



אור ההליכות



מו"ר הרה"ג רצון ערוסי שליט"א נס ואור לאור מנורת המאור

גיליון 193 | כסלו
ה'תשפ"ו ליצירה
ב'שנ"ז לשטרות

המרכז העולמי
למשפט התורה



בית הדין
לדיני ממונות



ארגון
"אשת חיל"



כולל
להכשרת דינים



שבתות עיון, ירחי
כלה ושיבות ר"ח



הוצאת ספרים
מכון מש"ה



אתר "נצח ישראל"
www.net-sah.org



העלון מוקדש לרפואה שלמה של
נווה בן לירון הי"ו
ר' שלום ב"ר עידא ימיני הי"ו

עורך: תומר לוי

חברי המערכת: הרב צפניה ערוסי, אבי חמדי, אביעד רצהבי, שמואל חמדי, אריאל פרוח, נועם עוזרי.

עיצוב: נבו נגר

טל': 03-5343658 | פקס: 03-5343658

אימייל: orhalichot@gmail.com

מס' המערכת בספריה הלאומית: 2789255

תרומות יתקבלו בברכה:

הליכות עם ישראל | בנק לאומי
סניף 952 | חשבון 702371/25

חברים המעוניינים להפיץ את עלון
"אור ההליכות" מוזמנים לפנות
לאבי חמדי בפלא - 0506576418
או לתומר לוי בפלא - 0528084623

גורה רעה שיחזרו למוטב". מדבריו למדנו שהיהודים חטאו בתקופת אחשוורוש. גזירת ההשמדה של המן היתה איום הקב"ה על ישראל, כדי שיחזרו בתשובה. ומשעשו כן נעשה הנס להצילם. יוצא, אפוא, נס פורים הינו לאומי, לישראל. אם כי הוא בודאי הכה הדים בין ההגויים. לא כן נס חנוכה הינו מלכתחילה אוניברסלי, להלניסטים, נציגי התרבות העולמית באותה שעה, שנלחמו ביהדות על אמונותיה ודעותיה.

למנורת המאור משמעות קוסמית

טבעי הדבר שהמנורה לא זכתה לעיון מדרשי רב כפי שהנס עצמו זכה. אמנם היא נתחבבה על העם כפי שהדבר בא לידי ביטוי בשירה ובאמנות, אך הללו ביטויים שכיחים לכלי המשמש מצווה חביבה. והיא לא נתחדשה לרגל הנס. כי היא מנורת המקדש שכבר ידענוה. זו הדעה הרווחת, עד שאין איש מטריח עצמו לראות נכוחה, שהנס אמנם נעשה במנורת המקדש בעלת השבעה קנים, ואילו המצווה שנקבעה "לשנה אחרת" (שבת כא) נעשתה כמנורה בעלת שמונה קנים, ואולי דברים בנג? וכאן שוב מפתיענו בעל מנורת המאור בסמליות שהוא רואה במנורה. הוא, על פי תיאוריה שעברה ובטלה מן העולם, נותן למנורה משמעות קוסמית. לדבריו, שבעה מקניה מסמלים את שבעת כוכבי הלכת, והקנה השמיני מסמל את גלגל המזלות. בזמן שבית המקדש היה קיים, הוא ממשיך, היתה המנורה בת שבעת הקנים מסמלת את כוכבי הלכת, ושולחן הפנים עם י"ב חלותיו סימל את גלגל המזלות על י"ב מזלותיו. עתה באה מנורת החנוכה ומסמלת את כל מערכת השמים. כאמור, אין לבלט את דבריו עם ביטולה של אותה תיאוריה מודיעית אסטרונומית, ועם שקיעתה של אמונת האצטרולוגיה על ההשגחה בעולם. חשוב לנו שבדבריו הוא נותן משקל יתר למנורה במה שהוא רואה בה משמעות קוסמית, ובמה שהוא פותח פתח לתהות על קנקנה של המנורה.

מנורת האור וההשגחה

וכאן באים חידושי לירי מפגש וזהות נפלאים. המנורה כסמל למערכת השמים באה לומר, שגלות ישראל וגאולתם אינן תלויות בשום גורם שמימי. אלא הן תוצאה ישירה מאור האומה - מצבה הרוחני. ומקורן הבלעדי - אלקי השמים המשגיח בעולמו.

האור הנסיי האוניברסלי, אף הוא בא לומר, שאמונת היהדות ותורתה אין מקורן בשכל האנושי, ואינן מאמינות בשום גורם שמימי או כח בטבע. אלא מקורה אלוקי, ואמונתה באלקי השמים והארץ ה' אחד, שאין לו דמות הגוף ואינו גוף. דבריו אלו יובהרו לנו היטב, אם נעיר הערה חשובה למתעסק במדרשי חז"ל ובספרי ההגות להכמינו מימי הביניים. האור מסמל מאז ומתמיד את האמונה בה' ובתורה, ככתוב "כי נר מצוה ותורה אור". ובמקביל לכך את השגחת הבורא. לדוגמה: "יאר ה' פניו אליך". שכן ההשגחה האמונה והתורה תלויות זה בזה, כפי שנתבאר הדברים במורה נבוכים ח"ג פ"א. לפי זה האור האוניברסלי משמעותו אמונה לכל העולם בבורא עולם, והמנורה הקוסמית משמעותה עם ישראל עם עולם, משום שהוא מאמין באל עולם.

הרבה מדרשים נאמרו על נס זה, שכולם עמדו על הנס ועל טיבו, עד שאין דרשן יכול לומר: "ראה זה חדש מצאתי", שכן אפשר לענות לו, "כבר היה לעולמים אשר היה מלפנינו", "יותר מהמה בני הזהר עשות ספרים הרבה אין קץ ולהג הרבה יגיעת בשר".

אולם מסתבר שחז"ל צדקו בקבעם: "אין מדרש בלא חידוש". שכן גם אם הראשונים הצליחו למצות את מכלול הרעיונות שבכל עניין, הרי משתנים הזמנים ועמם המושגים וקיים חשש שרעיונותיהם ילכו ויבטלו מן העולם. לפיכך אפשר לומר: כל המקיים רעיון, מסבירו ומחדשו, מבררו ומלכדו, מעלה עליו הכתוב, כאילו עשאו והביאו לעולם. ואשר לנשוא דידן: אין לנו ימורת דרון על החג מתוך הקיף ועומק שיטתיים ומושלמים, אלא להסבירו על פי אחד הדרשנים המזהירים שלנו, שמשום מה נדחה לקרן זוית (רבנו יצחק אבוהב מחבר ספר "מנורת המאור", חי במאה ה-14 או ה-15).

נס חנוכה - נס אוניברסלי

הרבה נסים נעשו לישראל ועליהם אנו אומרים בהלל ובהודיה לה', "והיא שעמדה לאבותינו ולנו שלא אחד בלבד עמד לכולותינו והקב"ה מצילנו מידם". אף נס חנוכה בכלל. אולם נראה שהנס על פי הודיה זו מקבל מימד מצומצם "לנו", לישראל, נס לאומה בלבד. ואמנם פוק חזי מאי עמא דבר, צא והתבונן בדעותיהם וברגשותיהם של המונינו. אתה מיד תגלה את הרגשת ה"לנו" בנסי חנוכה: ניצחנו בשדה הקרב, הואר מקדשנו. וכך אמנם נוסח ההודיה: "על הנסים... שעשית עמנו ועם אבותינו". בעל "מנורת המאור" רוצה להבין אחרת. וזו לשונו: "הקב"ה עושה נסים ונפלאות עם ישראל בכל זמן כשהם צריכים להראות (לאחרים, לאומות העולם, ע"ר) גדולתו בעולם. ואל יחשבו בלבם (אומות העולם, כך מסתבר בדברי רבינו, ע"ר), שהעולם במנהגו נוהג, אלא שהוא יתברך שמו חידשו יש מאין וכו' ומכלל הנסים... היה בזה הנס שעשה בבית שני. כשגברו היונים על החשמונאים וטמאו כל השמינים... וכשגברה מלכות בית חשמונאי לא נמצא אלא פח שמן טהור... ונעשה נס והדליק שמונה ימים". מדבריו אנו למדים, ייעודו של עם ישראל - החדרת האמונה באלקים אחד, כל יכול, משגיח. הוראת רעיון זה נתקלת בקשיים. מאחר שאומות העולם מאמינות שהעולם כמנהגו נוהג, ולית דין ולית דיין, "ומי ה' אשר אשמע בקולו". לכן ה' עושה נסים ונפלאות עם ישראל, כדי לסייע להם בהפרכת תיאוריית החוקיות המוחלטת. שלדעתם היא שולטת בעולם, והורסת את האמונה בה' משגיח. לנסים יש תפקיד, "למען ספר שמי בכל הארץ", ואף נס חנוכה כן. יוצא, אפוא, שבניגוד למקובל לראות בנס חנוכה עניין לאומה בלבד, יש לראותו כהרבה נסים, נס אוניברסלי, שיש בו עניין לאומות העולם, לא פחות מלישראל. ושמה זו כוונת חז"ל בנוסח ההודיה שתיקנו: "ועשית לך שם גדול בעולמך, ולעמך ישראל עשית נסים ונפלאות". כדי להבליט את הכיוון האוניברסלי שמחבר "מנורת המאור" נותן לנס חנוכה. נעייך בדבריו על נס ההצלה מגזירת המן בפורים. דבר ברור וידוע כי אע"פ שהקב"ה רוצה לאיים לישראל, כדי שיחזרו בתשובה, וגם מנסה אותם, כדי להוסיף בשכרם, מ"מ אינו "גוזר עליהם אלא בחיובם"... וגם לפחדם כדי שישובו בתשובה... ומטיל יראתו עליהם מאימת

הופעת הקשת בענן



שלא להעלותה על לבנו ולא נסיה דעתנו לכך ונחשוב ונמשך אחר הרהורי הלב... כיצד? פעמים יתור אחר עבודת כוכבים ופעמים יחשוב ביחוד הבורא שמה הוא שמה אינו, מה למעלה ומה למטה מה לפניו ומה לאחור... (הלכות ע"ז ב ג). ומכאן שגם בהמשך הסוגיה כשנאמר: "כל שלא חס על כבוד קונו... זה המסתכל בקשת", מסתבר שהכוונה כפירושו של המאירי למי שנכנס במחקר הרמוז במקרא שזוכר בו עניין הקשת (מעשה מרכבה, השגחת הקב"ה על העולם).

הרמב"ם בפסקיו לא הזכיר את דברי הגמרא במסכת חגיגה שאין להסתכל בקשת, וכן לא הזכיר בפסקיו שאין להסתכל בנשיא. אמנם את האיסור השלישי שלא להסתכל בכוהנים שנושאים את כפיהם הוא הזכיר ב'הלכות תפילה ונשיאת כפים' (יד,ז), אך הוסיף שזה כדי שלא יסיח דעתו מכוונת הברכה (על פי הירושלמי מגילה ד,ח).

יתכן והרמב"ם הלך בדברים אלו לשיטתו כפי שהסבירה בנו רבי אברהם בספרו המספיק לעובדי ה' () שם העיד שאביו ראה בחלק מאזהרות חז"ל דרכים שנועדו לחזק את ההמונים להקפיד על תקנות חכמים. כשמים אחרונים מתאימים לכך. טעם החיוב של מים אחרונים נזכר כחשש סכנה מהמלח שעשוי לסמא את העיניים, ולדעתו לא זו הייתה הסיבה האמיתית לתקנה, אלא עיקרה היה כדי שהאדם ייגש לברכת המזון שחיובה מן התורה, עם ידיים נקיות.

מנהג נוסף שקיים בראיית הקשת התבסס על דברי רש"י שהביא את דברי חז"ל על המלים: (בראשית ט"ב) "לדרת עולם" שנכתבו בכתב חסר בגלל ש"היו דורות שלא הוצרכו לאות לפי שצדיקים גמורים היו, כמו דורו של חזקיהו מלך יהודה, ודורו של רבי שמעון בן יוחאי". דברים אלו נכתבו בעקבות הגמרא בכתובות ע"ב, והירושלמי ברכות ט"ב, ובעקבות כך הביא החיי אדם שישנו מנהג שלפיו יש להימנע מלהודיע שישנה קשת, מטעם שנאמר מוציא דבה הוא כסיל. מדובר במנהג שהסתמך על מנהג אחר שלפיו אין חובה לבשר בשורה רעה לאדם שמת לו קרוב אפילו אם מדובר באביו ואמו (ראה שו"ע הלכות אבלות תכ"ב).

לעומת מנהג קהילות אחרות (לדוגמה, מנהגי ג'רבא לרב משה כהן) שראו חשיבות לפרסם את מראה הקשת שכן ראו בכך הודעה על חביבותנו לפני הקב"ה וגודל חסדיו עלינו שיש לשמוח בהם ולפרסמם. את דברי הגמרא על דורות הצדיקים ביארו בכך שבדורות אלה לא השתדלו לראות מאחר והיו בטוחים בזכותם ובזכות גדולי דורם (כל יקר).

ביום הגשם הוא מראה דמות כבוד ה'...". בעקבות סוגיה זו נשאל הרא"ש איך נקבעה ברכה על הקשת כשאסור להסתכל בה? והשיב שהסתכלות היא ההתבוננות המדוקדקת ובה יש בעיה וצריך להימנע, אבל הברכה נתקנה על ראייה שטחית קצרה, וכך פסקו הטור והשו"ע. כבר הקשו על חילוקו של הרא"ש מכך שבאותה סוגיה הלשון הסתכלות אינה מכוונת לראיית עיניים אלא להסתכלות עיונית. כך נראה בתחילתה של המשנה שאמרה: "כל המסתכל בארבעה דברים ראוי לו כאילו לא בא לעולם מה למעלה מה למטה מה לפניו ומה לאחור" וכוונתה שאין ראוי שאדם שנמצא בתחילת לימודו להתחיל בעיון עמוק וסבוך כדוגמת השאלות על מה שהיה קודם שנברא העולם, מה יהיה אחרי סופו, ועוד שאלות השקפתיות דומות, וכפי שסיכם זאת הרמב"ם בהלכות עבודה זרה: "...ולא עבודת כוכבים בלבד הוא שאסור להיפנות אחריה במחשבה אלא כל מחשבה שהוא גורם לו לאדם לעקור עיקר מעיקרי התורה מוזהרין אנו

רבי יהושע בן לוי סבר שהרואה את הקשת בענן צריך ליפול על פניו (ברכות נט,א), כפי שנהג יחזקאל הנביא כשראה את מראה דמות כבוד ה' במראה של קשת (יחזקאל א,כח). הגמרא הוסיפה שחכמי ארץ ישראל דחו דעה זו מכיוון שהנהוג כן נראה כמשתחוה לקשת, אבל הסכמת הכול שיש לברך על המראה המרשים של הקשת. שתי דעות נאמרו בשאלת נוסח ברכה זו. לפי דעה אחת "זוכר הברית" ולפי דעה אחרת "נאמן בבריתו וקיים במאמרו". רב פפא בדרכו הייחודית קבע פשרה שמחברת את הדעות השונות: "הלך נמרינהו לתרוייהו ברוך זוכר הברית ונאמן בבריתו וקיים במאמרו" וכך פסק הרמב"ם בהלכות ברכות י,טז.

(יש שנוהגים בסיום מסכת להזכיר את בני רב פפא. יש שהסבירו מנהג זה בכך שרב פפא זכה לעשרה בנים תלמידי חכמים, וזכה להם בשל היותו אוהב ומכבד חכמים, שהרי אמרו בשבת כג ומכות י, האי מאן דרחים רבנן הויין ליה בנין רבנן, וכפי שבעשרה מקומות מצאנו כיצד אהב וכיבד את כל החכמים, והנהיג לעשות ככל דעותיהם מבלי לדחות אף אחת מהן, לכן זכה לבנים אלו (הדר יצחק עמ' קמט-קנ). הסוגיות הן: ברכות י"א, ברכת התורה, ברכות נט,א, ברכת הקשת, ברכות ט"ב, ברכת אשר יצר, שבת כ"א, צורת ההבערה שמספיקה כדי להשאיר עץ דולק לשבת, תענית ו"ב, וברכות נט"ב, ברכת הגשמים, מגילה כ"א, ברכה שאחרי המגילה, סוטה מ"א, מודים דרבנן ולפיו הנוסח גם ברמב"ם הלכות תפילה ט"ד, למודים דרבנן, לעומת מנהג רווח אחר לפיו מוסיפים גם חתימה של "ברוך אל ההודאות" והיא על פי הירושלמי ברכות א,ה), חולין מ"א, טריפת הכבד, חולין ס"ה,א, כנפי החגבים, חולין ע"ב, עצם שנשבר ויצא).

הטור והשו"ע (או"ח רכט"א) הוסיפו שאסור להסתכל בקשת ביותר. המקור להימנעות זו בא מדברי הגמרא (חגיגה ט"א): "כל שלא חס על כבוד קונו ראוי לו שלא בא לעולם". ותשובת השאלה למי מתכוונת המשנה שאינו חס על כבוד קונו, היא שמדובר במי ש"מסתכל בקשת... דכתיב כמראה הקשת... כן מראה... כבוד ה'..." ובהמשך הסוגיה מוסיף רבי יהודה ברבי נחמני ומלמד ש"כל המסתכל בשלשה דברים עיניו כהות: בקשת, ובנשיא, ובכהנים. בקשת - דכתיב כמראה הקשת אשר יהיה בענן

החלה ההרשמה ל-
יְהִי חוֹף
חונכה תשפ"ו - בק"ה

נושא: "שמע בתי מוסר אביה, ואל תטש תורת אבך"

בהשתתפות הרב'צד"ק ר'צון ערוסי שליט"א
רב העיר קריית אנו, חבר מועצת הרבנות הראשית לישראל לשעבר ויד"ח הליכות עם ישראל

במלון עץ הזית ירושלים
רביעי-מוצ"ש | כ"ז-ל' כסלו תשפ"ו | 17-20/12/25

רביעי עד מוצ"ש - 3600 ₪ לזוג.
מחיר לזוג בימים רביעי וחמישי חצי פנסיון - 900 ₪ ללילה.
מחיר לזוג שישי שבת פנסיון מלא - 1800 ₪

פדיונים והרשמה: מוני צארון 052-9426613, אבי חמד 050-6576418

גם לאינטרסים ולרצונות הפנימיים שלהם, ומתוך כך למצוא פתרון מוסכם שהוא לא בהכרח פשרה. הליך הגישור מתבצע באווירה לא פורמלית, באווירה נינוחה וחסויה, ומבוסס על רצון חופשי של הצדדים.

מהו פישור?
פישור הוא הליך שבו צד שלישי - המפשר - מציע פתרון לסכסוך, לעיתים על בסיס שיקולי צדק, איוון אינטרסים או ניסיון מקצועי. בניגוד לגישור, המפשר עשוי להציע פשרה ואף להכריע בסכסוך אם הצדדים הסמיכו אותו לכך, למשל במסגרת סעיף 79א לחוק בתי המשפט [חוק בתי המשפט (נוסח משולב), תשמ"ד-1984].

על פי הקיים כיום בישראל, למגשר יש מסלול הכשרה מוסדר, בעוד שלמפשר אין הסמכה ייחודית אלא לרוב מדובר בבורר/ שופט/ עורך דין או בעל מקצוע אחר הפועל מכוח החוק.

במאמר הבא נתמקד ביתרונות הקיימים בהליך הגישור החיצוני אל מול הליך הגישור המתבצע בין כותלי בית הדין.

- הכותב הוא טוען רבני ומגשר מומחה, חבר לשכת הטוענים הרבניים בישראל. יועץ ומייצג בבתי הדין הרבניים, בידי משפחה ובדיני ממונות. מגשר מוסמך, מדרך ומנחה קבוצות גישור.
- לתשומת ליבכם, המאמר נועד לידיעה כללית בלבד. המידע אינו מהווה ייעוץ מכל סוג או המלצה לנקיטת הליך או אי נקיטת הליך. כל המסתמך על המידע עושה זאת על אחריותו בלבד. נכונות המידע עלולה להשתנות מעת לעת.

לתגובות ושאלות:
נייד: 050-4766211;
וא"ל: n.avshalom@gmail.com

בחודש תשרי האחרון, התקיים בירושלים כנס הדיינים השנתי של מערך בתי הדין "לכתחילה". בכנס הדיינים, עמדה השאלה: האם לשלב את הליך הגישור כחלק ממערכת בתי הדין?

מו"ר הג"ר רצון ערוסי שליט"א, נשיא הארגון, הביע את עמדתו העקרונית כי יש לקרוא לדיינים לרכוש כלים מקצועיים בגישור, ולהטמיעם בעבודת בית הדין. לדעת מו"ר שליט"א: פשרה הנעשית מדעת עדיפה מהכרעה בדין.

אכן, בסיומה של הועידה הוחלט ברוב דעות של הדיינים שליט"א לאמץ את מודל הגישור כחלק ממערכת בית הדין, ואת קריאתו של מו"ר שליט"א להטמיע את הליך הגישור בצורה מקצועית בבתי הדין.

בעקבות קריאתו של מו"ר שליט"א כי זו צורך השעה וצורך הדור להטמיע את הליך הגישור בבתי הדין, יצאנו לבחון את ההבדלים בין המודלים השונים הקיימים ליישוב סכסוכים, בדגש על גישור ופישור.

מה ההבדל בין גישור לפישור? שאלה זו עולה רבות בקרב בעלי דין, אנשי מקצוע ואף בקרב הציבור הרחב. למרות הדמיון הלשוני, מדובר בשני הליכים שונים מהותית הן מבחינה משפטית והן מבחינה הלכתית.

מהו גישור?
גישור הוא הליך חלופי ליישוב סכסוכים, שבו צד שלישי ניטרלי - המגשר - מסייע לצדדים להגיע להסכמה משותפת. המגשר אינו מכריע בסכסוך, אלא מנחה את הצדדים לנהל דיאלוג, לבנות שיח פורה ומכבד שבו ניתן ביטוי לא רק לעמדות הצדדים - אלא



שלום לכבוד הרב
א האם כתוב בדברי רבינו שיהיה שמש לחנוכה בחנוכה?
ב אם לא, האם יש בזה משום 'בל תוסיף' מדוע?
תודה רבה
א לא.

ב אין בזה משום בל תוסיף, כי מותר שיהיה נר שאינו של חנוכה. ואדרבה, קיומו של נר כזה מונע הנאה מנרות חנוכה, שאין אנו רשאים להשתמש לאורן.

מה נפקא מינה להדלקת נרות משמאל לימין או הפוך?
א יד ימין היא בעלת יכולת ויד שמאל כהה, ולכן הימין מסמל משהו חיובי.

חז"ל אמרו: כל הפונות שאתה פונה, יהיו על צד ימין.
ומן הפסוק "ימינך ה' נאדרי בכח", יש שלמדו שיש להעדיף את הימין. ולפיכך יש שמעדיפים ללבוש בגדים, תחילה בימין, וכן מקדימים יד ימין בנטילת ידיים.

במנהג תימן - נטילת ידיים היתה על שתי הידיים כאחת. תחילת הרחיצה משפשפים את הידיים לצורך נקיות, והמשך הנטילה לשם המצווה.

ב עם כל זאת, נרות חנוכה מדליקים משמאל הפתח, כי בצד ימין מזוזה. אם בשמאל בפתח יהיו נרות חנוכה, נמצא שהנכנס באותו פתח, מוקף במצוות.

1 חייל מילואים בזמן הדלקת נרות בעמדת שמירה - פטור מהדלקת נרות חנוכה?
2 חברים שמשרתים אתי יחד מדליקים במקום אחר בבסיס.

3 אשתי לא בבית. היא אצל סבה וסבתה ומדליקה אתם נרות חנוכה.

1 אם אינו יכול להדליק בזמן, ואין מי שמדליק עליו בבית הוריו, אנוס הוא ורחמנא פטריה.

2 אם אתה גר עמם ואוכל עמם, ואם ידליקו, השתתף בהדלקתם ותצא ידי חובה, גם בלי השתתפותך בזמן פיסית.

3 שהיא תשתתף עמם בשמן של חנוכה, או שיקנו לה במתנה, והיא יוצאת ידי חובה בהדלקתם.

אשה שגרה לבד עם בנה הקטן, האם היא אמורה לשנות את לוי"ז העבודה שלה בשעות אחה"צ בהתאם להדלקת נרות חנוכה או שזה בסדר שתדליק בערב אחרי זמן ההדלקה כשתחזור מהעבודה?

אין לה אפשרות להדליק בזמן העבודה. מאחר ואין לה זמן להדליק בזמן העבודה, עליה לסיים את עבודתה עם תחילת השקיעה. זמן הדלקת נרות שהוא משעה 16:40-17:10. וכל זה בגלל חובתה, שהיא חייבת בהדלקת נרות חנוכה.

בנה הקטן אינו חייב, ורק מטעמי חינוך, ולכן אם בעל הבית לא משחרר אותה מן העבודה בזמן הדלקת נרות, תדליק במקום עבודתה בברכה.

ואח"כ כשתגיע לבית מאוחר בערב תדליק בלי ברכה, כדי לחנך את בנה הקטן.

בודד לבניית עצם, כי הם אינם בונים או מחזקים עצם, להיפך הם עלולים לשקוע ברקמות רכות ולגרם להסתיידות שלהן.

ה. **ויטמין C** ליפוזומלי: ויטמין זה בצורתו המתקדמת הינו רכיב חשוב מאד להרבה פעילויות בגופנו, אבל גם לבניית עצם חזקה וצעירה מאחר שהוא "אוסף" את כל הרכיבים הנ"ל ומעודד יצירת אלסטין וקולגן - שני חלבונים חשובים ביותר של העצמות (והשרירים). ניתן לרכישה בארץ בכל פארמה או בית טבע. לגבי המינון של ויטמין זה ושל שאר הרכיבים שהוזכרו לעיל - ניתן להתייעץ עם היועץ של בית הטבע או של החברות שמייצרות את התכשירים שהוזכרו.

ו. **תרופות:** במקרים קשים של דילדול עצם, חשוב לקחת בהוראת הרופא תרופה כדוגמת הפוסאלן אשר אינה בונה עצם אך במקום זאת היא מעכבת את הפירוק המהיר של העצם עם עליית הגיל!! תרופה כזאת ניתנת רק במרשם של רופא ובעיקר כאשר דילדול העצם עובר את הערך (T Score) מינוס 2.5.

בסיכום: ניתן היום לבנות ולחזק עצמות ומפרקים באמצעות שיפור התזונה (יותר חלבונים ופחות סוכרים) וגם בתוספת 4 רכיבים תכליתיים וזמינים: אבקת חלבון, אבקת קולגן, מולטיויטמין מיוחד לבניית עצם וגם ויטמין C. לאלה שמשתעשעים בבניה מלאכותית - תוכלו לקבל ממנה פירוט מינונים וגם לוח זמנים ללקיחה בכל יום של כל אחד מארבעת התכשירים הנ"ל. כבריאות טובה ואיתנה תמיד.

וממנה מכינים "שייק" לשתיה בטעמים רבים ושונים. פרטים מעשיים להכנת וצריכת "שייק חלבון" אפשר לקבל מהיועץ של בית הטבע.

ב. השינויים בתזונה כוללים גם תוספת של "קולגן" שהוא גם כן מרכיב חשוב של תשתית העצם וגם של הרצועות, הגידים ורקמות החיבור ככל גופנו. כאן מדובר בצריכת 10 גרם של אבקת קולגן ליום. את אבקת הקולגן רוכשים גם בבתי טבע וצורכים אותה בתוך משקה קר או חם - לדוגמה תוספת של 5 גרם לצלחת מרק (כן הקולגן מסמך מעט את המרק), או לתוך כוס קפה מהביל או כל משקה חם או קר - לקולגן אין טעם חריג וכמעט לא ניתן להרגיש את טעמו בתוך הנוזלים הללו.

חזרנו לתזונת תינוקות באבקות? - כן, למטרה כל כך חשובה - אלו הן שתי אבקות שעושות פלאים גם לעצמות אבל גם להצעיר את עור הפנים ולחזק את המפרקים, הסחוסים והדיסקים בין חוליות.

ד. **תכשיר ייעודי לבניית עצם:** בעבר ניהלנו דיון ארוך ומייגע על שורה של ויטמינים ומינרלים שתורמים לבניית וחיזוק העצם. היום כבר אין צורך בכך. היום יש תכשיר אחד שמכיל את כל הגורמים החשובים לבניית עצם. מעין מולטי-ויטמין של העצמות. בארץ תמצאו אותו בשם: "קומפלקס סידן". ובחור"ל בשמות Bon-Up או Bone Maximizer (שני האחרונים מחו"ל עם משלוח זול ומהיר לארץ). חשוב להדגיש - תכשיר לבניית עצם חייב להכיל בתוכו לפחות 5 רכיבים שונים ואין לרכוש סידן לבד או סידן עם עוד תכשיר

בפרק הקודם סקרנו את הסיבות המחייבות לפסול את המאמר המדעי שקבע שויטמין D בתוספת סידן אינם מונעים שברי עצמות אצל קשישים.

בפרק הנוכחי נענה על השאלה - איך בונים עצמות מדולדלות בכל גיל ומונעים שברים ספונטניים? המסר החשוב הוא שניתן ורצוי לבנות עצמות ע"י תזונה נכונה ומשלימי (תוספי) תזונה, כפי שתלמידי יודעים זאת כבר מלפני למעלה מעשור שנים. להלן פירוט של הרכיבים החשובים לבניית עצם בכל גיל - לא להיבהל - הרשימה התקצרה בשנים האחרונות בגלל התקדמות משמעותית במחקר המדעי בתחום זה: כל מי שסובל מדילדול עצם ואפילו קל שבקלים חייב לשפר את התזונה ולקחת משלימי (תוספי) תזונה ייעודיים לבניית וחיזוק העצמות (להלן פירוט תמציתי ותכליתי). חשוב להבהיר: מוצרי חלב ומזונות עשירים בסידן (כמו שושמון מלא וכדומה) אינם המקור המועדף לסידן ואינם מספקים את כל המינרלים והויטמינים הדרושים לשיקום עצמות מדולדלות. להלן המערך התכליתי לבניית עצם בכל גיל:

א. **שינויים בתזונה:** חלבונים מהווים תשתית של העצם ועל התשתית הזו מתווספים המינרלים החשובים לבניית העצם. לכן, התזונה היומיומית חייבת לתת אספקה טובה של חלבונים זמינים (ביצים, דגים, בשר, קטניות). במצבים קיצוניים של דילדול עצם וסכנת שברים המחקר המדעי האמין ממליץ על תוספת מנה יומית של 30 גרם "אבקת חלבון" נקיה ומרוכזת - אותה רוכשים בבתי טבע

מו"ר הרה"ג יוסף קאפח זצ"ל

לכו אל יוסף אשר יאמר לכם תעשו

תלמידי ישיבות ההסדר מופנים ע"י ראשי הישיבות לנושא החינוך ולימוד מקצועות הקדש לילדי / תלמידי ישראל. וכחלק מכך אנו לומדים את מקצוע ההוראה במקצועות הקודש.

שאלתי היא, האם אין זה נוגד את האיסור לקבל כסף על לימוד תורה,

ושימוש בתורה כקרדום לחפור בה?

וכן האם במצב קשה זה שאנו נמצאים בו של חוסר במורים טובים ללימוד התורה, אין תלמידי הישיבות נדרשים להחליף ראשונים ללמד אף על פי שמקבלים כסף בעבור זה. [יג כסלו תשנ"ט]

לימודי הוראה בבתי ספר גבוהים מצוה רבה, ומותר לקבל כסף על לימוד זה.



תלמיד בישיבת הסדר אני נקרא חייל במשך ארבע שנים, כאשר רק כשנה וחצי מתוכם אני משרת כחייל בצבא. במשך שנתיים וחצי הנתרות אני נמצא בישיבה בלי שום זכות של חייל, ואיני מקבל משכורת וכן מחוייב לשלם ביטוח לאומי.

שאלתי היא, האם על אף שהצבא אוסר עלי לעבוד בתקופה זו, כיון שאני נדרש לשלם ביטוח לאומי מותר לי לעבוד ע"מ לשלם סכומים אלו, וכן לכלכל עצמי בקניית דברים מינימליים, או אולי כחלק מהסדר זה, במשך תקופה זו עלי להסמך על כספם של הורי בלבד. [יג כסלו תשנ"ט]

אתה רשאי להשתכר למחיתך ולהוצאותיך ההכרחיות, ובכך תהיה תורתך שלמה.



מתוך שו"ת הריב"ד,

מומלץ לעיין במקורות וההרחבות שחיבר הרב אברהם חממי יצ"ו

בדואר האלקטרוני:

bdmamonot@gmail.com

1533-5351119

בפקס:

או לכתובת בית הדין לדיני ממונות:

ת"ד 911

קריית אונו 55100

בית הדין לדיני ממונות ברשותו של הרה"ג רצון ערוסי שליט"א

רב העיר קריית אונו וחבר מועצת הרה"ר לישראל

קורא לציבור הרחב להתדיין רק ע"פ דין תורה בכפוף לחוק הבוררות.

- יש אפשרות לערער לפני הרכב נוסף.
- לפרטים יש לפנות אל מזכיר ביה"ד בכתב לבקשת בוררות, בציון פרטי הצדדים המלאים והמדויקים.