם אליכם סדנת חינוך - נוער נושר**  
הרב דן טיומקין | 10 שיעורים



**בקרוב אצלך, מציאת זוגיות כלים למציאת זיווג**  
הרב דן טיומקין | 6 שיעורים



**חינוך ילדים עם הפרעת קשב וריכוז לחנך באהבה**  
הרב דן טיומקין | 6 שיעורים