

# הידברות

www.hidabroot.org  
תפוצה: 299,750 עותקים  
העלון מוקדש לחזרתם של  
כל החטופים במהרה בע"ה



רוצים לקבל את העלון במייל לפני כולם?

פרשת עקב | גיליון 716 | כ"א באב תשפ"ה

להפצת העלון: 073-222-1388

## שו"ת

הגר"ר אברהם יוסף שליט"א

**נסעתי למצפה התת-ימי, ורציתי לברך על נפלאות הבריאה שראיתי שם. האם יש ברכה מתאימה לכך?**  
יש דברים שבנפלאות הטבע שקבעו להם חכמים ברכה. מצפה תת-ימי לא היה בזמן חכמים ולא תקנו לו ברכה, ולנו אין רשות לתקן מה שלא תוקן על ידי חכמים, לכן יאמר רק "מה רבו מעשיך ה'".



**הגישו לי כרי חדש, ואני לא זוכר בוודאות אם אכלתי אותו השנה או לא. האם אני צריך לברך עליו שהחיינו?**  
הכלל תמיד הוא ספק ברכות להקל. ואם יש חבר או מהמשפחה מי שצריך לברך שהחיינו, ולא משנה על מה, יבקש ממנו שיכונן עליו ויצא בשמיעת הברכה ידי חובה.

### זמני כניסת ויציאת השבת

לפי שיטת "אור החיים"

מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת	ישראלים
20:39	20:00	18:47	ירושלים
20:37	20:03	19:04	תל אביב
20:40	20:03	18:58	חיפה
20:38	20:01	19:04	ב. שבע

JERUSALEM



## יראה ואהבה

מדוע יש צורך ביראת ה', ואין די באהבתו?

בבורא. וזה נאמר באהבה ויראה האמיתית, שהם אהבת שמו יתברך ולא אהבת השכר, ויראת רוממותו לא יראת העונש. והנה היראה הזאת היא ממחרת את האדם מחושך חומריות וגופניות, ומשרה עליו השראת השכינה. וכפי שיעור היראה, כן יהיה שיעור הטהרה וההשראה. ומי שמגיע להיות ירא ביראה זאת תמיד, תהיה השכינה שורה עליו תמיד. ודבר זה נמצא בשלימות במשה רבנו ע"ה, שאמרנו עליו: יראה לגבי משה מלתא זוטרתיה היא, ולכן זכה להשראת שכינה תמידית. והנה הדבר קשה לשאר בני האדם ששיגורו כראוי. אמנם כפי מה ששיג ממנה, כן יהיה כוח טהרתו וקדושתו. ובפרט בעת התעסקו במצוות או בתלמוד".

ועוד כתב שם: "והאהבה היא המדבקת ומקשרת את האדם בבורא, ומיפה כוחו ומעטירתו עטרות גדולות. והעיקר, בשמחת הלב והתלהטות הנשמה לפני בוראה, והימסר האדם עם כל מאודו לקידוש שמו יתברך, ולעשות נחת רוח לפניו". ועיין עוד במה שכתב עוד הרמח"ל בסוף ספר מסילת ישרים בעניין הקדושה, ש"תחילתה השתדלות, וסופה מתנה". כלומר, אמנם חומריות הגוף הינה מציאות הכרחית בעולם הזה, ומעכבת את האדם מלהגיע לשלימותו הרוחנית. אולם לאחר שהאדם עושה מה שבידו, ומתאמץ ככל יכולתו להתקדש באמצעות התגברות על אותם יצרים הנוגדים את הוראות הבורא בתורתו, עד שמגיע למצב שבו מכאן והלאה אין הדבר תלוי בו, אלא במציאות הגופנית החוסמת בעדו, או אז מקבל הוא מתנה להיות קדוש וטהור ודבק בה' יתברך, כאילו שהוא ללא גוף!

אשרי אדם הזוכה לעשות מה שבידו, ומתקיים בו הכתוב: "אֶקְרָא לְאֱלֹקִים עֲלִיּוֹן - לֹא-לְגִמְרֵי עָלַי" (תהלים נז, ג). אני עושה את שלי ומבקש להתעלות עוד יותר, והקב"ה גומר את המלאכה. שבת שלום.

מורנו הגאון הגדול הרב זמיר כהן שליט"א ראש ישיבת 'אבני נזר'

**ב**פרשת השבוע מורה לנו התורה: "אֵת ה' אֱלֹקֶיךָ תִירָא, אֹתוֹ תַעֲבֹד, וּבו תִדְבֹק, וּבְשֵׁמוֹ תִשָּׁבַע" (דברים י, כ). והשאלה העולה מיד: מאחר שהצטוונו על אהבת ה', ככתוב (דברים י, ה): "וְאַהֲבָתְךָ אֵת ה' אֱלֹקֶיךָ בְּכָל לְבָבְךָ וּבְכָל נַפְשְׁךָ וּבְכָל מְאֹדְךָ", לשם מה נדרשת היראה? האם לא עדיף לעבוד את ה' יתברך רק מתוך אהבה?

אולם כידוע, ביראת ה' יש שתי מדרגות: יראת העונש ויראת הרוממות. יראת העונש נדרשת לזמנים בהם חל רפיון ברגשות האהבה, זמנים בהם היצר גובר על האדם והוא עומד בפני ניסיון קשה. מה יעשה אדם כדי ליישם את רצונו העז להתגבר על יצרו? הוא משתמש ביראת העונש. כאשר האדם מתבונן בעובדה שתמורת הנאה רגעית זו יסבול סבל מר בפרק זמן ארוך, מיד אומר לעצמו: "לא משתלם ליהנות כעת מעט במשך כמה רגעים ובתמורה לסבול בעתיד הרבה ובפרק זמן ארוך", והנה כבר בידו להתגבר על יצרו. זהו באשר ליראת העונש. אולם יראת הרוממות נועדה לעניין נכבד וגבוה הרבה יותר.

הרמח"ל בספרו דרך ה' (חלק ד פרק ג), מלמדנו כי האהבה בדרגתה הגבוהה (אהבתו יתברך ולא אהבת השכר) יכולה להיבנות רק על יסודות יראת הרוממות. שלפי שאנו חיים בגוף חומרי, אין ביד האדם להגיע מיד לאהבת ה', שעניינה כיסופין לדבקות בה' עד דרגת הדבקות בעצמה. אולם על ידי יראת הרוממות מגדולת ה', משתחרר האדם מכבלי גופו החומרי. הוא אמנם בתוך הגוף, אך אינו מרגיש אותו ואת תאוותיו כעניין מרכזי בחייו. או אז שורה עליו שכינה, ומכאן יכול הוא להגיע לאהבת ה' המקשרת את האדם אל בוראו ומורידה עליו אור עליון.

הנה לשונו של הרמח"ל: "הנה כבר ביארנו עניין האהבה והיראה, שהם המקרבים ומדביקים האדם



בריכה מפרדת ארוחות מהדירין הרצאות מרתקות



שריינו מקום לחופשה <<  
073.222.1270

### חדרים אחרונים!!!

פרשת ראה | חמישי - שבת  
כ"ז-כ"ט אב · 21-23.8

בהשתתפות:  
הרב חיים זאיד והרב שחר לוי

מלון  
אחוזה  
ירדן



נופשים בין הזמנים!

החופש  
ניהנות

ברכה  
בעולם הזה  
לא כוחי ועוצם ידי  
הבטחת אבות  
תזכורת לחטא העגל  
לפתוח את הלב  
”והיה אם שמוע”  
מורא העמים

משה רבנו מזהיר את העם לבל יחשבו ששליטתם בארץ והעושר לו זכו, הם בזכות כוחם ויכולותיהם, אלא יש תמיד לזכור כי הכוח להצליח ניתן אך ורק מאת השם. כל מחשבה אחרת עלולה

ה' מבקש מאיתנו לירא ממנו ולאהוב

ישנה הבטחה כי אם עם ישראל ישמור את התורה והמצוות, 'אהב את ה' וידבק בו - הקב"ה ישים בעמים אחרים פחד ומורא מפני עם ישראל, והם יוכלו לנצח בקלות במלחמותיהם.

## מחשב מסלול מחדש

לכמה שטח אדמה  
אדם זקוק,  
ובמה בדיוק  
מסתכמים חייו?

העסקה נקבעה. החוואי השכים קום, ומוקדם בבקר, עם הנץ החמה, כבר החל לצעוד בקצב מהיר. בצוהרי היום הוא כבר היה עייף מאוד, אך המשיך לצעוד, כשהוא מתרחק יותר ויותר מנקודת המוצא. אחר הצהריים הוא הבין, קצת באיחור, כי חמדנותו עומדת לו לרועץ, וכי הוא התרחק יותר מדי מקו ההתחלה. הוא החל לחזור, כשהוא מחיש את קצב הליכתו. כל העת עקב בדאגה אחרי השמש הנוטה למערב, וצובעת אותו בצבעים עזים. כשהשמש החלה לשקוע, הוא ראה מרחוק

בשבועות האחרונים עסקנו בנושא שינוי ההרגלים המזיקים שלנו, והדרכים היעילות לעשות זאת. לסיום הנושא, הנה סיפור קטן עם מוסר השכל גדול על הצורך של האדם, על כוח הדמיון שלו ועל השאיפות החומריות שאינן יודעות שובע.



**הידברות**   
 חתום: *אורח שבת*  
 oneg.sabat@hty.co.il

[illegible]

במלון בית האלה  
של השנה

פרשת שופטים | ה'-ו' אלול | 29-30.8

**073-222-1270 :לד"ר**







בזוהר הקדוש גילה שעל ידי קביעת המזוזה בפתח הבית, הסטרא אחרא, שעומד בפתח בצד שמאל, נכנע ונכפף לשכינה הקדושה השורה במזוזה, ובכך המזיקים מסתלקים מלגשת לאותו בית.

בצד החיצוני של קלף המזוזה, כותבים שם קדוש, ש-די, והוא ראשי תיבות: "שומר דלתות ישראל" (כלבו), "שעת דין ישמור" (הגר"ח פלאג'י). ובכוח שם זה לשדד מערכות, ובו מתגברים על אויבי ישראל (בן איש חי). ובשעה שאותם החיצונים הרעים מתקרבים לפתח האדם, הם מרימים את ראשם ורואים בשם הקדוש הזה, ושם זה שולט על כולם, וממנו יראים ובורחים, ולא מתקרבים לפתח (זוהר).

מפני קדושת המזוזה, יש לשים לב שלא להניח טינוף ולכלוך סמוך לפתח הבית שקבוע בו מזוזה, שלא יעשה בזיון לשם קונו שבמזוזה (זוהר שם). ומכאן רצוי וראוי להתחיל לטאטא מפתח הבית לצד הפנימי, ולא להפך, לאסוף את הכלוך ליד פתח הבית (הגר"ח פלאג'י), וכן לא להניח שקיות אשפה ליד המזוזה.



### סגולות

בסגולת המזוזה יזכה הוא ובני ביתו **לאריכות ימים**, כפי שנאמר בתורה "למען ירבו ימיכם וימי בניכם, על האדמה אשר נשבע ה' לאבותיכם לתת להם". ומפני כך הכריעה הגמרא שפשוט הדבר שגם נשים בכלל מצוות מזוזה, כי אף הן צריכות חיים. וכן הזהיר במצווה יקרה זו סגולה לזכות **בדירה נאה** (גמרא).

וסגולה נפלאה ובדוקה, כי מי שיש לו **חולה בביתו**, יזהר בבדיקת המזוזות, ולאחר מכן ילך לרופא, וכן הוא סגולה **ליוולדת** המקשה ללדת, שיבדוק את מזוזות הבית (קונטרס היחיאלי).

### נישוק המזוזה

בצאת האדם מביתו לדרך, כתב רבנו האריז"ל, יניח אצבע אמה על שם שדי" שבמזוזה, וינשקה, ויתפלל לה' שישמרנו בשם שדי", וחילופו באותיות המאוחרות, היינו באותיות שאחרי אותיות שדי, - תכ"ה, ויצילנו מיצר הרע. והרמז בשם שדי" להצילו מיצר הרע, כי "יצר" בכתביה מלאה, הוא כך: י"ד צד"י ר"ש, סופי תיבות: שדי".

דוד זקנתי, רבנו יוסף חיים זיע"א, כתב על הפסוק "ישקני מנשיקות פיהו", כי נשיקה שאדם נושק למזוזה שכתוב עליה שם שדי" - מצווה גדולה הוא עושה, והוא חיבוב מצווה, ודבר זה יקר וגדול לפני ה' יתברך, ועל כך נאמר "ודגלו עלי אהבה", אל תקרא "ודגלו" אלא "וגודלו", דהיינו אצבע אגודל ושאר האצבעות שמנשקים בהן את המזוזה - עלי אהבה, אפילו בעבור מצווה זו לבדה, הקב"ה אוהב ומחבב את ישראל.

פעם בשלוש וחצי שנים יש לבדוק את המזוזה (שולחן ערוך), וראוי להקפיד להכניס כל קלף וקלף לבית המזוזה שהוא היה בו לפני הבדיקה.

מתוך ספרי הגרי"א בצרי שליט"א, "אוצר הגלגלים", לרכישת ספרי הרב יצחק בצרי, היכנסו להידברות שופס או חיינו: 073-222-1250

## תנור חלבי

**למי שייך השטר שנמצא בספינה, והאם מותר לצאת לטיול באמצע התפילה?**



### האם מותר לנשים להתרחץ בים שיש בו מציל גבר? וכיצד עליהן לנהוג?

נשים שמתרחצות בים בחוף נפרד המיועד רק לנשים, בכל זאת חייבות לכסות היטב את גופן בחלוק וכיוצא בזה, הן כשנמצאות בחוף והן כשמתרחצות בים, כיוון שיש בחוף הים מציל, ולכן חייבות ליזהר שלא להכשיל, שהרי הראיה עצמה היא עבירה חמורה מאוד. וקורה גם לפעמים שגברים הרחוקים מתורה ומצוות עוברים שם, ולכן צריכות לכסות עצמן היטב. ובנות ישראל הצנועות נוהגות ללבוש חלוק ארוך המכסה את כל גופן (שו"ת אז נדברו חלק י"ב סימן מ"ד, אוצרות ההלכה להגר"א זכאי - טהרת המשפחה עמ' 248).

### הבן שלי קטן מאוד, ולבעלי קשה להסתדר איתו בחוף הים. האם מותר לי להביא לחוף הים של הנשים?

מעיקר הדין מותר להביא ילד מתחת לגיל שלוש לחוף ים של הנשים (הליכות בת ישראל פרק ז' אות ל"ט). ויש שהעידו בשם החזון אי"ש זיע"א, שהורה שגם ילד בן שנתיים לא יתלווה לאמו בלכתה לבריכה (מעשה איש חלק א' אות קפ"ו). אבל לאחר שמלאו לילד שלוש שנים - אין להביאם לחוף, שלא יראה אשה הלבושה שלא כראוי, כי בגיל כזה כבר מבין קצת, ועלול לקלקל את טהרת הנשמה שבו.

### מחנה קיץ של תלמידי ישיבה נסע בספינת טיולים לשיט בים הכנרת. אחד התלמידים מצא באותה ספינה שטר נספ גדול שאין בו סימן מזהה. האם המציאה שייכת לבעל הספינה, למדריך ששכר את הספינה, או למוצא?

הכסף שייך למוצא, ואינו צריך להשיבו. יש לציין שמדובר באופן שאין שום סימן בשטר (משפטי התורה בבא מציעא סימן כ"ו, על פי השולחן ערוך, חושן משפט סימן ר"ס סעיף ה').

### אפינו פיצה בתנור, ולאחר מכן אפינו לחמניות בתנור. האם מותר לאכול את הלחמניות עם מאכל בשרי? האם הלחמניות הופכות לחלביות?

הרוצה לצאת ידי חובת כל הדעות - לא יאפה בתנור שאפו בו באותו היום מאכל חלבי, דבר שרוצה לאוכלו עם בשר. ואם אפה כבר מאכל חלבי בתנור, יש להמתין לאחר אפיית הפיצה כרבע שעה, כאשר התנור פועל בעוצמת החום המרבית ושורף את שיירי האדים שנשארו בתנור. ובמקרה כזה, לבני ספרד הלחמניות מותרות לכתחילה, ולבני אשכנז אין להתיר זאת אלא בדיעבד (עיין ש"ך יורה דעה סימן צ"ה סעיף קטן ג', וכשרות הבית פרק ו' אות ו').

### האם מותר לאפות חלות לשבת (לצורך אכילה עם בשר) בתבנית חלבית בת יומה?

אם התבנית נקיה לחלוטין ואין בה שומן וכדומה, לבני ספרד מותר לכתחילה לעשות כן, ולבני אשכנז יש להחמיר לכתחילה שלא לעשות כן (על פי שולחן ערוך יורה דעה סימן צ"ה סעיף א' והרמ"א שם).

### האם מותר לקצר את תפילת שחרית, ולצאת באמצע חזרת שליח הציבור בשביל לצאת לטיול?

אין לצאת באמצע חזרת הש"ץ אלא אם כן במקום דוחק, או במקום הפסד ממון, או מצווה עוברת. אבל לצורך טיול אסור, וגם לצורך מצווה אין להתיר, אלא אם עושה כן באקראי בלבד. אבל אם עושה כן בדרך קבע - אסור, משום שמזלזל בתקנת חז"ל (כך הורה הגאון הרב אשר וייס שליט"א, והובא בגיליון שמעתתא עמיקתא גליון קל"ט).



הידברות וקו ההלכה בשירות ללא תשלום, למענכם. לכל שאלה בהלכה, חיינו עכשיו 073-3333-300

## אלול זה בדיוק הזמן לבדיקת המזוזות שלך!

**הרב משה כהן שליט"א**  
תלמיד זקן המקובלים הרב יצחק כדורי זצ"ל  
מגיע במיוחד להידברות לבדיקת המזוזות שלכם

לתיאום מועד בבית הידברות, פתח תקווה < 073-2221300



"אני מצטרף בכל לב להמלצה הנ"ל, כי כיודעו ומכירו קא אמינא ויגדיל תורה ויאדיר. עובדיה יוסף"



# שרשרת ניסים

דברים מתרחשים אלפי ק"מ מישראל, ומתבררים לטובתנו



במבט לאחור אפשר כבר להתחיל לראות תמונת מצב ממה שעברנו כאן בתקופה האחרונה. עם כל ההשתדלות הצבאית והמדינית, התרחשו כאן ניסים ונפלאות. אמנם כל מאורע לעצמו קרה בתוך הטבע ולא היה נראה כנס, אבל צירוף של כל כך הרבה התרחשויות, אפשר להגדיר רק במשפט אחד: "נס גדול היה פה".

הבה נאסוף חלק מהדברים, שקרו לנו בתקופה האחרונה, כהכנה למלחמה עם איראן. **הנשיא טראמפ** - בלי אור ירוק מהמעצמה הגדולה בעולם, ישראל הייתה במצב אחר לחלוטין, ואולי כלל לא יוצאת למלחמה, וודאי שלא היתה מצליחה להשמיד את הכורים הגרעיניים בעומק 100 מטר. האור הירוק התקבל רק מהנשיא טראמפ, שמיד לאחר שנבחר התחיל להזרים נשק בלי שום הגבלות, היה שותף מלא בהכנות למלחמה, ובהוראתו אף נשלחו מטוסים להפציץ באיראן.

**חיזבאללה** - עשרות שנים שעם ישראל רועד מפחד מארגון זה ומנהיגו. מאות אלפי הטילים, עשרות אלפי הלוחמים המיומנים שלו, היוו תמיד משקל מכריע כשרצו להילחם באיראן. זו בדיוק הסיבה שאיראן השקיעה מיליארדים רבים כל כך בארגון הזה. בתחילת המלחמה עם החמאס החליטו לצאת להגנתם ולהפציץ את הצפון בטילים, אך אלוקים חשבה לטובה, זה גרם לשורה של מבצעים ופעולות שריסקו לחלוטין את הארגון. "משום מה" איראן לא באה לעזרתם בתקופה ההיא.

**חמאס** - בכל מלחמה מול איראן, ידענו שנקבל מהם מטחים של עשרות אלפי טילים בכל הארץ, וגם פעולות חדירה וטרור אחרות. זו הרי היתה מטרת הכסף הגדול שזרם מאיראן לחשבוניות הבנק של חמאס. מאז המלחמה שהתחילה בשמחת תורה, התמוטט הארגון הזה כמעט לגמרי, והוא כמעט ולא מסוגל לירות אפילו טיל אחד.

**סוריה** - בקריסה הניסית של המדינה הזו, בלי לנקוף אצבע מצדנו, ראינו את יד ה'. זו עוד מדינה שנתמכה פיזית וכספית על ידי איראן. יועצים צבאיים ונשק רב היו נשלחים לשליט סוריה במשך שנים, זאת במטרה להכין חזית נוספת מול ישראל.

**רוסיה** - מאז קום המדינה שנים ארוכות שרוסיה עומדת לצד איראן, בנשק, בתמיכה מדינית ועוד. גם ההגנה האווירית שלה כיום היא מערכת רוסית. רק מלחמה ארוכה עקובה מדם של רוסיה מול אוקראינה, עם עשרות אלפי הרוגים, החלישה אותה עד כדי כך, שהם אפילו לא היו פנויים לחשוב על עזרה לאיראן בהגנה, ואף הפנו לה עורף במלחמה.

**איראן** - איראן עצמה, על אף שמתכוננת שנים ארוכות להשמדת ישראל, ויודעת שישראל מנסה לפגוע בה, נפלה לשאנונות מתוך בטחון עצמי מופרז שישראל לא תתקוף, וכך במכת הפתיחה היא הופתעה לחלוטין, וראשי הצבא והגרעין חוסלו בזה אחר זה. גם עצם הסיור של לחתום על הסכם עם ארה"ב, ולו למראית עין, כפי שעשו עד היום, תמונה - וזה הוביל את הנשיא טראמפ להסכים למתקפה.

**סיום המלחמה** - הפלא הגדול היה שאיראן, הידועה כעקשנית גדולה, נכנעה, ויתרה על כבודו, והסכימה להפסקת אש תוך זמן קצר. אם היו ממשיכים בהרס האדיר וההרוגים שהטילים שלהם גרמו, מצבנו היה שונה לחלוטין.

על פניו, לא כל המאורעות קשורים זה בזה. חלקם גם היו לרעתנו, כמו מתקפת החמאס בשמחת תורה שלא היתה כדוגמתה, והתקפות החיזבאללה שהגיעו בהמשך. הם גרמו להרג והרס אדיר, אבל בתוך הרע הזה הסתתר הרבה טוב. רק נאמר לעצמנו מה היה קורה אם נסראללה והחמאס היו בשיא כוחם במלחמה עם ראש הנחש - איראן, כשהם יושבים על הגבול עם כוחותיהם המיומנים וכלי הנשק הקטלניים שהיו ברשותם. תודה ליש. על העזרה בעובדות ובנתונים.

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



# סוד העישון

מה עוד גורם נזק, ובכל זאת אנחנו מתקשים להפנים זאת?

המבוגרים בינינו עוד זוכרים את זה: במטוס היה "אזור למעשנים", ואזור ללא עישון. באוטובוס, בקופת חולים - בכל מקום היו אנשים שמעשנים. אפילו בית המדרש היה אפוף עשן (עד כדי כך, שהיו שאמרו בדרך הלצה שצ"ע (צריך עיון) זה ראשי תיבות של "צריך עישון", כי כדי לעיין ולהעמיק באיזה דבר, טוב לעשן).

אבל אז התחילו לגלות שיש לעישון תופעות לוואי. בטווח הארוך הוא יוצר נזק לבריאות. הקשר בין העישון לבין מחלות קשות התחיל להתגלות, וגם שעישון פסיבי מזיק, וכך, ולאט לאט נהיו חוקים, ואחר כך גם נורמות, שלא מעשנים במקומות ציבוריים. היום, אם מישוהו ידליק סיגריה במקום ציבורי, ליד ילדים, כולם יגערו בו. אבל היתה תקופה שבה הידע על סכנות העישון עדיין לא חלחל, והרבה אנשים טובים סבלו ואף נפטרו בזמן הזה...

האם אתם יכולים לחשוב על עוד דברים שגורמים נזק, שהולכים ומתגלים בדור שלנו, ועדיין יש מערכות שמתקשות להפנים ולהסתגל, ובינתיים יש אנשים טובים שמשלמים מחירים כבדים?

הנהגת "ירידת הדורות" גרמה לכך שהיום הנשמות רגישות יותר. הגר"ח מוולאז'ין אמר כבר לפני מאתיים שנה, ש"בזמן הזה דיבורים קשים אינם נשמעים, אלא רק דיבורים רכים וטובים". גם האדמו"ר

מפיאסצנה (בספר "חובת התלמידים") האריך בעניין יכולת הנערים בדורות האחרונים לקבל מרות, וההכרח ללמוד כלים אחרים כדי לעודד אותם לקחת אחריות, וכן כתב ה"פלא-יועץ" (ערך כפיה), "שכמו שלעניין רפואת הגוף נשתנו הדורות והטבעים והרפואות, שהרפואות שהיו מועילים לימים קדמונים אין בהם מועיל עכשיו, כן לעניין רפואת הנפש נשתנו הדורות, ובדורות הללו דחוצא יסגא, אין מקבלין מרות, ולכן צריך להתרגל לדבר דיבורים טובים, רכים ומתוקים, שבכך ניצל המוכיח ממחלוקות ומריבות, וגם זוהי שלא יצא חברו לתרבות רעה על ידו" (ע"ל). גם הרב וולבה (אבני שלמה עמ' נ"ט) סיכם את העניין

וכתב שהיום יש משהו באוויר של מרידה, אפשר לראות את זה בחוש, ולכן צריכים לחנך על ידי "מקל נועם" ולא על ידי "מקל חובלים" (ויש בזה עוד הרבה מקורות וציטוטים, כמבואר בספר: "בוסר המלאכים"). מובן שלא מדובר בהפקרות, ותמיד צריך גם "שמאל דוחה", סמכות ומשמעת. אבל כדי שלא ניצור אנטי ודחיה, אלא רק גבולות גזרה שבתוכם יקרה תהליך חינוכי של חיבור, צריך ללמוד כלים שמתאימים לדור!

לסיכום, כאשר מתקשים להסתגל למציאות, עלולים להיות לכך מחירים של נשמות שסובלות... גדולי הדור לימדו אותנו כללי חינוך שמתאימים לדור, וזה מחייב אותנו, ההורים והמורים, לא לעבוד על "טייס אוטומטי", אלא ללמוד את היחס הנכון בין "שמאל דוחה" ל"ימין מקרבת", שאמור להיות במינון כזה שיגרום לנערים להתחבר - ולא להתייאש. ה' יעזור שעם ישראל לא יצטרך לשלם מחירים של נשמות שיסבלו, אלא נלמד כלולו את הכלים המתאימים כדי לעזור לילדינו להיות מחוברים, צדיקים ובריאם בנפשם.

לרכישת הספר "בוסר המלאכים", חיינו להידברות שופס 073-222-1250



הלימודים פתוחים לגברים ונשים. המפגשים הפרונטליים יתקיימו בהפירה.

המסלול שיוזיק לך קריירה בעולם המדיה!  
לפרטים והרשמה: 073-222-1300



**יום פתוח**  
רביעי • ג' אלול • 27.8  
בית הידברות רח' אריה שנקר 20 פתח תקווה

**עולם התקשורת קורא לכם!**

בוער בכך לשתף את נקודת המבט הייחודית שלכם עם העולם? בואו ללמוד את רזי המקצוע בביה"ס החדש למקצועות המדיה מבית הידברות HTV School מזמין אתכם ליום פתוח



# "הוא אמר: 'הרגשתי שיש כיפה ששומרת עלי'"

מורן קורס פגשה את סיגלית כהן, שבנה אליה-ה שב מהשבי עזה, ושמעה ממנה על הניסים שליוו אותו בתקופת השבי הקשה

מורן קורס

מה חכיתי לראיון הזה. את סיגלית כהן כבר ראינתי כשבנה, אליה-ה, עוד היה חטוף בעזה, וכעת אני מתרגשת במיוחד לראיין אותה באווירה אחרת לגמרי, לאחר שובו. את האור בעיניה של סיגלית אי אפשר להחמיץ.

**איך היה הרגע הראשון, כשהודיעו לך שהוא הולך להשתחרר?**

"אני בדרך לחברה לנחם אותה, אני על כביש 6, יושבת חגורה, זה כביש מהיר, לא חושבת על כלום. חברה יושבת ליד, ופתאום הטלפון מצלצל, עמית הקצין מתקשר אלי, והוא אומר לי: 'זה סופי, אליה-ברשימה, השבוע הוא יוצא הביתה'. ואני לא יודעת מה לעשות עם עצמי. אני רוצה להשתולל, לצרוח, אני לא מסוגלת, ואני פורצת בבכי, בכי תמרורים, משמחה. ואני לא מאמינה. זה קורה, הטלפון שחכיתי לו שנה וארבעה חודשים הגיע, והילד שלי יוצא הביתה. החברה שלי אמרה לי: 'סיגי, פשוט תחני בצד, את עוד שנייה עושה תאונה...! אז חנית בצד, הייתי צריכה להירגע, להתקשר לבעלי, להתקשר לבנות שלי, לספר להם שאלה חוזר'."

**איך היה לראות אותו בפעם הראשונה?**

"לא ידעתי מה אני הולכת לראות, כי שניים שיצאו שבועיים קודם, חזרו שדופים ממש, והם אמרו לנו שאלה רזה מאוד, הוא ירד המון המון במשקל. אני זוכרת ששאלתי אותם: 'מה אני אראה? הולכת לראות את הבן שלי שלד?'. והם לא ענו לי. אז ציפיתי, בצער, בכאב, לראות ילד מאוד מאוד רזה. לא ידעתי אם אני אצליח לזהות אותו. ואז ראינו על המסך שמגיעים הרכבים, ואנחנו לא נושמים. ואנחנו לא יודעים מי יצא ראשון. ואז הדלת נפתחת וראש מבצבץ מאחור, ואני מזהה שזה אליה-ה, בלי לראות את הפנים שלו אפילו, ואני צורחת: 'זה אליה-ה, זה אליה-ה!'. השמחה הייתה שזיהיתי את הבן שלי. הייתי בטוחה שאני לא הולכת לזהות אותו, וזה היה... אי אפשר להסביר את האושר הזה. באותו רגע באמת באמת הרגשתי שירדה ממני החומה הזאת שהיתה עלי, השק הזה של הכאב והפחד והאי-ודאות פשוט נפל, ירד ממני."

**מה המשפט הראשון שהוא אמר לך?**

"הוא אמר: 'בחדר הזה לא בוכים יותר, חלאס. איך אתם? איך אתם?'. והוא מספר שמה שהחזיק אותו שם זו התקווה שהוא יראה אותנו, את המשפחה. הוא פשוט אמר: 'כל הזמן ראינו אתכם לנגד העיניים שלי, וידעתי שיש לי למה לחזור'. וזה מה שהחזיק אותו. הוא לא ידע שזיו בחיים, וכשהוא חזר וסיפרו לו שהיא בסדר, הוא אמר: 'אם הייתי יודע, הייתי יושב בשבי רגוע יותר'. היא פשוט חזרה לו מהמתים."

"ממש בהתחלה, הוא אמר לי: 'אמא,



**עמית הקצין מתקשר אלי, והוא אומר לי: 'זה סופי, אליה-ברשימה, השבוע הוא יוצא הביתה'. ואני פורצת בבכי, בכי תמרורים, משמחה**

"הוא תמיד היה עם אותם שלושה אנשים. שניים נחטפו איתו מהמינונית, ועוד אחד הצטרף אחר כך. הוא אמר לי: 'אמא, אני זכרתי את הפרשיות של הנחת התפילין', כי להניח תפילין הוא הניח, אז הוא היה אומר את זה, הוא היה מניח תפילין, בלי הנחת התפילין, היה מדבר. והוא היה צריך לעשות את זה כשהשבים לא רואים, כי הם לא הרשו לו. ואם במקרה הם היו תופסים אותו, אז הוא היה אומר: 'אני לא מתפלל, אני רק אומר לאלוקים תודה'. אז את זה הם היו מרשים לו. ולאט לאט החברים שלו ראו, והוא לימד גם אותם דברים."

**את יכולה לספר לנו מה הוא עבר שם? על הניסים, על הקשיים?**

"הוא סיפר על פעם אחת שהם כבר עמדו ממש רגע לפני מוות, ואז הגיע איזה קצין שם ואמר להעביר אותם למקום אחר ולא להרוג אותם. שאלתי אותו: 'אתה זוכר להגיד לי בערך מתי זה היה?'. בדקתי ביומן שלי, ובאותו יום עשיתי הפרשת חלה אצלי בבית."

"הם היו תקופה קצרה בבית, ושמעו שם רדיו, אל-ג'זירה. היה איזה רגע שהשומר שלהם נרדם, ואליה-ה ככה יושב ומדבר עם בורא עולם, ואומר לו: 'אני רק מבקש ממך, שתיתן לי איזה אות, איזה סימן שאני יוצא מפה'. הוא סיפר לי: 'אמא, באותו רגע הרדיו הפך לרדיו דרום, לבד'. הוא שמע את אחת האימהות נואמת בכיכר החטופים, ואז הוא אמר: 'הנה, קיבלתי את האות שלי'."

**מה הכי חזיק אותך שם?**

"קודם כל, האמונה. האמונה בבורא עולם, שהוא יודע שהוא יוצא ממש, והתפילות. היה משהו מיוחד, שכל התקופה הזאת אני אמרתי כל יום את 'שיר למעלות' אשא עיני על ההרים, בכוונה ממש גדולה, וכיוונתי עליו שיחזור. והוא שם - עשה בדיוק את אותו דבר. הוא זכר את הפרק הזה בעל פה, וכל בוקר זו היתה התפילה שלו."

"אחד ההורים של השניים שיצאו איתו סיפר שכשהם יצאו מהמנהרה האחרונה לכיוון הרכב, הם היו קשורים בעיניים, נתנו ידיים אחד לשני, ואליה-ה התחיל להגיד שיר למעלות, והם הצטרפו אליו. הוא לימד אותם את זה, והם מספרים שזה חיזק גם אותם. וחזק מהאמונה והתפילה - המשפחה, זו הייתה התקווה שלו, שהוא ידע שיש לו למה לצפות ולאן לצאת. זה מה שעזר לו."

**מלון לאונרדו ירושלים**

**פרשת כי תצא**

י"ב - י"ג אלול | 5-6.9

**הרב: זמיר כהן שליט"א**

**הרב: המקובל הרב מאיר שורר**

**הרב: יצחק בצרי**

**מרגישים את אלול**

**חווים את ירושלים**

**להזמנת חופשה 073-222-1270**



לשם השגת מטרות משותפות כמו אכילה, נשימה, התרבות, תנועה ועוד. לדוגמה, בתא החי יש מאגר של אינפורמציה בסליל ארוך שנקרא דנ"א, המכיל מיליארדי אותיות, יחד עם מכונות זעירות שיוצרות על פיו תא חדש. מערכות רבות ומדהימות אלו קיימות בכל יצור חי, והן מורכבות מידי מכדי להיווצר מחיבור מקרי בין חלקיקים דוממים.

פרופ' ג'יימס תור, כימאי שזכה בפרסים רבים, אמר: "אף אחד אף פעם לא יצר תא חי במעבדה, ולא התקרב לכך. לאף אחד אין מושג איך אפשר לעשות זאת, ובכל שנה המשימה ליצירת תא חי מתגלית כמורכבת יותר. אפילו אם היה מופיע חלבון אחד מתאים - הרי היה נהרס מעצמו בתוך 30 יום... זאת מעבר לבעיה הקשה יותר של העברת האינפורמציה, הקוד של הדנ"א, בלעדיו התא החי יהיה כמו חומרה של מחשב ללא אף תוכנה להריץ" (We Have Been Lied to About The Origin Of Life, 08.09.2023).

ניתן לומר שהחיים דומים לשעון, שאם ייחסר רק אחד מחלקיו, לא יפעל. בדרך זו, מעידים החיים - ואפילו יחידות החיים הזעירות ביותר - על הבורא שיצר אותם בתכנון עילאי.

לקריאת הוכחות שכליות על אמיתות התורה, חפשו באתר הידברות "איך אפשר לדעת שהתורה היא לא המצאה? 12 הוכחות שינפצו את הספקות"

לכן, אם נשמור על בשר ופירות מפני חרקים, או ננקה אותם היטב, ואז נסגור אותם בקופסה אטומה לגמרי במשך שבועות וחודשים - הם אמנם ייקיבו, אך לא ישריצו תולעים.

במאה ה-19, המדען לואי פסטר הוכיח שאפילו חיידקים אינם יכולים להיווצר מעצמם. הוא הרתח מרק, וכך הרג את כל החיידקים שהיו בו. לאחר מכן הניח את המרק בתוך בקבוק סטרילי עם ראש מעוקל, שלא אפשר לו לבוא במגע עם אוויר ואבק - ובמרק הזה לא הופיעו חיידקים. כך התברר שאף יצור חי, אפילו לא חיידק זעיר, לא יכול להיווצר מעצמו מחומר דומם. פירוש הדבר שכל יצור חי בעולמנו הגיע מיצור חי שקדם לו, בתהליך של התרבות ושכפול. אך מדוע, בעצם, חיים לא יכולים להיווצר סתם כחומר דומם?

התשובה לכך נמצאת במורכבות החיים. המדע גילה שאפילו התא החי הקטן וה"פשוט" ביותר מורכב כמו עיר שלמה: דמיין לעצמך מפעל אדיר של מכונות שונות זו מזו, שעשויות מאינספור חלקים ומערכות נפרדות, אשר פועלות יחד בתיאום

## חיים לא נוצרים מעצמם

מדוע חרק, ואפילו

חיידק, אינם יכולים

להיווצר מחומר דומם?

בעבר אנשים סברו שחרקים נוצרים מעצמם, מחומר דומם. הם הגיעו למסקנה זו כיוון שראו כיצד בשר ופירות מרקבים, ואחר כך משריצים תולעים, והאמינו שיצורים חיים אלו נוצרו מעצמם מתוך החומרים המתים הללו.

מה שקורה באמת הוא, שחרקים מטילים ביצים מיקרוסקופיות על גבי בשר ופירות, או מזריקים את הביצים לתוכם, ומן הביצים הללו בוקעות אחר כך תולעים. התולעים הללו הן בעצם חרקים מעופפים בשלב הראשוני שלהם, ומאוחר יותר הם גדלים והופכים לזבובונים וברחשים.

הרב זמיר כהן

חכמת אבות



לעשות מצווה ולא עשאה, מעלה עליו הכתוב כאילו עשאה."

אבל אם מבזבז את זמנו הפנוי על דברי הבל ופספוטו סרק שאין בהן תועלת, קטלא חייב. שהרי זמן זה חיים. נתאר לעצמנו אדם בסוף חייו, שידע שנותרה לו עוד דקה אחת לחיות, והנה יאמר לו משהו בעל יכולת על-טבעית: "בידי לתת לך עוד שעה של חיים בריאים. מה אתה מוכן לתת לי בתמורה?". מה הוא יהיה מוכן לתת לו?

הכל! את הבית, המכונית, חשבונות הבנק, כל מה שיש לי קח ממני, רק תן לי עוד שעה של חיים.

והנה, כשאדם נמצא באמצע החיים, הוא לא חש כיצד שורף הוא שעה שלמה ומבזבז את זמנו לריק. ומה ההבדל בין שעה בסוף החיים לשעה באמצע החיים? אלא שהאדם לא שם לב לעובדה פשוטה זו, ורק בסוף החיים הוא נבהל ורוצה שעה נוספת.

אולם אדם נבון מנצל כל דקה מחייו בעולם הזה. הוא לוקח עמו לכל מקום ספר מסוים, הלכה או משנה, מוסר או אגדות חז"ל, ואפילו סיפורים על גדולי ישראל, כל אדם לפי מדרגתו ולפי כוח ריכוזו במקום שבו הוא אמור לשהות, ולומד בו בכל רגע פנוי. הרי ניצול הזמן מגדל את האדם, ונעשה מרום ונעלה בתורה ובכל סוגי המעלות.

לרכישת הספר "אוצרות החכמה היהודית" של הרב זמיר כהן, הכנסו להדברות שופס או חיינו: 073-222-1250

מלכבד אותו. ודלא מוסיף - יסיף - מי שאינו מוסיף ללמוד תורה, אלא מסתפק במה שהוא כבר למד ויודע, "יסיף" - יגמר (מלשון "יזככם לא יסוף" מנצח). אסתר ט', כ"ח, כלומר גם מה שהיה בידו עד עתה, יישכח ממנו. וכמו שאמרנו באבות דרבי נתן (פרק י"ב): "מלמד שאם שנה אדם מסכתא או שתים או שלשה מסכתות, ואין מוסיף עליהם, סוף שמשכח את הראשונות". ומכאן יש ללמוד דבר פלא לכל המבקש לזכור את לימודו, שמלבד השינון והחזרה המסייעים לזכור את אשר למד, גם הוספת הלימוד מסייעת לזכירה.

ודלא יליף - אדם שלא לומד תורה, קטלא חייב - אין טעם לחייו, והוא כחייב מיתה. לפי שמנקודת מבט אמיתית דומה הוא לאדם מת. אמנם יש זמנים המוקדשים לפרנסה, אכילה, שינה, קניות וכיוצא בזה, אבל חייב כל אדם לקבוע מדי יום ביומו עיתים לתורה, וגם ינצל כל זמן פנוי מעיסוקיו ההכרחיים להחכים בתורה וללומדה.

אדם שמנצל כל זמן פנוי לתורה, ורק שנאלץ להקדיש זמן לענייני העולם מתוך ההכרח בחיי העולם הזה, מקבל שכר גם על האכילה, השינה והעבודה! ומדוע? משום שמוכיח במעשיו כי מצד עצמו היה עוסק בתורה בכל שעות היממה, אלא שהוא מוכרח לאכול ולישון ולהתפרנס. והרי אדם זה הוא בכלל מה שאמרנו חז"ל (ברכות ו"א): "ביקש



"הוא היה אומר: נגד שְׁמָא - אֲבָד שְׁמִיָּה. ודלא מוסיף - יסיף. ודלא יליף - קטלא חייב. ודאשְׁתַּמֵּשׁ בְּתַנָּא - חֲלָף" (אבות א', י"ג)

כיוון שההל עלה מבבל, השתמש גם בשפה הארמית בדברי הדרכה.

נגד שְׁמָא - אדם המושך את שמו, כלומר מנסה לגדל את שמו ברדיפה אחר הכבוד, אֲבָד שְׁמִיָּה - לא רק שלא ימצא את הכבוד אליו הוא כוסף, אלא גם המעט שהיו מכבדים אותו - יאבד ממנו. שהרי כאשר בני האדם שסביבו חשים כי אדם זה רודף כבוד, נעשה מזלזל בעיניהם ונמנעים ומתרחקים

מלון יערים



מלון כינר



שנה טובה  
מתחילה

הרב אברהם בן אסולין והרב רפאל אוהיון







# והאמת והשלום אהבו

בעלת משפחתון מסייעת לאישה נוספת בתחום, אך מתפלאה לגלות יחס משפיל ודורס. אחרי שנים של מחלוקת, שתי המשפחות מגלות כמה קשה ההקפדה - לשני הצדדים

לכל מקום בלובי הבניין. הסכמתי איתו, היה היגיון בדברים, והיות שאני לא באמת נמצאתי בכל בוקר בלובי כדי לדעת מה קורה, הנחתי שיש אמת בדבריו. אבל בעלי היה מוטרד. "מעניין", הוא אמר, "אני יוצא כל יום מהבית בשעות הבוקר המאוחרות, הרבה אחרי שכולם יוצאים, ומעולם לא ראיתי עגלות באמצע הלובי. להפך, כולן במקום המתאים. מהיום אבדוק בכל פעם ואסדר אותן".

שבועיים אחרי כן, עצרה אותי שכנה בדרך לגינה, ושאלה אם אפשר לשמור על שקט בשעות הצהריים. התפלאתי. לא היה ידוע לי על רעש שתינוקות במצבי זחילה עושים... ודאי לא בעוצמה כזו שיכולה להפריע. אבל הנהנתי והבטחתי להקפיד יותר. אבל זה לא נגמרה שכנה נרגזת במיוחד התפרצה עלי, בטענה שכל הבניין מלוכלך בגללי. האדמתי, ושאלתי בגמגום על מה היא מדברת. בזעם רב היא טענה שהמשפחתון שלי עושה הרבה נזק. שאלתי, בתמימות אמינית: "כמה תינוקות בני שנה יכולים ללכלך?", אבל היא לא הרפתה. נראה היה שמישהו חימם אותה כהוגן.

מהר מאוד גילינו את מקור הרכילות: משפחת סגל. לא האמנתי, דווקא הם, שכל כך עזרנו להם! בשקט, אחד השכנים לחש לבעלי שכל הבלגן התחיל דווקא מאז שסגל פתחו את המשפחתון, והדברים ידועים, אבל אף אחד לא רוצה להתחיל איתם. לפה גדול יש כוח.

החלטנו לשאול אותם ישירות מה הבעיה שלהם. אם יש משהו שמפריע להם, אנחנו כאן כדי לתקן. התגובה הייתה קרה וקטלנית. לא אפרט, אבל חזרתי פגועה עד עמקי נשמתי. מאז ניתקתי איתם כל קשר.

מאותו יום, ההתנכלויות מצידם רק הוגברו. עכשיו כבר לא היו עכבות. המסכות הוסרו, והם ממש ירדו לנו לחיים.

החלטתי שלא כך אני רוצה לחיות את חיי. לא רוצה לגור במקום כזה, שרכילות ולשון הרע שולטים בו בכיפה. החלטנו לעבור דירה.

כן, הדירה היפה והמתוקה שאהבתי והשקעתי בה כל כך. נפרדתי מהילדים החמודים שטיפחתי במשך השנה האחרונה, נפרדתי בכאב, אבל בהבנה - איכות חיים עולה על הכל.

חיפשנו דירה במקום אחר, שיהיה קרוב למקום העבודה של בעלי, שיהיה בו ביקוש למשפחתון, וגם דירה עם כמה שפחות שכנים, כמה שיותר צדדית, שלא

אחר לידת בני הבכור ידעתי שארצה לגדל אותו בבית. ילדים היו אהבת חיי עוד מגיל קטן, נולדתי להיות גננת. אמנם ניסיתי ללמוד מקצוע מכניס יותר מזה של מנהלת גן או עובדת במעון, אבל אלוקים תיכנן לי אחרת, הכי טוב בשבילי ובשביל ילדי. החלטתי לפתוח משפחתון. באותה תקופה היה חסר במטפלות באזור מגורי, ומפה לאוזן מילאתי רישום בלי הרבה מאמץ. והיה לי טוב. מאוד. עד אז הכרתי את שכני משלום-שלום במדרגות, מי שענה ומי שפחות. הייתי עסוקה בחיי ולא ממש פנויה להיכרות עם שכנות. כן שמתי לב לתנועה ערה ביחסי השכנים, אבל לא הרגשתי נוגעת בעניין. היה לי תינוק אחד קטן, ואילו רוב השכנים האחרים היו בעלי משפחות עם ילדים בגילים שונים, היה בינינו הבדל של עשר שנים לפחות.

יום אחד נעניתי לדפיקה בדלת. מולי עמדה אישה נחמדה שהציגה עצמה כתמר סגל, שכנה בבנין. לא ממש הכרתי אותה עד אז, אבל כשהזכירה את שם משפחתה נזכרתי שלפני תקופה בעלי סיפר לי על שכן בשם סגל שהתעניין אצלו על לימוד מקצוע שבו הוא עסק. בעלי עזר וייעץ לו בשמחה, מתוך ניסיון והיכרות עם שוק העבודה.

חייכתי והזמנתי אותה להיכנס. היא נראתה ממש נעימה. מאוד מהר היא הסבירה למה היא כאן. היא רצתה לפתוח משפחתון, ובאה לשאול אותי כמה דברים כבעלת ניסיון. עניתי לה בחפץ לב, והצעתי כל עזרה שתידרש לה, באמת ובתמים. היא שמחה ובאמת ניצלה כל אפשרות כזו בחודשים הבאים.

עכשיו היינו שתי משפחות באותו בניין עם משפחתון בבית - לוי וסגל.

מדי פעם, כאשר ירדתי עם ילדי לגינה השכונתית, הייתי עוברת בין השכנות שעמדו בבניין ודיברו, אומרת שלום וממשיכה הלאה. כפי שאמרתי, לא הייתי מהדברניות, בטח לא מהמרכלות. אך בתקופה האחרונה הרגשתי שמשו קר עומד שם באוויר. לפעמים נהיה שקט כאשר ירדתי במדרגות. בעיקר הרגשתי כמו מחטים ננעצות בי. לא הבנתי למה, אבל ידעתי שמשו מפריע לשכנים. רק שלא ידעתי מה. סיפרתי לבעלי, אך הוא לא האמין שיש ממש בחשדותי. תקופת זמן אחר כך, בעלי חזר הביתה, מוטרד מעט. סיפר שהשכן למטה ביקש שההורים שמביאים את הילדים למשפחתון יניחו את העגלות במקומן, ולא



הצטרפי למסע רוחני של גילוי עצמי והתחדשות באווירת אקול מיוחדת במדרשת אלישבע

לימודי עומק מרתקים עם מיטב המרצים בנושאים: הבית היהודי, הדרך לקרבת ד', פיתוח מידות טובות ועוד. המדרשה מציעה מגורים נוחים ואווירה משפחתית וארחות ברמה גבוהה.

רשום: rishum6865@gmail.com  
050-471-2454



תני לנשמה  
שלך לדבר

מדרשת  
אלישבע



כשאנו יושבים במסעדה לאכול, ברור שבסיומה מגיש המלצר חשבון לתשלום. אך לבורא העולם, שברא את האוכל ואת היקום כולו – מה אנו משלמים בסוף הסעודה?

בפרשה נקרא על המחויבות לברך את הקב"ה אחר האכילה. משמעות של ברכה היא להאציל משהו למישהו שאין לו. כלומר, אם אדם הולך לרב לבקש ברכה לבריאות, משמעות הדבר היא שלאדם חסרה בריאות והוא הולך לרב שמאציל ברכה ממקור הברכות. הרב הוא הצינור מהקב"ה, למלא את החוסר של מקבל הברכה. אבל תמוה: מה המשמעות של "ואכלת ושבעת וברכת"? את מי לברך? איזה חוסר יש לקב"ה? היה צריך לומר "ואכלת ושבעת והודית".



בגמרא מסופר על רבי ישמעאל שנכנס להקטיר קטורת, וראה שהקב"ה פונה אליו בבקשה "ברכני". ענה לו: "יהי רצון מלפניך, שיכבשו רחמיך את כעסך".

ותמוה: איזו משמעות יש לברכה של אדם לבורא, שהכל שלו? ובכלל תמוה – הרי הוא לא בירך את הקב"ה, שהרי תפילה שה' יכבש את כעסו זו משאלה של עם ישראל, ולא של הקב"ה.

וההסבר הוא שיש סוג ברכה שמהותה להאציל למישהו משהו שאין לו, אך יש גם ברכה שמשמעותה היא חיבור. ברכה מלשון הִכָּנָה, שזו פעולה שעושים בשדה כשרוצים להצטיר גפן זקנה: לוקחים את הזמורה ומכניסים בקרקע, ומוצאים מהצד השני. פעולת החיבור בין הזמורה לקרקע, היא פעולת הברכה. ברכה – הברכה – חיבור.

וכעת נבין. הקב"ה אומר לרבי ישמעאל "ברכני", כלומר תחבר אותי עם עם ישראל, שיהיו מחוברים אלי, לתורתי ולאמונה בה'. אומר רבי ישמעאל לקב"ה שעם ישראל – יצר לבו רע, ובשביל שעם ישראל יהיה מחובר לקב"ה, צריך "שיכבשו רחמיך את כעסך".

כשאנו, בסיום הסעודה, אומרים "ואכלת ושבעת וברכת", אנו מתכוונים להתחבר עם הקב"ה, ודבר זה נעשה באמצעות הברכה – החיבור.

יש לכם שאלות בנושאים הקשורים לנפש? התמודדויות מיוחדות? כתבו אלינו למייל [debi@htv.co.il](mailto:debi@htv.co.il) ונשתדל לענות כאן במדור.

אותם עם צליל צורמני של שתיקה רועמת. תמר ביקשה להרפות. מבחינתה, היא עשתה את שלה. אבל הרב הפוסק טען שהמחילה צריכה הכנה וניסיון כן נוסף. אולי יחוס, אולי ירחם. עכשיו הם ניסו לחשוב באמת ובתמים איך להגיע אלינו בצורה שתגרום לנו למחול.

...

מאז הטלפון של תמר סגל, משהו בתוכי פקע. כמו לבה רותחת ממצולות הנפש, הכל צף ועלה. כל מה שהדחקתי, שביקשתי לברוח ממנו. ואם לא די בכך, דברים מוזרים החלו לקרות בבית השלי שלנו. תאונות קטנות שכמעט הסתיימו באסון, הגיעו בזו אחר זו, והגדולה מכולן הייתה השריפה. מסיבה לא ברורה, שריפה פרצה בחלק העליון של בית העץ שלנו. בניסי ניסים לא היו פגיעות בנפש. הרב של בעלי כיוון אותנו בעדינות לבדוק אם יש מחלוקת שקשורה אלינו. שינוי ידענו את התשובה.

באותם ימים חשבנו לעלות בחזרה לארץ. הילדים כבר גדלו, והיה חשוב לנו לתת להם חינוך יהודי אמיתי. מי שהפתיע היה הבוס, המנכ"ל של החברה הבינלאומית שבה עבד בעלי. הוא הציע לבעלי לפתוח סניף בארץ, כשהוא כמובן יהיה המנכ"ל ואיש הקשר. ליותר מזה לא יכולנו לצפות.

תכננו להגיע חזרה לארץ, ובישראל להתפייס כמו שצריך.

תחילה בעלי עשה טיסות גיחה כדי להקים את התשתיות. הם התחילו לגייס כוח אדם למגוון משרות מעולות, ראיינו עובדים פוטנציאליים ובנו את החברה. הנוהל היה שקודם כל שלושת הבכירים בישראל בודקים את המועמד, ולאחר שהוא עבר את אישורם בהצלחה, הוא מתראיין אצל בעלי, שהיה המילה האחרונה.

וכך מצא בעלי באחד מקורות החיים שהיו מונחים על שולחן המזכירה את השם של אודי סגל, השכן שלנו לשעבר. המזכירה אמרה שהוא מוזמן היום לראיון. בעלי המתין בחדר פנימי עד לאחר הראיון שלו, כדי שלא להביכו. לקראת הערב הציגו לו הבכירים את שלושת המועמדים המובילים מבחינתם. אודי היה השלישי מביניהם בהעדפה, אבל דווקא אותו בעלי בחר. הוא ביקש מהמזכירה שתזמין אותו לראיון כבר למחרת.

כשאודי ראה את בעלי, לקח לו כמה שניות לקלוט מי מדבר אליו. הוא החוויר, אך בעלי לחץ לו יד והבהיר שהוא כאן רק כדי להוכיח לו שהוא סולח, כולנו סולחים. היה לו חשוב שידע שלמרות הכל הוא בחר בו למשרה בחברה שלנו. הלב נקי, ואנחנו למדנו שהקפדה לא טובה לאף אחד מהצדדים.

תפריע לאף אחד, אף פעם.

בעלי קיבל הצעת עבודה בחו"ל. מקום קצת נידח, אבל היו הרבה אופציות, ובעיקר לי, בשליחות לעבוד כגננת עם ילדים יהודיים שם. זה התאים לנו. עברנו לחו"ל.

...

בבית משפחת סגל, המשפחה התרחבה בחסדי שמיים, וכבר לא היה מקום בדירה הקטנה, כך שמספר שנים לאחר שעזבנו הם חיפשו דירה גדולה יותר. בסוף הם מצאו דירה בעיר אחרת, רחוקה יותר, עם תנאים מתאימים למשפחתון בבית. אבל כאן נוצרה אכזבה. אף על פי שהיה ביקוש גדול מאוד בסביבה למשפחתון, הרישום צלע. היא בקושי הצליחה לפתוח קבוצה, וגם אז – הקשיים רק הלכו וגברו. ההורים התגלו כלא נעימים בעליל. השכנים, כן, קראתם נכון, התלוננו על לכלוך ורעש. ובכלל, שום דבר לא הלך כמו שתוכנן.

”

מאותו יום, ההתנכלויות מצידם רק הוגברו. עכשיו כבר לא היו עכבות. המסכות הוסרו, והם ממשיכו לרדו לנו לחיים

“

תמר נאלצה לסגור את המשפחתון ולחפש מקור פרנסה אחר. גם שם היא לא ליקקה דבש. היא עברה ממשרה למשרה, ולא מצאה מרגוע. השיא היה כשבעלה פוטר, ללא כל הכנה מוקדמת. בתחתית ההשפלה שאלה הגיעו, אחד מהם אמר: "אולי זה בגלל משפחת לוי". זהו, מאז המחשבה ניקרה בהם, עד שהמבצב שאליו הגיעו הכריח אותם לבקש מחילה. עכשיו לך

תמצא משפחת לוי בתוך עיר שלמה. הם לא ידעו על המעבר לחו"ל. כך עברו מאחד לאחד עד שגילו את מספר הטלפון שלנו.

עכשיו נשאר רק לבצע את השיחה. קל זה לא היה. היו דרושים אומץ, כנות ותעוזה. הם סיכמו שישומו את השיחה על ספיקה. אם גברת לוי תענה, תמר תדבר איתה, ואם אדון לוי יענה, ידבר איתו אודי, בעלה.

אמרו ועשו.

את הטלפון הרימה דווקא עוזרת הבית שלנו. הגמגום באנגלית עם המבטא הישראלי הביא אותה למסור לי את הטלפון. יכולתי לשמוע את קולה של האישה שמעבר לקו, מגייסת את כל המשאבים שלה כדי לפתוח את השיחה. "ש... לום, מדברת תמר סגל", חצבה מילים בסלע. השתררה שתיקה כבדה. לו היה כאן דינמיט לפוצץ, היינו כנראה מעדיפות זאת, שתינו. תמר המשיכה: "ר...צינו לבקש סליחה". היא שמעה רעש קלוש בקו, והפעם קול גברי בקע ממנו. "כאן לוי, אנחנו לא רוצים שום קשר איתכם, ואני מבקש לא להפריע לנו יותר. שבענו מכך". בעלי ניתק את הטלפון במופגז. מהעבר השני של הים, תמר הביטה בבעלה, שהיה נראה נבוך וחיוור. לא היינו מוכנים לקבל את מנחת הפיוס. השארנו

**הדרך ללכם ללב שלהם**

מתקשים להתמודד עם הילד? מרגישים שאתם כבר לא מזהים את הילד שבפנים? **אתם לא לבד.**

המארץ הטיפולי החדש להורים ומחנכים של הגב' **פנינה לשם** - מטפלת רגשית מוסמכת ובתו של **הרה"ג זמיר כהן** יעשה לכם סדר בבית ובלב המארץ מכיל ספר וקליפים טיפוליים »



השינוי בבית שלכם מתחיל כאן **073-222-1250**

חפשו 'הידברות שופס' ב-G



# הידברות לנוצר



**ספרד: איש התחזה**  
לעיוור במשך 28 שנה,  
כי רצה להימנע ממפגש עם השכנים  
ומהצורך לברך אותם לשלום.



**אתה יודע שאתה שער,**  
כשבתרומת דם אתה  
לא מפחד מהמחט -  
אלא מהסלוטייפ



**הייתי אמור לצאת עם**  
חברים, אבל הם ביטלו.  
מרגיש שדברים מתחילים  
להסתדר לי בחיים.



**אם זה נראה כמו מדוזה,**  
מרגיש כמו מדוזה,  
יש לזה טעם של מדוזה -  
זה ליצי



## אם רק היה לי אומץ

אורית גרוסקוט

פי שהפחד לפעמים משתק אותך בפנים.  
בינינו, כל אחד מפחד משהו: מכישלון,  
מדחייה, מביקורת. מי שלמד דבר או שניים בחיים  
יודע שהפחד לא נעלם. הוא לא הולך לשום מקום.  
צריך פשוט לקום ולעשות. מכירים את JUST DO  
IT? אז כזה.  
"איזהו גיבור? הכובש את יצרו", מכירים? זה כל  
כך נכון גם היום, ואולי בפרט היום, כשניסיונות  
מגיעים מעבר לפינה גם בלי שנרגיש. אומץ זה לא  
ללחוץ "שלח" על תגובה פוגעת. אומץ זה לבחור  
בטוב, גם אם הוא פחות פופולרי. אומץ זה לעשות  
מה שנכון, גם אם זה מצטלם פחות יפה.  
להיות נאמן לעצמך, זה אומץ מהסוג הכי יפה  
שיש, ומהסוג שהכי חסר היום. אז... יש אמיצים  
בקהל?

יש רגעים בחיים שעוברת לך מחשבה בראש -  
"אם רק היה לי יותר אומץ, הייתי עושה את זה". מה  
זה אומץ, חשבתם על זה פעם? האם צריך לעמוד  
על במה מול מאות אנשים כדי להיקרא אמיץ?  
לטפס על הר, או לקפוץ בנג'י? אין ספק שצריך  
כמות נכבדה של אומץ כדי לעשות את הדברים  
האלו, אבל אומץ אמיתי מסתתר דווקא בדברים  
הקטנים, אלה שאף אחד לא רואה חוץ ממך.  
אומץ אמיתי זה להגיד "סליחה" כשטועים  
(ואיזה קשה זה!).  
אומץ אמיתי זה ללכת נגד הזרם כשכולם לוחצים  
עליך לעשות משהו, וזה לא מתאים לך.  
אומץ זה לא חוסר פחד, זה לבחור אחרת, אף על

## השו"ת המקוצר

**?** שברתי את יד שומאל שלי, והיא מגובסת. אני  
יכול להניח תפילין על הגבס?  
אפשר להניח את התפילין על השריר, ואת הרצועות  
אינך חייב לגלגל על היד.

**?** אם יש לי גמרא, חומש וספר תהילים שאני  
רוצה להניח בערמה - מה צריך להיות מונח  
על מה?  
חומש למעלה, מתחתיו התהילים ומתחתיו הגמרא.

**?** קשה לי מאוד לקום בבוקר בזמן לתפילה, יש  
משהו שיכול לעזור לי?  
ללמוד ספר על מעלת התפילה, וכשתדע מה אתה  
מרוויח מהתפילה, אני בטוח שתגלה כוחות מיוחדים  
שיעזרו לך לקום.



**?** סימתי לאכול את הכריך שלקחתי לטיול,  
ונשארתי רעב. לחבר שלי היה כריך מיותר והוא  
נתן לי אותו. אני צריך לברך עליו שוב?  
לא צריך לברך.

**?** הלכתי ברחוב ושמעתי מבית הכנסת הסמוך  
שאוזרים "קדושה". האם היה מותר לי להמשיך  
ללכת, או שהייתי צריך לעצור ולהגיד איתם?  
אינו חייב לעצור, אבל כמובן שיש בזה מצווה לעצור  
ולענות.

**?** אם אין לי מגבת, מותר לנגב את הידיים בבגדים  
אחרי נטילת ידיים?  
זה עלול להביא את האדם לידי עניות, ולכן יש לייבש  
את הידיים באופנים אחרים.



## המדור בחסות

**נעם**  
בר מים היברידי

## שאלה בנועם

למשפחת בריטמן נולד בן במזל טוב ביום שישי, וכשרצו לקבוע ברית ביום השמיני, והיינו ביום שישי בשבוע שאחריו, לא ידעו אם לקיים סעודה כדי המלך, או להסתפק במיני מזונות וכדומה. מה הדין?

## פתרון החידה מעלון פרשת דברים:

מלמדי תינוקות שקוראים הפרשה עם תלמידיהם פעמיים, אינם צריכים לחזור ולקרוא שניים מקרא של הפרשה בשבת, אלא יאמרו תרגום פעם אחת ויוצאים ידי חובתם (מין בשירע סניף ו', ונביא סקט'י, והמקור באור דרוש (ח"א סימן י"ב). ואף שהמלמדים מפרשים לתלמידיהם, והרי פירוש עולה במקום תרגום, כל זה דווקא כשפרשים את כל המקרא ממש, לא אף פירוש המילים לבד, מחשיש משכ"ב כאן סקט'י). ואף שישנה הפסקה בין קטע לקטע, הרי לא גרע ממי שקורא בכל יום חלק מהפרשה שמדויק, שכבר נתבאר שמועיל (אמנם הכה"ח (כאן רפ"ה סקל"ב) החמיר שיקרא הכל מחדש בגלל ההפסקה, אך זו מידת חסידות ולא מעיקר הדיון).

## הגרלה!

בין הפותרים נכונה

יגדל בקבוק תרמי דיגיטלי מבית אסיקים

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

**אסיקים**  
טכנולוגיית מים מתוקות



להזמנות:

077-80-37-880

כשיש נועם 2, אין שאלות!

בר המים שכבש את ישראל, עכשיו גם בני יורק ובני ג'רזי!  
להזמנות 1-347-503-3082

שאלה

המשכנים קום קודם עלות השחר לאמירת סליחות, ונטל ידיו בקומו משנתו, האם צריך לשוב וליטול ידיו שוב בהגיע עלות השחר?

תשובה

אינו צריך לשוב וליטול ידיו שוב בהגיע עלות השחר. (שו"ת יין הטוב להגרי"י ניסים זצ"ל חלק א' סימן ו').

**פינת ההלכה**  
בחסות יוסף מנחם משכנתאות

יוסף מנחם משכנתאות

יוסף מנחם משכנתאות עם יוסף מנחם  
בעל 41 שנות ניסיון בנקאי בכיר לשעבר  
לשיחת ייעוץ:  
077-604-98-76

יוסף מנחם משכנתאות  
דובר בנקאית שוטפת



ד"ר אריאל כדורי

## כמה זיכרון יש לנו במוח?

והפעם: כמה ג'יגה בייט מכיל המוח שלנו, ואיך השומן מצליח להתפרק ולהתערבב בגוף בצורה יעילה?

## 1. מי התקין לנו ג'יגה בייט זיכרון במוח?

האם אי פעם עצרתם לחשוב איך אנחנו זוכרים כל כך הרבה דברים? איך אנחנו זוכרים שם של חבר, את הדרך לבית הספר, את הרגעים החשובים בחיים? הזיכרון שלנו הוא כמו ספר ענק שמאחסן בתוכו אינספור פרטים, והוא עובד בצורה חכמה ומדויקת כל כך, עד שאנחנו לא תמיד שמים לב אליו.

המוח שלנו יודע לקחת כל דבר שאנחנו חווים, לשמור אותו במקום המתאים ולהחזיר אותו ברגע שנזדקק לו. לדוגמה, כשאנחנו רואים תמונה ישנה או פוגשים חבר מהעבר, המוח שולף את כל הזיכרונות הקשורים לאותו רגע או לאותו אדם, כאילו הוא "פותח את הדלת" של הזיכרון שנמצא שם כל הזמן. אבל איך הוא יודע לאחסן את כל זה? איך הוא יודע להפריד בין דברים חשובים לדברים שעדיף לשכוח? איך המידע הזה נשמר בצורה כזו במשך שנים רבות בצורה כל כך מדויקת?



## 2. חכמת השומן

כל אחד יודע שאם מערבבים שמן עם נוזלים אחרים, כמו מים, השמן לא מתערבב, ונשאר מופרד. קשה לחבר את השמן עם המים, כי הוא לא מתמוסס בהם. אז איך זה יכול להיות שלגוף שלנו יש היכולת להתמודד עם שומנים, ולהפוך אותם לחלק בלתי נפרד מהתהליכים הפיזיולוגיים? איך השמן, שנראה

הפירוק המורכב והמדויק של השומנים בגוף, שבו כל רכיב פועל בתיאום מושלם - מהמרה שמפזרת את השומן ועד האנזימים שמפרקים אותו - מעיד על מערכת משולבת ומעוצבת להפליא. כל שלב בתהליך דורש תכנון מדויק, איוון מושלם ויכולת להתמודד עם חומרים מנוגדים. בלתי אפשרי להאמין שזה יכול לקרות במקרה.

והפעם: המודעה של חגי דוד **בית היוצר**



עצבו לעלון הידברות פרסומת מפתיעה, עם הומור וחשיבה מחוץ לקופסא, ואולי תזכו בפרס!

את הפרסומת שלחו אלינו למייל debi@htv.co.il. בעוד מספר חודשים נבחר את הפרסומת המוצלחת ביותר, שתזכה את היוצר/ת בפרס ע"ס 500 ש"ח לרכישה בהידברות שופט, ואולי גם בהשתלבות במחלקת השיווק של הידברות.

# השמש שהפך לראש הישיבה

מאין הגיעו הפתקים עם התשובות לשלחנו של הרב?



לפני כ-300 שנים חי בירושלים הרב גדליה חיון, ראש ישיבת המקבילים "בית אל". באחד הימים הגיע לישיבה בחור מתימן ששמו שלום, פנה לרב חיון ואמר: "אני מבקש לעבד בישיבה כשמש". ואכן, הוא התקבל לעבודה. שלום השמש היה עובד מסור, ואף אחד לא העלה בדעתו מה יקרה בהמשך.

פעם, במהלך הלמוד,

התעוררה שאלה עמקה בתורת הסוד שאפלו הרב גדליה חיון לא הצליח לפתור אותה. למחרת חזר לרב פתק ובו כתובה התשובה לשאלה. "מי כתב את הפתק?". שאל הרב. אף אחד לא ידע. לאחר מכן נשאלה עוד שאלה מרפכת, ושוב אף אחד מהתלמידים לא ידע לענות עליה. שוב פתק הוצא בסתר על שלחן ראש הישיבה. ושוב ושוב.

בתו של הרב גדליה חיון הסתתרה בלילה בבית המדרש, וגלתה את הסוד: שלום השמש כתב את התשובות לשאלות בפתקים!

בת הרב גלתה לאביה את הסוד. בבקר הרב גדליה חיון אמר לשלום השמש: "אתה גדול מכלנו. ידעת תשובות לשאלות שאף אחד מאתנו לא ידע. אתה תהיה ראש הישיבה במקומי".

"ימחל לי כבוד תורתו, מורי ורבי, אינני

יכול להסכים לכך", ענה שלום. לאחר דין ודברים הסכים שלום השמש להיות המשנה לראש הישיבה. כך הצטרף שלום השמש, הוא הרש"ש, רבי שלום שרעבי, ללומדים בישיבת בית אל, נשא לאשה את בתו של הרב גדליה חיון, וכשנספר ראש הישיבה - הפך הרב שלום שרעבי לראש הישיבה.

זה ספור על ענוה ועל צניעות. הרב שלום שרעבי שמר בהתחלה בסוד את גדלתו בתורה מתוך ענוה, ורבו, הרב גדליה חיון, גלה ענוה וחתירה לאמת כשראה שתלמידו גדול ממנו, ורצה שהוא יהיה ראש הישיבה במקומו. נלמד כלנו איך לנהל בענוה ובצניעות. נבין שהפשרונות שלנו, ההשגים שלנו וכל מה שיש לנו בחיים - הכל מתנה מהקב"ה, ולכן נתנה עם החברים ועם בני המשפחה בכבוד ובענוה.

מומלץ באתר  
עולם הילדים

## מיקום המזוזה

עברתם לדירה חדשה, ועכשיו הגיע הזמן לקבוע מזוזות. אבל איפה צריך לקבוע אותן? משחק דיגיטלי מהנה שילמד אתכם על חובת קביעת מזוזה.



## פחד כלבים

למה חזן ובצלאל נמלטים מהמערה, ואיך זה קשור ללהקת כלבים טועים? הצטרפו לדרמה המותחת במערה החשוכה בסדרת "המערה".



## לה' הארץ ומלואה

איך מייצרים יהלומים, ואיך קרן של אייל הופכת לשופר עוצמת? בואו לגלות תשובות לשאלות שתמיד סיקרנו אתכם.



## למה לתרגול הדו יש כל כך הרבה שמות?



מאיפה מגיע תרגול ההדו? לא, הוא לא מגיע מהדו, אלא דוּקא מאזור מקסיקו. אם כך, למה הוא נקרא "הדו"? דבר מפתיע על תרגול ההדו הוא שהוא נקרא בשמות שונים מאוד בשפות ובמקומות שונים. בארצות הברית הוא נקרא "טורקי". בקמבודיה - "תרגול הולנדי", ובהודו? שם בכלל קוראים לו "פרו". בכל הנראה, השם נתן לתרגול הזה בכל מקום על שם המדינה שממנה באו אותו בתחלת הדרך, וכך נשאר בשם שונה בכל מקום.



מיטב התכנים מתוך עולם הילדים  
kids.hidabroot.org

הרדעתו

## מה עושים עם צמח הסטיביה?



צמח הסטיביה, או בשמו המלא - סטיביה רבאודיאנה, הוא צמח טרופי קטן שגדל בדרום אמריקה - בעקר בפרגוואי ובצפון ארגנטינה. עלי הסטיביה מסתירים סוד מפתיע - הם מכילים חמרים שמתוקים פי 50 עד פי 300 מסוכר רגיל - אך אין בהם סכר כלל, וגם לא קלוריות. בשנת 1931 הצליחו כימאים צרפתיים לבדוד את החמר שאחראי על המתיקות של הסטיביה, ומאז היא משמשת בתחליף סוכר נפוץ.

## מהן הספרות הרומיות?



לפני שהמצאו הספרות הרגילות המשמשות אותנו היום (1, 2, 3,...), כתבו הרומאים ברומא העתיקה ספרות בעזרת אותיות מהשפה הלטינית. היו שבע ספרות בסיסיות: I = 1, V = 5, X = 10, L = 50, C = 100, D = 500, M = 1000. באמצעות שלוב הספרות כתבו מספרים רבים. כך למשל CCLI = 251, XV = 15.

לומדים בחטיבת ביניים, בתיכון או משרתים בצה"ל? חזקו את עם ישראל וחלקו את עלוני הידברות



להפצת העלונים ולזיכוי הרבים:

073-222-1388

bit.ly/40XotGK נפשו ב

חברים  
זה לזה

דרושים נערים ונערות  
לחלוקת עלוני שבת ללא תשלום!





# חידות באותיות 3

לפניכם חידות "ארץ צי", התשובות לכולן מתחילות באותה אות. נסו לפתור ולמצוא את האות המשותפת. בהצלחה!

**עיר**

אני חי בארץ ישראל! אתם יודעים היכן תוכלו למצוא אותי?

**ארץ**

כן... יש ארץ שקרויה על שמי?

**צמח**

יש כאלה שמסמשים אותם, אותם יודעים איזה צמח מזכיר את טעמו?

**דמות תנכית**

אני מביח שכולכם מכירים את ביתי, אסתר המלכה

**דומם**

סמ... משהו חסר פה...

**מקצוע**

מבין השם המקצוע שלי נשמע כאילו יש לנו קרבה משפחתית

**אישיות תורנית**

אתם יודעים מי חיבר את השיר הזה? רסו: שמו חתום בתחילת המילה הראשונה שבכל בית!

**יהי אבסורד**

## מי החביא 100 נביאים מפני איזבל?

- א** מלאכי
- ב** אליהו
- ג** חזקיה
- ד** עובדיה

## איך נקראו שלוש בנותיו של איזב?

- א** רחמה, פרח, אומה
- ב** שרה, רבקה, רחל
- ג** שפרינצה, זלדה, חבצלת
- ד** ימימה, קציעה, קרן-הפוך



## פתרון החידות מפרשת דברים:

- |             |           |
|-------------|-----------|
| א. משה רבנו | ב. חמישי  |
| א. בנימין   | א. הרמב"ם |
| א. מתושלח   |           |
- א. חמשה ימים  
ב. חמישי  
א. בנימין  
א. הרמב"ם  
א. מתושלח

פתרונות יש לשלוח אל [trivia@htv.co.il](mailto:trivia@htv.co.il) כולל כתובתכם ומספר הטל. בין הפותרים יוגרל מנצי לשלושה חודשים לאחר "עולם הילדים" מבית הידיבות

## הלכות שבת

## בניה וחבור

### ממה צריך להזהר כאשר יוצאים לשחק בחול?

בו, כי כבר אפשר לעשות בו גמולות. כמובן, גם אין לשפך מים על החול, משום מלאכת "לש".

מתר לשחק רק בחול שמיעד למשחק. אך סתם חל שאינו מיעד לכך - הוא מקצה בשבת, ואין לשחק בו או להזיז אותו.

היכן עוד נתקלים במלאכת בונה? כל חבור של דברים לבית או לקרקע, שהוא חבור קבוע - אין לחבר או לפרק בשבת. לכן אין להוציא, למשל, חלון מן המסלה, וגם לא להחזיר אותו לשם. אף על פי שהחבור לא מהדק, וכל יחסית להוציא את החלון - החבור הזה נועד להיות קבוע, ולכן אין לחבר או לפרק אותו בשבת. גם אין לחבר נורת חשמל לבית המנוחה בשבת (גם אם לא מדליקים אותה), כי זהו חבור קבוע. אך דברים שאינם מתחברים באופן קבוע, כמו תמונה למשל, מתר לתלות על הקיר או להסיר ממנו.

קרה לכם שרציתם לעשות מפגש בשבת אחר הצהריים בחצר או בגנה כלשהי? במפגשים כאלה אפשר למצא הרבה מהלכות בונה, סותר ומכא בפטיש שאותם הזכרנו בשבוע שעבר. למשל, בשבת אין להחליק את הקרקע כדי שיהיה נוח להניח עליה פסאות או ללכת עליה, וכמובן לא כדי לבנות עליה. לכן אם יש בליטה באדמה - אין להסיר אותה, ואם יש גמה באדמה - אין למלא אותה בחול. זהו אסור תורה ממש!

מאותה סבה, אין לטאטא בשבת קרקע שאינה מרצפת, שמא בטאטוא יתשרו גמולות באדמה. אבל מתר כמובן לטאטא מקומות מרצפים, שבהם אין חשש כזה.

בארגזי חול המיועדים לילדים, שבהם יש חול דק ויבש, מתר לילדים לשחק בשבת, כי כאשר החול יבש לגמרי, אי אפשר לעשות בו גמולות ממש - כי כל החול חוזר ונשפך פנימה. אך אם החול לח, אין לשחק



## פתרון החידות באותיות מעלון פרשת דברים:

האות ע' - ערב הסעודית, עפולה, עגל, ערבה, עצם, עפרון, הרב עובדיה יוסף, עגלון.

פרקי הקומיקס המלאים נמצאים באותו עולם הילדים!



היא בת הזוג של עם ישראל, וזו ממש בחינה של מידה כנגד מידה. כמו שאני מקבלת את בת הזוג של עם ישראל, את השבת של עם ישראל, מוקדם יותר, כך בעזרת השם אני אזכה לבת הזוג שלי או לבן הזוג שלי, בעזרת השם יתברך. רווק ורווקה צריכים להיזהר מאוד בכיבוד הורים. חשוב מאוד לכבד את ההורים כמה שיותר, ובמיוחד לכבד את אמא. רווקה יקרה, אם יש לך קצת כעסים על אמא שלך, תדאגי לנקות את הלב, להתפייס עם אמא, כי זה חס ושלום יכול לעכב מאוד מאוד את העניין של הזיווג. בכל דבר שיש לאדם עיכוב, הוא צריך לבדוק את עצמו מה הוא צריך לתקן ובמה הוא צריך להשתפר. אומר הרב שמואלביץ, אם יש עיכוב בזיווג, צריך לבדוק את אהבת ישראל... את רוצה להתחתן, אבל את לא יודעת להסתדר עם אנשים... אם אין אהבת ישראל, איך תסתדרי עם בן זוג?

המשך בשבוע הבא.

מתוך דפי שירת הלב - לרפואת הילדה חגית בת שרה'לה.



להזמנת אירועים עם הרבנית חגית שירה התקשרו  
או שלחו וואטסאפ לטלפון 050-2715691

## סגולות לזיווג (א')

כיבוד הורים, אהבת ישראל

וגם תפילות מיוחדות -

סגולות חשובות לזיווג



בוא יבוא, תאמיני ותראי.

יש תפילה מיוחדת שנקראת "תפילת אם על בתה", שמובאת בסידור "שירת חיי", ובספר תהלים החדש "שירת חיי". טוב לומר את התפילה הזו ארבעים יום ברצף, זו תפילה שמסוגלת מאוד לזיווג לבת בעזרת השם יתברך.

קריאת "שירת הים" - טוב לרווק או רווקה להגיד שירת הים בשמחת הלב ובכוונה.

לרווקים - קבלו על עצמכם תוספת שבת: השתדלו לקבל את השבת קצת יותר מוקדם, מפני שהשבת

אז כמו שהבטחתי בשבוע שעבר, אביא לכן היום סגולות לזיווג.

כמו בכל דבר, כלל ראשון זו תפילה, תפילה מעומק הלב! להתפלל ולבקש מהקדוש ברוך הוא שישלח לך, לבן או לבת שלך, את החצי השני, שיזכה אתכם למצוא את האבדה שלכם. כן, זה סוג של השבת אבדה. שימי לב - כשיש זמנים מיוחדים שפותחים בהם את ההיכל בבית הכנסת - בהנף החמה, בעלות השחר, בליל שבת - אלה הם זמנים מסוגלים מאוד לבקש על הזיווג.

טוב שההורים של הרווק או הרווקה ידליקו נר בכל מוצאי שבת ברצף, עד שזה יבוא, בעזרת השם יתברך. גם אבא ידליק נר, וגם אמא תדליק נר, לכבוד רבי מאיר בעל הנס. וכל אחד מהם יגיד "אלקא דמאיר ענני" שלוש פעמים, ויבקש זיווג לבן או לבת בעזרת השם יתברך. זה פועל ישועות מאוד מאוד גדולות.

סגולה נוספת לזיווג היא תפילת האם על בתה. קודם כל, אמא יקרה, תדעי לך שהזיווג של הבת שלך תלוי הרבה בך, באיך שאת רואה אותה. תאמיני בה, תייקרי אותה בעינייך, תעריכי אותה, תנקי את הלב מכעסים עליה. השתדלי לאהוב אותה, לטפח אותה, לראות אותה בעין טובה, וזה יבוא בעזרת השם, החתן

אפרת ברזל

## שיחות מרכזת



הבנות הצדיקות המופיעות, כבר מתארגנות בהעמדה. בעלות התשובה והחרדיות הוותיקות מזהות, תוך שניות, שהשיח, המוכר להן כל כך, נכתב בנסיבות אחרות לגמרי, מכיל מילים אחרות לגמרי, רחוק במהותו מרעיון המסר של המסיבה הזאת.

במופע המקביל מתחילים לרוץ חיוכים "מאושרים-נבוכים-מאושרים". כל מי ששותפה למופע המקביל מחייכת בנחת, ומחפשת מבטים של אחרות, זהות לה, בקהל.

איש מהצוות של בית הספר לא מודע למתרחש כשהמופע המקביל גועש רועש. בעלות התשובה מתחילות כבר לזמזם את המילים המקוריות של השירים, בלחש. כשיש מילה קצת מוגזמת הן קורצות עוד יותר אחת לשנייה, מסמנות על המצח עם היד מעין בהלה, ונהנות מכל שניה. הנאה משולשת.

זה הרגע שבאמירה הפנימית את אומרת לה, כבעלת תשובה, תודה.

כי יחד עם זה שהאימהות השובבות שאנחנו מתענגות על סגירות מעגלים עם מילים שהשארנו במחוזות אחרים, אנחנו מודות בדמעות, תוך כדי, על מסע אחר, שהדור של הבנות שלנו עובר. בעלות תשובה מבקשות בתשובה לתקן, לשפר. זו אותה המנגינה שניסו להכניס בה מילים של קדושה, קדושה שחיפשנו אותה.

בבית, אחרי שהאורות כבים, הכי כיף זה לספר את כל זה גם לממלכת הבנים.

## שימו כובע

המופע המקביל של

מסיבות הסיום, שיש בו

קצת ארומה בלשית



איפה קונים אליו כרטיסים? מה יש בו? מי זכאי להשתתף בו?

במופע המקביל משתתפות בעיקר בעלות תשובה, וסבתות חרדיות מבית, כאלה שורשיות, חזקות באמונה באמת, שגם הן מכירות. כאלה שלא נבהלות, כאלה שידועות לצחוק מבדיחות, כאלה שמבינות עניין, ישראליות כאלה מפעם. אני אוהבת אותן.

איך מתחיל המופע המקביל? שיש בו קצת ארומה בלשית, הל שובבי וצעקה פנימית לוחשת? המופע נפתח כשעל הבמה מתחיל להתנגן שיר.

שימו שמן, שימו מים, שימו כובע על הראש, שימו מוסיקה של בעלי תשובה במסיבות של בית יעקב. מישוה צריך לכתוב על ההתרגשות הזו, וזו כנראה תהיה אני. כי השנה? זה היה שיא!

זה כבר כמה שנים שיש בצוותא תופעה של בעלות תשובה צדיקות שבאות לראות את הבנות הקטנות והעוד יותר צדיקות שלהן במסיבות סוף שנה. על הבמה מתנהל מופע נפלא. מסרים, אירופה, תמיד תהיה טיפה שואה, התמודדות, התבוללות וסכנה, "עם הנצח לא מפחד מדרך ארוכה".

התפאורה צבעונית, ההגברה איכותית, התלבושות מרנינות עיניים. רק מה, שבלי שאף אחד ממש מדבר על זה, בקהל נוצר "מופע מקביל", לא פחות מרגש מהמופע המרכזי, מופע אקוויולנטי.

למסיבת סוף השנה, השנה, הגיעה גם אמא שלי. בכל זאת, הנכדה סיימה ח'. "בשביל מה את מביאה אותה?", שאל אותי בטלפון בעלי, תוך כדי שתיכף מתחילים. "הרי ברור שיהיה לה מה להגיד על התכנים ועל למה ככה עושים". אמא שלי, בשלב הזה, ישיבה יחסית בשקט, חבשה מסכת קורונה, הוציאה כל כמה דקות אלכוג'ל, מרחחה אותו בסיבובים על הידיים כאילו הוא קרם לחותים. ובאמת, תוך כדי מופע, היתה בזכותם אזעקה.

כמה שניסיתי להסביר לאמא שזה לא החג הזה, היא הקפידה והידקה את המסכה עוד יותר.

נדבר על המופע המקביל? המשולש? המכיר ומוקיר?

ספר 'החן'

ספר 'החן'

ספר 'החן'

ספר 'החן'

סדר ר"ה עם ביאורים וסגולות נפלאות

סליחות מבוארות עם לימוד יומי והתעוררות פנימית

השנה, התפילה שלך תהיה אחרת!

לוח שנה שבועי עם אופטימיות ותקווה לכל השנה

**ערכה נשית מבית הרבנית חגית שירה לשנה טובה יותר**

**פיתחת**

לב ליב



משלוח חינם עד הבית



073.222.1250





## Q10



הבריאות הכללית שלנו, ובמיוחד רמת האנרגיה, מושפעות בין היתר ממספר המיטוכונדריות בתאים – תחנות הכוח של הגוף. לתפקוד תקין של המיטוכונדריה דרוש קו-אנזים Q10.

קו-אנזים Q10, הידוע גם בשם אוֹבִיקוּוִינוֹן, הוא מולקולה שמשתתפת בתהליך הפקת האנרגיה בתאי הגוף, ומשחקת תפקיד מרכזי בשרשרת מעבר האלקטרונים במיטוכונדריה. הוא תורם לרמת אנרגיה גבוהה, ולתחושת ערנות ומרץ.

הגוף מסוגל לייצר Q10 באופן טבעי, כל עוד קיימים תנאים תזונתיים תקינים. לרוב, מגיל 50 בערך, יכולת הייצור שלו הולכת ופוחתת. אם יש מחסור בויטמינים שמסייעים בייצור אנרגיה, הייצור יפחת עוד לפני הגיל הזה.

ניתן למצוא Q10 גם במזון, בעיקר באברים פנימיים של בעלי חיים, וגם במקורות צמחיים כמו שומשום, אבוקדו, ברוקולי, כרובית וביצים. אך כמות ה-Q10 במזון לרוב אינה מספיקה כדי למלא מחסור ממשי.

Q10 חשוב במיוחד ברקמות שדורשות אנרגיה רבה, כמו שריר הלב, שפועל ללא הפסקה ודורש אספקת אנרגיה קבועה. הוא תורם גם לאיזון לחץ הדם ולתפקוד כלי הדם.

רמות נמוכות של Q10 עלולות לפגוע בתפקוד הגופני – כוח, סיבולת והתאוששות לאחר מאמץ. ה-Q10 מסייע בהפחתת מיגרנות, ככל הנראה בזכות שיפור זרימת הדם לרקמות. יש גם קשר בין מחסור ב-Q10 לבין דלקות חניכיים, נסיגת חניכיים, דלקות ודימומים.

הכבד דורש הרבה Q10 לתפקוד תקין. בנוסף, Q10 הוא נוגד חמצון עוצמתי, שמסייע לנטרול רדיקלים חופשיים הפוגעים בתאים. סטטינים, תרופות נפוצות להורדת כולסטרול, עלולות לפגוע בייצור הטבעי של Q10 במיטוכונדריה – תופעת לוואי שיכולה להשפיע לרעה על תפקוד שריר הלב והשרירים בכלל. לכן, לעיתים מומלץ לטפול בסטטינים ליטול במקביל גם תוסף Q10. בנוסף, גם תרופות מקבוצת חוסמי בטא, שמיועדות לטיפול בלחץ דם גבוה, עלולות להפחית את רמות ה-Q10 בגוף. אוֹבִיקוּוִינוֹן הוא הצורה המחומצנת של Q10, והגוף ממיר אותו לצורתו הפעילה – יוביקווינול. לא תמיד ההמרה יעילה, ולכן אנשים עם ספיגה לקויה או בני גיל מבוגר נוטים לבחור בתוסף מסוג יוביקווינול, שזמין ביולוגית יותר ופועל כנוגד חמצון עוצמתי. מומלץ לקחת את התוסף עם ארוחה שומנית, לשירור הספיגה.

להזמנת חוץ בית בהשתתפות הנב' זוהרה שרביט (774 עלות), חייגי 073-2221290



## אפשר לשלוט על

## המחשבות, וזה משתלם:

## 9 עובדות על אופטימיות

# על האופטימיות

השנים הבאות. ההשפעה של אופטימיות על קידום בריאות פיזית נמצאה חזקה במיוחד והיא אף שקולה לדברי החוקרים להשפעה המיטיבה של הפסקת עישון. **אוקיי, השתכנענו. כיצד נאמץ גישה אופטימית יותר לחיים?**

6. הכרה בטוב – האם אתם מודעים לדברים הטובים שיש בחייכם? ערכו רשימה שבה תזהו את החיוב שמצוי בכל מעגלי החיים שלכם. הכירו תודה ושתפו אנשים נוספים בחוויה.

7. הפכו לימונים ללימונדה – מסגרו מחדש התנסויות שליליות, שהן חלק בלתי נפרד מחיינו. בדקו האם ניתן לפרש את המצב באור חיובי יותר? האם משהו טוב יכול לנבוע מכך? האם טמונות כאן הזדמנויות? מה למדתי ואוכל ליישם בעתיד?

8. דאגות וחרדות הם אויבי האופטימיות. התייחסו למחשבות מחלישות אלו כאל רעש רקע, כמו דיבורים ברדיו שנשמעים בקרבת מקום. אתם יכולים לשמוע אותן, אבל לא להתמקד בהן. תשומת הלב שלכם מופנית לעובדה שאינכם מקשיבים למה שנאמר.

9. נתקפים במצב רוח פסימי? אל תילחמו בו. אל תשפטו את המחשבות החולפות במוחכם. אם תתייחסו אליהן בסקרנות ובסלחנות, יהיה קל יותר להתמודד עמן. עם זאת, בכל פעם שהמחשבות שלכם נודדות למחזות שליליים, הכירו בכך ומקדו שוב את תשומת הלב בהתבוננות.

1. אופטימיות היא האמונה כי דברים יסתדרו על הצד הטוב ביותר. אופטימיים נוטים להאמין כי יתגברו בהצלחה על מכשולים ויצליחו להגשים את מטרותיהם. למשל, אופטימיים מעריכים הערכת חסר את הסיכוי שלהם לחלות במחלות, ומעריכים בהערכת יתר את סיכוייהם להחלים.

2. אופטימיים יאמינו כי כישלון נגרם בעקבות סיבות חולפות, ספציפיות וחיצוניות, בעוד שפסימי יטען לרוב כי הוא האשם במה שקרה.

3. מסקירות מחקריות מקיפות, עולה כי אופטימיים נוטים להתמודד טוב יותר עם מצבי לחץ, להשתקם מהר יותר מאירועים אקוטיים ולהסתגל טוב יותר למחלות כרוניות. כך למשל אופטימיים חווים החלמה מהירה יותר אחרי ניתוח מעקפים או ביופסיה, בעלי סבירות נמוכה יותר לאשפוזים נוספים, וכן סובלים פחות ממצוקה נפשית במהלך טיפולי פוריות.

4. מחקר אחר מגלה שאצל אנשים אופטימיים מדדי תפקוד הלב וכלי הדם טובים יותר. המחקר, שכלל 5,100 מבוגרים שעברו מדידות לחץ דם, משקל, גובה, רמות סוכר בדם וערכי כולסטרול, גילה כי אלה שהיו אופטימיים יותר, היו בעלי סיכוי גבוה ב-76% להיות בעלי מדדי בריאות.

5. יתרה מזאת, במחקר אורך שעקב אחר 900 קשישים נמצא כי ככל שרמת האופטימיות של האדם הייתה גבוהה יותר, כך קטן הסיכוי לתמותה בעשר

## פינת המומחית



## ילדים פורצי גבולות

### איך מצליחים להציב גבולות?

שלך, מעידה על המציאות שיש לו בחירה, ולא על כישלון בדרך החינוך שלך.

אלא שאנחנו חיים בדור שבו הכול מהיר ואוטומטי. זה עוזר לנו בחיים הטכניים – מכונת הכביסה, המיבש, המיקסר וכו' חוסכים לנו הרבה זמן וכוח. אך בתחום החינוכי זה מטעה אותנו, כיוון שחינוך מתייחס לדרך, ולא לתוצאה.

אנחנו רואים ילד שלא מתנהג יפה, ומדביקים לו תווית של "עצלן", "מזלזל", "חוצפן". יש לנו מחשבה שאם חינוכו והילד לא עשה מה שאמרנו לו, אז משהו מקולקל אצלנו או אצלו. זו טעות!

לכן קחי את החינוך כמשימת חיים, ואל תיבהלי מ"חריקות". הן טבעיות ונורמאליות. ילדיך הולכים אחריו, כל אחד בקצב שלו. (נועה הראל, מנחת הורים ויועצת זוגית בנשית שפר)

**הבן שלי מדבר לא יפה. איך אני יכולה לשים לו גבולות ולעצור את זה?**

עניין הגבולות הוא אחד הנושאים הבעורים והמדוברים בתחום החינוכי. גבול פירושו תמרון שמורה דרך. הגבול משתנה בהתאם להשקפת העולם ולסגנון החיים שלנו. מקלחת כל יום, יום כן יום לא – בכל בית זה אחרת.

לכן בואי נחליף את המילה "גבול" במילה "חינוך". אנחנו מחנכים דרך התנועה הטבעית שלנו. הילדים קולטים מה חשוב ויקר בעינינו, ומה מכאיב ומאכזב אותנו.

מהשאלה שלך ניתן להבין שאת מצטערת מסגנון הדיבור שלו. הילד שלך יודע זאת היטב, הוא גדל בבית שלך. שמת גבול! חיינכת אותו!

המציאות שהילד אינו פועל כרגע על פי הערכים

קורס "יחודי ומעמיק המקנה ידע הלכתי וכלים מעשיים לחידוש חיי הנישואין ולבניית בתים נאמנים בישראל בהנחיית הרבנית שרה לוי



הפתיחה בחודש אלול הקרוב!  
073-222-1300

קורס להכשרת מדריכות  
כלה מגיע עד אליכן!

ירושלים  
חיפה  
פתיחת תקווה  
נתיבות

שליחה של  
קדושה



# גזר כהן

שיעורים כלליים שנמסרו  
בהיכל הישיבה הגדולה  
"אבני נזר" ע"י ראש הישיבה  
הגאון הגדול הרב זמיר כהן שליט"א

יומא טבא לרבנן ותלמידהון

פלפולים ועיונים על סוגיות  
הש"ס במסכתות בבא קמא,  
בבא בתרא, מכות וקידושין.



להזמנות: 073-222-1250  
חפשו ב-G 'הידברות שופס'



**להתגבר על הבגרות**  
עם הרב אברהם לשם

סדנת חינוך להורים  
בנושא נוער מתמודד

מפגש בונוס לאמהות עם הגב' פרי כהן	עו"ס יוסי בלוי	הרב יחיאל פליסקין	הרב מוטי זולברג	הרב אברהם לשם
-----------------------------------------	----------------------	-------------------------	-----------------------	---------------------

**לפרטים והרשמה**  
073-222-1-300

**ימי רביעי**  
החל מ-  
ג' אלול | 27.08.25  
6 מפגשים  
'בית הידברות'  
פתח תקווה

כלים פרקטיים • תובנות לחיים • ידע מחכים

## כעסת? הרטת!

הידברות מזמינה אתכם לסדנה נדירה בה תבינו בהיגיון בריא כמה  
פשוט לשלוט בכעסים וברגשות ואף להשתמש בהם לטוב!

בהדרכת הרב מרדכי חזזיה,  
הרב אהרן מרגלית והרב חיים זאיד

**הבטיחו את מקומכם**  
073-222-1-300

**5 מפגשים • ימי חמישי • החל מד' אלול 28.8.25**  
בית הידברות - אריה שנקר 20 פ"ת • לוגרים ולוגים בהפרדה מלאה

מיועד למשפחות מתחזקות ומסורתיות בלבד

**נרשמים לקיטת הדייטלית**  
חקבלים כרטיס מתנה: BUY ME למותגים המובילים

**נכנסים באופן ישיר להגרלות:**  
טיסה חופשית בכדור פורח,  
מנהרת הרוח Flybox ואקווריום ישראל

**יום שלישי הקרוב!!!**

**הארחת הקיץ האחרונה**  
תעזי אתכם באוויר

חפשו עכשיו עולם הילדים ב-G  
וצפו בכל המתנות <<<

073-359-2800

על עולם הילדים

**לעילוי נשמה:** פרחת בת סולטנה • יעל בת זלפה • פונגדה בן טורי • דבורה בת אסתר • הרב יחיאל יהודא זצ"ל בן הרב בצלאל ברוך פרידמן • עזיזה (עליזה) בת זוקה • עליזה בת שרה כהן • שילת לאה בת עליזה בן הרוש • רבי שמואל בן מני • בן ציון בן דבורה • נסים שלום בן מרים • רחל בת מסעודה • שאול בן גרציה • דודי דליה בת רחל • אליהו (אלה) בן רחל



**זיווג הגון וכל הישועות:** אסתר בת אריה דוד וסול



**ברכה והצלחה וכל הישועות:** יהושוע בן נילי

**לרפואה שלמה וכל הישועות:** שרה בת עדינה • חנה מאירה בת סעדה



## העלון מוקדש

להקדשת העלון  
חיינו 073-222-1388 שלוחה 3