

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"

ויגש

ה'תשפ"ב - בשל"ג

הלכות

אין לך אדם שאין לו שע"ה

המשך סימן ח' - מצוות ציצית

מתוך שו"ע המקוצר של מרן הגאון רבינו יצחק רצאבי שליט"א פוסק עדת תימן

כונ) אם נפסק (פ' נחתך) חוט מארבעת חוטי הציצית, שבכפילתם בנקב נהיים שמונה חוטים, ונשאר ממנו כדי עניבה (דהיינו כארבעה סנטימטרים), או אפילו נפסקו ארבעתם אלא שנשאר מכל אחד כדי עניבה, כשר. אבל אם נפסק אפילו רק חוט אחד, ולא נשאר ממנו כדי עניבה, אף-על-פי ששלושה חוטים נשארו שלמים, פסול. הלכך אם נפסק חוט אחד משמונת החוטים התלויים, אפילו נפסק לגמרי עד מקום חיבורו בכנף, פשיטא דכשר, כיון שחוט זה אינו אלא חצי חוט, והרי יש עדיין בחציו השני כדי עניבה ויותר. ואם נפסקו ב' חוטים ולא נשאר מהם בכל אחד כדי עניבה, יש לחוש שמא שני חוטים אלו הם חוט אחד, ואס"כ הציצית, פסול. אבל אם הוא בטוח שהם משני חוטים, כגון הנהוגים לעשות קשרים בין חוליא לחוליא, ודקדק בשעת קשירתם לקשור תמיד ד' ראשים שבצד זה, עם ד' ראשים שבצד זה, ועתה נפסקו ב' ראשים מצד אחד שלקשר, אם כן הרי הם בודאי מב' חוטים, וכיון שנותר בכל חוט עדיין שיעור כדי עניבה ויותר בצד השני שלקשר, הרי הציצית כשר. וכן הדין אפילו נפסקו ארבעתם מצד אחד, כאמור לעיל. אמנם כשיש אפשרות בקלות להשיג ציצית, צריך לחוש לדעת רבי' תם הסובר שאין להכשיר אלא כשנשתירו ב' חוטים שלמים, שהם ארבע, שכל אחד מארבעתם ארוך "ב אגודלים.



ואם נפסק חוט אחד במקום שהם תלויים בנקב, פסול. (ז) זה שאמרנו שאם נפסק חוט אחד ונשאר ממנו כדי עניבה כשר, זהו דוקא, אם בשעת עשייה היו כל החוטים ארוכים כשיעור, אלא שאחר-כך נפסקו. אבל אם בשעת עשייה, היה אפילו רק חוט אחד קצר רק משהו מן השיעור, יש אומרים שפסול, ויש אומרים שרק לכתחילה אסור להניחו בבגד.

כח) החוטים צריכים להיות שזורין משני חוטין לכל הפחות, ובדרך כלל עושים מארבעה, ויש מהדרין משמונה למצוה מן המובחר. ואם איזה חוט נפרד משזירתו לגמרי (ר"ל בלתי שזור אפילו לשניים), אזי כל הפרוד נחשב כאילו נחתך ואיננו. לפיכך נוהגים לעשות קשר בסוף כל חוט, כדי שיעמוד בשזירתו. (ט) אם נחתך או נקרע הכנף, ונפרד לגמרי מן הטלית, ואין בחתיכה זו ג' אגודלים, ישאומרים שחתיכה זו אפילו לאחר שתפרה היטב אל הטלית, פסולה מלהטיל בה ציצית, דכיון שאין בה ג' אגודלים, אין עליה שם בגד, ואפילו אם נתחברה עם הטלית נחשבת כפרודה. וראוי להחמיר כן. אבל אם נשארה מחוברת מעט, מועילה התפירה שתהא נחשבת בכלל הטלית, והציצית שטייל בה אחר התפירה, כשר. ונוהגין לתפור חתיכת בגד בכנף הטלית כדי לחזקו.

ל) יש אומרים שבכל השטח שלכנף, שראוי להטיל שם את הציצית, דהיינו ממלוא קשראגודל משפת הטלית, עד ג' אגודלים, לא יהיה שם שום תפר אפילו משהו, בחוט שהיה ראוי לעשות מחוטים כאלו ציצית לטלית זה. כגון אם הטלית של פשתן, לא יתפור שם בחוטי פשתן, רק בחוטי משי וכדומה. ואם הטלית של משי, לא יתפרנו בחוטי משי. ואם הטלית של צמר, לא יתפרנו בחוטי צמר, אלא בשל משי וכדומה. ויש להחמיר בזה גם באימרא שנוהגין לתפור סביב הנקב לחזקו. ודוקא בחוט לבן. אבל בחוט צבוע, אין לחוש.

הליכות תימא



תלין בְּטוֹב*
תְּקִיץ בִּישׁוּעָה וְרַחֲמִים

* וכשהם יודעי ספר מוסיף אח"כ: "תשקב ולא תפסד" וחבירו עונה: "לשקב וְקַרְבָּה שְׁנֵיתֶךָ"

כל הכוונות שמורות למערכת "נחלת אבותינו" ואין לשכפל ולצלם ללא רשות בכתב ממערכת העלון

כניסת השבת:

16:06

יציאת שבת:

17:15

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 בבתי 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

מעוניין להפיץ את העלון בבית הכנסת שלך?!

בשל ביקוש העלון בערים נוספות, זקוקים לתורמים עבור מימון העלון

זור קשר בטלפון: 053-345-3020 או בכתובת המייל: NA0546812981@gmail.com

דבר המערכת



בימי החנוכה המרוממים, רווינו שמחה ואור גדול כאשר התקיימה מסיבת חנוכה בכולל 'פרי צדיק' עם ראש הכולל הרב משה רצאבי, עם אוכל אותנטי ושירה מקורית.

כמו כן, במוצ"ש האחרון, אברכי הכולל השתתפו בשיעור השבועי של מו"ר ועט"ר, נשיא הקהילה הגר' רצאבי, ומיד לאחר מכן התקיימה מסיבת חנוכה עם חברי הקהילה ואברכי הכולל, והייתה שירה מקורית מענגת. המשתתפים התברכו אישית מפי קודשו.

ילדים המעוניינים לכתוב דבר תורה לעלון, אפשר ליצור קשר במייל na0546812981@gmail.com

מתוך ספר בנין משה חלק ב'
המשך פרק שמיני - דיני מלאכת מעמר

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

ללקט סוכריות שזורקים על החתן, מנהג ק"ק תימן (יד) מה שיש נוהגים בשאר קהילות לזרוק שקדים ומיני קטניות על חתנים בשבת, או בשמחת תורה, והן מתפזרים אחת הנה ואחת הנה, והתינוקות מלקטים אותם ונותנים לתוך "שקיות" וכדומה, כיון שעושים כן משום שמחה אין בכך משום טירחא ועובדין דחול. וכל שכן "סוכריות" ושאר מיני מתיקה שזורקים על החתן, שמותר ללקטן. ומכל מקום בקהילות קודש תימן יע"א לא היה נהוג כלל לזרוק על החתן בבית הכנסת שום דבר, וכן עיקר ואין לשנות. ודלא כאותם שהתחילו לנהוג כן בזמנינו על פי מה שראו אצל שאר קהילות. וראוי לבטלו משום כבוד וקדושת בית הכנסת, ומשום בלבול הדעת וחסרון דרך ארץ. ובמקום זה, יכולים לחלק לילדים מיני מתיקה בדרך כבוד, אחר ההפטרה בזמן שאומרים מי שברך. ובזה יתנו כבוד לתורה, ויהיו הילדים זרע בְּרַךְ י"י.



נתפזרו במקום עפר וצרורות (יב) נפלו הפירות בחצר במקום עפר וצרורות, אפילו נפלו במקום אחד לא יקבעם לתוך הסל כדרך שהוא עושה בחול - ואפילו כדי לאכלם לאלתר, משום שבלקטתם והנחתם בסל הוא נראה כבורר, ואפילו בפירות גדולים. אלא מלקט אחד אחד ואוכל, וכדין בורר ואוכל מיד שמותר. **פירות שנתפזרו בבית, לאסוף צעצועים וכיוצא בזה** (יג) לא אסרו חכמים לאסוף פירות וליתנם בתוך סל וכיוצא בו אלא כשנתפזרו בחצר, ומשום שאיסופם בחצר לתוך סל נראה כמעשה חול. אבל אם נתפזרו בתוך הבית, מותר לאספם בכל ענין. וכל שכן שמותר לאסוף למקום אחד כלים, משחקים, צעצועים וכדומה, שנתפזרו בתוך הבית. ובאלו נראה שאפילו אם נתפזרו בחצר מותר, ולא אסרו אלא בפירות. ואם נתפזרו במקום עפר וצרורות, המחמיר שלא לאספם כדי שלא ייראה באסיפתם כבורר, תבוא עליו ברכה (וכדלעיל בסעיף הקודם).

מאת ר' דניאל אהרון הי"ו

האם מותר לטייל בשבת?

למדנו השבוע: (דף כג') על האמור בתורה, "ונתתי גשמיכם בעיתם", היינו שירדו גשמים בלילי שבתות ולילי רביעיות, (יום רביעי) שאז אנשים בבתיהם ואינם יוצאים לרחוב. **מסביר רש"י:** ע"פ האמור בגמ' (פסחים קיב'), שבזמנים אלו יוצאת שידה ושמה אגרת בת מחלת, ועימה שמונה עשרה ריבוא מלאכי חבלה, ויש להם רשות להזיק, ולכן אנשים נשארים בבתיהם, ולכן גשמים בזמנים אלו הם גשמי ברכה. (מרש"י משמע, שטעם זה דווקא בלילי רביעיות, אך בתוס' מבואר, שטעם זה נכון גם על לילי שבתות) **וביאר יותר באבן עזרא:** (שמות כ' יג') שהכוכבים שבתאי ומאדים, הם כוכבים מזיקים, והם שולטים בלילי שבתות ולילי רביעיות, ועל כן ראוי לאדם להתעסק בזמנים אלו רק ביראת השם לבדו. **ע"פ זה כתב בשו"ת אז נדברו:** אין ראוי לעשות טיולים בשבת, משום אותם המזיקים, והמטייל עם בני ביתו מחלל שבת, וגורם צער וקטרוג למעלה, כיון שלא ניתנו שבתות לישראל אלא כדי שיעסקו בתורה, **והבן איש חי כתב:** (עוד יוסף חי) אף שטיול בשבת הוא תענוג, מ"מ יביאו האלוקים על זה במשפט, דאך מבטל הוא את השבת שניתנה לענגה בתורה, ומאבדה בטיולים שאין בהם מועיל. **למעשה הרמ"א פסק:** (סימן שא' סעיף ב') שמותר לטייל בשבת, ויותר כתב בסימן (תטו ס"א) שאף מצווה יש בדבר, ולכן מותר לעב עירובי תחומין ע"מ לטייל, (אע"ג שקיי"ל שאין מערבין אלא לדבר מצווה). **אבל בתוספת שבת (שם) חלק וכתב:** שדווקא ביו"ט שיש מצוות שמחה, יש מצווה בטיול ששמח בכך, אבל בשבת שאין בה מצוות שמחה אלא עונג, אין מצווה בטיול.

<< דף היומי השבוע תענית דף כג' - כט' >>

מאת חגי קומימי הי"ו

אבא!! מה העצה??

"שורש הכל, הוא שחסרה לנו יראת שמיים"

כך כתב המשגיח הצדיק רבי אליהו דסלר זצ"ל בספרו 'מכתב מאליהו', ועוד הוסיף ואמר: "יש יראה חושית, ויש יראה שכלית". הנה יש לנו יראה מה' יתברך, בשכל ובפועל ממש. זה קיים בפוטנציאל, ועדיין איננו מתייראים באמת מתוכנו. כמו שכתוב בזוה"ק: "בר נש אזיל בהאי עלמא וסבר דדיליה הוא לדרי דרין", פירוש: אדם הולך בעולם הזה וסובר שהעולם שלו הוא. אז שוב השאלה: מה העצה? מה העצה לקבל יראת שמיים? ראשית זה נשמע כ"כ מופשט - יראת שמיים - ממני והלאה! דבר נוסף, איך זה יכנס לי ללב באמת? אז לשאלה זו, כתב הרב דסלר תשובה מתוקה מדבש, וכך הוא אומר: "רק עצה אחת; יש ציורים - ציורי הלב. היינו להרבות בכוח הדמיון ציורים מוחשיים בענייני קדושה, שנרגיש כמו חי את האושר הנפלא שבה!". **תקראו שוב! ושוב! ושוב!** ציורים! כן, ציורי הלב! תצייר לך את גן עדן - תדמיין לך את ההיכל שאליו אתה שייך בעולם הבא! דמיין שאתה בשיעור של ראש מתיבתא בעולם העליון! (מקובלנא שאחד מהם הינו האור החיים הקדוש זיע"א). דמיין שכן! - אתה תסיים את הש"ס! דמיין שילדיך יהיו תלמידי חכמים אמיתיים! צייר לך את הרגע שמישיח צדקנו מגיע! תתחיל לצייר!! תתחיל לדמיין! נשמע לנו חלילה עצה משונה?? תופתע לגלות, אך היצר הרע בדיוק פועל כך על כל אחד ואחד. גורם לך שתדמיין כמה רע יש בך, חכה... 360 מעלות בצל של גיהנם. ועוד כהנה וכהנה ח"ו. לסיום הפסקה הנפלאה הזו, נסיים עם תשובתו של הגרש"ז שנסאל: "במה השיגו האבות הקדושים וכל גדולי העולם ז"ל את מדרגתם? במה היה כוחם יפה מכוחנו?" והשיב: "הם ידעו את הכוח האדיר שבציורי הלב!".

מי שבידך 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 סייעתא דשמיא בבריאות איתנה ונהורא מעליא פרנסה בשפע אושר ועושר אריכות ימים ושנים בטוב ובנעימים א.כ.י.ר.



- הצלחת
גיל בן אריה כרסי
- הצלחת
חגי בן יחיא קומימי
- הצלחת
לוריא ואוריה בני אליהו
- הצלחת
יעל בת מרים אהרון
- הצלחת
יעקב בן שלום גמליאל



תמונות מהשיעור השבועי של מרן הגאון הרב יצחק רצאבי שליט"א



מרן מעיין בעלון



"זכו - שכינה ביניהם"

סדנת לימוד בעניין שלום בית, עם הרב אברהם בן אסולין יצ"ו



יש קונה עולמו בשע"ה אחת

מלאכת זודע

א. השקיה במי רגלים, יין, וערק: מותר להטיל מי רגלים על עשבים וכדומה, לפי שהם עזים ושורפים את העשבים ומונעים אותם מלצמוח. והוא הדין שמוותר לשפוך עליהם יין או ערק שאינם מצמיחים (בנין משה ח"ב פ"ד סע' י"א).

ב. השקיה בשאר משקים: שאר משקים שמעורב בהם מים, אסור לשפוך על עשבים וכדומה, דודאי מצמיחים הם. אך אם אין מעורב בהם מים, כגון מיצים טבעיים לגמרי, ראוי ליזהר לכתחילה שלא לשפכם על עשבים. אא"כ בגינת חברו שאינו נהנה בגידולם, שאין צריך ליזהר. והוא הדין שמוותר לרוק בגינת חברו או אפילו בגינתו בזמן שלא נוח לו בהצמחת עשבים אלו. (שם, ובהערה י"ד).

ערב שבת קודש

א. טעימת התבשילין: יש אומרים שראוי לאדם לטעום בערב שבת את התבשילים שנעשו לשבת, ויטעום מכל תבשיל, כדי שיהיו עשויים כהוגן (שע"ה ח"ב סי' נ"ד סע' ח').

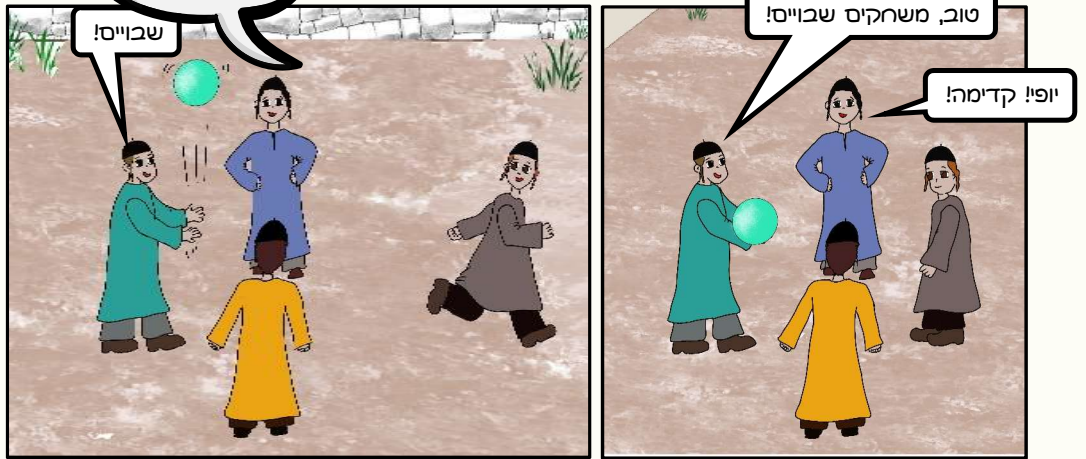
ב. שלא לקבוע סעודה: בערב שבת, מתשע שעות זמניות ולמעלה [היינו 3 שעות זמניות לפני צאה"כ], מצוה להימנע מלקבוע סעודה, אפילו מה שהוא רגיל בחול - כגון ארוחת הצהרים הרגילה. וסעודה גדולה שאינו רגיל בה בחול [דהיינו סעודה מורחבת יותר מסעודת הצהרים הרגילה], אפילו היא סעודת מצוה כגון חנוכת בית, סיום מסכתא, בר מצוה שאינה בזמנה, אם היה אפשר לעשותה ביום אחר, אסור לעשותה בערב-שבת כל היום, אפילו בבוקר (שם סע' י"א ומפי מו"ר, ידב"ש).



מאת ר' לודיא צנחני הי"ו

הלכות שמירת הלשון עם

מארי חיים



"אסור לבנות את חברו לספר עליו מדות המגונות שיש לו...דזה ודאי גנאי גמור הוא, ואף שהוא אמת...ואפילו אם רואה עליו שהורגל באותן המידות הרעות ואין ליבו מר עליון כלל...אסור לו לילך ולהלעיג עליו" (חפץ חיים, הלכות לשון הרע, כלל ד')

שאלת השבת:

לשלוש קר בשבת קודש, ורצה להתרחץ במים חמים, ולא ידע האם מותר לרחוץ את כל גופו. וכן לא ידע האם קיים הבדל בדין דוד חשמל לבין דוד שמש? מה הייתם משיבים לו?

- א. דוד חשמל: בשעת הדחק פניו ידיו ורגליו וכדו'. דוד שמש: מותר.
- ב. אסור בכל מקרה, גזרה שמה יסחוט שערותיו.
- ג. להלכה, אם רוחץ פניו ידיו ורגליו אין כל הבדל, ומותר.
- ד. דוד חשמל: אסור. דוד שמש: בשעה"ד פניו ידיו ורגליו וכדו'.

חידת השבת:

ידוע שאדם שהחסיר תפילה, אם שגג/נאנס - משלים בתפילה הבאה, היינו לאחר שהתפלל את התפילה שזמנה כעת - תפילת החובה.

ייתכן מצב שבו אדם יתפלל תפילת תשלומין קודם לתפילת החובה?

חידודן השבת:

היכן מצינו בש"ס צמח שגדל בתוך מעיו של אדם?



מצא את 10 ההבדלים

מי יודע? 10



כל הזכויות שמורות למערכת "נחלת אבותינו" אין לשכפל ולצלם ללא רשות בכתב ממערכת העלון

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



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 אברהם בן מיכאל קטיעי

לרפואת: שמואל חלא בן רבי יחיאל חלא

הנהגות אלו הן למען טובת הכלל והן נגזרות מן התורה והלכה ויש להקפיד עליהן בכל עת ובכל מקום

הנהגות אלו הן למען טובת הכלל והן נגזרות מן התורה והלכה ויש להקפיד עליהן בכל עת ובכל מקום

שמואל חלא בן רבי יחיאל חלא



הלל לוי נ"י

"יש לנו אב זקן וילד זקנים קטן ואחיו מת ויותר הוא לבדו לאמו ואביו אהבו" (מד, כ)



מפרש רש"י "ואחיו מת": מפני היראה היה מוציא דבר שקר מפיו, אמר, אם אומר לו שהוא קיים יאמר הביאוהו אצלי. החתם סופר כתב שיהודה לא הוציא דבר שקר מפיו, היות ואפשר לפרש את אותם מילים כך: "יש לנו אב זקן" - הכונה ליעקב, "וילד זקנים קטן" - הכונה לבנימין, "ואחיו מת" - הכונה לאח של האבא הזקן, "ויותר הוא לבדו" - היינו ללא עשיו - שרשעים בחייהם קרויים מתים - ויעקב נשאר לבדו, כי אצל רבקה אמו, עשיו לא נחשב כלל, "אביו אהבו" - באמת יצחק אהב את עשיו! ואכן, נמצא שיהודה לא שיקר כלל.

שבת שלום.

להצלחת עומר שיר ומשפחתו

לרפואת שרה (זהרה) מוצורה בת נעומי

להצלחת רועי בן חנויה אושרי

לניווט הגון אדוה בת רבקה חפץ

להצלחת יאיר בן רחמים שרפי

יוסף, ולכן אפילו שהיה בכוחם להרוג את כל מצרים, לא עשו זאת כיון שהבינו שרצון ה' הוא שיתייסרו, ואין להם לעשות מאומה. ולכן, כאשר ראו שיוסף נטפל לבנימין והחליט שרק הוא יהיה עבד והשאר יצאו נקיים וילכו לבתיהם, הבינו שאין כל קשר בין מה שעובר עליהם לבין המכירה, שהרי בנימין לא היה כלל במכירה והרי האיש הזה מתנכל סתם לבנימין, ולכן יצא למלחמה. העולה מהאמור: ישכיל האדם להבין שאין דבר כזה שיזיקו לו סתם, אלא האלדים מצא את עוונותיו של אדם, ולכן החליט לשלוח לו שליח שיפגע בו – בגופו או בממונו – ואין הפקרות בעולם! כל דבר הינו בהשגחה פרטית מדוקדקת ביותר! וכמו שמובא בחולין (דף ז:): "אמר ר' חנינא, אין אדם נוקף אצבע מלמטה, אלא אם כן מכריזין [גוזרין] עליו מלמעלה, שנאמר מה' מצעדי גבר כוננו ואדם מה יבין דרכו". שבת שלום ומבורך.

"ויגש אליו יהודה ויאמר, בי אדוני ידבר נא עבדך דבר באוזני אדוני, ואל יחר אפך בעבדך, כי כמוך כפרעה" מקשים רבותינו וכי יהודה היה חלילה כפוי טובה? מדוע ניגש למלחמה ומדבר עם יוסף קשות? הרי כשבא השליח לחפש את הגביעים בשקים אמרו לו השבטים שאצל מי שימצא הגביע – ימות, וגם אנחנו נהיה לאדוני לעבדים. יהודה בעצמו אמר ליוסף: "מה נאמר לאדוני, מה נדבר ומה נצטדק, הננו עבדים לאדוני – גם אנחנו גם אשר נמצא הגביע בידו". ויוסף עונה לו בצורה יפה ומנומסת: "חלילה לי מעשות זאת! האיש אשר ימצא הגביע בידו, הוא יהיה לי לעבד. ואתם עלו לשלום לאביכם". ונשאלת השאלה, מדוע ניגש יהודה ליוסף ומדבר עמו קשות, ומאיים שיצא כנגדו למלחמה?! ביאורו המפורשים, שהאחים ראו בכל התהליך שעובר עליהם את יד ה' שרוצה להענישם עבור המעשה של מכירת

"ועתה לא אתם שלחתם אותי הנה כי הא-לקים"

במסעדה בזמן הפיגוע ושילם על כך מחיר כבד ואולי גם בחייו. מיד התחיל לרוץ למקום והתחיל לחפש את האיש. המראות היו קשים, אך בכל זאת הוא חיפש אותו, עד שכוחות הביטחון הרחיקו אותו מהמקום. אך הוא לא ויתר, חיפש בכל בתי החולים עד שמצא אותו. הוא היה במצב קשה, אך לשמחתו הוא היה בחיים. בנו של הפצוע היה צמוד לאביו והעשיר סיפר לו על החסד שאביו עשה עמו. כשדמעות בעיניו הוא הוציא את כרטיס הביקור שלו ואמר לו: "אני עשיר גדול ולא חסרים לי אמצעים, לכן כל מה שתצטרכו אל תהססו לפנות אלי ואני אעזור לכם בשמחה רבה. משרדי נמצא בבנייני התאומים, קומה מאה ואחד". לאחר שלושה שבועות, העשיר מקבל שיחת טלפון. על הקו היה בנו של הפצוע שסיפר לו שאביו ב"ה יצא מכלל סכנה, אבל הוא צריך לעבור טיפול בבית חולים בבוסטון. העשיר שמח על ההזדמנות שניתנה לעזור לו, ותוך שעות אחדות סידר עבורו את כל הסידורים! החל מכרטיס טיסה, נסיעות לבית החולים ועד מקום לשהייה עד שהטיפול יגמר. היה זה ביום שלישי כ"ג אלול תשס"א, בשעה שמונה בבוקר העשיר נסע לשדה התעופה לקבל את פניהם של הפצוע ובנו, כדי להסיעם לבית החולים. בשעה שמונה שלושים ואחד נכנס המטוס הראשון והתרוסק לתוך בניין התאומים בקומה התשיעים ושלוש! בפעם השניה ניצלו חיי העשיר בזכות היהודי, שזכה להיות שליח נאמן של הקב"ה להציל את חייו. מכאן אנו רואים שנראה כאילו האדם עצמו גם לעצמו להיות במקום הפיגוע, בגלל שהוא 'יתר לו על התור'. אבל האמת היא שזה לא הוא, אלא הקב"ה הוא זה שסובב את הכל כדי להציל את חיי העשיר.

הוא לא הספיק להתרחק כמה מאות מטרים מהמקום ולפתע נשמע פיצוץ נורא שהרעיד את הרחוב! הוא הסתובב למקום הפיצוץ ולתדהמתו המסעדה שבה ישב קודם עולה בלהבות...

כאשר יוסף מגלה לאחיו את זהותו ואומר להם שהוא אחיהם אשר מכרו אותו, הוא מלמד אותם יסוד חשוב בחיים, יסוד שכל יהודי צריך לקחת אתו בכל שלב בחייו. וכך הוא אומר להם: שתדעו, חשבתם שאתם מכרתם אותי. זו לא האמת, אלא הקב"ה הוא זה שגרם לי להגיע למצרים, וכל זה בשביל שאהיה משנה למלך ואדאג לכלכלת העולם בשנות הרעב. כל נקודת המבט של היהודי בחיים צריכה להיות שכל מה שעובר עליו זה לא סתם "במקרה" וגם מה שנראה סיבה טבעית, וכאילו האדם הוא זה שפועל ועושה! הכל יוסף מגלה לנו שזה לא כך באמת, אלא הקב"ה הוא זה שמסובב הכל, וכל זה אך ורק לטובת האדם. בחודש אב בשנת תשס"א הגיע לירושלים יהודי איש עסקים מארה"ב לסבב פגישות עסקים, אבל לפני שהתחיל נכנס למסעדה ברחוב קינג ג'ורג' לאכול ארוחת בוקר. המסעדה הייתה מלאה באנשים והיה תור ארוך. בלית ברירה המתין בתור, אך כל רגע הסתכל בשעון ושקל בדעתו אם להישאר ולחכות. לפתע פנה אליו העומד לפניו בתור ואמר לו: "אני רואה שאתה מאוד ממהר. אני אינני ממהר, אתה יכול להיות לפני בתור". העשיר שמח מאוד על ההצעה הנדיבה ומיד החליף איתו - לשמחתו הוא התקדם מהר בתור, הזמין לו אוכל והתיישב לאכול בזריזות. לאחר שסיים וברך, מיהר לצאת החוצה. הוא לא הספיק להתרחק כמה מאות מטרים מהמקום ולפתע נשמע פיצוץ נורא שהרעיד את הרחוב! הוא הסתובב למקום הפיצוץ ולתדהמתו המסעדה שבה ישב קודם עולה בלהבות. היה זה הפיגוע במסעדת "סבאר" בירושלים. לקח לו כמה רגעים לעכל את מה שקורה ואז התחיל לקלוט שהיהודי שהחליף איתו את התור, היה



ואם בכל זאת מופיע צמא בזמן האוכל יש ללחלח את החך במעט מים בטמפ' החדר והמלצת הרמב"ם היא לערבב במים אלו מעט יין. היין מחמם ומניע ועל כן ייתן למים אופי יותר נוח (פחות מפריע) בהגיעם אל הקיבה, משום שבעת העיכול הקיבה זקוקה להרבה חום ותנועה.

3. להישמר מן השובע- בנוסף למה שלמדנו עד כה, כתב הרמב"ם בהנהגת הבריאות (שער א, פרק 1) בזו הלשון: וכן אמר גלינוס (היווני שממנו למד עצות רפואיות אלו) בזה הלשון: "מי שירצה שלא יחלה כלל, ישים כוונתו שלא [יתחדש] לו הפסד בישול [עיכול רע], ולא יתנועע [צ"ל הרבה] אחר המאכל". ובעבור זה הצורך [הנזק] הגדול הזהירו כל הרופאים [הקדמונים שמהם למד הרמב"ם] מן השובע וציוו שימשוך [אדם את] ידו מן האכילה בעוד התאוה דביקה בו [כל עוד יש לו תיאבון אע"ג שתחושת הרעב כבר איננה, כמו שביארתי בס"ד במאמר 'הנהגת הבריאות בהישמר מן השובע חלק ב], קודם שתסור, וישמור ממשיכת האסטומכא ומילואה. בנקודה זו הרמב"ם כותב עבורנו את הכלל המפורסם לכל והוא: והרופאים כולם מסכימים, כי אכילת המעט מן המאכלים הרעים, יותר מעט ניזקו מאכילת הרב מן המאכלים הטובים והבריאים. כי האדם, כאשר יאכל מן המאכלים הרעים ולא ישבע מהם, הנה יתבשל וישול טוב ויזונו האיברים מהם בכל מה שיועיל [ימצו את הרכיבים המזינים שבהם היטב], ויתחזק הכוח הדוחה וידחה מותריהם הרעים [את כל הרעלים או את כל הנותר שאינו מועיל להזנת הגוף], ולא יתחדש מזה נזק כלל, או [אם] יחדש, מה שלא יהיה נזק ניכר [אז הנזק לא יהיה משמעותי].



במקומות רבים מדמים את הקיבה לאדמת הארץ. כפי שהאדמה מזינה את כל מדינות העולם ויושביהן ומאפשרת את החיים, כך הקיבה מזינה את איברי הגוף ופעיליהם ומאפשרת את החיים. מכאן יצאה המימרא הנחמדה: "אם הקיבה שמחה כל האיברים שמחים ואם היא עצובה כולם עצובים". שנזכה לשמח א-לקים ואדם וגם את הקיבה היקרה שלנו.

חזקים ובריאים תהיו, יוסף טל הררי, מרפאת רפאנא 052-2220918



המדור לרפואת כלל עמ"י ולע"נ של מורי אבי שלמה בן אסתר ז"ל

הנהגת הבריאות בהישמר מן השובע- חלק ד
שתייה בזמן ארוחה אינו הרגל טוב. במאמר הקודם נתתי עצות כיצד להימנע מתחושת הצימאון בזמן האוכל וכמו שהבטחתי, במאמר זה אבארם אחד לאחד בס"ד:

1. להימנע במידת האפשר בימות החול ממלח ומתבלון מוגזם. אם מאד קשה ממליץ להשתמש במעט מלח טבעי (כמו 'הימליה' או 'אטלנטי') ולא במלח הלבן, שהוא נתרן כלורי (כלומר עבר הלבנה ע"י הצמדת הכלור לנתרן), אשר הוא מאד חומצי ובנוסף הגוף לא נהנה ממנו, כי לא יכול לנתק הנתרן מהכלור [העשרה רפואית: כשיש לאדם צורך במליחות זה אומר שהכליות שלו חלשות במידה זו או אחרת וצריכות תמריץ. הטעמים, במידה הנכונה, מעוררים את האיברים לפעול יותר במרץ. אולם אם הרצון אליהם מוגזם זה סימן שהאיבר המושפע מהם חלש. למשל צורך עז למתוק מעיד על חולשה בלבב ובמקרה דידן, הטעם המלוח הוא צורך של הכליות להתעורר ומי שישפך להם את המלח הלבן רק מתעלל בהן, משום שאינן מסוגלות לקבל מכן את הדרוש להן. בהסתכלות רוחנית, יש כאן הנאה עצמית מבלי שתהיה מכן תועלת לאחרים הזקוקים לה. למה הדבר דומה?-

לעשיר שבאים עניים לפתחו, הוא מכניסם לביתו, יושב לאכול לפניו ושומע את דבריהם מבלי ליהנות להם משלו והרי כבר לימדנו חז"ל "מה ששנוא עליך לא תעשה לחברך". איברי גופנו משוחחים איתנו בשפת החושים והסימנים וכעת שאנו לומדים אט אט את שפתם עלינו להתייחס לחסרונם ולמלא כל צרכם למען ייטב לנו. לפיכך, אם נצרוך את המלח הנאסף באופן טבעי בהימליה וכו', ומי שאינו מתעצל יביא לעצמו את המלח הטוב ביותר בעולם מים המלח שלנו, אז לפחות גופנו יוכל לפרק לעצמו את הנתרן הנחוץ לו]. כמו כן, מציע להשתמש יותר בצמחי תבלין כמו בזיליקום, רוזמרין, קצח, אזוב, אורגנו וכו' מאשר בתבלינים המעובדים שלא פעם מוסיפים להם מלח ושאר מרכיבים משפרי טעם כימיים.

2. לשתות כמה דק' לפני האוכל. הקיבה זקוקה למים ולחלוח בעת העיכול ואם נדאג לכך מראש ובסמוך נקל עליה (ובפרט מי שטבעו חם ו/או יבש או שנפשו מתוחה). ועוד- פעולת העיכול מעלה את חום הגוף, זהו מפעל חם במיוחד, שאם בזמן פעולתו יחסרו לגוף נוזלים אנו עלולים לסבול מאד מן החום (ובפרט מי שרגיל לאכול בלילות, עם הזמן נוזלי הגוף שלו ידלדלו והחום הפנימי יעלה עד שייסבול מגלי חום, שינה גרועה ועצבנות). רק חסר להוסיף כאן איזה קפה קטן, שעלול לגרום לבעירה גדולה.

המסלול לביטוי ולפיתוח אהבת הורים לילדים מתוך ספרו של הרב אברהם אוחיון

הבן יקיר לי



כבוד להורים - המשך

מורא אב ואם

נוסף על כיבוד ההורים, מצווים הילדים גם במורא אב ואם. אולם יש להבין שמורא אב ואם שציווה הכתוב אינו אימה.

חכמינו ז"ל לימדונו "אסור לאדם להטיל אימה יתירה בתוך ביתו" (גיטין ו:), שכן הטלת אימה היא דרך פסולה בחינוך ואין בכוחה להביא לכבוד. לעומת זאת, יראת ההורים מביאה לכיבודם, ואף "השווה הכתוב מורא אב ואם למורא המקום" (קידושין ל:).

יראת ההורים שאנו מצווים בה היא יראת הרוממות, הכרת גדלותם של ההורים ושמיירת מרחק מסוים מתוך כבוד. משום כך, למרות הצורך להעניש לעתים, אסור שצורך זה יגרום לפחד וחרדה אצל הילדים. פחד וחרדה אמנם יגרמו לילד לבצע את המבוקש ממנו, אך הם לא יועילו לו בהפגמת המסרים החינוכיים שאנו מבקשים ללמדו. כמו כן, הטלת אימה תפתח בקרבו שנאה וכעס כלפי ההורים, ובעומק לב - גם זלזול. "אמר רבה בר רב הונא - אע"ג דאמרו רבנן שלושה דברים צריך אדם לומר בתוך ביתו ערב שבת עם שחכה - עשרתם, ערבבתם, הדליקו את הנר. אי לכך צריך למימרינהו בניחוחא - כי היכי דליקבליהו מיניה" (שבת לד:). כדי שהדברים יתקבלו, עליהם להיאמר בנחת.

כאשר יש להוכיח ילד, תהא התוכחה בהחלטיות, אך ברגיעה. "דברי חכמים בנחת נשמעים". כאשר הדברים נאמרים ברגיעה ולא מתוך איבוד עשתונות, הרי הם נשמעים.

עוד נאמר: "אל תוכח לץ פן ישנאך, הוכח לחכם ויאהבך" (משלי ט ח). השל"ה הקדוש מסביר את הדברים ואומר: אל תאמר לאדם אל תעשה כך וכך כי הנך 'לץ', שכן בכך הוא לא ישנה את דרכו אלא ישנא את

המוכיח. אמור לו: הנך 'חכם' ולא יאות לחכם חיסרון או פגם זה, "ויאהבך" - וכך הוא יציית לבקשתך.

כאשר ההורה מוכיח בצורה מכובדת, הוא מרוויח שני רווחים: ראשית, הילד מקבל ומפנים. שנית, הילד מכבד ומעריך את ההורה המוכיחו.

כבוד במעשים

יחס של כבוד והערכה להורים אינו נבנה בהטפות ובדיבורים. ההלכה מורה לילד מהם חיובי מתוקף מצוות כיבוד הורים: "מלביש, מנעיל, מכניס ומוציא, מאכיל ומשקה".

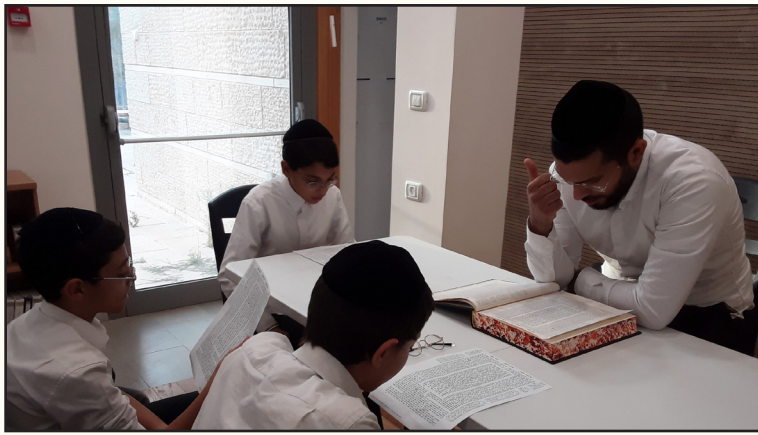
ומהם חיובי מתוקף מצוות יראת ההורים: "לא ישב במקום, לא יסתור דבריהם, לא יכריע דבריהם, יעמוד בכניסתם וכו'".

הלכות אלו הן הבסיס ליחסי הורים-ילדים, ועל בסיס זה יש לבנות את היחס והקשר הנובעים מתוך רגש של כבוד.

חובותיהם של הילדים כלפי הוריהם אינן מושפעות מדרגתם של ההורים. אין הילדים צריכים לכבד את ההורים משום שכך נראה להם ראוי והגון, אלא משום שזהו רצונו של הקדוש ברוך הוא, ותורתו היא שקבעה לנו מהם המעשים המבטאים כבוד להורים.

אם נחדיר השקפה זו לילדינו, הם יפנימו את ערך ההכנעה להורים, וממנו יגיעו להכנעה לבורא העולם.

עם זאת, מובן כי הורים הראויים לכבוד אמיתי, בשל התנהגותם הנאותה והמכובדת, בזכות הקפדתם בקיום המצוות ובזכות הליכותיהם העקביות, יקלו על ילדיהם לרחוש להם כבוד אמיתי במעשה ובמחשבה. מציאותו של הכבוד להורים בהיותם ראויים לו בשל הליכותיהם, ישמש בסיס לקיום ההלכות שציוותה אותנו התורה בעניין זה.



פרייקט "פירות מתוקים"

הפסוק אומר:

"בההלך תנחה אותך, בשכבך תשמור עליך, והקיצות היא תשיחך"

אומרת הגמרא [סוטה כא.]: בההלך תנחה אותך: זה העולם הזה, בשכבך תשמור עליך: זו מיתה, והקיצות היא תשיחך: לעתיד לבוא. משל לאדם שהיה מהלך באישון לילה ואפלה, ומתיירא מן הקוצים, מהפחתים, מהברקנים, מחיה רעה ומן הליסטים, ואינו יודע באיזה דרך מהלך.

נזדמנה לו אבוקה של אור מצוה. פירש"י - ניצל מהקוצים, פחתים ומן הברקנים - ועדיין מתיירא מחיה רעה ומן הליסטים.

כיוון שעלה עמוד השחר (זכה לתורה. פירש"י) - ניצל מחיה רעה ומן הליסטים, ועדיין אינו יודע באיזה דרך מהלך (שמא יכוף אותו יצרו ליבטל מהתורה. פירש"י).

הגיע לפרשת דרכים (היינו יום המיתה, ובחיוו דבק בתורה. פירש"י) - ניצל מכולם! אור גדול יש בתורה!! כמה שהיא סם חיים לכל יהודי באשר הוא...

אומר האור החיים הקדוש (דברים כו, יא):

"אם היו בני אדם מרגישים במתיקות ועריבות טוב התורה, היו משתגעים ומתלהטים אחריה! ולא יחשב בעיניהם מלוא עולם כסף וזהב - למאומה - כי התורה כוללת כל הטובות שבעולם!"

