

**בס"ד יא' אלול ה'תשע"ג**  
 הדלקת נרות - 19:04  
 צאת השבת - 19:54  
 רבנו תם - 20:44  
**שעון קיץ לפי הלוח המדויק של "אור החיים"**

**שנה שלוש עשרה - עלון מס' 684**  
 @ ביום שני יג' אלול, הילולת ר' יוסף חיים (הבן איש חי) זע"א.  
 @ סוף זמן ברכת הלבנה יום שלישי כל הלילה.  
 @ ניתן להקדיש השיעור בלויין לרפואה, פרנסה טובה, ברכה, זיווג הגון, הצלחה, ולהבדיל לעיני יקיריכם.

# אברהם יגל

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



**פפטידון: "דני עקרה"**  
 (ישעיה נד')

## פרשת כי-תצא

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

### מעייני הפרשה:

- ← דין שבויה נכרית הנישאת לאיש.
- ← משפט הבכורה ודין בן סורר ומורה.
- ← מצוות השבת אבידה, עזרה ראשונה, שילוח הקן, מעקה, איסור כלאים ושעטנז, מצוות ציצית.
- ← דיני צניעות וטהרת המשפחה.
- **"והיה אם לא הפצת בה ושלחת לה" (כ"א י"ד)**  
**אין "והיה" אלא לשון שמחה.** (מדרש רבה)
- שיש שמחה לפני הקב"ה כאשר לא תחפוץ בה** ושלחת לנפשה, כי לא הותרה לאדם אלא כנגד היצר הרע. ומסיים הכתוב: "ושלחת לנפשה ומכור לא תמכרנה בכסף". כי הכתוב חשש אולי האדם יתעכב עד שימצא סכום כסף הגון למכרה ובינתיים יקח אותה. לזה אמר הכתוב "ושלחת לנפשה" **בפחות זמן.**
- **"והיה הבן הבכור לשיניאה" (כ"א ט"ו)**  
 הטעם שאמר **והיה** שהוא **לשון שמחה** כמבואר במדרש רבה, הוא על דרך מה שכתוב: גם אני באודכם אשחק אלעג בבא פחדכם (משלי א'). על ידי שעייכבה אצלו ולא שלחה, גרם שתהיה לו אשה שניה, זאת שהיא שנואה והבן הבכור יהיה לשיניאה ולוקח פי שניים בכל אשר ימצא לו, ואחר כך יהיה לו בן סורר ומורה כדברי רש"י. (בית ושם)
- "כי יקח איש אשה" (כד, א)**  
 ר' יהונתן אייבשיץ כתב שאשה בגימטריה **דבשי**. באר הגר"ח קנייבסקי שליט"א שחז"ל מספרים על זוג ששנים לא נולדו להם ילדים. החליטו להיפרד ושניהם התחתנו בשנית. הוא התחתן עם אישה רשעית והיא התחתנה עם בעל רשע. תוך שנים הוא נהפך לרשע ובעלה של האישה שהיה רשע נהפך לצדיק. ללמדנו כי האישה היא הקובעת את צורת הבית לטוב ולמוטב. ואומר ר' חיים: לדבש יש תכונה שאם נפל בתוכו שרץ הוא הופך לדבש. דבר זה רמוז בגימטריה של שניהם, **אשה=דבש**. היינו שאישה הופכת את בני הבית להיות כמוה. **(לאור הנר)** (ב. בר דיין הי"ו)
- **"ועיניו אותי מאה כסף" (כ"ב י"ט)**  
 הרמב"ם במורה נבוכים נתן טעם נכון בזה. כי הוא הוציא עליה שם רע כדי שלא תהיה לה כתובה שהיא **חמישים כסף**, לפיכך קנסו הכתוב **מאה כסף** על דרך ישלם שנים לרעהו וכדין העדים הזוממים. **(יד שאול)**
- **"כי תדור נדר וכו' לא תאחר לשיכמו" (כ"ג כ"ב)**  
 האותיות שאחר תיבת **נדר** הן: **שס"ה**. לרמוז שכאשר **יאחר נדרו שס"ה ימים**, שהם שנה, **עובר בלאו**. וזהו: לא תאחר - לא תשהה נדרך מלשלמו עד אותיות שאחר תיבת נדר והיינו שנה. וכל זה למי שנדר לאחר המועד (הרגל) ממש. אמנם מי שנדר קודם המועד, כשיעבדו ג' רגלים עובר מיד. (בכור יעקב)

□ **"וירקה בפניו" (כ"ה ט')**  
 כתבו חכמי הקבלה שבימים הראשונים היו רואים באותו רוק שמוציאה היבמה **צורת הפנים של המת ממש**, וזה פלא. ואפשר שזו שאמר הכתוב: וירקה בפניו - שברוקה נראה פניו של המת. עוד יש לרמוז: תיבות **וירקה בפניו** הן אותיות: **ברוק יהיו פניו** - כלומר, פניו של המת. (בכור יעקב)

□ **"ובכתה את אביה ואת אביה ירח ימים" (כ"א, י"ג)**  
 מה טעם נאמר **"יָרַח"** ולא **"חָדָשׁ"**? לפי שמצינו בחז"ל: "אין אביה ואמה אלא עבודת-כוכבים, שנאמר: "אומרים לעץ אבי אתה ולאבן אתה ילדתנו", והיינו: שתפרוש מהעבודה-הזרה ותצטרף לכלל ישראל. לפיכך נאמר "יָרַח", שהוא שמה של הלבנה, סמל עם ישראל. (דברי שאול)

□ **"ובערת הרע מקרבך וכל ישראל ישמעו ויראו"**  
 אם תבער מקרבך, מעצמך, את הרע - אזי ישמעוך אחרים לכשתטיף להם דברי-מוסר. אבל כל עוד הרע מצוי בקרבך, לא ישמעו אחרים את דבריך. (פרח לבנון).

□ **"שילח תשלח את האם ואת הבנים תקח לך" (כ"ב, ז')**  
 ומה שכר אתה נוטל, שאם אין לך בנים אני נתן לך בנים. אם קיימת מצוה זו אתה ממהר לבוא מלך המשיח. אם קיימת המצוה הזאת אתה ממהר את אליהו הנביא. (מדרש רבה).

□ **"כי תבנה בית חדש ועשית מעקה לגגך..." (כ"ב, ח')**  
 ראשי-תיבות של **"מעקה"** הם: הירחורי עבירה קשים מעבירה". מוחו של אדם, שהוא המקום הגבוה ביותר בגופו, נקרא **"גג"**. עליו לשמור על מוחך מפני הירחורי עבירה. (תולדות אדם).

□ **"והנה הוא שם עליכת דברים" (כ"ב, י"ז)**  
 לעיל, בפסוק ד', נאמר: **"וּשְׁם לָהּ** עלילות דברים", מדוע איפוא נעדרה כאן המלה: **"לה"**? לפי שהבעל אינו מתכוון באמת אלא לה, שהוא שונא אותה ורוצה להיפטר הימנה על-ידי העלילה. אבל האב טוען, כי העלילה נוגעת לא רק לבתו אלא גם לו, לפי שהוא נתן לה חינוך לקוי וסיגל אותה לכך שתוכל לעשות מעשה שכזה, לפיכך אומר הוא: "עלילות דברים" סתם בלי "לה".

**פינת הנביאים והפתגמים**  
**לולא חרשתם בעגלתי לא מצאתם חידתי =**  
**לא בדרך ישרה גליתם את סודי, אלא בדרך רמיה.**

**דוגמה:** שמשון שמע את תשובת הפלשתים לחידה, הבין כי דלילה הסגירה אותו ולכן השיב להם: לולא חרשתם בעגלתי לא מצאתם חידתי.

**מקור:** לולא חרשתם בעגלתי לא מצאתם חידתי [שופטים יד יח]. (ניבונון)

**הסיו מכוול מדרך עמי!**  
 אין לעיין בעלון בשעת התפילה וקריאת התורה.  
 העלון טעון גניזה במקום שיש עירוב, יש לטלטל ע"י קטן.

**"כי הבנה בית חדש וקשיית מעקה ל..."** (כב, ח)  
 יכי תבנה בית חדש. **אם קיימת מצות שילוח הקן סופך לבנות בית חדש**, ותקיים מצות מעקה שמצוה גוררת מצוה, ותגיע לכרם ושדה ולבגדים נאים, לכך נסמכו הפרשיות הללו. (רש"י).  
 מדויק מדברי רש"י דהזכות שיזכה ע"י מצות שילוח הקן הוא שיזכה גם לקיים מצוות מעקה, אלא שמי שחפץ לקיים מצוות מעקה בהכרח שיהיה לו בית חדש, אבל עיקר הענין הוא שיגרר לפניו גם מצוות מעקה.  
 נמצא לפ"ז, דמי שייבנה בית ולא יקיים מצות מעקה, יגרסם בזה שגם הבית לא ישאר אצלו כיון שכל הסיבה שזכה לבית הוא כדי לקיים מצוות מעקה.  
 והנה האונקלוס מתרגם 'ותעבד תיקא לאגרד', ופירושו רש"י 'כגון תיק שמשמר מה שבתוכו', ובפשטות הכוונה היא לאנשים שעולים על הגג.  
 אך לפי הנתבאר, הכוונה היא דהמעקה משמר את עצם הבית, דע"י עשיית המעקה גורם שהבית ישאר ברשותו, והיינו התיק ששומר על הבית.  
**(באר יוסף)**  
 מעקה בביתו, בין אם קנה בית או בנה או ירש, חייב במצוה זו. אין לי אלא בונה. לקח וירש ונתן לו במתנה מניין? ת"ל: "ולא תשים דמים בביתך".

**"בניד כשתילי זתים" - חינוך**  
**עזרה לילדים להתמודד עם החזרה לשגרת ביה"ס?**  
**א. שיחה עם הילד על החזרה לביה"ס:** חשוב להתחיל ולדבר עם הילדים על החזרה לביה"ס ועל ההשלכות שלה לבני חיי היום יום שלהם. לדבר איתם על השוני בין החופש לבין ביה"ס או לקחת דף, לחלק לשניים ולצייר דברים שקשורים לביה"ס ודברים שקשורים לחופש.  
**ב. שיחה על הקשיים הצפויים או הפחדים מן החזרה לביה"ס:** חשוב להיות גלוי עם הילדים ולשאול אותם האם יש דברים שהם חושבים שיהיו להם קשים בימים הראשונים. האם יהיה חסר להם להיות עם המשפחה, האם יהיה להם קשה עם ילדים או חברים, האם חוששים מן הלימודים, מן המורה. עצם הדיבור על החששות, פותח פתח לשתף את ההורה בהמשך לפי הצורך, וגם נותן לגיטימציה לכך שהימים הראשונים עשויים להיות קשים.  
**ג. הסתגלות לשעות שינה סדירות:** רצוי להכין את הילדים בהדרגה לחזרה לשגרה בסדר היום ובסדרי השינה והקומה. חשוב להתחיל להקפיד יותר על שעת השינה, כשבכל פעם מקדמים במעט את שעת השינה.  
**ד. הסתגלות לפעילות שדורשת יותר ישיבה וריכוז:** יש לבנות סדר יום מוקפד יותר, שבו הילדים מקדישים זמן לקריאה ועבודה בחבורות ולהרגילם לשבת ולהתרכז.

**ברכה והצלחה ופרנסה טובה**  
**לשכלמה וז"ל** **בנישו הי"ו**  
**שתרמו לסעודה הרביעית בלויין.**  
 זכות השיעור בלויין של מרן הרה"ג **עובדיה יוסף שליט"א** לפרואתם והצלחתם שיתברכו בכל מיילי דמיטב ברוחניות ובגשמיות פרנסה טובה, שלום בית נחת ושלווה והצלחה בלימודים לילדיהם ויתגשמו כל משאלות ליבם לטובה.

**לנשים הצדקניות**  
 לזיכור הרבים מתקיימת מכירת **מטפחות אופנתיות במחירים לכל ניס.**  
 וכן קורס מזורז לקשיירה באומנות מיוחדת.  
 פרטים: **נטלי**  
**050-9247245**

ארגון "אברהם יגל" מזמין את הציבור לשיעורו בלויין של מרן פאר הדור הרה"ג **עובדיה יוסף שליט"א** ובנו **הרב הראשי לישראל** הרה"ג **יעקב יוסף שליט"א** בבית הכנסת "איהל מויד" רח' הנשיאים 3, יבנה. שיחל במוצאי שבת **בשעה 21:30** ולאחריו אמירת סליחות עם הפייטן ר' **מישה הבישה** השידור יוקרן על **מסך ענק** מתקיימת **סעודה רביעית כשרה למהדרין.** (בחסות מאפייט בית הלחם בהנהלת אבי מוסאי הי"ו). **מקום מיוחד לנשים.**

**פורת אמתת**  
**ציבור שוחרי התורה מוזמן במוצאי שבת** בשעה 12:00 בלילה לשיעור מעניין ומרתק עם הרב **חשיון הי"ו** ובשעה 12:45 נקיים סליחות עם החזן והפייטן **יוסי לוי הי"ו** בבית הכנסת "מרדכי הצדיק" רח' הדרור פינת דואני יבנה. לע"נ משה מוסאי בן זליכה ז"ל

**קול שון וקול אנה, קול חנון וקול כלב**  
**מזל טוב ואיחולים לבביים** למרדכי וציפורה מוסאי הי"ו יוסף ושרה שמואל הי"ו לנישואי א"י עם שירדף מנב"ת יה"ר שיקימו בית נאמן וכשר בישראל ויעלה הקשר יפה ויזכו להמשיך את מסורת הבית המפואר. **"ענני הגפן בענני הגפן דבר נאה ומתקבל"**

**רפואה שלימה**  
**כדבורה עמרני**  
 בת רחל ומרדכי מנב"ת הקבי"ה ישלח מזורז ומרפא לה"נ אבריה וש"ס"ה גידיה. שתחזור לאיתנה ותזכה לשנים רבות וטובות ותורה נחת מכל יוצאי חלציה.

**חסידיים ואנשי מעשה נוהגים לבדוק באלול תפילין ומוזות.** ניתן להשיג מוזות, תפילין מהודרות, רצועות שחורות עבודת יד, טליתות ותשמישי קדושה במחירים מיוחדים. בדיקת תפילין ומוזות ע"י מגיה ירא שמייס + מחשב. שלמה **054-6598068**

**כף הנשים היקרות**  
 היכינו לערב מיוחד לקראת החגים.  
**אכירת אפחות מצולמות**  
 של "אומנית קשירת מטפחות" בגדים ואקססוריס של המעצבת **מורן אלבז**, ביום חמישי ט"ז אלול (13-08-22 למנינים) בשעה 19:30 בבית חב"ד יבנה. **אושרית 050-8720046**

**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 **מרים דויד** בן פרי הי"ו **גולשן באבאי** בת מרים מנב"ת **מרים נסימי** בת זליכה מנב"ת לחולי ופצועי צה"ל ועם ישראל.

לע"נ הצנוע והענו **חודה דוד-זדה** בן יוסף ז"ל בשבת יא' אלול משמרה ב-15:12 ב"עזרה הסופר"

לע"נ הצנועה והענוה **רחל ישראל** בת **בנימין וגולשן** ז"ל נפטרה ט"ו אלול תשס"ג ביום רביעי פקידת שנתה

**מכות ואחיות אפייט**  
 לשירה ויזון אלשיך להולדת הבה מנב"ת יה"ר שתגדל כאימתנו הקדושות שרה רבקה רחל ולאח, תזכו לחופתה שתצליח בכל דרכיה ומעשיה. וברכה והצלחה **לשמעון ושרה יוספי** הי"ו משה ויפה אלשיך הי"ו שירו נחת מיוצאי חלציהם

**כף הנשים היקרות**  
 היכינו לערב מיוחד לקראת החגים.  
**אכירת אפחות מצולמות**  
 של "אומנית קשירת מטפחות" בגדים ואקססוריס של המעצבת **מורן אלבז**, ביום חמישי ט"ז אלול (13-08-22 למנינים) בשעה 19:30 בבית חב"ד יבנה. **אושרית 050-8720046**

**שבת שלום ומבורך**

**לעילוי נשמת:**

שרה אליאס בת מרגלית ז"ל ענת ג'רפי ז"ל בת יהודית שתחיה ג'והר קמרי בת טאוס ויחזק ז"ל שמעה עוקבי בת מורי חיים דנין ז"ל גמילה ברנס בת ברקנה ושמעון ז"ל מזל דיין בת עליה ז"ל דניאל אבנר נח בן עטיה ז"ל

משה מוסאי בן זליכה ואברהם ז"ל יעקב עמרני בן רבקה וששון ז"ל חיים נאמן בן מאלק ואהרון ז"ל שרלי שלום אליהו מטויד בן מרסל ז"ל שמעון שבת בן רחמה ז"ל חיים ג'רפי בן אברהם ז"ל אשרף ישראלי בת חיים וחוראמאן 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”

### סליחות ביחיד

**שאלה:** אדם שאינו יכול לומר סליחות בציבור, או אשה הרוצה לומר סליחות ואינה יכולה לאמרם בציבור, האם רשאים לומר נוסח הסליחות ביחיד, או שאין לנהוג כן?

**תשובה:** הנה, אם באים לומר הסליחות ביחידות, בלי צבור של עשרה מישראל, (ועושים זאת בשעה הראויה לאמירת סליחות אחר חצות היום או אחר חצות הלילה) בודאי שהוא דבר טוב, כי מי כה' אלהינו בכל קוראינו אליו, וגם תפילה ביחיד נשמעת לפני ה' יתברך, והסליחות הם תחינות ובקשות מלפני ה' יתברך, שיחזירנו בתשובה שלימה, ויחדש עלינו שנה טובה. אולם יש מקצת מקטעי הסליחות שאין ליחיד לאמרם. הנה לענין אמירת י”ג מדות (ה' ה' אל רחום וחנון וכו') ביחיד, כשאין שם עשרה מישראל, מובא בסדר רב עמרם גאון (שהוא הסידור הקדמון ביותר), בשם רבינו נתן גאון, שאין רשות לומר י”ג מדות אלא בציבור, כיון שכרת הקדוש ברוך הוא ברית עם משה רבינו ועם אבותינו, שאין י”ג מדות חוזרות ריקם וכשהציבור מתקבצים, ומבקשים רחמים, ומכוונים את ליבם לאביהם שבשמים, ומתענים, ועושין צדקה, הקדוש ברוך הוא מרחם עליהם, ואינו מואס תפילתם. ולפיכך ביחידות כשאין מנין עשרה מישראל אין לאמרם, שהרי לא שייך כאן ענין הברית שכרת ה' עם ישראל. וכן כתבו עוד הרבה מהפוסקים, וכן כתב מרן בבית יוסף, שמנהג העולם כדברי רבינו נתן גאון שאין לומר י”ג מדות בלא עשרה.

אולם כתב מרן בשלחן ערוך, שגם יחיד רשאי לקרוא י”ג מדות בטעמי המקרא כקורא בתורה, שאין איסור לקרוא י”ג מדות אלא כשקורא אותם דרך תפילה ותחנונים, שאסור לעשות דברי תורה כתפילה, אבל אם קורא בטעמי המקרא כמי שקורא בתורה, אין בכך כלום. ופסק כן על פי תשובת הרשב”א, שכתב שאין ליחיד לומר י”ג מדות דרך תפילה ובקשת רחמים, וכמו שכתוב בגמרא (ראש השנה יז:): שנתעטף הקדוש ברוך הוא כ”שליח ציבור” לפני משה, ואמר לו, כל זמן שישראל עושים לפני כסדר הזה, אני מוחל להם. אבל אם רוצה היחיד לאמרם כדרך שקורא בתורה דרך קריאה בעלמא, רשאי לעשות כן, וכן העלה להלכה ולמעשה מרן הרב עובדיה יוסף שליט”א.

נמצינו למדים אם כן, לענין י”ג מדות המוזכרים בסליחות (וכן בנוסח התחנון שבכל יום, ובתפילות יום הכפורים), שאין לו למי שמתפלל ביחידות לאמרם. ורק אם יחפוץ בכך, הוא רשאי לאמרם בטעמי המקרא, כמי שקורא בתורה, שאז אים בכך איסור, וכמו שפסק מרן החיד”א בספר ברכי יוסף.

ולענין קטעי הסליחות שנתקנו לאמרם בלשון ארמית, כגון, רחמנא, דעני לעניי ענין, מחי ומסי, וכיוצא באלו, גם כן מבוואר בפוסקים שאין ליחיד לאמרם כלל. וכן פסק מרן הרב שליט”א בספרו חזון עובדיה (ימים נוראים עמ יא). והטעם לזה, הוא מפני שבני ישראל כשהם בציבור, שכינה עמהם, ואז אין הם צריכים את עזרת מלאכי השרת כדי שתתקבל תפילתם, אבל אדם יחיד מישראל, אין השכינה עמו, וצריך הוא לעזרת מלאכי השרת כדי שתתקבל תפילתו, וכמו שמבואר במסכת שבת (יב:). והואיל ומלאכי השרת אינם מבינים לשון ארמית, אל לו ליחיד לבקש צרכיו בלשון ארמית, אלא הטוב מכולם שיבקש צרכיו בלשון הקודש. ובכלל זה שאל לו ליחיד לומר את קטעי הסליחות בלשון ארמית, ורק בציבור כשיש שם מנין של עשרה מישראל, אז שכינה עמהם, ותפילתם נשמעת.

**ולסיכום:** מותר ליחיד או ליחידה לומר סליחות גם כשאין שם ציבור. אולם אין להם לומר נוסח י”ג מדות המוזכר בסליחות (ה' ה' אל רחום וחנון וכו'). וכן אין להם לומר את קטעי הסליחות שהם בשפה ארמית, כגון דעני לעניי וכדומה. וה' יתברך ישמע תפילותינו ויענה לעתירתנו, וימלא משאלות לבנו לטובה לעבודתו.



### ”מכל מלמד” השכלתי...” תקציר פרשת כי-תצא

**בכור יורש כפליים** - בן בכור יורש כפליים מכל אחר, גם אם הינו בן לאם שהאב שונא.

**בן 'סורר ומורה'** - שאינו שומע בקול אביו ואמו, והתנהגותו מגיעה לאופן שאינו מצוי. על ההורים להביא את הבן לבית הדין ועל-פי פסק הדיינים הבן יומת בסקילה.

**השבת אבידה ועזרה בדרך** - הנתקל בבעל חיים או בכל חפץ הנראה כגנוב בשל אבידת בעלים, חייב להשיבו לבעליו. אסור להתעלם מן האבידה. אם הבעלים לא נמצאים, יש לשמור את האבידה.

- הרואה את חמור חברו או את שורו קורסים תחת מסעם, עליו לסייע בהקמה, בפריקה ובטעינה, לפי הצורך.  
**שילוח הקן** - אין לקחת אפרוחים או ביצים מהקן, בעוד אמם נמצאת עמם. יש לשלח את האם ורק אחר-כך ליטול את האפרוחים או הביצים. הנהוג כך יתברך בכל טוב ובאריכות ימים.

**מעקה לגג**- הבונה בית חייב לעשות מעקה לגג, ולהזהר מכל דבר העלול להביא לנזקי נפשות.

**כלאים, שעטנז וציצית** - בעניינים שונים מצווה על הפרדה בין מינים: א. אסור לזרוע יחד תבואה וחרצני ענבים. ב. אסור לחרוש במחרשה הרתומה לבעלי חיים משני מינים, כגון שור וחמור. - אין ללבוש בגד הארוג מצמר ופשתים. תערובת זו נקראת שעטנז.

**מצוות הציצית** - פתילי הצמר שיש לכרוך בבגד של ארבע כנפות. הסמיכות למצוות השעטנז מלמדת כי לצורך קיום מצוות ציצית מותר לכרוך פתילי צמר בבגד של פשתן.

**אין להסגיר עבד גוי**- שנמלט מאדונו ומעונוין להינצל ולהיות בקרב ישראל, יש לדאוג לקיומו.

**איסור ריבית** - אין להלוות בריבית. האיסור חל על הלווה וגם על המלווה. מותר להלוות בריבית לגוי.

**שמירת הנדר** - הנודר לה', מתחייב להביא קורבן, חייב למלא נדרו עד חלוף שלושה רגלים.

**הנהגות חברתיות וממוניות** - אסור לדבר לשון הרע. הממשכן נכס מחברו בגין חוב, לא יכנס לביתו, אלא יעמוד בחוץ וידרוש ממנו המצאת המשכון.

### רפואה אלטרנטיבית

#### איך נפרדים מהכולסטרול? (המשך)

התהליך לא קשה. אם נעלה את רמת הכולסטרול הטוב, ונפחית את רמת הכולסטרול הרע, נפרד מרמות הכולסטרול הגבוהות שלנו. זה מתאפשר בשילוב נכון וטוב של תזונה ופעילות גופנית.

- פעילות גופנית עקבית של סיבולת לב ריאה (פעילות אירובית) תעשה את העבודה בהחלט. הליכה, ריצה, אופניים, שחייה ועוד, יעלו את רמת הכולסטרול הטוב. התחילו מפעמיים בשבוע - 20 דקות בכל פעם והעלו את מספר הפעמים השבועיים עד ל- 5 פעמים בשבוע.

- חשוב מאוד לשמור על תזונה נכונה וירידה במשקל כתוצאה ממנה. הירידה במשקל ותביא להורדה בכולסטרול הרע.

- לא אוכלים מוצרים מן החי עם אחוזי שומן גבוהים או ממוצרים עתירי שומן רווי.



## " ואבותינו סיפרו לנו "

### "הכבשה השחורה"

"אני אם לשישה ילדים, הבכורה כיום בת 16, והקטן תינוק בן שנה. בשלושה בנים ושלוש בנות זיכה אותנו בורא עולם. בעלי הוא נהג שכיר של אוטובוס בחברה ציבורית. מצבינו הכלכלי בהחלט סביר. כאן בדרום הדירות זולות יותר, ומי שמנהל משק בית בצורה חכמה ונבונה, מסתדר היטב. דברנו על חינוך הילדים. יש לבעלי ולי שיתוף פעולה מצוין לגבי חינוך הבנים והבנות גם הילדים טובים ונפלאים, חוץ... מ"הכבשה השחורה". לא בכל בית יש "כבשה שחורה", יש בתים שהילדים כולם כבשים לבנות וזו כמובן ברכה מפוארת שראוי להשתבח בה. אצלנו, בניהו, בנו האמצעי בן ה-11, זכה בתואר הזה ללא פקפוק. אסור לומר על יוצא החלץ שהוא בלתי נסבל ולא ההורים הם אלה שבורחים מי יוולד למעונם. הרי הקב"ה הוא זה שנוטע נשמה ויודע מדוע היא נשתלת בלב אותה משפחה, חשבונותיו עלומים.

"בניהו הוא ילד קשה. במשך 11 שנים מרט לנו את העצבים, זה המינוח היותר נעים למשמע אוזן, לא למד כמו שצריך, הפך את הבית, אגואיסט מושלם, גרם לאי שקט לאחיותיו, פגע והעליב אותן... השתלט על חפציהן, ולא נתן להן פינה אחת שלווה. אחיו הקטנים ממנו מסתובבים בבית מתוסכלים ועצבניים. בעלי ואני אנשים שלווים למדי, והוא בהחלט הצליח להוציא אותנו משלוותנו. לא אסתר, אנו בהחלט פגענו בו במילים והענשנו אותו רבות על מעלליו, אך זה לא עזר".

"לילה אחד, עייפה ומתוסכלת מן החורבן שהוא ממיט עלינו, מאי השקט, הצעתי לבעלי הצעה, שבמחשבה שניה נשמעת נוראה "הילד נשלח אותך לפנימייה, את "הכבשה השחורה" שלנו, אוכל הזה הורס את החינוך של אחיו ואחיותיו. צריך לשים לזה קץ, עדיף להציל את החמישה מפניו... "

"אבג, מלמדיו בתלמוד תורה היו גם הם מברכים על כך שיגר בפנימייה. בניהו הפך להם את השיעורים בהערותיו המרגיזות, ובתוקפנותו כלפי חבריו "בעלי כמעט והסכים, אך לבסוף אמר שבלי דעת תורה לא מוציאים ילד מן הבית, גם אם הוא הכבשה הכי שחורה שיש. ילד זה לא רהיט".

הסכמתי וקבענו שניסע אחרי השבת הקרובה לבני ברק להיוועץ באחד מגדולי הדור.

"אם הילד שלנו הוא "כבשה שחורה", השבת הייתה שחורה שבעתיים. ליל שבת באמצע הסעודה התעלפתי פעמיים ובעלי הזמין אמבולנס. חולשה נוראה תקפה אותי עם הקאות ורעידות. כשהגעתי לחדר המיון, הייתי מבוהלת ונפחדת, העילפון גרם לי לחיזורון בפנים ולרעידות, אף פעם לא חשתי כך. לאחר סדרת בדיקות שנמשכו מספר ימים לקחו אותי למחלקה ההיא, המחלקה הנוראה. כשראיתי את השלט, התעלפתי. כשהתעוררתי התחלתי להתפלל שהלואי והם טועים... אני אמא לשישה, ה' ישמור... שכנה, חברה טובה שכלותה אליי עודדה אותי, במילים חמות ומעודדות כל כך. הייתי זקוקה לליטוף המילולי הזה. ביום ד' אחה"צ נכנסנו בעלי ואני לחדרו של הרופא שבישר את הנורא מכל שאפשר שמוע. "זה פגע לך בכדוריות הדם... אבל תתעודדי, יוצאים מזה...". "אשפזו אותי להמשך בדיקות, ואז נתגלתה עוד בעיה רפואית חמורה, שהוסיפה על מכאובי, והקטינה את סיכויי הריפוי..."

"בעלי הודיע על הפסקת עבודתו, ולא עזב אותי לרגע. הוא רזה באופן מבחיל, ופניו שידרו מצוקה. בנותיי הגדולות הן עדינות מאד, בלשון המעטה, והבית לא תיפקד. הקטנים בכו מוגעגעים... שלושה חודשי אשפוז נוראיים עברו עלי כולל שבועיים של מה שמכונה "מוות קליני".

"ומי לקח את שרביט ההנהגה של הבית??? "הכבשה השחורה". מה אגיד לך ומה אספר, בנקודה שכולם קרסו והפכו להיות חסרי ביטחון וצל של עצמם, בניהו הפך לגיבור. הוא השכים כל בוקר קנה לחם, חלב וגבינות, הכין כריכים לאחיו ואחיותיו, סידר את המטבח, שטף את הכלים, בערב שבת הוא הוסיף נדבך נוסף של אחריות, ומעבר לקניות, ניצב על כיסא ובישל בידים אמונות. בין לבין הוא למד מאת

השכנות את מלאכת הכיבוס, ובקיצור, בעוד אני מאושפזת לטיפולם למחלה הנוראה, בניהו ניווט את ספינת הבית אל חוף מבטחים, והשכנות מדווחות לי "לא יאומן, את חסרה מאד, אבל הילד שלך הוא ממש אוצר, שראוי להתכבד בו", מחיתי דמעות של אושר, דמעות לא מאמינות.

"בשלב מסוים של האשפוז עשו בדיקות מִח עצם לילדים כדי למצוא התאמות ולהשתילו בגופי. בניהו נמצא הכי מתאים. בעלי מספר שהילד רץ לבדיקות וכולו תפילה, שהוא יהיה זה שיוכה שממנו יבוא המח עצם שיציל את אמא.

"לקחו ממנו מִח עצם, ואחרי יום יומיים הוא חזר הביתה מאושש ומלא מרץ. המלמד שלו התקשר לבעלי לדווח "בניהו מתנהג למופת, הוא פשוט ילד חדש, לומד, מנומס, ואחראי".

"שלוש שנים חלפו מהסיפור הזה, היום אני ברוך ה' אשה בריאה וחזקה, ההשתלה בחסדי שמים הצליחה לאושש אותי, הטיפולים היו עסק לרפואה ברצון אלוקים וחזרתי הביתה".

"הבית היה עמוס זרים ושלטים מאירי עיניים "ברוכה הבאה אמא", "עד מאה ועשרים אמא", "אין כמו אמא בעולם", הבית היה מלא בבנות המשפחה הקרובות שכנות וחברות טובות. שולחן הסלון היה גדוש מאפים ותופינים ופניו האירו מאושר. נישקתי את ילדי החל מהבנות הגדולות ועבור לבנים הקטנים. אבל איפה בניהו? הוא, הגיבור האמיתי של הימים הנוראים הללו, הוא לא היה שם. כל כך רציתי לחבק ולנשק אותו, ולהודות לו על הכל, אבל בניהו כאילו בלעה אותו האדמה.

"איפה בניהו שאלתי?" "לבעלי לא הייתה תשובה... "לפתע נכנסה אשה צעירה לא מוכרת ובידה גיטרה. היא ביקשה בנימוס שהבנים ובעלי ילכו לבית השכנים והציגה את עצמה בשמה. במשך שתיים שרה לנו, והצחיקה אותנו, והרגשתי שהיא מכניסה לי חיות מרעננת. המון זמן לא שרתי, לא צחקתי לא שמחתי. אחרי שתיים היא קמה והלכה... לא הספקתי לשאול אותה מי היא. השעה הייתה כבר תשע בלילה, בניהו עדיין לא הגיע הביתה. עייפות גדולה תקפה אותי וגם דאגה לחלחה בקרבי, מדוע בניהו לא בא להקביל את פניי..."

"נכנסתי לחדר השינה, על הכרית הייתה מונחת מעטפה "לאמא", אני מקריאה... כן, יש כמה שגיאות כתיב... לא נורא. "אמא יקרה שלי שלום לך, אני נורא שמח שחזרת בריאה הביתה. התפללתי המון שהיתוחים יצליחו, וברוך ה' הם הצליחו, רציתי להגיד לך אמא, שרק אחרי שהלכת לבית החולים, הרגשתי כמה את חסרה וחשובה לי... אני יודע שהייתי ילד רע וגרמתי לך הרבה צער. כשחליתי, חשבתי לעצמי אולי זה בגללי... אבל לא רק בגלל זה, אמא שלי, עזרתי בבית. עזרתי כי כולם היו שבורים ובוכים, ואני, את מכירה אותי, אני "הכבשה השחורה" אני בוכה פחות, וכמו שהיה לי יצר רע להרגיז ולעצבן, ניצלתי את הכוח הזה לעשות המון דברים טובים בבית, בטח סיפרו לך. אמא, סליחה על כל מה שהעצבתי אותך. את יודעת, האשה הזו הזמרת שניגנה לך, אני הזמנתי אותה ושילמתי לה מהחסכוניות שלי, אמרו לי שהיא אמנית שיודעת לשמח נשים, ואני מאד רציתי שהיא תשמח גם אותך על כל העצב שעשיתי לך. אמא, עוד דבר אחד קטן, אם את סולחת לי... אז אל תשלחו אותי לפנימייה. ברוכה הבאה, בניהו".

"הילד, כנראה שמע את השיחה ביני לבין בעלי, ליבו נפל בקרבו מעלבונו, והמכתב מעיד על כך, כאלף עדים. אבל הקב"ה מלך מלכי המלכים, מנהיג את בריותיו עפ"י חשבונותיו העלומים, ודווקא אותי הוא שלח "לפנימייה" זו המחלקה הנוראה..."

עוד עניין קטן כמה אנחנו ההורים צריכים להיזהר מלהדביק סטיגמות על ילדים, כמה זהירות צריך מחריצת דין, כן, לפעמים "הכבשה השחורה" מתגלה כדבר הכי לבן שיש בעולם. (קובי לוי "העתונאי")