

אתגתא

בשבע 1153 | י"ד בתמוז תשפ"ה, 10.07.25

מיכה חדד, יושב ראש מרכז
מורשת גוש קטיף וצפון השומרון,
מספר על הזעקות שלא יוצאות
לו מהראש כבר 20 שנה

עניין אישי, רבקי גולדפינגר

כך הגיעה רפואת השדה
של צה"ל לשיאי הצלחה
נדירים בעולם

חנה קטן

עת להרס

ההרס השיטתי של מבני טרור בעזה נקרא על שמו
בסיסמה "לזרוב את עזה", ולמרות הקושי הפיזי הוא
גאה להיות ממובילי תורת הלחימה שהחלה ביחידה
שלו, צמ"ה גבעתי. הדיין הרב אברהם זרביב לא מתכוון
לסיים את השירות הארוך עד שצה"ל ישטח סופית את עזה

יוסף ארנפלד

חיים במתנה

אפרת בדיחי, בת 71, מרצה, מדריכת טיולים, כותבת ועורכת

◀ פז"ם כליה

תרמתי כשהייתי בת 65, לפני שש וחצי שנים.

◀ מאין באת

גדלתי בבית שומר תורה ומצוות בהקפדה, עם אבא תלמיד חכם. הוריי הקימו בשבילי את בית הספר פלך. עם זאת זכיתי בלידה שנייה בבית הרב חיים ושרה דרוקמן זצ"ל. הזוג היה מגדלור של חיים למען הזולת והכלל, לא פלא ששלושה מילדיהם תרמו כליה. משם דבק בי החיידק הזולתני והכללי-ישראלי. למדתי להבין שהפרט שואב את כוחו מן הכלל, ולכן הוא גם מסור לו לגמרי, בשונה מן התפיסה המערבית, ההפוכה מזו.

◀ חיים של שליחות

בגיל 20 עליתי מירושלים לגולן תחת אש מלחמת ההתשה שבאה בעקבות מלחמת יום הכיפורים, כדי לעצור נסיגה מסוכנת מגבול הגולן. באנו להפגנה ומצאנו את עצמנו מקימים יישוב. הגולן הוא בית, אבל בכל פעם שהמדינה קוראת לי למקום אחר, אני מכתפת תרמיל ויורדת לשם. כמשפחה עברנו לגור בימית, אבל לא הצלחנו לעצור את הנסיגה מסיני. בהחלטה אחת בן לילה עברנו עם ילדים קטנים מקשת לכפר דרום, כשאוטובוס הילדים של הכפר עלה על מטען. עברנו מן המקום השלו ביותר עלי אדמות ישראל אל עין הסערה, מאה מטרים מהגדר שהפרידה בינינו ובין דיר אל-בלח הרצחנית. אחרי שסייענו בהקמת בית ספר לילדי הכפר, הקמתי לבקשת ההנהגה האזורית את ועד יישובי חבל קטיף. את מלחמות עופרת יצוקה, עמוד ענן וצוק איתן ביליתי באשקלון, שם הקמתי מטה מתנדבים שפעל בהעסקת ילדים במקלטים כדי שהוריהם יוכלו ללכת לעבודה. בערבים עברנו לסככת ענק במושב ברכיה הסמוך, לארוז בחבילות את טוב ליבו של עמך ישראל ללוחמים בתוך עזה.

◀ רגע מכונן

בשנות ה-90, שבהן התנהל המאבק על הגולן בדעת הקהל הישראלית והעולמית, הייתי פעילה מאוד. בין היתר גייסנו חברי כנסת לטובת המאבק ל"שלוש עם הגולן". יום אחד הגעתי לדבר עם חבר הכנסת הרב אברהם רביץ. מצאתי אותו יושב בחדר ועדת כספים, מחובר לדיאליזה, שעד אז לא ראיתי ולא הכרתי. לשאלתי סיפר לי הרב רביץ על מחלת הכליות שהוא סובל ממנה, והסביר לי מה טיבה של מכונת הדיאליזה. הוא סיפר שהטיפול מתבצע שלוש פעמים בשבוע, כארבע שעות בכל פעם, ו"למי יש זמן". כך הוא עבד, מחובר לדיאליזה מתישת. נרעשת.

במשך שנים הייתי מדריכה את שבט רביץ לדורותיו בטיולים בגולן. יום אחד הבחנתי בצוות טלוויזיה שמצטרף על צידו לאוטובוס הטיול השבטי. שאלתי את הרב רביץ אם הוא מעוניין לתת פומבי ליחס שלו לגולן בדיון הלאומי. "לא", הוא ענה, "אני רוצה לתת פומבי לידעיה שילדים יכולים להציל את חייו של אבא שלהם בתרומת כליה, באופן לא מסובך. הילדים שלי הלכו מכות מי מהם יזכה, ומשה הבכור

בצעד שעשיתי. לערב ההודיה שערכתי בגולן הם התייצבו כאיש אחד.

◀ גאולה

זכיתי לתרום לאישה בעלת אינטליגנציה גבולית, חוסה בהוסטל. הציפיות לאחות חדשה לא התממשו, אבל שמחתי שאני זוכה להאיר את החיים שלא זרחו אליה, אחרי שבע שנות דיאליזה. כדי לבקר אותה עליי לנסוע מהגולן לבת ים. הקשר בינינו לא מאוד הדוק, אבל קיים ושמח. לאושרי היא שומרת על הכליה שלנו בקפידה רבה, ולא שוכחת לקחת על בסיס יומי את התרופות לדיכוי המערכת החיסונית הטבעית, כדי שהגוף לא ידחה את הגוף הזר שהושתל בקרבו בלי להתיעץ איתו.

◀ חיים חדשים

תמיד אמרתי לרב ישעיהו הבר זצ"ל שהביטוי "מתנת חיים" נכון גם לתורם: גם הוא זוכה בחיים חדשים. הניתוח שלי אומנם הסתבך מעט. יצאתי מחדר הניתוח עם מה שאובחן כחיידק מזהם בדם, כלומר - בסכנת חיים. לא ברור שהאבחנה הייתה נכונה. מכל מקום נתקעתי בבית החולים במשך שמונה ימים, צמודה לעמוד אנטיביוטיקה חריפה לווריד. בסופו של דבר, חלשה ומאושרת, השתחררתי. כחודש וחצי לקח לי לחזור לכוחותיי. מאז אני מרגישה ש"הגוף מזמן שכח, והנשמה לא תשכח לעולם".

◀ חבר מביא חבר

בין היתר כתבתי ספרון שנקרא 'ואחת בשביל לתת', שהוא יומן מסע אישי של תרומת הכליה. המסר ברור: אם כליה אחת מספיקה לנו בשופי עד יום אחרון, אם אנחנו אכן בריאים בגוף ובנפש - למה שתל הבורא בגופנו שתי כליות? שמא ביקש ללחוץ על אוזנו: זאת לא חובה, אפילו לא מצווה מפורשת. אולי זאת מידת חסידות. אבל אם אתם רוצים ומסוגלים - הנה, אפשרתי לכם להציל חיים בדרך זו. יש תורמים שמספרים לי בדיעבד שהספר שימש להם כלי לקבל החלטה באופן שקול ובוטח. זאת בדיוק הייתה מטרת כתיבתו. אני מקווה להוציא בקרוב מהדורה חדשה, יסודית ועדכנית. בעזרת ה'!

השראה לחיים גיל 65 הוא מגבלת הגיל העליונה לתרום דם, אבל אני משכנעת שוב ושוב את הרופא שלי להתיר לי לתרום לפחות דם. לאחרונה נסעתי לשם כך למד"א בירושלים. חבר תורם כליה שמתמחה בשכנוע וירידים עייפים, אב לתינוק ששני הוריו עשו משמרת לילה, זה כפרמדיק במד"א וזו כאחות כירורגית בבית חולים, בא במיוחד ביום שיש כדי לקחת ממני דם.

◀ רגע של נחת

החולצה שבגבה כתוב "כליה אחת אבל לפניך" מלווה אותי בטיולים שבועיים למיטבי לכת. מאז הפקתי עוד חולצות ל'מתנת חיים', והמצאתי עוד מבצעים שיעזרו לי להתגבר על התסכול המוכר לרבים מאיתנו: זהו, אין לי כליה נוספת לתרום...

צילום: באדיבות המצלמית



"שנתיים נלחמתי בגזרה בכל דרך אפשרית, ובסופן הצלחתי לשכנע את הוועדה לתת לי עוד צ'אנס. חברי הוועדה ביקשו מחני מכתב מנומק שבו אספר להם מדוע מגיע לי ניסיון חוזר. זימנו אותי לפגישה מיוחדת עם פסיכולוגית קלינית מטעם הוועדה בתל אביב, וכעבור שבוע התקבלה התשובה החיובית. לא היה מאושר ממני"

מוקדשת לגיבורים תורמי הכליה דרך מתנת חיים". "בסדר", לחשתי לקדוש ברוך הוא, "הבנתי". במשך חצי שנה רצתי על מסלול הבדיקות, יורדת שוב ושוב בתחבורה הציבורית מביתי בגולן לאיכילוב. והנה, ממש בסוף המסלול, לתדהמתי, הוועדה של משרד הבריאות פסלה אותי. השמיים נפלו עליי.

שנתיים נלחמתי בגזרה בכל דרך אפשרית, ובסופן הצלחתי לשכנע את הוועדה לתת לי עוד צ'אנס. חברי הוועדה ביקשו ממני מכתב מנומק שבו אספר להם מדוע מגיע לי ניסיון חוזר. זימנו אותי לפגישה מיוחדת עם פסיכולוגית קלינית מטעם הוועדה בתל אביב, וכעבור שבוע התקבלה התשובה החיובית. לא היה מאושר ממני. יצאתי לרוץ על פני מסלול הבדיקות מחדש, בנפש חפצה. כעבור חצי שנה נוספת זכיתי בתשובה החיובית המיוחלת. שבעת ילדיי התנגדו בכל תוקף, אבל בהדרגה הבינו שאין מה לעשות מול ההחלטה הנחושה של אמא שלהם. בסופו של דבר הם ליוו אותי בתמיכה, ואף היו גאים

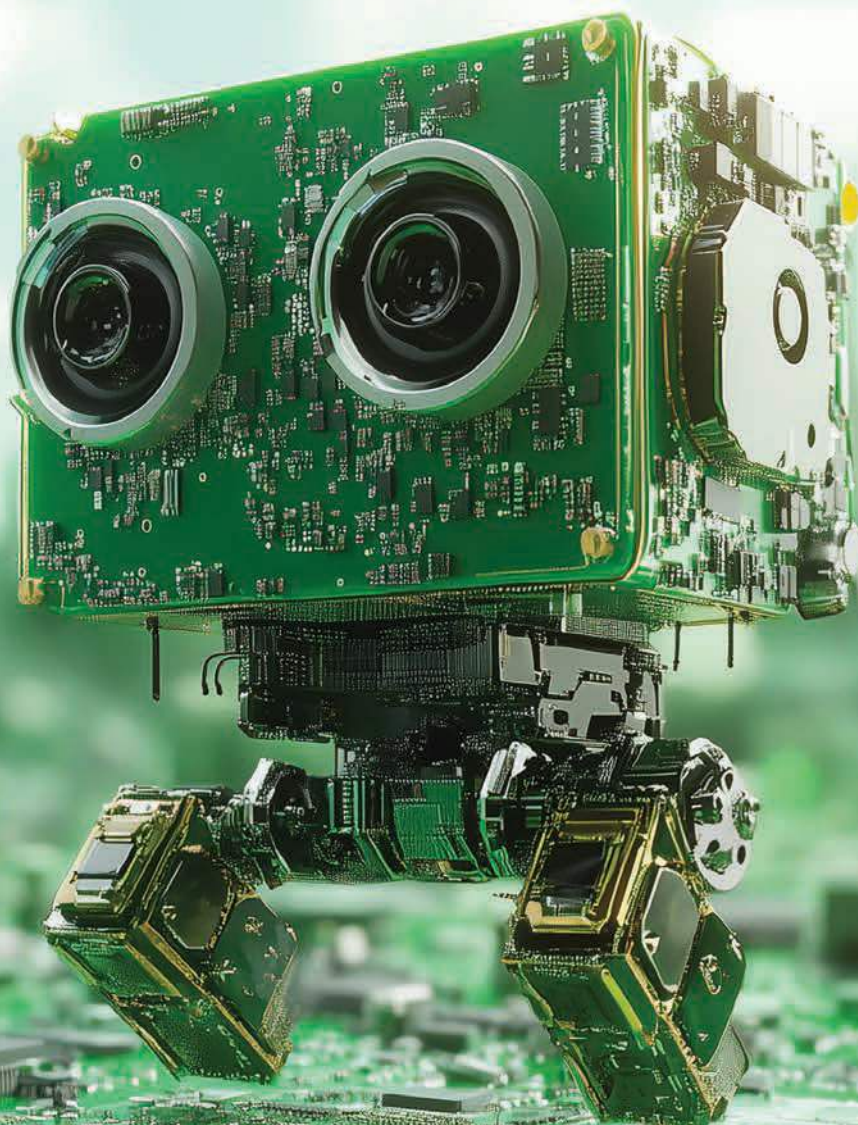
זכה. צוות הטלוויזיה מלווה את המסע שלנו". ליבי החסיר פעימה. על המקום התקבלה בליכי החלטה: "כשאחיה גדולה - גם אני אתרום כליה, בעזרת ה'". אבל הייתי רק בת 40, היו לי שבעה ילדים לגדל ועניינים נוספים. רק כעבור 25 שנים זכיתי לממש את ההבטחה שהבטחתי לעצמי.

◀ קופצים למים

בשבת חול המועד פסח נשרה מתוך אחד העיתונים שקראתי חוברת של 'מתנת חיים', ובה סיפוריהם של התורמים האחרונים. הדפתי מפניי הכול וצללתי לתוך החוברת. קראתי אותה בדמעות התרגשות מכריכה לכריכה, ובקושי הצלחתי לחכות לצאת השבת, אז הדלקתי את המחשב כדי לכתוב ל'מתנת חיים'. באורח פלא ובאופן חריג לחלוטין הופיעה לי באותו ערב הקדשה באותיות כחולות מעל התזכורת לספירת העומר של אותו לילה: "הספירה של היום

ה-FUTURE שלך מתחיל ב-HIT

הטבה
מיוחדת
לנרשמים
במפגשים!



16.7 מפגשים
פתוחים ב-ZOOM

מגוון תוכניות לימוד לתואר ראשון ושני
במקצועות ההנדסה, הטכנולוגיה, המד-טק והעישוב

לפרטים נוספים היכנסו לאתר: www.hit.ac.il



ידידיה מאיר
yedidyameir@gmail.com

החלילן מברוקלין

פרידה מאבי פיאמנטה ז"ל, שמח בלתי נלאה



החלילן תמיד היה ב'הכנס', מוכן לשליפה. אבי פיאמנטה ז"ל

מצאתי התוועדות וירטואלית שלו בזום, שבה סיפר על תקופה בחייו שלא הכרתי. ידעתי שהוא היה חילוני שמנגן רוק וג'אז במועדונים, וידעתי שהוא היה חב"דניק שמנגן בפני הרבי ב'770. אבל באותה התוועדות הוא סיפר על אזורי דמדומים בחייו, כשהוא חי בין העולמות, כבר מגיל צעיר מאוד:

"גרגו בפרישמן ליד הים, בשכונת לסבא. הוא היה לוקח אותנו, הנכדים, לבית הכנסת ומדבר איתנו בדרך. הרבה דברים ממה שהוא סיפר לנו נהפכו לשירים אצלנו. למשל 'מצווה גוררת מצווה'. הייתי הולך איתו די הרבה לבית הכנסת, למרות שבבית אצלנו זה היה אחרת. ואז התחלתי ללמוד בכפר הירוק, שבכלל לא היה מקום של תורה. כשהגעתי לשם ראיתי שאני מצד אחד מניח תפילין, כך נהגתי מהבית מצווה, מצד שני אני לא בסדר, לא שבת ולא כל מיני דברים. ואמרת לעצמי: מה אתה מרמה את עצמך? הייתי מפסיק לתקופות מסוימות, ואז עוד פעם חוזר להניח. ככה זה היה הלוך ושוב. ואז, באיזה שלב התחלתי ללמוד באקדמיה למוזיקה באוניברסיטת תל אביב, ושם פגשתי את פרופ' צבי קרן, שלימד שם. הוא הגיע מארצות הברית לפני הרבה שנים. הוא היה דוקטור למוזיקה שחזר בתשובה בצעירותו. התייעצתי איתו. אמרתי לו: יש לי בעיה. סיפרתי לו שהדוד שלי, משה פיאמנטה, נתן לי לבר מצווה ספר קיצור שולחן ערוך, ופעם אחת פתחתי את הספר הזה ופתאום ראיתי אסור לעשות ככה ואסור לעשות ככה וצריך לעשות ככה. ראיתי שאני בכלל לא בכיוון, ואמרת לעצמי: עדיף שאני לא אדע מאשר שאני אדע ולא אקיים."

"העצה שלו הייתה הצעד הראשון בצורה המסודרת של התשובה שלי. הוא אמר לי שאם ביום מן הימים אני כן מתכנן לשמור מצוות, אם אני בכיוון, אז מותר לי ללמוד אפילו שאני עדיין לא מקיים. ומאותו רגע אמרתי לעצמי: מה שאני מקיים אני אקיים, ומה שאני אוסיף אני אוסיף, אבל אני לא אלך אחורה. ומאז כבר המשכתי להניח תפילין ולשמור את מה שקיבלתי על עצמי. היו מצבים ממש משונים: פעם אכלתי במקום לא כשר, אבל אמרתי ברכה כי כבר התחלתי להגיד ברכות... או שהיינו מופיעים בערב שבת, זה אחד מהזמנים שההופעות היו הכי גדולות. אז הייתי חוזר הביתה מההופעה, אבל במדרגות כבר לא הייתי מדליק את האור, כי קיבלתי על עצמי לא להדליק אור בשבת. ככה לאט לאט. כל מיני דברים שאתה סולל לעצמך את הדרך. זה מה שאני מקבל על עצמי עכשיו ומה אני לא יורד, וכל השאר עדיין לא. זו דרך שאם היא לא הייתה לי, אז זה היה מאוד מבלבל, עליות וירידות והעפלות והתרסקויות. וכיתי לקבל מאותו מרצה למוזיקה את ההדרכה הזאת שמאוד מאוד עזרה לי. עד היום."

וואו. אתם לא מבינים כמה איפוק נדרש ממני עכשיו, כדי לא לכתוב כמה מילים, או פסקאות, או עמודים, על דמותו המיוחדת של פרופ' צבי קרן, אליה נחשפתי

1 במוצאי שבת שעברה שמעתי על פטירתו הפתאומית בגיל 69 של אבי פיאמנטה והתמלאתי בצער ובזיכרונות מתוקים. בשביל הדור שלי, אבי פיאמנטה, ביחד עם אחיו יוסי שנפטר לפני כעשר שנים, היו בשנות ה'80 הדבר הכי מפתיע במוזיקה החסידית.

שני אחים, מוזיקאים מוערכים, שבשיא ההצלחה שלהם, ובשיא המגניבות שלהם, בארץ וגם בחו"ל, חזרו בתשובה והצטרפו יום אחד, זה בחלילו וזה בגיטרתו, אל עולם הניגון החסידי. היום אנחנו מכירים אין-ספור מוזיקאים שמתקרבים ליהדות - זאת אומרת, היום אנחנו מכירים קומץ מוזיקאים שלא התקרבו ליהדות (עדיין) - אבל אז זה היה חריג מאוד. מה גם ששום דבר בשירה, בנגינה או במראה של האחים פיאמנטה לא התאים לז'אנר החסידי. אז הם המציאו ז'אנר חסידי מגניב משל עצמם וכבשו איתו את פסגת המוזיקה החסידי. ויותר מזה: הם כבשו את ליבם של יהודים רחוקים מאוד בכל רחבי העולם.

"אבי פיאמנטה היה פרוז'קטור מהלך", כתב עליו השבוע הרב יוסי גל, שליח חב"ד ברמת גן, "כור גרעיני של שמחה, התלהבות ואהבת ישראל פשוטה. משהו במבטא הסורי-חלבי והעובדה שחשב כיפה בוכרית או לבש וסטים פרחוניים, שיוותה לו מראה של חסיד עליו ונחמד - אבל לאבי היו גם עומקים, שמעטים היו מסוגלים להבין. אבי היה מקושר, רציני, יסודי, פנימי, עקבי. לא האומן המפוזר או החסיד המנותק, אלא משהו שלם. לו היה אפשר לשכפל במיליוני עותקים ולהצניח בכל פינה בגלובוס חסיד כזה, העולם היה מואר יותר. החליל של אבי היה תמיד ב'הכנס', מוכן לשליפה. הוא לא עשה עניין מעצמו. נראה שהייתה לו משימה להאיר את העולם. וזה מה שהוא עשה כל רגע ושנייה, עד נשימתו האחרונה."

2 אפרופו נשימתו: כמאזין אתה יכול ללמוד מהנגינה לא מעט על אישיותו של המנגן, בכל כלי נגינה. אבל נדמה לי שמכל הכלים בולט הכלי העדין שבו ניגן אבי כל חייו, חליל הצד. שם אתה יכול ממש לשמוע את הנשימה של הנגן. את הנשימה שלו. מאן דנפח מדיליה נפח. והייתה לו חתיכת נשמה. שמעתי אותה בווקמן בחדר ביישיבה, שנים לפני שזכיתי לראות במציאות את מאור הפנים.

"אני לא מפסיק להודות לה", כמו השיר החב"די הידוע: 'אשרינו מה טוב חלקנו', הוא אמר לפני כמה שנים בריאיון לאתר COL, "זכיתי להגיע לרבי ולחסידות, זה לא דבר מובן מאליי. זכיתי שילדיי שלוחים במקומות שונים בעולם. מקובל בעולם שהורים רוצים שהילד יגדל ויהיה רופא או עורך דין מצליח. אצלנו הדבר הכי גדול להתפלל עליו, שהילדים שלנו יגדלו ויהיו שלוחים של הרבי. מכל נכדיי, רק שניים נמצאים בארץ. כל השאר מפוזרים בשליחות בכל רחבי העולם. אומנם אני לא זוכה לראותם גדלים, אבל אני זוכה לראות אותם גדלים בשליחות, וזו השמחה הכי גדולה."

כמובן שאבי ראה גם בעצמו שליח: "הרב שניאור זלמן גפני, ראש ישיבת 'אור תמימים', אמר לי פעם: תמיד כשאתה מנגן ומשמח יהודים, תדע שהזמן הזה הוא עת רצון, וזמן לבקש עליך ועל כל מי שצריך. לפעמים תוך כדי נגינה אני נזכר בזה ומרגיש את זה."

כשליח גאה הוא לא התבייש לדבר אמונה גם בתקשורת הפחות חסידית. בשיחה מרתקת עם ידידי יהונתן גפן שפורסמה בשעתו בעיתון 'מעריב', תחת הכותרת "הרבי מלובביץ' מאמין ברוקנרול חיובי" הוא אמר: "בבניין הארץ הזאת שלנו יש כנראה שני שלבים: שלב בניית הארץ הוא השלב הראשון, ועכשיו הגיע הזמן לבנייה הרוחנית ואני רוצה לקחת חלק בזה. אז התחלתי ללכת עם כיפה, בלי חשבון". בניין הארץ זה לשים כיפה. היום כל כך הרבה יהודים מבינים את זה. אבל בסוף שנות ה-70? וואו. איזו בהירות, איזה אומץ.

3 השבוע קראתי ברשתות טקסטים אישיים מרגשים של אנשים שהושפעו מהמוזיקה ומהאישיות של פיאמנטה, אבל הטקסט הכי אישי והכי מרגש היה שלו עצמו.

השבוע בעקבות הדברים של פיאמנטה. הפרופ' למוזיקה שניצח על תזמורות שהופיעו בפני חיילים במלחמת העולם השנייה, שחזר בתשובה, שעלה לארץ, שבין תלמידיו היו יוני רכטר, שלמה גרוניך, דני סנדרסון ועוד, שהלחין יצירה סימפונית על הרש"י הראשון בתורה. טוב די, אני עוצר כאן. אנחנו באמצע ההתוועדות של פיאמנטה. בקטע הזה הוא עבר לספר על התמודדויות שלו עכשיו, כחסיד. והוא ביטא תובנה נפלאה שהולכת איתי כבר כמה ימים. נכון, אין לי, ברוך ה', ניסיון אם להדליק את האור בחדר המדרגות בשבת. אבל בעצם, גם מי שגדל בבית דתי - ואולי בעיקר מי שגדל בבית דתי - לא חי את החיים הרוחניים במלוא השלמות שהיה רוצה לחיות, שחונך עליה ביישיבה. אז תקשיבו טוב לאבי פיאמנטה: "אנחנו כל הזמן אמורים להתעלות בקודש. החסידות המתוקה והמדהימה והשיחות של הרבי נותנות לדעת שבכל מקרה, אפילו אם יש איזו ירידה באיזה משהו, אתה בקור רוח שם את זה בצד וממשיך הלאה, באקסטרם שמחה. לא נתקע על זה."

מי שלא הכיר את פיאמנטה חושב עכשיו לעצמו: בסדר, עוד חסיד שמדבר דיבורים יפים על מעלת השמחה. אקסטרה שמחה. לחיים לחיים. אבל לאבי, סמל לשמחה חסידית מתפרצת, האיש שהשיר המזוהה ביותר איתו היה "אשר ברא ששון ושמחה", הייתה התמודדות לא פשוטה בכלל: בנו המתוק לויק נפטר ממחלה בגיל 11. עם כל הקושי הוא בחר לשמוח ולשמח. וזה לא היה קל, אבל אבי, כפי שאבחן יהונתן גפן בכתבה ההיא, היה "שמח בלתי נלאה".

5 "אחד הפרקים שהשפיעו עליי מאוד זה פרק כ"ו בתנ"ך על השמחה", הוא סיפר באותה התוועדות, "יש שם דוגמה של מאבק, נגיד כושי ענק מלא שרירים מול איזה יפני קטן אבל זריז שיועד קראטה. כל אחד מהם מנסה להפיל את השני. אבל על כל ניסיון שבו הענק מלא השרירים רוצה לתפוס את היפני הזריז, ההוא מקיף אותו עשר פעמים ונותן לו מכות איפה שהוא רוצה. והמשל הוא שאנחנו יכולים להיות מאוד חזקים, כמו אותו כושי, אבל העצבות לוקחת לנו את הכוחות. אנחנו לא יכולים לזוז ולא יכולים להתקדם ולא יכולים לעמוד מול היצר. השמחה נותנת לנו כוחות לנצח את כל האתגרים שעומדים מולנו. אז איך אתה יכול להיות בשמחה? הרי יש דברים קשים בעולם, יש דברים עצובים. לפעמים הוא אפילו בא בטענות של רוחניות. אתה לא מספיק בסדר. נו, אז את זה לא תיקח ללב? ובכן, בעל התנ"ך אומר שכל השיטה של היצר זה שהוא מכתוב את העניינים. הוא רוצה שאפילו אם תעשה תשובה, אפילו אם תתחרט - זה כי הוא אומר לך. אז איך מנצחים? אתה אומר ליצר: תשמע, אני בשמחה עד זמן מסוים שאני קבעתי. אני אקבע מתי אנחנו עומדים ומתמודדים אחד מול השני. ככה תגיד ליצר. ועד הזמן הזה אתה בשמחה. לא משנה מה קורה. ורק כשמגיע אותו זמן מתוכנן, יש לך רשימה ובה כל הדברים שבאמת צריכים לבקש ולהתחנן ולבקש עליהם סליחה, ואז אתה יכול לבכות והכול. אבל גם זה - עד זמן מסוים שקבעת. ואז אתה אומר ליצר: ביי, סיי בשבוע הבא באותה שעה... כי כאמור, המטרה של היצר היא להוביל אותך, הוא מנסה לבדוק כל מיני צורות מתוככמות איך למשוך אותך, ואתה פשוט צריך לא להיות פראיר שלו. אתה המנהיג ולא המונהג. אתה רוכב על הסוס ולא הסוס עליך. אתה זה שאומר לו מתי כך ומתי כך. היצר אמור להתרגל לזה. וגם אם הוא מנסה להתמודד מול זה, אז שים אותו במקומו."

6 תודה רבה ר' אבי, על השיעור האחרון הזה. תודה על הדוגמה האישית. ובשם דורות של מאזינים, הקרובים והרחוקים, אלה שהאזינו לך בווקמן ביישיבה ואלה שהגיעו להופעות שלך בבתי חב"ד בעולם, תודה מעומק הלב, על כל נשימה ונשימה. ●

בני ארבע עשרה לדיסקונט!

14



בני/בנות 14-18?

דיסקונט מלווים אתכם בדרך לעצמאות כלכלית
עם ההטבות הכי שוות

גם מענק של 280 ₪

גם פטור מעמלות עו"ש עיקריות ודמי כרטיס

וגם פיקדון גמיש בריבית מנצחת

דיסקונט
מאמינים בכך יותר

מחכים לכם בסניפים!

המענק למצטרפים חדשים בגילי 14-18 בהפעלת כרטיס. אי עמידה בפירעון ההלוואה או האשראי עלולה לגרור חיוב בריבית והליכי הוצאה לפועל. פיקדון שקלי לא צמוד בריבית קבועה, לתקופה של 12 חודשים עם תחנת יציאה שבועית, להפקדה בדיגיטל. כפוף לתנאי הבנק כמפורט באתר בתוקף עד 31.8.2025



תנו לנעור בשקט

לפיתוח קול. "אם האתון יכולה לפתוח את הפה, אז גם את יכולה, גברת דיבון!". הסלוגנים לא היו ליגת העל, אבל אנחנו מדברים על האלף השני לפני הספירה אז יחסית לתקופה זה היה מדהים.

האתון הייתה על גג העולם. היא הוזמנה להשקות של אלים חדשים, זכתה בפרסים נחשבים ואפילו יצאה כמה חודשים עם אחד הרווקים הנחשקים של התקופה - שלמון בן נפצור (סבא של עגלון - עכשיו זה מרשים פתאום, הא?).

בקיזור הכול היה נהדר עד שהפסיק להיות. מה שהיה זה שהאמרגנים של האתון דחקו בה להיכנס לבית האח הגדול. היא לא התלהבה מהרעיון, אבל הסבירו לה שרק מדברים שם כל הזמן אז זה יושב עליה בול. בפועל היו המון חיכוכים בתוך הבית. הדיירים לא התלהבו לחלוק דירה וחדר שירותים עם אתון, שעם כל הכבוד ליכולתה לדבר, עדיין הייתה בהמה לכל דבר ועניין. במקביל התחילו הצופים לשים לב שהאתון הזאת אומנם מדברת הרבה, אבל לא ממש אומרת המון. כאילו סבבה, את מחברת משפטים קוהרנטיים ואפילו למדת לשלוט ברוי השניים-שתיים, אבל מה לגבי קצת תוכן?

מה שהוריד את קרנה של האתון סופית הייתה עלייתה של יריבה צעירה, חדשה ועכשווית יותר. נישתם נכון, הפרה האדומה. היא אומנם לא דיברה הרבה, אבל דווקא השתיקה של הבהמה הזאת הייתה פתאום נורא מרעננת על רקע הקשקושים הבלתי פוסקים של האתון המעייפת. היה משהו בחזרה לטבעיות הפשוטה של בני אדם מדברים וחיות רק עושות קולות שמאוד דיבר לציבור. שלא לדבר על יכולתה של הפרה האדומה לטהר טמאים. משהו שבכנות, האתון הייתה מאוד רחוקה ממנו.

אז האמרגנים נטשו אותה, המעריצים שכחו ממנה והמבקרים העזו פנים וקראו לה "וואן טריק פוני". פוני! לאתון היו מילים כדי לבטא את הכאב שהיא חשה, אבל מכורח הנסיבות היא החליטה לשמור אותן לעצמה ורק לשחרר איזה אייאה עצוב בתקווה שמישהו ישים לב. אף אחד לא שם לב.

היא נעלמה כלא הייתה, וחזרה לאנונימיות הטבעית של חיות המשק הממוצעות. בינה ובין עצמה הייתה האתון חייבת להודות שבאמת זה נחמד לחזור סתם להיות אתון, כזו שאוכלת חציר ורובצת תחתיה כל היום. ומה באמת יש לומר מעבר לאייאה בעצם?

לימים היא מצאה לה חמור להינשא לו. הוא היה, ובכן, חמור. אבל כמה חן יש בחמור. עובד קשה, לא מתלונן ומספק את הסחורה. היו להם חיים טובים ביחד הרחק מאור הזרקורים, והאתון שתקה לה באושר והבטיחה לעצמה שיותר לא תנסה להיות משהו שהיא לא.

(רק לפעמים בלילה יכלו להישבע העוברים והשבים ששמעו אתון שרה שיר ערש לעיירים הקטנים שלה. עם מילים והכול. ואם זה באמת היה נכון, אי אפשר יהיה להאשים אותה).

בלעם הלך ושב למקומו וגם בלק הלך לדרכו, והאתון המסכנה מצאה את עצמה באמצע המדבר עם יכולת לדבר ואפס כיוון ברור לחיים החדשים שנפלו עליה.

אז היא עשתה את הדבר היחיד שיכלה לחשוב עליו, ושבוע לאחר מכן היא עמדה נרגשת מאחורי הקלעים של התוכנית MGT, הלאו היא Moav's Got Talent, בניסיון לראות אם הכישרון החדש שלה הוא משהו שאפשר לבנות איתו חיים חדשים.

אחרי כמה וכמה התקפי חרדה היא עלתה לבמה מול שלושת השופטים ואלפיים המואבים שבקהל (פלוס כמה עמונים בודדים שהחליטו גם כן לבוא בקהל).

השופטים שאלו אותה כמה שאלות לפני הביצוע שהכינה, אבל עצם העובדה שענתה על השאלות כבר הייתה מספיקה כדי להטריף את הקהל ולאלץ את השופטים להעביר אותה הלאה.

בשלב הבא היא שוב עלתה לבמה ושוב דיברה ושוב הקהל הריע. מיותר לציין ששאר המתחרים והמתחרות לא ראו את זה בעין יפה. הם הרי הכינו ביצועים. שירים, ריקודים, הייתה אפילו מואבייה אחת שבלעה חרבות. אבל אף אחד מהמתחרים לא קיבל את האהבה שהקהל הרעיף על האתון רק בזכות יכולתה לדבר.

כשאחד המתחרים העז לציין את העובדה שאומנם האתון מדברת אבל היא לא מדברת נכון, אומרת שניים כשצריך לומר שתיים או מתעלמת מקיומן של אותיות איתן - הוא ספג קריאות בוז רמות כל כך שהוא התחרט על היום שבו נולד.

לגמר עלתה האתון מול מואבייה אחת שהחליטה בהפוך על הפוך לעשות קולות של אתון, אולי זה יעשה משהו. אבל זה אפסע היה הרבה פחות מרשים והאתון לקחה את התחרות בלי להזיע.

עוד לפני שאחרון פתיית הקונפטי נגע ברצפה, כבר עדכנו אותה האמרגנים שלה שהיא חייבת לחשוב על הדבר הבא כדי להכות בברזל בעודו חם. לא שהאתון ידעה מאיפה האמרגנים האלה צצו פתאום, אבל הם נשמעו כאילו הם יודעים מה הם אומרים אז היא החליטה לזרום. שבועיים לאחר מכן יצא הסינגל הראשון שלה, "תראו מי מדברת", שיר ראפ בשילוב טכנו והאוס ובו השורה האלמותית "מאתון בלי פאסון למקום ראשון בכל עיתון". לא בדיוק ביאליק אבל היי, הציבור המואבי לא היה בררן גדול וגם ביאליק היה רחוק מלהיוולד כך שההשוואה לא הייתה רלוונטית. בשורה התחתונה השיר היה הצלחה כבירה. היעדר האמצעים הטכנולוגיים לא איפשר האזנות דיגיטליות של הלהיט, כך שהאתון נאלצה לבצע את השיר בלייב כל כמה דקות לתוך מגהפון, אבל מה לא עושים כדי שהאמרגנים יגידו שהכול בסדר. והכול באמת היה בסדר. חודש לאחר מכן הגיעו הקמפיינים. בהתחלה פרסומות למשקפיים. "עם העדשות של הוגו־כמוש גם אתם תראו מלאכים בדרך" היה הסלוגן, כמובן עם תמונה מחמיאה של האתון. המוצר ישב עליה בול. אחר כך הגיע הקמפיין

אחרי כמה וכמה התקפי חרדה היא עלתה לבמה מול שלושת השופטים ואלפיים המואבים שבקהל (פלוס כמה עמונים בודדים שהחליטו גם כן לבוא בקהל). השופטים שאלו אותה כמה שאלות לפני הביצוע שהכינה, אבל עצם העובדה שענתה על השאלות כבר הייתה מספיקה כדי להטריף את הקהל ולאלץ את השופטים להעביר אותה הלאה



Yair Jacobi
@YairJacobi

טיפ לחיים: אם פעם אחת תכניסו למדיח "בטעות" את הסירים שאסור להכניס למדיח, אז לא יהיו לכם יותר סירים שאסור להכניס למדיח

שומר 1: סמוך עליו צ'ארלי, עדיף לך להודות, רק ככה נוכל לעזור לך
שומר 2: תקשיב טוב צ'ארלי, אם אתה לא מספר הכול עכשיו לא יהיה לך עולם הבא!
צ'רלי: יאללה יאללה, אתם סתם עושים לי השומר הטוב והשומר הרב

השבוע הייתי האדם הכי מבוגר במניין הנוער, שזה אומר שעשיתי משהו מאוד נכון עם החיים שלי או שעשיתי משהו מאוד לא נכון עם החיים שלי. אעדכן

יש היום כלים של AI שיכולים לגרום לתמונה של סבא רבא שלי המנוח לזוז, אבל כלי AI שיגרום לילד שלי לשבת שנייה בשקט זה לאאאאאאא



fuzetea®

חדש! פיוז-טי בטעם אבטיח



*אינו מכיל פרי



דביר שרייבר
dvirbe7@gmail.com

דיר בלק

חונים על המדרכה, צופרים, מזגזגים, עוקפים בכפאונות. זה לא אנחנו, אלה הנהגים האחרים על הכביש. אה, ובלעם

אפילו בלק אמר לו לא מזמן: "את אשר תברך מבורך, ואשר תאור יואר", אז מי, מי יכול על בלעם, הקוסם המואר בעל העין הקטנה והפה הגדול שעושה על הכביש מה שבא לו?

הלוואי שתהיו חמורים

גם באותו בוקר הכול תקתק כרגיל - בלעם עקף, צפר, הוריד לשוליים וקילל כמו שרק הוא יודע. אבל אז, באמצע הדרך, האתון האטה פתאום ועברה לנתיב הימני, זה שבלעם משתמש בו רק לעקיפות מטורפות. בלעם הניח שמושהו השתבש במערכת הנהיגה האדפטיבית ועשה את מה שהוא תמיד עושה כשהמוזגן מרעיש, כשהמדיח נתקע או כשהוא עובר ליד מכונת פחיות - הוא הוריד לאתון כאפה. האתון באמת חזרה לנתיב השמאלי, אבל אחרי דקה שוב האטה ואפילו - למרבה הזעזוע של בלעם - השתפשפה במעקה הבטיחות, חטפה בעיטה וחזרה מיד לתלם.

אבל אז, דווקא כשהכביש נהיה צר, פתאום המנוע כבה. בלעם יצא וטרק את הדלת בזעם. הוא מעולם לא נסע לאט, בטח שלא נתקע על הכביש. ומה שהכי גרוע - כל המכוניות שהוא דחק קודם לשוליים חלפו על פניו בדהרה ונעלמו מעבר לאופק.

את האתון זה לא ממש עניין. "תגיד", היא פתחה עליו פה, "מה עשיתי לך שאתה מתנהג אליי ככה?"
"את מדברת?", רתח בלעם, "אני שוטף אותך כל שבוע, מחליף לך פילטרים, התקנתי לך פרסות ממגנזיום ומערכת שמע סאב-וופר כדי שאף אחד לא יוכל לישון כשאני נוסע באמצע הלילה - ואת עוד מעיזה להיתקע? מזמן הייתי צריך להחליף אותך!"

רק אז הבחין בלעם שלפניו עומדת דמות, ובידיה חרב. "אתה שוטר?" מצמץ בלעם בעינו.
"היית רוצה", אמרה הדמות, "אני מלאך. באתי לגבות את החוב".

"איזה חוב?"
"הגיע הזמן שתשלם על הבריונות, האנוכיות והיהירות הבלתי-נסבלת שלך".

"אני לא בריון", מחה בלעם, "אני פשוט ממהר".
"ולכן אתה מרשה לעצמך לפגוע בכל האחרים?"
"כל האחרים, מי שישמע! כולם מתנהגים ככה. תראה לי בן אדם אחד שלא יוצא לעקיפה כשהרכב שלפניו נעצר".

"שאלת את עצמך למה הוא נעצר?"
"כי... כי הוא חולם. או מוריד מישוהו. או סתם מעכב את התנועה. למי אכפת?"

"ואולי אני עומד שם ואומר לו לעצור? אולי ילד חוצה? אולי הנהג הבחין בכדור שמתגלגל אל הכביש? למה אתם חושבים בכביש רק על עצמכם, למה לא מתחשבים זה בזה? מנין העין הרעה הזאת?"
"עין רעה זה אני", חייך בלעם.
"עין רעה זה רע מאוד".

"אם זה לא סבבה בעיניך אני יכול להסתובב ולחזור".
"אם אתה כל כך רוצה לנסוע, סע. רק למען השם, סעו כמו בני אדם, אל תהיו חמורים. בעצם לאור ההתנהגות של האתון שלך, הלוואי שתהיו חמורים".

"אז אני יכול להמשיך?" רטן בלעם, התניע ודהר קדימה בחריקת צמיגים כדי להחזיר לעצמו את הזמן שבזבזו לו. בדרך הוא שוב זגוג ונדחף וקילל, אבל לתדהמתו כל מה שיצא לו מהפה זה "מה טובו אוהליך יעקב, משכנותיך ישראל". טוב, עם התנהגות כזאת על הכבישים, באמת הכי טוב בבית. ●



תאונות קרו לו די הרבה, אבל אף פעם הוא לא היה אשם. אילוסטרציה

אם הרכב שלפניו מאט - הוא צופר

ועוקף אינסטינקטיבית, במיוחד

אם זה לפני מעבר חצייה. בלעם

לא שונא את כל בני האדם, רק את

הולכי הרגל אוכלי החינם, הקמצינים

האלה שבמקום לקנות מכונית

חוצים את הכביש ותוקעים את

התנועה. הרי בפרשת השבוע נאמר:

"וייחר אף אלוקים, כי הולך הוא"

השכם בבוקר קם בלעם, הכין לעצמו אספרסו כפול עם חלב מוקצף ויצא לדרך. הוא התניע את הרכב המושקע שלו, אתון ארבע על ארבע לא חדשה אבל שמורה היטב, 250 כוחות סוס, זאת אומרת חמור, יד ראשונה מקוסם. בלעם שילב הילוך והוריד את האתון מהמדרכה בזהירות מרבית כדי לא לפגוע בשאסי. לא תמיד הוא חונה על המדרכה אלא רק במקרים חריגים, למשל כשאין מקום חנייה ממש מול הכניסה לבניין וכשסתם לא בא לו. לפעמים הוא מוצא על השמשה דוח, שניתן כנראה על ידי פקח חדש שלא מודע לזה שבלעם הוא קוסם, הוא יודע להעלים דוחות. על הדרך הוא גם תובע את העירייה ומוציא ממנה פיצויים על זה שהיא מכריחה אותו לחנות על המדרכה ולחסום את הדרך לאלה שהוא כל כך שונא, נו איך קוראים להם, הולכי רגל.

בכיכר הראשונה בא רכב אחד משמאל, אבל בלעם לא פראיר, הוא משתלט בכוח על זכות הקדימה. אם הנהג השני מוחה, הוא חוטף מבלעם קללות שגורמות לו להתחבא מאחורי ההגה. אין מה לדבר, בלעם יודע לקלל. גם להשתמש בצופר הוא יודע - למשל כשמישהו נוסע לאט מדי לטעמו, כשאזנה נודניק מציית לתמרור עצור, כשהמכוניות לא נוסעות למרות שהאור ברמזור כבר עוד רגע צהוב. אצל בלעם המצב הטבעי הוא רגל על הגז ויד על הצופר, כדי להראות לכולם שהוא מצפצף עליהם.

אם הרכב שלפניו מאט - הוא צופר ועוקף אינסטינקטיבית, במיוחד אם זה לפני מעבר חצייה. בלעם לא שונא את כל בני האדם, רק את הולכי הרגל אוכלי החינם, הקמצינים האלה שבמקום לקנות מכונית חוצים את הכביש ותוקעים את התנועה. הרי בפרשת השבוע נאמר: "וייחר אף אלוקים, כי הולך הוא".

עין קטנה, פה גדול

ביציאה מהעיר, כרגיל, יש פקקים, אבל אחד כמו בלעם לעולם לא עומד בתור. זאת אומרת אם הוא נכנס לחנות או לקניון הוא כן עומד, לא יפה להידחף או לזרוק אנשים מהמדרגות הנעות. אבל על הכביש אין לא יפה, על הכביש אפשר לזגוג, לעקוף מימין, לעבור בפראות מנתיב לנתיב ולגרום לנהגים האחרים לבלום בבהלה. מה יש, כולם עושים את זה. אם מישהו במקרה פותח חלון ושואל למה הוא מתנהג ככה, בלעם מסביר שאין מה לעשות, הוא ממהר. גם הנהגים האחרים ממהרים, אבל הנהגים האחרים הם לא בלעם. גם ככה בזמן האחרון מסתכלים עליו בעבודה בעין עקומה, והוא מחזיר מבט שתום עין. ממש אתמול הבוס, בלק, שאל אותו למה לקח לו יומיים להגיע, ובלעם ענה לו: "דיר בלק (כלומר, בלק היקר), אני אבוא מתי שבא לי וכמה שבא לי, אז דיר בלקום".

"מה זה בלקום?" תהה הבוס.
"ראשי התיבות של בא לקלל ונמצא מברך", אמר בלעם, למרות שהתכוון להגיד משהו אחר לגמרי.

גם בדרך הביתה אין לו סבלנות לנהגים הסאחים האלה שמאותתים לפני שהם מחליפים נתיבים. בגלל זה הוא מהבהב בהיסטריה אם לא מפנים לו את הנתיב קילומטר מראש, יוצא לעקיפה על פס לבן ונשאר בנתיב הנגדי שעתיים, תוך כדי שהוא דוחק לשוליים כל רכב שבא ממול וכל מי שנוסע פחות מ-140 קמ"ש (אבל רק בנתיבים עירוניים). הכי הוא מתעב את אלה שנוסעים ברכב חברה ומדביקים על הפגוש את הכיתוב "איך אני נוהג". כאילו מה, אתם לא יודעים לנהוג אז אתם מצפים שנהגים אחרים יסבירו לכם?

מתאונות הוא לא חושש, עובדה שזה מעולם לא קרה לו. זאת אומרת קורה די הרבה אבל הוא אף פעם לא אשם. כן, יש לו כמה עשרות הרשעות ומנוי של קבע בקורס לנהיגה מונעת, אבל זה רק בגלל שהמדינה לא מתחשבת בטיפוסים עסוקים כמוהו.

רק במאוחדת

השירות הכי נוח AI פעם



כל פעולות האפליקציה
בצ'אט AI חכם ומהיר



אזור אישי
חכם ונגיש



המלצות
בריאות



הפניות,
תורים ועוד



חיפוש בשפה
חופשית

מאוחדת
רמה אחרת



***3833**



פעילות המרכזים

יש להם זהות

איך קרה שהפעילות של 'זהות', מרכזים להעמקת יהדות, שמעבירים שיעורי יהדות בבתי ספר ממלכתיים בכל רחבי הארץ, הפכה לעוד יותר פופולארית בתקופת המלחמה?
// מירי בידוד ליוי

אדירה".
כמישהי דתייה, איך התלמידים מקבלים אותך?
"אני תמיד משתדלת להגדיר את עצמי כיהודייה ולא כדתייה כדי ליצור את החיבור, ויותר מזה - את הקשר שלהם עם התכנים שאני מנגישה להם. הכול מועבר באופן מעניין וחוויתי, במשחקים ובסיפורים, ולא ייאמן כמה הם זקוקים לדעת ולשמוע את הדברים. מה שהכי מפתיע זה שגם המורות מגלות עולם ומספרות שלא ידעו דברים ושהן מתכוונות להעביר את זה הלאה לילדים שלהן. לכן השירות שלי היה כל כך מספק, ואני רואה מסביבי שזה מה שחוהו כל מי שמלמד יהדות במסגרת השירות הלאומי או כמדריך. אחד מרגעי השיא שלי בשנתיים הללו היה כשילדה בכיתה ב' בכתה מהתרגשות כשלמדנו על

על הדבר הזה שבאמת משותף לכולנו - היותנו יהודים. המורות קיבלו אותנו יותר יפה והיו פתוחות לשמוע ולהתלהב מהתכנים שלנו. בסופו של דבר, ברגע שיש אויב, אין פריבילגיה להתרחק. כולנו נפגשים בנקודה שמחברת בינינו. הרגשתי את זה ביתר שאת, והשנה הזאת הייתה כל כך משמעותית ומרגשת, שהחלטתי לעשות עוד שנה במסגרת העמותה הזאת ובימים אלה אני מסיימת אותה בתחושת סיפוק

שמנסה להשפיע בקטע הדתי. היה מתח מסוים והייתי מאוד רגישה לגבי כל מילה שאמרת. בכל זאת, בת שירות לאומי שמגיעה לבית ספר שאינו דתי".
התחושה השתנתה מהקצה אל הקצה כשפרצה מלחמת חרבות ברזל. "האווירה השתנתה. קיבלו אותנו הרבה יותר. פתאום כולם הבינו, דתיים וחילוניים כאחד, שהמלחמה היא על הזהות. כבר לא חוויתי את הפחד לדבר

לפני כמעט שנתיים הגיעה ענהאל איטליאנדר (20) מפתח תקווה למודיעין כדי להתנדב לשירות הלאומי בעמותת 'נחלת שי'. "זו עמותה שפועלת לחינוך לציונות, קירוב לבבות, מורשת ואהבת הארץ, במסגרת 'זהות' - איגוד המרכזים לזהות יהודית, להעברת תכנים יהודיים בבתי ספר ממלכתיים. זה בדיוק מה שחיפשתי, להכיר קצת יותר לעומק חלקים בעם שלי ולהתחבר אליהם. כשהגעתי לשם היו בי לא מעט חששות", היא משתפת, "אנחנו נכנסות לכיתות לשיעור קבוע בבתי הספר השונים, ומעבירות שיעורי יהדות. בימים הראשונים של השנה הרגשתי שבחדר המורים סרקו אותי, בחנו אותי. בכל כיתה שנכנסת אליה, תמיד יש מורה, כדי לשמור על המשמעת, והייתה לי תחושה שאני ממש במבחן - נוהרתי שלא לומר בטעות 'ברוך ה' או להישמע כמו מישהי

יניב צברי: "הזרעים שנטמנו - נבטו, העמיקו שורש, והניבו פירות של חוזק פנימי, אחריות ומנהיגות"





אלי ליפשיץ: "שואפים לגייס עוד ועוד מדריכים ומדריכות איכותיים שיצטרפו לעשייה לאור הדרישה שגדלה מאוד מתחילת המלחמה"

הארץ ממשיכה לאחריה, בין יום הזיכרון לשואה ולגבורה ליום הזיכרון לחללי צה"ל. במאהלים הללו משפחות שכולות סיפרו את סיפורן, והבאנו תכני מורשת מרגשים, הרצאות ושיחות. מאות בתי ספר הגיעו לשם, בני נוער ומבוגרים, והרעיון היה לדבר על תקווה וגבורה בעם. למאהלים הגיעו יותר מ-100 אלף בני אדם, וזו רק דוגמה לפרויקט ארצי אחד מפרויקטים רבים שאנחנו מקיימים במהלך השנה במסגרת הקהילה. יש לנו את יום ההוקרה לפצועי צה"ל - גם זה נעשה בתוך בתי הספר. עוד מיזם מוכר שאנו שותפים לו ומובילים אותו הוא השבת העולמית, מה שגורם לחברה כולה להרגיש שהשבת היא גם שלה."

ליפשיץ מציין שמאז פרוץ המלחמה, לפני יותר משנה וחצי, הביקוש של מנהלי בתי הספר לפעילויות של זהות גדל והולך. "יש דרישה, שותפות ורצון הרבה יותר גדולים. יגאל אלון אמר 'עם שאינו יודע את עברו, ההווה שלו דל ועתידו לוט בערפל', וזו המשימה החשובה ביותר שלנו מתוך הבנה שבלי העמקת הזהות היהודית, המורשת וההיסטוריה שלנו בקרב כלל העם אין לנו עתיד. זו התודעה שמובילה אותנו, ובזה אנו עסוקים."

מאחורי ליפשיץ יותר מ-220 ימי מילואים במלחמה הנוכחית. "אני משרת בתותחנים וכיום אין הרבה חבר'ה דתיים בחיל הזה. ברמה האישית שמחתי לראות בתקופה הזאת כמה בציבור הישראלי הכללי יש רצון וחיבור

שיעור שבועי בזהות יהודית גדלים יותר ויותר. מה אתם עושים בפועל?

"אנחנו עובדים עם תכנים חווייתיים כדי לחבר את הילד היהודי למורשת שלו. זה נעשה בנועם ובשיתוף ובוודאי שלא מתוך כפייה. אנחנו מלמדים על דמויות מהתנ"ך, סיפורי תנ"ך, חגים ומועדים, פעילויות כמו אפיית מצות, הכרת השופר, הכול נעשה במתודות מעניינות של משחקים, הצגות וחוויית שחושפות את הילד ליהדות שבו. הפעילויות נעשות דרך עמותות שלנו, כל אחת והאפיון שלה, ומי שמעביר את השיעורים אלה קרוב ל-300 בנות שירות לאומי וגם מאות רבות של מדריכים בשכר, שזה דבר שאנחנו עובדים עליו כל הזמן ושואפים לגייס עוד ועוד מדריכים ומדריכות איכותיים שיצטרפו לפעילות. יש לנו הכשרות וכנסים ופעילויות שמעבות את העשייה שלנו וממקסמות את היכולות שלנו לפעול כראוי בבתי הספר."

"פרט לכך יש לנו פרויקטים ומיזמים, כמו למשל מאהלי הזיכרון והגבורה - יותר מ-80 אוהלים של זיכרון וגבורה שהקמנו עם משרד ההתיישבות והמשימות הלאומיות בכל רחבי

הזהות והחיבור של הילדים למורשת שלהם". קרמר מוסיפה כי בימים שבהם שאלות הזהות נמצאות בלב השיח הישראלי - העשייה של 'זהות' מקבלת תוקף מחודש. "זה העתיד וזו אהבה אמיתית לעיר ולחברה כולה."

הציבור הוא מסורתי

היוזמה והבקשה של בתי הספר לקבל את התכנים של 'זהות' היא מיוזמתם בלבד. כך מסביר אלי ליפשיץ, המנכ"ל של האיגוד בארבע השנים האחרונות: "למרות מה שנראה לפעמים אחרת כלפי חוץ, רוב הציבור הישראלי הוא מסורתי. אפשר לראות כמה משפחות בישראל מחוברות למורשת היהודית, נפגשות לקידוש בשבת, מחוברות למנגינות המסורתיות, מדובר באחוז גבוה מאוד. יש חיפוש וצמא ליהדות. גם בבתי הספר אנחנו רואים את הצורך והצמא הזה להכיר את היהדות, להתחבר אליה, ולא בכדי אנחנו גדלים ומתפתחים ומגיעים לכל מקום בארץ והמספרים של הכיתות שבהן מועבר

וואהבת לרעך כמוך".

יניב צברי, יושב ראש 'זהות', שמשמש גם כמנכ"ל עמותת 'רעות שדרות', אומר כי מאז 7 באוקטובר, הזהות היהודית כבר אינה מותרת אלא תנאי יסוד לחוסן הלאומי. "לאורך השנים, מרכזי זהות ברחבי הארץ פעלו בשקט ובמסירות, מתוך אמונה שעמוד השדרה הערכי של הילד והנער הישראלי אינו נבנה ביום. במלחמה הנוכחית החזון הזה הפך למציאות: תלמידים שפגשו זהות בגיל צעיר - הפכו ללוחמים אמיצים עם תחושת שליחות, שייכות וייעוד."

צברי מספר כי בשיחות אישיות עם לוחמים חוזר שוב ושוב הקו המחבר - מי שגדל על ערכים, מחובר לעם, לתורה ולארץ - יוצא לקרב עם רוח אחרת. "לא מדובר בסיסמאות אלא בעובדות חיים. הזרעים שנטמנו - נבטו, העמיקו שורש והניבו פירות של חוזק פנימי, אחריות ומנהיגות. בתפקידי כיושב ראש איגוד זהות, אני רואה מקרוב את ההשפעה העמוקה של העשייה הזאת. אנחנו פועלים יום-יום להרחיב, להדריך ולהעמיק את הפעילות ברחבי הארץ - מתוך אמונה שהחוסן הלאומי מתחיל בזהות האישית. האיגוד לקח על עצמו תפקיד מנהיגותי - והפך לארגון שמצמיח רוח, זהות והשראה לכלל החברה הישראלית. חשוב לי להדגיש שההתקדמות המשמעותית בשטח לא הייתה מתאפשרת בלי התמיכה הרציפה של המשרד להתיישבות והמשימות הלאומיות וההקשבה של השרה אורית סטרוק וצוות המשרד שנכונים לכל יוזמה ערכית וחינוכית."

החיבור לשורשים נחוץ מתמיד

מרכז זהות 'רעות שדרות' פועל בעיר כבר יותר משלושה עשורים. אתי קרמר, מנהלת המרכז, אומרת כי מדובר לא רק בחינוך אלא בשליחות ממש. "המרכז פועל כל השנים באחריות, במסירות, באהבה ובאמונה עמוקה בכוחה של הזהות לחולל שינוי אמיתי. גם בתקופות המורכבות ביותר - ממתחות ביטחונית ועד ימי לחימה - לא חדלנו לרגע. המשכנו לפעול מתוך הבנה שדווקא אז נחוץ יותר מתמיד חיבור עמוק לשורשים, למשמעות ולערכים. הפעילות שלנו בבתי הספר ובגני הילדים נמשכת לאורך כל השנה: בליווי אישי, בשיעורים קבועים, סביב חגי ישראל ובאירועים מיוחדים - לא כאירוע חד-פעמי אלא כתהליך עקבי, רגיש ומעמיק. כך, בהדרגה, הזהות היהודית-ישראלית נטמעת כחלק מהשגרה, מהשפה ומהתודעה של הילדים."

"ההשפעה ניכרת לא רק במרחב הלימודי - אלא גם בבית ובקהילה כולה. בוגרים שפגשו אותנו בילדותם הם היום תושבים, הורים ואנשי עשייה שמונעים מתוך חוסן פנימי, שורשים עמוקים ואמונה. רבים מהם מספרים עד כמה נקודות המפגש עם הזהות היו בשבילים עוגן של משמעות, גם בתקופות סוערות. גם צוותי ההוראה מעידים על התרומה הערכית של הפעילות. אנחנו מקבלים תגובות על כך שהפעילות משמעותית לתלמידים ומהווה מקור חשוב להקניית ערכים וידע על שורשיהם היהודיים והישראליים. גם הגנות מעריכות את העובדה שהפעילות מועברת ברגישות ובחום, תוך התאמה לגיל הרך והקניית ערכים של שייכות, כבוד, מסורת וקהילה. הילדים נחשפים לחגי ישראל, למנהגים ולסיפורי המקרא בדרך חווייתית, נעימה ומרגשת. המפגשים תורמים לא רק להבנת התוכן, אלא גם לחיזוק תחושת

ענהאל איטליאנדר: "פתאום כולם הבינו, דתיים וחילוניים כאחד, שהמלחמה היא על הזהות"



פעילות המרכזים



פעילות המרכזים

מעבירים בכיתות, אנחנו פועלים מזה שנתיים בתוכנית מנהיגות ייחודית הנקראת 'אל בורות המים' – מסע זהות שייכות והשראה, תוכנית עומק לצוותי הנהלה בבתי ספר, המובילה מסע של בירור זהות, חיבור לשורשים ולעשייה חינוכית ערכית ומנהיגותית שיוצרת 'קהילה מיטיבה', שמטרתה להגדיל את הטוב. אנחנו רואים כיצד הבירור הזהותי והערכי הופך למנוע משמעותי של חיבור, שייכות וגיוס כוחות אצל אנשי חינוך.

"צריך להבין שהזהות שלנו היא אינה מותרות אלא יסוד, והיא מתבררת מחדש דווקא מתוך המשבר. עלינו להיענות לקריאה הזאת, לחזק את העוסקים במלאכה ולהרחיב את ההשפעה – בבתי הספר, בחדרי המורים ובקהילות. לכן אנחנו קוראים לכל מי שהמעשה החינוכי והערכי הזה חשוב לו ורוצה להשפיע בליבת העשייה הזאת להצטרף לשורות המתנדבים, המדריכים והמדריכות שעוסקים במלאכה החשובה הזאת ולקחת חלק בשליחות הגדולה. בעשייה שלנו בחל"ד אנחנו חשים עמוקות את משמעות השליחות לחזק את שורש ההשתייכות ואת הכוחות הפנימיים, ולבנות יחד חברה יהודית ישראלית מגובשת, מחויבת ומתחדשת בתקווה גם בזמנים קשים. זו זכות גדולה ללוות את המורים והתלמידים במסע הזה, ולהיות חלק מתהליך שמחזק לא רק את הפרט אלא את כל החברה הישראלית".



אתי קרמר: "בוגרים שפגשו אותנו בילדותם הם היום תושבים, הורים ואנשי עשייה שמונעים מתוך חוסן פנימי, שורשים עמוקים ואמונה"



צילום: מהאלבום הפרטי



הדר סופר: "דווקא מתוך הטלטלה, מתברר מחדש הכוח והמשמעות שמעניקה זהות יהודית ישראלית יציבה"



צילום: מהאלבום הפרטי

מזה שנים רבות בתחום הזהות היהודית בבתי הספר הממלכתיים, אנשי השטח פוגשים את הצורך הזה במפגש ישיר עם מורות, מנהלות ותלמידים. "לצד הפעילויות הערכיות שאנחנו

שמעניקה זהות יהודית ישראלית יציבה לחוסן האישי, החברתי והלאומי לצד התעמקות בשאלות הקשות שעולות מנגד", היא אומרת. סופר מוסיפה כי בעמותת חל"ד, הפועלת

ליהדות, לתפילות, למסורת, שרים ביחד 'שלוש עליכם', מדליקים נרות חנוכה. אני באמת מאמין שאכפת לכולנו וכל אחד רוצה להעביר את זה הלאה, לדור הבא. הם שמחים במורשת שלהם ומכבדים אותה. יש גם התעניינות, ובנוסף לכך יש גם גאווה במורשת הזאת. אני חושב שמה שקרה במלחמה הזאת ומאוד מרגש הוא שהתחדדה ההבנה שהמלחמה היא על הזהות, על היותנו יהודים, על הקיום שלנו כיהודים. כי השנאה היא כלפינו כיהודים, ואנחנו כאיגוד שעוסק בזהות יהודית מבינים למה הצימאון הזה הגיע בדיוק עכשיו. זה מסביר הכול".

איך המלחמה השפיעה על העשייה שלכם באופן כללי?

"פרט לעניין הרעיוני שהסברתי, קרו דברים גם מבחינה טכנית. בשלושת החודשים הראשונים בנות השירות שלנו היו עם מפונים בבתי המלון. הן העבירו שיעורים ומשחקים, פעילויות חינוכיות ונתנו את הלב. הן היו שם בשביל המשפחות לכל דבר ועניין ועשו שליחות מדהימה".

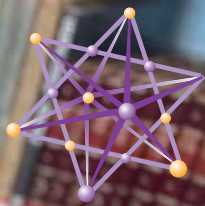
הדר סופר, חברה בהנהלת איגוד 'זהות' ומנכ"לית עמותת חל"ד – מפעלים חינוכיים, מספרת כי מאז 7 באוקטובר, העמותה מכוונת לצורך הגובר והולך של תלמידים, אנשי חינוך וקהילות חינוכיות למענה זהותי רגשי וחברתי עמוק, מחבר ומשמעותי. "דווקא מתוך הטלטלה, מתברר מחדש הכוח והמשמעות

המכללה

האקדמית חמדת

חוסן, אמונה, חינוך.

קריית חינוך שדות נגב



4,000 ₪
מלגה לנרשמות
בכפוף לתקנון

תואר שני בתרבות יהודית*

שנת לימודים אחת!

אקדמיה בגישה אמונית

לימודי בית מדרש וחברותא | למידה פעילה ומשמעותית | סיורים לימודיים



רכבת



החזר שכר לימוד
כמעט מלא לזכאים
בכפוף לתקנון משרד החינוך



לימודים היברידיים
שבוע מהקמפוס
שבוע מהבית



יום לימודים
מרוכז

מלגה ייחודית ע"ס 5,500 ₪ לחברי ארגון המורים בכפוף לתקנון ארגון המורים

*תרבות יהודית ביקתה אל התנ"ך והוראתה
www.hemdat.ac.il

נשחוסן פוגש אמונה וחינוך

למידע והרשמה חייגו אלינו *5280

"הבנתי את הצורך בחיזוק מורלי
והתחלתי להגיע לכל מקום שמזמינים
אותי, גם בתוך צה"ל". הרב אברהם זרביב



צמ"ה דוחני

כשפרצה המלחמה הוא עזב את תפקידו כדין בבית הדין בתל אביב וגויס ליחידת צמ"ה גבעתי, שם הוא מפעיל כלים כבדים בהרס מבנים בעזה. בלי שהתכוון, הפך הרב אברהם זרביב למי שמעניק חיזוק מורלי ורוחני לחיילים ולמפקדים באמצעות שיחות וסרטונים ויראליים. ברגעים נדירים בבית, הוא מספר כיצד חייו ניצלו בנס יותר מפעם אחת, ומסביר מדוע לא מונה לדיין דווקא בגלל כישרון

יוסף ארנפלד // צילום: לירון מולדובן



צילום: באדיבות המעלה

"חשבתי שאלך לחודש וחצי ואחזור, אבל הקדוש ברוך הוא זימן לי אירוע שלא חשבתי שיגיע לממדים האלה". הרב זרביב בתוך ה-D9

קטנות לאומיות, עבר זרביב יחד עם כמה חברים ממורשה ללמוד בישיבת קטנה חרדית ליטאית. משם, במעבר חד, התגייס לצה"ל ושירת שירות צבאי מלא בסירת גבעתי. "עשיתי ריכוך של כמה חודשים בישיבת הסדר, אבל זה לא התאים לאופי שלי", הוא מסביר. תפקידו בסירת גבעתי היה מש"ק טרור. "אחרי שסיימתי מסלול, עשיתי קורס מש"ק טרור. קורס קשה וכואב, אך יוקרתי ומקצועי. הייתי אחראי על כל אימוני הטרור של סירת גבעתי בסדיר, ואחר כך גם במילואים במשך הרבה שנים".

לאחר השחרור מצה"ל עבר ללמוד בישיבה הגבוהה בבית-אל, ובהמשך בכולל דיינות בפסגות. לאחר סיום לימודי הדיינות, לימד במכינה הקדם-צבאית בבית-אל ואף מונה לראש המכינה. במהלך השנים הללו עשה לא מעט ימי מילואים, והשתתף יחד עם חטיבת גבעתי במלחמת לבנון השנייה ובמבצעי עופרת יצוקה, צוק איתן ועמוד ענן. "ב-2003, בעקבות נפילתו של מש"ק טרור בגבעתי, סמל ראשון אביוה קינן הי"ד משילה, חזרתי לצבא לשבעה חודשים של לחימה מטורפת עם רצף פעילויות הרואיות ברצועת עזה, שעליהן קיבלה היחידה עיטור מופת יחידתי".

לפני כעשור התמנה לדיין בבית

ישנן שמועות שלא הורסים מספיק בתים בגלל שהפצ"רית אוסרת. "אני חייל פשוט, אני לא מכיר את הפצ"רית. זה לא בדרגים שלי. צה"ל עושה כל מה שהוא יכול כדי לחסוך בפציעה של חיילים, בנפילת חיילים. אי אפשר לתאר כמה הוא דואג לכל אחד ואחד. יש לנו צבא מדהים. למפקדים יש אחריות להביא את החיילים הביתה בשלום, אז הם עושים הכול. יכול להיות שהפצ"רית יודעת כל מיני דברים, אבל היא מעלימה עין, כי היא מבינה שזה מציל חיילים".

בג"ץ עם בעיה בהבנת הנקרא
הרב אברהם זרביב (53) גדל בשכונת קריית משה הירושלמית. אביו, הרב עמנואל זרביב, היה תלמיד של הרב צבי יהודה קוק זצ"ל, אימו דבורה הייתה אחותו של הרב בן ציון אבא שאול זצ"ל. הוא עצמו נמנה על תלמידי המחזור הראשון של תלמוד תורה מורשה, שבו למדו דור הנפילים של הציונות הדתית כיום, ובהם מבקר מערכת הביטחון תת-אלוף יאיר וולנסקי, סגן-אלוף שלום אייזנר - מח"ט ב' של חטיבה 401, ראש השב"כ הנכנס האלוף דוד זיני, הרב יהודה סדן - ראש הישיבה הגבוהה בעלי, הרב רענן ביגון - ראש בית המדרש בישיבת 'טובה הארץ', ועוד. היות שבאותם ימים עדיין לא הוקמו ישיבת

שנהרג כשהבאגר שלו עלה על מטען לפני כחודש. במלאות השלושים, ערך הרב זרביב אזכרה לעילוי נשמתו במקום שבו נפל. "ממש במקום הירצחו עשיתי אזכרה עם חצוצרות והוצאנו חול בשביל בניית הקבר שלו. לפני כן, מפקד סירת גבעתי אמר לי שנדחה את האירוע ביום: 'מחר נעשה פקודת מבצע ונלך לשם'. אמרתי לו: 'שום פקודת מבצע! היום. אם לא היום, זה לא יהיה'. הייתה התרגשות גדולה אצל המשפחה, צילמנו בשבילם סרטון מאוד יפה ומחזק".

הרב אברהם זרביב, נשוי לנאוה, בתם של הרב מנחם וטובה פליקס, מראשי גוש אמונים, אב לעשרה ילדים וסב לנכדים רבים, עבר מזמן את גיל הפטור ממילואים. הוא לא דמיין שימצא את עצמו בתוך אירוע מתגלגל כבר שנה וחצי. "הכול מהשמיים", הוא מפתיר. "אמרתי לעצמי: אלך לחודש וחצי ואחזור. הקדוש ברוך הוא זימן לי אירוע שלא חשבתי שיגיע לממדים האלה. זה אירוע זוגי-משפחתי, שמצריך מסירות נפש של כל הסובבים אותי", הוא מזכיר. "זו לא מסירות נפש שלי בלבד. יש כאן מחירים אישיים כבדים, אבל המשפחה גיבורה והעורף גיבור. זה לא רק אנחנו. הגבורה היא אולי יותר של העורף, שנותן כוחות ולא אומר 'תחזור הביתה', אלא מתמודד עם כל הקשיים לבד".

לפעמים גם הוא שואל את עצמו מאיפה הכוחות. "אני עייף", הוא מודה. "הגוף שלי הוא לא כמו פעם, אבל לפעמים הגוף ניזון מרוחניות. תחושת השליחות נותנת כוחות שאי אפשר בכלל להבין מאיפה הם נשאבים, כי זו באמת עבודה קשה, גופנית, נפשית. אני אומר לאנשים: תיקח רכב חדיש, ותיסע 12 שעות ביום לאילת הלון-חזור, הלון-חזור. איך תרגיש בסוף היום? אתה על הברכיים.

ב חודשים האחרונים הפך שמו של הרב אברהם זרביב, דיין בבית הדין הרבני האזורי בתל אביב ונשיא המכינה הקדם-צבאית בבית-אל, לשם נרדף להשמדת רצועת עזה עד היסוד. פעולותיו אף קיבלו מיתוג וסלוגן: "לזרוב את עזה". הסרטונים שלו מתוך הרצועה, כשהוא משטח בית אחר בית, מרים את המורל ומסיים במילות החיזוק "עד הניצחון, עם ישראל חי", הפכו לוויראליים בתוך זמן קצר.

סרטוני החיזוק, יחד עם האופטימיות הגדולה של הרב זרביב, לעיתים עלולים להשכיח את העובדה שמדובר בפעילות מסוכנת, שמתבצעת לא פעם תחת אש. "הקדוש ברוך הוא הציל אותי מהרבה הרבה מטענים", הוא משתף בשיחה עם 'בשבע'. "רק לפני שבוע עליתי על מטען רב עוצמה וניצלתי בנס". וזה לא המקרה הראשון: "שבוע לפני כן, פספס אותי מטען רב עוצמה בשלושה מטרים. יום אחד ירו עליי ארבעה טילי RPG ברפיח. אחד עבר לי מעל הראש, במרחק 20 סנטימטרים, ועוד אחד פגע לי בחלון ויצר פיצוץ אדיר ומכת אש. אי אפשר לתאר את זה בכלל. אחרי חמש דקות חטפתי עוד אחד".

אזכרה בלב עזה

לא מזמן הושמדה חוליה שניסתה לחסל אותו, תוך כדי ביצוע העבודות. "יום אחד עבדתי בג'באליה על הכלי שלי. תוך כדי הריסת בית של חמש קומות, נפלו עליי קורות בטון. בסוף היום, כשחזרנו ליד המגן - מקום שלכאורה כבר לא אמור להיות בו אויב - עליתי על הכלי כדי להוריד מעליו את קורות הבטון. זה היה כבד, אז הבאתי באגר שיעזור לי להוריד. פתאום שמעתי קריאה שקטה:

"אלף ואחת הרפתקאות עוברות עלינו במשך היום. בקושי אוכלים, כי אין לך זמן, והמזגן פתאום לא עובד, ורמת החום בכלי היא ממש סכנת נפשות, כי זה כמו חממה. גם בערב אין מנוחה כי צריך לעבוד על הכלי, לתקן אותו ולהכין אותו למחר. כך יום אחרי יום, חודש אחרי חודש. רק התדלוק הוא אירוע עם קושי פיזי גדול. לכן תחושת השליחות היא המזון הרוחני שמניע את העסק. אין הסבר אחר"

להפעיל D9 במשך 10-12 שעות ביום זה התנגשויות בבתים, זה שיפועי צד פתאומיים שעלולים לגרום להתהפכות, זה מפחיד". "אלף ואחת הרפתקאות עוברות עלינו במשך היום. בקושי אוכלים, כי אין לך זמן, חוטפים משהו, והמזגן פתאום לא עובד, ורמת החום בכלי היא ממש סכנת נפשות, כי זה כמו חממה. אי אפשר לתאר מה עוברים ביום. גם בערב אין מנוחה כי צריך לעבוד על הכלי, לתקן אותו ולהכין אותו למחר. כך יום אחרי יום, חודש אחרי חודש. רק התדלוק הוא אירוע עם קושי פיזי גדול. לכן תחושת השליחות היא המזון הרוחני שמניע את העסק. אין הסבר אחר".

אללה אכבר! אמרתי לעצמי: לא יכול להיות. מה, ליד המגן? כנראה זה הדמיון המזרחי שלי. אחרי שתי דקות פתאום נפתחה עליי אש ממרחק 20 מטר. הנהג של הבאגר צעק אליי: זרביב, יורים עליך, יש פגיעות על ה-D9! כזכור, עמדת על ה-D9 מבחוץ. שנינו קפצנו פנימה וסגרנו אחרינו מהר. זה היה נס גלוי. ירו מחלון של בית ממש קרוב. אותו בית שהרסתי חצי ממנו, ותכננתי להמשיך אחרי שנוריד את הקורות שנפלו עלינו. יש כאן חבורה גיבורה שיוצאת בבוקר ולא יודעת אם היא חוזרת בערב, וממשיכה ככה כבר שנה וחצי".

יחד איתו עבד גם דוד ליבי הי"ד, בן ה-19,



"אבל אני לא רוצה לוותר על עצמי"

המרחב האישי והחיבור הרגשי לא אמורים להתנגש, אלא לבנות אחד את השני

זקוקה לפרוק ולשתף את נדב, זה לא רק צורך פרטי שלך אלא זה צורך של הקשר, את מחפשת קרבה, שותפות ומגע.

כשאתה, נדב, לוקח מרחק – זו לא בהכרח בריחה, אבל כשאתה לא חוזר זה מרגיש כמו נטישה.

"אז מה אנחנו אמורים לעשות בפועל? ביום יום?" שאל נדב.

"אפשר שתתחילו מתיאום פשוט. תבחרו זמן קבוע ביום לשיחה זוגית, גם אם זה 10 דקות.

תסמנו לעצמכם: מתי אני נותן מקום לעצמי על מנת להיטען עבור הנוכחות שלי בקשר, ומתי אני ממש נוכח בקשר. תגדירו מראש ואז לא תריבו על זה כל פעם מחדש.

זה בדיוק ההבדל בין להיות תגובתי לבין להיות בוחר; כשהצרכים ברורים והגבולות מוגדרים גם הלב נרגע."

בסוף המפגש, לפני שיצאו, עצרתי אותם ואמרתי להם:

"עוד דבר אחד – אל תוותרו על התחביבים, המרחב האישי או העצמאות, אבל אל תראו בזה משהו נפרד מהקשר. הזהות שלכם צריכה להיבנות בתוך הזוגיות ולא לצידה. כשאתם מביאים את עצמכם שלמים לתוך הקשר – הקשר נהיה מקום של צמיחה וגדילה, ולא ויתור או מחיקה." סוף כל סוף נדב חייך, בפעם הראשונה, ואז אמר: "חשבתי שכשאני מוותר על הזמן שלי אני מפסיד. עכשיו אני מבין כשאני בוחר כך – אני לא מפסיד את עצמי אלא מגלה אותי מחדש."

"וכשאתה מגלה את עצמך מחדש, יש לי את מי לפגוש", חייכה אליו יפעת.

כל הפרטים שוונו למען שמירת הפרטיות



"זה יעזור לך?" שאל נדב את יפעת. "מאוד. אם תשתף אותי למשל מתי אתה חוזר, זה ממש יעזור לי ולא ארגיש שאני מחכה באוויר."

"התרבות של היום מקדשת את הנפרדות והאינדיבידואליות. זה לא שאני חושבת שזה לא חשוב, בלי זה הקשר יכול להפוך למערבולת סוחפת. אבל אם כל אחד שומר רק על הגבולות של עצמו, אז אין מגע ולא מתרחשת תנועה אמיתית בקשר. זוגיות לא נבנית משני אנשים שחיים זה לצד זה, אלא מתנועה שבה כל אחד מביא את עצמו פנימה."

"אז בעצם את אומרת שזוגיות זו פשרה? כל אחד צריך לוותר על משהו ולהתפשר?" שאל נדב.

"ממש לא. זו בחירה! כשאתה בוחר להיות נוכח, גם אם אתה מוותר על הרצונות הפרטיים שלך, אתה לא מבטל את עצמך אלא מממש את עצמך בתוך הקשר. זה בדיוק ההבדל בין שותפות בקשר לבין זוגיות אמיתית."

"אז בעצם, מה שאת אומרת זה שאנחנו צריכים ללמוד לזהות מתי הצורך שלי הוא צורך של הקשר ולא צורך פרטי שהוא רק שלי?" שאלה יפעת.

"בדיוק. אם עבר עלייך יום קשה ואת

"אני מרגיש שככל שאני יותר מתקרב אליה, אני מאבד עוד חלק ממני. כאילו אם אני באמת אתמסר לקשר הזה – לא יישאר ממני כלום", אמר נדב.

"אני מרגישה בדיוק ההפך – כל פעם שהוא מתרחק אי-שם לעצמו, הוא שוכח שיש פה עוד מישהי. אני לא רוצה להיאחז בו, אני רק רוצה לדעת שהוא כאן", הגיבה יפעת.

"מדהים איך שניכם מדברים על אותו כאב, רק בשפות שונות. הרבה זוגות פוגשים בדיוק את המקום הזה, המקום שבו הצורך של אחד נשמע כאיום אצל השני."

נדב, אתה צריך שקט ומרחב כדי להרגיש שאתה עצמך, ואת יפעת צריכה נוכחות רגשית כדי להרגיש שיש קשר. אבל, מה יקרה אם תנסו לחשוב על הצרכים שלכם לא כצרכים מתנגשים אלא דווקא כמשלימים?" שאלתי.

הם שתקו ואז יפעת שאלה:

"אבל איך זה משלים אם כל פעם שהוא נעלם אני מרגישה נטושה?"

"שאלה מצויינת; בואי נתחיל לא לקרוא לזה היעלמות אלא דרך שונה שלו להיטען, וכל עוד הוא קשוב אלייך ומגיע אלייך עם כוחות מחודשים, אז אין פה סתירה."

"אבל אני מרגיש שאני צריך כל הזמן להסביר את עצמי ולקבל אישור ותוקף, כאילו אין לי זכות פשוט להיות", הגיב נדב.

"אתה לא צריך להסביר אלא לשתף", עניתי לו.

"למה את מתכוונת?" שאל נדב.

"אתה יכול להגיד: אני צריך חצי שעה לעצמי כשאני חוזר מהעבודה, ואז אני לגמרי איתך."

לכך הוריד את רמת הפעילות במכינה והפך לנשיא המכינה. באותם ימים אף עזב את שירות המילואים הממושך. "אמרתי לעצמי: זהו, אני דיין, יש לי משימה אחרת בחיים", הוא נזכר. "התמקדתי במקצוע הדיינות, שבו עיקר התיקים הם בנושא גירושין. אני נפגש עם עם ישראל בשעת השבר הכי גדולה שלהם: הבית, הכלכלה, הזוגיות, הילדים, הכול מתפרק. וזה אירוע שאם לוקחים אותו ברצינות, אפשר להשפיע הרבה".

מה היכולת של דיינים היום להשפיע? הרי הם צריכים להתחשב בפסיקות של בית המשפט.

"בית הדין הוא עצמאי", מבהיר הרב זרביב. "אומנם בג"ץ כל הזמן מנסה להכפיף אותו לחוקי, ומנסה גם לצמצם את הסמכויות שלנו ולקצץ בהן. יש פה מאבק גדול יותר מאשר עוד סמכויות, זה כנראה מאבק על אופי המדינה. אבל בגדול בית הדין הוא עצמאי, ויכול לפסוק מה שהוא רוצה. יש היום ויכוח על גובה המזונות לילדים. יש אסכולה שאומרת שהחובה הבאסולוטית היא של האבא, ויש מי שאומר שהמזונות יתחלקו לפי המשכורות ולפי השהייה של הילדים אצל כל אחד מההורים, כי היום גם הנשים עובדות והעולם השתנה".

הסכומים שנפסקים כיום רחוקים מאוד מרמת החיים הממוצעת. לכאורה, גם בתי הדין הרבניים אימצו את הסכומים האלה. "נכון", הוא מודה. "זה אימוץ שאף אחד לא בדק, ועכשיו התחילו לבדוק את זה. גם בתי המשפט היום פוסקים שמזונות מחולקים בין שני ההורים. זה חידוש. בג"ץ גם אסר על בתי הדין להתעסק עם מזונות, בניגוד לחוק. כתוב בחוק במפורש שבית הדין יכול להתעסק במזונות. אבל בניגוד לחוק, בג"ץ משום מה קבע שאין לנו סמכות לדון במזונות. זה אפילו

פחות מהבנת הנקרא, זה כתוב בחוק במפורש. בכל אופן, נושא המזונות הוא נושא שנמצא היום בוויכוח גדול גם בין הדיינים, אבל זה ויכוח לשם שמיים. לא שהתורה משתנה, אלא המציאות משתנה, וצריך לראות איך פוסקי ההלכה מיישבים את המציאות לאור ההלכה". "ההלכה אומרת שכל הנכסים הם של הבעל, גם מה שהאישה עשתה. לעומת זאת, החוק בא ואומר שהכול חצי-חצי. למשל, העובדה שאני נהייתי דיין, זה קרה כי אשתי

לעסוק בנושא של סכסוכי שכנים, ממונות, לפחות לפי חוק הבוררות, כמו כל בית דין אחר שבהסכמת שני הצדדים. קשה מאוד לחוקק פה חוקים דתיים וחוקים לטובת בתי הדין, לכן זה נמצא בקנה ומתעכב כבר הרבה זמן. צריך לחדש ימינו, 'השיבה שופטינו כבראשונה' - שאנשים, בטח בדיני ממונות, לא יוציאו ממון שלא כדין וייקחו לכיס גזל. יש דיני ראיות איך מוציאים ממון, יש דיני טענות של טוען ונטען, יש הוכחות. מאוד חשוב שדיני התורה יחזרו".

"כשראש הממשלה אמר 'זה לא ריאלי', התחלתי להוסיף בכל סרטון 'עד הסוף, עד הניצחון', והמשכתי: 'עד ההתיישבות', כי זה ריאלי. אם אנחנו ננרמל את זה שצריכה להיות התיישבות ברצועת עזה, אז תהיה התיישבות ברצועת עזה. זה שלנו, הקדוש ברוך הוא נתן לנו את זה. זה לא שונה משום מקום אחר בארץ ישראל"

לפני כחודש מונו דיינים חדשים לבתי הדין, מה שעורר סערה מחודשת לגבי אופן בחירת הדיינים החדשים, בהם בני משפחה של דיינים ופוליטיקאים ומקורביהם. "ככה המערכת עובדת", מודה הרב זרביב בכנות. "כולם מגיעים להיבחן בכוחות עצמם. אחר כך להיבחר זה כבר ועדה פוליטית, כמו כל הוועדות".

הרב זרביב לא מנסה לייפות את הדברים אפילו כשזה נוגע לו עצמו: "העובדה שבחרו בי להיות דיין זה לא בגלל שאני הכי מוכשר בעולם. יכול להיות שהייתי מקורב לאיזה רב, שהיה מקורב לאיזה איש פוליטי שהיו לי יותר קשרים, או שיותר מצאתי חן בעיני הוועדה.

עזרה לי ללמוד ולהתעמק בזה. כולם מבינים את זה. אז למה לא כולם מבינים שאחרי שעושים חצי-חצי ברכוש, גם אפשר לקחת ממנה חלק מהמזונות, כי הדור השתנה!?" הוא תוהה. "אם נשאל כמעט כל אדם - אפילו חרדי - איך הוא רוצה לחלוק את הרכוש, כולם יגידו שעל פי החוק, ולא על פי דיני התורה, כי גם מבחינתם המציאות כיום היא של שוויון. מותר לתקן תקנות, כל הדורות תיקנו תקנות, ועל זה הוויכוח נסוב היום. בוויכוח של תלמידי חכמים שנעיימים זה לזה, בסוף זה מתאזן".

יש איזשהו רצון או דחיפה שבתי הדין הרבניים יעסקו בעוד תחומים? "אנחנו עובדים על קידום חוק שלפיו נוכל

זה לא קשור לאבא שלי שהיה דיין, אלא יותר קשור לעובדה שלמדתי פה, בבית-אל. ככה המציאות עובדת היום בכל המערכות של המדינה. כשישנו את הכול, גם זה ישתנה. זה לא חריג בנוף. אני רוצה להאמין שלנגד עיניהם של קברניטי הציבור ורבניו נמצאת טובת בתי הדין, ושהם יבחרו אנשים שמתאימים, אנשים שיכולים להוביל. כדי להיות דיין צריך לא רק להיות תלמיד חכם, אלא גם אדם שמצוי בין הבריות ואדם שיש לו את החלק החמישי של השולחן ערוך, תבונה אלוהית שהקדוש ברוך הוא נותן".

ה־99 הופך לתורת לחימה

בתום עשר שנות דיינות, כששירות המילואים כבר היה חלק מהעבר הרחוק שלו, פרצה המלחמה. "פתאום כולם הבינו מה זה שאין לעם ישראל צבא ליום אחד. כמעט חורבן הבית השלישי", הוא נזכר. הרב זרביב הרגיש שהוא לא יכול להישאר בבית, ובתוך זמן קצר החליט לחזור לשירות המילואים. "להחזיק נשק אני יודע, אימנתי כמה דורות של לוחמים. חטיבת גבעתי עדיין מכירה אותי. נסעתי לשדה תימן, ובאורח פלא בתוך יום אחד החזירו אותי למערך המילואים. אחרי כמה שבועות מצאתי את עצמי לוקח חלק פעיל בתמרון של חטיבת גבעתי. בשלב הראשון הייתי עם פלוגת התצפיות של חטיבת גבעתי, שם שינתי בשנים האחרונות".

אחרי כמה חודשים חלחלה ההבנה אצל מח"ט גבעתי, אלוף משנה לירון בטיטו, שהצמ"ה (ציוד מכני הנדסי) - הבאגרים והדחפורים הכבדים, ה־D9 - הוא מרכיב חיוני בלחימה, וצריך להקים יחידה כזאת בתוך החטיבה. בלי שהיה לו בדל של ידע מוקדם, הרב זרביב נקרא אל הדגל. "קצת לפני פורים אשתקד התחלנו להקים את יחידת הצמ"ה של חטיבת גבעתי. היינו חבורה של אנשים שלא מבינים בצמ"ה, טרקטורים או D9", הוא מתייך. "ניגשנו למלאכה וגייסנו כמה מפעילים, והתחלנו לנסות להבין. ההבנה הראשונה הייתה שמפעיל חייב לדעת לתקן את ה־D9 שלו לפחות ברמה הבסיסית: החלפת צינורות, החלפת בוכנות, ריתוכים של הרשתות הסטטיסטיות שמגינות מ־RPG, החלפת פילטרים, החלפת רצועות מנוע, רצועות מזגן שכל היום הולכות. כשכלי מתקלקל הוא יוצא החוצה, וכשהוא יוצא החוצה, אז במשך יום שלם אין לך כלי", הוא מחדד. "כדי להאריך את שעות העבודה שלו אתה מתקן אותו בשטח, ומביא אותו לקצה גבול היכולת שלו".

בהתחלה הובאו מפעילים ממקומות אחרים. "לאט לאט מי שישב ליד המפעיל למד את המלאכה, והתחיל להפעיל. ככה הגדלנו את ההיצע של המפעילים, בלי רישיונות, בלי כלום, ובמשך הזמן התחלנו למסד את זה. במשך עשרה חודשים הפעלתי D9 בלי שום רישיון ובלי שום היתר. ככה זה במלחמה. כשצריך, גם הכללים קצת משתנים. זה הצליח הודות למח"ט גבעתי, שהוא באמת גיבור, כי אם זה מצליח - זה מצליח, אבל כשיש תקלות בסוף יבואו אליו בטענות. הוא מסר את הנפש על המלחמה הזאת. לירון הוא איש מופלא שמאז תחילת

צילום: באדיבות המעלה



"כדיין אני נפגש עם עם ישראל בשעת השבר הגדולה של פירוק הבית, ושם יש מקום להרבה השפעה". הרב זרביב בבית הדין הרבני המאולתר שהקים בעזה

המכללה האקדמית לחינוך
גבעת ושינגטון
החוויה שבחינוך

בואו נפתח את זה

יום פתוח << חמישי | כא' בתמוז | 17.7 | 16:00-18:30

באקדמית לחינוך גבעת ושינגטון

לצפייה בסרטון המלא
על החוויה בגבעה
סרקו את הקוד

יש לכל אחד תואר פרקטי לחיים

ממליצה לבוא ולהנות מלימודים חווייתיים

ההטבות שלנו

הנחת יום פתוח 200 ש"ח בדמי הרישום ו- 250 ש"ח בשכ"ל	מועדון ה-100 שנתיים חינם לבעלי ממוצע בגרות 100 לחוגים נבחרים
בן/בת משפחה 10% הנחה בשכ"ל	'חבר מביא חבר' הנחה של 500 ש"ח בשכ"ל

הרשמה לתואר בהוראה במגוון תחומי לימוד:

חינוך גופני | מוזיקה | חינוך מיוחד | מתמטיקה | אנגלית
מדע וטכנולוגיה | מקרא | ספרות | גיל הרך | חינוך משלב

לימודים ועבודה
שילוב

היברידיות
כיתות

היכל תרבות
וחדרי חזרות

חונניות
למצויינים

מעונות לרווקים
נשואים ומשפחות

מעבדות
חדשות

אולמות
ספורט

בריכת
שחיה

08-8511572 | 073-3744339
www.washington.ac.il | toar@washington.ac.il

סבו - מפתחת השיעור של הרב יצחק יוסף, שקומם עליו רבים וטובים: "צבא זה מקום מסוכן, הם אנשים מופקרים. כל אדם דתי שילך לצבא ויקרה לו נזק, בשמיים יתבעו אותו על זה", כלשונו. על אף שמדובר בבן משפחתו, הרב זרביב אינו יכול לעבור על כך לסדר היום. "בעבר כחלק מההתנגדות להליכה לצבא אמרו שמי שמתגייס מתקלקל. היום, כנראה בגלל שהוקמה חטיבת החשמונאים, עברו לתירוצים אחרים, עקרוני יותר, שצה"ל הולך לפעולות לא נצרכות ואנשים נפגעים סתם, ומי שייפגע סתם ייתן את הדין על זה. אלו דברים חמורים!" הוא קובע. "גם אם הוא חושב דבר כזה, לא צריך להגיד את זה. זה מה שצריך לומר ליתומים ואלמנות? הוא גאון עולם, אבל בזה אנחנו חלוקים. בדברור הזה זכיתי לתקן גם את הנקודה הזאת, שאפשר לתקן ולחסוך בחיי אדם אפילו שאין לך שום דרגות או מעמד - רק מהשטח".

"הרשעה צריכה להימחק"

יש תחושה שהמלחמה הולכת לקראת סיומה, ואתה טוען שאנחנו מתקדמים, משטחים פה הכול. "נכון. רפיח היום מנוקה, אין רפיח. צפון הרצועה כמעט לגמרי שוכבת על הרצפה. בחאן יונס מטפלים עכשיו, גם אותה יחסלו. למה זה לא קורה תוך 12 יום כמו באיראן? כנראה בגלל הפן הרוחני, שברצועת עזה העבודה היא אחרת. לעניות דעתי, ברצועת עזה הקדוש ברוך הוא רוצה שהעבודה תהיה פשוט ניקוי השטח. כל הרשעות הגדולה הזאת - שלא ראינו כדוגמתה בדורות האחרונים - צריכה להימחק. כשראש הממשלה אמר 'זה לא ריאלי', התחלתי להוסיף בכל סרטון 'עד הסוף, עד הניצחון', והמשכתי: 'עד ההתיישבות', כי זה ריאלי. אם אנחנו נגרמל את זה שצריכה להיות התיישבות ברצועת עזה, אז תהיה התיישבות ברצועת עזה. זה שלנו, הקדוש ברוך הוא נתן לנו את זה. זה לא שונה משום מקום אחר בארץ ישראל".

כבר קרוב לשנתיים שאנחנו בתוך אירוע מתגלגל. לאן זה הולך לדעתך, בהנחה שאין הסכם על סיום המלחמה? "לא נביא אני ולא בן נביא. אבל אם לא תהיה כניעה גדולה שלהם, זה יכול לקחת עוד זמן. אני מקווה שצה"ל יעשה מה שצריך לעשות. הייתה כבר החלטת קבינט, שהיינו מעורבים בה, לקחת את כל תושבי רצועת עזה ולהזרים אותה דרומה, דרך נקזים, לחורבות העיר רפיח - שם לתת להם אוכל ומים, ומשם אם הם רוצים לצאת, שייצאו. כל השאר - מי שנשאר בתא הלחימה - מושמד. אני לא יודע עד היום למה צה"ל לא עושה את זה, אבל גם על זה צריך לחשוב. רק היום כתבתי לאחד השרים: הגיע הזמן להזרים את כולם דרומה. אם יש בעיה עם העיר עזה בגלל שיש שם חטופים, נשאיר אותה אחרונה, אבל צריך להתחיל לעשות את מה שצריך לעשות. לה' התשועה, אנחנו רק פועלים אצל הקדוש ברוך הוא".

המלחמה כמעט לא יצא הביתה. תמיד בפוקוס, מעולם לא ראיתי אותו בקטנות מוחין. תמיד בגדלות. הכול בשקט, הכול בשלווה. איש מופלא, דמות מופת בשבילי".

כך, כבר שנה וחצי כמעט ברציפות, הרב זרביב נמצא על הכלים. בשנה וחצי האלה הוא זיהה עוד דבר: ככל שהמלחמה מתארכת, יש גם קושי מורלי וקושי מנטלי, וצריך חיוזוק. "מכיוון שיש לי מעמד ואנשים שמעו אותי, התחלתי לדבר. לאט לאט נהייתי מרכזי בחיוזוק החיילים ובדברור המלחמה בכל מיני מקומות - גם בתוך הצבא עצמו".

כדי להמחיש את גודל ההשפעה והצורך בחיוזוק, מספר הרב זרביב כי יום אחד חזר מהתקפה חטיבתית באזור בית החולים האינדונזי. בדרך עבר ליד חבורת חיילים שהכיר מיישבת ההסדר בצפת. "חבר'ה שמחים עם פאות", הוא מתאר. "הם זיהו אותי, ביקשו ממני לעצור והפצירו: 'הרב, תגיד דבר תורה'. עמדתי באמצע כביש טנצ'ר - שהוא בעצם המשך כביש 4 שמגיע עד מעבר רפיח - פתחתי מצלמה, והתחלתי להגיד דבר תורה. ואז קרה מחזה מופלא: טנק אחרי טנק, נמ"ר אחרי נמ"ר, כולם עצרו אחד אחרי השני וקראו לי: הרב זרביב! זו חטיבה שלמה, כולם מכירים אותי, וההשפעה היא גדולה מאוד - גם מול מג"דים ומול חיילים. מאז התחלתי להגיע לכל מקום שמזמינים אותי ולומר דברי תורה וחיוזוק. תוך כדי גם התמקצעתי, בסייעתא דשמיא, והתחלתי להוציא סרטונים שעפים ברשת - חלקם עם מאות אלפי צפיות".

בדרך כלל הסרטונים של הרב זרביב מצולמים כשהוא יושב על ה-D9, שמזוהה איתו יותר מכול. מבחינתו, יש כאן פלא גדול. "הצבא משקיע מאות מיליונים בלהרוס את רצועת עזה. רק עלות הדלק ב-D9 שלי היא 5,000 שקל ביום. לא כולל שמנים, צינורות שמתפוצצים, מפעיל והאוכל. להפעיל אותו עולה בסביבות 20,000 שקל ביום. צה"ל מגייס עשרות באגרים, כשבועיים אף אחד לא החליט על דבר כזה, אין החלטת ממשלה או קבינט שזה אופי הלחימה. בעצם מחטיבת גבעתי כמה חבורה נחושה שהתחילה לפתח את תורת הלחימה, שלפיה חלק מהתמרון והלחימה זה ה-D9. הוא לא רק מסייע, פותח צירים וקצת מחשף, אלא זו הלחימה עצמה. במקום לטהר בתים, להכניס חיילים ולסכן אותם, אנחנו משמידים את הבתים מבחוץ", הוא מרחיב על הפעילות. העבודה הזאת לדבריו גם מצילה חיים באופן דרמטי: "הגרף של הנופלים מראה בבירור שהצלנו עשרות רבות של חיילים. אם לחטיבת גבעתי יש 90 נופלים, אז בחלק הראשון של הלחימה היו 70 נופלים, ובחלק השני, שהוא רוב הלחימה, רק 20 נופלים. רובם, אגב, לא נפלו מאש האויב או מפיצוצי בתים אלא מתקלות מבצעיות. היום זה נכנס לכל הצבא ומהווה חלק מהלחימה. בלי איזו פקודה. זה בא מלמטה, מהשטח. אמת מארץ תצמח".

לאחרונה התפרסם סרטון של הרב בן ציון אבא שאול שליט"א - שנקרא על שם

צילום: לירון מולדובן



מיכה חדד

49

נשוי לאפרת, אב לשמונה בנות

תושב בני דקלים

יושב ראש מרכז מורשת
גוש קטיף וצפון השומרון

התחלה// לפני 49 שנה. נולד וגדל בבאר שבע. הבכור משני אחים.

אבא// אלעזר (73), יליד תוניסיה, עלה ארצה כילד. כיום גמלאי. "בעל מפעל אלומיניום. עבד קשה מאוד מגיל צעיר להביא פרנסה הביתה בלי קיטורים ותלונות, בעל חוכמת חיים ומשמעת עצמית. יש בו רצון עז לסייע לילדים בכל תחום".

אמא// מרים (73), סייעת בגנים וכיום גמלאית. "למדתי ממנה מסירות גדולה בחינוך הילדים, גמילות חסד ושמחת חיים, תפילה מעומק הלב ודאגה אמיתית שיהיה הכי טוב למשפחה הרחבה".

באר שבע// "אני באר-שבעי בנשמה. גדלתי בשכונה ו' הישנה. אני מהאנשים שגדלו בשכונות של פעם כשהיה הכי טבעי לעם ישראל לגור יחד. גדלנו ושיחקנו וצמחנו בשכונה. אומנם למדנו בבתי ספר שונים, אבל היינו כולנו יחד".

בני עקיבא// סניף הנגב, שכונה ד' בבאר שבע. "הייתי מודריך בסניף, תקופה שעיצבה את חיי. שם הכרתי חניכים וחברים שחלמו רחוק למרות אתגרים לא פשוטים בחיים והגשימו חלומות. בסניף הנגב גדלו המון אנשים מיוחדים שעושים היום דברים גדולים. אני גאה להיות בוגר של הסניף המיוחד הזה".

תורה גדולה// בתיכון למד בישיבת בני עקיבא 'אוהל שלמה' בבאר שבע, "שנים משמעותיות שבהן התחנכתי ליראת שמיים וזכיתי לחברויות אמת". מושם פנה לישיבת ההסדר בקרני שומרון. "בקרנ"ש ראיתי תורה גדולה, ענווה, מסירות וישרות. כל השיחות ששמעתי בישיבה מהדהדות לי בראש עד היום. שנים של צמיחה ובנייה אישית".

חייל בגוש// שירת כלוחם בחטיבת גבעתי במסגרת ההסדר. חלק גדול מהשירות היה בגוש קטיף. "בצבא לראשונה הגעתי לגוש קטיף והתאהבתי מיד במקום. החולות, הים, האנשים המקסימים שדאגו לכל הצרכים של החיילים. שינתי בכפר דרום, כפר ים ומדרשת הדרום, שם הייתה לנו עמדה. צחוק הגורל היה שאחרי כמה שנים הפכתי למנהל המדרשה. אומנם הייתה מעט מתיחות עם השוטרים הפלשתינים, אבל בגדול היה שירות שקט וחוויתי".

החצי השני// מיד אחרי הצבא נישא לאפרת, בת 47, מחנכת בתיכון נריה בשדות נגב שבעוטף. "מחנכת בחסד. יש בה ענווה, טוב לב, חוכמת חיים, שלוה ומנהיגות. החברה הכי טובה לרוץ איתה. זכיתי בה".

הנחת// שמונה בנות. רעות (25), אביה (24) נשואה לנריה, תהילה (22), תאיר (20), צורית (18), רגנה (15), תחיה (13) ואחינועם (9). "בית של בנות הוא בית שאין בו רגע דל, ותמיד יש בו שמחה, אווירה וגיבוש משפחתי. מעניין אצלנו. מודים על כל רגע".

לגוש// כזוג צעיר עברו ליישוב נווה דקלים. "נחתנו שם בסיוון תשנ"ח. חיפשנו מקום בדרום, מצד אחד להגשים התיישבות ומצד שני ללמוד תורה. למדתי שנה וחצי בכלל של ישיבת תורת החיים. באותן שנים הגוש היה מקום אידיאלי לזוגות צעירים לגדול ולצמוח בו. מבחינה ביטחונית היה שקט ורגוע יחסית".

נוער// לאחר שנתיים וחצי בגוש החל לעבוד

כמנהל פנימייה ורכז חברתי באולפנת נווה דקלים. "מתוקף העבודה שלי עברתי את חוויית הגוש יחד עם הנוער, ויחד עם התלמידות באולפנה עברתי את המאבק נגד הגירוש. הלב הפועם של המאבק יצא מהאולפנה. אחר כך עברנו את העקירה עצמה, ובהמשך את המעבר של האולפנה לגבעת וושינגטון. הסיפור של הגוש הוא חלק בלתי נפרד מנוער הגוש".

אינתיפאדה// "חודש אחרי שנכנסתי לתפקידי באולפנה פרצה האינתיפאדה השנייה. מאז הכול השתנה. היציאה הראשונה שלי כרכז חברתי הייתה להלוויה של המחנכת מירי אמיתי, שנרצחה באוטובוס הילדים מכפר דרום. יום לפני כן עוד ישבנו באולפנה לדבר ויום למחרת היא נהרגה. עד היום זה הולך איתי, השבריריות הזאת של החיים. מאז פיגוע רדף פיגוע. פתאום החשש על הכבישים, פיגועי ירי, מרגמות. אנחנו כמשפחה חטפנו שלוש פעמים מרגמות בבית. התמודדות לא פשוטה".

אף על פי כן, גן עדן// "למרות הכול, הייתה בגוש אווירה מיוחדת. הייתה אמונה יוקדת בה' יתברך. הקליטה לנווה דקלים לא הפסיקה לרגע. זה היה לחיות בתוך גלויה, ולא רק ברמת הנוף אלא גם ברמת הפסיפס האנושי, יראת השמיים והאידיאל הקהילתי - חקלאות ותורה וחינוך והתיישבות. הגעגוע לחיים שם לא מרפה".

המאבק// "האמנתי בכל ליבי שזה לא יקרה, ממש עד הרגע האחרון. בשנה שלפני העקירה התפללנו, הלכנו להפגנות, עשינו כל מה שרק אפשר אצל הפוליטיקאים ובציבור. ניסינו לשכנע ולהסביר שזו טעות גדולה. הרגשנו שיש בתוך החברה הישראלית תנועה עממית שמתחילה להבין שמדובר באירוע בעייתי לישראל, אבל לצערי נלחמנו נגד כוחות גדולים מאיתנו בתקשורת,

במשפט ובפוליטיקה".

רק אהבה// "לאורך כל הדרך האמנו שהמאבק צריך להיות ערכי ולא אלים, והאמנו באמונה שלמה שנוכל לבטל את רוע הגזירה". אולי הציבור שלנו היה תמים מדי? "אני חושב שלא. יצאנו לקרב על הבית מתוך אחריות לאומית. היינו בכאב עצום אבל בהכרה ברורה שאחרי הכול, יש כאן מדינה שאנחנו אוהבים ואנחנו חלק בלתי נפרד ממנה".

העקירה// "היינו זוג עם ארבע בנות, שהגדולה בהן הייתה בת חמש והקטנה תינוקת בת שמונה חודשים. בי"ב באב, יום רביעי בבוקר, עקרו אותנו מהבית. עד תפילת שחרית באותו בוקר האמנתי שיהיה נס וזה לא יקרה, וכשנכנסו אלינו הביתה שמונה חיילים הייתה תחושה קשה מאוד. אני זוכר את זעקות השבר ברחובות. הצעקות האלה מהדהדות לי בראש כל הזמן".

חורבן// "כמה אטימות הייתה. הרגשנו כאב נוראי, תסכול עצום. זו הייתה פרדה מטלטלת מהבית ומהגוש. אתה חש חוסר אונים משווע. עוקרים אותך מהחיים. מאז אני לא משתמש במילה גירוש אלא עקירה, כי זה מה שעשו לנו". כמה ימים אחר כך שב לביתנו בנווה דקלים כדי לארוז את החפצים ונדהם מההרס הרב סביבו. "היישוב הפך מגן עדן לעיי חורבות. בית הכנסת היה מפורק. התפרקתי בבכי. זה היה חורבן אמיתי".

עטופים// ביום הגירוש הם הועלו מביתם על האוטובוסים והוסעו היישר למלון שלום בירושלים. "כל החיים שלנו התכנסו פתאום לחדר במלון, אבל חלק מהריפוי היה הכוח העצום של הקהילה המדהימה שלנו. כולם עברו את אותו כאב יחד וחזקו זה את זה". לאחר ארבעה וחצי חודשים

עברו לקראוולות בניצן. "מצד אחד היה שבר, אבל התמיכה ההדדית והקהילתיות הקימו אותנו על הרגליים כמשפחה".

קמים// לאחר שש וחצי שנים בניצן עברו כחלק מכוח החלוצי להקמת יישוב חדש - בני דקלים בחבל לכיש. "היינו 18 משפחות שבחרו ללכת לאתגר הבא. חיפשנו אתגר של התיישבות. נכון שעקרו אותנו מהבית וחווינו שבר נוראי, אבל החזון והאידיאולוגיה ואהבת הארץ לא נגמרו". במשך עשר שנים כיהן כחבר מזכירות היישוב.

כאן בונים// "זו הייתה תקופה מדהימה של חלוציות והמשך הריפוי מהשבר. אחרי שנתיים של בנייה נכנסנו לבית הקבע החדש שלנו, עוד קומה בחזרה לשפיות. ואז לראות עוד משפחה נכנסת ועוד אחת ובית כנסת ומבני ציבור. זה היה מחזה מרומם. כיום כבר גרות ביישוב 350 משפחות".

מדרשה// "שנה אחרי העקירה חלמנו, חברי היקר ארי אודס ואני, להקים מדרשה לטיולים לצורך הכרת האזור כחלק מהיישובים שעתידיים לקום במזרח חבל לכיש. זכינו והקמנו מחדש בקיץ 2006 את מדרשת הדרום ששכנה בעבר בחולות גוש קטיף". הוא מונה למנכ"ל מרכז הסיוע והלימוד. "במשך 18 שנה ניהלתי את המדרשה. היום מדרשת הדרום היא מוסד חינוכי חשוב מאוד בעולם הטיולים והאירוח".

מרכז קטיף// בקיץ האחרון מונה לעמוד בראש מרכז מורשת גוש קטיף, גוף ממלכתי שמטרתו להביא את סיפור ההתיישבות בגוש קטיף ובצפון השומרון לכל אזרחי ישראל. "המרכז מספר את הסיפור של ההתיישבות בעזה עוד מהתקופה של אברהם אבינו, דרך הקהילה היהודית במקום וכמובן הקמת יישובי גוש קטיף. בגוש הוקמה



השבוע בתלמוד הישראלי

סדר נזיקין | מסכת עבודה זרה

דף י"ט - אשרי האיש

התלמוד בדרך זה מביא דרשות אחדות על הפסוק הראשון בתהילים: "אשרי האיש אשר לא הלך בעצת רשעים ובדרך חטאים לא עמד ובמושב לצים לא ישב".

"אשרי האיש אשר לא הלך בעצת רשעים" - זהו אברהם אבינו, שלא הלך בעצת הרשעים אנשי דור הפלגה שבנו את מגדל בבל. "ובדרך חטאים לא עמד" - הוא לא עמד יחד עם חוטאי סדום אלא נותר צדיק.

אמר רבי עמרם בשם רב: מדוע נאמר "אשרי האיש"? כדי ללמדנו שאשריו של מי שזוכה לעשות תשובה כשהוא עדין "איש", חזק, גיבור וצעיר. כלומר: מי שעושה תשובה בעודו צעיר הרי הוא משועבד, לעומת מי שנזכר לעשות תשובה רק לאחר שהזקין וגופו נחלש.

דף כ"ד - מתי אירע המעשה עם דמא בן נתינה?

דמא בן נתינה היה נוכרי אשכולני, שברשותו היו אבנים יקרות. כאשר נזקקו חכמי ישראל לאבנים יקרות לאפוד של הכהן הגדול, הם באו לקנותן ממנו בממון רב, אך הוא סירב למכור להם, כי המפתח של התיבה של האבנים היה מונח תחת ראשו של אביו הישן, והוא לא רצה להעירו. בשכר זאת נולדה לו פרה אדומה, שגם היא יקרה, והוא הרויח ממון רב ממכירתה.

מתי אירע מעשה זה?

בעלי התוספות כותבים שהוא אירע בתקופת בית שני, ו? אנשים אחרים. מפני שבתקופת בית המקדש הראשון לא שחטו פרה אדומה, אלא הוסיפו להשתמש באפר שעשה משה רבנו, עד ימי עזרא הסופר - מקום בית המקדש השני.

★ | מן ההיסטוריה | מבצע "יער הנגב" של שייטת 13

מבצע "יער הנגב" נערך ב-4 באוגוסט 2006, במהלך מלחמת לבנון השנייה, על ידי לוחמי שייטת 13. במהלך המבצע נחתו הלוחמים בחוף הים של לבנון ונכנסו לעיר צור, במטרה לחטוף בכיר בחיזבאללה. הם פרוצו לביתו ותפסו את האיש, אולם במקום התפתחה לחימה והלוחמים נאלצו לסגת מבלי לקחת איתם את המבוקש. שני לוחמים נפצעו, והכוח פונה מהמקום על ידי שני מסוקים. למרות שהחטיפה נכשלה, נהרגו יותר מ-10 מחבלים. עצם החדיירה של כוחות צה"ל לתוך צור היכתה בהלם את החיזבאללה, ועד סוף המלחמה הם לא הוסיפו לשגר רקטות ממרחב צור. לארץ קרוב לרבע מיליון יהודים, ורק אלפים בודדים נותרו שם.



ביחד ננצח!



חדש!

חוברת "על דעת המקום" ללימוד יומי בקיץ.

להזמנה לקבוצות לימוד בלבד:



במגרש הביתי



משכים קום בכל בוקר בשעה חמש וחצי. "שחרית, חוק לישראל, כריכים לילדים ויוצא לעבוד במרכז קטיף בניצן. העבודה לאורך היום אינטנסיבית וכוללת מפגשים עם מבקרים, ישיבות ופגישות."



"זמן איכות של משפחה, קהילה ולימוד תורה בנחת."



"אני אוהב מוזיקה חסידית, ישראלית ויהודית מקורית, בעיקר בן צור, ביני לנדאו ועמיר בניון."



הרב אלישע ויזליצקי זצ"ל. "למדתי ממנו תורת חיים, ענווה, פשטות וחברות הכרוכים יחד. הוא חסר לי מאוד בימים אלה."



"יותר סבלנות ועין טובה זה כלפי זה."



"מלחמת אחים, בגלל חסרי אחריות לאומית ורודפי פרסום."



"להוסיף אור וטוב איפה שאהיה."



20 שנה לגירוש
מגוש קטיף וצפון השומרון

אימפריה של תורה, חקלאות, חינוך ופסיפס חברתי. זה סיפור של היאחזות בקרקע על אף כל האתגרים, כולל ההתמודדות עם טרור וגם סיפור המאבק נגד הגירוש, העקירה והשיקום והצמיחה שאחריהם."

עזה // "לאחרונה הוספנו את מיזם 'קונפליקט עזה', שמדבר על חבל עזה מראשית הצינונות עד 7 באוקטובר וגבורת הלוחמים, ועל התחזיות הקודרות שהיו במהלך הגירוש והתגשמו ב-7 באוקטובר. הסיפור של גוש קטיף הציף איך סוף דילמות ערכיות בתחום הביטחון, הדמוקרטיה, המשפט והיחסים בין צה"ל למתיישבים, שהפכו אקטואליות גם היום."

לזכור ולא לשכוח // האם הוא חושש שהזיכרון של גוש קטיף יישכח? "ממש לא. עשרים שנה אחרי העקירה, הזיכרון של גוש קטיף רק הולך ומתעצם. המרכז מקיים באופן סדיר פעילויות הנצחה, מחקר וחינוך, ואנשים נדמים בכל פעם מחדש מהמפעל המפואר של 35 שנות התיישבות בגוש."

אחרי עשרים שנה // את שנת ה'20 לגירוש מציין המרכז תחת הכותרת "גבורה, ציונות ושוויון". אחד המיזמים לרגל האירוע, 'מדברים בגוש ראשון', יתקיים בתשעת הימים. "הרעיון הוא להגיע לבתים וקהילות ברחבי הארץ ולתת לאנשים בוגרי גוש קטיף לספר את הסיפור האישי שלהם בגוף ראשון מלב אל לב."

עוד נשוב לשם // "ברמה האישית אני מתגעגע בכל ליבי, מתפלל ומחכה ומצפה בכל יום לשוב לשם. ואם ביום מהימים המדינה תחליט לחזור - אני מיד רץ הביתה. היום כולם מבינים שדברים שנראו דמיוניים בעבר הפכו ריאליים והכול אפשרי. אם תהיה הסכמה לאומית לחזור - אני שם."

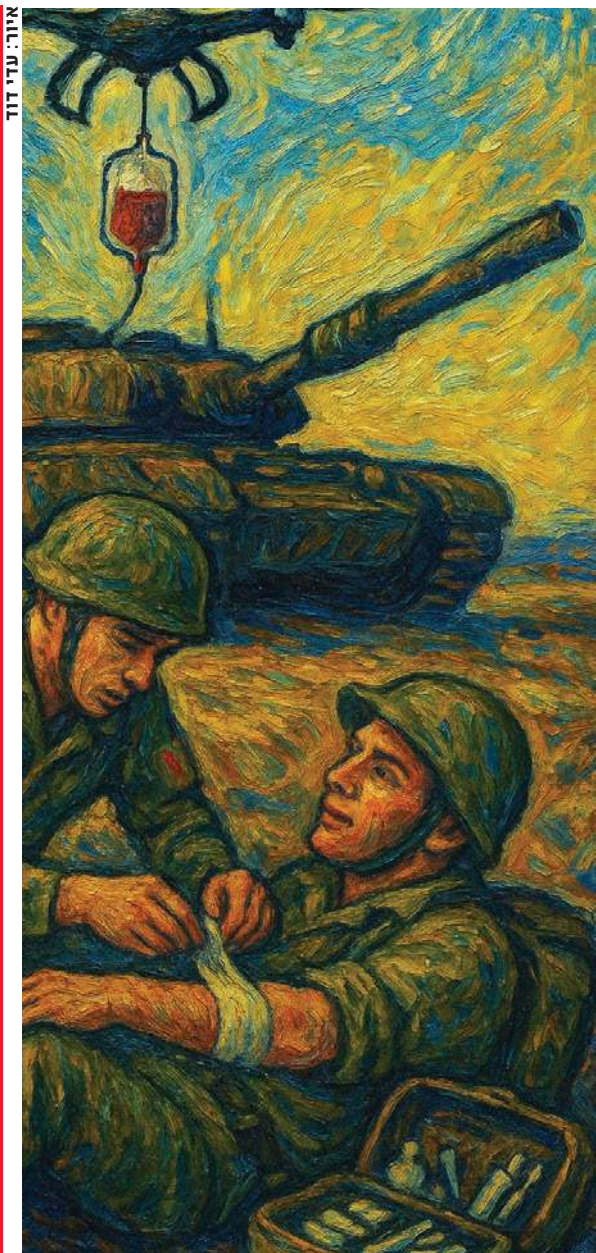
מקדימים רפואה

עורי אישי, ואז משתילים אותו בחזרה. כך נמנע הצורך בפגיעה ברקמת עור בריאה, זמן ההחלמה מתקצר וקטן הסיכון לזיהום. בשיטה זו ניתנת תקווה לחיילים עם כוויות קשות ליהנות מעור גמיש, עמיד ומתפקד. נקווה שהתוצאות האסתטיות תהיינה משביעות רצון, כדי להפחית את ההתמודדות העתידית עם דימוי הגוף והסוגיות הנלוות לכך. במיוחד כאשר אנחנו מצפים לכך שהם יזכו לבנות בית בקרוב.

רחוקים מהבית. חודש אב מתקרב, וריבוננו של עולם בכבודו ובעצמו הוא מחוסר בית. והנה, בתקופה האחרונה בולט מאוד שיש כל כך הרבה אנשים שרחוקים מהבית. יש את החטופים שלנו, שנמצאים הרחק מתחת לאדמה בעזה, ואת הפצועים ובני משפחותיהם שהעתיקו את מקום מגוריהם לבתי החולים, והחיילים הרבים בסדיר ובמילואים, הבנים, האחים והבעלים שלנו, שלא נמצאים בבית כמעט שנתיים. חלקם בעזה, חלקם בסוריה או בלבנון הרחוקות. וזה כולל את בני משפחות החיילים שנאלצים בסופי שבוע להתארח אצל ההורים כדי לא להישאר לבד, ויש את המפונים מהצפון ומהדרום. והנה, מלחמת איראן הביאה עלינו עוד מציאויות הזויות שבהן אנשים נשארו רחוקים מביתם או הפכו להומלסים במכת טיל איראני, והרגישו כאילו הקרקע נשמטת מתחת לרגליהם, בלי בגדים וציוד בסיסי. והיו הטייסים שנשלחו לתימן ולאיראן, ונשות חיילי המילואים שעברו לגור ליד משפחת המוצא כדי להיעזר במקלט או בממ"ד, והיו האנשים שהתגוררו בתחנת הרכבת בתל אביב. והיו רבים שתכננו להגיע הביתה ונשארו מעבר לים, והרשימה עוד ארוכה.

לא שוכחים את הפציינט. כשהמרחב האווירי נסגר בעקבות התקיפות באיראן, היו תלמידי ישיבה מחו"ל שלא הצליחו לחזור הביתה כמתוכנן, ואנשים שלא הצליחו להגיע הביתה מחו"ל. יותר ממאה אלף ישראלים נתקעו בחו"ל, בהם כ-700 רופאים. חלק ניכר מהרופאים הללו היו בכנס בין-לאומי שנערך ביוון, ונוסף לבעיית הניתוק מהבית ומהמשפחה נוצרה בעיה של ניתוק מהפציינטים, הקיימים והחדשים, שציפו לרופא המומחה שלהם - והנה הוא תקוע ביוון ובקפריסין וטיסות אין. מה עושים? הרופאים האלה עשו כל מאמץ ליצור קשר עם בתי החולים והמרפאות שלהם כדי לעשות מה שאפשר מרחוק, ומדינת ישראל נדרשה במקביל לאלתר. בתוך ימים הוקם מערך רפואי דיגיטלי עולמי תחת הכותרת "בית החולים הווירטואלי". יותר מ-200 רופאים מומחים ממדינות כמו קפריסין, איטליה, ברזיל, הודו ושווייץ התנדבו לקיים שיחות וידאו עם ישראלים שלא הצליחו ליצור קשר עם רופא. פרט לעזרה הרפואית, זה נתן לחולים ביטחון שגם כאשר הם או רופאיהם רחוקים מהבית, הבית לא שוכח אותם.

צוותי הרפואה שלנו מגיעים לכל מקום בעולם. אחרי רעידת האדמה בהאיטי נשלחה מ ישראל משלחת רפואית שזכתה להכרה בין-לאומית. כשהחלה הפלישה הרוסית באוקראינה, פעלו בגבולות צוותי רפואה ניידים של מגן דוד אדום והצילו חיי אדם רבים. וכך בכל אזור אסון בעולם זה כבר הפך לשגרה. כמו שעם ישראל פורס כנפיים ומסוכך על מדינות העולם במיגור האיום האיראני, כך גם בתחום הרפואה. וגם זה מסממני הגאולה. ●

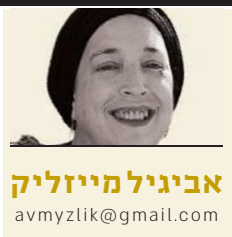


המספרים מרשימים: מתחילת הלחימה פונו מאזור הלחימה כשמונת אלפים פצועים, בזמן פינוי ממוצע של פחות משעה במסוק, וכך הגיעו בתוך דקות ספורות למטפלים בכירים. זהו חיסכון של דקות קריטיות, מצילות חיים. צה"ל שכלל גם את שיטות הפינוי. אמבולנסים ממוגנים המצוידים כיחידת טיפול נמרץ נעים בעומק השטח, ורחפנים משליכים דם מלא מצונן ומוגן ישירות למקום הפציעה, כמו יונת דואר מודרנית. חידושים רפואיים נוספים כוללים קסדת ניורו-פידבק להפחתת תסמיני פוסט-טראומה כבר בשטח, מערכות שמבצעות פיזיותרפיה מרחוק, ומערכות שליטה דיגיטליות שמקשרות בין שדה הקרב לבית החולים בזמן אמת. רפואת השדה הפכה מרפואת חירום של טלאים לרפואה מתקדמת, חכמה, כמעט בית חולים נייד שמקדים את זמנו. גם בטיפול בפצועים המאושפזים בבתי חולים יש התקדמויות מרשימות. בנוגע לכוויות, למשל, פותח בישראל טיפול חדשני בשיטת "שתל אפידרמיס מתורבת", שבו נלקחת ביופסיה זעירה מעורו של המטופל, ומתאי הגזע שלה מגדלים במעבדה שתל

הבלדה אקטואלית מתמיד. קשה לשכוח את שירו האלמותי של יהורם גאון "בלדה לחובש", שהגיע למקום הראשון בפסטיבל הזמר וזכה לתהילת עולם. זהו שיר מרגש מאוד על חובש שמגן על פצוע תחת אש, כשהוא מתעלם מבקשתו שיעזוב אותו ויציל את עצמו. החובש נפגע ונהרג דקות ספורות לפני שמגיע מסוק החילוץ, שמצליח לחלץ את הפצוע לאחר שהחובש כבר מת. השיר נגמר בקריאה של הפצוע לחובש המת "אחי אחי שלי!". הוא הושמע והתפרסם בימי מלחמת ההתשה שהתרחשה אחרי מלחמת ששת הימים, אבל נשאר אקטואלי ומרגש תמיד. והוא מצדיק את עצמו - מערכת הרפואה הצבאית אכן נמצאת במיטבה, ואינה דומה רפואה בעורף לרפואה תחת אש, שדורשת מסירות נפש. להיות חובש קרבי זאת משימה קדושה. נחמד להתנדב בארגון הצלה או במד"א, כמו כל התנדבות אחרת, אבל אין זה דומה כלל לרפואת שדה. זו ליגה אחרת. וכך, ביום הראשון למלחמת יום הכיפורים מצאו עצמם מאות חיילים בבסיסים מבודדים ברמת הגולן ובסיני תחת אש סורית ומצרית עזה. למרות שהצבא הופתע, הרפואה תפקדה. צוותי רפואה צבאיים סדירים ומילואימניקים מצאו דרכים יצירתיות להקים מרפאות שדה תחת אש בתנאים קשים, לאלתר חדרי ניתוח ולתפקד. והם הצילו חיים רבים.

בית חולים בשדה הקרב. ההצלחה של צה"ל, והסייעתא דשמיא שאנו זוכים לה, אינה מתבטאת רק במסירות הנפש של חיילינו בים באוויר וביבשה, אלא גם במאמץ האדיר המושקע בהצלת הפצועים, וזה עובד ברוך ה'. מאז פרוץ מלחמת חרבות ברזל נמצא שהתמותה בקרב חיילי צה"ל שנפצעו בשדה הקרב ירדה לשפל עולמי של שבעה אחוזים בלבד, וחלק ניכר מכך הוא תוצאה של מהפכה מקצועית שמוביל חיל הרפואה. היות שפחות חיילים נהרגים, אנחנו מוצאים אחוזים גבוהים של פצועים קשה, שוללא הטיפול היו בין המתים.

השינוי המשמעותי הוא בכך שההצלחה בשטח כוללת טיפול מהיר, כאשר הפצוע מקבל מנות דם מלא שניתן לראשונה ישירות ברמת המרפאה הגדודית. במקום אינפוזיות מלח מסורתיות, מופעלים כיום סמוך מאוד לזירת האירוע פתרונות החייאה שמשביבים את נפח הדם למה שהיה טרם הפציעה. והמספרים מרשימים: מתחילת הלחימה פונו מאזור הלחימה כשמונת אלפים פצועים, בזמן פינוי ממוצע של פחות משעה במסוק, וכך הגיעו בתוך דקות ספורות למטפלים בכירים. זהו חיסכון של דקות קריטיות, מצילות חיים. אין דומה לזה בעולם. צה"ל שכלל גם את שיטות הפינוי. אמבולנסים ממוגנים ("טיגרבלנס") המצוידים כיחידת טיפול נמרץ נעים בעומק השטח, ורחפנים משליכים דם מלא מצונן ומוגן ישירות למקום הפציעה, כמו יונת דואר מודרנית. חידושים רפואיים נוספים כוללים קסדת ניורו-פידבק להפחתת תסמיני פוסט-טראומה כבר בשטח, מערכות שמבצעות פיזיותרפיה מרחוק, ומערכות שליטה דיגיטליות שמקשרות בין שדה הקרב לבית החולים בזמן אמת. רפואת השדה הפכה מרפואת חירום של טלאים לרפואה מתקדמת, חכמה, כמעט בית חולים נייד שמקדים את זמנו. גם בטיפול בפצועים המאושפזים בבתי חולים יש התקדמויות מרשימות. בנוגע לכוויות, למשל, פותח בישראל טיפול חדשני בשיטת "שתל אפידרמיס מתורבת", שבו נלקחת ביופסיה זעירה מעורו של המטופל, ומתאי הגזע שלה מגדלים במעבדה שתל



אביגיל מיזליק
avmyzlik@gmail.com

למה לאכול בריא?

קוראת המדור תהתה איך תצליח להאכיל את משפחתה באוכל בריא, שהוא גם יקר יותר וגם דורש יותר עבודה. זה הפתרון שהצעתי לה

לחיוך ולאמונה. ברגע שנעשה את זה מתוך מניע חיובי - כל פעולה הכי קטנה נחשבת.

"בואי תחליטי כמה את מסכימה להשקיע בחיוך החיובי הזה לעצמך ולמשפחתך. תתחילי עם סכום קטן שבו את מפנקת בבריאות את בני משפחתך. בסכום הזה תקני משהו בריא אחד או שניים, ותתחילי לזה חשיבות. תחמיאי לעצמך על כל דבר הכי קטן שאת עושה. אם תלכי מתוך מטרה לעשות טוב - הרי שכל עשייה של טוב שווה ונחשבת. לא ממקום של 'דק אם אני אוכל תמיד ובאופן מוחלט בריא' זה נחשב ושווה, אלא 'קצת זה גם טוב'.

"אפשר להתחיל לזה כמו אל מתנדב. מי שמתנדב לעשות חסד - כל דבר שהוא עושה זוכה למחויבות כפיים. הוא לא חייב בכלום, ולכן ברגע שהוא נותן משהו מעצמו זה מוערך. אז תהפכי להיות 'מתנדבת של בריאות', וכל דבר קטן שאת עושה - הרי זה מבורך. תוסיפי להתנדבות גם תפילה ואת תראי איך הסייעתא דשמיא תתחיל להגיע. ברגע שתהיי מונעת ממקום חיובי, אני בטוחה שתצליחי למצוא כוחות להכין מאכלים בריאים וטעימים. לא תמיד ולא באופן מוחלט, אבל אני מאמינה שהכול מתחיל ונגמר ברצון. וברגע שתרצי - תראי איך הכול רץ לך, והרעיונות והפתרונות יופיעו בגדול".

אמירות שליליות, שהן אלו שיוצרות את עיקר הקושי: חלוקה למי שעושים את מה שנכון - כלומר, אוכלים בריא - והם בצד הטוב, ומי שלא - והם בצד הלא טוב. אמירות של הפחדה - אם תאכלי בריא תהיי בריאה, ואם לא אז חלילה... וכן תחושה של 'זה יצילנו'. כלומר, לתת לאוכל הבריא כוח בפני עצמו, בתור משהו שמציל כרשות בפני עצמה, שמנותקת ממי שברא את המציאות כולה.

"ברגע שהמניע הפנימי לא נכון - קשה יותר למצוא את הפתרונות, פשוט כי המטרה שלך היא לא לאכול בריא אלא 'להיות בסדר', ובאופן טבעי את מתנגדת למטרה הזאת. אין ספק שאוכל בריא לך ולבני משפחתך יכול ליצור שינוי לטובה בהרגשתכם הגופנית, אך אם הדבר מלווה בלחץ, תחושות אשמה, תסכול וכן הלאה - שכרך יצא בהפסדך".

מחמאה על כל צעד

"אם כן, למה בעצם לאכול בריא? חשוב לזכור שאכילה בריאה היא ההשתדלות הטבעית שלנו. המניע הפנימי צריך להיות - לעשות משהו טוב למען עצמנו. בריאות צריכה להיות מחוברת לשמחה,

קיבלתי מקוראת של המדור מכתב עם שאלה אמיתית בנושא תזונה נכונה. "אני רוצה מאוד להאכיל את משפחתי באוכל בריא", היא כתבה לי, "אבל זה יוצר שתי בעיות: בריא תמיד יהיה יקר משמעותית. ולא פחות קשה מכך, בריא תמיד ידרוש הרבה יותר עבודה שלי במטבח. זה פשוט מייאש!"

אחרי שהזדהיתי מכל הלב וגם חשבתי על זה קצת, עניתי לה כך: "את אכן מעלה שתי בעיות אמיתיות. להכין אוכל בריא זה על פי רוב יקר יותר ודורש הרבה עבודה במטבח. אז איך פותרים את הבעיות הבלתי פתירות הללו לכאורה?"

"כתוב שבדרך שבה אדם הולך - מוליכים אותו. בשביל שתוכלי לעשות את השינוי במציאות, את צריכה לעשות קודם כול שינוי בדרך שבה את ניגשת לנושא. פעמים רבות הסיבה שבגללה אנחנו רוצים לעשות שינוי היא לא הסיבה הנכונה, ולכן המכשולים נערמים. אבל ברגע שאנחנו מוצאים את החיבור הפנימי שלנו לדבר - יש סייעתא דשמיא וגם הפתרונות מגיעים איתה.

"קודם כול, את צריכה לשאול את עצמך: למה את רוצה לאכול בריא? אנשים רבים רוצים לאכול בריא פשוט כי זה מה שנכון לעשות, בלי לשים לב שבתוך הקביעה הלכאורה תמימה הזאת מסתתרות

חרק נודלס עם קרם קוקוס וירקות כתומים



4 מנות



15 דקות
הכנה



דרכת קושי
קלה מאוד

הנה דוגמה נפלאה למנת בריאות. זו בעצם ארוחה שלמה בקערה, והיא משביעה, בריאה וטעימה להפליא. אפשר להוסיף למרק אילו ירקות שרוצים, פשוט חולטים ומוסיפים - פטריות, ברוקולי, אדממה, נבטים, קוביות של בטטה או גזר וכן הלאה.

- | | |
|----------------------------------|---------------------------|
| • חבילת אטריות נודלס אורז, | • 2 בטטות |
| כוסמת או חיטה לפי הטעם | • 2 גזרים |
| למרק: | • מלח ופלפל |
| • בצל קטן קצוץ | • 2 כפות רוטב סויה |
| • 3 כפות שמן קוקוס (או שמן רגיל) | • כף גדושה של אבקת קארי |
| • 3 שיני שום | • חבילת קרם קוקוס 250 מ"ל |
| • חצי כפית ז'נג'יר טרי מחורר | לחוספות: |
| • רבע כפית צילי טרוס (לא חובה), | • חבילת טופו |
| למי שאוהב חריף) | • חופן פטריות |
| • נתח דגלעת קטן | • בצל סזול פרוס לאיזולים |
| | • בצל ירוק קצוץ |

מכינים את המרק: בסיר מתאים מזהיבים את הבצל בשמן הקוקוס במשך 3 דקות. מוסיפים את השום, הג'נג'יר והצילי הגרוס אם רוצים ומערבבים. מוסיפים את הירקות הכתומים חתוכים לקוביות, וממסים במים עד גובה הירקות. מביאים לרתיחה, מגמיכים את האש ומבשלים מכוסה כחצי שעה, או עד שהירקות רכים.

במקביל מבשלים את הנודלס לפי ההוראות, מקפיצים קלות את הפטריות והטופו במחבת עם שמן קוקוס או שמן רגיל, וכן מקפיצים את פרוסת הבצל הסגול עד להזהבה קלה. אפשר גם להזהיב את שלושת המרכיבים בתנור בחום של 200 מעלות.

טוחנים יחד במעבד מזון או בעזרת מקל בלנדר את כל מרכיבי המרק לקרם אחיד. מוסיפים את רוטב הסויה, הקארי וקרם הקוקוס, ומבשלים עוד 5 דקות.

הגשה: יוצקים את המרק לקערות הגשה, מניחים בכל קערה גודלס, קוביות טופו, פטריות, בצל סגול ובצל ירוק ומגישים.



IKEA SALE

עד י"ב באב (6.8)

בראש סרוג BOPO
McCANN



2,195 ₪
1,595 ₪
KIVIK ספה תלת מושבית.
ריפוד Tibbleby אפור-בי'
ר' 228, ע' 95, ג' 83 ס"מ.



995 ₪
745 ₪
BRIMNES
ארון 3 דלתות,
לבן
ג' 190, ר' 117 ס"מ



995 ₪
695 ₪
HÄGERNÄS
סט שולחן+4 כיסאות,
עץ במראה עתיק אורן



350 ₪
195 ₪
NÄMMARÖ
כיסא עם ידיות
גוון חום בהיר
ע' 62, ג' 78, ר' 56 ס"מ

79 ₪
59 ₪
BLÄSVERK
מנורת שולחן,
כחול/צהוב
36 ס"מ
*נורה נמכרת בנפרד



395 ₪
295 ₪
SILLTRUT
מטבח למשחק, אפור
ע' 40, ג' 100, ר' 68 ס"מ

15 ₪
9 ₪
KÄRLEKSGRÄS
כרית בוי, ירוק בהיר
40x40 ס"מ



225 ₪
150 ₪
RÄSKOG
עגלת אחסון, אפור-כחול
ג' 77, א' 35, ר' 45 ס"מ



195 ₪
145 ₪
LÄTT
סט שולחן ילדים
עם 2 כיסאות
לבן/אורן



75 ₪
39 ₪
KONSTFULL
אגרסל, אפור
ג' 16 ס"מ



85 ₪
59 ₪
IKEA 365+
סיר עם מכסה
פלדת אל-חלד, 3 ל'



95 ₪
69 ₪
GLADOM
שולחן הגשה,
שחור
ג' 53, ק' 45 ס"מ



175 ₪
125 ₪
SNIDAD
סלסילה, רטאן
ג' 39, ק' 54 ס"מ



275 ₪
175 ₪
ARSTID
מנורה עומדת,
פלזיו/לבן
*נורה נמכרת
בנפרד

שעות פעילות חנויות איקאה: ימים א'-ד' - 10:00-20:00 יום ה' - 10:00-22:00 ימי ו' - 09:00-15:00

בתוקף עד ה-6.8.25 או עד גמר המלאי *מינימום 10,000 פריטים במלאי מכלל הפריטים המשתתפים
בסייל *התשלום בכל כרטיסי האשראי, מזומן, כרטיס המתנה של איקאה ושיקים *שלושה תשלומים
ללא ריבית לעסקה מעל 1,000 ₪ (לא כולל מזון) *תשלומים לפי תכניות הקרדיט של חברות האשראי
*ניתן להזמין שירות הובלה והרכבה בתשלום.

שירות לקוחות *איקאה (35832*) בירור מלאי באתר www.IKEA.com/il/he



302.439.74

17915
NLTJ