

ערוץ 2000

מאיריך את השבת



”השיב את חַמַּתִּי מֵעַל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל”

אין לטעון בשעת התפילה - העלון טעון נגינה

זמני השבת

ערים	כניסה	יציאה	ר"ת
ירושלים	19:04	20:20	20:57
תל אביב	19:21	20:22	20:54
חיפה	19:12	20:23	20:57
באר שבע	19:21	20:21	20:55



עמ' 9

מגיש בכיר יהונתן דדון
ריאיון עם הרב גרוסמן: "מעולם לא פגשתי חילוני"



עמ' 8

הרב דניאל אוחיין
הרב שהמתין בתור לפסיכיאטר



עמ' 6

הד"ר גיל יוסף שחר
למה כדאי לכם להמשיך להתעמל?



עמ' 3

מרן הראשון לציון הרב יצחק יוסף
האם מותר להכין טחינה בשבת?



עמ' 2

דברים שחייבים לדעת פרשת השבוע
כמה נסים נעשו לפנחס?

העלון מוקדש לעני' חנה בת סוליקה, דורין בת זיה | להצלחת בריינה בת יהודית, בצלאל חיים בן רבקה | לרפואה שלמה אוריאל דניאל בן שירה
בואו והקדישו עלונים למען זיכוי הרבים עבור היקר לכם - חיינו *2610* שלוחה 3

ההערות ולקבלת העלון במייל, שלחו את המילה 'עלון' לכתובת ALON@TV2000.CO.IL

הזמנים הינם על פי לוח ערוץ 2000

החימד הנוסף

המקובל הרב יוסף ביטון

מחשבה יוצרת מציאות - איך כוח המחשבה משפיע?

« זמן קריאה דק 2 »

בפרק זה אנו רוצים ללמוד ולעסוק במימד החשוב ביותר באדם: המחשבה. למעשה, היא המשפיעה על כל המציאות, הכללית והפרטית, לטוב ולרע. נלמד כיצד להשתמש עם המוח, שהוא הכלי הנפלא ביותר בבריאה כולה. עם שימוש נכון בו, בחשיבה מבוקרת וחיובית, נוכל להגיע לתוצאות מוחשיות, אשר יביאו את השינוי האמיתי לחיינו ולפנימיותנו.



רבותינו הקדושים אמרו: "דעת קנית מה חסרת, דעת חסרת, מה קנית". כאן כבר רמזו לנו שעיקר שלמות האדם תלויה בדעת. זאת אומרת, אם האדם יצליח להגיע לדעת שלמה ונכונה - לא יחסר לו דבר בעולם. מאידך, אם תחסר לו הדעת, אזי גם אם יהיו לו כל קנייני העולם, לא יגיע לסיפוק, לרגיעה ולשמחה פנימית ושלמה.

נתחיל: המחשבה משולה בפי המקובלים לזרע שנזרע באדמה וברבות הזמן מצמיח ונותן את פירותיו, כמו שנאמר: "סוף מעשה במחשבה תחילה". כלומר, כל תוצאה שאנו רואים במציאות, קדמה לה מחשבה. האדם בכוח מחשבתו פועל על המציאות כולה, הוא יכול למשוך אליו ועליו דברים. הוא משפיע על רגשותיו והרגשותיו.

החשיבה היא המראה שלנו אל העולם. וכפי שאנו רואים את העולם ואת המציאות, כך העולם מתייחס אלינו. המציאות סביבנו היא השתקפות ישירה של צורת החשיבה שלנו. לכן, כל מחשבה שלנו מובילה אותנו לצמיחה או להיפך ח"ו, כמאמר הידוע של הרבי מליובאוויטש - "תחשוב טוב יהיה טוב".

שנים רבות הורגלנו בחשיבה שלילית, אנו מוקפים מכל עבר בתקשורת ובמסרים שליליים, חשופים לאנשים, לדיבורים ולמחשבות העוסקים תמיד בפן השלילי של המציאות. עם ישראל רווי רדיפות מבית ומחוץ, פיגועים, מלחמות וכו', נקלענו למצב שבו רוב החשיבה שלנו עוסקת בתחום השלילי.

לצערנו, מוחנו הורגל לנטות דווקא אל התחום השלילי. על כן, עלינו לדעת שכאשר נתחיל בפועל אימונים בחשיבה חיובית, הרי תיווצר התנגדות טבעית של המוח, שהורגל במשך שנים רבות לצורת חשיבה שלילית. לכן אל לנו להיבהל מהמאבק ההתחלתי, כי זהו כורח המציאות. כשם שהמוח הורגל בחשיבה שלילית, כך באימון ובעבודה עצמית - נרגיל אותו בחשיבה חיובית. עלינו להתאזר בסבלנות, כמאמר החכם: "סבלנות נמשלה לאילן, ששורשיו מרים, אך פירותיו מתוקים".

לשיעורים הקבועים במוצאי שבת וביום שני בשעה 21:00, חפשו ערוץ 2000, ליינעו וברכה מהרב חיינו 2610* שלוחה 4



כמה נסים נעשו לפנחס?

שנסתם פיהם של זמרי בן סלוא והמדינית ולא צעקו לעזרה. שאילו היו צועקים - היו ניצלים.

שהצליח לכוון את הרומח במדויק.

שעמד הרומח - ולא יצא.

כשהוביל אותם החוצה על החרב, המשקוף גבה מעצמו.

נשא אותם בכל מחנה ישראל - ולא התעייף.

הרימם בזרוע ימינו - ואף אדם לא יכול היה להזיקו.

ידיה הרומח התחזקה ולא נשברה - למרות המשא הכבד.

להב החרב התארן.

מלאך דאג לכך שכל בית ישראל יראו את חרפתם.

כל זמן שנשא אותם על החרב היו בחיים - כדי שפנחס הכהן לא ייטמא בטומאת מת.

שנקרש דמם - ולא נפל.



הרב ליאור גלזר שליט"א ראש מוסדות פתח הדביר מעיין בעלון

יש לכם תמונה מאנימית של האלון? שתף אותנו! שלחו לנו לתיבת הברכה

ערוץ 2000

מו"ל: ערוץ 2000 להפצת ידויות
 עורך: י. נפתלי
 ביקורת: דניאל טל
 עיצוב: מחלקת גרפיקה
 צילום: צלם המערכת | Shutterstock
 א.ש.א. | אור החיים | פוטו ציון
 ALON@TV2000.CO.IL
 © כל הזכויות שמורות
 *2610 שלוחה 3
 058-450-2000

חזון יצחק

מרן הראשון לציון
הגאון הרב יצחק יוסף

האם מותר להכין טחינה או סלט ביצים בשבת?

זמן קריאה: 1.5 דק

לכבוד היקר והנעלה שלום רב,
בדבר שאלתך, האם מותר בשבת

לרסק ולערב ביצים עם מיוז לעיסה אחת?

כבר לפני כ-30 שנה כתבנו בספרנו "לוקוט יוסף - שבת" שמותר לעשות [סלט] מיוז בשבת. דהיינו, שמערבים ביצים, שמן, חרדל, סוכר ומלח - אם עושים כן על דעת לאכול לאלתר באותה סעודה. ואין לחוש ל[מלאכת] לישה, באופן שנהר שלא לטרוף ולערבם בכוח.



ובהערה הבאנו דאגן בדידן נקטינן [אגן] תופסים בדעת ה[סתם] מרן שמתיר אף בליה עבה, כל שנילוש מערב שבת. וכמו שכתב בשו"ת "איש מצליח", וכמבואר בספר "לוית חן". שם דחה מה שכתב בשו"ת "ישכיל עבדי" להחמיר בזה על פי דברי ה"בן איש חי" שאסור ליתן אגוזים שחוקים לתוך דבש בשבת, כי צריך להזהר שלא יעשה אותם בליה עבה. וכתב על זה [בספר "לווית חן"]: במחילת כבוד תורתו, לא דק (דייק) בזה. כי מה עניין עירוב שמן, ביצים וקצת חרדל - שהם בליה רכה - לדין אגוזים שחוקים לחרוסת או לדבש שעושים [אותם] בליה עבה. ומכל שכן, שהעיקר לדידן [לעניין] הכנת סלט מיוז בשבת] שגם בליה עבה מותר, וכל שעושה

אלם העיקר לדינא להקל. ואחר שנים יצא "חזון עובדיה" על [הלכות] שבת, וברוך ה' שזכינו לכוין לדעתו, וגם כתב כדברינו להקל בדבר.

לשיעור הקבוע במוציא שבת קודש, חפשו ערוץ 2000

לשיעור הקבוע במוציא שבת קודש, חפשו ערוץ 2000



לשיעור הקבוע במוציא שבת קודש, חפשו ערוץ 2000

כן לצורך הסעודה - אין בזה משום לישה וגבול. וכן פסק הגאון רבי שלמה זלמן אויערבך. וכן עיקר. והאם מותר להכין טחינה בשבת, מבואר ב"לוקוט יוסף - שבת" [לגבין] טחינת שומשומין שכבר הכינוה מערב שבת ונעשית בליה רכה, ורוצים להוסיף בה מים בשבת כדי לדללה יותר, מותר להוסיף לה מים ולבחוש. ויש אומרים, שאף מותר להכין טחינה בשבת על ידי הוספת מים, לימון ומלח על גבי טחינה גולמית, ונעשית בליה עבה. ואף על פי שדרך העולם להוסיף לה בתחילה מעט מים ולערבב ואז היא נעשית קשה כמו עיסה, מכל מקום כיון שאין עושים כן כדי שתהיה טעימה יותר אלא כדי להקל עליהם את הכנתה, וגם לבסוף מוסיפים לה מים וחוזרת להיות רכה - אין לחוש לאיסור לש. ובלבד שיהיה סמוך לסעודה. ויש מחמירים, שמאחר שבשלב הלישה נעשית כמו עיסה קשה, יש לחוש לאיסור ש"נראה כלש".

מה הכשר?

מיהן שתי נכדותיו של יעקב שמוזכרות בפרשה?

יודעים את התשובה?
לחצו לנו לחייט של הגאון

פתרון החידה מושבע שיעבר:
אחוננו של בלעם ראה את מלאך ה'

נקודת האור

הרב עידו סממה - מרצה בכיר
בערוץ 2000

מדוע סירב האר"י הקדוש לאליהו הנביא?

שלא לצער את המתים על אחת כמה וכמה עלינו להיזהר בכבודם של החיים סביבנו, הרגישים לכל מילה ומעשה שלנו.

מהברית הראשונה ועד לגאולה העתידה, התורה מלמדת אותנו שיעור ברגישות אנושית. גם ברגעים הגדולים ביותר - ברית מילה, ביאת המשיח - אנו נדרשים לשים לב לצער הקטן ביותר של הזולת.

בעולם שלנו, מלא באתגרים ומורכבויות, הבה נזכור תמיד: אין שמחה אמיתית, אין גאולה שלמה, אם היא באה על חשבון צער של אחר. כל מעשה טוב, כל צעד לקראת תיקון עולם, חייב להיעשות מתוך התחשבות עמוקה ברגשותיו של כל אדם.



זוהי תזכורת עוצמתית לערך העליון שהתורה מייחסת לרגשותיו של כל אדם, אפילו הקטן ביותר. מסופר על האר"י הקדוש, שזכה לפגוש את אליהו הנביא ברחובות צפת.

אליהו הזמין אותו להצטרף אליו כדי לבשר על הגאולה - הרגע לו מחכה עם ישראל דורות! האר"י הסכים, אך ביקש להודיע קודם לאשתו שהוא ייעדר בשעות הקרובות. כשחזר, אליהו כבר נעלם, והשעה הוחמצה.

לתלמידיו המופתעים הסביר האר"י: "משיח צדקנו לא יכול לבוא על חשבון צער של השני. אם הייתי הולך מבלי להודיע, אשתי הייתה דואגת לי. וכל גאולת ישראל לא שווה צער של יהודי אחד!" הסבא מסלבודקה הרחיב אף יותר: אדם ההולך בתוך ארבע אמות של קבר צריך להצניע את ציציותיו. מדוע? כי המת כבר אינו יכול לקיים מצוות, ובגילוי הציצית יש משום "לעג לרש". אם כך אנו נזהרים

לשיעור הקבוע ביום שלישי בשעה 21:00, חפשו ערוץ 2000. ניתן להזמין את הרב לחוג בית ללא עלות וללא התרמה - חייגו *2610* שולחו 2

פרשת יתרו

168 פסוקים בפרשה!

הפגרת השבוע: דברי ירמיהו

8 הפרשה ה-8 של החומש ה-4, במדבר

הנשאים המרכזיים בה: חתונה, שוכרו של פינחס, הציזי האלוקי, הליחם במדין, מפקד וחלוקת הנחלות, תלונת בנות צלופחד, מינוי יהושע בן נון כיו"ר, פרשת הקורבנות

זמן קריאה: 1.5 דק

אמרו חז"ל: "גדולה ברית המילה שאלמלא היא לא ברא הקב"ה את עולמו, שנאמר '... אם לא בריתי יומם ולילה חוקות שמיים וארץ לא שמתיו'."

לאור זאת, היינו מצפים שיום הברית יהיה רגע של חגיגה של ברית בין אדם לבוראו. אך ההלכה מפתיעה אותנו: אין מברכים "שהשמחה במעונו" בסעודת ברית מילה. הסיבה? צערו של התינוק הרך.

תארו לעצמכם: כל מלאכי מרום שמחים באותה שעה נשגבה, אבל צערו של תינוק בן שמונה ימים מונע מאיתנו לברך על השמחה במעונו של הקב"ה!

"להתחיל את השבוע עם מטען רוחני לנשמה"

להאזנה חייגו: 03-378-2000

השיעור השבועי הוותיק בעולם - כ-40 שנה ברציפות

השיעור השבועי בכל מוצאי שבת

מפי מרן הראשון לציון הרב יצחק יוסף שליט"א



אל תוך הפרשה



הרב יהונתן ענבה - מפקח רוחני ומרצה בכיר בערוץ 2000

הגנה מבורא עולם - מגיעים ההפסד והצרה. לפני המון שנים הגיע לבית הדין בתל אביב זוג האישה העלתה בפני הדיינים את החשד שבעלה לא הולך בדרך התורה ולכן ברצונה להתגרש. היא הציגה בפני הרכב בית הדין עדויות וראיות שתומכות בגרסתה, וכך החל תהליך הגירושין של השניים. במשך כל הדרך בית הדין גיבה את אותה אישה. בסופו של דבר, באמת האישה התבררה כצודקת בדין. בעלה הסכים בלב כבד לכל בקשותיה, ונתן לה גט.

בסיום התהליך הארוך והמתיש, ביקשה האישה להודות להרכב הדיינים על עמידתם האיתנה לצידה ועל ההליך הישר לביורור האמת, בלי קיצורי דרך ובלי ניסיונות לייפות את האמת. רגע לפני שיצאה מחדר בית הדין, ביקשה האישה ללחוץ את ידו של הדיין היושב בראש ההרכב ולהודות לו. הרב, נבוך, הבהיר לה בנימוס כי הדבר אסור ולכן יאלץ להשיב את ידה ריקה. אבל הוא הסכים בחפץ לב לברך את האישה. האישה הייתה בהלם: "כבוד הרב, אל תניד לי שאדם כמוך, חכם ואינטליגנטי, מאמין במנהגים מיושנים ופרימיטיביים כל כך?!" הרב, עם חיוך קל על פניו, השיב לה: "בהחלט ייתכן גבירתי שאני מעט 'פרימיטיבי'. אבל גם את יודעת היטב שכדאי להיות 'פרימיטיבי' כמוני..."

לשיעור הקבוע ביום רביעי בשעה 21:00, חפשו ערוץ 2000. ניתן להזמין את הרב לחוג בית ללא עלות וללא התרמה - חייגו *2610 שלוחה 2



הרב שהכריז: "אני פרימיטיבי"

חשבון נפש הוא הדבר הכי טבעי, הכי מתבקש והכי נכון. אנחנו חייבים להתאמץ ולנסות להבין מדוע הקב"ה, שכידוע הוא אל רחום וחנון, הסתיר את פניו מאיתנו? מה גרם להיעדר האור האלוקי שבגללו הגיע החושך על עם ישראל? בתום ועדת חקירה מקיפה, שכללה עדויות מעצתו של בלעם הרשע שגילה כי "אלוקיהם של אלה שונא זימה", ואיסוף עדויות מהשטח על מעשיו של זמרי בן סלוא, ואחרי ניתוח מעמיק של המעשה האדיר פנחס - הגיעה המסקנה: אחד הדברים היקרים ביותר לבורא עולם הוא עניין הצניעות, הקדושה והטהרה. חשבון הנפש שעשו בני ישראל לימד אותם כי זלזול באותו ערך עליון, מתוך מחשבה שאנחנו "מבינים יותר טוב" מבורא עולם - גורם לכך שיתקיים בנו הפסוק: "יִרְאֶה בְךָ עֲרֹת דָבָר וְשָׁב מֵאֲחִירֶיךָ". "שב מאחיריך", אלה שתי מילים שטומנות בחובן את המתכון הבטוח לכל האסונות שפקדו את העם היהודי במשך הדורות. הסתר פנים שמוביל לכך שאין שמירה אלוקית. ואם אין

מתי בורא עולם מפנה לנו את הגב?

הלם במחנה ישראל: מידת הדין משתוללת ומכלה כל חלקה טובה. מגיפה קשה פוקדת את כל מי שעומד בדרכה, 24 אלף איש כבר נפלו באותו האסון. העם בוכים וזועקים על העונש האיום והנורא. ואז, משום מקום, מגיע פנחס בן אלעזר. בפעולה הירוואית אחת, הריגתם של נשיא שבט שמעון, זמרי בן סלוא, והמדינית, כזבי בת צור, הוא מצליח לעצור את מסע ההרג שהכה במחנה ללא רחמים. המעשה של פנחס מזכה אותו בהכרה אלוקית לדורות, הוא מתמנה לכהן וזוכה לחיי נצח. ועכשיו, אחרי הטרגדיה הכל כך קשה, עם ישראל יושב בחול ושואל את עצמו שאלות: בעוון מה קרה הדבר הנורא הזה?

זמן קריאה: 2.5 דק

מעל המזל

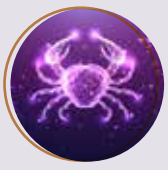


הרב מנחם וייס - מרצה בכיר בערוץ 2000

בני ובנות מזל סרטן? היזהרו "לא לחנוק"

בני ובנות מזל סרטן, כפי שאמרנו בשבועות הקודמים, הם אנשים משפחתיים מאוד. אבל עליהם להיזהר להגיע לנקודת קיצון של עודף קנאה לבני משפחתם. להיזהר ש"לא לחנוק". בית המזל שלהם הוא לא פחות ולא יותר, הִלְבְּנָה! כמוה, גם הם, מתכסים ופורצים, בונים וסותרים, יעילים מאוד - אבל עצלנים גם כן. יש בהם המון נדיבות, לצד קמצנות. לכן, עליהם לעסוק בחסד, להימנע מלדבר רכילות ולשון הרע ולעסוק במה שנקרא "הלכה למעשה", דברים יומיומיים ורלוונטיים. כידוע, עם ישראל מונים את מניין החודשים לפי הלבנה, ואילו מניין אומות העולם הוא לפי מחזור החמה. בפרשת השבוע נקרא על הציווי להקריב

זמן קריאה: 1.5 דק



את קורבן ראש חודש: "וּבְרֹאשֵׁי חֳדָשְׁכֶם, תִּקְרְבוּ עֹלָה לַיהוָה". אבל למעשה, הגילוי שהחודש העברי מתחדש על פי הלבנה, ניתן עוד הרבה קודם. ויותר מכך - מצוות קידוש החודש הייתה המצווה הראשונה שניתנה לעם ישראל! ככתוב: "וְהַחֲדָשׁ הַזֶּה לָכֶם רֹאשׁ חֳדָשִׁים..." ודרשו חכמינו ז"ל: "לכם, ולא לאומות העולם". ויש לשאול, מה מיוחד בירח שדווקא לפיו ישראל מונים את חודשי השנה? התשובה היא שהירח מאיר בחשיכה, בסוף כל חודש הוא מתכסה - ושוב פורץ מחדש. החמה, לעומת זאת, מאירה ביום. היא איננה נעלמת או מתפרצת, היא קבועה וסטטית. לכן, עם ישראל הוא מעל המזל, כי טמון בו כוח ההתחדשות, היכולת לפרוץ כל פעם מחדש,



תנו כותרת: יש לכם רציון מה הציון מהטא? מלחן לנו נחית



פתרון החידה מתשובת שיעור "הירצה ה' האנפי אונים" בקהות נחלי שמו"ן

להאיר בחושך - גם מתוך הקושי וגם מתוך הגלות. לעומתנו, אומות העולם דומים לחמה. חיייהם נקבעים רק על פי הטבע והמזל, ברורים וצפויים מראש. אין להם את היכולת "לשנות" את גורלם. זכרו - ישראל מעל המזל!

ניתן להזמין את הרב לחוג בית ללא עלות וללא התרמה - חייגו *2610 שלוחה 2



על פי תשובות הגאון הרב בציון ציון

דברי ציון

ימי בין המצרים: מה מותר ומה אסור? מידע חשוב ביותר

יום שישי

זמן קריאה: 1 דק

שלום הרב, נכנסנו לימי בין המצרים. רציתי לדעת אם יש היתר לשמוע מוזיקה עם כלי נגינה? מאוד קשה לי בלי!

10:22

בית המקדש נשרף, והקדוש ברוך הוא בוכה ומתגעגע אלינו.

10:30

שמעתי שיש הרבה מנהגים בעניין. זה לא משנה אם אני מזרחי?

11:08

אין הבדל עדות בנושא, רק שירים ללא כלים.

11:55

גם את שיר הצלצול צריך להחליף?

16:06

יבטל אותו כל השנה כי אין לשמוע מוזיקה מפני החורבן.

10:30

וואו לא ידעתי. הרב, עכשיו חופש גדול והילדים מטפסים על הקירות. גם להם אסור? אפילו אם זה בדיסקים של סיפורים וברקע יש שירים?

18:05

לקטנים עד ראש חודש מותר.

17:04

ומה לגבי לקנות בגדים הרב? מותר? יש עכשיו הרבה מבצעים בחנויות...

17:00

רק עד ראש חודש ומבלי להשתמש עכשיו.

17:04

ומה עם נופש הרב? אפשר?

16:06

זה בהחלט בלתי מוסרי כלל לנפוש בימי האבל, מה גם שחלילה הם ימי סכנה לא עלינו. ובחצי היום יש לבכות ולהתאבל.

15:03

חסר לחיים

עידן משולם - מנהל מחלקת הדיגיטל

מדוע זכה הבעלים של רשת מלונות "דן" לעושר?

זמן קריאה: 3.5 דק

לאנשים יש נטייה כשהם מגיעים למעלה לשכוח מאיפה באו. "עלה לו", נוהגים המון העם לומר. אבל זה לא המקרה של מיקי פדרמן. כבר עשרות שנים הוא חלק בלתי נפרד מהעולם העסקים הישראלי, סולל בזירות ובבטחה את דרכו לצמרת עשירי ישראל.

רשת מלונות "דן", ו"אלביט מערכות" הן רק חלק מהחברות בבעלותו. מה שמיקם אותו על פי דירוג של אחד העיתונים הכלכליים במקום ה-13 ברשימת העשירים המקומיים עם הון מוערך של קרוב לשישה מיליארד שקלים.

אבל מה שפחות ידוע לציבור הרחב, היא שההצלחה של פדרמן קשורה קשר הדוק למצווה יקרה שעליה הוא לא מוותר: היחס המיוחד שהוא נותן להוריו במשך כל חייו, וביתר שאת מאז שאביו התעורר.

וכך נחשף הסיפור:

במהלך פגישת "ביזנס" עם איש עסקים אחר, לפתע צלצל הטלפון הנייד של מיקי פדרמן. הוא הביט בצג, וללא היסוס נעמד על רגליו, שוחח בקצרה עם האדם שבצד השני של הקו - והתיישב.

איש העסקים השני הביט במשך כל אותו זמן בשותפו, מתייחס לבן שיחו בטלפון כאילו הוא האדם החשוב בעולם. "למה קמת?!", הוא שאל את פדרמן כשחזר לשבת. "מה זאת אומרת?" ענה כלא מבין, "אבא שלי התקשר!" התגובה הזאת, שיצאה מפיו של פדרמן כמעט בדרך אגב, חשפה בפני איש העסקים את סוד ההצלחה האמיתי. הוא לא רק חכם או מוכשר, הוא לא רק יודע לזהות הזדמנויות ולהשקיע בזמן הנכון, אלא הוא גם אדם בעל ערכים חזקים שמעניקים חשיבות עליונה לכיבוד הורים.

הקשר בין כיבוד הורים להצלחה:

הסיפור של מיקי פדרמן יכול להיות הסיפור של כל אחד מאיתנו. אנשים מחפשים סגולות או פתרונות קסם: איך להצליח? איך להתעשר? איך להגשים את עצמו? אבל לפעמים התשובה נמצאת ממש מתחת לאף.

ואולי יש עוד סיבה: אדם שנותן כבוד להוריו, גם כאשר אינו מרגיש "חובה" לעשות זאת, הוא כנראה גם אדם בעל מוסר עבודה גבוה, שיקול דעת נבון ויכולת לקבל החלטות נכונות. תכונות אלו הן אבני יסוד להצלחה בכל תחום בחיים, ובזוודאי גם בתחום העסקים.

ושלא תחשבו שמדובר במשימה בלתי אפשרית. כיבוד ההורים של פדרמן, כפי שעלה מהסיפור, לא התבטא באיזו מחווה חריגה וגרנדיוזית. אלא דווקא במקרה, לכאורה קטן ויומיומי, שמעיד על יחס של כבוד אמיתי להוריו.

במקרה של פדרמן, עצם הנכונות לקום מיד ולענות לטלפון של אביו, גם במהלך פגישה עסקית חשובה, מבלי לחשבן האם זה יחבל לו בסיכויי העסקה - מעידה על יחס של הערכה עמוקה וכבוד יוצא דופן.

סיפורו של מיקי פדרמן מהווה השראה עבור כולנו. הוא מראה לנו שגם אדם מצליח כמוהו, המנהל עסקים גדולים ומשפיעים, לא שוכח את שורשיו ואת חשיבותם של ערכים משפחתיים. כיבוד הורים הוא לא רק ערך חשוב בפני עצמו ומצווה גדולה, אלא גם מפתח להצלחה בכל תחומי החיים.

לעוד סיפורים מרתקים ומחזקים חפשו ערוץ 2000



ממועד ומעוצב ע"י המערכת לזווחות הקוראים ובאישור בית הרב

שם האדם

הרב שמשון פוקס - מרצה בכיר
בערוץ 2000

"התנשיט" שענד בורא עולם על צווארו

שלוש פעמים ציווה בורא עולם את משה רבינו למנות את עם ישראל. הפעם הראשונה הייתה מיד אחרי חטא העגל, השנייה - לאחר הקמת המשכן, והפעם השלישית בפרשת השבוע שלנו, אחרי המגיפה. התורה מפרטת את שמות השבטים ואת המשפחות השייכות לכל שבט. אולם, באופן מפליא, התורה "מתערבת" כביכול בשמות השבטים ומוסיפה לכל משפחה את האותיות י"ד וה"א. וכך כותבת התורה: "ראובן בְּכֹר יִשְׂרָאֵל: בְּנֵי רְאוּבֵן - חֲנוּךְ מִשְׁפַּחַת הַחֲנוּכִי, לְפִלּוּא מִשְׁפַּחַת הַפְּלִיאִי... וְכֵן הַלְיָאָה. חוּץ מִמְשַׁפְּחָה אַחַת - לְכוֹלָם נֹסְפוּ אֹתוֹ ה"א בַּהֲתַחֲלָה, וְהָאוֹת יוֹ"ד בְּסוֹף.

זמן קריאה: 2 דק

מה פשר העניין?

רש"י מסביר ע"פ דברי המדרש, כי אמות העולם היו מקניטים את ישראל והיו טוענים שילדיהם הם בכלל מצריים! שהרי, אמרו, כל כך הרבה שנים בין הגויים - בוודאי בני ישראל התערבבו איתם. "לכן, הטיל הקב"ה שמו עליהם, י-ה. להעיד שהם בני אברהם, יצחק ויעקב ולא התערבבו!" ולזה רמז דוד המלך ע"ה: "שבטי י-ה - עדות לישראל". חכמינו ז"ל מביאים בתלמוד הירושלמי הסבר נוסף, אקטואלי מאוד לימי בין המצרים: משל למלך שהיה לו מפתח לבית האוצר, והוא חשש שהמפתח יאבד לו. מה עשה? קשר שרשרת ותלה אותה על צווארו. כך, לכל מקום שהלך, המפתח עמו והוא בטוח לא יאבד לעולם! צירוף האותיות י' ו-ה' לשמות בני ישראל היה התנשיט שענד בורא עולם על צווארו, וכך כביכול קשר את בני ישראל אליו - כדי שלא יילכו לאיבוד!

אם נתבונן, נוכל לשאוב מכאן נחמה בגלות הארוכה והקשה. כעת אנו בטוחים שה' לעולם לא יעזבנו, שהרי הוא יתברך "קשר" את עצמו בנו. ואם עם ישראל במצב מחולל, ממילא גם שמו הגדול מחולל. לכן, אנו אומרים בתפילה "מביא גואל לבני בניהם למען שמו באהבה", שאם תמה לה זכות אבות אז הגאולה תבוא בזכות שמו הגדול שנקרא עלינו. מצד אחד, זו נחמה גדולה, אבל מהצד השני זה מוסיף לנו אחריות רבה: אם אנו מקיימים את רצון הבורא - אנחנו מקדשים את שמו, ואם חלילה אנחנו לא מתנהלים כראוי - אנחנו מחללים את שמו!

לישעור הקבוע ביום ראשון בשעה 21:00, חפשו ערוץ 2000. ניתן להזמין את הרב לחונג בית ללא עלות וללא התרמה - חיינו 2610 * שלוחה 2, לייעוץ וברכה מהרב חיינו 2610 * שלוחה 4

מושגים ביהדות

זכות אבות:

חז"ל לימדו כי הקב"ה מטיב לעם ישראל מחמת זכות האבות הקדושים אברהם, יצחק ויעקב, אף כאשר "הבנים", עם ישראל, אינם זכאים ל כך בזכות עצמם. למרות שבמקור הכוונה לזכות שלושת האבות, בדרות האחרונים רווח השימוש במושג ביחס לאבותיו של אדם שבזכות מעשיהם זכה למה שזכה.

נשיאי שבטי ישראל:

נשיאי שבטי ישראל היו נשיאי השבטים במהלך נדודי בני ישראל במדבר. בתורה מוזכרים כמה פעמים נשיאי ישראל, בכל פעם בשמות ובהקשרים אחרים. הם היו האנשים המכובדים ביותר שבשבטים.

בריאות ע"פ הרמב"ם

הד"ר גיל שחר M.D מומחה לרפואה תזונתית וראש המרכז לרפואת הרמב"ם

למה כדאי לכם להמשיך להתעמל?

מחקר קליני שנערך בשנה שעברה בחן את השאלה מה יקרה לאדם שנהג להתעמל באופן קבוע, ופתאום הפסיק לחודשיים. התוצאות הדהימו גם את החוקרים.

מהמחקר הזה ניתן ללמוד המון על המשמעות של פעילות ספורטיבית, על האפקטיביות שלה ועל המהירות בה דברים משתנים בגופנו.

הניסוי העלה כי אחרי 60 יום ללא פעילות גופנית, אפילו לאדם שאכל פחות באופן משמעותי והפחית את הצריכה הקלורית שלו, הייתה עלייה של 40% ברמת האינסולין בצום! אינסולין הוא ההורמון שאחראי לפתוח את תעלות הגלוקוז (סוכר) שמחברות את העורקים עם תאי הגוף. תעלות אלו חוצות את המעטפת של התא וזרכן חוזר הגלוקוז אל ממחזור הדם אל תאי הגוף, על מנת לספק לתאים אנרגיה. המשמעות של עלייה ברמת האינסולין בצום היא שהתעלות הפכו להיות עמידות לאינסולין. כלומר, הן לא נפתחו בתגובה לאינסולין ולכן הלב לב שמייצר את האינסולין, נאלץ לייצר 40% יותר אינסולין על מנת להצליח לפתוח את תעלות הגלוקוז. זה אומר שתוך 60 יום בלבד הייתה החמרה משמעותית ברמת העמידות לאינסולין!

עמידות לאינסולין זה המנגנון שמביא להתפתחות סוכרת. כלומר, תוך 60 יום, האנשים שלא התעמלו, התקרבו בצעדי ענק לכיוון של מצב טרום סוכרתי ולאחר מכן חלילה לסוכרת ממש.

אז אם תוך 60 יום חלה החמרה כל כך משמעותית בעמידות לאינסולין, יש גם בשורות טובות ואפילו טובות מאוד. התיקון יהיה מהיר ואפילו יותר מהיר מ-60 יום.

אדם שיחזור להתעמל בצורה סדירה וקבועה, מהר מאוד רמת האינסולין שלו תרד, מה שיעיד על שיפור בעמידות לאינסולין ולמעשה מניעת מחלת הסוכרת. איזון רמות אינסולין וסוכר בדם הוא אחד המפתחות החשובים לאריכות חיים!

אתם עדיין פה? לכו להתעמל!



בריאות, בריאה ובורא

קרדיט: התפוז



ניתן להאזין ולצפות בערוץ 2000 בשידורים חיים 24/6

שיעורי תורה < מוזיקה < סיפורי ילדים < טובי המרצים < עצות לחיים < חינוך < בריאות סגולות < פרשת השבוע < הלכה < ועוד...

נקי • ללא פוליטיקה • ללא חדשות • ללא פרסומות

ערוץ 2000
מאזינים את השמחה
מאזינים
מתחזקים
03-378-2000



"הם היו בהלם לראות אותי במסיבה": הרב גרוסמן בריאיון מלא באהבת ישראל

ראיון מרגש עם נשיא "מגדל אור", חתן פרס ישראל ורבה הראשי של העיר מגדל העמק



"הטיפ המרכזי - אהבה. אם הילד יאהב אותך, הוא יהיה מוכן לעשות בשבילך הכל. ברור שלא כל ילד הוא אותו הדבר ויש מאמץ אישי שצנטרך לעשות עם כל ילד וילד בהתאם לאופי ולנשמה שלו, ככתוב: 'חנוך לנער על פי דרכו' - לכל ילד יש את הכישורים שלו ואת הרצונות שלו".

הרב דוגל בשיטה של "ימין מקרבת". יש ילדים שקשה לפעול איתם כך. איך בכל זאת לחבק ולקרב גם אותם?

"ישראל, אף על פי שחטא, ישראל הוא. זה לא אני אומר. ישראל זה חלק אלוקה ממעל. אני אניג לך את האמת? עד היום לא פגשתי אף חילוני. ביקרתי בקיבוצים ומושבבים ובכל מיני מקומות בארץ, יש לאנשים שם נשמה והם מוכנים לעזור ולעשות עבור האחר. לכל יהודי יש את הפנימיות שלו".

"במלחמת לבנון השניה הבאתי לכאן 700 לוחמים. אמרתי להם שאם הם רוצים, הם יכולים להשתתף בכתיבת אות בספר תורה. כולם נרתמו. לא היה אחד, דתי או חילוני, שוויתר על המצווה".

"כשאתה נפגש עם אנשים ומראה להם שאתה מאמין שיש בהם אהבה ואת החלק אלוקה ממעל, הם מחזירים לך בחזרה. אתה רואה שאין באמת חילוני. כולנו יהודים".

לריאיון המלא ולעוד עשרות כתבות מגזין מרתקות ובלעדיות - חפשו ערוץ 2000

"בזמנו", נזכר הרב בסיפור, "ביקר אצלנו [במגדל העמק] נשיא המדינה עזר ויצמן ז"ל. לקחנו אותו לאחד המפעלים בסביבה, בהם מייצרים 'צ'יפים' למחשבים. מנהל המפעל סיפר לנשיא שבקומות הראשונות מייצרים

צ'יפים רגילים לעסקים ולמוסדות חינוך, ובקומה התחתונה מייצרים את הצ'יפים למחשבי חיל האוויר. כאחד ממקימי החיל, ויצמן התרגש ורצה לבקר באותה קומה מדוברת "כשנכנסנו, הלבישו אותנו בסרבל ומשקפיים מיוחדים. אחרי הביקור שאלתי מדוע דווקא בקומה הזו צריך סרבל וציוד מיוחד, ובקומות העליונות לא צריך? והסבירו לנו שבשל הטכנולוגיה הרגישה, עלינו להיכנס בצורה סטרילית לחלוטין, על מנת שחלילה לא יחדור אבק או לכלוך למערכות הרגישות".

"אותו הדבר תקף גם לעם ישראל ביחס לשאר העמים. הבורא הוא אותו בורא שאחראי ליצירה המופלאה של כל העולם, אם כך, מדוע עלינו כל כך מקפידים? מה שונה בעם ישראל?"
"התשובה היא שלעם ישראל הכניסו צ'יפ מיוחד, כאשר המטרה העיקרית היא לעשות נחת רוח ליוצרנו. אנחנו צריכים סרבל מיוחד על העיניים, על האוזניים, על הפה - ולהיות בשליטה ומודעות כל העת על הגוף ועל הראש שלנו, על מנת שלא יחדור אבק לנשמה שלנו ושנוכל לעמוד במשימה שלנו ולייצג את הקב"ה יתברך בכבוד, באמצעות הנשמה המיוחדת שהעניק לנו. לכן יהודי חייב לדעת שהוא ממש חלק אלוקה ממעל".

אפרופו נשמה. הרב מכיר לא מעט את נשמות ילדי ישראל. החינוך כיום הפך לאתגר של ממש. כבוד הרב יכול לתת לנו טיפ בחינוך?

על דבר אחד אין ויכוח: הרב יצחק דוד גרוסמן שליט"א הוא גדול מאורי הפנים של הדור. אין אחד שיצליח להתכחש לאור הגדול שגשפך מזיו פניו של הרב.

כבר מעל ל-40 שנה הרב עוסק בחינוך ילדי ישראל ומקרב יהודים אל אביהם שבשמיים. שמותיהם של המפעלים האדירים שהקים, "מגדל אור" ו"אור ישראל", כמו מתמזגים עם אישיותו המופלאה.

באחד הריאיונות שלנו, כבוד הרב אמר לי משפט שחוקק לי בראש: "כל יהודי הוא חלק אלוקה ממעל"

"זו המציאות. המקור לזה הוא בזוהר הקדוש, ובעל התניא מדגיש את זה יותר. אנשים חושבים שיש 'דומם', 'צומח', 'חי' ו'מדבר', ויהודי הוא חלק מה'מדבר'. אלא שזו לא המציאות. יהודי הוא מעבר ל'מדבר'. ביהודי יש חלק מיוחד לו הוא זכה מאת הקב"ה בזכות אבותינו הקדושים".



הרב יצחק דוד גרוסמן שליט"א <<

בואו לקבל תשובות על כל מה שתמיד רציתם לשאול על השם שלכם!

הרב שמשון פוקס שליט"א - מומחה בנושא שם האדם על פי סוד האותיות ותורתם של חז"ל

חייגו: *2610 שלוחה 2



הביאו את הברכה אל ביתכם



דברים שאתם חייבים לדעת על בנות צלפחד ודיני ירושה

1 צלפחד היו חמש בנות: מחלה, נעה, חגלה, מלנה ותרצה.

2 פנייתן ודרישתן לנחלה "עוררה" את הקב"ה לצוות את דיני הירושה.

3 על פי התורה כאשר אדם נפטר, רק בני יורשים אותו, אפילו אם הניח אחריו גם בנות.

4 אמנם, אם האב הורה במפורש לתת חלק מהירושה גם לבנותיו - הן זכאיות לחלקן.

5 שאלת אי השיתוף של בנות בירושה עוררה דיון רחב מימי התנאים ועד ימינו.

6 בימי התלמוד עודדו החכמים את האבות לתת לבנות את חלקן בנכסי האב בזמן חייו.

7 אם לנפטר אין צאצאים, יורשים אותו שאר קרוביו, כגון אביו או אחיו. אך אשתו, אינה יורשת אותו.



בגן האמונה

המשפיע - הרב שלום ארוש

5 דקות ורואים ניסים ונפלאות ממש!



שלושה צעדים פשוטים להצליח בחינוך ילדים

אותרו! אחרי שטיילתם, שב איתו ותגיד לו כך: "תשמע בן, אני יודע שאתה מאוד חכם. ויש לי איזה בעיה שרציתי להתייעץ איתך לגביה. בוא נדמיין שאני חבר שלך ואני בא אליך עם השאלה שלי ותיתן לי עצה", ותצייר לו את הצורך של האתגרים שאתה מתמודד איתם, תשאל אותו: "אם החבר היה מתנהג ככה, זה היה כואב לך?" ממש תעשה לו הצגה! אבל לכל זה חשוב להקדים הרבה הרבה אהבה. אחרי חמש הדקות הראשונות של אמירת ה"תודה" ועוד חמש דקות תפילה, פלוס הטיול המשותף שבו נותנים לילד את החשיבות הזו - רואים ניסים ונפלאות ממש!

לשיעור הקבוע ביום חמישי בשעה 20:00, חפשו ערוץ 2000

אנשים חושבים שאם הילד לא מתנהג כמו שאנחנו רוצים - זה לא ייסורים שמגיעים מהשמיים. אבל זו לא האמת. לפני שמתחילים לטפל בהתנהגות של הילד, עלינו לקלוט כי אלה ייסורים שבאו מהקב"ה, בורא עולם גורם לו להתנהג כך, וגם את זה צריך לקבל באהבה. לכן, אם הילד מתנהג לא יפה, קח לך חמש דקות ותגיד תודה לבורא עולם. השלב השני הוא להתפלל, כמובן. עוד חמש דקות של תפילה לפני ה' יתברך: "אבא, תרחם על הילד שלי! תן לו חכמה, בינה ודעת! תן לו יישוב הדעת, תן לו מידות טובות!" צריך להתפלל על זה הרבה מאוד. השלב השלישי הוא אולי הכי חשוב: תפנו זמן לכם ולילד. שיהיה יום בשבוע שהאבא לוקח אותו לטיול, לאיזה גן שעשועים, תדברו קצת, תתעניין בו, תקנה לו גלידה או משהו אחר שישמח אותו. תסביר לו: "אתה הבן שלי, ואתה חשוב לי, ואני רוצה לפנק



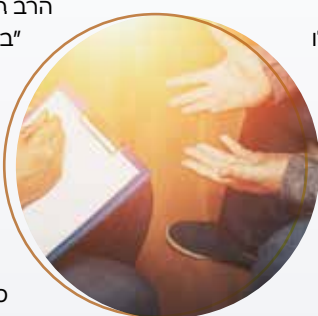
חנוך לנער

הרב דניאל אחיוני - מרצה בכיר בערוץ 2000

הרב בתור לפסיכיאטר: "אל תספר לאף אחד שראית אותי כאן"

"אנא ממך", חתם הרב את הבקשה, "אל תספר לאף אחד שראית אותי כאן". אתם מבינים?! הרב החליט לקחת על עצמו את אותה "בושה" רק כדי למנוע מתלמידו להתבייש!

מטבע הדברים הבחור לא שאל מה הרב עושה אצל פסיכיאטר, וגם הרב לא שש לחלוק מידע שלא צריך. וכך דבר הפגישה ביניהם בחדר ההמתנה לפסיכיאטר - נשאר סוד כמוס! הרב צ"ל לימד אותנו שיעור חשוב במידות האדם!



לשיעור הקבוע ביום ראשון בשעה 11:00, חפשו ערוץ 2000. ניתן להזמין את הרב לחונן בית ללא עלות וללא התרמה - חייגו *2610 שלוחה 2

את החשש על פני תלמידו היקר, החליט לבוא איתו לכל סדרת הטיפולים אצל הפסיכיאטר. "אין ממה להתבייש", קבע הרב. כשהגיעו לחדר ההמתנה, גילו לתדהמתם בחור נוסף מהישיבה. הרב, שדאג לנזק שעלול להיגרם לתלמידו, הגה רעיון מבריק כדי להיחלץ מהמצב המורכב. "מה שלומך?" ניגש אליו הרב ושאל בחביבות. "תשמע, האמת היא שלא תכננתי לפגוש כאן אף אדם שאני מכיר. ואני אשמח שהעובדה שראית אותי כאן תישאר בינינו..."

הרב עמנואל מזרחי - מרצה בכיר בערוץ 2000

יש לכם מבחן בקרוב? נסו את זה! תתחייבו לתת 72 ש"ח לצדקה כמנין "חסד" בגימטריה, ותקבלו על עצמכם לומר "נשמח כל חי" אחרי שתעברו.

לשיעור הקבוע ביום שני בשעה 19:00, חפשו ערוץ 2000. ניתן להזמין את הרב לחונן בית ללא עלות וללא התרמה - חייגו *2610 שלוחה 2



הרב אברהם גניחובסקי זצ"ל <<



כידוע, רבים נמנעים מביקור אצל פסיכיאטר - בעיקר בגלל הבושה. אנשים חוששים

שהעובדה שהם נזקקים למצוא מזור נפשם, עלולה לגרום פגיעה בכבודם ובשמם הטוב. היום אמנם ישנה יותר מודעות, אבל המצב עדיין רחוק משלמות.

כך היה גם בתקופתו של הרב אברהם גניחובסקי זצ"ל. אחד מתלמידיו הקרובים נזקק לקבלת טיפול נפשי, והוא חשש מאוד מהשאלה "מה יגידו?". הרב, שראה

נולד בירושלים, לרבי אליהו ולרבנית בניה, בן בכור ל-15 אחים ואחיות. משפחתו עלתה מפרס היישר לירושלים.

בילדותו, התחנך בתלמוד התורה "בני ציון" וכבר בגיל 11 עבר ללמוד בישיבת "פרת יוסף".

במשך שנותיו בישיבה, למד בחברותא עם מרן הרב עובדיה יוסף זצ"ל, שהיה גם בחור באותה ישיבה.

נשא את הדסה לאשתו, בתו של חכם יוסף שרבאני, ראש ישיבת המקובלים "אמת ושלוש". לשניים נולדו בן ובת.

חכם בן ציון היה מוסר שיעורים מדי יום ומזכה את הרבים. חיבר בחייו ספרים רבים, והמפורסם שבהם הוא שו"ת "אור לציון" בו הוא משיב על שאלות הלכתיות יומיומיות.



זכר צדיק לברכה - הרב בן ציון אבא שאול

ההשקפה

ראש הישיבה - הרב ראובן אלבז



מתקשים לגמור את החודש? קבלו עצה נפלאה

זמן קריאה: 2 דק'

רבותינו שואלים מדוע הקב"ה לא הוריד לבני ישראל את המן בבת אחת? דמיינו לעצמכם כמה זה היה מקל על חיי הנדודים במדבר, הקשים במילא. מדוע בורא עולם בחר להוריד את המן בקצבה הראויה רק לאותו יום?

חכמינו תירצו במשל נפלא: עשיר אחד היה נותן לבנו סכום גדול למשך שנה שלמה. אותו הבן, היה מטייל שנה שלמה בעולם עם כיסים תפוחים, וחוזר לאביו רק בסוף שנה - כדי לחדש את מלאי המזומנים. חשב לעצמו אותו עשיר: "הרי אני אוהב את הבן שלי ומשתוקק לראותו בכל יום ויום. אבל הוא מגיע רק פעם אחת בשנה, לוקח כסף והולך". מה עשה אותו עשיר? החליט לא לתת לו קצבה לשנה שלמה - אלא קצבה יומית. כך אזכה לראות אותו בכל יום!"

רבותיי, הקב"ה מתאוה לתפילתם של ישראל. הוא רוצה לשמוע את תפילתם בכל יום ויום, את זעקתם ואת שוועתם. לכן הוריד להם את המן בקצבה מדודה, כדי שבכל יום יתפללו ויבקשו על המחר. שלא יחשבו שהדבר מובן מאליו והמן יירד גם בלי תפילה. רבנו "אור החיים" הקדוש, תהה מדוע הקב"ה הביא את בני ישראל לניסיון גדול של צמא בלב המדבר! כפי שאומר הפסוק: "וַיִּצְמָא יָם הָעַם לַמַּיִם". והרב זיע"א הסביר כי "ה' ניסה אותם להדריכם לשאת עיניהם ולהתפלל לפניו. כי זה עיקר גדול באמונה ובהשלמת הנפש".

אבל ישנה מחשבה מוטעית בקרב בני האדם כי צריך לבקש רק הצרכים הגשמיים שלנו. אם חסר קצת כסף לגמור את החודש. רוב בני האדם נזכרים להתפלל רק אם הם רוצים לחדש את האוטו או אולי לעבור לדירה גדולה יותר, אבל חשוב לזכור שבזמן עולם רוצה שנבקש גם על הצרכים הרוחניים שלנו! ולא רק על שלנו, אלא גם על של כלל ישראל: להרבות בתפילה על כבוד שמיים, שיתגלה כבודו יתברך בעולם ויחיש ביאת משיח צדקנו במהרה.

ורמזו זאת רבותינו בדברי הנביא: "וַיֹּאמֶר שְׂאוּל אֶל הַוַּחֲלָנִים בְּנֵי מַדְיָע לֹא בָא בְּךָ יְשׁוּ" - מדוע משיח בן ישי מתעכב ואינו בא? התשובה היא: "אֶל הַלְחָם" - כיון שכל הבקשות שלנו הן רק על מאכל ומשתה, פרנסה ובריאות, ואיננו מבקשים על צרכי שמים, שתתרבה הקדושה והטהרה בעולם ותגדל מלכותו יתברך.

לשיעור הקבוע ביום שני בשעה 21:00, חפשו ערוץ 2000

שש באחרתך

ראש הישיבה - הרב גואל אלקריף



האברך הזדעזע: "אקח את האוטו למוסך בשבת"

זמן קריאה: 2 דק'

יהודי עשיר עלה ארצה מגיאורגיה. אמנם הוא לא זכה לשמור תורה ומצוות, אבל היה לו לב טוב ורחב במיוחד.

היה לו שכן, אברך, שתמיד האיר לו פנים והתעניין בשלומו. יום אחד, החליט לגשת אליו: "תשמע, יש לי שיגעון מסוים: אני אוסף רכבים - הרבה יותר ממה שאני צריך. אחד מהם, עומד פה בחניה ואני לא נוסע בו אף פעם. קח את המפתח, האוטו לשירותך מתי שתצטרך"

בשביל האברך השכן, זו הייתה ישועה גדולה: כמה קשיי התניידות באוטובוסים יחסכו לו ברנע אחד - להקפיץ את אשתו, לאסוף את הילדים מהמסגרות, לבקר את ההורים. ישועה של ממש!

מטבע הדברים, רכב שנמצא בשימוש, נזקק גם לטיפולים שוטפים. "הסר דאגה מליבך", אמר היהודי העשיר לאברך. "בשבת הקרובה אקח את הרכב למוסך - ושם יסדרו הכל!" האברך שמע את הדברים, וכאילו נחתה עליו בשורה מרה: "בשבת?! לקחת את האוטו למוסך?!". בלי להגיד כלום ליהודי המרוחק, הוא פשוט החליט להפסיק להשתמש באוטו. לאחר זמן מה, השניים נפגשו והיהודי העשיר שאל לפרש העניין: "אני רואה שהפסקת לנסוע באוטו, קרה משהו?"

"האמת, שעשית איתי חסד גדול שנתת לי להשתמש ברכב שלך. ובגלל הכרת הטוב שיש לי כלפיך - אני לא מוכן לגרום לך לחלל שבת בגללי!"

העשיר שמע, והדברים נכנסו אל ליבו. "תראה מה זה, אדם יכול לקבל רכב בחינם, והרכב הזה חשוב לו מאוד, אך הוא מוכן לוותר עליו - כדי שלא יהיה לי עוד קצת חילול שבת!"

"אני מבטיח לך", אמר היהודי העשיר לאברך, "לא אקח את הרכב למוסך בשבת. אתה יכול להשתמש בו בלב שקט".

היהודי היקר הפסיק לקחת את הרכב הזה וגם את צי הרכבים המפואר לטיפולים בשבת. לאט לאט, הוא התחיל להימנע מחילולי שבת נוספים ולבסוף התחיל לשמור שבת! תראו איך מצווה גוררת מצווה: החסד שעשה עם האברך, הפך אותו בסופו של דבר לשומר שבת.

לשיעור הקבוע ביום שני בשעה 18:00, חפשו ערוץ 2000





מאירי המש



שומרים על הפה - מתקרבים לבורא עולם! שני שעורים חשובים שאסור לפספס!

שלום לכם ילדים צדיקים,



היום אני רוצה שנלמד יחד שני דברים מאוד חשובים: שניהם קשורים לפה שלנו ושניהם מקרבים אותנו עוד קצת לקדוש ברוך הוא. אתם רוצים להיות קרובים לה? נכון, גם אני רוצה. הדבר הראשון, הוא להתרגל לומר כל הזמן כמה אנחנו אוהבים את ה', שאנחנו יודעים שהכל קורה לטובה... אתם מכירים את זה שלפעמים אנחנו מועדים במדרגות, או שחבר אומר לנו משהו לא נעים? מכירים, נכון? אז צריך לזכר שגם הדבר הזה הוא מה' ויתברך וצריך להגיד תודה לקדוש ברוך הוא, על כל דבר!

אם שחקתם ככדור כבית ספר, והכדור עף רחוק מדי, ואתם נבחרתם להביא אותו - גם זה מה'! ואם, נגיד, קבלתם ציון לא למרות שלמדתם מאד מאד קשה, נאמר לעצמנו: גם זה מה', ובפעם הבאה



חפצת הילדים

- 1 איך משפטים ימים יכולים לצאת מהפה שלנו עוד בלי שחשבנו עליהם?
 - 2 על איזה משפטים נדאי לחזר הכי הרבה פעמים ביום? תנו דגמאות
 - 3 למה זה קשה להגיד רק את האמת כל הזמן?
 - 4 על מה אמרתם לאחרונה תודה לבורא עולם?
- כתבו לנו

נשתדל קצת יותר!

הדבר השני שהייתי רוצה שנלמד, הוא להיות הוגנים ולא לשקר אף פעם. האמת שזה ממש קשה להגיד רק את האמת כל הזמן, נכון? לפעמים אנחנו עושים דברים שאנחנו לא רוצים שאבא ואמא ידעו, או שהמורה ידע, אז אנחנו קצת משנים מהאמת. אבל תדעו לכם ילדים יקרים, שהקדוש ברוך הוא אומר לנו להתרחק מהשקר. גם לשנות קצת מהאמת, זה נקרא לשקר... אז בואו נקבל על עצמנו את שני הדברים החשובים האלה, וכך גם נשמור על הפה שלנו טהור וקדוש וגם נתקרב עוד קצת לבורא עולם. תצליחו לעמוד בזה? אני בטוח שכן!

ניתן להשיג את ספרי הבדיחות "כל יום פורים" עם משלוח עד הבית - 052-4770297, להאזנה למאות שיעורים לילדים, פרשת שבוע וסיפורי צדיקים חפשו: "מאיר גואטה - מתוקים מדבש"

הדיחות

אישה לבעלה: "אני קופצת לשכנה לכמה דקות, בבקשה תערבב את המרק כל חצי שעה"



אומרים שבבעלים ירוקים כמו חסה ודשא אין כמעט קלוריות. אז למה הפרות נראות ככה?



חידת מחזאי

מה שם העיר שמסתור בסמלים?
יש לקרא מימין לשמאל!
פטרון החידה מהשבוע שעבר: מחשבון שעבר בית שמש.



היכן מסתתרת?

עידן ויהונתן מחפשים את המסמון
ילדים יקרים, נראה אתכם מגלים היכן מסתתרים בעלון 3 חרבות 1-2 סדורי תפלה.
פטרון החידה מהשבוע שעבר: חמורים: בין שני העגולים במדור "משגים בהדות" משמאל למדור "זכר צדיק לברכה" וליד הכתף של הילד המצולם במדור "מאייים את המשפחה". שמשות: בתוך תמונת "ספור מההפטרנה" וליד מספר העמוד בראש עמוד 10.



חידה?

מאיזה שבט היה זמרי בן סלוא?
פטרון החידה מהשבוע שעבר: הפסוק "וה עם לבדד ישכן" נאמר על עם ישראל.



מה מופר?

ילדים יקרים! מזהים מה מופר בתמונה? שלחו לנו ותכנסו להגרלה.
פטרון החידה בשבוע הבא...



אלביים יקרים! יש לכם מה לספר לנו? איזה כיף! נשמח שתשלחו לנו!



שלחו לנו תמונה שלכם עם העלון, ואולי נפרסם אותה. יש לכם סיפור אישי? שלחו לנו,

ותיכנסו להגרלה על פרסים יקרי ערך!

שלחו למייל: ALON@TV2000.CO.IL



החמטבח מירב מלכה

פיצה טעימה

עידן מכין פיצה טעימה במיוחד ליהונתן שלמד קשה למבחן

להכין:

- קילו קמח
- 2 כפות שמרים
- 3 כפות סוכר
- 3 כוסות מים חמימים
- כף וחצי מלח
- חצי כוס שמן
- להתפיח ¼ שעה.

לחמט:

- 4 עגבניות קלופות וקצוצות
- 4 שיני שום כתושות
- כף גדושה מיונז
- 1/2 כפית סוכר
- 1 כפית מלח
- פלפל צ'ילי
- פלפל שחור
- מעט שמן זית
- 4 כפות רסק עגבניות
- 1 כפית אורגנו
- חצי כוס מים
- לפזר גבינה קשה מגוררת מכל סוג
- שאוהבים לפיזור על הפיצה
- תוספות שאוהבים (פטריות, זיתים, גבינה מלוחה וכו')
- לאפות בתנור שחומם מראש ע
- ל- 200° מעלות עד להשחמה.
- בתיאבון!

למוד חתכונים טעימים ואונונים חפשי ערוץ 2000

נקודת מבט

א. יצחק

האושר או העושר?

כלום. אין לו דעת עדיין, אבל כל דבר קטן שקורה סביבו - מרגש אותו.

המציאות של התינוק נובעת מההרגשה הטבעית שבו ש"כל העולם לא נברא אלא בשבילי..." אולי זה מה שצריך להזכיר לעצמנו? את אותה הרגשה שהייתה טבועה בנו אז?

לראות את מציאות חיינו דרך עיני התינוק. בהתלהבות, בהתרגשות, בשמחה. ממש כמו בפעם הראשונה. כדי להיות אדם מאושר לא צריך כסף, עצמאות, שכל ואפילו בחירה. אלא השלמה עם הפנימיות שלנו. כמו שאומר הרמב"ם: ומה עם בכל זאת נמצא דברים טובים גם בחוץ? הרי השמש מחייכת, הציפורים מציצות והעולם מאיר לנו פנים בכל יום מחדש. הקב"ה נתן לנו המון טוב!

אלא שהרמב"ם גילה לנו שכל דבר טוב שיש בחוץ - יש גם בפנים. בהתבוננות עמוקה פנימה אל נפש האדם, נוכל למצוא את הטוב שבחוץ - גם בפנים! הכל נמצא בנו.



זמן קריאה: 1.5 דק'

« אחד הרגעים הקסומים ביותר בחיים, הוא הרגע בו את מבינה שמשוה בחיך צריך להשתנות. אולי אלה האנשים שסביבך, ואולי, יכול להיות, אלה המחשבות שלך. אולי אפילו שינוי קטן בשגרת היום יום. פעם בשבוע ללכת לים, להתבונן בשקיעה, לעשות טיול ולהרגיש את הרוח מלטפת את הפנים. דבר אחד בטוח: את מרגישה שמשוה חסר לך.

ואת יודעת שאם תחפשי, אז תמצאי. ופתאום תרגישי את השינוי מבפנים. משהו טוב מתחיל. המתכון לאושר האמיתי מתחיל דווקא מהדברים הקטנים. ניסית פעם להביט בתינוק? בפנים התמימות שלו? מה הוא כבר יודע על החיים עצמם?

יש לכם מה לומר לנו? יש לך סיפור מעניין לשתף אותנו? שלחי לנו ואולי נפרסם אותך בעלון. כתבי לנו - ALON@TV2000.CO.IL



הילד המתוק אליה ג'וליאן נ"י עם העלון 'מאירים את השבת'

נפל-אות

נראה לכם שאתם יודעים לזהות? שלחו לנו למייל מה מסתתר בתמונה, ואם תדעו אולי שמכם יפרסם בעלון. (תכנסו להנבילה!)



החידה מהשבוע שעבר: התשובה היא קמח מלא
נראה אתכם מזהים מה מסתתר בתמונה השמאלית



האם זיכוי הרבים בווער בר? בואו להיות שגרירי האלון!

ניתן לתרום לכתחילה מכספי מעשרות



אמא, מורה, הייטקיסטית, מנהלת, שכירה, עצמאית? מקומך איתנו! בואי להיות שגרירה ופתיחי נקודת חלוקה באזור מגוריך!

- צרי קשר -

או חייגי: ALON@tv2000.co.il *2610 @ 058-450-2000 שלוחה-3

נהנים מהעלון השבועי של ערוץ 2000?



רוצים שגם הסביבה שלכם תהנה מעונג שבת אמיתי?



**הצטרפו כשגרירים לעלון 'מאירים את השבת'
שכולם מחכים לו והפיצו אותו בין יקיריכם**

"וכל המזכה לאחרים - אותה הזכות
עומדת לו ואינה סרה ממנו"

”
אין זכות
כמזכה
הרבים”



חייגו *2610 שלווחה 3

ניתן להשתתף בעלויות הדפסה מכספי מעשר

ניתן להקדיש את זכות זיכוי הרבים של הפצת העלון לעילוי נשמה, לרפואה, להצלחה, לפרנסה, לבריאות, לחינוך ילדים, לשמירה, וכל דבר שחשוב ויקר לכם!