

רעיתון

עלון קהילת רעים
מודיעין - מכבים - רעות
והסביבה

גיליון מס' 48

א' ניסן התשפ"ה
30 במרץ 2025

יעוד קהילת רעים

קהילת רעים הינה קהילת חיים גיאוגרפית, יהודית, חילונית והומניסטית. יעוד הקהילה לחזק את תחושת השייכות ולהיות בית המאפשר מרחב ובמה לפעילויות חברתיות וקהילתיות, המקנות ערך ומשמעות לחברותיה וחבריה, תוך מחויבות לערכים חילונים דמוקרטים ברוח התרבות היהודית ישראלית.

מובילים בקהילה:

מוביל הקהילה: הרב אייל ישפה

צוות מוביל: אייל ישפה, גילה אלון, ערטל רילסקי, רון בן יעקב, נירה בן ישראל, יונתן אלתר, רותם ויצמן גזברית: ערטל.

ועדת ביקורת: רון בן יעקב, נירה בן ישראל

קבלות שבת - נירה בן ישראל

שיח רעים - אייל ישפה

צוות חגים - גילה אלון, שרה'לה אורן, הדסה זילברמן-אבירם

אתר אינטרנט - ערטל רילסקי

תכנים לאתר - נעמי סיון

עלון הקהילה - יונתן אלתר

לוגיסטיקה - גילה דגן

ערבי הרצאות - חיה ישפה

עיצוב - מיכל ישפה

מועדון קריאה - נירה בן ישראל וערטל רילסקי

"נעים להכיר" - ליאורה לינצ'בסקי, חיה ישפה וירדנה פיינמסר

מפגשים עם אומן/ית - ציפי קריזלמן

פייסבוק- יוסי וונש

קפה רעים - ערטל רילסקי, נירה בן ישראל ומיכל ישפה

פסח, ליל הסדר ויציאת מצרים א"ל יפה

המפורסמת ביותר בהיסטוריה, הלא היא הסעודה האחרונה של ישו ותלמידיו.

סיפור יציאת מצרים הפך לקאנון של כל תרבות המערב. הביטוי 'שלח את עמי', המופיע לראשונה בספר שמות, היה לסיסמתם של האפרו-אמריקאים בארצות הברית בשנות החמישים והשישים של המאה ה-20. סיפור של עם עבדים משועבד משך מאות שנים, שאלוהים בוחר לשחררו, הפך למודל שאליו הטיף ד"ר מרטין לותר קינג. גם הכומר הדרום אפריקאי, דזמונד טוטו, השתמש בסיפור יציאת מצרים לצורך המאבק באפרטהייד בארצו. לוחמי חופש בדרום אמריקה בשנות השישים של המאה העשרים השתמשו אף הם בסיפור יציאת מצרים המקראי כדוגמא ומופת למאבק שלהם במבנים החברתיים המנציחים את מעמד העניים. לא לחינם כתב הסופר היינריך היינה **ש'מאז יציאת מצרים החירות מדברת במבטא עברי'**.

ליל הסדר, כפי שאנו מכירים אותו היום, נוסד לאחר חורבן בית שני. האזכור הראשון לליל הסדר מופיע בסוף מסכת פסחים במשנה. רוב המחקרים מצביעים על הקשר בין הסימפוזיון היווני, המוכר לנו כבר מימי אפלטון, כאירוע חברתי בו אוכלים, שותים יין ומשוחחים, לבין ליל הסדר. הסימפוזיון אכן קשור בשתיית יין, אבל הוא אינו קשיח לגבי מנהג ארבעת הכוסות. לטענת פרופסור ישי רוזן-צבי המקור לארבעת הכוסות לא מגיע מהסימפוזיון. מבנה סעודת ערב שבת מכיל כוס יין לקידוש בתחילת הארוחה וכוס יין אחרי ברכת המזון בסיומה של הארוחה. במהלך ליל הסדר שותים כוס יין שנייה לפני סיומה של הארוחה ולפני ברכת המזון. זו היתה למעשה פריעה של הסדר הקיים. תפקיד הפרת הסדר היה לעורר בילדים תמיהה ולגרום להם לשאול 'מה נשתנה הלילה הזה?'

המאה העשרים מתאפיינת, בין השאר, בהתפתחות מואצת של הפמיניזם. התנועה לשחרור האשה התפתחה באופן חסר תקדים במאה הזו, אבל עדיין לא הגענו לשוויון בין המינים. כדי לסייע במאבק לשחרורן של נשים וחתיירה לשוויון מגדרי הוספנו שני אלמנטים לליל הסדר:

החודש נסב סביב השולחן בליל הסדר ונחגוג את חג הפסח. אם צריך לבחור חג אחד המייצג את העולם היהודי, חג אותו חוגגים מרבית היהודים בעולם, הלא זה חג הפסח. חג החירות, שמזכיר לנו מידי שנה את הולדתו של עם ישראל ויציאתנו מעבדות לחירות.

יש נימוקים היסטוריים וארכיאולוגיים רבים המסבירים מדוע היסטורית יציאת מצרים כפי שהיא מתוארת בתנ"ך, לא יכולה הייתה להתקיים. אם זה בשל היעדר ראיות ארכיאולוגיות להתיישבות של בני ישראל במצרים, או משום שבתקופה בה אמור היה להתרחש כביכול סיפור יציאת מצרים, מצרים שלטה גם בארץ ישראל. בנוסף, הסיפור המקראי עצמו מתייחס ליישובים שונים שתואמים למציאות של המאה השביעית לפני הספירה (זמן כתיבת הסיפור) ואינם תואמים את הזמן בו, על פי המסורת, אמור היה סיפור יציאת מצרים להתרחש.

אחד העם התייחס לנושא האמת ההיסטורית במאמרו המונומנטלי 'משה':

"לא כל אמת ארכיאולוגית היא גם אמת היסטורית. האמת ההיסטורית אינה אלא זו, שמגלה את הכוחות הפועלים בחיי החברה האנושית. כל שפעולתו בחיים ניכרת, אף אם מצד עצמו אינו אלא ציור דמיוני, הרי הוא כוח היסטורי ממשי ומציאותו היא אמת היסטורית";

ואכן, משך יותר מאלפיים וחמש מאות שנים שאנו חוזרים שנה אחר שנה על סיפור יציאת מצרים. המנהג העתיק ביותר בחג הפסח היה ככל הנראה אכילת קורבן הפסח. למעשה, בימי בית ראשון ושני המנהג היה לאכול שני סוגי קורבנות: קורבן חגיגה, קורבן צאן או בקר, שהיווה את עיקר הארוחה, וקורבן פסח, שהיה תמיד קורבן צאן והיה שמור לסיום הארוחה. מכאן המנהג של אכילה כזית מן המצה לפני הארוחה, זכר לקורבן החגיגה, ואכילה כזית מן המצה לאחר הארוחה, זכר לקורבן הפסח. הסעודה שבמרכז קורבן הפסח הייתה נהוגה בזמן קיומו של בית המקדש. זה היה הדגם של הסעודה

האחד הוא כוס מרים. מרים הנביאה היא אחת הדמויות המרגשות בסיפור יציאת מצרים. מרים נותרת מאחורי הקלעים במשך רוב הזמן, חבויה מאחורי קני הסוף. אולם, כדרכה, היא משכילה להופיע ברגע הנכון, ותמיד בהקשר של מים: בצעירותה משגיחה מרים על תיבת משה ביאור ומשכנעת את בת פרעה לקחת את אמה יוכבד כמינקת. בשעת קריעת ים סוף סוחפת מרים את נשות ישראל לשיר ומחול והודיה לה'. אך רק עם פטירתה של מרים, באמצע המסע במדבר, מתגלה לנו תרומתה העמוקה:

"כל ארבעים שנות הנדודים במדבר עמד לבני ישראל באר המים בזכות מרים. מתה מרים - בטלה הבאר, כמו שכתוב (במדבר כ א-ב): 'ותמת שם מרים... ולא היה מים לעדה'". על פי התלמוד הבבלי, מסכת תענית פרק ט עמוד א', בארה של מרים סיפק מים לבני ישראל לאורך מסעם הארוך במדבר הצחיח. אנו מוסיפים את הברכה הבאה במסגרת 'והיא שעמדה':

והיא שעמדה – חנה שור

והיא שעמדה לאבותינו ולנו – זו מרים, אחות משה. שלולא עמדה במקום שעמדה מי יודע היכן היינו כולנו היום. שלא אחד בלבד עמד עלינו לכלותינו והיא – כנגד כל הסיכויים, נערה יחידה בין קני הסוף.

בהיותנו מסובים כבני חורין על שולחן הסדר נרים כוס לחיי מרים:

- שעמדה מול אביה עמרם ומול גזרת המלך פרעה;
- שהעזה לעמוד מול אחיה כדי להגן על האישה העזובה;
- המזכירה לנו שבאר השפע הולכת לצדנו באשר נלך.

נשתה כוס מים לזכרה של מרים

"זו כוס מרים הנביאה. יהי רצון שנזכה לשתות מממי' באר מרים לרפואה ולגאולה. יהי רצון שנלמד ממרים ומכל הנשים לצאת בתופים ובמחולות אל מול הנסים של חיי היום יום ולשיר ולהודות למה שיש לנו, בכל רגע ורגע. אמן!"

מנהג נוסף שאנו מקפידים לקיים הוא **הוספת תפוז לקערת הסדר.**

אגדה אורבנית מספרת שסוזנה השל (ביתו של הרב אברהם יהושע השל) ביקשה מהרב בבית הכנסת לקרוא בתורה. הרב ענה לה שנשים תקראנה בתורה כשיהיה תפוז בקערת הסדר. לכן אנו מוסיפים תפוז לקערת הסדר. מאז התפוז הרחיב את ייעודו וכיום הוא מזכיר לנו גם את נושא השוויון בכלל, לדוגמא, שוויון הזדמנויות לקהילה הלהטב"קית.

והשנה אני מבקש לצרף את הצעתה של הרבה שלומית מאירס לליל הסדר בסיועו של הרב מני גל בניסוח הברכה:

כוס אליהו

ממלאים את כוסו של אליהו ביחד: כל משתתף שם מעט יין בכוס, מניחים בראש השולחן

נפתח את הדלת ונאחל:

שיבורכו ויבואו כל שאינם בביתם

שישובו בנים לגבולם

שיבואו לנו ימים טובים

ימים של בשורות טובות ונחמות

ושלעולם לא תגווע התקווה לתיקונו של עולם!

כשם שאנו מזכירים את השעבוד, נזכור גם את הגאולה:

נחוש את טעם האביב וההתחדשות.

נושיט יד, נעשה לשינוי,

נעזר אחד בשנייה לצאת מתחושת המיצר,

עד שנגיע לחירות, שנחוש גאולה

משלוח מנות בקהילת רעים

הפקה נורית בן-עמי

נורית ואודי הביאו להדסה ומאיר אבירם



אתי ירמיהו הביא לנירה וישראל בן ישראל



הדסה ומאיר הביאו לערסל וזאביק ריסקי



נירה וישראל הביאו לנעמי ויוסי סיון



ערסל הביאה לשוש לבנת



נעמי ויוסי הביאו לנורית בן עמי ואודי שני



שוש
הביאה
לחיה
ישפה

משלוח מנות – המשך השרשרת

רחל ויוסי הביאו לאינה קאופמן



חיה הביאה לשוש ויוסי מזרחי



שוש ויוסי הביאו לסילביה ובועז שנקר



סילביה ובועז הביאו לרחל ויוסי וונש



כל משתתפי 'שרשרת משלוח' המנות שמחו על ההזדמנות המיוחדת להכיר ולהיפגש באינטימיות

אינה הביאה לגילה דגן



גילה הביא לאקלה אקשטיין



משלוח מנות – המשך השרשרת

חודש ניסן (על פי ויקיפדיה)

שם החודש: כמו כל שמות החודשים המקובלים בלוח השנה העברי מאז ה**שיבה מגלות בבל**, שמו של החודש הובא מהתרבות הבבלית יחד עם מרכיבים תרבותיים נוספים, אשר הבולט והחשוב שבהם הוא ה**כתב העברי**, המקובל מאז ועד היום. מקור השם במילה ה**אכדית** "ניסנו", ו"משמעו **ניצן**, שפירחתו באביב, ככתוב": הניצנים נראו בארץ(שיר השירים) שמו של החודש מופיע במגילת אסתר: "בחדש הראשון הוא חדש **ניסן**" וב**ספר נחמיה**: "ויהי בחדש **ניסן** שנת עשרים לארתחשסתא המלך" **משמעות מאוחרת** לשם הבבלי נדרשה על ידי חז"ל, והיא נגזרת מדמיון צלילי: ניסן מלשון נס, משום שנעשו בו ניסים לישראל.

במקרא מכונה חודש ניסן בשם "**החודש הראשון**" וכן "**ראש חדשים**". בציווי מקראי מיוחד שנאמר למשה רבנו זמן קצר לפני יציאת מצרים, ציווי שכלל גם את מצוות קידוש החודש: "החדש הזה לכם **ראש חדשים**, **ראשון** הוא לכם לחודש השנה" (שמות י"ב, ב'). שם זה מופיע גם במגילת אסתר

חודש ניסן נקרא במקרא גם בשם "חודש האביב: "את חג המצות תשמר: שבעת ימים תאכל מצות אשר צויתך, למועד **חדש האביב**, כי בחדש האביב יצאת ממצרים" (שמות ל"ד, יח). רמז נוסף ניתן לשם חודש האביב שהוא אב-י"ב כלומר הראשון ל"ב = שנים-עשר החודשים.

מאפייני החודש: ראש חודש ניסן שימש בתקופת התנ"ך ובתקופה התלמודית, כראש השנה למלכים, ובו התחילו למנות את שנות מלכי יהודה. בקרב יהודי תוניסיה ולוב נהוג טקס הנערך בערב ראש חודש ניסן ומכונה "**בשישה**" או "**בסיסה**". הטקס כולל איחולים לשנה טובה וברוכה, כציון לשנה חדשה, המתחילה, כאמור, בניסן, על-פי מסורות קדומות.

בחודש ניסן חל **חג הפסח**, ובו מתחילה **ספירת העומר** הנמשכת עד לחג השבועות.

ברכת החמה, שאותה מברכים פעם ב-28 שנה, חלה כמעט תמיד במהלך חודש ניסן.

בחודש זה נוהגים לברך את **ברכת האילנות**, שזמנה הוא באביב. בנוסף נאמר על חודש זה ש"לא חמה קשה ולא צינה קשה" ולכן יצאו בני ישראל ממצרים בחודש זה.

מזלו של החודש הוא **טלה**. בלוח השנה במגילות קומראן מזלו הוא מזל שור.

אקלה הביא
לאורה ורון
בן יעקב



רון ואורה הביאו לימימה לבן

ימימה הביאה לקובי וגילה אלון



קובי וגילה הביאו למיכל ואייל ישפה

מיכל ואייל הביאו לסימה סנפי



סימה הביאה לאתי ירמיהו

וסגרה את שרשרת משלוחי המנות

מיתוס יציאת בני ישראל ממצרים ואתו מינים חדשים של צמחי בר שחזרו לארץ וכבשו בתי גידול חֵלָה אֵלֹן

קטנה ללא השפעה אזורית שהתעצמה רק במאה ה- 8 לפה"ס בתקופה של מלכי בית עומרי (אחאב ויהורם - 885 – 847 לפה"ס).

שום
יהודה



היכולת שלו ושל צמחים עשבוניים אחרים לשרוד ולהמשיך להתקיים הרבה שנים נעוצה בעובדה שהוא מקיים בנק של זרעים מתחת לפני הקרקע וצומח מחדש כאשר מתחדשים תנאים הסביבתיים מתאימים לנביטתו ולצמיחתו. לשום מספר רב של תכונות רפואיות. הוא משמש כתרופה אנטיביוטית טבעית בזכות תרכובות הגופריתיות שבו. הוא בעל תכונות אנטי-בקטריאליות, אנטי-ויראליות ואנטי-פטרייתיות, ובכך מסייע בטיפול במגוון רחב של זיהומים, כולל זיהומים בדרכי הנשימה, דרכי השתן ופטריית עור. תרכובת האליצין בשום מונעת דלקות, מסייעת להקל על מצבים כמו דלקת פרקים, דלקת של הרקמות הרכות ודלקת של מערכת העיכול.

מורינגה מכונפת (Moringa oleifera)

הסוג מורינגה היה מיוצג בארץ על ידי מין אחד מורינגה רותמית, הגדל לאורך הבקע הסורי-אפריקני. עם מציאת המורינגה המכונפת נוספה למורינגה הרותמית חברה נדירה למדי שלא גדלה בארץ. שני המינים נחשבים לצמחים "אדומים" הנמצאים בסכנת הכחדה. האיום העיקרי על הישרדות הצמחים הוא סכנת התייבשות כתוצאה

בתרבות של עם ישראל קיים המיתוס על אבות האומה שהגיעו לארץ כנען מעבר הנהר, וחיו שם כמיעוט קטן ונווד בין עמי כנען. בגלל רעב ירדו למצרים ופרעה שיעבד אותם לעבדים. לאחר תקופה ארוכה וקשה של עבדות הופיעו גיבורי המיתוס משה ואהרן עם בשורת הגאולה ובעוצמה גדולה הוציאו אותם מעבדות לחרות. המשך סיפור המיתוס שאחרי היציאה ממצרים ניתנה התורה, ולאחר דור של נדודים כבשו בני ישראל מהכנענים את ארץ ישראל והתנחלו בה.

המיתוס נוגע גם למגוון הביולוגי של צמחיית ישראל הנובע מנדודים של צמחים מאסיה, אפריקה ואירופה אשר מצאו בישראל אוסף נרחב של אזורים גיאוגרפיים והתנחלו בה. בעשור האחרון התגלו כ- 60 מינים שחברו "למיתוס ההתנחלות" והם צומחים בישראל. חלקם היו בעבר "תושבי המקום הכנענים" היינו, חלק מצמחיית ארץ ישראל וחלקם נדדו לארצנו כמו "בני ישראל שהגיעו ממצרים". חלק מהמינים חדשים למדע. רבים מהם נדירים ומתקיימים רק במספר קטן של אתרים. צמחים אלה מעשירים את המגוון הביולוגי ויש להם שימושים בתעשיות המזון, התרופות ותוספי התזונה.

אביא לדוגמא שלושה צמחים חדשים שנדדו לישראל, התבססו בה והפכו לצמחים מבוקשים מאוד בתעשיות של חיזוק הגוף ומניעת מחלות של העידן המודרני.

שום יהודה

מין חדש של שום (שנתגלה ע"י אורי פרגמן ספיר, מנהל הגן הבוטני בגבעת רם) קבל את השם **שום יהודה**. הוא ודאי היה עד למאורעות ההיסטוריים שהיו לאחר צאת בני ישראל ממצרים, כבוש הארץ, התנחלות 12 השבטים והקמת הממלכה של דוד ושלמה במאה ה- 10 לפה"ס. השום ששרד באזור שנים רבות "יהיה אולי הגורם שיכריע בויכוח בין ההיסטוריונים והארכאולוגים האם יש ביסוס היסטורי למיתוס שנחשב למפורסם ביותר בהיסטוריה של ארץ ישראל, המיתוס של דוד וגולית". האם **ממלכת דוד** היתה ממלכה שנחשבה לאחת הממלכות הגדולות והחזקות באזור כבר במאה ה- 10 לפה"ס כפי שמתואר במקרא, או היתה ממלכה שבטית

צמחי בר שחזרו לארץ – המשך

מבצורת ממושכת. המורינגה המכונפת ידועה בעולם בתכונותיה הרפואיות. מין זה נחקר ונלמד ברחבי העולם והוא, על כלל חלקיו, נחשב מזון-על. מה שחדש בהקשר לצמח זה הוא נדודיו מאפריקה לישראל והתבססותו באזור הערבה.

מורינגה מכונפת



מורינגה רותמית



שני מיני עצי המורינגה נמנים בין האנטי אוקסידינטים החזקים ביותר שהתגלו בטבע. בדיקות ביוכימיות סיווגו אותו כמי שמכיל פי אחד וחצי יותר אנטי אוקסידינטים מאשר פרי האסאי העשיר (דקל נפוץ בצמחייה הטרופית של אגן האמזונאס וסביבתו). המורינגה המכונפת (Moringa oleifera) מכונה גם "עץ החיים", וזכתה לכינוי בגלל ערכים תזונתיים חיוניים. הצמח עשיר בוויטמינים, מינרלים, חלבונים ונוגדי חמצון חזקים, ומשמש בעולם כצמח מרפא למגוון בעיות בריאותיות:

שיפור מערכת החיסון עושר בוויטמינים A, C, B6, E, אשר מסייעים לחיזוק מערכת החיסון. נוגדי חמצון חשובים פועלים להילחם ברדיקלים החופשיים (חומרים כימיים שחסר להם אלקטרון, הגורמים להידרדרות התאים כתוצאה "מגניבת אלקטרונים" מאטומים החשובים לתפקוד התא), ובכך מצמצמים את הסיכון למחלות דלקתיות ולמחלות כרוניות. **הורדת רמות הסוכר בדם** המורינגה יעילה לאנשים עם סוכרת סוג 2. המורינגה עשויה לשפר את פעילות האינסולין ולהפחית את רמות הגלוקוז בדם. בעלים שלה יש חומצות הבולמות ספיגה של סוכר במערכת העיכול, דבר שמפחית את הסיכון לסוכרת.

מחלות לב וכלי הדם, היא מכילה חומצות שומן בלתי רוויות, אשר עוזרות להוריד את רמות LDL (הכולסטרול הרע) והטריגליצרידים בדם, בכך מפחיתה את הסיכון למחלות לב, שבץ מוחי ויתר לחץ דם.

בריאות הכבד המורינגה יכולה לשפר את תפקודו בכך שמונעת נזקי רדיקלים חופשיים, המשפיעים על תאי הכבד. מייעלת הפעלת מנגנונים ביולוגיים אשר מסלקים את הרעלים מהכבד וממערכת הדם. תכונה זו הופכת את המורינגה לצמח חשוב במסגרת תהליכי ניקוי רעלים. בין מוצרי הבריאות נמכרים זרעים למאכל, שמן למוצרי עור, אבקת עלי מורינגה מיובשים, טבליות סבון וקרמים.

צמח סטיביה הבר (Stevia rebaudiana)

בישראל, נמצאה לאחרונה כמות גדולה של צמח הסטיביה (Stevia rebaudiana), הידוע כצמח מתוק ושימושי בתעשיית המזון והתרופות. הוא זכה לפופולריות בשל תכונותיו הרפואיות לשיפור מצבים של מחלות הקשורות בסוכר ולמתיקות שהוא מספק במקומו. הצמח נמצא מועיל לשימוש תעשייתי בגלל שגדל במגוון רחב של סביבות אקלימיות. מוצאו טרופי אך גדל באזורים חמים בצפון הארץ ובדרום. הוא מכיל חומרים טבעיים מתוקים המשמשים לעיבוד מזון גם בתעשיית הממתקים התחליפיים.

סטיביה
עליםסטיביה
פרחים

משל העקרב והצפרדע

נאלי נקשהקקי הרשע

בַּיָּמִים לִוְהָטִים שֶׁל יָרֵחַ אֵב
אֲנִי נִזְכָּרְת בְּסִפּוּר-מֶשֶׁל אֲדוֹת עֶקְרָב,
יָצוּר מִסֵּכָן שׁוֹכֵן עֵפֶר וּמַחֲלֹת
שֶׁטוֹרֶף וּמַחֲסֵל מִי שֶׁנִּקְרָה בְּדֶרֶכּוֹ.

פַּעַם אַחַת רָצָה הָעֶקְרָב לַחֲצוֹת נֶהָר.
כִּיּוֹן שֶׁלֹּא יֵדַע לִשְׁחֹת הוּא נוֹרָא נִזְהָר.
בִּקְשׁ מִצְפָּרְדֵּעַ יִרְקָה וְנִכְבְּדֶת,
שֶׁתַּעֲבִיר אוֹתוֹ לַגָּדָה הָאֲחֵרֶת.

הַצְפָּרְדֵּעַ סָרְבָה בְּתַקִּיפוֹת:
הֵן אַתָּה כָּלָךְ אֲרִסִּיּוֹת!
פִּתְאֵם תַּעֲקֹץ אוֹתִי בְּזַנְבֶּךָ
וְזֶה יִהְיֶה הַסּוֹף שְׁלִי, וְשֶׁלָּךְ.

מָה פִּתְאֵם? - הַשִּׁיב הָעֶקְרָב
אֲנִי מִבְּטִיחַ כָּאֵן וְעַכְשָׁו
לֹא אֶדְקָר וְלֹא אֶעֱקֹץ,
הֵן שְׁנִינוּ עֲלוּלִים לְטֹבֵעַ בְּבֹץ.
הַסִּכְיָמָה הַצְפָּרְדֵּעַ לִבְקָשָׁה
וַיֵּצְאוּ בַּחֲתִירָה לַעֲבֹר הַגָּדָה.
בְּאַמְצֵעַ הַנֶּהָר, בְּעֶצְמוֹתָהּ שֶׁל שְׁחִיָּה,
הִרְגִּישָׁה לְפִתְעָה דְּקִירָה בְּגִבָּהּ.
- מָה זֶה עֲשִׂיתָ? שְׂאֵלָה בְּתִדְהֵמָה
- הִפְרַתְּ אֶת הַהִבְטָחָה וְשְׁנִינוּ נְטִבֵּעַ!
עָנָה הָעֶקְרָב: אֲנִי מְאֹד מִצְטָעָר
זֶה הִטְבַּע שְׁלִי, אֵין לִי אַחֵר...

לֹא עָבְרוּ אֵלָא דְקוֹתִימִם
וְהַשְׁנִים טִבְעוּ בְּתוֹךְ הַמִּים.

וְהַנֶּמְשֶׁל? עֶקְרָב נִשְׁאָר תָּמִיד עֶקְרָב
גַּם מִתַּחַת לְאֶבֶן וְגַם אִם הוּא נִשָּׂא עַל גֵּב



צמחי בר שחזרו לארץ – המשך

תכונות הצמחים החדשים

הצמחים החדשים שנמצאו בארץ מאופיינים בתכונות ביולוגיות ואקולוגיות ייחודיות. חלקם מצביעים על התאמה לסביבות קיצוניות.

1. עמידות לחום וליובש

רבים מהמינים החדשים כמו הסטיביה, מתאפיינים בעמידות גבוהה ליובש ולחום. יכולת זו של הצמחים עשויה לסייע בפיתוח גידולים חקלאיים שיכולים לעמוד בפני שינויים אקלימיים יותר קיצוניים כמו דילול מים ושינויי אקלים. צמחים אלה מהווים מקור השראה לפיתוח חקלאות בת קיימא באזורים המדבריים.

2. תכונות רפואיות ותזונתיות

השום - ידוע בזכות תכונותיו הרפואיות והבריאותיות מאז תקופות עתיקות. הוא מכיל תרכובות גופריתיות (כמו אליצין), שמספקות לו את התכונות האנטי-דלקטיות.

המורינגה והסטיביה, כאמור, הם צמחים בעלי ערך תזונתי ורפואי. **המורינגה** עשירה בחומרים אנטי-אוקסידנטים ו**הסטיביה** מהווה תחליף טבעי לסוכר, והפופולריות שלה גדלה בזכות העובדה שהיא מספקת טעם מתוק ללא תוספת קלוריות, ומהווה אופציה אידיאלית עבור אנשים המתמודדים עם בעיות סוכר וכולסטרול גבוה.

3. תפקוד במערכת האקולוגית

הצמחים מספקים מקורות מזון לציפורים, חרקים ובעלי חיים אחרים. בנוסף, הם משפיעים על איכות הקרקע והמים באזורים בהם הם נפוצים, ויכולים לתרום לניקוי קרקעות מזהמות או פגועות.

לסיכום

נדידתם והתבססותם של צמחים אלה מעשירים את המגוון הביולוגי ומספקים יתרונות תזונתיים ורפואיים. תכונותיהם הייחודיות, כמו עמידות לחום ויובש, ערך תזונתי גבוה והשפעה חיובית על המערכת האקולוגית, מעידים על פוטנציאל רב לשילובם בתעשייה ובחקלאות בעתיד.

ג'ילה אלון



אביה – צילומים יוסי וונש



על נוריות ועל ניצנים *שרה אורן*

הראובנים הכינוי 'נִצְנִים', הנגזר מן השורש נ.צ.צ., המדגיש את הברק הייחודי בעלי הכותרת, כפי

שמתארת אילת השחר: **"הם הלוחטים באודם משולהב הקורן בברק מתכתי ורוך משי לאור השמש ונענועי הרוח... ויודגש שהברק החלק הוא הזורק את קרני השמש חזרה כפעולת המראה הממורטת"**³ שמם מבליט את השוני מן הכלנית, המקדימה לפרוח ודומה לה בצבעה, אולם חסרת ברק. תכונות אלו באות בהתאמה מדהימה לשינויי מזג האוויר; בעוד הכלנית, פורחת בימות הקור והגשם, מושכים עלי הכותרת הרחבים והאדומים שלה קרני שמש לחימום הצמח. אולם הנֶּצֶן, הפורח בימים חמים, מנסה דווקא להימלט מחימום יתר בעזרת הברק הגורם להחזרת קרני השמש. הגנה נוספת מהתייבשות מצויה גם בעלי הגביע, המגינים על הפקע בעודו מתפתח, בשל שכבת שערות עדינה המקטינה התאדות וכן בעלים גזורים המצמצמים את שטח הפנים.



בהגדרה המילונית מוסבר 'ניצן' כענף, עלה או פרח בראשית התפתחותם. בשלב זה הם עדיין גלולים ורכים, והם עתידים להיפתח. בהשאלה משמש מונח זב ביטוי לתחילתו של תהליך כגון, 'ניצני תחיה'.

פרשנים קשרו פירוש מוכר זה של 'ניצן' לפסוק משיר השירים: **"כִּי הִנֵּה הִסְתּוּ עֵבֶר הַגֶּשֶׁם חֶלֶף הַלֵּךְ לֹא הַנִּצְנִים נָרְאוּ בְּאַרְץ עֵת הַזְמִיר הַגִּיעַ"** (שיר"ש ב י"ב) לבין שפע הפריחה באביב. אולם הראובנים, טענו בתוקף כי פירוש זה של **נִצְנִים**, אינו מתאר נכון את תופעה המאפיינת בארץ ישראל באביב. בניגוד לארצות קרות, בהן חורף ארוך וקפוא ורק לאחריו מתעוררים הצמחים ומוציאים פקעים, בארץ ישראל מופעים פקעים לאורך כל השנה וביתר שאת דווקא בחורף, עת הגשם משפיע. לכן, הם בחרו במונח **'פֶּקַע/פֶּקָעִים'** לתיאור התופעה הבוטנית של התפתחות עלה או פרח

מה הם אם כן אותם **'נִצְנִים'** בשיר השירים? ראשית, בולט כי הפסוק מתאר רצף של תופעות אביביות. הראובנים בקשו למצוא 'נצנים' עם הופעת הזמיר והתור בארצנו, כך שיהיו תואמים את אווירת להט הרגשות בשיר השירים.¹ הם הצביעו על ארבעה צמחים מאפיינים בארץ ישראל המציינים כל אחד בתורו שינוי עונתי בולט: החצב (*Urginea* maritime) - מסמל את עליית הלחות עם סיום הקיץ; 'בר יורה' (סתונית *Colchicum stevenii*) - מופיע כמבשר היורה, החורף והגשמים. השקד (*Prunus dulcis*) - את התארכות היום ויציאת רוב גשמי השנה, והרביעי, לשיטתם, הוא 'הנֶּצֶן' - המוכר במגדיר הצמחים **כנורית** (*Ranunculus asiaticus*) נורית אסיה), כצמח המעיד בנוכחותו על התחממות ומעבר אל הקיץ.

השם 'נורית', שבמגדיר לקוח מסורית-ארמית (נורתא) ומבטא **צבע אדום כאש- נור**.² לדעת

³ הראובני א.ה. "ארבעה ראשי שנים", סיני ל"ג (תשי"ג) עמ' ראשי שנים, עמ' פד, פה.

¹ הראובני א.ה. עצמאות הלשון, עמ' 429-430 באוסף מאמרי הראובנים (לא פורסם)

² הראובני א.ה. "ארבעה ראשי שנים", סיני ל"ג (תשי"ג) עמ' פ"ג-צ"ב; הראובני ג. "בסוד אילן ופרח", תל-אביב תשי"ז עמ' 67-71.

על נוריות ועל ניצנים –המשך

בנוסף, שמו של הנצן מבטא את שמו של חודשי פריחתו - ניסן ואֵר, המכונה גם 'ירח זיו'. בפרושו לפסוק: "בְּחֹדֶשׁ זֶה הוּא הַחֹדֶשׁ הַשֵּׁנִי לַמֶּלֶךְ שְׁלֹמֹה" (מלכים א' א). מסביר רש"י: "הוא אייר, דאית ביה זיוא לאילנא, וכן תרגם יונתן, זיו נִצְנִיא". בפי יהודי כורדיסטאן מכונים הַנְּצָנִים 'ניסאנה', ובשם האשורי נִסְנָה, המזכיר את ניסן.⁴ הופעתם של הנצנים מדגישה, איפוא, את האביב וכניסת הקיץ, ומסכמת זאת אילת השחר: "ניסן הוא חודש הניצן"⁵

הנצנים הם גיאופיט בעל ציצת-שורשים, המתחלפת מידי שנה. בבסיס הצמח יוצאים עלים וגבעול שעיר, המפריח מספר פרחים. לאורך הגבעול עלים קטנים יותר, כאמור, לצמצום שטח הפנים מפני התאיידות. **הנצן** פורח באביב (מרץ-מאי) בפרחים רחבים ובולטים, דמויי קערה. חמשת עלי הכותרת מבריקים בגוון אדום נחושת, מספר העללים והאבקנים מרובה והאבקה נעשית בעזרת חיפושיות וזבליות פרחים (אמפיקומה), הקולטות את הצבע האדום בספקטרום הראייה שלהן (בשונה מן הדבורים). הן נהנות ממשטח נחיתה רחב ונוח, ומשפע אבקה עתירת חלבון לאכילה.

סיפור בוטני מרתק ומסורת של שפה מייצגים **הנצנים** בעונת פריחתם המיוחדת: "...הלוהטים באודם משולהב הקורן בברק מתכתי ורוך משי לאור השמש ונענועי הרוח..." (א.ה. הראובני).



לכל אשה / אביגיל מגידנה גרוס

לכל אשה יש את היפי שלה
את הדרך שלה לחגג את עצמה
לכל אשה יש שביל מיוחד
להיות מחברת, גם בשקט לבד

ואין הגדרה אחת שתוכל להכיל
בכלל מאיפה אפשר להתחיל...?
כמה עצמה, אנרגיה וכן
כמה רך, עדינות ויכלת לסלח

לכל אשה יש את הקסם שלה
את השיר שמתנגן רק בשבילה
לכל אשה יש אתגר לטפס
לעלות בסלם... בלי להסס

ואין הגדרה אחת שתוכל להסביר
כי היא מים, אש, אדמה ואויר
היא כל הצבעים וכל עונות השנה
הפרטים הקטנים וגם כל התמונה

לכל אשה יש שרביט של קסמים
את הלחישות שלה ואת הנסים
לכל אשה יש צוף שמסתתר
היא רק צריכה... לזכר את זה יותר...

⁵ הראובני א.ה., "ארבעה ראשי שנים", סיני ל"ג (תשי"ג), עמ' פ"ו.

⁴ שטייברג במילון התנ"ך ציין את ההתאמה לחודש ניסן ולנצן (עת הנצנים), ראה: שטייברג י, מלון התנ"ך, תל אביב 1960, עמ' 554.

פינת העתיד זייר יאיר שרן

והפעם

עידן הבינה המלאכותית והסכנה של היפוך היוצרות במערכת החינוך

בבינה נחשף. מאחר ובקורסים רבים עדיין נהוגה הפרקטיקה של הגשת עבודות כחלק מהמטלות המחייבות, מצאה עצמה המרצה בודקת וקוראת יותר ויותר עבודות שלא נכתבו על ידי בני אנוש. היוצרות מתהפכות. בני אנוש מוצאים עצמם בודקים עבודות שנכתבו על ידי בינות מלאכותיות. הרי לא לכך התכוונו המפתחים. במקום לסייע לבני אנוש, הבינות הפכו להיות העיקר כאשר בני האנוש, במקרה הטוב, מסייעים להן להכין עבודה משופרת. מגמה זאת מחלחלת אט אט גם ללימודים בבתי הספר התיכוניים ועלולה להתפשט לכל מערכת החינוך.

היפוך היוצרות הזה מעמיד בסכנה את כל שיטות הלימוד המקובלות ואולי מייתרות את תפקיד המרצים והמורים. שהרי בעתיד יוכל המרצה להשתמש בבינה מלאכותית שתקרא ותעריך את העבודות המוגשות והמעגל ייסגר. הבינה תבדוק את עצמה.

במקרה המדובר, האסימון נפל, והעבודות הוחלפו בבחינות פתע בעל פה וכאן הבינה כבר לא יכולה לעזור. מערכת החינוך צריכה להערך לעידן הבינה המלאכותית ולגבש מענים חדשים שיאפשרו מחד ליהנות מהיתרונות שבכלים החדשים ומאידך לאפשר לימוד פורה ויעיל.



אתחיל במחקר עדכני שבוצע לאחרונה באנגליה בקרב סטודנטים באוניברסיטאות. המחקרמראה ירידה משמעותית ביכולת החשיבה הביקורתית בקרב אלה שעושים שימוש תדיר במערכות בינה מלאכותית כמו Chat-GPT. השימוש הנרחב הניצפה במערכות אלה מחייב לעורר דאגה בקרב מקבלי ההחלטות בתחום החינוך.



מרצה באחת האוניברסיטאות בארה"ב שמה לב שיותר ויותר עבודות של סטודנטים בקורסים שלה נכתבים על ידי בינה מלאכותית כמו Chat-GPT ובינות מלאכותיות אחרות המשמשות סטודנטים כדי לצלוח את המטלות הלימודיות השונות. במקרה אחד סטודנט הצליח לסיים מטלות של שנה שלמה בימים הראשונים של הקורס ולהוריד מעצמו את העומס הכרוך בכך בזמן קצר מאד. הסטודנטים לא מכחישים את השימוש בבינה המלאכותית. מאחר ואין איסור מפורש לשימוש כזה הם מנצלים את המצב ללא גבול. קל מאד לזהות עבודות כאלה. הן תהיינה בדרך כלל רצופות בשגיאות כתיב ושיבושים לשוניים רבים. תופעה זו תבלוט במיוחד בשפות שאינן אנגלית כמו עברית ועוד. יש מקרים שהבינה "תמציא" תשובות כאשר לא יהיה בידה לתת מענה מחוסר מידע. סטודנטים רבים לא טורחים לבדוק את הטקסט המוגש ולתקנו וכך השימוש הנרחב

תרצה אתר

דברים ושירים מקבלת שבת שהעלתה את דמותה – ערכה נירה בן ישראל

מוזמנים למצוא את השירים ולשיר עם קריאת הדברים

תרצה אתר נולדה 27 ינואר 1941, לפני 84 שנים.

לולא "הלילה" בחייה הקצרים, יכלה אולי להמשיך לכתוב שירים, מחזות, תרגומים, עוד שנים רבות, ולהמשיך לחיות בינינו גם בימים אלה. חייה הסתיימו בגיל 36. כל כך צעירה, והספיקה בחייה הקצרים ליצור כל כך הרבה: היא הוציאה 3 ספרי שירה, תשעה ספרי ילדים, שני מחזות, תרגמה יותר משלושים מחזות. ובהיבט האישי – שני בעלים, שני ילדים, ושני הורים ענקים: נתן אלתרמן ורחל מרכוס.

אבל נתחיל מההתחלה: תרצה נולדה בתל אביב, בת למשורר הגדול נתן אלתרמן ושחקנית התיאטרון רחל מרכוס. בנעוריה נמשכה לעולם המשחק והשירה, בצבא שירתה בלהקת חיל השריון וביצעה כסולנית את השיר "אליפלט" שכתב אביה. לאחר נישואיה לעודד קוטלר בשנת 1962, נסעו שניהם לניו יורק, והיא למדה משחק. החיים בניו יורק היו קשים לתרצה מבחינה נפשית, ואולי שם התחיל הלילה בחייה.

בגלל הלילה

בגלל הלילה

בגללו

אני כעת יושבת

ולא נלקחת

בגלל החושך

בגללו

אני נדמית לך

חולמת או משתעשעת...

אביה נסע לניו יורק כדי לתמוך בה, היה נדמה לו שמצבה של בתו משתפר, אבל תרצה ועודד חזרו אחרי שנה לארץ. שיר נוסף של תרצה אתר שהלחין חנן יובל מתייחס באופן יותר אוהד אל הלילה:

"הלילה הוא שירים"

חכו נא עוד רגע, חכו נא בשקט,

חכו בזהירות, המסך יורד,

הלילה איננו רק חושך על דרך,

לפעמים הוא שירים וניגון והדי.

כן, לפעמים הלילה הוא שירים רבים.

לפעמים, כן, לפעמים,

הלילה מנגן ומכה בתופים

לפעמים, לפעמים

לפעמים, הוא עד כדי כך תמים...

שיר נוסף שכתבה תרצה אתר, שמאד מאד אהוב עלי, עוסק גם הוא בהחמצה, וגם עם קורטוב של הומור, ורציתי שנשיר אותו, מוקדש לכל אלה שחוגגים השנה יום הולדת:

תפילת יום הולדת

אלוהים שלי אשר מאחורי הברוש,

זה שברוח לרגע נרעד,

אלוהים שלי, השעה שלוש,

יום שני, שנת שבעים ואחת...

ולי יש היום יום הולדת,

תל אביב, השעה שלוש,

לא בכל יום אני נולדת,

ולא בכל יום אתה מאחורי הברוש.

עשה שהוא יזכור, אלוהים, תן לו אות,

אלוהי הנשים, אלוהי ההפתעות,

אלוהי השמשות והירחים,

אלוהי המתנות והפרחים,

עשה שיזכור השנה,

עשה שיביא מתנה...

בחייה הקצרים של תרצה אתר היו לה כנראה 3

ניסיונות התאבדות.

אביה מאד דאג לה, וערב אחד הגיע לביתה עם יורם קניוק, לאחר שמדירתה נדף ריח של גז.

תרצה אתר – המשך

בתחילה היא לא פתחה להם את הדלת, בהמשך פתחה להם וכנראה שהצילו את חייה, אך אביה נשאר מאד מודאג. אירוע זה הביא את אלתרמן לכתוב את השיר "שמרי נפשך". מאוחר יותר ענתה לו תרצה אתר בשיר "שיר הנשמרת".

בשנת 2011 הוקלט שיר שמהווה דיאלוג בין שני השירים, הולחן על ידי קורן והוקלט על ידי מיכה ביטון וחני ליבנה.

ב-28 במרץ 1970 נפטר אביה, נתן אלתרמן, שאליו הייתה מאד קשורה. זמן לא רב אחר כך זכה שיר שכתבה, "פתאום עכשיו פתאום היום", למקום ראשון בפסטיבל הזמר והפזמון 1970. השיר הולחן על ידי יעקב הולנדר ובוצע על ידי חייל צעיר שעלה על הבמה במדים – שלמה ארצי.

אהבתיה

היא בליבי עכשיו, בתוך ליבי
כמו הרבה צללים
כמו הרבה שבילים
כמו עשן

היא רק שלי עכשיו, היא בחובי
כנוף הרבה עלים
כמי נהר כחולים
עכשיו היא כאן

אהבתיה
אני יודע זאת פתאום
אהבתיה
פתאום עכשיו,
פתאום היום...

מותו של אביה אלתרמן בפסח 1970 השאיר כאב עצום בליבה של תרצה אתר, ועל רקע ערב יום העצמאות נכתב השיר :

שיר לערב חג

כבר ערב,

האופק אדום ויגע,

אתה בוודאי לא יודע,

אתה בוודאי לא שומע,

שהערב

ערב חגי.

כבר ערב,

העיר אורותיה הדליקה,

צמרות אשליה הסמיקה,

כן, חג יש בעיר ואני כאן

מחכה

לצעדך...

ב-8 בספטמבר 1977, נהרגה תרצה כשנפלה מחלון ביתה שבקומה השישית. רק בת 36, אמא לשני ילדיה שנולדו לה מנישואיה לבנימין סלור, יעל ונתן (שנולד אחרי מות אביה וקיבל את שמו). המשפחה טענה שזו הייתה כנראה תאונה. יום לפני מותה עברה תרצה תאונת דרכים כשנפגעה ממונית בעת שחצתה את הכביש, היא קבלה זעזוע מוח ותרופות מטשטשות, פועלים שעבדו בבניין הסמוך גרמו לרעש, היא ניגשה אל החלון לבקש מהם שקט, וכך נגרמה נפילתה..

השיר האחרון שכתבה היה "בלדה לאישה". השיר נכתב להצגה "ארבע נשים", משה וילנסקי קיבל לידיו את ההלחנה, וביום שבו מסר את השיר להבימה – נפלה תרצה אתר אל מותה.

בשיר נכתב בין השאר:

אפילו ענני הגובה, לא יכלו לשתיקתה
היא הביטה עד בלי שבע, היא הביטה וידעה
שכעת פורחות בעמק, שלל חבצלות הבר
ולמרות הכל, הכל נגמר.

אפילו ענני אוקטובר, הסגולים אל מול שקיעה,
לא עזרו לה אף לרגע, לא עזרו להרגע,
אף כי שוב פרחו בעמק, שלל חבצלות הבר
למרות הכל, הכל נגמר.

אפילו הספרים בחדר, הסגור והעצוב,
כבר ידעו היא לא בסדר, היא הולכת לבלי שוב
עוד פורחות הרחק בעמק, שלל חבצלות הבר
אך למרות הכל, הכל נגמר.

האם ניבאה את מותה, או היה זה צירוף מקרים
טרגי? כנראה לעולם לא נדע. תרצה אתר נקברה
בבית העלמין בקרית שאול, לצד אביה.

בחיינו למדנו, שממש לא נכון לחשוב מה היה קורה
אילו. אבל אני רוצה לסיים בהרהור על האישה
הצעירה ושופעת היצירה הזאת, תרצה אתר, מה
היה קורה אם היתה זוכה לאריכות ימים, ולהגיע
לגיל 84.

צרכנות נבונה – קניות לקראת פסח אבי אלול

חשוב מאד לחיסכון - להשקיע ברשימת קניות אפקטיבית שהיא כלי תכנון כלכלי המאפשר לנו לקבל החלטות שקולות, הרחק מהפיתויים והלחץ של סביבת הקניות. הרשימות מאפשרות לנו להימנע מרכישות כפולות של מוצרים שיש לנו בבית. רשימה גם מונעת בזבוז זמן בעת ביצוע הקניות.

הכנת רשימת קניות אפקטיבית מתבצעת תוך בדיקה של מה שכבר יש בבית וסידור הרשימה לפי קטגוריות (ירקות, מוצרי חלב וכו') ולא לפי סדר אקראי. זה חוסך כסף וזמן. אם רואים מבצע אמיתי על מוצר שאנחנו צורכים באופן קבוע, אפשר לקנות אותו גם אם לא רשמנו את המוצר ברשימה. לסיכום השאלה אינה רק כמה ועל מה הוצאנו, אלא גם האם קיבלנו תמורה נאותה לכספנו, והאם צרכנו את כל או רוב המצרכים ולא זרקנו אוכל לפח.



עצה קטנה - אם אתם מעשנים, או שותים משקאות קלים מוגזים, מיצים, או אחרים, או אם אתם אוכלים מזון שיש לגביו אזהרות במדבקות אדומות, או מזון שעלול להשמיין או להזיק לבריאות – זה הזמן לחשיבה מחודשת איך להפסיק הרגלי חיים שעלולים לפגוע בבריאותכם.



מחירי המוצרים והשירותים השונים התייקרו בתחילת השנה בעשרות אחוזים, וממשיכים להתייקר. זאת לאחר שנים שבהם האינפלציה הייתה כמעט אפס ומחירי המוצרים והשירותים היו בד"כ יציבים לאורך שנים. חג הפסח בפתח, חשוב להקדיש לא רק לסדר וניקיון בבית, אלא גם בתכנון ההוצאות המשמעותיות בשבועיים הקרובים. תכנון נכון של רשימת הקניות שווה הרבה כסף. קניה מוקדמת תוזיל משמעותית את ההוצאה, ניתן ליהנות ממבצעים, שיפוגו ככל שמתקרבים לחג. לא ליפול "בפח" של מומחי חוויית קניה, שמבינים בפסיכולוגיה צרכנית, ומסדרים את המדפים, בכדי להשפיע פסיכולוגית על מאוויי הקניה של הצרכן. בעזרת טכניקות יוצרים אצל הצרכן תחושת דחיפות תוך עידוד לרכישות לא מתוכננות. לעיתים הצרכנים רוכשים גם כדי למלא צרכים רגשיים בנוסף לצרכים הפיזיים. קניות מהוות לעיתים מפלט מלחץ, חרדות או שעמום. הצריכה הרגשית עלולה להוביל להתנהגות כפייתית ולהוצאות שלא היו בתכנון.

זה היה בחודש אדר

ו' אדר תשפ"ה הרצאה 6.3.2025

קהילת רעים
קהילה חילונית במסגרים רשומה

הרצאות בקהילת רעים

המרצה: ד"ר לאה (אקלה) אקשטיין

.....

הנושא: "זכר ונקבה בראם - אבל למה? על סקס בטבע וחיזורים לוחטים"



המפגש יתקיים
ביום חמישי 6.3.25
בשעה 20:00
בקהילת יזמה
רחוב חטיבת גבעתי 31, מודיעין

תשלום 20 ש"ח, כלול בדמי החבר

ד' אדר תשפ"ה שיח רעים 4.3.2025

קהילת רעים
קהילה חילונית במסגרים רשומה

שיח רעים

שיח בנושאי זהות תוך התייחסות
לטקסטים מארון הספרים היהודי

יום שלישי, ה-4/3, 20:00,
בבתים של גילה וקובי אלון,
רחוב ערער 6

נעסוק בפיסקה ה-13
של מגילת העצמאות

אייל ישפה: הפעם דנו בפיסקה המפורסמת והמצוטטת ביותר מתוך מגילת העצמאות, הפיסקה ה-13:

מדינת ישראל תהא פתוחה לעליה יהודית ולקבוצ גליות; תשקד על פתוח הארץ לטובת כל תושביה; תהא משתתתה על יסודות החרות, הצדק והשלום לאור חזונו של נביאי ישראל; תקים שיוין זכויות חברתי ומדיני גמור לכל אזרחיה בלי הבדל דת, גזע ומין; תבטיח חפש דת, מצפון, לשון, חנוך ותרבות; תשמר על המקומות הקדושים של כל הדתות; ותהיה נאמנה לעקרונותיה של מגלת האמות המאחדות.

שוחחנו על התמורות שחלו במדינה בנושא שוויון הזכויות בין המגזרים השונים. דנו בחזונו של אהרון דוד גורדון שראה לפניו עם-אדם, עם שנבנה בצלם אלוהים, כמעין ציווי מוסרי למדינה היהודית העתידית. עסקנו בשאלת מאפייני מדינת ישראל כמדינה יהודית דמוקרטית, ובהבדלים שבין 'מדינת היהודים' לבין 'מדינה יהודית', בעקבות מאמרו של פרופסור רון מרגולין, שנגע גם בחוק כבוד האדם משנת 1992 וחוק הלאום משנת 2018.



צילום:
יוסי
וונש



י"ד אדר תשפ"ה קבלת שבת 14.03.2025



יונתן אלטר: מהסידור היפה שלנו, שרנו שירים לקראת שבת, קראנו קטעים נבחרים, הדלקנו נרות. לזכרו של **אורי אסף** שנפטר באותו השבוע, עסקנו, בסיפור חייו ובסיפורי שלושה משיריו אותם גם שרנו בליווי של איתן. בהמשך נגענו, לרגע, במצבה העגום של מדינתנו האהובה ובקבוצות קטנות, לפי העיקרון הפורימי "ונהפכה" התבקשו המשתתפים לכתוב איך אפשר להפוך את הגלגל ולשנות את המצב. אחרי המהפכות, חזרנו לסידור השבת.

י"ד אדר משלוח מנות 14.03.2025

תיאור "שרשרת משלוחי המנות" בעמודים הראשונים של העלון.



זה יה בחודש אדר - המשך 1

ז' אדר תשפ"ה קבלת שבת 7.03.2025



אייל ישפה: קבלת השבת עמדה הפעם בסימן פרשת תצוה. דנו בנושא ריכוז הפולחן מצד אחד ומצד שני בהענקת מעמד וכוח לכהנים. כוח שהביא לשחיתות מוסרית. ראינו כיצד עם ישראל חווה משברים קיומיים כתוצאה מסיאוב השלטון וריבוי מעשי השחיתות, וכיצד דווקא מתוך רגעי משבר אלה נולדים פתרונות רדיקליים שמאפשרים את המשכיות קיומו של עם ישראל. הדוגמא הבולטת היא המהפכה שמוביל רבן יוחנן בן זכאי (ריב"ז) אחרי חורבן בית שני.



אורח מיוחד שהגיע אלינו לקבלת השבת היה שחר, נכדם של גילה וקובי, שניגן עבורנו בגיטרה בכישרון רב. חלק מהשירים ששרנו, כמו 'חזקה מהרוח', 'בלדה לאישה' ו'מה שאת אוהבת', עסקו ביום האישה הבינלאומי שחל למחרת (8/3).

השיח שקיימנו בקבוצות קטנות עסק במשברים שפקדו אותנו אישית וחיצונית. סיימנו כהרגלנו, לצערי, בתפילה לשלום החטופים, שנמקים עדיין במנהרות החמס. ניחל שגם מהמשבר הזה נצא בסופו של דבר מחוזקים וטובים יותר.

זה יה בחודש אדר – המשך 2

ט"ו אדר תשפ"ה פורים 15.03.2025

קהילת רעים
קהילה חילונית במכבים רשות

לכבוד פורים

קהילת רעים מארחת את



קומדי קוויז - תחרות טריוויה קבוצתית
מלאה בהומור ומוזיקה מגיעה אלינו לכבוד
פורים 🥰
שאלות טריוויה מקוריות ומעשירות באווירה
שמחה וכיפית 😊

נפגש ביום שבת 15.3.25
בשעה 19:30 בויצו ברח' אחלמה 1 😊

דמי השתתפות: 20 ש"ח / חלק מדמי המנוי

ערטל רילסקי - את חג פורים שגם השנה העמיד

אותנו בפני אתגרים רגשיים ציינו ברוב עם בערב
חידות ושעשועוני טריוויה. חלק מאיתנו הרשה
לעצמו לשים על עצמו קישוט או מסכה דבר שתרם
לאווירה הטובה.

ישבנו סביב שולחנות בקבוצות קטנות והמנחה - דור
העמיד בפנינו אתגרים משעשעים. היינו צריכים
להמר איזה פחית משקה תזכה במרוץ על הקרח או
על מה צוחק המרואיין הספרדי חסר השיניים. היינו
צריכים לשים לב לפרטים חסרי חשיבות בסרטון
שהוקרן ולזהות את השיר על פי התווים הראשונים
שלו. האתגר הגדול היה להימנע מההרגל שרכשנו
בשנים האחרונות - לבדוק כל דבר בטלפון. הזוכים
המאושרים זכו במדליה, גביע וברווזון צהוב.

אבל החשוב ביותר שהם זכו בתהילת עולם כקבוצה
הזוכה בחידון פורים תשפ"ה של קהילת רעים.



צילומים נעמי סיון

כ"א אדר תשפ"ה קבלת שבת 21.03.2025

ערטל רילסקי בקבלת השבת התייחסנו לפרשת השבוע **ויקהל** הפותחת בפסוק "ויקהל משה את בני ישראל..." בהשראת המילה 'ויקהל' עסקנו במשמעות הקהילה עבורנו כבני אדם ומשמעות ההתנדבות לקהילה ולהתפתחות האישית שלנו. חברי 'קהילת רעים' שיתפנו זה את זה במגוון הקהילות שאנו מרגישים שייכים אליהן במגוון פעולות התנדבות שאנו פועלים בהן (ויש מגוון מרשים) והזמנו את חברי הקהילה לחשוב במה הם יכולים לתרום לקהילת רעים

כ"ח אדר תשפ"ה קבלת שבת 28.03.2025

נירה בן ישראל: כהרגלנו, שרנו שירים שבת וקראנו קטעי קריאה. פרשת השבוע היתה פרשת "פקודי", הפרשה האחרונה בספר שמות, ובעקבותיה קיימנו שיח: מהן אבני החושן המטאפוריות באמצעותם נבנה המשכן המטאפורי שלנו - הקהילה. בשיח עלו אבנים חשובות, כמו ערבות הדדית, אכפתיות, הקשבה, מעורבות וקשר בין אישי, וגם תרבות יהודית ויצירה יהודית חדשה.

בהמשך ציינו את

בוא האביב
בשירי אביב,
בליווי האקורדיון
של יוסי וונש
והסברים על
השירים של רחל
וונש. **חתמנו**
בארוחה שותפת,
ובשיח בינאישי
פתוח על
פשטידה, סלט
וקרואסון

**זה יה בחודש אדר – המשך 3**

י"ח אדר תשפ"ה שיח רעים 18.3.2025

השיח בוטל לכבוד הפגנה בירושלים

כ' אדר תשפ"ה הרצאה 20.03.2025



חיה ישפה: הרצאה מרתקת, מלמדת ומאד מעניינת. נגעת בכל פן של החיים באירן והסברת את המורכבות הרבה. 'צאתי אופטימית מההרצאה. תודה ליוסי סיון.'





היהדות היא תרבותו של העם היהודי, וככל
תרבות היא כוללת אמונות וערכים, יצירות
ואורחות חיים, דת וחילוניות, מסורת וחידוש.
במאות השנים האחרונות מהווה היהדות
החילונית חלק חשוב מהתרבות היהודית,
ובזכות המהפכה החילונית נוסדה הציונות וקמה
מדינת ישראל. רוב היהודים בישראל מקיימים
אורח חיים חילוני המבוסס על ערכים
הומניסטיים, כאלה הנמצאים במגילת העצמאות
שלנו.

התרבות היהודית התפתחה מתוך "אחדות
שאיננה אחידות", בדיאלוג פורה בין השקפות
ואורחות חיים, וחשוב שתמשיך לשגשג
כך. "הדות חילונית" מברכת על המגוון והריבוי
הקיים במרחב הישראלי-יהודי.
לכל זרם – תרבותי, דתי, עדתי – יש הזכות
לממש את אורח חייו, כמובן מתוך כבוד הדדי
וללא פגיעה במרחב של האחר/ת.

משימתה של "יהדות חילונית" היא לעצב דרכים
למימוש תרבות ומורשת יהודית חילונית,
במטרה לאפשר לכל יהודי/ה במדינת ישראל
לממש את יהדותו/ה, לאור אמונות וערכים
הומניסטיים חילונים וברוח מגילת העצמאות. על
מדינת ישראל לאפשר לכל אזרחית לקחת
אחריות על היהדות שלה, לכל אזרח לבחור את
הבחירה שלו, ובעיקר – לכבד כל בחירה מתוך
שוויון מלא בין המינים ובין כל הקבוצות בישראל.



Humenora מנורת האדם

זה יה בחודש אדר – המשך 4

כ"ט אדר תשפ"ה מועדון קריאה 29.03.2024



נירה בן ישראל: מועדון הקריאה הפעם עסק בספר
"אל תיגע בזמיר" מאת הרפר לי, באמצעות צפייה
משותפת בסרט "מות הזמיר".

התכנסנו **בביתה של ערסל**, באחה"צ של שבת,
צפינו בסרט עם פופקורן וכיבוד קל, ובהמשך ערכנו
דיון על הנושאים העולים מן הסרט והספר:

אילו רגשות עורר בנו הסרט, הן כשצפינו בו
בנעורינו (הסרט יצא בשנת 1962, בשחור לבן), והן
כיום, למעלה מ-60 שנה מאוחר יותר. שאלנו האם
העולם השתנה, האם כיום הוא פחות גזעני, או
שאולי אנחנו השתנינו, והאם יש לאמנות השפעה על
דעות חברתיות.
וגם - האם גזענות קיימת גם בימינו, וגם במדינתנו?
האם העולם השתנה בשני הדורות האחרונים?
לטובה או לרעה?
שוחחנו על הדמויות, וגם על השחקנים, ובראשם
גרגורי פק, שזכה באוסקר ובפרס גלובוס הזהב על
תפקידו בסרט זה.

המפגש הבא יתקיים ב 4.5.25, ויעסוק בספר
"שומרת הספרים החבויים" מאת מדלן מרטין.

אתר האינטרנט של קהילת רעים

באתר שלנו אפשר לראות מגוון גדול מהפעילויות
שלנו (עדיף לראות במחשב). העלון נמצא גם באתר
הקהילה עם כל גלריית העיתונים הקודמת.

<https://www.israeli-judaism.org.il/copy-of-%D7%94%D7%A8%D7%91%D7%A0%D7%99%D7%9D>

