

זמן כניסת יציאת שבת			
מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת	ירושלים
21:04	20:29	19:12	ירושלים
21:02	20:31	19:29	תל אביב
21:06	20:33	19:24	חיפה
21:02	20:29	19:29	ב. שבע

"מה טבו אהליך יעקב"

סוד המכובדות היהודית והחינוך לכבוד הזולת ולחיי אצילות

מורנו הגה"ר זמיר כהן שליט"א

פעם אחר פעם ניסה בלעם לקלל את ישראל, אך שוב ושוב קרה משהו שגרם לו לברכם בנבואה נגד רצונו. באחד הפעמים נאמר: "וַיִּשָּׂא בִלְעָם אֶת עֵינָיו וַיַּרְא אֶת יִשְׂרָאֵל שֹׁכֵן לְשִׁבְטָיו, וַתְּהִי עָלָיו רוּחַ אֱלֹהִים וַיִּשָּׂא מִשְׁלוֹ וַיֹּאמֶר וכו', מַה טְבוֹ אֵהְלִיךְ יַעֲקֹב מִשְׁכַּנְתֶּיךָ יִשְׂרָאֵל". והוא חתם את דבריו על ישראל במילים: "כִּרְעֵ שֹׁכֵב כְּאָרִי, וְכִלְבִּיָּא מִי יִקְמְנוּ! מִבְּרַכְיָךְ בְּרוּךְ, וְאֶרְרִיךְ אֶרְוֶר!" (במדבר כ"ד, ב"ט). בא לקלל ונמצא מברך. ומהו הדבר שראה במשכנות ישראל ובזכות זאת שרתה עליו רוח נבואה לברכם נגד רצונו? הנה דברי רבותינו ז"ל: "וַיַּרְא אֶת יִשְׂרָאֵל שֹׁכֵן לְשִׁבְטָיו - שלא היו מעורבים, אלא כל איש ואיש על מחנהו ואיש על דגלו. ראה אותם שלא היו מכוונים פתחיהם פתח כנגד פתח, אלא היו צנועים. מִיֵּד וַתְּהִי עָלָיו רוּחַ אֱלֹהִים - לברכם" (פסיקתא זוטרותא, בלק דף קכח ע"ב).



כלומר, בניגוד להרגל הגרוע שהיה רגיל בלעם לראות בארצו, שבתו הפרטי של כל אדם וענייניו האישיים חשובים לכולם, הנה לפניו עם מכובד וצנוע, מגוריהם עשויים באופן שפתחו של זה אינו כנגד פתח בית חברו, כל אחד שומר על צנעת הפרט של עצמו ושל זולתו, וכל אדם חי בביתו בשלוה וברוגע בהיותו יודע שיש לו פרטיות מלאה. ומתוך התפעלות זו בירך בלעם את ישראל, נגד דרישת בלק מלך מואב שהזמינו אליו בשביל לקלל את ישראל. מדברים אלה עולה מסר גדול עבורנו אודות ההנהגה היהודית המקורית הראויה לנו, לחיות חיי צניעות וקדושה, לשמור על פרטיות מתוך מכובדות עצמית, ולהימנע מהצצה חטטנית לחיי הזולת. כך גם לחנך את ילדינו לעדינות נפש, לשמירת כבוד הזולת ולשמירה על פרטיות, ולהתרחק מאד ממידת העזות והחוצפה. כל זאת בניגוד גמור לאווירה המשובשת שחדרה בדור האחרון מאומות העולם לעם ישראל, לאפשר לכל דכפין להיכנס באמצעות כלי המדיה השונים לתחום הפרט, לחטט בענייניו הפרטיים באופן הגרוע פי כמה וכמה מבית שפתחו פתוח מול פתח בית חברו. הפלא הגדול

- 2 הרבה מצוות גלעד שמואלי
- 3 חשמל או עצים? הרב יצחק פנגר
- 5 שאלות לימי הקיץ הרב ירון אשכנזי
- 6 נור מתוך האכילה ע. עידן
- 10 סיגריאות מזיקות עודד הרוש
- 14 מה רדוד בזה? כינה לשם

בשבת?

מותו, הואיל והסיבובים מעיפים את אגלי המים מעל העלים, ובעלים עצמם אין כל שינוי. ואינו דומה לסלייסר שחותך, ששם אסור מפני שדומה למגדרת (פומפיה), ויש בו איסור טוחן ככל כלי המיוחד לטחינה.

לברך תחילה את שלש הברכות עד ואני אברכם, ואח"כ יקרא קריאת שמע (יחד עם ברכת המפיל). ובבוקר יחזור לברך את ברכות התורה יחד עם כל ברכות השחר, כיוון ששוב חזר לישון.

האם מותר להשתמש במייבש חסה

הג"ר אברהם יוסף שליט"א

שאל את הרב



נרדמתי לפני קריאת שמע, אך התעוררתי באמצע הלילה. האם אוכל לומר קריאת שמע ולחזור לישון?
לאחר שינה על המיטה, נחשב לו כהיסח הדעת לעניין ברכות התורה, ולכן עליו

עבר שלום

כנרת

הרב יצחק פנגר | הרב חיים זאיד

חמישי - שבת | פרשת פנחס

ט"ו-י"ז תמוז 14-16.7

סעודות גורמה

במלון המפואר - כינור גליל - בריכה וחוף ים נפרד

חדרים מעוצבים

הבטיחו מקומכם!

073-222-1270

חדרים אחרונים

לפיכך הרבה להם תורה ומצוות

מה המטרה של המצוות? כיצד יכול האדם להשתנות? ומה הסוד שגילה רבי חיים ויטאל מגדולי המקובלים?

ספרו "שערי קדושה" - הסיבה שבגינה יש באדם רמ"ח איברים ושס"ה גידים היא מפני שנשמתו בנויה מרמ"ח איברים ושס"ה גידים רוחניים הניזונים מקיומן של המצוות. ישנן רמ"ח מצוות עשה כמספר רמ"ח האיברים שבגוף האדם, ושס"ה מצוות לא תעשה כמספר הגידים בגוף האדם. ועל כך כותב רבי חיים ויטאל "כל אבר מן רמ"ח איברים ניזון ממצווה פרטית המתייחסת לאותו אבר, וכאשר יחסר לאדם קיום איזו מצווה, גם האבר הפרטי המתייחס למצווה יחסר ממנו מזונו הנמשך לו מארבע אותיות ההו"ה". ממשיך רבי חיים ויטאל ומסביר שכאשר אדם מקפיד על מצוות לא-תעשה הוא נותן בזה כוח למזון הרוחני, המגיע בקיומה של מצוות עשה, להימשך דרך הצינורות של שס"ה גידים, להחיות את האיברים.



לסיכום, מעשי המצוות הם אלה המשפרים ומתקנים את הנפש. הדרך לשינוי אמיתי היא אך ורק על ידי מעשים בפועל, כפי שאמרו חז"ל "רב אמר: לא נתנו המצוות אלא לצרף בהן את הבריות. וכי מה איכפת ליה להקב"ה למי ששוחט מן הצוואר או מי ששוחט מן העורף? הווי לא ניתנו המצוות אלא לצרף בהם את הבריות".

פרק ג', משנה ט"ז - כדי להתפייס בהן כל מחשבותינו ולהיות בהן כל עסקינו, להיטיב לנו באחריתנו. כי מתוך הפעולות הטובות אנחנו נפעלים להיות טובים וזוכים לחיי עד".

המצוות הן חדר הכושר הרוחני של החלק הרוחני שבאדם. כמו שתרגילי כוח ומשקולות מחזקים את שרירי הגוף, כך המצוות מחזקות את הרובד הנשמתי שבאדם. וככל שהאדם ירבה בהן, כך הוא יתעלה יותר ויותר, על דרך המשל כאדם שמתרגל מיומנות כלשהי, כדוגמת לימוד כלי נגינה, יכולות מתמטיות ועוד.

כך לדוגמה מטרת מצוות הצדקה, הכנסת אורחים ושאר מצוות גמילות חסדים - להקנות לאדם את מידת הרחמנות והחסד, שכן על ידי מחשבות בלבד ללא מעשה של הטבה - יישאר הוא באותו מצב, ולא ייהפך לאדם טוב ומתוקן יותר.

סוד המקובלים

רבי חיים ויטאל זצ"ל, תלמידו המובהק של האר"י הקדוש, מגלה לנו סוד בעניין קיום המצוות, בתחילת

ההלכה מלווה את היהודי לאורך כל היום, במשך כל ימות השנה, ללא חופשות. למה ביהדות יש כל כך הרבה מצוות, ומה הסיבה לכל הדקדוקים במצוות? אחד ההבדלים המהותיים בין אופי הדת היהודית לבין דתות העולם הוא שהיהדות היא דת של מעשים, ולא דת של דיבורים. דתות רבות, וביניהן הגדולה בעולם, טוענות שדי להאמין בלב בבורא עולם. הן מסתפקות באחזקת אמונה כלשהי, ללא צורך במעשים בפועל. לעומתן, היהדות דורשת מעשים טובים, קיומן של מצוות.

ומה מטרת המצוות? לזכך אותנו, להפוך אותנו לטובים יותר, מרוממים יותר. הרמב"ם מסביר כי הדרך לתיקון המידות וזיכון פנימיותו של האדם היא על ידי פעולות טובות וחזרתיות, ורק כך ניתן לשנות את הרגלי אישיותו של האדם (רמב"ם, אבות ג', ט"ו). וכן נכתב ב"ספר החינוך" (מצווה ט"ז): "דע כי האדם נפעל כפי פעולותיו, ולבו וכל מחשבותיו תמיד אחר מעשיו שהוא עוסק בהם, אם טוב ואם רע... כי ידוע הדבר ואמת שכל אדם נפעל כפי פעולותיו. ועל כן אמרו חכמים זיכרוןם לברכה: "רצה המקום לזכות את ישראל, לפיכך הרבה להם תורה ומצוות" (מכות

יונתן הלוי

7

שבע סגולות

בשייח' באדר (סמוך לבניין הכנסת בירושלים) שלוש פעמים: בימים שני, חמישי ושני ומבקש ישועה, ובפעם האחרונה יבטיח, כי יחזור להודות לצדיק ולפרסם את הישועה - יזכה בעז"ה לראות ישועות. עד היום ניתן לראות בסמוך לצינון של הצדיק פתקאות ודפים התלויים תחת הכותרת: "הבטחנו לספר..." ומגוללים תחתיהם סיפורי מופתים וישועות עצומות.

6. המונים פוקדים את הצינון הקדוש בבית העלמין "גבעת רם - שייח באדר" לאורך כל השנה, ובפרט סביב יום ההילולא, שחל בכ"ד בחשוון.

7. איך מבצעים את סגולת "שני-חמישי-שני"? מגיעים 3 פעמים לקבר של הצדיק בירושלים. הקבר נמצא בגבעת רם - גן הוורדים - קריית הממשלה - ירושלים (צמוד לכנסת). מתפללים ומבקשים מה' את הישועה בזכות הצדיק. אפשר לומר פרקי תהילים. ראוי לתת פרוטה לצדקה ולהדליק נר. חוזרים על כך 3 פעמים: בימים שני, חמישי ושני ברצף. יש להגיע לפני השקיעה. לחילופין, אפשר להגיע בימי ראשון בערב לאחר השקיעה, ובימי רביעי בערב לאחר השקיעה. מבטיחים בפה מלא שכאשר תזכו לישועה, תבואו שוב כדי להודות לה'. כמובן לזכור לקיים את הבטחה. בשורות טובות וישועות גדולות בקרוב.

7 עובדות על רבי גדליהו משה מזוועהיל

העולים על קברו בימי שני וחמישי וביום שני שאחריו, ברצף שלושה ימים מספרים על ישועות רבות. כל הפרטים על הסגולה המפורסמת "שני, חמישי ושני"

3. לא ארכו הימים, עד שהתבטא רבי גדליהו משה ש"לבו לא יוכל לעמוד בזה", ולמרבה הכאב, לאחר ארבע וחצי שנים הסתלק מן העולם, בכ"ד בחשוון תש"י.

4. רבי גדליהו משה זצ"ל מוכר ומפורסם בעקבות הסגולה המופלאה "שני, חמישי ושני", שעברה מפה לאוזן במשך שנים רבות, שהעולים על קברו בימי שני וחמישי וביום שני שאחריו, ברצף שלושה ימים זוכים לישועות רבות בכל עניין ועניין. ואמנם, העדויות מצביעות על ניסים מופלאים, של עקרות שנפקדו, זוגות שהקימו בית בישראל, ועוד ישועות לרוב.

5. אף היום, שנים לאחר פטירתו, הסגולה בדוקה וידועה, כי כל מי שפוקד את צינון בבית-הקברות

1. רבי גדליהו משה מזוועהיל זצ"ל היה האדמו"ר החמישי לבית זוועהיל. היה ענוותן גדול, ועוד בימי חייו זכה לפעול ישועות גדולות. הוא נולד ברוסיה, ונשאר שם אף כאשר אביו עלה לארץ הקודש. בשל הרבצת התורה שלו, נאסר ע"י הרוסים ונשלח ל-7 שנים בסיביר. שם המשיך לשמור תורה ומצוות במסירות נפש. בערוב ימיו קיבל היתר לעלות לארץ ישראל.

2. עם פטירת אביו, רבי שלומקה בכ"ו אייר תש"ה, ביקשו ממנו חסידיו זוועהיל שימלא את מקומו של אביו. רבי גדליהו משה לא רצה בכך, אך רק כאשר אמרו לו שהישיבה שאביו הקים, "בית מרדכי - זוועהיל", תינזק, הסכים לקבל עליו את עול האדמו"רות, כיוון שרצה לקיים את רצון אביו המנוח ולהחזיק את ישיבתו.



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

בואו להיות חלק מהמהפכה, היו שותפים בהפצה! לקבלת 50 עלונים עד לבית עם שליח. להפצה בבית הכנסת ובסביבתכם הקרובה חייגו 073-2221388

היזכרות
אחד על אחד

מצטרפים להפצת עלון היזכרות המבוקש

והנהים כפול

גם מזכים את הרבים

וגם נהנים ממגוון מתנות

>>

הטבת מתנות
למצטרפים
החדשים

תארו לכם <<

שימשהו יתחזק בזכותכם!
בכל פעם שהוא יקיים מצווה כלשהי
היא תיזקף גם לזכותך!

חודש ראשון חיים!
073-222-1-388

התשלום עבור עלויות ההפקה, הדפוס
והמשלוח - ניתן לשלם מכספי מעשר

גלגוליהם בלק ובלעם

בשמים ניתן שכר גם על מצווה שלא כיוון
בה לשם שמים

לאחר שאלישע הנביא ריפא את המים הרעים שהיו בעיר יריחו, בהליכתו בדרך יצאו נערים ולעגו לו וביזו אותו, ובדרך נס, יצאו שני דובים מן היער, ואכלו מהם ארבעים ושנים ילדים.

מדוע הדובים הרגו דווקא ארבעים ושנים ילדים?

פירושו חכמינו ז"ל במסכת סוטה (מז ע"א), אמר רבי חנינא: בשביל ארבעים ושנים קורבנות שהקריב בלק מלך מואב, הובקעו מישראל ארבעים ושנים ילדים. וכן מובא בזוהר הקדוש בפרשת פקודי (רכ"ד ב). כלומר, בשלוש הפעמים שבא בלעם לקלל את ישראל, ציווה לבלק שיערוך לו שבעה מזבחות, בשביל להקריב שבעה פרים ושבעה אילים, הרי סך הכל ארבעים ושנים קורבנות.

ודברים כפשוטם הם לפלא, מה שייכים בלעם ובלק מלך מואב לאותם ארבעים ושנים נערים שמתו מעם ישראל?

דבר זה יתבאר לפי תורת הגלגולים. הרמ"ע מפאנו בספרו "גלגולי נשמות" (ערך בלק ובלעם) מביא, שבאותם שני דובים שיצאו מן היער, נכנסו כוחותיהם של בלק ובלעם. נמצא שבלק ובלעם עצמם הם אלו שהלכו והרגו את אותם הנערים מישראל, והכוח שניתן להם לעשות כן, זה על ידי מ"ב קורבנות שהקריבו.

על אף שכוונתו של בלק הייתה לרעה בהקרבת הקורבנות הללו, כדי לכלות את עם ישראל, בכל זאת מאחר שבמעשה זה הוא כיבד את ה' בהעלאת הקורבנות, וזה יוצאה מחלציו רות המואבייה, אשר מזרעה יצא דוד מלך ישראל. ומכאן הביאה הגמרא במסכת סוטה לימוד מוסר לעבודת ה', כי כל מעשה מצוה, משפיע לאדם טובה, אף באופן שכל כוונתו הייתה לרעה, וקל וחומר בן בנו של קל וחומר, העושה מצווה בקדושה לכבוד הבורא, ודאי שיוכה לשכר גדול מן השמים.

לאחר שמשו רבנו ניצח את סיחון מלך האמורי, היה ירא מלגשת למלחמה על אחי עוג מלך הבשן, והוצרך ה' לחזקו שלא יפחד ממלחמה זו. ופלא הוא, אחר שמשו רבנו התעטר בעטרת ניצחון על סיחון, מה לו לפחד מעוג מלך הבשן? אמרו חכמינו ז"ל כי משה היה ירא שמא תעמוד לעוג זכות שמימית על שהודיע לאברהם שארבעת המלכים שבו את לוט בן דודו. ומפני כך שגילה לאברהם על אותה מלחמה, ועל ידי כך התגלגל שניצל לוט, פחד משה רבנו שמא תעמוד לו מצוה זו לנצח את ישראל במלחמה. והנה חז"ל אמרו, שכוונה רעה הייתה בדעתו של עוג, הוא חמד ליופייה של שרה, ורצה שאברהם אבינו יצא למלחמה וייהרג, וכך יוכל לשאת את שרה! הרי לפנינו, שכל טובה שאדם עושה, אף שכוונה רעה חבויה בדעתו - מכל מקום על הטובה שיצאה ממנו - ראוי הוא לשכר גדול.

מדוע האר"י הקדוש גער בעורבים?

מסופר בספר שבחי האר"י: "פעם אחת נחו שני עורבים על אילן אחד, והנוצה שלהם נמרטה. אמר רבנו האר"י: 'שני עורבים אלו הם בלעם ובלק, שהוציאום עכשיו מגיהינום כדי להוליקם לגיהינום אחר יותר קשה, ובאו אלי שאתפלל עליהם'. ויגער בהם הרב, ויאמר להם: 'רשעים! בעולם הזה רציתם לעקור את ישראל, ועכשיו בצר לכם באתם אלי שאקבל אתכם? לנו לדרככם!' ומיד פרחו והלכו להם."

מתוך סדרת הספרים "אוצר הגלגולים" - "פחד יצחק". לרכישת ספרי הרב יצחק בצורי היכנסו להדברות שופס או חייגו: 073-222-1250



תנור השמל אל מול תנור עצים

שתי נקודות ראשונות שיעזרו לנו לצאת
למסע אל עבר השני

הסבא מנובהרדוק היה נוהג לשלוח בחורים למקומות, פעמים אף נידחים, כדי לפתוח ישיבות. לא פעם המקומות היו מהווים אתגר רוחני עבור הבחורים. שאלו את הסבא אם אין הוא מפחד שהבחורים שלו יתקלקלו, או שלא יצליחו להתמודד לבד עם הסביבה. כתשובה הוא ענה שישנם שני סוגי תנורים: תנור השמל ותנור עצים. שניהם מחממים, אך תנור החשמל צריך להיות כל הזמן צמוד לשקע. במידה ומנתקים אותו ממקור החשמל שלו - הוא מפסיק לחמם. לעומתו, תנור העצים - לא משנה היכן נציב אותו, אפשר להדליק אותו, והוא לא צריך שום חיבור, כיוון שהחום שלו מגיע מבפנים, בצורה עצמאית. "הבחורים שלי הם תנורי עצים", אמר הסבא. הם מסוגלים בכל מקום להפיץ חום של תורה ושל רוחניות, גם כשהם הרחק ממקור הטעינה שלהם, הישיבה.

כל אחד מאתנו צריך לפעמים להתמודד עם מצבים שהוא לא התכונן אליהם ולא חשב עליהם. ראינו את זה בצורה בולטת בתקופת הקורונה - בידוד, קפסולות, מלוניות, חל"ת ועוד. עלינו לזכור ולבנות את החום הפנימי שלנו, שיבער בכל מקום ובכל מצב.

נקודה ראשונה - אנו נטעין את עצמנו במידע ובכוחות, ונצא לדרך, כך שלא משנה באיזה מקום או באיזה מצב, בעזרת השם נסתדר. לא לחפש את הזמן המושלם והמקום האידיאלי. בכל מקום ובכל עת אפשר להתקדם.

אין לי ברירה

"פעם אחת דיבר ר' משה מקוברין זצ"ל מעניין ההתחזקות, כאשר אם אפילו ייפול הנופל בענייני פיתוי היצר ח"ו שלא יישאר מושכב שם, כי אם יתחזק על עמדו וילחם עמו מחדש. ועמד אז אחד מאנשי שלומו אשר בנערותו נתגדל בכפר, ויאמר אליו: הלא גדלת בכפר, האם רכבת על סוס? ענה לו ואמר: הן, רכבתי לא אחת ולא שתיים. שאל לו: האם נזדמן לך פעם אחת בעת שרכבת על הסוס שנפלת ארצה? ויען לו אשר כמה פעמים קרה לו שנפל. שאל אותו: ומה עשית? אז ענה לו: קפצתי עליו בחיפזון עוד פעם ורכבתי. ויען: כן צריך האדם להיות בעבודתו עבודת השם" (אור ישיר עמ' 145).

נקודה שנייה - יהיו נפילות. אבל כמו שאותו אדם אמר, מיד לקום, ולנסות שוב ושוב. אך ישנה פה נקודה חשובה מאוד. אם אני הייתי רוכב על סוס והייתי נופל ממנו, רוב הסיכויים שלא הייתי עולה שוב ומנסה. מדוע? כיוון שאני לא חייב לרכוב על סוס, וממילא, אם נפלתי - אני לא ממשיד לנסות. הבחור בסיפור היה חייב לרכוב על הסוס, זה היה כלי התחבורה היחיד שלהם אז. ממילא, השיעור עבורנו - אנחנו צריכים להרגיש ש"אנחנו חייבים", שאין אופציה אחרת, ולכן אם נפלנו - נעלה מיד בחזרה על הסוס ונגסה שוב. אל תוותרו על החלומות שלכם בגלל נפילה.

חלום הוא לא משהו שאתה רואה כשאתה ישן, אלא דבר שלא נותן לך לישון.

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

פ"ת | י"א תמוז

יום ראשון 10.7
בית תרבות 'אולם שרת'
רח' חיים עוזר 25
19:30

יבנה | י"ב תמוז

יום שני 11.7
מתנ"ס 'נאות שדר'
רח' הנשיאים 17
19:30

לפרטים והזמנות:
073-222-1-240

המופע לנשים ונערות בלבד!

מרדכי חזיה
האור שבך
חיים זאיד
אבא! תודה

האמנית
הרבנית
חגית רינת
שירה & גבאי

לפתוח שערי רצון
ממלכת הילדים
לעולם הילדים

בואו להתרשם
במופע חדש
הלב
נפתח



כלים לשיח עם המתבגר

אם נלך בצורה קשה עם העיקש, זה רק יגרום לו להתעקש יותר. אז איך כן?



"אני מוכן להסכים איתך, אבל אז שנינו נהיה טועים". זו דוגמה נהדרת למשפט שלא נכון לומר בזמן ויכוח. תאמינו לי, ניסיתי פעם לומר כך. זה רק מייצר תחושת התנשאות ("יש לך את זה ביתר מתנשא?" - "כן, אבל אז אתה לא תבין").

בכלל, ויכוח או ניסיון שכנוע, הוא פתרון בעייתי לעזור לאנשים לשנות את עמדתם. זה פשוט לא עובד, ולהיפך - הוויכוחים ונסיגות השכנוע שלהם רק גורמים לצד השני לתפוס את הצד האחר, ולהתבצר עוד ועוד בעמדותיהם. לא זאת הדרך לעודד שינוי. הרב בן ציון אבא שאול זצ"ל אמר שלכן כתוב בפסוק בתהילים (י"ח כ"ז): "עַם עֲקֹשׁ - תִּתְּפָלֵךְ", ולא כתוב: "עם עקש תתעקש" (כמו יתר התכונות שמוזכרות בתחילת הפסוק), כי אם נלך בצורה קשה עם העיקש, זה רק יגרום לו להתעקש עוד יותר. אלא צריך ללכת עמו במפותל, בעקיפין, כי רק כך נצליח להשפיע עליו.

כאשר מדובר בילדים המתבגרים שלנו, הכל נהיה הרבה יותר מורכב. מצד אחד, כוונותינו כנות וטהורות, אנחנו באמת רוצים לעודד אותם לעשות בחירות טובות. מצד שני, משום מה, הם לא מעריכים את זה, ובמקום להודות לנו מקרב לב, הם מתעקשים לעשות בעצמם, עם הרבה טעויות בדרך. מה עושים עם זה? בכוח זה לא הולך. אבל יש סט כלים ומענים אחר, שיכול לעזור לצמצם את הפער בין הרצוי למצוי, בין השאיפות לבין המציאות, בין הדמיונות שלהם לבין העולם האמיתי, בין הדחפים החזקים שלהם - לבין כוחות הריסון המוגבלים. הביטוי "ללמד אותם" ממקד כאן את הקושי: קשה ללמד אותם בדרכים רגילות. לחשוב יצירתי, בדרכים לא רגילות.

אחד הכלים שיכול לעזור כאן, הוא "הפוך על הפוך". לנקוט בצד ההפוך בצורה קיצונית, כדי לגרום לילד לעצור, להתבונן ולרכך את עמדותיו. לדוגמה, הבן שלי חזר פעם מהלימודים עצבני, ואמר שהוא לא רוצה יותר ללכת לבית הספר. יכולתי לתת לו נאום שלם על חשיבות הלימוד. יכולתי לאיים. יכולתי גם להתעלם. אבל כל הדרכים האלו היו עלולות לגרום לו לחשוב שהוא לבד בעולם, שלא מבינים אותו, והוא היה מתמלא בזעם. אז במקום זה אמרתי לו: "אז אולי באמת לא תחזור יותר ללימודים לעולם?". זה בלבב אותו. אחרי דקה או שתיים הוא אמר: "רגע, אפשר ללכת רק להפסקות?". אמרתי לו שאני לא יודע, ואנסה לברר. בינתיים הוא חשב על זה יותר לעומק, והחליט שבעצם הוא לא רוצה לוותר על הלימודים... לקחתי כאן סיכון מסוים, אבל זה עבד... בסוף הוא בחר בעצמו בטוב. לכן זה כלי שלפעמים כדאי להפעיל, הפוך על הפוך.

אפשר לתת עוד עצות וכלים, אבל האמת היא שגם לא בטוח שצריך. לפעמים ניסיון כן להבין את העמדה שלהם, מייצר את כל ההבדל בין עמדת מלחמה וקרוב הורדות ידים, לבין שיח מכבד. אפשר גם לעצור ויכוח אם האוירה מתחממת, ולהגיד לילד ש"בוא נסכים שבזה אנחנו לא מסכימים, ומותר לאנשים שאוהבים לא להסכים על הכל, ובוא תן חיבוק". לפעמים נקודת המבט שלהם אינה שטות גמורה, ויש בה הגיון עמוק שכדאי להתאמץ לשמוע ולהבין. כדאי לנסות!

הורים מעדיים: "הצלת את הנער/ה שלנו ואת הקשר בינינו, הבית שלנו עובר מהפך לטובה!". רוצים גם? הצטרפו לקהילת ההורים לנוער מתמודד עם הרב דן טיומקין, ותשתתפו במפגש זום שבועי. כולל קבוצת ווטסאפ ובנוטים נוספים. לפרטים פנו אל campus@htv.co.il

המשכיר חזר לדירתו - הערבי נעלם

המשכיר הבטיח להישאר עם הפועל בזמן העבודה, אך עזב למספר דקות. מי חייב בנוזק?

ראובן השכיר את דירתו לשמעון. יום אחד אירע בדירה פיצוץ בצנרת, ושמעון השוכר ביקש מראובן המשכיר, שיתקן את הפיצוץ, כנהוג וכמקובל.

הודיע המשכיר לשוכר: "אבוא בע"ה למחרת בבוקר עם פועל ערבי, מומחה בתחום האינסטלציה, ובע"ה הוא יבצע את התיקון".

אמר השוכר: "אני יוצא מוקדם בבוקר למלאכתי, ואיני רוצה להשאיר את הפועל הערבי לבדו בדירה". השיבו המשכיר: "אל דאגה ידידי, אני אשאָר עם הפועל, ובתום התיקון אנעל את הדירה". ובכן, במהלך העבודה פנה הפועל הערבי אל ראובן וביקש שיכין לו כוס קפה טורקי, כדי שיוכל להמשיך בעבודתו במרץ. מאחר שלא היה בדירתו של שמעון קפה טורקי, חשב ראובן כי ילך לזמן קצר לקנות את המוצר מהמכולת.

ראובן חזר עם קפה טורקי משוכב בידו, ונדהם לגלות שנעלמו עקבותיו של הפועל הערבי... ומלבד הישמעאלי, נעלם דבר נוסף מהדירה - קופסת התכשיטים של שוכרי הדירה! את הדקות המועטות בהן יצא ראובן למכולת, ניצל הפועל בכדי לגנוב את התכשיטים של אשת שמעון, וברח מן הדירה...

עכשיו תובע שמעון את ראובן לשלם את שווי התכשיטים, ותגובתו של ראובן היא: "אשלם לך בשמחה, אבל רק במידה שבית הדין יורה שאכן אני חייב מן הדין בתשלום הגניבה".

...

הגאון רבי שלמה ידידיה זעפראני שליט"א, שדין התורה הגיע לבית דינו, הכריע כי יש לחייב את ראובן, וביאר את פְסוֹקוֹ כדלהלן: נאמר במסכת בבא קמא (נו ע"ב): "המעמיד בהמת חבירו על קמת חברו - חייב". כלומר: אדם שלקח בהמה, אפילו אם אינה שייכת לו, והעמיד אותה על גבי תבואתו של חברו, ואכלה הבהמה מהתבואה - חייב המעמיד בתשלום הנזק שעשתה הבהמה.

לאור זאת, יש לדון גם בשאלתנו, שאומנם שמעון השוכר נתרצה שהפועל הישמעאלי ייכנס לדירה, אבל זה דווקא באופן שראובן יעמוד וישגיח עליו. אך על מצב שראובן עוזב את הבית, ומניח את הישמעאלי, החשוד ומוחזק על גניבות, לבדו - יש לחייב את ראובן מדינא דגרמי, כדין מעמיד בהמת חבירו על גבי קמת חבירו, וכדין מוסר ממון חברו לאנס נכרי (ח"מ סי' שפ"ח ס"ב), כיוון שהוא ברי הזיקא (כלומה, מוחזק כגנב).

ויש להוסיף עוד את דברי המהרש"ל בספרו "ים של שלמה" (ב"ק פ"ו ס"ח ג'), שמי שיש לו חדר ובו מונחים פירותיו, ובא אדם אחר ופתח הדלת, ולאחר מכן באה בהמה ואכלה את הפירות, פותח הדלת פטור בדיני אדם, כי הוא נחשב כ"גרמא בניזקין", שכן אין דרך כל כך שייכנסו בהמות לתוך החדר, וממילא אין להחשיב את פותח הדלת כאחד שעשה היזק בגוף הפירות, אלא שגרם באופן עקיף לאובדנם.

אומנם - מוסיף המהרש"ל - במקרה שהיו לאחד פירות בחצרו, ובא חבירו ופרץ את כל כותל החצר, באופן שכעת פתוחה החצר לגמרי לצד רשות הרבים בה מצויות בהמות, ואכן, באו בהמות ואכלו את הפירות - הדין הוא שפורץ הכותל נחשב כ"מזיק גוף הדבר", דמיד מקלי קליה ליה (כאילו שרף מיד את ממון חברו). והפתחי חושן (ח"ו פ"ג הערה ע"ז) הביא דבריו והוסיף: ונראה שלדעת הים של שלמה, שחייב פורץ כל כותל החצר הוא מדין "גרמי", אם כן הוא הדין כשפרץ את כותל בית חבירו במקום בו מצויים גנבים, דהוי כ"ברי הזיקא" (הזיק ברור ומזומן), ופורץ הכותל חייב.

וממילא גם בענייננו נאמר, שראובן שהעמיד את הפועל הערבי בביתו של השוכר ולא שמרו, הרי הוא כמזיק בגרמי וחייב.

לסיכום: יש לחייב את ראובן בדמי התכשיטים שגנב הפועל.

לרכישת ספרי "הערב נא" של הרב ארז חזני
היכנסו להידברות שופס או חייגו: 073-222-1250

תורה אחת

אלפי שיעורים

ניתן להזמין כנס באזור מגוריהם גם תרויחו שיעור תורה וגם זיכוי הרבים!
שריינו תאריך! 073-222-1-280

הרב מרדכי חזיה **הרב שניר גואטה**
רביעי | י"ד תמוז | 20:00
בית שבזי רח' סמטת שבזי 5
באר שבע 13.07

הרב עמנואל מזרחי **הרה"ג זמיר כהן** **המקובל הרב יצחק בצרי**
ראשון | י"א תמוז | 20:15
ב"כ אהבת ישראל רח' יגאל אלון 1, שכל פסגות אפק
ראש העין 10.07

שאלות מצויות לימי הקיץ (ב')

האם מותר להתפלל בעלי קרוקס, ומתי מברכים תפילת הדרך?

שלמה פרק כ"א אות ד').
אנו מתכוונים לצאת לטיול ולהסתובב בכמה מקומות באותו היום. האם אנו צריכים לברך תפילת הדרך כל פעם שאנו יוצאים לדרך בין עירונית? אין לומר תפילת הדרך אלא פעם אחת ביום, אפילו אם ינוח בעיר באמצע היום. אבל אם דעתו ללון בעיר, ואחר כך התחרט ויצא ממנה לעיר אחרת, צריך לחזור ולהתפלל תפילת הדרך פעם נוספת (שולחן ערוך סימן ק"י סעיף ה').

בירכתי תפילת הדרך בבוקר, וכעת הגיע הערב ואנו עדיין באמצע הטיול, האם צריך לחזור ולומר תפילת הדרך?
בתפילת הדרך הלילה הולך אחר היום, ולכן אם בירך ביום אינו צריך שוב לברך בלילה (ביאור הגר"א סימן מ"ז סעיף ב'), שדין תפילת הדרך הווי כדין ברכת התורה.

ואם אינו עוצר כלל, אלא נוסע כל הלילה וממשיך ביום, אינו חוזר לברך בבוקר (כן מבואר בתשובת הרדב"ז סימן ב' אלפים קע"ו, וכן פסק באור לציון פרק ז' הלכה כ"ז). וטוב שבתפילת שחרית יאמר תפילת הדרך (בלא שם ומלכות) בברכת שמע קולנו (הליכות שלמה פרק כ"א אות ב').

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

מלך, וכמו שכתוב "הכון לקראת אלוקיך ישראל". ומכאן שמי שרגיל לילך עם חליפה, ונזדמן לבית כנסת ללא החליפה, לא יתפלל בלעדיה. ומכל מקום, אם לא ימצא מניין אחר לתפלה בציבור עם כובע וחליפה, יכול להתפלל כך (מגן הרב אלישיב זצ"ל ספר תפלה כהלכתה פרק ז' הגה פ"ו). ויש אומרים שאם יש לו אפשרות להתפלל עם כובע וחליפה, אפילו אם יצטרך להתפלל ביחידות, עדיף להתפלל עם כובע וחליפה ולא יתפלל במניין (נקיות וכבוד התפלה עמ' קפ"ב).



הטס במטוס, מתי מברך תפילת הדרך?
הנוסע במטוס שיעור זמן של 72 דקות (חזון עובדיה עמ' שס"ז), מברך מיד כשהתרום המטוס לגובה כזה שאם ייפול - סכנה היא. וכשם שהולכי מדבריות צריכים לברך, כך מי שטס במטוס צריך לברך (הגרש"ז אויערבך זצ"ל, ספר הליכות

שהיתי בקרב משפחתי בחוף הים עד שעה מאוחרת ביום, וכעת אני חייב להתפלל מנחה. האם אני יכול להתפלל כאשר אני נועל נעלי ים (קרוקס)?
מעיקר הדין, כל דבר שאין דרך ללכת כך בפני בן אדם גדול, גם להתפלל כך אסור (שולחן ערוך סימן צ"א סעיף ה'). אמנם אם אין לו ברירה אחרת, כתבו האחרונים שמותר להתפלל כך (ספר אשי ישראל פרק י' אות ו').

נזכרתי באמצע נסיעה בין עירונית שלא התפללתי, ואני רוצה לעצור בצד ולהתפלל. על מה אני צריך להקפיד ביותר, אם אפשר?
לא יתפלל במקום פתוח כמו בשדה, מפני שכאשר הוא במקום צניעות חלה עליו אימת מלך, ולבו נשבר (שולחן ערוך סימן צ' סעיף ה').

הרגיל כל השנה להתפלל עם חליפה או כובע, האם מותר לו להתפלל בלא חליפה או הכובע?
נפסק בשולחן ערוך (סימן צ"א) שיש להקפיד להיות לבוש בצורה מכובדת בשעת התפילה, כעומד לפני



הרב יעקב מעברי
מעבר למכורסם

דברים ש(אולי) לא ידעתם על פרשת בלק

מגוון שאלות ותשובות מרתקות מפרשת השבוע - בלק

לְבָנִים (מדרש אגדה).
ה. "וַתֵּרָא הָאֱתוֹן אֶת מְלֶאכֶה ה' וַתִּלְחֹץ אֶל הַקִּיר וַתִּלְחֹץ אֶת רִגְלֵי בְלָעַם אֶל הַקִּיר וַיִּסָּף לְהַפְתָּהּ" (כ"ב, כ"ה). מה היה מיוחד בקיר הזה, שגם לכך שבלעם ניזק ממנו?
הקיר הזה היה הגל שעשה לבן ליעקב, ובשביל שעבר בלעם, (צאצאו של לבן), על הברית - הזיקו הקיר ("הדר קנים", פירושים מרבותינו בעלי התוספות על התורה, עמוד שמ"ד).
ו. "מי מְנָה עֵפֶר יַעֲקֹב וּמִסְפָּר אֶת רֵבַע יִשְׂרָאֵל תָּמֹת נַפְשֵׁי מוֹת יִשְׂרָאֵל וְתָהִי אֲחֵרִיתִי כְּמָהוּ" (כ"ג, י'). מדוע בלעם אמר "תָּמֹת נַפְשֵׁי מוֹת יִשְׂרָאֵל"?
לפי שנגלה לו שימות בידי ישראל, שנקראו יִשְׂרָאֵל (מדרש הגדול, הובאו דבריו באוצר המדרשים עמוד רע"ח).
ז. "מֵה טָבוּ אֲהֲלֵיךָ יַעֲקֹב מִשְׁכַּנְתֶּיךָ יִשְׂרָאֵל" (כ"ה, ה'). על אילו אוהלים מדובר? ומדוע בפסוק זה ישנם דווקא 6 מילים?
כנגד 6 האוהלים של 6 הצדיקות שהוזכר האוהל שלהם בתורה, והן: שרה, רבקה, רחל, לאה, בלהה וזלפה (פירוש הרוקח על התורה).

לרכישת ספרי "מעבר למפורסם" היכנסו
073-222-1250 או חייגו: 073-3333-300

לְהִלָּחֵם בּוֹ וְגִדְשִׁיתוּ" (כ"ב, י"א). מדוע בלק הזכיר לשון ספק: "אולי"? וכי לא בטוחה הצלחתו של בלעם?
כיוון שהוא רמז בכך בלעם: "אל תאמר שלא כדאי לך לבוא היות ואולי לא תצליח במוטל עליך, שאפילו על הספק שתצליח אני מוכן לשלם לך" (מהר"ם אלשיך).
ד. "וַיִּקַּם בְּלָעַם בְּבִקְרֵי וַיַּחֲבֹשׁ אֶת אֲתוֹנוֹ וַיִּלָּךְ עִם שְׂרֵי מוֹאָב" (כ"ב, כ"א). ממי בלעם קיבל את האתון הזה?
את אתון זו יעקב אבינו נתן לבלעם, וזאת כדי שלא יתן עצה רעה לפרעה, ושפרעה לא יגזור גזירה רעה על בניו. אך לא הועיל לו הדבר - ובלעם הוא זה שנתן את העצה לפרעה, שלא יתנו לבני ישראל במצרים



א. "וַיֵּרָא בְּלָק בֶּן צְפּוֹר אֶת כָּל אֲשֶׁר עָשָׂה יִשְׂרָאֵל לְאֶמְרֵי" (כ"ב, ב'). מה ראה בְּלָק?
שעמדה החמה עבור משה במלחמת סיוחן (חיד"א "נחל קדומים" ב' א').
ב. "וַיִּשְׁלַח בְּלָקִים אֶל בְּלָעַם בֶּן בְּעֹר פְּתוּרָה... " (כ"ב, ה'). מה בלעם היה עושה לפני שנהיה קוסם?
הוא היה פותר חלומות, ונרמז הדבר במילה "פְּתוּרָה", שבה אותיות המילה: הפְּתוּר. ולאחר שהוא עשה הסבה מקצועית קראו לו "הקוסם" (רבנו אפרים על התורה).
ג. "... הִנֵּה עִם יִצְחָק מִמְצָרִים הִנֵּה כֹסֶה אֶת עֵיני הָאָרֶץ וְהוּא יֹשֵׁב מִמְלִי" (כ"ב, ה'). "הִנֵּה הָעַם הַיִּצְאָ מִמְצָרִים יִכְסֶה אֶת עֵיני הָאָרֶץ עִתָּה לְכֹה קָבָה לִי אֶתוֹ אוּלַי אִיכָל

מאבדים שליטה מרוב מחשבות? חווים לחץ ומתח תמידי?
טובי היועצים של הידברות ילוו אתכם בסיוע מקצועי ומענה מהיר
מגישות הייעוץ כרוכות בתשלום
073-3333-101
ייעוץ קרוב לאזורכם
אפשרות ייעוץ דרך ZOOM
מובטחת דסקרטיות

מחלקת נפשי בשאלתי - שלוחה 2

נור מתוך האפלה (א')



אישה אחת נעימה
מסייעת למנקה ערבייה,
ויוצרת בכך פתח להצלה
עבור אישה אחרת.
וההצלה ממשיכה
להתגלגל

אשתו מיהרה להסביר לה בדיוק מה כוונתם. הם השאירו את הארנק שלהם בחדר, והם לא רואים אותו שם, והיא הכתובת היחידה, כי חמש דקות קודם היא שטפה וניקתה את החדר.

נור התגמגמה. הקהל שהתחיל להיאסף במקום והצעקות של הבעל הבהילו אותה כהוגן. היא ניסתה להכחיש, אבל זה ממש לא שכנע אף אחד. הקהל רק גדל, והתחילו להזרוק שם משפטים שונים הקשורים למוצאה, ולידיים המיוחדות של בני עמה. היא ניסתה להתגבר על הצעקות כדי להסביר את עצמה, אבל אז כולם התנפלו עליה, על האומץ שלה לצעוק בכלל מול שקר כזה. היא, בייאוש, הבינה שאף אחד לא הולך להאמין לה.

הפחד הגדול שלה היה הרגע בו יאמרו לה לקום ולעזוב את מקום העבודה, העוגן היחיד בחייה. איך היא תוכל לחזור כך הביתה? דינה יחרץ באחת. בעודה נדחקת לפינה מול האיש המשתולל מזעם מולה, נכנסה אל

המעגל אישה עדינה, שנור הכירה כעוד אחת מהמטופלות במקום, אישה נעימה ועדינת נפש, שתמיד הקפידה להודות לה על השטיפה, והכל בנעימות וברוגע.

היא בקעה את החומה האנושית בהחלטיות. היא היתה רזה וצנומה, בקושי היה לה כוח, אבל העוז והנחישות שלה דברו במקומה.

"מה קורה כאן? אתם לא חושבים שהגזמתם? אם יש לכם בעיה עם ההתנהגות שלה, תעשו זאת באופן אישי. לא ככה", היא אמרה בטון חלש אבל עוצמתי, ופתאום כולם דממו.

היא לקחה את נור לצד, בדיוק ברגע שהבוסית שלה הגיעה למקום המהומה. היא החליפה מילים ארוכות עם הזוג המדובר, ומיד ניגשה אל נור. האישה עדינת הנפש החזיקה בידה, ואמרה לבוסית שלה: "תדעי לך שאני כל יום עוקבת אחריה ורואה כמה היא עובדת קשה, ועובדת יסודי, ואני נהנית ממנה מאוד מאוד".

נור הודתה לה בלבה. המחוזה הזו ריגשה אותה מאוד, קול טוב אחד בתוך בליל הצעקות. היה לה נעים ומחזק לשמע סגורית אחת, מישהי שהאמינה לה. גם ההצלה שלה - שהיא השקיטה את ההמון וגרמה לפיזורו, ועכשיו המילים החמות שהיא הרעיפה על ראשה למול המנהלת, היוו לה כוח. המנהלת הודתה לאישה הזו בחום, ניכר עליה שהמילים שלה עשו את שלהם. היא ביקשה מנור לבוא אל חדרה על מנת להבהיר את הדברים.

נור ניגשה איתה אל החדר, שם היא הבהירה את מה שניסתה לומר לזוג ללא הצלחה - היא הכחישה

ייה של נור לא היו קלים. גורלה לא שפר עליה, כך היתה אומרת לכולם. היא גדלה כמסולמית באחד מהכפרים בפרברי ירושלים, אחת מתוך עשרות ילדים לאב אחד ולכמה נשים. מגיל קטן מאוד התחנכה לציית ללא עוררין לכל מה שיוצא מפי האב, אין אומר ואין דברים. הפחד היה מצמית, האלימות היתה לחם חוקה. כבר מהנץ החמה היא היתה יוצאת עם אחיותיה אל השדה של אביה, לנכש, לעדור ולקטוף את הפירות או הירקות, כל מה שהיה באותה העונה.

היתה גם תורנות עם עדרי הצאן. מגיל קטן הם למדו לתפוס שליטה ולרעות את הצאן בצורה הטובה ביותר. גם בבית היתה חלוקה ברורה של עבודות הבית. לא היו הנחות. משאבות המים לא תמיד פעלו, והיה צורך לעיתים קרובות לדלות מבור המים. כל תהליך הכנת האוכל היה מתחילתו ממש, לא אחת הרגישה כבר את נשמתה יוצאת מטורח ועול העבודה. בנוסף לכל זה היה עליה להסתדר עם כל נשותיו של

אביה וילדיהן, תאמינו, קל זה לא היה. אבל הרבה אפשרויות לא היו לה, לנור. כאן היא נולדה, וכך תמשיך את חייה כשאר האחים והאחיות.

כאשר בגרה, אביה הציב לה אפשרות אחת - בן דוד רחוק שלה, המתגורר לא הרחק מביתם. היא צוותה להתחתן איתו, לא היתה לה בכלל אפשרות אחרת. היא קיוותה לטוב. נור למדה מהר מאוד את החוקים החדשים בבית החדש. היא לא זכתה לבעל טוב, בלשון המעטה, אבל היא למדה מהר מאוד את השיטה כיצד להתמודד עמו.

הוא לא אהב לעבוד קשה, ובשל כך ציפה מנור להשלים ולהגדיל את ההכנסה. הוא הבהיר זאת היטב, ונור לקחה את ההזדמנות בשתי ידיים. זה היה פיס בשבילה, לצאת מהכפר. לאחר שמוצו כל אפשרויות הפרנסה שם, היא יצאה אל העיר. בעזרת חברה היא התחילה לגשש את דרכה בעולם היהודי-ישראלי-מערבי, עם תרבות שונה ושפה אחרת, מנוכרת. החברה הנגישה לה את הידוע לה על הישראלים. נור הציעה עצמה כעוזרת במטבח וכל מה שנצרך, אך לאט היא גילתה שמלאכת הניקיון הכי מועדפת ונצרכת בשוק הישראלי.

וכך היא חיפשה מקומות עבודה בהם תוכל להציע עצמה כמנקה, בין השירותים הבוודדים שהיא יכלה להציע לעולם המערבי. מהר מאוד היא גילתה שלא קל כל כך להתקבל לעבודה בבית אצל הישראלים. היא עבדה קשה מאוד על השם שלה, חברות המליצו, והיא הגישה עצמה לעבודה



כשהילד מתרחק לא מספיק לכאוב! בואו לעשות שינוי.
הצטרפו עכשיו לקהילת הורים עם מומחה החינוך דן טיומקיין!

לפרטים והרשמה שלחו מייל
campus@htv.co.il

כואב לך כשהיא שקועה בסמארטפון כל הלילה?



5 עובדות שלא ידעתם

למה הזכוכית שקופה, מה עושים הלויינים, ומה מיוחד בכספית?

הידעתם מדוע הזכוכית שקופה?

שקיפות קיימת בדרך כלל בעולם רק בנוזל ובגז, מה שהופך את הזכוכית לתופעה מעניינת במיוחד. הזכוכית נחשבת ל"מוצק אמורפי", כלומר היא קשיחה, אבל אטומי החומר שבה מפוזרים ומבולגנים כמו בנוזל. המבנה של פסי האנרגיה בזכוכית מונע מהאלקטרונים שבה השפעה על התחום הנראה, כך שהם לא בולמים את האפשרות לראות דרכה.

הידעתם מהי מושבת נמלים?

מושבת נמלים היא קבוצה של נמלים שחיה בקן אחד, שנחפר על ידי הנמלים הפועלות. בתוך הקן נמצאת המלכה, הביצים שהיא מטילה ושאר הנמלים של המושבה. כשהמלכה מתה, אוכלוסיית הקן דועכת והמושבה ננטשת.

הידעתם למה משמשים לוויינים?

הלוויינים משמורים לחלל משמשים למגוון רחב של מטרות, כמו למשל תקשורת (טלפנית, רדיו וכדומה); מחקר מדעי או תעשייתי; ריגול של מדינות מסוימות אחרי מדינות אחרות; ומטאורולוגיה - מעקב ודיווח אחר מזג האוויר.

הידעתם איזו ציפור היא החכמה ביותר?

מינים שונים של תוכים יכולים לחקות צלילי דיבור וגם צלילים אחרים מסביבם. אבל אחד מהם, האפרור האפריקני, מסוגל גם להבין מושגים של צבע, כמות וצורה, וגם להשתמש בשפה בצורה חכמה - כמו לבקש שיגרדו אותו, לבקש מזון ואפילו לפתור בעיות קלות.

הידעתם מהי מתכת מי הכסף?

הכספית, היא מתכת שבטמפרטורת החדר נמצאת במצב צבירה נוזלי. בטמפרטורות מסוימות היא מסוגלת לזוז ולהתקדם במרחב, מה שהפך אותה לשימושית מאוד - בעיקר במדחום. היא גם אחד המרכיבים שמייצרים אמלגם, שמשמש לסתימות בשיניים. הכספית גם מסוכנת, ועלולה לגרום לבעיות רפואיות שונות, לכן בישראל כיום נאסר השימוש במדחום כספית, ובמדינות שונות נאסר השימוש באמלגם.

הלאה, תעזרי לעוד אדם כמו שהאלוקים רוצה. זאת תהיה המתנה הטובה ביותר בשבילי", אמרה לה.

נור הקשיבה לדבריה, לחצה את כף ידה. ניכר היה כי דבריה של האישה חדרו עמוק אל לבה. נור נפעמה כל כך מעוצמתה של האישה, מטוב הלב והמעשה שעשתה, שהיא נצרה את כל אותם הרגעים בלבה.

מאז נור לא ראתה אותה יותר. האישה שוחררה מבית החולים, אבל לא מלבה של נור. הדמות שלה ליוותה אותה כל הזמן, היא היתה מקור לכוח בשבילה. גם בחייה האישיים, כאשר נתקלה בקושי או בכאב - מיד נזכרה בה, מעלה את דמותה שתהא לה להשראה.

עד אז, מעולם לא יצא לנור לדבר שיחה ידידותית עם יהודייה, מעבר לחובות טכניים, או פרטי העסקה וכל מה שיוצא ונצרך לעבודתה. לא היה לה שום אמצעי אחר בו תקשרה כחברה וכאדם עם יהודי.

זה היה הקשר הראשוני שלה עם העולם שמעבר, העולם שהתחנכה לשנוא ולתעב, והאנשים שלמדה לראות אותם כאויבים, רודפים, חומסי אדמות.

האישה ההיא פתחה לה צוהר לעולם מהוגן ואנושי, ונור רצתה להישאר בעולם הזה, למרות הגיהנום שמסביב.

את כל זה נור סיפרה לי באחת המשמרות בבית החולים, אי שם, בחדר האחיות, כאשר שתינו היינו בהפסקה. זה היה דרמטי מאוד, אבל נור היתה רק בהתחלה של הסיפור. העיקר עוד היה לפני. נור לא היתה אחת שמדברת או משתפת. זה היה מקרה נדיר. למה היא הסכימה לשתף אותי, ולגולל לי את סיפור חייה העגום? המשך בעז"ה בשבוע הבא.

כל קשר לגניבה וללקיחת ארנק כלשהו. לאחר זמן הבוסית שלה שיחררה אותה חזרה לעבודה. כנראה הבינה שלא תמיד הלקוח צודק. השנים הרבות שלה בבית החולים עם אפס תלונות עמדו לה הפעם.



כבר במסדרון היא ראתה את האישה הזו שוב, עומדת-נתמכת באחד מהקירות, חלושה, אבל החיוך שלה המיס את הלב של נור. פתאום היא גילתה איך בעולם אכזר כל כך יש גם אנשים טובים. כמה שעות אחר כך הבוסית קראה לה שוב. לבה החסיר מספר פעימות, אבל הבוסית מיהרה לומר לה ביובש שהזוג מצא את הארנק. מתברר שהם היו בכמה חדרי בדיקות קודם, ושכחו את הארנק שלהם שם. כמה קל להאשים, אם יש את מי.

וככה היא נפרדה ממנה. אף אחד לא הגיע להתנצל, לומר משהו. סליחה. כלום.

היא לא ידעה למה, אבל רגליה הוליכו אותה הישר אל חדרה של האישה ההיא, זאת שהגנה עליה והצילה אותה, בחיוך שלה שהמיס לה את הלב.

וכך נור מצאה עצמה שופכת את לבה מול האישה הזרה, מתפרקת לרסיסים מכל המתח, הבושה, הכאב וההשפלה שהיו מנת חלקה ביום האחרון.

האישה הקשיבה לה וליטפה את ידה. היא הפגינה הזדהות אמיתית עם מצבה של נור, ונראה היה שממש כואב לה. זה הרשים את נור כל כך, המעשה הנאצל הזה, שלא היה פופולרי בעליל, שהיא שאלה אותה כיצד תוכל להחזיר לה על כל הטוב שהיא עשתה איתה.

"אינך חייבת לי דבר", ענתה לה. "רק לאלוקים". ולתמיהה שעלתה בעיניה של נור היא המשיכה: "עשיתי את חובתי כאדם. אלוקים רוצה שנעשה את הנכון. אינך חייבת לי דבר, רק ליושב בשמיים". "אם את רוצה לתת לי דבר מה, תיקחי את דברי

הקהל רק גדל, והתחילו להיזרק שם משפטים שונים הקשורים למוצאה, ולידיים המיוחדות של בני עמה. היא ניסתה להתגבר על הצעקות כדי להסביר את עצמה



בעל עסק

עצור מצווה לפניך!



בעל חנות או עסק,

הגיע הזמן שתרוויח יותר

מקם בעסק שלך עמדת תפילין גם תרוויח לקוחות חדשים וגם תזכה לזיכוי הרבים ללא עלות!

העמדה כוללת תפילין + טלית וסידור

המינו עוד היום עמדת תפילין

073-3333-343

כל הזכויות שמורות לך! וקצרתם



זעיר. הספרון הזה היה איתי כל הזמן, ואני הרביתי לקרוא בו. הייתי קושר לעצמי חולצה על הראש, כדי שתשמש עבורי ככיפה, ומתפלל. שומרי הכלא לא אהבו את המראה הזה שלי, ובכל זאת - השאירו אצלי את הספר. בכלל, במהלך השהות שלי במקום התחלתי לדבר עם ה'. לא היה אף אחד אחר שאוכל לשטוח בפניו את כאבי, ואני הייתי מספר לו מה עובר עלי, ומתחנן לישועה. נקודת אור נוספת הגיעה בדמות שליח חב"ד בטוקיו, שהגיע לבקר אותי לאחר מאמצים רבים. הוא נסע לאורך שעות ועבר בדיקות רבות בכניסה לכלא, ובכל זאת לא ויתר. השליח זיכה אותי בהנחת תפילין ועודד את רוחי. עבורי, העובדה שעומד מולי יהודי שאכפת לו ממני, ובכלל - אדם שאני יכול לדבר איתו בעברית, נתנה לי המון".

אוכל ומיטה - לא ברור מאלי

אחרי 3 חודשים קשים, הגיע רגע המשפט. "ישבתי שם לבדי מול השופט, כשליצתי מתורגמנית שמסבירה לי את מה שהוא אומר. רגע ההכרעה הגיע, הלב שלי רעד, ואז הודיעה לי המתורגמנית כי השופט החליט לגזור עלי עוד שנה בכלא. אחרי שכל יום משלושת החודשים האחרונים נדמה בעיני כנצח, ידעתי שלא אוכל להחזיק עוד מעמד, וכאשר שמעתי זאת, הרגשתי שאני עומד להתעלף".

אלא שמסתבר כי גזר הדין היה אחר לחלוטין. "ההחלטה האמיתית היתה לתת לי עוד חודש וחצי בכלא נוח יותר, ואחר כך לשחרר אותי. הרעיון מאחורי השקר הזה, היה לשבור את רוחי. כפי שהם מנסים להשפיל את רוחו של העציר בזמן שהותו במאסר, כך נהוג ביפן לפגוע בו גם בזמן הודעת גזר הדין. לכן רק אחרי שיצאתי מהמקום, והודיעו לי מהי ההחלטה האמיתית, נשמתי לרווחה. משם באמת הועברתי לכלא פתוח יותר, בו הורשתי להתקשר להורי וגם לקנות לעצמי עוד קצת אוכל. בכלל - עצם הידיעה שאני הולך להשתחרר ולחזור ארצה, כבר הקלה עלי".

מה יצא בסופו של דבר מתוך כל הקושי הזה?

"קודם כל, צמחה בתוכי אמונה גדולה. זאת משום שדווקא שם ראיתי את השגחת ה' מידי יום, הבנתי איך רק הוא מנהל את העולם. מעבר לכך, אחרי שעשיתי ביפן הרבה עבירות, הרגשתי איך הקב"ה מסמן לי לעצור את הכל. דווקא משם, התחיל שינוי בגישה שלי לחיים, והבנתי שעלי להתחיל לקחת אותם ברצינות. עם החסר הנורא שחוויתי, למדתי גם להעריך כל דבר קטן שיש. עצם העובדה שחזרתי לסביבת אנשים נורמטיבית, עם אוכל ומיטה, הבהירו לי כמה הרבה זה, מה שהיה נראה לי קודם כמובן מאלי".

אט אט, החל שגיאי יהודה להתקרב גם לדרך התורה. "זה לקח כמה שנים, ולא קרה ביום אחד, אבל אפשר לומר שכבר אז נבטה בתוכי ההחלטה. ראיתי מולי את המטרה, ובכל פעם קיבלתי על עצמי מצווה נוספת. הלכתי בצעדים קטנים, ואפשר לומר שעד היום אני הולך זכית, ומאז אני נשוי באושר ואבא לילדים. כיום, אני מודה לה' על הדרך שעברתי, עם כל המשברים שהיו בתוכה, כי היא זו שהובילה אותי לחיבור פנימה ולקרבת ה'".

"נזרקתי לכלא ביפן, הצלחתי לקחת איתי רק ספר תהילים קטן"

ביום האחרון בו התגורר ביפן, נתפס שגיאי יהודה בנסימון ונלקח למעצר. דווקא שם, הוא מצא את עצמו מתפלל מתוך ספר תהילים קטן, מדבר עם אלוקים ושומר על כשרות

ישראל אחרים, שבאמת חששתי מהם. אלא שכבר אז, החלה לנצנץ נקודת אור ראשונה. אסיר שהיה מאנשי המאפיה היפנית, החליט לפרוש עלי את חסותו, ללא סיבה נראית לעין. כמעט ולא היתה בינינו תקשורת, כי אני הבנתי מעט מאוד יפנית, ובכל זאת הוא דאג לי. כשקיבלו אוכל, למשל, הוא וידא שאני מקבל קצת יותר מכולם, והשהות לידו הרגיעה אותי, מתוך הבנה שאף אסיר אחר לא יעז לפגוע בי כך".

במשך שבועיים בילה שגיאי יהודה בתא המעצר. "לאורך אותם ימים לא ידעו בני משפחתי מה קורה איתי, עד שהרשויות היפניות הואילו בטובן להודיע על דבר קיומי לשגרירות הישראלית", הוא נזכר. "זו העבירה את הידיעה להורי, וגם שלחה נציגה שתבדוק את מצבי. משם הועברתי לכלא, בו היה עלי להתמודד עם תנאים קשים מנשוא. הייתי חייב לקום בכל בוקר ב-6, ולשבת עד 12 בלילה בישיבה מזרחית, כל זאת כשאני מבודד בתא, ורואה אנשים רק במהלך הסיבוב היומי הקצר בחצר. בבוקר ובערב קיבלנו גוש ארוז קר, ולקראת הצהריים פרוסת לחם יבשה. היו אמנם מעט

מאכלים נוספים בתפריט, אך הם כללו בעלי חיים שונים ומשונים, והיה ברור לי שאני לא נוגע בהם. כמי שהחליט לשמור על כשרות, דבקתי בהחלטות, למרות הקושי הגדול שהביאה איתה תחושת הרעב. בנוסף, יכולנו להתקלח רק פעם בשבוע, אני הייתי אז עם שיער ארוך בתוך כל הלכלוך של התא, וזה הציק לי מאוד. היה נראה שמטרת

כל השהות בכלא הזה היא להביא לדיכוי נפשי של האסירים".

עם אילו תחושות הלכת באותם ימים?

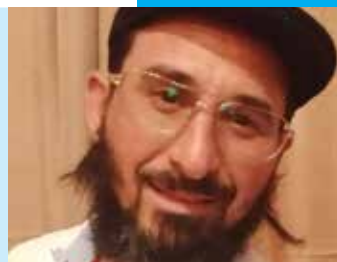
"הרגשתי בודד ואבוד, בתוך ענן של חוסר ודאות. לא ידעתי מה יהיה איתי, מתי זה ייגמר, ומה חווים באותו זמן הורי בישראל. בנוסף, לא יכולתי לראות עורך דין, ועברתי חקירות רבות. השוטרים רצו שאפלייל ישראלים אחרים הקשורים לאותו דוכן, והיו לוקחים אותי בכל פעם לסיבוב בעיר, כדי שאראה להם את מקום מגוריהם. לי היה ברור שאני לא מפליל אף אחד, כדי לא לגרום לעוד אנשים לעבור את הסבל הנורא הזה. ידעתי שאם אספר על חברי לעבודה - ירפו ממני, אך לא יכולתי לגרום להם צער גדול כל כך".

מה נתן לך כוח בתוך כל זה?

"כשנכנסתי לכלא לקחו ממני את כל חפצי, אך דבר אחד הצלחתי להגניב פנימה, והוא ספר תהילים

ת שלושת החודשים בהם שהה שגיאי יהודה בנסימון ביפן, הוא ניצל כדי לעבוד בבאסטרה המוכרת שעונים וארנקים מזויפים. דוכני מכירות כאלה נמצאים בשפע במדינה המזרחית, וישראלים רבים נהנים לגרוף מהם רווחים נאים. דווקא ביום האחרון שלו שם, שגיאי יהודה לא אמר היה לעבוד, והוא הסתובב להנאתו ברחובות, מנצל את הרגעים האחרונים של סוף הטיול למזרח. לקראת אחר הצהריים, הגיעה שיחת טלפון מהעובד החדש שהחליף אותו בדוכן, והוא שאל אם שגיאי יהודה יוכל לבוא ולהחליף אותו רק לזמן קצר. הלה הסכים בשמחה, ולא יכול היה לדמיין עד כמה הרגעים האלה יהיו קריטיים עבורו. כמה דקות אחרי שהגיע למקום, עצרו לידו אנשי המשטרה היפנית. עוד באותו יום הוא מצא את עצמו בבית המעצר, נאלץ להתמודד עם תנאים קשים מנשוא. מה שלא יכול היה שגיאי יהודה לראות באותם רגעים, זה איך דווקא המשבר הזה יוביל אותו לקראת חיים חדשים, ויחבר אותו למי שבאמת מחולל את הכל.

"מצאתי את עצמי בתא מעצר. ישבתי שם יחד עם עוד אסירים ממקומות שונים בעולם, חלקם איראנים או שונאי ישראל אחרים, שבאמת חששתי מהם"



גוש ארוז קר בבוקר ובערב

שגיאי יהודה גדל בבית מסורתי באילת, ובסיום שירותו הצבאי החליט לנסוע לטיול במזרח. "בחודשים האחרונים של הטיול עבדתי ביפן, ובמקביל התחלתי להתקרב קצת לדת", הוא מספר. "תמיד היתה לי זיקה ליהדות, סבא וסבתא שלי שמרו מצוות, ואמי עוד למדה בבית ספר חרדי. כך הגעתי לבית חב"ד ביפן, החלטתי לשמור על כשרות והנחתי מידי יום תפילין. במקביל - חייתי חיי הוללות, עשיתי כל מיני שטויות, והמחשבה על כך שאדם צריך לקחת אחריות לחייו היתה רחוקה ממני כרחוק מזרח ממערב. לגבי העבודה בבאסטרה, ידעתי שיש איזשהו סיכון להתפס, אך דבר כזה כמעט ולא קרה, ולכן הוא לא הטריד את מנוחתי בכלל".

אלא שברגע אחד השתנה הכל. "אחרי שתפסו אותי השוטרים, במקום לטוס הביתה, מצאתי את עצמי בתא מעצר. ישבתי שם יחד עם עוד אסירים ממקומות שונים בעולם, חלקם איראנים או שונאי

את, תתחברי לזה

ליווי והדרכה לכל אשה, לשמירה כהלכה, מתחברות איתך כל הדרך.



נאן בשבילך
בנו המהרה ייעוץ מאישה לאישה
02:6301516 | 052:9551567
mit@htv.co.il



מה? הוא עדיין קטן, ויש כאן גן מצוין ליד הבית. ילדים הם ילדים, כולם משחקים באותם משחקים. ואמא שתקה והסכימה.

"כשגדלתי קצת יותר, והגעתי לכיתה א', אמא אמרה שעכשיו זה כבר חשוב שאלמד בבית ספר יהודי, ואדע יותר על התורה ועל המורשת. ואבא אמר: 'בשביל מה לנסוע רחוק כל כך כשיש כאן בית ספר קרוב של ה-Public School? אז מה אם יש שם גויים? מה, הם לא בני אדם? וחופץ מזה, כל החברים שלו מהגן הולכים לשם, ולמה להפריד ביניהם?'. ואמא שוב שתקה והסכימה. כשהגעתי לגיל תיכון, שוב הדיון חזר על עצמו ואמא שתקה, וכשהגעתי לאוניברסיטה שוב אמא רצתה לשלוח אותי לארץ ישראל, ואבא שכנע אותי לנסוע לאוניברסיטה בצרפת, ואמא שתקה.

"היום, כשהגעתי ליום של הטקס הזה בסוף החיים, ושבנו אני עומד במעמד מרגש ומיוחד כל כך, ואני מבין שיש כאן משהו חשוב שאין לי שמץ של מושג עליו, על היהדות שלי, והכל בגלל...--" שוב הוא לקח צעד אחורה, בעט שוב במיטת אביו, הסתובב ונעלם. מובן שאנחנו חלילה לא מצדיקים את התנהגותו של אותו ד"ר, אבל מוסר השכל חשוב בהחלט למדנו.

לייעוץ והכוונה מהרב ירון יצחקוב וצוות המחלקה, חייגו 073-2221230

כשהד"ר כעס על אביו

לאיזה חינוך כדאי לשלוח את הילדים? סיפור מפעים מוביל למסקנה ברורה

עץ החיים.

תשמעי סיפור, שמובא בפנקסים של חברה קדישא בארה"ב.

יהודי מבוגר נפטר לבית עולמו, ובנו יחידו, ד"ר שלמד והתגורר בצרפת, הוזמן ללוות את אביו בדרכו האחרונה. אנשי חברה קדישא הגישו לו את הקדיש, כדי שיאמר על אביו, וראו שהבן מחזיק את הקדיש... הפוך. הם הבינו שהד"ר היהודי לא יודע צורה של אות עברית, ולכן הציע אחד העובדים שהוא יגיד את מילות הקדיש, והד"ר יחזור אחריו. וכך היה.



יצא לו גמגום עילג מהפה. העובד ניסה שוב: "יתגדל ויתקדש שמה רבא" - ושוב יצא לד"ר גמגום לא ברור. ואז הבן עשה מעשה מזעזע. הוא לקח צעד אחורה, ובתנופה בעט במיטת אביו, הסתובב והחל ללכת. עובדי חברה קדישא נבהלו מהמחזה, והתחילו להתלחש ביניהם. הד"ר נעצר, חזר אחורה ואמר: "אני יודע שאתם מזועזעים ממה שעשיתי, ואני גם לא חייב לכם שום הסבר. אבל חשוב לי שתדעו למה עשיתי זאת. כשהייתי קטן, אמא רצתה לרשום אותי לגן יהודי, קצת מרוחק מהבית, ואבא אמר: 'בשביל

אביטל, אמא ל-3 ילדים קטנים, פונה למחלקת ייעוץ והכוונה ושואלת: "ילדי היקרים הגיעו לגיל שבו אני צריכה לקבל החלטה לאיזה חינוך לרשום אותם. מצד אחד, אני מבינה ערך של חינוך לדרך ארץ, לכיבוד הורים, לחסד ולנתינה, ומאידך, כדי לרכוש תואר אקדמאי, הם יצטרכו ללמוד במוסדות להשכלה גבוהה. מה עושים?"

כל דבר בעולם נברא לתכלית. שולחן נוצר לתכלית, רכב נוצר לתכלית, והאדם, שהוא נזר הבריאה, וכל העולם נברא בשבילו, ודאי שנברא לתכלית. אם תכלית

האדם היא תואר אקדמאי, אז ההתלבטות שלך מובנת ונכונה. אך אם תכליתנו היא קיום המצוות על פי חוקי התורה (דבר שהוכח באופן לוגי שלא ניתן לערער בסדנאות של ערכים במשך כ-40 שנה), אז מי שלא נוגע בתכלית, באיזשהו מקום לוקח חתיכת חיים, זורק אותה לפח האשפה, וההפסד הוא שלו לנצח.

היום יותר מתמיד, אם לא נשכיל לחנך את ילדנו לערכים, לחסד, לנתינה, לכיבוד הורים - בחינוך תורני, אנחנו בעצם מנתקים אותם מהשורשים של

יובל גולדן

המדריך למתחזק

ברכת "מעין שלוש", עם הנוסח בפתיחה ובחתימה "על העץ ועל פרי העץ".

5. על כל יתר המאכלים (פירות שאינם משבעת המינים, משקאות (פרט ליון), ויתר מוצרי המזון שאינם נכללים בחמשת מיני דגן) - מברכים ברכת "בורא נפשות".

מתי מברכים?

בעוד ברכה ראשונה מברכים תמיד, לפני כל פעם שטועמים דבר מה, עבור ברכה אחרונה צריכים להתקיים שני התנאים יחדיו: אכילת כמות של "כזית" (27 גרם לבני עדות המזרח / נפח של 30 סמ"ק [כקופסת גפרורים] לבני עדות אשכנז), ובתוך פרק זמן "כדי אכילת פרס", שהוא עד 7 וחצי דקות.

בשתיית משקה, יש לברך ברכה אחרונה רק כאשר שותים "רביעית", שזה 81 מ"ל, בלגימה אחת, או מקסימום בשלוש לגימות. לכן מי ששותה שתייה חמה, כגון תה או קפה, אינו מברך ברכה אחרונה, שכן אינו שותה שתייה זו בבת אחת.

האתגר השבועי

התחילו מהברכה האחרונה החשובה ביותר, שהיא מצוות עשה מהתורה - ברכת המזון. מתחזקים נרתעים בתחילה לברך מול סביבת חברתם, ולכן התחילו לברך כשאתם נמצאים בבית, עד שתרגלו ותברכו בכל עת. אוכלים השבוע בבית לארוחת ערב טוסט או כריך? ברכו לאחריו ברכת המזון.

למה צריך לברך כשמסיימים לאכול?

באלו מקרים צריך לברך כשמסיימים לאכול? איזו ברכה מברכים? ולמה מברכים גם בסוף האכילה, ולא רק לפני שאוכלים?

אכלת? שבעת? תגיד תודה, כמו שנאמר בתורה "וְאָכַלְתָּ וְשָׂבַעְתָּ וְיִבְרַכְתָּ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ" (דברים ח', י'), ומכאן המקור לדין ברכת המזון, שהיא מצווה עשה מן התורה.

איזו ברכה מברכים?

1. על אכילת לחם, וכל דבר שברכתו הראשונה היא "המוציא לחם מן הארץ" - מברכים "ברכת המזון".

2. על "מיני מזונות" (סוגי מאפה שאינם על טהרת הקמח והמים, אלא עשויים מביצים ומיצי פירות, או מאפה קמח ומים שנתשללו טרם שנאפו. בקטגוריה זו כלולים עוגות, ואפלים, ביסקוויטים, בורקסים, אטריות ועוד) העשויים מחמשת מיני דגן: חיטה, שעורה, כוסמת, שיפון ושיבולת שועל - מברכים ברכת "מעין שלוש", עם הנוסח בפתיחה ובחתימה "על המחיה ועל הכלכלה".



3. על יין - מברכים ברכת "מעין שלוש", עם הנוסח בפתיחה ובחתימה "על הגפן ועל פרי הגפן".

4. על פירות משבעת המינים שבהם נשתבחה ארץ ישראל (ענבים, תאנים, רימונים, זיתים ותמרים) - מברכים

זכורה לי פעם אחת שאמי היקרה הכינה עבורי תבשיל טעים. מובן שהודיתי לה על כך, והתחלתי לאכול מהמנה. תוך כדי האכילה דעתי הייתה מוסחת ושקעתי לתוך מחשבות מרובות, גם במהלך האכילה וגם בעת פינוי הכלים לכיור. אז נתקלתי בעניינה השואלות של אמי, "נו? איך היה האוכל?", היא שאלה. "וואי, טליחה! היה מדהים!!! איך שכחתי להגיד לך? תודה רבה, הכי טעים בעולם", השבתי.

להגיד "תודה" כשמקבלים משהו מהזולת - מנת אוכל מבושלת, מתנה שקנו עבורנו או כל דבר אחר, זה דבר שמובן לכולנו. אבל האמת היא, שגם לאחר שפתחת את המתנה, שנהנית

ממה שהאחר נתן לך, הצד השני מחכה בסתר לבו לשמוע הכרת טובה חוזרת על ההשקעה שהעניק מעצמו עבורך. הוא רוצה לראות שאתה מעריך.

להגיד "תודה" בהתחלה זה חשוב, אבל גם בסוף זה לא פחות חשוב. כשיהודי מסיים לאכול עליו לומר ברכה אחרונה כהכרת תודה לקב"ה על המזון.

מחפה לגאולה

מצפה לישועה?

לא מספיק לחכות...
בואי לעשות משהו בשביל זה!

הערב ללא עלות
חייגי עכשיו: 073-222-1-290



הידברות במיזם לזירוז הגאולה!

מיזם להפצת 1,000 שיעורי תורה, הפרשת חלה והתחזקות לנשים ברחבי הארץ.
בזכות נשים צדקניות נאלזו ישראל
ובזכותן עתידים להגאל

צעדים לארגון חוג בית

- מזמינים כ-20 נשים וכל מי שבא לך!
- קובעים תאריך ושעה
- מתקשרים להתזמין אחת ממיטב הרבניות

יעלה אלייך פרסום בחינם להפצה בווטסאפ
ערב הוקרה יקרתי
עם מיטב רבניות הידברות ייעור בסיום המיזם לכל המארגנות חוג בית



לאחרונה נכנסת חזק התופעה של סיגריות אלקטרוניות.

"אחד הדברים שהכי מדאיגים אותנו בעניין הזה, זה שזה אולי הפתח הגדול ביותר של בני נוער לדלג לעישון של סיגריות רגילות. מעבר לכך, הבעיה היא שגם רוב המשתמשים לא מחליפים לחלוטין את עישון הטבק בסיגריות אלקטרוניות, אלא אנחנו מקבלים מה שנקרא משתמש כפול - איפה שאני לא יכול עם הסיגריות - אני משתמש בסיגריות האלקטרוניות. וזה אנחנו יודעים בפירוש שמזיק עוד יותר מעישון בלבד. לסיכומו של דבר, סיגריות אלקטרוניות גם כן ידועות כמזיקות, ושאלך אחד לא ישלה את עצמו".

אז מה ההבדל בין לבין סיגריות רגילות, ובמה הן מזיקות בדיוק - ואולי אפילו יותר - מסיגריות רגילות?

"קודם כל, זה מנגנון שהוא אחר במובן של איך המכשיר הזה בכלל פועל. זה מכשיר אלקטרוני, הוא אמור לחמם איזשהו נוזל אידיוי שיש בו תמצית - ברוב המוחלט של המקרים עם ניקוטין, שהוא החומר הממכר - ולשם היצרן מכוון אותנו".

כלומר, גם בסיגריות אלקטרוניות יש ניקוטין?!
"ברובן המוחלט כן, בהחלט. ולשם היצרנים מכוונים, זה מה שהם רוצים. הם רוצים לתפוס את הדור הבא. למה הם פנו דווקא לשוק שקורץ כל כך לצעירים? הם רוצים לתפוס את האח הקטן שלך, את הבן של השכן. זה מה שמשלם. זה לקוח שישאר איתם ארבעים וחמישים שנה, ועל זה הם חושבים. הבריאות שלהם מעניינת אותם כקליפת השום. זה בסופו של דבר עסק כלכלי. כמו שאמרתי, לצערנו אנחנו רואים תופעות של עליית לחץ דם, תחלואת ריאה קשה מאד. לחץ דם אנחנו יודעים שיכול להוביל לשבץ מוחי, מעלה סיכון להתקפי לב ועוד."

"למה לא להתחיל, זו השאלה הנכונה. כי ברגע שאתה מתחיל - קשה מאד להפסיק. את הנזק, כמו שאמרתי, רובנו מכירים היום. אתה לא מסתכן רק בנזק שנגרם לך גופנית, שהוא המשמעותי, ודאי, אלא אתה מדבר גם על הוצאות כלכליות יוצאות דופן. אם אתה עושה תחשיב של אדם שמעשן קופסה ביום, אתה מדבר על הוצאות בסדר גודל של חצי מיליון שקל ב-20-30 שנים. זה מטורף, אנשים לא מודעים למה שהם עושים. אבל הפן שחשוב לנו יותר הוא הפן הבריאותי. אנחנו רוצים שתאריכו חיים, ולא רק שתאריכו חיים - וזה משהו שצריך להבין - זו גם איכות החיים שתגיעו אליה. כי אם חולים במחלת ריאות חסימתית, ואם חולים בתחלואה לבבית, ואם חלילה עוברים אירועים של שבץ מוחי - איכות החיים נפגעת כל כך. זו לא רק התמותה, זה גם איך מגיעים לגילאים המבוגרים. אנשים שלא יכולים לתפקד, נכיות קשות מאד. הדרך הכי טובה לא לעשן - זה לא להתחיל".

קטע מתוך הראיון בסדרת "עודד בדרכים". ניתן למצוא את הראיון המלא באתר הידברות

"סיגריות אלקטרוניות מזיקות - שאף אחד לא ישלה את עצמו"

עודד הרוש נפגש עם ד"ר דוד ביטון, מומחה לנזקי עישון, ושמע על הסכנה הטמונה בסיגריות האלקטרוניות: "ברובן המוחלט יש ניקוטין. היצרנים רוצים לתפוס את הדור הבא"

לא מאפשר לך לסיים סעודה בלי סיגריה אחרי. כל הדברים האלה הם דברים של הרגשה שאתה לכוך בתוך משהו, וזו הרגשה לא נעימה, זו הרגשה שלא נותנת חופש". אדם אחר מוסיף: "אני התחלתי לעשן חברתית, ועכשיו אני מעשן בכפייה. אתה מת לפעמים להיפטר מהסיגריות, ואתה לא נפטר מהסיגריה".

למה לאנשים קשה כל כך להפסיק לעשן?
"ניקוטין, בסופו של דבר, הוא אולי הסם הממכר ביותר שאנחנו מכירים", אומר ד"ר ביטון. "זה לא שאנשים לא רוצים להפסיק ברמת התודעה שלהם. קשה להם, הם נלחמים בזה באמת. הם רוצים, אבל זה פשוט כמעט בלתי אפשרי אם לא עושים השתדלות שהיא באמת יוצאת דופן. זה קושי שהוא בל יתואר".

אתה מספר לי שאתה מעשן גם סיגריות רגילות וגם סיגריות אלקטרוניות, אני שואל את עובר האורח. עד עכשיו פגשתי אנשים שאומרים לי תשמע, עברתי לאלקטרוני כי אז אני אפסיק. אבל אתה מעשן את שתיהן?

"באלקטרוני הגעתי למסקנה שגם אני עובד על עצמי בעיניים, כי בסופו של דבר, כשנגמרת האלקטרונית - אתה קונה סיגריות רגילות, אז זה לא משנה מה אתה מעשן. הטעות הראשונה, היא שאתה מתחיל לעשן חברתית כשאתה ילד קטן".

יהיו אנשים שיבואו ויגידו - אני לא מעשן קופסה ביום. רק שלוש-ארבע סיגריות, קצת עם הקפה של הבוקר או של הערב, אחרי הארוחה. מזה מתיים? משלוש-ארבע סיגריות ביום?

"קודם כל, כל הפחתה היא הפחתה טובה. צריך לומר את זה, עונה ד"ר ביטון. "אבל האם אנחנו יכולים לומר ששתיים, שלוש, ארבע סיגריות ביום הן לא דבר רע? אנחנו בהחלט יכולים לומר שגם שתי סיגריות ביום מזיקות, חד משמעית. אנחנו רואים את זה בעלייה בתחלואת ריאות, וגם בבעיות נוספות, כמו יתר לחץ דם. אנחנו רואים קשר למחלות כמו שבץ, התקפי לב. אי אפשר לברוח. רעל הוא רעל. זה נכון שיותר רעל זה יותר גרוע, אבל אין מינון של רעל שהוא בסדר".

זקי העישון ידועים ומוכרים לכל. אך בשנים האחרונות נוספו לתחום העישון גם הסיגריות האלקטרוניות, שסוחפות רבים ונותנות אשליה של תחליף "בריא" לסיגריות.

יצאתי לפגוש את ד"ר דוד ביטון, רופא ומדריך בכיר באגודה למלחמה בסרטן, שגם עורך מחקרים רפואיים בתחום העישון.

אנחנו פוגשים אותך היום כיוון שהנושא הזה של עישון במרחב הציבורי, עישון פרטי, סיגריות אלקטרוניות בפרט וכל התעשייה שמסביב מטרידים אותך מאד מאד. אבל שאלה אחת לפני - למה זה כל כך מטריד אותך?



"אנחנו בהחלט יכולים לומר שגם שתי סיגריות ביום מזיקות, חד משמעית. אנחנו רואים את זה בעלייה בתחלואת ריאות, וגם בבעיות נוספות, כמו יתר לחץ דם"

"תראה, אם ננסה לגעת בפן אישי, אז קרובת משפחה, שחלתה בסרטן לפני בערך עשור, הפכה את הנושא הזה לנושא שנוגע לי מאד. זה היה הניצוץ להתחיל להתנדב באגודה למלחמה בסרטן. אפשר לומר שמשם הכל היסטוריה".

אתה למעשה רואה את הקשר הישיר בין עישון לבין סרטן, ומבחינתך, פחות מעשנים - פחות סרטן?
"קודם כל זה לא רק אני רואה. זה כל מסד הידע הרפואי היום מדבר על הנושא הזה ויודע את הנושא הזה. אני חושב שאולי אפשר לומר שסיגריות הן המוצר היחיד שהמשתמש יודע שהוא למעשה עושה מנוי עם המוות כשהוא משתמש בהן. אני לא מאמין שיש באמת מישהו היום שלא מודע למשמעויות של הנזק מעישון. זה חד משמעית גורם הסיכון הגבוה ביותר לתחלואה שמובילה למוות".

"העישון, ברגע שמתחילים איתו, זה משהו שקשה מאד מאד להיפטר ממנו", אומר לי עובר אורח, בעודו אוזח בסיגריה. "זה מצד אחד לא מאפשר לך אפילו לשתות קפה או תה בלי סיגריה,

מרכז הבוררות 'שלום ואמת' בנשיאות הרה"ג זמיר כהן

מאפשר לכם להגיע לפתרון הלכתי וחוקי במהירות ובקלות.

השכן רוצה להוסיף חדר וזה חוסם לכם את הנוף?

התפוצץ הדוד שמש של השכן מלמטה בגג וגרם נזק גדול בקומה העליונה?

השתלטו לכם על המרחב הציבורי בבניין?

ביקין



ירושלה ועיזבון



מירוק שותפות



שירותים נוספים בנושאים כמו:

מרכז הבוררות שלום ואמת די"ר ממונת

לברורים התקשרו: 073-333-332-5 או שלחו מייל: mamonot@htv.co.il

סכסוכי עיניית? אפשר למנוע את זה!



המדור בחסות

בר מים היברידי

שאלה בנועם

מרת אסתר אבו רגילה להניח גרעיני אבוקדו במים, ולהשריש אותם. נכדה, שרצה לראות את הפלא מקרוב, בא להרים את הגרעין שהשריש מהמים בשבת, אך אחיו מנע אותו באומרו: "זו קצירה!". האם התפלא: "קצירה מהמים?". מי משניהם צודק?

פתרון החידה מעלון קרח:

תלישת פירות מן המחובר, אפילו בפה, היא תולדת קוצר, ומדברי רש"י (סוטה לו ע"ב) שממע שהיא אסורה מן התורה. וכן נראה מדברי הרמב"ם. אבל מדברי התוספתא שממע שחלשיה בפה הווי מדרבנן, וכן שממע בשו"ת מהר"ח אור זרוע (סימן קפ"ח וקצ"ט), וכן כתבו כמה אחרונים. ועל כל פנים, **לכל הדעות אסור לעשות כן בשבת.** ולכן המטיילים בגינות ופרדסים בשבת, ואוכלים בפייהם פירות מהמחובר, יש לגעור בהם, אף שתלישת הפרי נעשית בשינוי.

הגרלה!

בין הפותרים נכונה

יוגורל שובר ברשת

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

אסיקים
טכנולוגיית מים מתוקמת



להזמנות:

077-80-37-880

כשיש נועם 2, אין שאלות!



נצפה לאחרונה



אייתי זכריה כותב: אני טייס, וצילמתי את העלון שלכם בקוקפיט (וגם נהייתי לקרוא אותו).

נתקלתם או הפצתם בעצמכם את עלון הידברות במקום מעניין ולא שגרתי? צלמו ושלחו אלינו אל ONEG.SHABAT@HTV.CO.IL לזינוי הרבים ולהפצה בעצמכם במקומות מעניינים (מאפיות, חנויות מכולת, מקומות עבודה, מספרות וכל עסק בו יש דלפק ו/או קבלת קהל) חייגו 073-2221388 והברכה בדרך אליכם!



הגיע הזמן להוריד את הכיפה השקופה

לבעלי תשובה ומתחזקים יש המון תירוצים למה לא לחבוש כיפה. אבל מול כל התירוצים, צריכים לזכור משהו אחד חשוב ועקרוני. ויש גם סיפור על חתונה מאכזבת, שהולידה החלטה חשובה

”אתה יודע, עד היום אני לא חובש כיפה בימים”, סיפר לי השבוע קרוב המשפחה היקר באירוע משפחתי, "לא מתאים לי שיכלילו אותי. אני גם חושש לעשות חילול השם. זה כבד עליי, אני לא רוצה לייצג שום דבר. פשוט להיות אני ושלא ישפטו אותי בגלל הכיפה".
הזדהיתי מאוד עם הדברים האלה, אבל בו זמנית - כל כך לא הסכמתי איתם. הכיפה השקופה היא מפלט נוח, כביכול, אבל זו לא האמת. מניסיון.
הכיפה היא אישיו לא מבוטל בתהליך התשובה. היא למעשה חותמת הכשרות האחרונה לכך שחזרת בתשובה באופן משמעותי. היא ההצהרה שאתה מי שאתה. לא בכדי רבים חוששים מהצעד הזה.



+

+

בתהליך התשובה שלי, הקטע הכי קשה היה לצאת בפעם הראשונה עם כיפה מהבית. הרגשתי כאילו יושב לי בלוק איטונג על הראש, או שמא חמאה נמסה. חשבתי שכל העולם מסתכל עליי, שהאנשים משגיחים מן החלונות, מציצים מבין החרכים. הייתי בטוח שמדובר באישיו עצום שישנה את כל נקודת המבט כלפיי. אבל להפתעתי, העולם לא עצר את נשימתו. השמש זרחה גם למחרת, וכמות התגובות שקיבלתי על הכיפה היתה למעשה אפסית.

בראשית התהליך, תקופה ארוכה הלכתי בחוץ ללא כיפה - אבל עם ציצית מתחת לבגדים. לעתים זה הוביל לכמה סיטואציות מוזרות. פעם ירדתי במהירות מהבית לחנייה כדי לאסוף משלוח כלשהו, כמובן ללא כיפה, אבל שכחתי שהציצית בחוץ... מחזה סוריאליסטי לא פחות היה כשהגעתי למערכת מגזין "רייטינג" בתל אביב, ולפני כניסתי הורדתי את הכיפה ושמתי אותה בכיס, פן יחשבו ש"השתגעתי" ופן יחשדו בי שהביקורות המהללות שלי על עמיר בניון, עובדיה חממה, שולי רנד ואחרים, נובעות מההתחזקות שלי. היה נוח לי להסתיר את זה, לכן היום אני מבין אנשים שבהתחלה חוששים. מצד שני - אחרי תקופה בתשובה, להמשיך להימנע מכיפה זה כבר חיסרון משמעותי וגם קצת תמוה.

נכון שהכיפה גורמת לאנשים להכליל, באופן מסוים. נכון שזה גורם לך להיות מייצג בעל כרחך. הכל נכון. אבל מצד שני - חשוב לזכור שהכיפה היא הדבר הנכון, ושאם אתה מאמין ומקיים מצוות, ההזדהות החיצונית היא חלק מהעניין. היהדות היא לא משהו שצריכים להסתיר. אם מישהו מכליל אותי עם חובשי כיפות אחרים שהוא לא אוהב מאיזושהי סיבה - זו בעיה שלו, לא שלי. הכיפה מבטאת בסופו של דבר את האמונה שלי ותו-לא. צריך להיות מאוד שטחי

ורדוד כדי להכליל כל אדם חובש כיפה באשר הוא, בדיוק כמו שצריך להיות שטחי להכליל כמקשה אחת את כל הג'ינג'לים בעולם, את כל תושבי מזכרת בתיה או את כל עובדי תדיראן. ואם מישהו מספיק "חכם" כדי לחשוב שכל הדתיים אותו דבר - למה התובנה החלולה שלו צריכה לאלץ אותי לברוח מהזהות האמיתית שלי, או אפילו להסתיר אותה? ובדרך אגב, אני באופן אישי גאה להיכלל בין חובשי הכיפות.

אז כן, גם אני חייתי במשך תקופה עם הדואליות הזו. הרבה אמונה בלב, אבל כיפה עמוק בכיס. חתונה של חבר טוב מהצבא גרמה לי להתעורר על עצמי. תשמעו סיפור.

לקראת אותה חתונה התרגשתי, כי היה מדובר בסוג של פגישת מחזור עם לא מעט חברים אחרים מתקופת הצבא. באותה תקופה לא חבשתי כיפה, כאמור, אבל כבר קיבלתי על עצמי לברך על כל דבר שאני מכניס לפה. לפני החתונה התלבטתי: האם ללכת עם כיפה או לא? מצד אחד, אוכלים בחתונה, וכל פעם אצטרך להוציא את הכיפה מהכיס, לברך ולהחזיר אותה לכיס. מצד שני, ידעתי שחלק מהנוכחים אנטי-דתיים, ולא רציתי שהמפגש ייסוב בחלקו סביב ההתחזקות שלי. העדפתי להיפגש איתם ללא דיונים תיאולוגיים מפרכים, אלא סתם להיפגש ולהנות ביחד, בלי מתיחויות באוויר.

אבל איכשהו ומשום מה, זה לא זרם. רובם ישבו מלאי חשיבות עצמית, סיפרו על העבודות שלהם, על המשכורות שלהם, על טיולים בחו"ל - והרגשתי שיש כאן איזו תחרות סמויה. ניסיתי לפתח שיחות, להעלות זיכרונות, אבל נאדה. כל אחד מהם היה מלא בעצמו. הם היו כל כך שונים מכפי שהכרתי אותם במקור...

והכיפה? לאורך כל החתונה אני מוציא ומחזיר אותה לכיס כדי לברך. הרגשתי מטופש ברמות. הפינג-פונג הזה נראה מגוחך, ופתאום חשבתי: רגע, בשבילם אני "מחביא" את הכיפה? הם כל כך מלאים בעצמם, ולמה אני בכלל צריך להסתיר משהו כל כך מהותי בתוכי? מישהו כאן שווה את זה?

ואז החלטתי: מכאן ואילך, הכיפה לא יורדת לי מהראש. נגמר העידן שבו אני צריך להתחשב יותר מדי ב"מה יגידו". אז אמנם קצת פספסתי הזדמנות לפגישת מחזור מעניינת עם חלק מחברי העבר, אבל צברתי גם תובנה חשובה לחיים, ובעיקר גם כיפה על הראש. רק בשביל זה היה שווה ללכת.

אגב, סגירת מעגל נוספת אירעה 10 שנים לאחר מכן, כשבאזור חיפה נתקלתי באקראי באחד החברים שהיה בחתונה וגם כן היה מאכזב ומלא בעצמו. לא תאמינו מה היה לו על הראש.

"עוילים מלאי" (י')

בשבוע שעבר סיפרתי לכם איך הצלחנו, הרשל ואני, לצאת מהבניין הבוער

ממש. הילדים הקיפו אותי ודרשו ממני לשמוע שוב ושוב את כל הפרטים המדויקים. גם המנהל קרא לי ושיבח אותי בקיצור - הייתי במרכז העניינים.

בשבת אבא קרא לי, ובהתרגשות סיפר לי, שהרבי בכבודו ובעצמו מבקש לראות אותנו במוצאי שבת. זו היתה זכות גדולה להיכנס אל הרבי, ובמיוחד כשהרבי מזמין אותנו. גם ידעתי, שאבי זה זמן רב רוצה להיכנס אליו בכדי לשוחח איתו על כמה עניינים, אולם זה לא התאפשר לו, כיוון שיש תור גדול, והנה עתה יש לו הזדמנות.

השבת עברה באיטיות מרגיזה. בקוצר רוח חיכיתי לפגישה החשובה עם הרבי, והנה, הגיע הרגע שהשמש סימן לנו להיכנס.

החדר היה מוצף אור בהיר, ובמרכזו ישב הרבי, כשהוא זורח ומחייך.

בשבוע הבא אספר לכם מה אמר לי הרבי, ואיך הסתיים הסיפור.



כולם עמדו שם והביטו בי, ואחר הביטו בהרשל ולא האמינו. הם מיד הבינו שהסיבה שנעלמתי היתה, בעצם, כדי להציל את הרשל.

"כל הכבוד לך! אתה ממש אמין!", אמר אחד.

"אין מילים להעריך את המצווה הגדולה שעשית!", אמר השני.

היינו מוקפים בטבעת אנשים גדולה, וכולם מהללים ומשבחים. והנה, מתוך האנשים נדחק והגיע מפקד כיבוי אש עם קסדת הפלסטיק שעל ראשו.

"עשית מעשה נועז!", אמר, ולחץ את ידו, "אבל כל הכבוד לך, אנחנו ממש מעריכים את זה".

...

כותרות העיתונים של יום המחר זעקו: "ילד בן תשע הציל זקן בן שישים!".

הפכתי לשיחת היום. בכל מקום שהלכתי, הסתכלו עלי והצביעו לעברי. בחיידר שלי הייתי כוכב של

לב של ילד אשר מדינה

עולם הילדים



איך קראו לסבא של רבקה אמנו?

- א) נחור
- ב) בתואל
- ג) לבן
- ד) נמרוד

מהו מזל חודש אבי?

- א) זגים
- ב) גדי
- ג) עקרב
- ד) אריה

כמה עיקרי אמונה ישנם?

- א) 12
- ב) 13
- ג) 7
- ד) 3

מהם ראשי התיבות תשב"ר?

- א) תלמוד של בית רבן
- ב) תינוקות של בית רבן
- ג) תפילה של בית רבן
- ד) תפילה, שבת, ברכות - רצון ה'

איזה פרי אינו משבעת המינים?

- א) תאנה
- ב) תפוח
- ג) רימון
- ד) ענבים

פתרון החידות מפרשת קרח:

א. מוצאי שבת קודש, ד. ק"ל, דוד ויהונתן, ב. שלום זכר, א. זכר לחורבן בית המקדש

פתרתם את כל השאלות?
שלחו אלינו למייל trivia@htv.co.il
וציינו בכותרת את שם הפרשה
בין הפותרים נכונה יוגרל הספר
"ניצחתי אותך אייכמן 15"
של הרב אברהם אוהיון
מתנת הידברות שופר.



טיפים ופנטזים

מנקים בכיף

המקלדת שאתם משתמשים בה מלאה בלכלוכים? מקלדת היא פריט קשה בקנייה לנפוץ, יש בה זוויות וגם פתחים קטנים שמושכים אליהם לכלוכים שאי אפשר להוציא, אלא אם כן מספרקים לגמרי את כל המקלדת. אז מה עושים כשהמקלדת מתלכלכת? יש משחק אהוב ונפוץ שיכול לעזור לכם...

סליים! כן, קחו חתיכה של סליים מסוג איכותי ויציב, מתחו אותו והצמידו אותו לשטח המקלדת היטב. לאחר מכן "קלפו"

את הסליים מן המקלדת. כל הלכלוכים שנדבקו בין המקשים - יצאו יחד עם הסליים.

צירתם וצבעתם בצבעי גואש או משהו דומה, שטפתם את השאריות בכיור שבאמבטיה, ועכשו הכיור מלא בלכלוכים ובשאריות... לפעמים קשה להגיע עם זרם המים מהבדל לכל החלקים של הכיור, והנקוי לוחם די הרבה זמן. אפשר להקל על התהליך - ושוב. באמצעות משחק שיש בכל בית: בלון! כורכים את פתח הבלון על פתח הכיור. גזרים מעט מראש הבלון - ויצרתם מאריך גומי לבד, שמאפשר לכם לבנון את זרם המים לכל פנה שבכיור.



מבחר סוגי תמונות לבחירה



shops.hidabroot.org 073-222-1250

גוד לייט

התמונה שתאיר לכם את החדר כמנורת לילה יחודית עם מנגנון תריס ידני להשכחת והארת המסגרת בשבת כרצונכם!

מבית מלכות וקסברגר



מלאכת זורה

מהי מלאכת זורה, והאם מתר להשתמש במטרה אורי בשבת?

בדיחות

יוסף חזר הביתה במצב רוח מרומם. "מה השמחה?" "שאלה אותו אשתו, "זכית בפייס?". "לא, השיב, התקשרו אלי ממס הכנסה". "מה? אז, באמת, מה השמחה?" "התברר שהיתה טעות במספר..."



יש לי חבר שיש לו 5 אחים, וכולם עם שמות של פרחים: כלנית, איריס, רקפת, נרקיס ומושה. שאלתי אותו, מה הקשר בין משה לפרחים? אמר לי: משה הוא הגנו.

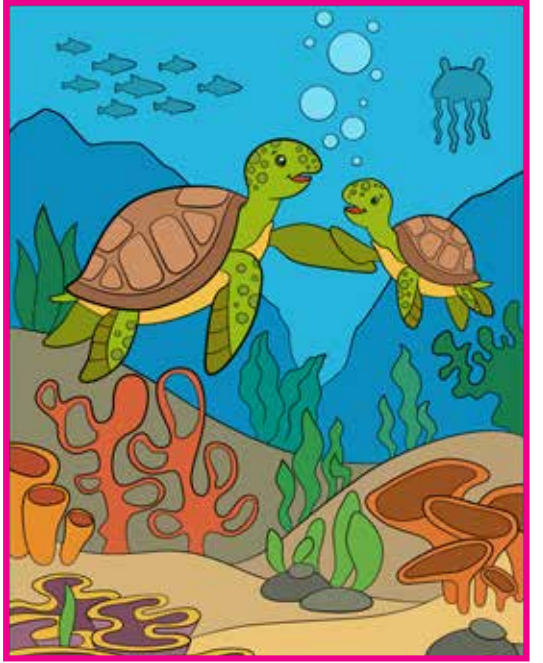
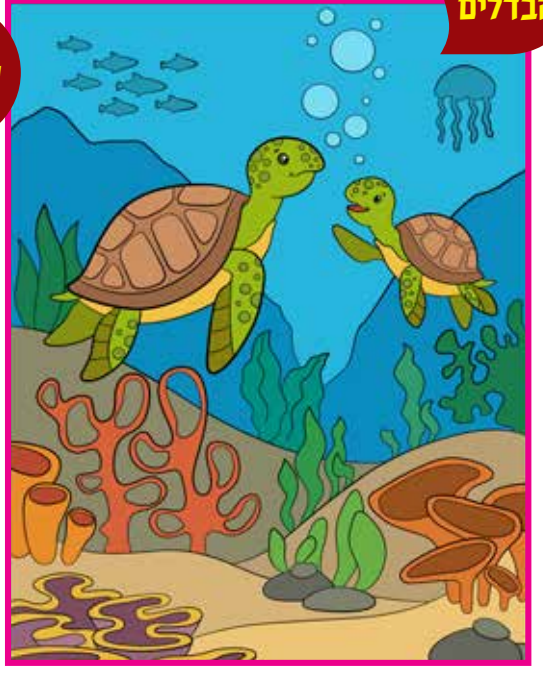
הבדל: יוצא מהבית – בודק שהשארית את המזוג כבוי. יוצא מהחדר במלון – בודק שהשארית את המזוג דלוק.

הבדיחות מתוך הספר "תן בדיחה 1" מאת יעקב חמו. לרכישת הספר, פנו להדברות שופס.

מלאכת זורה היא המלאכה הששית מבין ל"ט אבות מלאכה שאסורות בשבת. זריה היא למעשה פזור ברוח, ומלאכת זריה היא הפרדה של החטים מן הפסלת שמערכת בהם לאחר שנעשתה הדישה. ההפרדה הזו נעשית על ידי זריקה של החטים לרוח. הקש, שהוא קל, עף ומתפזר ברוח, והחטה נוחתת בחזרה לקרקע או לכלי שמשמשים בו. במשכן, לאחר שדשו את הצמחים שמהם הכינו את הצבעים ליריעות המשכן, זרו אותם כדי להפריד מהם את הפסלת. ישנן מלאכות יומיומיות שונות שאסורות משום תולדה של מלאכת זורה. כך, למשל, אין לנגר בחוץ, ברוח, מפה שיש עליה פגורים ולכלוכים. אם רוצים לאכל בונים, והבונים מערבים עם הקלפות הדקות שלהם, אסור לנשוף עליהם בשבת כדי לפזר את הקלפות. עם זאת, מתר להשתמש בתרסיסים, כמו מטרה אורי למשל, משום שאף על פי שהשמוש בהם נראה כמו זריה, הרוח לא באמת מסייעת לפזור של הריח.



מצאו 10 הבדלים



פרק 38 איירה: אסתי זיכל

הקרב על הבית
ה' פאר

מי זה יכול להיות עכשו?

מישהו דופק על הדלת!

אולי הדוד סיני הגיע סוף סוף?

אך אחד לא אמור להגיע בשעה כזו אל האחוזה!

זה לא יכול להיות!

אז תפתח את הדלת ונראה מי האורח.

אתה שונא אותנו?

אני שונא אורחים!

מה רדוד בזה!?

הנוער שלנו, שלא מכיר דבר אחר, מתפלא ולא מבין איזה פסול אנחנו מוצאים בתכנים שמעניינים אותו

בוקר היתה נפתחת דלת הבור לסדק צר, ולחם עבש היה נזרק אליהם. ממנו הם חיו. ויהי היום, והנה סוף סוף הגיעה עת יציאתם מהבור. הנה, עוד מספר דקות הם יראו את אור השמש, אותו לא הרגישו זה מספר שנים!

הם ממתנינים בציפייה ונשימתם נעתקת בהתרגשות כשדלת הבור נפתחת. אך אז הם נתקלים בהתנגדות מכיוון לא צפוי. הבן הקטן, שנכנס אל הבור בהיותו תינוק, לא מעוניין לצאת מהבור. הוא כבר לא זוכר מקום אחר ולא מכיר חיים אחרים. טוב לו בבור החנוק. "מה רע לנו כאן?", הוא שואל, מתפלא, את ההורים. "אפילו לחם נזרק אלינו בכל בוקר". וההורים מנסים להסביר, להתחנן, "איך אתה בכלל יכול להשוות! בחוץ יש מרחב! יש אור! יש אוכל טוב!". אבל הבן בשלו - "טעים לי כאן ונוח. לא

"יעליו!", "יעליו!", "יעלללו!", קראתי לה מאחור. הייתי כ"כ קרובה אליה, מספר צעדים ממש. למה היא לא עונה, הנערונת הנחמדה הזו?!... החשתי את צעדי, ואז ראיתי את האוזניות, שמעתי את הצלילים וקיבלתי את התשובה...

עם אוזניות באוזניים, הנוער שלנו עובר לעולם מקביל, ואין עם מי לדבר... ולא שהמילים שבשיר דורשות עומק וריכוז... להיפך. השירים נעים בין קרקורים, צקצוקים ותיפופים ללא משמעות (במקרה הטוב), לבין

רדידות ובוטות (במקרה הפחות טוב). המעשייה מספרת על בני זוג עניים שנזרקו יחד עם בנם הקטן אל הבור שבחצר הפריץ לאחר שלא שילמו את חובם. הבור היה טחוב, קטן ואפולוי. אף קרן שמש לא הגיעה אליו, ושם הם נאלצו לבלות כמה שנים מחייהם. בכל



רוצה להכיר דבר אחר". נראה שזה הנוער שלנו היום. דור שגדל מגיל צעיר על רדידות, לא מכיר דבר אחר, ומתפלא: "השיר הזה רדוד?! מה שטחי בו?!". ילדות שגדלו לנערות וספגו מסרים מגיל צעיר, לא מצליחות להבין מדוע אני נזעקת לשמע מילות השיר, ואומרת להן שהן משפילות את עצמן כשמוכנות לשיר מסרים שכאלה. "משפיל?! למה?". כמו הילד בבור שכבר לא זוכר ולא מכיר חיים אחרים וטובים, הם ממשיכים לצקצק ולקרקר ולשיר בגרון ניחר שירים ללא מסר, או עם מסרים מפוקפקים... ולמען נסיים באופטימיות, הייתי השבוע בסמינר חרדי. בנות העשרה ישבו במעגל ושרו יחד שירים שונים: "ה' אלוקים זכרני נא וחזקני נא אך הפעם הזה"... "אברך ממך אלך ואתכסה מחמתך בצילך"... איזו שפה עשירה! איזו רמה אינטלקטואלית! איזה שימוש במילים גבוהות! והתוכן... עמוק וחכם! כמה טוב לדעת שעדיין יש ציבור שלם שמוכיח בכל יום מחדש שאפשר גם אחרת. שהנוער שלו עדיין כל כך ישר מחשבה, כל כך עמוק ועשיר, כל כך ההיפך מרדוד או צעקני. אשרינו.

ייעוץ והכוונה ללא עלות להורים ולצוותי הוראה
etgar@htv.co.il ננוער מתמחד

הרבנית חגית שירה
חכמת נשים

נסים שבכל יום

כמו שמתחיל היום שלך - כך הוא יימשך. איך זוכים לבוקר טוב?

האלה בשבילך: בוקמך לבוקר חדש - קבלי עליך עול מלכות שמיים באמת ובלב תמים. תכווני שכל היום הזה הוא "לכבוד השם ולשם שמיים". כך יסורו ממך כל הביטולים והכוחות הרעים, ותזכי ליום מבורך ומוצלח.

בסידור "שירת חי" הבאתי מתכון לבוקר נפלא - קפה לנשמה - גזרי ושמרי: "בכל בוקר, כמעט באותה השעה, כפית נס, סוכר וחלב. את מקפידה להעניק לגוף את צרכיו. כוס קטנה - את מכינה אותה כל בוקר בעיתה ובזמנה. אחותי, ומה עם הנשמה? האם באותה מידה שבה את מקפידה להזין את גופך, האם כך את דואגת גם לנשמתך?

תפילת הבוקר היא משקה לנשמה, הקפידו להכין כל בוקר במידת החום הרצויה. הכוס - שתזכי להיות כלי קיבול, לשמוע, ללמוד, לתקן.

הקפה - תזכרי שצריך להתעורר. הסוכר - המתיקי את יומך בשמחה ובהודיה. והחלב"ב - להגיד בבוקר חסדך... פתחי את היום בתפילה.

מלאת רצון, אהבה וכוונה, ערבבי היטב עם שפע אמונה, שבי ולגמי בנחת".

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

הרב פינקוס זצ"ל מביא עצה נפלאה מספר קדמונים: "אם רוצה האדם שתהיה עבודת הבוקר שלו עבודה מעולה ככוונה ובדבקות, שישמור מלדבר שום שיחת חולין מהרגע שהוא קם עד אחר תפילת שחרית. נכון, לא כולם יכולים לעמוד בזה (וודאי שאימהות לילדים קטנים חייבות לדבר לצורך) אבל מי שמתרגל בזה ודאי יראה תועלת עצומה לכל תפילת הבוקר וממנה יימשך לכל היום, כי בטבע הדברים הכל נמשך אחרי הראש, וכאשר הראשית היא טובה, כל היום יהיה בטובה ובהצלחה".

עוד מביא הרב פינקוס בשם רבי חיים מוולוז'ין: "דבר מנוסה, שכשישכים אדם בבוקר ויקבל עליו ביום שהוא עול תורה באמת ובלב תמים... אז יסורו ממנו הביטולים ודאי יצליח ביום ההוא בתורה... ויעזרה ה' בו ביום וכן יסורו הטרדות ממנו". אתרגם את המילים המיוחדות

"הן עם כלביא יקום וכארי יתנשא" (פרשתנו). ואמר הזוהר הקדוש: כשמיגיע הבוקר... הוא עת רצון לכל, ולעשות טוב לכל העולם... והוא זמן תפילה להתפלל לפני המלך הקדוש... (זוהר בלק). אחת הדרכים החשובות להצלחה היא להיזהר מאוד שראשית היום תהיה טובה,

מוקדשת ומיוחדת לה'. זכרי, איך שהבוקר שלך נראה - כך יראה היום שלך! בלעם רואה את הבוקר המיוחד של ישראל, והוא מבין שלא יוכל לקלל אותם עם בוקר טוב שזכה, הוא רואה שכשם עומדים משינתם שחרית, הם מתגברים כלביא וכארי לחטוף את המצוות, ללבוש טלית, לקרוא את שמע... (רש"י), והנשים, כמובן, זריות וחרוצות...

ובכן, איך זוכים לבוקר טוב שזכה? ראשית, הרב עובדיה יוסף זצ"ל אמר שברכות השחר בכוונה הן סגולה לשמחת הלב.





לא על הלחם לבדו

מה חשוב לבדוק כשקונים לחם? ראשית, לא להתרשם מהכותרות על האריזה, כמו "לחם של פעם" או כל סיסמה אחרת שמטעה את הצרכן לחשוב שזה לחם בריא - וכשבודקים ברשימת הרכיבים, רואים רכיבים שלא תואמים את הכותרת הענקית על האריזה.

כשכתוב קמח חיטה כהה - זה לא קמח מלא. לחם שנאפה מקמח כהה מכיל סיבים, מינרלים ונוגדי חמצון בכמויות מועטות - זה הלחם הנמכר ביותר. הלחם הלבן חסר רכיבים תזונתיים חשובים שאבדו בזמן הסרת הקליפות והנבט. מבחינה תזונתית הוא עשיר בפחמימות ריקות, והוא רע לגוף.

חיטת הכוסמין היא זן של חיטה שעברה פחות תהליכי הנדסה גנטית, ויש בה קצת פחות גלוטן היא נחשבת לבריאה מעט יותר מהחיטה הרגילה. אך לקמח כוסמין שאינו מלא אין שום יתרון בהשוואה לקמח לבן רגיל.

הלחם המלא, שנאפה מקמח מלא ונטחן מגרגר החיטה בשלמותו, הוא בעל ערך גבוה, ומכיל יותר נוגדי חמצון, ויטמינים ומינרלים. הוא מספק סיבים תזונתיים שמאטים את קצב העיכול ומשרים תחושת שובע. מבחינת התקן הישראלי, גם לחם המכיל 80% קמחים מלאים יכול להיקרא לחם מלא.

לחם שיפון הוא הלחם הבריא ביותר. יש לו יתרונות רבים: הוא עשיר במינרלים; השיפון מכיל ליגנינים, חומרים שעוזרים לשמירה על רמות תקינות של סוכר; ויש בו חומצת אמינו "טריפטופן", שעוזרת ליצירת סרוטונין ומאפשרת לנו לחוש רוגע ושובע. בדרך כלל מוסיפים ללחם שיפון קמחים אחרים. צריך לבדוק שהם מלאים. בכל מקרה, כל תערובת קמחים שיש בה גם שיפון - יש לה יתרון בריאותי.

בלחמים עם קמחים מלאים ישנה רשימה ארוכה של חומרים משמרים, מעכבי חמצון, משפרי אפיה וכימיקלים שנועדו להאריך את חיי המדף של המוצר. זה לא נחשב לחם בריא. אנחנו צריכים לחם שכל הקמחים שבו מלאים, ושאינו מכיל חומרים משמרים. יש לחמים כאלו, שאין בהם תוספים וחיי המדף שלהם קצרים. אותם אפשר להקפיא.

בפיתות אין חומרים משמרים, לכן עדיף לקנות פיתות מאשר לחם, מה גם שללחם מוסיפים חומרים כדי לגרום לו לתפוח ולהראות טוב.

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

דיבור לפני קהל

מה עושים עם פחד קהל, ואיך טיפול CBT יכול לסייע להפרעות שינה?

? אני סובלת מדופק מואץ והזעה לפני דיבור מול קהל. זה מטריד אותי ומהווה מכשול בסיטואציות רבות, ולכן אני מתחמקת מהן. מה אפשר לעשות עם זה?

ייתכן שאת סובלת מחרדה חברתית. מדובר בהפרעת חרדה שכיחה ביותר. הסובלים מהפרעה זו נמנעים ממצבים שבהם הם עשויים לבלוט או להימצא במרכז תשומת הלב, והם חוששים ממגוון מצבים חברתיים או מביצוע פעילות כלשהי בפני אחרים, כמו להביע דעה בפומבי - למשל בכיתה, או במפגש חברתי בקבוצה.

הם צרכנים גרועים, שכן גם אם רכשו מוצר גוון, הם נמנעים מלהחליף אותו או לבקש החזר כספי. הם גם עלולים שלא לקנות



בחנויות קטנות, ומעדיפים מרכזי קניות גדולים המעניקים להם תחושה של אנונימיות.

החרדה מתבטאת בתחושת מתח סביב טריגרים שמעוררים אותה, ולפעמים מלווים אותה גם תסמינים גופניים, כמו דופק מואץ, הסמכה, הזעה, קוצר נשימה, רעד בגוף / בקול וכו'.

לעיתים מעגל החרדה גם מזין את עצמו, והפחד מהשפלה מגביר את החרדה. חלק מהאנשים שסובלים מההפרעה מרגישים שמדובר בפן אישיותי שלהם, והם פשוט "ביישינים", ומתקשים להבין שמדובר בהפרעה ושהמצב יכול להשתנות ולהשתפר.

חרדה חברתית עלולה לגרום למי שסובל ממנה לבחור במקצוע שאינו מתאים לו, לוותר על עבודות נחשקות או אפילו להפסיק לימודים, רק כדי להימנע מחשיפה אפשרית למצבים מעוררי חרדה.

במקרים חמורים, ההימנעות גוברת, והחיים מצטמצמים גם בתחומים נוספים: חיי החברה

מתמעטים, והם מתקשים להשתתף במפגשים משפחתיים ואירועים כמו ימי הולדת, חתונות ואפילו ארוחות חג משפחתיות.

טיפול פסיכולוגי קוגניטיבי-התנהגותי (CBT) הוא היעיל ביותר להתמודדות עם חרדה חברתית. מדובר בטיפול קצר מועד ובעל שיעורי הצלחה גבוהים גם לטווח ארוך. **(אורלי סמירה, יועצת זוגית ופסיכותרפיסטית CBT)**

? גמרתי לספור כבשים ולא הצלחתי להירדם... מהי הפרעת שינה? ואיך עובד טיפול קוגניטיבי-התנהגותי בהפרעות שינה?

האם את מתקשה להירדם, או לישון באופן רצוף? האם את מתעוררת מוקדם מדי? אם במשך שלוש פעמים בשבוע לפחות במשך חודש או יותר את חווה קושי בהירדמות, והפרעה זו מלווה במצוקה, כנראה את חווה הפרעת שינה.

יש והפרעת שינה כרוכה בקשיים נפשיים נוספים, כמו דיכאון או חרדה. לעיתים קרובות היא גורמת לירידה באיכות החיים: תפקוד לקוי, פגיעה במוטיבציה, קשיי ריכוז, תיאבון מוגבר או מופחת ולמתח.

CBT היא השיטה המקובלת והיעילה ביותר לטיפול בנדודי שינה, יעילה יותר מטיפול תרופתי בטווח הארוך ויעילה כמו טיפול תרופתי בטווח הקצר.

איך עובד הטיפול הקוגניטיבי-התנהגותי להפרעות שינה?

ראשית, יש לשבור את ההתניה השלילית שנוצרה בין המיטה לשינה, ליצור הבנה כי המיטה קשורה לשינה בלבד, ולבסס סדר וארגון בזמני שינה.

החלק הקוגניטיבי בטיפול עוזר בין היתר למטופל לזהות אמונות שמשפיעות על השינה שלו, וזאת באמצעות הערכה ואבחון של נודי השינה. כך למשל חושב אדם ש"כדי להירדם אני חייב להתנתק ממחשבות"... זיהוי המחשבות עשוי לצמצם מחשבות שליליות ודאגות שהיו עד כה.

שימוש בטכניקות הרפיה עוזר אף הוא להפיג את המתח בשרירים ולהוריד את קצב הנשימה, במטרה להפחית עוררות גופנית ונפשית. **(יפה אפרגן, MA, אשת חינוך ומטפלת CBT במחלקת "נפשי בשאלתי")**

הרבנית חגית שירה
מושכת ניסים

הסטנדאפיסטית מאירה רפאלי
תחייכי תמיד

רביעי | י"ד בתמוז | 13/7
אולם בית אבא
רחוב אור החיים 27

תפריטי אה צמח
אירועי הקיץ של הידרות רק מתחילים

בהשתתפות הרב **יעקב חמו**

073-2221240

פתיחת שערים 19:30 | לנשים בלבד | הכניסה בעלות סימלית

הרב חיים זאיד
'בשמחה תמיד

הזמרת אסתר כליפא
במופע מושלם

שלישי | י"ג תמוז | 12/7
מתנ"ס פריימן
החווה מלובלין 42



נוף כנרת

בריכה חצי אולימפית

מלון נוף כנרת

שבת
באורה
אחרת



חדרים מרווחים



ארוחות עשירות



הרצאות מרתקות ומחזקות | פעילויות לילדים | פרשת מטות | כ"ג - כ"ד תמוז | 22-23.7 התקשרו <<073-2221270

מזמנים לארגן חוג בית עם מיטב רבני הידברות



אסטרולוגיה
נושאים עניים
לשמים
חוב דבאל ארז



סגולות חז"ל
סוגלות
בשבילך
הרב עמאל מנדל



החיים
מצחיקים
סטנ"א
הרב יצחק חמו



ממרצ ליהדות
סיפור אישי
הרבנית גלגד



תחשוב טוב
קואסינג דוסי
חוב מרובי חסיד



הכל כתוב
גרסולוגיה
הרב מאיר בר דודה

פרטים על רבנים ושיעורים /סלסם בחצר הידברות ואצל מחאמת חצי בית



רבני
הידברות
מגיעים
עד
הבית

הידברות בסלון

הערב ללא עלות // מתאים לנשים וגברים בהפרדה מלאה
חייגו: 073-222-1-290

מזמנים
כ-20 חברים/קות
וכל מי שבא לך

קובעים
תאריך
ושעה

מתקשרים
להזמין אחד
ממיטב הרבנים

3 צעדים
לארגון
חוג בית

להתחבר. להתרגש. לצפות.



מתחברים לבית המקדש עם ספרים ומשחקים מרגשים ומחזקים על ירושלים ועל בית המקדש



משכן השם
תבנית המשכן
וכליו ובגדי כהונה
עפ"י מקורות חז"ל והמפרשים,
מלווה באיורים המחשימים ללומד
את צורתם ומראיהם של הארון,
השלחן, המנורה, הכיור, בגדי
הכהונה, ועוד.

סט ארכיאולוגיה תנ"כית

6 כרכים מאת הרה"ג זמיר כהן
סדרת הספרים שממשיכה להדהים
ולעזוב את עולם המדע. הספרים
מרתקים וייחודיים, מלווים בתמונות
מדהימות, גילויים וחשיפות נדירות.



שליח
עד הבית
חינם!



אוצרות בית המקדש והמשכן

5 כרכים מאת
הרב מנחם מקובר
אלבומים מהודרים אשר נותנים
גישה בהירה ומסודרת לנושא
בית המקדש, המשכן והקרבת
בשפה שווה לכל נפש. כולל
תמונות ותרשימים תלת מימדיים
מרשימים.



מגוון פאזלים
ומשחקים
מרתקים

על ירושלים
ובית המקדש

SHOPS.hidabroot.org • 073-222-1250

העלון מוקדש:

לעילוי נשמת: חנה בת שרה | בנימין בן אסתר | פונגדה בן טורי | משה מושיקו לוי בן מריקה מרים ועזרא
לזיווג הגון וכל הישועות: בת אל בת יהודית | נופר בת סיגלית | להצלחה: ישי בן טליה | בת חן בת אורלי
לרפואה שלמה וכל הישועות: שי בן אילנה | חיים בן שרה | שמעון בן גמלא



להקדשת העלון

חייגו: 073-2221388

(שלושה 3)