

"אברהם אבינו"

רחוב יצחק הלוי 80 חולון. נוסד בשנת תרצ"ו. על ידי יוסף אביגני זצ"ל ובניו

כד ניסן תשפ"ו. פרשת: שמייני. מפטירין: ויסף עוד. התפילה במקום חוסיני. גיליון 959

הדלקת נרות: י"ב 18:49 ת"א 18:47 חופה 18:49 באר שבע 18:48 צאת השבת: י"ב 19:40 ת"א 19:39 חופה 19:41 באר שבע 19:40.

פרשת שמייני

פרשת שמייני מפרטת את סדרי עבודת המשכן וקורבנותיו. היא מדגישה את חשיבות הציות למצוות האלוקים ואת העונש החמור על הפרתן. כמו כן, הפרשה מלמדת אותנו על חשיבות הטהרה והקדושה בחיי היומיום.

הפרשה עוסקת בחגיגות חנוכת המשכן וקורבנותיו, וכן באירוע הטרגי של מות בני אהרן, נדב ואביהו.

ביום השמיני, ראש חודש ניסן, קיבץ משה את כל בני ישראל ליד המשכן. זהו היום בו יראה אליכם ה', הוא אמר להם. לאחר מכן הוא קרא לאחיו: קרב אל המזבח ועשה את חטאתך ואת עולתך, וכפר בעדך ובעד העם. ועשה את קרבן העם וכפר בעדם כאשר צוה ה'.

כשבניו נוטלים חלק פעיל, שחט אהרן את הקורבנות והעלה מהם על המזבח. הוא הקריב מנחה, ולבסוף נשא את ידי והעניק לעם את ברכת הכהנים: יברכך ה' וישמרך, יאר ה' פניו אליך ויחונך, ישא ה' פניו אליך וישם לך שלום. לאחר מכן נכנסו משה ואהרן לבדם אל המשכן, שם לימד משה את אהרן את סוד הקטורת מרקחת הבשמים שהייתה מוקטרת על גבי המזבח המיוחד לכך וכשיצאו העניקו ברכה משותפת לעם.

והנה הגיע הרגע המיוחד: אש ירדה מן השמים ואכלה את הקורבנות שהיו על המזבח. ההתגלות האלוקית שימחה את בני ישראל; הם ידעו כי נמחל להם על חטא העגל. הם נפלו על פניהם כשהם משבחים ומודים לבורא העולם. בעיצומם של הרגעים המשמחים בשל חנוכת המשכן נמהלה טרגדיה: נדב ואביהו, שני בני אהרן, לקחו מחתה והניחו בה קטורת. הם הקריבו את הקטורת לפני ה', למרות שלא הצטוו לעשות זאת. האש שיצאה מן השמים הרגה את נדב ואביהו כעונש על מעשיהם.

משה ביקש לנחם את אחיו: מיתתם של בניך מעידה כי הם היו בדרגה רוחנית גבוהה, שכן ה' אמר ששמו יתקדש דווקא באמצעות הענשת הקרובים אליו: בקרובי אקדש. אהרן לא השיב למשה על דברי ניחומיו (וידום אהרן).

המיתה הפתאומית של בני אהרן יצרה מצב בו אהרן ובניו, שזה עתה איבדו בן ואח, נכנסו להגדרה ההלכתית של אוננים, הזמן שבין פטירת קרוב משפחה לקבורתו. אסור לכם לנהוג את דיני האבלות השגרתיים, אמר להם משה. כל עם ישראל יתאבל עבורכם על האבידה הגדולה, אמר, וציווה על בני דודו של אהרן, מישאל ואלצפן, להוציא את הגופות מן המשכן.

בנוסף, הוא העביר להם את הצו האלוקי כי למרות היותם אוננים, עליהם לאכול מן הקורבנות שהוקרבו באותו היום. ביום בו נחנך המשכן הוקרבו כמה סוגי קורבנות: מהם קורבנות ייחודיים ליום זה לרגל חנוכת המשכן, ומהם קורבנות שגרתיים המוקרבים באופן קבוע.

אהרן ובניו צייתו להוראת ואכלו רק מן הקורבנות המיוחדים. כשמשה קצף עליהם וביקש הסבר, טען אהרן כי לדעתו הצו המתיר את אכילת הקורבנות גם לאוננים

התייחס רק לקורבנות המיוחדים ולא לאלו השגרתיים. משה שמע את הסברו של אהרן והודה לדבריו.

לאחר מיתת בניו של אהרן, ה' הורה לאהרן: אל לכהנים להיכנס אל המשכן כשהם שיכורים מיין. גם לדייני ישראל אסור להורות ולפסוק הלכה כשהם שיכורים.

ה' הורה למשה ואהרן את דיני הכשרות, וכיצד לזהות את בעלי החיים הכשרים ואת אלו שאינם כשרים. בין היתר נמנים החיות האסורות לאכילה, בהן: החזיר, השפן, הגמל והארנבת, וכן העופות והשרצים האסורים באכילה.

לא רק שאין לאכול את בעלי החיים הטמאים, אלא שמגע בנבלתם או נשיאתם מביאה עמה טומאה. כדי להיטהר, על האדם לטבול במקווה טהרה ולהמתין עד הערב. במידה והנבלה נגעה בכלי עשוי חרס, אין לו טהרה אלא באמצעות שבירה. גם מגע ואכילת נבלות של בהמות טהורות מביאים עמם טומאה.

הלכות כשרות אלו ניתנו במיוחד לבני ישראל כדי להתקדש ולהיבדל מאלוקים: כי אני ה' אלוהיכם, והתקדשתם והייתם קדושים כי קדוש אני.

סיפור מצמרר מהי כוחה של תפילה

בפרשת שמייני אנו מגיעים לרגע השיא: חנוכת המשכן. כל ההכנות הסתיימו, הקורבנות הוקרבו, אבל משהו חסר: לא ירדה שכינה לישראל. עם ישראל עומד וממתין, ואהרן הכהן חושש שמא חטאיו מונעים את הברכה.

מה הביא לבסוף את הישועה? הפסוק אומר: "וַיָּבֹא מֹשֶׁה וְאַהֲרֹן אֶל אֹהֶל מוֹעֵד, וַיִּצְאוּ וַיִּבְרְכוּ אֶת הָעָם, וַיֵּרָא כְבוֹד ה' אֶל כָּל הָעָם." רש"י מסביר שהם נכנסו להתפלל יחד בתחנונים ובמהלכנה, ורק אז ירדה האש מהשמיים.

רבותינו במסכת ברכות ביארו את דברי התנא: "אל תעש תפילתך קבע" כלומר, סגנון התפילה צריך להיות בדרך תחנונים לפני ה' יתברך, בהכנעה ובלב שלם.

ומעשה שאירע באברך ובת סמינר שנישאו כדת משה וישראל לפני כמה שנים. מיום ליום ומחודש לחודש, התברר כי קיימת אצלם בעיה רצינית שבגללה לא זכו להיפקד בפרי בטן. בצר להם, התפללו לפני ה' יתברך שיושיעם וגם פנו לרופאים, אולי ימצאו תקווה. לילה אחד, ליל יום שישי, ישן האברך על מיטתו והנה חלום: בחלומו הוא רואה כאילו הוא יושב בחדרו של החסיד המקובל רבי ישראל אבוחצירא (הבבא סאלי) זצ"ל. פונה אליו הרב ואומר לו: "מה תבקש?". השיב לו האברך: "אני מבקש ליכוח לילדים". השיב לו רבי ישראל: "טוב, יהיו לך ילדים". קם האברך ויצא מחדרו של הרב.

בכניסה הוא רואה את אביו יושב יחד עם ראש הישיבה בה למד בבחרותו, ושניהם יושבים וספרי תהילים בידיהם ויקץ והנה חלום. בבוקר טילפן האברך לאמו וסיפר לה את החלום. אמרה לו אמו: "בוודאי אתה מתפלא מה אביך וראש הישיבה שלך עשו שם. תדע לך, כי לפני כשבוע

טילפן אביך לראש הישיבה שלך ואמר לו: אתה ראש הישיבה, אביו הרוחני של בני, ואני אביו הגשמי.

על שנינו מוטלת החובה לעשות משהו כדי שיזכה בננו לפרי בטן". שאל ראש הישיבה: "ומה תרצה ממני?". אמר לו האב: "רצוני שתבוא עמי לציונו של רבי ישראל אבוחצירא ונתפלל שם יחד לישועת בננו". השיב לו ראש הישיבה: "זמני כעת אינו פנוי, אולם בליל שישי אוכל להתלוות אליך לנתיבות, מקום קבורתו של רבי ישראל, ושם נתפלל יחד לישועה". "ואכן", המשיכה האם לספר, "אמש בליל שישי הלכו אביך וראש הישיבה יחד לנתיבות והתפללו על קברו של רבי ישראל לישועתך". ואכן, זכו האברך ורעייתו לפרי בטן, וכל זאת בזכות השתדלות נכונה, בתפילה ובאמונה שלמה. הסיפור מלמד אותנו שגם כשאדם עושה את כל ההשתדלות, פונה לרופאים ומנסה בדרכים טבעיות, לעיתים חסרה ה'אש' שתפעיל את הישועה. אש זו מגיעה מתוך הכנעה ותפילה שאינה קבע, אלא תחנונים מעומק הלב.

אַל תִּפְתָּח פֶּה לְשָׁטָן

חז"ל לימדנו כי "ברית כרותה לשפתיים", ולמילים שאנו מוציאים מפינו יש כוח לפעול במציאות. לכן, עלינו להיזהר מאוד בלשוננו, אפילו כשאין לנו כוונה רעה, כדי שלא לפתוח פה לשטן חלילה. כאשר מנחמים אבלים והאבל מבקש לקום מפני המנחם, יש להיזהר שלא לומר לו אל תקום. החשש: בלשון זו משתמעת משמעות שלילית, כאילו לא יקום מחוליו או מאבלו לעולם. הנוסח הנכון: יש לומר אל תסרח. כך אנו מביעים רצון בנחותו של האבל מבלי להשתמש בלשון שלילה על הקימה. כששואלים אותנו מדוע פלוני לא הגיע היום לתפילה, לשיעור או לשיבה, יש להימנע מלומר אולי הוא חולה. אמירה כזו נחשבת כפתיחת פה לשטן ועלולה לגרום לאותו אדם חולי במציאות. הנוסח הנכון: כדאי לומר: אולי הוא עסוק בדבר מצווה, אולי הוא מתעכב, או פשוט לאחל: הלוואי שהוא בטוב.

יהי רצון שיהיו דברינו תמיד לטובה, לברכה ולשלום.

קולגן אחד החלבונים החשובים בגוף

הקולגן הוא החלבון השכיח ביותר המיוצר בגוף האדם. ליתר דיוק, גופנו מורכב משלושים אחוז חלבונים, כשהקולגן מהווה כ-90% מהם. הקולגן הוא חלבון מבני המצוי במגוון אזורים בגוף, ותפקידו לשמור על חוזקם וגמישותם של האיברים. לכן, ניתן למצוא אותו ברקמות שונות, דוגמת הריאות, אבי העורקים וכלי דם אחרים שצריכים לשמור על אלסטיות כדי לאפשר לדם לזרום דרכם בצורה מיטבית. הקולגן מצוי ברקמות חיבור כמו עצמות, גידים וסחוסים, והוא למעשה הדבק שמחזיק את תאי האיברים הללו צמודים זה לזה. ככל שעוברות השנים, גופנו מייצר פחות ופחות קולגן. החל משנות העשרים והשלושים לחיננו, ייצור הקולגן פוחת בכאחוז אחד בכל שנה. ישנם גורמים נוספים המאיצים את הירידה בייצור, כמו צריכת סוכר עודפת, לחץ ועישון. לכן, חשוב לצרוך אותו ממקורות חיצוניים כדי לשמור על הגוף במצב טוב ככל האפשר. לקולגן מגוון תפקידים מרכזיים: כמויות תקינות שלו מעניקות לשרירים ולגידים את הגמישות הנחוצה להם ואת יכולת השיקום לאחר אימון. הוא מאפשר לשרירים להשתקם מפציעות, ולכן חיוני לשמור על רמות תקינות שלו בגוף.

שומן המצטבר בעורקים עקב תזונה לקויה או גורמים אחרים מביא להצרתם ולהפרעה בזרימת הדם. שילוב זה מסוכן ועלול להוביל למחלות לב, מפרצות ושבץ. חלבון הקולגן מסייע בשמירה על תקינות דפנות העורקים, ובכך תומך במניעת שקיעת שומנים ופסולת בדפנות.

כאשר אנו מרגישים עייפות כללית, הדבר מעיד לעיתים קרובות על כך שהתאים בגופנו עייפים ואינם מייצרים אנרגיה בכמויות הנדרשות. חלבון הקולגן מספק חומצות אמינו המעניקות לתאים את אבני הבניין שהם צריכים כדי לתפקד ביעילות ולייצר את האנרגיה לה אנו זקוקים. הקולגן מסייע בשיפור בניית התאים ותמיכה בתהליכים ביולוגיים, מה שעשוי לעכב תסמיני הזדקנות שונים.

כדי ליהנות מבריאות איתנה, חשוב לשמור גם על מצב מערכת העיכול. אצל רבים קיימת "תסמונת המעי הדליף" מצב בו ישנו נזק לתאי דופן המעי, מה שמאפשר חדירת חומרים לא רצויים אל מחזור הדם. הקולגן מסייע בתיקון הרקמות הללו ובחזוק דפנות המעי.

אוסטאופניה (צפיפות עצם נמוכה) היא שלב מקדים לאוסטיאופורוזיס, הגורמת להיחלשות העצמות. מומחים מציינים כי צריכת מאכלים המכילים קולגן עוזרת בחזוק מבנה העצם. הדבר מאפשר להישאר פעילים גם בגיל מבוגר ומאט את היחלשות העצמות, תופעה הנפוצה בעיקר אצל נשים.

כיצד ניתן לצרוך קולגן ביומיום? דרך אחת היא אכילת ציר עצמות שניתן להכין בקלות בבית: בישול איטי של עצמות עוף או בקר משחרר כמויות גדולות של קולגן. אפשרות נוספת היא רכישת תוסף קולגן איכותי (כמו קולגן דגים), המאופיין בספיגה גבוהה בגוף.

עֲבֹדוּ אֶת ה' בְּשִׂמְחָה

שולה שואלת את החברה שלה: תגיד, מה המשמעות של ראשי התיבות אח"כ? אחר כך, עונה החברה. אוף, מתעצבנת שולה, למה לאף אחד אין זמן לענות על השאלה הזאת?

זמני השבת

07:00	תפילת שחרית של שבת קודש
14:00	שיעור תהילים לבנות בהנחיית הרבנית נופר
17:00	שיעור עם חכם עזרא עייני
18:00	תפילת מנחה של שבת קודש
19:25	תפילת ערבית של מוצאי שבת קודש
06:45	תפילת שחרית בימי חול (הודו)
18:00	תפילת מנחה בימי חול
לאחר תפילת מנחה דבר תורה מפי יצחק שלום כהן	
18:30	תפילת מנחה ערב שבת קודש

נר ה' נשמת אדם

מוקדש לעילוי נשמת: יצחק כהן בן סימבול ז"ל

נפטר כ"ז ניסן תשמ"ט

ולעילוי נשמת יעקב יוספי בן אליהו ז"ל

נפטר כ"ז ניסן תשס"ו.

ולעילוי נשמת: אליהו כהן פרחיה בן נסים ז"ל

נפטר ביום שישי בשבת קודש ל' ניסן תשנ"ט

ולע"נ יוסף כלימאן בן מזל ומנשה ז"ל

ליקט וערך עבד ה' יצחק שלום כהן

דוא"ל: ytzcak@gmail.com