

**מיעוט שמחה מראש חודש אב**  
(1) משנכנס אב ממעטים בשמחה, ולכן אדם שיש לו דין עם גוי או אדם הצריך לעבור ל"ע ניתוח – ידחהו לאחר ט' באב.  
ומטעם זה, ממעטים מ"ח אב במשא ומתן של שמחה, כגון קניית צרכי חופה וכדומה, ואף אין לשפץ, לצבוע ולבנות בנין שאינו לצורך מקום מגורים אלא ליופי ולהרווחה, כמו כן אין ללבוש מ"ח בגד חדש ואף אם רוצה להתחדש בו בשבת – אסור מפני שהדברים הללו גורמים לשמחה.  
\*\*\*

**תספורת ושירים מראש חודש אב**  
(2) מותר מן הדין לספרדים, להסתפר ולהתגלח בימי בין המיצרים, עד לשבוע שחל בו ט' באב.  
אך אסור לשמוע שירים בימים הללו, ואומנם הרוצה לשורר בפיו שירים, אין לאסור עליו, אך מכל מקום טוב להימנע מכך (מלבד שבתות שמותר לכתחילה) מפני שמביאו לידי שמחה, ולכן טוב שלא ילמדו את הילדים בבתי הספר וגנים שירים ומנגינות בימים הללו.

**אכילת בשר מראש חודש אב**  
(4) מנהג הספרדים שלא לאכול בשר (בין של בהמה ובין של עוף) מ"ח אב ועד י' באב (כולל י'), ובראש חודש אב עצמו – יש מקילים בכך ויש המחמירים אף בר"ח עצמו. אומנם, מותר לאכול בשר אף אחר ר"ח אב בסעודת מצוה, כגון: סעודת ברית מילה, שבע ברכות, בר מצוה וסיום מסכת (אם רגיל לערוך סעודה בד"כ כשמסיים מסכת, ובתנאי שלא השאיר בכוונה קטע לסיום המסכת אותו השאיר לימים אלו, על מנת לערוך סיום עם אכילת בשר).  
לכן רשאים המזמנים לאכול בשר בסעודה זו, ובלבד שלא יבואו רק כדי לטעום טעם בשר – שהרי זה מצוה הבאה בעבירה.  
\*\*\*

(5) ילדים קטנים מתחת לגיל 12 ויום אחד (גיל של 'מפלאה הסמוך לאיש') – מותרים באכילת בשר אף אחר ר"ח.  
(6) בשר שימורים שבקופסאות וכן בשר מלוח וקפוא דינם כבשר. אך דגים מותרים.  
(7) חולה שאין בו סכנה, יולדת (תוך 30 יום ללידה) ומינקת שתינוקה חלש – מותרים בבשר.

**סגולה להצדיק ר' ששון מזרחי זצ"ל!**  
(1) סגולה לשנינה טובה ורגועה: "באחד הימים הגיע אברך אל הצדיק הקדוש ר' ששון מזרחי זצ"ל ושל מה יעשה עם ילדיו הקטנים הקמים באמצע השנינה מבוהלים ומפחדים? אמר לו הצדיק: 'שיניחו האב או האם את ידיהם על ראש הילד, ויאמרו מזמור "יושב בסתר"'. הם עשו כדברי הצדיק וראו מאותו היום נפלאות!  
(2) סגולה נגד חלומות קשים: "שח אברך חשוב לפני הצדיק ר' ששון מזרחי זצ"ל שמדי לילה טורדים אותו חלומות קשים ומשונים, ואינו יודע מה לעשות?, ענה לו הצדיק ואמר: "תוסיף

★ סגולות הצדיק ר' ששון ★

מהיום בקריאת שמע שעל המיטה את המשפט: "והריני מכוון שעל ידי קריאת שמע יאיר הקב"ה בכל העולמות, ועל ידי הארה זו ישמיד את כל המזיקים, וכל ניצוצי הקדושה שבמזיקים יעלו ויכנסו בקדושה".  
(3) סגולה לביטול הצרות: "פעם בא יהודי לבית הצדיק בטענה שבאות עליו צרות, אמר לו רבינו: "תאמר בכל יום את הפסוק 'מי אל כמוך וכו' ג' פעמים, וכאשר תאמר זאת שליך במצולות ים וכו' תכוון שכל הצרות יסולקו מעליך".  
והוסיף: "פשוט מאד שכל הנ"ל יש לומר רק לאחר תשובה ומעשים טובים".

אתך 'אור עיני' - yahadoot.net

מחמאה עצמית ועקיפה

**הפה שמחה כהן**  
**הכית היהורי / היצירות**  
זה משמח אותה ונותן לה מקור סיפוק ואושר. דרך נוספת וחשובה מאד לקירוב וחזיקו הקשר בין בני הזוג הוא ע"י 'מחמאה עקיפה'. מהי 'מחמאה עקיפה'? נענה על כך בדוגמא: כאשר הבעל אומר דברי תורה בעת סעודת השבת, טוב תעשה הרעיה, כשתאמר לילדים: "אבא אמר רעיון חשוב מאד". המילים נאמרות לילדים, אך ללא ספק הופעלו על רגשותיו של הבעל בנוסף להשפעה החינוכית החשובה שראו הילדים, כיצד האמא מתפעלת מדברי האבא ומייקרת אותם. גם האב יאמר לילדים, ש'אמא הוסיפה רעיון נפלא לדברים שהוא אמר", או ש'המאכלים שאמא הכינה לכבוד שבת, יש בהם עונג שבת, ושבתעם מורגש שהיא השקיעה הרבה כדי שנקיים את מצות השבת בהידור רב".  
האם העומדת מהצד מתמלאת באושר עצום בשומעה את הדברים, מלבד הדוגמא האישית שראו הילדים כמה אמא מוערכת. דרך נוספת למחמאה עקיפה מציע הרב דסלר זצ"ל: "דבר עם חברך על חברך עצמו, והוא יהיה מעונין לשמוע, לרוב בני אדם אין דבר מפואר יותר מאשר שמו". כלומר, הזכרת שמו של האדם מבטאת חיבה כלפיו, והדבר משפיע עליו ומחזק את הקשר ביניהם. לאשה יש סיפוק ואושר כשאתה מתעניין בה ומראה לה שבאמת חשוב לך לשמוע ואף מעניין אותך לדעת מה עבר עליה. השתמשו במחמאות 'עקיפות' ו'עצמיות' לחיזוק הקשר ביניכם!

אין דבר גדול כמו המחמאה לקרב ולחבר בין בני הזוג. ומכיוון שכך יש למצות כל אפשרות להרחיב את הקשר ולהדק אצת הקירבה באמצעותן. לכן, מלבד המחמאות שחובתם של בני הזוג להביע זה לזה, אפשר להשתמש בהליך נוסף, והוא – 'מחמאה עצמית'. מהי 'מחמאה עצמית'? מפעם לפעם ראוי שבן – הזוג יספר על עצמו דברי שבח על פעולה מוצלחת שעשה, על שבחים שאחרים אמרו עליו, על רעיון שמצא בספר, ושזכה לכוון לדבריו. אם הדברים יוצגו בעדינות ולא סתם כשחצנות הם ישפיעו את השפעתם החיובית על אהדת בן – הזוג.  
גממה זו מוזכרת בשם 'הגאונים' בהסבר האימרה שבגמרא: "לעולם תהא דעתו של אדם מעורבת עם הבריות" – "תהא דעתו נוחה עם הבריות, כדי שיקלסוהו כולם אע"פ שאינו הגון כל כך, כמו שמקלסים את הכלה אף על פי שאינה הגונה" (שטמ"ק כתובות יז).  
גם רבנו יונה, בפרושו על פרקי אבות מציע דרך חיובית זו בהסבירו את אמרתו של שמאי: "... והוי מקבל את כל האדם בסבר פנים יפות" – "שיראה להם פנים של שמחה, כדי שתהא רוח הבריות נוחה הימנו, וינהג במדת הרצון על דרך שיהיו מרוצין ממנו בני אדם ושיהא מקובל עליהם". כלומר, חכמים ראו לנכון שאדם יהיה אהוב ומוערך על סביבתו ולצורך כך יכול הוא להשתמש במחמאות עצמיות או פעולות שיגרמו להם להתחבר יחדיו ולהתקרב זה אל זה. גם האשה צריכה לשמוע שבעלה הוא אדם רציני ומוצלח, דבר

