

# ביתנו החדש

ארגון לשלום בית וחנוך ילדים, בראשות הרה"ג אבנר קוזאס שליט"א

## ביחד



### זוגיות בגיל המבוגר

קשיים בשלום בית, קיימים לא רק כשאנחנו צעירים ומגדלים ילדים, הם קיימים גם בגילאי הפנסיה והגילאים היותר מבוגרים. הילדים והילדות גדלו ופרחו מן הקן והתחתנו, ואפילו הנכדים כבר נישאו. הזוג המבוגר נשאר לבד, ואין להם כבר את אותה פעילות אינטנסיבית של גידול הילדים. השקט והדממה שוררים במשך היום, ואז... יש הרבה זמן לריב.

קשיים רבים, כאלה ואחרים, הגיעו אלי במשך השנים. בן הזוג היה המום לנוכח הטחות האשמה הבלתי פוסקות. הוא היה בטוח שהכל טוב, החיים דבש וכבר דילגו על כל המשוכות. ולפתע, באחת, הוא קיבל כזה 'שפכטל' ולא הבין מאיפה זה בא. גם היא לא הבינה למה היא כל כך כועסת עליו ולמה היא שמרה הכל בבטן.

בטרים נפנה לאלה שכבר סובלים מהבעיות הללו, נפנה אל הזוגות הצעירים שמגדלים ילדים ונמצאים בשיא ההתפתחות. כולנו צריכים לדעת שאין חובה לחוות משברים בגילאים המבוגרים, אפשר למנוע זאת!

הזוגיות והחברות שבין איש לאשתו צריכים להיות בבחינת מוסיף והולך. אסור לוותר על הזוגיות והזמן המשותף כשאנחנו צעירים. אם נוותר לעצמנו ייווצר פער וחוסר בקשר הזוגי. בני הזוג הצעירים לא תמיד מרגישים בכך, בגלל מרוץ החיים ולחץ גידול הילדים.

מהבוקר ועד הערב אנחנו עסוקים בנתינה אין סופית, קשיי פרנסה, שליחת ילדים לביה"ס, לקבל אותם כשהם חוזרים, ותוך כדי כך עבודות הבית השונות והמטלות שהולכות וגוברות. וכשכבר מגיע הזמן של הביחד, היא ממוטטת והוא נרדם לה באמצע המשפט. לצאת ביחד זה לא רלוונטי, כי צריכים לקום מוקדם, וגם לא תמיד הכסף זמין.

עם הזמן נוצר ביניהם מרחק שהם לא מרגישים בו, ואת המרחק הזה ממלא מטען רגשי שלא פורק. וכאשר יגיעו ימי השקט, המטען הזה יתפוצץ בעוצמה אדירה ונגלה בני זוג מבוגרים ומתוסכלים שרוצים להתגרש. כבר הצבנו שני כללים: לדבר כל יום שעה אחת בנחת, ולצאת קבוע פעם בשבוע. חייבים לשמור על כללי ברזל אלו, ולא לוותר אחד לשני. השיחה המשותפת תורמת להיכרות טובה יותר, ויוצרת חברות עמוקה יותר בין בעל לאשתו. חייבים לפנות זמן בערב, אחרי שהילדים הלכו לישון, לשוחח ביחד, וכדי לא להירדם אפשר לשתות קפה, או לצאת לסיבוב קטן, וכשהולכים מתעוררים.

## פרשת השבוע



### מידת הענוה

"וַיִּקְרָא אֶל מֹשֶׁה וַיִּדְבֶּר ה' אֵלָיו מֵאֵהָל מוֹעֵד לֵאמֹר"

בשעה טובה אנו מתחילים לקרוא את חומש ויקרא. חומש זה נקרא בפי חז"ל – "תורת כהנים" כיון שרובו ככולו עוסק בעניני הקרבת הקורבנות שהם עבודת הכהנים בבית המקדש. וכן הפרשיות עוסקות בדיני הצרעת וגילוח טמאים הנעשות על ידי הכהנים.

עבודת הכהנים בבית המקדש צריכה להעשות על טהרת הקודש וללא צל של טומאה, או מום, או פגם. ולכן אמרו חז"ל שהילדים הקטנים מתחילים לקרוא בחומש, וכמו שכתוב בפרקי אבות – "בין חמש למקרא", מתחילים דווקא מספר ויקרא.

וכל כך למה מכיון שהם קדושים וטהורים והבל פיהם ללא חטאת, לכן אמרו חכמים – "יבואו טהורים ויעסקו בטהרות".

גם משה רבנו היה איש קדוש וטהור כמו שנכתב עליו – "איש האלוקים". וכאן בפרשה בפתחת חומש ויקרא נאמר – "ויקרא אל משה...". אם נשים לב בספר התורה האות אלף של המילה ויקרא היא זעירה.

ואומר המדרש – שבשעה שאמר הקדוש ברוך הוא למשה לכתוב: "ויקרא אל משה" אמר משה לפניו, ריבונו של עולם, מה אני מה חיי שמלך מלכי המלכים הקדוש ברוך הוא יקרא לי.

לכן ביקש משה לכתוב רק – "ויקר", כלומר קריאה בלשון מקרה. אמר לו הקדוש ברוך הוא בכל זאת תרשום ויקרא עם אות אלף. אבל משה רבנו לגודל ענוותו לא יכל לכתוב אות זו כל כך בגלוי ולכן כתב אלף זעירה, שהקורא מרחוק יראה כאילו נכתב – ויקר.

ומה היה שכרו של משה עבור ענוותו?

נקדים ונאמר שכמות הדיו של ספר התורה שכתב משה רבנו היתה מדודה בדיוק לכל אותיות הספר תורה לא פחות ולא יותר.

ולכן כשסיים משה לכתוב את ספר דברים – בפסוק "לעיני כל ישראל", נשאר בקולמוס שיעור דיו של ההפרש בין אות אלף גדולה לבין אות אלף זעירה, לקח הקדוש ברוך הוא את הקולמוס, ואת שארית הדיו מרח על מצחו של משה ומזה קרן עור פניו.

הרי לפנינו שכל הבורח מהכבוד הכבוד רודף אחריו.

בברכת שבת שלום  
אבנר קוזאס

בדיחה

כמה עניים התארחו בסעודת פורים אצל עשיר קמצן,  
אשת העשיר דאגה לבעלה והגישה לו רבע עוף,  
ואילו ל-4 עניים הגישה רבע עוף אחד לכולם.  
כשהגיעה שעת המנחה, שאל העשיר: מה השעה?  
ענו העניים: אצלך רבע לאחד, ואצלנו רבע לארבע...



"על ידי אמונת חכמים נזדכך המוח וזוכה לשכל ברור"  
(רבי נחמן מברסלב)

כתגם השבוע

לקבלת העלון במייל יש לשלוח בקשה למייל: [betenuh@gmail.com](mailto:betenuh@gmail.com)





## גיל ההתבגרות

מה עלי לעשות כדי לשפר את הקימה בבוקר? כיצד בדברים אלה.  
זאת ועוד, חלק מהמתבגרים חושבים שהם לא נורמליים, הם מסתכלים במראה ונדמה להם שהם עושים עוויות, וכשהם באים לפני ההורים ועושים לכאורה את אותם פרצופים... מיד אומרים להם השתגעתם??  
צריך לדעת שלעולם אין לומר להם זאת, כי אולי הם בדיוק עכשיו בבדיקת נקודה זו. אל תגידו להם- יצאת מדעתך? איך אתה מדבר? וכו'.  
צריך לפתוח את ליבם כדי לגלות לנו מה הם עוברים וחשים כעת. שיחות נפש באופן נינוח בלי לחץ ופאניקה יעזרו להם מאד בעיצוב נפשם ואישיותם.

הבחורים בגילאי הבגרות עסוקים במחשבות של פחד וחרדה ובדידות. גם כאן צריך לשוחח איתם בנושאים הללו ולשחרר אותם מזה ולכוון אותם אל ההבנה הנכונה.  
יש להסביר להם שפחד ודאגה הם דברים שלא יקדמו את הווה ולא ישפרו את העתיד. אדם שנמצא במצב כזה רק יסבול.  
אלא להכניס לתודעתם שהקב"ה מנהל את כל ההעולם עד לפרטי פרטים ומה שנשאר לנו זה לבחור בין טוב לרע.  
הכל מושגת הכל מכוון ואנחנו בידיים טובות. הפחד והדאגה האמיתיים צריכים להיות בכיוון אחר.  
למשל, האם פגעת בחבר כשאמרתי לו כך וכך...? אולי לא עשיתי מספיק כדי לכבד את ההורים?

## סיפור לשבת



אך מה מאוד תמהו ונחרדו התלמידים כשבאו לערוך את לוייתו כדת וכדין ולהביאו לקבר ישראל, שלא הניחם עוד השומרים להיכנס פנימה. התברר שהמלך העקשן עדיין עומד בתקיפות על דרישתו הראשונה, ובגודל רשעותו ואכזריות ציוה שלא להניח להביאו לקבורה כי אם בתמורת פדיון הון עצום.  
ובכן נשאר גופו הטהור מונח בארון שבחדר קדשו באותו מבצר, במשך 14 שנה עד שהערה ה' רוח ממרום אל אחד מנגידי ישראל, ה"ה הקצין רבי אלכסנדר בהר"ר שלמה ז"ל, אשר שם נפשו בכפיו לגאול את גופו הטהור ולהביאו לקבר ישראל, ובמסירות נפש גדול ופיזור הון רב עלה בידו להביא את הצדיק לקבר ישראל, וכבוד גדול מאוד חלקו לו כל ישראל ביום קבורתו, והכל הללו ושבחו את הנגיד ר' אלכסנדר על מעשהו הגדול.  
ויהי ממחרת ותהום כל העיר, כאשר באופן פתאומי שבק הר"ר אלכסנדר חיים לכל חי במיתת נשיקה! הלווייתו נערכה באותו היום, והובא לקבורה בסמיכות לציון הקודש של המהר"ם מרוטנבורג, שזה אתמול הביאו ר' אלכסנדר לקבורה במסירות נפש!  
פטירתו הפתאומית של ר' אלכסנדר גרמה לחילול השם, שהיו הבריות מרננים בדבר, כיצד יתכן לאחר מסירות נפש כזו לכבודו של צדיק, שימות האיש בחטף? והנה באחד הימים התגלה ר' אלכסנדר בחלום לרב העיר מרא דאתרא, ואמר שנשלח אליו במיוחד מן השמים לספר סיבת פטירתו, כדי שלא ירננו הבריות. וגילה לו, שבאותו יום לאחר שהביא את המהר"ם לקבורה, בשכבו לישון בלילה הופיע אצלו המהר"ם זצוק"ל בחלומו, והודה לו על טרחתו הגדולה שטרח בקבורתו, שבוזה הביאו למקומו ונחלתו, והציע לו שיבחר בשכרו אחד משני דברים:  
או שיזכה הוא וזרעו אחריו עד סוף כל הדורות אריכות ימים בעושר ובכבוד, או שימות תיכף ויזכה לחיי עולם הבא לישיב עמו במחיצתו. ר' אלכסנדר בחר את חיי הנצח, והעדיף את חיי הנפש על חיי הגוף, ובחר לישיב בחופתו של המהר"ם, ולכן תיכף באותו הלילה מת בחטף, ואכן זכה שניתן לו מקום במחיצתו של המהר"ם למעלה בגן עדן. (יביע אומר)

המהר"ם מרוטנבורג זצוק"ל היה בזמנו (לפני כשמונה מאות שנה) רבן של כל בני הגולה, הוא היה מגדולי הראשונים כמלאכים, והעמיד תלמידים הרבה. לאחר העלילה השפלה הידועה שטפלו לו שונאי ישראל.

נתפס הרב הגדול בהיותו על אם הדרך, בעת שניסה לברוח ולעבור את הים הוא וביתו בנותיו וחתניו, ובעברו בנמל לומברדי"ש תפסו בפתאום ההגמון הרשע שנשלח במיוחד לרדוף אחריו ולאסרו. הוא נאזק על אתר באזיקים והובא לרומי בפני המלך "אדלוף" הרשע, אשר חרף את גזר דינו להושיבו בבית האסורים במבצר הנורא הנקרא 'מגדל וורשבורג'.  
כשהתפרסם דבר מעצרו של גדול הדור, רעשה הארץ, אחינו בית ישראל די בכל אתר ואתר נחרדו מאוד, ושלחו תיכף רצים ומשולחים בנסיון לפדות את הרב ממאסרו. אך המלך האכזר כראותו את גודל החרדה שחרדו ישראל לקראת מעצר רבם, הבין שיכול לדרוש תמורתו סך הגון ומפולפל, והעלה והפקיע את מחיר פדיונו עד מאוד. על אתר אותרו כמה עשירים בבית ישראל, שהיו מוכנים תיכף להביא את כל הסכום הנדרש אל הטירה ולהוציאו לחירות.

אבל המהר"ם עצמו לא הסכים לכך בשום אופן, וטעמו ונימוקו עמו, שבדרך זו יתרגלו שונאי ישראל לחבוש את הרבנים בבית האסורים, ולדרוש תמורה גדולה בפדיונם. המלך אדלוף התעקש על המחיר המופרז, וכך ישב רבינו מאיר בהר"ר ברוך מרוטנבורג ז"ל במבצר אותו מגדל שבע שנים תמימות!  
כשהוא ממשיך מתוככי בית הסוהר להנהיג את כל ישראל כמקדמת דנא, הן בהרצת תשובות ואגרות לכל מקום, כאשר נדפסו ממנו הרבה תשובות שנשלחו משם. והן בהרצת תורה לתלמידים מיוחדים שהורשו לבוא לפניו לשמשו, ולקבל תורה מפיו באותו מבצר. כעבור שבע שנים נפטר המהר"ם באותו מגדל, זקן ושבע ימים.

אין זוג לא מוצלח - יש זוג לא מודרך

חדש - ארגון 'ביתנו החדש'

פותח את שערינו ללימודי

מנחי נישואין ומשכחה



כשמדובר בשלום בית לומדים מהמומחים ביותר  
לפרטים והרשמה 1599-59-39 שלוחה 4



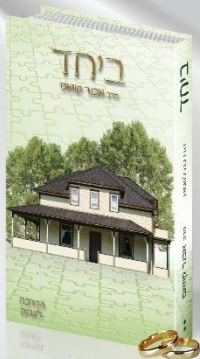
יצא לאור!!!

ספרו החדש  
של הרב

אבנר קוואס

ביחד

הדרכה לזוגיות  
חלק ב'



ביתן לרכוש בטלפון 050-6666-370 או באתר



לימוד מקצועי ומעמיק

המקיף את תחומי התא המשפחתי

עם הרב אבנר קוואס

ומרצים מנוסים נוספים

תעודה תינתן בסיום הקורס