



(עבדכם הנאמן), ובין מלוא כף נחת לפח ולפחת (מלכה כהן).

ענת שטאובר מבטיחה הרבה בריאות והנאה ממתכון למרק חורפי מהביל, וכהרגלו, יצחק שלו מממש את ייעודו בדברי צחות. הפינה "חן ושכל טוב" אמנם משה הפעם מעשות פרי, אך לבטח יניב שוב עם בוא החורף. תודתנו לאהרן שבו עבור הגרפיקה שובת העין. קריאה מהנה, אלי רוזנברג ומערכת הגמלידעה (מרים בר-לב, משה פרי ויצחק שלו)

הכר את המועמדים



(המועמדים מופיעים בסדר א-ב)

אריאל בריה

1. מה חשוב בעיניך? הדבר הכי חשוב בעיניי הוא להיות בן אדם. או בלשון המשנה: במקום שאין אנשים השתדל להיות איש.
2. אישיות שאתה מעריך: הרב יהושע יגל זצ"ל, ראש הישיבה שלי במדרשת נעם בפרדס חנה. אדם שהעמיד אלפי תלמידים והאמין בפוטנציאל שיש בכל ילד.
3. ספר, סרט או יצירת אומנות שאהבת: סרט: "הערת שוליים" של יוסף סידר. ספר: "לבד בברלין", של הסופר הגרמני האנס פלאדה, שמתאר

הדורות בהישענותם על הצו התורני של "אחרי רבים להטות" (שמות כג, ב). אנו גם עדים לבקרת עמיתים ושליטת מינוי במקום סמוך לביתנו: כוונתי לסיפור ההדחה הזמנית של נשיא הסנהדרין, רבן גמליאל, לטובת רבי אלעזר בן עזריה, על ידי חכמי הסנהדרין ביבנה. ומרבי אלעזר בן עזריה דיבנה נעקוב אחר השרשרת עד לר' אליעזר (ביני) בינפלד דמועצת חבל יבנה...

ברוח זו, מערכת העיתון חשבה שראוי לתרום לשיח הציבורי לקראת הבחירות הקרובות לראשות המועצה. במאמר הראשון תקראו כיצד התייחסו שלושת המועמדים לראשות המועצה לסדרה של שאלות זהות וכן לשאלה שהם עצמם הציגו. שתי כתבות נוספות קשורות לנושא הבחירות: כתב הנוער שלנו, איתי בקר, מזמין את הדור הצעיר ב"בן-בג בלוג" שלו להיות שותפים פעילים במערכת הבחירות. ג'רי ומרים גרינוולד מביטים מעט מעבר לאופק ומגרים חשיבה לגבי מערכת הבחירות הנוספת שבפתח: הבחירות לוועד המקומי.

בטורים הקבועים ניהנה משיטוט בין הבחירות השונות שעושים בני אדם: בין רע לטוב, בין מוות לחיים וכדומה (צקי שלו), בין האצ"ל להגנה (ישראל עזריה בראיון עם צבי וידר), בין הצטננות לבריאות

לעיני העדה

גיליון חמישי זה של "גמלידעה" מופיע בעונת מעבר: בין ימי קיץ חמים לערבי סתיו רעננים וללילות גשם ורעם. תוכן העיתון משקף עוד מעבר: מכתבות בנושאי תורה, תרבות, מדע וחברה - לתחום מרכזי בחיינו כפרטים וכאומה: היותנו "עם נבחר". אנו רגילים לשייך את המונח הזה לבחירה האלוקית, אך כוונתי למסורת הדמוקרטית של בחירת מנהיג, המלווה אותנו משחר ימי עמנו: הגמרא במסכת ברכות (דף נה עמוד א) מלמדת אותנו שאפילו בחירתו של אומן כמו בצלאל, הובאה להכרעת בני ישראל לפני ש"התקבל":

"אמר רבי יצחק: אין מעמידין פרנס על הציבור אלא אם כן נמלכים בציבור, שנאמר: "ראו קרא ה' בשם בצלאל" (שמות לה, ל). אמר לו הקדוש ברוך הוא למשה: משה, הגון עליך בצלאל? אמר לו: ריבונו של עולם, אם לפניך הגון, לפני לא כל שכן? אמר לו: אף על פי כן, לך אמור להם. הלך ואמר להם לישראל: הגון עליכם בצלאל? אמרו לו: אם לפני הקדוש ברוך הוא ולפניך הוא הגון, לפנינו לא כל שכן?!"

ההכרעה הדמוקרטית שימשה את חכמינו בתהליך הפסיקה לאורך

בצורה מטלטלת את שגרת היומיום של זוג גרמנים שהחליטו לקרוא תיגר על מכונת הרוע הנאצית במהלך תקופת השואה.

4. **אירוע שהשפיע עליך במיוחד**:
היום בו נולדה בתי הבכורה והפכתי לאבא. המונח "אחריות" לובש צורה אחרת שמשפיע על צעד שאדם עושה.

5. **מה קשה לך לעשות? קשה לי לעשות דברים שאני לא מאמין בהם.**

6. **מה משמח אותך? אשתי עליסה וחמשת ילדיי.**

7. **מה היית רוצה לשנות במועצת חבל יבנה? יש לי רשימה ארוכה של שינויים שאני מתכוון לעשות כראש המועצה, אבל השינוי הגדול ביותר מבחינתי הוא השאיפה לשנות מן הקצה אל הקצה את שביעות הרצון של תושבי המועצה מהשירות שהם מקבלים.**

8. **א. אנה הצג שאלה משלך**: איפה תהיה בעוד 5 שנים?

ב. והשב עליה: עורך מאזן של המטרות שהושגו בקדנציה הראשונה שלי כראש מועצה, ונערך להגשמת המטרות שאציב בקדנציה השנייה.

מישה ליבר

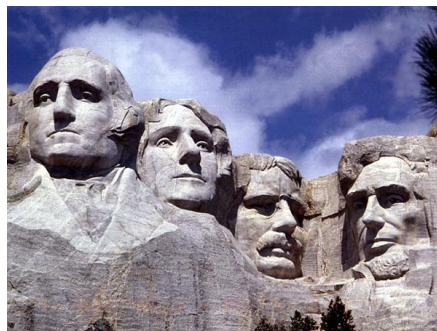
1. **מה חשוב בעיניך? יושר, אמיתות, חברות.** "או חברות או מיתותא" (תענית כא), אומרים האנשים כשהם רואים את בדידותו וזרותו של חוני המעגל, לאחר שישן 70 שנה. חברות, ועזרה לזולת, הם ערכים חשובים מאד בעיני. ואני מקווה שנמצא את הדרך במועצה להשקיע בכרט, ולמנוע תחושה של בדידות.

2. **אישות שאתה מעריך**: אבא שלי. אדם שאיבד את כל עולמו ומצא את הדרך להשתקם ולבנות לעצמו חיים חדשים וטובים. אבא שעבר את צעדות המוות, איבד את משפחתו וניצל מאושוויץ, עלה לארץ ישראל הקים משפחה ועבד לפרנסתו.

אבא שלי תמיד היה בעיני מודל להתגברות ולתחייה מחדש.

3. **ספר, סרט או יצירת אומנות שאהבת**: אני מאוד אוהב את המחזמר "כנר על הגג". אני אוהב את השירים של העירה היהודית, את השחקנים השונים מחיים טופול [בילדותי] ועד נתן דטנר מהשנה האחרונה. בגרסה האחרונה צפיתי פעמיים.

4. **אירוע שהשפיע עליך במיוחד**: הילדות באופקים, מדובר על תקופה בחיי שעיצבה את דרכי החשיבה שלי והתייחסותי לחברה. אני מתגעגע לשכונה שגדלתי בה.



מנהיגים דגולים בנקרת הצור...

5. **מה קשה לך לעשות? בעיקר "לא לעשות"**.

6. **מה משמח אותך? לראות בהצלחתם ובבריאותם של כל מכריי. מפגשים משפחתיים, חברויות אמיתיות, והצלחות עסקיות.**

7. **מה היית רוצה לשנות במועצת חבל יבנה? חשיבה מחודשת על דרכי העבודה של המועצה.**

לרדת לפרטים הקטנים ביותר, לדאוג לכל תושבת ותושב, לשמור על קשר הדוק עם התושבים. למצוא את הפתרון החינוכי לכל ילדי המועצה. לחזק את הישגים, להשקיע יותר בתשתיות ובאיכות הסביבה.

8. **א. אנה הצג שאלה משלך**: איך היית רואה את המועצה בעוד 5 שנים מהיום?

ב. והשב עליה: אני רואה מועצה שהתושבים גאים להיות חלק ממנה, שמרוצים משיפור התשתיות בכל הישובים, מתחושת הביטחון האישי המלווה אותם. מוסדות החינוך פורחים ומתאימים לתושבי המועצה. פעילות חינוכית ותרבותית ענפה, המיועדת לכל הגילאים, מנער ועד זקן, טף ונשים.

עוקלה קליין

1. **מה חשוב בעיניך? כשאתה רוצה להיות בן אדם** – להתחיל מלתקן את עצמך, אחר כך להיות טוב אל בת הזוג ואל המשפחה, ורק משם להמשיך אל מעגלים יותר רחבים.

2. **אישיות שאתה מעריך**: דוד בן ישי. הוא היה מלך! ידע להנהיג את הציבור, איחד את השבטים, בעל חזון ענק ויראת שמים, וגם כשטעה – ידע לומר בפה מלא: חטאתי.

3. **ספר, סרט או יצירת אומנות שאהבת**: סרט: מבצע סבתא! ישראלי, טיפה וולגרי, אבל מלא ניצוצות של אמת והמון צחוק.

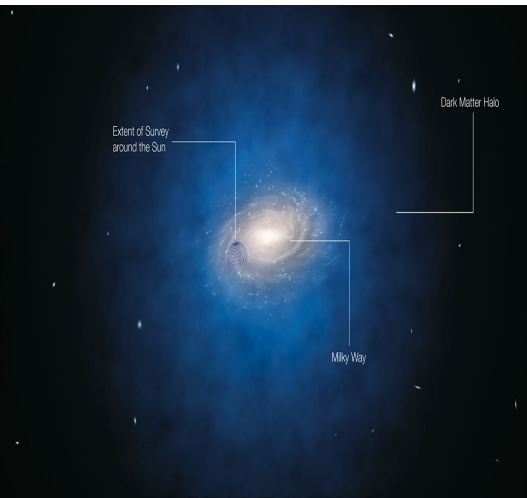
ספר: המשפט האחרון של פרמה / סיימון סינג. איך דבקות במשימה הביאה להוכחת טענה מתימטית לאחר 350 שנה של ניסיונות כושלים. מרתק.

ראשית דעת

רע וטוב

צקי שלו

האם לחושך יש ממשות משל עצמו, או שמא החושך הוא פשוט העדר אור? אם כן מה זה "יומש חושך"? (שלא לדבר על חומר אפל ואנרגיה אפלה שמציאותם נדרשת כדי ליישב סתירות בקוסמולוגיה המודרנית.)



האם למנוחה יש ממשות משל עצמה, או שמא המנוחה היא פשוט העדר עשייה? אם כן, האם ביום השביעי הקב"ה חזר למציאות של "חוסר עשייה" של לפני הבריאה, או שהוא ברא ביום השביעי דבר חדש - שבת?

האם למוות יש ממשות משל עצמו, או שמא המוות הוא פשוט אובדן חיים? אם כן, איך נבין את "אני אמית ואחיה"?

האם לרוע יש ממשות משל עצמו, או שמא הרוע הוא פשוט העדר טוב? מהאמור "רע מנעוריו" נראה כי ההפך הוא הנכון, הרע הוא הבסיס והטוב הוא בעצם העדר רוע.

אבל, הקב"ה יוצר את האור מתוך מציאות של "חושך על פני תהום". הקב"ה יוצר את המנוחה מתוך "מלאכתו אשר עשה". הוא יוצר חיים מעפר דומם ובורא "טוב מאד" מתוך מצב של תוהו ובוהו ואין-טוב. הרוע בהקשרו האנושי נוצר עקב האכילה מ"עץ הדעת טוב ורע". האדם, כמו כל הבריאה, בוודאי נוצר טוב, ומה שנוסף עקב האכילה הוא הרע.

4. **אירוע שהשפיע עליך במיוחד:**

ימי השבעה אחרי מותה של אמי עליה השלום לפני 7 שנים, ומותו של אבי לפני כחודש. הימים שנותנים פרופורציה לכל שאר הדברים בחיים.

5. מה קשה לך לעשות? לקחת את עצמי בידיים ולחזור לפעילות ספורטיבית רצינית, ולשוב לכושר. לצערי.. אבל בע"ה גם זה יגיע בזמנו.

6. מה משמח אותך? חברים, משפחה, ואוכל טוב (רצוי עם בירה קרה במיוחד).

7. מה היית רוצה לשנות במועצת

חבל יבנה?

הייתי רוצה ליצור מצב שאנשים יהיו גאים להיות חלק מתושבי המועצה, יהיו גאים במוסדות החינוך הקיימים, ואלה שעוד יוקמו, וירגישו מחוברים ושותפים לאזור ולקהילה.

8. **א. אנא הצג שאלה משלך:**

בשביל מה אתה צריך את כל הבלגאן הזה על הראש?

ב. והשב עליה: כמי שנולד וגדל כאן, והיום תושב הרחבה, אני מרגיש אחריות ענקית לקום ולפעול ולהוביל תהליכים משמעותיים בכל התחומים במועצה, וככל שהזמן חולף, אני מבין טוב יותר את גודל האחריות והמשימה – ועל כך מתרגש ושמח.

וְאַחַר הָרוּחַ רָעַשׁ, לֹא בָרַעַשׁ ה' .
וְאַחַר הָרָעַשׁ אֵשׁ, לֹא בָאֵשׁ ה' ;
וְאַחַר הָאֵשׁ, קוֹל דְּמָמָה דָּקָה .
וַיְהִי כְשִׁמְעַע אֱלֹהֵינוּ, וַיִּלְט פְּנֵינוּ
בְּאֲדָרְתוֹ. (מלכים א' י"ט, יא, יב, יג)
וַיֵּרָא אֱלֹהִים אֶת-כָּל-אֲשֶׁר עָשָׂה,
וַהֲנֵה-טוֹב מְאֹד. (בראשית א', לא)
וַיִּיצַר ה' אֱלֹקִים אֶת הָאָדָם עֶפְרָם מִן
הָאֲדָמָה, וַיִּפַּח בְּאַפִּיו נְשֵׁמַת חַיִּים,
וַיְהִי הָאָדָם לְנֶפֶשׁ חַיָּה. (בראשית ב', ז)

וַיֹּאמֶר ה' אֶל-מֹשֶׁה, נְטֹה דָדְךָ עַל-
הַשָּׁמַיִם, וַיְהִי חֹשֶׁךְ עַל-אֶרֶץ מִצְרָיִם ;
וַיִּמַּשׁ חֹשֶׁךְ. (שמות י', כא)
אֲנִי אֲמִית וְאַחִיָּה, מְחַפְּתִי וְאֲנִי
אֶרְפָּא. (דברים ל"ב, לט)
כִּי יֵצֵר לֵב הָאָדָם רַע מִנְעֻרָיו
(בראשית ח', כא)

דממה – רעש

חושך – אור

מנוחה - עשייה

מוות - חיים

רע – טוב

מקובל לחשוב על הזוגות הללו כעל הפכים שווי ערך. אך האם הדבר באמת נכון?

"תחושת הבטן" היא שאין לדברים "שליליים" אלו ממשות, אלא שהם פשוט תוצאה של חסך של הדבר החיובי. לכאורה לא ניתן לעשות דממה, מנוחה או חושך, אלא רק להפסיק את ההפכים שלהם.

האם לדממה יש ממשות משל עצמה, או שמא דממה היא פשוט העדר קול? אם כן, מה שמע אליהו?

את צבי וידר

צבי וידר, בן 85 (עד מאה ועשרים פלוס), הוא יליד 1928. עלה ארצה בגיל 7 עם משפחתו מטרנסילבניה שברומניה. עלייתם הייתה ביוזמת התאחדות האיכרים. למרות התנגדות הבריטים והערבים ניתנו ויזות לפועלים יהודים לעבודה בפרדסים. המשפחה התיישבה ברחובות והתגוררה בצריף בשכונת שעריים. זה היה קיץ חם מאוד, ובאותה תקופה רחובות הייתה מושבה מוזנחת יחסית בלי כבישים, ובארץ היישוב היה מועט, בסה"כ 500 אלף יהודים.

מצרכי היסוד נקנו ממכולת ניידת על עגלה שעברה בין בתי המושבה. האבא של צבי התחיל לעבוד בפרדס של שוארץ ברחובות. הפרדס גבל בגדר של מכון ויצמן. לאחר כשנתיים עזבה המשפחה את שעריים ועברה לגור בפרדס. היה זה בית דו-קומתי והמגורים בו היו ללא תשלום שכר דירה. בקומה התחתונה גרה המשפחה של צבי ובקומה למעלה גר רופא, שלא הייתה לו עבודה והוא עסק ברעיית פרות. זאת הייתה תקופת מאורעות תרצ"ו-תרצ"ט (1936-1939) ולכן חיזקו את דלתות המבנה, והן היו מוגנות בברזלים.

האב עבד בפרדס ואנשי הפרדסים נאבקו לשמר את רחובות כמושבה ירוקה על פרדסיה. הם התנגדו להרחבת הבנייה על חשבון שטחי

אם כן, הצמדים הללו הם עצם הבריאה. הפרדת החושך מהאור, החי מהדומם, הרע מהטוב וכו' הם מעשה הבריאה עצמו. מעניין שגם אנחנו מתוכנתים בצורה דומה. תפיסתנו מבוססת על ניגוד. אנחנו תופסים בעזרת חושינו רק קונטרסט ולא דברים מוחלטים. בהיר מסוים הוא בהיר רק בהשוואה לכהה מסוים. נכנסים לחדר ומריחים ריח כלשהו, ולאחר מספר דקות בחדר שוב איננו מריחים דבר. חוש הריח מזהה מעבר מאין ריח ליש ריח, אך ללא מעבר תכוף התחושה מתפוגגת. רעש הוא בלתי נסבל כאשר הוא מופיע לחילופין עם שקט, כמו רעש של ברז מטפטף. רעש רקע קבוע כמו רחש של מזגן, מנוטרל על ידי חוש השמיעה ומפסיק להוות הפרעה. אין ניגוד - אין משמעות.

הצמדים אינם זוגות אלא רצפים, שהקטבים הם מצבי הקיצון שלהם. ייתכנו מעט אור או מעט מלאכה ואפילו מעט חיים, בבחינת "וְהָיָה חַיֵּיךְ תִּלְאִים לְךָ מִנְּגִד" (דברים כ"ח, סו), וישנם צמדים רבים נוספים. כל החיים נמצאים בעצם על הרצפים הללו.

כמה מתאים שהקב"ה נמצא ב"קול דממה דקה" שבאה אחרי הרעש, האש וההמולה. אליהו מזהה מיד את נוכחות השכינה על פי הופעת צמד ההפרדה בין רעש לדממה. ולא סתם שקט, אלא שקט מוחלט - "דממה דקה" - בעלת ממשות משל עצמה, המכילה את המבדיל בין אור לחושך ובין ישראל לעמים.

הפרדסים. הפרדס של שוארץ השתרע מרח' הרצל/מכון ויצמן עד ליפאורה. הנשיא הראשון, חיים ויצמן, היה מגיע עם השומרים היג'פירים' עד לגדר המכון, כאשר שני שומרים היו נשארים ליד הרכב ושניים ליוו אותו לביתו. למשפחת וידר היו קשרים יום-יומיים עם הנשיא ויצמן: את החלב סיפקה משפחת וידר לנשיא, והנשיא היה מכבד את צבי ואחיו בסוכריות כבונוס.

צבי היה במקלה בבית הכנסת הגדול ברחובות, אשר עדיין עומד על תילו ברחוב בנימין בעיר. לפעמים היה ויצמן מגיע לביהכ"נ, מחנה את הרכב ברח' יעקב ומשם הולך ברגל.

בשנת 1946, כשהיה בן 17, גויס צבי לאצ"ל. לכל פרדסן היה בית אריזה משלו, ואיש האצ"ל לקח את צבי לבית אריזה שבקצה הפרדס (בשכונת שעריים). פעיל אצ"ל שהביא אותו לשם נעלם וצבי הושבע שם ע"י מישהו אחר שעמד מאחורי פרגוד. אחרי ההשבעה, שהותירה על צבי רושם עז, הוא נאלץ לשוב לבד לביתו, כשכל גופו רועד מעצם המעמד (אציין כאן ששפת גופו של צבי שידרה ברגע זה כאילו הוא עובר שוב את החוויה, והוא נרעש מעצם הסיפור על האירוע).

באצ"ל עסק צבי בהדבקות כרוזים (איתו היו גם צבי שמעון, יואל מנדלוביץ, דוד דודוביץ). צבי לא ידע את שמותיהם של חברים אחרים באצ"ל. הבולשת הבריטית הייתה במעקב מתמיד אחריהם. פעם תפסו הבריטים את אחד החברים (גיסו של אפרים לנגסנר, חבר המושב) והוא נכלא למשך שנה וחצי בלטרון. גם בבית משפחת וידר לא ידעו שצבי גויס לאצ"ל, הוא הושבע שלא לספר.



בבית ההורים היה סליק של 'ההגנה' שאביו ניהל. (בין פלאי הימים ההם, האבא עובד עם ההגנה ומטפל בסליק שלהם, בעוד הבן משרת באצ"ל).

צבי לא גויס לצה"ל בהגיעו לגיל גיוס, כיוון ששירת באצ"ל. במקום הגיוס לצה"ל הוא עבד בביצורים. שני אחיו התאומים גויסו לגדוד 52 של גולני. רק מאוחר יותר, כשהיה כבר בן 20, גויס צבי לגדוד 82 של חטיבה 7 שמפקדה היה יצחק שדה. המחנה היה אז בשדה התעופה לוד. יצחק סרדהלי היה גם הוא בגדוד 82. הטנקים היו אז שרמנים וקרומולים, האימונים היו מפרכים, עם משמעת מים של מימיה ליום עבור כל חייל.

במלחמת השחרור פעל צבי באזור משטרת עירק סואידן בדרום, ונטל חלק במצור על הכוחות המצריים בכיס פלוגיה. המפקד המצרי שם היה גמאל עבד אל נאצר, שלימים הפך לנשיא מצרים. משם חזר לשדה התעופה בלוד (נתבי"ג של היום). ערב אחד יצאו לבאר שבע לילה שלם בנסיעה בזחלי"מים. משם יצאו לפעולה בעוגיה אל-חפיר, שהתרחשה אחרי שבמשך שלושה ימים התארגנו לאגף את המצרים המחופרים. בדרך לשם כבשו את משלט ג', אחרי שלקחו שבוי מסויר האויב.

שרה ומשפחתה עלו לארץ בשנת 1950 וגרו בבית גמליאל, בבית שהיה שייך ללנגסנר אפרים, שאז עדיין היה רווק. כשאפרים ראה את מצבה הקשה של שרה ומשפחתה, החליט לתת להם את הבית בבית גמליאל למגורים. ב-1954 התחתן

צבי עם שרה בחתונה כפולה יחד עם אחיו שלמה. עד 1959 גרו ברחובות, ואז עברו לבית גמליאל להיות קרובים למשפחתה של שרה. בימים ההם היתה תופעה, שהרבה חברים עם חובות למזכירות קמו לילה אחד ופשוט עזבו את המושב, והמשק עבר לרשות המזכירות. משק כזה רכשו צבי ושרה וידר.

צבי שימש כרב"ש בבית גמליאל בהתנדבות, והיה לו ארון ברזל עם שמונה רובים. אח"כ הועבר התפקיד לדוד אנגל. צבי התפלל בשטיבל הישן עם וולוביץ שגר בבית שנמכר מאוחר יותר למשפחת דרשביץ. לוולוביץ היתה עגלה והם היו נוסעים יחד כל בוקר. מאוחר יותר, כשדרשביץ רכש את הבית והיה לו רכב, היו צבי ודרשביץ נוסעים יחד.

צבי רצה לנטוע פרדס במושב. אולם המחירים החלו לעלות באופן משמעותי ולכן קנה פרות ונטע 5 דונם פקאנים ואפרסקים. כדי להתפרנס בבית גמליאל הוא מכר מגרש ברחובות ומשאית ב-2850 לירות (את המגרש רכש מסי' שנים קודם לכן ב-600 לירות). כן, אלה היו המחירים באותם ימים. מאוחר יותר כל השטח ניטע כפרדס. צבי עסק בקניה ומכירה של פרות לסוכנות והיה לו גם דיר כבשים.

לילה אחד באה השכנה גבי פסטרנק והודיעה שהפרות נגנבו. התברר שגנבו מכמה משקים. צבי שהיה רב"ש מסר נשק לוולוביץ ולדב זליג ושלושתם רדפו אחרי הגנבים. לאחר מסי' יריות השאירו הגנבים את הפרות באזור הגבעה. עם חיוך על הפנים ביקש צבי להוסיף,

שכאשר נשאל מר פסטרנק מה דעתו על הגנבים, אמר שזה המקצוע שלהם וזו פרנסתם, כל אחד ודרכו המיוחדת להתפרנס!



אחרי הפרות רכש כבשים: היו לצבי כ-150 ראש. גם אותם גנבו... כל פעם כעשרה ראשים, ובשבת אחת גנבו 40-50 ראש. ביום ראשון התקשר צבי למשטרה, הגיע שוטר וגם גשש. מבלי להתבלבל אמר הגשש שלפי העקבות נראה שצבי מכר את הכבשים ומספר סיפורים על גנבה. מאוחר יותר התברר שאותו גשש פוטר מהמשטרה, ויתכן מאוד שהוא עצמו היה שותף לחוליית הגנבים. כמו שנאמר, כל אחד ודרכו המיוחדת להתפרנס. צבי מכר את הכבשים וחיסל את הדיר.

לצבי היה פרדס בחלקה ב' וזו הייתה פרנסתו. את הפרי היה צריך להעביר לייכין-חקל, אבל כאן אפשר לציין, שהפרנסה הטובה יותר הייתה ממכירה פרטית ולא דרך תנובה. הבדואים ששהו בשטח המושב, חמולת ראגיה שהתנחלה באזור הגבעה בכניסה למושב, היו גונבים מכל הבא ליד והרבה מהפרדס. גם עם ייכין-חקל היו הרבה בעיות, לא תמיד החקלאים קיבלו את מה שמגיע להם בכל הקשור לכמות הפרי וכן בנוגע לאיכות, אבל הם היו מוכנים לתת הלוואות שנשענו על כספים שהיו אמורים להינתן לחקלאים כתמורה ממכירת הפירות.

במהלך הראיון צבי מאריך בסיפוריו והכול נראה כמו קראתמול. יש דברים רבים שעליהם דיבר צבי שאותם אנחנו מכירים מחיי היום יום שלנו, ולדברים רבים יש ניחוח של מקוריות, יצירה ואלתור, שכנראה היו מאוד נדרשים בימים ההם.

ולסיום, צבי יכול לדבר רק טוב על המושב. לדעתו, הדבר המרגש בבית גמליאל הוא האחדות שהייתה כאן והעובדה שהאנשים נחמדים מאוד אחד לשני.

אורך ימים ושנות חיים

משיב הרוח ומוריד הגשם?

ד"ר אלי רוזנברג

הסתיו הישראלי הקצר הגיע וקול המעבר לשעון חורף נשמע בארצנו. נקווה להתברך בכניסה מהירה לעונת הגשמים, אך זו מבשרת גם את עונת ההצטננויות. זו המחלה השכיחה ביותר בקרבנו. בממוצע, כל מבוגר סובל בין 2-5 הצטננויות בשנה, וילדים צעירים עלולים לסבול עד 12 בשנה! בדרך כלל היא גורמת רק למחלה קלה, אך היא עלולה לעורר התקף של גנחת הסמפונות (אסתמה) וכן להביא להחרפה של מחלת ריאות כרונית. בארה"ב חישובי לחובתה מיליוני ימי לימודים וימי עבודה האובדים מדי שנה, עם עלות של 20 מיליארד דולר בשנה למשק האמריקאי. הבה נכיר את מחוללי המחלה וכיצד ניתן למונעה. זו גם אחריותנו, על פי חז"ל: הם דרשו את הפסוק בספר משלי (כב, ה) "צנים פחים בדרך עיקש, שומר נפשו ירחק מהם": "הכול בידי שמים - חוץ מצנים פחים" (בבלי מסכת כתובות דף ל'

עמוד א'), ורש"י שם מסביר שהכול בידי שמים חוץ מקור וחום!

מחולל המחלה הנפוץ ביותר:

נגיף הרינו (rhinovirus)

נגיף זה אחראי ל-50%-30% מכלל מקרי ההצטננות. שמו נגזר מהמילה הלטינית "רינו" שמשמעותה 'אף'. הוא נקרא כך כי הנגיף משגשג דווקא בטמפרטורה של 33-35 מעלות צלזיוס השוררת באף. הנגיף חודר לגוף בשתי דרכים: על ידי ידיים "עסקניות" ועל ידי שאיפת אוויר רווי בטיפות המזוהמות בנגיף. להלן תרחיש המדגים את דרך ההדבקה הידנית:

ראובן מצונן, אך מחליט בכל זאת להגיע לבית הכנסת לתפילת ליל שבת. באמצע התפילה הוא משתעל, אך חוסם את פיו ואפו עם כף ידו הימנית. הוא גם מנגב את הליחה מידו עם ממחטה. אך לא די בכך: רק רחצת ידיים נכונה עם מים וסבון או שימוש במשחה מחטאה על בסיס אלכוהול מסוגלים למגר את הנגיפים הדבוקים בעור. בתום התפילה ממהר ראובן להגיע בין הראשונים לחוץ את ידו של הרב. וכך רבים משאר לוחצי יד של הרב



יזכו לליווי של "מלאכים" זעירים על ידיהם, שנתקשה להגדירם "מלאכי השלום"...

וכעת נרחיב לגבי החדירה מהאוויר הנשאף. קוטר הנגיף הוא רק כ-30 ננומטר (כ-3 מיליוניות הסנטימטר!). אך גם אם הנגיף נפלט מהגרון או מהאף בתוך חלקיק ליחה בקוטר כ-3 מיקרון (פי מאה מגודל הנגיף עצמו), סכנת ההעברה שרירה וקיימת, כי גם חלקיקים בגודל זה מסוגלים לשוט באוויר החדר במשך שעות רבות, וכשהם נשאפים - גם לחזור עד לעומק הריאות (עד הבעיות).

לאחר שנכנס הנגיף לגוף, הגוף מתחיל לייצר נוגדנים נגדו. הבעיה היא שיש קרוב ל-100 זנים של נגיף הרינו. זו אחת הסיבות לכך שילדים מצטננים לעתים כה קרובות יחסית למבוגרים: הם פשוט זקוקים לחשיפה לאורך זמן, כדי שגופם יפגוש את זני הנגיף השונים וכך יפתח "זיכרון חיסוני" בדמות נוגדנים כנגד מרבית זני הנגיף.

תנאים מסייעים

בידוע הוא ששכיחות ההצטננויות עולה בעונת הגשמים/החורף. תקופה זו משתרעת מאוקטובר ועד למארס בישראל (ועד מאי במדינות קרירות יותר בחצי כדור הארץ הצפוני), ובתמונת הראי של אלה (חודשים מאי-אוקטובר) בחצי הכדור הדרומי. באזורים טרופיים באפריקה, באסיה ובדרום אמריקה שכיחות ההצטננויות גוברת בעונת הגשמים המקומית. אך מהו הגורם האחראי לעליית שיעור התחלואה בעונות האלה? האם לפנינו דוגמה חיה של "משיב הרוח" (כאשר נושבת רוח קרירה) – מוריד הגשם (יורדת חסינות הגוף הגשמי)? מסתבר שאין קשר ישיר בין קור או רטיבות לבין הצטננות.

אך בעונת החורף או כשגשום בחוץ, אנשים נוטים להסתגר ולהצטופף בחדרים וסוגרים את החלונות. כתוצאה מכך עולה

הסיכון לנשום אוויר רווי בנגיפי כינו. אם יותר אנשים חולים, עולה גם הסיכוי שיימצאו נגיפים על ידיהם ושאלו יועברו למשטחים/ מקלדות/ ידיות מסביבם. עם זאת, יש בכל זאת קשר מסוים למזג האוויר: כפי שהזכרנו לעיל, נגיף הכינו משגשג בתנאי טמפרטורה נמוכים יותר וכן כאשר הלחות יורדת (שכיח יותר בחורף).

מניעה

חומרת המחלה תלויה, בין היתר, בגודל מנת הנגיפים החודרת לגוף ובחוזק מערכת החיסון הנלחמת בו. האמצעים הבאים עשויים להשפיע על שניהם, וכך למנוע או לפחות להקל על מי שנדבק בנגיף:

- **חיסון:** ריבוי זני נגיף הכינו מונע פיתוח חיסון יעיל כנגדו. עם זאת, בשנים האחרונות התגלה חלבון על פני הנגיף שהוא כנראה משותף לזנים רבים, ולכן יש תקווה מסוימת בקהילה המדעית שאולי, בכל זאת, ניתן לפתח כנגדו חיסון יעיל. עד שזה יקרה, רצוי לאמץ את השיטות הבאות...

- **רחיצת ידיים:** רחיצה תדירה של הידיים במים וסבון הוכחה כיעילה במניעת הצטננויות, במיוחד בקרב ילדים. לאחר הרטבת הידיים, יש לסבן ולשפשף את הידיים במשך כ-20 שניות (בערך הזמן שלוקח לומר שלוש פעמים: "בידו אפקיד רוחי בעת אישן ואעירה, ועם רוחי גווייתי, ה' לי ולא אירא"). חשוב לשפשף גם בין

האצבעות, על גב כף היד ומתחת לציפורניים (ראו איור להלן). אם נמצאים בשירותים ציבוריים, רצוי לסגור את ידית ברז המים עם משהו על גבי כף היד, למשל עם מגבת נייר. יש לייבש את הידיים היטב בעזרת מגבת מנייר או אוויר חם. גם רצוי לצאת מהשירותים ללא מגע כף היד בידיית הדלת. מומלץ לרחוץ את הידיים לפני ואחרי האכילה, לאחר

שיעול/עיטוש/קינוח האף, לאחר עשיית צרכים וכשחוזרים הביתה מבית הספר, העבודה, או מפגש חברתי. אם אין גישה למים וסבון, מומלץ להשתמש בג'ל חיטוי על בסיס אלכוהול. מחקר מבוקר ואקראי שנערך לאורך שנה במקום עבודה בגרמניה מצא ששימוש בחומר חיטוי צמצם עד 65% את מספר אירועי הצטננויות וב-24% את מספר ימי העבודה שאבדו לכל עובד.



- **שימוש מושכל בידיים:** חז"ל (בבלי מסכת ברכות דף סב עמוד א') לימדונו, שאין מקנחים ביד ימין, כי, בין היתר, משתמשים בה לאכילה ולדברים שבקודש, כמו להצביע על מקום בספר תורה. עצה זו אמנם נאמרה לגבי קינוח

בשירותים, אך היא מועילה גם כדי למנוע הידבקות מהזולת וכן הדבקת הזולת על ידך. אם נקנח את אפנו, או נחסום את פינו (ואף, חלילה, נחטט באף...) ביד שמאל - אזי יד ימין תישאר נקייה ולא נעביר נגיפים לאחרים בעת לחיצת ידיים. וגם אם השני לא הקפיד והעביר ליד ימין שלנו את הנגיפים שלו, הימנעות ממגע ברירות העין, באף ובפה שלנו גם עם יד ימין תהווה מחסום בפני הנגיף.

- **אורח חיים בריא:** מערכת החיסון שלנו מושפעת מאורח חיינו. להלן מספר המלצות כיצד לטפחה:

- **דאג לשנת לילה טובה:** רצוי לישון לפחות כ-7 שעות בלילה. במחקר

נבדקו לאורך שבועיים משך השינה הלילית ויעילותה (אחוז הזמן שישנו מתוך סך הזמן ששהו במיטה) בקרב כ-150 מתנדבים בגילאים 21-55 שנים. לאחר שזו תועדה, טפטפו לכולם טיפות אף המודבקות בנגיף הכינו, ועקבו במשך חמישה ימים אחרי התפתחות הצטננות. כשהשוו בין אלו שישנו פחות מ-7 שעות לעומת אלו שישנו לפחות 8 שעות נמצא שהסיכון להידבק בנגיף עלה פי 3 בקבוצה שישנה פחות מדי לילה. הסיכון גבר פי 5.5 באנשים שיעילות שנתם הייתה פחותה מ-92% לעומת אנשים בהם היעילות הייתה לפחות 98%.

- **בצע פעילות גופנית קבועה:**

מחקרים שונים תומכים בתרומת פעילות גופנית למנוע הצטננות. להלן שני מחקרים תומכים: בראשון, נבחרה קבוצת נשים בעלות משקל עודף/השמנת יתר ולאחר גיל הפסקת הווסת. אלה חולקו לקבוצת התערבות שביצעה

דור דעה

נחת "שיהא הכל נחת רוח..."

מלכה כהן

מה אנו מבקשים מה' בתקופה זו של השנה? שתהיה לנו **נחת**. בתחילת שנה עמוסה בחגים ופגישות משפחתיות, אחת הברכות חוץ מבריאות ושמחה כמובן- שנה **נחת** מכל יוצאי חלצינו. מה היא אותה **נחת**? קורת רוח, הנאה, תענוג, תחושת שלווה ושביעות רצון (אבן שושן). זהו מצב ששואפים להימצא בו. כהורים – "לקטוף" קצת **נחת**-רוח בהישגי הילדים בבית הספר. כמו שפונים זה אל זה באסיפות ההורים: "באת לקטוף קצת **נחת**!". זו היא אסיפת הורים של כייף, בה שומעים מחמאות על ה"עילוי" התורן. אנו מעופפים כפרפר אלי צוף מכיתה לכיתה, לרוות **נחת**. שהרי "**נחת** – אלו הבנים". "טוב מלוא כף **נחת**, ממלוא חופניים עמל ורעות רוח" – מלמדנו החכם מכל אדם, במגילת החכמה "קהלת". צריך ליהנות מאותה **נחת**, כל עוד ניתן. יש לחטוף אותה בשתי ידיים. שהרי "הרבה **נחת** אין לנו בעולם הזה", כדברי הסופר ש"י עגנון בספרו "אורח נטה ללון".

בעולם העשייה ומירוץ החיים, עול הפרנסה והאקטואליה, מעטים הם רגעי ה**נחת**.

כדי להגיע ל**נחת** יש להשקיע בעבודת הנפש ובהתנהגות כלפי הסביבה: "דברי חכמים ב**נחת** נשמעים" (קהלת), "ויהא משאו ומתנו ב**נחת** עם הבריות" (יומא

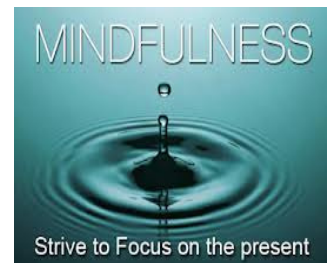
הזה. לאורך שמונה שבועות ניתן שיעור שבועי בן שעתיים וחצי ואימון יומי אישי בן 45 דקות. במעקב לאורך חורף אחד נצפתה ירידה של יותר מ-30% במספר אירועי ההצטננויות, ירידה של מעל 40% בימי החולי וירידה של כ-75% במספר ימי העבודה שאבדו על רקע הצטננות. עם זאת, חשוב לאשש את הממצאים המרשימים האלה במחקרים נוספים, לפני שקובעים מסמרות בנושא.

● **מניעה תרופתית**: לא נמצאה תועלת מוכחת כנגד הנגיף בנטילת ויטמין C², אכילניציאה, או טבליות אבץ. מתן 180 מיליגרם ליום של אליצין, החומר הפעיל בשום, לאורך 12 שבועות, אמנם הפחית את מספר ההצטננויות ואת ימי המחלה ב-70%-60%. אך לא ניתן להסיק מסקנות נחרצות על בסיס מחקר בודד. מתן פרוביוטיקה הפחית רק באופן גבולי את מספר ההצטננויות. נסיים בנימה אופטימית: אם נישמר, הבטיחנו הקב"ה שנגיפים מהמשפחה הזו לא יגרמו לנו רע, ככתוב "ואף גם זאת... לא מאסתים... לכלותם להפר בריתי אתם" (ויקרא כו, מד) - אל תקרי "בריתי אתם" אלא "בריותם" (א.ר.)... חורף בריא!

² פרט לאנשים העוסקים בפעילות גופנית נמרצת מאוד, כמו רצי מרתון, גולשי סקי וחיללים המתאמנים באזורים תת-קוטביים.

פעילות גופנית בעצימות בינונית¹ במשך 45 דקות ביום, 5 ימים בשבוע למשך שנה, ולקבוצת ביקורת שביצעה רק תרגילי התמתחות במשך 45 דקות, פעם בשבוע. קבוצת

ההתערבות סבלה מפחות הצטננויות (עד כדי הפחתה של 66% מהצטננויות לקראת סוף השנה). מחקר אחר קשור למחקר הנ"ל: בקרב בני 50 ומעלה ניתן אימון לאורך שמונה שבועות. האימון כלל פעילות בעצימות בינונית (2.5 שעות של שיעור אירובי קבוצתי מדי שבוע ואימון יומי



עצמאי בן 45 דקות של הליכה או ריצה קלה). לאורך עונת חורף אחת נצפתה ירידה של 35% במספר אירועי ההצטננות, של יותר מ-45% בימי החולי וביותר מ-50% במספר ימי העבודה שאבדו על רקע הצטננות.

○ **שקול לימוד שיטת הבוננות (מדיטציה) המודעת (mindful meditation)**: הצעה זו נתמכת על ידי מחקר שבו הוכשרה קבוצת ניסוי של בני 50 ומעלה במטרה לשפר את התמודדותם עם מתח נפשי על ידי הגברת המודעות שלהם להתבטאויות הגופניות, הרגשיות והשכליות של המתח

¹ דרגת מאמץ שבה מזיעים והדופק עולה, אך עדיין אפשר לשוחח; למשל, הליכה מהירה, גינון, עבודות בית שונות.

פו). לפי ההשקעה כך תימצא התועלת: "מצאתי נחת, ועתה אוכל מטובתי".

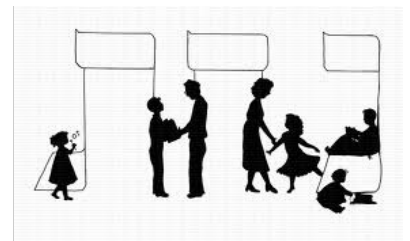
אוי לו לאותו ינוקא שלא יביא נחת-רוח להוריו, הוא ודאי ירגיש את נחת זרועם.

עד עתה ראינו רק את הילדים המצופים להביא נחת-רוח להוריהם. אבל בקשר בין ילדים והוריהם, קיים גם הצד שלנו - ההורים. כיצד ניצור אנחנו נחת רוח לילדינו?

התשובה – על ידי הקלה. כלומר, להכיר בייחודיותו של כל ילד. פחות ביקורת ויותר הערכה.

לא קיימת תבנית אחת במשפחה, יש תבניות רבות ומגוונות. גם החומר הניצק לתבניות הינו שונה ומגוון.

יש בו מן הבסיס המשותף, אבל בתוצאה יש גוונים, ואלו המייחדים כל משפחה.



כדי לעזור לנו ביצירת נחת-רוח הורית, כדאי לנו לאמץ את תפילתו של רבי אלימלך מליז'נסק. אומרים כי אמירת תפילה זו ביום הזיכרון למותו, כא באדר, יש בה סגולה לילודה.

רבים הם המסעות המאורגנים מן הארץ לפולין, כדי להימצא בתאריך זה לתפילה ליד קברו, כסגולה להיפקד בוולד. קיימת דוגמה חיה כאן בעיר רחובות לשלישיה שנולדה לאחר תפילת האב על קברו של רבי אלימלך.

יש בתפילה זו סגולה ודרך להתייחסות לאדם האחר. שלא נרצה שיהיה בדיוק העתק מושלם

שלנו, אלא שנכיר את מיוחדותו הוא, כממשיכנו ושיפורנו על ידי הקב"ה.

"אדרבה תן בלבנו שנראה כל אחד מעלות חברינו ולא חסרונם. ושנדבר כל אחד את חברו בדרך הישר והרצוי לפניך, ואל יעלה בלבנו שום שנאה מאחד על חברו חלילה.

ותחזק אותנו באהבה אליך כאשר גלוי וידוע לפניך. שיהא הכול נחת רוח אליך. אמון כן יהי רצון." זה הוא סופה של תפילה ארוכה אשר חיבר רבי אלימלך, כהכנה לתפילת שחרית.

"אשרי מי שגדל בתורה ועמלו בתורה ועושה נחת-רוח ליוצרו" (מסכתות קטנות).

בהמשך החיים מקבלת נחת-הרוח ושביעות הרצון פן נוסף, משבצת נוספת. רבים מאיתנו מצויים כבר במשפחה מורחבת. נהיינו ב"ה לחותנים וחוננות, חמים וחמיות.

מצב מורכב ועדין, בין כלה לחמותה. צריך לתת לזמן לעגל פינות. הברכה מקבלת כיוון נוסף: "שיירו הילדים נחת מאיתנו".

כאשר הכלה מסננת בין שיניה: "אמא שלך...", כדאי לייעץ לה בנחת-רוח את העצה הבאה: "פתחי

בבקשה כלה יקרה את אלבום התמונות, ושם תזכי לראות את הזכות הגדולה ביותר של חמותך – היא ילדה עבורך את הבעל המדהים שאיתו התחתנת באהבה גדולה. היא עזרה לקב"ה ליצור לך את הזיווג מן השמים שקיבלת".

כאן יעלו בדל חיוך על שפתותיך וקצת שליחה בליבך.

כאשר אנו מחתנים את ילדינו בשמחה עצומה, פתאום מתגנב

החשש ללבנו, האם אני הופכת היום להיות חמות לכלתי החדשה? האם אני כמו חמותי, שהתייחסתי אליה וחשבתי עליה כך וכך...?

אני מביאה בפניכם את תפילת החמות אשר חיברה שולמית אייזנבך לפני חתונת בנה הבכור. תפילה זו שגורה גם בפיה של חברתי אשר זכתה ב-4 כלות לארבעת בניה, ועולם "כלה-חמות" המורכב מאד טובב ועוטף את חייה. זהו רגע משמעותי שבו ניתן לזכות בבת, או לאבד בן. תפילה לנחת הדדית.

תפילת החמות

שולמית אייזנבך

ה' בּוֹרָא הָעוֹלָם,
מְלַפְּנֵיךְ אֵין נַעֲלָם.
בְּחֵן בְּלִיּוֹתֵי וְלִבִּי,
שִׁים רוּחַ טוֹבָה בְּקַרְבִּי.
תֵּן חֵינֵי בְּעֵינֵי הַתְּנִי וּבְנוֹתֵי,
וְחֶסֶד לְפָנַי בְּנֵי וְכִלּוֹתֵי.
שְׁלֵא אַרְאָה בָּם כָּל נִגְעִים,
שְׁלֵא אֲשַׁמַּע דְּבָרִים רָעִים.
שְׁלֵא תִהְיֶה עֵינֵי בָּם צָרָה,
שְׁלֵא תִהְיֶה יָדֵי קְצָרָה.
שְׁלֵא תַעֲוֹרֵר בִּי שְׂמִיךְ קִנְיָה,
שְׁלֵא תִמְצָא בִּי כָּל רִשְׁעָה.
שְׁאֲמַצָּאָם תְּמִיד בְּשַׁעַת טוֹבָה,
שְׁאֲשַׁפִּיעַ עֲלֵיהֶם חֵם וְאַהֲבָה.
שְׁיִזְכּוּ לְגִדּוֹל לְיָדֵיהֶם בְּשִׂמְחָה,
שְׁתִּהְיֶה פְּרָנְסָתָם מְצוּיָה בְּרוּחָה.

שִׁזְבוּ לְהַתְּפִילָה מִמְּקוֹר הַבְּרָכָה,
תַּחַת יְדֵי הַרְחֵבָה וְהַבְּרוּכָה.

שְׁאֵהֶיהָ רְאוּיָה לְחֻסֵּד הַגָּדוֹל,
שְׁאוּכַל לְהוֹדוֹת וְטוֹבָה לְגַמֵּל.
בְּךָ אֵלֶיךָ אֶבְטַח,

בְּקִשְׁתִּי לְפָנֶיךָ אֶשְׁטַח.
שְׁפֹתַי תִּבְעַנְהָ תִּפְלָה,
לִךָ נִזְרָא תְהִלָּה.

מתוך "תפילת נשים" / ד"ר עליזה לביא
ולסיום, אני מאחלת לכולנו "שיהא
הכול נחת רוח אליך, אמן כן יהי
רצון".

תן דעתך

בחירות לוועד המקומי - נקודות למחשבה

ג'רי ומרים גרינוולד

לבחירות לוועד המקומי עלינו
להצביע עבור רשימה המורכבת
מאחד או יותר חברים בעלי מצע
משותף.

חשוב ביותר שהרשימה שתיבחר
תייצג נאמנה את צרכי כל הקבוצות
במושבונו. חיוני שחברי הרשימה
יהיו אנשים אחראים ומוכשרים
בטיפול בענייני ציבור, המוכנים
לעבוד יחד לתועלת כולנו.

אכן צרכי הציבור רבים ומגוונים.

חשוב לדאוג לצרכי כל קשת

הגילים: הרחבת מעון התינוקות
מחד, ושיפור הבטיחות האישית
ותרבות הפנאי לקשישים, מאידך.
וכמובן יש להקצות תשומת לב

ראויה גם לכל שכבות הגיל ביניהם.
לדוגמה, יש לתחזק את מבני
הציבור כגון המועדונים, בתי
הכנסת, הספרייה, גני המשחקים,
המדרכות והכבישים ועוד כהנה.
צרכי המושב משתנים וגדלים עם
גדילת אוכלוסיית המושב ושינוי
ההרכב שלה. כך, לדוגמה, חשוב
כיום לדאוג לשיפור השירותים
לאוכלוסיית הילדים הגדלה בגני
הילדים. אך יש נושאים שתמיד
דרשו טיפול, אך הטיפול בהם נעשה
פחות יעיל לאורך השנים, למשל
רמת הביטחון האישי.

נושא חשוב אחר שהידרדר הוא
האחדות הפנימית. השלום הוא
בוודאי ערך חשוב בפני עצמו, אך גם
אלה המסתכלים על העולם
בעיניים תועלתניות: האם יש צורך
להזכיר שהיעדר שלום פנימי משפיע
לרעה על ערכי הנדל"ן שלנו? אם
אלה ימשיכו לרדת, מספר גדול יותר
מקרב ילדינו יוכל אמנם להרשות
לעצמו לגור כאן, אך האם ירצו
בכך??
המושב הצליח לגדול ולשגשג הודות
לערכים המשותפים ולכבוד ההדדי.
מי ייתן ונחזק את המשותף ונתייחס
בסובלנות כלפי הזולת, לטובת
קהילתנו האהובה.

כּוּ ב"ג בלוג

מה בין בחירות

ומכילה קדם צבאית?

איתי בקר

הפעם אני כותב קצת על הבחירות,
וממשיך מזה אל המכילה הקדם
צבאית שאליה הצטרפתי השנה. גם
הפעם אני כותב בעיקר לנוער,

מתוך הנחה שהמבוגרים מבינים בעצמם
את הנושא.

אחריותם של כל נער ונערה במושב,
ובכלל, להצביע בבחירות לראשות
המועצה האזורית. לא משנה למי,
העיקר להשתתף ולקחת חלק, מעצם
העובדה שיש בידינו האפשרות להשפיע
על מה שיקרה במועצה בשנים הקרובות
בצורה משמעותית כל כך. חובתנו לנצל
את האפשרות הזו, שבדרך כלל צעיר בן
17 יצטרך להשקיע הרבה יותר כדי
להשפיע באותו סדר גודל על הקורה
סביבו. מה שלא יקרה, מי שהולך
להצביע ידע שמה שיקרה במועצה
בשנים הקרובות יהיה גם קצת בזכותו.

הרבה ממה שמוביל אותי לכתוב בצורה
כזאת היה יכול להיות מושפע מהמכילה
שאליה הצטרפתי השנה. גם אם לא
הייתי חושב ככה, אני מניח שגם בחור
שמזלזל בדברים כמו הצבעה בבחירות
ובכוחו של קול אחד היה משנה את
דעתו בנושא הזה ובהרבה נושאים, אם
הוא מעביר קצת זמן במקום כמו זה
שאני מדבר עליו. בעצם, כל מקום
שעושים בו לפחות שנת הכנה או
התנדבות לפני הגיוס משפיע בצורה
משמעותית כזו או אחרת על הדעות של
כל אדם. אסביר ספציפית על מכילות
מעורבות, ואני מדגיש שלדעתי בכל
מקום, אם זו ישיבת הסדר ואם זו
מכילה דתית וכו', יש תהליך משמעותי
וטוב לא פחות, אני פשוט לא אכתוב על
מקום שאני לא מכיר מספיק טוב, אין
לי זכות לכתוב עליהם כלום.



7. מוסיפים את יתרת הבצל ואת השמנת. מבשלים עוד כ-7 דקות. אם רוצים שהמרק יהיה פרווה - לוותר על השמנת/חלב.

דברי צחוק

צקי (יצחק) שלו

גברת ניגשת למחלקת הבשר בסופר ושואלת את הקצב, "כמה עולה קילו עוף?" - "25 שקלים", עונה הקצב. "מה?" נדהמת האשה, "בסופר השכן מוכרים ב 10 שקלים!" "אז למה את לא קונה שם?" שואל הקצב. "כי אמרו שאין להם הסחורה היום", עונה האשה. "טוב", אומר הקצב. "כשייגמרו לי העופות תבואי וגם אני אמכור לך ב- 10 שקלים".

קבצן עובר במושב מדלת לדלת. "עזור לי", הוא מבקש/תובע, "כל רכושי נשרף ואני חסר כל!" "יש לך מכתב מרב שמאשר זאת?" שואל בעל הבית. "נשרף עם הבית", עונה הנוכל.

שני יהודים נפגשים ברחוב בשבת. "משה, שמעתי שהפסקת להאמין בקב"ה!" אומר החבר. "בוא נדבר על משהו אחר", אומר משה ומעביר נושא. למחרת הם נפגשים שוב. "לא ישנתי כל הלילה", אומר החבר, "אתה מאמין באלוקים או לא?" "לא!" אומר משה. החבר בהלם. "אז למה לא אמרת לי אתמול?" ענה משה: "השתגעתי בשבת!"



עוף, או בשמו השני "מרק סבתא". נכון הדבר, וגם נבדק למיטב זכרוני במחקרים שנעשו, שמרק העוף בריא מאוד ונחשב "אנטיביוטיקה" למצוננים ולחולים בוורוס השפעת. אני זוכרת גם את עצמי מרבה להכין לילדי הקטנים מרק עוף כשהיו חולים, ובאמת זה עובד. המרק שלפניכם היום הוא לא מרק עוף, אלא מרק תפוחי אדמה קטיפתי חלבי. מרק עשיר, משביע ומתאים בדיוק לעונת החורף שמיד מגיעה אלינו.



המצרכים:

1 ק"ג בצל קצוץ

6 כפות שמן

1 ק"ג תפוחי אדמה קלופים וחתוכים

6 כוסות מים

3 כפות אבקת מרק עוף פרווה

1 מכל שמנת מתוקה או חלב

מלח, פלפל

רבע כפית אגוז מוסקט

ההכנה:

1. מטגנים מחצית מהבצל עד

להשחמה. מוציאים מהסיר ושמים

בצד.

2. את יתר הבצל מטגנים עד

להזהבה, מוסיפים את תפוחי

האדמה ומטגנים קלות.

3. יוצקים מים+אבקת

מרק+תבלינים.

4. מבשלים עד שתפוחי האדמה

רכים (40 דקות).

5. מתקנים את התיבול לפי הצורך.

6. טוחנים בעזרת ממחה ידני.

המכינות המעורבות קמו כתגובה לקרע החברתי בישראל אחרי רצח רבין, במטרה לשפר את המצב החברתי בארץ. את המסלול עושים ביחד דתיים וחילוניים, בנים ובנות, שבאים מכל רחבי הארץ והקשת הפוליטית, חיים ביחד ומנהלים ביחד חיי קבוצה, כשהם מחולקים לצוותים שאחראים ומפעילים כמעט את כל מה שכוללת המכינה. מכינה מעורבת סטנדרטית כוללת לימוד לשם לימוד של נושאי יהדות, תורה, ציונות, חברה, כלכלה, היסטוריה, ביטחון ועוד; הכשרה פיזית ומנטאלית לקראת שירות הצבאי [הצבא תומך במכינות ומממן אותן, אחוז היוצאים לקצונה מכל מחזור הוא גבוה מאוד]; הכרת הארץ ויושביה; והתנדבות בקהילה הסובבת את המכינה. כל זה בא עם דגש חזק על אחריות אישית, מנהיגות ועשייה, וערכי קבוצה.

אני יכול לכתוב חוברת שלמה על מכינות קדם צבאיות, ואני במסלול הזה רק חודשיים... כל מי שמתעניין מתעניינת, או סתם סקרנים, מוזמנים לדבר איתי. גם אם זה רק לידע הכללי, זה לא פחות חשוב.

מרק לחורף

ענת שטאובר

אשה משכנתה

בחרתי הפעם לתת מתכון למרק. לפני שנים רבות כשאמרת "מרק", האסוציאציה הראשונה הייתה מרק