

**חיזוק לשבת**



**השבת היא השמירה וההגנה החזקים ביותר "כי אשמרה שבת קל ישמרני".**

# חוט של חסד

## גליון לכל בית יהודי

בנשיאות הרב שלום ארוש שליט"א

זמני שבת				
ר"ת	צאת שבת	כניסת שבת	מגילת מנחה	
19:55	19:13	18:03	17:39	יום
19:52	19:15	18:20	17:37	ת"א
19:51	19:14	18:19	17:37	חיפה
19:51	19:14	18:20	17:37	ב"ש

פרשת כי תבוא | י"ח אלול תשפ"ד | גיליון 891

**הלכות שבת**

אמירה לגוי בשבת

### 01



כשהגוי עשה מלאכה עבור היהודי באופן האסור, אסור ליהנות מאותה מלאכה בין האדם שנעשית המלאכה בשבילו ובין האנשים אחרים שלא נעשית המלאכה בשבילם ואף לאחר השבת אסור לאחרים ליהנות מאותה מלאכה עד שיעבור שיעור זמן בכדי שיעשו, באיסור דרבנן יש להקל לאחרים ליהנות מיד במוצ"ש (ה"ב רעו ב).

### 02



גוי שהדליק את האור עבור יהודי אסור ליהנות מאותו האור והיינו דווקא דברים שלא היה יכול לעשותו ללא אותו האור כגון שאלמלא אותו אור לא היה יכול לקרוא בספר או לאכול סעודה, אבל לעשות דבר שיכול היה לעשותו גם אלמלא אותו האור שהדליק הגוי מותר.

עם מחבל מפורסם ומוסלמי אדוק בעל מודעות וידע דתי נרחב – אמר יחזקאלי למחבל לפי תומו שהוא הולך לדבר עם אלוקים.

הלסת של המחבל המוסלמי נשמטה. "מה?! אפשר לדבר עם ה'?! הוא לא שמע מעולם על רעיון שכזה בדת שלו שכולה דין..."

אמר לו צבי יחזקאלי: אנחנו בנינו של ה'; ולכן יש לנו צד של אהבה ואנחנו יכולים לדבר עם ה' כדבר איש אל רעהו וכן אל אביו, באופן קבוע במילים שלנו, ולחוות קשר אישי עמוק ואוהב עם הבורא.

ויחזקאלי מספר שהדבר הזה מאוד משך וסקרן את הערבים שאיתם נפגש במשך השנים. כי למרות שכמוסלמים אדוקים החיים שלהם נעים סביב האמונה באלוקים וסביב עבודת האלוקים, הם מרגישים מחויבים באופן מוחלט עד המוות לאלוקים, למען, מקריבים הכול למענו, הורגים למענו אפילו את הבנות והאחיות שלהם בשמו, מתפללים אליו חמש פעמים ביום – אבל קשר אישי? לדבר באופן חופשי כאיש לרעהו? לאהוב את הבורא?? כל זה היה זה להם לחלוטין...

כי בעולם הדתי של הערבי ההערצה לאלוקים היא כל כך גדולה, "אלוקים הוא גדול" הם צועקים יומם ולילה – ומרוב שהוא גדול אין אצלם שום מקום לאהבה ולקשר ולחיבור עם הבורא, ה' הוא מלך עליון ונורא, והוא בשום אופן וצורה לא אבא אוהב ורחום.

### באהבתו ובחמלתו הוא גאלם

במאמר הקודם כתבנו שזו בדיקת הבשורה הגדולה של היהדות! זה החידוש העצום של היהדות! זו הפנימיות של הפנימיות של האמונה!

מיד נסביר את זה, אבל לפני כן חשוב לי להדגיש: בידיעה הזאת תלויים כל החיים שלנו! בידיעה הזאת תלויה כל הגאולה שלנו! הגאולה הפרטית והכללית! זו ידיעת הידיעות!

זו הצעקה שלי כבר שנים לעם ישראל! ושוב ושוב מראים לי משמים שהידיעה הזאת משנה לך את החיים לטובה! שוב ושוב מראים לי משמים שבלעדיה האמונה כל כך חסרה, ממש אמונה מתה! זאת אמונה של ערבים, אמונה של גוים!

כי הידיעה שה' אוהב אותך ויש ביניכם קשר הדדי של אהבה – זה לא רק הלב של היהדות, זה לא רק הדבר המרכזי והמטרה המרכזית שצריכה לעמוד לנגד עינינו, וזה לא רק השלימות של האמונה – אלא יש לזה השמעה אדירה על חיי היומיום שלנו, יש לזה השלכה על האושר, על בריאות הנפש, על השמחה, על כל המחשבות שלנו!

המשך בעמ' 3

**אהבתי אתכם אמר ה'**



מורנו הרב שלום ארוש שליט"א



### עבודה ערבית

במשחק המסוכן של הכתב לענייני ערבים, צבי יחזקאלי, בהתחככות תמידית עם מחבלים צמאי דם – הוא קיבל מכה אדירה שזעזעה לו את החיים, אבל הוא הפך אותה לניצחון יהודי; וכתגובה לכך הוא גם השיב מכה אדירה, והמכה הזו צריכה לזעזע לכולנו את החיים.

סיפור ההתקרבות של הכתב צבי יחזקאלי ידוע ומפורסם. באחת משיחותיו עם אחד מראשי המרצחים הציג את עצמו יחזקאלי – אז חילוני מובהק – כאיש העולם הגדול וכחסר כל זהות יהודית. אמר לו המחבל: זה לא משנה איך אתה מגדיר את עצמך, בשבילנו כולכם יהודים, וכשאני ארצח אותך אני אגיד: "הרגתי יהודי", כי הרצון שלנו הוא לרצוח את כולכם מהחרדי האדוק ביותר ועד לחילוני השמאלני ואוהב הערבים הגדול ביותר...

הדברים הישירים של הרוצח המרושע הנחיתו על הכתב מהלומה אדירה וגרמו לזעזוע עמוק בעולמו הפנימי של יחזקאלי. את המכה הוא הפך לניצחון: הוא חזר להתחבר לזהות היהודית שלו, התקרב לבורא עולם, לתורתו של רבי נחמן ולעבודת ההתבודדות!

לאחר מסע של שנים בעולם התשובה והאמונה, היה זה תורו של צבי יחזקאלי להפתיע ולהנחית תגובת נגד. באחת משיחותיו

### פלאי בריאה

הרימון עוזר להפחית אלצהיימר, ומסייע בירידה במשקל...



### בזכות נשים

בטח את מצקצקת בלשונך בספקנות על הקשר לבריאות...



### תפילה בקול

תפילה בעת צרה, יש בה עניין של צעקה כדי לעורר הכוונה...



# תפילה בקול

ה פ ר ש ה ל א ו ר ו ש ל ה נ ח ל נ ו ב ע



אוזניו כרויות למוצא פיו ולא עסוקות בדברים אחרים.

(משנ"ב שם סק"ה). הנה מדברים אלו יש ללמוד שאין להגביה את הקול בתפילה. ולכאורה זה סותר למה שנתבאר כאן בתורה.

אלא שיש הבדל בין תפילת שמונה עשרה לשאר התפילה. שאר התפילה היא קילוס שבני אדם מקלטים ומשבחים את ה' יתברך, בזה יש עניין של פרסום שבחיו, [כמובן באופן הראוי לשבח]. כמו כן תפילה בעת צרה, יש בה עניין של צעקה כדי לעורר הכוונה (עי' בית אלוקים להמבי"ט פ"ו). אבל תפילת שמונה עשרה היא דבר מיוחד. במקום המתפלל שורה השכינה, והאדם עומד לפני מלך מלכי המלכים. באופן זה יש לדבר בנחת ובכוונה, ולהאמין שהש"ת שומע אף תפילת לחש.

רבינו הקדוש הנגמ"ח זיע"א דיבר הרבה על עניין תפילה בכח, כולנו מכירים את שיחות רבינו על גדולת התפילה, ובפרט תפילה בכח, שהיא השער לדביקות בהש"ת (לקו"מ ח"ב פ"ד), היא כביכול 'וימינו תחבקני' (שם ח"א מ"ח), ועוד רבות, וכלשון קדשו של רביה"ק (שיחות הר"ן ס"ז). "כשאדם מתפלל בכוונה, דהיינו שמקשר המחשבה אל הדבור, ומטה אוזנו, ושומע מה שהוא מדבר, אזי הכחות נמשכן ממילא לתוך דבורי התפלה, כי כל הכחות מצפין ומסתכלין תמיד על זה שיומשכו ויוכנסו בתוך דבורים קדושים, על כן כשמתפלל בכוונה נמשכן ונכנסין כל הכוחות שלו ממילא לתוך התפלה" וכלשון קדשו של מוהר"ת (ליקוטי תפילות מ"ח) "ואזכה להכניס כל הכוחות שיש בנו, בעצמות וגידים ובשר, וכל שאר הכוחות שבגופי ונפשי כולם אזכה ברחמיך להכניסם בתוך דיבורי התפילה, שאזכה להוציא כל דיבור ודיבור של התפילה הקדושה בכח גדול באמת לאמתו, עד שאזכה להרגיש הדיבור בכל עצמותי ואבריי, אכ"ה".

בפרשתינו (כו, ז) כתוב ונצעק אל ה' וישמע ה' את קולנו, יש לדקדק בלשון הפסוק שאמר "וישמע ה' את קולנו", לכאורה היה צריך לומר וישמע ה' את תפילתנו, או תחנונינו ובקשתנו, כי העיקר הוא הבקשה והתפילה, ולמה הזכיר הכתוב את הקול דוקא, מהו הענין בקול?

אלא אומר החפץ חיים (עה"ת) שהתורה באה ללמד אותנו שבעת צרה צריכים לצעוק בקול בתפילה, וע"י זה יותר מתקבלת התפילה. וביאור הענין הוא, כי הקול מורה על גודל הצער והמצוקה, שאז הבקשה והתפילה באה מעומק הלב, פורצת היא בצעקה מנבכי המצוקה, היישר אל האלוקים שומע תפילה, ואז הש"ת מאזין תפילה, שומע שהתפילה הזו באה מהכרה עמוקה, ומקבל אותה. זה מה שנאמר כאן: "ונצעק אל ה' וישמע את קולנו", ה' השגיח ושמע בקולנו את גודל הצרה שבה אנו נמצאים, וע"י זה "וירא את עניינו ואת עמלנו ואת לחצנו".

עוד מבאר ברמב"ן (סוף פרשת בא), שגם בדברי שבח לקב"ה יש ענין לשבח בקול, וז"ל: "וכונת רוממות הקול בתפילות, וכונת בני הכנסיות וכתת תפילת הרבים, וזהו שיהיה לבני אדם מקום שיתקבצו ויודו לקל שבראם והמציאם, ויפרסמו זה ויאמרו לפניו בריתוך אנחנו", עכ"ל. כלומר, עניין הרמת הקול באמירת שבחו של הקב"ה, הוא לפרסם את הדבר שהקב"ה ברא את העולם ואתנו, ואנחנו עבדיו.

עוד כתבו הספרים והפוסקים (משנ"ב סי' קפ"ה סק"ג), שראוי לומר את הברכות והתפילות בקול, כי הקול מעורר את הכוונה. שע"י שאדם שומע באוזניו מה הוא מוציא מפיו, אזי

כל העונה  
אמן יהא  
שמייה רבא  
...בכל כוחו,  
קורעין  
ליו גזר  
דיינו  
(מסכת שבת)

בכל מצב  
כונן המצב!

עלמין, ולבקש רחמים מהשם יתברך על קברות הצדיקים, כדי שיבקשו עלינו רחמים, וכן שירחם עלינו בזכותם, ובגמ' ובווהר מבואר שנפשות המתים עולות למעלה בראש השנה לחקור ולדרוש מה נעשה בדינו, ולכן אנו מקדימים ומתפללים שם, כדי שיהא להם כח לבקש עבורנו ועוד מבואר בווהר שאלמלא תפילת המתים על החיים לא היינו מתקיימים בעולם אפי' חצי יום. ספר חסידים (סימן תשט - תשיא) זוהר חומש שמות (ט"ז עמוד ב).

כאשר מתפלל על קבר הצדיק יבקש מה' יתברך שיתן אליו רחמים בזכות הצדיק וזכות תורתו ומעשיו, ולא יבקש מהצדיק עצמו משום שיש בזה איסור שלא לדרוש אל המתים. ספר שופר בציון (פרק א' סעיף ז) הביא לווהר הקדוש ועוד דברים בעניין זה. טוב לנשים לעשות בערב ראש השנה הפרשת חלה, לכפר על חטא חוה שנבראה בראש השנה וגרמה לחטא אדם הראשון שהוא "חלתו של עולם". (מטה אפרים סימן תקפ"א אות נא). ירבה בנתינת צדקה ביום זה, כי היא מסוגלת מאוד ביום זה לכפרה, וגם יכולה שתגן בעדינו בעמדתנו למשפט שיציא לאור משפטנו. שופר בציון (עמוד יז).

מצוה על כל איש לטבול בערב ראש השנה במקוה של טהרה כשר, ויעיל לו להשליך מעליו כל הטומאות והמחשבות זרות שנדבקו בו מכל השנה, ויש בעניין זה סודות רומזים נפלאים לתועלת האדם ביום הדין, ובלבד שיהיה ראש השנה בשעה זו. ספר המנהגות (דף ב' עמוד א'). נוהגים להסתפר קודם ראש השנה, כדי להראות בזה שאנו בטוחים בהשם יתברך שיציאנו זכאים בדין, ושיעשה לנו ניסים ונפלאות, והמסתפר ביום ערב ראש השנה ישתדל להסתפר קודם חצות היום, ועל פי הקבלה טוב מאוד לגלח שערות הראש הרומזות לדינים וגבורות. ש"ע (סימן תקפ"א סעי' ד') זוהר פר' בהעלותך (ק"א עמוד ב).

## מהלכות ערב ר"ה

שו"ת ע"י בית ההוראה "חוט של חסד"



### האם ישנם דברים מיוחדים שכדאי לעשותם בערב ראש השנה?

מעלתו של היום האחרון של השנה גדולה מאד, וזוהר בו האדם ביותר שלא לאבד אפי' רגע אחד, וישתדל בלימוד התורה ובתפילה בכוונה ובקיום המצוות, כי יש בכח יום זה לכפר על כל עוונותיו של כל השנה. ונאמרו כמה וכמה דברים בדברי הפוסקים שטוב לעשות בערב ראש השנה: יעשה חשבון נפש על מעשיו במה צריך לתקן, ויעשה תשובה על חטאיו. השל"ה הקדוש (ייני ראש השנה נר מצוה אות ז'). טוב לקרא בתורה מהחומש פסוקים מתחילת פרשת כי תבא עד והרג אשר בקרבך (דברים פרק כ"ג, פסוקים א"א) ויבני חיים פלאגי בספר מועד לכל חי (סימן י"ב אות ב').

יש נוהגים להתענות ערב ראש השנה, ש"ע, סימן תקפ"א סעיף ב'. מנהג ישראל קדושים ללכת ביום ערב ראש השנה לבית

## אהבתי אתכם אמר ה'

המשך מאמר הרב שלום ארוש שליט"א

מי שמבין את הנקודה הזאת ומפנים אותה באמת – וכולנו חייבים להפנים את זה – פשוט חי חיים אחרים לגמרי. תיקח שני יהודים יראי שמים באמת מקפידים על קלה כבחמורה, קשה לראות הבדל חיצוני. אבל מי שיש לו את נקודת האהבה והקשר עם הבורא – הוא צדיק וטוב לו; ומי שזה חסר אצלו – הוא צדיק ורע לו!

וכעת נסביר, ברור שאלוקים הוא אדיר ונורא, קדוש ומרוחק מעצם מהותו, גדול גיבור ונורא. כל הגויים מאמינים בזה.

אבל אצלנו יש קומה נוספת: ה' הוא גם אבא: בניס אתם לה' אלוקים! ה' אוהב אותנו כאב שאוהב את בנו! כאשר ה' יתברך דואג לנו ומשגיח עלינו ונושא אותנו הוא נושא אותנו "כאשר יישא איש את בנו"; וגם כאשר הוא מייסר אותנו הוא מייסר אותנו "כאשר ייסר איש את בנו". גם כאן יש גילוי עצום של האהבה. פסוקים רבים מספרים לנו שה' הוא אלוקים שאוהב אותנו, חושק בנו, רוצה אותנו.

### אהבה נצחית

כתבתי וצעקתי בלי סוף: ה' אוהב אותך! ה' אוהב כל יהודי! זו לא שאלה, זה לא נתון בספק, זה לא נתון לשינוי. זו מציאות!

עם ישראל היקר, תשנו את זה באזניכם ובאוזני בניכם ובנותיכם: ה' אוהב אותנו. ה' אבא רחמן. ה' עושה איתנו רק טוב ועושה איתנו רק טוב ועוד יותר טוב.

הכמינו הקדושים תיקנו לנו לברך בוקר וערב בשם ומלכות: אהבת עולם אהבתנו! ה' אוהב אותנו. ברכה בשם ומלכות זו אמת מוחלטת. זו לא מציאות משתנה חלילה. שום דבר בעולם לא ישנה את זה!

כל התפילות שלנו צריכים להיות רק על זה: "בורא עולם, תן לנו דעת שאתה אוהב אותנו!"

ולכן בברכת חונן הדעות הבאתי פירושים שונים לברכת חונן הדעת במעגלים שונים של החיים ומתוכם שלושה פירושים רק בנושא אהבת ה' אלינו בכל זמן ובכל מצב, ובנושא האמונה השלימה שה' יתברך עושה רק טוב ועושה תמיד רק טוב!

תארו לעצמכם את הרשע הגדול ביותר שאתם מכירים, קחו כדוגמה את אחד מגדולי שונאי התורה והיהדות של דורנו, ותתבוננו: אם הוא מזלית ביום בהיר אחד לקום בבוקר ולהתפלל שחרית, הוא מניח תפילין ומתחיל ברכת יוצר אור, ופתאום הוא מגיע לברכת אהבת עולם, והוא שואל שאלת תם: "מה? ה' אוהב גם אותי? גם אני יכול להגיד את זה?" הוא מתקשר לקו ההלכה ושואל את הרב האם גם לו מותר להגיד את זה, והאם זה לא נקרא שקר, והאם זה נכון שה' אוהב אותו – מה יגידו לו? מה יענה הרב? הרב יגיד לו: בודאי ובודאי! ודאי שגם הוא יכול וחיוב להגיד את הברכה הזאת בשם ומלכות.

למה? כי בן תמיד נשאר בן! בין כך ובין כך קרויים בנים! וה' הוא תמיד אבא. ואבא תמיד אוהב אותך! גם אם נפלת, וגם אם חטאת וגם אם עשית מה שעשית! אבא הטוב שבשמים תמיד רוצה את התשובה שלך ותמיד רוצה בך וחושק בך ומצפה לכל מילה שלך ולכל הרהור תשובה ולכל מעשה טוב שלך, וה' אוהב אותך ומתפאר בך תמיד!

וכמו שדווקא המתבלים והמבוקשים הכבדים עוררו בצבי יחזקאלי את נקודת האהבה והזכירו לו מי הוא וכמה ה' אוהב אותו, כך מי שמבין לעומק יודע, שגם כל הקללות המפחידות הכתובות בפרשה שלנו הם גילוי של האהבה, כי "את אשר יאהב ה' יוכיח וכאב את בן ירצה". ה' יתפוך עלינו את הכול לטובה ולברכה.

בברכת שלום ומבורך



## פרנסה מן השמים / ב'

ס י פ ו ר ל ש ל ח | ש ב ת



### תקציר מעלון הקודם:

אישה חכמנית נישאה לעם הארץ שעבד במכרה טיט ונקרא פלח למחיתו. שידלה אותו אשתו לקבוע זמן ללימוד תורה ולהשתתף בשיעור האלשיך הק' בעירם צפת. לאחר שידולים רבים נענה לבקשתה והחל משתתף בשיעורים.

במהלך השיעורים התודע לנושאים של ביטחון באמונה, ובפרט בעניין הפרנסה וחובת ההשתדלות של האדם. העבל העביר את המטר לאשתו כי פרנסה מן השמים קצובה, והוא מעתה נשאר לומר תהילים בביתו, והפרנסה בוא תבוא. ויכוח החל בינו לבין אשתו אודות חובת ההשתדלות...

### המשך:

נבוכה האשה עד מאוד. תחילה ניסתה לנחם את עצמה שמדובר בשגעון זמני של כמה ימים ומשיראה בעלה כי הילדים הקטנים שבבית מבקשים לחם ואין להם, בוודאי יחזור לעבודתו. אך לא כך היה: במשך יום אחי יום ישב האיש בביתו, שורר מזמורי תהילים בנעימה ולמרות כל הפצרותיה של אשתו לא חזר לעבודתו בכריית הטיט כפלה.

משחלפו שבוע ושבעים הבינה האישה כי דעת בעלה נטרפה עליו. משבאו מים עד נפש מצאה האישה פתרון פנתה והגיע איתו להסדר אתן לך את הסמון שהיה מובטל והגיע איתו להסדר אתן לך את כלי העבודה של בעלי וכמובן גם את העגלה, אתן לך את הכתובת המדויקת של המכרה בו כורים את הטיט, אתן לך גם את רשימת הלקוחות הקבועה של בעלי לך אתה במקומו והוצא את הטיט מהמכרה ונתחלק ברווחים שווה בשווה. הגוי שלא היה בידו פרוטה לפורטה שמח מאוד על ההזדמנות להרוויח את פת לחמו בכבוד.

כבר בבוקר למחרת הגיע הגוי לביתו של היהודי; רתם את החמור לעגלה, ויצא בדרכו אל מכרה הטיט. במשך שעות מספר עמל הגוי למלא דליים בטיט זה, עד שלפתע המעדר השמיע צליל כאילו הוא

פגש במתכת. הסתכל הגוי היטב מטבעות זהב וכסף מצויים בתוך המכרה. הינה הוא רואה כד חרס גדול שהיה מוטמן היטב בתוך הטיט, והוא מלא במטבעות זהב וכסף. כפי הנראה, באחת ההכאות פגע המעדר בכד החרס שנשבר ומטבעותיו החלו להתפזר.

הגוי ירד אל תוך המכרה. שלף בוהירות את הכד עם המטבעות, אסף את המטבעות שהתגלגלו לידו, ויצא מהמכרה שמח וטוב לב. לאחר שהעמיס את הכד על העגלה, הוא כיסה את הכד במיני בלאות ובסמרטוטים ישנים, והחליט הגוי שיטמין את האוצר בביתו ולאחר מכן יחזיר את העגלה והחמור לצפת, שם יאמר לאישה שעבודה זו היא קשה מדי עבורו.

רגע לפני שיצא הגוי לדרכו נזכר שאת המעדר הגדול, עימו חופרים את הטיט, הוא השאיר בתוך המכרה. החליט הגוי כי הוא חוזר למכרה כדי להוציא את המעדר. בפזיזותו לא שמר הגוי על כללי הזהירות ובעודו מתכופף להוציא את המעדר נפל עליו גל ענק של טיט וקבר אותו חיים. החמור הרתום לעגלה המתין בסבלנות במשך שעות ארוכות אך שהיגעה השעה שהיה רגיל לחזור לצפת ועדיין לא הולכת. מה עשה החמור? יצא החמור לדרכו בדרך שהיה רגיל לה לבדו עד הגיעו לבית אדונו...

לפתע שומעת האישה נהימות מוכרות מהחצר. היא זיהתה את קולו של החמור שלהם ויצאה לראות את הנעשה. להפתעתה גילתה האישה שהחמור הביא את העגלה בגפו וכי הגוי אינו מצוי שם. היא עלתה על העגלה, ולאחר שחיפשה בעגלה לכאן ולכאן גילתה את הכד מלא מטבעות זהב והכסף. היא מיהרה להכניס את הכד לבית פנימה ונגשה בשמחה גדולה לבעלה ולהודות בפניו על האמת כי אכן צדקו דבריו: "אדם המאמין בהש"ת באמונה שלמה אינו זקוק לרדוף אחר פרנסתו, אלה היא תגיע עד אליו."

לע"נ נינה אביגיל בת כלטובה ת.נ.צ.ב.ה.

להקדשת העלון 025308000





# שבת שלום / חלק ב'

מ ת ח ז ק י ם ב ש מ י ר ת ק ד ו ש ת ה ש ב ת

במשך עשרים וארבע שעות ושישים דקות בשעה לדאוג? מדוע נגרור איתנו את שק הדאגות גם לשבת?

ובאמת, מי מאיתנו לא רוצה מכל ליבו להכין את עצמו לקראת השבת מבעוד יום? ליהנות מהרגע שכולם מתיישבים סביב השולחן, ובכלל, מאוירת השבת? מי מאיתנו לא רוצה את הטוב הזה?

אולם... יש פעמים שההכנות מלוות קצת במתח ('קדימה להודרו', 'זה לשבת - אל תיגע'). העייפות 'החליטה' לקבל ביטוי על פניך בין המנה הראשונה לשנייה (אכזבה ראשונה). הילדים? 'מספיק לריב', 'שב בבקשה יפה', 'אל תתמלא מהסלטים יש גם מנה ראשונה' (חוץ מהשנייה והקיניו - וכבר אמרנו: עונג שבת). 'חכו קצת עם המשחקים!' איך היצר הרע יכול לנוח?

אם כן, יש מצוי ויש רצוי. לכן 'מי שטרח בערב שבת יאכל בשבת!'. אם אנו טורחים ומתכוננים לקראת בואה של השבת בשמחה ובלי עצבים, נצליח באמת ליהנות ולנוח בשבת. להרגיש את האחדות והשלום שבין הגוף והנשמה. את האחדות עם בורא עולם שנתן לנו אותה, וכמוכן עם המשפחה.

כשנאמר "שבת שלום!" נרגיש זאת באמת!  
אז שוב, שבת שלום!



שבת היא מקור השפע. היא לא משפיעה רק על היום השביעי עצמו, אלא מתפשטת ומקרינה על כל ימות השבוע. כל הרגע, התענוג הרוחני והגשמי, הכוח והיכולת שאנו מקבלים מהשבת עצמה, משפיעים ומורגשים היטב בשאר ימות השבוע שלאחריה ומחזקים אותנו בפני קשיי החיים.

ככל שהשבוע מתקדם, אנו צועדים לקראת השבת הבאה, לקראת התוספת הבאה של השפע הרוחני והגשמי. והשבת לא מאכזבת. היא מגיעה שבוע אחרי שבוע בנאמנות עם כל השפע, השלווה והנעם שלה.

לכן גם אנו צריכים לגלות נאמנות - להתכונן, להכין לכבודה ולדחוק את הדאגות הצידה, לא מספיק לנו שישה ימים בשבוע

# תתחילי לצחוק / חלק ב'

ב ז כ ו ת נ ש י ם



שבוע שעבר ראינו מה כוחה של השמחה ומהן תוצאותיה ההרסניות של העצבות. הבנו כי מצב הרוח שלנו יכול להשפיע על מצבינו הבריאותיים. בטח את מצקצקת בלשונך בספקנות ואומרת: נו מילא קצת האצות בקצב הלב אך המחלה ה... בוודאי לא קשורה! מה בינה לבין החיוך שלי?

אז נגיש ישר ולעניין היישר אל הסברו של פרופסור שמבהיר את הקשר, בין המערכת החיסונית שלנו לבין המערכת עצבית (המצבים הנפשיים) הוא הלימפוציט (תאי דם לבנים).

ניסויים שנעשו על חולי סרטן, הוכיחו באופן ברור את הקשר שבין השמחה והבריאות לבין העצב החולי.

נדגיש: לא תמיד! הכל בגורת שמים, ישנם חולים עם חיוך נצחי וישנם בריאים עם דכדוך רציני.

אבל מדוע דיברנו באופן פונו? רבי נחמן מדבר על כך בליקוטי מוהר"ן מצווה גדולה להיות בשמחה זה לא סלוגן! זו דרך חיים.

הוא ממשין וכותב שאדם שלא שמח הוא פוגם בעשרה מיני נגינה ועל כן מגיעה עליו חולאים, כי אין מגננה!

שניה נחזרו למחקרים, ונגלה כי חמש דקות של צחוק הן שוות כמו חצי שעה של כושר!

ואם עדיין החיוך לא על פנייך, אגלה לך למה חיוך הוא צו חיך:

כפי שהבאנו את דברי רבינו, מצווה גדולה להיות בשמחה. אותיות בשמחה זה מחשבה.

הכניסי לעצמך מחשבות טובות על מה שאת אוהבת, בכל דבר תנסי לראות את הטוב, ותכניסי לשגרה את האור, לא ללכת אחרי השחור כי לאן שהוא מוביל זה רק אל הבור!

- ולסיכום כמה מילים:
- תתחילי לעשות תרגילים,
- שאותך לחייך מלמדים.
- הימנעי ממחשבות שליליות,
- שאותך מרסקות בשניות.
- רק תקשיבי לצליל המתוק,
- פשוט תתחילי לצחוק!



מעמד הפרשת חלה  
מיוחד לזכות והצלחה

02-5308000

# ר' עובדיה אברהם יוסף - עבדאלה סומך זצ"ל



י"ח אלול

ה י ל ו ל א ד צ ד י ק י א

ר' עובדיה אברהם יוסף סומך (המוכנה ר' עבדאללה סומך) נולד בשנת ה'תקע"ג, בבגדאד לאביו ר' אברהם יוסף יחזקאל ולאמו כאתון, אביו היה עשיר ותלמיד חכם, בן למשפחת צאצאי רבנו נסים. למד תורה והתחנך אצל הרב יעקב בר יוסף הרופא, שהיה אחד מגדולי הדיינים בעיראק בדור שלפניו.

בהגיעו לפרקו נישא לשרה, בת דודו יצחק. בתקופה שלאחר נישואיו החל לעסוק במסחר, כאשר ראה כי צורת החינוך המסורתית משתנת וכן לימוד התורה מתחיל להתמעט בקרב הצעירים בבגדאד, החליט לעזוב את עסקי המסחר כדי להתמסר לחינוך הדור הצעיר. הוא אסף עשרה אברכים ולימד אותם במשך ימות השבוע ללא תמורה. כשראה זאת הגביר ר' יחזקאל ראובן, החליט להקים בית מדרש בו יוכלו התלמידים ללמוד באופן מסודר, ובנה בית מדרש לו קרא: "מדרש אבו מנשי" (שהתפתח בהמשך למדרש בית זלכה) והקדישו ללימוד בידי הרב ותלמידיו, כשהוא מקציב לתלמידים משכורות חודשיות. ר' עבדאללה עמד בראש הישיבה עד לפטירתו.

הרב שלמה בכור חוצין (מצאצאיו של הרב צדקה חוצין הראשון) כתב על הרב עבדאללה סומך:

"היה גדול בתורה ובעבודה ובגמילות חסדים, והוא



ר' עבדאללה סומך זצוק"ל וחתמת ידו

# ישמח ליבנו אנו

סיפורי ישועה בזכות הפדיון



ערב ר"ה ראוי ליתן פדיון, כותב רבי נחמן מברסלב זיע"א.

יצרנו קשר עם מוקד חוט של חסד בבקשה לערוך פדיון נפש סמוך לר"ה יום הדין, לזכות לסנגור ביום הדין.

לשמחתינו, התבררנו במוקד כי עם תרומת הפדיון אנו מזכים משפחה בסל חגיגי לכבוד חגי תשרי.

שמחתינו הייתה גדולה גם פדיון נפש וגם סל מזון, והרי נאמר אם אתה משמח את שלי אני משמח את שלך.

זכינו ותרמנו.

למען האמת, כמו בהרבה משפחות עמ"י הזקוקים לישועה גם בפתחינו המתנו לישועה זמן רב. בנו ההתבגר המתין לשידוך הוגן אשר טרם נמצא עבורו, החלטנו להקדיש עיקר הפדיון להצלחתו.

עברנו תקופה לא קלה, שידוכים עלו וירדו, והמיועדת טרם נמצאה.

עבר ר"ה, חלפו חגי תשרי. באחד הימים קיבלנו הצעה נוספת עבור הבן. לא שהתרגשנו במיוחד, בכל אופן לא סרבנו לשמוע.

אולם הפעם בשונה מהפעמים הקודמות הייתה סיעתא דשמיא גדולה והתאמה. תוך זמן קצר בנו נהיה לחתן והבית התמלא שמחה.

הדינו להשם יתברך על

רב חסדו עימנו, ולמזכי הרבים חוט של חסד על שזינו אותנו

במצוות פדיון, וצדקה וחסד.

ובנוסף זכינו לישועה שלנו.



**כשרוצים ישועה באמת!**  
02-5308000

הולכים ביחד הוא ורבנו יוסף חיים תלמידו, היו קמים מלפניהם מהחנניות אפילו הערבים, והיו נבהלים מפניהם כי היו אנשי צורה".

כשפרצה מגפת הכולרה בעיראק, נדבק בה רבינו בהיותו בכפר "גרארה" הסמוך לבגדאד, וראשי הקהילה החזירוהו לבגדאד כדי שיתרפא, אולם ב"ח באלול ה'תרמ"ט, ליל מוצאי שבת הלך לעולמו. בשל המגפה, הוצא צו מטעם הממשלה האוסר על

קבורת מתים בבית הקברות הסמוך לבגדאד. נכבדי הקהל, הרב אברהם הלל והרב ששון שמוחה, ביקשו היתר ממושל בגדאד לקבור את הרב עבדאללה בבית הקברות הסמוך לעיר, אולם נענו בשלילה. במקום זאת אישר המושל לקבור את הרב בחצר "היושע כהן גדול", לצד קברו של רבו, הרב יעקב הרופא, שנמצא מעברו השני של נהר החידקל.

כעבור שלושה חודשים ב"ג כסלו ה'תר"ן הגיעו אלפי יהודים בליווי שרי ממשלה וצבא למקום קבורתו וכאשר פתחו את קברו גילו כי גופו שלם ואף התכריכים נשארו שלמים ולבנים! וטמנו את ארונו בבית החיים היהודי בבגדד.

לאחר כשבוע רבינו יוסף חיים הספידו וגילה כי שכן בקרבו ניצוץ מנשמתו של אחז מלך יהודה ועל ידי הקמת "מדרש בית זילכה" תיקן את עוון אחז שסגר את בתי המדרשות והוציא אותו מקברו כמו שעשה חזקיהו המלך לאביו אחז המלך, שגרר את עצמותיו על מטה של חבלים ועל כן נאלץ להיקבר פעמיים. זכותו תגן עלינו על כל עם ישראל אמן.

אשר השיב העטרה ליושנה, עטרת התורה לשיבת בבל, אחר אשר הוסרה מאתה זה כמה מאות בשנים, כי הוא יסד בית מדרש גדול ורחב, והעמיד תלמידים הרבה, והרביץ תורה בישראל וכמעט כל החכמים והרבנים והמורי צדק אשר במדינות בבל פרס ומדי וארץ הודו יצקו מים על ידו ושתו מבאר מים אשר חפר. ורוב ככל אחינו בית ישראל שבמדינות האלו קוראים אותו בשם אסתאיי (מלמדי), היינו רבי ומארי; כדרך שהיו קוראים לרבנו הקדוש בשם רבי סתם..."

מכל רחבי עיראק, מהודו ומפרס נשלחו שאלות לרב, חלק קטן מתשובותיו נדפסו בסוף ספרו "זבחי צדק" ומאות תשובות אחרות היו מכורכים בשני כרכים ומונחים בחדר ישיבתו עד לפני מלחמת העולם הראשונה, ומאז לא נודע בידי מי נפלו.

רבינו העמיד תלמידים הרבה שאת מימיהם אנו שותים ומלחמם אנו אוכלים הלא המה רבינו יוסף חיים (מחבר בן איש חי) והרב יעקב חיים סופר (מחבר כף החיים), והרב אליהו מני - מגדולי רבני עיראק ורבה הראשי של חברון, הרב יצחק אברהם שלמה 'מגלד' - דיין, שוחט והחכם באשי של בגדאד והרב יהודה פתיה - מקובל ומחבר ספרים, ועוד רבים מגדולי עיראק.

רבינו גם חיבר ספרים והשאיר את חותמו לדורות ביניהם ספר זבחי צדק, שו"ת על ד' חלקי שו"ע, עץ השדה, חזון למועד - על חוכמת עיבור השנה ועוד.

מצודתו של הרב עבדאללה סומך היתה פרוסה על כל בבל, על פיו נקבעו הלכות והנהגות. בספר 'קץ הימין לרבנו משה יהושע' מסופר כי אימתו היתה מוטלת אף על הגויים: "היה מכובד אפילו על הנכרים. וכשהיו



**פעם בשנה זהה קורה**

**פדיון נפש באומן ע"י הרב שלום ארוש שליט"א**



**הישועה שלכם נכבדים!  
תפסו את ההזדמנות:  
02-530-8000**



# קול הנערים

מדור חודשי

שׁו"ת ע"י תלמוד תורה "שלום בניך"

# מגיע עד אליך

מידה טובה | הרב נתן ארוש



מה ההבדל בין מחשב לבין מקלט רדיו? כאשר אתה מחפש מידע ברשת דרך המחשב, המחשב "יוזם" פנייה למקורות המידע ומבקש את המידע, הוא למעשה רודף אחרי המידע – וכך הוא מקבל את המידע ומציג אותו.

לעומת זאת מקלט הרדיו לא פונה לשום דבר והמידע מגיע אליו. גלי הרדיו והשידורים נמצאים "באוויר", ואתה רק מכוון את המקלט לתדר מסוים ומיד אתה קולט את התחנה המשדרת באותו התדר. אתה בוחר במקלט תדר פלוני, אתה שומע שיעורי תורה; בחרת תדר אלמוני, אתה שומע דברים בטלים חלילה.

כך בדיק הברכות והקללות. הברכות והקללות הן "תדר", אם אתה מכוון על התדר הנכון – אתה שומע ורואה וחווה רק ברכות לרוב; ואם חלילה להיפך – להיפך. ולכן אומרת לנו התורה גם בברכות וגם בקללות את המילה "הישיגוך". בברכות כתוב: "ובאו עליך כל הברכות האלה והישיגוך" ובקללות כתוב: "ובאו עליך כל הקללות האלה והישיגוך".

מה זה "הישיגוך"? אתה לא עושה כלום. זה משיג אותך, מגיע עד אליך – לטוב ולמוטב. זה מעין מה שאומרים חז"ל על הכבוד מי שבורח מן הכבוד – הכבוד רודף אחרי.

ולכן כל תכלית האדם ומטרת חייו היא להתחבר לתדר הנכון, תדר האמונה. ולא מדובר רק בקיום מצוות גרידא, אלא ממש להיות מחובר, ולהיות מחובר זה אומר להאמין בה' באמת ולקיים את רצונו ב"שמחה"!!

ולכן כל הקללות הן "תחת אשר לא עבדת את ה' אלוקיך בשמחה ובטוב לבב". אדם שעובד בשמחה וטוב לו בלב – זה אומר שהוא מחובר. הוא מחובר לה', מחובר לצדיקים, מחובר לתורה, לאמונה, לתפילה, ולקדושה – ולכן הברכות משיכות אותו ומגיעות עד אליו בלי מאמץ ובלי השתדלות.

ואם חלילה האדם מנותק – לא תעזור לו כל השתדלות, כי הרדיו שלו מכוון על התדר של ההיפך מן הברכה, אז אין לו מה להתלונן שהוא קולט ברדיו שלו רק את ההיפך מהברכה...

ה' יזכנו להתחבר באמת לה' יתברך, לנשמה שלנו, וכל הברכות והטובות יבואו עלינו וישיגו אותנו מעתה ועד עולם. שבת שלום.

## "פותחים דלת לברכה"

ערב מחזק, ומלא ישועות אצלכם בבית עם הרב נתן ארוש שליט"א

052-6672221 \* 02-5308000



של עניין. אבל מה שנכון בוודאות, לכל מצב ולכל מקרה, הוא שאתה יכול וצריך להתפלל על החבר, שה' ייתן בלבו דעת ויראת שמים ויזכה לחזור בתשובה, ויזכה לתקן את מעשיו. הגמרא מספרת על רבי מאיר בעל הנס שהיו לו שכנים שעשו מעשים רעים והוא התפלל שימותו. אמרה לו ברוריה אשתו הצדקת והחכמה: אל תתפלל שימותו, אלא תתפלל שיחזרו בתשובה, כמו שכתוב בתהלים: "ייתמו חטאים מן הארץ" ולא כתוב "ייתמו חוטאים מן הארץ". רבי מאיר קיבל את דבריה, והתחיל להתפלל שיחזרו בתשובה, ואכן תפילתו התקבלה והם חזרו בתשובה שלימה. הלב של החבר שלך הוא ביד ה' והתפילה בוודאי פועלת. ולכן תבקש ותתחנן לה' שיחזיר בתשובה את כל עם ישראל ובכללם את אותו חבר, ובעזרת ה' יתקיים בו: "ייתמו חטאים מן הארץ ורשעים עוד אינם", ובזכותך הוא יזכה להיות צדיק וחסיד, וגם אתה תזכה להתעלות בעבודת ה' כי כל המתפלל על חברו הוא נענה תחילה.

## שאלה:

שלום כבוד הרב, רציתי לשאול את הרב: כשתלמיד עושה מעשה לא טוב האם אני חייב להוכיח אותו או לספר זאת לרב? ומה אני יכול לעשות?

## תשובה:

אשריך, שמפריע לך כשאתה רואה מעשים לא טובים, ושאתה רוצה לתקן ולשפר. ילד שיש לו יראת שמים – לא זו בלבד שהוא בעצמו לא עושה מעשים רעים – אלא הוא גם בצער כשהוא רואה אחרים שעושים מעשים רעים. השאלה היא איך מתקנים ומה עושים. כי הרבה פעמים כאשר מנסים להוכיח משהו – לא מתקנים בזה, אלא לצערנו עוד יותר מקלקלים, כי גורמים לילד שלא מתנהג יפה להגביר את המעשים הרעים; וגם להגיד לרב, זה לא פתרון לכל המקרים. לכן בדברים הללו קשה מאוד לתת תשובה כללית, וכדאי מאוד בכל מקרה להתייעץ עם רב מורה הוראה לגופו

## עיננו תראנה

מראות החודש | תלמידי ת"ת שלום בניך



המלאך הגואל



חתני השמחה בריקודים



נציג ההורים הרב אלגרווד שליט"א



חתני השמחה



מורינו מברך את חתני השמחה

"אם היו בני אדם מרגישים במתיקות ועריבות טוב התורה, היו משתגעים ומתלהטים אחריה, ולא יחשב בעיניהם מלא עולם כסף וזהב למאומה, כי התורה כוללת כל הטובות שבעולם"

חיזוק החודש

# ילדון

## הפינה של הילדים

### גאון

פתרונות יש לשלוח עד יום שני למייל: al5308000@gmail.com  
או לפקס: 02-5812252 | יש לציין שם מלא, כתובת מלאה וטלפון



## פלאי הבריאה

### רימון

רימון, שנהיה מלאים מצוות כמוהו זה לא הכל- הרימון עשיר בויטמינים ומינרלים את הפרי הזה מומלץ לצרוך מדי יום ולא רק בראש השנה, הוא פרי שבונה את הגוף ומגן עליו. גם ברפואה האלטרנטיבית מייחסים לפרי הזה סגולות כך למשל הוא נחשב כמסייע לריפוי פצעים, לטיפול בקמטי עור ועוד.



פרדס עצי רימונים



פלאי רימון

הרימון מסייע להפחתת הסיכון של אלצהיימר, ניוון מקולרי הקשור לגיל ומונע דיכאון ובעיות פסיכולוגיות אחרות, ומאותה סיבה בדיקת הרימון אכן ידוע כמסייע לזיכרון וחשיבה צלולה. הרימונים מסייעים לשמור על הלב במצב טוב. השפע של נוגדי חמצון ברימונים, מורידים את לחץ הדם, וכן מסייעים לנקות את העורקים מהכולסטרול.

מה שטוב ברימון שהוא מתאים גם לסוכרתיים, לפרי זה אינדקס גליקמי נמוך ועומס גליקמי שיכול לעזור לאנשים עם סוכרים גבוהים. הוא גם עוזר להפחית את תנגודת האינסולין בגוף. התרכובות הפנווליות בפרי זה מסייעות בירידה במשקל ומסייעות לזוּת את הרעב והתיאבון.



מיץ רימון

ההשפעות האנטי דלקתיות של נוגדי החמצון הנמצאים ברימונים, הופכות את הפרי הזה ללוחם בולט נגד מספר צורות של דלקת פרקים.

במסכת ברכות כתוב שישראל מלאי מצוות כרימון. החת"ם סופר זצ"ל כתב שבדיקת רימון יש תרי"ג גרעינים כתר"ג מצוות, בנוסף לכך, המלבי"ם זצ"ל בפירושו לשיר השירים כתב על הפסוק "כפלא הרימון רקתך", כי ישנם 613 גרעינים ברימון, כנגד תרי"ג מצוות. שנה טובה ומלאת מצוות לכולנו.



## חידת השבוע

איזה בעל חיים מכונה "מחסל"?

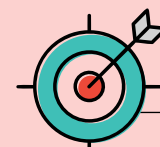
התשובה: "מחסל" הוא שם של חיה מסוימת. למי שיש תשובה נכונה, יש לשלוח אותה למייל: al5308000@gmail.com או לפקס: 02-5812252.



## בדיחת השבוע

חודש לאחר שהעובד החדש התחיל לעבוד פונה אליו המנהל ושואל: "מה ההתחממות הזאת? בשאלון הקבלה לעבודה כתבת שיש לך חמש שנות ניסיון, ובינתיים התברר לנו שאתה חסר ניסיון לחלוטין."

"נכון", עונה העובד, "אבל אל תשכח שבמודעה ביקשתם עובד בעל דמיון מפותח."



## השעשועון

### מילה במילה

הפתרון להגדרה הראשונה הוא מילה בת שתי אותיות, הפתרון למילה השניה הוא ותן שתי אותיות בתוספת אות מלפניה ומאחוריה. אם תפתרו נכונה תקבלו בטור המודגש חלק מפסוק מהפרשה.

- |                          |                          |                           |
|--------------------------|--------------------------|---------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1. לא קשה                 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 2. בתוכו                  |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 3. אדם שנתן עדות          |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 4. הפה שלי                |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 5. גר, מתגורר             |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 6. מילת שאלה              |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 7. סוג מנעול              |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 8. לא ישן                 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 9. "וְהָיָה אֵת לְבַבְךָ" |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 10. לך למטה!              |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 11. האות השישית           |

הפסוק שהתקבל: "\_\_\_\_\_"



## מה בתמונה?



התשובה: רבינו גרשון מברק

# חוס ואהבה פרק י"ב

חינוך באהבה | הרב יצחק אבוחצירא



את הילד על מאמציו והישגיו, גם הקטנים ביותר.

## אולי תפסיק לצעוק

מו"ר הרב שלום ארוש שליט"א אומר, שבד"כ כאשר נשים לב טוב ונחקרו את התנהגות הילד, נשים לב לתופעה מעניינת והיא- שהילד מוחקה אותנו. כן כן, הוא מתנהג כמעט כמונו!!!

לא מזמן, סיפרו לי שאימא אחת אמרה לכן שלה בן השבע "אולי תפסיק לצעוק כשאתה מדבר, כל השכנים כבר התעוררו מהצעקות שלך" הילד ענה לה "אם זה לא טוב לצעוק, אז למה את כל הזמן צועקת?!" ולכן העיקר תלי בדוגמה אישית ובעבודה שלנו, להקניית ערכים חיוביים, מידות טובות, אורך רוח, סבלנות ועוד מידות טובות וישרות- שהם הבסיס של היהדות. והקניית מידות אלו אצל הילדים מתחילה ב-דוגמא אישית שלנו ההורים.

## יועץ נישואין

מספרים, שפעם באו זוג הורים ליעוץ אצל רב מפורסם, מומחה גדול בחינוך ילדים לקבל הדרכה ועצה מה לעשות עם הילד הגדול שלהם ש"כל הזמן צועק, מתקוטט ומתווכח בבית על כל דבר". הרב שמע את טענותיהם והחל לשאול אותם שאלות על התנהגות הילד במצבים מסוימים ומדוע לדעתם הוא מתנהג בצורה כזו? במשך השיחה התפרץ אחד לדברי השני תוך שהוא סותר את דבריו, חולק עליו וממש לא נותן לו אפשרות לסיים את דבריו. הרב שהבין עם מי יש לו עסק, שאל אותם בכוונה שאלות מעט מכשילות עד שהחלו מריבות, צעקות והאשמות הדדיות-מי אשם במצב של הילד.

האב טען: שהאם פינקה את הילד יותר מדי, לכן הוא כזה. האם טענה: שהאב התנהג עם הילד בקשיחות ולכן הוא כזה, בקיצור "חגיגה" כל אחד מבני הזוג

הורים יקרים, דיברנו בשבוע שעבר על חינוך לטווח קצר ולטווח ארוך. השבוע בע"ה נמשך בהכונה לטווח הארוך. הזכרנו שילד מפונק חי ללא גבולות, ולכן עלינו לתכנן ולבצע בצורה הדרגתית חיי יום יום, שמרגילים את הילד לגבולות ברורים. ואת זאת נעשה ע"י הפעולות הבאות: דיברנו בשבוע שעבר על: 1.קביעת שגרה, 2. קביעת כללים ברורים, 3. מטלות בית, 4. חיזוק הבחירה.

## המשך לימוד מיומנויות:

5. פעולה ותוצאה: עלינו לקבוע כלל ברזל, אם הילד לא סידר את הצעצועים, הוא לא יוכל לשחק בהם עד שישדר. זה עוזר לילד להבין את הקשר בין מעשיו והתוצאות.
6. משחק עם ילדים אחרים: עידוד הילד לשחק עם ילדים אחרים בצורה הוגנת, יעזור לו ללמוד לשתף פעולה, לחלוק ולפתור קונפליקטים.
7. פעילויות משפחתיות: פעילויות משותפות כגון משחקי קופסה, בישול או יצירה יכולות לחזק את הקשר המשפחתי וללמד את הילד שיתוף פעולה והוגנות.
8. סיפורים: קריאה משותפת של סיפורים יכולה לעזור לילד ללמוד על רגשות שונים ולפתח אמפתיה.
9. תגמולים לא חומריים: במקום מתנות חומריות, עלינו להתרגל לתת תגמולים ערכיים כמו זמן משחק נוסף, חיבוק/נשיקה, דברי שבח והערכה.
10. מבצעים ולוח תגמולים: לוח תגמולים יכול לעזור לילד לעקוב אחר ההתקדמות שלו ולראות את התוצאות של מאמציו.

חשוב לזכור 2 כללים תמידיים: שינוי הרגלים לוקח זמן וסבלנות. אל תצפו לראות תוצאות מיידיות. חשוב לשבח

האשים את השני במצב. לאחר חצי שעה של שיחה (ומריבות) הוציא הרב פנקס טלפונים מכיסו ואמר להורים: "הבנתי בדיוק מה הבעיה עם הילד, תרשמו בבקשה את מספר הטלפון הזה, תפגשו עם האיש, תיישמו את החלטותיו ואני בטוח שכל הבעיה תפטר לבד". האימא מיד שאלה: "של מי המספר הזה?" הרב ענה: "של יועץ נישואין".

## התפוח לא נופל רחוק מהעץ

הסיפור הזה הוא לא בדיחה הוא פשוט מציאות. נבדוק טוב את עצמנו ואת הסובבים אותנו ונשים לב לתופעה מיוחדת. במשפחות שההורים מחונכים, יש ביניהם שלום בית וכבוד הדדי- גם הילדים כאלו. וההפך להיפך.

ידוע ומפורסם ש"התפוח לא נופל רחוק מהעץ" וילד שרואה את הוריו צועקים יתקשה מאוד להיות ילד שקט ועדין, כי זה מה שהוא ראה ולמד מהם. ולכן הורים יקרים! אין לנו ברירה אם אנחנו רוצים ילדים מחונכים אנחנו חייבים להיות כאלו. וכאשר אנחנו נוהיה בע"ה מחונכים, גם הילדים יהיו מחונכים.

## העיקר סבלנות

אם בדקנו את עצמנו ואנחנו מחונכים, היחסיים עם בן הזוג בכבוד הדדי ודרך ארץ והבית מתנהל כשורה. בד"כ בעיות הילדים שאופות לאפס וגם את הבעיות הקטנות שישנם (זוכרים "מה כבר הוא עשה"- צריך לקחת הכול בפרופורציה), אפשר לפתור ע"י מעקב, בדיקה לעומק הבעיה, הכנת טבלה לקידום ו... הרבה סבלנות ותפילות.

כאשר נבין שהילד מתנהג כך כי הוא פשוט "לא מודרך" ננסה ביחד איתו לעבוד על הבעיה תוך כדי שיתוף פעולה מלא מצידו (שיוכל להיות רק אם נעבוד בסבלנות תוך שמירה על כבודו) בשיטת "עשה זאת בעצמך" שניתן לו לשפוט מצבים של ילדים אחרים, בזמן שבעצם אנחנו מספרים לו על עצמנו. הוא יבין את המסר (גם מבלי לומר לו "אתה האיש"- כפי שאמר הנביא לדוד המלך במשל כבשת-הרש) הוא יפנים, עד כמה גם הוא מתנהג לפעמים שלא בדרך ארץ.

טבלת ההתנהגות תלמד אותו שהוא נמצא במעקב, פרסים שונים ועידוד רב על כל הצלחה אפילו קטנה, יעודדו אותו להמשיך ולהתקדם ובע"ה עם הרבה תפילות נראה הצלחה גדולה.

## שמירה על הילדים

ט י פ א ק ט ו א ל י

כמו שלא לוקחים ילדים לבקר אצל חולים במחלה מדבקת, כך לא לוקחים ילדים למקומות בהם יש מחלות רוחניות מדבקות, כל שכן שלא מביאים מחלות רוחניות לתוך הבית...



01

הרחוב מלא וגדוש בדברים, ואנשים רעים, רוצה לשמור על ילדיך מכל אלו? ילדים שגדלים בבית שיש בו אהבה בין ההורים, הם שמורים מההשפעות הרעות של הרחוב.



02

במקום לאסור על הילד להסתובב ברחובות, במקומות לא ראויים או סתם כך בחוץ, תדאג שיהיה לילדך נעים בבית, כך הוא לא יחפש או ירצה להסתובב בחוץ.



03

## הרב יצחק אבוחצירא

יועץ מאבחן ומטפל ליועץ טלפוני ללא תשלום 054-8434435 בימים ג' - ד' משעה 8-10 בערב

## הדמנות לבעלי עסקים!

הזמינו עמדה של ספרי הרב שלום ארוש שליט"א ותכניסו ברכה.

052-224-0696

בין לקוחותינו:



מה אתם רוצים בעסק שלכם?

ברכה  
לקוחות  
שפע  
רווחים  
פרנסה  
שפע  
הצלחה