

במועם שיחה



בנועם שיח
מרכז ייעוץ והכוונה

להרשמה לקבלת העלון במייל
bs0583201525@gmail.com
0556774358 - לתרומות והנצחות

פרשת תרומה

עלון מספר: 21

ויהי נועם

"מאת אשר כל איש ידבנו לבו תקחו תרומתי".

עיקר התרומה לבית המקדש, צריך להיות בנדבת הלב.

בימי האריז"ל גרו בצפת זוג עמי-ארץ גמורים. הבעל שמע דרשה מרב בית הכנסת, שבזמן שבת המקדש היה קיים - הכינו לכבוד ה' את 'לחם הפנים', שהשפיע פרנסה וברכה לעולם. כיום, הפטיור הרב, כמה חבל שאין לחם כזה...

היהודי הבין דברים כפשוטם - והתרגש! הוא הציע לאשתו שיכינו הם לחמים לכבוד ה', לאחר שנים כה רבות שאין מי שיכין... טרחו והכינו בביתם

חלות יפהפיות וטעימות. ביום שישי בא והטמין אותן בארון הקודש, תוך שהוא לוחש תפילה חמה לה'. הוא שב לביתו בהתרגשות עצומה על זכייתם הגדולה. כעבור שעה קלה, גילה שמש בית הכנסת את החלות בארון, והבין שתרמו

עבורו 'מתן בסתר'... לקחם לביתו ונהנה מהחלות המיוחדות שנאפו במיוחד עבורו.

בך המשיך הנוהל מידי שבוע. לאחר כמה שבועות ננח הרב במקום, כשהבעל מטמין את חלותיו, שאל הרב מה זה? וגער בו: "וכי חושב אתה שה' אוכל ושותה? לחם הפנים היה פעם, היום אין מקדש! בוודאי השמש הוא שלוקח את החלות מדי שבוע!..." הבעל שב לביתו אבל וחפוי ראש, במקום מצווה - חטא!

תוך כדי כך, ראה האריז"ל ברוח קדשו את הדברים, ושלא לומר לרב "צו לביתך כי מת אתה ולא תחיה!". הרב לא הבין מה פשעו. הסביר האריז"ל, כי מיום שחרב בית המקדש לא היתה לפני הקב"ה נחת רוח כמו ממנחתם של הזקנים הללו, שבטוחים היו שהשם מקבל את לחמיהם! היות ומנעת מהם את המשך המצווה, נגזרה עליך גזירה זו, שאכן ארעה....

לע"נ

מרת מרים

בת יוסף אייזיק ע"ה.

נתרם ע"י אחד מנכדיה.



קוביה זו יכולה להיות שלך!

זכיות רבות ייקפו לזכותך!

אפשרי לזכות: להצלחה /

לע"נ / לרגל שמחה

פנו עוד היום - 0556774358



מתכון לבייגלה

הרבי רבי מאיר יחיאל הלוי מאוסטרובצה. נולד להורים פשוטי עם. אביו של הרבי היה מוכר כעכים פשוט. והרבי הגיע למעמדו עקב התמדתו וצדיקותו.

פעם השתתף יחד עם רבנים גדולים באסיפה ציבורית חשובה. כל אחד הזכיר דבר תורה, מאבותיו מדור דור. כשהגיע תורו של הרבי מאוסטרובצה, אמר: "אבי ז"ל לימד אותי כלל חשוב בחיים, אין דינם של מיני מאפה טריים שזה מקרוב נאפו כהרי שינם של מיני מאפה שכבר אבד עליהם הכלח". ומיד החל לומר דברי תורה משל עצמו...

לימים אחד מצאצי הרבי רבי מאיר יחיאל הלוי מאוסטרובצה, עם צאצא לבית רוז'ין. זו הייתה חתונה מדוברת מאוד. חתונה בבית הרבי, הוא דבר נעלה ומרומם שכל אחד מכלל החסידים מגיע להשתתף. ובשיאה של השמחה, נשא דברים הרבי לבית רוז'ין דברי תורה. בהם שילב אמרות טהורות מאבותיו הקדושים, והדרכות לבניין בית יהודי ע"פ התורה.

כאשר סיים את דבריו. פנה הרבי הרוז'ינאי לרבי מאוסטרובצה וכיבד אותו שישא אף הוא מדיברות קדשו. דא עקא, כזכור, אביו לא היה תלמיד חכם ולא רבי, אלא יהודי פשוט שהיה חדור באמונת ה' תמימה. אך לא היה לבנו, מה לצוטט בשמו. הרבי הפתיע את הציבור. וביקש דווקא לצטט את אביו היהודי הפשוט. "מאבי קיבלתי הדרכה מפורטת כיצד יש להכין בייגל'ך טובים" פתח הרבי, על אף עיני ההמון המשתוממים, והמשיך: **"את המתכון אני רוצה לשתף אתכם במתכון, קחו את המתכון לביתכם החדש. כדי להכין בייגלך משובחים, צריך קודם לדאוג שהתנור יהיה אטום לחלוטין. ולוודא שהרוח לא תוכל להיכנס כלל, אפילו לא מחור קטנטן".**

הציבור משתומם אך הרבי ממשיך במתכון: "זו ההתחלה, אך לא די בכך לאחר שהתנור אטום לגמרי, יש לוודא שהאש חזקה מאוד ובווערת במלוא עוזה. כדי שהתנור יהיה מוצלח צריך לשים לב שהאש בווערת, לווהטת וחמה. רק אם שילוב מנצח זה, של **איטום מוחלט וחום פנימי בווער, הוא הסוד של הכעכים המוצלחים".**

"אני למדתי מהדרכה הזו רבות לעבודת ה'. למדתי שבשביל להצליח בחינוך ילדיי מוטל עלינו לדאוג לשני דברים אלו. ראשית, עלינו להקדיש זמן ומחשבה איך אוטמים את הבית מפני רוחות חיצוניות וזרות. מפני השקפות פסולות.

יחד עם זאת. בשביל שהבית יהיה בית שמגדל תורה ויר"ש עלינו לדאוג למלא את הבית בחום פנימי, כדי שיהיה בית שמגדל תורה ויראת שמים, צריך שיהיה חום פנימי בחום של עבדות ה', אש בווערת של אהבת תורה והמצוות. אם נצליח לאטום את הבית ולמנוע השפעה חיצונית, ויחד עם את נוסף אש של חמימות תורה ויראת שמים. נוכל להבעיר אש של קדושה ושמחה בתורת ה' ובמצוותיו. וזוהי הדרך לגדל את ילדינו לתפארת כדרך המסורה".

"ועשו לי מקדש ושכנתי בתוכם". מדוע לא כתוב **"בתוכו"**? מכאן דרשו חכמים, שהכוונה היא - "בתוך כל אחד ואחד מישראל". כלומר, על-ידי הקמת המשכן שוכן ומתגלה הקב"ה **בתוך כל יהודי.**

איך נעשה את זה? איך נשמור ונדאג שיהיה מקדש בתוכנו? אנחנו צריכים להכין מקום למשכן! הדרך היא למלאות את החמימות בבית, כאשר ההורים מקדישים זמן להבין את אשר מוטל לפנינו. את דרכי וערכי התורה והמצוות. ולומדים איך להחדיר ערכים בבית.

מי שמתחבר ונהיה מלא בתוכו הוא גם יכול ליצוק אה"כ תוכן. ואכן להוות בית שהוא מקום השראת השכינה.

* * *

כהורים, אנחנו קונים אוכל לילדים שלנו. מלבישים, מקלחים, מזיעים ורצים בשבילם. שולחים ללימודים ומעשירים אותם בחוגים נוספים.

אבל לא נשכח - אנחנו מעוניינים לתת להם "חיי עולם". מתפללים יום יום "ונהיה אנחנו וצאצאינו..."

"למען לא ניגע לריק, ולא נלד לבהלה!!"

ואנחנו צריכים להחדיר להם ערכים! לדאוג שיתחברו תורה ומצוותיה.

שישירו את שירת החיים של ה'. שננעים להם את השירה האמתית ושלא ילכו לרעות בשירים זרים.

הקניית ערכים, הוא נושא חשוב בכל בית. ובבית יהודי על אחת כמה וכמה.

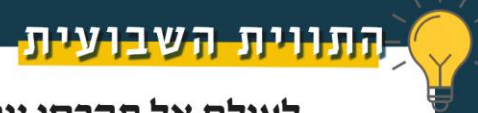
מה הערכים שאתם רוצים להקנות? מה הערכים שאתם מאמינים בהם, ורוצים לדאוג שהלאה זה יישמר לעד? זה הזמן לשדרג את האיכות של הבית שלכם.

אנו במרכז "בנועם שיח". הוצאנו קורס "הקניית ערכים" קורס דיגיטלי, במחיר שאסור לפרסם, מחיר השקה!

תיכף המחיר ייעלה!

פנו עוד היום לכתובת המייל של המרכז: bs0583201525@gmail.com

רוב נחת! | להזמנת הרצאות וייעוץ: 0583201525 | להערות / הארות ושאלות: n3201525@gmail.com



לעולם אל תהרסו יום טוב, במחשבות על מה שקרה אמש.

מתוך השיחה השבועית של הרב חנניה מנסי שליט"א, בימי א' במושב תרום. פרשתנו היא נקודת מפנה ביחסים בין ישראל לה'.

עד כה בני ישראל היו בגדר מקבלים. כמעט כל מה שחוו היה ממה שחנן אותם ה'. הוא גאל אותם ממצרים, שחרר אותם מעבדות, זקף את קומתם אל מול המעבידים הנוראים שהיו להם, הוביל אותם במדבר ופילס להם שביל בים. כשרעבו, נתן להם אוכל. כשצמאו, נתן להם מים. חוץ מהמלחמה עם עמלק, הם לא עשו כמעט כלום בעצמם.

במבט ראשון, מבט פשוט, זהו מצב נהדר! אך אנחנו מוצאים את בני ישראל, מלאי תלונות. למקראן אנו מרגישים שהם היו אנשים כפויי טובה, נרגנים וקצרי רוח. מה שקיבלו – מתלונות. הם מתלוננים אל משה, משה פונה לה', והוא עושה נס. מנקודת מבטם, אם כן, תלונות מניבות תוצאות. וככה הם 'הולכים בחיבוק ידיים' לא פועלים, ומצבם מתרועע. הנה עתה נתן להם ה' דבר חדש ושונה. לא את צורכי הגוף הוא בא למלא, אלא את צורכי הנפש, המצפון והרוח. האל נתן להם את ההזדמנות לתת לבנות את המשכן.

אומר הגר"י זקס זה הרעיון הגלום אף בהלכות צדקה: "ואפילו עני המתפרנס מן הצדקה, חייב ליתן צדקה לאחר" איפה ההיגיון כאן, ישאל השואל. למה צריך אדם המקבל צדקה לתת צדקה בעצמו? האם הרעיון בצדקה איננו שמי שיש לו יותר מכפי צורכו ייתן למי שיש לו פחות מכפי צורכו? אך האמת היא שהצדקה מכוונת לא רק לצרכיו החומריים של האדם, אלא גם למצבם הנפשי והרוחני. ההזדקקות לצדקה נחוות כמשפילה. חכמינו ידעו זאת. בברכת המזון, למשל, הם תיקנו כי נבקש "ונא אל תצרכנו, ה' א', לא לידי מתנת בשר ודם ולא לידי הלוואתם, כי אם לידך המלאה, הפתוחה, הקדושה והרחבה – שלא נבוש ולא ניכלם לעולם ועד".

אדם הנזקק לצדקה הוא בעל צרכים חומריים, ועל הציבור לעזור לו למלאם. אבל יש לו גם צרכים נפשיים. ועל כן קובעת ההלכה כי גם הוא חייב לתת צדקה לאחרים. הנתינה מאצילה על האדם כבוד, ויש להבטיח שכבוד זה יינתן לכל אדם. השי"ת רוצה שלא רק נקבל, אלא גם ניתן. והוא רוצה לשכון בבית שבנינו לו – פשוט וקטן ככל שיהיה.

המילה "תרומה" רומזת לכך. תרומה איננה סתם נדבה ומתן. היא נגזרת מהשורש רו"מ: להרים, לרומם. יש פרדוקס בנתינת התרומה. אנחנו מרימים דבר-מה כדי לתיתו לזולת – אבל בזאת אנו מרימים את עצמנו. אני מאמין שהמרומם אותנו בחיים אינו מה שאנו מקבלים אלא מה שאנו נותנים. ככל שאנו נותנים יותר מעצמנו, אנו נעשים גדולים יותר.

ובבית הפרטי שלנו, אנחנו ההורים, אלו שמעניקים ודואגים לילדינו לכל מחסורם מקטנותם. ביגוד, אכיל, למידה וכו' וכו'.

אך מטבע האדם שהוא גם רוצה להעניק. ניתן להם הזדמנויות. לתת לאח, לפנק את האחות. וגם לנו, אם הם כותבים לנו מכתב, נחמיא להם עם כל הלב. אם הם קונים לנו מהכל בשקל, נידע לייקר את מחשבה. מומלץ אף לדאוג שהם יעשו זאת לב"ז, וכך גם נרוויח יותר שלום בית.

ניתן להם אף להחמיא. כך הם גם מעניקים, וגם לומדים מיומנויות חברתיות שבונות אותם.

כבר חייכת היום?



*משנכנס אדר מרבין בשמחה. אני מקפיד להכניס את אדר 10 דקות קודם.
*השנה ניתן להשיג לפורים גם "אוזני ושת"י". זה אותו מתכון כמו "אוזני המן", רק בתוספת קרן.

שאל את המומחים



מדפס יבב, צל פולון ופלו"ת פאי.מז.
במקום כזאת לבידיעות רודסות אומנו,
וכל ספר אני נכנס אלתי אחי,
רציתי לאלול איך מתמודדים עם אלת ומת
בצורה נכונה?
במדפס מיאל די.ק. נס ציונה.

מומלץ לא לקרוא את כל החדשות. מספיק לדעת מלמעלה מה קורה ודי בזה. עומס הידיעות מכביד על הנפש ויש להימנע מכך.

במקרה של לחץ, יש לנרמל את המצב ולהבין ראשית שזהו מצב נורמלי. כל אדם ששומע או חושש ממצייאות מסכנת חיים, נכנס ללחץ, וזה נורמלי ואף רצוי. למה רצוי? כי אז הוא נזהר על נפשו ויודע להתרחק ממקום סכנה.

לאחר שעשינו מה שביכולתנו כדי להיזהר מהסכנת נות, מה שצריכים הוא ללמוד שער הבטחון בספר 'חובות הלבבות',

ומטרת הלמוד יהיה מה שכותב בעל ה'חובות הלבבות'

"מנוחת נפש הבוטח". כשאדם יודע שכל מה שיהיה, זה הכל טוב ולטובה מאת ה', והוא יודע שככל שהוא שם מבטחו בה' כך הקב"ה יעזור לו, אזי הוא נכנס לרוגע.

במקביל יש לבצע פעילות גופנית של כחצי שעה, לפחות 4 פעמים בשבוע, כגון ריצה קלה או רכיבה על אופניים או אופני כושר, שלפי מחקרים זה מסייע מאוד בהעלאת מצב הרוח.

כמו כן יש להקפיד על מזון מזין ומבריא, ולהקפיד על מזונות עתירים בסידן ומגנזיום וכן ויטמין 12B, ובכלל להתרחק מחומרים וממאכלי ג'אנק פוד.

ניתן לבצע תרגיל נשימות הרפיה: 5 שניות נשימה, 5 שניות החזקת האוויר בריאות 5 שניות נשיפה (שחרור האוויר). כך 10 פעמים.

כמו כן, ובמקרים יותר מלחיצים, ניתן להיעזר ב'מודל מעשה' עליו הרחבתי בבלוג שלי, עליו ממליצים היום גורמי רפואת הנפש ומשרד הבריאות.

במקרים קשים יותר יש לפנות למטפל רגשי או אפילו לפסיכולוג קליני, תורני. הרבה בריאות!

על הכותב:

הרב אשר מורסקי, מחבר ספרים, מטפל רגשי מבוקש, וכותב הבלוג המונומנטלי "רשימות תורניות" על נפש, נשמה ומה שביניהם, בכתובת: soulology.co.il

במסגרת 'שאל את המומחים' הנך יכול לשלוח שאלה למייל bs0583201525@gmail.com ונעביר את השאלה לאחד מהיועצים שבמרכז. ובע"ה נפרסמה.

לזכות להרחיב את ההדפסה באזור מגורכם להצלחה / לע"נ וכו' פנו עוד היום למזכירות הארגון: 0556774358 או למייל: bs0583201525@gmail.com

מהדורת הדפוס מודפסת בכמות מוגבלת, ברחבי הארץ. ניתן לקבל את הגיליון ללא תמורה בשליחת דוא"ל לכתובת: bs0583201525@gmail.com כמו"כ העלון נמצא באתרים: דרוש. לדעת.



הדפיסו
וקחו הביתה לשבת קודש