

הדלקת נרות: 16:28

צאת שבת: 17:40

מוצ"ש לר"ת: 18:14

הזמנים לפי אופק ירושלים

שבת
שלום!

ביתנו החדש

ארגון לשלום בית וחנוך ילדים, בראשות הר"ג אבנר קזואס שליט"א

ביחד



מתחתנים כל יום מחדש

התרגלנו לחשוב שמתחתנים 'פעם בחיים'. אבל אחרי שהבנו שברית הנישואין מתבטאת בעיקר בשיחה, מתגלה לנו דבר נפלא, ככל שבני הזוג ישוחחו ביניהם יותר, הם יתקרבו ויכירו טוב יותר את בני זוגם ויגלו פנים נוספות באישיות שלהם.

אספר לכם, כשהדרכתני חתנים בנושא של הנהגות חיי הנישואין בשנה הראשונה, הדגש העיקרי היה - לשוחח ביחד כל יום שעה לפחות. וזאת כדי לבנות את הקשר הזוגי, שיהיה חזק ואיתן לכל החיים. כי השנה הראשונה היא יציקת היסודות של הבית.

נחשוב לרגע, אם בני זוג שוחחו ביחד כל יום במשך שעה אחת, אז בשנה אחת הם שוחחו 365 שעות! וכך הם למדו להכיר מה משעמם ומה מענין את בן הזוג, מה משמח אותו ומה מעציב אותו, והם למדו להכיר גם את המנגינה שמשמעת עם המילים. יוצא מדברינו שבכל פעם שבעל מדבר עם אשתו הוא למעשה מגלה פן נוסף באישיותה והוא 'מקדש' חלק אחר של נשמתה. ולכן נוכל לומר שבכל פעם שבעל משוחח עם אשתו, הוא בעצם אומר לה מחדש - 'הרי את מקודשת ליי'.

כעת מובן שקידושין אינם אקט חד פעמי שקרה לפני מספר שנים, אלא זו פעולה שהתחילה תחת החופה ונמשכת לאורך כל החיים. הם התחילו לשוחח במעמד החופה על במת הקידושין, והם ממשיכים את השיחה בבית, בסלון, במטבח, בחדר השינה, בבילויים, בטיולים, וגם כשמזדקנים. כך משביחים את חיי הנישואין.

לאחר ההמלצה שצריך לשוחח כל יום שעה, יהיה מי שיקום וישאל, או לפחות יחשוב בלבו - ומה עם מה שאמר: 'אל תרבה שיחה עם האשה, באשתו אמרו...?!' על כך כבר ענה היחזון אישי: 'ומה שאמרו אל תרבה שיחה עם האשה, אין זה אמור בשנה הראשונה לנישואין ולא כשהיא עצובה'.

את השנה הראשונה, רוב הזוגות כבר סיימו, אבל תנסו למצוא בימינו אשה לא עצובה. אם היא לא עצובה מבעלה, אז מהילדים, ואם לא מהם אז מהשכנים, ואם לא מהשכנים אז מהבריאיות, ואם לא מזה אז מהמצב הכלכלי וכו'.

בנוסף לכך, בדורנו חינוך הילדים הופך להיות קשה מיום ליום. החוצפה, המתירנות, הרחוב, המדיה, גיל ההתבגרות, כל אלה הפכו להיות מפריעים עיקריים לחינוך, והם מפרקים את השלווה והשמחה בבית. בני זוג שלא ישוחחו ביניהם, ולא יגבשו דעה אחידה בנושא חינוך הילדים והכוונתם, יכולים, בלי להרגיש בכך, חס וחלילה, לפגוע בחינוכם. ולכן, חוץ משיחה על הזוגיות, חובה לשוחח גם על חינוך הילדים.



פרשת השבוע



מעמד הר סיני

"בחדש השלישי לצאת בני ישראל מארץ מצרים ביום הזה באו מדבר סיני וייסעו מרפידים ויבאו מדבר סיני ויחנו שם וישאל נגד ה' קרה מאורע היסטורי חד פעמי. הבורא יתברך התגלה לברואיו בצורה ברורה וגילה את רצונו. העם שזכה לגילוי הזה היה עם ישראל.

אמרו חז"ל שבשעה שהקב"ה דיבר עוף לא פרח, סוס לא צנף, חמור לא נער, אלא כל הבריאה הושתקה בשעה שנתנו הדיברות. מעמד הר סיני הוקבע מששת ימי בראשית. בספר בראשית קראנו את הפסוק "... ויהי ערב ויהי בוקר יום השישי ויכלו השמים והארץ וכל צבאם..." נשאלת השאלה מדוע דוקא ביום שישי לבריאת העולם נאמר יום השישי? מדוע לא נאמר יום השני... הרביעי?

אלא תנאי התנה הקב"ה עם מעשה בראשית אם ישראל יקבלו תורה בהשישי בסיון שהוא יום מעמד הר סיני יתקיים "ויכלו השמים והארץ וכל צבאם ..." כלומר כל הבריאה מכוונת ועומדת. אבל אם לא יקבלו את התורה בוי בסיון יתקיים חלילה: "ויכלו השמים והארץ וכל צבאם". כלומר הבריאה תתבטל מעיקרה. מכאן למדנו שכל תכלית בריאת העולם היא קבלת התורה במעמד הר סיני.

זאת ועוד, מיום קבלת התורה ועד היום לא היה רגע אחד ללא לימוד תורה בכל ההיסטוריה. שהרי אם רגע אחד יופסק לימוד התורה התנאי לבריאה מתבטל וממילא יקרא חלילה - ויכלו. שהרי נאמר "אם לא בריתי יומם ולילה חוקות שמים וארץ לא שמתיי".

אמר רבי שמעון בר יוחאי התורה נקראת תורה מלשון הוראה. הקב"ה הוריד מעולם העליון "דפי נתונים" ובהם כתוב "הוראות היצרן". בלי תורה ובלי הוראה מאת יוצר הכל, העולם הזה חוזר לתוהו ובוהו.

ובאמת כותב המדרש שבמעמד הר סיני בני ישראל חשבו לרגע שאולי לא לקבל את התורה ואז כפה עליהם הר כגיגית ואמר להם - אם אתם מקבלים את התורה מוטב ואם לאו אני מחזיר את העולם לתוהו ובוהו. הסביר הרב דסלר זצ"ל שמאז חטא אדם הראשון ומאז האכילה מעץ הדעת טוב ורע התערב כל הבריאה ואין אנו יודעים היום לגמרי מה טוב ומהו רע. אבל כשלומדים תורה שהיא מלשון הוראה מתברר לנו מהו באמת טוב ומהו באמת רע.

יוצא מכאן שהתורה למעשה מסדרת לנו את התוהו ובוהו שיש לנו במחשבה ובהתנהגות ומראה לנו את דרך האמת. עוד כתב הרב דסלר שמי שלא לומד תורה וכתוצאה מכך הדברים אצלו לא ברורים הרי הוא - תוהו ובוהו מהלך על שתיים. עכשיו מובן מה אמר להם הקב"ה בהר סיני אם אתם מקבלים את התורה מוטב. כלומר - יוטב לכם בחייכם בעולם הזה, ואם לאו הריני מחזיר את העולם לתוהו ובוהו - אין הכוונה שהעולם חוזר להתחלה אלא אתם תהיו במצב של "תוהו ובוהו".

נמצאנו למדים שכל מתן תורה בהר סיני היה כדי להיטיב עם עם ישראל, וגם עם אומות העולם שגם הם נצטוו 7 מצוות בני נח. בשבת זו אנו חוזרים לאותו מעמד היסטורי קבלת התורה בהר סיני ומתעוררים שוב לבדוק עד כמה קיבלנו את התורה ומה עוד אפשר להוסיף ולחזק, בעיקר בדורנו דור אחרית הימים.

שבת שלום ומברוך - אבנר קזואס

אתמול בערב עברתי ליד בית קברות וראיתי כמה צעירים עומדים בשער. שאלתי אותם מה הם עושים פה? הם ענו שהם נורא מפחדים ומנסים לקבל אומץ להיכנס לבית קברות בחושך. אמרתי להם שאני מבין אותם וגם אני כשהייתי בחיים פחדתי להיכנס לבית קברות. מעולם לא ראיתי מישהו רץ ובורח במהירות כזו...

בדיחה





סדר יום

שתי אפשרויות לפניך - אפשרות ראשונה, לשבת על המיטה ולומר: איך אני עייפה... כמה שאני תשושה... אני לא יכולה לשאת את זה... ואחרי שהיא תקום ותפסע מספר צעדים, היא תאמר לעצמה: זה נורא... אני מה זה עייפה... והיא תמצא את עצמה עוברת במשך כל היום מכורסא לספה, ומספה לכיסא נח, ומכיסא נח למיטה, וחוזר חלילה. האפשרות השנייה היא, להסתכל על המצב באופטימיות, לקום ואספיק היום יותר מיום רגיל. מחשבה זו כבשה את כולה. היא קמה בזריזות, התארגנה, והצליחה לעשות יותר מיום רגיל. היא דמיינה הצלחה, והצליחה. הוא אשר אמרנו, המחשבה והמעשה משפיעים על הביצוע והתוצאה, בין לטוב ובין למוטב.

צריך עוד לדעת שאופטימיות עוזרת להתגבר על משברים ומונעת מחלות. גם בזה האדם נפעל כפי מעשיו. תשאלו את הרופאים והם יאמרו לכם שהאופטימיות והמחשבה החיובית מבריאים את החולה יותר מהתרופות שהוא מקבל. לאדם שאיבד תקוה, התרופות לא יועילו. דוגמא נפלאה לכך היא לחצים פסיכוסומטיים. כלומר, כשאדם חושב על משהו הוא מרגיש את זה על עצמו. למשל, יוסי קרא מאמר בנושא 'דלקת ריאות' במדור הבריאות שבעיתון. כשהוא קרא את הסימפטומים הוא התחיל לחוש דקירות בחזה וכבדות בנשימה... ובינינו אין לו כלום, אלא הוא מדמיין שהוא מרגיש.

אדם ללא סדר יום מרגיש עצוב ומתוסכל, ועלול ליפול למרה שחורה. הדבר קורה פעמים רבות בזמן היציאה לפנסיה. אנשים שעבדו ללא לאות במשך 50 שנה, קמו מוקדם בבוקר, הלכו לעבודה, פעלו ויצרו מפעלים גדולים. חזרו בערב הביתה, אכלו ארוחת ערב, הלכו לישון בשעה מוגדרת, כדי לקום מוקדם בבוקר וחוזר חלילה. והנה מגיע יום שאין עבודה ולכאורה אין להם סיבה לקום. כל היום פנוי ואין מה לפעול ולעשות. הדבר גורם להם לתסכול ויאוש ואפילו לדיכאון.

כאן המקום לומר לאלה שיצאו לפנסיה, לארגן לעצמם סדר יום קבוע לכל יום מימות השבוע כדי שימשיכו בעשיה, וימצו את עצמם ויגיעו לדי סיפוק. למשל, לקום בשעה מוקדמת, להתפלל, ולאכול ארוחת בוקר. אחר כך לצאת לשיעור או לפעילות התנדבותית קבועה, ולחזור הביתה לארוחת צהרים ולמנוחה. לקראת ערב לעשות פעילות ספורטיבית של הליכה ולאחר מכן תפילה, ארוחת ערב ושינה.

דוגמא נוספת לסדר יום: ציפי לא מצאה עבודה. בעלה יצא מוקדם והיא המשיכה לישון. בשעה 11 היא התעוררה והייתה המומה מהשעה המאוחרת.

סיפור לשבת



החפץ חיים זקוק"ל

מובא בספר "אור דניאל" סיפור מופלא המראה לנו עד כמה ה"חפץ חיים" השתוקק ומסר את נפשו עבור כל מצווה: סיפר ר' משה דבראשווילי זצ"ל, זקן חכמי יהדות גרוזיה, תלמיד ישיבת ראדין: "בשנות לימודי ביישיבה, פעם אחת למדתי משמר בליל שישי, ועזבתי את בית-המדרש בשעה מאוד מאוחרת ללכת לחדרי. בחוץ שרר קור עז ושלג כבד. עודני ממהר לדרכי, לפתע הבחנתי מרחוק בדמות אדם ההולך ברחוב הלוך ושוב כל הזמן. מראה זה של אדם המשוטט ברחוב בשעת ליל כה מאוחרת, כשהשלג יורד והקור עז כל כך, הטיל בי פחד של ממש, וכמעט החלטתי לסור תיכף על עקבותיי חזרה ליישיבה, אך בכל זאת התחזקתי והלכתי הלאה. כשהתקרבתי, ראיתי להפתעתי את "החפץ חיים"!

כאשר הוא הבחין בי, הוא מיד גער בי: "באמצע הלילה? בקור כזה? לך מיד לחדרך לישון!". רצתי לחדרי, בבית אחותו של ה"חפץ חיים", שהייתה מכלכלת אותי בכל.

בבוקר סיפרתי לה את המעשה, ואז היא אמרה: "מה אתה מתפלאת? זה שלושה לילות שהוא מסתובב בחוץ, בקור ובשלג, ומחכה שהלבנה תתגלה כדי שיוכל לברך עליה".

מסופר על ה"חפץ חיים" זצ"ל ששמע שני סוחרים ביריד שהיו עומדים בקור העז בכדי למכור את סחורתם. האחד מחמת הקור העז ששרר אמר לשני: "אולי כדאי לחזור לביתנו? נוכל לבוא פעם אחרת. ענה לו חברו: "כדאי לסבול עוד שבועיים כאן, בכדי לחיות אחר כך ברווח".

כשמע כך ה"חפץ חיים" ע"ה זלגו עיניו דמעות. ואמר לתלמידיו: "דעו לכם שבדיוק כך אנו צריכים לחוש בעולם הזה, שלמרות שיש קשיים גדולים כדאי להתאמץ בעולם הגשמי אשר הם כצל עובד להיות עבד ה' אמיתי כדי לחיות אח"כ בעולם הבא בשלווה לזכות לעולם שכולו טוב". (לבוש יוסף).

בעת שיצאה הלווייתו של רבי אברהם זצ"ל (בנו של ה"חפץ חיים" זצ"ל, אשר חלק מחידושי תורה שחידש בבחרותו מובאים על ידי ה"חפץ חיים" בספר "ליקוטי הלכות") בדרכה לבית העלמין, עמד הצדיק ופתח בהספד על בנו:

"בשנות השמד והגזירות ת"ח-ת"ט, בעת עלה חרון ה' על עשרות קהילות, ואלפי יהודים נהרגו ונשחטו למען קידוש שמו הגדול, התגוררה באחת העיירות אלמנה עם בנה היחיד שהיה יקר לה יותר מבבת עינה.

הבית שבו התגוררו האשה ובנה עמד בקצה העיירה, ובשעה שפרצו שונאי ישראל ימ"ש לעיירה התנפלו מיד על בית האלמנה ושחטו את בנה יחידה לעיניה".

"עמדה האשה באלם יגונה על יד גופתו של בנה וכפיה פרושות לשמים. יבש מקור דמעוניה, אולם שופכת היא מרי שיחה וקובלת לפניו יתברך: "ריבון העולמים! בחזהו של כל אדם ואדם נטעת לב כדי שיאהב אותך.

רק אני, שפחתך החוטאת, לא יכולתי לאהוב אותך בכל לבי, מחצית האהבה הייתה לבני אשר ילדתי. אולם עתה, לאחר שנעשה רצונך ובני נלקח ממני, שוב אוכל לאהוב אותך בכל ליבי".

"כל ימיי", כך סיים ה"חפץ חיים" את הספדו, "רציתי לאהוב את ה' בכל לבי. אולם הרי אין אני אלא בשר ודם ואב לילדים, ורחמי אב על בניו ואהבתו להם, טבע הוא באדם.

עמדתי וחילקתי את האהבה לחלקים: חלק לילד זה וחלק לילד זה. ואת החלק הגדול חילקתי לה'. אולם עתה, משלקח הקב"ה ממני את אחד מילדי, הרי נשאר לי עוד חלק אחד של לבי לאהבתו יתברך". (עין חמד)

שאל את הרב

לייעוץ באופן אישי עם הרב אבנר קוואס שליט"א

ניתן להתקשר בימים ג' וד' בין השעות 14:30-15:30

1599-59-59-39



לקבלת סרטונים, ניוזלטר וזמני הרצאות בנושאי זוגיות וחינוך ילדים מאת הרב אבנר קוואס שליט"א ניתן להצטרף לקבוצת ה WhatsApp

להצטרפות לחצו כאן

או ע"י בקשת הצטרפות לטלפון

0552-766-799

