

דברי הכפר



גיליון מס. 2918 * יז אדר תשפ"ו * 6 במרץ 2026
כפר הנשיא * עלון פנימי

עורכת: דורית צחור dorittb1963@gmail.com

בית כפר הנשיא מודיע בצער על
פטירתו בשיבה טובה של חברנו

אלק קולינס ז"ל

ומשתתף בצערם של
אורן, אלדד, גילי, דרור
וכל המשפחה



הספד לאבא

יש בחיים בחירות רבות שאנו עושים, והן משפיעות עלינו לכל החיים. לפנות שמאלה או ימינה במזלג דרכים – זו בחירה שלנו; לבחור מי יהיו ההורים שלנו – זה כבר סיפור אחר.

לנו, ארבעת הבנים, היה מזל גדול: נולדנו לזוג הורים נפלאים שגרמו לנו לרצות לבוא אליהם כל הזמן. בכל תקופה בחיים שלנו כילדים, כנערים, כבוגרים, כנשואים עם משפחה משלנו תמיד נמשכנו להורים כמגנט. הרבה צחוקים בבית, הרבה פתיחות, הרבה סבלנות, הרבה אהבה וכמובן הרבה אוכל! בראוניז של אמא או צ'יפס של אבא – משהו עבד שם מצוין.

רציתי לדבר על ההומור של אבא, שהיה סימן ההיכר המובהק ביותר שלו. הסיפורים על ההומור של אבא יכולים למלא ספר שלם, אבל בחרתי לשתף על שתי תכונות נוספות, לא פחות חשובות.

הראשונה היא אופטימיות ללא גבולות: תמיד לראות את חצי הכוס המלאה, לא להשקיע אפילו דקה במה שהיה יכול להיות אחרת. זו תכונה נפלאה, ואבא הצליח להעביר תכונה זו אלינו, הבנים. כולנו אימצנו אותה בחום ומיישמים אותה בחיינו.

השנייה היא היכולת לגרום לאנשים להרגיש טוב – שכולם יהיו מבסוטים ושאיש לא יצא מאוכזב. התכונה הזו גרמה לאבא לפעמים לעגל פינות, לתת לעיתים תמונה מעט יותר ורודה מהמציאות, הוא לא היה יכול לצאת מפגישה עם שלושה אנשים כאשר שתיים מאושרים והשלישי מאוכזב, לא אצל אבא! לא בטוח שאנשים הבינו למה הם יצאו מאושרים אחרי שיחה עם אבא אבל היי, מה זה משנה?

אני מוכרח כמה מילים לגילי, שהשפיע יותר מכל אדם אחר על איכות החיים של אבא בשנים האחרונות, ותמיד עשה את הדבר הנכון – בחוכמה, וברגישות ועם הרבה שכל ישר. לעיתים קיבל החלטה של רופא, לעיתים של פסיכולוג, לעיתים של עו"ד..... גילי , אתה האלוף שלנו!

בגדול, זה עבד כך: גילי קבע אסטרטגיה שבנויה על שני עמודי בטון יצוק, אחד – שיהיה לאבא נוח. שתיים – שהוא יחליט מה טוב עבורו. כל דבר אחר לא חשוב, גם אם לפעמים נראה שזה הולך לכיוון לא טוב.

כך למשל, כשלאבא היה שטף דם בבוהן, גילי לקח אותו לרופא בראש פינה. בסיום הבדיקה ניתנה הפניה דחופה למיון בבית החולים בצפת. גילי יצא עם אבא מהרופא, הסתכל ימינה ולמעלה רחוק לעבר הרי צפת ובית החולים זיו, ואז הסתכל שמאלה וראה את רולדין מעבר לכביש. הוא שאל את אבא מה הוא מעדיף לעשות. אבא ענה את התשובה הנכונה – והמיון חיכה ליום המחרת.

ולסיום, תודה לרפי, לחוג ה-Club'Men s לג'וג'י העובד ההודי המסור, לצוות בקיבוץ שדואג לוותיקים ולעוד הרבה אנשים טובים בכפר הנשיא שביקרו, התעניינו ושמרו על קשר עם אבא עשיתם אותו אדם מאושר.

אורן



For Aba

I'd like to open with a few words on behalf of both myself and my wife Jo.

Jo and I were lucky enough to host my parents in New Zealand a couple of times and of course visit them in Israel. Which gave Jo plenty of opportunities to get to know them intimately. She fell in love with Ima and Aba whom she always treated as her own parents. She joined me in being heart broken when Ima passed and again now. Jo wanted me to send her deepest love and condolences.

So what do I have to say to Aba now that he's passed and can't actually appreciate my words. Well, that reminds me of something that the family did a few years ago.

The whole family was going to Tiberius for a meal and Oran suggested that at the end of the meal each son thanks mum and dad for being amazing parents using a specific part of our lives as an example. Sort of a pre funeral as it were which would give us an opportunity to say nice things about them to their face rather than ...this situation.

I could tell Ima was on board but Aba of course did his usual thing saying "we're in a restaurant it's supposed to be a happy occasion! this is like a funeral"! So we said Yes Aba it is now shut up and let us say nice things about you. And we did.

So I feel like I've told mum and dad most of what I wanted to say and most importantly that I love them and appreciate everything they did for me and very lucky three brothers.

Nevertheless, once more in front of our family and friends...let me reiterate....you and Ima were the best parents and I love you and will miss you so much

Farewell Aba, give Ima a big hug when you get up there and don't get up to too much mischief with Nick

Eldad



אבא ,

60 שנה שאתה איתי.

כמובן שהזיכרון הוא קודם כל מהטווח הקצר שכבר פחות היה לך קל, בכל זאת כמעט 96 שנים זו חתיכת דרך...

אבל כשאני יושב וחושב אחורה, לא 60 שנה.. בכל זאת זיכרון זה לא תכונה חזקה אצלי ... מעניין מאיפה ירשתי את זה.. 😊 עולה בי מין תחושה נעימה, חיוך, אושר, חיים טובים, בית חם, הרבה צחוק.

אני רוצה לנצל את הרגע הזה בעיקר להגיד לך תודה, אבא.

תודה שהיית לי אבא אוהב, מלמד, תומך.

תודה שהיית סבא מדהים לילדים שלי שכל כך מאוהבים בך.

תודה שאהבת אותי למרות שידעת שליידס יונטיד לא ממש מעניינים אותי ... בשנים האחרונות יצא לי להיות לידך המון, ניסיתי לעשות הכי טוב שיכולתי, לתת לך להרגיש טוב. אני רוצה להאמין שהצלחתי. אתה עקשן לפעמים, לטוב ולרע, תמיד אני אורן אלדד ודרור הערצנו את הכוחות שלך, איש חזק היינו אומרים. שור.

חיית טוב עד היום האחרון, ג'וג'י המטפל, טיפל בך במסירות.

עד הרגע האחרון המשכת בכוחות האחרונים להמשיך ללכת על הרגליים שר ליידס... ליידס

ביום רביעי ראית סנוקר עד 12 בלילה, הלכת בכוחות עצמך למיטה, נרדמת ונפרדת מאתנו. אומרים שמי שנפרד כך הוא מלאך.

אני מדמיין אותך יושב עם אמא ואתם מחייכים באושר כמו בתמונה המפורסמת שלכם מהמכונת משנות השישים בערב החתונה שלכם.

תן בבקשה חיבוק ענק לאמא ממני.

אוהב

גילי



Before I start in Hebrew:

I know Dale and Tallie would have done anything to be here and are heartbroken aba.

אני זוכר שהייתי בערך בן 10 את אבא ואותי רואים משחק כדורגל ביחד.
אני מעריך שהסתכלנו על לידס משחקים.
לידס!! איך הוא עשה לנו את זה?
הקבוצה המפורסמת הזאת שאנחנו כל כך אוהבים.
בכל מקרה, בתקופה הזאת משום מה לשוערים היה מין תיק רחצה שהם היו
שמים מאחורי השער.
אני זוכר ששאלתי את אבא: מה יש להם בתיק והוא ישר ענה: מגבת וסיגריות.
כמובן שהאמנתי לו.
או לפני איזה חמש שנים לקחתי אותו למיון בצפת. הרופא שאל אותנו שאלות
כלליות כמו האם אתה עושה ספורט?
עוד פעם בלי להסס הוא ענה שהוא משחק טניס פעם פעמיים בשבוע.
הרופא הסתכל עלי בתמיהה ואני חייכתי אליו.
רק אבא יכל לגרום לכך שתהיה אימרה בכפר הנשיא. Don't Alec me :
אבא היה בן אדם כל כך טוב שהקשה על אנשים לנעוץ עליו.
בימים האחרונים בקבוצות וואטסאפ שונות עולה אותה הסיטואציה שאנשים היו
נכנסים אליו למשרד כי הייתה להם תלונה כלשהיא או בקשה והיו יוצאים משם
בלי כלום אבל עם חיוך.
וכמובן צריך להזכיר את הזיגים שגדלנו עליהם.
השפם הנצחי שלו.
השעות שהוא ואמא עבדו על תחפושות וחזרות.
בין האחים דיברנו על זה שאנחנו מופתעים עד כמה זה עצוב וכואב.
כלומר ידענו שזה יהיה עצוב אבל לא שערנו שזה יהיה כל כך קשה.
אבל זה ברור, אבא היה בן אדם טוב.
הוא היה אבא וסבא כל כך רגיש ואוהב.
הוא אהב את הנכדים שלו כל כך.
אז אבא, אני מקווה שאתה עם אמא עכשיו שאף פעם לא כעסה עלייך ואתם
יושבים מחזיקים ידיים ומעלים זכרונות על איך הגשמתם את כל החלומות
שלכם.
אוהב וכבר מתגעגע

Dror



My lovely Saba Alec,

I don't really know how to stand here and talk about you in the past tense. It doesn't feel real. To me, you weren't just my grandpa. You were my best friend.

You were the person I called about everything. The good news. The small things. The silly things. You always answered. And even when the TV was too loud or your phone was on silent, you would always call back. You were just always there.

From my earliest memories, you did everything for me. You picked me up, drove me around, showed up to whatever I needed. And you did it with that smile, that quiet kindness, like it was the easiest thing in the world. There's a family video I love. I'm about four years old, we're in your garden, and I'm asking you for a hundred different things. And you do every single one. Dad is laughing behind the camera, saying I think you work for me. But the truth is, we were just two best friends spending time together.

Two days ago, when I landed, my instinct was to call you. I always called you. From anywhere, at any time. But this time you didn't answer. And that's when it really hit me. In the middle of that pain, I also felt something else. Gratitude. Because I was so lucky. I had so many years with you. So many conversations. So many laughs. Not everyone gets that.

The last two months have been incredibly hard. Losing you and Uncle Nick so close together feels unfair. It feels too much. The space you've left is huge. We all feel it. Every day.

And I can't talk about you without talking about our beloved Leeds United. The most frustrating team in the world. So many disappointments, so much heartbreak. And still, you always believed. You always said there was a chance. That hope, that stubborn optimism, that was you. We used to laugh and say, "It's the hope that kills you." But really, that hope is what made you who you were.

I'll never forget how happy you were when I told you I bought us a stone with both our names at the entrance to the stadium. You were so proud. Now, in a way, we really will always be there together.

I'm so thankful you saw me get married. That you saw me build my own family. I hope I made you proud. Because being your grandson has always been one of the greatest honors of my life.

I like to imagine you now, reunited with Grandma, with Uncle Nick, with everyone you loved. That gives me comfort.

Thank you for loving me the way you did. For your kindness. For your patience. For your example. For being my safe place.

I will carry you with me in everything I do. In every call I want to make. In every match I watch. In every big moment in my life.

I love you, Grandpa. Always.

Marching on together.

Nir



Saba and I had a special bond he was more than a Saba to me he was my best friend, he was my mentor and my inspiration. He is and always will be a big part of me
 You were a great tennis player, a performer, an actor but most of all you were a family person, you are our Saba

My dear Saba

I cant believe that you're gone I can't believe that this is me standing over your grave and saying goodbye for the last time. I love you My Dear Saba I love you and miss you more than words can express every phone call with you was a bit of light in my day and hearing your laugh made me smile. I was so afraid of this day. I knew it was coming and I made sure to appreciate every minute with you and every minute with you was gold
 You have taught me a lot and raised me to the man I am I know I wasn't always the perfect grandson like I wanted to be but know this Saba, you are always number one for me.

סבא אתה הבן אדם הכי עקשן וחזק שפגשתי. כל השנים האחרונות היו מלאות עליות וירידות, החל מהתאונה ועד לנפילה ולהחלפת עצם האגן ועברת הכל עם חיוך. כי כזה אתה. אתה איש של אנשים שמח וחיובי שלא משנה מה עבר עליך התשובה לשאלה איך אתה מרגיש תמיד הייתה זהה... אני מצויין הכל בסדר.
 למדתי ממך להיות תמיד חיובי ולראות את הטוב, למדתי שלא משנה כמה קשה, להגיד שאני בסדר וככה יהיה. עד הרגע האחרון בשיחה האחרונה שלנו צחקת ואמרת שהכל טוב אתה מרגיש מצויין סתם יש לך משהו קטן על הצוואר.
 למדתי ממך להיות ג'נטלמן החל ממתנות קטנות בחגים וזר פרחים הכי גדול ויקר בחנות לימי הולדת, ואף פעם לא להגיע בידיים ריקות, תמיד להראות טוב ועוד המון כי אתה סבא אתה ג'נטלמן אמיתי.
 אתה סבא ואבא של כולנו.

So again My Dear Saba I love you very very much. I now that you sit now with Savta and Nick that you have missed greatly and all of your past friends and looking at us. God bless you Saba.
 Send my love to Savta and a big hug ♥
 Love Moran



הספד לאלק קולינס

אלק, אלכסנדר קולינס, נולד בלידס! ב-21.5.1930, להוריו שמואל וגרטרוד כהן. אביו של אלק היה נגר, והוא פתח נגרייה בלידס. השם "כהן" לא היה כל כך טוב לעסקים, ולכן הוא שינה את שמו לקולינס. אבל אלק היה כהן, ובניו ונכדיו הם כהנים. אלק הקפיד, עד יומו האחרון שלא להיכנס לבית העלמין, אך היום הוא נכנס הנה בזכות ובכבוד.

אלק למד הנדסה באוניברסיטת לידס, וזה היה המקצוע בבסיס כל מה שעשה לאורך כל חייו.

עדנה ברגמן מדרום אפריקה למדה במכון למדריכי חו"ל בירושלים, ובמקום לחזור לדרום אפריקה בתום הלימודים, היא עברה ללונדון והקדימה את משפחתה שעמדה לעבור לשם.

וכך הוכשרה הקרקע להיכרות בין אלק לבין עדנה, וחתונתם התקיימה ב-16.12.56 בלונדון. זאת הייתה החתונה של התנועה, כולם הופיעו בה לבושים חליפות, עניבת פרפר וצילינדרים על ראשיהם.

התנועה הייתה מרכז החיים לעדנה ולאלק. אלק היה פעיל מאד ב"הבונים" והוא זה אשר הקים את גרעין ה'. אומרים ששם הגרעין נקבע ע"י אלק כי הוא לא זכר שאחרי האות ג' באה ד', וכך הוא הכריז בוועידת התנועה בארמון טירינגהאם על הקמת גרעין חדש, גרעין ה'. אם הסיפור על ד' וה' נכון או לא, השם גרעין ה' נקלט מיד, וכל הוועידה צעקה: ה'! ה'! ה'! זה נשמע יותר מלהיב מאשר: ד' ד' ד'.

ב-12.1.1957 עלו עדנה ואלק לארץ והגיעו למעיין צבי, מקום בו שהו חברי הגרעין לאולפן מקוצר. כעבור פחות מחודשיים הם באו לכפר הנשיא. פה נולד אורן, ואחריו אלדד.

אלק נכנס מיד לעניינים, הוא עבד במשק יום אחד, בבריכות הדגים, וחוץ מהיום ההוא, הוא עשה הכל כמהנדס במשרד ובשטח. הוא השתלב בענף הבניין בתקופה שכל הזמן בנו משהו: שיכונים, גן ילדים, מדרכות וחדר אוכל, אשר היה כבר אז "לב הקיבוץ", כי היו בו כל המשרדים והשירותים, כולל המרכולית, המרפאה והטלפון הציבורי.

אלק שימש גם תקופות ארוכות כסדרן עבודה וכמרכז וועדת עבודה.

בנובמבר 1964 יצאו אלק ועדנה עם אורן ואלדד (גילי היה אז בשלבי התפתחותו כעובר) לשליחות בלידס. בתקופת השליחות אלק עשה את מה שהוא ידע לעשות ואת מה שהוא אהב לעשות: לבנות! וכך הוא בנה את מועדון

הבונים בלידס, וערך את טכס חנוכת המועדון בהשתתפות דוד בן גוריון, אשר בא ללידס במיוחד לאירוע זה.

בזמן מלחמת ששת הימים הייתה המשפחה בלידס, ואלק פעל רבות לסייע לצעירים יהודיים להגיע ארצה ולעזור למדינה במלחמה.

באוגוסט 1967 חזרו אלק ועדנה, אורן ואלדד יחד עם גילי שנולד בלידס, לכפר הנשיא, ואלק נכנס מייד לשטף של פעילות: בבניין, בוועדות, בתרבות, בסידור העבודה ובריכוז וועדת העבודה. הוא המשיך גם להיות פעיל בתנועת "הבונים" ואחר כך ב"ארגון ותיקי הבונים" עד יום מותו.

בגליונות "דברי הכפר" נמצאים הרבה מאד מאמרים שבהם אלק מדווח (בעברית טובה של עורכת העלון, איגה סגל) על כל העשייה הרבה שמתרחשת, בעיקר בתחום הבנייה בקיבוץ.

בין לבין נולד גם הבן הצעיר, דרור.

במשך שנה שלמה עבד אלק במפעל הצעצועים "גמדא" בכפר הנשיא, ושנמצא היום רק בזיכרונותיהם של החברים. תקופה מסויימת היה אלק מרכז חדר האוכל, וכמו הרבה תפקידים בהם הוא כיהן הוא עשה זאת ברוח חברית ובאווירה טובה שחלק ממנה, נשען על עיגול פינות שאלק היה מומחה בו.

ב-1989 יוצא אלק למלא תפקיד במועצה האזורית. התפקיד הוא בעצם שלושה תפקידים:

1. מזכיר הוועדה לתכנון ובנייה
2. ממונה על רישוי עסקים
3. פיקוח על הפעילות בנחלים (קייקים וכו')

כשחזר מהתפקיד הוא שב להיות מנהל אגף מינהל ומשק בקיבוץ, והיה פעיל בכל תהליכי הקמת ההרחבה.

אלק המשיך בפעילות בכל המרץ, ופעם בשבוע הוא היה נוסע למשרדים בנצרת, ובעיקר למשרדי הוועדה המחוזית. הוא היה מיוודד עם כל הפקידות, ובכל ביקור ביקש לראות את התיקים של כפר הנשיא, שהיו מונחים בערימה על שולחנה של המזכירה. אלק, כאילו עיין בהם, ואז החזיר את כולם לראש הערימה. זאת הייתה דרכו לזרז את הטיפול בתיקים של כפר הנשיא.

לא קל היה לאלק להיפרד מהתפקיד ומהתפקידים הנלווים לתפקיד, וצריך היה לערוך לו כמה אירועי פרידה על מנת לחתוך את חבל הטבור שחיבר אותו לכל העשייה הזאת.

לאורך השנים הייתה משפחת קולינס מארחת ומאמצת אנשים מבוגרים וצעירים מחו"ל. אחד מהצעירים היה בוריס ג'ונסון שבא להיות מתנדב בכפר הנשיא. הוא היה מאומץ אצל אלק ועדנה, עבד יומיים במכבסה, והחליט שזה הספיק לו.

כשהיה אלק בן 90, אותו הצעיר, בוריס ג'ונסון כבר היה ראש ממשלת בריטניה. בעזרת קשרים שהופעלו, התפנה ג'ונסון לכתוב מכתב ברכה לאלק. את המכתב הביא במו ידיו, שגריר בריטניה בישראל, שהצטרף לחגיגה בביתו של אלק, וסייר אתו ועם חברים לאורך תחנות בביקורו של בוריס כאן.

אי אפשר לספר על אלק בלי להקדיש פרק בפני עצמו לאלק ה-ZIG BOY. עם השפם, הכובע המתאים, ועם מקל מתחת לבית השחי הוא היה מציג בכל חג, בכל חגיגה, בכל חתונה ובכל פורים, עד השנה האחרונה ממש.

אלק היה איש משפחה ואוהב משפחתו למופת. כשעדנה שהתה בבית יהונתן, היה אלק בא לבקר אצלה כל יום, עד שהגיעה מגפת הקורונה ואסרו על אלק להיכנס לבית יהונתן, הוא עמד בחוץ, ליד החלון, ושוחח עם עדנה, גם כשירד עליו הגשם.

בשנת 1969 נהיינו, משפחת וולפין ומשפחת קולינס משפחה אחת גדולה. ב-6.8 התקיימה חתונתם של גילי ושרית. בדרכנו לחופה הלכתי עם עדנה, והיא אמרה לי:

I have now lost a friend, but I got a family.

ואכן, כשנולדו גפן, מורן ואמה, נעשינו ממש משפחה אחת.

אלק אהב את ילדיו ואת נכדיו, והם השיבו לו הרבה אהבה.

אורן, אלדד, גילי ודרור וכל בני משפחותיכם, קבלו את אהבת כפר הנשיא לאיש, שרק קצת מעלילותיו ספרתי כאן.

A few words to Georgy, the faithful, skillful empathic carer: You were the best thing that happened to Alec in the past few years. God bless you.

תמר וולפין





תפקידה של התקשורת לומר את האמת

1. בארץ, נדמה לרוב הישראלים, שהתמיכה בתוך ארה"ב במלחמה באיראן מתקיימת בעוצמה דומה לתמיכה של הציבור הישראלי, שמתייצב כמעט כולו מאחורי המלחמה. או כמו שאמר יאיר לפיד ראש האופוזיציה "מול המלחמה באיראן אין אופוזיציה במדינת ישראל". מאחר ואף ערוץ תקשורת ישראלי לא משתף אתכם במה שקורה באמת בארה"ב, אנסה לתת לכם טעימה קלה מהלך הרוחות בנושא באחותנו הבכירה ארה"ב של אמריקה.

2. **התנועה הפוליטית MAGA** (ראשי תיבות של **Make America Great Again**) היא תנועה פופוליסטית ימנית בארצות הברית, המבוססת על בסיס התמיכה של טראמפ, המכונה הבייס. תנועה זו דוגלת במדיניות של "אמריקה תחילה" (**America First**), הכוללת הגבלות מחמירות על הגירה, התנגדות לגלובליזציה, הגנה על הכלכלה המקומית ושיבה לערכים אמריקאיים שמרניים. ההתנגדות בתוך תנועת MAGA למלחמה עם איראן (המתרחשת נכון למרץ 2026) נובעת מהתנגשות חזיתית בין המבצע הצבאי המתנהל לבין עקרון הליבה של התנועה – אמריקה תחילה (**America First**), והבטחת הבחירות של דונלד טראמפ לסיים "מלחמות אינסופיות".

3. טאקר קרלסון, עיתונאי ואיש תקשורת אמריקאי שמרן. מתנגד עיקש למלחמה באיראן. לוחש מקרוב מאוד לאוזנו של טראמפ. למרות שלא מגלים לכם, ישנה התנגדות עצומה בציבור האמריקאי למלחמה באיראן. בעיקרון קרוב ל-70% מהציבור האמריקאי מתנגד למלחמה. טאקר קרלסון בילה שעות רבות בבית הלבן בניסיון לשכנע את נשיא ארה"ב שלא לתקוף באיראן, והוא מפנה אצבע מאשימה לכיוון ראש הממשלה נתניהו, שלדבריו שואף לפתוח במלחמת עולם ומסכן בכך את הממשל. התרחיש של מלחמה באיראן משתלב עם משבר הזהות הכללי הפוקד את המפלגה הרפובליקאית, שנערכת כבר עכשיו ליום שאחרי טראמפ.

4. הנה דברים קשים שאומר טאקר קרלסון, שכדאי מאוד להקשיב להם, כאשר הוא מציג עמדה ביקורתית מאוד כלפי המעורבות האמריקאית במלחמה והקשר שלה למדינת ישראל:

"האינטרס למלחמה הוא של ישראל בלבד, והתקשורת האמריקאית "מרדימה" את הציבור האמריקאי ולא מספרת לו את האמת על ההשלכות של המלחמה על חייהם. כולם יודעים שהסיבה היחידה שאנחנו מנהלים את המלחמה הזו היא כי ישראל רוצה בה. זוהי ההזדמנות האחרונה שלהם, כך הם מאמינים. הנשיאות הזו היא הנשיאות האחרונה שבה תהיה להם תמיכה דו-מפלגתית חד-משמעית.

אי אפשר להדיח בבחירות מקדימות כל 'תומאס מאסי' (חבר קונגרס המבקר את הסיוע לישראל), ויש צבא שלם של אנשים כמוהו שיגיעו בשלב מסוים, כי כולם יכולים לראות מה קורה.

ואפשר לסגור את X (טוויטר לשעבר), ואפשר לסגור את האינטרנט, ואפשר להיות כמו בריטניה ולעצור אנשים שמוחים נגד ישראל – אבל העמדות לא הולכות לחזור למה שהן היו לפני חמש שנים. מצטער, והישראלים יודעים את זה. לכן זו ההזדמנות האחרונה שלהם.

מה שכל כך מדהים זה שישראל, שלפחות פועלת לפי מה שהיא תופסת כאינטרס הלאומי שלה, מצטרפת ל"שופרות" שלה בארצות הברית כמובן. אבל באמת, בעלת הברית היחידה הנוספת שלה בכל זה היא תקשורת החדשות האמריקאית.

תפקידה של התקשורת הוא לומר לכם את האמת ולעדכן אתכם במה שקורה. לומר לכם: 'היי! תתעוררו! העולם הולך להשתנות, וזה הולך להשפיע עליכם ועל המשפחות שלכם'. במקום זאת, הם מרדימים אתכם עם אותו מגוון של שקרים שקופים ותעמולה". עד כאן טאקר קרלסון.

5. בעצם די דומה למה שעושה לנו התקשורת המיינסטרימית בארץ. ותחשבו טוב על הדברים שטאקר אומר ובעיקר לעובדה המרה שלאחר עידן טראמפ, מדינת ישראל תמצא עצמה ללא אף ידיד בבית הלבן. לא דמוקרטי ולא רפובליקני. הישג גדול מאוד של נתניהו כמובן.

טאקר קרלסון איש תקשורת שמרן שלוחש על אוזנו של טראמפ



ערפל קרב

בערפל הקרב הזה, כְּשֶׁהַשָּׁמַיִם נִפְתָּחִים כְּמוֹ פֶּצַע,
וְהַבְּרָזֵל הוֹפֵךְ לְתַפְלָה מְרֵה בְּפִי נְבִיאִים מְטָרְפִים,
אֲנִי רוֹאֶה אִיךָ הַגְּבוּלוֹת נִמְחָקִים בְּצַפְרֵן הַזְּמַן,
וְהָאֲדָמָה כְּבָר אֵינָה יוֹדַעַת לְהַבְדִּיל בֵּין מַיִם לְדָם.

מִמִּישׁוֹר קְאֻנְדָּהָר עוֹלָה אֲבֶק מְלֻכוּיוֹת נִשְׁחָקוֹת,
נוֹשֵׁב אֵימָה אֶל תּוֹךְ הַשֶּׁקֶט הַדְּרוֹךְ שֶׁל הַגְּבוּלוֹת,
וְהַכֹּל נִרְאֶה מֵרְחוֹק, כְּמוֹ מִינִיאֲטוּרָה פְּרָסִית
שְׂצִירָה בְּמִכְחוֹל דֶּק מְדִי עַל קֶלֶף שֶׁל פְּחָדִים,
שֵׁם סוֹסִים דּוֹהָרִים בְּלִי לְזוֹז, וְחִנִּיתוֹת זְבוֹת דָּם מַעַל הַמְּזַבְּחִים.

וְשֵׁם, בְּמֵרְחֵק, טְהָרָאן כְּבָר אֵינָה עִיר,
הִיא הַמְּלָה שֶׁל אִשׁ הַמְּחַפֶּשֶׁת סֹדֵק לְהַמְלֵט.
הִיא חֲלוּם מְתַנַּפֵּץ עַל קִירוֹת מְסֻגָּדִים
בְּשַׁעָה שְׁמֵטוֹסִים חוֹרְשִׁים אֶת הַרְקִיעַ
כְּאִלוֹ הִיָּה שְׂדֵה שֶׁל מְתִים, וְלֹא מְקוֹמוֹ שֶׁל הָאֵלֵהִים.

הַמְּלַחְמָה הַזֹּאת הִיא צִיר עוֹר שֶׁשֶׁכַח אִיךָ נִרְאִים הַצְּבָעִים,
רַק הַשָּׁחַר, הַזֶּהָב וְהַדָּם נִשְׁאָרִים לְעֵדוּת.
וְאֲנַחְנוּ, אֲנַחְנוּ כְּלוֹאִים שֵׁם בְּתוֹךְ הַמִּסְגָּרָת,
מִחִפִּים לִיד שְׁתַּנִּיחַ אֶת הַמִּכְחוֹל וְנוֹכַל כְּבָר לְלַכֵּת לִישׁוֹן.



פינת הקריקטורה השבועית:



הַיָּמִים הָאֲחֵרִים / סִיִּים חָפֵר
 אֲנַחְנוּ עוֹד נִרְאֶה אֶת הַיָּמִים הָאֲחֵרִים,
 אֲשֶׁר מַעְבֵּר לְהָרִים הָעֵשְׂנִים, הַבּוֹעֵרִים.
 אֲנַחְנוּ עוֹד נִרְאֶה אֶת הַיָּמִים הָאֲחֵרִים
 עוֹלִים, בָּאִים מִן הַבִּקְעָה, יוֹרְדִים אֵלֵינוּ מִן הַהָרִים,
 צוֹחֲקִים אֶת הָאֲבִיב, הָאֲהָבוֹת, הַנְּעוּרִים
 וְאֶת הַדְּבָרִים אֲשֶׁר שְׂכַחְנוּ כְּבָר אֵיךְ הֵם נִרְאִים.
 אֲנַחְנוּ עוֹד נִרְאֶה אֶת הַיָּמִים הָאֲחֵרִים,
 אֶת הַיָּמִים הָאֲחֵרִים.

תודה רבה לאריאן אלישבע שהצטרפה לכותבי טורים בעלון. ברוכה הבאה ומחכים לעוד כתבות.

בחרתי לנצל את הבמה הדיגיטלית של עלון כפר הנשיא כדי להעלות נושא מוכר - אך כזה שלטעמי עדיין לא מדובר מספיק. נגיעה קטנה בנושא עצום: החיבור העמוק שבין בריאות הנפש והשלווה הפנימית לבין הטבע שסובב אותנו.

במציאות שלנו קל מאוד להישאב אל תוך המסכים. שעות של מהדורות חדשות, זרם בלתי פוסק של מידע, פרשנים, סרטונים, כתבות וספקולציות. אנחנו מתמודדים עם פחדים, עם אי־ודאות, עם תחושת הצפה. לעיתים נדמה שהלב מתכווץ והנשימה מתקצרת אל מול אינספור פריטי מידע שמגיעים מכל כיוון.

דווקא בתוך המציאות הזו, אחת הדרכים היעילות והפשוטות להרגיע את הנפש היא חזרה לשורש. החיבור לטבע ולאדמה, והשימוש במרחב החיצוני ככלי לוויסות המחנק הפנימי. ההרגלים הללו נכונים תמיד, ובוודאי בימי שגרה, אך עוצמתם מתחדדת פי כמה וכמה בימים של מלחמה. יש משהו מנחם בידיעה שבשדה שמול הבית קיים מזון זמין לאורך כל השנה; תזכורת חיה לכך שאיננו תלויים לחלוטין, שיש לנו עוגן.

יש לנו זכות גדולה לגור ביישוב קטן, ירוק ושופע צמחייה, שבו כמעט לכל אחד ואחת מאיתנו יש פיסת אדמה, אפילו קטנה. היציאה אל הגינה, אל האדמה, כבר מחוללת ריפוי. היא מנתקת אותנו ממסכי המידע ומחברת אותנו למהות הגדולה שאנחנו חלק ממנה - הטבע, הבריאה. אחרי עונה של ימי גשם ושמש לסירוגין, התברכנו בשפע שצומח בכל פינה. השנה גם אני הצטרפתי למעגל הולך וגדל של חובבי ליקוט. מעבר לגידול הביתי של חסה, ברוקולי, מנגולד

וירוקים נוספים - התחלתי ללקט מכל טוב שיש ל"עשבים השוטים" להציע. למשל: גדילן וברקן - צמח דוקרני שמוכר לכל מי שהתהלך בשבילי הקיבוץ וחווה כאן חורף.



הגדילן איננו רעיל; להפך - הוא עשיר

בנוזלים חיוניים, ואפשר לאכול אותו משלב הנבט ועד הזרעים. הוא נחשב לאחד מצמחי המרפא העתיקים והנחקרים ביותר בעולם, בזכות שני חומרים

פעילים ממשפחת הפלבונואידים שהוא מכיל: סילימרין (Silymarin) וסיליבין (Silybum). חומרים אלו ידועים כנוגדי חמצון ומעכבי דלקת. לאורך מאות ואלפי שנים השתמשו מרפאים בגדילן לטיפול במחלות כבד, בהכשות נחשים ועוד.. במחקרים מודרניים נמצא כי סילימרין עשוי לסייע בהפחתת תנגודת לאינסולין (טרום-סוכרת), המהווה אחד הגורמים המרכזיים להתפתחות כבד שומני, וכן בהפחתת אנזימי כבד. לכן, יש הממליצים על שימוש בגדילן במחלות כבד מסוימות.

בשוק קיימים תוספי מזון וקפסולות של הצמח, אך אין תחליף למקור עצמו – וכמה טוב שהוא גדל זמין ממש לידנו. בעונה הנוכחית קל ללקט את העלים



הגדולים, שבהם העורק האמצעי מלא בנוזל מלוח ועדין. חותכים בזהירות את החלק האמצעי של הגבעול, מפרידים מהעלים – ומקבלים "דמוי סלרי", מנקה רעלים טבעי, מצוין לאכילה טרי או מבושל.

חפשו את הגדילן בגינה או בשביל הקרוב לביתכם. הרפתקה כזו יכולה להעניק הפוגה יקרה

מעדכוני החדשות, להיות פעילות משותפת עם הילדים, וכמובן לתרום לבריאות הפיזית. אולי עכשיו מעט מאתגר לזכור שאנחנו חיים במקום שהוא כמעט גן עדן עלי אדמות. המגע של הידיים באדמה, העיסוק בצמחים, משיב את הנפש לקצב האיטי והמרפא של הטבע. כמעט כל עשב "שוטה" שגדל כאן ראוי למאכל: החוביזה המוכרת, עלי העולש, הכוכבית, סרפד, חרדל ועוד ועוד.

הביטו במרבדים הירוקים בעיניים חדשות. אולי תכניסו לצלחת שלכם קצת טריות מקומית ועונתית, מתכון פשוט ובטוח לשפיות, גם אם לרגע קצר.

שיהיו לנו ימים שקטים אמן ואמן

אריאן אלישבע כהן סוקל

מאיר ישראל ז"ל

המתופף האגדי מאיר ישראל הלך לעולמו השבוע, בגיל 73, לאחר מאבק קצר במחלת הסרטן. ישראל היה לא רק נגן, אלא פעימת הלב של המוזיקה הישראלית במשך חמישה עשורים. הוא נודע בעיקר כמתופף המלווה של שלמה ארצי במשך 41 שנים, והיה שותף ללהקת "תמוז" המיתולוגית וללהקת "עוזי והסגנונות".

לאורך השנים ניגן עם גדולי האמנים, ביניהם אריק איינשטיין, שלום חנוך וגידי גוב. מותו הכה בתדהמה את עולם התרבות; חבריו סיפרו כי שמר על מחלתו בסוד, ושלמה ארצי ספד לו בכאב: "מאיר אהובנו נפרד מאיתנו בשלווה... אנחנו אוהבים וכואבים". הלווייתו נערכה בבית העלמין מורשה ברמת השרון. תודה על המוסיקה ויהי זכרו ברוך.



אריאן אלישבע כהן סוקל



יש לנו שני מגרשי ספורט.
 אחד חדש (טניס המשופץ) ואחד ישן (כדורסל).
 יש קבוצה של צעירים שרוצים להמשיך להתאמן במגרש הישן (קטן ומתאים יותר לקט רגל). יש כבר שערים אבל צריך להשלים רשתות.
 פניתי לרפי, בתור רכז ספורט זמני כדי להבין איך ניתן לרכוש את הרשתות דרך ועדת ספורט. נאמר לי שלשנת 2026 אין תקציב ספורט, או אם יש, אף גורם או נציג ההנהלה לא עדכן אותו.
 האם יש תקציב ספורט (שלא ניצבע בצבע - ספורט עדיין).. ואולי כמו בשנים קודמות הוא תחת תקציב ו. תרבות?
 במיוחד בתקופה זו, חשוב לקדם את התרבות בכלל והספורט בפרט.
 אודה לתשובה
 אביטל שובל



לכל קוראי העלון....
 אני מאוד רוצה להעשיר את דברי הכפר.
 אם מישהו מכם רוצה לפתוח טור חדש (לא מחייב לכתוב כל שבוע), אשמח שתפנו אלי.
 מחכה להפגזות מכם
 מידי שבוע עד יום רביעי בערב dorittb1963@gmail.com

מצרפת כאן מילים שנגעו בי מאת פרופ' מולי להד.

"אם יש משהו שאני יודע בוודאות ברגע הזה - זה שאף אחד מאיתנו לא הגיע לכאן היום עם מיכל דלק מלא. אנחנו כבר לא בתחילתה של תקופה קשה. אנחנו עמוק בתוך מציאות מתמשכת - וכולנו מרגישים את המחיר. יש כאן עייפות אמיתית. פיזית. נפשית. משפחתית. ואם מישהו מכם מרגיש שהוא כבר לא מגיב כמו פעם - זה לא סימן שמהו לא בסדר אתכם. זה סימן שאנחנו בני אדם שעובדים קשה מאוד כבר הרבה מאוד זמן. דווקא בתקופות כאלה חשוב לזכור: חוסן לא נראה כמו כוח בלתי נגמר. חוסן נראה כמו אנשים עייפים - שממשיכים להופיע, שממשיכים לדאוג, ושעדיין מוצאים דרך להיות שם אחד בשביל השני. אנחנו לא נדרשים עכשיו להיות מושלמים. לא בבית, לא בעבודה, ולא בתוך עצמנו. מספיק שנהיה טובים מספיק, קשובים מספיק, ושנזכור לקחת נשימה ורגע או שניים כל כמה זמן גם בתוך העומס. כל אחד מכם מחזיק הרבה יותר ממה שרואים מבחוץ - משפחה שמודאגת, חוסר ודאות, עומס משימות, ולצד זה גם מחויבות עמוקה לעזור לאחרים. זה שילוב לא פשוט - והוא ראוי להכרה. הכוח שלנו לא נמדד בזה שאף אחד לא מתעייף. הוא נמדד בזה שאנחנו יודעים לזהות עייפות - ולתמוך אחד בשני בתוכה. אם יש משהו שאני מבקש שניקח מכאן היום, זה פשוט: להוריד חצי מדרגה של ביקורת עצמית, להוסיף חצי מדרגה של חמלה - לעצמנו ולאחרים, ולהמשיך לצעוד יחד, בקצב שאפשר להחזיק לאורך זמן. אנחנו כאן אחד עם השני. וזה - גם עכשיו - מקור כוח אמיתי".





קורין גבאי 6.3

שוני טיקוצ'ינסקי

אלון לניאדו

נעם ענבר 7.3

אודל אטיאס

גלי אדלשטיין

ליאת דוד 8.3

מיכל גלוק 9.3

רון חייט

הדס גרינפלד

אלה במנולקר

פרנקי גליק 10.3

טל אשר

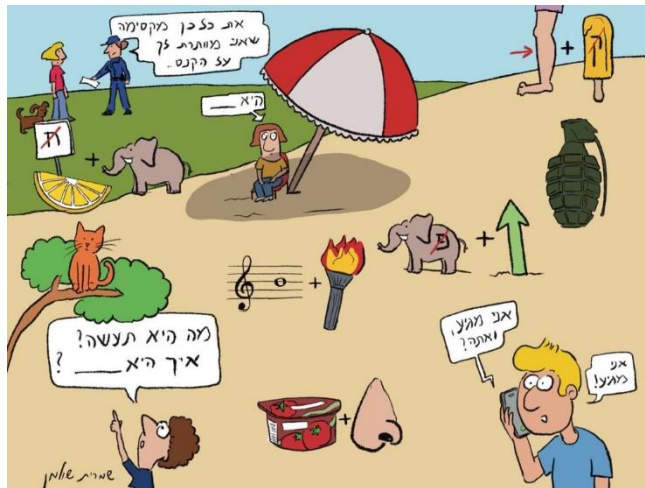
חנה שמוקלר 12.3



בתמונה מסתתרים 12 שירים של יונתן גפן. מי רואה??



וכה מסתתרים 10 פירות וירקות



מי יודע מי בתמונה?
את התמונה שלחה לי נויתר ברק



מוזמנים לכתוב לי תשובות ובשבוע הבא
אפרסם את שמות שלושת העונים הראשונים
על כל חידה יחד עם התשובות



סיפור לשבת

סיפור ליום האישה

הייתי בת חמישים כשגיליתי שבעלי, פרנקו, (כן, אותו פרנקו שעושה סקנדל אם הפסטה מבושלת אפילו שנייה אחת מעבר לאל-דנטה), החליט להיעלם עם הפסיכולוגית שלו.

הוא אמר שאיתה הוא "מוצא את עצמו". היא... תמיד מחייכת, תמיד מאוזנת על עקבים שנראו כמו מכשירי עיניים של האינקוויזיציה, עם הקול הזה של מגישת פרסומות בטלוויזיה. אפילו כשהיא בירכה את הדוור שהביא לה מכתב, זה נשמע כאילו היא מקריינת קטע טלוויזיה.

"אני צריך לחיות למען עצמי", הוא אמר ברצינות, כאילו הוא מוותר על כס המלוכה של אנגליה. "אני רוצה לגלות מי אני".

מי אתה, פרנקו?

אני אגיד לך מי אתה. אתה האיש ששוכח את המפתחות שלו באותו כיס כבר עשרים שנה. אתה זה שמבקש ממני את קוד הכספומט כל שבוע מחדש. בסדר, לך תמצא את עצמך.

הסתכלתי עליו. ושתקתי. לא מהלם. מתשישות. סוג כזה של תשישות שמגיעה אחרי שנים של "שכחתי", "לא חשבתי על זה", "לא התכוונתי לפגוע בך". שנים שבהן דבריו הפכו ללא יותר מרעש עמום, כמו תנועה מחוץ לחלון סגור.

ובזמן שהוא נשא את נאומו על חופש, חשבתי על כל הפעמים שכיבסתי ביד את הסוודר האהוב עליו, זרועותיי כואבות. על ארוחות ערב אינסופיות שהכנתי לחבריו, עם הדיבורים על כדורגל ומשכנתאות, בזמן שאני מתני משעמום בדממה. חשבתי על כל השתיקות שלו, על הדלתות הסגורות שלו, על ה"אני צריך לחשוב" שלו.

ועכשיו... הוא עוזב כדי "להמציא את עצמו מחדש" עם אישה שחשבה שקלוד מונה זה שם של בושם.

"זה לא קשור אלייך", הוא מלמל, אפילו לא הסתכל לי בעיניים.

הבנתי, פשוט כבר לא הייתי ריגוש בשבילו.

היום אנחנו רודפים אחרי מילים כמו "רווחה", "חיוביות", "מערכות יחסים קלילות".
אפשר לתרגם אותן ל-להיעלם כשמגיע הזמן להישאר. ל-לברוח כשמגיע הזמן לבנות.

"ואת? מה תעשי עכשיו?" הוא שאל. כאילו שאני הייתי זו שאין לה כיוון.

"מה שמעולם לא היה לי האומץ לעשות", ענית, אוחזת בחלוק הבית שלי כמו בשריון. "לחיות".

והוא הלך עם תרמיל הגב המאולתר שלו ומעיל שהריח יותר כמו הרגל מאשר כמו חופש.

נשארתי לבד, אבל לא בודדה. לקחתי את בקבוק היין ששמרנו "לאירוע מיוחד". פתחתי אותו והרמתי כוסית. כי להשאיר את פרנקו מאחור ... זה כבר היה אירוע מיוחד.

למחרת הלכתי למספרה, עצרתי בבנק ואז, סוף-סוף, נכנסתי למאפייה למטה כדי לטעום את טארט הדובדבנים שתמיד דחיתי כי "זה אף פעם לא היה הזמן הנכון".

באותו ערב נרשמתי לאפליקציית היכרויות. לא כדי לחפש מישהו, אלא כדי לראות אם שם בחוץ, מישהו עדיין יכול לראות אותי. לא כאשתו של מישהו, לא כאימא של מישהו, רק... אני.

באותו לילה נרדמתי עם ספר בידיים והחתול שלי התכרבל לרגלי. בלי לוחות זמנים, בלי תכניות, רק לב שסוף סוף נושם. כי לפעמים, זה לא עניין של להתחיל מחדש עם מישהו אחר, זה עניין של להתחיל עם עצמך.

ואתם יודעים מה הבנתי?

אישה חייבת לבחור את עצמה. תמיד. אני אוהבת את עצמי. לא בגלל שאני מושלמת, אלא בגלל שלראשונה, נתתי לעצמי רשות לחיות בלי פחד.

נשים, אהבו את עצמכן. אל תבקשו רשות. כי אתן לא ראויות לפירורים. אתן ראויות לכל העוגה.



עיבוד מאנגלית לעברית – חמדה גלעד ©

