

ביתנו החדש

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

ביחד



חלוק הכעס

אמרו חז"ל: 'בשלושה דברים אדם ניכר: בכוסו, ובכיסו, ובכעסו'. איכות האדם לא נמדדת כאשר הוא יושב על 'כסא נח' ושותה קפה, אלא במצבי לחץ. אז מגיעה לידי ביטוי מעלתו של האדם או פחיתותו. היות והכעס הוא אחד משלושת המדדים, אז נשאלת השאלה - כיצד ניתן לשלוט בו, או לכל הפחות להקטין אותו, ולפעול באופן מבוקר ושקול?

מספרים על בני זוג שכל ימי חייהם הם התקוטטו. כמעט ולא עבר עליהם יום ללא קטטה או מריבה. לעת זקנתם ישבו שניהם במרפסת הבית, בשעה נדירה של שקט.

לפתע קם האיש ואמר לאשתו: נכון שכל ימינו אנו מתקוטטים? כן, אמרה לו אשתו. יש לי רעיון, הוא אמר בהתלהבות. מולנו נפתחה חנות 'נדוניה', ניגש לשם ונקנה 2 חלוקי מגבת, חלוק ורוד לך וחלוק תכלתי לי... ומשם נלך למתפרה שירקמו לנו על גב החלוקים 'חלוק הכעס'.

ומה תעשה עם החלוקים? שאלה הגברת. נעשה הסכם, הוא אמר, לא מתקוטטים עד ששובשים את החלוקים ומהדקים את החגורה, ורק אז... סיכמנו?

וכך היה, הם קנו חלוקים, תפרו מאחור את המילים 'חלוק הכעס', שבו לביתם ותלו את החלוקים על דלת חדר האמבטיה. בצאתם למרפסת האיש כמעט הפיל את אשתו. היא התמלאה בזעם וגם הוא רתח, אבל... אסור לריב לפני ששובשים... הם רצו בריצת אמוק לחדר האמבטיה וניסו ללבוש את החלוק במהירות ולא הצליחו... לאט לאט שכח כעסם, הם תלו בחזרה את החלוקים וחזרו לשבת במרפסת ולשוחח...

העיקרון הנלמד מהסיפור הזה הוא פשוט, לפני שמתפרצים אחד על השני, צריך לעשות פעולת השהיה, ורק אחר כך לחזור ולריב אם נשאר עוד חשק. כלומר, אדם מגיב בצורה חריפה באותו רגע שהוא 'חם' אבל כשהוא מתקרר קצת עוצמת התגובה נעשית מבוקרת ונשלטת.

מכאן למדנו שצריך שיהיה לנו בבית סוג של 'חלוק כעס'. כלומר, החלטה על פעולה מסוימת שאותה נבצע לפני הקטטה, כמו נגיעה באף, או קריצה או תנועה אחרת, שעשייתה תאותת לפרוש מיד ולשתוק. וכשנעשה זאת ניווכח שאין כל כך על מה להתפרץ, ואולי אפילו עדיף לדחות זאת למועד אחר.



פרשת השבוע



בחירה שווה

"וּחִזְקֵתִי אֶת לֵב פְּרַעֲהַ וַיִּרְדֹּף אַחֲרָיָהֶם וַאֲפַכְדָּהּ בַּפְּרַעֲהַ וּבְכָל חִילוֹ וַיִּדְעוּ מִצְרַיִם כִּי אֲנִי יְהוָה וַיַּעֲשׂוּ כֵן... וַיִּהְיֶה לִּבְבִּי פְּרַעֲהַ וַעֲבָדִיו אֶל הָעַם וַיֹּאמְרוּ מַה זֹּאת עָשִׂינוּ כִּי שָׁלַחְנוּ אֶת יִשְׂרָאֵל מִמִּצְרָיִם... כִּשְׂאֵנוּ קוֹרְאִים פְּסוּקִים אֱלֹהֵינוּ שׂוֹאֲלִים אֶת עַצְמָנוּ - לְמַה הִקְבִּיד אֶת לֵב פְּרַעֲהַ? אִיפֹה הַבְּחִירָה וְלִמָּה הוּא מֵתַעַלֵּל בַּמִּצְרַיִם? כֹּתֵב הַרְמַב"ם שְׂכִינִן שֶׁבְחַמֶּשׁ מִכּוֹת הַרְאִשׁוֹנוֹת פְּרַעֲהַ הוּא זֶה שֶׁהִכְבִּיד אֶת לִיבוֹ וְלִכְן בְּשֵׁאר הַמִּכּוֹת הִקְבִּיד אֶת לִיבוֹ וּמֵנַע מִמֶּנּוּ דַרְכֵי הַתְּשׁוּבָה.

הַרְמַב"ן לְעוֹמֵת זֹאת כֹּתֵב שֶׁבְהַכְבַּדַת לֵב פְּרַעֲהַ הִקְבִּיד אִיזֵן לוֹ אֶת מִשְׁקַל הַבְּחִירָה. הַבִּיאוֹר לְדַבְרֵינוּ הוּא שֶׁהָרִי כָל מִכָּה וּמִכָּה לִימְדָה אֶת פְּרַעֲהַ עַל שְׁלִיטַת הַבוֹרָא בְּעוֹלָם. מִכַּת דָּם לִימְדָה אֶת פְּרַעֲהַ עַל שְׁלִיטָה בְּכָל מִצְבוּרֵי הַיָּם, מִכַּת עֲרוֹב לִימְדָה עַל שְׁלִיטָה בְּבַעֲלֵי הַחַיִּים, מִכַּת בְּרַד לִימְדָה עַל שְׁלִיטָה בְּכוֹחוֹת הַטֶּבַע וּמִזְג הָאוֹוִיר. גַּם בְּפֶרֶק הַזְּמַן הַמְדוּיָק שֶׁל כָּל מִכָּה וּמִכָּה לִימְדָה וְהָרָאָה עַל תּוֹפְעוֹת מַכּוּנוֹת מְלַמְעֵלָה. אִם כֵּן כָּל הַנִּיסִים הַנִּפְלְאוֹת הִלְלוּ גִרְמוֹ לַפְּרַעֲהַ לְהַתְעוֹרֵר וְלוֹמַר "ה' הַצְּדִיק וְאֲנִי וְעַמִּי הַרְשָׁעִים". זֹאת אֹמֶרֶת מִשְׁקַל הַבְּחִירָה הַחוֹפְשִׁית שֶׁל פְּרַעֲהַ הוֹפֵר וְהוּא הַפֶּךְ לְהִיּוֹת מוֹכֵרָה לְהַכִּיר בְּבוֹרָא, לֹא מִכָּה הַשְׁכָּל אֲלֵא מִכָּה הַנֶּסֶם.

וְכוֹלְנוּ יוֹדְעִים שֶׁהִקְבִּיד בְּרָא אֶת הָאָדָם כְּדֵי שִׂיכֵר בְּגִדְלוֹתוֹ וּמִמְשַׁלְתּוֹ בְּכַח הַשְׁכָּל וְהַהִכָּרָה לְלֹא שׂוּם דָּבָר שֶׁמְכַרִּיחַ, אִם כֵּן כִּיּוֹן שֶׁפְּרַעֲהַ נָטָה לְהִיּוֹת מוֹכֵרָה בְּהַכְרַת הַבוֹרָא, מִיַּד הִקְבִּיד אִיזֵן לוֹ אֶת מִשְׁקַל הַבְּחִירָה עַל יַד הַכְּבֵדַת לִיבוֹ. וּבְכָל פֶּעַם שֶׁהִקְבִּיד אֶת לִיבוֹ וַאֲיִזֵן אֶת הַמִּשְׁקַל שׁוֹב פְּרַעֲהַ בְּחֵר בְּרַע וְלֹא כִּיבַד אֶת בְּקִשְׁתּוֹ מִשֶּׁה רִבְנוּ לְשַׁלּוֹחַ אֶת עַם יִשְׂרָאֵל מִמִּצְרַיִם. נִמְצָאנוּ לְמַדִּים שֶׁבְהַכְּבַדַת לֵב פְּרַעֲהַ לֹא הָיָה שׂוּם דָּבָר חָרִיג מִדֶּרֶךְ הַטֶּבַע אֲלֵא דָּבָר מוֹבֵן וְהַגִּיּוּנִי.

סִיבָה נוֹסֶפֶת לְמַדְנוּ בְּעִשְׂרַת הַמִּכּוֹת שֶׁנִּחְתּוּ עַל פְּרַעֲהַ וּמִצְרַיִם. הִתְהַלַּח לָהֶם מִטְרָה נוֹסֶפֶת לְעוֹרֵר אֶת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל. בְּמִשְׁךְ שֶׁהוּתֵם שֶׁל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל מִמִּצְרַיִם הֵם שֶׁקָּעוּ בְּמִ"ט שְׁעָרֵי טוֹמָאָה, וְכַמְעַט שֶׁלֹּא הִתְהַלַּח זְכוֹת לְגוֹאֲלָם. לְשֵׁם כֵּךְ הַנְּחִיַת הִקְבִּיד מִכּוֹת מִשְׁתַּנּוֹת וּמִתְחַלְפוֹת כְּדֵי לְלַמֵּד אֶת בְּנֵי שֵׁשׁ מְנַהִיג לְעוֹלָם וּשְׁיִתְכוּנוּ לְגֹאֲלוֹהֶם. יֵשׁ יְהוּדִים שֶׁהַתְעוֹרָרוּ כָּבֵר בְּמִכַּת דָּם, וַיֵּשׁ כְּאֵלֶּה שֶׁרָאוּ אֶת יַד ה' בְּמִכַּת עֲרוֹב, וְהָאֲחֵרִים בְּמִכַּת חוֹשֶׁךְ וְכֵן הִלָּאָה עַד שֶׁבְּמִכַּת בְּכוֹרוֹת הִכִּירוּ וַיִּדְעוּ כּוֹלֵם שֶׁאֵין עוֹד מַלְבְּדוֹ! אֲבָל גַּם כַּאֲן הוֹפֵר מִשְׁקַל הַבְּחִירָה שֶׁל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל שֶׁהָרִי הֵם הַתְעוֹרָרוּ לְתִשׁוּבָה ע"י נִסִּים וּמִכּוֹת מִצְרַיִם.

וְהִיכֵן הַתְּאֵזֵן מִשְׁקַל הַבְּחִירָה? כְּשֶׁאִמַּר הִקְבִּיד לְבְנֵי יִשְׂרָאֵל לְשַׁחֹט כֶּבֶשׂ וּלְעַשׂוֹת קוֹרְבַן פֶּסַח וְאֵת הַדָּם לְמַרוֹחַ עַל הַמִּשְׁקוֹפִים הִתְהַלַּח נְדַרְשַׁת מִסִּירוֹת נֶפֶשׁ גְּדוּלָה מִצַּד בְּנֵי יִשְׂרָאֵל. שֶׁהָרִי הַעֲבוּדָה זָרָה שֶׁל מִצְרַיִם הִתְהַלַּח הַטְּלָה, וְכַאֲן נְדַרְשׁוּ בְּנֵי יִשְׂרָאֵל מִצַּד עַצְמָם לְמַסּוֹר נֶפֶשׂ וּלְקַנּוּת אֶת הַתְעוֹרָרוֹת הַתְּשׁוּבָה שֶׁנַּעֲשִׂתָה ע"י הַנִּסִּים מִשְׁמַיִם, ע"י מַעֲשֵׂה כַּאֲן בְּאַרְץ. וּלְקַבּוֹעַ בְּלִיבֵם אֶת מִצִּיאוֹת ה' בְּעוֹלָם. הִנֵּה כִּי כֵן לְמַדְנוּ עַד כֹּמֵה הִקְבִּיד דּוֹאֵג וְחַפֵּץ שֶׁבְּרוּאֵיו יִבְחָרוּ בּוֹ בְּכַח הַבְּחִירָה הַחוֹפְשִׁית כְּדֵי לְהִטִּיב אִתָּם בְּאַחֲרֵיתָם.

שבת שלום ומבורך - הרב אבנר קוואס

אחרי הגניבה אומר הגנב לשותפו: "בא נספור את הכסף."
עונה לו השני: "אין לי כח לספור כל כך הרבה כסף, בוא נראה
מחר בעיתון..."

כל החיים אנחנו עובדים קשה בשביל שני דברים:
משכנתה, ומה שקנתה...

זיחה



לפני שאדם דואג לעולם הבא של חברו, קודם שידאג לעולם הזה שלו.
(הגאון מווילנה)

פתגם השבוע

לקבלת העלון במייל יש לשלוח בקשה למייל: betenuh@gmail.com



מבינים... הוא התחיל... אתם כל הזמן נגדי... אבל אם נאמר לו שלא מדברים עליו אלא על איציק, מיד הוא יקשיב ויאמר לעצמו: מענין, מה קרה עם איציק?... ולמעשה איציק זה הוא! ובאמצעות המשל הוא קיבל את ה'תרופה' המתאימה ללא כל התנגדות. לכן, חפשו סיפורים לילדים שעוסקים בנושאים שנמצאים כעת על הפרק, ודרך הסיפור שהוא למעשה משל תכניסו לילדים את התרופות, החיסונים והחיזוקים שיעזרו להם להתמודד עם הקשיים שלהם מבלי שהם ירגישו. ישנן סדרות נפלאות של ספרים העוסקים בקשיים נפוצים שילדים מתמודדים איתם ופתרונם בצידם. סיפור אחד או שניים לפני השינה, או בשבת בסעודה המשפחתית, יפתרו הרבה מהקשיים בחינוך, וגם יתנו לילדים מוטיבציה וכלים לעשות דברים חיוביים.

כשאבא מספר לילדים סיפור זה אחרת לאבא יש טון סמכותי כמו ביומן חדשות. כשהוא מדבר - כולם נאספים לשמוע. על ידי הסיפור מעבירים מסרים חשובים לילדים מבלי שהם ירגישו, וכך יורים את חיצו החינוך למטרה. צריך לדעת שכל אדם נברא עם מנגנוני הגנה שנועדו להגן על אישיותו כשהוא מרגיש מותקף. אך אחד לא אוהב לשמוע שהוא לא בסדר. וברגע שהוא שומע האשמות, קמים כל 'עורכי הדין' שלו להדוף את הטענות. אחת השיטות להעביר מסר או ביקורת מבלי לעורר את מנגנוני ההגנה היא באמצעות משל. במילה 'משל' טמונה המילה למשול. אם נגיד לילד 'אתה לא בסדר' תגובתו תהיה: מה פתאום?! אתם לא

סיפור לשבת



אולם, הסוחר דחה את ההצעה באומרו שיש עוד זמן רב עד לכניסת השבת, ואם לא יגמרו ביניהם עכשיו, יבטל את כל העסקה. רבי ישראל הסביר לו שכך הוא נוהג תמיד, שבשעה 12 של יום ששי, הוא סוגר את החנות, וגם עכשיו לא ישנה את מנהגו, גם אם מדובר בעסקה גדולה שיש בה חשש הפסד מרובה. הסוחר לא האמין למשמע אוזניו, והיה בטוח שהמוכר היהודי מהתל בו. וכי מי יהיה מוכן לתת לרווח שכזה לחמוק מבין אצבעותיו?! אבל כאשר השעון הצביע על השעה 12:00 ביקש רק ישראל סליחה מהסוחר, ביקש ממנו לעזוב את המקום, וסגר את החנות על מנעול ובריה. בליל שבת גילו לר' ישראל מן השמים שהיה זה עבורו נסיון מן השמים, לבודקו האם יתפתה לרווח הגדול, וישאר בחנות, או שמא כבודה של השבת יעמוד גם הפעם מול עיניו, והוא לא יוותר על מנהגו הקבוע. מאחר שעמדת בניסיון, תזכה להוליד בן שיאיר את עיני העולם כולו, הבטיחו לו מן שמיא. (יביע אומר)

לא לחינם זכה רבי ישראל איסר'ל, לבן כמו הרמ"א
 רבי משה איסרליש נולד בשנת ה'ר"פ בעיר קראקא לאביו רבי ישראל איסר'ל, שהיה עשיר גדול ומראשי הקהילה, ואחד משני סוחרים יהודים, שהמלך הפולני, זימונד, העניק להם רשיון לפתוח חניות מסחריות ללא כל הגבלה. רבי ישראל החזיק עסק גדול של אריגים, ומפני כבוד השבת היה נוהג לסגור את החנויות בערב שבת כבר בשעה 12 בצהרים. זאת ידעו כל לקוחותיו, אפילו שהחנות תהיה מלאה בקונים, יכריז רבי ישראל בדיוק בשעה 12 על נעילת החנות, ולא יעזרו תחנוניו של אף אחד. פעם, ביום ששי, נכנס לחנות סוחר גדול וביקש לרכוש כמות נכבדה מאוד של סחורה. רבי ישראל איסר'ל מדד לו בדיוק את כמות הסחורה שביקש, והגיש לו את החשבון. הסוחר אמר לבעל החנות שהוא זקוק לכמות יותר גדולה של סחורה, אבל השעון הראה כבר על השעה 5 דקות לפני 12 וכיון שההכנה והמדידה של כמות כזו, תארך זמן רב, הציע אפוא ר' ישראל לסוחר לדחות את סיום העסקה ליום ראשון.

העלון מוקדש

לע"נ

שמואל בן רחל ז"ל

אושרת בת מרים ז"ל

ולרפ"ש

ציפורה בת שרה הי"ו

סדנאות ברחבי הארץ עם הרב אבנר קוואס

גני מודיעין - בנושא חינוך ילדים, מוצ"ש, מרכז תרבות רחוב שתילי זיתים 3. בשעה 20:45. כניסה בתשלום.
טירת הכרמל - בנושא שלום בית, יום א', ביה"ס אפרים צמח רחוב הכלניות 20. בשעה 20:45. כניסה חופשית.
הרצליה - בנושא זוגיות, יום שני, בבית המדרש "יאמר ליעקב" שכונת נווה עמל, סמטת המארי עפארי. בשעה 20:45. כניסה בתשלום.
חולון - בנושא זוגיות, יום שלישי, מרכז קהילתי רחוב פילדלפיה 5. בשעה 20:45. כניסה בתשלום.
פרטים נוספים באתר "ביתנו החדש"