

פרשת אחרי מות קדושים | ד' באייר תשפ"ג

לתגובות: oneg.shabat@htv.co.il

הלפצת העלון: 073-222-1388



## "אשר בחר בנו"

האם יש הבדל בין מקום למקום, בין יום ליום  
ובין אדם לאדם?

/// מורנו הג"ר זמיר כהן שליט"א ///

”וַיֹּאמֶר ה' אֶל מֹשֶׁה, דַּבֵּר אֶל אֶהֱרֹן אָחִידְךָ וְאֶל יְבֵא בְכָל עַתָּה אֶל הַקֹּדֶשׁ, מִבֵּית לְפָרְכָתְךָ אֶל פְּנֵי הַפָּרֶכֶת אֲשֶׁר עַל הָאֹרֹן, וְלֹא יָמוּת” (ויקרא טז, ב). במילים אלה הוזהר הכהן הגדול בחומרה שלא להיכנס לקודש הקדושים, מלבד יום אחד בשנה, ביום הכיפורים. ויש להבין, הרי מדובר במקום מסוים. האם יש הבדל בין מקום למקום ברחבי העולם? מה פשר האיסור בכל ימי השנה לאדם גדול ומורם מעם כמו הכהן הגדול, לכל יכנס למקום מסוים, מלבד ביום הקדוש ביותר בשנה? אולם לימד אותנו בורא העולם כי אכן כן.

ישנם מקומות שהם במדרגת קדושה גבוהה מהמקומות האחרים, ויש ימים שהם במדרגת קדושה יותר מהאחרים, וישנם גם בני אדם כאלה.

פירוש המילה "קדוש": נבדל מהאחרים ומרומם מהם. לפיכך על יום השבת נאמר: "וּשְׁמֹרְתֶם אֶת הַשַּׁבָּת כִּי קֹדֶשׁ הוּא לָכֶם" (שמות לא, יד), "בית המקדש" שבהר הבית נקרא בשם זה משום רוממותו הרוחנית מכל מקום אחר בעולם, ועל עם ישראל נאמר "כִּי עַם קָדוֹשׁ אַתָּה לַה' אֱלֹהֶיךָ, בְּךָ בָּחַר ה' אֱלֹהֶיךָ..." (דברים ז, ו).

כלומר, הבריאה נבראה באופן שיש בה ימים קדושים יותר משאר הימים, ויש בה מקומות שיש בהם קדושה יותר משאר המקומות, כאשר לכל יום ומקום יש ייעוד ותפקיד שונה, וכולם יחד יוצרים את שלמות הבריאה. משל לציור נוף בשלל צבעים מרהיב עין ביופיו, הלא אם היה הצייר מצייר אותו רק בצבע האהוב עליו, היה הציור פגום וחסר הדר. אף הבריאה בכללותה כך היא, כל פרטיה יוצרים בה שלמות אחדותית. וכשם שאפילו לכהן הגדול אסור להיכנס בכל עת לקודש הקדושים מלבד ביום הקדוש - יום הכיפורים, כך כל יהודי אמור לדעת כי הוא משתייך לעם שיש לו ייעוד מוגדר, ועליו אמר הקדוש ברוך הוא: "כִּי עַם קָדוֹשׁ אַתָּה".

הקדושה אינה רק תואר כבוד, אלא היא מחייבת מאוד. הכהנים מחויבים במצוות ככל ישראל, אולם נדרשים להתנהג ברוממות מעל כולם, כאיסור לשאת גרושה, וכל דיני טהרה והלכות רבות הנוגעות לעבודה בבית המקדש. כך גם עם ישראל מחויב במצוות יותר מכל העמים, והשכר - בהתאם.

מתוך כך נבין את התשובה לשאלה המצויה, מהי משמעות המונח "העם הנבחר", שעליו אנו מברכים בכל יום "אשר בחר בנו מכל העמים", האם אין כאן סוג של התנשאות חסרת הסבר? אולם התשובה נמצאת מיד בהמשך הברכה: "ונתן לנו את תורתך". להיות יהודי משמעותו לדעת את תורת ה' ולקיימה ככל הלכותיה.

ובמה זכינו דווקא אנחנו להיקרא על ידי בורא העולם "כִּי עַם קָדוֹשׁ אַתָּה לַה' אֱלֹהֶיךָ"? מפני שלאחר שאברהם אבינו הוכיח נאמנות מפליאה למלך העולם כאשר עמד בכל עשרת הניסיונות, בחר ה' בו ובזרעו אחריו, לתת להם את תורתו שבה גילה את סודות הבריאה מהצד הרוחני שלה, כגון: אילו ימים מרוממים מכל ימות השנה, שבת ויום הכיפורים ושאר מועדי ה', וכן בכל המצוות, ובכך גילה לנו כי הייעוד של עם ישראל הוא להיות מרומם במעשיו מכל העמים.

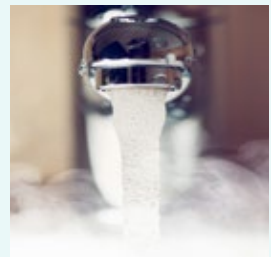
כמה חבל שישנם ילדים רבים בעם ישראל שגדלים מבלי שיידעו מאומה אודות גדולתם ורוממות מעלתם האמיתית, משום שאיש אינו מגלה להם זאת, וכשהם גדלים, אינם מבינים מה גרוע וחמור כל כך בהתבוללות בין העמים, רחמנא ליצלן. לעומת זאת, אשרי אדם הזוכה להיות מודע לגדולתו הרוחנית מעצם היותו יהודי, ומתוך כך מחנך את ילדיו בדרך זו, וזוכה לרוות מהם נחת ואושר בחייו, ולשכר עצום בהגיעו לעולם האמת. שבת שלום.

### שאל את הרב

הג"ר אברהם יוסף שליט"א

**האם מותר לרוחץ בשבת כלים במים חמים שמחוממים בהסקה המרכזית?**

אסור להשתמש בשבת במים חמים שמתחממים בבוילר או בהסקה מרכזית, כיוון שמיד בפתיחת הברז נכנסים מים קרים, ונמצא מבשל את המים הקרים בשבת. במים חמים מדוד שמש.



**האם מותר לשתות לאחר הדלקת נרות שבת?**

מותר לאשה שהדליקה נרות לכבוד שבת לשתות אחר ההדלקה עד השקיעה. ואם יכולה להחמיר - תזכה למצוות. ומהשקיעה והלאה אסור לאכול ולשתות עד הקידוש.



2 מה אכפת לכם? גלעד שמואלי



4 הרוחש שנמצא בראש הרב דן טיומקין



5 שני לנשמה אהרן רזאל



6 רועים שלא אשכח אבנר שאקי



11 העתק של הידברות דודו כהן



14 פעולות קטנות מורן קורס

העלון טעון גניזה | נא לא לקרוא במהלך התכילה

זמן כניסת וציאת שבת			
מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת	
20:34	19:56	18:41	ירושלים
20:32	19:58	18:58	תל אביב
20:35	19:59	18:52	חיפה
20:33	19:56	18:58	ב. שבע

**הרצאות מרתקות עם מייטב הרבנים**

**שבת פרשת אמור**  
הרב אבנר קוואס | הרב חיים זאיד | 5-6.5

**שבת פרשת במדבר**  
הרב אבנר קוואס | הרב שמעון פרץ | 19-20.5

**נוף כנרת**  
מלון סופר-סופר - כנרת

סעודות שבת למהדרין

**שבת מרוממת**  
במלון נוף כנרת

בריכה

הבטיחו מקומכם: 073.222.12.70



ובאותו הקשר חכמי ישראל לימדו אותנו את הכלל "כל ישראל ערבים זה בזה", שמשמעו הוא שמתוך כך שנשמותינו שזורות זו בזו קיימת ערבות ואחריות בין כל אחד מאיתנו לזולתו. אי אפשר לעצום עיניים ולהגיד "בעיה שלו, חיים שלו - שיתמודד". מפה אפשר להתחיל להבין מה עומד מאחורי אותם שומרי תורה ומצוות שמנסים להשפיע על אחרים ולקרבים לחיק היהדות (כמו לדוגמא האנשים שעומדים מאחורי ארגון הידברות, סתם דוגמא שקפצה לי לראש ככה במקרה). כשאכפת ממישהו אחר, הלב לא נותן להתעלם. אלו שעוסקים בקירוב רחוקים בחרו לא לחיות את חייהם כשהם מרוכזים בעצמם, אלא להקדיש מזמנם למען עם ישראל, למען טובתם הרוחנית והנצחית של אחיהם ואחיותיהם.

כשמישהו מנסה לקרב אחרים ליהדות, הוא עושה את זה כי הוא לא יכול להישאר אדיש למראה אחיו הרוחניים הצועדים במסלול חיים שמוביל אותם אל אובדן רוחני נצחי. איך אפשר להיות פסיבי למצבם הרוחני של אחרים? הלב נשבר מזה. ולכן, מתוך דאגה ואכפתיות, אותם "מקרבים לחיק היהדות" מקדישים מזמנם לטובת חיזוק עם ישראל בשמירת התורה והמצוות.

אגב, אותו ציבור הוא גם המתנדב ביותר למען הזולת בארגוני חסד וחירום. זה לא במקרה, שניהם נובעים מאותה סיבה, הדאגה לזולת. אז בפעם הבאה שאתם נתקלים ב"מחזיר בתשובה", או בעלון הידברות (עוד דוגמא שקפצה לי לראש ככה במקרה) - זכרו שזה נעשה מתוך לב אוהב.



# מה אכפת לכם הדתיים ממני?

למה לא לאמץ את הגישה "חיה ותן לחיות", ומה באמת עומד מאחורי מסע השכנועים להתקרב לחיק היהדות

שהעם היהודי שונה משאר אומות העולם בקשר הרוחני שיש בין אחד למשנהו. בעוד אצל בני אומות העולם כל נשמת בן אנוש עומדת כיחידה עצמאית ובודדה, נשמות בני העם היהודי מחוברות ושזורות זו בזו, כדוגמת איברים שונים המרכיבים יחד בן אדם שלם. המלבי"ם, מפרשני המקרא, כותב בספרו "התורה והמצווה" על הסיבה למצוות ואהבת לרעך כמך "כל בני האדם קשורים כגוף אחד... שכולם כאיש אחד וכגוף אחד המורכב מאיברים שונים. ובזה ירצה האדם להאדם [=לזולתו] מה שירצה לעצמו, כי הוא בשר מבשרו ועצם מעצמותיו. כיוון שכך, מדין הוא שיאהב חברו כנפשו". התורה מלמדת אותנו שאף אם לא קיימת בינינו איזושהי היכרות או אינטראקציה אישית וכביכול אנו זרים זה לזה, ברובד הרוחני - אחים אנחנו. אנחנו מחוברים אחד לשני.

מה גורם לאנשים שומרי תורה ומצוות לקום יום אחד בבוקר, ולהחליט שהם הולכים להפוך בן אדם רגיל מן היישוב לשומר שבת עטור בכיפה ובציצית? למה משום מה דתיים מסרבים לאמץ את הגישה "חיה ותן לחיות"? אתה תנהל את חיך כפי ראות עיניך, ואני אנהל את חיי כפי שאני מוצא לנכון - נשמע הוגן, לא? אז זהו, שאצל שומרי תורה ומצוות זה לא בדיוק מתקבל. וכשחושבים על זה, הרי לא הגיוני שדווקא לדתיים יש גן תורשתי שמתבטא באישיות שתלטנית. אז מאיפה מגיע הצורך הזה לגרום לאנשים זרים לשנות את אורח חייהם?

הגישה הזו של לקרב ליהדות אנשים זרים - כאלו שמעולם לא פגשונו ולעולם לא נפגשו - לא נובעת מאיזשהו גן, לפחות לא ביולוגי, אלא מלב אוהב לעם ישראל. התורה מלמדת אותנו

הרב יצחק פנגר

## זה אפשרי



חרטה חמישית: "הלואי שהייתי מאפשר לעצמי להיות מאושר". וור סיפרה כמה הייתה מופתעת מחרטה זו, ובעיקר מכמה שהייתה נפוצה. עד לרגעים האחרונים, רבים לא הבינו כי אושר הוא בחירה. הם היו כבולים בדפוסים ובהרגלים ישנים, ובחרו להישאר במקום הנוח והלאו דווקא טוב שלהם. הפחד משינוי הביא אותם להעמיד פנים - מול עצמם ובפני אחרים - שהם מרוצים, בעוד שבתוך תוכם הם קיוו להיות אחרים.

ברגע של אמת, אתה מגלה שמי שהרס לך את מצב הרוח הכי הרבה זה אתה, זו את, בלבחור בעצבות. אני מדגיש, לבחור בעצבות, כי הרבה פעמים יש לנו האופציה, ובמודע או שלא במודע, אולי אנחנו לא חושבים שזה אפשרי לבחור לראות דברים טובים. נכון, אם הייתי חי באמונה אמיתית, הייתי יודע שכל מה שאולקים עושה זה רק לטובה. אם הייתי חי כך, זה נקרא לבחור באושר. אני בוחר להיות מאושר, אני בוחר לראות את הטוב.

מתוך ספרו החדש של הרב יצחק פנגר "זה אפשרי". לרכישה היכנסו להידברות שופס או חייגו: 073-222-1250

# על מה הכי מתחרטים חולים סופניים?

## הפעם על חרטות נוספות ברשימה המרתקת: קשר שלא נשמר עם חברים - והאפשרות להתיר לעצמנו אושר אמיתי

בשבועות הקודמים דנו במסמך של ברוני וור, בו סיכמה את חמש החרטות הנפוצות ביותר שפגשה בהן אצל חולים סופניים. כעת נציג את שתי החרטות הנפוצות האחרונות שמופיעות במסמך.

**חרטה רביעית: "הלואי שהייתי שומר על קשר עם חברים".** החולים סיפרו שלא הבחינו בחשיבותה של שמירה על קשרי ידידות, עד שזה היה מאוחר מדי. רבים נשאבו לעבודה ולטרדות החיים, עד שלא נותר זמן לחברים מהעבר. וור מסבירה כמה שכיח שאנחנו מנהלים אורח חיים עמוס, ופשוט דוחקים את החברויות מחוץ לחיינו. בציבור הדתי-חרדי אני חושב שזה אולי מורגש פחות, כי יש משפחות גדולות, ילדים ונכדים ונינים. אבל באופן כללי בעולם, זה באמת מפחיד. כל אחד יש לו ברוב המקרים לא יותר משניים-שלושה ילדים, אחד חי בהולנד והשני בכלל בקיסריה, וההורים עם הכלב, שגם ככה כבר הזדקן, והוא לא נראה טוב. ואז הבעל והאישה עולים זה על העצבים של זה. לכן לשמור על חברים זה דבר חשוב, במיוחד אם יש קהילתיות. זה היופי של היהדות, הקהילתיות, שיש שיעורי תורה, פעילות לנשים, ואם אין - תארגנו בסביבה שלכם. זה ייתן גם לכם.

העלון מופץ השבוע ב-293,000 עותקים. בזכות אלפי יהודים שאכפת להם! אכפת גם לך מזיכוי הרבים? חייגו 073-2221388 ותקבלו 50 עלונים להפצה מדי שבוע



הפצה ולוגיסטיקה | עריכה גרפית | עורכת משנה | עורך | דודו כהן | דבי רייכמן | שני מויאל | טליה זכריה, אסתר שמיר

הידברות  
אורח חיים

# הספר חסע האמת

של הרב' דמיר כהן חוזר ובגדול!

הספר "חסע אל האמת" חוזר למדפים במהדורה חדשה ומשודרגת שתשאיר אתכם פעורי פה.

להשיג עכשיו בהידברות שופס: shops.hidabroot.org | 073-222-1-250



**צאו לחסע מרתק בנושאים:**  
נתונים חותכים על אמיתות  
הבורא והתורה הקדושה |  
תורה ומידע | לקט הנבואות |  
צפונות בתורה | סודות טבע  
כמוסים | המדע דווקא אחר  
אמיתות התורה

ליזכוי הרבים  
ברכישה 10 ספרים  
מחיר מוזל במיוחד!



דברים רבים מנו חכמינו ז"ל במניין שלוש עשרה, כגון ברייתא דרבי ישמעאל, בה מובאות שלוש עשרה מידות שהתורה נדרשת בהן, ודאי שלא לחינם מנו חז"ל בדבריהם דווקא שלושה עשר פרטים בכל פעם. ובמיוחד שישנם עוד כמה מקורות מעיקרי היהדות, שאף בהם נזכר מנין שלוש עשרה. מנין שלוש עשר נזכר אצל המצווה הראשונה שכל יהודי מקיים בחייו - ברית מילה, עליה אמר רבי ישמעאל במשנה במסכת נדרים: "גדולה מילה, שכן נכרתו עליה שלוש עשרה בריתות". זאת ועוד, מובא בדברי חז"ל שהיו יחידי סגולה שנוולדו נימולים - ואף המה עולים למניין שלוש עשרה, ואלו הם: אדם הראשון, שת, חנוך, נח, שם, תרח, יעקב, יוסף, משה, שמואל, דוד, ישעיה וירמיה. גם הגיל שבו מתחיל כל נער יהודי להתחייב במצוות הוא שנת השלוש עשרה לחייו.



### אחד ושלימות

ואכן, על פי תורת הרמז נבין ונחכים במשמעותו ותוכנו הפנימי של המספר י"ג. הנה בזוהר הקדוש הובא שהגימטריה של המספר שלוש עשרה היא "אחד". ועומק כוונתו, שמספר זה מסמל אחדות גמורה, כאשר כל החלקים מתחברים ליחידה אחת, שכן בבריאה ישנם ששה קצוות: ארבעה צדדים, מעלה ומטה. ואם נצייר את העולם כמו בית (קובייה) עם ארבעה קירות, תקרה ורצפה, נמצא שיש שנים עשר קוים המחברים בין כל הכתלים - ארבעה למעלה וארבעה למטה, ועוד ארבעה בחיבור הקירות זה לזה, והמה נקראים בספר היצירה "י"ב גבולי אלכסון" (וכנגד זה ישנם י"ב מזלות, וי"ב צירופי שם הו"ה). והנקודה האמצעית, המחברת בין כל החלקים, מסומלת במספר שלוש עשרה.

כשם שהמספר שבע מסמל את הנקודה הפנימית המקיימת את כל הקצוות ומחברת ביניהם לעשותם אחד, כך גם המספר שלוש עשרה מקשר בין כל חלקי הבריאה להיותם אחדים, וזוהי האחדות הגמורה שאין לה דמיון.

### אהבה מביאה לאחד

רעיון זה טמון במצוות קריאת שמע, שכן בפסוק "שמע ישראל ה' אלוהינו ה' אחד" ישנן שש תיבות, ויחד עם "ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד" - יש י"ב תיבות. והעניין, כי שתי אמרות אלו יצאו מפיהם של י"ב השבטים ויעקב אביהם, ובמעשה קבלת עול מלכות שמים אנו מקשרים בין הכל וממליכים את ה' אחד על כל הבריאה.

כמו כן, הגימטריה של "אהבה" היא י"ג, כי האהבה מביאה לידי אחדות. על כן מיד לאחר פסוק זה מצווה אותנו התורה על אהבת ה' יתברך. מעניין לציין שבשיר השירים נזכר הביטוי "אהבה" שלוש עשרה פעמים בדיוק.

ומתוך כך יתפרש היטב עניינו של המספר י"ג, כי בכל פעם שביקשו חכמים לסמל את היחידה השלימה והכוללת של כל החלקים, השתמשו במניין זה.

מתוך סדרת הספרים "שיח יצחק" על הש"ס. לרכישת ספרי הרב יצחק בצרי היכנסו להידברות שופס או חייגו: 073-222-1250

## לכבוד גיליון ה-600: הלכות הנוגעות לעלון

על המעלה הגדולה של זיכוי הרבים, ופרטים הלכתיים שנוגעים לעלון השבת

בנביא ירמיה (ט"ו, י"ט) כתוב "אם תוציא יקר מזולל כפי תהיה", ופירושו המפרשים, שאדם שמזכה אחרים ומוציא אותם מכבלי היצר הרע, זוכה שכמעט כל דבר שיוצא מפיו - יתקיים. והסיבה לכך, משום שמזכה את הרבים. ועוד מובא במשנה מסכת אבות (פרק ה' משנה י"ח): "כל המזכה את הרבים אין חטא בא על ידו... משה זכה וזיכה את הרבים, זכות הרבים תלוי בו". ובספר תפארת ישראל (אות קכ"ה) כתב שגם אם גורם למישהו להתחזק - זה נקרא מזכה הרבים. וכן מובא בדברי רבנו בחיי זיע"א, בספרו חובות הלבבות (שער אהבת ה' פרק ו'), במעלת מזכה הרבים, וזה לשונו: "וראוי לך אחי לדעת כי זכויות המאמין ... אינם כזכויות מי שמורה בני אדם אל הדרך הטובה ומישר הרשעים אל עבודת הבורא, שזכויותיו נכפולות בעבור זכויותם בכל הימים ובכל הזמנים... וכן אחי, מי שאין מתקן אלא נפשו בלבד, תהיה זכותו מיטעה, ומי שמתקן נפשו ונפשות רבות, תוכפל זכותו כפי זכויות כל מי שתיקן לאלקים". גם הזהור הקדוש (פרשת תרומה) מרחיב במעלת מי שמזכה את הרבים. ואם כן, מי שמפיץ את העלון הנפלא, שמגיע כמעט לכל פינה בעולם ומדבר לכל יהודי, ודאי נחשב למזכה הרבים ומעלתו עצומה. שמענו על אנשים רחוקים מאוד, שלא היו שומרים תורה ומצוות כלל, ובמשך תקופה ארוכה רק קראו את העלון, עד שלאחר זמן חזרו בתשובה שלמה, וכל זה בזכות אותו מפיץ שבזכותו העלון הגיע לבית הכנסת, למקום העבודה, למכולת או למאפייה שלהם.

### האם חובה לגנוז את העלון?

בעלון שבת יש דברי תורה, וכבר כתבו כל הפוסקים שגם ספר שנדפס בזמנינו, שנעשה בצילום ובכוח החשמל, מכל מקום יש בהם קדושה וטעונים גניזה (החזון איש י"ד סי' קס"ד אות ג', הלכה ברורה חלק ז' סימן קנ"ד סעיף י"ז).

### האם מותר לקרוא עלון בבית הכנסת במהלך התפילה?

בחזרת הש"ץ צריך לכוון למה שאומר שליח הציבור, ולכן אסור לקרוא בעלון, ואפילו ללמוד תורה אסור בזמן זה, אלא יושב ומאזין לברכות של שליח הציבור. ויש פוסקים שכתבו שאותם הלומדים באמצע חזרת הש"ץ נחשבים כמחטיאים את הרבים, כי עמי הארץ לומדים מהם שאין צריך להאזין לברכות החזרה, ומדברים שיחה בטלה באמצע התפילה (משנה ברורה סימן קכ"ד סעיף קטן י"ז). אמנם יש פוסקים שכותבים שאם מאזין לסיום הברכה של שליח הציבור ומכוון לענות אמן כראוי, אין למחות בידי המיקל (שו"ת הרמ"ע מפאנו סימן ק"ב תשובה ח'). לכן למסקנה - אסור לקרוא עלונים באמצע התפילה וחזרת הש"ץ, ומי שעושה כן אפשר להעיר לו בעדינות, אבל לא לעורר מחלוקת על כך.

### האם יש מקומות שבהם לא ראוי להניח את עלון הידברות, כמו למשל על הרצפה

### באזור המכולת/המאפייה וכדומה?

אסור להניח את העלונים על הרצפה ממש. אמנם כיוון שעדיין לא קראו בהם, אין חובה להגביה את העלונים טפח מהקרקע (טפח = 8 ס"מ), אלא מספיקה הפסקה כל שהיא מהקרקע. לכן אם מניח עלונים בתוך שקית ניילון - מותר, כיוון שהשקית מפסיקה בין העלונים לבין הקרקע (גני הקודש פרק ב' הערה ח', בשם הגר"ש אלישיב, וכן מובא במשנה ברורה סימן של"ד סעיף קטן נ').



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

### שדרות | רביעי 3.5

אולם בית חב"ד  
סמטת חטיבת נבעתי 11

### בני ברק | ראשון 7.5

מ"תנס נווה אחיעזר  
אורליאן 29 נווה אחיעזר

### כפר יונה | רביעי 10.5

אולם בית כנסת בית אל  
רחוב הורדים 5

### הגברת ענת דורון

פסיכותרפיסטית  
ומטפלת act icbt

מחשבות, חרדות  
ומה שבניהן

סיפור אישי

&

### הגברת פרי כהן

מרצה ויועצת חינוך  
והעצמה ומאמנת אישית

כלים להתבוננות  
בחיים



הסנדאפיסט  
הרב יעקב חמו

מי שמאמין לא מפחד

הקול  
בראש

"  
הידברות  
מזמינה אתכן  
לערב שכולו  
תקווה והתחדשות!

## "שבת שלום לכלב"

**ראו מה הכוח שטמון במילה קטנה. ראו מה כוחם של מאור פנים ואהבת הזולת**

**הפעם אני רוצה לספר לכם מעט על הכוח הגדול שיש למאור הפנים, לאהבת הזולת ולכבוד האמיתי לכל אדם באשר הוא, עד כמה הדברים הללו חשובים ומה הם יכולים לחולל.**

נוהג אני בשבת, לברך כל אדם שאני פוגש בדרכי בברכת "שבת שלום" מאירה. גם אנשים שאיני מכיר זוכים ממני לברכת "שבת שלום" זו. וכי אם איני מכיר אותם, הם אינם יהודים? וכי אם איני מכיר אותם לא מגיעה להם ברכת שבת שלום? אני חושב שכן.

הייתה זו שבת קיצית ארוכה. יצאתי מביתי לאחר סעודה שלישית, וצעדתי לבית הכנסת לתפילת ערבית. בדרכי פגשתי באדם אחד שלא הכרתי. אומנם, זיהיתי את פניו מן הצעידה לבית הכנסת, אך לא ידעתי את שמו. ברכתי אותו במאור פנים בברכת "שבת שלום", והוא עצר אותי ושאל אם יוכל להפריע לי לכמה דקות. לאחר שעניתי בחיוב, אמר: "כבוד הרב, אני חייב לך תודה גדולה, בזכותך חזרתי עם כל משפחתי בתשובה".

"וואו, בזכותי?!", הופתעתי, "איך זה היה?".

הוא הסתכל עלי, כאומד אם יש לי כוח לשמוע את סיפורי, ולאחר מכן ענה: "האמת היא שחזרתי בתשובה בזכות איחול ה'שבת שלום' שהיית מברך את הכלב שלי".

חייתי ושאלתי אותו למה הוא מתכוון. הוא חיך אלי בחזרה ופתח בסיפורו: "לפני כחמש עשרה שנים התגוררה חמותי בשכונה סמוכה, ובכל ליל שבת הייתי חוצה את השכונה שלכם והולך לבקר אותה. בדרכי, פעמים רבות הייתי עובר מולך בדרכך לבית הכנסת, כשאני עם סיגריה דולקת וכלבלב קטן. בכל פעם שהיית רואה אותי - היית פונה אלי ומאחל 'שבת שלום' ביד ראש. את את התרגלתי לענות לך, אך בסתר לבי לעגתי לך, וכשהייתי מגיע הביתה הייתי מתבדח עם אשתי ואומר לה ששוב ברך הרב את הכלבלב בברכת שבת שלום. הייתי בטוח שלא התכוונת אלי בברכה. אני הרי הלכתי עם סיגריה דלוקה וחיללתי את השבת בפרהסייה, למה שתאחל למחלל שבת 'שבת שלום'? חייב להיות שהתכוונת לכלבלב בברכתך הלבבית.

**"שנים עברו. אתה הקפדת לברכני בברכת שבת שלום, ואני המשכתי לצחוק עליך מאחורי הגב. לימים חלתה בתי. במהלך ימי מחלתה הביא לנו שכן כתבה עיתונאית שסיפרה מעט מסיפורך האישי, כדי לחזק אותנו. במרכז הכתבה התנוססה תמונתך. 'תראי', פנית לאשתי, 'הנה הרב שמברך את הכלב שלנו בכל שבוע בברכת 'שבת שלום'. הסתקרנו מן התמונה, ופנינו לקרוא את הכתבה. כשגמרנו, התחלנו לחשוב מה אמונה יכולה לעשות לבן אדם. 'האיש הזה, שמברך במאור פנים אפילו כלבים, התמודד עם כל כך הרבה סבל בחיים שלו', אמרתי לאשתי. 'מה נתן לו את הכוח להישאר שפוי ולהמשיך להילחם? זה חייב להיות משהו גדול עם כוח מיוחד. זאת חייבת להיות האמונה שלו!' גם התפעלנו מהיחס שלך, ובפרט לאור מה שעברת בחיים. התבונה חלחלה לנפשנו, ובסופו של דבר, לאחר חיבוטי נפש מרובים, החלטנו לנסות לשמור על מצוות התורה וקיבלנו על עצמנו לשמור שבת. משמירת השבת המשכנו להתקדם הלאה, הלכנו לסמינר, למדנו, קיימנו, ובסופו של דבר חזרנו יחד - אשתי ואני יחד עם כל המשפחה - בתשובה".**

## היתוש שנמצא בראש

**כל אחד חייב זמנים שקטים כדי להשתיק את ה"יתוש" שבראש**

בטח יצא לכם לשמוע על טיטוס, המצביא הרומאי עז הפנים, שבדרכו חזרה לרומי, נענש בכך שיתוש נכנס למוחו וניקר בו ללא הפסקה, בכאבים עצומים. מסופר באגדות החורבן, שיום אחד טיטוס הלך בשוק, ושמע נפח שדפק בקול רם על פח. הרעש הזה גרם ליתוש לחדול לכמה שניות, מה שגרם לטיטוס לשלם משכורת לכמה נפחים שידפקו לידו על הפחים, על מנת להקל את הכאב.

האם גם לנו יש יתוש שקודח לנו במוח? איך אפשר לגרום לו לחדול? איך אפשר "לשנות לו את המנגינה"? לא תמיד זה "יתוש" חיצוני, אנחנו נוטים לפעמים "להעלות גרה", וחוזרים ולועסים אירועים מסוימים שקרו לנו. כשאנחנו משחזרים אירועים קשים, אנחנו נכנסים למערבולת של מיקוד עצמי שלילי, שמעצים סבל.

חשוב לדעת שאין מצווה לסבול(!), ואפשר ללמוד להסיח דעת מהמחשבות האלו (לפעמים צריך בזה עזרה מקצועית, ויש שיטות שעובדות). באמת כדאי לעצור ולנסות לתחקר את זה. במקום להריץ מחשבות כאלו, כדאי לנסות לשחזר את ההצלחות, כל מיני אירועים מחזקים וטובים, או דמויות השראה אוהבות שהאמינו בנו. זה אולי מרגיש קצת מוזר, לעצור וליחד זמן למחשבות שכאלו, אבל זה יתוש חיובי שכדאי לטפח, כי אם מצליחים להתמיד בעבודה הפנימית הזו, זה נותן תוצאות!

בעבר היו רגעים של התבוננות וחשיבה בעולם. היו רגעים שבהם האדם היה במעלית, בדרך, בנסיעה, ונאלץ לעצור ולחשוב על מה שקרה לו, על מה שהוא הרגיש. כבני אדם אנחנו זקוקים למרווחים האלו. היום, הרגעים האלה נגזלו מאיתנו על ידי הטלפונים. בכל רגע פנוי אנחנו טרודים לבדוק מה חדש, ואנחנו דור שאינו מתבונן. יש לזה מחירים, כי ההתבוננות הזאת נצרכת מאוד, לא רק לתחקור ומשוב עצמי, אלא גם למנוחת נפש אנושית בסיסית. מומלץ לכל אחד בעולם ליצור וליזום זמני התבודדות והתבוננות, אבל ברגע שיש התמודדות עם ילדים מאתגרים, זו ממש חובה. המצב הזה מחייב אותנו לעצור ולמצוא עוגנים של חיבור לעצמנו. לא רק להגיב לעולם במשחק פינג-פונג חסר הפסקות, אלא למצוא זמנים בהם אנחנו "עולים למרפסת", נושמים אוויר, מחשבים מה קרה, רואים תהליכים בפרספקטיבה רחבה, מודים על חצי הכוס המלאה, טופחים לעצמנו על ומחשבים מה היעדים שלנו בחיים. כנראה כדי להשתיק את היתוש המייאש ולהכניס לעצמנו ניגון אופטימי שיתן לנו כוחות להתמודדות עם הילדים, צריך לייצר זמנים כאלו שימלאו את המצבר הפנימי שלנו, ההורים. כדאי גם לייצר הזדמנויות קצרות לתת לעצמנו מסרים מחזקים ומעצימים. יש לי ידיד שעובד במשרד ממשלתי, והיה צריך כמה פעמים ביום להכניס קוד סודי בכל פעם שהוא נכנס למחשב. הוא סיפר לי שהוא בחר להשתמש לא בקוד סתמי, אלא במשפט מחזק, מסר מעצים, תזכורת לדברים שנותנים כוח. הוא אמר לי שהוא ממש לא האמין עד כמה זה באמת השפיע עליו, ושיפר לו את מצב הרוח ואת האנרגיות שלו! נסו את זה.

הצמרפא לנסיעת נשים לחיזוק, לתפילות ולשמחה לרבכל הילולת התנאים האלוקים רשב"י ורבי מאיר בעל הנס

א"ה יום שלישי  
י"א באייר • 2.5.23

הצמרפא לחוויה  
073-222-1240

הסעות מהערים: ירושלים, רמת השרון, בני ברק ומגדל העמק



הרב  
יעקב חמו  
במסע ספנדאפ מחזיק

תלווה את הנסיעה הרבנית  
חגית שירה  
בסיפורי אמונה והשגחה

ארוחת צהריים במלון נוף כינרת

אספות  
ניצוצות  
לקראת הילולת הצדיקים!





בכל פינה בעולם, שולח לו מכתב ובו שאלה. גם אנחנו שלחנו וענה לנו.

מה ענה? הורה לנו לתפור תפר קטן על צלע אותו שתי וערב, שאינו נראה בבירור, אך יש בו בתפר הקטנטן מעשה המבטל את אותו צלב.

אם תרצה, תבוא לביתי ואמי תתפור לך תפר קטן. הנער, אף שלא שמע מעודו לא על חסידים ולא על הרבי, נענע לו בראשו והלך עמו לביתו.

היו יושבים בביתו, והאם תופרת לו תפר. בין כך, שאלו אם שמע פעם ניגון חסידי. הניד לו ראשו דרך שלילה. ניגש הלה למכשיר הפטיפון, וניגן לו תקליט חדש, ובו ניגוני חב"ד. אותו תקליט, חידוש היה אז בעולם. נגמר התקליט. ביקש הנער שוב לשומעו. נגמר, ביקש שוב. לא אז משם עד שהתאהב באותם ניגונים בכל מאודו.

לבסוף נעשו השניים חברים, והיו יושבים ושומעים אותם ניגונים שוב ושוב, עד שנעשה אותו הנער כבריה חדשה ממש. חזר לביתו, אמר להוריו: מהיום הנני בעל תשובה. שינה מلبושו, מאכליו ולימודו, וכך היה - נעשה בעל תשובה, עלה לארץ הקודש. ואם תאמרו: לא היה,

היה.

אני נשאתי את בתו, ובני - נכדיו הם.

ובכל מקום שיש ניגון חסידי, שם תמצאוהו.

יש ניגון חסידי שאתה שומע אותו, וכבר אינך מי שהיית לפני אותו ניגון.

חזון חזון



ניגש החבר למכשיר הפטיפון, וניגן לו תקליט חדש.

אותו תקליט, חידוש היה אז בעולם. חזר לביתו,

אמר להוריו: מהיום הנני בעל תשובה

באמת, אין לך שעה שאין לה ניגון, כשם שאין לך ניגון שאין לו שעה.

יש ניגון של בוקר, ויש ניגון של בין הערביים, יש ניגון של אמצע הלילה כשרוח צפונית מנשבת.

יש ניגון ששומע אותו הצדיק, והוא דומע כבעל תשובה, ויש ניגון שיזמר בעל תשובה, ויש בו מן האור של הצדיקים.

יש ניגון שהוא הוא התשובה. אתה שר אותו ומשהו מתחיל לזוז, להתעורר. אתה מנגן אותו ומתחיל

להמריא. כבר לא תהיה מי שהיית לפני הניגון. מעשה בנער שהיה למד בין גוים, וכמעט שנתערב ביניהם. ומלבוס קבוע בבית ספרם היה, ועליו סמל של כמין צלב.

יום אחד פנה אליו נער בדרך סוד, ואמר לו: יודע אני שיהודי אתה. גם אני. דע לך, להוריד את אותו סמל מהבגד אי אפשר משום איבה, אך גם לענווד אותו על המלבוס אין זה מדרך אמונתנו. מה עושים? רבי גדול יש מעבר לים. הרבי של חסידי חב"ד. כל יהודי,

## 7 שבע עובדות יונתן הלוי

לפייס את השלטון, והמחצית השנייה תהיה לך. שאל השומר: "מה אעשה כדי שכל הדינרים?". אמר לו רבי מאיר: תאמר "אלקא דמאיר ענני".

לאחר זמן שמע הקיסר מה שעשה אותו סוהר, ששחרר את אחותו אשתו של רבי מאיר, וצווה לתלות. והנה כשקשרו את החבל סביב צווארו, אמר הסוהר "אלקא דמאיר ענני" ולא הצליחו לתלותו. התפלא הקיסר ושאל אותו לסוד העניין, וסיפר לו השומר את כל המעשה.

יש מפרשים כי רבי מאיר לא התכוון על שמו, אלא: 'האלוקים שמאיר לארץ ולדרים עליה הוא יעננו'.

כך גם כל אדם יאמר בשעה שהוא אומר "אלקא דמאיר ענני" שהוא מכוון על דעתו של רבי מאיר ושאר צדיקים, ויזכה לישועות.

7 ה"בן איש חי" כתב: "יש עניין להדליק נר לכבוד ר' מאיר בא' טבת". החיד"א בספרו "פתח עיניים" כתב: "וישראל קדושים נוהגים בכל תפוצות

ישראל, אם יאיר ח' גניבה ואבידה ובכל עת צרה וחולי ומכאוב ר"ל, נודרים שמן או מעות על קברו של רבי מאיר ואומרים 'אלקא דמאיר ענני' והוא יענם ויפלטם".

הסגולה הידועה נעשית באופן הבא: יש להפריש סכום לצדקה, או להדליק נר, ולומר 3 פעמים: "אלקא דמאיר ענני". בכך פונים בתפילה לקדוש ברוך הוא בלבד, שיעזור לנו.

## אלקא דמאיר ענני

מה המקור של הסגולה הידועה "אלקא דמאיר ענני", וכיצד זכה רבי מאיר לכינוי "בעל הנס"?



אמר: "מימי לא מלאני לבי לעבור על דברי חברי".

6 מדוע זכה רבי מאיר לכינוי "בעל הנס"? במסכת עבודה זרה מובא המקרה הבא: אחותה של ברוריה אשת רבי מאיר, שהיתה בתו של רבי חנינא בן תרדיון, נתפסה והובאה לבית האסורים. הלך רבי מאיר לפדותה. בא אצל השומר וביקש לשחררה. אמר השומר כי מתיירא הוא מן המלכות. נתן לו רבי מאיר סכום של דינרים ואמר לו, במחצית הסכום תשתמש

במוצאי השבת הקרובה וביום ראשון, י"ד באייר, חל יום ההילולא של התנא הקדוש רבי מאיר בעל הנס. קבלו מדריך קצר לדמותו הקדושה ולסגולתו המפורסמת.

1 רבי מאיר בעל הנס היה תלמידו המובהק של רבי עקיבא, המחמישה שהוסמכו על ידי רבי יהודה בן בבא.

2 בגמרא מובא כי "לא רבי מאיר שמו אלא רבי נהוראי שמו, ולמה נקרא שמו רבי מאיר? שהוא מאיר עיני חכמים בהלכה" (ערוכין יג, ב').

3 רבי מאיר הוא צאצא של נירון קיסר. כה מובא ב"ספר יוחסין": "רבי מאיר... והוא מזרע נירון, השר הגדול של קיסר, ששלחו קיסר להחריב ירושלים קודם ששלח לאספסינוס, ושאל לתינוק ואמר: 'ונתתי את נקמתי באדם ביד עמי ישראל'... ונתגייר, ויצא ממנו זה החסיד אור העליון".

4 במסכת סנהדרין מובא כך: "סתם מתניתין ר' מאיר" - כלומר, סתם הלכה שבמשנה ללא שם אומרה, משמו של רבי מאיר היא. מכאן ניתן ללמוד על גדולתו של רבי מאיר.

5 מעלותיו של רבי מאיר בעל הנס רבות הן, אך צניעותו היא הבולטת במיוחד, וכך שיבחו רבי יוסי בן חלפתא: "אדם גדול, אדם קדוש, אדם צנוע" (ירושלמי מועד קטן ג, ה'). ענוותנותו מתבטאת במיוחד בכך שאף הוא עצמו לא נהג הלכה כדברי עצמו במקום שחבריו חלקו עליו. במסכת שבת מובא כי

אדרא רבא ואדרא זוטא בכרך אחד

ספר זוהר הקדוש באותיות ענקיות ומאירות עיניים.



ספר רשב"י

לקט סיפורים מובחרים, בלתי מוכרים ברובם אודות התנא האלוקי, רבי שמעון בר יוחאי ואחותו בת, רבי אלעזר, חוברת בכריכה רכה.

זריזים מקדימים << 073-222-1250

לקראת ל"ג בעומר • מאירים את הנשמה • יחד עם רשב"י והזוהר הקדוש

הכנסו לאתר לעוד מגוון ספרים על הזוהר הקדוש, רשב"י וספרים עם פירוש מתוק מדבש. shops.hidabroot.org

זוהר עם פירוש מתוק מדבש - גדול (23 כרכים)

הזוהר מלא במלה בדרך קלה מלוטט ומבורר מפרשי הזוהר הקדמונים של הרב דניאל פריש צוק"ל



זוהר המבואר-הוצאת מכון המאור (26 כרכים)

שערי הזוהר הקדוש נפתחים! במהדורה מפוארת ובתכלית השלמות והדיוק עם הביאורים המופלאים.





# "עד יומי האחרון, הלילה הזה לא ימוש מזיכרוני"

התסריטאי והסאטיריקן מני אסייג עבר לא מעט טלטלות בחייו, אך ישנם רגעים שלעולם לא ישכח. על האירוע הלא שגרתי שהתרחש בשבת האחרונה לחייו של אביו, וגם על הנחת התפילין שהתפשטה כאש בשדה קוצים

## נעים להכיר

"מני (מנחם) אסייג, 52, תושב קרית מוצקין, נשוי ואב לשלושה, תסריטאי וסאטיריקן".

## זיכרון ילדות שלא אשכח

"פריצת מלחמת יום כיפור. הייתי בן שלוש כשהמלחמה פרצה. אני זוכר היטב את האזעקה ואת הכרוז קורא 'לכבות את האורות', את הריצה המסורפת למקלטים, כשפתאום כל הנשים במקלט צורחות 'איפה דוניזי?', 'מי ראה את דוניזי?', 'דוניזי חסרה'. מהר מאוד הבנתי ששכחו בבית את דודה דוניזי, שישנה עמוק כנראה, ולא שמעה את האזעקות. לפי ההיסטוריה שהייתה, הייתי בטוח שהיא אמורה לפקד על קרבות הבלימה ולא שמה לב. אגב, מיד לאחר המלחמה המקלט שברחנו אליו הוסב לבית כנסת, ואבי מכלוף זצ"ל שימש בו כשליח ציבור".

## עיקרון חשוב בחיי, שאני לא שוכח

"עיקרון הכרת הטוב. בדבר הזה רבים נופלים לצערנו, כשהזיכרון שלהם בוגד בהם והם פתאום שוכחים את מי שהיטיב עימם ולא מחזירים לו באותו המטבע. אפילו לא במטבע זה. תזכרו את הטוב, וככה יהיה טוב".

## פגישה שלא אשכח

"הפגישה הראשונה שלי עם הרב האדמו"ר הצדיק יאשיהו יוסף פיינטו. הגעתי אליו לפני כמה שנים לביתו באשדוד, הוא היה חולה מאוד, ורבים הגיעו והקיפו אותו סביב מיטתו. מכל האנשים שהיו בחדר הוא קרא דווקא לי לשבת לידו על המיטה, נישק את ראשי, החזיק חזק את היד שלי, ואמר לי שאני אח שלו. מכאן ואילך בזכות כך שאני עוסק בקידוש שם שמים. באותה הזדמנות הוא גם נתן לי כרך מהודר ומפואר של ספר חומש דברים, הספר שהוא הכי מחובר אליי, ומאז גם אני מפיץ ברבים את חשיבות הספר הזה לקריאה ולסגולה. אל נא רפא נא לו, אמן".

## נס שחוויתי ולא אשכח

"הנה, בבקשה - אתה מעלה ברשתות בתמימותך תמונה רגילה עם תפילין, ופתאום היא מתפשטת כאש בשדה קוצים. אלפים מזדהים עם העניין וחוזרים בהשפעתך והשראתך להניח תפילין, ולזה תוסיף מאות שרוצים לחזור לקיים את המצווה אבל אין להם יכולת לקנות תפילין. אז אתה מדבר עם יהודים טובים בארץ ובחז"ל שמממנים את הרכישות. נו, זה לא נס?".

## רגע אושר שלא אשכח

"הפעמיים הראשונות שבהן שימשתי סנדק בבריתות. אתה מרגיש תחושה עילאית, כאילו שהשכינה עליך. ובמיוחד חזקים הרגעים

שבהם כולם מגיעים אליך כדי שתברך אותם, ואתה הקטן מרגיש פתאום כמו איזה רב מקובל. זה הקטן גדול יהיה...".

## לימוד תורה שלא אשכח

"השיעור הראשון שלי עם הרב הצדיק יוסי ארמה מבית שאן. הרב יוסי הוא רב אהוב ומיוחד שבשנות ה-20 שלו היה כדורגלן מצליח בליגת העל, ובשיא ההצלחה נטש את הכל והתמסר לעבודת ה'. הכרנו בהשגחה פרטית, וזכינו לחברות נפש.

מדובר ביהודי נפלא ומעורר השראה עם יכולת פנומנלית לחבר בין אוכלוסיות שונות, ולקרב אנשים לה' בדרכי נועם. הרב מעביר שיעורי תורה בקיבוצים חילוניים, ואגב כדורגל - הוא מעביר שיעורי תורה באופן קבוע גם לשחקני אלופת המדינה, מכבי חיפה".

## שיר שלא אשכח

"תמיד כשאני שומע את השיר 'אל תירא', עם הלחן הגאוני של אביהו מדינה, אני מתמלא התרגשות ושיעורתי סומרות. כלומר, אלו שנשארו...".

## ספר שלא אשכח

"ספר התורה. אי אפשר להסיח את הדעת, מגדולתו של גדול הנביאים, משה רבנו, שנבואותיו בפרשות 'כי תבוא', 'האזינו' ו'וזאת הברכה' התגשמו ומתגשמות לנגד עינינו. ומכל ספרי הנביאים, אני לא יכול שלא לציין את הקשר המיוחד שלי לספר שמואל, הספר שחושף את אישיותו המופלאה של מחבר תהילים, דוד המלך - היהודי האדיר שממנו לומדים באופן המיטבי על דבקות ואמונה מלאה בה' יתברך, ואיך מקיימים מצוות בדבקות גם כשאתה מלך גדול".

## אירוע קשה שלא אשכח

"ליל שבת, לפני 7 שנים, בית הורי. כעשרה סירים על הפלטה, תצוגה של עקרות ענק עם סלטים, שולחן השבת ערוך ומזמין, ולצד כל זה אמי אליס הצדקת מוטלת על הארץ כשצוות של נט"ן מנסה להחיות אותה. לדאבונו הם לא הצליחו להציל את אמא, ועד יומי האחרון הלילה הזה לא ימוש מזיכרוני".

## תפילה שלא אשכח

"הפיט 'בר יוחאי נמשחת אשריך' בניגון המרוקאי שאבי זצ"ל היה מזמר בקידוש של ערב שבת. הפיט הזה כל כך מזכיר לי אותו. לצערי אנחנו כבר לא שרים את הפיט הזה, אבל אולי בעקבות הריאיון הזה נחזור לשיר 'בר יוחאי', בלי נדר".

## שבת שלא אשכח

"לפני 13 שנה, שבת שזכורה לי היטב, היינו אצל ההורים. בגלל שהמשפחה התרחבה במהלך השנים ברוך ה', היינו מגיעים אל ההורים בחלוקה מסודרת כזו, כי הבית היה קטן מלהכיל את כל האחים והאחיינים ובני האחיינים. ואז באותה שבת, בלי שום תיאום מראש, כל המשפחה המורחבת הגיעה. כולם כולם. היה מאוד צפוף בבית, אבל גם מאוד שמח. אבא שלי ישב שם, ושמח לראות את כל השבט שלו ביחד אצלו בבית. הוא דיבר עם כולם, בירך וקידש והיה מאושר. למחרת אבא הצדיק והאהוב שלנו נפטר, ולמעשה הבנו שכולנו באנו להיפרד ממנו. אני ממש מצומרר כשאני מספר את זה, יש דברים שנשארים איתך לתמיד".

## רגע משעשע שלא אשכח

"לפני כמה שבועות יצאתי עם מופע אישי קומי חדש, שבו אני משלב את הקומיקאי איתן בוכריס, ויש בו המון רגעים משעשעים ובלתי נשכחים. אני סוקר שם את תולדות חיי ואת המהמורות שעברתי בדרך, מספר על הבחירות שעשיתי והמחירים ששילמתי עליהן בגלל הדבקות באמת ובצדק. לצד כל הצחוק, יש במופע גם קידוש שם שמים גדול".





כבר 600 שבועות  
שגיליונות עלון  
הידברות מגיעים  
למקומות צפויים  
יותר ופחות. מדי  
שבוע זורמות  
למערכת שלל  
תמונות נפלאות  
שמבטאות  
את המגוון  
וההיקפים. צפו  
בגלריה מרחיבת לב



# ספיישל "נצפה לאחרונה": לאן עלון הידברות יכול להגיע?



חיה עמר: מצאתי את עלון  
הידברות בחדר כושר



חגית פלץ: העלון נצפה  
במכון גל בירושלים



אסף ניצני צילם וכתב: אפילו  
אלה שאין להם יהדות -  
לכל אחד יש הידברות



מרדכי פיטוסי: הצטלמתי  
עם העלון הנפלא ליד בית  
הכנסת שבגבעת חנן, שכונה  
ביישוב סוסיא, דרום הר חברון



מיטל אורשלם: מצאתי את העלון  
בלובי מגדלי הארבעה בתל אביב



מאירה בן פורת: זכיתי לצלם  
ולהפיץ את העלון בבית כנסת  
של מלון בקאנוני, אל מול הרי  
הדולומיטים שבאיטליה



מ. בצלאל: עלון הידברות בפתח  
קברה של רחל אמנו בבית לחם



נר רומנו: בבית הספר "בית שי"  
בבני ברק לבעלי צרכים מיוחדים  
נהנים מאוד מהעלון



נצפה בתחנת משטרת  
ישראל בפתח תקווה



נצפה בקופת חולים כללית בנתיבות,  
אצל רופאת הילדים ד"ר שני,  
שמחלקת את העלון למבקרים  
בחדרה



נסים אבוטבול: העלון  
הגיע גם לגוררת בנמל  
אשדוד

## אחיסתר

ראשון | ט' באייר | 30/4 | 19:30  
אולם ביה"כ אלי הכהן  
\*הערב ללא המקובל הרב יצחק בצרי

## חצור

שני | י' באייר | 1/5 | 19:30  
אולם ספיר רח' חוני המעגל 49

## אור עקיבא

שלישי | י"א באייר | 2/5 | 19:30  
אולם ואהבת רח' בלפור 196

הרב  
**חיים  
זאיד**

סיפורי אמונה  
מחזקים

המקובל הרב  
**יצחק  
בצרי**

תפילה לכל  
הישועות



הרב  
**יעקב  
חמו**

מהסטאנדאפ  
לסטנדר



הרבנית  
**חגית  
שירה**

הכה שבך

# תפריט לעצמך

שחרור לגוף ולנשמה

| 073-2221240 |

לנשים ונערות מגיל 18  
הכניסה בעלות סימלית



# חיישה לדבר איתו

בני זוג מוצאים את עצמם רבים על כל שטות קטנה. כשהם מגלים שקומה מעליהם גר יועץ נישואין מפורסם, הם קופצים על המציאה

"שמעתי שקומה מעלינו גר איזה יועץ נישואין מפורסם. מספרים עליו שהוא אחד הטובים בארץ", היללתי את שכנו היועץ. "באמת, לא ידעתי", אמר לי מוטי. "כשאני חושב על זה, אני לא יודע מה עיסוקו של אף לא אחד מהשכנים שלנו", הוסיף. "אז מה אתה אומר?", שאלתי. "אוי, נו, אני לא צריך יועץ", אמר ביובש. "אתה אולי לא, אבל אנחנו צריכים!", אמרתי בתוקף, "תראה איך אנחנו מתנהגים, רבים על כל שטות ואחר כך לא מדברים שבוע... נראה לך נורמלי אצל זוג נשוי? מה יהיה כשהיו ילדים? גם לא נדבר אחרי כל מריבה?" מוטי תופף עם מזלגו בצלחת ושתק. "ואל תדאג", הוספתי, "אני בטוחה שהוא יעשה לנו 'מחיר שכן'". מוטי המשיך לתופף. "נו, זה לא קשור לכסף...", מלמל. "את יודעת מה? בואי נלך, מה כבר אפשר להפסיד?", אמר ונעמד.

"טוב, לא עכשיו", הצצתי בשעוני. "עשר וחצי". "מצוין, הוא בטח פנוי עכשיו". "טוב", חשבתי לעצמי, "מקסימום היועץ יגיד שמאוחר ונחזור בפעם אחרת".

את הקומה הבודדה המפרידה בינינו עלינו ברגל. מוטי הקיש קלות על הדלת. לא הייתה תשובה. "בוא נרד", אמרתי לו, "בטח כבר הלכו לישון". קול צעדים חרישי נשמע לפתע מעבר לדלת. הדלת נפתחה קמעה, זוג עיניים עפו צוץ מצמצו אלינו מבעד למסגרת עבה ולא אופנתית.

"אנחנו השכנים מלמטה", הסביר לו מוטי נבוך במקצת. "כן, בטח, תכנסו", אמר לנו במבטא רוסי קל, ופתח לנו את הדלת לרווחה. לבוש היה

בפיג'מה, ונראה היה כי חישב ללכת לישון. "אני פוגש אתכם הרבה במעלית, כשאני מוריד את הזבל", אמר לנו בחיוך. "באמת התפלאתי איפה השקית", אמרתי בחיוך כדי לשבור את הקרח,

וב רבנו. שוב היה זה על זוטות שאין בהן ממש. בחוץ עננים אפורים צבעו את השמיים, וגשם החל לדפוק על החלון. הרעמים מילאו את החלל שנוצר משתיקתו הרועמת של מוטי. ירדתי אל חברתי הטובה בקומה מתחת, הדיירת היחידה שאני קשורה אליה מכל הבניין הענק הזה. מי שהיה מסתכל מהצד, לא היה רואה הרבה משותף בינינו. היא – הייטקיסטית רווקה הנושקת לארבעים, ואילו אני – צעירה, נשואה, שלומדת חינוך לגיל הרך. ואף על פי כן – מוצאת אני את עצמי אצלה בכל פעם שכבד לי על הלב.

"מה קרה?", שאלה אותי בחיוכה הנעים, שתמיד נותן לי הרגשה כי באמת רוצה היא לשמוע.

"שוב רבנו", אמרתי ביובש, ונחתי על כורסת העור המפנקת. נטלי נכנסה למטבח להכין לשתינו קפוצ'ינו. "מה בסך הכל עשיתי?", שאלתי אותה כשהביאה איתה פעמיים קפוצ'ינו בכוסות חד פעמיות שקנתה במיוחד בשבילי. "קנינו מאיזו חנות של 'עשה זאת בעצמך' ספרייה לסלון, והזמנתי נגר שירכיב אותה כמו שצריך. איך שמוטי הגיע, הוא שואל אותי מי הרכיב את הספרייה. אני אומרת לו שהזמנתי נגר, והוא מתחיל להתעצבן – 'מה פתאום נגר?!', הוא אומר לי, 'יכולתי להרכיב לבד'. אני אומרת לו – 'זה בסך הכל מאה שקל הרכבה'. 'זה לא הכסף', הוא אומר. בטח לא הכסף. עם איזה בנאדם קמפן התחתנתי, את לא מאמינה".

נטלי לגמה מהקפוצ'ינו. "נו, איך זה נגמר?", שאלה. "הוא התעצבן והלך לישון, בלי לאכול ובלי כלום. היום בקושי דיברנו. אוף... נמאס לי כבר".

"זה באמת יכול להוציא מהדעת...", אמרה נטלי ברוך. "את מתאמצת לעשות משהו טוב לשניכם, ובסוף לא רק שלא אומרים לך תודה, אלא את מקבלת תגובה צוננת וקרה", הוסיפה.

"כן, אה...", הנחתי את מרפקי ידי על ברכי ותמכתי בכפות ידי בראשי השמוט. "תגובה צוננת וקרה בלשון המעטה", אמרתי בלחש, ספק לי ספק לנטלי.

נטלי סובבה את הכוס באצבעותיה, והסתכלה עלי מהורהרת. "אל תיעלבי", אמרה לי, "אבל שמעתי ששתי קומות מעלי, שזה קומה אחת מעליכם, גר יועץ נישואין מפורסם. שמעתי שמספרים עליו נפלאות".

"יועץ... שאני אלך ליועץ?", חשבתי לי, "מה איבדתי אצל היועץ הזה?". "מה אכפת לך לנסות?", כאילו קראה את מחשבותי. "אם לא יועיל – לא יזיק! בסך הכל יש לכם קומה אחת לעלות".

קמתי מהכורסה. "את יודעת מה, אני אחשוב על זה". בארוחת הערב, מוטי ישב מולי ועיין באיזו חוברת של מבצעים. תמיד הוא מחפש מבצעים. רק צליל נקישות המזלג בצלחת החרסינה נשמע, וקול הלעיסות של שנינו, שבדממה הזו נשמעות חזק יותר. שתיקתנו הרועמת צרמה לאוזני. לא יכולתי יותר.

"אתה יודע מה שמעתי?", זרקתי לחלל הריק שבינינו. מוטי הרים עיניו אלי בהפתעה. "מה שמעתי?", שאל.

כי אין בעולם אהבה  
כמו אהבה של אמא

אמא, אל תעצרי את האהבה הזו...







# מערכות אקולוגיות

עולמו של הקב"ה מלא במערכות מגוונות. בעלי חיים, צמחים, מערכות ימים ויבשות, מערכות מזג אוויר ועוד, ועוד. בכל מקום ברחבי העולם ברא ה' מערכות אקולוגיות, שמאפשרות לעולם להתקיים ולהתפתח בצורה מלאה ויפהיפה.

מערכת אקולוגית היא מערכת של אורגניזמים חיים, אשר מושפעים זה מזה, כמו גם מתנאים שאינם חיים, כמו תנאים של טמפרטורה, לחות, סוגי קרקע שונים, קרינה ועוד. כל מערכת כזו לא רק מושפעת מהתנאים הסביבתיים, אלא גם משפיעה עליהם בתורה. מערכות שונות בעולם מושפעות זו מזו. כך, למשל, הצמחים מושפעים מן הגשמים המאפשרים להם לצמוח, מן הקרקע המזינה אותם, ומן השמש, שיוצרת בעזרתם תהליך של פוטוסינתזה, שמשפיע בתורו על הרכב האוויר באזור. הצמחים עצמם משמשים כמאכל לבעלי חיים רבים, בעוד בעלי החיים הללו נעזרים בצמחים כדי לייצר מזון עבורם, כמו דבש למשל. בתורם, משמשים בעלי החיים כמזון לבעלי חיים

## כל מערכת בטבע משפיעה וגם מושפעת. גם אנחנו כאן

טורפים. כאשר בעלי החיים השונים מתים, ניזונים מהם יצורים חיים אחרים, כמו פטריות או חיידקים. אלה מפרקים את החומר האורגני של בעלי החיים, כשחלקו נותר באדמה ומזין אותה, וחלק אחר נפלט אל האטמוספירה כחמצן או כחנקן, מה ששומר על המבנה של האטמוספירה ומאפשר לשמש להשפיע שוב על הצמחים ובעלי החיים.

כמה יש באפשרותנו ללמוד מהמערכות הנפלאות האלה שברא הקב"ה בעולמו. וכמה נפלא לראות אותן לא רק אצל הצמחים ובעלי החיים, אלא גם בינינו, עם ישראל אחים, המחוברים זה לזה בקשר נפשי ורוחני שאינו מסתיים לעולם.

לולא אתם, הקוראים הנאמנים, ולולא מאות השותפים בהפצת עלוני הידברות, לא הייתם מחזיקים כעת בידכם את הגיליון הזה, ה-600 במספר. ואנחנו? אנחנו נמשיך, כפי שעשינו עד היום, לפעול לקירוב הלבבות של העם היקר שלנו, זה לזה, ויחד - לאבא שבשמים.

מוטי. "את מזמינה נגר, לספרייה שקנינו בחנות 'עשה זאת בעצמך'. אתה שומע?", פנה ליועץ. "קוראים לחנות 'עשה זאת בעצמך', ואפילו המוכר אמר שההרכבה פשוטה כל כך, שכל שלומיאל יוכל להרכיב אותה. שלומיאל כן, ובעלך לא! נכון?", שאל אותי.

אז זה באמת לא בגלל הכסף, הרהרתי מופתעת. הוא פשוט נעלב, הבחור הרגיש שלי. "כלל לא חשבתי שאתה לא מסוגל להרכיב את הספרייה", התגוננתי "הזמנתי נגר שיחסוך מזמנך, כדי שתקדיש אותו לשנינו". באמת זו הייתה כוונתי.

"באמת?!", אמר מוטי.

"מבטיחה", הבטחתי.

"אז למה לא אמרת?", שאל.

"אתה לא שאלת", עניתי.

"טוב", אמר שכננו בחיך, "אני מבין שהכל בסדר עכשיו".

קמנו והודינו לו בחום. "אתם רואים, לפעמים צריך רק לדבר", אמר לנו. צודק היועץ הזה, לא סתם מספרים עליו.

"כמה אנחנו צריכים לשלם?", שאלתי אותו.

השכן הסתכל עלי בצורה משונה. "מה פתאום לשלם? אנחנו שכנים".

"בטח, שכנים", אמר מוטי, ששמח לחסוך על

פגישת הייעוץ. שוב

הודינו לו, ופנינו לעבר

הדלת.

"תבואו שוב לבקר",

קרא אחרינו, "ולא רק

בשביל לריב", הדגיש.

"נקווה שלא נצטרך",

אמרתי מעבר לדלת.

"מזור לגלות פתאום

שקומה מעלינו גר אחד

היועצים הכי טובים

בארץ לענייני נישואין",

אמרתי למוטי לאחר שיצאנו מפתח ביתו. "וחוץ

מזה שהוא מעולה, הוא גם ממש נחמד".

מוטי הדליק את האור והנהן. "באמת בן אדם

נחמד..."

פתאום החל לצחוק בקול רם, תפס את בטנו

מרוב צחוק.

"מה מצחק כל כך?", ניסיתי להבין.

"התבלבלנו...", אמר, והוסיף לצחוק.

"במה התבלבלנו?", שאלתי מבולבלת.

מוטי רק צחק, והצביע על הדלת ממול.

"תקראי", אמר כשנרגע קצת. על הדלת ממול

היה שלט עץ מהודר, ועליו חרוט באותיות

דפוס: "ד"ר גרשינסקי - מטפל זוגי מוסמך".

ומוטי רק גער בי בעיניו.

נכנסנו לביתו. "שב", הורה לנו, "אני אביא לכם משהו לשתות".

התיישבנו על הספה. הבטתי סביבי. הבית היה מסודר להפליא, אם כי לא מטופח כלל ועיקר. בקושי היו תמונות על הקירות, וגם הן היו תלויות ברישול. על ספריית עץ ישנה היו כמה ספרים ברוסית. "בטח על זוגיות", הרהרתי. הספות היו פשוטות אך נעימות. בכלל, הריהוט הזכיר את בעל הבית. היועץ הביא מגש מוכסף ובו מיץ ירוק בטעם מנטה, שחשבתי שמגשים רק באזכרות, ועוגיות מדכאות תיאבון, והתיישב למולנו.

"תראה", אמרתי לשכננו, "בזמן האחרון יש בינינו כל מיני חיכוכים על כל מיני דברים שטותיים".

שכננו היועץ הנהן בראשו וגידר בזיפי פניו.

"אלו לא דברים שטותיים", אמר מוטי. "את עושה דברים בלי לשאול אותי, אפילו בלי להתייעץ",

הטיח כנגדי.

"מה, אני אחייעץ איתך על כל דבר קטן שאני עושה? אתה רוצה שאני אתקשר אליך להתייעץ

איתך כל יום אם להכין אורז או פתיתים? גם אתה

לא מתייעץ איתי איזה סוג מגבונים לקנות, ואני לא

מצפה שתתייעץ! נכון שאני צודקת?", פניתי לשכן.

היועץ הנהן קלות וחיכך ידו במצחו.

"לא מדובר פה על

אורז או פתיתים, ולא

על מגבונים", אמר

**"באמת, לא ידעתי", אמר לי מוטי. "כשאני חושב על זה, אני לא יודע מה עיסוקו של אף לא אחד מהשכנים שלנו", הוסיף**



## רחובות

יום שני 15 ינואר  
בבוקר 10:00

אולם לב לאחים,  
רח' זכריה מדר 31

## פתח תקווה

יום רביעי 16 ינואר  
בבוקר 10:00

בית הידברות,  
רח' אריה שנקר 20

הבטיחי מקומך

073.222.1240

## אישה יקרה,

את מוזמנת לבוקר חוויתי עם הרצאות בריאות  
לנוף ולנפש וסדנאות סטייל במיוחד בשבילך!

הנטורופתית

**זוהרה שרביט**

טיפול בחרדות  
באמצעות תזונה

המטפלת רגשית

**מורן קורס**

להיות רגועה  
בעולם מאתגר

הפסיכותרפיסט הרב

**מרדכי חזיזה**

עוצמת  
כוחות הנפש

ארוחת  
צהריים

**סדנת איפור**  
עם צילה אלחנתי

מכירת מוצרי איפור לשימוש שבת



**סדנת מטפחות**

ומכירה במקום



סדנת



סדנת



סדנת



סדנת



סדנת



סדנת



## שווה ציטוט



כששואלים אותי אם אני שומר שבת, אני אומר שבו היא ששומרת עליי. היא מצניקה לי את המרחב שלי עם המשפחה שלי נטו. אני הכי צקוק לזה, ועוד לא אחרנו מילה על הניתוק מהטלפון. זו חתנה עצומה".

(ישראל אטיאס)



## שווה חיוך

השקר הכי גדול במשירי, הוא כשאומרים "אני שלום" "נהיה בקשר"

המרכה הכי מוצהה שמרכיבים מושהל ליום ההולדת שלי: "תמשיך להיות מי שאתה". לא, כי ממחר הוא החלט להיות מנקה מ'אוס...

אם מנכ"ל ויטרכי בעצמו לא יודע מה זה "ורכ הכר וריכסוקס"



## הרצח השקוף: ככה אפשר לרצוח בן אדם ללא עקבות

עובדה די מזעזעת - "כל המלבין פני חברו ברבים כאילו שופך דמים", כך נאמר בתלמוד. חז"ל למעשה מדמים משהו שעשה שיימינג והשפיל את האחר בפומבי, לרצח. רבנו יונה מסביר שיש שתי סיבות להשוואה זו: האחת, ברגע הראשון, בו חשים בושה גדולה, הדם "בורח" מהפנים וישנו חיורון, בדומה למראה המת. הסיבה השנייה היא שהסבל שחווה המבוש מר מהמוות. לכן, רבנו יונה כותב שהמבייש את האחר ברבים עבר על "אבק" של רציחה. ב"ספר החסידים", ביוש לעיני אחרים מכונה "רציחה שאינה ניכרת לעיניים".

כאב ההשפלה הוא קשה מאוד, ובחלק מן המקרים הוא יכול לשבור את נפשו של המושפל, ללוות אותו לאורך כל חייו ואף לגרום לו לנזק שישפיע על כל תחומי חייו. כשחושבים על זה, לא ממש קשה להבין למה משווים בין השפלה פומבית לרצח של נפש. וכאן המקום לומר - יש משהו שאתם מכירים שעובר חרם או שיימינג? עשו מה שביכולתם כדי לעצור את הכאב, ועליכם יאמר "כל המקיים נפש אחת, כאילו קיים עולם מלא".

על פי סקר שנערך על ידי המשרד לביטחון פנים, נמצא ש-49% מבני הנוער נפגעו לפחות פעם אחת במסגרת בית הספר מאלימות מילולית, כגון: איומים, השפלות והעלבונות. וכן נמצא כי 21% מבני הנוער דיווחו כי הכירו בשנה האחרונה ילד שרצה לשים קץ לחייו בעקבות פגיעה חברתית קשה שחווה, כגון שיימינג, חרם וכדומה.

ואם זה לא מספיק, בסקר רב-לאומי שבוצע על ידי ארגון הבריאות העולמי HBSC (health behavior in school-aged children) נערך דירוג בינלאומי של רמת השתתפותם של בני נוער בבריאות ברשת, ומתוך 45 מדינות "זכתה" ישראל במקום ה-15, כך ששיעור האלימות המקוונת בארצנו גבוה ביחס לשאר המדינות. במילים אחרות, הלשון והמקלדת עובדות שעות נוספות בפגיעה באחר, רמיסתו והשפלתו - הן בצורה ישירה והן בהתחבאות מאחורי המסך.

מי שיפתח את ארון הספרים היהודי יגלה

## השו"ת המקוצר

**האם מותר ללכת לבית הספר בכסח שני? מותר.**



**כמה שעות אני צריכה לחכות מארוחה בשרית עד שאוכל לשתות שוקו? רוב ככל קהילות ישראל נהגו לחכות 6 שעות.**



**עושים אצלנו בכיתה חרם על אחת הילדות. האם מותר לי להצטרף עם כולם לחרם הזה?**



זו שפיכות דמים. צריך לזכור שבספירת העומר אנו נוהגים דיני אבלות על תלמידי רבי עקיבא ש"לא נהגו כבוד זה בזה", וקל וחומר שאסור לבזות. ראה בהרחבה במדור הקודם.



**שברתי את הרגל ואסור לי לעמוד במשך כמה שבועות. איך אוכל להתפלל שמונה עשרה?**



אפשר להתפלל בישיבה בתקופה זו, עד שתוכל להתפלל בעמידה.

**אם אין לי ברכון זמין, מותר לברך ברכת המזון בעל פה? מותר.**



**תיק התפילין שלי נקרע, והתפילין נפלו לי על הרצפה... מה אני צריך לעשות עכשיו?**



אם התפילין לא היו בתוך ה"בתיים", מצד הדין היה ראוי להתענות יום אחד על זה מהבוקר, ונהגו לפדות את התענית בכך שנותן סכום מסוים לצדקה.





## המדור בחסות

**נעם**  
בר מים היברידי

## שאלה בנועם

משה סימן טוב קבע מועד לחתונה ביום שישי, והזמין את כל הקרואים לשבת במלון לשבת חתן. התעכבו הדברים יתר על המידה, וכבר שקעה השמש ונכנסה השבת. אם ידחו את הקידושין, עלול הזוג להצטער מאוד או להתבייש. האם יש מקום להתחשב בהם? ומה הדין אם החתן עבר וקידש בשבת את הכלה בפני עדים כשרים - האם הקידושין תפסו?

## פתרון החידה מעלון פרשת צו:

אין מקדשין אישה בשבת (ש"ע או"ח של"ט, ד'. ובאר הפרי מגדים שגם זה מנייה שמא יכתוב, ולא מצד איסור קניין - שהרי טרם נשלם הקניין לכהן עניינים עד החופה והנישואין).

## המרה!

בין הפותרים נכונה  
יורגל שוב ברשת

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

**אפיקים**  
טכנולוגיית מים מתקדמת



להזמנות:

077-80-37-880

כשיש נועם 2, אין שאלות!

הידברות  
הלכה

באדיבות בר משבחים  
**פינת ההלכה**

אנו יוצאים לטיול בשעות הצהריים המאוחרות, האם אנו חייבים להתפלל מנהג קודם לכן או שיכולים לצאת לדרך ולהתפלל כשנגיע למחוז חפצנו?

בשלחן ערוך (סימן פ"ט) מבאר שאסור לצאת לדרך קודם תפילת שחרית כי אסור להתעסק בצרכיו קודם התפילה, אמנם לגבי תפילת מנחה נקטים הפוסקים שאין איסור לצאת לדרך קודם התפילה אלא שיש להקל אם הוא מתעתד להגיע למחוז חפצו לפני שיעבור זמן תפילת מנחה, או שידע בבירור שימצא מניין מסודר בדרך, מותר לו לצאת לדרך אף קודם תפילת מנחה, אבל אם עלול להפסיד תפילה מחמת הציאה לדרך, אסור לו לצאת קודם תפילת מנחה. אור לציון (חלק ב' פרק ז' אות ו'). וכן פסק בשבט הלוי (חלק ח' סימן יח').

**הטבה מיוחדת**  
לקוראי עלון הידברות



BAR KITCHENS  
052-7028339

# "לא תאמין, ראיתי עכשיו עלון שהוא ממש העתק של הידברות!"

אם אנחנו רוצים להפיץ תורה ויהדות לקהלים שונים ומגוונים, עלינו להקים פלטפורמות שונות, ליצור בידול משמעותי, וכך להצליח לגעת בגוונים נוספים בעם ישראל. העתקת עיצוב וקונספט אינה הפתרון

דרך כלל זה לא נושא שמתייחסים אליו בריש גלי. בדרך כלל דברים כאלה נסגרים מאחורי הקלעים. אבל בגלל שיש כאן משמעות לעולם התשובה בכללותו (ולא רק לעלוני השבת) - אני רוצה לשים את הנושא על השולחן, ללא שיקולי "לא נעים".

ובכן, כפי ששמתם לב, עלון הידברות (שימו לב שהרוב לא משתמשים בשמו המלא "עונג שבת", מה שמעיד על עוצמת המותג "הידברות") זכה בשנים האחרונות לשלל תאומים בעלי "השראה דומה", אם להגדיר זאת בעדינות, מי יותר ומי פחות. בפעם הראשונה שהגיע לידי עלון כזה, כבר לפני 8 שנים להערכתי, שפפתי את עיניי בתדהמה. לא הבנתי מה הרעיון לחקות עלון מסוים ולהביא גרסה שנראית כמו צל חיוור. האם חסרים

עיצובים בעולם? האם חסרים רעיונות בעולם? האם חסרים אנשי מקצוע איכותיים שיכולים לייצר מוצרי תוכן לא פחות טובים, ואולי אפילו יותר? תסמכו על המוח היהודי, שלא לומר הגנום היהודי, שיוכל לעשות זאת די בקלות. לא ברור לי למה במרוצת השנים החליטו להעתיק את הפורמט והמראה הכללי של עלון הידברות (הנה, גם אני נפלתי בזה ולא קראתי לו "עונג שבת"...), במקום, פשוט, ובכן, אתם יודעים, להקים משהו חדש ומרענן באמת. לכאורה הדבר אמור להחמיא. יש כאלה שזה מכעיס אותם. אבל בעיני זה בעיקר תמוה.

הרי כולנו כאן בשביל זיכוי הרבים. אותי מעניין באמת ובתמים עם ישראל, הוא חשוב יותר מכל מותג ומכל עמותה. לכן הגישה הנכונה בעיני היא לפנות לקהל באמצעים שונים, בדרכים שונות. אם חילוני שהגיע לבית הכנסת בחג כלשהו או בשבת חתן, וראה שולחן עם כמה עלונים (כולם בעלי פוטנציאל כביר לחזק אותו), ולא התחבר לעלון הידברות לדוגמה - אז מצוין, יש לו אופציות נוספות. העיקר שיקח עלון לבית ואולי יתחזק, הוא או מי מבני משפחתו. אבל מה יעשה החילוני ולא יחטא, אם בשולחן שבבית הכנסת נמצאים עלון הידברות ועוד 3 חיקויים שלו? במקום לפנות אליו בדרכים שונות, להנגיש לו תוכן יהודי איכותי, מקורי ומשנה חיים - הוא מקבל מוצרים דומים ויזואליים באופן חיצוני, וכך פספסנו אותו, אם הוא לא מתחבר לקונספט באופן עקרוני.

וידועים מה, אצא רגע מתחום הפוליטיקלי קורקט. למה בעצם לחקות דברים אחרים? בשנים האחרונות יעצתי לעתים לגופים אחרים שפנו אלי וביקשו עזרה והכוונה בתחום הדיגיטל. לא היה אכפת לי לצאת להליכה בת שעה בערב, ותוך וידועים מה, אצא רגע מתחום הפוליטיקלי קורקט. למה בעצם לחקות דברים אחרים? בשנים האחרונות יעצתי לעתים לגופים אחרים שפנו אלי וביקשו עזרה והכוונה בתחום הדיגיטל. לא היה אכפת לי לצאת להליכה בת שעה בערב, ותוך

כדי ליעץ למנהל ארגון אובד עצות שרצה להקים אתר, וביקש כמה טיפים קטנים. אבל כשביקשו ממני לעשות משהו שיצליח ויראה "כמו הידברות", סירבתי מיד. "אף אחד לא צריך להיות כמו הידברות", אמרתי תמיד. "תיצור משהו שהוא שלך, בלעדי, עם קונספט אחר, מראה אחר, בידול אחר. אף אחד לא רוצה לצרוך העתק של הדבר האמיתי. תביא לעולם את הבשורה האמיתית שלך, לא של אחרים".

ברוב הפעמים אותם מתייעצים קיבלו לגמרי את עצתי. בפעם היחידה שבה ניסו להקים אתר שנראה כמו הידברות, התוצאה היתה אתר שנראה כמו מגרש גרוטאות שגם הועתק בצורה לא טובה, ומאז רק הלך ודעך.

אז מה אני רוצה לומר כאן? קודם כל, לכל מי שעוסק בקירוב וזיכוי הרבים - אשרים והלוואי שתצליחו, אבל אל תנסו להעתיק. לא בשבילנו (אנחנו שרדנו את זה, בטח שמתם לב) - אלא בשבילכם וגם בשביל עם ישראל, שמורכב מגוונים שונים והעדפות שונות. גם ברשתות, לא יעזור להוריד סרטונים ולהעלות אותם שוב במקום אחר. זו לא הפצה - זה סתם שכפול שלא מועיל אלא רק מזיק ומוריד מכוחו של התוכן המקורי האמיתי. וכאן מגיע הפרומושן לחגיגות עלון ה-600 - האסטרטגיה שבה נקטנו לא היתה להילחם במי שהעתיק - אלא פשוט לשכלל את עצמנו עוד יותר. גיליון 600, שאתם מחזיקים בידיכם, קיבל מתיחת פנים מרשימה, תודות לעורכת הגרפית המוכשרת שלנו, שני מויאל, שהשקיעה לילות כימים כדי להגיע לתוצאה המרשימה הסופית. בנוסף צירפנו מדורים וכותבים חדשים - הרב אהרן מרגלית, אהרן רזאל - והחזרנו את מדורו האהוב של הרב דן טיומקין, מציל הנפשות כפשוטו. הוספנו מדור חדש, "רגעים שלא אשכח", בהובלת הכתב המוכשר אבנר שאקי, ובמקביל תחרות הסיפור הקצר נמשכת במלוא הכח, עם סיפורים נפלאים שזורמים אלינו כל העת. וזה לא הכל. רעיונות נוספים מתבשלים על האש (יוצרי קומיקס למבוגרים, אנחנו מחפשים אתכם!), ובע"ה נמשיך להביא אליכם מדי שבוע את התכנים הכי מעניינים והכי מושקעים. תודה לעורכת המשנה דבי רייכמן, תודה למחלקת ההפצה, תודה לסטודיו הידברות, תודה לרבני ולהנהלת הארגון, תודה לקוראים הנאמנים, למפיצים ולכל מי שדואג לקחת עלונים שנותר, ולהפיץ אותם במקומות נוספים, כי כל עלון יכול לשנות חיים. מעל הכל, תודה לקב"ה על הזכות. נתראה בגיליון 700.



פרשת  
השמיני  
אלוהים

# פרשת אחרי מות - קדושים

מהי האחריות המוטלת על הכהנים, ואיך עם ישראל יכולים להיות קדושים?



גם בשבת זו נקרא שתי פרשות: פרשת אחרי מות ופרשת קדושים.

פרשת אחרי מות פותחת במה שארע לאחר מותם של שני בני אהרן, נדב ואביהוא - כפי שנכתב לפני שלוש פרשות, בפרשת שמני. הקב"ה מסביר לאהרן ולבניו מה היתה טעונתם של נדב ואביהוא, ומזהיר כי אין לבוא אל המשכן ולהקריב בו בכל זמן שהוא, אלא רק על פי צווי ה'.

בנושאים של קדשה וטהרה. פרשת קדושים מתחילה בצווי "קדושים תהיו". הקב"ה מבקש מעם ישראל להיות קדושים, על ידי כך שינסו להדמות לקב"ה: "כי קדוש אני". איך נהיים קדושים? על ידי קיום מצוותיו של הקב"ה, גם מצוות שבין אדם למקום, וגם מצוות שבין אדם לאדם לחברו. פרשת קדושים היא אמנם פרשה קצרה - יש בה רק ששים וארבעה פסוקים. אך בפסוקים אלה מופיעות לא פחות מתמישים ואחת מצוות שונות! תחלה מופיעה המצוה של מורא אב ואם, לאחר מכן צווי על שמירת השבת, אזהרה על עבודה זרה, ולאחר מכן עשרות מצוות שונות, כמו מצוות צדקה, האסור לגנב ולשקר, החובה לערוך משפט צדק, אסורי רכילות ונקימה, מצוות ערלה בפרות, הצווי הדיני "ואהבת לרעך כמוך" ועוד ועוד.



לאחר מכן מפרטת הפרשה את סדר העבודה של הכהן הגדול ביום המיוחד ביותר בשנה, יום הכפורים. בזמן המשכן ובזמן שבית המקדש היה קים, היתה לכהן הגדול עבודה רבה בבית המקדש ביום זה, על מנת לכפר על חטאיהם של בני ישראל. בסוף הפרשה מופיעות הלכות נוספות, כמו הלכות שחיטה של בעלי חיים והלכות נוספות

## הר צעזע

חשוב

האזורים שונים בהר צעזע יושבים הררי צעזע, חלקם כבויים וחלקם פעילים. אך מהם הצעזע הררי צעזע?

החלק הפנימי של כדור הארץ קים חורר הקם נמזה (Magma). זהו חורר שצטטו העקרו מסלעים מתכים, שהתכוונו החם הגדול שנמצא במעמקי האדמה. הלהקה של כדור הארץ מרכבת ממזהה רותחת שקבו. הררי הצעזע הם מקומות שהם, אחת לתקופה (אורכה, הדרך כלל), המזהה מתפרצת מתוך האדמה. לחצים שונים שנוצרים בתוך כדור הארץ זורמים למזהה להתפרץ החוצה, וכך מלווא של הר הצעזע מופצה התפרצות צעזע של סלעים מתכים. כאשר המזהה אולה אל פני כדור הארץ, היא נקראת להקה (Lava), ואם הזמן, הלהקה מתקררת והופכת לסלע. התפרצות צעזע היא מסכנת מאד, ואולה להציף ולשרף בפרים שלמים. ישנם הררי צעזע שהתפרצו בעבר, אך המשך מאות שנים אינם מתפרצים עוד, והם נחשבים להררי צעזע כבויים, שאינם פעילים.



### כמה זמן אחרי הדלקת נר חנוכה נוהגים שלא לעשות מלאכה?

- א. כל הלילה
- ב. חצי שעה
- ג. שעה אחת לפחות
- ד. רבע שעה

### מהי הברכה האחרונה שמברכים אחרי שאוכלים קראסון?

- א. מחולקת, כל אחד לפי הוראת רבו
- ב. בורא נפשות
- ג. ברכת המזון
- ד. על המחיה

### באלו חגים יש מנהג לאכול מאכלי חלב?

- א. שבועות וחנוכה
- ב. פסח וחנוכה
- ג. שמחת תורה ופורים
- ד. שבועות וסוכות

### מהם שלושת הרגלים?

- א. פורים, פסח, שבועות
- ב. פסח, שבועות, סוכות
- ג. ראש השנה, יום כיפור, סוכות
- ד. חנוכה, פורים, שמחת תורה

### מה פירוש המילים "תנו רבנן"?

- א. הרבנים יפסקו
- ב. שנו חכמים
- ג. שני חכמים
- ד. בקשה לרבנים מלשון שינון

פתרון החידות מעלון פרשת שמיני:

- א. כל התשובות נכונות.
- ב. ד. כל התשובות נכונות.
- ג. במערת המכפלה, ד. תצוה, ב. א' באב

פתרתם את כל השאלות?

שלחו אלינו למייל

TRIVIA@HTV.CO.IL

וציינו בכותרת את שם הפרשה בין הפותרים נכונה יוגרל הספר "לומדים לצייר 3" מאת דבורה בנדיקט מתנת הידברות שופס.

הזוכה מעלון פרשת כי תשא: לוי יצחק ליבסקינד



## הבטחתם אפיקומן?

הגיע הזמן לקיים

הכנסו להדברות שופס לעוד מגוון ענק של מוצרים מומלצים ומרתקים



### דגמים חדשים ומשודרגים



בית כנסת



חנות וכלה בחופה



אחות בתיניקיה



מספלת בפעוטון



# מלאכת צד (ב')

מתי אנו נתקלים במלאכת צד  
בחי היומיום?

בשובע שעבר הסברנו מהי מלאכת צד. בחיי  
היומיום שלנו אנו נתקלים במלאכת צד לעתים  
קרובות.

בשבת אסור להעמיד מלכודות עכברים משום  
סוג, משום מלאכת צד. אך מתר להעמיד מלכודת  
בערב שבת, גם אם העכבר יתפס בשבת עצמה.  
אם יש זבוב או צפור בארון - אין לסגור את  
הדלת לגמרי כך שלא יוכלו לצאת כלל. אם זבוב  
או דבורה נכנסו לכוס - אסור לכסות בשבת את הכוס.

במקסה.

בעלי חיים שמסכנים לאדם, כמו נחש ארסי או עקרב, מתר לצוד  
וגם להרג בשבת.

בשפותחים בשבת כלוב של צפורי נוי כדי להכניס אכל וכדומה, יש  
לכסות את הדלת ביד, כדי שאפשר יהיה לסגור את  
הדלת לאחר מכן.

אין להוציא דגים מהאקווריום בשבת, משום  
מלאכת צד.



הדיחות

למה כלבים אוהבים  
את השפה העברית?  
- בגלל שמות העצם...



- אני חושב שאני  
ממש ראוי למלוכה.  
- מה גורם לך לחשוב כך?  
- הו, זה פשוט. אפילו  
רופא השיניים שלי  
אמר שמגיע לי כתר.

מתי יפסיקו  
להשתמש בעיפרון?  
- בבוא העס.



- אני ממליץ לך לקחת  
דווקא את המסור הזה.  
הוא יחסוך לך חצי עבודה.  
- באמת! אז תן לי שניים  
בבקשה.



אם אקשט את  
מדרגות הבניין  
שלי, הן יהיו  
מדרגות נאות?



פרק 21

איור: רפי דרוק



## משפט נח

נ' שדגה הרבה -  
טובה הרבה.  
(הרמב"ם)



# הכל מתחיל בפעולות הקטנות

הדברים הגדולים מתבטאים דווקא בדברים הקטנים. הלוואי ונזכה תמיד להקשיב זה לזה



בפורים השנה, דיברתי איתו בדרך לבית רפואה כמה חשוב לעזור לכל אותם אנשים שמרגישים בודדים. דיברנו על אותם אנשים שאף אחד לא מתייחס אליהם, ועל כך ששמחת פורים אמיתית היא כשמשמחים את הזולת, וראוי לחפש אנשים שלא זוכרים אותם. תוך כדי השיח המשמעותי שניהלנו, בני בן ה-9 ביקש שאעצור. הוא אמר לי "תראי אותה", והצביע על מישהי ששנים הולכת ברחובות, עזובה, בלי מחסה ובית, ואמר לי "בואי ניתן לה משלוח מנות". אמרתי שאנחנו בדיוק בדרך לחלק את המשלוחים שתכננו. לא היה נעים לי לומר לבני שבאיזשהו מקום זה קצת מרתיע אותי, להתקרב לאישה כזו, ששערותיה ובגדיה לא נתנו הרגשה טובה במיוחד.

אך הוא אמר לי בפשטות: "אבל אמא, את הסברת עכשיו שחשוב להביא דווקא לאלה שאין להם...". תפס אותי על חם בני היקר... בשביל החינוך, שיניתי כיוון והתקדמתי לעברה, יוסיפי שלי הלך ונתן לה את משלוח המנות ואת עלון הידיברות בפנים (אגב, מי היה מאמין שכבר הגענו לגיליון ה-600, מי יודע כמה נשמות טובות העלון הזה כבר שימח לאורך השנים), והיא היתה מאושרת עד הגג: "וואו, זה בשבילי? תודה רבה, איזה יופי!". פתאום קלטתי כמה היחס היה משמעותי עבורה, ואיך בשניות אנחנו מפספסים עזרה לאנשים שנמצאים לידנו, רק בגלל שאנחנו חוששים מהם. היא החלה לדבר איתנו. היא אמרה משפטי חוכמה של ממש. "ממה את מתפלאת?", שאלתי את עצמי. איזה אנשים חיזוניים אנחנו לפעמים... ואז אמרתי לעצמי, שזה משלוח המנות האמיתי שלנו אליה. שיש מי

שיקשיב לה עשר דקות. תכל'ס, כולנו רוצים שיקשיבו לנו. רוצים יחס, אהבה, לדעת שרואים אותנו, שאנחנו נחשבים.

אחרי עשר דקות המשכנו בדרךנו, ובני מיד אמר לי: "אמא, עכשיו עשינו מעשה גדול, הקשבנו למישהי שהיתה זקוקה לכך". וגם הענקנו לה מזון רוחני. שמחתי שבני קלט מהו מעשה גדול, שכן הדברים הגדולים מתבטאים דווקא בדברים הקטנים. הלוואי ונזכה תמיד להקשיב זה לזה.

כשנכנסנו לבית הרפואה, פגשנו כמה נשים אדירות. אחת מהן לא יוצאת לי מהראש... לבת שלה גילו בגיל שנתיים וחצי מחלה חשוכת מרפא. פתאום היא הפסיקה לדבר, ללכת, לשבת... כיום היא בת חמש וחצי, וזורחת כמו השמש. איזו ילדה מתוקה!

כשנכנסתי עם בני, והבאנו לה משלוח מנות, החיוך שלה האיר את החדר. כשאמא שלה סיפרה לנו על המחלה שלה, היא סיימה: "אבל ב"ה, הכל טוב. תראי איך היא שמחה. היא האור שלנו בבית". והבת, שמבינה הכל, המשיכה לזרוח. החיוך שלה לא מוסבר מבחינה שכלית: היא שוכבת במיטה, ללא יכולת לדבר, להגיב, להזיז את ידיה או רגליה, אפילו ללא יכולת להשמיע קולות. אבל היא מחייכת, ועוד איזה חיוך.

לאחר שפגשתי בילדת החיכוכים, התחדד לי המשפט: שלא הסיבות ישמחו אותך, אלא הבחירה שלך לשמוח, היא תעזור לך למצוא סיבות לשמוח.

שנזכה לשמוח מכל סיטואציה, ולעשות דברים גדולים באמת, שנממדים דווקא בפעולות הקטנות.

גם לך יש אפשרות להכיר את היהדות לעוד נשמה. לארגון שיעור או הפרשת חלה אצלך בבית חייגי 073-222-1290

נופים סלעיים עוצרי נשימה. עצים ירוקים ושקט. קולותיהם של רבי שמעון וחבריו מתמזגים עם ציוץ הציפורים... שלמות הבריאה! הקדושה בלתי נתפסת, הציפורים אף הן רוחשות תורה, והעולם כאילו עוצר מלכת. גילויים נשגבים, סודות עליונים - ספר הזוהר קורם עור וגידים, יצירת הפאר שעוד תאיר ותזהר בלב העם היהודי לדורות ותלווה אותם בסוף הימים.

נושא רבי שמעון את עיניו הטהורות. הן מתמזגות עם האור האינסופי. הוא רואה מה שרואה ואומר לחבריו: אני רואה שרצונו של הקדוש ברוך הוא כאן... נשב.

כאן הפסוק, "ושמועה טובה מארץ מרחק" (זוהר אחרי מות). רבי שמעון מלמד אותנו כאן סוד נפלא, דרך נפלאה למשוך שפע ובשורות טובות משמיים - הוא עוסק עם החכמים בפסוק שהוא מים חיים לנפש עייפה ובשורה טובה, והם זוכים למשוך משמיים בשורה טובה שהיא כמים חיים על נפש עייפה.

את מבינה? רבי שמעון מלמד אותך שכל מה שתצרי תוכלי למשוך משמיים. רק תעסקי בזה! התנ"ך מלא בפסוקים, עניינים ומעשים נפלאים, וכשעוסקים בהם או מזכירים אותם - הם מושכים את האור שלהם אלינו מלמעלה. בכל פעם שאת מספרת,

## מים קרים על נפש עייפה

כל מה שתצרי - תוכלי למשוך חשמים. רק תעסקי בזה

קוראת סיפורי צדיקים או עוסקת בדבריהם, האור שלהם מאיר עליך, ולכן כל לימוד או התעסקות בקדושה מושכים עלייך אור מלמעלה (מתוך הספר קום רבי שמעון החדש).

בשבב ויהויה להשם הטוב - זיכני הבורא להוציא לאור מהדורה חדשה מורחבת, משופרת ויפה של הספר "קום רבי שמעון", בשורה טובה ומים חיים על נפש עייפה!

המהדורה החדשה צבעונית ומאירת עיניים. הוספתי פרקים מיוחדים ומחזקים על חודש אייר, פסח שני, התנאים, רבי מאיר בעל הנס, רבי יהודה בר עילאי, פרקי אבות, סיפורים ו... חיזוק שבועי מרתק ומיוחד בפרשת השבוע, ממש מהטור הזה כאן בעלון. קום רבי שמעון - הספר שיכניס את רשב"א אליך הביתה!

ישבו החכמים ולמדו תורה... פתח רבי שמעון ואמר: "מים קרים על נפש עייפה ושמועה טובה מארץ מרחק" (משלי כ"ה). החל רבי שמעון לדרוש בפסוק הנפלא הזה, וגילה ממנו סודות נפלאים ועמוקים, והנה לפתע, תוך כדי לימוד הפסוק, בא איש אחד ובישר: "אשתי של רבי שמעון נרפאה מחולייה".

עוד לא סיים האיש לבשר את בשורתו הטובה והנה שמעו החכמים קול משמיים מבשר ואומר שהקדוש ברוך הוא מחל לחטאי הדור! אשתו הצדקנית של רבי שמעון הייתה חולה כל כך, היא כיפרה על חטאי הדור בייסוריה. עכשיו כשהקדוש ברוך הוא מחל לכל הדור ולא היו עוד חטאים, היא נרפאה...

אמר רבי שמעון, הרי התקיים

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



השנה את מארכת את רבי שמעון אצלך בבית!



במהדורה חדשה ומשודרגת

"קום רבי שמעון" ספרה של אהובת הקהל הרבנית חגית שירה

חיבור מרתק מאופרותיו של התנא האלוקי רבי שמעון בר יוחאי כולל תפילות, הקריאות והסגולות ליום ל"ג בעומר וחיזוק שבועי על פרשת השבוע המלוכת מהטור האהוב בעלון הידיברות

shops.hidabroot.org | 073-222-1250





יותר בצעקות או בתחנונים - אנחנו משיגים בדיוק את הדבר ההפוך. אנו מרוויחים שבפעם הבאה הוא יתמהמה עוד יותר, מדוע?

כי הוא מרוויח הרבה מאוד התייחסות מכך שהוא אינו מקיים מיד את מה שביקשנו.

איך כן צריך לנהוג? לא להתחנן, אפילו לא להזכיר. אומרים פעם אחת, ומצפים שהילד יפעל.

מסבירים לו פעם אחת שזו האחריות שלו, שאנחנו לא נדבר על כך, שהוא יעשה את זה בזמנו ובאופן שטוב לו.

הילד יתרגל לכך שאנחנו רציניים בפעם הראשונה. הוא גם ילמד שאיננו מתכוונים להתייחס אליו בזכות התנהגותו, ויתחיל לנהוג באופן שונה. (מנוחה פוקס, סופרת ומומחית תהליכי חינוך)

**למה הקטן רץ לכביש, ולמה הילד כל הזמן מתווכח?**



**לשמוע בקול אמא**

**?** הילד שלנו, בן שנתיים וחצי, רץ כל הזמן לכביש וממש מכחיד אותי. לא מעט פעמים הזהרתי אותו, והוא בכל זאת ממשיך לעשות זאת, אני לא יודעת למה. מה אפשר לעשות כדי שיפסיק?

אני רואה את השאלה כקושי כללי, ולא ספציפי. אסביר: כאשר ילד רץ לכביש, או עושה דבר אחר שאסור לעשות, בדרך כלל מדובר בקושי במשמעת ובגבולות. ילד לא יכול להבין את חומרת הירידה לכביש, את התוצאות ואת ההשלכות של סכנה כזו או אחרת. לכן אין מה לצפות ממנו...

מה שכן יש לצפות מילד, כבר בגיל זה, הוא לעשות את מה שהוריו מבקשים ממנו, או לא לעשות משהו שלא מרשים לו. ילד לא אמור להבין למה אסור (ההסברים טובים, אבל מקומם לא בשעת מעשה). הוא אמור לדעת בברור דבר אחד: שאם אבא ואמא אומרים - אני צריך להקשיב ואני עושה, כי כך הם אמרו. כשהיה ברור לילדכם, הבעיה תיפתר, כנראה עם עוד כמה בעיות בדרך (שעל פניו אולי נראות בעיניכם קטנות כרגע).

יש לחזק מאוד את נושא המשמעת והגבולות בבית, לדעת להציב אותם בצורה נכונה. השילוב בין אהבה וגבולות נכונים הוא ריקוד שיש ללמוד אותו ולדעת לעשותו בצורה נכונה וטובה.

חשוב לדעת שאם אתם נתקלים בקושי מתמשך, כדאי מאוד לפנות ולקבל עזרה מקצועית. (יוכי דנחי, יועצת חינוכית ותומכת רגשית לגננות ולאמהות)

...

**?** מה עושים עם ילד שכל הזמן מתווכח? הוא בדרך כלל מבצע את מה שאומרים לו, אבל רק אחרי יכוחים והסברים. איך אפשר למנוע זאת?

כל מעשה שעושה ילד - הוא עושה למען מטרה מסוימת. אנחנו צריכים לחתור לכך שהמטרה תהיה מטרה בונה, ולא מטרה מיותרת ומפריעה.

ילד שעושה דברים רק לאחר הסברים ויכוחים, הוא ילד שמצא מטרה במעשה הזה שעושה. הוא בכוונה תחילה מתמהמה מלסדר את חדרו. מדוע? כדי שאביו יבקש שוב ושוב, בכל טון ובכל צורה. מטרתו היא לגרום לכך שאבא יתייחס אליו כל העת: "נו, מתי אתה מתפנה לסדר את החדר הזה?"; "אי אפשר כבר לראות את הבלגן שלך!"; "למה רק החדר שלך צריך להיות מבולגן כל היום?".

הילדה נמנעת מלקפל את הכביסה. מדוע? מה היא מרוויחה מכך? היא מרוויחה שאמא כועסת וצועקת ומאיצה... מטרתה היא לגרום לכך שאמא תתייחס אליה מבלי להפסיק: "שכחת שהתפקיד שלך לקפל היום את הכביסה?"; "למה הכביסה עדיין בחדר?"; "מה כבר ביקשתי ממך? לקפל כמה בגדים?". מכירים את האם שצועקת על הילד: "כמה פעמים

ר.ל. פלץ **בריאות טובה**



## התמכרות

צריכת תוספי מזון מסוימים. לגבי התמכרות למכשירי סלולר ומסכים - זוהי מגפה בעיצומה, המחוללת נזקים רוחניים וגשמיים רבים בעמנו הקדוש. לגבי הנזקים הרוחניים, גדולי הדור זועקים רבות, ולגבי הנזקים הפיזיים והנפשיים כתבנו רבות במדור זה כמה הם רבים, באופן מידי וגם לאחר שנים. כדאי מאוד להעמיק בנושא זה, ולהבין כיצד לעשות שימוש מושכל בקלות בכל המכשירים. שנזכה לצאת ממצרים בהקדם.

בדורנו יש התמכרויות רבות. התמכרות למזון, לסיגריות, לחומרים שונים, לקפה, לקניות, למכשירי סלולר, למסכים ועוד. ההתמכרות יוצרת בקרבנו סוג של עונג שאותו אנו מבקשים, אך את העונג האמיתי שיהודי רוצה הוא ימצא רק בקשר שוטף עם הקב"ה.

למשל, בדורות האחרונים, המזון נותן המון נחמה לכל דורש, וזה זמן וזול כל כך. להתעלות לבד מעל העונג הזה, זה קשה מאוד, ולכן לעיתים צריך עזרה מקצועית והמון תפילות לה' שיעזור, כי כוח ההתמכרות בנפש הוא אדיר, אבל האמונה והתפילה לבורא עולם - כוחם גדול יותר.

הדבר הראשון שמוטל עלינו לעשות זה קודם כל להבין בשכל שהדבר אליו אנו מכורים מזיק, ולעיתים גוזל זמן יקר וממון רב. ללא דברי מוסר יומיומיים או קריאה ועיון בחומרים המסבירים את הנזקים בהתמכרות, יהיה קשה מאוד להפסיק. מעט אור מגרש המון מן החושך. בנוסף, חייבים בכל יום להגיד לבורא עולם שאנו לא רוצים את ההתמכרות, גם אם היא חזקה מאיתנו. לבורא עולם יש הדרכים היצירתיות שלו לקרב אלינו אנשים מתאימים או עזרים שונים, שיעזרו לנו לצאת מההתמכרות.

לגבי התמכרות לסיגריות, חומרים שונים ומזון - ישנן מסגרות רבות לתמיכה, ואנחנו יכולים להעיד שניקוי רעלים עוזר רבות בנושאים אלה, כולל

**מדוע אנחנו מתמכרים, ולמה זה גרוע כל כך?**



לרכישת המהדורה האחרונה של הספר "ד"ר התזונה להתנקות, להבריא, לרזות בקלות" חייגו להידיברות שופס: 073-222-1250

# דברי הרבנים על מפיצי עלון הידברות



**הרב הגאון ירון אשכנזי**

"כאשר אדם מזכה את הרבנים, התנאים שלו נמחקים"



**ראש ארגון הידברות הגאון הרב זמיר כהן**

"אדם שמזכה את הרבנים - משמייס נותנים לו שפע, ברכה ובריאות יותר ממה שמגיע לו לפי המעשים שלו"



**מרן הראשון לציון הגאון הרב יצחק יוסף**

"יש לכם זכות גדולה מאוד בשמייס"



**הרב הראשי לישראל הגאון הרב דוד לאו**

"אני הייתי צריך לקום בפניכם, ולא אתם בפני"



**הרב הגאון יצחק פנגר**

"אף אחד לא יכול לדעת מה הפוטנציאל של עלון אחד. זה יכול להטות את כל העולם כולו לכף זכות"



**073-222-1-388**

להצטרפות להפצת העלון וקבלת חודש ראשון חינם

הטבה מיוחדת: כל מי שיצטרף כחניי בשבוע הקרוב, יקבל במתנה לביתו את ספרו החדש של הרב יגאל כהן



פרשת בהר בחוקותי

## שבת בירושלים או בהרי הכרמל?

יש לכם חופש לבחור!

**דאגנו להכל כדי שתהנו!**



פעילות לילדים



סעודות כמהדרין



הרצאות עם טובי המרצים

**מלון עץ הזית שישי - שבת**

אווירה ירושלמית, קרוב לעיר העתיקה

כא'-כב' באייר • 12-13.5

הרב מאיר שוורץ והרב אבנר קוואס



**מלון ניר עציון חמישי-שבת**

נופש באווירה כפרית ונוף מרהיב

כ'-כב' באייר • 11-13.5

הרב יצחק פנגר והרב מרדכי חזיון

**לפרטים והזמנות הייגו: 073-2221270**



**הילולת רבי שמעון בר יוחאי**



**הילולת רבי מאיר בעל הנס**

**הזמיני ערב הפרשת חלה שמח ועוצמתי במיוחד!**

המסוגל לפתיחת שערים ולכל הישועות משולב בדברי תורה וסיפורי אמונה מחזקים

**שרייני תאריך ללא עלות << 073-222-1-290**

לכבוד הילולות הצדיקים

**נצלי את ההזדמנות! זמן לפעול ישועות**



**לעילוי נשמה /** פונגדה בן טורי / יונה חממה בת סעדה / שאול בן גרציה / דודי דליה בת רחל / יוסף בן גרציה / חנה בת שרה / רחל בת מסעודה / **בשורות טובות וכל הישועות /** שיר בת אסתר / בתחן בת אורלי / תמר בת טליה / אפרת בת טליה

**להקדשת העלון**

**חייגו 073-222-1388**

**שלוחה 3**

**העלון מוקדש**