

# שיחת השבוע

ערב שבת-קודש

פרשת ויחי

הגיליון השבועי לכל יהודי 993

י"ג בטבת התשס"ו  
(13.1.06)

יוצא לאור על-ידי צעירי-אגודת-חב"ד — המרכז ת"ד 14 כפר חב"ד 72915, טל' 03-9607588 • עורך: מנחם ברוד • יו"ר: הרב יוסף-יצחק אהרונוב



## יש חדש

### רמב"ם בכרך אחד

ביום שישי הבא, כ' בטבת, יחול יום-ההילולא של הרמב"ם (אשתקד ציין העולם 800 שנה להסתלקותו). בהקשר זה ראוי להזכיר את תקנת הרמב"ם היומי, שבמסגרתה לומדים מדי יום שלושה פרקים (או פרק אחד) מספרו 'ד החזקה'. בימים האלה הופיעה מהדורה מיוחדת של כל הספר בכרך אחד. זו מהדורה מוגהת ומדויקת, על-פי כתבי-יד עתיקים, וניתוספו לה שמונה מפתחות. טל' 04-8121048.

### התעלות

**אביעד פיקרש**, העוסק בהפקות מולטימדיה במגזר הדתי, הפיק את **התעלות** — תקליטור באורך שעה, העוקב אחר האדמו"ר מנדבורנה לאורך מעגל השנה. שנתיים של צילומים מגישים את עולמה האותנטי של חצר חסידית. טל' 08-700015-7000.

### אור בנשמה

המחנך והמוזיקאי החסידי **יוני פיין**, שרבים זכו לשמוע את סיפורו האישי המיוחד, מגיש את **אור בנשמה** — תקליט של שנים-עשר שירים מקוריים, המבטאים את כמיהת הנשמה היהודית. מקצת המילים והלחנים נכתבו על-ידי מרדכי פישר. טל' 08-8502496.

### חלילית עם נשמה

לומדי נגינה התקשו למצוא עד כה חוברות לימוד על טהרת הקודש. זו חוברת ללימוד נגינה בחלילית, שכל השירים והתרגילים הם שירי-קודש. מאת ח' ברנשטוק. טל' 04-6974503.

## זמני השבוע

ניו-יוק זרוויט מיאמי יוסטון לוס-אנג'לס	4:32	5:04	5:32	5:33	4:47
כניסת השבת	5:36	6:09	6:27	6:30	5:46
צאת השבת					
פקס:	972-3-9606169				
	www.chabad.org.il • chabad@chabad.org.il				
הפצה בארה"ב:	718-7561328				
דפוס בארה"ב:	The Print House, 718-628-6700				
אין המערכת אחראית לתוכן המודעות ולכשרות					
נא לשמור על קדושת הגיליון					

# לקחת פסק-זמן מהפוליטיקה

מנהיגים פוליטיים וראשי מפלגות הם אנשים שנויים במחלוקת. יש האוהבים אותם ויש שאינם מחבבים אותם. בימים האלה ראוי שהפוליטיקה, לכל צדדיה, תיטול פסק-זמן.

את התמיכה במפלגה זו.

אין זו הפעם הראשונה שבה נעשה ניצול ציני של מצב רגשי קשה. כולנו זוכרים את הימים שלאחר רצח ראש-הממשלה רבין, כאשר ההלם והתדהמה הכלליים נוצלו לתעמולה רצחנית שכוונה כנגד כל מי שחלק על דעתו ומחה על מדיניותו. גם אותו הפכו ל'אבי האומה' ולבעל המורשת האולטימטיבית, שעל כולנו לאמצה את ליבנו. רק פיצוץ האוטובוסים בלב ערינו הצליחו לפקוח את עיני הציבור להבין שאולי זו דרך מוטעית ומסוכנת.

פוליטיקה היא דבר לגיטימי, אבל היא רק פוליטיקה. מנהיגים פוליטיים וראשי מפלגות הם אנשים שנויים במחלוקת. יש האוהבים אותם ויש שאינם מחבבים אותם. יש התומכים בדרכם ויש השוללים אותה. כשמנהיג פוליטי חוצה את הקווים ומשנה בחדות את מדיניותו, יש הסבורים כי 'גילה את האור', ויש המאמינים כי זו גנבת דעת והוכחה להעדר חו"ט-שדרה. זו ההתייחסות הטבעית והנכונה לאישים פוליטיים.

### להודות בטעות

כראש-הממשלה נאבק על חייו, ראוי שהפוליטיקה, לכל צדדיה, תיטול פסק-זמן. כך אכן נהגו כל המפלגות והאישים הפוליטיים, מימין ומשמאל. מי שלא נהגו כך זו התקשורת ומפלגתו של ראש-הממשלה, שניצלו את המצב כדי לצבור הון פוליטי. התנהגות זו מקוממת ואפילו דוחה.

רבים בציבור אינם סבורים כי תפארתו של ראש-הממשלה על השנתיים האחרונות. הטילים הנוחתים ביישובי הנגב המערבי וברחובות שדרות ואשקלון, הם רק הסנוניות הראשונות המבשרות את גל הטרור (היר-לא-תהיה) שיבוא מרצועת עזה. בעבר הודה ראש-הממשלה כי טעה כאשר הרס את ימית ויישובי סיני. אנחנו מאחלים לו כי יאריך ימים ויוכל להודות בטעות הגדולה והכואבת שבהחרבת יישובי חבל עזה. זו תהיה מורשתו האמיתית (אלא שאותה התקשורת לא תפאר).

**מ**עניין שאין איש אינו תוהה לפשר התופעה שמתחוללת לנגד עינינו: פתאום נולד יש מאין מנהיג דגול, איש-חזון, נועז, בעל מוח חריף, איש-משפחה למופת, חובב מוזיקה קלסית, מצוייד בחוש הומור מפותח, ועוד תכונות נעלות. האיש הזה הבלתי כמטאור לתוך חיינו האפורים. בתוך שנתיים נעשה המנהיג הגדול, אבי האומה, ועוד תארים מופלגים שנשפכים בנדיבות בימים האלה.

היכן היה האיש המופלא הזה קודם-לכן? האם הצטטע בחווותו, נחבא אל הכלים? האם הסתתר מעיני הבריות ולא אפשר לנו להכיר את סגולותיו הנדירות? אתם יודעים את התשובה: הוא היה כאן, ואף מילא תפקידים ציבוריים מרכזיים. אלא שכל אותן שנים הוא היה האדם המושמץ ביותר. הציגוהו כהרפתקן חסר-אחריות, איש כוחני, נטול-מעצורים, אדם שאינו נרתע מלסבך את ישראל במלחמות מיותרות, רומס חוק, לא דובר אמת, לא עוצר באדם.

### ניצול ציני

אך טבעי הוא שכאשר אדם שוכב על ערש-דוויה ונאבק על חייו, מזיזים הצידה את כל הוויכוחים ומאחלים לו רפואה שלמה. אבל כאן נעשה ניצול ציני של המצב לקידום מטרות פוליטיות. בעוד מבקריו של ראש-הממשלה מחרשים, מתנהל לנגד עינינו מסע תעמולה שכל מטרותו להאדיר את דמותו של ראש-הממשלה כמעט לממדים של קדוש, כדי להפוך את מפלגתו לקדושה כמותו, ואת מדיניותו לדרך האחת והיחידה שבה עלינו לצעוד.

מסע התעמולה הזה מתנהל על-ידי התקשורת הישראלית, שלא הסתירה כלל את תמיכתה בשרון ובתפנית החדה שהתחוללה בו. מאז הודיע על תכנית ה'התנתקות' החליטה התקשורת לשמור עליו כעל אתרוג. היא עודדה אותו לבעוט בתוצאות משאל המתפקדים. היא קראה לו שלא ללכת למשאל-עם. היא שדחפה אותו להקים מפלגה חדשה. עכשיו התקשורת מגויסת כולה לתעמולה שכל מטרותה להבטיח

# כשהרע מתהפך לטוב

לקליפות. זו משמעות דברי עשיו "יש לי רב" — השפע שלי נובע מה'אורות מרובים' של 'עולם התורה'.

## חיות רבה

את ניצוצות הקדושה העליונים הללו אפשר להעלות דווקא על-ידי הפיכת הרע לטוב. כאשר רותמים את הכוחות הגדולים של הרע למטרותיה של הקדושה, גואלים את הניצוצות הגבוהים שהיו בו ומפיקים מהם חיות רבה. לזה רמז יוסף באומרו "להחיות עם רב" — חיות רבה זו הושגה דווקא על-ידי ש"אתם חשבתם עליי רעה".

זה גם כוחה המיוחד של עבודת התשובה, שהיא מעניקה לקדושה את העוצמות האדירות שהיו קיימות ב'סטרוא-אחרא'. כשאדם שב בתשובה, הוא מגיע לאהבת ה' גדולה יותר ולצימאון עז לאלוקות, למעלה מעבודתם של הצדיקים, עד שה"זדונות נעשו לו כזכויות".

(לקוטי שיחות כרך כה, עמ' 283)

מסביר יוסף, שהדבר נובע מכך ש"אלוקים חשבה לטובה". ה'רעה' שבדבר הייתה מצד כוונתו ומחשבתו של האדם, אבל מצד הכוונה העליונה ("אלוקים חשבה") יש כאן עניין נעלה, שדווקא מתוך הרע יצמח הטוב.

## אורות מרובים

מה ההסבר לכך שהטוב צומח דווקא מתוך הרע? זאת רמז יוסף באומרו "להחיות עם רב". בביטוי זה השתמש עשיו, כשאמר "יש לי רב", ורש"י מפרש שם שזה "לשון גאווה". מוסבר בתורת החסידות, שביטוי זה מסמל את השפע שניתן לסטרוא-אחרא, שאינו מדוד ומוגבל לפי ערכה, אלא הוא ניתן בריבוי, ובלא שתהיה ראויה לכך.

בעולם הקדושה השפע האלוקי מותאם לכלי-הקיבול ולמידת הזיכוך של המקבלים, אולם הסטרוא-אחרא מקבלת שפע בלי שתזדכך ובלי שתהיה ראויה לו. השפע הזה נובע מ'שבירת הכלים', כאשר בעולם עליון, המכונה 'עולם התורה', היו 'אורות מרובים' ו'כלים מועטים', ומזה נוצרה השבירה, שהפילה ניצוצות קדושה עליונים ביותר

אחר פטירתו של יעקב אבינו חששו אחי יוסף שמא עכשיו ישלם להם יוסף על כל מה שעוללו לו ועל שמכרוהו לעבד. אמר להם יוסף: "אל תיראו... אתם חשבתם עליי רעה, אלוקים חשבה לטובה... להחיות עם רב".

דבריו אלה של יוסף דורשים הסבר: הלא כוונתו הייתה להרגיע את אחיו ולהסיר את חששותיהם (כפי שנאמר "וינחם אותם וידבר על ליבם"), מדוע אפוא ראה צורך להזכיר את מחשבתם הרעה ("אתם חשבתם עליי רעה"), ולא הסתפק באמירת הצד החיובי בלבד — "אל תיראו... אלוקים חשבה לטובה"?

## הכוונה האלוקית

אלא יוסף ביטא כאן נקודה עמוקה, כיצד הרע עצמו מתהפך לטוב: אחיו של יוסף הייתה להם מחשבה רעה, הם מכרוהו לעבד וחשבו לגרום לו רעה, אולם דווקא הרעה הזאת התהפכה לטובה, עד שממנה צמחה חיות נפלאה — "להחיות עם רב".

איך יכולה מחשבה רעה להתהפך לטובה?

## מן המעייין

נושא השבוע: בירור ניצוצות הקדושה

### מספר ימי האדם

מספר ימי חיי האדם הם כמספר הניצוצות שעליו לברר מן הרע שבנפשו הבהמית. בכל יום מתחדש ניצוץ חדש, ובגמר הניצוצות בא יומו למות, ואז נכללים כל הניצוצות בנפשו האלוקית.

(אור התורה)

### בכוח האמת

על ידי בחינת 'אמת', שהיא מידתו של יעקב — "תיתן אמת ליעקב" — יכולים לעבוד את ה' גם בארץ מצרים. שקר אינו רגילים, אבל אמת נותנת קיום לעולם. כשדבקים באמת, יכולים להתגבר על כל הקשיים.

(שפת אמת)

### אור במצרים

"ויחי יעקב בארץ מצרים שבע-עשרה שנה". עבודתו של יעקב אבינו הייתה להוריד אור אלוקי למצרים, כדי להפוך את החושך שבה לאור. על-ידי כך זכה ל"שבע-עשרה שנה": 'שבע-עשרה' בגימטרייה 'טוב' — יעקב זכה לטוב האמיתי על-ידי עבודתו במצרים, כי יתרון האור הוא מתוך החושך דווקא.

(אור התורה)

### בירר את הטוב

עבודתו של יעקב במצרים הייתה לברר את ניצוצות הקדושה שהיו שם, ולכן יעקב היה במצרים שבע-עשרה שנה, בגימטרייה 'טוב', לרמז שיעקב בירר והוציא את הטוב שהיה טמון בקליפת מצרים.

(שפת אמת)

### מנצים את הצימאון

חשכת הנפש הבהמית מגבירה את תשוקת הנפש האלוקית לקב"ה. הדבר דומה לאדם השרוי במדבר שממה, שיגדל שם צימאון ביותר. דווקא העובדה שאין המים מצויים שם מגבירה אצלו את התשוקה למים.

(ספר המאמרים ת"ש)

### החושך נדחה מעצמו

כאשר הנפש האלוקית מתחזקת בלימוד התורה, נחלשת ממילא הנפש הבהמית. האור אינו צריך לעסוק בגירוש החושך, אלא החושך נדחה מפניו מאליו.

(ספר המאמרים קונטרסים)

## אמרת השבוע

### שאלה מטרידה

שני יהודים, עשיר ועני, באו לדין-תורה לפני רב בישראל. שמע הרב את הטענות שבפי כל אחד ואחד מהם, ופסק שהעני צודק.

התרעם העשיר וקרא: "וכי משום שבעל-דיני הוא עני, הצדק עמו?!"

חיך הרב והשיב: "אכן, השאלה הזאת מטרידה אותי לא-אחת — מדוע על-פירוב מאזני הצדק נוטים לצידו של העני?..."

# האם האובדת

אימו של רבי צבי-אלימלך מדינוב, מחבר הספר הנודע 'בני יששכר' ועוד ספרים, הייתה אחייניתו של הצדיק רבי אלימלך מליז'נסק. השם אלימלך ניתן לו על-שם דוד-זקנו, ועל-פי ציוויו המפורש. אך מכיון שההורים חששו לחיי הדוד, רבי אלימלך, נתנו לבנם גם את השם צבי.

כבר בהיותו כבן שש-עשרה כיהן רבי צבי-אלימלך כדיין בבית-דינו של רבי יהושע מדינוב. אחר-כך שימש רבן של כמה קהילות חשובות. הוא נמנה עם תלמידיהם של רבי משה מפשוורסק, של רבי מנחם-מענדל מרימניוב ושל 'החווה' מלובלין. לאחר פטירת 'החווה' החל רבי צבי-אלימלך לנהוג באדמו"רות.

פעם אחת ישב רבי צבי-אלימלך בחברת חסידיו וסיפר להם מעשה זה: בעיר פלונית נישא זוג צעיר. כעבור כשנה נולד לבני-הזוג ילד. לא עברו אלא שבועות מספר מן הלידה, והאם הצעירה עזבה פתאום את ביתה ונעלמה כאילו בלעתה האדמה. הבעל והאב הטרי הוכה בהלם. הכול השתתפו בצערם ונרתמו לסייע לו במציאת האישה האובדת, אך כל הביירוטים שנעשו וכל החיפושים אחריה — העלו חרס.

התינוק הקטן גדל כילד וכנער יתום. לאחר שהתבגר והתחתן, פתח חנות הלבשה. תחילה קנה את הבגדים מיד ספקים, שקנו אותם מהיצרנים. יום אחד הגיע למסקנה כי במאמץ לא-גדול יוכל לחסוך בהוצאות ולהגדיל את רווחיו. החליט אפוא להגיע למתפרות שבהן הבגדים מיוצרים, ולרכוש אותם ישירות מהיצרנים.

לאחר שעות רבות של נסיעה בעגלה, הגיע למחוז חפצו. הוא קנה מלאי נכבד של מוצרי הלבשה, במחיר מצויין, ועמד לשוב לביתו.

בחפשו אחר עגלון שיסיעהו לביתו, עצר לידו עגלון גוי. לאחר ששמע העגלון את יעד הנסיעה, הציע לסוחר לפצל את הנסיעה לשני שלבים. "ביתי מרוחק כשעתיים נסיעה מכאן, על אס-הדרך לעיר מגורין. כשנגיע לשם כבר ירד הערב. נעצור שם, ננוח לילה, ובבוקר נמשיך לביתך", אמר. הסוחר קיבל את ההצעה ההגיונית.

לאחר שיצאו לדרך החל לרדת שלג כבד. הסוס נדרש למאמץ רב כדי להשלים את הדרך עד בית העגלון. בהגיעם הוציא הסוחר מתמילו מזון שהביא עמו מהבית, וסעד את ליבו. אחר-כך התפלל ערבית ועלה על

# כל פעולה מצליחה

פעמים רבות נראה שהמאמצים לקרב יהודי שני לאור התורה והמצוות אינם נושאים פרי. מדברים עמו, מנסים לעוררו — והוא אינו משנה את דרכו. מצב כזה עלול לרפות את הידיים מלהוסיף לפעול, שהרי מה הטעם להשקיע מאמצים ללא תועלת.

אומר על כך הרבי מליובאוויטש (לקוטי שיחות כרך ו, עמ' 274): "המצווה ד'הוכח תוכיח את עמיתך' עניינה הוא — עצם ההוכחה וההשתדלות שיקיים תורה ומצוות. וגם אם לא תפעל ההשתדלות שלו, הרי עצם מעשה ההוכחה קיים את המצווה (ועל-דרך בדיקת חמץ, אשר גם כשאינו מוצא חמץ, יצא מצוות הבדיקה). וכשאינו משתדל — ביטל מצוות-עשה של תורה. ולא עוד, אלא שהמצווה היא אפילו כשבודאי יודע שלא ישמע לו (שולחן-ערוך אורח-חיים סי' תרח. ובשו"ע אדה"ז שם. ועוד)."

הרבי מוסיף: "אפילו אם עניינה של ההוכחה הייתה רק כשמצליח על-ידי הוכחתו, מכל-מקום הרי אינו ודאי שלא יצליח, ואפשר שעל-ידי השתדלותו יצליח. ומכיוון ש'הוכח תוכיח את עמיתך' היא מצוות-עשה מדאורייתא, הרי ספיקא דאורייתא לחומרא."

## מי יודע את הנעשה בלב חברו

יהודי כתב לרבי שאינו רואה תוצאות מפעילותו בהפצת היהדות. הרבי השיב (לקוטי שיחות כרך כ, עמ' 587): "לכתבו שלפעמים אינם רואים תוצאות ממשיות מההשתדלות בהפצת היהדות והמבצעים — לפלא גדול איך יכול לדעת הנעשה בלבו של חברו, שאמרו חז"ל שזהו מכוסה, כמו מלכות בית-דוד מתי תחזור (פסחים נד, ב). ויתרה מזו — הבטיחו חז"ל שדברים היוצאים מן הלב נכנסים אל הלב."

ועוד איגרת ברוח זו (אגרות-קודש כרך ד, עמ' נו): "אפשר הדבר שיהיה נדמה להם שלא בכל פעולה ופעולה שלהם מצליחים לעורר את המקבל לעניין של פועל ממש, אבל אין העניין כן. וכידוע משיחת כ"ק מו"ח אדמו"ר הכ"מ, עוד בהיותו ברוסיה, שביאר עד כמה נוגעת תנועה אחת של בן-ישראל, ומביא ראיה ממאמר רז"ל בגדלות בעלי-תשובה, דאפילו צדיקים גמורים אינם יכולים לעמוד במקומם. ומקשה מאחר שהצדיק עבד כל ימיו בתורה ומצוות, ובעל-תשובה — ובכלל זה גם מי שעשה תשובה רגע לפני מיתתו, וכעובדא דר' אליעזר בן-דורדיא — אס-כן איך אפשר הדבר שהבעל תשובה יהיה גדול יותר מהצדיק הגמור? והתירוץ הוא שמזה רואים עד כמה יקרה תנועה של יהודי, עד שאפשר שבשעה אחת — בכנייה אחת — קונה עולמו."

"וגם בעבודה כן הוא, אשר אף אם לפעמים אין ניכרת פעולה ממשית בתלמידיהם ותלמידותיהם או בבתי הוריהם, למרות שמשתדלים בזה כראוי, הנה אחרי כל זה אין איתנו יודע עד מה שנעשה בליבו של חברו, אשר אפשר שפעלו שם 'תפנית', שבתפנית' זו יכול הלה לקנות את עולמו."

## הזיכרונות התעוררו

הרבי סיפר פעם בהתוועדות, על שני בחורים שיצאו בקיץ לשליחות בעיירות נידחות בארה"ב. הם לקחו עמם עלונים, חוברות וספרים, וחיפשו יהודים כדי לקרובם ליהדות. כשחזרו, היו מדוכדכים למדי, כי לפי תחושתם לא הצליחו. בקושי פגשו יהודים, וגם אותם מעטים לא התעניינו התעניינות יתרה בספרים ובחברות שהציעו להם. כתבו אפוא הבחורים הללו דו"ח לרבי על מסעם והביעו את תחושתם על אי-הצלחתם.

אולם, סיפר הרבי, כעבור זמן הגיע אליו מכתב מיהודי שבמשך שנים רבות היה רחוק מכל עניין יהודי, וממעט שכח את היותו יהודי. הוא אפילו לא פגש את הבחורים, אבל יום אחד, בעומדו בביתו, ראה מהחלון שני בחורים חסידיים עוברים ברחוב. דמותם הזכירה לו את בית-אבא, ואת החינוך היהודי שקיבל בנעוריו, והזיכרונות הללו עוררוהו לחשוב על יהדותו, עד שכתב מכתב וביקש לשלוח לו ספרי-יהדות.

סופת השלגים בשעות הקרובות, ייאץ לדחות את המשך הנסיעה עד אחרי השבת.

השעות נקפו והשלג הכבד הוסיף להיערם. ליבו של סוחר הבגדים נחמץ מהמחשבה כי יהיה עליו לבלות את השבת הקרובה הרחק מביתו, מנותק

המיטה שהעגלון הכין לו. התכנית, כאמור, הייתה להמשיך בדרך למחרת עם שחר.

ואולם במהלך הלילה הוסיף מזג האוויר לסעור, והציאה להמשך הדרך הייתה בלתי-אפשרית. זה היה יום שישי, והסוחר ידע כי אם לא יתרגע

מסביבה יהודית ובביתו של גוי, אך לא עמדה לפניו אפשרות אחרת. בהתקרב השבת החל להתכונן לקראתה. התרחץ, החליף בגדים ועמד בקרן-זווית לתפילת מנחה.

לפתע התקשה הסוחר להאמין למראה עיניו: העגלון היה רווק, והוא חי בבית אימו. כמחצית השעה לפני שקיעת החמה הציבה האם שני נרות על השולחן. לאחר מכן הדליקה אותם, כיסתה את עיניה בכפות ידיה ומלמלה.

הסוחר המופתע המתין עד שתסיים ואז ניגש אליה והחל לברר את פשר העניין. "מה מביא אישה לא-יהודייה להדליק נרות שבת?!", שאל.

"מהיכן אתה?!", החזירה לו אם העגלון בשאלה. הסוחר אמר את שם עירו. זיק ניצת בעיני שבת?!", שאל.

"אתה מכיר את פלוני ואת אלמוני?!", שאלה אותו במפתיע, נוקבת בשמותיהם של אנשים מוותיקי הקהילה היהודית בעיר.

"ודאי שאני מכיר!", ענה לה הסוחר בפליאה גוברת והולכת, "השאלה היא מניין את מכירה אותם?!"

"אני באה משם", ענתה האישה בקול רפה, והחלה לגולל סיפור-חיים עגום, שחטא וצרות משמשים בו בערבוביה. ברגע מסויים פלט הסוחר, לפי תומו, את שמו ואת שם אביו. חיוורון עז הציף את פני האישה. היא נראתה על סף עליפות. "בני... בני אתה", רעד קולה.

נקל לשער את הטלטלה הנפשית העזה שפקדה במהלך השעות הבאות את האם ושני בניה — הסוחר והעגלון — שנולדו משני אבות וגדלו בעולמות רחוקים, הראשון כיהודי והשני כגוי. למחרת בבוקר, בשעה שהסוחר התפלל שחרית של שבת, נשמעו לפתע זעקות-שבר. "אימי מתה! אימי מתה!", צעק העגלון, שגילה את אימו שוכבת במיטתה ללא רוח-חיים.

לאחר שהתעשת העגלון מההלם הראשוני על מות אימו, החל להביע את צערו על שהכומר המקומי נוהג לגבות תשלום מופקע בעבור קבורה. הסוחר מיהר להרגיע את אחיו למחצה. "אימך, אימנו, יהודייה היא. אף אתה יהודי. מחר נביאה למנוחה בבית-הקברות היהודי הקרוב ביותר", אמר. ואמנם, ביום ראשון הובאה האישה לקבר ישראל באחד הכפרים הסמוכים.

"הביטו וראו מה גדול אפילו כוחה של מצווה אחת", אמר רבי צבי-אלימלך לחסידיו. "אישה זו נטשה את בעלה ובנה והפנתה עורף לאלוקיה, אך הוסיפה לדבוק במצוות נרות שבת-קודש. בעקבות זאת זכתה להגיע לקבר-ישראל."

רבי צבי-אלימלך מדינוב נסתלק (בהיותו בן נ"ח שנים) ב"ח בטבת תר"א.

# הנפש והגוף – מכלול שלם

השיטה המכונה 'פסיכונירואימנולוגיה' (חיבור של שלושה מונחים שעניינם – נפש, מערכת-העצבים ומערכת-החיסון) מאמינה כי כל ירידה באיכות החיים הנפשית-רוחנית פוגעת במערכת החיסון ובתפקוד הגוף. באותה מידה ממש להפך כל שיפור באיכות החיים הנפשית-רוחנית מחזקת את המערכת החיסונית ומבריאה את הגוף. לדברי קאופמן, מאות מחקרים מצביעים על קשר חיובי בין מצבו הרוחני ואפילו הדתי של האדם ובין בריאותו.



קאופמן: בריאות הגוף תלויה בבריאות הנפש

במידה רבה להוראות חז"ל ולדרך החסידות במיוחד, אומר קאופמן. תוך כדי ההיכרות עמה החלו בני הזוג קאופמן לשמור תורה ומצוות.

**ב**שבעים האחרונים נהפך כל אורח בארץ לנירולוג, וכל שדר למנתח-מוח עתיד ניסיון. עם הד"ר יקיר קאופמן, מנהל השירותים הנירולוגיים במרכז הרפואי 'הרצוג' בירושלים, שוחחנו השבוע על תחומי עיסוקו, אם-כי מזוית שונה לגמרי מזו שבה עוסקים בימים האלה.

הד"ר קאופמן מוביל קו שמדגיש את ההיזון ההדדי שבין הנפש לגוף. "חז"ל עמדו על הקשר ההדוק שבין השניים. למשל, תר"ג איברים וגידים כנגד תר"ג המצוות. או, למשל, אמרת המגיד ממזריטש 'חור קטן בגוף הוא חור גדול בנשמה'. גישה זו, הרואה באדם מכלול שלם של גוף, נפש ורוח – תופסת תאוצה בשנים האחרונות. הנה למשל, ההגדרה המקצועית של ארגון הבריאות העולמי לבריאות היא – 'איכות חיים פיזית, חברתית ונפשית-רוחנית'. הרעיון הוא, שכל שינוי בנפש – אמונה, מחשבה, או רגש – משפיע על מערכת הגוף."

## שיטה שקירבה לתורה

קאופמן (41), תושב ירושלים, נולד בחיפה. אחר-כך עבר עם הוריו לקנדה, חזר ארצה בגיל אחת-עשרה, למד בבית-הספר הריאלי, שירת בצה"ל כקצין בצנחנים והתחתן. לאחר שנים שבהן העסיקוהו שאלות קיומיות, פגשו הוא ורעייתו את מימיה אביטל. היא הייתה פסיכולוגית חרדית נחשבת, שלמדה בסורבון והרצתה באוניברסיטת באר-שבע.

היא הקימה דורות של תלמידים בתחום של 'חשיבה הכרתית'. 'מימיה לא הטיפה ישירות לשמירת מצוות, אבל שיטתה, שחינכה, בין השאר, להתבוננות לתוך הנפש ולמיפוי מערכת התגובות האנושית, השיקה

## פינת ההלכה

מאת הרב יוסף גינזבורג, רב אזורי עומר

### יין נשפך כמים

**שאלה:** יש נוהגים למלא את כוס הקידוש עד שהיין עובר על גדותיה. מדוע נוהגים כך, והאם אין בזה משום 'בל תשחית'?

**תשובה:** אמרו חז"ל: "עשרה דברים נאמרו בכוס של ברכה, ואחד מהם: "מלא". נתבאר בפוסקים, שהכוונה למלאו עד תומו, אולם אם יש חשש שמרוב מילוי יישפך היין ויתבזה, רשאי להשאיר מקצתו ריק למעלה, ועדיין שם "מלא" עליו.

מנהג ישראל ישן, וכך נוהגים חסידי חב"ד, שכאשר מזוגים כל כוס של ברכה (קידוש, הבדלה, ברכת המזון), ממלאים אותה על גדותיה, עד שיישפך מעט יין. זאת בעקבות מאמר חז"ל "כל שאין יין נשפך בתוך ביתו כמים – אינו בכלל סימן ברכה" (אף שהפירוש הפשוט הוא שמוזגים שם הרבה יין לשתיה).

ברמ"א הוזכר המנהג בכמה שינויים ובכוס הבדלה בלבד,

## שיפור הזיכרון

אחד התחומים שבהם מרבה הוא לעסוק, מטבע התמחותו העיקרית, הוא הזיכרון. "כשאדם שרוי במתח, מופרש הורמון הקורטיזול לתוך כלי הדם, ובין השאר מגיע למוח וחודר להיפוקמפוס, שהוא האחראי העיקרי לזיכרון. מתח נפשי כרוני פוגע בזיכרון. כך גם דיכאון קשה פוגע ביכולת הזיכרון. ונכון, גם כאן אפשר לעצור את הירידה בזיכרון ואף לתקן נזקים שכבר נעשו, על-ידי עבודה על הנפש."

## חסידות בקנדה

במקביל למד קאופמן נירולוגיה בבית-הספר לרפואה של האוניברסיטה העברית בירושלים, ולאחר מכן עבד והתמחה כנירולוג במרכז הרפואי 'הדסה עין-כרם'. כשנתיים עשה במרכז הגריאטרי היהודי 'בייקרסט' בטורונטו, שם השלים תת-התמחות נירולוגיה-התנהגותית. בטורונטו נעשה קחלק מקהילת חב"ד, בהנהגת הרב ישראל לנדא. שם גם העמיק אצלו החיבור בין השכלתו המקצועית לבין תורת חסידות חב"ד, המרבה לעסוק בהבנת הנפש.

לסימן טוב בתחילת השבוע. המנהג רווח בהבדלה בין האשכנזים, וגם אצל כמה מהספרדים (יש מהם השופכים רק אחרי הטעימה). עם זה, היו ששללו שפיכה זו לגמרי.

יש שנתנו לשפיכה זו בהבדלה טעם, לתת בזה לכל "שבעים השרים" של אומות העולם ולכל המקטרגים הקשורים איתם ('יין' בגימטריה 70) את חלקם (כמו בעניין 'מים אחרונים'), כדי שלא יקטרגו על ישראל השבוע.

הרבי מליובאוויטש הסביר, שהואיל ומניחים צלחת תחת הכוס, גם כאשר היין נשפך אין בזה משום ביוזון. כמו-כן אין מקום לטעון ששפיכה זו היא 'לבטלה', כי יש לה תכלית חשובה והכרזת – "סימן ברכה".

**מקורות:** ברכות נא,א. עירובין סה, רע"ב. שלטי הגבורים ברכות כ"ז אות ו. מטה משה ס"י תקד. רמ"א או"ח ס"י קכג ס"ב, נ"כ, ושו"ע אדמו"ר הקטן שם ס"ד. ס"י רע"א ס"י, ושו"ע אדה"ז ס"ח. רמ"א ס"י רצ"א ס"א, נ"כ ושו"ע אדה"ז ס"ה (וראה סרמ"ג במשבצות ס"ק א, ערך השלחן ס"י-יא וילקוט יוסף ס"יא). 'התוועדות' תשמ"ב ח"ג עמ' 1692.

לחבצעים מיוחדים בקרו באתר בעברית  
**SKY2000**  
 www.sky2000.com  
**הבטחתי לך**  
**\$899**  
 ניו יורק - ישראל  
**212.599.3333**  
 60 E. 42 st. #712, NY, NY 10165

**Midtown Manhattan**

**Pace auto parts Inc**  
 \* Foreign - domestic we deliver \* All makes and models \* Low discount prices \* Full link of accessories  
**Over 40 years experience**  
**OPEN MON. - THU. 8:00 - 6:00**  
**FRI. 8:00 - 2:30**  
 www.paceautoparts.com  
 FAX: 212-582-7241  
**Tel: 212-757-6969**  
 548 W. 48th ST. NEW YORK N. Y. 10036

**Levi Hartman**  
 לוי הרטמן  
 Office: 718-871-8282 X 128  
 Cell: 646-335-8818  
 Fax: 718-633-0499  
 www.levifunding.com  
 3910 14th Ave. Brooklyn NY 11218  
 דובר עברית

**עלוני 'שיחת השבוע'**  
 בעברית וברוסית  
**מופצים בכל רחבי ארה"ב**  
 להזמנות ולפרסום אנא פנו  
**718-7561328**  
 sh-usa@chabad.org.il

**HaSofer סופר סת"ם**  
**RABBI MOSHE KLEIN**  
**משה הלוי קליין**  
 321 Kingston Avenue  
 718-221-2222  
 www.esofer.com  
 A HaSofer Company