

# מתיקות ועריבות התורה

סיפורים משלים ואגדות לשולחן שבת

## תולדות

בטן רשעים תחסר!

ולכן בכה עשו שלא נשארה לו שום טענה על יעקב בשביל לזכות חזרה באותן ברכות. לכן ביקש עשו "ברכני גם אני אבי" שכבר התייאש מלבוא ולערער על הברכות שלקח יעקב לעצמו. **ממשיך ה'בן איש חי' וכותב** שמחשבתו של יצחק הייתה באמת לתת את כל הברכות ליעקב, אלא שרצה לדאוג גם לעשו שהרי הוא עדיין בנו למרות שסרה, וכוונתו הייתה לברך את יעקב בברכה שנתן לעשו והיא "והיה כאשר תריד ופרקת עלו מעל צוארך" שכאשר תתמלא סאתו של עשו מעוונותיו יזכה יעקב בברכות, וחזקה על עשו שתתמלא סאתו, ומיד בזמן קצר יעברו כל הברכות ליעקב... ובינתיים עד אשר תתמלא סאתו, יזכה עשו לזמן קצר מאותן ברכות. לאחר שמאת ה' התהפכו היוצרות ויעקב זכה בברכות המגיעות לו, ועשו קיבל את הברכה של "והיה כאשר תריד ופרקת עלולו" זעק עשו "את בכרתי לקח והנה עתה לקח ברכתי" שעכשיו אפילו לזמן קצר לא יהיה ניתן לי להנות מהברכות. המשיך יצחק ואמר לעשיו שאין לו במה לברכו שיעקב לקח הכל, אך לא נכנסו הדברים אל ליבו של עשו וחשב שנהפך ליבו של יצחק ואינו אוהבו יותר, מיד התחיל עשו לבכות שידע שכל השערים ננעלו חוץ משערי דמעה, כך אולי ירחם עליו יצחק ויברך אותו. ראה יצחק שעשו לא מבין אותו וחושב שיש לו במה לברכו, אלא שאינו רוצה לתת לו ברכה "ויען יצחק ויאמר אליו" שהתחכם יצחק ואמר לו דברים אשר בעיני עשו נראים כברכה אך באמת הם דברים בעלמא ולא ברכה - ואמר לו "הנה משמני הארץ..." ולא אמר לו 'יתן לך אלוקים משמני הארץ', וכל עוד הייתה תקווה לעשו לקבל ברכות עדיין לא שנה את יעקב, אך לבסוף הרגיש עשו שיצחק לא בירך אותו כלל "וישטום עשו את יעקב על הברכה אשר ברכו אביו" הואיל ונשאר עדיין עבד ליעקב, והתנחם הוא להרוג את יעקב.

**הרי לנו שלמרות שידע עשו שהברכות לא מגיעות לו כלל, כל בכייתו וזעקותיו היו על כך שהוא היה יכול ליהנות עוד קצת בחיים, עד אשר תתמלא סאתו. במלים אחרות: אכול ושתה כי מחר נמות.**

**וכאן נשאלת השאלה האם פעמים שאין האדם מתנהג כמו עשו חס ושלום, הוא בוכה על פלוני ועל אלמוני שלקחו, הזיקו או הצרו לו... ושוכח את העיקר - לא יכול להיות שהזולת באמת לקח ממנו משהו, ועל פי ראייה רוחנית אין מושג של הוא הזיק לו שהכל הוא מאת ה' יתברך, והכל מחושב ומדוקדק, שאין האדם נוגע במוכן לחברו אפילו כמלא נימה...**

שבת שלום ומבורך!!!

**"כשמע עשו את דברי אביו... ויאמר לאביו ברכני גם אני אבי... את בכרתי לקח והנה עתה לקח ברכתי"** [כ"ז, ל"ד - ל"ו] **שואל ה'בן איש חי' -** עשו מבין שיעקב כבר לקח את הברכות זכה בהן, הוא פונה אל אביו ואומר לו "ברכני גם אני" הוא מבין ומודה בכך שיעקב זכה בברכות אך גם הוא רוצה ברכה. **וקשה** מדוע הוא מבקש מיצחק את הברכות בדיעבד, היה לו לעשו לבוא כבר בהתחלה בטענה חזקה על כך שיעקב לקח את הברכות במרמה, ויעקב לא היה צריך לזכות כלל באותן ברכות, ואז היה יצחק קורא ליעקב ומוכיחו על כך, ולאחר מכן היה יצחק מברך פעם נוספת כל אחד כפי הברכה הראויה לפי הבנתו של יצחק, וא"כ כיצד הודה עשו על הברכות ולא טען כלום?

**כמו כן קשה** כיצד עלה בדעתו של יצחק לתת את כל הברכות לעשו ולא ליעקב הצדיק?

**עוד קשה,** עשו אומר "והנה עתה לקח ברכתי" היה לעשו לומר 'הנה לקח ברכתי מה מוסיפה המילה "ועתה" שלכאורה נראית מיותרת?

**עוד צריך להבין** לאחר שיצחק מסביר לעשו שאין לו במה לברך אותו שנתן את כל הברכות ליעקב, עשו מתלונן שלפחות ייתן לו ברכה אחת. ואז יצחק מברך את עשו ואומר לו "משמני הארץ יהיה מושבך", אם היה ליצחק במה לברך את עשו שהיה מברך אותו כבר על ההתחלה? וכאשר נדקדק בפסוק נראה שכאשר יצחק מברך את עשו אין משמעות בלשונו של יצחק שהוא מברך את עשו, שהיה לפסוק לומר 'ויברך יצחק את עשו, הנה משמני הארץ יהיה מושבך'?

**מסביר ה'בן איש חי' -** עשו ראה שמכירת הבכורה התבצעה על ידי יעקב לפי כל הסברות וההידורים וגם על ידי שבועה, הכל בשביל שמכירת הבכורה תהיה שרירה וקיימת, ולא יוכל עשו לערער על אותה מכירה. הבין מכך עשו שממונו של יעקב חביב עליו מאוד שלא רצה יעקב להפסיד את העדשים אשר נתן לו סתם לחינם. כאשר בא יעקב ולקח את הברכות, היה עשו בטוח בעצמו שהוא עוד יוכל להחזיר ולזכות באותן ברכות, הואיל ויצחק בירך את יעקב בטעות, אך כאשר הוא שמע שיעקב הביא ליצחק בשר, מיד התחיל עשו לצעוק ולבכות שידע עשיו שיעקב לא סתם זורק את ממונו לריק, שכן כאשר הוא ביקש ממנו עדשים עשה כל כך הרבה חיזוקים והשבועות וקנה את הבכורה עבור מעט עדשים, אז "עתה" שנתן בשר ששווה הרבה יותר מנזיד עדשים, ודאי עשה הרבה יותר המצאות וחיזוקים בשביל לזכות בברכות, כך שלא יוכל עשו לערער על הברכות,

ניתן להאזין לשיחותיו של הרב גדעון ראובן ב"קול תלשון" 03-6171111 (ערי זיומי קרני)

בס"ד בקרוב עומד לצאת לאור הספר "מתיקות ועריבות התורה" חלק שלישי - על חמישה חמשי תורה ומועדים, בתוספת פניני ה"אור החיים" הקדוש.

למאונ'נים לתרום להוצאת הספר ולהקדיש לעצמם ולביתם וכו' יפנו לפ' 052-7151420



**ו"ל ה"פלא יועץ":**

רבה טובת הדפוס בעולם אשר על ידה יגדיל תורה ויפוצו מעינותיה חוצה, והנה מאחר שעל הרוב קצור קצרה יד החכמים מלהדפיס ספריהם ומכתתים רגליהם מעיר לעיר ללקט כסף כדי להדפיס וראוי לעשירים עם אלקי אברהם לפתח ידם אליהם בעין יפה ובוה חלק כחלק יאכלו עם החכם כי בצל החכמה בצל הכסף וקהלת ז"ל והכל לפי מה שהוא הספר ולפי מה שהוא נצרך לרבים ולפי התועלת הנמשך ממנו לעבודת השם יתברך ודייק תמצא קל ותשכח שכמעט אין כסף שיחא נחשב למצוה רבה כזו שכל הוצאה של מצוה היא לשענתו מתחיל במצוה וגומרה אבל זה הנותן לצורך הדפוס צדקתו עומדת לעד לדור דורים והוא מזכה את הרבים זכות הרבים תלוי בו וילך לפניו ולאחריו צדקו אשריו מה טוב חלקו קנה שם טוב קנה לו דברי תורה קנה לו חיי העולם הבא וגם העולם הזה כסף כסף רבה...



## פניני "אור החיים" הקדוש

לרבינו הקדוש רבי חיים ב"ר משה בן עטר זיע"א

**"ואלה תולדות יצחק בן אברהם אברהם הוליד את יצחק"** [כ"ה, י"ט]

וכאשר התורה ממשיכה וכותבת "אברהם הוליד את יצחק" לומר לנו כיצד זכה יצחק לכך שיוכל להוליד, הרי מצד הטבע היה עקר שלא יכול להוליד? על כך מסבירה התורה "אברהם הוליד את יצחק" כלומר, הוא הכניס ביצחק את כוח התולדה, וכיצד הוא הכניס זאת? על ידי מעשה העקידה, נמשכה ליצחק נפש חדשה ומיד נולדה לו רבקה שהיא בת זוגו.

**הרי לנו שאלו לאדם לתלות בזכות עצמו בגלל מעשיו הטובים וכו' וכוחי ועוצם ידי עשו לי את החייל הזה, אדרבה כל מה שיש לו הוא בזכות אחרים, ואין זה סותר שגם אותם אחרים צריכים לחשוב שכל מה שיש להם זה מהשני...**

**שואל ה"אור החיים" הקדוש** – התורה אומרת "ואלה תולדות יצחק" כלומר, התורה באה לפרש את תולדותיו של יצחק ובמקום לפרש את תולדותיו של יצחק מפרשת התורה ש"אברהם הוליד את יצחק"?

**עוד צריך להבין** מדוע נאמר "אברהם הוליד את יצחק" הרי כבר נאמר "ואלה תולדות יצחק בן אברהם" שמי שהוליד את יצחק זה אברהם?

**מסביר ה"אור החיים" הקדוש** – כאשר אמרה התורה "ואלה תולדות יצחק בן אברהם" התכוונה התורה לומר על כל המעשה שהיה בסוף הפרשה בין יעקב לעשו.

**מסביר ה"אור החיים" הקדוש** – כאשר אמרה התורה "ואלה תולדות יצחק בן אברהם" התכוונה התורה לומר על כל המעשה שהיה בסוף הפרשה בין יעקב לעשו.

## פניני האלשיך הקדוש

מאת הרב אלחנן ראובן שליט"א

לרבינו הקדוש רבי משה ב"ר חיים אלשיך זיע"א

עדיין "ויברכהו ה'" שהברכה המשיכה לחול עוד ועוד. ואחרי כל זאת היה הולך וגדל עוד, והנה כל עוד שטובו של יצחק לא היה נראה בולט בחוץ, לא עשו הפלישתים כלום.

אך כשנהיה לו מקנה צאן ומקנה בקר ועבודה רבה, אז כבר קינאו בו פלישתים, ואבימלך היה בוש לומר לו שילך מהם, על כן הניח עמו שהם יסתמו לו את הבארות שחפרו עבדי אברהם אביו, למען יראה שאינו מרוצה כאן וילך.

אך יצחק אבינו כל זמן שהמלך לא עשה לו רעה לא רצה לילך. ולהלשין עבדי המלך אליו גם לא רצה, ולכן כשראה אבימלך שיצחק לא הולך, לא היתה לו ברירה ובא בעצמו לומר לו שילך מהם, ובאמת לאחר שהלך חפר את הבארות שסתמו הפלישתים, ולא חזרו לסותמם.

לשאלות דחופות בהלכה ניתן לפנות לרב אלחנן ראובן שליט"א  
054-8502267 שעות המענה: בימים א' - ה' מהשעה 18:45 ועד 19:45.

**"ויזרע יצחק בארץ ההיא, וימצא בשנה ההיא מאה שערים, ויברכהו ה'." ויגדל האיש וילך הלוך וגדל עד כי גדל מאוד. ויהי לו מקנה צאן...וכל הבארות אשר חפרו...בימי אברהם אביו, סתמום פלישתים וימלאום עפר. ויאמר אבימלך אל יצחק לך מעמנו כי עצמת ממנו מאוד"**

**מסביר האלשיך הקדוש** כי אם היות רעב בארץ, עם כל זאת זכות יצחק בעצמו, ומה שזרע "בארץ ההיא" היינו ארץ זבת חלב ודבש, הועיל שלמרות שהעריכו את הכרי, לאחר שהעמידוהו מצאו פי מאה הימנו.

והנה אף שכבר אינו סמוי מן העין, וממילא הברכה לא צריכה לחול עליו. ועם היות שגם היה מדוד, וגם בדבר שמדוד אין הברכה שורה בו.

## פנינים מובה"ס "זרע שמשון" ו"תולדות שמשון"

על - פרקי אבות

לרבינו הקדוש ר' שמשון חיים ב"ר נחמן מיכאל נחמני זיע"א

איתו הדבר יהיה כאשר התפזרו לו מעות לפני פסל או עבודה זרה, אם יתכופף וייראה כאילו הוא משתחוה לפני הפסל אסור הדבר, אך אם אינו נראה כמשתחוה בפני עבודה זרה, מותר לו לאסוף את אותם מעות.

**שואלת הגמ'** מה הכוונה שאינו נראה כמשתחוה לפסל, אם הכוונה שלא רואים אותו בני אדם שזה מותר, הרי אמר רב כל מקום שאסרו חכמים מפני מראית העין [חכמים] אסרו במקום שיכולים לחשוד בו אנשים אחרים כאשר יראו אותו שמא הוא עושה עבירה, אסרו זאת אפילו בחדרי חדרים!

**אלא הכוונה** שאם אותו אדם יתכופף ואינו נראה כמשתחוה לעבודה זרה מותר כמו שמפנה לעבודה זרה את גבו...

המשק אי"ה' כשבוז פכא...

**"הוא היה אומר, עשה רצונו כרצונך, כדי שיעשה רצונך כרצונו. בטל רצונך מפני רצונו, כדי שיבטל רצון אחרים מפני רצונך"**

**שואל בעל ה"זרע שמשון"** – צריך להבין מהו "רצונך", ומהו "רצונו", ומהו "רצון אחרים"?

**מסביר בעל ה"זרע שמשון"** – הגמ' בע"ז [ב] אומרת שאדם שעבר לפני פסל או עבודה זרה, ונתקע קוץ ברגלו וקשה עליו להמשיך ללכת מפני הכאב ורוצה הוא להוציא את אותו קוץ, לא יתכופף בשביל להוציא את הקוץ מרגלו, מכיוון שנראה כאילו הוא משתחוה לפסל. ואם אינו נראה כאילו הוא משתחוה לפסל מותר.



## שערי הלכה

מאת הרב ינון ראובן שליט"א

### עניית אמנים באמצע ברכת ברוך שאמר

**לגבי עניית אמנים באמצע ברכת ברוך שאמר כגון על כל קדיש או על כל ברכה שהיא** (חוץ מאמנים על ברכות "ברוך שאמר" באמצע ברוך שאמר ואמנים על "ישתבח", שהם ברכות שלא הוזכרו בגמרא ולכן קלות יותר, ולכן כבר נתבאר במשנ"ב (ס' נא' סק' ב') שלא יפסיק לענות אמנים עליהם) **נחלקו בזה האחרונים.**

**יש שפסקו - שמוותר לענות אפילו באמצע ברכת ברוך שאמר או ישתבח דמכיון שהם ברכות שלא הוזכרו בגמרא הם ברכות קלות יותר** (מג"א (שם סק' ג'), פמ"ג (שם סק' ג'), הגר"ז (אות ה'), משנ"ב (שם)). אך אם הוא נמצא אחר המילים "ברוך אתה ה'" וקודם שסיים "מלך מהולל בתשבחות" שומע ברכה או דברים שבקדושה, אסור לו לענות אמנים כי בזה מקלקל לגמרי את הברכה (דיש הפסק בין סוף הברכה לשם ומלכות שאמר קודם. חיי אדם (ח"א כלל כ' ס' ג'), משנ"ב (שם)).

**אולם יש חולקים וכן גם מנהג בני ספרד וסוברים שבאמצע ברכת ברוך שאמר אסור לענות אמנים על ברכות, וכן אמנים על קדיש "על ישראל" "ויהא שלמא" (משום שדברי המג"א אינם מוסכמים להלכה, דאע"פ שלא הוזכרה ברכה זו בגמרא מ"מ היא תקנה קדומה מנאנשי כנסת הגדולה, וכמובאר בס' היכלות (לרבי ישמעאל כה"ג) שהובא בטור שתיקנוהו ע"פ פתק מן השמים, וכן מוזכר גם בזוה"ק (פ' ויקהל דף רטו' ע"ב) ובירושלמי ג"כ מוזכר ברכת ישתבח, וכן בברכי יוסף ס' נא' סק' א, ד. העיר על דברי המג"א שברכה זו נתקנה קודם התלמוד, וכן החיד"א (בס' נא' סק' א').**

קשר גודל ס' ז' אות ט' ואות ל') הוכיח מדברי האר"י ז"ל שאין לענות אמנים דברכות באמצע ברוך שאמר משום שהוא נתקן קודם התלמוד, וכן בשו"ת משכנות יעקב (מקורלין ח' או"ח ס' סה') עיי"ש, ע"ע ביבי"א (ח"ה או"ח ס' ז' אות ה'), וכן דעת הב"ח (ש"ר פ' ויגש אות ט') וכה"ח (ס' נא' אות יא') וכן בשו"ת אג"מ (ח"ד ס' יג') כתב שאין טעם לחלק בין הברכות, וכל ברכה היא בחומר ברכות בין אם הוזכרה בגמרא ובין אם לא, עיי"ש. ולכן לא יפסיק בהם. וע' בבא"ח (שם) שכתב שיהרהר האמנים בליבו.

**אבל כן יענה על חמישה אמנים ראשונים של הקדיש דהיינו עד "דאמירן בעלמא ואמרו אמון".**

**וכשעונה "אמון יהא שמיה רבא" יענה עד "יתברך" (כולל) ולא יענה עד "דאמירן בעלמא" וכדין הנמצא באמצע קריאת שמע וברכותיה (הליכו"ע (ח"א פ' ויגש אות ג') עיי"ש, וכדעת הבי"ב בס' נו' לגבי ברכות קריאת שמע שיענה עד יתברך, והסכימו לזה אחרונים רבים וביניהם מקובלים, וממילא ה"ה גם לברכת ברוך שאמר יענה עד יתברך ולא יותר שהרי דינו כדין ברכת קריאת שמע. (וכ"ז הוא שלא כדעת הב"ח שם שפסק שיענה עד "דאמירן בעלמא").**

**וכן עונה על קדושה** (שני פסוקים "קדוש" ו"ברוך" אבל "ימלוך" לא יענה) **וברכו, ומוזדים** (ויאמר רק שלוש תיבות "מוזדים אנחנו לך") **באמצע ברכת ברוך שאמר** (וכמו שבקריאת שמע וברכותיה (ס' סו') עונה באמצע הפרק. כ"כ הב"ח (שם), כה"ח (שם), הליכו"ע (שם)). **ואמנם אם כבר סיים אמירת "ברוך שאמר" יענה אמון עד "דאמירן בעלמא", וה"ה שבאמצע פסוקי דזמרה עונה אמון עד דאמירן בעלמא (הליכו"ע (שם)).**

## מדברי רבותינו...

**וממילא יהיה הקב"ה בעזרו...**

**עכשיו נבין יותר לעומק את דברי ה'שפת אמת' מדוע היה להקב"ה לצוות את אברהם אבינו לצאת ממולדתו ולהבטיח לו שיעשה אותו לגוי גדול, הרי ודאי שגם ללא הבטחה זו יעשה אברהם אבינו את רצונו יתברך?**

אלא הקב"ה רצה לומר לאברהם אבינו - דע לך שהכל תלוי בך! שעל ידי התחזקותו בעבודת ה', הוא יטה את כל עם ישראל אחריו לטובה.

**יוצא שכאשר יש לאדם ניסיון קשה, עליו לדעת שכל הוויות העולם תלויים בעמידתו בניסיון הזה, הן לטוב והן למוטב, כך יקל לו לאדם מאוד בשעת הניסיון...**

**ביאר המהר"ם שפירא זצ"ל מייסד הדף היומי את הפסוק "ויוצא אתו החוצה ויאמר הבט נא השמימה וספר הכוכבים.. ויאמר לו כה יהיה זרעך" (בראשית ט"ו, ה') כאשר הקב"ה אומר לאברהם אבינו לספור את הכוכבים, א"א אינו מתבלבל ובלי לעשות חשבונות שאי אפשר לספור את הכוכבים, הוא מיד יוצא החוצה ומתחיל לספור את הכוכבים.**

אדם אחר היה מתייאש שכן ממילא לא ניתן לספור את כל הכוכבים, אך אצל אברהם אבינו, אין זה שיקול כלל. על כך אמר הקב"ה לאברהם "כה יהיה זרעך" שלא יתפעלו ממחשבות ייאוש אלא יקפצו מיד אל תוך עבודת ה' יתברך ללא חשבונות, והוא ה' יתברך אף יעמוד לצידם.

**זה מה שאמרו חז"ל באבות [ב' ט"ז] "לא עליך המלאכה לגמור" הואיל ואת גמר המלאכה ישאיר להקב"ה שהוא ישלם אותה. ועל כל יהודי לדעת שעליו לעשות רק כפי יכולתו**

מאת הרב מנשה מורנו שליט"א

## הלכה למעשה...

ואם אמר ברוך אתה ה' ובא לחתום בונה ירושלים ונזכר שלא אמר רצה, יחתום למדני חוקיך ויחזור לרצה [שע"ת קפח' סק"ב בא"ח חוקת כ'. כה"ח קפח' אות כז'] ואם חתם בונה ירושלים, ואמר בשם ומלכות ברכת שנתן שבתות למנוחה וכו', דאין שייך כאן סב"ל, שכנגד השיטה שאין צריך להזכיר שבת בכה"ג, יש שיטה שחייב ואסור לו לברך הטוב והמטיב, ואזלי אחר עיקר הדין, שהרי אפילו בסעודה השלישית כן הדין מפני שחייב לה פת מעיקר הדין [יעוין היטב בהליכו"ע ב' עמ' עה', ובביאור"ל קפח' ח' ד"ה בשבת] אך אם כבר אמר "אלוקינו מלך העולם" ונזכר שלא הזכיר שבת, שפיר שייך סב"ל וימשיך ברכת הטוב והמטיב.

ואם עומד דקות בודדות סמוך לחצות, יותר טוב שלא ימתין לכינוס וקבוצ כל המשפחה אלא יתחיל לסעוד וימתין להם תוך כדי סעודתו, ויסביר להם ההלכה, כך שלא יטעו להבא. והאמת והשלום אהבו.

**עד מתי אפשר בשבת לאכול סעודה שניה?**

יש לזיזר מאוד לסעוד סעודה שניה קודם שיעבור חצות היום [בתקופה זו בערך בשעה 11:20] מפני שיש פוסקים הסוברים שאחר חצות אי אפשר לקיים כבר סעודה שניה [כן שיטת הבי"ח במשנ"ב שלד' סק"ב. כ"כ כה"ח רצא' אות ב' והביא שכ"ה ע"פ האר"י ז"ל וכ"פ האול"צ ח"ב עמ' קצב'] ואין צריך שכל הסעודה תהיה קודם חצות, אלא די במה שאוכל מעט יותר מכביצה פת קודם חצות, ואח"כ ימשיך את יתר סעודתו ובשעת הדחק יוכל להקל בכזית פת קודם חצות [שכן בשעה"ד סיגי בזה משנ"ב רצא' סק"ב]. מי שהתאחר מכל סיבה שתהיה ולא סעד עד אחר חצות היום, מ"מ חייב הוא בסעודה שניה [כמבואר במשנ"ב שלד' סק"ב] אך באופן זה אם שכח להזכיר שבת בברהמ"ז [שלא אמר רצה] לא יחזור לברך ברהמ"ז שנית, כדין מי ששוכח להזכיר בסעודה שניה [כמבואר בשו"ע קפח', ו] שכיון שי"א שאין סעודה זו חשובה סעודה שניה, סב"ל.



# משכן הבית היהודי

חלק ט'

מאת הרב אברהם שהרבני שליט"א

ציבור יוצר חיבור

כדי להזדהות נכון צריך לדעת להקשיב. המטרה הראשונית של ההקשבה היא להזדהות עם השני, ולא לתת עצות ופתרונות.

כשהמקשיב, בצורה ספונטנית, מרוכז בעצמו, הוא אף נוטה לייחס את מה שמספרים לו אליו, ועלול לפרש את הנאמר כהתקפה או תלונה. אולם בשיחות אישיות התפקיד של בן הזוג השומע הוא להקשיב ולהזדהות באמת עם המדבר. מובן שאחר כך אפשר לעודד ולעזור בפתרונות, אבל ראשית כול – הזדהות.

על ידי התמדה יומיומית בשיחות אלה נוצר קשר רגשי וחיבור בין בני הזוג.

החלק אי"ה קדוש הקדא..

הרב אברהם שהרבני שליט"א יו"ר מרכז "ביתה" - ליוצרי ותגובות 058-7211235

למדנו בחלקים הקודמים שעיקר בניית הבית מושתת על כח הדיבור, והנה החתן אומר לכלה תחת החופה "הרי את מקודשת לי..."

אם כן, כיצד דיבור יוצר חיבור?

קשר רגשי בין בני הזוג נוצר על ידי זמן קבוע במהלך היום שבו יושבים בני הזוג ללא גורם מפריע ומקשיבים זה לזה, כלומר משתפים במה שעובר עליהם. מטרת השיחה האישית היא להכיר יותר את עולמו של השני ואת מה שעובר עליו. בזמן זה כל אחד מבני הזוג מביא את עצמו ואת העולם שלו, את מה שחווה, את הקשיים שלו או את ההצלחות שלו. האחד מדבר, מספר ומשתף והשני מקשיב ומזדהה.

מאת הרב אבישי ח. שליט"א

## הורים שואלים...

Merkaz Tzmicha  
צמיחה  
כל ילד יכול ללמוד  
Every child can succeed

1. "להציג את המצב": קחו את ילדכם לאותו המקום שהוא ראה את הגנב, נסו לעשות בדיוק מה שהגנב עשה, רק הפעם שזה יהיה בצורה מצחיקה, לדוגמה, לבשו בגד כפפות וכובע גרב ומשכו עם חוט כמה עינים. חזרו על תרגיל זה כמה פעמים עד שהוא יראה זאת כדבר מצחיק. הדבר הזה בדוק ומנוסה כמוריד חרדה.  
2. "שיחה" ידוע הפסוק המוכר "דאגה בלב איש ישחנה" (משלי יב, כה) פסוק זה הוכח היום מדעית כדבר הטוב ביותר להרגעת מתחים וחרדות בקרב אנשים בכלל, ובפרט בקרב ילדים. שבו עם ילדכם במקום שנוח לו, כמו חנות גלידה טעימה, מול שקיעה נעימה, ופשוט תדברו על מה שהוא מרגיש, האם עדיין יש לו לחץ האם מה שהוא ראה עדיין מטריד אותו, פחות תתנו עצות יותר הקשיבו לו, ותראו איך לאט לאט הוא יוצא ממה שהוא עבר.

רציתי לשאול: קוראים לי דוד ע. אני גר בישוב אבני חפץ בשומרון. לפני שבוע נכנס לנו ערבי למושב בשעות הלילה וגנב תרנגולים ועיזים מאחד הבתים לדינו, הבן שלי בן 14 ראה את הכל מהחלון, ומאז הוא לא נרדם בלילה, יש לו כאבי ראש וכאבי בטן. מה ניתן לעשות?  
תשובה: תסמינים גופניים: קוצר נשימה, דופק מואץ, תחושת מחנק, כאבי ראש, כאבי בטן, בחילות והפרעות בשינה.  
תסמינים רגשיים: תחושת מצוקה, פחד, ייאוש, חוסר אונים או דאגה. אם הבן שלך סובל מכל התופעות או מחלקן, סימן שהוא נכנס לחרדה, לרוב הדבר דורש טיפול מקצועי יותר, אבל כדי להתחיל אציג כמה אפשרויות:

הרב אבישי ח. יו"ר מרכז צמיחה לשאלות | הערות - משרד 02-6-30-70-90 | mta665417@gmail.com

### בא להימנע מקריאת המודעות בשבת.

"ואלה יעמדו על הברכה" אשר בזכותם עלון זה יוצא לאור:

#### לרפואה והצלחה:

רות בת סעידה, קרן עיישה בת רוחמה, יוהאן מרדכי בן דניאל מלכה, חיים בן בנייה, שולה חיה בת נדרה, שמואל בן חסיבה וב"ב, סיגל בת מרים, מיטל בת סיגל, אברהם בן שרה, משה חיים בן מרגו.

#### לעילוי נשמת:

יוסף דוד בן סעידה, יפה בת חנה, חסיבה בת שמחה, אורי בן נדרה, פנחס אליהו בן צבי גרשון, חיו - חיים בן מרים, אלגרה - אורלט בת שרה, שלום בן אסתר חיון, אורלט שמחה בת שרה, מתתיהו שמעון בן תמר.

ת.נ.צ.ב.ה.

קונה ספרי קודש ישנים וכן מכתבים מקוריים מגדולי ישראל. תשלום גבוה! 0527674348

**אהוד נתן מור**  
טוען רבני, עורך (LLM), נטריון ומגשר  
גירושין • משמורת ילדים • כותבת • הסכמי ממון • מזונות • חלוקת רכוש • חתימות נטריוניות  
טלפון: 02-999248 / 02-999348  
כתובת: חיים מרינוב 112 ירושלים  
מייל: office@law-mor.com / law-mor.com

**מפגש הפסגה**  
הפסגה 10  
קפה, משקאות, מתוקים, מתנות, לוטו, בלונים ועוד..

**מפגש ברניץ**  
ברזיל 2  
קפה, משקאות, מתוקים, מתנות, לוטו, בלונים, ארטיקים, גלידות ועוד..

העלון מוקדש להצלחה, לזיווג הגון, לזרע בר קיימא, ולהצלחת התורם ובני משפחתו ברוחניות ובגשמיות וכל מיילי דמייטב.

**פיסטוקס**  
רזי הפסגה 37

**צ'אפס**  
בשר • עופות • דגים  
בית וגן הפסגה 10  
02-6439131  
מוקד הזמנות, והזמנות בווצאפ  
050-260-3330

**אליעזרא - אלקטרוניקה**  
פאזאונים, נגנים, מלחמות ועוד...  
רח' הפסגה - 45  
0733134400 053-3188440

**לעילוי נשמת:**  
ר' חיים יעקב בן ר' אלתר אהרון ומלכה ב"ר שלמה. ת.נ.צ.ב.ה.

**נעלי קרן אור**  
פאזאונים (כולל המשפחה)  
רח' הרב שלמה אלקבץ 4  
גבעת שאול.  
058-5777795

**מ.מ. בניה ושיפוץ**  
שיפוץ כלליים

**תפארת**  
רח' קריית משה 11  
טל' למשלוחים: 02-5717813

אלתר סופרת - אלתא 050-9094047 בית וגן 42