



חג שבועות

פרשת כי תבוא | גיליון 570 | כ' באלול תשפ"ב

לתגובות: oneg.shabat@htv.co.il

להפצת העלון: 073-222-1388

זמן כניסת ויציאת שבת

מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת	ירושלים
19:59	19:18	18:08	ירושלים
19:56	19:20	18:25	תל אביב
19:58	19:20	18:17	חיפה
19:58	19:20	18:26	ב. שבע



אמת מארץ תצמח

המזבח בהר עיבל, ושפע הממצאים העולים מבטן האדמה במקומות רבים

מורנו הגה"ר זמיר כהן שליט"א

בהיותם במדבר, הצטוו עם ישראל שעם כניסתם לארץ הקדושה, יעמדו כולם במעמד אדיר של כריתת ברית עם מלכו של עולם. במעמד זה יתחלקו כל שבטי ישראל לשתי קבוצות שיעמדו על שני הרים, אלה מול אלה, וישמעו סדרת ברכות להולכים בדרך טובה וסדרת קללות להולכים בדרך רעה. וכאשר יענו כולם עליהם אמן, יאשרו בכך ויקבלו על עצמם ועל הדורות הבאים את כל הנאמר באותו מעמד. ככתוב: "אֱלֹהֵי יַעֲקֹב אֶת הָעָם עַל הַר גְּרִזִים בְּעֶבְרָתְכֶם אֶת הַיַּרְדֵּן, שְׁמַעוּן וְלֹא וכו', וְאֵלֶּה יַעֲמְדוּ עַל הַקְּלָלָה בְּהַר עֵיבֵל וכו'" (דברים כז, יב-יג). ובתלמוד (סוטה לב ע"א) מפורט סדר המעמד: "ששה שבטים עלו לראש הר גריזים, וששה שבטים עלו לראש הר עיבל, והכהנים והלוויים והארו"ן (שבו שני לחות הברית) עומדים למטה באמצע (בין ההרים). הכהנים מקיפין את הארון, והלוויים את הכהנים (כשתי טבעות סביב הארון), וכל ישראל מכאן ומכאן. הפכו (הכהנים והלוויים) פניהם כלפי הר גריזים ופתחו בברכה: ברוך האיש אשר לא יעשה פסל ומסכה, ואלו ואלו עונין אמן. הפכו פניהם כלפי הר עיבל ופתחו בקללה: ארוך האיש אשר יעשה פסל ומסכה, ואלו ואלו עונין אמן. עד שגומרין ברכות וקללות. ואחר כך הביאו את האבנים ובנו את המזבח".



המזבח המקורי שנבנה על ידי יהושע בן נון וכוסה בגל אבנים, נחשף בדורנו על ידי פרופ' אדם זרטל, אשר הציג הוכחות רבות מצורת מבנה המזבח, מיקומו, עצמות בעלי החיים הטהורים שנמצאו בו, ממצאים מצריים המתוארכים על ידי החוקרים לתקופת יציאת מצרים, ועוד, כי מזבח זה הוא ללא ספק המזבח שבנה יהושע במעמד הברכות והקללות (תמונות ופרטים ניתן לראות בהרחבה בספר "ארכיאולוגיה תנכ"ית" חלק ב'). לאחרונה, קיבלו הדברים משנה תוקף, כאשר פוענח הכתוב בלוחית עופרת שנמצאה במקום, והתברר כי חקוקות בה המילים "מות", "ארור לה" (בשם הויה ללא האות ה' האחרונה, משום קדושת השם), באותו מספר פעמים של ה"ארור" הכתוב בתורה, דבר המוכיח שאחד הנוכחים חרט את הדברים בקצרה על לוח עופרת, לשומרו אצלו לזיכרון המעמד הגדול, לבל יתפתה ללכת אחר יצרו. יתכן כמובן שהיו רבים שחרטו כמותו, אלא שהוא איבד את שלו טרם יצאו מהמקום, ואבדתו היא בגדר אוצר ועדות

מוחשית עבורנו ממי שהיה נוכח במעמד האדיר הכתוב בתורה ומסופר בספר יהושע. על ממצא זה אמר פרופ' גליל מאוניברסיטת חיפה, כי "הוא מהווה מכת מוות למכחישי המקרא".

לנו, כיהודים הנאמנים לה' ולתורתו, אמיתות כל פרטי המסופר בתנ"ך ברורה לחלוטין, שהרי כל התנ"ך נכתב בנבואה במידע שנמסר מה' למשה רבנו ולשאר הנביאים, והם העלו על הכתב כציווי ה'. אולם לרפויים באמונתם, מהווים אין ספור הממצאים הארכיאולוגיים שנחשפו במאה וחמישים השנים האחרונות אוצר של ממש, המוכיח שכל דברי הנביאים אמת. שכן בזה אחר זה נסתרים ונופלים כל מאמריהם "המלומדים" של אנשי מחקר שונים, שהעלו השערות כפרניות והציגו אותן בהרצאותיהם בפנים רציניות, בספרים שכתבו ובמאמרים שפירסמו בירחונים מדעיים, כאילו היו אמת מוחלטת. והנה ממצא אחר ממצא עולים מבטן האדמה ומפריכים את כל ההשערות שעמדו בניגוד לכתוב בתנ"ך, והכל נוכחים לראות שמשה אמת ותורתו אמת.

כדוגמה לכך נציין את טענת החוקרים שהגמלים עדיין לא היו בשימוש האדם בזמן אברהם יצחק ויעקב, ואיך יתכן שכתוב בתורה שהאבות השתמשו בהם? ומתוך כך הגיעו למסקנות משובשות. והנה בחפירות במצרים העתיקה נמצא ציור קיר של גמל מונהג בידי אדם, מהתקופה שמקבילה לתקופת האבות, וחפו פני הכופרים. כך גם "פפירוס איפובר" שנתגלה במצרים העתיקה ומספר על עשר המכות ממבטו של מצרי בן אותה תקופה (עיין "ארכיאולוגיה תנכ"ית" חלק א'); פסלים מנותצים שנמצאו בחפירות אתרים שנכבשו על ידי יהושע בן נון; אסלת בית כסא קדומה שנמצאה על בימת עבודה זרה במקום הפסל מתקופת חזקיהו המלך, ככתוב בתנ"ך שכן עשו הצדיקים שבמלכי ישראל לבתי עבודה זרה; "מנסרת סנחריב" שנמצאה בארמונו של סנחריב באשור, והיא מאשרת בעקיפין את המסופר בתנ"ך אודות מותם הפתאומי של כל חיילי סנחריב בעת המצור על ירושלים בזמן חזקיהו המלך ("ארכיאולוגיה תנכ"ית" חלקים ב-ד).

ועוד ממצאים רבים אשר תיקצר היריעה כאן לפרטם. חובה קדושה מוטלת עלינו לידע את אחינו שאינם מודעים לכל זאת, שהתנ"ך אינו ספר פרי הגיון בשר ודם, אלא דיבור אלוקי שכל דבריו אמת, הן מה שנוגע למאורעות ההיסטוריים שבו, והן באשר למצוות הכתובות בו, שכולן באו מפי בורא העולם ומחייבות את כולנו - לטובתנו. שבת שלום.



הג"ר אברהם יוסף שליט"א
שאל את הרב

ישנו סוג מסוים של חיתולים לתינוקות,

שצבעם משתנה כאשר הם מתמלאים. האם מותר להשתמש בהם בשבת? חיתולים שצבעם משתנה מותרים לכתחילה

בשימוש בשבת. ואפילו בקבוק לתינוק שצבעו משתנה לפי דרגת החום מותר בשימוש בשבת.

2 מה עושים נכשיו? גלעד שמואלי



5 ערב ראש השנה הרב ירון אשכנזי



6 תפילה של אמה ע. עידן



10 האסירים במעשיהו עווד הרוש



11 סגולת ברכת המזון הרב יצחק בצרי



14 כסך בפלסטיק מורן קורס



לכם נשאר רק לבחור איפה...
לאונרדו ירושלים
לחגוג באווירה ירושלמית
כינר גליל
לחגוג באווירה כפרית
כ"ט אלול - ב' תשרי 25-27.9

כמה טוב להתחיל שנה חדשה עם מי שאתם אוהבים
ראש השנה
עם הידברות

העלון טעון גניזה | נא לא לקרוא במהלך התפילה

להתחיל בלימוד של דבר חדש בגיל מבוגר, "אישה בת 65 כתבה לי שהתחילה ללמוד צרפתית. זה התחיל כדרך להוכיח שאפשר ללמוד כל דבר תמיד, וממש שינה את חיי".

בשבילו עדיין לא מאוחר

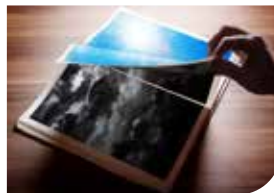
רבים חוששים להתוודע להיכרות עמוקה ואמיתית עם היהדות, מתוך המחשבה שהדבר יאלץ אותם להכניס שינויים לתוך חייהם. הם נתפסים לאמונה כי בגילם קשה לעשות שינויים, ללמוד דברים חדשים ולהתרגל להרגלים חדשים, וכי יכולת ההסתגלות בגיל בוגר נמוכה מאשר בגיל צעיר יותר. אבל המציאות ועולם המחקר מוכיחים כי זו אמונה כוזבת. התפיסה ש"לא מתחילים משהו חדש בגיל מבוגר" היא כנראה תירוץ שנשמע משכנע ונוח, שמעדיפים לברוח אליו, ולהשקיע בכך את המצפון, אבל אמת - אין בו. אז מה המסר של כל זה? אף פעם לא מאוחר מדי. "מאוחר מדי" זה ביטוי לא יהודי. המסורת היהודית אומרת שבכל שלב בחיים ניתן להתקרב לבורא עולם, ניתן להתחיל בצעדים הדרגתיים של התקדמות והתחזקות. כל עוד בורא עולם מעניק לנו עוד יום של חיים, סימן שהוא מצפה שנתקרב אליו, סימן שהוא מאמין בנו שאנו מסוגלים, סימן שהוא עדיין מייחל ואומר "יש עוד תקווה שבני ובתי יעשו צעד אלי".

האם אפשר לפתוח דף חדש בגיל 60?

האם אחרי שחיים עשרות שנים במסלול חיים מסוים, זה לא כבר מאוחר מדי להתחיל במשהו חדש?

ותחילת ה-20. זו גם הסיבה שבכל העולם מושקע מאמץ חינוכי אדיר בגילים האלה, מתוך הנחה שזו התקופה שמביאה את התוצאות הכי טובות. אף אחד לא ציפה לתוצאות האלה, שמציגות למעשה מציאות הפוכה".

בתחומים שונים רואים הצלחות גדולות דווקא בשנות החיים המתקדמות, כגון של אנשי טכנולוגיה, יזמות ועסקים, וכן ישנה רשימה ארוכה של סופרים וציירים, שהתקופה הפורייה בחייהם הייתה דווקא לאורך החציון השני לחייהם.



פרופ' שרי וויליס מאוניברסיטת טקסס באוסטין, ובעלה פרופ' ק' וורנר צ'אי, ערכו מחקר בנושא ההזדקנות, שזכה לפרסום נרחב. המחקר עקב אחרי 6,000 אנשים בגילאי 20-90 למשך 40 שנה, וערך מבחנים הבודקים יכולות קוגניטיביות שונות. ההשערה הייתה כי היכולות הקוגניטיביות הגבוהות קיימות בגיל מוקדם של תחילת שנות ה-20, ועל כן העולם מדרבן ומתמרץ להשקעה בחינוך דווקא בגיל זה. אך תוצאות המחקר היו הפתעה גדולה לכולם - השיא הקוגניטיבי של הגברים על פי מחקר זה נמצא בשנות ה-50 המוקדמות. ונשים שמרו על ממוצע גבוה גם אל תוך גיל 60 ו-70.

המחקר הוכיח כי היכולות הקוגניטיביות גבוהות יותר בשנות ה-50 לחיים מאשר בשנות ה-20, ועל כך אמרה עורכת המחקר בראיון ל"מוסף כלכליסט": "במשך שנים כולם היו בטוחים שהמוח והגוף מזדקנים יחד, ועל כן השיא הוא בסוף שנות העשרה

"חדש לי" זה לא אויב

פרופ' גארי מרקוס (42), פסיכולוג קוגניטיבי מאוניברסיטת ניו יורק, ערך על עצמו ניסוי כדי לבדוק את גמישות המוח, ותיעד את תהליך הלמידה של עצמו בניגון בגיטרה בגיל 38. הוא אף חיבר ספר בשם "העתיד של המוח", החוקר את מסתרי המוח האנושי, וסיפר על ההשראה שזה העניק לרבים

7 יונתן הלוי שבע סגולות

הש"ה הקדוש מסביר שבהתרת נדרים של ערב ראש השנה ישנם שני חלקים: האחד - התרת נדרי העבר, והשני - מסירת מודעה לשנה הבאה, שהנדרים והשבועות שנידור, יתבטלו מאליהם. בסידור "דרך החיים" מסביר שהתרת נדרים כללית זו מועילה רק לנדרים שנשכחו. אך כשזוכר את נדריו, עליו להתירם לפי כל כללי התרת נדרים (בתוספת פירוט הנדה, פתח וחרטה). את הנדרים הפרטיים שזוכר, צריך להתיר רק בפני תלמידי חכמים המבינים בהלכות נדרים, פתח וחרטה, (כנפסק בש"ע הלכות נדרים). 6. חשוב לזכור כי עוון נדרים ושבועות חמור הוא מאוד מאוד ועונשו רב, כמבואר בגמרא ובספרים. וראוי להזהיר את המון העם לא לנדור ולהישבע. הרב שמואל ברוך גנוט מציין ששמע את מרן הגר"ח קניבסקי זצ"ל שאמר: "נדרים זה משחק באש". בהלכה ישנם כללים מתי נודרים ומתי לא, ומי שאינו בקי בהלכה, שלא ינדור כלל וכלל. במסכת שבת ובמסכת נדרים מובאים דברים קשים על העונש של העובר על נדרים ושבועות, שהוא מיתת אשתו וילדיו הקטנים של אדם. 7. מה העיקר ביום האחרון בשנה? חשוב לזכור את דברי "חיי אדם" על היום האחרון בשנה: "והעיקר, לא יסיה דעתו כל היום מתשובה".

מוחק שלישי מהעוונות: על צום בערב ראש השנה

מנהג קדוש, אמיתי ומבוסס, ששכרו בצידו: המתענה בערב ראש השנה - מוחק הקב"ה שלישי מעוונותיו. כל הפרטים על המנהג שאסור לפספס

קודם אכילתו, או עד חצות ותו לא, מבלי להתפלל מנחה קודם האכילה. 3. למי נועדה התענית? תענית זו נועדה לאנשים ולנשים כאחד, מגיל בר/בת מצווה, כפי המובא במשנה ברורה (תקפא סקט"ז).

4. מי לא צריך לצום? אמנם כתבו הפוסקים, ביניהם "מטה אפרים" ו"חיי אדם" שאדם שחש שהצום יפריע לו לשוב בתשובה וללמוד תורה היטב ביום זה, היום האחרון בשנה, שלא יצום. כמו כן ישנם הנוהגים לסיים מסכת או להשתתף בסיום מסכת, כפי הנהוג בערב פסח. 5. בערב ראש השנה נוהגים להתיר נדרים, כפי האמור בגמרא (נדרים כג ע"א) שהרוצה שלא יתקיימו נדריו כל השנה, יעמוד בראש השנה ויאמר: "כל נדרים שאני עתיד לידור בשנה זו יהיו בטלים".

1. מנהג קדמון, המוזכר במדרש תנחומא ומובא בטור ובמשנה ברורה, מציין כי מי שצם בערב ראש השנה - זוכה למחילת שלישי מעוונותיו. הטור (סימן תקפא) מביא את דברי חז"ל במדרש תנחומא, בו נאמר שהמתענים בערב ראש השנה, מוחק הקב"ה שלישי מעוונותיהם. "חיי אדם" מצטט את דברי חז"ל הקדושים, שכל העושה תשובה ביום אחד בשנה, נחשב כאילו שב בתשובה כל השנה, ולכן נהגו להתענות בערב ראש השנה, שהוא היום האחרון בשנה. 2. עד מתי צמים? בצום של ערב ר"ה לא צמים עד הלילה, כדי שלא להיכנס מעונים לראש השנה. בפוסקים מצינו שיטות ומנהגים שונים עד מתי צמים - האם עד פלג המנחה (שעה ורבע קודם הלילה), או לאחר תפילת מנחה, או עד זמן "מנחה גדולה" (כחצי שעה לאחר חצות) ומתפלל מנחה



עורך: דודו כהן • עורכת משנה: דבי רייכמן • עריכה גרפית: שני מויאל • הפצה ולוגיסטיקה: מליה 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



מלון ניר עציזון
מלון קיבוץ לביא
בשבת שזבה
ה'ר' בתשרי 01/10 - 30/09
חברים מפוארים • סעודות עשירות • הרצאות מרתקות
מהרו להירשם! 073-2221270
הרב יונתן גלעד • הר"ג זמיר כהן
הרב אבנר קוואס • הרב חיים זאיר

השנה אתה לא לבד

רגע לפני ששער הרחמים והדמעות ננעל
הכל יהיה שלך.

יעמדו לצדך הזכויות של מיליוני שעות תורה ויהדות, אלפי שומרי שבת חדשים, רבבות מתחזקים, אינספור עלונים וספרים, תינוקות שניצלו, יהודיות שחולצו, משפחות נצרכות שנתמכו, יהודים שניצלו ממיסיון, זוגות שזכו לשלום בית, סמינרים מסביב לעולם, מניעת התבוללות ועוד אינספור זכויות.

ונחתמים

חותמים

על שטר שותפות בספר זכויות עם הרה"ג זמיר כהן לשנה טובה ומתוקה!

חייגו עכשיו לקו השותפים ושליח מיוחד יביא לכם את שטר השותפות המהודר בכריכת עור עם כתב ידו של הרב חרוט על טס מצופה זהב



073-222-1212



בין אדם לחברו

מצוות שבין אדם לחברו - אין יום הכפורים מכפר

מן העבודות הגדולות שיש לעורר עליהן בחודש אלול, זוהי העבודה על תיקון המעשים במצוות שבין האדם לחברו. שכן כלפי המצוות שבין אדם למקום, כגון שבת או תפילין, חש כל ירא שמים מורא גדול. שהרי מיהו האדם בשר ודם לפני מלך מלכי המלכים הקדוש ברוך הוא שמלוא כל הארץ כבודו. "אבל חברי? הרי הוא בסך הכל בשר ודם כמוני ומלא חסרונות יותר ממני! אמנם אשמור על כבודו ואסייע לו כמיטב יכולתי בעת שזקוק לכך, אבל אין צורך להשקיע בזה יותר מידי. ואם פגעת בו, מה בכך? הרי אינו בורא העולם אלא אדם פשוט ככל האדם..."

ובאמת, מי שציווה על השבת ועל התפילין, ציווה: "ולא תזנו איש את עמיתו". ואמר **בתלמוד**: "באונאת דברים הכתוב מדבר". נמצא שהמצער את חברו בדיבור שלא כדין, עובר איסור מהתורה **כאוכל נבלות וטרפות!**

המשנה במסכת יומא מכריזה ואומרת: "עבירות שבין אדם למקום - יום הכפורים מכפר. עבירות שבין אדם לחברו - אין יום הכפורים מכפר עד שירצה חברו".

ולא רק שלא לצער את חברו נדרש האדם, אלא גם ליזום יוזמות שיועילו לזולת במה שבידו לעשות. וכמו שכתב **רבינו יונה** בספרו "שערי תשובה": "...כי חייב אדם לטרוח בדרישת טוב לעמו, ולשקוד בעמל נפשו על תקנת חברו, אם דל ואם עשיר. וזאת מן החמורות ומן העיקרים הנדרשים מן האדם". והגר"ח מוולאז'ין היה רגיל לומר כי "כל האדם לא לעצמו נברא, אלא להועיל לאחרים ככל אשר ימצא בכוחו לעשות", כמובא בהקדמה מבנו לספר "נפש החיים".

לפיכך, בעת ההכנות שבחודש אלול לקראת הימים הנוראים, יש לאדם לתת את הדעת גם על המצוות שבין אדם לחברו, כנרמז בראשי התיבות של הכתוב: "איש לְרעהו וּמְתָנִיּוֹת לְאֶבְיֹנִים". ועוד דרשו דורשי רשומות שנרמז הדבר בראשי תיבות 'אלול', שלא רק שיוודא על ידי מעשיו הטובים ותשובתו בחודש זה שיהיה אהוב למעלה בלבד, אלא: "אהוב למעלה ונחמד למטה". שעל ידי כך יגיע שלם ומתוקן ליום ראש השנה, יום בו נידון כל אדם ואדם, ונגזר עליו כל עתידו.

תועלת מיוחדת

בעת ניסיון קשה, לשנות ממה שהורגל בו, יחזק עצמו בהתבוננות שמלבד עצם ההכרח הנכון לעשות את רצון ה', ומלבד התועלת שבתיקון המעשים במצוות שבין אדם לחברו לקראת יום הדין מצד היותן חיוב גמור ככל המצוות המוטלות על האדם, עוד יש בהן תועלת מיוחדת שיכנסו עמו לפניו משורת הדין בראש השנה.

פעמים שהקדוש ברוך-הוא מעמיד את האדם בניסיון בעניין הנוגע לפעולת חסד או למידת הרחמים כלפי זולתו, ואותו אדם מתחבט עם עצמו האם לסייע לנצרך לעזרתו בגופו או בממונו, או האם לרחם ולמחול למבקש המחילה על שחטא ופשע כנגדו. ואינו יודע באותה שעה שניסיון זה **נועד לטובתו**, כדי שכאשר ידונו בזמן הקרוב בעניינו, יוכל סנגורו במשפט להשתמש ברחמים אלה שהפעיל כלפי חברו, ולבקש מבית דין של מעלה שירחמו עליו בדינו גם כן, מידה כנגד מידה. וזהו שאמר הכתוב: "נָתַן לָךְ רַחֲמִים - וְרַחֲמֶךָ". נתן לך ה' הזדמנות להיות בעל רחמים, כדי שעל ידי כך "וְרַחֲמֶךָ" - תרוחם אתה עצמך. וכמו שלמדו רבותינו ז"ל מפסוק זה כי: "כל המרחם על הבריות, מרחמין עליו מן השמים".

4 לקחים מפרשת הביכורים

פרופורציות, הכרת הטוב, התחדשות ורושם ראשוני: לקחים מפרשת השבוע



השבת אנו קוראים בתורה את פרשת הביכורים ("ארמי אונב אבי..."), שזו פרשה מוכרת מאוד, כי את הפסוקים האלו אנו קוראים גם בהגדה של פסח. אם חכמינו מצאו לנכון לבלי הסדר לדרוש דווקא את הפסוקים האלו, יש בהם ודאי לקחים חשובים מאוד הנוגעים לכל הורה, לקבל כוח לאתגרים שחינוך הילדים מעמיד בפנינו:

1. פרופורציות. יש כאן בפרשה שיעור חשוב לפרופורציות, התבוננות וראיית הקשר רחב. אשכול הענבים והרימונים שביכרו אינם רק הזדמנות לטעם טוב בפה (או אפילו לְבִבְנֵת "שהחיני"), אלא זו הזדמנות לזכור את הַקֶּשֶׁר הרחב, שאנחנו חלק מסיפור גדול, שמתחיל הרבה לפנינו, וכולל היסטוריה, שְׁלִיחוֹת, ותפקידנו כאן בעולם. זו תמונה רחבה מאוד, שכדאי לזכור תמיד, כהורים, כדי לקבל כוח להתמודד עם הניסיונות שהילדים המתוקים שלנו מעבירים אותנו.

2. הכרת הטוב. בכמה ספרים מבואר שעיקר יסוד מצוות הביכורים היא הכרת הטוב ("קב הישר" פ"ח, ספר החרדים, שלי"ה אות י"ב ונתיבות שלום בפרשה) כמו שמביא רש"י: "וְאִמְרַתְּ אֵלָיו" - שאינך כפוי טובה. בלי לזלזל לרגע בצרות שלנו, כמה חשוב להכיר טובה ולהודות על חצי הכוס המלאה, גם על מה שנראה מובן מאליו, בעצם נוכחותם, ובריאותם של הילדים.

3. מצוות הביכורים מזכירה לנו את ההתחדשות, שהעונות מתחלפות, והנה זכינו שוב לפירות עסיסיים, וזה מלמד אותנו לא להיבהל מהנפילות, הייאוש והשגרה השוחקת, אלא להתחיל בכל פעם מחדש (ראו ליקו"ה, י"ד הלכות בשר וחלב ד' י"א). וכן כתב ה"בית-ישראל" (תשי"ב), שלכן נכתבה פרשת הביכורים בסוף התורה, ללמדנו שאף אם כבר עבר עומד האדם ב"סוף התורה" והרבה לחטוא, לא יתייאש, אלא יתחיל מחדש, כמו הפירות המבכרים, יסיח דעת מכל מה שאירע עמו בעבר, ויתחיל מהתחלה!

4. לקח נוסף שנלמד מהפרשה הוא שאין הזדמנות שניה לרושם ראשוני: הדבר הראשון הוא תמיד בעל משמעות מיוחדת. פעמים רבות הוא מעיד על הערך שחשוב לנו, ואף מושך אחריו את כל השאר. זה סוד הביכורים, לא איכות הפרי (כידוע, לא תמיד הראשון הוא דווקא המשובח ביותר...). זה גם סוד המשפט הראשון שאומרים בבוקר ("מודה אני"). זה סוד הַדְּחִיפוֹת מיד למעמד קבלת התורה "ביום אשר תעברון את הירדן" (דברים כ"ב), ויש עוד הרבה דוגמאות לכך שההתחלה צריכה לקבל חשיבות מיוחדת, כי ההמשך כבר נגרר אחריה. אגב, גם בעולם השיווק מכירים את הסוד הזה, ואנשי שיווק מתוחכמים יציעו לכם רק להתחיל. מנוי לעיתון או כרטיס אשראי עם חודשיים ראשונים חינם, בלי דמי מנוי, כי הם יודעים שרוב האנשים אח"כ כבר ממשיכים, בכוח האינרציה. גם היצר הרע יודע את הסוד הזה, ולכן "כל ההתחלות קשות". אבל דווקא לכן כדאי לעשות מאמץ מיוחד לקדש ולייקר כל התחלה.

אנחנו נמצאים רגע לפני שנה חדשה, עם כל כך הרבה התחלות חדשות. כדאי לעשות מאמץ מיוחד לעשות את ההתחלות האלו מרוממות וחווייתיות, לנו ולילדינו.

עד כאן דיברתי אלינו, הורים. מובן שכדאי לחשוב על צורת הגשה להעביר את כל המסרים האלו גם לילדים, כי אלו יסודות חשובים, שנותנים כוח נגד הניסיונות הרבים שכולנו מתמודדים איתם. בהצלחה!

שיעור לייב שבועי עם הרב דן טיומקין יכול לחולל מהפכה בבית! ועכשיו אפשר להצטרף לקהילת ההורים ולהצטרף לנופש מסובסד עם הרב טיומקין, לקבל את ספרו החדש ועוד בונוסים. לפרטים - kehila.hidabroot.org

רוצים להתחבר לפנימיות ולסודות העמוקים הנעמונים בחגי ישראל? ספרו של הרה"ג זמיר כהן "האדם במעגל השנה" עם כל התשובות. לרכישה היכנסו לאתר הידברות שופס או חייגו: 073-222-1250

מתן שופס ומתנותיה
ידיד מוצרים נעם בהידברות שופס

שופרות מהודרים קלים לתקיעה בהכשר הרב מחפוד שליט"א

מתרחים אכיל • שופרות • אגרטים • כלים לדבש נרות ריחניים • מחזורים וספרי קודש • טליתות מהודרות ועוד מלא מתנת ייחודיות...

משלוחים עד הבית | המלאי מוגבל | 073-222-1-250 | שופס הידברות

3 חלקים 08/2017
צלחת שחור/לבן של ראש השנה, כלי לדבש, ברכון סדר ראש השנה

מחירים מיוחדים! מחזורים אוטומטים ועוד עשרות

SHOPS.HIDABROOT.ORG

מוצרים שיפארו לכם את החג

סט מחזורים שחור/לבן "עבודת השם" דגם כתר מהודר במחיר עלות לזיכוי הרבים

לציפיה בקטלוג המוצרים המלא ולהזמנות בקליק הכנסו לאתר



הרומזות לדינים וגבורות (שולחן ערוך סימן תקפ"א סעיף ד', זוהר הקדוש פרשת בהעלותך קנ"א עמוד ב').

נוהגים לעשות התרת נדרים קודם ראש השנה. באלו ימים נהגו לעשות כן?

יש הנוהגים לעשות התרת נדרים ביום כ' באב, שהוא ארבעים יום קודם ראש השנה, ובראש חודש אלול, שהוא ארבעים יום קודם יום הכיפורים, ובערב ראש השנה ובערב יום כיפור (על פי זוהר הקדוש, פקודי דף רמ"ט עמ' ב', וכף החיים סימן תקפ"א סעיף קטן י"ב-ט).

מדוע נוהגים במנהג זה של התרת נדרים בערב ראש השנה?

אחד הטעמים למנהג הוא על פי מה שכתוב בזוהר הקדוש (פקודי דף רמ"ט), "שמי שנתחייב נזיפה או נידוי בבית דין של מעלה, יישאר בנידוי ארבעים יום, ואין תפילתו נשמעת". לכן אנו נוהגים לעשות התרת נדרים, שבכוחה לבטל את הנידוי שנידוהו משמיים (כף החיים סימן תקפ"א סק"ב).

כמה אנשים צריכים להיות בשעת התרת נדרים? משתדלים לכתחילה שיהיו עשרה אנשים המתירים, ואם אי אפשר - אז עושים בשלושה (כף החיים שם). ועדיף שיהיו עשרה אנשים אברכים הלומדים הלכות (על פי הגמרא בבבא דר"ח).

בנוסח התרת נדרים, האם נכון לומר "בצירוף קודשא בריך הוא" או "ברשות קודשא בריך הוא"?

יותר נכון לומר "ברשות קודשא בריך הוא ושכינתיה" שאין זה מן הכבוד לצרף את הקב"ה אלינו (כף החיים סימן תקפ"א סעיף קטן כ').

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



לקבלת 2 הלכות ביום מהידברות, סרקו את הברקוד



מעלתו של יום ערב ראש השנה והסגולות בו

מה הדברים שכדאי לעשות בערב ראש השנה, ומתי עושים התרת נדרים?

(ספר חסידים סימן תש"ט-תשי"א, זוהר חומש שמות ט"ז עמוד ב').
ה. כאשר מתפלל על קבר הצדיק, יבקש מה' יתברך שיתן אליו רחמים בזכות הצדיק וזכות תורתו ומעשיו, ולא יבקש מהצדיק עצמו, משום שיש בזה איסור שלא לדרוש אל המתים (ספר שופר בציון פרק א' סעיף ז', הביא לזוהר הקדוש ועוד דברים בעניין זה).



ו. טוב לנשים לעשות בערב ראש השנה הפרשת חלה, לכפר על חטא חוה שנבראה בראש השנה וגרמה לחטא אדם הראשון שהוא "חלתו של

עולם" (מטה אפרים סימן תקפ"א אות נ"א).
ז. ירבה בנתינת צדקה ביום זה, כי היא מסוגלת מאוד ביום זה לכפרה, וגם יכולה שתגן בעדנו בעמדתנו למשפט שיוציא לאור משפטנו (שופר בציון עמוד י"ח).

ח. מצווה על כל איש לטבול בערב ראש השנה במקווה טהרה כשר, ויועיל לו להשליך מעליו כל הטומאות והמחשבות הזרות שנדבקו בו מכל השנה. ויש בעניין זה סודות ורמזים נפלאים לתועלת האדם ביום הדין, ובלבד שיהרהר בתשובה בשעה זו (ספר המנהגות דף ב' עמוד א').

ט. נוהגים להסתפר קודם ראש השנה, כדי להראות בזה שאנו בטוחים בהשם יתברך שיוציאנו זכאים בדין, ושיעשה לנו ניסים ונפלאות. והמסתפר ביום ערב ראש השנה ישתדל להסתפר קודם חצות היום. ועל פי הקבלה טוב מאוד לגלח שערות הראש

האם ישנם דברים מיוחדים שכדאי לעשותם בערב ראש השנה?

מעלתו של היום האחרון של השנה גדולה מאוד, ויזהר בו האדם ביותר שלא לאבד אפילו רגע אחד, וישתדל בלימוד התורה ובתפילה בכונה ובקיום המצוות, כי יש בכוח יום זה לכפר על כל עוונותיו של כל השנה. ונאמרו כמה וכמה דברים בדברי הפוסקים שטוב לעשות בערב ראש השנה:

א. יעשה חשבון נפש על מעשיו במה צריך לתקן, ויעשה תשובה על חטאיו (השל"ה הקדוש, דיני ראש השנה, נר מצווה אות ז').

ב. טוב לקרא בתורה מהחומש פסוקים מתחילת פרשת כי תבוא עד "והגר אשר בקרבך", דברים פרק כ"ו, פסוקים א'-ל"א (רבנו חיים פלאגי בספר מועד לכל חי סימן י"ב אות ב').

ג. יש נוהגים להתענות בערב ראש השנה, שולחן ערוך (סימן תקפ"א סעיף ב').

ד. מנהג ישראל קדושים ללכת ביום ערב ראש השנה לבית עלמין, ולבקש רחמים מהשם יתברך על קברות הצדיקים, כדי שיקשו עלינו רחמים, וכן שירחם עלינו בזכותם. ובגמרא ובזוהר מבואר שנפשות המתים עולות למעלה בראש השנה לחקור ולדרוש מה נעשה בדיננו, ולכן אנו מקדימים ומתפללים שם, כדי שיהא להם כוח לבקש עבורנו. ועוד מבואר בזוהר שאלמלא תפילת המתים על החיים לא היינו מתקיימים בעולם אפילו חצי יום

חנה ותן לחיות (ב')

מצד אחד חניות כפולות, מצד שני התחשבות מופלאה בזולת. באיזה צד נבחר?

לי את המספר, אתקשר אליך כשאצטרך לצאת".
ר' ההמום לא מצא מילים בפיו. עומד לפניו אדם שאך לפני זמן קצר נפרד מאביו. הדמעות עדיין מרטיבות את לחייו, והוא מוצא זמן לחשוב על הזולת ולעזור לאדם זר המחפש חניה!

כעבור שעה, התקבלה הודעה בפלאפון של האלמוני: "תודה רבה לך! עצם המחשבה שלך בשעה קשה לך, לעזור ליהודי. אתה גדול. משתתף בצערך. שלא תדעו עוד צער. אתה יהודי יקר מאוד".

כן. כך נראה אדם. זה יכול להיות כל אחד מאיתנו. עם מעט חשיבה והתחשבות אנחנו יכולים להיות האנשים הכי מקסימים בעולם ולהפוך את החיים של כלנו לגן עדן מלא באהבת חנם.

לרכישת הספר "בנאדם וחברו" של זאב ארן היכנסו להידברות שופס או חייגו: 073-222-1250

בשבוע שעבר דיברנו על הקושי ליצור שינוי, ועל מקור הביטוי "פרא אדם".

אבל זהו רק צד אחד של המטבע. יש גם צד שני. צד מתוק ויפה החושף את הלב היהודי האמיתי. צד שלא נכנע לשטף החיים האכזרי גם כשהוא חושף את מלעותיו החדות ביותר. הסיפור הבא התרחש לא מזמן בחניון בית החולים שערי צדק, וימחיש היטב איך יכול להראות אדם שעיצב את עצמו: ר. עובד כאח בבית החולים שערי צדק. כמידי יום, כשר' מגיע לעבודה, אחד האתגרים



הראשונים שלו זה למצוא חניה... באותו יום, כשהוא כבר מתחיל את סיבוב החיפושים השני שלו במגרש החניה, הוא מבחין במראה הקדמית שמישהו מאחורה יוצא מהרכב ומסמן לו לבוא. ר' בלם את הרכב וחזר בניסיעה לכיוון מי שקרא לו. עמד שם מבוגר עם חולצה קרועה באזור לבו ואמר לו: "אני רואה שאתה מחפש חניה. אתה יכול לחסום אותי בינתיים. לפני כשעה נפטר אבי ז"ל, ואנחנו נפגשים כאן עכשיו כל האחים. יקח זמן עד שאצא. אין לי בעיה שתחסום אותי בינתיים. רק תן

שעת רחמים
התא השעה הזו
לפתוח שעתי הרחמים
ביתו של הקדושה



יום שני כ"ג אלול
19/9

מקומות איסוף:
צפת - בני ברק
ירושלים - יבנה

הבטיחי מקומך: 073-222-1240
מיועד לנשים ונערות

תפילה בכותל
ובקבר רחל

בהשתתפות

הרבנית חגית שירה
במופע מחשבות טובות

הידברות
מזמינה אותך
בחודש אלול
ליום של

את המושג "הדלקת נרות" שבת שמעתי לגמרי במקרה. מבחינתי, שבת היתה היום הלאומי של העם היהודי, הישראלי, ותו לא. כמו כולם כעסתי על הפגנות כאלו ואחרות על "רמיסת השבת", על הפטרונות החרדית על היום הזה, כשמבחינתי, מדינה דמוקרטית גוברת על כפייה כזו או אחרת, לפי חשיבתי דאז. ממש לא הצלחתי להבין איך מדינה שלמה לא יכולה להעמיד קומץ קטן של קיצונים במקום. ההסתה הפרועה בתקשורת עשתה את שלה, לרגע לא ניסיתי לחשוב באמת מה קורה כאן.

הכל התחיל מליאורה. ליאורה ואני עובדות יחד שעות רבות באחד ממשרדי היוקרה במגדלי השן של תל אביב. בעוד אני נולדתי תל אביבית, צברית גאה ובורגנית, ליאורה היתה בת לעולים מצרפת. בילדותה הוריה עשו עליה לארץ, השתכנו באחת מערי החוף וניסו להתערות בחברה הישראלית. ליאורה ומשפחתה ספגו הרבה בדרך להתאקלמות הלא פשוטה שלהם. כסף לא היה חסר להם, אביה המשיך לעבוד בצרפת ואמה פתחה קליניקה פרטית. ליאורה גדלה בבית של

זהב, אבל העיקר היה חסר בו. ליאורה נמשכה תמיד לפן הרוחני יותר. הוריה היו אנשים חמים מאוד לדת, וההלם שלהם כאשר הגיעו לארץ, היה בין היתר בגלל היחס והזלזול שראו כאן כלפי המסורת היהודית, כך שהמשיכה שלה להכיר ולדעת יותר לא קיבלה התנגדות.

בעוד ליאורה ספגה קצת מושגים בסיסיים ביהדות, אני הורחקתי וגדלתי במצע מנותק לגמרי. הורי בעצמם לא ידעו כמעט דבר על היהדות, וגם המעט שכן היה מסולף כל כך, שכמעט שלא נותר זכר לדבר האמיתי. בקושי זכרתי את יהדותי, אלמלא אירועים חריגים שהכריחו אותי לזכור את המוצא שלי.

מלבד הפן הרוחני-דתי, לליאורה ולי היה הרבה מהמשותף. גרנו באותו אזור, לשתינו היו ילדים בגילאים חופפים, והמסלול המקצועי שלנו היה משותף ברובו. עבדנו יחד כצוות מנצח. היכולות של שתינו יחד הניבו תפוקה אדירה לחברה בה עבדנו. הכרתי את ליאורה, והיא אותי. כיבדנו זו את זו וזוהרנו איפה שהיה צריך... לכן ביום שליאורה הגיעה מוקסמת למשרד לאחר ערב חיזוק שהשתתפה בו, לא הרמתי גבה, רגילה ל"אורות" ולזיקוקים. הקשבתי עד כמה שהצלחתי. היא דברה על חודש אלול, על חודש התשובה ועל עוד כמה מושגים כאלו. ליאורה כבר התייאשה ממני והמשיכה לספר הלאה לבנות האחרות, מנסה להדביק את כולם באווירה.

אבל בעוד הימים המשיכו לזרום, משהו בליאורה קיבל כיוון אחר לגמרי. הפעם זה היה רציני. היה בה

תפילה של אמא



נער מתבגר אחד הולך ומידרדר מיום ליום, עד שאמו נתקלת בערכה להדלקת נרות שבת, ושומעת לעצתה של חברה בעלת תשובה: תתפללי. אז היא מתפללת. ומגלה מה כוחה של תפילה

אפילו להכיל, הגם שלא באמת הבנתי. באותם ימים התמודדתי עם ילד מתבגר בבית. מי שמכיר - יודע את האתגר וההתמודדות הלא כל כך פשוטה... היינו משפחה למופת, בורגנית אמיתית. אבל אז אורן, הבן שלי בן השתים עשרה, התחיל לעורר בעיות. זה התחיל בחברים שונים שמעולם לא הכרתי קודם, כאלו שהוא הגיע אליהם לשכונה, והמשיך בהלם שלי כשראיתי שהנגע הוא לא רק אצלי, יש עוד בתים כאן אצלינו בסביבה שנחשפו לכך. אם בתחילה ניסיתי לדבר, לשכנע, להתחנן, לאיים, שום כלום, הרגשתי שאני מאבדת את זה, הילד פורח לי מהידיים ונעלם למעמקים נוראיים שמעולם לא חשבתי שיופיעו אצלי בבית.

מילד מחונן עם מוטיבים של מצוינות ועם כל הדרכים שעמדו לרשותו, הוא עבר להגדרה של ילד עברייני. בהיותנו ההורים שלו, חיפינו בלי סוף, שומרים על השם שלו ושל כולנו, אבל הפעם הגנים הפולניים שלי לא עמדו לי. בעוד אצל הגדולה, חטיבת הביניים הכי טובה בעיר רדפה אחרינו, אצלו הם קיבלו את

הילד עם ראש מסובב לצד, נטו בשבילנו.

אורן אפילו לא העריך זאת. הוא המשיך בשלו, לא מתרגש משום דבר שעשינו למענו, ועשינו בלי סוף. מיטב הפסיכולוגים ניסו את מזלם, ניסינו לשנות גישה שוב ושוב, אבל אין, אפס, הילד נשאר עמוק בתוך כל הזוהמה.

ואז הגיע הבכי במשרד. כבר לא יכולתי יותר. קיבלתי עוד טלפון מההנהלה של חטיבת הביניים, וכבר לא עמדתי בזה. ליאורה, שידעה הכל, היתה שם לגמרי בשבילי, היא ניחמה ועודדה אותי. ואז, תוך כדי בכי, חשבתי על אורי שלה, בן גילו של בני, ילד חמד, שמצליח כל כך בלימודים ובכלל, ומתוך כאב זעקתי לה: "הסבירי לי, ליאורה, איך הצלחת עם אורי? למה רק אצלי זה קורה?".

ליאורה ענתה לי בפשטות הישירה שלה: "אני מתפללת כל הזמן".

שתקתי לרגע, פתאום המילים שלה קבלו צליל שונה אצלי בדעת. "תסבירי", ביקשתי. היא סיפרה לי על התפילה, היכולת לתקשר עם כוח עליון - אלוקים - ולבקש כל מה שאני רוצה, במילים שלי, והוא מקשיב ומאזין. הקשבתי לה דוממת. פתאום האורות שלה לא הפריעו לי, רציתי משהו מעבר, שייתן לי כוח ונחמה.

זה היה יום חמישי. בכל יום חמישי הגיעה אלינו אישה חרדית נחמדה למשרד הניחה כמות של עלוני הידברות וערכות של הדלקת נרות, שכללו נרות שבת עם זמני ההדלקה, ועוד הארה מהפרשה. מעולם לא ייחסתי לזה חשיבות, אבל היא הקפידה להגיע, וכנראה גם היו קליינטיות וקליינטים קבועים...

משהו נחוש שלא נחשפתי אליו עד כה, והיא היתה עקבית להפליא. לאט אבל בטוח ליאורה החלה לעשות תפנית בחייה. הכל נשאר ליאורה, אבל הכל היה אחרת כל כך.

היות שהכרתי את ליאורה גם בשעות שאחרי העבודה, והיו לנו מפגשים משפחתיים בהזדמנויות רבות, הבנתי שגם בעלה נתן לה אור ירוק, והוא בעצמו התחיל לגשש את דרכו. בעלי ואני כיבדנו את החלטתם. לא אכחיש שדי נבהלתי ודי פחדתי מהליאורה החדשה שתפציע לי במשרד ותכפה עלי שינויים שונים. פחדתי שהמוכר ואהוב יקבל פנים אחרות, דוסיות ומרוחקות בגדרים שונים של ניכור ושיבוש הדעת חלילה. אבל ליאורה המשיכה לחייך, ולהיות הכי ליאורה שאפשר, למרות השינויים שהחלו לצבור תאוצה. אט אט נרגעתי, והצלחתי

כנס סליחות

פתח תקוה / חמישי / כ"ז אלול / 22.9
אהרון מוסקין 3
ביכ"ס "ותיקין"
 פתיחה: 21:30
 המקובל הרב יצחק בצרי,
 הרב חיים זא"ר הפייטר ר' אבנר שם טוב

באר שבע / רביעי / כ"ה אלול / 21.9
יצחק מודעי 32
ביכ"ס "הגדול רמות השלום"
 פתיחה: 19:30
 הרב"ג זמיר כהן,
 המקובל הרב יצחק בצרי

קריית גת / רביעי / כ"ה אלול / 21.9
רחוב הרב ניסים מויאל 9
אולם משכן ניסים
 פתיחה: 20:00
 הרב"ג זמיר כהן
 הרב שירי גואטה, הרב מרדכי לוי

כמה טוב שובאחם

רבני הידברות יגיעו לכל רחבי הארץ כדי להפגיש אתכם עם הנשמה שלכם



לירון סנקר, 40, ברויך

כמה זמן אני מפיץ את עלון הידברות:

בערך שנה וחצי.

למה התחלתי להפיץ ולזכות את הרבים:

בבית הכנסת הקודם, כשגרתי בראשון לציון, לפני שעברנו לשומרון, תמיד היו חסרים עלונים, כל אחד שמר לחבר, והיה גם מי ששמר לי. החלטתי שכשאגיע למקום משלי, אפיץ בעצמי. גם היום אני דואג לאנשים ספציפיים שייקחו ממני, ושומר להם.

מקומות הפצה:

בעיקר בבית הכנסת, אבל גם במרכזי קניות באריאל, שם אני נותן לאנשים שמגיעים.

סיפור מעניין שקרה לי בעקבות ההפצה:

בבית הכנסת שלי הגיע פעם מתפלל חדש שהגיע לגור ביישוב. אחד מהחברים בבניין שלי הכיר לו אותי, ואמר לו "תכיר, זה לירון, מזכה הרבים". ככה יצא לנו להתחבר, והיום הוא מגיע אלי לקחת ממני עלון כל שבוע באופן אישי.

התגובות שאני מקבל:

לפעמים אם נגמרים העלונים, אנשים אומרים לי "אוי, נגמר, חבל... אולי יש לך עוד?". יוצא מצב שאני נותן להם לפעמים את העלון האחרון שנשאר לי, כלומר מזמין אותם אלי שייקחו ממני. בשנת הלימודים הקודמת הייתי נותן עלונים גם לגנת בגן של הבן שלי, כדי שתפיץ גם היא. כשלא היו לי מספיק עלונים, גם היא הצטרפה מאוד. אנשים באופן כללי אוהבים מאוד את העלונים.

גם אתם רוצים לזכות ולזכות? הצטרפו לצוות המפיצים של עלון הידברות ותזכו בכרטיס זוגי לאירוע המפיצים היקרתי, ובהשתתפות בהגדלת הענק על 500 תורה, רכב ונופש משפחתי. לפרטים חייגו 073-222-1388

הללו.

הקב"ה הוכיח לי שוב ושוב שלתפילות שלי יש כוח. אורן שלי השתקם לגמרי והצליח מאוד בלימודיו. אף אחד לא האמין שזה אותו הילד, ובעיקר- אורן התקבל ליחידה שרציתי ושהתפללתי עליה כל כך.

זה היה תהליך של שנים, לא בבת אחת. אבל אני כבר הייתי שבויה בקסם, המשכתי להעביר בתפילה ולצבור כוחות לכל השבוע. מבחינה דתית נשארתי אותו הדבר, לכאורה, דבר לא השתנה. אבל כנראה שבשמיים חיכו לי בסיבוב.

אחרי הצבא אורן יצא עם חברים לתאילנד, שם הגיע לבית חב"ד, נחשף למה שנחשף והתמגנט. הוא חזר אלינו עם כיפה שחורה וציציות מתבררות, ואני חישבתי את נפשי למות. כל העבר שלו צף ועלה לי. חשבתי שהנה, עוד פעם זה קורה... אבל אז הגיעה ליאורה, והזכירה לי את הימים ההם שבכיתי ורציתי כל כך. היא

האירה לי בפנס מיוחד. קבלתי פרופורציות, מה גם שהילדים שלה כבר היו בישיבות ובמסגרות חרדיות-תורניות, הכרתי את זה. אבל עדיין פחדתי, כי רציתי בשבילו את הטוב ביותר שהכרתי אז, רציתי אותו באוניברסיטה, עם דיפלומה ומימוש יכולות.

אבל הפעם אורן לא התנכר. הוא התחנן שאבין ואעזור לו, ולבסוף אמר לי משפט אחד שניער אותי: "אמא, תתפללי עלי שאצליח". פתאום הבנתי הכל. הבנתי מה עשו התפילות שלי למעלה - מעבר למה שדמיינתי.

אורן הצליח מאוד בדרך התשובה שבחר. הוא תלמיד חכם גדול ויש לו משפחה למופת, נכדים שעושים לי רק נחת.

נכון, לפעמים אני עוד חושבת על הפרופסור שאיבדתי (ולא, זו לא רק הפולניה שבי מדברת), אבל אז אני מביטה במה שהוא הצליח להקים, רואה את החברים שלו - ומבינה - אין כמו התורה.

ואני עדיין מתפללת, גם על עצמי, שאהיה ראויה להיות אמא שלו. שאזכה לחזור בתשובה, ולהיות אם הבנים שמחה.

ולכל החברות האתאיסטיות, וגם אלו שלא - אני תמיד אומרת: אין כמו תפילה של אמא. תזכרו את זה.

חשבתי על אורי
שלה, בן גילו של בני,
ילד חמד, שמצליח
כל כך בלימודים
ובכלל, ומתוך כאב
זעקתי לה: "תסבירי
לי, ליאורה, איך
הצלחת עם אורי?"



כי תמיד בסוף היום לא נשאר מזה זכר. הפעם התייחסתי לזה קצת אחרת, לקחתי ערכה אחת והחלטתי לנסות. פתחתי את הערכה. מלבד שני הנרות היתה פסקה קצרה על כוח התפילה של האם על ילדיה בהדלקת הנרות. קראתי את זה בשקיקה.

היה כתוב שהכוח הוא גדול כל כך, שיש לה כוח לשנות את המזל, וההצלחה של הבנים מובטחת.

החלטתי לנסות. בשבילי היו אלה מים קרים על נפש עייפה וקרועה. אני, הבן אדם הכי ריאלי בחיים, עושה את הדבר הכי מיסטי מבחינתי. אבל לא היה אכפת לי. אין לי מה להפסיד.

ערב שבת. ליאורה הזהירה אותי מבעוד מועד שאסור להדליק אחרי השעה הנקובה, אחרת זה יהיה חילול שבת. התגייסתי. הדלקתי את הנרות בבית, אף אחד לא היה שם מלבדי. פתאום הרגשתי משהו גדול שעוטף אותי, בלי הסבר. בכיתי, וביקשתי במילים שלי, שיהיה לבן שלי כוח לצאת מהמצב שלו וללמוד. הלימודים שלו היו בראש מעייני, והתפללתי על כך.

בתחילה בעלי לא הבין מה קרה, אבל הוא התרגל לכך מהר, כל עוד זה הרגיע אותי. וכך, שבוע אחר שבוע אני מדליקה ומתפללת. וזה היה מדהים. הילד שלי מעצמו עזב את החברים, החליט להתחיל חיים חדשים, וכן... הוא התחיל לשקוע בלימודים. הוא לא היה צריך הרבה כדי להצליח, כל בחור אחר היה שמח לקבל חצי מהיכולות שלו, הוא היה מחונן בכל קנה מידה, כך שהפער הושלם במהירות. לא האמנתי, ראיתי את התפילות שלי קמות ונענות. וכך המשכתי, שבוע אחר שבוע.

היום אני מבינה יותר, וצוחקת על התמימות שהיתה לי - כמו שביקשתי ממש על הדברים הכי קטנים, על המבחן ועל המסלול הצבאי שמחכה לו. כבת למשפחה שבניה כיכבו בדרגות גבוהות בצבא, העניין היה יקר ללבי מאוד. לא התפשרתי, רציתי את היחידה המובחרת, אף על פי שזה היה נראה רחוק מאוד מהמציאות. במיוחד זכור לי היום שבו קבלתי את התפילה הידועה שאומרים לאחר הדלקת הנרות: "זכני לגדל... בנים תלמידי חכמים...". לא ממש הבנתי את המשמעות היהודית של זה. מבחינתי זה היה כפשוטו ממש, והתפללתי כל פעם מחדש, מכוונת בכוונה גדולה בדיוק במילים

הידברות שופס

בשל שנת השמיטה זמן הקטיף הקצר
המלאי מוגבל הקדימו להזמין
073-222-1250 • shops.hidabroot.org

סטים לספרדים
או אשכנזים בכל
רמות ההידור

אתרונים שנבחרו בקפידה, יפים ונקיים
ללא חשש טבל, ערלה ומורכב.
בקופסאות חתומות בחותמת הבד"ץ.

• נרתיק מתנה בכל רכישה •
ארבעת המינים יגיעו
יפים וטריים עד פתח ביתכם

בפיקוח ובהשגחת



יריד 4 המינים מיוחד
בהידברות שופס
סט ארבעת המינים
מהודרים בתכלית
ההידור בכשרות בד"ץ
יורה דעה בראשות
הגר"ש מחפוד שליט"א.

יריד
ארבעת
המינים

בשנת השמיטה מהדרין
שבמהדרין בארבעת המינים

תגידו, מה זה בעצם הידברות? הערוץ הזה?
"מה פתאום, יש להם אתר, משהו רציני".

"לא יודע אתר, מכיר עלון שבת של הידברות, הוא נחטף אצלינו חבל-על-הזמן".

"אתם כולכם לא מכירים. הידברות זה אלו מהתינוקות, נו, שהם דואגים למשפחות האלה עם תינוקות בסיכון או משהו כזה, אומרים שהם מצילים אלפים ממש".

"הידברות זה אלו שעושים הרצאות בכל הארץ, יש להם את הרב זמיר, הרב פנגר, מלא מלא רבנים ורבניות שהולכים ערב ערב".
"לא רק בארץ, אני מכיר כמה שהיו בסמינר שלהם במקסיקו ובהונג קונג".

"והם קשורים להידברות שמחלקים מתנות לאבינוים, קמחא דפסחא, סלי מזון בחגים וכל זה?".
"לא יודע, אולי יש כמה ארגוני הידברות, אבל זה נראה לי אותו לוגו, אז אולי זה כן הם? אז מה הם עושים? מה המטרה שלהם?".

אחד הדברים שמסחררים תמיד את מי שבא בשערי "בית הידברות", מגדל זיכוי הרבים העצום, הוא המגוון. כמות הדברים שהידברות עוסקת בהם. וזה עוד בלי לדבר על קומת האולפנים החדשה, מהם משודדים תורה, יהדות ותכנים מעצימים ומרוממים לכל המשפחה 24/6. בשנה האחרונה נחשפו למשדרים החיים מאות אלפים בארץ ובעולם שזו הייתה הדרך שלהם להתחבר לרגשות של עם ישראל כולו. כך למשל בחודשים האחרונים בהסתלקותם של גדולי ישראל כמנחם הגר"ח קניבסקי ומרן ראש הישיבה חכם שלום כהן זכר צדיקים לברכה.

יש מחלקות שלימות שעוסקות כל אחת בתחום אחר לחלוטין, האחת בהפקה של עלוני השבת, אחרת - בספרי הקודש הרבים של רבני הידברות, שזוכים לפופולאריות מרובה בעולם כולו ומנגישים את היהדות וההלכה בשפה ברורה ומחזקת. מחלקה נוספת עוסקת בהמשך קשר עם הפונים להידברות, כל אחד ובקשותיו הוא; אחת עוסקת בשלום בית; אחת בהתבוללות; אחת בהצללת תינוקות - אמ"א; ישנה מחלקה המפיקה את ההרצאות והאירועים שמתנהלים יום יום סביב השעון בארץ וגם מעבר לים; ישנם אנשי המחלקה "למען הקהילה", שטרודים מבוקר ועד לילה בחסד; עוד אחת היא מחלקת "מתחברות", המלווה לאורך השנה אלפי יהודיות, בין היתר בעשרות שיחות מדי יום, העוסקות בבית יהודי טהור; ישנה מערכת האתר, שכמו כל גוף בסדר גודל הזה, דורשת צוות מסור וגדול, שידאג שהמקום הווירטואלי הזה יהווה עבור אחים רבים את המקום הרוחני שלהם להתעלות, להתחזק, לשאול ולצפות (עד כדי כך שבעצת תלמידי חכמים נוספו לו גם אקטואליה נקייה, שתהיה אלטרנטיבה לאתרים האחרים, בדומה לחדשות בערוץ - וכך יהודים ניצלים משוטטות במקומות בעייתיים. הם גם לא מקבלים "הנדסת תודעה", ובנוסף לכל, הם לא נאלצים לצרוך דברים נוספים מחוץ לאתר הידברות, והם מקבלים הכל במקום אחד). כל זה הוא רק חלק ממה שנועשה בבית הגדול הזה. אז מה עושה ארגון הידברות? הכל. פשוט הכל.

שאלת השאלות:

אז-מה-זה-בעצם הידברות?

הסחרור הגדול שחווה כל מי שמנסה להקיף את מגוון התחומים של "זיכוי הרבים הגדול בעולם" // מהפצת תורה ויהדות במגוון מדיות וטכנולוגיה מתקדמת וסמינרים מסביב לעולם // ועד חסד, עזרה לזולת, הצלת בתים, משפחות, חיילים, נערות בסיכון, התבוללות, תפילין, ומה לא? // אולי אי אפשר להקיף, אבל כדאי לגלות מי באמת עומד מאחורי כל זה

מי עומד מאחורי?

ועכשיו ל"סוד" הגלוי ביותר.

מי עומד מאחורי ארגון הידברות? מי המיליארדר שמממן את הפעילות העצומה הזו, שלא הייתה כמותה במשך דורות? הרי רק מלהחזיק את הערוץ לבדו יש להשקיע סכומים עצומים מדי יום שידור! מי הצדיק שעל כתפיו כל הפעילות הזו? האמת היא שאין אדם מסתורי כזה. התשובה היא: אתם.

אתה ואת. כל מי ששותף, כל היהודים הללו, שיחידו החליטו שהם הופכים את העולם. ממש כמו בשותפות בכל דבר בעולם, בהידברות שותפים הרבנים והמנהלים שעמלים מסביב לשעון למען זיכוי הרבים, וביחד איתם אתם, כל אלו שבזכותם זה אפשרי. כל אחד והשתתפותו כפי יכולתו, מעניקים ביחד את המתנה הרוחנית הענקית הזו לדור כולו.

תחשבו על יהודי שהוא שותף בזכויות הללו. הוא יוצא לרחוב, ויש שם יהודי שהרגע הגיע מברזיל, או ניו יורק, או לוס אנג'לס, או כל אחד מהמקומות הללו שבהם רבני הידברות פועלים סביב לוח השנה לקירוב לבבות של אחינו היהודים, להצלה מהתבוללות ולחיבור ליהדות של אלו שלפעמים התנתקו יותר מדי. והיהודי הזה חייב לשותף את כל חייו הרוחניים.

וברחוב הזה חולף על פניו גם ילד קטן בדרך לבית הספר, והילד הזה - יש לו ילקוט יפה וכלי כתיבה, וכל מה שילד צריך, אף על פי שהמצב בבית קשה, זאת בזכות השותפות שלו. רק כך יכלו לדאוג לו בהידברות.

השותף הזה ממשיך ועובר על יד גינת משחקים, בה ילד מתוק מתנדנד להנאתו, ולידו אמו המאושרת. גם הילד הזה חי ובריא בזכות השותפות הזו שנתנה כוח למחלקת אמ"א להגיע בזמן ולסייע.

בבניין המשרדים שהוא הולך אליו, השותף, הוא רואה אנשים ממהרים. כמה וכמה מהם רק מחכים לעלון השבת, כדי להיות חלק ממאות האלפים שפשוט יושבים בכל שבוע ולוגמים דברי תורה והלכה, מילים של חיזוק.

מי הצדיק שעל כתפיו כל הפעילות הזו? האמת היא שאין אדם מסתורי כזה. התשובה היא: אתם. אתה ואת. כל מי ששותף, כל היהודים הללו, שיחידו החליטו שהם הופכים את העולם.





שאתה תמכת בו. ומכאן והלאה, כל זכות שיעשו בגלל אותה פעולה שלך - גם היא תהיה שלך. ואם הם ימשיכו ויעבירו הלאה את הכוח הזה - גם אז הסל שלך הולך וגדל.

"זכויותיו נכמלות בעבור זכויותיהם בכל הימים ובכל הזמנים..." הוא כותב. ואם אתם נדהמים, וזה נשמע לכם, אולי, קצת לא אמין, אז ממשיך בעל חובות הלבבות וכותב זאת בבהירות רבה: "כן אחי, מי שאין מתקן אלא נפשו בלבד, תהיה זכותו מעטה", אבל מי שאחראי גם על התקרבותם של אחרים - - - "תוכפל זכותו כפי זכויות כל מי שתיקן לאלקים".

זה דבר שמעולם עוד לא היה.

זיכוי הרבים כזה גדול, עד שבתמיכה אחת אתם מכניסים לסל הזכויות שלכם כמעט את כל המצוות הגדולות.

עכשיו אתם מבינים איך אפשר להיות שותפים בלי להבין בכלל את הגודל העצום של הזכות? גם אתם יכולים.

היהודים שהצטרפו למעגל שמירת השבת, על מיליוני הגולשים והשעות של דברי התורה שהם נחשפים אליהם. אין לו מושג על כמעט 3 מיליון כניסות ל"70 השאלות הקשות ביהדות", הסמינר הדיגיטלי הראשון מסוגו והגדול בעולם שהושק אחרי שנות עבודה - בזכותו - ואילו נכנסים מדי יום אלפי יהודים מהעולם כולו, כשהמובילות במדינות הן ישראל, ארצות הברית, אנגליה, צרפת, ספרד וגרמניה.

כל הזכויות שמורות

הוא בסך הכל חתם על שותפות, שיהיה זיכוי הרבים. אין לו בכלל מושג שבזכותו התאפשר כל זה. כן, אף על פי שהשותפות שלו היא כמו מניה אחת במעצמה ענקית, הכל מתחבר לפאזל אחד שבו לכולם יש זכויות בהכל. לא רק צדקה. לא רק תורה. לא רק הצלת נפשות. זו החבילה שכוללת הכל. כל הזכויות שבעולם.

והוא הולך בתמימות ובשקט, ולא מודע לזה שכעת הוא עשיר בזכויות. מולטי מיליארדר בזכויות מול בורא העולם. שהוא מתחיל את השנה, ועל המשקל הוא מניח זכויות שיהודי יכול רק לחלום עליהם. האם כל אלו שחלפו לידו ברחוב ובעבודה, בשכונה ובבית הכנסת, באמת נחשב לו שהכל בזכותו? רבינו בחיי אבן פקודה, בספרו הידוע "חובות הלבבות", מבאר גם למה מדובר בכזו זכות. כל תמיכה שלך בזיכוי הרבים, הוא מסביר, בעצם מכניסה לסל הזכויות שלך את כל הזכויות של אלו שהתחזקו, למדו, התקרבו, נהנו ממה

תכפילו את כל אלו ביותר מארבעה עשר מיליוני העלונים שנקראו השנה, ותבינו איזו זכות הזויה זו.

רק בקומה אליה נכנס השותף, ישנם יהודים רבים שצופים בערוץ או נכנסים לאתר להתחזק מעט. יש אחד ממש במשרד ליד, שדרך האתר שולח שאלות לרבני שו"ת הידברות. אח שלו, שעובד במשרד אחר לגמרי, הניח היום תפילין באחת ממאות העמודות של "וקשרתם". עוד מעט הם יסייעו לו לקבל תפילין משל עצמו. הבוס שלו בעבודה הקים בית נאמן בישראל לפי ההלכה, אף על פי שהוא אפילו לא רצה ללכת לרבנות. זה בזכות אשתו שהתעקשה על קשר עם "מתחברות". הוא לא ממש יודע, אבל בת דודה שלה, נמצאת היום במקלט ששומר עליה, אחרי שהרבנית מ"שבועות" חילצה אותה מהתבוללות אלימה לפני שיהיה מאוחר מדי. יש להם בבניין גם משפחה דתית, הוא לא חולם שאפילו הם זכו בבת שלהם, שבתקופת הקורונה כמעט התדרדרה למקומות איומים, ונשות "אתגר" הוציאו אותה מהסיכון ונתנו לה סיכוי.

למטה ברחוב מסתובב חייל בודד. גם הוא זכה לליווי ולדאגה מאנשי החסד של הארגון. בבית ליד יש היום שקט. זה לא היה כך בעבר, לפני שהם פגשו את מחלקת שלום בית.

כל זה בזכות השותף, שהולך בתמימות, ואין לו מושג שכל מה שיש מסביב, זה שלו. פשוט שלו. אפילו הוא לא חולם על כמות הסמינרים, הכנסים, האירועים בהם יהודים מתאספים כדי להתחזק, על אלפי



חותרים ונחתמים
 על שטר שותפות בספר זכויות עם הרה"ג זמיר כהן לשנה טובה ומתוקה!
 חייגו עכשיו לקו השותפים ושליח מיוחד יביא לכם את שטר השותפות המהודר בכריכת עור עם כתב יד של הרב חרוט על טס מצופה זהב
073-222-1212



השנה אתה לא לבד

"קיבלתי 7 שנים בכלא, ושם חזרתי בתשובה": האסירים בכלא מעשיהו משתפים

איך נראים חיייהם של האסירים באגף התורני של כלא מעשיהו? עודד הרוש ביקר באגף ושמע על ההתמודדות התורנית של האסירים, על הקשיים, האתגרים וגם על תהליך השיקום המרגש

לעשות דברים לא טובים". יש פה למעשה שלושה חללים, שמחולקים לשלוש רמות של כיתות", מספר לי רב הכלא, כשאנחנו נכנסים לעוד מתחם של בית מדרש. "ראינו את כיתת החברותות, כיתה מרכזית, שיש בה מגיד שיעור שמגיע מבחוץ כל יום ומוסר שיעור בצורה מסודרת, ויש עוד כיתה עיונית, שזה ללימוד גמרא ברמה עיונית. "וכאן", הוא מוביל אותי לאזור המטבח, "זה הלב של ההווי התורני במה שקשור לשבתות, חגים, הלולות. הבישול בצוותא".

אתם עושים הלולות ממש?

"האגף הוא רעיון קהילתי, שאדם לא רק עונה וחושב על עצמו, אלא הוא חושב שלכל אחד באגף יהיה מה לאכול, ונשב יחד סביב הלולה, סביב סיום מסכת, סיום רמב"ם. סיום פרק. זה דבר מדהים".

תשמע, תורה גדולה יוצאת מפה, אמיתית, תורה גדולה!

"על זה נאמר 'פה תלמוד תורה עם דרך ארץ, שיגיעת שניהם משכחת עוון'. לא ראיתי מישהו שהגיע לכאן על 'בין אדם למקום'. מגיעים לכאן בדרך כלל על 'בין אדם לחברו'. ואם פה אני לומד לראות את האחר, ולראות איך לעזור לאחר, מבלי לשכוח את עצמי, זה שילוב שהוא חשוב מאוד".

אני משוחח גם עם א', שנמצא בכלא מעשיהו כבר שנתיים.

באת מבית דתי?

"באתי מבית דתי, כן. אני לא הגעתי מבית של תורה ישר לכלא... למדתי בישיבות, אחרי זה יצאתי לעבודה, עשיתי צבא, למדתי תואר ראשון במשפטים, הייתי מנכ"ל של מוסדות חינוך. התגרשתי, ועזבתי הכל. נכנסתי לפינה כזו שהגעתי ממש לפת לחם. ומפה לשם, התחברתי לחברים... עשיתי יבוא רציני מאוד מברזיל, לא אני הבאתי את זה, אבל השקעתי בזה. היו שם אני ועוד שותף, והיתה הלשנה, ונתפסתי. ואז נשפטתי לעשר שנים".

אתה מרגיש בפועל שבאגף התורני אתה מצליח ללמוד תורה יותר מבחוץ?

"הנה! אני עוד תשע מסכתות מסיים את הש"ס. פעם ראשונה בחיים. והיה לנו כאן גם קורס סתם". א' מראה לי עבודות כתיבת סת"ם שלו, והתוצאה יפהפיה.

"אז איך היה לך היום הביקור אצלנו, עודד?", שואל אותי הרב יונה יוניוב בסיום הביקור.

וואו, טוב, קודם כל אני חייב להודות שבית סוהר - דמיינתי אותו כמקום הרבה יותר אפור. דלתות ברזל כאלה, מה שאנחנו רואים בסרטים. ואתה רואה כאן חיי אגף, כמו שאמרת, כחיי קהילה. אני לא יודע אם אני שמח מזה או לא, כי אני לא רוצה שירצו לחזור לפה... אני לכאורה רוצה שלא יהיה להם "כיף" פה. אבל ההבנה הזאת שבית סוהר הוא גם מקום שיקומי, היא משהו שאתה רואה מול העיניים.

"הסיפור של רבי אלעזר בן דורדיא, סיפור קשה מאוד, מסתיים באין הדבר תלוי אלא ב"י", משלים לי הרב את התובנה. "לכל אחד יש ווייז, והרעיון הוא איך אני מחשב מסלול מחדש כל יום, ואם אפשר - גם בכל שעה. בסוף כל אחד אחראי לעצמו, איך ליצור את התיקון מהנקודה שבה הוא נמצא".

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

לשוחח עם כמה מן האסירים. ראשית אני פוגש את ד', אסיר ממוצא רוסי, שעבר כאן במעשיהו תהליך מופלא.

איך אתה מוצא את עצמך באגף תורני?

"חזרתי בתשובה פה. התחלתי קצת לפני הכלא, והמשתכתי בכלא".

התחלת תהליך של התקרבות - לדת או ליהדות? נולדת לאמא יהודייה?

"כן, הייתי יהודי מאז ומעולם".

ואז אתה מקבל שבע שנים בכלא - ברור לך שאתה רוצה אגף תורני?



"מגיעים לכאן בדרך כלל על 'בין אדם לחברו'. ואם פה אני לומד לראות את האחר, ולראות איך לעזור לאחר, מבלי לשכוח את עצמי, זה שילוב שהוא חשוב מאוד"

אורח חיים דתי, אורח חיים חרדי".

מה מוביל למסקנה כזאת? הגיעו למסקנה, מה זה אומר?

"יש אחוז לא מבוטל של אסירים שהורשעו, שטרם כניסתם למאסר הם ניהלו אורח חיים דתי, מסורתי. חלקם גם חזרו בתשובה תוך כדי המאסר, ונמצאו מתאימים ורואיים להיות באגף. אי אפשר להפריז במידות שמוקנות בדברים הבסיסיים שנמצאים ביהדות. נכון שזה חייב להיות משולב עם תוכניות טיפול ושיקום ומעורבות של עובד סוציאלי וקצין חינוך, ושל רב היחידה. בגלל זה המעטפת בתוך האגף התורני היא מעטפת מורחבת".

מה זה אגף תורני בבתי סוהר? אני שואל את הרב יונה יוניוב, רב בית הסוהר מעשיהו.

"אגף תורני זה למעשה אגף ייחודי, שנועד להקנות מצד אחד קהילה תורנית שתומכת באסיר וברקע שממנו הגיע, לצד אסירים שבאים ורוצים לעשות שינוי אורח חיים במהלך המאסר, מתוך רצון לחבר בין התורה, לבין ה'תקון', לבין השינוי, לבין השיקום. מי שנמצא במסגרת תורנית, משולב בשיקום התורני - מבחינה סטטיסטית - כמות האסירים שחוזרים למאסר, בוגרי התוכניות הללו, נמוך מאוד".

אני נכנס יחד עם הרב אל האגף התורני, במטרה



המדור בחסות

נש
בר מים היברידי

שאלה בנועם

גם בקהילת "זיכרון תרועה" הונח השופר בטעות על העץ בחצר ביהכ"ס. אך לא תוקע כהרב שפירא יאבד עשתונות. ציווה את מי שציווה, והשופר הורד אחר כבוד מהעץ. הידעת את מי ציווה הרב?

כתרון החידה מעלון
כרשת שופטים:

עלה על האילן בשבת בשוגג - מותר לו לרדת ממנו. אבל אם עלה על האילן במיד, אסור לו לרדת ממנו בשבת, שחכמים קנסוהו. ואם עלה לאילן לפני כניסת השבת - אף אם עלה במזיד מותר לו לרדת ממנו משחשכה, כיוון שעלה בהיתר. ויש אומרים שכל זה דווקא כשהיה בדעתו לרדת מבעוד יום (חז"ע שבת ר' ע"מ צ"ב בהערה).

הגרלה!

בין הפותרים נכונה

יוגל שובר ברשת

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

אסיקים



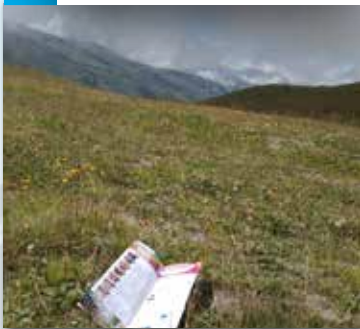
להזמנות:

077-80-37-880

כשיש נועם 2, אין שאלות!



נצפה לאחרונה



תהילה מירושלים כותבת: נתקלתי בעלון במלון
באלפים הצרפתיים - באתר הסקי Les Menuires.

נתקלחם או הפצתם בעצמכם את עלון הידברות
במקום מעניין ולא שגרת? צלמו ושלחו אלינו
אל ONEG.SHABAT@HTV.CO.IL לזינוי הרבים
ולהפצה בעצמכם חייגו 073-2221388
והברכה בדרך אליכם!



סגולת ברכת המזון

הברכות והשפע הבאים באמירת ברכת המזון לאחר הסעודה



"וְאֶכְלֶתְךָ וְשִׁבְעֶתְךָ וּבִרְכַתְךָ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ" (דברים ח', י'). פסוק זה הוא מקור למצוות ברכת המזון, וכפי שדורשת הגמרא במסכת ברכות.

המתבונן באותיות של "ברכת המזון" יעמוד על דבר פלא, כי כל אותיות הא"ב מופיעות בברכת המזון, לבד מן האות פ'. וזאת למה? מבאר אחד מגדולי הראשונים המקובל המופלא רבי אלעזר מגרמזיא בספר "הרוקח", משום שאות זו מסמלת גזירות רעות, שהרי היא מופיעה במילים הבאות: "אף, שצף, קצף, אנף". ומלאכי חבלה אלו אינם מצויים במקום שמברכים בו ברכת המזון בכוונה.

ומשום כך, כותב ה"מטה משה", נהגו לסלק או לכסות את הסכין מעל השולחן לפני ברכת המזון. וזאת בדרך רמז, כי אין חרבו של מלאך המוות שולט בזמן שמברכים ברכת המזון בכוונה, ולכך מכסים את הסכין, לרמוז לזה שאין חרבו של מלאך המוות שולט.

ברכת המזון שהצילה את היהודי מידו של מנגלה ימ"ש

הסיפור המזעזע הבא, שתחילתו בימי השואה וסופו בירושלים עיר הקודש, מופיע בספר "ברכת המזון המבואר".

בסמוך לשיבת "קול תורה" התגורר יהודי מבוגר, ניצול שואה. הנהגותיו הכלליות של אותו אדם היו כאחד העם, אולם התנהגותו בברכת המזון עוררה התפעלות והתפעמות בעיני כל רואה. כאשר היה מתיישב לברך ברכת המזון, נעצמו עיניו בהתלהבות דקדושה, הוא בירך כמונה מרגליות וכל כולו היה אחוז שרעפים, בבחינת "כל עצמותי תאמרנה". פעם התעניין אצלו אחד מראשי ישיבת "קול תורה", על מה ולמה הוא מדקדק כל כך בברכת המזון.

וכך סיפר האישי: "היו אלו ימי השואה הנוראה. יחד עם כל בני משפחתי נשלחתי גם אני למחנה ההשמדה, ומשם למיון על ידי בן השטן, ד"ר יוזף מנגלה שר". מי שנשלח לצד שמאל, אל המשרפות, לא זכה לראות עוד את אור השמש.

"בעומדי שם, נזכרתי בדבריו של ה'רוקח', כי המקפיד על ברכת המזון בכוונה - לא ישלט בו אף, שצף, קצף ונגף. וכיוון שמעויד הקפדתי על ברכת המזון בכוונה, התחננתי לפני הבורא שלא תשלט בי ידו הזדונית של בן השטן, חיית הטרף, הנגף והקצף.

"ואכן, בהגיע תורי הונפה ידו של הצורך האכזר לצד ימין ואני נשלחתי לעבודת פרך. כעבור ימים ספורים נשלחתי לשמש כעוזרו האישי של הטבח במטבח. וכך, על אף הרעב ששרר מסביבי, היו מזונותי מצויים לי בכל עת... עתה מבין אתה מדוע אני מסוגל לברך ברכת המזון שלא בכוונה וכמונה מרגליות?".
סגולה לרפואה - עוד זוכה הזהיר באמירת ברכת המזון לרפואה שלימה, וכמובא בדברי המדרש (אלפא ביתא): "אמרת לכם תאכלו ותשבחו ותברכו את שמי אחר כל מאכל ומשתה, ואני אסיר מקרבכם מחלה רעה".

מתוך ספר "שיחת יצחק" בפרשתנו. לרכישת ספרי הרב יצחק בצרי היכנסו
להידברות שופס או חייגו: 073-222-1250

להיות מיוחדת (ט')

לב של ילד אשר מדינה

בשבוע שעבר סיפרתי לכם איך התחלתי לדבר עם רינה

יום חמישי הוא יום הקניות. ביום זה יוצאת אמי העירה, וחוזרת עם סלים עמוסים. תמיד אהבתי להיצמד לאמי ביום זה, כי ככה אני איתה לבד, עם מצב רוח טוב לשתינו, ואני יכולה לשוחח איתה בפרטיות על כל מה שמציק לי.



באחד מימי החמישי האלו, הצטרפתי אל אמי במסע הקניות, וצעדנו בשלוה בשדרה המלאה חנויות יפות ומעניינות. אני, שעניי חדות במיוחד, לא יכולתי להחמיץ את הסרפן המיוחד שהיה תלוי בזווית מעניינת באחד מחלונות הראווה.

"אמא, תראי! הסרפן הזה ממש מיוחד!", ניסיתי להדביק את אמי בהתלהבותי. "כן, הוא נחמד", החזירה אותי אמי למציאות, "אבל יש לך כבר משהו דומה, וגם המחיר שלו לא ממש מפתה".

בשבוע הבא אספר לכם איך התעקשתי לקנות את הסרפן.

"אה, כן, דווקא נחמד המשחק שלה", ניסתה רינה להיתמם. "כן, בטח נחמד", אמרתי בכעס. "ולא נראה לך מוזר, שיום אחרי שאני הבאתי את המחשבון שלי, היא מנסה להרגיז אותי עם שלה?!".

"תראי", השיבה רינה, "אני לא חושבת כך. את הבאת מחשבון - וגם היא הביאה, ומה רע בכך?".

"אבל את לא מבינה!", צעקתי, "בדיוק יום אחרי היא מביאה בכוונה משהו יותר משובלל, כדי שארגיש שאני לא שווה כלום, שכולן רוצות רק את שלה!".

"תירגע, שפרה", אמרה רינה, "אני בכלל לא מבינה מדוע את צריכה להתעסק בזה, תראי למה זה גורם! כבר דיברנו על זה פעם, לא?".

"כן", עניתי בשקט, "אבל...". לא ראיתי טעם להמשיך בשיחה. הבנתי שרינה לא ממש מזועזעת מהתנהגותה של שולמית. הרגשתי בודדה.

...



השלימו: מגלגלים זכות על ידי...

רשע	ג צדיק
ב חייב	ד זכאי

על מי נאמר שישכון לחוף ימים?

א יששכר	ג נפתלי
ב גד	ד זבולון

מה היה שמה של בתו של יעקב אבינו?

א זלפה	ג בלהה
ב דינה	ד יוכבד

כמה מרגלים שלח משה רבנו?

א 13	ג 10
ב 12	ד 11

מה נוהגים לעשות כזכר לחורבן?

א להשאיר חלק לא מסויד בקיר	ג לשבור כוס בחופה
ב לשבור צלחת באירוסין	ד כל התשובות נכונות

פתרון החידות מפרשת שופטים:

ג. ניטלה. א. מאיר אנשיל ב. 7, ג. רבי שלמה אלקבץ. א. 24,000.

הזוכה מעלון פרשת ואתחנן: דורון ישר

פתרתם את כל השאלות? שלחו אלינו למייל trivia@htv.co.il וציינו בכותרת את שם הפרשה בין הפותרים נכונה יוגרל הספר "עשרים ואחד בבית אחד 10" של ר. רפפורט מתנת הידברות שופט.



טיפים ומטנטים



אם אתם מחדשים את הצביעה בבית או רק בחדר הפקרטי שלכם, יתכן שמתחשק לכם לגנון קצת, ולא לצבוע רק בצבע אחד חלק. ישנן הרבה דרכים ליצר מרקמים, צורות ודגמאות מעניינות על הקיר, במאמץ קטן מאוד. הנה שני רעיונות יעילים.

קחו את הגלגלת שמשמשות לצביעת הקיר. החלק הצובע הוא למעשה גליל ספוג שמסתובב וכך צובע את הקיר. לפני שתגבילו אותו בצבע, קחו כפא גומיות גדולות וכרכו אותן בחלקים שונים של הגלגלת. הגומיות ימנעו מהצבע להגיע לקיר, כך שתצבוע את הקיר - תגבילו פסים צבעוניים.

צובעים את החדר

אם אתם מעדיפים דגמה מנקזת, אין צורך לצבוע את הקיר נקזת אחר נקזת עם מברשות קטנות... אפשר ליצר קיר מנקז ופהפה בקלות רבה. פשוט מאד - משתמשים בגילון בועות, כזה שמשתמש להנגה על מוצרים שבריריים. לוקחים רצועת גילון כזו, וכורכים אותה סביב הגלגלת. כעת, כשתצבוע את הקיר באמצעות הגלגלת, תגבילו אוטומטית קיר מנקז ופהפה.

שנה של חוויה מתחילה עם ערכת המשחקים להגי תשרי

ספר תורה מוחרד לילדים • רביעיות חגי תשרי • טריוויה חגי ישראל לטונו חגי ישראל • משחק קלפים אושפיזין האושפיזין - פאזל רצפה ענק 70 חלקים • משחק זיכרון חגי ישראל שנה טובה ומתוקה - פאזל רצפה ענק 48 חלקים מחזורי הראשון - מחזור תפילה לגיל הרך משלוח חינם בקניית הערכה * ניתן לרכוש כל משחק בנפרד



ועוד המון ספרים ומשחקים מדהימים באתר



מלאים משחקים כריאון

מְלֶאכֶת לֵשׁ (א')

מהי מְלֶאכֶת לֵשׁ, ומה נכלל בה?

מְלֶאכֶת לֵשׁ היא המְלֶאכֶה העִשְׂרִית מִבֵּין ל"ט אֲבוֹת המְלֶאכֶה שְׁאֲסוּרוֹת בְּשֶׁבֶת. ההגְדָרָה שֶׁל מְלֶאכֶת לֵשׁ היא חֲבוּר שֶׁל חֻלְקִים קְטָנִים לְגוֹשׁ אֶחָד, כְּמוֹ בָאֶשֶׁר מְחַבְּרִים גִּרְגָרִי קִמַּח זֶה לְזֶה בְּאִמְצָעוֹת הוֹסְפֹת מִים וְלִישָׁה.

בְּמִשְׁכָּן הָיוּ מוֹסִיפִים מִים לְסִמְמָנִים שֶׁמֵּהֶם יָצְרוּ צְבָעִים, וְלָשִׁים אוֹתָם לְגוֹשׁ אֶחָד. אֵב הַמְלֶאכֶה שְׁאֲסוּר מִן התוֹרָה הוּא הוֹסְפֹת מִים אוֹ מִשְׁקֶה אֶחָד, אוֹ דָבֵשׁ, לְתוֹךְ חֶמֶר מְגֻדְּלִי קֶרֶקֶע, וְלִישָׁה שְׁלֵהֶם יָחַד לְגוֹשׁ אֶחָד. בְּנוֹסֶף, יִשְׁנוֹ אֲסוּר לְלוֹשׁ גַּם חֻמְרִים



שְׂאִינָם מְגֻדְּלִי קֶרֶקֶע, כְּמוֹ מֶלֶט, גָּבֶס וְכדוֹמָה, מִשּׁוֹם תוֹלְדֹת לֵשׁ. בְּמֶלֶאכֶת לֵשׁ מְבֻדְּלִים בֵּין בְּלִילָה עֲבָה (סְמִיכָה), שְׂיִצִּירְתָּהּ אֲסוּרָה מִן התוֹרָה, לְבֵין בְּלִילָה רַכָּה, שֶׁנִּתְּן לְשִׁפּוֹף אוֹתָהּ מְכֻלֵי לֶכֶל, שְׁאֲסוּרָה מְדֻרְבָּנָן.

בְּשִׁבּוּעַ הַבָּא נִפְרֵט עַל הַמְקָרִים בָּהֶם אָנוּ נִתְקָלִים בְּמֶלֶאכֶת לֵשׁ בְּחַיֵּי הַיּוֹמִים.

בדיחות

מורה: החיבור שלך על החלב היה צריך להיות על שני עמודים, והכנת רק עמוד אחד! תלמיד: סליחה, פשוט הכנתי חיבור על חלב מרוכז.

אח שלי בן שנתיים. הוא התחיל ללכת כבר בגיל שנה! - באמת? וואו, הוא בטח ממש עייף עכשיו...

שני יהודים נפגשים ברכבת. אחד מהם נאנח מעומק לבו, "א-ו-י!" אומר לו השני: "אתה מספר לי?!"

מזל היה לי אתמול! אבדתי את המטריה שלך. - ולמה זה מזל? - יכולתי לאבד את המטריה שלי...

הבדיחות מתוך הספר "תן בדיחה 3" מאת יעקב חמו. לרכישת הספר, פנו להדברות שופס.

פרק 47 איירה: אסתי זיכל



הקרב על הבית ה' פאר



מצאו 10 הבדלים



אל תחליפו מגש של כסף במגש של פלסטיק

סיפורה המפעים של הגיורת שהלכה בעקבותיו של אברהם אבינו, והגיעה אל הפסגה

כוח לפסלים, ויש הקדוש ברוך הוא שמנהל את העולם! אבל היא לא הצליחה להבין, ולי היה קשה להסביר לה".

הבטתי בה בהשתאות, על האומץ שהיא גילתה. בדמעות היא המשיכה ותיארה כיצד היא ברחה לבית חב"ד: "כשנכנסתי לשם, שמעתי לראשונה את השליח מעביר שיעור על אברהם אבינו, שניפץ את כל הפסלים בבית אביו. חשתי שה' שולח לי סימן - בתי היקרה, בלי שידעת שכן נהג היהודי הראשון, את התנהגות בדיוק כמוהו! את ראויה עכשיו להיכנס לעם היהודי! ואז, באותו הרגע, הרגשתי הכי שייכת שייכלתי להרגיש. בכיתי עד דמעות וביקשתי שה' יעזור לי להתקרב אליו, ואז לאט לאט התחלתי ללמוד, להבין ולהתחבר יותר".

דבריה ריגשו אותי: "אין לכן מושג כמה אור, כמה טוב יש בעולם שלכם. נולדתם לתוך הוויה טהורה, אתם חיים למעלה, בפסגה. אבל משום מה, פגשתי הרבה יהודים שמסתכלים על פסגות אחרות. כה חבל לקבל הכל על מגש של כסף, ולרצות להחליפו במגש של פלסטיק. יש לכם המקור! למה לחפש חיקויים?". הסכמתי איתה כל כך, היא הזכירה לי עם כמה טוב נולדנו, בכמה טוב ה' עוֹטף אותנו כל רגע ורגע. אשרינו שזכינו!

חדש בהידברות: קהילת Live ומפגש זום שבועי עם מורן קורט, לנשים שמעונינות לעבור מסע הגשמה נדיר. לפרטים פנו אל campus@htv.co.il

"ואז... התחלתי לשבור את כל הפסלים שהיו לי בבית", כך סיפרה לי שרה, הכלה הגיורת, כשהדרכת אותה לאחרונה.

היא המשיכה בלהט הדיבור: "הרגשתי שאני רוצה משהו אחר. לחיות חיים עמוקים יותר. לא חשבתי על 613 מצוות ומה זה אומר לגבי, רק רציתי להיות שייכת לה". נפגשנו, פגישה ארוכה ומרתקת, כדי שאסביר לה על מצוות טהרת המשפחה, לא רק באופן ההלכתי - היא ידעה את כל ההלכות על בוריין - אלא שאלמד אותה גם השקפה על הבית היהודי.

היא הוסיפה וסיפרה על התהליך שהיא עברה, כיצד הרבנים ניסו כל העת להתקיל, "דווקא כשאומרים לך שלא כדאי לך, את עוד יותר רוצה", היא המשיכה. "כשניקיתי את בית חב"ד בקולומביה, והקשבתי לשיחותיהם של המטיילים

עם השליחים שם, הרגשתי שאני רוצה להיות אחת מהם". ולי היא המשיכה וסיפרה, "אמא שלי לא הבינה למה אני כל הזמן מנקה את בית חב"ד. כמה כבר יכול להיות מלוכלך שם? היה לי קשה להסביר לה שהכלוך הוא לא שם, אלא בתוכי, וכשאני שם, אני מרגישה שאני מתנקה".

שרה הרצינה והמשיכה לתאר באנגלית במבטא ספרדי: "יום אחד חזרתי הביתה, ואחד הפסלים הנוצריים הסתכל עלי. ואני עליו. ואז... כבר לא יכולתי יותר, לקחתי פטיש, את הפטיש הכי גדול שהיה לי בבית, ושברתי אותו! אחר כך הלכתי לעוד פסל, ושברתי גם אותו, ולעוד פסל... בסוף, כשכבר שברתי את כל הפסלים, אמי נכנסה הביתה, והזדעזעה עד עמקי נשמתה. 'מה?! מה קרה לך?!'. התחלתי להתווכח איתה, שאין באמת



הרבנית חגית שירה
חכמת נשים

תפילת חבקוק

על מה התפלל חבקוק הנביא לפני אלפי שנים, ונענה? על הדור שלנו, הדור האחרון

לפני אלפי שנים ונענה? הוא צפה לדורנו, הדור האחרון, ובקש בשבילנו! את מבינה? הוא שלח לנו כבר מאז חיבוק ענק ותפילה גדולה, שנזכה לעבור את התקופה הרועשת בקלות, ושהקדוש ברוך הוא יעשה לנו ניסים כמו ביציאת מצרים... מדהים!

בספר תפילה למשה כותב רבי מרדכי שרעבי (מובא גם בספר המידות, רפואה וחיים פרק י"ב) כי מי שמוחה מבולבל, תהיה רגילה לומר את תפילת חבקוק הנביא. התפילה פותחת: תפילה לחבקוק... על שיגיונות... ומסיימת: ועל במותי ידיכני.

לכולנו יש שיגיונות ובלבולים, וחבקוק הנביא, שחוה מוות בילדותו וראה אמת בהירה בעולמות העליונים, הוא מבטיח - וצדיק באמונתו יחיה! אמונה, אחותי - שימי את ה' על הבמה המרכזית בחייך, ותני לו להדריך ולהוליך אותך.

סידור "שירת חיי" הוא הסידור כמעט היחיד שמופיעה בו תפילת חבקוק הנביא הנצרכת כל כך לדור הזה. הזמיני לקראת השנה החדשה מארז מהודר - לוח שנה מעוצב, "לוח לבך", וסידור "שירת חיי", ותקבלי סדר הדלקת נרות נדיר עם מאמרי זוהר והפטרות חנה.

לרכישת ערכת המוצרים של הרבנית חגית שירה "שירת חיי" כולל: סידור, לוח שנה ובכרונ יוקרתי, הנכנסו להידברות שופט או חייגו: 073-222-12-50

ועד הצהריים - הילד מת. העלתה האישה השונמית את בנה המת לעליית הקיר הקטנה, סגרה את הדלת ורצה לקרוא לאלישע הנביא. הוא הגיע, עלה אל הילד וגהר עליו - פיו על פיו, עיניו על עיניו, כפיו על כפיו... והילד פקח את עיניו.

הילד הפלאי הזה הוא חבקוק הנביא. אומר הזוהר הקדוש: חבקוק על שם החיבוק. והזוהר שואל: והרי היה צריך לקרוא לו חבוק... ולמה נקרא שמו חבקוק, והוא עונה נפלא - על שם שני החיבוקים, האחד של אמו (את חובקת בן) והשני של אלישע הנביא, כשהחיה אותו.

המדרש מספר שחבקוק עשה פעם צורה של עוגה על הארץ, נכנס לתוכה ואמר לקב"ה שהוא לא יוצא ממנה עד שיענה לו. ואכן ה' ענה לו, והוא יצא ממנה.

מה ביקש חבקוק הנביא? על מה התפלל

איך אפשר לזכות ליישוב הדעת בדור שכולו היסח הדעת? צפצופים, צלצולים, לייקים וצבעים, סדרות, רדיפות, ים של אינפורמציה ושיטפות מוח סמויות וגלויות...

ואת, את בסך הכל אישה קטנה אחת שמחפשת קצת רוגע, שקט ואמונה, ולא יודעת, ריבונו של עולם - איך לכבות את כל הרעש הזה, כאילו עולם שלם רוחש וגועש בתוך הראש שלך! **ביום שלישי הקרוב, כ"ד באלול, תחול ההילולה של חבקוק הנביא.** הוא היה בנה של

האישה השונמית, שזכתה לארח את אלישע הנביא בביתה בעליית קיר קטנה שבנתה לכבודו, והנביא ברח אותה: למועד הזה כעת חיה את חובקת בן... בן שאכן נולד אחרי שנה. בוקר אחד יצא הילד אל אביו לשדה, ופתאום הוא צעק לאביו: "ראשי, ראשי!". אביו שלח אותו לאמו, היא החזיקה אותו על ברכיה,



מצפה לגאולה

עוד השנה

המלך בשדה זה הזמן לבקש ולרומם את הנשמה

חייגי עכשיו 073-222-1-290



מיזם הידברות

לחודש הרחמים והסליחות

מיזם להפצת 1,000 שיעורי תורה, הפרשת חלה והתחזקות לנשים ברחבי הארץ. בזכות נשים צדקניות נאלץ ישראל ובזכות עמידן להיגאל

צעדים 3

לארגון חוג בית

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

ישלח אלייך פרסום בחינם להפצה בווטסאפ

ערכ הוקרה יוקרתי עם מיטב רבניות והידברות ייעוץ בסיסים המיזם לכל המארגנות חוג בית



סבון

יש מספר בעיות בשימוש אינטנסיבי בסבון או שמפו.

1. הרכב הסבונים הרגילים של היום - הם מורכבים מחומרים מזיקים לבריאות, כגון חומרים אלרגנים הידועים כמחוללי סרטן; פטרולטום (נפט); DMDM שעלול לגרום לכאבי פרקים, אלרגיות, דיכאון, תשישות, אסטמה וסרטן; מקציף SLS - שעלול לגרום לגירויים, פריחות, נשירת שיער והצטברות חומרים מסרטנים; פאראבנים (חומרים משמרים) - רעילים ביותר; טלק - עלול לגרום לסרטן השחלות ולהפרעות בנשימה. ריחות בשמים סינטיטיים - מיוצרים על בסיס נפט, ועלולים לגרום לכאבי ראש, סחרחורת, פריחה, בעיות נשימה, הקאות וגירויים בעור.

2. הסבון גורם להסרת השומן הטבעי מהעור, שעוזר לייצר ויטמין D מהשמש. יתכן שזאת אחת הסיבות לחוסרים בוויטמין D בבדיקות הדם.

3. הסבון מזיק למיקרוביום המצוי על העור. מיקרוביום - סך כל החיידקים שחיים על גופנו מבפנים ומבחוץ, תורמים לבריאות ומסייעים למערכת החיסון כנגד אימונים חיצוניים ופנימיים (חיידקים מזמהמים). יש בערך 3 ק"ג של חיידקים בגוף אדם בוגר. המיקרוביום משתנה לאורך החיים, והוא אופייני גם לכל אדם. הרכבו מושפע מאינספור גורמים: גנטיקה, היגיינה, תזונה ונטילת תרופות, איזור מגורים, מצבי סטרס ועוד...

הייתם מסוגלים? רופא בשם ד"ר ג'יימס המבלין החליט להתקלח רק במים במשך 5 שנים. בספרו "CLEAN" הוא מסביר מה הסבון עושה למיקרוביום שלו: "התחלתי ללמוד את הנושא... עשיתי הרבה ניסיונות בחיי כדי להבין מהו המיקרוביום של העור. יש חיידקים שהם טובים לנו ומשפרים את בריאותנו... אנחנו משמידים אותם באמצעות מקלחות עם סבון! אני לא ממליץ על השיטה הזו באופן גורף לכולם. בהרבה מובנים זה היה נורא עבורי, לא להתקלח בסבון במשך 5 שנים. לשבור הרגל כזה לא דבר קל. זה שינה את חיי מהקצה לקצה". הוא הרגיש הרבה יותר אנרגטי ופחות עייף בכל התקופה שעשה זאת. ישנם כיום סבונים מחומרים טבעיים בלבד (שמן זית, למשל), ולא חייבים לקרצף את כל הגוף, אלא במקומות המוצנעים, המלוכלכים והמזיעים. המים במקלחת שוטפים את רוב הלכלוך ממילא, והקרצוף הנכון הוא עם ליפה טבעית על עור יבש. ריח גוף נעים נובע מתזונה בסיסית, טבעונית ובריאה, ולא מסבון שריחו הסינטיטי מתנדף ממילא.

לרכישת המהדורה האחרונה של הספר "רזי התזונה להתנקות, להבריאה, לרזות בקלות" חייגו להיזכרות שופר: 073-222-1250



פרפקציוניזם

איך מתמודדים עם פרפקציוניזם? ומה עושים עם ילדה מפונקת?

ההבנה כי אני אדם בעל יכולות מאפשרת לי להכיל כישלונות וביקורת ולהבין שכשם שההצלחה אינה תלויה בי כך גם הכישלונות. הבנה מעין זו תפחית את הרצון למושלמות, ותעלה את ערכך בעיני עצמך, מה שיאפשר לך להבין ביתר קלות שאינך מושלמת ואינך צריכה לשאוף לכך. מהמקום התובנתי והתבונתי הבריא הזה יקל עליך גם למצוא בן זוג ולסלוח לו על שאינו מושלם. (ענבל אלחיאני, MA, מטפלת מוסמכת ב-NLP ובדמיון מודרך)

...

יש לי ילדה מתוקה בת 8 שמרביצה הרבה מאוד, לאחים שלה וגם לחברות, לא אוהבת שנוגעים לה בדברים, ורכושנית. היא ילדה מפונקת מאוד, חכמה מאוד וקצת תינוקית, לא רוצה לאכול את הסנדוויצ'ים שאני מכינה לה. מה אפשר לעשות?

כל הדברים שצינת הם סימפטומים לדבר אחד שורשי, והוא קושי במשמעות.

חיוק הגבולות והמשמעת בבית יגרמו לבתך לקבל מרות ולהסכים עם מה שקורה סביבה, גם כאשר הדברים לא קורים כפי שהיא רוצה או חשבה.

הרמת ידיים היא ביטוי של תסכול שילד חווה עם עצמו ואינו יודע כיצד להתמודד עם קושי שיש לו. הרמת ידיים היא גם חציית קו אדום, וילד שיש לו גבולות נכונים ומשמעת עצמית יודע שזהו דבר שלא משנה מה - הוא לא יעשה, כי זה קו אדום, ויהיה לו קל לשלוט בעצמו.

כמו כן, כאשר לילד יש משמעת, הוא מרגיש בטוח, מוגן ורגוע. הוא לא צריך להשתמש בכל מיני התנהגויות יוצאות דופן כדי לקבל תשומת לב או כדי לשמור על המקום שלו. בכך שהוא מקבל משמעת נכונה ועקבית הוא גם לומד להיכנע, לוותר ולהבין שהוא לא חייב להיות במרכז.

לכן חזקו את המשמעת בבית ותהיו עקביים. המטרה היא לעזור לילדים שלכם ולתת להם את מה שהם זקוקים לו מאוד. יוני דנחי, תומכת רגשית רב תחומית, מנחת הורים מומחית למשמעת וסמכות בשיטת אמהות מודעת

אני בחורה בת 34, רווקה. יש לי עבודה מסודרת, אבל אני חשה שאני דורשת מעצמי המון. הכל אצלי צריך להתבצע על הצד הטוב ביותר, אני מרוצה מהצלחותי אבל עובדת קשה להשיגן וחווה כישלון חרוץ כאשר אני תחת ביקורת. אשמח לעצתך.



הדרישה הפנימית שלך מעצמך לבצע את הדברים באופן מושלם עונה על הגדרת המושג "פרפקציוניזם".

הרצון הבלתי מתפשר של האדם מעצמו לשלמות ולתחושת מושלמות פנימית נובע דווקא מהתחושה התת הכרתית שלו שהוא חלש, לא שווה או לא יוצלח.

התחושה הזו איננה מאפשרת לו לקבל ביקורת או להימצא במצב בו לא מושגות מטרתיו, משום שזה מעורר בו את תחושת ה"לא יוצלח" בקרבן, שהוא, כאמור, אינו מודע לה, ועל כן הוא גם לא מאפשר לעצמו לטעות, ועובד קשה כדי שהכל יצא מושלם.

דפוס התנהגות מעין זה גורם לו לנכס שליטה על המציאות, מאחר שהוא מפעיל את מיטב כוחו ומרצו כדי להגיע למצב המושלם והרצוי מבחינתו. הוא אינו משאיר כלל מקום להפתעות או לדברים לא צפויים, מאחר שברור לו שלא ידע איך וכיצד להתמודד עמם. אט אט חודרת אליו ההכרה שהכל תלוי בו, גם הצלחותיו וגם כישלונותיו. הוא אינו גמיש, לא עם עצמו ולא עם המציאות, שמטבעה משנה פניה ללא שליטה והכר.

גם היכולת לבחור זוגיות מתמעטת כאשר ישנה חתירה לחיפוש האדם המושלם, שכל קיומו מתחיל ומסתיים בתודעתו, אך רחוק מהמציאות.

צפת | כ"ב אלול

יום ראשון 18.9 | 19:30
אולם ארמונות אור רח' צה"ל 1

קרית ים | כ"ג אלול

יום שני 19.9 | 19:30
אשכול פים רח' משה שרת 18

באר שבע | כ"ד אלול

יום שלישי 20.9 | 19:30
מתנ"ס היכל קדמא רח' אבוחצירא 3

חיים זאיד
אבא! תודה

מרדכי לוי
חיים מאושרים

האמנית
הרבנית
חגית רינת
שירה & גבאי

ממלכת הילדים
למנך העולם

לפתוח
שערי רצון

כואב לתינוק
במופע חדש

הלב
נפתח

לפרטים והזמנות:
073-222-1-240
המופע לנשים ונערות בלבד!

הזדמנות אחרונה להזבנת



להזבנת
והזבנת

אירוע הצדעה למפיצי עלון הידברות

ראשון הקרוב!
כ"ב אלול | 18.09.22



ספר תורה מהודר | רכב איכותי | חופשה משפחתית
מבית מלכות וקטברו 073-7758037
האירוע למפיצים ולמצטרפים חדשים << 073-222-1-388
חודש ראשון חינם למנויים חדשים!

ושמחת בחגיר

סוכות ושמחת תורה
במלון כינר הגליל



ארוחות
חג עשירות



בריכה וחוף נפרד



חדרים
מפוארים

התקשרו >

073-222-12-70

אפשרות להגיע לשמחת תורה בלבד

14-17.10

י"ט-כ"ב תשרי

שבת חוה"מ סוכות
ושמחת תורה



הרב
מרדכי חזיקה



הרב
יצחק פנגר

העלון מוקדש:

לעילוי נשמת: פרלה בת סעודה | פונגדה בן טורי | דניאל בן רות | משה מושיקו לוי בן מריקה מרים ועזרא | דוד (דודי) מנחם בן זהבה
לבשורות טובות וכל הישועות: אפרת בת ארז וענת | יצחק בן אליהו וציפורה | גדיאל בן מירב | רותם בן שושנה
לרפואה שלמה וכל הישועות: יאיר בן טליה | נצרת בת חנום | שי בת אילנה | חיים בן שרה | שמעון בן גמלא | אלעזר בן שרה



להקדשת העלון

חייגו: 073-2221388

(שלוחה 3)