

# "אברהם אבינו"

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

כב אייר תשפ"ו. פרשת: בהר-בחוקות. מפטירין: ה' עוזי. התפילה במקום צבא. גיליון 963.

הדלקת נרות: י"ם 19:08 ת"א 19:07 חיפה 19:10 באר שבע 19:07 צאת השבת: י"ם 20:00 ת"א 19:59 חיפה 20:01 באר שבע 19:59.

## השגחה פרטית בין חולות המדבר

### מיומנו של יצחק שלום כהן

בשנת תשכ"ג (1963), בעיצומם של ימי בניין הארץ, זכיתי להתגייס לצבא ההגנה לישראל. שובצתי למסלול המפרץ של הנח"ל, שם עברנו טירונות קרבית תובענית שנועדה לחשל את הגוף והרוח.

באותם ימי תמוז לוחטים, יצאנו לאימון קיץ בלב מרחבי הנגב הצחיחים. השמש קפחה על ראשינו ללא רחם, והחול הצהוב בער תחת רגלינו. התרגיל המרכזי היה דימוי של התקפה חזיתית על בסיס אויב. התרסנו קדימה בצעקות הסתערות, ובכל פעם שניתנה הפקודה אש! היינו צונחים ארצה, נשכבים על הקרקע הלוהטת ומתחפרים בזריזות בחול כדי למצוא מחסה. באחד התרגילים המתישים, כשהאבק והזיעה מכסים את פני, נשכבתי בתוך שקע קטן בחול הלוהט. פתאום, בתוך המולת האימון, שמעתי רחש מוזר. זה לא היה צליל של רוח ולא של חבר לנשק, זה היה צליל של חיכוך יבש וחד. הפנתי את מבטי הצידה, וליבי החסיר פעימה. במרחק של כיד ממני, התנשא מחזה אימים: נחש ענק, ממין שלא ראיתי מעודי, זקף את גופו. הוא הניף את ראשו לגובה של כחצי מטר מעל פני האדמה, עומד מולי פנים אל פנים, ממש בקו העיניים שלי. ראשו היה רחב ומאיים, כמעט בגודל של כף יד אדם, ועיניו היו נעוצות בי בדממה מקפאה.

באותם רגעים לא היה זמן למחשבות. פעלתי מתוך אינסטינקט טהור שהושתל בי משמיים, זינקתי ממקומי בכל כוחי, השלכתי את הרובה קדימה ופתחתי בריצה מטורפת כדי להתרחק מהסכנה. המפקד, שלא ראה את הנחש ורק הבחין בחייל שקם ובורח באמצע תרגיל באש חיה, צרח לעברי בחמת זעם: חייל, מה אתה עושה? חזור מיד למקום! אתה מסכן את עצמך ואת כל המחלקה! קולו רעם בחלל המדבר, אבל אני לא עצרתי עד שהרגשתי שהמרחק בטוח. כשהתקרב אליי המפקד, פניו אדומות מכעס והוא מוכן לנזוף בי קשות ואולי אף להעמידני למשפט, הצבעתי ביד רועדת לכיוון הנקודה שבה שכבתי. המפקד, נחש! נחש ענק! גמגמתי, מנסה להסדיר את נשימתי. המפקד הציץ לכיוון השקע בחול, ופתאום השתק. הוא ראה את הנחש שעדיין עמד שם בתנוחתו המאיימת. ראיתי את הבעת הפנים שלו משתנה מכעס לתדהמה מוחלטת. הוא הבין שבאותן שניות שהייתי שכוב שם, הייתי במרחק נגיעה ממוות בטוח. הנחש היה יכול להכיש אותי בתוך שבריר שנייה, ובכל זאת, הוא רק עמד והביט. זה ממש נס, מילמל אחד החיילים שהתקבצו מסביב, הוא היה יכול לגמור אותך לפני שהיית מספיק

## פרשת בהר-בחוקות

הפרשה מתמקדת בעיקר במצוות התלויות בארץ ובחוקים חברתיים כלכליים שנועדו למנוע עוני ושעבוד עולם.

בכל שנה שביעית על הארץ לשבות שבת לה'. אסור לזרוע, לזמור או לקצור באופן מסחרי. לאחר שבעה מחזורי שמיטה: שנת החמישים, שנת היובל. בשנה זו, בנוסף לשביתת הארץ, מתרחשים שני דברים: דרור: כל העבדים העבריים משתחררים לבתיהם. כל נחלות השדה שנמכרו חוזרות לבעליהן המקוריים. פי' לי הארץ. תזכורת לכך שהאדם הוא רק דייר.

ולא תנו איש את עמיתו ואיסור גביית ריבית מאח נזקק. לסיום: חוקים המאפשרים לאדם שירד מנכסיו לקנות חזרה את שדהו או את חירותו בעזרת קרובי משפחה.

### פרשת בחוקות

פרשה בחוקות מהווה את החתימה של ספר ויקרא ומדגישה את הברית בין עם ישראל לה'. אם ישראל תלך בדרכי התורה: אם בחקתי תלכו, הוא יזכה לגשמים בעיתם, שפע כלכלי, שלום בארץ וניצחון על אויבים.

חלק קשה ומרתיע המתאר את העונשים שיבואו אם העם יפר את הברית: רעב, חולי, תבוסה במלחמה וגלות. עם זאת, התוכחה מסתיימת בנימה של תקווה, ה' מבטיח שלעולם לא ימאס בעמו ויזכור את ברית האבות.

הפרשה האחרונה של הספר עוסק בדיני ערכין, מצבים בהם אדם נודר לתת את ערכו הכספי לבית המקדש, וכן בדיני הקדשת בהמות, בתים ושדות. המצווה להפריש כל בהמה עשירית שנוולדת בעדר לקודש. חֹזֵק חֶזֶק וְנִתְחַזַּק!

### יום ירושלים

בתלמוד נאמר שכל המתאבל על ירושלים זוכה ורואה בשמחתה. היום, כשאנחנו צועדים בסמטאות העיר העתיקה או בשוק מחנה יהודה, אנחנו מקיימים את נבואת זכריה: עֵד יִשְׁבוּ זִקְנִים וְזִקְנוֹת בְּרַחְבוֹת יְרוּשָׁלַם... וּרְחֻבוֹת הָעִיר יִמְלְאוּ יְלָדִים וְיִלְדוֹת מִשְׁחָקִים בְּרַחְבֵּיתָהּ.

לירושלים יש שבעים שמות במקורות, וכל אחד מהם מייצג פן אחר, שלום, יופי, קודש ונחמה. במפות עתיקות ירושלים מופיעה כמרכז העולם, הנקודה ממנה יוצאת האנרגיה לכל העולם. ירושלים נקראת כך על שם יראה ושלם. ירושלים הבנויה כעיר שחבורה לה יחדיו, עיר שיוצעת לחבר בין קודש לחול ובין מגזרים שונים.

בפרשת בהר-בחוקות הסמוכה ליום ירושלים, התורה מדברת על מצוות היובל: וקראתם דרור בארץ. ירושלים היא סמל הדרור הלאומי שלנו. היא המקום שבו כל יהודי מרגיש בן חורין, מחובר לשורשים העמוקים ביותר שלו.

להגיד שמע ישראל. המפקד, שרק רגע לפני כן צעק עליי, הניח יד על כתפי בשתיקה. הכעס נעלם, ובמקומו באה יראת כבוד למשהו שגדול משנינו.

מאז אותו יום, בכל פעם שאני שומע רחש או רואה נוף מדברי, אני נזכר באותו ראש נחש מונף. הנס הזה לימד אותי שיעור לכל החיים: האדם יכול לתכנן תוכניות, להתאמן למלחמה ולחשוב שהוא שולט במצב, אבל בסופו של דבר הנה לא ינום ולא יישן שומר ישראל. הקב"ה שלח לי מלאך בדמות נחש, כדי להזכיר לי שגם כשאני שוכב בחול החם, בודד ומזוע, אני אף פעם לא לבד.

**כִּי יִמּוֹךְ אֶחִיד וּמִכָּר מֵאַחֲזָתוֹ וּבָא גֵאֲלוֹ הַקָּרֵב אֵלָיו וְגֵאֲלָה אֶת מִמְכָּר אָחִיו**  
באחד הימים, פנה בעל השפת אמת זי"ע אל חסידו, רבי פינחס מפיליץ, וביקשו בקשה יוצאת דופן: לקחת את בניו בעל האמרי אמת ואחיו רבי משה בצלאל, אל יהודי המתגורר בוורשה, כדי שיעניק להם את ברכתו. רבי פינחס מילא את השליחות מיד. בלבו היה בטוח כי הוא יוצא לפגוש צדיק נסתר או גאון מפורסם, אך כשהגיע לוורשה, גילה שמדובר ביהודי פשוט שבפשוטים. למעשה, האיש נראה כה רגיל, עד שנדמה היה שאינו מבין כלל מדוע הגיעו אליו בניו של הרבי מגור. בלית ברירה, אמר לו רבי פינחס: אנא ממך, עשה כבקשת אביהם הרבי וברך את הילדים. היהודי הפשוט נענה לבקשה והרעיף על ראשם ברכות מכל הלב. כשחזר רבי פינחס לגור, שאל את השפת אמת על פשר הדבר. האם מדובר באחד מל"ו צדיקים? השיב לו השפת אמת: דע לך, שאכן מדובר ביהודי פשוט ביותר. אלא שביום שבו מל את בנו, לא הייתה פרוטה בכיסו לצרכי סעודת המצווה. מתוך אהבת המצווה, מכר את כלי מיטתו כדי לערוך סעודה כיח המלך, ונותר בחוסר כל. מעשה זה הרעיש את השמיים! באותו רגע נגזר כי שכרו בעולם הזה יהיה כוח סגולי נדיר: שכל ברכה שתצא מפיו, לא תחזור ריקם. הוא עצמו כלל אינו מודע לכוח שניתן לו.

למדים מהמעשה: כשאדם משקיע במצווה מעבר לחובתו, כשהוא מכניס בה לב, נשמה ואפילו הקרבה אישית, הוא יוצר כלי קיבול לשפע אלוהי. חוקי השמיים פועלים במידה כנגד מידה: כשאתה עושה למען הבורא דבר שאינך חייב לעשות, הבורא מעניק לך כוחות שאינך אמור לקבל לפי דרך הטבע. כשאתה נוהג לפניך משורת הדין, השמיים נוהגים איתך בחסד וברחמים שמעל לדין. ה' אינו חייב לנו דבר, אך מסירות נפש על מצווה קטנה אחת, יכולה להפוך אדם פשוט לצינור של שפע לדורות.

**דְּבָרִים שְׂמוּמָלִץ לַעֲשׂוֹת עִם הִיקִיצָה בְּבוֹקֵר**  
בכל בוקר, עוד לפני שפוקחים את העיניים, המילים הראשונות שיוצאות מפינו הן: מוֹדֶה אֲנִי לַפְּנֵי מֶלֶךְ חַי וְקַיִם, שֶׁהַחַיּוֹת בֵּי נַשְׁמָתִי בְּחַמְלָה, רַבָּה אֲמוּנָתָה. אנחנו מודים על החזרת הנשמה ועל האמון המחודש שהבורא נותן בנו. רגע ההודיה מאפשר מעבר הדרגתי ממצב שינה

לערנות; השהייה הקלה במיטה מטיבה עם לחץ הדם והלב ומונעת קימה חדה מדי. לאחר הקימה ונטילת ידיים עם ברכת אשר יצר, מומלץ לשתות כוס מים. הגוף שרוי במחסור בנוזלים לאחר שינה רציפה בת חמש-שמונה שעות. שתיית המים, מקלה על הזרמת חמצן וחומרי מזון לתאים, ומתניעה את המערכות בצורה מרעננת.

לאחר מכן, אנו ניגשים לצד הרוחני: התעטפות בציצית, הנחת תפילין ותפילת שחרית. הבוקר הוא זמן אידיאלי לפעילות גופנית מתונה. היא מגבירה את קצב חילוף החומרים, מסייעת בשריפת שומנים ותורמת לירידה במשקל. השילוב של שתיית מים עם פעילות מתונה עוזר מאוד לפעילות המעיין וליצירת שגרה של יציאות בוקר, דבר החיוני לניקוי הגוף.

למרות שישנים בחדר ממוזג, מקלחת בוקר הכרחית לשמירה על ערנות. גם מקלחת זריזה מעניקה תחושת חיוניות שונה לחלוטין לקראת היום. לאחר מכן, מגיע זמן ארוחת הבוקר מקור האנרגיה הראשון שלנו. דילוג עליה עלול להוביל לעייפות, סחרחורת וחוסר ריכוז. מומלץ להתמקד בפחמימות מזינות המספקות אנרגיה זמינה, ולהימנע ממאכלים שומניים ומכבדים.

לפני שיוצאים מהבית, אל תשכחו לחבק את היקירים לכם הורים, ילדים או נכדים. החיבוק מנקה את המוח, מפחית מתחים ומטעין באנרגיה טובה.

בזמן הנסיעה לעבודה, מומלץ להאזין למוזיקה קלילה. בבוקר המוח עדיין רגיש, וצלילים נעימים יעזרו לכם לשמור על צלילות, רוגע וריכוז גבוה בכביש ובכלל.

### עֲבֹדוּ אֶת־ה' בְּשִׂמְחָה

בפרשת בחוקותי כתוב: וְאֹלֶךְ אֶתְכֶם קוֹמֵמִיּוֹת. שאלו פעם חסיד אחד: מה זה ללכת קוממיות? ענה החסיד: זה ללכת עם הראש למעלה, אבל לא כי אתה גאוותן, אלא כדי שתוכל לראות את הקדוש ברוך הוא בכל מקום, וגם כדי שלא תיתקע בעמוד בזמן שאתה חושב על דברי תורה!

### זמני השבת

07:00	תפילת שחרית של שבת קודש
13:00	שיעור תהילים לבנות בהנחיית הרבנית נופר
17:15	שיעור עם חכם עזרא עייני
18:15	תפילת מנחה של שבת קודש
לימוד וסעודה לע"נ גאולה מלכה בת דינה ז"ל	
19:45	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	
יום ראשון אזכרה לע"נ גאולה מלכה בת דינה ז"ל ולעילוי נשמת אליהו גוהר ז"ל	

### מוקדש לעילוי נשמת

חותני היקר: רבי מנשה כלימיאן בן יצחק ז"ל.

נפ' ביום ירושלים, כ"ח אייר שנת התשל"א

גאולה מלכה בת דינה ז"ל נפ' כד אייר תשפ"ג.

ולע"נ יוסף כלימיאן בן מזל ומנשה ז"ל

נפ' כה מנחם אב תשפ"ה

ליקט וערך עבד ה' יצחק שלום כהן

דוא"ל: ytzcak@gmail.com