בס"ד

מוסדות תורה וחסד

חוט של חסד

הגליון לכל בית יהודי | בנשיאות הרה"צ שלום ארוש שליט"א פרשת | בחוקותי | ז"כ אייר תשע"ח (12/05/18) | גליון 570

התנאי לכל הברכות

הפרשה פותחת בפסוקי ברכה עשירים וסגוליים, אך היא מַתְנֶה את כל הברכות בשני דברים: "אם בחוקותי תלכו, ואת מצוותי תשמרו ועשיתם אותם". מה הכוונה ללכת בחוקות ה'? דברי רש"י מפורסמים מאוד: בפשטות הכוונה היא שמירת המצוות, אבל רש"י מדייק ואומר שזה אינו הפירוש הנכון מכיוון ששמירת המצוות כבר מופיעה במפורש בהמשך הפסוק 'ואת מצוותי תשמרו'. על כן מבאר רש"י 'אם בחוקותי תלכו' – הכוונה היא 'שתהיו עמלים בתורה'.

שניים שהם אחד

במבט שטחי נראה שיש כאן שני תנאים שונים. האחד הוא עמל התורה והשני הוא קיום המצוות. אך רש"י הקדוש ממשיך וקושר את שני הדברים יחד: "הוו עמלים בתורה על מנת לשמור ולקיים, כמו שנאמר: 'ולמדתם אותם ושמרתם לעשותם'". זאת אומרת, ששני התנאים הם למעשה תנאי אחד והם קשורים ותלויים זה בזה, ויש לכך שני צדדים:

מצד אחד אי אפשר להגיע לקיום מצוות כראוי ללא עמל בתורה, כמו שאומרת המשנה: "אין בור ירא חטא" – אי אפשר להגיע לקיום מצוות בצורה נכונה בלי מאמץ בלימוד התורה. אם אדם אינו עמל ומתאמץ להבין את רצון ה' לפרטיו – עם כל הרצון הטוב – הוא לא יוכל לעולם להגיע לקיום מלא של התורה והמצוות, והספרים כבר מלאים בדוגמאות של טעויות מצויות, הן בדאורייתא והן בדרבנן, שבהן אפשר לטעות רק מחוסר ידיעה ומחוסר עמידה על דקדוק ההלכה.

קולעים למטרה

אבל ברצוני להדגיש דווקא את הצד השני. עמל התורה הוא לא עֵרֶך המנותק מקיום המצוות, אלא עמל התורה הוא כלי המאפשר והמשפר את קיום המצוות. אוי לו למי שתכלית עמלו בתורה היא רק בשביל לדעת ולהתחכם. עמל התורה צריך להיות מכֻוון וממוקד לתכלית הנרצית: על מנת לשמור ולקיים. לומדים כדי להבין היטב מהו רצון ה' על מנת לקיימו.

וכשאומרים 'על מנת לשמור ולקיים', אין הכוונה רק לקיום הטֶכְנִי של המצוות, אלא לקיום המלא של המצוות: עם כל הלב, באהבה וביראה, באמונה ובשמחה. וכן הכוונה היא לקיום כל מכלול המצוות, לא רק חובות האיברים אלא גם חובות הלבבות, אהבת ה' ויראתו, עבודת המידות, קדושה וטהרה.

וכדי להגיע לקיום מלא של המצוות צריכים עמל רב בתורה, אבל אם העמל לא מכֻוון להגיע לכך, הרי שלימוד התורה של האדם מחטיא את המטרה. גם בזה מאריכים מאוד ספרי המוסר, מתוך הדגשה יתֵירה, שאין המדובר רק בדברי חסידות לפנים משורת הדין, אלא מדובר בגופי תורה ממש, מצוות שהן חובה והלכה פסוקה, שאי אפשר לקיימן כראוי ללא עמל תורה על מנת לשמור ולקיים.

כן, המפקד!

ולכן, לצערנו הרב, המציאות הכואבת היא שישנם כאלה המוגדרים 'לומדים' ו'למדנים', שהם רחוקים מאוד מקיום כל המצוות. נכון שהם שומרים שבת, ונכון שהם גם מניחים תפילין ומקיימים עוד מצוות יקרות, אבל הם רחוקים מהרבה מאוד מצוות ומהרבה מאוד חלקים יסודיים בקיום רצון ה'. והסיבה לכך היא שהם לא עמֵלים בתורה מתוך הכוונה הנכונה לשמור ולקיים. זאת הסיבה לכך שאדם יכול לדקדק בהלכות שבת מחד גיסא, ומאידך גיסא להתעלם, ושלא לומר לזלזל, בהלכות לשון הרע; הוא יכול להדר בציצית ובלולב, אך לרמוס ברגל גסה את כבוד הזולת או את קדושת בית הכנסת וכדומה.

מסופר על החת"ם סופר שבהיותו ילד שינן את כל תרי"ג המצוות בעל פה, וכנשאל לסיבת הדבר ענה: 'אני חייל בצבא ה', וחייל חייב לדעת את כל הפקודות של המפקד'. סיפור זה ממחיש לנו יותר מכול, מה הכוונה ללמוד על מנת לשמור ולקיים. החת"ם סופר עוד משחר ילדותו חיפש לקיים את כל רצון ה' בלי שום הבדל, ולכן זכה להיות מגדולי הדורות. רק זה נקרא להיות 'מדקדק בקלה כבחמורה' – לרצות לקיים את כל רצון ה' ללא יוצא מן הכלל.

הכול תלוי במזל

ושתיים מן המצוות שלא הִתְמַזֵּל מַזָּלָן להיות 'נחשבות' בחברה ובסביבה הן מצוות האמונה ומצוות התפילה וההתבודדות, הכוללת את עבודת ההודיות השירות והתשבחות. ולכן מעטים מאוד הם אלה המבינים שהמצוות הללו הן רצון ה' וחלק בלתי נפרד מעבודתנו לבוראנו יתברך שמו; וחלק בלתי נפרד מעמל התורה שלנו צריך להיות מוקדש להביא אותנו לחיזוק באמונה ובתפילה. וממילא 'יראים' רבים מסתפקים בקריאת הסידור בציבור, ובהמתנה לסוף התפילה, ורחוקים מאוד מאותה הרגשת געגועים לזמן התפילה ולהתחברות עם הבורא, שהיא נחלתם של עובדי ה' ומְקַיְמֵי המצוות האמתיים, כמבואר בכל הספרים.

ולצערנו הרב, אחת המצוות החשובות ביותר שבה תלוי כל תיקון האדם נדחקה לקרן זווית ומעטים הם אלה המקיימים אותה כראוי, וזו מצוות התשובה. מצוות התשובה היא חלק יסודי בתרי"ג המצוות, אך נחשבת היום לנחלתם של 'רחוקים' בלבד, או שהיא שייכת לעשרת ימי תשובה בלבד, ורבים שוכחים שהיא בעצם חיוב יומיומי לכל אדם באשר הוא.

טעות יסודית

ובכלל במושג תשובה חל בלבול עצום במושגי דורנו. אנשים טועים לחשוב שאדם שמחיל לחבוש כיפה הוא 'בעל תשובה'. זה לא נכון. הוא בעל כיפה. מי שלובש ציצית הוא בעל ציצית, לא בעל תשובה. המושג 'בעל תשובה' בשפת דורנו הוא מוטעה מן היסוד. בעל תשובה הוא אדם שעושה תשובה בכל יום. היצר הרע עוד הגדיל לעשות והפך את המושג 'בעל תשובה' לתואר גנאי...

גדולי ישראל כולם קבעו לעצמם זמנים ארוכים בכל יום לתשובה ולחשבון נפש, כי הם למדו את התורה על מנת

המשך בעמוד 3

הכנסים של הרב שלום ארוש שליט"א לשבוע הקרוב

יום ד' בירושלים
ישיבת חוט של חסד שמואל הנביא 13
שיעור קבוע בהלכה בשעה 20:30
ולאחמ"כ שיעור ראש הישיבה בשעה 21:00
יום ה' בחולון (שכ' תל גיבורים) 21:30
רח' המעפילים פינת המצודה בי"כ ע"ש חללי צה"ל

יום א, כח' באייר (13/05/18)
נס ציונה והסביבה
בי"כ שבזי המיסדים 2 שכונת טירת שלום
בשעה: 21:00

גן הדעת

פנינים, פתגמים, רעיונות, חידושים לפרשת השבוע

אֶת שַׁבְּתֹתַי תִּשְׁמֹרוּ

אחד מהטעמים המרכזיים ביותר בשמירת השבת היא 'אמונת חידוש העולם', האמונה שהעולם נברא יש מאין, בשמירת שבת אדם מכריז שהוא מאמין **כִּי שֵׁשֶׁת יָמִים עָשָׂה ה' אֶת הַשָּׁמַיִם וְאֶת הָאָרֶץ אֶת הַיָּם וְאֶת כָּל אֲשֶׁר בָּם"** (שמות כ) אמונה זו, הנקראת 'אמונת חידוש העולם', היא האמונה הבסיסית ביותר, שעל כן פתחה התורה בבראשית, להודיע על האמונה הפשוטה, לעולם הזה יש בעל בית, שברא את העולם יש מאין בששה ימים ונח ביום השביעי.

ויש לאמונה זאת השלכות עצומות בחיי היום יום של כל אדם, כי כשאדם מאמין בחידוש העולם הוא יודע שגם הטבע הוא השגחה, ושעל ידי תפילה מעומק הלב בפשיטות הוא יכול לשנות את הטבע, כי הטבע מחייב כן והתפילה משנה את הטבע, זה הביטוי המעשי של אמונת חידוש העולם, שביכולתו לשנות את הטבע.

אדם כזה שיש לו אמונת חידוש העולם חזקה בתוך הלב, גם כשהוא שומע על איזה גזירה או מחלה, הוא לא נבהל ולא מתבלבל, הוא מאמין באמונה שלמה שאפשר לשנות את חוקי הטבע, כמו רבי חנינא, שראה את בתו עצובה בערב שבת, שאל אותה מה קרה בתי היקרה, אמרה לו התבלבלתי בין פח השמן לפח החומץ והוספתי חומץ במקום שמן ועוד מעט יגמר השמן ולא יהיה לנו אורה בשבת, אמר לה אל תדאגי, מי שאמר לשמן שידלק יאמר לחומץ וידלק, וכך היה, שדלק החומץ כל השבת ואף הביאה ממנו אור להבדלה (תענית כ"ה), ולמה זה היה פשוט אצל רבי חנינא, כי באמונה שלו גם שמן שדולק זו השגחה, כל חוקי הטבע הם השגחה, זה שיש בתוך השמן יסודות כימיים שנדלקים יחד עם הפתילה, זה כי ככה הבורא רוצה שיהיה הטבע של השמן, הטבע הוא רצונו של הבורא, ורצונו של הבורא שכל חוק טבע יהיה ניתן לשנות עם תפילה, ולכן פשוט למאמין באמונת חידוש העולם בשלמות כמו רבי חנינא בן דוסא, שאם הבורא רוצה, גם החומץ שאין דרכו לדלוק, ידלק טוב משמן זית זך.

זה שאומר רבי נחמן מברסלב שצריכים לראות גם הטבע כדבר נס, ולא לכסות את הניסים בטבע (ל"מ ז), **כי מי שלא רואה את הטבע כדבר נס, סופו לראות גם את הניסים כדבר טבעי,** ומי שרואה את הטבע כנס, מתחבר לתפילה ופועל ישועות בעולם, כי התפילה היא שורש הכל, ושורש התפילה והאמונה נמשך משבת (ל"מ ל"א), שהיא יסוד היסודות ושורש השורשים של האמונה.

וזה עיקר טעותם של הרחוקים מהאמונה, ריחוקם מאמונת חידוש העולם, כי מאחר ורואים בעיניים שעולם כמנהגו נוהג נדמה להם שהכל על פי טבע, ובאמת אם היו מתפללים היו רואים עין בעין שהתפילה היא מעל הטבע, כי הטבע מחייב דבר מסוים והמתפלל משנה את הטבע, ומחיסרון זה באמונת חידוש העולם משתלשל גם שיש כאלה החושבים, שצריכים לעשות את האמצעי עיקר, כאילו שמי שקובע את הפרנסה זה העמל והטורח האנושי, ומי שקובע אם תהיה בריא זה הרופאים, ובאמת אלו האמצעים כפופים לתפילה של האיש הישראלי, שהשם יתברך נתן לו בכח דיבורו אפשרות להכנס לחדר הבקרה של היקום, להכלל בשורש הבריאה שהיא דבר ה', ועל ידי זה להיות מושל בטבע, מושל במלאכים, מושל בכל העולמות, כי הדיבור של האיש הישראלי בורא שמים וארץ חדשים, וזה עיקר אמונת חידוש העולם, אמונה אותה מקבלים משבת קודש שהיא זיכרון למעשה בראשית המתהווה בכל שניה ורגע.

פניני חסידות ברסלב

שָׁאַל פַּעַם אֶחָד מֵאַנְשֵׁי-שְׁלוֹמֵנוּ אֶת מוֹהַרְנַ"ת זַ"ל שֶׁיִּתֵּן לוֹ עֵצָה נְכוֹנָה בְּאֵיזֶה דֶּרֶךְ יִבְחַר, אִם יֵשֵׁב רַק עַל הַתּוֹרָה וְהָעֲבוֹדָה וְלֹא יִדְאַג לְפַרְנָסָתוֹ אַף שֶׁבְּכָךְ יִצְטָרֵךְ לִהְיוֹת נִתְמָךְ מֵאֲנָשִׁים תּוֹמְכֵי תּוֹרָה, אוֹ שֶׁיַּעֲסֹק בְּאֵיזֶה מְלָאכָה וְיִקְבַּע עִתִּים לַתּוֹרָה. עָנָה לוֹ מוֹהַרְנַ"ת וְאָמַר לוֹ: אִם הַתּוֹרָה חֲשׁוּבָה אֲצָלְךָ כַּאֲבָנִים טוֹבוֹת וּמַרְגָּלִיּוֹת וְאַף כְּשֶׁתִּהְיֶה רָעֵב לֹא תַּקְפִּיד הַרְבֵּה רַק תַּחְטֹף בִּזְרִיזוּת אֵיזֶה חֲתִיכַת לֶחֶם לְתוֹךְ פִּיךָ וְתַמְשִׁיךְ בְּהִתְמָדָה בִּלְמוּד הַתּוֹרָה כְּאוֹסֶף הַמַּרְגָּלִיּוֹת, אֲזַי נָכוֹן שֶׁתֵּשֵׁב רַק עַל הַתּוֹרָה וְהָעֲבוֹדָה כִּרְצוֹנְךָ כִּי זֶהוּ הַנִּקְרָא "תּוֹרָתוֹ אָמָּנוּתוֹ", אֲבָל אִם לָאו לֵךְ עֲסֹק בִּמְלָאכָה וּקְבַע וּגְזֹל עִתִּים לַתּוֹרָה. (שיש"ק ה - צג)

הַבַּעַל-שֵׁם-טוֹב צִוָּה לְתַלְמִידָיו לִלְמוֹד בְּסֵפֶר שֻׁלְחָן עָרוּךְ עַד שֶׁיֵּדְעוּ אֶת דִּבְרֵי הָרַב הַמְחַבֵּר וְהָרַמָ"א בְּעַל פֶּה כִּי נִכְתַּב וְחֻבַּר בְּרוּחַ הַקֹּדֶשׁ. (שיש"ק ג-תרז)

א ב של החיים

- שַׁבָּת הִיא יְסוֹד הַיְסוֹדוֹת שֶׁל הַיַּהֲדוּת.
- שְׁקוּלָה הַשַּׁבָּת כְּנֶגֶד כָּל הַמִּצְוֹת שֶׁבַּתּוֹרָה (שמו"ר כה).
- הַשַּׁבָּת הִיא מְקוֹר הַגַּעֲגוּעִים שֶׁל הַנִּבְרָא לַבּוֹרֵא.
- שַׁבָּת הִיא בְּחִינַת אֲמוּנָה.

שו"ת של חסד

קיצור דיני מצות שילוח הקן

דיון המוגש ע"י בית ההוראה "חוט של חסד" מאת הרה"ג ר' אלחנן שלום אלגרוד שליט"א ר"כ ההוראה ודומ"צ דק"ק "חוט של חסד" ודיין בביה"ד "משפט וחסד"

עונת הקינון – העונה בארץ ישראל בה יש בניות מרובות של קיני ציפורים טהורות, היא בתקופת החודשים החמים בשנה: סיון, תמוז, מנחם-אב ואלול, וישנן שנים שגם באייר החל מל"ג בעומר יש תכונה רבתי [ספר קול התור נשמע בארצנו פרק ח].

א"כ התקופה שבה אנו נמצאים כעת היא תחילת תקופת הקינון בה ניתן לקיים בקלות יחסית את המצוה של שילוח הקן המופיעה בפ' "כי תצא" [דברים כ"ב,ו'-ז'] **ובשו"ע** [יו"ד סי' רצ"ב]. **וז"ל הפסוקים: "כִּי יִקָּרֵא קֵן צִפּוֹר לְפָנֶיךָ בַּדֶּרֶךְ בְּכָל עֵץ אוֹ עַל הָאָרֶץ, אֹפָרֹחִים אוֹ בֵיצִים, וְהָאֵם רֹבֶצֶת עַל הָאֹפָרֹחִים אוֹ עַל הַבֵּיצִים, לֹא תִקַּח הָאֵם עַל הַבָּנִים. שַׁלֵּחַ תְּשַׁלַּח אֶת הָאֵם וְאֶת הַבָּנִים תִּקַּח לָךְ, לְמַעַן יִיטַב לָךְ וְהַאֲרַכְתָּ יָמִים".**

מאחר ורבה המבוכה בהלכות שילוח הקן, להלן קיצור דיני מצות שילוח הקן המלוקטים בעיקר מתוך הספר הנפלא "שלח תשלח" מאת הגאון ר' נפתלי יחיאל וינברגר שליט"א, בהסכמתו ובברכתו [עמודים שפ"ז-ש"צ].

א. מעיקר הדין אין חיוב לחזר אחר קן כדי לקיים את מצות שילוח הקן, ומכל מקום בוודאי יש להשתדל לקיים מצוה זו ודבר גדול הוא.

ב. רוב הראשונים והאחרונים כתבו שאין לברך על קיום מצות שילוח הקן – לא ברכת המצוה ולא ברכת שהחיינו, ויש אחרונים שכותבים שיכול לברך את ברכת המצוה ללא שם ומלכות. ודעת ערוך השולחן [יו"ד סי' רצ"ב ס"י] ועוד פוסקים היא שיש לברך על מצות שילוח הקן אך ברכת שהחיינו לא יברך, וכך גם סבר הגר"מ הלברשטאם זצ"ל ובתנאי שוודאי לנו שאלו הן ביצים מאב ואֵם שראוי לצאת מהן אפרוחים וכל אופן עשיית המצוה היא על פי ההלכה [ספר שילוח הקן כהלכה פ"ח ס"ז]. ונוסח הברכה הוא: "ברוך אתה (לגירסת ערוך השולחן וסיעתו: ה' א-לוקינו) מלך העולם, אשר קדשנו במצותיו וצונו לשלח הקן (גירסת ערוך השולחן: על שילוח הקן. גירסת המהר"ם שיק [שו"ת יו"ד סי' רצ"א]: על מצות שילוח הקן)".

ג. לדעת רוב הראשונים והאחרונים מקיים את המצוה בכל פעולה שעושה לגרש את האֵם: בין אם זורק אבן לעברה וגורם בכך להברחתה, בין אם מגביה קולו ומגרשה, בין אם מכה במקל לידה. אלא שאם חושב במחשבתו לגרשה "רק" באמצעות ההכשה במקל, ולמעשה ברחה האֵם משום ששמעה שמתקרבים לקן – לא קיים בזה המצוה, ולכן יכוון מיד בתחילת המצוה שרצונו לקיימה בכל אופן שיגרום להברחת האֵם, ואז יקיים המצוה בכל תנועה שיעשה.

ד. נחלקו הפוסקים האם חובה לזכות בבנים (כלומר בביצים או באפרוחים) וללא שיעשה כן לא קיים המצוה (ולשיטה זו צריך לעשות בהם קניין גמור: בביצים ובאפרוחים קטנים – סגי שייכנסו לידו וזוכה בהם מדין חצר, באפרוחים גדולים – צריך לדקדק ולהגביהם ג' טפחים), אי נמי שזהו רק רשות ואינו צריך לעשות שום קניין בהם. ולכן כתב בספר שילוח הקן כהלכה [פי"א ס"ח] שבוודאי לכתחילה יש לקחת את הבנים לאחר שילוח האֵם.

ה. אם שילח האֵם ע"י מקל וכד' וקשה לו לייטל בעצמו הבנים (כגון שהקן במקום גבוה וכד'), יכול למנות אדם אחר שיהא שליחו לזכות בבנים, ויכוון השליח שהוא זוכה בהם עבור המשלח.

ו. אע"פ שאין לו צורך בבנים ואין דעתו להשתמש בהם, וזוכה בהם רק כדי לקיים את מצות שילוח הקן, מ"מ מקיים בזה המצוה לכתחילה.

ז. לאחר שזכה בבנים, יכול להחזירם לכתחילה לקן ומקיים המצוה לכתחילה גם אם האֵם חוזרת אליהם.

ח. גם כשיש בקן רק ביצה אחת או אפרוח אחד, יכול לקיים המצוה. לכן כשיש שתי ביצים או יותר בקן, יכולים שני אנשים לקיים בקן זה מצות שילוח לכתחילה (והיינו באופן שישלח הראשון את האֵם ויזכה רק בביצה אחת, וכשתחזור האֵם לדגור – ישלחנה השני ויזכה בביצה השניה).

ט. גם אם הביצים מרוקמות וגם אם האפרוחים אינם ראויים עדיין לשחיטה, יכול לקיים את מצות שילוח הקן לכתחילה, ואין שום עניין לבדוק את הביצים אם הם ראויים כעת לאכילה.

י. את מצות שילוח הקן אי אפשר לקיים ב"קן מזומן" (כלומר קן בחצר פרטית המשתמרת שאין רשות לאף אחד להיכנס לשם, משום שחצרו של אדם קונה לו שלא מדעתו ואם תתרומם האֵם מהביצים אפילו לרגע אחד – הביצים מיד קנויות לו), אלא דווקא ב"קן שאינו מזומן" (כלומר בקן שנמצא במקום שיש שם גישה לכל אחד, כגון רשות הרבים, או אפילו מקום פרטי כמו בית כנסת או חצר פרטית שניתן להיכנס אליה בקלות) [ספר שילוח הקן כהלכה פ"ט]. לכן אם רואה שבתוך חצירו מתחילות הציפורים לקנן וזוהי חצר המשתמרת, יש עצה שלא תהיה חצר המשתמרת והוא הנקרא "מאמר העצה", והיינו שיפקיר את אותו המקום ויאמר (ובדיעבד די שיחשוב במחשבתו) שהביצים שתטיל האֵם לא יהיו שייכים לו ושלא תקנה חצירו את הביצים בקניין חצר, ואזי הקן כבר אינו מזומן ויכול לשלחה ולקיים את המצוה. ויאמר בזה הלשון: "אני לא רוצה שחצרי תקנה לי את הביצים שהיונה/ התור/הציפור תטיל בקן שבחצרי, ורצוני שהביצים יישארו הפקר" [ספר שילוח הקן כהלכה פ"ט]. ויש אומרים שהיום שרוב בני האדם אין דעתם נוחה מכך שיש ברשותם קינים וציפורים, אפילו לא אמר או חשב שאין ברצונו לזכות בהם – מ"מ יכול לקיים המצוה.

יא. נחלקו הפוסקים האם לאחר שזכה בבנים, יכול להפקירם ולהחזירם לקן וכשתחזור האֵם לרבוץ עליהם יקיים שוב מצות שילוח הקן: יש אומרים שלא יכול לעשות זאת כיון שלאחר שזכה בבנים, אין ההפקר מועיל להפקיע מהם שם מזומן; ויש אומרים שכן יכול לעשות זאת, מכיון שלאחר ההפקרה אין הבנים שלו וממילא נחשבים לאינו מזומן.

יב. בזמן הזה טבע היונים והתורים שהאב והאֵם מתחלפים לרבוץ על הקן במשך היום, ואילו בלילה מוסכם על גדולי המומחים שברור מעל כל ספק שרק האֵם רובצת על הקן. לכן לכתחילה יהדר לקיים המצוה רק בשעות הלילה (ולפי המקובלים יש עניין גדול לקיים המצוה לאחר חצות הלילה). אבל אם הולך ממקום למקום ויודע שלא יוכל לקיים המצוה בלילה, יכול לקיים המצוה ביום כיון שיש צד שכעת האֵם רובצת על הקן ומשלח אותה ולא את האב (ולשיטות הסוברות שיש לברך על שילוח הקן [הובאו לעיל בסעיף ב], כמשלח ביום לא יברך משום ש"ספק ברכות להקל"). ובספר שילוח הקן כהלכה [פ"ד ס"א] הביא שבציפורי דרור, האֵם רובצת על הקן בדרך כלל גם ביום וגם בלילה, ולכן ניתן לקיים המצוה באיזו שעה שחפץ.

יג. לעיל [בסעיף ח] הובא שיכול לקיים את המצוה פעמיים לכו"ע ע"י שישלח את האֵם ויזכה רק בביצה אחת, וכששוב חוזרת האֵם ישלחנה שנית ויזכה בביצה השניה (שהרי אם זוכה בשני הביצים ומפקירם, הבאנו לעיל [סעיף יא] שנחלקו הפוסקים אם יכול לעשות זאת ולקיים המצוה שוב). אלא שבזה יש חילוק בין תור לבין יונה: התור כמעט אינו רואה מאומה בלילה ולכן האֵם בדרך כלל לא תחזור לקן עד הנץ החמה; מה שאין כן יונה שרואה היטב בלילה, ולכן לאחר ששלחוה תחזור לקן בתוך דקות ספורות, ואפשר לקיים המצוה פעמיים בתוך זמן קצר מאוד.

יד. מובא בספר שילוח הקן כהלכה [פי"ט] שלפני קיום מצות שילוח הקן, צריך לכתחילה לכוון (על אף שבדיעבד יוצא ידי חובת המצוה גם ללא כוונה) לקיים מצות עשה של "שלח תשלח את האם ואת הבנים תקח לך" ומצות לא תעשה של "לא תקח האם על הבנים" [כדאיתא בשו"ע או"ח סי' ס' ס"ד ובמג"א שם סק"ג ובמשנ"ב שם סק"י], ויש נוהגים לומר נוסח "לשם יחוד" קודם עשיית המצוה. בסידור אור השנים מהמקובל הא-לוקי רבינו אריה לייב עפשטיין זצ"ל בעל הפרדס (שהוא אחד משלושה ספרים שזכו להסכמת הגר"א מוילנא זצ"ל), כתב לומר נוסח לפני מצות שילוח הקן וזה לשונו: "הֲרֵינִי מוּכָן וּמְזוּמָן לְשַׁלֵּחַ אֵם צִפּוֹר מִן הַקֵּן לְקַיֵּים מִצְוַת עֲשֵׂה שְׁצִיוָּנוּ בּוֹרְאִי יִתְבָּרֵךְ שְׁמוֹ בְּתוֹרָתוֹ הַקְּדוֹשָׁה, שֶׁנֶּאֱמַר [דברים כ"ב,ו'] 'שַׁלֵּחַ תְּשַׁלַּח אֶת הָאֵם', וּמִצְוַת לֹא תַּעֲשֶׂה שֶׁלֹּא לִיקַּח הָאֵם שֶׁנֶּאֱמַר [שם ו'] 'לֹא תִקַּח הָאֵם עַל הַבָּנִים'".

טו. ראוי להדר לקיים מצוה זו לכל הפחות שלש פעמים בימי חייו – כנגד נפש רוח ונשמה שבקרבו, וסימנך שלושה שילוחים שנאמרו בנח "וישלח את היונה", אך בוודאי שגם בפעם אחת זכות היא לו ואשריו ואשרי חלקו אם עשאה כתיקונה [ספר שילוח הקן כהלכה פ"כ].

סיפור לשולחן שבת

שובב שנהיה לרב

יוסל'ה ישב על ענף העץ כשהוא מביט ומאזין לכל מילה ששומע. עיניו נעוצות בחלון הבית הסמוך. עמדו שם אב ובנו הקטן. ידי האב לפתו בכח את זרועות בנו, והוא צעק עליו בחומרה: "מה אתה חושב, שאתן לך לגדול כמו יוסל'ה השובב?! לא! לא ולא! הבן שלי ילמד ב'חידר', יחזור על שיעוריו ולא יתרוצץ כמו פרא אדם ברחובות... חלילה, הבן שלי לא יהיה כמו יוסל'ה השובב..."

יוסל'ה זינק מן העץ ארצה ואמר לעצמו: "עד כדי כך הגעתי, שאני הוא הדוגמא הרעה של כל סלוצק?!"

מיד סבב על עקביו, ובליבו החלטה נחושה לעשות מעשה.

✧✧✧

יוסל'ה בין השתים עשרה היה ילד מוכשר מאוד, אך שובב גדול היה, ידיד לכל כלבי וחתולי העירה ואח ורע ליונים שעל הגגות. בכל עיתותיו מבלה היה בצמרות העצים ועל שפת הנהר...

לתעלוליו ורעיונותיו לא היה קץ, בעלי החיים סבלו ממנו לא מעט, היו גם ילדים שסבלו מתעלוליו. מה שבטוח שהוא היה לדוגמא שלילית בכל העירה עד שנדבק בו הכינוי : "יוסלה השובב".

עתה, לכששמע את גערת האב, יצא אל השוק, קנה כמה כעכים ואסף את כל ידידיו בעלי החיים.

"שלום לכם", אמר, "הא לכם פיסת כעך, וחסל דרך החברות בינינו".

✧✧✧

בשלב הבא הוא הלך לביתו ואמר להוריו: "אני נוסע לישיבה".

"מה?!" קראה האם, וכמעט נפלה מרוב תדהמה.

"איזה תעלול חדש אתה זומם?" שאל האב בחשדנות.

"אבא", חזר יוסל'ה על דבריו בנחישות, "הפעם אין זה משחק. אני מתכון בכל הרצינות אני נוסע לישיבה!"

קרא האב את יוסל'ה אליו, התבונן בעיניו העמוקות ואמר: "הפעם הילד רציני... ולאיזו ישיבה אתה רוצה ללכת?"

"לוולוז'ין!" השיב יוסל'ה נחרצות.

"חה, חה, חה", פרץ האב בצחוק; "יוסל'ה שלי, שאינו יודע חומש, שלא למד משניות ומעולם לא פתח גמרא- רוצה לנסוע לוולוז'ין... בוולוז'ין, יקירי, אפילו בעלי החיים לא יתיידדו איתך... בשביל להתקבל בוולוז'ין- יש לדעת שני סדרי גמרא על-בוריים! התדע את זה, יוסל'ה?"

"אבא", חזר יוסל'ה על דבריו, "אני רוצה לנסוע לוולוזין ושם להתחיל ללמוד. ואם אתם לא תיתנו לי כסף לנסיעה אלך רגלי!"

ארזו לו הוריו את חפציו, ציידו אותו בכסף ובצידה לדרך, ויוסל'ה בן השתים-עשרה יצא לבדו לדרכו- לוולוז'ין .

✧✧✧

חלפו שלושה ימים, ולישיבת וולוז'ין נכנס, בצעדים נמרצים, ילד קטן-קומה ועז מבט ובקול צלול אמר: "היכן חדרו של ראש הישיבה?"

התבוננו הבחורים בילדון בתמיהה, אך למשמע קולו הבוטח לא שאלו שאלות ומיד הראו לו את הדלת.

נקש יוסל'ה על דלתו של ראש הישיבה, וכאשר שמע את קולו המזמין של הגאון רבי חיים מוולוז'ין, פתח יוסל'ה בלא היסוס את הדלת ואמר: "שלום עליכם!"

"עליכם השלום", השיב הרב, "מה בקשתך נערי?"

"אני רוצה להיכנס לישיבה!" השיב יוסל'ה בלי הסוס.

לִפְעָמִים הָאָדָם נֶעֱנָשׁ, עַל שֶׁפָּשַׁע בְּמַלְאַכְתּוֹ, אוֹ שֶׁנִּגְזַר גְּזֵרָה עַל אַנְשֵׁי מְקוֹמוֹ אוֹ עַל עַמּוֹ. (עונש ד')

"ומה אתה יודע נערי?" הוסיף הרב לשאול.

"אינני יודע מאומה", אמר יוסל'ה בלי בושה, "אבל אני רוצה ללמוד!"

התבונן רבי חיים בעיניו הנוצצות של יוסל'ה והבין ברוח קדשו, כי כוחות נפש עצומים טמונים בילד הזה. "אם תרצה- תוכל. קום והיכנס לישיבה!"

ויוסל'ה פסע בעקבות ראש הישיבה והתיישב מיד ללמוד. רבי חיים סידר לו מלמדים למשניות, לגמרא ולהלכה, ויוסל'ה- בצימאון שאין כדוגמתו- למד בשקידה עצומה.

כעבור שלושה חודשים היה יוסל'ה בן ישיבה לכל דבר.

✧✧✧

חלפו שמונה שנים ויוסל'ה היה מגדולי למדני וולוז'ין. ואז, יום אחד קיבל מכתב מן הבית.

לאביו של יוסל'ה היה בית מלאכה ברחוב החייטים בסלוצק. וכך כותבת אמו של יוסל'ה: "שריפה פרצה בעיירתנו, וכל שורת בתי המלאכה של החייטים עלתה בלהבות, וביניהם גם חנותו של אבא. ועתה נשבר מטה לחמינו, ואין לנו במה לפרנס את המשפחה. ברוך השם עשית צעד נפלא, ואנו גאים שבננו לומד בוולוז'ין. אך כבר בחור מבוגר אתה ולמדת הרבה. עכשיו כשנשארנו בלי פרנסה, אנא, חזור הביתה ועזור לאבא לשקם את חנותו..."

עננה כיסתה את פני ר' יוסל'. אהבת התורה בערה בו, והוא לא רצה לעזוב את מקור מים חיים. אך מאידך, כאב ליבו על בני משפחתו השרויים בדחקות. מה יעשה?

קיבץ ר' יוסל'ל כספי צדקה שלח להוריו ושב לילמודיו.

✧✧✧

חלפו כמה חדשים, שוב קיבל רבי יוס'ל מכתב מן הבית.

"בני היקר", כותבת האם, "לצערי הרב, לא שבת הביתה. המצב בבית הורע, אבא חלה מרוב צער והוא אינו יכול לעבוד כלל. אנא. יוסל'ה, לפחות עכשיו חזור הביתה".

ר' יוס'ל חש מועקה כבדה. שמא הוא, בכך שלא חזר הביתה, גרם למחלת אביו?

מיהר ר' יוס'ל לרבי חיים והראה לו בשתיקה את מכתב האם. הפעם נאנח רבי חיים אנחה עמוקה עוד יותר. לאחר כמה דקות של מחשבה אמר: "לא אוכל לומר לך דבר. אך אם תשמע בקולי- לא תתחרט: חזור ללימודיך".

קיים ר' יוס'ל את דברי רבו ושקע בלימודיו.

✧✧✧

חלפו כמה שנים ורבה של סלוצק נפטר. בתום ימי האבל באו חמישה מנכבדי הקהילה לוולוז'ין לחפש רב לעירם, כשהם מתחייבים לדאוג לו לכל מחסורו.

בלא היסוס אמר רבי חיים: "המתינו רגע, יש לי רב לעיירתכם", ומיד שלח לקרוא מיד לאחד מנכבדי התלמידים. כאשר נכנס המיועד לחדר, קם רבי חיים מלא קומתו לכבודו, וכמותו עשו גם נכבדי סלוצק, כשהם מתלחשים בהתפעלות: "צעיר כל כך הבחור, ורבי חיים מכבדו עד כדי כך, ודאי מלא תורה כרימון הוא..."

פנה רבי חיים לנכבדי סלוצק ושאל: "האם זוכרים אתם את יוסל'ה השובב? שמא יש לכם מושג מה קרה לו והיכן הוא היום?"

חיוך עלה על שפתותיהם, והם ענו: "כן... היה ילד כזה...שובב היה, ידיד בעלי החיים ושובב גדול... אבל זה כמה שנים נעלם הוא מעירנו, ואיננו יודעים היכן הוא..."

"רבי יוס'ל", פנה רבי חיים ליושב לצידו, "קום נא".

פנה רבי חיים ואמר: "הנה הוא יוסל'ה, וזהו רבכם- תלמיד חכם מופלג, מתמיד עצום ובעל מידות נעלות וכן פיקח ומבין בהוויות העולם".

הוגשו מזונות ושתיית 'לחיים', ואז פנה רבי חיים לרבי יוסף ואמר: "זוכר אתה את מכתבי האם על השריפה ועל מחלת האב? משמים רצו לנסותך, האם אכן אותה החלטת ילדות- להקדיש את החיים לתורה אכן תקפה ועומדת. לא יכולתי להורות לך מה לעשות, רק לייעץ, שכן הניסיון הוא שלך. אשריך! עמדת בנסיון! מאושרים עתה הוריך, ודאי מבינים הם את החלטתך, שנראתה אז תמוהה בעיניהם, שמחים הם וגאים בתורתך! יקום רבי יוס'ל ויעמוד בראש קהילת סלוצק המעטירה!"

המשך דבר ראש הישיבה

לשמור ולקיים, וידעו שזה רצון ה', וקיימו זאת. וצריכים הרבה עמל תורה כדי ללמוד איך זוכים לקיים את המצווה הקדושה הזאת, וכדי לקום ולקיים זאת בפועל.

המצווה הראשונה

ומה יגיד האדם: "יש לי הרבה מצוות להתחזק בהן ואיני יכול לעשות הכול בפעם אחת, לכן אני חייב ללכת בהדרגה, צעד אחרי צעד..."? זו אינה טענה, שהרי דווקא לשם כך ניתנה לנו מצוות התשובה, כדי שבכל יום ויום נבחן את התקדמותנו ונראה במה נוכל להשתפר הלאה. זו המצווה שבה תלויה כל ההתקדמות שלנו בכל קיום המצוות, ועלינו לקבוע לעצמנו זמן יומיומי לחשבון נפש, הן על קיום המצוות שבגוף ושבדיבור ושבלב כאמור; והן על עבירות שיש עליהן מלחמה יומיומית, כגון לשון הרע, פגמי העיניים, וצער הזולת; והן על האיכות של קיום המצוות, בשמחה ובאהבה כראוי; והן על המידות ועל התאוות.

עמלים במצוות התשובה

בורא עולם מצווה על כולנו לעסוק במצוַת התשובה ולהתוודות מידי יום, שהרי לכולנו, בלי שום קשר לרמה הרוחנית החיצונית, יש כל כך הרבה מה לעבוד ובמה להשתפר, וכולנו זקוקים למצוות התשובה כמו אוויר לנשימה. לצערנו הרב, גם אנשים טובים ויראים נכשלים מידי יום בהרבה דברים, ואם נחכה לימים הנוראים, נשכח את הכול ונפסיד את המצווה היקרה של התשובה והווידוי, והעיקר הוא שלא נוכל להשתפר ולהתקדם ולשפר את קיום המצוות שלנו בכל יום. הרי אפילו מי שעושה תשובה בכל יום, צריך מאמץ גדול מאוד כדי לשוב ולתקן באמת כל מחשבה דיבור ומעשה, אם כן מה שייך לחשוב שבאמירת סליחות בחודש אלול ובעשרת ימי תשובה – נצא ידי חובת המצווה היקרה הזו?

לכן בשביל לקיים את דברי רש"י: **"הוו עמלים בתורה על מנת לשמור ולקיים"**, צריך כל אחד וכל אחת לקבוע לעצמו שעה של תשובה בכל יום ויום, שעל זה אמרו חכמים: "יפה שעה אחת של תשובה בעולם הזה יותר מכל חיי העולם הבא". בשעה הזו הוא צריך להיות לבד עם הבורא ולעשות חשבון נפש: 'מה עשיתי מהשעה של התשובה של אתמול עד לשעה של התשובה של היום'. וזה באמת התנאי לזכות לכל הברכות ולכל הישועות.

שבת שלום ומבורך
לכל בית ישראל.
שלו ברוך

נא להתפלל לרפואת
קלמן קלונימוס בן רחל, משה בן אידה

בס"ד
מחפשת את עצמך בבית?
בואי אלינו!

למוסדות "חוט של חסד"
דרושות טלפניות עם המון מרץ!
למשמרת צהרים- ערב
✓ תנאים טובים ✓ סביבה מקדמת
לפרטים: 052-7124075 | 02-5308002

חינוך באהבה

לימודי הצלחה פרק טז'

מאת הרב יצחק אבוחצירא. מחנך ויועץ חינוכי

במסגרת לימוד "מיומנויות ההכשרה ללמידה" דהיינו: באותם כלים שבאמצעותן ניתן להגיע ללמידה, נמשיך ללמוד בע"ה בפרק הנוכחי על "חינוך לזמני שינה" במסגרת ארגון הבית לסדר יום תקין שהוא חלק מהמיומנות השנייה מתוך חמש המיומנויות, שהן: סדר וארגון, ניהול זמן, התמקדות, ריכוז ומוטיבציה.

קימה לפי השינה

בשבוע שעבר התחלנו לטפל באחת הבעיות המציקות בכל בית והיא: "קימה באיחור".
הסברנו שבכדי שהילד יצליח לקום בזמן סביר, עליו לישון בזמן סביר. שהרי במידה והילד ישן בשעה מאוחרת כמעט ואין סיכוי שיצליח להתעורר מוקדם ולכן עיקר בעיית הקימה היא "בעיית השינה".
כאשר נטפל בזמני השינה, בבעיות הגורמות לילד לא להירדם בזמן הרצוי ובשאר הבעיות הנלוות, נוכל בע"ה גם להגיע לחינוך זמני הקימה.

בבעיית זמני השינה נטפל במספר גורמים:

א. קושי ההורים ביישום זמני השינה במסגרת קשיי חינוך ל"סדר-יום".
ב. בעיות שינה של הילדים בגיל הרך בעקבות "עוררות יתר" של הילדים הבוגרים בבית.
ג. משחקי "מים-ושירותים" של הילדים בגיל הרך בכדי למשוך עוד את זמן השינה.
ד. שינת צהריים של הילדים, הגורמת לאיחור זמן ההירדמות.
ה. הפרעות שינה אצל הילדים.
ו. קשיים בזמני שינה כתוצאה מחוסר ארגון הבית בשעות הערב ועוד.
אך בכדי שתהיה לנו תועלת בעבודה על זמני השינה, נצטרך לעבוד בתחילה על "שיתוף פעולה" עם הילדים.
עלינו לדעת, כי כל פעולה שננסה לעשות, נצטרך לעשות זאת מתוך רצון של הילדים, כי בכפיה כמעט ולא נצליח להשיג תוצאות רצויות. לכן עלינו לרתום את הילדים לפתרון הבעיה ולעסוק בראש ובראשונה "בהסברה נכונה".

הסברה נכונה-המפתח להצלחה

נאסוף את הילדים לסלון, נשוחח איתם בגובה העיניים ונספר להם את האמת: "ילדים צדיקים שלי! בכל בוקר, כולנו התעוררנו, קמנו מהמיטה, התארגנו ובשעה שבע וחצי בערך יצאנו מהבית, אבל יש ילד שקם מיד כשאמא/אבא העירו אותו. יש ילד שקם אחרי הרבה קריאות ואפילו יש ילד שהיה קם לאחר מלחמות. לפעמים לקחתי את השמיכה, לפעמים שפכתי קצת מים, הרבה פעמים צעקתי והלחצתי אתכם שאין זמן, אתם תאחרו או שההסעה כבר למטה. לבסוף, כולכם ב"ה הלכתם לבית הספר, אבל כשיצאתם ונזכרתי איך עבר עלינו הבוקר, הרגשתי בכלל לא נעים- כי כעסתי הרבה ואפילו התרגזתי וצעקתי. כשיצאתם נשכבתי על הספה והייתי מותשת, זה ממש מצב לא נעים.
תגידו! נעים לכם שאני צועקת עליכם בבוקר ואתם יוצאים מהבית עם מצב רוח נורא, אתם לא חושבים שעדיף לצאת עם נשיקות וחיבוקים!?
ילדים מתוקים שלי- אני מאוד רוצה שתהיו בע"ה ילדים מחונכים שמקיימים את רצון ה' ויודעים לשמור על הזמן, ואני מאמינה שאם נעבוד ביחד על החוק החדש שאנחנו רוצים לעשות בבית, ה' יעזור לנו להצליח בו וכאשר נתרגל אליו הוא יהפוך לנו לטבע שני וכך נהיה יהודים מסודרים כמו שה' רוצה.

שיחה למסקנה

בואו נחשוב ביחד ילדים יקרים שלי, בשביל מה חשוב לישון /לקום בבוקר בזמן? האם לדעתכם חשוב לקבוע זמנים לשינה-לקימה? אתם זוכרים מקרים שבאתם לכיתה מאוחר, איך הייתה הרגשתכם? אתם יודעים למה אחרתם לכיתה? אתם זוכרים ימים שכמעט נרדמתם בכיתה? וכו' וכו'
תפתחו שיחה ארוכה עם הילדים שבה תפרטו את כל המעלות של זמן קבוע לשינה ואת כל החסרונות של ילד שישן מאוחר.
תוסיפו סיפורים ודוגמאות לרוב, אל תקמצו במילים- המטרה היא להוביל את הילד תוך כדי שיחה למסקנה חד משמעית "אני חייב/ משתלם לי-לישון בזמן".
ישנם ילדים שיפנימו בשיחה הראשונה וישנם ילדים שצריכים עשר שיחות- כל ילד בקצב שלו.
כאשר הילד יבין מעצמו שהוא צריך "זמן שינה קבוע" החדרנו בו מודעות למשמעת עצמית, ועכשיו העבודה שלנו היא לפתח בו את הנקודה הזו ולהוביל איתו ביחד מהלך ושינוי בחיים, עד שיגדל ויוכל לעמוד על רגליו גם כאשר איננו בודקים אותו.

תהליך העבודה "לשינוי הרגל" הוא ארוך ובוודאי שיהיו לילד קשיים ונפילות, אך לפחות יש לו תוכנית ומטרה ויודע לקראת מה הוא צועד, בסוף בע"ה עם הרבה תפילות, אורך רוח, סבלנות ושימוש בשיטות שהזכרנו במאמרים הקודמים, הוא גם יצליח.
חשוב להעביר מסר לילדים, שעיקר חשיבות סדר היום ומערכת החוקים בבית- הם להיות עובד ה' כפי רצונו יתברך. ולומר תמיד לילד אנחנו יהודים ומתנהגים לפי רצון ה'. חשוב גם לחפש בספרי הלכה ומוסר את חשיבות השינה בזמן ולהקריא לילד מתוך הספר. מבצעים ופרסים הם גורם מדרבן מאין כמוהו, אך הוא בפירוש אינו גורם מחנך הוא רק גורם מסייע לחינוך. והחינוך הוא כמובן מתוך דוגמא אישית, שיתוף פעולה, מוטיבציה ורצון חיצוני ופנימי וכמובן תפילות להצלחה.

"הסרת המונע"

חשוב מאוד לדעת שישנם מספר דברים שעל אף הרצון של הילד לישון בזמן, ועל אף שנשתמש בשיטות מצוינות לגרום לו לישון בזמן- הוא יתקשה במשימה. בעיות אלו אינם קשורות לחינוך לזמני שינה והם בעיות כלליות הקשורות "להפרעת השינה" ועל כן, צריך לטפל קודם בבעיה הראשונית ו"להסיר את המונע" בכדי לא להקשות על הילד לישון בזמן שקבענו לו.
לאחר שנדע בוודאות שיש לילד כלים להתמודד בקלות עם ה"שינה בזמן", נוכל לעבוד איתו על "תוכנית שינה".

נחלק את המניעה לשינה ל-2.

א. בעיות סביבה: דהיינו, מקום או זמן שהילד יתקשה לישון בו.
ב. בעיות אישיות: דהיינו, בעיות אישיות שיגרמו לילד לא לישון.
בבעיות סביבה- אין לילד מיטה קבועה והוא ישן כל לילה במיטה אחרת. הילד ישן בסלון וההורים עובדים שם. בחדר ישנים מספר ילדים והאור נשאר דלוק עד שעה מאוחרת. יש רעשים ודיבורים בחדר. בחורף-קר לילד, בקיץ-חם לילד, ועוד.
בעיות אישיות- המזרון לא נֹח לילד. משהו מעיק על לב הילד והוא לא יכול להירדם. הילד עדיין לא הסתגל למיטתו- למשל במעבר לדירה חדשה, מעבר הילד לחדר אחר ועוד. כמובן אפשר להרחיב בהרבה דוגמאות ו"כָּל-עֹרֵם יַעֲשֶׂה בְדָעַת". כל הורה יחושב ויתייעץ עם בן זוגו ויחפש מה יכול להקשות על ילדו בביצוע ה"שינה בזמן".

"ישכבת וערבה שנתך"

ישנם מספר טיפים לשינה טובה.
סביבת השינה: יש לוודא שסביבת השינה נוחה ושקטה, יש להקפיד על מזרון נוח וחדר מאוורר.
שתייה: יש להימנע משתית קפאין כמו קולה או שוקו לפני השינה- משקאות אלו מעוררים!!!
אכילה: אין להרבות באכילה לפני השינה.
פעילות: יש להימנע מפעילות גופנית כשעתיים לפני השינה. לעומת זאת פעילות גופנית סבירה במשך היום משפרת את איכות השינה.
רוגע: יש ללמד את הילד להירגע ממחשבות מטרידות לפני השינה. אפשרי להשמיע מנגינות מרגיעות או אפילו תרפיית ילדים (אשמח לשמוע מכם, אם אתם מכירים דיסקים בנושא)
התבודדות: רביה"ק מייעץ לנו להתבודד לפני השינה, כך הילד פורק את כל מה שעבר עליו באותו היום ואת המועקות שיש לו בלב.
סיפור: סיפור עם מסרים חיוביים חשוב לפני השינה, כך הילד חושב על המסרים של הסיפור ונרדם איתם.
(אשמח לפרסם דיסקים של סיפורים/נעימות/ תרפיה וכדו' לתועלת הקוראים - נא לשלוח פרטים במייל)

תרופות סבתא

במהלך הרצאה בחינוך ילדים נדמה לי מהרב עמנואל תהילה, שאל אדם מהקהל: "כבוד הרב את כל העצות של שינה בזמן ניסיתי על ילדי אבל זה לא עוזר, יש להם טבע שהם קוראים ספר בלילה ועד שהם לא מסיימים אותו הם לא נרדמים, מה לעשות?"
הרב שאל אותו: "וכשאתה מכבה להם את האור, מה הם עושים?" "הם קמים ומדליקים אותו!" ענה האב.
הרב שאל אותו אם יש לו בבית שעון שבת ואז הציע לו הרב "תרופת סבתא"! במוצאי שבת במקום לנטרל את ה"שעון שבת" תכוון אותו לשעה תשע. תאסוף את הילדים לסלון ותספר להם שבקשת מה' שיעזור לילדים שלך לישון בזמן ומהיום יש לנו בבית "מבצע שינה בזמן" אפילו המנורות והפלורוסנטים שותפים למבצע. ולכן ילדים חמודים, הערב עד השעה תשע בדיוק עלינו להתארגן לשינה, בגלל שבשעה תשע יכבו כל האורות בבית"
אל תשאיר שום אור דלוק פרט לשירותים הזהיר אותו הרב. תן לילדים שלך להתמודד עם המצב בכוחות עצמם, הם יכולים לצחוק במיטה, לצעוק, להשתולל ולהשתגע אבל ללא תאורה. אם תהיה חזק תאמין לי תוך שבועיים הילדים שלך ילכו לישון בזמן.

בהצלחה! המשך בע"ה בשבוע הבא.

לייעוץ טלפוני ללא תשלום/או לתיאום פגישה
צור קשר בימים ג' - ד' משעה 8-10 בערב
נייד: 0548-434-435
מייל: a0548434435@gmail.com

בדיחות הדעת

אדם ניגש לרב הקהילה ואומר לו "אבא שלי זכה בפרס הראשון בלוטו אבל אני לא יודע איך לספר לו מבלי שהוא יתעלף".
אמר הרב לילד: "אל דאגה אני יספר לו" הלך הרב אל האב ושאל אותו: "מה היית עושה אם היית זוכה בלוטו?", ענה האב: "הייתי תורם מחצית הסכום לך ולקהילה..." הרב התעלף!

זמנים בחוקותי

	ירושלים	תל אביב	חיפה	באר שבע
כניסה	18:50	19:07	19:01	19:07
יציאה	20:06	20:09	20:10	20:07
ר"ת	20:43	20:41	20:44	20:42

הפטרת השבת: ירמיה ט"ז,יט -יז,יד - ה' עזי ומעוזי
שבת מברכין סיון ר"ח ביום שני ושלישי, המולד ביום ג' שעה 1,05:21 6 חלקים

יו"ל ע"י מוסדות "חוט של חסד" רח' שמואל הנביא 10, ירושלים ת.ד. 57669. טל: 02-5812210 פקס: 02-5812252 להצטרפות לקבלה בדוא"ל ולתגובות כתבו לנו 5812210@gmail.com
Breslev.co.il

בס"ד
ליקוטי מוהר"ן
עם פרוש
"שלום מלכות"
מאת הרב שלום ארוש שליט"א
חלק ב' מתורה מ"א-ס'
חדש! חדש!

להזמנות
052-2240696

בס"ד
נסעת בושעת
טיסות קל לאומן עם הרבנית ארוש תחי
יום רביעי ל' סיון 13.06.18
עד יום ראשון ד' תמוז 17.06.18
יום רביעי י"ג אב 25.07.18
עד יום ראשון י"ז אב 29.07.18
יום חמישי כ"ח אב 09.08.18
עד יום שני ב' אלול 13.08.18
רבי נחמן מברסלב, רבי נתן הבעל שם טוב, רבי לוי יצחק מברדיצ'ב
ארוחות ביתיות ומושקעות, לינה, נסיעות, הדרכה ועוד...
02-5812210