

# אברהם אבינו

רחוב יצחק הלוי 80 חולון. נוסד בשנת תרצ"ו. על ידי יוסף אבינו זצ"ל ובניו

י' תשרי תשפג. פרשת: אחרי מות. מפטירין: ואמר סולו סולו. התפילה במקום: ביאת, גילון מס' 867.

הדלקת הנר: י-ם: 18:05. ת"א: 18:03. חיפה: 18:03. באר שבע: 18:05. סיום העום: י-ם: 18:55. ת"א: 18:52. חיפה: 18:53. ב"ש: 18:54.

מוקדש לעילוי נשמת: דודי היקר, מורי רבי ועטרת ראשי, מחבר ספר: פרדס הדת  
הרב משה חי בן רבי יצחק כהן צדק זצוק"ל.

ממנו ינקתי את יסודות האמונה עוד בינקותי, וממנו שאבתי את ההשראה לאהבת ה' וליראת שמים.  
נפ' ערב חג סוכות, יום שלישי בשבת קודש, י"ג תשרי, תשי"ח.

## יום הכיפורים

ביום הכיפורים יאמר את כל התפילות והתחנונים בלב נשבר ובכוונה נכונה, כי ההכנעה היא העיקר לטהר את האדם ושיתקבלו תפילותיו. ולכן, לא ירים קולו בתפילתו בקולי קולות, כל תפילותיו יהיו בשפל קול ובקול בוכים. ישים אל לבו וישמיע לאזניו מה שהוא אומר, בהעמיק בכל מילה ומילה. ויהיה נגד עיניו, גדולת ורוממות מלך רם ונשא, ולעומת זאת, רוב שפלותו ודלותו ועוץ חטאתיו. ירבה להיכנע לבבו ולהתמרמר, בבכי ותחנונים ידבר רש. וחובת כל אדם להיות יראת ה' על פניו תמיד כל היום, ידמה ממש כאילו עומד למשפט לפני מלך רם ונשא, ויחשוב תמיד מחשבות קדושות וטהורות, באופן שיהא עין במר בוכה ולב שמח, הואג ובוטח, ולא יפנה לבו לבטלה לרגע. שלא יעמוד ללמוד כל הלילה, פן תכבד עליו עבודת היום, ויצא שכרו בהפסדו. ואם יוכל, יעמוד קודם אור היום, וירבה בלימודים, וביותר בתפלות ובתחנונים על חפצי שמים. וכל מגמתו וכל חפצו ושאלתו ובקשתו יהיו, שיעזרהו הא-ל על דבר כבוד שמו, לעשות רצונו כרצונו, לעשות נחת רוח לפני כסא כבודו.

יום הכיפורים הוא יום רצון יותר מכל הימים, ושערי רצון הם פתוחים, והתפילה מתקבלת יותר מכל ימות השנה, ולכן לא יפנה לבטלה לרגע. וכאשר יעסוק האדם בתורה ותחנונים ביום הכיפורים שעה אחת, חשוב יותר מיום שלם בשאר הימים. ומאד צריך לעמוד על המשמר ביום הכיפורים שלא להיכשל בשום צד נדנדוד אסור, כי יכבד עונש החוטא בימים האלה ובזמן הזה, כאשר אין פחד אלקים לנגד עיניו.

על יום הכיפורים נאמר: עיצומו של יום מכפר. כלומר, יום הכיפורים עצמו יש בו כוח של כפרה. במשך השנה קורה שהאדם חוטא. הוא מכתים את נשמתו ועריך לנקותה ולתקנה. אבל האמת היא, שהכתמים והפגמים הם חיצוניים בלבד. עמוק בפנים, כל יהודי זך ונקי. בתוך נפשו הוא טהור וקדוש. יצרו הוא שהחטיאו, בניגוד לרצונו. למעשה יהודי בתוך תוכו הוא יהלום בוחק, אשר שום חטא אינו יכול לפגוע בו. ביום הכיפורים מתגלה היהודי האמיתי. כל זה מתנה בדבר אחד: בקיום עום יום הכיפורים. אם חלילה מפריס את העום, חל הכלל: אין קטיגור נעשה סניגור. כלומר: הואיל ועל ידי הפרת העום נעשה יום הכיפורים עצמו גורם מפליל, אין הוא יכול לסגור ולכפר. ואולי משום כך מקפיד רובו הגדול של העם היהודי לשמור את עום יום הכיפורים כהלכתו.

על עבירות שבין אדם לחברו לא די בתפילה. צריך לגשת לנפגע ולבקש את סליחתו. אם נגרם לזולת נזק כספי, יש לפצותו. לעומת זאת, על עבירות שבין אדם לבוראו מועילים החרטה, התפילה והווידוי ועום יום הכיפורים.

## הרב משה חי אהרוני

יום י"ג תשרי, הוא יום פקודת דודי היקר הרב משה חי אהרוני, מראשי קהילת יהודי כרמאנשה, באיראן.

הרב משה חי אהרוני נולד בשנת תרנ"ו (1896) בעיר יוד באיראן. בהיותו בן שלוש, עקרה משפחתו מהעיר יוד ובדרכה בנתיב העלייה לארץ ישראל, עברה להתגורר בעיר כרמאנשה, שקלטתה משפחות יהודיות רבות, שהיו בדרכן לארץ ישראל. ראשית תורתו של הרב, במכתאב חאנה שבכרמאנשה, ולאחר מכן עבר ללמוד בבית ספר אליאנס: כל ישראל חברים, שנוסד בכרמאנשה בשנת תרס"ד (1904). הרב משה חי אהרוני הוסמך לרבנות והיה לאיש אמונו של המנהיג הרוחני של הקהילה היהודית בכרמאנשה באותן שנים, הרב הרופא חכים אגא ג'אן. הרב משה חי אהרוני נשא אישה, ממשפחת אנוסי משהאר, בת שכניו לחצר המשותפת, בה גרו ברובע היהודי בכרמאנשה. בעקבות מקרי מוות בכרמאנשה, הם לקחו תחת חסותם ילדים ובני משפחה, שהיו סמוכים על שולחנם. הוא רכש השכלה רחבה ושלט בשפות רבות ביניהן פרסית, ערבית, אנגלית, צרפתית וגרמנית. הרב הרבה לקרוא בכתבים אקטואליים, והיה מנוי על ירחון התנועה הציונית: העולם, שגיליונותיו נשלחו אליו לכרמאנשה. בשנת תרפ"ה (1925), לאחר ההפיכה הצבאית באיראן, ועלייתו למלוכה של רזא שאה פהלאווי, ניתן ליהודים מעמד של שוויון אזרחי, וענייני הפנים של הקהילה נמסרו לידי ועד הקהילה היהודית ורבניה. הרב משה חי אהרוני היה פעיל וועד הקהילה וניהל את קופתו.

במקביל עמד בראש הפעילות הדתית, ניהל את התפילות בבית הכנסת, ונהג לדרוש בו את דרשותיו ברבים. בשנת תרצ"ד (1934) הוציא לאור, בתמיכת אליאנס: כל ישראל חברים, את סיפרו פרדס הדת, שבו הנהיגות, הלכות, ודרושים לשבתות ומועדי ישראל. באותה שנה, בשנת תרצ"ד (1934), הרב משה חי אהרוני, יחד עם חברי ועד הקהילה, סייעו לפליטים יהודים מסוריה שהגיעו חסרי כל לכרמאנשה, דאגו להזנתם, וסיפקו להם מקומות לינה בבתיהם ובמוסדות ציבור. בשנת תשי"ג (1953), לאחר שילדיו עלו לארץ במסגרת עליית הנוער, הרב משה חי אהרוני עלה לארץ והתיישב בחולון ולאחר מכן עברה המשפחה לתל אביב. באותה תקופה כשגר בחולון, היה רב בית הכנסת אברהם אבינו והנעים את הציבור בתפילותו הנעימה ובדרשותיו המפולפלות. חודשים ספורים לפני פטירתו מונה לחבר במועצה הדתית תל אביב. הרב משה חי אהרוני נפטר בי"ג תשרי תשי"ח (1957), ונטמן בבית העלמין קריית שאול בתל אביב. הרב משה חי אהרוני, היה פוסק והוגה דעות, שהותיר אחריו מורשת תרבותית רבת משמעות ומעוררת השראה. בספרו פרדס הדת, מביא הרב מעט מהשקפתו וגישתו

לנושאים הקשורים ליהודים שבגולה, הוא היה אדם ראוי להערצה רבה. אני אישית רואה בו מודל לחיקוי. הרב משה חי אהרוני היה מורי ורבי, הוא סימל עבורי את הדמות האידיאלית של יהודי מאמין, עם יראת שמים אמיתית, אדם צנוע, עניו, שכל מגמתו הייתה אהבת ה' ואהבת האדם ללא הבדל בין יהודי שומר מצוות, וגם אלה שאינם מקפידים במצוות. המראה של הרב דיבר בעד עצמו, כילד הבנתי שהוא אדם מיוחד. היום אני מבין שנפלה בחלקי זכות גדולה להיות אחד מתלמידיו, זכותי שכבוד הרב הכין אותי לבר המצווה, אבל לצערי לא זכה ונפטר כחודשיים לפני הבר מצווה.

הנה ציטוט מספרו פרדס הדת: אם יטענו עלינו זרים לומר: מה לכם להתפאר ולשמחו? יען גאולתכם לא הייתה נצחית, והנכם היום עוד בגלות! יש לנו תשובה מספיקה ואמיתית להתנצל מטענתם, בזה הלשון: הגאולה לא הייתה רק לגאולת גופנו החומרי, כי אם לגאולת נפשנו הרוחנית. יען בגלות מצרים לא היינו עם תורני, וכמעט היינו מתלמדים מדרכי ונימוסי מצרים, כמו שהיה וראינו אשר בערך רד"ו שנה כבשו ממנו הגוף והרוח. ואם באותו הזמן לא היינו נגאלים, שם ישראל, ורוח הלאומי שלנו היה נפסל ונפסד. לכן עיקר הגאולה וציאת מצרים הייתה לייסוד יסוד הלאומיות בקרבנו, ולקיום רוח היהדות שבנו. והיסוד הזה שנדבר עליו היא התורה, שנתנה לנו בסיני ופרתה את רוחנו, שלא נתערב בעובדי אלילים אשר באיזה ארצות גלותנו עוד הפעם. והראיה, כי בזה הגלות של אלפים שנה, עם כל הרדיפות והשחיטות שעברו עלינו כצאן לטבח יובל, והקרבנות שנעשו בנו עד אין מספר ונמס גופנו עלי אדמות, בלתי כל דורש. למה כולם להבל טרחו? מים רבים של האויבים לא יכלו לכבות את אש אהבתנו הנלהב לתורתנו. ההיפך, בכוח תורתנו נתחזק ביותר, ונשאר חי ובריא וקים במקומו בעזרה הפנימית. (פרדס הדת, חלק ב', שבתות ומועדים, סעיף כ"ב)

### סיפור ליום כיפור

הרב פינקוס הוזמן לחנוכת בית כנסת. בית הכנסת היה קרוואן והוא במנוף. כל המתפללים התגייסו למשימה והחזיקו את המבנה עת המנוף רועה להניחו והם במסירות מכוונים ימינה ושמאלה. המנוף הנחית את הקרוואן בדיוק על הרגליים מבטון שהוכן מבעוד מועד. ההתרגשות בשיאה וכולם שמחים. לאחר שהמנוף הלך, התכבד הרב פינקוס לקבוע מזוזה. הנה אבוי! התברר שארון הקודש בעד השני. הגבאי נרעש, וחצר בית הכנסת הפכה כמרקחה. מה עושים? ילד קטן שנכח במקום צעק: מה הבעיה? בואו נסובב אותו כמו קודם. למרות שאחד המבוגרים הסביר לו שהקרוואן שוקל כמה טונות, הקשה הילד: אבל מקודם עשינו זאת בקלות. ענו לו המתפללים: נכון, אבל קודם היה מנוף, וכל עוד המנוף מחזיק אפשר לסובב, ברגע שהקרוואן הונח, לא ניתן לעשות שום דבר. שמע זאת הרב פינקוס ואמר נמשל: כל עוד יש את יום הכיפורים, אפשר לסובב את השנה. אך ברגע שיוה"כ עבר, אי אפשר לעשות כבר כלום. לכן, כל אחד יתחזק במשהו וינסה לשנות את השנה הבאה לטובה עוד יותר.

### סליחה ויתרונות בריאותיים

מחקרים רבים מצאו קשר ישיר בין סליחה לבין ירידה בלחץ הדם, רמת הכולסטרול וקצב הלב. סליחה קשורה באיכות שינה

משופרת, יש מתאם חזק בין סליחה לבין מערכת חיסונית חזקה. היתרונות אינם מוגבלים רק להיבט הפיזי, כך למשל נמצא קשר חזק בין סליחה לבין ירידה ברמת הדיכאון, החרדה והכעס. אנשים שנוטים לסלוח מרגישים מאושרים ואופטימיים יותר. כאשר אנו נחשפים לנטור טינה, אנו עשויים להרגיש חסרי אונים, לסכן מערכות יחסים קיימות או עתידיות, לפגוע בבריאות שלנו ולהאמין שהחיים חסרי משמעות. אנו הופכים שבויים של הטינה ומאפשרים לחוויות הקשות לנהל את חיינו. מוכנים כל רגע להתפרץ. ובכל זאת, אף אחד לא אמר שסליחה זה קל. למעשה, מדובר בתהליך קשה, אך לא משנה כמה מאמץ נדרש, הוא משתלם. סליחה היא ההחלטה לשחרר את הטינה ואת המחשבות על נקמה, ואולי אפילו להגיע למקום של הבנה וחמלה. זה לא בהכרח ליישב את המחלוקת או לשכוח אותה, אלא הדגש הוא להתייבב מול הפצע, עם הנכונות לרפא אותו. לשאלה האם הפצע אכן יגליד, האם הוא ישאיר עלקת או לא יכאב יותר, אין משקל בסוגיה. הדגש הוא על הנכונות לרפא, זוהי סליחה. חשוב לזכור מה פגע בכך, כדי למנוע מדבר דומה לקרות בעתיד. מחילה לא מצדיקה את המעשה, היא מסייעת להשיג תחושה של שלוה. כדי לסלוח, עלינו להבין למה נפגענו ויותר מזה, למה האדם האחר פגע בנו. גם אם לא נבין או לא נסכים עם ההסבר, עלינו לשמוע אותו. האם זה היה קצר בתקשורת? האם זה נבע מכעס? האם בתום לב? לפני שתוכלו לסלוח, עליכם להרגיש בטוחים שהדברים לא יחזרו על עצמם שנית. זה אומר לקבוע כללים חדשים, להציב גבולות, לתפוס מרחק, להבהיר תנאים בצורה חד משמעית, לעמוד על שלכם. כל דבר שיחזק את ההנחה כי זה לא יקרה שנית. מדובר בקבלת החלטה מודעת, לא לשמור טינה. אם אתם במערכת יחסים, זה אומר לא להציף את המחלוקת או המריבה מחדש. ברגע שבחרתם לסלוח, עליכם להניח למקרה, לשכוח. זכרו, כי על ידי שחרור, אתם מוותרים על תפקידכם כקורבן הנסיבות וחוזרים להיות שווים שוב. זו הבטחה להפסיק לגבור בדברים שקרו ולהתקדם הלאה.

### עֲבֹדוּ אֶת ה' בְּשִׂמְחָה

חשבתי לכתוב ברכה מקורית, אבל אין לי ראש, השנה.

### זמני התפילות

06:30	תפילת שחרית של יום כיפור
15:15	תפילת מנחה של יום כיפור
17:35	זמן תפילת נעילה
18:52	זמן תקיעת שופר בסיום תפילת נעילה
07:00	תפילת שחרית בימי חול (הודו)
18:00	תפילת מנחה בימי חול

לאחר תפילת מנחה, דברי תורה מפני: יצחק שלום כהן

### נר ה' נשמת אדם

יהי רצון שזכות דברי התורה בעלון יהיו לעילוי נשמת דודי, משה בביוף בן יצחק ז"ל

הנהלת בית הכנסת "אברהם אבינו"

מאחלת לכל ציבור המתפללים ולכל בית ישראל,

### גמר חתימה טובה

לקט וערך עבד ה' יצחק שלום כהן

דוא"ל: Yitzechak.shalom.cohen@gmail.com