

מאיריק את השבת

מגזין שבועי בפריסה ארצית לזיכוי הרבים
חייגו וקבלו עד הבית: 073-286-6527

מופץ ב-73,000 פרשת | י"ב במרחשוון תשפ"ז
23.10.2026 | לך לך | עותקים

2000

מחברים את עם ישראל

אל נא תהי מריבה ביני ובינך ובין רעי ובין רעיך כי אנשים אחים אנחנו

כל אחד רוצה להוכיח שהוא צודק. אבל השאלה החשובה אינה מי צודק, אלא מה ישאר בינינו אחרי שהוכחו וגמר והקלפיות יגנזו. אברהם אבינו מלמד שאפשר לחלק בלי לשנא, להתנחם בלי להשפיל, ואפילו להתרחק ועדין להשאר אחים. נזכר תמיד: עדיף להפסיד וכות, מאשר לנצח ולאבד אח.

שטח פרטי
הכניסה אסורה

זמני השבת

ערים	כניסת השבת	יציאת השבת	ר"ת
ירושלים	17:42 (17:22 דק' 40)	18:32	19:11
תל אביב	17:40	18:30	19:07
חיפה	17:41	18:31	19:08
באר שבע	17:42	18:32	19:10

הזמנים על פי לוח 2000 לשיטת זמני "אור החיים"

שימו לב! במוצאי שבת מחלופים לשעון חורף.
סוף זמן ברכת הלבנה ביום ראשון עד השעה 4:05 בלילה

לקראת הבחירות שיערכו ביום שלישי הקרוב, הרחוקות מתלהטות והטונים מטפסים, מי לימין ומי לשמאל. לצד זכות ההצבעה - איש כהוראת רבותיו - עלינו לזכור שלא בחיל ולא בכוח, לא מנהיג מדיוני זה ולא מפקד צבאי כזה, כי אם ברוחי אמר ה', ואין לנו עד מי להישען אלא על אבינו שבשמים.



ע"י 13

אני חיפשי שלימות.
הם חיפשו משהו אמיתי.

חיים ישראל



ע"י 6

אפילו ילד קטן
מבין שזו שטות!

המשפיע הרב שלום ארוש



ע"י 4

צריך לדעת מתי
פשוט לקום וללכת!

הרב יהונתן ענבה



ע"י 3

"כמובן שאין לתלות
בזה סיבת העיכוב!"

הראש"צ הרב יצחק יוסף



ע"י 2

איך קורה שלצדיק
גדול יש בן רשע?

המקובל הרב יוסף ביטון



"הרב, יש לי שאלה!" | זמינות 24/6 במענה ההלכה העולמי במגוון שפות | טל. 03-613-2000 | BO@tv2000.co.il



אלעד כהן בשיח אקטואלי עם
המקובל הרב יוסף ביטון מרבני 2000

צדיק, למה התפוח אצלך נפל רחוק מהעץ?

כיצד, על פי הסוד, אפשר להסביר את העובדה שלצדיקים
גדולים היו בנים רשעים שלא הלכו בדרכם, כמו ישמעאל בן
אברהם ועשו בן יצחק?

"באמת יש פה עמקות גדולה ואני אנסה להסביר עד כמה שאפשר. ברנע
שאדם הראשון אכל מעץ הדעת, עליו נאמר: "טוב ורע", התערבבו הטוב והרע
בבריאה והתחיל תהליך של זיכור ובירור. תמיד בתהליכי בירור הקליפה קודמת
לפרי, וזה מה שקרה עם אדם וחווה. הילד הראשון, קין, הגיע לשפל הכי נמוך והיה
דומה ממש לנחש הקדמוני, שכל הפסולת של כל מה שהתערבב באדם
וחווה יצא בקין. לאחר מכן הגיע הבל לעולם.

על אותו משקל בדיוק, אברהם אבינו, עמוד החסד. תפקידו לברר
את החסד. הילד הראשון שנולד לו זה ישמעאל - הקליפה שקודמת
לפרי. זה הפסולת של החסד, וזה נקרא 'חסד דקליפה', הכולל את
כל התאוות, מבלי להאריך במה שמוסר לישמעאל והוזכר בדברי
חז"ל הקדושים.

לאחר מכן יצחק אבינו, עולה תמימה, עמוד העבודה. גם הוא נדרש
שיתבררו אצלו הגבורות. והפסולת, הקליפה שקודמת לפרי, זה עשו שהוא שופך דמים, בר מינו,
עליו נאמר: "הידיים ידי עשו".

לאחר מכן מגיע יעקב, "איש תם וישר אהלים". על אותו משקל בדיוק ראינו גם כן אצל ער ואון,
הבנים הראשונים של יהודה ובת שוע. אחריהם מגיע פרץ, שממנו יוצא מלך המשיח.
מכל האמור, כשאנחנו רואים אצל צדיק שהבן שלו לא הולך בדרכו, זה לא דווקא מורה על פגם
בצדיק עצמו, חס ושלום. יש דברים עמוקים מאוד שכתב מרן הארי"ז ז"ל, שככל שהנשמה נופלת
ממקום גבוה יותר, כך ההתבטאות שלו פה בכדור הארץ בירידה גדולה יותר. וכבר אמרו חז"ל: "כל
הגדול מחברו יצרו גדול ממנו", לכן הקליפות נאחזות בנשמות גבוהות. כתוב בקבלה שאילו קין ועשו
היו מבררים את עצמם, הם היו מגיעים למדרגות גבוהות מאוד. אילו היה מוכרח הדבר שצדיק מוליד
צדיק, הייתה הבחירה נעלמת מהעולם. לכן, גם אצל ילדים של צדיקים, אף שהם נשמות גבוהות מאוד,
עדיין ניתנה להם הבחירה בין טוב לרע."

בפרשה מסופר שה' הוסיף לאברהם את האות ה' ורק אז הוא זכה שיוולד לו יצחק. מה הקשר בין הדברים?

"הגמרא אומרת (נדרים לב), שבתחילה המליך הקדוש ברוך הוא את אברהם אבינו על רמ"ג איברים
(243) ולבסוף על רמ"ח איברים (248). מה הם החמישה הנוספים? שתי העיניים, שתי האוזניים וראש
הגוף. זה בדיוק חשבון הגימטריה של אברהם, עם הוספת האות ה"א - 248.

מה הסוד הגדול הזה של הה"א? ידוע מה שאומרים המקובלים, שהה"א היא בעצם המלכות - כלי
לקבלת כל האור שמגיע מכל התשע ספירות. הזוהר הקדוש אומר שאברהם היה אב-רם. פירוש הדבר,
אב ורם. הוא היה כמו אור בלי כלי. אור שלא מוליד. ואז הקדוש ברוך הוא מוסיף לו את הה"א. הוא מוסיף
לו את הכלי, כדי שמאב-רם הוא יפוך להיות "אב המון גוים נתתי".

עולם העשייה הוא כנגד הה"א. ההולדה. שלא יהיה עקר בלי מעשים. תכלית החכמה שתבוא לידי
מעשה, כמו שאמרו רבותינו הקדושים: "כל שחכמתו מרובה ממעשיו אין חכמתו מתקיימת". לכן צריך
שהאדם ירבה בעשייה, בצדקה, בתפילה, בתורה, בחסד.

יהי רצון שנזכה לא להיות עקרים, לא בלימוד ולא במעשים, בעזרת השם. ונזכה להוליד מעשים טובים."

השידור הקבוע בחצוצא שבת בשעה 22:30. ליעוץ אישי וברכה מהרב, חייגו: 073-321-2998

חושג ביהדות

אמונת חכמים

יסוד הנגזר מהמצווה

"ועשית ככל אשר יורוך", התובע מהאדם
לציית לפסיקתם ולהדרכתם של גדולי התורה,
אף כאשר הדברים נראים כסותרים את היגיון הלב או
את השכל האנושי. חשיבות הציות למנהיגי הדור נובעת
מתוך הסתכלות על התורה כחוכמה אלוקית על-זמנית,
בעוד שעשנולו של האדם מוגבל, מוטע על ידי נטיות
הלב והזמן, ומושפע מתפיסות חזלפות. אדם
גדול בתורה זוכה לסייעתא דשמיא -
המכונה "דעת תורה".

דברים שחייבים לדעת על הגר וישמעאל

חכמינו ז"ל מגלים, כי הגר הייתה בת פרעה שניתנה
להיות שפחה בבית אברהם ושרה. לאחר עשר שנים
מביאתם לנענו, ביקשה שרה מאברהם לשאת את הגר.
היא הרתה לאברהם וילדה את ישמעאל.

מסיבות חינוכיות ורוחניות, מבקשת שרה אמנו לגרש את
הגר ואת בנה. אברהם אבינו מצר על הדבר, אך הקב"ה מורה
לו לשמוע בקול שרה.

ברנע השפל ביותר במדבר באר שבע, כשאזלו המים והגר
משליכה את הילד תחת השיחים כדי לא לחזות במותו,
מופיע מלאך ה' ומגלה לה באר מים.

על פי המדרש, באותה שעה מלאכי השרת קיסרגו וסענו
שעוהידים צאצאיו של ישמעאל להצר לישראל, ואין
להצילם. אך הקב"ה שמע את קול הנער "באשר הוא
שם". חז"ל למדו מכאן יסוד מוסרי עצום: "אין דנים את
האדם אלא לפי מעשיו של אותה שעה".

בסוף ימיו של אברהם אבינו, עשה ישמעאל
תשובה והכיר במעמדו של יצחק אבינו.

המגזין נצפה



בשמחת
ה"חלאקה"
לבנו של השגריר,
ידיד המגזין
ר' אלון משה הי"ו

צילמתם את המגזין
במקום מעניין?



שלחו לנו למייל או להספר:
058-450-2000
MAG@TV2000.CO.IL

ההקדשות של מזכי הרבים היקרים

המגזין מוקדש:

לע"נ: כרמלה בת גורני"ה, דוד בן זימבול, אברהם בן מסעודה,
דדה אנדרה ארתור בן אליז לואיזה, פנינה ולקה בת ישראל וחנה רבקה,

אברהם מרדכי בן משה יוסף ובלומה איטה, אילנה דיזי בת נעמה, עזרא בן פרחה, דוד
זוהרה קדוש, אלברט בן אבו, שלום וחנה בן אבו, ניסים בן כריה, נתן בן יונה, רותי רות בת פנינה,

דנה בת רותי רות תמזי סימן טוב פתאל בן שרה, אפרים בן מדלן, ראובן בן חנה, משה כהן בן גאולה, ישעיהו
זאב בן ישראל, ורדה בת ישראל צבי, ליטל בת גאולה, יוסף אליהו בן פרונסון, אילנה ילנה בת סולטנה, חסיבה כהן בת

עדיה | לרפואה שלימה: אביחי בן נעמי, סיון ג'וליה בת רויטל, יעקב בן בקה, שמשון בן זוהרה, ורדה שיר בת נעמה, חנה
בת טלי, מסעוד פרוספר בן שמחה, עדן בת חנה, מסודי בת חביבה, אליהו בן סולטנה, אילנה בת יפה | לברכה והצלחה: בנימין

בן פרונסון ציפורה, דוד בן רות, סילבנה בת מיסה, הילה סטלה בת סילבנה, אסתר מיכל בת אביגיל | לזיווג הנון: אורטל בת אירית, אלון
אליהו בן בדורה, חן עטרה בת סיגלית, אפרת בת חיה חווה, רפאל בן אסתר מיכל | לפרנסה בשפע ובריאות: בנימין דוד בן חנה, ניסים בן

שרה, רינה דניאלה בת שושנה | לחזרה בתשובה: דניאל אליה בן עופרה, יהונתן מאיר בן חיה חווה | לזרע בר קיימא: אילה תהילה בת חדוה, יצחק
מימון בן רינה, לירי פנינה בת רותי רות, חדוה בת יעל

להקדשת מזמינים לזיכוי הרבים עבור היקר לכם, חייגו: 073-286-6527



מו"ל: 2000 מחברים את עם ישראל

עורך: יונתן בירנבוים | עורך משנה: י. נפתלי

ביקורת: חביר ועדת הביקורת

נרפיקה ועיצוב: מחלקת הסטודיו

מרכז: 2610 * שלוחה 1 | להאזנה לפרוט: 03-378-2000

בית ההוראה מענה ההלכה: 03-613-2000

להצטרפות לנבחרת מזכי הרבים בהפצת המגזין, חייגו: 073-286-6527

להזמנת רב או רבנית לחונן בית ללא עלות, חייגו: 073-321-2992

להצטרפות לקבוצות הוואטסאפ שלנו: 058-450-2000

לקבלת המגזין במייל ולהזדהות ניתן לפנות

לכתובת המייל: MAG@TV2000.CO.IL

© כל הזכויות שמורות

האם זו הסיבה לעיכוב בזיווג?

זמן
קריאה
דק 1.5

יעשה רק על ידי צדיקים וחסידים יראי ה' שאינם עושים כן לתועלת ממון וכבוד, כמו שכתבתי בספרי ילקוט יוסף שובע שמחות (עמוד עה).

ומי"מ, כמובן שאין לתלות בזה סיבת עיכוב הנישואין, אלא להתפלל לה' יתברך אשר ברחמי המרובים לא ימנע טוב להולכים בתמים. וכבר נודע על כמה נזילים שהתחזו לחכמים וניצלו אמונה תמימה ומצוקת אנשים כדי לאסוף ממון וגרמו בעצותיהם שברון לב וכליון עיניים. והנה בזמן האחרון גם בכתובת האישה החלו לטפל כאילו הייתה קמיע שבכוחה לבטל גזירות או להצמיח ישועות ופוסלים כתובות וכותבים חדשות. ועל רבני הדור די בכל אתר ואתר לעמוד בפרץ ולמנוע מכשלה מבית ישראל, להוקיע ולהרחיק אמונות תפלות ולכוון צאן מרעיתם בדרך הישר כמצוות התורה "תמים תהיה עם ה' אלקיך", וה' יתברך לא ימנע טוב להולכים בתמים.



השידור הקבוע במוצאי שבת קודש

מה הכשר?

איזה מאגר מים בארץ
מזכיר בפרשה?

יודעים את התשובה? שלחו לנו למייל!

תשובה מהמהמין הקודם:
ברשימת העונות הסתאיים בפרשות
שמיי רואהנרשת
126
פסוקים בפרשה!הפסוק השבוע:
"למה תאמר" (ישעיה ח)

חזון יצחק

3
של החומש ה'ר'
בראשית, והשלישית
בחור הקדושה

נקודת האור | הרב עידו סממה - מרבני 2000

כשהוא הדליק את הטלפון
פרחה נשמתו...זמן
קריאה
דק 1.5

התחיל לרקוד ולשיר: "עד הנה עזרנו רחמיך!" המלווה הביט בו בתדהמה: "על מה הרב רוקד? איבדנו את הכליה!"

הביט בו רבי ראובן ואמר: "הכליה הזאת לא הייתה טובה בשבילי. אם היא הייתה טובה בשבילי - הקב"ה היה גורם לך לפתוח את הטלפון. אם לא פתחת, סימן שהיא לא הייתה שלי. אני לא יודע למה. אני לא יודע מה הסיבה. אבל אני יודע דבר אחד: אם הקב"ה לא נתן לי אותה - היא לא הייתה טובה בשבילי. אז במקום לבכות על מה שלא קיבלתי, אני רוצה להודות לו על מה שהוא כן עשה. בוא", הושיט יד למלווה, "תרקוד איתי".

זמן קצר לאחר מכן התברר שהייתה בעיה בכליה. האדם שקיבל אותה - נפטר. ואז כולם הבינו מה שהרב כבר הבין בהתחלה: מה שנראה באותו רגע כמו אסון - היה חסד. מה שנראה כמו פספוס - היה הצלה.



שנתיים הוא חיכה לרגע הזה. אבל אז, כשהרגע סוף סוף הגיע... הוא פספס אותו. רבי ראובן קרלנשטיין זצ"ל נזקק להשתלת כליה. בגלל סוג הדם הנדיר שלו, הוא המתין זמן רב עד שתימצא כליה מתאימה. לאחר שנתיים של המתנה נסע למיאמי עם מקורב שליווה אותו, שם - כך נאמר לו - סיכויים גדולים יותר למצוא כליה מתאימה.

ההוראה מבית החולים הייתה ברורה: "מהרגע שאתם נוחתים הטלפון חייב להישאר זמין, כי בכל רגע יכולה להגיע הבשורה".

והנה, דווקא ברגע הקריטי - הטלפון של המלווה היה כבוי. כשהדליק אותו, כמעט פרחה נשמתו.

הודעה מבית החולים: "נמצאה כליה מתאימה", הבהיקה הודעה מבית החולים. אבל היה כבר מאוחר מדי, והכליה ניתנה למטופל אחר.

המלווה נשבר: "רבי ראובן, בגללי הפסדנו הכל! אבל אז קרה משהו שאיש לא ציפה לו. רבי ראובן

אנחנו לא תמיד מבינים למה דלת נסגרת. למה משהו שכל כך רציני, דווקא מתרחק מאיתנו. אנחנו רואים רק את הרגע, אבל הקב"ה רואה את כל התמונה.

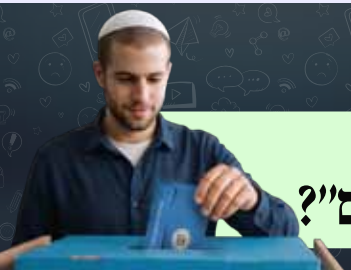
לפעמים, הדבר שאנחנו בוכים עליו היום, הוא בדיוק הדבר שעליו נודה לה' מחר. אמונה אמיתית היא לא להודות לה' רק כשהכל מסתדר אלא להודות לו גם כשהכל 'לא מסתדר'.

ניתן להזמין את הרב לחוג בית ללא עלות. חיינו: 073-321-2992



לכל שאלה, הכוונה
וייעוץ בכל תחומי ההלכה
בית ההוראה זמין עבורכם
24/6 במגוון שפות

אפס שלוש - תרגום - אלפיים
03-613-2000



הרב ישי שאלה...

אפשר לברך בקלפי
"ברוך... לשמוע בקול חכמים?"

רגע טוב לנשמה

הרב יהונתן ענבה
מנהל הוועדה הרוחנית

"רבי, אחרי כל מה שעברנו יחד... עכשיו אתה עוזב?"



הכרעה של אדם שמבין שיש דברים שעליהם אסור להתפשר. וזה אולי אחד המבחנים הגדולים ביותר של כל יהודי: לא רק לדעת מה נכון, אלא לדעת מתי צריך לבחור במה שנוכח יותר.

עלינו לעשות הכול כדי לחבר בין החיים האישיים שלנו לעבודת השם. לא לברוח מהחיים, אלא לרומם אותם. לא לוותר על המשפחה, אלא להפוך אותה לחלק מעבודת השם. לא להתנתק מהעולם, אלא לדעת כיצד להיות בתוכו בלי שהעולם ינתק אותנו מהקדושה. אבל כאשר מגיע רגע שבו נדרשת הכרעה, עלינו לזכור: הרצון שלי חשוב, אבל רצון השם הוא הקובע!

ומי שמוכן, מתוך אמונה וביטחון, להעמיד את רצון השם בראש סדר העדיפויות, יגלה בסופו של דבר שהוא המנצח הגדול. כי כאשר אדם מוותר לשם שמים, הקב"ה יודע להשיב לו במקום אחר, בזמן אחר ובשפע גדול יותר.

עשה את ההשתדלות. חבר בין הרצון שלך לרצון הבורא. אבל לעולם אל תשכח מהו העיקר.

כי אין ויתור לשם שמים שהולך לאיבוד.

שבת שלום!

השידור הקבוע ביום רביעי בשעה 21:00.

ניתן להזמין את הרב לחוג בית ללא עלות. חייגו: 073-321-2992

יש רגעים בחיים שבהם האדם נדרש לעצור לרגע את המרוץ, ולהביט על חייו בפרספקטיבה אחרת. הוא מגלה בתוכו עולם שלם של רצונות: משפחה, חברים, נוחות, שאיפות, הרגלים והנאות. ומנגד - עבודת השם, רצון השם, התורה, המצוות והחיים הרוחניים.

כל עוד הדברים משתלבים זה בזה הכל פשוט. השאלה האמיתית מתחילה דווקא כאשר נוצר פרדוקס: מה קורה כשהרצון שלי מתנגש עם רצון הבורא? אברהם אבינו מלמד אותנו יסוד עצום: לוט לא היה אדם זה.

הוא היה אחיינו ואח אשתו. אדם שאברהם לקח תחת חסותו ונידלו במשך שנים - "אנשים אחים אנחנו". עם זאת, כאשר אברהם רואה שהקרבה ללוט מסכנת את עולמו הרוחני, הוא מבקש: "הפך נא מעלי".

אברהם אינו שונא את לוט. הוא לא רב איתו ולא מבקש לפגוע בו. הוא פשוט מבין שכדי לשמור על השלמות הרוחנית שהשיג, צריך לדעת גם להתרחק.

האחדות היא מעלה עצומה, אך יש מצבים שבהם האחדות עצמה הופכת לניסיון.

זוהי בדיוק מה שהתורה מלמדת: "איש אמו ואביו תיראו ואת שבתותי תשמרו, אני השם". כיבוד

הוא מבקש: "הפך נא מעלי".

אברהם אינו שונא את לוט. הוא לא רב איתו ולא מבקש לפגוע בו. הוא פשוט מבין שכדי לשמור על השלמות הרוחנית שהשיג, צריך לדעת גם להתרחק.

האחדות היא מעלה עצומה, אך יש מצבים שבהם האחדות עצמה הופכת לניסיון.

זוהי בדיוק מה שהתורה מלמדת: "איש אמו ואביו תיראו ואת שבתותי תשמרו, אני השם". כיבוד

הוא מבקש: "הפך נא מעלי".

אברהם אינו שונא את לוט. הוא לא רב איתו ולא מבקש לפגוע בו. הוא פשוט מבין שכדי לשמור על השלמות הרוחנית שהשיג, צריך לדעת גם להתרחק.

האחדות היא מעלה עצומה, אך יש מצבים שבהם האחדות עצמה הופכת לניסיון.

זוהי בדיוק מה שהתורה מלמדת: "איש אמו ואביו תיראו ואת שבתותי תשמרו, אני השם". כיבוד

הוא מבקש: "הפך נא מעלי".

אברהם אינו שונא את לוט. הוא לא רב איתו ולא מבקש לפגוע בו. הוא פשוט מבין שכדי לשמור על השלמות הרוחנית שהשיג, צריך לדעת גם להתרחק.

האחדות היא מעלה עצומה, אך יש מצבים שבהם האחדות עצמה הופכת לניסיון.

זוהי בדיוק מה שהתורה מלמדת: "איש אמו ואביו תיראו ואת שבתותי תשמרו, אני השם". כיבוד

הוא מבקש: "הפך נא מעלי".

אברהם אינו שונא את לוט. הוא לא רב איתו ולא מבקש לפגוע בו. הוא פשוט מבין שכדי לשמור על השלמות הרוחנית שהשיג, צריך לדעת גם להתרחק.

האחדות היא מעלה עצומה, אך יש מצבים שבהם האחדות עצמה הופכת לניסיון.

זוהי בדיוק מה שהתורה מלמדת: "איש אמו ואביו תיראו ואת שבתותי תשמרו, אני השם". כיבוד

הוא מבקש: "הפך נא מעלי".

מעל המזל | הרב מנחם וייס - מומחה עולמי למזלות - מרבני 2000

להיות מעל הכוכבים!



הקיצוניות השולטת אצל בני ובנות מזל עקרב, מרתיעה רבים מתוכנו מהתקשרות עם בני המזל.

עקרב נגזר משורש 'קרב', וגם משורש קירוב. הם קיצוניים וחצויים בהגדרות ברורות: מסורים לאוהבים ונלחמים בשונאים. לבני מזל עקרב יש חושים מחודדים ואינטואיציה גבוהה. הם לא שוכחים ומתקשים לסלוח. בהכוונה מקצועית הם יתאימו כנראה, בין היתר, לתחום הפסיכולוגיה, עבודה סוציאלית, אימון אישי, טיפול רגשי, וכל מה שקשור לנפש האדם.

ישראל מעל המזל

בפרשתנו, פרק ט"ו פסוק ב'-ג', אומר אברהם: "מה תתן לי ואנכי הולך ערירי... הן לי

לא נתתה זרע". ובפסוק ד' נאמרת תשובת הקב"ה: "והנה דבר יהיה אליך לאמר לא ירשך זה כי אם אֶשֶׁר יֵצֵא מִמֶּעֶיךָ הוּא יִרְשֶׁךָ. וַיֵּצֵא אֹתוֹ הַחוּצָה וַיֹּאמֶר הֲבֵט נָא הַשָּׁמַיְמָה וספר הכוכבים

אם תוכל לספר אתם ויאמר לו כה יהיה זרעך". ובפסוק ו' מעיד הכתוב על אברהם אבינו: "והאֶמֶן בָּה' וַיִּחְשְׁבֶהָ לוֹ צֶדֶקָה". רש"י מביא מחז"ל את הדו-שיח בין אברהם אבינו לה': לפי מפת הכוכבים, אומר אברהם



מתי להתחיל להתכונן לשבת?

אם ענין כמה יקרה היא השבת, ענין מדוע עלינו להתכונן כל כך לקראת בואה. כתוב: "בכך נרוץ לקראתך". "בכך" ולא "לכך". כי המילה "בכך" היא בגימטריה 72. ללמדנו, עשונות ושתיים שעות קודם השבת נבר צריך להתחיל להתכונן לקראת בואה. ומצאנו רמז נוסף לזה במזמור של יום רביעי, המסתיים במילים: "לכו נרננה לה' נריעה לצור ישענו" - מה שמזכיר לנו להתכונן לקראת שבת.

להקב"ה, אין אני עתיד להוליד ילדים.

והקב"ה משיבו: אעלה אותך מעל כיפת השמים ומעל הכוכבים.

זה הסוד הנצחי - ישראל מעל

המזל. ישראל משנים את המזל.

ישראל שולטים במזל. ע"י האמונה

התמימה של אברהם אבינו שלא ביקש

אות וסימן, רק שאל באיזו זכות הוא ניצח את

המזל. זה לבד כבר נחשב לו לצדקה.

ניתן להזמין את הרב לחוג בית ללא עלות. חייגו: 073-321-2992

ממתק לשבת - הרב נתן פוקסבורג - מנהל ת"ת בוסטון



זמן קריאה דק' 0.5

במקרה כזה כולם נחשבים חולים



זמן קריאה: 1.5 דק'

סיכור לשבת

הרב אסי עדני - מרבני 2000



"עשיתי כמה צעדים, ופתאום... פיצוץ אדיר!"

"כבוד הרב", אמר תלמיד לרבו, "אני יודע שהקדוש ברוך הוא תמיד אוהב אותי". "איך אתה יודע?", התעניין הרב, והתלמיד, שהתגורר בלונדון, החל לספר: "היה לי טיפול שהייתי חייב לעבור בכל יום שלישי בשעה 9:00 בבוקר. מדי שבוע, הייתי יוצא שעה קודם, עולה על הרכבת של 8:00 ומגיע בזמן. יום אחד עליתי לרכבת, התיישבתי ונרדמתי. פתאום שמעתי את הכרוז: 'אנחנו מגיעים לתחנה...'. השעון שלי הראה על השעה 8:30.

אמרתי לעצמי: 'יש עוד חצי שעה עד הטיפול. ארד כאן, אקנה לי קרואסון מהמאפייה, אחר כך אקח רכבת נוספת'. ואכן, ירדתי מהרכבת, עשיתי כמה צעדים, ופתאום... בום! פיצוץ אדיר! הסתכלתי לכיוון הרכבת שהרגע ירדתי ממנה, והבנתי: אם הייתי נשאר עליה... ידעתי שההורים שלי דואגים לי. הוצאתי את הטלפון כדי להתקשר, אבל לא הייתה קליטה. לקח לי בערך שתיים וחצי להגיע הביתה. פתחתי את הדלת, ואני רואה את אבא ואמא שלי בוכים. כשהם ראו אותי, הם קפצו עליי בחיבוקים ובנשיקות. 'אתה חי?! איך?!' סיפרתי להם שירדתי מהרכבת בשעה שמונה וחצי, ורגע לאחר מכן אירע הפיצוץ. 'מה שמונה וחצי, לא יכול להיות', הם הסתכלו אחד על השני ואז עליי: 'הרי הפיגוע קרה בדיוק בשעה עשרה לתשע'. הם החלו לחפש אחר הדיווחים מהאירוע, ואכן הם צדקו. השעה הייתה 8:50.

הסתכלתי על השעון שלי ונדהמתי לראות את השעה 8:30. השעון שלי פשוט התקלקל ועמד על השעה הזו. אם השעון היה ממשיך לעבוד... אם המחוגים היו זזים כרגיל... אני בכלל לא הייתי יורד מהרכבת". התלמיד לקח נשימה עמוקה. "מאז אותו יום, בכל פעם שקשה לי, או כשאני עובר ניסיון, אני מוציא את השעון הזה, רואה את המחוגים תקועים על השעה 8:30, ונזכר: אם הקדוש ברוך הוא דאג לעצור לי את השעון בדיוק בזמן כדי להציל אותי, איך אני יכול לחשוב שהוא לא אוהב אותי?"

לא תמיד אנחנו מבינים למה דברים קורים, אבל דבר אחד אנחנו חייבים לזכור: גם כשהשעון שלנו נעצר - הקדוש ברוך הוא לא עוצר לרגע משמירת והגנתו עלינו. עיניו תמיד פקוחות וכל מה שקורה הוא רק לטובתנו.

הצצה לעשייה

"בבריתו של אברהם אבינו": למה מן שליט"א נרעש ונוגש?



המקובל הצדיק חכם נסים בן שמעון שליט"א בשיחה עם כתב השטח, ישי דריקס

את הרגע הזה הם לא ישכחו לעולם! איש ראיונות השטח של הארגון, **ישי דריקס**, קיבל את האישור המיוחד לערוך שיחה מצולמת במעונו של מרן הגאון המקובל **חכם נסים בן שמעון שליט"א**. מרן שליט"א פשוט מסיט את כל סדר יומו הצידה, כולל את עשרות הממתנים מחוץ לדלתו - מי בבקשת עצה ומי לברכה, מתיישב אל מול המצלמה ומשיב במאור פנים. ואז, ברע אחד לבבי ומיוחד, קולטות עיניו הקדושות של מרן שליט"א את האיש שמאחורי המצלמה, **ר' מיכאל ריידה**, צלם השטח שלנו, שחזותו מעידה על יראתו ורוממות נפשו. מרן עוצר לרגע, מתעניין אודותיו, ושומע ממנו את סיפור חייו, כמי שעלה מרוסיה - מבית שלא הייתה בו טיפת לחלוחית של יהדות, עשה לבדו מסע מטלטל להכרת בורא העולם, והכניס את עצמו בגיל 40! - בגבורה יהודית עילאית - בבריתו של אברהם אבינו. מרן שליט"א נרגש ונרעש. הוא פונה לפתע אל ישי המראיין ומבקש להתמקד בפניה אחרת של החדר: "תסובב את המצלמה, יש שם איש קדוש". לאחר רגע בו מחה דמעה קדושה מזווית עינו, הפטיר: "איזה עם קדוש... אלו בנים קדושים של השם יתברך..."



"איש קדוש". צלם המערכת, ר' מיכאל ריידה הי"ד, בבית מרן שליט"א

אני גר בבניין מעורב ביירים יהודים וגויים. לפעמים קורה שבשבת השכן הגוי עולה ומדליק את האור במדרגות. האם מותר לי ליהנות מהאור?

?

אם הגוי הדליק בשביל עצמו, כגון שירד מהבית לרחוב, או עולה מהרחוב לביתו, ואתה נהנה בדרך אגב - מותר. אבל אם הדליק בשבילך, או בשבילו ובשבילך, אסור. כלומר, אסור לך ליהנות מהאור, אבל מותר לך ללכת בחדר מדרגות.

!

אם יהודי שאינו שומר תורה ומצוות הדליק, רחמנא ליציל, את האור בחדר המדרגות, לעצמו או בשבילי, האם מותר לי ליהנות מהאור?

?

אפילו אם הדליק לצורכו אסור לך ליהנות ממלאכת שבת, וכ"ש אם הדליק בשבילך שאסור לך ליהנות מזה.

!

בבניין שלנו מתגורר יהודי מבוגר מאוד שמתנייד רק על ידי כיסא גלגלים. כאשר הגוי שמלווה אותו מדליק בשבילו את האור בחדר המדרגות - מותר לי ליהנות ממנו?

?

מותר, כיון שהוא הדליק לצורך חולה [הזקן מוגדר 'חולה שאין בו סכנה'] מותר לבריא ליהנות, וגם הרי הוא הדליק לצורך עצמו שהוא יוכל ללכת בקלות.

!

שכחנו להדליק את החימום לפני שבת וקר לנו מאוד, האם מותר לומר לגוי להדליק את החימום?

?

אם יש בבית קטנים, או חולים, או זקנים - מותר לכתחילה לומר לגוי להדליק את החימום. ואפילו אם אין קטן, כיון שאמרו חז"ל "כולם חולים אצל הקור", ויש חשש שעל ידי הקור יחלה הבריא, מותר לומר לגוי להדליק את החימום שחלילה לא יחלה.

!

אני רואה כל שבת ילדים שבאים לינה ומפוררים לחם לציפורים, האם דבר זה מותר מצד חסד עם בעלי החיים?

?

יש להסביר להם כי על פי ההלכה אין נותנים מזונות בשבת לפני כל בעל חיים שאינו שלו, משום טרחה שלא לצורך האסורה בשבת. ואולם, מותר להניח שיירי מאכל שרוצה בלא הכי לזרקה, ליד פח האשפה, אף שבעלי החיים יאכלו מאותם שייריים, שהרי אינו טורח במיוחד עבורם. אמנם, אם נמצא במקום שבעלי החיים אינם מוצאים מזון והם מצטערים מרעב, מותר ליתן לפניהם להדיא שיירי מזון וכדומה.

!



ניתן לפנות אלינו במגוון שפות | 24/6
BO@tv2000.co.il | 03-613-2000

הקול שלהם משפיע!

להתחבר ולהתחזק עם מיטב הרבנים והמרצים של 2000 בפורטל התוכן היהודי הגדול בעולם

שמרו את המספר:
03-378-2000

חפשו: 2000 LIVE

שם האדם

הרב שמשון כוקס
מומחה עולמי לשם האדם
מרבני 2000



עדיין מצפים לילד? אולי זו הסיבה...

זמן קריאה: 1 דק'

הוספת האות ה' לשמותיהם של אברהם ושרי לא הייתה עניין סמנטי או קוסמטי בלבד. חז"ל מגלים לנו שהקדוש ברוך הוא נטל את האות ה', האות שבה נברא העולם הזה ("בהבראם" - בה' בראם), ושיל אתה בתוך זהותם. הוספת האות הזו הייתה הרחבה פיזית ורוחנית של צינורות השפע שלהם, והיא זו ששינתה עבורם את חוקי הטבע. אמא מודאגת סיפרה לי כי בתה נשואה כבר תקופה ארוכה, והם עדיין מצפים ומייחלים לילד שימלא את הבית באור. פנית אל האם ושאלתי אותה שאלה פשוטה לכאורה: "איך אתם קוראים לבת שלכם ביומיום?"

האם הביטה בי מופתעת וענתה: "שמה הוא יהודית" שאלתי שוב: "יהודית? כך אתם קוראים לה בבית?" כאן היא עצרה, חשבה רגע ואמרה: "נו, אתה יודע איך זה, בגלל הסלנג והדיבור המהיר ביומיום כולם קוראים לה 'יודית'. באותו רגע הרגשתי תחושת בהירות רוחנית עצומה. האות ה', אות הבריאה, אות הפריין, האות שבלעדיה אברהם ושרה לא יכלו להביא חיים לעולם - פשוט נשמטה ונמחקה משמה של הבת בשל הרגל. במקום לקרוא לה בשמה המלא והקדוש, הם צמצמו את השם וגרעו ממנו את כוח ההולדה. הם לקחו את המשימה הזו ברצינות, וכעבור 11 חודשים בלבד מאותו מפגש, זכיתי לקבל את הטלפון המרגש שהודיע לי על ברית המילה.

לפעמים אנו נוטים לזלזל בכינויי חיבה, בקיצורי שמות או בסלנג יומיומי. אנו חושבים שזה "רק קיצור נוח". אך פרשתנו מזכירה לנו שלכל אות יש משקל, לכל הגייה יש משמעות, ואות אחת קטנה יכולה להיות ההבדל בין חסימה לבין ישועה.

השדור הקבוע ביום ראשון בשעה 21:00

ניתן להזמין את הרב לחוג בית ללא עלות - חייגו 073-321-2992
לייעוץ אישי והכוונה בענייני שם האדם ע"פ חז"ל וברכה מהרב, חייגו: 073-321-2996

בגן האמונה

המשפיע הרב שלום ארוש



היית מאמין בפסל שאתה עצמן יצרת?

זמן קריאה: 1 דק'

העזרה, ואת כל ההשפעות מהבורא שהוא כולו טוב, וכולו אהבה אליו.

שואלים אותי, איך באמת אנשים רציניים כביכול נפלו לשטות הזו של עבודה זרה ואמונה בפסלים שהם עצמם יצרו? הרי אפילו ילד קטן מבין שזו שטות? מה באמת קרה פה?

ובאמת, לפני שאני עונה על זה, צריך לזכור שכל התאוות הן שטויות. בואו ניקח אפילו דבר כמו כעס, הרי זה סתם שטויות, מה אתה כועס? על מה אתה כועס?

או תאוות אכילה, מה זה? בשביל מה? בנאדם מרגיש טיפה טעם בפה, אז מה? הכל זה שטויות.

אז גם זה שטויות, רק שהיה באותו זמן יצר הרע כזה. ידוע שיצר הרע יש לו כח המדמה. אז שהיה יצר הרע כזה, באמת הדמיון התגבר על השכל. נכון שזה מצחיק, אבל באותה מידה תיקח את עצמך עם התאוות שאתה מתמודד איתן ומתבלבל מהן, גם כן יש צדיקים שיכולים לצחוק עליך שאתה מתרגש מהשטויות האלו, מתבלבל ועושה מהן עניין.

”
**איך באמת
אנשים רציניים
כניכול נפלו
לשטות הזו של
עבודה זרה?**“



אברהם אבינו, הראשון שהכיר את בורא העולם, הוא הדמות והדוגמא שצריכה להיות לכל אחד מאיתנו. הוא נולד לאבא שהיה מאמין בכל מיני עבודה זרה, וכל העולם היה שרוי בחושך גדול מאוד. אבל אברהם אבינו חיפש מה האמת של העולם הזה. הוא הבין שאם יש 'בירה' (ארמון) אז חייב להיות שיש גם 'בעל הבירה'.

כמו כן, האמונה שאנחנו מאמינים בבורא עולם, אם היא בלי שכל אדם יכול ליפול ממנה בקלות.

לכן, נכון שאמונה זה לא דבר שאתה יכול להוכיח אותו בצורה ישירה. אבל אתה יכול להוכיח שכל דבר בעולם זה לא - חוץ מהאמונה. למרות שאת האמונה האמיתית, ברוך ה', זוכים לראות עין בעין. כי מי שמתפלל, רואה עין בעין שהבורא הוא בעל הבית של העולם הזה.

החיים הטובים זה כשאדם זוכה להיות דבוק בבעל הבית של העולם, שהוא כולו טוב - אז נהיים לו חיים טובים כי יש לו את

המוח היהודי

אפליה מתוקנת

כאשר מומחים למוזיקה ניסו לתעד תרבויות שירה שבעל פה, הם נחלקו במחצית: השיטה הקלאסית לא הצליחה לקלוט תפילות יהודיות עתיקות מעדות המזרח, שירה ומקאמים ערביים. זאת, משום שהמוזיקה הערבית-מזרחית מכילה רבעי טונים וסלסולים ששום חזן לא יכול היה לתאר. בשנות ה-50, שתי חוקרות מהארץ סירבו לתח לצלילים הללו להישכח, והבינו שחלוקת התווים המערבית דורשת מודל ניתוח מדעי חדש לחלוטין. כך הומצא המלוגרף הירושלמי.

במקום לנסות "להכריח" את צליל השירה להיכנס למשבצת של חזן בודד, המלוגרף החדש קלט את אות האודיו, הפיק את חזן היסוד של הקול, והפך אותו לרישום גרפי רציף על גבי סרט נייר נע. המכשיר צייר את כל תנועות הקול, המעברים הזעירים בין הטונים והקישוטים הווקאליים, והעניק ייצוג חזותי למוזיקה שנמכרת ולא הייתה קיימת עבורה שפת רישום מתאימה.

כוחה של מילה | הרב שמואל ממן - מרבני 2000

ביקורת לגיטימית או רכילות צהובה?



זמן קריאה: 1 דק'

אבי, כתב בעיתון מקומי, תפס מועמד בכיר בתנועה מביתה ומרושלת במהלך סיור שטח. במקום להתמקד במצע המדיני של המועמד, בחר אבי לפרסם את התמונה בעמוד השער של העיתון עם הכותרת: "כך נראה המנהיג שלכם". התמונה הציגה את המועמד באור נלעג, והוא ספג קיתונות של בוז ברחוב. אבי הרגיש שעשה עבודת קודש. "חשפתי את האמת על האיש", אמר בגאווה.

שאלה: האם העובדה שאדם הוא איש ציבור מתירה לעיתונאי לפרסם תמונה שנועדה אך ורק להציג את האדם באור מגוחך ומבזה?

תשובה: איסור "להלבנת פנים" אינו פוסק בגלל שמישהו בחר להיות איש ציבור. ביקורת עיתונאית לגיטימית חייבת לעסוק במעשים, בתוכניות או בהחלטות הנוגעות לציבור, ולא באנשים פרטיים.

הלכה: פרסום תמונה (בכל דרך שהיא) שכל מטרתה להלעין, להשפיל ולפגוע בכבודו של אדם - נחשב ללשון הרע ולעבירה חמורה. העיתונאי מחויב להלכות לשון הרע בדיוק כמו כל אדם אחר. "תועלת" ציבורית אינה רישיון להשפלה אישית. אם המטרה היא רק להגחך - זהו איסור גמור.

המדבר לשון הרע עובר על 17 לאווין, 14 עשין ו3 ארורין.

להתייעצות עם הרב בהלכות לשון הרע, חייגו: 03-613-2000 שילוחה 10. השדור הקבוע ביום ראשון בשעה 13:00

"אם אני אגיד שלא קשה לי, זו לא תהיה האמת... יש רגעים קשים, ויש רגעים קשים יותר"



זמן
קריאה:
דק 3.5

יחנות דדון - מניש בכיר ב-2000

סיפור אישי

הראייה הולכת ונעלמת, הספרים כבר לא נפתחים בקלות, וכל שעת לימוד דורשת מאבק. מול מחלה תורשתית שהולכת ומחלישה את ראייתו, יצחק ענתבי ממשיך להילחם על הדבר היקר לו מכל: עוד דף גמרא, עוד שיעור, עוד תורה. שיעור מטלטל באמונה, התמדה וכוח רצון * פחות אור בעיניים, הרבה יותר אור בלב

בליל שבועות: "מי שקורא תיקון רוצה להספיק את התיקון", הוא אומר. "יש אנשים שמסביבי קוראים ולומדים כל הלילה, ואני צריך למצוא משהו שיהיה איתי".

הוא לא מתכחש לפער. אבל גם לא נותן לפער להפוך לווייתור.

ואולי דווקא כאן נמצא השיעור הגדול שיצחק מעניק לכל מי ששומע אותו: לא צריך לחכות שהתנאים יהיו מושלמים. לא צריך להמתין לרגע שבו הכל יסתדר. צריך פשוט להתחיל עם מה שיש. יצחק עושה את החלק שלו. מתאמץ, מחפש חברותא, נעזר בטכנולוגיה, מבקש עזרה וממשיך להתפלל. הוא מאמין שהקב"ה יעשה את שלו. "השם אומר: 'עשו אתם את שלכם, ואני אעשה את שלי'. אני עושה את שלי ומשתדל. ואני מתפלל שהשם יעשה את שלו ויזכה אותי עוד ועוד שנים ללמוד".

"אל תתייאשו"

בסופו של דבר, המסר של יצחק אינו מופנה רק לאנשים שמתמודדים עם קושי רפואי. הוא פונה לכל מי שיש לו חלום שנראה רחוק. לכל מי שמרגיש שהדרך שלו קשה יותר משל אחרים. לכל מי שמסתכל ימינה ושואל את עצמו איך כולם מצליחים, ורק הוא מתקשה. "אל תתייאשו", הוא מבקש. "תנסו. העיקר זה הרצון".

לפעמים אנחנו מודדים הצלחה לפי התוצאה. כמה למדתי, כמה הספקתי, כמה דפים עברתי, כמה פעמים הצלחתי. אבל הקב"ה רואה גם את המאמץ. את האדם שלא ויתר. את מי שהדרך שלו קשה יותר - ובכל זאת פתח את הספר. את מי שלא יכול ללמוד כמו כולם, אבל רוצה ללמוד כמו כולם. "תרצו קדושה", מקשים אותו יצחק. "תרצו את עבודת ה'. השם איתכם, והשם ימציא לכם את מה שאתם צריכים".

העיניים של יצחק אולי אינן רואות עוד כפי שראו פעם. אבל האור עדיין שם.

יש מלחמות שמתנהלות בשקט, בתוך אדם אחד, בלי אזעקות אימה, בלי פיצוצים מרעידים, ובעצם - בלי שאף אחד כמעט מבחין בהן. בכל יום מחדש יוצא יצחק ענתבי למלחמה כזאת.

העולם שהוא רואה הולך ונעשה קשה יותר לפיענוח. אותיות שפעם היו ברורות, ספר שאפשר היה לפתוח בכל מקום, קריאה פשוטה שאינה דורשת מאמץ - כל אלה הפכו עבורו למשימה מורכבת, לעתים אף בלתי אפשרית.

אבל דווקא במקום שבו משרו בעולם החיצוני שלו הלך ונחלש, יש דבר אחד שדווקא הלך והתחזק: הקשר שלו עם התורה.

"אני רוצה עוד ללמוד", מצהיר יצחק. "אני רוצה עוד תורה".

"פעם הייתי פשוט פותח ספר"

יצחק, בן 46, מתמודד עם 'רטיניטיס פיגמנטוזה' - מחלה תורשתית של הרשתית, שהחלה להשפיע על ראייתו כבר בגיל 16.

בהתחלה הייתה זו הידרדרות קלה. עם השנים, הקושי הלך והתגבר. "היום אני לא מצליח לפתוח ספר פשוט באמצע היום

ולקרוא", הוא משתף. "אני יכול ללמוד ברוך השם, אבל אני צריך עזרה של מכשיר TMS - עזר טכנולוגי לכבדי ראייה".

ה-TMS מאפשר לו להניח את הספר על משטח מיוחד, להשתמש במצלמה, ולקרוא את הטקסט המוגדל דרך מסך. מה שאדם אחר עושה בתנועה כמעט אוטומטית - פותח ספר ומתחיל ללמוד, דורש מיצחק הכנה, ריכוז וסבלנות. ובכל זאת, הוא ממשיך.

"אני לא רוצה לוותר"

יצחק אינו מנסה להציג מציאות ורודה שאינה קיימת.

"אם אני אגיד שלא קשה לי, זו לא תהיה האמת", הוא אומר בכנות. "יש רגעים קשים, ויש רגעים קשים יותר". אבל בתוך הקושי הזה יש גם תקווה.

"אני רוצה עוד ללמוד, ה'. אני רוצה עוד תורה", הוא מתפלל. "זכה אותי בעוד אפשרות ללמוד. זכה להיות כמו רוב בני האדם שלומדים ואוהבים תורה. זכה אותי עוד לאהוב תורה ועוד להפיץ תורה". וזוהי אולי הנקודה המטלטלת ביותר בסיפור שלו. הבקשה שלו אינה רק שיתרפא. הוא מבקש בראש ובראשונה שיוכל להמשיך ללמוד. וכשהעיניים מתקשות לראות, הוא מבקש מהקב"ה שהלב ימשיך לראות את הדבר החשוב באמת.

גם בשבת מוצאים דרך

הקושי מתחדד במיוחד בשבתות. בימות החול יש לו את המכשיר שעוזר לו ללמוד. בשבת הוא אינו יכול להשתמש בו, ואז מתחדדת ההרגשה שהוא אינו יכול לעשות את מה שאחרים עושים בפשטות.

אם אתם יכולים לשבת בבית המדרש ולפתוח גמרא, לקרוא, לעבור מדף לדף, מרש"י לתוספות, ולהעביר כמה שעות רוחניות ברציפות, הרי שיצחק צריך דרך אחרת.

הוא מחפש חברותא.

לפעמים זה משהו מבית הכנסת. לפעמים אחד הילדים. ולפעמים הוא פשוט מתיישב להאזין לשיעור שמתקיים באותו רגע.

והוא מוסיף דוגמא מהקושי



האור עדיין שם.
יצחק ענתבי

יש לכם סיפור מעניין? שתפו אותנו במייל: MAG@TV2000.CO.IL



לשריין
תאריך
חייגו כעת
או סרקו:

שלוחה 1

073-321-2992

גם אני בוחר בחיים!

חוגי בית עם מיטב רבני ורבניות 2000 שיניסו
לביתך אווירה של שמחה, קדושה והתרוממות רוח



מתחברים

אימרת צור - משפיען מצוות 2000



הוא הרגיש שבורא עולם זקן אותו...

לידי ביטוי. הוא גם מרוויח הרבה יותר ממה שיכול היה לדמיין בעבודה הקודמת. די ברור שאם לא היו מפטרים אותו הוא כנראה היה נשאר באותה עבודה, בלי לדעת כמה פוטנציאל יש לו להצליח במקום אחר.

וכמה זה רלוונטי לכל אחד מאיתנו... כולנו חווים קשיים, התמודדויות ומשברים. באותו הרגע זה באמת מרגיש נורא, אבל דווקא בעיצומו של המשבר, תנסו רגע להבין שאולי הקב"ה מסמן לכם שהגיע הזמן לעלות מדרגה, ועכשיו זה השלב בחיים שאתם צריכים לתת צ'אנס להזדמנות חדשה.

הציווי האלוני לאברהם אבינו - "לך לך", מהדהד עד היום אצל בניו. אל תחששו ללכת, גם אם זה אל הלא נודע. אני איתכם. רק טוב יצא לכם מזה!

לפעמים מגיע לחיינו משבר ממקום לא צפוי ואנחנו עלולים להרגיש שחבר עלינו עולמנו. ככה בדיוק, ללא הודעה מוקדמת, הודיעו לחבר טוב שלי שפיטרו אותו מהעבודה דווקא בתקופה בה נולד לו ילד, והוא הרגיש גם ככה את דוחק הפרנסה.

הוא פשוט לא ידע מה לעשות. הוא הרגיש שבורא עולם זרק אותו ונתן לו ניסיון שהוא לא יכול לעמוד בו. שמעתי בקולו כמה שהוא מרגיש אבוד. ייעצתי לו לא לאבד את התקווה, ולזכור שה' אוהב אותו. "אם זה קרה זה בטוח לטובה", ניסיתי את הנוסחה הוותיקה והמנוסה.

עברו כמה שנים מאז. כיום החבר הזה נמצא בעבודה הרבה יותר טובה ובמקום שהוא מביא את עצמו

זמן קריאה: 1 דק'

בגובה העיניים

דולב דוידוביץ - איש תקשורת מצוות 2000



זהו, נבר מיצית?

"בוא נרד רגע לעשות סיבוב, הבאתי את הטסלה החדשה".

"וואו, תתחדש! נו, ואיך זה?"

"תשמע, רגיל לגמרי. האמת, כבר בדרך חזרה מהסוכנות הרגשתי סוג של נפילת מתח מטורפת, אתה יודע... כמו כל דבר בחיים".

גם אתם בטח מכירים את רגע דעיכת האדרנלין הזה. חוקר המוח מאוניברסיטת סטנפורד, הפרופסור, יליד הודו, באבא שיב, הוכיח בניסוי FMRI (סורק מוח המציג פעילות עצבית בזמן אמת), כי אזורי הסיפוק במוח גדלקים בעוצמה מקסימלית לא בזמן החוויה, אלא דווקא ברגע של הציפייה אליה. התודעה האנושית לא מתוכנתת להפיק אושר ממה שיש לה, אלא מההשתוקקות למה שאין לה.

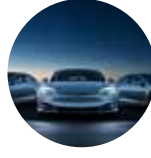
רגע, אז למה הקב"ה יצר מנגנון פסיכולוגי מוזר כזה, שבו ההישג תמיד מביא איתו מיצוי מהיר וחורים גדולים של חוסר?

את ההסבר לכך חושף גאון המחשבה מרן החזון איש זיע"א, בספרו

"אמונה וביטחון" (פרק א'), שם הוא מסביר כי מהות נפש האדם שואפת לתענוג רוחני ומושכל. חפץ נשמי פשוט אינו מסוגל למלא את כלי הקיבול של הנשמה.

כאן טמון העומק של התובנה: המיצוי המהיר הוא לא באג, הוא תמרור אזהרה שמזכיר לנו שאנחנו גדולים יותר מהחומר. אלוקים לא ברא את החומר משעמם כדי שנתנזר ממנו, אלא כדי שנבין שחומר לבדו לא מחזיק מעמד. רק כאשר יוצקים רוח בחומר, ההנאה אינה בוגדת.

שואפים חומרי? מצפים למשהו נשמי? לטובתכם ולנהנתכם המושלמת, חשבו איך אתם מפיחים רוח בחומר!



זמן קריאה: 1 דק'

סולה אמיתית - הרב עמנואל מזרחי - מרבי 2000

מזמורים להצלחה

דבר מדהים מצאתי נחוב בספר "נוצר חסד": לו עמי שומעים לי בעקבצא דמשיחא, היו שוקדים כל ימיהם ללימוד ספר הזוהר והתיקונים, וע"י כך היו מבטלים את כל הגזרות הרעות וממשיכים שפע ואור, בני, חיי, מזוני, וכל חיות האיש הישראלי תלוי בספר הזוהר.

השירור הקבוע ביום שני בשעה 21:00
לייעוץ אישי וברכה מהרב,
חיינו: 073-321-2995



חנוך לנער | הרב דניאל אוהיון - מומחה עולמי לחינוך ילדים - מרבי 2000

ואז התברר שהנער הכין הפטרה של שבת אחרת...



הכללים, אך אנו יכולים ללמוד לשאול: האם הילד מרגיש שאנו רואים רק את השורה התחתונה, או שמא אנו מעריכים גם את הדרך שעשה? ילד שהשתדל ובכל זאת לא הצליח זקוק למילה שמכירה במאמץ שלו. דווקא אז ניתן ללמדו כיצד לצמוח מתוך הטעות מבלי שהכישלון יגדיר את זהותו.

הרב לא הסתפק בעצה מרחוק, אלא טרח להגיע בעצמו למקום. בכך המחיש עד כמה חשובה בעיניו מניעת עוגמת נפש מנער צעיר.

בחניון - התוצאה חשובה, אבל גם הדרך. כשילד יודע שרואים את המאמץ שלו, קל לו יותר לקום מטעות ולהמשיך לצמוח.

את ההפטרה שאותה הכין. כדי לוודא שהדבר יעשה בלי קושי, הודיע הרב שהוא עצמו יגיע להתפלל באותו מניין.

ואכן, בשבת הגיע רבי שלמה זלמן לבית הכנסת ודאג שהנער יקרא את ההפטרה שעליה עמל. נוכחותו של הרב אויערבך בתפילה מנעה מחלוקות ואי נעימויות.

בעולם החניון יש הרבה מבחנים של תוצאה: הצליח או לא הצליח, ידע או לא ידע, קיבל ציון גבוה או נמוך. אבל רבי שלמה זלמן ראה כאן דבר נוסף - שלושה חודשים של מאמץ של ילד.

הטעות הייתה אמיתית, אבל גם ההשקעה הייתה אמיתית. במקום להפוך את האירוע לחוויה של כישלון, הוא מצא דרך לתת מקום לעבודה שהנער השקיע.

אין פירוש הדבר שבכל מצב ניתן לשנות את



לא אחת אנו נתקלים בתקלות הנקרות בחיינו ופעמים מגיעים עד לאיבוד עשתונות, צער ועוגמת נפש. לפעמים אלו תקלות שלא צפינו מראש, אך לא צריך לאבד עשתונות גם כאשר הדבר נראה לנו כבלתי אפשרי לפתרון.

הרי לנו דוגמא נפלאה: אב לנער בר מצווה פנה אל הגאון רבי שלמה זלמן אויערבך זצ"ל, וסיפר לו שבנו למד במשך כשלושה חודשים את ההפטרה לפני שבת בר המצווה. רק בסמוך לשבת התברר שהילד הכין בטעות הפטרה אחרת מזו שהיתה אמורה להיקרא באותה שבת. האב היה מודאג; אין זמן להכין הכל מחדש, והילד עלול להיפגע מאוד.

רבי שלמה זלמן הציע לאב להגיד לילד לקרוא

זמן קריאה: 1.5 דק'

השירור הקבוע ביום ראשון בשעה 11:00
ניתן להזמין את הרב לחוג בית ללא עלות. חיינו: 073-321-2992

מי שמכיר את התהליך יודע שלא מדובר בהחלטה שמסתיימת ברגע אחד. בן דוד מספר על טיפולים כואבים מאוד. במהלך הראיון הוא אף מציג את המקומות שבהם כבר החל להסיר את הקעקועים ואת ההתקדמות שעשה.

יש משהו מיוחד בסיפור הזה דווקא משום שהשינוי לא התחיל באירוע דרמטי. אנחנו מדמיינים שחזרה בתשובה או התחזקות מגיעות תמיד בעקבות רגע גדול שמטלטל את החיים. אבל לא פעם הקדוש ברוך הוא שולח לאדם את המחשבה שתעורר אותו דווקא בדרך הפשוטה ביותר.

אצל אור בן דוד היו אלה כמה ילדים בן.

שאלות תמימות של ילדים על הקעקועים שכיסו את גופו של **אור בן דוד** גרמו לו - שבוע בלבד לאחר מכן - להתחיל בתהליך כואב במיוחד של הסרתם. הכל התחיל כאשר הגנת בן של בנו ביקשה שאחד האבות יגיע לדבר עם הילדים על פרשת השבוע. בן דוד נענה לבקשה ונכנס לגן. אלא שהילדים, כדרכם, הבחינו מיד במה שראו מול העיניים. "תראה, לאבא של עמרי בן דוד יש קעקועים", הוא משחזר את דבריהם. ילד אחר תהה אם יש לו "לכלוכים באצבעות".

אלה לא היו דברי תוכחה של רב וגם לא יוכוח אינטלקטואלי על אמונה. הייתה זו בסך הכול תמימות וכנות של ילדים. אבל משהו בדברים שלהם נגע בו, כפי שסיפר בן דוד בפודקאסט "כוכבים מדברים" עם לירון אופיר.



**חפשו!>>>
מה גרם לאור
בן דוד להתחיל
להסיר את כל
הקעקועים?**

עידן משולם
מנהל מחלקת
הדיגיטל
2000-ב



בפינה זו, בכל שבוע, נציג אחד מהסרטונים שהופקו על ידי ערוץ 2000 למטרת קירוב הציבור הכללי



צפיות

531,376

משך הסרטון

1:20

לצפייה בסרטון
סרקו את הקוד

זו לא סתם אטרייה!



מזין - אטריות - כאשר בשלב עשיית הגל מזרימים את התערובת דרך מסננות עם חורים בעובי האטרייה, ובכך נוצרות אטריות ארוכות שנחתכות בהמשך לפי מידה.

מלבד החשש הקיים תמיד, שאת האטריות האלה מייצרים גם בשלל טעמים ותוספות המצריכים כשרות, ישנה נקודה אחת שעוררה דיון גדול:

ל א ח ר
שהאטריות התגבשו ונעשו חוטים ארוכים, מעבירים את האטריות בתוך מיכלי מים חמים. וכאן נשאלת השאלה



מה המטרה? האם כדי להעביר את האטרייה תהליך בישול שיוגש אותה באופן סופי? אם כן, אותו בישול צריך להיעשות על ידי יהודי, וכשמדובר בייצור הנעשה אי שם במדינות המזרח הרחוק צריך משיגה הכשרות להיות נוכח כל אותה העת.

מנגד, דעות רבות טוענות שמטרת הבישול הוא לפסטר את האטרייה ולנטרל אותה מחיידקים. ואף לטענה שצריך מעט בישול לגיבוש, הרי שהאטרייה הזו ראויה למאכל גם ללא אותו הבישול ממשי כמו קוביות הגל, ואם כך ניתן יהיה לצרוך כל אטרייה כזו גם אם לא בישל אותה יהודי...

מרבני ועד הכשרות - בד"ץ בית יוסף

גם אתם רוצים לאכול כמה שפחות ולהיות שבעים כמה שיותר? הכירו את הפלא - אטריות קונג'לאק.

הקונג'לאק הוא צמח ששורשו הפך פופולרי מאוד בעולם, הודות לערכים התזונתיים שלו. למרות שהוא דל מאוד בקלוריות הוא עשיר בסיבים תזונתיים

בשם גלוקומן. את פקעות הצמח שולפים מה אדמה, ולאחר שנשטפו היטב, הן נפרסות לפרוסות דקות ומיובשות בשמש או בתנורים תעשייתיים. לאחר מכן נטחנות הפרוסות לקמח דק המכונה 'קמח קונג'לאק' או גלוקומן טהור.

מכאן ואילך מתחיל הפלא. לוקחים כ-2% מהאבקה, מערבבים עם 98% מים, מוסיפים מעט חומר מגבש - 'הידרוקסיד', והנה הפלא... המים הופכים לגל קשיח.

יש יצרנים שמסתפקים בכך ומשווקים את הגל כקוביות למאכל. אבל יצרנים רבים הפכו את הפלא הזה למזון

הרב ישי חלכה
כשר לכנס!
זמן קריאה: 1.5 דק'

פטריות... לפני הגשם!



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

המשך לדברים שהובאו בשבוע שעבר וככהנה לחורף בריא, הנה נקודות נוספות לחיזוק מערכת החיסון:

1. כדאי להשתמש בתוסף פורטיום-אורגנו ברגע שמתחילים להרגיש התחלה של מחלה כמו נזלת, שיעול וחולשה. אם נמצאים במצב רגיש ופגיע יותר (מעט שעות שינה, סטרס גדול וכדו') כדאי לקחת תוסף זה למניעה בתקופות אלו.

2. אפשר להתייחס לתוסף הזה כאל עזרה ראשונה ומיידית בעת מחלות החורף. מזליפים ישירות לתוך הגרון. אנשים רבים מדווחים שהוא ממש מנע את התפתחות המחלה ובמקרים אחרים קיצר את משך המחלה.

3. פטריות מרפא - פטריות הריישי, מיטאקי ושיטאקי, הן בעלות השפעות רבות מאוד על גוף האדם. בין היתר הן מחזקות ומאזנות את מערכת החיסון. יש בשוק תוסף שמכיל כ-50% ריישי, וכל תמציות הפטריות שבו הן עם ריכוז פוליסכרידים של 30% (בעוד רוב התוספים המקבילים מכילים ריכוז של 10% בלבד). הוא נקרא Power Mushroom. פוליסכרידים הם קבוצה של חומרים פעילים בפטריות בעלי השפעה על מערכת החיסון.

על פי מחקרים, גם תוסף זה מחזק את מערכת החיסון ומקטין סיכון למחלות החורף. הוא גם יעיל במצבי מחלות אוטואימוניות, מתמודדים עם סרטן ועוד.

4. והכי חשוב - להיות בשמחה ובשלווה פנימית. מתח וסטריס נפשי מחלישים מאוד את מערכת החיסון. להכיר תודה על כל הטוב שיש לנו בחיים ולחפש את הטוב בכל סיטואציה ובכל מצב. דפוסי חשיבה נכונים וגישה נכונה לחיים הם האמצעי החזק ביותר לחיזוק מערכת החיסון שלכם.

הבהרה: המידע והתכנים המתפרסמים בטור אינם מהווים תחליף להתייעצות עם רופא.

כשהגיעו לתחנת דלק בבעלות ערבית סימן לו הרבי לעצור...



האדמו"ר מקאליב תיקן ת יום "בר בי רב דחד יומא" - יום פגרה שבו מתקיים רצף של שיעורי תורה ודרשות עבור הציבור הרחב. סיפר לי יהודי שזכה להיות ממקורביו, שבאחת הפעמים בהן חזרו מהצפון לירושלים, הורה לו הרבי לנסוע בדרך חלופית. כשהגיעו לתחנת דלק בבעלות ערבית סימן לו הרבי לעצור ולהיכנס לחדר - שם נכח המתדלק הישמעאלי. הוא הזדעזע לגלות שליהודי שנפטר לאחרונה, בשם משה, היה חוב גדול לאותו ערבי. בעולם האמת לא היה לו מנוח על כך, ומשמים סובבו שיגיעו לשם כדי להחזיר את החוב ולהביא לתיקונה של הנשמה בעולם האמת.



"שמע ישראל"
האדמו"ר מקאליב זצ"ל

בגיל 21 נשלח רבי **מנחם מנדל טאוב** זצ"ל, האדמו"ר מקאליב, יחד עם כל אחיו ואחיותיו לאושוויץ. כל אחיו נספו שם. בזמן שהותו במחנה ההשמדה ערך בו מנגלה הרשע ניסויים שכללו עינויים קשים וטיפול כימי אשר מנע מזקנו לצמוח. כל חייו סיפר, שכאשר עמד ליד המשרפות וצעק "שמע ישראל", הוא הבטיח לה' שאם ינצל יקדיש את חייו להפצת אמירת "שמע ישראל" ברחבי העולם היהודי. ואכן, עמד בהבטחתו ופעל בכל כוחו בקרב קהילות ישראל לתקן אמירת "שמע ישראל" לזכר הנספים בסיום כל תפילה, כנס ועצרת.

השידור הקבוע ביום חמישי בשעה 18:00. ניתן להזמין את הרב לחוגי בית ללא עלות. חייגו: 073-321-2992

דברי ציון | על כי תשובות הגאון הרב בן ציון מוציין



לקבל צדקה ממחלל שבת?!

האם מותר לקבל סיוע או טובה מאדם רשע?

בגמרא (יבמות ק"ה) כתוב: טובתן של רשעים רעה היא אצל הצדיקים. פירש רש"י: קצה נפש הצדיק בהנאתו. וכן כתב הגאון החיד"א ז"ל (במדרש קדמות מערכת ט). וראיה מפרשת ויצא, שם אמר השם יתברך ללבן "השמר לך מדבר עם יעקב מטוב עד רע". טוב למה לא? אלא מכאן שטובת רשעים רעה היא.

האם מותר לקבל צדקה ממחלל שבת בפרהסיא?

מחלל שבת בפרהסיא (בפני רבים) אין לקבל ממנו צדקה, כמפורש בתלמוד ובפוסקים. בגמרא (חולין ע"א) דרשו על הפסוק "אדם כי יקריב מכם" (ויקרא א, ב), "מכם" - ולא כולכם, להוציא את המומר. "מכם" - בכח חלקתי ולא באומות. "מן הבהמה" - להביא בני אדם שדומים לבהמה. מכאן אמרו, מקבלים קרבנות מפושעי ישראל כדי שיחזרו בהם בתשובה, חוץ מן המומר ומנסך את היין ומחלל שבתות בפרהסיא.

מדוע אברהם אבינו הסכים לקחת מתנות ממלך מצרים אך לא ממלך סדום, הרי גם על לקיחה ממלך מצרים יכולים היו להגיד שעשרו של אברהם הגיע ממנו?

אצל מלך סדום זה היה במלחמה, ואברהם אבינו ראה בזה מצווה של עזרה והצלה ופדיון שבויים, ולא רצה ליטול על זה שכר. אך אצל פרעה היה זה פיצוי על צער ועוגמת נפש.

השידור הקבוע ביום שישי בשעה 08:00

מעבוד ומעשה ע"י המערכת לנחות הקוראים ובאשר ברת הרב

טעמי המנהגים

הרב עזרא שקלים - מרבני 2000

זו הסיבה שחתן וכלה בונים בחופה!



וכתב בשו"ת יביע אומר, שגם אם הורי החתן והכלה באבלות, הם יכולים להשתתף בשמחת ילדיהם אם הדבר גורם נחת ושמחה לחתן ולכלה (ורק לא ישתתפו בריקודים ממש).

יש נוהגים להזמין את הנפטרים לבוא להשתתף בשמחת החתונה וכך נהגו בני אשכנז. אולם בקדוש הקדוש (פנחס יט) מבואר שהקדוש ברוך הוא בעצמו מביא את הנפטרים למעמד של החופה, ולכן אין חובה להזמין.

באותו עניין, יש אומרים שזו הסיבה הרוחנית של ההתרגשות והבכי אצל החתן והכלה, מפני שנשמתם מרגישה בנוכחות נשמת ההורים והסבים שבאו למעמד החופה.



אין נושאים אישה בחול המועד כדי שלא לערב את שמחת חתן וכלה עם שמחת החג. וכן, שלא יקרה שמניח את שמחת הרגל ועוסק בשמחת אשתו, והלוא כתוב "ושמחת בחגך" - ולא באשתך (מועד קטן, ח). אמנם, בפורים מותר לישא אישה מאחר שאינו חג מהתורה. אין לדחות חתונה בשל אבלות של אחד מאורחי החתן או הכלה, כיוון שדבר זה גורם לצער של החתן והכלה, וכן לנפטרים, מאחר שכל עיכוב יכול לגרום חלילה להרהורי עוון. ואדרבה, כאשר מתחתנים יש נחת רוח גדול בשמים וסימן יפה ורפואה לכל המשפחה.

זמן קריאה: דק' 1.5

בדרכי רבותינו

ישועות מפסגת האטלס

זמן קריאה: דק' 0.5

רבי דוד ומשה נולד בירושלים לפני כ-900 שנה, אך יצא מעיר הקודש כשד"ר (שליח דרבנו) לערי מרוקו, כדי לסייע לעניי ארץ ישראל ולחזק את רוחן של הקהילות הנידחות בתפוצות. במהלך מסעותיו עבר בין הכפרים והקהילות המבודדות והפיץ בהם את אור התורה והאמונה. רבי דוד ומשה התחבב על כל ראויו וזכה להערצה גם מצד הערביים המקומיים. הצדיק קבע את מקומו באזור ההררי השומם, שם עסק בתורה, בתפילה ובתיקוני הנפש הרחק מהבלי העולם. רבי דוד ומשה נודע במשך הדורות כקדוש עליון ופועל ישועות בקרב הארץ למעלה מדרך הטבע. בראש חודש מרחשוון ד'תתקל"א (1171 למניינם) נסתלק רבי דוד ומשה לבית עולמו ונטמן בלב הרי האטלס שבמרוקו. ציונו הפך לאחד ממוקדי העלייה לרגל המרכזיים והמפורסמים ביותר בצפון אפריקה.

הכותב הוא דיין ומרבני קו "מענה ההלכה העולמי". השידור הקבוע ביום רביעי בשעה 11:00.



דג סלמון עם ירקות בתנור

מצרכים:

לדג:

כ־800 גרם-1 ק"ג סלמון
4 / 5- חתיכות פילה

לרוטב:

- | | |
|----------------------|-------------------------------|
| 1 - צרור כוסברה | 3 - תפוחי אדמה חתוכים לקוביות |
| 1 - צרור פטרוזיליה | 1 - שומר חתוך |
| 4 - עלי נענע | 2 - קישואים חתוכים |
| 1 - כוס עלי בזיליקום | - שמן זית |
| 4 - כפות שמן זית | - מלח |
| - פלפל שחור גרוס | - פלפל שחור - ציילי גרוס |

לסיום: מעט סילאן

אופן ההכנה:

- מחממים תנור ל-200 מעלות, חום עליון-תחתון.
- חותכים את תפוחי האדמה, השומר והקישואים ומניחים בתבנית.
- מתבלים בשמן זית, מלח, פלפל שחור וציילי גרוס, ומערבבים היטב.
- מכניסים לתנור ואופים במשך כ־30 דקות, עד שהירקות מתחילים להתרכך ולהזהיב.
- בינתיים מכינים את הרוטב: מכניסים למכשיר הניגלה את הכוסברה, הפטרוזיליה, הנענע, הבזיליקום, שמן הזית והפלפל השחור, וטוחנים היטב עד לקבלת רוטב עשבי תיבול.
- לאחר 30 דקות מוציאים את התבנית ומניחים את חתיכות הסלמון מעל הירקות.
- מורחים את הרוטב בנדיבות על הסלמון.
- מזלפים מעל מעט סילאן.
- מחזירים לתנור ואופים במשך כ־15 דקות, עד שהסלמון מוכן אך עדיין עסיסי.

ההצלחה והתיאבון!

מאירים את הבית

המלכודת במרדף אחרי השלימות

"אם הערך העצמי הוא השורש של כל העץ העסקי שלי", שאלה ציפי בהמשך פגישתנו, "איך אני מעמיקה אותו בפועל? איך מפסיקים להתנתק את השוויו האישי בכל הצלחה או מעידה בשטח?" השאלה הזו הובילה לבחינת המחסומים השקטים ששוחקים את הערך העצמי של נשות עסקים רבות. כדי להצמיח שורשים בריאים, הנחנו שלושה יסודות מנטליים מתוך שיטת האימון:



אימון מהפכני



הגב' חיה סג

3. שבירת מלכודת הפרפקציוניזם: רבות מבלבלות בין שאיפה למציאות לבין פרפקציוניזם. פרפקציוניזם אינו הרצון להיות מושלמת, אלא החרדה העמוקה להיראות מושלמת בעיני הסביבה כדי שיהבו ויעריכו אותי. זהו מרוץ מתיש שאינו נגמר לעולם. שלמות אמיתית אינה קיפאון ללא פגמים, אלא היכולת להתפתח, להתקדם ולצמוח צעד אחר צעד מתוך חמלה. כשציפי הבינה שהיא לא צריכה להציג חזות חסינה מטעויות כדי להיות בעלת מקצוע מוערכת, השתחרר אצלה לחץ כבד. כשהשורשים מקבלים מקום של כבוד ואוטנטיות, הענפים העסקיים מתחילים לפרוח בטבעיות.

יש לך שאלה? אפשר לפנות לכותבת הטור:
052-765-7356 | CO527657356@GMAIL.COM



נחמי בארי - NLP

המכסה לא אשם שהסיר מבעבע

צורך עמוק כמו שקט, הגנה או שליטה.

נעמה לא צעקה כי היא אדם כועס. המערכת הפנימית שלה פשוט זיהתה עומס יתר, והצעקה הייתה הדרך המהירה והיחידה שהייתה זמינה לה באותו רגע. כשאנחנו מפרידות בין ההתנהגות (הצעקה) לבין הכוונה (הצורך ב"אוויר"), האנרגיה מפסיקה ללכת על הלקאה עצמית ועוברת למציאת דרך בריאה יותר למלא את הצורך.

כשהבינה את זה, הנשימה סוף סוף חזרה אליה, והאשמה התחלפה בסקרנות עדינה: 'על מה הלב שלי ניסה להגן עכשיו?' התשובה הייתה פשוטה: 'על חצי שעה של שקט שחסרה לה כבר שבוע'.

אז בפעם הבאה שהסיר שלך מבעבע, זכרי שהמכסה רק מנסה לעשות את העבודה שלו. אולי רק כדאי שתנמיכי קצת את האש, לפני שכל המטבח יידרש לצביעה מחדש... ואגב, שוקו יורד בכביסה עם קצת מסיר כתמים. האשמה העצמית? היא כבר דורשת תוכנית הרתחה שלוקחת הרבה יותר זמן.

נחמי בארי - מרחב לצמיחה רגשית NLP | 052-765-6229
nlp05276@gmail.com

זה תמיד קורה בחלון הזמנים המהודק שבין שבע ארבעים וחמש לשמונה בבוקר. המוח של נעמה כבר נמצא עמוק בתוך ישיבת ההנהלה של תשע בבוקר. ואז זה קורה: כוס שוקו חם, שפועלת בדיוק לפי חוקי מרפי, נשפכת דווקא על החולצה הלבנה הכי מנוהצת בארון. השקט היחסי מפנה את מקומו לרעידת אדמה מקומית. נעמה מרימה קול בעוצמה כזו שגורמת לשכנים מלמטה לתהות ברצינות אם מדובר בהתחלה של אזהרה או אמת.

חמש דקות לאחר מכן, בתחנת האוטובוס, מגיעה הביקורת הפנימית. תחושת האשמה מתיישבת לצידה על הספסל ולוחשת: 'איזו התנהגות מביישת, למה את לא יכולה להיות רגועה כמו האמהות שקמות בארבע בבוקר לאפות חלות?'

אבל נעמה, שכבר מתרגלת לבדוק את התגובות האוטומטיות שלה במקום רק לחבוט בעצמה, לקחה נשימה עמוקה. היא נזכרה ברעיון פשוט מעולם ה-NLP: הכוונה הטובה שבשורש התגובה. מאחורי כל התנהגות שלנו, גם הכי פחות מוצלחת או פוטוגנית, מסתתרת כוונה פנימית שמנסה לשמור עלינו ולמלא

זמן קריאה דק' 2

זמן קריאה דק' 1.5

לך יש. לו אין.

מה עם הסכם עודפים?

אנו נאסוף, נתקן, ועוד יהודי יניח - בזכותך!



ניתן לתרום תפילין במחיר מסובסדי!
073-321-2869



הסיפור שלי
נוב ארז קדוסי מרובי 2000

זמן קריאה: 1.5 דק'

"אף פעם לא ראינו אותך מאושר ככה!"

סיפורים מיומנים על תשובה

'את השמחה הזאת גם אני רוצה'. בסוף האירוע, נפרדתי ממנו ואמרתי לו: 'אני רוצה להיות שמח כמוך. אני גם רוצה ללמוד'. והוא ענה: 'התורה נותנת שמחה אמיתית. סיימתי מסכת ועכשיו אני מתחיל חדשה. בוא, נלמד יחד דף גמרא בכל יום'. הוא הוציא כיפה מתחת למנעבת, נתן לי ואמר: 'זה בשבילך. מתנה'. באותו ערב התחלנו ללמוד. למחרת חזרתי, ועוד יום, ועוד אחד, דף ועוד דף.



בסיום אחד מחוגי הבית של 2000 ניגש אליי יהודי ואמר: "אני קורא את הטור שלך בכל שבוע, אבל הפעם יש לי סיפור אישי. חזרתי בתשובה בגלל דבר אחד: שמחה אמיתית". שאלתי מיד: "מה הקשר?" והוא סיפר: "עד לפני שלוש שנים הייתי רחוק מאוד מדרך התורה. לא חבשתי כיפה, לא קיימתי מצוות, ולא ידעתי מה זו משנה, גמרא, ואפילו חומש. יום אחד, חבר ילדות שלי שחזר בתשובה, הזמין אותי לסיום מסכת. בתקופה הזו היינו בקשר רק לעיתים רחוקות, אז אמרתי לו: 'אני לא מבין בזה כל כך, אבל אם זה ישמח אותך אני אבוא'. הגעתי לבית הכנסת בו נערך האירוע. כולם התפללו ואני עמדתי בצד. לא ידעתי להתפלל. כשהסתיימה התפילה עברו כולם לאולם הסמוך, שם נערכה סעודת המצווה. החבר אמר דברי תורה, כולם הקשיבו והתפעלו, ובסוף רקדו ושמחו איתו. הוא היה פשוט מאושר. הייתה שם שמחה של חיים, שמחה אמיתית שמעולם לא חוויתי. הסתכלתי עליו ואמרתי לעצמי:

כעבור חודשים סיימתי את המסכת הראשונה שלי. עשיתי סעודה גדולה ושמחתי בלב שלי באמת. חברים אמרו לי: 'אף פעם לא ראינו אותך מאושר ככה'. ואז הבנתי: השמחה שראיתי אצל החבר שלי - עכשיו נמצאת אצלי. וכמו שאומר דוד המלך: "קִשְׁט אֶנְכִי עַל אֶמְרָתְךָ כְּמוֹצֵא שָׁלֹחַ רֵב". הגעתי כדי לשמח חבר, אבל יצאתי משם עם כיפה, דף גמרא ודרך חדשה בחיים. רק רציתי לשמח אותו, אבל בסוף גיליתי את השמחה ששינתה את חיי".

השידור הקבוע ביום שני בשעה 15:00. ניתן להזמין את הרב לחוג בית ללא עלות. חייגו: 073-321-2992



הרב יצחק רבי
לאהוב

זמן קריאה: 1.5 דק'

זו לא סיבה לא להזמין חברים!

יש לי בעיה שלא נעים לי להביא חברים הביתה, כי הבית שלנו

תמיד מבולגן וגם אנחנו משפחה ממעמד בינוני והבית שלנו לא כזה גדול ורחב. זה מציק לי ואני מתבייש מזה, ובגלל זה אני לא מזמין אף אחד.



אהובי היקר, אני בהחלט מבין את הרגשות שלך. התחושה הזו והמבוכה מול החברים הן טבעיות לחלוטין בגילך, וכשאנחנו משווים את עצמנו לאחרים, קל מאוד ליפול למקום שמתבייש במה שיש או אין לנו. אבל דע לך, שבית לא נמדד ביופי החיצוני שלו, בגודל החדרים או במחיר שבו הוא נקנה. בית אמיתי נמדד בעיקר מתוך הגישה הטובה, החום והאהבה ששוררים בו. יכול להיות שלחברים שלך



נפלאות הבורא
רוני מלכה

זמן קריאה: 1 דק'

לא פעם, בבקרי החורף הקרים, הבתים, העצים והכבישים נעלמים בתוך שמיכה סמיכה של ערפל. מזג אוויר "אפור" הוא בעצם מנגנון התעבות המים הפלאי שטבע הבורא בעולמנו. הערפל החורפי הזה מתחיל בקרקע: בלילות חורף בהירים, שקטים וללא רוח, הקרקע מאבדת את חום היום במהירות דרך קרינה לחלל, ומצננת את שכבת האוויר הצמודה אליה. ככל שהאוויר הזה ממשיך להתקרר, הוא מתקרב ל"נקודת הטל" - הטמפרטורה שבה האוויר רווי לחלוטין ולא יכול להחזיק יותר את אדי המים שבו. ברגע שהאוויר מגיע לנקודה הזו,

אדי המים הבלתי נראים מתעבים סביב חלקיקי אבק זעירים באוויר, והופכים למיליארדי טיפות מים מיקרוסקופיות. הטיפות הללו כל כך קלות וזעירות, עד שהן אינן כבדות מספיק כדי ליפול כמו גשם, אלא נשארות מרחפות באוויר ויוצרות את הערפל הסמיך. תנאים אלו הם הסיבה שערפל מסוג זה נפוץ דווקא בלילות החורף הארוכים. בערפל יש תועלת נוספת לצמחייה: הטיפות הזעירות מתעבות על עלים וענפים, ומספקות מעין "השקיה עדינה" בכמה מהאזורים היבשים ביותר בעולם שבהם ה' ברא חרקים וצמחים עם יכולות לאיסוף טיפות הערפל ישירות מהאוויר. מה רבו מעשיך ה'!

מזהים מה מסתתר בתמונה?



נראה אתכם מזהים מה מסתתר בתמונה השמאלית

התשובה לחידה של המגזין הקודם: טול קורה מבין עיניך

כתבו לנו למייל, ואולי תזכו בפרס!
MAG@TV2000.CO.IL

מגיע. לא צריך לסדר את כל הבית מספיק שהמרחב הקטן שבו תשבו יהיה נעים ומזמין. רוב הבתים של המשפחות הברוכות והרגילות הם לא גלריות מושלמות. יש בהם חיים, יש אחים, יש המולה וזה בסדר גמור. זה מה שהופך ארבע קירות לבית חי. כשתפסיק להתבייש ותביא חברים בביטחון, תגלה שרובם בכלל לא שמים לב לדברים שאתה כותב עליהם, אלא פשוט נהנים מהמארח הנפלא שאתה. תחזיקו בגאווה במי שאתה ובבית החם שלך, כי האור שיוצא ממך הוא מה שיקבע איך החברים ירגישו אצלך!

יש בית מפואר וגדול, אבל חסרה בו האווירה הטובה והחמה, הלב הפתוח והאהבה של ההורים שיש בבית שלך. חברים אמיתיים לא מחפשים לשבת בתוך מוזיאון מבריק, אלא במקום שנעים וכיף להיות בו. חברים באים בשבילך, לא בשביל הרהיטים. חבר שבא לבקר אותך זה כי כיף לו איתך, כי אתה אדם מעניין, חברותי ומצחיק. הבית הוא רק הבלוק הטכני. הלב והאישיות שלך הם הסיבה המרכזית שהוא שם. אם הבלגן מציק לך, תתחיל במשהו קטן. תסדר את הפינה שלך או את החדר שלך לפני שהחבר

מפקח חינוכי, יועץ, מנחה מורים ומחבר רב המכר "לאהוב", שלחו לנו שאלה למייל: MAG@TV2000.CO.IL ואולי שאלתכם יחד עם התשובה תפורסם במגזין! (אם תרצו, אפשר בעילום שם שמובן)

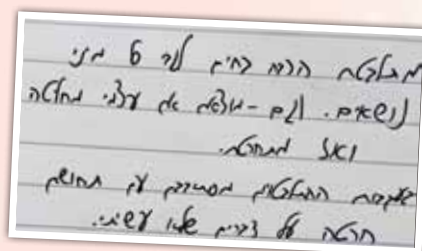


חושבים יותר מדי? הגיע הזמן לסנן!



ישראל חיות ואכל
ישראל חיות ואכל

זמן
קריאה
ד"ר 1.5



הנושא המרכזי העולה מכתב היד הוא כיצד לקבל החלטות חשובות בצורה רגועה, ברורה ומדויקת יותר. בכתב ניכר רוח קטן מאוד בין האותיות, יחד עם אזור עליון מפותח ותנועתיות. במישור הגרפולוגי, שילוב זה עשוי להעיד על עולם מחשבותי פעיל מאוד, ריבוי רעיונות, שאלות והתלבטויות, ולעיתים קושי ליצור מרווח בין מחשבה אחת לאחרת.

כאשר הראש עובד ללא הפסקה, כל אפשרות יכולה להוליד אפשרות נוספת וכל החלטה יכולה לפתוח עוד שאלות. לכן הקושי אינו בהכרח חוסר יכולת להחליט, אלא דווקא עודף חשיבה. יש יכולת טובה לראות צדדים רבים של המציאות, אך לפעמים דווקא היתרון הזה יוצר עומס ומקשה להגיע להכרעה.

האזור העליון התנועעתי מחזק את הרשם של חשיבה מרובה ומשתנה. המחשבות יכולות לנוע במהירות בין תרחישים שונים: "אולי כן", "ומה אם אחרת?", "אולי פספסתי משהו?". לכן חשוב ללמוד שלא כל מחשבה שמופיעה בראש זקוקה לבדיקה מעמיקה. נראה גם שקיימת נטייה לחשוב יותר מאשר לדבר על מה שמרגישים. כאשר

שלחו לנו למייל: MAG@TV2000.CO.IL שאלה ליעוץ בכתב ידכם - ואולי תקבלו תשובה של הגרפולוג, כאן במגזין! (אפשר בעילום שם כמובן).

כלבים ופילים מתחת לפני הים



כשאנחנו חושבים על בעלי החיים בים, בדרך כלל עולים בדמיוננו דגים, כרישים, תמנונים או יצורים צבעוניים החיים בשוניות. אבל ברחבי האוקיינוסים מתקיים עולם נוסף ומרתק: עולם של יונקים ימיים גדולים, שחיים במים אך נושמים באוויר, ממליטים גורים ומטפלים בהם במשך תקופות ארוכות.

אל הקבוצה המיוחדת הזאת משתייכים הלווייתנים והדולפינים שכבר הכרנו, אבל גם בעלי חיים מוכרים פחות. כולם מותאמים לחיים במים, אך לכל אחד מהם דרך שונה לחלוטין להתמודד עם הסביבה הימית.

חז"ל אמרו במסכת חולין: "כל שיש ביבשה יש בים, חוץ מן החולדה". במבט על עולם החי אפשר להבין עד כמה המשפט הזה מעורר מחשבה: בים אנו מוצאים בעלי חיים צורות חיים המזכירות במובנים מסוימים בעלי חיים המוכרים לנו מן היבשה. יש טורפים גדולים, יש בעלי חיים חברתיים, יש בעלי חיים שחיים בקבוצות, ויש כאלה המבלים חלק מחייהם על היבשה וחלק נכבד ממנו במים.

מה שמרתק במיוחד הוא שכל אחד מהם קיבל את המערכת המתאימה בדיוק לחייו: גוף הידרודינמי, שכבת בידוד, סנפירים, יכולת אגירת חמצן וחושיים המותאמים לסביבה שבה האור, הטמפרטורה והלחץ שונים מאוד מאלה שאנו מכירים ביבשה.

בכתבות הבאות ניכנס אל העולם המופלא הזה מקרוב: נכיר את כלב הים, אריה הים, נמר הים ופיל הים, ונגלה כיצד בעלי חיים שגורים לפעמים מגושמים על החוף הופכים במים לשחיינים וליצידיים מרשימים.

לא משנה מה קרה מאחורי הקלעים, הם פשוט שרו...



חיים ישראל
סיפור חיי

זמן
קריאה
ד"ר 1.5

הזה? ובאותו ערב, בשלב מסוים, כבר אמרתי לעצמי: 'זה פשוט לא הערב שלי'.

ואז קרה משהו. באמצע אחד השירים הסתכלתי לכיוון הקהל וראיתי אנשים ששרים איתי. לא משנה מה קרה מאחורי הקלעים, הם פשוט שרו. אחד עם הטלפון ביד, אחד עם הילדים שלו, אחד עצם עיניים ושר את המילים.

ואז הבנתי משהו. אני הייתי עסוק בלחשוב שהערב לא מושלם. הם בכלל לא חיפשו הופעה מושלמת. הם באו לשמוח! באותו רגע שחררתי. הפסקתי לחשוב על כל תקלה קטנה, ופשוט שרתי. ודווקא משם ההופעה השתנתה.

בסוף הערב אמר לי אחד המשתתפים: "חיים, לא יודע להסביר לך, אבל זו הייתה אחת ההופעות הכי

יש הופעות שאתה מסיים ואומר: 'איזה ערב נפלא היה!' ויש הופעות שאתה מסיים ואומר: 'תודה לה' שזה נגמר...'

בהופעה הזו, כבר מההתחלה משהו לא הסתדר. ההגעה התעכבה, הסאונד לא 'שב' בדיוק כמו שרצינו, ובזמן ההופעה היו עוד כמה תקלות קטנות שלא ממש הוסיפו לשקט הנפשי. מהצד, הקהל כמעט לא שם לב.

אבל אני? שמתי לב להכול. בתור זמר, אתה יכול לעמוד על במה מול מאות אנשים ולחייך, בזמן שבתוך הראש שלך רצות עשר מחשבות בשנייה. האם שומעים אותי? האם הנגנים איתי? מה קרה עכשיו? במוניטור? למה המיקרופון עושה את הרעש

שבת שלום!



לשריין
תאריך חייגי
כעת או
סרקו!

הזמיתי
ללא עלות

שלוחה 1
073-321-2992

קצרה ו... קולעת!

את לא צריכה לעבור תהליך ארוך כדי לזכות לישועה. הזמיני לביתך ערב מעצים ומרתק עם מיטב רבניות 2000 ותראי ישועות מעל הטבע



מאירים את הילדים

מִצְאוֹ 5 הַהֲדָלוּת

כלנו רוצים לצאת מנצחים בוכה או כריב שיש לנו עם אח בבית או חבר בכתה. אבל חשוב שנזכר: אחרי שהוכחו נגמר אגתנו עדין נשאר כאן ונצטרך להיות עם התוצאות. לכן, עדיף לותר ולהשאיר אוהבים וחברים. זה מה שאברהם אבינו מלמד אותנו. ועכשיו צדיקים, האם תוכלו לזהות את ההבדלים שבין שני הציורים?



יצירות

ילדים יקרים, כל שבוע אנו מציגים יצירה יפה ששלחתם לנו, המספרת כמה אתם אוהבים את המגוון. והפעם - היצירה של תמר טרוסי

שימו לב! נשמח לקבל מכם יצירות יפות עם הלוגו החדש שלנו והמספט: "מחברים את עם ישראל". יש לכם רעיון איך להציג את החבור של עם ישראל? הכינו, צלמו, ושלחו לנו ל: MAG@TV2000.CO.IL ואולי תזכו בפרס.



הרב שאבד הכל אבל הרגיש הכי עשיר

ילדים מתוקים, תדמינו לרגע שאומרים לכם: "אתם יכולים לקחת מזוזה אחת בלבד, לעזוב את הבית למדינה רחוקה ולהשאיר פה את כל הדברים שלכם בחדר". בואו תשמעו על מנהיג הדור מלפני מאות שנים, רבינו אשר - הרא"ש, שממש עבר דבר כזה, אבל נשאר האדם הכי שמח ומאשר בעולם, כי הוא עשה בדיוק את הבחירה הנכונה.



הרא"ש חי לפני שנים רבות במדינת אשכנז (גרמניה של היום). הוא לא היה רק תלמיד חכם ורב עצום, הוא גם היה איש עשיר מאוד. אבל יותר מכל הכסף, הוא אהב את בית המדרש שלו שבו למד תורה מאות תלמידים. באותה תקופה, השליט הרשע של גרמניה חפש כיצד לסחוט כסף מהיהודים. הוא צוה על חילוי לאסור את גדולי ישראל, לכלא אותם בבית הסוהר, ולדרוש מעם ישראל סכומי עתק של שוחד כדי לשחררם. "אם הם יכלאו אותי", אמר הרא"ש למשפחתו, "אני לא אוכל ללמד תורה כל חיי, והיהודים יצטרכו למכור את כל בתיהם כדי לפדות אותי. עלי לברוח מיד לספרד, שם המלך מטיב עם היהודים ואוכל ללמד תורה בחפשיות!".

ניתן להשיג את ספרי הבדיחות "כל יום פורים" עם משלוח עד הבית: 052-477-0297.
להאזנה למאות שיעורים לילדים, פרשת שבוע וסיפורי צדיקים, חפשו: "מאיר גואטה - מתוקים מדבש".
לשיעורים המוקלטים: 073-351-1148

מאתגרים את הנשמה



פניקה בידת המטמון של נפולאון



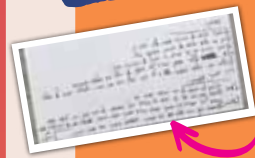
מאת צבי אריה אדלר
ציור יהודה ישראל

בחסות עיתון קומיקס
קומיקס
072-2550600



את הסיפור המלא ניתן לחשיג בתנויות הספרים המובחרות

הזוכה של השבוע



אלו התשובות הנחרדות של הילדה המקסימה והצדקת שיר שלומי. היא ענתה נכון על כל השאלות וזכתה בפרס שלנו!

ילדים מתוקים וצדיקים - גם אתם יכולים! אנחנו מחכים לתשובות שלכם!

היכן מסתתר?

עידן ויהונתן מחפשים את המטמון

ילדים יקרים, נראה אתכם מגלים היכן מסתתרים 2 אהלים 2 מקלות הליכה

הקדחות

הרגע הזה שאתה שומע את אשתך בטלפון: "בטח, הוא ישמח לבוא לעזור לתקן לך את זה..."



"מכיר את תחושת התסכול קששני כוחות חזקים נלחמים בתוקר?" - "הלב והשכל?" - "לא, הרעב והעצלות..."



- "לא אמרת שאתה מתחיל דיאטה?" - "את לא רואה שאני אוכל סלט?" - "זו קערת צ'פסו!" - "נ, סלט תפוחי אדמה..."



שקמתי לב שדברים מלאים יותר טובים לבריאות: ארוז מלא, קמח מלא, ארנק מלא...



השאלות:

- 1 מה השעה המשערת כעת?
- 2 מה נולד לאיש בעל השקית החומה?
- 3 מתי תערה הברית לאח הקטן של הילד משמאל?
- 4 האם במשפחתו של התינוק השמאלי היה פעם פדיון?
- 5 מה התאריך היום?

בהגשת רינה פליישמן, 6776067@GMAIL.COM



יש לכם אירוע? חזל טוב! 2000 לשתף בשמחתכם!

בואו להפחית את המשפחה והאורחים עם מזכרת ייחודית - מגזין בעיצוב אישי

עיצוב חנים לשגרירי המגזין ומצטרפים חדשים

לעיצוב מגזין אישי:

MAG@TV2000.CO.IL

**יש בחירות
לארבע שנים**

**יש בחירות
לנל החיים!**



**הצטרפו לרשימת "שגרירי המגזין"
השפיעו אור ואמונה באזור מגוריהם
ושריינו לעצמכם זכויות שלא נגמרות**



לזיכוי הרבים חייג כעת או סרוק:

073-286-6527