

נחלת אבותינו

חריש

עלון להפצת מסורת ומנהגי תימן המופץ ע"י עמותת "אחוות אחים" בנשיאות פוסק עדת תימן מרן הגאון רבי יצחק רצאבי שליט"א

בית הכנסת השאמי "שתילי זיתים"

בית הכנסת הבלדי "עץ חיים"

תולדות

ה'תשפ"ב - בשל"ג



דבר המערכת

אנו שמחים לבשר לכם, שהחל מהשבוע - תולדות, אי"ה יתקיים 'תמידין כסדרך', לימוד משניות לילדים במוצ"ש - מיד אחרי ההבדלה במקום. את הלימוד יערוך ידידנו היקר ר' חגי קוממי.

הלימוד יהיה במשניות ברכות - שתי משניות, במשך חצי שעה שבתחילתו ר' חגי יבאר המשניות, ולאחמ"כ חברותות, ובסיום מבחן. כל סוף חודש יתקיים מלווה מלכה עם פיצות, והגרלה מיוחדת.

וכן בשעה טובה, ובסייעתא דשמיא "פירות מתוקים" - לימוד אישי של אברכים בחברותא עם ילדכם יוצא לדרך. הלימוד יתקיים בכולל 'פרי צדיק'. מחירים מסובסדים.

לפרטים: הרב יאיר שרפי - 052-7166601 (אחרי 21:00).

בימי השבוע מתקיים מניין מנחה ב-12:45, וערבית ב-17:45 בכולל פרי צדיק, בבית הכנסת 'לב חריש', ברח' שוהם 82.

שבת שלום ומבורך!

כניסת השבת:

16:18

יציאת שבת:

17:23

מעוניין להפיץ את העלון בבית הכנסת שלך?!

בשל ביקוש העלון בערים נוספות, זקוקים לתורמים עבור מימון העלון

צור קשר בטלפון: 053-345-3020

או בכוחות המייל: NA0546812981@gmail.com

פעילויות העמותה

כולל אברכים "פרי צדיק" בראשות הרה"ג משה רצאבי שליט"א

הפעלת 2 בתי כנסת "עץ חיים" נוסח בלדי "שתילי זיתים" נוסח שאמי

שיעורי תורה דף היומי, הלכה ואגדה

"פירות מתוקים" - לימוד אישי עם תלמידי חריש

פעילויות והפעלות לילדים

"אבות ובנים"

הפצת עלוני "נחלת אבותינו"

שיעור תורה לילדים

בשבת בשעה 12:30

בבית מעיין האמונה

קומה 2 רחוב אלון 9

עם הרב

רחמים מסיקה שליט"א

פה מפיץ מרגליות

כולם מוזמנים

תהילים לבנים נוסח תימן

בבית הכנסת "שתילי זיתים"

בשבת | בשעה 13:10



מתוך שלחן ערוך המקוצר של מרן הגאון רבי יצחק רצאבי שליט"א

אין לך אדם שאין לו שע"ה

המשך סימן ח' - הלכות ציצית

הלכות

[טז] נכון להזהר שלא לגרור את הציציות על הארץ, משום ביזוי מצוה, לכן יגביהן. ואם הטלית ארוך, יכול לתחבן תוך החגורה, או יעלה הטלית על כתיפו (ועיין לקמן סעיף י"ז):

[יז] אין מנהיגו להתעטף בטלית כעטיפת הישמעאלים, וגם אין אנו מגביהין צדדי הטלית מזה ומזה על הכתיפיים אלא עוטפים בה את הראש והכתיפיים עד סוף הגב או כמחציתו, וכל ארבעת הכנפות והציציות משתלשלות לפנים. ואם הטלית רחבה, מקפלים קצתה על קצתה בצד הגב, או פושטין אותה כלפי מטה. ומה שאמרו חז"ל שמשליכים שתי ציציות לפניו ושתיים לאחוריו, אינו אלא בשעת העיטוף אחרי הברכה, שכשהוא עומד ואוחז את הטלית פרושה, אז הם שתיים למעלה לצד הפנים ושתיים מאחוריו למטה. מיהו גם כפי מנהג עטיפתינו, יכול המחמיר על עצמו להיות מסובב במצוות כל מִשְׁךְ העטיפה, על ידי שיחזירם שתיים לצד אחוריו, אעפ"י שאינם אחוריים ממש. והעוטפים רק סביב ראשם וצוארם בלא מקצת גופם, צריך למחות בהם, כי עיקר העטיפה היא בגוף: [יח] שניים או שלושה ויותר, העומדים להתעטף כאחת, דהיינו לכל הפחות בתוך כדי דיבור, עדיף שאחד יברך בקולרם ויכוין להוציאם ידיחובתם וגם הם יתכוונו לצאת, משום גְּרִבְעֵם הדרת מלך. וכשמסיים הברכה יענו אמנ ויתעטפו. וכן הוא מנהיגו בזה ובכיוצא בזה, כגון בברכת הלל ולולב וספירת העומר ולבנה. מיהו נראה שבזמנינו טוב שכל אחד יאמר עמו בלחש, שמא אינו בקי לכוון להוציא ידיחובה, או אינו נותן לב לדבר. ויסיים קודם לו שלוש תיבות, כדי שיוכל לענות אחריו אמנ:

[יג] יש מצריכים שהציציות יהיו נוטפים ותלויים על הקרן לאורך הטלית ולא ישמטו לצד מטה, ולא נהגו כן, ומכל מקום המחמיר תבוא עליו ברכה. ועל כל פנים אסור שיהיו תלויים באלכסון:

[יד] מדת חסידות לבדוק את הציציות אם הן כשרות, קודם שמברך. ויבדוק גם את החוטין שהן בתוך הנקב. וכן יפריד את החוטין שלא יהיו מסובכים זה בזה. אך אם נשתתה לבוא לבית הכנסת שבעוד שיפריד את הציציות ויבדקן, יתבטל מלהתפלל עם הציבור, אינו צריך לעשות כן, כי הן בחזקת פשרות. ומותר להפרידן בשבת, אבל בפעם הראשונה אחר גמר עשייתן אסור להפרידן בשבת משום מכה בפטיש:

[טו] כל המצוות מברך עליהן עובר לעשייתן (פירוש קודם עשייתן), ולאחר הברכה יִקְרַךְ ומיד צריך לעשות את המצוה בלא הפסק. לכן יאחוז את הטלית בשתי ידיו, כשהיא פרושה ופשוטה מקיפוליה, ויברך מעומד "להתעטף בציצית" (הבי"ת בפתח. ויש מהשאמי שגורסים בשוא), ומיד אח"כ יעטוף את ראשו ומקצת גופו (כדלקמן סעיף י"ז) ויכוין שציונו הקדוש ברוך הוא להתעטף בציצית, כדי שזכור את כל מצוותיו לעשותם, שנאמר וראיתם אותו וזכרתם את כל מצוות יי, ויסתכל בציציות וינשקם. ויעמוד מעוטף כך שיעור הילוך ארבע אמות לכל הפחות, ואחר-כך יכול להסירו מעל ראשו. מיהו נכון שיהא ראשו מכוסה בטלית כל שעת התפילה, כדי שיתפלל באימה. שהכיסוי מכניע לב האדם ומביאו לידי יראת שמים. ועוד שמסתיר עיניו מלהביט לימינו ולשמאלו, ולא תתבלבל כוונתו. וכ"ה מנהיגינו, ואפילו הילדים הקטנים מכסים ראשם בטלית:

העלון טעון תורה | אין לעיין בשעת התפילה

מתוך ספר בנין משה חלק ב'
המשך פרק שביעי - איסור השתמשות באילן

הרה"ג משה רצאבי שליט"א
ראש הכולל "פרי צדיק"

ענף בעציץ
(ז) ענף של אילן המונח בכד של מים, או שהוא גדל בעציץ עם עפר, אין שם אילן עליו, ואינו בכלל גזירה זו כלל: ומכל מקום בגדל בעציץ עם עפר אין לטלטלו משום העפר שהוא מוקצה, אלא אם כן רגילים לטלטלו בחול, לנוי וכדומה, או שחישב עליו מבעוד יום לטלטלו בשבת, כדלעיל בדיני עציצים וטלטולם (פרק ו' סעיף י'): דברים נוספים שאסרו חכמים משום שמא יתלוש

פירות שנשרו בשבת
(ז) פירות שנשרו מן האילן בשבת אסור לאכלן עד מוצאי שבת, גזירה שמא יתלוש. ועוד משום מוקצה, הואיל ובבין השמשות היו מחוברים באילן והוקצו לכל היום (וכדלהלן בדיני מוקצה בבין השמשות סעיף ח').

להריח אתרוג מחובר וכיוצא בו
(יח) אתרוג או תפוח וכל דבר הראוי לאכילה, אסור להריח בו בשבת בעודו מחובר, ואפילו אם הוא רק מתקרב אליו להריחו ואינו תופשו בידו. והטעם משום גזירה שמא ישכח שהיום שבת ויקוץ אותו לאכלו: אבל דברים שאינם ראויים לאכילה, כגון הדס, ריחאן, שדאב, ושאר מיני בשמים כיוצא בהם, מותר להריח בהם בעודם מחוברים, ולא גזרו בהם שמא יתלוש, הואיל ואין הנאתם אלא להריח בהם והרי ריחם מצוי אף בלא שיתלוש. ואף לתפוש בידו לברך עליהם ולהריח מותר, אם הם עומדים לכך, וכמו שנתבאר לעיל בסעיף י"ד:



עצי בשמים ושיחי נוי נמוכים
(יד) כמו כן מין עצים נמוכים, כגון הדס, ריחאן, ורד, שדאב, עוטרא, ושאר מיני שושנים ופרחים כיוצא בהם שאינם גבוהים, מותר להשתמש בהם בשבת, לתפושם בידו להריח בהם וכיוצא בזה, ואין בהם משום גזירת אין משתמשים באילן שמא יתלוש: והטעם, שלא גזרו אלא באילן וכיוצא בו שעצו קשה וגם הוא גבוה, אבל מין עצים נמוכים אלו, כיון שאין שייך בהם עלייה, הואיל ואין עצם עבה וחזק כאילן ואם יעלו עליו תכף הוא נשבר, וגם אינם גבוהים כאילן כדי שיצטרכו לעלות עליהם, אינם בכלל גזירה זו, ודינם כעשבים וירקות:

ומשום טלטול מוקצה, שהוא תופשם בידו ומריח בהם, גם כן אין לחוש, כיון שהם מוכנים ועומדים לכך ולא תקצה אותם מדעתו, וכמו שמוותר לטלטלם אילו היו תלושים. אבל אם לא היו עומדים לכך לטלטלם בידו כי אם לראותם בלבד לנוי, או לתלוש מהם מפעם לפעם, לא יזיזם בידו משום מוקצה:

אילן שקצצהו, לשבת על גזע יבש
(טו) אילן שקצצהו כדי לייפותו ושיהיה נמוך, וכגון שעושים בחצרות הבתים לנוי וכדומה, אף על פי שאינו גבוה יש עליו שם אילן, ואין לישיב עליו ולא להשתמש בו בשבת, הואיל ומכל מקום מין אילן הוא ולא חילקו חכמים בגזירתם: וכן אין לשבת על גזע עץ שגבוה שלשה טפחים מן הארץ, אם הוא עדיין חי שהוא גדל ויונק מן הארץ. אבל אם לאחר שקצצהו נתייבש ואינו גדל עוד, בטל ממנו שם אילן ומותר לישיב עליו ולהשתמש בו:

**דף היומי
למעשה**

האם השוכר חברו לדבר עבירה צריך לתת לו שכרו

מאת ר' דניאל אהרון הי"ו

למדנו השבוע: (כב) בראשונה היו מקבלים עדות החודש מכל אדם, אך משקלקלו הביתוסים תיקנו שלא יהיו מקבלים עדות החודש אלא מן המכירים. **מבאר רש"י:** שהביתוסים לא היו מאמינים בתורה שבעל פה, ולכן הם סברו שמה שכתוב בתורה לגבי תנופת העומר "ממחרת השבת יניפנו הכהן" כפשוטו, שצריך שתנופת העומר תהיה ביום ראשון לאחר השבת, ולא כמו שלמדו חז"ל שמחרת השבת היינו ממחרת יו"ט ראשון של פסח. **ומסופר בגמרא:** פעם אחת ביקשו הביתוסים להטעות את חכמים, שכרו שני בני אדם אחד צדוקי ואחד כשר (ולא ידעו שאינו צדוקי) בארבע מאות זוז שיעידו שראו את הלבנה, ואכן הצדוקי סיים עדותו ויצא וכשנכנס הכשר אמר עולה הייתי במעלה אדומים וראיתי את הלבנה רבוץ בין ב' סלעים, ראשו דומה לעגל אזניו דומין לגדי קרניו דומות לצבי וזנבו מונחת לו בין ירכותיו והצאתי בו ונרתעתי ונפלתי לאחורי, ואם אין אתם מאמינים לי הרי מאתים זוז צרוּרין לי בסדיני, הבינו חכמים שהוא נשלח ע"י הביתוסים אמרו לו מאתים זוז נתונין לך במתנה והשוכר ימתח על העמוד **פירש רש"י:** שאע"פ שלא קיים שליחותו נתנו לו את הכסף משום שהפקר בי"ד הפקר. **ומבואר:** שאם כן היה משלים שליחותו, היה הכסף מגיע לו מן הדין. **וע"פ זה כתב בנתיבות המשפט:** (סימן ט' סק"א) השוכר עידי שקר והעיד לו העד, ונתן לו שכרו, מגיע לו שכרו מן הדין, ואין יכול אח"כ לתבוע ממנו את שכרו, ואינו דומה למלווה בריבית שאם הלווה תובעו חייב להחזיר לו את הריבית, שדווקא בריבית האיסור בעצם לקיחת הממון ומחשב כאילו לא נלקחו המעות, ולכן יכול לתבוע. אבל בעדות שקר האיסור זה העידות ולא לקיחת הממון ולכן אינו יכול לתבוע את הממון.

<< דף היומי השבוע: דף כ"ב - כ"ח >>

מאת חגי קומימי הי"ו

מילי חסידותא

מחשבות טובות... איי איי וכו' - אתם מכירים את השיר הזה...
כתוב בנתיבות שלום להר" נח ברזובסקי, שהמחשבות של האדם נקראים 'בנים'...בהקשר לכך, על רבקה אמנו נאמר "ויתרוצצו הבנים בקרבה".
דהיינו, שהיו לה מחשבות קדושות, ולכאורה מחשבות שאינן טהורות - באותה עת (כמובן, אין לנו תפיסה והשגה מה הוא דבר שאינו טהור אצל רבקה אמנו). ממשיך הפסוק "ותאמר אם כן למה זה אנכי" - דהיינו שרבקה ברוח הקודש, ראתה שעתיד הבן לצאת לעולם כשמעורב בו טוב ורע יחדיו, והיא ידעה שתפקידה הוא להפריד הטוב מהרע בזה העולם, והנה הבן שלה יהיה ההפך! אך ענה לה הקב"ה: "שני גויים בבטןך", ומיד נחה דעתה, שיש לה שני בנים - האחד טוב והאחד רע. לא תכיל היריעה לפרש ולבאר את כל ענינין מחשבות האדם, אך בכל זאת, מה כן נוכל לקחת מכל הנה"ל לעבודת ה'? על כך כתב רבינו הקדוש רבי נחמן מברסלב זי"ע: "המחשבה ביד האדם להטותה כרצונו".
ומימלא, אם חלילה אנו חושבים מחשבות שלא בגבולות הקדושה - ולו לרגע! - אל ניבהל, אלא בידנו להטותה כרצוננו. שנזכה! אשרינו ושבת שלום ומבורך!

מי שבירך אבותינו הקדושים אברהם יצחק ויעקב הוא יברך את כל עמו ישראל, ובפרט כל התורמים והמסייעים בהפצת מסורת אבותינו נע"ג עדת קדש תימן המעטירה ובכללם השמות המוזכרים כאן שיזכו לכל הברכות האמורות בתורת משה סייענתא דשמיא בבריאות איתנה ונהורא מעליא פרנסה בשפע אושר ועושר אריכות ימים ושנים בטוב ובנעימים א.כ.י.ר.



- להצלחת מרגלית בת זכריה אליהו בן זכריה
- להצלחת אוריה בן אליהו
- להצלחת לוריא בן אליהו
- להצלחת הלל בן אהבה
- שלו בן משה ומשפחתו
- לרפואת דורון בן סעדיה אהרן

עם
מארי חיים

הלכות שמירת הלשון



ילדים יקרים! יש לי בקשה. אנא מכם, בסוף היום הישארו עוד כמה דקות וסדרו ביחד את החצר. יש כל כך הרבה לכלוכים ועלים יבשים שעפו לחצר עם הרוח החזקה שנשבה אתמול.

כן המארי!

חידת השבוע:

בשבת, קיבל יחזקאל בן ה-13 גלידת צימוקים ושוקולד צ'יפס. את השוקולד צ'יפס הוא הוציא לצלחת של אחותו הקטנה, ואת הצימוקים הניח בצלחת אחרת.

יכול להיות שקיים מצווה, וגם עבר עבירה חס-וחלילה?



הנה המארי יוצא...אנסה להסב את תשומת לבו לכך שצנעני חסר..

אוף! איפה זכריה צנעני הלך?! כל פעם שיש מטלות לעשות הוא בורח פתאום. המארי צריך לדעת מי באמת ניקה את החצר ומי לא...

שאלת השבוע:

בשבת קודש, בהכנות לקראת הסעודה, אחיו הגדול של משה ביקש את עזרתו בהגשת המאכלים, ומסר לידי טונה בקופסת שימורים. משה פתח את הקופסא.. חשב קמעא, ונמנע מלשפוך את השמן, בחושבו שזה בורר.

האם נכון עשה משה?

- א - לא. יש כלל בידינו, אין בורר בדבר כבוש.
- ב - כן. אבל זה אסור מצד של מתקן כלי.
- ג - לא. כל זמן שהשמן נשפך, אין זה תערובת ומותר.
- ד - כן. זה שני מינים ואכן יש בזה בורר.

מאת ר' לוריא צנחני הי"ו



חיים! אתה זוכר שבראש השנה נסעתי לצנעא? איזה כיף היה לי בצנעא!

ששש... יוסף! זה לשון הרע מה שאתה עושה עכשיו!



מה לשון הרע? לא דיברתי על אף אחד!

נכון! אבל אני מבין שיש לך כוונה להסב את תשומת לבו של המארי לכך שזכריה צנעני לא כאן. לא נעים לך לומר זאת בגלוי ולכן אתה מצניע בתוך דבריך את הלשון הרע! למרות שלא אמרת על זכריה כלום, ברגע שאתה מתכוון לגרום שהמארי שישם לב שזכריה לא כאן, זה נחשב לשון הרע.

חושבים שהלצתם לכתוב? חפשו בעלון את התשובות!

להצלחת איסליה ליבי בת רחל

להצלחת יוסף בן אפרים מעודה

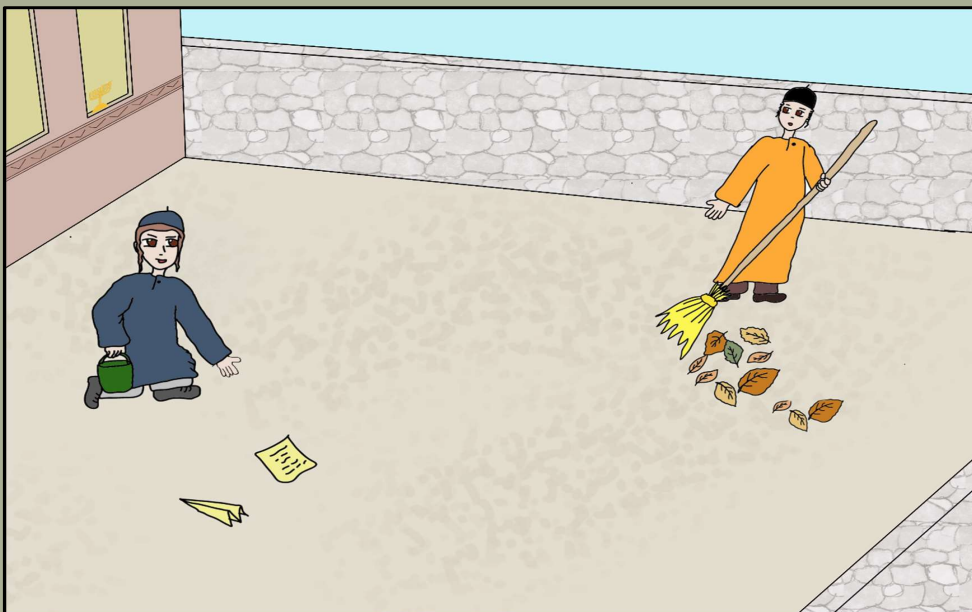
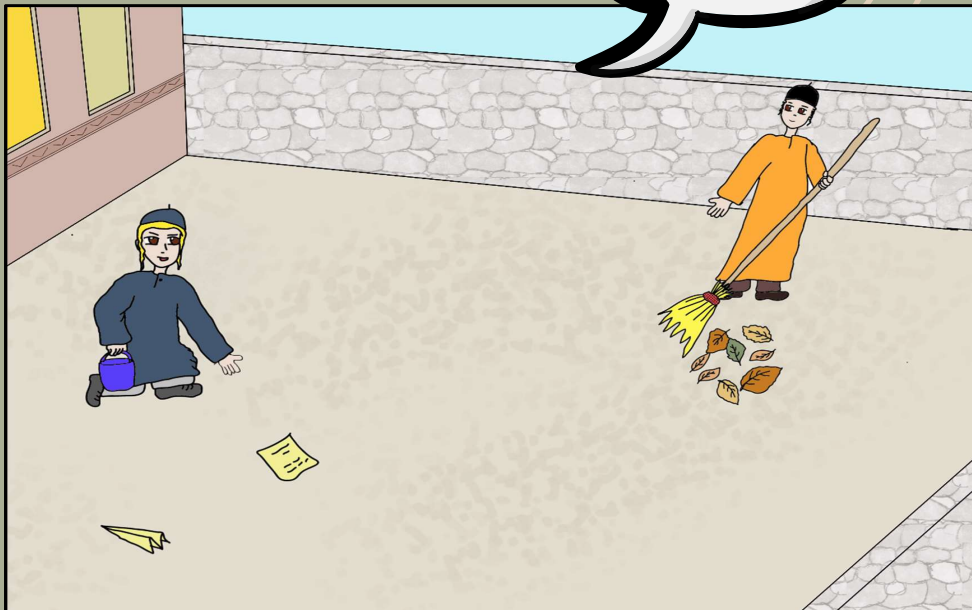
לזיווג הגון אדוה בת רבקה חפץ

להצלחת רפאל איתמר בן סמי על תרומתו הנדיבה לילדי הקהילה



מצא את 10 ההבדלים

10 מי יודע?



אין לשפץ ולצלם ללא רשות בכתב ממערכת העיתון
כל הזכויות שמורות למערכת "יהדות אמתניו"

זכות הלימוד בכולל "פרי צדיק"
לכל השותפים בתרומות
ובכללים:
לע"נ הצדיק
הרה"צ יורם מיכאל אברג'ל זצ"ל



לע"נ ראובן אברהם בן אברהם
לע"נ רחל בת שמש
לע"נ זאב בן עליזה

ולהבדיל
להצלחת כל עמ"י
ובפרט
הרה"ג ישראל אברג'ל
הרה"ג חיים יוסף דוד אברג'ל

להצלחתו בפרנסה
אלירן בן זאב חפץ

להצלחת העסקים
חלומינים
ותצפית נדל"ן

לרפואת:
שמואל חלא בן רבי יחיא חלא



אחיה בוקסי נ"י

מפי עוללים

בפרשת תולדות מסופר על כך שיצחק אבינו עסק בחקלאות ובחפירת בארות. לשם מה התורה מספרת לנו על עיסוקיו אלו של יצחק אבינו? הרמב"ם מסביר שאחת המעלות המיוחדות שהיו לאבות, הייתה שגם כשעסקו בדברים גשמיים עשו זאת מתוך כוונה לשם שמים (מורה נבוכים ג, נא). נראה שלשם כך מספרת התורה באריכות על עיסוקיו של יצחק אבינו בעניינים הקשורים בפרנסה, כיוון שמתוך כך אנו יכולים ללמוד על צורת ההתנהגות הנעלית שלו. הרמב"ם ב הלכות דעות פרק ג' הלכה ב' מלמד שעיקרון זה נוגע לכל יהודי: "צריך האדם שיכוון כל מעשיו כולם כדי לידע את השם ברוך הוא... לפיכך, לא יאכל כל שהחיד מתאוה, אלא יאכל דברים המועילים לו". הרמב"ם מלמד אותנו, שגם אנו יכולים להפוך את כל המעשים הגשמיים שלנו לעבודת ה'. לדוגמה: כאשר אנו אוכלים לא רק את מה שטעים אלא מתוך מחשבה לשמור על הבריאות - אנו עובדים את ה', שכן, בכך אנו שומרים על הגוף שיהיה בריא לעבוד את ה'.

- לרפואת רבקה חפץ בת שלום
- לעילוי נשמת יהודה בן שמואל
- לעילוי נשמת גיל בן אליעזר
- לעילוי נשמת רוני קאשוני בן ואזי
- לעילוי נשמת רבי אריה בן יחיא גמליאל
- להקדשות או להנצחת יקירכם פנה לאיתמר עובד: 053-3453020

עקב תפילותיה שיצאו ממנה בנים צדיקים, וכמו שכתוב, ותלך לדרוש את ה' - ששאלה מה הועילה תפילתה, ואמר לה שם שהועילה לה תפילתה - שמעשו יצא אנטונינוס, ונירון קיסר שיצא ממנו רבי מאיר בעל הנס (אבל מהגר אין שום גרים - שאינם מתגיירים עד היום הזה). "ויקרא את שמו יעקב". כתוב בדעת זקנים לבעלי התוספות, שהאותיות של יעקב מרמזים כך: 'נ' כנגד עשרת הדיברות, 'ע' כנגד שבעים זקנים, 'ק' כנגד בית המקדש שהיה גבוה מאה אמה, 'ב' כנגד שתי לוחות הברית.

וכשגדלו, עשו הפך לאיש צייד, ויעקב ישב ולמד כל ימיו והגה בלימוד התורה. באחת הפעמים, שב עשו מן השדה עיף, ולאפו מגיע ריח התבשיל עדשים שמכין יעקב. עשו הרעב מבקש מאחיו לאכול את התבשיל, יעקב מסכים - בתנאי שימכור לו את בכורתו. עשו מסכים, אוכל ושותה. "הלעיטני נא מן האדום". ר"ת המן, כמו שעשו מכר את הבכורה עבור לחם ונזיד עדשים, כך המן נמכר למרדכי עבור כסף. דעת האבן עזרא שהכל נובע מכך שבביתו של יצחק שררה עניות מופלגת לעת זקנותו, ומאחר ויצחק היה תלוי בצידה של עשו, לכן אהב אותו יותר. זו גם הסיבה שהוא זלזל בבכורה, ושלא קיבל את ירושתו. וכך בהמשך הפרשה שלא היה ליעקב בגדים 'חמודים' משלו ולקח את של עשו, ולכן גם נשלח יעקב לחרון בלא כלום שהוא אומר ונתן לי לחם לאכל ובגד ללבש (פרק כח פסוק כ).

למדנו מהפרשה מיעקב אבינו שכל ימיו למד תורה בבית המדרש של שם ועבר וכאן נרמז בראש ובסוף התיבה ת"ת - תלמוד תורה (תולדות).

הפרשה הקודמת, חיי שרה, סיפרה על נישואי יצחק ורבקה. פרשת תולדות מתמקדת בחייהם של יצחק ורבקה ועל הילדים שנולדו להם והלכו בדרכים שונות מאוד בחיים... את רבקה נשא יצחק לאישה בגיל ארבעים. כעבור 20 שנה, כאשר עדיין לא נולדו להם ילדים, מתפלל יצחק לקב"ה ותפילתו מתקבלת, והנה רבקה הרה. "ויתרוצצו הבנים בקרבה ותאמר אם כן למה זה אנכי", ומפרש רש"י: כשעברה על פתחי תורה - יעקב מפרסם לצאת, וכשעברה על פתחי עכו"ם - עשו מפרסם לצאת. ושואלים המפרשים דבשלמא עשו, מובן שרצה לצאת לעבודה זרה ולא ללמוד עם המלאך.. אבל יעקב למה רצה לצאת, הרי למד עם המלאך קודם שנולד? ומתמצים שיותר טוב לצאת לעולם ואפילו לוותר על לימוד עם המלאך, מלהיות ביחד עם רשע.

בבוא היום נולדים להם התאומים. הראשון, אדום ושעיר, "ויקראו את שמו עשו". אומר הבעל הטורים עשו גימטריה שלום, שאם לא היה הגימטריה שלו שלום היה מחריב את כל העולם. אחיו יצא כשהוא אוהז בעקב עשו, ולפיכך קיבל את השם יעקב. "שני גוים בבטן" מפרש רש"י: שעתיד לצאת מהם אנטונינוס ורבי. ומסביר הכלי יקר שרבקה זכתה לזה,

"ויגדלו הנערים והיה עשו איש ציד איש שדה ויעקב איש תם ויושב אוהלים" (כה,כז)

האישה כל היום בבית מטפלת בילדים והבעל כל היום לומד. ובאמת, המצב הכלכלי בביתם לא היה טוב, כשנולד לו הילד העשירי, כל משפחתו החלה במסע שכנועים שיתחיל לעבוד במשהו אך ללא הצלחה, גם בילד האחד עשר ניסו לשכנעו שלפחות יעבוד במשרה חלקית ובשאר הזמן ילמד אבל הוא התעקש "אני אמשך ללמוד ו-ה' בטוח יעזור לי". וכך המשיך האברך בעל האמונה הגדולה בלימודו, גם שנולד לו הילד השלושה עשר לא שינה כלום מאורחות חייו.

לאחר כמה זמן מהולדת הילד האחרון, חזר האברך מהכולל והוציא מתיבת הדואר את המכתבים. אבל מכל המכתבים היה מכתב אחד שמשך את תשומת ליבו זה היה מעטפה חומה גדולה ועליה חתום סמל המדינה ונכתב לידו "רשם בית המשפט המחוזי" האברך ניסה להיזכר אם היה לו איזה עניין בבית המשפט, אך הגיע למסקנה שמעולם לא היה כל עניין בבית המשפט, כאשר פתח את המעטפה גילה שהוא מתבקש להגיע לבית המשפט כדי לממש את צוואתו של ג'ון פ. העניין נראה לו מוזר בגלל שמעולם הוא לא שמע על

השם הזה ובטח גם שלא הכיר את האיש הזה. לכן הוא שלח את המכתב חזרה לבית המשפט וצירף מכתב משלו שהוא מסביר שכל זה טעות כיוון שלא הכיר את המנוח מעולם. לאחר כמה זמן קיבל בחזרה מכתב מבית המשפט שבו נכתב שאין זה טעות ועליו להתייצב על פי חוק בבית המשפט בתאריך הנקוב, בליט ברירה בתאריך שנקבע סגר את הגמרא והלך לבית המשפט כשהגיע לשם התברר לו שהמנוח הלך לעולמו ללא ילדים וכל רכושו מסתכם כחצי מיליארד דולר והוא כתב בצוואתו שאת כל רכושו הוא מוריש למשפחה הגדולה ביותר בשוויץ ולפי מרשם האוכלוסין, משפחת האברך היא הגדולה ביותר.

אומנם הנהגה זו היא ליחידי סגולה אך אנו ניקח מכאן את המוסר השכל: מלימוד תורה לא מפסידים! לכן כל אחד ואחת מאיתנו יתחבר לשיעור אחד קבוע וישמור עליו. וגם שנראה שהוא מפסיד - לא יוותר עליו.

שואלים חז"ל מדוע התורה מציינת לנו את הבדלי האופי בין עשו ליעקב?

תורתנו היא תורת חיים! היא המדריך של כל יהודי ויהודיה איך לצעוד בשבילי החיים, האדמו"ר מאוסטרובצה בספרו "בית מאיר" עונה על שאלה זו, עשו הוא היה איש "העולם הגדול" כל היום הוא בחוץ מתעסק עם ציד, יודע איך להסתדר בעסקים, ויודע להתמודד עם כל מיני "טיפוסים" משונים. בקיצור.. מה נגיד, הוא הבן אדם שיש לו את כל הנתונים להצליח ובגדול בעולם הזה. לעומתו אחיו - יעקב כל היום נמצא בישיבה, לומד תורה ואם הוא לא בישיבה, לא מכיר את המושג לצאת החוצה "לעולם הגדול" מה נאמר... יש לו את כל הנתונים להשיג כלום. לעשו היה ביד את האוצר החשוב ביותר "הבכורה" הוא לא עבד קשה כדי להשיגו בגלל שברגע שהוא נולד הוא קיבל את זה וכל תפקידו היה לשמור עליה וגם זה לא היה תפקיד קשה בגלל שלא היה צריך להילחם עם אויבים או להפעיל כל מיני "פרוטקציות" שיעזרו לו.

ולבסוף הוא איבד אותה ליעקב בכזו קלות, יצחק רוצה לברך את עשו. אם עשו היה מתברך על ידי יצחק היה זוכה הוא וכל צאצאיו בעושר וכבוד, אבל גם את זה הוא איבד ליעקב. אומר האדמו"ר מאוסטרובצה, לכן התורה גילתה לנו את ההבדל באופי שיש בין עשו ליעקב, שהאדם לומד תורה ומתחבר לה' גם כשנראה שכל הנתונים אומרים שהוא לא יצליח בכלום - הקב"ה מראה אחרת ונותן לו הצלחה מרבית בכל מעשה ידיו. לעומתו יש אדם שכל היום עובד, יוצר קשרים במקומות הנכונים ובכל זאת אינו רואה ברכה במעשה ידיו.

הרב הגאון ר' אשר וייס סיפר באחת מדרשותיו מעשה שהתרחש בשוויץ. היה שם אברך שכל רצונו היה ללמוד תורה וכך עשה, כל היום למד בהתמדה עצומה. אשתו, שראתה את אהבתו ושקידתו בלימוד התורה הקדושה, לקחה על עצמה את ניהול הבית. המצב נשאר כך גם שהמשפחה הלכה וגדלה, כולם התפלאו "איך אפשר לחיות ככה?". כולם שאלו "הרי



כללים לחיים - חלק 2

עד כה למדנו ארבעה כללי יסוד בסדנת השיעורים "מודעות לבריאות טבעית", שאנו שמחים לפרסם לציבור הרחב ושמצווה לפרסם את הדברים הלאה למען ייטב לנו ולביתנו ולבני ביתנו בע"ה, ואלו הם:

1. ככל שיותר קרוב לטבע יותר קרוב לבורא, יותר קרוב לבריאה ויותר קרוב לבריאות
2. ששה ימים נקיים וביום השביעי מתענגים על השם
3. חצי מכל ארוחה תהיה ירקות ו/ או פירות חיים
4. אין קיצורי דרך- תיקון ושימור הבריאות דורש עבודה וגם למנוחה יש כללי הבראה

וואו, טוב לדעת. זה לא קל לשנות אך ננסה. אז מאיפה מתחילים את העבודה?

לרוב מומלץ להתחיל ממערכות העיכול והנשימה. כי שלשה מקורות אנרגיה לאדם- אנרגיה מולדת, שאין אפשרות לחזק אותה אלא לשמור על מה שיש. אנרגיה ממזון ואנרגיה מאוויר. שתי האחרונות ניתנות לשיפור ולשכלול.

ברגע שהאנרגיה תעלה, יתחזק וישתקם הכוח הטבעי, שטבע הבורא ית' באדם, ויתחיל לעשות סדר וארגון בבריאות.

טוב, אז למעשייה- מהי דרך העבודה הנכונה ואיך מחזירים לכורש עיכול עצלן ונשימה שטחית?

תחילת העבודה בעיכול נעשית ע"י התבוננות. ההתבוננות מתחלקת לשניים:

1. התבוננות פנימית- האכילה צריכה להיות תלויה בהרגשת הרעב. הרמב"ם זצ"ל מחלק בין "הרעב הצודק" לבין "הרעב הכוזב". פירוש, ישנו רעב אמיתי וישנו רעב שקרי. השקרי נגרם כתוצאה מליחה רעה הנמצאת בקיבה, שהיא למעשה מעין נזלת, אך לא זו שקשורה ב'ריאות' אלא הפעם היא קשורה בקיבה (בכל האיברים יכולה להיווצר מעין 'נזלת', היינו מיני ריר סמיכים ועכורים בדרגה כזו או אחרת שהרמב"ם מכנה אותם 'ליחות ועיפושים'). ליחה זו זזה בבטן, כמו מדגדתם מבפנים והאדם עשוי לחשוב שבטנו מקרקרת, אע"ג שאינו באמת חש רעב. במקרה זה, סביר להניח שיש עדיין מזון שמתעכל לאינם במעי וואם יאכל אז תתרחש תופעה שהרמב"ם מכנה אותה בהנהגת הבריאות (שער א, פרק ד) 'הכנסת מאכל על מאכל', מה שיגרום, בלשון המעטה, לסרחון גדול ואכמ"ל. לעומת זאת, תחושת רעב אמיתית מורגשת היטב ללא עוררין, אי אפשר לטעות בה, מדובר בקרקורים שלא מביישים שום תרנגול חופש (ברפואה מכנים את

רעשי הבטן בשפה העברית 'המיית מעיים' ובלעז 'נורבוריג'מוס', שזה כמובן שם הרבה יותר קרוב למציאות במקרה זה). אומר לנו הרמב"ם, שכן הוא גם לגבי שתייה וזו לשונו (שם)- "אם ירעב או יצמא, ימתין מעט.. ואם יתחזק הרעב או הצמא, יאכל או ישתה".

2. התבוננות חיצונית- יתבונן על המזון שמונח לפניו לפני אכילתו.

ברגע שהחושים קולטים את סוג המזון שעתיד להיכלל מיד המוח נותן פקודה לקיבה, לבלבל ולכבד להיערך לקראתם. פעולת עיכול זו תזדקק לרמה מסוימת של הורמון שיגיע מהבלב ויגרה את תאי הקיבה, שיפרישו רמה מסוימת של חומצה. והקיבה עצמה תצטרך להפריש כמות מסוימת של אנזימי עיכול, שמתמחים בפירוק אותם המזונות, ולספוג כמות מסוימת של מים מהגוף, לצורך ריכוך ובישול המזון, ולייצר רמה מסוימת של אנרגיה חום עד להשגת הטמפ' הנחוצה לבישול הקיבתי. הכבד בינתיים ייצר מיצי מרה, שיעמדם היכון בכיס המרה, שעתיד להפרישם אל עבר העיכול לטובת פירוק השומנים. הבלב באותו הזמן, ייצר אנזימים, המתמחים בפירוק חלבון, שומן וסוכרים, אשר סומכים על הקיבה שעשתה מלאכתה נאמנה, על מנת שיוכלו להמשיך ולפרק את המזון המעוכל עד שיהיה מוכן לספיגה מן העיכול אל כלי הדם בצורת נוזל הדם, המזין ומחיה אותנו.

כל זאת צריך להתרחש במהירות וביעילות ובדיוק מרביים על מנת שבעת כניסת המזון אל המערכת, הרוב כבר יהיה מוכן ומזומן ותיכף ומיד יתחיל תהליך העיכול המושלם. פלא פלאים עשה ה'.

במאמר הבא נמשיך בע"ה עם כללי אכילה נכונה ועצות מעשיות לשיפור תהליכי העיכול והספיגה של מרכיבי המזון השונים לשם העלאת רמתם בדם והשבת הבריאות האיתנה על כנה.

שנזכה להיות חזקים ובריאים בכדי שנוכל לעשות רצונו יתברך. יוסף טל הררי, מרפאת רפאנא 052-2220918



המדור לרפואת כלל עמ"י ובפרט לרפואת מורי אבי שלמה בן אסתר הי"ו

המסלול לביטוי ולפיתוח אהבת הורים לילדים

מתוך ספרו של הרב אברהם אוהיון



הבן יקיר לי

דוגמה אישית שלום בית

להיענות להן, והאזנה לסיפוריהם הן ביטויים של כבוד לילד, בהיותו אדם שנברא בצלם.

על ההורה לדעת, כי אם הוא אינו נוהג בילדיו בכבוד אמת, הוא משדר להם מסר הפוטר אותם מן החובה לנהוג כבוד זה בזה.

גם אם בחיי היום-יום אנו שומרים על כבוד ילדינו, לעתים, ילד המחרחר מריבות או מעורר בעיות מעמיד אותנו בניסיון קשה. התנהגותו המקוממת גורמת לנו לכעוס עליו ואף לדבר אליו בצורה קשה ולא מכבדת. למעשה, דווקא בהנהגתנו עם ילד כזה, עלינו להיזהר שבעתים שלא לפגוע בכבודו. מלבד העובדה שיחס מכבד יגביר את הסיכויים לשיפור התנהגותו של הילד, נרוויח גם חינוך אמתי שידגים לילדינו בצורה מוחשית, כיצד מכבדים באמת.

חינוך לדרך ארץ

כבר מגיל רך יש לחנך את הילדים לדרך ארץ ולמידות טובות ולהרחיק אותם מן החוצפה והעזות. כאשר תהא המלכת החבר נחת טבועה בנפשם, היא תבוא לידי ביטוי בכל קשריהם עם הזולת, ואין ספק שהיא תבוא לידי ביטוי גם בזמן חיכוכים טבעיים המתרחשים בכל בית, ותגרום להם שיתנהלו ביתר עדינות וכבוד.

להזהיר גדולים על הקטנים

מאחר שילדים נוטים לחקות את המבוגרים מהם, חשוב לשים דגש מיוחד על חינוך הילדים הגדולים. אם הגדולים ינהגו כבוד באחיהם, ילמדו גם הקטנים לעשות זאת. רצוי מאוד להרגיל את הילדים הגדולים לעזור בבית, בהשגחה, בטיפול באחים הקטנים ועוד, אך זאת לא על ידי פקודות, אלא מתוך תחושת שותפות. כאשר דבר זה נעשה באופן טבעי, מתרגלים הילדים לשאת בעול ובאחריות ולפתח סבלנות ואורך רוח כלפי אחיהם הקטנים. הם לומדים לטפל בהם ולהקשיב להם, ומתוך כך גם לאהוב אותם ולהעניק להם.

על מנת להקנות לילדים דרך בהנהגה בין איש לאחיו, חשוב להקפיד על דוגמה נכונה של הנהגה בבית.

הנהגה של כבוד צריכה להיות בכל קשר שבין איש לרעהו. משום כך, הדוגמה האישית של ההורים מתבטאת ראשית לכול ביחסם זה לזה. מתוך הנהגת ההורים זה בזה לומדים הילדים דרך הנהגה עם אחיהם, עם רעיהם ועם הבריות בכלל. כאשר ההורים חיים בהסכמה מלאה ובאחדות, האב מכבד את האם והאם מכבדת את האב, לומדים הילדים לכבד זה את זה. כאשר ההורים מוותרים זה לזה ודיבורם מתנהל בנחת וברוך, אזי שרויה השכינה ביניהם והם יזכו לגדל דורות ישרים שהשלום מצוי ביניהם. לעומת זאת, בבית שהשלום אינו דר בו, וההורים מדברים זה לזה בזלזול ואף מתלוצצים זה על זה, לומדים הילדים לזלזל בזולת ואף ללעוג לו. מלבד זאת, הורים העסוקים בריב ובמזון, חסרים את הכוח הנפשי הנחוץ להענקת חום ותשומת לב לילדים, וכך, בשל אווירת המריבה וחוסר האהבה, נפגמות מידותיהם של הילדים, ואין כל פלא שהיחסים ביניהם רעועים וקלוקלים. כדאי לתת את הדעת למה שהילדים שומעים, ולהביע במכוון באוזני הילדים רגשות הערכה וכבוד לבן הזוג. לדוגמה, בשעת הארוחה יאמר האב בהתפעלות: 'ראו איזו אמא יקרה יש לנו. למרות עבודות הבית הקשות, היא חשבה עלינו והכינה לנו ארוחה חמה ומושקעת'.

כאשר מתרגלים לפרגן ולהודות על כל דבר, להביע בקשות בצורה מכובדת ולשבח את מעשי בן הזוג, יוצרים בבית אווירה מכבדת המשפיעה במידה רבה על הנהגתם של הילדים.

דוגמה אישית ביחס לילדים

לא די לנהוג בבן הזוג בכבוד. גם ילדינו ראויים שנהג בהם בכבוד. משום כך, אין לכוונתם בכינויים מזלזלים ואין לבטא חוסר הערכה לפועלם. הקשבה לבקשותיהם של הילדים, גם אם אין בדעתנו



הופיע!!!

ספר הלכה יומית לבני קהילת קודש תימן יע"א הכולל בתוכו הלכות מעשיות ומתומצתות המסודרות ומותאמות לימות השנה עפ"י מנהגי תימן בלדי ושאמי

כך תוכל ללמוד ב' הלכות בכל יום ולהקיף את כל ההלכות שאתה צריך

נקודות הפצה:

חריש - איתמר עובד 053-3453020
אשקלון - יקיר 0527612342



בשעה אכה ומוצאת!

התחלנו ללמוד רפואה כאן בעירנו חריש

בימי רביעי בשעה 20:00

בבית הכנסת מקדש שלמה

(בראשות הרב זיגדון שליט"א) רחוב ספיר 28

עזרת נשים פתוחה

בחינת סור מרע ועשה טוב למען חיך וחיי בני ביתך. לא לפספס!



חדש בחריש!

עמותת אחוות אחים פותחת קורס

סופרי סת"ם



מחיר היכרות

הקורס יועבר ע"י הרב שי מליחי בעל ניסיון של 17 שנה, אשר עשרות רבות של תלמידים למדו והוסמכו תחת ידו

לימוד עיוני ומעשי
עד להקבלת תעודה

לפרטים והרשמה: איתמר עובד 053-345-3020



נשיא הקהילה הרה"ג יצחק רצאבי שליט"א



כולל "פרי צדיק" מתרחב!

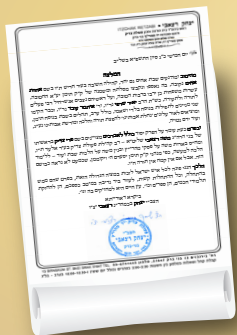
בס"ד לאור ההצלחה בפעילות הכולל ישנה אפשרות לקבל עוד מס' אברכים

לכולל הוראה הלכה למעשה במסלול "יורה יורה" ברבנות הראשית ובדגש על מנהגי תימן

כולל יום לאברכים "פרי צדיק" חריש



ראש הכולל הרה"ג משה רצאבי שליט"א



לתרומות ופרטים נוספים יש לפנות לאיתמר עובד. בטל 053-345-3020
להוראת קבע באמצעות כרטיס אשראי: 050-7540977

פרטי חשבון לתרומות:
בנק לאומי (10) סניף 954
מס' חשבון 7152226
העברה בכ"ט: 054-6812981