

# הידברות

## עונת שבת

www.hidabroot.org  
תפוצה: 293,000 עותקים

פרשת וישב | גיליון 631 | כ"ה בכסלו תשפ"ד  
onetg.shabat@htv.co.il | לתגובות:  
073-222-1388 | להפצת העלון:

### שאל את הרב

הג"ר אברהם יוסף שליט"א

**אם לא הדלקתי נרות חנוכה וכבר הגיע צות הלילה - האם מותר עדיין להדליק?**

ההדלקה צריכה להיות לכתחילה מיד לאחר צאת הכוכבים, שאז חוזרים מתפילת ערבית בבית הכנסת ומדליקים (לא לפני צאת הכוכבים). ומי שלא יכול להדליק בזמן זה מסיבות שונות, רשאי להדליק כל הלילה בברכות. ואם יש בני בית, ראוי שיהיו חלק מהם ערים בשעה שמדליק, כדי לתת פרסום לנס.

**נרות החנוכה שלי כבו אחרי 10 דקות. האם מותר להדליק אותם מחדש?**

הדלקה עושה מצווה, דהיינו שצריך להקפיד שתהיה לנר יכולת לדלוק חצי שעה לפחות, שאם הנר קטן ולא ידלק חצי שעה - לא יצא ידי חובה, וברכותיו לבטלה. ואם בזמן ההדלקה היה ראוי להיות דולק חצי שעה, וכבה מסיבה של אונס, יצא ידי חובה ואינו חייב לחזור ולהדליק. אך מותר להדליק מחדש, ולא יברך שוב.

## תכלית נפילת המשענות

### מהי התכלית של הצרות שלפני ביאת המשיח?

גם בלעדיהן?

אולם מלמדים אותנו רבותינו ז"ל במשנה זו שתנאי גמור לגאולה הוא חיבור וקישור פנימי של עם ישראל למלכו של עולם, באופן שרק אליו עיינו תלויות, וכולנו חשים בעומק לבנו כי אין עוד מלבדו גם בכל הנוגע אלינו באופן אישי, וגם בכל הנוגע להנהגת המדינות והעולם.

לפיכך, כל זמן שאנו נשענים על משענת כלשהי, מבלעדי ה' יתברך, אי אפשר שתבוא הגאולה, והדבר מחייב את הפלת המשענות. אם נשענים על כלכלה חזקה, או על חומות יצוקות באדמה ועל גדרות ומצלמות בגבולות, ועל כוחנו ועוצם ידינו, ועל אומות העולם, ושוכחים את מי שהכל בידו, מפיל הקב"ה את המשענות, והנה אנו רואים כי "אשור לא יושיענו", ו"אם ה' לא ישמור עיר שוא שקד שומר". וכפי שנוכחנו לראות שכל החומות והגדרות והשיטות שונות שהעניקו תחושה כי הצד הדרומי של ארץ ישראל חזק ומאובטח יותר מכל מקום אחר, קרסו לפתע פתאום, והמוני פראי אדם פשטו על בתי ישראל במשך שעות רבות באופן בלתי נתפס. הדבר הרי יצר תחושת אין אונים בלב, וחוסר ביטחון, וחוסר אמון בממשלה ובצבא להגן על העם הגר בארץ ישראל. וכאשר המשענת הגדולה שקיננה עד כה בלבבות יוצאת מהלב, נוצר חלל שעלול להבהיל את האדם בדאגה לעתיד. ומה משיב כל יהודי לעצמו? רק במילים הבאות: "על מי יש לנו להישען? על אבינו שבשמים". והרי בדיוק לכך עלינו להגיע, לחיבור הפנימי העמוק וההגיוני כל כך עם מלכו של עולם, שהכל בידו. ומכאן שאם אנו מגיעים לתובנה זו, וקונים אותה היטב בנפשנו מצד עצמנו באמצעות אמונה וביטחון רק בה' לבדו, ומנהלים את חיינו על פי תורתו הקדושה, אין צורך בהפלת המשענות, והגאולה בא תבוא דרך כבוד וגדולה, ללא צרות וללא ייסורים. ויהי רצון שנוזכה לה במהרה בחסד וברחמים, אמן. שבת שלום.

מורנו הג"ר זמיר כהן שליט"א

מסלול חייו של יוסף הצדיק רצוף התמודדויות וקשיים. הוא נמכר לעבד לאורחת ישמעאלים, והם מוכרים אותו לעבד במצרים. משם הוא מושלך לכלא במצרים בעקבות עלילה, לאחר שעמד בגבורה בניסיון פיתוייה של אשת פוטיפר, ולכאורה היה אמור להישבר לאחר כל שנות הסבל הללו. אולם יוסף יודע כי יש מנהיג לעולם, וכל המתרחש עמו לא בא במקרה, ומתוך ידיעה זו הוא נשאר בגדולתו הרוחנית, אינו נשבר משום קושי, ולבסוף דווקא מתוך השבר הוא עולה לגדולה, ומתמנה לשליט מצרים.

גם מסלול חייו של עם ישראל רצוף התמודדויות וקשיים. אולם ודאי שלאחר שנתקיימו כסדרן כל החזיונות שראה דניאל אודות גלויות בבל, פרס, יון, רומא, נצרות וכעת האיסלאם, הרי לפי השתלשלות המאורעות בצירוף סימנים רבים שנאמרו על תקופת הגאולה, קרובים אנו לימים הנשגבים שבהם העולם מגיע לשלימות תיקונו, ועם ישראל זוכה לתפארת גדולתו, ככל הנבואות הנפלאות שבספרי הנביאים (ראה בהרחבה בביאורנו "נזר חזיונות" על ספר דניאל, ובספר "מסע אל האמת").

והנה ידועה המשנה (סוטה מט ע"ב): "בעקבות משיחא חוצפא יסגא וכו', ואנשי הגבול (אנשים שגרים סמוך לגבול ארץ ישראל) יסובבו מעיר לעיר ולא יחוננו, וחכמת סופרים תסרת, ויראי חטא ימאסו, והאמת תהא נעדרת וכו', ועל מי יש לנו להישען? על אבינו שבשמים". עיין שם בכל הסימנים המתגשמים נגד עיינו בזה אחר זה. במבט שטחי נראה כאילו סיום המשנה נאמר כאדם הנאנח מצרותיו ואומר "ה' יעזור", אולם הסבר עמוק והדרכה נפלאה יש כאן כדי להבין את כל דברי המשנה.

שהנה יש להבין, מהי התכלית של צרות אלו שלפני ביאת המשיח, ומפני מה לא תבוא הגאולה



2 | לשחרר כלפי עצמך הרב יצחק פוגר



4 | מארים את החושך הרב דן סימקין



5 | תפילה לפדיון שבויים הרב יצחק בצרי



6 | ציטויות לקהילים תמר שניידר



11 | התרחמות הרוח הרב יוסף עזרא



15 | מוכר השטחים חני ליפשיץ

עלון טעון גבייה | נא לא לקרוא במהלך התפילה

### זמן כניסת ויצאת שבת

| מוצאי שבת | מוצאי שבת | כניסת השבת | ירושלים |
|-----------|-----------|------------|---------|
| 17:52     | 17:14     | 16:00      | ירושלים |
| 17:49     | 17:16     | 16:15      | תל אביב |
| 17:48     | 17:13     | 16:06      | חיפה    |
| 17:53     | 17:17     | 16:19      | ב. שבע  |



היו שותפים במיזם של הידברות למען החיילים והמפונים ותקבלו חנוכיה מפוארת ותעודה יוקרתית עם הפסוק האישי שלכם בה מופיע שמכם ושם אמכם בספר התורה

לקבלת החנוכיה היוקרתית עד הבית  
חייגו: 073-222-1212

## ספר ההצורה

המרגש והנדיד





סורש ורמה, שנורה למוות חמש שנים קודם לכן, וכן שלא למנתו קוראים אומה ולהם שני בניים.

חוקרים פארא-פסיכולוגיים, ד"ר נ.ק. צ'אדה מאוניברסיטת דלהי וד"ר אנטוניה מילס מאוניברסיטת וירג'יניה, ארה"ב, החלו בחקירה מפורטת של המקרה של טיטו. ד"ר צ'אדה הפגיש את הילד טיטו, בהסכמת הוריו, עם אלמנת הסוחר שנרצח והוריו. טיטו רץ וחיבק את הוריו של סורש ורמה. הוא שאל את הוריו של סורש מדוע הם לא הגיעו עם מכונית הפיאט שלו, ואביו של סורש נותר המום ולא ידע כיצד ידע שלסורש אכן היתה מכונית פיאט, אותה מכרו לאחר פטירתו. לאומה הוא סיפר על פיקניק שהיא ובעלה עשו יחדיו, ושבמהלכו נתן לה הבעל בונבוניירה גדולה. הפיקניק היה אירוע שעל אודותיו ידעו רק הבעל ואשתו. רק השניים השתתפו בו, ולא סיפרו עליו לאיש. בביקורו של טיטו בחנות הרדיו שהיתה בבעלותו של סורש, הוא הצביע על שינויים שנערכו בחנות, כגון חלון הראווה ומדפים שהתווספו. המטלטל מכל - משטרת אגרה עצרה על סמך עדותו של הילד את איש העסקים סאדיק ג'יהאדין וחקרה אותו. לאחר זמן קצר הוא נשבר והודה ברצח (פורסם בערוץ החדשות המוביל של הודו - India Today, תאריך פרסום: 31 בדצמבר 1988; פורסם בכתבת וידיאו של ה-BBC TV news program: Forty Minutes).

זיכרונות מגלגולים קודמים הינם תופעה מרתקת, שמוכיחה כי עולמנו אינו רק בעל ממד פיזי וגשמי, אלא גם בעל ממד רוחני. תופעות פארא-פסיכולוגיות מעין אלו מדגימות כי באדם קיים חלק נוסף מלבד גופו הפיזי, והוא - הנשמה.



## "זה מי שרצח אותי" בגלגול הקודם"

**האם ניתן להוכיח באמצעות תופעות מטא-פיזיות את קיומה של הנשמה ואת קיומו של עולם רוחני? האם ישנן עדויות בעולמנו לגלגול נשמות?**

בסוכנות הידיעות של ניו-דלהי פורסמה כתבה מטלטלת בעלת הכותרת "אני זוכר כיצד נרצחתי בשעה 17:45", וכך היו פרטי המקרה: ב-28 באוגוסט 1983, בשעה 17:45, נורה למוות סורש ורמה (Suresh Verma), תושב העיר אגרה, הודו. הכדור פגע בראשו והרגו בו במקום. הרוצח נמלט. ארבעה חודשים מאוחר יותר נולד טיטו סינג (Titu Singh) בכפר באד, הודו. כאשר מלאו לטיטו סינג חמש שנים, הוא סיפר להוריו: "בגלגול הקודם שלי הייתה לי חנות למכשירי רדיו. אני זוכר כיצד נרצחתי בשעה 5:45 אחר הצהריים. הייתי בדרכי מהעבודה לביתי. לפתע פתחו עלי שני גברים באש מאקדחים שהיו בידיהם. כדור אחד פגע בראשי. היה זה איש העסקים סאדיק

ג'יהאדין שרצח אותי". בראיון שנערך עם אמו של טיטו היא מספרת כשדמעות בעיניה: "זה ככה מאז שהוא בן שלוש. הוא טוען שהוא סורש ורמה. לפעמים הוא מתלונן על געגועים לבית הקודם שלו ומאיים לעזוב". טיטו טוען שלאשתו קוראים אומה ויש להם שני בניים. בשלב מסוים כשטיטו עמד עיקש על הצהרותיו שהוא סורש ורמה, החליט אחיו הגדול לנסוע לאגרה, 13 ק"מ מהכפר שלהם, כדי לבדוק את טענותיו של אחיו ולנסות לגלות אם האדם עליו טיטו מדבר אכן היה קיים. כשהגיע לאגרה, הוא נדהם לגלות ברחוב המסחרי המרכזי חנות בשם "רדיו סורש". הוא נכנס לחנות ודיבר עם אחד המוכרים בחנות שאישש כי אכן החנות היתה בבעלותו של אדם בשם

הרב יצחק פנגר

זה אפשרי



צמידים על ידיה עשרה זהב משקלם" (שם כ"ב). מה הלחץ? למה הוא נותן לה את המתנות מיד? מדייק ה"דברי ישראל": המבחן של רבקה לא היה רק אם היא תעשה חסד או לא, אלא אם היא תעשה את החסד בשמחה. לכן כתובה המילה "והיה... הנערה וכו'". תמיד כשמופיעה המילה "והיה" בתורה - פירושה בשמחה. וכיוון שהיא עשתה את מצוות החסד בשמחה, אמנם על מצוות אין שכר בעולם הזה, אך על השמחה במצווה כן, ולכן הוא נתן לה מיד את המתנות, ללמדנו שגם אנו - אם נעשה את המצוות בשמחה, בעזרת השם את השכר נקבל כבר כאן.

אם כך, הנה הרווח ראשון לשחרור הפרפקציוניזם שבמציאות בעקבותיו לחץ, עצבים, וממילא גם דיכאון. כן לשאוף לשלמות, אבל בלי לחץ מיותר, וכחלק מאותה שאיפה לשלמות - לעשות את המצוות בשמחה. בפעם הבאה שאתם באים לעשות מצווה כל שהיא - ברכות, תפילות, מצוות וכו' - תחשבו על זה, ותוסיפו תבלין של שמחה.

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



**הפרפקציוניזם מביא איתו לחץ ודיכאון, אבל בשביל שלמות אמיתית צריך שמחה**

לדרך מצויד במתנות, כדי למצוא אישה ליצחק. בשלב מסוים הוא מבקש מהבורא שיעזור לו במציאת האישה הנכונה, וכך הוא אומר: "והיה הנערה אשר אומר אליה... אותה הוכחת לעבדך ליצחק" (בראשית כ"ד, י"ד). בהמשך, מיד כאשר הוא פוגש את רבקה, והיא אכן עושה את מה שהוא ציפה ואף יותר, הוא מיד נותן לה את המתנות: "והיה כאשר כילו הגמלים לשתות, וייקח האיש נזם זהב בקע משקלו ושני

אם הייתי רוצה לפתור, לפחות חלקית, את בעיית הפרפקציוניזם במילה אחת, הייתי אומר פשוט "לשחרר". בהמשך נלמד טכניקות מפורטות יותר.

ניקח מקרה אחד בתורה (סיפור השידוך של יצחק אבינו, כאשר אברהם שולח את אליעזר לבחור את רבקה כאישה ליצחק אבינו) משני היבטים, כדי ללמוד כיצד לשחרר כלפי עצמך, וכלפי אחרים.

אחד מהדברים החשובים מאוד בקיום המצוות הינו קיום המצוות בשמחה. אין אפשרות לקיים מצוות בשמחה עם פרפקציוניזם ברקע, כמו שאומר הבעל שם טוב בצוואתו: "אל ירבה בדקדוקים יתרים בכל דבר שעושה, שזו כוונת היצר הרע לעשות לאדם מורא שמא אינו יוצא בדבר זה כדי להביא אותו לעצבות, ועצבות היא מידה מגונה ומניעה גדולה לעבודת הבורא יתברך" (צוואת הריב"ש).

כידוע, אין שכר בעולם הזה למצוות. אבל ה"דברי ישראל" מציין שעל שמחה במצוות - יש. הוא מביא זאת על הסיפור של אליעזר עבד אברהם, שיוצא

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



**הפצה ולוגיסטיקה**  
טליה זכריה, אסתר שמיר

**עריכה גרפית**  
שני מוזיאל

**עורכת משנה**  
דבי רייכמן

**עורך**  
דודו כהן

**הידברות**  
אנף לכה

ניתן להקדיש את שמירת שבת ולהעביר שם לתפילה



**מי ששומר את השבת - השבת שומרת עליו. בואו נשמור כולנו יחד, באחדות נפלאה את השבת הקרובה למען החיילים החטופים והנעדרים.**

אמע מדיבורי חול בשבת

הדלקת נרות שבת

לימוד תורה למען החטופים

אקרא פרק תהילים בשבת

**שבת אחים ואחיות**  
למען האחים שבשבי

עושים להם ביחד

# חג אורים שמה

מפיצים אור של רוחניות לחיילים היקרים המוסרים את נפשם בחזית הקרב הקשה ומקבלים את החנוכייה היוקרתית שתאיר לכם את החג.



## מתנות ייחודיות

### חנוכייה מפוארת ו'שמן הצדיקים

החנוכייה עשויה קריסטל טהור עבה ומסותת עם חריטה של ירושלים מצופה זהב 24 קראט גודל החנוכייה 50 ס"מ על 50 ס"מ.

חנוכיות אחרונות במלאי  
הזדרזו וקבלו עוד בימי החג

החיילים זקוקים לאור שלכם!

חייגו  
עכשיו: 073-222-1212



בקשו במוקד פרטים על ספר התורה של החיילים





## זה הזמן לפדיון הבן

**מהי מצוות פדיון הבן, ולמה עושים אותה? ומה עושים אם מעולם לא עשו לנו את זה לאחר לידתנו?**

1. מאיפה הכול התחיל? טרם יציאת מצרים הקב"ה היכה במצרים עשר מכות, והאחרונה שבהן - מכת בכורות. כל בכור במצרים - אדם ובהמה - נספו במכה זו, ואילו בכורי ישראל נותרו בחיים. מכיוון שחיייהם של הבכורות בישראל ניתנו במתנה מאת ה', הם מוקדשים לקודש. כל בכור הבהמה הוקרב על המזבח במשכן ובבית המקדש, וכל בכור האדם הוקדש לשרת כל ימיו במלאכת המשכן ובבית המקדש.

2. למה זה לא קרה? תפקידי הקודש היו מיועדים לבכורות ישראל, אלא שלאחר יציאת מצרים חטאו בני ישראל, וביניהם הבכורות, בחטא העגל, מלבד שבט לוי שלא חטא. בעקבות חטא זה לא היו עוד ראויים הבכורות לשרת בקודש, ובני שבט לוי נבחרו להחליפם בתפקיד זה לדורות.

3. למה לעשות פדיון הבן? בכורות ישראל אינם עוד מיועדים לשרת בקודש, אך מכיוון שמלכתחילה הם כן יועדו לתפקיד זה, קיימת עדיין בהם קדושה מסוימת השייכת לכהונה. וכידוע, כל דבר השייך לכהונה ולמשכן ה' חייב להיות שייך לקודש בלבד ואין לעשות בו שימוש של חול. על מנת להוציא את הבכורות לחולין, יש להמיר את שווים בממון, ואותו ממון יקבל את הקדושה שהייתה בהם, ומעתה אותו ממון יהיה שייך למקדש. כלומר, אותה קדושה שהייתה בבכור עוברת אל הממון, שמרגע זה מוקדש למשכן ה', והבכור יכול לחיות חיים של חומר ורוח יחידיו, מחוץ לכותלי המקדש.

4. האם כל בכור צריך לעבור פדיון הבן? הבכורים שצריכים לעבור פדיון הבן הם: גבר בלבד, בכור לאמו, האב והאם שניהם לא בני משפחת כהן או לוי, לידת הבן לא היתה קיסרית, ובמקרה שהיו לאמא הפסקות הריון טרם לידה זו יש לשאול פוסק הלכה.

5. מתי? את פדיון הבן עורכים ביום ה-31 ללידה. בכור שהיה צריך לעשות עברו פדיון הבן, והוריו לא ידעו מכך ולא עשו מצווה זו - יכול בכל שלב בחייו לערוך עבור עצמו פדיון הבן ולפדות את עצמו, וחובה לעשות זאת.

6. איך? א. לטקס מזמינים כהן ירא שמים. ב. את הבכור פודים בחמישה מטבעות כסף אשר משקלם הכולל חייב להכיל לפחות מאה ושבעה עשר גרם כסף טהור. בנק ישראל הנפיק חמישה מטבעות במשקל כולל של מאה ושלושים גרם, והם כשרים על פי ההלכה לפדיון הבן (לרוב, ישנם כוהנים הדואגים להחזיק ברשותם מטבעות כסף אלו לצורך מצווה זו. האב משלם לכהן במזומן את שווי המטבעות, טרם הפדיון, על מנת שהם יהיו רכוש בעת קיום המצווה). ג. ישנו נוסח לפדיון הבן, בו הכהן שואל את האב אם הוא מעדיף את הכסף או את בנו בכורו, והאב משיב שאת בנו. אז הכהן מצהיר שהוא מוכן לתת את הבן תמורת הממון. אבי הבן משלם במטבעות הכסף לכהן, ומקבל את בנו הפדוי מיד הכהן.

### האתגר השבועי

בכורים? בררו מול הורכים אם הם עשו לכם מצוות פדיון הבן לאחר לידתכם. אם הורכים לא עשו לכם פדיון הבן - לא מאוחר מדי. ניתן וחובה בכל גיל לקיים מצווה חשובה זו, במידה והיא לא נעשתה. כמו כן, אם יש לכם ילד בכור שהיה צריך לעשות עברו פדיון הבן ולא עשיתם לו - עכשיו זה הזמן.



## מאירים את החושך

**יש כאן הרבה רוע של אויב אכזר,  
יש כאן הרבה כאב. אבל אפשר  
לרכך ולהמתיק את התהליך**

נסו לחשוב רגע איך הרגיש יוסף. כפות, מובל לשבי. האחים שלו בגדו בו, הפשיטו אותו ומכרו אותו לעבד. הוא מטולטל במשך שעות וימים על גמל בדרך למצרים, ויודע שבדרך הטבע, הוא איבד כל סיכוי להתחתן, להקים משפחה, להודיע לאבא שלו האהוב מה עלה בגורלו. זה ניסיון כואב וצורב. ממש חרב עליו עולמו.

האם לדעתכם, העובדה שהיה ריח נעים של בשמים על הגמל, אמורה לנחם את יוסף הצדיק בשעתו הקשה?



כדי לענות על זה צריך להבין, שלכולנו יש קשיים בחיים. לפעמים אלו קשיים פרטיים (אתגרים בחינוך, פרנסה, שלום בית), לפעמים אלו אתגרים של כל הציבור, כמו זמני מלחמה. החכמה היא לא להתיאש, וגם בצרות, לחפש את ההרחבות הקטנות, כמו שמרומז בפסוק בתהילים (ד, ב'): "בְּצַר הֲרַחֲבֵת לִי", שגם בצרה יש לחפש את ההרחבה (ליקו"מ קצ"ה). לא בגלל שזה באמת מפצה על הקושי, אלא זו הארת פנים שנותנת כח ותקווה, ומלמדת שגם הקושי אינו מקרה, טעות או נקמה של הקב"ה, חס ושלום, אלא הכל מנוהל, עם תכלית ברורה, בדרך לסוף טוב!

יש כמה פסוקים שמדמים את הנהגת הקב"ה איתנו לצירי לידה (קְמוּ הָרָה תִּקְרִיב לְיָדֶיךָ, תִּחִיל תִּזְעַק בְּחַבְלֶיהָ, כִּי הֵינִי מִפְּנֵי הַיָּם... כִּי חָלָה גַם יִלְדָה צִיּוֹן אֶת בְּנֵיהָ), והמפרשים מסבירים ש"בבוא זמן הגאולה, שאז תשב היולדת על המשבר ויגיעו לה חבלים וצירים, שהוא מלחמת גוג, אז יהיה לידתה באופן מופלא" (מלבי"ם ישעיהו ס"ו, ח). המשל מובן. בזמן ההיריון, העובר נמצא במציאות נוחה ויציבה. אבל כשיגיע זמנו לצאת, המציאות תלחץ עליו. זה מפתיע מאוד, אבל זה בלתי נמנע. הוא חייב לצאת אל הלא-נודע. אי אפשר להרגיע אותו עם דיבורים שהוא לא מסוגל להבין. כך גם בנמשל. השאיפה אינה רק לחזור למציאות הקודמת, אלא להגיע למציאות חדשה ומיוחדת, שתתברר לנו במלא הדרה והיקפה רק כשנגיע אליה בפועל (ובינתיים, יש נחמה באחדות, בהתפכחות ובחסד הרב שמתגלה בעם הקדוש שלנו).

אבל בינתיים כואב. אנחנו בחושך. יש כאן הרבה רוע של אויב אכזר, יש כאן הרבה כאב. אבל אפשר לרכך ולהמתיק את התהליך הזה! אפשר להרבות אור! וגם זה תהליך, כל יום מוסיפים עוד קצת, וזה משפיע בכל העולמות. צריך להתפלל בימי הרצון של הימים האלו על כל עם ישראל שנמצא בצרה. צריך לחסום ולסנון כל סוג של רעשי רקע שמייאשים. אבל כדי שיהיה לנו כוח, נתנו לנו הצדיקים עצה נפלאה, שהיא ממש בחינת "אפידורל" לתהליך הלידה הזה: גם בתוך הצרות, לחפש את ההרחבות הקטנות. זה מה שמזכיר לנו שהכל מנוהל. כמו יוסף הצדיק שקיבל נצנוץ וקריצה בזכות ריח הבשמים. כך לכל אחד מאיתנו, למרות כל הקושי, יש נצנוצים קטנים והארת פנים בחשכה. צריך לעצור ולהתבונן, לייקר אותם, לזכור אותם גם ברגעי המשבר. כי הם ליטוף מחבק ומנחם שעוד יהיה טוב, עוד נבין, עוד ייוולד כאן משהו גדול וטוב. זה בדרך. הצרה עצמה עוד תוליד את הישועה כמו שכתוב: "וְעַתְּ צָרָה הָיָא לְיַעֲקֹב, וּמִמֶּנָּה יוֹשֻׁעַ". צריך להתחזק בתקוה הזו, וגם לתווך אותה באופן מותאם לילדינו.

לרכישת ספרו החדש של הרב דן טיומקין "ADHD נוחות העל של ילדי הקשב", הכנסו להידברות שופס או חייגו: 073-222-1250

### הקבלה הטובה שתכריע

שיעור תורה שבועי  חיזוק בצניעות   
הנחת תפילין  תוספת שבת 



**הכריעו את הכף!**  
מסרו את הקבלה שלכם  
ואת השמות לתפילה  
073-2221230



**מקבלים עכשיו קבלות טובות  
לשמירה הגנה הצלה ולעילוי נשמת**

כל השמות מועברים לתפילה המיוחדת  
של הגאון הרב זמיר כהן שליט"א



# "נהגתי לסייע לחולים מעזה, עכשיו הגעתי לקחת ציציות לחיילים"

המפגינים שהתפכחו, השכנה שמצאה דרך לטהר את הארץ, המפקד מהצבא שהפתיע, והנשים שגילו בתוכן חוסן שלא ידעו עליו

שבוע שלם בחוסר ודאות לגבי הבחורה שנהרגה. לא ידענו אם היא בין השבויים או לא. התחושה הזו היא הכי נוראית שיש, זה רדף אותנו בימים ובלילות, מצב קשה ממש. שעתים אחרי שהדלקתי את נרות השבת – התקבלה ההודעה שמצאו את הגופה".

מורן מוסיפה לספר על אלה שהחזיקו בחיבור הרוחני כבר בזמן הטבח: "טלי חדד, שהתפרסמה בתעוזה האדירה שלה להצלת 12 נפגעים באופקים, סיפרה לי על מה שנתן לה את הכוח לעשות זאת. היא אמרה שעד כיתה ו' קיבלה חינוך דתי, ופתאום, באותם רגעים, מילות התפילה שהכירה עמדו לה מול העיניים. היא הרגישה שה' עוטר אותה ונותן לה כוחות עילאיים לעשות את השליחות הזו. זה כוחה של הגירסא דינקותא שהלכה איתה ועזרה לה להציל יהודים במסירות נפש אדירה".

## "לא בהיסטריה, לא בוכה, לא חוששת"

אפרת ברזל מצביעה על שינוי קצת אחר – ברובד הרגשי: "נשים רבות כתבו לי אחרי האסון 'אני לא בהיסטריה, לא בוכה, לא חוששת – אולי משהו בי לא בסדר?'. הדבר המעניין הוא, שמדובר בנשים שבחודשים ובשנים האחרונות עבדו על בניית האישיית שלהן. מיד עם היוודע החדשות הנוראות, הנשים האלה היו מודעות לכך שאם הן ייקחו פנימה כל סיפור שהן שומעות, ויקבלו את כמות הצער של כל הקולקטיב, הן יתפרקו. לכן דווקא בזמן האש הן בחרו באופן מודע לא להיכנס למקומות הרגישים, עד כדי כך שהן היו בתפקוד מלא לחלוטין. מאוחר יותר הן תיארו לי איך לאט לאט, על פי דלת רגשית שהחליטו לפתוח רק כמה שבועות אחרי האסון, הן בחרו באופן מווסת מה להכניס לתוכן ומה לא. הדבר הנפלא בכך הוא שדווקא מי שאטמה את עצמה לפני, ועמדה מול הערות של 'מה, את לא רואה? לא שומעת?', היא זו שיש לה כוחות עכשיו, כשאנשים אחרים מתחילים להתעייף".

באופן כללי, מה שלא היה בעבר קורה עכשיו. "יש נגיעה בכאב בזמן ההתרחשות, בלי לחכות לטראומות ולכאבי הנפש שיעמיקו ויצריכו אחר כך עבודה של שנים", ממשיכה אפרת. "הגברים שבוכים בלילה בוכים גם ביום, והאפשרות הזו לבכות את הכאב, לדבר על הכישלונות, נראים עכשיו לעין גם ברמה האישיית וגם ברמת העם. זה מאפשר לטפל בדברים כאן ועכשיו, כדי למנוע נזק אחר כך".

אבל לא רק טיפול בטרומות עולה על פני השטח. "אימהות יודעות איך לדבר נכון עם הילדים שלהן, הן יודעות לתפקד. אפילו אלה שהיו בתוך התופת, וצריכות להסביר לילדים שלהן על אובדן של בן משפחה קרוב, או לענות על שאלות כמו 'ואם יבואו ויהרגו אותנו?' – גם הן יודעות לתת מענה".

"דבר אחרון לסיים", אומרת אפרת, "פנו אלינו, נשים חרדיות מבני ברק, בבקשה להגיע יחד עם אימהות החטופים ולערוך תפילה גדולה של נשים על הילדים שנמצאים שם, ועל המצב בכללותו. הדבר הזה כבר קרה ועוד ממשיך, אנחנו עומדות יחד בתפילה".



לו "ד"שים מהקב"ה". כל מיני סיפורי השגחה שקשה להתעלם מהם, ואנשים פותחים את העיניים והלב ומרגישים אותם".

## "חיפשנו משהו מטהר"

מורן קורס מפתיחה גם היא בסיפורים מפעמים. אישה מהשכונה שבה אני מתגוררת הגיעה לחפ"ק שיש אצלי בבית. היא ובעלה החליטו לקחת על עצמם משהו רוחני בעקבות המצב. הם אנשים בעלי מודעות לקשר שבין גוף לנפש, ומאמינים שחזק רוחני יכול להשפיע הלאה. ההחלטה שהם קיבלו היא לשמור טהרת המשפחה. 'טהרה זה משהו שכל העם שלנו צריך לעבור, בעקבות חוסר האחדות בעם', אמרה לי אותה שכנה, 'לכן חיפשנו משהו מטהר, והחלטנו שזה הדבר הנכון'. היא הגיעה אלי כי ידעה שאני עוסקת בנושא".

אין לזה תשובה, אבל כן אפשר לראות מה שאני קוראת לו "ד"שים מהקב"ה". כל מיני סיפורי השגחה שקשה להתעלם מהם, ואנשים פותחים את העיניים והלב ומרגישים אותם

באופן כללי, מוסיפה מורן, "הרבה נשים פנו אלי שהן רוצות לקבוע חברותא ללימוד תורה או לשמור כשרות. סיפור נוסף שבו פגשתי היה ביום שיש לפני כמה שבועות, כשיצאתי עם הבנות שלי לחלק נרות שבת. מישהי שהצעת לי לה אמרה לי 'אני לא מדליקה נרות שבת, בקטע עקרוני כזה, אבל אחרי מה שקרה אני מבינה שצריך להוסיף אור, וזה יהיה האור שלי'. ואז היא המשיכה: 'אבל זה רק הסיפתח – אני רוצה להדליק נרות כל שבוע'".

"וזה לא סוף הסיפור", ממשיכה מורן. "כמה ימים אחר כך הגעתי לנחם אבליים, משפחה שאיבדה את הבת באסון הנורא. בין המנחמים במקום פנתה אלי אותה אישה, ואמרה: 'את מוכרת לי'. אני לא זכרתי אותה, אבל בסוף היא נזכרה: 'היי, זו את שהבאת לי נרות שבת!'. ואז היא המשיכה בהתרגשות: 'היינו

/// תמר שניידר ///

הטלטה שעברנו בתקופה האחרונה יצרה אצל רבים מאיתנו שינוי. אנשים שרחוקים משמירת מצוות מוצאים עצמם נוגעים ביהדות. שוחרי השלום עם אויבנו הבינו שהפרטנר שלהם הוא אחר (מאוד) ממה שחשבו. שוחרי המלחמה בקבוצות מסוימות בעם הרגיעו את הרוחות, אל מול הטוב והאהבה המחברים את כולנו. וגם: טרנד הציציות, התפילין, התפילות, והנתינה האינסופית. הרבנית חגית שירה, הרבנית רחל בזק, מורן קורס ואפרת ברזל מביאות את הסיפורים המרגשים.

## "ד"שים מן השמים"

"הייתי באחד מימי השישי האחרונים אצל חיילות בפיקוד צפון, המפקד שלהן התקשר וביקש ממני 'בואי תעשי להן הפרשת חלה', פותחת הרבנית חגית שירה. 'הייתי קצת בהלם מהבקשה שלו, כאילו – מאיפה זה בא?'. זו, כמובן, לא שיחת הטלפון היחידה אותה קיבלה הרבנית בשבועות האחרונים. 'הרבה מאוד נשים מגיעות לשיעור השבועי שלי או מתקשרות, בבקשה אחת – להתקרב. אני רואה התעניינות גדולה, הן רוצות ללמוד ולדעת, מחפשות לקחת על עצמן דברים. התחלתי להוציא סרטונים קצרים, שמסבירים על הדברים הכי בסיסיים – איך אומרים 'מודה אני', איך נוטלים ידיים, איך מתחילים לשמור שבת. יש לדברים האלה הרבה ביקוש עכשיו. כתוב שלפני שיבוא משיח, כולנו נעשה תשובה בקלות, יהיה משהו שיפתח לנו את הלבבות. אז הלבבות עכשיו פתוחים, אנשים רק מחפשים לעשות טוב".

מול ביתה של הרבנית רחל בזק יש הפגנות כבר שנה וחצי. "היום כל המפגינים האלה מגיעים לשיעורי תורה", היא אומרת בהתרגשות. "מזהים אותם חיצוניות. אנשים טובים מאוד, שלא הבינו עד עכשיו את הקשר בין שמירת תורה ומצוות לבין מה שקורה במציאות. אני גרה בשכונה שהדגל שלה הוא להיות לא דתית, ופתאום מגיעים מאות אנשים לשיעורים".

גם ברמה האישיית, הסיפורים לא מפסיקים לזרום. "מישהי לחשה לי באוזן השבוע 'הרבנית, לא הדלקתי נרות ועכשיו אני מדליקה', עוד אחת אמרה לי 'לא הייתה לי חצאית אחת בארון, אבל משמחת תורה אני רק עם חצאיות ארוכות'. אלה נשים שמבינות שלא רק החיילים בשטח עושים, אלא גם הן", ממשיכה הרבנית בזק. "אני שומעת מאנשים נוספים אצלנו בקהילה, על כאלה שתמיד היו עוברים לדינו בלי להיכנס, ועכשיו באים ומבקשים ציציות. אימהות אומרות לי 'זה פלא, הילד שלי לא מוריד את הציצית, בחלומות הכי רחוקים שלי לא הייתי מדמיינת דבר כזה'. עם ישראל נאחז במצוות ולא זז מהן".

## איך את מסבירה את ההתחזקות הזו?

"אחת השאלות שהכי מטרידות אנשים, היא למה הוא כן והוא לא, למה דילגו על זה ועל ההוא לא. אין לזה תשובה, אבל כן אפשר לראות מה שאני קוראת



הרצינות שלנו. זה לא צריך להיות משהו גדול! נסו משהו קטן.

ישנם הרבה רבדים לשמחה. מובן שעיקר השמחה הוא השמחה בהשם יתברך. רבי נחמן אומר שפשוט להגיד "ברוך שלא עשני גוי" זה דבר שיכול ממש לשמח אדם. זה לא תלוי במדרגה שלי, אלא השם יתברך נתן לי נשמה קדושה – רק בזה כבר אפשר לשמוח!

אם אנחנו זוכרים שאנחנו במלחמה על השמחה, אנחנו יכולים לסבול עיכובים בדרך, זמנים שבהם אנחנו לא מצליחים לשמוח (ואז לסלוח לעצמנו ולקבל את עצמנו! אנחנו במידפולנס, לא לשכוח...). זה עוד חלק קריטי במלחמה על השמחה – להבין שאני עושה את מה שאני

יכול, ולא להתיימשך אם הדרך ארוכה. פשוט להתחיל שוב ושוב מהתחלה, ולא להתפעל מהשכחה שלי או מהנפילות שלי.

גם בזוגיות, כשהתקופה קשה מסביבנו זה יכול להביא להמון מתחים בזוגיות, והשמחה וההומור פשוט יכולים להוציא אותנו מתקיעויות ומהתחפרות במלחמות זוגיות של – "את אמרת כך, ואתה... בכלל...". לראות בזוגיות איך אנחנו משמחים זה את זה בדברים קטנים, במילה טובה או במחמאה קטנה, וכמובן גם עם הילדים, לעשות פעילויות משותפות שיוסיפו להם שמחה וביטחון בחיים. שנזכה לחיים של שמחה, אמונה ותקווה.



ושלום. שמחה נותנת לנו אנרגיה, מעוררת את הרצון ומאפשרת לנו לצלוח את אתגרי החיים.

ככל שהאויבים החיצוניים שלנו מנסים להפחיד אותנו ולהטיל עלינו אימה ולוחמה פסיכולוגית – התשובה של האנשים בעורף צריכה להיות להרבות בשמחה! שמחה תומכת באמונה (ולהפך כמובן), שמחה שומרת על החוסן הנפשי שלנו.

**תרגיל להוספת שמחה:** כל אחד ואחת צריכים למצוא דרכים פשוטות להוספת שמחה. אחד התרגילים הפשוטים הוא פשוט להיעמד מול המראה ולעשות פרצופים מצחיקים, לספר בדיחה לבן או בת הזוג או לילדים, או לעשות משהו ששובר את תבניות

הרבה אנשים, כששומעים על שמחה או על המשפט המפורסם – מצווה גדולה להיות בשמחה תמיד, חושבים שזה "משהו נחמד, שאם יהיה לי זמן, לא אכפת לי להוסיף בחיים". אבל ההבנה הרוחנית והפנימית היא ששמחה היא עיקר ובסיס לכל עבודת השם יתברך ולחיים תקינים בכלל – בזוגיות, בקשר בין הורים לילדים, בעבודה, וכמובן בעבודת השם, בתפילה ובלימוד. כתוב במפורש, למה באות הרעות? "תחת אשר לא עבדת את ה' אלוהיך בשמחה ובטוב לבב מרב כל" (דברים כ"ח, מ"ז).

אפשר להמשיל ולחבר את זה לחיים שלנו בפשטות. דמיינו אבא שמבקש מהבן

שלו כוס מים. הבן מביא לו את הכוס, אבל בפנים רוטנות, ומפטיר: "קח, אבא. הבאתי לך מים". לעומתו, כשהאב מבקש מבן אחר מים, הבן רץ בזריזות, מביא כוס מים ואומר בחיוך, "אבא! הבאתי לך מים". שני הבנים קיימו את רצון אביהם, שניהם הביאו לו מים, אבל הבן שהביא את המים בשמחה – מגלה רצון! הוא לא רק עושה כי הוא מוכרח, אלא הוא רוצה. ככל שאנחנו מוסיפים שמחה פשוטה בחיים שלנו, אנחנו מגלים רצון, אנחנו נרתמים לעשייה שלנו, אנחנו יוצאים מתחושת הקורבנות וחיים בצורה עשירה יותר. אז שמחה היא לא רק סוג של צהלה או הוללות, חס

## 7 שבע עובדות יונתן הלוי

מסורת מדורי דורות שלפיה שערי תשובה עדיין פתוחים עד סוף ימי החנוכה. רבי ישראל מרז'ין (נר ישראל, חלק ב', עמ' י"ח) כתב כך: "מה שצדיקים יכולים לפעול מה' יתברך בראש השנה ויום הכיפורים, יכול כל יהודי לפעול בזאת חנוכה".

**6** ביום "זאת חנוכה" ראוי לשרוף את הפתילות והשמן שנותרו מנרות החנוכה. מנהג זה מוזכר במדרש תנחומא (נשא כ"ט) בזו הלשון: "נר חנוכה שהותיר בה שמן ביום ראשון, מוסיף עליו כל שהוא ומדליקו ביום שני, וכן בשאר הימים, אבל הותיר ביום שמיני עושה לו מדרה בפני עצמו. למה, כיוון שהוקצה למצווה – אסור להשתמש ממנו". וכן פוסק השולחן ערוך (סימן תרע"ז, ד) "הנותר ביום השמיני מן השמן הצריך לשיעור הדלקה, עושה לו מדרה ושורפו בפני עצמו, שהרי הוקצה למצוותו".

**7** בקהילות רבות נהגו לשרוף את השמן והפתילות הנותרים מנרות החנוכה ברוב עם, ויש שהקפידו לשורפם דווקא ביום, כשריפת הנותר מן הקדשים שאינה אלא ביום, וכן מנהג קרלין. יש נוהגים להמתין ולשמור את הפתילות והשמן עד שריפת חמץ בערב פסח, אך לדעת רוב הפוסקים ראוי למחר ולשרוף את השמן מיד בתום חג החנוכה, כדי שלא יבוא בטעות להשתמש בו.



## זאת חנוכה

**זרע של קיימא, פרנסה, ותשובה שלמה – סגולותיו הייחודיות של היום האחרון של חנוכה**

שהצדיקים אומרים אשר עת מוכשר להמשיך פרנסה טובה לישראל הוא 'זאת חנוכה', וכמו כן בשמיני עצרת שהוא שמיני של חג, מברכים הגשם הרומז על גשמיית ופרנסה, כי 'זאת חנוכה' (שהוא גם יום שמיני) הוא במלכות".

**5** עוד מסגולות היום: **כפרת עוונות** – יום "זאת חנוכה" מסוגל לכפרת עוונות ותשובה שלמה. אמנם חודש תשרי הוא חודש התשובה, ויום הכיפורים הוא יום חיתום הדין, אך חסדי ה' יתברך נמשכים עד הושענא רבה ושמיני עצרת. בתורת החסידות ישנה

**1** ביום חמישי הבא עלינו לטובה, בערב, נדליק את שמונה נרותיה של החנוכה, ואז יתחיל יומו האחרון של החג, שיימשך עד כניסת השבת הבאה. יום זה נקרא "זאת חנוכה", בשל הקריאה של היום השמיני. הקריאה מחומש במדבר (פ"ד - ח', ד) מתחילה בנשיא לבני מנשה שהוא המקריב ביום השמיני, ממשכים עד הנשיא השנים עשר, ומסיימים ב"זאת חנכת המזבח".

**2** החסידים נוהגים להרבות מעט בסעודה ביום זה, תוך שירות ותשבחות. מקור המנהג הוא על פי דברי המדרש (שיר השירים א', ט), בו נאמר: "עושיך סעודה לגמרה של תורה", וכן נוהגים בגמרא המצווה. ביום זאת חנוכה מציינים בשמחה את הזכות להדליק את נרות החנוכה במשך שמונה ימים.

**3** **מסגולות היום:** **זרע של קיימא** – בעל "בני יששכר" (כסלו מאמר ב') כותב: "בחנוכה יש מקום לעורר פקודת עקרים ועקרות כעין ראש השנה, הנה לדעתי עיקר העניין עיקר הסגולה ביום האחרון הנקרא בפי כל 'זאת חנוכה'".

**4** **מסגולות היום:** **פרנסה** – יום "זאת חנוכה" הוא עת רצון לקבלת תפילותינו להצלחה בפרנסה, מתוך כבוד. בעל "אמרי נועם" מדזיקוב כותב במאמרו על חנוכה (חלק א') כך: "דוע מה

מגוון רחב של ערכות דיסק און קי מעוצבים שינגישו לכם תוכן עשיר ערכי ומגוון. המאמצים קומפקטים כך שתוכלו לקחת ולהאזין מכל מקום.



סדרת הרצאות מעולמות ה-NLP הקאנוצ'ר אליהו שירי



מאגר הרצאות עצום של הרבנים המובילים הרה"ג זמיר כהן, הרב יצחק פנר והרב יגאל כהן



סדנאות והרצאות ייחודיות בנושא זוגיות, חינוך וכו' הרב אליהו נקש



יש דרכים טובות להיות מחוברים

להזמנות 073-2221250 • חפשו הידברות שופס



נערה ואחיה צולחים דרך  
מלאת מהמורות אל התשובה.  
מה יקרה אם אחד מהם יבחר  
פתאום אחרת?

# ואם יתנפץ העוגן



את ידה אל עיניה.

שני אחים מוצלחים נתן לה הקדוש ברוך הוא במתנה. נדב. מתנאל.  
מוצלחים, כשרוניים, עליזים ומלאי חן.

את נדב הוא בחר לקחת אליו. שלח את המפקד שלו לנקוש להם בדלת  
בפנים אפורות, לספר על רימון שהתפוצץ, על פגיעה אנושה. לגרום לאמא  
להתעלף, ולאבא לצרוח את נשמתו בכאב.

ומאז, אין יותר נדב, ונותר רק מתנאל. מוצלח, כשרוני, מלא חן. לא עליז  
יותר.

אחר כך ישבו שבעה, והבינו שאלוקים שלח להם ניסיון. הוא שלח גם  
שליחים טובים, וזו בדיוק הסיבה שארבעה חודשים לאחר מכן הדליקה אמא  
נרות בערב שבת. ושכעת, שלוש שנים אחרי, לומדת היא בסמינר, ומתנאל  
בישיבה.

ואם אכן יש משהו שהצלילי החיות שוב את משפחתם הקטנה, הפצועה  
- זו המשמעות שנוצקה בחייהם, והדרך המופלאה בה זכו ללכת.  
אבל קל - זה לא. ומבטו המתוסכל, העלוב, של האח הגדול שלה מקמט  
את לבה.

אבא ואמא מדהימים, אדל עדה לכל הפעמים בהן נוסכת אמא חיוך על  
פניה ואביה משדר עסקים כרגיל. אבל הכאב שלהם לא ירפא לעולם. ורק  
מתנאל הפך לעוגן. לעמוד תווך בטוח. חזק. לא מפחד. ורק הוא אחראי על  
הצחוק שעולה על שפתיה בכל פעם בה הוא חוזר מהישיבה או מרים טלפון.  
ואם יתנפץ העוגן שלה, מה תהיה היא?

•••

לפעמים אתה בטוח שהמצב אליו הגעת הוא הגרוע ביותר, אבל לחיים יש  
כישרון מפותח להפתיע אותך בעוד נקודת שפל חדשה שלא חשבת עליה  
כלל. וכאשר צופה אדל בדמותו של מתנאל שמחליף את נעליו בנעלי ספורט  
נוחות ומתארגן ליציאה כשרסיס צחוק תלוי בין עיניו, היא מתכווצת.  
ובמקום לשמוח שהצלילי לצאת מן הבועה המיאישת שכבלה אותו קודם  
בחוסר רחמים, היא כולאת בתוכה אנחה ופונה לעבר דלת הכניסה. נשענת  
עליה.

"היי", מתנאל שמופיע שם דקה אחריה מרים גבה בתמיהה. "את מרגישה  
טוב, אדל?"

"אני מרגישה מצוין", היא עונה, וקולה תקיף משום מה. "איך אתה מרגיש,  
זו השאלה?"

"אני לא מבין אותך", הוא מעביר את בקבוק המים שמילא מיד ליד. "מה  
יש?"

היא שואפת אוויר. "לאן זה, מתנאל?"

"למה את שואלת?"

"סתם, התארגנת רציני, לאן?"

קמט חוצה את פניו. "יש משהו שמטריד אותך, אחות קטנה?"

אדל לא נחשבת לפחדנית. מעולם לא הייתה כזו, גם כשנאלצה לקבל  
זריקת טטנוס בגיל שבע לאחר ששרט ברזל חלוד את רגלה, עשתה  
זאת בשפתיים הדוקות ובענייים הנעוצות במזרק האימנטי בעצמו.  
אבל החיים משנים אותנו, ורגשותיה של נערה בת שבע עשרה לא לנצח  
יישארו כשל ילדה בת שבע. לא כן?

•••

"שלום".

כאשר סוגר מתנאל את הדלת בעדינות כזו ומפריח שלום מנומס לחלל  
האוויר צונח לבה של אדל איפשהו עמוק בין צלעותיה.

כי אף על פי ששמותיהם מסתיימים בצליל דומה, אין עוד משותף בינה  
לבין אחיה הגדול, ובעוד שהיא נכנסת הביתה מעדנות, את כניסתו הוא  
מאפיינת טריקת דלת ואש נעורים תוססת שנשפכת עמו פנימה. ובדיוק לכן  
צנח לבה ממקומו הטבעי.

"מתנאל?"

אין תשובה. שתי פסיעות רחבות מספיקות לה כדי להגיע למטבח ולמצוא  
אותו מחזיק בדלת המקרר ובוהה בתכולתו במבט מזוגג. "הכל בסדר, אח?"  
הוא מרים אליה לרגע זוג עיניים ירוקות ומשפיל אותן בחזרה. "הכל  
בסדר", הוא עונה במאמץ, וידו שומטת את דלת המקרר, מניחה לה להסגר.  
"כרגיל".

"זה לא נראה ככה", היא מציינת בהזירות ובוחנת את ריסיו המושפלים.  
"לא נראה ככה בכלל".

הוא שותק, ואצבעותיו משחקות בפתיל ציצית אחד. "מה קורה, מתנאל?"  
"רוצה באמת לדעת?", הוא מרים שוב את עיניו ואדל נחרדת מהאש  
שניצצת בהן. "רוצה? בבקשה. אלוקים ברך אותך באח טיפש. טיפש גמור,  
זה הכל".

"טיפש. אתה!", היא לא יודעת אם לצחוק או לצחוק עוד יותר. "אתה  
צחוק עלי?"

הוא נושם עמוק, ודופק מהיר שחולף בצאוורו גורם לו להיראות פגיע  
פתאום. "לא עוזר לי שהצטיינתי אי אז במתמטיקה אנגלית ומחשבים,  
כשחברים שלי מסיימים ארבעה וחמישה דפי גמרא, כולל תוספות רשב"א  
וריטב"א, ואני עדיין בחצי העמוד הראשון עם פטש רש"י! מבינה?"

היא בולעת את רוקה בכאב, והוא משתתק.  
"לא חשוב", הוא פולט בעייפות, "לא חשוב בכלל. מצטער". והוא עוזב את

המטבח. מותיר אותה הלומה.

לא קל לחזור בתשובה, את זה יודעת אדל היטב. להותיר מאחוריה את כל  
הדברים אליהם התרגלת, אהבת, ולפלט דרך חדשה באצבעות מדממות. זה  
יפהפה, זה קסום, אלו חיי אמת. אבל קל - זה לא.

"ה", היא מחלצת נשיפה קטועה מפיה. "ה", בבקשה, תעזור לו, אבא'לה.  
שלא - שלא ישבר, שלא יתרסק, שלא... יעלם", היא מתנשפת שוב ומרימה



ייעוץ מאישה לאישה  
לסודות הבית היהודי

02-6301516  
mit@htv.co.il

הנשק הסודי של  
בנות ישראל!  
בזכות נשים צדקניות נגאלו  
ישראל



שומרת  
עלינו





הרב עמנואל מזרחי

## סגולות לחנוכה

רב הונא אומר במסכת שבת שכל הזהיר בנר - יהיו לו בנים תלמידי חכמים, כלומר בנים טובים ומוצלחים. הבטחה זו היא על מצוות דקדוק הדלקת נרות שבת וחנוכה. לפניכם מספר סגולות והנהגות נפלאות לחג החנוכה.

1. שהחנוכייה תהא נאה (פלא יועץ).
2. שהחנוכייה ופמוטי השבת יהיו נקיים (פלא יועץ).
3. להדליק בשמן זית.
4. בנרות שבת, הבעל יכין את הנרות והאישה תדליק, ובנרות חנוכה - האישה תסייע בהכנת הנרות, והבעל ידליק.
5. יקיים את מצוות ההדלקה בשמחה יתרה, ויברך מתוך הסיידור מילה במילה.



**אלו סגולות מיוחדות יש בחג החנוכה, ומה רומזות לנו הסופגניות?**

6. בעת ההדלקה יש להדליק רוב היוצא מן הפתילה, ולא יסלק את ידו עד שידליק את רוב הפתילה (בא"ח - יביע אומר).
7. יאמרו הבעל והאישה אחר ההדלקה מזמור ל' בתהילים, ומזמור המנורה ס"ז, ואשרי חלקם.
8. ייתנו צדקה הגונה ללומדי תורה בנר חמישי (יום שלישי הקרוב), וכך נהג הסטייפלר.
9. כתב הגאון האדר"ת זצ"ל: "מצוות נר חנוכה חביבה עלי עד מאוד, והתענגתי לשבת בחדר שבו הנרות, לראותם ולהסתכל בהם בכל רגע, והייתי שש ושמח בהם הרבה, ולא הלכתי מאותו חדר רק כשהייתי אנוס על פי הציבור, ואשרי הזוכה לכך".
10. בסופגנייה המקורית והאהובה אפשר למצוא כעין רמז על ג' גזירות יוון: א. הסופגנייה נראית כחלת שבת, כנגד שבת קודש. ב. מזריקים לתוכה ריבה אדומה, כנגד דם מילה. ג. מפזרים מעליה אבקת סוכר לבנה כנגד קידוש לבנה. בברכת חג אורים שמח.

להזמנת הרב עמנואל מזרחי לחוגי בית ולהרצאות ניתן להתקשר למספר 073-2221250

בוחר נכון, כל הזמן. אני לא יכולה לאבד אותו, אני לא יכולה. איך אפשר לחיות ללא חמץ?  
קר לה פתאום. "אלוקים. אבא שלי מתוק. אתה נותן, המון. אתה בוחר גם לקחת, וזה הכי טוב, אני יודעת. אבל אבא, תבין, אם הוא יפול, יבחר בדרך אחרת, מי יתן לי כוח?".  
היא מרימה את ראשה, לא מרגישה כמה לא אפשריות מילותיה. מצליחה להתרומם איכשהו. לצאת החוצה. לא מרגישה שלוה.

...

חולפים יומיים ושלושה. מתנאל מתאושש, היא לא. הוא יוצא ללמוד, חוזר, מכין ארוחת ערב ספונטנית, שורף חביתות, צוחק. הצל שעטף אותו מתפוגג, ואדל משתדלת בכל מאודה להעלות חיוך על פניה, להפשיר גם היא.

ובוקר אחד נפתחת הדלת, ומתנאל נכנס, ועוד מישהו נכנס אחריו. מוכר עד לכאב. מתיישבים במרפסת, מתנאל פורק חטיפים על השולחן הקטן, מדבר בקול. מלא חיות.

והלב שלה שוקע עמוק. ואף על פי שזה לא הגון, ולא ראוי, היא פותחת את החלון שמחבר בין חדרו למרפסת, ומתיישבת תחתיו. "לא מצליח להבין אותך", היא שומעת קול. שחר קוראים לבעליו. "לא מצליח. מה אכפת לאלוקים שאנחנו יושבים פתאום, לומדים הלכות. אפילו שזה לא קבוע בכלל, רק עכשיו בחופשה שלך, איך קראת לה?".

"בין הזמנים", משלים מתנאל, מחויך. "זהו, בדיוק. אז באמת שאני לא מבין, זה עושה משהו? מזיז משהו שם למעלה?". מתנאל מביט בו, ואדל נושמת בשקט. "אלוקים אוהב אותנו ככה", הוא עונה, וביטחון מוחלט בקולו. "ככה בדיוק. איך שאנחנו. מתאמצים קצת, מתקדמים טיפה, הולכים אחורה, חוזרים. ככה בדיוק. צבועים באינסוף גוונים של אפור. אלוקים רוצה אותנו, בעצמנו. בלי כיסויים, הכי גלוי, הכי פשוט".

אדל מתנשפת. מעפעפת חזק. "אלוקים רוצה שלא נפחד מכלום", הוא ממשיך, ואין לה מושג אם הוא מדבר לשחר, או לעצמו. "הוא רוצה שלא נהיה תלויים בשום דבר, באף אחד. נהיה אנחנו. כמו שאנחנו שואפים להיות. נעשה את הטוב שאנחנו יכולים, בכלים שלנו, מבין?". היא שולחת יד רועדת, סוגרת את החלון, משליטה דממה סביבה.

אדל משפילה עניינים.

"אני נפגש עם שחר", הוא זורק מילים במהירות, ושניהם יודעים בדיוק למה. "שעתיים-שלוש, אני אחזור בערב, מן הסתם". "שוב אתם משחקים?", היא אמורה לשתוק. היא יודעת זאת היטב. הוא אחיה הגדול, ויש בו מספיק יכולת ובגרות לבחור את בחירותיו בעצמו, אבל הפחד שגואה בה, מתריע מפני אובדן נוסף, לא מניח לה להרפות. "אדל". הוא מתקדם פסיעה אחת לעברה. "הוא בחור טוב, וזה שחזרנו בתשובה לא סותר את העובדה שהוא בשבילי כמעט כמו את. בין הזמנים עכשיו, ואני לא הבחור היחיד שיוצא לשחק כדורגל בפארק". מילותיו כבדות, מקפלות בתוכן קשת שלמה של תסכול וגעגוע. היא מעבירה לשון יבשה על שפתיה, ולא אומרת כלום. זהה מהדלת. הוא פותח אותה, יוצא לחדר המדרגות, עוצר לשנייה.

"העולם הוא לא שחור לבן", הוא אומר בשקט. "בכל טוב מסתתר רע, בכל רע מסתתר טוב. ולעבודת ה' שלנו מיליוני גוונים שצובעים אותה בכל רגע מחדש".

"וכשאתה נפגש איתו", היא מעזה ללחוש. "כשאתה מחיה את העבר הזה, שלפעמים צריך לשכוח, באיזה גוון נצבעת עבודת ה' שלך?". הוא נושף, קצר רוח. היא משלבת אצבעות קרות זו בזו. "להתראות, אדל. שיהיה לך יום מוצלח".

...

אדל שונאת את הצל שמלווה אותה בכל פסיעה בבית. את המחשבות שרודפות אחת את השנייה, חסרות רחמים, מצירות לה מציאות אפורה, צבועה רק בגוון אפל של פחד. ולא עוזרים כל ניסיונותיה לשתות מים, ולהירגע, ולהסיח דעת. הן ממשיכות לצעוד מול עיניה בשורה, מונוטוניות. קשוחות. רעות.

וכשלא עוזר דבר, היא צונחת על השטיח בחדר האמבטיה ומסובבת את המפתח פעמיים.

די. היא לא בוכה. יבש לה בפנים. מבלבל. מסוחרר.

למה? למה אין דרך אחת, ברורה סלולה ונורמלית? למה לא הכל יכול להישאר יציב, רגוע, שפוי, בלתי משתנה? למה אי אפשר לדעת מה טוב? מה לא? מה נכון להיות? היא שומטת את ראשה בין ברכיה. "אני אוהבת אותך", היא לוחשת. צרודה. "אני אוהבת אותך. אני צריכה אותו חזק. לוחם."

כיסוי לפלטה  
בד מוזהר

מיחם הפלא

מיחם מים מהוזר  
פסטט מקורי

פלטה קרמית  
מעוצבת  
עיצוב חדשני,  
חימום אחיד  
מתאימה ל-4-7 סירים



מנורת אור לי  
תאורת שבת

מוצרי השמל  
לשברה  
חיי היום



כשאנחנו סומכים רק על כוחנו, הסכנה עצומה!

לצערנו, משמים סימאו את עינינו. הצבא החכם והכלים הטכנולוגיים נפלו, ולגודל הבושה, מול קבוצת פורעים. זאת דווקא כאשר כל הסימנים בהקו באור אדום. ללמדנו שבלי הכרה עמוקה שאנחנו זקוקים לחסדי שמים, אין ביטחון ואין ניצחון, גם כאשר יש לך צבא אדיר, חכם והכי טכנולוגי בעולם.

האר"י הקדוש נוהג היה לדרוש עניינים עמוקים בקבלה, כאשר תלמידו המובהק רבי חיים ויטאל כותב את הדברים מפיו, כך נשאר לנו כל כתיבי האר"י שהם הבסיס לכל תורת הקבלה כיום.

בספר "עץ הדעת" כותב רבי חיים באריכות על גלות ישמעאל ממנו יסבול עם ישראל, בין הדברים הוא כותב שכל כוחו של ישמעאל נובע משתי סיבות, קודם כל בגין תפילתו של אברהם אבינו, שהתפלל על ישמעאל "לו ישמעאל יחיה לפניך". הסיבה השניה היא בגלל שקיים מצוות מילה בגיל שלוש עשרה. בזוהר הקדוש כתוב שבזכות המילה יש לו אחיזה בארץ ישראל.

אך הוא גם מפרט איך להינצל ממנו: "ואין לנו תקווה אחרת זולתי שנבטח בכוחו הגדול יתברך שיושיענו מידם".

זו התקווה היחידה שיש לנו מול הישמעאלים: להתחזק בביטחון מוחלט אך ורק בבורא עולם.

מחכים לסיפור האישי שלכם במייל: ashgacha@htv.co.il  
או בהודעה קולית בטלפון: 079-6998844



## איך להינצל מהישמעאלים?

על פי הקבלה יש רק דרך אחת, ומה הקשר לחנוכה?

על בורא עולם, ולה' הישועה. הם קראו לצבא שלהם "מכבי", שהם ראשי תיבות מי כמוך באלים ה'. זה היה הסמל הצבאי של החשמונאים, שהוכיח את עצמו מול צבא יוון האדיר ששלט אז במדינות רבות.

•••

בשנים האחרונות חלחלה בקרבנו ההכרה שיש לנו הצבא החזק במזרח התיכון, הצבא החכם בעולם, עם יכולות לחדור פיזית וטכנולוגית אל תוך איראן, לפצח סודות במדינות אויב מרוחקות, ולצאת למבצעים במרחק אלפי קילומטרים.

מיליוני חיילים מצוידים במיטב כלי הנשק עומדים מסיבב לארץ ישראל, מוכנים לקרב הגדול. צבאות של מדין ועמלק, כשאליהם מצטרפים עוד חילות מעמים נוספים, הם נמצאים כבר על גבולות הארץ. מולם עומד גדעון – שר הצבא שיצא בשליחות ה' להילחם נגדם, איתו 32,000 חיילים בסך הכל. והנה דבר ה' אליו, "רב העם אשר איתך", יותר מדי חיילים יש לך... ומצווה לו לדלל אותם ולהישאר עם 10,000 חיילים. אח"כ בודקים את החיילים הנשארים מי מהם לא עבד מעולם עבודה זרה, ונשארים רק 300 חיילים, איתם יוצא גדעון למלחמה נגד מיליוני חיילים שעומדים מולו!

למה ה' אומר לו לדלל כל כך את כוחות הצבא? שם בספר שופטים פרק ז' מובא ההסבר: "פן יתפאר עלי ישראל לאמר ידי הושיעה לי". ה' אומר שאם יהיו חיילים רבים, הם יתלו את הניצחון בכוחם ובחכמתם, ודווקא חשיבה זו יכולה להכשיל אותם ולגרום לתבוסה. המצב אכן דורש לצאת למלחמה נגד האויבים, אך בלי ביטחון מלא בה' הם לא יוכלו לנצח. לכן בא הציווי האלוהי עוד ועוד כוחות, כדי שהם יבינו שבדרך הטבע המצב שלהם אבוד מראש. זה גרום להם לבטוח רק בבורא עולם, הדבר היחיד שיכול לגרום לניצחון.

כך בדיוק היה גם נס חנוכה. אמנם הם נלחמו בחירוף נפש, ואף היו הרוגים במלחמה הזו, אך לא היתה שם באמת מלחמה בין כוחות שווים. "נתת גיבורים ביד חלשים ורבים ביד מעטים". אז איך באמת הם ניצחו? מסיבה אחת ויחידה: כי הם ידעו שהם מעטים וחלשים, זה גרם להם להסתמך אך ורק

## בנאדם וחברו זאב ארן



להוראות התקנת התוכנה  
לאיכות אישית קרא כאן

מידע מהפכני! אנחנו יכולים להשתמש במידע הנפלא הזה ולמנף אותו לעצמנו: גם אם איננו נמצאים במקום של "להיות טובים" לאורך זמן, אפשר להתחיל לייצר "בועות של טוב". "להיות טוב" למשך דקה אחת בלבד. פעם ביום. אפילו רק פעם בשבוע. דקה אחת של טוב רצוף, שהלב מציף וגואה על גדותיו. פעם אחת בשביל ההתחלה. הפעם הזו דומה ל"התקנת תוכנה". אחר כך הכל כבר יראה אחרת. נשמור על הבועה הזו ונתחיל לטפח אותה. נרחיב את גבולותיה ונגדיל אותה כל פעם עם עוד קצת טוב לב שופע.

במרחק לא רב של זמן נגלה שמתחילה להתפתח בתוכנו איכות חדשה. האיכות הזו תתפשט בנו יותר ויותר עד שתהפוך למציאות החדשה שלנו. התקנה נעימה ובהצלחה!

להתייחס יפה להורים – שווה יותר מכל המעדנים שתיתן להם.

לא כותרות, לא דרגות ולא תעודות. הלב הוא המרכיב העיקרי. ככה מייצרים איכות.

וכאן טיפ שכדאי לדעת: "בכל דבר שאדם עושה, נותנים לו רוח ממרום, והוא מסייע אותו לעשות דברים עוד כאלה, וזה הרוח אינו נח ואינו שקט עד שעושה עוד דברים כאלה" (הגר"א אבות ד', ב') כלומר: בכל פעולה שלנו אנו מייצרים רוח הדוחפת אותנו לעשותה שוב!

כלומר, אם עד היום הבנו שהבחירה החופשית מסתיימת עם ביצוע הבחירה, אומר לנו הגר"א הפך. כאן הסיפור רק מתחיל! בכל פעולה אנו סוללים לעצמנו את המשך דרכנו באופן אקטיבי!

כולנו רוצים להיות "טובים"... הדרך הקלאסית והמקובלת להגיע לכך זה ע"י עשיית מעשים טובים. זה נכון וטוב, אך לא תמיד זה מספק את ה"סחורה" בקצב שהיינו רוצים ולעיתים אף גרוע מכך. מה עושים?

אז זהו, שכדי להיות טוב – חייבים להתקין תוכנה מתאימה. התוכנה היא: הלב.

"כי לא בעשיותיך הטובות לבד אנו מסתפקים, אלא רק שגם אתה בעצמך תהיה טוב אנו רוצים" (הקדמה לספר חובת התלמידים). "לא די לך שתעשה מעשים טובים בלבד אלא שגם אתה תהיה טוב" (שם עמ' קל"ב).

וכך אמרו רבותינו: "טוב לבן שיניים מחלב – אמר ר' יוחנן: טוב המלבין שיניים לחברו יותר ממשקהו חלב, שנאמר ולבן ולבן שנים מחלב אל תקרי לבן שיניים אלא לבון שיניים" (כתובות דף קיא).

"אמר רבי יצחק, כל הנותן פרוטה לעני מתברך בשש ברכות, והמפייסו בדברים מתברך באחת עשרה ברכות" (בבא בתרא דף ט ע"ב).

תני אבימי בריה דרבי אבהו: יש מאכיל לאביו אווזים מפוטמים וטורדו מן העולם (הבן יורש גהינום), ויש מטחינו בריחים ומביאו לחיי העולם הבא (קידושין לא ע"א). כלומר: יש אחד המביא לאביו כל טוב, אך מתנהג אליו בגסות – סופו יורש גהינום, ויש הגורם לאביו טרחה רבה לטובתו, וכל לבו נתון לאביו – סופו יורש גן עדן.

המשותף לכל הדוגמאות הנ"ל: הלב הוא המרכיב העיקרי בעיצוב אישיותנו.

לחייך לחבר – שווה יותר טוב מהמשקה שתיתן לו. לברך עני בחום – שווה יותר מהצדקה שתיתן לו.



הרב ראובן זכאים

מדור בחסות

נעם בר מים היברידי

שאלה בנועם

חיים אשל תרם סעודה שלישית חלבית לבית הכנסת. המתפלל יוסף פרומר נמנע מהפרדת גביעי השמנת והלבן המחבורים זה לזה, אלא שרב בית הכנסת הורה שמי שירצה יוכל להקל בדבר. מדוע?

פתרון החידה מעלון פרשת ויצא:

בקבוק מיץ ענבים או משקה מוגז הסגורים בפקק פח או פלסטיק, ובעת פתיחתו נפרדת ונוצרת טבעת מהחלק התחתון של המכסה, מותר לפותחם בשבת. ואף שבהפרדה זו נוצר פקק העיתן לשימוש, אין בזה משום "מתקן כלי" או משום "מכה בפטיש" (= גמר מלאכת כלי והשלמתה, האיסור בשבת). חלק מהטעמים להיתר: הפקק נחשב כלי גם קודם לכן, ונוצר כדי לפתוחו, ואין כוונתו לתיקון ולהשלמת הפקק, אלא לשנותו, מה גם שבד"כ אין משתמשים בהם שימוש חוזר (מה בשבת יחווה דעת ח"ב סימן מ"ב, חשב האפוד ח"ג סימן צ"ג, ילקוט יוסף). והמחמיר מדידת חסידות לפתוח את הבקבוק קודם השבת ולסגור בחזרה, תבוא עליו ברכה. ויש חפוסקי האשכנזים שהורו להחמיר בכך (מה"י ועוד), ויש מהם שהחמירו רק בפקקים העשויים מפח, כגון בבקבוקי מיץ ענבים ויון (הגרש"ז איינברגך זצ"ל).

הגרלה!

בין הפותרים נכונה יוגול שובר ברשת

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

אפיקים טכנולוגיית מים מתוקמת



להזמנות: 077-80-37-880 כשיש נועם 2, אין שאלות!

פינת ההלכה באדיבות קסיאס

בירכתי על מיץ ענבים בורא פרי הגפן וכעת אני רוצה לשתות בירה או קולה, האם צריך לברך על שאר המשקים, או שכולם נפטרים בברכת המיץ ענבים?

תשובה

אף שמדובר ענבים אינו משכר, פוסט את שאר המשקים ואין צורך לשוב ולברך עליהם. חזון עובדיה (ט"ו בשבט עמוד ע"ד) ויש מבני אשכנז שנהגים לברך שהכל על סוכר ולפטור את שאר המשקים. זאת הברכה (פרק י"א אות ז').

# מה אנחנו עושים עם התרוממות הרוח של התקופה?

## כשישנה התרוממות רוח, חייבים לקחת את זה קדימה, לבנות את עצמינו הלאה ולא להשאיר את המצב כהרגשה שתדעך ברבות הימים

הנכונה, כפי שציינונו ה', או חלילה להיפך? היצר הרע, מטבעו לדחות אותנו מלעשות טוב. ישנו רמז לכך בפסוק "וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה אֶל יְהוָה בְּחַר לָנוּ אֲנָשִׁים וְיֵצֵא הַלָּחֶם בְּעִמְלָק מִחֹר" (שמות י"ז, ט). עמלק (היצר הרע) מפציזר באדם לדחות את עלייתו הרוחנית למחר, כדי שעד מחר כבר תרד ההתלהבות, והחלטתו הטובה של האדם תידחה.

ברבותינו הגדילו מאוד את מעמד קריעת ים סוף, ואמרו "ראתה שפחה על הים מה שלא ראה יחזקאל בן בוזי הכהן במעשה מרכבה" (ילקוט שמעוני, בשלח רמ"ז). בקריעת ים סוף עם ישראל חווה חוויה אדירה. גם אותה שפחה הגיעה באותה שעה למדרגה גבוהה, כשראתה בעינייה מראות עצומים, אך לאחר זמן חזרה להיות כפי שהיתה, ללא שינוי. נשארה שפחה! כשישנה התרוממות רוח, חייבים לקחת את זה קדימה, לבנות את עצמנו הלאה ולא להשאיר את



מרוץ החיים לא נותן לנו הזדמנויות רבות לעצור ולהתבונן בעצמנו, וכל שכן לא להפנים אם אנחנו צועדים בדרך הנכונה - אם ביחסי עבודה, בענייני הבית ואפילו בין אדם לעצמו. הלחץ היומיומי ושלל העיסוקים הנצרכים והפחות נצרכים לא מאפשרים לנו להתעכב יותר מידי על מחשבות עמוקות. אבל יש רגעים שדורשים מאיתנו להביט על המצב בפרספקטיבה מתאימה ולא מתפשרת.

עם ישראל עבר טרגדיה נוראה בשמחת תורה. עם ישראל כואב ודואב על אותם שנרצחו רק בגלל היותם יהודים. אנו מתפללים לשלום החיילים ולשובם של החטופים, ובאותה נשימה מודים בלב שלם על אין ספור ניסים שמסופרים עוד ועוד מפיהם של אותם שנשארו בחיים אחרי הטבח הנורא. אנו מברכים ולא מפסיקים להתפלל לשלומם של החיילים שנלחמים בעוז ובגבורה

תוך התעוררות רוחנית נפלאה ביציאתם למלחמה - בקריאת שמע ישראל, לבישת ציצית, קבלת עול מלכות שמים, סגולות לשמירה ועוד. כבר עכשיו מגיעים סיפורי ניסים מופלאים משדות הקרב, ועוד לא מעט ניסים ונפלאות בגלוי ובנסתה.

כעת אף מתברר הנס הגדול, שבזמן התקיפה בדרום לפי התכנית הייתה אמורה חלילה להתבצע גם תקיפה מצד אויבי ישראל בצפון, אבל זו לא יצאה לפועל. אחרת, המצב היה, חלילה, הרבה יותר גרוע. ומה עכשיו?

אחת מאמרות חז"ל המוכרות על הגאולה היא זו של ר' יוחנן: "אין בן דוד בא אלא בדור שכולו זכאי או כולו חייב (סנהדרין צ"א, ע"א). הרבה דיו נשפך על משמעותם של הדברים, ותשובות לשאלה כיצד יתכן דור שכולו זכאי, או להיפך? אחד הפירושים ששמעתי הוא שבדור שבו בן דוד בא, כל אדם יהיה חייב להחליט לבחור צד בתכלית חייו. האם אני מתקדם (כמונן בהדרכה נכונה) בדרך

המצב כהרגשה שתדעך ברבות הימים. האמירה שאמר משה רבנו לאחר חטא העגל, האמירה שאמר מתתיהו כהן גדול בזמן החשמונאים, של "מי לה' אלי", הטביעה בנו חותם וסימן לדורות, כי בכל דור ודור - ובמיוחד בזמנים שעומדים עלינו לکلותינו - תהיה מוטלת על כל אחד ואחד הבחירה של מי שרוצה לעשות את רצון ה' - אלי! גם אליהו הנביא, בקריאתו לעם ישראל, אומר... עד מתי אתם פוסחים על שתי הסעיפים, אם ה' האלוקים, לכו אחריו, ואם הבעל, לכו אחריו" (מלכים א' פרק י"ח פסוק כ"א).

כיום, כשפעמי הגאולה מורגשים היטב, דברי חז"ל מתגשמים ואנו חווים את העלייה ברמת רוחניותו של עם ישראל בכל המישורים, ובפרט באחדותנו בכלל ובפרט, ישנה הזדמנות פז לעלות על דרך המלך ולצעוד בדרך הנכונה. כעת הגיע הזמן לבחור להיות זכאי, או חלילה חייב... ובחרת בחיים!

### נצפה לאחרונה



עלון הידיבות עם אבנר ויהב סולומון בדרום הארץ בזמן המלחמה.

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



CASSIAS אין סוף חוויות ישיבה

קאסיאס, רשת מערכת הישיבה האיכותית והיבואנית הגדולה של מערכת ישיבה לבית מזמינה אתכם להנות ממגוון אין סופי באיכות הטובה ביותר ובמחירים אטרקטיביים

ליוזמתם 5 מפותחים ירושלים - פתח תקוה, 28 מפותחים מרכז-אזורי, 51 מפותחים צפון-מזרח, 6 מפותחים תל אביב-יפו, 5 מפותחים שרון-מזרח, 11 מפותחים אזורי קרקע

הטבה מיוחדת לקוראי עלון הידיבות

לגדול!  
סיון רהב מאיר

# אליפות השבת

**האחים של יוסף מכרו אותנו, והוא התגלגל למצרים, שם הוא הצטיין כאדם מאמין, מצליח ומחובר לה'. גם מול תרבות זרה יוסף לא התבייש בערכים שלו. הוא הבין שההצלחה הגדולה שלו מגיעה בזכותם**

נוספות. התחרות נפתחה ביום חמישי ונעלה ביום ראשון, אך עם כניסת השבת - המשלחת הישראלית כולה עזבה את האולם, וחזרה רק בצאת השבת.

אבל לתלמידי הנבחרת היה חשוב שלא יחשבו שהם סתם נעלמו. הם רצו להשאיר מסר, להיות גוררים של השבת. בדוכן שלהם, ליד הרובוטים שבנו, הם תלו שלט גדול באנגלית: "למה אנחנו לא כאן היום? כי היום שבת, יום המנוחה של העם היהודי". הם גם הציבו שם פמוטים עם שני נרות, ושתי חלות שבת.



אורחים רבים בתערוכה ניגשו אליהם אחרי השבת, מלאי סקרנות והערכה. הם רצו לשמוע עוד על היום המיוחד הזה, שהיה חשוב לנערי הנבחרת יותר מהתחרות.

**נקודה למחשבה:** אנחנו לא מתמודדים עם אתגרים כמו של יוסף הצדיק, ורובנו גם לא צריכים להתעקש על שמירת שבת בחו"ל. ובכל זאת, איפה אנחנו יכולים, בחיים שלנו, להיות גאים בערכים שלנו, גם מול אנשים שמתנהגים אחרת?



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

נטע אייגר מקיבוץ טירת צבי הצטיין בכימיה מגיל צעיר. הוא אהב לערבב חומרים ולחקור אותם, ולעשות ניסויים במעבדה.

כשמדינת ישראל הייתה צריכה לשלוח לתחרות בינלאומית בחוץ לארץ את הנערים הטובים ביותר בכימיה, נבחר נטע יחד עם עוד חמישה בלבד. הם טסו והחלו בבחינות, ובשני השלבים הראשונים הוא הצטיין מאוד. אבל אז, גילה שהמבחן השלישי ייערך בשבת. נטע ואנשי המשלחת פנו למארגני התחרות ושאלו אם אפשר למצוא פתרון אחר. אולי להתחרות ביום שישי בצהריים, או להיבחן במוצאי השבת?

התשובה של המארגנים הייתה שלילית. נטע הודיע מיד שהוא לא ניגש למבחן. השבת חשובה לו יותר, ולכן הוא טס בחזרה לארץ, בלי גביע ובלי מדליה. החברים בקיבוץ ערכו לו קבלת פנים כאילו הוא זכה בתואר אלוף העולם. "הפסדת בתחרות - ניצחת במבחן האמיתי!", הם כתבו על השלטים שקיבלו את פניו.

נטע לא לבד. לפני כמה שנים, נבחרת הרובוטיקה של בית ספר אמיתי במודיעין יצאה לאוסטרליה, לתחרות עולמית של חברת לגו, עם שמונים משלחות



טריווייה

**איזה מלך ציווה על חכמי ישראל לתרגם את התורה ליוונית?**

- א. תלמי המלך
- ב. אוויל מרוך
- ג. אנטיוכוס
- ד. אחשוורוש

**מי בנה את נינוה?**

- א. יונה
- ב. נמרוד
- ג. אשור
- ד. פרעה

**איזה קטע מהבאים לא נהוג להגיד בתפילת שחרית?**

- א. תפילת אברהם על סדום
- ב. עקידת יצחק
- ג. תפילת חנה
- ד. שירת הים

**מי מהבאות היתה אשת דוד המלך?**

- א. רחל
- ב. עתליה
- ג. נעמה
- ד. אביגיל

**מי נקרא גם בשם ירבעל?**

- א. גדעון
- ב. אליהו
- ג. אחאב
- ד. יואש

**פתרון החידות מפרשת יצא:**  
א. רבי אליעזר בן הורקנוס.  
ב. שלמה המלך, ג. ספירא, ורמיזא, חננצא, ב. כתר שם טוב, א. חמישי

**הזוכה מעלון פרשת נח: יעל ביבס**



**שלחו אלינו למייל TRIVIA@HTV.CO.IL יחד עם כחובתכם ומספר הטלפון שלכם, וציינו בכותרת את שם הפרשה. בין הפותרים נכונה יוגרל הספר "מרת חזון איש" מאת אברהם אוהיון מתנת הידברות שופט.**

# הובי הרובוט לומד את ספר המצוות

הובי הרובוט

**פגשתם פעם רובוט? יודעים מה הדבר היחיד שהוא לא יכול לעשות?**

מצוות - הוא התאקזב מאוד, ופנה לאמציה חברו הטוב. אמציה הוא אדם רגיל, והובי בקש ממנו ללמוד מצוות, כדי שהוא יוכל לעזור לילדים אחרים להתקרב לה'. במהלך השבועות הקרובים תוכלו להצטרף להובי החביב, הקופצני והסקרן, וללמוד יחד אתו מאמציה איך יהודי צריך להתנהג. בשמחה. הובי ואמציה מחכים לכם כאן, במדור החדש של עולם הילדים, החל מהשבת הבאה!

ילדים יקרים, פגשתם פעם רובוט אמת? כזה שיכול לבשל, לנגן ואולי אפילו לבצע נתונים מסובכים? אז תפירו את הובי הרובוט. הובי הרובוט הוא רובוט מיוחד שיכול לעשות כמעט הכל, חוץ מדבר אחד - לקים מצוות. למרות כל הדברים הטובים שהובי יכול לעשות, הוא לעולם לא יוכל לשמר שבת, או לקים את מצוות ואהבת לרעהך כמוך. פשוט, כי הוא רובוט, ולא ילד יהודי בשר ודם. כאשר הובי הרובוט שמע שהוא לא יוכל לקים



הידברות שופט



**ימים של מתנות לילדים**

**דמי חנוכה בהידברות שופט**



שחקו ותהנו עם הילדים כל ערב מול הנרות לרכישה כנסו להידברות שופט! • 073-222-1-250

# הצפור הנדירה

## הצפור הנדירה היא התרופה היחידה - אבל איפה יצליחו למצוא אותה?

אמא: אודי, קח בבקשה מטלית ותנקה את האבק בסלון.  
אודי: אבל אמא, בשביל מה צריך אבק נקי?



אבא: יוסי, איך היו השאלות במבחן?  
יוסי: השאלות היו בסדר, הבעיה היתה עם התשובות...



פרה א': מוון.  
פרה ב': מוון.  
פרה ג': קוקוריקו!  
פרה א': מה זה?  
פרה ג': אני לומדת שפה חדשה.



מאמץ גדול שכזה בשביל איש פשוט...  
הבין רבי עקיבא שיש סכוי, אפילו קטן מאוד, ומיד הלך לביתו, ישב בחדרו והתפלל מעמק לבו אל ה', ובקש שישלח רפואה לחולה.  
בעבר שעה שמעו אנשי הבית של הרב רעש של נפילה וחבטות בתוף הארבה. הם בדקו, ומצאו שצפור מיחדת מאד נפלה לתוף הבית שלהם.  
רבי עקיבא ראה אותה, חיך ואמר: "ברוך אתה ה' שומע תפלה. זו הצפור. שחטו אותה, הכינו ממנה מרק, והביאו לחולה לאכל".  
כך עשו, והחולה התרפא.



לימים הגיע שוב הרופא לפוזנא ושאל על החולה. ספרו לו שהחולה אכן הבריא מהמרק של הצפור. התפלא הרופא: "איך השגתם את הצפור הזו?! היא נדירה כל כך!".  
ענה לו רבי עקיבא איגור: "בקשנו אותה ישירות ממי שברא אותה...".  
מעובד לפי סיפורי אמיתי המספר ומתוך אתר עולם הילדים.

חנכה שמח, ילדים נפלאים!  
כלנו חוגגים את נצחון המכבים, ורואים את הפוח הגדול של ה' להושיע אותנו, אפילו כשנראה שאין סכוי...  
אספר לכם ספור שקרה בעיר פוזנא שבפולין לפני 200 שנה, שם חי הרב עקיבא איגור. קרה המקרה, ויהודי אחד חלה במחלה קשה. כל הרופאים התיאשו מלמצוא לו תרופה. כלם התפללו לרפואתו, וביניהם גם רב העיר, רבי עקיבא איגור.  
יום אחד עבר בעיר המלך, והתעכב שם לכמה שעות. אתו היו משרתים ושרים, וגם הרופא המלכותי. נצל רבי עקיבא איגור את ההזדמנות, ובקש מהרופא המלמד לבדק את היהודי החולה שבועיכם. הרופא בדק ואמר: "יש תרופה למחלה הזו, אבל אי אפשר להשיג אותה. אם החולה ישתה מרק מצפור נדירה שחיה בעיר - הוא יתרפא. אבל אין סכוי למצוא את הצפור הזו".  
שאל רבי עקיבא: "מה היית עושה אם למלך היתה המחלה הזו?".  
אמר הרופא: "בשביל המלך - הייתי פוקד על החילים לכרות את כל היער כדי לתפס את הצפור. אבל לא יעשו

## הארנק - צוד משלנו

איור וכתובה: יוסי יוסף

רק שלא יתקרב אלי, זה הילד הכי מוזנח שראתי

סתי יגיע תור?? אני עוד אתלכלך מהליד המעצב הזה...

אוי! איפה הארנק??

עשרה שקלים בבקשה

כן ילד, מה בשבילך?

גלית וכל עם סוכריות ומיפל

נראה לי שמצאתי משהו...

הצילו! הארנק שלי אבדו משהו מצא ארנק צהוב?

"ואל תהי בז לכל אדם, שאין לך אדם שאין לו שעה"

אל תזלזל חלילה באף אדם, אפילו לא בליבך. כיון שאיך יודע באמת מהם תכונותיו ואישיותו, ולעולם לא תדע אם עשוי הוא להועיל לך בעתיד (אבות ד', ב')

העיקר שנמצאה האבדה



מצאו ההקדים 5



# עצירות - לגזור ולשמור (ב')



אלו סוגי עצירות קיימים, למה הם קורים ואיך מטפלים בהם?

התקופה הנוכחית לא פשוטה לאף אחד, בלשון המעטה, ובכל זאת ננסה לחזור לשגרה עד כמה שניתן. ישנם מספר סוגים של עצירויות.

1. עצירות עוויתית - הנפוצה ביותר. הסיבות לה: חוסר שינה - ואז יש שיבוש בשעון הביולוגי של הגוף; חוסר בנוזלים; צריכה עודפת של כדורים משלשלים וחומרים מעוררים (קפה, תה, טבק), שעלולים לגרום ליציאות דלילות, אובדן נוזלים ומלחים, וכתוצאה מכך - לנזק בריאותי. עם הזמן המעי הופך להיות עצל, ויש נטייה לפתח תלות גופנית ו/או נפשית בחומרים הנ"ל; פרזיטים שונים כמו קנדידה, הליקובקטר וחוסר בחיידקים טובים במעי; גירוי יתר של קצוות העצבים; מתח.

2. עצירות חסרת טונוס. הסיבות לה: הרגלי תזונה לקויים; התעלמות מהצורך ללכת להתפנות (יש איסור הלכתי לעשות זאת); חוסר בפעילות גופנית; שימוש יתר במשלשלים כמו סנה, שיוצרים הסתגלות של הגוף; גיל זקנה; הריון; משקל עודף; בעיות נוירולוגיות ומוגבלויות פיזיות שונות.

מדוע כדאי לטפל בעצירות ולא להזניחה? ישנו קשר הדוק בין עצירות לבין מחלות כרוניות רבות. המזון שנרקב במעי, בזמן תהליך העיכול, מוביל לשינויים רבים בפלורת המעי, ובייחוד במעי הגס. כל חומרי הפסולת הבלתי רצויים שהגוף מנסה לפנות על ידי פעולת ריקון המעי נשארים בתוך הגוף, ויוצרים חולי. חומרי הפסולת שנרקבים במעי מזיקים לגוף יותר מכל חומר אחר, היות שבתוך הפסולת שנרקבה מצויים רעלים מזיקים שחודרים אל מחזור הדם, וגורמים לרעילות בגוף כולו. מעיים במצב תקין מתרוקנים בין 2 ל-3 פעמים ביום, וזאת כמובן כאשר אתם מורגלים לתזונה נאותה ובריאה. צריכה רבה של מזון מן החי: ביצים, בשר, דגים ומוצרי חלב + מזונות מעובדים ומתועשים ופחמימות ריקות עלולה לגרום לשינוי ניכר בהתפנות, הן מבחינת התדירות והן מבחינת הקושי.

אם כן, חובה עלינו להבין מהו התפריט היומי הנכון, לישון מספיק ולבצע פעילות גופנית מתמדת. כמו כן, חשוב לדעת: עצירות לא פתורה עלולה לגרום לקושי בהרזיה!

לרבישת המהירה האחרונה של הספר 'דוי' התזונה להתנקות להבריאה לרווח בקלות' של הגב' ר.ל. פלץ חייגו להידיברות שופס: 073-222-1250

מבטלים גזירות, שופכים ישועות ופותחים דלתות. לכן, אחותי, השתמשי בהם! מלחמה היא לשון נקבה. מלחמה זה אותיות: מי לחמה? מי הלוחמת האמיתית - האישה! החיילים מבפנים, ואנחנו מבחוץ.



## מלחמה היא בלשון נקבה, ויש לנו כלי נשק. זה הזמן להפרשת חלה

אני רוצה לשתף קצת מהמקום האישי: בימים הראשונים למלחמה היומן שלי התמלא באיכסים חודשיים וחצי קדימה - ביטלנו את כל האירועים והכנסים, היו כמה ימים של שקט, ואז פתאום זה קרה... טלפונים בלי הפסקה, כולן רוצות לארגן ערב הפרשת חלה, ודחוף, וכמה שיותר מהר. ביררתי מה קרה, ואז נדהמתי - אישה אחת השתמשה בנשק. אמא של אורי, שהייתה חטופה בעזה, פשוט הכינה בצק והפרישה חלה. היא צעקה להשם מכל הלב, היא התפללה בדמעות והממה עם שלם, איך מתוך כאב היא צועקת: "השם, אני אוהבת אותך!". זו הייתה חרב ברזל שקרעה את השמיים, כי למחרת, פחות מעשרים וארבע שעות אחרי זה, הבת שלה הייתה בבית, כנגד כל הסיכויים. אורי חזרה בריאה ושלימה הביתה, ואמא שלה המשיכה לקדש שם שמיים ולהגיד להשם תודה...

ואז פתאום כולן הבינו ש... רגע, יש לנו נשק! למה שלא נשתמש בו? והטלפון לא מפסיק לצלצל. אחותי, זה הזמן. הזמיני ערב הפרשת חלה. חלה ותפילה הם נשק רב עוצמה, בואי נשתמש בו יחד. חייגי להידיברות, ואחת הרבניות שלנו תגיע אליך לערב עוצמתי. אולי אני אגיע אליך. כל הישועות!

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



אומרים רבותינו כי שם הניתן לתינוק הוא סוג של נבואה. חשבתי לעצמי שכל שם הוא סוג של נבואה, גם השם של המלחמה הזו, "חרבות ברזל". אחותי, יעקב אבינו הוא זה שזכה להביא לעולם את שנים עשר השבטים - עם ישראל. ומי היו האימהות? הן היו ברז"ל - בלהה, רחל, זילפה, לאה! האמהות שלנו עברו בימי חייהן ניסיונות לא פשוטים, מלחמות וקשיים. זה הרי לא קל לגדל את שנים עשר השבטים. ואת יודעת מה? היה להן נשק, נשק סודי - חלה, טהרה, נר של שבת ותפילה. הנשק הזה כאן בעולם הוא רך, הוא קסום, אבל בשמיים אלה **חרבות ברזל!**

החלה, כמה היא רכה. כמה רך הבצק, כמה נעים ללוש, אבל בשמיים המצווה הזו היא חרבות ברזל. נרות השבת מפיצים אור רך ויפה כל כך. **שלהבת** זה אותיות **שבת לה'**, אומר לנו האר"י הקדוש. כן, שבת, נרות - זה רך, אבל בשמיים אלה חרבות של ברזל. המצווה של הבית היהודי היא חרבות ברזל, היא שומרת על החיילים, מגינה על הבית ועל כל העולם. והתפילה... אישה יהודייה, אמא יהודייה שמתפללת, אין רך וענוג מזה... "הוצק חן בשפתותיך", אישה מתפללת זה חן, זו מתיקות - אבל בשמיים אלה חרבות של ברזל. כלי הנשק הללו קורעים את השמיים,

## פינת המומחית

### קשה לה להתארגן

איך אוכל לעזור לבתי להתארגן בבוקר?

בתי בת השבע מתקשה מאוד בהתארגנות בשעות הבוקר. ההתנהלות שלה איטית וחולמנית. איך אוכל לעזור לה להתמקד בהתארגנות מבלי להתעסק בדברים נוספים?



השאלה הזאת היא אוניברסלית, ומן הסתם פוגשת אמהות נוספות. יש כל מיני סוגי ילדים: ישנם האחראיים, החרוצים, המרצים, החולמניים... ישנם בעלי קצב מהיר, וישנם אלו שהקצב שלהם איטי יותר. ילד-ילד ותכונותיו. אגב, יש יתרון עצום לילד נינוח וסבלן. התפקיד שלנו כהורים הוא לעזור להם על פי דרכם.

הדבר הראשון הוא לא להשוות אותם לאף ילד אחר, ממש לחשוב שיש לנו רק הילד הזה. כדי לעזור לילדה להגיע לאיזון, מומלץ להיעזר בפרסים או במבצעים. לדוגמה: אם היא מתארגנת בזריזות, היא זכאית לבחור לה פרס, או נקודות מצטברות. משהו שיעזור לה לתרגל התמקדות וזריזות.

כשהצליחה, חשוב מאוד לשבח אותה על כך. כך היא לומדת שהיא יכולה, ובעקבות המחמאות וההערצה שתקבל היא תרצה להוכיח שהמחמאות מגיעות לה ביושר. (רות פעמן, פסיכותרפסטית, יועצת זוגית ומנחת הורים במחלקת ילדים)

Advertisement for 'Amma Yehad Nivach!' (אמא יחד ננצח!) featuring a baby and contact information for Kalina HTV. Text includes: 'מחלקת אמ"א מנצחת איתך ועם התינוק שלך', 'אמ"א: סיוע לנשים הרות במצוקה', '073-222-1333 • 052-955-1591', 'kalina@htv.co.il'.



אנשים, ולא רק כאלה שביקשו לתרום או לחלק לחיילים ציניות ועוד ציוד רוחני, אלא אף כאלה שביקשו מהרב קותי מיידובניק לרכוש עבורם תפילין, כדי שיוכלו להתחיל להניח תפילין בפעם הראשונה מאז בר המצווה - לזכות החיילים!

הלוואי שנדע להתאחד לא רק בעתות משבר, אלא שגם במצבי רווחה ושפע נדע תמיד להיות מאוחדים כעם אחד.

כדי שזה יקרה, אנחנו צריכים לעבור מתודעת גורל - לתודעת ייעוד, חזון משותף. איך נגיע לזה? נבין שיש לנו עתיד משותף פה בארץ, וזה בזכות שנחזור לעבר. עם שאינו זוכר את עברו - ההווה שלו דל, ועתידו לוט בערפל.

השורשים שלנו כאן בארץ ישראל, מאז שה' הכריז בפניו של אברהם אבינו בברית בין הבתרים שזוהי הארץ שלנו. כשלונו זה יהיה ברור, גם להם זה יהיה ברור. הרי כשהאריה יזכור שהוא מלך, הוא לא יצטרך חיבוק מהדוב. מאחלת לכולנו, שנתעסק רק בטוב ונפיץ את אור ה' בעולם, עד אור ה' הגדול בגאולה השלמה.

**הלוואי שנדע להתאחד לא רק בעתות משבר, אלא גם במצבי רווחה ושפע**



## תראו מה זה עם ישראל

רק על ידי זה שנשמור על אחדות". חיבקתי אותה, ואמרתי לה שזה ודאי קשה מאוד לשנות פתאום תפיסות אחרי חיים שלמים שהאמנת במשהו. המשכנו לדבר עוד קצת, ובסוף לפני שיצאה מביתי, היא הוסיפה ואמרה: "אני בטוחה שעוד אחזור אליך, להביא עוד ציניות לשאר הפלוגות שבני מכיר".

התרגשתי ממנה. תראו מה זה עם ישראל! באחת הפעמים, שבהן התראיינתי על החפ"ק, ועל היוזמה של הזום לחיזוק בכל יום ראשון, שארגננו מטעם הידברות, התקשרו אלינו המון

תוך כדי המלחמה, הקמתי חפ"ק בבית, בהנהלתו של הרב קותי מיידובניק מצפת. הוא מעביר אלי ציוד, וכל האנשים מהדרום ומהמרכז מגיעים אלי לקחת ציוד רוחני. חדר שלם אצלי בבית התמלא בציניות, סידורי כיס, תהילים, כיפות, טליתות, תפילין ועוד, בקיצור - חפ"ק רוחני למהדרין, והכל מתרומות של אנשים צדיקים.

יום אחד שמעתי דפיקה בדלת. פתחתי, ומולי נראתה אישה, בערך בשנות ה-50 שלה. היא נכנסה לבית, הסתכלה על ארון הספרים ונדהמה. היא אמרה: "בחיים לא חשבתי שאכנס לבית דוסי. לא בגלגול הזה ולא בגלגול הבא. ויותר מכך, לאסוף ולהביא לבני ולכל הפלוגה שלו ציניות! זו כבר באמת הזיה!".

הזיה טובה, צחקתי איתה. היא חיכה והמשיכה: "במיוחד שעד לפני חודש הפגנתי בקפלן - נגדכם, נגד הממשלה, נגד הרפורמה. על מה לא הפגנתי?! חשבתי שככה אציל את המדינה שלי! אבל כעת, לאחר מה שקרה... לא יודעת למה כל זה היה צריך לקרות כדי שנתפכח ונבין שאנחנו עם אחד. שאם אנחנו רוצים לשמור על הארץ שלנו, זה

חני ליפשיץ

## גלויה מקטמנדו



תופסת האחד עם השני. ואני? הידיים ערדו לי, והלב שלי דפק.

כעבור שבועיים חזר אחמד אל חנות השטיחים. אמנם אסרו עליו לשוחח איתנו, אבל כשהנער שלי עבר באותה הסמטה, הוא בכל זאת זרק לו משפטים קשים של שנאה.

בבוקר שלמחרת החלטתי לגשת לשם. רתחתי מזעם. תכננתי בדיוק מה אגיד לו, אבל כשקרבת לי לשם ראיתי את התריס של החנות שלו מוגף.

"לא שמעת?", שאלו אותי השכנים שלו למסחר, "אחמד נפל אתמול בלילה ושבר את שתי הרגליים שלו. הוא מגובס מכף רגל ועד המותניים", הם המשיכו. "שבועות ארוכים יחלפו עד שישבו הנה ויפתח את החנות". מה אומר לכם? אני מבטיחה לכם שלא אנחנו שברנו לו את הרגליים, אבל אני לא מפסיקה להודות על כך לבורא עולם.

אני עדיין מסתכלת לצדדים כשאני הולכת ברחובות קטמנדו, מה שלא קרה לי בכל 23 השנים שאנחנו בשליחות כאן. אבל נראה לי שהתחושה הזו היא נחלת כולנו - העם היהודי בעולם כולו, בימים טרופים וקשים אלה. ולמרות זאת אני לרגע לא שוכחת, בלכתי ברחובות קטמנדו או בכל מקום אחר, כי גם אם אלך בגיא צלמוות לא אירע רע - כי אתה עמדי".



## מוכר השטיחים

**נראה לי שהתחושה הזו היא נחלת כולנו - העם היהודי בעולם כולו**

כמה ימים לאחר מכן לקחתי את שני הקטנים שלי לחצר של מלון באזור. סובבתי אך לרגע את הראש, ושניאור ויצחק לא היו לידי. הבטתי מימנה ושאלה. המון אנשים היו סביבי, וכולם חשודים בעיני. רצתי בדשא. מחפשת אותם. "שרק לא לקחו לי אותם", מלמלתי לעצמי. "לא היינו צריכים לצאת בכלל!". העיניים שלי התמלאו בדמעות. רק הסתובבתי, והם חטפו לי אותם מתחת לאף! מי מסתובב עכשיו, בימים כאלה?! מי! ואז הם הופיעו מולי, סמוקים מריצה. משחקים

במוצאי שמחת תורה, כמה שעות אחרי הטבח הנורא, שמענו צעקות בכניסה לבית חב"ד. זה היה אחמד, מוכר השטיחים המזוקן מהסמטה הסמוכה. הוא עמד שם וצרח שצריך להרוג את כולנו! את כל היהודים בכל העולם כולו! כל ישראלי שנכנס אלינו שמע אותו קורא קריאות לשחרור פלסטין, ובגנות ישראל.

אנחנו לא רגילים להיתקל באנטישמיות בנפאל כלל וכלל. תמיד ידענו שמוכרי השטיחים בשכונה שלנו מגיעים מחבל קשמיר שבהודו, והם מוסלמים. החלפנו איתם ברכות שלום ללא כל חשש.

והנה פתאום השכן שלנו מתפרץ ומנופף בידיו באלימות. תיכף ומיד קראנו לרגו, מפקד המשטרה, שעומד בקשר טוב איתנו, והוא לקח את אחמד אל תחנת המשטרה. כמה שעות לאחר מכן הגיע רגו לספר לנו שנגד אחמד הוצא צו הרחקה מהרחוב שלנו, לפחות לשבועיים.

בהן צדקי שאני האישה הכי לא חרדתית בעולם (לפעמים אפילו יותר מדי לא), והנה, מאז ה-7 באוקטובר משהו נסדק בי. מה זה נסדק? נשבר לרסיסים.



כשאת איתנו את נעקרת מהעם שלך איך תבחרי בחיות פרא? איך הרבה חשבו שהם אחרת וטעו בחייהן

לדיווח וסיוע 052-955-1591 חייגי עכשיו

הוא חוגג על דם עמך ואת עדין בוחרת בו?!



החטופים שלנו עדיין בשבי,  
החיילים שלנו עדיין בלחימה,  
והפצועים שלנו עדיין זקוקים לתפילה  
**התפילות שלכן מרעידות את השמיים!!**

רבנית תערוך הפרשת חלה  
מרגשת ועוצמתית ותתפלל יחד אתכן.



**מתגייסות למען הצלחת עם ישראל!**

להזמנת חוג בית ללא עלות: **073.222.1290**

# נשות ישראל מ-עידות את השמיים!

## זה בידיים שלכם! עכשיו, יותר מתמיד ובכל מקום!

העלון הנפוץ ביותר בעולם  
שמחזק את עם ישראל ואת החיילים שלנו!

**איפה תוכלו להפיץ את עלוני הידברות?**

בבית הכנסת במקום העבודה בשישי במאפיה במסחר

**מצטרפים  
להפצה!**

**חודש ראשון בחינם 073-2221388**



**שבוע  
אחרון  
למכר!**



**עכשיו יותר מתמיד**

## לומדים ומחזקים את הבית

עם ספרי הרה"ג זמיר כהן שליט"א

בניית השקפה נכונה עם מידות טובות ודרך ארץ  
עפ"י חז"ל. הכוונה לכל שלבי החיים, בניית האישיות  
הקמת בית, נישואין מאושרים וחינוך ילדים



**10% הנחה על כל ספרי הרב**

**לפרטים ולרכישה 073-2221250 + חפשו הידברות שופט**

**רפואה שלמה וכל הישועות /** חנה מאירה בת סעדה / משה ואריאלה מלכה בן  
חסיבה **לעילוי נשמה /** פונגדה בן טורי / סוזן שושנה אזולאי בת חביבה / יעל בת  
זלפה / יהושע בן שרה / עליזה בת שרה כהן / שילת לאה בת עליזה בן הרוש / נסים שלום  
בן מרים / יוסף ועליזה פחיתה / חנניה בן מסעודה / רחל בת אמה / אהרון בן רחל / ג'ני טליה  
בת מזל

**העלון  
מוקדש**

**להקדשת העלון**

**חייגו 073-222-1388**

**שלוחה 3**