

1

יוני

תשע"ג 2013

שבת

כ"ג

סיון

יעל רגב

How to make amazing granola cookies without:

White sugar

Milk

Wheat flour

Or anything else that Yael is allergic to

Thick Quaker

2 cups of brown sugar (can always use Silan, mashed bananas)

½ cup of oil

1 cup of sesame

1 cup of coco

2 eggs

Mix all the ingredients together and make small cookies out of the dough. Put it in the oven on a low heat until the cookies are golden.

Make sure to turn them every 7 minutes so they will not burn.

Voila!

"פסימיסט רואה קושי בהזדמנות, אופטימיסט רואה את ההזדמנות בקושי."  
-וינסטון צ'רצ'יל

היום לפני 33 שנים רשת החדשות CNN מתחילה לשדר

אילן שפירא  
(אבא של נועה)

לדמיין- להסתכל מזווית אחרת,  
ובגישה חיובית, בריכוז כוחות, ובשיתוף פעולה  
עם אחרים-  
ליצור- לעשות; כולל ליפול ולקום.

"אנשים לעולם לא מתבגרים. הם פשוט לומדים איך להתנהג בציבור."  
-בריאן ווייט

היום לפני 49 שנים מוקם אש"ף

ליאור אביטל  
השפלה

ומנגד:

השפלה קטנה/ ריטה:

לכי לישון  
עזבי את זה עזבי  
כי מה יועיל לך  
את תשבי ותעלבי  
הייתה לך כוונה טובה,  
נכון, אז מה!?!  
עוד אף אחד לא מת מהשפלה קטנה

לכי לישון  
אין טעם לשחזר, זה מדכא אותך  
ובטח לא עוזר  
בנתיים תתחזקי ותאספי כוחות  
מחר כשתיזכרי, אולי יכאב פחות

לכי לישון  
ואל תחטטי  
על מה שאת בוכה  
אולי עוד תצחקי  
עכשיו הכל מוגזם ומאיים מאוד  
רק לשדים שלך, זו הזדמנות לחגוג

השפלה:

השפלה היא תחושת אי נוחות  
נפשית ובפרט תחושת פגיעה  
בכבוד, הנגרמת לאדם כתוצאה  
מיחס (אמיתי או מדומה) של  
אנשים אחרים: אליו,  
להתנהגותו או למאפיינים  
כלשהם הקשורים אליו. עוצמת  
תחושת ההשפלה קשורה  
בפער שבין הדימוי העצמי  
ותחושת הכבוד של המושפל  
שבין הדימוי העצמי ותחושת  
הכבוד של המושפל לפני ואחרי  
שהושפל. במקרים קיצוניים  
עלולה השפלה לדחוף את  
האדם לביצוע פעולות  
קיצוניות, עד כדי התאבדות.

"אשרי האיש אם בין סופה לרעם,  
פרחה הכלנית לו, ולו רק פעם."  
-נתן אלתרמן

היום לפני 7 שנים מונטנגרו הכריזה על אצמעותה ונפרדה מסרביה

בן מורג  
החלום האמריקאי

The American dream is an ethos which is the core of American daily life and culture. It is based on the principle that freedom includes the opportunity for prosperity and success, and an upward social mobility achieved through hard work, regardless of social class or circumstances of birth. It is glorified in the United States Declaration of Independence which says that "all men are created equal" and that they are "endowed by their Creator with certain inalienable Rights" including "Life, Liberty and the pursuit of Happiness.". This is how the US felt after independence from British tyranny, and it is how we live our lives today in America.

Previously it meant that everyone who worked hard enough had the ability to enjoy a prosperous life, which was symbolize by a big house and a white picket fence. However people have gone too far with the materialism. The pursuit of materials such as big televisions, cars and gadgets, has eclipsed the pursuit of happiness. The problem is once you get the objects you pursue what's next? It often leads to a point where you realize your life lacks meaning and you have been pursuing money and wealth your whole life. It's better to simply pursue happiness or another feeling you enjoy, because in the end when you get what you pursued it's a feeling not an object and thus you control how you feel. Why do I tell you guys this when it's the "American Dream" and you live in Israel. I'm telling you because American culture plays a big role not only in Israel but also world wide, and you don't realize but you are living it already.

"כי אדם אתה ואל אדם תשוב."  
-יהודה עמיחי

## בר שוהם

## סיכום שיחה עם עמיחי ראש מכינת תבור: טיפים לגיוס למכיניסט

אני חושבת שאת הטיפים האלה אנחנו צריכים לזכור בזמני אמת בצבא. ולכן... הנה הם כאן בשבילכם:

צניעות: "סתמו ת'פה", לא להגיד "הייתי במכינה" ולא להתפאר בשנה הזו. השנה הזו אמנם נתנה לנו הרבה, אבל זה לא צריך להתבטא במילים, אלא במעשים: לא לאחר, תמיד להרים את היד כשמבקשים מתנדבים, תמיד לעזור. סקרנות: למידה בכל הזדמנות. אם יש כמה דקות פנויות – הבחירה שלנו אם לנצל אותן להשלמת שעות שינה או עוד שיחת טלפון שאפילו לא תכתב בדפי הזכרון, או להשתמש בזמן היקר הזה כדי ללמוד עוד כמה פרטי ידע שיהיו הכרחיים לנו בהמשך. למשל – אני חי"רניק ויש לי זמן פנוי. אני יכול ללכת לדבר עם אחד הטנקיסטים ולהתמצא קצת יותר באמצעי ראיית הלילה של הטנק, למשל. אולי זה יעזור לי בהיתקלות בפעילות מבצעית אי פעם. או שאם אני חמ"ליסטית, אני אנצל את ההפסקה הארוכה שלי כדי ללמוד קצת יותר על מפת קוד. בסופו של דבר כל זה מוביל למקצוענות. בקורסי פיקוד בצבא ילמדו אותנו דברים מסוימים, אבל את המקצוענות האמיתית לא רוכשים בקורסים, אלא ביום יום, בלמידה העצמאית וביוזמה האישית.

טיפ מעשי: להכין TO DO LIST של "איזה מפקד אני רוצה להיות". לכתוב ולתעד את כל המקרים שבהם המפקדים גרמו לנו להרגיש טוב, גרמו לנו להרגיש שייכים, התייחסו אלינו בצורה ראויה ומכבדת. כמו כן חשוב לתעד את כל המקרים שהרגשנו התייחסות מזלזלת או רעה מצד המפקדים שלנו. כך נסיק את המסקנות ונדע איזה צירוף של התנהגויות יהפוך אותנו למפקדים הטובים ביותר.

איך שומרים על הגחלת המכיניסטית?

בשבת: להקדיש שעה אחת לדברים שהתעסקנו איתם במכינה.

בשעת ט"ש אפשר להקדיש 5 דקות ל:

סיכום היום עם עצמנו, נקודות לשיפור ולשימור.

לקרוא טקסט, פרק מספר, סיפור קצר.

ודבר אחרון ואולי החשוב ביותר: חברים.

"לא להיות שמוק": אם מישהו יוזם מפגש צריך לעשות כל מאמץ אפשרי כדי להגיע. יותר חשוב מהיזום הוא המצטרף הראשון (first follower), וגם ה-5 הראשונים שמצטרפים. אחריהם יבואו כולם.

יש לחברות משמעות הרבה יותר עמוקה מהפיקניקים וה"על האש" בשבתות. אם נשמור על קבוצה מגובשת של חברים שנפגשים למטרות "על האש" בלבד במהלך השירות הצבאי, נוכל להעלות את הקבוצה הזו ברמה באזרחות ולהקים יחד גרעין התיישבות בקיבוץ בפריפריה או ליצור ביחד את המחאה החברתית של 2030.

"מדהים מה אפשר להשיג כשלא אכפת לך מי לוקח את הקרדיט."

-הנרי טרומן

דור פרץ  
אדון שוקו

אדון שוקו  
אריק איינשטיין  
לחן: יוני רכטר  
מילים: חיה שנהב

אדון שוקו הולך לבקר  
חבר שלו, אדון שוקו אחר.  
הוא מצחצח נעליו, מסרק שעריו,  
והולך עם מקל ומגבעת.

בוקר. רוח קלה.  
והנה -  
בית ירוק, דלת אדומה,  
גלין גלין, גלין בפעמון.

"בוקר טוב, אדון שוקו."  
"בוקר טוב אדון שוקו."  
"מה נעשה?"  
"אולי נלך לבקר  
חבר שלנו,  
אדון שוקו אחר."

שני אדונים שוקולדים ברחובות צועדים,  
הולכים, זה עם זה מדברים.

בוקר. רוח קלה.  
והנה -  
בית צהוב, דלת ירוקה,  
גלין גלין, גלין בפעמון.

"לפני צהרים טוב."  
"לפני צהרים טוב."  
"מה נעשה?"  
"אולי נלך לבקר  
חבר שלנו,  
אדון שוקו אחר."

שלושה אדונים שוקולדים  
ברחובות צועדים,  
צהריים ושמש וחם.  
"אני עיף," אומר אדון שוקו.  
"אני רעב," אומר אדון שוקו.  
"אני צמא," אומר אדון שוקו.

שלושה אדונים שוקולדים  
צועדים למסעדה,  
שלושה אדונים יושבים סועדים  
סלט ומרק ופלפל ממולא.  
וכבר לא ילכו לבקר  
חבר שלהם,  
אדון שוקו אחר.

"עוד חוזר הניגון שזנחת לשווא, והדרך עודנה נפקחת לאורך"  
-נתן אלתרמן

היום לפני 57 שנה הוכרזה הקמת אוניברסיטת תל אביב

דור גרוס  
ניקולס קייג'

ניקולס קייג' (באנגלית: Nicolas Cage; נולד ב-7 בינואר 1964) הוא שחקן קולנוע אמריקני. ניקולס קים קופולה, אחיינו של במאי הקולנוע פרנסיס פורד קופולה נולד בלונג ביץ', קליפורניה. כבר בשלב מוקדם בקריירה שינה את שם משפחתו לקייג', על שם דמות הקומיקס האהובה עליו, לוק קייג', על מנת שלא להסתמך על המוניטין המשפחתי. קייג' בחר בקריירה של משחק לאחר שצפה בג'יימס דין בסרטו "קדמת עדן". ב-1976, כאשר היה בן 12, התגרשו הוריו, והוא עבר לסן פרנסיסקו עם אביו, שם בילה ולמד רבות על עולם הקולנוע מדודו פרנסיס פורד קופולה. תפקידו הראשון היה ב-1983 בסרט "בירדי". ב-1996 זכה בפרס האוסקר על תפקידו בסרט "לעזוב את לאס וגאס". קייג' ידוע בהכנות המדוקדקות שהוא עושה לפני כל תפקיד וביכולת המשחק הרב-גונית ורבת העוצמה שלו. הוא עבד עם מיטב הבמאים בהם, סקורסזה, דייוויד לינץ', קופולה ודייוויד פינצ'ר. בדצמבר 2006 הודיע קייג' בפסטיבל הסרטים הבינ"ל בבהאמה שהוא לוקח הפסקה ממשחק. הוא ניהל רומנים עם שרה ג'סיקה פרקר, אומה תורמן וכריסטינה פולטון) שממנה נולד ב-1990 (בנו ווסטון). בין 1995 ל-2001 היה נשוי לשחקנית פטרישיה ארקט. ב-2002-2004 היה נשוי לליסה מארי פרסלי, בתו של אלביס פרסלי, ומאז שנת 2005 הוא נשוי לאליס קים ממנה יש לו בן, קאל אל, שנולד באוקטובר 2005.

"אם אתה עובד רק בשביל המשכורת שלך, לא משנה כמה אפסים יש בה, אתה עדיין בתחתית סולם ההגשמה העצמית."  
-ג'ק ניקולסון

היום לפני 46 שנים הצנחנים כובשים את ירושלים העתיקה ומניפים את דגל ישראל על הר הבית

מתן עטייה  
שירי איכות: (מזמן מוביל יום...)

שירים בשפות הקודש צרפתית וספרדית אשר חלקם מופיעים  
כאן - הינם שירים הנעימים מאוד לאוזניי, ואת חלקם שמעתי  
אין ספור פעמים. השירים שלהן מציגים ניחוח אירופי אוטנטי  
וטוב.

Alain Barriere - Elle Etait Si Jolie

Jacques Brel - La Chanson des Vieux Amants

Mike Brant - Qui saura

Luis Miguel - Amarte es un placer

Luis Miguel - Historia de un amor

Los Panchos - Besame Mucho

Prince of Egypt - When You Believe (French)

Andrea Bocelli & Sarah Brightman - Time to say goodbye

Skeeter Davis - The End Of The World

Ralph McTell - Streets Of London

Don McLean - Vincent

Don McLean - If We Try

"רק בחשיכה ניתן לראות את הכוכבים."  
-מרטין לותר קינג

היום לפני 9 שנים התרחש מעבר נוגה מעל פני השמש

## תומר שביד

## שר"פ - שירותי רפואה פרטית

בואו נדמיין לרגע מצב לא נעים: אחד מקרובכם נפצע קשה או נהיה חולה במחלה קשה. כמובן שתמצו שהוא יקבל את השירות האיכותי, היעיל והמהיר ביותר: את הרופא הכי טוב בבית החולים הכי טוב וכמה שיותר מוקדם.

את הדבר הזה בדיוק מאפשר השר"פ - שירותי רפואה פרטית. השירות מאפשר לקנות בכסף שירותי רפואה טובים יותר או מהירים יותר (או גם וגם) שיעזרו ליקירכם לחזור במהירות לבריאותם ולנהל את אורח חייהם התקין. נשמע טוב. לא?

תלוי. לכל מטבע יש שני צדדים - באותה מידה אפשר לומר שמי שאין לו כסף (או אין לו מספיק כסף, כי זה דבר די יקר) מקבל שירותי רפואה פחות טובים. כן, כן, שירותי רפואה - הנובעים מהזכויות שהממשלה אמורה לספק לנו, לכולנו, ללא הבדל דת, גזע ומין. אבל, לעומת זאת, מסתבר שממשלה חושבת שהבדלים ברקע הסוציו-אקונומי הם הבדלים מספיק חשובים כדי שיהוו פרמטר למתן טיפול רפואי שונה. בכך, הממשלה בעצם מאפשרת שוני ברמת הבריאות שאזרחיה מקבלים - יש אנשים שמגיעים להם שירותי רפואה טובים יותר מאחרים, או, אם תרצו - יש אנשים שמגיעים להם שירותי רפואה פחות טובים מאנשים אחרים.

תארו לכם מצב שבו המשטרה מטפלת בכולם אבל מי שיש לו כסף יוכל להיעזר בחוקרים הכי טובים וגם שיטפלו בפנייתו קודם. למה? האם הבעיות שלו חשובות יותר מבעיותיו של אדם אחר?

נכון, רוב הרופאים שעוסקים ברפואה פרטית עוסקים גם בנוסף ברפואה ציבורית. אבל למה אנשים מסוימים יכולים לקבל את השירות הטוב ביותר ואילו אחרים צריכים להסתפק במזל? בנוסף, חלק גדול מהרופאים שעוסקים הן ברפואה ציבורית והן ברפואה פרטית משקיעים פחות מאמץ ברפואה הציבורית, ובצדק, משום שהם מקבלים שם שכר נמוך יותר על עבודתם.

לסיכום, זה נכון שצריך שיהיו שירותי רפואה טובים, יעילים ומהירים לכולם אבל זה ממש לא הגיוני שהם יהיו רק לחלק מהאנשים. הממשלה צריכה למצוא דרך שבה כולם יהנו משירותי רפואה איכותיים במידה שווה.

"האדם שרואה את העולם בגיל חמישים כמו שהוא ראה אותו בגיל עשרים בזבז שלוש שנים מחייו."  
-מוחמד עלי

## עידו לזר

## פרק ראשון- סיפור מסגרת חובק דרום

בראשית ברא אלוהים את השמיים ואת הארץ, והארץ הייתה תהו ובהו וחושך על פני נחשון. ויאמר אלוהים "יהי אור" ויהי נחשון. וכך, עם עלות השחר ביום הראשון ברא אלוהים את נחשון. חכמים תוהים בדבר משמעותה של נחשון, ומדוע איתה בא האור.

אלוהים לא נגלה אל האדם, מלבד קומץ סלבריטאים הסטוריים, ואם כן כיצד נוכל להבין מה כוונתו של אלוהים בבריאת נחשון? אך אלוהים נמצא בטבע ובכל דבר, ונוכל להבין את הנשגב באמצעות התבוננות מעמיקה בקיים. התבוננו חכמינו בעולם וראו את המוזר שבדברים – מתוך מה שהיה נראה כחושך וכאוס, צצו נקודות אור קטנות, שהלכו והתגבשו לעצם רעיון: שאי-הסדר זקוק לסדר, והסדר זקוק לכמה פראיירים שמוכנים לקחת על עצמם את ארגונו.

והרעיון הצמיח ידיים ורגליים, ואז, כאילו שהיה גידול סרטני ממאיר, החל לשלוח גרורות הרסניות אל כל פינות תבל. כל מי שקצת בקיא בדרכי הפעולה של מחלת הסרטן יודע שבשלב הזה, הכאוס והחושך היו כבר חשובים כמת. ואכן, לא נותר להם זמן רב, כפי שמתואר בהמשך סיפור הבריאה, כאשר מקים השם נביאים אשר ישאו את הלפיד של נחשון, ויפיצו את בשורתו לכל פינות העולם, מנסים לפגוע בכל תא חשוק, לעוות אותו ולגרום לו למוטציה, אם נמשיך עם מטאפורת הסרטן, כל שימשיך ויפיץ את הבשורה החדשה ללא שליטה.

וכך, כפי שנכתב בתורה "ויהי אור".

"מה שעשינו למען עצמנו בלבד, מת איתנו. מה שעשינו למען אחרים ולמען העולם - חי לנצח."  
-אלברט פוק

## עידו לזר

## פרק שני- סיפור מסגרת חובק דרום

ויהי ערב ויהי בוקר היום השני ביום השני, כך נכתב, הפריד אלוהים בין מים לשניים – אחד היה זאב הנביא, שנאמר עליו שהוא יראה לעם הסגולה את ה'נתיב' הנכון, ואת הנביא גלעד, שהיה מוכן כל כך להקרבה עצמית, עד שנאמר עליו שבמקום שהיה נושא עול לאדם אחד, היה נושא 'עול לשתיים'. עם השנים, עברה התורה הרבה גלגולים ומ'עול לשתיים' זה הפך ל'עולשתיימוס', בתקופה הביזנטית, ולאחר מכן ל'עולישטיין' בתקופה העות'מאנית, ועם הקמת המדינה הציונים שינו זאת ל'אולשטיין', שם אשר הזכיר להם את הגולה ממנה שבו. שני הנביאים הללו הצליחו יד ביד להרכיב את דמות המנהיג המושלם, לו הייתה זקוקה נחשון באותה עת.

זאב הנביא הגיע לעולם ביום בו קמה המדינה היהודית (אם כי פרשנים מודרנים אומרים כי יכול להיות שהתאריך אינו מדויק, שכן פעם היו רק 360 יום בשנה), וגורלו היה קשור בשלה לעולם ועד. השם הנחית על פדחתו את כל חכמתו האינסופית ועשהו לחכם באדם. מעטים היו האנשים שהבינו לחלוטין את כל מה שאמר – עד כדי כך הייתה נשגבת בינתו. ולכן ברא אלוהים את ה'אולשטיין', שיהווה מתווך בין זאב לעם. על גלעד הנחית השם בתבונתו הרבה את יכולת הדיבור והשכנוע. וכך, עם חכמתו של זאב וכריזמתו של גלעד, יכלו שני הנביאים יחדיו להיות המנהיג המושלם, שיביא את נחשון לידי מימוש, ויחל את מירוץ השליחים. זה שיקח את נחושן, ויפיץ אותה כדי שתהא 'אור לישראלים'.  
"וירא ה' כי טוב"

"אם אני נסיך וגם אתה נסיך, אז מי ינהג בחמורים?"

-פתגם ערבי

היום לפני 65 שנים החלה הספינה אלטלנה את דרכה מצרפת לישראל

## עידו לזר

## פרק שלישי- סיפור מסגרת חובק דרום

ויהי ערב ויהי בוקר היום השלישי.  
 וביום השלישי ברא אלוהים את הארץ. למעשה, הוא ברא אי – עליו תקום מדרשת נחשון. לאחר מכן ברא עוד אי. ראה ה' ש'פעמיים כי טוב', וכך יצא שברא שלושה איים; אי המצודה, אשר נכבש על ידי יואב שר הצבא, ונקרא על שמו. אי השדרות, שתושביו היו עושים הרע בעיני ה' ולכן הטילו עליהם מכת ברד קשה. והחשוב מכל היה האי המרכזי – שובל.  
 ועל הארץ הזו הקימו שני הנביאים את מדרשתם, אליה יבואו חניכים רבים כחול אשר על שפת הים. בשלושת האיים קמו עמים שונים, כולם נושאי משנתו של הנביא זאב, אך רק העם אשר קוממיותו הייתה באי שובל היה עם סגולה אמיתי. בעוד העמים האחרים סטו מדרך הישר והיו חוטאים להשם, רק העם אשר בשובל שימח את לב האל ולבבות הנביאים.  
 ולכן דאג וטיפח והפך ה' את שובל לארץ זבת חלב ונגררים, הארץ המובטחת. והיה מקיף אותה בגויים רבים – עם הרהט, עם העדנים, עם היחדיו, כדי שיוכל להיות עם הסגולה אשר בשובל 'אור לגויים', ולהראות להם את הנתיב הנכון על פי משנתם של חכמים.  
 ובמדרשת נחשון אשר בקיבוץ שובל תקום חברת מופת, חברה מוסרית וחרוצה, למדנית ושקדנית, סקרנית ונדיבה, לתפארת היהודים וכל עם ישראל. היה זה הרמב"ם שאמר ש"רק כאשר יגיע המשיח מבית נחשון – קיבוץ שובל, תבוא הגאולה על העם היהודי ועל כל העולם, ובית המקדש השלישי יפול מהשמיים בכדור אש ענקי" (הציטוט מעולם לא אומת).  
 והייתה שובל לארץ חמדת אבות, מלאת דשאים ירוקים וממטרות עזות. וכפי שנכתב, הביט ה' בארץ החדשה "וירא כי טוב"

"כשאתה צועק שומעים אותך, כשאתה מדבר מבינים אותך."  
 -לאפייט רון הבארד

## עידו לזר

## פרק רביעי- סיפור מסגרת חובק דרום

ויהי ערב ויהי בוקר יום רביעי  
וביום הרביעי ברא אלוהים את ארבעת המאורות: השמש, הירח, הכוכבים  
והברקו, או בשמותיהם המוכרים יותר כיום (כפי שנקראו בארמית) –  
אשר, טל, שחר ויובל.

את המאורות ברא ה' בכדי שיראו לעם את הדרך, גם כאשר העם מוצא  
את עצמו בודד וגלמוד, ללא הנביאים. המאורות היו חרוצים עד מאוד. דאג  
השם שיהיו מגוונים הם ברקע שלהם, בדעות ובאופי שלהם, כך שכל אדם  
ואדם יוכל למצוא בהם משענת על פי תכונותיו.

והיה האחד פדנט רציני, כדי להחזיר למוטב כל שה תועה שתש ואיבד את  
כוחו. והייתה השנייה נאיבית נואשת, ולא ויתרה על העם מעולם, בכדי  
שלעולם לא ירגיש אדם שהוא חסר תקנה, ותמיד ידע כי הוא יכול לשפר  
דרכיו וכי האל לא ויתר עליו. והייתה השלישית קטנטנה וזעירה, כדי  
להזכיר לעם כדרך קבע כי גם גוף קטן יכול להכיל בתוכו גדולה, אם רק  
יחפוץ בכך, ולעולם לא יחוש אדם קטן מכדי לבצע את המשימה. והיה  
הרביעי רוחני על סף ההיפי, כדי להשיב לכל אדם את המשמעות לחייו,  
אם איבד אותה היכן שהוא במהלך הדרך הקשה, בתוך כל ההתעסקות  
הזו בפרטים הקטנים.

ושם, בתוך הפרטים הקטנים, היה יושב אלוהים ורואה את העם הולך  
בדרך הישר, בזכות ארבעת המאורות שהציב להם. ואם מידי פעם היה  
סוטה העם מדרכי הנביאים, מיד היו בוהקים בחוזקה כל המאורות,  
ובאותות ומופתים היו מראים לעם כיצד ראוי לנהוג בכדי לשמור על חברת  
המופת.

החכמים אומרים שאם הנביאים היו מביאי בשורת 'נחשון', המאורות היו  
הכהנים, אשר תפקידם לשמר את הבשורה בחיי היום-יום ובקטעים הכי  
קשים.

"וירא אלוהים כי טוב"

"החכמה באה עם הגיל, אבל שמרו זאת לעצמכם."

-מארי רוך

## עידו לזר פרק חמישי- סיפור מסגרת חובק דרום

ויהי ערב ויהי בוקר יום חמישי  
ביום החמישי ברא אלוהים את הצמחים. אבל יותר חשוב מזה – הוא ברא את החיות. לא, בעצם את החוליות (במקרא הייתה שגיאת הקלדה). מסופר במסכת בבלי כי פעם העם היה מאוחד, וניסה לבנות מגדל גבוה שיגיע עד לאלוהים. ברא אלונים את החוליות, וכך פילג את העם, ומנע מהם להשלים את המלאכה. אך חכמינו מפרשים זאת כך – כדרך שפילג את העם, כך נתן לבני האדם אפשרות להגדיר את תפקידם בחברה ובתוך כך להרגיש הרבה יותר שייכים.

מטרף החוליות הייתה לייעל את תוצרת עם הסגולה למקסימום. כפי שנכתב: "אלף למטה, אלף למטה, אלף למטה, אלף למטה ואלף למטה". חז"ל מפרשים זאת כך – שעל מנת שתהא חברה תקינה, חמישית העם צריכים להיות המחנכים, צבא הלמידה, חמישית מורי הדרך, צבא הידה"א, חמישית המחוקקים, צבא האחו"ם הפאשיסטי, חמישית מפיצי האור, צבא הפטל, וחמישית שישארו בבית. אך החלוקה לצבאות השונים תהא שוויונית לחלוטין, ולעולם לא יהיה מגזר אוכלוסיה שלם מגוייס רק לצבא אחד.

ובין החוליות הייתה תחרות קשה, של רצון עז להוכיח את עצמן. אך תחרות מביאה לתפוקה גבוהה, ובאמצעות החוליות יכול היה העם גם לתקן ולשפר את עצמו, וגם להפיץ את בשורתו ולהביא לתיקון עולם. לכל צבא היה סמל – אחד המאורות, שהיה מוביל אותו. וכך לכל חוליה היה אופי שונה, דרך פעולה שונה והווי שונה. אך למרות כל זאת, כל החוליות היו פועלות על פי משנת 'נחשון', ותפקידן היה לקדם כל אחת את אחד מן הערכים החשובים עליהם סותתה המדרשה.  
"וירא אלוהים כי טוב"

"אופטימיסט הוא אדם בלי מספיק ניסיון."

-דון מרגיוס

היום לפני 71 שנים אנה פרנק החלה לכתוב את יומנה

## עידו לזר

## פרק שישי- סיפור מסגרת חובק דרום

ויהי ערב ויהי בוקר יום שישי

ויהי ביום השישי וברא השם את נזר הבריאה, פאר היצירה, פסגת הקיום – את האדם. וכי ברא אלוהים את נחשון, וברא לה מנהיגים, וברא לה ארץ, ברא לה מאורות וברא לה חוליות, אך לבסוף, נחשון קיימת רק אצל האנשים שמחזיקים בה. יהיו כאלה ודאי שיחלקו על אלוהים ויטענו שבריאת האדם לא הייתה רעיון משהו. אך בתורה, ב'נחשון', האדם הוא המרכז.

כי האדם מרכיב את החוליות, והחוליות מרכיבות את החברה, חברת נחשון, חברה למופת ואור לגויים. והאדם, חניכי נחשון, בא בצורות כה רבות שלפעמים זה נראה בלתי אפשרי. ועל האי שובל, בתוך מדרשת נחשון, קיבץ השם ישתבך שמו את האדם בכל צורה שמתקבלת על הדעת – ממש סט שלם; לאי הגיעו נקבות ומיסטר שמוקים, צדיקים וכופרים, אשכנזים ואתיופים ומזרחים, שמאלנים וימנים, אנשים שסומכים על ביבי ואנשים שלא היו משאילים לא עט, אנשים אינטליגנטיים, אנשים עם צ'ארם, אנשים ערכיים, אנשים מוכשרים.

ומתוך בליל כזה, שעל פי כל הגיון סופו היה חורבן והכחדה, יצר הקדוש ברוך הוא חברת מופת, באמצעות כל העזרים שברא בשבוע האחרון, אך בעיקר בזכות נפש האדם. אותה הנפש שהופכת את כולם לשווים, אותה הנפש שגורמת לכולם לרצות להביא לתיקון עולם. כל מה שהיה צריך זה להקים את המסגרת הנכונה לעם הסגולה הזו, ליישב אותו בארץ המובטחת, ליצור לו הנהגה והדרכה ולהכתיב לו את תפקידיו. וכעת, בשלהי השבוע הזה, נוצרה לה חברת המופת, ההגשמה המעשית של הרעיון הסרטני הזה שנקרא 'נחשון'.

"וירא אלוהים כי טוב עד מאוד"

וביום השביעי, כך נאמר, שבת אלוהים מכל מלאכה. וכך גם צווה העם. ואכן, מגיע לו. מגיעה לו קצת מנוחה, והיא גם תגיע. הפסקה קצרה מהמשימה המייאשת הזו שהוטלה עליו. ובשבת הזו יהנה קצת העם. יצא קצת מחוץ לגבולות הארץ המובטחת (הגבולות שכולם מסכימים עליהם), יתפוס קצת ראש, יכיר איזו בחורה. אבל השבת גם היא נגמרת, ומפנה מקום לתחילתו של שבוע חדש. וכשמתחיל שבוע חדש, מתחילה שוב כל המלאכה. כי בשבוע הראשון נברא נחשון, אך מאותו רגע, היא לעולם לא נפסקת. הרי הכי חשוב לזכור: "תלמוד גדול, כשתלמוד מביא לידי מעשה".

"כך הוא המין האנושי... לעיתים נראה כאילו חבל שנח לא פספס את התיבה."

-מרק טווין

היום לפני 20 שנים מור אמיר נולדה! לאיחולים: 052-8777479

## עדי קרן

שאלות שחשוב לשאול (חשבון נפש):  
מהשיעור של יובל סתיו

- 1) האם יש דבר בחיים שאם אותו אשיג אני יכול "למות בשקט" / גולת הכותרת של חיי
- 2) מה הדבר שאם אותו אשיג אהיה אדם מאושר ? / אגדיר את חיי כהצלחה
- 3) מה הדבר שמסקרן אותי לעשות? יעד
- 4) כשאני אמות מה אני ארצה שיגידו עליי?

איזה סוג חיים אני רוצה לעצמי?  
משפחה, עושר, לימוד מקצוע, לטייל בעולם, לעבוד במשהו מעניין, לעזור לאנשים, להיות אדם משפיע, חיים שקטים בלי לחצים, מוערך, בתוך מרוץ החיים או מחוץ, להגיע להישגים...

איזה אדם אני רוצה להיות?  
סקרן, עוזר, מתפקד במצבי לחץ, רגוע, שליו, כושר, שמח, ספונטני, סבלני, מקשיב, יוזם, יצרתי, משימתי, משכיל, מעמיק, מקורי, מבדיל בין עיקר לטפל, ידען, בעל דעה נחושה...

"כך הוא המין האנושי... לעיתים נראה כאילו חבל שנח לא פספס את התיבה."  
-מרק טווין

היום לפני 53 שנים הכור האטומי הראשון של ישראל החל לפעול

## ליאור אביטל המלחמה אוהבת גברים צעירים

המלחמה אוהבת גברים צעירים/ יגאל לב:  
"תפקיד זר ומוזר הוטל עלינו הוטל עלינו - לשבת כחיל מצב  
בעיירה ערבית, מוקפים שנאה בלי לשנא, מוקפים אי הבנה  
בלי להבין.

הזרות הזאת פעלה על כל אחד מאתנו באורח שונה. אנחנו,  
אנשי המילואים, ראינו בישיבתנו בעיירה תקופת מעבר שיש  
לחלוף על פניה עד השחרור. ואילו 'הסדירים', אשר ביקשו  
להלום באותו קיר מפריד, קיר של זכוכית אטומה, החוצה  
בינינו, לבין תושבי העיירה, דמו לדגים אשר הוצאו מהים אל  
אקווריום, והם חובטים את חוטמם בדופן השקוף הזה,  
המפריד בין המים ובין הכחול שמעבר לו."

"ביום השביעי לשלטוננו בעיירה כבר נכנסנו לשגרה.  
הפטרולים המשוריינים ברחובות, פגישות סתר עם מודיעים  
מקרב בני העיירה, יציאות לסריקות או למעצרים כשה"קוף"  
(מודיע מבני המקום, אשר ראשו מכוסה בשק עם חורים  
לעיניים למניעת זיהוי) נוסע איתנו, חיפושים אחרי מצבורי  
נשק, אחרי מסיתים.

**המגע היומיומי עם האוכלוסייה, פעל עלינו לאט לאט. כמעט  
שלא חשנו בשינוי שחל בנו."**

"אתה יכול לאמוד את גילך על פי מידת הכאב שאתה מרגיש כשאתה נפגש עם  
רעיון חדש."  
-ג'ון נובין

## איתי בקראי

## שShort

## Picnic Play

## Synopsis

In the last hours of the afternoon, a group of students are indulging in cold beers and home-made sandwiches whilst relaxing and listening to each other reminiscing over the last years.

## Script Extract

Rosalyn: I completely agree with you. Hey, wasn't James also planning on coming today?  
(*Slightly Disappointed*)

Matthew: I spoke with him earlier and he said he would probably come, I wonder what's holding him up?

Samantha: Give him a ring, he should have been here an hour ago (*She begins to unwrap a sandwich she had prepared earlier*).

Matthew: Good idea (*Matthew makes a phone call*). Hey are you still coming today...you sound out of breath, is something wrong? (*Puts the cellphone back in his pocket*) That's odd. He hung up.

Rosalyn: Well, did he say whether he was coming or not?

Matthew: Ya he did, he said he will be here shortly.

(*James enters the stage from the back, breathing heavily, with a slight hobble, rolling a bicycle at his side. Everyone turns to face James with surprised expressions*)

Samantha: Since when do you cycle, or do any sport for that matter?

James: (*Still trying to catch his breath*) Since I had a revelation this morning.

Matthew: Revelation?

(*Samantha, Matthew and Rosalyn are listening intently to what James has to say*)

James: Yes, I woke up this morning, on the floor as usual. When I got to the kitchen to make breakfast I realized I was...(*gently puts down his bicycle, and stares at the setting sun*) Wow, it's such a beautiful sight.

Rosalyn: (*Impatiently*) What was your revelation!?

James: Okay okay, relax, let me just catch my breath first (*enjoying the attention*).

(*He takes his time and eventually sits down next to Matthew*)

Matthew: (*Cannot handle the suspension, throws a soft punch at James*)

James: (*Taken by surprise*) Aaw!

Rosalyn: Just tell us already (*frustration clearly visible on her face*).

James: I like you (*looks at Rosalyn*) and I know my only chance with you is if I lose some weight (*smacks his belly and flashes an embarrassed smile*) So what do you say?

"מי שנותנת מתוך שמחה, נותנת הכי הרבה."

-אמא תרזה

היום לפני שנה עפרי ודנה סיימו לערוך את הספר הזה!!!

עוז ישפה  
דנידין הרואה ואינו נראה

הוא גיבור סדרת ספרים בשם זה שנכתבה על ידי שרגא גפני בשם העט און שריג. העלילה

דנידין היה ילד רגיל שגר ברחוב שמשון מס' 6 בשכונת הברושים, תל אביב. בפתיחת הספר הראשון בסדרה, שותה דנידין הצמא נוזל סגול שהניח פרופ' קתרוס לרגע על אדן החלון, והופך מאותו רגע לרואה ואינו נראה.

עלילותיו של דנידין מתארות את זווית המבט המיוחדת של מי שרואה ואינו נראה. מוקד חשוב הוא הגשמת משימות לאומיות שאין הממסד יכול לבצע עקב מגבלותיו, ולכן הממסד פונה אל הילד בעל כוחות ההיעלמות המיוחדים. בצה"ל

במהלך הספרים דנידין משתף פעולה עם הצבא בהגנה על המולדת, כשבתחלה ("דנידין בשירות הריגול") הוא בחיל המודיעין, ובהמשך ("דנידין במלחמת ששת הימים") הוא בחיל השריון. בספר "דנידין בשבי" הוא מועלה לדרגת אלוף משנה, כדי שניתן יהיה להחליפו בעסקת שבויים עם קולונל מצרי.

במהלך שרותו זכה דנידין בעיטור הגבורה ("דנידין גיבור ישראל"), בארבעה צל"שי מח"ט ("דנידין במלחמת ששת הימים") וצל"ש אלוף (מפקד חיל האוויר, "דנידין במטוס החטוף"). כמו כן הוא הרג 720 חיילים עיראקים בספר "דנידין משגע את סדאם", ומספר לא ידוע של מצרים בספר "דנידין במלחמת ששת הימים".

"החיים הם כמו ספירלה, תמיד עולים מעלה ומעלה"  
-טל זילברבג

היום לפני 35 שנים הקומיקס גארפילד מתפרסם לראשונה

רוני דביר  
שוויון הזדמנויות

האם יש דבר כזה שנקרא שוויון הזדמנויות? האם בכל חברה, לא משנה מהיכן אתה מגיע/ מה המעמד שלך/ המצב הסוציו-אקונומי שלך, תוכל להתקדם ולהתפתח ולהגיע בדיוק לאותם מקומות שיגיע בן אדם ממקום שונה, במעמד שונה ועם חשבון בנק קצת יותר מנופח?

"יש לי אבא עורך דין

יש לי אמא מורה

טלוויזיה בחדר, מס הכנסה

אנ'לא עשיתי דבר אבל יש לי הכל

ואם אני רעב אז יש לי מה לאכול."

אז אם יש לך אבא עורך דין ואמא מורה, הם סביר להניח יממנו לך יופי של השכלה וישלחו אותך למוסדות הטובים ביותר בשביל שתצליח בחיים, תתקדם, תלמד, תרוויח.

ואם אמא שלך אלכוהוליסטית ואבא שלך גנב וזאת המציאות היחידה שאתה מכיר, אז מה הסיכוי שתצליח לשבור את המעגל הזה ותגדל להיות רופא או פרוספור? או סתם בחור שעומד על הרגליים בכוחות עצמו ומפרנס את עצמו בעבודה קשה? ואם אבא שלך לא גנב ואמא שלך לא אלכוהוליסטית, אלא אמא שלך "רק" עקרת בית שמקדישה את חייה לילדים שלה ואבא שלך "רק" בחור שעובד כל יום משמרת כפולה בשביל לנסות לפרנס את משפחתו בכבוד אבל ללא הצלחה כי לא משנה כמה הוא יעבוד, אתם עדיין תחיו מתחת לקו העוני ועדיין הכל יקר לכם מידיי. החינוך של הילדים, המשכנתא, ספרי לימוד, בגדים, הקוטג'.. החיים יקרים לכם מידיי. אז מה באת הסיכויים שתצליח לשבור את המעגל הזה ושאוּלי בשבילך לא הכל בחיים יהיה יקר מידיי?..

מהאטמה גנדי, נלסון מנדלה, סטיב ג'ובס, דונלד טראמפ, 50 סנט, ג'ק לונדון,

אני לא יודעת אם המושג "שוויון הזדמנויות" באמת קיים, אבל אין לי ספק שאפשר "לשבור" את המעגל.

"תנסה. מקסימום, תצליח!"

"זה כואב שאתה מוותר לעצמך אבל זה הכי כואב שמוותרים עליך"

-יניב צ'יף

היום לפני 65 שנים האוניה אלטלנה מגיעה לחופי ישראל

רחלי בן דוד  
היום הארוך ביותר בשנה

ה – 21 ביוני הוא היום הארוך ביותר בשנה. בין התאריכים 20-23 בחודש יוני, מחצית כדור הארץ הצפוני פונה אל השמש, ונחשף לאור השמש במשך שעות ארוכות יותר בכל יממה. "היום הארוך בשנה" נקרא כך מפני שיש בו יותר שעות אור, בהשוואה לימים אחרים בשנה. כמובן שמשך היום שונה במקומות שונים במחצית הצפונית של כדור הארץ. בזמן בו בחצי הכדור הצפוני קיץ, בחצי הכדור הדרומי – במקומות כמו ארצות דרום אמריקה, אוסטרליה, ניו-זילנד ועוד, שורר חורף.

באירופה מציינים את היום כ"יום אמצע הקיץ" ואף נהגו לחגוג את יום זה מאז ימי רומא העתיקה, אז ציינו באוכל ובשתיה את פסטיבל וסטליה. בשבדיה, הנמצאת קרוב לקוטב הצפוני, ולכן שעות האור בה עשויות להגיע ל - 20 שעות ביממה, נהגו להציב עץ בכל כפר. סביב העץ רקדו, בתקווה שירד גשם, והשדות יניבו יבולים טובים. כיום, חגיגות היום הארוך ביותר בשנה הן פסטיבל חשוב ביותר. במהלכו השבדים הידועים כאנשים מאופקים בדרך כלל משתחררים, שותים שנאפס ומקיימים טקסים פגאניים, כגון ריקודים סביב עץ מקושט. בפינלנד, שאף היא מדינה צפונית מאד, היום הארוך בשנה (23-24 ביוני) הוא האירוע השנתי החשוב ביותר. פינים רבים נוסעים לבית הקיץ שממוקם בדרך כלל על שפת אגם, כדי לחגוג, להבעיר מדורות, לשחות ולשוט בסירות.

ומה אנחנו יכולים לעשות ביום הארוך ביותר בשנה? ללכת לים, לרוץ, לרקוד, ללכת להצגת תיאטרון, לאכול, לטייל, לישון וכל דבר אחר שאפשר לעשות בכל יום אחר ורגיל-רק יותר!

"הכאב הוא הזדמנות להירפא."  
-אביתר בנאי

היום לפני 9 שנים הטיסה הראשונה לחלל במימון פרטי יוצאת לדרך

ברק גייבל  
נרגילה

Turns out, I did miss the hookah's meteoric rise in popularity, particularly among college-aged kids. According to a new study by researchers at Wake Forest Baptist Medical Center, 40.3 percent of students from eight North Carolina colleges and universities reported having smoked tobacco from a hookah, while only a slightly higher percentage (46.6) said they'd ever smoked a cigarette. A surprisingly high 17.4 percent of students surveyed said they regularly use hookah pipes.

The mistaken impression, says the survey, is that smoking the flavored tobacco through a water pipe is less harmful than inhaling the acrid smoke of a cigarette. In fact, according to a 2005 World Health Organization study, because a typical hookah session lasts an hour or more (with smokers inhaling deeply), a session can be the equivalent to *smoking 100 cigarettes*. A recent *New York Times* article cited that study, which also found that hookah smoke contains tar, heavy metals and other cancer-causing chemicals, as well as a University of Florida study that points to the charcoal (which you use to heat the tobacco for the pipe) as a culprit in dangerously high carbon monoxide levels, even for people who spend time in the lounges without actually smoking. "And because hookahs are meant to be smoked communally – hoses attached to the pipe are passed from one smoker to the next – they have been linked with the spread of tuberculosis, herpes and other infections," writes the *Times'* Douglas Quenqua.

But if, as studies suggest, shisha smokers still harbor a misconception that flavored tobacco isn't harmful, is it so bad if the *Times* does do a little bit of chiding? And as for legislation against it – are you for or against?

"כך הוא המין האנושי... לעיתים נראה כאילו חבל שנוח לא פספס את התיבה."

-מרק טווין

היום לפני 55 שנים פסק הדין במשפט קסטנר מוצא אותו אשם בשיתוף פעולה

עם הנאצים

## גלעד שדמון

## המחיר של הכיבוש-סוד כמוס לפרה ולסוס

לכיבוש יש מחיר. לא רק נפשי ומוסרי-גם כלכלי. כל זה לא כולל את העלויות של הצבא. את פלוגות מג"ב, בסיסי צבא, המנהל האזרחי וכל מערכת אכיפת החוק בשטחים הכבושים.

ב40 השנים מאז '67, שפכנו בשטחים בין מאה מיליארד שקל לדולר, תקציבה השנתית של מדינת ישראל כולה, ממטולה ועד אילת. אז למה אנחנו לא יודעים אם זה בשקל או בדולר? שזה פי 4, כי זה הסוד הכי שמור במדינה, יותר מדימונה ויותר מהנוסחה של קוקה-קולה.

למה הסתירו ועדיין ממשיכים להסתיר את המידע הזה מאתנו? כדי לא לדקור את העין. כי ישראלי שהיה מגלה בזמן אמת כמה לקחו לו מהכיס או כמה קיצצו ממעונות יום כדי לממן כביש עוקף לאיתמר ז', היה יוצא לרחובות.

לכן ברמאות ובגזל, מהפה של הילדים שלנו, הם מימנו את מפעל ההתנחלויות לדיראון. על מה נשפך כמים הכסף שלנו? על כבישים עוקפים שיינתנו במתנה לפלשתינאים בעתיד. על תשתיות למים, ביוב, תאורה ואחוזות.

על משכורות ועשרות אלפי משפחות מתנחלים שמתפרנסות משירות ציבורי. כל הקב"טים, עובדי המועצות המקומיות, מזכירי ההתנחלויות והרבנים - מפעל ההתנחלויות הוא מפעל שלא מייצר כלום מלבד לאפרטהייד.

שווים יותר ושווים פחות. הגיע הזמן שנדע שהכסף שלנו, אזרחי המדינה, הוזרם למתנחלים. כולנו שילמנו מיסים באופן שווה והמתנחלים תמיד קיבלו הרבה יותר ממה שקיבלנו אנחנו. יותר מפי שניים. למה? ככה.

אני בא ושואל: למה מועצות אזריות בשטחים מקבלות 165% יותר תקציב מאשר אחיותיהן החורגות בישראל? ובעברית, הממשלה משקיעה במתנחל ממעלה אפרים 8,550 שקל בעוד שבאזרח משדה בוקר היא משקיעה 1,710 שקלים מכובדים. האם זה פייר?

חייבים להיפרד מהשטחים הכבושים. אנחנו לא זקוקים להם.

כל טיעון נגד החזרת השטחים כמו 50% ממקורות המים של ישראל נמצאים בשטחים מבוטלים מכיוון שאנו מטפילים מי ים. וכל טיעון של טילים על תל-אביב ועל כל הארץ לא רלוונטיים מכיוון שבכל מקרה טילי אויב מגיעים לכל מקום בארץ מהחרמון ועד לים סוף, בין אם הטיל יוצא משכם, טהראן, דמשק או ביירות.

"אימפריות לא נכבשות מבחוץ לפני שהן רורסות את עצמם בפנים"

-וויל דוראנט

היום לפני 21 שנים מפלגת העבודה בראשות יצחק רבין זוכה בבחירות לכנסת

ישראל

### תומר שביד ספקות

קטע שחבר שלי, יואב רמון, כתב:

איכשהו אנשים תמיד אומרים שכל בני האדם נולדו שווים, אבל אני מתקשה להאמין. הסתכלו מסביבכם, ללא ספק תוכלו להבחין בין אנשים שווים יותר ואנשים שווים פחות. לא מדובר בעניין של גזענות או בהשוואה לפי מוצא, יש בחור חזק ויפה שגם אם יש לו איזה פגם אישיותי הוא עדיין יותר טוב מהילד האוטיסט שהיה איתכם בגן ולא סבלתם אותו.

חישבו לדוגמא על זכויות האדם, כולכם יודעים לדקלם טוב מאוד "אל תרצח". אבל תענו לעצמכם בכנות, האם הייתם רוצחים בשביל מיליון דולר? ובשביל אדם אהוב? ובשביל עתיד האנושות?

תחשבו טוב מאוד על איך שאתם מגדירים את עצמכם. אם אתה קורא לעצמך יהודי, תחשוב מה זה אומר. זה אומר שאתה בעד לסקול הומואים? זה אומר שאתה מאמין שיש אלוהים בשמיים? בפעם הבאה שאתה מדבר על זה ש"כל היהודים הם משהו", תזכור את החיפאים ואת החרדים מבית שמש. אין דבר כזה לאום, אין דבר כזה דת, אין שני אנשים זהים, שלא נדבר על אומה שלמה. הכל רק בראש.

מישהו שאל אותי פעם אם אני מאמין בחזון של ג'ון לנון, "תאמין שאין מדינות, שאין דתות". אמרתי לו שאני מאמין שכל בני האדם נולדו שווים אבל שהמציאות כל כך השחיתה אותם שאם הם היו צריכים לחיות ביחד הם היו הורגים אחד את השני. בשביל זה צריך לעשות דור חדש שיוולד ברגע אחד ושכולנו נמות באותו רגע. בואו נקווה שהם לא ימצאו דרכים להבדיל את עצמם אחד מהשני.

הם בטח ימצאו.

הרי ברגע שאתה מת זה כבר לא משנה מה היה לפני זה, לא משנה אם היית חכם או טיפש, עני או עשיר, מוצלח או לא מוצלח. בסוף, רק בסוף, כל בני האדם שווים. ואם זה לא משנה מה קורה בסוף אז מה שכן משנה זה מה עשית תוך כדי, משמע, אתה צריך להיות כמה שיותר מאושר. ילד דביל שיושב כל חייו ומשחק בפלייסטייזן חי את חייו טוב ממך, כי בכך מתעוררות ספקות כשאתה קורא את זה וספקות מרחיקות את האושר.

"כל אחד חושב איך לשנות את העולם, אך איש אינו חושב איך לשנות את עצמו"

-טולסטוי

היום לפני 112 שנים התערוכה הראשונה עם יצירותיו של פיקאסו נפתחת

רועי שפיר  
גימלים

את היומית הזאת אקדיש לכם אנשי מכינה יקרים. אנו בתור אנשי מכינה אשר אמורים להיות סוכני השינוי וכו' חשוב שתהייה לנו את האפשרות בתור חיילים לצאת להפגנות ולהביע את דעתנו לכן אביא מספר שיטות להוציא גימלים כדי שנוכל לתרום כמה שיותר במחאות והפגנות שיהיו בזמן שירותינו:

ג'יפה מהשיניים: בבוקר, לפני שמצחצחים אותן, מגרדים מהשן את שכבת האמייל שהצטברה ושמים בעין- זה כבר יגרום לכם דלקת שבאמצעותה אתם אמורים להוציא גימלים, לפחות שניים.

ניילון: במקרה זה שוב מדובר בתוספת חדשה לתפריט שלכם, ההמלצה במקרה זה היא לקנות חבילת מסטיקים, להתחיל ללעוס את המסטיקים ותוך כדי לחתוך חתיכות מהניילון של העטיפה ולהוסיף אותם לעיסה שהתהוותה בחלל הפה. טיפ: יש ללעוס בצד אחד של הפה ובאותו צד להניח את המד-חום בעת המדידה.

אפר סיגריות: עוד תוספת למשקה, כל מי שיודע איך להוציא גימלים כבר מכיר את משקה ה"נס" החדש. זוהי שיטה ידועה להעלאת החום- רק להוסיף כפית אפר סיגריות לכוס מים ולערבב, לחיים!

שום: מה לא נאמר על הסגולות של השום? הוא מחזק, משפר את המערכת החיסונית, מבריא חולים. אבל הוא גם מהווה שיטה להוציא גימלים. מה שצריך לעשות במקרה זה הוא לחתוך 2-3 שיני שום ולהצמיד לעור באמצעות תחבושת או סלוטייפ רפואי. כעבור כמה שעות תקבלו כווייה/פריחה רצינית ואם זה לא יעזור לכם להוציא גימלים- ממטבחים זה יוציא אתכם בטוח.

"ממני תראו וכך תעשו"  
-השופט גדעון

היום לפני 5 שנים נחנך גשר המיתרים בירושלים

טל איתן  
נדב מילוא

נדב נולד ב-1972 בקיבוץ שדה אליהו, התגייס ב-1991 ושירת כלוחם וכקצין בגדס"ר צנחנים. הוא נהרג בקרב בדרום לבנון ב-6.7.1997. במהלך שירותו הצבאי כתב נדב דברים רבים. ב'דבר המ"פ' שכתב לחייליו בסיום המסלול שלהם, הודה להם נדב על התנדבותם לצנחנים, שהמשמעות שלה היא המשך בניית הנדבך הביטחוני, החשוב כל כך במציאות שבה חי העם היהודי במדינת ישראל. הוא אמר: "אהבת מולדת אינה מטבע שחוק, שירותכם הצבאי מוכיח זאת - זיכרו זאת תמיד." ועוד מתוך דבריו: "...הבסיס לכל חייל הוא הבן-אדם שבו! כל החינוך לערכי צנחנות נבנה על בסיס התכונות והערכים, ההופכים אותנו לאנשים טובים יותר. עוד לפני שמתחילים לחנך למקצועות, מחנכים לערכיות!! מחנכים כל אחד ואחד להיות בן-אדם טוב יותר. בצבא מיטשטשת לעתים נקודה זו, ואנו נוטים לעשות הכל כדי להיהפך לחיילים טובים יותר ושוכחים מהו העיקר. עדיף חייל גרוע על פני בן-אדם גרוע. צנחן הוא זה שהוא קודם כל אדם ורק אחר כך חייל. ערכים אנושיים תחילה ורק אחר-כך השאר. פעמים רבות חשתי כי בפלוגה לא מובנת נקודה זו דויה, ואני מקווה כי כעת ברור יותר המסר הזה, כי הוא החשוב מכולם.

"הנושא השני הוא המצוינות. היו מצוינים בכל דבר. כל פעולה שאתם מבצעים, נסו לבצעה בצורה הטובה ביותר, בדרך הקשה ביותר, שתביא אתכם לתוצאות הטובות ביותר. עשו לכם כלל שלאורו תלכו בכל אשר תפנו: היו מצוינים בכל דבר. כל פעולה שאתם מבצעים נסו לבצע בצורה הטובה ביותר, תשאפו לבצע את המוטב בצורה שבה תוכלו להביט בדמותכם במראה ולומר לעצמכם בכנות: עשינו את המקסימום. עמידה זו מול המראה היא המבחן האמיתי. רק אתה לבדך תוכל לדעת אם עשית את המוטב. לא מפקדים ולא חבריך יוכלו לדעת אם המצוינות אינה רק חלק ממך, אלא אתה עצמך."

"די עם השאלות איך להיות אדם טוב- פשוט תהייה אדם טוב"  
-פילוסוף רומי

היום לפני 45 שנים נחתמת אמנת האומות המאוחדות

## איתמר מנס "הבחנות מהחיים"

יש הרבה דברים שקורים בחברה שלנו, לפעמים על בסיס יומי, שהם קצת מוזרים ואפילו מטרידים. ובכל זאת, האנושות החליטה להתעלם מהם ובכך גם לגרום לדברים מוזרים אלה להפוך לחלק מהנורמה החברתית, מבלי שאף אחד יעצור וישאל: "למה?".

אז הנה:

-למה למכנסי פיג'מה יש כיסים? אי פעם מישהו היה צריך לשים משהו בכיס לפני השינה?

-לקבל סלסלת פירות ממשהו בדואר זה דבר נפלא ומשמח, אבל למה אם משהו יקבל בדואר כמה תפוחים בשקית וללא סלסלה, זה יחשב מוזר?

-איך זה שהפריזבי זה האובייקט היחידי שאפשר לזרוק ולפגוע בזר מוחלט בראש מבלי שהוא יתעצבן, וזה יהיה בסדר? -למה קוראים לזה "מילון כיס"? על מי הם מנסים לעבוד? - מה יעשו עוד 988 שנים עם ההמנון של מדינת ישראל עם השורה "התקווה בת שנות אלפיים"?

-למה זה מגניב ללבוש ג'קט עור, אבל זה לא מגניב ללבוש ווסט מעור? האם זה השרוולי עור שהופכים משהו למגניב?

"סוד יופיו של המדבר הוא שהוא טומן בחובו מקור מים חיים"  
-הנסיך הקטן

היום לפני 46 שנים הכספומט הראשון נפתח בלונדון

## בלייק זין

## The Sought Out Land

I have come from the wells, the caves, and the dust  
 The holy land has brought me realization of what in  
 life is a must  
 The breathless, moveless vibes reek through the  
 streets and the cracks  
 Something possibly indescribable, other than the  
 fact that my mind is back on track  
 I was lost in the world, couldn't decide which door to  
 take  
 maybe that was the problem, I had to choose before  
 it was too late  
 The truth is to just follow where you heart might take  
 you have misunderstandings, but it's the one thing  
 that is absolute  
 Simply put, many may call it fate  
 So sit back, and relax, but don't you dare let that  
 mind go to waste

"רק מי שיש לו משלו יוכל להורות דרך לאחרים"  
 -אביעזר רביצקי

היום לפני 65 שנים צה"ל נשבע אמונים למדינת ישראל

יעל רגבThe Journey, Mary Oliver

One day you finally knew  
 what you had to do, and began,  
 though the voices around you  
 kept shouting  
 their bad advice --  
 though the whole house  
 began to tremble  
 and you felt the old tug  
 at your ankles.  
 "Mend my life!"  
 each voice cried.  
 But you didn't stop.  
 You knew what you had to do,  
 though the wind pried  
 with its stiff fingers  
 at the very foundations,  
 though their melancholy  
 was terrible.

It was already late  
 enough, and a wild night,  
 and the road full of fallen  
 branches and stones.  
 But little by little,  
 as you left their voices behind,  
 the stars began to burn  
 through the sheets of clouds,  
 and there was a new voice  
 which you slowly  
 recognized as your own,  
 that kept you company  
 as you strode deeper and deeper  
 into the world,  
 determined to do  
 the only thing you could do --  
 determined to save  
 the only life you could save.

"אדם אחד מקים - קבוצה מקיימת"  
 -ארז אשל

דנה שור ועפרי יער  
 אם יוצאים מגיעים למקומות נפלאים  
 דוקטור סוס

בהצלחה!  
 הגיע היום.  
 אתה יוצא למקומות נפלאים!  
 אז שלום!

עם רגלים בנעלים,  
 עם שכל בראש-  
 תמצא את הדרך שלך,  
 אל תחשש.  
 אתה יכול ויודע,  
 מוכן ומזומן,  
 ואתה הוא זה שיחליט לאן.

אם בכלל לא תמצא  
 אף רחוב שתאהב –  
 תעזוב את העיר  
 ותצא למרחב.  
 אל שטח פתוח  
 לאוויר ולרוח.  
 שם קורים הדברים,  
 שתדע לך,  
 למטיילים עם רגליים  
 וראש כמו שלך.

כשיקרה הדבר  
 אל תפחד, אל תזיע,  
 תמשיך ותלך  
 ותראה שתגיע.

אם יוצאים,  
 מגיעים למקומות נפלאים!

תסתכל ברחבות מלפנים, מאחור,  
 יש רחוב שתחליט: "לא כדאי לי לבחור".  
 עם רגלים טובות, ועם שכל לחשוב,  
 תזהר לא ללכת ברחוב קצת לא טוב.

"על חלומות יש להיאבק, לא במלחמות הירואיות, אלא ביום המדכדך."  
 -ט. איתן

בגלל שאנחנו יודעים שאתה יודע להיות אחרון- היום ל