

# חוט של חסד

גיליון לכל בית יהודי | בנשיאות הרב שלום ארוש שליט"א

ר"ת	יציאה	כניסה
17:52	17:14	16:00
17:48	17:15	16:14
17:47	17:13	16:05
17:53	17:17	16:21

ירושלים  
תל אביב  
חיפה  
באר שבע

פרשת מקץ - שבת חנוכה • ל' כסליו תשפ"ב • גליון 749



## מאמר ראש הישיבה

### סגולת הסגולות

#### עם ישראל זה אני ואתה

חנוכה שמח לכל הקוראים. חנוכה זה חג של ישועות, זמן המסוגל לניסים ונפלאות מעל דרך הטבע כמו בימים ההם בזמן הזה. ועם ישראל הוא עם סגולה, זה עם שאוהב סגולות. ולכן ברצוני להביא לכם היום סגולה, אבל לא סתם סגולה, אלא הסגולה בה"א הידיעה, סגולה שמקיימים בה כמה וכמה מצוות וזוכים בה לאינסוף ישועות.

שאלה אותי אישה אחת ברדיו: כבוד הרב, אתה אומר להתפלל חצי שעה של עם ישראל, אבל אני, יש לי כל כך הרבה צרות ובעיות, מתי אני אתפלל על הצרות שלי ועל הבעיות שלי? מה זה יעזור לי להתפלל על עם ישראל? מאוד שמחתי בשאלה הזאת. זאת הזדמנות משש טובה להמחיש לעם ישראל עד כמה אנחנו לא מבינים מהי אהבת ישראל, ומהי תפילה על עם ישראל.

**תבינו טוב, הבעיות הכלליות של עם ישראל הן הבעיות האישיות של כל אחד ואחד, לא פחות מאשר הבעיות האישיות הפרטיות שלו. הצרות של עם ישראל זה לא איזה אסון טבע באיזה אי באוקיינוס השקט; עם ישראל זה אתה ואת ואני, עם ישראל זה הבנים של בורא עולם.**

#### מה הקשר?

והוא, ישנה תשובה הרבה יותר פשוטה. אהבת ישראל היא מצווה מהתורה. יש לנו חוב להעניק ולתת לעם ישראל; והתפילות - זה מה שאנחנו יכולים לתת לפני הכול ויותר מהכול וזה הדבר החשוב ביותר. יוצא שתפילות על עם ישראל הן מצווה מהתורה, אז מה הקשר שיש לך צרות אישיות? יש לך צרות אישיות? תתפללי עליהן, זה לא גורע

תבינו טוב, הבעיות הכלליות של עם ישראל הן הבעיות האישיות של כל אחד ואחד, לא פחות מאשר הבעיות האישיות הפרטיות שלו. הצרות של עם ישראל זה לא איזה אסון טבע באיזה אי באוקיינוס השקט; עם ישראל זה אתה ואת ואני, עם ישראל זה הבנים של בורא עולם.

#### יו"ל ע"י מוסדות "חוט של חסד"

רח' שמואל הנביא 13 • ת.ד. 50226 • טל: 02-5812210  
פקס: 02-5812252 • מייל: al5308000@gmail.com

מהזמן שכל אחד מאתנו מחויב להשקיע בעם ישראל.

כמו שאף אחד לא יגיד לרב: איך אני אשמע שופר כשיש לי כל כך הרבה צרות בחיים. ואף אחד לא אומר: איפה יש לי זמן לטייל או לאכול או לישון כשיש לי צרות בחיים. מה הקשר? כך בדיוק צריכים להבין שאהבת ישראל ותפילה על עם ישראל במסירות נפש היא מצווה, וחוב, וחלק בלתי נפרד מסדר היום, וצורך ממשי וקיומי.

זו אמנם התשובה האמיתית לשאלה. אבל אני עניתי לה בדרך של סגולה, שגם היא נכונה ואמיתית כי היא מבוססת באמת על דברי רבותינו, ובעיקר: היא פועלת! ואני מציע לכל הקוראים לבדוק אותה, כי כבר שמעתי ישועות לא מעטות מהסגולה הזאת.

#### הישועות ירוצו אחרך

אם זה לא מספיק לכם שתפילה על עם ישראל היא הקיום המעשי של מצוות אהבת ישראל שהיא כלל גדול בתורה ושיש לה זכויות בלי סוף ומעלות בלי סוף ושהיא מביאה לתיקון האדם בשלימות ושאינן דבר שמקרר את הגאולה יותר ממנה ושהיא הנחת הגדולה ביותר לאבא שבשמיים - אם כל זה לא מספיק אז יש גם סגולה.

יש לנו חז"ל, אמרתי לה, חכמינו הקדושים אומרים שהמתפלל על חברו והוא צריך לאותו הדבר נענה תחילה. אז אם יש לך בעיה לדוגמה שאין לך זיווג, אם תתפללי על חברה שלך שאין לה זיווג את תיעני תחילה.

אז תחשבי לעצמך מה קורה למי שמתפלל על כל עם ישראל. כל שכן וכשל שכן שהוא נענה תחילה. הוא נענה תחילה שבתחילתו!! הישועות ירוצו אחריו, והוא לא יספיק להגיד תודה וכבר יראה עוד ועוד ישועות.

ואדרבה, הדבר הטוב ביותר לבקש עבור הכלל את מה שאתה צריך בעצמך. כי את הצער שלך אתה מרגיש היטב. אדם שֶׁבֶּעַ שמתפלל על אדם רעב זה לא דומה אדם רעב שמתפלל על אדם רעב. מי שמרגיש על בשרו את החיסרון ואת הצורך, ההרגשה שלו אחרת והתפילה שלו אחרת.

המשך בעמ' 3





# מוסר הפרשה חידושים לפרשת שבוע

## מאי חנוכה?

הגמרא (שבת כא:): שואלת מה הוא חג החנוכה? רש"י הקדוש מפרש את שאלת הגמרא "על איזה נס קבעוהו", ויש להבין מדוע רש"י לא פירש כפשוטו ששאלת הגמרא היא מה היה הנס בחנוכה ולא דוקא מה גרם לקביעות החג? ויראה לפרש כי רש"י דייק בלשון הגמרא שאמרה "לשנה אחרת קבעום ועשאוים ימים טובים בהלל והודאה", פירוש ששאלת הגמרא היא שיש להבין על מה קבעו זאת לדורות, ועל שאלה זו עונה הגמרא "בדקו ולא מצאו אלא פך אחד של שמן שהיה מונח בחותמו של כהן גדול ולא היה בו אלא להדליק יום אחד נעשה בו נס והדליקו ממנו שמונה ימים", ולאור פירוש רש"י מובן מתוך דברי הגמרא שעל הנצחון של בית חשמונאי לא קבעו חג לדורות, אלא רק על מציאת הפך שמן שלא נטמא. ולכאורה יש להבין שהרי הנס של רבים ביד מעטים וגיבורים ביד חלשים הוא נס גדול יותר ממה שמצאו את השמן הטהור ושהוא הספיק לשמונה ימים ואכן בתפילה כשמזכירים "על הניסים" אנו מאריכים דוקא על נס הניצחון ואילו בגמרא משמע שקביעות הנס היה דוקא על מציאת השמן? אלא יראה לומר בס"ד כי דיוקו של רש"י שפירש בפשט הגמרא על איזה נס קבעוהו, פירוש לא על איזה נס קבעו שיש להודות ולהלל את ה', כי זה ברור שהיה להם להודות על הניסים שקרו אותם, אך השאלה על איזה נס קבעו שעם ישראל ידליק את המנורה שמונה ימים ויעשה מעשה של ממש ויצייר לעצמו את הנס כאילו הוא קורא ממש בפועל כיום הזה, ולא להסתפק בהגדת

שבחים והודאות לה', אלא האדם חייב לממש את הנס בהדלקה משלו בבחינת כל אדם חייב לראות את עצמו בנס ממש, על שאלה זו עונה הגמרא שנס פך השמן הוא שגרם לקביעות הנס לדורות שיעשה ויתפרסם באותו אופן שנעשה אז בימי החשמונאים, וכל זאת למה שהרי כל החגים אין בהם מצוה לפרסם את הנס ואילו בחנוכה המצוה היא דוקא כמה שיותר לפרסם את הנס, ולמעשה ענין זה הוא העיקר בחג זה? אלא חז"ל באו ללמד אותנו יסוד עצום בעבודת ה', שלפעמים האדם מרגיש שהוא רוצה להודות ולהלל את ה' אבל הוא חושב לעצמו איך אני יודה והרי אני קטן ערך ומי אני שיבוא לפני ה' והרי אין אנו מספיקין להודות וכו', ולפעמים היצר מחליש את האדם שנס זה הוא בגדר חד פעמי ולא יזכה להם יותר, וממילא האדם נחלש להודות לה', על זאת באו חז"ל ולימדונו בחג החנוכה שהאדם יכול לקבוע לעצמו דרך של ניסים ושהוא יהיה למעלה מהטבע, אבל העיקר שידע להכיר בנס אפילו בסימן והכר קטן של הדלקה של נרות בשמונה ימים, אבל שיעשה משהו מצד עצמו שיהיה ניכר בעשייתו שהוא מודה לה' בזה הוא מראה שהוא מודה לה' על הנסים שקרו לו בעבר וממילא הוא יזכה לניסים בעתיד. מכאן אתה למד שפרסום הנס יכול להמשיך לך שפע של ישועות כמו בימים ההם בזמן הזה, וכן בכל נס ונס שה' עושה עמנו בכל יום אנו חייבים לעשות פעולות של ממש שיהיה ניכר מתוכם שאנו מודים לה', וזה הכוונה שאמרו בגמרא "עד שתכלה רגל מן השוק" פירוש "תכלה" לשון רצון כמו כלתה נפשי "רגל" לשון

## פנינים חסידות ברסלב

על ידי מציאת גר חנוכה מקיר פבדו השם יתברך ונתעלה ונתגדל פבדו בעולם, ומעוררין הרחוקים לשבט לשם יתברך וזכרון ליראה ולשלוש בתי ולתפילה ונתבטל הפחולקות וקשון הרע, ונקשרו שלום הפלגלי בכל העולמות (ליקוטי עצות מועדי ה' חנוכה).

ביום האחרון של חנוכה הנקרא "זאת חנוכה" היו אנשי מתאספים יחד לאחד הדלקת גר האחרון, והיו שרים זמירות חנוכה וכן זמרים נסחאות של תפילה יום פאר, לפי האמור בליקו"מ (תורה ד' חלק ב') שנקפי הסלח נא שזכה לפעל ביום פאר פן זוכה לבחינת חנוכה עין שם, אולם לא האריכו פה הרבה, וכדי שייכללו להתעורר בנצחנות לילה. (שם ד-רנ)

רגילות "מן השוק" זה מקום של חולין היינו שהרגילות של האדם אפילו במקומות הנמוכים יהיה רק לרצות ולכסוף לה', וזה יהיה נעשה על ידי תודה והודאה, וזה נקרא שהאדם קבע לו את נס חנוכה למשך כל השנה כולה, ומזה ילמד כל אדם עוד שחובתו היא להדליק את הנר מבלי לחשב חשבונות, כמו שכתוב "נר מצוה ותורה אור" פירוש שהתורה נמשלה לאור, והמצוה לנר, ללמדך שהנר צריך הדלקה בפועל מצד האדם, ואילו האור בא מאיליו, וזה מרמז שהאדם יתייגע בעבודת ה' וידליק את נרו וזה המצוה שלו היינו זה חובתו ואזי ממילא תורה- אור התורה תאיר לו.

הרה"ג ר' ירון אשכנזי שליט"א ר"כ חושן משפט בישיבת "חוט של חסד" מנהל רוחני ב"קו ההלכה" קו ההלכה הספרדי: \*3030

## שו"ת של חסד ע"י בית הוראה "חוט של חסד"



### דינים הנוגעים לערב שבת חנוכה

#### בערב שבת מה קודם למה, האם נרות שבת מדליקים קודם או נרות חנוכה?

ראוי להדליק קודם נרות חנוכה ואחר כך תדליק האשה נרות שבת, ויש בזה גם טעם על פי הסוד להקדים את נרות החנוכה לנרות שבת. שלחן ערוך (סימן תרע"ט) וכן איש חי (פרשת וישב הלכות חנוכה אות כ'). ואם לא נשאר זמן מרווח עד כניסת השבת, יכולה האשה להדליק נרות שבת מיד לאחר שהדליק הבעל נר אחד, ואינה צריכה להמתין עד שיסיים להדליק את כל הנרות. חזון עובדיה (חנוכה עמוד קע"ד) ואור לציון (חלק ד' פרק מג' תשובה ז').

#### אם האשה קדמה והדליקה נרות שבת, האם יכול הבעל להדליק נרות חנוכה, ומה הדין כאשר האשה נמצאת לבדה בבית והקדימה נרות שבת האם יכולה להדליק כעת נרות חנוכה?

אם האיש נמצא בבית יכול להדליק נרות חנוכה, משום שהאיש אינו מקבל את השבת בהדלקת הנרות של האשה, ונמצא שאצלו עדיין יום חול. אליה רבה (סימן תרע"ט סעיף קטן ב') שלחן ערוך הרב (סימן רס"ג סעיף ז') וכן איש חי (שנה שניה פרשת נח אות ח').

התפילה, אבל אם אינו מוצא מניין, עדיף להדליק נרות בבית ולהתפלל מנחה בציבור לאחר מכן. חזון עובדיה (עמוד קע"ט) וכן פסק מרן הרב אלישיב זצ"ל (באר ישראל עמוד מד').

#### מתי הזמן הראוי להדלקת נרות חנוכה בערב שבת זו?

הטוב ביותר להתחיל ולהדליק נרות חנוכה כעשרים דקות לפני השקיעה, כדי שייסיים את ההדלקה כרבע שעה לפני השקיעה ומיד לאחר מכן תדליק האשה נרות שבת. (אור לציון חלק ד' פרק מג' תשובה ז').

#### זוג ההולכים להתארח אצל הוריהם וזרים בקרבת מקום, האם יכולים להדליק נרות חנוכה בביתם לפני שיוצאים להתארח?

אם הם מדליקים את החנוכה לכיוון רשות הרבים, והיינו שהעוברים ושבים רואים את הנרות שהדליקו, יכולים להדליק בברכה, מכיון שיש בזה פרסום הנס ונמצאים בביתם שהוא מקום החיוב. אבל אם מדליקים בתוך ביתם באופן שאין פרסום הנס לעוברים ושבים, אינם יכולים להדליק בביתם, אלא יצאו ידי חובה בהדלקת נרות החנוכה של ההורים. שו"ת ברית אברהם (חלק א' סימן כ"ב).

ואם האשה נמצאת לבדה, לדעת הספרדים יכולה האשה להדליק נרות חנוכה, כי גם האשה אינה מקבלת שבת בהדלקת נרות חנוכה. חזון עובדיה (חנוכה עמוד קע"א).

אמנם לדעת האשכנזים שהאשה מקבלת שבת בהדלקת הנרות אינה יכולה כעת להדליק נרות חנוכה, רק אם עשתה תנאי קודם הדלקת נרות שבת שאינה מקבלת את השבת, יכולה להדליק נרות חנוכה. (רמ"א סימן רס"ג סעיף י', ועי' ט"ז סימן תרע"ט). אמנם יכולה לומר לאדם אחר שידליק בעבורה את הנרות ללא ברכה. (על פי שלחן ערוך סימן רס"ג סעיף י"ז).

#### הדליק נרות חנוכה וקיבל שבת ולאחר מכן כבו הנרות, מה יכול לעשות?

יכול לומר לחבירו שעדיין לא קיבל שבת שידליק בעבורו את הנרות. (שלחן ערוך ה"ל).

#### נוהגים בערב שבת זה להתפלל מנחה מוקדם, אם אין מניין מנחה בשעה מוקדמת, האם יתפלל יחיד או שידליק נרות חנוכה וילך להתפלל מנחה כרגיל סמוך לשבת?

אם מוצא מניין להתפלל בציבור עדיף להקדים את



### יישר-כח על מעשה משובה



יהודי קדוש ומיוחד היה הרה"ק רבי יוחנן מטאלנא. ענו שבענויים שכבוד מעולם לא היה בין רשימת שיקוליו כאשר נלגד עיניו עמדה טובתו של יהודי, ואפילו יאה זה הקטן שבקטנים.

כל ימיו סיפר רבי יוחנן מטאלנא את הסיפור הבא בנר ראשון של חנוכה:

"הרה"ק רבי חיים מאטיניא, בנו של הרה"ק רבי ברוך הגר מוויז'ניץ, דיבר כל ימיו על קושיה שמציקה לו: יהודי מתכונן במשך כל ימי חייו ואוגר צידה רוחנית לנשמתו, העולם הזה הוא זמני וחולף, ואילו עולם הנשמות הוא נצחי ותמידי.

"יוצא אם כן, שרגע המעבר בין העולם הזה לעולם הבא, רגע פטירתו של היהודי, הינו רגע שמתכוננים אליו כל החיים.

"בכל חג ומועד אנו מברכים ברכת 'שהחיינו' על התחדשות הזמן והמצוות שהגיעו עם המועד.

אמנם ברגע פטירתו של האדם מן העולם קשה להגדיר את המצב כ'תחייה', בעת שיהודי 'פטר' מן העולם. אולם על זמן כה נשגב היה מן הראוי לברך ברכת 'שהחיינו', שכן חיכינו לכך משך כל החיים. כך הקשה הרבי מאטיניא.

"קושיה זו נותרה ללא מענה עד לליל הדלקת נר חנוכה הראשון באחת השנים. סיים הרבי מאטיניא להדליק את נרות החנוכה לאחר ברכת 'שהחיינו', ונסתלק במפתיע לבית-עולמו...

"או אז הבינו מקורביו שברוח קדשו צפה את העתיד ורמז להם על כך והם לא השכילו להבין זאת".

עד כאן סיפר הרה"ק רבי יוחנן מטאלנא מדי שנה בנר ראשון של חנוכה.

מיד לאחר הדלקת נר חנוכה בלילה הראשון בשנת תשנ"ט, נסתלק גם רבי יוחנן מטאלנא לחיי עולם הבא, כאשר הוא זוכה לברך ברכת 'שהחיינו' על הדלקת נרות החנוכה. בכך הבינו חסידיו את פשרו של הסיפור שנהג לספר בכל שנה.

\*\*\*

פתחנו את הסיפור בתיאור ענותנותו של רבי יוחנן, שראה עצמו שפל וקטן מכל בני האדם בסביבתו, למרות היותו ענק בתורה וגדול במעשים טובים.

סיפור מיוחד הממחיש נקודה זו, אירע באחת השנים:

בית מדרשו של הצדיק מטאלנא המה אדם. המוני

אָתְּ עכשיו בתוך החיסרון, אמרתי לה, אַתְּ מרגישה היטב אַתְּ הצורך במציאת הזיווג - אז תיקחי את הצער הזה ותתפללי על הצער של כל בני ובנות ישראל ובפרט על הרווקים והרווקות המתבגרים ועל המשפחות שלהם שמרגישות את הצער על בשרן. התפילות שלך על בני ובנות ישראל שיזכו לזיווג, הן חשובות ורצויות ומתקבלות הרבה יותר מתפילה של אדם נשוי שכבר שכח איך זה להיות רווק ומה מרגיש רווק או רווקה כשהם לבד וכשהם רואים את כל החברים והחברות שלהם עם ילדים.

### להתמקד במטרה

אבל חשוב לי מאוד להדגיש, שתפילות על ישועות כאלה ואחרות לעם ישראל - זו לא המטרה העיקרית של התפילה. המטרה העיקרית של התפילה היא להתפלל על עם ישראל שיזכו כולם לאהבת ישראל. **אסור לוותר על זה בשום פנים ואופן.** כאשר עושים חצי שעה על עם ישראל **רוב הזמן ככולו** צריך להיות מוקדש לאהבת ישראל ולשלום בעם ישראל שממילא מביא את כל הברכות ואת כל הישועות.

אבל כל אחד ואחת יכולים לקחת כמה דקות בסוף החצי שעה או לאחריה ולהתפלל על כל עם ישראל שיזכו לישועה מסוימת שאתם זקוקים לה. ואדרבא, גם תפילה על עם ישראל שיזכו לישועות, צריכה לצאת ולנבוע מתוך אהבת ישראל ולא מתוך סגולה, לא מתוך אינטרס אישי.

לכן אם אתה סתם מתפלל על עם ישראל בתור סגולה ולא בגלל שאתה באמת אוהב את עם ישראל, זה חלש מאוד והתוצאות יהיו בהתאם; אבל אם עיקר התפילה שלך היא על אהבת ישראל ואתה זוכה בעצמך לאהבת ישראל כי אתה נענה תחילה גם בדבר הזה - ממילא גם התפילות שלך על הישועות האחרות לעם ישראל, גם על הצרות והבעיות הפרטיות, נובעות מתוך הרבה מאוד אהבה, מתוך אכפתיות, מתוך שאתה מרגיש כל יהודי כמו את עצמך וכמו את הבן שלך. לתפילות כאלה יש כוח ועוצמה שאי אפשר להבין והן ממשיכות את הישועות באמת.

בני ישראל היקרים, רבי נחמן אומר שבימי החנוכה מאיר אור האמת והתפילה יוצאת באמת. ה' קרוב לכל אשר יקראוהו באמת. את עם ישראל צריכים לאהוב **באמת, מכל הלב.** אי אפשר לשקר באהבה, ואם אנחנו עדיין לא מרגישים אהבת אמת לעם ישראל אנחנו צריכים לצעוק יומם ולילה לזכות לאהבת ישראל אמיתית. וגם אם כבר זכינו לאהבת ישראל, נתפלל על כל עם ישראל שיזכו, ונתפלל על כל יהודי ועל כל כלל ישראל כמו שאנחנו מתפללים על עצמנו ממש בלי חשבונות ובלו רצון להנאות אישיות, רק מתוך אהבה לעם ישראל ומתוך אהבה לה; שזה העיקר, אבל סוף הכבוד לבוא ואין שום ספק שבעולם שזה יאיר וישפיע וימשיך על כל המתפללים את כל הישועות.

בברכת שבת שלום ומבורך

חסידיו ביקשו לחזות בהדלקת נרות החנוכה של הרבי

הנערץ. מעמד רווי הוד ורטט של קדושה שממנו שאבו חיזוק ביראת שמים וברוחניות.

הרבי עמד בעיניים עצומות ליד מנורת החנוכה, טרם ההדלקה. שרעפיו שקועים אי-שם בעולמות עליונים, והוא עסוק בתיקונים טמירים שאין לנו שמץ מושג בהם. סוף סוף בירך הרבי את ברכות ההדלקה והעלה את האש בנרות. כעת אמרו הקהל יחד עם הצדיק את מזמורי התהילים הנאמרים בקהילות ישראל לאחר הדלקת נרות החנוכה.

האווירה המיוחדת הופרה באחת לקול חבטה עזה.

ילד שובב שלא נזהר עבר במרוצה ליד הרבי וחנכיתו, והפך את החנכיה על ביזי הזכוכית שהתנפצו והשמן שניגר לכל עבר...

אם ציפיו שהרבי יכעס על כך שהילד 'הרס לו את המצווה', הרי שטעינו.

בחיבה חיך הרבי לילד הנבוך והמבוהל ואמר לו לא פחות ולא יותר: "יישר כוח!"

הצדיק אף הסביר לילד בשל מה הוא מודה לו על מעשה המשובה: "בהלכה נפסק שאדם שהדליק נרות חנוכה, ומסיבה כלשהי שאינה תלויה באשמתו כבו הנרות, אינו זקוק להדליקם שוב. 'כבתה, אין זקוק לה'. עד עתה לא זכיתי לקיים הלכה זו בפועל, ורק בזכותך התאפשר לי הדבר..."





## כח ההתמדה



**התבודדות ומעלת התפילה הספר של הרב שלום ארוש**  
052-2240696

החטאים אוטם את ליבו. והסיבה השנייה, שזה פשוט הרבה יותר קל להתוודות בכל יום, שאז יש לו רק את היום האחרון להתוודות עליו, מאשר להתוודות פעם בכמה זמן, שגם כבר הצטברו החובות, וגם רובם נשכחו...

לכן בא רבינו הקדוש, וציווה בצורה שלא משתמעת לשתי פנים, לעשות את ההתבודדות בכל יום, חוק ולא יעבור, וכל השומע לו יודע היטב כמה ההתבודדות היא בשבילו כמו אוויר לנשימה.

ומדברי רבינו משתמע באופן ברור וחד משמעי, שההתבודדות היא התנאי הראשון לחיים של יהדות. כי כן קבע נחרצות, שאי אפשר בשום פנים ואופן להיות יהודי כשר, בלי שעה אחת התבודדות בכל יום, וכלשוננו הקדושה, בתורה ק': "מקטן ועד גדול אי אפשר להיות איש כשר באמת, כי אם על ידי התבודדות".

וענין החיוב לעשות שעה אחת לפחות,

מובא בכמה ספרים של גדולי ישראל, וכן בכמה מקומות בשיחות רבינו הקדוש, וכן מובא בליקוטי מוהר"ן בתורה כה: "ההתבודדות הוא מעלה עליונה וגדולה מן הכול דהיינו לקבוע לו על כל פנים שעה או יותר להתבודד לבדו באיזה חדר או בשדה וכו'..."

התפילה והשיחה הפשוטה שהאדם משוחח עם ה' יום יום, על ידה האדם יכול לתקן הכול! לכן, לבנות ולקבל את הכלים לתשובה - זה אפשרי רק כאשר עושים חשבון נפש כל יום יום.

על זו הדרך ניתן להסביר את חשיבות ההתבודדות שתהיה דווקא בכל יום יום בעוד אופנים. לדוגמא: אדם צריך שיהיה לו זמן להודות לה' על חסדיו, וגם כאן, צריך שלא רק פעם בכמה זמן יודה לה' על טובותיו, אלא יודה לו בכל יום יום. כי להודות בכל יום, זה הרבה יותר קל, מכמה טעמים:

א - כי בלא הודאה יומיומית, הגשמיות משתלטת על האדם, ועיניו נחשכות מלראות את טובות הבורא. מה שאין כן, כשמודה לבורא בכל יום על טובותיו, שאז הוא ממש חי ונושם את טובו וחסדיו של הבורא.

ב - כשמודה רק אחת לכמה זמן, הוא מחמיץ את כל הטובות היומיומיות. כי איך יודה אחת לכמה זמן על כל הטובות שעשה עמו הבורא בכל יום יום? אבל כשיש לו בכל יום שעה התבודדות, הוא יכול בנקל להודות על כל הטובות שעשה עמו הבורא ביום האחרון.

האדם צריך להתוודות על חטאיו בכל יום יום. הסיבה שהגשמיות מתגברת על האדם בכל יום יום, בפרט כשעול

## ר' אברהם ב"ר נחמן מטולטשין זצ"ל כ"ט כסלו



## לאורם נלך הילולא דצדיקיא

**קו האמונה**  
02-6444250



עוד ועוד אנשים לדרך רביה"ק. מוסר עוד ועוד שיחות, מחזק עוד ועוד לבבות לעבודת הבורא.

על קדושתו ופרישותו העיד אביו, רבי נחמן טולטשנינער, שאמר לו: "ר' אברהם, חוץ לארץ אינה סובלת את פרישותך. ברח לך לארץ ישראל." רבי אברהם ניצל את כשרונו הברוך בכתיבה על מנת להנחיל את תורת ברסלב לדורות הבאים. הוא היה אמון על דיוק במסורת, על העברת כל שיחה תוך שימת לב ודגש על איך היא נאמרה, משראה רבי אברהם שבמשך השנים פוחת הדיוק בשיחות - שהוא הוא עיקרן - נטל על עצמו לבררן ולהעלותם על הספר. בפעם אחרת, היה אצל הרבי מראדזין זצ"ל, והשתעשע עמו בתורה וחסידות. בראות הרבי את גדולתו, ציווה לאנשיו להכין עבורו חליפת משי, כלאחד מן המפורסמים.. מיד כשנודע הדבר לר' אברהם, נעלם מהמקום כלא היה - כל כך ברח ספני הכבוד!

בראש השנה תרע"ח, נפל רבי אברהם למשכב ממנו לא קם עוד. מיום ליום גברה חולשתו, עד לימי חנוכה ובכ"ט כסליו תרע"ח, יצאה נשמתו בקדושה.

רבי אברהם נטמן בבית החיים החדש בעיר אומן, ועל מצבתו, אז, נרשם רק פ"נ ר' אברהם בר נחמן הלוי חזן מארץ ישראל..

רבי אברהם הנחיל את דרכו שהמשיך מאביו עד רבינו הקדוש לתלמידיו הבאים אחריו ביניהם רבי לוי יצחק בנדר זצוק"ל, ורבי לוי יצחק הנחיל זאת לתלמידיו הבאים אחריו עד יומנו. זכרו לא יסוף מזרענו וזכותו יגן עלינו ועל כל ישראל אמן.

רבי אברהם נולד בשנת תר"ט, 4 שנים אחרי פטירת מוהרנ"ת, לאביו רבי נחמן מטולטשין, שהיה אחד מגדולי חסיד ברסלב בדורו. ר' אברהם ב"ר נחמן, בהתמסרותו המחולטת לעבודת השי"ת, בעומק ביתו, בכוח אמונתו הנדירה ברבנו נחמן ומוהרנ"ת ז"ל, בלט כבר אז, באותו דור דעה כזה שבאומן, בין צדיקים מופלגים חסידים וקדושי עליון. עשרות שנים היה מתבודד ביערות משבת לשבת ועמל בתורה ובעבודה. "עשרות שנים היה אברהם שלי נוטל עמו מדי מוצאי שבת שק מלא חתיכות לחם, והולך לו עד לשבת הבאה" - כך העידה עליו אחותו, שאף היא אישה גדולה וצדקנית היתה. ובצדק אמרו עליו גדולי אנ"ש ע"ה שהכירוהו, שאף אילו היה בימי רבינו הקדוש, היה בגדר חידוש מופלג.

היה גאון עצום בנגלה ונסתר וקירב עשרות אנשים לדעת רביה"ק, על גאונותו העצומה, העיד רבי שמע"ל זליכובר (ר"מ ביישיבת חכמי לובלין) באמרו כי רבי אברהם בקי נפלא בתורת הנגלה והנסתר גם יחד. כמו כן גם האדמו"ר מראדזין, שעל גאונותו העצומה אין חולק, אהב להשתעשע עימו בדברי תורה, בהכירו את גאונותו.

בשנת תרנ"ד, עלה רבי אברהם לארץ ישראל - לאחר שנתן גט פיטורין לאשתו שלא הסכימה לעלות עימו - והתיישב בירושלים, בה גר במשך כ-20 שנה, כאשר מדי שנה הוא נוסע לאומן לראש השנה.

נסיעתו האחרונה הייתה בחודש אב של שנת תרע"ד, אלא שאז שוב לא יכול היה לשוב לארץ, עקב פרוץ מלחמת העולם. הוא נשאר באומן, מתבודד ומקרב

**עצבות**

**נועלת שערי שמים**

**תפילה**

**פותחת שערים נעולים**

**ובשמחה**

**יש כח לשבר את החומות**  
(הבעש"ט)

**אני אוהב כל יהודי**

**I love every jew**

**אני אוהב כל יהודי**

**לרכישת ריחן לרכב ומוצרים נוספים:**  
050-9931931

## מעין הבריאות אקטואליה בנושא בריאות



# שמן זית

פיטוכימיקלים (החומרים הבריאים שמצויים בצמחים), מומלץ לצרוך שמני זית מיצרנים שונים.

מה טוב בז?

השומן החד־בלתי רווי נחשב למוריד כולסטרול "רע" (LDL) ולמעלה כולסטרול "טוב" (HDL) ולכן קשור בהפחתת הסיכונים למחלות רבות ובהן מחלות של הלב ושל כלי הדם, סוכרת נוסף על כך, בזכות תכולה גבוהה של שומן חד־בלתי רווי ובזכות תכולה נמוכה של שומן רב־בלתי רווי השמן יציב יותר בטמפרטורות גבוהות, ונוצרים פחות חומרים רעילים בזמן הטיגון. (המיתוס של לטגן בשמן זית הופרך זה מכבר)

שמן הזית נמצא בשימוש כבר זה מזמן אף בתעשיית הקוסמטיקה בשל התכונות נוגדי החמצון שלו, ונודעות לו סגולות בריפוי פצעים, קשקשים וחיזוק שורשי השיער.

מה לא טוב בז?

שום דבר! רק המחיר, כי שמן זית איכותי יקר יותר משמנים אחרים.

יש לזכור ששמן הזית, כמו כל שמן אחר, הוא עתיר קלוריות, ולכן לא מומלץ לצרוך יותר משתי כפות ליום.

בברכת בריאות איתנה וחורף בריא!

שמן הזית נחשב לאחד האיכותיים מבין השמנים הצמחיים, שמהווה מקור בריא לשומן.

צבע השמן בדרך כלל מעיד על מועד המסיק של הזיתים. שמן ירוק מופק מזיתים שעדיין לא הבשילו לחלוטין ונחשב איכותי יותר כי יש בו יותר נוגדי חמצון, וטעמו חזק יותר. שמן צהוב מכינים מזיתים בשלים, וטעמו מעודן יותר.

שמני הזית נבדלים בדרגת איכותם אשר תלויה ברמת האיכות בה הופק השמן, וגם ברמת חומציותו. (שימו לב לא להתבלבל בין חומציות לחמיצות שמתייחס לתכונות הטעם)

שמן זית איכותי הוא כזה אשר מצויין על הבקבוק "כתית מעולה בכבישה קרה" / "כתית בכבישה קרה".

המונח כתית מתאר תהליך שבו מופק שמן מעיסת הזיתים באמצעות דחיסה והידוק בלחץ בלבד, כלומר בתהליך מכני וללא תוספות של חומרים כימיים.

והמונח כבישה קרה מתאר תהליך ללא חימום.

"מעולה" מעיד על רמת חומציות נמוכה של 0.1. (ככל שעולה לכיוון ה-0.8 האיכות פוחתת).

שמן זית הוא חלק מתזונה ים תיכונית שהוכחה כתזונה שמורידה סיכויי תחלואה כרוניים.

מאחר שבזנים שונים של זיתים יש תמהיל שונה של



מדור משתנה

# זאת חנוכה יום החיתום

**ברכה מאת הרב שלום ארוש שליט"א  
לשנה טובה ומבורכת, שנת שפע וטוב**



02-5308000

## להשליך את השכל

עבל ולא חכם" 'עמא דקבילו אורייתא ולא חכימו'. היו שדווקא ע" שהשליכו מאתם כל החכמות זכו לקבל את התורה.

סיפור קצר שממחיש את היסוד הזה: רבי חיים מצאנז היה מפורסם בכוחו לרפא אנשים. המונים נהרו לביתו לקבל עצה לרפואה. יום אחד הגיעו אליו אב ובנו. הבן קרא ברגש, 'אבי חולה בשחפת. הרופאים לא עוברים לו זמן רב לחיות. האם תוכל לעזור? ענה הצאנזר ללא היסוס: 'קח את אביך הביתה ותן לו לשתות קפה שחור חזק'. 'קפה שחור? נזעק הבן, 'רבי! זה הדבר הכי גרוע במצבו! אך הרבי חזר על דבריו. הבן ההמום חשב ואמר: 'אם הרבי אמר, אני חייב לסמוך עליו'. עשה כדבריו ומיד אביו הבריא.

כעבור שנים ספורות שוב חלה האב אך הפעם לבנו כבר הייתה עצה - לתת לו קפה שחור חזק כפי שאמר הצאנזר. מצבו של האב החסיר משתיית הקפה. הבן המבוהל העלה את אביו מיד לעגלה והביאו לביתו של ר' חיים. כשראה אותו הרבי שאל את הבן: 'אמר לי: מה הביא אותך למצב הגרוע הזה? 'הבאתי לו קפה שחור חזק ומאז הורע מצבו'. 'השתגעתי? צעק הרבי. 'אתה רוצה להרוג אותו? אתה לא יודע שקפה מסוכן לחולי שחפת? 'אז מה אעשה עכשיו, רבי? התייפח הבן.

הביט הצאנזר ישר לתוך עיניו ואמר: 'קח אותו הביתה ותן לו כוס קפה שחור חזק'. הבן שלא הבין כלום, עשה כמצוות רבו. שתה האב את הקפה וזכה לשנות חיים נוספות.

כל טוב ושבת שלום.

פרשת מקץ יוצאת תמיד בחנוכה. ורמז לדבר בפסוק: "קץ שם לחושך", שנס חנוכה הביא את הקץ על החושך שהיוונים ניסו להחשיך את אור תורתנו הקדושה, ע" שאסרו לקיימה והפיצו חכמות חיצוניות חכמה יוונית. וזה הסוד של "וסימא כל השמיים" ששמן כידוע מרמז לחכמה ודעת. כי היוונים סימאו את שכלנו בדעות כוזבות וקושיות שבאמת אינן קושיות כלל! (כמבואר בליקוטי מוה"ר"ן תורה סד ו-כא ע"ן שם). וגם היום לצערנו ישנו חושך גדול מחמת חסרון הדעת שבדורנו, ולכן אנשים הולכים מבולבלים ומלאים בקושיות שאין בהן ממש. ואם רק ילמדו או ישאלו תלמידי חכמים ירוו נחת והכל יתבאר היטב.

הבה נתבונן מה סוד הנצחיות של עם ישראל?

רק זכות התורה הקדושה והאמונה הפשוטה, ולא בזכות חכמות חיצוניות פילוסופיות למיניהם. וכבר מראשית היותנו לעם זכינו לקבלת התורה והחכמה דווקא בזכות זה שהשכלנו את כל החכמות כמו שכותב ר' נחמן (ל"ם כג): "וישראל בעת קבלת התורה היו להם חכמות גדולות כי אז היו עובדי ע"ז שביסיהם, שהיה טעותם ע"פ חכמות גדולות כידוע. ולולי שהיו ישראל משליכים מעצמן החכמות, לא היו מקבלים התורה. כי היו יכולים לכפור בכל חס ושלום, ולא היה מועיל להם כל מה שעשה משה רבינו עמהם.

ואפילו כל האותות והמופתים הנוראים שעשה לעיניהם, לא היה מועיל להם, כי גם עתה נמצאים אפיקורסים ע" שטות וטעות חכמות. אך ישראל עם קדוש ראו האמת, והשליכו החכמות והאמינו בה' ובמשה עבדו, וע" זה קיבלו התורה. והיינו שתרגם אונקולוס "עם



**חיזוקון**  
מתחזקים בשמירת שבת

ההכנות לשבת

מצוה למשמש בכיסי בגדיו בערב שבת, כדי לוודאות שלא שכח בהם דבר מוקצה (בהלכה ובאגדה)

לקבלת מטרים מחזקים 052-6672221

**החבורת החדשה של הרב ארוש**  
"אהבת ישראל אהבת חיים"

"אין שמחה גדולה לאבא יותר מאשר לראות את בניו אוהבים ומאוחדים" (הרב שלום ארוש)

מתחזקים באהבת חיים  
052-2240696

# ילדון חידודון

שניים אומרים שהם מנחשים, ושניהם בגניבה מאשימים. בראשונה - לא נמצאה האבידה למרות שנגנבה, ובשניה - נמצאה, למרות שלא נגנבה.

תשובה לפרשת ויצא: תבין טוב, הבעיות הכלליות של עם ישראל הן הבעיות האישיות של כל אחד ואחד, לא פחות מאשר הבעיות האישיות הפרטיות שלו. הצרות של עם ישראל זה לא איזה אסון טבע באיזה אי באוקיינוס השקט; עם ישראל זה אתה ואת ואני, עם ישראל זה הבנים של בראש עולם.

...תזכרה: נתן, דוד, רחובות...  
al5308000@gmail.com | 02-5812252

רוצה לזכות בפרס? שלח לנו סיפור תודה בעל תוכן ייחודי ותזכה בפרס ללא הגרלה  
al5308000@gmail.com | 02-5812252

# ילדים מספרים תודה

## תפר של תודה

שלום, שמי יצחק ואני מתגורר בירושלים.

בכל שבת אבי מביא את עלון חוט של חסד לבית ואני מאוד אוהב לקרוא בו ובמיוחד את הסיפורי תודה המדהימים.

אני לומד בתלמוד תורה שבו משפצים כדי להרחיב אותו, האזור שם מגודר חלקית ואפשר להיכנס לשם בקלות.

יום אחד שיחקנו במחבואים, ואני רצתי להתחבא אתם יודעים איפה? ייחשתם נכון!



הזעיקו את אבי לתלמוד התורה על מנת שיקח אותי ל'טרם' (בירושלים יש בית רפואת חרום שנקרא 'טרם') ולשם הוביל אותי אבא, הנסיעה לקחה דקות ארוכות יחסית ואני ממש פחדתי מתפרים מכיוון שלפני כמה זמן חבר שלי נפל בגינה ליד הבית שלו והיו צריכים לתפור לו והוא סיפר שזה כואב ובכלל לא נעים. המחשבה הזו העיקה עלי...

לאחר כמה דקות של מחשבות נזכרתי בעלון המיוחד ובסיפורי התודה. אמרתי שאני אומר תודה ובע"ה גם אני אספר סיפור תודה.

התחלתי לומר תודה לה' שבכל הפעמים שנכנסתי למקום המסוכן הזה לא נפצעתי ודוקא עכשיו כן. תודה על הפציעה, על התפרים שעוד מעט יתפרו ועל כל מיני... וכך אמרתי תודה רבה לה' גם תוך כדי ההמתנה בתור לרופא.

הגיע תורו. בלב הולם נכנסתי לחדר הרופא עם אבא. הרופא אבחן את המכה ואמר כי הפתח אומנם עמוק אך לא מספיק בשביל תפרים נשמתי לרוחה וראיתי עד כמה התודה היא נפלאה ויכולה לחולל פלאים.

**אמרתי תודה וניצלתי מן התפרים!!!**

באתר הבניה של הת"ת, לא פחות ולא יותר! רצתי במהירות רבה על מנת להספיק את העומד. תוך כדי שאני רץ, לא שמתי לב לאבן גדולה שהייתה בדרכי, הרגל שלי נתפסה תחת האבן ואני מעדתי וקיבלתי מכה חזקה בראש.

דם רב החל לרדת ממצחי ותוך כדי שאני מסוחרר מאוד מעוצמת המכה צעדתי לאט לכיוון שיש שם ילדים שיוכלו לראות אותי ולהזעיק עזרה.

אחד הילדים בחצר שראה אותי רץ לקרוא למורה שלנו, הכניסו אותי לחדר המורים והרב שלי שמבין מעט בעזרה ראשונה אבחן את המכה ואמר כי כנראה שאצטרך תפרים.

**זיכוי הרבים | כסליו**

**זיכוי הרבים גדול לאין ערוך מהשגת שלמות אישית.**  
(א.ב. של החיים)

לקבלת מסרים טווחיים - 052-6672221

פתרונות יש לשלוח עד יום שני למייל: al5308000@gmail.com  
או לפקס: 02-5812252 | יש לציין שם מלא, כתובת מלאה וטלפון

# עשיונות

## גלו את הפסוק

מלאו את התשבץ, את האותיות המודגשות בצהוב כתבו למטה ותגלו את הפסוק המתקבל

פרח נוי קוצני	שביל / מסלול	פרח אדום מוכר גדול בסבוע	עייף, חסר כח	מספר רודף את שבע	הדליק, הבעיר
מדיקים בחנוכה	מניע ראשו, כסימן לחיוב	ההיפך מקרוב	מנה אחרונה, בדרי"כ מתוקה	רבי ___ בעל הנס	פרי אדום גבעול ירוק (רבים)
תשבה (עתיד)	תואר אצולה אנגלי	60 שניות (רבים)	מילת הכרת הטוב	הנה לפניו (הבאו 'ציווי')	אחד מאבני החושן

**הפסוק מתקבל**

זוכה פרשת ויצא: ישראל רבינוביץ, ביתר

# בדיחות הדעת

בחלום של יוסף הצדיק, רואה הוא את השמש והירח ואחד עשר כוכבים משתחווים לו, ויש לשאול והרי גם היה לו את אחותו דינה והיא היכן הייתה?

בפרשת מקץ מסופר שיוסף נושא לאישה את בתו של דינה לאישה שהיא הייתה אסנת (ע"פ פרקי דרבי אליעזר פל"ה) כך שלמעשה דינה הייתה חמותו של יוסף, ומעולם לא מצאנו חמה שתשתחוה לחתנה.

## העלון מוקדש להצלחת עזריה ותקוה רובינו

להקדשת העלון: 02-5308000

שלנו ותמיד נאהב אותך בלי קשר למי שאתה ולמה שאתה מסוגל, ולא משנה אם תהיה גאון או טיפש או כל דבר אחר"

2. הענקת תחושה של בטחון - "אנחנו תמיד נהיה שם בשבילך, ותמיד נעזור לך כשתצטרך אותנו, ואם משהו לא יסתדר, אם תטעה, תפשל או תיפול - אנחנו נהיה שם אתך ביחד נגד הבעיה ולעולם לא נהיה נגדך".

בהצלחה!

הרב אבוחצירא - יועץ, מאבחן ומטפל לייעוץ טלפוני ללא תשלום בימים ג' - ד' משעה 8-10 בערב נייד: 054-8434435



# חינוך באהבה הרב יצחק אבוחצירא

## נכשלתי, אני לא כישלון פרק ה'

גם השבוע, לבקשת המערכת המאמר קוצר בחצי, התנצלותי מראש.

סיפרנו בשבוע שעבר את המשל על "מרוץ הצפרדעים".

### מה גורם לכישלון?

עלינו להפנים! שבדרך כלל הגורם העיקרי לכישלונות ילדים הוא- "חוסר ביטחון".



דהיינו: סך התנסויות של חיי הילד לימדו אותו- להעריך שהוא "כישלון" ולכן כבר אינו מאמין שהוא יכול אי פעם להצליח.

תחושה זו מועצמת במיוחד במידה וגם ההורים שותפים אליה.

משל זה, ממחיש בצורה מדהימה, את אחת הסיבות העיקריות להמשך "כישלון ילדים" כי פעמים רבות הילד יכול לקום, להתמודד ולהצליח עם הבעיות שלו, אלא שלפעמים במילים שלנו אנחנו גורמים לו לשקוע עוד יותר בתוך הבוץ של הכישלון ולפעמים במשפטים שלנו אנחנו מוציאים לו את האוויר מהמפרשים של סירת ההצלחה.

שהרי אם ההורים, שהם עיקר המשענת הנפשית של הילד- אינם סומכים עליו, גם הוא ילמד שלא לסמוך על עצמו ולקחת על עצמו את האחריות ללימודיו ולחיייו. ולכן זהו מסר חשוב שאותו יש להעביר לילד- אנחנו בוטחים בך ומאמינים תמיד בהצלחתך.

### שני כללי יסוד עיקריים

אם אנו מבינים את גודל האחריות וההשפעה שיש לנו כהורים, עלינו לקחת איתנו היום, שני כללי יסוד עיקריים וחשובים בדרך להצלחה, ולהעביר אותם מידי יום לילד:

1. **אהבה ללא תנאי**- אנחנו מקבלים את הילד כמו שהוא, ללא תנאים. נגיד לו: "אתה תמיד תהיה הילד

פעמים רבות גם אנחנו המבוגרים שומעים "משפטי כישלון" וחוסר פרגון על כמה אנחנו לא מוצלחים, או לא יכולים לבצע כל מיני משימות, אבל אנחנו גם מצליחים להיות "חרשים" ולא לשמוע כשמישהו אומר לנו שאנחנו "לא יכולים" להגשים את החלומות או את השאיפות שלנו, אך האם הילד שלנו מסוגל "להיות חרש"?

ונניח והילד עשוי מחומר כזה, שיש לו רצון ויכולת חזקים "לא לשמוע" את חבריו שמדברים עליו "אחרי הגב" שהוא לא מצליח או לא יודע לענות כלום, אך האם הילד יוכל אי פעם להיות חסין מפני אמירות כישלון מצד

<b>רעננה</b> הרב אביעד קלכהיים בית כנסת "ברית שלום" רח' הנגב 16 ימי רביעי   18:30 050-9201720   054-4677752 *ממשנתו של רבי נחמן*		<b>מושב אורה</b>	הרב שניר שרעבי רח' מעוק 151 מוצ"ש   20:00 052-7138748
<b>ישוב תל ציון</b> הרב ראובן דה לרנה בית כנסת "מזמור לתודה" רח' אהבת ישראל 1 יום רביעי   17:30 050-3346034 *ממשנתו של רבי נחמן*			הרב דוד נאור ימי שלישי   21:00 052-7631208
<b>חולון</b> הרב בן יוחי רח' קרית שמונה 27 ימי חמישי   9:15 054-8400161 *ממשנתו של רבי נחמן*			הרב שלמה גלעד "בית רבינו" רח' עזריאלי 68 התחזקות 052-2419894
<b>מזמרת ציון</b> הרב נחמן ארוע ימי ראשון   21:00 050-6770619		<b>הצבור ליקוטי מנהרין ופרשת שבוע</b>	ימי שני   20:45 053-5466433
<b>ראשון לציון</b> ימי ראשון   אחרי ערבית רח' התקומה הלכה 052-2641751			ימי שני   אחרי ערבית רח' ארנון בהלכה ובאגדה 054-8823996
<b>תל אביב</b> ימי רביעי   20:45 054-4027240			רח' מפל התנור 6 פרשת שבוע 054-4027240
<b>אשקלון</b> ימי רביעי   20:45 054-4027240		<b>מעוניין להזמין שיעור באזור מגורך? 052-7112396</b> כך האור יכבוש כל חושך	