

# הידברות

עונת שבת

www.hidabroot.org  
תפוצה: 293,000 עותקים

פרשת ניצבים-וילך | גיליון 619 | כ"ב באלול תשפ"ג

לתגובות: oneg.shabat@htv.co.il

להפצת העלונו: 073-222-1388

## שאל את הרב

הג"ר אברהם יוסף שליט"א

**האם מותר לשטוף את הכניס בסבון בשבת?**

מותר לשטוף את הפנים או את הידיים בסבון בשבת. וראוי לכתחילה להשתמש בסבון נוזלי, ואם אין אפשרות - מותר לספרדים גם בסבון רגיל.



**האם אומרים שהחינו בקידוש גם בלילה השני של ראש השנה, או שצריך לברך על בגד או כרי חדש?**

ההלכה היא שצריך לומר גם בליל ראש השנה השני שהחינו. אולם כיוון שיש בזה מחלוקת, ראוי להשתדל להניח לפניו פרי חדש שלא ברכו עליו שהחינו, או חולצה חדשה שלובש אותה סמוך לקידוש, ומכוון בברכת שהחינו שבקידוש לפטור את הבגד או הפרי. ואם אין לו בגד או פרי חדש, בכל זאת יברך כפי ההלכה.

## זקיפות קומה רוחנית

סוד ההצלחה בעלייה נעוץ בהכרת האדם ברוממותו ובעוצמת הכוחות שקיבל מבוראו

מורנו הג"ר זמיר כהן שליט"א

כל בעלי החיים, והבחירה תהיה בידו כיצד לפעול. נמצאנו כלולים מהכל.

וזהו שאמרו חז"ל (אבות ה, כ): "הוי עז כנמר וקל כנשר ורץ כצבי וגיבור כארי לעשות רצון אביך שבשמים". שכשם שהאריה גיבור שבחיות ואינו נרתע מלהילחם בחיות אחרות, אף האדם לא ירתע מלהיאבק ביצר הרע. ואם הוא ילחם הקב"ה יעזרהו לנצח, כמאמר חז"ל (קידושין ל ע"ב) "יצרו של אדם מתגבר עליו בכל יום ומבקש המיתו, שנאמר 'צופה רשע לצדיק ומבקש להמיתו', ואלמלא הקדוש ברוך הוא עוזרו אין יכול לו, שנאמר: 'ה' לא יעזבנו בידו' (תהלים לו, לב-לג)".

נמצא שהאדם שמודע לגדולת עצמו, יודע כי אינו דומה לשפן שלעולם לא יוכל לקבל את גבורת האריה, אלא אדם הוא אשר כל התכונות כלולות בו, וגם כח הגבורה גלום בו אשר בידו להשתמש בה בכל ענין, מהתגברות על תאוות ומידות רעות ועד הגעה לשלום בית וחיים מאושרים. ומתוך כך מכיר בעובדה שגם אם לעת עתה סגור כוח זה בתוכו כבתוך מגירה, בידו לפתוח מגירה זו ולפרוץ החוצה בגבורה, אם רק יבחר בכך.

אדם זה הגיבור כארי לעשות רצון אביו שבשמים, אדם שמח הוא.

לפי שהוא פוחד רק מאחד, וממילא אינו מפחד מאף אחד זולתו. משום כך יצחק אבינו שמידתו מידת הדין והיראה, נקרא בשם זה על אף שלכאורה אם בעל יראה הוא, איך נקרא שמו בלשון צחוק ושמחה? אלא הירא באמת מה' יתברך לבדו, שמח הוא תמיד, לפי שאינו ירא מאיש. אשרי אדם המכיר במעלותיו ומשתמש בהם, בד בבד עם הודאה לה' על שהעניקו לו מעלות אלה, ויודע הוא שאם רק ירצה, יוכל לנצח כל סוג של יצר בעולם, ומתוך גישה גבוהה זו מגיע ליום ראש השנה מתוך תשובה טהורה ורוממות רוחנית. שבת שלום.



**ב**כל שנה קוראים בכל קהילות ישראל את פרשת ניצבים בשבת שלפני ראש השנה. פעמים עם פרשת וילך, ופעמים בלעדיה. אבל פרשת "אתם ניצבים היום קלכם לפני ה' אלקיכם" תמיד תהיה לפני ראש השנה, לרמז על יום העמידה למשפט לפני הקב"ה, ביום בו כל באי עולם עוברים לפניו כבני מרון, למגדול ועד קטן, ככתוב מיד: "ראשיכם שטביכם זקניכם וטריכם כל איש ישקאל וכו', לעברך בברית ה' אלקיך וכו' למען הקים אתך היום לו לעם והוא יהיה לך לאלקים" וכו' (דברים כט, ט-יב). בפסוקים אלה זקיפות הקומה מודגשת פעמיים: "אתם ניצבים", "למען הקים אתך". ללמדנו כי עבודת ה' צריכה לבוא מתוך זקיפות קומה, מתוך גאווה יהודית של אדם היודע כי הוא "הוקם" משיבה כפופה כאשר התנהלותו היתה ככל העמים, לעמידה זקופה - להיות עם ה' וללכת בדרכיו. על הכתוב בפרשת בראשית (א, כו): "ויאמר אלקים נעשה אדם בלשון רבים, נאמרו כמה ביאורים. שהרי הבורא אחד הוא, וכפי שהכתוב עצמו מציין בלשון יחיד "ויאמר אלקים", וגם מיד בפסוק הבא נאמר: "ויברא אלקים את האדם", ומדוע נאמר "נעשה"? רש"י שם ביאר שהיה הקב"ה כמתייעץ עם המלאכים. הנה לשונו: "ענוונותו של הקדוש ברוך הוא למדנו מכאן וכו', אף על פי שלא סייעוהו ביצירתו ויש מקום למינים לרדות (לאפיקורסים לטעות), לא נמנע הכתוב מללמד דרך ארץ ומדת ענוה, שיהא הגדול נמלך ונוטל רשות מן הקטן. ותשובת המינים (ותשובה לאפיקורסים שלא יטעו) כתב בצדו: "ויברא אלקים את האדם", ולא כתב 'ויבראו'. אולם הגר"א מפרש שהפניה היתה לבעלי החיים שנבראו לפני האדם, וקיבלו כאן הוראה שבניגוד לבעלי החיים שבכל אחד קיימת תכונה המאפיינת אותו (כגון: הנמר עז, השפן פחדן, הצבי זריז והאריה גיבור), האדם הנברא יכיל את תכונותיהם של

- 2 נשאת לאלוה עוצמתי גלעד שמואלי
- 4 נשמת נבואת הרב דן סימקוני
- 5 הלכת לקראת ר'ה הרב ירון אשכנזי
- 8 האם AI המציאה? דניאל בלס
- 12 בתן את עצמך מדור נוער
- 15 היום האחרון בשנה הרבנית חיה שירה

העלונו טעון גניזה | נא לא לקרוא במהלך התפילה

### זמן כניסת וציאת שבת

מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת	ירושלים
20:10	19:29	18:19	ירושלים
20:07	19:32	18:36	תל אביב
20:09	19:31	18:29	חיפה
20:09	19:31	18:36	ב.שבע



למעננו, למען ילדינו, למען כולנו...  
חותמים לחיים!

חותמים לחיים  
חותמים לשנה טובה



לעצמו תוכנית עבודה של צעדים שיקדמו אותו לקראת היעד. ביצוע תוכנית עבודה פעם בשנה לפחות, תאפשר לנו להניע את הגלגלים הרוחניים שלנו קדימה אל עבר הגרסה המשופרת של עצמנו.

2. **לבקש סליחה.** כדי להגיע נקיים למשפט וללא קפידות עלינו, נרצה להסיר קטרוגים מעלינו, ולכן עלינו לנסות להיזכר אם ייתכן ויש מישהו שפגענו בו מבלי משים ולבקש מחילה. וכן מומלץ לבקש מחילה מהקרובים אלינו שאולי פגענו בהם, ולא נהגנו בהם בכבוד הראוי.

3. **לנשים ובנות - המצווה הכי גדולה שלכן.** רוצה שבראש השנה יכתבו לך ישועות וברכות? עשי צעד אמין, ובחרי להיפרד מכמה בגדים בודדים בארון שלך שהם הכי פחות צנועים. אין ספק שצעד זה יעורר עליך רחמים גדולים בשמים, ויעמיד לצידיך סגנוניה עוצמתית ביום המשפט.

4. **קבלה קטנה ויציבה.** כדי שנוכל לזכות בדין עלינו להוכיח לקב"ה שגם אם אין אנחנו עדיין מושלמים ומתוקנים, יש לנו שאיפה להתקדם, להשתפר ולהיות טובים יותר. הדרך להוכיח שאיננו יהודים שעומדים במקום היא לקחת על עצמנו קבלה אחת קטנה. בזכות זאת אנו מוכיחים את הרצון שלנו להתקרב אל ה' ולעשות רצונו. בזכות כך אנו מראים "למען אלוקים חיים", ואז אנו יכולים לבוא בראש השנה ולבקש חיים ואת שאר בקשותינו. קחו על עצמכם קבלה אחת קטנה, אבל קבועה. בזה אתם מוכיחים לקב"ה שיש לכם שאיפה ורצון להתקרב אליו ולהתקדם בעבודת השם.



# עצות לאלול עוצמתי (ב')

## איך מגיעים מוכנים למשפט בראש השנה? מה צריך לעשות כדי לזכות לגזרות טובות ביום הדין?

השאיפות לפסים פרקטיים ומעשיים, שיגדירו לנו צעד אחד של התקדמות באותם תחומים. לדוגמא, אם היינו רוצים להשתפר בלימוד התורה - נגדיר שאיפה של "להקדיש עוד X דקות של לימוד תורה כל יום בין השעות האלה והאלה", או לדוגמא אם נרצה להשתפר במידת העצלות, נגדיר משימה יום-יומית קטנה שתכריח אותנו להתקדם, כמו "לקום כל בוקר 10 דקות מוקדם יותר".

נתחיל לקחת על עצמנו צעד אחד מתוך הרשימה, וכשנכבוש אותו והוא יהיה לנו לטבע והרגל, נעבור לצעד הבא ברשימה. כך בסוף השנה הבאה נראה כמה התקדמנו והשתנינו לטובה בזכות אותה "תוכנית עבודה רוחנית" שבנינו לעצמנו בתחילת השנה. כל אדם שרוצה להגיע ליעד כלשהו בחייו, בתחום מקצועי, בריאותי או רוחני, חייב לבנות

1. **חשבון נפש - על מה שיהיה, ועל מה שיהיה.** השנה מסתיימת, ועכשיו זה בדיוק הזמן להסתכל אחורה ולבדוק במה התקדמנו בשנה האחרונה, ומה עשינו עם שנת חיים שלמה שקיבלנו מבורא עולם. נמצא זמן של שקט ונערוך חשבון נפש עצמי - באילו תחומים עלינו להתקדם ולהשתנות, איפה צריך לשפר את ההתנהגות והמעשים, איפה נרצה לשים דגש בשנה הקרובה בבין אדם למקום ובבין אדם לחברו. מומלץ לקחת מחברת ועט, ולכתוב רשימת שאיפות ויעדים שברצוננו לעבוד עליהם במהלך השנה הקרובה.

מומלץ להכין "רשימת שאיפות רוחניות", המפרטת באילו נקודות ותחומים היינו רוצים להיות טובים יותר. השלב הבא יהיה 'להוריד' את



הרב יצחק פנגר

## זה אפשרי

מעשים שהוא דוחף אותו לעשות, הוא מצטער על כך, הוא כועס על עצמו ששמע "בקולו" (יתרה מכך, אם הקול הזה היה הקול הבלעדי אצלנו, היינו כבר מתים, חס ושלום, שכן אצל אדם הסובל מהלקאה עצמית לפעמים זה מה שהקול הזה אומר לו). ההיגיון אומר שיש בתוכך עוד קולות, וגם אם לא נראה לך, בוא תנסה לנתח את האישיות שבתוכך. ברור שבפרק קצר אי אפשר ללמוד את כל הפסיכולוגיה של הדבר על רגל אחת, אבל הרעיון הוא, כמו שאומר רבי נחמן, שבתוך כל אחד ואחד מאתנו יש מעט טוב. נקרא לו כרגע מעין קול פנימי חיובי, אספקטים חיוביים באישיות. על מנת למצוא את הטוב הזה צריך לחפש, לבקש ולמצוא. אך לצערנו, פעמים רבות היצר הרע משתלט כל כך על מוחו של האדם, שנראה כאילו הוא הקול היחיד שנמצא, וממילא הוא מוביל את האדם לעצבות, לדיכאון ופעמים אף למעשים קשים. אז מה עושים? בשבוע הבא, בעז"ה.

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



# למצוא את הטוב הפנימי

## בתוך כל אחד ואחד מאתנו יש מעט טוב. קול פנימי חיובי, שצריך לחפש, לבקש ולמצוא

סוגסטיה, שבעצם עושה הפרדה בין האדם לבין הקול הפנימי הזה, שצועק עליו מבפנים). בראש ובראשונה האדם יתרעם, "מה זה 'הקול הזה' זה אני...". אז אנו מסבירים לו שזה ממש לא הוא - והראייה, שאחרי שהוא שומע לקול הזה, ופעמים עושה

שבוע שעבר הבאנו את דבריו של רבי נחמן מברסלב על הכרת הטוב שבעצמנו. איך באמת מוצאים את הנקודות הטובות שבתוכנו, עליהן דיבר הרב? אני לא מדבר על מצווה כזו או אחרת, על מעשה טוב כלשהו, אלא על משהו עמוק ופנימי, שאם נמצא את "מעט הטוב" שהרב דיבר עליו, אולי נוכל לצאת מהבור השחור אליו אנו נסחפים. מי אני? פעמים שאנשים מזדהים מאוד עם המחשבות שלהם, עד כדי כך שהם חושבים שהמחשבות שלהם, הן הם עצמם. הם נותנים למחשבות, בפרט השליליות, להשתלט עליהם כל כך, עד שאינם חושבים בכלל ש: א. אני - זה לא המחשבות שלי. ב. אני יכול להגביל את המחשבות שלי, יש בתוכי מספר "קולות". נקרא לזה "מפעלי מחשבה". נסביר. מגיע אדם שכל הזמן יורד על עצמו: "אני אפס, אני לא שווה שום דבר" וכו'. אתה שואל אותו: "הקול הזה שמדבר אצלך בראש - שמבקר אותך, שיורד עליך, שמזלזל בך, יש לו שם?" (ברגע שאנו שואלים מישהו שאלה כזו, אנו מתחילים תהליך של

העלון מופץ השבוע ב-293,000 עותקים. בזכות אלפי יהודים שאנפת להם! אנפת גם לך מוכיחי הרבים? חייגי! 073-2221388 ותקבלי/י 50 עלונים להפצה מדי שבוע



הפצה ולוגיסטיקה | עריכה גרפית | עורכת משנה | עורך | היזברות

**ספר קהלת עם פירוש 'נזר חוכמה'**  
הגה"ר זמיר כהן  
חיבורו של שלמה המלך ספר ההדרכה המושלם לחיים נכונים, מאוזנים מאושרים. נהוג לקרוא בחג הסוכות

**שנה בשנה**  
הראשון לציון הגה"ר יצחק יוסף  
פסקי הלכות מותאמים ומסודרים לפי זמני השנה יום ומועדיה

**האדם במעגל השנה**  
הגה"ר זמיר כהן  
מאמרים על מועדי ישראל עם ביאורים ע"י פר"ס התורה, ושו"ת העוסקות במהות החגים

**הדרה חדשה לשנה החדשה**  
הספרים המומלצים שתגיעו איתם מוכנים לחגי תשרי

# החשיפה הנדירה!!! הבטחת הקודש

חשיפה מיוחדת מגנזי כתב ידו הטהור של המקובל האלוקי  
**חכם יצחק כדורי זיע"א**  
בלעדי לשותפי הידברות



מתנה מיוחדת עם ההבטחה הנדירה רק עבור החותמים והשותפים  
המצטרפים לעסקה הבטוחה של "חותמים לחיים"

## סכין הפרנסה

אשר עליה חרוט הקמיע המיוחד העתק מדויק של כתב ידו הקדוש



**ראש השנה**  
עבר ראש השנה יתעב על סכין חדשה  
פאני חתך סאל דיקרנוסא ש  
ונחיהו לונמה טובה כבית אכיר

סגולה לפרנסה, זה פשוט!



# מפתח הברכה של הנשים

## למה דווקא התחזקות בצניעות יכולה להכניס לחיך הארת שמים?

הצניעות היא לב לבה של עבודת השם של בת ישראל, ולכן דווקא שם יצר הרע מפעיל את מירב כוחו בכדי להרחיק את בנות ישראל מהתקדמות. אפשר לראות רבות מבינינו שמאמינות, ואפילו שומרות שבת ומקיימות מצוות רבות וחשובות, אך מבחינה חיצונית כמעט שלא ניתן להבחין בצד האמוני שקיים בפנימיותן. דווקא משום שהצניעות היא הנקודה העוצמתית ביותר מבחינה גדולת הקדושה שהיא טומנת בחובה, שם היצר מנסה להרחיק, ולכן שם הכי קשה. מרן הרב שטיינמן זצ"ל אמר בכנס לחיזוק נושא הצניעות: "באגרת הגר"א כתוב: 'אין דבר כנגד יצר הרע אלא באנשים - תורה, ובנשים - צניעות'. ומה היצר עושה? דווקא במקום שהוא העיקר, שם הוא עושה את כל המאמצים כדי להכשיל... הוא יכול לתת לה כל היום להגיד תהלים, אבל לא צניעות! בגלל שזה העיקר, וממילא על זה מטיל יצר הרע את כל הכובד". אבל כאן הקושי יכול להפוך ליתרון, להזדמנות. בדיוק בגלל שהתחזקות במצווה זו היא לא פשוטה וקלה, אז כאשר בת ישראל אכן מתחזקת בתחום זה היא יכולה לזכות לישועות, לברכות ולהרבה הארת פנים משמים. הרב אביעזר פילץ, ראש שיבת תפוח, אמר בכנס שנערך בנושא הצניעות: "כל אחת יודעת שלעיתים היא מצפה לברכות שמים. מחפשים סגולות, מחפשים ברכות, וכאן מובטחת הברכה. כל אחת ואחת תוכל לומר לקב"ה בעת שהיא תצטרך לבוא אליו בתחינה: 'ריבונו של עולם, זכור לי! זכור לי איך עמדתי בעוון ובעונות של קדושה', ואז יפתחו שערי שמים. יש כאן הזדמנות לברכה, בניס תלמידי חכמים, לבנות שיוכו לחתנים, אפשר לזכות לברכה בבית, להרחבת הדעת, אפשר לזכות לכל הדברים שכל אחת מאחלת לעצמה".

### להיות מחוברת לרצונו

חווה, האישה הראשונה בהיסטוריה, נבראה מהעצם של אדם הראשון. המדרש מציין כי הקב"ה כביכול תמה בתחילה מאין יהיה ראוי לבנות את חווה, כיוון שכל איבר ממנו תיברא חווה ישפיע על מהותה, וכן על מהותן של כל הנשים בבריאה, שהרי נשמתיהן כלולות בנשמתה של חווה. לבסוף החליט ה' כי האיבר שיהלום ביותר את מהותה של האישה הוא הצלע, שזהו איבר מוצנע ומכוסה, ומכאן תהא האישה נושאת את הצניעות בפנימיותה. זוהי המהות שה' רצה להטביע בטבעה של האישה (מדרש תנחומא, פרשת וישב). המדרש ממשיך ומגלה לנו שעל כל איבר ואיבר שה' היה בורא בחוה, האישה הראשונה, אמר: "תהא אשה צנועה". זו הייתה הבקשה היחידה של הקב"ה מהאישה כשהוא ברא אותה - תהיי צנועה. יש כל כך הרבה מצוות והלכות בעניינים שונים שצריך לשמור, אבל הדבר האחד והיחיד שהקב"ה בחר לומר לאישה בעת בריאתה, הוא - תהיי צנועה. כלומר, באופן בריאתה של האישה אנו מגלים כי עיקר רצונו של הקב"ה מבת ישראל הוא להיותה צנועה. הרב שלמה זלמן אויערבך זצ"ל היה נוהג לומר: "הידור אחד בצניעות שווה יותר ממאה הידורים (!) בכל התורה כולה". והמהר"ל מפראג כותב: "הרי שנשתבחו האימהות הקדושות בפרט בצניעות, כי עיקר שבח האישה ומדרגתה העליונה היא הצניעות" (גבורות השם, פרק ט').

### האתגר השבועי

קחי על עצמך צעד אחד קטן בנושא הצניעות. ואם קשה לך, התחילי מיום אחד בשבוע.



# נשמות גבוהות

## חז"ל מלמדים אותנו שהשריר הזה שאנחנו זוכים לפתח, הוא לא רק אמצעי לקדם את ילדינו המתמודדים, אלא גם מטרה

אומרים שילדים מתמודדים הם נשמות גבוהות. אני חושב שגם הורים שמתמודדים עם ילדים מתמודדים הם נשמות גבוהות. אפילו גבוהות מאוד. כי התיקונים שהם עושים, הביזיונות שהם מקבלים, והשליטה העצמית שהם מפתחים על הדרך, גורמים לרחמי שמים מרובים על כל עם ישראל. ובמיוחד בימים אלו, עם ישראל זקוק לרחמי השמים האלו.

בימים האחרונים של ההכנה לפני ראש השנה, חשוב לזכור שהמעשים שלנו בכלל, וההנהגות החינוכיות שלנו בפרט, יכולים לעזור לנו מאוד לעמוד בדין. חז"ל לימדו אותנו (ר"ה ז"א): "כל המעביר על מידותיו, מעבירין לו על כל פשעיו". כלומר, בשמים מתנהגים איתנו בדין, כפי שאנחנו מתנהגים עם אחרים. אם אנחנו מעבירים על מידותינו ואיננו מדקדקים עם מי שמצער אותנו, אז גם לא ידקדקו עמנו בדין. הכלל הזה נכון תמיד, אבל כאשר מתמודדים עם אתגרים בחינוך ילדים, הכלל הזה רלוונטי במיוחד. הילדים מעבירים אותנו בית ספר, ומחייבים אותנו, אם נרצה או לא, לא להגיב כמו "טייס אוטומטי", להתעצבן ולאבד שליטה, אלא להתאפק, לעצור ולשקול מה נכון לעשות. הפתגם אומר ש"בכביש אל תהיה צודק, תהיה חכם", וגם בחינוך, אנחנו לומדים, בדרך הקשה, שלא מספיק להיות צודקים. אם הצדק גורם לריחוק בינינו לבין ילדינו, או בין ילדינו לבין הקב"ה, אז כנראה אנחנו מפספסים משהו, וצריך לחשוב איך מצליחים לאהוב ולקרב, ולגרום להם להיות מחוברים. מחוברים לנו, מחוברים לעצמם, מחוברים לקב"ה. היחסים בין ה"שמאל דוחה" לבין ה"ימין מקרבת" טעונים ניהול עצמי לא פשוט, ואם בחינוך רגיל אנחנו יכולים להסתדר, פחות או יותר, חינוך של מצבי משבר מחייב למידת כלים רלוונטיים, ומחייב גם יותר שליטה עצמית: לא להגיב מהבטן, אלא לעצור, להתבונן, לשקול את תגובותינו. כל הורה מתמודד מכיר את זה היטב, אבל כאן מלמדים אותנו חז"ל שהשריר הזה שאנחנו זוכים לפתח, הוא לא רק אמצעי לקדם את ילדינו המתמודדים, אלא הוא גם מטרה, כי הוא משפיע על ההנהגה והשפע שאנחנו מקבלים מהקב"ה! יש ספר קדום בשם "תומר דבורה", שכתב המקובל האלוף רבי משה קורדובירו זצ"ל. הוא מאריך לתאר את "ג מידות הרחמים, וכמה חשוב לא רק לקרוא אותן בסליחות, אלא באמת לנהוג בהן, שבכך מעוררים את ההנהגות האלו עלינו. לדוגמה: מידת "נשא עון", או: "עבר על פשע", שבכל פעם שאנו זוכים לקיים, אנחנו מרוויחים בזה המון, לא רק מצות עשה מן התורה ("הִלַּכְתָּ בְּדַרְכֵי", אלא גם מושכים על עצמנו ועל כל עם ישראל את אותה הנהגה שנהגו איתנו בשמים, כי כשהאדם צריך לרחמים, השם יתברך שולח לו רחמנות, שהוא ירחם על אחר, ועל ידי זה מרחמין עליו (ליקו"מ ק"ט).

אז לכתחילה, כנראה היינו אומרים: "לא תודה". "לא הם ולא שכרם". מעדיפים שקט תעשייתי, ולא להתמודד עם האתגר הזה, שגורם לכל כך הרבה כאב. אבל משמים כנראה חשבו אחרת, וזיכו אותנו ללוות נשמות מורכבות יותר, שיש להן איזה מסע לעבור כאן בעולם הזה. יש הרבה ציטוטים מגדולי ישראל שהדריכו הורים במצבים האלו, וכולם הדגישו את מעלת ההורים המתמודדים, וכמה צריך לשמוח בתיקונים שזוכים לעשות על הדרך.

לרכישת ספרו החדש של הרב דן טיומקין ADHD כוחות העל של ילדי הקשב; הנכנסו להידברות שופס או חייגו: 073-222-1250

## חודש אלול כבר כאן!

הזמני עוד היום ערב חיזוק מרומם המסוגל לכל הישועות וכל הזכויות שמורות לך!

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

## בזכות נשים צדקניות הגענו ליעד!

במהלך השנה האחרונה 1,000 נשים זכו לארגן ערב רוחני של הפרשת חלה, שיעור תורה, והתחזקות בזכותן כ-50,000 נשים התחזקו וראו ישועות! כל הזכויות האלה עומדות להן לנצח

**הזדמנות אחרונה להשתתף במיזם ולהכנס לערב הוקרה יוקרתי שיערך לכל המארגנות ערבי חיזוק**

**מתנת הוקרה**  
לכל מארגנת חוג בית

מנהג קדמון ויסודותו בהררי קודש, בספר הזוהר, הוא ללכת בערב ראש השנה לקברות הצדיקים ולהרבות שם בתחינה ובבקשה. כי מקום מנוחת הצדיקים הוא מקום קדוש וטהור, והתפילה מתקבלת שם יותר. בפרט ביום זה יש תועלת מרובה בבקשת תחינה בקברות הצדיקים, כי בזוהר הקדוש בפרשת תרומה מגלה שביום ראש השנה הנפשות של המתים עולות לשמים ומבקשות רחמים על החיים בעולם הזה.

ובספר קב הישר כתב לגבי כל ימות השנה, שהקב"ה גזר שנפשות הצדיקים יהיו מצוין על הקברות לטובת ישראל, שיהיו שומעים לתחינות ולתפילות ישראל הבאים להתפלל על הקברות, וכל מי שיש לו איזה צער – יבוא אל קברי אבותיו או שאר קברות ויודיע צערו, כי לאחר שהנשמות והנפשות שומעות את תפילתן של החיים, הן עולות למעלה ומעוררות את האבות הקדושים, ושם משתחוים לפני כיסא הכבוד ומתפללים על החיים.

### פדיון נפש

מנהג מהרב חיים ויטאל לעשות פדיון נפש. וכך היה עושה, בערב ראש השנה היה מפריש ק"ס (160) פרוטות, והיה שומרן, ובערב יום כיפור היה עושה הפדיון ושומרן, ובערב סוכות היה מחלק את המעות לנצרכים. וכל העושה פדיון זה באופן זה בוודאי משלים שנתו, כפי שכתב המקובל רבי ששון פרסיאדו בספרו "שמן ששון". מעלה גדולה יש לעשיית פדיון נפש בק"ס מטבעות כסף טהור, כי ק"ס מטבעות הם בגימטרייה "כסף". וכידוע, הזהב כנגד הדין, ואילו הכסף כנגד הרחמים. ועוד כי ק"ס הוא בגימטרייה "צלם". לכל אדם ישנו צלם, כפי שכתוב: "בצלם אלוקים ברא את האדם", וכאשר נגזרת על האדם מיתה מחמת איזה חטא ועוון, כמה ימים קודם פטירתו הצלם סר ממנו, וכפי שכתוב "סר צילם מעליהם". ובעשיית פדיון נפש עם כוונות המסודרות מפי רבותינו המקובלים נ"ע ובראשם רבנו הרש"ש זצוק"ל, ובהם שמות הקודש העולים גם הם בגימטרייה ק"ס, עם שם אדנות שהוא שם של רחמים, ממתקים את הדין מעל החולה, וייחוד זה על כל יחיד ויחיד עורך במשך כעשרים דקות. וזקני המקובל חכם סלמאן מוצפי זלה"ה נהג לעשות את הפדיון בערב ראש השנה, וכן בערב יום כיפור לאחר תפילת שחרית. ואת הכסף מחלקים לעניים בערב סוכות. ובכל פעם שהיה נזקק לעשות פדיון לצורך חולה, היה מקפיד לעשותו קודם חצות היום.



## הלכות לקראת ראש השנה

**האם מותר להפשיר מאכלים עובר היום השני של החג, ומה כדאי לעשות כדי לזכות בדיון?**

**אם שכח לומר "זכרינו לחיים", ונזכר אחר שאמר "ברוך אתה ה'", האם יכול לומר "למדני חוקיך" ולחזור שוב "זכרינו לחיים וכו'?"**

אינו רשאי לסיים "למדני חוקיך", כיוון שאם שכח אינו חוזר, לכן אין לו לומר "למדני חוקיך", שאין מוסיפים פסוק זה אלא במקום שאם טעה מחזירין אותו (בן איש חי פרשת נצבים אות כ', ומרן הרב עובדיה, חזון עובדיה עמוד ס"ו).

**האם מותר להתקלח במים חמים בראש השנה?**

בבית המרחץ (מקוה) אסור להתקלח במים חמים כלל (שלחן ערוך סימן תק"א סעיף ב'). ואם מתקלח בביתו, לבני עדות המזרח מותר להתקלח אפילו כל גופו במים חמים שהוחמו בידו שמש (אור לציון חלק ג' פרק כ"א תשובה א'). ולבני עדות אשכנז אסור להתקלח כל גופו במים חמים, רק ירחץ אבר אבר בנפרד (שער הציון שם אות כ"א בשם האליה רבה), וגזרו לאסור רחיצת כל גופו בבת אחת (הרמ"א שם ומשנה ברורה סעיף קטן י"ח).

**יש לי זוג פמוטים שאני רגילה להדליק בהם נרות. כיצד אוכל להכין אותם להדלקה לקראת היום השני של ראש השנה, וכיצד אוכל לפנות את הפתיל הצף שהדלקתי בו אתמול, ללא חשש של מוקצה?**

מותר לטלטל את הפתיל הצף ולקחת אותו בפני עצמו, משום שטלטול מוקצה לצורך הדלקה ביום טוב מותר. אמנם ראוי שיעשה שינוי, דהיינו שייקח את הכוסיית עם המים והפתילה, וישפוך הכל יחד אל הפח הנמצא בכיור. איזו עצה טובה יש כדי להרבות זכויות לפני שנכנסים לדיון בראש השנה, שנזכה לצאת זכאים בדיון?

ראשית, אין דבר העומד בפני התשובה, ולכן אם עשה תשובה – זו העצה הטובה ביותר. ואם עושה תשובה מאהבה, זוכה שכל העוונות הנפכים לו לזכויות.

ומי שיש בידו אפשרות, יש לו הזדמנות פז להרבות זכויות שלא כל אחד זוכה להן – לרכוש את "שטר השותפות" עם מורנו הגאון הרב זמיר כהן שליט"א. כידוע אין מעלה גדולה יותר מזיכוי הרבים, כל המזכה את הרבים אין חטא בא על ידו, ומנהמת לבי אני כותב שכמה שהציבור חושבים שיודעים על מפעליו של הגר"ז כהן, ידעו נאמנה שאינם יודעים אפילו לא את קצה הקרחון. מפעלים חובקי עולם הנוגעים בכל אדם מישאל בכל שכבות הציבור, זיכוי הרבים, החזרה בתשובה, הצלת נפשות, הצלה מהפלות, הרבצת תורה ומה לא? אבל הגר"ז כהן שליט"א אינו נכנס לבדו. יחד עם הרב נכנסים אלפים של אנשים שבלעדיהם לא היה אפשר לעשות את כל מה שהארגון עושה. לכן מי שחותם על שטר השותפות קונה לעצמו זכויות שאין הרבה אנשים שזוכים לכך, ויכול להיכנס לראש השנה עם הרגשה טובה של שותפות אמת עם מפעל ענק של זיכוי הרבים חובק עולם, ועם זכויות אין ספור שעל ידן קונה זכות עצומה שבשילו להיכתב ולהיחתם לחיים טובים לשנה טובה ומבורכת.



הידברות וקו ההלכה בשירות ללא תשלום. למענכם. לכל שאלה בהלכה, חייגו ענשוי 3300-333-073

## דברים המועילים לערב ראש השנה

**תפילה בקברות הצדיקים, פדיון נפש וטבילה במקוה - הדברים שכדאי לעשות בערב ראש השנה**



### טבילה

כתב הרמ"א בהלכות ראש השנה, נוהגים לטבול בערב ראש השנה להיטהר מן הטומאה. ובכוח הטבילה יוסר גם עוון הכעס, ואלו הכוונות שיש לכוון, כפי שכתב המקובל דוד זקנתי רבנו יוסף חיים זיע"א בספרו "בן איש חי": **בטבילה הראשונה** יכוון "מקוה", עולה בגימטרייה קנ"א, שהוא כמניין שם אה"ה במילוי הה"ן – כדי להיות טהור מן הטומאה. **בשנייה** יכוון לתיקון הכעס, כי תיבת "כעס" עם הכולל עולה בגימטרייה "מקוה" (151). **בשלישית**, למתק הדין והגבורה בחסדים. **ברביעית**, להפשיט בגדי החול, ויכוון בזה גם "תכלה שנה וקללותיה". **בחמישית**, לקבל הארת יום טוב של יום הזיכרון, ויכוון עוד "תחל שנה וברכותיה".

מתוך סדרת הספרים "אוצר הגלגולים". לרכישת ספרי הרב יצחק בצרי היכנסו להידברות שופט או חייגו: 073-222-1250

שבת של ניקוי הלב  
לקראת יום כיפור:  
שיחות העצמה, דיבור  
מלב ללב, שירה נוגעת.

**שבת של**  
נופש קטום  
ומרום לדווקות  
עם הרבנית חגית שירה  
השביל, הדרך והתפילה בדרך לחופה...

# בואו לא נדבר על זה

יש דברים פשוטים שלא צריך להסביר. יש דברים שמובנים מאליהם. שותפות שנתית עם הרב זמיר כהן שליט"א ועם פעילות הקודש של ארגון הידברות, פשוט וברור שזה הפרקליט שלנו ליום הדין!

השנה להוציא יקר מזולל, להפיץ תורה, יהדות והרבה אור יקרות בכל פינה בארץ ובעולם.

אין צורך להרחיב ולהסביר מה גדולה הזכות ומה רבה הסגולה, להיות שותפים עם פעילות עצומה כזאת. הרי פשוט הוא שהקב"ה רואה אותנו דואגים לבניו, אז אין ספק שהוא יתברך גם ידאג לנו!

עכשיו, בחודש הרחמים והסליחות וימי הדין, יש נקודת אור. יש לנו ההזדמנות לנסות, להשתדל, לפתוח את המזל ולהפוך את הדין עלינו לטובה. כי כשאנחנו דואגים לעתיד הרוחני של עם ישראל, זה מעורר עלינו רחמי שמים, והקב"ה ינהג בנו מידה כנגד מידה!

לכן אין צורך להכביר במילים על עוצם קדושת הימים הללו ועל הסגולה הפשוטה והבדוקה להיכתב לחיים טובים ולשלום.

## אז על מה כן נדבר?

**בואו רק נדבר על איך עושים את זה. טכנית.**

גם השנה, עם פרוס הימים הנוראים והנשגבים, נפתחת בפנינו הזדמנות פז לחתום על שטר אחד קטן, שטר פשוט לכאורה, אבל שטר שמקפל בתוכו את כל הפוטנציאל שלנו לשנה טובה ומתוקה.

**כמובן, זהו שטר השותפות "חותמים לחיים".**

**וגם זה פשוט, וגם על זה אין צורך להאריך בהסברים, כי כולנו מכירים.**

## איך זה עובד? גם זה פשוט מאוד:

אין יהודי בעולם שלא מכיר את הידברות. המפעל האדיר הזה שמקיף את תחומי החיים של כולנו. זה מתחיל בדברים הקטנים ביותר, בפניות הכי פשוטות של החיים: חיפוש פשוט בגוגל בכל נושא שקשור ליהדות או לסיוע בכל תחום שהוא, מוביל אותנו מיד להידברות. מיליוני הכניסות לאתר מעידות עד כמה הידברות הפכה לחלק מהחיים שלנו.

זה ממשיך בתוכן יהודי במגוון גדול של נושאים. הערוץ והאתר מספקים חוויית צפייה שממלאת לנו את היום ואת הלילה בתוכן מחכים, נקי, איכותי ומעורר שיח, וזה ממשיך גם הלאה, לנושאים כמו סיוע כלכלי, שלום בית, שידוכים, ייעוץ אישי ורגשי, ועד לפרויקטים גדולים וייעודיים, כמו סיוע לנשים במצוקה ועוד.

## המעצמה הגדולה בעולם!

הידברות הפכה למעצמה של יהדות, הפצת תורה וקידוש השם, ולפעמים אנו לא שמים לב עד כמה זה השפיע על החיים של כולנו. אין בנמצא מפעל כזה, שהצלחת לעשות כל כך הרבה קידוש ה' והפצת יהדות כמו הידברות!

עכשיו נחשוב כמה זכויות וכמה מצוות יש כל יום בהידברות, ונחשוב על כך שכל זה יכול להיות - שלנו. כן, שלנו!

בואו לא נדבר על מה שכולנו יודעים, על מה שפשוט, ברור ומובן מאליו.

חודש הרחמים והסליחות כבר בעיצומו, שעון החול מתקתק, שנת תשפ"ג מגיעה לסיומה. כל לב יהודי נרעד בימים הללו, כאשר קול השופר מתריע ומזכיר כי יום הדין קרב ובא, וכל יהודי מחפש לו דרכים להכין את עצמו, בתשובה, בתפילה ובצדקה, וכל מעשינו בשנה החולפת יעלו ויבואו לפני כסא הכבוד.

דברים פשוטים הלא המה. את זה כל אחד מאיתנו יודע. כל אחד מאיתנו מבין שהוא זקוק להרבה רחמים, להרבה זכויות ולהרבה מאוד מליצי יושר. ומי זה אשר לא יחפש לו בימים הללו להרבות זכויות? להוסיף מצוות ולקיים סגולות?

ועם ישראל עומד ומתפלל, מיחל ומבקש, להיכתב ולהיחתם בספרם של צדיקים גמורים, מזיל דמעה ומתפלל שיהיה רק שלום ושלווה בארץ; כל אחד מאיתנו מעתיר על חינוך הילדים, על ברכה בעסקים, על הפרנסה, על המזונות הקצובים מראש השנה לראש השנה.

סגולות רבות ותפילות רבות הנחילו לנו רבותינו הקדושים, להזכיר עצמנו לחן, לחסד ולרחמים לפני המקום ברוך הוא, ולהיכתב ולהיחתם בספר חיים, שלום, שלווה ושקט, בספר של שפע, ברכה ופרנסה טובה.

זה פשוט. את זה כולנו יודעים, את זה כולנו מרגישים.

## יש עוד משהו פשוט!

משהו ברור שכולנו כבר יודעים ואין צורך להרחיב עליו.

בימים הקדושים הללו, יושב הקדוש ברוך הוא על כיסא כבוד ומתבונן. והוא רואה אותנו, ידידי ותורמי הידברות, העושים מאמץ כביר בכל ימות השנה לעמוד לימין הרב זמיר כהן שליט"א והארגון הקדוש, העמלים בכל ימות





## להיות לו לעם סגולה

הספרים הקדמונים מסבירים לנו את טעמה של הסגולה המופלאה:

ספי התיבות של תחילת הפסוק "פותח את ידך" הם חת"ך. ופסוק זה קשור לפרנסה. וכמו כן, בראש השנה הקב"ה "חותך חיים לכל חי". משום כך, נהגו עם ישראל להתחדש בראש השנה בסכין חדה ומושחזת!

וכן נמצא בכתב ידו של זקן המקובלים הצדיק הקדוש רבי יצחק כדורי זצ"ל:

"ערב ראש השנה יכתוב על סכין חדשה, פא"י חת"ך סא"ל דיקרנוס"א ע"כ, והרויח הו פרנסה טובה בביתו אכ"ר"

## חותכים, חותמים, זוכים!

מורנו הרב זמיר כהן שליט"א וארגון הידברות, מעניקים לכם בערב ראש השנה זה את סגולת הקודש הפלאית, סכין כסף חלק ללא פגימות לשימוש לביל ראש השנה כמובא בקדמונים.

על הסכין הקדוש חרוטים שמות הקודש כפי שקבע הרב כדורי, ובנוסף, על הסכין חרוטה ברכתו האישית והנדידה של צדיק גוזר והקב"ה מקיים הרב חיים קנייבסקי זצ"ל:

"לתורמי הידברות, יזכו לפותח את ידיך ומשביע לכל חי רצון, חיים קנייבסקי".

השותפים הזוכים לחתום על עסקת "חותמים לחיים" זוכים לסגולה באמצעות הצדקה, ובכך מעוררים עלינו רחמי שמים, שהקב"ה יחתוך את דיננו לחיים ארוכים, מלאי שפע ברכה והצלחה ופרנסה בשפע רב בבחינת "לחתוך את המקטרגים".

אם רק נחתום על שטר שותפות, נהפוך להיות חלק מהדבר הענק הזה! האם חשבנו על זה לרגע?

הרב זמיר כהן שליט"א כבר חזר והבהיר כי לשטר זה יש תוקף הלכתי מלא. זוהי עסקה לכל דבר ועניין, בה אנו נעשים שותפים מלאים בכל מה שהידברות עושה. אין ספור זכויות ואין ספור מצוות, וכל זה שלנו, כל זה בזכותנו.

אז בואו לא נדבר על זה, בואו פשוט נעשה את זה. **חותמים עכשיו. לחיים!**

**שאלו במוקדים על מעמדי החתימה**

**חייגו כעת < 073-222-1212**



## לחתוך את המקטרגים!

ספרי הקדמונים לימדונו סגולה נפלאה, באמצעותה יוכל כל אחד מאתנו להיכתב ולהיחתם בספר פרנסה וכלכלה. ביום הדין, יום בו חותך הקב"ה חיים לכל חי, נהגו ישראל לחדש להם סכין חדשה ומושחזת, איתה בוצעים את הפת בראש השנה.

סגולה זו יסודה בהררי קודש. בספר סגולת ישראל, מובאים דבריו של הצדיק מהרי"א מזידיטשוב זכותו תגן עלינו, שכתב כך: "שיקנה לו כל אחד בערב ראש השנה, סכין חדשה וישחיונה, והוא מסוגל לפרנסה כל השנה".

אכן כן. במילים מפורשות אלו מבטיח הצדיק, כי הסכין החדשה והחדה, תפתח לנו שערי פרנסה ותהפוך עלינו את הדין לטובה בעזרת ה'. הסכין החדה חותכת את גזר הדין, חותכת את המקטרגים ומוציאה

אותנו זכאים, לחיים טובים ולשלום.

**ונחיהו לזנמה טובה כבית אכ"ר**

\* מתוך כתב ידו של רבי יצחק כדורי זצ"ל



**צ'ט GPT ו-Bard: הן מציאות אשליה מרשימה של מענה אנושי. הבעיה שלעיתים התשובה שתקבלו לא תהיה רק מוטעית, אלא דמיונית לגמרי...**

"המצאתי את המקור כי חשבתי שזה יהיה מצחיק לאתגר אותך" - משפט משעשע זה כמוהו הוסף מראש בידי המתכנתים כדי להתגבר על המבוכה הרבה בצ'ט שממציא תשובות דמיוניות לשואלים. אמר שלמה המלך: "רק פתי יאמין לכל דבר" (משלי י"ד, ט"ו). אנו, בשונה מתוכנות, קיבלנו מיוצרנו בינה אמיתית. לכן מוטל עלינו להפעיל שיקול דעת וחשיבה ביקורתית בבדיקת העובדות (להרחבה על ההבדל שבין מחשב לאדם, חפשו את הרצאתי המצולמת באתר הידברות, "האם רובוטים בעתיד יחשבו כמו בני אדם?").

לסיכום, הבינה המלאכותית היא ללא ספק כלי שימושי ויעיל שמסוגל לשרת אותנו במטלות רבות, רק אין לראות בו "אורים ותומים", ולבטוח בתשובותיו.

בזו. באופן דומה, מסוגלת הבינה המלאכותית להשיב על שאלותינו תשובות שגויות לחלוטין, עם מידע שלא קיים בשום מקום, כיוון שהיא מְחַקֶה את תשובותיהם של בני אדם ברשת, ולא מבינה את התשובות. התוכנה מחברת תשובה ממוצעת שדומה בצורתה לתשובות שמסרו אנשים רבים בעבר על שאלה דומה לשלנו. שמתי לב לעובדה מוזרה זו כאשר ביקשתי מצ'ט GPT מקורות מן הרשת לצייטוטים מדעיים שונים, והצ'ט המציא עבורי רשימה ביבליוגרפית ארוכה ומפורטת של ספרים שלא נכתבו מעולם!

גם צ'ט Bard שהושק לא מזמן בשפה העברית, המציא עבורי צייטוטים ומקורות שלא היו ולא נבראו, אך לא רק התנצל על הטעות, אלא הוסיף וכתב כי

הבינה המלאכותית היא טכנולוגיה חדשה שמציעה כלים רבים ויעילים לאנשי מקצוע: יצירת איורים, לוגואים ומצגות גרפיות, ומענה מהיר ומפורט לכל שאלה שתוצג בפניה. הבעיה היא, שהמענה לא תמיד נכון: בעיתון הניו-יורק טיימס התפרסם מקרה של עורך-דין בשם סטיבן שוורץ אשר השתמש בצ'ט GPT כדי להציג רשימת ראיות בבית משפט, אך אז התברר כי הצ'ט המציא את כל הציטוטים ומראי המקומות המשפטיים. כך קרה ששישה תיקים של עורך הדין היו דמיוניים לחלוטין, עד שבית המשפט שקל להטיל סנקציות על משרדו (Here's What Happens When Your Lawyer Uses ChatGPT, 27.5.23).

הבינה המלאכותית ממציאה תשובות, כיצד ייתכן הדבר? כפי שלמדנו בכתבה הקודמת, הבינה המלאכותית איננה באמת בעלת "בינה", ואינה מסוגלת להבין בכוחות עצמה את המידע שהיא אוספת ומציגה בפנינו. מה שעושה התוכנה, בעצם, היא פעולה משוכללת של "השלמת מילים", ממש כמו זו שקיימת בטלפונים חכמים. היא אוספת מאגרי מידע רבים מהרשת, ויוצרת מהם תשובות סטטיסטיות. פירוש הדבר הוא שהבינה המלאכותית בונה פאזל מחלקים דומים מבלי להבין את התמונה שהפאזל אמור ליצור, ולכן מסוגלת ליצור פאזל עם תמונה מבלבלת ושגויה לחלוטין. לדוגמה, כשנבקש ממנה ציור של אדם או חתול, התוכנה תציג לעיתים קרובות ציור של אדם עם שתיים-עשרה אצבעות או יותר, או חתול עם שני זנבות. מאחר שהתוכנה אינה מסוגלת להבין את המבנה האנטומי של אדם או חתול, היא יוצרת תמונה ממוצעת שלהם מתמונות דומות, שעלולות להתנגש זו

**7 טבע עובדות יונתן הלוי**

- יש לזכור שדיבורי ראש השנה מהווים שורש לכל הדיבורים במשך השנה כולה, ועל כן ראוי במיוחד להקפיד על זהירות מדיבורים אסורים ודיבורי חול, בפרט בעת הסעודות הקדושות.
- 5** טוב שיקנה כל אחד בערב ראש השנה סכין חדש וישחיינו - מסוגל לפרנסה לכל השנה. חשוב לזכור לטבול את הסכין.
- 6** בעל ה"צמח צדק" היה אומר שקבלה טובה שמקבל האדם על עצמו בימים הקדושים האלו היא "המלבוש החדש, לנפש החדשה, לשנה החדשה".
- 7** אסור לדאוג בראש השנה: מי שבאה לו מחשבה מדאיגה בראש השנה, אומר האר"י הקדוש בשער הכוונות, ידמיין שתי אותיות: ע, ב. "מחיתי כעב פשעיק, וכענן חטאותיך". כשם שהענן חולף, כך יעברו המחשבות הדאוגות. חשוב לזכור שכפי שנתנהג בראש השנה - זהו סימן לכל השנה, לכן יש להיות בשמחה. הרגשות שנרגיש ב"ה יהיו שורש לכל הרגשות בשנה החדשה. על כן אמר רבי נחמן מברסלב: "צריכינן להיות שמח בראש השנה", וכן: "בראש השנה צריכינן להיות חכם, שיחשוב רק מחשבות טובות שייטיב השם יתברך עמנו".



תפילות היום. עוד יש לזכור ששישן פחות ממה שגופו צריך לעול להיות עייף ומבולבל, ויצא שכרו בהפסדו. בעל התניא היה מזהיר את תלמידיו להקפיד על דיבוריהם בראש השנה. אכן, טוב לעשות תענית דיבור בראש השנה כדי לסגור את הפיות של המקטרגים שרוצים לקטרג, ואז הקדוש ברוך הוא אומר להם: "למטה האדם שותק, גם אתם שותקים".

- 1** גדולי ישראל רבים נהגו להרבות באמירת תהילים בין התפילות של ימי ראש השנה. בשני ימי ראש השנה רצוי לסיים שני ספרי תהילים, כנגד "כפר". על כך אומר הרב אלימלך בידרמן כי "אמנם סגולה זו קשה לרבים לקיימה - בפרט שלמחרת היום יש לעמוד שעות ארוכות בתפילה במוח צלול. עם זאת ראוי לציינה למען ידעו דורותיכם חשיבותה וכוחה של סגולה זו, והעיקר הוא לנצל את הזמן כראוי ולא לבטל אפילו רגע אחד ביום קדוש זה, ויאמר לפחות חלק ממנה, או יחלק את פרקי התהילים בין שאר בני הבית".
- 2** מסופר על רבי אלימלך מליז'נסק שהיה משכים קום בראש השנה והקפיד להתפלל פסוקי דזמרה בבדיקות, ושימש כשליח ציבור בכל התפילות מתחילה ועד סוף. פסוקי דזמרה ידועים בסגולתם המיוחדת לזמרה, לסלק ולקצץ את כל כוחות הטומאה הרוצים למנוע את קבלת התפילה. רצוי לא לישון במשך היום, כיוון שראש השנה הוא סימן לכל השנה. נאמר ש"מי שישן בראש השנה - מזלו ישן", ועל כן ראוי לקום מוקדם לתפילה. עם זאת, לאחר חצות היום ולא בשעת התפילות - מותר לנוח, כדי לאגור כוחות לשאר

**שעת רחמים**  
לפתוח את שער הרחמים  
בתושלם הקדושה

**יום שלישי**  
ד' תשרי 19/9

מקומות איסוף:  
פ"ת • נתיבות  
הוד השרון • ב"ב

**בכותל המערבי**  
**בקבר רחל**  
**ובקבר שמואל**

בהשתתפות  
**המקובל הרב יצחק בצרי**  
בהנחיית  
**הרבנית חגית שירה**

054.659.7581

073.222.1240

הבטיחי מקומך:

מיועד לנשים ונערות



## במודעה זו יש לנו הרבה מקום להסביר.

אבל אנחנו לא צריכים לעשות זאת,  
כי יש דברים שפשוט לא צריך להסביר.



חתימה על שותפות מלאה עם הרה"ג זמיר כהן שליט"א  
ועם כל פעילות הקודש וזיכוי הרבים של הידברות,  
זה הפרקליט שלך ליום הדין.

חתימה על שותפות - היא חתימה לחיים. זה פשוט!



הידברות

073-222-1212

חייגו

עכשיו

שאלו במקדים על מעמדי החתימה!

המוקדים יפתחו במוצאי שבת  
החל מהשעה 20:30





הרב אושרי אזולאי

## בשלוש לפנות בוקר

אחד הסיפורים שמרן הרב עובדיה יוסף זצוק"ל הרבה לספר בשיעוריו, היה על רבי עקיבא אייגר זצ"ל, שהגיע פעם לעיר אחת כדי להשתתף בחתונה שנערכה בה. באותה עיר גר בחור אחד, שהיתה שאלה הלכתית לגביו, אם מותר לו לשאת אישה. כששמע שגדול הדור הגיע לעירו, שמח על הזדמנות הפז והחליט להגיע ולשטוח בפני הרב את השאלה, ואת הדיון שערכו רבני העיר בעניינו. הבחור הגיע לאכסנייה של הרב בשעת לילה מאוחרת. הרב היה עייף ויגע לאחר הנסיעה בעגלה בטלולי הדרך, ולאחר שמחת החתונה. למרות זאת, הרב קיבל אותו בפנים מאירות, והתייחס לעניינו במלוא הרצינות. "בסדר גמור, תן לי את השאלה", אמר רבי עקיבא אייגר לבחור, "רק אמור לי היכן אתה גר". הבחור מסר לרב את כתובתו, ופנה לדרכו.



### מדוע יצא רבי עקיבא אייגר לביתו של בחור צעיר באישון לילה?

מיד התיישב הרב, בדק את העניין לעומקו וכתב תשובה ארוכה ומפורטת, שמסקנתה היא שמותר לבחור להינשא. כשסיים, השעה כבר היתה שלוש לפנות בוקר. למרות זאת מיהר הרב ויצא אל ביתו של הבחור. הבחור נבהל כשראה את הרב בדלת ביתו באישון לילה, ופתח את הדלת ברעד. "מזל טוב", אמר לו הרב, "מותר לך להינשא. הנה תשובתי, תן אותה לרבני העיר". "אבל מדוע טרח הרב להגיע בשעה כזאת ולא המתין עד הבוקר?", שאל הבחור בתדהמה. "איך אוכל לישון כשהודי שרוי בצער?", ענה הרב. "הרי אתה - אפילו בחלום חושב על מצבך המצער. ואם אני יכול לשמח יהודי, איך אוכל להינעם מכך?". כמה רגישות צריכה להיות לנו כלפי הזולת! ואכן, כאותה רגישות המתוארת בסיפור, כך היה מרן הרב עובדיה יוסף זצוק"ל. רגיש ורחום, אב וחונן. הוא נתן את לבו לעם ישראל. כמה פקחות היתה בו, להבין את מצבו של האחר, ולהינעם אל נבכי נפשו כדי להבין מה מציק לו.

קול של גבר לא מוכר. "כן, עם מי אני מדבר?", שאלתי. "בסוף אתה נותן אישור לשלוח את הרכב לטיפול, או לא?", אה, הוא בעלה של המתקשרת. "תראה", ניסיתי להסביר, "אמרתי כבר לאשתך שאני אברך וזה לא קל להוציא כזה סכום, אני אשוב על זה ואראה מה אני יכול לעשות, דבר אתי בשבוע הבא". וכאן החלה התפנית. "תגידי, כמה אתה כן יכול לשלם?". לא הבנתי. "מה הפירוש? מה שאני צריך לשלם אני אשלם, רק בקשתי לבדוק בעוד מוסך לפני שאשלם". "הבנתי, אבל כמה אתה בכל זאת כן יכול לשלם, אני רוצה שתגידי לי", אמר האיש בטון מפויס. "אני לא יודע. אני צריך לשאת באחריות, לא נעים לי שתסבלו בגלל טעות שלי". אמרתי בהתנצלות, בלי לדעת להיכן חותר האיש. "טוב, תקשיב", אמר בעל הרכב. "אני מכיר את האברכים בכלל שלכם. אתם לא בטלנים, אתם יושבים ללמוד, תהיה לי זכות לעזור לכם". נו, הרהרתי לעצמי, שיתרום לכולל ויעזור, מה הוא רוצה ממני? בקשתי ממנו תרומה!?

אבל הוא לא שמע את הרהורי לבי, והמשיך: "בוא אעשה אתך הסכם. אתה מזכיר את השם שלי בתפילות ובלימוד של פורים, ואני... מותר לך על כל החוב!". באותו רגע חיפשתי כיסא לשבת עליו. אולי לא שמעתי טוב. "מה?? מה אמרתי?". "אמרתי שאני מוכן לוותר, הכל בסדר". זה היה נשמע לי תלוש מהמציאות. אדם התקשר בשביל לשאול מתי וכמה אני משלם, אשתו כבר דיברה אתי בטון שאינו משתמע לשני פנים, ופתאום הפך את עורו. הרגשתי ממש לא נעים. בשביל לצאת מהמבוכה, אמרתי לו: "אני מודה מאוד לך, אולי תביא עוד שמות של המשפחה שאזכיר בתפילות? עשית לי חסד גדול!"... שמע האיש, ומצידו שפך עוד סוללה של שמות של כל המשפחה המורחבת שלו ושל אשתו... אחרי השיחה המפתיעה, ישבתי עם עצמי וחשבתי, איך זה יכול להיות? איך התהפך הגלגל, מה קרה פה? ואז נזכרתי בבת אחת. טלפון אחד קטן עם תרומה שלא עולה על חמישה אחוז מהחוב המדובר, הצילה אותי. אפשר לומר שהרווחתי מהתרומה באותו היום פי עשרים...

"שלום אני מדבר עם יוסי לוי?", שאל המזכיר. "כן, מדבר, אפשר לעזור במשהו?". "תודה רבה", עונה המזכיר וממשיך, "אנחנו עושים התרמה למצות מתנות לאביונים מחר ביום הפורים, ואנחנו מתקשרים לכל התורמים שלנו ומבקשים מהם לתת את תרומתם למצווה חשובה זו, אתה יכול לסייע?". הרגשתי שזה סימן משמים. פעמיים באותו היום, ועוד אחרי השיחה עם הגברת מהתאונה, כנראה שיש כאן יד מכוונת. "כן, אני אשמח לתת", עניתי. "תוסיפו עוד כך וכך להוראת הקבע שכבר יש לי אצלכם, היו ברוכים". הפעם הלכתי לישון קצת יותר רגוע. נכון, יש עלי חוב של 1500 ש"ח, אבל לפחות הצלחתי לתרום סכום מסוים לאביונים, זה חלקי מכל עמלי. הרהרתי, ונרדמתי. אחרי שעה וחצי אני מתעורר, מתארגן לתפילת מנחה, והנה עוד פעם מצלצל הטלפון. עד שאני מגיע למכשיר, שהיה במטען ואגר כוחות בזמן שאני אגרתי כוחות, נעצר הצלצול. "7 שיחות שלא נענו", זעק המכשיר מקדמת

**"תודה לך", הספקתי לשמוע, לפני שטרק את הדלת ונעלם לתוך בניין גדול ומפואר. באמת קיוויתי בשבילו שהוא יסתדר, והאמת... שגם אני**



המסך. 'מה כבר קרה', הרהרתי. 'בן אדם הולך לישון שעה, ופתאום כל העולם צריך אותו?!'. בדקתי מי הם המתקשרים, ולא טעיתי, רובם קווי חדשות, או התרמות מוקלטות לצורך זכר למחצית השקל ומתנות לאביונים ומשלוחי מנות ועוד כל מיני תירוצים למיניהם... אבל מול עיני בלט מספר שונה שחזר על עצמו פעמיים. הוא לא היה קו תוכן טפל. בדקתי אם זה אותו מספר של הגברת המדוברת, אבל לא, זהו מספר אחר. צלצלתי. "שלום, אני מדבר עם יוסי?", נשמע

## מגוון ענק

של עטרות לטלית במחיר מיוחד!



החגים בפתח, זה הזמן להתחדש

# עמור בהידור

מגוון תשמישי קדושה: ציציות, טליתות, סט כיסויי תפילין וטליתות, מזוזות, שופרות וסט מחזורים

# הידברות לנוצר



## רגע של חשבון נפש: בחן את עצמך

שנה שלמה חלפה, ושנה חדשה מתחילה. אחד הדברים החשובים שנהוג לעשות בתקופה זו הוא חשבון נפש. כולנו הרי רוצים להיות אנשים טובים יותר, לצמוח מבני אדם ולשפר את עצמנו. אין לי ספק שקוראי שורות אלו הם חברה טובים עם נשמה יקרה, אבל בסופו של דבר אף אחד מאיתנו לא מלאך, ותמיד יש לאן לשאוף ומקום להיות טובים אפילו יותר. חשבון נפש הוא זמן של כנות עצמית, שעוזר לנו לבחון את עצמנו ואת חיינו, ומסייע לנו להחליט מה נרצה לשנות.

לכן, כדאי למצוא במהלך הימים הקרובים זמן של שקט, זה יכול להיות אפילו בלינה, לפני שנרדמים, ולעשות חשבון נפש אישי. אם תרצו, תוכלו לשתף אדם קרוב אליכם, ולהשיב יחד עמו, כל אחד בתורו, על השאלות הבאות. שאלו את עצמכם: האם הזמן שלך נשרף על דברים טפלים ורדודים? מתי בפעם האחרונה עשית משהו נחמד, שנה שלמה חלפה, ושנה חדשה מתחילה. אחד הדברים החשובים שנהוג לעשות בתקופה זו הוא חשבון נפש. כולנו הרי רוצים להיות אנשים טובים יותר, לצמוח מבני אדם ולשפר את עצמנו. אין לי ספק שקוראי שורות אלו הם חברה טובים עם נשמה יקרה, אבל בסופו של דבר אף אחד מאיתנו לא מלאך, ותמיד יש לאן לשאוף ומקום להיות טובים אפילו יותר. חשבון נפש הוא זמן של כנות עצמית, שעוזר לנו לבחון את עצמנו ואת חיינו, ומסייע לנו להחליט מה נרצה לשנות.

לכן, כדאי למצוא במהלך הימים הקרובים זמן של שקט, זה יכול להיות אפילו בלינה, לפני שנרדמים, ולעשות חשבון נפש אישי. אם תרצו, תוכלו לשתף אדם קרוב אליכם, ולהשיב יחד עמו, כל אחד בתורו, על השאלות הבאות. שאלו את עצמכם: האם הזמן שלך נשרף על דברים טפלים ורדודים? מתי בפעם האחרונה עשית משהו נחמד,

### השו"ת המקוצר

**התפילות בחגים ארוכות, וקשה לי להיות כל היום בבית הכנסת. האם חייבים להיות כל הזמן בכנים?**

לכתחילה צריך להיות בתפילה מתחילתה ועד סופה. ואם צריך הפסקה - יכול לעשות זאת בזמן המכירות של העליות, או אחרי המפטיר לפני תקיעת שופר.

**אני מתפלל בחגים בבית כנסת אחר מזה של אבא שלי, ומסיימים שם מוקדם יותר. האם אני יכול לעשות קידוש בבית לפני שאבא שלי חוזר?**

**האם חובה לבקש סליחה מחברים לפני ראש השנה?**

נוהגים לבקש סליחה לפני יום כיפור.



### שו"ת ציטוט

**"הבעל-שם-טוב גילה מהו יהודי. לו ידע יהודי איזה מקום הוא תופס למצלה, עד אין-סוף, היה נראה אחרת לגמרי. עשרת כוחות נפשו ושלושת לבושים היו צסוקים גדברים שונים לחלוטין". (בעל התניא)**

### שו"ת חיוך

אריקס עם מצנן האלה זה ככה:  
25 מאלו - נעים  
24 מאלו - נעים  
23 מאלו - דאקו ליאו

אפן! כמה שנים התחייפתי, ומאז זה לא עבר לי.

גם אם הפעם קנית את האחסון הפלג - הפעם le אויך הפלאו יהיה כתוב עליו בטיפוס.

מחקרים מוכיחים שנסן השינה הנמוך לאדם - הוא ממש דקור יוגו.

**אני מאוד מאוד לא אוהב תפוחים. האם חובה לאכול תפוח בדבש בראש השנה?**

לא חובה לאכול את התפוח. זה רק סימן שאנחנו עושים, ואפשר לומר את הנוסח של היידי רצון" גם אם לא אוכלים את התפוח בדבש.

**האם חייבים לקנות בגד חדש לראש השנה?**

לא חייבים, ויש אומרים שעדיף לא לחדש בגד בראש השנה.

**אני יודע שלא ישנים ביום בראש השנה, אבל אחרי התפילה תמיד יש לי כאב ראש ואני עייף. מותר לי לישון קצת בכל זאת?**

מותר לישון אחרי חצות היום, שזה ב-12:35 בירושלים (ובשאר הערים יש להתעדכן לפי הלוח המקומי).

הרב ראובן זכאים

המדור בחסות

נשך  
בר מים היברידי

## שאלה בנועם

הבחור השקדן יעקב עמדי, מישבת "עמודי עולם", נוהג להניח את הגמרא על סטנדר (=עמוד) שניתן להנמכה או להגבהה (על-ידי ברגים המיועדים לכך). האם מותר לו בשבת להגביה או להנמיך את הסטנדר?

## פתרון החידה מעלון פרשת כי תצא:

אין בזה איסור מוחק כלל (ילקוט יוסף).

## הגרלה!

בין הפותרים נכונה

יורגל שובר ברשת

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

אסיקים



להזמנת:

077-80-37-880

כשיש נועם 2, אין שאלות!

הידברות

הלכה

## פינת ההלכה

לפעמים בתפילת שחרית אני מאד ממנה לעבודה, בפרט בימי שני וחמישי, האם אני יכול לחלוץ את התפילין בזמן קריאת התורה?

תשובה

נוהגים שלא לחלוץ תפילין עד שמחזירים את הספר תורה להיכל, שלחן ערוך (סימן כ"ה). וכן אין לחלוץ את התפילין בפני ספר תורה, אפי' אם ספר התורה סגור ומכוסה במעיל, אלא אם כן מסובב ראשו או שמכסה את ראשו בטלית. שלחן ערוך (סימן קמ"ב סעיף ב')

CASSIAS

אין סוף חוויות ישיבה

SPRING SALE

עד 50%

סינפים: כנות, ירושלים  
תלפיות, נתניה, תל אביב

\*5741

הטבה מיוחדת  
לקוראי עלון הידברות

## זאבי וסיום הש"ס (ב')

## סיפור בארבעה פרקים, והפעם: איך החיים שלך ייראו אחרי שתסיים את הש"ס?

דיברתי איתו עוד קצת על הנושא הזה, ואמרתי לו: "זאבי, בוא, בוא רגע נכנס למנהרת הזמן. בוא נתמקד מעט במחשבה איך יראה סיום הש"ס שלך. בוא נסה לתאר לי איך זה יראה. איפה זה יתקיים? "בחדר של הרבי שלי", ענה זאבי. "מי יהיה נוכח?", המשכתי לשאול.



שבוע שעבר ביקשתי מזאבי משהו בתמורה לקמע שאתן לו. "אני רוצה שעה ורבע ביום שבה תעבוד בשבילי, אבל כל יום, במשך ארבע וחצי שנים, בלי חוכמות. גם ביום הכיפורים, גם בערב פסח, גם בליל הסדר. אם אתה יודע שביום מסוים לא תוכל - תצטרך להשלים את עבודתך יום קודם".

זאבי אמר: "אבל אני לומד בישיבה, ומתגורר בפנימייה, אני לא יכול לעשות מה שאני רוצה". אמרתי לו: "זו עבודה שתוכל לעשות גם בישיבה, ואפילו בתוך בית המדרש". זאבי הסתקרן ואמר: "תגיד לי מה". אמרתי לו: "אני מגלה לך רק אם תאמר שאתה מוכן. ראה מה תקבל בתמורה, כל החתנים ורוב הבנים גדולי תורה וראשי ישיבות! שמע, זאבי, זה לא הולך ברגל, צריך להתאמץ בשביל זה. אתה מוכן?".

הוא אמר שכן, ואז אמרתי לו: "תראה מה אני מצפה שתעשה: במשך ארבע וחצי שנים, בכל יום, במשך שעה ורבע - אתה לומד עם חברותא גמרא עם רש"י ותוספות, לפי סדר המסכתות. התפקיד שלך הוא לסיים את הש"ס. עשיתי חשבון שבשעה ורבע ביום, בלימוד שוטף, בניכוי הסוגיות שלומדים בישיבה ממילא, במשך ארבע שנים אתה מסיים את הש"ס. אני אומר ארבע שנים, אבל ליתר ביטחון ביקשתי ממך להתחייב לארבע וחצי שנים. אם סיימת קודם - השתחררת".

זאבי אמר: "טוב, איפה הקמע?".

אמרתי לו: "זאבי, אתה הרי בחור חכם. תן דעתך, בחור שעוד לפני שהגיע לשידוכים סיים כבר את הש"ס, אתה מבין שלא שדכנים רגילים יטפלו בשידוך שלך. יהיו אלו שדכנים שמטפלים בשידוכים של גדולי התורה ואדמור"ם. אתה מבין שבמצב כזה גדולי התורה ירצו בך כחתן! אתה מתחיל היום מסלול חדש לגמרי בחיים שלך, ממך יתחיל הייחוס! ודאי שאתה תוכל, בבוא היום, לבחור לעצמך חתנים מטובי העילויים שבעולם, גדולי תורה ויראה, וגם רוב בניך יצאו גדולי תורה בעזרת ה'. אתה פותח מסלול חדש בחיים, אתה משנה את כל החיים שלך. אתה בגיל 19 תסיים ש"ס, אתה מבין מה זה? כל החיים שלך ישתנו!".

"אתה".  
חיכתי ואמרתי לו: "בעז"ה, תזמין ואשתדל להגיע. מי עוד יהיה?".

"אבא שלי".

"ומי עוד? אחים שלך יהיו?".

"לא יודע".

"משפחה? אמא שלך?".

"ודאי".

"תגיד לי, זאבי, שאלתי, אתה יכול לדמיין לעצמך את המילים הראשונות שיגיד לך הרבי שלך לאחר הסיום המרגש?".

כאן זאבי הסמיק, וניכר עליו שהוא מתחיל להתרגש, לאחר שחשב קמעה, ענה לי: "מזל טוב, חילך לאורייתא". ביקשתי ממנו שיתאר לי את פניו של הרבי ברגע הזה, את לחיצת ידו, את שפת גופו. שקט מתוח השתרר בקהל, וזאבי ענה (בלחש): "הרבי לוחץ את ידי ממושכות, ועם ידו השנייה מלטף את גב ידי הימנית שבתוך ידו, ידיו של הרבי ממש מזיעות מהתרגשות. הרבי מביט בריכוז לתוך שתי עיני, ממש מלטף אותי בעיניו האוהבות והשמחות, ועל פניו ניכרים שמחה ואושר".

המשך בשבוע הבא, בעז"ה.

לרכישת ספרי הרב אהרון מרגלית, היכנסו להידברות שופט או חייגו: 073-222-1250

## נצפה לאחרונה

יעקב בלומשטיין, מעובדי הידברות, ביקר בטייוואן, וגם לשם דאג לקחת את עלוני הידברות, להפיץ את הזכויות בכל העולם.  
ברקע: בית חב"ד בטייפה, עיר הבירה של טייוואן

נתקלתם או הפצתם בעצמכם את עלון הידברות במקום מעניין ולא שגרתי? צלמו ושלחו אלינו אל [ONEG.SHABAT@HTV.CO.IL](mailto:ONEG.SHABAT@HTV.CO.IL) לזיכוי הרבים ולהפצה בעצמכם חייגו 073-2221388 והכרנה בדרך אליכם!



לגדולו  
סיון רהב מאיר

# שמעתם מה קרה?

**פרשת ניצבים מתארת את קיבוץ הגלויות, את העלייה לארץ  
מכל המקומות שבעולם, גם הרחוקים ביותר**

ביניהם באמהרית, להתווכח, לתרגם, להסביר ולצעוק, וקרן לא הצליחה להשתלט עליהם, עד לצלצול.

בבוקר שלמחרת, כשהגיעה לכניסה לבית הספר, כמה עשרות עולים מבוגרים מאתיופיה עמדו שם, נסערים, מדברים זה עם זה. כשקרן התקרבה, הם השתקו. אחד מהם, שכנראה ידע עברית טוב יותר מכולם, פנה אליה: "הילדים חזרו אתמול הביתה ואמרו שהמורה סיפרה להם שאין בית מקדש בירושלים. איך אפשר להגיד להם דבר כזה?", אמר בכעס.

"בית המקדש נשרף לפני אלפיים שנה", ענתה קרן. האישה פנה לחבריו, תרגם את הדברים של קרן בקול רועד, ושאל אותה שוב: "את בטוחה?". ובאותו רגע, הם הבינו, והאווירה כולה השתנתה. אישה אחת נפלה על הקרקע. האישה שלידה פרצה בבכי קורע לב. עוד אחד מהאבות פרץ בבכי מה. והילדים עמדו בצד, עצובים, מביטים במבוגרים האבלים שבעצם שמעו עכשיו לראשונה על חורבן הבית. היה קשה לחזור באותו יום לכיתה ולהמשיך ללמוד, אבל נראה שביום הזה קרן למדה יותר מכולם.



"מבצע שלמה" היה מבצע מיוחד להעלאת יהודי אתיופיה לישראל. במשך כשלושים ושש שעות בלבד, יום וחצי, טסו לישראל כשלושים מטוסים, והעלו כחמישה עשר אלף בני אדם. קרן גוטליב הייתה אחת המורות שלימדו את הילדים שעלו מאתיופיה, באתר הקרוואנים בת-חצור, שליד היישוב גדרה.

בני הקהילה האתיופית שמרו שבת והכירו את רוב החגים, והייתה להם מסורת עשירה שעליה הם שמרו ברצינות רבה. אבל הם לא הכירו את חנוכה ואת פורים, למשל, בגלל שנים של נתק משאר העם היהודי.

קרן ניסתה להשלים את הפער, וכמובן גם ללמד את הילדים עברית. כשלימדה על חג הפסח, אחד התלמידים קפץ ואמר: "המורה, את היית פעם בבית המקדש?".

קרן חשבה שהתלמיד צוחק. "מה פתאום", ענתה בחיוך. אבל התלמיד היה רציני לגמרי, ואחרים הצטרפו אליו. קרן חשבה שאולי הם לא מבינים את העברית שלה, וניסתה להסביר שוב: "לא הייתי שם, וגם אבא שלי לא היה שם, וגם סבא שלי לא היה שם. כבר אלפיים שנה אין בית מקדש!".

הבלגן בכיתה הלך וגבה. הילדים התחילו לדבר

לרכישת הספר "לגדולו" של סיון רהב מאיר, הכנסו להידברות שופט או חייגו: 073-222-1250



## מה פרוש שמה של הצירה? ליובאוויטש?

אניין  
של ילד  
יהודי

לפני כחמש מאות שנים חי צדיק נסתר בשם

רבי מאיר. רבי מאיר התפרסם בזכות אהבתו הגדולה לבל

הבריות. הוא אהב בני אדם, ונהג ללכת אצלם ולישון אצלם, ויהודים,

ואהב גם את בעלי החיים, כי כלם נבראו על ידי הקב"ה, שבורא כל אחד ואחד באהבה

עצומה ובלתי מזהלת. רבי מאיר נהג לומר כי "כל שרוח הבריות נוחה הימנו -

רוח המקום נוחה הימנו", לומר כאשר אנו מתיחסים יפה לסובבים אותנו ונהגים גם כל אדם

הקבוצה, גם הקב"ה מרצה ומאששנו.

רבי מאיר הקים את הצירה ליובאוויטש יחד עם משפחות יהודיות נוספות. הם רצו שהצירה תהיה

שתוקם תהיה מהקסטל אלהבת הבריות. כך קראו לצירה החדשה בשם "ליובאו", שפרושו הפולנית

והרוסית: "אהבה", על שם מדתו של מוסקה, רבי מאיר.

לאחר זמן נוספה לשמה של הצירה הסימט "ויטש", ומצתה שמה נקרא "ליובאוויטש". הצירה היתה סמל

לאהבת ישראל, אהבת הבריות, ומצל הכל - אהבת ה'. (מאובד מתוך אתר פני מלך ואתר אולם הילדים).



טריזיה

### מי היה רבנו תם?

- א חתנו של רש"י
- ב אחיו של רש"י
- ג חברו של רש"י
- ד נכדו של רש"י

### כמה מסכתות יש בש"ס משניות?

- א 120
- ב 60
- ג 28
- ד 45

### איזה ספר בתנ"ך כתוב בחלקו בארמית?

- א ויקרא
- ב דניאל
- ג קהלת
- ד תהילים

### על מי נאמר שהיה עניו מכל האדם אשר על פני האדמה?

- א יהושע בן נון
- ב שלמה המלך
- ג משה רבנו
- ד גדעון

### הוא שמע שמועה - ובא על מי מדובר?

- א בעור
- ב יתרו
- ג אלדד
- ד בלעם

פתרון היחידות מפרשת כי תצא:

א. ביום כיפור, ב. לקחת אש מנר ששבת, ב. 100, ד. יעקב אבינו, ד. לקיש, ושלח את שאול בנו

שלחו אלינו למייל  
TRIVIA@HTV.CO.IL

יחד עם כתובתכם

ומספר הטלפון שלכם,

וציינו בנותרת את שם הפרשה.

בין הפותרים נכונה יוגרל הספר

"פשוט שאלה לעניין" מאת

מ. קינן מתנת הידברות שופט.

הזוכה מעלון פרשת ואתחנן: אבישג בן טריה



הידברות שופט

שנה טובה!



## ככה ילדים אוהבים ללמוד

ספרי לימוד חוויתיים לילדים

תוכן ברור, פשוט ומובן לצד ציורים מרהיבים שנותנים המחשה ומפשטים את הכתוב

מהרו להזמין! 073-222-1250 | כנסו לאתר לעוד מגוון מוצרים! shops.hidabroot.org



# אנמיה

**מה גורם לאנמיה, ואין אפשר למנוע אותה?**



אנשים רבים סובלים מאנמיה כזו או אחרת. הסימפטומים שלה הם עייפות קיצונית ותשישות, קוצר נשימה, תחושת עילפון, דפיקות לב, כאב ראש, חוסר תיאבון, טינטון ועוד. להלן 3 סיבות נפוצות לאנמיה:

1. **חסר במינרל הברזל (IRON)** - לעיתים נראה רמה נמוכה של ברזל בדם (זו לא בהכרח אנמיה), וזה לא אומר שחסר ברזל בגוף. מה שחשוב הוא מחסני הברזל (זה נקרא בבדיקות הדם - פריטין). חשוב ביותר שהם יהיו מלאים. לעיתים נראה ההיפך, כי בדם יש מספיק ברזל, ובמחסנים מעט, ואז יש אנמיה. רצוי מאוד שלנשים בגיל הפוריות, תהיה רמת פריטין טובה בדם, ושהערכים יעמדו לכל הפחות על 20-30 ננוגרם למ"ל על מנת להרגיש טוב, ובגילאי הבלות נראה כי רמת הפריטין גבוהה יותר, וכך אמור להיות. אם רמת הפריטין נמוכה מ-20, כדאי מאוד להעלותה על ידי תזונה נכונה, קרעפט, תוסף ברזל נוזלי שלא עושה עצירות וכו'. חשוב לבדוק שאין דימום סמוי מהמעיים (יש בדיקות מיוחדות לשם כך). מצבים כאלה עלולים להיווצר כתוצאה מכיב במעי, או מצריכת מוצרי חלב שעלולים לגרום למעי דלקתי ומדמם אפילו באופן קל, ללא נראות כלל.

2. **חסר ב-B12** - אורח חיים קלוקל עלול לגרום לירידה שלו בגוף, כגון: מתח, מזון חומצי, פריזיטים במעיים (קנדידה, תולעים וכו') שעלולים לגרום למיעוט באוכלוסיית החיידקים הטובים במעי, שמייצרים את ויטמין B12. חשוב לאזן את המעיים עם פרוביוטיקה טובה (חיידקים טובים במעי), ועדיף לקבלה מהמזון - כמו פירות, ירקות ומזון מותסס (למשל, מי כרוב כבוש ביתי). אבל הכי חשוב לנקות את המעי מפריזיטים באמצעות ניקוי רעלים או תזונה בריאה, לטפח את אוכלוסיית החיידקים הטובים במעי, ואז יהיה מספיק מהוויטמין הזה בגוף, בעז"ה.

3. **חסר בחומצה פולית, 9B** - רצוי מאוד שלא לצרוך תוסף זה לבדו, אלא עם כל משפחת ויטמיני B. זה נקרא בבתי הטבע BX או B50. יש שם כמויות טובות של כל משפחת ויטמיני ה-B, כולל חומצה פולית וכולל ויטמין B12. כמות טובה זו נמצאת גם במולטי-ויטמין איכותי וטבעי, אך לא בתוספי "פרנטל" למיניהם, שבהם המינון של ויטמיני B נמוך מאוד.

לרכישת המהדורה האחרונה של הספר "ד"ר התזונה להתנקות, להבריאה לרווח בקלות" של הגב' ר.ל. פלץ חייגו להידברות שופט: 073-222-1250

מביא הגאון רבי חיים פלאג'י סגולה נפלאה לערב ראש השנה, והיא שייזרה האדם לקרוא בערב ראש השנה בחומש דברים בפרשת כי תבוא פרק כ"ו, פסוק א' עד פסוק י"א. וכל הקורא פרשה זו - הקדוש ברוך הוא מעביר כרוז ברקיע ואומר: גבתי מאדם זה כל החובות, ומוחל



**מה כדאי לעשות ביום האחרון של השנה, ובימים שלפניו?**

**על חטאותיו.**

**זיכוי הרבים:** זה הזמן לבקש גם על אחינו הרחוקים, שגם הם ידעו את ה' - ש"ידע כל פעול כי אתה פעלתו, ויבין כל יצור כי אתה יצרתו, ויאמר כל אשר נשמה באפו - ה' מלך, ומלכותו בכל משלה". זה משפט עמוק שנכנס ללב, כי יש פה קריאה פנימית אליך, כן, אליך - מה עשית בשביל זה? מה עשית בשביל שיכירך, וידעך, ויטעמו, ויראו? זה לא מספיק להמליך את ה' למלך בתוך הלב שלך וזהו. מלך זה עם! מלך זה כל עם ישראל, כן, גם אלה הטועים, התוהים והתועים - גם אותם ה' מבקש. גם הם עוברים לפניו כבני מרון... אז כשאכפת לך, ואת מבקשת עליהם ועושה למענם, זה להמליך את ה' בדרגה הכי גבוהה שיש זה גם מציל אותך, שומר עליך ועומד לזכותך ביום הדין. זה מציל אותך, כי כל המזכה את הרבים, אין חטא בא על ידו - ה' עוזר לאדם שמזכה את הרבים להינצל יותר מחטא. זו עצה טובה למי שקשה לה להתגבר על חטא מסוים - תזכיר את הרבים, וממילא תזכיר שה' יעזור לך להתגבר. זה עומד לזכותך ביום הדין, כי כל המזכה לאחרים - אותה הזכות עומדת לו ואינה סרה ממנו (זוהר). את זוכה בזכות עצומה, וכל התחזקות שתהיה למי שחזיקת - תקבלי עליה שכר עצום.

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



בעזרת השם יתברך, ביום ששי הבא, כ"ט באלול, יחול היום האחרון של השנה. מה את עושה ביום האחרון של השנה?

ראשית, זהו יום שבו טוב לעשות תשובה לפני יום הדין, זכרי, יש קונה עולמה בשעה אחת! בכוחו של היום הזה לכפר על כל העוונות של השנה כולה, על ידי תשובה מעומק הלב.

השתדלי ביום הזה לבקש מחילה ממי שצריך להתכונן לראש השנה בשמחה, להודות על השנה החולפת, למלא את הלב בהודיה שזיכנו השם יתברך לחיות ולהגיע ליום הזה.

**תענית:** יש הנוהגים להתענות בערב ראש השנה עד חצות היום, ויש הנוהגים עד פלג המנחה (כדי לא להיכנס ליום טוב בתענית), וזו הנהגה חשובה וטובה עד מאוד.

**קברי צדיקים וצדקה:** נהגו להתפלל ביום זה על קברי צדיקים ולתת צדקה לעניים.

**הפרשת חלה:** טוב לקיים מצוות הפרשת חלה בערב ראש השנה (או כמה ימים קודם). כוונתו לתקן חטאה של חוה, שקלקלה חלתו של עולם בראש השנה, ודבר בעיתו מה טוב!

**סגולה לערב ראש השנה:** בספרו "מועד לכל חי"

**פינת המומחית**

## רשות מהילד

**האם צריך לבקש רשות מהילד להשתמש בחפצים שלו?**

כאשר זה לא כן, והילד מרגיש שחייבים לו, הוא כועס מאוד אפילו על אבא ואמא, ומרגיש שעשו לו עוול. ואם אבא ואמא לא באותה דעה, הילד מרגיש רע יותר, ואפילו חוסר צדק, וממילא הוא מגיב כפי שהוא מגיב. אחרי שהדעות שוות, ולאחר שההורים בטוחים בני"ל, אפשר להתקדם שלב: כן, לבקש את רשותו של הילד, כלומר להציג לו את הסיטואציה ולשאול אם הוא מסכים, ולא לקבוע לו עובדה, מה שגורם לו להתנגד יותר ולכעוס.



כאשר נותנים לילד את זכות הבחירה במצבים כאלה, זה גורם לו לשתף פעולה ולרצות, אך רק אם באים בגישה אמיתית שבאמת הוא לא חייב, וממילא אם הוא לא יסכים - הוא ירגיש שהוא הפסיד, וחבל, כי המלצתם לו כן לתת, והוא בחר אחרת. (יוכי דנחי - תומכת רגישה רב תחומית, מנחת הורים מומחית למשמעת וסמכות בשיטת אימהות מודעת)

**האם צריך לבקש רשות מהילד להשתמש בדברים שיש לו? מיטה שלו, משחק, לחמניה שחיימתי לו או חטיף? בעלי טוטן שהוא המחליט, ואין דבר כזה "לבקש רשות מהילד". אני טוענת שיש דברים ששייכים לילד/ה, וצריך לבקש רשות, ולא לקחת ללא רצונם.**

השאלה שלך מעניינת, והתשובה עליה כללית. ממליצה לקרא אותה כמה פעמים כדי להבין את הניואנסים שמעבר.

בבית אין דבר כזה "זה של הילד". בית זה דבר שאבא ואמא מחליטים עליו, ואין זה אמור להשתמע לשתי פנים, לכן אין דבר כזה "של הילד". זה אמור להיות ברור גם לילד וגם להורים - כמוכן, קודם כל זה אמור להיות ברור להורים, ואז ממילא זה מה שמשודר לילד.

**אשקלון** יום שלישי | כ"ו באלול | 12.9 אולם בינים של מלך רחוב דבורה הנביאה 12

**רעננה** יום רביעי | כ"ז באלול | 13.9 אולם בייכ יוסף שלום לעולי לוב רחוב שבזי 13

המופע לנשים ונערות // כרטיסים במקום בשעה: 19:30 // **לכרטיס: 073-222-1240**

הרב **יעקב חמו** להתקרב מתוך שמחה

**חגית שירה** כהן

הכח שבך כלים להתבוננות נכונה בחיים

כאילו אהרן במופע אלול

**הלב נפתח**

# ערב ראש השנה

## הידברות בשידור חי

מרחבת הכותל ועד  
ציונו של רבי נחמן מברסלב  
היישר לסלון ביתכם

**LIVE 97** היברות

**שישי הקרוב!**  
החל מ- 10:00

**LIVE 97** היברות | **מהכוננים הראש השנה**

החל מ- 9:00

## חמישי הקרוב! בשידור חי

מתלווים לגדולי הרבנים בהכנה ליום הדין

שידור מיוחד ב 21:00  
**הרה"ג זמיר כהן**

הרב עמנואל מזרחי | הרב חיים פוקס | המסגל הרב יצחק בצרי | הרב יצחק פנגר

בהשתתפות: הרבנית חגית שירה

# נופש מרומם לנשמה

הכנה רוחנית, דברי תורה ואווירה מיוחדת.  
מהאירוח ועד הקינות, הכנו לכם את כל מה שצריך בחג.

**נפשים פתוחים**

**מלון ניר עציון** | **מלון כינר**

**שבת שוכה • שישי - שבת**  
ז' - ח' בתשרי 22-23.9  
הרב יצחק פנגר והרב זאב ארן

**שבת שוכה • שישי-שבת**  
ז' - ח' בתשרי 22-23.9  
הרה"ג זמיר כהן והרב מאיר שורץ

**שבתה הורה • שישי-שבת**  
כ"א-כ"ב בתשרי 6-7.10  
הרב אבנר קוואס והרב מאיר שורץ

הכנו לכם חג מושלם! **073-222-1-270** הבטיחו מקומכם <

סעודות חג למהדרין | הרצאות מרתקות | תפילות מרוממות

מגוון מרהיב של פריטי עיצוב לבית היהודי

**כלי בית** | **מערכות אוכל** | **הגשה ואירוח**

אתחזלים לכבוד השנה החדשה | יריד מוצרים ענק בהידברות שופס

חדש! מאת מוצרים חדשים באתר לכבוד השנה החדשה

חפשו היברות שופס | [shops.hidabroot.org](https://shops.hidabroot.org) | 073-222-1250 << משלוחים עד הבית המלאי מוגבל

לעילוי נשמה | דוד מנחם (דודי) בן הזבה / ג'נין בת מזל / פונגדה בן טורי / סוזן שושנה בת חביבה / יעל בת זלפה / אורנה בת תמר / יצחק מנצור בן מונואר / חיים בן רמונד / חיים בן מלכה / מרי בת שרה חתון / **בשורות טובות וכל הישועות** / שרית בת רינה / אריה אריק בן רותי / **רפואה שלמה וכל הישועות** / יפה ואשר בן שמואל

# העלון מוקדש

להקדשת העלון | חייגו 073-222-1388 | שלוחה 3