

**העלון מוקדש** לרפואה שלמה וכל הישועות דרור יובל בן מלכה לע"נ שרה בת נרקיס ואהרון | לע"נ ניקול בת ז'ילט | לע"נ נור יחזקאל בן מויר | לע"נ חנה בת שמעון **להקדשת העלון חייגו: 073-2221388**

**זמן כניסת ויציאת שבת**

מוצ"ש ר"ת	מוצאי שבת	כניסת השבת
19:08	18:29	17:17
19:05	18:30	17:33
19:06	18:29	17:25
19:09	18:34	17:35

ירושלים  
תל אביב  
חיפה  
באר שבע

בחסות יקבי ירושלים

## הסדר הבא מתוך התווה

מדוע ביהדות היום מתחיל מהלילה, ואילו אצל אומות העולם להיפך?

### ראש ארגון הידברות - הרב זמיר כהן

ק לפני ימים אחדים סיימנו את התורה וכבר אנו שבים לתחילתה, בסימנא טבא.

כבר בפסוקים הראשונים המופיעים בפרשה, עולה תמיהה: מה ראה הקב"ה להתחיל את הבריאה בתווה ובוהו, והלא אין קץ ליכולותיו, ומדוע לא ברא את כל פרטי הבריאה כאשר הם כבר מסודרים וגמורים מיד כראוי?

התשובה לכך תלמדנו יסוד גדול. האדם מטבעו מצפה מעצמו, שכאשר הוא מחליט לתקן את עצמו בעניין כלשהו, כמו מידת הכעס או שמירת מצווה מסוימת, הוא בטוח שמיד יהיה מתוקן בה ויעשה אותה בשלמות.

אך כאשר הוא נכנס למסלול העבודה הרוחנית באותו עניין, מגלה כי העבודה ארוכה ורצופת מהמורות של עליות ונפילות. או אז עלול הוא להתייאש מתוך הרגשתו כי אולי זה לא בשבילו. ואינו יודע כי תכלית הבריאה היא להתמודד ולעבוד עד ההצלחה, ולקבל שכר על מסלול העבודה הארוך. לפיכך ביקש הקב"ה לחזק את האדם ולומר לו: "הנה ראה, גם אני התחלתי את הבריאה בתווה ובוהו!".

ללמדנו כבר בבריאת העולם כי זהו הסדר הטבעי בבריאה, להתחיל באי-סדר, כבכל אתר בניה, ומאי-סדר נוצר הסדר.

והנה, כאשר ברא הקב"ה את העולם בששת ימי בראשית, בכל



2 הרב יצחק פנגר הניסוי המפתיע



4 הסיפור של ולדר עיר, מקלט



7 הרבנית ימיה מזרחי ככה זה כשיש שניים

יום נאמר: "ויהי ערב ויהי בוקר". מקדימת הערב לבוקר בפסוק, למדו חז"ל שהלילה הולך אחר היום, ויש למנות כל יום החל מצאת הכוכבים עד השקיעה למחרת.

הבנה זו הפוכה מהבנת אומות העולם, שאצלם הלילה נגרר אחר היום שלפניו. אולם רמז גדול יש כאן: היהודי צריך לדעת כי כשם שהיום - מתחיל מהלילה, וכן העבודה הרוחנית האישית. ובוהו יעודד ויחזק את עצמו, שלפני שרואה אור במעשיו, רק טבעי הוא שקודם לכן עבודתו תהיה סבוכה ודומה לחושך הלילה. כי הנה הערב נקרא כך משום התערובת והבלבול הנראים לעין כאשר מתחיל החושך בערבו של יום, והבוקר על שם הביקורת ובהירות שאור היום מביא עמו.

באה התורה ללמדנו, כי גם אם כעת בזמן התווה ובוהו, חש האדם שהוא כביכול שרוי בחושך והכל מעורבב לנגד עיניו, אל דאגה. עוד יבוא היום לאחר הלילה, הכל יואר ושמחתו תהיה שלמה כאשר יראה את התוצאה המפוארת ויקבל שכר עמלו.

וזהו שאמרנו חז"ל כי "הצדיקים תחילתם ייסורים וסופם שלווה, ואילו הרשעים תחילתם שלווה וסופם ייסורים". לכן נחפץ בטבע היהדות שהיום הולך אחר הלילה, והשבת באה בסוף ששת ימי המעשה. ואילו אצל אומות העולם הלילה הולך אחר היום, ויום מנוחתם מתחיל בתחילת השבוע. ויהי רצון שזוכה לחזות בנועם זיו אור ה' בכל מעשינו. שבת שלום.

## שאל את הרב

מאת הרב אברהם יוסף, רב העיר חולון

● האם מותר לשאול חפץ מחבר ללא ידיעתו, כאשר ברור לי שאם היה יודע היה מרשה לי?

הגמרא (בבא מציעא כט, ע"ב) אומרת: "ניחא ליה לאיניש דתעביד מצוה בממוניה", דהיינו שאם השואל חפץ מקיים מצוה, בעל החפץ זוכה בחלק מהמצווה. אולם להלכה נפסק בשו"ע

(מה, ד), שאם יש ביכולתו לשמור על החפץ ולהחזירו למקומו - מותר, אבל אם חושש שלא יוכל לשמור עליו כהוגן, ואפילו אם זו טלית או תפילין שלא יידע לקפל אותם כפי שהיו אצל בעליו, אסור להשתמש בחפץ ללא רשות הבעלים. ולכן, אם בטוח שבעל החפץ היה מסכים שישתמש בו, אע"פ שאין

בשימוש מצוה - אפשר להקל. ואם יודע שאם ימתין מעט, בעל החפץ יגיע למקום ויוכל לבקש ממנו, עדיף להמתין. ● אכלתי עוגה ושכחתי לברך ולאחר שעתיים נזכרתי. מה צריך לעשות כעת? כל ברכות הנהנין מברכים עליהם עובר לעשייתן. ואם אכל או שתה ונשאר לו עדיין מאותו המאכל או המשקה, יברך

על מה שנשאר ויכוון לפטור את מה שכבר אכל או שתה. אבל אם לא נשאר, וכל שכן אם עבר זמן רב - אין לו לברך כלל. וכל זה לעניין ברכה ראשונה, אבל בברכה אחרונה צריך לברך כל זמן שלא התעכל המאכל, אע"פ שלא בידך ברכה ראשונה. ואחרי שעתיים בוודאי שאין לברך גם ברכה אחרונה.

יקירה, הזמיני אחת ממרצות הידברות לערב שכולו תודה והודיה שאת וחברותיך לא תשכחו במהרה ליופי ויקודים ופטרול חלה התודה מתחילה בחיוב שלך: 073-2221290

# מודה אני

האמתות בידיים שלי!

התודה פותחת שערי שמיים

בריאות תקוה שלום בית שפע שמחה משפחה זיווג פרנסה ילדים חיים חברים אהבה לכוונת תמיד אל מקב"ל!



# היכן הם המים אשר מעל השמים?

התורה מספרת על הפרדת מים ממים. היכן נמצאים המים העליונים?



**נתן שואל: "שלום. אנו יודעים שאין אוקיינוס של מים מעל השמים, אז מה הכוונה כאשר התורה מספרת לנו על מים עליונים? האם יש לכך הסבר מדעי?"**

\* \* \*

שלום וברכה נתן, ותודה על שאלתך. התורה מורכבת מפשט, רמז, דרש וסוד. חז"ל לימדו שמעשה בראשית נסתר מאיתנו, וחובן בו סודות רבים שרק יחידי סגולה זכו להשיג. אך אציע לך את פשט הפסוק "המים אשר מעל הרקיע" על פי מה שביארו המפרשים, ונראה כיצד הוא תואם את הידע המדעי שלנו. תחילה נראה כיצד התורה מציגה את העולם בראשיתו: "והארץ היתה תוהו ובוהו, וחושך על פני

על כן, במטרה לאפשר את הופעת היבשות, היה צורך להוציא מכדור הארץ כמות אדירה של מים, ויחד עם זאת, לייצר אטמוספירה חדשה לכדור הארץ. רש"י מבאר את בריאת הרקיע באופן זה: "יחזק הרקיע, שאף על פי שנבראו שמים ביום ראשון, עדיין לחים היו".

בפסוק ו' מסופר על הפרדת "המים אשר מעל לרקיע", ומפשוטו נוכל להבין שאלוקים אידה כמויות אדירות של מים אל החלל החיצון. כיום אנו יודעים כי מים אשר יוצאים מחוץ לאטמוספירה קופאים לקרחונים ונוודים. על כן, הגיוני להניח שהמים אשר אלוקים העלה מעל הרקיע נהפכו לקרחונים (הנקראים במדע בשם "שביטים") ונדדו אל החלל הרחוק. המלבי"ם ביאר: "ויאמר אלוקים יקו המים - טרם שנתהווה הרקיע לא היה אפשר להקות המים, אחר שהיו המים אדיים ממולאים ביסוד הרוח, והיו כמותם כמה מאות פעמים ממה שהם כשהם פשוטים... כמו שכתוב במדרש רבה (פ"ד): כחלל שבין הארץ לרקיע כך יש בין הרקיע למים העליונים".  
המשך בעמוד 5...

תהום, ורוח אלוקים מרחפת על פני המים" (בראשית א, ב).

המילים "חושך על פני תהום" יכולות ללמד שכדור הארץ היה בתחילתו מכוסה ים עמוק, ללא יבשות, ללא אטמוספירה (אוויר), ונמצא בחושך מוחלט בחלל החשוך. התורה מלמדת על תהום עמוקה של מים אשר כיסתה את הארץ הבראשיתית, כפי שנאמר בסוף הפסוק: "על פני המים". המילה "תהום" בתנ"ך פירושה תהום עמוקה של מים: "תהומות יכסימו, ירדו במצולות כמו אבן" (שמות טו, ה).

לאחר מכן מסופר: "ויאמר אלוקים, יהי רקיע בתוך המים, ויהי מבדיל בין מים למים. ויעש אלוקים את הרקיע, ויבדל בין המים אשר מתחת לרקיע, ובין המים אשר מעל הרקיע, ויהי כן. ויקרא אלוקים לרקיע שמים" (בראשית א, ו).

רקיע בלשון המקראית פירושו חלל ריק או "אוויר" כפי שמתאר זאת האבן עזרא. בימינו ההגדרה המדעית למושג זה תהיה "אטמוספירה". תחילה ראינו בפסוק ב' תיאור של כדור הארץ הבראשיתית במצב שבו היה מוצף ים, כאשר הארץ נמצאה עמוק מתחת לפני הים.

## התוצאה המפתיעה של הניסוי

זה אולי נשמע מוזר, אבל כאשר אנחנו עמלים ומשיגים את המטרה שלנו בעצמנו, הסיפוק והשמחה הרבה יותר גדולים מאשר נקבל את אותו הדבר ללא מאמץ

ההחלטות עבורם. לקבוצה השנייה ניתנו תנאים נפלאים - יעשו הכול בשבילם, כדי לתת להם את התנאים הטובים ביותר, כדי שיהיו שבעי רצון לחלוטין. מפעם לפעם נבדקו מדדים שונים בשתי הקבוצות. לאחר 18 חודשים נמצא, שבקבוצה הראשונה - שהייתה יותר עצמאית, ופעלה למען עצמה - היו האנשים בריאים יותר מבחינה פיזית, ונמצאו בהם פחות בעיות של דיכאון. הסיכוי שלהם להמשיך לחיות היה בחמישים אחוז גבוה יותר מאשר בקבוצה הפסיבית - "המפונקת".

חלום ליל קיץ - מישהו (אולי גמד קטן) יבוא ויעשה במקומנו את כל העבודה שלנו... מה יותר נחמד מזה!? הרבה יותר נחמד מזה לזכות לסיפוק ולהנאה שיש בעקבות השקעה וטרח.

כאשר אנחנו עמלים ומשיגים את המטרה שלנו בעצמנו, הסיפוק והשמחה הרבה יותר גדולים. חז"ל אומרים "לפום צערא אגרא" (אבות ה' כ"ג) - לפי הצער, כך השכר.

ככל שאדם מתאמץ יותר - הן מבחינה פיזית והן מבחינה רוחנית ונפשית - בעשיית המצווה, השכר שלו גדול יותר. ניתן לומר זאת גם לגבי הסיפוק והשמחה שיש לאדם מעשיית המצווה.

לרכישת ספרו החדש של הרב יצחק פנגר "פיסיפס - אומנות הזוגיות - כלים מעשיים להצלחה בחיי הנישואין" חייגו להידברות שופט: 073-222-12-50

## איכות חיים

מאת הרב יצחק פנגר



בבית אבות מטופח ונאה בארה"ב נערך ניסוי. דיירי בית האבות - שהיו כולם עצמאיים ובמצב בריאותי מניח את הדעת - חולקו לשתי קבוצות. אחד מהעובדים לקח את הקבוצה הראשונה לשיחה, ואמר להם: "התאספנו היום יחד, מכיוון שהתפלאתי לשמוע, שרבים מכם אינם מודעים לכל האפשרויות שמציע המקום הזה. בנוסף, חלק מכם לא מודעים להשפעה שיש לכם עלינו כצוות. אנא, קחו לתשומת לבכם מספר נקודות חשובות: ראשית, ניתנת לכם האחריות להחליט, האם אתם רוצים לעשות את המקום הזה מקום שתוכלו להתגאות בו או לא, האם יהיה נעים לחיות פה, או לא.

שנית, אתם תחליטו באיזה אופן יהיה החדר שלכם מסודר. אם הבחירה שלכם היא להשאירו כפי שהוא עכשיו, הוא יישאר כך. אם ברצונכם לשנות, אמרו זאת לצוות, ויסייעו לכם לשנות ולשפר כרצונכם. נקודה שלישית - ההחלטה לגבי האופן שבו תבלו את זמנכם, נתונה בידיכם. אתם תחליטו, איך אתם רוצים לנהל את הזמן שלכם. אתם תחליטו, האם ומתי אתם רוצים לבקר חברים. ואתם תקבעו, האם תקדישו זמן ללימוד, לציוו, לשמיעת מוזיקה או לכל עיסוק אחר.

במילים אחרות, אלו החיים שלכם, ואתם יכולים לנהל אותם ע"פ בחירתכם. אגב, לכל דייר יש אפשרות לקבל עציץ לחדר שלו.

הרב עמונאל מזרחי . הרב אליהו עמר . הרב שי עמר . הרב ראובן זכאים הרב יצחק גבאי . הרב יגאל כהן . הרב מרדכי לוי . רפאל יונס . מרדכי חזיה

חוגי בית עם מיטב המרצים

אצלכם בבית או בקהילה! הרכאה בן-של: זוגיות | חינוך ילדים | תורה ומדע | אסטרולוגיה | קבלה | שם האדם ועוד...

להזמנת מרצה / רב חייגו: **073-2221-290**  
ללא עלות! מתאים לערבי חיזוק, ראש חודש, ערבי חג ועוד...

**ליאור שטרן**  
אוסן לחימה 'קונג פו'

**אברהם סיני**  
גר צדק קצין חיזבאללה מלבנון

**יהודה פרץ**  
הכומר שהתגייר

**חנן לדרמן**  
שחקן טלוויזיה לשעבר

# סחיטת לימון בשבת - מותר או אסור?



## האם מותר לסחוט לימון בשבת?

כתב מרן השולחן ערוך בלשון זו (סימן שב סעיף ח) "מותר לסחוט לימוני"ש [לימונים]". אמנם מאחר והדרך לסחוט לימונים לרוב, ויתירה מכך רוב הלימונים מיועדים לסחיטה ולא לאכילה, אם כן מדוע פסק השולחן ערוך ועוד רבים מהפוסקים שמותר לסחוט לימון בשבת, והלא גם בזמנם היו סוחטים לימונים לרוב? ידועה תשובת ש"א, כי אין סחיטת הלימון דומה לסחיטת שאר הפירות, שבסחיטת שאר הפירות, המשקה שלהם מיועד לשתייה כמות שהוא [וכן השמן מיועד לשימוש להדלקה כמות שהוא], מה שאין כן בלימונים המשקה לא מיועד כמות שהוא לשתייה כי הוא חמוץ, אלא רק עם תערובת

**אשכולית**  
מותר לאכול אשכולית חצויה בכפית, אף שבאכילתו נסחט ממנה. כיון שאינו סוחט בידיו ממש אלא כלאחר יד בנינוי, וגם משום שסחיטת אשכולית מדרבנן, ו"פסיק רישיה דלא ניחא ליה בדרבנן, מותר" ואפילו אם הוא מעוניין גם במשקה, הרי הוא סוחט לתוך האשכולית שהיא אוכל, ומשקה הבא לאוכל כאוכל. גם כיון שהוא עסוק באכילת הפרי, אין לזה שם סחיטה.

**ריסוק משקה "קרח" (איגלו)**  
אין לרסק "איגלו" או "שלוק" בידו או בנינוי כפי שרגילים בכך לשאוב את המיץ, אבל מותר לרסק כדי שיוכל להכניס לפיו חתיכות, חתיכות.

**ריסוק סוכר**  
מותר לבחוש בכפית ולרסק את הסוכר או קוביות הסוכר. שדוקא קרח אסור לרסק, משום שנהפך למים ודומה לסוחט, אבל הסוכר אינו נהפך למים, אלא נימוח בלבד.

להזמנת הרצאות של הרב בתחומים שונים:  
054-8448909 לשאלות נוספות: 073-2221290

במאכל, בסלט, וכדומה, ואינו בא אלא לתת טעם במאכל או במשקה והביא כל זה בספר לית חן סימן ט למרן רבנו עובדיה יוסף זצ"ל.

**סיכום ההלכה:** מותר לכתחילה לסחוט לימון לתוך כלי ריק, כדי להכין לימונה או כדי לתת בסלט לשתות כמות שהוא.

אמנם יש להזהר שכל הפירות המותרים בסחיטה, מותר לסוחטם ביד בלבד **אבל לא במסחטה**, משום שנראה הדבר כמעשה של חול.

מותר להניח פרי בשפתו ולמצוץ מתוכו את המיץ, ובענבים נכון להחמיר, וכל שכן שמותר לתת את הפרי בפיו למוצצו ולהשליך השארית, שכל אלו אינם דרך סחיטה.

ויש לערוך על הברכה, המוצץ פרי, מברך עליו ברכת "שהכל נהיה דברו". אולם המוצץ ענבים, אינו מברך "שהכל" אלא "בורא פרי העץ", כיון שיש חשיבות למשקה היוצא מהענבים. אבל לא יברך "בורא פרי הגפן", כל עוד שלא נסחט המיץ מהפרי, כן פסקו גדולי הדור מרן הרב עובדיה יוסף זצ"ל ומרן הרב בן ציון אבא שאול זצ"ל.

# "הרגשנו שיש לנו הכל, אך בעצם אין לנו כלום"

נחמן פנחס ומושה חי פולטוב זכו להצלחה רבה כצוות הווי ובידור, אבל אך הישג גשמי לא הצליח לחפות על תחושת הריקנות הקשה. "היום אנחנו יודעים שלא באנו לעולם כדי להיות עבדים ליצר הרע"

המקומי, בתל אביב. "בשלב זה כבר קיבלתי על עצמי ללכת עם יציאת, זמן קצר לאחר מכן הגיע תור הכיפה. אבל ההמשך לא היה קל בכלל, וחוויתי הרבה בדיכונות וניסיונות עד שהדרך התייצבה. שנתיים לאחר המסע האישי שלו אל היהדות, הצטרף אליו גם חברו משכבר - משה חי פולטוב, שבאותה תקופה עבד כספר, באחת המספרות הכי מבוקשות בתל אביב. "משה ואני מכירים כבר מגיל 13, והחיבור שלנו היה מאוד טוב. אין דבר כמעט שלא עשינו יחד, וכשאני התחלתי לחזור בתשובה, היה ברור שגם משה חי יחזור מתישהו".

ומשה חי מוסיף: "כשראיתי את השינוי הפנימי שהוא עבר, זה עשה לי טוב על הלב, וסקרן אותי. התהליך הרוחני שינה אותו מאוד לטובה והפך אותו לאדם שמח באמת. מה שכל השאר - התהילה, הכסף והפרסום - לא הצליחו".

כיום הוא לומד בשעות הערב בכולל, ובחציו השני של היום - ביחד עם נחמן פנחס כמובן, ממשיך בזיכוי הרבים, ומרגיש בר מזל מתמיד. גם פנחס שהתפלל למצוא ישיבה ולהקדיש עצמו ללימוד התורה הקדושה כדי ש'יהיו לי את הכלים להתמודד מול עולם החומר' - לומד כבר 14 שנה באחד הכוללים בבתי ים, ו"נלחם על כל גרם של קדושה", כהגדרתו. "זה לא פשוט להגיע מהמקום שאנחנו הגענו, ובכל זאת להישאר לאורך כל הדרך עם רצונות קדושה. צריך לזה הרבה תפילות ובכיות, צעקות, מסירות נפש ועמידה בניסיונות בכל מחיר".

מעוניינים לשתף אותנו בסיפור התשובה שלכם?  
צרו קשר בדוא"ל [shira@hidabroot.org](mailto:shira@hidabroot.org)

ובתוך הצונאמי הזה, שמשך אותו אליו בלי יכולת להתנגד ופירק אותו מבפנים, הרגיש פנחס ש'יש לו הכל - אבל אין לו כלום'. "אבל לא הבנתי איך זה יכול להיות? הרי כולם מחפשים את האושר במקום הזה של היוקרה, הכסף, והמעמד... אז מה יש כאן, אם אין אושר? אחרי מה כולם נוהרים? ממה כולם כל כך מתלהבים? אז יש לי דירה, ומיליונים בבנק, ופרסום ותהילה - אבל לא רק שאני לא מאושר, אני מרגיש ריקנות מוחצת. עצבות ודיכאון שאי אפשר להסביר במילים".

הוא החל לשאול שאלות, לחקור ולבקש, ואז כמו מלאך משמיים, נשלח אליו חבר שהסביר לו על ר' נחמן, ועל הנסיעה לאומן. "זה היה הרגע שבו אמרתי לעצמי: 'כבר היית בכל כך הרבה מקומות בחו"ל, מה אכפת לך לנסות גם את זה?'. נסעתי איתו לאומן, וכשהגעתי לשם - לא האמנתי למראה עיניי. ראיתי יהודים מכל הסוגים, וקיבוץ הגלויות הזה פתח לי את הלב, הרחיב אותו והכניס אליו את כל המתנות הרוחניות שחיכיתי להן שנים".

באותו מסע היה גם הרב שלום ארוש, ותלמידו לימדו את פנחס כיצד להתפלל, ועל מה לבקש. "זו הייתה הפעם הראשונה שבה צעקתי והתפללתי מקירות לבי לבורא עולם. זה היה מסע רוחני חזק, שהחזיק אותי למשך הרבה זמן אחר כך".

כשחזר ארצה, היה ברור לו שהחיים שלו כבר לא יהיו אותו דבר. "פתאום, כל מה ש'החזקתי' מהגוף ומהחיצוניות, ירד לטמיון. פתאום זה לא עניין אותי. רציתי להשקיע בפנימיות, במידות הטובות, בדברים שבאמת הופכים את הבנאדם, לטוב".

כך החל פוקד את שיעורי התורה בבית המדרש

## מתחזקים

מאת שירה כהן



כשמדברים במושגי הנאה והצלחה חומרית של העולם הזה, ננחמן פנחס ומושה חי פולטוב, רקדנים ודוגמנים לשעבר, מבתים - יש הרבה מה לתרום לשירה. אחרי מסלול בן למעלה מעשור, בו דגמנו ורקדו על הבמות הנחשקות ביותר בארץ ובעולם - הם חוזרים הביתה, לאבא, ובפיהם שגורה אמירה אחת: 'ראינו כל מה שאפשר לראות, טעמנו מהכל. אין כמו הבית, ואין כמו עולם התורה והמצוות'.

ההצלחה החלה להאיר להם פנים לפני כעשור כשהצליחו לרקוד ולשלהב את הקהל באירוע בהנחייתו של ידידי ההרי (הררי?). אחרי אותה הופעה, כבר היה ברור לשניהם שזה מה שהם צריכים לעשות בחיים. "ההצלחה הייתה מסחררת, ועשינו המון כסף. וכשמייצנו את הפרסום והתהילה בארץ, טסנו ליוון".

ביוון חיו כמה שנים, וגם שם זכו לסיקור נרחב בתקשורת המקומית. זו הייתה פסגת ההצלחות, המקום שאליו שואף כל מי שעוסק בתחום. אבל דווקא אז, בשיא - קרה הבלתי ייאמן. "יום אחד, ישבתי בדירה שלי בתל אביב, ושתיתי להנאתי משקה חריף", משחזר פנחס בן ה-43, נשוי ואב לשלושה. "זו הייתה הדרך שלי להירגע מעמל היום, אלא שבאותם רגעים, הרגשתי צונאמי של עצבות וריקנות - מציץ את הלב שלי. עד היום, כשאני נזכר בתחושה הזו, אני מצטמרר".

גם אתם רוצים לקחת חלק בהפצת העלון? הירשמו עכשיו, וקבלו עלונים לחלוקה עם שליח עד הבית! (ההפצה נכונה בהשתתפות סמלית בעלות ההפקה)

הייגו עכשיו: 073-2221388

עריכה: צוריא גביון | עריכה גרפית: שני מויאל | ניהול תוכן: דודו כהן | הפצה ולוגיסטיקה: טליה זכריה ואתי שמיר

אוהבים את הידברות? עונג שבת?



# עיר, מקלט

לכל אחד יש תחביב. אך לאביה של גיבורת הסיפור היה תחביב משונה מעט, שהתמקד בשיפוץ מתמיד של מקלט הבניין, עד לכדי לובי מפואר. דרך המקלט הזה מתגלה סיפור אנושי מרגש, שבמרכזו גיבורת הסיפור וחברת ילדות שלה, סביב מסע העובר דרך כל מלחמות ישראל ומפגישים את הקורא עם חוויה מטלטלת עד לסיום הבלתי צפוי...

הכל הביטו ב א ב י , והוא ניגש ושאל: "מי זה?"

נשמע קול, אך הרעש בפנים לא איפשר לשמוע "שששש", אמר אבי. כולם שתקו, ואז שוב נשמע הקול: "אנחנו שכנים מהבניין ליד". הם לא היו צריכים לומר את שם המשפחה. המבטא הצרפתי עשה זאת בשבילם. זו הייתה משפחה שכונתה בשם 'פרנסואה' (על שם הכלב שלהם), עולים חדשים יחסית שהגיעו לאחר מלחמת ששת הימים והיו בטוחים שהם מגיעים למקום הבטוח בעולם וכעת גילו שלא. הייתם צריכים לראות באיזו מהירות לקח לשכנים להחליט שהם אינם מסכימים שהאורחים הצרפתיים ייכנסו למקלט. "למה?" שאל אבי. "יש להם מקלט", אמרו השכנים, "שילכו למקלט שלהם".

אבי אמר: "זה בסדר, תיכנסו". מספר שכנים החלו למחות, אך אבי תפס סמכות ואמר: "שאישי לא יאמר כאן מילה לגבי המקלט. אתם לא שילמתם פרוטה על הפאר הזה. אמנם זה מקום השייך גם לכם, אבל את הזכות להחליט מי ייכנס לכאן אני חושב שקניתי במחיר מלא". השכנים לא קיבלו זאת: "תסלח לנו, אדוני, אנחנו לא ביקשנו ממך לעשות כלום ואין לך זכות להכניס אנשים זרים בלי רשותנו..."

הסתכלתי על אבי, המהנדס המאופק, שפתאום החל לנאום: "שכנים יקרים", אמר, "כעת שעת 'נעילה': אלה הרגעים האחרונים להתפלל על גורלנו לכל השנה. אנחנו מתפללים לבורא העולם 'פתח לנו שער בעת נעילת שער'". כאן אבי בכה. לראשונה בחיי ראיתי בוכה. "אנחנו כאן במקלט, ואין איש היודע מה יעלה בגורלנו. כולנו, דתיים וחילוניים, מתפללים לבורא עולמים שיפתח לנו שער הצלחה ובריאות ושלוש, ואיך אלוקים יפתח לנו שער אם אנחנו לא פותחים את שערינו בפני הזר שהוא לא ממש זר אלא שכן כאן ברחוב? הבה נפתח להם את שערי המקלט שלנו, ובורא עולמים ימטיר לנו שפע של עזרה". לשמע הדברים הנרגשים של אבי שיצאו ממעמקי לבו, כולם פינו מקום והחלה תפילת 'נעילה' שאותה לא אשכח כל חיי.

מאותו היום, כמעט בכל יום היו אזעקות ואנו בלינו זמן רב במקלט, ומשפחת פרנסואה אנתו. במהלך הימים כולנו התחברנו למשפחה, ואני התודעתית לבת גילי ושמה "פסקל". תודו שזה שם שקשה לשכוח.

תהום הייתה פעורה ביני לבין פסקל, אך אנו הצלחנו לגשר עליה, כי לא ממש הייתה לנו ברירה. שיחקנו יחד והתחברנו זו לזו בימים הקשים הללו של המלחמה.

פסקל גם השתתפה במסיבת בת המצווה שלי שהתקיימה, איך לא, במקלט המפואר.

ואז הסתיימה המלחמה. עם ישראל ספג שלושת אלפים הרוגים, שארבעה מהם משכונתנו, אם כי לא מהבניין שלנו.

חודשים ספורים לאחר המלחמה עזבה משפחת פרנסואה את השכונה. איש לא שאל לאן ולא הגיע להיפרד.

רק אני ופסקל ישבנו בבית ממש עד שהמשאית הסתלקה, ונפרדנו. היא סיפרה שאבא שלה קיבל עבודה טובה במרכז הארץ, אפילו לא שאלתי איפה. אחר כך הצטלמנו ליד המשאית למזכרת ונופפנו לשלום זו לזו.

שנים חלפו, ואני ומשפחתי עברנו לגור באחד מיישובי גוש קטיף. התגוררנו שם שנים עד שבשנת 2005 קרה משהו ששינה את חיינו מהקצה אל הקצה. הגירוש מגוש קטיף.

לא האמנו שזה יקרה לנו. נאבקנו, נלחמנו, התפללנו, הפגנו, אבל בסוף התרחש הבלתי יאומן. נאלצנו בכוח לפנות את בתינו, והמקום שחינו בו הפך לשממה.

כמו כולם, הועברנו למעין עיר שהוקמה בתוך מספר שבועות. מווילה עם שלושה מפלסים ירדנו לקרוואן צפוף, ובעלי ואני נותרנו ללא עבודה ועם שברון לב נורא.

איני צריכה לספר מה קרה למפונים מגוש קטיף. כל הרעות כולן: לקחו את ביתם, את פרנסתם, והותירו אותם ללא שורשים וללא תעסוקה, עד שרובם נבלו וכמשו כלכלית, אך חמור מזאת, נפשית וגופנית. ילדיהם של רבים מאתנו שילמו בנפילה רוחנית וחינוכית.

כחודשיים לאחר הגירוש, בשיא הייאוש והכאב, קיבלתי טלפון מאמי. "מישהי התקשרה אלינו וביקשה שתחזרי אליה", אמרה ומסרה לי מספר טלפון.

רשמתי אותו, ובגלל העומס שהיה מוטל עליי שכחתי ממנו ברגע שרשמתי. יומיים לאחר מכן אני מקבלת טלפון. "שלום", אמרה הדוברת, "את יודעת מי אני?"

"פסקל", אמרתי אפילו בלי להסס. "אני לא מאמינה, את זיהית את הקול שלי?"

"את הקול לא כל כך, אני מודה, אבל את המבטא הצרפתי שלך לעולם לא אשכח", אמרתי.

"מה שלומך?" שואלת פסקל, "אני דואגת לך עם כל מה שעברת לאחרונה. את מאלה שגורשו מגוש קטיף, נכון?"

"מאיפה את יודעת זאת?" שאלתי, "אני חושבת שעברו שלושים שנה מאז התראינו לאחרונה, ולא

ולדתי לפני חמישים ושלוש שנים בעיר בצפון הארץ. היינו מהמשפחות הדתיות הבודדות באזור.

במלחמת ששת הימים הייתי בת שש, איני זוכרת הרבה מהמלחמה ההיא, אף שהוריי סיפרו לי עליה רבות.

נקודה חשובה שהתרחשה בעקבות המלחמה היא, שאבי החליט לבנות מקלט ברוב פאר והדר. אבי תכנן, הזמין פועלים, הם חפרו, הרחיבו, יצקו ובנו מקלט רחב ידיים, מואר ונקי כמו מוזיאון.

הוא צבע אותו מדי שנה (אף שלא היה בו שימוש), התקין מערכת איורור, שירותים ומקלחות מצוחצחים, הוא בנה ארון משחקים וקנה משחקים חדשים שייפתחו רק במקרה ש...

בינתיים גדלתי והתקרבותי לגיל בת מצווה. את חגיגת בת המצווה הייתי אמורה לקיים בראש חודש חשוון.

יום הכיפורים הגיע. אני זוכרת שהשתתפתי בתפילה מתחילתה והייתי גאה בעצמי על כך שאני צמיה. היה זה הצום האחרון מתוך שלושה לפני בת המצווה.

ולפתע התהפך הכל!

\*\*\*

מלחמת יום הכיפורים פרצה. כולם רצו הביתה מבית הכנסת, לא יודעים מה לעשות, ואז שמעתי בפעם הראשונה את האזעקה וזכרתי במקלט...

לא רק אני זוכרתי. כל השכנים כמובן רצו למטה. אבי פתח את המקלט וכולם נכנסו ללובי המפואר שאבי בנה.

אני זוכרת את הילדים מתנפלים על משחקי הקופסא, את שאר השכנים מתיישבים להם על הספות, ורק אני ומשפחתי ישבנו בפניה והתפללנו.

לאחר זמן, ניגשו מספר שכנים וביקשו גם הם להתפלל. הם, שהיו רגילים לבוא בתפילת 'נעילה', אם בכלל, התפללו גם שחרית ומוסף, אולי מאי נעימות, אולי כי ממילא היה משעמם ולא היה מה לעשות, ואולי כי באמת חשו צורך להתפלל.

הערב החל לרדת, וממש בעת 'נעילה' נשמעו נקישות על דלת המקלט.

זהו יום של אהבה!

מחלקת 'שלום בית' - ארגון הידברות  
מנחי 'שלום בית' מנוסים יעניקו לכם הדרכה זוגית

בנושאים שונים: < תקשורת זוגית < נישואים שניים < הדרכה זוגית לבעלי תשובה < מערכת היחסים עם הורי בני הזוג < גישור על פערים בין בני הזוג על רקע דתי ועוד...

דיסקרטיות מובטחת!

073-222-1-310

לתאום פגישה באזור ממוקמים:



# היכן הם המים אשר מעל השמים?

גם מעשה המבול יכול לרמוז על כמות אדירה של גשמים אשר הגיעה מחוץ לאטמוספירה: "וארובות השמים נפתחו..." (בראשית ז, יא). ידוע לנו כיום על כוכב לכת שנמצא במצב דומה: שבתאי. את כוכב הלכת שבתאי מקיפות שמונה טבעות ענק העשויות מאינספור גושי קרח קטנים. אפשר לומר שיש כיום "מים אשר מעל לרקיע" בכוכב הלכת שבתאי. הפסוקים שראינו יכולים להעיד על כך שכוכב הלכת שלנו היה בעברו דומה מאוד לכוכב הלכת שבתאי. אמנם בימינו, ידוע שאין טבעות אדירות של קרח המקיפות את כדור הארץ. אך אפשר להסביר כי בתקופה מסוימת הקרח שהקיף את כדור הארץ נדד אל החלל החיצון, אולי לאחר המבול. כיום מרחפים במערכת השמש שלנו אלפי שביטים אדירי ממדים, העשויים ברובם קרח. מי יודע אם כמה מהם לא היו בעברם הרחוק חלק מן התהום שכיסתה את כדור הארץ בראשיתו? נצפו עד כ-5200 שביטים מחזוריים במערכת השמש שלנו.



גם לאחר יצירת הרקיע, נותרה היבשה הבראשיתית מתחת לפני הים, אלא שכעת יבשה זו לא היתה מכוסה תחת תהום עמוקה, ודי היה בניקוז המים לאוקיינוסים השונים כדי שתיראה היבשה לראשונה: "ויאמר אלוקים, יקוו המים מתחת השמים אל מקום אחד ותראה היבשה, ויהי כן" (בראשית א, ט). האטמוספירה נבראה, אולם היבשה לא נגלתה עד היום השלישי (לכן ביום השני לא נאמר "כי טוב", כפי שמבאר רש"י על פסוק ו'). נמצאנו למדים שגילוי היבשה נעשה בשני שלבים, השלב הראשון באידוי מים רבים מן הים אל החלל תוך יצירת האטמוספירה, והשלב השני ביצירת האוקיינוסים באופן שתגלה היבשה. תיאור הבריאה בספר בראשית תואם את הידע המדעי באופן יוצא מן הכלל, כפי שאפשר ללמוד מפשט הפסוקים דברי המפרשים.

לכתבות נוספות של דניאל בלס, מוזמנים הקוראים לבקר במדור "תורה וסדע" שבאתר הידברות

\*\*\*

ואז החלה להשתפך במונולוג, שרובו עברית וחלקו צרפתי. "עשינו עלייה. לא השתלתי טוב, והשכונה לא האירה לי פנים. כולם קראו לנו משפחת פרנסואה על שם הלב שלנו... כן, אני בטוחה שגם את... בכלל לא התייחסו אלינו. וכשהייתה אזעקה רצנו למקלט. היו שם שכנים לא מוכרים שצעקו ודחפו, והמקלט היה טחוב וקטן ולא יכולנו לנשום. אמא אמרה לאבא בצרפתית: 'אני יוצאת מכאן, לא יכולה לחיות ככה', ויצאה. אבא ניסה להחזיר אותה, אבל היא לא הסכימה, ואני ראיתי את אבא רץ אל אמא, כשבחוץ חשש מהפצצות ממטוסים.

"רצתי אליהם, אף שפחדתי, ואמרתי שבבית הסמוך יש מקלט יפה מאד ומודרני. איך ידעתי? נו, הייתי ילדה בודדה ומשועממת, וצפיתי שעות רבות בתהליך הבנייה של אבא שלך... אבא שלי לקח את אמא ואותי, ורצנו לבניין שלכם. דפקנו ולא ענו, ואז אבא דפק חזק יותר ושמענו קול וביקשנו להיכנס. שמענו צעקות, והבנו שלא נותנים להיכנס, ואז נפתחה הדלת וראינו מול עינינו את הוויכוח בין השכנים לבין אבא שלך.

"אבא שלך דיבר על תפילת 'נעילה' ואמר: 'פתח לנו שער בעת נעילת שער' והתחיל לבכות. ואז ידעתי שתמיד אני אהיה שומרת מצוות גם אם אהיה חילונית.

"הכרתי אותך מרחוק ומעולם לא העזתי לגשת אליך, כי היית ישראלית וגם היית דתייה. ואז אבא שלך אמר: 'בואו, נפתח להם את השער ואלוקים יפתח גם לנו'. ראיתי אותך בוכה, והבכי הזה נחרט בלבי לעולמים. ואז הכניסו אותנו. לא רק למקלט נכנסנו, אלא לישראל, לשכונה וללב של השכנים. את היית החברה הראשונה שלי כאן, וגם אם לא שמת לב לזה, היית אז האדם המשמעותי בחיי. זו הייתה תקופה כל כך חשובה בשבילי, וכשנפרדנו, ידעתי שאיני נפרדת באמת. בלב שלי תמיד זכרתי את הילדה שהייתה החברה הראשונה שלי בישראל.

"עברו כל כך הרבה שנים, ופתאום אני פותחת את העיתון ורואה את הילדה ההיא בוכה שוב, ואני מתחילה לבכות ומביטה שוב ושוב ויודעת שזו לא את, אבל זו בוודאי הבת שלך, ואני מיד מתחילה לחשוב איך להגיע אליך.

"בימים שחלפו, סיפרתי לבעלי מי את והחלטנו שכעת תורנו לפתוח לכם את השער. אתם באים לגור כאן, רק תגידי כן... בבקשה".

\*\*\*

נחתנו לדירת פאר ענקית. בעלה של פסקל סידר עבודה לבעלי ולי. עם הילדים הייתה בעיה של מוסד חינוכי, אבל זו נפתרה בזכות הנהג הצמוד של המשפחה...

במשך שבע שנים וחצי התגוררנו שם, בבית המפואר הזה, פסקל התחזקה, הפכה לדתייה וגם סחפה את בעלה. בינתיים בנינו בית במושב במרכז הארץ, יפה יותר מזה שהיה לנו בגוש קטיף.

הפרידה השנייה מפסקל הייתה קשה עוד יותר מזו הראשונה. התרגלנו להיות כמו משפחה אחת, אך הגיעה עת הפרידה. הפעם ידענו שזו רק פרידה גיאוגרפית. אנו נישאר בקשר עד יומנו האחרון.

**כל ספריו של הסופר הרב חיים ולדר בהדברות שופס - 073-222-1250**

היה לנו שום קשר".

"את לא תאמיני", אמרה פסקל, "כמו כולם, אני עוקבת אחרי הגירוש מגוש קטיף, ובאחד העיתונים הייתה תמונה של ילדה בוכה, זו היית את, כלומר, ברור שזו לא היית את, אבל הילדה הזו הייתה כל כך דומה לילדה שראיתי בוכה שם במקלט ביום כיפור, שהייתי בטוחה שזו הבת שלך. לא היה לי ספק בכלל. מה שעשיתי זה לערוך חיפוש בלשי אחר שם משפחתך דרך המשפחה היחידה שהוריי זכרו מהכתובת הקודמת. שאלתי אותם על האיש שבנה את המקלט המפואר. הם הביאו לי את הטלפון של הורייך ומשם הגעתי אלייך".

התרגשתי מאד על הדרך הארוכה שעשתה פסקל כדי להתעניין בשלומי. "תודה", אמרתי וסיפרתי לה על התלאות שפוקדות אותנו.

\*\*\*

פסקל אמרה: "היה לנו מספיק זמן לדבר, לא בשביל זה התקשרתי".

"אז בשביל מה?"

"אני רוצה שהמשפחה שלכם תתגורר אצלנו בינתיים, זה לא ייתכן שתגוררו שם".

אני אומרת לה: "פסקל, אני חוששת שאת לא ממש מבינה את המצב. יש לי שישה ילדים, ואני בספק אם תוכלי לארח אותנו ליום אחד... אבל תודה..."

פסקל שיטעה את דבריי: "אם את באה ורואה את הבית שלי - לא תגידי ככה", אמרה במבטאה הצרפתי הכבד. "שלחתי נהג שיביא אותך לקחת דוגמא מהבית כדי לראות אם מתאים לך".

\*\*\*

לא הספקתי לספר לבעלי על השיחה המוזרה, וכבר מכוננית מפוארת שמעולם לא ראינו כמותה מגיעה לחולות "ניצנים". הנהג התעכב במספר קרוואנים, כי "כתובת" הייתה מותרות שלא פירגנו לנו השלטונות, לבסוף עצר ליד הקרוואן שלנו.

הודענו לגדולים שישמרו על הילדים וקפצנו לרכב. הוא הסיע אותנו לאחד היישובים היוקרתיים בארץ, וזה לא סביון, אם שאלת. פסקל התגוררה בטירה. אין לי שום דרך לתאר את הבית שלה. מדובר היה בקומפלקס ענק של מספר בתים עם שטח ענק ובו מגרשי טניס, בריכה ומרחבים.

הגענו לסלון המרכזי המפואר, פסקל חיבקה אותי בחום והחלה לספר לנו כיצד התנהלו חייה מאז עזבה את הרחוב הפשוט שלנו.

מסתבר שאביה נחשב למומחה בתחום הנשק, וזה היה רק עניין של זמן עד שיקבל עבודה מכובדת. כשזה קרה, הם עברו למרכז הארץ ובמשך השנים אביה הפך לעצמאי ולעשירי בכל קנה מידה. היא נישאה לבן משפחה צרפתי עשירה פי כמה. במשך מספר שנים חיה בצרפת, ושנתיים לפני הגירוש עשו עלייה ורכשו את הבית שהם גרים בו כעת.

"יש לי רק שני ילדים ויש לי יחידה של חמישה חדרים במיוחד בשבילך. את עוברת לכאן עם כל המשפחה עד שהמדינה מביאה לכם בית משלכם".

"אבל זה יכול לקחת שנים", אמרת.

"אפילו שייקח כל החיים", אמרה. "אני כבר דיברתי עם בעלי. זה מקום מצוין ואתם באים לכאן".

"אבל למה, פסקל? שאלתי, למה דווקא אני?"

פסקל הביטה בי ועיניה התמלאו דמעות. "את באמת לא יודעת למה דווקא את?"

15-17/11 י"ד-ט"ז חשוון  
מקומות אחרונים

# האפלה בתפילה

מסע מרגש לאוקראינה עם הרבנית חדוה לוי הר' שמעון פרץ

72 ימים

073-222-1-202



לאחר קבלת הפנים, מהר ה'בן איש חי' לישבת המקבלים 'בית אל', אותה יסד הרש"ש הקדוש, ושם התעמקו מקבלי ירושלים בתורת הנסתר.

ה'בן איש חי' שוחח שם בתורת הנסתר עם גדולי המקבלים, ובראשם רבי ידידיה רפאל חי אבולעפיה, תלמיד נכדו של הרש"ש, ולאחר מכן שם פעמיו לחברון, להשתטח על קברי האבות במערת המכפלה.

אולם כאשר הגיע למערת המכפלה, נתקל בבעיה קשה. העיר חברון היתה בשליטתם של המוסלמים, והשיח' ששלט על העיר לא הסכים בשום פנים ואופן להניח לרבים של היהודים לעלות אל מערת המכפלה.

"החכם יוכל לעלות, לכל היותר, אל המדרגה השביעית שמחוץ למערת המכפלה!" קבע השיח' נחרצות.

ככל שנסו נכבדי הקהלה היהודית בחברון לדבר על לבו, לא אבה השיח' לשמע. "עד המדרגה השביעית, ולא יותר!" התעקש.

בלית ברירה ספרו נכבדי חברון ל'בן איש חי' על ההוראה המצערת, אך ה'בן איש חי' לא התרשם מסרובו של השיח'.

"קחו אותי להפגש עם השיח'!" בקש.

ואכן, נכבדי חברון הפגישו בין ה'בן איש חי' לבין השיח', ואז, במהלך הפגישה, קרא ה'בן איש חי' בפניו של השיח' את הפסוק: "כי השחד יעור עיני חכמים, ויסלף דברי צדיקים".

את הפסוק פלו קרא ה'בן איש חי' בלשון הקדש, אולם את המלים "חכמים" ו"צדיקים" אמר בערבית.

וראה זה פלא! הפסוק פעל את פעלתו, ועיניו של השיח' כאלו נתעוררו מסגלת הפסוק. "שמע נא, חכם, שנה לפתע את טעמו, הכנס אל המערה והתפלל כאנת נפשך..."

לרכישת הספר 'הבן איש חי' לילדים  
בהדברות שופס חייגו: 073-222-12-50

## עיני השיח' שנתעוררו

**נכבדי חברון הפגישו בין ה'בן איש חי' לבין השיח', ואז, במהלך הפגישה, קרא ה'בן איש חי' בפניו של השיח' את הפסוק: "כי השחד יעור עיני חכמים, ויסלף דברי צדיקים"**

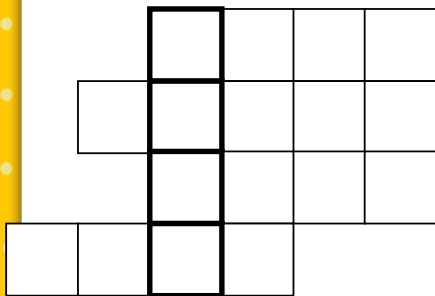
באיר הגיעה השינה לדמשק, בירת סוריה. משם המשיכו ה'בן איש חי' ומלווי לירושלים, כאשר חכמי עיר הקדש מצפים לבואו של מאור הגולה בכליון עינים. בירושלים נערכה לכבודו של ה'בן איש חי' קבלת פנים מרשימה, בה השתתפו בני ירושלים בהמוניהם, מגדולם ועד קטנם.

אהבתו של ה'בן איש חי' לארץ ישראל, היתה עזה עד מאוד. במהלך השנים גמלה בלבו של ה'בן איש חי' החלטה, לבקר בארץ הקדש. ואכן, ביום מן הימים, בשלהי חודש איר, החל ה'בן איש חי' במסעו לארץ ישראל. המסע המפרך נמשך יותר מעשרה ימים, וביום י"ב

## חידה בריבוע

מאת עוזי קייש

הערה: התשובות בכתב מלא



- שם נוסף לחומש בראשית הוא: ספר \_\_\_\_\_.
- שמו של אחד מארבעת הנהרות הכתובים בפרשה אשר לפי פירוש רש"י הוא נהר נילוס.
- משל על פי הכתוב בפרשה לסכנה רבה "להט \_\_\_\_\_ המתהפכת".
- מה לקח הקב"ה מהאדם הראשון כדי לעשות ממנו את האישה? "את- \_\_\_\_\_ אשר-לקח מן-האדם".

אם פתרתם נכונה את החידון תקבלו בטור המודגש ביטוי מהפרשה המתאר: המעשה כרוך בסכנות או במכשול קשה, יש פיתוי מתמיד בחייו של האדם. לפתח חטאת \_\_\_\_\_ (בכתב מלא)

## מה בפרשה?

### בריאת העולם

שלום ילדים! אנחנו מתחילים השבת לקרא מחדש את ספר התורה, ופותחים בפרשת בראשית שהיא הפרשה הראשונה בתורה. הפרשה מספרת איד נברא העולם. בכל יום ברא ה' יסוד אחר, כמו: אור וחשך; שמים; יבשה וים; צמחים ועצים; שמש, ירח וכוכבים; בעלי חיים. ביום הששי נברא האדם. אבל ה' קבע כי "לא טוב היות האדם לבדו", לכן הוא עשה לו עזר כנגדו - הלוא זו חנה, אשתו של אדם. ביום השביעי נח ה' ממלאכתו, וכך נבראה השבת - לשביתה מעבודה ולמנוחת האדם והאדמה.

גם על הרצח הראשון מספר בפרשה: קין רצח את הבל אחיו, ונענש על כך בנדודים ובנשיאת אות קין על מצחו לכל חייו.

לאחר הספור הזה מתארת התורה את שושלת הדורות, מאדם ועד נח.





האם מדובר בהפרדה טוטאלית בין האיש לבין האישה? ודאי שלא. "אל אישך תשוקתך" גוזרת התורה. אולם תשוקה וגעגוע לבן הזוג אפשריים רק כשהאישה מבינה שהיא בניין בפני עצמו: "ויבן אלוקים את הצלע". וכפירושו הנהדר של המדרש: "שובי לתשוקתך, שובי לתשוקת אישך"! רק לאחר שיש לאישה חשק ואהבה לעצמה, רק לאחר שהיא מבינה שיש לה שם ומהות, רק לאחר שהיא יודעת לבנות ולשמח את עצמה - היא תוכל להשתוקק לבן זוג ולהיות לו לעזר אמיתי ולא ל"עוזרת" מתוסכלת. מימונות זו קרויה בשם "בינה" - הוצאת דבר מתוך דבר. הקב"ה בונה אישה חדשה ומגדיר את העצמות הנשית ואי התלות בבן הזוג כ"טוב" ואת התפיסה הרווחת והטיפשית של "בלעדייך - אני חצי בן אדם" כ"לא טוב"! את רוקה? את נשואה הוא לא בדיק "עזר" בגידול הילדים? את עדיין יכולה לבנות ולהיבנות. את תולה את אושרך, עתידיך ומימוש חלומותייך רק בבן הזוג? זו זרות, עבודה זרה, ממש כאותם עובדי אלילים בזמן אליהו שזעקו "הבעל! עננו!". את שווה כל כך! את יצירה חד פעמית! שובי לתשוקתך, ותשובי לתשוקת אישך.

כל ספרי הרבנית ימימה מזרחי - בהידברות שופט! 073-222-1250



## סגולות הג'ינג'ר

אחד השורשים שאנו פוגשים בחורף בשוק הוא הזנגביל, או בשמו העממי - ג'ינג'ר. תכונות רבות לזנגביל. ראשית, הוא תבלין המשפר טעמים של תבשילים רבים. בשל טעמו העסיסי והמעורר יש לזנגביל מקום של כבוד בהרבה מטבחים וארוחות גורמה. אבל, מעבר לטעמו האיכותי והמרענן משמש הג'ינג'ר כצמח מרפא ויש לו מקום של כבוד ברשימת צמחי המרפא שרצוי שיהיו בבית כעזרה ראשונה למצבים שונים. צמח זה הוא בעל אופי מחמם וממריץ. בשל כך, הוא ממריץ זרימת דם בכלי דם רחוקים בגוף כגון בכפות ידיים ורגליים. מכאן שהסובלים מקור בחורף יכולים לשתות ולחמם את גופם בכלל ואת כפות הידיים והרגליים בפרט. הזנגביל גורם להזעה - מה שיכול להקל במצבים של חום. הוא אף ממריץ את פעילות הקיבה ובשל כך מסייע בהפגת גזים ונוגד בחילות והקאות. השורש מסייע מאוד לנשים בהריון הסובלות מבחילות. אם כי, רצוי שתצרכנה אותו בזהירות, בכמות קטנה ובתשומת לב.

הג'ינג'ר ידוע כנוגד דלקות ולכן מקובל לשלב אותו בתערובות שונות של צמחי מרפא ולהסתייע בו לדלקות פרקים שונות או לכאבים ריאומטיים. הוא ידוע גם כמפחית ליחה, ועל כן, אפשר להסתייע בו במצבים של שפעת, הצטננות ונזלת. הוא גם נחשב כאנטי בקטריאלי ועל כן, יכול לסייע במצבים של זיהומים אקוטיים במערכת העיכול והנשימה.

למרות כל הסגולות הרפואיות, אלו הסובלים מצרבות או אבנים בכיס המרה רצוי שינקטו בזהירות בכל הנוגע לצריכתו.

ניתן לצרוך את הזנגביל בדרכים שונות: כאבקה, יבש וטרי.

לחימום בבוקר חורפי אפשר להכין תערובת של לפלפל שחור (רצוי טחינה במקום), ציפורן או קינמון ושורש זנגביל מגורד במקום. לערות עליהם מים רותחים, להמתין כרבע שעה ולשתות עם או בלי דבש.

במצבים של הצטננות או כשיש צורך בהפגת גזים, אפשר להכין תערובת של חצי כפית זנגביל וחצי כפית קינמון. לערות מים רותחים ולהמתין כמה דקות. לאחר מכן אפשר לשתות עם או בלי דבש.

הזנגביל משמש כאחד הרכיבים בקפה התימני. הקפה התימני מבוסס על פולי קפה שעברו תהליך קלייה קצר מאוד, דבר הגורם לכך שמצד אחד אפשר יהיה לטחון אותם ומצד שני הם אינם מאבדים את האיכויות שלהם בתהליך הקלייה. מוסיפים בו תבלינים שונים, כולל הזנגביל, מה שהופך אותו למשקה בריא יותר. אלו השותים קפה רצוי שימירו אותו בקפה תימני - לבן בזכות הרכיבים הבריאים שבו. אליהו שכטר הוא איירידיאלוג ומטפל טבעי

## ככה זה כשיש שניים

הדרך לאהבת בן הזוג עוברת קודם כל באהבת עצמי

בריאת האיש והאישה מעוררת שאלות רבות: האם נבראה האישה בד בבד עם האיש, שהרי נאמר "זכר ונקבה בראם", או שמא היתה האישה בריאה מאוחרת לאדם וזאת לפי הפסוק "ויבן אלוקים את הצלע"?

מפליא האור החיים הקדוש לבאר, שהאיש והאישה נבראו באותו זמן כשהם דבוקים זה לזה, כענף מפוצל בראשו. אולם אז ראה הקב"ה ש"לא טוב היות האדם לבדו", היינו, שאיש ואישה העשויים מאותו בד ("לבדו"), מאותו ענף - אין בהם טוב, ועל כן הפריד את האישה מן האיש. לפי פירוש זה, אישה ה"זבוקה" לאישה ואיש ה"זבוק" לאשתו - חיים במצב של "לא טוב היות האדם לבדו"! אישה השואפת להיטמע באישיותו של בן זוגה, או איש השואף לזהות טוטאלית של רצונותיו ורצונות בת זוגו - שרויים בבדידות גדולה מאד. זו כנראה הסיבה לתחושת הבדידות הנוראה המאפיינת נשים וגברים כה רבים.

נדמה שבדור זה הפכה ה"זוגיות" לאלילות ממש: נשים שטרם מצאו את בן זוגן חשות שעולמן חרב עליהן ונשים ונשואות שאינן חשות "מפורגנות" מספיק מצד בן זוגן - מבקשות את נפשן למות או, למצער, "לפרק את החבילה" ולמצוא את הנשמה התאומה שלהן. הקב"ה מלמד אותנו בפירוש, שאיש ואישה השואפים לחיות כתאומים סיאמיים, לא יוכלו לאהוב לעולם או להיטיב זה לזה. רק הפרדת הרצונות והשאיפות, רק הניגוד - יאפשר להם למצוא זה את זה ולשמש "עזר" זה לזה.

## יש ערך לדרך

לא כדאי להתמקד רק במטרה, אלא לשים לב גם לדרך שמובילה אליה

בפרשה נאמר: "ויאמר אֱלֹהִים תְּדַשָּׂא הָאָרֶץ דָּשָׂא עֵשֶׂב מִזְרִיעַ זֶרַע עֵץ פְּרִי עֵשֶׂה פְּרִי לְמִינֵוּ אֲשֶׁר זָרְעוּ בוֹ עַל הָאָרֶץ וַיְהִי כֵן, וַתּוּצֵא הָאָרֶץ דָּשָׂא עֵשֶׂב מִזְרִיעַ זֶרַע לְמִינֵהוּ וְעֵץ עֵשֶׂה פְּרִי" (בראשית א, יא).

בדרך כלל, אנשים מתרכזים בהגשמת המטרות, ומזלזלים באמצעים. אם למשל אדם חרש, זרע והשקיע באדמה במשך שנה שלמה, אך לבסוף בגלל הוצאת התנובה הייתה קטנה, השנה נחשבת לבלתי מוצלחת מבחינתו. חז"ל מסתכלים על פסוקי בריאת העולם ואומרים לנו לשים לב לשינויי ניסוח שמופיעים שם. הרי בהתחלה אלוקים מבקש לברוא "עץ פְּרִי עֵשֶׂה פְּרִי", אבל לבסוף הארץ מוציאה מתוכה רק "וְעֵץ עֵשֶׂה פְּרִי", והעץ עצמו אינו פרי, הוא רק עץ. מאז ועד היום יש הבדל בין העשייה לבין הפירות, בין העמל הקשה לבין התוצאה המתוקה.

מסביר הרב אברהם יצחק הכהן קוק: "מתחילת הבריאה ראוי היה טעם העץ להיות גם הוא כטעם פריו. אבל טבע הארץ גרם שרק טעמו של הפרי, של המגמה האחרונה, האידיאל הראשי, מורגש הוא בנעמו והדרו. חטאה הארץ, הכחישה את עצמייתה, צמצמה את חילה, הלכה אחרי מגמות ותכליתות, לא נתנה את כל חילה הכמוס להיות טעם עץ כטעם

## הסטטוס היהודי

מאת סיון רהב-מאיר



פריו".

כלומר, בעולם האידיאלי אמור להיות טעם לא רק בפרי, אלא גם בעץ. בעולם הפיזי, הנוכחי, העץ חסר טעם ורק הפרי מתוק. ואף שנוטעים עץ עבור הפירות - הרי שהשורשים, הגזע, הענפים והעלים, שהם כולם רק אמצעים, מהווים את רובו. חלק אדיר מחיינו מוקדש להכנה. לעץ ולא לפרי. אדם לומד כדי לקבל תואר, כדי לקבל עבודה, כדי להרוויח כסף, כדי לקנות אוכל, כדי לחיות. רוב זמנו הוא מתלבש, עובד, אוכל, ישן וחוזר חלילה. בריאת העולם מציבה בפנינו מצב אידיאלי, שבו אנו חשים את הטעם שיש גם בעמל ובמאמץ. זוהי תזכורת לכך שיש ערך גם לדרך.

את ספרה החדש של סיון רהב-מאיר 'הסטטוס היהודי' ניתן להשיג בהידברות שופט: 073-2221250 ובאתר הידברות

**5 כוכבים**

# נופש ירושלמי

**סופ"ש רחני עם מיטב המרצים**

הידברות מזמינה אתכם לחווית שבת באווירה ירושלמית מרוממת בהשתתפות הרב **זמיר כהן** הרבנית **ימימה מזרחי**

בחלון המפואר רמדה רנסנס י-ם

18-19 נובמבר | י"ז-י"ח חשוון | פרשת וירא

**הידברות**  
נופש לגוף ולנשמה  
www.hidabroot.org

מספר החדרים מוגבל

הבטיחו את מקומכם **073-2221270**

**מחזקים הבית היהודי**

ספרים מעשיים להעצמת הזוגיות וחינוך הילדים בכל משפחה

**פסיפס - אומנות הזוגיות - כלים מעשיים להצלחה בחיי הנישואין**  
מערכת הנישואין מביאה איתה אתגרים חדשים, שלא היינו בהכרח רגילים אליהם... הספר מעניק כלים ותובנות להצלחה בחיים...

**זוגיות עם רגש - מדרג מעשי ומעמיק לנישואין טובים בהשקפה יהודית**  
בספר "זוגיות עם רגש" מחזיר הרב מיכאל לסרי את התקווה לנישואין במעשה אמון הוא סולל בפנינו את הדרך היהודית לזוגיות מוצלחת...

**הדרך אל הנחת - עצות מועילות ומחכימות לראות נחת בחינוך הילדים**  
פרקי חינוך קצרים ותכליתיים להתמודדות בחיי היום-יום עם ילדינו היקרים.

**ערכת הספרים במחיר מיוחד!!**  
ובנוסף מתנה בכל רכישה: דיסק DVD של הרב זמיר כהן 'סוד האושר בחיי הנישואין' לרכישה חייגו להידברות שופס: **073-222-12-50** shops.hidabroot.org

**למה צריך לבדוק מזוזות?**

בכל בית ועסק בישראל שיש בו מזוזות כשרות, הדבר מסייע לאדם בפרנסה, בריאות, מציאת בן זוג, שלום בית, חינוך ילדים ועוד...

**הרב משה כהן שליט"א**  
תלמיד זקן המקובלים הרב יצחק כדורי זצ"ל בבדיקת רזי המזוזות בצורה יסודית ומדוקדקת

לפרטים והרשמה **073-2221-300**

לאור ההצלחה הגדולה מחזור 7 יוצא לדרך

**קורס הכשרת מרצים**  
שע"י ארגון הידברות בהשתתפות:

**הרב זמיר כהן הרב שמחה כהן הרב נתן רוזן**

**ומרצים אחרים ר' חנן לדרמן ור' שמעון פרץ**

**בימי חמישי החל מ-ט' חשוון 10/11/16**  
הקורס כולל 9 מפגשים בימי חמישי בין השעות 19:00 - 22:00 | סה"כ 27 ש"ל

הקורס מיועד לאברכים ולבוגרי ישיבות

לפרטים והרשמה **073-2221-300**

לאור הביקול פה נפתח

**קורס הכשרת מרצים 3**

בהשתתפות:

**הרב זמיר כהן | הרב שמחה כהן הרב נתן רוזן | ר' חנן לדרמן ר' שמעון פרץ | הגב' רחל בולטון**

מבין נושאי הקורס: בניית הרצאה << שפת הגוף >> תקשורת עם הקהל חזון מטרה אסטרטגיה וטקטיקה << פחד קהל עזרי הרצאה סיפור, משל המומר ועוד...

הקורס מיועד למנהלות, מורות, בוגרות סמינר בית יעקב ועולם התשובה

הקורס כולל 5 מפגשים בימי ראשון החל מ- י"ט חשוון 20/11/16 | בין השעות 17:30-21:30 (התכנסות ב- 17:00) באולמי בית הידברות | רח' אריה שנקר 20, פתח-תקוה (סמוך לצומת גהה)

לפרטים והרשמה **073-2221-300**