



רעיתון

עלון קהילת רעים
מודיעין - מכבים - רעות
והסביבה

גיליון מס' 51

א' אב התשפ"ה
26 ביולי 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

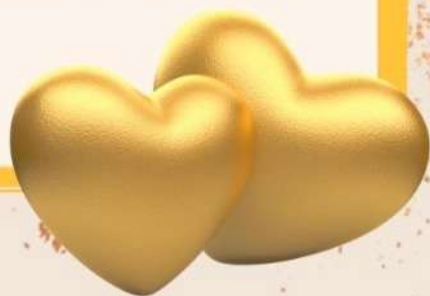
מועדון קריאה - נירה בן ישראל וערטל רילסקי

"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



בואו נדבר דמוקרטיה

אִייל יִשָּׁה

בשנה האחרונה בחנתי והצטרפתי למספר יוזמות שתכליתן לנסות ולראות איך חיים יחד דתיים וחילוניים, אשכנזים וספרדים, שמאלנים וימניים, יהודים וערבים, ועוד שבטים שונים ומשונים המחלקים את האוכלוסייה במדינת ישראל. הגעתי למסקנה שבעת הזו, זו התרומה החשובה ביותר שאני יכול לתרום. לא הפסקתי להפגין נגד עוולות הממשלה הנוראית הזו ולדרוש את החזרת כל החטופים מיד לבתיהם, אבל אני חש שהשסעים בחברה שלנו הופכים יותר ויותר מסוכנים לעתידנו ולכן חשוב כל כך להידבר.

אחת היוזמות שאני מאוד שמח וגאה על הצטרפותי אליה היא יוזמת "בואו נדבר דמוקרטיה" (ה"בואו" וה"נדבר" צמודים בכוונה). הפעילות מאוד פשוטה: מתייצבים במקום כלשהו, רצוי עם תעבורה גבוהה של אנשים, מצוידים בחולצה של הארגון, פרחים ודפי עמדה. לכל מי שעובר/ת אנחנו מציעים פרח (שאנו מקבלים בתרומות) ומבקשים לשוחח איתם על דמוקרטיה.

שמעתי לראשונה על היוזמה מעודד דיסטל שיזם את הרעיון לפני כשנתיים והגיע לספר עליו באחת ההפגנות במוצאי שבת במודיעין. מיד לאחר שירד מהדוכן ניגשתי אליו ובררתי מולו איך ניתן להצטרף. לאחר שבועיים, התחלתי לחלק פרחים ולדבר עם אנשים.

תפקידנו בעיקר להקשיב ולשמע את מי שאנו פונים אליהם. לנסות להיות אמפטיים ולהבין באמת את הצרכים ואת הקשיים שהם מעלים. רצוי עד כמה שאפשר להימנע מלהתווכח על עובדות, ובמקום זאת לשוחח על ערכים וצרכים שיש לנו. מה חסר או פגום ואיך אפשר לחיות יחד.

תוך כדי השיחה אנחנו משלבים את חשיבות קיומה של דמוקרטיה ליברלית כדי שכל אחד מאיתנו יוכל לממש את עצמו. אנחנו מדברים על זכויות אדם וזכויות אזרח. על הצורך להגן על הזכויות הללו, תוך קיום החובות האזרחיות, וגם על חשיבות ערך השוויון.

רוב האנשים מקבלים יפה את היוזמה. חלקם ממהרים או לא מעוניינים להיכנס לשיח, ויחד עם זאת, לא מעט פעמים אנחנו נכנסים לשיח עמוק

ופורה גם עם אנשים שחושבים מאוד שונה מאיתנו. אני לא חושב ולא חותר לשכנע את מי שמדברים איתי. יכול להיות שלפעמים אחרי השיחה הם בוחנים את הדברים ומשנים את דעתם. אני מניח שמדובר במיעוט קטן. רוב האנשים נותרים בעמדתם, אבל הפן המשמעותי בשיחה איננו הניסיון לשכנע בעמדות שלנו אלא לראות שכולנו בני אדם, שרוצים לחיות בשלום כאן במדינה, גם אם אנחנו חושבים אחרת.

בשילת היה בחור שנהג לעבור מידי שבוע ברכבו ליד הדוכן ולקלל את המתנדבים. יום אחד הוא הסכים לצאת מהרכב ולשוחח ומאז הוא שינה את היחס שלו ב180 מעלות. הוא לא שינה את עמדותיו אבל כיום הוא מגיע לשוחח יותר בנחת וכבר לא מנבל את הפה.

נדמה לי שבמציאות של היום, המשימה הראשונה במעלה היא הורדת סף השנאה בין אנשים שלא מכירים זה את זה ושופטים אלו את אלו על סמך תקשורת מסיתה ומפלגת. פופוליזם שהממשלה הנוכחית נגועה בו בונה את הצלחתה על שנאה בין מחנות מקוטבים. הדרך לנצח את הפופוליזם היא לראות שכולנו בני אדם והרוב הגדול בציבור הישראלי מסכים על הרבה יותר משנדמה לנו.

שנאה, בניגוד לכעס, הופכת אותנו פסיביים. כשאנו כועסים, אנו כועסים על התנהגות מסוימת והכעס מניע אותנו לפעול כדי למנוע הישנות של ההתנהגות הזו. כשאנחנו שונאים, אנחנו לא שונאים התנהגות מסוימת. אנחנו שונאים את מי שלדעתנו התנהג באופן שגרם לנו לשנוא אותו. האמונה ביכולת לתקן יחסים בין בני אדם כמעט לא קיימת כשמדובר בשנאה. אנחנו לא מפרידים בין האדם לאופן בו הוא מתנהג. תפקיד השיחות הללו הוא להוריד ככל האפשר את מפלס השנאה.

אני מודה שלא כל השיחות קלות ונעימות. השיחות הקשות ביותר שחווייתי היו עם אברכים צעירים ותלמידי ישיבה חרדים. נראה שהחינוך שהם סופגים מינקות מוביל אותם לעמדות מאוד קיצוניות ואנטי ציוניות. הפרישות הזו של החרדים הצעירים היא מאוד שורשית. מדובר בבחורים שעברו שנים ארוכות של שטיפת מוח וגם אם נתחיל מהלך לשלבם בחברה



צבי בעמק הצבאים של חבל מודיעין, ליד כפר רות.

צילום: נעמי סיון

גודל האהבה

לא טוב שתהיה האהבה
גדולה מהחיים
עדיפה אהבה בגדל החיים
שכשיתנשקו האהבה והחיים
אף אחד מהם לא יצטרך להתכופף מאוד
עדיפה אהבה גמישה, שמתנשמת, מתרחבת, מתכופפת
עם החיים,
אהבה שיודעת להכנס דרך סדק
כשהדלת סגורה, או לרבוץ על המפתח בשקט
בידיעה שהדלת אכן תפתח,
אהבה שמרים רבים לא יכבו
כי היא עצמה מים
מים חיים.
לי עברון

בואו נדבר דמוקרטיה - המשך

מחר בבוקר, המהלך הזה ידרוש שנים ארוכות של
חינוך והסברה.
אני עצמי בדילמה אם בכלל נכון להעמיק בשיח עם
אנשים כל כך קיצוניים. במעט השיחות שקיימתי
איתם לא חשתי אפילו לא טיפת התרככות או איזושהי
הבנה כלפי מי ששונה מהם.
לצד השיחות הללו יש גם שיחות רבות אחרות עם
אנשים בקשת רחבה של עמדות (ושל גילאים), ודווקא
השיחות הללו נותנות המון כוח. שוב ושוב אנחנו
נתקלים באנשים שחושבים אחרת אבל מנהלים שיח
מכבד ולא מתלהם. אני יוצא מהשיחות הללו מעודד
משום שטוב להיות שותף להורדת מפלס השנאה
בתוכנו.

אני מזמין את כל מי שרוצה להצטרף. הדרישות
מעטות וישימות מאוד. הקבוצה במודיעין אחראית
לשלושה דוכנים: בשילת, במע"ר וליד קניון עזריאלי.
מדובר בסדר גודל של שעתיים בדרך כלל מ11:00
עד 13:00 בימי שישי. אחרי הכשרה קצרה תקבלו
חולצה, ותוכנסו לרשימת הווטסאפ של המתנדבים.
כל שבוע כל אחד משבץ עצמו לדוכן. לא חייבים
להגיע כל שבוע,

כמובן. אני ממליץ בחום.

אייל יספה



יאיר שרן

לקום מההריסות

נס ציונה, יוני 2025, טיל איראני נפל בשכונה

בטבורה של שכונה נפער לו פצע
בטון מרסק גלי אבנים
הדף הפצצה חולל שמות
תושבים נותרו ללא הגנות
לכל תושב גורל לכל תושב
ספור
יש שהוא קל ויש שהוא חמור

האחד יצא מתוך ההריסות
גופו רועד, עיניו דומעות
על מה שאבד על מה שנגזז.
לפתע הזדקף מבטו נחוש
אין פנאי לנוח, אין פנאי לפוש
יש להתעשת יש לאגר כחות.
על החרבות יבנה בית חדש
גבוה יותר חסון יותר
מכאן שום טיל אותי לא יקח
מכאן רק טוב יגיע יצמח.

"אמא!" צעקה הבת "החדר נהרס
כל רכושי התפרק נדרס".
בכי תמרורים אים להתפרץ
לפתע אמרה דיני לא יחרץ
לא אתפרק אאסוף את עצמי
אשגם מתנים ואקים מחדש
אתאמץ אתמודד ללא כל חשש

תושבים קמים מתוך ההריסות
מפנים גלי אבנים משרטטים תכניות
בכפר השכונה כבר שותלים פרחים
בגנות כבר נפרסים דשאים
גגות מרסקים מתכסים רעפים
זגגים משקמים חלונות מנפצים
החיים שבים אט אט למסלולם
כלם יחזרו לשגרה, כלם
עוד יהיה פה שוב כל כך נעים ויפה
וכבר מתגודדים ומחליפים חיות בבית הקפה.

שקט... הלוואי אצלנו יוסי וונש



הוא יושב ובוכה אל תוך המים,
שקט עוטף את השמים.
שום דבר לא דוסק,
שום דבר לא בוער.
ידיו על ברכיו, מבטו מהרהר,
אין לו צרך לכבש עוד הר,
אין טרדות ואין בעיות,
אין שאלות ואין תשובות,
העולם ממשיך, הזמן לא עומד,
ואצלו בלב - הכל שקט.

חוויות חושים בט"ו באב

עם צמח הבושם רוזמרין רפואי עֲלֵה אֶלֶן

בחודש אב חלים שני ימים מנוגדים:

ט' באב – יום אבל בו מציינת המשנה ארבעה מאורעות חורבן: חורבן בית המקדש הראשון, חורבן בית המקדש השני, ביתר נחרבה לאחר מרד בר כוכבא, ירושלים נחרשה ליסוד איליה קפיטולניה ושהיית הכניסה של בני ישראל לארץ בעקבות חטא המרגלים (תענית, ד' ו').



ט"ו באב יום שמחה המצוין ביהדות כמועד בסימן פיוס, אהבה ונחמה בעם ישראל. יום זה מופיע במשנה בסוף מסכת תענית, בה הוא מתואר כיום טוב השווה במעמדו ליום הכיפורים. אמר רבן שמעון בן גמליאל "לא היו ימים טובים לישראל כחמישה עשר באב וכיום הכיפורים, שבהן בנות ירושלים יוצאות בכלי לבן שאולין, שלא לבייש את מי שאין לו. כל הכלים טעונים טבילה. ובנות ירושלים יוצאות וחולות בכרמים. ומה היו אומרות? בחור, שא נא עיניך וראה, מה אתה בורר לך. אל תתן עיניך בנוי, תן עיניך

במשפחה" (משלי ל"א, ל'). שקר החן והבל היופי, אשה יראת ה' היא תתהלל (משלי ל"א, ל'). המשנה במסכת תענית מתארת את ט"ו באב של ימי קדם כיום שבו בני ישראל היו לובשים בגדי לבן שאולים זה מזה, בנות ישראל היו יוצאות לחול במחולות בכרמים ובני ישראל היו חוטפים אותן למטרת נישואין "יט ויאמרו הנה חג-יהוה בשלל מימים ימימה.... כ ויצו (ויצאו), את-בני בנימן לאמר: לכו, וארבתם בכרמים. כא וראיתם, והנה אם-יצאו בנות-שילול לחול במחולות, ויצאתם מן-הכרמים, וחטפתם לכם איש אשתו מבנות שילול; והלכתם, ארץ בנימן" (שופטים כ"א, י"ט – כ"א). תאריך זה בולט במיוחד לאור המשפט שם: "לא היו ימים טובים לישראל כחמישה-עשר באב וכיום הכיפורים" (פרק ד', משנה ח').

כבר שיר-השירים מתאר אהבה כחוויה כלל חושית. מערבולת משכרת של מגעים, טעמים, ריחות, מראות וקולות, בהם הגוף והנופים מרבים להתערב זה בזה. הדוד מתאר את יופיה של הרעה, את ריחה ואת 'טעמיה', שהם כטעמי היין, הדבש והחלב: "מה יפו דרך אחתי כלה, מה טבו דרך מין, וריח שמניך מכל בשמים. נפת תיטפנה שפתותיך כלה, דבש וחלב תחת לשונך, וריח שלמתיך כריח לבנון" (שיר"ש ד', י' – י"א). והוא מספר: 'באתי לגני אחתי כלה, אריתי מורי עם בשמי, אכלתי יערי עם דבשי, שתיתי ייני עם חלבי' (שיר"ש ה', א'). הוא נושם את נשימתה ודומה הוא לו כריח התפוחים. "ורח אפרך כתפוחים" (שיר"ש ז', ט'). וכתפוחים 'טעמו' של הדוד בחיכה: 'כתפוח בעצי היער כן דודי בין הבנים. בצלו חמדתי וישבתי, ופריו מתוק לחכי' (ב 3). האוהבים מצויים ב'הרי בשמים' (שיר"ש ח', י"ד) ולחיו של הדוד הם "כערוגת הבשם מגדלות מרקחים, שפתותיו שושנים נטפות מור עבר" (שיר"ש ה', י"ג). "נרד וכרכם, קנה וקנמון עם כל עצי לבונה, מר ואהלות עם כל ראשי בשמים" (שיר"ש ד', י"ד). הרעה מתארת את דודה בצבעים עזים כפז ואדום ובאמצעות ניגוד דרמטי בין שחור (כעורב) ללבן (כיונים וחלב): "דודי צח ואדום דגול מרובה. קוצותיו תלתלים שחרות כעורב, עיניו כיונים על אפיקי מים רחצות בחלב" (שיר"ש ה', י' – י"ב; ג' י'; ה ט"ו).

רוזמרין רפואי - המשך

בתיאורי הגוף הנשי והגברי שלובים נופים וציוני מקום המשולבים במגוון רחב של צמחים ובעלי החיים המאכלסים אותם: הר גלעד, הר המור, גבעת הלבונה, ערוגות בושם, מגדל השן, מגדל דוד, מגדלות (=מגדלים?), מגדל הלבנון, לבנון, דמשק, שער בת רבים, הכרמל, ברכות בחשבון, אפיקי מים ומלאת (בריכת מים?), ועליהם נוספו איזכורים מעולם החי: עורב, יונים, עדר העיזים, עדר הקצובות, עופרים ותאומי צביה, ומעולם הצומח: שושנים, בושם, מור, לבונה, פלח הרמון, ערמת חיטים וארזים.

כבר בתקופת האבות היו ממלכות מצרים ומסופוטמיה אזור בו הפיקו בשמים. ארץ ישראל הפכה למרכז להפקת שמנים למשיחה והפקת חומרי בושם הודות להיותה מקום מפגש לארבעה אזורים ביוגיאוגרפים. כתוצאה מכך גדל בה מגוון עצום של מיני צמחים המייצרים במטבוליזם שלהם חומרים להפקת שמנים ובשמים. למגוון זה נוספו צמחי בשמים שהובאו בשיירות לארץ ולמצרים.

מגוון הבשמים שהפיקו בממלכות הקדומות של מצרים ומסופוטמיה, אחת מתופעות הטבע שהתברכה בהן ארצנו בזכות עושר גדול של צמחים המייצרים חומרים להפקת בשמים במטבוליזם שלהם.

מגוון הבשמים הוא ברכה שקבלה ארץ ישראל שכלולים בה ארבעה אזורים ביוגיאוגרפים ובכל אזור גדל מגוון מינים שכלל צמחים רבים להפקת בשמים בימי קדם ובימינו.

"וַיֵּשְׁבוּ לֶאֱכֹל-לֶחֶם וַיִּשְׂאוּ עֵינֵיהֶם וַיֵּרְאוּ וְהִנֵּה אֶרֶץ נִשְׁמָעָאִים בָּאָה מִגִּלְעָד וּגְמִלֵיהֶם נִשְׂאִים נָכָת וְצָרִי וְלֹט הוֹלְכִים לְהוֹרִיד מִצְרַיִמָּה. וַיֹּאמֶר יְהוָה אֶל-אַחִיו מִה-בְּצַע כִּי נִהְרַג אֶת-אַחִינוּ וְכִסִּינוּ אֶת-דָּמּוֹ. לָכֵן וּנְמַכְרֶנּוּ לַיִּשְׁמָעֵאלִים וַיְדַנּוּ אֶל-תְּהִי-בּוֹ כִּי-אַחִינוּ בְּשָׂרֵנוּ הוּא וַיִּשְׁמָעוּ אַחִיו". בשנה השנייה לצאת ישראל ממצרים, בעת סיום בניית המשכן נאמר: "לד וַיֹּאמֶר יְהוָה אֶל-מֹשֶׁה קַח-לָךְ סָמִים, נָטֵף וַיִּשְׁחַלֵּת וַיַּחֲלֶבְנָה, סָמִים, וַיִּלְבֶּנָה זֶכֶה: בַּד בָּבַד, יְהִיָּה. לָהּ וְעִשִּׂית אֶתְּהָ קִטְרֶת, רִקָּח מַעֲשֶׂה רוֹקֵחַ, מִמָּלַח, טָהוֹר קָדֵשׁ. לוֹ וַיִּשְׁחַקֵּת מִמֶּנָּה, הַדֶּק, וַנִּתְּתָה מִמֶּנָּה לְפָנֵי הַעֲדֹת בְּאֵהָל מוֹעֵד, אֲשֶׁר אֲנֹעַד לָךְ שָׁמָּה; קִדְּשׁ קִדְּשִׁים, תִּהְיֶה לָּכֶם. לִז וְהִקְטַרְתָּ, אֲשֶׁר תַּעֲשֶׂה--בְּמִתְכַּנְתָּהּ, לֹא תַעֲשֶׂה לָּכֶם; קִדְּשׁ תִּהְיֶה לָּךְ, לַיהוָה. לֹא אִישׁ אֲשֶׁר-יַעֲשֶׂה כְמוֹהָ, לְהָרִים בָּהּ--וְנִקְרָת, מַעֲמִיו".

במגילת אסתר מתוארים השמנים והבשמים שמשחו את אסתר לפני פגישתה עם אחשוורוש **יב** "וּבְהִגֵּיעַ תֵּר נַעֲרָה וְנַעֲרָה לְבֹא אֶל-הַמֶּלֶךְ אַחֲשׁוּרוֹשׁ, מִקֵּץ

הַיּוֹת לָהּ כְּדַת הַנָּשִׁים שָׁנִים עֶשְׂרִי חֹדֶשׁ--כִּי כֵן יִמְלֹאוּ, יְמֵי מְרוֹקֵיהֶן: שְׁשֶׁה חֳדָשִׁים, בְּשָׁמֵן הַמֶּר, וְשֶׁשֶׁה חֳדָשִׁים בְּבָשְׂמִים, וּבְתַמְרוֹקֵי הַנָּשִׁים" (אסתר ב' י"ב). כדי להגדיל את מגוון המינים להפקת בשמים עשו דרכן שיירות גם מהגלעד ומחצי האי ערב לארץ מצרים (שכללה אז את א"י), ואכן דרכי המדבר כונו במשך מאות בשנים "דרך הבשמים" (באותן דרכים הובילו גם התבלינים מארצות המזרח הרחוקות יותר).

שפע צמחי הבושם בארץ גם הוא מתואר בשיר השירים "בָּרַח דָּוִד וַיְדַמָּה לָךְ לְצִבִּי אוֹ לְעֶפְרַיִם הָאֵלִים עַל הָרֵי בְּשָׂמִים" (שיר השירים ח', י"ד). החקלאים בחודש אב נהנו משפע הריחות שייצרו הצמחים עם החום העולה שאיתו מתנדפים ביתר קלות השמנים האתריים והחומרים הארומטיים מהעלים והפרחים של צמחי הבושם.

משלל הצמחים שריחם שימש את האוהבים בשיר השירים אייחד את המאמר **לרוזמרין ממשפחת השפתניים**, הנזכר במסכת ברכות בשם **הני חלפי דימא מברכין עליהו בורא עצי בשמים**. הרוזמרין שימש גם צמח רפואי ומברכים עליו "בורא מיני בשמים" (תלמוד בבלי מסכת ברכות, דף מ"ג, עמ' א; עמ' ב'; משנה תורה ספר האהבה הלכות ברכות, ט').

השם רוזמרין (rosemary) נגזר מהמילים הלטיניות ros-roris = טל ו- marinus = ים ומשמעותו "טל הים". הוא נקרא על ידי היוונים antos שמשמעותו "הפרח" או libanotis שפירושו "לבונה" משום שריחו נחשב כדומה לריח הלבונה או משום שגם הוא שימש להקטרת קטורת. מהסוגייה במסכת ברכות ניתן להסיק בוודאות שהרוזמרין משתייך לצמחי בושם הנקראים "חלפי דימא" והם מוזכרים גם כצמח רפואי לטיפול בכאבי ראש. ולהם כמה זיהויים בוטניים: "לדמא דרישא ליתי שורבינא ובינא ואסא דרא, וזיתא וחילפא, וחילפי דימא ויבלא, ולישלוקינהו בהדי הדדי וכו'" (גיטין, סח ע"ב) (1).



רוזמרין רפואי - המשך 2

הגישות השונות ביחס להיותו קשה או רך וכן איך צריך לברך: "בורא עצי בשמים" או "בורא מיני בשמים". ניתן לשער שהקביעה שגבעוליהם רכים מתייחסת רק לשלבי הגידול המוקדמים אשר מתקשים בהמשך צמיחתם. בתוספתא אמרו לעניין זה ומדברי המאירי משתמע כל שמוציא עליו מעיקרו עשב הוא, וכל שמוציא מעצו אילן הוא. ומכל מקום יש מפרשים שאפילו עשב, כל שהוא מתקשה כעץ, מברכין עליו עצי בשמים (ברכות, מג ע"ב): מדברי הרשב"א (ברכות, מג ע"א) ניתן להבין שהקביעה שרוזמרין מוגדר כעץ נובעת מעצם העובדה שבמקביל לענפים הרכים יש גם ענפים קשים (במינוח המקצועי – ענפים מעוצים). בכך הוא חולק על המאירי המסביר שהסיבה להגדרה כעץ היא משום שהענפים רכים מתקשים מאוחר יותר. מדובר בצמח המכיל גבעולים קשים (מעוצים) ורכים (עשבונים) בו זמנית והשאלה היתה לאיזה מהם להתייחס בעת קביעת ההלכה?



הרוזמרין הוא בן-שיח ים תיכוני ירוק-עד, מסועף, סבוך וזקוף, ריחו עז. העלים ששפתותיהם גלולות אחורה מכוסים בשערות דקיקות של לבד בצבע לבן, הם והפרחים התכולים נושאים את השמן האתרי המפיץ את הריח העז להכנה של בשמים וסבונים. באירועים של ט"ו באב היו מבשמים את הגוף והפנים בשמנים אתרים. רוזמרין רפואי פורח כמעט כל השנה, שופע פרחים ההומים תמיד מדבורים, משמש צמח-דבש חשוב. צבע הכותרת תכול עד סגול, הגביע פעמוני, דו-שפתי. האונה האמצעית של השפה התחתונה דומה לקערה עם ידית המשמשת משטח נחיתה לשפע המאביקים, הנמשכים גם הם לצוף ולשמן האתרי.

המינונים של השמן האתרי של הרוזמרין עשויים

להיות מגוונים מאוד, כאשר הרוזמרין יכול להשתלב בפורמולות, עם צמחי מרפא ובושם אחרים, או להילקח כצמח בודד בפני עצמו (בטינקטורה). יעידו על כך מגוון החומרים המשניים (חומרים שאינם משמשים את הצמח למטבוליזם של מחזור החיים שלו) שמצויים ברוזמרין¹.

את השמן האתרי הפיקו בתקופות הקדומות בשיטת האידוי. בשיטה זו העבירו אדים חמים דרך חומר צמחי, מה שגורם לתאים המכילים את השמנים האתריים להיקרע ולשחרר את השמנים והחומרים הארומטיים. לאחר מכן צננו את תערובת האדים כדי להפריד בין השמן והמים. השמן האתרי נאסף, וגם במים שנותרו השתמשו לטיפולים רפואיים.

ריקודיהן של בנות ישראל בכרמים ם בליל ט"ו באב היו מפגש ייחודי בין גוף, רוח וטבע. בשעה שרקדו יחפות, עטופות בלבן, נישא בריחן של רוזמרין וצמחים נוספים כמו לבונה, מור ושאר שמנים אתריים – תערובת מרקחת ריחנית שנקראה לא רק לטיפול הגוף, אלא גם לחיזור ושמחה. השמנים הללו מתווכים של ריח, זהות, והשתייכות למסורת עתיקה של נשים שפעלו מתוך מודעות, תעוזה ורוח חופשית.

כך הפך ט"ו באב – חג של אהבה ופשטות – למופע שבו השמן הוא סמל לרוך, לקדושת הגוף הנשי, ולחיבור העמוק בין האדם לאדמתו, בין המסורת לגעגוע, בין הריח לזיכרון. ובשלב הריח שנותר אחריהן בכרמים, נותר גם סיפורן.



(Rosmaricine = carnosic acid, Picrosalvin = Carnosol, Carnosilic acid, Rosmariquinone), Triterpenic acids (Ursolic acid, Oleanic acid), Monoterpenes (Alpha-pinene, Camphene, Limonene, 1,8-Cineole, Camphor, Borneol, Verbenone, Bornyl, Bornyl-acetate)

Essential oils – Phenols (Rosmarinic acid, Chlorogenic acid, Caffeic acid), Flavonoids (Cirsimar, Homoplantiginin, Phegopolin, Genkwanin, 6-Methoxygenkwanin, Hispidulin, Hesperidin, Sinensetin, 6"-O-(E)-Feruloylhomoplantiginin, Apigenin, Diosmetin, Diosmin, Luteolin, Genkwanin, Ladanein), Diterpenes

ספרים רבותי, ספרים! נירה בן ישראל

ספר נוסף שקראתי ברצף של כמה שעות הוא ספרה של אילה דקל "**עד שתחזור אלי**".



מתוך אתר
"עברית":

"עד שתחזור אלי" הוא סיפור מרתק ונוגע ללב, על זוג אחד, משפחה אחת, אבל הוא גם סיפורן של עשרות אלפי משפחות ישראליות שגם אותן המלחמה קרעה כאשר הגברים נקראו

למילואים – והנשים והילדים נותרו להחזיק את הבית. באהבה ובדמעות, באומץ ובכנות מספרת אילה דקל, את סיפורה של מדינה שלמה."

זכיתי גם לשמוע את אילה דקל המספרת על כתיבת הספר במפגש תרבות במכבים, ולקבל הקדשה על הספר שקניתי.

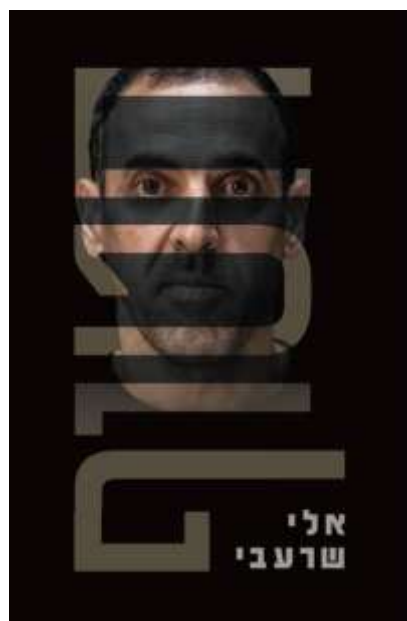
שני הספרים מאד מומלצים לקריאה, למרות שאינם קלים. אבל עם הקשיים - בכל אחד מהם יש תקווה ומקורות כוח, של שני אנשים מאד אופטימיים.

הלואי שהמלחמה כבר תסתיים, וישובו במהרה כל החטופים, וכל החיילים ישובו למשפחותיהם.

ברצוני לשתף לגבי שני ספרים שקראתי לאחרונה, הנוגעים בליבת חיינו הנוכחית, במלחמה האינסופית ובהשפעותיה על האנשים בחזית וגם בעורף.

הראשון - "**חטוף**", שכתב א'י שרעבי.

מתוך ויקיפדיה:



"חטוף" הוא ספר אוטוביוגרפי מאת אלי שרעבי, המתאר את קורותיו של שרעבי במהלך 491 הימים שבהם שהה בשבי החמאס ברצועת עזה, לאחר שנחטף מביתו במהלך הטבח בבארי בוקר 7 באוקטובר 2023.

ביוני 2025 בהוצאת סלע מאיר. הספר הפך לרב מכר של "ישראל היום", בשבוע הראשון לצאתו. בנוסף הפך הספר לרב המכר המהיר בהיסטוריה של הספרות העברית כאשר מכר למעלה מ-20 אלף עותקים בחמישה ימים."

נירה:

הספר נקרא בנשימה עצורה, וזכיתי גם לעמוד בתור כחצי שעה ולקבל הקדשה מאלי שרעבי על הספר שקניתי.



רעים ורעות כמו נירה, גם אתם מוזמנים לשתף את חברי הקהילה בספר שקראתם, בסרט שראיתם, בטיוול, במתכון טעים, בבדיחה של הנכד/ה

אקל"ה (אירועים קורים ללאה)

1.5.2025

זו הפעם השנייה שאני מפונה מביתי שבמסילת ציון בגלל שריפה. האירוע הקודם התרחש בדיוק לפני שבוע ביום רביעי. רק ביום ראשון ריח השריפה באוויר רווי הרעלים נהיה נסבל יותר, לפחות במהלך היום, ויכולתי לחזור הביתה. ואתמול זה שוב קרה ועכשיו אני עדיין בעיצומו של האירוע, מפונה מביתי כמו כל תושבי המושב, ועדיין אין אישור לחזור אם בגלל האש שעדיין לא לגמרי השתלטו עליה ואם בגלל זיהום האוויר רווי הרעלים המהווה סכנה בפני עצמו. ושוב אני חווה אינסוף שעות ארוכות של אימה וחרדה לגורל ביתי ולגורל המושב, לא יודעת אם יהיה לי בית לחזור אליו, ואם יהיה בית באיזה מצב אפגוש אותו. אני גרה ממש מול היער, בשורת הבתים הקרובה אליו ביותר, כמעט מרחק נגיעה ממנו.



היער הוא מקור של יופי בימים של שלווה ומקור לאימה כשהוא נדלק. השריפה הקודמת התחילה בגלל רשלנות, כך קוראים לבדל סיגריה שהושלך והאש שלא ממש כובתה נאחזה בעשבים היבשים ואת השאר עשתה הרוח שהובילה את האש לעצי האורן שכל הביולוגיה שלהם מותאמת לשריפות, והם מתלקחים במהירות והאצטרובלים הבוערים יורים את האש קדימה. הפעם לא ברור עדיין מה הגורם לשריפה - שוב רשלנות, רמץ לוחט שלא לגמרי כבה בשריפה הקודמת או הצתות זדוניות. כך או כך, התוצאות הוות אסון. בשבוע שעבר נשרפו עשרת אלפים דונם תוך 4-5 שעות, הפעם ממדי השריפה עצומים עוד יותר. מקווה שאוכל לחזור בקרוב לביתי ולמצוא אותו ללא פגע.

2.5.2025



היום חזרתי הביתה, אחרי הפינוי מהשריפה הנוראית שהתחוללה בשפלת יהודה. בשולי כביש 1 "מטליות" אדמה חרוכות ועצים שרופים כבר באזור מחלף ענבה. האש דילגה, כמו ילדה מקפצת במשחק קלאס, ממקום למקום, שורפת ומותירה שטחים חרוכים. כשמתקרבים ללטרון בואכה שער הגיא, השריפה במלוא עוצמתה. משער הגיא היא מטפסת על הרי יהודה מזרחה. אני פניתי בכביש 38, הרס נוראי של כל היער היפה שהיה כאן ועלה בלהבות השמימה, מתקרבת בלב פועם מחרדה למושב שלי- מסילת ציון, עוצמת הולם הלב מתגברת ככל שאני מתקרבת, איזה הרס יתגלה לי!! פונה ימינה בהתרגשות לכביש הכניסה למסילת ציון, הפתעה- בועה ירוקה בתוך כל השחור שמסביב, גם הפעם התופת בערה מסביב, מתקרבת אך לא ממש פוגעת, כאילו מישהו השגיח מלמעלה, מלאכים טובים שמרו עלינו. נכנסת לביתי בהתרגשות, מה עלה בגורל היער הנפלא שמול ביתי, וגם כאן, היער נותר ירוק, בשורות העצים מאחור אפשר להבחין בעקבות השריפה, אבל היא הותירה מסך ירוק, לא נגוע, ממש מול חלוני.

תודה לאל ולכל כוחות העליון שהשגיחו על המושב שלי, הבית שלי והיער שמול ביתי. ושוב אני יכולה לנשום.

אקל"ה -המשך

13.7.2025

היום אני עוברת ניתוח של החלפת ברך. הניתוח יתקיים בבי"ח רפאל בקריית עתידים בתל אביב. כל תמיכה, עזרה, ברכה, תפילה, עצה וכל מה שיכול לעשות טוב ללב הדואג יתקבל בברכה.



אפשר לחייך. הניתוח עבר בשלום. משום שאני מתגוררת לבד, קופת חולים אישרו לי לעבור שיקום ב"משגב לדרך" בירושלים (רחוב חזקיהו המלך 27, קומה 2, חדר 12) ולא בבית. **אשמח לראותכם.**

ברכת הברך: הסר כל דלקת נפיחות או מכאוב ותשיב את האור לפסיעה והחיוך להליכה. (שלחה לאקלה שוש מזרחי)

משל העצים

נ"י פקפקסי הרש"ל

לפני שנים רבות מאוד
בשנות התנ"ך הרחוקות
הלך הלכו העצים למשם עליהם מלך
שיהיה להם מנהיג ומורה דרך.
פנו אל הזית, הגפן והתאנה,
כלם מציינים ויודעים המלאכה,
ובקשו: מלכו עלינו, אנו זקוקים למנהיג,
שיוביל, ישפט, יאחד וגם יחליט.
אך העצים המכבדים עתירי הזכויות
סרבו בנימוס וותרו על ההצעות.
בצר להם, פנו העצים לאטד הקוצני,
עץ חזק, שתלטן, בעל פרי לא איכותי.
הלה הסכים מיד להצעה הנדיבה
אך אים כי כל בקרת תגרר תגובה קשה.
"בואו חסו בצלי ואם אין" - הוסיף בגאון,
"תצא אש מהאטד ותשרף את עצי הלבנון.
הספור הזה אולי לא היה ולא קרה באמת,
אולם הוא משל לדור מנהיגות ההולך ופוחת,
ל"חברה הטובים" היושבים "בין המשפטים"
מצקצקים בלשונם כאלו: מה יום מיומים?
משאירים את המרחב לקוצים ודרדרים
ההורסים ומשתלטים על חלקת האלהים.
ימי התנ"ך לא ישובו עוד לבטח
אך האטדים ימשיכו בכל דור להבעיר את השטח.
אם לא נשמר ונשגן את הלך,
נאבד את מה שיש לנו, לנצח

9.2.2025

האם יהיו משוררים טובים בדור הבא?

עלי מוהר	(1948-2006)
דודו ברק	() - 1948
מתי כספי	() - 1948
שלמה ארצי	() - 1949
דני סנדרסון	() - 1950
עוזי חיטמן	(1952-2004)
זוהר ארגוב	(1955-1987)

עם לכתו של שייקה פייקוב אל עולם שכולו טוב, התחזקה בי התחושה שעולם השירים והפזמונים הולך ונעלם ואני תוהה אם נוצר בימינו משהו בסדר גודל של השירים מן העבר. סדר הגודל שאני מתכוון אליו הוא, למשל, שירים של תשעת המשוררים הראשונים ברשימה, שירים בני שנה, 100 עדיין מושרים, זוכים לעיבודים חדשים ועדיין מושמעים ברדיו, יו-טיוב, ספוטיפי.

כל אלה הם משוררים ומלחינים מהגדולים והחשובים במוזיקה הישראלית, שכתבו על החיים בארץ, יצרו את "פס הקול הלאומי" שהוא גם "פס הקול שלי", יצרו את הרוח הישראלית, ושיריהם עומדים במבחן הזמן - 50-100 שנים, שירים שהפכו לקלאסיקה, שמבטאים בעיני את הרוח הישראלית. הם כתבו שירים המזוהים ביותר עם התרבות הישראלית, חלקם הפכו לנכסי צאן ברזל בתרבות הישראלית לילדים ומבוגרים, שירים ששילבו הומור, כאב, אהבה וציונות.

כפי שאפשר לראות מהסוגריים ליד שמות המשוררים, רובם כבר אינם בינינו, ואני שואל את עצמי האם בדור של ילדי (בני 40-50) ישנם משוררים ומלחינים בסדר גודל של המשוררים והמלחינים המוזכרים לעיל, האם השירים שנכתבים היום יהיו מוכרים בעוד 30-40-60 שנה?

חיים נחמן ביאליק	(1873-1934)
שאל טשרנובסקי	(1875-1943)
רחל המשוררת	(1890-1931)
נתן אלתרמן	(1900-1970)
אברהם שלונסקי	(1900-1973)
מרדכי זעירא	(1905-1968)
דוד זהבי	(1910-1977)
לאה גולדברג	(1911-1970)
יעקב אורלנד	(1914-2002)

שירים של הרשימה הבאה עדיין מושרים ועדיין מושמעים ברדיו, יו-טיוב, ספוטיפי. למרות שהם בני כ-75 שנה

חיים גורי	(1923-2018)
נתן יונתן	(1923-2004)
יהודה עמיחי	(1924-2000)
חיים חפר	(1925-2012)
דליה רביקוביץ	(1926-2005)
נעמי שמר	(1930-2004)
שייקה פייקוב	(1931-2025)
תרצה אתר	(1931-1977)
יוסי בנאי	(1932-2006)
נחום היימן	(1934-2016)
יוסי גמזו	(1938-2021)
אריק איינשטיין	(1939-2013)
ירון לונדון	() - 1940
אהוד מנור	(1941-2005)
נורית הירש	() - 1942
מאיר אריאל	(1942-1999)
רחל שפירא	() - 1945
חנה אלברשטיין	() - 1946
חנן יובל	() - 1946
בועז שרעבי	() - 1947
יונתן גפן	(1947-1923)

יש תקווה בעולם
למי שבוחר לקוות
יש אמונה בעולם
למי שבוחר להאמין
יש אהבה בעולם
למי שבוחר
לאהב

זה היה בחודש תמוז

הרצ

★ האם ישראל היא וילה בג'ונגל או שותפה במערכה אזורית?

קבלת שבת 4.7.2025



נירה בן ישראל: עסקנו במנהיגותו של משה, שבמקום לדבר אל הסלע הוא היכה עליו, ועל כך נענש ולא נכנס לארץ המובטחת, וגם במנהיגותו של בנימין זאב הרצל, שנפטר ב 3 ביולי 1904, והוא רק בן 44, וגם הוא היה איש חזון ומעש, אך לא זכה לראות את חזונו מתגשם. עסקנו בדומה ובשונה בין שני המנהיגים, ושרנו שירים על משה ועל הרצל.



שמענו את תא"ל במיל' אודי דקל, בעברו ראש החטיבה האסטרטגית באגף התכנון של צה"ל וכיום מנהל תכנית המחקר "מסכסוך להסדרים" במכון לחקר בטחון לאומי בהרצאה אקטואלית במיוחד על מצבנו הגיאוגרפי-פוליטי: לאחר השינויים העמוקים שעברו על המזרח התיכון - "לאן משייטת מדינת ישראל".

★ האם המערכה האזורית נעה לכיוון הסכמים חדשים או שפנינו למלחמה ממושכת?

★ האם חזון השלום האזורי עדיין רלבנטי או שמדובר באשליה משנות ה-90?

★ האם מדיניות "ניהול הסכסוך" מיצתה את עצמה או שזוהי הדרך הריאלית ביותר להמשך?

★ מה מידת ההצלחה של המערכה מול איראן? מהם הסיכויים והסיכונים בעקבות המלחמה?

★ האם צרכי הביטחון של ישראל מחייבים שליטה על העם הפלשתיני?

זה היה בחודש תמוז – המשך

מועדון קריאה 6.7.2025



נירה בן ישראל: במפגש עסקנו בספר "פאני

וגבריאל", ספרה האחרון של נאוה סמל, שנפטרה בשנת 2017.

בספר מספרת המספרת את סיפורם של סבתא וסבא שלה. הספר הוא שילוב של מציאות והשלמות מן הדמיון, סיפור המתמשך ממלחמת העולם הראשונה במזרח אירופה ועד שנות השבעים במדינת ישראל. הקוראות ברובן אהבו מאד את הספר, את הכתיבה הקולחת, את הרומן ההיסטורי, את המעורבות של המספרת התווה לגבי זכותה להתערב בסיפור, את האהבה הגדולה ואת הפירוד, את הנאמנות שהזכירה את נאמנותה של פנלופה לאודיסאוס, ואת הגבר המרוכז בעצמו כמו נרקיסוס מן המיתולוגיה.

המפגש הבא - 31 אוגוסט, על הספר "הר אדוני" מאת ארי דה לוקה.



קבלת שבת 11.7.2025

ירדנה פיינמסר ורחל וונש: קיבלנו את השבת בשירים וקטעי קריאה.

בחלק של הדרשה עסקנו בפרשת השבוע

בלק היא פרשת השבוע השביעית בספר

במדבר. סיפרנו שהפרשה עוסקת בעיקר בסיפור

רצונו של **בלק** מלך **מואב** לקלל את עם ישראל

במטרה להחליש אותו. הוא מבקש מבילעם בן בכור.

לקלל את העם. אחד הביטויים שאמר בלעם

כשקילל/ברך את עם ישראל הוא **"הן עם לבדד ישכן**

ובגוים לא יתחשב" – קיימנו דיון אם מדובר בברכה

או בקללה. בהמשך שרנו את השיר: "העולם כולו

נגדנו", שכתב יורם טהר לב בשנת 1969.

בחלק השני, לזכר יום הולדתו ה-84 של ישראל

פוליאקוב שהיה שחקן, זמר, קומיקאי תסריטאי

ובמאי, שהופיע עם התרנגולים, להקת הנח"ל, וכמובן

היה חלק משלישיית הגשש החיוור. שרנו שירים

שהוא השתתף בהם: "האם אמרו לך פעם" –

(התרנגולים), "מים לדוד המלך" (הגששים בפסטיבל

הזמר והפזמון 1970), "היה היה פנס בודד" - שיר

שגברי ושייקה שרו בלווייה שלו.

תמוז קבלת שבת 18.07.2025



אייל ישפה: קבלת השבת עסקה השבוע בפרשת

פנחס. שוחחנו על חמש בנות צלפחד והתקדים שיצרו

בפנייתן הפומבית למנהיגי העם בדרישה לצדק. החוק

שהוגדר על ידי אלוהים איפשר לבנים בלבד לרשת

את נחלת אביהם. בנות צלפחד דורשות צדק ושוויון.

הן מבקשות לרשת את נחלת אביהן. ואלוהים משנה

את החוק לאור דבריהן. דיברנו על נשים פורצות דרך

בהיסטוריה האנושית כשהתמקדנו בעיקר בנשים

המשך בעמוד הבא

יהודיות.

קבלת שבת 18.07.25 – המשך

השקוץ האב



במוצאי שבת ה-2/8 נציין את **תשעה באב** יחד עם קהילות יזמה וידיד נפש. אנחנו נקרא במפגש את פרק ג במגילת איכה.

ולהבדיל

במוצאי שבת 9.8 נציין בקהילה

את ט"ו באב.

חג הקהילה

אנא שריינו את סוף השבוע של ה-**17-18 באוקטובר**. בימים הרשומים נציין בעין גדי **עשור לפעילות הקהילה**. בגדול, יוצאים בשישי בבוקר וחוזרים בשבת בערב. מי שמעוניין להצטרף לצוות שיתכנן ויוביל את הפעילות באירוע – מוזמן לפנות לאיל.



בהמשך שרנו כמה משיריו של מאיר אריאל שהלך לעולמו לפני עשרים ושש שנים. שירים כמו "ירושלים של ברזל" שכתב אריאל במהלך מלחמת ששת הימים על בסיס שירה של נעמי שמר, "אגדת דשא" אותו כתב יחד עם שלום חנוך, בן קיבוצו (משמרות), ו"שדות גולדברג" שהוא מעין תשובה לשיר "האמנם" שכתבה לאה גולדברג.

לפני סיום קראנו שוב, כמו בכל יום שישי, את **התפילה שלנו לחזרת החטופים**.

נושאים אנו תפלה

כמיהה ובקשה

שישבו ויקרנו לגבולם,

שלא תפל שפעה משפחות ראשם

שנחזר ונתאחד עם כלם.

מיילים אנו להחלמת הפצועים בגופם ובנפשם,

משועים לשלומם ומצפים לבואם של כל השבויים,

החטופים והנעדרים.

נפלל שלא יחסר כל מאמץ ולא יגרע חלקם.

שישבו במהרה לקהל ישראל, לבתיהם ואל יקריהם

כבר 650 ימים ולילות שמדינת ישראל עדיין לא החזירה את כל החטופים, ואנחנו קוראים בכל כוחנו ומאודנו לממשלת ישראל לדאוג לחזרתם המיידית.

אין ישפה

מפגש עם אמן + קבלת שבת 25.7.2025



