



זמני שבת קודש

רבונו תם	מוצאי שבת	הדלקת נרות	
19:20	18:49	17:51	תל אביב
19:24	18:53	17:49	ירושלים
19:19	18:48	17:49	חיפה

שבת שלום ומבורך!

העלון טעון גניזה

שנה טובה

השאלה העומדת על הפרק היא רק: איך? איך באמת נוכל להבטיח שאנו עושים תשובה בצורה טובה? איך אנו יכולים להבטיח שהתשובה שלנו תתקבל לפני כסא הכבוד? איך אנו יכולים לפעול שהתשובה שלנו לא תהא כרוכה בייסורים וכאבי לב? איך נוכל להבטיח מחילת עוונות מושלמת, פתיחת שנה חדשה ברגל ימין בלי שום משקע מהעבר?

התשובה היא, שזה תלוי בנו. חז"ל במסכת ראש השנה דף י"ז מעניקים לנו משפט מתנה, אלומת אור שמכבדת לבבות: 'המעביר על מידותיו - מעבירין לו על כל פשעיו'. אם מישהו רוצה לזכות במחילת עוונות מלאה, והרי כולנו רוצים! הדרך היא לקבל החלטה חזקה שגם אנחנו מוחלים לכולם. לכל מי שפגע בנו, לכל מי שעשה משהו נגדנו, לכל מי שעלב בנו, לכל מי שיש לנו ויכוח אתו, לכל מי שהסכסוך עמו עוד קיים - כלפי חוץ או אפילו רק בלב פנימה.

כשיהודי מוחל - הוא מציב דוגמת מראה לאבא שבשמים, ובעצם אומר: 'הנה, אני מחלתי. מחקתי, סלחתי, שכחתי. מישהו פגע בי - אבל זה כבר לא קיים יותר, זה נמחק מההיסטוריה'. ואז, אבא שבשמים משיב לו באותה מטבע, ומוחק את החטאים שלו, מוחל עליהם לחלוטין, מעלים אותם לנצח.

ולפיכך, ברגעים האלה שלפני יום הכיפורים, זה הזמן לתפוס חזק בידיים את מידת המחילה, ומשני קצותיה: גם למחול בעצמנו לכל מי שפגע בנו, מחילה אמיתית ועמוקה, שלימה ומושלמת. וגם לבקש סליחה ומחילה מכל מי שאולי פגענו בו או כועס עלינו, ובכך נוודא שעבירות שבין אדם לחבירו לא ימנעו מאיתנו את הברכה לשנה טובה. זה הזמן למחוק כל עלבון ישן, לסגור כל סכסוך, לבקש סליחה ולסלוח מכל הלב - כי רק כך נזכה להיחתם לחיים טובים!

(הרב אשר קובלסקי)



הרה"ג דניאל זר שליט"א ראש הישיבה המוסדות

כמה ה' אוהב אותנו

הקב"ה נתן לנו ימי רחמים ורצון העיקר שנכתב לשנה טובה

אדם שהיה בבית האסורים ולא רחץ שנה שלמה באיזה חדוה ושמחה ירחץ עצמו, על אחת כמה וכמה מי שהתלכלך מטומאת העבירות, ויש לו ההזדמנות להטהר ולהזדכך במעייני יום הכיפורים והתשובה. צריכים לרקוד ולשמוח בהגיע יום אדיר בשנה זה. וביום קדוש זה, אשר אנו מקיימים בו "ואתם הדבקים בה' אלוקיכם" רואים שגם הרחוקים מתורה ומצוות, שומרים על קדושת היום, הכבישים שוממים ובתי הכנסת מלאים עד אפס מקום. רואים את עם ישראל.

"היתקע שופר בעיר ועם לא יחרדו" השופר היה מודיע על פריצת מלחמה, והנביא תמה וכי יתכן שישמע שופר ועם לא יחרדו? הלא זו סכנת נפשות! יום כיפור הוא מלחמה!! כפי שאמרנו, הרי אם היה מגיע מגלה נסתרות ומודיע לנו כי ביום הכיפורים, חלילה תפרוץ מלחמה וימותו משונאי ישראל, איזה אדם לא היתה חרדה, איזה איש לא היה חמד לנפשו?! היו עורכים תפילות בבתי כנסת וכל אחד היה בוכה וצועק לפליטה לטובה. והרי כל יום כיפור הוא מלחמה ממש! "בראש השנה יכתבון וביום צום כיפור יחתמו, כמה יעברון וכמה יבראון, מי יחיה ומי ימות, מי בקיצו ומי שלא בקיצו, מי במים ומי באש מי בחניקה ומי בסקילה". "ולא הנחש ממית אלא החטא ממית" כל שנה נחתמים גזירות כאלה על החיים ועל הבריאות, מי יהיה נכה ח"ו ומי ירבה כבוד ביתו, מלחמת ממש היא!



ארבעים יום שומעים אנו את קול השופר, האם משהו זז אצלנו, או שהכל נשאר אותו הדבר. אותה ברכת המזון, אותה שמירת שבת, אותה נטילת ידים. האם "שמענו אותך" או שזה הזיז אצלנו משהו. שמעתי פעם מרב אחד, שנכנס לסמטא צרה צפר צפר ואיש לא זז מהכביש, עד שאחד הואיל בטובו להסתובב ואמר לו: שמענו אותך. הקב"ה קורא לנו ארבעים יום, מה נענה לו? "שמענו אותך". אדם צריך להשתנות! לקבל עליו קבלות והחלטות שישינו אותו, שיזכה בדין, ואין אושר גדול מזה! שנזכה לחתימה טובה.

מתוך דרשתו השבועית של הרה"ג דניאל זר שליט"א המתקיימת בכל יום רביעי בשעה 22:00 בישיבת אור דוד

צאים אנו כ"ד שעות לפני יום הקדוש, יום אדיר בשנה, יום שכולו קודש קודשים, יום הכיפורים שבו עומדים בו בתפילה כל היום מערב עד ערב כמעט, מתוך צום ותענית, דומים למלאכי השרת, יום של קרבה והשראת השכינה, דבקות בקב"ה.

"כי ביום הזה יכפר עליכם לטהר אתכם מכל חטאותיכם לפני ה' תטהרו". "לפני ה' תטהרו", לפני שהוא מטהר אתכם תטהרו אתם את עצמכם! כי יום הכיפורים מכפר לשבים ואינו מכפר לשאינם שבים. אין יום כיפור מכפר בלי תשובה, "מכסה פשעיו לא יצליח ומודה ועוזב ירוחם". לא די בזה שמודה ומתוודה, אלא צריך לעזוב חטאו, ואז ירוחם.

תכלית ימים הנוראים - יום הכיפורים, תכלית יום הכיפורים - עת נעילה. יום אדיר וקדוש, יום של גילוי אהבתו יתברך לעם ישראל בתכלית, אשר מרום עולם מושבו יורד לטהר אותנו בקדושה ובטהרה מכף רגל ועד ראש.

אם יתבונן אדם כמה גדולה אהבתו ית' אלינו, רק מזה ישוב בתשובה. באהבתו וחמלתו כי לא יחפץ במוות המת נתן לנו את שלושים ימי האלול, ואחריהם את ימי הדין בכתובה בלבד בלא חתימה, אמנם אחר הכתיבה קשה הרבה יותר לתקן לכן נתן לנו עשרת ימי תשובה שהם ימי רצון גדולים מאד,

"דרשו ה' בהמצאו קראוהו בהיותו קרוב", ימי רצון גדולים מאד, כדי שנוכל לתקן גם אם נכתב ח"ו שלא כהוגן. ולא זז אלא נתן לנו את יום הקדוש הזה יום הכיפורים לכפר על כל חטאתנו. ולא נתן לנו את החתימה בערב יום כיפור, לא בלילו ולא בבוקרו ולא בצהרי יום כיפור אלא לעת ערב לפני השקיעה, כדי שיזדככו ישראל במעייני יום הקדוש, וישובו אליו יתברך ויחיו. כדי שיוכלו להתפלל ולזעזע העולמות, לבכות ולהרבות תשובה וחרטה, ולזכות לחיים. ולא די בכך, אלא שעת הנעילה עצמה היא שעת השיא של רחמים מרובים. וכתוב בזוהר הקדוש שיש היכל גדול בשמים שכולו רחמים, למעלה למעלה בעליונים, והוא סגור בכל השנה, ופתוח רק בעת נעילה. כ"כ הרבה עושה הקב"ה בעבורנו, כי הוא מלך חפץ בחיים ואוהב עמו ישראל.

איזה אהבה גדולה אלינו! ובאיזה התלהבות צריך לברך שהחיינו וקיימנו וקיימנו לזמן הזה! כדמיון

זכות החיזוק והקריאה בעלון

לעילוי נשמת שלמה בן ג'ון ג'ון, סגילית בת חנה, חן בן חיה, יואב בן חנה
להצלחת אסף בן חיה, רועי בן דינה, אלעד בן עמה, אלדד בן ירדנה
לרפואת מורנו ורבנו הרב דניאל זר בן רבקה, צורי בן רחל, יהושע בן גאולה
לזש"ק בנימין בן חסיבה, אלדד בן חוה, ספיר בת עליזה, לילך בת עליזה

גם אתם רוצים להקדיש זכות של אלפי עלונים להצלחה, לרפואה, לזש"ק או לעילוי נשמת יקירכם?

התקשרו עכשיו:

03-61-50-203



סיפור לשבת

הרב צבי נקר

חינוך מיוחד משמיים

הטלפון צלצל. זינקתי ממקומי, על אף שהייתי באמצע קיפול המגבת השמינית, על אף שכל ערימת המכנסים נטתה על צידה באלכסוניות מסוכנת.

מיהרתי לעבר המטבח, מתנשפת. איך השארתי את הטלפון שם? בדרך כלל הוא לצידי עשרים וארבע שעות ביממה. פעם, כשלא עניתי מיד, הם התקשרו לשם הבא ברשימה. כשהחזרתי צלצל זה כבר היה מאוחר מדי, מישהי אחרת התקבלה לעבודה ואני נשארתי בבית.

"גב' קופמן? מדברים כאן מהבנק..." הלב שהתמלא עד גדות בתקוות, צנח ארצה בקול צורם. זה לא הם, זה טלפון מהבנק.

הטלפון שוב השתק, ואני הבטתי סביב מתוסכלת. ערימות הכביסה המקופלות כבר לא עמדו כמו סרגל, והבית, אם נאמר את האמת, היה מבולגן ממש. 'מה לעשות? אני עסוקה ממש', חייכתי לעצמי במרירות. אני עובדת בחיפוש משרה, כבר שנתיים אני במקצוע הזה, במשרה מלאה.

שנים ארוכות עבדתי כסייעת בגן חינוך מיוחד. זו היתה עבודה פיזית קשה, אך חשתי בהחלט סיפוק ומשמעות בעבודה. הילדים הקטנים והמתוקים נקשרו אלי והחזירו לי חום בדרך משלהם. בשלב מסוים כשהתאפשר לי, הייתי לוקחת אלי ילדים הביתה, נותנת להם כעין שיעורים פרטיים, מקדמת אותם בתחומים שונים, וגם משפיעה עליהם המון חום והעצמה.

הרגשתי מחוברת מאוד, משפיעה ובעלת משמעות, אך אז הגעתי לצומת. הגן שבו עבדתי - נסגר, וכמו תמיד, כשמגיעים למצב של צומת, נעצרים. הכנתי קורות חיים מושקעים, שמתארים את השנים שבהן עבדתי ורכשתי ידיעות וניסיון רב בתחום החינוך המיוחד, את ההשקעה שלי בילדים ובהתקדמות, והוספתי את ההמלצות החמות של המנהל וההורים. ניסיתי לשלוח לכמה מקומות ו-זהו.

כשעברו כמה שבועות של הצעות בלתי מתאימות, התלבטויות ודחיות, הבנתי פתאום שאני לא מעוניינת לחזור לעבודה בחינוך מיוחד.

"אולי אחפש עבודה בתחום שונה?" שאלתי את עצמי בשקט, ואחר כך בקול.

בעלי צידד בעד הרעיון, כבר שנים הוא טען שאני משקיעה בעבודה מעל ומעבר, וכי היא לוקחת ממני הרבה כוח פיזי ורגשי. ואכן, ביום בהיר אחז, לאחר התלבטויות, החלטתי לעשות הסבה.

את הגרפיקה תמיד אהבתי, לפני נישואי למדתי גרפיקה, השקעתי בתחום ואפילו עבדתי ללקוחות פרטיים. יש לי חוש אומנותי, ובסייעתא דשמיא הצלחתי מאוד בתחום. לאחר החתונה חשבתי שאמשיך לעבוד בגרפיקה, אבל המשכנתא והפנאי גרמו לי להחליט לצאת מהבית ולעבוד בעבודה עמוסה וקבועה יותר, אף אם תהיה מתגמלת פחות.

כעת, לאחר שנים של עבודה כסייעת, החלטתי לחזור לגרפיקה. ההחלה היתה קלה, אבל הביצוע קצת פחות.

בתחילה התברר שעולם הגרפיקה התקדם מאוד במשך השנים, הייתי זקוקה לכמה קורסים להשלמת פערים. לקחתי הלוואות למימון קורסי גרפיקה מתקדמים, השתדלנו להצטמצם, אבל ה'השמה המיידית' שהבטיחו לי המורות בקורסים שבהם למדתי, התבררה כלא מיידית כלל.

הכנתי קורות חיים מפורטים, והפעם בתחום הגרפיקה, פירטתי את הידע, את הניסיון בעבודות פרטיות ואת הלימודים. התחלתי לשלוח את הטפסים לכל מיני ארגונים ומשרדים, ניסיתי לפנות גם ללקוחות פרטיים, אבל הקציר היה דל מאוד.

הימים חלפו, התחלתי להילחץ קצת. סיימנו עם דמי האבטלה, והתחלנו "לאכול" את הפיצויים, ועדיין אני בבית. החיפושים הפכו לנואשים, התחלתי לחפש כל עבודה מכל סוג, אפילו לחינוך מיוחד הייתי מוכנה לחזור, בתנאים המתאימים לי ו-לא, לא מצאתי.

חשבונות החשמל והמים, ושאר ההוצאות שהצטרפו לטורים ארוכים של חובות הביטוי בי בעיניים מאיימות. בכל פעם מחדש התייתי איך נוכל לשלם אותם? המתח הכספי הורגש בבית, ונכנסו למעגל בלתי נעים של חובות, החזרים וחוזר חלילה.

בשלב מסוים, החיפושים במדור דרושים נכנסו לסדר היום. בבוקר על כוס קפה, הייתי מחפשת מציאה במדור דרושים, אחר כך הגיעו שליחת קורות חיים, ציפיה ממושכת, וכך- אכזבה, תיסכול ואפילו מתח.

ניסיתי לסגן ולשנות את טופס ה'קורות חיים', להוסיף המלצות ולהוריד, לשלוח לכל מקום שרק יכול להתאים. הפלאפון היה לידי, ומידי כמה דקות שלחתי אליו מבט מצפה, כאילו בו תלויים חיי, כאילו שכחתי לרגע מי מנהל את העולם וקובע את הרגע המדויק שבו אוכה בעבודה מסודרת.

ביום בהיר אחד גיליתי מודעה קטנה: "דרושה מזכירה לארגון חסד, ידע בגרפיקה יתרון". זה היה מתאים ממש. אי פעם רציתי להיות גרפיקאית, וכבר מזמן ציפיתי להיות לפחות מזכירה.

סגרתי את העיתון בחופזה, השעה היתה מאוחרת, ובדיוק היום היה לי תור לרופאה, תור שלא יכולתי להפסיד.

הבטתי לעבר השעון בדאגה והחלטתי שאני חייבת להתעכב כמה דקות לשליחת קורות חיים- זו השתדלות מינימלית. שלפתי בזריזות את דף קורות החיים מהקלסר, הנחתי בפקס בתקווה שלא יתקע, ורצתי בזריזות לעבר האוטובוס.

כשיצאתי מהמרפאה, מביטה בטלפון, נדהמת: שתי שיחות שלא נענו. שתיים.

כמעט בלי נשימה חייגתי חזרה, מקווה שלא הפסדתי אבל לא, למרבה הפלא הם לא התקשרו למועמדת הבאה.

ענתה לי מנהלת נחמדה, היא ציינה שהם התרשמו ביותר מקורות החיים שלי, נראה שזה מתאים להם ממש, ושאלה האם אוכל כבר היום לבוא לראיון. היא שואלת אם אוכל?

צעדתי במהירות למשרד ההוא, באמצע העיר קרוב לביתי, מרגישה שכמעט צמחו לי כנפיים. המנהלת סיפרה בקצרה שהיא מנהלת ארגון חסד למשפחות המתמודדות עם ילד חולה. כעת החליטו לפתוח שלוחה מיוחדת למשפחות שלהן ילדים מיוחדים, והם חיפשו מזכירה וגרפיקאית.

הנהנתי, הבעתי ידע במזכירות ובגרפיקה, הזכרתי גם את אהבתי לתחום החינוך המיוחד, והשתדלתי לא להראות להיטות מוגזמת.

הראיון עבר בקלילות ובנעימות, המנהלת התעניינה בעבר שלי, ובאופן מוזר התמקדה בתחום של החינוך המיוחד. היא שאלה שאלות, ואני עניתי- מחוברת מאוד לנושא. "שמחנו כל כך כשראינו את קורות החיים", שמעתי את המנהלת אומרת, "איך ידעת שאנו מתעניינים במיוחד בתחום הזה?"

סימן שאלה בלתי ברור רקד מולי בחוסר הבנה. איך באמת?

איך באמת המנהלת יודעת על החיבור העמוק שלי לחינוך מיוחד?

"כשראיתי את קורות החיים שלך, הרגשתי שמשמים נשלחת במיוחד בשבילנו", הסבירה המנהלת, "היתה חשובה לנו הגישה, ההבנה העמוקה לחינוך המיוחד. אולי לא ידענו להגדיר זאת, אולי לא הסברנו זאת למפרסם. משום מה במודעה זה לא בא לידי ביטוי וקיבלנו קורות חיים בלתי מספקים."

סימן השאלה שלי גדל כששלחה אותי המנהלת למלא טפסים ולסיים את הליך קבלת העבודה. ללא כל השתדלות נוספת, ללא בירורים והמלצות.

ואו, פתאום, נפלו עיני על השולחן, שם היה מונח דף קורות החיים שלי, הדף ששלפתי הבוקר במהירות עצומה.

הלב שלי ניתר לרגע, ואז נעמד על מקומו בתחושה של תלות מופלאה. ב"טעות" החלפתי- שלחתי את טופס קורות החיים בתחום החינוך המיוחד...

"כשעברו כמה שבועות של הצעות בלתי מתאימות, הבנתי פתאום שאני לא מעוניינת..."



פינת ההלכה הרב יגון חורי

הלכות יום הכיפורים

- א.** לקראת יום כיפור מבקשים סליחה מאלו שנפגעו מאתנו, במיוחד מהקרובים (הורים, אשה, ילדים וכן בעבודה) ולקבל להשתדל שלא לצער יותר אף אדם.
- ב.** מי שסולח לחבריו בקלות ובשמחה, סולחים לו באותו אופן, מידה כנגד מידה.
- ג.** צריך לפייס גם אם זה כרוך במאמץ, עד שהנפגע יתפייס, אם לא סלח בפעם ראשונה, צריך לנסות פעמיים נוספות, ולהעזר לצורך בכך בחברים אם צריך ואח"כ ילך בעצמו ויבקש ממנו סליחה. והכל לפי הענין.
- ד.** מי שלא התפייס למרות זאת, לא חייבים להמשיך לפייס אותו, אלא אם כן הוא רבו של הפוגע.

ערב יום כיפור

- א.** בערב יום כיפור (יום שישי) נוהגים לשחוט לכפרות תרנגול לזכר לכל אחד מבני הבית הזכרים, ותרנגולת לכל אחת מבני הבית הנקבות. (חזו"ע עובדיה ע"מ רכב)
- ב.** מנהגינו לומר בעת שמסבב התרנגול או התרנגולת סביב לראש המתכפר, זו חליפתו זו תמורתו זו כפרתו. וכשבעל הבית מסבב התרנגול סביב לראשו, אומר: זו חליפתי זו תמורתי זו כפרתי. (חזו"ע ע"מ רכה)
- ג.** למעוברת לוקחין ב' תרנגולות אחת לה ואחת לעובר אם הוא נקבה, אבל אם העובר זכר לוקחים כנגדו תרנגול זכר, ואם אין ידו משגת כל כך די לו בתרנגולת אחת למעוברת. ומכל מקום טוב לעשות גם עבור העובר. ואומרים זאת חליפתכם וכו'. (חזו"ע ע"מ רכו)

- ד.** חובה קדושה להזהר מאד שלא לשחוט אלא אצל שוחט ירא שמים מרבים ומומחה, וזהיר היטב בבדיקות הסכין לפני השחיטה ואחריה כדת. (חזו"ע ע"מ רכו)
- ה.** היום הרבה נוהגים לעשות כפרות עם כסף.
- ו.** טוב לפזר מעות לצדקה בערב יום הכיפורים. (ילקו"י ע"מ תקפג)
- ז.** פורסים מפה יפה על השלחן כמו בשבת, ונותנים עליה ספרי קודש.
- ח.** מומלץ להקפיד למלא את מאגרי הנוזלים בגוף על ידי שתיית כוס מים בכל חצי שעה-שעה, יומיים לפני הצום. וכן מומלץ לאכול ענבים, אבטיח ומלון. כמו כן עדיף למעט במאכלים מצמיאים (מלוחים, משומרים וחריפים למיניהם).

- ט.** המצטער הרבה בתענית רשאי ליטול כדור הנקרא קלי-צום. (חזו"ע ע"מ רנו)
- י.** מצווה להרבות באכילה בערב יום כיפור, ויש במצווה זו ביטוי לאהבת הקב"ה אותנו, שצונו להתענות רק יום אחד בשנה כדי לכפר על עוונותינו, ומרוב דאגתו לנו, צוה שנאכל ונשתה לפני הצום, כדי שנוכל לסבול את הצום ולא יארע לנו ממנו שום נזק. עם זאת, חשוב לזכור שיש לאכול מאכלים קלים לעיכול ולא מאכלים שמתעכלים בכבדות.

- יא.** גם הנשים חייבות במצות אכילה ושתייה בערב יום הכיפורים. (חזו"ע ע"מ רלא)
- יב.** גם חולה שאינו מתענה ביום הכיפורים, מחשש סכנה לחייו, צריך לאכול בערב יום הכיפורים, משום תעניתו בלילה לשעות. (ילקו"י ע"מ תקפא)
- יג.** בסעודה מפסקת יש נוהגים לטבל פרוסת המוציא בדבש או בסוכה ומכל מקום נכון להביא מלח על השלחן. (חזו"ע ע"מ רנב)

- יד.** יכוון שעושה בסעודה זו נחת רוח גדול לבורא יתברך שמו.
- טו.** החכם עיניו בראשו שלא למלא בטנו מאכילה גסה שבוודאי אחר כמה שעות יתחרט בעצמו כי זיק לו, וגם יבוא לידי ביטול תפילה, וגם יכול לגרום לתחושה מוגברת של רעב וצמא במהלך הצום.

- טז.** מדליקים בערב יום כיפור נר נוסף בשביל נר ההבדלה של מוצאי יום כיפור ולכן ידליק בנוסף נר נשמה של 24 שעות כדי לקחת ממנו להבדלה.
- יז.** אישה לא תברך ברכת שהחיינו עם הדלקת נרות של יום הכיפורים אלא בסוף ההדלקה כולה לאחר שתחלוץ מנעליה, כי בברכת שהחיינו מקבלת עליה קדושת יום הכיפורים, ואסורה בכל חמשה עיניוים. (חזו"ע ע"מ רנו)

- יח.** יש נוהגים לומר אזכרה למתים, וקרוביהם נודרים לצדקה לעילוי נשמתם, כי אף המתים צריכים כפרה. (חזו"ע ע"מ רסח)

- יט.** מעת שאדם נעשה חלש מעיניו הצום יכניס שמחה עצומה בליבו על קיום מצוות עשה מן התורה שמקיים בעיניו זה, ובכל שעה שיתגדל ויתווסף אצלו העינוי – כן גודל השכר מבוראינו יתברך שמו. (יסוד ושוש העבודה)

חמשת העינויים

- א.** נשים בהריון ונשים מניקות חייבות לצום.

ב. נשים עם סיבוכי הריון, וכן מניקה שיש לה חשש למחסור בחלב ישאלו רב איך לנהוג בצום (עם חוות דעת רפואית).

ג. מעוברת ברגע שיש לה צירי לידה, צריכה להתחיל לשתות שלא תיכנס ללידה במצב של חוסר נוזלים. ועדיף לתת לה משקה שמזין את הגוף, כגון חלב או מיץ ענבים, וכן אם מרגישה שהיא צריכה לאכול אוכל, אפילו הרופא אומר שאינה צריכה לאכול, תאכל, ותבא עליה ברכה. (ילקו"י תשמ)

ד. יולדת שיושבת על המשבר עם חבלי לידה, יכולים לתת לה לאכול ולשתות פחות פחות משיעור כדי שתתחזק ותוכל לסבול חבלי לידה.

ה. יולדת תוך 72 שעות מעת לעת משעת גמר לידתה לא תתענה כלל, ואפילו אמרה אני יכולה לצום, ואפילו גם הרופא מאשר זאת, אסור לה להתענות. לאחר מכן מעת לעת עד שבעה ימים, אם אמרה בפירוש שאינה צריכה לאכול, מותר לה להתענות, ואם לא אמרה, מאכילים אותה ביום הכפורים, מכאן ואילך הרי ככל אדם. (חזו"ע ע"מ רצ)

ו. חולה שהצום עלול לסכן את חייו פטור מהצום ויאכל את כמות האוכל או השתיה שתוציא אותו מספק סכנה. ולכן יש להתארגן מבעוד מועד לקבל חוות דעת רפואית ועם זה לשאול רב איך להתנהג בצום.

ז. וכן מי שנוטל תרופות באופן קבוע ישאל את הרופא איך לנהוג בנטילת התרופות ועם תשובת הרופא יפנה לרב.

* כשברור לנו שאין צורך באכילת או בשתיית כמות גדולה בבת אחת, מאכילים או משקים את החולה לשיעורין, וכדלהלן:

ח. יאכל פרוסה במשקל של עד 30 גרם עם הממרת, (צריך להכין מראש מערב יום כיפור ואם לא הכין רשאי לבדוק במשקל מכני ביום כיפור) ימתין עשר דקות מתחילת האכילה, דהיינו שאם התחיל לאכול בבוקר בשעה שמונה, יש לו להמתין עד שעה שמונה ועשר דקות, ויאכל פרוסה נוספת כנ"ל עד שיאכל את הכמות שהוא חייב לאכול.

ט. חולה או יולדת שאוכלים ביום הכפורים. אם אוכלים פת יותר מ- 27 גרם נוטלים ידיים כרגיל עד הזרוע, אך ללא ברכה. ואם אכלו פרוסת פת שמשקלה למעלה מ- 27 גרם תוך 7 דקות בערך, מברכים ברכת המזון, ומוסיפים 'עלה ויבוא' ואומרים ביום הכיפורים הזה ביום סליחת העון הזה, ואם שכחו אינם חוזרים. (חזו"ע ע"מ שח).

י. חולה שלא חייב לשתות כמות גדולה בבת אחת- שותה כמות קטנה מ- 40 גרם, ומן הדין די בשתייה כדי שיעור שתיית רביעית לאדם בינוני, אבל אם אפשר טוב לשתות בין שתייה לשתיה כדי אכילת פרס, דהיינו כתשע דקות, ושתייה שוב כמות של עד 40 גרם, וכך עד שישתה את הכמות שהוא חייב לשתות. (צריך לבדוק מערב החג ומי שלא שקל או מדד יכול לשקול ולמדוד גם בחג). (חזו"ע ע"מ רצז)

יא. בין אכילה לשתיה אין צורך להמתין.

יב. חולה, שעל פי רופא חייב לשתות ביום הכפורים, אך אינו זקוק לאכילה, מותר בשתייה ואסור באכילה.

יג. אם אמרו הרופאים שצריך החולה לאכול ולשתות כהרגלו, מאכילים ומשקים אותו כל צרכו. (חזו"ע ע"מ רצט)

יד. אסור לרחוץ ביום הכפורים בין בחמין בין בצונן, ואפילו להושיט אצבעו במים אסור. אבל מי שנתלכלך גופו בטיט או בטינוף, או שנטף דם מחוטמו, מותר לרוחצו. שכיון שאינו מתכוין לרחיצה של תענוג, מותר ורק יזהר שלא ירחץ אלא במקום המטונף בלבד.

טו. אסור ביום כיפור לנעול נעלי עור, אלא נועלים נעלי בד או גומי. (חזו"ע שם)

טז. גם קטנים הפטורים מהצום לא נועלים נעלי עור ואין לרחוץ ולסוך אותם.

יז. בבוקר כשקם משנתו נוטל ידיים ג' פעמים, כי אין כונתו אלא להעביר רוח רעה מעל ידיו, אך יזהר שלא יטול אלא עד סוף קשרי אצבעותיו. וכן הנכנס לבית הכסא לעשיית צרכיו, מותר לרחוץ עד סוף קשרי אצבעותיו, שלש פעמים בסירוגין. (חזו"ע ע"מ שיא)

יח. לא שוטפים פנים – מנקים רק את העיניים עם אצבעות לחות קצת מהנטיילה.

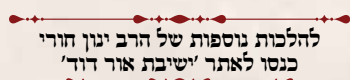
יט. התינוקות מותר לרוחצם וסוכם ביום הכיפורים. ובזמן הזה נהגו להחמיר אמנם אם נתלכלך התינוק בטיט או בצואה, מותר לרחצו ע"י ישראל גדול. (חזו"ע ע"מ שמ-שמא)

כ. אסור לסוך אפילו מקצת גופו. אבל חולה או מי שיש לו חטטים בראשו, מותר מפני שאינו עושה לתענוג. והיינו במקום שנוהגים לסוך בחול בכיוצא בזה. (חזו"ע ע"מ שיג)

מוצאי כיפור

כא. אין מברכים "בורא מאורי האש", אלא רק על אש ששבת (שהיה דלוק מערב יום הכפורים), ולא על אש שהוציאהו עתה על ידי גפרור וכיוצא בזה. (חזו"ע ע"מ שעה)

כב. אשה שבעלה מאחר לבוא מבית הכנסת, יכולה להבדיל בעצמה ולטעום מן היין, ולאכול מיד. (חזו"ע ע"מ שפז)



להלכות נוספות של הרב יגון חורי
כנסו לאתר 'שיבת אור דוד'

רגע חושבים

דניאל אליהו גרמן

שרירי המוח

אוצר חינוך ואהבה טהורה. מי שקולט את זה ולא חי כל דבר כמובן מאליו ושחייבים לו - זוכה להכיר תודה ולהעריך כל דבר בבריאה. ברגע שנתחיל להודות על ה'קטנות' נאמן את המח ההירדוטי שלנו להתמקד בטוב. אם זה ייעשה בהתמדה מתוך התבוננות אמיתית וחזקה עד שמגיעים לפרץ של רגשות חיוביים - זוכים למוח קדמי חזק המתבטא במערכת חיסונית חזקה, אושר והצלחה [מחקרו של וולטר מישל על הנוירופלסטיקה של המח].

הרמב"ן כותב שכונת היצירה והרצון של הקב"ה בבריאת העולם הוא שידע האדם ויודה לאל שבראו. הכרת תודה היא אחת הסגולות החזקות בשעת צרה - 'נשמת כל חי', האדם מקבל על עצמו להודות לקב"ה שהוציא אותו מהצרה. ולכן מי שחי בתמידיות בהכרת תודה לא צריך לבוא לצער ולחסרון בשביל להתחיל לשים לב לשפע האדיר שיש סביבו! (מתוך 'אהבת ישראל'. מומלץ לייחד מחברת הודאות).

לסיכום, החי בתודעת הודיה חי בבחינת עולם הבא והוא מלא בסרוטונין ודופמין וביישוב הדעת. יהי רצון שנזכה תמיד ללכת בדרך הישר מתוך התבוננות במעשים, לשמוח על ה'צרות' הקטנות ולהודות על כל מתנה שזכינו בחיינו אמן.

למאמרים נוספים של דניאל אליהו גרמן בקרו באתר ישיבת אור דוד

איזה 'שרירים' במוח צריך לאמן כדי להגיע לעונג ושלווה? תשובה: יושרה והכרת הטוב. אמנם לא גיליתי לכם את אמריקה אבל ברגע שתתחילו לחזק אותם - החיים שלכם יראו אחרת.

כשאדם לא הולך בדרך הישר וחוטא לטבע הרוחני שלו הוא מתייסר מבפנים. ייסורים מלשון לסור ממקומו. כותב רבי נחמן שכשיש דין למטה אין דין למעלה - אם אתה מתעורר מעצמך בחשבון נפש על המעשים ולא נגרר איתם, לא תצטרך שיעוררו אותך מהשמיים בדרכים לא נעימות (ואפשר שיספיקו ה'צרות' הקטנות לתיקון הנפש, במידה ומקבלם באהבה ושומר בריתו).

יושרה גם מתבטאת בהטבה לזולת. האור האין סוף ממלא את כל המציאות ודרכו להטיב. אם האדם הוא באגוצנטריות ובהתעסקות סביב עצמו הוא נפרד מהשתוות הצורה האלוקית ('אני' - כטיפה הנפרדת מהים) ומשם נובע כל הסבל האנושי. ברגע שמבטלים את האגו ומתעסקים בזולת (מתחיל בבית) - האני הופך ל'אין' [היפוך אותיות] ונוצרת התממשקות עם ה'הים' הגדול - האין סוף. הגדרתו של 'בעל הסולם' היא: הפיכת הרצון לקבל - למקבל על מנת להשפיע, ובהשוואת מידותיך למידותיו של הבורא (רוחם, בעל חסד וכו') - אתה נהפך לאלוקי.

בספרים הקדושים מובא שהאדם נברא להועיל לאחר. הטבתנו תלויה בהטבתנו לאחר - "עולם חסד יבנה". העולם פה מושתת על חסד ממתנת

"זאת כפרתי זאת חליפתי..."

ואני אלך לחיים טובים ארוכים ולשלום"



מנהג ישראל לערוך כפרות לפני יום הכיפורים
ע"י נתינת ח"י שקלים לכל נפש
ותמורתו ילך האדם לחיים טובים ולשלום



ניתן למסור את פדיון הכפרות למוסדותינו



כרטיס אשראי
בטל' 03-570-12-12



באתר הישיבה
Rabenu.com



מסרדי הישיבה
רח' המכבים 108 ב"ב

גמר חתימה טובה
מוסדות אור דוד