



**יהדיו**

ארגון נוער

ירחון פעילות חודשי

ארגון הנוער 'יהדיו'

נושא החודש:

**סדר ונקיון**

חוברת הדרכה



תמוז - אב תשפ"ב | מותאם לגילאי יסודי





משרד ראשי: רחוב גבעת שאול 27, גבעת שאול, ירושלים

טלפון: 077-40-50-813 פקס: 153-524-236-122

דוא"ר: office.yachdav@gmail.com

מזכ"ל התנועה: אילן קוסמן

סמזכ"ל התנועה: ישראל שילה

ניהול תוכן: מקסים עובדיה

כותב תוכן: ראובן מילצקי office.yachdav@gmail.com

עריכה: מרדכי רוזנברג

גרפיקה: שלומית כהן - סטודיו דינמי

dinami20.studio@gmail.com

© כל הזכויות שמורות לארגון הנוער 'יחדיו'

הממנה על תחום המוגנות ביחדיו: הרב מוטי זולברג יעץ חינוכי.

נתן לפנות ישירות להתייעצות או דיווח בכל עניין לטלפון 054-5773002 או למייל: mottizol@gmail.com

ירחון פעילות  
חודש תמוז - אב תשפ"ב

נושא החודש:

סדר ונקיון



מותאם לגילאי יסודי







## ירחון פעילות 'יחדין' חודש תמוז-אב תשפ"ב | נושא החודש: סדר וניקיון

### נושא החודש: סדר וניקיון.

נלמד על חשיבות הסדר, בבית ובסביבה. נעריך את הניקיון והמצוות הכרוכות בו, נאהב ניקיון וסדר. נפנים שהתלמוד תורה - הוא כמו הבית שלנו, נקיונו - שווה לניקיון החדר שלנו בבית.

נתבונן בחשיבות הניקיון והסדר בחזות החיצונית של כל אחד מאיתנו, כיאה לבן מלך, ועד כמה זה מוסיף לנו ברוחניות, ובהצלחה בחיים.

נוסיף להעמיק בחשיבות סדר היום, ועל ניהול הזמן בצורה מוצלחת, לפי טפל ועיקר. לסיום, נקבל הדרכה מעניינת על חשיבות סדר היום - גם בחופשת בין הזמנים.

### רקע לנושא:

ניקיון וסדר, הם ביטוי חיצוני למידה פנימית בנפש. כאשר נתרגל לחבב ניקיון וסדר, הנפש שלנו תזכה לטהרה, ומחשבותינו תהיינה צלולות וחדות יותר. כך, נצליח יותר להשיג את מטרותינו בחיים.

כאשר היומיום שלנו יהיה מסודר ונקי, בלי בלבול מחשבתי הכרוך בכלכלה, נגלה שיש לנו זמן רב בלתי מנוצל, אותו נוכל להקדיש להתקדמות מפוארת והצלחה כבירה.

כמו הסיפור על היהודי ששאל את מחולל תנועת המוסר, הגאון רבי ישראל סלנטר זצ"ל: "יש לי רק דקות ספורות ביום ללימוד תורה, האם לא עדיף להקדיש אותן ללימוד גמרא או הלכה, ולא ללימוד מוסר?"

נתחייך רבי ישראל, והשיב כנגדו: "אם תלמד בזמן הקצר הזה מוסר, תגלה שיש לך די והותר זמן, ללמוד גמרא, ללמוד הלכה, ולהוסיף עוד מוסר..."

### מטרות הנושא:

ילד מסודר ונקי - הוא ילד מצליח יותר. הוא מעריך יותר את עצמו כבן מלך, מצליח לסדר את מטלותיו, ולהתקדם בחייו. וכבר אמרו חז"ל 'דירה נאה וכלים נאים מרחיבין דעתו של אדם'.

### שנן ונזכור את שלושת המטרות שלנו:

לחוות חיי תורה מתוך שמחה ואושר, לקחת אחריות על עצמינו, ועל העתיד שלנו, לשאוף להצליח ולנצל את הפוטנציאל שלנו.

**יום פעילות חודשי:**

ביום הפעילות החודשי, כל הסניפים בארץ מבצעים פעילות באותו נושא, כאשר כל סניף בוחר לעצמו את אופי הפעילות המדוייק, המתאים לחניכים. החודש, תתקיים פעילות מיוחדת במיוחד -

**מבצע ניקיון התלמוד תורה.**

כמובן תוכלו לבצע את המבצע בכל צורה שעולה על דעתכם, אך אנו מביאים כאן רעיון למשחק תחרות מאתגר: **'דילמת הארטיק'.**

**נקי  
ביחדיו**



המשחק מבוסס על 'דילמת האסיר' - המדגימה מצב בו התנהגות הגיונית לחלוטין, תמיד טוביל לתוצאה לא טובה. גם כאן, החניכים יצטרכו להחליט ע"פ שיקול דעתם מה לבחור, כשכל בחירה תהיה בעלת יתרון וחסרון. הבוחרים נכונה - הינם בעלי אחריות ומשמעת.

**סיווג:**

1. יש להצטייד מבעוד מועד בחבילת ארטיקים, עבור כל המשתתפים. וכן ממתק נוסף, או ארטיק נוסף.
2. המלצה: לא נחלק יותר מארטיק אחד, כי זה פשוט לא נעים ולא בריא... נשמור את הזכות למפגש הבא, או שנחלק ממתק אחר במקום הארטיק הנוסף.
3. את יום הפעילות נשחק במערך 3 - הקשור לנושא.
4. המסר הישיר הוא כמובן אחריות ושיתוף פעולה, אבל המסר הסמוי, שהוא בד"כ זה שנכנס הכי חזק: חשיבות הניקיון!

**מהצלחה רבה!**

אחכים כבר לראות את התמונות של יום הפעילות אצלכם!

## תוכן עניינים

3. . . . . נקי ביחדיו | **יום פעילות חודשי**
5. . . . . בין המצרים - תקופה של געגועים וציפיה | **מערך מיוחד**
13. . . . . ניקיון הסביבה - ניקיון הנפש | **מערך 1**
21. . . . . סידור הבית - המצוה שלי! | **מערך 2**
31. . . . . התלמוד תורה - זה הבית שלי! | **מערך 3**
39. . . . . חזותו של בן תורה | **מערך 4**
49. . . . . חשיבות הרגע | **מערך 5**
59. . . . . השיטה לסדר יום מוצלח | **מערך 6**
67. . . . . סדר יום גם ב... 'בין הזמנים'! | **מערך 7**











## מֵאָרֶךְ מִיּוֹחַ?

# בין המצרים - תקופה של געגועים וציפיה

שנים רבות חלפו. ימי המקדש רחוקים מליבנו וממחשבותינו, ולעתים קשה לנו להצטער.

התבוננות נכונה, והכרת המושגים משורשם, תעורר בנו את הגעגוע, הציפיה וההשתוקקות לימים מלאי הדר רוחני וקרבת השם.



## שאלות לדין

1. מהם חמשת הדברים שאירעו בי"ז בתמוז?
2. אלו שלושה דברים ארעו בתשעה באב, מלבד חורבן הבית הראשון והשני?
3. מדוע אנחנו בוכים על העבר? מדוע לא להיות אופטימיים ולהסתכל קדימה?

## תשובות

### 1. צום י"ז בתמוז:

- **מדוע צמים:** שבעה עשר בתמוז הוא אחד מארבעת ימי התענית שנקבעו לזכר חורבן בתי המקדש (צום גדליה בג' תשרי, עשרה בטבת, י"ז בתמוז ותשעה באב). המשנה במסכת תענית (ד, ו) מסבירה את טעם התענית: "חמשה דברים אירעו את אבותינו בשבעה עשר בתמוז... נשתברו הלוחות ובוטל התמיד והובקעה העיר ושרף אפוסטמוס את התורה והעמיד צלם בהיכל".
- **הובקעה העיר:** בימי בית שני צרו הרומאים מסביב לחומות ירושלים במשך שלוש שנים, עד שלבסוף ביום י"ז בתמוז נחלשו המגינים וחומות העיר הובקעו. זוהי הסיבה העיקרית לצום זה - כי האויב הרומאי פרץ לירושלים לקראת חורבן בית המקדש השני.
- **שבירת הלוחות:** כמתואר בפרשת כי תשא וכמבואר בגמרא תענית (כח, ב), לאחר שמשה רבינו שהה על הר סיני ארבעים יום וארבעים לילה, הוא ירד מן ההר כשבידיו שני לוחות הברית. כאשר ראה את העגל אליו עבדו בני ישראל, ואת מחולות הריקודים סביבו, החליט לשבור את הלוחות. מאורע שבירת הלוחות, יחד עם חטא העגל, אירעו ביום י"ז תמוז.
- **ביטול התמיד:** הגמרא בסוטה (מט, ב) מתארת שהרקע לביטול התמיד נבע ממלחמת החשמונאים שהיתה באותו הזמן: "כשצרו מלכי בית חשמונאי זה על זה היה הורקנוס מבחוץ ואריסטובולוס מבפנים. בכל יום היו משלשין דינרים בקופה, ומעלים להם תמידים. היה שם זקן אחד שהיה מכיר בחכמה יוונית, לעז להם בחכמה יוונית אמר להם: 'כל זמן שעוסקים בעבודה אינם נמסרים בידיכם'. למחרת שלשלו להם דינרים בקופה, והעלו להם חזיר. כיוון שהגיע לחצי



החומה, נעץ ציפורניו בחומה ונודעזעה ארץ ישראל ארבע מאות פרסה על ארבע מאות פרסה”.

- **שריפת התורה:** מדברי המשנה “שרף אפוסטמוס את התורה” הבין בעל התפארת ישראל כי מדובר בספר מיוחד וידוע, הלא הוא ספר התורה שנכתב על ידי עזרא הסופר.
- **העמיד צלם בהיכל:** בתלמוד הירושלמי (ד, ה) נחלקו התנאים לגבי נוסח המשנה בעניין זה, יש מפרשים שמדובר בצלם שהעמיד מנשה מלך יהודה כמתואר בדברי הימים ב’ (לג, ז), ויש מפרשים שמדובר בהמשך מעשיו של אפוסטמוס ששרף את התורה, וגם העמיד צלם.

## 2. תשעה באב:

תשעה באב הוא יום תענית שמקורו בדברי הנביאים, התענית חלה ביום ט’ באב, והיא מהווה את שיא האבלות של תקופת ימי בין המצרים. תענית זאת היא החמורה מבין ארבע התעניות על חורבן בית המקדש. התענית נקבעה במשנה לציון חורבן בתי המקדש - חורבן בית ראשון בשנת ג’ אלפים של”ח (422 לפנה”ס), בידי צבאו של נבוכדנצר השני מלך בבל, וחורבן בית שני בשנת 70 לספירה בידי הצבא הרומי ובראשו המצביא טיטוס.

חוץ מהחורבן בית המקדש הראשון והשני, ארעו ביום זה מאורעות קשים נוספים, וכך שנינו במשנה (תענית ד, ו): “חמשה דברים ארעו את אבותינו בתשעה באב: נגזר על אבותינו שלא יכנסו לארץ; וחרב הבית בראשונה ובשניה; ונלכדה ביתר; ונחרשה העיר”.

- **נגזר על אבותינו של יכנסו לארץ:** לאחר חטא המרגלים, בו בכו ישראל והתלוננו על הארץ המובטחת, נגזר עליהם שלא יכנסו לארץ ישראל. היה זה בליל תשעה באב, כפי שדורשים חז”ל (תענית כט, א ועוד): “ותשא כל העדה ויתנו את קולם ויבכו העם בלילה ההוא. אמר רבה אמר רבי יוחנן: אותו לילה ליל תשעה באב היה. אמר להם הקדוש ברוך הוא: אתם בכיתם בכיה של חינום - ואני קובע לכם בכיה לדורות”.

- **ונלכדה ביתר:** העיר ביתר היתה המעוז האחרון של מרד בר כוכבא, והיא נפלה בגבורה בתשעה באב.

- **ונחרשה העיר:** היה זה לאחר חורבן ירושלים, “שנתחרשה כולה ונעשית כשדה חרושה” (רש”י ותוספות יום טוב).





בתענית זו מתאבלים גם על אסונות נוספים שאירעו לעם היהודי לאורך הדורות, לאו דווקא בתאריך זה. יש המזכירים ביום זה את גזירות ת"ח ות"ט, ואת השואה האיומה.

## חורבן בית המקדש

- **למה בוכים על העבר?** ישנו סיפור מפורסם, שכאשר הפילוסוף היווני אפלטון פגש את ירמיהו הנביא מקונן על ביהמ"ק, אמר לו 'אין זה יאה לחכם כמוך לקונן על בית שחרב גם כי זה בעבר הרחוק, וגם כי אלו עצים ואבנים!' אמר לו ירמיהו 'שאל אותי כל שאלה, ואענה לך'. שאל אותו כל ספיקותיו המסובכים, והשיבו. התפעל אפלטון מחוכמתו העצומה. אמר לו ירמיהו 'כל זאת שאבתי מן הבית הזה, ולגבי השאלה הראשונה ששאלתני, כיצד ייתכן שחכם יבכה על העבר, לצערי על שאלה זו לא אוכל להשיבך, כי לא תוכל להבין את התשובה'.

- **ומה באמת התשובה, אותה לא יכול היה אפלטון להבין?**

- שבכי של יהודי אינו בכי של **צער וייאוש**, אלא בכי יהודי הוא בכי של **תקוה וציפיה!**

- הבכי של תשעה באב ושל ימי בין המצרים מסמל את התקווה שלנו שעוד ישוב היום בו מלכות ה' תינשא ברמה, כולם יכירו בתורה ובדרך האמת, לא נצטרך להילחם על חיינו כיהודים שומרי תורה ומצוות.

- **עבר ועתיד:** באחד ממסעותיו של המצביא הגדול נפוליאון, יצא לו לסייר בשכונה יהודית בליל תשעה באב. ראה שהאנשים צועדים כשראשם מושפל, רגליהם יחפות, וכשעבר ליד בית הכנסת, נחרד לשמוע קולות יללה, ואנשים מבוגרים וצעירים, יושבים בחושך ובוכים. משבירר את הדבר והסבירו לו שזה על חורבן מלפני 1500 שנה, התפעם ואמר את המשפט המפורסם: **"עם שזוכר את עברו - יש לו עתיד!"**

- **צער השכינה:** הגמרא בברכות אומרת (ג, א): "ר' אליעזר אומר שלש משמרות הוי הלילה, ועל כל משמר ומשמר יושב הקב"ה ושואג כארי, שנאמר ה' ממרום ישאג וממעון קדשו יתן קולו שאוג ישאג על נוהו... אמר רב יצחק בר שמואל משמיה דרב... על כל משמר ומשמר יושב הקב"ה ושואג כארי ואומר אוי לבנים שבעונותיהם החרבתי את ביתי ושרפתי את היכלי והגליתים לבין אומות העולם..."



מאז ועד היום הקב"ה מקונן על הבית שחרב, על הילדים שחטאו ועל הריחוק בינינו לבינו. מאז ועד היום הקב"ה יושב ומצפה שעם ישראל ישוב אליו, יתחבר למקורות הקדושה והטוהה, ויחפוץ בכל ליבו בקרבת אלוקים. עד כמה שעם ישראל מצפה לגאולה, הקב"ה מצפה לכך הרבה יותר.

## חשד | הנסיך שהפך לאיכר

**מאת המגיד מדובנא** (כוכב מיעקב, ישעיהו נ"א):

בן יחיד היה למלך הרם והנישא. הבן היה מפונק מאוד, זלזל במוריו ואף באביו, ולא ציית להוראות אביו המלך. הוא הכעיס את אביו שוב ושוב, וכל הגערות והעונשים לא הועילו. לבסוף, גבר כעסו של המלך, והוא גרש את בנו החצוף מעל פניו.

הנסיך החל לנדוד מעיר לעיר ומכפר לכפר, בייאוש ובחוסר כל. באחד הימים מצא כפרי שנאות להכניסו לביתו, ותמורת עבודה קשה סיפק לו צרכי מזון ולינה בביתו.

לא קלה היתה העבודה. אבל הנסיך התרגל כי שום דבר לא מגיע לו בחינם, ולמרות הכאב העז על מה שהיה לו ואבד, הצליח לשרוד בתפקידו החדש כפועל של האיכר. מיום ליום נשכחו ממנו זיכרונות נערותו מאותם ימים בהם חי חיי פאה, והוא החל להתרגל למצבו.

אך הכל השתנה כשהאיכר מת, והוריש את כל אשר לו לבנו. הבן היה איש רע מעללים וחסר לב, והוא החל להתעלל בפועל ולהעביד אותו שעות נוספות. פת לחמו הצטמקה, ותנאי לינתו הורעו. הפועל לא ידע את נפשו, אך לא ידע מה יוכל לעשות כדי להיטיב את מצבו.

בינתיים, נכמרו רחמיו של המלך על בנו האובד, והוא החליט לצאת לחפשו. פרסם המלך כרוז כי יערוך סיור בין כל נקודות הישוב בממלכה, ויקבל באופן אישי כל מי שרוצה לבקש ממנו דבר מה.

באחד הימים הגיע המלך לכפר, ולפתע צדו עיניו את בנו מחמדו, הלבוש בלויי סחבות כאחרון הפועלים, ממתין בתור... מיהר המלך לקרוא לפניו את בנו, וזה החל לשטוח את בקשתו...

הוא סיפר על אדונו הקודם, ועל הרעת התנאים שחלה בעבודתו עם מותו...

הבן המסכן לא זיהה את אביו, וביקש מהמלך רק בקשה אחת: להורות לאדונו להמשיך לנהוג בו בהוגנות, כפי שנהג בו אביו...

כראות המלך את בנו מחמדו, וכשומעו את בקשתו המוזרה, נכמרו רחמיו עליו שבעתיים, נפל על צווארו ונישקו, חיבקו ובכה עליו בכי תמרורים. ויאמר לו המלך: "בני בני! איך שכחת את ימי עלומך, נסיך היית בבית המלוכה ויושב בארמון המפואר ומשרתים סובבים אותך וסרים למשמעתך, כי לך המלוכה, וכל צרכיך היו עלי. ובהיותך בבית, רוזנים שרים וסגנים השתחוו אל מול הדרת גאונו. ועתה איך ירדת פלאים מאיגרא רמא לבירא עמיקתא, וכל משאלתך היא לחם לאכול, וכל בקשתך להקל מעליך עול הכפרי הרשע הזה, במקום לבקש את המלוכה?!"

## הנמשל

עם ישראל הוא עם סגולה - "בנים אתם לה' אלקיכם" (דברים יד א), אך מרוב שהתרחקנו מאבינו שבשמים, שכחנו מאין באנו. לעיתים איננו זוכרים את צור מחצבתנו, וכל בקשתנו ממלך מלכי המלכים היא להקל עול גלות מעל צווארנו, לעזור לנו פה ושם, במקום לבקש את הגאולה השלימה! שנושב להיות בעיני כל העולם כולו בניו של מלך מלכי המלכים!

נמצאים אנו כיום במצב של 'הסתר פנים'. שכחנו את ה'קרבת אלוקים' שהיתה חלקינו כשבית המקדש היה קיים. תפקידנו הוא לבכות לה', ולהתחנן שישב את שכינתו עלינו כבתחילה, ויחזיר לנו את ה'טלפון' עם הקו הישיר אליו, ולא רק לבקש דברים קטנים - עוד משחק או עוד טיול...

## משחק | מה הפסדנו

### פתיחה:

אין כמו הצגה כדי לחוות את המסר היטב. נחוה באופן בולט את החסר בקשר הישיר עם אלוקים.

### הסבר כללי:

תחרות קבוצות, הצגת הקשר בין הקב"ה ועם ישראל בזמן בית המקדש לעומת היום.

### חומרים נדרשים:

אין.

### הסבר מפורט בשלבים:

א. נחלק את הקבוצה לשתי קבוצות שוות, ונכריז על תחרות קבוצות.

ב. **על כל קבוצה לערוך הצגה על אחד מהנושאים הבאים:**

- התפילה והקשר הישיר בזמן שבית המקדש היה קיים.
- חורבנות בתי המקדש [ע"פ סיפורים מוכרים מאגדות חז"ל].
- הקושי להתפלל, והתקשורת הקשה בימינו - ימי הגלות.
- הגאולה העתידה.
- 'רדיו בית המקדש' שידור ישיר משמחת בית השואבה ועוד...

ג. **נעזור לקבוצות ברעיונות לתסריט:**

- אדם שביתו נשרף, בא למקדש להתפלל, הכהנים תומכים בו שלא יפול ומתפללים יחד עמו.
- אדם מביא קרבן חטאת, ומבקש לשוב בתשובה. הוא בוכה, הלויים שרים ומעוררים את ליבו. לבסוף הוא מרגיש טהור ופוצח בריקוד.
- ילד בא לכותל לבקש אופניים. אדם אחר שומע אותו, מתרגש, ונותן לאביו סכום כסף לרכישת אופניים.



• תלמיד מתוסכל מכשלונותיו במבחנים. הוא מוזיל דמעה, מבקש עזרה מחברים, מהמורה, מאח גדול, אבל כולם מתחמקים. התלמיד מבין שרק הקב"ה יוכל עזור לו, אבל לא יודע כיצד להתפלל... עד שעולה בפיו התפילה 'שיבנה בית המקדש'...

ד. קבוצה שהצליחה להציג יותר יפה היא הזוכה.

---

#### הערות:

1. אם יש חניכים מופנמים שמתביישים להציג, לא ללחוץ עליהם, פשוט לזרום ולתת לשאר החניכים לשחק.
2. על המדריך להקציב זמן לכל סיבוב של הצגה, למשל חמש דקות.

---

#### תובנה:

עוד נכוננו לנו ימים של קשר ישיר וקרוב יותר עם הקב"ה.

---

#### שירה:

שיבנה בית המקדש, במהרה בימינו, ותן חלקינו בתורתך...





## ניקיון הסביבה - ניקיון הנפש

האם בכלל יש בעיה ללכלך? איזה איסור יש בזה?  
לעתים רבות נושא הניקיון נתפס כמשהו שקשור לעירייה, למשרד  
לאיכות הסביבה, אך לא קשור לחייו של בן תורה.  
אז הבה נעמיק ונחכים, ונגלה למה ואיך הניקיון קשור גם קשור!



## דילמה לדיון

לגלעד קשה, עם ההערות שהוא סופג מאמא על הניקיון: "למה כל הזמן מעירים לי?! מה, אם הייתי רואה את הקליפה שנפלה, לא הייתי מרים אותה? פשוט לא שמתני לב... ולמה עושים עניין מזה שלא שמתני את המכנסיים במקום? ולמה לא מעריכים את זה שאני זוכר הרבה פעמים לסדר את המיטה בבוקר?"

מה אתם אומרים לגלעד? האם הוא צודק?

מה הייתם מציעים לאמא של גלעד להסביר לו?

מה הייתם מציעים לה אם כל ההסברים והבקשות לא היו מועילים [כמו אצל חלק מאיתנו - לצערנו].

## שים לב

נסביר לחניכים שקראנו רק את זווית הראייה של גלעד. עם איומו לא דיברנו, אז בואו ננסה להבין למה - מדוע היא מצירה לגלעד? כנראה גלעד משאיר אחריו לכלוך ובגאזן רב בכל מקום... הוא לא כל כך שם לב, ולכן לא מבין על מה המהומה...

נביא את החניכים לחשוב על פתרונות יזירתיים. לאחר מכן נקרא להם את המשך הסיפור.

## שאלה נוספות לדיון

האם סדר וניקיון לא קשורים בעיקר לארגוני סביבה, לעירייה ולכל מיני מבצעים? מה זה קשור לבני תורה?

## תשובה לדילמה

יום אחד, אמא של גלעד החליטה להפסיק להעיר לבנה, וללמד אותו - בצורה חדשה ומקורית - פרק בהלכות ניקיון...



גלעד נכנס הביתה, ונדהם. על הרצפה היו מפוזרות כוסות חד פעמיות, טישו ושקיות. היה נראה כאילו עדר של חתולים יצא זה-עתה ממשחק מופרע בתוך פח האשפה שבמטבח... התמונות על הקירות היו עקומות, הסדינים מושלכים על המיטות, הכל היה נראה פשוט נורא.

גלעד הזדעזע: "אמאאאא!!! מה קרה כאן??? היו כאן גנבים?"

אמא יצאה מחדרה, מלאת תדהמה: "מה קרה לך גלעד? מה הצעקות האלו?"

"אמא לא ראית מה קרה כאן? זה נראה כמו טורנדו שעבר לנו בסלון!"

"אה, זה?" הגיבה אמא בניחוח. "סך הכל" נשפך לי הזבל ולא הספקתי להרים אותו, על מה המהומה?"

גלעד היה בהלם "ומה עם התמונות, מי עיקם אותם?"

"לא יודעת, אולי תמיד הם היו כך ולא שמת לב?"

גלעד היה עצבני, וחסר מנוחה. "חבר אמור לבוא אליי היום, אוף! איזה בושות! אני חייב להתקשר לבטל!"

אמא חיכתה שגלעד יירגע, ולאחר כשעתיים של ניקיון וסדר, כשהבית כבר היה מצוחצח, הכינה לו כוס קפה קר עם קרח - כמו שהוא אוהב, וישבה לשוחח איתו. "גלעד, רציני רק להמחיש לך מה אני מרגישה כשאתה לא מנקה אחריך. כמו שאתה הרגשת לחוץ, נרגז וחסר שקט, כך אני מרגישה כשאתה או אחיך מלכלכים מפזרים דברים ולא מסדרים אחריכם".

גלעד היה המום. ניתן היה לשמוע את קולו של האסימון נופל במוחו וחודר אל ליבו. הכעס התפרק ובמקומו עלו הבנה, אמפתיה ואפילו סקרנות. "אז למה לא אמרת לי את זה?" שאל. אבל אמא רק חייתה, וגלעד הבין. 'אוהו' כמה שהיא אמרה, אבל זה פשוט לא עזר... זה לא שגלעד רצה להזיק, הוא פשוט לא הבין את משמעות מעשיו... אבל עכשיו, הוא כבר הבין..."

"אשתדל מהיום", הבטיח. "אשמור על סדר וניקיון, ואת תרגישי נעים בבית".

## תובנה !

גלעד לא רצה להזיק וללכלך. גלעד פשוט לא הבין ולא חשב על תוצאות המעשים שלו. כשהצליחה אמו לגרום לו להבין את משמעות הסדר והניקיון, הכל השתנה... עלינו להתבונן, עד כמה אנו גורמים הפרעה לזולת, כאשר איננו שומרים על סדר וניקיון.





## תשובה לשאלה הנוספות:

חז"ל מרבים להזהיר אותנו לשמור על הסביבה, ויש בכך חובה הלכתית גמורה. קודם כל, זה עניין של בין אדם לחברו, כשם שאסור לאדם להזיק את הבית של חברו, או לפעור בור ברשות הרבים ולהזיק את העוברים ושבים, כך אסור לו להזיק לסביבתו ולהשחית את נכסי הטבע המשמשים את הרבים.

דוגמא קטנה: מי שמשליך מגבונים לחים למערכת הביוב, גורם בכך לסתימות במערכת הביוב העירונית, וגורם נזק ישיר לאנשים רבים שיסבלו מהצפת ביוב ומריח רע.

השמירה על הסביבה היא חלק מגישתו של אדם מאמין: האדם אינו כל יכול. האדם אינו חופשי לעשות כרצונו. מעל לאדם יש כוח עליון הקובע מה עליו לעשות, כיצד עליו להתנהג. כך גם ביחס לעולם ולטבע, אין לאדם רשות להרגיש שליט על כל העולם ולעשות בו כרצונו, עלינו לקבל על עצמינו את כללי קיום העולם ולהיות כפופים להם.

ארגונים עולמיים הדואגים לסביבה, חורגים לפעמים מהגבולות הסבירים, והופכים להיות קיצוניים וחסרי גבולות. לעיתים הם נלחמים בכל מי שלדעתם אינו שומר מספיק על הסביבה, ונעשים כמעט שונאי אדם, חלילה.

התורה סוללת לנו גישה מיוחדת בנושא היחס לסביבה ולבעלי החיים: מצד אחד, זכותנו המלאה ליהנות מהסביבה, לאכול בעלי חיים, ולעשות כל הנדרש לתועלת בני האדם. מצד שני, עלינו לדאוג שהשימוש יעשה בצורה זהירה, וישאיר מינימום השפעה על הסביבה.

**הגישה התורנית מחנכת אותנו לצעוד בשביל הזהב, ליהנות אבל לא להזיק, לצרוך אבל לא ללכלך.**

ומי יכריע את גורל הסביבה?

מדענים ומומחים לאיכות הסביבה, סבורים כי כדור הארץ מצוי במשבר סביבתי חמור, בין היתר בגלל מעשי אנוש בלתי אחראיים. לדעת המומחים, הפיתרון מצוי ביד האדם הקטן!

רק אם נירתם כולנו, וכל אחד יעשה מאמצים בפעולות הקטנות שלו, לשמור על הסביבה, לטפח ולהגן ולא להזיק, כך נוכל יחד להפוך את העולם למקום שמור ומטופח יותר.

מיחזור אריזות, הוא דוגמא אחת לכך. כל אדם שמצטרף למעגל המיחזור, ומקפיד להעביר ליעד המתאים את אריזות המזון שהוא צורך, תורם בכך לשמירת הסביבה ומועיל לעולם!



כל אחד מאיתנו ששומר על ניקיון גינות ציבוריות וחופים, ומנקה אחריו את כל שיירי הפיקניק, משפיע באופן משמעותי על הסביבה, וגורר אחריו גם אחרים לנהוג כך.

## סיפור | עני צדיק למטה

**מאת: אבינועם הרש, שלום לעם.**

בית הספר של מר איצקוביץ' התנהל בצורה מתוקתקת, ממש כמו שעון שוויצרי. בכל מפגש עם מפקחי משרד החינוך היה מר איצקוביץ' מתפאר ומכריז: 'מבחינתי שעובדי הניקיון ינקו שוב בכל חצי שעה. אצלנו טובת התלמידים לפני הכול!'

היה לו למר איצקוביץ' נוהל קבוע: בכל שעתיים, הוא היה יוצא מהמשרד שלו ומבקר בשירותים ובמסדרונות של בית הספר, בכדי לוודא שהכול נקי ומצוחצח.

עד ... יום אחד ניגש יוסף המנקה למר איצקוביץ' בבקשה: 'מר איצקוביץ', תוכל לבקש מהתלמידים להשתדל יותר בעניין הניקיון? אני אוסף בכל יום עשרות שקיות ופחיות, והדבר מסב לי כאבי גב. אני אוהב את עבודתי והיא חשובה לי בכדי לחיות, אולם לצערי גבי לא מאפשר לי להתכופף כל כך הרבה פעמים!'

מר איצקוביץ' ענה לו: 'תשמע ידידי, מדובר בבני נוער שמתנהגים כך באופן טבעי, לא אוכל למנוע מהם ללכלך פה ושם. אין מה לעשות, זו העבודה!'

המנקה הקשיש נאלץ לבלוע את רוקו, ולהמשיך לכופף את גבו הדואב.

באותו יום הגיע לפגישה עם מר איצקוביץ', ידידו - מנהל בית הספר השכן - מר סעדיה שמו.

'איך אתה עושה את זה?' פתח מר סעדיה בהערצה. 'אני לא מכיר עוד בית ספר שנראה כל כך מבריק ונהדר, כמו בית הספר שלך!'

'תשמע', התרווח מר איצקוביץ' על הכיסא, מדושן עונג: 'בדיוק היום פנה אליי המנקה וביקש ממני לשנות קצת את ההתנהגות של התלמידים שלי, שינסו לזרוק פחות לכלוך. לא הסכמתי! אני לא לשכת הסעד, ולא אשגע את תלמידיי.

הם מספיק עסוקים בלימודים. אם המנקה כבר לא מתאים לעבודה הזו, זו לא בעיה שלי!

'נהדר' התמוגג מר סעדיה, 'פשוט נהדר! יודע מה? אימצתי את הגישה! עד עכשיו הייתי תמיד מהרחמנים... אני רואה שהמנקה אצלנו קצת מחפף בעבודה, ובכל זאת אני מעלים עין. אבל בעקבות השיחה איתך אני מבין שזה פשוט מתנקם בבית הספר, ובעיקר בתלמידים שלי, שמגיע להם ללמוד בבית ספר נקי, כמו שלך! גישה נהדרת! לקחתי!'



למחרת בבוקר, התעניין מר איצקוביץ' בשלומו של אחיו, יוסף, שעובד בחברת אחזקת מבנים. "לאחרונה התקבלתי לעבודה בבית ספר כמנקה", סיפר יוסף. "המנהל קיבל אותי בסבר פנים יפות, אבל גיליתי שמלאכת הניקיון קשה משחשבת. התלמידים משליכים לרצפה ללא הרף...'

'נו, דבר עם המנהל' הציע מר איצקוביץ' לאחיו.

'צודק!' קיבל האח את העצה. 'מחר על הבוקר אדבר אתו!'

אלא שיוסף נדהם מהתשובה שחיכתה לו מהמנהל, שהיה לא אחר ממר סעדיה - החבר של מר איצקוביץ'... המנהל אמר לו: 'ידידי היקה, הפסקתי לרחם על עובדי הניקיון שלי. אם לא מתאים לך, אתה מוזמן לעבור בית ספר!'

כשסיפר יוסף לאחיו - מר איצקוביץ' על התשובה האכזרית שקיבל ממנהל בית הספר שלו, הוא לא הבין מדוע נשתתק פתאום אחיו, שהחל לפתע להחליף צבעים, והבין באחת את תוצאות מעשיו...

## ! תובנה

יש ביטוי שאומר: גלגל חוזר בעולם. אם אתה תהיה טוב לעולם, העולם בסופו של דבר יהיה טוב אליך. אילו ידע מר איצקוביץ' שבמו פיו הוא גרם לאחיו האהוב להפסיד את מקום העבודה שלו, מן הסתם היה מתנהג ביותר אנושיות לעובדי הניקיון שלו. וזה בדיוק העניין - לנהוג בזולת כמו שהיינו רוצים שינהגו בנו ובאנשים היקרים לנו.

הבה נשמור על הניקיון מתוך חשיבה על האחרים.

## משחק | חוקיות הניקיון

### משפט פתיחה:

משחק ניחוש פופולארי ומהנה. אתגר של גילוי מסתורין, לצד לקח חינוכי.

### הסבר כללי:

הקבוצה בוחרת חפצים מסויימים בנושא ניקיון, ועל החניך שנבחר לנחש מה הם, על פי שאלות.

### חומרים נדרשים:

אין.

### הסבר מפורט בשלבים:

1. המדריך יבחר חניך שייצא החוצה. אפשר לבחור על פי א' ב', או על פי גורל.
  2. החניכים שנשארו בתוך הכיתה, בוחרים שני חפצים הנמצאים בחלל החדה, וקשורים לנושא ניקיון.
  3. דוגמאות: פח אשפה, מחק של הלוח, חבילת טישו, בקבוק מים, מטאטא, מגבת, מפית אוכל, ועוד.
  4. אם אין מספיק חפצים בכיתה, ניתן לקבוע שבחרים חפצים מכל רחבי הקומה, או מכל רחבי המבנה.
  5. קוראים לחניך הממתין בחוץ. הוא מתחיל לשאול שאלות, כדי לגלות את החפצים. התשובות רק ב'כן' ו'לא'.
  6. דוגמאות לשאלות: החפץ כתום? הוא מונח ליד הקיר? הוא נמצא בתוך ילקוט?
  7. החניך רשאי לשאול עד חמש שאלות, ולנחש עד חמישה ניחושים. עליו לגלות תוך חמש שאלות וחמישה ניחושים, את שני החפצים.
  8. ניקוד:
- כל חניך מתחיל עם 20 נקודות. על כל שאלה יורדת נקודה, על כל ניחוש מוטעה יורדת נקודה. מתנדב ששאל חמש שאלות, וניחש חמישה ניחושים עד שהצליח, נשאר עם 10 נקודות.



9. אם לאחר חמש שאלות וחמישה ניחושים ידע רק חפץ אחד, יורדת לו נקודה נוספת ויש לו 9. אם לא ידע אפילו חפץ אחד, יש לו 8 נקודות.
10. המדריך, או חניך שנבחר לכך, ירשמו את הניקוד.
11. מחליפים חניך. וכך הלאה.
12. מכריזים על מנצח.
13. אם המשחק אורך זמן רב מדי, ניתן לשחק בזוגות, להוציא כל פעם זוג חניכים.

---

### **תובנה**

הניקיון מקיף אותנו מכל צד. הבה נפקח עיניים, ונבחין כמה העולם שברא לנו הקב"ה נקי ומסודר, וכמה כלים נפלאים עומדים לרשותנו כדי לשמור על היופי המיוחד שלו.





## סידור הבית - המצוה שלי!

האם אני אחראי לסדר בבית? האם זה קודם למצוות אחרות?  
למה שלא אתמקד בלימוד תורה ובתפילה, ואשאיר הניקיון לאחים  
הקטנים - שלא זכו עדיין לעול המצוות?  
הבה נתבונן ונלמד, כיצד הניקיון, התורה והמצוות, אינם אחד על  
חשבון השני, אלא משלימים זה את זה!



## דילמה לדיון:

יוסף התבקש ע"י אחיו שמואל למלא את מקומו בתפקידי הבית. 'אני צריך ללמוד למבחן מחר', הסביר, 'לכן אבקש שתשמור על האחים הקטנים, במקומי, ותסדר בבקשה את המשחקים המפוזרים בחדר'.

יוסף עשה זאת בשמחה רבה.

תוך כדי מלאכת סידור הפאזל והלגו, דפק בדלת יצחק חברו - שהוא גם השכן שלו, וביקש עזרה לסחוב שקיות סופר מהמכונת של אביו למטה, לבית בקומה שלישית. 'אבא שלי צריך לנסוע דחוף', הסביר.

למרות הפצרתו של יצחק, יוסף סירב, והצהיר בעדינות 'אני ממש לא יכול עכשיו, מצטער'. במקום זה, הוא המשיך לסדר את החדר ולשמור על אחיו הקטנים.

למחרת בכיתה, מנחם חברו שגר בניין לידו, אומר לו: "יוסף, אין לך לב? יצחק היה צריך עזרה של שתי דקות, מה הוא כבר ביקש?" אל מנחם הצטרפו גם אליהו ונח. "מה הבעיה ש'ך לעזור דקה ליצחק? זה לא חברי מה שעשית אתמול!" יוסף התכווץ לתוך עצמו, והרגיש ממש לא חברותי.

**האם חבריו של יוסף צודקים? או שיוסף צודק? מה הייתם עונים במקומו?**

## שאלות נוספות לדיון:

1. יש איסור מהתורה ללכלך? איפה זה נמצא בתרי"ג המצוות?
2. האם יש מצווה לחיות במקום מפואר עם יופי חיצוני, כמו שיש מצווה לחיות במקום נקי - 'דירה נאה מרחיבה דעתו של אדם'?

## תשובה

יוסף נהג נכון משום שכלל בידינו בהלכות צדקה: "עניי משפחתך קודמים!" וכמו בצדקה, כך גם בחסד.

עלינו לדאוג להורינו, לבני משפחתנו, לקרובינו, שכיננו ומכרינו. וכל הקרוב - קודם!



העזרה שהעניק יוסף לאחיו שמואל, ובעצם לכל בני ביתו - היא חסד ראשון במעלה, הקודם לחסד שיכול היה להעניק באותה שעה לחברו ושכנו. הוא סייע לאחיו ללמוד למבחן, וסייע לבני ביתו ליהנות מבית מסודר.

אז נכון, לפעמים ניתן לעשות גם את זה וגם את זה, לסייע גם לקרוב וגם לפחות קרוב. זה הכי טוב! אולם כשצריך לבחור - נבחר בסיוע בתוך הבית פנימה...

**החסד האמיתי מתחיל בבית!** סידור וניקיון הבית, הוא מצות חסד קודמת ומועדפת, אותה נוכל לקיים יום יום.

הסיפור הבא, ממחיש זאת באופן מיוחד:

## סיפור | חסד או לימוד תורה

### מתוך 'שלמים מציון', על הרב בן ציון פלמן זצ"ל.

החזון איש זצ"ל היה יוצא בכל יום לטייל זמן קצוב, לצורך בריאותו. הרבה פעמים זכה הרב פלמן, בהיותו נער צעיר, להתלוות אליו בטיולו זה, וניצל את זמן הטיול לשיחות והדרכות מגדול הדור.

פעם העלה הנער את ספיקו: בבית הוריו של הרב פלמן התגוררה לעת זקנתה הסבתא, אמו של אביו. מטבע הדברים הקשר בין הסבתא לנכדים שהתגוררו עימה יחד היה מאוד חזק, והסבתא נהנתה רבות מחברתם. באותם ימים, הסבתא לא חשה בטוב, והתאשפזה בבית החולים. המשפחה דאגה כל הזמן לשהות לצידה, ולעזור לה לעבור בקלות ובמהירות את ימי ההחלמה.

הנער בן ציון למד באותה עת בישיבה, ומפעם לפעם היה מגיע לביקור קצר כדי לשמחה ולדרוש בשלומה, ומיד היה שב לישיבה לתורתו ולעבודתו. אך הסבתא, שנהנתה במיוחד מביקוריו של הנכד המיוחד, ביקשה ממנו שוב ושוב שיואיל לבוא לעיתים יותר קרובות, ולזמן יותר ממושך.

הנער הצעיר נקלע להתלבטות: מצד אחד עתה הינו בחור ישיבה, ותפקידו ללמוד בכל עת, ואם ילך לבקר הרבה את הסבתא לא יוכל לשבת וללמוד כל היום. ומצד שני, אולי עתה זהו תפקידו לשמח את הסבתא במחלתה. האם זה בגדר 'מצוה שאי אפשר לעשותה על ידי אחרים'?

החזון איש הקשיב לכל השאלה בתשומת לב מרובה, ותוך כדי ההליכה המשיך לדרוש ולחקור את העלם הצעיר בכל הפרטים ופרטי הפרטים, "למה



היא רוצה דווקא שהוא ישהה לצידה? האם לא טוב לה כשאחרים שוהים לצידה?", כאשר הוא מקבל תשובות מפורטות על הכל, עד שהתמונה במלואה היתה ברורה לו לכל צדדיה.

לאחר מכן, המשיך החזון איש ללכת במשך כמה דקות בשתיקה, כשהוא חושב ושוקל. לאחר כמה דקות הורה: "תלך לבקרה ותשהה לצידה כמה שהיא רוצה, ותדע לך שאתה לא מקיים כאן רק מצוות חסד וביקור חולים, אלא גם מצוות תלמוד תורה!"

הנער שומע את התשובה ומתפלא מאוד: האם ביקור הסבתא נחשב מצוות לימוד תורה?!

הסביר החזון איש: "אני יודע שאתה מתמיד ועמל בתורה. ולמה אתה כל כך עמל בתורה? כדי לזכות לקנות את התורה, שהתורה תהיה אצלך 'תורה דיליה', ולזכות להגיע לבחינה כזו של 'תורתך בתוך מעי'. אבל באמת איך יתכן שיהיה לאדם חיבור עם התורה, הרי התורה היא מציאות רוחנית, ואילו האדם הוא יצור גשמי, ואלו שני דברים שאינם מתחברים זה בזה?

"התשובה לזה היא", ממשיך החזון איש במתק שפתי, "ש'אין התורה נדבקת אלא לנפש עדינה'. כדי לזכות שהתורה תדבק בך צריך לקנות עדינות הנפש, והוא בית הקיבול שיכול לקבל את התורה, ודרכו זוכים להתחבר לתורה. ואיך קונים עדינות? על ידי חסד, ויתור וכל המידות הטובות. כאשר אדם מוותר על הרצונות שלו למען הזולת, הוא זוכה לקנות בנפשו עדינות, ומכוחה הוא זוכה שהתורה תדבק בו.

"ועתה", המשיך החזון איש בדבריו החוצבים, "כשמזדמן לך לעשות חסד מיוחד בביקור חולים אצל הסבתא, אז דע לך שכל רגע שאתה שוהה במחיצתה, וכל תרופה שאתה נותן לה, וכל השגחה שאתה משגיח עליה לרפואתה, אתה עושה פעולה של תורה. משום שאתה יוצר עדינות בנפשך, והעדינות הזאת גורמת לחיבור יותר טוב של קדושת התורה שתוכל להדבק בנפשך.

"לכן, זה לא רק נחשב מצוות גמילות חסדים, אלא גם מצוות תלמוד תורה", סיים החזון איש את דבריו הנפלאים.



## ! תובנה

החסד מתחיל מתוך הבית, מקרוב... אם אמא או אבא צריכים אותנו, אם סבתא צריכה אותנו, לא נחכה שיבקשו אלא נציע להם עזרה כבר עתה. נזכו, שחסד גם מחזק את החיבור שלנו לתורה ולקיום המצוות.

## תשובות לשאלות הנוספות:

במקומות רבים בתורה אנו מוצאים את חשיבות הניקיון. המצווה הראשונה הקשורה לניקיון, היא מצות "ואהבת לרעך כמוך", אשר כידוע - הינה כלל גדול בתורה (והיא יסוד כל המצוות כמבואר בגמרא שבת לא ע"א).

כתב הרמב"ם (פרק יד מהלכות אבל): "מצות עשה של דבריהם לבקר חולים, ולנחם אבלים, ואלו הן גמילות חסד שבגופו שאין להם שיעור... **הרי הם בכלל ואהבת לרעך כמוך, שכל דברים שאתה רוצה שיעשו לך, עשה אותם אתה לאחרים.**"

### כמוך!

באנו לשחק בגינה. האם האנשים שישחקו אחרינו ישמחו מגינה מלאה כוסות חד פעמיות, קרטון פיצה ועוד לכלוכים מפורזים? או שהם ישמחו לקבל גן נקי ומסודר? האם התלמידים בכיתה נהנים לראות את שיירי ארוחת הבוקר שלנו מתגלגלים על השולחן ובסביבתו, או שנעים להם לראות כיתה נקיה?

וכן הלאה... גם כאשר הלכוך לא מפריע לנו, קל לנו להבין שהוא מפריע ומזיק לאחרים. לכן, מצות "ואהבת לרעך" מדריכה אותנו לשמור על סביבה נקיה ומסודרת, למען הזולת.

**ולמה אין מצוה מיוחדת בתורה לנקות?** כפי שאין מצוה לבקר חולים, ולהכניס אורחים, כי הכל כלול ב"ואהבת לרעך", כך הניקיון והסדר כלולים במצווה זו. לעתים, הניקיון הוא הלכה מפורשת ומחייבת, כמו בדוגמאות הבאות.

### מדיני הניקיון במקומות ציבוריים:

**לפנינו פסוקים** מפרשת כי תצא, העוסקים בדיני מלחמה: "וַיְדַבֵּר יְהוָה לְךָ מִחוּץ לַמַּחֲנֶה, וַיֵּצֵאתָ שָׁמָּה חוּץ. וַיִּתֵּן יְהוָה לְךָ עַל אֲזַנְךָ, וְהָיָה בְּשִׁבְתְּךָ חוּץ וְחִפְרָתָה בָּהּ, וְשָׁבַת וְכִסִּיתָ אֶת צַעֲתְךָ. כִּי ה' אֱלֹהֶיךָ מִתְּהַלֵּךְ בְּקֶרֶב מַחֲנֶיךָ לְהַצִּילְךָ וְלָתֵת אִיְבֹיֶיךָ לְפָנֶיךָ, וְהָיָה מִחֲנֶיךָ קְדוֹשׁ".





כלומר, על צבא יהודי מוטלת חובה להקפיד על ניקיון, ולא לזלזל בכך אף בשעות טרופות ולחוצות של מלחמה. בעזרת השמירה על הניקיון, תשרה השכינה, והניצחון מובטח.

ספר החינוך (מצווה תקסו) ביאר את המצווה כערך חשוב באופן כללי: "הנקיות מידה מן המידות הטובות, המביאה לידי רוח הקודש... וגם יש בזה שבח לאומה, כי יבואו אליהם מלאכי (שלוחי) גוי, ויראו מחניהם קדוש ונקי מכל טינוף".

וכך מצינו ברמב"ם במורה נבוכים (ח"ג מח) המבאר טעם איסור אכילת חזיר: "וכבר ידעת הקפדת התורה על ראיית הלכלוכים אפילו במדבר במחנה, כל שכן בתוך הערים, ואילו היינו מגדלים חזירים למזון היו השווקים ואף הבתים מטונפים יותר מבית הכסא".

**מבואר בגמרא** במסכת בבא קמא (ו, א): "כל אלו שאמרו: פותקין ביבותיהן וגורפין מערותיהן, בימות החמה אין להן רשות, ובימות הגשמים יש להם רשות". כלומר, בקיץ אסור להזרים מי רחצה ושטיפת כלים אל רשות הרבים. ופירש רש"י: "בימות החמה אין להם רשות. **מפני שהרחוב נאה והוא מקלקלו**. אבל בימות הגשמים שהרחובות מלוכלכות, יש להן רשות".

**החובה לשמור על ניקיון, באה מתוך דאגה לסביבה, וגם מתוך האיסור לפגוע בזולת. הלכלוך ממש מפריע לאנשים רבים, וגוזל מהם את האפשרות ליהנות מעולם צח וטהור. כשאני מלכלך, אני פוגע באנשים שיבואו אחריי ומזיק לסביבה.**

**ומהי 'דירה נאה'? אין הכוונה למקום מפואר. אלא למקום מסודר ונקי!**

רוצים ראייה? שמעו סיפור:

פעם ישבו בני תורה מובחרים מול שולחנו של מרן ראש הישיבה רבינו אהרון יהודה לייב שטיינמן, זכר צדיק לברכה, ולמדו יחד את דברי הגמרא הקדושה (ברכות נו, ב) "דירה נאה וכלים נאים... מרחיבין דעתו של אדם".

שאל אחד מהתלמידים: "כבוד הרב! מה זו דירה נאה שמרחיבה דעתו של אדם? האם תוכל להעניק לנו דוגמא בכדי להבין איך נראית דירה יפה שגורמת לאדם שדעתו תרחב עליו?" שאלתו של התלמיד רימזה את מה שכולם רצו לשאול. איך יתכן שהרב מתגורר בדירה כל כך עלובה עם קירות מתקלפים, ומשתמש ברהיטים מיושנים עד מאוד, ואינו מקיים את הנאמר שדירה נאה מרחיבה דעתו של אדם?

הרב שטיינמן הסתכל ימינה ושמאלה על קירות ביתו, ואז הוא אמר: "נראה לי



**שהבית הזה הוא נקרא דירה נאה שמרחיבה את דעתו של אדם!"**

כלומר, דירה נאה זה מונח שמתייחס בעיקר לסדר ולניקיון. הדירה לא צריכה להיות מפוארת, מיותר לרכוש מותגים ואביזרי יוקרה. העיקר, שהבית יהיה נקי ומסודר, כך מחשבותינו תהיינה גם הן נקיות ומסודרות...

**שיאו לבה:** 

במערך הבא (3) נשחק את יום הפצילות החודשי 'ניקיון התלמוד תורה' שלוקח כמעט אפצש שלם... אנא הכינו ארטיקים בכמות הרצויה.



## משחק | הקרוב קודם

### משפט פתיחה:

משחק מגבש, מאתגר, מרגיז, ומספק מאוד. קרדיט לחניכי ורכזי סניף פתח תקווה הנפלאים, ששלחו את ההצעה!

### הסבר כללי:

תחרות קבוצות בשני מעגלים, עם בלונים שאסור להם ליפול.

### חומרים נדרשים:

בלונים כמספר החניכים (מומלץ עוד כמה, למקרה של התפוצצויות).

### הסבר מפורט בשלבים:

1. כל אחד מנפח את הבלון לגודל רגיל.
2. מתחלקים לשתי קבוצות שוות.
3. בכל קבוצה החניכים נעמדים במעגל, אחד מאחורי השני, כמו 'רכבת'.
4. מרחק שתי הקבוצות יהיה כ- 4 מטרים זו מזו.
5. כעת כל אחד מייצב את הבלון שלו - ע"י הצמדת הבלון לחבירו שמלפניו, בלי לגעת בבלון בידיים.
6. חניך שהתפוצץ לו הבלון, מקבל חדש.
7. לאחר ששתי הקבוצות הסתדרו, המדריך מכריז על תחילת המשחק.
8. כל קבוצה צריכה להסתובב 5 פעמים בלי שיפול לאף אחד הבלון...
9. במידה ובלון נפל, על כל חברי הקבוצה להתחיל שוב את הסיבובים מהתחלה.
10. הקבוצה המנצחת משתתפת בהגרלה שווה.

### הערות:

- א. המשחק מרגיז... ולכן יתכן ויהיו כאלו שיתייאשו מהר. יתכן גם כאלו שיפסלו



- שוב ושוב, והקבוצה כולה תתרגז עליהם. נשים לב שלא ייצא שכרנו בהפסדנו...  
ב. הפרס צריך לתאום את המאמץ...  
ג. אם נוצרות דחיפות וטענות, ניתן להתחלק לארבע קבוצות קטנות, ולשחק בטורים של חניכים במקום מעגל, כל טור יצטרך ללכת סביב שולחן מסויים 5 פעמים (החניך הראשון לא יחזיק בלון, רק יוביל את הטור סביב השולחן).

---

**תובנה:**

כל אחד נעזר ועזר תחילה לזה שמאחוריו ולפניו. כך בחיים, אנחנו נעזרים תחילה בקרובים לנו, וגם עוזרים להם וגומלים להם חסד! **הקרוב קודם!**





## התלמוד תורה - זה הבית שלי!

חיי של בן תורה, נבנים גם על ידי ניקיון ויופי.  
הניקיון והסדר של בן תורה, הם קידוש שם שמים!  
הבה נלמד (ונפעל) על הקשר ההדוק בין חיי תורה לבין ניקיון אישי  
וסביבתי.  
נלמד סיסמא חדשה:

**התלמוד תורה - זה הבית שלי!**  
נפנים אותה, ניישם אותה, ונקדש שם שמים!

תזכורת  
מערך זה צמוד ליום הפעילות החודשי - 'ניקיון התלמוד תורה'  
לכן המעריך קצר.





## דילמה לדיון

אודי וחיים היו בדרך למפגש של 'יחדיו'. הם הלכו בעליזות וצחקו להם בנחת.

לפתע נתקל אודי מבלי משים באדם כלשהו. הוא הביט בבהלה, והבחין שזהו מנקה הרחובות. "אוייש סליחה", התנצל אודי, "מצטער, לא ראית".

המנקה חייך בסלחנות והמשיך בעבודתו, כאילו נולד לשם כך.

ההיתקלות הקטנה הזו עוררה את אודי לחשוב בקול:

"שמע חיים, כל הכבוד לאלו שמנקים ת'רחוב! תראה, הם מוסרים נפש גם ביום וגם בלילה, גם בחורף וגם בקיץ. בכלל, אתה יודע, הם יכולים תמיד לעגל פינות כשאפ'חד לא רואה, ותמיד לומר - מישהו לכלך אחר כך... תראה איך הוא מנקה בנאמנות!"

חיים לא הסכים עם אודי: "מה ההתרגשות ש'ך? סך הכל 'מנקה'? זו העבודה שהוא בחר לעשות, וזה התפקיד שלו!"

**האם אתם מזדהים עם אודי, או חושבים כמו חיים?**

## שאלות נוספות לדיון

1. איך אפשר למצוא קשר בין יופי, לבין רוחניות?

2. האם מי שנקי, יצליח יותר בחיי תורה?

## תשובה

ניתן לחשוב בטעות, שיופי קשור לחיצוניות בלבד, ואין לו שום תוכן. אך לאמיתו של דבר, מי שחשוב לו התוכן הפנימי של כל מעשה, והוא חפץ בחיי נשמה מלאי משמעות, עוסק גם ב'איך נראים הדברים כלפי חוץ'. כך מלמדת אותנו התורה, שעלינו לייפות את המצוות, ולהשתדל לדור בדירה נאה המרחיבה את הדעת, כי השלימות האמיתית באה על ידי השקעה בחיצוניות ובפנימיות גם יחד. זוהי "תורה מפוארה, בכלי מפואר!"

על ספר התורה להיות מהודר ויפה, כתוב בכתב נאה, ונתון בתיק מכובד ומקושט, זוהי השלימות של הספר הקדוש ביותר בעולם - שהוא עשוי באופן של יופי חיצוני, המדגיש את היופי הפנימי!

אנו מקשטים מצוות רבות, ומשתדלים להדר בלולב נאה, ציצית נאה וסוכה נאה. דרשו חכמים (שבת קלג, ב): "זה קלי ואנוהו - התנאה לפניו במצוות!"

כמובן, עלינו להיזהר לא להיגרר אחרי היופי והחיצוניות ולהתעסק רק בהם - לא לעשות מהטפל עיקר. חשוב לשמור על היופי, על הסדר ועל הניקיון, ולזכור שהם מעטפת חשובה לפנימיות - לחיי הרוח, לתורה ולמצוות.

כל מצוה מורכבת מתוכן רוחני פנימי, וממעשה גשמי חיצוני: נטילת לולב, היא מעשה שמהותו שירה והודיה לה' ותפילה אליו, אך המעשה עטוף במסגרת פיזית של גידולי קרקע גשמיים. אין מצוות לולב, בלי החלק הגשמי של המצווה! תפילה, היא קשר רוחני לקב"ה, אך אין תפילה בלא מילים, שהן קול גשמי. תפילה ראויה ביותר, היא כזו הנעשית מתוך סידור תפילה העשוי מדפי נייר, ובבית כנסת הבנוי מאבנים!

כלומר, שלימות בעולם - היא שילוב הרוחניות והגשמיות. לכן, עלינו לשמור על ניקיון, כדי שהגשמיות שמלווה את עבודת השם ואת חיי התורה שלנו, תהיה ראויה ומתאימה למטרה הנעלה.

ובנוסף, אנחנו יהודים, זכינו להיות בני תורה - יש לנו כאן אחריות נוספת של קידוש ה' שכולם יצביעו עלינו ויאמרו "הנה, כך מתנהג יהודי בן תורה, ביישוב הדעת, נקי ומסודר".

עלינו לגלות אחריות למעשינו, לדאוג לניקיון וסדר, ובכך לזכות להצלחה בחיים הרוחניים, ולקדש שם שמים.

## סיפור | נועם הליכות?!

מחנה בין הזמנים "נועם הליכות" בנתניה ידוע כמקום בו משתתפים חניכים בעלי התנהגות למופת, כבני תורה עדינים ומנומסים. הרבה מחניכיו זכו לתעודות הוקרה על חלקם בהתנדבות, בעזרה לזולת ועוד.

אך הדרך לפסגה, רצופה מהמורות ונפילות... הבה נספר על אחת הנפילות בדרך, רגע לא נעים שבסופו של דבר תרם גם הוא לתוצאה החינוכית הרצויה.

שמחים ונרגשים התאספו חניכי 'נועם הליכות' סביב האוטובוס. תיקיהם היו





עמוסים בממתקים, בקבוקי שתיה וביגוד מתאים לטיול המובטח.

"בוקר טוב ילדים יקרים" פתח יוסי, מדריך הטיול. "הטיול יתמקד באזור אצבע הגליל והגולן, ואני שמח ללוות אתכם כבר מנקודת היציאה. ההדרכה תכלול הסברים גם על מסלול הנסיעה שלנו - מנתניה לצפון".

היום הראשון כלל ביקורים בתחנת הכוח הראשונה בנהריים, על גדות נהר הירדן והירמוק, שהתחילה לספק חשמל בשנת תרצ"ב (32'). כאן שמעו החניכים את סיפור הקמת התחנה במאמציו הגדולים של פנחס רוטנברג ז"ל, על הנחישות שהניעה אותו ועל ההצלחה לה זכה.

"מתי נגיע למפל מים?" שאלו ילדים קצרי רוח את יוסי. הטמפרטורה בחוץ גבוהה, ולכן זו משאלה של כל ילד...

"נקודת הביקור הבאה שלנו היא בנחל זוויתן, נחל שהתברך השנה בכמויות גדולות של מים. שם תוכלו לשכשך רגליכם כמה שתמצאו", השיב יוסי.

מסלול הטיול בגולן היה רטוב וגם יבש. אחרי הנחל, התייבשו בשמש, וביקרו באתרים היסטוריים מרתקים.

הלילה הגיע, וחבורת המטיילים עשתה את דרכה לאכסניית נוער שבמדורת הגולן.

"חברים יקרים, ערב טוב וברוכים הבאים", קידם אותם אורי מנהל האכסניה. "אנחנו שמחים לארח אתכם ללינה ולארוחת בוקר. עובד המדרשה ימסור לכם מיד את המפתחות לחדרים. אתם מקבלים חדרים נקיים ומסודרים. בְּקֶשֶׁת י מכם היא לשמור על ההוראות, ובעיקר על הסדר והניקיון. אנא, החזירו לנו את החדרים כפי שקבלתם אותם, נקיים ומסודרים".

ההוראות של מנהל האכסניה היו ברורות, והדרישה לסדר וניקיון חזרה בדבריו מספר פעמים.

לילה נעים עבר על כל החבורה. בבוקר השכימו כולם לקראת היום השני לטיול. אכלו ארוחת בוקר ועלו על האוטובוס.

לאחר כמה דקות נסיעה, קיבל המדריך שיחת טלפון. "הלו, המדריך? כאן אורי מנהל האכסניה. מצטער לקלקל לך את מצב הרוח... אבל החניכים שלך השאירו כאן בלגן גדול ופסולת בכמה חדרים!"

"סליחה, אורי, לא שמעתי היטב את דבריך" אמר המדריך. "הרעש באוטובוס הפריע לי. ביקשתי מכולם שקט ועכשיו אני שומע אותך".



אורי חזר על דבריו בתחושת אי נעימות גדולה, אך לא גרע מהם, מתוך מחוייבות לתפקידו.

"אני נדהם מדברייך!" הצטער המדריך, וביחד עם שאר המדריכים קיבל החלטה מפתיעה. "שמע נא, אני עוצר כעת את התוכנית וחוזר עם הילדים למדרשה".

בדרך חזרה, דיבר המדריך אל חניכיו:

"ילדים יקרים. אני בטוח שמי שעשה זאת, לא יצר את הבלאגן והלכלוך בכוונה תחילה. אולם עלינו לשים לב לתוצאות המעשים שלנו, ולכבד את עצמינו. לא יתכן שנשאיר מקום מבולגן ומלוכלך, ונעמיס עבודה לא נעימה על מי שאירח אותנו בסבר פנים יפות, גם אם בתשלום מלא.

הבה נחזור במצב רוח מרומם, ונסיים את השהות שלנו במדרשה בצורה הראויה. נוכיח להם שאנו מסוגלים ליותר! אני מבטיח שאם החדרים יסודרו במהירות, תקבלו פיצוי בהמשך הטיול!"

האוטובוס הגיע למדרשה. החניכים רצו לחדרים, ועבדו במרץ לנקות ולסדר אותם כפי שקיבלו אותם.

"כבוד המדריכים, אפשר לגלות לכם משהו?" פנה אליהם אורי המנהל לפני חזרתם לאוטובוס. "אני מאד מצטער שנאלצתי להחזיר אתכם ולגרום שיבוש לטיול, אך תדעו שכבר נרשם ביומן שלנו לא לארח בעתיד ילדים ממחנה 'נועם הליכות', עקב הלכלוך הרב. כמובן, לאחר שראינו את יוזמתכם, ואת הילדים הנפלאים שלכם מנקים בזריזות ומכל הלב, תלשנו את הדף הזה מהיומן. אתם מוזמנים תמיד, בחפץ לב!"

הפיצוי היה מתוק במיוחד. במהלך החזרה לנתניה, עצרו בתחנת ריענון על אם הדרך, וכל ילד קיבל טילון חלבי גדול ומפנק. היכן הושארו העטיפות? נו ברוה, כולן הגיעו במהירות לאשפה...

## תובנה !

כשנהיה נקיים ומסודרים, נקדש שם שמים, ונוכיח שבני תורה הם אנשים נעימים שטוב לארח אותם ולהיות בקרבם.

אנו בניו אהוביו של הקב"ה, ועלינו לנהוג בהתאם...

📍 **מיוזב:**  
כאן נשחק את יום הפעילות החדשי 'ניקיון  
התלמוד תורה' - שלוקח כמעט מפגש שלם...

## יום פעילות חודשי | נקי ביחדיו

### פתיחה:

ביום הפעילות החדשי, כל הסניפים בארץ מבצעים פעילות באותו נושא, כאשר כל סניף בוחר לעצמו את אופי הפעילות המדויקת, המתאים לחניכים.

החודש, תתקיים פעילות מיוחדת במיוחד - **מבצע ניקיון התלמוד תורה**. כמוכן תוכלו לבצע את המבצע בכל צורה שעולה על דעתכם, אך אנו מביאים כאן רעיון למשחק תחרות מאתגר: **'דילמת הארטיק'**.

### הקדמה:

המשחק מבוסס על 'דילמת האסיר' - המדגימה מצב בו התנהגות הגיונית לחלוטין, תמיד תוביל לתוצאה לא טובה.

גם כאן, החניכים יצטרכו להחליט ע"פ שיקול דעתם מה לבחור, כשכל בחירה תהיה בעלת יתרון וחיסרון. הבוחרים נכונה - הינם בעלי אחריות ומשמעת.

📍 **מיוזב:**  
יש להציג מוצג מוצג בחפילת ארטיקים, עבור כל האשתתפים. וכן ממתק  
נוסף, או ארטיק נוסף.  
המלצה: לא נחלק יותר מארטיק אחד, כי זה פשוט לא נעים ולא בריא... נשמור  
את הזכות למפגש הבא, או שנחלק ממתק אחר במקום הארטיק הנוסף.

📍 **המסר הישיר הוא כחובן אחריות ושיתוף פעולה, אלה המסר  
הסמוי, שהוא בד"כ זה שנכנס הכי חזק: חשיבות הניקיון!**

### מהלך הפעילות:

1. נספר לחניכים את 'דילמת האסיר', עליה מבוסס המשחק:  
המשטרה עצרה שני עבריינים שביצעו פשע משותף, והפרידה ביניהם לצורך חקירה.  
המשטרה מציעה לכל אחד מהם להעיד נגד רעהו, וכפרס, מובטח לו עונש מופחת,  
וזהו הסיכום שהשוטר אומר לכל אחד בנפרד:

- אם שני האסירים יקבלו את הצעת המשטרה, להעיד זה על זה, ייכנס כל אחד מהם לכלא לחמש שנים.
  - אם רק אחד מהם יעיד ורעהו ישתוק, העד יצא מיד לחופשי וחברו יכלא ל-15 שנה.
  - אם שניהם ישתקו ולא יעידו - כל אחד יקבל רק שנה בכלא.
  - לא מאפשרים להם לדבר זה עם זה. מה הייתם מחליטים?
- ניתן לסכם סיטואציה זו בטבלה הבאה (המילים האדומות קשורות לאסיר א, המילים הכחולות לאסיר ב):

אסיר ב		אסיר א
שותק	מלשין	
שנה אחת	15 שנה, 0 שנים	שותק
15 שנה	חמש שנים, חמש שנים	מלשין

אסיר א' מסתכל בטבלה וחושב: "אם חברי ילשין, אבוי לי אם אשתוק. אם הוא ישתוק, ואני אלשין, ארוויח. אז הכי טוב לי להלשין!"

אך גם אסיר ב' מנתח את המצב בצורה דומה.

החלטה רציונלית של שניהם מובילה לכך ששניהם בוחרים להלשין, ונכנסים לכלא לחמש שנים.

אך אילו שתקו שניהם, היה כל אחד מהם נכנס לכלא לשנה בלבד... לא חבל!?

2. אז מה צריך לעשות? את זה נשאל את החניכים, וננסה לתת להם להגיע לתשובה הנכונה, שהיא:  
ההחלטה החכמה בעלת התוצאה הטובה ביותר עבור שניהם - היא **שיתוף פעולה**. כלומר: שתיקה של שניהם.
3. כעת לענייננו: המדריך מכריז על '**דילמת הארטיק**', ונסביר:
4. המדריך בוחר משימה שצריך בה שיתוף פעולה קבוצתי, כמו למשל ניקוי המסדרון, או החצר. ומחלק את הכיתה לשתי קבוצות.



## 5. תנאי המבצע:

- אם שתי הקבוצות יעבדו יחדיו, [כמובן ללא ידיעה מה הקבוצה השניה תבחר] יקבל כל אחד מחברי שתי הקבוצות 2 ארטיקים.
- אם קבוצה אחת תחליט לבצע את המשימה לבדה, היא תקבל ארטיק אחד, והקבוצה השניה שרצתה לשתף פעולה, ונענתה בשלילה - לא תקבל כלום.
- אם אף אחד לא יעשה את המשימה - אף אחד לא זוכה בארטיק.

## 6. המדריך מכריז:

7. "יש לכם 10 דקות להחליט ביניכם איך אתם עושים את המשימה: ביחד, לחוד או בכלל לא. כל קבוצה מודיעה לי בשקט ללא ידיעת חברי הקבוצה היריבה.
- אם קבוצה אחת בוחרת לשתף פעולה והקבוצה השניה מסרבת, אז הקבוצה המסרבת זוכה כמובן בארטיק אחד והקבוצה השניה בכלום. מה תעדיפו לבחור? שיתוף פעולה או עבודה עצמאית?"
- גם במקרה שלנו, שיתוף פעולה עלול לגרום נזק, אבל יכול להביא רווח גדול...
8. נרשום על הלוח את הטבלה הבאה, המראה כמה המשחק 'טריקי' וצורך מחשבה אסטרטגית.

קבוצה ב		קבוצה א
רוצה לשתף פעולה	מנקה לבד	
2 ארטיקים, 2 ארטיקים	0 ארטיק, ארטיק אחד	רוצה לשתף פעולה
ארטיק אחד, 0 ארטיק	ארטיק אחד, ארטיק אחד	מנקה לבד

9. כמובן התוצאה הרצויה מבחינתנו [ומבחינתם] היא שיתוף הפעולה - המראה כמה חשובה היא לקחת האחריות, עם חישוב מכלול הסיכויים והסיכונים.



## חזותו של בן תורה!

אחד השינויים המפליגים ביותר שחל במאות השנים האחרונות, ושינה את פני העולם כולו לטובה, הוא ההקפדה על ההיגיינה (-ניקיון הגוף למניעת זיהום), ועל השימוש בכללי ניקיון נוקשים בטיפולים רפואיים ובעיסוק בחולים.

זיהום, הוא האויב מספר אחד של הבריאות. כללי הניקיון וההיגיינה הנהוגים כיום בכל בית חולים, מרפאה ואפילו בכל בית, מונעים מקרי מוות, ומאפשרים לנו לחיות בבטחה יחסית.

מדהים ללמוד ולגלות שעוד הרבה לפני שהעולם המודרני גילה את פלאות ההיגיינה, תורת ישראל הורתה לנו כללי היגיינה מצילי חיים, ויהודים זכו מאז ומתמיד לשמירה מיוחדת מפני הידבקות ממחלות וזיהומים!



## דילמה לדיון

### מספר עוזיאל, חבר סניף 'יחדיו' באחת מערי הצפון:

בסניף שלנו יש תורנות סדר וניקיון. כשהגיע התור שלי, קיבלתי לידי רשימה בה הופיעו המטלות אותן עלי לבצע.

בתכל'ס, זו הפכה להיות רשימת המטלות אותן לא ביצעתי... מה לעשות, הייתי עייף מאוד, וממש לא היה לי כוח להקדים ולהגיע שעה לפני כולם. כשהגעתי לסניף, ניגשו אלי כמה חברים בטרוניה.

"למה לא ביצעת את התורנות שלך?" הם גערו בי. "תראה איך הסניף נראה בגללך!"

הבטתי סביבי, ולא הבנתי על מה המהומה. נכון שהייתי צריך לסדר את השולחנות והכיסאות, אבל בגלל זה לצעוק עלי? הרי לא לקח להם יותר משתי דקות לסדר לבד...

החברים טענו שעם כל המטלות הם באמת הסתדרו לבד, ועל כך הם סולחים לי, אבל המגבת בכיורים לא הוחלפה - כי לא הלכתי למכבסה להביא מגבת נקיה ויבשה. על כך, אמרו, קשה להם לעבור בשתיקה. בגללי לא הייתה להם מגבת נקיה!

"אתם סתם עושים עסק", התגוננתי. "מה כל כך חשוב לכם מגבת מהמכבסה?! אפשר לחשוב שאתם כאלו נקיים? מה יקרה אם תשתמשו במגבת הישנה שבוע אחד?"

מה אתם אומרים, חניכים יקרים? האם אני צודק? החברים שלי התעקשו לחינם על המגבת, או שבאמת מפריע להם לנגב ידיים במגבת ישנה?

## שאלות נוספות לדיון

1. האם ניקיון הגוף והסביבה תורם לבריאות באופן ישיר? אם כן, איך?
2. מה הקשר בין אמונה בקב"ה לבין היגיינה וניקיון הגוף?
3. מה הקשר בין סדר בלבוש, לבין עבודת ה'?



## תשובה

במאתיים השנים האחרונות התברר והוכח למעלה מכל ספק, כי שמירה על ניקיון והיגיינה, מצילה חיים. מחלות רבות עוברות מאדם לאדם באמצעות שימוש בכוסות, בקבוקים, מגבות או מזרקים ושאר כלים רפואיים.

ברגע שאדם הנושא בגופו חיידק מסויים, ניגב את ידיו במגבת, הוא השאיר שם שניים - שלושה חיידקים, המתפתחים במהירות עצומה ומקימים מושבה של מיליוני חיידקים על המגבת. הבא אחריו שמשמש באותה המגבת, נדבק בחיידק, וממשיך להפיץ אותו הלאה...

לעיתים אנו נושאים בגופנו חיידקים שאינם מזיקים לבריאותנו, אולם יתכן בהחלט שהם זיקו לבריאותו של מישהו אחר. לכן, חשוב מאוד לשמור על ניקיון והיגיינה, ולמנוע מהחיידקים להתפשט באופן חופשי ולעבור כל העת מאדם לאדם.

אז מה נעשה? נשטוף היטב את ידינו, מפעם לפעם עם סבון, נשתמש בכלי אכילה נקיים ושטופים היטב, או חד פעמיים. נעדיף לנגב את ידינו במגבת נייר חד פעמית, או במגבת מכובסת ונקיה - ולא כזו שעומדת במקומה כבר ימים ארוכים בלא כביסה.

**אנו יהודים מאמינים**, ויודעים כי גופנו ניתן לנו במתנה מאת הקב"ה, שטבע בנו את צלמו - צלם האלוקים. לכן, חשובה שבעתיים השמירה על ניקיון גופנו וכבודו.

**משל למה הדבר דומה?** לנער שקיבל מאביו מתנה מיוחדת ליום הולדתו השמונה עשר - מכונית חדישה ונוצצת. הנער אינו רוחץ את המכונית, היא עטופה שכבה עבה של אבק, ובין מושביה מתגלגלים בקבוקים, פחיות, שקיות ונייר טישו משומש. איך יגיב האב? הוא ודאי יכעס וירגיש שבנו מזלזל במתנתו. עליו לשמור על המכונית, לרחוץ אותה ולשמור בה על סדר וניקיון, ובכך להראות כי המתנה היקרה חשובה בעיניו והוא מטפח אותה ככל יכולתו.

כך, כאשר אדם מבזה את גופו ומזלזל בניקיונו, הוא מבזה חלילה את בוראו, ומראה כי אין לו חשיבות למתנה העצומה שקיבל. נשמור על היגיינה, ונכבד את מתנת הקב"ה - גופנו הבריא.



הנספח מובאים מקורות מצניינים על היגיינה בהלכה.



## סיפור 1 | הטיפס אוינה

פתחתם היום את עיתון החדשות? מן הסתם בלטו לעיניכם כותרות צעקניות בדבר מלחמות, טרוו, תאונות או אסונות טבע. האם קראתם על זיהומים? או על הצורך ברחיצת ידיים? נו טוב, זה שייך למדור הבריאות הזנית, לא? אז זהו, שלא.

מתברר כי מדי שנה נדבקים בישראל כשלושים אלף איש בזיהומים שהגיעו לגופם עקב השהיה בבית החולים! לצערינו, לא כולם מצליחים להתגבר על זיהומים אלו. ומה ניתן לעשות? האם יש דרך למנוע את ההדבקה המסוכנת? תשמעו סיפור אמיתי שהתרחש לפני כמאה ושבעים שנה בבית חולים בוניה:

רופא העונה לשם איגנץ, גילה כי מאושפזים ממחלקה מסוימת בבית החולים מתים באחוזים ניכרים יחסית למאושפזים במחלקות אחרות. הוא עקב וגילה שרופאים העוסקים בטיפול בנפטרים, הם הרופאים של המחלקה הזו.

איגנץ ביקש מהרופאים להקפיד על רחיצת ידיהם במים ואקונומיקה לפני הטיפול בחולים. תוך זמן קצר התברר כי איגנץ הציל את חייהם של עשרות חולים! שיעור התמותה במחלקה ירד פלאים. ואיך הגיבו בכירי הרופאים בעולם שעדיין לא ידעו אז על משמעותם של חיידקים בעולם הרפואה? הם זלזלו בו ובמצאיו, וכינו אותו 'הטיפס ממחוז פשט'.

הם לא הסכימו לקבל את העובדה, שיש קשר בין נגיעה במתים לבין מחלות. מה, אתה רומז לרוחות ושדים? לגלגו. אבל איגנץ בסך הכל נופף בעובדות, שלא הצליחו לבלבל את מתנגדיו הרבים...

שלושים ושש שנים לקח למסד הרפואי להכיר בטעותו החמורה! השנים הוכיחו מעל לכל ספק, שאכן איגנץ צדק, ויש קשר ישיר בין נגיפים, המצויים הרבה במחלקות המתים, לבין מחלות... במשך השנים הוכח ששטיפת ידיים בין מטופל למטופל, ועבודה עם כפפות ואביזרים נקיים, היא קריטית ביותר!

אם ביקרתם לאחרונה במחלקת יולדות, ודאי הבחנתם בשלטים הרבים המזהירים את הרופאים והמבקרים להקפיד על חיתוי ידיים.

לעריסתו של כל יילוד אף מוצמדת ערכת חיתוי, בכדי לעודד אתכם להסיר כל חיידק מעל ידיכם לפני שתלטפו את המתוק הקטן. קחו בחשבון שהמערכת החיסונית של הקטנצ'יק חלשה ורגישה לכל זיהום.



## ! תבונה

ארגוני הבריאות העולמיים ממליצים על שטיפת ידיים לפני אכילת מזון או הכנתו, לאחר היציאה משירותים ולאחר טיפול בחולה. חשוב מאוד להקפיד על רחיצת ידיים לאחר מגע במזון לא מבושל מן החי - בשר, עופות וביצים.

כספי עתק מושקעים בקמפיינים עולמיים הקוראים לבני אדם לרחוץ את ידיהם בכדי למנוע מחלות.

**ואנו? נתחזק בכללי ההלכה המורים לנו ליטול ידיים ביסודיות לאחר השינה, לפני האכילה, לפני התפילה, ביציאה משירותים ועוד. בביקור בבית חולים או לאחר מגע עם חולה או החלפת טיטול לתינוק, חשוב מאוד להוסיף רחיצה יסודית בסבון או בחומר מחטא.**

ניקיון הגוף, הוא בראש ובראשונה הכרזה על כך שאנו מכירים בכך שנבראנו בצלם, וכי גופנו הוא משכן לנשמה הקדושה. אנו בנים של מלך, וראוי לנו להיות נקיים ומסודרים.

או במילה אחת: **'נכבדות'!**

**כך גם לגבי הלבוש שלנו:**

כשאנו מסדרים ומנקים את לבושונו אנו מכריזים כי אנו מחשיבים את מתנתו של הקב"ה אלינו: צלם האנוש שלנו!

הבה נקרא יחד את דבריו הבהירים של ראש ישיבת מיר רבי חיים שמואלביץ זצ"ל, בספרו "שיחות מוסר", **מאמר "נכבדות"**:

"העבודה המוטלת על האדם היא להתעלות עד היותו נכבד וחשוב, ועל ידי כך הוא יישמר מן החטא. שכיון שהוא מכיר במעלתו וחשיבותו הגדולה, הרי הוא נמנע מלחטוא כדי שלא יירד ממדרגתו. ועוד - שרוב העבירות כרוכות בביזיון לעוברהם. ואם תהא הרגשת נכבדותו וחשיבותו מושרשת בקרבו - יימנע מלעבור עבירה.

אלו הם הצדדים החיוביים שבגאוה, והם סיבת קיומה של מידה זאת בנפשנו, אבל מפני שהגאוה השלילית - דהיינו תחושת ההתנשאות על הזולת, היא כל כך רעה והרסנית, נדרשת זהירות גדולה מאד והבחנה מדויקת לדעת מתי אכן מדובר בהכרת ערך עצמו לחיוב, ומתי מדובר בגאוה השלילית עליה נאמר "תִּוְעַבְתָּ ה' כָּל גְּבוּהַ לֵב", אשר ממנה יש להתרחק לחלוטין".





נקשיב לסיפור הבא:

## סיפור 2 | סוד ההצלחה שהתגלה

היה זה בשנת תשכ"ה, בעת שמרן הגאון רבי יוסף שלום אלישיב זצ"ל כבר נודע כגדול בתורה בקנה מידה עולמי, כדיין ופוסק וכדמות מופת. עם תלמידי החכמים הדבקים בו ומתאבקים בעפר רגליו, נמנה הגה"צ רבי שמואל טויסיג זצ"ל. הוא היה בא לבית הרב לשמוע עצה ותושיה, דברי תורה וחיידושים מאירי עיניים.

זמן קצר אחר נישואיו של רבי שמואל, החליט להיכנס לרב אלישיב ולשאל את השאלה המרכזית ביותר בחיים. הוא פנה לענק התורה, וביקש עצה לגדול בתורה... הרב אלישיב התכופף לאוזנו של הרב טויסיג ולחש כממתיק סוד: "רוצה עצה לגדול בתורה?"

הרב טויסיג האזין בקשב. גדול הדור מגלה את סוד הצמיחה בתורה, ומי לא יאזין לכל מילה בקשב רב...

הרב אמר: "כדי להצליח לגדול בתורה ולעסוק בה בהתמדה, עליך לחשוב כאילו נבחרת להיות רב בקהילה מכובדת, וכיוון שאינך כשיר עדיין - קיבלת שנתיים להתכונן לתפקיד החשוב. איך תנצל את השנתיים האלה?", שאל בחיוך...

הרב אלישיב לא המשיך, כי כל מילה נוספת מיותרת. ואכן, רבי שמואל קיבל את העצה והחל לעסוק בתורה בהתמדה עצומה, נאמן לסוד הכמוס שגילה הרב אלישיב... וב"ה צמח וגדל בתורה...

### ! תובנה

ככל שנלביש לעצמינו תפקיד נכבד ומחייב, נגלה שאנחנו מסוגלים הרבה יותר... כשנתרגל להיות נקיים ומסודרים כבן מלך, נתרגל לחשוב במונחים של 'נכבדות', נצפה מעצמינו להרבה יותר בכל תחום, ובעז"ה נצליח!

## נספח

### היגיינה בהלכה:

אנו מוצאים שפע של מצוות המשפיעות באופן ישיר על ניקיון האדם והחברה. נביא כאן את חלקם:

#### (א) זהירות מזיהום בפצע פתוח

הגמרא קובעת, כי חיתוכים רפואיים בגוף יש לערוך באמצעות כלי חד כגון עצם, שאינו עשוי ממתכת. הסיבה: "פרזלא (ברזל) מזרף זריף" (חולין עז א, יבמות עו א). ומבאר רש"י: "שהברזל גורם לחבורה במקום, ועוד שהוא גרם שתעלה נפיחות במקום.

כמו כן, בדיני שבת ישנו הכלל הידוע שאין מחללים שבת אלא אם כן מדובר בפיקוח נפש. למרות זאת אומר האמורא שמואל, שפצע שנעשה מכוח מכת ברזל, יש בו משום סכנת נפשות, ומחללים עליו את השבת (עבודה זרה כח).

אבל למה? במשך שנים ארוכות, דברי הגמרא הללו לא היו מובנים לאנשי העולם.

אבל כיום, אנו מודעים לסכנה שבחיידקי הטטנוס (צדפת) הנמצאים על גבי מתכת חלודה, ולהשפעתם הקטלנית אפילו כשהם חודרים דרך פצע קטן, ומובן לנו מדוע יש לחלל על כך את השבת. מפליא לגלות שלחכמי הגמרא היה את המידע אודות הסכנה הזו...

#### (ב) מצוות נטילת ידיים

ההלכה דורשת מהעם היהודי להקפיד מאוד על רחיצת (נטילת) הידיים פעמים רבות במהלך היום:

- **בקומו בבוקר הוא נוטל את ידיו:** "ירחץ ידיו ויברך על נטילת ידיים" (שו"ע, הלכות הנהגת האדם בבוקר, סימן ד סעיף א).
- **לאחר יציאתו מבית הכסא:** "אפילו לא עשה צרכיו, וכן מבית המרחץ אפילו לא רחץ שם, ומשום רוח רעה ששורה באלו המקומות" (שו"ע, הלכות הנהגת האדם בבקר, סימן ד סעיף יח).
- **לפני כל סעודה:** "כל האוכל הפת שמברכים עליו המוציא צריך נטילת ידיים תחלה וסוף... ואף על פי שאין ידיו מלוכלכות ואינו יודע להן טומאה לא יאכל



- עד שייטול שתי ידי... (משנה תורה להרמב"ם, הלכות ברכות פ"ו הלכה א).
- **בסימה של הסעודה:** מנקים את שאריות הזוהמה של המזון מהידיים: "מים אחרונים חובה" (שו"ע או"ח, סימן קפ"א סעיף א).
  - **וכן בסיטואציות שונות המוגדרות בהלכה:** הנוטל (גוזז) ציפורניו, והחולץ מנעליו, והנוגע ברגליו, והחופף ראשו. ומי שנגע במת, והנוגע בגופו במקומות המטונפות שיש בהם מלמולי זיעה (שו"ע, הלכות הנהגת האדם בבקר, סימן ד סעיפים יח - י"ט. וראה שם עוד מקרים שבהם ההלכה מחייבת נטילת ידיים).

### ג) מצוות רחיצת הגוף

כיום רחיצת הגוף (מקלחת) היא דבר הנעשה על בסיס יומי, בגלל ההבנה המודרנית של חשיבות ניקיון הגוף. זה קל לנו - מפני שכיום לכל אדם יש מערכת רחצה בביתו עם מים הזורמים בברזים. בעבר, הדברים היו שונים. בשביל לרחוץ את הגוף, אדם היה צריך להטריח את עצמו למקור מים (כמו אגם או נהר). אצל העם היהודי לעומת זאת, מקלחת ושטיפת הגוף היתה תמיד חובה הלכתית, ובמקרים מסוימים לפחות בגדר המלצה:

- **מנהג בני ישראל קדושים לרחוץ את הגוף לכבוד שבת קודש:** "מצווה לרחוץ פניו ידיו ורגליו בחמין בערב שבת. ומצווה לחוף (דהיינו לחפוף) הראש, ולגלח (לגוזז) הציפורניים בערב שבת" (שו"ע או"ח, סימן רס סעיף א. הרמ"א מוסיף על אתה, שאם אפשר לו ירחץ את כל גופו).
- **רחיצת הגוף היא מצווה:** נאמר בגמרא (שבת נ, ב) "תניא - רוחץ אדם פניו ידיו ורגליו בכל יום בשביל קונו". מבאר רש"י: "בשביל קונו - לכבוד קונו, דכתב (בראשית ט) 'כי בצלם אלוקים עשה' וגו', ועוד דהרואה בריות נאות אומר ברוך שככה לו בעולמו".

## חשקה | מסדר הניקיון

### משפט פתיחה:

משחק קייצי עם המון אנרגיה סוחפת, מומלץ לשחק אותו רק כשממש חם.

### הסבר כללי:

תחרות קבוצות מי מסתדרת ראשונה, ומי 'חוטפת' סילוני מים וסבון...

### חומרים נדרשים:

- רובי מים.
- סבון.
- דליים.
- ברזי מים קרובים.
- מסרקים.
- מצב רוח...

### הסבר מפורט בשלבים:

1. המדריך מחלק את הקבוצות לשתיים, כל קבוצה מקבלת כמות שווה של רובי מים, דליים, סבון, ומים.
2. המדריך מקריא הוראות של סדר וניקיון בלבוש האישי, קבוצה שמצליחה ראשונה היא המנצחת, וזכותה להתיז על הקבוצה השניה סילוני מים עם סבון...
3. דוגמאות להוראות של המדריך:
  - להוציא חולצה מהמכנסיים, ובמהירות לסדר יפה בחזרה.
  - כל הקבוצה מלכלכת את המכנסיים באבק, ומנקה מהר.
  - שוטפים את הראש במים, ומסתרקים יפה...
  - מסדרים את הציציות בצורה יפה ומהוקצעת.
  - לנקות את הנעליים מהר.





---

**זהירות:**

אין להתיז לכיוון העיניים! אין להתיז באופן שמרגיז!

---

**המלצה:**

מוותר להשתמש רק ברובי המים. נדאג מראש לרובי מים פשוטים, כך שלא תהיה אפשרות לגרום נזק וצער, ותישמר האוירה ה'כייפית'.



## חשיבות הרגע

זו מתנה נדירה וגם זמינה, פשוטה וגם יקרה, מצויה אך מאוד מאוד חמקמקה. המתנה הגדולה ביותר שקיבלו בני אנוש, המשאב החשוב ביותר העומד לרשות בני האדם!

מה זה?

הזמן! הזמן שלנו, הימים, השעות, הדקות, השניות והרגעים שלנו, הם המרחב בתוכו אנו מתנהלים, בעזרתו אנו יוצרים, בכוחו אנו פועלים.





השאפה המשותפת לכל יושבי תבל, היא להספיק עוד משימה, להכניס עוד מטלה ביומיום, להצליח לעשות עוד משהו. יש סוחרים עסוקים, ששואפים להוסיף שיעור תורה במשך היום, או להקדיש יותר זמן למשפחה. גם הוגי התורה שואפים להספיק כמה מעשי חסד מתי שהוא, ואף בחורי ישיבה צעירים מבקשים להוסיף לימוד תורני נוסף. כולם מאוחדים ברצון ובשאפה להספיק עוד משהו שעדיין לא הגיעו אליו, אך בדרך כלל, תקוותם נופלת בגלל משפט אחד:

**'אין לי זמן!'** - אנו יכולים לשמוע אנשים אומרים 'הייתי מוסיף שיעור, אך אין לי זמן', 'הייתי מתקשר להוריי יותר, אך אין לי זמן', 'הייתי מתנדב בארגון חסד, אך אין לי זמן', 'הייתי מוסיף לימוד הלכה על לימוד הגמרא', - אבל כמה צפוי - 'אין לי זמן!'

**אז איך מרוויחים זמן?**

### דילמה לדיון

ככל שאנשים בכירים יותר, הם עובדים שעות רבות יותר. הבה ניקח לדוגמה בית חולים. כמה זמן עובד המאבטח בכניסה? או המנקה במסדרון? הם עובדים במשמרות של כמה שעות כל אחד, מקסימום משרה מליאה - כלומר שמונה או תשע שעות ביום.

כמה שעות ביום עובדת פקידת הקבלה במיון? בזמני עומס, היא תישאר זמן רב יותר, ותנסה להשליט סדר בבלאגן שנוצר. לעתים קרובות היא צריכה לעבוד שעות נוספות מעבר למשמרת.

מתמחים ברפואה (סטאז'רים), עובדים לעתים יותר מעשר שעות. הם חייבים ללמוד ולהספיק להתקדם, כדי להפוך בעצמם לרופאים מן המניין. הרופאים עצמם, אוהו, זה כבר סיפור אחר לגמרי. הם עובדים סביב השעון, לעתים במשמרות של עשרים שעות! הם לא יכולים לעזוב את השטח, לפני שאחרון המטופלים נמצא בידיים טובות ומקבל את הטיפול לו הוא זקוק.

ומנהלי המחלקות? אל תשאלו! הם מוקפצים לעתים באמצע הלילה ממיטתם, מבטלים חופשות, ונאלצים להיות זמינים לעבודתם כל העת. אם צריך לקבל החלטה גורלית על חייו של מטופל, הם חייבים להיות שם! מנתחים, כלל לא מסתכלים על שעות העבודה... הם פשוט עובדים ככל שניתן, מצילים חיי אדם ומרפאים את מטופליהם. כי כשחיי אדם מוטלים



על כף המאזניים, למי יש זמן לחשבונות...

כך גם בבית הספר - ממלאי מקום עובדים שעות מועטות, מורים קבועים מחוייבים לשעות רבות, ומחנכי הכיתות עובדים גם בביתם, זמינים לשיחות טלפון, ומתמסרים לתפקידם. מנהל בית הספר? הוא חייב להיות זמין כל העת, ומטפל סביב השעון במקרים חינוכיים המשחרים לפתחו.

כך זה בחיים - ככל שאתה בכיר יותר, אתה עובד יותר, ויוצא פחות לחופשות.

ובכן, רוני שם טוב עובד ותיק במחלקת התברואה של עיריית ראשון לציון. הוא אחראי על אזור צפון העיר. יום אחד מונה רוני למנהל אגף תברואה בעיריית ראשון לציון, אך לתדהמתו גילה שלצד ההעלאה בשכרו, לא יוכל מעתה לסגור את הטלפון בשעת הליל. הוא חייב להיות זמין כל העת, ולטפל סביב השעון במקרים דחופים. אם תושבת זרקה בטעות טבעת יהלום לאשפה, עליו לדאוג שצוות ייצא לאתר פינוי הפסולת, וינסה לאתר את האבידה. אם עץ גדול קרס, עליו לדאוג שהוא יפונה במהרה...

רוני מעלה בפנינו את תמיחתו: מה ההיגיון שבגלל שהתקדמתי בתפקידי, אני צריך לעבוד זמן רב יותר?

למה זה כך? האם לא הגיוני יותר שהבכירים יוכלו לנפוש ולנוח זמן רב יותר?

### שאלות נוספות לדיון

- משפט נפוץ בארה"ב, קובע: "Time Is Money" - "טיים איז מאני!" ובתרגום לעברית: "זמן זה כסף!" מה פירוש המשפט? האם אתם מסכימים עם זה? האם זה נכון לפי התורה?
- נתי ויוסף הכינו שיעורי בית. נתי למד בהתמדה, אך באמצע הוצרך ללכת, ויוסף המשיך ללמוד עד שחלפה שעה שלמה. אבל מההתחלה יוסף לא למד רצוף, אלא תוך כדי גם שיחק בגיימבו. בסופו של דבר, יצא שנתי למד חצי שעה ויוסף למד ארבעים דקות.
- מה לדעתכם יותר חשוב? הזמן שנתי למד או הזמן של יוסף?





## תשובות:

### תשובה לדילמה:

תארו לעצמכם שהבנק החליט לזכות אתכם כל בוקר ב-86,400 ש"ח. היתרה אינה עוברת מיום ליום, ובכל לילה - הסכום שלא הוצאתם במשך היום פשוט נמחק!

מה הייתם עושים? מוציאים כל שקל, כמובן.

ובכן רבותי, לכל אחד מאיתנו יש בנק כזה! זהו "בנק הזמן". בכל בוקר אנו מזוכים ב-86,400 שניות (24X60X60), ובכל לילה - מה שלא נוצל הולך לאיבוד, היתרה אינה עוברת ליום המחרת. בכל יום נפתח החשבון מחדש, בכל לילה - אם לא השתמשתם במה שהיה בחשבון, ההפסד כולו שלכם, אי אפשר לחזור אחורה!

השקיעו את זמנכם על מנת להשיג את מירב התשואה, מירב האושר וההצלחה בעתיד. השעון מתקתק, נצלו את הזמן היום!

**הבה נלמד לנצל את הזמן ולא להשחיתו. אדם שמבזבז זמנו, זה ממש איסור 'בל תשחית'.**

בתורה, מוגדרים ימי שנותיו של האדם כשבעים שנה ("ימי שנותינו בהם שבעים שנה"), יש בזה רמז, שאם נחשב את סכום השעות שיש בשבעים שנה, התוצאה תהיה שש מאות ושלוש עשרה אלף שעות (24X365X70). זה כנגד שש מאות ושלוש עשרה מצוות שבתורה, כלומר - על מנת ששנותינו לא יתבזבוזו לריק עלינו להשקיע בהם, ולהשתדל לקיים את תרי"ג מצוות התורה.

### תשובות לשאר השאלות:

לפי היהדות, **זמן שווה הרבה-הרבה יותר מכסף!**

באמריקה, אנשים כל הזמן ממהרים. ממהרים לעבודה, רצים לפגישת עסקים, טסים להרוויח עוד ועוד כסף.

גם לנו יש מה ללמוד מהם! נרוץ כל רגע לדברים האמיתיים בחיים, לרגעים שעושים לנו טוב עם המשפחה והחברים, למצוות ומעשים טובים, ולא נבזבז את הזמן על שטויות ושעמום.

הרי כבר שנינו: (אבות פרק ד משנה יז) "הוא היה אומר, יפה שעה אחת בתשובה ומעשים טובים בעולם הזה מכל חיי העולם הבא, ויפה שעה אחת של קורת רוח בעולם הבא מכל חיי העולם הזה".



●  
 אך הקב"ה רוצה שנחשיב לא רק את השעות הארוכות, אלא גם את הרגע.

לכן נתי עשה מעשה חשוב יותר, כי מתי שיכל - למד, ומתי שלא - הוא אנוס. אבל יוסף, הרי יכל ללמוד שעה שלימה, והוא בזבז 20 דקות על גיימבו! כזה לימוד נחשב פחות, כי יוסף פחות מייקר את הזמן!

●  
 יושבים מאות יהודים ולומדים שעה שלימה בבית כנסת. הם ליבנו את כל הסוגיא, למדו היטב את הגמרא, רש"י ותוספות. עמלו על דברי הראשונים והנה הסוגיא ברורה ונהירה.

כמעט הגיעה שעת מנחה, נותרו רק עוד חמש דקות.

אמר על כך ראש ישיבת 'תפרח' הג"ר אביעזר פילץ שליט"א: **"בן תורה נמדד בחמש דקות אלו!"**

כולנו אוהבים 'מבצעים גדולים', סדרים ארוכים ו'קבלות' גדולות. אך אצל השי"ת חביבה גם כל מילה של תורה, כל מצוה, כל רגע של חשבון ודקדוק.

אם קשה לך ללמוד כעת 5 שעות רצופות, עליך לומר לעצמך: נכון, 5 שעות אי אפשר, אבל חצי שעה אפשר? רבע שעה? דקה? לא נותר על מה שאפשר!!!

קשה לך לכוון כעת היטב בכל תפילת שמונה עשרה. אך 5 ברכות אפשר? 4? 3? אין סיבה להפסיד את מה שאפשר, רק בגלל החלק שאי אפשר להגיע אליו עכשיו.

## סיפור 1 | עתי דקות עסינו חייק!

מתוך הספר 'גדולה שימושה':

'עוד יומיים אני ממריא!' - הכריז האב בבוקרו של יום, וכל בני המשפחה הבינו מעצמם לאן ולצורך מה. הם היו שותפים להתרגשות, נרגשים לקראת המעמד.

כבר כמחצית השנה נערך האב לקראת הרגע הגדול. שמעו של גאון ישראל, הגאון רבי יוסף שלום אלישיב זצ"ל, הגיע אליו, ללייקוד הרחוקה. בכל מאודו



חפץ לבוא ולהיכנס אל הרב לביקור קצר, להזכיר כמה שמות, לשאול כמה שאלות. הוא ידע כי דקותיו של הרב ספורות ומנויות, זמנו קצוב, רגעיו זהב. אבל בכל זאת, להיכנס לכמה דקות בודדות, להצליח לפגוש את גאון ישראל לזמן קצר, זה שווה כל מאמץ ומחיר!

הרגע הגדול הגיע. המטוס הענק התרומם אל על, ולבו ניתר בציפיה. בעוד כ-11 שעות ינחת המטוס, והוא תופס את המונית הראשונה, ונוסע ישר לביתו של הרב. כשהמטוס נחת, בקושי הצליח להישאר הדוק לכסא בחגורתו. הוא כה התרגש וכה ציפה, והרגע הגדול כבר מגיע...

הנה הוא עולה בדלת ביתו של הרב, ורואה את תור הממתנים הארוך. כל אחד פורש את שאלתו בזריזות, ומקבל תשובה מדוייקת, גאונית, מופלאה. הרב אלישיב, בכח תורתו ועמקותו הנדירות, מפליא להבין כל שאלה בעומק הנכון, ונותן תשובה קולעת, ובעיקר - מהירה ותמציתית...

אמרו לו שכל אחד מתעכב רק רגעים אחדים, אך הוא לא אבה לוותר. הן הגיע הנה מחו"ל, אחרי שהתכונן וחסך כסף כמחצית השנה. כשהגיע תורו, ניגש אל הרב, לחץ את ידו, ואמר בפשטות: 'כבוד הרב, הגעתי במיוחד מחו"ל לפגוש את הרב... אני מבקש לדבר עם הרב חמש דקות!'

הרב אלישיב התחייך, הרהר לרגע וענה מיד: 'חמש דקות לא אוכל, אין לי זמן, אבל שלוש דקות כן!'

את שלוש הדקות הללו, ניצל האורח עד תום. שאל את שאלותיו, פרש את לבטיו, הזכיר כמה שמות של זקוקים לישועה. בשניה האחרונה בשלושת הדקות, לחץ את ידי הרב לברכת פרידה...

כשיצא את הבית, קרן מאושר, התמוגג בהתרגשות. מיהר להתקשר למשפחתו, ובקול מחוייך בישר: 'קיבלתי את מתנת חיי, היה כדאי לבוא!'

'מתנת חיים?! במה מדובר?' - תמהו בני משפחתו. 'השאלה הראשונה ששאלתי את הרב, היתה אם הרב יואיל להקדיש לי 5 דקות. תשובתו הדהימה אותי, היתה לי לתגלית מסעירה:

מעולם לא ידעתי על ההבדל התהומי בין חמש דקות לשלוש דקות, עד שהרב השיב לי שאין לו חמש דקות, אלא שלוש בלבד. מתשובת הרב למדתי ששתי דקות הן עולם ומלואו, ראויות ליחס, חשוב להקדיש להן תשומת לב. למדתי עד כמה כל דקה היא יקרת ערך, כל שניה חשובה ותועלתית! - בישר האב הנרגש...



## ! תובנה

הסיפור מלמד אותנו עד כמה כל דקה היא יקרת ערך...

### סיפור 2 | סעודת סיום מיוחדת

מרן רבי משה פיינשטיין זצ"ל היה גדול בתורה, ונחשב 'פוסק ההלכה של יהדות ארה"ב'. הוא צבר ידע מקיף בכל מקצועות התורה, וכתב תשובות הלכתיות מיוחדות, לאלפי יהודים ששלחו לו שאלות.

באחד הימים, הזמין את בני משפחתו ומקורביו לסעודת "סיום הש"ס". במהלך הסעודה, פנה אליו אחד התלמידים בשאלה: "כבוד הרב, לכבוד מה עורך הרב את הסעודה? הרי פעמים רבות סיים הרב את הש"ס, מה כל כך מיוחד דוקא בסיום הנוכחי?"

הרב חי"ך. "הפעם הזו, היא באמת מיוחדת יותר!" הסביר. "כי הפעם סיימתי את הש"ס בחמש דקות! למדתי בחמש דקות שהמתנתי לרופא. בעשר דקות בנסיעה במונית, וברבע שעה של הפסקה בלימודי הישיבה. כל דקה פנויה, השתדלתי לנצל ללימוד תורה. וכך זכיתי לסיים בדקות האלו את כל הש"ס כולו! זו הסיבה לשמחה המיוחדת!"

### מה למדנו?

חכמי התורה, יודעים לנצל היטב את זמנם. הם מעריכים כל רגע פנוי, ומבינים עד כמה יקר הדבר הזה שקיבלנו - הזמן.

הבה ננצל כל רגע מחיינו, ונצבור עוד ועוד זכויות!



## משחק | זריזות!

### משפט פתיחה:

זריזות וניצול הזמן, הם מעלות כל כך חשובות להצלחה, הבה נתאמן עליהם...

### הסבר כללי:

תחרות בין שני ילדים, על ביצוע משימות בזמן הקצר ביותר.

### חומרים נדרשים:

- שני כרכי גמרא, עדיף מאותה מסכת ובאותו גודל.
- שני קלמרים זהים עם 2 סטים של מכשירי כתיבה זהים.
- דפי פוליו לכתיבה.
- דפים ריקים או דפים שאין בהם צורך, לקיפולי נייר.

### הסבר מפורט בשלבים:

1. נערוך בחירות בסניף, כל אחד ירשום 2 שמות של חברים שאיתם הוא רוצה להתחרות.
2. המדריך יערוך רשימת זוגות לתחרות, תוך השתדלות להתחשב ברצון החניכים.
3. כעת שני הנבחרים הראשונים, מתחרים זה בזה. בשלב הבא, שני הנבחרים הבאים בתור, וכך הלאה עד סוף הרשימה, וחוזר חלילה.
4. נעמיד שני שופטים. לכל מתחרה, שופט. המדריך יפקח מלמעלה.
5. דוגמאות לשלבי התחרות:
  - לקפל הכי מהר את הדפים לצורה של מטוס / אוניה.
  - לסדר את הקלמרים בצורה המהירה ביותר.
  - לשנן הכי מהר קטע מסויים מהגמרא בעל פה.
  - לפתוח את הגמרא ולומר הכי מהר כמה פרקים יש במסכת.
  - למצוא הכי מהר את המהרש"א.
  - למצוא הכי מהר את הרא"ש.
  - למצוא הכי מהר דף גמרא מסויים.



- להעתיק שורות גמרא מסויימות הכי מהר.
- לקרוא בקול קטע גמרא הכי מהר.
- תחרות תרגום מילים מארמית.







## השיטה לסדר יום מוצלח

המושג 'סדר יום' נשמע לנו לעיתים לקוח מעולמם של אנשי עסקים, או ראשי ישיבות נמרצים...  
אך האמת היא: לכל אחד יש סדר יום. כבר עכשיו, בזה הרגע.  
מה שעשינו מהבוקר, עד הערב, זהו סדר היום שלנו. אלא שהשאלה היא: האם היה זה "סדר יום מוצלח"?  
ולפעמים התשובה היא: ממש לא...  
אז איך מסדרים את היום בצורה המוצלחת ביותר? מה הסוד? מהי השיטה?  
הבה נחכים.



## :( נפתח בבדיחה:

דני היה פעיל ותיק ומוכר בתחום איכות הסביבה. לפרנסתו עבד במשרד להגנת הסביבה כאחראי על שפכי תעשייה, ובזמנו החופשי היה מתנדב במפעל למחזור פסולת. הוא האמין במה שהוא עושה, וסבר כי אם בני האדם ימשיכו להרוס את כדור הארץ, לחורר את שכבת האוזון ולזהם את מקורות המים, יתרחש תוך זמן לא רב אסון אקולוגי נורא.

ברבות הימים גיבש דני את רעיונותיו, ומדי שבוע היה מוזמן להרצאה במקום אחר, בהתנדבות. הוא ניחן בכושר דיבור וידע לרתק את הקהל בסיפורים משעשעים ובאנקדוטות מעניינות. את דבריו היה מלווה במצגת מושקעת ומשכנעת, ועד מהרה התמלא הימון שלו עד אפס מקום. כדי להזמין אצלו הרצאה היית צריך להתקשר כמה חודשים מראש.

באחד מימי החורף הוזמן דני לשאת הרצאה בקיבוץ בצפון הארץ. כאשר אנשי הקיבוץ הזמינו את ההרצאה, הם לא ידעו כמובן שאותו יום יהיה אחד מימי החורף הסוערים ביותר. גשמי זעף ירדו בלי הפוגה ורוחות סוערות נשבו, עצים קרסו וגגות התעופפו. דני חשש שביום כזה איש לא ייצא מהבית לאולם ההרצאות, והוא עלול למצוא את עצמו מול כמה עשרות אנשים בלבד... אך זה לא מנע ממנו לצאת לדרך. כל מאמץ היה שווה בעיניו כדי להפיץ את רעיון השמירה על איכות הסביבה.

הנסיעה הייתה קשה. הגשם התחזק מרגע לרגע, והראות הייתה לקויה ביותר. סוף סוף הגיע דני אל הקיבוץ ומצא את אולם ההרצאות. הגשם הלך והתחזק והפך לסופה של ממש. המטרים הבוודים אותם רץ ממכוניתו לפתח האולם, גרמו לו להירטב עד לשד עצמותיו.

כשנכנס לאולם, התאכזב דני קשות. הוא אמנם הכין את עצמו למצב שבו לא יבואו רבים, אך למגינת ליבו האולם היה ריק לחלוטין. אף אחד לא טרח להגיע להרצאה. הרגשתו הייתה נוראה. הוא עשה מאמץ אדיר כדי להגיע, ואף אחד לא מתעניין במה שיש לו לומר? העלבון היה צורב, ודני פנה לחזור לביתו בפחי נפש.

רגע אחד לפני שיצא, נכנס לאולם אדם מבוגר בבגדים מרושלים והתיישב על אחד הכיסאות.

‘אתה המרצה?’ שאל האיש את דני.

‘הייתי אמור לתת הרצאה’, אמר דני, ‘אבל כיוון שאתה האדם היחיד שהגיע, לא נראה לי שההרצאה תתקיים.’



'שמע, אדוני', אמר האיש, 'אינני מבין בהרצאות. אני רפתן ומבין רק בפרות. אבל אם אני מגיע בבוקר ורואה שהרפת פתוחה וכל הפרות ברחו חוץ מפרה אחת, האם לא אתן לה אוכל משום שרק היא נותרה?'

דני הבין את המסר והחליט לתת הרצאה רגילה, כאילו הוא עומד לפני אולם מלא מפה לפה. הוא עלה לדוכן והחל להרצות בלהט כיצד העולם נראה פעם וכיצד הוא נראה היום, ולאיפה עוד הוא עלול להידרדר. הוא התמקד במיוחד בתרומתם של הקיבוצים לזיהום האוויר, ומתח ביקורת נוקבת על מצב איכות הסביבה במפעלים הקיבוציים.

אט אט החל הרפתן לחוש מותקף, על לא עוול בכפו. הוא הביט בשעונו מדי כמה דקות, מצפה לסיים את המעמד הלא נעים, אבל דני נסחף בלהט הדברים והמשיך לדבר שעה וחצי.

כאשר סיים את דבריו ירד דני מהבמה, לחץ את ידי המאזין הבודד, ושאל: 'איך הייתה ההרצאה?'

'שמע, אדוני', אמר הרפתן כבעס, 'אינני מבין בהרצאות. אני רפתן ומבין רק בפרות. אבל אם אני מגיע בבוקר ורואה שכל הפרות ברחו ורק אחת נשארה, האם אעמיס עליה את האוכל של כל הפרות שברחו?!...'

### שאלות לדיון:

- מהו לדעתכם המסר מהסיפור?
- שמעתם פעם על שיטת ה-20-80? מי יודע מהי?

### תשובות

המסר הוא כי צריך לדעת 'מינונים' בחיים. מלח הוא מצויין כי בלעדיו התבשיל טפל, אבל יותר מידי מלח, הכל יהיה מלוח. כמו כן טיול לים זה כיף, אבל כל היום להיות בים זה ימאס. וכן הלאה.

אותו דרשן צריך לדעת לתת את המינון הנכון למאזין אחד פשוט...

כך בכל תחום בחיים: המינון קובע.



נשקיע בדברים החשובים באמת, נקציב להם את הזמן וההשקעה הראויה, וכך נרוויח הצלחה יתירה במעשינו. מי שרוצה רק לשחק, לבלות, להשתעמם ולא לעשות דברים מועילים, יגלה עד מהרה שהוא כלל לא נהנה בסדר יומו. כי לטיול ולממתק מגיעה מסגרת זמן מסויימת ומוגבלת, ואז הם באמת מהנים ומועילים.

כשמסדרים נכון את הזמן, מקבלים סדר יום מוצלח באמת.

מחקרים שנערכו בשנים האחרונות בנושא של ניהול זמן, גילו כי במהלך חיים שלמים אדם ממוצע אוכל במשך קרוב **לחמש שנים**, מחכה בתור - **כארבע שנים**, מנקה את הבית - **כארבע שנים**, מכין ארוחות - **כשלוש שנים**, מחפש דברים שלא שם במקום - **במשך כשנה תמימה**, פותח ומתעסק בדואר בלתי רלוונטי - **כשמונה חודשים**, וממתין **כששה חודשים** לרמזור שיתחלף מאדום לירוק...

כלומר: זמן רב מתבזבז על משימות מיותרות, בלתי חשובות, לכן חשוב במיוחד לנצל את הזמן שכן נותר - לדברים אותם אנו רוצים להשיג בחיים.

משחקים זה טוב - בגבול, קריאה בספרים, פטפוט עם חברים - הכל נעים במידה הנכונה. הבה נשקיע זמן ראוי ללימודים, התקדמות אישית, אימון עצמי, רוחניות וכל מה שמקדם אותנו באמת. רק אם ננהל סדר יום מושכל ומסודר, לא נפסיד את כל הזמן היקר שלנו ולא נבזבז אותו.

עתה נשמע על שיטה נפוצה ומרתקת לניהול הזמן:

## סיפור | הכלכלן שחולל מהפך

הכלכלן האיטלקי, וילפרד פארטו, המציא את "עיקרון פארטו", המכונה גם **כלל 80/20**.

וכך היה הסיפור:

בעיירה באיטליה התקשו לגבות את המיסים מהתושבים שלא שיתפו פעולה. ראש העיר החליט לכנס ישיבת חירום בנושא.

אחראי הגבייה טען כי אין לו מספיק כח אדם לביצוע גבייה.

לישיבה הצטרף הכלכלן פארטו, שבחן את המספרים ונתוני החייבים. ולאחר מכן ביקש את רשות הדיבור וטען בפני ראש העיר:



”ראה נא אדוני, חייבי המס מתחלקים ל-2 קבוצות:

א - מהווים 20% מכלל האנשים שלא שילמו מיסים והם חייבים 80% מהכסף.

ב - מהווים 80% מכלל האנשים שלא שילמו מיסים והם מהווים 20% מהכסף.

פארטו המליץ לאחראי הגבייה להעביר באופן מיידי את משאבי הגבייה וכח האדם מאוכלוסיה ב', לאוכלוסיה א', ובכך לגבות הרבה יותר כסף עם אותה כמות של כח אדם.

במחקר שביצע פארטו, הוא מצא כי כך בכל דבר בחיים, 80% מהפעילות או המקרים, נגרמים על ידי 20% מאוכלוסיית המחקר.

דוגמאות: 80% מהמכירות בעולם, מתבצעות על ידי 20% מאנשי המכירות. כך, אם בחנות ישנם 10 אנשי מכירות שמבצעים 100 מכירות בחודש, כנראה ש-80 מכירות (80%) יבוצעו על ידי 2 נציגים, ושאר 20 המכירות (20%) יבוצעו על ידי 8 העובדים הנותרים.

כך בסופרמרקטים - 80% מהכסף שאנו מוציאים הוא על 20% מהמוצרים. 80% מהאנשים גרים ב- 20% משטחי המגורים (ערי המרכז הצפופות). 20% מעשירי העולם מחזיקים ברשותם למעלה מ- 80% מהכסף.

## ! תובנה

זו הדרך הנכונה לניהול זמן - נוהה את המשימות שהן 80%, כלומר הן המשפיעות והמועילות ביותר, ונשקיע בהן את זמנינו. לא נבזבז זמן על משימות שתועלתן מפוקפקת ולא משמעותית מספיק.

לדוגמא, כאשר אנו לומדים למבחן, לעתים 80% מהזמן מתבזבז על המתנה לחבר, דפדוף בספר, מזיגת משקה, פטפוט קל, דיבור על לחץ מהמבחן, שיחת טלפון, וכו'. בסוף רק 20% מהזמן אנו מתכוננים למבחן. אם נהפוך את זה, התוצאה תהיה פלאית! ניקח את הפעולות החשובות באמת בסדר היום שלנו, ונקדיש להן את מירב תשומת הלב, כך הצלחתנו תשתפר פלאים בעז"ה.



## מקבץ סיפורים | החובות של מרן הגר"ח קנייבסקי זצ"ל

מתוך הספר 'החובות של רבינו':

מרן רבי חיים קניבסקי זצ"ל ניהל את יומו בקפדנות, ולא איפשר לשום דקה להימלט מידי... לפנינו תיאורים וסיפורים על דרכו בכך.

א. החובות של מרן זצ"ל, כשמשם כן הם. משל למה הדבר דומה: לאדם השקוע בחובות גדולים, ומתהלך כל שעות היממה ודואג מה יהיה עם חובותיו, וכיצד יפרעם ואיך יגלגלם, ולא נח ולא שקט כל הזמן מדרגתו על פירעון חובותיו. כך אלו שזכו לחסות בצילו הגדול של מרן שר התורה רבי חיים קניבסקי זצ"ל, חוו את המתח הגדול של החובות'



ששרר בסביבתו כל יום מחדש, עד לסיומם של לימודי החובות. חובות אלו רדפו אותו כל שעות היממה, ואפילו כשנשכב לנוח, מיד כשהתעורר - דעתו הייתה על החובות...

ב. אחד שאל את מרן זצ"ל, אם כדאי לו להרגיל עצמו ללמוד בסדר לימודו של מרן שזה שמונה דפים ליום - כדי לסיים את הש"ס בכל שנה. והשיב לו, שרק אם כבר למד היטב את הש"ס אז יש תועלת בזה, אבל ללמוד בפעם הראשונה שמונה דפים ליום אין בזה כל תועלת!

ג. אחד בירך למרן זצ"ל שיסתיימו החובות שלו, ואמר מרן זצ"ל: "החובות שלי לא יסתיימו אף פעם!"

ד. כידוע מרן סיים כל שנה בערב פסח את כל חובותיו לשנה זו, והתחיל מחדש. בחג הפסח תשס"ג למחרת הסיום הגדול, נשאל מרן זצ"ל אם סיים החובות, ועכשיו אפשר להתחיל ברוגע מחדש? ענה מרן זצ"ל: "אף פעם לא מסיימים". והסביר: "כל החיים לא מסיימים עם החובות, כי מיד כשנגמרים החובות של היום מתחילים החובות של מחר..."

ה. באחד מימי ה'שבע ברכות' של בן מרן, אמר מרן למחותנו, שהוא מתנצל על שאינו יכול לבוא לאחד מהשבע ברכות, כיון שהוא בעל חוב ועליו לפרוע חובותיו. בתחילה חשב מחותנו שהכוונה לחובות כספיים, וניגש לחברותא של מרן, הגאון ר' דב וינטרוב זצ"ל, באומרו שצריך לראות



כיצד לעזור למרן כלכלית. הלה החל לחייך, שאלו המחותן: "מדוע הינך מחייך?", והשיב לו, שאין כוונת מרן זצ"ל לחובות כספיים, אלא היות והייתה חתונה ושבע ברכות שגזלו הרבה זמן, צריך מרן להשלים לימוד חובותיו, ולפיכך השאיר ערב אחד פנוי, ולא הלך לשמחת שבע ברכות של בנו, כדי להשלים לימוד חובותיו.



## הפעלה | תכנון אחראי

### משפט פתיחה:

משחק קבוצתי מהנה הממחיש את חשיבות התכנון האחראי.

### הסבר כללי:

עוברים מספרה לספרה בדרך הקצרה, בלי לדלג ספרות בדרך.

### חומרים נדרשים:

- כ-20 דפי מדפסת - A4.
- לורד כהה.
- שטח חלק או מגרש.

### הסבר מפורט בשלבים:

1. על כל דף רושמים ספרה אחת בגדול, מ-1 עד 20, ומפזרים את הדפים בסדר אקראי.
2. כל אחד בתורו צריך ללכת מספרה לספרה בסדר עולה, בדרך הקצרה ביותר, בלי לדלג על דפים.
3. המדריך עומד עם שעון, ובודק יחד עם כולם האם שחקן דילג על דף, או חזר בטעות למספר נמוך יותר.
4. על כל פסיעה לא נכונה, חוזרים לנקודת ההתחלה.
5. מנצח: מי שגמר בצורה חלקה, בזמן הקצר ביותר.

### תובנה:

תכנון הצעדים, ומחשבה על המעשים שלנו, יביא לנו את הניצחונות בחיים.





## סדר יום גם ב... 'בין הזמנים'!

כשרק מזכירים "סדר יום" בבין הזמנים - אנו מתחילים להילחץ...  
כיצד באמת ניתן להכניס לתוך החופש הלא-גדול שעומד לרשותנו,  
כל כך הרבה משימות שאנו נדרשים לבצע? אנו צריכים לשחק,  
לטייל, לעזור לאבא בכל מיני שיפוצים קטנים, ללכת לקייטנה,  
ללמוד כמובן, לקרוא, להתכונן לשנה החדשה...

איך נכניס סדר לכל זה? הכל 'בלאגן' אחד גדול, כשהזמן דוחק  
והלימודים מתקרבים... כולנו רצים מדבר לדבר, ברצון להספיק  
הכל...

אולם האמת היא, שאם נפרק את המשימות שאנו רוצים לבצע בכל  
יום בבין הזמנים, נמיין אותן ונבצע הערכה של חשיבותן והזמן שהן  
דורשות - נמצא כי חלקים ניכרים מהזמן שלנו מתבזבזים סתם כך.  
בהתנהלות נכונה נוכל ליהנות ולהצליח הרבה יותר בבין הזמנים.

הכיצד?



## שאלות לדיון:

1. האם בבין הזמנים צריך לשמור על סדר יום, כמו בלימודים?
2. האם יש בעיה לקום מאוחר בבין הזמנים? למה ההורים שלי דוחקים בי להשכים?
3. למה בכלל יש 'בין הזמנים'? אם כל כך חשוב ללמוד, למה לא לומדים תמיד?

## תשובה

האדם אינו מלאך. קשה להיות קשוב, עמקן, חושב ודרוך כל הזמן. לחץ החיים נותן את אותותיו וצריך לנוח ולאגור כוחות.

מרון החזון איש זצוק"ל כותב באחד ממכתביו לבן תורה לו המליץ לנוח, ולהפחית מלימודיו למשך תקופה: "דע לך יקירי שאין כאן לא חטא ולא אשמה, רק מחוקי הטבע להתעייף. ואין ראוי לזלזל בחוקי הטבע, כי מה שאנו קוראים "טבע", המכוון בזה רצון היותר מתמיד של המהווה כל ההוויות יתברך".

ימי 'בין הזמנים' נקבעו כדי שהתלמידים יתאווררו, יאגרו כוח, יתרעננו, וכך יחזרו ללימודים בכוחות מחודשים, מלאי מרץ.

אלא ש... מי שלא מנצל כראוי את בין הזמנים, מוצא עצמו בתחילת הלימודים חלש יותר, עייף יותר וחסר יכולת להתרכז...

אז במקום לאפשר לבין הזמנים להיות זמן של הפיון שצריך להשתקם ממנו, הבה נתבונן ונדע כיצד להפוך את בין הזמנים למה שהוא באמת אמור להיות: **מקפצה להצלחה!**

חז"ל (ב"ר לט, ח) מספרים שכל העופות נחים בשעת יגיעתם על גבי סלע או אילן, "אבל היונה בשעה שהיא פורחת ויגיעה, קופצת באחד מאגפיה". והרי עם ישראל - נמשלים ליונה.

בעוד שהעופות פורשים למנוחה מוחלטת בשעת הצורך ומפסיקים לחלוטין לעוף, הרי ישראל-היונה, נחים בכנף אחת וממשיכים לעוף בכנף השניה. עם ישראל אינו אמור לנוח בצורה שתפסיק לו את רציפות המעוף שלפני המנוחה, אלא אדרבה, המנוחה



עצמה, עם כל צרכיה ודרכיה, נחשבת להמשך התעופה, עם קשר ישיר ובלתי פוסק עם ה"שטייגען".

אם נרצה להנות מבין הזמנים באופן המקסימלי: נתכנן סדר יום של חופש - איזון נכון בין לימוד מעט תורה, מנוחה, משחקים, טיולים, עזרה להורים ולאחים.

רק כך נרגיש סיפוק עצום בסיום בין הזמנים!

וכשנסדר לעצמינו סדר יום כזה, נוכל להספיק הרבה יותר מכל דבר!

- אין בעיה לקום מאוחר, אבל לא לשכוח זמן קריאת שמע ותפילה, ותפילה במניין.
- אין בעיה לאכול ממתקים - אבל במינון נכון שלא נקיא בסוף...
- אין בעיה לשחק ולהשתובב - אבל יחד עם זאת לא להתפרק לגמרי.

**לסיכום:** גם בבין הזמנים אנו מצויים לא לאבד צלם אנוש, אלא רק מה שצריך לצורך מנוחה, שינוי אווירה ואגירת כוחות. גם בין הזמנים הוא חלק מהחיים, וחשוב לשמור על כל כללי המצוות, לא לבטל זמן בלא צורך, לא להיסחף להוללות, לשון הרע ושטויות...

נקריא את לשון השולחן ערוך (או"ח סימן רלא):

"בכל מה שיהנה בעולם הזה, לא יכוין להנאתו, אלא לעבודת הבורא יתברך, כדכתיב: "בכל דרכיך דעהו". ואמרו חכמים: כל מעשיך יהיו לשם שמים, שאפילו דברים של רשות, כגון האכילה והשתיה וההליכה והשיבה והקימה והשיחה וכל צרכי גופך, יהיו כולם לעבודת בוראך, או לדבר הגורם עבודתו, שאפילו היה צמא ורעב, אם אכל ושתה להנאתו אינו משובח, אלא יתכוון שיאכל וישתה כפי חיותו, לעבוד את בוראו".

נזכור את מטרת בין הזמנים, נבנה לעצמינו סדר יום מהנה ומוצלח, ובעז"ה נצליח!

## סיפור | איקר וספא

הגאון רבי אלחנן וסרמן זצ"ל הי"ד, ראש ישיבת ברנוביץ' ומגדולי ראשי הישיבות בדור הקודם (מחבר ספרי 'קובץ שיעורים'), נהג לצאת לארה"ב הרחוקה לגייס כספים למימון והחזקת הישיבה. באותם ימים לא היו טיסות סדירות ונחוות כהיום, וכל מסע כזה הצריך כוחות נפש וגוף עצומים, ומסירות



רבה להיפרד מהמשפחה לתקופה, להיטלטל בספינות שבועות מספר, לצאת לארץ נכריה וזרה, וכל זאת - כשהצלחה כלל לא מובטחת...

פעם סיפר, שכאשר קשה עבורו המאמץ, הוא נוטל חיזוק מדבריו של דייויד, עשיר אחד מארה"ב. 'ממנו למדתי', היה אומר, 'עד כמה חשוב להחזיק תורה, ועד כמה אסור להביט על הקשיים והניסיונות שבדרך'...

מה אמר אותו דייויד? ובכן, מעשה שהיה כך היה:

רבי אלחנן נהג להגיע לביתו של דייויד העשיר בקביעות, ולהתקבל בביתו בחביבות ובכבוד רב. תמיד היה מקבל ממנו נדבת לב הגונה, ברוחב יד ובסבר פנים יפות.

פעם נקלע רבי אלחנן לארה"ב בעיצומו של החורף, הדרכים היו משובשות והרחובות הפכו לשלוליות בוץ. רבי אלחנן ידע כי ביתו של דייויד מרוצף בשטיחים יקרים ועדינים מקיר לקיר, ולכן דחה את הביקור במעונו עד לשעה שיוכל להגיע אליו בצורה נקיה. דא עקא שהחורף המשיך להכות במלוא העוצמה, ובכל פעם כשהתקרב לביתו של דייויד - גילה את עצמו מלא בבוץ ולכלוך, ולא עלה על דעתו להיכנס כך לבית המפואר, ולהשחית את השטיחים היקרים והמעודנים...

פעם אחת, כשהתקרב לביתו של דייויד, גילה כי לבית פתח נוסף ואחורי, ממנו נכנסים המשרתים ומביאים את צרכי הבית. אותה כניסה היתה מהמחסן, מקום שרוצף באבנים פשוטות וזולות. שמח רבי אלחנן כי יוכל להיכנס לבית מדלת זו, ואכן - דפק בדלת הזו וביקש לדבר עם דייויד.

דייויד הופתע: מי הוא זה ואיזה הוא שקורא לו מהכניסה האחורית? הן שם זו דלתם של משרתי הבית, ולא של אורחים מן המניין? להפתעתו, הוא מגלה בחלל הדלת את ראש הישיבה הנערץ, רבי אלחנן וסרמון...

דייויד נדהם, אך התעשת במהרה. 'במחילה, ייכנס ראש הישיבה מהדלת הראשית, מהכניסה היפה לטרקלין. לא ראוי הדבר שמי שנושא בעול תורה וכל מהותו תורה, ייכנס באותה דלת עם הפועלים הנכרים!'

אך רבי אלחנן לא הבין: 'הבט וראה, כל מגפיי מלאים בוץ, כל בגדיי מלאים לכלוך. מה לך ולצרה הזאת בכניסה הטרקלינית המפוארת?'

העשיר התעקש: 'במטותא, ראש הישיבה ייצא מדלת זו, יחזור לחזית הבית וייכנס בדלת הקדמית, בבקשה! אם לא כן, ראש הישיבה הורס את חינוך בנותיי - הן כל ימי אני מחנכן שהתורה היא החשובה מכל, והשטיחים היקרים,



כל הכסף והזהב, בטלים המה לפני כבוד התורה! ועתה, ראש הישיבה מקלקל את חינוך ילדיי, לא יעלה על הדעת!

**ייכנס כבודו מהכניסה הראשית, יבוא עם המגפיים והבוץ בתוככי הטרקלין, ילכלך ויהרוס את השטיחים היקרים, אך כל בני הבית יראו ויפנימו - כבוד התורה הוא החשוב מכל!**

רבי אלחנן שמע, ונהרת שמחה פשטה על פניו. דייויד מבין טוב כל כך את חשיבות התורה וערכה, וכמה חשוב לו שבני ביתו יפנימו את המסר הזה, בכל מחיר! הוא פנה ונכנס מהכניסה הראשית, תוך שדייויד מודה לו בחום על שבזכותו העביר שיעור של אהבת התורה לבני משפחתו!

ואכן, זכה אותו יהודי עשיר שהתקיימו בו דברי חז"ל 'דרחים רבנן הוה ליה חתנין רבנן'. הוא זכה ששני חתניו היו מגדולי ראשי הישיבות בטלז בארה"ב. משפחתו חונכה על המסר - שאהבת התורה וכבוד התורה והחזקת התורה - הם הנכסים החשובים ביותר, וטובים מאלפי זהב וכסף!

## ! תובנה

גם כשנמצאים בזמן לא שגרתי, עלינו לשים את העיקר מול העיניים: תורה מידות טובות ומצוות.

כי כל השאר טפל לעומת זה.



## סדנה | סדר היום שלי בחופשה

### משפט פתיחה:

הבה ניצור את סדר היום המוצלח ביותר לחופשת בין הזמנים!

### הסבר כללי:

המדריך מבקש מהחניכים למלא את סדר היום המומלץ בחופשה. לאחר מכן כולם קוראים את סדר יומם, והמדריך מחלק פרסים בהתאם.

### חומרים נדרשים:

- לשכפל את הטבלה המצורפת, לכולם.
- מכשירי כתיבה.
- פרסים שונים - לכולם.

### הסבר מפורט בשלבים:

1. כל אחד מקבל את דף הטבלה למילוי.
2. השארנו לכל אחד כמה שורות למטה, בהם יוכל להוסיף קטגוריה אישית. כמו למשל: חזרה על הלימודים וכדומה.
3. המטרה: למצוא את האיזון הנכון ביותר בין הצורך הגשמי, לבין הצורך הרוחני והנפשי.
4. נעזור לחניכים המתקשים.
5. ליד כל טור יש טור הערות, בו אפשר להסביר את הבחירה שרשמנו.

### שים לב:

נכון, איננו חיים באשליות שכולם יפעלו לפי הלו"ז שהם קובעים... אבל ככל שנדבר על זה יותר, ונחשוב על זה יותר, נשתפר ונצליח יותר. בהצלחה.



## טבלת סדר היום שלי ב'בין הזמנים':

שמי: \_\_\_\_\_

הערות	שבת קודש	הערות	יום ו'	הערות	ימים א-ה'	
						שעת קימה
						תפילה
						לימוד
						עזרה בבית
						משחק
						טיול
						מנוחה







לפניכם מקבץ מיוחד של הפעלות מרעננות לקיץ. תוכלו לשאוב מתוכו רעיונות מקוריים לפעילויות מהנות, מחכימות ומרתקות - בשטחים פתוחים או סגורים. הפעילויות מתאימות למפגשים השוטפים עם החניכים, וכן למפגש שיערך בתוך ימי החופשה.

הכדור הוא משחק נפוץ ואהוב על רוב הילדים, כולם מכירים את טכניקת המשחק בו, ולכן הוא משולב בפעילויות רבות במקבץ הזה.

ומה התובנה? החניכים מוזמנים להציע תובנות העולות מכל פעילות. ניתן לפתח דיון קבוצתי בעקבות הפעילות, ולבחון את היכולת שלנו לשתף פעולה, להתחרות בכבוד, וכו'.

**משפט פתיחה:**

משחק משעשע עם הרבה ריכוז. מעניק חוויה מאחדת ומעצימה.

**הסבר כללי:**

משחק מסירת כדור, האתגר הוא להקפיד על מסירה מחניך מסויים לחניך מסויים, בלי להתבלבל, ובלי להפיל את הכדור.

**חומרים נדרשים:**

- 3 כדורים (פלסטיק פשוטים, למנוע פגיעות).
- רשימת החניכים, לסימון נקודות.

**הסבר מפורט בשלבים:**

1. המדריך מסביר את משחק ה'מסירות' המיוחד: לכל חניך יש 2 חניכים שעליו לזכור כל הזמן. אחד - ממנו הוא מקבל את הכדור, והשני - שאליו הוא מוסר את הכדור.
2. המדריך עורך רשימה ברורה - מי מקבל ממי ומי מוסר למי.  
צורה פשוטה לעריכת הרשימה: לוקחים את רשימת החניכים, ומקריאים לפי הסדר: ראובן מוסר לשמעון, שמעון מוסר ללוי, לוי ליהודה, וכו', עד שהאחרון ברשימה מוסר לראובן. עכשיו נקריא שוב, ונוודא שכל אחד יודע ממי הוא מקבל, ולמי הוא מוסר.
3. החניכים נשארים במקומם לאורך כל המשחק.
4. יש כל הזמן 3 כדורים באוויר. יש לזרוק מיד כשקיבלת, ולא להתמהמה!
5. בכל פעם שחניך מוסר, עליו לקרוא בשמו של החניך המקבל ולזרוק אליו, כמובן בלי להפיל.
6. מי שמתבלבל ומקבל ממישהו אחר, או מוסר למישהו אחר, או שלא קרא בעת הזריקה בשמו של החניך אליו הוא מוסר, או שגרם לנפילת הכדור על הרצפה, יורדת לו נקודה.
7. אפשר לשחק ברמה מאתגרת יותר - מי שמתבלבל, יוצא מיד מהמשחק, עד שנשאר מנצח אחד.
8. מי שהראה אלימות / דיבור לא נקי / חוסר כבוד למדריך - יוצא מיד מהמשחק!
9. כמו כן מי שלא נוהר ועשה מעשה מסוכן [כגון קפץ מהשולחן אחרי הכדור] יורדת לו נקודה / יוצא מהמשחק [לשיקולכם].



**משפט פתיחה:**

משחק 'אישיות' משעשע, בו נפתח את יכולת הפענוח שלנו, ונתאגר את אוצר המילים שלנו.

**הסבר כללי:**

על החניכים לנחש ולגלות את המילה שנבחרה, לפי ניקוד שהם מקבלים על ניחושים אקראיים.

**חומרים נדרשים:**

מומלץ להשתמש בלוח, או בריסטול גדול, וטוש לכתובה. אפשרי לשחק גם ללא מכשירי כתיבה כלל.

**הסבר מפורט בשלבים:**

1. הרכו (או חניך שנבחר לכך) בוחר מילה מסויימת, כגון 'אופניים', ולא מגלה מה המילה בה בחר.
2. החניכים מנסים לנחש, באמצעות הצעה של מילה. הרכז מדרג את הניחושים במספרים, מאפס ועד מאה.
3. לדוגמא: חניך הציע: שולחן. הציון הוא 0, כי אין קשר בין אופניים לשולחן. חניך הציע: עץ. הציון הוא 10 (בערך, יכול להיות קצת יותר או קצת פחות), כי לפעמים קושרים אופניים לעץ, אז יש קשר קלוש. חניך הציע: עיגול. הציון הוא 50, כי גלגלי האופניים עגולות. חניך הציע: מכונית. הציון הוא 80 או 90, כי זה כלי תחבורה וקשור לאופניים. חניך הציע: קורקינט. הציון יהיה 95, כי זה ממש קרוב.
4. כך ממשיכים, עד שחניך מצליח לנחש את המילה הנכונה, ואז תורו לבחור מילה ולדרג את הניחושים.
5. אם יש לוח או בריסטול, כותבים את הניחושים שקיבלו ציון מעל 10.



### משפט פתיחה:

משחק 'מסירות' בו הקבוצה שלנו תתמלא חום והערכה הדדית.

### הסבר כללי:

מוסרים כדורים, תוך כדי הכרזת מחמאות. החניכים לומדים לראות את הטוב ולבטא מחמאות.

### חומרים נדרשים:

כדור משחק (לא קשה ומכאיב).

### הסבר מפורט בשלבים:

1. חניכי הקבוצה נעמדים במעגל, פנים אל פנים, כשכולם רואים את כולם.
2. יש לשמור על מרווח מסויים בין העומדים במעגל.
3. המדריך מחזיק את הכדור, מכריז בקול על מחמאה, זורק את הכדור כלפי מעלה, ורק אז מכריז את שם בעל המחמאה.
4. בעל המחמאה ינסה לתפוס את הכדור.
5. דוגמא: המדריך יכריז "ילד שתמיד עוזר לארגן את הכיתה!", יזרוק את הכדור, ואז יכריז "אבי!"
6. אם אבי תפס את הכדור, הוא מכריז מחמאה, זורק, מכריז שם, וחוזר חלילה.
7. אם אבי לא הצליח לתפוס את הכדור, והוא הגיע לרצפה, מישהו אחר רשאי לתפוס אותו, ולהכריז מחמאה ושם.
8. מי שכבר תפס כדור, לא יכול לתפוס בשנית, אלא אם כן הוכרו שמו.
9. כשכולם כבר קיבלו מחמאות, המשחק הסתיים.

### הערות:

- א. השתדלו לזרוק את הכדור לגובה, כדי שהתופס הבא יוכל לגשת למרכז המעגל ולתפוס בקלות את הכדור.
- ב. כדאי לעודד את החניכים לתת מחמאות עם עומק ותוכן, ולא רק "אחלה חבר"...



**משפט פתיחה:**

ראיתם פעם טנק? הייתם פעם בתוך טנק? מה שבטוח זה שאף פעם לא הרגשתם איך זה להיות בתוך שרשרת של טנק...

**הסבר כללי:**

יצירת שרשראות מדפי נייר עיתון, והליכה בתוכן. המשחק יאתגר את עדינות התנועות שלנו...

**חומרים נדרשים:**

- עיתונים בשפע [שים לב שלא יהיה גניזה, או חלילה פריצות].
- כמה סלילי סלוטייפ.

**הסבר מפורט בשלבים:**

1. מתחלקים ל-2 קבוצות שוות.
2. כל חברי קבוצה יושבים יחד ומחברים דפי עיתון לגלגל אחד ענק, בצורה הבאה:
  - תחילה מחברים חזק את כל העיתונים אחד לשני לאורך עד שנוצר גיליון ארוך.
  - לאחר מכן לוקחים את קצה אחד, ומחברים אותו לקצה השני בזהירות.
3. כעת חניכים מכל קבוצה נכנסים בזהירות לחלל השרשרת שיצרו, כאשר הם דורכים על החלק התחתון של השרשרת, ונוגעים בראשם בחלק העליון.
4. המשימה היא להתקדם יחד קטע דרך מסויים, מבלי לקרוע את השרשרת.
5. מנצחת: הקבוצה שהתקדמה הכי הרבה, בלי קריעת שרשרת העיתונים.

**משפט פתיחה:**

משחק מהנה ונחמד, עם כללים ברורים מראש. יש שקוראים לו 'כדור-יד', ויש שקוראים לו 'מתמסרים'.

**הסבר כללי:**

משחק כדור-יד, כמו כדורגל אבל ידני, עם כללים מגבירי אתגר.

**חומרים נדרשים:**

כדור משחק, עדיף גדול.

**הסבר מפורט בשלבים:**

1. מתחלקים ל- 2 קבוצות, מגדירים שער ל'גול'.
2. כל קבוצה מנסה להכניס 'גול' לשער הנגדי. מותר לגעת בכדור רק ביד, ולא ברגל (מהברך ומטה).
3. רק לשוער מותר לבעוט ברגל, ורק ברחבה.
4. 3 הכללים הכי חשובים:
  - אסור ללכת עם כדור - אלא רק למסור לחבר.
  - אסור לחטוף את הכדור מחניך אחרי! צריך לחכות בסבלנות עד שימסור.
  - כמו כן: נגיעה בחבר = אזהרה. נגיעה נוספת = יציאה מהמשחק.
5. מנצחת: הקבוצה עם מירב ה'גולים'.





**משפט פתיחה:**

משחק כדור שמאזן בין רצונות - הרצון להזדרז מצד אחד, והרצון להיות סבלן ולמנוע טעויות מהצד השני.

**הסבר כללי:**

משחק מסירות מהיר ולא שגרת.

**חומרים נדרשים:**

כדור מסירות.

**הסבר מפורט בשלבים:**

1. החניכים עומדים במעגל, עורכים הגרלה בין החניכים, מי שיצא בהגרלה נכנס לאמצע המעגל.
2. הקבוצה שעומדת במעגל מוסרת את הכדור מאחד לשני, במטרה למנוע מהנציג שבמרכז המעגל לגעת בו, ומבלי שהכדור ייפול לקרקע.
3. כל מסירה נספרת, עד שמגיעים ל- 21.
4. אם הכדור נופל לרצפה או נתפס ע"י החניך שנמצא באמצע המעגל, לפני שמגיעים ל- 21 מסירות, מתחילים את הספירה מחדש.
5. הילד בתוך המעגל מנסה לסכל את המסירות ולתפוס את הכדור.
6. אם הצליח, התופס נכנס למעגל, הילד שזריקתו נתפסה יוצא למרכז המעגל, והספירה מתחילה מחדש.
7. כאשר מגיעים ל- 21, הילד שבמרכז המעגל שלא הצליח לתפוס, יוצא מהמשחק.
8. מנצח: מי שנשאר אחרון.

**הערה:**

ניתן להוריד את רמת התחרותיות, על ידי ביטול סעיפים 7 ו-8.

**משפט פתיחה:**

תחרות זריזות וקואורדינציה, מליאת אנרגיה. יודעים לקשור מהר? זה בשבילכם!

**הסבר כללי:**

קשירת כדור לחבל, וגירתו על קו מסוים.

**חומרים נדרשים:**

- חבלים.
- כדורים.

**הסבר מפורט בשלבים:**

1. מסמנים קו התחלה וקו סיום, ומחלקים את המשתתפים לארבע קבוצות.
2. כל קבוצה שולחת נציג לקו ההתחלה, ונציג לקו הסיום.
3. הנציגים שבקו ההתחלה, מקבלים כדור וחבל. הנציגים שבקו הסיום, מקבלים לידיהם את קצה החבל השני.
4. בהינתן האות על ידי המדריך, על הנציגים של קו ההתחלה לקשור את הכדור לחבל בצורה המהירה ביותר.
5. מיד בסיום הקשירה, הנציג הממתין בקו הסיום יגרור את הכדור בעזרת החבל - מקו ההתחלה לקו הסיום.
6. הכדור שהגיע ראשון לקו ההתחלה, מזכה את קבוצתו בנקודה.
7. המדריך מכריז על מקצה נוסף.
8. מנצחת: הקבוצה שצברה מספר רב יותר של נקודות.



משפט פתיחה:

משחק כייפי ואנרגטי. ריצה מהירה, אך עם כללים מאתגרים.

הסבר כללי:

משחק 'תופסת' מאתגר ומשעשע.

חומרים נדרשים:

אין.

הסבר מפורט בשלבים:

1. המשתתפים עומדים במעגל, ברווחים בין אחד לשני, חוץ משני נציגים: נציג אחד "מחט", והשני "חוט".
2. ה"חוט" רודף אחרי ה"מחט" ומנסה לתפוס אותו תוך כדי שה"מחט" רץ בין המשתתפים - בפנים המעגל ומחוצה לו.
3. ה"חוט" חייב לרוץ בדיוק בין אותם משתתפים שה"מחט" רץ ביניהם.
4. אם ה"חוט" מתבלבל, נבחר במקומו משתתף אחר.
5. כאשר ה"חוט" תופס את ה"מחט" באמצעות נגיעה בגבו, ה"מחט" הופכת ל"חוט", ומתחיל סיבוב נוסף...







משרד ראשי: רחוב גבעת שאול 27, גבעת שאול, ירושלים  
טלפון: 077-40-50-813 פקס: 153-524-236-122  
דוא"ל: office.yachdav@gmail.com

