

"אברהם אבינו"

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

כו תמוז תשפ"ו. פרשת: מטות-מסעי. מפטירין: שמעו דבר. התפילה במקום צבא. גיליון 972.

הדלקת נרות: י"ג 19:31 ת"א 19:30 ח'פה 19:34 באר שבע 19:30 צאת השבת: י"ג 20:22 ת"א 20:21 ח'פה 20:24 באר שבע 20:21.

לא יחל דברו, כָּל הַיָּצָא מִפִּי יַעֲשֶׂה

פרשת מטות-מסעי

פרשות מטות ומסעי הן שתי הפרשות האחרונות בספר במדבר. לעיתים קרובות הן נקראות יחד בשבת אחת, כמו בשנה זו, והן חותמות את תקופת ארבעים השנים של בני ישראל במדבר, רגע לפני הכניסה לארץ כנען.

דיני נדרים ושבועות: משה מצווה את ראשי השבטים ואת כל בני ישראל את דיני הנדרים, בפירוט החוקים הנוגעים להבטחות מילוליות שאדם מקבל על עצמו. התורה מדגישה את החובה לעמוד בדיבור: **לֹא יִחַל דְּבָרוֹ, כָּל הַיָּצָא מִפִּי יַעֲשֶׂה**. כמו כן, מפורטים המקרים בהם אב לבתו הצעירה או בעל לאשתו, יכולים להפר את הנדר.

מלחמת נקמה במדין: משה מצווה לצאת למלחמה אחרונה נגד המדינים, שגרמו לחטא החמור בבעל פעור. בני ישראל מנצחים במלחמה, והפרשה מפרטת את חלוקת השלל ואת תהליך טיהור הכלים שנלקחו בשבי.

בקשת שבטי ראובן וגד: שבטי ראובן וגד ואליהם מצטרף חצי שבט מנשה, שהיו בעלי מקנה רב, מבקשים משה לא להיכנס לארץ כנען אלא לקבל את נחלתם בעבר הירדן המזרחי, שהיה אזור מרעה מצוין. משה בתחילה כועס וחושש שהם ירפו את ידי שאר העם, אך לאחר שהם מתחייבים לעבור חלוצים לפני המחנה, להילחם בראש המערכה עד לכיבוש הארץ ורק אז לחזור לביתם, משה נענה ומאשר להם את הנחלה.

פרשת מסעי

הפרשה נפתחת בסקירה היסטורית מפורטת של כל התחנות שבהן עזרו בני ישראל מאז היציאה ממצרים ועד החנייה בערבות מואב, על ירדן יריחו. זהו מעין יומן מסע המנציח את הדרך הארוכה שעברו.

ירושת הארץ והשמדת העבודה הזרה: ה' מצווה את בני ישראל להוריש את יושבי הארץ עם כניסתם, לאבד את הפסילים והבמות שלהם ולחלק את הארץ בגורל לפי גודל השבטים.

גבולות הארץ: התורה מגדירה במדויק את גבולותיה של הארץ: גבול נגב, גבול ים, גבול צפון וגבול קדמה שיחולקו לתשעת השבטים וחצי השבט שנותרו.

ערי המקלט: התורה עושה אבחנה בין רוצח בכוונה תחילה, שעליו לעמוד לדין, ובמקרה של הרשעה דינו מיתה, לבין הורג בשגגה. השוגג אינו מחויב בדין, אך מותר לקרובו של הנהרג לנקום בו ולהורגו. כדי להינצל מנקמה זו, יכול ההורג בשגגה לנוס אל אחת משש ערי המקלט שיש להקצות, שלוש בעבר הירדן המזרחי, ושלוש נוספות בארץ ישראל המערבית. משהגיע ההורג בשגגה אל ערים אלו, אסור לגואל הדם לנקום בו ולהורגו. הנמלט יוכל לחזור לעירו בבטחה, רק לאחר מותו של הכהן הגדול של אותו הדור. יציאה מהעיר טרם עת, מאפשרת לגואל הדם להורגו.

בנות צלפחד: נציגי שבט מנשה פונים למשה בחשש שאם בנות צלפחד שירשו את אביהן יתחתנו עם גברים משבטים אחרים, נחלתן תעבור לשבט אחר והשבט המקורי יפסיד קרקע. משה קובע פסק הלכה: בנות שירשו נחלה רשאיות להתחתן רק עם גברים מתוך השבט שלהן. בנות צלפחד נישאות לבני דודיהן, ושומרות על הנחלה בתוך שבט מנשה.

בעיירה קטנה במזרח אירופה חי יהודי פשוט בשם זלמן. זלמן היה עגלון, אדם קשה יום שעבד מבוקר עד ליל כדי להביא פת לחם לביתו. למרות עניותו, זלמן היה ידוע בלב זהב ובמידת האמת שלו, הוא מעולם לא שיקר ומעולם לא הפר הבטחה. הנכס היקר ביותר של זלמן, אותו ירש מאביו, היה שעון כיס עשוי כסף. השעון היה ישן וחרוט, אך עבור זלמן הוא היה עולם ומלואו. באחד הימים, הגיע לעיירה, האדמו"ר מקוֹזְנִיץ. כל אנשי העיירה נהרו לקבל את ברכתו. גם זלמן עמד בתור הארוך, כשהוא מייחל לברכה לפרנסה טובה ולהצלחת ילדיו. כשהגיע תורו של זלמן, הוא נכנס אל החדר ביראת כבוד. הרבי הביט בעיניו הטובות של העגלון וראה את נשמתו הטהורה. זלמן ביקש ברכה, והרבי שהבחין בשרשרת השעון המבצבצת מכיסו, אמר לו בחיוך: זלמן, האם תהיה מוכן למכור לי את שעון הכיס שלך? זלמן נבוך. מצד אחד, השעון היה הזיכרון היחיד מאביו. מאידך, איך יסרב לצדיק? הוא השפיל את עיניו ואמר: רבי, השעון הזה יקר לליבי מאוד. אבל אם הרבי מבקש, אני מבטיח, בלי נדר שאשמור אותו עבור הרבי, ואביא לו אותו במתנה בביקורו הבא בעיירה, כשאסדר את ענייני המשפחה. הרבי חיך, בירך אותו בברכת פרנסה שופעת וזלמן יצא מהחדר מאושר. הוא נתן את מילתו, ועבורו מילה היא מילה. חלפו חודשים, והחיים גלגלו את זלמן למצוקה קשה. הסוס הזקן שלו, מקור פרנסתו היחיד, נפח את נשמתו. ללא סוס, זלמן לא יכול היה לעבוד. הילדים בכו מרעב, ובבית לא היה אפילו פרוסת לחם. אשתו של זלמן הפצירה בו: זלמן, אין ברירה. קח את שעון הכסף של אביך ומכור אותו בכסף שנקבל נוכל לקנות סוס חדש ולהאכיל את הילדים. זלמן הרגיש כאילו חרב מונחת על צווארו. אבל הבטחתו אמר בבכי. נתתי את מילתי לצדיק מקוֹזְנִיץ שהשעון שמור עבורו. אבל אמרת בלי נדר, טענה אשתו, ופיקוח נפש של הילדים דוחה הכל. זלמן ידע שהיא צודקת מבחינה הלכתית, אך ליבו סירב להפר הבטחה. הוא לקח את השעון, יצא אל השוק, אך במקום למכור אותו, הוא הרים את עיניו לשמיים ואמר: ריבונו של עולם, אתה יודע שנתתי את מילתי ואיני רוצה לחלל את דיבורי. אנא, עזור לי מבלי שאצטרך להפר את הבטחתי. בעודו עומד בשוק, ניגש אליו פריץ עשיר, בעל אחוזה גדול מהסביבה. הפריץ זיהה את זלמן כעגלון ישר והגון שנודע באזור. זלמן! קרא הפריץ, שמעתי שמת סוסך. יש לי כרכרה מפוארת וסוסים אבירים, ואני מחפש עגלון אישי, אדם שאפשר לסמוך עליו בעיניים עצומות. האם תרצה לעבוד אצלי? אשלם לך שכר כפול ומכופל, ואתן לך מקדמה כבר עכשיו. זלמן לא האמין למשמע אוזניו. הוא קיבל לידיו שקית מלאה מטבעות זהב מבלי שנאלץ למכור את השעון, ומבלי להפר את מילתו. כעבור שנה, חזר האדמו"ר מקוֹזְנִיץ לעיירה. זלמן, לבוש בגדים מכובדים ופניו קורנות, נכנס אל הקודש פנימה. הוא שלף את שעון הכסף והניח אותו על שולחנו של הרבי. הנה, רבי, אמר זלמן, קיימתי את הבטחתי. הרבי הביט בשעון, ואז הביט בזלמן ואמר ברגש: דע לך זלמן, שלא הייתי צריך את השעון שלך. אלא שראיתי בשמיים שנגזרה עליך גזירת עניות

קשה ואיבוד פרנסה. ידעתי שהדרך היחידה לבקוע את הגזירה היא על ידי שתקדש את פיך ותעמוד בניסיון של שמירת הדיבור. התורה בפרשת מטות אומרת: איש כי ידור נדר... לא יחל דברו, ככל היוצא מפיו יעשה. חז"ל דורשים: לא יחל, שלא יעשה את דבריו חולין. מי ששומר על דיבורו שלא יהיה חולין, הקדוש ברוך הוא מקיים את כל היוצא מפיו ומשנה עבורו סדרי בראשית. הרבי החזיר לזלמן את השעון במתנה, ובירך אותו שימשיך לראות ברכה והצלחה.

תועלות מדהימות של כמון

הכמון: משמש לתיבול תבשילים, אך בעבר הוא היה מרכיב חשוב ברפואה של תרבויות רבות.

נלחם בסוכרת: כמון מסייע לסובלים מסוכרת להפחית משמעותית את הסיכון לסבול מרמות סוכר נמוכות בדם. כפית אחת של כמון ביום, מספקת כשש עשרה אחוזים מכמות הברזל היומית הדרושה לנשים וכשלושים וחמישה אחוזים מזו המומלצת לגברים. הכמון מספק כששה אחוזים מהצריכה היומית המומלצת של מגנזיום, מינרל אותו הגוף לא יכול לייצר. נוגדי החמצון שהכמון מכיל הם בעלי תכונות אנטי בקטריאליות ולכן עוזרים לשמור על גוף בריא והרגשה טובה. צריכת כמון באופן קבוע נמצאה כתרופה לבעיות בעיכול, ביניהן כאבי בטן ושלושולים ומחזקת את היכולת לעכל מזון בצורה שתפיק ממנו את מירב המינרלים והוויטמינים. צריכת הכמון מגרה את הכבד לשחרר יותר חומצות וחומרי פירוק למערכת העיכול מאשר כשלא צורכים אותו.

עוזר לנקות רעלים מהגוף ובנוסף לכך הוא מכיל נוגדי חמצון שעוזרים לשמור על גוף בריא ונקי ממחלות. בשל העובדה שהכמון מסייע במיוחד בניקוי הקיבה ובשמירה על פעילותה התקינה, הוא מועיל במיוחד במניעת סרטן המעי הגס. בשל העובדה שהכמון מכיל ויטמין E ועוזר לשמור על העור מפני זיהומים, הוא תורם רבות לשמירה על עור בריא ולמניעת סימני הזדקנות מוקדמים. יתרון זה בא לידי ביטוי בשני מישורים: האטת תהליך היווצרות קמטים ומניעת הופעת כתמי גיל בשלב מוקדם של החיים.

בשל העובדה שהכמון מסייע בניקוי רעלים ובקטטריות מהגוף, הוא מפחית באופן משמעותי פצעי מוגלה. הכמון עוזר לגוף לנקות את עצמו בצורה הטובה ביותר, מבלי להפריש הצטברויות של זיהומים ותאים מתים לפני העור. הכמון מסייע גם במניעת הפרשות מוגלתיות אחרות, ובהן פצעי בגרות, פריחות ובעיות עור שונות. כדי להכין מהכמון משחה יעילה לטיפול בבעיות עור אלו, ערבבו חצי כפית כמון טחון עם כפית אחת שמן קיק. מרחו ישירות על האזור הרצוי וכסו עם פד גזה, או פלסטר למשך שתיים עשרה שעות.

מחזק את המערכת החיסונית: יכולותיו של הכמון למנוע זיהומים ולשפר את תפקוד מערכת העיכול, יחד עם תכולת נוגדי החמצון הרבה ושפע החומרים התזונתיים שמצויים בו, הופכים אותו לתבלין שמחזק באופן משמעותי את המערכת החיסונית. בכל גיל ובכל מצב, במיוחד בחורף, הכמון ישמור עליכם מוגנים מפני מגוון רחב של מחלות ותופעות לא רצויות. תכולת הברזל הגבוהה בכמון הופכת אותו לתבלין האידיאלי עבור אנשים שסובלים מאנמיה. הברזל הוא מינרל חיוני עבור ההמוגלובין שבתאי הדם האדומים, אותו המרכיב שמספק לדם את היכולת להוביל חמצן לתאי הגוף. מומחי תזונה רבים ממליצים לצרוך כמון כדי להקל בצורה טבעית על העייפות, החרדה וקשיי התפקוד שמהם סובלים אנשים אנמיים.

שיפור יכולתו של הדם להוביל חמצן ברחבי הגוף הוא ברכה עבור כל אדם, לא רק לסובלים מאנמיה, במיוחד בשל העובדה, כשהמוח מקבל יותר חמצן, כל התפקודים הקוגניטיביים משתפרים. רמות חמצן גבוהות ואספקה שוטפת של ברזל הם שני גורמים שנמצאו כמעכבי מחלות קשות כמו אלצהיימר ודמנציה. אחוז הסובלים ממחלות אלו נמוך באופן משמעותי לאלה המשתמשים בכמון באופן קסוע.

לכמון יש יתרון בריאותי מיוחד עבור נשים, ובמיוחד נשים בהריון. אכילת כמון לקראת סוף ההיריון ואחרי הלידה מומלצת מאוד, שכן היא משפרת את הפרשת חלב האם בזכות תכולת התימול שבו, חומר אנטי בקטריאלי ואנטי פטרייתי. שילובו של התימול עם הסיידן והברזל שיש בכמון עוזר לנשים להניק ללא קושי, וגם מסייע לנשים למלא מחדש מצבורים של חומרים תזונתיים שאיבדו.

אם גם אתם סובלים מקושי להירדם בלילה, יכול מאוד להיות שכוס תה עם דבש וכמון היא כל מה שאתם צריכים כדי ליהנות משינה רציפה ומרגיעה. הכמון ממריץ בעיקר בשל שיפור זרימת החמצן בגוף, וכשהמוח ציף, רמות חמצן גבוהות לא ממריצות אותנו כפי שהן עושות זאת בשעות היום. כמו כן, היות והכמון מרגיע את מערכת העיכול, גם בעיות שקשורות לכאבי בטן במהלך הלילה כבר לא יטרידו אתכם יותר.

תרכובות השמן אפיגנין, תימול ולוטאולין שמצויות בכמון מונעות גודש במעברי הנשימה, שממנו סובלים החולים באסטמה, ברונכיטיס ואלרגיות שונות. פעולתם העיקרית היא בהרחבת וניקוי קנה הנשימה, כך שלאחר תחילת פעילותו בגוף, שיעול אחד או שניים יכולים לנקות את גורמי הגודש בצורה יעילה. כשמעברי הנשימה נקיים והצטברות הליחה והריר בקושי מורגשות, יש לגוף זמן רב יותר לטפל במקור הבעיה שגורמת לתסמיני השיעול וקשיי הנשימה.

זמני התפילות

18:45	תפילת מנחה עש"ק פרשת מטות מסעי
21:30	שיעור לנשים בהנחיית הרבנית נופר
07:00	תפילת שחרית של שבת קודש
13:00	שיעור תהילים לבנות בהנחיית הרבנית נופר
14:00	שיעור תהילים לבנים בהנחיית הרבנית נופר
16:45	שיעור על הזוהר הקדוש עם חכם משה שושן
17:45	שיעור עם חכם עזרא עייני
18:45	תפילת מנחה של שבת קודש
לימוד וסעודה לע"נ הרב חנניה כהן בן רפאל זצ"ל ולעילוי נשמת הלן אסיאג בת רחל ז"ל	
20:10	תפילת ערבית של מוצאי שבת קודש
06:30	תפילת שחרית בימי חול (הודו)
18:00	תפילת מנחה בימי חול

לאחר תפילת מנחה דבר תורה מפי יצחק שלום כהן

מוקדש לעילוי נשמת

מורי ורבי, הרב חנניה כהן בן רפאל זצ"ל,

נפטר כ"ז תמוז, תשמ"ו.

הלן אסיאג בת רחל ז"ל נפ' כ"ח תמוז תשמ"ט

עומרי יצחקי בן סילביה נפ' כ"ח תמוז תשפ"א

יוסף כלימניאן בן מזל ומנשה ז"ל נפ' כ"ה אב תשפ"א

יחזקאל בן גורג'יי ז"ל נפ' כ"ז תמוז תשס"ט.

ליקט וערך עבד ה' יצחק שלום כהן

דוא"ל: ytzcak@gmail.com