

דברי חכמה



אהבה כזו

עידן רייכל מילים ולחן: עידן רייכל

אהבה כזו כבר לא מוצאים
שמורים בלב שלי שנים
תמונות בין שקט בין מילים
לב שבור הופך שירים
שתיקה הופכת לה למנגינה

אהבה כזו כבר לא רואים
הולכים לאט ואוחזים ידיים
בצדי השביל כולם עוברים
אוספים שברים פיסות חיים
דמעות הופכות לשיר ומנגינה

כמו ירח מתמלא ומתרוקן
אתה קרב ומתרחק
אבל הלב שלי יוצא אליך
ושוב בורח שוב חוזר
אין יום אחד שיעבור בלי שאחשוב עליך

גיליון מס. 2655 *ט' בשבט תשפ"א *22 בינואר 2021

כפר הנשיא * עלון פנימי

עורכת: שושנה שרקי sachlav@outlook.com



65 שנה להכרזה על גרעין ה'



ג'ייסון ורג'י פרלסון

ג'ייסון: הייתי בהבונים מגיל 10 בערך והייתי די מכור לזה. הלכתי לכל מחנות הקיץ. בהתחלה שלחו אותי ואת אחי כשהיינו קטנים אמא עברה ניתוח ואבא רצה שהבית יהיה פנוי. אח"כ המשכתי. אחי לא. נקשרתי לזה. במשך השנים התחלתי להיות מדריך וגם לעשות עבודות הקמה של המחנות קיץ ואחזקה שם. מחנות הקיץ היו באנגליה. ב- 1954 היה מחנה בישראל ל-6 שבועות והצטרפתי, לקח שבוע להגיע, והיינו בארץ 4 שבועות. עשינו טיולים הלוך ושוב בכל הארץ כמעט; רביבים בנגב, עמיעד, כפר הנשיא. מאוד לא התרשמתי מכפר הנשיא. היה קיץ והיה חם והרבה זבובים ואבק. השירותים היו חור באדמה בתוך פחון. אני ושוש ס' הוזמנו לארוחת 4 אצל רודה וזה היה מה שידעתי על כפר הנשיא. לא התרשמתי.

את רג'י פגשתי בחתונה של אלק ועדנה. בלונדון. ההורים שלי ושל אלק היו חברים טובים והיינו באותו בית כנסת והזמינו אותנו לחתונה. שם פגשתי בחורה צעירה שנראית לי די מושכת ולא יצא מזה כלום, כי לא דיברנו אפילו.

התחלתי ללמוד חקלאות בלידס באנגליה, אחרי שנה ראשונה הגעתי למסקנה שזה לא יתאים לי לחקלאות בארץ והתכוונתי לבוא לארץ. ירדתי מזה. עזבתי את האוניברסיטה. כחלק מהקורס של החקלאות. הייתי צריך להיות שנה בחווה. הלכתי לעבוד בחוות ליד לידס.

משם הצטרפתי לחוות אידל פארם. הכרתי הרבה חבר'ה שם. כמה חברה שם החליטו להקים גרעין שרצה ללכת לעמיעד, אני הצטרפתי. ואח"כ באיזו אסיפה או כנס של התנועה, אלק עשה הכרזה ונהיינו גרעין ה'.

בסופ"ש אחד ראיתי את רג'י וראיתי שיש פה הזדמנות.

הגרעין יצאו לארץ ועשו הכשרה במעין צבי, שם הם החליטו בשביל כל הגרעין איפה ממשיכים. הייתה דרישה חזקה מכפר הנשיא, היו שם הרבה אנגלים והם רצו שהגרעין שלנו יצטרף אליהם. הם הבטיחו ניסים ונפלאות כשנהיה שם.. החלק הראשון של הגרעין באו לכפר הנשיא.

אני הלכתי לעבוד עם איזי בחולה/חלסה עם מוסי ועוד כמה חברים, בכותנה. הייתי שם שנה ובין היתר לימדו אותי להפעיל קטפת, בזמן קטיפה הייתי נהג קטפת. שמואל חצור שהיה אז מרכז משק אמר לי שהוא רוצה שאני אקים את הפרדס, את הדרוז. לא ידעתי מה זה פרדס, לא ידעתי מה זה דרוז, אמרתי בסדר. ואז צריך היה להביא שתילים, לארגן את הכל מחדש.

הגיע מדריך ייקה קטן שבא, וגם לא ידע כלום. אבל אמר לי תעשה את זה ואת זה ולאט לאט הפרדס צמח ואני יחד עם זה. היו לי כמה פועלים מחזור וזהו. היה לי די קשה כי לא היה לי רכב, הגעתי לפרדס בטרמפים עם אלה שנסעו לחולה ולבריכות. ואז קיבלתי טרקטור ונסעתי מכפר הנשיא לדרוז דרך השדות על מנת להגיע לעבודה. הייתי שם כ-15 שנה ואז עברתי לעבוד בבית אריזה של האשכוליות – שנתיים וחצי הייתי סגן מנהל של בית האריזה ושם עשיתי את כל העבודות והארגון.

החלטתי שמספיק עם החקלאות ונכנסתי למפעל. וזה היה אתגר, להיכנס למפעל ולעבוד עם תנור הנירוסטה. חום אימים ועבודה מסוכנת אבל עשיתי, נהייתי, ואז ביקשו ממני להיות אחראי על הפועלים, כלומר עבודה סוציאלית... עשיתי את זה כמה שנים, לא אהבתי את זה ולא רציתי לעשות את זה ובסוף זמי החליף אותי בעבודה ויצאתי ללימודים.

למדתי הנדסאי אלקטרוניקה בתל חי וסיימתי בהצלחה, על סמך זה נכנסתי והפעלתי את ההידרו. שנה ראשונה ברוס עשה והקים את המקום, ואז הוא עזב ואני המשכתי את זה. עד שיצאתי לפנסיה. – כ-10 שנים.

אם היתה לי שוב הבחירה? כן. הייתי חוזר על המסלול הזה. סה"כ נהייתי מהעבודות השונות שהיו מאתגרות וחשבתי שאני הצלחתי. היו לנו ויש לנו חברים טובים. טוב לנו כאן.

רג'י

ראיתי את ג'יי בפעם הראשונה בחתונה של עדנה ואלק. אני וחברות אבל הסתובבנו שם ואמרנו למה שלא נלך לחתונה, אמנם לא הוזמנו, אבל אף אחד לא יגיד לנו לצאת. אלק ועדנה היו המדריכים שלנו. במקרה ראיתי אותו (את ג'ייסון) ליד הבר, אבל לא העזתי לדבר איתו. הוא היה יפה אבל יפה מידי בשבילי. בלונדון לא היו בחורים יפים. פחדתי ממנו אז לא דיברתי איתו. היית בת 18 בערך. אני הצטרפתי לחווה כשהוא כבר היה סטודנט ולא היה בחווה. הייתי בחווה עם אסטל, יוהנה, קולין, עשיתי מחנה קיץ בישראל וגם היינו בכפר הנשיא. שזה לא הרשים אותנו בכלל. זה היה בקיץ - 1955. הלכנו לארוחת 4 אצל זמי ושוש והילדים. היה מאוד נחמד. כפר הנשיא היה חור נורא. החליטו שאנחנו נעלה לכפר הנשיא, ובגלל שזה חור ובגלל שהם היו במצב מאוד נואש.

באותו סופ"ש שביקרתי בחווה גם ג'יי ירד לסופ"ש מלידס. היה לי שם חבר בחווה. אבל הוא נרדם ליד המדורה. אני גרתי בבית קטן. ג'יי אמר בואי אני אקח אותך לשם.

אמרתי "לא, אני אחכה לארתור". אז הוא אמר: אבל הוא ישן. נו בואי, הוא היה מאוד עקשן. הוא נראה ממש חנון, אבל הוא היה מאוד החלטי.

כשישבתי על המיטה שלי, הוא התיישב לידי ושם את היד שלו על הכתף שלי, אף אחד לא עשה את זה אף פעם. התסכלנו ביחד בספר 'משפחת האדם'.

אני לא הצטרפתי לגרעין. היינו במחנות יחד והיינו חברים, ואז התחתנו. היינו אמורים לעבוד במחנות קיץ, אבל נכנסתי להריון מיד אחרי החתונה. רצינו שיהיה לנו ילד צבר, ואני הייתי צריכה להצטרף לגרעין כדי להיות חלק מהעלייה. בנינו ארגז גדול בשביל כל החפצים שלנו. זה נשלח ע"י החלוץ באנגליה, באוניה. לכפר הנשיא הגענו אחרי שבוע בים וביבשה. אלפי נתן בא לקחת אותנו עם המשאית להביא אותו לכפר הנשיא. אני ישבתי מקדימה יחד עם שולמית והיינו קבוצה די גדולה ג'וני, שולמית, פול, אלן, שוש וריי, טרי פלוצקי ורפי פרנק שהיה בן חצי שנה. ואנחנו הצטרפנו לאלפי נתן הוא היה מאוד יפה וצעיר.

זה היה באפריל, דוט חיכתה לנו ליד המקלחת הציבורית והלכנו לאיזה צריף עלוב עם מיטת ברזל, ארגז של תנובה. ברז בחוץ על המדרכה, מקלחות ושירותים במרחק הליכה די ארוכה.

למחרת כולנו הינו צריכים להיפגש עם אריק ארנברג שהיה המזכיר, והוא הסביר לנו לאן הגענו. אני ישנתי עדיין וכשקמתי ג'יי לא היה שם. התחלתי להסתובב.. מצאתי את הצריף הגדול שהיה חדר האוכל. גוסטי הייתה שם, היא שאלה אותי מי אני ולא ידעתי איך להסביר היא נתנה לי קערה עם לבן ואמרה לי: זו ארוחת הבוקר. אף פעם לא ראיתי לבן בחיים שלי. ולא רחוק משם היה צריף המזכירות. אריק היה מאוד נחמד אלינו. ככה הצטרפנו לכפר הנשיא.

התחלנו לעבוד בפעוטון של מיכל המאירי. הייתי כבר בחודש שישי והיא לא ידעה להגיד לי מה לעשות. אז היא נתנה לי דלי וסמרטוט ואמרה לי תנקי את הפאנלים. אף פעם לא עשיתי דבר כזה. אח"כ לנקות את השולחנות ולהפוך את הכיסאות על השולחן. אחרי זה הכניסו אותי לגן שקד, והשאירו אותי מ-1 עד 3 כי המטפלות כולן הלכו להפסקה. השאירו אותי להשגיח על הילדים. לא ידעתי מילה בעברית ואמרו לי תגידי **שקט** ו**להסתובב לקיר**. אלו היו המילים הראשונות שידעתי לומר בעברית. אחרי זה למדתי להגיד **שב** במקלחת.

במבט לאחור היו תקופות שאני חושבת שהיה נחמד אם הייתי יכולה לבחור את הבגדים של הילדים שלי. לעשות משהו עם הילדים מלבד שעתיים. בהתחלה היתה לינה משותפת, זה היה לי מאוד קשה. אחרי הלינה המשותפת יצאתי ללמוד והייתי מורה למלאכה וזה היה מאוד כיף. לא אהבתי לעבוד בפעוטון.

בטח שהייתי מתחתנת איתו שוב. אז לא, עכשיו כן.



כעבור כמה שנים... תמונה שמצאתי, של חלק מחברי גרעין ה'

מימין: שולמית וג'וני, מוניקה ואלן ברזיל, רג'י וג'ייסון פרלסון, קרול ופול בילגורי.
תמיד חברים, תמיד צוחקים ושמחים, בביחד שלהם.

חג שמח לגרעין ה'.



כתב הרב שרלו: מומלץ מאוד לקרוא ועד הסוף

"90% זה אותו הדבר" – על התחושה שאנחנו ברגעים האחרונים של הקורונה – סיפור:

"זבובי" היה נהג נגמ"ש שסופח לפלוגה שפקדתי עליה במלחמת שלום הגליל. שמו כמובן היה זבולון, ואני מקפיד מאוד שלא להיות מכנה שם לחברי, אבל הפעם הראשונה שקראתי לו "זבולון" הייתם גם הפעם האחרונה – שכן הוא התעקש שלא יקראו לו בשם הזה אלא בכינויו החביב "זבובי". נהג נגמ"ש מעולה. ותיק ותיק.

מצאתי את עצמי מפקד על פלוגה בשולי קרב סולטן יעקב. למעשה הייתי סגן מפקד הפלוגה, אולם כיוון שמפקד הפלוגה היה ביפן עם פרוץ המלחמה – קבלתי את הפיקוד עליה ללא ניסיון קודם, ואף ללא אימון כמפקד פלוגה. עשיתי כמיטב יכולתי. אבל מול "זבובי" לא יכולתי לעשות הרבה. צריך להבין שהוא היה ותיק מאוד, מילואימניק כבר במלחמת ששת הימים, וטרח גם להפגין את העובדה שהוא יודע יותר מכולם. כמעט לאורך כל השבוע הראשון של הלחימה הוא נהג את הנגמ"ש הטכני (שנמצא אמנם בקו השני – ולא בקו העמדות ממש, אבל גם שם מסוכן) עם מדפים פתוחים וראש בחוץ. כל פעם שראיתי אותו עושה כך ניסיתי לפקוד, לשכנע, להתווכח, לתבוע, להתחנן כי יכניס את הראש לתא ולא יסתכן, אולם הוא לא הגיב, המשיך כך, ואף טען כי סכנת ההתהפכות גדולה יותר מסכנת הפגיעה בו, ועל כן הוא נוהג עם ראש בחוץ.

הפסקת האש בינינו ובין הסורים הוכרזה לאחר קרב סולטן יעקב שהתנהלה בלילה שבין חמישי לשישי, ונקבע כי היא תתחיל ביום שישי, בשעה 12:00. ב 11:40 התחלתי לכנס את כל הפלוגה בתחושה שהכל נגמר, אפשר לרדת מהטנקים, בהתארגנות לקראת חיפוש הנעדרים, באיסוף שבויים וכדו'. מבט חטוף לכיוון הנגמ"ש הטכני – הפתיע אותי מאוד מאוד: "זבובי" לבש שכפ"ץ, סגר מדפים, והנגמ"ש נמצא מאחורי תלולית בעמדת הגנה מובהקת. ממש מתחבא.

כאן לא יכולתי להתאפק – וצעקתי לו: כל המלחמה כולה היית עם ראש בחוץ, ועכשיו אתה נכנס ?

ולעיני הפלוגה כולה הוא השיב לי, "כבוד המ"פ, ילד, תשמע. תכניס את כולם לתאים. בדקות האחרונות לפני הפסקת האש – הם יירו את כל התחמושת שנותרה להם. עכשיו זה הכי מסוכן. יותר מכל המלחמה כולה. אתם הולכים לחטוף".

בלי שום שיקולי כבוד הוריתי לכולם מיד לחזור לתאים, להיכנס לטנקים ולנגמשי"ם, שכפצי"ם וכדו'. אולי הוא צודק. ואכן,

בעשר הדקות הבאות חטפנו התקפת קטיושות איומה, שרובה נפלה מסביב לתאג"ד (תחנת איסוף גדודים של פצועים). היו הרבה נפגעים. מהפלוגה שלי לא נפגע איש. ב"ה, ותודה לשליח – "זבובי". זו הפעם הראשונה ששמעתי את השריקות הנוראיות של הקטיושות לפני שהן מתפוצצות ברעש שאינו קטן פחות.

וב 12:00 השתררה דממה. ואז התחלנו לשמוע את זעקות הפצועים. בעיקר מרסיסים. ואז ירדנו מהתאים והתחלנו לפנות אותם. ובפלוגה שלי לא נפגע איש.

ומאז אני רגיש לעשר הדקות האחרונות. לסוף.

כשגרנו בגולן למדתי כי רוב תאונות הדרכים בדרכים הארוכות לגולן מתרחשות ממש עשר דקות מהבית. העירנות פוחתת. התחושה שהכל נגמר מתגברת. והסכנה עצומה.

אני מספר את הסיפור הזה כי אנחנו חיים בתחושה שאנחנו בסוף הקורונה. ספק אם זה בכלל נכון, אבל התחושה קיימת. העירנות פוחתת. האמון בשלטון קרס כבר מזמן. אנחנו בפייק-סגר. החיסונים מתעצמים. הכל נכון. רק שיש גורם אחד שלא יודע עדיין את כל זה: וירוס הקורונה. הוא לא מתרגש מכל הנתונים האלה. הוא מכה, ובחזקה. הוא אמנם "לא יורה את כל מה שנשאר לו", כי אלו מינוחים שאינם רלוונטיים לוויורסים. אולם אנחנו איבדנו את האחריות ואת הרגישות. כמה כואב להיות חולה ולמות דווקא כשנפתח האופק להתגברות על הווירוס.

אנא.

ואי אפשר להפסיק לפני סוף הסיפור:

עם פרוץ הפסקת האש הייתי עסוק באינטנסיביות בפינוי פצועים לתאג"ד. לאחר עבודה קשה, התיישבתי לנוח בתוך התאג"ד, כדי לראות במה אני יכול לעזור, והבחנתי בשני הרופאים שעבדו קשה מאוד, וחילקו את העבודה ביניהם: רופא אחד עסק בפצעים פנימיים, ורופא אחר בטיפול בהיבטים אורתופדיים שלהם (הוא היה מה שמוגדר רופא ב' של התאג"ד).

גם הם ישבו רגע לנוח. התחלנו לדבר, ושאלתי אותו מאיפה הוא ומה הוא עושה באזרחות.

- אתה לא באמת רוצה לדעת.
- אם אני שואל, אני כן רוצה לדעת, האם אתה עושה משהו לא חוקי ?
- לא, לא, אבל אתה באמת לא רוצה לדעת.

- האם אתה גניקולוג שמצא עצמו בשדה קרב ?
 - לא, לא, אבל אתה באמת לא רוצה לדעת.
 - נו....
 - אני.... וטרינר !
 - !!!?? וטרינר מטפל בחיילים הפצועים של החטיבה שלנו ?!
 - כן, אל תדאג, 90% זה אותו הדבר !
- גם זה משפט שאני לוקח לחיים. אנחנו ובעלי החיים 90% זה אותו הדבר....
אבל יש לנו גם 10%....

***** הרב יובל שָרְלוֹ** (נולד ב-ז' טבת תשי"ח 30 בדצמבר 1957)
הוא ראש ישיבת אורות שאול. הרב שרלו עוסק במגוון תחומים,
דוגמת פובליציסטיקה, אתיקה ופוליטיקה; הוא חבר בארגון רבני צהר ובפורום
תקנה. במסגרת עיסוקו באתיקה רפואית הוא מכהן בוועדות שונות של משרד
הבריאות וכראש הדסק לאתיקה ודתות במרכז לאתיקה בירושלים



אֲנָשִׁים שׁוֹאֲלִים אוֹתִי:

"מַאיֶפָה הַשְּׂמַחַת חַיִּים תְּגִידִי לִי??"

אֲז אֲנִי עוֹנָה: " מַאיֶפָה הַעֲצָבוֹת תְּגִידִי לִי?? " הַכֹּל עֲנִיין שֶׁל בְּחִירָה.

כְּשֶׁאַתָּה רוֹאָה בְּעֵינַי - אֲנִי רוֹאָה פְּתָרוֹן. כְּשֶׁאַתָּה רוֹאָה קוֹשֵׁי - אֲנִי רוֹאָה אֶתְגֵּר.
כְּשֶׁאַתָּה רוֹאָה אֶכְזָבָה - אֲנִי רוֹאָה שִׁיעוּר. כְּשֶׁאַתָּה אוֹמֵר "מִקְסִימוֹם נִכְשֵׁל" - אֲנִי
אוֹמֵר מִקְסִימוֹם נִצְלִיחַ".



על דא ועל הא / מעט: תמר וולפין

• קופת חולים היא שלנו!

ראש הממשלה מתהדר בנוצות לא שלו. נכון, אמנם, שהוא הצליח להסדיר את אספקת החיסונים מחברתו פייזר ומודרנה (ועוד מעט גם אדבר על "ההישג הגדול הזה של ביבי"), וערב אחרי ערב אנחנו שומעים רק "אני, אני ואני", אבל האמת היא אחרת לגמרי.

ההישג הגדול של מבצע החיסונים הוא בראשונה של קופות החולים. פייזר חתמה על ההסכם עם ישראל, לא רק כי אנחנו משלמים פי שלושה ממדינות אחרות, עבור כל מנת חיסון, אבל, בעיקר, כי ההסכם כולל נגישות למידע שיצטבר אצל קופות החולים, ויעמוד לרשות פייזר לצרכי מחקר, שהוא תנאי חשוב בהשגת האישור הקבוע של ה-FDA. ההסכם הזה, לפי הבנתי, הוא ראוי, ואינו פוגע בפרטיות של לקוחות קופות החולים.

אכן, ההישג הגדול של מבצע החיסונים הוא ההישג של קופות החולים, אשר מנהלות את המבצע באופן מעורר אופטימיות לגבי ההתנהלות האפשרית של המדינה שלנו.

קופות החולים, אינן נחלתו של ביבי, גם לא של הליכוד /או של הימין בישראל. להיפך! קופת חולים היא המצאתה של תנועת העבודה. קופת חולים של העובדים העבריים בארץ ישראל (כך היא נקראה אז) הוקמה ביזמתו של ברל כצנלסון בשנת 1911, תשע שנים לפני שקמה ההסתדרות.

באותם הימים חיו כאן בארץ ישראל מאות ואולי אלפי פועלים, שעלו עם העלייה השנייה, והם סבלו מרעב וממחלות. האיכרים במושבות לא רצו להעסיק אותם כי הפועלים הערביים היו טובים יותר וזולים יותר, והסיפור ידוע. בעיית הרפואה הייתה בעייה קריטית, כי רופאים ותרופות לא היו זמינים ועלו ממון רב. ברל כצנלסון הגה את הרעיון של התארגנות הפועלים להקמת קופה, ממש קופה משותפת, שכל פועל יתרום לטובתה יום עבודה אחד בחודש, ובתמורה יזכה לטיפול ולתרופות. וכך היה. במשך השנים היו התפתחויות חשובות בתחום: קופת חולים זאת הקימה מרפאות בכל הקיבוצים והיישובים שבהם היו חבריה. והרפואה הייתה נגישה גם מבחינת המרחק וגם מבחינת העלויות. בהמשך נבנו גם בתי חולים (בית חולים העמק, למשל, שירת את כל הקיבוצים בסביבה שסבלו ממחלות מעיים ומקדחת).

רק בשנת 1920 כשקמה ההסתדרות הכללית, נכנסו ארגוני העזרה ההדדית תחת כנפיה, וכל מי שהיה חבר הסתדרות נהנה משירותי קופת חולים.

רבים זוכרים את הפנקס האדום שהיה לכל חבר הסתדרות ואת הבולים שהיו מדביקים בו, כעדות על תשלום המס. להוריי היו תעודות כאלה, ובעמוד הראשון התנוססה החותמת של מזכיר ההסתדרות, דוד בן גוריון. גם לי היה פנקס כזה, ולכל החברים בכפר הנשיא.

בשנת 1933, הקימה התנועה הרביזיוניסטית הסתדרות משלה, וקופת חולים משלה (קופת חולים לאומית), ואחר כך קמו גם קופת חולים מכבי (1941) ומאוחדת.

השינוי הגדול, שאותו חולל חיים רמון בהיותו שר הבריאות, היה חוק ביטוח בריאות ממלכתי, אשר מחייב כל אזרח להיות מבוטח ביטוח בריאות באחת מקופות החולים.

קופות החולים, אמנם מתחרות זו בזו, אבל החוק קובע רגולציה ופיקוח כאלה, אשר מחייבים את הקופות לקבל מבוטחים גם בפריפריה, וגם זקנים וחולים, ומאפשר מעבר מקופה לקופה.

מה שחשוב לענייננו, הוא שקופות החולים הן הגופים הממוסדים והמאורגנים, אשר נותנים שרותי בריאות לכל אזרחי ישראל.

וכך, התארגנו הקופות באופן מעורר השראה למבצע החיסונים, וכשאנחנו היום מובילים בעולם באחוז המתחסנים, נתניהו אומר "אני ואני ואני...", אבל אלה הן קופות החולים. והראשונה, והמהפכנית הייתה שלנו, של תנועת העבודה, לפני 110 שנים.

ספרו זאת לילדיכם ולנכדיכם. יש לנו במה להתגאות!

תמר וולפין



"הלא פרוס לרעב לחמך,
ועניים מרודים תביא בית,
כי ראית עירום וכיסיתו,
ומבשרך לא תתעלם" (ישעיהו נ"ח)

על הדרך / הפינה של דודו



פני שה אובד באין רועה וחליל

אני רוצה להקדיש את המדור השבוע לשיר שכתב עודד פלד. עודד הוא משורר חילוני הכותב בשפה תנ"כית. השירים שהוא כותב בשנים האחרונות מבטאים את הטבע ששוכן מסביב לאדם. אלה שירים של צופה המתבונן אל הטבע בעיניים נדהמות. יחד עם זאת עודד מתייחס בשיריו גם לטבע האנושי ולדברים שהוא נושא עימו אל המרחב שבו הוא חי, לטוב ולרע.

עודד הניח לא מזמן על קיר הפייסבוק שלו שיר, שכתב לאחר מלחמת לבנון השנייה. השיר נכון ויציב ודבר לא השתנה, מאז ועד עצם היום הזה ועד בכלל. הוספתי לשיר עבודה שעשיתי בעקבותיו. העבודה לא בדיוק מאירת את השיר היא פשוט נמצאת לצידו כמשהו שנעשה בעקבותיו.

פנים-פנים אראה סביבי

פנים-פנים אראה סביבי
ונוגות המה, לא פני
אדם מלחמה לא ידעו
כי אם פני חרדת-שוב:
פני שה אובד באין
רועה וחליל

הו אבי שבשמים
עד מאד שחתה ארץ
איכה זנתה ממשלת זדון
לו רק אשא חן מלפניך
על מכורתי הורת אבות-
אבותי מני-קדם אבקש
כי לא יסוף צדיק מארץ
שמים ירא עבד אדני

הו אבי הן גיא צלמות לוייתי
בחשכת רפאים היית עמדי
פנים נוגות אלה ראה
אובדות בתהו ובהו
עת חשרת סופה תקרב
פרענות לבשר

לו חֶפֶת אֹר
עֲלִינוּ תִפְרֵשׁ לֹא
נִירָא רַע, מִדְּבָרִיּוֹת-
לֵבב נִחְצָה בְּנֶפֶשׁ
חֶפְצָה. וְהִיִּית
לָנוּ סֶכֶת שְׁלוֹם
שְׁחָקִים טַל יִרְעָפוּ
מַעֲיָנֵי נַחֵם רַבִּים
וְרוּחַ רַעְנָן חֲמֵלָה
וְחֶסֶד מְנַשֵּׁב

נכתב לאחר מלחמת לבנון השנייה, קיץ תשס"ו

"לצערי, במהלך מלחמת לבנון השנייה שב והתחדד בתוכי הקרע הישן, השסע שבין אהבה עזה, בלתי מתפשרת לארץ הזו, ארץ אבות-אבותינו מִשְׁמֵי-שָׁמַי' קֶדֶם, אהבת העברית העתיקה ולשון הנביאים, אהבת האדמה והטבע והנוף הגלילי, אהבת היישובים הקטנים, הכפריים, שהשתמר בהם משהו מן הארץ בה נולדתי, זו המכונה בגעגוע: 'ארץ ישראל הישנה והטובה', לבין תיעוב וזעם שאני חש זה שנים רבות ביחס לאדוֹנֵי הארץ הזו. אין זה זעם פוליטי, משם ברחתי מזמן כי מן הפוליטיקה ישועה לא תבוא, אלא זעם הבא מתוך זווית התבוננות רוחנית צרופה, כך שלא משנה כהוא-זה מי אוחז בהגה השלטון, מנהל את ענייני הארץ וחורץ גורלות בניה לחיים או למוות: מלכות רשעה היא זו, סדום ועמורה, כמאמר הפסוק: "וַיִּשְׁמַן יִשְׂרָאֵל וַיִּבְעֵט". נאמר, "הקם להורגך השכם להורגו." אמת, אבל המשכים להרוג מוטב שיעשה זאת בעיניים פקוחות. מבחינה זו, השיר "איכה" נכתב מתוך תחושה עמוקה של סיפור עקדה. השיר "פנים-פנים אראה סביבי" נכתב כמה ימים לאחר תום המלחמה. ראיתי פני אנשים סביבי והייתה בהן מזיגה של הקלת-מה וחרדה עמוקה מן הסיבוב הבא, הבלתי נמנע, כנראה, ולא ביקשתי כאן לייחל לִשְׁחַר-רוּחַ חדש."

עודד פלד, לא מזמן בבוקר...

יזכור- פני שה אובד באין רועה וחליל





גם בימים אלו, כשסגר כללי בכל הארץ, המפגש ממשיך לפעול: לתת מענה של שייכות, משמעות ועניין לגמלאי כפר הנשיא.

בהתאם להחרגות שניתנו ממשרד הרווחה ועם שמירה על ההנחיות, המפגש עובד 5 ימים בשבוע, בקפסולות קבועות של בין 8-15 משתתפים עם מספר פעילויות בכל יום, כל זאת על מנת לתת מענה, תעסוקה ומפגש לחברים.

נמשיך במערכת הפעילות הקבועה שלנו, וכלל שינתנו הקלות במשק נוסף, הרצאות מבחוח, נשלב את ההרצאות של נקודות מפגש מבית ותיקי הגליל, נטייל ועוד...

בשבוע הבא: נציין את חג ט"ו בשבט:

שולחן חג עם ניגונים, כיבוד ומארזי שי ימוקם בכניסה למפגש

ביום חמישי הבא 28/1 בשעה 11:00

נחלק מארזי שי לכלל הגמלאים של כפר הנשיא, מתנה מקהילה בקש"ר ובית ותיקי הגליל

נשמח לראותכם – כל גמלאי כפר הנשיא, הנכם מוזמנים להגיע לשמוח איתנו יחד ולאסוף את מארז השי שלכם.

שיתוף פעולה נוסף מתפתח עם ותיקי הגליל, מועדון מופ"ת ומרכז משאבים: סדנה ייחודית: "זיקנה בשישה ערוצים".

הסדנה מתבססת על מודל החוסן הרב ממדי של פרופ' מולי להד. התוכנית מאפשרת למידת התמודדות בדרך חווייתית, דינאמית ומותאמת לדיון בסוגיות איך מתמודדים? מה עוזר לי כשקשה לי? איך מחזקים את משאבי ההתמודדות של הגיל השלישי?

מנחים: מרכז משאבים

מפגש 1 - המודל הרב ממדי להתמודדות במצבי לחץ ומשבר - איך זה נראה? מה עוזר לי להתמודד?

ערוץ הגוף - מה מתאים לי בערוץ זה כדי להתמודד טוב יותר?

מפגש 2 - טיפוח עצמי: לימוד תרגילים בערוץ הרגש, כולל טכניקות לדיבוב רגשי.

הערוץ השכלי - התנסויות בעולם ההיגיון וארגון מידע. איך זה קשור אליי?

מפגש 3 - מודל בניית החוסן בקרב הגיל השלישי. איך עושים את זה?
ערוץ האמונה - התנסויות | הערוץ החברתי- כלי מיפוי לרשת החברתית שלי.

מפגש 4 - ערוץ הדמיון- תרגילים מותאמים למתן ביטוי בערוץ הדמיון
בניית מפת התמודדות על סמך המודל לכל משתתף בסדנא.

- הסדנה מתוכננת להתחיל בפברואר. 4 מפגשים אחת לשבוע. תאריכים יפורסמו בהמשך.
- הסדנה לא תשלום. אך מחוייבת בהרשמה מראש והשתתפות בארבעת המפגשים.
- השתתפות פתוחה לכל גימלאי כפר הנשיא. את ההרשמה אני מרכזת. ניתן ליצור איתי קשר בטלפון או הודעה 054-2882573

מאחלת לכולם בריאות טובה וסוף שבוע נעים.

ניפגש במפגש, שיפי



ימי הולדת



23.1 רוי בוסקילה

רג'אן קיטה

נמרוד פלמה



24.1 חוה קונריקוס

דורית נמנוב

גידי בר דוד

25.1 מופתי ליפשיץ

מלווין סימונס

28.1 יעקב דדוש

מיכאל יצחקי

ימי הולדת במסורת היהודית

**ביהדות , גיל שלוש-עשרה לנערים וגיל שתיים-עשרה לנערות
הוא הגיל שבו הנער והנערה נכנסים בעול תורה ומצוות .
הנער מציין את המאורע בהנחת תפילין , בעלייה לתורה ובחגיגת בר מצווה .בעבר**

- לא נהגו לציין את כניסת הבת למצוות בחגיגה פומבית, ולכל היותר ערכו מסיבה משפחתית או שהבת חגגה עם חברותיה. בעת החדשה החלו לערוך חגיגת בת מצווה .
בקהילות לא אורתודוקסיות הבת גם עולה לתורה.

יומן קורונה והקהילה / מיכל אשחר

26.12.2020

בשבת אחרי הצהריים התעוררתי משינה נעימה של אחרי טיול בוקר, יום לפני תחילת הסגר (עדיין הלא מהודק), עם מצב רוח טוב של אחרי טיול, וחברים, ושנ"צ, כדי לפגוש את פניו המודאגות של טל. מסתבר שבעת שישנתי התקבלה ההודעה שבננו ניר, בכיתה ד', צריך להיכנס לבידוד מכיוון שאחת המורות שלו אומתה כחולת קורונה.

הדאגה היתה לא מהמחלה, אלא מהבידוד. איך עושים את זה? עד כה חמקנו כולנו בדרך נס מבידוד – אבל היה ברור שזה יבוא מתישהו – ואחרי השוק הראשוני, אמרנו שרבים עברו את זה לפנינו ונעבור את זה גם אנחנו, בשלום. יש לנו חדר נפרד שיכול לארח כמה אנשים, עם שירותים ומקלחת ואפילו הטלויזיה היחידה בבית, כך שחשבנו שזה אפילו יהיה קל יחסית, וכדי לעשות את זה עוד יותר נעים, הגיע אבישי, שהוא חבר וגם שכן ומאותה כיתה מבודדת, להיות עם ניר בבידוד יחדיו. למחרת הצטרף אליהם אלון, גם הוא חבר מאותה כיתה. זה נשמע כמו מסיבה, אבל לא. גם כשיש תנאים פיזיים נוחים, לא קל לבודד בני 9. ההרגשה שלי כאמא שאומרת לבנה, נדבר ממרחק ורק עם מסיכות, היא שמשהו מאוד לא נורמלי ולא תקין קורה כאן. בכל זאת ניסינו לזרום עם הסיטואציה ולראות אותה כחוויה, התנסות מעניינת, ולומר תודה על כך שיש את המרחב ושרכשנו טלויזיה בסגר הראשון.

ביום ראשון לא התלבטתי אם ללכת לעבודה, כי זהו יום חופשי שלי. לקחתי את ניר לבדיקת קורונה. שנינו עם מסכות ברכב. פה ושם נשברתי והסרתי את המסכה לטובת אוויר ותחושת נורמליות. נבדקתי גם אני, על הדרך. ביום שני, לאחר התלבטות, החלטתי לנסוע לעבודה. אני אמנם פוגשת שם אנשים אך תמיד עם מסיכה ושומרים על מרחק, ואני הרי לא בבידוד. 10 דקות לפני שהגעתי לעבודה, קיבלתי טלפון מטלית – אבישי חיובי לקורונה. עשיתי אחורה פנה, וחזרתי הביתה. כמובן שאבישי ואלון הלכו לבתייהם להתבודד, וניר נשאר מבודד לבד. בצהריים גיל חזר מבית הספר וכמו כל ילדי כיתות א' עד ד' בקיבוץ אשר היו בהסעה, נכנס לבידוד. כך שמעתה היינו כל המשפחה יחדיו בבידוד. עוד דבר שקרה באותו יום הוא שניר ואני קיבלנו תשובות שליליות לקורונה מהבדיקה שעשינו אתמול.

עם כניסת משפחות רבות לבידוד, הוצפו קבוצות הווטסאפ המקומיות בהצעות סיוע למבודדות מצד חברות שנשארו חופשיות לנוע. הצעות לסיוע הגיעו גם בפרטי. התרגשנו.

ביום שלישי, טל לקח את ניר וגם את גיל לבדיקות קורונה על מנת לקצר את מנת הבידוד החדשה שכעת נקצבה לנו. גם, קיבלנו ממשפחה יקרה כאן סל של משחקים, חטיפים ומילים טובות, שיעזרו

להעביר את הבידוד. התרגשנו.

ביום רביעי, התברר שאלון קיבל תשובה חיובית לקורונה. וגם, קיבלנו מהקיבוץ "ערכת בידוד" מקסימה עם משהו מתוק. התרגשנו.

ביום רביעי אחרי הצהריים, היה לי נורא קר. נצמדתי לתנור במשך זמן רב. אבל זה נורמלי, בסוף דצמבר, ככה זה, קר. לקראת ערב, התחלתי להרגיש לא נעים בגוף, כמו כשהחום עולה. מדדתי: 37.4. השעות עברו, והחום עלה, וכאבי שרירים, וצמרמורות. כמו בשפעת. בסוף לקחתי אקמול ואז הצלחתי לישון. ביום חמישי בצהריים, הגיעה התשובה של ניר – חיובי לקורונה. בשעה טובה. גיל וטל שליליים. לקחתי עוד אקמול, ונסעתי, לבדי, לבדיקת קורונה. בערב כבר הרגשתי יותר טוב מאתמול,

ועוד דבר, קיבלנו מרק מנחם מהשכנה-החברה. התרגשנו.

הימים שישי, שבת וראשון עברו בשיפור הדרגתי אך ברור של מצבי, נהייתי מהשקט ומלקרוא דברים שהמון זמן תכננתי לקרוא. מצד שני חיכיתי בקוצר רוח לתשובת הבדיקה שלא הגיעה. וכן, היו גם שיעולים וקצת כאב ראש וגרון. לא משהו שלא עברתי לפחות פעם בחורף בכל שנה רגילה. ביום ראשון אחרי הצהריים נסעתי לעשות בדיקה נוספת, מחשש שהקודמת אבדה. הפעם כבר לא הייתי צריכה אקמול כדי לצאת לדרך, והחום גם הוא כבר ירד לגמרי. וגם, קיבלנו פשטידה, מוס שוקולד ופינוקים אפויים מעוד משפחה יקרה. וגם תפוזים שהונחו על סף דלתנו. התרגשנו.

ביום שני, כבר הרגשתי טוב, והגיעה התשובה – חיובית לקורונה.

וגם הילדים קיבלו שקית חטיפים וברכות מחברים. התרגשנו.

בלילה, טל העיר אותי כשחיפש את האקמול. הוא מרגיש לא טוב. אחרי הצהריים נסענו לבדיקת קורונה, ולקחנו גם את גיל. שייבדק שוב. וגם, ניר קיבל שקית עם פירות ושוקולדים מהקיבוץ. וגם, הביאו לנו לימונים. התרגשנו.

יכול להיות שהפינוקים הגיעו אל ביתנו לא בדיוק בסדר הזה, הימים קצת מתערבבים, ואני מקווה שלא שכחתי פינוקים נוספים. ולא הזכרתי כאן גם את כל האנשים שהביאו לנו קניות ודברים אחרים, ואת כל ההזמנות להסתייע הנוספות שקיבלנו. כל הדברים האלה היו עזרה משמעותית וממשית, ועל אף שיכולנו להסתדר, הם הקלו מאוד על ההתמודדות, וגם הרימו את מצב הרוח. הרגשנו עטופים ואהובים, תחושה ממשית של רשת ביטחון, והתמלאנו הוקרה לקהילה המדהימה שיש כאן.

סוף דבר, גם טל קיבל תשובה חיובית, וגיל נשאר שלילי לאורך כל הדרך, אפילו שלקחנו אותו לעוד בדיקה. כולנו החלמנו ושמחים להיות אחרי, וגם שרשרת ההדבקה בקיבוץ נקטעה בהצלחה. התמיכה הקהילתית העוצמתית שחווינו היא משהו שאני עדיין משתאה עליו. כל הקהילתיות הזו עשתה לי חשק לחדש את המדור "נעים להכיר". בעזרת ה', ובלי נדר, אחרי שייגמרו הגיליונות על גרעין היי היי, נתראה שוב במדור. ושנהיה בריאים.

קצת להרחיב לכם את ה

מוח קשישים

מנהל המכללה לרפואה באוניברסיטת ג'ורג' וושינגטון טוען כי מוחו של אדם קשיש הוא הרבה יותר פלסטי ממה שמקובל להאמין. בגיל זה האינטראקציה בין ההמיספירה הימנית והשמאלית של המוח הופכת להרמונית, מה שמרחיב את האפשרויות היצירתיות שלנו. לכן בקרב אנשים מעל גיל 60 תוכלו למצוא אנשים רבים שרק התחילו את פעילותם היצירתית.

כמובן, המוח כבר לא מהיר כמו שהיה בנעורים. עם זאת, הוא זוכה בגמישות. לכן, עם הגיל, אנו נוטים יותר לקבל החלטות נכונות ונחשפים פחות לרגשות שליליים. שיא הפעילות האינטלקטואלית האנושית מתרחש בגיל 70 בערך, כשהמוח מתחיל לעבוד במלוא העוצמה.

עם הזמן גדלה כמות המיאלין במוח, חומר המאפשר מעבר מהיר של אותות בין נוירונים. בשל כך, יכולות אינטלקטואליות גדלות ב-300% בהשוואה לממוצע.

ושיא הייצור הפעיל של חומר זה נופל על גיל 60-80. מעניין גם העובדה שאחרי 60 שנה, אדם יכול להשתמש בשתי חצאי כדור בו זמנית. זה מאפשר לך לפתור בעיות מורכבות הרבה יותר.

פרופסור מונצ'י אורי מאוניברסיטת מונטריאול מאמין כי מוחו של קשיש בוחר בדרך הפחות עתירת אנרגיה, מפחית מיותר ומותיר רק את האפשרויות הנכונות לפתרון הבעיה. נערך מחקר בו לקחו חלק קבוצות גיל שונות. צעירים היו מבולבלים מאוד כאשר הם עברו את המבחנים, ואילו מעל גיל 60 קיבלו את ההחלטות הנכונות.

עכשיו בואו נסתכל על המוזרויות של המוח בגיל 60-80. הם ממש ורודים.

תכונות המוח של אדם קשיש

1. הנוירונים של המוח אינם מתים, כמו שאומרים כל הסובבים אותם. החיבורים ביניהם פשוט נעלמים אם אדם לא עוסק בעבודה נפשית.
2. חוסר נעימות ושכחה מופיעים בגלל עודף מידע. לכן, אינך צריך למקד את כל חייך בדברים קטנים מיותרים.

3. החל מגיל 60, אדם בעת קבלת החלטות אינו משתמש בהמיספרה אחת בו זמנית, כמו צעירים, אלא בשניהם.

4. מסקנה: אם אדם מנהל אורח חיים בריא, זז, יש לו פעילות גופנית ריאלית ויש לו פעילות נפשית מלאה, היכולות האינטלקטואליות לא יורדות עם הגיל, אלא רק גדלות, ומגיעות לשיא ב-90-80 שנים.

אז אל תפחדו מהזקנה. השתדל לפתח אינטלקטואלית. למדו מלאכות חדשות, עשו מוזיקה, למדו לנגן על כלי נגינה, ציירו תמונות! לרקוד! להתעניין בחיים, להיפגש ולתקשר עם חברים, לתכנן תוכניות לעתיד, לטייל הכי טוב שאפשר. אל תשכח ללכת לחנויות, בתי קפה, קונצרטים. אל תנעל את עצמך לבד - זה הרסני עבור אף אחד. חי עם המחשבה: כל הדברים הטובים עוד עתידים לבוא!

🌀 מידע!

* _מחקר גדול בארצות הברית מצא כי: _*

- הגיל היצרני ביותר של אדם הוא בין 60 ל-70 שנים;
- השלב האנושי השני היצרני ביותר הוא גיל 70 עד 80 שנה;
- השלב השלישי היצרני ביותר - 50 ו-60 שנה.
- לפני כן האדם עדיין לא הגיע לשיאו.
- הגיל הממוצע של זוכי פרס נובל הוא 62;
- הגיל הממוצע של נשיאי 100 החברות הגדולות בעולם הוא 63;
- הגיל הממוצע של כמרים במאה הכנסיות הגדולות בארה"ב הוא 71;
- הגיל הממוצע של אבות הוא 76 שנים.
- זה מאשר שהשנים הטובות והפוריות ביותר של האדם הן בין 60 ל-80.
- מחקר זה פורסם על ידי צוות הרופאים והפסיכולוגים * _ בכתב העת החדש לרפואה באנגליה החדשה. * _
- הם גילו שבגיל 60 אתה מגיע לשיא הפוטנציאל הרגשי והנפשי שלך, וזה נמשך עד גיל 80.
- לכן, אם אתה בן 60, 70 או 80, אתה ברמה הטובה ביותר בחיך.
- _ * - המקור: * כתב העת לרפואה של ניו אינגלנד.
- הגש מידע זה כדי שמשפחתך וחברריך בני 60, 70 ו-80 יוכלו להיות גאים בגילם.

הביאה שושנה ש.

כי אני אוהב להיות בבית / שקד טוביס

בית! אז השבוע היינו בבית, אחרי חודש שסגרנו במכינה, אחרי תקופה עמוסה-בשיעורים, מרצים, עבודה על פרויקטים ובניית משבצות- עצרנו רגע.

אומרים שלפעמים געגוע עושה טוב לקשר? אז זה המצב שלנו. אחרי המון זמן ביחד כל אחד חזר לביתו לצבור קצת אנרגיה ולחזור למכינה מחוזק, רגוע ונחוש יותר, לעמוד בכל אתגר שיעמוד בפניו בשבועיים הבאים.

בנוסף, השבוע אנחנו חוגגים את שבוע האמצע למכינה!

כן זאת האמת, עברנו חצי מהמכינה. ואחרי תקופה ארוכה מלאת חוויות אתגרים, משברים כיף וצחוק אי אפשר שלא להרגיש תחושת משמעות, תחושה שהקדשתי שנה מהחיים שלי לדבר הנכון, הנכון עבורי.

שלמדתי להכיר את הארץ שלי טוב יותר, שלמדתי להכיר פלגים בחברה הישראלית, שלמדתי להכיר אנשים בגילי מכל הארץ, ושלמדתי להכיר את עצמי קצת טוב יותר.

שצלחתי בסיטואציות שהתמודדתי איתן בפעם הראשונה, המעבר לקיבוץ, לחיי קבוצה, היציאה מהבית של ההורים והתמודדות עם המרחק מהחממה בה גדלתי. שהנה אני צולחת עוד אתגר, ויודעת שאת פירות ההצלחה שלי אני עוד אקטוף.

אז מה אאחל לנו לחצי הנוסף שנותר לנו?

אאחל לנו ללמוד עוד על החברה הישראלית, על המורשת של העם שלנו, ללמוד להכיר אחד את השני טוב יותר, לאהוב יותר, כולנו מלאי תקווה שבקרוב יהיו משפחות מאמצות ונוכל ללמוד להכיר אתכם טוב יותר ובכך להתחבר לקיבוץ האהוב שאנחנו חיים בו כבר חמישה חודשים בעוד דרך.

מחכים ומצפים כי

"יש אנשים שתמיד מחפשים

יש אנשים שתמיד מגלים

יש אנשים שהולכים בגדול

לא מוותרים ורוצים את הכל"

אריק אינשטין- כי אני אוהב להיות בבית.

משפחת גליל עליון - שלוחת כפר הנשיא מחפשת משפחות מאמצות !!

מעוניינים להכיר את חניכי המכינה?
רוצים לארח אותם אצלכם?

 אנחנו מחפשים אתכם !

שנת 20-21 אכן שנה שונה, מאתגרת ומורכבת מאוד. למרות המצב, אנו חניכי המכינה עושים כל שביכולתנו להישמר ע"י בדיקות וצמצום יציאה מהקיבוץ. מאוד חשוב לנו לקחת חלק משמעותי בחיי הקהילה, ועל כן אנו נרתמים לכל פעילות. היינו שמחים להכיר את אותם אנשים עבורם אנו מתנדבים ולפתח עמכם קשר רציף



אז אם אתם אוהבים לארח
והייתם שמחים להכיר ולהתחבר עם חניכי המכינה
מוזמנים ליצור קשר :
גבי טנא - 0507639119



מדרשה למנהיגות
מכינה קד"צ גליל עליון

powered by
PIKTOCHART



משולחן העורכת / שושנה שרקי

