

עֲלֵים

עליון קבוץ סעד

א' תשרי תשפ"ה | ראש השנה | 03.10.24 | גליון מס' 3363

ישראל במלחמה - גיליון 49

שנה הלכה, שנה באה
אני כפי ארימה
שנה טובה לך, אבא,
שנה טובה לך, אמא
שנה טובה, שנה טובה!

שנה טובה לדוד גיבור
אשר על המשמרת
ולכל נוטר, בעיר, בכפר,
ברכת "חזק" נמסרת.
שנה טובה, שנה טובה!

שנה טובה, טייס אמיץ,
רוכב במרום שמיים,
ורוב שלום מלח עברי,
עושה דרכו במים.
שנה טובה, שנה טובה!

שנה טובה לכל עמל
בניר וגם במלט,
שנה טובה ומתוקה
לכל ילדה וילד!
שנה טובה, שנה טובה!

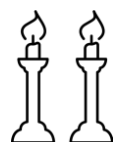
שנה טובה / לויזן קיפנים

צאת שבת
האזינו:
18:57

תהילים לילדים
בבית משפחת:
אפרת בייליה

תהילים לנשים
בבית משפחת:
שרה בלס

הדלקת נרות
א רה"ש:
18:05



דבר תורה לראש השנה / רוצי צונץ

אני כותב ימים ספורים לפני ראש השנה, ברכבת, אחרי עוד לילה משמעותי ללא שינה בבור של חיל האויר. מתקשר אלי חייל מהיחידה: "אני רוצה לקחת את היחידה לסיור בעוטף, תוכל לעזור לי למצוא מקום לעבד את היום המורכב הזה?" הוא אומר לי. "מתי הסיור?" אני שואל. "ב9.10 הוא עונה. התאריך מכה בי.

שנה. אפילו שנה ויומיים מאז אותו יום ארור, שמחת תורה שהפכה לשמיני עצרת בשבעה הלאומית הגדולה ביותר שלנו מאז השואה. השבעה באוקטובר. ומאז אותו יום השכול מלווה אותנו. עוד ועוד מתים מתווספים לרשימות הארוכות, ארוכות מדי, ואחינו ואחיותינו החטופים, 101 מהם עדיין שם. אבל משהו גם השתנה בשנה הזו. משהו מקביל שלא מבטל את הדאגה לחטופים והעצב על המתים והפצועים. צומחת לה אט אט תקווה.

חטופים וחטופות רבים חזרו אלינו, החיים לשיקום והמצים לקבורה. תושבי הנגב המערבי, חבל התקומה שלנו, מתחיל להשתקם, לחזור הביתה, לחוות סוף סוף קצת שקט מהאזעקות גם כשאנחנו עוד תוך כדי המלחמה. הבתים שנשרפו נהרסים כדי להבנות מחדש. תושבי הצפון שבמשך כמעט שנה חוו ייאוש ותסכול מתחילים להרגיש שיש תקווה, שהקערה מתחילה להתהפך.

הצבא שאיבד את אמון העם מתחיל להחזיר אותו. זה לא מוריד מהאחריות והאשמה, אבל אי אפשר לא לברך על הטובה כשם שנדרוש לקיחת אחריות על הרעה, אלה אותם אנשים, אותו צבא. ההרתעה שלנו מתחילה לחזור. מה שלא הצלחנו להרתיע בסוכות האחרון מטר מהגדר אנחנו עכשיו מצליחים לעשות 1800 קילומטר מהגבול. עוד רגע אני מגיע לאשקלון עם הרכבת, נגמרת הנסיעה. זאת עדיין נסיעה לאשקלון ולא לשדרות. זה עדיין למקום ששרוי בטראומה. עדיין בלי כל החטופים שלנו. אבל זאת נסיעה אחרת.

כי היא הביתה למקום שטוב לי.

כי היא אחרי לילה של עוצמה והרתעה.

כי השנה תהיה שונה, ורק מתחילה לה הנסיעה.

נסיעה לעבר הריפוי, ההחלמה, החזרת האמון והאחדות.

ומי יכולה לתת לנו את המילים המתאימות ביותר כדי לחוש את התקווה הזו ולהתפלל עליה בתפילות ראש השנה? נעמי שמר.

בשיר ילדים שכולו מסר חד ובהיר להורים, לנו ולעולם שנצח ישראל לא ישקר.

"בראש השנה, בראש השנה, פרחי שושנה אצלי בגנה.

בראש השנה, סירה לבנה, עגנה לה בחוף פתאם.

בראש השנה, בראש השנה, לבנו ענה בתפלה נושנה

שיפה ושונה תהא השנה, אשר מתחילה-לה-לה היום

שיפה ושונה תהא השנה

אשר מתחילה-לה היום

חג שמח, שנה טובה, יפה ושונה!

יום הזכרון לנפטרי קהילת סעד תשפ"ד

"הנני העניה ממעש, נרעשת ונפחדת מפחד יושב תהילות ישראל"
 הימים הנוראים בפתח, וכבכל שנה אנו מתכנסים להזכיר ולזכור את יקירנו אשר אינם איתנו היום. את השנה התחלנו בשבר הנורא של שמחת תורה. ביום זה נרצחו דור רידר ונבו ארד, וכבר שנה שאנחנו מבכים את זיו העלומים שנגדע באכזריות.
 נפרדנו משמונה חברים: חנן גולן, מיכל אפלבוס, בנימין גל, יהודה רפפורט, צ'פי רויך, יונה רוזנטלר, אהרון פורת, יהודית אפשטיין.

יש מהם שעברו את ימי המלחמה בחיק משפחותיהם, יש בבתי אבות, ויש ששהו עם רוב קהילת סעד, במלון נבו בים המלח, לשם פונינו לאחר יום הקרב. ימי המלחמה הנמשכת לא איפשרו לנפטרים פרידה כמסורת סעד. לא זכיתם לעשות את המסע מרחבת בית הכנסת, דרך הדשאים המוריקים אל רחבת המוסך ומשם לבית העלמין. סליחה שלא הורשנו ללוות אתכם. לוחמי כיתת הכוננות ביחד עם קומץ חברות וחברים, בנוסף לעמידתם האיתנה בשמירה על הקבוץ והגחלת, המתינו בשער, וליוו כשליחי הציבור כולו, את חברינו הנפטרים, בדרכם האחרונה.

החיים כהרגלם חזקים מהדמעות. מושכים הלאה וקדימה, אבל הלב זוכר. זוכר את מי שהתווה את הדרך, שיצק את היסודות, שחלם והאמין, השקיע ונתן ממרצו זיעתו ונשמתו, כדי שהיום יהיה לנו מקום שנוכל לחיות בו, ולקרוא לו בית. גופם של הנפטרים הלך הדרך כל בשר, אך מפעל החיים עומד איתן מול כל פגעי הזמן.
 בין שבילי הקבוץ מסתתרים חיוכים, הלמות, ותקוות שנשתלו כאן באהבה גדולה, מתוך תקווה שנדע במקום הזה שלום, אהבה ובטחון. הדרך נמשכת. עלינו לנער את האבק, להמשיך ולהעמיק את התיב שנטווה עבורנו. אין מקום לייאוש ותבוסה, אין פנאי לחידלון. עלינו להמשיך הלאה, בתנועה עדינה ואמיצה, קדימה.

מעל למצבות, בהמשך לקו חמש, חורש הטרקטור תלמים חדשים. תלמים בהם נזרעים כעת חלומות העתיד שלנו. זוהי צוואתם של ההולכים. זוהי דרכו של עולם.
 אסיים במילותיה של המשוררת רחל שפירא שהיטיבה לתאר תחושות המתאימות לנו כל כך.
 בתפילה, שהימים שעוד נכוננו לנו, שיהיו נכונים, שיהיו רכונים, שיהיו מעלינו כמו כפות תמרים.

"...מי שחוה את בערת הקיץ, ליבו לבית, ופני הנוף ראי לחרדותיו.
 את מי ישיבע, את מי ירגיע, ועל מה יתפלל עד סתיו?"

זה בזו נביט, ונתמה שנית, אם ראינו נכונה,

לפעמים אני, לפעמים אתה, כה זקוקים לנחמה"

רחל ברנאי

צרב ראש השנה תשפ"ה

סוף ספטמבר 2024



לעית ואיתמר דניאלי
 מלא טוב לבת המצווה של
 מצוין
 שפע ברכות ואיחולים



ראיון השבת עם שחר דואניץ – האישה שלנו מתחמקת בריאות הנפש בצבא

שחר נשוי לאושר, הם חברי סעד כבר 9 שנים, הורים לדרור (8), אביב (6), כליל (4) וזויד הקטן (שנולד בתקופת שהותנו במלון נבו - בן 8 חודשים).

ספר לנו קצת על תפקידיך בעבר ועכשיו.

אני קב"ן בצבא, קצין בריאות הנפש. אולי אספר רגע איך הגעתי לזה.. שירתתי בסדיר כקצין בשריון, אחרי שהשתחררתי התחלתי ללמוד עבודה סוציאלית, ובמהלך הלימודים הגיע מבצע "צוק איתן". באותה תקופה הייתי מ"מ טנקים במילואים ואחרי אחד הקרבות, חייל שלי הגיב בניתוק, בכי, חרדה, ולמעשה יצא מתפקוד. קצת הבנתי מה קורה לו, אבל לא ידעתי לתת לזה את השם שאני יודע עכשיו- תגובת קרב. אותו חייל הלך לקב"ן, קיבל טיפול קצר וחזר אלינו, ולבסוף סיים איתנו את הלחימה. זה היה המפגש הראשון שלי עם בריאות הנפש בצה"ל, הרגשתי כמה זה משמעותי גם לחייל עצמו וגם לשאר הכוח, כמה השפעה ורלוונטיות יש לתפקיד הזה, ואז גם החלטתי שאני רוצה להיות קב"ן. סיימתי את התואר והתגייסתי כקב"ן בחטיבה 7, מילאתי עוד כמה תפקידים, בין היתר באוגדת הבשן ברמת הגולן, כשבתפקיד הזה עברנו לשנתיים לקצרון, ועכשיו אני ביחידה לתגובות קרב.

בשונה מן התפקידים הקודמים שלי שבהם הייתי בבסיסים, ועל מדים, וגם טיפלתי בחיילים, עכשיו אני במקום אזרחי – במשרד בפתח תקוה, שם אנחנו מטפלים באזרחים בעצם. מטפלים בחיילים משוחררים מסדיר וממילואים, עם תגובות קרב בכל מיני רמות, מפוסט טראומה מלאה וקשה ועד תגובות יותר הסתגלותיות ופחות דרמטיות מבחינת ההשפעה על החיים והתקבעות הבעיה. בעצם אני פשוט מטפל שם, בקליניקה, גם "אחד על אחד" וגם טיפולים קבוצתיים.

הטיפול לתגובות קרב הם בדרך כלל קצרי-מועד?

"טיפול קצר-מועד" זה עניין יחסי, כי בפסיכותרפיה גם שנה יכולה להיחשב "טיפול קצר מועד". לפני המלחמה הייתה הגבלה של שנה לטיפול, עכשיו זה עוד יותר התקצר בגלל הכמויות של האנשים שפונים אלינו. הטיפול התקצר ל- 12 מפגשים. זה מעט, אבל זה באמת יכול לעזור. ראיתי לא מעט פעמים שזאת הייתה התערבות ממש משמעותית. רוב האנשים שאנחנו פוגשים עכשיו הם לא עם פוסט-טראומה כרונית, עד החודשים האחרונים ראינו דברים שהם עדיין טריים ואז גם ההתערבות יותר ממוקדת והרבה פעמים גם יותר אפקטיבית.

אנחנו פועלים בטכניקות של ויסות, עיבוד של החוויה, של הזיכרון הטראומטי. יש כל מיני טכניקות של חשיפה שהן יותר ממוקדות ודברים טובים באמת קורים. אנחנו מעבירים שאלונים לפני ואחרי הטיפול, ורוב האנשים חווים הקלה משמעותית. זה נכון בעיקר כשמדברים על דברים טריים, אבל גם בדברים מורכבים יותר רואים שינויים והקלה גדולה. יש לי עכשיו מטופל כמעט שנה שהפוסט טראומה שלו היא ממלחמת לבנון השנייה.. ברור ששם התהליך הוא הרבה יותר איטי, עקב בצד אגודל, וההעמקה קורית יותר לאט, החשיפה של התכנים, כי אלו דברים שכבר התגבשו לאורך שנים, אבל דברים יותר טריים ויותר פתוחים, שם גם התערבות קצרה יכולה לעשות שינוי גדול. וצריך גם לדעת שמי שצריך עוד – יקבל מענה נוסף. לפעמים יש אצלנו טיפולים יותר ממושכים ואפשר גם לפנות למשרד הביטחון ולקבל שם ליווי יותר ארוך.

בכל זאת קורים דברים משמעותיים. היה לי טיפול עם טכניקה יותר ממוקדת (EMDR), שארך "רק" שמונה פגישות, כי בעצם סיימנו לעבד את התחושות בלב האירוע שהמטופל היה בו, והוא באמת חווה הקלה גדולה. מה שעזר לנו לראות את ההקלה, זה התגובה שלו לתקיפה האיראנית (בחודש אפריל השנה), שהתרחשה במהלך הטיפול. האופן שבו הוא חווה את האיום ואיך שתפקד באירוע, המחישו לו שהוא במקום אחר מהמקום בו סיים

את המילואים והתחיל את הטיפול. אני חושב שהטכניקה הספציפית, לצד ההקשבה, העדות לסיפור שלו והלגיטימציה לחוויות שלו, עזרו לו מאוד.

אתה יכול לערוך השוואה של העבודה שלך עד ה- 7 באוקטובר, ומאז ה-7 באוקטובר?

כן. כמו שאמרתי, התפקיד הקודם שלי היה באוגדה 210, ובעצם באיזשהו אופן כל הזמן התכוננו למלחמה. יש שני מצבים בצבא - או שעוסקים בבניין הכוח או שעוסקים בהפעלת הכוח. מעט לפני המלחמה היה לכל הקב"נים של האוגדה אימון מאוד טוב. המלחמה פרצה כשאני הייתי בחו"ל. תפיסה שהוטמעה בי במהלך השירות היא ש"המפקד נבחן בהיעדרו", וכך גם הקב"ן באיזשהו אופן. לא כולם יסכימו איתי. אבל אני חושב שאם הכול בנוי עליך, אתה עושה עבודה לא מספיק טובה, גם כמטפל, כי בסוף אתה תמיד זמני. הרגיע אותי לראות מרחוק שכל הגיוס, ההתארגנות ותחילת העבודה קרו באופן חיובי. זה גרם לי להרגיש שעשיתי משהו נכון לאורך השנתיים של התפקיד, וגם עם הרבה מזל שהאימון האחרון היה קרוב למלחמה.

עם תחילת המלחמה, הפסיקה העבודה הרציפה של הקב"נים, בדיקות שגרה של חיילים במצוקה או טיפולים כאלה ואחרים, והתחלנו לעסוק בהכנות מנטליות לאנשי המילואים – בעצם התפקיד שלנו במצב הזה הוא ללמד את הלוחמים איך להגיע מוכן יותר מבחינה מנטלית לאירוע מבצעי, איך אפשר להגיב במהלך אירוע כזה אם אחד הלוחמים מגיב בתגובת קרב, וגם איך לסיים אירוע כזה ולתחום אותו, כך שאפשר יהיה להמשיך הלאה עם כמה שיותר משאבים וכוחות להמשך.

ממש הכנתם את החיילים לפני שנכנסו לחימה?

אחרי שהקפיצו את כולם, היה לנו קצת זמן. אמנם היה מתח, אבל לא הייתה ממש מלחמה ברמת הגולן, אבל כן הייתה הרגשה שזה עומד לקרות כל רגע. עברנו אצל הלוחמים ונתנו להם את הכלים שתיארתי. משום מה הגעתי בכל פעם למוצבים של החרמון, במקרה או שלא - במקום שאשר רוטנברג היה.. היו לנו רגעים יפים יחד ועשה לי ממש טוב לראות אותו כל פעם, הוא היה הקב"ן שלי שם... די מהר התחילו גם אירועים אמתיים של תגובות קרב וצורך בטיפול, והיה לנו מה לעשות, אבל אחרי השוק הראשוני של ה-7.10 והירידה של המתח, הגיעו אלינו פחות פניות, והתחלנו גם להתפנות לעבודת השגרה שגם היא חזרה לאט לאט. בהתחלה היה קשה לשבת ולהקשיב ברגישות לחייל שקשה לו לישון בבסיס, כשאתה מרגיש שאנחנו במלחמה וצריך להתעלות לגודל השעה. אבל גם זה קיים, והיינו צריכים למצוא את הסבלנות לזה.

כמובן שהעבודה שלי עכשיו ביחידה הנוכחית, שונה בתכלית. עכשיו אני מאוד פנוי לטיפול, ואני גם ראש צוות כך שיש תחתי עוד מטפלים שאני מלווה אותם ועוזר להם בהחלטות, מלווה אותם במקרים חריגים. זה הפתיע אותי, אבל הרבה ידע ונסיון שצברתי בתפקידים הקודמים בא לידי ביטוי עכשיו.

אתה וודאי שומע דברים לא פשוטים שאנשים חוו.

אני שומע, אבל עם החלק הזה אני די מסתדר, לעשות את ההפרדות האלו. יש לפעמים דברים שהולכים איתי כמה ימים, היו כמה תיאורים גרפיים קשים מן ה-7 באוקטובר, לפעמים הרגשתי שאנשים פשוט היו צריכים לפרוק אותם ולהניח אותם אצל מישהו אחר, כי דברים כאלה קשים - לפעמים אין עם מי לשתף בזה. אתה לא רוצה לזעזע את האנשים בבית, וכאן יש לך הזדמנות, מישהו להשאיר את זה אצלו וללכת. מה שהולך איתי בעיקר זה הכאב שמבוטא בחדר, וגם המעגלים שהכאב הזה מתרחב אליהם - המשפחה, הילדים, בת הזוג. אלו דברים שעוד הולכים ללוות אותנו הרבה שנים קדימה, וזה יותר כואב מהסיפורים הקשים והרגע הטראומתי. אבל באמת, בדרך כלל אני יודע להשאיר את זה במשרד.

למטפלים נדרשת כנראה היכולת הזאת, להצליח להתנתק באיזה שהוא מקום...

צריך לדעת לנתק, כן. זה לא ניתוק בפגישה, מהתכנים הקשים, אבל זה כמו קפסולה כזאת שנוצרת לטיפול, שם יש רגש ויש חיבור, אבל הוא נשאר בתוך הקפסולה הזאת.. זה צריך להיות גם כדי להצליח לעבור בין מטופל למטופל ולתת לכל אחד את מה שהוא צריך בתוך הקפסולה שלו, וגם לסיים את היום וללכת הביתה "נקיי" עד כמה שאפשר. לא להיות בהזדהות עם הקושי, לתת את האמפתיה במסגרת הטיפול ולא להתערב בתוך הסיפור של המטופל. וצריך גם לדעת לעבד את זה. יש לי הדרכה, פגישה שבועית עם מטפלת יותר ותיקה ומנוסה ושם אני מתייעץ, מעבד ולומד. לפעמים אני מעבד את זה קצת בחלומות שלי, ואז כשאני מתעורר אני מנסה לנתח את זה, להבין את המשמעות. אבל בסך הכל זה לא מאד משפיע על היום יום שלי.

אתה יכול לספר על מקרה, כמובן בלי פרטים מזהים.

אני יכול להגיד משהו שחוזר פעמים רבות. הרבה פעמים מתלווים לסיפור הטראומתי רגשות של בושה ואשמה. ובטיפול אתה רואה שאדם הולך עם זה מאד לבד, במיוחד בגלל התחושות האלו. הוא לא יכול לשתף אף אחד בחיים שלו והולך ונהיה בודד, ואז כשבטיפול הוא מדבר על זה ויש עוד אוזניים ששומעות את הסיפור - הרבה פעמים זה כבר נשמע קצת אחרת, מאשר כשמחזיקים כאלה "לופים" בתוך הראש. ובטיפול - אם מתרחש איזשהו תהליך של החלשת האשמה והבושה, הסתכלות של המטופל בחמלה על עצמו, על המעשים שלו, על התגובה שלו - אם זה קורה, זה יכול מאד להקל על האדם, בוודאי כשהחוויה עדיין טרייה.

יש קבוצה שאני מנחה ואגיד עליה כמה מילים, כי היא באמת מרתקת ומיוחדת בעיניי. קבוצה של בוגרי מלחמות עבר - ששת הימים, יוה"כ, שלי"ג, שבעצם ניגשים לטיפול בטראומה בפעם הראשונה. אנשים מבוגרים, שהולכים עם התחושות האלו כבר חמישים שנה, ובאופן מסוים החיים שלהם התעצבו בהשפעה של הטראומה. כאן זה כבר הרבה יותר מורכב לפרק את זה, הנושא הזה כבר הפך חלק מהם. לפעמים באופן פרדוקסלי האדם גם מפחד שהתחושות הללו יילקחו ממנו כי הוא לא מכיר את עצמו בלי זה. לראות איך ההסבר על מה שקורה להם עושה להם סדר לגבי דברים שהם חווים כל השנים, שהם רואים אחרים במצב דומה ולא מרגישים כל כך חריגים כמו שחשבו על עצמם תמיד - אלו תהליכים מרגשים מאוד. אני מנחה את הקבוצה יחד עם אריק אבנרי שהוא פסיכולוג ותיק ומנוסה ובעצמו שורד שבי.

אולי בניגוד לחבר'ה האלה, שלא ידעו מה זה קב"ן בשירות שלהם, או שזה היה משוין רק ל"משוגעים", היום המצב מאוד שונה. כיום יש קב"נים אפילו בשטח אם צריך, ואחרי אירועים יש פרו-אקטיביות, ואירועים שמסמנים אותם עם פוטנציאל טראומתי, ישר ניגשים לצוות ועורכים עיבוד שלו. גם בסיומים של תקופות לחימה או מילואים ממושכים. והשינוי מגיע גם מהכיוון השני - גם החיילים וגם המטופלים מבינים יותר ומוכנים לגשת לזה, יש יותר מודעות, פתיחות, נכונות ולגיטימציה, גם במערכת הצבאית וגם בחברה בכלל.

מה אתה אומר על הסיכוי שלנו כמדינה להחלים מן הטראומה של כולנו, מנקודת מבט טיפולית?

מנקודת מבט אישית אני באמת מאד מאמין, קודם כל שאנחנו אנשים בריאים בבסיסנו ושיש לנו את הכוחות להתמודד עם הרבה מאד דברים, הרבה יותר ממה שנראה לנו, גם עם מציאות מאוד מורכבת. אני מאמין שהדברים הולכים ונהיים יותר טובים בגדול. היום כשאתה מביא ילד לעולם אתה יודע שבגדול, יש לו את מה שצריך כדי להגיע לאריכות ימים, בחיים בריאים. כמובן שאני לא אומר שאין דברים קשים או רעים בעולם, והכל יכול לקרות, אבל בסך הכל החיים שלנו טובים, בטוחים, בריאים. יותר מזה, אני חושב שמתוך הרווחה שאנחנו חיים בה, אנחנו פנויים להתעסק בערכים, במחלוקות בינינו, וזה מתאפשר בזכות המקום העשיר והבריא שלנו, מי שאין לו את הביטחון הבסיסי הזה לא פנוי להתעסק בערכים, הוא צריך לשרוד. דווקא הדברים הפוכים הם אלה שמקבלים אצלנו מקום יותר רחב בחוויה, בצורה מובנת, אבל אני לא חושב שזה שיקוף נכון של המציאות. ברור שהתקופה הזאת, ה-7.10 והמלחמה, עוד ישפיעו זמן רב על המדינה שלנו, על תחושת הביטחון. יש כאן הרבה

אנשים שעברו חוויות קשות ומעצבות, והרבה משפחות שכולות. אני לא מתעלם מזה, מהסבל, הקושי והכאב. אבל אני מאמין בנפש האדם, שברוב מוחלט של המקרים מגיעה לעולם בריאה, ויש בה את הכוחות הנדרשים לעבור כמעט הכל, גם אם לפעמים צריך עזרה בשביל זה.

אתה עוד שומר על אופטימיות. זה מצוין...

אפילו עם פוסט טראומה, שזה מוגדר מצב כרוני, אפשר ללמוד לחיות יותר בשלום, עם חיים קצת יותר נורמליים, מווסתים, נעימים, גם אם זה עדיין שם. הזיכרונות, הפחדים, הדריכות והעוררות שבאות איתם, התחושות הקשות – זה לא עובר לאפס, כי החוויה נחוותה, והנפש צריכה להתגונן מפני חזרה של הסכנה הזאת. זה משהו טבעי, אבל אפשר ללמוד לחיות עם זה חיים שטוב לחיות אותם. וגם אצל מי שאין לו פוסט טראומה אלא "רק" זיכרונות קשים מרגעים מאוד מפחידים שהיו כאן – נכון שזה משפיע עלינו, על כולנו, זה לא שעליי זה לא משפיע, אבל אני חושב שאפשר ללמוד לחיות עם הדבר הזה.

ובאמת אנחנו מגלים בתוכנו כוחות שלא חשבנו שקיימים בנו, של הסתגלות לכל מיני מצבים, גם כקיבוץ - כל מה שעברנו בשנה האחרונה, זאת טלטלה עצומה. עזבנו, חזרנו, ואנחנו בונים מחדש.

נכון.. אני מרגיש שנכנסנו למשבר הזה כשהקהילה במקום טוב, עם משאבים קהילתיים חזקים, והמשאבים האלה, כמו שדיברנו בתחילת השיחה, מאוד משפיעים על האופן בו אתה חווה את היכולת שלך בתוך האירוע, יכולת ההשפעה, העשייה. זה במידה רבה יקבע כמה מהר תצליח לחזור לתפקוד. אני חושב שצריך להמשיך לעבוד על זה, אחרי שזה קרה וחזרנו - זה עדיין משהו שצריך להמשיך לעבוד עליו לקראת המשבר הבא, חס וחלילה, שנמשיך להצליח להתמודד כקהילה.

אני חושב, כמו שדיברתי על חמלה כלפי עצמך, שחשוב לנסות לראות אחד את השני בעין טובה, ולא לשפוט את האדם האחר לכוונות שליליות. לפעמים גם לנסות לראות את האדם מבעד לדעות שלו. אני מרגיש שבצבא, למשל, זה מאד נוכח, בגלל שאתה לא מתעסק בפוליטיקה. אנשים שאתה חי איתם, אוהב אותם, חברים שלך. פתאום עולה איזה משהו פוליטי ואתם קולטים שאתם בדעות מאד מנוגדות, אבל זה לא מפריע כי אתה מכיר את האדם ואוהב אותו, זאת לא היכרות של וואטסאפ, זו היכרות עמוקה. "אחדות" זאת מילה גדולה ואני חושב עליה הרבה בזמן האחרון כי כולנו אומרים "אחדות", אבל איך זה בא לידי ביטוי? בעיניי, הביטוי של זה הוא לנסות לראות את האחר בעין טובה, זה שהאחדות שלי איתו לא טבעית וברורה, לשפוט אותו לטובה. הדבר הכי גרוע זה לייחס לו כוונת זדון, שהוא רוצה לעשות רע. זה דבר קשה לכולנו, אנחנו לא מלאכים, אותי זה מאוד מאתגר לפעמים, אבל אני חושב שזה משהו מאד חשוב עכשיו.

זה באמת מאתגר מאד. המחלוקות הפוליטיות עכשיו כל כך סוערות ונוגעות בדברים כל כך קיומיים שזה ממש קשה..

אני לא יודע לומר אם המחלוקות קשות יותר מבעבר, אבל שומע הרבה שלא. אני מתחבר לרעיון שמה שמקצין היום את התחושות, זאת התקשורת המרוחקת במדיה החברתית, כשאתה כותב, בלי שאתה צריך להתמודד עם הרגשות של מי שנמצא מולך, ועם מסרים קצרים ולא מורכבים. כל אחד צריך לבדוק את עצמו, איך הוא מגיב, איך הוא רואה את מי שחושב אחרת ממנו, כל אחד מאיתנו צריך להיות אחראי על עצמו ולהיות קצת יותר טוב, וגם אם טועים ונופלים, לנסות לתקן לפעם הבאה...

זהו.. (מחייך). לאט לאט נעבוד על זה ונעבור את זה, אין לי ספק...

תודה רבה לך, שחר. יישר כוח גדול על עבודתך החשובה ובהצלחה גם בהמשך.

ראינה והצלחה אל הכתה: חנית רפף

"לך אל הדבורה' (כך בתראם השפצ'ט)... ראה דרכיה וחכמת"

אומרים שמבחינה אווירודינמית הדבורה לא יכולה לעוף.
 שטח הפנים של הכנפיים שלה קטן יחסית למשקל כל הגוף.
 אז אם מכניסים את הנתונים שלה לתוך הנוסחאות הרגילות,
 רואים שהיא לא יכולה להתנתק מהרצפה ובטח לא מסוגלת לעלות.
 הענין הוא שהדבורה לא יודעת את זה...
 אז היא עפה כאילו כלום לא קרה.
 מה שאומר שתמיד נחמד לבדוק בנוסחאות אבל לפעמים
 כדאי לסמוך על הדבורה.
 (הועבר להורים בגן של נכדתי- מתוך הספר 'אם נתעלם מהפילי של ברק פלדמן)
 נשאלתי לא מעט האם הדבורים הושפעו מרעשי המלחמה.
 אודה- איני יודע ואיני מכיר מחקרים בתחום. בשלושת השבועות הראשונים לא ניתן היה
 להגיע לכוורות ולחזק אותן, אך עם בוא האביב הן יצאו לחיות נפשן בפרחי האבוקדו והפרדס
 ואספו צוף כהרגלן. בזכותן גם השנה, אנו יכולים לטבול את התפוח בדבש ולאחל **שהשנה**
הבאה עלינו לטובה תהיה מתוקה מקודמתה.

אנר רוצי.

בע"ה

"אנחנו עוד נראה את הימים האחרים,
 נראה אותם יותר מהר
 מאשר חשבתם..."

מוזמנים לציין יחד את
 ערב סיכום שנת תשפ"ד
 יום ראשון | י"ח בתשרי | 20.10.24
 בשעה 20:30 בדשא של המועדון לחבר

בציפוייה לזרבי של תקווה ושמחה על היום,
 ושמח רב

ארוחת בוקר עם "רגעים"

ביום שני, ה' בתשרי, 7.10 בשעה 8:30
בבית שקמה, במסגרת ארוחת הבוקר הקבועה נארח את

נאוה אבירם

(כלתם של שי ורחל אבירם).

נאוה מזמינה אותנו להצטרף אליה ליומן מסע אישי ברגעי

הזמן,

מתוך ספרה "רגעים" שיצא לאור בימי המלחמה.

"רגעים" הנו אוסף של צילומים ומילים, שנולד תוך

התבוננות עמוקה בטבע הקרוב לליבה של נאוה.

המצלמה לוכדת רגע, המילים נותנות לו הד.

נשמח בבואכם.



ו. תרבות ותרבות +60



טקס חנוכת פינת הישיבה

לזכרו של אהובנו סרון נריה זיסק הי"ד

לרגל יום הולדתו של נריה,

נקיים בעז"ה ביום חמישי,

ח' תשרי תשפ"ה (10.10) בשעה 16:00,

טקס חנוכת פינת הישיבה לזכרו

בחורשת תמר, ליד משואות יצחק

הציבור הרחב מוזמן.

נשמח לראותכם

משפחת זיסק



ברכה לראש השנה לקהילת קיבוץ סעד

השנה הקשה והטרגית שעברה על כולנו משאירה אותנו עם הרבה תהיות, מחשבות והרהורים. כולנו חשים עצבות ולב שבור. לשבת לכתוב ברכה לשנה החדשה אחרי שנה כל כך כואבת וקשה זו משימה מורכבת ומציפה, וקשה לי לבחור את המילים הנכונות, אפילו הפשוטות ביותר.

באופן אישי, השנה החולפת הייתה הקשה והכואבת שידעתי בחיי. עברנו טלטלה, הלם ומציאות של אימה בלתי אפשרית שבהן איבדנו חברים, שכנים ומכרים רבים. שנה שנעה בין קושי ועצב גדול ומעט מידי נחמה ותקווה. בימים אלו, אנחנו בכפר עזה מציינים שנה לאסון ומקיימים אזכרות להנצחת זכרם של 64 יקירינו ומשתדלים לחבק ולהיות שם כקהילה תומכת ומנחמת עבור המשפחות האבלות ומשפחות 5 החטופים שטרם שבו אלינו.

לצד הכאב והצער, אני מבקשת להודות לכם קהילת סעד (לכל אחד ואחת מכם) על שנתתם ואפשרתם לי להיות שותפה בשנה שחלפה לעשייה המשמעותית ולאתגרים שניצבו בפנינו כשאנו מוצאים את הכוחות ותעצומות הנפש להשתקם ולבנות מחדש, ברגישות, בחברות ובערבות ההדדית את הטוב המשותף.

שנה חדשה עומדת בפתח ואני מבקשת לאחל לכל בית סעד שנה יותר טובה, שנה מנחמת ורגועה יותר, שנה של בטחון וחוסן אישי וקהילתי.

מי ייתן שנשמור על האחדות שלנו בכל המעגלים, שנשכיל למצוא ולחזק את המחבר והמשותף, שנמשיך להיות קשובים ולפעול בשיח ובאחוה, להאמין ולהיאחז בטוב, שנשמר את הזהות והערכים שמנחים אותנו כקהילה כדי להפוך את השנה הבאה להכי טובה שאפשר.

שתהיה לכולנו שנת פעילות מוצלחת ופורייה, ואמן שיחזרו במהרה ובשלום כל החטופים והחטופות ונתפלל לשובם של חיילי וחיילות צהל בריאים ושלמים.

בברכה

איילנה בראודה

מועדון המשחקים בראש השנה

במהלך החג מועדון המשחקים

יהיה פתוח בחדר הנצחה

בזמנים הבאים:

יום חמישי, 15:00-18:00

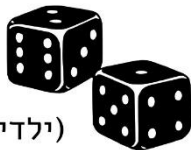
יום שישי, 15:00-18:00

שבת, 14:00-16:00



מוזמנים!

(ילדים מתחת לגיל 10 בליווי מבוגר)



שנה חדשה בקיבוץ סעד/ChatGPT

בשדות הרחבים הרוח נושבת,
הזרעים באדמה שקטה משתרשת.
השנה החדשה מביאה לה אורה,
בידיים פתוחות נברך כל שורה.

בשבילי קיבוץ סעד השמש שוב קמה,
ביחד נצעד, בעשייה נחמה.
שנה של בריאות, של צמיחה וחזון,
של קהילה חזקה, של לב ומלון.

שהשנה תהיה מלאה בשפע של טוב,
בלבבות פתוחים, בתקווה שתשוב.
עם קציר פירותינו נמשיך הלאה,
ושנה מבורכת תהיה לנו מעלה.



קהילה יקרה,

לקראת השנה החדשה, מספר עדכונים קצרים וברכה.

רבש"צ וביטחון בחגי תשרי

כידוע לכם אנחנו עדיין מחפשים את הרבש"צ החדשה שלנו. בחודש האחרון ובמהלך חגי תשרי וחודש אוקטובר, דניאל סילברמן קיבל על עצמו את תפקיד ממלא מקום הרבש"צ. אני מודה לדניאל על הנכונות לקחת על עצמו תפקיד חשוב זה וקוראת שוב אליכם, לסייע לנו באיתור הרבש"צ הבא של קיבוץ סעד.

פרויקט תיקון ממ"דים

השבוע פורסמה קריאה לפרויקטור/ית להובלת תיקון הממ"דים. אנחנו מוכנים לצאת לדרך וזקוקים לעזרת הציבור על מנת שנוכל לממש את מהלך התיקון בהקדם.

פסולת גושית וגזם

בשבוע שעבר נאספה כל הפסולת הגושית מרחבי הקיבוץ ומסתורי האשפה. תודה לאלי סימון על הטיפול בנושא. השבוע נפגשנו עם איילת קלימי, מנהלת האגף המוניציפלי בשדות נגב להסדרת הנושא. החל מחודש אוקטובר תיאסף הפסולת הגושית פעמיים במהלך החודש. פרטים על ימי הפינוי ומקומות האיסוף יפורטו בתחילת החודש על ידי אלי. אנא הקפידו לשמור על ניקיון הקיבוץ ואזורי מסתורי האשפה.

חנייה ברחבי הקיבוץ

אחת התופעות שאנו רואים השנה, היא גידול משמעותי ברכבים הפרטיים של חברי וחברות הקהילה. הדבר בא לידי ביטוי, ברכבים רבים החונים בתוך הקיבוץ ופעמים רבות גם באזורים שאינם מיועדים לחנייה. אנחנו מודעים למצוקת החנייה ויחד עם זאת אתם מתבקשים להחנות את רכבכם באזורים המותרים לחנייה בלבד (גם אם זה לא ממש בחצר הבית). בנוסף, במהלך השבתות והחגים, אתם מתבקשים להוציא את הרכבים ממרכז הקיבוץ ולהחנות בחניית ההיקפיות בלבד. אנא הקפידו על כך למען רווחת כלל תושבי ותושבות הקהילה.

ברכה לשנה החדשה

מחר ערב ראש השנה תשפ"ה. איך מתמודדים עם שנה חדשה השנה? המפגש שלנו עם ראש השנה, עם חגי תשרי, שונה מכל מפגש שידענו והכרנו. המציאות השתנתה. השבעה באוקטובר שינה את פני מדינת ישראל לתמיד. אנחנו, השתנינו. ברגעים אלה כשאני כותבת שורות אלה, מתחוללת מלחמה בארץ היפה שלה. אלפים מגויסים שוב (חלקם בפעם השלישית השנה) ונלחמים בלבנון, אחרים נמצאים בעזה, באיו"ש, בכל גבולות המדינה, שומרים על הבית. אלפי משפחות ישבו השנה בחג בהרכב חסר, מי שבני ובנות משפחתו נרצחו בשבעה באוקטובר ו/או במהלך השנה, מי שנמצאת/ת בשירות ומי שמסייעת/ת לאחרים. משפחות רבות יצינו את השנה אחרת. עם שלם מבקש ישועות ונחמות לאחר שנה של כאב, שבר ולב פצוע שממשיך לדמם.

בשנה זו נבקש לתת מקום למורכבות היומיומית, הקיומית שאוחזת בנו; ניתן מקום לכאב האינסופי, נישא אותו עימנו יחד עם הכמיהה להתחדשות ולתקווה. נטווה את אריג חיינו השנה, החיים החדשים, בחוטי הכאב, התקווה, השיקום וההתחדשות. אאחל לכולנו שנדע למצוא את הדרך לראות את אלה שסביבנו, הזקוקים ליד המלטפת, למילה הטובה, שנחזק את ערך הערבות ההדדית והקהילה, שנשכיל להיות שם האחד בשביל השנייה, שנצליח למצוא בליבנו את החמלה.

שתבוא עלינו ועל כל ישראל שנת תיקון, שנת תקווה, שנת אחוה ואהבה.

בברכת שנה טובה

יעל, רון

בע"ה קיבוץ סעד ערב ראש השנה תשפ"ה

לוח זמנים לראש השנה, שבת "שובה" ובין כסה לעשור תשפ"ה

יום רביעי – סליחות של ערב ראש השנה בשעה 05:20

• * **ערב יום טוב – להניח עירוב תבשילין** *

בערב החג יום רביעי
יהיה המקווה פתוח לטבילת
גברים עד השעה **13:55** בלבד.

א' דראש השנה, רביעי בערב

14:00 מנחה א'

18:05 הדלקת נרות

18:15 מנחה ב'

שיחה לכניסת החג - הרב ארי

18:45 ערבית

שחרית

07:30 בביכ"נ "בית אהרן"

09:40 (משוער) תקיעות

08:00 מניין ע"מ בחדר האוכל

14:00 מנחה א' 17:00 מנחה ב' + ע"מ

תשליך

ב' דראש השנה, חמישי בערב

הדלקת נרות לא לפני 18:41

19:00 ערבית

שיעורו של עופר שלומי – "... עומד אחר כותלנו, משגיח מן החלונות, מציץ מן

החרכים" הרהורים בנושא תשובה, על פי ר' נחמן מברסלב.

שחרית

07:30 בביכ"נ "בית אהרן"

08:00 בביכ"נ ע"מ בחדר האוכל

09:40 תקיעות – (משוער)

14:00 מנחה א' 17:00 מנחה ב' + ע"מ

אנא בתפילה ובתחנונים
היו סבלניים בעניין
המקומות בבית הכנסת
הזמינו אורחים למקומות
שלצדכם,
את עגלות הילדים השאירו
מחוץ לביכ"נ.

"וְהָיָה עֲלֵיהֶם יְרֵאָה, וַיֵּצֵא כַּבָּרְק
זוּצוֹ; וְהָיָה אֶל-לוֹקִים בְּשׁוֹפָר יִתְקַע,
וְהִלֵּךְ בְּסַעֲרוֹת תִּימָן. ה' צָב-אוֹת, יִגָּן
עֲלֵיהֶם" ...
זכריה ט'

שבת שובה – פרשת האזינו

הדלקת נרות	18: 03
הלכה אקטואלית	18: 20
קבלת שבת וערבית	18: 35
מניין ראשון	06: 45
מניין ע"מ בחדר האוכל	08: 00
מניין שני	08: 30
10: 15 (משוער) תפילת ילדים	

קריאת תורה ותפילת נשים בשבת שובה

בשבת הצמודה לראש השנה, פר' האזינו, שבת שובה, (גי' תשרי תשפ"ה, 5.10.24)
נקיים קריאה בתורה ותפילה של נשות סעד בשעה 9.15 במועדון לחבר.
כולן מוזמנות:
צעירות ומבוגרות, מקומיות ואורחות!

שיעור פרשת השבוע – מירי רוזן היימן

13: 30 מנחה א', 14: 00 מנחה בבית שנון, 17: 00 מנחה ע"מ + בבי"כ בית אהרן	
תהילים בבית חיה קופלד	16: 45
תהילים לילדים בבית טל ואפרת בליה	17: 20
דרשת הרב ארי סט לשבת שובה	17: 20
צאת שבת	18: 57

בין כסה לעשור

סליחות	05: 35
שחרית א'	06: 00
שחרית ב'	06: 45
שחרית בבית הספר	08: 05
מנחה וערבית	18: 10
ערבית	20: 10
ערבית (בשקד ג')	21: 00
סליחות אשכנז בי"כ בית אהרן	22: 30
סליחות עדות מזרח במועדון	24: 15

כל לילהצום גדליה, יום א' (ד' בתשרי)

תחילת הצום	05: 28
סליחות	05: 35
שחרית	06: 00
שחרית ב'	06: 45
מנחה גדולה	13: 15
מנחה קטנה	17: 55
הרב ארי - דברי מחשבה לצום גדליה	
ערבית	18: 37
סוף הצום	18: 37

~~~ שנת אור ושנת דרור ~~~