



מפירוד וצער - לחיבור ושמחה

בתשעה באב אנו מציינים את היום העצוב ביותר בשנה לעם ישראל - יושבים על הארץ, בוכים על חורבן בתי המקדש ומתאבלים על כל הצרות שפקדו את עם ישראל ביום זה. ושישה ימים בלבד לאחר מכן מגיע ט"ו באב, שעליו אומרת המשנה: "לא היו ימים טובים לישראל כחמשה עשר באב וכיום הכיפורים". הייתכן מעבר כה חד, מאבל לשמחה, מתרחש בתוך פחות משבוע? האם הרגש מנהל אותנו בעולם מקובל לחשוב שאדם שמח כשהוא מרגיש שמח, ועצוב כשהוא מרגיש עצוב.

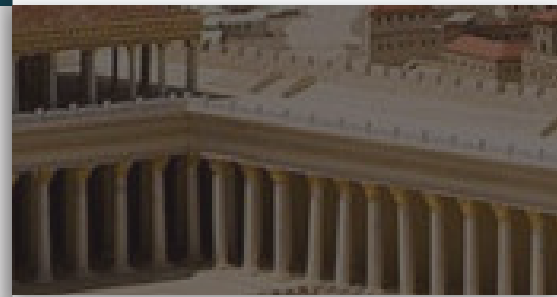
אולם התורה מלמדת שהרגש אמנם חשוב, אך אינו המנהיג. התורה וההלכה הן שקובעות מתי עת לבכות ומתי עת לשמוח. זהו אחד מיסודותיה של היהדות. יהודי אינו עובד את רגשותיו, אלא את בוראו. כשהתורה מצווה להתאבל - הוא מתאבל בכל ליבו, וכשהיא מלמדת שהגיעה עת של שמחה - הוא שמח בכל ליבו, גם אם רק ימים ספורים קודם לכן ישב על הארץ ובכה. איננו מתכחשים לרגש, אך גם איננו משועבדים לו. אנו נותנים לכל רגש את מקומו הראוי, בזמן ובמקום שקבעו התורה וחז"ל. הקשר בין הימים - חיבור או פירוד חז"ל לימדונו שבית המקדש השני חרב בט' באב בגלל שנאת חנים - פירוד, מחלוקת והתרחקות בין אדם לחברו. לעומת זאת, ט"ו באב מסמל את ההפך הגמור: יום של חיבור, של הסרת מחיצות ושל אחדות גדולה. כפי מצאנו בדברי חז"ל כמה מן הסיבות לשמחתו של יום זה: ביום זה הותרו השבטים להינשא זה לזה לאחר חלוקת הארץ לנחלות. הותר שבט בנימין לבוא בקהל, לאחר פרשת פילגש בגבעה. הוסרו המחסומים שהציב ירבעם בן נבט, אשר מנעו מעולי הרגל להגיע לירושלים. בנות ירושלים היו יוצאות לכרמים בבגדי לבן שאולים, כדי שלא לבייש את מי שאין לה, וכל מטרתן הייתה להרבות בהקמת בתים בישראל. בכך למדים אנו שהאבל הגדול ביותר של עם ישראל נולד מן הפירוד, ואילו השמחה הגדולה ביותר צומחת מן האחדות. (מערכת)



חודש אב מזל אריה

מזל אריה הינו המזל החמישי בגלגל המזלות. בני מזל אריה מייצגים הוד והדר ומקרינים אנרגיה של מלכותיות ואצילות.





דור של חיבורים - זמן של בדידות

בשנים האחרונות זכינו לראות פלא של ממש. מעולם לא היה קל יותר ליצור קשר עם אנשים. בלחיצת כפתור אפשר לדבר עם אדם בקצה השני של העולם, לשלוח הודעה לעשרות אנשים בבת אחת, להצטרף לקבוצות ולקהילות, ולדעת בכל רגע מה קורה סביבנו.

ובכל זאת, מעולם לא היו כל כך הרבה אנשים שמרגישים לבד.

אנו חיים בדור של חיבורים טכנולוגיים, אך לא תמיד של חיבורים אנושיים. אנשים יושבים סביב אותו שולחן, וכל אחד שקוע במסך שלו. משפחות שלמות נמצאות יחד, אך פעמים רבות אינן באמת נפגשות. אפשר לשלוח עשרות הודעות ביום, אך לשכוח לשאול את האדם שיושב לידנו: "מה שלומך באמת?"

דווקא בימי חודש אב, הדברים מקבלים משמעות עמוקה יותר.

חז"ל לימדו אותנו שבית המקדש השני חרב מפני שנאת חינוס. רבים שואלים כיצד ייתכן שדור של לומדי תורה, מקיימי מצוות וגומלי חסדים הגיע לחורבן נורא כל כך. התשובה היא שאפשר לעשות הרבה דברים טובים, אך אם חסר החיבור האמיתי בין אדם לחברו - חסר היסוד שעליו השכינה שורה.

הקב"ה לא בחר להשרות את שכינתו על אבנים בלבד, אלא על עם ישראל כשהוא מאוחד. כאשר יהודים מחוברים זה לזה, השכינה שורה ביניהם. וכאשר יש פירוד, גם אם בית המקדש בנוי לתפארת - אין לו קיום.

אולי זו הקריאה של חודש אב עבורנו.

לא להסתפק ב"לייק" ובאימוג'י של לב. לא לחשוב שהעברת הודעה בקבוצת הוואטסאפ מחליפה ביקור אצל שכן מבוגר, או ששיחה קצרה בטלפון מחליפה חמש דקות של הקשבה אמיתית לבן הזוג או לילד.

הגאולה איננה מתחילה בירושלים בלבד. היא מתחילה בסלון הבית, בבית הכנסת, במקום העבודה, וביכולת שלנו להסתכל לאדם שמולנו בעיניים ולגרום לו להרגיש שהוא חשוב.

חז"ל אומרים: "כל המתאבל על ירושלים זוכה ורואה בשמחתה". אפשר לומר זאת בהקשר זה גם כן - מי שכואב את החסרון של החיבור בין יהודי ליהודי, מי שמרגיש שחסר משהו בעם ישראל, ומשתדל בעניין זה, הוא גם זה שיזכה להיות שותף בתקומתו ובבניינו של עם ישראל, בגאולה השלמה ובבניין ירושלים.

ציון במשפט תפדה, חז"ל לימדונו כי 'על שלושה דברים העולם עומד: על הדין, על האמת ועל השלום'. בפרשת משפטים מצווה אותנו התורה: 'ואלה המשפטים אשר תשים לפניהם' - ודרשו חכמים: 'לפניהם ולא לפני ערכאות'.



יש כמה שאלות.

א' למה דווקא לבוא לדון בדין תורה.
ב' כיצד ניתן היום לנהל מחלוקות בונות ביום יום.

ג' מהי חשיבות ההתדיינות בימינו.
והתשובה לכל זה שעל ידי הדין נוצר בסופו של דבר אחדות כיון מגיעים להכרעה אמיתית מה כל אחד צריך לקבל.

צריך לדעת שהתורה לא רק מדריכה אותנו כיצד לחיות אלא גם כיצד לתקשר, והדבר יובן ע"פ המובא במד"ר, א"ר סימון בשעה שבא ה' לברוא את אדם הראשון נעשו מלאכי השרת כתים כתים, הללו אומרים יבראו והללו אומרים אל יבראו, חסד אומר יברא, צדק אומר יברא שהוא עושה צדקות, שלום אומר אל יברא, אמת אומר אל יברא, שכולו שקרים,

מה עשה הקב"ה נטל אמת וזרקו ארצה, כמו שכתוב ותשלך אמת ארצה, באו המלאכים ואמרו מה זה התכסיס הזה, חזר ה' ואמר תעלה אמת מן הארץ, שנאמר אמת מארץ תצמח, וכל המדרש הזה הוא קשה, וניגע רק בעניין של האמת שזה יותר קשור לענין המשפט דהנה ידוע שלכל אחד מהעולם יש את האמת שלו, ואם היה כן הנהגת העולם אי אפשר היה לחיות בעולם, וכן אי אפשר שכל הזמן יהיה שלום אלא לפעמים צריך כמו שהגמ' אומרת יקוב הדין את ההר,

בגמ' סנהדרין ו: הובא רבי אליעזר בנו של רבי יוסי הגלילי אומר, אסור לבצוע וכו', אמנם להלכה נפסק כדעת רבי יהושע בן קרחה מצוה

לבצוע שנאמר אמת ומשפט ושלוש שפסו בשעריכם, והלא במקום שיש משפט אין שלום, במקום שיש שלום אין משפט, אלא איזהו משפט שיש בו שלום הוי אומר זה ביצוע, וכן בדוד הוא אומר ויהי דוד עושה משפט וצדקה.

ובספר ליקוטי הלכות הקשה כיצד אנו אומרים בתפילת שמונה עשרה מלך אוהב צדקה ומשפט, ולכאורה במקום משפט אין צדקה ולהיפך. ומסביר את זה שם באריכות על פי הכלל שהכל הוא טוב וחסד, וכל מידת הדין הוא ג"כ חסד גדול שיהיה לו כלי לקבל החסד, ובאמת בהשקפה הראשונה רואין רק את בחינת הדין אבל לבסוף רואים את החסד וכמו שהגמ' בסנהדרין ז. מביאה, ההוא דהוה קאמר ואזיל דאזיל מבי דינא שקל גלימא, ליזמר זמר וליזל באורחא, פירוש מי שנטלו בית דין את חלקו ממנו צריך לשיר ולזמר כיון שבזה הוציאו ממנו את הגזילה.

ועל ידי זה מובן גם ההנהגה של ה' יתברך דידוע מה שאמרו חכמים שטעם ביאת האדם לעולם שבתחילה ברא את העולם במידת הדין, ועל ידי שאדם מתגבר על הדין מקבל את השכר בעולם הבא שזה נקרא צדקה ונמצא שכל מטרת הדין זהו עניין של רחמים שעל ידי זה האדם מקבל את שכרו בעולם הזה.

ובגמ' בשבת מובא כל דיין שדן דין אמת לאמיתו אפילו שעה אחת מעלה עליו הכתוב כאילו עסק בתורה כל היום, ונעשה שותף לקב"ה במעשה בראשית, כתיב הכא ויעמוד העם על משה מן הבקר עד הערב, וכתיב במעשה בראשית ויהי ערב ויהי בקר יום אחד.

ולסיום יהי רצון שלא יצא מכשול מאיתנו וחפץ ה' בידינו יצלח להגדיל תורה ולהאדירה ויה"ר שכל מעשינו יהיו לש"ש ונזכה לקדש שם ה' בעולם על ידי הוראות חוקותיו של הקב"ה בעולם, אכ"ר.

בית דין לממונות

על פי דיני התורה

בראשות הרב איתי מעודה שליט"א

צוואות
 גישורים
 בוררות ממונית

לבידוריים: 073-3744972

טלפון/וואטסאפ



להשתדל ליצור בבית אווירה של רוגע, שמחה וכבוד הדדי. אווירה טובה היא אחד היסודות החשובים ביותר של חיי הנישואין.

הנהגות אלו אינן דורשות מאמץ גדול או השקעה כספית. להפך - הן פשוטות מאוד, אך כוחן עצום. דווקא המעשים הקטנים, כאשר מתמידים בהם יום אחר יום, הם שבונים קשר עמוק ויציב לאורך שנים. זוגיות אינה נמדדת במחוות גדולות ונדירות, אלא באלפי רגעים קטנים של אהבה, הקשבה, הערכה וכבוד. כאשר כל אחד מבני הזוג משתדל למלא את חלקו, הבית הופך למקום של שלווה, שמחה ואחדות - מקום שבו האהבה צומחת מחדש בכל יום, והשכינה שורה בו.

רעון כפרי מנחם ויועץ נישואין

3. לפחות חמש דקות של הקשבה מלאה - בלי הסחות דעת. בכל יום להקדיש לפחות חמש דקות שבהן כל תשומת הלב נתונה לאישה. בלי טלפון, בלי טלוויזיה ובלי עיסוקים אחרים. רק להקשיב באמת, להבין את רגשותיה ולהיות נוכח עבודה. לעיתים הקשבה אמיתית שווה יותר מאלף עצות.

שלושה תרגילים של האישה כלפי בעלה

1. קבלת פנים חמה עם חיוך אמיתי כשהבעל חוזר הביתה.
2. חיוך, מילה טובה וקבלת פנים נעימה יוצרים תחושת בית ומעניקים לבעל כוח ורוגע לאחר יום העבודה.
3. תמיכה בבחירותיו.

להאמין בבעל, לעודד אותו ולתת לו תחושת גיבוי. תמיכה אמיתית מעניקה לו ביטחון להתמודד עם אתגרי החיים ומעודדת אותו להמשיך להתקדם.

3. דאגה לאווירה נעימה בבית.

איך מתחזקים את הנישואים? כמה תרגילים פשוטים עם כח רב ועוצמה שישנו לכם את החיים

רבים חושבים שזוגיות טובה נשענת על התאמה מושלמת או על רגשות חזקים. אך האמת היא שנישואים טובים אינם תוצאה של מזל, אלא של עבודה יומיומית והשקעה מתמדת. כשם שאדם משקה צמח כדי שימשיך לפרוח, כך גם הקשר בין בני הזוג זקוק לטיפוח קבוע. לא די באהבה שהייתה בתחילת הדרך - יש לחדש אותה מדי יום באמצעות מחשבה, מילים ומעשים.

שלושה תרגילים של הבעל כלפי אשתו

1. לפני שנכנס הביתה - לחשוב שאישה היא מתנה מה'.
2. לפני הכניסה לבית, לעצור לרגע ולהיזכר שהאישה היא מתנה יקרה שהקב"ה העניק לו. מחשבה זו משנה את הגישה, את צורת הדיבור ואת האווירה בבית.
3. מינימום שלוש מחמאות בכל יום.

להקפיד לומר לפחות שלוש מחמאות כנות מדי יום. להעריך, לפרגן ולהודות על הדברים הטובים שהאישה עושה. מחמאות מחזקות את תחושת האהבה, ההערכה והקרבה.

בלימה" על זה שבולס עצמו בשעת מריבה זה מתיש ומעייף, הרבה כוחות נפש מושקעים אבל שכרו גדול לאין שיעור.

הרצון לענות, רוצה להתפרץ החוצה ולתת לאיש כמעטיו אך זה האדם כובש את יצרו ועושה נחת רוח לבורא עולם אשריו בעולם הזה ובעולם הבא.

דברים אלו נכונים לכל אדם ובכל עת, ובמיוחד כאשר הוא יוצא ממסגרת הלימוד ופוגש את אתגרי החיים.

דווקא אז מתגלה דמותו האמיתית - לא רק בלימוד, אלא בעיקר במעשיו, במידותיו ובהנהגתו כלפי הבריות ובני ביתו. שם נבחן אם מעשיו מרובים מחכמתו, ואם תורתו מלווה אותו גם מחוץ לבית המדרש.

אם יקפיד האדם לחזק את מידותיו, תהיה תורתו מושרשת ויציבה כשורשי האילן, וכל רוחות העולם לא יזיזוהו.

אך אם יזניח זאת, עלול להתקיים בו המשל של אילן ששורשיו מועטים.

יהי רצון שנזכה שתהא תורתנו מלווה אותנו בכל מעשיו, ומתוך כך תתקיים חכמתנו לאורך ימים ושנים.



לא תעשה, ומעשה על מצוות עשה. ושניהם צריכים להיות קודמים לחכמה.

ושמעתי ממו"ר ח"י שליט"א שמעשה הם מידותיו של אדם שאם אין הוא שם אותם על לוח ליבו, לא שווה תורתו.

ונרחיב מעט בס"ד ידוע הוא שבכל לילה כשאדם עולה על יצועיו, הנשמה עולה ונטענת בכוחות נפש ליום הבא ותפקיד האדם לנתב את כוחותיו לטוב. אומר רבי אלעזר מי שמשקיע בדיעת התורה ולא שם על לב להיות בעל מידות טובות לא שווה חכמתו כי ניסיון קל יהפכו על פניו.

אבל אם עיקר מגמתו קניית מידות ודרך ארץ ובהם הוא משקיע את כוחותיו, ומימלא כוחותיו דלים. ומחמת כן לומד הוא פחות באיכות או בכמות למה הוא דומה לאילן חזק ששורשיו מרובים וכו'.

וכבר אמרו חז"ל על כגון זה "תולה ארץ על

יסודות הרב טירן זונדי

אֶפְלוּ כָּל הָרוּחוֹת שֶׁבְּעוֹלָם בָּאוֹת וְנוֹשְׁבוֹת בּוֹ אֵין מְזִיזִין אוֹתוֹ מִמְּקוֹמוֹ...

באבות פרק ג' משנה ט' - רבי חנינא בן דוסא אומר, כל שיראת חטא קודמת לחכמתו, חכמתו מתקיימת. וכל שחכמתו קודמת ליראת חטאו, אין חכמתו מתקיימת. הוא היה אומר, כל שפעשיו מרבין מחכמתו, חכמתו מתקיימת. וכל שחכמתו מרבה מפעשיו, אין חכמתו מתקיימת.

פרק ג' משנה טז' - רבי אלעזר... הוא היה אומר, כל שחכמתו מרבה מפעשיו, למה הוא דומה, לאילן ששגשגו מרבין ושרשיו מעטים, והרוח באה ועוקרתו והופכתו על פניו... אבל כל שפעשיו מרבין מחכמתו, למה הוא דומה, לאילן ששגשגו מעטים ושרשיו מרבין, שאפלו כל הרוחות שבעולם באות ונושבות בו אין מזיזין אותו ממקומו... משניות אלו נראות דומות וחוזרות על עצמן רק בצורה שונה.

הרמב"ם ויכין בפירוש המשניות פירשו שדברי רבי אלעזר הם המשך וחזרה על דברי רבי חנינא בן דוסא משנה ט' אלא שיקאה מדבר על מצוות

ששת סיפורי הרמב"ם

וחדש השוא

למחרת בבוקר, כשקם רבי מאיר נחוש בדעתו לעזוב מיד, דפק שליח בחדרו וביקש שיגיע אל הרמב"ם.

כשנכנס לחדר העבודה, הקדים אותו הרמב"ם בחיוך דק: "יודע אני את כל המחשבות המתרוצצות בלבך. ראיתי את תמיהתך, ובאתי להסביר לך מדוע אסור לשפוט אדם לפי מראה עיניים, גם כשהדברים נראים ברורים כשמש".

הרמב"ם החל להסביר בנחת: "אותה 'יד אדם' שראית, אינה אלא ירק נדיר הגדל כאן במצרים ומראהו כצורת יד.

הוא בריא מאוד לגוף, ואני כרופא מקפיד על תזונה נכונה. אשר למשרתי פטרוס - דע לך שהוא יהודי כשר וצדיק הגר בביתי. ושמו? כבר בתלמוד מופיע התנא רבי יוסי בר פטרוס, כך שגם השם הוא שם יהודי עתיק. ולבסוף, העגל שלא נשחט - מדובר ב'בן פקועה'. זהו עגל שנמצא חי בבטן אמו לאחר שזו נשחטה כדן. על פי ההלכה, שחיטת האם מועילה גם לו, והוא מותר באכילה ללא שחיטה נוספת".

רבי מאיר עמד נדהם. כל ספקותיו התפוגגו כעשן.

הוא הבין שהרמב"ם לא רק שלא סטה מהתורה, אלא שהוא שולט בכל רזיה ודקדוקיה,

בעוד הוא עצמו כמעט חטא בשיפוט מוטעה מחוסר ידיעה.

הוא שב לגרמניה בלב שקט, כשהוא נושא עמו לקח נצחי על החובה לדון כל אדם לכף זכות.

כמובן שיצא רבי מאיר אחר בקשת הסליחה מהרמב"ם, והפיץ בכל קהילות ישראל על תוקף גדולתו של הרמב"ם!

לאחר פינוי הצלחות, קרא הרמב"ם למשרתו בקול רם: "פטרוס! רד בבקשה למרתך והבא לנו בקבוק יין עתיק לכבוד האורח החשוב!".

לבו של רבי מאיר החסיר פעימה. השם "פטרוס" היה שם נוצרי מובהק, ורבי מאיר היה בטוח שמדובר במשרת גוי.

כיצד ייתכן שהרמב"ם מתיר למשרת גוי לגעת בין ולהגיש? הרי זהו "יין נסך" האסור בשתייה! הוא ישב שם, קפוא במקומו, מסרב לגעת בין שנמזג לכוסו. שיא הזעזוע הגיע כאשר ביקש רבי מאיר לפרוש לחדרו.

בעודו עובר במסדרון, שמע את הרמב"ם פוקד על פטרוס המשרת:

הוא לא האמין
שהרמב"ם אמר לגוי
להביא יין

"לך והרוג את העגל, כדי שנוכל להכין ממנו סעודה ראויה למחר!".

המילים "להרוג" ולא "לשחוט" דהדו בראשו כפטיש. בשר ללא שחיטה כדת וכדין? רבי מאיר לא יכול היה לשאת זאת עוד.

הוא הסתגר בחדרו, לא נרדם כל הלילה ומרר בבכי: "עיניי ראו ולא זר! איך אשוב לגרמניה ואספר שהרמב"ם סר מדרך התורה?".

בתקופת

הזהר של הרמב"ם, כששמו כבר הלך לפניו בכל תפוצות ישראל בזכות ספרו הכביר "היד החזקה", התעוררה סערה בקרב חלק מקהילות אשכנז.

בעוד שספרי ההלכה שלו התקבלו באהבה, ספרו הפילוסופי "מורה נבוכים" עורר חשש כבד.

חכמי גרמניה דאגו שמא החקירה השכלית והפילוסופית שבו עלולה להוביל את המאמינים התמימים לידי ספקות ותהיות שייערערו את אמונתם.

כדי לעמוד על קנקנו של הנשר הגדול, החליטו לשלוח שליח נאמן - רבי מאיר שמו - שיפליג עד למצרים, יתארח בביתו של הרמב"ם ויבחן מקרוב את אורחות חייו.

כאשר הגיע רבי מאיר העייף מהדרך הארוכה אל ביתו של הרמב"ם, התקבל בכבוד מלכים.

הרמב"ם, שהיה ידוע בהכנסת האורחים שלו, הזמינו מיד לסעודת ערב דשנה.

אולם, מרגע שהתיישב רבי מאיר אל השולחן, החל מסע של זעזועים רוחניים שעמדו להוציא אותו מדעתו.

ראשית, הוגשה לשולחן המנה הראשונה. רבי מאיר הביט בצלחת וחשכו עיניו: בתוך התבשיל נח איבר שנראה בדיוק מוחלט כמו כף יד של אדם.

בחילה עזה עלתה בגרונו והוא נרתע לאחור בבעתה.

המחשבה שהרמב"ם הגדול, מאור הגולה, "אוכל בשר אדם", גרמה לו לסחרחורת, והוא סירב בתוקף לקרב את האוכל לפיו.





של צריכת הקפאין.

לאחר התייעצות עם רופא או רוקח, ניתן לשקול שימוש בתכשירי קפאין בשחרור מושהה, המסייעים בשחרור הדרגתי של קפאין לאורך שעות היום ועשויים להפחית את התופעה.

הסעודה המפסקת

בסעודה המפסקת, הנערכת סמוך לכניסת

הצום, יש לנהוג בהתאם להלכה. נהוג לאכול תבשיל אחד בלבד ולהימנע מארוחה מרובת תבשילים.

מבחינה תזונתית, מומלץ לבחור מאכל משוביט שאינו חריף או שומני, ולהמשיך לשתות מים עד לרגע כניסת הצום.

כיצד נכון לצאת מן הצום?

עם צאת הצום רבים ממיהרים לאכול ארוחה גדולה, אולם דווקא פעולה זו עלולה לגרום לכאבי בטן, בחילות ותחושת כבדות.

מומלץ להתחיל בכוס מים, ולאחר מכן לשלב משקה חם או פרי עתיר נוזלים, כגון אבטיח או מלון, המסייעים בהשלמת הנוזלים והסוכרים שאבדו במהלך הצום.

בהמשך ניתן לאכול ארוחה קלה, כגון יוגורט, פרוסת לחם עם גבינה או מרק. רק לאחר כחצי

טבע ורפואה

הרב אליה יפת

כך תתכוננו נכון לצום תשעה באב - ותצאו ממנו בצורה בריאה

צום תשעה באב נמשך כ-25 שעות. הכנה נכונה לפני הצום ויציאה הדרגתית ממנו יכולות לסייע לעבור את היום בצורה בטוחה ונוחה יותר.

היערכות נכונה מאפשרת לשמור על בריאות הגוף, ובד בבד מעניקה לנו את היכולת לעסוק במשמעותו העמוקה של היום - התבוננות בחורבן בתי המקדש, חשבון נפש אישי, תפילה לגאולה השלמה וציפייה לבניין ירושלים במהרה בימינו.

ביום שלפני הצום

ההכנה לצום מתחילה כבר ביום שלפניו. חשוב להקפיד על שתיית מים באופן קבוע לאורך כל היום, ולא להסתמך על שתייה מרובה סמוך לכניסת הצום.

כמו כן, מומלץ להפחית בצריכת מזונות מלוחים, חריפים ומאכלים עתירי קפאין, העלולים להגביר את תחושת הצמא במהלך הצום.

טיפ מעניין לצום

אנשים הרגילים לשתות קפה מדי יום עלולים לסבול מכאבי ראש בעקבות הפסקה פתאומית



העברתי את האחריות הארגונית לבניה מלאכותית. פתחתי את ChatGPT וכתבתי: "יש לי ילדה בת 12, ילד בן 8 וילד בן 3. אנחנו באזור גדרה והסביבה. תן לי תוכנית ליום שלם שתעסיק את כולם בלי למכור כליה בדרך."

תוך שניות קיבלתי תוכנית מסודרת להפליא. פעילויות, משחקים, יציאה מהבית, רעיונות לאוכל ואפילו שעות מומלצות לכל דבר. נכון, היו שם גם כמה רעיונות שנשמעו כאילו נכתבו על ידי מישהו שמעולם לא ביקר בסופר ישראלי. אבל בואו נהיה הוגנים. הוא פתר לי 90% מהבעיה.

עוד דבר חשוב כדאי לתת לו כמה שיותר פרטים.

במקום לכתוב "תן לי רעיונות לילדים", כתבו: "יש לי ילדה בת 12, ילד בן 8 וילד בן 3. אנחנו גרים באזור גדרה. התקציב שלנו הוא עד 200 שקלים. יש רכב. תכנן לנו יום פעילות מלא." ככל שתתנו יותר מידע, כך התשובה תהיה טובה יותר.

טכנולוגיה

D.L

כשהילדים כבר טיפסו על הקירות ואשתי איבדה פעימה, החלטתי לעשות מעשה לא שגרתי ולהעביר את ניהול החופש לבניה המלאכותית.

יום שלישי, 10:37 בבוקר. הילדים משועממים. אשתי כבר שמעה בערך 16 פעמים את המשפט "משעמם לי", וכל ילד הצליח לומר אותו בטון אחר. אני בעבודה, מנסה לשרוד את היום, ואז מגיע הטלפון. "נו, מה עושים איתם עכשיו?"

חשוב לציין שעוד לא באמת התחלנו את החופש הגדול. נשאר עוד חודש וחצי. לפחות. מאותו רגע התחילו הטלפונים וההודעות. הילדה רוצה בריכה. הילד רוצה פארק. הקטן רוצה כל דבר שאסור לו לגעת בו. בשלב הזה כבר הרגשתי כמו כדור משחק. הילדים בועטים מצד אחד, אשתי מוסרת מהצד השני, ואני רק מנסה להבין איפה השופט ואיך מבקשים חילוף. התחלתי לראות שחור.

ואז החלטתי לעשות מעשה חסר אחריות.

רעיונות לימים חמים במיוחד / יצירות מחומרים שיש בבית / תפריט שבועי לילדים / רשימת ציוד לטיול / משחקים שמתאימים לכמה גילאים יחד

אז אם גם אצלכם בבית נשמעות המילים "משעמם לי" בתדירות מדאיגה, תנו לבניה המלאכותית לשבור את הראש במקומכם. מקסימום תקבלו רעיון גרוע. במקרה הטוב, תרוויחו כמה שעות של שקט. ובחופש הגדול, גם זה נחשב להצלחה רבה.

daniel.la.ai.2026@gmail.com

למשל אפשר גם לבקש - פעילויות ללא עלות /



לק"י

אביהוא שאער

לך תכה ופתה יערם

בשהלץ מפה, הפתי מערים ולמד



ותחי המלאכה מרבה,
וחשלוה נעדר, לא בא.
וישא המארי תחנה,
והאלקים לדרו אנה.
רבח (קוף) ברח לאמו,
וישחקו הערבים עמו.



מארי סעיד נפח אמן,
לעולם לא יאבד חזקן.
מלאכתו כרי מחיה,
תורתו כשל תחיה.



מארי סעיד יהודי פקח,
מעשיו כמעשה רוקח.

ויהי חיס, ויחלל ללבות,
וימא, ויכרב, וישבת...



ויכער האש בחלקה,
ותשלם כל המלאכה.



וישעבו הרבץ לבדו,
חשיבו המארי לדרו.



מול הגזלים חושב את השעה,
ויבט הרבץ לדעה מה יעשה.
ויצנה המארי על השעה התמים:
"טול המפוח: הכער גחלי רתמים!"



ויבקש שעה תמים בן שנה,
בקסף מלא מהסחור קנה.

וישב למקומו,
והשעה התמים עמו.



ידיו למפוח חיש קרה,
ויעל האש על מקרה.



ותחי למארי סעיד הרחוקה,
ונסו טרדה, דאנה ואנחה.



ויקח המארי את המאכלת (סכין),
וישקט את השעה במזוזת הדלת.
וימלא הרבץ חיל ורעדה,
ויקפץ ממקומו בחדרה.

כל הזכויות שמורות © (מספר מלאכות סימן)

לידינו הסופר והמסדר הרב אביהוא שאער יצ"ו

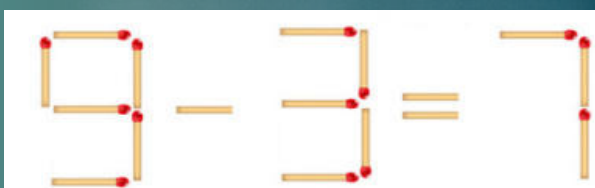
מחבר הספרים 'לאורם' - ספרי הוד ומופת על גדולי רבני תימן ועוד, בשלוב איורים מרהיבים.

ה'האגרת שהצילה' - עלילה מרתקת להורה ולגיל הרך, ספרון מבול ואיכותי בשלוב המכשור מפתחות.

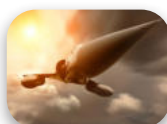
avishush200@gmail.com 0504182263

סתם מסקרו

היזו גפרור אחד כדי שהתרגיל הבא יהיה נכון



כשאת הקובייה אתה מטיל האם זה
כמו ביצה להטיל או כמו לשלוח את
הטיל?



הפותרים נכונה יכנסו להגרלה

זמן הוא אחד המשאבים היקרים המוגבלים ביותר שעומדים לרשותנו. בניגוד למשאבים אחרים כמו כסף או חומר, את הזמן לא ניתן לשמור



השעה שבע וחצי בבקר התהפכתי במטתי שומע איך כלם בבית מתארגנים ליום חדש. בשעה שמונה אחותי אפרת הלכה לבית הספר, אבא הלך לכולל ואמא רצה לעבודה, אני כבר אחרי תפלת שחרית בגן סוף סוף קצת שקט וכל הבית לרשותי. אולי אוכל לישון קצת, לא ישנתי כבר יומים! אני לא מצליח להרדם. כל הזמן חושב מה יהיה בסוף עם חברי לפתח מנחם. אז ככה - מנחם, לא שתפו אותם במשחקים ביום הראשון ללמודים.

וימאז אותו היום הוא התחיל לריב עם הילדים כל הזמן. עכשיו הוא נחשב ילד דחוי בפתח, החברים שלי לא אוהבים אותו, ולפני ימים זה החמיר והם החליטו לעשות עליו חרם. אני לא אוהב את זה! ולא כל כך מבין את ילדי הפתח שלי, למה? למה לעשות חרם על אנשים? זה לא טוב לאף אחד, לא למנחם ולא לחבריו, זה פוגע ומוריד את הבטחון העצמי! הוא מגיע לפתח, יושב בצד ולא יכול לדבר עם אף אחד. כלם מתחמקים ממנו.

אתמול הוא פנה אלי ולא ידעתי מה לעשות. לא דברתי אתו, פחדתי שאם אדבר אתו אז כלם יעשו גם עלי חרם.

אחרי הלמודים הוא התקשר אלי, ולא ידעתי אם לענות לו או לא. אז אני יושב בבית ומחכה לפתרון. אולי אני יואז מה זה!!! מי דופק על החלון? זה מפחיד! שמישהו יעזר לי! זה לא יכול להיות! הדיירה שלנו נמצאת בקומה עשיר בבנין!!! מי המטרף שטפס את כל זה? חששתי קצת בהתחלה אבל אני ילד אמיץ אז פשוט פתחתי את החלון. ולפתע ראיתי ילד ממילוי "אמ'לה!" הלב שלי קפץ! "מה זה? איך עלית לפה?" שאלתי אותו והתפלאתי. הסתכלתי עליו, הוא ישב על נוצה גדולה לבנה. ופשוט רחף לו באויר. "מה זה? יש לך כנפים?" התפלאתי.

צבטתי את עצמי.

אולי אני חולם? בחוץ נשבה רוח חזקה. הילד בחלון היה צריך לצעק לי כדי שאשמע. "אתה רוצה לטוס? קח כנפים!" הוא אמר, הילד זרק אלי נוצה ענקית לבנה ונפה. "מה, מי אתה?" שאלתי.

"אני יונאי! שמעתי שאתה לא רגוע, אז באתי לעזור לך ולעודד אותך. ובעצם גם אני צריך עזרה קצת בחידות שלי. רוצה להצטרף?" "בטח" צעקתי בהתרגשות. קוראים לי מוישי, ואני מאוד אוהב טיולים.

נעמדתי על אדן החלון, צעקתי לו שאני מפחד לפל ואני לא יודע אם זה יעבד. יונאי צעק לי בחזרה "הכל אפשרי! צריך רק להאמין."

תאמין שזה אפשרי וזה באמת יקרה" יונאי הסתפל מהצד על מוישי איך הוא מניח את הנוצה הגדולה על אדן החלון וממלמל פרק תהלים, לאט וגבבטחה מוישי התישב על הנוצה, והחל לעוף. הוא היה בעננים.

העיניים שלו נצצו והוא הרגיש כמו צפור חפשיה בשמים. "תודה! תודה לך

יונאי אני מודה לך שבאת לעודד אותי." הם החלו לעוף בצמוד זה לזה כשהם עושים תפלות קצרה אחד עם השני. לאחר עשר דקות הם מצאו את עצמם קרובים מאוד לעננים הלבנים.

"אז בעצם למה לא הצלחת לישון ואתה לא רגוע?" שאל יונאי את מוישי. מוישי ספר לו על מנחם חברו לפתח ויונאי הבין עכשיו על מה הוא עצוב. "אני יכול לעזור לך ולמנחם, אבל לפני כן אני צריך למצא את התשובה לחידה, כדי שאוכל להמשיך לחיות."

אמר יונאי. "מה זאת אומרת להמשיך לחיות? אני אתן לך אכל ותוכל לחיות."

"תראה מוישי, אני ילד מיחד. לא כמו כלם, אני לא צריך אכל או שתיה כדי לחיות" אמר יונאי. "מה זאת אומרת?" שאל מוישי. "אז איך אתה גדל?" "כדי לגדל ולחיות אני חייב לאסוף חידות ומשימות ולמצא להן את הפתרונות. כל חידה שאני מוצא לה פתרון, או משימה שאני גומר בהצלחה מצרף לה משקל ריק שהוא נקודות חיים בשבילי. אני שותה אותו וכה אני יכול לנשם ולחיות וכמו כן לגדל." "אז בעצם, אתה כל הזמן מסתובב בעולם ומחפש את החידות או המשימות?" שאל מוישי. "כן בדיק קו! ולכן עכשיו אני כאן. קבלתי משימה לעודד אותך ולעזור לך במה שתצטרך."

מוישי מאוד התפלל והעריץ את יונאי שכל הזמן הוא במשימות. פתאום צעק מוישי ליונאי "מה קרה לנוצה? היא נהיתה צהבה פתאום!" "הכל בסדר" אמר יונאי. "הנוצה הופכת לצהב כשאנחנו מתקרבים למקור החידה. זה כמו רמז."

ואכן באפק מתחת לנוצות החלו לראות את הבתים של הכפר הקרוב. הנוצות החלו מעצמן להוריד גבה ולעוף נמוך יותר ויותר. מוישי ויונאי התרגשו לקראת הבאות. לפתע צעק יונאי למוישי "הנהר!" זה לא היה צפוי אבל זה קרה! נשר גדול ועצום הגיע למול פניו של מוישי וכמעט נגח בראשו. מוישי מהר להסיט את הנוצה שמאלה כדי לחמק מן הצפור הגדולה. "ואז זה היה קרוב"

התנשף מוישי. זעה נגרה ממאחו.

"אתה בסדר?" שאל יונאי, "הכל בסדר" ענה לו מוישי. "אבל מה זה היה? הספקת לראות?"

מוישי לא הבין עדן ממה הוא נצל. "כן. זה היה נשר גדול ועצמתי! אף פעם לא ראיתי אחד כזה!" "אני כמעט בטוח שהוא קשור לחידה! הספקתי לראות שעל צארו קשורה תבה."

התרגש יונאי. הם הסתובבו לכיון שאליו עף הנשר וחפשו אותו בעיניהם. "הנה! אני רואה אותו." התרגש מוישי והצביע על נהר גדול הזורם מתחתיהם.

יונאי החל להנמיך את הנוצה כלפי מטה ומוישי אחריו. הם הגיעו לנהר הגדול שעל גדותיו נחת הנשר.

יונאי בקש ממוישי לחכות לו במקום שבו נחתו, והוא לבדו התקדם באטיות לעבר הצפור הגדולה.

כשהגיע סמוך אליה נגש אליה בעדינות ולטף את צאורה, ואז, לאט ובחכמה, ללא כל פחד שחרר יונאי את החוט מהתבה ומשך אותה אליו. הסתובב ועזב את המקום. תוך כדי הליכה לכיון הנוצות נסה יונאי לפתח את התבה לראות מה מסתתרת בה.

וההמשך בעזרת השם בפרק הבא



איש מתקשר למשטרה בהיסטריה: "פרצו לי לרכב! גנבו לי את ההגה, את הדוושות ואת הרדיו!" אחרי חצי דקה הוא מתקשר שוב: "הכל בסדר, אין צורך להגיע... פשוט התיישבתי במושב האחורי."



מנהל שואל בראיון עבודה: "תגיד, מה החולשה הכי גדולה שלך?" המועמד: "הכנות המוגזמות שלי." המנהל: "אני לא חושב שכנות זו חולשה, להיפך, זו תכונה טובה!" המועמד: "ממש לא מעניין אותי מה אתה חושב על זה, יא קירח."



אדם אחד שואל את חברו: "תגיד, איך אתה תמיד מצליח להישאר כל כך רגוע?" החבר עונה: "זה פשוט מאוד, אני אף פעם לא מתווכח עם אף אחד." הראשון מגיב מיד: "זה בלתי אפשרי!" החבר מחייך ואומר: "אתה צודק, זה באמת בלתי אפשרי."



המורה שואלת: "דני, אם יש לך בכיס 10 שקלים ואתה מבקש מאחריך עוד 10 שקלים, כמה כסף יהיה לך?" דני: "10 שקלים." המורה: "דני, אתה ממש לא יודע מתמטיקה!" דני: "המורה, את ממש לא מכירה את אחי..."

בית דין לממונות

בשבח והודיה לה' אנו שמחים לבשר לציבור היקר על הקמת בית דין אזורי "צדקה ומשפט" לענייני ממונות על פי משפט תורתנו הקדושה בראשות דיינים מוסמכים ומנוסים

בית הדין פועל על פי עקרונות ההלכה בדין ובסדרי הדין במסגרת חוק הבוררות (תשכ"ח) ליישוב סכסוכים ממונים באופן מהיר, נגיש, הוגן ולא יקר תוך מתן שירות ביעילות ובמקצועיות בלתי מתפשרת לשביעות רצון בעלי הדין.

יתרונות בוררות ממונית בבית דין הדין על פי משפט התורה

חוקיות

לאחר חתימת הצדדים אשר מקבלים עליהם את סמכות בית הדין לדון, לפסוק או לפשר בבוררות ממונית, צוואה, ירועה הסכמי ממון וכדו' החלטת בית הדין, תקפה חוקית לכל עניין.

ייצוג

בהתדיינות בבתי דין אין חובה או צורך בייצוג עורך דין. יכול להציג את טענותיו כפי שהם ללא תיווך.

בירוקרטיה

ההליכים בבתי דין מסודרים ופשוטים מאוד ביחס לבתי משפט אזרחיים בהם העניינים מסובכים ומסורבלים.

הלכה

בית דין הדין בדיני תורה הוא המוסד היחיד והמוסמך להכריע בדיני ממונות וישנו חשש גדול בהתדיינות ממונית שלא על פי הלכה.

זמן

ההתדיינות בבתי דין מתבצעת בתהליכים קצרים משמעותית מבתי משפט אזרחיים, בהם ההליך ארוך ומתיש.

מחיר

המחירים המשולמים על התדיינות בבתי דין, סמליים ונמוכים משמעותית, מתהליך זהה בבתי משפט אזרחיים.



בית דין אזורי לממונות
צדקה ומשפט
בני ע"ש מ.א. נחל שורק

שכנים, ירושות, הלוואות, צוואות, נספחים, קניינים, נישואים, שותפים, סכסוכים, ערעורים, חוזים, פיצויים, נזיקין, דיני עבודה, בוררות פרטית, בוררות עסקית, הסכמי ממון, זכויות יוצרים, קניה ומכירה, עוסק ומעסיק, שלום בית, היתר עיסקא, שוכר ומשכיר

מושב בית הדין בתיאום מראש במזכירות ביה"ד

פקס: 08-9101282

טלפון/וואטאפ: 073-3744972

M580664019@gmail.com

מנחם בגין 19 בני ע"ש

חנות אונליין

נזר המשכן
שינוי יזאיקה ותשמישי קדושה

מחפשים מתנה עם נשמה? רוצים לשדרג את שולחן השבת?

באתר נזר המשכן מחכה לכם עולם של קדושה עם מעל 5000 מוצרי איכות מרהיבים במחירים הזולים ביותר בדקו אותנו...



073-374-4448



סרקו לאתר

סרקו למבצעים

רכישה דרך האתר בלבד

איסוף מבני עי"ש בתיאום מראש
משלוחים לכל הארץ

זמני תפילות ושיעורי התורה

ביישוב בני עי"ש



זמני
תפילות

שיעורי
תורה

להוספה ועדכון של שיעורי תורה וזמני תפילות
ניתן לפנות במייל:

ya580811149@gmail.com



כמו כן ניתן לקבל הרשאת עריכה
למגידי שיעור וגבאי בית הכנסת
לעדכון שוטף של תפילות ושיעורים
לרווחת הציבור ולזיכוי הרבים



הזכרונות לקבוצת
מסירה והשאלה בני עי"ש

המודעה שלך יכולה להיות כאן



תנו לקול שלכם להופיע

אולפן הקלטות סטודיו בוטיק
בני עי"ש
גברים

michaelg4u101@gmail.com
וצאפ בלבד: 054-4857848

