

משנת 2011

מגזין הבנקאות הפרטית

ספטמבר 2021

**סוגיות בחסכון אורך טווח:
פאסיבי או אקטיבי**

ד"ר איתן גלילי, עמ' 4

הישראלי המנפיק

אלון קיבה, עמ' 10

הספר שהקדים את זמנו

רמי שלהבת, עמ' 18

סריקה: מחצית שנייה 2021

מיכל יוזפסון, עמ' 6

הטורגדיה היוונית

ד"ר גילי חסקין, עמ' 28

כשמישהו אחר כותב עליך

פרופ' עמיה ליבליך, עמ' 32



שנה טובה!

הקמה וניהול נאמנות

מטרות הנאמנות

נאמנות לכספי דור המשך.
נאמנות להחזקת וניהול כספי חסויים ובעלי צרכים מיוחדים.
חשבון נאמנות לניהול כספי עיזבון.

שלבים ותהליכים

יעוץ פיננסי לתכנון מטרות הנאמנות.
תכנון תקנון ייעודי לשימוש בכספי הקרן ע"פי המטרות שנקבעו.
התאמת מבנה משפטי מתאים בליווי עו"ד מומחה לתחום.
התאמת מבנה מיסוי מתאים בליווי רו"ח מומחה לתחום.
פתיחת חשבונות השקעה בבנקים ו/או בגופים מוסדיים מתאימים.

ניהול שוטף

פיקוח וניהול על ידי נאמן מוסמך.
יעוץ השקעות שוטף באמצעות גוף מפוקח ומורשה על ידי הרשות לניירות ערך.



לפרטים: 077-77-83000
www.bankautpratit.co.il/trusts

תוכן עניינים

סוגיות בחסכון אורך טווח: פאסיבי או אקטיבי

4 ד"ר איתי גלילי, פיננסים ניהול הון פרטי

סקירה מחצית שניה 2021

6 מיכל יוזפסון, מנהלת מערך ייעוץ השקעות פיננסים ניהול הון פרטי

הישראלי המנפיק

10 אלון קיבה, יועץ השקעות, פיננסים ניהול הון פרטי

האם ידועה בציבור זכאית לעזבונו של בן זוגה שנפטר?

12 עו"ד אביחי אהרונף

למה אנחנו כותבים "אממממ..." בשיחות ווטסאפ?

14 ד"ר מיכל מרמלשטיין, האוניברסיטה העברית ירושלים

זיגמונד בעל החלומות: זהות, אמונה ויהדות על פי פרויד

16 אושי דרמן, מוזיאון העם היהודי

הספר שהקדים את זמנו

18 רמי שלהבת, מכון דוידסון, מכון ויצמן למדע

נישואים מאושרים מאריכים ימים

22 פרופ' אורי גולדברט, אונ' תל אביב

נמצא מנגנון ביולוגי במוח שגורם לנו לזכור טוב יותר חוויות

23 פרופ' גל ידיד, אונ' בר אילן

טיפול בפוסט טראומה בעזרת תוספי תזונה

24 פרופ' קובי רוזנבלום, אונ' חיפה

Car-acter - מכוניות עם אופי

26 טל אבן, Even Better

הטרגדיה היוונית

28 ד"ר גלעד (גילי) חסקין

הפוך לחבר הטוב ביותר של עצמך

30 חוה אוסטרובסקי, פסיכותרפיסטית MSW

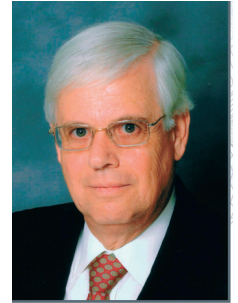
כשמישהו אחר כותב עליך

32 פרופ' עמיה ליבליך, פסיכולוגיה עברית

תערוכת החודש

34 המעצב ליאור וולף

דבר יושב ראש קבוצת "פיננסים" מר אורי גלילי | ספטמבר 2021



קוראים יקרים,

המחצית הראשונה של השנה הייתה מלאה אירועים בלי רגע משעמם. היא הסתיימה במצב רוח טוב - הכלכלה מתאוששת בקצב מהיר, שוק ההון מחייך, יש ממשלה (אחרי מערכת בחירות נוראית) ואנו חוגגים את סיום מגפת הקורונה.

לצערי הקורונה חזרה בתחפושת הודית ואנחנו חוזרים לחיסונים. כולנו מקווים שנצליח למצוא את הדרך שבה המשק ימשיך לתפקד כיאול ולטווח ארוך. בפני הממשלה החדשה עומדים שני מבחנים רציניים, העברת תקציב המדינה ל-2021 ול-2022 ופתיחת שנת הלימודים. שני אלה גם יסמנו האם יש לה יכולת משילות וניהול, דברים שכה חסרים לנו בשנים האחרונות. בימים האחרונים הממשלה אישרה את התקציב (שלב חשוב בדרך ארוכה) ועל כך מגיע לה ציון "טוב מאוד". ציון "מצוין" על עצם הכנתו ואישורו בלי התנצחויות המבישות הרגילות וציון "טוב" על תוכנו. יש בו רפורמות אולם חסרה רפורמה קריטית אחת להתפתחות המשק לטווח ארוך. רפורמה בתחום השרות הציבורי כולו, אותה ניתן להשיג רק בעסקת חבילה בין הממשלה, העובדים והמעבידים הציבוריים, ובעזרתה המערכת הציבורית כולה תתפקד באופן יעיל יותר, מקצועי יותר. הכספים הנוספים שיופנו לגופים אלה במסגרת התקציב השנתי לא ינוצלו באופן בזבזני, בין היתר על תוספות שכר לקבוצות לחץ, אלא יאפשרו להשיג מטרות פיתוח ושיפור השירותים הציבוריים. יחד עם זאת, אני זוכר שמדובר בממשלה בת חודשים בלבד ויש לאפשר לשרים זמן ללמוד, לתכנן ולתקן את המעוות.

נראה שאנחנו בישראל הולכים בכיוון הנכון. יחד עם זאת ממשלות רבות ובראשן ארה"ב והשוק האירופאי מתקשות בהקטנת הסכומים האדירים המוזרמים לשווקי ההון ובהקטנת הגירעונות ע"י מדיניות מוניטרית מצמצמת. הרמזים לשינוי עתידי גורמים לתגובות שליליות בשווקים השונים. עדין לא נמצא הצורך לסיום הניסוי המוניטרי חסר התקדים בו הוחל לפני למעלה משנה שמייע לגאות בשוק ההון ויתכן שיגרום לאינפלציה של ממש. אני משוכנע שככל שהמשק הישראלי ינוהל ויתפקד טוב יותר נוכל להתמודד ביתר קלות עם השינויים כשיבואו.

במגזין האחרון התייחסתי בהרחבה לשאלת האמון במוסדות השלטון. בימים אלה, במסגרת הצעת התקציב, מוצע לבטל הנפקת איגרות חוב המיועדות לקרנות הפנסיה הוותיקות ולהחליפן במנגנון של רשת בטחון. תוך כדי השגת חסכון משמעותי לתקציב המדינה. אני מודה שאם הייתי חבר באחת מקרנות הפנסיה הוותיקות, הייתי חושש מאוד מצעד כזה. הוא מחייב בחינה מקצועית מעמיקה ומנגנון שלא יאפשר פגיעה בעמיתים. יש תחומים בהם ניתן לניסו בקלות מקורות לתקציב המדינה אלא שאלו רגישים פוליטית ודורשים התמודדות עם קבוצות לחץ.

זו הזדמנות לאחל לקוראים ומשפחותיהם שנה טובה!!
נראה במגזין הבא

מגזין הבנקאות הפרטית

עורך ראשי: אייל נור אריה

מנהל המכירות: אייל קמר

מנהלת פרסום: תמי שרנוביץ | טל: 07777-83055, 054-4739374

עריכה גרפית: אבי בלוק / דפוס: בריף-זיו-בלוק

מנכ"ל: ד"ר איתי גלילי

מו"ל: קבוצת פיננסים גג בע"מ

טל: 07777-83044, פקס: 07777-83045

דוא"ל: service@finance-inst.co.il | www.bankautpratit.co.il

כל הכתבות המקצועיות במגזין זה נועדו לשם מסירת מידע בלבד, ובשום אופן אין לראות בהן תווית דעה, הצעה, המלצה או ייעוץ/שיווק לרכישה ו/או החזקה ו/או מכירה של נירות ערך ו/או הנכסים הפיננסיים המתוארים בהן. הסקירות מתבססות על מידע אשר פורסם לציבור, אשר הכותבים ומ"ל המגזין מניחים כי הוא מהימן וזאת מבלי שביצעו בדיקות עצמאיות לכיור מהימנות, דיוק ושלמות המידע. המידע המופיע בכתבות המגזין, אינו מתיימרות להכיל את כל המידע הדרוש למשקיע פוטנציאלי ואינו מתיימרות להיות ניתוח מלא של כל העובדות והפרטים המופיעים בהן. המידע הפרטים והניתוח המפורטים, לרבות הדעות המובאות, בסקירות ובכתבות, עשויים להשתנות ללא מתן הודעה נוספת. הכתבות הן על דעת הכותבים בלבד ומשקפת את הבנתם ליום כתיבתן. הכתבות והסקירות לא מהוות תחליף, בשום צורה שהיא, לייעוץ/שיווק השקעות המתחשב בנתוני וצרכי המיוחדים של כל אדם. הכותבים ומ"ל המגזין לא יהיו אחראים, בכל צורה שהיא, לכל נזק ו/או הפסד שייגרם כתוצאה משימוש בסקירות ו/או בכתבות המופיעות במגזין זה, ככל שייגרם כזה, וכן הם אינם יכולים לערוך ו/או להיות אחראים למהימנות, דיוק ושלמות המידע המפורט בכתבות ובסקירות. יובהר להלן כי הכותבים וכן המ"ל, עוסקים, במישרין או בעקיפין באמצעות חברות קשורות, בין היתר, במתן שירותי ניהול השקעות, ייעוץ השקעות, ניהול קרנות נאמנות, ניהול קופות נמל, ניהול קרנות פנסיה, חיתום ובנקאות השקעות וכתוצאה מכך, עשוי להיות להם עניין בניירות ערך ו/או הנכסים הפיננסיים הנכללים בסקירות ובכתבות, ככל שמפורטים כאלה, מעת לעת, לפני פרסום הסקירות והכתבות, בזמן פרסומם ולאחר פרסומם. הכותבים והמ"ל אינם מתחייבים ואין בסקירות ובכתבות משום תחויבות להשגת תוצאה כלשהי או רווח כלשהו כתוצאה מכל סוג של פעולה בהתאם לאמור בהן. הסקירות והכתבות הן רכושן הבלעדי של הכותבים והחברות בהן הם עובדים ואין להעביר לז"ל, להתייעץ, לשכפל, לצטט, לפרסם בכל אופן, להדפיס, לצלם, להקליט או להעתיק את הכתבות, באופן מלא או חלקי, מבלי לקבל אישור מראש וכתב.



סוגיות בחסכון ארוך טווח: פאסיבי או אקטיבי?

בויאנג'ו, דר' נדין בודו טרכטנברג. הועדה הגישה את מסקנותיה לדר' משה ברקת, רו"ח, הממונה על שוק ההון, הביטוח והחיסכון בחודש יוני האחרון.

הועדה נעזרה בגורמים רבים ובמסד נתונים גדול מאוד כדי להגיע למסקנותיה אשר אציג בהמשך.

דיון מרכזי של הועדה מתמקד בהשקעות שאינן סחירות, ובפרט השקעות בקרנות Private Equity. קרנות השקעה אלה מאורגנות, בדרך כלל, כשותפות מוגבלת, עם משך חיים קבוע מראש (שבע עד עשר שנים), שבה שותפים כלליים (General Partners) ושותפים מוגבלים (Limited Partners). השותפים הכלליים הם מנהלי הקרן ומחליטים על השקעותיה. השותפים המוגבלים, בדרך כלל משקיעים מוסדיים, כגון קרנות פנסיה, קרנות אוניברסיטאיות, חברות ביטוח ועוד, מספקים את המימון לקרן ואינם לוקחים חלק בהחלטות ההשקעה. ככלל, פעילותן של קרנות אלה אינן מפוקחות.

קרנות השקעה גובות שני רכיבים של דמי ניהול, רכיב קבוע ורכיב משתנה. דמי הניהול השנתיים הקבועים המקובלים הם 2% מסך התחייבויות ההשקעה של המשקיעים בקרן, ודמי ההצלחה, המכונים Carried Interest הנפוצים הם בשיעור של 20% מהתשואה של הקרן.

ניתן לחלק את קרנות ההשקעה לסוגים עיקריים:

קרנות Buyout הקונות חברות ציבוריות, מוחקות אותן מהמסחר, משבחות אותן ומוכרות אותן מחדש. קרנות הון סיכון (Venture Capital) המשקיעות בחברות טכנולוגיה צעירות. קרנות חוב פרטי המשקיעות בחוב בלתי סחיר. קרנות נדל"ן, קרנות השקעה בתשתיות, קרנות השקעה במשאבי טבע וסחורות.

אפיקי השקעה אלה מאופיינים במקרים רבים בהשקעות בחברות שאינן ציבוריות ואינן נזילות, ובהשקעות שהן חלק מאסטרטגיית השקעה אקטיבית הכוללת מעורבות של קרן ההשקעה בממשל התאגידי ובהיבטים אחרים של פעילות החברות שבהן היא משקיעה.

לצורך בחינת ביצועי מסלולי ההשקעה נאספו נתוני התשואות החודשיות והרכב הנכסים של כל מסלולי ההשקעה הכלליים בתחומי הגמל, הפנסיה, ביטוחי החיים הישנים וביטוחי החיים החדשים בשנים

אחת הסוגיות המרכזיות בתחום ההשקעות נוגעת לשאלה האם להשקיע באופן "פאסיבי" באמצעות קרנות סל "פאסיביות" (קרנות אשר רוכשות באופן אוטומטי ניירות ערך סחירים - מניות/איגרות חוב הנכללים במדדי הבורסה השונים) או להיעזר בשירותיהם של מנהלי השקעות "אקטיביים" השקעה (באמצעות קרנות נאמנות, קרנות גידור וקרנות השקעה פרטיות).

שאלה מרכזית זו רלוונטית לכל משקיע פרטי באופן ישיר אך גם באופן עקיף בתחום החיסכון הפנסיוני. לתחום הפנסיוני מופקדים מדי חודש מיליארדי שקלים ע"י ציבור החוסכים וכספים אלו צריכים להיות מושקעים באופן מיטבי כפנסיה לציבור החוסכים בגמלאות וחסכון ארוך טווח. חשוב להבין שסכומי הכספים המנוהלים במוסדות הפנסיונים מתקרר לשני טריליון ₪ (ביחס לטריליון ₪ לפני עשור).

קרנות הפנסיה וקופות הגמל משקיעות ישירות במניות ואיגרות חוב בבורסה אך גם נעזרים בניהול חיצוני ע"י הפניית כספים לקרנות השקעה פרטיות המנוהלות ע"י גופים מקצועיים שאינם קרן הפנסיה עצמה. עלות הניהול החיצוני מושטת על העמיתים בקרנות הפנסיה (עלות יקרה באופן משמעותי מעלויות ניהול באמצעות השקעות פסיביות).

מזה מספר שנים רשות שוק ההון מגבילה את עלויות הניהול החיצוניות שקרן פנסיה יכולה לשלם בעבור ניהול חיצוני. לקראת מועד חידוש המגבלות, רשות שוק ההון הקימה ועדה מיוחדת לבחינת הסוגיה: האם יש הצדקה לתשלום עלויות ניהול חיצונית ובמידה וכן מה התשלום הראוי?

כיום הגופים המוסדיים בישראל מנהלים כמחצית מתיק הנכסים של הציבור, כאשר שיעור משמעותי מושקע במניות ואגרות חוב בישראל ובחול. רכיב ההשקעה בנכסים לא סחירים קטן יותר אך משמעותי. כנגזרת מסכום זה ניתן להבין שעלויות ניהול החיצוני נאמדות במאות מיליוני שקלים שיש לבחון את מידת הצדקתם.

כך הוקמה הוועדה המייעצת לממונה על שוק ההון, ביטוח וחיסכון בנושא בחינת ההוצאות הישירות. ועדה זו בראשות פרופ' ישי יפה, מהאוניברסיטה העברית, בה חברים: פרופ' אלון ברב, פרופ' אסף חמדני, פרופ' אתי אינהורן, דר' הראל פרימק, עו"ד ורו"ח מיכל עבאדי



2008-2019. בנוסף, נאספו נתונים על התשואות של מספר מדדי ייחוס - אפיקי השקעה סחירים מרכזיים במניות ואגרות חוב בישראל וכו'. זאת במטרה לבחון את התשואה העודפת בניכוי גורמי הסיכון שהשיגו מנהלי ההשקעות של כל אחד ממוצרי החיסכון הרלוונטיים. מדדי הייחוס שנבחרו הן קרנות סל סחירות - ETF's, וזאת במטרה להציב אלטרנטיבת השקעה זמינה להשקעות האקטיביות של מנהלי החיסכון הפנסיוני וכן לקחת בחשבון את דמי הניהול הכרוכים בהשקעות בשוק הסחיר.

לשם כך, נבנה מאגר נתונים ראשון מסוגו בישראל הכולל את כל התנועות הכספיות מן הגופים המוסדיים אל קרנות ההשקעה ומהן בשנים 2007-2019, תאריכים וסכומים מדויקים, וכן את השווי הנכסי הנקי של כל קרן השקעה נכון ליום האחרון של שנת 2019. הניתוח מראה

כי קרנות ההשקעה השיגו תשואה הגבוהה במקצת ממדד ת"א 125, ותשואה נמוכה ממדד ה-S&P500. ניתוח הועדה מאוד מעמיק ומציג תמונה מורכבת לפיה השקעה במספר מצומצם של קרנות סל ישראליות ובינלאומיות היה משיג תשואה זהה או טובה יותר מהשקעה באלפי נכסים בקרנות "אקטיביות" שונות בארץ ובעולם. התמונה הברורה ממסקנות הועדה הנה שקרנות השקעה הינן מוצר יקר והתשואה נטו (בניכוי דמי ניהול) אינה בעלת יתרון מובהק ביחס להשקעה פאסיבית "זולה".

מסקנות הועדה הוצגו בפורומים רבים ובימי עיון ועוררו הדים רבים בעיקר בקרב הגופים המוסדיים. הביקורות נסבו סביב אופן בדיקת הנתונים ואופן בחירת מדדי הייחוס.

איני חושב שהביקורת סביב שיטת המחקר מוצדקת, שכן כמו כל מחקר, תמיד יש מגבלות של מועד בחירת נתונים וקריטריונים לבחינת השוואות אמפיריות. חושב לציין שמחקרים דומים בעולם, הגיעו למסקנות דומות לאלו שהוצגו על ידי הועדה.

לדעתי הדיון המקצועי צריך להתמקד במסקנות שניתן להגיע מהמחקר. להבנתי מחשבה לפיה ניתן לבנות מסלולי חסכון פאסיבי הצמודים למדד, כגון מדד המניות האמריקאי ה-S&P500 (המדד בעל ביצועי ההשקעות הטובים ביותר במחקר) ולהניח שהמדד ימשיך את ביצועי המרשימים בעשור הבא הנה הימור מסוכן מדי. יש לקחת בחשבון שבעשור האחרון חלק מהותי מעליית המדד נובע ממספר מאוד מצומצם של ענקיות טכנולוגיה שכוחן המונופוליסטי הולך וגדל. גופים אלו נמצאים במרכז ביקורת ציבורית בארה"ב ובעולם כולו ולא ניתן לדעת האם צעדים רגולטוריים עתידיים יובילו לביצועי חסר של שוק המניות האמריקאי על פני שווקים אחרים.

חברי הועדה אינם חושבים שיש צורך למנוע השקעה בקרנות אקטיביות פרטיות, אך יש לשפר את הכלים לבחינת מי הן הקרנות

בעלות איכות הניהול הגבוה ביותר וצורך אמיתי לבחון את גובה דמי הניהול המשולמים לאותו הגוף. על כך חשוב להוסיף שישנם מגוון רחב של השקעות שאינם מיוצגות בבורסה והדרך כניסה אליהם הנם באמצעות קרנות ייעודיות.

בשנים האחרונות ניתן להגיע לקרנות סל "פאסיביות" לכל גאוגרפיה בעולם, כל סקטור וכל תת-סקטור. בראייה ארוכת טווח בחירה במדדים של הגאוגרפיה והסקטור הנכון יניבו תשואה גבוהה בעלות נמוכה ביותר. יחד עם זאת יש שווקים הסובלים מחוסר נזילות, חוסר סחירות שבהן עיוותי התמחור יכולים להיות ניכרים, במצבים אלו המיומנות של מנהלי השקעות "אקטיביים" הכרחית. דוגמא לכך הנה השקעה במניות בשווי שוק נמוך בישראל ובעולם. דוגמא נוספת הנה בתחום ההשקעה בשווקים המתעוררים אשר בהן הסיכונים גבוהים יותר והמיומנות המקצועית הכרחית.

לבסוף ברצוני להפנות להמלצת הועדה שנראית לי חשובה ביותר: "הקמת מערך ייעוץ אובייקטיבי" - מוצר החיסכון הפנסיוני הוא מוצר מורכב ולחלק מן המתווכים בין היצרנים (הגופים המוסדיים) לבין הקונים (החוסכים) יש ניגודי עניינים מובנים (כגון ייצוג של חלק מהיצרנים, תמריץ לשווק מוצרי חיסכון יקרים לחוסך שהעמלה עליהם למתווך גבוהה ועוד). הקמת מערך ייעוץ אובייקטיבי ובלתי תלוי יכולה לשפר באופן דרמטי את תפקוד שוק החיסכון הפנסיוני ויש לשקול הקמת מערך כזה שיהיה נגיש. הוועדה ממליצה לקיים דיון מעמיק בנושאים אלה במסגרת וועדה ייעודית שתוקם לצורך כך.

בהקשר להמלצה זו אני שמח לבשר על כך שפעלנו בשנה שעברה להרחיב את פעילותנו העסקית והוצאנו רישיון ל"יעוץ פנסיוני" אובייקטיבי מרשות שוק ההון וזה לצד פעילותנו העיקרית (מזה למעלה מעשור) לתחום ייעוץ השקעות אובייקטיבי ובלתי תלוי תחת הפיקוח של הרשות לני"ע. כולי תקווה שנצליח לספק שרותי ייעוץ פנסיוני מקצועי ואיכותי בכל הנושאים אותם מדגישה הועדה.



סקירה מחצית שנייה 2021

פעולות מרסנות ע"י בנק ישראל, במיוחד כיון ורמת הפעילות (התוצר) והתעסוקה עדיין נמוכות מרמתן טרום המשבר.

באירופה קצב ההתחסנות איטי יותר בתחילת השנה הביא לעיכוב בתהליך הפתיחה מחדש של הכלכלה והסרת המגבלות. כתוצאה מכך, הצמיחה ברבעון הראשון של השנה היתה שלילית (-0.3%). עליה בקצב ההתחסנות לשיעור של כ-55% מהאוכלוסייה, הביאה להעלאת תחזית הצמיחה למחצית השנייה של השנה ולהערכה שהצמיחה בשנת 2021 תעמוד על שיעור של 4.8% ועל שיעור של 4.5% בשנת 2022. הכלכלה בגוש היורו צפויה לחזור לרמת התפוקה שלפני טרום המגיפה ברבעון הרביעי של 2021, רבעון אחד מוקדם מהמצופה. גם באירופה עלייה באינפלציה לרמה של 2.2% במונחים שנתיים מאפשרת לבנק המרכזי האירופאי לנהוג במדיניות סבלנית ולדחות את צמצום קצב רכישות האג"ח בשוק ואת העלאת ריבית.

מצד אחד, התאוששות בצורת V היתה מהירה מהצפוי והביאה עמה חששות בנוגע לשינוי הגישה של הבנקים המרכזיים ולחשש מהידוק המדיניות המרחיבה הקיימת.

מצד שני, קשה לאמוד מה תהייה ההשפעה של ההתפרצות מחדשת והאם העלייה ברמת התחלואה תיאלץ את הממשלות להטיל מגבלות שיגרמו לעצירה מחדשת והאטה בפעילות הכלכלית.

נקודת התממשות של כל אחד מהאיומים יכולה להביא להורדת תחזיות הצמיחה ולהביא לעלייה ברמת התנודתיות של השווקים, שתמחרום משקף תסריט אופטימי.

מניות

בטווח הקצר, אנו רואים עלייה ברמת הסיכון של שוק המניות. עם זאת, לאור הערכה שהריבית תישאר נמוכה לאורך זמן במונחים היסטוריים, על אף שסביר שהבנק המרכזי בארה"ב יתחיל לצמצם תוכניות רכישת אגרות החוב לקראת 2022 וייתכן ועוד במהלך 2021 ולאור רמת הנזילות הגבוהה הקיימת ושיעור החיסכון הגבוה של משקי הבית והחברות, נראה שתנודתיות ומימוש כלפי מטה יהוו הזדמנות לעבות את הפוזיציה במניות לטווח הארוך.

יש שונות במיקום במחזור הכלכלי בין הכלכלות השונות, שנובעת מקצב ושיעור התחסנות האוכלוסייה ומידת החזרה לפעילות כלכלית מלאה. השלב במחזור הכלכלי משפיע על כדאיות ההשקעה בשווקים השונים ועל בחירת הסקטורים.

התקדמות בקצב חיסון האוכלוסייה, הסרת מגבלות ופתיחה מחודשת של הכלכלות השונות במקביל לתמריצים בסדר גודל חסר תקדים ומדיניות מוניטארית מרחיבה, הביאו להתאוששות כלכלית מהירה ולעלייה בשיעור דו ספרתי במדדי המניות השונים מתחילת השנה לרמות שיא.

כתוצאה מקצב התחסנות גבוה יחסית בישראל ובארה"ב הכלכלות נפתחו וקצב הצמיחה גבוה. ארה"ב הציגה שיעורי צמיחה של 6.4% ברבעון הראשון של השנה ושיעור של 6.5% ברבעון השני של השנה והגיעה מוקדם מהצפוי לרמת התוצר טרום המגיפה. בשנת 2021 כולה הכלכלה האמריקאית צפויה להציג שיעור צמיחה גבוה של כ-7% ע"פ קרן המטבע העולמית, כאשר ההשקעה בתשתיות ותשלומים חודשיים למשפחות עם ילדים עד לסוף השנה, צפויים לתמוך בצמיחה בשנים הקרובות בתוך ארה"ב ומחוצה לה.

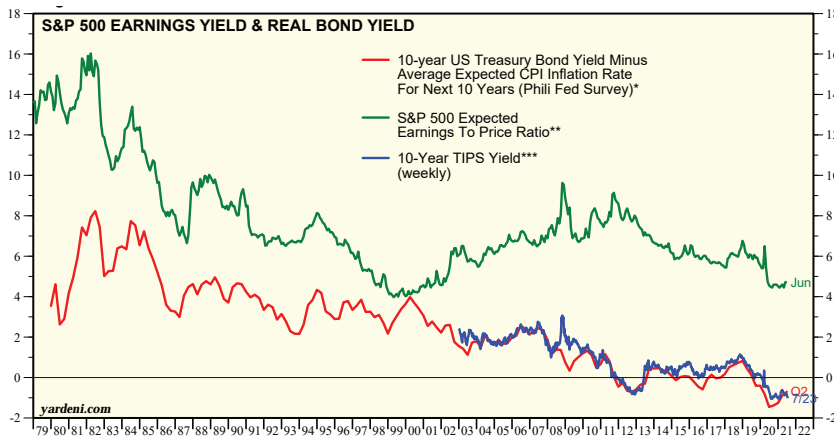
צוואר בקבוק ומחסור בשרשרת האספקה שיצרה המגיפה, ביקוש מתפרץ גבוה למוצרים ושירותים לאחר תקופת סגרים ובסיס השוואה נמוך הביאו לעלייה באינפלציה בכל האזורים.

האינפלציה בארה"ב עלתה בשיעור גבוה של 5.4% ב-12 החודשים האחרונים ו-3.8% מתחילת השנה. השאלה הינה האם מדובר באינפלציה זמנית או בעליית מחירים מתמשכת ומבנית אשר תגרור שינוי מדיניות של הבנקים המרכזיים, הכולל הפסקת תוכניות רכישות האג"ח והעלאת ריבית. הבנקים המרכזיים במדינות המפותחות משוכנעים שמדובר בעליית מחירים זמנית ולכן נוקטים במדיניות סבלנית בתגובה לעליית מחירים. הבנק המרכזי בארה"ב לא שוקל הקדמה של עליית הריבית וכרגע לא נוקב תאריך שבו יתחיל לצמצם את רכישות האג"ח.

בישראל, הכלכלה התכווצה ברבעון הראשון בשיעור של 5.7% בשל סגר בתחילת הרבעון הראשון וירידה בייבוא רכבים (חד פעמי). בעקבות שיעור התחסנות גבוה וחזרת הכלכלה לפעילות, המשק התאושש באופן מהיר לאחר היציאה מהסגר. ע"פ הערכות בנק ישראל, הצמיחה בשנת 2021 צפויה לעלות בשיעור של 5.5% ובשיעור של כ-6% בשנת 2022. תחזיות אלו גבוהות מתחזיות משרד האוצר, אשר צופה שיעורי צמיחה נמוכים יותר של 5.1% בשנת 2021 ו-4.7% בשנת 2022. מדד המחירים לצרכן עלה בשיעור של 1.6% מתחילת השנה ונכנס לטווח היעד של בנק ישראל (נמוך משמעותית מאשר בארה"ב). לא נראה שמדובר בהתפרצות אינפלציונית מאיימת, אשר תגרור

יקר ואינו משקלל את האימונים על הכלכלה. עם זאת, על אף המכפיל הגבוה של השוק האמריקאי פרמיית הסיכון של המניות על פני ריבית ריאלית ארוכת טווח (אינדיקטור רלוונטי לבחינת התמחור בסביבת ריבית אפס) עדיין נראית סבירה.

סקטורים. השונות בין הסקטורים גבוהה והענקת משקל יתר וחסר יכולה לייצר תשואה עודפת. הערכה כי סיום המגפה יביא לרוטציה בין סקטורים דפנסיביים לסקטורים מחזוריים ובין מניות ערך למניות צמיחה השתלמה. חזרה לשגרה תמכה בסקטורים מחזוריים ובמניות



* Data from 1979 to 1991 quarterly, monthly thereafter.
 ** Earnings-price ratio is based on the Thomson Reuters I/B/E/S consensus estimates of earnings over the coming 12 months.
 *** Yields on Treasury inflation protected securities (TIPS) adjusted to constant maturities.
 Source: Board of Governors of the Federal Reserve System, US Treasury, I/B/E/S data by Refinitiv, and Federal Reserve Bank of Philadelphia.

אירופה. המשך תמריצים פסקאליים נרחבים ושמירה על מדיניות מוניטארית מרחיבה לצד התחסנות האוכלוסייה ופתיחה של מחדש של הכלכלה, תומכים בהתאוששות כלכלית ובצמיחה במחצית השנייה של השנה. בהינתן האיחור בהתאוששות יש מקום לשיפור בחודשים הקרובים. בשל העיכוב, אירופה נמצאת בשלב מוקדם יותר של התאוששות במחזור הכלכלי, על כן יש מקום להתמקד בסקטורים מחזוריים. משקל המגזר הפיננסי והסקטורים שמושפעים מהמחזור הכלכלי (תעשייה, חו"ג, אנרגיה) גבוה יותר באירופה ועל כן יכולה ליהנות מריבאונד חזק. בנוסף, אירופה חשופה ותלויה יותר לסחר העולמי ועל כן צפויה ליהנות מגידול בביקוש מסין. העלייה בצמיחה לא לוותה בעלייה משמעותית בתמחור המניות כפי שהיה בארה"ב, כאשר רווחי חברות המדד צפויים לעלות בכ-42% בשנה הקרובה ותמחור השוק נותר סביר.

מאז 2016 שוק המניות הבריטי סבל מחוסר וודאות לגבי הסכמי הברקזיט, הניב תשואות חסר ונסחר בתמחור נמוך בהשוואה לשווקים אחרים במדינות מפותחות. לאור החתימה על ההסכם, שיעור התחסנות גבוה ופתיחה מחודשת של הכלכלה, שוק זה יכול להדביק את הפער ולהניב תשואה עודפת. שוק המניות הבריטי מאופיין במשקל גבוה לסקטורים מחזוריים, כגון: חוג ופיננסים שצפויים ליהנות מפתיחה מחודשת של הכלכלה.

שווקים מתעוררים. מדד השווקים המתעוררים ירד בכ-1% מתחילת השנה. המאבק בקורונה, קצב התחסנות נמוך וחשיפה גבוהה לשוק המניות הסיני שהניב ביצועים שליליים (מהווה כ-35% ממדד המתעוררים), גררו את המדד כלפי מטה. במחצית הראשונה של השנה.

ערך שנפגעו בזמן המגפה, כגון: פיננסים, תעשייה ונדל"ן, אשר הניבו ביצועי יתר על המדד הכללי ובהשוואה למניות צמיחה. על אף ביצועי יתר של מניות ערך, התמחור שלהן עדיין אינו יקר והן צפויות להציג שיעור צמיחת רווחים גבוה (כ-30%) בהשוואה למניות צמיחה (כ-20%) במהלך 2021. המגזר הבנקאי מעניין, התמחור היחסי אינו גבוה והמגזר צפוי ליהנות משיעורי צמיחה גבוהים. הבנקים נהנים מעלייה בריבית ועלייה בתלילות עקום התשואות. בנוסף, התאוששות כלכלית תביא הן לגידול באשראי והן להקטנת הרזרבות להפסדי אשראי, מה שיביא להגדלת הרווחים והתשואה לבעלי המניות. סקטור הכרייה נהנה מביקושים גבוהים כתוצאה מגידול בפעילות הייצור והגדלת תקציב ההשקעה בתשתיות ע"י משטר ביידן תביא לעלייה בביקוש לחו"ג.

שילוב של סקטור הבריאות תוך חשיפה לחברות איכותיות, בעלות מאזנים חזקים ויציבים, הנסחר בתמחור שאינו יקר והיסטורית ומאופיין בתנודתיות נמוכה ביחס לשוק המניות הכללי, עדיין רלוונטי. יש מקום לביצוע ההקצאה בסקטורים שהוצגו גם באמצעות מניות בינוניות וקטנות עליהן תהייה השפעה גדולה יותר של התאוששות הכלכלית.

מניות דיבידנד. התאוששות כלכלית תתמוך בגידול דיבידנדים. לאחר ביצועי חסר בשנת 2020, חברות שמגדילות דיבידנדים וחברות המחלקות דיבידנדים גבוהים יניבו ביצועי יתר.

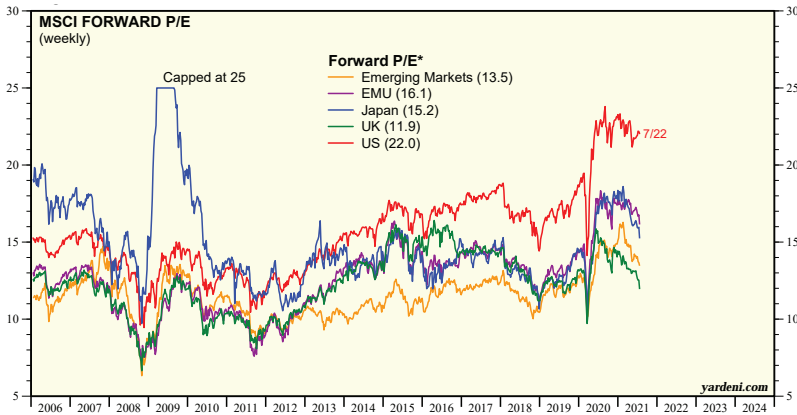
חדשנות טכנולוגית. יש מקום לשלב השקעה ארוכת טווח בטכנולוגיה בטרנדים שצפויים להוות תשתית לפעילות עסקית עתידית ולהשפיע על ההתנהלות היום יומית כחלק מתהליך של דיגיטליזציה, כגון 5G, IOT (internet of things).

ארה"ב. מדד ה-S&P500 עלה בכ-17% במהלך 2021 ונסחר סביב רמות שיא. כמצופה, הובילו את העליות מניות הערך ומניות מחזוריות שנהנות מצמיחה בשלב הראשוני של התאוששות כלכלית. שיעור הרווחיות של חברות במדד מאוד גבוה ועומד על 12.4%, כאשר קצב צמיחת הרווחים ברבעון השני הינו הגבוה מאז הרבעון הרביעי של 2009 ועומד על קרוב ל-75%. נראה שבארה"ב אנו נמצאים לאחר השיא וקצב הגידול צפוי להתמתן ברבעונים הקרובים. רווחי החברות צפויים לגדול בכ-39% בשנת 2021 כולה, לאחר ירידה של 13.6% בשנת 2020. מכפיל הרווח של מדד ה-S&P500 עומד על 22 בהתבסס על רווחי שנת 2021 ומגלם תשואה צפויה של כ-4.5%. תמחור זה נראה

סקירה מחצית שנייה 2021

המשך מעמ' קודם <<

תוך בחירת חברות איכותיות יציבות ובעלות מאזנים חזקים. בשל היות שווקי המניות בתמחור גבוה יחסית, תהייה רגישות גבוהה להתפתחויות שליליות, כגון עלייה בתחלואה שתיאלץ להגביל פעילות כלכלית, צמצום התמיכה הממשלתית או צמצום פעולות הבנקים המרכזיים. התפתחויות אלה מהוות סיכון ויגרמו לתנודתיות גבוהה וירידות חדות בשוק המניות.



* Price divided by 12-month forward consensus expected operating earnings per share. Source: I/B/E/S data by Refinitiv.

הממשל הסיני פעל להידוק התנאים הפיננסיים ולהורדת מינוף בחברות והביא להאטה בצמיחה הכלכלית ולהאטה בשוק האשראי. בנוסף לכך, פעולות רגולטוריות ורפורמות של הממשל הסיני כלפי חברות טכנולוגיה סיניות וסקטורים ספציפיים (חינוך מרחוק) שמטרתם פיקוח על מידע, הגברת תחרות ומלחמה במונופולים, הגדלת הרווחה של העובדים החלשים והקטנת אי השוויון, הביא למשיכת השקעות

ע"י משקיעים זרים ולירידות חזקות בשווקי המניות הסינים. הורדת יחס הרזרבה הנדרש ע"י הבנק המרכזי בסין במהלך יולי מהווה סימן לחזרה למדיניות התומכת בצמיחה. בנוסף, הבהרות מטעם הרגולטור הסיני ששוללות כוונה לבודד את סין משווקי ההון המערביים ומיקוד רפורמות ושינויים רגולטוריים בבעיות ובסקטורים ספציפיים ולא כחלק מרפורמות נרחבות יותר, תומכות בהשקעה בשוק הסיני. אמנם התנודתיות עלולה להימשך והסיכון הרגולטורי קיים בנוסף לסיכון הכרוך במלחמת סחר עם ארה"ב, תמחור השוק הסיני נמוך וירידות השערים יכולות להוות הזדמנות כניסה ובניית פוזיציה לטווח ארוך. התאוששות בשוק זה תשפיע על מדד המתעוררים כלפי מעלה. כיון וקיימת שונות רבה בין המדיניות בהיבט של קצב התחסנות האוכלוסייה, השלב בחזרה לפעילות מלאה ומדיניות הבנק המרכזי והממשלה בכל מדינה ומדינה, נעדיף השקעה סלקטיבית באמצעות ניהול אקטיבי בהתאם לתנאים הקיימים.

ישראל מדד ת"א 125 עלה בשיעור של 12.45% מתחילת השנה. במהלך השנה השוק הניב ביצועי יתר על פני השווקים העולמיים בשל חיסון מהיר של האוכלוסייה ופתיחת המשק לפעילות. עם התפרצות מחודשת של הקורונה (זן דלתא) השוק נחלש והניב ביצועי חסר אל מול שווקים מפותחים אחרים, אשר הדביקו את קצב ההתחסנות. בהתאם לשלב במחזור הכלכלי, הובילו את העליות הסקטורים המחזוריים שנפגעו שנהנו מפתיחה מחודשת של הכלכלה, כגון: סקטור הפיננסיים הכולל את מניות הבנקים, שנהנו מהקטנת הרזרבות להפסדי אשראי ומניות הביטוח, סקטור הנדל"ן וסקטור הגז והנפט, אשר עלה על רקע עליית מחירי הנפט. הביקוש להשקעה בנכסי סיכון בא לידי ביטוי בנאות בשוק ההנפקות. מתחילת השנה ועד סוף יולי הונפקו 75 חברות חדשות בבורסה בתל אביב, אשר גייסו למעלה מ-13 מיליארד ₪ (לא כולל הקצאות פרטיות) חלקן בשוויים יקרים מאוד ביחס לנתוני החברות.

ההערכה שסביבת הריבית תישאר נמוכה לאורך זמן, תשואה ריאלית שלילית בשווקי החוב הסחיר ויתרות הנזילות הגבוהות שיש בידי הציבור תומכת בהשקעה במניות בשוק המקומי. הסקטורים המחזוריים ימשיכו להניב תשואות עודפות כתוצאה מהשיפור, אך במידה פחותה. ההשקעה בשוק המקומי צריכה להתבצע באופן סלקטיבי ואקטיבי

חוב

אג"ח ממשלתי. תשואת האג"ח הממשלתית ל-10 שנים בארה"ב ירדה לרמה של כ-1.2% לאחר שכבר הגיעה לרמה של 1.75% במהלך השנה. זאת על אף עלייה חדה בשיעור האינפלציה בארה"ב וחשש מפני הידוק הגישה המרחיבה של הבנק המרכזי.

הנתונים הכלכליים בארה"ב אינם תומכים בירידת תשואות ונראה שחשש מהתפרצות מחודשת של המגיפה, שיכולה לעכב את הפתיחה מחדש ואת התאוששות הכלכלה, מעלה את הביקוש לנכס זה ולירידה בתשואות. סיבות נוספות לירידה בתשואה יכולות להיות רכישות האג"ח הממשלתי ע"י הבנק המרכזי (מחזיק 1/4 מהשוק) וביקוש מצד משקיעים זרים בשל תשואה עודפת על אג"ח המקומיות.

האג"ח הממשלתי יקר, בהינתן שההתאוששות הכלכלית תימשך, התשואות צפויות לעלות לכיוון של 2%-1.8% בחודשים הקרובים. עלייה זו צפויה לגרום להפסדי הון בשוק הממשלתי ולרוחב שוק האג"ח כולו.

אג"ח חברות. אג"ח חברות נסחר במרווחים נמוכים היסטורית ובמחירים גבוהים.

בעקבות ירידת התשואות של האג"ח ממשלתיים, מגזר החוב המדורג הדולרי כמעט ומחק את כל ירידות השערים מהן סבל מהלך השנה (5-6% במדד us corporate Barclays) ונסחר בתשואה של 1.95% המגלמת מרווח של 85 נקודות בסיס מעל הממשלתי במח"מ

מקור לתשואה בראיה ארוכת טווח. כיון והשונות בין הסקטורים גבוהה ולאור תמחור המניות הגבוהה הבחירה בין הסקטורים משמעותית על מנת לייצר תשואה עודפת. יש מקום לסלקטיביות ובחירת סקטורים בהתאם לשלב שבו נמצאות המדינות השונות בבחינת ההתאוששות הכלכלית. לאור התמחור הגבוה, ההשקעה במניות תלווה בתנודתיות גבוהה בטווח הקצר במידה ונתונים כלכליים יציביו על המשך עליית מחירים (אינפלציה), אשר יביאו לחשש מפני הידוק מוקדם מהצפוי. לחלופין סיכון בכיוון ההפוך הינו גל תחלואה נוסף, שיביא לסגרים ומגבלות אשר יגרמו להאטה כלכלית ולתנודתיות כלפי מטה. להערכתנו, בהסתכלות על הטווח הארוך יש לנצל תנודתיות זו להגדלת החשיפה למניות. החוב הסחיר נסחר בפרמיות סיכון נמוכות, סיכון מח"מ גבוה יחסית ויחס סיכון/סיכוי שאינו אטרקטיבי על כן יש להשקיעו ברמת סיכון נמוכה אשר תאפשר ניצול הזדמנויות בעתיד. ע"ח אפיק זה יש לבצע הקצאה חלקית למניות דיבידנד לצורך קבלת תזרים וכן לשלב השקעה בחוב לא סחיר, אשר מקנה פרמיית נזילות על פני החוב הסחיר ובחוב במצוקה באמצעות מנהלים מתמחים שידעו לנצל הזדמנויות ולייצר תמורה גבוהה יותר ביחס לסיכון. ההשקעות צריכות להתבצע בנכסים בעלי איכות גבוהה עם מאזנים חזקים שיכולים לשרוד תקופה של האטה, תוך פיזור גבוה. עדיפות לניהול אקטיבי וסלקטיבי וניצול הזדמנויות באפיקים השונים. קבלת החלטות השקעה והקצאת נכסים צריכה להיות מבוססת על סמך תמחור הנכסים בהתאם למאפייני כל לקוח בבחינת מטרתו ההשקעה, מידת שנאת הסיכון ולא מושפעת מתנודתיות השוק.

תחזית ארוכת טווח אפיקי השקעה

אפיק/נכס	תשואת חסר	ניטרלי	תשואת יתר	שינוי מרבוען קודם
שוקי מניות				
ארה"ב		●		□
ישראל			●	□
מתעוררים			●	□
אירופה ?			●	↑
שוק האג"ח				
ישראל ממשלתי	●			□
ישראל חברות	●			↓
דירוג השקעה	●			↓
ישראל לא מדורג	●			↓
ארה"ב ממשלתי	●			□
חברות דירוג	●			↓
השקעה חו"ל		●		□
הלוואות בכירות		●		□
חברות חו"ל לא מדורג	●			↓
אג"ח מתעוררים	●			↓
אלטרנטיבי			●	□

הנתונים נכונים לתאריך 31.07.2021

דומה. עלית תשואות באג"ח הממשלתי, תביא לעליית תשואות באג"ח החברות ותגרום להפסדי הון.

בישראל, ההערכה שהעלייה באינפלציה לא תגרור שינוי מדיניות מצד בנק ישראל, תמכה בשוק האג"ח לרוחבו. העלייה בציפיות האינפלציה הביאה לביקושים לאפיק הצמוד הן באפיק הממשלתי והן באפיק קונצרני. מדדי האג"ח הקונצרני נהנו מעליות שערים של 3-4% במדדי התל בונד 60-20 שנסחרים בתשואה ריאלית שלילית (-0.3%) ובמרווחים נמוכים היסטורית (1.15%). לאור רמת התשואות ופרמיית הסיכון הנמוכה, יחסי תשואה/סיכון אינם אטרקטיביים ולא מפצים על הסיכון לכן אנו מעדיפים להשקיע באג"ח באיכות אשראי גבוהה ודירוגים גבוהים, במח"מ קצר עד שתיווצרנה הזדמנויות השקעה מעניינות יותר.

ככלל בתחום החוב הסחיר בשוק המקומי והעולמי, נכון להוריד סיכוי מח"מ וריבית ולקצר בשלב זה מח"מ ולאחר עליית התשואות לבחון הארכת מח"מ.

אג"ח HIGH YIELD. מדד ה-high yield עלה בכ-4% מתחילת השנה ונסחר בתשואה של 3.93% ומרווח של 3.25% מעל האג"ח הממשלתית תקופה דומה. אמנם צמיחה תומכת במאזני החברות, גידול ברווחים, עלייה ביכולת החזר חוב וירידה בשיעור חדלות הפירעון, אך פרמיית הסיכון מאוד נמוכה ויחסי סיכון/סיכוי לא אטרקטיביים.

הפעולות הרגולטוריות של הממשל הסיני, גרמו לירידות שערים בשוק האג"ח הסיני (נקוב \$), לעלייה בתשואות ולעליית מרווחים. שוק זה נסחר בפרמיית סיכון משמעותית על פני שוק האג"ח הלא מדורג בשווקים מפותחים למרות שמציג שיעורי חדלות פירעון נמוכים יותר. בהינתן שדווקא רגולציה עתידה לשפר את יכולת ההחזר של החברות בשל הורדת מינוף, ובהינתן התשואה הגלומה העודפת, נראה שיש מקום לשלב השקעה כחלק מתיקי החוב. אמנם מדובר בסיכון גבוה יותר בהיבט הרגולטורי, אך יחסי תשואה/סיכון נראים אטרקטיביים. בתחום הלא מדורג, תחום ה-CLO בדירוגי ה-BB, המחירים טרם חזרו לרמתם טרום המשבר ומשקפים תשואות פנימיות סביב 6-7%. שיעורי חדלות פירעון היסטוריים מוגבלים ועל כן מציע יחסי סיכון/סיכוי אטרקטיביים במיוחד.

לאור הימצאות התשואות והמרווחים באפיק החוב הסחיר בשפל יש מקום להקטין את ההקצאה לאפיק זה לטובת האפיק המניות בכלל ומניות דיבידנד, שיכולות לספק תזרים בפרט וכן לטובת חוב במצוקה וחוב פרטי (אשראי שאינו סחיר), המשקפים יחסי סיכון/סיכוי טובים יותר.

סיכום

בשל התשואות הנמוכות והמרווחים המצומצמים בשוק האג"ח ולאור הערכתנו שהצמיחה הכלכלית תימשך, אך לצד ריבית נמוכה לאורך זמן, אנו עדיין רואים באפיק המניות, החוב במצוקה והחוב הלא סחיר



הישראלי המנפיק



טכנולוגיה. השנה, ניתן לראות כי המגמה ממשיכה כאשר עד כה כ-40 חברות מתוך 70 חברות שהונפקו, הינן מתחום הטכנולוגיה וההערכה היא שתחום זה ימשיך לבלוט. חברות הטכנולוגיה מהוות את הענף המרכזי וניתן לראות זאת גם בהיקפי הגיוסים ההולכים וגדלים וגם בקצב ההנפקות שנמצא בצמיחה ככל שחולף הזמן. הסנטימנט החיובי במגזר שינה גם את תמהיל החברות בבורסה, אם בשנת 2019 סקטור הטכנולוגיה היווה רק 17% מהבורסה כיום הוא כבר למעלה מ-22% לעומת סקטור התעשייה שנחלש מ-13% ל-8% בתקופה זו.

הנפקות של חברות ישראליות בחו"ל

שוק ההנפקות הגלובאלי נהנה מרוח גבית חזקה, שלא צפויה להיפסק בזמן הקרוב, וחברות הטכנולוגיה הישראליות נהנות מן המומנטום. שווי כל החברות הישראליות בוול סטריט עומד כבר על סכום של מעל 300 מיליארד דולר - יותר מכל הבורסה בתל אביב. מתחילת 2021 הושלמו מספר הנפקות חריגות בגודלן עבור חברות ישראליות ובראשן חברת התוכנה מאנדריי, שגייסה לפי שווי של 6.8 מיליארד דולר, החברות גלובל אי, סימילרווב, ווקמי, אינוויז, טוקספייס, פלייטיקה, ריסקפי, וריי גייסו סכום מצטבר של למעלה מ-10 מיליארד דולר כאשר השווי המצטבר של החברות שהונפקו השנה נאמד בכ-75 מיליארד דולר, אם בהנפקה רגילה ואם באמצעות מיזוג עם ספאק.

שוק ההנפקות של חברות ישראליות עולה על גל חיובי ושובר שיאים. מתחילת השנה למעלה מ-70 חברות הונפקו בשוק המקומי בנוסף לתריסר חברות שהונפקו/התמזגו לספאק (חברה ציבורית עם מזומנים בלבד אשר מחפשות חברה לרכישה) וזאת בשוק האמריקאי בשווי מצרפי העולה על 150 מיליארד ש"ח.

הדינמיקה בשוק ההון המקומי משנת 2012 ועד שנת 2018 הייתה שלילית ובלא מעט שנים הסתיימה בקיטון נטו בחברות הנסחרות. בשנים אלו כאשר כמות ההנפקות בשוק המקומי הייתה מינורית ואופי הגיוסים המקומי היה בעיקרו גיוס חוב של חברות נדל"ן זרות, נוצרה סיטואציה של ייצוא כסף מקומי לחו"ל.

ב-2017 גייסו חברות אמריקאיות כ-8.5 מיליארד שקל (12% מסך הגיוס הקונצרני המקומי בשנה זו). ב-2018 גייסו חברות נדל"ן מחו"ל הסתכמו בכ-5 מיליארד שקל (כ-10% מסך הגיוס הכללי). בסך הכול גייסו חברות אלו קרוב ל-30 מיליארד שקל.

משבר הקורונה ושינוי מבני בבורסה בת"א הביא לגל הנפקות בשוק המקומי.

בשנים האחרונות הבורסה זיהתה את הצורך של חברות הייטק בגיוס הון ולכן בשיתוף עם הרשות לני"ע נבנה מערך של הקלות וחידושים לחברות המנפיקות לראשונה. רוב החברות המנפיקות בתקופה האחרונה הינן חברות טכנולוגיה אשר נהנו מעלייה בביקושים למוצריהם על רקע משבר הקורונה.

בשנת 2019-2020 מתוך 27 החברות שהונפקו בשוק היו 19 חברות



שנתון ההנפקות הישראלי

חברות ישראליות שהנפיקו מתחילת 2021, על פי סדר ההנפקה

חברה	תחום פעילות	שווי בהנפקה במיליארדי דולרים	היקף גיוס במיליוני דולרים
פלייטיקה	גיימינג	11.0	1,900
גלובל אי	פינטק	3.6	375
סימילרווב	תוכנה	1.6	165
אינויז	רכב אוטונומי	1.4	370
מאנדיי	תוכנה	6.8	570
ווקמי	תוכנה	2.6	526
טוקספייס	מנטל טק	1.4	650
פיוניר	פינטק	3.3	1,000
איירונסורס	תוכנה	11.0	2,150
טאבולה	תוכנה	2.5	290
סנטניל וואן	סייבר	9.0	1,200
קלטורה	וידאו ארגוני	1.3	150
אאוטבריין	המלצות תוכן	1.1	160
ריסקפייד	פינטק	3.3	368

9.874

מיליארד דולר סה"כ

שווי כל החברות הישראליות בוול סטריט.
יותר משווי כל הבורסה בתל אביב

306

מיליארד דולר



מקור: כלכליסט

את הפעילות הכלכלית בשווקי ההון ומשפיע בצורה ישירה על הפעילות הריאלית במשק המקומי. בראייה ארוכת טווח, התרחבות כמות החברות הנסחרות בבורסה הנה ברכה למנהלי ההשקעות והמשקיעים ומגוונת את אפשרויות הזמינות להשקעה עתידיות.



גל ההנפקות הוא תוצאה של מצב השוק מצד אחד והקלות רגולטוריות מהצד השני. בנוסף הריבית האפסית הקיימת בישראל ובעולם תומכת במגמה זו.

אווירת ההנפקות החיובית ומצב שוק ההון מעודדים עוד חברות פרטיות להנפיק בבורסה ודומה כי זו דינמיקה המזינה את עצמה. ההנפקות בשווי מילארדי שקלים ומתוכן גיוסים של מאות מיליוני שקלים משנים את אופי החברות המקומיות מגישת הסטארט אפ הקטן שהורגלנו לראות השם לעצמו כמטרה להרכש על ידי כרישי ההייטק אל חברות בשווי של מילארדי שקלים הנוטות לקבל אופי עצמאי. לשינוי זה יש משמעות רבה מאוד למשק המקומי ולהשפעתו על מעגלים נוספים של עסקים נוספים כמו ספקי שרות במגוון רחב מאוד של תחומים.

איננו יודעים האם התמחורים הנוכחיים כדאיים או יקרים, אך המצב הנוכחי יוצר מגוון רחב יותר של מוצרי השקעה, מעמיק



האם ידועה בציבור זכאית לעזבונו של בן זוגה שנפטר?

במקרה שהובא בפני בית המשפט לענייני משפחה נדון מקרה בו גבר ואשה חיו יחד חמש עשרה שנה בהן התגורר הגבר בביתו ובביתה של בת הזוג לסירונין. לטענת בת הזוג, בתקופה זאת הם טסו יחד לחו"ל, בילו יחד וכן הזוג העניק לבת הזוג קיצבה חודשית למחייתה. בסוף התקופה המדוברת, בן הזוג סבל ממחלת כליות קשה ונזקק להשתלה ובת הזוג טענה, שהיא סעדה אותו עד יומו האחרון.

שמונה שנים לפני פטירתו, בן הזוג ערך צוואה ובה הוריש את כל רכושו לשני ילדיו, מנישואים קודמים, בעוד שלבת זוגו לא הוריש דבר. בת הזוג פנתה לבית המשפט וביקשה להתנגד לקיום הצוואה בטענה, שהיא ידועה בציבור של בן הזוג, שנפטר ולכן זכאית לקבל מחצית מעזבונו. בצר לה אף האשימה את ילדו של בן זוגה בכך שהשמיד צוואה בה הוריש לה בן זוגה את כל רכושו,

ללא כל הוכחה לטענה זאת. לעומת זאת, ילדיו של בן הזוג הציגו תמונה שונה בתכלית, לפיה מדובר על ניסיון סחיטת כספים מהעזבון על ידי בת הזוג. לטענתם, אביהם לא רצה להוריש דבר לבת זוגו, לא היה ביניהם שיתוף בנכסים, אביהם היה בעל דירה משלו וכך גם בת זוגו והם קיימו קשר חברות אינטימי ותו לא. הילדים הצביעו על כך שאביהם ערך שלוש צוואות במהלך חייו עם בת זוגו ובשלוש הצוואות לא הוריש לה דבר.

ככלל, כדי לבחון האם בני זוג הינם בבחינת "ידועים בציבור" יש לבחון האם הם חיים חיי משפחה (חיים אינטימיים כבעל ואשה) ומנהלים משק בית משותף (בפעולות היומיום כאשר כל אחד תורם כפי יכולתו). קיימת

כיום בשל עליה בשיעור הגירושים ועליה בתוחלת החיים מספר הזוגות, שמצויים בסכב זוגיות שני (ויותר) עולה בעקביות. כאשר בני זוג בוחרים לקיים חיים משותפים (ללא נישואים) קיימים מספר אפשרויות לעשות זאת כאשר המרכזיים שבהם: חיים משותפים עם כוונת שיתוף, כך ש בני הזוג מתכוונים לשיתוף מלא או חלקי בנכסים שהביאו עימם מהפרק הקודם; וחיים משותפים ללא כוונת שיתוף כך שבני הזוג חיים יחד ואינם מתכוונים לשיתוף בנכסים שהביאו עמם מהפרק הקודם.

במקרים של זוגיות פרק ב' ואילך, קיימת חשיבות לתכנון ההון המשפחתי ותכנון העתיד ולא פעם כל אחד מבני הזוג בוחר להוריש את הנכסים, שצבר בפרק הראשון לילדיו מאותו פרק או קרובי משפחה אחרים בעוד שלבן הזוג אינו מותיר דבר או מותיר לבן הזוג הנותר מה שיאפשר לו לחיות את שארית חייו בכבוד וברוחה.



שלי" יש בכך כדי לפגוע בטענתו לכוונת שיתוף ועדותה זאת של בת הזוג בתוספת ראיות נוספות הובילו את בית המשפט למסקנה שהידועים בציבור לא התכוונו לשיתוף נכסים ולכן לא תהיה בת הזוג זכאית לחלק מרכושו של בן זוגה, שהלך לעולמו. לאור המורכבות וחוסר העקביות בפסיקה בעניין זה, חשוב להתייעץ, בעניין תכנון ההון המשפחתי וגריעת נכסים שהובאו אל הקשר, כבר בתחילת הקשר וטרם מתחילים לפתח הרגלים ונקבעות עובדות בשטח. אמנם עירובו של עורך דין עשויה להיראות כפוגעת בהתאבות ובקשר המיוחד הנרקם ואולם במקרה בו מקבלים ייעוץ בשלב התחלתי מעורך דין המומחה בתחום תכנון ההון המשפחתי ובעל ניסיון והבנה בתחום זה ניתן לצלוח את המכשול ולהגן על זכויות דור העתיד שלנו במקביל לרקמת יחסים עם בן/בת זוג חדש. יצוין, כי ייעוץ זה יכול שייעשה בנפרד על ידי אחד מבני הזוג על מנת להגן על זכויותיו ודור ההמשך שלו.

עו"ד אביחי אהרונף מומחה בתחומי תכנון ההון המשפחתי למשפחות עתירות הון ומשפחות מן הישוב (הכולל: צוואות חכמות, יפויי כח מתמשכים, נאמנויות, העברה בינדורית, נדל"ן ועוד) ובמשפט מסחרי (מקומי ובינלאומי) ומייצג חברות ציבוריות, פרטיות ויחידים. פרטי התקשרות: www.aharonoff-law.com, טלפון: 050-7676715. *החיבור נכתב בלשון זכר ואולם מתייחס לשני המינים. **המידע המופיע למעלה אינו בגדר ייעוץ משפטי למקרה ספציפי או המלצה וכל מקרה דורש היוועצות בעורך דין.

פסיקה ענפה על המשמעות של מונחים אלה ואף נקבע, כי גם במקרים בהם בני הזוג מנהלים חשבונות בנק נפרדים ובבעלותם דירות נפרדות בהן הם מתגוררים בנפרד בחלק מהשבוע ניתן יהיה לראות בהם ידועים בציבור כאשר מוכח מאמץ משותף לקיום הצרכים היומיומיים. חשוב להבהיר, כי גם אם בית המשפט קובע, שמדובר בידועים בציבור אין זה מוביל בהכרח למסקנה, שהידועים בציבור התכוונו לשיתוף בנכסים שהביאו מפרקים קודמים. במקרה הנ"ל קבע בית המשפט, שלאור העדויות שהובאו בפניו מדובר בידועים בציבור. אולם בכך לא הגיעה ההכרעה אל סיומה היות שכדי שבת הזוג תזכה לחלק מנכסי בן הזוג היה עליה להוכיח, שהייתה לבני הזוג כוונת שיתוף בנכסים שהביאו מפרקים קודמים. כך קבע בית המשפט העליון בעבר, כי רק במקרים נדירים ניתן יהיה להוכיח, כי יהיה ראוי להקנות לבן הזוג זכויות ברכוש שצבר בן הזוג השני בראשית הקשר, או קיבל בירושה או במתנה. לכן, בנכס שאינו רשום על שמו של בן הזוג הטוען לכוונת שיתוף ושאינו משמש לחיי היומיום יצטרך בן הזוג הטוען לזכויות בנכס להביא ראיה נוספת שתלמד על כוונת השיתוף של בני הזוג בנכס. בת הזוג העידה בחקירתה בבית המשפט, שלא הייתה לבן זוגה זכות בדירה שלה ושלא התכוונה לשתף אותו בדירתה. כמו כן, סיפרה שלא היה לבני הזוג חשבון משותף וזאת בשעה שכן הזוג העניק רק לילדיו יפויי כח בחשבונות על שמו בבנק. כאשר בן זוג טוען, שהייתה כוונת שיתוף בנכסים וטוען, שכוונת השיתוף הינה רק בהתייחס לנכסי בן זוגו בבחינת "מה ששלי שלי, מה ששלך



Finansim
פיננסים ניהול הון פרטי

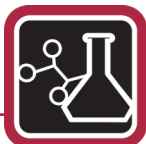
ייעוץ השקעות מתקדם ללקוחות הבנקאות הפרטית

שרותי פמילי אופיס + ייעוץ השקעות מתקדם
ללקוחות הבנקאות הפרטית והבנקאות הבינלאומית

לפרטים נוספים ו/או לקביעת פגישה אישית לא מחייבת:
www.nihulhon.co.il, **07777-83000**

* תהליך ייעוץ ההשקעות נעשה בהתאמת צרכים אישי ללקוח הן מהיבט התשואות הצפויות והסיכון המתאם לכל משקיע





מדר טכנולוגיה ומדע

ד"ר מיכל מרמורשטיין, האוניברסיטה העברית ירושלים

האוניברסיטה העברית בירושלים
THE HEBREW UNIVERSITY OF JERUSALEM



אמממ...

ד"ר מיכל מרמורשטיין חקרה למה אנחנו כותבים "אמממ..." בשיחות ב-WhatsApp?

שמתייחסים אליו רגיש חברתית. כיוון שתנאי ההפקה של שיח ווטסאפ אינם סינכרוניים, והלחץ להפיק דיבור תוך זמן קצר פוחת משמעותית, נשאלת השאלה איזה תפקיד ממלא 'אממ' בהתכתבות?

מחקרה של ד"ר מרמורשטיין מבוסס על מאגר שיחות ווטסאפ שנאסף בשנתיים האחרונות במחלקה לבלשנות באוניברסיטה העברית. המאגר מתעד שיחות בין סטודנטים, חבריהם וקרוביהם ומונה כ-170 אלף הודעות. ד"ר מרמורשטיין: "בשלב הראשון חילצתי 300 היקרויות של 'אממ' בשיחות באמצעות חיפוש ממוחשב. בשלב השני כל אחת מההיקרויות האלה נותחה בהקשר המקומי של הופעתה. הדבר הוביל לזיהוי פונקציה כללית של המילה ותפקידים ספציפיים ומקומיים יותר שלה".

המחקר מגלה כי רק מספר קטן מהשימושים המוכרים של 'אממ' ודומיו קיים באינטראקציית ווטסאפ. "התפקיד המרכזי של 'אממ' הוא לבטא באופן גלוי מחשבה והתחשבות בהקשרים רגישים מבחינה חברתית", מסבירה מרמורשטיין וממשיכה "בפרט, כאשר אי אפשר להשיב באופן ישיר, להסכים מיד או להתיישר עם הפעולה של הצד השני, או כאשר עולה הצורך לציין כי עניין מסוים ראוי למחשבה או עיבוד נוספים". למעשה, הביטוי 'אממ' הנמצא בשימוש כמעט אוטומטי בדיבור, נמצא בשיח ווטסאפ בשימוש אסטרטגי.

"דרך המחקר, אני מציעה הסבר לאופן שבו אנחנו משתמשים בווטסאפ ובטכנולוגיה דיגיטלית ככלל. השימוש במילה 'אממ' הוא מקרה מבחן שמעניין לא רק מבחינת השאלה איך שיח דבור 'עובר' לווטסאפ, אלא גם בכיוון ההפוך, איך שיח ווטסאפ משקף את האופן שבו אנו תופסים או יכולים לתפוס דיבור. המחקר הוא חלק מאג'נדה רחבה שתכליתה לבחון את הדפוסים האינטראקציוניים המתהווים בווטסאפ. הבנה של המנגנון וההיגיון באינטראקציה באפליקציות של שיח יכולה להפחית את השיפוטיות לגבי תקשורת ווטסאפ, שאמנם מבוססת ברובה על כתיבה אך מכוונת למטרות אחרות לגמרי משל ז'אנרים כתובים פורמליים", מסכמת מרמורשטיין.

אמממ...מחקר חדש של ד"ר מיכל מרמורשטיין מהאוניברסיטה העברית חושף כי, בניגוד לשימוש שלה בשיח בעל פה שמרמז על היסוס, השימוש במילה "אממ" בהתכתבות בווטסאפ נעשה באופן מחושב ואסטרטגי במטרה להמחיש התחשבות באחר.

שיחה בין בני אדם היא תופעה כל כך בסיסית שאנחנו לא טורחים לחשוב עליה סתם כך, ואם כן, נדמה לנו שהיא 'מבולגנת', נעדרת שיטתיות וסדר. אלא שהמחקר בתחום ניתוח השיחה (Conversation Analysis) חושף כי שיחה אנושית מושתתת על מנגנון מסודר ומתוחכם להפליא של קואורדינציה ושיתוף פעולה בין בני השיח. מחקרים עכשוויים מתמקדים לא רק בשיחה בעל פה, אלא גם בשיח כתוב בעקבות ריבוי האינטראקציות דרך אפליקציות. המעבר של השיח היומיומי משיחה בעל פה לכתב דורש התאמות, שכן בעל פה אנחנו משתמשים בצלילים וביטויים שאינם מילים אבל יש להם משמעות, כמו 'אה' או 'אממ'. על פניו, נדמה שבכתב אין בהם צורך, אך בכל זאת שני הביטויים נפוצים בשיח הודעות כתובות בכל השפות. מחקר חדש של ד"ר מיכל מרמורשטיין מהמחלקה לבלשנות באוניברסיטה העברית שפורסם בכתב העת Discourse, Context & Media בוחן את המעבר של הביטוי 'אממ' משיחה בעל פה לשיח הודעות כתובות באפליקציית ווטסאפ (WhatsApp) והמשמעויות החדשות שהיא אימצה תוך המעבר הזה.

המחקר על אינטראקציית ווטסאפ מנסה לברר האם המערכת השיטתית המוכרת משיחה 'רגילה' פועלת גם כאשר התקשורת אינה סינכרונית ואמצעי השיח מבוססים בעיקר על טקסט ותמונה. "הביטוי 'אממ' (וכל הווריאציות שלו) נפוץ בשיח ווטסאפ לאין שיעור יותר מ-'אה' הנמצא בשימוש תכוף בדיבור, ולכן החלטתי להתמקד בו במחקר שלי", אומרת ד"ר מרמורשטיין. בשיחה בעל פה נהוג לתאר את 'אממ' ודומיו כהפקות קוליות שמבטאות היסוס והשתהות תוך תכנון של המשך המבע, בפרט בהקשרים שבהם העומס הקוגניטיבי רב יותר. ביטויים אלה נפוצים במצבים שבהם דוברים מתקנים את עצמם, מדברים ברצף במהלך תור ממושך או כשהעניין

OUR PERSONAL FINANCIAL ADVICE
BEGINS WITH ONE QUESTION:

WHAT
MATTERS
TO YOU?

juliusbaer.com



Julius Baer Financial Services (Israel) Ltd.
46 Rothschild Blvd., Tel Aviv, T +972 (0)3603 9111

The Tel Aviv Representative Office of Bank Julius Baer & Co. Ltd. is supervised by the Swiss regulator and is not subject to the supervision of the Supervisor of Banks at the Bank of Israel. Julius Baer Financial Services (Israel) Ltd. is licensed by the Israel Securities Authority and provides its clients with investment marketing and portfolio management services in Israel and overseas.

Julius Bär
YOUR WEALTH MANAGER



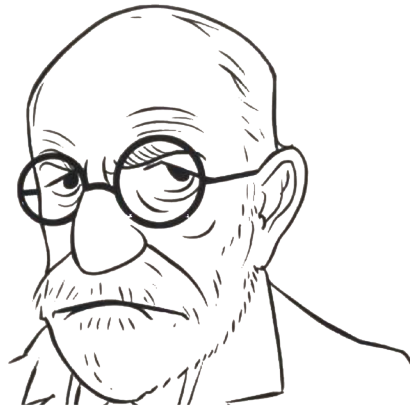
אורי דרמן, מוזיאון העם היהודי



זיגמונד בעל החלומות: זהות, אמונה ויהדות על פי פרויד

יהודי עמוק ומשמעותי. בזכות אביו הוא הכיר היטב את התנ"ך, כמו גם את השפה העברית, וכן מקורות מרכזיים בהגות היהודית. מיד אחרי האנשלוס בשנת 1938, כשטבעת החנק התהדקה על צווארה של התנועה הפסיכואנליטית בווינה, פרויד השווה את עצמו לרבי יוחנן בן זכאי, שדרש מטיטוס "תן לי את יבנה וחכמיה" ובכך שימר את החוכמה היהודית אחרי חורבן הבית.

מנגד, פרויד היה נטול דת ונטול לאום. "יהודי חסר אלוהים" כהגדרתו. "אני יכול לומר שאני מרוחק מן הדת היהודית כמו מכל דת אחרת... מן הצד השני, תמיד הייתה לי הרגשה של שייכות לעמי, ותמיד טיפחתי אותה אצל ילדי. תמיד היינו חלק מהעדה היהודית", כתב בשנת 1926. באותה שנה, כשרוחות אנטישמיות נשבו בחוזקה בארצם של גיטה ושלר, הוא אמר: "שפתי גרמנית. תרבותי, הישגיי - גרמניים. חשבתי את עצמי גרמני מבחינה אינטלקטואלית, עד שהבחנתי בצמיחת הדעות הקדומות האנטישמיות בגרמניה ובאוסטריה. מאותו זמן, אני מעדיף



איור של זיגמונד פרויד, מתוך מוקד "המאורות", קומת הפסיפס, אגו - מוזיאון העם היהודי. מאייר: ירמי פינקוס

לכנות את עצמי יהודי."

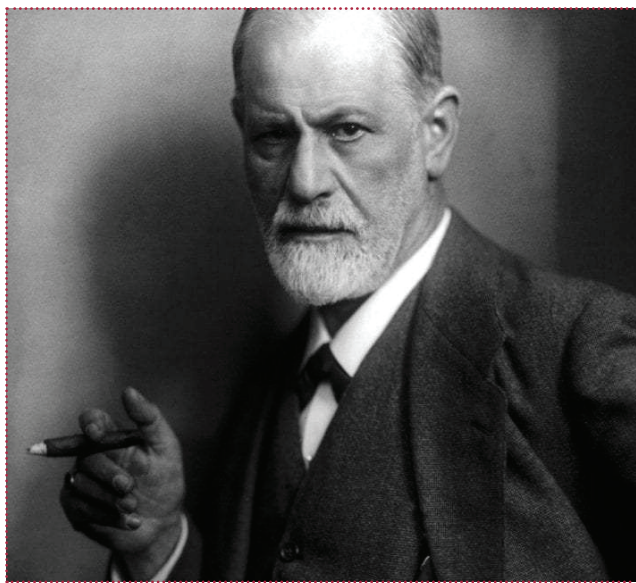
עד עליית הנאצים לשלטון פרויד נמנע מלערוך אנליזה לזהותו היהודית. "אינני יכול לבטא במילים את המהות היהודית, אבל יום אחד היא תהיה נגישה למוח המדעי", כתב בהקדמה למהדורה העברית של חיבורו "טוטם וטאבו". כן, עד כמה שזה נשמע מפתיע, האיש שמיפה בבהירות צלולה את הנפש האנושית לגונויה, התקשה לקבוע מסמרות בנוגע למוצאו שלו. "שנינו יהודים", הספיד את הפסיכואנליטיקאי דיוד אדר לאחר מותו, "וידענו זה על זה שאנחנו נושאים אותו דבר מופלא במשותף, מה שאינו נגיש לאנליזה לפי שעה, ומה שעושה אותנו ליהודים".

מוצאו היהודי של אבי הפסיכואנליזה זיגמונד פרויד הכה בו כשהיה ילד בן שש. היה זה יום שבת בשעות אחה"צ, כשאביו, יעקב, יצא להליכה קצרה ברחובות וינה, ועל ראשו כובע פרווה חדש. לפתע ניגש אל האב נער נוצרי, צעק עליו "יהודי, רד מהמדרכה!", והעיף לו את הכובע במכה אל תוך הבוץ. כששב הביתה סיפר האב לבני משפחתו על המאורע. "ומה עשית?" שאל אותו זיגמונד הצעיר, "ירדתי מהמדרכה והרמתי את הכובע", השיב האב.

זיגמונד הצעיר זעם על חוסר הישע של אביו, שעמד מושפל מול בריון נוצרי. כעבור שנה, בגיל שבע, יכנס לחדר השינה של הוריו, ישלוף את איבר מינו וישתין על הרצפה. "שום דבר לא יצא ממנו!" יטיח האב ברגע של כעס בפני אמליה, אשתו ואימו של זיגמונד. בנקודה זו מפתה לערוך אנליזה אדיפאלית לאיש שהמציא את חרדת הסירוס ורצח האב. אבל האמת היא שאפיזודת הטלת השתן המפורסמת בחדר הוריו, והתגובה של אביו, היו יוצא מן הכלל שאינו מעיד על הכלל. זיגמונד הצעיר היה היהלום שבכתר במשפחת פרויד.

כבר מגיל צעיר הפנימו הוריו כי הם מגדלים בביתם גאון יחיד במינו, תולעת ספרים ששלט בשפות עתיקות, יוונית ורומית, והתבלט בהצטיינות יתרה מעל שאר בני כיתתו. אימו כינתה את בנה, זיגו, "ילד הזהב שלי" ("mein goldener Sigi") ואביו התגאה בפני מכר משפחה כי "לזיגמונד שלי יש יותר שכל באצבע הקטנה שלו, ממה שיש לי בכל הראש". לימים יספר זיגמונד פרויד כי ביטחונו העצמי בכישוריו נבע מהאמון שהעניקה לו משפחתו, ובעיקר אימו. יחסו המורכב אל מוצאו היהודי, לעומת זאת, ילווה את פרויד כל חייו. ביוגרפים שלו חלוקים לגבי האדיקות הדתית ששררה בבית הוריו, אבל אין ספק שפרויד, האתאיסט בבגרותו, יצא מארון ספרים

הרניש שהסאה הוגדשה ושכמדען הוא מחויב להתעמת סוף סוף עם השדים היהודים בנפשו. לצורך כך הוא צלל למחקר מדעי ומאומץ שיהיה האחרון בחייו.



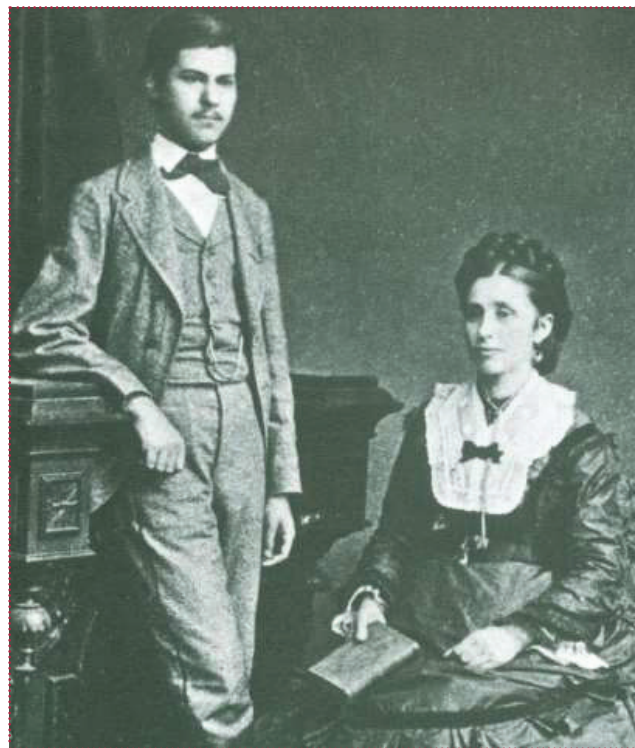
פרויד, 1921, מצולם על ידי חתנו, מקס הלברשטאדט (ויקיפדיה)

"משה האיש והדת המונותאיסטית", החיבור החשוב האחרון שחיבר פרויד לפני מותו, היה שילוב של תיאוריות היסטוריות מבית מדרשו של הארכיאולוג המקראי ארנסט זלין, בתוספת אנליזה פסיכו-לאומית, שמבוססת על רעיון רצח האב הקדמון.

לדידו של פרויד, משה היה נסיך מצרי, חסיד נלהב של המונותאיזם, שביקש להפיץ את תפיסת עולמו בקרב עם מדוכא וזניח - העברים. במהלך המסע במדבר רצחו העברים את משה, וחזרו להתמסר לפולחן האלילות הפוליתאיסטי. "השיבה אל המודחק" התפרצה מאוחר יותר בדמות מוסר הנביאים, הופעת הנצרות, ובהמשך התיאולוגיה הנוקשה של ההלכה שהתפתחה בגלות. בניגוד לנצרות שנשענה על השילוש הקדוש, היהודים התעקשו לשמר את ערכי המונותאיסטיים של האב הקדמון משה רבינו, ולכן לפי פרויד, דתם היא רוחנית ואינטלקטואלית לאין ערוך מהנצרות.

האנליזה של פרויד עוררה תגובות קשות גם מצד היהודים וגם בקרב לא יהודים. אבל האריה הזקן לא התרגש, ובעודו צופה בהרס התרבות הגרמנית המפוארת, הוא נמלט לאנגליה ובשנת 1939 החזיר את נשמתו לבוראו, שבו כפר באמונה שלמה.

החודש מלאו 165 שנה להולדתו של הגאון היהודי. את סיפורו, כמו גם את תולדות יהדות גרמניה המפוארת, תוכלו לראות בתצוגה החדשה של אנו - מוזיאון העם היהודי.



זיגמונד בן ה-16 עם אמו, אמליה. 1872 (ויקיפדיה)

בחיבורו המבריק "משה של פרויד" כתב ההיסטוריון יוסף חיים ירושלמי כי פרויד היה מוקסם ומוטרד כאחת ממוצאו היהודי. אבי הפסיכואנליזה האמין שהעם היהודי נושא עמו איכויות רוחניות ואינטלקטואליות כבירות, תולדה של מצבו המיוחד, כאפוזיציה נצחית של אומות העולם. "אם לא תיתן לבנך לגדול כיהודי", כתב לאביו של אחד ממטופליו, "תשלול ממנו אותם מקורות אנרגיה ששום דבר אחר לא יכול להחליפם. הוא יצטרך להיאבק כיהודי, ועליו לפתח בו את כל האנרגיה הדרושה לו לצורך המאבק הזה". לא צריך להיות פסיכולוג גדול כדי להבין שלדידו של פרויד, כשם שהאנטישמיות הזיקה ליהודים, היא גם סייעה להם לחשל את כישוריהם באמצעות מאבק תמידי, גזרת גורל טרגית שברכה בצדה. מנגד, פרויד חשש מאוד שהפסיכואנליזה תסומן בתור "מדע יהודי", ולכן התעקש לקרב אליו את הפסיכיאטר השווייצרי, קרל יונג, שלימים יהפוך ליריבו המר. "אני משער שהאנטישמיות המודחקת של השווייצרי (יונג) שממנה אני אמור להיות פטור, כוונה נגדך בעוצמה מוגברת", כתב לסבינה שפילריין, אהובתו היהודייה של יונג, "אבל לדעתי, אם ברצוננו לשתף פעולה עם בני עמים אחרים, עלינו היהודים לפתח קצת מזוכיזם ולשאת מעט עוול".

בשנת 1934, כשהנאציזם כבר היה עובדה מוגמרת בגרמניה, פרויד



מרכז טכנולוגיה ומדע

רמי שלהבת, מכון דוידסון, מכון ויצמן למדע

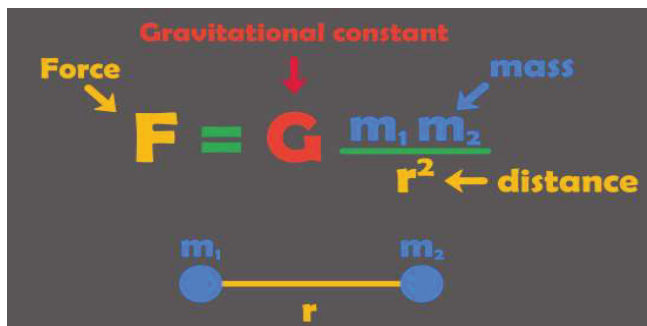


הספר שהקדים את זמנו

החוקים המניעים את העולם

במחצית השנייה של המאה ה-17 עדיין שלטה בכיפה התפיסה המדעית האריסטוטלית, שהייתה מבוססת בעיקר על אינטואיציה וגרסה בין השאר שגוף יכול לנוע רק כל עוד פועל עליו כוח. אף שניקולאוס קופרניקוס, יוהנס קפלר, גלילאו גליליי ואחרים כבר שללו את עקרונות היסוד של אריסטו, חסרה תיאוריה שלמה ועקבית שתסביר בכלים מתמטיים סדורים את תנועתם של גופים. ה"פרינקיפיה", שראה אור לראשונה ב-5 ביולי 1687, סיכם יותר מעשרים שנה של מחקר ומחשבה. במהלך גיבש ניוטון את כללי המכניקה הקלאסית, הגדיר מושגי יסוד בפיזיקה כמו מסה, משקל ותנע ויישם אותם לחישוב תנועתם של גרמי השמיים ותופעות אסטרונומיות רבות.

גולת הכותרת הייתה שלושת חוקי התנועה וחוק הכבידה האוניברסלי. החוק הראשון, שנקרא גם חוק ההתמדה, קבע - בסתירה מוחלטת לגישה האריסטוטלית - כי גוף נשאר במנוחה או ממשיך לנוע בקו ישר במהירות קבועה הכל עוד לא פועל עליו כוח; החוק השני קבע שהכוח שפועל על גוף שווה למכפלת המסה שלו בתאוצה שלו; והחוק השלישי קבע שכאשר גוף מפעיל כוח על גוף אחר, הגוף האחר מפעיל עליו כוח זהה בגודלו אך בכיוון ההפוך, כלומר כשסוס מושך עגלה קדימה, גם העגלה מושכת את הסוס לאחור.



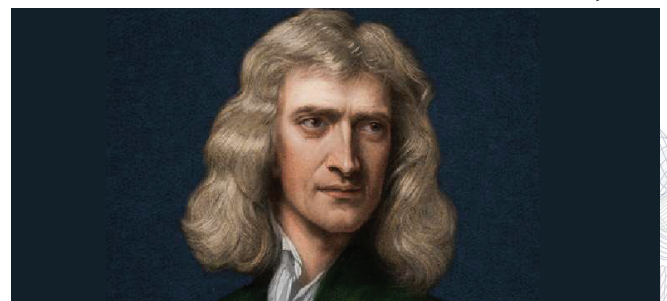
חוק הכבידה האוניברסלי | מקור: BrainCityArts, Shutterstock

על סמך שלושת חוקי התנועה פנה ניוטון להסביר גם את תנועת גרמי השמיים, ופיתח לשם כך את חוק הכבידה האוניברסלי. לראשונה הוא שילב ב"פרינקיפיה" לכוח אחד את הכוח המושך

השוק המקרטע, קשיי ההפצה והמממן הנדיב - ה"פרינקיפיה", ספרו פורץ הדרך של אייזק ניוטון שעיבב את הבנתנו את עקרונות הכבידה והפיזיקה, עבר לא מעט משוכות בדרך להכרה

אספן המטבעות, המתמטיקאי והאסטרונום האנגלי מרטין פולקס (Folkes), סיפר בזכרונותיו איך שמע בדרך אגב סטודנט בקיימברידג' מפטיר למראהו של סר אייזק ניוטון, כשנתקל בו במקרה, "הנה אדם שכתב ספר שלא הוא ולא אף אחד אחר מסוגל להבין". היחס המזלזל הזה כוון כלפי מה שנחשב כיום לאחד הספרים המכוננים של המדע, ושל הפיזיקה בפרט - ספר שהביא לעולם את תורת הכבידה והסביר לראשונה באמצעות שלושה כללים פשוטים את כל סוגי התנועה, מתפוח נופל ועד כוכבי השמיים.

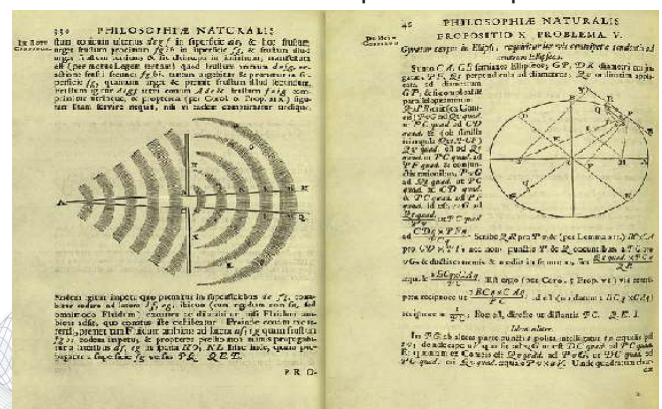
ובכל זאת, בדברי הסטודנט הייתה מידה כלשהי של אמת - עולם המדע בסוף המאה ה-17 התקשה לעכל את היצירה פורצת הדרך של המתמטיקאי והפיזיקאי הדגול, "פילוסופיה נטוראליס פרינקיפיה מתמטיקה" (מלטינית: "עקרונות מתמטיים של פילוסופיית הטבע"; Philosophiae Naturalis Principia Mathematica), או בקיצור ה"פרינקיפיה" (העקרונות). היו אלה שלושה כרכים בלטינית - שפת ההשכלה בימים ההם - גדושים משוואות מתמטיות ורעיונות חדשים. מקובל לחשוב שרק אנשי רוח מעטים בתקופה היא ניחנו בידע המתמטי והמדעי הדרוש כדי להבין את הספר לעומקו. נדרשו עוד שנים רבות עד שהספר, והרעיונות שבו, קנו אחיזה בעולם המדע.



ניוטון. ענק שעמד על כתפי ענקים | מקור: David Perker / Science Photo Library

אולם ב-2 ביוני ההחלטה התהפכה על פיה, בין השאר עקב ההפסד הכספי הגדול שנגרם לחברה כשהוציאה לאור זמן מה קודם לכן את הספר הכושל "תולדות הדגים" (Historia Piscium) מאת פרנסיס וילובי (Willughby). החברה המלכותית הוסיפה להביע תמיכה לא מסויגת בספר, אך האלי נאלץ לממן את ההוצאה לאור מכיסו הפרטי, וכך אכן עשה. ב-5 ביולי 1687 בישר האלי לניוטון, "השלמתי לבסוף את ספרך, ואני מקווה שיהיה לשביעות רצונך". למכתב צורפו עשרים עותקים "לחלוקה לחבריך", ועוד ארבעים עותקים שביקש מניוטון למסור לידי מוכרי הספרים בקיימברידג'. המחיר ללקוח נקבע על תשעה שילינגים לעותק בכריכת עור ושישה לעותק רגיל. באופן קצת מפתיע, כלל לא ברור כמה עותקים הודפסו במהדורה הראשונה הזאת. במפקד עותקים שנערך ב-1953 הצליח החוקר הנרי מקומבר (Macomber) לאתר 189 עותקים בלבד בכל רחבי העולם, מספר שעמד בקנה אחד עם ההערכות שלפיהן מניין המלומדים שיכלו להתמודד עם ספרות מדעית מתמטית מורכבת באירופה של שלהי המאה ה-17 עמד על כמה מאות בלבד. על היסוד הזה הסיק מקומבר שהמהדורה כללה כ-250 עותקים.

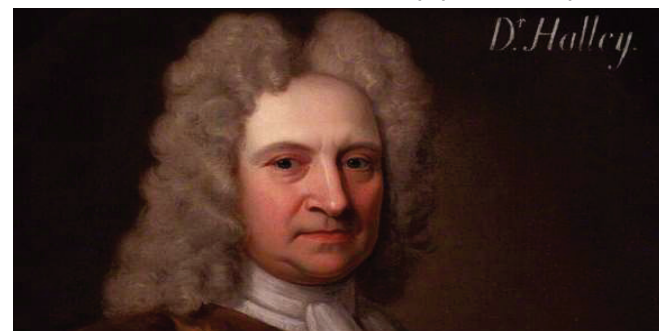
אולם במפקד עותקים חדש, שתוצאותיו פורסמו בסוף 2020, אותרו לא פחות מ-387 עותקים ב-27 מדינות, בספריות ציבוריות או באוספים פרטיים מתועדים. עקבותיהם של 13 עותקים נוספים, שתועדו במפקד הקודם, אבדו אחרי שהחליפו בעלות פעמים רבות. על סמך זה שיערו החוקרים, מרדכי (מוטי) פיינגולד מהמכון לטכנולוגיה של קליפורניה (קאלטק) ואנדרוי סבורנצ'יק (Svoreník) מאוניברסיטת מנהיים בגרמניה, שהאלי הדפיס 600-650 עותקים של הפרינקיפיה, וכ-60 אחוז מהם שרדו.



עמוד מהספר העוסק בתורת הגלים. גליונות נבחרים הופצו לאנשי מפתח | מקור: Royal Institution of Great Britain / Photo Science Library

עצמים ליפול ארצה ואת זה שמנחה את תנועת הכוכבים. הוא קבע כי בין כל שני גופים פועל כוח משיכה, שנחלש ביחס הפוך לריבוע המרחק ביניהם וגדל ככל שהמסה של הגופים גבוהה יותר.

מעבר לתובנות הפיזיקליות, שלושת כרכי הספר יצרו במידה רבה את תו התקן לכתיבה מדעית שיטתית, המתארת את הטבע באופן מובנה והרמוני המבוסס על ניסוח השערות על פי ממצאים ניסויים קודמים ובדיקתן.



הכוח המניע מאחורי הוצאת הפרינקיפיה. אדמונד האלי | מקור: ציור מראשית המאה ה-18, מוויקיפדיה, נחלת הכלל

מהמורות בדרך אל הדפוס

למרות מעמדו הגבוה של ניוטון בקיימברידג' ובקהילה המדעית הבריטית, לא היה פשוט להביא את ספרו לדפוס. תחילה הוא לא רצה בזה בעצמו, וחשב שעוד לא הבשילה השעה. רק שידולים נמרצים מצד ידידו האסטרונום אדמונד האלי (Halley), המוכר כיום בין השאר בזכות השביט המפורסם הקרוי על שמו, שכנעו אותו שהתיאוריה שלו בשלה לפרסום.

בשנת 1684 בא האלי לביקור בקיימברידג' כדי לדון עם ניוטון במסלולי כוכבי הלכת במערכת השמש. כשנוכח שאין בידי ידידו חומר כתוב, הפציר בו האלי לפרסם את ממצאיו במאמר, כפי שאכן עשה בחודש נובמבר של אותה שנה. האלי לא הסתפק בזה והמשיך ללחוץ, עד שניוטון נשבר והתיישב לכתוב את הפרינקיפיה.

בסוף אפריל 1686 הציג האלי בפני חברי החברה המלכותית הבריטית את כתב היד של הכרך הראשון של הפרינקיפיה וביקש את עזרת החברה בהוצאתו לאור. בחברה המלכותית הבטיחו לשקול את הבקשה ומינו את האלי לעדכן את החברה בהתפתחויות. חודש לאחר מכן דיווח האלי לניוטון שעקב היעדרותם של נשיא החברה המלכותית וסגנו אי אפשר לכנס את המועצה, אך ניצל פגישה לא רשמית כדי לקבל אישור עקרוני למימון ההוצאה לאור של הספר.

הפצה בררנית

כשהאלי ניגש להפיץ את הספר, שהוא החשיב בצדק כיצירת מופת של הגות מדעית, הוא נתקל בשוק עוין. כבר ב-1672 הזהיר את ניוטון עמיתו ג'ון קולינס (Collins) שלמוציאים לאור של ספרים בלטינית בלונדון אין עניין בספרי מתמטיקה, שכן אין להם שוק בינלאומי. קולינס הסביר שלא רק שהם אינם מוכנים לממן הוצאת ספרים כאלה מכיסם, אלא הם אף מצפים לתשלום מהסופר.

מהמעקב של פיינגולד וסבורנצ'יק עולה כי עוד לפני שהספר פורסם, האלי השקיע מאמצים רבים בבניית הציפיות לקראתו בקהילה המדעית. לשם כך הוא נעזר בפרסומי החברה המלכותית ואף הפיץ גליונות מתוך הפרינקיפיה לקבוצה נבחרת של חברים, במטרה שיפיצו את הבשורה. עותקים שנשלחו לעיתונים מובילים באירופה הניבו ביקורות באחדים מהן, וסקירות של עיקרי תורת הכבידה וחוקי התנועה של ניוטון.

חלק ניכר מהעותקים מסרו האלי או ניוטון עצמו לאנשי רוח מובילים של התקופה, כגון הפילוסוף ג'ון לוק, האסטרונום ג'ון פלמסטיד (Flamsteed) ואפילו יריבו הגדול של ניוטון - הפילוסוף והמתמטיקאי גוטפריד לייבניץ, שפיתח את החשבון הדיפרנציאלי במקביל לניוטון. עותקי חינום נמסרו גם לאנשי מפתח במערכת הפוליטית של הממלכה המאוחדת, כמו הדוכס הראשון מדבונשייר ויליאם קוונדיש (Cavendish) שהיה מראשי המפלגה הוויגית, וכמובן מלך בריטניה ג'יימס השני.

הפרסום מפה לאוזן לא הניב מכירות משביעות רצון, ועל כן כעבור כמה חודשים מסר האלי את הבלעדיות על זכויות ההפצה של הספר למפיץ סמואל סמית', שנהנה מקשרים מסחריים רבים ברחבי אירופה. סמית' אכן הצליח למצוא את הצינורות המתאימים להפצת הספר ומכר כמה מאות עותקים עד שנת 1690, בין השאר באמסטרדם, בפריז ובעוד מוקדי תרבות, מדע ומסחר של הימים ההם.

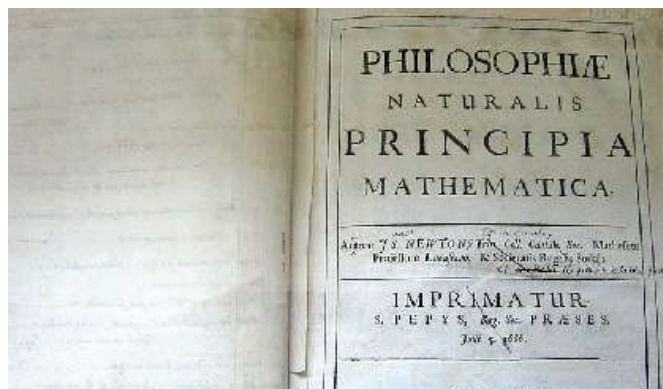
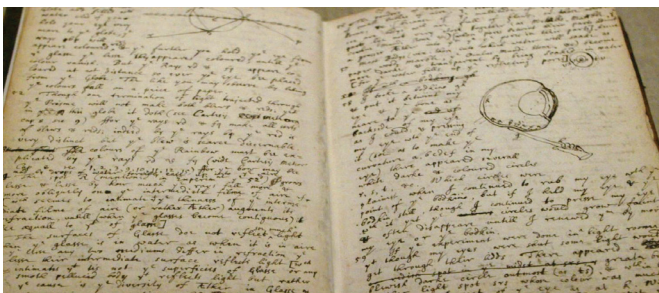
פריט לאספנים

בראשית המאה ה-18 כל עותקי המהדורה הראשונה אזלו ואפשר היה לרכוש אותם רק מיד שנייה. ב-1713 נעתר לבסוף ניוטון, שכבר כיהן אז כנשיא החברה המלכותית וזכה להכרה כאחד המדענים הגדולים בדורו, לפרסם מהדורה שנייה של הספר. הפעם השוק היה בשל יותר ו-700 עותקי המהדורה אזלו תוך שנתיים בלבד. מהדורה רשמית שלישית יצאה לאור ב-1726, כמה חודשים לפני מותו של ניוטון, ולפחות שתי מהדורות פיראטיות יצאו לאור עוד קודם לכן באמסטרדם - עותק של אחת מהן אפשר למצוא גם בספרייה הלאומית בירושלים. "עקרונות מתמטיים של פילוסופיית הטבע" קנה לעצמו את המעמד הראוי לאחת היצירות המכוננות של המדע.

"במאה ה-18, הרעיונות הניוטוניים עלו בחשיבותם על המדע עצמו. אנשים בתחומים אחרים קיוו למצוא חוק אחד כללי שיאחד את הידע שלהם בדומה למה שעשה ניוטון. השפעתו של ניוטון, בדומה לאלה של צ'רלס דרווין ואלברט איינשטיין, השפיעה מאוד על רבים מתחומי החיים, והפכה אותו לדמות קאנונית", פירט פיינגולד בריאיון לאתר קאלטק.

המעמד והחשיבות מתבטאים גם במחיר. עותקי המהדורה הראשונה של הפרינקיפיה, שנמכרו במקור ב-6-9 שילינג, נמכרים כיום במכירות פומביות בסכומים של עד שלושה מיליון דולר, בהתאם למצב הספר ולשושלת היוחסין של בעליו במרוצת השנים. לדוגמה ב-9 ביולי 2019 נמכר עותק של המהדורה הראשונה של הפרינקיפיה בבית המכירות הפומביות כריסטי'ז תמורת כמעט 500 אלף ליש"ט. עותק דומה, שרכש במקור מלומד איטלקי, נמכר בסותבי'ז תמורת 375 אלף ליש"ט.

אך הרבה מעבר לערך החומרי של הספר ולמעמדו האייקוני נמצאים הרעיונות. ה"פרינקיפיה" עיצב במידה בה את דרכי החשיבה המדעית והמחקר במשך קרוב ל-350 שנה, עד ימינו. גם עקרונות המכניקה והכבידה שגילה עדיין תקפים במידה רבה, למרות התאמות חשובות שהוסיפו לה במאה ה-20 תורת היחסות של אלברט איינשטיין ומכניקת הקוונטים במה שנוגע לתנועה במהירות קרובה למהירות האור ולקני מידה קטנים במיוחד. "הספר שאף אחד לא מסוגל להבין" נותר עד היום מגדלור בוהק של תובנות יחידות במינן על הטבע.



עם השנים השווי של עותקי המהדורה הראשונה של הפרינקיפיה זינק משישה שילינג למאות אלפי ליש"ט | צילום: אנדרו דאן, ויקיפדיה

רשת ארונות הראל,

מתכננת ובונה ארונות במסורת משפחתית כבר למעלה מ-40 שנה. לא משנה אם אתם מחפשים ארון פתיחה או הזזה, חדר ארונות או ארון לילדים, בהראל תמצאו מגוון ארונות בעיצובים ייחודיים ובמחירים הוגנים. כל רכישה בהראל מלווה באחריות ובשירות מהיר ואדיב, כדי שתוכלו ליהנות מהארון המושלם, במחיר המושלם.

הנחה מיוחדת
ללקוחות
הבנקאות הפרטית



זוכה פרס הצטיינות
בתחרות מצויינות
בשירות וחוויית לקוח



זוכה בתחרות
קימעונאי השנה 2016
של עיתון כלכליסט



www.aron.co.il | ארונות הראל

שירות לקוחות: 1-700-700-936

ארונות הזזה ארונות פתיחה חדרי ארונות חדרי שינה ספריות ושידות

הראל
רשת הארונות של ישראל

מפעל - ראשל"צ אליהו איתן 34 03-9510692	באר שבע טרומפלדור 32 08-6233444	אשדוד-עד הלום פאוור סנטר B-mail 08-8665944	רחובות בילו סנטר 08-9412777	ראשון לציון סחרוב 11 03-9511083	ראשון לציון משה לוי 14 03-9412213	ירושלים יד חרוצים 16 02-6729814	פתח תקווה גליס 32 את סגולה 03-5531261	נתניה הבונים 3 09-7677070	תל אביב הרצל 73 03-5181774
---	--	---	--	--	--	--	--	--	---



מרכז טכנולוגיה ומדע

פרופ' אורי גולדבורט, אונ' תל אביב



נישואים מאושרים מאריינים ימים

לא מרוצה כלל) בהשוואה לאלו שהעניקו ציון 1 ושהיו מרוצים מאוד מנישואיהם (40.6 נפטרים שלא היו מרוצים בנישואים לעומת 24.0 נפטרים שהיו מרוצים מאוד בנישואים). ההשוואה הסטטיסטית נעשית על פני 30 שנה וביחס ל-10,000 שנות אדם.

כשמדובר במוות מכל סיבה, הפער היה 19% לטובת הנשואים באושר - מהנתונים עולה כי בעוד שבקרב הלא מאושרים בנשואים 295.3 נפטרו מסיבות שונות, הרי שבקרב המאושרים מאוד בנישואים רק 248.5 אנשים נפטרו. החוקרים מציינים שהפערים אף היו גדולים יותר בקרב גברים שהיו צעירים יחסית (מתחת לגיל 50) בתחילת המחקר.

בנוסף החוקרים ביצעו ניתוח סטטיסטי של כלל גורמי הסיכון המוכרים לתמותה ממחלות לב וכלי דם, כגון סוכרת, יתר לחץ דם, BMI ומצב סוציו-אקונומי. גם כן, הנתון מפתיע מאוד - מתברר

שהסיכון היחסי לתמותה מכל סיבה שהיא בקרב אלו שלא היו מרוצים מנישואיהם, בהשוואה לאלו שהיו מרוצים, היה גבוה פי 1.21 לרעת הלא מרוצים בנישואים. שיעורים אלו דומים לנתונים שמוכרים בספרות המקצועית בקרב מעשנים או אנשים שאינם עושים פעילות גופנית.

ד"ר לב-ארי מסכם: "המחקר שלנו מראה שלאיכות חיי הנישואין והמשפחה יש השלכות בריאותיות על תוחלת החיים. גברים שדיווחו על תחושת כישלון בנישואיהם נפטרו בגיל צעיר יותר מאלה שחוו נישואים טובים. במילים אחרות: רמת שביעות הרצון מחיי הנישואין נמצאה כגורם מנבא לתוחלת החיים, בשיעורים דומים לעישון (מעשנים לעומת מי שלא עישנו) ולפעילות גופנית (פעילים לעומת מי שאינם פעילים). כמו כן חשוב לציין שסיכון גבוה יותר נצפה בעיקר בקרב גברים צעירים יחסית, מתחת לגיל 50, כאשר בגיל מבוגר יותר הפער קטן יותר, אולי על רקע תהליכי הסתגלות של בני-הזוג לקשר עם הזמן. הממצאים עולים בקנה אחד עם מחקרים נוספים שהעידו על תועלת בתוכניות חינוך לזוגיות נכונה ולחיי משפחה בריאים, כחלק מהאסטרטגיה הלאומית לקידום הבריאות בכלל האוכלוסייה."

מחקר חדש של אוניברסיטת תל אביב חושף כי אי שביעות רצון בחיי הנישואין מהווה מנבא משמעותי למוות משבץ מוחי ולתמותה מוקדמת בקרב גברים, לא פחות מגורמי סיכון מוכרים כמו עישון והיעדר פעילות גופנית. המחקר התבסס על נתונים בריאותיים נרחבים ממחקר ארוך-טווח, שעקב אחר מקרי פטירה בקרב כ-10,000 גברים ישראלים לאורך למעלה מ-30 שנה.

המחקר נערך בהובלת חוקרים מבית הספר לבריאות הציבור בפקולטה לרפואה ע"ש סאקלר של אוניברסיטת תל אביב: פרופ' אורי גולדבורט מהחוג לאפידמיולוגיה ורפואה מונעת, שיזם וניהל את המחקר ארוך-הטווח, ד"ר שחר לב-ארי, ראש החוג לקידום הבריאות, וד"ר יפתח גפנר מהחוג לאפידמיולוגיה ורפואה מונעת. המאמר פורסם בכתב העת Journal of Clinical Medicine.

במסגרת המחקר, החוקרים ביצעו ניתוחים סטטיסטיים במסד נתונים של מחקר ארוך-טווח, שהחל בשנות ה-60 של המאה הקודמת, ועקב לאורך 32 שנים אחר בריאותם ודפוסי התנהגותם של כ-10,000 גברים, כולם עובדי מדינה ישראלים - עם דגש על מקרי פטירה משבץ מוחי וכן תמותה מכל סיבה.

בתחילת המחקר משתתפי המחקר היו בממוצע בגילאי 40, ולאורך השנים 64% מתוכם נפטרו ממחלות שונות. "ביקשנו לנתח את הנתונים שנאגרו לאורך השנים על פי פרמטרים שונים, במטרה לזהות גורמי סיכון התנהגותיים ופסיכו-חברתיים, שעלולים לנבא מוות משבץ מוחי ו/או מוות מוקדם מכל סיבה", מדגיש ד"ר לב-ארי.

החוקרים מסבירים כי בתחילת 30 שנות המחקר, משתתפי המחקר ארוך-הטווח התבקשו בין היתר לדרג את שביעות רצונם מחיי הנישואין, בסולם של 1 (מרוצה מאוד) עד 4 (לא מרוצה כלל). להפתעת החוקרים, מניתוח הנתונים עלה כי מדרג זה מהווה גורם מנבא לתוחלת החיים, לא פחות מעישון או מהיעדר פעילות גופנית. כך לדוגמה, מספר הנפטרים משבץ מוחי היה גדול ב-69% בקרב אלה שהעניקו לנישואיהם ציון 4





מזר טכנולוגיה ומדע

פרופ' קובי רוזנבלום, אונ' חיפה



נמצא מנגנון ביולוגי במוח שגורם לנו לזכור טוב יותר חוויות

במקרים של חוויה שאינה ראשונה, הם ראו שהזיכרון שלהם השתפר. בנוסף, כאשר הם עיכבו את פעולת הדופמין בזמן הלמידה, שהוא הכרחי ליצירת זיכרון לתרחיש הנלמד, מצאו החוקרים שרמות הביטוי של QR2 אינו יורד, מה שמקשר את QR2 לפעולתו החיונית של דופמין. "מצאנו שהשתקה או ירידה בכמות של QR2 היא קריטית ליצירת זיכרון חזק ומגובש, זאת אומרת שכמות ה-QR2 היא מגבלה הניתנת להסרה ובכך ליצור זיכרון יציב" אמרו החוקרים.

בשלב הבא ביקשו החוקרים לגלות באיזה סוגי תאי עצב הביטוי של QR2 חשוב לייצוב וגיבוש הזיכרונות.

החוקרים מצאו כי ה-QR2 מתבטא יותר בתאי עצב אינהיביטוריים (מעכבים), והירידה בביטוי שלו מורידה למעשה את קצב האותות שתאים



אלו יוצרים, ובכך מאפשר לשאר הרשת לפעול יותר בחופשיות. "ה-QR2 מייצר עקה חמצונית-מה שמעכב ברמה נמוכה מאוד את הפעילות התאית. ברגע שהביטוי שלו יורד מוסרת העקה החימצונית בתא העצב האנהיביטורי והתאים שקשורים אליו משתחררים מהעיכוב ויכולים לפעול באופן חופשי יותר. שינוי שיווי המשקל הזה במוח מאפשר את היווצרות הזיכרון הבולט והחזק במיוחד שנוצר לנו עבור חוויות חדשות", אמרו החוקרים.

על פי הסברה שלהם, תפקידו של ה-QR2 הוא לאפשר למוח לסנן בין עיקר וטפל כפי שהאבולוציה הכתיבה. "פעולתו של ה-QR2 באופן רגיל גורמת למוח לא לגבש זיכרון חזק מכל חוויה שאנחנו חווים, אלא רק במקרים מיוחדים. יכול להיות שאם ה-QR2 היה ברמה נמוכה באופן קבוע היינו זוכרים הרבה יותר דברים, אבל מאבדים את היכולת להבין מה חשוב ומה לא", אמרו החוקרים.

גילוי התפקיד המרכזי של QR2 יכול להוות בסיס לכיוון חדש לגמרי של מחקרים במטרה לשפר יכולות קוגניטיביות ועצירה של תהליכים הפוגעים ביצירת זכרונות חדשים. "גילוי זה מהווה שינוי כיוון בעל פוטנציאל מצוין וייחודי לפיתוח תרופה אפקטיבית עבור שיכחה ותסמיני דמנציה מוקדמים", סיכמו החוקרים.

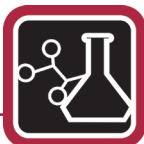
מחקר חדש שנערך באוניברסיטה ופורסם בכתב העת Journal of Neuroscience of זיהה מנגנון שגורם לנו לזכור טוב יותר חוויות ראשוניות: שלוש שעות לאחר חוויה חדשה, האנזים QR2 יורד בפעילותו ומאפשר לתאים אחרים לפעול בצורה חופשית יותר ובכך להפוך את הזיכרון של "הפעם הראשונה" לחזק יותר. "אנחנו

יודעים שעם העלייה בגיל יש דעיכה במנגנונים שאחראים על הפעילות של QR2 במוח ואנחנו מניחים שיתכן שזאת אחת הסיבות להחלשות היכולות ליצור זיכרונות חדשים בזיקנה - או במחלות דגנרטיביות כמו אלצהיימר ופרקינסון. עד כה התפקיד של QR2 ביצירת הזכרונות החדשים לא היה ידוע כלל ולכן גילוי זה מהווה שינוי כיוון בעל פוטנציאל לפיתוח תרופה אפקטיבית עבור פגיעות קוגניטיביות ותסמיני

דמנציה מוקדמים", אמר פרופ' קובי רוזנבלום מהאוניברסיטה, ראש המעבדה בה נערך המחקר.

אנו נוטים בפעמים רבות לזכור היטב חוויות ראשוניות: יום עבודה ראשון, נשיקה ראשונה או כל חוויה משמעותית אחרת אותה חווינו בפעם הראשונה מקודדת בזיכרונונו ביתר בולטות על פני חוויות מאוד דומות שכבר מוכרות לנו. למשל, הפעם המאה במקום העבודה לא תיזכר באותו אופן כמו היום הראשון ההוא. במחקר חדש אותו הוביל הדוקטורנט נתנאל גולד יחד עם צוות חוקרים בהנחייתו של ראש המעבדה לחקר מנגנונים מולקולריים ותאיים של למידה וזיכרון פרופ' קובי רוזנבלום מחוג סגול לניורוביולוגיה באוניברסיטה, גילו החוקרים מה קורה במוח כדי לאפשר קידוד חזק יותר של זיכרונות שנוצרים עבור, ומסביב, לחוויות חדשות.

ממחקרים קודמים ידוע כי בתהליך של יצירת זיכרון, ישנו גל של שינוי ביצור חלבונים בתוך תאי העצב ואזור המוח הרלוונטי ללמידה במשך מספר שעות. במחקר הנוכחי בדקו החוקרים מה משתנה במוחם של עכברים שנחשפו לחוויה ראשונה בפרק זמן ארוך יותר וגילו כי הביטוי של האנזים QR2 (Quinone Reductase 2) יורד. כאשר החוקרים דיכאו באופן יזום את הביטוי של QR2 בעכברים, גם



מרכז טכנולוגיה ומדע

פרופ' גל ידד, אונ' בר אילן



טיפול בפוסט טראומה בעזרת תוספי תזונה

תוספי תזונה טבעיים עשויים לנטרל מאפיינים גנטיים המגבירים פגיעות לפוסט-טראומה



חשיפה לחוויה טראומטית עלולה להוביל להפרעת דחק פוסט-טראומטית - PTSD, הגורמת למוגבלות נפשית בקרב אנשים פגיעים. נכון להיום אין טיפול המספק הקלה ארוכת טווח לסובלים מההפרעה. מחקר בן שבע שנים שבוצע במעבדה של פרופ' גל ידד מהפקולטה למדעי החיים והמרכז הרב תחומי לחקר המוח באוניברסיטת בר-אילן, בחן את הגורמים הגנטיים ל-PTSD ומצא שניתן לנטרל אותם באמצעות תוספי תזונה בלתי רעילים שיספקו הגנה מתמשכת וינתנו באמצעות טיפול מובנה. מדובר בטיפול מותאם אישית שנבנה על בסיס סוג הטראומה והרקע הרפואי. במחקר אף נמצא שבאמצעות סממן שנמצא בדם ניתן לחזות למי יש פוטנציאל גבוה יותר לסבול מ-PTSD. הבסיס למחקר הוא ההבנה שהסביבה משפיעה על ההתנהגות ובמיוחד על התגובה לטראומה. מחקר של אזור מסוים במוח שעד כה לא נחקר בהקשר זה הראה שאפשר למחוק את הזיכרון הטראומטי באמצעות שימוש בתוספי מזון. פרופ' ידד מתעניין במנגנון שבו חשיפה חולפת לטראומה יוצרת סבל מתמשך ובשאלה מדוע אנשים מסוימים פגיעים ל-PTSD יותר מאחרים שנחשפו לאותו מאורע טראומטי. בחיפוש אחר הסבר לשאלות אלה, פנה פרופ' ידד אל סליל ה-DNA ובאופן ספציפי יותר למודיפיקציות האפיגנטיות שבו. מודיפיקציות אפיגנטיות הן סמנים כימיים הנמצאים על גנים ומתכנתים את פעילותם. הסמנים האלה נכתבים על ה-DNA בזמן ההתפתחות העוברית ומכוונים את תפקוד הגנים באיברים השונים. בעשורים האחרונים התגלה שהשינויים האפיגנטיים מלווים את האדם לכל אורך חייו ומושפעים מתחביביו, הרגליו,

סוג האוכל שהוא צורך, ספורט, וגם מאירועים רגשיים מלווי עקה (סטרס).

בעזרת חיות מודל עם PTSD (חולדות שעברו טראומה באמצעות חשיפה לריח של חתול) גילה צוות המעבדה של פרופ' ידד דרך חדשה לטיפול ב-PTSD העשויה להועיל לבני אדם. בבסיס החידוש נמצאת השפעה ספציפית על ביטוי הגנים על ידי שינוי במתילציה של הגן בתזמון נבחר. מתילציה היא תהליך כימי שבו קבוצת מתיל H3C מתווספת למולקולה קיימת. זהו תהליך "סימון" בתאי אורגניזמים, הממלא תפקיד

שקבוצה אחת של גנים נשלטת על ידי קולטן של חומצה רטינואית, המופעל באמצעות ויטמין A. אכן, ביטוי האנזים DNMT3A או ביטוי הגן הנשלט על ידי קולטן החומצה הרטינואית במוח ביטלו את המצב דמוי PTSD בחיות המעבדה. הדבר מצביע על כך שהגנים האלה, שעוברים תהליך מתילציה שונה, אחראים להתנהגות פוסט-טראומטית.

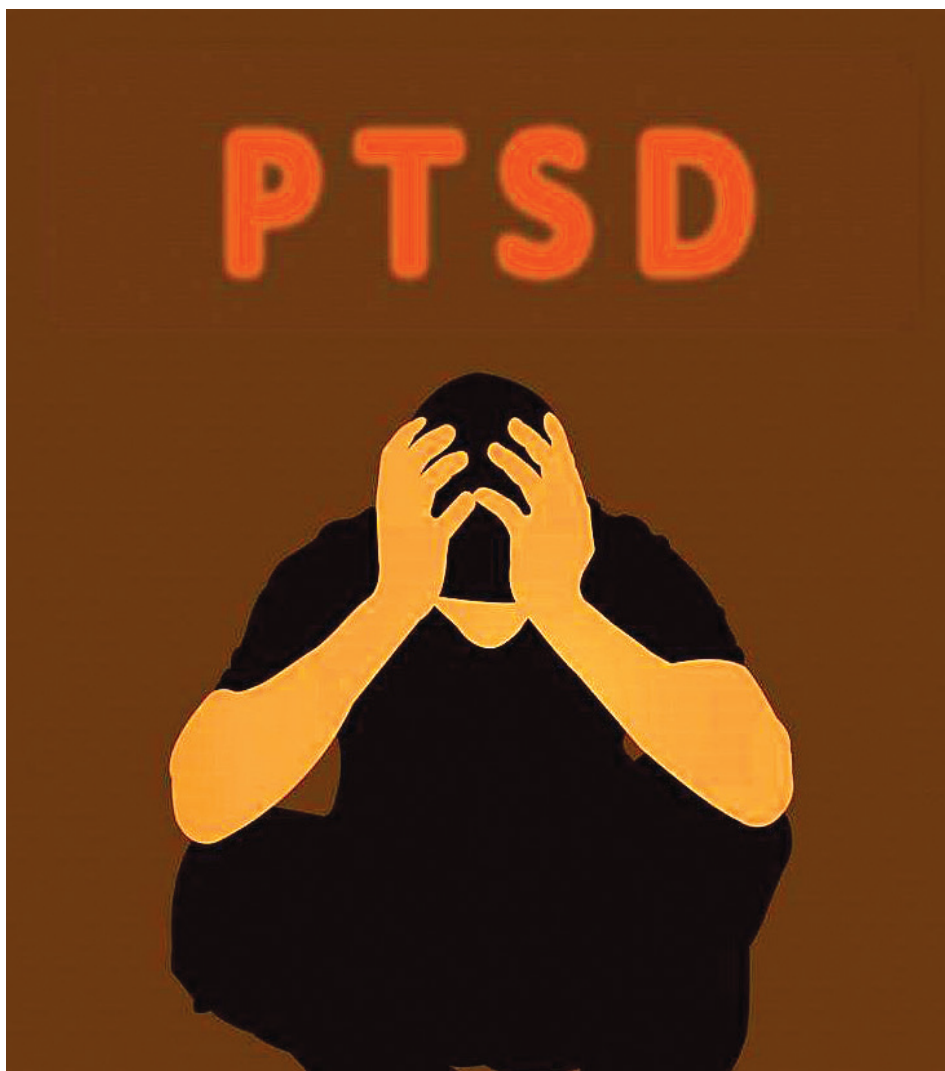
הזרקת גנים למוח עדיין אינה אפשרות טיפולית. בשל כך החוקרים בדקו האם תוספות תזונתיות המחקות את הגנים האלה עשויות לרפא PTSD בחיות פגיעות להפרעה. מאחר שהאנזים DNMT3A מגביר מתילציה ב-DNA. החוקרים השתמשו במוצר הטבעי eSAM הממלא את התפקיד של תורם קבוצות מתיל. במקביל לכך הם השתמשו בוויטמין A כדי להפעיל את קולטן החומצה הרטינואית, שכאמור שולט על ביטוי גנים שמעורבים בהתפתחות PTSD שבהם נצפה תהליך מתילציה שונה.

הטיפול המשולב בתוסף ובוויטמין גרם לביטול ההתנהגויות דמויות PTSD בחיות המעבדה. ממצא זה מציע גישה חדשנית לטיפול בהפרעה, הכולל מתן שני מוצרים טבעיים המשפיעים על המתילציה ומאפננים את האפיגנטיקה, או במילים פשוטות מכוונים ביטוי של גנים.

פרופ' ידיד מדגיש שהטיפול האפיגנטי מבטל את הגורמים להפרעה המצויים על ה-DNA ולפיכך מרפא PTSD, להבדיל מהקלה זמנית בתסמינים. "מאחר שהתוספים התזונתיים הללו אינם מזיקים, הם מציעים תקווה לטיפול לא רעיל ב-PTSD המבטל את הגורמים הגנומיים של ההפרעה", אומר פרופ' ידיד.

מרכזי באפיגנטיקה ובעיצוב אופיו הפיזיולוגי וההתנהגותי של האורגניזם.

החוקרים מיפו, באזור במוח שנמצא משמעותי ל-PTSD, את מה שמכונה "סמנים אפיגנטיים של מתילציה בדנ"א". הם מצאו הבדלים אפיגנטיים ניכרים בין חיות שנחשפו לטראומה אך היו עמידות ל-PTSD ובין חיות שנחשפו לטראומה אך היו פגיעות ופיתחו התנהגות המאפיינת את ההפרעה. נמצא שאנזים אפיגנטי חשוב שנקרא DNMT3A ומעביר קבוצות מתיל לדנ"א מצוי בכמות מופחתת אצל החיות הפגיעות יותר ל-PTSD. החוקרים חיפשו גם קבוצות גנים שתהליך המתילציה בהם משתנה בחיות רגישות ל-PTSD, ומצאו





מדור תירות ופנאי

טל אבן, Even Better, יעוץ וקניינות פרמיום



CAR-acter מכוניות עם אופי

שמה. בשנה שלאחר מכן כבר הוכפל קצב הייצור, וכך גם הספק המנוע שהגיע את הוולו ההיא, מ-1.5 כ"ס ל-3 כוחות סוס אימתניים, שהספיקו כדי להביא אותה ל-19 קמ"ש מקסימליים, בסיוע גיר אוטומטי (!) בן 3 הילוכים.

הדגם יוצר לאורך כ-8 שנים, עם כ-1,200 יחידות שיצאו משערי המפעל הקטן במנהיים שבגרמניה.

כמעט 130 שנים לאחר מכן, הכרכרה הזו נחשבת אייקון, כשאינה מתחיל כל מבקר שימצא עצמו במוזיאון המרשים של מרצדס, המספר כמנהרת זמן את היסטוריית מותג הכוכב משטוטגרט, מראשיתו ועד ההווה.

במרוצת השנים נולדו עוד ועוד אייקונים מוטוריים, מהפורד T דרך פולקסוואגן חיפושית, שהחלה דרכה כגרסת ההמונים לפורשה 911, אייקון בפני עצמה, סיטרוואן דה שבו ו-DS, דרך יגואר F Type היפיפייה, המיני מינור והאסטון מרטין DB5 ועד ללמבורגיני קונטאש, פרארי טסטה-רוסה ובוגאטי וירון, כמו עוד רבים וטובים שנחשפו במרוצת השנים.

היו מהרכבים הללו שזכו להפוך לאייקונים בזכות מראה יוצא דופן, טכנולוגיה פורצת גבולות או סתם כי לוחקו לסרטי פולחן (גיימס בונד, מיסטר בין או הג'וב האיטלקי). כל רכב אייקוני באשר הוא, קיבל את התואר הנכסף מסיבות שונות, אך את כולם מאחדות תכונות מסוימות; לכולם יש אופי המייחד אותם. לכולם יש נשמה.

מפגשי אספני מכוניות ענתיקות כיום מקבצים מספר מכוניות מהעבר, ומה שמאפיין ומאחד אותם הם האהבה שלהם למכוניות הלא מושלמות שהם מחזיקים, והסלחנות הרבה שלהם לתקלות שמופיעות בהן.

זה לא שהן היו מהירות כברק, אמינות במיוחד או מפנקות בהכרח.

רמת הבטיחות שם היתה מאד נמוכה ורמת האווירודינמיות של חלקן היתה כשל מקרר ביתי.

ברכב כזה לא היה מזגן, הגה כוח או מערכת שמע משובחת,

הטכנולוגיה בכלי רכב רצה קדימה בקצב מסחרר אולם מבלי משים, היא לעיתים משאירה מאחור את האופי הייחודי ואת הנשמה של כלי הרכב.

אז למה בעצם מציאת רכב עם אופי מיוחד הופכת משימה קשה יותר ויותר?

מראשית ימי המוטוריקה התחבורתית, אי שם בסוף המאה ה-19, נוצרו מכוניות נוסעים, שרק מעטות מהן זכו להיחשב לאייקונים מוטוריים עד עצם היום הזה, מהן יחידות בודדות ויקרות מפז ששרדו, והגיעו אל אספנים ששומרים עליהן מכל משמר.

מה הופך דגם של רכב לאייקוני, והאם כלי רכב בני זמננו יזכו בעוד עשרות רבות של שנים להיחשב כאלה על ידי אספני העתיד?

על החיבור בין רגש לטכנולוגיה בכתבה הבאה:

השנה היתה 1894. קארל בנץ חשף את פאר יצירתו, כרכרה ממונעת במנוע בעירה פנימית, אליה מייחסים את תואר "רכב הנוסעים הראשון, שיוצר בייצור "המוני".

אז המוני זה לא היה, בטח בהשוואה לעידן הנוכחי, ובאותה השנה יוצרו 67 יחידות מאותה "מכונית", "Benz Velo" היה





מדגמים שונים כה קרובים זה לזה בתחושות, באבזור, בתפעול ואפילו במראה, שזה מעט מתעתע.

בחלק מהמכוניות המודרניות משהו באופי ובנשמה הלך לאיבוד בדרך. את הגריז החליף חשמל, את הכפתורים החליפו מסכי טאץ'.

כיום מנועים הרבה יותר חזקים מבעבר, יכולות כלי הרכב גבוהות בהרבה, ומחשבים הם אלה שגויסו למשימה המורכבת של שמירה עלינו וניהול הרכב. הנהיגה ברוב הדגמים הפכה קלה וסלחנית הרבה יותר, נעזרת אלגוריתמים, כשהיא מערבת פחות את הנהג ודורשת ממנו הרבה פחות יכולות נהיגה מיוחדות מבעבר. המכוניות הרבה יותר איכותיות, יש בהן הרבה פחות דרמות באופן ההתנעה, הפעולה, הנהיגה. הכל עובד. הכל יציב. מעט קר ומנוכר.

ואולי בשל כך, אין כמעט יצרן רכב גדול שלא מוציא כיום לפחות דגם רכב אחד, שיוכל להקים מועדון מעריצים סביבו, ולהפוך לאייקון נחשק, דרך יכולות סופר ספורטיביות מושחזות כפי למשל בחטיבת M של ב.מ.וו, יכולות גבוהות של תנועה בשטח כדיפנדר של לנד רובר, מראה מובחן וייחודי כמיני קופר, או דרך פריצת דרך וחיזוי העתיד המוטורי כטסלה. ישנם גם יצרנים שמייצרים כיום מכוניות טיול אולטימטיביות, כמו למשל רודסטרים קטנים ומופשלי גג של פורשה.

דגמים אלה ודאי ילוקטו גם בעתיד על ידי אספנים שמעריכים את הייחוד שלהם, רגע לפני שמכוניות תהפוכנה אוטונומיות לחלוטין, ושהמושג "לנהוג" יעבור מן העולם. ואז, ניתן יהיה להגיד כי תם עידן.

עדיין, בעליו מביט בו ארוכות, לוקח ומעביר עליו מדי פעם משיכת סמרטוט, ספק כדי להסיר מעט אבק, ספק כדי לחוש ולנוע על קימוריו של הרכב.

המכוניות של המאה ה-21, ובמיוחד של השנים האחרונות מציגות לראווה טכנולוגיה. המון טכנולוגיה.

כיום, גם בכלי רכב עממיים למדי, ניתן למצוא ריבוי של מסכי LCD, אם בלוח המחוונים, במערכת המולטימדיה או בבקורות האלקים, מערכות הבטיחות האקטיביות שאפיינו עד לא מכבר כלי רכב יקרים ויוקרתיים, נמצאות כיום כמעט בכל רכב שעוזב את מפעל הייצור שלו, גם אם מדובר ברכב סופר מיני;

בקרת שיוט אדפטיבית, תיקון סטייה מנתיב או כמענה לפלישה לשטח מת שאינו פנוי, בלימת חירום אוטונומית בנסיעה לפנים וגם בגלישה לאחור, הפכו לחלק מרשימת מכולת ארוכה של מאפיינים נדרשים, בה אנו מצטיידים לפני סיבוב השופינג בו נבחר רכב חדש.

המכוניות גדלו מאד במימדיהן ביחס לסגמנט שלהן, הן מעוצבות וכוללות פנסי לד מלפנים ומאחור. חישוקי הגלגלים גדולים ומוקפדים במראם, והתחושה היא שהיצרנים השונים מנסים להקנות ערך ניתפס גבוה של "הכל כלול" ביחס למחיר סביר של הרכב, בדרך לעסקאות משתלמות למדי.

גנריקה

רק שזה נמצא ברוב כלי הרכב הנמכרים כיום. לעיתים רכבים





מדור תירות ופנאי

ד"ר גלעד (גילי) חסקין, מדריך טיולים

גילי חסקין
מדריך חובק עולם



הטרגדיה היוונית

של האל דיוניסוס, שהיה לא רק אל היין, אלא גם אל הצמיחה, הפוריות ושמחת החיים. אל שיש בו אף מתכונותיו של אל עונות השנה: הסובל, מת וקם לתחייה. רבות מהמקהלות של הסוגדים לכוחות הפוריות, נעשו במרוצת הימים ללהקות שעובדי דיוניסוס ושיריהן, ריקודיהן התקשרו באגדות על עלילות דיוניסוס.

לפי המסורת אדם בשם אריון (Arion), שחי בסביבות שנת 600 לפנה"ס, את פיתוח היסוד הדו שיחי של הדיתירמבוס (Dithirambos). הוא הוציאן שהפך את הדיתירמבוס מאמנות עממית לצורה ספרותית. הוא הוציאן מכלל שירי לכת, לכלל שירי מקהלה, המופיעה מסביב למזבח האל דיוניסוס והוסיף את הדיאלוג - ראש המקהלה שר, המקהלה עונה. התיש, שהוקרב לכבודו של דיוניסוס, היה חלק חשוב מפולחן זה ולימים העניק לו את שמו.

שירי המקהלה בוצעו על ידי זמרים ומחוללים, לבושים כסטירים שלוו באולוס (aulos = חליל דו קני). מהמקהלה יצא אדם, המכונה 'אקסארכון' (exarchon), מילולית: "הפותח במזמור", ששימוש כסולן ומנצח ושר מולה. מולו יצאו אנשים נוספים הם אופיינו באקסטזה ובאובדן חושים, בעיקר בחגיגות שנערכו בדלוס (Delos).

כשהחל האחרון, כנראה במאה השביעית לפני הספירה, לא רק לספר על עלילותיו של האל, אלא גם להמחזי אותם בתנועות, נוצר הגרעין הראשון של הדרמה. אירוע זה, נחשב לדעת אריסטו, לראשית ההופעות בתיאטרון. בצורה זו הפך הדיתירמבוס, למין בלדה המספרת סיפור. משנת 509 לפנה"ס נערכו תחרויות של דיתירמבוס בפסטיבל של דיוניסוס באתונה.

יתכן שהתהליך של "הפרשת" הדמות האישית של השחקן, מתוך הדמות הקיבוצית של המקהלה נמשך דורות, אבל לפי המסורת, צעד חשוב זה נעשה המאה השישית לפני הספירה (התאריך המסורתי הוא 534 לפני הספירה), על ידי אדם בשם תֶּסְפִּיס (Thespis), איש אטיקה, שאפשר לאכארכוס לדבר עם הזמרים, במקום לשיר והפך אותו ל"משיב דברים". אותו שחקן לא רק שיחק ושוחח עם המקהלה, אלא אף הציג קטעי עלילה מאגדות דיוניסוס..

בטיול ליוון וכמובן גם בטיול בעולם היווני המורחב יותר: אסיה הקטנה (מערב טורקיה של ימינו), סיציליה, מגנה גרקה (דרום איטליה) איטליה, ואף במקומות רבים אחרים בהם התפשטה התרבות הקלאסית, כמו פרובאנס, ספרד תוניסיה, ירדן, ישראל ועוד אנו מבקרים בתיאטראות, בהם עולה, בין הייתר, נושא הטרגדיה היוונית.

טרגדיה היא סוגה של מחזה. היתה זו הדרמה המקובלת ביותר בתיאטרון היווני ובמידת מה, גם בתיאטרון הרומי. היא ראשיתה של התאטרון המערבי. משום כך העיסוק בנושא רלוונטי, לא רק למי משבקר בתאטרון עתיק, בטיול ליוון, אלא גם לשוחר תרבות המערב בכלל.

הטרגדיה צמחה על הרקע של יוון העתיקה, על רקע פעולות המאגיה. להקות של גברים רקדו ושרו, כשהם מחופשים לבעלי חיים, בדרך כלל כתיישים ועבדו לכוחות הפוריות. שיר תיישים זה הוא הגרעין הראשון לטרגדיה היוונית (תיש ביוונית - 'טראגוס' והוא סמל הפרייה והרבייה בטבע; שיר ביוונית הוא 'אודיי'). יש הטוענים, שהשם ניתן משום שמשתתפי המקהלה לבשו עורות של תיש.

במאה השמינית והשביעית לפני הספירה, התפשט ברחבי יוון, פולחנו



מקור: wikipedia



מקור: wikipedia

והשתנו נושאי. אלו לא היו לקוחים עוד מן המיתוס של דיוניסוס בלבד, אלא מכול תחום המיתולוגיה.

במאה החמישית לפנה"ס, כבר הייתה אתונה חברה ממוסדת, שלמדה מהי דמוקרטיה. פריקלס, מושל אתונה, השתדל להנהיג חברה זו על-פי הסכמים חברתיים ועל-פי חוקים. באירוע השנתי לכבודו של דיוניסוס, השתתפו שלושה משוררים וכל אחד הציג טטרלוגיה, כלומר שלש טרגדיות ומחזה סאטירי.

הטרגדיה היתה מורכבת אם כך, מפרולוג ומספר תמונות וכללה סדרה של נאומים ודיאלוגים בין השחקנים ושירי מקהלה וריקודים. הצגת טרגדיות היתה טקס דתי ואירוע ציבורי. היתה עניין מדיני וכלל עממי באתונה. המחברים, השחקנים וחברי המקהלה, היו אזרחי הפוליס, שנטלו חלק בהצגות שהועלו מטעם המדינה, עבור כלל אזרחיה. הטרגדיה היתה חלק בלתי נפרד מחייו הרוחניים של בן הפוליס האתונאי, וסביר להניח שהעובדה שסוג ספרותי קשה ונשגב כמו טרגדיה (והעובדה ששתיים מהקומדיות של אריסטופאנס היו מלאות וגדושות קטעים מהטרגדיה), היה כה פופולרי, מלמד על רמתו האינטלקטואלית הגבוהה, של הקהל האתונאי.

במחזה הופיעו מספר דמויות, אך גילם אותן שחקן אחד בלבד. הוא השתמש במסכות כדי להחליף את זהותו. כאשר ירד מהבמה, כדי להחליף בגדים, תפסה המקהלה את פסק הזמן בשירה ובריקוד. בשלב זה נכנס גם סיפור העלילה. חידושו של תפסיס היו שלב חשוב בדרמה היוונית ('דראן' ביוונית פירושו 'לעשות', 'לפעול' ולפיכך, 'דרמה' היא עשייה, פעולה). במחזותיו של תפסיס - שמהם לא השתמר אף אחד - היו כבר רוב היסודות של הטרגדיה היוונית. בימיו הוכר המחזה הטראגי הכרה פוליטית.

בתחילתה היתה הטרגדיה מחזה מאולתר. הטיראן פייסיסטרטוס, הנהיג תחרויות בטרגדיות, בפסטיבל הדיוניסיה הגדולה. בכך הוא הניח את המסד לעליונות התרבותית של אתונה כמו כן, גרם פייסיסטרטוס להעלאת האיליאדה והאודיסאה של הומרוס על הכתב לראשונה, ושילבן בתחרויות דקלום בחגיגות הפאנאתנאיה (Panathenaica) שייסד. פעולה זו הרחיבה את היכרות אזרחי אתונה עם המיתוסים הקדומים ואפשרה את הפיכתם לנושאי המחזות לעתיד לבוא.

פריחתה הפוליטית והמדינית של אתונה הדמוקרטית בשלהי המאה ה-6 ובמחצית הראשונה של המאה ה-5 לפנה"ס, השליכה על התפתחות החיים הרוחניים והתרבותיים כפועל ישיר של הקשר ההדוק בין הפוליס לחיי האזרחים, ובמרכזם הטרגדיה שהתפתחה בתקופה זו, העמיקה והעשירה עד שהפכה להיות המחזה הפיוטי הגדול המוכר כיום. המשטר החדש והניצחונות על הפרסים, שהעמידו את אתונה בין הראשונות שבמדינות יוון, השפיעו על חייה רוח של אתונה בכלל ועל התפתחותה טרגדיה בפרט. תוך זמן קצר, פשט המחזה הטראגי הרבה מקווי מורשת מוצאו הפרימיטיבי



מקור: wikipedia



הפוך לחבר הטוב ביותר של עצמך



אנו יודעים להיות חברים טובים לאחרים: מסורים, נאמנים, מעודדים ואמפתיים, מתגייסים בעת הצורך, צוחקים, נהנים וחוגגים יחד את ההישגים והדברים המשמחים והפחות משמחים. חשוב לזכור שהאדם הוא יצור חברתי אשר מושפע מכל קשר חברתי בו הוא מתקיים. מדובר בצורך בסיסי להיות בקשר, להרגיש שייכות, אישור וקבלה.

יחד עם זאת, נשאלת השאלה, כיצד קורה שאנו יודעים להיות חבר טוב לאחר, וקשה לנו להיות חבר טוב של עצמנו? להיות חברים עם עצמנו זה אותו הדבר כמו להיות חבר עם כל אחד אחר. ברגע שאתה מבין שלהיות החבר הכי טוב של עצמך דורש את אותו סוג של

תשומת לב ומאמץ, כמו להיות חבר של מישהו אחר, פינית ממשול מדהים. רבים מאיתנו לא מעלים על דעתם שאנו אדם בדיוק כמו כולם! אנו יודעים לזהות בקלות מה האחר צריך, אבל איך שהוא לא עולה בדעתנו שאנו עצמנו ראויים לאותה התייחסות, תשומת לב ומסירות.

זו היא נקודה עיוורת שעבור רובנו מתפתחת בילדות. כילדים יש לנו גמישות התפתחותית טבעית. אפשר לגרום לילד להאמין כמעט בכל דבר - שיש "פיית שיניים" מחד ומאידך שהוא לא מספיק בשל התנהגות, מחשבה ומעשה. מבט, אמירה והתייחסות קשה ממבוגר לעיתים היא בלתי נמנעת, אבל גם פוגעת. ילדים מפעילים תגובות בדרגות שונות, באמצעות התייחסות המבוגרים אליהם... אם אז... בנקודה זו מתפתח מקום הערך העצמי, והשאלה עד כמה אני ראוי.

אותה התניה עלולה ללמד שמחשבות, רגשות, מעשים וגם המראה, אינם מספיק טובים. אם כך, אין פלא שאנשים רבים אינם מרגישים מספיק טובים וראויים להיות החברים של עצמם. תפיסה זו עלולה להמשיך גם בבגרות. האדם ממשיך להאמין למחשבות, לתפיסות העצמי ולרגשות שליוו אותו מילדות. המסקנה שמהו לקוי בהם ושאינם ראויים.

אלה הם מחשבות ורגשות אנושיים שברמה כזו או אחרת. אין בושה בלחנות, להרגיש ולחשוב. ביקורת עצמית היא טובה כאשר היא ממוקד ולא כוללנית, כזו העשויה לכוון לשינוי. במקרים רבים, עזרה מקצועית עשויה לסייע.

למרות זאת נשאלת השאלה למה חשוב להיות החבר הכי טוב של עצמך? היחסים עם עצמך הם החשובים והמתמשכים ביותר שתקיים אי פעם. תמיד תהיה עם עצמך גם כאשר אנשים מלווים את חייך לאורך הדרך. בזמנים ובנסיבות מסוימות, אנשים קרובים



אינם זמינים. מכאן החשיבות להיות מסוגל לסמוך על עצמך ולענות על הצרכים הרגשיים שלך, גם אם לא כולם. ציפייה מאחרים שיהיו שם בשבילך כל הזמן, איננה מעשית. יכולה להשאיר אותנו מאוכזבים, מתוסכלים, כואבים ועם תחושת דחייה. אך, כאשר נלמד לשים לב למחשבות, לתחושות ולתגובות (גם הגופניות) נוכל ללמוד לסמוך על עצמנו, בעיקר בזמנים קשים. הדבר יאפשר רווחה רגשית גדולה יותר. צריך ללמוד לקבל את עצמך כפי שאתה, כפי שמישהו קרוב ואוהב מקבל אותך, גם אם יש לו ביקורת עליך. שים לב לאיכויותיך

ולהקל עליו את העומס. ללא הצבת גבולות עצמיים, קיימת סכנה להצפה רגשית, שחיקה, כעס, אכזבה, ומתן "רשות" להתייחס אליך באופן לא הוגן וגרוע. סיוע מחבר עליו אתה סומך, עשוי לעזור להגן על גבולותיך ולעודד אותך לעמוד על הדברים החשובים לך, לומר את האמת שלך ולבקש שיתייחסו אליך בכבוד. תרגול גבולות בריאים ונכונים לך, מקרבים אותך לעצמך.

בנייה וביסוס חברות עם עצמך הוא תהליך בדיוק כמו בכל חברות. הדבר דורש, הכרות מחודשת, השקעת זמן, משאבים ומחויבות לפתיחות וכנות עצמית. היות חבר טוב יותר לעצמך מתחיל בצעדים קטנים: הקשבה, התייחסות, טיפול ולימוד להיות עצמך. החלק של לאהוב ולסמוך על עצמך, יתפתח עם הזמן לחברות טובה שבה חיך יעושרו בך.

חווה אוסטרובסקי פסיכותרפיסטית עו"ס קלינית M.A. בעלת קליניקה פרטית במרכז הארץ. עובדת עם יחידים זוגות ומשפחות, הנחיית קבוצות, הדרכת הסטודנטים והדרכת עובדים סוציאליים. נסיון רב במסגרת שרותי בריאות הנפש הציבוריים.

מבלי להשוות עצמך לאחרים. כאשר אתה מגלה שאתה ביקורתית כלפי עצמך, נסה להבחין במה אתה נאבק. החלף את הביקורת - בחמלה ופרשנות מיטיבה מבלי, להתעלם מהמציאות.

עד כמה אתה מכיר את עצמך? בהמולת היוםמום, קל לאבד את מה שחשוב לך, מה שאתה אוהב. הבנה ומודעות הינם חלקים חשובים בלהיות חבר טוב לעצמך. להכיר את עצמך דומה לניסוי ולימוד מחדש של המטרות והערכים שלך; בדוק מה מרגיש לך נכון.

שמח את עצמך, כפי שהיית משמח חבר כדי להאיר לו את היום





מדור פסיכולוגיה



פרופ' עמיה ליבליך

מתוך האתר פסיכולוגיה עברית www.hebpsy.net

פסיכולוגיה עברית

כשמישו אחר כותב עליך

קורא, מצד שני. במרחב הביניים הזה נמצאת בשבועות אלה החוויה שלי מול המספרים והמספרות שלי (אני מעדיפה לקרוא להם כך ולא בשמות הטכניים 'מרוויינים' או 'אינפורמנטים'). עכשיו הספר בכריכתו התכולה הנהדרת הוא חפץ ממשי. נתתי לכל אחת ואחד מהם עותק מהספר, עם הקדשה אישית. כשאני מקבלת שיחת טלפון או מסר אחר ממי מהם ליבי מחסיר פעימה: האם יהיו מרוצים, אולי אפילו גאים בסיפור שמסרו לי לפרסום? ומה יש לעשות עכשיו אם לא? כך או כך אני נוהגת להסביר לאנשים אלה או לתלמידים כי במפגש הראשון אדם לעולם איננו שבע רצון במאת האחוזים מהתמונה שלו, אם בצילום או בסיפור. אבל אני מספיק ותיקה במקצוע לדעת שאחרי זמן מה, קריאות חוזרות ושמיעת תגובות של אחרים - אנשים לרוב מתיידדים עם השתקפותם שבסיפור, ולעיתים אף הופכים אותה למעין תעודת זהות חדשה.

ישנו למשל המקרה של אחד השבויים 'שלי', מאלה שכתבתי עליהם את "חוץ מציפורים", דן - שאיננו בחיים כבר כמה שנים. הוא לא היה מאושר כשהספר הופיע. הוא חשב שהתדמית שלו כפי שהיא מתקבלת מדבריו ומדברי חבריו לשבי איננה של איש חזק ועמיד כפי שהוא ראה את עצמו. ניסיתי לרכך את הרושם ככל יכולתי. שנים אחר כך התקשרה אלי אישה זרה בטלפון וביקשה שאכין עותק חדש של הספר "חוץ מציפורים" עם הקדשה אישית לדן. היא סיפרה שהוא עבר תאונת דרכים ומתאושש ממנה בבית החולים. המכונית נהרסה כליל ובה היה הספר המקורי שקיבל ממני עם הקדשה, כי תמיד

כבר שנים אני עוסקת בכתיבת סיפורי חיים של אנשים זרים. אני, שבזהותי ובמקורי אקדמאית, קוראת לזה מחקר סיפורי חיים. רבים וטובים קוראים לזה 'תחקיר', לצורך הכנת 'כתבה'. לא אכנס כאן להבדלים בין גישתו של העיתונאי או הכתב לגישתי שלי. בשורה התחתונה כולנו כותבים סוגים של סיפורי חיים, וכל אחת ואחד מנסה להיטיב עם המקצוע. אעיד על עצמי שאני גם תמיד מנסה להיטיב עם המספרת או המספר, שהם מקורות הסיפורים שאני כותבת בהסכמתם.

בימים אלה כאשר מגיעות אלי תגובות לספרי החדש "רק חיבוק - אהבה אחרי 70", וכולן בינתיים חיוביות השבח לאל, אני רגישה במיוחד לתגובותיהם של הנשים והגברים האנונימיים שסיפוריהם מהווים את הספר (לפי בקשתם, 4 ממספרי הסיפורים שבספר מופיעים בשמם וללא בהסוואה). הם מתקשרים לספר לי כי הם קוראים את הסיפור המודפס בציפיה ובחרדה: איך אני נראית בראי הסיפור המודפס? מה רואים קוראים אחרים, שמכירים אותי במציאות? איזה דימוי אני יוצרת במוחותיהם של קוראים זרים? ואף על פי שכולם ראו ואישרו את הגירסאות של סיפוריהם בחתימתם, הספר המוכן

בכריכתו, הספר הנמכר בחנויות, האוביקט המוצג לראווה - הוא חלון/ראי אחר, לעיתים מחמיא ותמיד מעט מאיים. מניסיוני אני מכירה שני תהליכים מנוגדים: ההנאה של רבים מהמרוויינים לספר על עצמם במפורט למישהי המקשיבה להם במלוא תשומת הלב, ללא הפרעה או שיפוט, מצד אחד, והחשש מהחשיפה שתהיה בהופעת הסיפור בדפוס לעיני כל





סיפרתי אנקדוטה זו אמרה לי בפשטות: "עזרת לי". לסיום הרשימה, הנה העילה לכתבתה: לפני יומיים הופיעה כתבת שער גדולה עלי בעיתון "גלריה" של "הארץ". הכתבה הייתה מבוססת על ראיון שערכה עימי הכתבת שירלי גל, שקראה את הספר עוד לפני השיחה. השכם בבוקר היה העיתון מונח עבורי בגינה. כשראיתי את הצילום על הכריכה נשמתי לרווחה, הוא באמת צילום נפלא, ותודה לצלמת הדס פרוש. אבל ממש פחדתי לקרוא את הכתבה עצמה! הלכתי לים, שתיתי קפה עם ידידי הבוקר הקבועים שלי בקפה קלדרון, ואחר כך חזרתי לאט הביתה והעזתי לפתוח את העיתון. הכתבה נהדרת, כמעט אין בה שורה שאני מתנגדת לה. אבל יש משהו שהוא בלתי נעים בעצם הפרסום והחשיפה. יגידו נא חברי הפסיכולוגים מדוע. חשבתי על המרואיינים והמרואיינות שלי, שדבריהם נשמרים בספר, ולא בעיתון שמחתיים עוטר דג מלוח במכולת, כפי שנהגו לומר בדורי. זה לא פשוט, חברות וחברים, אני מבינה אתכם! אז תודה שהסכמתם והסכמתם. ולידיעתכם - אנשים ממש אוהבים את הספר הזה שעשינו ביחד.

תמיד לקח את הספר הזה איתו, הוא היה תעודת הזהות שלו. האם אוכל לשלוח עותק חדש? אולי אני לא מדויקת; עברו לא מעט שנים. אבל זוהי המחשה לתהליך התיקון שעליו אני מדברת כאן. ובעניין הזיכרון אתנחמא קצרה: היום שוחחתי עם פסיכואנליטיקאית צעירה במפגש חברתי, בו נכחו אביה, אימה ועוד ידידים קשישים. היא צילמה ללא הרף את הנעשה במפגש בהתמקדות על הוריה. כשעמדנו לצאת אמרה לי: "אמי בכלל לא רוצה שאני אצלם, אז למה אני טורחת?" אמרתי לה שהרצון לתעד ולשמור את העבר הוא כל כך חזק אצל כולנו, אבל עלינו להבין שלא נוכל לאחוז בו. סיפרתי לה שכאשר השתלמתי בתירפית הגשטאלט בלוס אנג'לס בשנת 1970 הגעתי למפגשים הראשונים עם עט ומחברת וניסיתי לרשום כל מה שקורה. סוף סוף, בכובע אחר הייתי אז פוסט דוקטורנטית! דר. סימקין, התירפיסט המנחה, הורה לי לא להביא יותר מחברות למפגשים. "מה שתשכחי, מוטב שיישכח; המוח שלנו מלא בשטויות ממילא. הדברים החשובים לך יישארו גם בלי שתרשמי". האישה הצעירה לה



גלריה

תערוכה מאת המעצב ליאור וולף

ליאור וולף, בן 25, עשה עלייה מברזיל בשנת 2008. כעת מתגורר בישראל בעיר רעננה.

ליאור לומד עיצוב תעשייתי במכללה האקדמית שנקר ושיתף פעולה, עם חברת ביגוד האופנה הישראלית (ARKETA) המייצרת ביגוד הנלבש על ידי רבים מאנשי הבידור ומובילי הדעה בישראל. ליאור עיצב ומעצב בנוסף פריטים דקורטיביים לבית. תחום העיצוב, השפיע על חייו מגיל מאוד צעיר, בראש יצירתי וחשיבה אחרת אפשר היה לזהות ילד בעל יכולות וכישרון כבר בשנים הראשונות לחייו.

בדעה המגובשת ועמידה על דעתו בבחירת בגדיו מגיל צעיר וברצון העז לממש את כשרונו בתחום העיצוב המשיך ליאור לממש אך מעט את יכולותיו בתקופת התבגרותו. למעט מציורים לעצמו, ללא הפסקה לא חלה התקדמות בתקופה זו.

ליאור מצא את דרכו כשהכיר את תרבות אמנות הרחוב, קצת לפני הצבא והתחיל לצאת לרחובות ולצייר, לקנות פחיות צבע זולות ולצייר ולשרטט על הקירות. אמנות זו הפכה כמעט להתמכרות. לאחר כמה שנים התגייס לצבא ליחידה מובחרת בה שירת 4 שנים ובשנה אחרונה בקבע התקבל לעיצוב תעשייתי בשנקר. לאחר השחרור ליאור יצא לטיול הגדול לכמעט חצי שנה למזרח, צייר תמורת לינה בכמה מההוסטלים וביצע יציאות מאוחרות כדי לצבוע תאגים בכל רחבי העיר תוך שהוא מתוודע ומכיר אמנים מהעולם.

כשהתחיל ללמוד עיצוב תעשייתי בשנקר, לא הסתפק בלימודים והחליט ללכת לשיעורים של אופנה ולחפש תחומים נוספים בהם ניתן ללמוד את התחום, שם הוא מצא את הדרך להתחיל לעבוד בתחום האופנה, תחום אליו הרגיש חיבור מגיל צעיר. בהמשך, התחבר לסטייליסט בשם איתי בצלאל שהעביר הרצאה באותה תקופה וביחד שיתפו פעולה לבגד שנעשה לזמרת נועה קירל.

לאחר תקופה ארוכה שליאור צבר ניסיון והמשיך את דרכו בחברה מוכרת בארץ בשם ארקטה ועם החיבור המיוחד בינו לבין ישראל פרץ, וולף עיצב יותר מ- 400 פריטי אופנה בשיתוף פעולה עם ארקטה והכל נמכר, ממובילי דעה עד לתלבושות לקליפים ולסלבריטאים, זאת הייתה פריצת דרך והצלחה גדולה.

כיום לאחר תקופה ארוכה של קורונה הנוגעת לכולם בחיי היום יום, ליאור מעצב קונספט של מוצרים לבית, מוצרים שמעבירים סיפור, חפצים המעבירים מסר ומפתחים נושאי שיחה בתוך הבית, זה לדעתו מה שהדור הצעיר צריך, מסרים מוחבאים בתוך היצירה. סיפור מאחורי האובייקט.

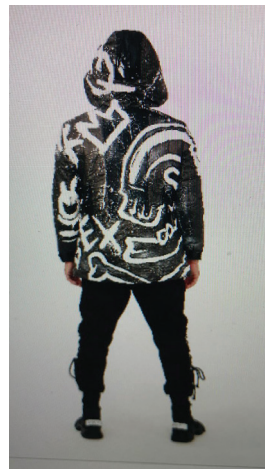
ליאור מנסה תמיד לראות צעד קדימה בהתפתחות שלו ומחפש את הדרך לפרוץ בעולם, זאת רק ההתחלה של רעב ענק להצלחה.



Coffee machine street art design



Office Table Lamp Design



ARKETA x WOLFF collaboration
Concept illustration

