

בס"ד כג' סיון ה'תשע"ג
 הדלקת נרות - 19:22
 צאת השבת - 20:14
 רבנו תם - 21:09
שעון קיץ לפי הלוח המדויק של "אור החיים"

שנה שלוש עשרה - עלון מס' 673
 @ השבת "מברכין". ר"ח תמוז יחול בימים שבת וראשון
 הבע"ט. יחדשהו הקב"ה לטובה ולברכה לששון ולשמחה
 לישועה ולנחמה, לפרנסה ולכלכלה ולבשורות טובות, אכ"ר.
 @ ביום שלישי כ"ו סיון הילולת התנא **יונתן בן עוזיאל** זע"א.

אברהם יגל

לע"נ בבאי מוסאי בן אברהם ז"ל
 לרפואת ולהצלחת כל עם ישראל.



כפטידין: "וישלח יהושע" (יהושע ב')

פרשת שלח-לך

בדוק ומנוסה - סגולה גדולה
 להשתתף בסעודה הרביעית
 בבית הכנסת "אוהל-מועד"

מעייני הפרשה:

- ← ה' נתן אישור למשה לשלוח מרגלים לבדוק את ארץ ישראל.
- ← המרגלים שבים לאחר ארבעים יום ונושאים עימם מפירותיה המשובחים של ארץ ישראל.
- ← המרגלים מספרים למשה ולכל ישראל על הארץ ויושביה ומוציאים את דבתה.
- ← בני ישראל מורדים בה', מתלוננים ואינם רוצים לעלות לארץ ישראל.
- ← משה מתפלל לה' כדי שישלח לבני ישראל.
- ← ה' גוזר על כל הבוגרים מבני ישראל שימותו במדבר, פרט לקלב ויהושע שלא חטאו.

"שפט בן הור" (י"ג ח')

נראה לי לפרש דרך רמז שהדיין אם יהיה מאויים אי אפשר לו שידון כראוי. **לכן צריך להיות הדיין בן חורין שלא יירא מפני כל.** שכתוב: "לא תגורו מפני איש" (דברים א'). זהו שאמר: "שפט" - מי ששופט צריך להיות "בן חורין" - מלשון חורין.

"למטה אפרים הויטל בן זוף" (י"ג ח')

מדוע נותן הטעמים שינה בטעם הכתוב פה ולא נתן זקף קטון במילה אפרים כמו שאר המטות. ואפשר לומר לפי מה שידוע למה הקדים אפרים בברכת יעקב: לפי שעתיד שייצא ממנו יהושע כמו שכתב שם רש"י. לכך באה סמיכה קצת בטעם, כידוע למדקדקים שזקף קטון הוא המלך השני והטפחא הוא המלך השלישי. לרמז לך שגדולת מטה אפרים היא **בשביל יהושע בן נון.** (יצחק בנו)

"ויקרא משה להויטל בן זוף יהושע" (י"ג ט"ז)

ראיתי בספר "כסף נבחר" שהסביר הטעם שלא התפלל משה גם על כלב, משום שיהושע הוא בן בנו של יוסף שנכשל בהוצאת דיבה וקיים חשש אולי שיהושע שהוא מזרעו ימשך אחריו. לא כן כלב שהוא משבט יהודה שהוא קדוש. יש לומר שחשש משה אולי כששמעו ישראל נבואת אלדד ומידד שיהושע מכניסם לארץ ומשה ימות במדבר, עשו כל ההשתדלות להכשיל את יהושע שלא יזכה לארץ אם מקנאתם אותו, או מאהבתם למשה שרק הוא יכניסם לארץ. **לכן התפלל משה רק עליו ולא על כלב.** (מנחת עני)

"נתנה ראש ונשובה מצרימה" (י"ד ב')

כתב האר"י ז"ל: **ארבע גלויות רמוזות בגוף האדם:** גלות מצרים בראש, גלות מדי בחזה, גלות יון בגוף, גלות אדום בעקב. זהו שאמרו חז"ל (סוף סוטה במשנה) בעקבות משיחה חוצפא יסיג. זה שאמר הפסוק: נתנה ראש ונשובה מצרימה - לומר כי גלות מצרים היא בראש. (קול התור)

הסיו מכוול מדרך עמי!

אין לעיין בעלון בשעת התפילה וקריאת התורה.

העלון טעון גניזה

במקום שיש עירוב, יש לטלטל ע"י קטן.

❖ "חוקה אחת לכם ולגור הגר... לפני ה'" (ט"ו ט"ו)
 דרשו חז"ל בגמרא (שבת קמ"ו) על הפסוק: "כי את אשר ישנו פה וכו' ואת אשר איננו פה עמנו היום" - **לרבות הגרים** שאפילו שלא היו בגופם בהר סיני, מכל מקום **נשמתם הייתה שם.** זהו שאמר: "הקהל חוקה אחת לכם ולגור הגר...". **שאפילו הגרים חייבים בכל המצוות ככם.** הטעם "לפני ה'" - לפי שהיו נשמותיהם במעמד הר סיני לפני ה' ויקבלו עליהם.

❖ "ויאמר ה' אל משה מות יומת האיש רגום אותו באבנים"
 בסוף הפסוק נאמר: רגום אותו באבנים. אם כן למה נאמר מות יומת? אפשר להסביר לפי הגמרא (ב"ב ק"י"ט) על הפסוק: כי לא פורש מה יעשה לו. יודע היה משה שהמקושש חייב מיתה, שהרי כתוב: מחללה מות יומת. אבל לא היה ידוע באיזו מיתה ימות. השיבו ה': מות יומת האיש, כוונת ה' היא מה שכתבתי לך במקום אחר מחללה מות יומת היינו רגום אותו באבנים.

❖ "למטה יוסף למטה מנשה" (י"ג י"א)
 על שום מה הזכיר הכתוב את יוסף אצל מנשה ולא אצל אפרים? אלא, מנשה קיבל את נחלתו בעבר הירדן, ולא הייתה כל סיבה שייכשל בהוצאת דיבה על הארץ שאין לו חלק בה. מדוע נכשל בעוון זה. אין זאת אלא מפני **שדבק בו חטאו של יוסף אשר דיבר לשון הרע באחיו והוציא דיבתם רעה.** לפיכך כאשר בא הכתוב להזכיר את מנשה בחטא המרגלים, **הסמיכו אצל יוסף.**

❖ "וכלא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם" (טו, לו)
 וברש"י העין רואה והלב חומד והגוף עושה את העבירות. מבואר שהסדר: **קודם ראיית עיניים ואח"כ חמדת הלב הנגרם מראיה,** ומדוע הקדים לב לעין? אלא שבאמת ראיית העין קודמת וגורמת לחמדת הלב, אלא רק על מה שכבר שלט בהם העין וכעת כבר הלב חומד, ולזה צריך להלחם כעת קודם בחמדת הלב שגורם לגוף שיעשה העבירה, ולזה אמר **שע"י מצות יוצאת יזכרו מצות ה' וילחמו בחמדת הלב** שזה הגורם לגוף לעבירה. ובמלחמה כנגד חמדת הלב ממילא שהוא כנגד ראיית העיניים.

פינת הניבים והפתגמים

תלה עצמו באילן גדול = הסתמך על ממחה.

דוגמה: כְּדִי לִשְׁכַנֵּעַן בְּצַדִּיקַת דַּעֲתִי בְּנוֹשֵׂא הַבְּטָחוֹנִי, תְּלִיתִי עֲצָמֵי בְּאֵילָן גָּדוֹל, בְּרַמְטִכִּיל [ראש המִטָּה הַקְּלָלִי הַנוֹכְחִי.
מקור: חֲמִשָּׁה דְּבָרִים צָנָה ר' עֲקִיבָא אֶת ר' שְׁמַעוֹן בֶּן יוֹחָאי כְּשֶׁהָיָה חָבוּשׁ בְּבֵית הָאֲסוּרִין. אָמַר לוֹ: אִם בְּקִשְׁתָּ לִיחֲנֵק, הַתְּלָה בְּאֵילָן גָּדוֹל [פְּסָחִים קִיב]. (ניבונוכו)

**"בניד כשתילי זתים" - חינוך
חזון ההורות הסמכותית**

משום מה חלק מההורים חשים רתיעה מסוימת מהרעיון של הורות סמכותית, בניית משמעת והצבת גבולות ומשייכים לה קונטוציות שליליות. הם טועים לחשוב שההורות הסמכותית נוקשה, מנוכרת וזרה לרוח האהבה ששורה על יחסי הורה וילדו, אך הדבר אינו כך כלל וכלל. ההורות הסמכותית מאופיינת כהורות חמה ומטפחת, סבלנית, רגישה ומתחשבת. עם זאת, זו גם הורות תקיפה, היררכית ודורשת. זהו שילוב קסום המכיל בו את כל היתרונות. הורות סמכותית מתרחשת בסביבה חינוכית חמה, תומכת, נגיית לצרכים, המכבדת את הילד ואת רגשותיו ומעודדת אותו. על רקע כזה אין מקום להורה הסמכותי לחוש שהוא "שוטר הרע", להפך! כשהורה הסמכותי אוסר דבר מה, קובע כללי התנהגות, בא בדרישות הכרחיות והוגנות - הוא מבין שבעזרת כל אלה הוא תורם תרומה חשובה לעיצובו של הילד כבעל ביטחון עצמי, התחשבות בזולת, יכולת דחית סיפוקים, הערכה עצמית, מוטיבציה וכוחות התמודדות. זהו המטבע המנצח, ויש לו שני צדדים: רובם ככולם של ההורים "הטובים" שולטים היטב בצד של האהבה, החום, המגע, ההתחשבות, הקשב וההכלה, אך רבים מתקשים ביישום הצד השני - זה של הכללים, הדרישות, הגבולות.

"ישם ראינו את הנפילים בני עמק..." - ר"ת נגע רע נפילים, ג-גיבורים, ע-ענקים, כ-רפאים, ע-עמלקים. **נפילים:** מאילו המלאכים שנפלו מקדושתם, בדרך אנוש וחשקו בבנות הארץ. ומהם נמשכו נשמות הערב רב הנואפים. ונקראו "נפילים" שהפילו עצמם מקדושתם, ואין להם חלק לעולם הבא. **גיבורים:** אלה סוג הערב רב המורדים במקום ברוך הוא, כדור הפלגה. ונקראו "גיבורים" כי הם מגיבים את הטומאה בעולם. **ענקים:** אלה ערב רב המזלזלן בתלמידי חכמים ומבזים את לומדי התורה. ונקראים "ענקים" שתלמידי החכמים נקראים: "ענקים לגרורותיך" (משלי א', ט'). הענקים והרפאים, שקולים שניהם ושווים בחטאם. **רפאים:** סוג ערב רב שכשוראים שישראל בסכנה עוזבים את העניין ולא רוצים להטות שכם, אף על פי שיש להם היכולת. הם עוזבים את התורה והעוסקים בה לעשות טובות לאומות העולם ונקראים "רפאים" שכיוון שמרפין ידיהם של ישראל מן התורה. **עמלקים:** נחשב על פי הזוהר כערב רב מספר אחד, ומקורו הוא מן הגויים המצירים לישראל, הם "המתיהדים" הנכנסים בדלת אחורית ומחלישים את העם.

ברכה והצלחה ופרנסה טובה
כל יאור ואסתר שרעבי הי"ו שתרמו לסעודה הרביעית בלויין. זכות השיעור של מרן **עובדיה יוסף** שליט"א לרפואת והצלחת ילדיהם ומשפחתם. שיתמלאו כל משאלות ליבם לטובה. זכות המצוה תעמוד להם באושר בפרנסה טובה, ויתגשמו משאלותם לטובה, ורפואה לאסתר בת חנה מנב"ת להבדיל לע"נ **עופר שרעבי** בן **סעיד ז"ל**

ברכה והצלחה
המר ויהיאל אברג'ל על הסיוע לזיכוי הרבים. שיזכו בפרנסה טובה, רפואה שלימה, אושר ושלווה. יתגשמו כל משאלות ליבם לטובה ולברכה, לאורך שנים.

רפואה שלימה
לשבתאי מוסאי בן זליכה הי"ו הקב"ה ישלח מזור ומרפא לרמי"ח אבריו וש"י"ה גידיו. שיחזור לאיתנו הראשון ויזכה לשנים רבות טובות ונעימות עם רעייתו רחל בת ביבי מנב"ת.

ברכה והצלחה ופרנסה טובה
למשיה ורה"ל נחמיאס הי"ו שתרמו לסעודה הרביעית בלויין. זכות השיעור של מרן **עובדיה יוסף** שליט"א לרפואת והצלחת כל משפחתם. שיתמלאו כל משאלות ליבם לטובה. זכות המצוה תעמוד להם באושר בפרנסה טובה, ויתגשמו משאלותם לטובה, לרפואת **תמר בת זיה, משה בן זיה ודודי בן ג'ני הי"ו** להבדיל לע"נ **אפרת זליה בת פריחה ז"ל**

מרכות ואיתותים לפיט
לאסתר וייכי שאטר הי"ו בהגיע **אביחי-שלמה** נ"ל למצוות. יה"ר שיעלה במעלות התורה והיראה ויצליח בלימודיו ובכל דרכיו ומעשיו. שיתברך בכל מילי דמיטב ברוחניות ובגשמיות להגדיל תורה ולהאדירה. וברכה **לאפרים ושמחה דויד** הי"ו ולרומיה שאער מנב"ת, שירונו נחת ושלווה מכל יוצאי חלציהם.

ברכה והצלחה
למדלן בת מסעודה נניר בן מדלן הצלחה וזיווג. אל-חי בן מדלן וזורה בתשובה. שיזכו לבריאות אושר ושלווה, ופרנסה טובה.

שיעור התורה הגדול בתבל
ארגון "אברהם יג"ל" משדר בלויין **בכל מוצאי שבת** את שיעורו של מרן הרה"ג **עובדיה יוסף שליט"א** בבית הכנסת "אוהל מועד" בשעה **21:30** השיעור יוקרן על גבי **מסך ענק** בע"ה תתקיים **סעודה רביעית**, בחסות "מאפיית בית הלחם"

מרכות ואיתותים לפיט
אוריאל ודיקה דשא בהגיע **מלאכי נ"י למצוות**. והיראה ויצליח בלימודיו ובכל דרכיו ומעשיו. שיתברך בכל מילי דמיטב ברוחניות ובגשמיות. וברכה **לדני ואסתר עובדיה ולמשפחת דשא** שירונו נחת ושלווה.

בריאות והחלמה איתנה:
שבתאי מוסאי בן זליכה ואברהם הי"ו ציון נאמן בן מרים הי"ו **משה נאמן בן מרים הי"ו** **מרדכי יעקובי בן ציפורה הי"ו** **אברהם נאמן בן מרים הי"ו** **ישראל פרג'י רפאל בן מרים הי"ו** **שבתאי מוסאי בן נהיית הי"ו** **גולשן באבאי בת מרים מנב"ת** **מרים נסימה בת זליכה מנב"ת** **לחולי ופצועי צה"ל ועם ישראל.**

לע"נ החסיד והישר **עופר שרעבי** בן **סעיד וחממה ז"ל** השבוע פקידת שנתו. שימליץ טוב בעד כל משפחתו

לע"נ הצנועה והעונה **אפרת-זליה בדני ז"ל** בת פריחה שתחיה שנפטרה כח' סיון תשע"א. ביום חמישי פקידת שנתה

ברכה והצלחה לידידנו
לוי ואסתר דויד הי"ו מזכי הרבים. שיזכו בפרנסה טובה, רפואה שלימה, אושר ושלווה. יתגשמו כל משאלות ליבם לטובה ולברכה, לאורך שנים. שיתברכו בכל מילי דמיטב ברוחניות ובגשמיות וירונו נחת ושלווה מכל יוצאי חלציהם.

לע"נ הצנוע והישר **סלומון אלביליה** בן זוהרה ז"ל נפטר כט' סיון. ביום שישי פקידת שנתו

לע"נ החסיד והישר **חיים אלקובי** בן דוד ז"ל ביום ראשון פקידת שנתו שימליץ טוב בעד כל משפחתו

שבת שלום ומבורך

לעילוי נשמת:

שרה אליאס בת מרגלית ז"ל ענת ג'רפי ז"ל בת יהודית שתחיה ג'והר קמרי בת טאוס וצחק ז"ל שהי דוידזה בת פרי ז"ל שמעה עוקבי בת מורי חיים דנין ז"ל גמילה ברנס בת ברקנה ושמעון ז"ל מזל דיין בת עליה ז"ל

משה מוסאי בן זליכה ואברהם ז"ל יעקב עמרני בן רבקה וששון ז"ל שמעון שלומי ז"ל בן מרים שתחיה חיים נאמן בן מאלק ואהרון ז"ל שרלי שלום אליהו מוטדי בן מרסל ז"ל דניאל אבנר נח בן עטיה ז"ל חיים ג'רפי בן אברהם ז"ל

לע"נ **מרדכי לארי ז"ל** בן שלמה ושרה הי"ו נלב"ע י"ד טבת תשנ"א ת.נ.צ.ב.ה.

לע"נ **בבאי מוסאי** בן אברהם וזליכה ז"ל נלב"ע ערב שבת קודש פרשת יתרו כ' שבט תשנ"ו ת.נ.צ.ב.ה.

”אל תקרי הליכות אלא הלכות”

”וייעלו בנגב ויבא עד זברון” (במדבר פרק יג)

שאלה: האם מותר ללכת ולהשתטח על קברות צדיקים ולבקש מהם בקשות או שיש בזה חשש של דורש אל המתים?

תשובה: כתב הב”ח (יורה דעה סימן ריז) על הנודרים לילך לבית הקברות קצת היה נראה כדורש אל המתים דקלוב שנשתטח על קברי אבות (סוטה לד ב) התפלל לשם במקום קדושה כדי שתהא תפילתו נשמעת וכדכתיב באברהם (בראשית יט כז) אל המקום אשר עמד שם. אלמא שהמקום גורם א”י מי שביזה את המת ולכבודו משתטח על קברו זה מצינו (חגיגה טז ב) אך נשים ובני אדם שאינן יודעין זה לא ידעתי הליכתן למה וכו’ מיהו כבר החזיקו במנהג זה ואין מוקח ויש לזה סמך בספר הזוהר (פר’ אחרי עב - עא ב) ודוקא להשתטח על קברי אבות ולהתפלל לפניו יתברך על כל צרה שלא תבוא בזכות אבותיו הנקברים פה וכיוצא בזה וכבר נתקנו סדרי התפילה למשתטחים על קברי אבות ואין לשום מורה למנוע ולבטל מנהג זה: (וראה עוד בזה בחזון עובדיה אבלות (ח”א עמוד שלח סוף הערה ד”ה ודע. ובח”ג עמוד רי בהערה אות י)

לסיכום: מותר ללכת לקברי צדיקים ואין בזה דורש אל המתים. אולם לא יבקש מהמתים בקשות אלא יבקש מהשם יתברך שיתן לו רחמים בזכותם.

שאלה: למה הולכים אל המתים להתפלל?

תשובה: כתב הזוהר (פרשת אחרי) ונבאר לפי פירוש הסולם, אמר רב ייסא רשעי העולם גם בחייהם קרויים מתים, אבל ישראל שהם צדיקי אמת, קרא עליהם שלמה ”ושבח אני את המתים שכבר מתו”, כלומר, שכבר מתו פעם אחת - שהמיתו עצמם על התורה, ועתה הם חיים. ועוד הוסיף ואמר שאר העמים, כאשר הם באים אל המתים שלהם, באים בכשפים כדי לעורר עליהם המינים הרעים, ואולם ישראל, באים למתים עם הרבה תשובה לפני הקדוש ברוך הוא, בשבירת לב ובתענית, והכל כדי שהנשמות הקדושות תבקשנה רחמים עליהם לפני הקדוש ברוך הוא, והוא מרחם על עולם בשבילם. וכבר אמרו בזוהר הקדוש פרשת שמות (דף טז ע”ב) שאלמלא תפילת המתים בעולם האמת על החיים, לא היה העולם מתקיים אפילו חצי יום.

”ראשית ערסתכם וזלה תרימו תרומה כתרומת גרן כן

תרימו אתה” (במדבר פרק טו)

שאלה: מהו שיעור הבצק החייב בחלה? ומהו שיעור חלה?

תשובה: שיעור הקמח החייב בחלה הוא אלף חמש מאות ושישים גרם. (1560 גרם) וחייב בהפרשת חלה בברכה. פחות מזה פטורה העיסה מהפרשת חלה. ושיעור החלה יש שכתבו שצריך להפריש החלה כשיעורה האמיתי על פי הסוד, שהוא אחד ממ”ח. אבל מרן החיד”א כתב שדין זה הוא כדין תרומה גדולה וכיון שנוזק די בכל שהוא וכן פסק הגר”ע יוסף בהליכות עולם (ח”ג עמוד מט). העושה עיסה לבשלה או לטגנה, פטורה מן החלה, שנאמר ”והיה באכלכם מלחם הארץ” ואין קרוי ”לחם” אלא כשהוא דרך אפיה, שנאמר ”ואפו עשר נשים לחמכם בתנור אחד”.

נכתב ע”י ר’ עוזי נסימי הי”ו

ניתן לשאול שאלות בהלכה בכולל ”תפארת רחמים”
או בטלפון 050-7529102 בין השעות 9:30 - 17:00

הוקדש לרפואת מרים נסימי בת זליכה מנב”ת



”מכל מלמד” השכלתו...”

כ”מי שייכת ארץ ישראל???

”שלח לך אנשים ויתורו את ארץ כנען אשר אני נותן לבני ישראל” (יג, ב)

מדוע צריך להוסיף ”אשר אני נותן לבני ישראל”, וכי יש ארץ אחרת שאינו נותן לבני ישראל? גביהא בן פסיסא מוזכר במגילת תענית (פרק ג): ”בעשרין וחמשה ביה אתנטילו דימוסנאי מיהודה ומירושלם (בעשרים וחמישה בו (בסיון) הסתלקו המערערים על הרכוש מיהודה ומירושלים) אלו בני אפריקה, מצאצאי כנען, שבאו לדון בימי אלכסנדר מוקדון, לאמר ארץ כנען שלנו היא, שכן כתוב בתורת משה ”ארץ כנען לגבולותיה” אמר להם גביהא בן פסיסא שומר הבית לחכמים: תנו לי רשות ואלך ואדון עמם. אם ניצחתם, יאמרו תורתן של ישראל נצחתנו. אם נצחונו, תאמרו לא נצחתם אלא לאדם הדיוט. נתנו לו חכמים רשות הלך ודן עמהן. אמר להם: וכי יש גזר דין שמקצתו בטל ומקצתו קיים? ואם כתוב בתורה ארץ כנען, הרי כתוב בתורה ”ויאמר ארור כנען עבד עבדים יהיה לאחיו” (בראשית ט), עבד שקנה נכסים, עבד של מי והנכסים של מי? ולא דייכם שאכלתם כל השנים תבואתה ואתם צריכים להעלות לנו שכר מכל אותן שנים! אמר להם אלכסנדר: מה אתם משיבים לו? אמרו לו: תן לנו זמן עד למחר. נתן להם זמן הלכו וישבו בינם לבין עצמם וראו שמתחבין להם עבדים לישראל. והניחו את הארץ שזרעו באותה שנה, וברחו משם. ערב שבת בין השמשות היה. יום שברחו עשאוהו יום טוב (וזהו כ”ה בסיון).

אמרו ישמעאלים: כתוב בתורה: ”ביום ההוא כרת ה’ את אברם ברית לאמר לזרעך נתתי את הארץ הזאת” (בראשית טו), ואנו מזרעו של אברהם, שישמעאל בן אברהם, ונחלק עמכם. השיב להם גביהא בן פסיסא שומר הבית: כתוב בתורה ”ולבני הפלגשים אשר לאברהם נתן אברהם מתנות” (בראשית כה ו) וכתוב ”ויתן אברהם את כל אשר לו ליצחק” (בראשית כה ה). ברחו להם.

רפואה אלטרנטיבית

טיפים למראה צעיר ורענן

- הוסיפו משקה ירוק שעוזר בירידה במשקל, לנטרול חומציות ואף מסייע למראה החיצוני.
- אכלו 3 מנות של ירקות לא מבושלים (ר-פוד) בכל יום, התחילו כל ארוחה בסלט טרי ועשיר באינזימים שעוזר לעיכול.
- הכינו כרוב חמוץ, ללא חומץ ואיכלו כמה כפות ביום. הכרוב עשיר באינזימים, חיידקים פרוביוטיים ורכיבים אנטי-סרטניים.
- אכלו שומנים לא מבושלים: שקדים, אגוזים, שמן המפ ואחרים. הימנעו משומן מבושל, הוא מזיק ויוצר רדיקלים חופשיים בגופנו ומאיץ תהליכי ניוון והזדקנות.
- צומו תקופתית וצירכו מיצים או תזונה טבעונית לא מבושלת לכמה ימים.
- בצעו פעילות גופנית לנשמה ולחילוף החומרים.

השידוך שיצא לפועל

יום אחד התקשרה הדס לחברתה תמר והציעה לה לנסוע עמה לעמוקה, לקברו של רבי יונתן בן עוזיאל, ביום ההילולא. תמר שאלה בצחוק: "איך ניסע? עם החיפושית שלך, שנתקענו איתה בכל מקום? איפה נתקע הפעם, בעליות או בירידות?..."

בעודה צוחקת נזכרה איך תמיד היא רואה בתחנה המרכזית בתל-אביב מודעות על נסיעות לקברי צדיקים, מהרהרת "מי נוסע בכלל בנסיעות האלו?", וממשיכה לדרכה. ודווקא היום משום מה תלשה מספר טלפון ממודעה כזו והכניסה לארנקה. היא סיפרה להדס, והן סיכמו שתמר תתקשר למספר שבפתק.

העונה לטלפון סיפר לה שהם מוציאים שלושה אוטובוסים לכבוד יום ההילולא של רבי יונתן בן עוזיאל. היא ביקשה לרשום את שתיכן.

ביום כ"ו בסיוון, בשעת ערב מוקדמת, יצא האוטובוס לדרכו צפונה. תמר הביטה במשתתפי הנסיעה ונדמהה: חוץ משתיכן, כל היושבים באוטובוס לא היו דתיים. אפילו המדריך של הנסיעה חבש לראשו כיפה לבנה מבריקה ומחודדת בקודקודה, מהסוג שמחלקים בבתי כנסת למי שמגיע בראש גלוי. במהלך נסיעתם התפעלה תמר מתמימותם של הנוסעים המסורתיים. כאשר עמדו להתפלל על פרנסה בקבר של בניהו בן-יהודע, הם קראו "אשרי יושבי ביתך", וכאשר הגיעו לפסוק "פותח את ידך", הרימו כולם את קולם ופתחו את ידיהם כלפי מעלה, ממש כמו היהודים הפשוטים מסיפורי הבעל שם טוב. המדריך הלהיב את הלבבות במהלך הנסיעה, וסיפר על תפילות ועל סגולות לשידוך. לאחר מכן הגיעו לציונו של הצדיק רבי דוד ומשה. המדריך הציע לכל אחד לקנות 40 נרות כדי להדליקם במשך 40 יום, ואמר לנשים: "כאשר תדליקו את הנר, תדמינו חברה טובה רווקה שלכן עם שמלת כלה, שכל המתפלל על חברו - הוא נענה תחילה". האוטובוס הגיע לעמוקה בשעה עשר בלילה. כל אחת הדליקה נר והתמקמה באיזו פינה. תמר התפללה על כל מי שהיא מכירה, אמרה חמישה פרקי תהילים, קראה שירת הים ושיר השירים, וכאשר הדליקה נר דמינה חברה פנויה בשם מרגלית, כשהיא לבושה בשמלת כלה. תפילתה המרגשת נמשכה שעתיים.

לאחר שחזרה לביתה קיבלה תמר כוחות מחודשים להתפלל על זיווגה. למרות שהתנדבה לפעילות עמוסה בארגון 'קול לחיים', הצליחה להדליק נר מדי יום, וכן לומר שיר השירים וכל היתר, במשך 40 ימים רצופים. באותה עת, הרב שאליו פנתה, הפגיש אותה עם בחור מסוים. העניינים החלו להתגלגל. הם נפגשו ארבע פעמים. הבחור היה מעוניין להינשא, אבל תמר חשה בלבה שהם לא מתאימים. היא התלבטה איך ומתי לומר לו זאת. רבע שעה לפני חצות, בלילה האחרון של הארבעים יום, היא התקשרה למרגלית חברתה וסיפרה לה על הקשר שיש לה עם אותו בחור, ועל כך שהיא רוצה לסיימו.

מרגלית אמרה בהחלטיות: "תודיעי לו כעת!!"
"אבל איך אפשר בשעה כל-כך מאוחרת להודיע לבחור שאני לא מעוניינת בו?" שאלה תמר.

"חשוב לומר את האמת בהקדם כדי שהשני לא ישלה את עצמו אפילו רגע אחד נוסף. זה הכי אמיתי והכי נכון". תמר השתכנעה מדבריה, ומיד התקשרה לאותו בחור. הם שוחחו באריכות, ובסיום סיכמו שדרכיהם ייפרדו. תמר התפללה על כך שדווקא בתום ארבעים הימים הסגוליים הללו היא מנתקת קשר שידוכים.

ביום הארבעים בבוקר, ערב תשעה באב, הדליקה תמר את הנר האחרון, ואמרה: "ה' יתברך, אני עשיתי את שלי. כעת אתה צריך לעשות את שלך!!" ... בחצות היום

התקשר אליה הרב. הוא הסביר שהבחור שנפגשה עמו הודיע לו שהקשר ביניהם נותק, ולכן הוא מצלצל אליה כעת. ואז הציע לה בחור אחר, תלמיד חכם ובעל מידות.

היא התפעלה מתיאורו ושאלה: "בן כמה הוא?"
"בן שלושים" ענה הרב.

תמר בת ה-22 תמחה: "אבל הוא ממש מבוגר בשבילי!!"
"רשום אצלי בכרטיס שאת מוכנה לשמוע הצעות של בחורים עד גיל שלושים", התנצל השדכן.

תמר לא הבינה מדוע אמרה כך בהרשמה. אבל מפני שאמרה זאת, וכעת בדיוק יום הארבעים מאז התפילה בעמוקה, ומכיוון שתיאורו של הבחור מצא חן בעיניה, הסכימה לנסות. תמר ואברהם נפגשו ומצאו חן זה בעיני זה. אברהם סיפר לה שגם הוא עשה השתדלות מיוחדת כאשר טס בראש השנה לאומן, לציונו של רבי נחמן, למטרה זו.

תמר ואברהם נישאו בשעה טובה ומוצלחת. באותו חודש התחתנה הדס עם בחיר לבה, ולאחר מכן נישאה מרגלית לחברו הטוב של אברהם. (עודד מזרחי, בשבע)
(מוקדש ליום ההילולה של התנא **יונתן בן עוזיאל** זי"ע"א שיחול השבוע)

"אפס כי עז העם היושב בארץ והערים בצרות גדולות מאד וגם ילדי הענין ראינו שם" (שלח יג-כח)

מעשה שהיה באדם קל דעת, בן למשפחת צדיקי וגדולי תורה, הזדמן פעם לחצרו של רבי מאיר מפריילשן. אף שהיה האיש חומץ בן יין, התפאר והתיחר ביחסו, ובהגיעו לחצר הרבי מנה את שושלת היחוסין של משפחתו לדורותיה.

שמע רבי מאיר את דברי ההתפארות, ואמר לאיש: "הבה ואספר לך מעשה נאה":

"בחצר הפריץ היה סוס ששרת את אדוניו ואת משפחתו משך שנים רבות במסירות ובאמונה. אך משהזקין ותשש כוחו, שוב לא היתה בו תועלת. כדי להפטר ממנו, החליט הפריץ לשלחו אל היער. בלבו פנימה זכר הפריץ עד כמה היטיב עמו הסוס ונכמרו רחמיו שמא יטרפו חיות היער את הבהמה הזקנה וחסרת האונים. עטף אפוא את הסוס בעורות אריה, דב וזאב על מנת להרתיע מפניו את חיות הטרף, וכך שלחו אל מעבה היער.

"וביער בין בעלי החיים עושות השמועות כנפים כמעט כמו בקרב בני האדם, עד מהרה נודע ל"מלך החיות", הלא זה האריה, כי בממלכתו משוטט בעל חיים משונה ספק אריה, ספק דב וספק זאב.

"שלח האריה להביא לפניו את החיה המסתורית. וכשראה תמה הימלך למראה ושאל: 'מי את?'

"גדלתי בבית הפריץ", השיבה החיה המוזרה בגאוה.

"שאלתי מי את?" חזר האריה על שאלתו.

"שרתתי באמונה את הפריץ", השיב הסוס.

"הכל טוב ויפה", המשיך האריה לשאול, "אך מי את?"

"בקרתי בהיכלות מלכים", היתה התשובה.

"ובכל זאת מי את?" עמד האריה על שלו.

"אני", השפילה החיה המוזרה את ראשה במבוכה ובבושה, "אני אינני אלא סוס... " זה המעשה שסיפר רבי מאיר מפרמילשן והמבין הבין... (מעשיהם של צדיקים).

הנמשל הוא שהכבוד והגאוה מוציאין את האדם מהעולם. ישנם אנשים שיש להם יחוס מכובד ומתגאים ביחוסיהם ומרשים לעצמם לעבור עבירות או לזלזל באנשים אחרים, שמכבדים אותם או מפחדים מהם בגלל יחוסיהם ומעמדם בחברה עקב אבותם אך מצד עצמם הם עמי ארצות פוחזים וריקים. וכדי להילחם בכבוד ובגאוה צריך להיות מבחינת **אם אין אני לי מי לי ואני כשלעצמי מה אני**.