המספיק גאזעט

נייעס און אנאליזן איבער געזונטהייט און די אגענטור

JULY '17 • ISSUE NO. 150 • תמוז תשע"ז

המספיק אנקעטע

האלט איר א חשבון וויפיל קאלאריעס איר נעמט אריין במשך דעם טאג?

א: **יא**; ב: **ניין**.

צו ענטפערן און פאר ענטפער פון פאריגן חודש: זעט זייט 10

אין ציפערן

מעדיצינען און זיכערהייט

82% אמעריקאנער ערוואקסענע נעמען טעגליך כאטש 1 מעדיצין

70,000 קינדער באהאנדלט יערליך צוליב נעמען בטעות אומזיכערע מעדיצינען

23% עלטערן מעגנטשן האלטן מעדיצינען צו צוגענגליך פאר יונגע אייניקלער

אינספיראציע

”ווען איך עס זיך נישט דאס געזונט, עס איך זיך אויך נישט איבער בפרט… מיט מעדיצינען

געזונטהייט טיפ

פאר א געזונטע קילע זומער: כאטש 3 ליטער וואסער טעגליך; וואס מער פרישע פרוכט און גרינצייג אין דיעטע; פארמיידט גאר הייסע אדער שווער באווירצטע מאכלים; פארמיידט 'נישט' [געזונטע!] פרישטאג; רעדוצירט צום מינימום אלקאהאלישע משקאות; זיפט וואס מער לעמאנאדע און ענליכע עלעקראליט-רייכע משקאות.

◄● המספיק נייעס

לעכטיגע מאמענטן ווען פייערדיגע טענץ און הארציגע ברכות דערהייבן הערצער אין הויף פון גארליצער ביהמ"ד

ביי די חשוב'ע בחורים פון "ישיבת תורה וחסד" שע"י המספיק און קינגס קאונטי וועט ל"ג בעומר תשע"ז אויף אייביג בלייבן טיף איינגעקריצט אין די הערצער. כ"ק אדמו"ר מ'גארליץ שליט"א האט ספעציעל מבטל געווען זיין געפלאנטע נסיעה קיין מירון ווען די חשוב'ע בחורים האבן אים געבעטן צו פראווען די הדלקה בחצר בית מדרשו. דער רבי שליט"א האט באשיינט דעם גאנצן מעמד טאנצנדיג מיט יעדן בחור באזונדער און מאציל געווען מברכותיו הטהורים און טללי חיזוק אויף יעדעס הארץ. אשריכם אשריכם!

כ"ק אדמו"ר מ'גארליץ שליט"א אין פייערדיגע טענץ מיט די חשוב'ע בחורים שיחיו

◄● די סמטעטענע

צום געזונט

03 פרישע "אנטי באדיס" אין... אייגענעם קערפער

08 "מילך ציינער" אלס 'אויטיזם מעסטער'

34 עמערדזשענסי רום אנוויזונגען אויסגעקלאקרט

המספיק

28 ל"ג בעומר און פסח שני שיריים

08 "קינדער העלט האום" אפן!

פארשידענס

07 נחת גוררת נחת

16 ליים דעזיי

18 סגולות, עין הרע?

◄● ספעציעלע הילף

נייער עקזעקיוטיוו פירער פון "אינטערעידזשענסי קאונסיל" הייבט אן קאריערע מיט געלונגענע באזוך אין "המספיק"

פירער פון גרעסטע נאן-פראפיט שירעם ארגאניזאציע באקומט ערשטהאנטיגע בליק און באריכט אינערהאלב המספיק אין אירע פילע פליגלען און אויפטוען

מר. טאמאס מעקאלאוונא, א לאנגיעריגער וועטעראן אין די וועלט פון ספעציעלע הילף, איז לעצטנס אויפגענומען געווארן אלס עקזעקיוטיוו דירעקטאר פון די "אינטערעידזשענסי קאונסיל" (באקאנט מיט אירע ראשי תיבות, IAC – פון די גרעסטע לעגאלע און אדוואקאטירן פירער אין וועלט פון ספעציעלע הילף און אלץ ארום, מיט איבער הונדערט אגענטורן אנגעשלאסן). פון די ערשטע שריט אויף זיין הויכן פאסטן איז געווען, ווי פארשטענדליך, א באזוך אין המספיק.

אלזא, דעם פארלאפענעם דאנערשטאג במדבר האט מר. מעקאלאוונא גענומען די געלעגנהייט זיך צו באקענען מיט המספיק פירער, באקומען א נענטערן געפיל צו די געברויכן פון די מענטשן פאר וועם ער ארבעט און זיך באקענען וויאזוי די בארימטע אגענטור ארבעט פאר זיי.

זיין באזוך איז פארגעקומען אין די אדמיניסטראציע הויפטקווארטיר פון המספיק אוו ראקלענד קאונטי, אויפ'ן אויבערשטן שטאק פונעם "מאנסי האב" ביזנעס צענטער אין הארץ פון מאנסי.

ביים אנקומען איז דער קאונסיל עקזעקיוטיוו אויפגענומען געווארן דורכ'ן חרד'ישן ראקלענד קאונטי לעגיסלאטור און פירער פון המספיק'ס פאליטישע

זייט 16 <<

◄● אויטיזם נייעס

פרישע מעגליכקייטן און ליכטיגע האריזאנטן פאר קינדער מיט אויטיזם

זייט 03 <<

◄● אפהאנדלונג

סארנא רעוואלוציע:

קען מען איבערמאכן דעם זכרון?

זייט 30 <<

גייענדיג צום דרוק

"גרינצייג" צי **"געשמאקע גרינס"**, **ווערטער** מאכן מענטשן עסן **געזונטער**.

דראסטישע דיעטע מיט **שארפע רעדוקציע** וויפיל מען עסט, **פארשטייטערט מעטאבאליזם**.

יערליכע קאסטן פון **ביציקל עקסידענטן** אין אמעריקע געשטיגן צו **איבער 24$ ביליאן**.

'מענטל' שוועריקייטן אפעקטירן כמעט **10 מיליאן** ערוואקסענע אמעריקאנער, **איבער 1/3 באקומען נישט קיין הילף**.

FDA פארלאנגט פאבריצירער צו **עלימינירן שארפע שמערצן-בארואיגער** Opana ER פון די פאליצעס.

וואס מער **געלערנט** א פאציענט, אלץ בעסער פונקציאנירט דאס **הארץ**.

באשטעטיגט: **דעפרעסיע** פארשטייטערט **ערהוילונג** פון קראנקע.

צוזאמשטעלן **קליינע דאזעס עטליכע** 'בלוט-דרוק' מעדיצינען, בעסער פאר מאנכע.

סי. די. סי. ווארנט, **1 אין 7** אמעריקאנער פארמאגן נירן פראבלעם.

"סם" פון געוויסע שלענג אונטערוועגנס צו ווערן בעסער **'בלוט-דינער'** מעדיצין.

צום זומער: אכטונג, **עלעקטרישע דראטן** צו נאנט צו שווים באסיין קען זיין **פאטאל**.

מער **קענסער** אנטדעקט ביי רייכערע, מעגליך בלויז צוליב שנעלערע אונטערזוכונגען.

ספעציעלע 'סקען' אויפ'ן מח **82%** **ערפאלגרייך** פאראויסשאצן צי קינדער אנטוויקלען אויטיזם.

קינדער וועלכע טרונקען אלטערנאטיוון צו קיען מילך, וואקסן ארום **האלבע אינטש** קורצער.

פריוואטע דאקטאר אפיסעס געפאלן צו אונטער 50%.

וואשן הענט מיט **קאלטע וואסער שוועבקט** נאך אוועק אזויפיל שעדליכע באצילן ווי ווארעמע.

90% דאקטוירים האבן פארשיקט אין לעצטע 2 יאר כאטש 1 פאציענט פאר **כראניש פארפאסן/שפעטיגן** וויזיטן.

צום געזונט

נפלאות הבורא!

פארשער ערשטוינט צו אנטדעקן אלץ מער וויכטיגע פונקציעס פון די לעבער

די וואונדערליכע מעכאניזם וואס דער באשעפער האט אריינגעלייגט אין די לעבער איז שוין באוואוסט ביים מענטש טויזנטער יארן. אין פאקט, איין ענגלישע מאנארך איז דורך די בירגער געזופן געווארן נישט די קאפ פון די קעניגרייך, נאר די לעבער פון די בריטישע אימפעריע, שוין מיט עטליכע הונדערט יאר צוריק, אבער פארשער ווערן נאך אלץ כסדר איבערראשט ווען זיי אנטדעקן אלץ מער און מער די פילצאליגע וויכטיגע פונקציעס וואס דער קליינער גליד פירט אדורך.

די אויפגאבעס וואס פארשער ווייסן אז די לעבער פירט אויס אין קערפער שטייט ביי איבער דריי הונדערט אין צאל, די ערשטע אין די רייע נאכ'ן מח.

צווישן אירע פונקציעס ווערט אריינגערעכנט סיסטעמאטיש איבערארבעטן אונזערע מאכלים אין נוצבארע בוי-מאטעריאל פאר'ן קערפער (יעדע זאך וואס מען נעמט אין מויל מוז אדורכגיין די לעבער פאר עס קען טון עפעס נוצבאר אין קערפער!); נייטראליזירן פילע פאטענציעל שעדליכע סובסטאנצן וואס מיר נעמען אריין בטעות אדער בכוונה; פאבריצירט ריזן אפטייק פון הארמאנען, ענזיימס, אימיון צעלן און נאך; קאנטראלירט די סטרוקטור פון די בלוט; האלט חשבון פון דעם קערפער'ס ענערגיע געברויך פון מינוט צו מינוט און שיקט ארויס 'גלוקאוז' לויט'ן פארלאנג מיט סיי וועלכע וויטאמינען און מינעראלן און אנדערע נערונגען וועלכע זענען נויטיג אויף די מינוט; און די ליסטע איז קוים אנגעהויבן.

און כאטש פארשער ווילן עס נישט מודה זיין הייבן זיי די הענט און שרייבן אז די לעבער, וואס נענטער זיי שטודירן עס, אלץ לענגער ווערט די ליסטע פון טאלאנטן און אויפגאבן וואס זי פירט אדורך.

לעצטנס איז אנטדעקט געווארן אז סיגנאלן פון די לעבער שפילן א דעצידירנדע ראלע ביים באשלוסן וואס מיר עסן, בפרט וויפיל מיר זאלן גלוסטן פאר זיסווארג.

סייענטיסטן האבן אויך באמערקט אז די מעטאבאליזם צעלן וועלכע שטעלן צוזאם 80% פון די לעבער, פארמאגן געוויסע נאטורן וואס מען טרעפט נישט אין קיין שום אנדערע גליד פון קערפער. צום ביישפיל, יעדער צעל פונעם קערפער אנטהאלט אין זיך צוויי 'סעטס' פון גענעטישע אנווייזונגען וויאזוי דער צעל דארף פונקציאנירן, און ווען נויטיג, קען דער צעל דורכדעם פאבריצירן נאך א צעל כדמותו וכצלמו. די לעבער מעטאבאליזם צעלן קענען אנטוויקלען אזויפיל ווי אכט 'סעטס' אנווייזונגען — אן צעפאלן אדער ווערן אנגעשטעקט מיט קענסער (וואס פארדאפלט צעלן אויף אן אבנארמאלן פארנעם).

דאס ערקלערט פארוואס די לעבער איז דער איינציגסטער ארגאן אין קערפער וואס אויב עס ווערט אראפגעשניטן צו א משהו פון איר ארגינעלע מאס, וועט שנעל צוריקוואקסן און פונקציאנירן ווי שפאגל ניי.

אין א לעצטיגע שטודיע זענען פארשער איבערראשט געווארן ווען זיי האבן באמערקט אז די לעבער וואקסט און שרימפט ביז 40% פון איר מאס יעדע 24 שעה, ווען די ארגאנען ארום איר רירן זיך כמעט נישט. איין טעאריע פארוואס דאס פאסירט איז וויבאלד די לעבער נעמט אריין אין זיך אזויפיל שעדליכע מאטעריאל וואס קומט אריין פון אומגעזונטע מאכלים, ווערן געוויסע חלקים געשעדיגט, טוט זיי דער לעבער דעריבער פארניכטן און ערזעצן מיט נייע געזונטע צעלן.

פארשער האפן אז די אנטדעקונגען אין די וואונדער פון די לעבער און אירע אויפגאבן וועט ברענגען שפאגל נייע מעדיצינען פאר איבער 100 קרענק וועלכע שלאגן דעם גליד, אריינגערעכנט אזעלכע וועלכע באדראען די וועלט ווי צוקער און איבערוואג.

בלויז דריי און א האלב פונט און זעקס אינטשעס לאנג, אבער דער "לעבער" אין צענטער פון די אינערליכע ארגאנען ווערט באטיטלט דורך דאקטוירים אלס דער "בוים פון לעבן"

פאר א קלארן מח ביטאג שלאפט גענוג ביינאכט

איטאליע — לויט א פרישע שטודיע פארעפנטליכט דורך א יוניווערסיטעט אין איטאליע, מאכט א מאנגל אין שלאף אז דער מח זאל אנהייבן צו צעפאלן און זיך ווי אליינס אויפעסן, הייבנדיג די ריזיקע פון כראנישע שלאפלאזיגקייט און אנטוויקלונג פון אלצהיימערס און אנדערע פארמען פון פארלירן דעם זכרון.

לויט די פארשער טוען די צעלן פון אומאויסגעשלאפענע מוחות אנטהאלטן שפיצן פון נערוו-צעלן, אפעקטירנדיג די מעגליכקייט זיך צו קאנצענטרירן און לערנען און שעדיגנדיג דעם מח אויפ'ן לענגערן טערמין. דער מח דארף גענוג שלאף זיך צו קענען דערפרישן און אוועקרוימען אלע שעדליכע אפפאל.

אין געזונטע מוחות, וועלכע באקומען גענוג שלאף טוען די צעלן פארניכטן אפפאל וואס פאלט אראפ ארום דעם מח פון אויסגענוצטע צעלן, אבער אין פאל פון צופיל מאנגל אין שלאף, פאסירט דאס אין אן אומגעזונטע וועג, ווען עס פארניכט אויך געזונטע און נויטיגע ניוראנס און נערוו-פארבינדונגען וועלכע דארפן בלייבן.

לויט די "נאציאנאלע שלאף פאונדעישן" נויטיגן זיך ערוואקסענע אין צווישן זיבן און ניין שטונדן שלאף פער נאכט.

7 שאלות צו פרעגן דעם דאקטאר פאר'ן יעדע נייע מעדיצין

פאר'ן אנהייבן סיי וועלכע נייע מעדיצין, ראט די "נאציאנאלע אינסטיטוציע פאר די עלטערע (NIA) אז עלטערע זאלן פרעגן דעם דאקטאר זיבן שאלות:

1. וויפיל מאל א טאג זאל איך עס נעמען, און אין וועלכע צייט(ן)? אויב דער פלעשל זאגט "4 מאל א טאג", מיינט עס פיר מאל במשך 24 שעה אדער פיר מאל דורך די טאג שעות?
2. זאל איך עס נעמען מיט עסן אדער פאר'ן עסן? אזוי אויך זענען פארהאן עסנווארג אדער געטראנקען פון וועלכע איך דארף אוועקשטיין ווילאנג איך נעם די מעדיצין?
3. וועט דאס מאכן פראבלעמען אויב איך נעם אויך אנדערע מעדיצינען אדער יסורים-בארואיגער?
4. וואס מיינט "צו נעמען לויט'ן געברויך" (To be taken As needed)?
5. ווען זאל איך אויפהערן נעמען דעם מעדיצין?
6. אויב איך פארגעס צו נעמען א דאזע, וואס זאל איך טון? נעמען שפעטער דאפלט, אויסלאזן אדער עפעס אנדערש?
7. וועלכע נאכפאלגן (סייד אפעקטס) קען איך ערווארטן? וואס זאל איך טון אויב א פראבלעם קומט אונטער?

אויטיזם נייעס

פרישע מעגליכקייטן און **ליכטיגע** **האריזאנטן** פאר **קינדער מיט אויטיזם** אדאנק **המספיק "עי. בּי. עי."** פראגראם

א בליק איבער די וואונדער אינערהאלב המספיק און ראקלענד "עי. בי. עי." טעראפי פראגראם – אינדיווידועלע צוגאנג צו יעדעס קינד שיינט ארויס מיט הערליכע רעזולטאטן – עלטערן שטארק אריינגענומען, באנומען און אנטציקט מיט **"המספיק עי. בי. עי."**

אלעס איז מעגליך, יא, אפילו ביי קינדער מיט אויטיזם.

די וועלט שטוינט פון איבערראשונג איבער די חידושים און דערגרייכונגען וואס "עי. בי. עי." באווייזט בחסדי ד׳ ביי קינדערלעך וועלכע פארמאגן אויטיזם. עלטערן וועלכע האבן שוין געהאלטן נאך יאוש באדאנקען היינט צוטאגס "המספיק", מיט טרערן אין די אויגן, פאר די אויסנאמע פאזיטיווע שינויים וואס זיי זעען ביי די קינדערלעך אדאנק המספיק׳ס געבענטשטע ׳עי. בּי. עי.׳ פראגראם.

אין א שמועס מיט׳ן גאזעט איבער המספיק און ראקלענד קאונטי׳ס "עי. בּי. עי." טעראפי פראגראם, ציטירט מרת שטייף תחי׳, דירעקטאר פון די אגענטור׳ס אויטיזם סערוויסעס, עדות׳שאפט פון א דאנקבארע מאמע.

די יונגע מאמע איז די געטרייע מוטער פון א זיסע פיר יעריג מיידעלע מיט ערנסטע אויטיזם באגלייט מיט נאך א ליסטע דיאגנאזן, אריינגערעכנט עפילעפסיע און א מאדנע געוואוינהייט צו בייסן יעדע זאך וואס זי זעט פאר די אויגן, אבער טאקע יעדע זאך.

איידער די מאמע האט געברענגט דאס ריינע נשמה׳לע צו המספיק׳ס ׳עי. בּי. עי.׳ פראגראם האט זי זיך געשפירט פארלוירן. זי האט נישט געזען וויאזוי זי קען אריבערטראגן דעם מצב. יעדעס שעה מיט׳ן קינד אין שטוב איז געווען אן אפקומעניש.

בחסדי ד׳ און דורך זיינע געטרייע המספיק שליחים געהערט דאס צו היסטאריע. היינט הערשט ביי זיי מנוחה ושמחה אור ליהודים!

א פרישע און ליכטיגע תקופה האט אויפגעשיינט ביי די יונגע משפחה זייט דאס קינד האט אנגעהויבן געניסן פון טעגליכע סעסיעס הילפבארע טעראפי דורך המספיק׳ס ׳עי. בּי. עי.׳ פראגראם. די געטרייע מאמע שיינט פון פרייד און מיט רעכט. אויסערדעם וואס דאס קינד בייסט כמעט מער נישט און ציעט מער נישט קיין האר, האט די מאמע זוכה געווען מיטצוהאלטן נאך אויסטערלישע ׳ניסים׳ ביי דאס קינד:

איר געוועזענע שטומע טאכטער׳ל האט לעצטנס ארויסגעזאגט אירע ערשטע דריי ווערטער.

"דאס וואלט קיינמאל נישט פאסירט אן ׳עי. בּי. עי.׳," דאנקט די מאמע מיט פרייד.

וואס איז "עי. בּי. עי."?

"עי. בּי. עי." (ABA) סימבאליזירט די ראשי תיבות פונעם נייעסטן און שענסטן שטערן אויפ׳ן האריזאנט פון ספעציעלע הילף פאר קינדער מיט אויטיזם – ע׳פלייד ב׳יהעיוויארעל א׳נאליז (Applied Behavior Analysis), א מעטאדע וואס האט זיך באוויזן אלס ערפאלגרייך און וואונדערבאר אין די געציילטע פאר יאר פון איר עקזיסטענץ.

על פי דרכו: מיט די אינדיווידועלע צוגאנג פון "עי. בי. עי." שטייגן קינדער שטאפל נאך שטאפל

די מעטאדע ארבעט צו פארבעסער שווערע אויפפירונגען ביי קינדער מיט אויטיזם, דורך געטריי און געדולדיג ארבעטן מיט יעדעס קינד באזונדער, און ליבליך אבער שטייף איבערטון און אריינווארצלען פאזיטיווע אויפפירונגען – בעיקר דורך פאזיטיוו באלוינען פאר יעדעס טראפעלע פארשריט.

ווי מרת שטייף ערקלערט ארבעט ׳עי. בי. עי.׳ אויף אן אויסטערליש אינדיווידועלן אופן.

יעדעס קינד באזונדער באקומט די הילף, דערגרייכט די צילן, און בלויז דורך די מיטלען – וועלכע זענען דאס בעסטע פאר דאס קינד.

׳עי. בּי. עי.׳ הילף הייבט זיך אן מיט א ברייטע אפשאצונג וואס רעכנט אריין פארשידענע אנאליזן גרונטליך ארויסצוהאבן דאס קינד און זיינע/אירע שוואכקייטן און פעאיגקייטן. די אפשאצונג ווערט אדורכגעפירט דורך א מומחה באשטעטיגט, לייסענסד און באשטעטיגט אלס ׳עי. בּי. עי.׳ ספעציאליסט (בשפת המדינה – Board Certified Behavior Analyst, אין קורצן, BCBA).

די ברייטע און דעטאלירטע אפשאצונג רעכנט אריין די פולע היסטאריע פון דאס קינד, אלע זייטן פון זיין/איר אויפפירונג, און בעיקר אפענע שמועסן מיט די עלטערן צו הערן פון זיי וואס זיי זאגן און וואס זייערע הערצער שפירן זענען וויכטיג דאס קינד זאל קענען דערגרייכן.

די BCBA שטעלט אוועק נאך די אפשאצונג א גענויע און דעטאלירטע פלאן ספעציעל "קאסטום-מעיד" געשניטן פאר דאס קינד. דער פלאן רעכנט אריין אלע צילן אויפ׳ן לענגערן טערמין, וויאזוי מען וועט זיי דערגרייכן און וועלכע ארבעט עס פעלט אויס צו אינוועסטירן דאס קינד זאל דערגרייכן העכער אלע ערווארטונגען בס״ד.

דערנאך קומט אריין אין בילד די געטרייע און געניטע "עי. בּי. עי." טעראפיסטן ("פּאַראַ" – ווי זיי ווערן גערופן אין זשארגאן, פארקורצערט פון Paraprofessional).

מיט זיידענע הענטשוך, ענדלאזע געדולד, הארץ און געפיל – צוזאמענגעשמאלצן מיט פראפעסיאנאליטעט פון העכסטן קאליבער, קומען זיי אריבער עטליכע מאל א וואך און ארבעטן מיט אייער אוצר׳ל, צומאל לאנגע שעות אויפאמאל, געוואנדן לויט׳ן געברויך.

די BCBA ווערט אבער נישט פארשוואונדן נאכ׳ן פארשרייבן דעם אנאליז, ווי דער דאקטאר נאכ׳ן פארשרייבן דעם רעצעפט. די טעראפיסטן טוען כסדר "אפדעיטן" די פלענער און האלטן פונקטליכע רעקארדס פונעם פארשריט פון יעדעס קינד באזונדער, און די BCBA קוקט כסדר איבער די רעקארדס און באזוכט פערזענליך יעדעס קינד יעדע וואך אדער יעדע אנדערע וואך.

לויט די פארשריט אויפ׳ן פעלד ווערט דער פלאן כסדר פארראכטן און פארבעסערט, ווען, ווי געשמועסט, ווערט אלעס אדורכגעשמועסט און פלאנירט אינאיינעם מיט די עלטערן, וויאזוי צו דערגרייכן א העכערן מאקסימום, הייבן די מעגליכקייטן און פארבעסערן דאס אויפפירונג פון דאס קינד – ווייטער ביי יעדעס קינד מיט מיטלען וועלכע ארבעטן דאס בעסטע אינדיווידועל ביי אים/איר.

צום ביישפיל, א בא׳חנ׳ט אומשולדיג יונגעלע מיט אויטיזם האט געהאט א געוואוינהייט צו שטויסן אן אויפהער, אזש די עלטערן האבן אויפגעהערט פארשטאפן די לעכער אין די ווענט. די ווייטאגן פון די געשוויסטער, פיזישע ווי עמאציאנאלע און דאס צער פון די עלטערן, איז געווען גאר גרויס, אבער מיט אזא קינד, וועלכער האט ליידער נישט דאס מעגליכקייט צו ׳פארשטיין׳ האט קיין זאך נישט געהאלפן, אפגערעדט רעדן...

דער מצב האט אויסגעזען ווי לאחר יאוש. "יעדעס שעה מיט׳ן קינד אין שטוב איז געווען אן אפקומעניש," האט די מאמע שפעטער דערציילט.

נאך די גרונטליכע אפשאצונג דורך די BCBA איז געווען קלאר מיט טינט אויף פאפיר אלצדינג ארום דאס קינד, אפילו, אז די בעסטע זאך ביי דאס קינד איז צו שטופן א ׳קארעלע׳. דאס איז ביי אים כמוצא שלל מאלפי זהב וכסף...

מיט פראפעסיאנאליטעט און ענדלאזע ליבשאפט און געדולד, זיצנדיג מיט דאס קינד אויף דער ערד שעות אויף שעות, טאג נאך טאג און הונדערטער מאל געדולדיג איבערווייזן אז ווען ער גייט גראד אן שטויסן קען ער דערנאך שפילן מיט די קארעלע, איז צוביסלעך איינגעווארצלט געווארן ביים קינד אין נאטור צו גיין גראד. דורכאויס די צייט זענען די מיטלען און ׳קארעלעך׳ כסדר געטוישט געווארן, קיין איינס זאל נישט אויסוועפן.

היינט צוטאגס שטויסט דאס קינד מער נישט מיט די פיס פאר קיין געלט אין דער וועלט, ער ווייסט אז די פיס זענען געמאכט צו גיין און שטיין, אן פארשטיין פונקטליך פארוואס.

"איך האב קיינמאל נישט געגלייבט איך וועל נאך האבן אזעלכע רואיגע נאכמיטאגס אין שטוב," האט די מאמע דערציילט פאר מרת שטייף תחי׳ נאך א באזוך פון די טעראפיסט, ווען טרערן פון פרייד און דערלייכטערונג רינען פריי פון אירע אויגן און דאס דערשטיקנדע געוויין דערציילט איבער א שווערן שטיין וואס איז אראפ פון הארצן.

דאס איז איינס פון פילע ביישפילן וויאזוי המספיק׳ס עי. בי. עי. פראגראם ברענגט בחסדי שמים היסטארישע און דראמאטישע שינויים לטובה ביי די קליינע, און אפילו גרעסערע, קליענטן.

דאס הארץ און פראפעסיאנאליזם פון די המספיק שטאב זענען אומשאצבאר, אבער די הערליכע רעזולטאטן זענען פאר זיי דאס בעסטע נחת.

זייט 04 >>

אויטיזם נייעס

שטודיע אויף "מילך ציינער" ווייזט פארבינדונג צווישן אויטיזם און בליי

זיין אויסגעשטעלט צו בליי הייבט ריזיקע – אזוי אויך צו ווייניג 'זינק' און 'מאגנעזיום'

אן אנאליז איבער כעמיקאלן איבער "מילך ציינער" — די ערשטע פאר ציינער פון קינדער, שלאגט פאר אז זיין אויסגעשטעלט צו בליי אלס פיצל קען מאכן קינדער מער אויסגעשטעלט צו אנטוויקלען אויטיזם.

גלייכצייטיג האבן פארשער באמערקט אז בעיביס וועלכע באקומען נישט גענוג 'זינק' און 'מאגנעזיום' אלס פיצלעך, קענען אויך אויסשטיין א העכערע ריזיקע פון דעוועלאפמענטל דיסארדערס.

'זינק' און 'מאגנעזיום' באקומט מען געוועהנליך גענוג אין געוויסע מאכלים.

די ציינער גענוצט אין די שטודיע זענען געקומען פון א גרעסערע 25 יעריגע שטודיע איבער אסאך פארן צווילינגען וועלכע מען האט נאכגעקוקט דורכאויס פארשידענע פונקטן פון זייער אנטוויקלונג. די פארשער האבן געמאסטן די בליי זינק און מאגנעזיום שטאפלען דורך נוצן 'לעיזער' שטראלן צו זען דעם אינערליכן געבוי פון די וואוקס-רינגען אין די מילך-ציינער.

די דאקטוירים האבן באמערקט אז די בליי שטאפלען זענען געווען באדייטנד העכער ביי קינדער מיט אויטיזם ווי אפילו ביי זייערע אייגענע געזונטע צווילינג ברידער. עס האט אויך אסאך אויסגעמאכט וויפיל די מוטער האט זיך געהיטן פון בליי. די נויטיגע מינעראלן פון 'זינק' און 'מאגנעזיום' זענען אויך געווען נידריגער ביי קינדער אפעקטירט דורך אויטיזם ספעקטרום דיסארדער.

די ציין ווערן באטראכט אלס פארלעסליכע רעקארד פון מינעראל שטאפלען, וויבאלד זיי אנטוויקלען זיך צושטייטליך במשך חדשים ביז זיי שפראצן ארויס. די שיכטן פון די מאטעריאל וואס שטעלט צוזאם די ציין קען דעריבער ווייזן צו וועלכע מינעראלן אדער שעדליכע כעמיקאלן דאס קינד איז געווען אויסגעשטעלט דורך יעדע תקופה, פונקט ווי די רינגען איןביימער דערציילן די געשיכטע וויאזוי זיי זענען געוואקסן.

אויסער דער קשר צווישן די ריזיקע צו אנטוויקלען אויטיזם און ווי ווייט מען איז אויסגעשטעלט אריינצונעמען בליי אדער ליידן פון א מאנגל אין געזונטע מינעראלן, האבן די פארשער אויך געפונען באוויזן, כאטש נישט די שטארקסטע, אז מעטאלן און מינעראלן צו וועלכע מען איז אויסגעשטעלט אין די ערשטע חדשים פון לעבן, אפעקטירט אויך ווי ערנסט אויטיזם וועט זיין אויב ח"ו אנטוויקלט.

די פארשער באטאנען אבער אז פונקטליך וויאזוי זיין אויסגעשטעלט צו שעדליכע מעטאלן אפעקטירן די ריזיקע פון אויטיזם און ווי שטארק עס זאל זיין, איז דערווייל נישט קלאר. עס איז מעגליך אז די מעשה איז פונקט פארקערט, אז קינדער מיט אויטיזם קענען נישט ריכטיג פראצעסירן די נויטיגע געזונטע מינעראלן, אפילו ווען זיי זאלן באקומען גענוג פון זיי.

אויב איז דאס לעצטע ריכטיג, וועט דאס נעמען סופלעמענטן נישט העלפן קיין סאך.

דער הויפט פארשער פון "אויטיזם ספיקס", דר. טאמאס פרעיזיער, טענה'ט אבער אז די געפונסן זענען פון הויכן וויכטיגקייט. "עס מיינט אז עס איז פארהאן א מעגליכקייט אז בליי אדער מאנגל אין מינעראלן ווי זינק/מאגנעזיום אין די יונגסטע חדשים זאל שווער אפעקטירן דאס לעבן ווייטער, אויב אזוי מיינט דאס אז סופלעמענטן זענען א פראקטישע מיטל צו טון וואס מען קען צו פארמיידן אדער כאטש פארגרינגערן אויטיזם."

פרעיזיער איז אבער מודה אז מען דארף באטראכטן די מעגליכקייט אז דער פראבלעם איז דאס נישט קענען פראצעסירן די מינעראלן, און נישט אז זיי ליידן פשוט אויף א מאנגל אין זיי.

די שטודיע ווערט אצינד אויסגעברייטערט צו נאך לענדער אריינצוגראבן טיפער אין די רעזולטאטן און פרובירן דערגרייכן קלארערע מסקנות.

אויסער העלפן א קינד אנטוויקלען רעדן, שמייכלען און קייען, ווייזן די "מילך ציינער" אויך די שטאפלען פון וויכטיגע מינעראלן אין די ערשטע חדשים

פרישע מעגליכקייטן און ליכטיגע האריזאנטן פאר קינדער מיט אויטיזם אדאנק המספיק "עי. בי. עי." פראגראם

» זייט 03

צו געניסן פון 'עי. בי. עי.'

ווען די מעטאדע איז ערשינען אויף דער גאס, פלעגן אינשורענס פירמעס, אריינגערעכנט פריוואטע, דאס נישט דעקן. היינט צוטאגס פארלאנגט אבער דער געזעץ אין פילע שטאטן, אריינגערעכנט ניו יארק, אז אינשורענס מוז דעקן די קריטישע הילפס פראגראם פאר קינדערלעך מיט אויטיזם.

צוליב די הויכע קאסטן פון די מעטאדע, איבערהויפט וויבאלד עס פאדערט צענדליגער, און אפטמאל הונדערטער, שטונדן גאר פראפעסיאנאלע הילף, פארלאנגט זיך א ברייטע פארציע פאפיר-ארבעט און פילע טעכנישע איינצלהייטן מוזן אויסגעארבעט ווערן, אז 'העלט אינשורענס' זאל עס דעקן.

און טראץ דעם וואס ניו יארק סטעיט פארמאגט פון די ברייטסטע געזעצן צו דעקן 'עי. בי. עי.' איבער'ן לאנד (היבש צו פארדאנקען א געזעץ אונטערגעשריבן ענדע יאר '11 למס' דורך גאווערנער אנדרעי קאומא), איז דאס קוואליפיצירט ווערן דערפאר, אדער ווידער בארעכטיגט ווערן אויב מען האט פארלוירן די דעקונג צוליב ביוראקראטיע, אן אמת'ער מוסטער לשם ולאות עולם פון... ביוראקראטיע.

אבער נישט געזארגט. ווי אלעס אין המספיק, ווערט דאס אויך געטון דורך די געטרייע שטאב מיטגלידער אויפ'ן בעסטן און ריכטיגסטן אופן, גרינג, ערפארן און פראפעסיאנאל.

מרת שטייף תחי', וועלכע שטייט אין שפיץ פונעם פראגראם מיט הארץ און געפיל, באווייזט דא די רייכע המספיק ערפארונג מיט וועלכע זי ביגלט אויס יעדע אינשורענס קנייטש פארבינדן מיט 'עי. בי. עי.' סערוויסעס, סיי מצד די רעגירונג הילפס-אגענטורן און סיי מצד אינשורענס פירמעס.

אין רעזולטאט, האבן עלטערן פון קינדער אויפ'ן אויטיזם ספעקטרום דיסארדער געפונען אין המספיק, נישט בלויז א ערשט-קלאסישע 'עי. בי. עי.' פראגראם אויפ'ן העכסטן קאליבער מעגליך, א פראגראם וואס 'דעליווערט רעזולטאטן' ביי די טייערע קינדערלעך, נאר אויך א דירעקטארשאפט וואס אדוואקאטירט פאר זייערטוועגן און מאנעווורירט דעם וועג ביי אינשורענס פירמעס און אלע נויטיגע אינסטאנצן מיט'ן בעסטן עקספערטיז און פארשטאנד, פון אריבער צי פון הונטער די קוליסן...

און, אין רעזולטאט, המספיק'ס 'עי. בי. עי.' פאציענטעלעך, סיי די וועלכע דערקוויקן זיך מיט די רייכע טעראפי סעסיעס דורך די ערפארענע ספעציעל-טרענירטע פּאַראַ'ס, און סיי די אויף די ווארט-ליסטע וועלכע זענען דעזיגנירט בס"ד אנצוהייבן בקרוב צו געניסן פון 'עי. בי. עי.' נחת בענעפיטן, געפונען זיך אלע ווי איינער אין די בעסטע הענט.

להגדיל ולהאדיר

א שטייגנדע צאל קינדערלעך אינעם אויטיזם ספעקטרום ווערן היינט צוטאגס געהאלפן און סערווירט דורך די בארימטע המספיק הילפס-אגענטור און אירע פילצאליגע אפטיילונגען איבער'ן גאנצן האדסאן וואלי ראיאן.

ענדע זומער וועט בס"ד אפגעצייכנט ווערן אן ערפאלגרייכע יאר זייט "המספיק אוו ראקלענד קאונטי" האט געעפנט און דעזיגנירט איר ספעציעלן פליגל צו העלפן קינדערלעך אינעם אויטיזם ספעקטרום און זייערע עלטערן, אן אפטיילונג וועלכע פארפיגט צווישן אנדערע איבער'ן גאר געלונגענעם 'עי. בי. עי.' פראגראם.

דער 'אויטיזם פליגל' ווערט געפירט פון ערשטן טאג מיט'ן גרעסטן ערפאלג בס"ד, אונטער די געניטע און טיכטיגע פירערשאפט פון מרת שטייף תחי', לאנגיעריגע המספיק וועטעראן. אינאיינעם מיט אירע ערפארענע שטאב מיטגלידער האט מרת שטייף תחי' באוויזן אהערצושטעלן א פרישע סטאנדארט וואס עס מיינט "קאסטומער סערוויס" אויף א פארנעם וואס איז נאך קיינמאל פריער געזען געווארן — סאמע נוסח המספיק.

אבער די דעטאלירטע איבערזיכט און געטרייע באגלייטונג ווערט נישט נאכגעלאזט מיט קיין האר טראץ דעם וואוקס אין קליענטן און סערוויסעס. פון ווען דער אפטיילונג איז געעפנט געווארן ביז צום היינטיגן טאג, טוט די דירעקטאר אליינס פארפיגן איבער די אפשאצונגען וועלכע הייבן אן די סערוויסעס, פאר יעדן פון די יונגע געניסער פונעם 'עי. בי. עי.' פראגראם.

אן אויסטערלישע רעפוטאציע האט מרת שטייף ערליך פארדינט, באגלייטנדיג יעדן פון אירע קליענטן אויף א קביעות'דיגן פארנעם צו פארזיכערן אז יעדעס קינד אן אויסנאם שטייגט נאכאנאנד און רוקט זיך כסדר פאראויס.

אצינד צוריק צום זאץ מיט וועלכען מיר האבן אנגעהויבן דעם ארטיקל, 'אוממעגליך' איז געוצליך אויסגעריסן געווארן פון לעקסיקאן.

אוממעגליכקייטן זענען בחסדי ד' פארוואנדלט געווארן אין טאלאנטן! נייע האריזאנטן וואו קינדערלעך מיט אויטיזם קענען דערגרייכן האבן זיך ברייט געעפנט פארנט פון די ערשטוינטע און דאנקבארע אויגן פון זייערע חשוב'ע עלטערן אדער פעמילי קעיר פראוויידערס שיחיו.

מיט די דעטאלירטע באגלייטונג, אויסנאמע הארץ און אומצאליגע שעות וואס גייט אריין צו ענטפערן יעדע הילפס רוף, איז נישט מער ווי פארשטענדליך דער שטייגנדער ציפער פרישע קליענטן וועלכע נעמען זיך די פריוויליגיע צו געניסן פון המספיק'ס 'עי. בי. עי.' פראגראם.

ווי נאר זיי באקומען די באשטעטיגונג פון זייערע אינשורענס פירמעס, ווערן זייערע הערצער באלד אנגעפולט מיט פרייד איבער'ן די לעכטיגע יארן וועלכע זענען שוין אונטערוועגנס.

אבער די פריוויליגיע איז נישט באגרעניצט פאר סיי וועלכע שאטירונג, עדה קדושה צי קרייז — די בעסטע מעגליכקייטן זענען אפן פאר אלע.

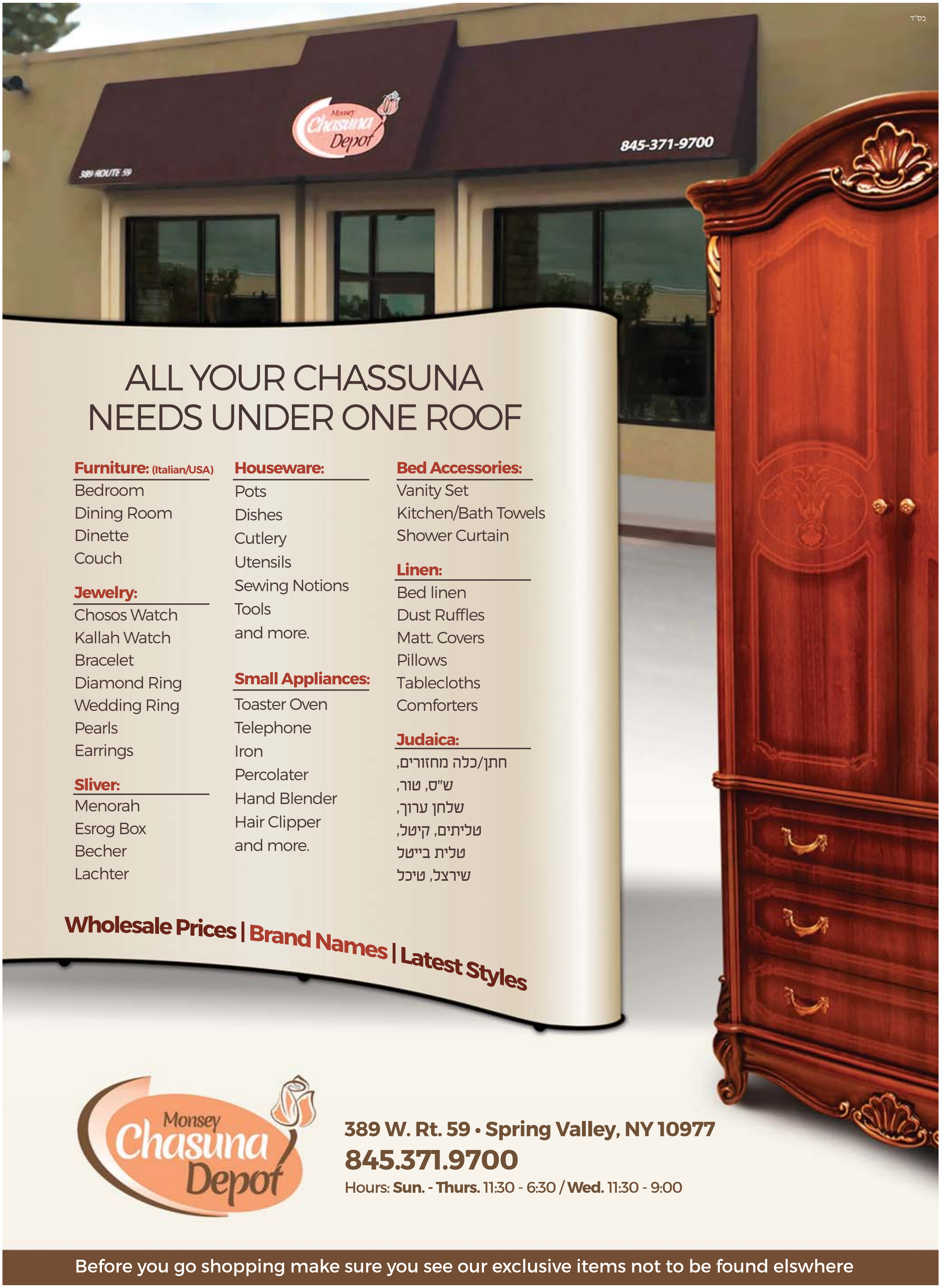
צו געניסן פון המספיק 'עי. בי. עי.' סערוויסעס און/אדער פאר מער אינפארמאציע, קען מען זיך צו יעדער צייט פארבינדן דירעקט מיט מרת שטייף תחי', דירעקטאר פון המספיק אוו ראקלענד קאונטי אויטיזם סערוויסעס, אויף 845-503-0239.

בלייבט נאר איבער צו וואונטשן, יהי רצון די נחת און ערפאלג זאל ווייטער פליסן מיט פרייד און גליק און אלץ מער און שענער עד ביאת הגואל!

Hamaspik Gazette

© July '17 All Rights Reserved
Published Monthly by NYSHA, Inc.
Distributed free USPS Presorted Non-profit Mail
Postmaster: Return service requested

EXECUTIVE DIRECTOR: Meyer Wertheimer
EDITOR: Zishe Muller
TEL: 845-503-0212
FAX: 845-503-1212
MAIL: Hamaspik Gazette, 58 Rt. 59, Suite 1,
Monsey, NY 10952


בס"ד
Monsey Chasuna Depot
389 ROUTE 59
845-371-9700
ALL YOUR CHASSUNA NEEDS UNDER ONE ROOF
Furniture: (Italian/USA)
Bedroom
Dining Room
Dinette
Couch
Jewelry:
Chosos Watch
Kallah Watch
Bracelet
Diamond Ring
Wedding Ring
Pearls
Earrings
Sliver:
Menorah
Esrog Box
Becher
Lachter
Houseware:
Pots
Dishes
Cutlery
Utensils
Sewing Notions
Tools
and more.
Small Appliances:
Toaster Oven
Telephone
Iron
Percolater
Hand Blender
Hair Clipper
and more.
Bed Accessories:
Vanity Set
Kitchen/Bath Towels
Shower Curtain
Linen:
Bed linen
Dust Ruffles
Matt. Covers
Pillows
Tablecloths
Comforters
Judaica:
חתן/כלה מחזורים,
ש"ס, טור,
שלחן ערוך,
טליתים, קיטל,
טלית בייטל
שירצל, טיכל
Wholesale Prices | Brand Names | Latest Styles
Monsey Chasuna Depot
389 W. Rt. 59 • Spring Valley, NY 10977
845.371.9700
Hours: Sun. - Thurs. 11:30 - 6:30 / Wed. 11:30 - 9:00
Before you go shopping make sure you see our exclusive items not to be found elswhere

איבער וואג, איבערוואג און איבונגען

אן אלאמירנדער באריכט צייגט אז די איבערוואג עפידעמיע איז ארויס פון אלע פראפארצן און אלע פרואוון ביז יעצט עס צו ברענגען אונטער קאנטראל האבן נישט צופיל אויפגעטון. כמעט א דריטל פון די וועלט פאפולאציע איז אדער איבערוואגיג אדער פעש (אוביעס אין ענגליש), און דער מצב ווערט נאר ערגער. איבערוואג קען ברענגען מיט זיך פראבלעמען אין די אדערן, צוקער, קענסער און נאך א לאנגע ליסטע רח״ל.

די צאל פעשע מענטשן האט זיך געדאפלט זייט די פריע ניינצן אכטציגער יארן אין 73 לענדער. דאס רעכנט אריין 12% ערוואקסענע און 5% קינדער וועלכע ווערט פארערכנט אלס פעש, נעמליך, אסאך העכער פון די געזונטע וואג לויט זייער עלטער און הויך — אין ציפערן פון יארע 15׳ למס׳ איז עס געווען 107.7 מיליאן קינדער און 603.7 מיליאן ערוואקסענע. פאר פיר מיליאן פון זיי האט עס געקאסט דאס לעבן.

אין אמעריקע זענען 38% ערוואקסענע פעש, אזוי אויך 17% צענערלינגען.

ארייגלייגן פעטע יאגורט אין די דיעטע, יא, איר ליינט ריכטיג, נישט ׳לאו-פעט׳ יאגורט, קען העלפן קעגן פעשקייט.

עס נערט, מאכט זיך שפירן פול שנעלער און לייגט נישט צו איבריגע פונט. אויסערדעם איז עס גאר גוט פאר די נויטיגע געזונטע באקטעריע אין מאגן — א געזונטער פארדייאונגס סיסטעם איז דער וויכטיגסטער שליסל צו פארלירן וואג, וויבאלד עס פראצעסירט בעסער דאס עסן אנשטאט איבריג אוועקלייגן אלס פעטנס.

רעגלמעסיגע איבונגען האט זיך ארויסגעוויזן אלס איינס פון די ווירקזאמסטע מעטאדן צו העלפן ערוואקסענע מיט עי. די. עיטש. די. מצליח זיין אין לעבן. אויסער׳ן פארנוצן ענערגיע אין א געזונטן פארעם העלפט עס אויך אויסשארפן חלקים אין מח וועלכע ווערן אפעקטירט דורך עי. די. עיטש. די., זיך לערנען און דערגרייכן צילן און הייבט הערליך די גייסטע.

אן אינטערעסאנטע שטודיע דורך האלאנדישע פארשער האט באמערקט אז וואס קילער דער טעמפעראטור, אלץ גרינגער פארלירט מען וואג. קיל מיינט נישט ציטערן פאר קעלט, בלויז נישט צו ווארעם.

דער קערפער פארברענט דאן אסאך מער קאלעריעס. די פארשער ראטן דעריבער אין די ווינטער נישט צו הייצן צופיל, אין די נידריגע זעכציגער (פערנהייט) איז איבער גענוג, און אין זומער איז עס ווערד דאס געלט פאר די עירקאנדישן אפצוקילן די שטוב.

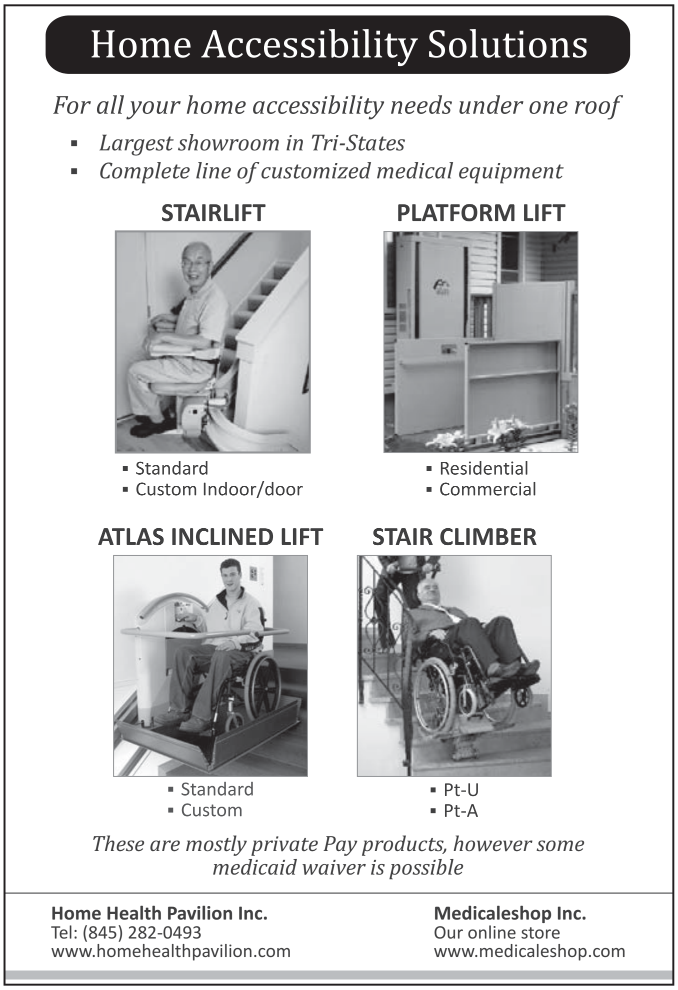
פאר טויזנטער מיטליעריגע וועלכע קלערן פון ארטראסקאפישע אפעראציעס צו היילן קני-ווייטאג און שווערקייטן זיך צו באוועגן צוליב צעפאלענע ׳מעניסקוס׳, קומט א רוף פון דאקטוירים צו ווארטן א מינוט פאר׳ן זיך לייגן אונטער׳ן מעסער: איבונגען טעראפי קען נאך זיין אזוי גוט ווי אפערירן צו פארבעסערן די מעגליכקייטן זיך צו באוועגן און פונקציאנירן.

א קליינע שטודיע פארעפנטליכט אין די ״בריטישע דזשורנאל פון איבונגען מעדעצין״ שלאגט פאר אז א קביעות׳דיגע רוטין צו גיין שפאצירן קען העלפן פארמינערן סימפטאמען פון מילדע מח שאדנס געשאפן דורך געשעדיגטע בלוט אדערן אין מח, א דיאגנאז גערופן ״וועסקיולער דימענשיע״ (אדערן שכחה).

באטייליגטע אין די שטודיע וועלכע זענען יעדע וואך געגאנגען מיט די פיס פאר א סך הכל פון דריי שעה במשך זעקס חדשים, האבן אויך גענאסן פון כלליות׳דיגע פארבעסערונגען אין מח פונקיציאנירונג.

׳וועסקיולער דימענשיע׳ איז די צווייט-מערסטע גורם פון פארלירן דעם זכרון אויף דער עלטער, איינס נאך אלצהיימערס, און קומט פונעם זעלבן סארט שאדן צו די אדערן וואס ברענגט אויף הארץ קראנקהייטן. שטודיעס האבן געוויזן אז רעגלמעסיגע איבונגען פארבעסערט דעם גאנצן פלוס פון די בלוט אינעם קערפער, אריינגערעכנט צום מח, און רעדוצירט אלע מחלות וועלכע קענען שעדיגן די אדערן, ווי הויכע בלוט-דרוק, הויכע קאלעסטראל און צוקער (טייפ-2 דייעביטיס).

איבערוואג איז אומגעזונט, און איבערהויפט פאר קינדער, און נישט נאר פאר׳ן פיזישן געזונט. א פרישע שטודיע ווייזט אז קינדער וועלכע געבן נישט אכטונג אויף די וואג זענען אסאך מער אויסגעשטעלט צו ליידן פון דעפרעסיע שפעטער אין לעבן, און אויב זענען זיי איבערוואגיג אויך אלס ערוואקסענע, שטייגט די ריזיקע פירפאכיג.



ווערט אויפגעבראכט:
ישועות
רפואות
שידוכים
פרנסה
נחמות ישראל
NECHOMAS YISROEL
זוכט איר א
סגולה?
איר דארפט
מער נישט זוכן!
800 נשמות
בעטן פאר הילף!
קענען מיר זיי צוריקשיקן
אין פובליק-סקול צוליב
מאנגל אין געלט?
ספאנסארט
איינעם קינד!
כל המלמד בן ע"ה תורה...
דער אויבערשטער
זאגט: קער ברענג
צוריק מיינע קינדער
און איך וועל טוהן פאר
אייערע קינדער...
(הרב פאם זצ"ל)
נחמת ישראל 24 שעה האטליין:
718.851.0340
Nechomas Yisroel - 1338 41st. Brooklyn, NY 11218
nechomasyisroel@yeshivanet.com
ספאנסארט
אן עלעמענטרי קינד פאר
$100 א חודש
$150 א היי-סקול קינד

המספיק נייעס

המספיק "קינדער העלט האום" שאפט בס"ד **היסטארישע סטאנדארטן** ביים העלפן קינדער מיט סיי וועלכע **גרעסערע מעדיצינישע פראבלעמען**

שלימות מיט האַרץ – קינדער וואס ליידן פון קענסער מיט א קאמפליקאציע, מייגרעין און דייעביטיס, אויפגעראכטן בס"ד – משפחה דארף נישט אפעקטירט ווערן און געזונטהייט קעיר פון חולה טאר נישט קאמפראמיסירט ווערן

Children's Health Home of Upstate New York
Family Driven Care Management Services

"איבריג צו זאגן" איז נישט בלויז אן אויסדרוק ווען מען רעדט פון די שוועריקייטן וואס עלטערן גייען אדורך ווען זיי דארפן קעיר נעמען פון א קינד וואס ליידט פון עטליכע מחלות, נישט קיין חילוק פיזיש, מענטל אדער איינס פון יעדע.

"די עבודת הקודש שעפט אויס דאס דם התמצית ביי עלטערן פון קינדערלעך מיט 5-6 געזונטהייט פראבלעמען," דערציילט מרת סאלאמאן תחי', המספיק אוו ראקלענד קאונטי סאושעל ווארקער און פון די אדמיניסטראציע פון המספיק העלט-האום, אין א שמועס מיט'ן גאזעט. "געטרייע עלטערן לייגן אריין אלע כוחות צו טרעפן א רפואה אדער דערלייכטערונג פאר איין מחלה, דאס קינד ליידט אבער נעבאך פון נאך דריי און אין שטוב געפונען זיך נאך א טוץ געשוויסטער."

דער פראבלעם

לאמיר נעמען צום ביישפיל א קינד וואס ליידט פון שווערע דייעביטיס און דעפרעסיע, אדער כראנישע אויגן שוואכקייט און מאגן ווייטאג. דער אפעקט, סיי אויפ'ן באטרעפנדן און אויף די גאנצע משפחה ארום, איז צווייפאכיג.

די געטרייע עלטערן ווערן צוריסן און אויסגעריבן ביז די ביינער. זיי פרובירן צו טון דאס בעסטע פאר זייער אומבאהאלפן קינד, ערלעדיגן די בעסטע באהאנדלונגען, מיטגיין מיט אים צו אלע דאקטאר און טעראפי אפוינטמענטס, זיכער מאכן אז די קאארדינאציע צווישן אלע מעדיצינען גייט ריכטיג, און גלייכצייטיג זאל די שטוב נישט חלילה צעפאלן... הוי, רבונו של עולם, ווי נעמט מען די כוחות דערצו?

נישט ווייניג מאל הערט מען ליידער ווי די גאנצע שטוב גייט כאדאראם ה"י. אלע קינדער נעמען א פארציע אין די ליידן...

די עלטערן, אליינס באגרעניצטע בשר ודם'ס, קענען מיט זייער בעסטן ווילן נישט זיין דארט פיזיש, עמאציאנאל און גייסטיש אינדיווידועל פאר יעדן קינד אין יעדן עלטער.

זיי זענען פארזינקען ביז איבער די אויערן אין די מעדיצינישע קעיר פון איין חולה, מיט דאגות צו דעקן די רענט און עלעקטריק, די בערג פאפיר-ארבעט צו באקומען רעגירונגס הילף זאל דעקן וואס מעגליך, רופן און כאפן עסקן צו עסקן, דאקטאר צו דאקטאר... און גלייכצייטיג שענקען אן אויער, גוט ווארט, עסן, ווארעמע באד, יאזנט מיטצונעמען אין חדר/שולע און טון היימארבעט... און, די קינדער ווילן אויך א קוש ביים גיין שלאפן און א ליבליכע א גוטע נאכט.

די גאנצע משפחה אויפגעראכטן דורך המספיק'ס געטרייע הענט - "העלט האום"

דאס קינד אין שפיטאל וויל און דארף עס אויך.

הייליגע אידן. דאס הארץ גייט אויס ווען די צעשפליטערטע עלטערן זעען אלע זייערע רצונות צערינען פון צווישן די אויסגעמאטערטע פינגער, וועלכע זיי האבן אפילו שוין נישט קיין כח צוזאמצוהאלטן.

דאס קינד, גלייכצייטיג, לעקט אויך נישט קיין האניג. די געטרייע עלטערן פרובירן דעם מאקסימום, הוי...

אבער מיט די ריחיים'ס בצאוורם איז אוממעגליך צו פארזיכערן אז ער באקומט צייטליך יעדע סארט הילף וואס נויטיג, און טאקע פון בעסטן קוואליטעט, פאר די שענסטע רעזולטאטן, זיכער מאכן אז איין באהאנדלונג און אפוינטמענט פארהאנקערט זיך נישט אין אן אנדערע, מען דערגרייכט אלעס צייטליך, און אלע אינשורענס און מעדיקעיד אראנזשירונגען זענען מסודר, ווער רעדט נאך פון שיקן בלוט טעסטן פון איין דאקטער צום אנדערן, "סעקאנד אפיניען", זאגט נאך איין ווארט און זיי כאפן זיך ביים הארץ.

און די אלע כוחות גייען נאר צו באהאנדלען די כראנישע אויגן פראבלעם, און וואס איז מיט די מאגן דיסארדער?

א מענטש איז נאר א מענטש און מיט אזא אומגעהויערע אחריות, נאכדערצו ווען מען רעדט פון געטרייע עלטערן וועלכע גייען אין פייער און וואסער פאר זייערס א קינד, ווערן זייערע הערצער צעשפליטערט אויף טויזנט טיילן פרובירנדיג צו באהאנדלען אלעמען און אלעס און מען זעט ווי זאכן פאלן ארויס פון די הענט און מען קען זיך נישט העלפן.

ווען זיי קענען נאר טרעפן איינעם וועלכער זאל איבערנעמען דאס גאנצע אחריות פון דאס נישט געזונט קינד...

טייערע טאטע מאמע, איר האט שוין געטראפן!

איר זענט מער נישט אליינס.

"המספיק קינדער העלט האום" וועט אייך צושטעלן א "קעיר מענעדזשער" וועלכער וועט בס"ד פארזיכערן אז דער פאציענט באקומט אלעס וואס ער ברויך און דאס בעסטע און שענסטע אין דער וועלט!

וואס מיינט "העלט האום"?

אין אפיציעלע רעגירונגס זשארגאן ווערט עס ערקלערט אין איין זאץ: "א העלט האום איז א 'קעיר מענעדזשמענט סערוויס' וואו אלע וועלכע העלפן דעם מענטש ווערן פארבינדן אינאיינעם, כדי אלע געברויכן פונעם פאציענט זאלן אדרעסירט ווערן."

און אצינד איז פשוט צו פארשטיין וואס עס מיינט א "קינדער העלט האום". מיט עטליכע יאר צוריק האט די סטעיט העלט דעפארטמענט אנערקענט די שוועריקייטן וואס עלטערן פון קינדער מיט גרעסערע געזונטהייט פראבלעמען גייען אדורך און די ביטערע נאכפאלגן, און גענומען שריט.

אנגעהויבן האט זיך עס ווען די סטעיט האט באמערקט אז ביי קינדערלעך וועלכע ליידן פון מער ווי איין מחלה ווערט דער שפיטאל זייער צווייטע היים אין גאר גרויסע פראצענטן. אויסער די אסטראנאמישע קאסטן פון שפיטאל וויזיטן בלייבט דאס געזונטהייט פונעם מענטש בכלליות פארנאכלעסיגט, על כל פנים זיכער נישט גענוג געהאלפן לויט די היינטיגע מעגליכקייטן.

די סטעיט האט געעפנט א פרישן פראגראם אונטער 'מעדיקעיד' — וואס שטעלט צו געזונטהייט געברויכן פאר די ארעמע, גערופן "העלט האום סערווירט פאר קינדער", אדער, כנוסח אלבאני, אין ראשי תיבות, "עיטש. עיטש. עס. סי." (HHSC, אקראנים פאר Health Home Servicing Children).

"העלט האום" איז נישט א היים אדער א געביידע. עס איז א פראגראם וואס העלפט אדרעסירן מיט ערפאלג מערערע פראבלעמען. ווי א 'שירעם פראגראם' וואס דעקט עטליכע געביטן, און דער נייער פראגראם איז ספעציעל אוועקגעשטעלט און דעזיגנירט צו העלפן 'קינדערלעך', פון געבורט ביז די 21 יאר, וועלכע מאכן מיט ל"ע מער קאמפליצירטע

וועלכע פאציענטן קען "המספיק קינדער העלט האום" העלפן?

פאר אלע וועלכע ליידן פון איינס פון די דריי:

- שווערע עמאציאנאלע אומסטאביליטעט
- טיפע טראומא
- צוויי אדער מער כראנישע געזונטהייט פראבלעמען

דאס לעצטע, אפעקטירט טויזנטער היימישע משפחות, אויב נישט מער ("כראניש" מיינט עפעס וואס גייט אן א לענגערע וויילע אדער חזר'ט זיך כסדר איבער. דעריבער, יעדעס קינד וואס ליידט פון 2 געזונטהייט פראבלעמען וועלכע פאדערן כסדר'דיגע קעיר, און עס איז אויף אן ערנסטן שטאפל שטערנדיג דעם טאג טעגליכן לעבן, איז בארעכטיגט צו דעם פראגראם).

עס זענען פארהאן הונדערטער גרופעס פון כראנישע מחלות וועלכע בארעכטיגן צו געניסן פון דעם פראגראם אויב מען ליידט פון צוויי פון זיי.

די לאנגע ליסטע רעכנט אריין אסטמא, סארייסעס, עקסטרעמע בריען, עפילעפסיע, קענסער, שווערע דייעביטיס, קאטאראקט, בלינדקייט, גלוקאומע, דימענשיע, מייגרעינס, עקסטרעמע פעשקייט, הארץ קראנקהייט, אוטיזם, ביי-פאלער, סערבאל פאלסי, מענטל ריטארדעישן, יו. טי. איי., קלעפט-ליפ, דעפרעסיע, אנגעצויגנקייט, סייקאוסיס, סקיצאפרעניע, פאלשע גלידער, גאל קראנקהייטן, היסטאריע פון צעבראכענע לענדן, פי. טי. עס. די., און/אדער 'כראנישע' ליידן פון: פיזישע יסורים, בראנקייטיס, אויערן פראבלעמען (אויסער טויבקייט), אויגן פראבלעמען, אינפעקציעס (אויסער טובערקולאז), אלסערס, און נאך אסאך.

אין איין שורה: דער פראגראם איז דא צו העלפן בס"ד יעדע משפחה וואס א קינד זייערער ליידט פון צוויי געזונטהייט פראבלעמען אין יעדן ספעקטרום פון די מעדיצינישע וועלט, פיזיש אדער גייסטיש, אויב עס איז נאר 'כראניש'.

צב"ש, אחב"י וועלכע ליידן ל"ע פון די ביטערע מחלה, קומט צו רח"ל א ווייִרוס וואס ווערט 'כראניש' - עס אפעקטירט אויפ'ן לענגערן טערמין, איז עס שוין 2 מחלות און זיי זענען בארעכטיגט צו געניסן פון דעם רעגירונגס פראגראם.

געזונטהייט פראבלעמען.

אונטער א "קינדער העלט האום" קענען די קינדערלעך היינט צוטאגס באקומען בס"ד די פולסטע הילף וואס זיי דארפן ווען גלייכצייטיג שענקט עס א נייע לעבן מיט הרחבת הדעת פאר זייערע עלטערן און אלע ארום.

און מען קען דאס באקומען זאגאר אפילו "נוסח המספיק!"

יא, איר ליינט ריכטיג – ווי געמאלדן מיט א האלב יאר צוריק האט די היימישע פיאנער אין ספעציעלע הילף, "המספיק", אלס "מרכז עזרה לצרכי הציבור", געגרונדעט איר אייגענע "קינדער העלט האום" – די איינציגסטע היימיש-אידישע "העלט האום" אין גאנץ ניו יארק רבתי, א נאבעלער פראיעקט וואס האט זיך ארויסגעשטעלט צו זיין א הילף און ישועה וואס לאזט זיך גארנישט שילדערן. חסדי ד'!

דער פרישער המספיק פליגל איז אוועקגעשטעלט און ספעציעל געבויט צו ברענגען דאס בעסטע טייטש וואס הילף קען מיינען פאר משפחות מיט א קינד וועלכער ליידט פון סיי וועלכע אומגעווענליכע מעדיצינישע פראבלעם (מער דעטאלירט, זעט אין באזונדערע קעסטל) מיט אן אויסטערלישע אויסוואל הילף וואס ראטעוועט בס"ד דעם פאציענט, די עלטערן, די פרנסה און אלע געשוויסטער ארום, פון אפעקטירט ווערן.

צו קענען געניסן פון דעם פראגראם דארף דאס קינד, 1) פארמאגן "מעדיקעיד", 2) זיין אונטער 21 יאר אלט, און 3) ליידן פון געזונטהייט פראבלעמען וועלכע בארעכטיגן צו געניסן דערפון. (מער דעטאלירט זע אין באזונדערן קעסטל.)

דער "קעיס מענעדזשער"

אונטער דעם פראגראם באקומט יעדער קליענט דעזיגנירט א "קעיר מענעדזשער". דער "קעיר מענעדזשער" נעמט איבער אויף זיך דעם גאנצן 'עול', אנגעצויגנקייט און אחריות פון די עלטערן. ער דינט אויך אלס געטרייער 'ליעזאן' און פארבינדונגס מאן צווישן די עלטערן און די דאקטוירים.

דער המספיק "קעיר מענעדזשער" איז העכסט פראפעסיאנאל און פארבינדט דעם באטרעפנדן מיט "אלע" סערוויסעס און געזונטהייט-הילף וועלכע קענען אים/איר נאר בענעפיטירן, קאארדינירט צווישן זיי אלע און טוט פערזענליך אראנזשירן אלע אפוינטמענטס, 'ריפילס' פאר מעדיצינען און אלץ ארום.

"נוסח המספיק" איז דער ליעזאן א ווארעמער געטרייער פערזאן פול מיט הארץ. ווי פאר אן אייגן קינד נעמט ער איבער די עול און אחריות. עלטערן איר קענט זיין רואיג בס"ד! איר וועט ווייטער פירן אלע שטוב און אפילו זיין דארט מיט אייער קינד, אבער – אן די עול און דרוק. דאס ליגט שוין גענצליך אויפ'ן "קעיר מענעדזשער".

דער ליעזאן קאארדינירט אלע דאקטאר וויזיטן, טעראפי אפוינטמענטס, אד"ג, און אראנזשירט אפילו די נויטיגע טראנספארטאציע אומעטום.

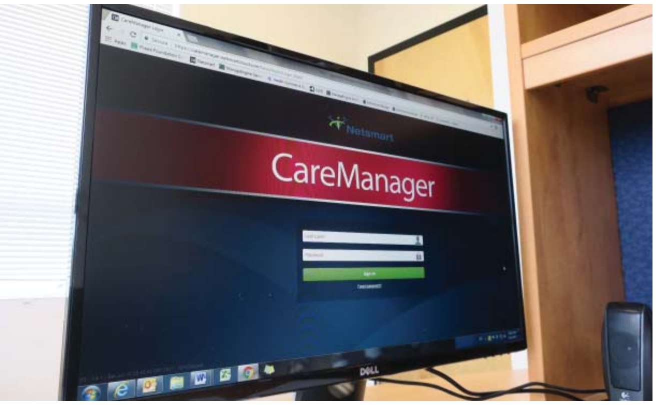
א המספיק "קעיר מענעדזשער" האלט אויך מיט און רעקארדירט די אינפארמאציע פון יעדע וויזיט אין עמערדזשענסי רום צי שפיטאל; יעדע "דיסטשארדזש"; די גענויע אנווייזונגען וואס צו טון ווייטער און פארזיכערן אלע נאכפאלגנדע באהאנדלונגען ווערן צוגעשטעלט, מעדיציניש, טעראפיודיק, פיזיש, גייסטיש, עמאציאנעל, און וואס נאך איז פארהאן.

אויסערדעם וואס דער "קעיר מענעדזשער" פארשטייט גוט די דיאגנאזן, ווייסט וואס ליגט אונטער די קליינע אותיות און לאטיינישע בוכשטאבן, העלפט באקומען די בעסטע הילף דורך די גרעסטע עקספערטן, איז עס אויך, צי אפשר גאר מער, די מאראלישע שטיצע און ווארעמקייט וואס באגלייט דעם יונגען פאציענט און זיינע געטרייע עלטערן אומעטום.

א משפחה געהערט קיינמאל נישט אליינס און איז מער נישט אליינס, איבערהויפט ווען מען דארף זיצן מיט איין קינד צווישן קאלטע שפיטאל ווענט און ווייסע כאלאטן.

"נעט-סמאַרט"

ועל כולם, אט הערט. א מענטש איז נישט



אויפ'ן טישל פון המספיק קעיר מענעדזשער: דער פארגעשריטענער "נעט סמארט" סיסטעם, א דירעקטער קאנפרענץ טישל מיט'ן דאקטאר צו יעדע צייט.

קיין קאמפיוטער, אבער א קאמפיוטער איז אויך נישט א מענטש. ווען מען שטעלט צוזאם די מעלות פוןביידע האט עס אלע טעמים.

אלע געזונטהייט אינפארמאציע וואס אנבאלאנגט דעם פאציענט ווערט אוועקגעלייגט אויף גאר א סאפיסטיקירטע פראגראם. דער מולטי-מיליאן דאלערדיגער "נעט-סמאַרט" סיסטעם נעמט צוזאם "אלעס" וואס איז נוגע דעם מענטש און לייגט אוועק יעדן דעטאל אין די ארכיוון הערליך מסודר.

אלע דאקטוירים און ספעציאליסטן וועלכע דארפן העלפן דעם פאציענט, קענען דערגרייכן יעדעס שטיקל נויטיגע אינפארמאציע ביי די שפיץ פינגער, גרינג און גראד, ווען דער "קעיר מענעדזשער" דארף נישט מער ווי געבן א שיק אריבער א לינק צו די אינפארמאציע וואס איז זיי וויכטיג.

נאכמער, דער סיסטעם ערמעגליכט יעדער פארמישט אין אזא ערנסטערע קעיס צו קאמיוניקירן איינער מיט'ן אנדערן, זיך אדורכשמועסן און אויסטוישן וויכטיגע אינפארמאציע, אזוי צו קענען דאס בעסטע סערווירן דעם פאציענט און פארמיידן לעכער און מיספארשטענדענישן.

דער זעלבער סיסטעם האלט אויך א גענויען חשבון איבער אלע מעדיצינען און איבער אלע אפוינטמענטס, פארזיכערנדיג אז אלעס פארט גלאט און געשמירט לתפארת ולשם.

אין אנדערע ווערטער, עס דינט צו יעדע צייט ווי א ווירטואלער "ראונדטעיבל קאנפרענץ" צום מאקסימום תועלת און גרעסטן געשמאק פון אלע דאקטוירים, די געטרייע עלטערן און אודאי דער פאציענט און אחרון חביב, זיין געזונט.

אלעס מעג און דארף יעדעס קינד באקומען אויפ'ן העכסטן שטאפל, צו דערגרייכן דאס בעסטע געזונט און רואיגסטע לעבן, ווי עס פאסט פאר בני מלכים – אט דאס איז די אחריות – און ב"ה די אויפטוען – פונעם "המספיק קעיר מענעדזשער".

אבער אודאי בלייבן די עלטערן און נאנטע דורכאויס אינפארמירט, אדורכשמועסנדיג יעדעס שריט צו פארזיכערן אז אלצדינג ווערט געפירט לויט זייער ווילן און פלענער. די משפחה בלייבט די אויסשליסליכע ווארט זאגער. דער "קעיר מענעדזשער" העלפט די פאמיליע געוואויר ווערן אלע זייערע רעכטן און מעגליכקייטן, ברענגט זיי צוזאם מיט געזונטהייט עקספערטן, ווען נויטיג, זיי זאלן קענען מאכן אינפארמירטע באשלוסן.

א באזונדערע בענעפיט אין המספיק'ס "קינדער העלט האום" איז דאס צוטריט צו המספיק'ס "דאטא-בעיס" פון די בעסטע דאקטוירים און פראפעסיאנאלן אין יעדן געביט, געבויט אויף פערזענליכע קשרים פון איבער דרייסיג יאר אין פעלד פון געזונטהייט. דער פערזענליכער ליעזאן וועט דורכדעם קענען געבן "ריפוירלס" צו די העכסטע דאקטוירים אין יעדן געביט.

ווי אלעס וואס טראגט דער "המספיק" זיגל ווערט דער פראגראם אויך געפירט מיט די סאמע פריוואטקייט און כבוד הבריות. די שטרענגקייט מיט וואס המספיק פאלגט אויס די "היפ"א" רעגולאציעס איז דער גאלד סטאנדארט וואס איבערראשט אלע אינספעקטארן און קליענטן צוגלייך, און אודאי ווערט עס דאס זעלבע אדורכגעפירט ביים "קינדער העלט האום" פראגראם, וואו עס איז פאר מאנכע דאס ערשטע מאל אין לעבן וואס זיי נעמען אן הילף און זענען אויסטערליש סענסיטיוו דערמיט. יא, ביי המספיק איז דער קליענט דער עיקר.

אלזא, קען מען צוזאמנעמען די הילף דער "קעיר מענעדזשער" ברענגט אלץ מיט זיך?

נישט ממש, וויבאלד הארץ האט נישט קיין גרעניצן. העלפט ער אלזא נישט נאר טעכניש, נישט נאר פיזיש, נישט בלויז הארציג, נישט נאר ביוראקראטיש, נישט נאר אראנזשירן, נישט נאר הארץ און אויער, טאט און ראט אויף טריט און שריט, און נישט בלויז אלעס וואס מיר האבן אויסגערעכנט, נאר אסאך אסאך מער...

לכל קהלא קדישא הדין

דער פראגראם איז אויסדרוקליך נישט פארבינדן מיט "ספעציעלע געברויכן", "דעוועלאפמענטל דיסעבילעטיס" אד"ג. "המספיק" איז שוין לאנג ברייטער ווי בלויז "ספעציעלע הילף".

בחסדי ד' איז די אגענטור א פולקאמע "מרכז עזרה לצרכי הציבור", סערווירנדיג יעדן ספעקטרום, פון אווילי אינטערווענשן פאר קליינע אונטערשטעליג מיט קריכן ביז עלטערע וועלכע דארפן א באגלייטער אין בית המדרש, און ביז משפחות וועלכע האבן א קינד וואס ליידט פון סיי וועלכע שווערערע מעדיצינישע פראבלעם.

פאר סיי וועלכע שאלה אדער פראגע אויב מען איז בארעכטיגט, וועט "המספיק'ס" פראפעסיאנאלע שטאב אייך גערן העלפן און פארענטפערן יעדעס ספק.

המספיק וועט אויך באגלייטן ווייטער יעדן אריינרופער, פון אדורכגיין די אפשאצונג דורך די "העלט דעפארטמענט" וועמענס פראפעסיאנאלע עקספערטן שאצן אפ יעדן אפליקאנט צו זען אויב ער איז א פאסיגער קאנדידאט פאר דעם פראגראם, ביז צו די פאקטישע הילף בס"ד.

צום שלום:

צרכי עמך מרובים. זייט דער פראגראם האט געעפנט די טויערן זענען די הענט פון המספיק "קעיס מענעדזשערס" אנגעפולט מיט ארבעט, פון צוזאמקלויבן אלע אינפארמאציע איבער די היסטאריע פונעם פאציענט וואס איז ביז יעצט געווען אויסגעשפרייט איבער אלע קאנטינענטן ביז צום באזוכן די פאציענטן אין שטוב זען און שפירן פון דער נאנט וויאזוי מען קען פארבעסערן און אויסברייטערן די הילפס מאסנאמען.

דאס איז אבער נאר דער אנהויב, דערציילט דער דירעקטאר פונעם פראגראם מו"ה משה לויפער הי"ו. "עס הערשט א שטארקער פארלאנג אויף די הילף!"

עס איז א פאקט. משפחות מאכן מיט און פלאגן זיך ליידער אין דער שטילקייט. ביז היינט איז נישט געווען קיין סאך וואס די עולם העסקנות האט זיי געקענט העלפן אויב איז עס נישט געווען דוקא אין פעלד פון ספעציעלע געברויכן, אדער דער ספעציפישער תחום אין וועלכען זיי ספעציאליזירן זיך.

אצינד האט זיך אנגעהויבן א פרישע עפאכע, א ליכטיגע תקופה פון הילף פאר יעדן אין נויט.

די הילף איז דא און בס"ד קען מען עס באקומען אפילו אויף היימיש אידיש, דורך די בעסטע, עלטסטע, פראפעסיאנאלסטע און מערסט בארימטע היימישע הילפס-אגענטור, טאקע אויף די סאמע לעגענדארע "נוסח המספיק".

המספיק האט פאר דעם פראגראם זיך ספעציעל אפיליאירט מיט די "טשוני" נעץ (CHHUNY - Children's Health Home of Upstate New York). "טשוני" איז איינס פון די ארגאניזאציעס אויטאריזירט דורך "ניו יארק סטעיט העלט דעפארטמענט" צו פארפיגן איבער אזא נאבעלן פראגראם. 'טשוני', איז אגב, די סאמע גרעסטע אין די סטעיט און סערווירט 54 פון ניו יארק'ס 61 קאונטיס.

"טשוני" שענקט אירע מיטגלידער נישט נאר צוטריט צו א ברייטע אויסוואל דאקטוירים, העלט-קעיר פראוויידערס און קעיר מענעדזשערס, נאר מיט 'טשוני' קענען המספיק'ס ליעזאנען שטיין צו דער האנט זייערע קליענטן כמעט וואו אימער איבער ניו יארק זיי ציען זיך נאר.

פאר מער אינפארמאציע און געוואויר צו ווערן אויב איר קענט אויך געניסן פון די הרחבת הדעת און העכסטע שטאפל קעיר און הילף פאר אייך/אייער נאנטן דורך דעם פראגראם, רופט נאך היינט המספיק צענטראלע אינטעיק נומער, 866-353-8400, און באקענט אייך נאך היינט מיט פרישע סטאנדארט אין הילף וואס איר האט נאך קיינמאל געזען בעפאר! ★

ליינער'ס גאזעט

ווארט פון רעדאקציע

דער דעזיגנירטער נומער פאר'ן ליינער'ס גאזעט האט זיך ב"ה ארויסגעשטעלט אלס הערליכער סוקסעס. מיר בעטן ווייטער, ביטע נאר רופן נאר דעם דעזיגנירטן נומער; מיר הערן אויס יעדע מעסעדזש. ביטע נעמט אין אכט, א מעסעדזש וואס אנטהאלט נישט קיין דעטאלן, סתם א נאמען און נומער, ווערט נישט געענטפערט צוליב מאנגל אין צייט.

בריוון געשריבן אויף די ענגלישע שפראך ווערן אלץ אפגעלייגט און עס געדויערט אסאך לענגער ביז זיי גייען אריין.

ווען מען שרייבט א טעלעפאן נומער אין א בריוו, ביטע שטעלט קלאר אויב איר ווילט מיר זאלן עס פארעפנטליכן אדער נישט. אנאנימע בריוון ווערן ווייטער אנגענומען ווי ביז היינט, אבער אויב עס איז נישט קלאר פאלן זיי אוועק וויבאלד מיר האבן נישט וועם/וואו איבערצופרעגן.

לאזט אייך הערן

איין צענטראלער **אדרעס און נומער** זיך צו פארבינדן מיט די רעדאקציע

שיקט בריוו (אויך אנאנים) צום ליינערס גאזעט:
Hamaspik Gazette > 58 Rt. 59 Suite 1
Monsey, NY 10952

פאר **טוישונגען** אין די "מעילינג ליסטע", **אדווערטייזמענטס**, אנפראגעס, **קאמענטארן** און ענטפערס פאר'ן **"ליינערס גאזעט"** אדער אויפ'ן **סורוועי:**
רופט: 845-503-0212
אדער דורכ'ן פאקס: 845-503-1212
בליץ-פאסט: gazette@hamaspik.org

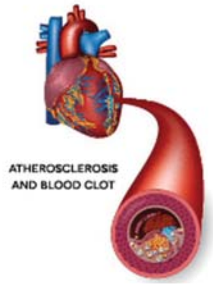
צו באקומען דעם גאזעט אויף בליץ-פאסט
שיקט אן אימעיל צו:
subscribe@hamaspik.org

צו **ענטפערן** אויף די חודש'ליכע **המספיק אנקעטע**
שיקט אן אימעיל צו: survey@hamaspik.org

קלארשטעלונג: המספיק גאזעט איז בלויז פאר אינפארמאטיווע צוועקן. ארטיקלען און בריוון רעפלעקטירן נישט די מיינונג פון די רעדאקציע - איבערהויפט דער **ליינער'ס גאזעט**, וואס איז פון ליינער צו ליינער. פאלגן וואס איר לייענט אין גאזעט איז אויף אייער אייגענע אחריות.

6126

באַנקעס פאר בלוט־קלאַט פראבלעמען



נאך וועגן ליטש טעראפי (באַנקעֶס) בריוו #5903 און #5769: איך האב געהאט גאר גוטע ערפארונג מיט נוצן 'ליטש טעראפי' אין ספעציעלע אומשטענדן פאר Anti-Phospholipid Syndrome (אנטי-פאספאליפיד סינדראום).

איך האב דאס שוין גענוצט עטליכע מאל, ביי עטליכע קינדער, נאכדעם וואס Lovenox האט נישט קיין סאך געהאלפן. איך בין ב"ה זייער צופרידן, און אזוי אויך דער דאקטאר. היינט הייסט מיר שוין דער דאקטאר דאס גלייך צו נוצן. פארשטייט זיך אז ער וואלט דאס נישט געראטן פאר אלע זיינע פאציענטן. ער וועט קודם פרובירן מעדיצינישע מיטלען, ווייל דאס האט ער געלערנט אין מעדיצינישע שולע. (ווי א דאקטער האט זיך אמאל אויסגעדרוקט: "I'm here to practice what I learned in medical school.")

עס איז א שאד איר זאלט דארפן אדורכגיין דאס וואס איך בין אדורך. אויב האט איר סיי וועלכע blood clotting disorder, פרובירט באלד 'ליטש טעראפי' און ווערט געהאלפן בס"ד. בדוק ומנוסה!

יישר כח,

מרת ב.. וויליאמסבורג

6127

פון די נאטורליכע שאפע

איך וויל מיטטיילן עטליכע נאטורליכע עצות וואס קענען ארויסהעלפן אנדערע. עס איז גוט צו געבן פאר קינדער יעדן טאג Garlic Supplement. עס רייניגט די בלוט פון viral און bacterial אינפעקציעס. ביי מיינע קינדער האט עס געהאלפן פארמיידן 'סטרעפ', און צו עלימינירן מורס"א (MRSA) אוןווארצלעך (איך האב עס נישט געלייגט דירעקט אויף די ווארצלעך, נאר געגעבן דורכ'ן מויל). פאר קינדער וועלכע זענען הייקל צו די טעם דערפון קען מען עס אויס מישן מיט Flavored Apple Sauce.

קרעמפן אין די פוס און צופיל לעכער אין די ציין קען קומען פון א מאנגל אין קאלציום (Calcium Deficiency), ספעציעל ביי פרויען. כדי קאלציום זאל זיך גוט אייזאפן איז וויכטיג צו נעמען קאלציום וואס האט אויך Vitamin D, Vitamin K, און Magnesium.

ווען מען ליידט פון Bells Palsy רח"ל, איז זייער וויכטיג עס זאפארט צו באהאנדלען כדי נישט צו בלייבן שפעטער מיט די נאכווייען. אויך איז וויכטיג צו פאלגן דעם דאקטאר וואס הייסט patch'ן ביינאכט יענע אויג, אז נישט קען מען האבן יסורים אין יענע אויג.

און דער עיקר, איז אודאי מתפלל זיין צום רבוש"ע יעדן טאג פאר'ן געזונט.

הצלחה רבה און יישר כח,

מ.מ.

6128

לאקאלע נערוו פאַלסי

מיר זוכן אויב איינער האט ערפארונג מיט א קינד וואס איז געבוירן מיט א צושטאנד, ענליך צו Foot drop. נאכ'ן ארומלויפן צו אסאך דאקטוירים און באקומען אומריכטיגע דיאגנאזן, זענען מיר בס"ד אנגעקומען צום ריכטיגן דאקטאר וועלכער האט עס דיאגנאזירט אלס "Local nerve palsy". למעשה איז נישטא צופיל צו טון אויסער אנטון א Brace אויף די פיס. נאכ'ן נעמען פארשידענע טעסטן האבן זיי יעצט רעקאמענדירט צו מאכן א טעסט גערופן "Nerve Conduction Study". אויך האבן זיי געזאגט אז אפשר ווען ער וועט עלטער ווערן וועט מען קענען אפערירן.

מיר וואלטן געוואלט וויסן אויב איינער האט סיי וואספארא ערפארונג אין דעם ענין.

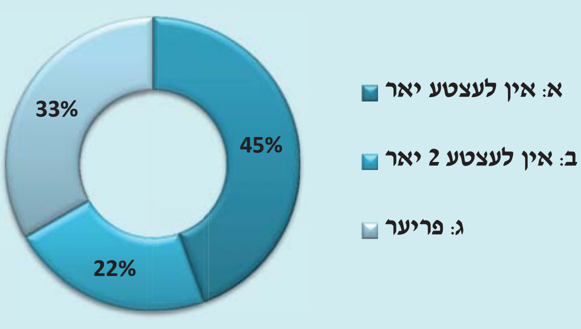
יישר כח,

(-)

המספיק אנקעטע: וואס זאגט **איר?**

פראגע פון פאריגן חודש:

וועןן האט איר דאס לעצטע מאל געזען דעם דענטיסט?



גיין צום דענטיסט איז עפעס וואס אסאך פארנאכלעסיגן, די תירוצים זענען לעגאטים און מיט א שפע (מער מענער האבן געענטפערט אז זיי גייען וויניגער... טרוד מיט די פרנסה...). אבער נעמט אין אכט, פאר געשעדיגטע ציין צאלט אינשורענס וויניגער און די קאסטן זענען מער, פאר איין סיבה - וויבאלד מען קען פארמיידן אלע פראבלעמען דורך צייטליכע אינטערווענץ.

די פרישע אנקעטע איז אויב מען ציילט וויפיל קאלעריעס מען נעמט אריין דורכ'ן טאג. עס זענען פארהאן אן א צאל דיעטעס, אבער מצליח אויפ'ן לענגערן טערמין זענען די וועלכע היטן וואס זיי נעמען אין מויל.

איר קענט איבערגעבן אייער ענטפער דורך אריינרופן אויפ'ן דעזיגנירטן גאזעט האטליין, 845-503-0212, עקס. 2 אויסוואל 4, אדער דורך די בליץ-פאסט אדרעססע: survey@hamaspik.org. זייט געזונט!

6129

'וועריקאוז וועינס' עקספערט

איך וויל לאזן וויסן פאר אלע וועלכע ליידן פון Varicose Veins אז מען קען מאכן א לייכטע און שנעלע פראצעדור וואס העלפט הערליך מען זאל נישט ליידן יסורים דערפון און עס זאל מער נישט ווערן געשוואלן.

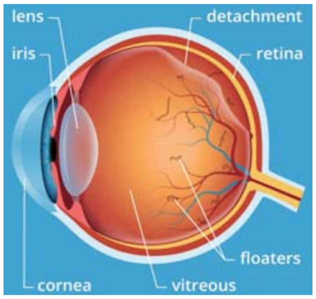
דער דאקטאר וואס מאכט דעם פראצעדור הייסט Dr. James Reilly, טעלעפאן נומער, 845-362-0075 אדער 845-291-3656. ער פארמאגט 2 אפיסעס, איינס אין New City, און איינס אין Goshen, ער נעמט אן יעדע סארט אינשורענס, אויך 'פידעליס'.

ער איז זייער א צוגעלאזענער מענטש און מאכט א גוטע ארבעט. פאר מער אינפארמאציע קען מען זיך פארבינדן מיט מיר, מיין נומער איז געהיטן ביי די רעדאקציע,

מרת פ., ספרינג וואלי

6130

"פלאוטערס" - נישט א קינדער שפיל



בריוו #6056 שרייבט באריכות אז פלעקן אין די אויגן (floaters), קומט פון א שוואכע טיירויד און מען קען עס היילן מיט וויטאמינען אד"ג.

עס איז מיר א וואונדער וויאזוי מען קען שרייבן מיט אזא גלייכגילטיגקייט קעגן די אנגענומענע מיינונג פון אלע דאקטוירים. איבערהויפט ווען די רעדע איז איבער 'פלאוטערס', וואס אויב מען באהאנדלט עס נישט צייטליך שפילט מען זיך מיט אן ערנסטע סכנה פאר די אויגן און עס קען זיך חלילה ענדיגן מיט פארלירן די זע-קראפט (בלינדקייט, אידיש גערעדט) ה"י.

איינער פון די גדולים פון לעצטן דור זצ"ל האט סוף ימיו פארלוירן די ראי' ה"י. איך האב געהערט פון זיין דאקטאר אז אויב ער וואלט געקומען זיך באהאנדלען באלד ווען ער האט געזען 'פלאוטערס', וואלט מען געקענט ראטעווען זיין אויג! (זעט אויס אז מענטשן זענען נאכנישט געווען דעמאלטס אזוי אינפארמירט דערוועגן.)

איך האב שוין 'פלאוטערס' פאר עטליכע יאר און שוין ארונטער אן אפעראציע דערויף. איך בין געווען ביי עטליכע גרויסע דאקטוירים, Retina Specialists, צו הערן זייער מיינונג. Dr. Safra פון מאימאנידעס (דאקטאר פון כ"ק אדמו"ר מ'וויזניץ שליט"א), Dr. Chang פון קאלאמביע, Dr. Engel פון מאונט סיני, אלע רעקאמענדירט דורך ערפארענע עסקנים, ווי אויך האב איך זיך שטארק אינטערעסירט אויף זיי ביי היימישע יונגעלייט וועלכע זענען אויך אדורך אפעראציעס דערויף.

צו פארשטיין וואס 'פלאוטערס' איז, דארף מען אביסל מסביר זיין וועגן די אויג. הונטער די אויג, די אינערליכע זייט דערפון, איז איבערגעדעקט מיט א הייטל וואס ווערט גערופן 'רעטינע' – Retina. פון דארט קומט בעיקר דער כח הראי'.

די 'רעטינע' האלט זיך צוגעקלעבט אינעווייניג פונעם אויג מיט א סארט קלעב, און אויף די רעטינע איז פארהאן א gel, אזוי ווי ביי אלע געלענקען (joints) וועלכע בייגן זיך אינעם קערפער.

צוליב סיבות וועלכע זענען דערווייל אומבאקאנט פאר דאקטוירים, קען זיך מאכן אז די 'דזשעל' זאל אנהייבן ציען די רעטינע (מיין דאקטאר האט מיר געזאגט, "דו טוסט גארנישט עס זאל געשען, ביי געוויסע מענטשן טוט דאס דער קערפער"). ווען די 'דזשעל' ציעט, קען דאס שאפן א ריס (tear-brake) אין די רעטינע. דאס אליין איז נאכנישט א סכנה.

עס איז אבער דא אין די אויג אסאך פליסיגקייט. די פליסיגקייט קען ארייננגיין דורך די לעכער געשאפן דורכ'ן ריס. דאס קען אנהייבן שטופן און לייגן דרוק אויף די רעטינע, ביז עס קען עס רח"ל אינגאנצן ארויסרייסן פון פלאץ (detachment). און אז עס איז נישטא קיין רעטינע, איז נישטא קיין אויג.

השי"ת ברוב רחמיו האט געמאכט אז עס זאל זיין א סימן, א סימפטאם, וואס זאל ווייזן פאר'ן מענטש אז עפעס גייט פאר. די סטרוקטור פון די קלעב פון די רעטינע, איז ענליך צו די "מאָך" פון א לולב. עס האלט די בלעטער צוזאמגעקלעבט אבער ווען מען נעמט עס אראפ איז עס טרוקענע... מאָך. ממילא ווען עס פאסירט דער ערשטער ריס, ברעקלען זיך אפ שטיקלעך פון די קלעב און און הייבן אן ארומשווימען אין די אויגן. דאס זענען די 'פלאוטערס', די פלעקן וואס מען הייבט אן זען אין די אויגן.

די פלאוטערס זענען דעריבער א ווארענונג איבער אן ערנסטע קאטאסטראפע אונטערוועגנס.

ווען מען רופט אריין צום דאקטאר וועגן 'פלאוטערס', באקומט מען שוין יענעם טאג אן "עמערדזשענסי אפוינטמענט" צוליב די סכנה פון ווארטן מיט אזא זאך.

דאקטוירים קענען דאס פאררעכטן דורך נוצן 'לעיזער שטראלן' צו פארקלעבן די לעכער. אסאך מאל באמערקט מען עס צו שפעט און עס האט זיך שוין אנגעהויבן א detachment, די רעטינע האט זיך אנגעהויבן אפרייסן, דעמאלטס דארף מען אן עמערדזשענסי אפעראציע עס זאל זיך חלילה נישט גענצליך אפרייסן. עס זענען פארהאן צוויי סארטן אפעראציעס, געוואנדן ווי שטארק אפגעריסן עס איז שוין.

איך וועל ענדיגן מיט די זעלבע נקודה וואס איך האב אנגעהויבן, 'פלאוטערס' איז נישט קיין קינדער שפיל.

די אויבנדערמאנטע בריוו קען גורם זיין א סכנה פאר די אויגן פון אידישע קינדער זיי זאלן דאס נישט באהאנדלען ווי עס דארף צו זיין, וחכמים הזהרו בדבריכם. השי"ת זאל דערלייכטן די אויגן פון אידישע קינדער, בגשמיות וברוחניות. מיט פיל דאנק,

(-)

בס"ד

PAIN BE-GONE
די סארנא מעטאד
פארשטענדליך און ווירקזאם

האט איר יסורים?

דורך **די מעטאד** פון דר. סארנא האבן מיר בעז"ה **געהאלפן** פילצאליגע מענטשן ארויס קריכן פון זייערע ווייטאגן און **פטור ווערן דערפון איינמאל פאר אלעמאל**.

"ב"ה איך פיל מיך ווי א נייע געבוירענע מענטש, איר האט געטוישט מיין לעבן, איך קען ב"ה פירן א נארמאלע לעבנס שטייגער אן יסורים.

BACK PAIN,
HERNIATED DISC,
SCIATICA,
PINCHED NERVE,
STIFF NECK,
SHOULDER PAIN,
CARPAL TUNNEL SYNDROME,
TMJ,
ACID REFLUX,
STOMACH DISORDERS,
CHRONIC FATIGUE,
WEAKNESS,
HEADACHES,
MIGRAINES,
DIZZINESS
ETC.

Mrs. Fulop is not a licensed physician or therapist and does not provide medical advice or treatment. No results are guaranteed.

זיך אדורכצושמועסן אדער פאר אן אפוינמענט רופט:
מרת. פיליפף 347.450.1792 | 718.333.2279

Mrs. E. M. Perl
Health Kinesiology Practitioner

Treating physical and emotional issues such as psoriasis, rheumatoid arthritis, stress and anxiety, and stomach disorders,

*through **Health Kinesiology** (HK), **nutrition** and **lifestyle guidance**.*

בעז"ה קענען מיר זיין די ריכטיגע שליח צו העלפן מיט אייערע פיזישע און גייסטישע שוועריגקייטן.

For more information or to schedule an appointment

Call: (845) 323-5950

ליינער'ס גאזעט

ספעציעלע געברויכן

6162

פון עלטערן'ס ערפארונג

ערשטנס, אלס איינער וואס האט הנאה פון אייערע סערוויסעס, ווייל איך זיך באדאנקען וואס איסער די עצם הילף, דעט מען א געוואלדיגע איבערגעגעבנקייט. יישר כח!

עס איז מיר געקומען אין געדאנק, אלס איינער וואס האט א קינד מיט ספעציעלע געברויכן, אז מען זאל גרונדן א קאלום אינעם גאזעט וואו מענטשן וואס מוטשען זיך מיט ספעציעלע פראבלעמען ביי קינדער, ווי אוטיזם אד"ג, זאלן קענען אריינשרייבן איבער זייער ערפארונג און אדורכשמועסן אלע אקטועלע טעמעס דערוועגן.

כאטש איך פארשטיי איז נישט אייביג אלעס וואס יעדער שרייבט 100% קראנט, נישט אלעס וואס העלפט פאר דעם העלפט פאר יענעם און יעדער שפירט און באטראכט זאכן אנדערש, דאך איז די תועלת אסאך גרעסער פאר צוויי סיבות.

1) נישט יעדער קומט אן צו הערן אלע מעגליכקייטן און געדאנקען איבער יעדן פראבלעם, און מען קען אלץ 'נאשן' גוטע ידיעות, והחכם עיניו בראשו, אז נישט אלעס איז תורת משה.

2) עס עפנט נאך א ליניע פון קאמיוניקאציע, נאך א פלאטפארמע איבערצוטיילן אקטועלע אינפארמאציע און חיזוק, צווישן עלטערן וואס מוטשען זיך מיט ספעציעלע קינדער, און די תועלת דערפון איז אומשאצבאר. יישר כח!

רעדאקציע: ריכטיג ווי גאלד. דער חכם מכל האדם האט שוין געזאגט "ותשועה ברב יועץ". אודאי איז אזא קאלום גאר געוואונטשן און הילפבאר בס"ד, און דאס איז איינס פון די צילן פונעם "ליינער'ס גאזעט", און אדרבה, שרייבט און לאזט אנדערע געניסן פון אייער ערפארונג, איבערהויפט אין די נושאים.

פאר פראגעס און ענטפערס אין אלץ וואס געהערט ספעציעלע געברויכן, וועלן מיר בס"ד לאזן לויפן אלס קביעות'דיגער קאלום "אדרבה פרעגט". דארט שרייבן מיר לתועלת הרבים שאלות ותשובות פון פארלאפענע שבת המספיק'ס, שפעטער וועלן דארט אויך פארענטפערט ווערן בס"ד שאלות וועלכע מען איז נישט אנגעקומען צו ענטפערן ביים שבת, און נאך שאלות וועלכע קומען אריין, דורך די זעלבע משיבים וועלכע האבן געענטפערט ביים שבת התחזקות.

6163

דענטיסט מיט 'ספעציעלן געפיל'?

מיר זוכן אן עצה וויאזוי צו העלפן אונזער קינד מיט דאון-סינדראם באקומען די נויטיגע 'קעיר' פאר די ציין. ער לאזט זיך נישט באהאנדלען ביים דענטיסט. מיר זענען גרייט איס צו איינשלעפן וויבאלד עס איז אים קריטיש וויכטיג, אבער מיר ווילן הערן ווער עס ווייסט פון א גוטע דענטיסט וועמען מיר קענען געטרויען ער זאל נישט אומזיסט ארויסשלעפן ציינער, נאר פרובירן צו ראטעווען און פארריכטן דאס מערסטע מעגליך. מיט דאנק פון פאראויס,

(-)

6131

ולא תעוננו!

איך האב א קינד וואס ליידט זייער שטארק פון עקזימע. מיינע חברים האבן מיר געראטן צו גיין צו איינעם וואס טוט מיט די קייטלעך, Pendulum, און Energy וכדו' געוואויר צו ווערן צו וואס ער איז אלערגיש. פאר'ן גיין, האב איך געפרעגט א חשוב'ן רב און ער האט מיר געזאגט, אז עס איז אן ערנסטע שאלה פון קוסם און כישוף. איך האב אים געפרעגט אז איך קען אסאך גאר ערליכע מענטשן וואס טוען עס, און זיי האבן זיכער נישט קיין שייכות מיט כוחות הטומאה, האט ער מיר געזאגט אפילו אזוי איז עס א גרויסע שאלה.

איך בין געגאנגען רעדן צו אסאך תלמידי חכמים און אלע האבן געזאגט אז עס איז אן ערנסטע שאלה. איך האב געזעהן בריוון פון גרויסע רבנים וואס שרייבן אז מען טאר עס נישט טון.

וואלט איך געוואלט מעורר זיין דעם ציבור אז פאר מען טוט די סארט זאכן זאל מען פרעגן א שאלה פון א רב און וואס האט אדורכגעטון די נושא, און מען זאל זיך נישט פארלאזן אז דער וואס טוט דאס איז אן ערליכע איד, אדער אז ערליכע מענטשן גייען צו יענעם.

יישר כח פאר'ן אריינלייגן די שורות,

המעורר,

(-)

6132

מאנג בונדלעך פאר'ן מאגן

בריוו #6011 בעט פאר מער אינפארמאציע איבער מאָנג בונדלעך (Mung Beans), ווייל איך מיטייל פון מיין ערפארונג. איינס פון מיינע קינדערלעך האט שטארק געליטן אויף מאגן פראבלעמען, אזש מען האט געברויכט גיין אין שפיטאל איר אינטערזוכן. עס האט זיך ארויסגעשטעלט אז עס איז געווען עצירות (Constipation) און מען האט איר געגעבן מעדיצין דערפאר.

למעשה האט זי זיך ווייטער געמוטשעט מיט דעם פראבלעם. בהשגחה פרטית, איינקויפנדיג אין א געוויסע געשעפט, האב איך דארט באגעגנט א ידיד. מיר האבן זיך צעשמועסט און ער האט מיר דערציילט אז "מאָנג ביענס" זענען גוט פאר'ן מאגן און העלפן פאר עצירות. וואס זאל איך אייך זאגן? אזוי איז טאקע געווען! נאך עטליכע טעג עסן מאָנג ביענס איז איר מאגן ב"ה געווען גענצליך אויסגעהיילט און זי האט מער נישט געברויכט צוקומען צו מעדיצין. יישר כח,

(-)

6133

הצלחה מיט "פרעפערעישן עיטש."

מיר האבן געוואלט מיטיילן עטליכע עצות וואס האט אונז געהאלפן פאר Hemmoroids (מערידן). עס איז דא צו באקומען אין אפטייק זייער א גוטע קרעם: Preparation H. עס קומט אין עטליכע קאלירן רערלעך (Tubes), יעדע קאליר נוצט פאר עפעס אנדערש. מיר האבן גענוצט די טינקל בלויע און מיר האבן אויך געהערט פון נאך עטליכע אז זיי האט עס אויך שטארק געהאלפן.

אויב די פראבלעם איז אויך מער אינערליך, קען מען באקומען אין אפטייק 4 Calmel סופאזעטאריס, עס העלפט מורא'דיג בעז"ה. א Sitz Bath איז אויך זייער ווירקזאם צו פארלייכטערן יסורים. א Water Enema קען אייך זיין זייער הילפבאר וואו עס טוט שטארק וויי. עס העלפט אייך אויסהיילן בסייעתא דשמיא.

6134

"לייקען פלענוס"

איך וואלט געוואלט וויסן אויב איינער האט ערפארונג מיט Lichen Planus", אן אויסשלאג איבער'ן גאנצן קערפער וואס קראצט זייער שטארק. עס קומט און גייט אהין און צוריק יעדע פאר חדשים.

צוויי יאר צוריק האט עס אויסגעבראכן אויך מיינע "גומען" (דארט ווערט עס גערופן Lichen Planus, און אויך Pemphigus (סיי אדער Pemphigoid). די גומען איז געווארן זייער רויט און 'סענסיטיוו'.

דער 'פעריא-דענטיסט' האט געזאגט אז נאר 'קארטיזאן' וועט העלפן, אבער מיט דעם וועט עס נאכאמאל צוריקקומען.

אויב איינער קען מיר העלפן און זאגן וואס מען קען היילן דעם פראבלעם עס זאל אוועקגיין איינמאל פאר אלעמאל, וואלט עס מיר געווען א גרויסע טובה.

ביטע אריינשיקן אייער ענטפער צו די רעדאקציע אדער מיר רופן – מיין נומער ליגט ביי די רעדאקציע. א גרויסן יישר כח,

(-)

6135

טאָרטיקאַליס"

מיר זוכן ערפארונג וויאזוי צו באהאנדלען Torticollis – דאס הייסט די קאפ איז געבויגן ביי די האלז צו איין זייט.

די רעדע איז איבער א קינד וואס איז שוין איבער אכט חדשים אלט. דאס קינד וויל נאר שלאפן אויף איין זייט און וועגן דעם איז איר גלגולת (די skull, די ביין פון קאפ) געווארן קרום אויסגעפארעמט. ווי אזוי באהאנדלט מען די שטייפע מוסקלען אין האלז, און וויאזוי באהאנדלט מען מיט די שלעכט געפארעמטע קעפעלע?

(-)

רעדאקציע: דער בריוו איז אנגעקומען אין פאקס אנהייב חשון און הערשט יעצט דערגרייכט די רעדאקציע טישל... ווען די רעדע איז איבער אזא וויכטיגע נושא, ביטע שיקט עס אין פאסט עס זאל אריינגיין וואס פריער! בריוו וועלכע קומען אין פאסט ווערן געוועלטליך פארעפנטליכט ביז 2 חדשים. יעצט האלט מען שוין עטליכע חדשים שפעטער און עס איז א גרויסע שאד. מיר האפן שטארק איר האט שוין דערווייל באקומען די פאסיגע הילף.

אין גאזעט #147 זענען געווען עטליכע הילפבארע בריוו. ווען עלטערן באמערקן א קינד האלט דאס קעפל אייביג אויף די זעלבע זייט ביים שלאפן, אפילו אין גאר יונגען עלטער, פרעגט באלד דעם דאקטער וואס צו טון און שפארט אייך אין שפעטערדיגע פראבלעמען. געוויינליך קען דער קינדער דאקטער פונקטליך ווייזן וויאזוי צו בייגן דאס קעפעלע צו די אנדערע זייט, ווי שטייף, ווי אפט און פאר ווי לאנג. איינמאל די מוסקלען ווערן אייניג לויז אויף ביידע וועגן און דאס קינד שלאפט אויף ביידע זייטן, וואקסט דאס קעפל צוריק אריין אין פארעם ביז א קורצע צייט. אויב איז עס שוין ערגער, קען דער דאקטער שיקן צו א ספעציאליסט וואס זאל מאכן א ספעציעלע 'העלמעט' וואס דאס קינד דארף טראגן עטליכע חדשים דאס קעפעלע זאל אריינוואקסן אין ריכטיגן פארעם.

6136

פאר עצירות ביי קינדער

בריוו #5834 (אין גאזעט #144) זוכט הילף פאר א פיצל קינד וואס ליידט פון עצירות, מיין בעיבי פלעגט זיין זייער Constipated. מיר האבן געוואוסט אז ער איז אלערגיש צו מילכיגע האבן מיר אים געגעבן בעיבי פארמולע פון 'סוי' בונדלעך (Soy Formula). ער פלעגט זיך אבער ווייטער זייער מוטשען, ביז א מאגן ספעציאליסט (GI) האט מיר געזאגט אז רוב קינדער וועלכע זענען אלערגיש צו מילך זענען אויך עלערגיש צו סוי.

נאך בערך 3 וואכן נוצן בלויז ״נִיאָו-קעיט פארמולע״ (Neocate Formula), האבן מיר ענדליך געזען א שינוי לטובה. היינט קען ער שוין ב״ה פארנעמען אביסל מילכיגס, אבער יעדע נייע מילכיגע מאכל ווערט ער נאכאמאל אביסל Constipated. אויב איז אייער קינד נישט אלערגיש צו מילך, זוכט אים אונטער ביים דאקטאר אויב סיי וועלכע אנדערע מאכלים זענען עס גורם.

נ.ב. נאטורליכע דאקטוירים קענען געווענליך בעסער צוטרעפן.

(-)

6137

נאך הילף

בריוו #5972 פרעגט איבער נעמען די אנטי-עצירות מעדיצין Miralax, איך פלעג דאס נעמען אלס צענערלינג און עס פלעגט נישט צופיל העלפן. Constipation Cure פון Nature's Cure האט מיר אלעמאל געהאלפן. (מען קען נעמען וויפיל מען דארף, געוועגליך דארף מען צוביסלעך וויניגער).

אויך קען מען נעמען ״מאגנעזיום סיטרעיט״ (Magnesium Citrate). מען דארף עס נעמען דוקא פאר׳ן שלאפן גיין און מען קען נעמען ביז 1000 מ״ג (פארשטייט זיך מען זאל אראפגיין צו א קלענערע דאזע איינמאל עס פעלט נישט אויס אזוי פיל). א נערונג-עקספערט האט מיר געזאגט אז איך זאל דאס נעמען ענדערש ווי אנדערע אלטערנאטיוון, ווייל אנדערש ווי Laxatives וואס מאכן לויז די מוסקלען, טוט Magnesium Citrate גאר פארשטארקערן די מוסקלען (אויסערדעם וואס עס קאסט פיל ביליגער ווי רוב ׳לעקסעטיווס׳).

(-)

6138

איז דער ׳טרעדמיל׳ כולו טוב?

און די פאריגע תשרי גאזעט איז געשטאנען געשריבן אויפ׳ן דעקל, ביי ׳אינספיראציע׳, ״אויף א טרעדמיל קען מען גיין א גאנצן טאג, מען קומט און ערגעץ נישט אן, מען פארלירט אסאך און מען פארדינט דאס מערסטע.״

איך האב שטארק הנאה געהאט דאס צו ליינען ווייל איך וויל שוין א שטיק צייט זיך ״נעמען צו די עבודה״ און גיין אויף א טרעדמיל. אבער איך האב געהערט פון עטליכע מענטשן אז עס איז נישט גוט פאר די פיס און עס קען גורם זיין ׳ארטרייטוס׳ צי אנדערע פראבלעמען אויף דער עלטער.

וויל איך וויסן צו איז דאס אמת? אין צוגאב צו די ״בענעפיטן״ פון גיין אויף א טרעדמיל, זענען אויך פארהאן שעדליכע ׳סייד אפעקטס׳? קען עס טאקע שאטן פאר די פיס (ווייל ווי נישט ווי איז דאס נישט קיין נאטורליכע גיין אויפ׳ן גאס, און צווינגט די פיס אהין און צוריק).

יישר כח פאר נעמען די צייט צו ליינען מיין בריוול און האפנטליך ענטפערן. איינער וואס ליינט דעם גאזעט מיט דארשט,

(-)

6139

אויער אינפעקציעס צירקל

מיר זוכן אן עצה!

זייט אונזער בעיבי איז 6 חדשים אלט, באקומט זי כסדר אויער אינפעקציעס. ביי די 9 חדשים בין איך געווען מיט איר ביי אן ENT און ער האט געזאגט מען זאל מאכן ׳טובס׳ (Tubes). איך האב נישט געוואלט אזוי שנעל ארײנלייגן טובס, האט דער קינדער דאקטאר איר ארויפגעלייגט פאר 3 חדשים אויף Prevention Medication, עס האט טאקע געהאלפן אבער תיכף נאכן ענדיגן די 3 חדשים האט זי באקומען נאך אן אינפעקציע.

דערנאך האב איך פרובירט גענצליך אראפצונעמען איר פון מילכיגס און אויך געלייגט די MR Drops. דאס האט געהאלפן פאר 8 וואכן במשך דעם זוממער. נאכדעם האט זי אבער באקומען א Busted Infection, וואס דאן טאר מען נישט לייגן טראפן, האב איך ווייטער געגעבן מעדיצין. זי האט געענדיגט די מעדיצין און צוויי טעג שפעטער האט זי געהאט נאך א געפלאצטע אויער-פויקל (Busted Eardrum). איך האב געגעבן מעדיצין, געענדיגט, און 2-3 טעג שפעטער נאך אן אינפעקציע, דאסמאל אין די לינקע אויער.

די זעלבע צירקל האט זיך איבערגעשפילט עטליכע מאל, פון דא און ווייטער נאר אין די לינקע אויער, ביז בלית ברירה האב איך געלאזט מען זאל איר ארײנלייגן ׳טובס׳. 2 וואכן נאכ׳ן באקומען די ׳טובס׳ האט זי געהאט נאך א געפלאצטע אויער-פויקל אינפעקציע (Busted Eardrum Infection). די לינקע ׳טוב׳ איז ארויסגעקומען צוזאמען מיט די אייטער פון די געפלאצטע אויער-פויקל.

דאן בין איך געגאנגען צו איינער וואס העלפט מיט נאטורליכע מיטלען. זי האט מיר געגעבן ׳האמיאפאטישע רפואות׳ (Homeopathic Remedies) מיט נאך זאכן ווי EFA און Golden Seal Immune Support. איך האב עס געגעבן ערליך יעדן טאג, אבער בערך יעדע צוויי וואכן האט זי באקומען א פרישע אינפעקציע.

ביי איין אנטצינדונג האב איך פרובירט בכלל נישט צו געבן מעדיצין און עס איז טאקע אוועק נאך עטליכע טעג, אבער נאך אנדערטהאלבן וואך האט זי ווידער געהאט א געפלאצטע אויער-פויקל אינפעקציע.

דאן בין איך געגאנגען מיט איר צו אן ׳אלערדזשיסט׳, טראכטנדיג אז אפשר איז זי אלערגיש צו א מאכל און דאס ברענגט די אינפעקציעס, אבער אלעס איז צוריקגעקומען נעגאטיוו. צווישן אלע אינפעקציעס האט מען אויך געזוכט אויב עס איז MRSA, fungal, אדער אנדערע באקטעריע, אבער אלעס איז געווען ריין. זי האט דורכאויס די גאנצע צייט אויך געהאט א רינעדיגע נאז – אפילו אן עסן מילכיגס.

שפעטער האט מען איר צוריקגעלייגט די ׳טוב׳ אין די לינקע אויער און דער ENT האט געזאגט אז אינמיטן די אפעראציע האט ער געזען ווי די ׳טוב׳ אין די רעכטע אויער האלט אינמיטן ארויספאלן, האט ער עס ארויסגענומען. דער ENT ווי אויך דער קינדער דאקטאר זאגן ביידע ווי איינער, אז די איינציגסטע עצה פאר אויער אינפעקציעס איז מעדיצין אדער ׳טובס׳.

אויב איינער ווייסט וואס עס ברענגט די אלע אויער אינפעקציעס אדער וואס עס קען העלפן דערצו, ביטע שרייבן אדער רופן צום גאזעט.

(-)

רעדאקציע: אין אונזערע ארכיוון ליגן צונויפגעזאמלט ארום 25 בלעטער פון בריוון וועלכע זענען אריינגעקומען אויף די טעמע במשך די יארן, איר קענט זיך פארבינדן מיט אונזער אפיס פאר מער אינפארמאציע דערוועגן.

6140

הילף פאר פיס קרעמפן

בריוו #5957 בעט עצות פאר שווערע ׳פיס קרעמפן אטאקעס׳ אינמיטן שלאפן, פאלגנד האט איר נאך עטליכע פון אונזער ערפארונג.

1. שלאפן 7-8 שעה ביינאכט
2. אום ווינטער זאל מען טראגן ווארעמע אונטערוועש בייטאג און ביינאכט
3. טרינקען מער וואסער
4. פאר׳ן שלאפן עסן כאטש א האלבע באנאנע (צוליב potassium וואס פעלט אויס), קארטאפל און טורניפ האבן דאפלט ׳פאטאסיום׳ ווי באנאנע
5. איינמאל א טאג נעמען א CO-Q-10 וויטאמין
6. בשעת די יסורים קומען, נעמט 1 לעפל ׳עפל סיידער וויניגער׳ (צום באקומען אין געזונטהייט געשעפטן) און טרונקט באלד דערנאך וואסער אדער דזשוס

הייבט אן מיט איין זאך אויפאמאל, און אבזערווירט אויב עס העלפט. אויב נאך א שטיק צייט זעט איר נאכנישט קיין פארבעסערונג, פרובירט א צווייטע עצה, און אזוי ווייטער. אן עצה וואס ארבעט נישט ביי אייך, טוט עס נישט ווייטער. ביי מיין מאן האט איין זאך געקענט העלפן יארן לאנג און דאן פלוצים אויפגעהערט העלפן און די קרעמפן זענען צוריקגעקומען ביז ער האט אנגעהויבן טון אן אנדערע פון די עצות. רפואה שלימה!

(-)

6141

הוסן אטאקעס? מעגליך אלערדזשי

איך שרייב צו בריוו #6010 איבער א קינד וואס הוסט שטארק, איך האב געהאט זייער אן ענליכע זאך ביי מיין 2 און א האלב יעריגער זון. ער פלעגט זייער שטארק היסן. עס איז געווען א טרוקענע היס. ער פלעגט זיך אסאך מאל אויפוועקן אינמיטן נאכט דערפון. איך פלעג לויפן צום דאקטאר, אבער אלעס האט אויסגעקוקט נארמאל. איינמאל זאגט מיר דער דאקטאר, ״אפשר איז דאס אן ׳אלערדזשי׳?״

מיין זון איז אלערגיש צו מילכיגס, אבער איך ווייס אז ער עסט גארנישט מילכיגס.

זייט 14 >>

רעדט צו כלל ישראל

אכטונג ביזנעסער, שפיטעלער, צדקה ארגאניזאציעס, קאמפיין מענעדזשערס, דאקטוירים, געשעפט אייגנטומער, מוסדות אדמיניסטראטארן, מארקעטינג עקספערטן און ביזנעסלייט

רעדט צו כלל ישראל
דורך די ״גרעסטע״ אידישע צייטונג, מיט די ״ווייניגסטע״ צאל זייטן, געליינט מיט צוטרוי דורך נאנט צו ״זעכציג אלפים״ משפחות איבער גאנץ ניו יארק און ארום די גאנצע וועלט

פאר די בעסטע רעזולטאטן פאר אייער פראדוקט, באקאנטמאכונג, קאמפיין, ביזנעס, סערוויס, צדקה צוועק אדער סיי וועלכע אנדערע פראיעקט

רופט היינט 845-503-0212

המספיק גאזעט ווער ב״ה געליינט אין
וויליאמסבורג • בארא פארק • קרית יואל • מאנסי • שיכון סקווירא • קרית וויזשניץ - מאנסי • קרית וויזשניץ - קייאמישע לעיק • נייטרא • קאשוי • בלומינגבורג • לעיקוואוד • מאנטרעאל • טאראנטא • טאהש • מיאמי • לאס אנדזשעלעס • באלטימאר • וויען • מעלבורן • מאנטשעסטער • לאנדאן • אנטווערפן • ירושלים עיה״ק • בני ברק • בית שמש • און נאך

HAMASPIK 24 HOUR EMERGENCY HOTLINE
877.928.9000

ליינער'ס גאזעט
קורצע ענטפערס

6145
׳קאקאסנוס-אויל׳ זאל זיך האלטן

#5961 פרעגט וויאזוי מען קען לייגן ׳קאקאנאט-אויל׳, וואס העלפט פאר ׳פאנגוס׳ אויף די נעגל, און עס זאל זיך האלטן איבערנאכט: טוט אן א פלעסטיק זעקל אויף די פיס, אדער לייגט Saran-Wrap און טוט אן זאקן אויף דעם.

(-)

6146
גוטער פעריאָדענטיסט

צו המספיק גאזעט בריוו #6004 און נאך וועלכע זוכן א גוטע און פארט ביליגע ׳פעריאָדענטיסט׳ (Periodontist - גומען ספעציאליסט). איך האב ב"ה גענוצט מיט ערפאלג Dr. Bruce Haber, פון מאנהעטן, 212-697-0047. ער רעכנט העלפט די פרייז פון אנדערע.

6147
געבט אכט פון K-12!

אידן זייט געווארנט! בריוו #6094 האט רעקאמענדירט וויטאמין K-12, וויל איך ווארענען דעם ציבור פון מיין ביטערע ערפארונג, 6 וואכן נאכ׳ן נעמען 100 מ"ג דערפון האב איך לא עלינו באקומען א "סטראוק".

איך בין ב"ה ארויסגעקראכן דערפון, אבער די דאקטוירים האבן נישט געקענט טרעפן די סיבה פארוואס איך האב עס געכאפט. איך האלט אז עס איז געקומען פון א Blood Clot (פארהארטעוועטע בלוט), און איך האב שוין געהערט פון מערערע מענטשן אז וויטאמין K-12 קען מאכן Blood Clots.

(-)

6148
K-2 אויך נישט אומשולדיג

אין גאזעט 144 טוט בריוו #5845 פארשלאגן מען זאל נעמען יעדן טאג וויטאמין קעי-2 צו פארמיידן לעכער אין די ציינער, וויל איך אנמערקן אז "וויטאמין קעי" (Vitamin K) מאכט דיקער די בלוט און מען זאל זיך נאכפרעגן ווער און וויפיל מען מעג נעמען, איבערהויפט די וואס דארפן נעמען בלוט-דינער מעדיצינען!

(-)

6149
בענעפיטן פון "קאלוידל סילווער"

Colloidal Silver איז זייער עפעקטיוו פאר סטרעפ און סיי וועלכע אינפעקציע. פאר סטרעפ האב איך עס געגעבן 2-3 מאל א טאג, צוזאמען מיט Elder Berry Extract (עס רופט זיך Sambucus) פון די פירמע Nature's Answer (זייערס איז זייער concentrated).

פאר "סיינוס" איז ׳קאלוידל סילווער׳ אויך זייער גוט, מען טראפט עס אריין מיט א syringe אין די נאז. עס ציפט אבער געפערליך! מען זאל עס דעריבער נישט נוצן פאר קליינע קינדער.

(-)

>> זייט 13

פלוצים האב איך זיך געכאפט אז איך געב אים מאנדל מילך, און אפשר איז דאס נישט גוט פאר אים. כ׳האב אים אראפגענומען פון אלע ניס און ניס-פראדוקטן (אויסער ׳פינאטס׳ וואס שאדט אים נישט ב"ה). און די גאנצע היסעריי איז ב"ה פארשוואונדן געווארן. אפשר איז כדאי אראפצונעמען פון אן עסנווארג פאר א וואך צייט און זען אויב עס העלפט.

(-)

6142
הילף פאר אויפפירונג פראבלעמען?

אזויווי מיר האבן א יונג בחור׳ל מיט Behavioral Issues וואס קומט זיך נישט אויס מיט קיינעם אינדערהיים, וואלט איך געוואלט וויסן צו איינער ווייסט פון א PCIT ((Parent Child Interation Therapy טעראפיסט אין די ברוקלין-מאנהעטן געגנט, אדער אן אנדערע סארט טעראפי וואס קען העלפן (בפרט איבער Brain טעראפי וואס איך האב געהערט עס קען מעגליך העלפן). (מען דיאגנאזירט נאכנישט מיט BPD אין זיין עלטער). אין חדר אדער אנדערע פלעצער איז ער זייער זייער גוט. מיר צאלן שוין א לאנגע צייט אסאך געלט פאר טעראפי אבער מיר זעען נישט קיין טויש. יישר כח!

6143
כירורג פאר׳ן פנים?

אונזער זון נ"י האט ביי די נאז א "פארוקטע ווענטל" ד.ה. זיין נאז איז קרום שוין זייט די 10 יאר. עס שטערט אים פון שלאפן געהעריג אד"ג, אויסער די אומבאקוועמליכקייט דערפון. מיר זענען שוין געווען ביי עטליכע אויער-נאז-האלז דאקטוירים (ENT), אלע האבן געזאגט אז עס איז מעגליך געשען פון א קלאפ, אפילו ער געדענקט נישט אזא זאך. זיי האבן געהייסןווארטן מיט׳ן אפערירן ביז די 16 יאר. יעצט איז ער שוין 15 און א האלב יאר און מיר ווילן בעטן ווער עס האט ערפארונג מיט א גוטן כירורג אויף אזא האקעלע פלאץ זאל ביטע מעלדן. יישר כח פון פאראויס,

(-)

6144
הויכע קאלעסטעראל? נו, מילא...

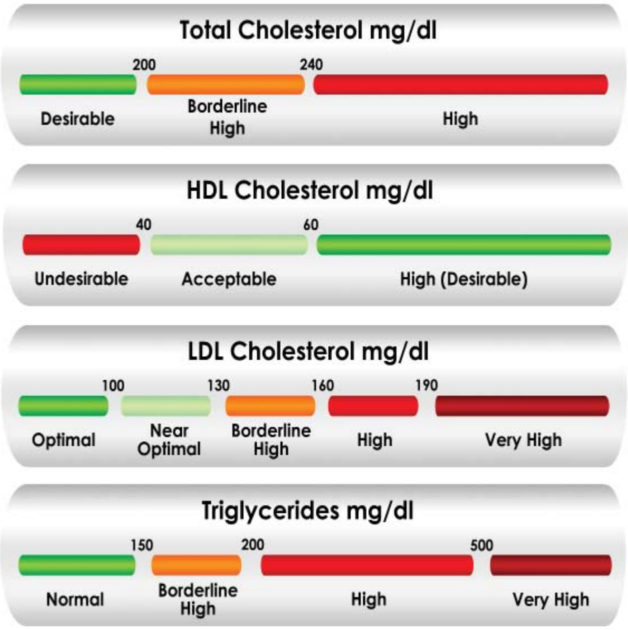
א בלוט טעסט האט געוויזן אז איך האב הויכע קאלעסטעראל. דער דאקטאר זאגט אז עס איז נישט קיין פראבלעם, נאר מיין קערפער פאבריצירט מער ווי געווענליך (עס איז היבש איבער 200).

ער טענה׳ט אז די צוקער אינדוסטריע האט געוואלט פארדעקן די שאדנס וואס נאר צוקער קען אנמאכן, האבן זיי באצאלט פאר פארשער אז זיי זאלן ארויסלאזן א שם-רע אויף פלייש, אייער אד"ג, ווי למשל זיי זענען די גורם פון הויכע קאלעסטעראל און אז הויכע קאלעסטעראל איז דער גורם פון הארץ אטאקעס און סטראוק"ס.

ביז דערווייל איז עס גאר באמת צוקער און געצוקערטע פראדוקטן וואס אפעקטירן דירעקט דאס הארץ און פארשטאפט די אדערן!

לעצטנס האבן די פירער פון די צוקער אינדוסטריע מודה געווען דעריין און עס איז געווען ברייט פובליצירט אין עטליכע צייטונגען.

(-)



אילוסטראציע פון די פארשידענע סארטן "קאלעסטעראל" און זייערע מאסן, ווען זיי זענען צו הויך, און וואס הייסט א געזונטע ציפער. זעלבסטפארשטענדליך אז בלויז א דאקטאר האט בס"ד דאס לעצטע ווארט איבער קאלעסטעראל.

איך שמחות!
צו באשטעלן די הערליכע זאלן פון
"המספיק טערעס"
אין קרית יואל רופט
845-774-0345

קורצע פראגעס

ליינער'סגאזעט

6150
ראומעטיק פיבער

אונזער קינד נ״י איז לעצטנס דיאגנאזירט געווארן מיט Rheumatic Fever. איך וויל וויסן אויב עס איז דא עפעס אינפארמאציע וואס קען אונז בייהילפיג זיין, עצות וויאזוי צו פארמיידן נאך א סטרעפ ח״ו, אד״ג. אויב מעגליך, ביטע פארעפנטליכן אין אייער/אונזער גאזעט. יישר כח למפרע.

רעדאקציע: איר קענט זיך פארבינדן מיט די רעדאקציע צו באקומען אויסצוגן פון בריוון וועלכע זענען פארעפנטליכט געווארן במשך די יארן.

6151
"פִּי. עף. ווי."

אויב איינער ווייסט אינפארמאציע אויף PFV (מען פלעגט עס רופן PHPV, א פראבלעם מיט די אויג), ביטע רופט ווי שנעלער: 347-831-7136. מיר מוטשען זיך שטארק און וויניג זענען באקאנט דערמיט. יישר כח,

(-)

6152
מער איבער "סקאוליאוסיס"?

איך זוך אינפארמאציע אויב איינער האט געזען הצלחה מיט א Spinecore Brace פאר Scoliosis, און אויך אויב עפעס אנדערש האט געהאלפן, אן אנדערע brace, אדער געוויסע עקסערסייזעס. מען קען זיך פארבינדן מיט מיר דירעקט אדער שרייבן צום גאזעט. מיין טעלעפאן נומער ליגט ביי די רעדאקציע. יישר״כ,

(-)

6153
דואודנאם אנצינדונג

איך האב געוואלט בעטן ווער עס איז באקאנט מיט א Inflamed Duodenum זאל זיך ביטע פארבינדן מיט אונז. קען מען דאס היילן דורך מעדיצין, וויטאמינען אדער דיעטע, אדער קען מען בלויז אכטונג געבן עס זאל זיך נישט פארערגערן? האט איינער ערפארונג מיט א גוטן מאגן-דאקטאר דערויף? יישר כח פון פאראויס, אונזער טעלעפאן נומער איז געהיטן ביי די רעדאקציע,

(-)

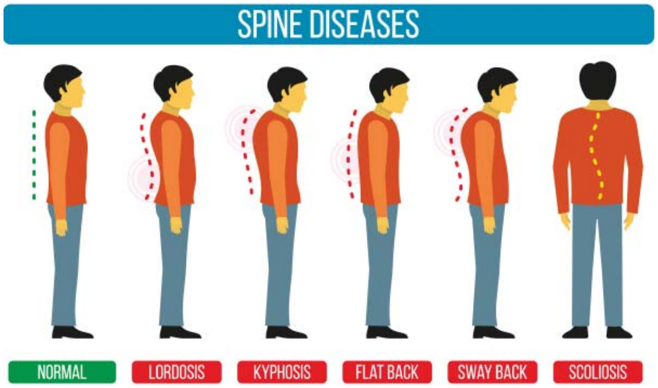
6154
פראגעס איבער דר. קאטץ פראדוקטן

א צייט צוריק איז געווען באשריבן וועגן Dr. Katz toothpaste and mouthwash. מיין שאלה איז, פארמיידט דאס טאקע לעכער אין די ציין (cavities)? איז עס געזונט צו נוצן אויפ'ן טאג טעגליכן באנוץ? אויך, די מויל-שווענקער (Mouthwash) לאזט איבער א נאך-טעם אין מויל. מיינט דאס אז עס אנטהאלט צו שטארקע אדער אומגעזונטע באשטאנדטיילן? מיט פיל דאנק,

(-)

6155
"אייריס סיסט"

אונזער 4 חדשים'דיגע בעיבי איז געווארן דיאגנאזירט מיט אן Iris Cyst. מען האט אונז געזאגט אז וויבאלד עס איז אזוי גרויס געוואקסן איז עס כראניש און מען קען עס נישט ארויסנעמען נאר איינשרינקען. מיר



"סקאוליאוסיס" איז איין פארעם פון א קרומע חוט השדרה, עס זענען פארהאן פארשידענע פארמען וועלכע וועג די שידרה קען אלץ זיין געבויגן, זעט אילוסטראציע. זיך האלטן מיט די ריכטיגע "פאסטשור" איז אלץ וויכטיג.

האלטן נאך אינמיטן די באהאנדלונגען, און זיי האבן ארייננעשלעפט אין אסאך אנדערע אויגן פראבלעמען.

איז דא איינער מיט די זעלבע דיאגנאזע וואס איז ארויס מיט גוט זעעדיגע אויגן? ווער עס האט עצות אדער אינפארמאציע זאל ביטע ארייננשרייבן צום גאזעט. אויך ווער עס דארף עצות אדער אינפארמאציע קען מיר רופן, מיין נומער ליגט ביי די רעדאקציע.

(-)

6156
"עדנוידס" אנטצינדונג

מיין 5 און א האלב יעריגער האט Infected Adenoids און דער ENT האט פארשריבן שטארקע אנטיביאטיק פאר עטליכע וואכן. ער פארנעמט אבער שווער אנטיביאטיקס. איז פארהאן א נאטורליכע וועג צו ווערן אויסגעהיילט? אויב איינער האט ערפארונג דערמיט ביטע צוריקשרייבן, תזכו למצוות.

(-)

6157
"הייווס"

איך האב א בחור פון 13 יאר אלט עמו״ש, און ער ליידט פון Hives, עס קומט ארויס זייער אפט, כמעט יעדן טאג. ער האט שוין גענומען: Benedryl, Zytec, Claritin און Deltasone. אויב איינער האט אן עצה, א דאקטאר אדער א סגולה זאל ביטע רופן 718-972-9726, יישר כח ותזכו למצוות!

(-)

6158
כראנישע שלאפלאזיגקייט

איך זוך א Holistic MD (א דאקטאר וואס ארבעט מיט א נאטורליכע צוגאנג) וועלכער פארמאגט ערפארונג מיט כראנישע שלאפלאזיגקייט (Chronic Insomnia).

(-)

6159
פיבער–סיזשערס

איך האב געוואלט בעטן אויב איינער האט ערפארונג מיט "פיבער-סיזשערס" (Fever Seizures אדער Febrile Seizures). אונזער אכט חדשים'דיג ליידט זייער אסאך דערפון צוליב אפטע נישט גוט פילן. יישר כח,

(-)

6160
נייזארעל העלפט אויף וואס?

א פראגע צום שרייבער פון בריוו #5896 וועלכער דערציילט אז א שאמפו מיט'ן נאמען Nizoral האט געהאלפן פאר ברוינע פלעקן. איך וויל וויסן וואס פארא ברוינע פלעקן איר רעדט פון: birthmarks, freckles, or old age spots?

(-)

רעדאקציע: מיר האבן זיך פארבינדן מיט'ן שרייבער וועלכער האט געענטפערט אז אין זיין ערפארונג העלפט דאס פאר ברוינע פלעקן וועלכע קומען בעיקר צוליב שווייס. די וועלכע ליידן דערפון האבן עס שווערער אין די הייסע זומער טעג.

6161
קינד פליקט האר

איך האב אייך געוואלט אנפרעגן וואס מען קען טון מיט א קינד וואס האט א געוואוינהייט ארויסצושלעפן די האר, האט איינער ערפארונג מיט אזא פראבלעם?

אידער איר שרייבט א
צוואה
פארבינדט אייך מיט
אברהם שמואל וויינבערגער
Will & Trust Consultant
845-492-9013

ליינער'סגאזעט

ליים דעזיז

6164

האנט פארטייבט? מעגליכע ליים סימפטאם

אן ענטפער צו בריוו #5835 (אין גאזעט #144) וועלכע שרייבט אז זי שטייט אויף יעדן אינדערפרי און די האנט איז איר פארטייבט (numb) נאכ'ן ליגן אונטער'ן קושן איבערנאכט. ווען חלקים פון גוף ווערן פארטייבט איז דאס א שטארקע סימפטאם פון ליים דעזיז!

פאר איך האב אויסגעפונען אז איך לייד דערפון פלעגט מיין האנט ווערן גאר 'נאם', בפרט אויב עס איז געווען אונטער'ן קושן. נאכן נעמען אנטיביאטיק איז די סימפטאם פארשוואונדן געווארן. אויב אייער געהעריגער דאקטער זאגט אז איר האט נישט קיין "ליים דעזיז" דאן לאזט זיך אונטערזוכן ביי אן ILADS דאקטאר.

(-)

6165

הוי "ליים דעזיז"...

איך האב געוואלט פרעגן אויב איר קענט ביטע ארייינלייגן מער אינפארמאציע איבער "ליים דעזיז" (Lyme Disease). איך שפיר זיך זייער שוואך שוין פאר א לענגערע צייט. איך בין געגאנגען צו אסאך דאקטורים און זיי זעען גארנישט. איך בין אנגעקומען צו איין דאקטאר אין וויליאמסבורג, וועלכער האט מיר דיאגנאזירט מיט "ליים דעזיז" און מיר ארויפגעלייגט אויף שטארקע אנטיביאטיק פאר עטליכע חדשים.

דערוויל זע איך אבער נישט קיין שום חילוק. ווען איך רעד מיט'ן "דזשענעראל דאקטאר" לאכט ער פון די גאנצע זאך און זאגט אז אויב דאס וואלט געווען "ליים" וואלט עס שוין געווען אויסגעהיילט ביז עטליכע וואכן. אזוי לויף איך שוין ארום א לאנגע צייט און די ישועה איז נאך נישט דא.

ביטע ארייינלייגן די שאלה, אדער ענטפערן אויב איר ווייסט עפעס. א גרויסן דאנק פון פאראויס,

ח.ב., קרית יואל

רעדאקציע: צו באקומען אלע בריוון וועלכע זענען שוין אריינגעקומען צום גאזעט במשך די יארן איבער די טעמע, ביטע פארבינדט אייך מיט די רעדאקציע דורכ'ן לאזן א מעסעדזש אויף 845-503-0212, אויסוואל #2, עקס. #3.

6166

געשיכטע פון א געהאלפענער

אין ענטפער צו בריוו #5827 און נאך וועלכע פרעגן איבער די גרויסע צעמישעניש וואס הערשט איבער ליים דעזיז:

איך האב ליים דעזיז און מיין ענטפער פאר אייך איז אז אויב די געוועגליכע CDC דאקטוירים קענען אייך העלפן דאן זאלט איר זיך אוודאי צוהערן צו זיי. אויב אבער זיי ווייסן נישט וויאזוי אייך אויסצוהיילן און וואס אייער קרענק איז, דאן איז יא קלוג זיך צו ווענדן צו אן ILADS דאקטאר (רעד.: ILADS איז אקראנים פאר International Lyme and Associated Diseases Society, א נאן-פראפיט ארגאניזאציע געווידמעט צו העלפן מענטשן וועלכע ליידן פון "כראנישע ליים דעזיז" דורך פארש ארבעט איבער די בעסטע באהאנדלונגען און פרובירן איבערצוגעבן זייערע געפונסן פאר די ברייטע מעדיצינישע מאסן).

ווען איך האב אויסגעפונען אז איך האב ליים דעזיז, האט דער CDC Infectious Disease דאקטאר געזאגט אז 2 וואכן אנטיביאטיק איז גענוג. עס האט אבער נישט גענצליך געהאלפן, בין איך דעריבער געגאנגען צו אן ILADS דאקטאר וועלכער האט מיר געגעבן אנטיביאטיק פאר לאנגע חדשים.

איך האב זיך אנגעהויבן שפירן בעסער, אבער עטוואס נאך א האלבע יאר איז עס געבליבן שטיין. עס האט זיך מער נישט פארבעסערט, און איך האב צוריק אנגעהויבן ווערן אלץ שוואכער און שוואכער.

היינט נעם איך שוין נישט קיין אנטיביאטיק, נאר איך גיי צו א נאטורליכער דאקטאר וואס היילט מיט נאטורליכע געווירצן (Herbs), און איך בין ב"ה ממש ווי א נייער מענטש. ווי נאר איך האב אויפגעהערט נעמען אנטיביאטיק האב איך אנגעהויבן שפירן שטארקער אבער פון די יסורים האב איך ווייטער געליטן. נאך בלויז עטליכע וואכן נוצן נאטורליכע Herbs, האב איך שוין ב"ה כמעט גארנישט געשפירט קיין יסורים און סימפטאמען.

היינט צוטאגס, בלויז 7 חדשים נאכ'ן אנהייבן גיין צו אים, נעם איך ווייטער די 'הערבס', אבער די אלע ביטערע סימפטאמען, קוים וואס איך געדענק זיי! איך בין ב"ה א פרייער געזונטער מענטש און א געטרייע מאמע צו מיינע קינדערלעך בלע"ה.

צום שלוס, רוב ILADS דאקטוירים זענען לכתחילה גאר גוטע דאקטוירים. (זיי נעמען נישט געלט אומזיסט), אבער מאכט זיכער, אז אפילו אויב איר נעמט אנטיביאטיק, איז אייער דאקטער אויך באהאוונט אין Herbs און אנדערע נאטורליכע רפואות.

מיין ערפארונג האט מיר געלערנט אז ווען עס קומט צו "ליים דעזיז" מוז מען נוצן סיי אנטיביאטיק און סיי נאטורליכע מיטלען. איינס אליינס ארבעט געווענליך נישט אינגאנצן.

דער דאקטאר וואס איך נוץ הייסט דר. מארק שווארץ און זיין אפיס איז אין פילאדעלפיע (ארום 2 שעה נסיעה פון ב"פ). זיין נומער איז 215-881-9700.

(די אייינציגסטע פראבלעם מיט אים איז אז ער נעמט נישט קיין אינשורענס און די 'הערבס' קאסטן זייער טייער - נאך בערך א יאר באהאנדלונגען קאסט אלעס צוזאמען בערך צען אלפים. א געוואלדיגע מעלה דאקעגן, ער איז שטארק באהאוונט און היילט שנעל און מען זעט גוטע רעזולטאטן שנעל. געווענליך דארף מען נישט גיין צו אים פאר מער ווי א יאר. דאס לענגסטע וואס א פאציענט האט געדארפט גיין צו אים איז געווען 18 חדשים!)

רפואה שלימה!

(-)

נייער עקזעקיוטיוו פירער פון "אינטערעידזשענסי קאונסיל" הייבט אן קאריערע מיט געלונגענע באזוך אין "המספיק"

>> זייט 01

פארבינדונגען, העסקן המפורסם מו"ה אהרן בנציון ווידער הי"ו, וועלכער האט אים באלד גענומען אויף א שפאציר איבער המספיק'ס אפיסעס און באקאנט געמאכט מיט טייל פון די אגענטור'ס וואוילטעטיגע אפטיילונגען און אויפטוען.

ביים באזוכן די "המספיק קעיר" אפיסעס האבן אים אויפגענומען מו"ה אשר שמואל הכהן כ"ץ הי"ו, אדמיניסטראטאר, און מו"ה מרדכי יודא פאלמאן הי"ו, דירעקטאר אוו ביזנעס דעוועלאפמענט אין אפסטעיט. ר' אשר האט אים עטוואס געוויזן די טעגליכע אקטיוויטעטן אין די באריםטע "האום-קעיר" אגענטור וועלכע סערווירט מיט געטריישאפט עלטערע און שוואכערע אין צען קאונטיס, פון ניו יארק סיטי אריבער דעם גאנצן האדסאן וואלי ראיאן.

שפעטער איז דער גאסט אויך באגריסט געווארן דורך מו"ה יואל בערנאטה הי"ו, עקזעקיוטיוו דירעקטאר פון "המספיק טשויס" די רעלאטיוו יונגע אבער שוין פון די ערפאלגרייכסטע "מענעדזשד לאנג טערם קעיר" אגענטורן איבער גאנץ ניו יארק סטעיט.

דער שפאציר איז נאכגעפאלגט געווארן מיט א זיצונג אין עקזעקיוטיוו קאנפרענץ צימער, מיט די באטייליגונג פון מו"ה מאיר ווערטהיימער הי"ו, מנהל ומייסד פון המספיק, און די דירעקטארן פון אלע אפטיילונגען אין המספיק אוו ראקלענד קאונטי.

אויפ'ן טיש זענען באהאנדלט געווארן פילע אקטועלע טעמעס וועלכע באזארגן יעצט המספיק און די טויזנטער זי סערווירט.

ר' מאיר האט אויסגעדרוקט זיין שטארקע שעצונג פאר די צענדליגע יארן פון "אינטערעידזשענסי קאונסיל" לייסטונגען אין די וועלט פון ספעציעלע הילף און באגריסט דעם גאסט אויף זיין הויכע פאזיציע.

דער "איי. עי. סי." פירער, טראץ זיין לאנגע קאריערע אנפירנדיג נאן-פראפיט אגענטורן שוין איבער 35 יאר, האט דער אינערליכער בליק אין המספיק איבערגעלאזט אויף אים א באדייטנדן רושם וואס ער האט מיטגעטיילט ביים טיש.

דער באזוך איז געשלאסן געווארן מיט א שטארק פאזיטיווע שטימונג און באדייטנדע האפענונג מיט פאראייניגטע כוחות צו פירן ספעציעלע הילף אלץ העכער און העכער, נישט טראץ נאר טאקע מיט, אלע טוישונגען וועלכע גייען פאר און זענען אונטערוועגנס, אויף סטעיט און פעדעראלע שטאפלען.

יהי רצון שתשרה שכינה במעשי ידינו.

ראקלענד לעגיסלאטור און דירעקטאר פון המספיק פאליטישע פארבינדונגען, העסקן ר' אהרן בנציון ווידער, וויזט "המספיק ווילעדזש" פאר'ן גאסט, באגלייט דורך ר' שלמה קארנבלי, דירעקטאר, המספיק טאג-סערוויסעס, ראקלענד.

המספיק-קעיר גאזעט

נייעס און אינפארמאציע איבער די מיטעלע און עלטערע יארן צוגעשטעלט דורך "המספיק קעיר"

אורך ימים ושנות חיים:

"שנות חיים" אין קרית יואל טרעט אריין אין דריטן יאר מיט קנאקעדיגע אקטיוויטעטן, זאפטיגע גרוסן, און נאך אפאר געלונגענע אודיטס, א נחת!

מאנטאג פרשת במדבר זענען עטליכע אראנדזש קאונטי אינספעקטארן פאזיטיוו איבערראשט געווארן. די סצענע וואס האט זיך אנטפלעקט פאר זייערע אויגן ביים "שנות חיים" פראגראם אין קרית יואל, איז עפעס וואס זיי האבן נאך אין זייער לעבן ערגעץ אנדערש נישט מיטגעלעבט.

די איצטיגע אינספעקציע איז געווען בעיקר איבער די קאך ווירטשאפט, אבער אויך געטאפט און דערשנאפט אלץ ארום. איר'ט נישט געלייבן וואס דאס רעכנט אריין... צי די מענעדזשער, קעכערין, קאך-געהילפן, מעינטענענס שטאב און וואלונטירן זענען אויפ'ן ארט, אין וועלכע שעות, אויב עס זענען פארהאן "עמערדזשענסי עקזיטס" מיט טאוולען, מעלדונגען איבער: די מעניו, נישט רייכערן, ווייטקייט פון די געביידע פאר די וואס רייכערן יא, פערמיט צו סערווירן עסן, וואשן די הענט און נאך, און וואו זיי אלע הענגען.

אויסערדעם זענען די אינספעקטארן אריבער אלעס פון די ריינקייט אויפ'ן פלאץ, האנט פאפיר, אויב דער מיסט-קאסטן פארמאגט א דעקל, אויב עס איז פארהאן הייס וואסער און קאלט וואסער, זייף, זענען די ריייניגונגס מאטעריאל פארשפארט? וואס איז די מעניו?, א ליסטע פאפיר ארבעט און רעקארדס, די טעמפראטור פונעם "געשיר-וואשער" און ווילאנג עס שווענקט די געשיר, ווי קאלט איז דער פריזער (10 מיינוס), און נאך...

ווען דאס אלעס איז ארויסגעקומען הערליך און שיינענדיג לשם ולתפארת, האבן די אינספעקטארן אפגעשריבן א הערליכן באריכט וואו זיי האבן זיך נישט געקענט איינהאלטן פון אויסלויבן דעם גוטן טעם און נארהאפטיגקייט פון די מאלצייטן ווי אויך די גייסטרייכע איבונגען, שיעורים און טעגליכע פראגראמען.

בלויז צוויי טאג דערויף זענען ווידער ערשינען אינספעקטארן, דאסמאל פון די סטעיט "העלט דעפארטמענט". פיר שעה האבן זיי איבערגעקוקט דעם פלאץ, גענומען די בלוט-דרוק פון אלע חשוב'ע משתתפות שתחי', אונטערגעזוכט די טעמפראטור פון די מאכלים, וויאזוי מען גרייט זיי צו און אלץ ארום. נאך פיר שטונדן נישטערן האבן די אינספעקטארן נישט געקענט גענוג אויסדרוקן זייער התפעלות פון דאס עלעגאנטקייט און פראפעסיאנאליטעט וואס שיינט איבער די גאנצע הערליכע ווירטשאפט.

זיי האבן באלד אפגעצייכנט א קנאקעדיגן ראפארט דערציילנדיג איבער זייערע געפונסן, שיקנדיג דעם הערליכן קידוש שם שמים קיין אלבאני און נאך ווייטער איבער וויאזוי א היימיש-אידישער פראגראם ווערט געפירט.

מו"ה שמוא' יודא מאשקאוויטש הי"ו, ענערגישער דירעקטאר איבער אלע טאג פראגראמען אונטער המספיק אוו אראנדזש קאונטי, פארשרייבט דעם פולן קרעדיט צו די באגאבטע מענעדזשער פונעם פראגראם, זינט איר גרינדונג און ביז היינט, האשה החשובה מרת לאנדא תחי'. "איר פראגראם איז א סימבאל פון המספיק ווירטשאפט," שרייבט ר' שמואל יודא צום גאזעט, "סיי ווען איבער'ן יאר קען אן אודיטאר אריינקומען, אלעס איז ב"ה צו יעדער צייט 100% מסודר!"

א באזונדערן דאנק ווערט אויסגעדרוקט פאר די נשים צדקניות, די געטרייע שטאב מיטגלידערינס וועלכע העלפן טעגליך ארויס מיט'ן רייכן פראגראם אין אלע געביטן, מרת פריעדמאן תחי', מרת עקשטיין תחי', מרת גאלדשטיין תחי', מרת אפפעלדארפער תחי', מרת זילבערשטיין תחי' און מרת אינדיג תחי'. אן עקסטערן יישר כח פאר מו"ה יואל שניטצער הי"ו, וועלכער פארזיכערט בס"ד אז אלע טעכנישע איינצלהייטן קלאפן מיט'ן שענסטן ערפאלג; און פאר די מעינטענענס מענעדזשערס, מו"ה שלמה הערש שפילמאן הי"ו און זיין געהילף מו"ה אהרן בערנאטה הי"ו.

ישלם ד' פעלם!

יואל קענען נישט גענוג אויסרומען דעם "שנות חיים" פראגראם.

צווישן די רייכע מאלצייטן, גייסטרייכע דרשות און טעראפיודישע ארטס-און-קרעפטס אקטיוויטעטן, ברענגט עס טאקע א פרישן טעם אריין אין די גאלדענע יארן.

צב"ש, אין צוגרייטונג צום לעכטיגן יום טוב שבועות, זענען די פרויען אין יעדן עלטער צוריק אנגעפולט געווארן מיט יונגע כוחות, ווען זיי האבן ביי די איבונגען סעסיעס אינאיינעם צוזאמגעשטעלט עלעגאנטע טאצן מיט דריי האלטערס, וועלכע זיי האבן שפעטער אנגעפולט מיט רייכע מילכיגע דעליקאטעסן לכבוד שבועות, אין אנדערע טעג האט מען געמאכט עטליכע סארט גלאנציגע און הערליכע וואזעס וואו מען האט געפלאנצן בלומען און ביימלעך – וואס אגב, באשטעטיגט א לעצטיגע שטודיע, אז פלאנצונגען אין שטוב האלט פרישער און קלארער דעם מח.

אין אנדערע טעראפיודיק סעסיעס, צילנדיג צו האלטן די איידעלע חושים פון די פינגער פריש און פלינק, האט מען געמאכט עלעגאנטע 'פינס' לכבוד יום טוב, ווייטער מיט מיניאטור בלעטער און גאלדענע קנעפלעך.

אזוי זענען די אקטיוויטעטן און אודאי די דרשות געווען פארבינדן מיט עניני דיומא און אזוי איז עס אגאנץ יאר אין "שנות חיים", שענקענדיג א הערליכן געשמאק אין יעדן איינציגן טאג פון יאר.

צו געניסן פון די פריווילעגיע קען מען אלץ אויפהייבן א טעלעפאן צו די געטרייע מרת לאנדא שתחי', אויף 845-774-0348.

צו געניסן פונעם פרישן אבער שוין בארימטן "שנות חיים" מענער פראגראם אין מאנסי (ווי באשריבן פאריגן חודש), קען מען זיך פארבינדן צום פלייסיגן מענעדזשער, מו"ה ישעי' שטערן הי"ו, אויף 845-503-0884.

זאל זיין צו לאנגע געזונטע יארן!

לײנער'ס גאזעט

6167

טרייסלען אטאקעס

אונזער מאמע שתחי', אין די הויכע אכטציגער יארן, באקומט פון צייט צו צייט שווערע טרייסלען אטאקעס. איר גאנצע קערפער הייבט זיך אן ווארפן (Shivering), זי שפירט זיך זייער קאלט און די ציין טרייסלען זיך איר. דאקטוירים האבן נאכנישט געפונען די אורזאך דערצו. (איך וואלט דערמאנט אז זי האט צוויי יאר באקומען "קארטיזאן שאטס", אפשר האט עס צו טון?)

ווער עס ווייסט פון א הילפבארע עצה זאל ביטע רופן 917-485-2333. א דאנק פון פאראויס!

(-)

פאר יונג און אלט

לא בשמים היא, אפילו ביי די 101...

אמעריקאנע פאראשוסטן רעגענען פון די הימלען ביי די היסטארישע "נארמאנדי אינוואזיע". ווילאם האט דאן געקוקט אויף זיינע קאלעגעס מיט קנאה, ער האט אבער נישט אויפגעגעבן...

א בריטישער 101 יעריגער ארמיי וועטעראן האט געבראכן א "סקיי-דייווינג" רעקארד, ווערנדיג דער עלטסטער מענטש אין היסטאריע צו שפרינגען פון א העליקאפטער אין עלטער פון 101 יאר און 38 טעג.

מר. ברייסאן ווילאם ווערדון העיס איז געווען איינער פון די טויזנטער זעלנער וועלכע האבן געשטורעמט די "נארמאנדי" ברעגעס אין די גרויסע אינוואזיע וואס האט אנגעהויבן די ענדע פון די צווייטע וועלט-קריג. אצינד האט ער ווידעראמאל געשאפן היסטאריע, שפרינגענדיג אין זיין יארגאנג פון א הויך פון 15,000 פיס, אינאיינעם מיט אייניקלעך און אור-אייניקלעך, איבער א גרויסן פעלד אין דרום-מערב ענגלאנד.

ביים לאנדן האט דער אלטער זיך געשפירט אין די הימלען פון זיין דערגרייכונג... ער האט דערציילט אז ער האט שוין געוואלט שפרינגען ביי די 90, אבער זיין זעליגע פרוי האט אים דאן נישט געלאזט צוליב זיין טיפן עלטער.

און ווירקליך איז דא וואס איבערראשט צו ווערן און אודאי איז פארהאן א סיבה פארוואס אזויפיל חשוב'ע באבעס פון שטעטל קרית

אדרבה פרעגט...?

המשך שאלות ותשובות סעסיע - מוצאי שבת המספיק #16 - שבת ויקהל פקודי, החודש, תשע"ז
קראון פלאזא האטעל, סטעמפארד קאנעטיקוט

חלק ב'

"סגולות," "עין הרע," "כוללים," וואס טוט מען?

שאלה: מיר זענען דאך די "עם סגולה"... יעדע שטיק צייט קומט ארויס א נייע סגולה וואס מען קען טון. איז ריכטיג מען זאל טאקע נאכגיין נאך סגולות? עס זענען פארהאן ערליכע אידן וואס לאכן אפ פון סגולות, זאל איך אינגאנצן אפלאכן, ווען יא, ווען נישט, וויפיל יא גלייבן אין א סגולה, וויפיל נישט, וויאזוי דארף מען צוגיין צו די ענין פון קברים, די אלע זאכן וואס ווערן כסדר אנאנסירט אומעטום, וויאזוי דארף איך עס אנקוקן?

הרב ישראל בער שטיין: דאס איז זייער א וויכטיגע נושא און עס איז דא אסאך צו רעדן פון דעם. כ'וויל נישט לאנג אויפהאלטן, אבער די כלל ביי די זאך איז אזוי, מיר זענען נישט היינט געבוירן געווארן. מיר שטאמען ב"ה פון ערליכע אידן, אונז האבן געהאט ערליכע טאטעס, זיידעס און רבי'ס און מיר ווייסן פונקטליך וואס זיי האבן געטון און וואס נישט - דאס איז קלאר אז אונזערע טאטעס, זיידעס און רבי'ס זענען נישט געגאנגען מיט די אלע זאכן. קלאר אז נישט!

זיי האבן זיך נישט איינגעשריבן אז 10 תלמידי חכמים זאלן טון פאר זיי איין מצוה און אנדערע 10 תלמידי חכמים זאלן טון אן אנדערע ענין. קלאר אז נישט! זיי האבן געגלייבט וואס עס שטייט אין רבינו יונה, אין חובת הלבבות, און אין די פשטות פון די תורה, אז די גאנצע סיבה פארוואס דער אייבערשטער שיקט א שוועריקייט פאר א מענטש, איז נאר כדי ער זאל ווערן נענטער צו אים. דער אייבערשטער וויל יעדער זאל נעמען זיינע פראבלעמען און זיי נוצן זיך מכניע צו זיין און דערנענטערן צו אים!

אונזערע עלטערן האבן אונז געלערנט אין אלע דורות אז מען זאגט תהלים און מען טוט אלעס וואס א איד דארף טון ווען ער איז אין א צרה. מען האט אונז נישט געלערנט צו 'סווייפן' קרעדיט קארטלעך דא און דארט און זיי וועלן שוין מסדר זיין אלע פראבלעמען. דאס איז קלאר קעגן די תורה. פריערדיגע צדיקים וואלטן זיכער ארויסגעקומען מיט א שארפע מלחמה קעגן דעם מצב וואס איז געווארן היינטיגע צייטן. דאס איז זיכער.

נאר וואס דען, עס זענען פארהאן עטליכע דרגות אין דעם. אויב א איד טוט וואס ער האט צו טון, און ער בעט נאך איינער זאל אויך טון פאר אים, פיין און וואויל. דאס זעלבע אויב מען טוט א סגולה וואס א צדיק האט געזאגט, א זאך וואס האט א מקור אין ספרים הקדושים, אודאי אויך גוט.

עס זענען אבער אויך דא זאכן וואס לא שערום אבותינו, אונזערע עלטערן האבן קיינמאל נישט געטון די נייע זאכן וואס מען האט זיך אלץ אויפגעמאכט. ווי דערמאנט פריער איז דא היינט א שפע פון סגולות, קברים, צדיק נסתר, צדיקת נסתרת, און ווי מער 'מיסטיש', 'ספוקי', שרעקעדיג אדער מאדנע א זאך הערט זיך, אלץ בעסער כאפט מען עס אין אַן עת צרה.

לעצטנס הערט מען פון אלע זייטן סטראשען מיט "עין הרע". ווען איינער רירט זיך נאר, קאלט מען אים אן אז ער האט אן עין הרע. א יונגערמאן, א חבר מיינער, איז געווען לעצטנס אין ארץ ישראל, האט אים איינער געשלעפט אז ער 'מוז' גיין צו איינעם א גרויסן מקובל, יענער זעט ממש יעדע עין הרע, עפעס געוואלדיג! נישט פשוט...

ער קומט אריין צו יענעם, און יענער קוקט פון דא, קוקט פון דארט, און הייבט אן זאגן אז ער זעט גרויסע אויגן, קליינע אויגן, שרעקעדיגע אויגן, אויגן פון נשים, פון שכנים, און נאך און נאך... פרעגט אים דער יונגערמאן, 'דו ביסט עפעס א מקובל, צי א חַכַם?' זאגט יענער, 'יא איך בין א חכם!' זאגט אים דער יונגערמאן, קען זיין דו ביסט א חכם, אבער איך בין נישט קיין טיפש...

אודאי איז דא א מושג פון עין הרע, עס שטייט שוין אין חז"ל און אין שולחן ערוך, און עס שטייט וואס מען האט צו טון. און דעריבער האבן אונזערע רבי'ס און אונזערע זיידעס אויך אכט געגעבן נישט צו זיין אויפפאלנד און ציען אן אומפארגינעריש אויג, און זיך אויך אמאל אמאל געלאזט אפשפרעכן עין הרע.

אבער היינט סטראשעט מען מיט עין הרע יעדן טאג, פאר יעדע שמחה, דאס איז א נייע משוגעת. די גאנצע געדאנק פון אפשפרעכן עין הרע טאג איין טאג אויס איז נישט פארהאן אין אידישקייט, עס איז קיינמאל נישט געווען אין אונזער מסורה.

עס איז נישטא היינט מער עין הרע ווי אמאל!

עס איז דא דערין בכלל א פארוויטאגטע נקודה. עס איז נישט שיין צו זאגן אבער מען מוז דאס זאגן, צוליב די שוואכקייט וואס מענטשן האבן, בפרט ווען מען גייט אדורך א שוועריקייט, צו לויפן צו די אלע חברה.

הרב אברהם מרדכי מלאך:

"נישט קיין פראבלעם," זאגט דער גוטער דוד סעדי', "איך האב דא א חמור, אן אייזל, גיי ארבעט מיט'ן אייזל! קענסט שלעפן פעקלעך, טראגן מענטשן, און וועסט פארדינען דיין ברויט."

בידעי ובמכירי, מ'קען נישט זאגן קיין נעמען, אסאך פון די ארגאניזאציעס שרייבן איבעראל דיאגנאזעס, מעשיות און ישועות... עס איז אלעס איין גרויסע ליצנות! די וועלט האט נאכנישט געהאט אזעלכע לצים ווי זיי זענען!

דער עולם לייענט כסדר אזעלכע מעשיות. נישט נאר וואס זיי פאבריצירן מעשיות וואס זענען נישט געשטויגן און נישט געפלויגן, נאר די גאנצע וועג וויאזוי מען טעראריזירט דעם עולם אז מען מוז זיך איינשרייבן, יעדער איז שוין איינגעשריבן, זיי האבן שוין טויזנטער מעמבערס, דאס איז אלעס הוידל בוידל, זאכן וואס עקזיסטירן בכלל נישט.

עס קען באדערן פאר מענטשן אז מען רעדט אזוי, אבער דאס איז דער מציאות.

ביי אונז האט מען געוואוסט אז מען זאגט אליינס תהלים, מען לערנט אליינס, מען גייט אליינס אין מקוה, און מען דאוונט אליינס. באלד וועט זיין א שבת כולל, צען תלמידי חכמים וועלן האלטן שבת פאר אייך חס וחלילה... אן אנדערער וועט מאכן א מקוה כולל, יענער טובל'ט זיך פאר דיר... עס איז נישט נארמאל וואס מען טוט מיט אונז.

אויב גייט עס אזוי ווייטער, וועט מען דארפן עפענען א כולל פון צען תלמידי חכמים וואס בלייבן נארמאל פאר אייך און אדווערטייזן איר דארפט שוין נישט זיין נארמאל, איר קענט טון אגאנצן טאג סגולות, עס זענען דא א מנין תלמידי חכמים וואס בלייבן נארמאלע פארצייטישע אידן פאר אייך.

מיר האבן א מסורה! ביי אונז האט מען געוואוסט פון תרי"ג מצוות, נישט קיין תרי"ג ענינים אדער תרי"ג סגולות. מיר פארמאגן א תורה און א שולחן ערוך וואס לערנען אונז פונקטליך וויאזוי זיך צו פירן, מיר האבן געהאט רבי'ס און זיידעס וועלכע האבן אונז איבערגעגעבן די מסורה, און מיר ווייסן פונקליך וואס מיר האבן צו טון.

איך וויל מכבד זיין ידיד נפשי רבי אברהם מרדכי, ער האט א גוטע מעשה פון צמח מיט די קברים, זאל ער עס ביטע פארציילן פאר'ן עולם. איר וועט הנאה האבן. דאס איז א גוטע מעשה.

הרב אברהם מרדכי מלאך: אגב, איר ווייסט, עס איז שוין אויך דא היינט א "כולל וואך-נאכט". שוין גארנישט קיין געלעכטער. ערנסטע תלמידי חכמים זיצן א גאנצע נאכט און עסן ארבעס און טרינקען ביר.

א יולדת האט לעצטנס באקומען א טעלעפאן קאל, 'מזל טוב, אונז זענען "כולל וואכט נאכט", מיר קענען אריבער קומען זיצן ביי אייך א גאנצע נאכט.'

'מיט איין תנאי,' זאגט די יולדות, 'ווען די בעיבי וויינט, גיי איך עסן די ארבעס און איר נעמט קעיר פון די בעיבי.'

צוריק צו אונזער מעשה, וואוינט א תימנ'ער בחור'ל אין ירושלים, מיט'ן נאמען צמח. צמח האט א פעטער אין צפת וואס הייסט דוֹד סעדי'. סעדי' איז דער גבאי פון עפעס א קבר אין צפת. ער שטייט דארט אין אוהל און פארקויפט תהלים'ס, זוהר'ס, חת"ת'ס, ליקוטי אמרים, ליקוטי הלכות, ליקוטי שיחות, דבר המלכות, רויטע בענדלעך, גרינע בענדלעך, מים אחרונים וואסער, שמאטעס פאר די ביימער, טישוס, קוויטל-פאפיר און לעכט, אין איין ווארט, די גאנצע מעשה.

שטייט ער דארט יעדן טאג צו העלפן די מתפללים און ס'פארט א באן.

איין טאג קלאפט צמח אריין ביים פעטער, דוֹד סעדי'. "אה! צמח! וואס הערט זיך?" ווערט דער פעטער אינגאנצן פרייליך.

פרעגט ער: "סעדי', איז דא קוסקוס?" זאגט סעדי', "וואדע, קום אריין כ'וועל דיר געבן קוסקוס."

"האסט אויך ג'חנון? מטבוחה? מתוכא? מיפלֶטא, לֶדא, פאפרענדה, און סחוג? יא, זאגט סעדי' און געבט אים מיט א רחבות אויך פיטא און טחינה. צמח עסט זיך גוט אן און לייגט זיך שלאפן.

אפאר שעה שפעטער שטייט ער אויף און פרעגט, "דוֹד סעדי', ס'איז נאך געבליבן פון די קוסקוס? און ער זאגט אים נעם נאך קוסקוס... ער געבט אים נאכאמאל די גאנצע סעודה, און דער צמח, קע"ה, עסט נאך און נאך. ווען ער האט געענדיגט איז שוין געווען שפעט, איז ער שוין געבליבן שלאפן דארטן בייניאכט. צומארגנס האט זיך איבערגע'חזר'ט די זעלבע מעשה און אזוי ווייטער נאך א טאג און נאך א טאג...

איין טאג זאגט אים דוֹד סעדי', "צמח, 'איטס אווער'. גמרנו. נישטא אזא זאך. דו גייסט נישט וואוינען ביי מיר אויף אייביג. גיי דיר צוריק קיין ירושלים! ווילסט דא וואוינען, גיי ארבעטן!"

"אבער דוֹד סעדי'," ווישט זיך צמח אפ די וואנצעס, "איך האב נישט קיין ארבעט!"

"נישט קיין פראבלעם," זאגט דער גוטער דוד סעדי', "איך האב דא א חמור, אן אייזל, גיי ארבעט מיט'ן אייזל! קענסט שלעפן פעקלעך, טראגן מענטשן, און וועסט זיך פארדינען דיין ברויט."

צמח נעמט דעם חמור און לויפט אראפ אין די שמאלע שטיינערנע געסאלאך פון אלט שטאט צפת, צווישן די שווערע שטיינער בארג אראפ האט זיך דער אייזל געגעבן א קער איבער, א צי אויס און גע'פגר'ט אויפ'ן ארט.

צמח איז באפאלן א פחד. ער ווייסט נישט וואס צו טון. צוריקגיין צום פעטער קען ער נישט, דער פעטער וועט אים געבן אזא זעץ, אז ער וועט גיין מיט'ן חמור צוזאמען... קודם האט ער געשלעפט דעם חמור אין א זייט און אים באגראבן, און ער איז געבליבן שטיין דארט וויינענדיג פארלוירענערהייט.

גייט אדורך אן אלטע באבע און זי זעט א מענטש שטייט ביי א קבר און וויינט. האט זיך די אלטע אפגעשטעלט, ארויסגענומען א תהלימ'ל, און מיטגעוויינט. 10 מינוט שפעטער קומט שוין אן א דריטע באבע, א פערדע, א פינפטע, פלוצים באמערקט צמח ווי ס'איז געווארן דארט א גאנצער עולם און ס'טוט זיך מיט תהלימ'ס, קוויטלעך, לעכט און ס'רינט חלב און שעוה איבעראל ארום...

ווען ער איז צוריקגעקומען צומארגנס האט ער שוין ממש נישט געגלייבט וואס ער זעט. שטייען שווערע מאסן אידן און זאגן תהלים, אנדערע וויינען זיך אויס, ס'הענגט איבעראל ארום גרויסע טאוולעך, "בקשו רחמים...", "די מזונות איז נתנדב לזכות לרפואת...", ביז ביינאכט איז שוין תהלים כולל דארט געווען, און די מאסן האבן געשטראמט א מחי'.

“

הרב ישראל בער שטיין:

...היינט סטראשעט מען מיט עין הרע יעדן טאג, פאר יעדע שמחה, דאס איז א נייע משוגעת ...עס איז קיינמאל נישט געווען אין אונזער מסורה. עס איז נישטא היינט מער עין הרע ווי אמאל!

”

גייט אריבער אפאר טעג און צמח הייבט אן טראכטן, 'וואספארא שוטה בין איך, אידן קומען דא מתפלל זיין, כ'קען דאך בויען דא א אוהל! געגאנגען, צמח האט געבויעט א גרויסע אוהל מיט א מקוה פונעם צדיק, און הייבט אן פארקויפן תהלים'לעך, לעכט קליינע און גרויסע, חלב, שעוה און שמן זית, האנטוכער אויסגענייט "אני הייתי בקבר הצדיק..", שמאטעס פאר די ביימער, כוס של ברכה, און ס'האט זיך געטון דארט לוסטיג און לעבעדיג. ער איז געווארן ביזי דארט ביז איבער'ן קאפ און אינגאנצן פארגעסן פונעם פעטער וועלכער האט אים געשאנקען דעם אייזל.

גייט אדורך צוויי יאר און איין טאג טרעפט אים פלוצים אן נישט קיין אנדערער ווי דער גוטער דוֹד סעדי'! "צמח! וואו ביזטו געווען אזוי לאנג?" זאגט ער "דוֹד סעדי', דו ווייסט, דער חמור וואס האסט מיר געגעבן, געב א קוק דא אויפ'ן אוהל. דארט ליגט ער. דו זעסט דעם גרויסן פארקער? איך מאך היינט מיליאנען אויף אים!"

דוֹד סעדי' קוקט מיט התפעלות און געבט אים א זאג, "דו ווייסט צמח, כ'מיין כ'קען דיר שוין דערציילן מיין סוד. דו ווייסט מיין אוהל מיט מיין צדיק די אנדערע זייט שטאט? דאס איז געווען זיין טאטע..."

הרב ישראל בער שטיין: אודאי זענען אלע מקומות הקדושים און קברי צדיקים וואס זענען אנגענומען פון פריערדיגע דורות, וואס דער אר"י הק' האט מגלה געווען, אדער ציונים פון תלמידי בעש"ט הק' און פון ווייטערדיגע צדיקי אמת ביז אונזער דור, דאס זענען אלע קודש קדשים.

עס מיינט נאר די ניי-אנטדעקטע מקומות וואס איינער האט זיך גע'חלומ'ט בייטאג אדער ביינאכט און דער עולם לויפט אין די מאסן, ביז דער קומענדיגער דור וועט שוין נישט וויסן צווישן א מקום פון א תנא אדער תלמיד בעש"ט הק' וואס איז קודש קדשים און א מקום וואס איז אדער יא אדער נישט. ★

המספיק נייעס

הנאהבים והנעימים:

בענקשאפט און צער צו "שלושים" פון הבה"ח יעקב יצחק לייפער ע"ה

פינפטער דור צו הרה"ק רבי מרדכי'לע נאדבורנער זי"ע • זעלטענע גינוני קדושה פון יונגסטען עלטער • געבוירן און נסתלק געווארן אום שבת קודש

מיט ביטערע צער און פארווייטאגטע געפילן איז די המספיק משפחה אדורך די "שלושים," די אפצייכענונג פון דרייסיג טעג זינט די ווייטאגליכע פטירה פון נפש טהורה ונקי' הבחור החשוב בנש"ק מגזע אראלים ותרשישים כמר יעקב יצחק לייפער ז"ל, וועלכער איז נפטר געווארן בדמי ימיו אויסגעלייטערט בכל מיני יסורים קשים ומרים און געקומען למנוחתו השלימה בגנזי מרומים.

הבה"ח יעקב יצחק ע"ה איז געבוירן געווארן אין ארץ ישראל צו יבלחט"א זיינע חשוב'ע און געטרייע עלטערן אום שבת קודש, אסרו חג פסח, כ"ב ניסן תשנ"ב. ער איז געווען א פינפטער דור בן אחר בן צו הרה"ק רבי מרדכי'לע נאדבורנער זי"ע – הבה"ח יעקב יצחק ע"ה בן יבלחט"א הרב פנחס שליט"א, בן הרב ארי' לייב שליט"א, בן כ"ק אדמו"ר הרה"ק רבי משה מנחם מ'דעברעצין זצוק"ל הי"ד, בן כ"ק אדמו"ר הרה"ק רבי יוסף נירעדהאזער זצוק"ל, דער יונגסטער זון פון הרה"ק רבי מרדכי'לע זצוק"ל.

טראץ דעם וואס ער האט פארמאגט גאר א הויכע נשמה איז ער אבער אראפגעקומען אויף די וועלט אין זייער א שוואכן גוף. טראץ זיינע קערפערליכע שוואכקייטן האט אבער זיין נאבעלע און אפילו דערהויבענע כאראקטער שטארק ארויסגעשיינט אין פילע געלעגנהייטן.

געווען איז ער באמת א ריינע נשמה.

פון עלטער פון 4-5 יאר האט ער שוין שטארק ליב געהאט צו גיין אין שול און זיין חשוב'ער פאטער פלעגט אים נעמען בכל עת מצוא. ער פלעגט אלץ זיצן אין בית המדרש מיט א געוואלדיגע ערנסטקייט און דערהויבנקייט, שווייגנדיג מיט דרך ארץ.

ווען אנדערע האבן גערעדט אינמיטן דאווענען אדער דברי תורה האט ער עס נישט געקענט דערליידן. ווען ער האט נאר באמערקט עמיצן שמועסן אינמיטן א תפילה, דרשה צי שלש סעודות תורה, פלעג זיין אלץ-לעכטיג פנימ'ל ווערן פארוואלקנט מיט ווייטאג און צער.

פון כאראקטער אויס האט ער שטענדיג געהאט א שמייכל אויפ'ן פנים, געווען אלץ גוט אויפגעלייגט און געשאפן אן איינגענעמע אטמאספערע ארום זיך. שטארק א צוגעלאזענער און באמת א וואוילער.

די ווערטער וואס ער האט געקענט רעדן אין זיינע מער ערוואקסענע יארן, זענען געווען געציילטע. אבער דאס מערסטע פאפולער, וואס מען האט געהערט פון אים בכל עת מצוא, איז געווען "ס'גוט, ס'גוט!" אדער הארציגע ברכות, "ש'כח! הצלחה!"

ער האט אלץ פארגינען פאר יעדן און זיך הערליך מיטגעפריידט מיט יעדנ'ס שמחה. אזוי אויך איז כמעט נישט געווען אזא זאך ער זאל פארגעסן צו באדאנקען ווער עס האט אים נאר א טובה געטון.

יענקעלע, ווי מען פלעגט אים רופן לשון חיבה, פלעגט זיך קיינמאל נישט אפרעדן. אפילו אין די תקופות וואס ער איז אריבער יסורים קשים ומרים, האט מען זעלטן ווען געהערט אפילו א קרעכץ פון אים. נאך אין די יונגע יארן, ווען ער פלעגט שוין ליידן פון שווערע סיזשערס, פלעגט ער וויינען פון די יסורים, אבער זיך באלד אליינס בארואיגט און מקבל געווען באהבה.

אין די לעצטע יארן זענען די מוסקלען פון זיינע פיס שטארק פארשטייפט געווארן און ער האט געדארפט צוקומען צו אינטענסיווע פיזישע טעראפי זיך צו קענען באוועגן, שווערע סעסיעס וועלכע האבן גאר שטארק וויי געטון, אבער מער ווי א קורצער קרעכץ האט מען נישט געהערט, נאר אדרבה, ער האט אנערקענט מען מיינט זיין טובה און מכיר טובה געווען.

איינמאל האט ער זיך ל"ע צעבראכן די פיס, אבער טראץ די ביטערע יסורים האט ער גארנישט געזאגט. הערשט ווען דער געטרייער מענעדזשער פון ברודערהיים, מו"ה יואל שניטצער הי"ו, האט אים געפרעגט פארוואס ער גייט נישט, האט ער געזאגט, 'טוט ווי, טוט ווי'... און אזוי איז מען געוואויר געווארן דערפון. נאך די אפעראציע צו פארריכטן די פיס האט ער נישט געוואלט גיין צוליב די ווייטאגן, אבער ווען מען האט אים געזאגט אז מען מוז, האט ער זיך פארביסן די ליפן און געגאנגען.

יענקעלע ע"ה וועט אלץ געדענקט ווערן ווי ער איז שטענדיג ארומגעגאנגען הערנדיג 'משניות' וואו ער איז נאר געגאנגען, אינעם בילד דערקענט מען יבלחט"א זיין געטרייע שטאב, מו"ה חיים פישער הי"ו

מען הערט און עס שטייט אין ספרים הקדושים אז די קינדערלעך האבן גאר הויכע נשמות, אבער ווען מען זעט עס מיט די פליישיגע אויגן, איז עס גאר עפעס אנדערש.

יענקעלע'ס פארשטאנד במילי דעלמא איז געווען גאר באגרעניצט, אבער במילי דשמיא איז ער עקשנות'דיג געשטאנען אויף זיינע פרינציפן פון וועלכע ער האט זיך נישט געלאזט רירן.

עס מאכט זיך ביי קינדערלעך מיט ספעציעלע געברויכן אז דער קאַפל מאכט זיי זייער אומבאקוועם און עס פאלט צומאל אראפ פון קעפל, בבלי דעת. יעקב יצחק'ל איז אבער שטענדיג געגאנגען נאר מיט א קאפל. אפילו ווען ער האט געדארפט ליגן אין שפיטאל האט מען אים געמוזט אנטון א שלאף קאפל וואס זאל זיך האלטן אויף זיין קאפ און נישט אראפפאלן.

ער פלעגט אלץ ליב האבן ארומצוגיין מיט 'העדפאונס' און הערן... משניות! כאטש ער האט נישט פארשטאנען קיין סאך פלעגט ער שעות אויף שעות זיצן און אויסהערן משניות כמוצא שלל רב.

א וואונדערליכע זאך איז געווען זיינע ברכות וועלכע פלעגן מקויים ווערן אקוראט און גענוי ווי ער האט געזאגט! אמאל, נאך אלס יונג קינד, ווען ער פלעגט רעדן מער, איז ביי א שכן געבוירן געווארן א יונגעלע למזל טוב, דער פערדער יונגל אין די רייע. ווען יעקב יצחק האט געהערט דערוועגן, האט ער זיך אנגערופן, "ביז יעצט האבן זיי געהאט פיר יונגלעך, יעצט וועלן זיי האבן פיר מיידלעך."

ביי יענעם שכן זענען נאכדעם געבוירן געווארן פיר מיידלעך אין די רייע! און נאכדעם, ווידער א יונגל...

איין פסח, ווען א המספיק שטאב מיטגליד האט אים אהיימגענומען אויף יום טוב, האט די בעלת אכסני' אים געבעטן ער זאל זיי אנוואונטשן, און וואס מען האט אים געבעטן האט ער הארציג געוואונטשן. ווען זי האט אים אבער געבעטן ער זאל איר אנוואונטשן מיט א טאכטער, נאכדעם וואס זיי האבן ביז דאן נאר געהאט יונגלעך, האט ער בשום אופן נישט געוואלט. ער איז געווארן אומבאקוועם און אויפגעהערט וואונטשן...

מיט בערך א יאר צוריק איז ער ל"ע שווער קראנק געווארן און געמוזט אריינגיין אין שפיטאל. זיין געטרייע משפחה ווי אויך זיינע המספיק פאמיליע מיטגלידער, געטרייע שטאב און אפילו געוועזענע שטאב מיטגלידער, פלעגן אים אסאך באזוכן און קוים אויסגעווארט ער זאל שוין צוריק אהיימקומען. איבערהויפט פלעגט יבלחט"א זיין חשוב'ער פאטער שליט"א אים באזוכן יעדן איינציגן טאג און פרובירט אים צו פארגרינגערן מיט וואס נאר מעגליך.

ליידער איז עס אבער נישט באשערט געווען און ער האט כסדר געכאפט איין אינפעקציע נאך די אנדערע און געווארן אלץ מער אפגעשוואכט, ביז זיין ריינע נשמה איז געגנצליך אהיימגעגאנגען, זיך צוריקגעקערט למקור מחצבתה אונטער'ן כסא הכבוד, בעת רעוא דרעוין, שבת קודש פרשת אמור, דעם פארלאפענעם י"ז אייר, צום גרויסן ווייטאג פון אלע זיינע נאנטע און באקאנטע.

זיינע ברידער פון המספיק'ס "גרענדוויו ברודערהיים" זענען מיט צעבראכענע געמיטער געפארן מנחם אבל זיין די חשוב'ע משפחה, אינאיינעם מיט זיינע נאנטע חברים פון ישיבת תורה וחסד. צום יום השלושים, האט מען אין המספיק ארומגעשיקט אן אינערליכע קאמיוניקאציע דערמאנענדיג דעם ציבור צו לערנען משניות און געבן צדקה לעילוי נשמתו הטהורה.

פונקט ווי ביים לעבן האט ער אלץ מכיר טוב געווען פאר יעדן וואס האט אים נאר געהאלפן, זאל ער אודאי ממקום מנוחתו בגן עדן העליון זיין א גוטער מליץ יושר און משפיע זיין אלעס גוטס פאר זיינע געטרייע עלטערן שיחיו, די חשוב'ע געשוויסטער, אלע קרובים און גוטע פריינט, המספיק שטאב מיטגלידער און קינדערלעך און פאר גאנץ כלל ישראל.

יהא זכרו ברוך.

מיט זיין שטענדיג באַחנ'ט שמייכל ביים מנהג ישראל קדושים פון שיסן ל"ג בעומר מיט'ן פייל-און-בויגן אין הויף פון "גרענדוויו ברודערהיים"

חסד של אמת

מען בעט ווער עס קען זאל ביטע צינדן א ליכטל, לערנען משניות און געבן צדקה לעילוי נשמת

הבחור יעקב יצחק ע"ה בן יבלחט"א רבי פנחס שליט"א

ת.נ.צ.ב.ה.

רפואה אין יארצייט

חודש תמוז

א
תמוז

הרה"ק רבי שלמה'לע באבוב'ער זי"ע

אין באבוב האט געוואוינט א דערהויבענער חסיד'ישער איד, ר' זושא טייטלבוים, א נגיד און בעל צדקה. איין טאג האבן זיינע געשעפטן אנגעהויבן גיין בארג אראפ און בליץ שנעל איז ער ל"ע געווארן א גענצליכער יורד. פון גרויס ביטערניש איז ער אריינגעפאלן אין א שווערע דעפרעסיע, אויפגעהערט ארויסצוגיין פון שטוב און נישט גערעדט צו קיינעם.

איין ר"ח, ווען הרה"ק רבי שלמה'לע זי"ע האט זיך געוואשן צום סעודת ר"ח, האט ער באפוילן דעם הויז בחור, אברהם, גיי רוף זושא טייטלבוים צום טיש. ווען אברהם איז אנגעקומען צום שטוב פון ר' זושא, האט ער אים געפונען זיצן אויף דער ערד אויסגעדרייט צו דער וואנט.

ווען ר' זושא האט אים איגנארירט מיט זיין שליחות פון רב, האט אים דער בחור קלארגעשטעלט אז אויב קומט ער נישט מיט גוטן, וועט ער אים טראגן אויף די פלייצעס. צו אזעלכע בזיונות האט ר' זושא שוין נישט מסכים געווען, האט ער זיך אויפגעשטעלט און מיטגעגאנגען מיט'ן הויז-בחור צום טיש.

ביים טיש האט רבי שלמה'לע דערציילט באריכות די באקאנטע מעשה פון א גרופע תלמידים וועלכע זענען געפארן צום הייליגן רבי'ן ר' אלימלך פון ליזענסק זי"ע, און אינמיטן וועג, שלאפנדיג אין א קרעטשמע, האבן א גרופע ערלים אנגעהויבן שלאגן די וועלכע זענען געשלאפן נענטער צו די טיר זיי זאלן טאנצן פאר זיי.

ווען עס האט זיך דריי מאל איבערגע'חזר'ט, האבן די אידן געבעטן די אנדערע אז זיי האבן מער נישט קיין כח, און זיי זאלן טוישן געלעגער, די געשלאגענע זאלן שלאפן אינעווייניג און די אנדערע זאלן זיך לייגן נעבן די טיר. זייערע חברים האבן מסכים געווען. ווען די פויערן זענען דאס קומענדיגע מאל אריינגעקומען האבן זיי געזאגט, די האבן אונז שוין גענוג געשלאגן, יעצט לאמיר נעמען די וועלכע שלאפן אינעווייניג...

ווען די חסידים זענען אנגעקומען צום רבי'ן ר' אלימלך, האט ער זיי אויסגעפרעגט איבער זייער נסיעה, און נאכ'ן הערן די געשיכטע, האט ער זיי געזאגט אז פון די מעשה לערנט מען זיך ארויס דריי זאכן. 1) מ'שלאגט נישט א גאנצע נאכט, 2) מ'טאר זיך נישט ווילן בעסער מאכן, 3) ווען מ'מאכט זיך אליינס בעסער, מאכט מען גאר ערגער.

(כ"ק מהר"ש השני מ'באבוב זי"ע האט געפרעגט זיין טאט'ן, הרה"ק בעל קדושת ציון הי"ד זי"ע, וואס הייסט מ'טאר זיך נישט בעסער מאכן? האט אים דער פאטער געענטפערט, מ'מעג זיך וועלן בעסער מאכן, אבער נישט אויף יענעמ'ס חשבון...)

דער בית המדרש פון הרה"ק מהר"ש מ'באבוב זי"ע אין שטאט באבוב. די שול האט וואונדערליך איבערגעלעבט די קריג און איז שפעטער פארראכטן און איבערגעפרישט געווארן

★

צווישן ערשטן באבובער רב, הרה"ק רבי שלמה'לע זי"ע, און זיין פעטער, דער גארליצער רב זי"ע, האט געהערשט חילוקי דעות. ווען דער גארליצער רב איז אמאל געווען אין צאנז און זיין שוועסטער, די בארימטע צדיקת נחמה'לע ע"ה, האט אים געפרעגט, "וואס ווילסטו פון רבי שלמה?" האט דער גארליצער רב געענטפערט, "גלייב מיר איך מיין עס צום גוטן." האט די שוועסטער זיך אנגערופן, "מוחל טובות." האט דער גארליצער רב איר צוריקגעענטפערט, "אויב אזוי, זאל רבי שלמה קומען צו מיר." דער באבובער רב האט אים דעמאלטס באזוכט און זיי האבן זיך איבערגעבעטן.

איין יאר שפעטער, אין יאר תרס"ה, איז דער באבובער רב פריצייטיג נסתלק געווארן און א יאר דערנאך איז דער גארליצער רב נסתלק געווארן. דאן האט מען געזען ווי די מחלוקת איז נאר געווען אויסערליך און פון גרויס אהבה, ברענגענדיג אריכות ימים פאר די צדיקים.

★

אן אונגארישער איד האט געהאט א זון מיט'ן נאמען טובי' וועלכער איז יונגערהייט קראנק געווארן מיט א מחלה וואס האט אים שטארק אפגעשוואכט. די דאקטוירים האבן אים געראטן צו שיקן דעם זון צו א לאנד וואו דער קלימאט איז ווארעמער, זאגנדיג אז דאס וועט אים העלפן זיך היילן. דער איד האט געשיקט דעם זון קיין ארץ ישראל און געווארט צו הערן בשורות טובות. עס זענען אבער אריבער וואכן און חדשים און ער האט נישט באקומען א לעבעדיגן צייכן פונעם זון. דאס האט שטארק באזארגט די עלטערן, זיי האבן אים געשיקט בריוון און געבעטן אן ענטפער, אבער זיי האבן גארנישט צוריקגעהערט.

די עלטערן זענען געווען זייער צוטראגן דערפון און פלעגן זיך אויסרעדן צו וועם זיי האבן נאר געקענט. איינמאל איז א גאסט איינגעשטאנען ביי זיי, און הערנדיג זייער צרה, האט ער זיי געראטן צו שיקן א בריוו זיך מזכיר זיין ביים באבוב'ער רב, און אזוי האט ער געטון. א קורצע צייט שפעטער זענען איין טאג אנגעקומען צוויי בריוו צו דעם איד אין שטוב. ווען ער האט געזען אויף איינס די זיגל פון באבוב'ער רב, האט ער עס גלייך געעפנט, שרייבט דארט דער גבאי אז דער רב האט אים ווארעם אנגעוואונטשן, און צום סוף האט דער רב צוגעלייגט מיט זיין אייגענע כתב, "און וועגן זיין זון, זאל ער זיך נישט זארגן ווייל איך בין זיכער אז אין די זעלבע צייט וואס ער וועט באקומען אונזער בריוו וועט ער אויך באקומען א בריוו פון זיין זון." דער אנדערער בריוו איז טאקע געווען פונעם זון.

רבי שלמה בן רבי מאיר נתן הלברשטאם זצ"ל,
א' תמוז תרפ"ה

ד
תמוז

רבינו תם מבעלי התוספות זי"ע

הגה"צ רבי ברוך מיללער זצ"ל, ראש הכולל אין קרית יואל, האט דערציילט וואס ער האט געהערט פון זיין רבי'ן, הגה"ק מהרי"ץ דושינסקיא זי"ע, אז א פרוי אין חוסט איז אמאל געגאנגען צו קינד און איז געווען אין א גרויסע סכנה. איר מאן איז אריבערגעלאפן צום רב, דער הייליגער מהר"ם שיק זי"ע, מזכיר זיין און בעטן ער זאל מתפלל זיין פאר איר.

ביים מהר"ם שיק איז געווען דער סדר אז ווען מען האט געוואלט רעדן מיט אים פלעגט מען זיך שטעלן ביים טיר און ווען דער רב האט באמערקט האט ער געווינקען מען קען אריינקומען. ווען דער יונגערמאן איז אנגעקומען איז דער מהר"ם שיק געווען פארזינקען אין לערנען און בכלל נישט באמערקט דעם יונגערמאן. א לענגערע צייט איז ער געשטאנען דארט ווי אויף נעגל, אבער דער רב באמערקט אים נישט. פלוצים האט דער מהר"ם שיק אויפגעהויבן זיין קאפ און זיך אנגערופן צום יונגערמאן, "רבינו תם איז יעצט געווען דא ביי מיר און דערציילט אז עס קומט זיך דיר א מזל טוב!"

רבינו יעקב בן רבי מאיר זצ"ל,
ד' תמוז ד"א תתקל"א

הרה"ק בעל הפלאה אבדק"ק פראנקפורט זי"ע

דער הפלאה האט געהאט א שוואגער, זיין שוועסטער'ס מאן, הגה"ק רבי משה יהושע זי"ע, אבדק"ק שטרים. צוויי קינדער פון דעם שוואגער, הגה"ק רבי נטע זי"ע, אבדק"ק לוטומארסק, און הגה"ק רבי זכרי' מענדל מ'יערוסלב זי"ע (בעמח"ס דרכי צדק, א תלמיד פון הייליגן רבין רבי אלימלך זי"ע און ווערט דערמאנט אין ספה"ק אהבת שלום), האבן אלס בחורים געלערנט אין ישיבה פון בעל הפלאה. איינמאל האט דער הפלאה באמערקט אינמיטן לערנען ווי א לייז קריכט אויפ'ן רעקל פון איינע פון די ברידער. ער האט באלד פארמאכט זיינע הייליגע אויגן און זיך פארטיפט אין זיינע געדאנקען.

פלוצים איז זיין רעבעצין אריינגעלאפן מיט א געוואלד אז איר טאכטער איז פלוצים קראנק געווארן, אבער איר מאן, דער הפלאה, איז געבליבן שטיל פארזינקען אין זיינע מחשבות. זי האט אבער געליארעמט און געוויינט מיט קולי קולות, פארוואס פאר אלע קראנקע וועלכע קומען צו דיר קענסטו זיין א מלאך המושיע און אויס'פועל'ן רפואות און פאר אונזער אייגענע טאכטער קענסטו גארנישט טון?

דאן האט ער אויפגעהויבן זיין קאפ און געזאגט, וויאזוי קען איך רחמנות האבן אויף אונזער טאכטער ווען דו האסט נישט רחמנות אויף די צוויי ריינע נשמות וועלכע האלטן זיך

זייט 22 <<

דער ציון פון בעל הפלאה אויפ'ן אור-אלטן בית החיים אין פראנקפורט

רפואה אין יארצייטן

חודש תמוז

>> זייט 21

אויף ביי אונז אין שטוב, זיי זאלן זיין ריין און זייערע קליידער גוט געוואשן? איין סגולה האב איך פאר אונזער טאכטער, נעם דעם רעקל אויף וואס די לייז איז געקראכן און דעק איר צו דערמיט, און זי וועט אויסגעהיילט ווערן מיט'ן אייבערשטנ'ס הילף. איבעריג צו זאגן אז די רעבעצין האט זאפארט אויסגעפירט איר מאנ'ס ווערטער און די טאכטער איז באלד אויסגעהיילט געווארן, אבער דער כבוד התורה איז דערמיט אויך שטארק געשטיגן ביי אלעמען.

*

אויף דער עלטער איז דער בעל הפלאה ל"ע בלינד געווארן. די פירער פון זיין קהילה אין פראנקפורט ד'מיין האבן אראפגעברענגט צווי גרויסע פראפעסארן זאל אים אויסהיילן. די דאקטוירים האבן געזאגט אז עס פעלט אויס צו אפעררירן זיינע אויגן כדי ער זאל ווידעראמאל קענען זען, אבער דער הפלאה האט נישט געוואלט. ווען מען האט אים שטארק געמוטשעט האט ער מסכים געווען מען זאל אים אפעררירן אויף איין אויג, זאגנדיג, צו זען די נארישע עולם הזה, פעלט מיר אינגאנצן נישט אויס. וואס דארף איך זען, נאר לימוד התורה, אויף דעם איז מיר גענוג איין אויג.

למעשה, ווי זיין גרויסער תלמיד, דער חתם סופר, שרייבט אין די דרשות, זעט אויס אז ער איז פארבליבן א סגי נהור. דער חתם סופר האט נאכגעזאגט אין זיין נאמען אז ער פלעגט אפט זאגן אויף זיך 'כחשיכה כאורה' - אז פון ווען זיינע גשמיות'דיגע אויגן זענען פארטונקלט געווארן, איז זיין שכל אסאך ליכטיגער און קלארער געווארן.

*

ווען מען האט דערציילט פאר'ן קאזשניצער מגיד זי"ע איבער די הסתלקות פונעם הפלאה, האט ער געזאגט פאר זיינע תלמידים אז באמת האט דער הפלאה שוין פארענדיגט זיין תפקיד אויף די וועלט אין יאר תקל"ב, אין עלטער פון 41 יאר, אבער ער האט זיך אן עצה געגעבן, אננעמענדיג דאס רבנות אין פראנקפורט. דארט זענען צוגעקומען אסאך נייע עבודות וואס ער האט געדארפט אויפטון אין עבודת ד', און מען האט אים געמוזט צוגעבן יארן צום לעבן, ביז צו זיין פטירה אין עלטער פון 74 יאר, אין יאר תקס"ה.

רבי פנחס בן רבי צבי הירש הלוי הורוויץ זצ"ל,
ד' תמוז, תקס"ה

ח תמוז

הרה"ק בעל אמרי נועם מ'דזשיקוב זי"ע

איינער פון די חסידים פון הייליגן אמרי נועם זי"ע, הרה"ח המפו' ר' מתתי' פרידמאן ז"ל, איז זיין פרוי יונגערהייט זייער נישט געזונט געווען, דאקעגן ער איז יא געווען געזונט און שטארק. ער פלעגט אלץ מזכיר זיין די פרוי זיינע ביים צדיק אויף א רפואה שלימה און אריכות ימים.

איינמאל האט אים דער אמרי נועם געזאגט, "זי דארף זיך נישט זארגן, זי וועט זיין געזונט און לעבן לאנגע גוטע יארן." ר' מתתי' איז נפטר געווארן אין יאר תרע"ב, אבער זיין פרוי, וואס איז געווען די קראנקע און שוואכע, האט מאריך ימים געווען ביז איבער די הונדערט און איז אוועק פון די וועלט הערשט אין יאר תש"א.

*

הרה"ק רבי יודעלע דזשיקובער זי"ע האט דערציילט אז דער אמרי נועם האט אמאל געזאגט פאר'ן אוועקפארן צו די בעדער אויף צרכי רפואה, אז אמאליגע חסידים, ווען זייער רבי פלעגט אוועקפארן פאר זיין געזונט, פלעגן זיי געבן יעדן טאג א מטבע אין צדקה פושקע, פאר'ן רבינ'ס געזונט. ווען דער רבי פלעגט אהיימקומען פלעגן זיי ציילן די מטבעות און אזוי האבן זיי געוואוסט ווי לאנג דער רבי איז נישט געווען אין שטוב, און זיי פלעגן פארטיילן דאס געלט אויף צדקה.

*

א חולה וועלכער האט געליטן פון א שטארק אנשטעקיגע קרענק איז אמאל געקומען צום אמרי נועם זי"ע און שטארק

הרה"ק רבי אלתר יחזקא' אלי' מ'דזשיקוב זי"ע הי"ד, אייניקל פון אמרי נועם און לעצטער רבי אין דזשיקוב, פוילן, ביים שפאצירן אין קארלסבאד, שטאט פון זיידנ'ס פטירה לחה"ה

ספר
אמרי נועם
על חמשה חומשי תורה
חלק ראשון
IMRE NOAM
Verlag des Alter Horowitz Junger Rabbiner Tarnobrzeg.
Buchdruckerei LUDWIG STYRNA, JAROSLAU 1907.

שער בלאט פון ספר הקדוש אמרי נועם וואו עס שיינט א טראפ פון זיין גרויס גאונות. זיין איידעם, הרה"ק בעל אהבת ישראל מ'וויזשניץ זי"ע, האט געזאגט, אז דער ספר איז בלויז א משהו פון די דברי תורה פון זיין שווער - אין די קורצע צייט וואס ער איז געווען ביים שווער, האט ער געהערט גענוג דברי תורה פון אים אנצופולן עטליכע אזעלכע בענדער

געוויינט ער זאל פועל'ן פאר אים א ישועה. האט אים דער צדיק געענטפערט ער זאל קומען צו אים ביינאכט, איידער ער גייט שלאפן.

פארנאכטס איז דער איד אריבער געקומען און דער אמרי נועם האט אים געוויזן ער זאל זיך לייגן אין זיין אייגענע בעט, און ער האט צוגעדעקט מיט זיין אייגענעם טילעפ ער זאל זיין פייןווארעם. אינדערפרי איז דער איד אויפגעשטאנען געזונט און שטארק כאחד האדם.

ווען זיין אייניקל, דער אמרי חיים פון וויזשניץ זי"ע, האט איבערדערציילט די מעשה פאר הרה"ק מ'קאפיטשניץ זי"ע, האט ער אים געזאגט, "קאפישניצער רבי, פון די מעשה ווער איך מער נתפעל ווי ווען מען דערציילט א מעשה פון תחיית המתים, ווייל דאס איז געווען אן אנשטעקיגע קרענק, און ער האט אים געלייגט שלאפן אין זיין אייגענע בעט!"

*

אין דאס לעצטע יאר פון זיין לעבן איז דער צדיק שטארק אפגעשוואכט געווארן און זיינע נאנטע האבן אים שטארק געמוטשעט ער זאל פארן אויף קארלסבאד צו שטארקן זיין הייליגן גוף.

דער אמרי נועם האט בשום אופן נישט געוואלט, ווען ער איז שוין אפילו געשטאנען מיט איין פיס אויפ'ן וואג גרייט צו די נסיעה האט ער זיך איסגעדרוקט צו זיינע נאנטע, "אויב וועלט איך נאך הערן מלכיות זכרונות שופרות (ראש השנה), זאל איך מיר בשום אופן נישט לאזן פארן!"

די מקורבים און חסידים האבן אבער נישט פארשטאנען ווי וויט עס גייט און זיי האבן אים ממש געצווינגען צו די נסיעה, טראכטנדיג אז דאס וועט אים ברענגען די רפואה. דער צדיק האט זיך דאן איסגעדרוקט, "ווען איך האב געהייסן דעם טאטן (הרה"ק רבי אליעזר דזשיקובער זי"ע) פארן, האב איך אים געזאגט, 'טאטע, איך נעם דאס אויף מיר אז איך שטעל דיר דא צוריק לעבעדיגערהייט.' אבער יעצט, ווער וועט מיר דאס צוזאגן?"

*

אין קארלסבאד איז דער אמרי נועם געווארן קראנק און איז דער קייזער וועט אנקומען אין דערנעבנדיגן שטאט. דער צדיק האט באלד געוואלט אהינפארן, זאגנדיג אז אין פסוק (משלי ט"ז, ט"ו) שטייט 'באור פנ' מלך חיים', אז פון זען א קעניג קען מען אויס'פועל'ן לעבן, און דאס מיינט אפילו א גוי'אישן קעניג.

למעשה האט זיך געטוישט דער פלאן פונעם קייזער'ס נסיעה און ער איז נישט אהיינגעקומען. עטליכע מאל האט דער אמרי נועם פרובירט צו זען דעם קייזער, עס האט זיך אבער נישט איינגעגעבן. האט ער געזאגט, וואס קען מען טון, כבר נגזרה גזירה, און ער איז צוריקגעפארן קיין קארלסבאד וואו ער איז נסתלק געווארן למנוחת עולמים.

רבי מאיר בן רבי אליעזר הורוויץ זצ"ל, ח' תמוז, תרל"ב

טו תמוז

רבינו בעל אור החיים הקדוש זי"ע

עס זענען באקאנט פילצאליגע מעשיות איבער רפואות און ישועות צו וועלכע אידן זענען זוכה ביז צום היינטיגן טאג אין זכות פון לערנען אינעם ספר אור החיים הקדוש. הרה"ק רבי פנחס'ל קאריצער זי"ע פלעגט זאגן אז צו האלטן דעם ספר אין שטוב איז א שמירה און דאס לערנען אין דעם איז מסוגל פאר די נשמה פונקט ווי לערנען זוהר הקדוש, ווייבאלד דער אור החיים הק' האט אין זיין דור פארמאגט די נשמה פון משיח, פונקט ווי רבי שמעון בר יוחאי אין זיינערצייט.

ווען איינער פון זיינע זין איז ל"ע קראנק געווען, האט אים ר' פנחס'ל באפוילן ער זאל לערנען אין ספר אור החיים הק' אלס סגולה אויף א רפואה. איבריג צו זאגן אז דער חולה האט געהאט א רפואה.

*

ר' פנחס'ל קאריצער האט אויך באפוילן זיין זון, הרה"ק רבי משה שפירא זי"ע, וועלכער האט אינאיינעם מיט זיין ברודער געפירט די בארימטע "סלאוויטא" דרוק, ער זאל יעדעס יאר איבערדרוקן דעם ספר און דורכדעם גראטעוועט ווערן פון יעדע צרה רח"ל.

איין יאר האט פאסירט אז די הייליגע ברידער האבן פארגעסן צו דרוקן דעם ספר

רפואה אין יארצייטן

חודש תמוז

די שול פון אור החיים הקדוש זי"ע, אין ווינקל פון דעם בית המדרש איז מקובל אז אליהו הנביא פלעגט זיך אנטפלעקן צום אור החיים הקדוש און לערנען סתרי תורה

אוה"ח הק', און יענעם יאר האט מען געמאכט אויף זיי דעם טרויעריג-בארימטן בלבול, נאך וועלכען זיי האבן שווער געליטן פאר צענדליגער יארן.

*

עס ווערט געברענגט אין נאמען פון אסאך צדיקים אז לערנען אין ספר אור החיים הקדוש איז מסוגל אויפגעראכטן צו ווערן בזרע של קיימא.

דער הסבר האבן צדיקים ערקלערט, איז וויבאלד דער אור החיים הקדוש, וועלכער האט נישט זוכה געווען איבערצולאזן קינדער נאך זיך, האט אריינגעלייגט זיין גאנצע כח פון ברענגען קינדער אויף דער וועלט, אין זיין הייליגן ספר.

רבי חיים בן רבי משה בן-עטר זצ"ל, ט"ו תמוז, תק"ג

כד תמוז

הרה"ק רב הכולל ד'ניו יארק זי"ע

אין אמעריקע איז אין יאר תרס"ב נסתלק געווארן דער גאון וצדיק רבי יעקב יוסף יאזעף זצ"ל, באקאנט אלס "דער רב הכולל" פון "אגודת הקהלות" וועלכער האט משמש געווען ברבנות אין "בית המדרש הגדול" אויף דער איסט-סייד אין מאנהעטן (וואס איז לעצטנס ליידער פארברענט געווארן) און נאך כמה קהילות אין ניו יארק. ר' יעקעלע חריף, ווי ער איז געווען באקאנט פונדערהיים, האט פרובירט אויפצובויען אידישקייט אין אמעריקע, אבער די אלגעמיינע גאס איז נאכנישט גרייט געווען דערויף. מען האט אים אויסגעצאפט דאס בלוט ביז ער איז פריצייטיג אוועקגעריסן געווארן, פערצן יאר נאכ'ן אנקומען קיין ניו יארק.

נאך זיין פטירה איז זיין ציון בארימט געווארן אלס פלאץ וואו מען פועל'ט ישועות בזכות דעם צדיק און זיין מסירות נפש, און פון יאר צו יאר וואקסט די צאל משתטחים.

די טאכטער פון הגה"צ רבי יעקב יוסף הערמאן זצ"ל, באקאנט אלס 'דער צדיק פון אמעריקע', דערציילט אין איר פאפולערן און אינהאלטסרייכן ביכל "אלל פאר דע באסס" (די לעבנס געשיכטע פון איר פאטער) ווי איינמאל איז איר שוועסטער'ל אלס קליין קינד שטארק קראנק געווארן. דאס קינד איז געלעגן אין שפיטאל שוועבנדיג צווישן לעבן און טויט און די דאקטוירים האבן זיך שוין געהאט מייאש געווען פון איר לעבן.

איר פאטער איז דאן ארויס מיט א מנין אידן צום "סייפרעס היל" בית החיים אין ניו יארק, צום קבר פון רב הכולל, און דארט איינגעריסן פאר דאס יונג קינד און איר צוגעגעבן א נאמען. דאס קינד איז ב"ה גענצליך אויסגעהיילט געווארן, צום גרויסן שטוינונג פון די דאקטוירים, ויהי לפלא.

צום היינטיגן טאג איז דער ציון א תל תלפיות, וואו פילע אידן שטראמען, איבערהויפט אין טאג פון יארצייט, און מען דערציילט אפענע ישועות און רפואות וואס מען האט אויסגע'פועל'ט ביי זיין ציון.

רבי יעקב יוסף בן רבי דוב יאזעף זצ"ל, כ"ד תמוז, תרס"ב

זכותם יגן עלינו ועל כל ישראל

"בית המדרש הגדול" אויף דער 'איסט סייד' אין ניו יארק, פון וואו דער רב הכולל זצ"ל האט אנגעפירט זיין רבנות, איז ליידער פארברענט געווארן אין פלאמען מיט עטליכע חדשים צוריק

Job Opportunities

Hamaspik of Kings County is looking for a **FT Medicaid Service Coordinator** to work with individuals with intellectuall disabilities (OPWDD program) and a **FT Service Coordinator** to work with nursing home level care patients (NHTD Program).

Must have an Associates Degree. Yiddish a plus. To work out of the BP office, please forward a resume to **Sashitzky@hamaspikkings.org**. To work out of the Williamsburg office please forward a resume to **Silberman@hamaspikkings.org**.

- ראקלענד קאונטי -

המספיק "קעמפ נשמה" זוכט אויפצונעמען נאך לעבעדיגע יונגעלייט אלס מדריכים אין אונזער גאר געשמאקע זומער פראגראם. א זומער צום געדענקען פאר פאסיגע קאנדידאטן! רופט נאך היינט, 845-587-6082.

▪

- קינגס קאונטי -

עס ווערט געזוכט א טויגליכער בחור אדער יונגערמאן צו ארבעטן מיט אן 11 יעריג זיס יונגל, רעדט אידיש און פונקציאנירט הויך, דורכ'ן טאג במשך די זומער חדשים אין 'נייטרא קעמפ' אין 'וואדבאורן'. עטוואס ערפארונג פארגעצויגן. ביטע רופט 718-388-8906 אדער 917-688-7646.

המספיק נייעס

עשה למען תינוקות של בית רבן:

הערליכער מעמד קביעת מזוזות ביי נייעם לאקאל פון "קינדערלאנד" אין ראקלענד קאונטי

דעם פארלאפענעם דינסטאג לס׳ בהעלותך איז פארגעקומען א באשיידענער פארט הערליכער מעמד "קביעת מזוזות" און שתיית לחיים לרגל דאס עפענען דעם פרישן לאקאל פון "קינדערלאנד" – די קלאס צימער פון "המספיק אוירלי אינטערווענשאן".

א פאסיגערע צייט דערצו האט נישט געקענט זיין ווי דער ׳יום שנכפל בו כי טוב׳ און טאקע אין די סידרה פון ׳בהעלותך את הנרות׳ – ווען אהרן איז באפוילן געווארן אנצוצינדן די ליכטעלעך ביז זיי שיינען פון זיך אליינס.

אט דאס איז טאקע די מיסיע פון "אוירלי אינטערווענשאן", נעמען די ריינע נשמה׳לעך, קליינע קינדערלעך, און זיי העלפן איבערקומען סיי וועלכע פארשפעטיגונג וואס שטערט זיי פון וואקסן און בליען – ביז זיי קענען אליינס שטייגן בעסער און העכער מיט׳ן שענסטן נחת.

די הילף ווערט צוגעשטעלט אדער דורך טעראפי סעסיעס אין שטוב פון די עלטערן, אדער אין "קינדערלאנד" – די גרופע אויסשטעל דיוויזיע פון "אוירלי אינטערווענשאן," ענליך צו א לעבעדיגע "פלעיגרופ" אין א געהעריגע קלאס צימער – אומעטום ווערט געלייגט געוויכט אויף יעדעס קינד באזונדער, אויפצוארבייטן די שוואכע פונקטן מיט די מאקסימום מעגליכקייטן, אין א ווארימע, געדולדיגע און ליבליכע אטמאספערע.

ביים "אי. איי. קלאסרום צענטער," אין המספיק אפיס געביידע אין הארץ פון מאנסי, קומען יעדן אינדערפרי די קינדער מיט די קליינע ספעציעלע באסעלעך, און פון די מינוט וואס די באס שטעלט זיך אפ פאר די געביידע, ביז די באס נעמט זיך פארן אויפ׳ן וועג אהיים, נעמען די שטאב מיטגלידער נישט אראפ קיין אויג פון זיי. די גאנצע צייט ווערט אויסגענוצט פאר זייערע אנטוויקלונג פארבעסערונגען און טעראפי. אפילו רוטינע זאכן ווערן אויסגענוצט פאר פיזישע פאזיטיווע דערגרייכונגען – למשל ארויפגיין די שטיגן, ווערט געטאן מיט די קינדער אויף א געטרייע פראפעסיאנעלע וועג צו שטארקן זייערע מוסקעלן און טריט-פארמאציע.

אויסערדעם ווערט אלעס געטון מיט די כאראקטעריסטישע לעבעדיגקייט פון "פלעיגרופ" מיט געזאנג און ארטס-און-קרעפטס פראגראמען – ספעציעלע טעמעס פאר ימים טובים, אפשערנס, שמחות... אין איין ווארט, א שטיק תענוג ונחת צוזאמגעשמאלצן מיט תכלית טאג נאך טאג.

"קינדערלאנד" איז ביז לעצטנס געווען פלאצירט אין צוויי גרויסע קלאסצימערן הארט נעבן המספיק אוו ראקלענד עקזעקיוטיוו און אדמיניסטראציע אפיסעס. ׳ואברכה מברכיך׳ יאגט אבער נאך המספיק אלץ מער און מער, און די זכי׳ צו העלפן אחינו בני ישראל פארלאנגט כסדר אויפצונעמען נאך און נאך אפיס שטאב. אין רעזולטאט איז מען שוין אויסגעוואקסן די אפיסעס, און עס איז געקומען די צייט אויף א נייע קווארטיר פאר "קינדערלאנד".

בהשגחה פרטית איז אויסגעליידיגט געווארן איין געשעפט אין "מאנסי האב" געביידע אין הארץ פון מאנסי, וואו המספיק האט איר הויפטקווארטיר. המספיק האט באלד איבערגענומען דעם פאסיגן לאקאל און גענצליך איבערגעבויט דעם פלאץ פון אינעווייניג ביז עס איז ארויסגעקומען א הערליכער "פנים חדשות" – 2 הערליכע קלאס צימערן, שיין באלאכטן, מיט לעבעדיגע פארבן און קאלירן, צוגעשטעלט מיט אלע צוגעהערן און זיכערהייט מאסנאמען די קינדערלעך זאלן קענען ווייטער שטייגן און בליען מיט׳ן גרעסטן ערפאלג בס״ד.

נאך עטליכע לאנגע וואכן "ביוראקראטיע" איז מען דאס אויך ב״ה איבערגעקומען. המספיק האט ערהאלטן די נויטיגע פערמיטן, און באלד דערויף, בשעה טובה ומוצלחת, זיך אריבערגעצויגן צום פרישן הערליכן לאקאל.

המספיק אוו ראקלענד קאונטי אדמיניסטראציע שטאב בשעת׳ן זינגען ביים מסיבת לחיים עד הנה עזרונו... ואל תטשנו לנצח...

שיר חנוכת קינדערלאנד

דינסטאג פרשת בהעלותך נאכמיטאג, נאכדעם וואס די קינדערלעך זענען אהיימגעפארן נאך א פרישע טאג פרייד און טעראפי, זענען די מענער שטאב פון המספיק אוו ראקלענד קאונטי זיך צוזאמגעקומען צו א פייערליכע מעמד "קביעת מזוזות" ביים נייעם לאקאל.

די ערשטע מזוזה ביים הויפט טויער האט געלייגט מו״ה מאיר ווערטהיימער הי״ו, מנהל ומייסד פון המספיק, וועלכער האט דערנאך מכבד געווען מיט׳ן לייגן די אנדערע מזוזות עטליכע חשוב׳ע עוסקים בצרכי ציבור, בארימטע המספיק וועטעראנען, וועלכע האבן צושטאנד געברענגט דעם נייעם לאקאל לידי מעשה, מו״ה אליעזר אפפעל הי״ו – דירעקטאר פון קוואליטעט פארבעסערונג און טרעניררונגען; מו״ה אהרן דוד רובינשטיין הי״ו –דירעקטאר פון טעכנאלאגיע און לאגיסטיקס; און מו״ה נתן נטע פריעד הי״ו – דירעקטאר פון דעוועלאפמענט און מעינטענענס.

נאכ׳ן קורא זיין דעם שם ד׳ אויפ׳ן ארט מיט די מזוזות ביי אלע טויערן, האט מען זיך געזעצט צו א מסיבת לחיים אין איינס פון די לעכטיגע קלאס צימערן, לרגל מצות מזוזה און אויסצודרוקן א שבח והודי׳ צו השי״ת אויף די זכי׳ צו גיין מחיל אל חיל מיט העלפן אידישע קינדער.

אינוועסטירן דארף מען אין יעדעס קינד

נאך א זמר׳ל פון הודאה ובקשה האט מו״ה מאיר ווערטהיימער הי״ו אויפגעטרעטן מיט קורצע אבער גאר פאסיגע דיבורים איבער המספיק׳ס "אוירלי אינטערווענשן" פראגראם.

בתוך דבריו האט ר׳ מאיר ארויסגעברענגט ווי מצד ביוראקראטיע איז "אוירלי אינטערווענשן" פון די שווערסטע פראגראמען, עס ברענגט נישט קיין מאטעריאליסטישע רווחים, בלויז הוצאות און כוחות, אבער די תועלת און נחת דערפון איז עד לב השמים.

ערשטנס איז עס א גוטע התחלה – דארט זענען פארהאן קינדער אין אלע דרגות. אסאך פעלט נישט מער ווי א קלייניגקייט, ווי א פארשפעטיגונג מיט רעדן אדער גיין און אנדערע דארפן מער אינטענסיווע הילף. דער נחת ווען מ׳זעט דער ׳גראדואירט׳ רעדנדיג תשעה קבין, זיין חבר לויפט און שפרינגט און יעדער באקומט בס״ד די נויטיגע טאלאנטן וועלכע פעלן אויס אויפ׳ן גאנצן לעבן איז עס אן אויפטו וואס מען קען נישט שילדערן.

צווייטנס, וויפיל ארבעט עס גייט נאר אריין צו העלפן מענטשן מיט ספעציעלע געברויכן זיך אריינשמעלצן און ווערן א טייל פונעם לעבן, איז די שענסטע הצלחה דערפון ביי "אוירלי אינטערווענשן". דארט דערקוויקן זיך יעדן טאג אינאיינעם קינדער פון יעדן סארט שטאפל, א געוואלדיגע הילף פאר די קינדערלעך און אודאי פאר זייערע עלטערן.

עס העלפט מאנכע איבערקומען די שוועריקייט פון ׳סטיגמע׳ און ׳לעיבלינג׳ וואס די גאס קלעבט ארויף אויף אומשולדיגע קינדערלעך וועלכע ווערן געבוירן מיט ספעציעלע געברויכן און אויף זייערע משפחות ביז זיבן דורות ארום... דא הייבן זיי אן לעבן נערמאל מיט אנדערע, צווישן אנדערע און מיט די זעלבע פרייד און הצלחה ווי אלע אנדערע אידישע קינדערלעך. זעראו דיסקרימינאציע.

זייט 25 >>

מו״ה אליעזר אפפעל הי״ו, דירעקטאר קוואליטי אימפראוומענט און טרעניורנגען, מכובד צו לייגן א מזוזה אלס הכרת הטוב

מו״ה מאיר ווערטהיימער הי״ו, מנהל ומייסד, המספיק, ביים לייגן די מזוזה אויפ׳ן הויפט טויער פון נייעם "קינדערלאנד

מו״ה נתן נטע פריעד הי״ו, דירעקטאר אוו ביזנעס דעוועלאפמענט און מעינטענענס, לייגט די מזוזה אויפ׳ן ערשטן קלאס צימער

המספיק נייעס

הרחבת גבולי הקדושה:

המספיק בוי-ארבעט אין קינגס און ראקלענד קאונטיס, אין פולסטן שוואונג

ראקלענד אפיסעס, פול מדאשקע לדאשקע - שטאלענע סטרוקטור פון נייע שטאקן אין קינגס הויפטקווארטיר, כמעט פארענדיגט

"המספיק איז ווי א שאסיי," געדענק איך די ווערטער פון די ערשטע מסיבה מיינע וואס איך האב מיטגעהאלטן אין המספיק. "עס קומט אלץ פאר פרישע קאנסטראקשן."

און דאס לעבט מען אלץ איבער אין די אפיסעס און היימען אומעטום.

הערשט נעכטן איז עס געווען, ווען מען האט פארדאפלט די עקזיסטירנדע צענטראלע פון המספיק אין ראקלענד קאונטי אויפ'ן צווייטן שטאק העכער'ן "מאנסי האב" צענטער אין הארץ פון מאנסי. פון 10,000 סקווער פיס האט מען ארויסגעבויעט ביז 24,000 סקווער פיס, און שוין איז עס איבערגעפילט עד אפס מקום.

דעמאלטס, קוים דריי יאר צוריק, האבן זיך שטאב מיטגלידער עטוואס געוואונדערט וואס גייט מען טאן מיט אזויפיל פלאץ. אבער איצט איז שוין אלעס קלאר, און מען דארף שוין כמעט ארויפבויען א דריטן שטאק.

ווען המספיק האט בס"ד געשטעלט די ערשטע טריט אין ראקלענד קאונטי, איז עס געווען אין א קליינע אפיס אויף מעין סטריט. ווען די הילפסרופן פון צרכי ישראל מרובין האבן געמאכט אויסוואקסן יענעם פלאץ, איז מען אריבער צום קליינעם אויבערשטן שטאק העכער "מאנסי האב."

דאס איז אויך אויסגעוואקסן, האט מען פארדאפלט דאס פלאץ, און ארויסגעקומען מיט'ן אויבערשטן שטאק העכער'ן פאדערשטן טייל פונעם בנין (ווען פריער איז געווען אריינגערוקט קורצער). דאס איז אויך שנעל געווארן ענג, האט מען שוין פארנוצט כמעט דעם גאנצן צווייטן שטאק, און דערביי אויפגעבויט די פרעכטיגע "המספיק טערעס" זאלן וואס ווערן גענוצט פאר אסיפות און שמחות לשם ולתפארת.

ווי ערווארטעט, זענען די הילף געברויכן געוואקסן, און מען האט שוין פארנוצט דעם גאנצן צווייטן שטאק, ביז אלע עקן וואס מעגליך, און אינעווייניג האט מען צוגעבויט נאך צענדליגער אפיסעס, קאנפערענץ זאלן, נאך א פליגל פון "המספיק טערעס," און נאך.

די אונטערשטע טייל פון די געביידע, וואו עס פלעגט נאר זיין איין שטאק, ווערן פרישע דריי ארויפגעצויגן.

אבער וויבאלד אונטער איין דאך האבן זיך געפינען די בליענדעסטע המספיק פראגראמען – המספיק קעיר, המספיק טשאיס, אין צוגאב צו אלע אפטיילונגען פון "המספיק אוו ראקלענד קאונטי" זעלבסט, און די וואקסנדע "אוירלי אינטערווענשן" פראגראם, איז נאר געווען א פראגע פון צייט ווען אלעס וועט זיך אנפילן. און אט איז שוין די צייט אנגעקומען.

'אוירלי אינטערווענשן' האט זיך שוין אראפגעצויגן צו איר אייגענעם לאקאל פארנט פונעם בנין, די "המספיק טערעס" זאלן ווערן כמעט טעגליך באנוצט פאר טרעגירונגען און גרעסערע מיטונגען, ווען די אנדערע קאנפערענץ צימערן זענען צעטיילט געווארן מיט רוק ווענט מען זאל קענען אדורכפירן עטליכע זיצונגען אין דער זעלבער צייט.

פאר'ן באקוועמליכקייט פון אלע שטאב מיטגלידער, קליענטן און משפחות, האט מען אראנדזשירט די אפיסעס איינגעטיילט אין דריי פליגלען, המספיק טשויס, המספיק קעיר, און המספיק אוו ראקלענד קאונטי. יעדע פליגל פאר זיך איז איינגעטיילט באזונדער פאר פרויען און מענער, ווי עס פאסט פאר אזא חרדישע אגענטור על טהרת הקודש.

דער פריערדיגער לאקאל פון "אוירלי אינטערוועשן", ווערט אט אט פיקס פארטיג איבערגעמאכט אלס נאך איבער א צענדליג 'קיוביקלס' "המספיק טשויס" באאמטע. אין "המספיק קעיר" קארידארן ענדיגט זיך באלד די קאנסטרוקציע פון נאך עטליכע פריוואטע און גרעסערע אפיסעס, בשעת ווען "המספיק אוו ראקלענד", האט מען אין גיגנאטישן אפיס זאל פון די מענער סערוויס קאארדינעיטארס, אריינגעשטופט אינעם שטח נאך פיר קיוביקלס צו אקאמאדירן דעם הערליכן וואוקס בס"ד.

און מיט די אפיסעס און קארידארן איבערגעפילט אין יעדע מעגליכע פלאץ, א סימבאל פון די אומאויפהערליכע עסקנות, שרייט זיך ארויס א תפילה, מיר זאלן שוין זוכה זיין צום "בך חותמין", ווי צדיקים האבן געטייטשט אז אין זכות פון אברהם – מידת החסד, זאלן מיר בקרוב און במהרה דידן זוכה זיין צו די גאולה שלימה, אמן. ★

מען דערקענט שוין די שטאלענע סטרוקטור פון נייעם אויבערשטן שטאק.

"קינדערלאנד" קביעת מזוזות

>> זייט 24

וואס די גמרא זאגט (יבמות סב: און רש"י ב"ב צא.) אז אין יעדעס קינד דארף מען אינוועסטירן 'כי אינך יודע אי זה יכשר' – ווער וועט אויסשטייגן און ווער וועט העלפן די עלטערן אויף דער עלטער, דאס הייבט זיך אן אין אוירלי אינטערווענשן.

יעדעס איינציג יונגל און מיידל דארף באקומען דאס מעגליכקייט צו דערגרייכן דעם פולסטן פאטענציאל און די רעזולטאטן – פריילך שאקירנד ב"ה.

צום שלוס האט ר' מאיר שטארק באדאנקט די געטרייע עוסקים בצרכי ציבור באמונה וועלכע האבן צושטאנד געברענגט דעם הערליכן אריבערגאנג, בראש וראשון האשה החשובה מרת קלאר תחי', דירעקטאר פון "אוירלי אינטערווענשן" אין קרית יואל וואס איז געווען גאר אינסטרומענטאל ביים אדורכשטופן די שטיינער אין וועג; און די אויבנדערמאנטע לאקאלע עסקנים, ר' אליעזר אפפעל, ר' אהרן דוד רובינשטיין און ר' נטע פריעד.

"א באזונדערע איבערראשונג," האט ר' מאיר צוגעלייגט, "איז די געלעגנהייט צו קענען באדאנקען בפניו איינער וועלכער שטייט צו די רעכטע האנט העלפן ווען נאר נויטיג, און בפרט מיט "אוירלי אינטערווענשן" פון די ערשטע מינוט אנגעהויבן, דער חרד'ישער ראקלענד קאונטי לעגיסלאטור און עוסק בצרכי ציבור באמונה שוין לאנגע יארן, מו"ה אהרן בנציון ווידער הי"ו.

"ער איז געווען דער נחשון וועלכער האט אדורכגעבראכן אלע שוועריקייטן וואס היימישע "אוירלי אינטערווענשן" איז אריבער מיט יארן צוריק, און אצינד האבן מיר די זכי' אז ר' אהרן בנציון איז בקביעות אין המספיק צו העלפן מיט די שתדלנות פונעם 'מרכז עזרה לצרכי הציבור' לפני השרים והעמים."

ר' מאיר האט אויסגעפירט מיט א ווארעמע ברכה מען זאל זוכה זיין בקרוב ארויסצוגיין פון ביזנעס... "פרנסה געבט דאך דער אייבערשטער, זאלן אלע אידן זיין געזונט און שטארק" וואס וועט מקויים ווערן בביאת גואל צדק במהרה בימינו.

אבער ביז דעמאלטס בעטן מיר ווייטער אויף סייעתא דשמיא זוכה צו זיין אז יעדער איד וואס ווענדט זיך פאר הילף זאלן מיר זוכה זיין צו העלפן מיט'ן גרעסטן סבר פנים יפות און שלימות וואס נאר מעגליך. און אודאי יהא רעווא אז די קינדערלעך אין אוירלי אינטערווענשן זאלן מצליח זיין און ארויסקריכן פון יעדע פארשפעטיגונג און שוועריגקייט, און נישט דארפן צוריקקומען צו המספיק ביז צענדליגער יארן שפעטער, ביים באקומען פאסיגע הילף בשנות זקנה ושיבה דורך "המספיק קעיר"...

ר' אהרן בנציון האט גענומען דעם רשות הדיבור, באטאנענדיג די זכי' צו שטיין צוהילף פאר המספיק אין אירע מעשי הצדקה והחסד, און טאקע אלס 'ביכורים' אין זיין עסקנות קאריערע איבער אלע ראנגען.

סיי דינענדיג אויפ'ן לאקאלן "סקול באורד" איז דאס ערשטע עסקנות געווען עטליכע המספיק ספעציעלע הילף פראיעקטן, אלס ספרינג וואלי אסיסטענט-מעיאר איז פון די ערשטע אויפטוען בס"ד געווען "ישיבת תורה וחסד" אויפ'ן רוט. 45, און שפעטער אלס קאונטי לעגיסלאטור איז טאקע "המספיק אוירלי אינטערווענשן" געווען דאס ערשטע פראיעקט הארט נאכ'ן אריינקומען אין אמט...

די מסיבה האט זיך געשלאסן מיט א לעבעדיגן ניגון, עד הנה עזרונו... און א הארציגע תפילה, ואל תטשנו ד"א לנצח ! ★

זמן מתן תורתינו

ביים פרעכטיגן מילכיגן טועמי' ערב יום טוב אין "קאנקארד ברודערהיים", ראקלענד

פרייליכע שבועות טעג באגלייטן "המספיק משפחה" מיט הייליגע געפילן אין לאנגען זומער אריין

יום טוב אין המספיק איז מעין עולם הבא פאר יעדן קינד באזונדער, אבער דער לעכטיגער יום טוב שבועות, זמן מתן תורתינו, איז אויסגעצייכנט אין דעם געביט, ווי די הייליגע חז"ל זאגן, "הכל מודים בעצרת בעינן נמי 'לכם.'"

שוין וואכן פריער האבן די שטאב מיטגלידער אומעטום געהאלפן צוגרייטן די קינדער צום גרויסן יום טוב. אין "דעי העב" און אין "רעספיט," סיי ביי די יונגלעך און סיי אין עזרת נשים, האט מען געמאכט הערליכע פראיעקטן, מאלערייען, געבעקסן, "ארטס ענד קרעפטס," אין איינקלאנג מיט די טעמעס פונעם יום טוב.

צום ביישפיל, עטליכע טעג פאר קבלת התורה תשע"ז, זענען די חשוב'ע בחורים פון ישיבת תורה וחסד אין קרית יואל ארויסגעפארן צו א הערליכע בלומען גארטן לכבוד דעם דערהויבענעם יום טוב ווען מען לייגט אין אלע שולן און אידישע הייזער בלומען אוןביימעלעך, אלס זכר צום באצירטן בארג סיני ביי מתן תורה.

דער פארק איז באשאנקען מיט א רייכע אויסוואל פון אויג פארכאפנדע קאלירפולע בלומעלעך און ביימער פון אלע סארטן, פארשפרייטנדיג א דופטיגע ריח גן עדן איבער'ן גאנצן ארום, מיט עלעגאנטע אויסגעפלאסטערטע שטעגן און בענק אינצווישן מען זאל קענען געניסן מיט פארגעניגן פון די הערליכע נפלאות הבורא.

אנקומענדיג אויפן ארט האט מען זיך דאס ערשטע אוועקגעזעצט זיך אפרוען פונעם וועג און יעדער האט טיף אריינגעאטעמט די פיינע פרישע לופט וואס דער הייליגער באשעפער האט אהערגעשטעלט. עטליכע חשוב'ע תלמידים האבן ספאנטאניש אנגעהויבן זינגען די לעבעדיגע ניגוני החג, "ובאו כולם" און "עליונים ששו". נאך עטליכע מינוט האט מען זיך ארויסגעלאזט אויף א געשמאקע שפאציר זינגענדיג דעם הייליגן ווארעמען "אהבה רבה" ניגון וואס איז מקובל פון הייליגן רבי'ן ר' הערש פון רימאנאוו זי"ע, נאכגעפאלגט מיט נאך הארציגע ווארעמע ניגונים איינס נאך דאס אנדערע.

אינמיטן שפאציר האבן די בחורים באמערקט א היסטארישע "פאבליק טעלעפאן!" מ'האט פרובירט צו מאכן א טעלעפאן קאל צום בארג סיני אבער מען האט געזען אז עס ארבעט שוין נישט.

ערב ראש חודש סיון זענען די תלמידים ארויף אינאיינעם צום ציון הקדוש פון הרה"ק מ'ריבניץ זי"ע אויסצוזאגן אינאיינעם די "תפילת השל"ה" און זיך אויסוויינען 'והאר עינינו בתורתיך'. צוריק אין ישיבה, האבן אלע חשוב'ע בחורים אליינס געפלאנצן הערליכע בלומען אין וואזעס לכבוד דעם גרויסן יום טוב.

*

זייערע ברידער אין ישיבת תורה וחסד שע"י המספיק אין ראקלענד קאונטי האבן אויף זייער אייגנארטיגע שטייגער זיך געגרייט בהכנה דרבה מקבל צו זיין די תורה פונדאסניי, ווי עס שטייט אין ספרים הקדושים אז עס איז זמן "מתן תורתינו" – יעדעס יאר מיט א התחדשות. דאס ערשטע אודאי האט מען זיך צוגעפלייסט ביי די שיעורים קבועים וועלכע מען האט געלערנט מיט א באזונדערע חיות און געשמאק, באזונדער האט מען געלערנט א לעבעדיגער שיעור משניות אין "מסכת ביכורים" לכבוד הרגל.

דאנערשטאג פאר שבועות, דער וועכנטליכער "טריפ-טאג", איז מען געפארן אויף אן אויספלוג אין "טשאק-אי-טשיז", א לאקאלע הערליכע שפיל פלאץ, אלס לשון נופל על לשון און הכנה דרבה צום הייליגן יום טוב ווען מנהג ישראל קדושים איז צו עסן 'מילכיגס'.

*

אינעם יום טוב אליינס איז געווען מועדים לשמחה חגים וזמנים לששון אין אלע המספיק היימען, מיט א שיינקייט, ווארימקייט און התרוממות הנפש וואס מ'קען שווער שילדערן מיט ווערטער.

אין א געוויסן זין איז שבועות אין המספיק דער שענסטער פון אלע ימים טובים, איבערהויפט אין געביט פון די אחדות וואס טוט איינהילן די אטמאספערע אין די היימען. פסח און כמעט אזוי אויך סוכות, זענען גאר גרויסארטיגע ימים טובים ביי יעדע משפחה, מען קומט צו די עלטערן און זיידעס אויף א גרויסן פארנעם, מען טרעפט זיך צוזאמען נאך לאנגע אפשניטן באזונדער.

עס איז דעריבער א צייט ווען א גרויסע צאל משפחות רופן אהיים זייער זון אדער טאכטער פון המספיק היים, זיך צו פאראייניגן מיט די עלטערן און געשוויסטער אויף די סדרים, אויף חול המועד, אויף שמחת תורה, אין יעדן פאל וויאזוי די משפחה זעט פאר פאסיג.

אבער שבועות איז דער אויסנאם אז מען גייט כמעט נישט אהיים, און דער גאנצער עולם פראוועט צוזאמען דעם יום טוב מיט שמחה און ברען, מיט חשק און התלהבות, מיט א "לכם" פון די בעסטע עסנס כיד המלך, בשעת די געטרייע שטאב מיטגלידער, די פראנט-ליניע "ליוו-אין" און "דירעקט סופארט" שטאב, פירן די ווירטשאפט ווי אין יעדע אידישע שטוב.

ספעציעל לייגן זיך די מענעדזשער און שטאב מיטגלידער אריין מיט געוואלדיגע געטריישאפט צו ברענגען אינערליכע שמחה פאר יעדן איינעם באזונדער, וויאזוי עס איז נאר מעגליך. ווער עס קען האלט מיט די אקדמות און עשרת הדברות אין שול, און די אנדערע פראווען אלצדינג כראוי וכיאות מיט די שטאב מיטגלידער אינדערהיים.

אבער אין אלע גרופע-היימען האבן געטרייע שטאב מיטגלידער אפגעראכטן דעם יום טוב ככל משפטו וחוקתו מיט'ן גאנצן פאראד און געשמאק, מיט אלע הערליכע מנהגים, זמירות און ניגונים, געבנדיג פאר די חשוב'ע רעזידענטן א ריכטיגע היימישע און דערהויבענע יום טוב.

לאנגע וואכן נאכדעם וואס די לעצטע קעז-קרעפלעך וועלן שוין זיין א פארגאנגענהייט, וועלן די זיסע זכרונות ווייטער באגלייטן און פארצוקערן די טעג און נעכט ביז צום קומענדיגן יום טוב. *

די חשוב'ע בחורים אין ישיבת תו"ח, ק"י, לערנען מיט התמדה און חשק ערב זמן מתן תורתינו!

בס"ד
די בעסטע פלאץ פאר אלע אייערע גרופ-אינשורענס געברויכן
Reliable Brokerage, Inc.
We get you protected.

888.783.6286
רופט היינט פאר אייער אומזיסטע אינשורענס פרייז אפשאצונג
HENRY KELLNER & ASSOCIATES
E-mail us at: info@reliablebrokerage.com
Visit us on the web at: www.ReliableBrokerage.com

המספיק אין בילדער

המספיק אין בילדער - זמן מתן תורתינו תשע"ז

עס קומט א זמן מתן תורתינו! די חשוב'ע בחורים פון ישיבת תורה וחסד אין קרית יואל בעטן זיך אויס בכוונה תפילת השל"ה, "והאר עינינו בתורתיך", ביים ציון פון הרה"ק מ'ריבניץ זיע, אינעם יום המסוגל – ערב ראש חודש סיון. לינקס אויבן, הכנות צו מתן תורה אין פרויען "דעי העב" אין ברוקלין, אונטן בלומען אומעטום אין "רעספיט" קרית יואל

רעכטס: שבועות אין "עיקערס ברודערהיים", ק"י, אויבן, 'בלומען חלות'; אונטן נייע בעט-געוואנט, יא, אויך בלומען, אלעס לכבוד יו"ט. לינקס: "בעיקערטאון שוועסטערהיים", דער הערליך באצירטער טויער און אייגן געמאכטע געשמאקע מאכלי חלב צום יום טוב

ערב יום טוב, אין ישיבת תורה וחסד אין קרית יואל, פאר'ן אהיימנעמען הערליכע בלומען, אליינס געפלאנצן און בעז"ה וועט מען עס ווייטער אליינס באוואסערן

הכנות צום יום טוב אין המספיק טאג פראגראמען, רעכטס: ביים פלאנצן די בלומען אין ישיבת תורה וחסד קרית יואל. לינקס: קעז קוכנס און ציצים ופרחים מעשי ידים להתפאר פון די חשוב'ע מיידלעך אינעם "סטארס פראגראם" אין ראקלענד קאונטי

המספיק אין בילדער

שיריים פון פסח שני און ל"ג בעומר תשע"ז אין המספיק

א הייליג פייער האט אויפגעלאכטן אלע הערצער ביים הדלקה דורך ישיבת תורה וחסד שע"י המספיק און קינגס קאונטי. די הערליכע מאורע איז געפראוועט געווארן פארנט פון ביהמ"ד גארליץ וואו די חשוב'ע בחורים זענען פון די קביעות'דיגע מתפללים', און בראשות כ"ק אדמו"ר מ'גארליץ שליט"א, וועלכער ווייזט שטענדיג ארויס א הארציגע חביבות און מאור פנים פאר די בחורים. באזונדער איז די שמחה גרויס געווען צוליב די יום הולדת פון הבה"ח הערשי נ"י וואס געפאלט אין די צייט, און ביינאכט איז פארגעקומען א הערליכע מסיבה אין "61'סט ברודערהיים" לכבודו

ביידע סניפים ישיבת תורה וחסד שע"י המספיק אין ראקלענד האבן אינאיינעם געפראוועט א מאסיווע הדלקה לכבוד הילולת רשב"י. געטיילט ח"י ראטל, געגאסן שמן להדלקה, רעספיט יונגלעך זינגען ביים מייק, און די שמחה איז פלאם פייער!! לינקס: גאר פרייליכע, און גאר פארזיכערטע, 'הדלקה' ביים "בעיקערטאון שוועסטערהיים" אין קרית יואל

דערהויבענע סדרים לכבוד פסח שני, מיט געפיל און בענקעניש צו די גאולה שלימה, רעכטס און צענטער אונטן, אין ראקלענד רעספיט פראגראם, קידוש בהסיבה בשעה שיש מצה ומרור מונחים לפניך; לינקס, אין ישיבת תורה וחסד שע"י המספיק און ראקלענד סניף רוט. 45, כולנו מסובין ברב עם, פון א תפילה דער יחץ זאל גערעטן, ביז וכאן הבן שואל.

המספיק נייעס

נחת גוררת נחת:

שיינענדע מאמענטן ווען המספיק טאכטער באהאנדלט עקסידענט סצענע מיט מוסטערהאפטע פארשטאנד רואיגקייט און אחריות

די ערשטע "טראפיק סיגנאל" אויף א באס איז ערשינען אין ווירדזשיניע אום 946', צו פארזיכערן קינדער ווען זיי גייען/קומען אין שולע. עס איז מיט די יארן פארבעסערט געווארן און אפילו געווארן א מאנדאט, אבער אין פאל פון אן עקסידענט ח"ו העלפט גארנישט ווי אן אחריות'דיגע "באס טיטשער"

העדליינס זענען געשאפן געווארן אין היימישן בארא פארק ווען א באס-עקסידענט איז בחסדי ד' אריבער אן קיין שום שאדנס אדאנק די אחריות'דיגע ארבעט פון א חשוב'ע המספיק טאכטער שתחי'.

די מעשה איז א סימבאל ווי ווייט עס דערגריכט די המספיק-מיסיע מחשיב צו זיין יעדעס אידיש קינד און פאר יעדן שענקען דאס מעגליכקייט צו שיינען מיט'ן פולסטן פראכט, העכער אלע ערווארטונגען.

די געשיכטע איז פארלאפן מיט עטליכע טעג צוריק ווען א באס פון א היימישע בית חינוך לבנות אנגעפולט מיט קליינע קינדערלעך איז געווארן פארמישט אין אן עקסידענט. אויפ'ן באס האט זיך אבער געפונען א באס-טיטשער וועלכע האט בס"ד זוכה געווען איבערצודרייען די געשיכטע פון א נאציאנאלע טראגעדיע צו א געשיכטע פון סוקסעס, אחריות און שבח והודאה.

וואס נישט יעדער ווייסט איז וויפיל כוחות די חשוב'ע טיטשער האט אריינגעלייגט אנצוקומען דערצו.

געבוירן איז זי מיט פארשידענע דעוועלאפמענטל באגרעניצונגען וועלכע וואלטן איר געקענט שטארק שטערן פון מצליח זיין אין לעבן. איר גייסט האט דאס אבער נישט צובראכן.

זי איז אריינגעקומען אונטער די פליגלען פון "המספיק", וואו זי האט זיך הערליך געהאדעוועט אין איינס פון המספיק'ס בארימטע שוועסטערהיימען לשם ולתפארת.

איר געטרייע סערוויס קאארדינעיטאר, מרת פריינד שתחי', אינאיינעם מיט די בארימטע סערוויס קאארדינעישן סופערווייזאר, מרת זילבערמאן תחי', וואס לייגט זיך אריין מיט הארץ און נשמה פאר יעדעס קינד, האבן כסדר פארזיכערט אז זי באקומט יעדע סארט הילף וואס איז נאר מעגליך זי זאל קענען דערגרייכן אירע פולסטע מעגליכקייטן בס"ד.

אין שוועסטערהיים און אין המספיק'ס טאג פראגראמען האט מען הערליך געארבעט צו גלאנצן דעם דיאמאנט עס זאל שיינען מיט די פולסטע פראכט, ביז המספיק האט געזען אז זי קען שוין גאר אפילו שטייגן העכער אין לעבן און ווערן מער אריינגעפלאכטן צווישן אלע אידישע איינוואוינער אין בארא פארק.

נאך לאנגע און שווערע ארבעט האט מרת פריינד ענדליך געפונען די פאסיגע פאמיליע, א וואונדערליכע ווארעמע און ליבליכע פאמיליע, וועלכע האט איר אריינגענומען ווי אן אייגן קינד. זי וואוינט דארט מיט דאס גרעסטע צופרידנהייט באקומענדיג פון זיי אלע אירע געברויכן נישט נאר פיזיש נאר אויך עמאציאנעל, ווי עס זעט זיך אן אויף איר שמייכל און לעבנס-לוסט.

אבער נישט נאר אין פערזענליכן לעבן האט זי אזוי הערליך מצליח געווען, זי האט זאגאר דערגרייכט אויפגענומען צו ווערן אלס געהילף-לערערין אין די פרי-סקול קלאס אין א בארימטע היימישע בית חינוך לבנות אין הארץ פון בארא פארק. אדאנק דעם צוטרוי וואס מען קען איר שענקען, היט זי אויך אליינס אויף די קינדערלעך אויף איינע פון די באסעס קומענדיג און גייענדיג פון און צו שולע יעדן טאג.

אריינלייגנדיג הארץ און נשמה אין איר עבודת הקודש, זענען די קינדערלעך כמים פנים אל פנים צוגעבינדן געווארן צו איר מיט לייב און לעבן. זיי האבן איר ליב אהבת נפש און זי טרעפט אויך גרויס באפרידיגונג אין איר שטעלע, וואס זי דערפולט מיט'ן גרעסטן שלימות און געטריישאפט.

דינסטאג בהר-בחוקותי, אינמיטן א רוטינע נסיעה מיט די קינדערלעך אויפ'ן וועג אהיים פון שולע, האט זיך דערהערט א שרעקליכער זעץ און דער באס איז געווארן געשליידערט מיט קראפט.

הצלה וואלונטירן האבן זיך געיאגט צו די סצענע, צוגרייטנדיג די הערצער צו די ערגסטע סצענע פון זייער לעבן, אן עקסידענט מיט א באס אנגעפולט מיט קליינע קינדערלעך... השם ירחם.

ווי פרייליך ערשטוינט זענען זיי געווארן זעענדיג ווי אלע קינדערלעך זענען געזונט און פארזיכערט, זייערע עלטערן געפונען זיך שוין אדער אויף די סצענע אדער אויפ'ן וועג אהין, און א פאטענציעלע טראגעדיע ה"י איז בחסדי ד' פארמיטן געווארן.

אלעס אדאנק די באס-טיטשער.

אנגעהויבן האט זיך עס מיט איר אחריות צו פארזיכערן אז די יונגע קינדערלעך זיצן אלע פארבינדן מיט די זיכערהייט גארטלעך נאך פאר מען פארט ארויס. נאכ'ן עקסידענט האט זי מיט איר שמייכל און פארשטאנד געהאלטן אלע קינדערלעך רואיג און פארזיכערט, ווען גלייכצייטיג רופט זי אויפ'ן טעלעפאן 'אלע' עלטערן זאלן קומען אפנעמען זייערע אוצרות אומבאשעדיגט פונעם צעקראכטן באס.

אדאנק איר צייטליכע און אחריות'דיגע באהאנדלונג זענען אלע קינדער ארויס נישט נאר גאנץ פיזיש, נאר אויך ריין פון טראומע און שרעקעדיגע חלומות. אלעס איז באהאנדלט געווארן הערליך פראפעסיאנאל וואס בעסער קען גארנישט זיין.

אלע הערצער אויפ'ן ארט זענען איבערגעפלאסן מיט דאנק און לויב צו השי"ת און צו זיין געטרייע שליח, די טיכטיגע באס-טיטשער.

צומארגנס האט דער מנהל פון די שולע ערהאלטן א בריוו פון א הצלה וואלונטיר אויף די סצענע, מיר ברענגען עס אראפ פאר אייך אין זייטיגן קעסטל ווארט ביי ווארט, איבערגעזעצט פון ענגליש, ליינט עס אליינס, קאמענטארן זענען איבריג.

דעם ריכטיגן ווערד פון ראטעווען אזויפיל אידישע ריינע נשמה'לעך קען נאר דער בורא אליינס אפשאצן, די זכותים וועלן איר אודאי ביישטיין אויף אייביג.

דער עפיזאד לערנט אונז ווי ווייט א מענטש קען דערגרייכן מיט'ן אמת'ן רצון — אויב מען זאל עס נאר ערמעגליכן! די דיאמאנט איז געווען פארשפארט אונטער א שווערע שיכט פון 'דיסעביליטי', אבער מיט די הילף פון המספיק האט זי בחסדי ד' באוויזן אויסצושטייגן אין א געלונגען אידיש טאכטער, א געטרייע היטערין אויף אירע קינדערלעך און א שטאלץ פאר גאנץ כלל ישראל!

בס"ד

כ"א אייר תשע"ז

לכבוד הרב...

עס קומט זיך אייך א יישר כח. נעכטן איז איינס פון אייערע באסעס געווען פארמישט אין אן עקסידענט אויף עווניו עף. און איסט 4'דע סטריט בערך 3:45. אלס הצלה מעמבער אויף די סצענע וויל איך אויסלויבן אייער באס-טיטשער. (וואס איר פארלאנגט ב"ה צו פארמאגן אויף אלע אייערע באסעס, טראץ די קאסטן דערפון.) א פאטענציעלע כאאסישע סצענע איז זייער שנעל קאנטראלירט געווארן.

ערשטנס, אלע קינדערלעך (מייסטנס גאר יונגע וועלכע קענען נאך אפילו נישט רעדן קלאר) זענען געווען אנגעגארטלט מיט די "סיעט-בעלטס". דאן האט די טיטשער שנעל און פראפעסיאנאל גערופן אלע עלטערן (נוצנדיג די ליסטע וואס זי האט געהאט מיט זיך) אריבערצוקומען און אפנעמען זייערע קינדערלעך (וועלכע זענען אלע געווען ב"ה פארזיכערט און גענצליך אומבאשעדיגט).

ווען די פאליציי איז אנגעקומען, זענען שוין אלע עלטערן געווען דארט אדער אויפ'ן וועג. דאס האט געמאכט די גאנצע סצענע אזויפיל מער פארזיכערט און רואיגער.

אלס פאטער פון א תלמידה און מאן פון א לערערין, באראויגט עס שטארק צו וויסן אז אונזערע טעכטער זענען ארומגענומען מיט הארציגע און געטרייע שטאב פון די מינוט זיי גייען ארויף אויף די באסעס אויפ'ן וועג אין שולע ביז זיי קומען צוריק אהיים.

נאכאמאל, א גרויסן יישר כח פאר אלע אייער ארבעט; נישט נאר מחנך זיין אונזערע טעכטער, אבער אויך פארזיכערנדיג זייער זיכערהייט.

(-)

בריוול פון א דאנקבארער טאטע און חבר הצלה (אין פרייע איבערזעצונג)

די 'סארנא'

דער סוד פון דר. סארנא'ס וואונדערליכע מעטאדע אויסצוהיי

ווען יא און ווען נישט?

מיר האבן געענדיגט דעם פאריגן ארטיקל מיט די רעטעניש וואס קרענקט די מעדיצינישע וועלט.

פארוואס זענען פארהאן אסאך וועלכע האבן מצליח געווען מיט טעראפי, אבער שפעטער ליידן זיי פון א 'רילעפס' און פאלן צוריק אריין אין די אלטע, נישט געזונטע, געוואוינהייט אדער אבסעסיע, דאקעגן זענען פארהאן מאנכע וועלכע קומען ארויס פון טעראפי 'סימפטאם-פריי' אויפ'ן לעבן - זיי האבן דערטאפט וואס זייערע פראבלעמען זענען און זיך געלערנט וויאזוי זיי איבערצוקומען אויף א געזונטן אופן. זיי שפירן אין זיך אן אמת'ע שלוות הנפש און עס בלייבט ביי זיי.

וואס איז דער חילוק צווישן די צוויי? פארוואס ווערן געוויסע געהאלפן בשלימות, אזש די אמאליגע פראבלעמען האט מער גארנישט קיין שייכות מיט זיי, און דאקעגן אנדערע ליידן ווייטער דערפון ביז די אריכות ימים ושנים?

אין אנדערע ווערטער, אויב עס איז מעגליך אז די 'אלטע' ניוראנס זאלן מאכן א פולקאמע צאתכם לשלום און זיך מער קיינמאל נישט באווייזן אויפן האריזאנט, טא פארוואס נישט ביי יעדן? ווען טוישט זיך דער מענטש באמת ביז די טיפסטע פנימיות פון זיין רצון, אזש די 'ניוראנס' אין זיין מח ווערן באמת איבערגעמאכט צו פרישע געזונטערע און ער וועט זיך מער קיינמאל נישט דארפן מוטשען מיט זיינע ענקזייעטיס און פאביעס?

אין די שפעטע ניינצן אכטציגער יארן, האט די מיליאן-דאלערדיגע קשיא אוועקגערויבט די רוה פון א טעראפיסט אין אוקלענד, קאליפארניע, מיט'ן נאמען ברוס עקער.

מר. עקער האט זיך אוועקגעזעצט מיט א קאלעגע און פארזיכטיג איבערגעהערט איניאיינעם איבער 1000 שטונדען רעקארדירונגען פון סעסיעס וואס ער האט געהאט מיט זיינע קליענטן, און געזוכט צו דערגיין, פארוואס פאר דעם קליענט איז די טעראפי סעסיע געווען א דורכברוך ווי קיינמאל בעפאר, און ביים קומענדיגן קליענט האט נישט פאסירט קיין שום ערנסטע טויש און אינערליך איז ער פארבליבן מיט זיינע ווייטאגן? וואס האב איך געטון אנדערש ביים ערשטן? האט עס עפעס מיט מיר, אדער ווענדט זיך עס בלויז אינעם קליענט אליינס?

מען קען איבערשרייבן דעם מח!

נאך חדשים איבערגיין און איבערהערן סעסיעס, האט ער ענדליך געטראפן וואס ער האט געזוכט.

זיינע פארשונגען האבן אים געוויזן אז עס איז אויסדרוקליך מעגליך גענצליך אויסצומעקן אלטע שטריכן (ניוראפעטס) אין מח און שאפן נייע וועלכע זאלן בלייבן פערמענאנט!

נאך אים זענען אנדערע שוין אויך אויפגעקומען דערויף. פון יאר 2000 למס' האבן פארשער אנגעהויבן ארויסקומען אין די מאסן מיט די איבערראשענדע אנטדעקונג, אז אנדערש ווי מען האט געמיינט ביז היינט, איז 'יא' מעגליך גענצליך אויסצומעקן איינגעקריצטע מח-מעסעדזשעס וועלכע פלאגן מענטשן און לאזן זיי נישט קיין מנוחה.

דאס האט איבערגעשטורעמט די וועלט.

פילע באווייזן האבן קלאר און דייטליך געוויזן אז וואס מען האט געהאט אנגענומען אלס 'געזעץ פון די נאטור' אז קיין זאך קען נישט ווערן אויסגעמעקט איינמאל עס איז געווארן איינגעקריצט אין מח (Indelibility), איז נישט ריכטיג!!

די אנגענומענע מיינונג פון אלע פסיכאלאגן ביז דעמאלטס איז געווען אז איינמאל א זכרון ווערט פארפאקט און קאנסאלידירט, בלייבט עס שוין איינגעקריצט אין מח אויפ'ן גאנצן לעבן.

יעצט האבן זיי אנגעהויבן זען, אז אין געוויסע מצבים ווערן די זכרונות שטריכן אינעם מח יא איבערגעמאכט, און די אלטע ווערן אויסגעמעקט און גענצליך פארשוואונדן!

די פארשער האבן נישט גלייך געוואוסט פונקטליך וויאזוי און ווען דאס פאסירט, אבער צוערשט האבן זיי אנערקענט אז עס איז א פאקט. מען קען אויסמעקן מח שטריכן אויף אייביג.

עטליכע יאר שפעטער, אין יאר '04 למס', האבן די פארשער אנגעהויבן זען ווען און וויאזוי דאס פאסירט, און דער פראצעדור וואס מאכט עס זאל געשען האבן זיי א נאמען געגעבן: Memory Reconsolidation - איבערפארעמען דעם זכרון.

ביז דאן האט מען געמיינט אז איינמאל זכרונות ווערן אויסגעפארעמט ('קאנסאלידעיטעד') אין מח, בלייבט דאס דארט אויף אייביג. אבער יעצט האבן זיי אנערקענט אז עס קען ווערן 'רי-קאנסאלידעיטעד' - דאס מיינט עס איז מעגליך עס איבערצופארעמען. מען קען ווי צוריק עפענען און צענעמען דעם זכרון, עס איבערמאכן און צוריק פארמאכן עס זאל בלייבן באפעסטיגט אויפ'ן נייעם וועג. 'מעסעדזשעס' וואס זענען פארבינדן צו זכרונות קענען ווערן 'אפדעיטעד' פון דאסניי און עס ווערט פארשריבן נייע מעסעדזשעס. די אלטע הערן אויף צו באמבארדירן.

(אן אנדערן טערמין וואס פארשער נוצן דערויף איז "עמאציאנאלע לאגיק". דאס הייסט מען טוט זאכן, אפילו ווען עס האט נישט קיין לאגיק בלויז ווייל עס איז געווארן איינגעקריצט אין מח אז דאס דארף זיין די רעאקציע צו אזא געשעעניש - עס איז נישט מער ווי דאס לאגיק פון די געפילן. די נייע ערפינדונג איז אז עס איז מעגליך איבערצושרייבן די עמאציאנאלע לאגיק פונעם מח.)

ברוס עקער, וועלכער האט דאס אלעס באמערקט מיט יארן פריער, האט געזען אז די פארשער דערגרייכן די זעלבע מסקנא ווי זיינס, און דאס האט אים געגעבן די מוט עס צו נעמען א שטאפל ווייטער און טרעפן דעם מהלך "וויאזוי" מען קען עס טון. ברוס האט זיך טיפער אריינגעלייגט דערין ביז ער האט אליין אנטוויקלט א מהלך אין טערעפי וויאזוי צו העלפן מענטשן אנצוקומען צו דעם ציל.

מיט פיר יאר צוריק האט ער ארויסגעגעבן די ערשטע בוך וואס טוט גרונטליך אדורך די נושא פון "איבערשרייבן דעם זכרון" און וויאזוי מען קען דאס פראקטיש נוצן צו העלפן מענטשן איבערקומען שוועריגקייטן אין לעבן. דאס בוך הייסט Unlocking The Emotional Brain - אויפשפארן דעם עמאציאנאלן מח, און מיר האפן אין די קומענדיגע שורות ארויסצוברענגען פאר אונזערע ליינער וויאזוי דאס ארבעט.

וזאת למודעי, אונזער ציל איז בעיקר ארויסצוברענגען וויאזוי דאס ארבעט אין געביט פון פיזישע ווייטאגן. אויב וועט איר פארשטיין וויאזוי דאס ארבעט און וואס דאס איז, וועט איר בעז"ה קענען פאראויסזען, ווי ווייט די סארנא מעטאדע וועט אייך העלפן און וויפיל נישט.

איר וועט קענען וויסן אויב עס וועט אייך זיין גענוג צו פארשטיין די מעטאדע, אדער עס וועט אייך אויספעלן עטוואס מסדר צו זיין אייערע געפילן.

די טעמע פון איבערשרייבן דעם זכרון איז גאר א טיפע און קאמפליצירטע, מיט פילצאליגע הייקעלע דעטאלן. עס איז נישט מעגליך ארויסצוברענגען די גאנצע טיפקייט דערפון אין די ראמען פון אונזערע ארטיקלען. מיר האפן דאס מסביר צו זיין אויף א לייכטע שפראך אז יעדער זאל דאס קענען פארשטיין, אבער אויב איר פארשטייט נישט עפעס, דאן ביטע, אדרבה, שיקט אריין אן אימעיל מיט אייער שאלה, און מיר וועלן בס"ד פרובירן עס אויסצוקלארן עד כמה שידינו מגעת.

ווען א שווערע געפיל האט נישט קיין פשט ווי אמאל

די ערשטע זאך וואס מיר וועלן ערקלערן, איז וויאזוי עס שפירט זיך 'פונדרויסן' ווען 'מעמארי ריקאנסאלידעישן' פאסירט. מיר וועלן נוצן קלינישע טערמינען אבער מיר וועלן דערמיט בס"ד פארשטיין אין פראקטישן זין, וויאזוי דאס קוקט אויס און וויאזוי עס שפירט זיך.

יעדער האט שוין אמאל געהאט שווערע געפילן. ווען מען האט שווערע געפילן פרובירט יעדער זיך צו בארואיגן פון זיי.

אסאך מאל איז מען זיך אליין מחזק מיט עפעס, און אסאך מאל ווענדט מען זיך צו א צווייטן צו באקומען חיזוק.

בדרך כלל ווען מען איז זיך מחזק גייט עס אויף אזא וועג, מען פארשטייט אז עס איז שווער, אבער מען פרובירט זיך גרינג צו מאכן. מען טוט דאס בעסטע וואס מען קען צו לייגן די שוועריגקייט אין א זייט, און מען פרובירט ווייטער אנצוגיין מיט'ן לעבן.

אסאך מאל פאסירט אויך עפעס מער.

מען טראכט אריין און מען הייבט כאפן, אז דאס וואס מען עגבערט זיך אזוי דערויף, איז גאר א טעות. מען פארשטייט אפילו נישט פארוואס דאס 'האט' געבאדערט.

עס פאסירט אמאל, ווען איינער מישט צוריק אויף אלטע זכרונות, דערמאנט מען זיך פון עפעס א שווערע דורכגאנג וואס האט אים שווער אפעקטירט בשעת עס האט פאסירט. אבער ווען ער קוקט יעצט צוריק, זאגט ער, "אמאל ווען איך בין געווען יונג האט דאס מיר ממש קראנק געמאכט,. אבער היינט ווען איך בין שוין אביסל עלטער איז דאס ממש א געלעכטער".

ער דארף זיך ניטאמאל 'מחזק זיין' ווען ער דערמאנט זיך יעצט פון די אלטע שווערע איבערלעבעניש. עס שפירט זיך ווי אן 'אלטע מעשה' און נעמט אים מער נישט איבער ווי אמאל. צומאל קען ער ניטאמאל פארשטיין פארוואס ער האט אמאל געמאכט אזא עסק פון אזא קליינינקייט.

וואס די פארשער רופן מיט די 'פענסי' נאמען' "מעמארי ריקאנסאלידעישן", מיינט אין פשוט'ע מאמע לשון נישט מער ווי אז א געפיל וואס האט זיך אמאל דערהערט זייער שרעקליך, הערט זיך היינט ווי א פארגאנגענהייט און מאכט נישט קיין רושם. עס איז נישט אז מען האט עס געלייגט אין א זייט און זיך מחזק געווען, נאר עס הערט זיך ממש ווי גארנישט, צומאל אפילו ביז צום לאכן.

עס איז וויכטיג צו באטאנען, אז 'מעמארי ריקאנסאלידעישן' טוט נישט אויסמעקן די פיזישע זכרון פון א מעשה מען זאל מער נישט געדענקען די געשיכטע. אז איינער איז אדורך א שווערע געשעעניש, וועט עס נישט יעצט ארויסגיין פון זכרון. אויף דערוויל איז נאכנישטא א געוויסע מהלך וואס זאל קענען

רעוואלוציע
חלק י״ג

לן ווייטאגן און וויאזוי עס צו נוצן למעשה

חיים מאיר הכהן פערל

גענצליך אויסמעקן מעשיות מען זאל זיי בכלל נישט געדענקען.

וואס מען קען יא טון איז אויסמעקן די 'עמאציאנאלע טייטש' דערפון, דער געפיל וואס דאס האט געגעבן פאר'ן לעבן, וואס דאס מאכט יענע איבערלעבעניש אזוי אומדערטרעגליך.

איינמאל די 'אפטייטש' ווערט אויסגעמעקט, ווערט יענע איבערלעבעניש איבערגעדרייט פון א 'שרעקליכע' איבערלעבעניש, צו א פשוט'ע איבערלעבעניש פון טאג טעגליכן לעבן, פונקט ווי קארס פארן אויפ'ן שטראז, אבער עס אפעקטירט מיר גארנישט פערזענליך.

די ערגסטע זאך אין מיין לעבן!

לאמיר דאס ערקלערן מיט א פשוט'ע ביישפיל.

די מעשה וואס איך ברענג אראפ איז אן אמת'ע געשיכטע וואס א יונגערמאן האט מיר פארציילט. די עפיזאד האט פאסירט מיט זיין טאכטער, און זייענדיג אביסל באהאוונט אין דעם רעיון, האט ער ב"ה פארשטאנען וויאזוי צו האנדלען מיט איר. איך געב אים איבער דאס ווארט:

ס'איז געווען א שבת קודש אינדערפרי, מיט עטליכע יאר צוריק.

יענעם שבת האב איך געהאט א קידוש

זייט 32 >>

לײנער'סארנא

ליינער פרעגן און שרייבן פון אייגענער ערפארונג מיט די "סארנא מעטאדע"

6168

פיס ווייטאג פארשוואונדן!

עס איז שווער צו גלייבן אבער פארט א פאקט. נאכ'ן אדורכגיין שבעה מדורי גיהנם מיט שרעקליכע יסורים אויף מיינע פיס, בין איך בחסדי השם פטור געווארן דערפון, בלויז דורכ'ן ליינען די סארנא ארטיקלען אינעם המספיק גאזעט!

איך פיר א גרויסע געשעפט, און מען קען זאגן אז איך מאך ב"ה שיין פרנסה דערפון. איך האב שוין חתונה געמאכט א קינד, און מיר שעפן פון דעם אויך שיין נחת ב"ה. אויבנאויף פארט דאס לעבן ב"ה אויף גאלדענע שינעס. ביז יענע נאכט.

איין נאכט האב איך זיך פלוצים אויפגעוועקט מיט שרעקליכע יסורים אין מיינע פיס. איך האב ממש נישט געוואוסט וואס צו טון מיט זיך פון גרויס פיין. נישט ווילנדיג אריינווארפן מיין פרוי און קינדער אין פאניק, האב איך אליינס שטיל גערופן חברה הצלה, איבערגעלאזט א צעטל אז כ'האב געדארפט גיין עפעס ערלעדיגן, און אזוי גע'גנב'עטערהייט האט מען מיר אריינגעפירט אין שפיטאל.

דארט האט זיך אנגעהויבן א רונדע טעסטן און צעמישעענישן, איינס ערגער פון דאס צווייטע. דאס ערשטע האבן זיי געמאכט אן 'עקס-רעי' וואס האט... גארנישט געוויזן. געמאכט אן עם. אר. איי. און.... אפשר עפעס געטראפן. די נאכפאלגנדע טעסטן האבן נישט געברענגט קיין קלארערע רעזולטאטן.

דערווייל האב איך זיך געוואלגערט פאר יסורים, ווען איך האב נישט קיין אנונג אויב, ווען און פון וואו מיין ישועה וועט קומען. עפעס האבן די מאשינען נישט רחמנות געהאט אויף מיר, און נישט פארגינט מיר צו געבן א דיאגנאז. צום סוף האט מען מיר גע'פטר'ט און אהיימגעשיקט מיט קראטשעס.

איך קום אהיים זיך שלעפנדיג מיט די שטעקענעס, ווען מיין ווייב איז אינגאנצן שאקירט. איך האב איר אפילו נישט געקענט זאגן פון וואס איך לייד וויבאלד איך האב אליינס נישט געוויסט... זענען מירביידע געווען אין צער, צעשאקלט און צומישט, נישט וויסנדיג וואס דארף זיין דער קומענדיגער שריט.

א גרויסער עסקן האט מיר אראנזשירט אן אפוינטמענט מיט גאר א גרויסן דאקטאר, מיט די האפענונג אז ער וועט יא קענען צוטרעפן די ריכטיגע דיאגנאזע. דער פראפעסאר האט געמאכט נאך א טעסט, און... יא ער האט אנגעהויבן עפעס צו באמערקן, אבער נישט אויף זיכער. ער האט געזען 'צייכנס' פון ארטרייטוס, אבער האט עס נישט געקענט פעסטשטעלן אויף זיכער.

אבער מיט אלע זיינע אנווייזונגען זענען די ווייטאגן נישט בעסער געווארן. איך האב זיך ווייטער געקענט באוועגן נאר מיט הילף פון די שטעקנס און דאס אויך מיט אומדערטרעגליכע יסורים.

א חבר וועלכער האט זיך דערוויסט פון מיינע ליידן, איז דאן געקומען מיר באזוכן. ער האט אויך אמאל געליטן פון שרעקליכע ווייטאגן אין די פיס, יסורים וועלכע האבן אים ממש פארקריפלט און געמאכט פאר אן אינוואליד. אין יונגען עלטער פון ארום 40 יאר האט ער געמוזט אנהייבן ארומגיין אין א רעדער-שטול.

היינט איז ער אבער ב"ה ארויס פונעם רעדער-בענקל און דרייט זיך ארום אויף די אייגענע פיס געזונט און שטארק, בלויז אדאנק די סארנא מעטאדע. ווען ער האט געהערט וואס איך מוטשע זיך, האט ער גלייך געכאפט אז איך לייד ווארשיינליך פון די זעלבע סארט אנשיקעניש ווי אים.

ער האט זיך אראפגעזעצט מיט מיר און פארציילט איבער די וואונדערליכע מעטאדע וואס דר. סארנא האט אויסגעארבעט. ער האט מיר ערקלערט וויאזוי די געפילן אפעקטירן דעם גוף, און וויאזוי מען קען זיך ארויסדערזען פון די פיזישע יסורים וועלכע שטאמען פון די געפילן. ער האט מיר געראטן, אז וויבאלד די מעטאדע ווערט אצינד באשריבן אינעם המספיק גאזעט, זאל איך נעמען די מיה און עס אדורכליינען, און זען וואס עס טוט.

די איינציגסטע זאך וואס האט מיר געשטופט צו ליינען דערוועגן, איז געווען דער לעבעדיגער עדות וועלכער איז געשטאנען פארנט פון מיינע אויגן, נאכ'ן זיין אין א רעדער-בענקל צוליב יסורים אין די פיס.

דער מענטש האט געליטן ווי מיר און איז ב"ה גענצליך ארויסגעקראכן דערפון. אנדערש וואלט איך פאר קיין געלט נישט געקענט גלייבן, אז פיזישע יסורים וואס לאזן נישט קיין מינוט מנוחה, זאלן קענען פארשווינדן ווערן דורך א מעטאדע וואס באהאנדלט בלויז די געפילן. כ'האב פארשפראכן דעם חבר מיינעם אז באלד צומארגנס וועל איך אנהייבן זיך אינטערעסירן דערין.

איין פראבלעם האב איך נאר געהאט, איך האב נישט געהאט דעם המספיק גאזעט. נאך עטליכע טעלעפאן רופן צו חברים און ידידים, איז מיר געלונגען צו פארשאפן אלע ארטיקלען פון אנהייב פון די סעריע און איך האב זיך באלד גענומען ליינען מיט דארשט.

וואס זאל איך אייך זאגן, זאכן האבן אנגעהויבן צו קלעבן. נאכן אדורכליינען עטליכע ארטיקלען האב איך אנגעהויבן זיך זען קלאר אין דעם בילד.

איך האב אנגעהויבן פארשטיין וויאזוי געפילן קענען אנזייען שטארקע פיזישע ווייטאגן, און וואס דארף פאסירן עס זאל אויפהערן.

איך האב באמת נישט געטון קיין סאך מער און די פיזישע יסורים זענען אוועקגעגאנגען. ווי עס שיינט איז פאר מיר גענוג געווען בלויז צו פארשטיין וויאזוי דאס ארבעט.

מיט די הילף פון מיין געטרייען חבר וואס האט מיר נאכאנאנד מחזק געווען צו גיין ווייטער, האב איך זיך איינגע'חזר'ט און אריינגעווארצלט דעם געדאנק, ביז היינט קען איך ב"ה פארציילן די פרייליכע ענדע - איך גיי ארום פראנק אן פריי, אן קראטשעס און אן יסורים, כאחד האדם.

איך פארשטיי נאך טאקע נישט גענוי עד היום הזה וויאזוי דאס האט פאסירט, אבער פאקט איז פאקט. ווי איך פארשטיי האבן עפעס געפילן פאראארבעט מעשים, אבער ווי נאר איך האב אנגעהויבן פארשטיין אז עס באמת גארנישט פיזיש, האבן די יסורים נאכגעלאזט.

איך וויל ענדיגן מיין בריוו מיט א גרויסן יישר כח פאר די המספיק גאזעט פאר'ן זיין די אכסניא פאר די רייכע ארטיקלען, און פאר'ן חשוב'ן שרייבער פאר'ן צושטעלן די ארטיקלען. זאל דאס זיין א זכות פאר נאך אידן געהאלפן צו ווערן מיט א רפואה שלימה אויף אלע רמ"ח אברים און שס"ה גידים.

די 'סארנא' רעוואלוציע

חיים מאיר הכהן פערל

>> זייט 31

אין די משפחה, און איך האב מודיע געווען אז איך וועל אהיימקומען אפאר מינוט שפעטער ווי געווענליך. מיין דעמאלטסדיגע 7 און א האלב יעריגע טאכטער, האט פארשטאנען אז זי האט גענוג צייט זיך צו גיין שפילן ביי איר קאזין אינדערהיים און אהיימקומען שפעט, וויבאלד טאטי וועט היינט אהיימקומען שפעט. זי האט זיך פארגעשטעלט אז עס וועט זיין גענוג צייט פאר איר אהיימצוקומען ווען איר קאזינס טאטע, מיין שוואגער, וועט אהיימקומען פון ביהמ"ד.

למעשה בין איך אהיימגעקומען נאך מיין קידוש, און נאכ'ן ווארטן אפאר מינוט אז מיין טאכטער זאל אהיימקומען און כ'האב געזען אז זי קומט נישט, האב איך זיך פארגעשטעלט אז אויב פארזוימט זי זיך אזוי לאנג, האט זי שוין זיכער געהערט קידוש פון מיין שוואגער. האב איך געמאכט קידוש פאר מיין אידענע, און מען האט זיך געגרייט צו גיין וואשן.

ווי נאר איך האב זיך אויפגעהויבן פון בענקל האט זיך די טיר געעפנט און מיין טאכטער'ל האט אריין שפאצירט. ווען זי האט געזען אז איך האלט שוין נאך קידוש, האט זי זיך גענומען יאמערן אויף קולי קולות מיט הייסע זידיגע טרערן, 'טאטי, וויאזוי קענסטו דאס טון צו דיין אייגענע טאכטער?! וויאזוי קען א טאטע מאכן קידוש אן זיין מיידל? היינט איז געשען די ערגסטע זאך אין מיין לעבן!!!"

פארשטייט זיך אז אויב האלט מען אצינד אינמיטן פון די ערגסטע זאך אין איר לעבן, זענען די געשרייען און וויינערייען וועלכע האבן באגלייט דעם אינצידענט געווען ווי עס פאסט פאר אזא איבערלעבעניש, מאכט זיך סך הכל איינמאל אין לעבן... און מ'ברויך אודאי זיכער מאכן אז אזא שוידערליכע טראגעדיע חזר'ט זיך נישט נאכאמאל איבער.

זי האט זיך גענומען ווארפן און שטויסן אויף אלע זייטן שרייענדיג און כליפעדיג אויף די העכסטע דעציבלען, און זי האט מיר אפילו אויך געוואלט אנהייבן שטויסן.

ווען איך האב געזען ווי ווייט איר רעאקציע גייט, האב איך זיך געכאפט אז איך האב ווארשיינליך אנגערירט א הייקעלע נערוו וואס באריט איר טיף אין די נשמה. זייער מעגליך אז איך בין דא באגאנגען אן עולה בשוגג. אבער וואס איז געווען איז געווען, און אין אזא מצב איז זיכער נישטא צו וועמען צו רעדן. דאס איז זיכער, אז איך קען איר נישט לאזן שטויסן איר טאטע.

האב איך איר, מיט געפיל אבער שטייפקייט געזאגט אין א קלארע טאן, 'איך פארשטיי אז היינט איז געשען צו דיר די ערגסטע זאך אין דיין לעבן, אבער דו טארסט נאך אלץ נישט שטויסן א טאטע'.

זי האט גלייך געכאפט דעם מעסעדזש, און זיך געגאנגען אויסבלאזן ערגעץ אנדערש, זיפצענדיג כסדר צו זיך, 'איך פארשטיי נישט וויאזוי טאטי האט עס געקענט טון צו מיר... די ערגסטע זאך אין מיין לעבן'...

שפעטער האט זי זיך ענדליך בארואיגט, און די סעודה איז סוף כל סוף אריבער בשלום.

מוצאי שבת, ווען זי איז געגאנגען זיך לייגן שלאפן, האט איך געוואלט איבערשמועסן די היינטיגע 'שרעקליכע' פאסירונג פאר זי שלאפט איין.

איך האב אנגעהויבן די שמועס אזוי:

'רחל'ע טייערע, איך ווייס אז היינט איז געשען צו דיר די ערגסטע זאך אין דיין לעבן'...

נאך פאר איך האב געקענט ענדיגן מיין זאץ, האט זי געעפנט אויף צוויי גרויסע פארוואונדערטע אויגן, מיט א גרימאס אויפ'ן פנים ווי זי פרעגט זיך אליין, זאל איך וויינען אדער לאכן?

און דא האט עס פאסירט.

זי האט אויסגעשאסן אין א היסטערישע גלעכטער.

'עה, טאטי,' האט זי אוועקגעמאכט די גאנצע מעשה לאכעדיגערהייט, 'דו ווייסט ס'איז נישט אמת... ס'איז נישט די ערגסטע זאך, הא הא הא, טאטי, דו מאכסט אזא גוטע דזשאוק."

כדי מחזק צו זיין איר נייע וועג פון באטראכטן איר היינטיגע איבערלעבעניש מיט א געזונטע דערהער, האב איך איר 'געטשאלענדזשט', 'וויאזוי רעדסטו רחל'ע? היינט איז געשען די שרעקליכסטע ערגסטע זאך אין דיין גאנצע לעבן!!! איך ווייס עס, און איך האב עס אפילו געזען!!"

זעענדיג אז איך שטופ איר צום וואנט, האט זי זיך געדארפט געבן א שטעל אפ און זיך אביסל אריענטירן און איבערקלערן וואס מיינט פאר איר 'די ערגסטע זאך אין לעבן'. נאך א מינוט געבט זי א זאג אזוי אומבאקוועם, 'איך ווייס נישט טאטי, אבער ס'איז נישט עכט געווען די ערגסטע זאך אין מיין לעבן.'

צו פארשטיין אירע השגות וואס מיינט ביי איר יעצט די 'ערגסטע זאך אין לעבן', האב איך איר באלד צוריקגעפרעגט, 'אויב אזוי, וואס איז יא די ערגסטע אין דיין לעבן?'

זי טראכט א מינוט, און זי ענטפערט, 'ווען עלטער זיידי איז נפטר געווארן.'

אלזא 9 שעה נאכ'ן גרויסן שטורעם זענען מיר ב"ה געוואויר געווארן איר אפדעיטעד ווערסיע וואס די 'ערגסטע זאך אין לעבן' מיינט.

'אבער היינט אינדערפרי איז עפעס אנדערש געווען די ערגסטע זאך אין דיין לעבן, ווען כ'האב נישט געווארט אויף דיר פאר קידוש!?' לאז איך איר נישט נאך.

'הא הא הא הא הא', צולאכט זי זיך נאכאמאל כאטש מיט א רויטע פנימ'ל, 'איך ווייס נישט פארוואס איך האב אזוי געזאגט היינט אינדערפרי.'

'און ס'באדערט דיר נישט אז איך האב נישט געווארט אויף דיר פאר קידוש?' פרעג איך איר.

'ס'באדערט מיך יא, אביסל, אבער ס'איז נישט געפערליך. די נעקסטע מאל, זאלסטו ביטע ווארטן פאר מיר אויף קידוש, טאטי, כ'מעג עס בעטן?'

'אודאי, רחל'ע, זיכער וועל איך קומענדיגע מאל ווארטן אויף דיר מיט קידוש. יעדער מאכט אמאל א מיסטעיק, און נעקסטע מאל וועל איך דיר לאזן רופן אי"ה. א גוטע נאכט, שלאף געזונטערהייט.'

עד כאן המעשה.

פאר אינטערעסאנטקייט, האב איך בשעת'ן שרייבן די מעשה געבעטן דעם יונגערמאן ער זאל איבערפרעגן זיין טאכטער וואס איר ערגסטע זאך אין לעבן איז געווען. דאס מיידעלע האט זיך שטארק צולאכט און גלייך געכאפט וואס ער וויל, "ווען דעמאלטס ביי די קידוש? האהאהא... ס'איז עכט נישט געווען די ערגסטע זאך. כ'בעט דיך איבער טאטי פאר'ן מאכן אזא טומל דערוועגן"

איר אפדעיטעד ווערסיע האט זיך נאך געשפירט אין אירע ביינער בערך צוויי יאר נאך די מעשה. אלזא, דער זכרון פון די מעשה איז איבערגעשריבן געווארן מיט ערפאלג.

##ביידע זענען אמת, אבער נישט אויף איין מאל

דאס אויבערדערמאנטע מיידל האט מיטגעלעבט וויאזוי א געשיכטע האט פארלוירן איר 'פשט' און 'חיות' אין ווייניגער פון 9 שעה.

עס איז נישט געווען סתם אז זי האט זיך בארואיגט פון וואס עס האט פאסירט, נאר די גאנצע 'אפטייטש' וואס די פאסירונג האט געמיינט פאר איר ־ אז היינט איז געשען 'די ערגסטע זאך אין איר לעבן,' שאפנדיג די גאנצע עמאציאנאלע וואלקאן-אויסברוך ־ איז אויסגעמעקט געווארן. איר 'געפיל' יעצט ווען מען רעדט פון די מעשה איז בכלל נישט עפעס וואס באריט איר פערזענליך. כאילו נישט איר מיינט מען דא.

דאס האט נישט פאסירט ווייל איר טאטע האט איר 'אויסגעלערנט' אז עס זענען פאראן ערגערע זאכן אין לעבן, נאר ווייל עפעס אין איר האט זיך נאטורליך אויפגעוועקט צו אנערקענען דעם קלארן פאקט אז 'די ערגסטע זאך אין לעבן' איז גאר עפעס אנדערש.

זי האט עס אליינס געוואוסט פאר א קלארע פאקט.

קיינער האט איר עס אפילו נישט געדארפט דערציילן.

וויפיל איר טאטע האט נאר פרובירט ביינאכט צו דערוועקן די פריערדיגע יאמערליכע געפיל אז עס האט היינט פאסירט די ערגסטע קאטאסטראפע אין איר לעבן, איז עס אים מער נישט געגאנגען.

איר אמאליגער פאקט איבער וואס 'די ערגסטע זאך אין לעבן' מיינט, איז אפגעווישט געווארן.

די פראגע שטעלט זיך, וויאזוי? פארוואס?

וואס האט פאסירט אין די 9 שעה אז די זעלבע עפיזאד וואס זי האט פריער קלאר געוואוסט אלס פאקט ־ עכ"פ אין איר וועלטל ־ אז דאס איז די ערגסטע זאך אין לעבן, און זי איז דעריבער אריינגעפאלן אין א שרעקליכע היסטעריע, זאל אצינד ניטאמאל ערוועקן א קרעכץ!? איר פריערדיגע רעאקציע מאכט פלוצים נישט קיין סענס פאר איר. וואס האט געשאפן דעם טויש?

אוודאי וועלן געוויסע ליינער טענה'ן אז דער נאטור פון געפילן איז אז זיי וועפן אויס מיט די צייט. דאס איז ריכטיג, אבער די קשיא ווערט נאר שטארקער, פארוואס טאקע? אויב די געפיל איז געבויט אויף א געשיכטע און די געשיכטע בלייבט א חלק פונעם מציאות, עס ווערט קיינמאל אויסגעמעקט, וויאזוי טוישט זיך דער געפיל דערוועגן?

חשוב'ע ליינער, ביטע לייגט גוט צו קאפ צו וואס מיר וועלן דא שרייבן.

אויב וועט איר דאס פארשטיין, וועט איר בס"ד פונקטליך קלאר וויסן אויב אייער מח וועט מסכים זיין זיך צו באפרייען פון אלטע לאנגיעריגע מוטשענישן, אין אונזער פאל ־ פיזישע ווייטאגן.

ביי דאס מיידעלע האט אומדירעקט פאסירט א 'מעמארי ריקאנסאלידעישן.'

א קלארע פאקט וואס איז געווען אמת ־ א טאטע וואס ווארט נישט פאר זיין טאכטער מיט קידוש, איז די ערגסטע זאך וואס קען פאסירן צו א מענטש אין זיין לעבן. דער פאקט באגעגענט זיך פלוצלינג צוזאמען מיט אן אנדערע אמת'ע פאקט וואס פילט זיך אויך פונקט אזוי אמת'דיג ־ אז די ערגסטע זאך אין לעבן וואס קען פאסירן צו א מענטש איז, ווען איינער ווערט נפטר.

וועלכע פון די צוויי איז 'באמת' אמת?

ביידע פילן זיך אמת'דיג בשעת מעשה, אבער ביידע קענען נישט זיין אמת צוזאמען אויף איין מאל.

עס קען נאר זיין 'איין' ערגסטע. צוויי 'שלעכטע' זאכן קענען עקזעסטירן אויף איין מאל, אבער 'ערגסטע' קען נאר זיין איינס.

די נאטור פון די מוח איז אז ווען אזא

>> זייט 33

מו"ה חיים מאיר הכהן פערל הי"ו איז א לייף און ביזנעס קאוטש, און פריוואטער מדריך און עקספערט טרעינירט צו נוצן די סארנא מעטאדע. במשך די לעצטע פאר יאר נוצט ער די מעטאדע און נאך פראפעסיאנאלע מהלכים אין וועלכע ער איז געלערנט, צו העלפן ביזנעס לייט, ארבעטער און עקזעקיוטיוון, באפרייט צו ווערן פון זייערע ווייטאגן וואס שטערן זיי פון דערגרייכן זייער מאקסימום.
פאר קאמענטארן און/אדער שאלות קען מען זיך פארבינדן מיט אים דירעקט אויפ'ן טעלעפאן נומער, 845-533-3082; פאקס, 845-533-3537; אדער אויף די בליץ-פאסט אדרעססע, info@lifeasecoaching.com.

מו"ה
דוב (בערל) שטיין
הי"ו

באורד מעמבער, המספיק און ראקלענד קאונטי
וזוג' החשובה תחי'
לרגל שמחת הכנסת הבן הבה"ח כמר שלום אליעזר ני"ו לעול התורה והמצוות

מו"ה
שלום מאיר עקשטיין
הי"ו

וזוג' החשובה תחי'
שטאב, שנות חיים, המספיק און אראנדזש קאונטי

לרגל שמחת נישואי הבן החתן היקר כמר משה יודא ני"ו
עב"ג הכלה החשובה תחי'
בת מו"ה חיים נתן וויינשטאק הי"ו

מו"ה
ישראל ניימאן
הי"ו

וזוג' החשובה תחי'
מענעדזשער, סעווען ספרינגס שוועסטערהיים, המספיק און אראנדזש קאונטי

לרגל שמחת אירוסי הבן החתן היקר כמר משה יודא ני"ו
עב"ג הכלה החשובה תחי'
בת מו"ה משה אלי' פריעד הי"ו

מו"ה
נחמן צימענד
הי"ו

פעמילי קעיר ליעזאן, המספיק און ראקלענד קאונטי
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת נישואי הבן החתן היקר כמר חנינא שלמה ני"ו
עב"ג הכלה החשובה תחי'
בת מו"ה מרדכי אונגער הי"ו

מו"ה
טובי' שרייבער
הי"ו

טראנספארטאציע קאארדינעיטאר, המספיק און אראנדזש קאונטי
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת לידת הנכד נ"י
אצל חתנו מו"ה יעקב יוסף גלויבער הי"ו

מו"ה
ישעי' ראוז
הי"ו

דירעקטאר, קאמיוניטי סערוויסעס, המספיק און קינגס קאונטי
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת לידת הבת תחי'

מזל טוב

יהי רצון מלפני אבינו שבשמים שתזכו לרוות
רב נחת דקדושה
מכל יוצאי חלציכם
מתוך אושר ועושר
והרחבת הדעת לשם ולתפארת עד ביאת הגואל

מו"ה
נפתלי הירצקא בראך
הי"ו

דירעקט סופארט פראפעשאנעל, דינוב אונזערהיים, המספיק און אראנדזש קאונטי
וזוג' החשובה תחי'
דירעקט סופארט פראפעשאנעל, דינוב אונזערהיים, המספיק און אראנדזש קאונטי

לרגל שמחת אירוסי הבת הכלה החשובה תחי'
עב"ג החתן היקר כמר אלי' דוד ני"ו
בן מו"ה יעקב חיים לאנדא הי"ו

מו"ה
יושע שווארץ
הי"ו

וזוג' החשובה תחי'
המספיק נוירס, אראנדזש קאונטי

לרגל שמחת לידת הנכד נ"י
אצל בנו מו"ה יעקב שווארץ הי"ו

ולרגל שמחת הכנסת הנכד הבה"ח כמר שלום ני"ו לעול התורה והמצוות

משפחת מו"ה
גבריאל ווייס
ע"ה

לרגל שמחת אירוסי הבת הכלה החשובה תחי'
עקזעקיוטיוו אסיסטענט, המספיק און אראנדזש קאונטי
עב"ג החתן היקר כמר אברהם יצחק ני"ו
בן מו"ה ישראל דוד שטערן הי"ו

מו"ה
משה קרענגל
הי"ו

וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת אירוסי הבת הכלה החשובה תחי'
עקזעקיוטיוו אסיסטענט, המספיק און קינגס קאונטי
עב"ג החתן היקר כמר חיים שמעון ני"ו
בן מו"ה מאיר דייטש הי"ו

מו"ה
לוי יצחק הורוויץ
הי"ו

דירעקט סופארט פראפעשאנעל, גרענדוויו ברודערהיים, המספיק און ראקלענד קאונטי
וזוג' החשובה תחי'

לרגל שמחת לידת הבת תחי'

'סארנא' רעוואלוציע

>> זייט 32

סתירה קומט זיך צוזאם, וועט דער מוח אויסקלויבן צו באטיטלען אלס "ערגסטע" די פאקט וואס שפירט זיך טיף אינעווייניג אלס דער 'אמת'ער' אמת.

און וויבאלד צוויי "ערגסטע" קענען נישט עקזיסטירן אינאיינעם, מוז איינס מאכן פלאץ פאר דאס צווייטע. דער אנדערער אמת וועט אראפגעשטופט ווערן פון זיין טראן און פארשוואונדן ווערן.

דער ניוראן וואס האט געהאלטן אין זיך די פריערדיגע פאקט, וועט ווערן איבערגעמאכט צו אקאמאדירן דעם נייעם פאקט, די וואס פילט זיך מער אמת'דיג.

אויטאמאטיש וועט דער מענטש זיך שפירן אינערליך מער זיכערער און רואיגער, וויסנדיג אז ער ווייסט דעם אמת וואס גייט פאר. די אלטע ווערסיע פון 'אמת' שפירט זיך אצינד אלס עפעס וואס האט נישט קיין פשט, נישט מער ווי א טעות.

★

לאמיר געבן א קלער.

וואס וואלט פאסירט ווען דער יונגערמאן וואלט געגעבן א שיינע לעקציע פאר זיין טאכטער איר 'אויפצוקלערן' אז זי האט סתם אויפגעבלאזן די גאנצע מעשה פאר גארנישט און פאר נישט, און אז עס האט באמת נישט פאסירט די ערגסטע זאך וואס קען געשען צו א מענטש, און עס זענען פארהאן אסאך ערגערס אויף די וועלט?...

עס איז מעגליך אז זי וואלט עס אנגענומען און פארשטאנען אז עס זענען טאקע דא ערגערע זאכן, און עס איז אויך מעגליך אז זי וואלט עס נישט אנגענומען (איר קענט נישט זען א קליין עקשנות'דיג קינד צוריקקלאגן, 'ניין, נישט ווארטן פאר קידוש איז אסאך ערגער ווי נפטר ווערן!'..). צומאל, ווען זי נעמט אפילו יא אן מיט דרך ארץ וואס דער טאטע ערקלערט, איז זייער מעגליך אז ביי זיך אין הארץ און אין איר יונג מח'ל האלט זי נאכאלץ איר אייגענע ווערסיע פונעם 'טייטש' פון די היינטיגע עפיזאד. זי שעמט זיך נאר עס ארויסצוזאגן וויבאלד איר טאטע האלט אזוי פארקערט און זי וויל נישט בלייבן חוזק.

ביי די דערמאנטע געשיכטע, וויבאלד עס איז געקומען פון איר אליינס, ווייזט דאס קלאר אז זי האט זיך טיף פארבינדן צו אירע אינערליכע געדאנקען און געפילן, און אזוי ארום אליינס דערהערט אז עס איז פארהאן אן אנדערע בליק אויף די געשיכטע.

יעצט אז מען זאל שטעלן ביידע 'אמת'ן' פנים אל פנים, וועט זי זיין געצווינגען אנצונעמען איינס איבער די אנדערע.

דאס שאפט די 'מעמארי ריקאנסאלידעישן' - דאס איבערשרייבן דעם זכרון. דער ניוראן וואס האלט אין זיך די נישט באקוועמע עפיזאד ווערט איבערגעמאכט און ווערט פון פריש אויסגעפארעמט, און דאן 'רי-קאנסאלידיטעד' - צוריק פארענדיגט און אויסגעפארעמט מיט'ן נייעם געזונטערן טייטש.

די רעזולטאטן האבן טאקע נישט געשפעטיגט צו קומען. ווי מער דער יונגערמאן האט פרובירט אויפצואוועקן די אלטע ווערסיע און צוריק 'טריגערן' אז עס איז געווען די ערגסטע זאך אין איר לעבן, איז עס מער נישט געגאנגען. עס איז שוין געווען א פארגאנגענהייט.

דאס זעלבע קען געשען ביי יעדן פון אונז. יעדעס מאל מען טרעפט זיך מיט א שווערע געפיל און קען זיך נישט באפרייען דערפון, איז דער ציל פון טעראפי, צו ברענגען דעם מענטש ער זאל אליינס זען און אנערקענען צוויי פארקערטע פאקטן אויף איין מאל. דאן וועט ער זיין געצווינגען אנצונעמען איין אמת איבער די צווייטע, און בס"ד באפרייט ווערן פון זיין אלטע פלאג.

וויאזוי ארבעט דאס טריט ביי טריט? וויאזוי קומט דאס ארויס ביי פיזישע ווייטאגן? אויף דעם און נאך, אין די קומענדיגע ארטיקלען בעז"ה. ★

וואס טוט זיך אין שפיטאל

אסאך וועלכע ווערן דיאגנאזירט מיט א שווערערע מעדיצינישע פראבלעם, א שטייגער ווי קענסער, דארפן זיך פארמעסטן מיט נאך א דאגה: אויב די צרכי רפואה וועט זיי נישט באנקראטירן. אינשורענס דעקונג ווערט אלץ מער געשניטן פון איין זייט און די פרייזן פון באהאנדלונגען שטייגן נאכאנאנד פון די צווייטע זייט. צו העלפן פארגרינגערן די פינאנציעלע זארגן פון זייערע פאציענטן האבן שפיטעלער און דאקטוירים אין אינדיאנאפאליס אנגעהויבן צושטעלן פינאנציעלע ראטגעבער וועלכע העלפן פאציענטן דאס אדורכגיין און, אין געוויסע פעלער, אראנזשירן מעגליכע הילף.

אזעלכע ראטגעבער אין די מעדיצינישע וועלט ווערן צוביסלעך מער פאפולער און נישט אומזיסט. באנקראט אין רעזולטאט פון מחלות איז א נאציאנאלער פראבלעם. עס דארף דא טאקע דערמאנט ווערן לשבח דאס לויב פון כלל ישראל, די הייליגע ארגאניזאציעס וועלכע העלפן חולי ישראל ארויסצוקריכן פון זייערע מחלות, אבער טאקע בשלימות, צוריק צו א נארמאלן לעבן, נישט איינס וואו מען דערטרענקט זיך אין חובות.

★

פארדינסטן פון די געוועגליכע ארבעט אין ניו יארק פרעסביטעריען שפיטאל איז געפאלן מיט 10.5% צו $97.3 מיליאן אין ערשטן קווארטל היי יאר, ווען פארגליכן צו די זעלבע צייט פאראיאר. אבער דער שפיטאל, בעסער געזאגט שפיטאל-נעץ וואס באשטייט היינט פון צען שפיטעלער, האט מער ווי געטריפלט אירע פארדינסטן פון אינוועסטירונגען, הייבנדיג די סך הכל פינאנציעלע רווחים מיט 44.7% צו $204.9 מיליאן.

★

פארשער ערווארטן א צוריקקער פון די "זיקא" ווייררוס. דער ווייררוס, וואס ווערט פארשפרייט דורך מאסקיטאס, קען שאפן ערנסטע שאדנס פאר ניי-געבוירענע קינדער רח"ל. פארגעשלאגענע שניטן אין די פעדעראלע בודזשעט, אריינגערעכנט א שניט פון $1.3 ביליאן אין פאנדן צו די פעדעראלע צענטער צו קאנטראלירן און פארמיידן מחלות, באקאנט אלס די "סי. די. סי.", קענען שטארק פארשווערן די ארבעט צו אונטערזוכן מער מענטשן קעגן דעם ווייררוס און בעסער אכט געבן דערפון.

★

צווישן יאר '10 און '16 למס' איז דער צאל שטאב מיטגלידער אין 25 גרעסטע לאקאלע שפיטעלער אין ניו יארק סיטי געשטיגן מיט 22.8%, ביז נאנט צו 204,000. דאס קען זיין היבש צו פארדאנקען דעם וואוקס אין באהאנדלונגען פאר דרויסנדיגע פאציענטן, וועלכע באקומען נישט א בעט אין שפיטאל.

כאטש שפיטעלער האבן ערווארטעט אז ווייניגער פאציענטן וועלן ווערן 'אינפעישנט', פארבלייבנדיג אין שפיטאל פאר א נאכט אדער לענגער, אדאנק די סטעיט $7.4 ביליאן מעדיקעיד-רעפארם פראגראם, באקאנט אלס "דיסריפ", זעט מען אבער נישט דאס זאל אפשוואכן זייער ארבעטסקראפט, טראץ שווארצע נביאות פון אנאליסטן אז טויזנטער דזשאבס וועלן פארלוירן ווערן.

★

"א סימן פון א גוטע שפיטאל אז די רעדוקציע אין ווי לאנג פאציענטן בלייבן דארט, און וויפיל פאציענטן," זאגט דער טשיף עקזעקיוטיוו פון "קאופ", א ראטגעבער פירמע פאר שפיטעלער. "ווען מענטשן ווערן האספיטאליזירט און זיי בלייבן נישט אין שפיטאל צו לאנג, איז עס גאר גוט וויבאלד דאס פארמינערט די ריזיקע צו באקומען שווערע אינפעקציעס און ליידן פון ווייטערדיגע קאמפליקאציעס."

ווי דערמאנט פריער האבן רוב גרעסערע ניו יארק'ע שפיטעלער געזען א העכערונג אין 'אוטפעישנט' וויזיטן. אין פארגלייך פון '16 קעגן יאר '15, האבן די פאלגנדע שפיטעלער, מאנטיפיורי, ען. וויי. יו. לאנגאון און לאנג איילענד דזשואיש, געזען יעדע באזונדער א העכערונג פון איבער 100,000 'אוטפעישנט' וויזיטן מער ווי א יאר פריער, מיט מאנטיפיורי די מערסטע אויף די ליסטע, מיט 524,862 מער 'אוטפעישנט' וויזיטן. אויף די אנדערע ענדע פון די ליסטע געפונט זיך מאונט סיני בית ישראל, מיט 1,044,073 ווייניגער 'אוטפעישנט' וויזיטן אין '16 ווי '15.

★

מולטי-מיליאנער מעדיצינישער פארשער, דזשעי וואלקער, באטיטלט אלס דער "טאמעס עדיסאן" פון אונזער דור צוריק אין '99 און פון די גרונדער פון איינס פון די גרעסטע מעדיצינישע קאנפרענצן, האט לעצטנס געמאלדן זיין שאצונג, אז ביז ארום פינף יאר, מערסטנס צען, וועלן 'לוקימיע' און בלוט קענסער, מער נישט זיין אזוי געפארפול. מען וועט זיי געוועגליך איבערלעבן. ★

על כל צרה שלא תבוא:

אין "עמערדזשענסי רום": וואס יא און וואס נישט

"עמערדזשענסי רום" איז קיינמאל נישט קיין גוטער אלטערנאטיוו צום דאקטאר. אפילו פאר עקס-רעיס אדער סטיטשעס איז ענדערש צו גיין צו אן "אורדזשענט קעיר סענטער" אדער דאקטאר וועלכער קען דאס באהאנדלען. "עמערדזשענסי רומס" זענען געמאכט פאר אויסנאם נויטיגע פעלער און קאסטן דעריבער אסאך מער געלט ווען מען נוצט זיי פאר סערוויסעס וואס מען וואלט געקענט באקומען ערגעץ אנדערש.

עס זאל זיך נישט מאכן, אבער אויב דארף מען יא גיין באזוכן אין "עמערדזשענסי רום" פון שפיטאל איז גוט צו געדענקען עטליכע עצות וואס יא און וואס נישט צו טון:

עמערדזשענסי ארייננגאנג ביים "מאימאנידעס" שפיטאל אין בארא פארק

- פרובירט נישט צו גיין אליינס. זעט איינער זאל מיטקומען אדער אייך טרעפן דארט צו העלפן און אדוואקאטירן.
- טראגט אלץ ארום מיט זיך די "העלט אינשורענס" קארטל און נאך נויטיגע געזונטהייט אינפארמאציע (ווי בלוט-דינער מעדיצינען, אנטיביאטיק צו וועלכע מען איז אלערדזשיק, אד"ג) צו זיין גרייט צו דער האנט אין פאל פון נויט.
- שפארט אייך צייט און איבריגע טעסטן דורך זיין באהאוונט אין אייער געזונטהייט היסטאריע, צב"ש א פאציענט מיט מאגן ווייטאג ווען מען האט לעצטנס ארויסגענומען די בלינדע-קושקע (אפענדיק"ס) זאל עס גלייך דערציילן.
- לאזט די ארטיגע שטאב וויסן אויב סימפטאמען ווערן ערגער אדער אויב פרישע קומען ארויס, אבער טרייבט נישט איבער אין א פרואוו צו ווערן באהאנדלט שנעלער – עס וועט נאר שענקען מער אונטערזוכונגען און איר וועט ווערן געזען דורכ'ן דאקטאר הערשט שפעטער.
- איינמאל מען באקומט א בעטל אין "אי. אר." לערנט אייך גלייך אויס די נעמען פון אייער נוירס/דאקטאר, וויבאלד זיי וועלן זיין די בעסטע צו קענען העלפן מיט וואס נויטיג, ווי צב"ש שמערצן-בארואיגער מעדיצינען אדער ענטפערן אויב איר מעגט עסן/טרונקען.
- מען קען דארט ווארטן לאנג און יסורים קענען צומאל זיין שווער, נעמט מיט א ספר אדער ערליך ביכל זיך צו האלטן פארנומען.
- אינעם גרויסן הו-הא וואס הערשט דארט געוועגליך, איז גוט זיך צו קענען אליינס בארואיגן דורך אטעמען רואיג אד"ג, עס קען אפילו העלפן בארואיגן סימפטאמען און פארמיידן א געפיל זיך צו נעמען שלאגן מיט די באאמטע.
- פאציענטן וועלכע זענען אנגעקומען נאך אייך וועלן שטענדיג באהאנדלט ווערן פאר אייך – אויב זיי געפונען זיך אין לעבנס-געפאר. אלזא זייט גערעכטן צו ווארטן לאנג און באקלאגט זיך נישט אויב אנדערע ווערן געזען פריער.
- ווען גרייט אהיימצוגיין, זייט זיכער איר פארשטייט גענוי אלע אנווייזונגען וואס צו טון ווייטער אדער ווען צוריקצוגיין צום דאקטאר און צו וועלכען, און בעט א נומער צו רופן אין פאל דער מצב פארערגערט זיך.

סקיצע פון נייע "עמערדזשענסי דעפארטמענט" ביים "נייעק שפיטאל" אין ראקלענד קאונטי, אפסטעיט ניו יארק. דאס וועט דאפלען די אפטיילונג, צו אקאמאדירן די 60 טויזנט פאציענטן וועלכע נוצן איר יערליך.

א געשאצטע 120 מיליאן אמעריקאנער באזוכן דעם עמערדזשענסי רום יערליך, און דער צאל וואקסט פון יאר צו יאר – טראץ דעם וואס אלץ מער שפיטעלער פארמאכן זייערע עמערדזשענסי רומס (עס זענען יעצט פארהאן 22% ווייניגער ווי 20 יאר צוריק). לויט פעדעראלע סטאטיסטיקס איז די דורכשניטליכע צייט וואס מען דארף ווארטן אין עמערדזשענסי רום צו זען א דאקטאר, קנאפע 55 מינוט. ★

המספיק נייעס

א שמחה אין די משפחה!

פייערליכע ריקודין אין "פארשעי ברודערהיים" ביי סעודה של מצוה **לגמרה של תורה דורך הבה"ח בנש"ק כמר דוד ני"ו**

>> זייט 36

אין מאנהעטן פארשלאסן אין טרעפיק.

די געטרייע שטאב מיטגלידער האבן מיטגעשפירט זייער צער און פרובירט דאס בעסטע צו פארלייכטערן די אטמאספערע, מען האט אנגעצינדן לעבעדיגע ניגונים אין די ווען, פרובירט צו האלטן די אטמאספערע הויך, אבער... דודי איז ביי זיין שמחה און מיר האלטן נישט מיט.

זיי האבן עס פארפאסט. די אנטוישונג איז געווען ביז'ן הימל.

מרת פישער תחי', לאנגייעריגע מענעדשער פון ברידערהיים האט זיי אבער פארזיכערט אז חס וחלילה, אזא געלעגנהייט וואס מאכט זיך נאר איינמאל אין לעבן וועלן זיי נישט פארפאסן. מ'וועט מוזן מאכן א באזונדערע שמחת הכנסת ספר תורה אין ברידערהיים!

געזאגט און געטון, די חשוב'ע עלטערן פון דודי נ"י, וועלכע האבן אריינגעלייגט אומבאגרייפליכע כוחות מיט הארץ אין יעדן דעטאל, פון זיין גאנץ לעבן בכלל און אצינד פון די שמחה בפרט, האבן געשיקט א לעבעדיגע רעקארדירונג פון די גאנצע שמחה און א ברייטע סעודה לכבוד המאורע! זיי ווילן עס זאל זיין דודי'ס שמחה!

פאר פסח איז עס שוין נישט געווען בכדי שיעשו, בימי הספירה קען מען ווייטער נישט הערן מוזיק, אבער באלד אין ערשטן טאג פון שלשת ימי הגבלה, אין די פאסיגסטע צייט — הארט ערב זמן מתן תורתינו, איז געפראוועט געווארן די שמחה לכבוד דודי'ס "יום חתונתו זה מתן תורה" (תענית כו:).

איי איז דאס געווען א שמחה... די "טשערי אן דע פיי" פון זיין פערזענליכע פרייליכע איבערלעבעניש. עס האבן זיך דארט באטייליגט רעזידענטן, שטאב און חברים.

נאך אן עלעגאנטע סעודה, האט מען אנגעצינדן הויך די ארגינעלע מוזיק וואס האט געשפילט ביים הכנסת ספר תורה ווייזנדיג בשעת מעשה לעבעדיגע בילדער פון די שמחה און דודי אינאיינעם מיט זיינע המספיק ברידער האבן זיך ארויסגעלאזט אין פייערדיגע טענץ, זיך מיטפרייענדיג פון טיפן הארצן.

שישו ושמחו בשמחת תורה כי היא לנו עוז ואורה!

די חשוב'ע בחורים ביים סעודה של מצוה, ביים שפיץ טיש דערקענט מען הבה"ח מו"ה אליעזר פריעדריך ני"ו וועמענ'ס געבורטסטאג ווערט אויך געפראוועט אום חודש סיון. מזל טוב!

לחיים טובים ולשלום פאר'ן חשוב'ן בעל שמחה, דער ביי-אלעמען באליבטער דודי נ"י

אין א לעבעדיגע טענצל צום טאקט פון די ארגינעלע "הכנסת ספר תורה מוזיק" ווען דודי לאדנט יעדן זיך מיטצופרייען, איש בל יעדר!!

חשוב'ע בחורים שיחיו פון "המספיק ברודערהיים" אין ברען פון איניציאטיוו פון אייגענע געמיינזאמע הכנסת ספר תורה

"סורפרייז" אקציע אין פולסטן קראפט – די ערשטע פאר יריעות קומען שוין בקרוב אן אין ברודערהיים – חשוב'ע בחורים שיחיו העפטיג 'אינוואלווד' אין יעדן דעטאל

גלייכצייטיג הערט מען פון הונטער די קוליסן אז דער געטרייער מענעדזשער פון א "המספיק ברודערהיים" האלט אינמיטן א סורפרייז אקציע אינאיינעם מיט זיינע חשוב'ע בחורים - אן אייגענע "יום חתונתו זה מתן תורה" פון אלע בחורים אינאיינעם.

אזא אקציע קאסט אפ ווי פארשטענדליך אומגעהויערע געלטער און כוחות, אבער דער געטרייער מענעדזשער האט עס אנגעהויבן אויף דער אייגענער האנט, און צוזאמען מיט די חשוב'ע בחורים געשאפן דאס געלט.

ווי דער גאזעט האט זיך דערוואוסט, איז שוין ב"ה צוזאמגעשטעלט געווארן כמעט די גאנצע סומע וואס עס קאסט צו שרייבן א מהודר'דיגע ספר תורה, און דער סופר האלט שוין זאגאר טיף אינמיטן די עבודת הקודש פון שרייבן די הייליגע אותיות לשמה!

די בחורים זענען אין העכסטן עקסטאז, פול מיט פרייד אויף די מינוט ווען זיי וועלן שטיין און טאנצן אונטער זייער אייגענע חופה, א לעבנס-מאמענט וואס איז "זייערס".

זיי קענען קוים ווארטן צו דערגרייכן זייער טרוים, און זיך שפירן חתנים ווי אלע זייערע חברים און משפחה, דערגרייכנדיג אן אייגענע שמחה בשעה טובה ומוצלחת.

ריכטיג, מ'קויפט נישט סתם א פארטיגע ספר תורה - דאס איז דאך זייער שמחה, די גרעסטע שמחה וואס אזעלכע בחורים קענען זוכה זיין, לעבן זיי עס מיט פון 'בראשית' ביז 'לעיני כל ישראל'.

אין די טעג דארף אנצוקומען די ערשטע פאר געשריבענע יריעות פונעם סופר, און די חשוב'ע בחורים וועלן עס אינאיינעם מיט'ן מענעדזשער פערזענליך פארזיכטיג מגי' זיין אין ברידערהיים.

אין אנדערע ווערטער, די גאנצע יאר וואס עס געדויערט צו שרייבן די ספר תורה וועט זיין איין שטיק שמחה און קדושה ווען זיי וועלן לעבן מיט זייער ספר תורה!

די ברכה איז נאר שורה ווען עס בלייבט אונטער די קוליסן, ממילא האט דער מענעדזשער געבעטן מען זאל נישט דערציילן מער דעטאלן ביז בס"ד בערך אין א יאר ארום, ווען עס וועט זיין גרייט 'לעיני כל ישראל', און מען וועט לאדענען כל הקהל הקודש צו די הייליגע שמחה.

ווארט מיט שפאנונג, דעטאלן וועלן בס"ד נאכפאלגן.

YOUR LIFE IS Precious WE HANDLE IT WITH CARE!
HAMASPIK CENTER FOR HUMAN SERVICES המספיק מרכז עזרה לצרכי הציבור
HAMASPIK CENTRAL INTAKE TOLL FREE 866.353.8400
ROCKLAND COUNTY 845.503.0200
ORANGE COUNTY 845.774.0300
KINGS COUNTY 718.408.5400

המספיק נייעס

שמחה אין די משפחה:

פייערליכע ריקודין אין "פארשעי ברודערהיים" ביי סעודה של מצוה לגמרה של תורה דורך הבה"ח בנש"ק כמר דוד ני"ו

די אידישע וועלט האט דעם פארלאפענעם זונטאג פרשת צו, ו׳ ניסן, מיטגעהאלטן מיט פרייד די געוואלדיגע און זעלטענע שמחת הכנסת ספר תורה פון הבחורים החשובים כמר שמואל נחום ני"ו און כמר פתחי׳ דוד ני"ו, קינדער פון הגה"צ אב"ד ראדומישלא שליט"א אין בארא פארק.

פאר די צוויי חתני התורה איז עס געווען די דערהויבענע צייט פון זייער אייגענע חופה, ביי זייערע חשוב׳ע עלטערן איז עס געווען די זכי׳ פון שענקען דאס מאקסימום פאר זייערע ליבע קינדער און אין די גאנצע אידישע וועלט איז עס געווען א שמחה זיך מיטצופרייען דערמיט פון טיפן הארצן. מאסן אידן זענען מיטגעטאנצן אין די גאסן, אין בית המדרש, עס איז געווען פרייליך און גלייכצייטיג רירנד און עמאציאנעל, נו, ווי ביי א חופה.

פילע צייטונגען האבן עס באשריבן און עס האט געשאנקען א פרישע חיזוק-גייסט ביי הונדערטער עלטערן פון ספעציעלע בחורים און קינדער איבער דער גארער אידישער וועלט, א שמחה וואס וועט לאנג פארבלייבן אין הארץ און זכרון.

★

אויסער די ווארעמע אייגענע משפחה פארמאגט הבה"ח כמר פתחי׳ דוד נ"י נאך ברידער, די חשוב׳ע בחורים פון "פארשעי ברידערהיים" וואו זיי וואוינען אינאיינעם און באקומען אלע געברויכן פון שענסטן און בעסטן "נוסח המספיק".

הבה"ח כמר פתחי׳ דוד הי"ו ביים טאנצן מיט די ספר תורה אונטער זיין חופה, אינאיינעם מיט זיין חשוב׳ן פאטער הגה"צ מ׳ראדומישלא שליט"א און זיין ברודער הבה"ח כמר שמואל נחום הי"ו בחוצות בארא פארק

שוין יארן לאנג וואס זיי האבן מיטגעהאלטן ווי דודי נ"י רעדט פון ווען ער וועט חתונה האבן, מיין חתונה... מיין חופה... און שפעטער זיין הארציגע איבערראשונג ווען זיינע חשוב׳ע עלטערן שיחיו האבן באשלאסן ער זאל טאקע גיין אונטער א חופה, און טאקע זיין אייגענע, דורכ׳ן אריינגעבן אן אייגענע ספר תורה, אן אמת׳ע חופה פאר אים און זיין חשוב׳ער עלטערער ברודער שמואלי נ"י.

פון דעמאלטס האט ער נישט אויפגעהערט רעדן פון "מיין תורה"... מיין תורה...

מיט גרויס איבערראשונג האבן זיינע המספיק געשוויסטער מיטגעהאלטן ווי דודי נ"י גרייט זיך צו זיין שמחה און ווי וויניג ער רעדט געווענליך האט ער זיכער געמאכט זיי צו לאדענען פערזענליך און פארבעטן זיי זאלן אלע קומען מיטהאלטן "זיין" שמחה.

ווי גוטע ברידער האט מען אודאי נישט געוואלט פארפאסן אזא זעלטענע מאורע און אנגעטון מיט די בגדי שבת האט מען זיך ארויסגעלאזט אין וועג אריין, גענוג באצייטנס און נאך איבערלאזנדיג צייט פאר שטייגערליכע ניו יארק׳ע טראפיק. אבער...

אויף אזא טרעפיק האט זיך שוין קיינער נישט גערעכטן.

צו מאכן א לאנגע מעשה קורץ, באלד נאכ׳ן אריבערפארן דעם וואשינגטאן בריק איז דער שאסיי פלוצים פארוואנדלט געווארן אין א ׳פארקינג לאט׳. מען איז געזעצן. די בחורים זענען באלד געווארן דערשראקן, וועט מען עס נאך מאכן צום הכנסת ספר תורה? ווער ווייסט...

מען האט זיך געשלעפט אויפ׳ן שאסיי ווי די טשערעפאכעס, יעדע מינוט שפירט זיך ווי א שעה, אט איז שוין זעקס אזייגער... און די טרעפיק ווייזט גארנישט קיין צייכנס פון זיך אויפלאזן. טעלעפאנען האבן אנגעהויבן פארן, וואו האלט מען? מען הערט די מוזיק שפילט שוין דארט, "דודי איז שוין אונטער די חופה!!!"

וואס האט זיך אפגעשפילט אין די הערצער פון די חשוב׳ע בחורים קען מען גארנישט שילדערן.

דודי איז אונטער די חופה און זיי זענען נאך

זייט 35 >>

צום געזונט

פליאה דעת ממנו:

פארשער זוכן פרישע "אנטי-באדיס" אין קערפער׳ס געזונטע באקטעריע

אין יעדן מענטשליכן קערפער זענען פארהאן טריליאנען אומשעדליכע באקטעריע, קאלעקטיוו גערופן די מענטשליכע "מייקרא-בייאם". די יוניווערסיטעט פון קאליפארניע האט געמאלדן איבער א היסטארישע פארשונג וואס זיי פירן אצינד אדורך איבער דעם, מיט די האפענונג עווענטועל צו אנטוויקלען דורכדעם נייע ׳אנטיביאטיקס׳.

אין די ערשטע פאזע פארלייגן זיך דר. מייקל פישבאך, פירער פון די שטודיע, אינאיינעם מיט זיין גרופע, צו טרעפן די מערסט פאפולערע הונדערט באקטעריעס, באקטעריעס וועלכע מען טרעפט דאס מערסטע אין קערפער.

געוויסע סובסטאנצן וועלכע קענען העלפן אנטוויקלען.

דערנאך ווילן זיי שטודירן די הונדערט סארט באקטעריע געוואויר צו ווערן וואס גענוי יעדע פון זיי פראדוצירט, וויבאלד יעדע באקטעריע שאפט ׳עפעס׳ – אין פראפעסיאנאלע שפראך, א "מאלעקיול" (די קלענסטע פארמאט פון סיי וועלכע זאך). דערנאך וועלן זיי עס נאכמער צענעמען, און אנטדעקן וועלכע "דזשינס" פון יעדע באקטעריע פראדוצירט איר פראדוקט.

דר. פישבאך איז ביי די אנגענומענע מיינונג אז די פיצינקע ׳מאלעקיולס׳ וואס די באקטעריעס פראדוצירן, זיי האלטן דעם מענטש געזונט – מיר פארשטייען נאר נאכנישט וויאזוי די נפלאות הבורא ווירקט, וויאזוי דאס ארבעט.

ער וויל דעריבער אינאיינעם מיט זיינע פארשער ארויסנעמען די ׳גענעס׳ וועלכע פראדוצירן די מאלעקיולס פון די באקטעריע און איבערפלאנצן ליידיגע באקטעריע אין לעבעדיגע מייז, צו זען וואס פאסירט מיט די מייז ווען די באקטעריע קען נישט פאבריצירן זייערע געווענליכע אויפטוען, די נויטיגע מאלעקיולס, אין די מייז.

ביז אפאר יאר, אויב איז זיין טעאריע ריכטיג און זיין פארשונג פון אומשעדליכע מענטשליכע באקטעריע – און זייערע פיצינקע מאלעקיולס און זייער ציל – בשלימות פארענדיגט, גלייבט דר. פישבאך אז די ענדגילטיגע אנטדעקונג פון די וואונדערליכע צילן פון די באקטעריעס און זייערע פראדוקטן, קען פירן די מעדיצינישע וועלט צו נייע און בעסערע אנטיביאטיקס. ★

לייגט אוועק די טעלעפאן
נומער פון המספיק-
קעיר אין א גוטע אבער
געדענקבארע פלאץ
1-855-426-2774