

זמני כניסת ויציאת השבת
פרשת ויצא

בית המדרש
'חזון יוסף'

י-ם	15:56	17:15
ב"ב	16:15	17:16
פ"ת	15:56	17:16

להזקק תורה:
#4261 קנישו לשלוחה
073-275-7000

- בני ברק
- ירושלים
- פתח תקוה
- אלעד
- בית שמש
- חולון - בת ים
- רחובות
- חדרה - נתניה
- צפון
- דרום
- שרון



השבוע

בחולון בת-ים וראשל"צ

מבית 'קו עיתונות' רשת השבועונים המקומית המובילה והגדולה בציבור החרדי

בס"ד • העיתון המרכזי של חולון בת ים מבית רשת 'קו עיתונות' • יום חמישי י' כסלו תשפ"ד 23/11/23 • גיליון מס' 675 **קו עיתונות**

קבינט המלחמה ושרי הממשלה נקראו לאשר את העסקה עם חמאס

המתווה: 50 חטופים ישוחררו תוך ארבעה ימים



ע"פ מתווה העסקה שסוכם בתיווך קטאר ובתמיכה אמריקאית: חמאס ישחרר במשך ארבעה ימים 50 חטופים ישראלים חיים • מרבית החטופים שצפויים להשתחרר: נשים, ילדים ומבוגרים • התמורה: שחרור של 150 מחבלים בעיקר אסירות וצעירים "ללא דם על הידיים", הפסקת אש למשך ארבעה ימים והפסקת פעילות לאיסוף מידע למשך שש שעות בכל יום מימי ההפוגה | עמ' 7

שר החוץ אלי כהן בראיון ל'קו עיתונות' מדבר על יעדי המלחמה, אכזריותו של חמאס והמאמצים הבלתי פוסקים להשבת החטופים:

"מתקפת השביעי לאוקטובר הייתה מתקפת ההתאבדות של החמאס"



"המאבק הזה לא ייגמר עד שכל 239 החטופים יהיו בבית. זאת המשימה שהגדרנו לצה"ל ולמערכת הביטחון שלנו" • "כולנו אחים, בלי קשר לאמונות שלנו. חילונים, מסורתיים, חרדים - כולנו יחד בזה" • "המסר שלנו ליריבים שלנו? תחשבו פעמיים לפני שאתם מאתגרים אותנו. העמידות שלנו היא הנשק הגדול ביותר שלנו" • "זאת מלחמה ארוכה, אבל אנחנו מחויבים למשימה שלנו: לחסל את חמאס ולהחזיר את כל החטופים" • על האיום מתימן: "כל מי שפוגע בישראל, כל מי שיש לו דם יהודי על הידיים, נגבה ממנו את החשבון" | עמ' 14-15

ערכה ביתית לבניית קיר בולדר



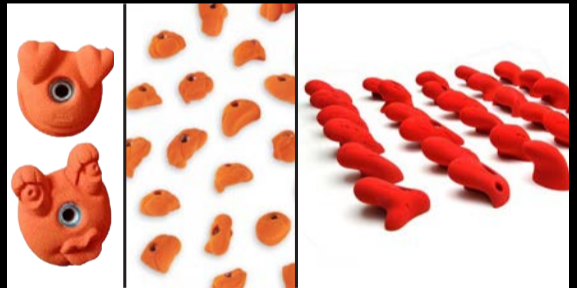
חולמים על קיר משלכם? או על פינת אימון בבית?

אצלינו תוכלו להזמין ערכות ביתיות להרכבה עצמית

פגבורד עם 2 ידיות אחיזה



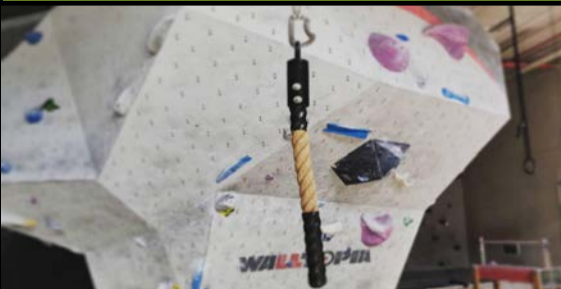
אחיזות חדשות ויד 2



כדורי דרגון בול נינג'ה



אחיזת חבל למסלול נינג'ה



ידיות לאימון נינג'ה



פינגרבורד חברת frog דגם trango



פינגרבורד תאומים של חברת HRT



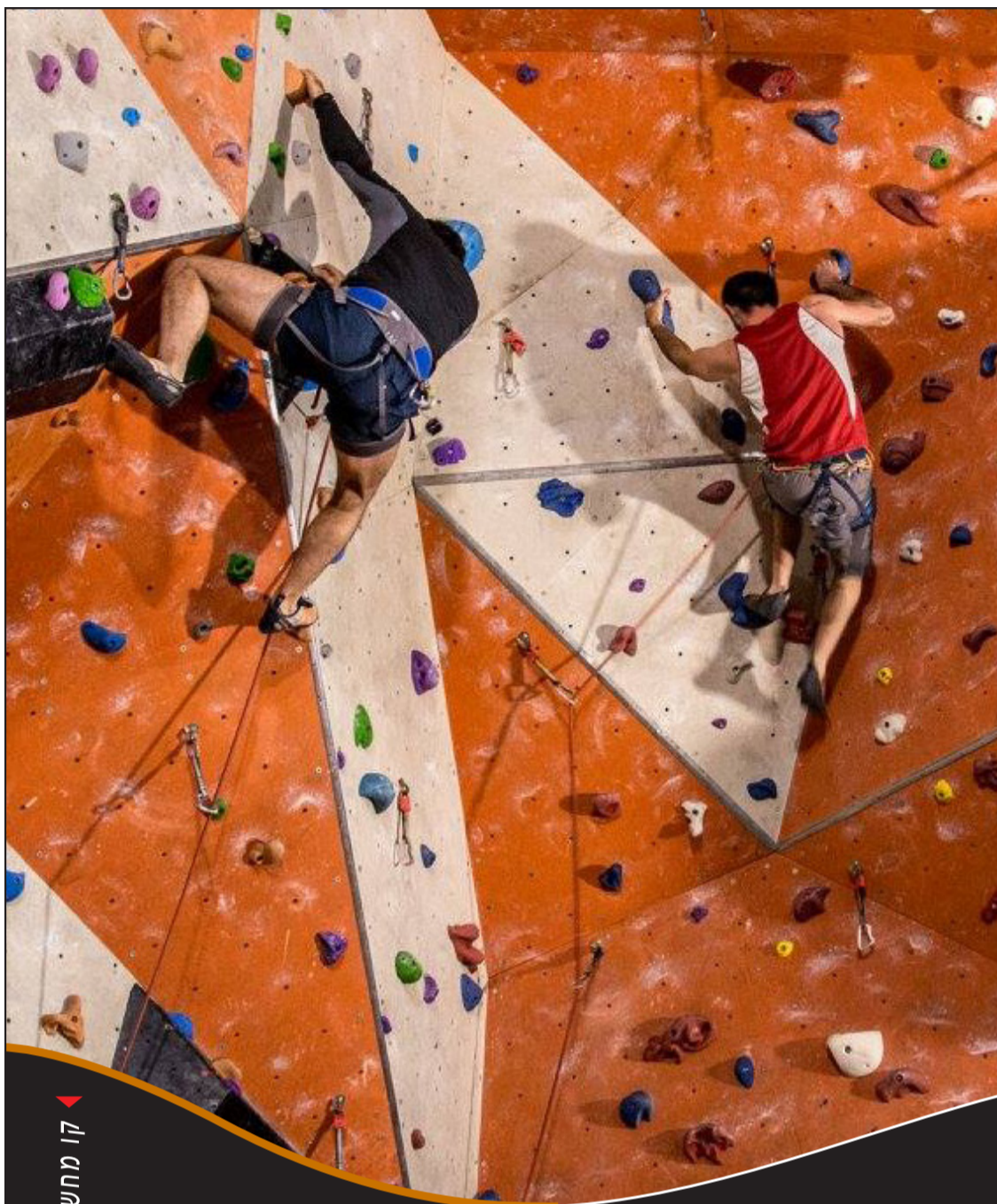
אימוני כח



התקשרו עכשיו והזמינו את הערכה שמתאימה לכם!

www.360climbing.co.il | 054-360-3-360





בואו לטפס בקיר טיפוס הגבוה ביותר בירושלים!

קו מחשבה



הרשמה לחוגים
בעיצומה!

ניתן לערוך אירועים
לקבוצות וסמינריונים

ניתן לערוך ימי
הולדת במקום

חנות לציוד טיפוס
מקצועי

- טיפוס בולדר
- טיפוס בהובלה
- טיפוס מאובטח אוטמטית
- מתקני כוח וכושר
- מגוון מסלולים למתחילים
- ועד מקצוענים

Sometimes Difficult
Never Impossible

02-6482264 www.iclimb.co.il אצטדיון טדי, מרכז הספורט דוד איילון 1 ים



המתווה: 50 חטופים ישוחררו תוך ארבעה ימים

ע"פ מתווה העסקה שסוכם בתיווך קטאר ובתמיכה אמריקאית: חמאס ישחרר במשך ארבעה ימים 50 חטופים ישראלים חיים • מרבית החטופים שצפויים להשתחרר: נשים, ילדים ומבוגרים • התמורה: שחרור של 150 מחבלים בעיקר אסירות וצעירים "ללא דם על הידיים", הפסקת אש למשך ארבעה ימים והפסקת פעילות לאיסוף מידע למשך שש שעות בכל יום מימי ההפוגה



הכרעה קשה. ראה "מ", שר הביטחון והרמטכ"ל בישיבת הערכות בקריה

חיים ריין

חודש וחצי המתנינו משפחות החטופים לבשורה שתודיע על שחרורם של החטופים. אמנם מרבית החטופים לא ישוחררו בעסקה הנוכחית, אך הנחת היסוד הייתה שבלתי ניתן לשחרר את כלל החטופים בעסקה אחת. מאחורי הקלעים פעל נשיא ארה"ב ג'ו ביידן לקידום העסקה ובתיווך של קטאר, נותנת החסות של חמאס. לאחר שבועות ארוכים של מו"מ מייגע ומורט עצבים, הודיעו בחמאס שפרטי העסקה אושרו ע"י שני הצדדים וכי קטאר תודיע על כך באופן רשמי.

כאשר בשעות הצהריות של יום שלישי החלו לזרום הידיעות על כך שנתניהו החליט לכנס את קבינט המלחמה, ומיד לאחמ"כ את הקבינט המדיני בטוהובוטנין ולאחריהם לקיים ישיבת ממשלה, היה ברור שעסקה לשחרור חטופים היא שעומדת על הפרק.

העסקה המתגבשת כוללת שחרור של 50 חטופים ישראלים שישוחררו ב-10 פעימות, כאשר כל החמישים צפויים להשתחרר בתוך ארבעה ימים. בתמורה לתקיים הפוגה של ארבעה ימים מהלחימה. על כל עשרה חטופים נוספים שחמאס ישחרר תמשיך ההפוגה יום אחד נוסף. המחיר: על כל חטוף ישראל תשחרר שלושה מחבלים, כאשר הדגש הוא על נשים ובני נוער "ללא דם על הידיים". בנוסף, ישראל תפסיק למשך שש שעות בכל יום פעילות מעקב אווירית ברצועת עזה במהלך ימי ההפוגה.

ההחלטה עברה ברוב גדול גם בקבינט וגם בממשלה, אולם בשעות הערב של יום שלישי נשמעו קולות המתנגדים לעסקה בעיקר משרי הצינונות הדתית ועוצמה יהודית. השר לביטחון לאומי בן גביר אמר עוד לפני ישיבת הממשלה: "מתקשה מאוד לתמוך בעסקה. הסכמת חמאס לעסקה מעידה שצה"ל מבצע כתישה אפקטיבית, יש להמשיך להכות באויב ולהביא אותו לעסקה בתנאים שישראל מכתובה ולא בתנאים הבעייתיים מאוד שמסכנים את כוחות צה"ל ולא מבחינה בין החטופים".

הדתית תעמוד כמו חומה בצורה על המשך המלחמה עד להשמדה מוחלטת של חמאס, החזרת החטופים כולם והסרת האיום הנשקף מרצועת עזה לעבר אזרחי ישראל".

לעומת זאת במפלגות החרדיות הודיעו כי יתמכו בעסקה. יו"ר ש"ס ח"כ אריה דרעי הציג אתמול הערב בפני זקן מועצת חכמי התורה הגר"מ מאיה וחבר המועצת הגר"א סלים, את פרטי המתווה שהובא לאישור הממשלה. השניים הורו לדרעי להנחות את שרי ש"ס להצביע בעד המתווה לשחרור השבויים הנמצאים בסכנת נפשות של ממש. כמו כן, הציג דרעי בפני הראשון לציון הגר"י יוסף את פרטי המתווה לשחרור חטופים שהובא לאישור הממשלה. לאחר ששמע את פרטי המתווה הנוכחי פסק כי על פי ההלכה ועל פי פסיקות אביו מרן הראש"ל רבנו עובדיה יוסף זצ"ל יש להצביע בעד המתווה לשחרור השבויים הנמצאים בסכנת נפשות של ממש.

גם שרי יהדות התורה הודיעו כי בכוננתם להצביע בעד העסקה שכן מדובר בדיני נפשות וכי בכל יום שהחטופים בעזה נשקפת להם סכנת חיים מיידית.

המוצעת רעה ואסור להסכים לה. רעה לביטחון ישראל, רעה לחטופים ורעה לחיילי צה"ל. אנחנו רוצים לראות את כל החטופים בבית בריאים ושלמים, ודווקא בגלל זה מדובר בעסקה שאסור להסכים לה. חמאס נואש לימי הפוגה כדי להתארגן להמשך הלחימה תוך עריכת מניפולציות חוזרות ונשנות עם יתר החטופים, ועל כן צריך להמשיך את הלחץ ולוודא שכל החטופים משוחררים. אנו מעמידים אל מול פנינו את החטופים הנותרים, ובהם חיילי וחילות צה"ל שהעסקה תפקיר אותם לפרק זמן בלתי ידוע, תעלה את "מחירם" ותיתן לחמאס את האפשרות להתארגן להסתרתם ולעמידה ממושכת יותר במתקפות צה"ל. אנו מעמידים אל מול פנינו את חיילי צה"ל שבימי הפסקת האש יהיו חשופים למתקפות ולאיומי חטיפה ורצח, עם יכולת תגובה מוגבלת, וסיכון חיים מוגדל עם חידוש הלחימה לאחר שחמאס התארגן מחדש.

עוד אמר סמוטריץ': "הדרך היחידה להשבת כל החטופים היא דרך המשך הפעלת הלחץ הצבאי הבלתי פוסק על חמאס עד להכרעה מוחלטת. הצינונות

בעוצמה יהודית נימקו את ההתנגדות: "בכפוף לכך שהפרסומים נכונים": אי אפשר להעדיף נשים על נשים ולהבנתנו גם ילדים על ילדים. השחרור חייב להיות כולל את כל החטופים והחטופות! הפסקת האש הכרוכה בעסקה תסכן את הכוחות הקרקעיים הלוחמים בעזה, ותפגע במאמץ המלחמתי. העסקה הקיימת תגרום להקטנה משמעותית בסיכוי להשיב את שאר החטופים שבידי חמאס, בהם חיילינו. זהות החטופים המשוחררים, כאשר בעזה יותרו בעיקר גברים בגירים, יגדיל את הלחץ הבינלאומי על ישראל להפסיק את הלחימה בעזה או לפחות לצמצם אותה משמעותית.

בסיום הודעת עוצמה יהודית הובהר: "הדרישה שלנו היא עסקה שתשחרר את כולם, אבל בתנאים שלנו - בלי פגיעה בהמשך חיסול חמאס, ויצירת הרתעה בפני שאר האויבים שסביבנו שלומדים עכשיו שוב שישראל לא מכניעה את הנאצים מה שמגביר את הסיכון להישנות וזועות 7.10". השר בצלאל סמוטריץ' הודיע אף הוא כי בכוננתו להתנגד לעסקה: "ככל שהפרסומים לגבי עסקת החטופים נכונים, העסקה

משרדים ראשיים:
דרך בן גוריון 19 ב"ב
T. 2106
טל: 03-5796643
פקס: 03-5796645
Office@kav-itonut.co.il

מחלקת מכירות: חזקי פרקש
לוח מזל וברכה: שרית אסרף
מזכירת לוח: רחל הורביץ
גרפיקה: מיכל גילי, מוריה מצרי
צלמי מערכת:
עוזי ברק, יוסי שחר, פוטו ציון, בועז בן ארי
מו"ל: קו עיתונות דתית בע"מ
הדפסה: גרפופרינט בע"מ

מו"ל ויו"ר דירקטוריון: אריאל קוניק
מונכ"ל הרשת: יעקב ביכלר
עורך ראשי: ינון פלח
עורך: שניאור ובר
רכז מערכת: שי קאהן
כתבים ומשתתפים:
אבי גרינצייג, אבי רבינא, מנדי קליין, אלי כהן, חיאל חן, חיים רייך, יוסף טולידנו
צרכנות ומשפחה: הילה פלאח-כהן

קו עיתונות
רשת השבועונים המקומית המובילה והגדולה בציבור החרדי
בעיות הפצה?
טל': 03-5796643, פקס: 03-5796645
לפרסום לוח מזל וברכה
03-6162228
לפניות למערכת: yinon@kav-itonut.co.il
המערכת אינה אחראית על תוכן המודעות פניות לוועדה הרוחנית יש לשלוח לת.ד. 2106

קול העיר בני ברק | השבוע בירושלים | השבוע באלעד | השבוע בפתח תקוה | השבוע בחולון בת"ם | השבוע ברחובות | השבוע בבית שמש | גיזנס ארצי | מלח הארץ וברכה | כל ישראל | כל הזמן

המרכז היהודי ביריבאן שבארמניה הוצת ע"י פרו-פלסטינים

נשיא 'ועידת רבני אירופה' הגאון רבי פנחס גולדשמידט: "אני דורש מהנשיא והאגן חאצ'טוריאן לעצור את חברי ארגון טרור ASALA ולהוציא אותה מחוץ לחוק, לאור תמיכתה בארגון הטרור הרצחני חמאס-דעאש; מצפה ממשלת ארמניה לתגבר את האבטחה סביב הקהילה היהודית". הרב זמיר איסייב רבה של הקהילה הספרדית גיאורגית באזרבייג'ן: "צר לנו שהאזהרות מתמשות. חילול בית כנסת הוא פשע חמור ואין לקבל בשום פנים ואופן מעשה ברברי שכזה בלי תגובה הולמת"

חיים ריין

בית הכנסת היחיד בארמניה, "מרדכי הנביא", הממוקם ביריבאן, הוצת אמש (יום ד') ע"י פורעים. מדובר בפגיעה השני בבית הכנסת הזה בחודשיים האחרונים. הראשון התרחש לפני כחודש וחצי ובשני המקרים האחריות נלקחה על ידי קבוצת הצבא החשאי הארמני לשהרור ארמניה (ASALA) דרך ערוץ ה-TG שלה בארמנית ובאנגלית. בשתי הפעמים פורסמו סרטוני ההצתה לראשונה על ידי ערוץ זה יחד עם "מניפסטים", תוך ציון הסיבות לפגיעים ואיומים חדשים.

באוקטובר כינתה הקבוצה הפרו פלשתינית את המתקפה שלה "אזהרה": המבצע המוצלח שלנו ב-3 באוקטובר ביריבאן הוא רק ההתחלה. הפעם הם מתפארים ב"מבצע מוצלח נגד המרכז היהודי העולמי", ש"מנהל ריגול למען האינטרסים של החונטה הציונית של תל אביב ושל אלייב".

לפי ההודעה, ההצתה קשורה למצב בעזה. "התחלנו את הפעילות שלנו שלושה ימים לפני מבצע סערת אל-אקצא. במבצע השני שלנו, חזרנו על הצלחת ההתנגדות הפלסטינית. המבצע השני הזה בוצע בסולידריות עם תנועות ההתנגדות הפלסטיניות והלבנוניות נגד הציונות". ASALA טוענת כי ישראל התאמנה על "השמדת אלפי ילדים, נשים וקשישים" בקרבאך - אזור אזרבייג'ן, שהוחזר בספטמבר לבאקו לאחר שנשלט במשך 30 שנה על ידי ממשלת הבלתי מוכרת.

ASALA טוענת שישאל עמדה מאחורי זה ולכן, הם "תומכים באופן מלא בהתנגדות הפלסטינית והלבנונית". לפי ההצהרה, הקבוצה גם שמה כרוזת ביריבאן ובערים אחרות בארמניה, עם סמלי חמאס וחיזבאללה "המציניים שיש לנו אויב משותף".

המניפסט מכיל איום חדש: "אם לא ייפסקו ההתקפות החמושות של המשטר הציוני על הרובע הארמני של ירושלים ותפיסת רכוש הכנסייה הארמנית, המבצע הבא שלנו יהיה מחוץ לארמניה". זה מרמז על המצב בירושלים שבו החברה הישראלית שכרה את הקרקע של הפטריארכיה הארמנית לבניית מלון.

נשיא 'ועידת רבני אירופה' הרב פנחס גולדשמידט אמר כי "תוך פחות מחודשיים, הושחת בית הכנסת הגדול בפעם השנייה. קבוצה של פורעים פוגעת ביהודים בשם ארגון טרור שערף ראשים של תינוקות, פגע ורצח קשישים וחסרי ישע. חייבים לשים לזה סוף. דם יהודי אינו הפקר. אני דורש מהנשיא והאגן חאצ'טוריאן לעצור את חברי קבוצת ASALA ולהוציא אותה



השחתת בית הכנסת לפני כחודשיים (צילום: הקהילה היהודית ביריבאן ארמניה)

הרב איסייב עם שגריר ישראל באזרבייג'ן

מחוץ לחוק, לאור תמיכתה בארגון הטרור הרצחני חמאס-דעאש. אני מצפה ממשלת ארמניה לתגבר את האבטחה סביב הקהילה היהודית, בצל המלחמה בישראל. בהיעדר תגובה הולמת, דם יהודי ישפך ברחובות והאחריות תהיה על ראשה של ממשלת ארמניה והעומד בראשה".

הרב זמיר איסייב רבה של הקהילה הספרדית גיאורגית באזרבייג'ן וחבר החטיבה הבינלאומית של 'ועידת רבני אירופה' אמר בתגובה: "הזהרת שבעות אחדים לפני המתקפה הראשונה שיש סבירות לפעולת כנגד היהודים בגלל היחסים הקרובים עם אזרבייג'ן. החזרת קרבאך תחת שליטת אזרבייג'ן ופירוק רפובליקה בלתי מוכרת עם יחידות צבאיות האסורות לפי הסכמים הציתה אש השנאה כנגד היהודים בטענה מופרכת של האחראיות ישראלית לנעשה באזור.

"שוב אנו עדים לפורעים הרואים את התחזקות היחסים בין ישראל לאזרבייג'ן, תומכי המשטר הבלדני הארמני קרְבאך שיצאו במתקפה על הקהילה היהודית באירופה שרק התגברה בעקבות מלחמת חרבות ברזל.

"צר לי שהדברים אכן מתמששים. אבל זה היה צפוי כי שיח שנאה תמיד הופך למעשים אלימים. חילול בית כנסת בכל מקום בעולם הוא פשע חמור ואין לקבל בשום פנים ואופן מעשה ברברי שכזה בלי תגובה הולמת. אסור להיכנע לאיומים ואנו דוחים בשאט נפש כל איום שכזה לפגוע בקדשי ישראל".

הם פגעו לנו בבתיים, אבל אנחנו לא נשברים. החוזק שלנו נמצא בבית ובקשר המשפחתי! צריך להחליף את הדיסקט, לעלות מימד ולשנות תפיסה

קורס מהפכני ומעמיק שמתפל בכל הבעיות המשפחתיות מהשורש

הרב אליהו לוי
9 שיעורים מוקלטים ומעמיקים
על פי תורת החסידות

כלים מעשיים לטיפול עצמי, משפחתי ולמטפלים מתחילים ומנוסים

שיעור ראשון ניסיון ללא עלות באתר: www.hannad.co.il
לפרטים והרשמה: hanna.tipul@gmail.com

מחיר מסובסד: 770₪
מחיר רגיל: 1,800₪

אתר החדשות של הציבור החרדי

האתר היחיד שמסקר מכל הזירות המקומיות בכל רחבי הארץ בכל זמן

שער הכניסה לעזה: סיפורו המרתק של בית הכנסת בקיבוץ בארי

הגבאית שניצלה בנס מהמחבלים משחזרת את הרגעים הדומטיים • סיפורם של בתי הכנסת ביישובי העוטף שמהווים מעין 'תחנת דלק' לתושבים • ועשו לי מקדש



מחוז לבית הכנסת של קיבוץ בארי



הרב שלמה רענן בבית הכנסת בקיבוץ בארי

ארי טנבוים

"איפה שמנסים להרוג אותנו אנחנו נצמח", כך פתחה ואמרה רחל פריקר תושבת קיבוץ בארי ומי שמשמשת כרוח החיה מאחורי בית הכנסת בקיבוץ, כאשר הגיעה לביתה לאחר אירועי חג שמחת תורה.

שוחחנו עם הרב שלמה רענן, מייסד ארגון איילת השחר, שסייע בבניית בית הכנסת כדי לשמור את סיפור המפעלים של רחל וגם על הקמת בתי כנסיות ברחבי קיבוצי העוטף במרוצת השנים אשר הפיחו קדושה במקומות שהיו רחוקים בעבר מאידישקייט.

"עוד בטרם נספר על פועלה הרב של רחל בכל נושא שבקדושה, אדגיש כי רחל ניצלה בהשגחה פרטית נפלאה", פותח הרב רענן את שיחתנו. "המחבלים עלו על גג ביתה - משם אפשר לראות את כל השבילים המובילים לקיבוץ - וירו משם צרורות. היא מבינה יותר מכל איזה ערך מוסף יש לבית הכנסת. ברור שבלי אמונה אי אפשר לשרוד".

בשיחה שערכה לתקשורת מביתה, סיפרה רחל: "המחבלים היו בתוך הבית. דבר אחד עשיתי ואין לי מושג איך הייתה לי שלוות נפש. הרגשתי רגועה. דאגתי רק שהילדים יצאו בחיים. קראתי תהילים. אני מדברת הרבה עם הקב"ה, כל מה שיש לי בלב אני אומרת לו. שאלתי את הקב"ה למה הבאת אותי לכאן, והבנתי שלכל בן אדם יש שליחות בחיים. אולי השליחות שלי הייתה להקים את בית האבות ולאחר

כמה שנים להקים את בית הכנסת". בהמשך הראתה רחל כי כל חפצי הקודש שהיו בביתה נשארו שלמים: "גם הסוכה, גם התפילין וגם המפית לחלות נשארו שלמות. חצי בית הרוס עד היסוד. ספרים שלמים הפכו לעפר - אך חפצי הקודש נשארו שלמים", אמרה בהשתאות ובהתרגשות בלתי נסתרת.

"זה בית כנסת עם הרבה ניסים", סיפרה רחל כחושפת סוד, "נשים שלא ילדו - באו לבית הכנסת ולאחר מכן ילדו, עשינו כאן חתונות, חמישה אנשים עשו כאן גיור, בריתות, חלאקה ועוד".

הרב רענן מספר איך התחיל הרעיון של בית הכנסת: "בבארי היה מעין חדר קטן שהוקם לפני שבע עשרה שנה. הוא נועד לבר מצוות - בת מצוות וכדומה. יחד עם פרויקט חברותא התוודענו לקיבוץ. פגשנו את רחל, תושבת הקיבוץ, ודיברנו על זה שהמקום הקטן מדי ואין את המרחב המינימלי לתפילה, אלא שהקיבוץ לא כל כך הסכים להרחיב את המקום ולתת כסף לשפץ אותו.

"אמרתי לרחל: 'תקשיבי אני אעמוד מאחורי כל עלויות בית הכנסת, בואי נקדם את זה'. במזכירות רצו להבין מה המטרה. זה היה להם מוזר. 'מה אכפת לך מה שקורה כאן, הם שאלו, 'האם יש לך כוונות מאחורי? 'רצון להשתלט?', 'להחריב את הקיבוץ?'

"לאחר מספר פגישות עם המזכירות, ואחרי שהם התשכנעו שהמטרה שלי היא רק לענות על הצרכים, אפשרו לי לתרום בתנאי שזה לא יבוא לידי ביטוי בשלט

וכדומה, רק להביא את הכסף, מבלי להשאיר חותמת".

מבית הכנסת - לפעילות מוצעת בעזה

הרב רענן ממשיך ומספר: "כל זה היה לפני כשמונה שנים. מאז בית הכנסת תפס תאוצה. היו שם תפילות בערב שבת ובשבת בבוקר. המניין הורכב בעיקר מתכרי בקיבוץ, אבל תמיד היה סיוע של חיילים ואורחים. ככה הפך בית הכנסת להיות פעיל ושוקק חיים. בחנוכה הגיע הרב לאו, בהמשך הבאנו להם ספר תורה".

ומה חלקה של רחל בעניין בית הכנסת? "רחל פעילה מאוד ברעיון הזה. היא הכוח לעשות את זה. היא דואגת להכיר להם - תושבי הקיבוץ - את מושג התפילה. היא השגרירה הנאמנה של הרעיון הזה".

איך בקיבוצים הם מקבלים את העובדה שאתם באים אליהם עם הרעיון לבנות בית כנסת? "אני מרגיש שסך הכל בתי הכנסת מהווים תחליף ראוי למה שפעם היה 'המרכז הקהילתי'. רף ההתנגדות הולך ופחות. הם מרגישים את הנקודה היהודית בלב.

"בנינו עד היום בתי כנסת בבארי, חולית, סופה, כרם שלום ושדה אברהם. בניר עם אנחנו עוד בהליך וברעים אנחנו משפצים את המקום. יש גם דיבורים על בית כנסת בנירים.

"מעניין לציין", ממשיך הרב רענן,

"שאף בית כנסת שבנינו לא נפגע. גם הסוכות שבנינו וגם הסוכה של רחל לא נפגעו.

ומה קורה כיום עם בית הכנסת? התושבים עוד לא חזרו לשם?

"התושבים טרם חזרו. בימים אלו בית הכנסת בבארי משמש כמשכן לחיילים באזור. הוא מהווה את שער הכניסה לעזה. מאות חיילים השאירו פתקים בתוך בית הכנסת בהם הם מביעים את התפילות שלהם להצלחת המלחמה. חלק גדול מהחיילים יוצאים מבית הכנסת לפעילות בתוככי עזה".

ומה התוכנית לעתיד? "למגן את בתי הכנסת. אומנם אני מקווה שלא נצטרך, אבל את ההשתדלות שלנו אנחנו עושים. כמו כן אנחנו חושבים להנציח את כל הנופלים מבארי על מערכת 'נדרים' בבית הכנסת".

הרב רענן מוסיף עוד יוזמה חשובה שעושים בארגון בימים אלו: "אנחנו הולכים לשים שילוט לאורך כבישי ישראל ולסמן לאנשים איפה מחכים לתפילה מנחה וערבית. בשילוט נדגיש כי היוזמה הינה להחלמת הפצועים ולהחזרת השבויים. ככה נרוויח כפול, גם שהזכרנו ליהודים להתפלל מנחה וערבית וגם נדאג לקיבוצים שיהיה להם מניין לתפילות הללו. את הדגש אנחנו נשים כמובן על כבישי העוטף לכשיפתחו", מציין הרב רענן.

לסיום הרב רענן מדגיש: "המניינים הללו הם תחנות דלק. כמו שבכל מקום צריך תחנת התרעננות, ככה המניינים הללו בקיבוצי העוטף. הם הדלק של התושבים".

חטופים במסדרונות ביה"ח שיפא

דובר צה"ל דניאל הגרי: "ממצאים אלו מוכיחים כי ארגון הטרור חמאס השתמש בבית החולים שיפא' ביום הטבח עצמו כתשתית טרור. ממצאים אלו מצטרפים להוכחות שהראנו קודם לכן, המוכיחים כי ארגון הטרור חמאס משתמש במרחב בית החולים כתשתית לפעילות הטרור שלו באופן שיטתי ושוטף" • דובר צה"ל חשף כי רב"ט נועה מרציאנו ז"ל נרצחה על ידי מחבלי חמאס בתוך בית החולים שיפא

אריה שוורץ

בתיעוד שנחשף בסיוע שירות הביטחון הכללי ניתן לראות את מחבלי חמאס ביום שבת ה-7 באוקטובר, שמחת תורה, מובילים בכוח חטופים, אזרח נפאלי ואזרח תאילנדי, שנחטפו משטח ישראל. כמו כן, ניתן לראות בתוך מרחב בית החולים שיפא רכבים צבאיים שגלוקו ע"י מחבלי חמאס מישראל ביום הטבח.

בתיעוד מתוך בית החולים מיום החטיפה, ה-7 באוקטובר 2023, בין השעות 10:42-11:01 נראים חטופים משטח ישראל מוקפים במחבלי חמאס חמושים. אחד מהם פצוע ומובל על מיטת בית חולים והשני הולך על רגליו. מדובר בחטופים, אזרח תאילנדי ואזרח נפאלי, והודעה על התיעוד שנמצא נמסרה לגורמים הרלוונטיים.

דובר צה"ל דניאל הגרי ציין במהלך מסיבת העיתונאים ואמר: "ממצאים אלו מוכיחים כי ארגון הטרור חמאס השתמש בבית החולים שיפא ביום הטבח עצמו כתשתית טרור. ממצאים אלו מצטרפים להוכחות שהראנו קודם לכן, המוכיחים כי ארגון הטרור חמאס משתמש במרחב בית החולים כתשתית לפעילות הטרור שלו באופן שיטתי ושוטף".

בתוך כך לפני מספר ימים הוחזרו לישראל גופותיהן של יהודית וייס ז"ל ורב"ט נועה מרציאנו ז"ל, שנחטפו ב-7 באוקטובר. בהכוננת מידע מודיעיני של השב"כ, איתרו כוחות צה"ל את גופותיהן של נועה ויהודית ז"ל. כל אחת מהן נמצאה במבנה אחר סמוך לבית החולים. בתוך כך, דובר צה"ל חשף כי רב"ט נועה מרציאנו ז"ל נרצחה על ידי מחבלי חמאס בתוך בית החולים שיפא.

"הבוקר עדכנו את משפחתה של נועה ז"ל כי לפי הממצאים, היא נחטפה לדירת מסתור סמוך לשיפא", הוסיף דובר צה"ל. "במהלך מתקפות צה"ל באזור, מחבל חמאס שהחזיק בנועה נהרג והיא אמנם נפצעה בתקיפה, אך לא באופן מסכן חיים. נועה נלקחה לתוך כותלי בית החולים שיפא, שם היא נרצחה על ידי מחבל חמאס".

בתוך כך, כוחות צה"ל חשפו תוואי מנהרת טרור באורך של כ-55 מטרים ובעומק של כ-10 מטרים מתחת לבית החולים שיפא.

פיר המנהרה, אשר גרם מדרגות עמוק מוביל לפתחו, מכיל אמצעי הגנה שונים לרבות דלת הדף וחור ירי. דלת מסוג זה משמשת את ארגון הטרור חמאס לחסימת יכולת הכניסה של כוחותינו למפקדות ונכסי תת הקרקע של הארגון. פיר המנהרה ונכסי תת הקרקע של הארגון. החולים מתחת לסככה, בה היה גם רכב ועליו אמצעי לחימה רבים הכוללים RPG, מטענים, נשקי קלציניקוב ועוד.



"אין מקום בעזה שללא נגיע אליו"

לדברי ראש הממשלה: "אתם זוכרים שאמרו לנו שלא נפרוץ לעזה? פרצנו. אמרו לנו שלא נגיע לפאתי העיר עזה - הגענו. אמרו לנו שלא נכנס לשיפא - נכנסנו. וברוח הזאת אנחנו אומרים דבר פשוט - אין מקום בעזה שלא נגיע אליו. אין מסתור, אין מחסה, אין מקלט למרצחי החמאס" • השר בני גנץ: "סינוואר חשב שיפרק את החברה הישראלית - וכשהוא רואה את מה שקורה, הוא מבין שהוא לא רק מפסיד בקרבות - הוא והחמאס יפסידו במלחמה"



נתניהו, גנץ וגלנט במסיבת עיתונאים (צילום: מארק ישראל סלם, POOL)

אריה שורץ

ראש הממשלה בנימין נתניהו ביקר בבא"ח העורף, בסיס האימונים של חטיבת החילוץ וההדרכה הממוקם בזיקים. ראש הממשלה קיבל סקירה על הקרב שהתרחש בכמה זירות במקביל, בבסיס זיקים בשבת של ה-7 באוקטובר.

נתניהו שמע ממח"ט החילוץ וההדרכה אל"ם אלעד אדרי, ממפקד בא"ח העורף סא"ל דן הרוש ומלוחמי ולוחמות החטיבה על סיפורי גבורות הלוחמים ועל שבעת הנופלים בקרב. כמו כן, רה"מ נתניהו קיבל סקירה על פעילות החטיבה בשגרה בכלל ובמלחמת "חרבות ברזל" בפרט.

במהלך הביקור אמר נתניהו ללוחמים: "אני פה בבסיס זיקים עם מדריכי הסגל ועם הטירונים שניהלו פה קרב גבורה מול מחבלים שבאו לרצוח אותם - והם עשו כאן עבודה פנטסטית. רון, שמרה על ראש, אף על פי שהיא קיבלה כדור בראש - אבל הכל בסדר, ברוך ה'. מפקדים שניהלו כאן קרב, לצערי נפלו כאן כמה מחבריכם, אבל הם עשו את המלאכה והצילו הצלה גדולה - בהתגייסות, בקריאת קרב, בהסתערות על מחבלים. היה פה מעשה גדול".

"זה משקף את הרוח שלנו, של הלוחמים שלנו", הוסיף ראש הממשלה. "לא רק בקרב הבלימה אלא בקרב ההסתערות הקרקעית עכשיו בתוך עזה. אתם זוכרים שאמרו לנו שלא נפרוץ לעזה? פרצנו. אמרו לנו שלא נגיע לפאתי העיר עזה - הגענו. אמרו לנו שלא נכנס לשיפא - נכנסנו. וברוח הזאת אנחנו אומרים דבר פשוט - אין מקום בעזה שלא נגיע אליו. אין מסתור, אין מחסה, אין מקלט למרצחי החמאס. אנחנו נגיע ונחסל את החמאס ונחזיר את החטופים שלנו - אלה שתי משימות קדושות".

בסיום הביקור אמר נתניהו: "אתמול בערב דיברתי שוב עם הנשיא ביידן. אנחנו לא מרפים, אנחנו נחסל את החמאס ונשיג ניצחון מוחלט ונחזיר את החטופים שלנו. בעזרתכם ובעזרת ה'. תודה רבה לכם".

גנץ: "נגיע לראשי החמאס"

בתוך כך, השר בני גנץ, חבר קבינט המלחמה, אמר בהצהרה מיוחדת לתקשורת: "לא יהיו ערי מקלט. נגיע לכל מקום שנצטרך כדי למגר את רוצחי הילדים

- מעל ומתחת לפני הקרקע. בעזה ובעולם. נגיע לראשי השלטון כמו שהגענו למוקדי השלטון".

בדבריו אמר השר גנץ: "אני מסייר כל יום - בצבא, ברשויות המקומיות, בעסקים, אצל המפונים, ואצל משפחות החטופים והנרצחים - אני שומע על האתגרים, אבל בעיקר על היכולות, על תעצומות הנפש, ועל השיעור הגדול שהחברה הישראלית מעבירה לאויביה. בנתיבות פגשתי את ויקי, בעל מעבדת סלולר שמשחזר ומתקן טלפונים לחיילים, לנפגעים וגם למשפחות של נרצחים. בקרית שמונה פגשתי את אירנה, תופרת שנשארה בעיר ומתקנת מדים לחיילים. ביאנוח ג'ת, ג'נית, הפכה את המסעדה למטבח לחיילים. במטולה, תחת איומי נ"ט ופצמ"רים, ראש המועצה דוד אזולאי עם "נשארי מטולה", שומרים על הבית, על החקלאות ומנהלים משם את מפוני הישוב".

"סינוואר חשב שיפרק את החברה הישראלית - וכשהוא רואה את מה שקורה, הוא מבין שהוא לא רק מפסיד בקרבות - הוא והחמאס יפסידו במלחמה. מי שחשב שיפורר אותנו - מפרק את החמאס. כל פעם שאנחנו מוכיחים את עוצמתנו - סינוואר והחמאס נשברים. במלחמה הזו,

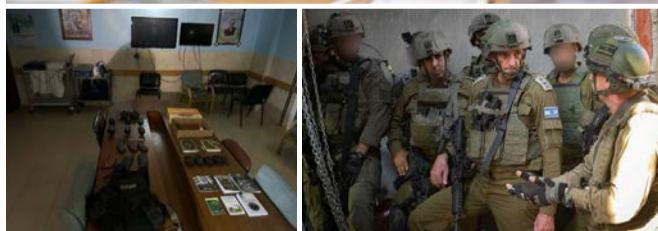
צה"ל וכוחות הביטחון מוכיחים עד כמה אנחנו נחושים ומוכנים. היו שאמרו על צבא היבשה שהוא לא מאומן, שהדור שלא ידע את לבנון לא ידע לתמרן. לוחמי החי"ר והשריונרים שלנו יחד עם אחרים מוכיחים אחרת לגמרי".

בהמשך דבריו ציין השר גנץ כי "השילוביות בין חיל האוויר, הים והיבשה - חוצה גבולות ומטרות. הגנת העורף שלנו - מצילה חיי אדם למרות אלפי רקטות, ומערכת ההגנה הרב שכבתית עובדת מול איומים קרובים ורחוקים. לצידם, התעשיות שלנו עברו לעבוד 24/7 כדי לספק לנו אורך נשימה, ומנהלת תקומה שבה ביקרתי, בונה את עתידנו בדרום ובכל מקום שידרש - כי למענו אנו נלחמים. כולם - צה"ל, השב"כ, המוסד, המשטרה, כל זרועות החירום והחברה האזרחית - פועלים בעוצמות וביכולות מרשימות שעוד ילמדו".

עוד הוסיף השר גנץ: "מה שאנחנו עושים כאפקטיביות בדרום - יכול לעבוד אפילו טוב יותר בצפון, ככל שנידרש. ברגעים אלו, צועדים אלפים שמייציגים את כולנו בכמהיה לשחרור החטופים. אני מבקש קודם כל לחזק אותם, ההנהגה מאחוריהם, החברה הישראלית כולה איתכם. מלבד חיזוק אני מבקש להדגיש: גם אם נידרש

גלריית מלחמה

תיעוד של כוחות צה"ל הלוחמים בתוך רצועת עזה לחיסול המחבלים ואיתור מנהרות הטרור | צילומים: דובר צה"ל



שר החוץ אלי כהן בראיון ל'קו עיתונות' מדבר על יעדי המלחמה, אכזריותו של חמאס והמאמצים הבלתי פוסקים להשבת החטופים:



עם מזכיר המדינה האמריקני אנתוני בלינקן



לחמת "חרבות ברזל" המתמשכת, תפסה את תשומת הלב של העולם, אירועי ה-7 באוקטובר הציטו התפרצות עולמית חסרת תקדים של אנטישמיות, שלא נראתה מאז מלחמת העולם השנייה. באופן מפתיע, התפרצות זו אינה מוגבלת למדינות ערב, בהן הזלזול בישראל בוטה יחסית. להפך, היא מתפרשת על פני כמעט כל המדינות ברחבי העולם, ומדגישה את עומק הבעיה ואת היותה נפוצה בכל מקום. יתר על כן, יהודים רבים דיווחו על תחושת חוסר ביטחון מוגברת. הדבר הוביל להיסוס רב יותר להזדהות בפומבי כיהודי, מה שמבליט את חומרת המצב. מי שמנווט את המערכה הגדולה מול העולם המונה אלפי עובדים ושרירים, הוא שר החוץ אלי כהן, ששובר שתיקה בראיון מיוחד ל'קו עיתונות'.

השר כהן מספק פרספקטיבה ייחודית על המצב, דן במטרות המלחמה, בחשיבות האחדות בקרב העם בישראל ובתפקיד משרד החוץ בקבלת תמיכה בינלאומית.

בפתח הראיון, מגדיר שר החוץ אלי כהן באופן ברור את היעדים העיקריים של ישראל במלחמה המתמשכת מול חמאס: חיסול מוחלט של ארגון הטרור והשבת כל החטופים. הוא מאמין שיעדים אלה גם ניתנים להשגה וגם חיוניים לביטחונם וביטחונם של אזרחי ישראל. הטבח בשביעי באוקטובר, משמש כתזכורת בוטה לסכנה שנשקפת מצד הארגון ולצורך בפעולה החלטית: "היעד שלנו לחסל את חמאס ולהחזיר את כל החטופים. אנחנו פועלים מול ארגון טרור רצחני ששם לעצמו מטרה אחת - לפגוע במדינת ישראל."

"אנחנו פועלים לפגוע בכל היכולות הצבאיות שלו וגם להוביל לכך שהחמאס לא ישלוט יותר בעזה. מתקפת השביעי לאוקטובר הייתה מתקפת ההתאבדות של החמאס שתראה לכל מי שרוצה לתקוף את מדינת ישראל שהוא משלם מחיר יקר. נפעל באופן שאף אחד לא יחשוב לעשות מעשה כזה וכמובן שאנחנו פועלים להחזיר את כל החטופים שלנו הביתה."

למעלה מ-7,000 ראיונות

השר כהן עומד על כך שהמלחמה לא תסתיים עד שכל 238 החטופים יוחזרו בשלום לבתיהם. הוא מדגיש כי הממשלה הציבה יעדים אלה בפני צה"ל ומערכת הביטחון, תוך הכרה בצורך בתגובה חזקה ומאוחדת לאיום מצד חמאס.

"אני אומר את זה באכזבה אחת! מבחינתנו הקבינט הגדיר לצה"ל ולגורמי מערכת הביטחון כי אלו שני היעדים שצריך לעשות אותם - לחסל את חמאס ולהחזיר את כל החטופים הביתה. זה אפשרי כי אנחנו לא יכולים, אנחנו צריכים לגרום לכל תושבי ישראל להרגיש בטוחים בכל מקום שבו הם בוחרים לגור."

בעתות משבר, אחדות בקרב תושבי המדינה חיונית לחיזוק המורל ולהבטחת תגובה מתואמת. שר החוץ כהן גאה בסולידריות שהפגינו ישראלים מכל שכבות האוכלוסייה, כולל הציבור החרדי. "החרדים", הוא מציין, "הם 'אחים' שלי ומשחקים תפקיד חיוני במאמץ המלחמתי. אני מביע את תודתי לארגונים כמו זק"א, איחוד הצלה ו-360 על עבודתם הבלתי נלאית לתמיכה בחיילי צה"ל ובמאמץ המלחמתי."

השר כהן טוען ששיתוף פעולה כזה בין המגזרים יסייע ביצירת חברה מאוחדת יותר. הוא מתנגד בתוקף לקיטוב ולהסתה, ומדגיש שכל הישראלים - חילונים, מסורתיים וחרדים כאחד - מאוחדים במאבקם באיום הטרור מצד



כותב השורות עם שר החוץ במעונו של זקן ראשי הישיבות חבר מועצת גדולי התורה הגרמ"צ ברגמן

"מתקפת השביעי לאוקטובר הייתה מתקפת ההתאבדות של החמאס"

"המאבק הזה לא ייגמר עד שכל 239 החטופים יהיו בבית. זאת המשימה שהגדרנו לצה"ל ולמערכת הביטחון שלנו" • "כולנו אחים, בלי קשר לאמונות שלנו. חילונים, מסורתיים, חרדים - כולנו יחד בזה" • "המסר שלנו ליריבים שלנו? תחשבו פעמיים לפני שאתם מאתגרים אותנו. העמידות שלנו היא הנשק הגדול ביותר שלנו" • "זאת מלחמה ארוכה, אבל אנחנו מחויבים למשימה שלנו: לחסל את חמאס ולהחזיר את כל החטופים" • על האיום מתימן: "כל מי שפוגע בישראל, כל מי שיש לו דם יהודי על הידיים, נגבה ממנו את החשבון"

אבי רבינא • צילומים: שלומי אמסלם, דבורת משרד החוץ



עם ראש ממשלת בולגריה ניקולאי דנקוב



עם שר הבריאות אוריאל בוסו בכנס בד'נבה



עם ראש עיריית ניו יורק אריק אדמס



עם שר החוץ הבריטי ג'יימס קלברלי



עם שר החוץ של דנמרק לארס ראסמוסן



עם נשיא צרפת עמנואל מקרון



עם קנצלר גרמניה אולף שולץ



עם שר החוץ של האיחוד האירופי ג'וזף בורל בקיבוץ בארי



עם אנתוני בלינקן

ישראל להגן על עצמה אחרי הטבח בשביעי לאוקטובר, כשאמר, "מדינת ישראל הוכיחה שהיא גובה את המחיר ממי שפגע בה". הערות אלה הן עדות לנחישותה של ישראל אל מול הקשיים, ומדגימות חזית אחידה מול האתגרים שמעמידה המלחמה על ממשלת ישראל ותושביה.

חמאס: "ראינו בטרור הרצחני של החמאס שאנחנו עם אחד! הם רצו לרצוח יהודים לא היה משנה להם אם היו מהערים, המושבים או קיבוצים. יש התגייסות מלאה לטובת המלחמה". בזירה הבינלאומית, ישראל זכתה לתמיכה משמעותית למען מטרתה, במידה רבה הודות למאמצי משרד החוץ. שר החוץ כהן משתף אותנו בגאווה כי במשרד החוץ נערכו למעלה מ-7,000 ראיונות עם כלי תקשורת בינלאומיים, שסייעו לעצב את הנרטיב סביב המלחמה ולחזק את התמיכה בפעולות ישראל.

כהן: "הייתי השר הראשון שהגיע לשטח למחרת הטבח. ביקרתי באופקים, נתיבות, שדרות ובקיבוצים. משרד החוץ ארגן רכבת אווירית והביא למעלה מחמישים מנהיגים עולמיים ושרים, כולל קנצלר גרמניה ונשיא צרפת, לאזורים שנפגעו. קיבלנו תמיכה בינלאומית חסרת תקדים". השר כהן בוחר לפרגן למשרדים נוספים: "משרד הבריאות טיפל ביותר מ-4,000 איש, ונעשו מאמצים לפנות תושבים לבתי מלון כדי להבטיח תגובה כלכלית מהירה. ישראל נשארת חזקה, ואני משבח את מעורבותם של למעלה מ-100 ארגונים אזרחיים בסיוע לחיילים"

תמיכה מ-105 מדינות

"במישור הבינלאומי, מעמדנו חיובי למדי, ואני מביע את תודתי לשגרירים שלנו שעבדו ללא לאות כדי לארגן את הרכבת האווירית לראיין ולפגוש את משפחות החטופים. נפגשתי אישית עם למעלה מ-100 משפחות של חטופים וליוויתי אותם בביקורים באו"ם ובאיחוד האירופי. אנחנו עובדים מסביב לשעון".

"קיבלנו תמיכה מיותר מ-105 מדינות, כאשר כל העולם המערבי מגבה בתקיפות את ישראל. אנחנו רואים שחלק מהמדינות האירופיות מתמודדות גם הן עם בעיות מול המיעוטים המוסלמים שלהן, מה שמעיד שזו לא רק מלחמה שלנו".

אפשרות של מלחמה עם חיובאללה, הינה דאגה בוערת עבור ישראל. אף ששר החוץ כהן מהסס לדון בתוכניות ספציפיות, הוא מנפיק אזהרה חמורה למנהיג חיובאללה, חסן נסראללה. כהן, שערך הקבלה להרס ברצועת עזה, מציע לנסראללה לחשוב היטב לפני שהוא מנסה לעורר את ישראל, שמא ירצה לראות את מגדלי העיר ביירות קורסים בזה אחר זה.

כהן: "אני רוצה לומר לנסראללה שיסתכל בדיוק איך עזה נראית כיום. אם הוא לא רוצה לראות את ביירות הופכת לאי חורבות, ממליץ לו שישקול את צעדיו".

בראיון התייחס שר החוץ אלי כהן להחלטת ישראל לאפשר כניסת דלק לרצועת עזה ואמר: "ברגע שהייתה בקשה מארצות הברית לאשר את המלצת צה"ל, כי המערכה הזו ארוכה, צריך לאפשר לנו לפעול נגד חמאס, בין היתר באמצעות הכנסת דלק באופן מינורי ובצורה מאוד מבוקרת. כל החלטה מתקבלת רק אם היא מצליחה לקדם את היעדים שלנו: חיסול חמאס והשבת החטופים".

השר כהן מותח ביקורת פומבית על יו"ר האופוזיציה יאיר לפיד. כהן התייחס לקריאתו של לפיד, ששודרה בחדשות ערוץ 12, להדיח את ראש הממשלה בנימין נתניהו ולהקים ממשלה חדשה בלעדיו.

כהן לא חסך בביקורת כלפי לפיד והאשים אותו בכך שהחמיץ הזדמנות להצטרף לממשלה ולהפגין בכך אחדות בעת הזו. לדבריו, החלטתו של לפיד לרדוף אחר האינטרסים הפוליטיים שלו במקום לתת עדיפות לאחדות הלאומית הייתה טעות חמורה בשיקול הדעת.

כהן: "יאיר לפיד איבד את הרכבת! הוא יכל להצטרף לממשלה ובשעה הזאת להפגין אחדות. הוא עשה טעות כשהוא מתעסק בפוליטיקה ומנסה לנסות לתקן את מה שהוא עשה. לפיד עשה טעות שלא הצטרף לאחדות. היה צריך להפגין את אותה גדולת רוח הנדרשת בשעת מלחמה".

לסיום, ניתן לומר כי נקודת המבט של שר החוץ על יעדי המלחמה היא של אופטימיות זהירה, באומרו ש"עם הזמן נחזור יותר לשגרה". הוא הוסיף והכיר בטבעו ארוך הטווח של העימות שיכול להתפתח לעימות אזורי, וחזה שהוא עלול להימשך חודשים.

למרות זאת, כהן הדגיש את החשיבות שבשמירה על שגרה עד כמה שניתן, והכיר בצורך בשגרה בזמנים של מתיחות ממושכת. יש תחושה של חוסן בדבריו, כשאמר, "היו כאלה שחשבו שאחרי השבעה באוקטובר ולאחר הפילוגים בעם, הם ימצאו עם מפולג. במקום זאת, הם רואים עם חזק ונחוש, שכל חלקיו מאוחדים".

כהן התייחס גם למתקפות הטילים האחרונות על ישראל מתימן, והדגיש את מחויבות המדינה לנקמה. לדבריו, "כל מי שפוגע בישראל, כל מי שיש לו דם יהודי על הידיים, נגבה ממנו את החשבון". דבריו של שר החוץ משמשים כדי להדגיש את עמדתה הנחושה של מדינת ישראל בכל הנוגע להגנה על תושביה ועל שטחה.

הצהרתו משקפת את הרגש הרחב יותר של נחישות

שלם וקח עוד היום אצלך בבית

מחסני חשמל

הקניית הזולה והמשתלמת בישראל

BLACK

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

FRIDAY



מחיר בהפתעה
מתפרסם בסניפים ובאתר



מסכים 32"-98"

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

אלקטרה CHiQ Hisense SAMSUNG MI LG TCL PHILIPS

מחיר בהפתעה
מתפרסם בסניפים ובאתר



מחשבים ניידים

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

hp Lenovo acer ASUS DELL Apple Authorized Reseller

מחיר בהפתעה
מתפרסם בסניפים ובאתר

APPLE
Authorized Reseller

מחיר בהפתעה
מתפרסם בסניפים ובאתר

סמארטפונים

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

LG NOKIA ONEPLUS realme SAMSUNG MI oppo

מחיר בהפתעה
מתפרסם בסניפים ובאתר

גיימינג וטכנולוגיה

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

UBI RAZER steelseries DRAGON logitech ASUS SONY XBOX CORSAIR elgato

מחיר בהפתעה
מתפרסם בסניפים ובאתר



מזגנים ומוצרי חימום לחורף

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

ELCO Family TORNADO ELECTRA AIR TADIRAN

**מחיר
בהפתעה**
מתפרסם בסניפים ובאתר



מקררים ומקפיאים

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

LG beko SHARP אלקטרה Haier Hisense SAMSUNG Blomberg

**מחיר
בהפתעה**
מתפרסם בסניפים ובאתר



מכונות כביסה וייבוש

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

ZANUSSI Hoover SIEMENS Whirlpool SAMSUNG Miele BOSCH AEG אלקטרה Blomberg

**מחיר
בהפתעה**
מתפרסם בסניפים ובאתר



מדיחי כלים

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

LG SAMSUNG Whirlpool BOSCH AEG אלקטרה SIEMENS

**מחיר
בהפתעה**
מתפרסם בסניפים ובאתר



תנורים וכיריים

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

DeLonghi ZANUSSI Miele BOSCH AEG אלקטרה Sauter Electrolux

**מחיר
בהפתעה**
מתפרסם בסניפים ובאתר



מיקרוגלים טוסטרים וקומקומים

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

Sauter LG Midea אלקטרה SAMSUNG

**מחיר
בהפתעה**
מתפרסם בסניפים ובאתר



מיקסרים ובלנדרים

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

magimix NINJA kMix DAVO Sauter KitchenAid KENWOOD אלקטרה

**מחיר
בהפתעה**
מתפרסם בסניפים ובאתר



שואבי אבק

התחייבות למחיר הזול ביותר!!

mi dyson dreame roborock covacs JIMMY elisell tineco

שעות פתיחה: בימים א'-ה': 09:30-22:00 שישי וערב חג: 09:00-15:00 מוצאי שבת וחג: חצי שעה מצאת השבת עד 23:00

PAYNGO.CO.IL

בתוקף עד- 30.11.23 או עד גמר המלאי, המוקדם מביניהם | ט.ל.ח. | מינימום מלאי 10 יחידות, בכפוף לתקנון המופיע בחנויות | התחייבות למחיר הזול ביותר כנגד כל הצעת מחיר רשמית על אותו הדגם ובאותם תנאים | אין כפל הנחות ומבצעים

*5018

חידה ושמה ימין

הביתה כעשרה מנדטים של כיפות סרוגות החונים דרך קבע בליכוד, ואיתמר בן גביר, שינופף (בצדק) בהיותו היחיד שהתריע מעל כל במה על הסכנה הצפויה מצד החמאס ונאבק מאז כניסתו לממשלה להקים משמר לאומי ולאפשר חלוקת נשקים לאזרחים. יש גם לא מעט אופציות חדשות באופק, כולל מפלגה אפשרית בהובלתו של יוסי כהן, וגם ראש הממשלה לשעבר נפתלי בנט המשתעשע באופציית הקאמבק, גם אם קשה לראות את מצביעי הימין בוטחים בו שוב.

כל זה רלוונטי בהינתן שתי הנחות יסוד: האחת, יהיה לחץ ציבורי חסר תקדים שלא יאפשר לממשלה להמשיך לכהן, אולי בתוספת מרד פנימי בליכוד או התפטרות של שרים שמצפונם יתערורר לפתע. השנייה, נתניהו יישאר בראשות הליכוד, גם אם מוכה וחבוט ציבורית. בזהירות צריך לומר ששתי ההנחות בעצמן תלויות ועומדות, ושתוצאות סקר המנדטים רק מספקות שכבה נוספת של דבק לכיסאותיה של הקואליציה. עם כל החיבה למצפון, יהודים טובים צריכים גם להתפרנס, וקשה לראות כיצד מחצית מח"כי הליכוד שולחים את עצמם ביודעין לחתום אבטלה. קשה גם לראות את גנץ או לפיד מצליחים לפתוח לפחות חמישה חברים ולהבטיח להם שריון עתידי.

צריך גם לומר ביושר שאין לגנץ ושות' סיכוי, גם ביום רודד במיוחד, לקבל תוצאה של שלושים ושישה מנדטים מחוץ לסקרים. מפלגת המרכז המצליחה ביותר שהייתה כאן בעשורים האחרונים - קדימה של שרון ואולמרט (ולא זו של ציפי לבני שכבר זוהתה בתודעה כמפלגת השמאל המובילה) - הביאה עשרים ותשעה מנדטים. קידומת שלושים למפלגה שכל אומנותה בהתחמקות מהבעת דעה ברורה היא מצב כמעט בלתי אפשרי בארצנו.

ככל שהבחירות יתקרבו, ייאלצו ראשיה בעל כורחם לחשוף את דעותיהם ולספק אמירות בשלל נושאים שעל הפרק, כמו למשל האם יעדיפו למסור את עזה לידיה של הרשות הפלסטינית, ובכלל, כיצד הם מתכוונים להתייחס לרשות שגם חודש וחצי אחרי הטבח הנורא טרם גינתה אותו, והיא ממשיכה להפיץ עלילות דם ושקרים על ישראל, לצ'פר רוצחי יהודים במשכורות נאות ולחנך את ילדיה לשנאת ישראל ואנטישמיות. כל הבעת דעה, מכל סוג שהוא, תבריא מנדטים בחזרה לביתם הטבעי - בליכוד ובמפלגות הימין או ביש עתיד ובמפלגות השמאל.

תורה נעוץ בעיקר באשמתו של ראש הממשלה ולא בשורת הכשלים הנחשפת והולכת של צה"ל, ואם לא די בזה, הם בוחרים לתת את אמונם למי שכיחן במהלך שנות שלטון החמאס בעזה (מ-2006) כרמטכ"ל במשך 4 שנים (2011-2015), וכשר ביטחון בשתי ממשלות במשך כמעט 3 שנים נוספות (2020-2022). מי יודע, אולי העם החליט שדווקא המרכז הוא המקום הנכון עבורו, אולי גילוי הממלכתיות של המחנה הממלכתי שנכנסה מתחת לאלונקה בעת משבר הרטיט את ליבותיהם של המוני עמך בית ישראל.

אבל אז מגיע החלק השני של הסקר ומערער את התזה לחלוטין. לשאלה כיצד השפיעה המלחמה על עמדותיך, ענו 36% מכלל המשיבים כי הם 'יותר ימניים' בעקבותיה, 53% השיבו כי לא חל כל שינוי בעמדתם ורק שישה אחוזים נעו שמאלה. כשבוחנו את מצביעי גוש נתניהו, הנתון מובהק אפילו יותר: 55% (!) הודיעו כי הם יותר ימניים כעת, 43% נותרו בעמדתם, שני אחוזים לא יודעים להשיב ואפס אחוזים סטו שמאלה. אם נתרגם את הנתונים לעברית מדוברת, בהנחה שכולנו מתייחסים לאותה סקאלה - בה גנץ נמצא מעט שמאלה לליכוד - אפילו מצביע אחד בגוש לא מתכוון לעבור למפלגה השוכנת שמאלית לזו שבחר בה בעבר. והנה לנו סתירה מובהקת.

צפים וזועמים

כיאה ל'צריך עיון' מכובד, לפחות שלוש תשובות אפשריות יש כאן: האחת, הסקר מבטא תוצאת זעם וזמנית, השנייה, הסקר מבטא מצב של ואקום וקולות צפים, והשלישית, ובכן, ייתכן שהסקר נערך בשלומיאליות מסוימת והוא חושף בעיקר את תקוותיה הכמוסות של התקשורת הישראלית ופחות את דעתו של הבוחר הישראלי. נרחיב מעט ביחס לשתי האופציות הראשונות.

באפשרות הראשונה, המנדטים האלו לא באמת מתכוונים לנטוש את הליכוד בפרט ואת מפלגות הימין בכלל, אבל נכון להגע זה הם כועסים על נתניהו, שלתחושתם לא קיבל מספיק אחריות על עצמו ולא הצליח לספק את הביטחון המובטח, והם רוצים לתת 'פרס' לגנץ על האחריות שגילה. לפי פרשנות זו, ברגע האמת, אחרי קמפיין מתוזמר של ימין מול שמאל והעלאה מהאוב של דעותיו הישנות של הרמטכ"ל בדימוס, יחזרו רובם לחיק הימין ומפלגות הקואליציה תשמורנה פחות או יותר על כוחן.

באפשרות השנייה, הזעם על נתניהו מוחלט ורבים מבחוריו כבר החליטו לנטוש אותו, וכעת הם בשלב החיפושיים. למעשה, רובם עדיין 'קולות צפים' ובסקר הם בחרו להשיב רק על התחזקותה של דעתם הימנית ולא על מפלגה קונקרטיה שהם יצביעו לה. לפיכך, קולותיהם טרם שוקללו בחלוקת המנדטים. במצב דברים כזה, יש מקום נכבד למפלגת ימין חדשה שתכנס לואקום, או למפלגה קיימת שתצליח להוכיח לציבור שידה לא הייתה במעל והיא חפה מפשע ומאחריות.

יש לפחות שלוש מתמודדות אפשריות כרגע על הקולות הללו של נוטשי הליכוד הפוטנציאליים: ש"ס, שתפנה יותר לפלח המסורתי, הציונות הדתית שתנסה להחזיר

הנחה רווחת על בסיס רעוע במקצת, גורסת כי לאחר מלחמה או בסיום תקופה בה המצב הביטחוני מעורער, קיימת נטייה של הציבור בישראל לשבור ימינה. הבעיה בטענות מסוג זה, בפרט במבנה הנוכחי של המערכת הפוליטית בארצנו, היא חוסר היכולת להגדיר מה נחשב בדיוק ימין. האם ימין פוליטי או מדיני? כלכלי או חברתי? בכלל, מלבד מפלגות הקואליציה, גנץ משוכנע שהוא 'מרכז-ימין', לפיד בטוח שהוא במרכז בואכה ימינה, ועוד רגע קט יסבירו לנו שגם העבודה ומרצ הן בכלל מפלגות ימין.

במובן הזה, הצליח לנתניהו יותר משהוא תכנן. במשך שני עשורים השקיע ראש הממשלה את מיטב המאמצים הרטוריים שלו בכדי למתג את השמאל כמוצר בעייתי, כזה שפוליטיקאי חפץ חיים ירחק ממנו. שמאלן הפך לכינוי גנאי, מילה נרדפת לחמוץ, עוין, שלא לומר בוגד. כעת, כשכולם משחקים על הקול הימני, כולם גם ינסו להשיג את המנדטים הביטחוניים ביום שאחרי.

אולי כך אפשר להסביר את הסתירה המובנית בין שני הסקרים שהוצגו בסוף השבוע בחדשות 12, ואשר נערכו יחדיו. בראשון הוצגה מפת מנדטים בחלוקה בלתי נתפסת ובה מפלגת הליכוד קורסת לשבעה עשר מנדטים בלבד, בזמן שגנץ גורף את כל הקופה עם שלושים ושישה מנדטים, תוספת של עשרים וארבעה שאת רובם תורמים לו מצביעי הליכוד, וכעשרה מגיעים מיש עתיד, שמסתפקת בעצמה בחמישה עשר, במקום עשרים וארבעה החברים שיש לה בכנסת הנוכחית.

קריסתה של יש עתיד מסבירה גם את קריאתו התמוהה של לפיד לחברי הקואליציה להימנע מהליכה לבחירות אחרי המלחמה, ולבכר את האופציה של הקמת ממשלת אחדות לאומית בראשות מישו מהליכוד שאינו נתניהו, בתוספת הסיעות החרדיות (הללו, כמובן, שומרות בסקר על כוחן בשינוי קל של מנדט בודד). לפיד מבין את השגיאה במצבו הנוכחי והוא יעדיף לוותר על עמידה למבחן הבחור בטווח הנראה לעין.

עוד בסקר: ליברמן מתחזק במעט, מרצ חוזרת על חשבון העבודה המתפוגגת, סמוטריץ' על סף אחוז החסימה וכן גביר נהנה מציבות עם שבעה מנדטים. בסך הכל, מפלגות הקואליציה המקורית של לפני המלחמה נותרות עם ארבעים וחמישה מנדטים בלבד מתוך שישים וארבעה שקיבלו בבחירות האחרונות.

עד כאן הכל טוב ויפה, גם אם נראה מוזר במקצת להניח שכחצי מיליון מצביעי הליכוד, כאלו ששרדו את חמשת הסבבים ואת שלל הקמפיינים התקשורתיים על ראשו של נתניהו, החליטו שהכישלון בטבח שמחת



יש לפחות שלוש מתמודדות אפשריות כרגע על הקולות הללו של נוטשי הליכוד הפוטנציאליים: ש"ס, שתפנה יותר לפלח המסורתי, הציונות הדתית שתנסה להחזיר הביתה כעשרה מנדטים של כיפות סרוגות החונים דרך קבע בליכוד, ואיתמר בן גביר, שינופף (בצדק) בהיותו היחיד שהתריע מעל כל במה על הסכנה הצפויה מצד החמאס ונאבק מאז כניסתו לממשלה להקים משמר לאומי ולאפשר חלוקת נשקים לאזרחים. יש גם לא מעט אופציות חדשות באופק, כולל מפלגה אפשרית בהובלתו של יוסי כהן, וגם ראש הממשלה לשעבר נפתלי בנט המשתעשע באופציית הקאמבק, גם אם קשה לראות את מצביעי הימין בוטחים בו שוב



« חושש מדין הבוחר. יו"ר יש עתיד ח"כ יאיר



שיתוף פעולה מלא וזמני. נתניהו, גלנט וגנץ במסיבת העיתונאים

עקיף הקובע כי אם ישראל תוותר בעסקה הראשונה על חלק מהחטופים, היא כבר לא תצליח לייצר עסקה נוספת בהמשך. מנגד, יטענו גנץ ושות' כי אדרבה, עסקה מוצלחת אחת תוכל להיות מבוא לעסקאות נוספות בהמשך.

משפחות החטופים מצדן, לפחות אלו שנותנות את הטון בתקשורת, יוצרות לחץ

אגרסיבי לקיומה של עסקה כמעט בכל מחיר.

קצת קשה להבין מדוע המשפחות מפעילות את הקמפיין בעיקר בעברית ובישראל, בזמן שאין דובר עברית אחד שאינו מעוניין מכל הלב בשחרור החטופים באופן מלא. על פניו, קמפיין יעיל היה מרכז את כל האנרגיות והתקציבים בהסברה בחו"ל ובהפעלת לחץ בהפגנות מול האו"ם ומול שגרירויותיה של קטאר במערב.

אפשר להציע שני הסברים שיענו על השאלה, האחד גרוע והשני גרוע כפליים. באפשרות הראשונה מדובר במינוף פוליטי שנעשה על גבן של המשפחות האומללות (ובניגוד) (ובניגוד גמור לדעתם של לא מעט מבני המשפחות), מה שמסביר גם את היחס התוקפני שקיבלו השר זוהר וח"כ סוכות כשניסו להגיע לצעדת החטופים ולהביע תמיכה, וגם את הנוכחות המאסיבית של פרצופים מוכרים מהפגנות בלפור והדגלים השחורים ומחאת קפלן. באפשרות השנייה, הקמפיין האגרסיבי בעברית נועד להפעיל לחץ על חברי הקבינט - ובעיקר על גנץ ואיזנקוט - לאשר עסקה בכל מחיר, גם כזו שתפגע במטרת העל המקורית של המלחמה, מיטוט היכולות הצבאיות והשלטוניות של חמאס. למרבה הצער, ניסיון העבר מלמד שנתניהו נוטה לתמוך בעסקאות כאלו, גם כשאין מציאה גדולה. תשאלו את גלעד שליט.

את הפיגועים ומשלמת לרוצחי ישראלים" כלשהי. גם בלי לנקוב בשם המפורש, נתניהו הבהיר בעצם כי הוא דוחה את המלצתו החמה של הנשיא ביידן להחזרת השליטה ברצועת עזה לידי אבו מאזן. אפילו ביידן עצמו, במאמר שפרסם השבוע, התפתל בהצעתו לתת את הרצועה לידיה של "רשות מתחדשת". גנץ, מנגד, צפוי לאמץ בחום את ההמלצה האמריקנית, וספק אם הוא שינה את דעתו באשר להיותה של הרשות פרטנטרית אפשרית בעתיד.

הסוגייה השנייה היא שאלת סדרי העדיפויות: על פניו, מיגור החמאס מצוי בעדיפות עליונה, גם על פני שחרור החטופים. אלא שבפגישה שערכו בתחילת השבוע איזנקוט וגנץ עם נציגי המשפחות, הבהירו השניים כי מבחינתם שחרור החטופים היא מטרת העל של המבצע הצבאי. בהמשך, במסיבת העיתונאים, התפתל גנץ בשאלה המדוברת ונשען על החילוץ המהיר שהושיט לו נתניהו, בטענה ששני הדברים חופפים ושתי המטרות משרתות זו את זו. המתרחשות עשויה להתעורר במצב בו שתי המטרות תגענה להתנגשות, באם תעמוד על הפרק עסקת שחרור חטופים כזו שתבלום את מיגור החמאס או אפילו תעצור חלקית את המבצע כולו.

דווקא בשאלה השלישית, מדובר במחלוקת מסוג אחר, וגם הצדדים שונים במעט. כאן הנושא הוא ההצעה שפורסמה בשבוע האחרון לעסקת שחרור חטופים, במסגרתה מציע חמאס באמצעות קטאר עסקה חלקית של שחרור כחמישים חטופים בתמורה לשחרור כמה מאות אסירים נשים וילדים פלסטינים ואספקת מאות משאיות עם מזון ודלק לרצועה, פלוס הפסקת אש של חמישה ימים וביצוע השחרור בחמש פעימות נפרדות.

בצד אחד של המטבע ניצבים הצמד איזנקוט וגנץ, ולצידם ראש המוסד וגם המשקיף יו"ר ש"ס ח"כ אריה דרעי. החבורה הזו תומכת בעסקה מכל סוג שהוא ובלבד להצליח לשחרר ולו מעט מהחטופים. הטיעון שהם מציגים מצביע על כך שספק אם ההזדמנות תחזור על עצמה, שמיגור חמאס יכול להתמין עוד שבוע או שבועיים - אבל עבור החטופים ומשפחותיהם כל יום הוא נצח, וגם ובעיקר ההבנה שדעת הקהל בישראל תשתפר משמעותית בשוכם של הנשים והילדים מהשבי.

את הצד השני מוביל בנוקשות שר הביטחון יואב גלנט, בגיבויו הרמטכ"ל ומערכת הביטחון ובתמיכתו (הזמנית) של נתניהו. לפי הגישה הזו, אין טעם לרוץ לזרועותיו של סינוואר בכל מחיר. הטיעון שלהם מסביר כי מלכתחילה הסיבה לקיומה של הצעה מפתה באופן יחסי נובעת מהלחץ הצבאי שמפעילה ישראל, וכי ככל שהלחץ יגבר יסכים חמאס לסגת עוד ועוד מדרישותיו, לצמצם את אורכה של הפסקת האש, להגדיל את מספר החטופים המשוחררים ועוד כהנה וכהנה. קיים גם טיעון

מלחמה בקבינט

במשך שלוש שבועות בקירוב תפקד קבינט המלחמה המיוחד היטב, הדיונים התקיימו באופן רציף, ההחלטות הנדרשות התקבלו, וכמקובל במחוזותינו - הטקסטים המלאים הודלפו, ככה שכולם ייצאו מרוצים מהאירוע. אבל כידוע, אין שני מלכים משמשים בכתר אחד, והעברת הסמכות לידי קבינט המלחמה על חמשת חבריו הרשמיים והחבר הנוסף הפחות רשמי, עיקרה מתוכן את סמכויותיו של הקבינט היומיומי הותיק ורווי החברים.

בתחילה, התאפקו שרי הליכוד המקופחים והחברים בן גביר וסמוטריץ', האחרון גם הקים בינתיים את הקבינט החברתי-כלכלי, שתפקידו במצב הנוכחי חשוב לא פחות מזה הביטחוני. בשבוע האחרון החלו החריקות באופן רשמי, עם פרסום ההחלטה על הכנסתן של שתי מכליות דלק ביום לרצועת עזה, גם אם זו נומקה היטב במסיבת העיתונאים המשותפת שערך ראש הממשלה, בהינתן הלחץ האמריקני והצורך לרצות את הדוד סם כדי שיאפשר את אספקת התחמושת הסדירה, ובהתחשב בצורך למנוע התפרצות מגיפות בדרום הרצועה, וכמובן, העובדה שמדובר בקושי בפרומיל מסך הדלק הנדרש ושגם הוא, ולפחות רובו, לא ייפול לידי חמאס.

החברים בקבינט זעמו על ההחלטה הפזיזה לטעמם, שהתקבלה בקבינט המלחמה בלבד ובניגוד להצהרות הדי בומבסטיות שהושמעו קודם לכן על ידי נתניהו וכמחצית מחברי הממשלה. סמוטריץ' ובן גביר הביעו את זעמם בפומבי, והראשון - אולי בהשראת הביקור החד פעמי שערך בקבינט המיוחד בהקשר לטיפול בסוגיית התקציב ואשר עורר את תאבונו - פנה כבר במכתב לנתניהו ובו דרישה להצטרף לקבינט גם הוא. לעת עתה, נדמה כי העניין נרגע ונתניהו הגיע להבנות עם שר האוצר שלו, אבל לא מן הנמנע שהדרישה תתעורר שוב בהמשך, למורת רוחו של השותף גנץ, שטרם להבהיר השבוע בדיפלומטיות כי המקום היחיד הנוסף השמור בקבינט מיועד ליאיר לפיד, במידה והאחרון יחליט להצטרף גם הוא לקואליציה.

במסיבות העיתונאים המשותפות, מקפידים נתניהו, גלנט וגנץ לציין מפעם לפעם את תמימות הדעים בקבלת ההחלטות ואת שיתוף הפעולה המפעים ביניהם, אבל בין הסדקים מסתמנים כבר שני בקיעים אפשריים ובעיקר שליש מוכחש. האחד בנוגע לעתידה של עזה, השני בנוגע לסדרי העדיפויות במבצע והשלישי בנוגע לעסקת חילופי שבויים, אם וכאשר.

בסוגייה הראשונה, הוסיף נתניהו על דעתו לשתי המטרות המוצהרות עד כה של המבצע - מיגור חמאס ושחרור החטופים - גם את המטרה השלישית: מניעת חזרתה של רשות "המעודדת טרור ואשר מסרבת לגנות



סולם שלבי התמודדות מול היצה"ר

וַיֵּצֵא יַעֲקֹב מִבְּאֵר שֶׁבַע וַיְלַךְ חֲרָנָה. וַיִּפְגַּע בַּמָּקוֹם וַיִּלְוּ שָׁם כִּי בָא הַשֶּׁמֶשׁ וַיִּקַּח מֵאֲבְנֵי הַמָּקוֹם וַיִּשֶׂם מֵרָאשֵׁי וַיִּשְׁכַּב בַּמָּקוֹם הַהוּא (כה, י-יא)

לפתח חטאת רובץ
ה"אור החיים" הקדוש דורש פסוקים אלו בדרך רמז:
"ויצא יעקב" - זו הנשמה, היוצאת מהעולם העליון, וקרובה "יעקב" על שם היצר הרע הכרוך בעקביה.
"מבאר" - מבאר הנשמות, מהמקום בו נמצאות הנשמות תחת כסא הכבוד. זהו 'באר מים חיים'.
"שבע" - לאחר שנשבעה, כדברי הגמרא (נדה ל ע"ב), שקודם ביאת הנשמה לעולם, משביעים אותה: "תהי צדיק ואל תהי רשע".
"וילך חרנה" - מיד כאשר הנשמה באה לעולם, בא איתה גם ה'חרנה' - היצר הרע. "לפתח חטאת רבץ" (בראשית ד, ז) - היצר הרע נכנס אל האדם מיד עם צאתו מרחם אמו, ומנסה להכשילו בכל כוחו ומעמיד כנגדו ניסיונות קשים ביותר.

ערמומיותו של היצר הרע פועל בערמומיות רבה כדי להפיל את האדם ברשתו. ה"חפץ חיים" זצ"ל המשיל משל נפלא, המתאר את שיטת הפעולה המתוחכמת והנכלולית של היצר: היה פעם אדם, עני מרוד, שראה כיצד העשירים מתענגים בתענוגות העולם הזה וממלאים כרסם במעדני מלכים. השתוקק אף הוא להתענג ממנעמי העולם, אך כיצד יוכל לממש את חלומו, הן הדבר כרוך בממון רב ואין לו פרוטה לפרוטה?
ואז עלה במוחו רעיון: התלבש במלבושים מהודרים, עד ששווה לעצמו מראה מכובד, כאחד הגבירים הנכבדים. כשהוא לבוש בהידור, יצא לרחוב לפגוש באורח שנוקלע לעיר, ברכו לשלום ופתח עימו בשיחת רעים כמכר ותיק. אחר כך הזמינו לאכול באחת המסעדות היוקרתיות בעיר, כמובן על חשבונו.
האורח הודה לו מקרב לב על טוב לבו ועל הכנסת האורחים הנדיבה, ונלווה אליו בשמחה אל המסעדה. הגביר הזמין עבור שניהם סעודת מלכים. מלצרים התרוצצו והגישו להם את המאכלים על גבי מגשי זהב

נוצצים. השניים שוחחו להנאתם, תוך שהם סועדים את לבם בסעודה כיד המלך במיני דגים ובשרים משובחים, יינות מובחרים ומשקאות יקרים.
כשהגיעה שעת הקינוח, קם הגביר ממקומו ואמר לאורחו שהוא יוצא לרגע ותיכף ישוב. בינתיים הגיע המלצר ובידו מגש הקינוחים. האורח נטל לעצמו מן הקינוחים המשובחים, והותיר מהם למארח הנדיב שאמור לשוב בכל רגע... הוא המתין והמתין, אך לשווא. הגביר איננו ועקבותיו נעלמו.
עד שהגיע המלצר ובידו פירוט החשבון. האורח הציץ בדף וראה את הסכום המפולפל שנקוב בו, והתנצל בפני המלצר: "לא אני הזמנתי את הסעודה, אני אורחו של הגביר, עוד מעט הוא ישוב וישלם את כל הוצאות הסעודה".
המלצר ניאות להמתין קמעה, עד שפקעה סבלנותו ואמר: "לא מעניין אותי מי הזמין את הסעודה; זה עניינכם, לא ענייני. אני דורש ממך את התשלום מיד!"
וה'גביר?' הוא כבר בדרך לקרנן הבא שלו...
אומר החפץ חיים: היצר הרע מפתח את האדם - תפטפט, תאכל, תשתה, תהנה ממנעמי החיים בלי חשבון, תבלה כאוות נפשו. אל תדאג, הכל על חשבוננו! והאדם מתפתה - ואז מגיע זמן התשלום. היכן הגביר הנדיב? נעלם ואיננו. האדם מקבל לידי את החשבון לתשלום - והוא נדרש לפורעו!
והחכם - עיניו בראשו. האדם שמכיר בסכנה הטמונה בפיתויי היצר, אוזר את כל כוחו לעמוד בגבורה כנגד היצר ואינו נכנע לו.
תפילה, תורה והזכרת יום המיתה מהי התרופה לנצח את היצר הרע?
"ויפגע במקום" - אין 'פגיעה' אלא לשון תפילה (ברכות כו ע"ב). צריך לזעוק להשי"ת, שהוא מקומו של עולם, שיצילנו מהיצר הרע. לא די בתפילות הרגילות שהאדם מתפלל, עליו לזעוק מעומק לבו אל השי"ת, שיצילו ממנו. ואם אין בפיו די מילים להתפלל, יאמר פרקי תהילים, שבהם התפלל דוד המלך להשי"ת, שיוכל להתגבר

על היצר הרע. הנה הפרק הראשון פותח במלים: "אשרי האיש אשר לא הלך בעצת רשעים". יחשוב האדם על המילים הללו, ויתפלל מעומק לבו שיוכל לעמוד מול עצת הרשעים. "ובמושב לצים לא ישב", לבל יושפע מהם. וכך יאמר את פרקי התהלים, עם מחשבה וכוונה, שיוכל לעמוד מול היצר הרע.
"וילן שם כי בא השמש" - צריך האדם להתנהג כך, עד שיעריב שמשו וילך מן העולם. אין רגע אחד פנוי מהיצר הרע, כפי שאמרו רבותינו (ירושלמי שבת פ"א ה"ג): "אל תאמן בעצמך עד יום מותך".
הגה"צ רבי אליהו לופיאן זצ"ל, היה בערוב ימיו משגיח בישיבת "כפר חסידים", ואחד הבחורים בא לספר לו שהוא מוזמן לשמחה משפחתית. שאלו המשגיח האם תהיה מחיצה והפרדה בשמחה זו, והבחור השיב שרוב בני המשפחה אינם שומרי תורה ומצוות, ולכן לא תהיה מחיצה. "עם זאת", הוסיף הבחור, "אינני חושש שאכשל בראיות אסורות, ובוודאי אצליח להתגבר!"
המשגיח היה מזועזע: "הנה אני" - כך אמר - "כבר זקן וישיש, עיוור בעין אחת, ועם זאת אני מפחד מהיצר הרע, ואתה, בחור צעיר ובריא, רואה בשתי עיניך, אינך חושש ממנו?!"
"ויקח מאבני המקום" - אין 'אבנים' אלא תורה, כפי שדרשו חז"ל על הפסוק (ישעיה נד, יג): "וכל בניך למודי ה' ורב שלום בניך" - "אל תקרי בניך אלא בוניך" (ברכות סד ע"א). לומדי התורה הם בוני העולם, והתורה עצמה היא אבן הבניין של העולם. אם נשליך את ה'אבנים' הללו על ראשו של היצר הרע - נוכל להכניעו, שהרי אמרו חז"ל (קידושין ל ע"א): "בראתי יצר הרע, בראתי לו תורה תבלין", עם ה'אבנים' הללו, יכולים אנו לרגום ולסקול את היצר הרע וכוותו, כפי שאמרו רבותינו (סוטה כא ע"א) כי התורה מצלת מיצר הרע, בין בזמן שעוסק בה ובין בזמן שאינו עוסק בה.
"וישם מראשותיו" - הכוונה לדברי רבי שמעון בן לקיש (ברכות ה ע"א): "אמר רבי שמעון בן לקיש: לעולם ירגיז אדם יצר הטוב על יצר הרע... אם לא נצחו, יקרא קריאת שמע שעל המטה שנאמר 'על משכבכם'". לכן נאמר "וישם מראשותיו", שלפני שהולך

לישון יקרא קריאת שמע, כנגד היצר הרע. "וישכב במקום ההוא" - הכוונה לסיום דברי רבי שמעון בן לקיש (שם), שאם לא ניצח את היצר הרע, יזכיר לו יום המיתה. וזו הכוונה 'וישכב', היא השכיבה הידועה, האמורה פעמים רבות בתנ"ך - "וישכב עם אבותיו", במקום הידוע, בבית מועד לכל חי. על ה"חפץ חיים" זצ"ל מסופר, שהיה לו קבר מוכן בראדין, ובכל חודש היה הולך אליו, נשכב בתוכו ומזכיר לעצמו כי זה יהיה המקום בו ישכב בסוף. זכירה זו סייעה לו לגבור על היצר הרע.
יהיו שיטענו כי הזכרת יום המיתה עלולה להביא את האדם לידי דכאון ומרה שחורה, אבל ה"חפץ חיים" זצ"ל, שהזכיר לעצמו את יום המיתה, לא יצא מדוכא מהקבר אליו היה נכנס, אלא אדרבה, זה דרבן אותו לעסוק בתורה ולפעול למען היהדות, מתוך ידיעה שהזמן קצר והמלאכה מרובה. אדם היודע את תכלית חייו בעולם הזה, וכי מדובר בחיים זמנים מול החיים הנצחיים, רק מתחזק ומתגבר לעשות רצון אבינו שבשמים, כאשר הוא מזכיר לעצמו את יום המיתה.
המנצחו ראוי לענף מענפי הנבואה
לאחר כל התנאים הללו, אומר ה"אור החיים" הקדוש - "מובטח הוא שינצח היצר הרע. ומעתה מברשו הכתוב שיהיה ראוי לענף מענפי הנבואה, שיגלה ה' אליו בחלום ידבר בו".
הסולם אותו ראה יעקב בחלומו, הוא סוד נפש האדם, כאשר יוצאת נפשו מגופו בעת שנתו, ועולה למרום כדי לתת דין וחשבון על מעשיה, היא לא נעקרת לחלוטין מהגוף, אלא נשארת דבוקה בגוף ורק חלק ממנה עולה למרום, בבחינת "סולם מוצב ארצה וראשו מגיע השמימה". וראיה לכך, כי כאשר הגוף הישן מתנועע, האדם מתעורר, ואם היתה הנשמה מתנתקת מהגוף בזמן השינה, הרי היא לא היתה מרגישה בעת שהגוף מתנועע. אלא ודאי שהנשמה מוצבת בארץ, וראשה מגיע השמימה. כאשר האדם ישן, אין לו יצר הרע, ולכן אין מה שיפסיק בין הנשמה לבין השמים, והיא עולה למרומים לתת דין וחשבון על מעשי האדם. (מתוך משכני אחריו בראשית ח"ב).

אומר החפץ חיים: היצר הרע מפתה את האדם - תפטפט, תאכל, תשתה, תהנה ממנעמי החיים בלי חשבון, תבלה כאוות נפשך. אל תדאג, הכל על חשבוננו! והאדם מתפתה - ואז מגיע זמן התשלום. היכן הגביר הנדיב? נעלם ואיננו. האדם מקבל לידי את החשבון לתשלום - והוא נדרש לפורעו!

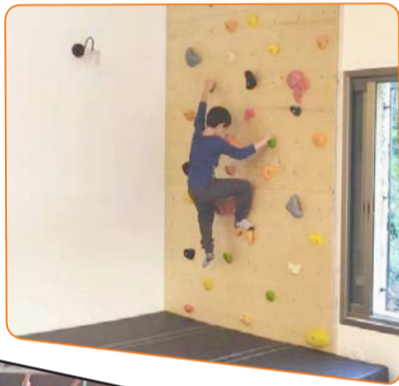
רוצים קיר טיפוס משלכם!?

מצויין! זאת בדיוק ההתמחות שלנו כבר מעל 21

שנה, במגוון רחב של פתרונות מקיפים לבניית קירות טיפוס, מתחמי נינג'ה, פארקי חבלים ומתקני אקסטרים. אנו בונים מתקנים קטנים בבתים פרטיים, ועד- למתקנים הגדולים ביותר בארץ.

חיטבו על חלום, בכל מקום ואנחנו נגשים אותו עבורכם!

בתים | חצרות | מוסדות | מתנסים | עירויות | פארקים | רשויות | גני ילדים | בתי ספר | גני שעשועים



חברתנו מייבאת את מיטב מותגי הציוד המקצועי לטיפוס, לבטיחות, לתעשייה וגלישה

360climbing-

החברה הגדולה לתכנון, בנייה והקמת קירות טיפוס, מתחמי נינג'ה, פארקי חבלים ומתקני אקסטרים

אלון 054-360-3-360 | www.360climbing.co.il

דברי הגות ומוסר לפרשת השבוע

עמוד זה טעון גניזה

הרה"ג שמואל רבינוביץ

רב הכותל המערבי והמקומות הקדושים



יוסף - הודאה על העתיד

על לידת יוסף נאמר: "ותלד בן ותאמר אסף אלוקים את חרפתיו... ותקרא את שמו יוסף לאמור יוסף לי ה' בן אחר" (בראשית ל, כג-כו). "יש להבין בשל מה העדיפה רחל אמנו לקרוא לבנה 'יוסף' - בלשון עתיד - על שם 'יוסף לי ה' בן אחר', ולא לקרוא 'אסף' - בלשון עבר - על שם 'אסף אלוקים את חרפתי'?" לאה אמנו בחרה להנציח לדורות את הודאתה העצומה להקב"ה עם לידת בנה הרביעי, עד שקראה לבן זה: 'יהודה' - שם שמבטא יותר מכל את עניין ההודאה. חז"ל הפליגו בשבח של מעשה זה, עד שאמרו: אמר רבי יוחנן משום רבי שמעון בן יוחאי: מיום שברא הקב"ה את עולמו לא היה אדם שהודה לקב"ה עד שבאה לאה והודתו, שנאמר "הפעם אודה את ה'". (ברכות ז' ע"ב).

לאור זאת מה רבה הפליאה אשר בעקבות כך עמדה מלדת, כמו שנאמר: "על כן קראה שמו יהודה, ותעמוד מלדת" (בראשית כט ל). עד שנראה שעמידתה מלדת קשורה לכך שהודתה את ה'. שהרי אין לומר שסתם סיפרה לנו התורה שאחר לידת יהודה עמדה לאה מלדת, דבר שלא מצאנו כמותו אצל אף אחת מהאימהות. והדברים טעונים ביאור - זו תודה וזו שכרה?

כידוע תקופת המבחנים בישיבות היא תקופה לחוצה למדי. צוות הישיבה עושה שעות נוספות בכל יום במבחני קבלה, בדיונים שאחריהם, ובאינספור טלפונים של הורים לחוצים ושל עסקנים מלחיצים.

לילה אחד לאחר יום גדוש בהרצות תורה שהסתיים בכמה וכמה מבחני קבלה, התכנסו הר"מים לישיבת צוות שגרתית. על הפרק עמדו כעשרים בחורים שנבחנו במשך היום, והצוות התכנס לדון בכל אחד מהם ולהחליט האם יהיה בין חובשי ספלי הישיבה בשנה הבאה? מיד עם תחילת הישיבה התברר כי בחור אחד תפס היום תשומת לב מיוחדת אצל כולם. הכל ביקשו לציין את התרשמותם המופלאה ממנו כבחור מיוחד במינו, עדין נפש, מצוין במידותיו, בעל הבנה מעמיקה וידיעות מפליאות.

לפתע קם אחד הרמ"ם וביקש את רשות הדיבור. מבקש אני לספר לכם סיפור: היה זה עם כניסתי לישיבה גבוהה. כמו כולם הימים הראשונים עברו עלי בחיפוש מדויק אחר חברותא מיוחדת, בחור שיהיה לי שותף בדרך העולה בית ה'. חיש מהר הופנה תשומת ליבי לאחד הבחורים שעשה עלי רושם מיוחד כירא שמים, למדן ונעים הליכות. בליבי בחרתי בו כבר כחברותא אולם לא ידעתי כיצד לגרום גם לו לרצות זאת.

במשך כמה ימים שפכתי ליבי בתפילה לפני הקב"ה שסייע לי להגשים את משאלתי, ואכן ה' הצלחתי לגרום עמו קשר לימודי, בתחילה כחברותא ל'בין הסדרים' ולאחר מכן כחברותא קבועה. חברותא שנמשכה כמה שנים ברצף, עד לאותו ערב בו התבשרתי על אירוסיו.

לאחר נישואיו עבר ידידי להתגורר בשכונה מרוחקת, אולם למרות הקושי החלטתי כי אני יכול לוותר על התענוג המשותף. ביקשתי ממנו כי יועיל ללמוד עימי לכל הפחות פעם בשבוע, בליל שישי בביתו החדש. לשמחתי הוא נענה בהתלהבות, וכך בכל ליל שישי הייתי שם פעמי לביתו שם למדנו במשך מספר שעות.

עברה תקופה ארוכה והנה באחד השבועות כאשר הגעתי לביתו להרגלי, נקשתי על הדלת ולא זכיתי לתשובה. מן הבית עלו רחשים שהעידו כי מישהו נמצא בבית, אך נקישותי החוזרות ונשונות לא נענו. כאשר הטיתי אוזן מבעד לדלת נוכחתי לשמוע קול בכייה, היה זה קולו של ידידי הטוב. דאגתי לשלומו, חששתי כי הוא נמצא במצוקה ועל כן הרשיתי לעצמי לפתוח את הדלת כדי סדק צר. מבעד לדלת הבחנתי בו אווזו בידי ספר תהילים, כאשר מפיו יוצאים המזמורים ברגש ובבכיה.

לאחר דקה הבחין בי, ומיד קם ממקומו והושיט לי יד - מגיע לי מזל טוב! נולד לי בן בשעה טובה!!

לא יכולתי להשיב לו כראוי, במקום זאת כמעט זעקתי - הכל בסדר? היולדת והתינוק בריאים ושלמים?! ברוך ה'! - ענה ידידי. אמרתי מזל טוב!!! ומיד שאלתי - אז מדוע בכית כל כך? נראה היה כי הוא מופתע מן השאלה. מה לא מובן? נולד לי בן, הדבר הראשון שעלי לעשות זה להודות על הלידה ובצד זה להתפלל עליו, שיגדל לתורה, לחופה ולמעשים טובים.

הבחור הזה, סיים הרב את סיפורו, הוא הילד שכבר עם לידתו נשפכו כמים על עתידו, זהו הבחור כליל המעלות שזכינו כולנו לפגוש היום! באם יודעים להודות על העבר בצד תפילה לעתיד, זוכים שהעץ לא יבש והסייעתא דשמיא לא פוסקת.

למתייהו זה נדרש הטור בפירושו (הארוך) לתורה, וביאר שמשלשן הודאתה של לאה "הפעם אודה את ה'" היה נשמע שהיא נותנת הודאה לקב"ה על שנתן לה את כל המגיע לה ואין לה צורך ביותר מכך. וכיון שלא הוסיפה מיד בקשה על העתיד, עמדה מלדת. לעומת זאת, אצל רחל אמנו ע"ה, אנו מוצאים שלאחר לידתו של יוסף לא הסתפקה רק בהודאה של: "אסף אלוקים את חרפתי", אלא מיד ביקשה על העתיד "ותקרא את שמו יוסף לאמור, יוסף לי ה' בן אחר".

דברים אלו הובאו ב'מאור ושמש' על פרשתנו את המעשה המובא בגמרא במסכת תענית (י"א א) אודות חוני המעגל, שלאחר בצורת קשה שהיתה בירושלים התפלל על הגשמים ונענה בגשם עז שהחל לרדת והבורות הצחיחים התמלאו במים זכים. אלא שכאשר חלף זמן רב והגשם לא פסק מלדת, החלו בני ירושלים לחשוש מן השטפון המאיים להחרוב את העיר. וביקשו מחוני שיתפלל שוב, הפעם כדי שהגשמים יפסקו. בתגובה המליץ להם חוני להקריב לפני ה' פר גדול לקרבן הודאה מיוחד על ברכת הגשמים, ואכן לאחר שהקריבוהו פסקו הגשמים מלרדת.

וביאר זאת החוזה' מלובלין, שבהקראת פר ההודאה הם לא הוסיפו בקשה על העתיד, ובכך התכוונו לומר שאין להם יותר צורך בטובת הגשמים וממילא נפסק הגשם. משום שהודאה על העבר בלא בקשה על העתיד משמעותה היא בעצם בקשה להפסקת הטובה.

משום כך העדיפה רחל את השם: "יוסף" על פני השם: "אסף". שבעוד שהשם 'אסף' מודה על חסדי העבר, השם 'יוסף' מתייחס גם אל העבר וגם אל העתיד. מלבד הכרת הטוב על העבר מונח גם בקשה וביטחון מלא בבורא יתברך שימשיך להשפיע חסדים ורחמים.

על פי זה יתיישב דקדוק נוסף בדברי רחל אימנו, אשר בתחילת דבריה השתמשה רחל אמנו בשם 'אלוקים' - "אסף אלוקים את חרפתי" ואילו בסוף דבריה השתמשה רחל בשם 'היה' - "יוסף לי ה' בן אחר".

שאלה זו כבר נשאלת במדרש רבה (פרשה ע"ג) וכך נאמר: "ויזכור אלוקים את רחל - והדין נותן שהכניסה צרתה לביתה". וביאר שם העץ יוסף, שכוונת המדרש לבאר מה טעם נכתב כאן שם 'אלוקים' "ויזכור אלוקים את רחל", בשעה שרחל זוכה לאחר שנים ארוכות להפקד בבן זכר, הרי כאן צריך לכתוב את שם מידת הרחמים? על כך כתב המדרש 'והדין נותן', כלומר שפקידתה של רחל היתה אף מצד מידת הדין - שם 'אלוקים', מפני 'שהכניסה צרתה לביתה', שבזכות זה הפכה את מידת הדין למידת הרחמים.

מעשה מובן שינוי הלשון גם בדברי רחל אמנו. שהרי כאמור החלק הראשון בהודאתה של רחל - 'אסף אלוקים את חרפתי' - היה הודאה על העבר, כלומר על פקידתה הראשונה, ולכן בו השתמשה רחל בשם 'אלוקים', מפני שפקידה

סובלים מתשישות בעקבות המלחמה? בדקו את תפקוד בלוטת האדרנל

הפרשת הקורטיזול עולה באופן משמעותי במצבים של מחלה חריפה כדי לסייע לגוף להתמודד עם מצבי דחק (סטרס). עייפות היא תסמין נפוץ של מחסור בקורטיזול וכן תחושה כללית של מצב גופני ירוד, ירידה בתיאבון ובמשקל, חוסר מרץ, סחרחורת, כאבי בטן, בחילות ועוד • מה ניתן לעשות והאם ניתן לטפל בתשישות של בלוטת האדרנל? הנטורופת רון יפה מסביר ונותן טיפים ועצות מעשיות לטיפול

התנאים ההכרחיים לטיפול מוצלח הם:

- שינויים בהרגלי החיים כגון פעילות גופנית, שינה מספקת, תזונה נכונה עשירה בפירות וירקות, שומנים טובים, צחק, תרגילי נשימה ועוד.

- הימנעות ממזונות אלרגנים, קפאין, אלכוהול ומזון מעובד.

- אם קשה לכם לומר על הקפה אז לפחות להימנע מקפה בשעה הראשונה של הבוקר ולהוסיף לקפה כפית של שמן קוקוס או כפית של חמאת גהי, חצי כפית קינמון, חצי כפית קקאו נע ורבע כפית מלח הימלאיה וכפית אבקת פטריות. אתם לא תאמינו איך לא שתיתם ככה קפה לפני.

- להתחיל את הבוקר עם קוקטייל אדרנל המכיל: 180 מ"ל מי קוקוס, חצי לימון סחוט ורבע כפית מלח הימלאיה.

- בלילה לפני השינה לשתות חליטת תה שנקרא טולסי המסייע להורדת הקורטיזול בשעות הלילה.

טיפול אינדיבידואלי בהתאם לתוצאות הבדיקות

- תיסוף בתוספי תזונה המשמשים כזרזים לתפקוד הבלוטה, כגון ויטמיני B, ויטמין C, ברזל, אבץ ונחושת.

- טיפול בצמחי מרפא התומכים במצבי מתח מתמשכים.

- במקרים חריפים יותר שימוש בתוספי תזונה על בסיס מיצוי של בלוטת אדרנל מבוקר.

- פוסטופטדיל סרין או לרורה לוויות רמות קורטיזול גבוהות.

- במקרה של מטופל עם בעיות של מעי רגז, גזים וכאבי בטן, התגלו פריטים שונים, חיידקים ופטריית, רגישות לגלוטן ומעי דליף. המטופל קיבל טיפול לפי פרוטוקול של הרפואה הפונקציונלית, שהביא לשיפור מסוים אך התסמינים לא עברו. בדיקה של בלוטת האדרנל העלתה כי היא מותשת, המטופל קיבל טיפול לבלוטה ובתוך זמן קצר חלפו כל התסמינים של המעי הרגז. בלוטת האדרנל קשורה לכל כך הרבה תפקידים בגופנו ויכולה להיות במקרים רבים המקור לבעיה, בוודאי במצבים קשים של סטרס ומלחמה.

- רון יפה יעביר סדנא בנושא "נלחמים בעייפות - מרימים את האנרגיה", בכנס אוכלים בריא ה-14, בגבעתיים.

- עבודה מאומצת ולחוצה, תינוק חדש, בעיות כלכליות וכו'
- סטריס סביבתי - זיהום אוויר, מים, מזון, מתכות כבדות וכו'
- מהם התסמינים של קורטיזול נמוך?
- דיכאון ועייפות מנטלית ופיזית
- סחרחורת ועילפון
- חולשה
- דפיקות לב מהירות
- רגישות רגשית מוגברת
- חוסר יכולת להתמודד עם סטרס
- חרדה חברתית
- כאבי שרירים
- כאבי ראש
- פיברומיאלגיה
- כאבים בגב תחתון
- שלשולים ו בחילות
- כאבי בטן וכאבי רעב
- חשק למזון מלוח
- בלבול
- בעיות שינה
- ו ע י ג ל י ם כהים מתחת לעיניים
- תסמונת המעי הרגז
- תסמינים של קורטיזול גבוה:
- עצבנות
- אובדן שריר
- אנרגיה חשמלית צבורה בלתי נעימה
- התדלדלות עצם
- עמידות לאינסולין/סינדרום X
- אפיסת כוחות
- נשירת שיער קרקפת
- לחץ דם גבוה
- נדודי שינה

מי סובל מתשישות של בלוטת האדרנל?

בדיקות רוק לאדרנל מגלות לנו שתשישות של בלוטת האדרנל היא הרבה יותר נפוצה ממה שאנו חושבים. מטפלים רבים ברפואה פונקציונלית מדווחים שכ- 85% מהמטופלים שלהם סובלים מתשישות של בלוטת האדרנל בדרגה כזו או אחרת, נשים וגם גברים סובלים באותו מידה ובכל גיל.

לקורטיזול יש השפעה ישירה על כל ההורמונים בגופנו, אבל אחד העיקריים זהו הקשר בין קורטיזול למערכת החיסון שלנו. אנחנו יודעים היום שרמות גבוהות של קורטיזול אשר עלולות כשאנחנו נמצאים במצב של סטרס מדכאות את מערכת החיסון שלנו וגורמות לכך שגופנו יהיה יותר חשוף לפתוגנים (חיידקים, פטריות, טפילים ווירוסים) וכאשר הקורטיזול יורד מערכת החיסון עוברת לעבוד במצב של פעילות יתר (מחלות אוטואימוניות, דלקות, אלרגיות וכו'), לכן מצבים שונים במערכת העיכול, כולל רגישות למזון, יכולות להיות בגלל חוסר איזון של בלוטת האדרנל.

טיפול בבלוטה אדרנל מותשת

על מנת להצליח בטיפול בבלוטה אדרנל חשוב לבדוק את תפקוד הבלוטה באמצעות בדיקת דם, בדיקת רוק ואיסוף תרבית 24 שעות שניתן לעשות בכל קופות החולים. בנוסף, אם בדיקת דם לסודיום יצאה מתחת ל- 138 כדאי לבדוק את תפקוד הבלוטה.

בגוף מצויות שתי בלוטות הנקראות בלוטות האדרנל, או בלוטות יותרת הכליה, הממוקמות אחת מעל כל כליה. בלוטת האדרנל מייצרת הורמונים סטרואידים שמווסתים תהליכים רבים בגוף, ביניהם לחץ הדם ומאזן הנוזלים והמלחים בגוף. קורטיזול הוא ההורמון המרכזי המופרש על-ידי בלוטת האדרנל.

מהי תשישות של בלוטת האדרנל?

תשישות של בלוטת האדרנל מוגדרת כירידה בתפקוד של בלוטת האדרנל המתאפיינת בירידה תפקודית של הפרשת הורמוני בלוטת האדרנל בתבנית יומית, בייחוד הקורטיזול. אנשים הסובלים מתשישות של בלוטת האדרנל בדרך כלל לא מודעים לכך, כיוון שהתסמינים דומים לתסמינים של מצבים בריאותיים רבים.

מי אתה קורטיזול?

מדובר בהורמון מקבוצת הסטרואידים, המופרש מבלוטת האדרנל. זהו אחד ההורמונים החשובים ביותר המשפיע כמעט על כל רקמה בגוף. הוא משתתף בפירוק חלבונים, מסייע לאזן את משק הפחמימות והשומן ומשפיע דרמטית על מערכת החיסון. הורמון זה בעצם מווסת את התגובה שלנו לצפי לחץ והוא מופרש בתגובות קבועות במהלך היממה. בבוקר רמות הקורטיזול אמורות להיות גבוהות ולקראת הערב הן יורדות. הן הכי נמוכות בלילה לפני שאנחנו הולכים לישון. בכל פעם שאנחנו נמצאים במצב של סטרס נפשי או פיזי, הקורטיזול קופץ ולאורך זמן הוא פשוט לא יכול לחזור לאיזון.

מהן הסיבות לתשישות של אדרנל

תשישות של בלוטת האדרנל נגרמת כתוצאה מסטרס אקוטי או מתמשך. זה יכול להתחיל בתאומיות או בעקבות מצב ממושך וחוזר של סטרס:

- מחלה כרונית
- סטריס פיזי - פציעה, תאונת דרכים, דיאטה קיצונית, ניתוחים, שימוש באלכוהול/ניקוטין, כאבים כרוניים וכו'
- סטריס נפשי - חתונה, גירושים, מוות במשפחה,

מונחים את החרדה: 5 רבדים להתגבר על הפחד

מלחמת חרבות ברזל יצרה בכל אחד מאיתנו מימד של פחד וחרדה בסבירות נמוכה או גבוהה למציאות הנוכחית ואולי למה שעתיד לבוא. ד"ר פינחס לוזון פסיכולוג חברתי-ארגוני, מטפל בילדים נוער ומבוגרים, יחידים וזוגות, מהמרכז הרפואי 'מדיקל טופ' מציע 5 רבדים להתמודדות, ולשדר לסביבה ולילדיה שגרה בטוחה

שיטת הטיפול שמציע ד"ר לוזון מתמקדת בקשרים שבין היחיד ובין סביבתו החברתית עם דגש על טיפול ממוקד שינוי התנהגות דרך ניתוח רגש, מחשבה וסביבה חברתית. כלומר הטיפול בנוי על פענוח המארג הפנימי של הנפש ומוכון לשינוי פעיל של ההתנהגות של היחיד בחברה. בהתאם, הטיפול ממוקד מתן מענה לתופעות של דיכאון, חרדה, טראומה, הפרעות רגשיות, חשיבה טורדנית, טיפול רגשי בקרב נוער וילדים, פחדים, התנהגות מסכנת, התמכרויות, והתמודדות עם מתח קיצוני ופחד מתמיד.

1. הרובד התפקודי - חייבים לבנות לעצמינו סדר יום פעיל. בימים כתיקונם נכון לשמר רמת פעילות יצרנית ככל שניתן ובימים של מלחמה, על אחת כמה וכמה. הפעלתנות משמרת דפוסי חשיבה בריאים ומחסום לשבר נפשי. על כל אחד ואחת, מוטלת האחריות האישית והחברתית, לבנות

לעצמו ולעצמה סדר יום ושבוע שישמרו רמה טובה של מתח תפקודי. לכן חשוב כמה שניתן להפחית פעילות פאסיבית כמו צריכת חדשות.

2. הרובד החברתי - עצה שטובה תמיד, נכונה עכשיו פי כמה: הימצאו כמה שניתן בחברת אנשים שאוהבים אתכם. חזקו קשרים משפחתיים וחברתיים. הרבו במפגשים עם מי שאתם אוהבים ואוהב אתכם. בכל זמן נתון ובפרט בימים אלה, הרבו שיח ומפגשים עם אנשים שאוהבים אתכם, חברים ומשפחה.

3. רובד החשיבה - ידוע שאין שתי מחשבות שעוברות בראש בזמן אחד. אסור לתת



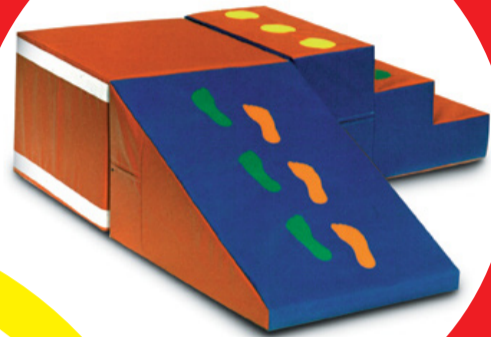
להפעיל אצלנו את הממד הרגשי ברמות מוגזמות. השתדלו לשמור על מנת רגש שמאפשרת לכם להמשיך לתפקד ברמה טובה.

5. רובד האמונה - אמונה היא כוח פסיכולוגי שצריך להשתמש בו בדרך כלל ובפרט בתקופת משבר. האמונה נתפסת בכל חייו של אדם בצורה אחרת, אך בתקופה כזו מומלץ מאד להפעיל את כוח האמונה. כיהודים חובה עלינו להאמין שיהיה טוב, שהטוב יצא. ובעיקר להאמין שמכל משבר נצא מחוזקים יותר. עלינו להאמין ולבטוח בהקב"ה, להאמין ולחזק את מערכת הביטחון ושבוערת ה' יהיה טוב, שאנחנו נתגבר ושאנחנו ננצח. ♥

*ד"ר פינחס לוזון, פסיכולוג חברתי-ארגוני, מטפל בילדים נוער ומבוגרים, מעניק שירות במרכז הרפואי 'מדיקל טופ' בראש פינה

מתקני פעילות לקטנטנים

לגנים, למוסדות ולבתים



מערכת טיפוס גלישה



נדנדות לקטנטנים



בריכת כדורים

מחפשים
מוצרים דומים?
או לגילאים
גדולים יותר?
מעולה!
יש לנו מבחר עצום!
התקשרו, ברוו והזמינו
את המוצרים
שהכי מתאימים לכם!

כי כואנו חוצים
את הטוב ביותר
אז דינו!

בואו לבחור את המתקנים שהכי מתאימים לכם ולילדיכם!

מתקנים שיטענו בהתפתחות הנאה וכוחות הנינועה שלהם...

- ניתן להזמין מוצר בודד או להרכיב חבילה של מספר מוצרים!
- מתאים לבית | לחצר | לגני ילדים | למשחקיות | לפיזיותרפיסטים ולתרפיסטים ועוד...

התקשרו והזמינו עכשיו! חן ארז

050-7431335 | 1599-500-808