

עלון שבועי לקירוב לבבות | ערוץ 97 בכבלים ובלוויין

הידברות

עונת שבת

פרשת שופטים | גליון 264 | ז' אלול תשע"ו

לתגובות: oneg.shabat@hidabroot.org

אתר הידברות החדש
www.hidabroot.org

העלון מוקדש לזיווג הגון בקרב אירוס אילה בת פרידה | לזיווג הגון וראוי משה בן אילה | לזיווג טוב וראוי דוד בן יונתן ואורנה | לע"נ שרה בת נרקיס ואהרון | לע"נ יניב בן עדנה וראובן | להצלחת מורנו ורבינו אליעזר ברלנד בן אטיה | לזרע קודש בר קיימא שירה בת אילה | לרפואה שלמה פנחס בן בתיה **להקדשת העלון חייוג: 073-2221388**

זמן כניסת ויציאת שבת			
מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת	שבת
20:07	19:27	18:17	ירושלים
20:05	19:29	18:33	תל אביב
20:07	19:29	18:26	חיפה
20:07	19:28	18:34	באר שבע

מחנות יקבי ירושלים

המכיר את מקומו

חשוב להציב מטרות רוחניות ולשאוף להגיע אליהן, אך אל לו לאדם לשכוח בשל כך את דרגתו הרוחנית הנוכחית

ראש ארגון הידברות - הרב זמיר כהן

דבריו האחרונים של משה רבנו לבני ישראל, דברים הנפרשים על פני כל ספר דברים, מזכיר הוא להם את בקשתם במעמד הר סיני לשמוע את עשרת הדיברות מפיו של משה רבנו, ולא ישירות מהקב"ה: "כָּל אֲשֶׁר שְׁאַלְתָּ מֵעַם ה' אֶ-לֹהֶיךָ בְּחֶרֶב בְּיוֹם הַקָּהָל לֵאמֹר: לֹא אֶסָף לְשָׁמֹעַ אֶת קוֹל ה' אֱ-לֹהֶיךָ, וְאֵת הָאֵשׁ הַגְּדֹלָה הַזֹּאת לֹא אֶרְאֶה עוֹד, וְלֹא אָמוּת" (דברים יח, טו-יח). והנה, למרבה הפלא, הקב"ה משיב למשה על בקשתם: "הִיטִיבו אֶשְׁר דְּבַרְךָ". ויש להבין את תשובת ה', האמנם לא היו אמורים לשאוף למדרגה רוחנית גבוהה יותר, לשמוע את הקב"ה בכבודו מדבר עמהם?



אלא שיש ללמוד מכאן יסוד גדול בעבודת ה': אמנם צריך כל אדם לשאוף להתעלות ולהגיע למדרגה גבוהה, אך עליו להכיר את המדרגה שהוא נמצא בה כעת ולהתעלות בהתאם - ולא לדמיין שהוא כבר במדרגה גבוהה, יותר מהאמת, ומתוך דמיונו זה מתנהג הוא בגדולות כאילו הוא כבר שם ומנסה להשיג מה שבאמת עדיין אין לו כלים להשיג. לפי שהתנהגות כזו עלולה לשבור אותו ולהפילו גם ממדרגתו האמתית. וכמו שמצאנו בדבריו של מר עוקבא, לגבי ההמתנה בין בשר לחלב, שאמר (בתרגום מארמית): "אני דבר הזה, חומץ בן יין לעומת אבא. שאילו אבא - כשהיה אוכל בשר עכשיו, לא היה אוכל גבינה עד למחר באותה השעה. ואילו אני, באותה סעודה לא אוכל, אך בסעודה הבאה - אוכל" (חולין קה ע"א). ולכאורה, מדוע שלא יעשה כמו אביו וכך לא יראה את עצמו כ"חומץ בן יין"? אלא משום שידע כי אצל אביו היתה זו מדרגתו האמתית, ואילו אצלו לא יהיה זה אלא חיקוי של מדרגת קדושה שבאמת איננו נמצא בה כעת, והתנהגות בחסידות זו, שאינה מחויבת על פי ההלכה, עלולה לגרום לו תחושת עומס שתכביד עליו בעבודת ה' בשאר העניינים. ולפיכך אמר הקב"ה "הִיטִיבו אֶשְׁר דְּבַרְךָ". לפי שבאמת, מלכתחילה

לא היו אמורים לשמוע כלל את ה' מדבר עמהם. רק מאחר ולאורך כל המופתים שראו במצרים ובמדבר, עד מעמד הר סיני, חשדו ישראל במשה רבנו שמא מחולל הוא ניסים באמצעות כוחות מסוימים ולא מצד שנשלח אותו ה', וכפי שראו במצרים שהיו חרטומי מצרים מחוללים מופתים. לפיכך הקפיד הקב"ה את כל ישראל למדרגת נביאים אף על פי שלא היו ראויים לכך, כדי שידעו בעצמם בוודאות גמורה כי הקב"ה נתן את התורה, ושליחו הוא משה רבנו. וכמו שאמר למשה: "הִנֵּה אֲנִי בְּאֵי אֶלֶיךָ בְּעֵב הַעֲנֵן בְּעִבּוֹר יִשְׁמַע הָעַם בְּדַבְרֵי עַמְּךָ, וְגַם בְּךָ יֵאֱמִינוּ לְעוֹלָם" (שמות יט, ט). כלומר, שהעם ישמע בעצמו את דיבורי עמך, וכך גם כאשר יבקשו שתתווך ביני לביןם, יידעו כי הנני סומך עליך כשליח נאמן ואז יאמינו בך לעולם בכל אשר תאמר להם בשמי.

אולם לאחר שעניין זה הושג כאשר שמעו את האלוקים מדבר, וראו שאין ביכולת כלי הקיבול שלהם להכיל אור עצום זה, ביקשו ממשה: "לֹא אֶסָף לְשָׁמֹעַ אֶת קוֹל ה' אֱ-לֹהֶיךָ, וְאֵת הָאֵשׁ הַגְּדֹלָה הַזֹּאת לֹא אֶרְאֶה עוֹד, וְלֹא אָמוּת". והקב"ה הצדיק את דבריהם, כי באמת לא טוב עבורם להמשיך להתנהל במדרגה שהיא גבוהה בהרבה מדרגתם האמתית. ומכאן מוסר השכל לאדם, כי אמנם עליו לשאוף לגדולות, אך עם זאת להתנהל לפי מדרגתו הנוכחית, בהתבוננות ובאיזון. תחילה לעלות מדרגה, לשמוח במדרגה החדשה ולהתייצב בה, ורק אז לעלות למדרגה נוספת. כך ימשיך לעלות צעד אחר צעד, עד הגיעו לשלמות הרוחנית. וכבר אמרו חכמים כי "המכיר את מקומו" הוא אחד מארבעים ושמונה קניינים שהתורה נקנית בהם (אבות ו, י). לפי שאם אינו מכיר את מקומו, וסבור שנמצא במקום גבוה יותר מהאמת, עלול הוא להפסיד את כל אשר השיג. אמנם זאת יש לדעת: ההלכה מתאימה לכל אדם, ולכן אינו רשאי להתפשר עליה, ורק הבא להתחזק יעלה בהדרגה כאמור. אבל מדרגות גבוהות של חסידות, נועדו רק לבני עליה לאחר שהתעלו בלימוד תורה ובשמירת ההלכה כראוי. שבת שלום.

2
הרב יצחק פנגר:
מ"הכנעה" ל"הבדלה"

4
הסיפור של ולד:
לפחד מן הפחד

7
הרבנית ימית מזור:
בעל החלומות

לגדל ולהניח מאחורי האוזן. ובדורנו רצוי מאוד שכל אדם יעשה לעצמו דבר שיחזק אותו ביראת שמיים, ובלי ספק הפאות מאחורי האוזן מביאים ליראת ה'.

במספרים או במכונה אסור לקצץ את השערות דק דק. וכיון ששיער הזקן משוך ממידת החסד והרחמים, לא טוב שיהיו שערות הפאות עומדות על הזקן, ולכן לא נהגו לגדל פאות, או

האוזן, או שלא מגדלים פאות כלל. וטעמם מפני ששיער הראש משוך ממידת הדין, ולכן ראוי לקצר ממנו ככל האפשר, אלא שצריך לשייר בפאת הראש כדי אחיזה לפחות, ואפילו

כשהיית ילד גידלתי פאות, ועכשיו שגדלתי הם מפריעים למראה החיצוני שלי. מותר לי לגזוז אותן? מנהג הספרדים על פי דברי רבותינו המקובלים להניח את הפאות מאחורי

בהשתתפות הרבנית אהובת הקהל
ימית מזור
- ארוחת צהריים בשירת -
כיבוד קל ושתייה קרה במהלך כל היום
שיו לכל משתתפת • מספר המקומות מוגבל,
הרשמה מראש חובה! • הכניסה לנשים בלבד
073-222-1-260
כל המשתתפות יכנסו להגרלה על שבת נופש חויתי עם הידברות

הרבנית האומית
חדווה לוי
אורח כבוד הראשון
הרב יצחק יוסף
הרב הראשי לישראל
המקובל הרב דוד בצרי
והרב יצחק בצרי
הרב אבנו קוואס
הרצאה בנושא:
חינוך עם חינוך

הרב זמיר כהן
י"ר ארגון הידברות
הרב שמחה כהן
הרצאה בנושא:
לחנך את הילדים
מתוך שמחה

בס"ד
בעוד 3 ימים
- מקומות אחרונים -
יום חוויה
בנושא: אתגרי חינוך הילדים והאגיות בדורנו
יום רביעי, י"א אלול, 14.9.16 בשעה 9:00 בבוקר
מרכז אירועים "יוילה" רח' הלוחמים 1, תל אביב (ליד מחלף וולפסון)

העלון טעון גיבוש | אג' להימנע מקריאת המודעות הפרסומית בשבת



"אל תרבה שיחה עם האשה" - מדוע?

למה התכוונו חז"ל כשאמרו שאין להרבות שיחה עם האשה, ומדוע?

האשה, אין כוונתו לבטא שיחה רגילה ונעימה שמחזקת את הקשר הזוגי, אלא כוונתו לאמירת דברים בטלים ומזיקים, כדיבורי לשון הרע. כך הבהירו חז"ל בעצמם (אבות דרבי נתן ב, טו): "אל תרבה שיחה עם האשה, כיצד הוא מבזה את אשתו? היה דבר (רע) בינו ובין חברו, אמרו (הבעל) לתוך ביתו. שמעה אשתו ממנו - יצאה לשוק ופגעה באשת חברו, אמרה לה: כך וכך היה בעלך עושה (לבעלי), כך וכך מצחיבו, כך וכך מביישו, התחילו נושאות ונותנות (מתוכחות עמה) בדברים, ומצאיות זו את זו, התחילו מכחישות זו את זו. העוברים והשבים היו נושאים ונותנים עמהם בדברים (מצטרפים לריב ומביישים את אשתו). מי גרם לו לבזות את אשתו? (הוא, הבעל) על שהרבה שיחה עמה". יש לשים לב בעיקר למילה "תרבה" - ריבוי הוא פטפטט שמעבר לדיבור הנצרך לקשר הרגשי והזוגיות. אשר מסכן את שלום הבית, לרוב נובע משעמום ודחף לרכל.

המשך בעמוד 5...

והביאתו בדבריה לידי מחלוקת. אי נמי (פירוש נוסף), מתוך שהוא מספר לה שחבריו גינוהו וביישוהו אף היא מבזה אותו בלבה, וזה גורם רעה לעצמו". איני מבינה פירוש זה, שהרי בוודאי יש נשים טובות וצדיקות מאוד. אשמח להסבר. תודה".

* * *

שלום סיגל, וכל הכבוד על תהליך ההתחזקות. כמי שכבר נחשפה ליהדות המקורית, את ודאי יודעת כי התורה "דרכיה דרכי נועם וכל נתיבותיה שלום" (משלי ג, יז). בשיעורים על זוגיות ושלום בית, מדגישים הרבנים אין-ספור פעמים את חשיבות הכבוד לאשה והרגישות כלפיה: "אוהבה כגופו, ומכבדה יותר מגופו" (במנות סב, ב), זהו יסוד הבית היהודי. ציבור האברכים מקפיד ביותר על הכבוד לנשים - בדיבור, במעשים, בעזרה בבית, בדאגה לילדים וכו'. אין ספק שככל שחברה היא יותר יראת שמים, כך ניכר בה כבוד רב יותר בין בעל לאשתו. כשהבעל יודע להתנהג כמו בן מלך, אשתו זוכה לכבוד של נסיכה. וכעת לשאלתך. המאמר "ואל תרבה שיחה עם



סיגל שואלת: "שלום, אני חוזרת בתשובה, ונתקלתי באמרת חז"ל שלא כל כך מובנת לי. חז"ל אמרו: 'ואל תרבה שיחה עם האשה... כל זמן שאדם מרבה שיחה עם האשה, גורם רעה לעצמו, ובוטל מדברי תורה, וסופו יורש גיהנם' (אבות פ"א מ"ה). ורבי עובדיה מברטנורא מפרש: 'מצאתי כתוב, כשאדם מספר לאשתו קורותיו כך וכך אירע לי עם פלוני, היא מלמדתו לחרור ריב, כגון קורח שסיפר לאשתו מה שעשה משה שהניף את הלוויים תנופה,

על סדר היום

מאת הרב שי עמר

עשרה, ומה גם שהוא לבוש בתפילין שאסור לישן בהם להסיח דעתו מהם מפני קדושתם (החיד"א בספר "עבודת הקודש").

ג. כפי שכתבנו, שישנם מקומות שגם בספרד לא התפשט המנהג לומר סליחות מ"ח אלו, לפי זה כתב מרן הרב עובדיה יוסף צצוק"ל בשו"ת יחיה דעת (ח"ג סימן מד) שאברכים ובחורי הישיבות שתורתם אומנותם, ואי אפשר להם להשכים קום בכל חודש אלו, שעל ידי כך יתבטלו מסדר לימודם, יכולים לסמוך על מנהג זה ולקום בשני וחמישי של חודש אלו, שהם ימי רחמים ביותר, שביום חמישי עלה משה רבינו להר סיני וביום שני ירד, וכמו שכתבו התוספות. ואם אינו יכול לקום לסליחות גם בשני וחמישי, על כל פנים בעשרת ימי תשובה בוודאי שראוי גם לתלמידי חכמים לשתף עצמם עם הצבור לומר סליחות ותחנונים, שזמן תורה לחוד וזמן תפלה ותחנונים לחוד. ומרן החיד"א בברכי יוסף (סימן תקפ"א סק"ו) כתב, שבחודש אלו ועשרת ימי תשובה יותר טוב לומר סליחות ותחנונים עם הצבור מללמוד תורה.

סיכום ההלכה: תלמידי חכמים, וכן פועלים שכירים או מלמדי תינוקות, שאינם רגילים להשכים ולקום בעוד לילה, ואם ישכימו לסליחות קיים חשש שלא יוכלו לעשות מלאכתם באמונה - ישתדלו לקום בחצות לילה ואם גם זה אינם יכולים, רשאים להימנע מלקום יום יום, וישכימו לפרקים בשני וחמישי ובעשרת ימי תשובה. ויש מקומות שמקיימים מניינים לסליחות בשעות הבוקר ואחר הצהרים לאלו שלא יכולים לקום מוקדם או בחצות, ותבוא עליהם ברכת טוב.

להזמנת הרצאות של הרב בתחומים שונים: 073-2221290 לשאלות נוספות: 054-8448909



זמן אמירת הסליחות לפועלים שכירים

א. בנוגע לזמן התחלת אמירת הסליחות מצאנו כמה דעות. בדברי הגאונים משמע, שאמרו בעשרת ימי תשובה בלבד, וכמש"כ רב צדק גאון כי מנהג שתי הישיבות לומר סליחות ותחנונים בעש"ת, וכן רב עמרם גאון כתב "ועשרת ימים שבין ר"ה ליר"כ משכימין בכל יום לבתי כנסיות ומבקשין רחמים", וכן כתב רב האי גאון: "מנהג לומר תחנונים בהנך עשרה ימים לחוד". וכן הוא בספר המנהיג לרבי אברהם הירחי (הל' ר"ה א' כ"ה): "המנהג להשכים בעשרת ימי תשובה לומר תחנונים, ויש מקומות בספרד שמקדימים להשכים מ"ח אלו".

ודעת מרן השולחן ערוך (סימן תקפ"א סעיף א) שהמנהג לקום באשמורת הבוקר לומר סליחות ותחנונים החל מראש חודש אלו, וכך מנהג הספרדים ועדות המזרח. כי מסורת בידנו שמשנה רבנו עלה להביא את הלוחות השניים בראש חודש אלו וירד ביום הכיפורים. וכל אותם ארבעים יום היו ימי סליחות ותחנונים לעם ישראל, וביום הכיפורים נתרצה הקב"ה לישראל בשמחה ואמר למשה "סלחתי כדברך". ומנהג בני אשכנז שמתחילים שבוע לפני ר"ה הסליחות במוצאי שבת, כדעת הרמ"א (שם).

ב. הזמן הראוי ביותר לאמירת הסליחות הוא באשמורת הבוקר, לפי שמשעות הבוקר מתעוררים חסדי הקב"ה בעולם, ומחצות ואילך הוא עת רצון לאמירת סליחות, אבל קודם חצות לילה - מזמן צאת הכוכבים - אסור לומר סליחות וי"ג מידות. אכן, המשכים לומר סליחות באשמורת הבוקר זהה שלא ינום ולא יישן בשעת תפלת שחרית ובפרט בזמן קריאת שמע וברכותיה ובזמן תפלת שמונה

שאלה: אני פועל שכיר, ויודע בעצמי שאם אשכים לסליחות באשמורת הבוקר או בחצות לילה לא אוכל לעשות מלאכתי נאמנה. מה אעשה לגבי אמירת הסליחות?

א. בנוגע לזמן התחלת אמירת הסליחות מצאנו כמה דעות. בדברי הגאונים משמע, שאמרו בעשרת ימי תשובה בלבד, וכמש"כ רב צדק גאון כי מנהג שתי הישיבות לומר סליחות ותחנונים בעש"ת, וכן רב עמרם גאון כתב "ועשרת ימים שבין ר"ה ליר"כ משכימין בכל יום לבתי כנסיות ומבקשין רחמים", וכן כתב רב האי גאון: "מנהג לומר תחנונים בהנך עשרה ימים לחוד". וכן הוא בספר המנהיג לרבי אברהם הירחי (הל' ר"ה א' כ"ה): "המנהג להשכים בעשרת ימי תשובה לומר תחנונים, ויש מקומות בספרד שמקדימים להשכים מ"ח אלו".

חדרים אחרונים!
073-222-12-70
פ' ניצבים כ"ח אלול 1/10

לפיתוח את השנה בשמחה!
סופ"ש רווקים
ברמדה ירושלים *****

הרב זמיר כהן הרב אבנר קוואס
הרב יצחק בצרי

החב"י השני שלך

צוות שדכניות יפגשו עם הרווקים במטרה ליצור התאמה

שנה טובה!



ט"הכנעה" ל"הבדלה"

אחרי שהצלחנו לשים את האצבע על הבעיה המרכזית, הגאווה, הגיע הזמן לעלות קומה נוספת

ג. בכל עניין, ראוי להסיר את הפגמים ולהתמקד בטוב. בכיכר המרכזית של פירנצה מוצב פסל אמנותי בגובה של 517 ס"מ, שיצר הפסל הידוע מיכאל אנג'לו. לאחר שסיים מיכאל אנג'לו ליצור את היצירה הזו, הוא נשאל כיצד הצליח להוציא מתוך גוש של שיש גולמי דמות-אנוש מושלמת להפליא. הוא ענה, שכאשר הביט בגוש השיש הגולמי, כבר ראה בתוכו (כביכול) את היצירה המושלמת. כל מה שהיה עליו לעשות זה רק לסתת את השיש המיותר, ולתת ליצירה המושלמת להתגלות מבפנים. כל אחד מאתנו הוא מושלם בפוטנציאל. עלינו רק לסתת את החלקים המיותרים, שאינם טובים, אשר נמצאים בתוכנו - או ליתר דיוק, שדבקו אלינו - והפוטנציאל הנפלא יתגלה.

המשך בשבוע הבא...

מתוך ספרו של הרב יצחק פנגר, FHT
להזמנת: 073-2221250

אחרים. מדוע ולמה? כי הם כבר ניסו פעם, ולא הצליחו, ממילא 'ברור', שהם לא יכולים... הם יכולים רק להביט באחרים, היזמתיים והמצליחים, ועיניהם כלות. יש אנשים, שאפילו לא ניסו. התייאשו מראש. חוסר ביטחון עצמי מונע מהם לנסות להגיע להצלחות. ככה הם, לדעתם, מסכנים כאלו, ולך תעשה משהו... חבל. אפילו מאד חבל! כל אחד מאתנו הינו מיוחד, בעצם קיומו, אהוב ורצוי אצל הבורא. כל אחד מאתנו ראוי לאושר ולהצלחה. לכולנו ניתנו כוחות גדולים - הרבה יותר משנראה לנו - כוחות שעשויים להביא, בעזרת ה', להצלחה גדולה.

ב. "אל תראני שאני שְׁחָחֶחֶת שְׁפָתַי הַשְּׁמֵשׁ" (שיר השירים א, ו) - אמנם יש בחיצוניות שלי פגמים, אבל הם רק בחיצוניות. הפנימיות שלי טובה. בתהליך ההתקדמות, אני אשתדל להסיר את הפגמים שדבקו בי, ולהיות רק עם הטוב האמיתי שבי.

הכדורגלן אזולאי: "העדפתי להפסיק לשחק ולא לחלל את השבת"

הכדורגלן יאיר אזולאי, קפטן הפועל אשקלון, יצא לאחרונה בהודעה: "אני עוזב את ליגת העל למען השבת". בשיחה עמו הוא מסביר מדוע החליט על המהפך, ומספר גם על התפילין שהחל להניח לכל חברי הקבוצה בשנים האחרונות

שלם לגמרי עם ההחלטה, ניכר שעדיין קשה לו כשהוא מדבר על כך. "מבחינה שכלית היה ברור לי שאני צריך לוותר על המשחק בליגת העל, אבל מצד שני לא היה קל לתרגם את זה למציאות. כי כמו שצינתי, במשך השנתיים שהייתי בפועל אשקלון העפלנו שתי ליגות, חווינו רק הצלחות וזה דבר נדיר מאוד".

ובאמת, באותו יום שבו הודיע אזולאי לחבריו על החלטתו הגיעו גם התגובות הצפויות. "אבל אני אדם בוגר", הוא אומר, "וקיבלתי את ההחלטה בלב שלם ובלי שום התלבטויות. במיוחד מכיוון שהתייעצתי עם רבי ומורי - הרב אברהם ממן מיבנה, שאמר לי שאם יש לי אופציה אחרת, אז אני חייב לעזוב. אז הנה, מצאתי לעצמי אופציה חילופית - אני עובר לליגה הלאומית שלא משחקת בשבתות, וכך אני גם ממשיך את הקריירה וגם לא מחלל את השבת".

ליאיר אזולאי הייתה גם סיבה נוספת שבשלה היה לו קשה להיפרד מהפועל אשקלון: "כאשר שחקני כדורגל יוצאים לאימון הם לוקחים איתם תמיד תיק רחצה, בו הם מביאים את הציוד הנדרש להם. אני, בשונה מהחברים, הבאתי איתי במשך השנתיים האחרונות תיק תפילין. בכל יום הקפדתי להניח תפילין, גם לעצמי וגם לחברים שלי. היו בחדר ההלבשה תמיד חמישה-שישה שחקנים, שהמתינו לי וכשהייתי מגיע, היינו מניחים תפילין, ואז יוצאים לאימון".

והוא גם מוסיף באומץ: "נכון שיכולתי לפרסם ולומר שאני עוזב בגלל כל מיני סיבות, אבל בחרתי לצאת בהודעה הכי אמיתית והכי נכונה, והודעתי שאני עוזב בגלל שמירת השבת. זה היה חשוב לי. כי מי יודע, אולי בזכות זה שאנשים ישמעו על כך, יהיו עוד כאלו שיחליטו להתחזק..."

התחילה לפעם אצלי כבר באותם ימים, אבל במשך השנים נאלצתי לעבוד בשבת כי הכדורגל הוא מקור הפרנסה שלי. בפרט בשנים האחרונות, כאשר שיחקתי בליגת העל שהמשחקים שלה מתקיימים באופן קבוע בשבתות אחר הצהריים - לא הייתה לי, כשחקן, שום אפשרות להימנע מחילולי שבת".

"צריך להבין", הוא מוסיף, "שאפילו במקרים הבודדים שבהם המשחקים מתקיימים במוצאי שבת, אז אני חייב לצאת מהבית קודם לכן, בעיצומה של השבת. כי שחקן מוכרח להגיע למגרש מוקדם, כדי להתכונן ולהיערך. במשך שנתיים שיחקתי בשבתות בקביעות וחשתי רע עם עצמי, ולאחרונה התחלתי להרגיש שזה כבר לגמרי מעיק עלי".

היה קש ששבר את גב הגמל?

"כן. השבת האחרונה שבה שיחקתי. התקיים אז משחק בין אשקלון לראשון לציון והייתי צריך להתניע את הרכב בשעה שש בערב ולנסוע. התלבטתי המון, ובסוף החלטתי לישון אצל חבר בראשון לציון כדי לא לחלל שבת. אני זוכר שאחרי המשחק הזה החלטתי שלא עוד. היה ברור לי שאני רוצה לשמור על השבת. זה גם לא סוד שבתקופה האחרונה התחזקתי בשמירת מצוות ורציתי להקפיד ללכת בשבת בצהריים לתפילת מנחה, לאכול אחר כך סעודה שלישית ולהמשיך לשיעור תורה ולתפילת ערבית. בנוסף, גם היה ברור לי שאני רוצה את המשפחתיות, אני רוצה להיות בשבתות בבית עם אשתי וילדיי, ולא לנסוע לכל קצוות הארץ כדי לשהות אצל חברים. למעשה, זה מה שגרם לי לקבל את ההחלטה".

החלטה קשה, מן הסתם.

"בוודאי", הוא מסכים ועל אף שהוא מדגיש כי היה

החדשות הטובות

מאת מיכל אריאלי



מזה שלושים שנה שהכדורגלן יאיר אזולאי (39) נמצא בקדמת המגרש, חי, נושם ובעיקר בועט. את דרכו הוא התחיל עוד כילד בפועל אשדוד, ובמשך השנתיים האחרונות שימש אזולאי כקפטן של הפועל אשקלון, והצליח להזניק את הקבוצה בצורה מטאורית. במשך השנתיים האחרונות הצלחנו לכבוש שיאים שלא יאומנו, הוא מספר, "הצלחנו להעפיל שתי ליגות בתוך פחות משנתיים. זה הישג בלתי רגיל בכדורגל. הפכנו להיות ליגת העל, אנחנו בעצמנו לא האמנו לכך".

ואיך הרגשת עם זה?

"ההרגשה הייתה מטורפת. ממש משהו חלומי, זה היה כיף לא רגיל", הוא משתמש בכל המטאפורות האפשריות כדי להסביר את תחושותיו כשחקן. אלא שדווקא בשלב זה, כאשר הקבוצה הצליחה להעפיל למקום הגבוה ביותר, ואזולאי - המשמש כקפטן, קצר את הפירות, הפתיע הכדורגלן המוכשר כאשר יצא בהודעה שהממה את כולם: "החלטתי להפסיק את השתתפותי בליגת העל", הוא כתב בקצרה, "אני לא רוצה לחלל את השבת".

"האמת שמאז ומתמיד גדלתי בבית שבו הייתה מסורת", מגלה אזולאי. "כשהייתי ילד בן חמש וחצי חוויתי טראומה, כאשר אבא שלי נהרג במלחמת שלום הגליל ואמא נשארה לבדה בגיל 23 וחצי עם שלושה ילדים - אני ושני אחיי הצעירים - בני שנתיים ושנה. עד היום אמא לא התחנתה, ובמשך השנים זה גרם לה לקוות שאלך לבית הכנסת ואקח את האחים ביחד איתי, שאעשה קידוש וכולם יקשיבו, ובכלל, שאהיה בן אדם טוב ואשפיע גם על האחרים. אהבת השבת

גם אתם רוצים לקחת חלק בהפצת העלון? הירשמו עכשיו, וקבלו עלונים לחלוקה עם שליח עד הבית!
(ההפצה כרוכה בהשתתפות סמלית בעלות ההפקה)

חייגו עכשיו: 073-2221388

אוהבים את
ה'ידברות'
עונג שבת?

לפחד מן הפחד

זהו סיפור מיוחד על הרבנית מרת בת שבע קניבסקי ע"ה, שנפטרה לפני שנים אחדות. כבר פורסמו בעבר סיפורים על החום והאהבה שהקרינה לנשות ישראל ועל המילים הטובות שהרעיפה על כולם. גיבורת הסיפור "זכתה" שהרבנית קניבסקי תראה לה פנים כועסות... כשתקראו תבינו מדוע עד היום היא לא מפסיקה להודות לה על כך

חלפו מספרי ימים ואז אושפזתי בבית החולים. התוצאה הייתה, שכשיצאתי מבית החולים ידעתי שבחודשים הקרובים לא אלד את ילדי השני. מאז החיים שלי השתנו לגמרי. לא בשל תחושת האובדן, אלא בשל המילים של הרופא אודות הניתוח שיסכן את חיי.

האיום הזה נחרת במוחי ובלבי. לא הפסקתי לחשוב על המילים ועל משמעותן אף לרגע אחד. נרפאתי מהתקופה הזו מבחינה פיזית, אך לא הצלחתי להירפא נפשית.

חששתי להיפקד שוב. חשתי פחד גדול ואימתני, כמו מפני סכנה מתקרבת. בעלי שלח אותי לרבניות, והתרוצץ בין רבנים, והם שלחו אותנו לרופאים ולפסיכולוגים, שכולם אמרו דבר אחד: המוח שלה משדר לגוף שלה לא להיפקד. אין לה כל בעיה רפואית. האמת, זה היה נכון.

אם הבנתם שפניתי לרבניות כדי שיברכו אותי שאפקד, טעיתם. לא רציתי להיפקד. המילים 'ניתוח שיסכן את חיך' ליוו אותי בלי הפסקה. בעלי המסכן ידע שאני פוחדת ללדת ילדים נוספים, וזה תסכל אותו ביותר. הוא היה מתחנן לפניי שארצה, אבל אני הייתי אומרת לו: "אני פוחדת לרצות, פוחדת שאזדקק לניתוח, ויש לי חרדות נוראות. איני מסוגלת". ריחמתי עליו, אבל פחדתי על עצמי. הפחדים התעלו על הרחמים, והמצב הזה לא ממש היטיב עם מצב הרוח שלי. בעלי היה נואש ואומלל.

המצב הזה נמשך שמונה וחצי שנים. במהלך השנים הללו פניתי מספר פעמים לרבנית קניבסקי, סיפרתי לה מה שקרה, ואמרת לי שאני פוחדת. היא הייתה מחבבת אותי ומאחלת שהפחדים ייעלמו, אבל זה לא עזר, הם לא נעלמו. מבחינתי, החיבוק הזה היה מעין אישור שהפחד מוצדק.

השנים עברו, ובעלי נכנס פעם אחר פעם למרה שחורה. הוא ראה את המשפחות של האחים והחברים שלנו מתרחבות משנה לשנה, והמשפחה שלנו לא.

כשאני חושבת על כך - במקום לרצות להיפקד, מה שבאמת רציתי זה להפסיק לפחד ואז להיפקד.

משום שלא צעקו עליהן ולא ביקרו את התנהגותן אפילו ברמיזה.

דווקא מהמקום הזה אני חושבת שהסיפור שלי הוא ייחודי, ושאני היחידה שהרבנית, במחילה, כעסה עליה ממש. ייתכן שאני מגזימה, אולי היא לא ממש כעסה, אבל השמיעה מילים קשות שכמותן לא השמיעה מעולם, והכעס שלה היה מעשה החסד הגדול ביותר שנעשה לי, ואחד ממעשי החסד הגדולים שלה.

נישאתי לפני כשמונה-עשרה שנה.

שנתיים לאחר החתונה נולד לי בן. מובן שהייתה שמחה גדולה, ברית ופדיון הבן. לאחר חצי שנה שוב נפקדתי, אולם מכאן והלאה החלו הדברים להסתבך. עברתי בדיקות רבות והרגשתי שמשוה לא בסדר. פנינו לרופא מפורסם, והוא הודיע לנו שאם ארצה הוא יוכל לנתח אותי, אבל הניתוח הזה יסכן באופן ברור את חיי.

ה סיפור שלי שמור בלבי כבר שנים אחדות, ומה שגרם לי לכתוב אותו הוא פטירתה הפתאומית של הרבנית הצדקנית בת שבע קניבסקי ע"ה, אשת רבי חיים קניבסקי שייבדל לחיים טובים וארוכים.

כמו כולם, גם אני קוראת את הסיפורים אודותיה, והצד השווה בין כולם הוא מעשי החסד שלה, הניסים הגלויים שהתחוללו סביבה, וכח הברכות הממשי שהיה לה.

יותר מכל, מציינים כולם את החום והאימהיות שהקרינה כלפי כולם. כמי שביקרה אצל הרבנית פעמים רבות, אני מעידה שכל אישה בישראל, אפילו בדרגה הנמוכה ביותר מבחינה רוחנית, קיבלה ממנה את החום והאהבה החזקים ביותר שניתן להעלות על הדעת. ישבו אצלה נשים שהתייעצו איתה על נושאים שכל אישה חרדית הייתה פותחת בצעקות לשמעם, אולם היא חיבקה והעתירה מחמאות, תשבחות ומילים טובות: "את צדיקה", "את נשמה טובה", "את יראת שמים" ו"את נפלאה" - וראה זה פלא, תמיד יצאו הנשים חזקות יותר מבחינה רוחנית, רק

לפתוח את השנה בשמחה! סופ"ש רווקות בגני ירושלים ****

הרב זמיר כהן הרב אבנר קוואס הרב יצחק בצרי

צוות שדכניות יפגשו עם הרווקות במטרה ליצור התאמה

חדרים אחרונים! 073-222-12-70 פ' ניצבים כ"ח אלול 1/10

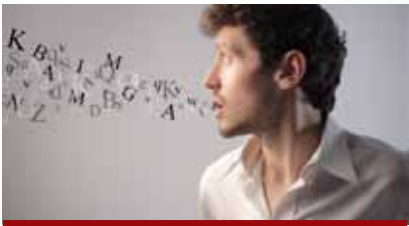
החזי השני שלך

הרבנית ימימה מזרחי

שנה טובה!

"אל תרבה שיחה עם האשה" - מדוע?

כך פירש רבי עובדיה מברטנורא, שהשיחה הבטלה גורמת להגיע לידי דיבור לשון הרע על קרובים ועל שכנים ומכרים, ולכן מלבה שנאת ישראל וסכסוך בין שכנים ובין חברים. אין להתבלבל מהביטוי "היא מלמדתו לחרחר ריב", כי דבריו נועדו לתאר את סכנת היצר הרע שיש בדרך העולם, ולא בכוונה להכליל, שהרי צדיקות רבות מזכרות לכל אורך התנ"ך, ובכל דור דור אנו זוכים בנשים צדקניות ויראות שמים שמקפידות על לשונן ועל צניעותן. אך כמו שאצל גברים קיים יצר רע חזק של חרותיות וגאווה והסתכלות במקומות אסורים, כך אצל נשים יש ניסיונות חזקים אחרים של היצר הרע הנוגעים בעיקר לרכילות ולצניעות. חז"ל חינונו להישמר מפני עבירות שהיצר הרע מושך אליהם בחזקה בדרך הטבע של העולם, ולהציב לעצמנו גדרות ומכיוון שדרך הטבע יש נשים רבות שנופלות באיסור לשון הרע, יש לשים לדיבור גבולות גם בתוך הבית, ולהזהר מריבוי שיחה בטלה שמביאה "לחרחר ריב".



עוד נמצא בפירושו מהלך פסיכולוגי עמוק ביותר על טבעם של גברים ונשים. שכן, כאשר גבר חושף יותר מדי את חולשותיו, מביע את ספקותיו וחששותיו לעתים קרובות בפני אשתו, על מה שאמרו עליו אחרים ומה הוא בעצם שווה וכדו' - מבלי משים הוא פוגע בביטחון העצמי שבעל צריך להקרין בפני אשתו. כאן יש לזכור שלגבר ולאשה יש תכונות וצרכים נפשיים שונים זה מזה, המתבטאים גם בנפש וגם במבנה הנורולוגי של מוחותיהם השונים. התנהגות רגישה מדי אצל הגבר תגרוור באופן בלתי רצוני תחושת לזול וחוסר ביטחון בלבה של האשה כלפיו, מה שעשוי להגיע ברבות השנים אף לידי גירושין. כל דבר צריך להיות במידה, גם חשיפה רגשית של ספיקות ולבטים יכולה להיות בריאה מידי פעם - בגבול הסביר. אך בעל שנוהג בדרך מוגזמת של ריבוי שיחה בטלה - "גורם רעה לעצמו".

התורה מדריכה אותנו להכיר בחולשותינו האנושיות, לדעת באלו ניסיונות מוטל עלינו לעמוד, כדי שנזכה להיות מאושרים.

לכתבות נוספות של דניאל בלס, מוזמנים הקוראים לבקר במדור "תורה ומדע" שבאתר הידברות.

הנשמות האלו מקפידות עלייך וטוות סביבך רשת של מלאכים רעים שירדפו אותך בחיך, וגם לאחר פטירתך. ההשלכות האלו איומות ונוראות, ואינן מתחשבות כלל בכך שאת פוחדת ממה...".

היא עצרה רגע ואז המשיכה: "עלייך לרעוד מפחד בכל רגע שאת משאירה את הנשמות הללו למעלה. לכי הביתה ותתחילי לפחד, אבל מהקטרוג הנורא עלייך, תתפללי לה' שיבטל את הגזירה ושיפקוד אותם בילדים. יהיה המחיר אשר יהיה, אף אני, בת שבע קניבסקי, מבטיחה לך בשמי ובשם בעלי, שהלידות יעברו בקלות ובשלווה. רוצי הביתה ותתחילי להתפלל", אמרה הרבנית, "אפילו אין זמן לחבק אותך - פשוט רוצי ותצילי את חיך ואת נשמתך".

הרבנית הפחידה אותי עד מוות. כל כך הפחידה אותי, שהרופא הזה יצא לגמרי מזיכרוני. ברגע שחזרתי הביתה התחלתי להתפלל בדמעות שאפקד.

לאחר תשעה חודשים נולדה בתי בקלות ובשמחה, ברוך ה'. שנה לאחר מכן נולד לנו בן. שנה וחצי לאחר מכן נולד עוד בן, וכעבור שנה - בת.

מאז הלכתי מאות פעמים הרבנית וזכיתי כמוכן לחיבוק ולמילות ההערכה שהמטירה עלי ועל כולן. מדי פעם הייתה מבקשת מחילה על אותה שיחה "שבה הייתי לא נחמדה" לדבריה. "חוסר הנחמדות" הזה היה מעשה החסד הגדול ביותר שיכלה לעשות איתי.

היום אני אם מאושרת לחמישה ילדים בריאים ושלמים. הבן הגדול בן שבע-עשרה, והבאים אחריו בני שמונה, שבע, חמש וחצי וארבע וחצי.

כמו כולם, גם בעלי ואני צעדנו בהלווייתה של הצדקה. השארתי את הילדים עם בעלי במרחק מה, ועשיתי מה שניתן על מנת להתקרב לבית הקברות ולבכות על פטירתה של הרבנית החשובה והאהובה על כולם.

ניגשתי קרוב לקבר עד כמה שיכולתי ואמרתי לה בדמעות חמות: "תודה לך הרבנית היקרה שלא ויתרת לי ועמדת מולי כצוק איתן. תודה לך על ילדי היקרים והמתוקים שהגיעו לעולם בזכות מעשה החסד הזה שלך. אנא, היי מליצת יושר על חמשת ילדיי, על בעלי הצדיק, עליי ועל כל עם ישראל.

תהא נשמתך צרורה בצרור החיים ותעמוד לזכות עבור כל עם ישראל".

באחד הימים הגענו, בעלי ואני, לבית הרב קניבסקי. בהשגחה, הבית היה ריק והרבנית קיבלה את פנינו.

בעלי פנה אליה והחל לבכות בכי תמרורים. הוא סיפר עד כמה הוא שרוי בצער מכך שאשתו אינה משתחררת מהפחדים שלה.

היא התעניינה בדבריו, כביכול היא שומעת אותם בפעם הראשונה. "מה, אין בעיה רפואית?", שאלה הרבנית, "כך הרופאים אומרים? הכל בגלל הפחדים? אתם בטוחים? ולמה את מפחדת?", פנתה אליי, "למה אינך מנסה להפסיק לפחד?". ככל שהבינה את עצמת הדברים, נעלם החיך מפניה והן נעשו רציניות מאד. "אני רוצה לשוחח על כך עם בעלי", אמרה, "תבואו מחר. בעצם, תבואי לבדך מחר".

למחרת הגעתי. לא ידעתי אם לקוות או לחשוש. היא הכניסה אותי לחדר, וכאן עמדתי מול הרבנית קניבסקי שמעולם לא הכרתי ואני סבורה שאיש מלבדי לא הכיר.

היא החלה לשבח את בעלי, שבמשך שנים מצפה לילדים, אינו לוחץ עליי ואינו רוצה להתגרש, אבל נושא את סבלו בשקט. ואז אמרה: "מה אפשר לומר לאישה שפחדת? שלא תפחד? איך אפשר לבקש דבר כזה? זה לא אנושי. בלתי אפשרי לכעוס על אישה משום שהיא פוחדת. צריך לתמוך בה, להקשיב ולהרגיע שלא נורא ושזה בסדר שהיא פוחדת.

אבל, כאן הרצינה מאד ונתנה לי משל, "תארי לך שאישה בורחת מטיל שעומד

ליפול בדיוק במקום כלשהו. האם מישהו יגיד לה לא לברוח? לא! אבל אם מומחה לטילים יודע כמעט בוודאות שהטיל ייפול בדיוק במקום שאליו היא רצה - מה עליו לעשות? האם עליו לתמוך בפחדים שלה ולתת לה לרוץ היישר אל מותה, או לעצור אותה - אפילו בכוח - ולהוביל אותה בחזרה למקום שממנו היא פוחדת?".

"בודאי שיש לעצור אותה", אמרתי. "אבל היא פוחדת, מסכנה! איך אפשר לעשות זאת לאישה? האם אין זו אכזריות?".

"מה פתאום, הרבנית", אמרתי, "זו אכזריות לתת לה להאמין בפחד המוטעה שלה. צריך לעצור אותה, אחר כך היא תבין".

הרבנית חייכה לרגע. היה זה החיך היחיד באותה שיחה. "צריך לעצור אותה, אחר כך היא תבין...", חזרה על מילותיי, ואז השתנו פניה להבעה שדומה לכעס.

"תקשיבי טוב, בשמים ממתונות נשמות שאת צריכה להביא לעולם, והקפידה שלהם עלייך נוראה ומפחידה פי כמה מהמילים של הרופא ההוא.

עדיין לא גולשים קבוע באתר הידברות?!

01 מדי חודש נרשמות באתר ובאפליקציה יותר מ-2 מיליון כניסות. אתר הידברות (hidabroot.org) הוא אתר היהדות הגדול בעולם

02 האתר מכיל מגוון ענק של מדורים - יהדות, חדשות ואקטואליה, נשים, רוחניות, חסידות, תרבות, ילדים, רץ ברשת ועוד...

03 מתחם ה-VOD של אתר הידברות מכיל יותר מ-10,000 הרצאות וסרטים מרתקים, לצפייה נוחה ומהירה, בשלל נושאים

04 להורדת האפליקציה חפשו "הידברות" בחנויות האפליקציות של אפל וגוגל אנדרואיד. הורדה בחינם

כל ספריו של הסופר הרב חיים ולדר בהידברות שופס - 073-222-1250

7-8.10.16 ה'ו' תשרי תשע"ו

מס' חדרים מוגבל! הזדוור להירשם לפרטים והרשמה חייגו < 073-222-1-270

בהשתתפות:

הרב אליהו עמר

הרב יצחק פנגר

שבת שובה עם הידברות

במלון היוקרתי ניר עזיון



שמחה זליג הופיע בשערי הישיבה, כשצורר מעות בידו. הוא חפש אחר אלעזר מנחם מן שד, הבחור שקדם את בנו, על מנת לשלם לו.

ברם, כאשר הגיש את הכסף לראש הישיבה, סרב ראש הישיבה לקבלו. "בנו של כבודו אינו זקוק לי", אמר, "הוא מתעלה מאלי, מחמת הכשרונות שלו, ואני איני חש שאני מקדם אותו בלמודו..." "ובכל זאת!" התעקש רבי שמחה זליג, "קבל נא מידי את הכסף!"

"לא ולא!" היה הבחור נחרץ. "לא זה היה ההסכם בינינו. ההסכם היה, שאני אקבל תשלום תמורת הקדום, ואיני חש שבנו של כבודו זקוק לי בכך..." בצר לו, פנה רבי שמחה זליג לראש הישיבה, הגאון רבי איסר זלמן מלצר, ובקש ממנו לשכנע את הבחור העקשן, שיאות לקבל ממנו את הכסף. באותה תקופה היה מצבו של הרב שד קשה ביותר. הוא סבל מעניית ודחקות נוראה, ובקשי היה לו מה ללבש ומה לאכל. אולם הוא לא הסכים, בשום פנים ואופן, לגעת בממון שחשב כי אינו מגיע לו. גם רבי אהרן קוטלר, ששמש אז כ"מ בישיבה, לא הצליח לשכנעו בכך. לבסוף החלט, כי בנו של רבי שמחה זליג יכין 'תוספות' בעצמו ויבחן עליו אצל ראש הישיבה. וכך יתברר אם הצדק עם החברותא שלו.

ואכן, כך היה. הבחור הכין את דברי התוספות בעצמו, נבחן והצליח. ולאשרו של החברותא שלו לא היה גבול...

לרכישת הספר 'מ'ן הרב שר' בהדברות שופס חייגו: 073-222-12-50

מגיע או לא מגיע?

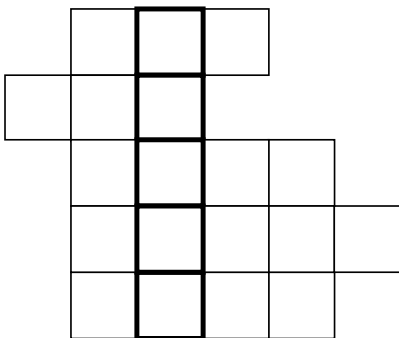
ראש הישיבה נענה בחדוה. הוא התישב ללמד בחברותא עם בנו של רבי שמחה זליג, ויחד צללו שניהם אל מעמקי הגמרא

זליג, יעביר מדי חדש לידי החברותא. רבי איסר זלמן מלצר לא התחבט יותר מדי. הוא פנה לראש הישיבה, שהיה אז, כאמור, נער צעיר, ובקש ממנו ללמד בחברותא עם בנו של רבי שמחה זליג. ראש הישיבה נענה בחדוה. הוא התישב ללמד בחברותא עם בנו של רבי שמחה זליג, ויחד צללו שניהם אל מעמקי הגמרא. תקופה חלפה, והגאון רבי

מעשה שהיה כך היה בשנת תרע"ו, בתקופה בה למד ראש הישיבה כנער בישיבת סלוצק, אצל הגאון רבי איסר זלמן מלצר. הגאון רבי שמחה זליג מברסק, הכניס באותה עת את בנו לישיבה, ופנה בבקשה אישית לראש הישיבה, הגאון רבי איסר זלמן מלצר, שיסדר לבנו חברותא טובה, תמורת תשלום, שהוא רבי שמחה

חידה בריבוע

מאת עוזי קייש



הערה: התשובות בכתוב מלא

1. כינוי בפרשה לעד שקר המעיד נגד מישהו עדות שקר כדי להכשילו. "כי יקום עד ____".
2. על השופטים לשפוט את העם באופן הבא: "ושפטו את העם משפט ____".
3. מצוות לא תעשה שלא למנות מלך שהוא בן עם זר. "לא תוכל לתת עליך איש ____".
4. מצוות עשה בפרשה לתת לכהן את החלק הראשון, ביכורים: " ____ דגג תירשך".
5. מצוות לא תעשה בפרשה. "לא תחיה כל ____" (משבעת העממים).

אם פתרתם נכונה את החידון תקבלו בטור המודגש: מצוות לא תעשה בפרשה שלא לשכון בארץ ____.

מה בפרשה?

מינוי מלך ושופטים

פרשת שופטים פותחת בחובה למנות שופטים הממנים על החק. לצד השופטים צריך גם למנות שוטרים - הממנים על שמירת החק. שניהם נחוצים על מנת להבטיח שישור צדק בעם. אחד החלקים המעניינים בפרשה עוסק בחקי המלך, למשל: המלך יבחר אך ורק מתוך העם, ואסור לו להיות גוי או גר. על המלך נאסרו שלשה דברים עקריים: להרבות לו סוסים, להרבות נשים ולהרבות לו כסף וזהב. הוא מצוה לכתב לו ספר תורה שילך עמו תמיד. בהמשך הפרשה מצוה התורה על האסור לעסק בכשוף. במקום לפנות אל קוסמים - צריך להתיעץ בנביאי האמת שיבחר בהם ה'. ועוד מצוה בפרשה כללי ההתנהגות בשעת מלחמה: חשיבות הבטחון בה' שיעליח בדינו, כללים הקובעים מי לא יצטרף למלחמה, וכללי התנהגות לאחר הנצחון.

גם אתם יכולים להזמין ולהנות משבת רוחנית ומרוממת בקהילה שלכם!

- הרעמונאל מזורי | הרב ראובן זכאים | הרב רפאל אוחיון | הרב מרדכי חזיה | הרב שיי עמר | הרב מרדכי לוי | הרב הרב אברהם סיני
- 1 מתקשרים לארגון הידברות
2 קובעים תאריך לשבת
3 נהנים משבת של עונג

זאת קהילות כבר נקנו, מה אנחנו? להזמנות: 073-222-13-61



שי מיוחד לכל מארגן

בעל החלומות

צריך לזכור שהישגי הילד בבית הספר הם תוצאה של "שיעורי הבית" ... שלך!

לכמה אומץ נדרשים לדינו עם תחילתה של שנת לימודים חדשה! האם יהיו אהובים השנה? האם יצליחו בלימודיהם? האם ימלאו אחר הציפיות? נדמה, שגם כאן, לגישת ההורים חלק מרכזי בהצלחתו של הילד, ובעיקר - לגישתו של האב!

הרש"ר הירש מפתיע בהסבר נפלא: הוא מסביר כי המילה "אב" היא מושורש "אבה", היינו: רצון. לדעתו, לאב יש נטייה לראות בילד מה שהוא רוצה שיהיה ולהלביש את רצונו על המציאות: הבן שלי גאון, מוכשר, נבון וצדיק וכל דעה אחרת של מחנך, רב או מורה באשר לבנו - נראית לו מופרכת. זו הסיבה שבגינה מבקשים בראש השנה "רחמנו כרחם אב על בנינו", כשהכוונה לאבא יצחק שלא היה מוכן לראות רע בבנו עשוי או בעם ישראל בכלל! (יצוין, שהנטייה הגברית להלביש מאוויים על מציאות, נכונה רק בהקשר של "אב". לבן זוג לעומת זאת, אסור לחשוב שהוא "בעל החלומות": נדיב, צדיק ובעיקר - אף פעם לא זקוק לייעוץ...)

המילה "אם" לעומת זאת, סובר הרש"ר, מקורה במילת התנאי "האם?". האם היהודייה תמיד אחוזת ספיקות וחששות באשר לילדיה: האם בית הספר הזה מתאים לצרכיו ולרמתו? האם ישכילו מחנכיו להגיע אליו והאם יהיה חברותי על אף עדינותו/תוקפנותו? ילד היוצא לבית הספר, לישיבה או לתלמוד תורה,



העגבנייה

העגבנייה משמשת כמרכיב המרכזי במטבח הישראלי. האם העגבנייה באמת כל כך בריאה כשם שהיא כל כך נפוצה? ובכן, לאור מחקרים שנעשו בשנים האחרונות מסתבר שהחוש הישראלי אינו טועה, ויש לעגבנייה איכויות רבות.

העגבנייה היא בעלת ערך תזונתי רב. היא עשירה במינרלים חשובים מאוד, אשלגן וברזל. היא אף עשירה בוויטמינים רבים כגון ויטמין C המוכר לרבים מאתנו. יש לציין שמרבית ויטמין ה C נמצא בג'ל שסביב גרעיני העגבנייה. העגבנייה מכילה אף ויטמין K החיוני לקרישת דם ובריאות העצם. בעיקר כוללת העגבנייה חומרים נוגדי חמצון המנטרלים רעלים (רדיקלים חופשיים) כגון בטא קרוטן.

ואולם, הנוגד החמצון העיקרי בעגבנייה הוא הליקופון, הנותן לה את צבעה האדום, ואשר נחשב לנוגד חמצון מהחזקים שיש. הליקופון נמצא גם בענבים אדומים, תפוזי דם, רימונים ואבטיח. על פי מחקרים הוכח, שצריכה גבוהה של חומר זה דרך המזון מונעת באופן משמעותי את הסיכון ללקות בסוגי סרטן שונים, ובעיקר בסרטן הערמונית. כמו כן הוכח, שבכוחו למנוע התפתחות מחלות לב וכלי דם והוא תורם לאיזון רמות הכולסטרול בדם. פעילות נוספת שלו - ואולי החשובה ביותר - היא ההגנה על הכולסטרול LDL מפני נזק חמצוני, כלומר, הפיכתו לחומר רעיל, מה שמקנה לו (בטעות) את השם 'כולסטרול רע' העלול לשקוע בכלי הדם ובכך להביא להיצרות כלי דם ואף לכדי סתימתם. כך מוגן הכולסטרול LDL והוא אינו רע עוד, אלא יתירה מכך, הוא יכול לתרום את תרומתו לבריאות במספר תחומים.

התברר באופן מפתיע שהדרך הטובה לקבל את הליקופון מהמזון בעוצמה מוגברת הוא באמצעות חימום (במקרה זה העגבנייה מתאימה לכך מאוד) ולאחר ריסוק המזון, כגון במטבוחה או רוטב עגבניות בבישול ביתי. בדרכים אלו הזמינות ויכולת הספיגה של הליקופון מהעגבנייה עולה. דבר חשוב נוסף הוא שהליקופון הוא חומר שמתפרק בסביבה שומנית. אי לכך, רצוי לאכול את העגבנייה עם מעט שמן כגון סלט עגבניות עם שמן זית. יש לציין שאת העגבנייה יש לאכול כשהיא בשלה באופן מלא והמדד לכך היא היותה אדומה. כך אנו בטוחים יותר שרמת הסולנין בפרי נמוכה. ואולם, העגבנייה אינה מומלצת לרגישים במערכת העיכול ואלו הסובלים מבעיות פרקים בגלל הסולנין המצוי בה. אליהו שכטר הוא אירידיאלוג ומטפל טבעי

שואב את כוחו מן האמון שמביעים בו הוריו, ואם הבנים, ח"ו, יוצאים "בנים משחיתים" ל"ע, סובר ר' מאיר שהדבר כך רק מפני שהם "בנים לא אמון בס", בנים שאיש לא השכיל להביע אמון בהצלחתם!

כשיוצא עם ישראל למלחמה, מעודד אותם הכהן המשיח: "אל ירך לבבכם, אל תיראו ואל תחפזו ואל תערצו מפניהם" (דברים כ, ג). לשם מה משתמש הכהן בארבעה ביטויים שונים להרגעת הפחד? רש"י מסביר כי זהו רמז לארבעת האופנים בהם מבהיל האויב את עמ"י: רעש, סוסים, צווחות ושופרות. אולם השפת אמת' מוסיף תובנה גאונית: לדבריו, בכל מילת הרגעה שהוגה הכהן - מסתלק באמת אחד מן הפחדים העלולים ליפול על היוצאים לקרב! אסור להורה, לעת כזאת, לבטא ספקות באזני ילדו מפני ש"הירא ורך הלבב ילך וישוב". מסביר השפת אמת': מי שחי כל העת בגישת "ילך וישוב", ילך וישוב", היינו, אדם אחוז ספיקות באשר להצלחה, מפיל מורד בלב כל הסובבים! "תהיה לך שנה נפלאה בעז'ה'", "דווקא הקשיחות של המורה X מעולה עבור הכיתה שלך!", והכי חשוב: "כי ה' אלוכם ההולך עמכם להילחם לכם עם אויבכם להושיע אתכם!" (שם).

כמה חשוב שבנים יראו את אמם בשעת ההכנות לבית הספר, קניית התלבושות או עטיפת הספרים, עומדת בתפילת "עני כי יעטוף", מגבה אותם מרחוק בברכתה, ככה המשיח, כמו אבא.

כל ספרי הרבנית ימימה מזרחי - בהידברות שופ"ס! 073-222-1250

מידת התמימות

- את הפסוק "תמים תהיה עם ה' אלוך" המופיע בפרשתנו, מבאר רש"י כך: "התהלך עמו בתמימות, ותצפה לו, ולא תחקור אחרי העתידות, אלא כל מה שיבוא עליך תקבל בתמימות, ואז תהיה עמו ולחלקו".
- הרמב"ן מבאר כי זוהי מצוות עשה, והפועל היוצא ממנה - אמונת חכמים, ושלא לפנות לאלוה אחר זולתו. כה דבריו: "וטעם תמים תהיה עם ה' אלך - שנייחד לבבנו אליו לבדו ונאמין שהוא לבדו עושה כל והוא היודע אמיתת כל עתיד, וממנו לבדו נדרוש העתידות מנביאיו או מאנשי חסידיו".
- במדרש שוחר טוב: "ואף משה כן אמר לישראל, 'מבקשים אתם שיהא הקב"ה עמכם? תפשו מדת אברהם, שהתמימות יפה לפני הקב"ה, שנאמר: 'תמים תהיה עם ה' אלך', כמו שהוא תמים, שנאמר 'הצור תמים פעלו', ותורתו תמימה, שנאמר 'תורת ה' תמימה'. אמר דוד: 'הואיל וכך התמימות יפה לפני הקב"ה, אף אני פותח ומקלטו, שנאמר: 'אשרי תמימי דרך'".
- בילקוט ראובני מובא כי התמימים, שאינם מהרהרים אחר מידותיו של הקב"ה זוכים להיות במעלה השלישית בגן עדן. כה נאמר: "שבע מעלות הצדיקים הם בגן עדן ב' חופות נפרדו אלו מאלו כפי מעלתם... המעלה הג', היא מעלת אותם הנקראים תמימים ההולכים בעולם הזה בתמימות לבם ואינם מהרהרים אחר מידותיו של הקב"ה...".
- רבנו בחיי מבאר מהי מידת התמימות: "מי שהוא תמים, והוא שתוכו כבדו, יודע שעיקרי האמונה נטועים בלבו חקוקים במחשבתו". רבנו בחיי משבח את מידת התמימות: "זהנה מידת התמימות מעלה גדולה באדם ושורש עצום לכל שאר המידות החמודות, והיא מידה נזכרת אצל אבות העולם והנביאים והצדיקים, והיא מכלל המידות אשר בהם יזכה האדם לגור באהלו של

מקום ולשכון בהר קדשו".

6. בשכר התמימות יזכה האדם להיותו קיים נצחי לעולם לפני השי"ת, שנאמר: "ואני בתומי תמכת בי ותציבני לפניך לעולם".

7. המהר"ל מבאר את דברי הגמרא: "כל המתמים עצמו הקב"ה מתמם עמו", באמרו: "דבר זה ענין מופלג מאד, איך המתמים עצמו מלמטה, כלומר שהוא תמים בכל דרכיו, ומצד הזה אשר אינו מתחכם, רק כפי אשר ברא השי"ת אותו הוא נוהג בתמימות, לכך גם השי"ת נוהג בתמימות ואין באים עליו פגעים שהאדם צריך לשמור מהם.

8. עוד כותב המהר"ל: "ידוע עוד, כי מי שהוא תמים הוא עם השי"ת לגמרי, מפני שהוא מקבל הנהגתו מן השי"ת כפי מה שהוא נוהג העולם ואינו מתחכם בדעתו ומעצמו על דרכי ה', רק מקבל עליו הנהגת השי"ת... סופו של התמים שיהיה עומד לו השעה להיות מתרומם מעלה מעלה מצד תמימותו שהוא מתעלה להיות עם השי"ת".

9. הרש"ר הירש מבאר את מידת התמימות על פי הביטוי "שה תמים": "תמים, התמסרות מוחלטת של האדם בכל ישותו, בכל יחסיו, היא תנאי יסודי לכל קרבן ולכל קרבה אל ה'". הרש"ר מוסיף ומבאר כי משום כך ביקש הקב"ה מאברהם אבינו ראשית כל כי "התהלך לפני והיה תמים".

10. מסכם הרב הירש את מידת התמימות באמרו: "זהנה, זוהי העצה היעוצה ויסוד מוסד לתכלית היהדות, להיות בתמימות ושלא לחקור ולהרהר אחר שום דבר, אך איך שהוא יבין האדם שכן הוא טוב, ואז הוא לחלקו של השי"ת טוב לו". מוסיף הרב הירש הבטחה נפלאה: "אבאמת, אם האדם הולך בתמימות ומקבל עליו באהבה כל מה שבא עליו מהשי"ת, בזה הוא מסלק מעליו כל המקטרגין ונושע מכל צרותיו".

שבת מיוחדת לקראת השנה החדשה

ראש השנה באווירה רוחנית מיוחדת

במלון "ציפורי בכפר" קיבוץ חפץ חיים

בהשתתפות:

הרב מרדכי לוי
הרב שי עמר

את תפילות החג ינעים החזן והפייטן ר' יוסף מוראדי

2-4/10 הבטיחו מקומכם
073-2221270

• סעודות חג מפוארות
• אווירה כפרית רוחנית ונעימה
• חדרים מאובזרים • פינת חי

שבת מיוחדת לקראת השנה החדשה

ארגון 'הידברות' מזמין אתכם לשבת מהוממת באווירה כפרית נפלאה במלון "ציפורי בכפר" קיבוץ חפץ חיים

פרשת כי תצא י"ג-י"ד אלול 16-17/9/2016

בהשתתפות:

הרב אבנר קוואס
הרב אליהו עמר

לפרטים והרשמה חייגו | **073-2221270**
www.hidabroot.org

לקראת חודש אלול בדיקת מזוזות

מנהג נפוץ הוא לעשות זאת בחודש אלול כהכנה לקראת השנה החדשה...

הרב משה כהן שליט"א

תלמיד זקן המקובלים הרב יצחק כדורי זצ"ל בבדיקת רזי המזוזות בצורה יסודית ומדוקדקת

לפרטים והרשמה **073-2221-300**

לאור ההצלחה הגדולה מחזור 7 יוצא לדרך «

קורס הכשרת מרצים

שע"י ארגון הידברות

בהשתתפות:

הרב זמיר כהן
הרב שמחה כהן
הרב נתן רוזן

במימי חמישי החל מ-ט' חשוון 10/11/16 הקורס כולל 9 מפגשים בימי חמישי בין השעות 19:00 - 22:00 סה"כ 27 ש"ל הקורס מיועד לאברכים ולבוגרי ישיבות

לפרטים והרשמה **073-2221-300**

קורס הכשרת מרצים

בהשתתפות:

הרב זמיר כהן | **הרב שמחה כהן**
הרב נתן רוזן | **ר' חנן לדרמן**
ר' שמעון פריץ | **הגב' רחל בולטון**

הקורס כולל 5 מפגשים בימי ראשון החל מ- י"ט חשוון 20/11/16 בין השעות 17:30-21:30 (התבססות ב-17:00) באולם בית הידברות רח' אריה עמר 20, פתח תקוה (ספק לעלות רק)

לפרטים והרשמה **073-2221-300**

חלוקת שלום בית

מנחי שלום בית מנוסים יעניקו הנחיה לזוגות

- תקשורת זוגית • נישואים שניים
- הרכבה זוגית לבעלי תשובה
- מערכת היחסים עם הורי בני הזוג
- נישור על פערים

בין בני הזוג על רקע דתי ועוד...

תאמו פגישה באזור מגוריכם: **073-222-1-310**

יש אק חברים? יש אק סאון בבית? יש אק קו טאפון?

לא צריק שום צבר לעבר!

רבי הידברות ישמחו להגיע לביתכם, לחוג בית מחזק ומעשיר (ללא עלות), שבו ירצו בפניכם ובפני מכריכם על יהדות, אמונה, שאלות בהלכה, וכל מה שיעניין אתכם.

הרב עמנואל מזרחי • הרב אליהו עמר • הרב שי עמר • הרב ראובן זכאים • הרב יצחק גבאי • הרב יגאל כהן • הרב מרדכי לוי • אברהם סני גר הצדק מחיזבאללה ליהדות • ליאור שטרן **בסיפור אישי** • חנן לדרמן **במגוון הרצאות מחזקות באווירה מיוחדת**

ואחד מרבני או ממרצי הידברות - בדרך אליכם לחוג בית **ללא עלות**

חייגו 073-2221290

אל תשאל מה ה' עשה עבורך

תשאל: מה אני יכול לעשות בשביל ה'?

תמונה: אדם עומד על גבעה עם זרועות מורמות, סמל לניצחון או הישג.