

'כה תברכו את בני ישראל' (ו' כב')

כל בוקר עורך היהודי אימון קצר... באהבה. זהו אימון שמטרתו היא לחזק בלב את האהבה לזולת. אורכו של התרגיל קצר ביותר. הוא משולב בתפילת שחרית בבית הכנסת, תפילה שמתפלל היהודי מדי יום ביומו. אם מבצעים תרגיל זה בתמידות, אזי זוכים שרירי הלב האנושי לעיסוי, המסייע להם לשמור על גמישותם ועל רכותם, גם כאשר הם יוצאים לשוק החיים. שוק זה מוכר לנו. משתוללים בו יצרי אנוש קטנוניים ואינטרסים אישיים הנותנים בו את הטון. כידוע, אלו הורסים כל חלקה אנושית טובה. אכן, זוכים מבצעי התרגיל היום-יומי הזה למקדם ביטחון מופלא, המעניק להם סיכוי סביר ששום עורק אנושי לא ייסתם על ידי טרשת האנוכיות.

למעשה, זהו צו מפורש בתורה. אם נתבונן באיטיות ונקרא כל מילה הכתובה בו, נבין מדוע אדירה האנרגיה האצורה בו, ומדוע בכוחו לשמור על רעננות לבו של היהודי. אלו הן מילות הפסוק: **"כה תברכו את בני ישראל... יברכך ה' וישמרך. יאר ה' פניו אליך ויחונך. ישא ה' פניו אליך וישם לך שלום"** (ו', כ"ב-כ"ז). הכהנים נוטלים את ידיהם ומתייצבים על הדוכן בנכונות נפשית עמוקה לברך את הנאספים. על הדוכן הם מחכים עד שיוזמנו על ידי הקהל ויתבקשו לשאת את ברכתם. אחד מהקהל קורא: **"כוהנים!"** ואז, רק אז, הם פותחים בברכה. זו נקודת ציון ראשונה שתסייע לנו להבין את מהות התרגיל כולו. הנוסח המושלם של הברכה הוא: **"וציונו לברך את עמו ישראל באהבה"**. זהו חידוש שלא מצאנו בשום מצווה אחרת. השאלה המתעוררת היא וכי בשאר המצוות אין חובה לעשותן באהבה? מדוע אם כן רק כאן, בברכת הכהנים, נוספה מלה זו?

חכמינו זיכרונם לברכה הבינו כי האהבה היא המפתח לאפשרות שהברכה תחול. בבוא התורה לצוות את הכהנים לברך את העם, היא אינה רוצה את ברכת השפתיים בלבד, כי אם את ברכת הלב. אם הלבבות לא יתעוררו ולא ינועו האחד כלפי רעהו בשעת הברכה, אין יכולת לחול על עם ישראל השפע האלוקי המופיע בסוף ברכת כוהנים זו: **"ואני אברכם"**.

הכהנים חייבים לפתח בלבם רצון ושאיפה שהמבורכים על ידם אכן יזכו לברכה הראויה. הם חייבים לאהוב אותם, לתרגל בלבם תכונה זו של אהבת ישראל. שכן, כאמור, רק אם מדה זו כובשת את לבם, יש ערך, כוח והשפעה לברכתם. מדה זו יכולה להתעורר רק בלבו של אדם טוב עין. בכל בוקר פונה הקהל בנכונות נפשית אל הכהנים ומבקש מהם ברכה. המתפללים מרכינים את ראשיהם, עוצמים את עיניהם ועונים "אמן" כנגד הכהנים הנושאים כפיהם ומברכים את העם. הלבבות של המבורכים והמבורכים כאחד נפתחים איש כלפי רעהו. טוב עין הדדי זה גורם לברכתו של האלוקים שתחול על הציבור כולו. וכל אחד מהקהל זוכה להתעוררות האהבה האנושית בלבו, לתחושת ההזדהות עם הכלל, לפלח נוסף של נדיבות ושל עין טובה.

אם יחושו בעליל - הכהן המברך והציבור המתברך - כיצד נפתחים באותה שעה מעיינות האהבה בלב, או-אז, אם יקחו פירור מרגשות אלו, שהתעוררו בלבם, אל שוק החיים, תשתנה דמות החברה ואיכות חייה שהרי תנאי התנה הקדוש ברוך הוא עם הבריאה, שהיא תתקיים רק אם יקבל עם ישראל את התורה, שבשביל לימודה וקיומה נברא העולם. ואמנם, בקבלת התורה התקיים התנאי, והעולם התחזק והפך לנצחי.

(מתוך פרשה ולקחה, מאתר ערכים ילחביף)

מהלכות צליית הכבד:

- א: בכבד יש כמות גדולה מאוד של דם, והמלח לא יכול להפליט את כל הדם שיש בו. מכיוון שיש לאש כוח שאיבה חזק יותר מהמלח, צריך לצלות את הכבד על האש ורק אחרי צלייה אפשר לאכול או לבשל אותו.
- ב: יש נוהגים למלוח מעט את הכבד סמוך מאוד לצלייה, יש הנוהגים למלוח בינוני ויש במלח דק.
- ג: יש מחמירים לשטוף את הכבד לפני הצלייה מהדם שיש עליו.
- ד: לפני צליית כבד של בהמה צריך לחתוך את הכבד לאורך ולרוחב כדי שהדם שיש בתוך העורקים יוכל לצאת בצליה, ונוהגים לפרוס אותו לפרוסות.
- ה: בכבד של עוף לא חייבים לחתוך לאורך ולרוחב אפשר להסתפק בכך שמנקבים אותו הרבה נקבים בסכין.

אופן הצלייה

- א: כדי לצלות את הכבד צריכים להתקיים שני תנאים: א: מקור חום בינוני שיצלה את כל הכבד כולל חלקו הפנימי. (חום חזק מידי שורף מבחוץ ובפנים נשאר לא צלוי) ב: משטח שיאפשר לדם לרדת ולשקוע כדי שלא יבלע שוב בכבד.
- ב: מקור החום יכול להיות אש מגחלים, גוף חימום לוחט, גוף חימום נסתר (בתוך תנור אפיה) אש הבוערת מגז.
- ג: המשטח עליו מניחים את הכבד יכול להיות רשת מחוררת גחלים, (מאפשרים לדם ליזול) משטח חלק בשיפוע.
- ד: אין לצלות את הבשר בתוך כלי עם בית קיבול (סיר מחבת וכדו') מפני שהדם שנפלט ממנו נבלע שוב בתוכו.

חכמת חיים: (מהספר שימחלה)

אדם ניכר בשאלותיו, יותר מאשר בתשובותיו.

בעיות קשב וריכוז

בעבר התייחסנו כבר לבעיות קשב וריכוז. במאמרים הבאים ברצוני להתייחס לתופעות שצריכות להסב את תשומת ליבנו לכך שקיימת בעיה בקשב וריכוז או היפראקטיביות המצריכה אבחון, ולהתייחס שוב לריטלין. מטרת הכתבות היא להגביר את המודעות לבעיה ולחשיבות הטפול הנכון, מוקדם ככל האפשר, מפני שחוסר טיפול לא רק משמר את הבעיה, הוא גם גורם להחרפה שלה.

מתי נחליט שילד צריך אבחון?

כשהילד חסר ריכוז, שוכח בצורה לא רגילה, לא ממלא הוראות בסיסיות, נוטה לחולמנות, נותן לנו תחושה שאינו מקשיב, נוטה לאבד חפצים, הישגיו הלימודיים לא תואמים את היכולות שלו, יתכן שמדובר בבעיית קשב וריכוז. לתופעות אלו יתכנו גם סיבות אחרות. לכן חשובה מאוד בדיקת רופא.

בעיית קשב וריכוז היא הפרעה כימית הקשורה לביוכימיה של המוח, ולא קשורה להפרעה נפשית. לכן אי אפשר להאשים הורים לילדים עם בעיות קשב בחנוך לא תקין או בהתנהלות לא טובה. כדי להתגבר על הפרעה כימית צריך טפול בה בדרך כלל טיפול תרופתי ולא טיפול התנהגותי. עד לא מזמן האמינו שחוסר היכולת ללמוד נגרמת מעצלות או טיפשות. היום ב"ה יודעים שזה לא כך. ילד יכול להתאמץ מאוד ולא הצליח, ולא בגלל שהוא לא רוצה, אלא מפני שיש לו הפרעה פיזיולוגית. **בהצלחה, ושבט שלום, שושנה.**

סיפור לשבת

הסולם ממתין / קובי לוי

חרב היתמות הלמה בעוצמה בחמשת הילדים הקטנים של משפחת **שובמיאן**. הבכור **חיים**, היה בן 18, **יצחק** בן 13, ושלושת האחיות הקטנות בנות 10, 8, 5. האבא נפטר ראשון, וחמישה חודשים אחר כך נפטרה גם האם. השנה תשי"א. אירן. מדינה פרימיטיבית משהו, חמישה יתומים קטנים ממאנים להינחם. **יצחק מספר**: "היינו שבורים ורצוצים בלי אבא בלי אימא... הדוד רחמים אחיה של אימא לקח אותנו עמו, לעירו ולביתו. הוא עצמו היה מטופל בשבעה ילדים קטנים כשנוספו לו עוד חמישה יתומים אומללים. **חיים** אחי הבכור עבד עם הדוד כדי לעזור לו לפרנס אותנו. דוד רחמים הכניס אותנו לעבודה בחנותו, גלנטריה גדולה. חיים התחיל לעבוד, קם בנץ, סיים תפילה, סעד פת שחרית ועד שנטו צללי ערב ישב בחנות, מכר, תיקן וניקה כדי להרוויח בכבוד את לחמם של אחיו היתומים. אחרי חצי שנה התרחש אסון נוסף. חיים טיפס על סולם, כדי להוריד מוצר כלשהו. הסולם היה רעוע והוא צנח על אחד מחלונות הראווה וריסק אותו. שָׁרַב זכוכית בגודל כף יד חדר לעורק הראשי במפסעה, והדם ניגר כמים.

בבית החולים היו הרופאים הפרסיים חסרי אונים. כל הניסיונות לעצור את שטף הדם עלו בתוהו. הוא קיבל מנת דם, אחרי מנת דם, אבל המצב הלך והדרדר. "מנהל בית החולים שהיה גם הוא יהודי החליט להתקשר לבריטניה כדי להתייעץ עם אחד מהרופאים הגדולים, הלה יעץ לקשור את שני קצות העורק החתוך, מבלי לחבר ביניהם בשלב ראשון. העצה הייתה מצוינת. הדם עצר ממרוצתו, אך אחרי שבועיים של התאוששות התחילה הרגל להשחיר, והייתה סכנה חמורה לנַמֵּק.

"אנחנו היתומים, היינו שבורים. פחדנו לאבד גם את חיים אחינו הגדול, שהיה לנו אבא ואמא... משענת ותקווה. הרופאים קבעו שצריך לקטוע את הרגל. היינו מיואשים ורצוצים. "הלכנו -היתומים הקטנים- לשני רבנים זקנים שהתגוררו בפאתי העיר - **עזרא ומנשה** - זקנם היה ארוך ולבן, והם היו כפופים על ספריהם ובקושי הרימו את עיניהם. בכינו ובכינו. בקשנו שיעתרו לפני אבא שבשמים שירחם על אחינו הבכור. הרבנים מחו דמעה מעיניהם וביקשו שנביא את חיים אליהם. הם אמרו לנו, שהם מתכוונים להתפלל כל הלילה, ואם מן השמים ירחמו, אזי לפנות בוקר, עם עמוד השחר, ניתן יהיה להבחין בעמוד של אור שיעלה מן הארובה... הלכנו משם דומעים וזועקים. חיים בלי רגל, זה אסון נוסף, השם ישמור. אין אבא, אין אימא, וחיים שלנו גם בסכנת חיים... "לפנות בוקר הבחין מושל העיירה מארמונו בעמוד אור הבוקע מאחת הארובות. כשהגיע למקום ופתח את הדלת, הבחין ברבנים עזרא ומנשה, הבוכים בדמעות שלישי. "מה זה העמוד של האור, שיצא מן הארובה" שאל. "הזקנים הצדיקים שמחו. התפילות התקבלו. כשהגענו בבוקר הם בישרו לנו: "חיים יחיה עוד שנים רבות, ואין צורך לכרות את הרגל... והוסיפו: בעוד שנים רבות המוות שלו יהיה קשור שוב בנפילה מסולם..." לא יחסנו לזה חשיבות, שמחנו לשמוע שהוא יחלים. "בשעות הבוקר הובהל חיים לביה"ח. באורח נס הגיע לשם מנתח אוסטרלי מומחה כדי לבצע ניתוח לאחד מעשירי פרס. ומנהל בית החולים ביקש ממנו לנתח גם את חיים. המנתח הסכים לעשות זאת תמורת 25,000 דולר, "בכינו לפניו, הוא הסכים לעשות הנחה. בכל זאת יתומים... מנהל ביה"ח היהודי כשראה במצוקתנו, הבטיח לשלם את כל הסכום אחרי ההנחה. "הניתוח בוצע בהצלחה, חיים חזר לחיים תקינים עם שתי רגליים בריאות. עלינו לארץ, הקמנו משפחות טובות. "חיים התחתן בארץ, ונולדו לו ארבעה ילדים. הוא למד נגרות ופרנס גם אותנו עד החתונה.

"בשבת האחרונה שלו שיחק אחד מנכדיו בכדור ובעט אותו לכוון צמרת העץ. "סבא תוריד לי את הכדור". ביקש. וסבא חיים הבטיח שמיד ביום ראשון יעשה זאת מפני שאסור להוריד את הכדור בשבת. "למחרת טיפס סבא חיים על סולם כדי להוריד את הכדור, לפתע איבד את שיווי משקלו, וצנח לארץ. ראשו נחבט בחומת החצר, ובאגן הירכיים נפתח קרע... בדיוק במקום הניתוח שעשה לפני 55 שנים. 20 דקות יקרות הוא דימם עד ששכן הבחין בו והבהילו לבית החולים, מאוחר מידי. חיים נפטר. כשהודיעו לי שהוא נפל מהסולם, נזכרתי ברבנים הזקנים שאמרו לנו שהמוות שלו יהיה קשור בסולם. הסולם הזה חיכה לו בזכות התפלות 55 שנים..."

"וקרבנו קערת כסף אחת שלשים

ומאה משקלה..." (ז' יג)

כל יום אצל כל נשיא ונשיא חוזר הכתוב ומפרט את כל סדר הקרבנות אף על פי שאין בהם שום חידוש ושום שינוי, קשה על כך: הרי אין בתורה אפילו תג אחד מיותר? והיה ראוי לכתוב כך: 'ביום השני הקריב נתנאל בן צוער נשיא יששכר כמשפט הקרבנות שהקריב נחשון בן עמינדב, וכן ביום השלישי וכן ביום הרביעי?'

אולם התורה באה ללמדנו ששום נשיא לא חיקה את מעשה חברו שקדם לו ביום אתמול, אף על פי שלכאורה נראה בכלום אותו סדר חיצוני אותו משקל כסף וכו' כל אחד מהנשיאים הקריב את קרבנותיו בהתעוררות שלו ובכוונות פנימיות משלו. ולכן הדגישה התורה אצל כל אחד ואחד זה קרבן נחשון בן עמינדב, זה קרבן נתנאל בן צוער, לא ראי זה כראי זה.

(אוצר המחשבה)