

שבת  
מברכין!

# ביתנו החדש

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

## ביחד



### הדרך לקבל ביקורת

אדם מטבעו, רוצה להיות חופשי. אף אחד לא אוהב שמגבילים אותו ושוללים את חירותו. לכן קשה לאנשים לשמוע ביקורת ולקבל מוסר. אמנם המוסר מייסר ומגביל, אך אין בכוחו לבטל את המוכיח מחובת התוכחה. כמו כן על המוכיח לקחת בחשבון שלצד השני בכלל לא קל לקבל את הדברים בהבנה ובשמחה.

כולנו יודעים שהאדם נברא עם מערכת חיסון. זהו מנגנון הגנה נפלא בפני חיידקים ופולשים שבוים והודף אותם החוצה. וכמו במערכת הפיזיולוגית, כך גם במערכת הרגשית. הבורא יצר באדם מנגנוני הגנה שנועדו להגן על אישיותו ולשמור על כבודו העצמי. כשאדם מרגיש מותקף, מנגנוני ההגנה שלו מתעוררים 'עורכי הדין' שלו הודפים את התוכחה. אדם שאין לו כבוד עצמי, מרגיש שהוא לא שווה. הוא עלול להתכנס לתוך עצמו ולסבול ממרה שחורה עד כדי דיכאון, ולגרום לעצמו בכך לנזק בלתי הפיך. לכן, המוכיח צריך להתכונן גם להתקפה נגדית. ההתקפה הזו היא התגובה של מנגנוני ההגנה שקיימים אצל האדם, שנועדו להגן על אישיותו וכבודו העצמי.

מלבד מנגנוני ההגנה שהזכרנו קודם, ישנו מחסום נוסף שמתנגד לקבלת ביקורת והוא - מידת הגאווה! ישנם זוגות שיכולים לריב ולהתקוטט שבועות וחודשים ולא לומר את המילים: טעיתי, את/ה צודקת.

לאיש קשה מאד לקבל ביקורת בעיקר מאשתו. וכל כך למה? כי היא נוגעת לו בדיוק בנקודות הכואבות, והיא אומרת לו את האמת. אשה מוכנה לקבל מוסר וביקורת מכל אחד חוץ מבעלה מפיין שהוא יודע בדיוק מהן חסרונותיה ואומר לה את האמת. אדם לא היה מתרגז אם היו אומרים עליו דברים שאינם אמת כי זה לא הוא! נא לזכור שפְּבִיטַת האדם מתנהג בצורה טבעית לחלוטין, לפי מה שהוא ובלי מסיכות. לכן דווקא בן הזוג מכיר אותו הכי טוב, מפיין שהוא חי וגר איתו באותו בית.

הרבה אנשים ובעיקר גברים, חוששים שאם הם יאמרו 'טעיתי' זה יפגע בדימוי שלהם, יחליש את האגו, או יגרום להשפלה. מחשבה זו בטעות יסודה. אדרבה, אם הם יודו על האמת, הצד השני יעריך אותם יותר.

זאת ועוד, כשאחד מבני הזוג יודע לומר: 'טעיתי, אני אתקן ואשתדל להשתפר...' הוא מהווה דוגמה אישית טובה בבית, כי לומדים ממנו להשתנות ולהודות על האמת.

## פרשת השבוע



### תוהו ובוהו



"בְּרֵאשִׁית בְּרָא אֱלֹהִים אֶת הַשָּׁמַיִם וְאֶת הָאָרֶץ וְהָאָרֶץ הִיְתָה תְהוֹ וְבוהוּ...". בפרשתנו מבואר שהעולם נברא בשישה ימים וביום השביעי שבת וינפש. מתוך התוהו ובוהו סידר הקב"ה את הבריאה שתהיה מתוקנת אל האדם. האדם שהוא פאר הבריאה הושם בגן עדן לעובדה ולשומרה. לא לחינם אדם הראשון נברא אחרון מכולם כדי שהכל יהיה מוכן בשבילו. הדבר היחיד שהטול עליו בעיצומו של יום השישי היה לא לאכול מעץ הדעת. כמאמר הכתוב: "וַיִּמְעַץ הַדְּעָת טוֹב וְרָע לֹא תֹאכַל מִמֶּנּוּ...". הסביר הרמב"ם שעד שאדם הראשון אכל מעץ הדעת הוא היה בדרגת הבחנה בין - אמת לשקר. ומשאכל ירד דרגה למדרגת - טוב ורע. אם כן הירידה שקיימת בין אמת לשקר להבחנת טוב ורע זהו - "ביום אכלך ממנו מות ותמות".

והסביר הרב דסלר זצ"ל שעץ הדעת טוב ורע נקרא בשם זה שהאוכל ממנו מתערבב אצלו הטוב עם הרע - דהיינו חזרה "לתוהו ובוהו".

נמצאנו למדים שלאדם הראשון היתה את האפשרות להישאר בבחינה הגבוהה יותר אם לא היה עובר על צויו של הקב"ה. אבל מאחר שהתפתה ואכל ירד והוריד איתו את כל הבריאה, למדרגת - "טוב ורע" כלומר תוהו ובוהו. ובאמת היום רוב השאלות וההתלבטויות שלנו הם בין טוב לרע. אנו שואלים את עצמנו - האם טוב לעשות כך או לא? ולא שואלים האם זוהי האמת? יתר על כן במשך החיים אנו מגלים שלפעמים מה שחשבנו שזה טוב התברר שזהו רע, ולהיפך, מה שהיינו בטוחים שהוא רע התברר כטוב.

אם כן, נשאל את עצמנו שאלה גדולה - כיצד ניתן לדעת באמת מה טוב ומה רע? המשיך הרב דסלר וכותב שעד מעמד הר סיני ומתן תורה העולם היה שרוי ללא הבחנה ברורה כמו שראינו שדור המבול - טבע, דור הפלגה שעשה מגדל - נפוץ על פני כל הארץ. ומשנתנה תורה ניתן הכח להבחין מה טוב ומה רע. המילה תורה כשמה כן היא - מלשון הוראה, ספר הוראות של הבורא שמלמד אותנו לדעת מהו טוב מוחלט ומהו רע מוחלט. ללא ספר זה אנו כסומא בארובה. התורה מלמדת אותנו מתי לבלום ולא להמשיך - "סור מרע", ומתי לעשות לפעול ולקיים - "ועשה טוב".

כלומר לימוד התורה עושה לנו סדר "בתוהו ובוהו" של העולם הזה ומנחה אותנו בדרך הישר והטוב. לזה אנו קוראים - דעת תורה. נשאל את עצמנו - למה כשאנו מבולבלים והולכים לשאול את הרב שאלה בהנהגה או בהלכה הרב עונה מיד ולא מתבלבל? מדוע אין לו את הספקות שיש לנו? התשובה כעת ברורה, מי שלומד בספר התורה אצלו כבר אין תוהו ובוהו והדברים ברורים וישרים. מכאן נלמד להיפך, ומי שלא לומד תורה בכלל לפעמים הוא הופך להיות - תוהו ובוהו מהלך על שניים!! לכן כבר בראשית השנה נקבל על עצמינו ללמוד בספר הספרים - התורה הקדושה את הכללים וההוראות של בורא העולם לחיים טובים ומתוקנים לטוב לנו כל הימים.

בברכת שבת שלום - אבנר קוואס

בדיחה



בחור אחד היה יוצא לשידוכים, וכל פעם היה מביא את המשודכת שלו לאימו עמי"נ שתוכל לראות אם אכן היא מתאימה לו. אך לצערו הרב כל כלה לא מצאה חן בעיניו, אפילו שבעניו מצאה חן. באחד הימים הביא הבן כלה מכוערת ומלאה. מיד אמרה לו אימו: "זו הכלה המיועדת...". ניגש הבן בתמיהה ובלחישה ושאל את אימו: "ומדוע דווקא בחרת בזו לכלה, וידעת שזו המיועדת?". ענתה האם: "הרי ידוע שחמה שונאת לכלתה, חיכיתי לזו שתבוא וארגיש שאני שונאת אותה, ואז ידעתי שזו המיועדת."

"מדוע אין לו לאדם את מה שהוא רוצה? משום שאינו רוצה את מה שיש לו!"  
(ר' דוד מנוברדוק)

## כתגם השבוע





## כיצד משקיעים בנפש הילד?

למשל, שולחן שבת. היהדות 'המציאה' שיטת תקשורת נפלאה עם כל בני המשפחה, כמו 'ישיבת צוות', כאשר ההורים שהם המנהיגים יושבים עם הילדים. השיחה עם הילדים צריכה להיות מעניינת וזורמת. הדבר מצריך שאבא (ואם לא אז אמא), יכין חומר ונושאים לדיון כשיושבים ביחד. תמיד אמרתי שלא צריך לומר בכל פעם חידושים מפרשת השבוע דווקא, אלא אפשר לקחת פרוייקט למספר שבתות ומפגשים שבהם ההורים בונים השקפה והתנהלות נכונה בבית. נושא לדוגמה: כיבוד הורים. אם מרגישים שהמשמעת מתרופפת ויש חוצפה מצד הילדים, ראוי להקדיש מספר שיחות לכך.

נושא נוסף: גול וגניבה. התברר שהילדים לוקחים זה מזה חפצים ללא רשות. ההורים צריכים להקדיש מספר שיחות ולהדגיש את חשיבות ממון הזולת, לבקש רשות, וכל כיוצא בזה.

גם שעת סיפור במשך היום על ידי האבא או האמא תורמים מאד לנפש הילד ולהשראת השלווה בבית. ודרכה אפשר להעביר מסרים גלויים וסמויים ולהביא אותם לתובנות ומחוזות שלשם הם צריכים להגיע.

שיחה וסיפור לפני השינה. כאשר הילד במצב שכובה עולים לפניו זכרונות כל היום והוא יכול להפתח ולספר על מקרים ומאורעות שחוה במשך היום. וכאן ההורה יכול לעזור לו מאד בקבלת החלטות והנחיה ליום המחר. כמובן שגם סיפור לפני השינה מועיל מאד, כי עם זה הוא ישן, והקליטה מוצלחת יותר.

א. קריאת ספרים העוסק בחינוך הילדים. לפעמים קורה שההפנמה של העצות והטיפים לגבי חינוך הילדים נלמדים טוב יותר באמצעות קריאת ספר, מאשר להיות נוכח בהרצאה שבה לא ניתן לעצור את המרצה ולהתבונן בדבריו. זאת ועוד, בספר ניתן לקרוא את אותן שורות שוב ושוב ולשנן את החומר הנלמד ולהפנים את הנאמר.

ב. ביקורי פתע במוסדות החינוך. עובדה קיימת היא, שכאשר ההורה מופיע מידי פעם במוסד הלימודי, הוא מגלה אכפתיות כלפי הילד, ולכן המערכת החינוכית 'נלחצת' ושמה לב יותר אל הילד, והערות ההורים מתקבלות יותר בכובד ראש.

זאת ועוד, כאשר ההורה מתצפת על הילד בשעת ההפסקה ורואה את התנהגותו בסביבה הטבעית עם חבריו הוא לומד להכיר אותו טוב יותר. גם הילד שמח שאביו מבקרו, הוא מתמלא בהרגשה טובה, שהנה לאבא אכפת ממני ומוצא זמן בשבילי. הילד הופך להיות בן ברית של אביו, ובגיל ההתבגרות האבא יהיה החונק שלו.

ג. שיחות עם הילדים. ישנם מספר הזדמנויות במשך היום או השבוע שאפשר לבנות תקשורת חיובית עם הילדים, שיכולה להשפיע ולכוון אותם בנושאים שונים ומגוונים.

## סיפור לשבת



### מין הרה"ג עובדיה יוסף זצוק"ל

הרב נולד בבגדד בשנת ה'תרפ"א עבדאללה (עובדיה) יוסף ע"ש ר' עבדאללה סומך ור' יוסף חיים (הבא"ח).  
 אשתו הצדקנית, אשר כל כולה הייתה מסירות נפש של ממש ללימוד תורתנו הקדושה, הייתה מגישה לו ארוחת צהריים מידי יום בשעה קבועה.

באחד הימים איחרה האישה להגיש את הארוחה. הרב, תוך כדי לימוד ראה על השולחן צלחת עם עמילן, והיה בטוח, כי זוהי הארוחה. את פת הלחם טבל בעמילן, אכל וברך. לאחר שעה קלה נכנסה האישה עם הארוחה בידיה והתנצלה על האיחור. "תודה רבה, כבר אכלתי", אמר הרב לאשתו. משהתבוננה בשולחן הבינה, כי אכל הרב מן העמילן ואפילו לא שם לב לכך.

המנהל הרפואי של ביה"ח "ביקור חולים" בירושלים, הפרופסור יהודה פולק הי"ו עסק בין היתר במחקר רפואי מסויים. לצורכי המחקר ערכו ניתוח מסוים בחולדות.

בגלל העובדה שפרופסור פולק הינו אדם דתי, והיות שעל פי ההלכה יש איסור לערוך ניתוח כזה בבעלי חיים (מניין המצוות לרמב"ם, מצוה שסא), הוא הלך לשאול את רבינו, באיזה אופן יהיה מותר לערוך את הניתוח הנ"ל.

הצדיק נטל דף ועט, והחל משרטט בדיוקנות מרבית את צורת אבריה הפנימיים של החולדה לפרטי פרטים. לאחר מכן הדריך את הפרופסור באיזה אופן הוא רשאי לערוך את הניתוח בחולדה על פי ההלכה. פרופסור פולק היה המום מידיעותיו, ומרמת הדיוק בצורתה של החולדה.

וכל זאת מבלי שניתח אי פעם חולדה, או ראה במציאות אי פעם את אבריה הפנימיים של החולדה. אלא אך ורק מתוך לימוד ובקיאיות במרחבי תורתנו הקדושה, מרן השיג את הידיעות הנ"ל.

וכמו ששינו במסכת אבות "הפוך בה והפוך בה דכולה בה", פירוש, למד את התורה על כל מרחביה, ותראה שכל הידיעות שבעולם (פיזיקה, אסטרונומיה, אנטומיה, וכו') מופיעות בתורה.

פרופסור פולק הגיע לקבוצת המחקר, והראה לחבריו את שיטתו החדשה בניית החולדה. החוקרים עמדו פעורי פה נוכח שיטתו החדשה של פרופסור פולק, ותממו בקול: "מהיכן לך שיטה כל כך קלה, ופשוטה, יותר משלנו?!"

הרי אנו כבר שנים רבות מנתחים בצורה מסוימת, ולא עלה בדעתנו לנתח בשיטה המוצלחת שלך?!"

באחת הפעמים, שנהגו של רבינו הסיעו לאחד משיעוריו הקבועים, ישב מרן כהרגלו במכוניתו מאחור וספר בידו, שקוע בעומקה של תורה. משהגיעו למקום המיועד, אמר לו הנהג: "כבוד הרב, הגענו". אך ר' עובדיה אינו עונה.

הוא חיכה כמה זמן, ושוב אמר לרבינו שהגיעו, כך נשנה הדבר כמה פעמים באין מענה.

הנהג חשב לעצמו אולי יש לצדיק נושא חשוב לסיים, והוא חיכה עוד מספר דקות. לאחר המתנה נוספת, אמר לו הרב בפתאומיות: "כמה זמן אתה נוסע? היום הנסיעה ארוכה!" אמר לו הנהג: "כבוד הרב, מזמן אמרתי לרב שהגענו". אמר לו רבינו: "מה אעשה? לא שמעתי."

זוהי שקיעות התורה באמת, שבזמן שרבינו לומד אפילו בדרך, הוא שוכח מן העולם, כל כולו טמון ושקוע בתורה. סיפרה פעם הרבנית ע"ה לאחד מתלמידי רבינו הי"ו: באחד הבקרים לא חשתי בטוב, בקשתי מהרב, שיקנה לחם אחד.

אמרתי לו שהמכולת למטה. אמר הרב- 'בסדר'. והלך לקנות לחם, ואני מחכה ומחכה, עברה רבע שעה בערך, עד שחזר. שאלתי אותו: "מה קרה לך?!", "נבהלתי", "בסך הכל הזמן הדרוש להגיע למכולת וחזרה אינו עולה על שלוש-ארבע דקות, איפה הלחם?". אמר לי הרב: "הלכתי ולא מצאתי את המקום". חיכתי ואמרתי לעצמי, לא אשלח אותו שוב, ודאי היה שקוע במחשבה באיזו סוגיה או בשאלה הלכתית.

(עין חמד)

בואו לסדנה שתלמד אותכם איך להתנהל עם העניין החשוב ביותר שלכם שנקרא **משפחה**

מפגש ראשון 5.11.19  
 ד' חשוון ה'תש"פ בשעה 21:00  
 בבית הכנסת יוסף שלום עולי לוב חסן שבז' 13, רעננה

לפרטים והזמנות אברהם: 0548036503  
 גבריאל: 0506995586

עלות הסדנה  
 לזוג: 220 ש"ח  
 יחיד: 120 ש"ח  
 כניסה בודדת: 25 ש"ח

## הורים יקרים, הנכם מוזמנים לסדנה בנושאי חינוך שונים בתהליכי הגדילה של ילדינו. בין הנושאים:

- ▲ התמודדות עם ילדים מתבגרים
- ▲ להיות הורה או חבר?
- ▲ אין ילד רע, יש ילד שרע לו
- ▲ אהבה או הענשה?
- ▲ גבולות במשפחה המורחבת ועוד...

עם המרצה **אבנר קוואס**

5 מפגשים, כל יום ראשון החל מתאריך ה' חשוון | 5.11.19  
 מיקום: אולם מתנ"ס ספיר | רחוב חיים שפירא 1, לוד

הכנסות: 20:45 | תחילת הרצאה: 21:15 בדיוק | הכניסה חופשית | מיועד לגברים ונשים בהפרדה