

מגזין הבנקאות הפרטית

משנת 2011

ספטמבר 2023



**תסמונת השרירים
הדואבים**

יהונתן ניסן, עמ' 14

**לקוות לטוב
להתכוון לרע**

ד"ר איחי גלילי, עמ' 4

האבולוציה שבתוך האבולוציה

פרופ' יואב סואן, עמ' 26

החופש לצוות

ד"ר אלון קפלן, עמ' 10

**ביקור בגלריה
New York-1 Agora**

תמונת השער ועמ' 19

**הגלריה מארחת:
דניאל מנדל - הכיוראי**

גלריית הבנקאות הפרטית, עמ' 38



פתיחת חשבון וייעוץ השקעות יזום לחשבון השקעות בבנקים הבינלאומיים המובילים בתנאים מיוחדים

- ייעוץ השקעות יזום אובייקטיבי ובלתי תלוי.
- הטבות משמעותיות ברמת העמלות ביחס למקובל בבנקים הבינלאומיים.
- מגוון אפשרויות השקעה בקרנות נאמנות וקרנות גידור בינלאומיות.
- ייעוץ באמצעות יועצי השקעות בעלי ותק ומוניטין בתחום.
- אפשרות לפתיחת חשבון חדש למעוניינים ומתאימים בתנאים מיוחדים.
- מינימום לפתיחת חשבון - \$500,000 במשרדי "פיננסים" ברמת אפעל.
- שירות בעברית לייעוץ פעולות בחשבון.



לפרטים: 077-77-83000

www.nihulhon.co.il/open-bank-account

תוכן העניינים



שנה טובה ומתוקה

תמונת השער באדיבות גלריה Agora New York



מגזין הבנקאות הפרטית

עורך ראשי: אייל גור אריה
מנהל המכירות: אייל קמר
מנהלת פרסום: תמי שרגוביץ, טל: 07777-83055, 054-4739374
עריכה גרפית: אבי בלוק / דפוס: ג. פרוייקטים צפון
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

- לקוות לטוב, להתכונן לרע
- 4 ד"ר איתי גלילי, פיננסים ניהול הון פרטי
- סקירת שווקים ספטמבר 2023
- 6 מיכל יוזפסון, מנהלת מערך ייעוץ השקעות פיננסים ניהול הון פרטי
- החופש לצוות
- 10 ד"ר אלון קפלן, עו"ד
- מסע בזמן בעקבות מסעות האדם הקדום
- 12 ד"ר מאיר פינקל ופרופ' ארז בן יוסף, אונ' תל אביב
- תסמונת השרירים הדואבים
- 14 יהונתן ניסן, מכון דוידסון, מכון ויצמן למדע
- ימי התום? הסוף הטרגי של הוצאת הספרים לילדים של ביאליק
- 16 מרים זקהיים, הספרנים
- 19 ביקור בגלריה: **Agora Gallery**
530 W 25TH ST, NEW YORK, NY
- תנועה עתידית,
- 24 טל אבן, Even Better
- האבולוציה שבתוך האבולוציה
- 26 פרופ' יואב סואן
- רגשות של בני משפחה המטפלים בדמנציה/ אלצהיימר
- 28 ד"ר דנה פאר
- הרצל
- 32 פרופ' עמיה ליבליך
- האם בקשה למרחב אישי (space) היא לגיטימית בזוגיות?
- 33 חוה אוסטרובסקי, פסיכותרפיסטית MSW
- תמונות אחרונות
- 34 שלומית אורן - SO ART
- 38 תערוכת אומן: דניאל מנדל - הכיוראי

כל הכתבות המקצועיות במגזין זה, נועדו לשם מסירת מידע בלבד, ובשום אופן אין לראות בהן חוות דעת, הצעה, המלצה או יעוץ/שיווק לרכישה ואו החזקה ואו מכירה של ניירות ערך ואו הנכסים הפיננסיים המתוארים בהן. הסקירות מתבססות על מידע אשר פורסם לציבור, אשר הכותבים ומו"ל המגזין מניחים כי הוא מהימן וזאת מבלי שביצעו בדיקות עצמאיות לברור מהימנות, דיוק ושלמות המידע. המידע המופיע בכתבות המגזין, אינן מתיימרות להכיל את כל העובדות והפרטים המופיעים בהן. המידע, הפרטים והניתוח המפורטים, לרבות מלא של כל העובדות והפרטים המופיעים בהן, עשויים להשתנות ללא מתן הודעה נוספת. הכתבות הדעות המובאות, בסקירות ובכתבות, עשויים להשתנות ללא מתן הודעה נוספת. הכתובות הן על דעת הכותבים בלבד ומשקפת את הבנתם ליום כתיבתן. הכתבות והסקירות לא מהוות תחליף, בשום צורה שהיא, לייעוץ/שיווק השקעות המתחשב בתנאי וצרכי המיוחדים של כל אדם. הכותבים ומו"ל המגזין לא יהיו אחראים, בכל צורה שהיא, לכל נזק ואו הפסד שייגרם כתוצאה משימוש בסקירות ואו בכתבות המופיעות במגזין זה, ככל שייגרם כזה, וכן הם אינם יכולים לערוב ואו להיות אחראים למהימנות, דיוק ושלמות המידע המפורט בכתבות ובסקירות. יובהר להלן כי הכותבים וכן המו"ל, עוסקים, במישרין או בעקיפין באמצעות חברות קשורות, בין היתר, במתן שירותי ניהול השקעות, ייעוץ השקעות, ניהול קרנות נאמנות, ניהול קופות גמל, ניהול קרנות פנסיה, חיתום ובנקאות השקעות וכתוצאה מכך, עשוי להיות להם עניין בניירות ערך ואו הנכסים הפיננסיים הנכללים בסקירות ובכתבות, ככל שמפורטים כאלה, מעת לעת, לפני פרסום הסקירות והכתבות, בזמן פרסומם ולאחר פרסומם. הכותבים ומו"ל אינם מתייבאים ואין בסקירות ובכתבות משום התחייבות להשתתף תשואה כלשהי או רווח כלשהו כתוצאה מכל סוג של פעולה בהתאם לאמור בהן. הסקירות והכתבות הינן רכושן הבלעדי של הכותבים והחברות בהן הם עובדים ואין להעביר לצד ג' להעתיק, לשכפל, לצטט, לפרסם בכל אופן, להדפיס, לצלם, להקליט או להעתיק את הכתבות, באופן מלא או חלקי, מבלי לקבל אישור מראש ובכתב.



מדור פיננסי

ד"ר איתי גלילי, מנכ"ל פיננסים ניהול הון פרטי בע"מ



לקוות לטוב להתכונן לרע

התחלת פעילות כאשר אין לצפות לאף רפורמה מהותית או בשורה שתצא ממנה בחודשים הקרובים.

יתר על כן, הגוף המכונה "המועצה הלאומית לכלכלה" לא פרסם בשנת 2023 ניירה עמדה או תוכנית כלכלית ארוכת טווח אחת. לא ניתן לצפות מגוף זה לבשורה, אלא להמשיך ולהיות הזרוע השלטונית ל"משימות מיוחדות" של הקואליציה כגוף עוקף משרד האוצר.

נכון לעת זו, הצמיחה הכלכלית בישראל מבוססת על ילודה ולא על פריון. צמיחה זו אינה אפקטיבית וכמובן שהיא הסיכון הגדול למעמדה הכלכלי של ישראל בשנים הבאות. הממשלה הנוכחית עושה ככל יכולתה להימנע מרפורמות כלכליות ועידוד הפריון. לאור הרכב הממשלה, כמובן שאין בצעדים אלו הפתעה.

מעט ההכרזה של שר המשפטים על הרפורמה המשפטית וכן הצגת שר האוצר את ספר התקציב השנתי, אנו ממליצים ללקוחותינו לבצע בחינה מעמיקה אודות המשמעות של הדרדרות בכלכלת ישראל על נכסיהם הפיננסיים בראייה הוליסטית.

אני בדעה, שבמצב כלכלי שיכול להידרדר, על רקע רפורמה משפטית שלא בהסכמה, שבר חברתי מתרחב ומצב ביטחוני קשה, ראוי שהמשקיעים יפזרו את הסיכון להון שצברו בעמל רב, בפיזור גלובאלי רחב לשווקים בעלי פוטנציאל צמיחה מקסימלי (המלצה זו תקפה לכלל החוסכים ללא קשר להעדפות פוליטיות).

אין אנו יחידים בדעה זו ולראייה כלל הגופיים המוסדיים בישראל הגדילו את חשיפתם לשווקי חו"ל באופן ניכר ביחס לשנים האחרונות (ובכך עשו צעד חכם והכרחי לחוסכים לפנסיה).

הדיון בתקשורת עוסק בדירוג האשראי של ישראל ונדמה שהדירוג הנו חזית הכול. כמובן שהמציאות הרבה יותר מורכבת. ישראל יכולה להמשיך ולשלם את חובותיה ברמת ביטחון גבוהה למשקיעי חו"ל ויחד עם זה איכות החיים המקומית יכולה להיפגע ובכלל זה גם היזמות לבטח תיפגע. כלומר הסיכון המרכזי לכלכלת ישראל אינו בהידרדרות לחדלות פירעון, אלא בהידרדרות לצמיחה כלכלית

שנת 2023 תיזכר כנראה כשנה שבה נרשמה התאוששות בשווקי ההון הבינלאומיים ומאיך ביצועי שוק ההון הישראלי יהיו הרחק מאחור ויושפעו מצעדי החקיקה ומדיניות הממשלה.

כתיבת מאמר זה נערכת טרם חזרת הכנסת מפגרת הקיץ תוך הערכות למשבר חוקתי אפשרי.

אין זה מפתיע שביצועי שוק המניות המקומי מפגר באופן ניכר אחרי מדדי המניות הבינלאומיים. חוסר וודאות כה רב גורם לחוסר אמון בקרב משקיעים, אשר פועלים להגדלת החשיפה לשווקים הבינלאומיים וצמצום חשיפה לשוק המקומי. מגמה זו ברורה וצפויה להמשיך בחודשים הקרובים (אם לא יותר מכך).

משקיעים שבוחנים את ביצועי ההשקעות של חסכונותיהם באפיק החיסכון ארוך הטווח יגלו שהתשואות החיוביות נבעה מהחשיפה המוגברת לשווקי חו"ל וחשיפה למט"ח.

תחזית הכלכלנים כפי שהוצגה במכתב הכלכלנים המופנה לממשלת ישראל הולכת ומתגשמת. קידום הרפורמה המשפטית בחוסר הסכמה יגרום לכלכלת ישראל להיכנס להאטה הולכת וגוברת אשר את נזקיה ייקח שנים לתקן.

ברצוני לחדד שהסיכון מהרפורמה המשפטית אינו הסיכון היחיד, סיכונים מרכזיים נמצאים בתקציב המדינה אשר מהווה מכשול משמעותי לצמיחה גבוהה.

אין מדובר על התקציב בלבד אלא על התנהלות לא מקצועית של משרד האוצר ומשרדי הממשלה הנוספים. משרד האוצר מפרסם תחזית גרעון ממשלתי אשר מנותקת לחלוטין מהמציאות ועומדת בסתירה לכל תחזית של גוף מקצועי עצמאי.

ההאטה המתגברת מחריפה את הירידה בתשלומי המיסים ושר האוצר מדגיש בדבריו את הרזרבות מגביית המיסים משנה שעברה. שנת 2022 הסתיימה בעודף תקציבי, (ארוע שקורה אחת לשנים ארוכות ויוצאות דופן) ואף חברת Fitch אשר השאירה את דירוג האשראי של מדינת ישראל באותה רמה לעת זו, התייחסה לתחזית לפיה הגירעון לשנת 2025 כבר צפוי להיות 4%.

הועדה ליוקר המחיה אשר הוקמה לאחרונה, נמצאת בתהליכי



ישראל ותשתית פיננסית חיונית להנעת המשק המקומי" אציין שלאורך שנים אני קורא את הפרסומים של יניב פגוט, (עוד טרם החל בעבודתו בבורסה) ואני מעריך אותו כאיש מקצוע איכותי ובעל מוניטין. יחד עם זאת אני חולק עליו בנושא התבטאות זו ותקוותי שקריאתו לא תמצא אוזן קשבת במשרד האוצר.

ניסיון לרתום את חסכוניות הציבור להשקעה במשק שבו קברניטי הכלכלה והממשל אינם אחראיים, יגרום לחוסר אמון ומשבר פיננסי פוטנציאלי. מוטב שוועדות ההשקעה של הגופים המוסדיים יקבלו החלטות השקעה באופן אובייקטיבי לפי פוטנציאל הסיכון והסיכוי. קראתי בכותרת כתבה זו, לקוות לטוב, וזאת בשעה שתוכן הכתבה עוסק רק בנושאים שלילים. ובכן התקווה שלי הנה שהסיכונים עליהם דיברתי בכתבה יהיו יותר ויותר ברורים לציבור הרחב וכתוצאה מכך חברי הקואליציה יעשו חשיבה מחדש על המסלול אלינו או צועדים. הימים הנוראים הקרבים אלינו הנם מועד נח למחשבות בנושא.

מעבר לכך חשוב לציין שלאחר שנים רבות, המשקיעים הסולידיים נהנים מעליית הריבית והזדמנויות ההשקעה בתחום החוב הסחיר צפויות לספק רוח גבית לתשואות משופרות בשנים הקרובות (הן בישראל והן בעולם).

אסיים באיחולים לשנה טובה, פיוס לאומי וקצת שקט.

נמוכה, המדינה תשלם את חובותיה בזמן, אך איכות החיים של האזרחים תדרדר. הפגיעה המידית הנה בשירותים הציבוריים אשר יהיו פחות טובים ובנגישות נמוכה יותר. מבחינה חברתית הדבר מוביל לעלייה בחוסר השוויון ופער הולך ומתרחב בין עשירים לעניים.

ההאטה הכלכלית משפיעה על הבורסה המקומית, לא רק במחזורי מסחר שיורדים, אלא בעיקר בחוסר היכולת של חברות לפתח עניין ולגייס הון מהציבור. לכך יש השפעה על הצמיחה הכלכלית.

הופתעתי לאחרונה לקרוא בבלוג אתר הבורסה את דברי יניב פגוט - סמנכ"ל בכיר ומנהל מחלקת מסחר, מדדים ונגזרים:

"מסלולי החיסכון ארוך הטווח נהנים מהטבות מס גדולות של מדינת ישראל מתוך מטרה חשובה מעין כמותה לתמרץ חיסכון לעת פרישה. בנתונים הנוכחיים, ייתכן שראוי לשקול את ביטול הטבת המס על מסלולי חיסכון טווח ארוך לאלו המשקיעים את מלוא הכספים המושקעים בהם במדד S&P500 על מנת להחזיר את האיזונים והבלמים לחברות המנהלות לנו את הכסף. לתפישתי, אין שום סיבה שבעולם לתמרץ השקעות בחברות הגדולות בעולם וראוי לתמרץ השקעות כחול לבן בחברות המעסיקות את הישראלים ופועלות במדינה בה אנו חיים, בבורסה של ישראל, שהיא כאמור בראשית דבריי, מהסמלים הבולטים של כלכלת



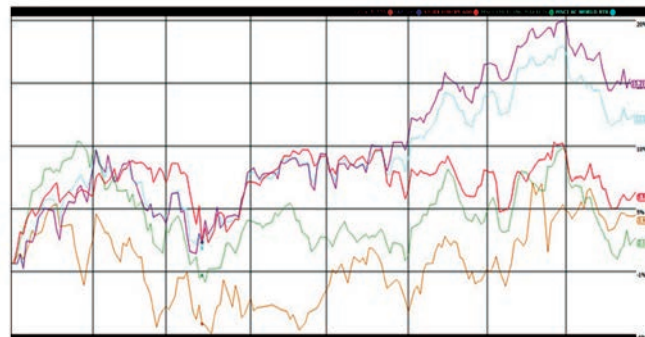
סקירת שווקים ספטמבר 2023

המצב הכלכלי והנתונים הכלכליים מצדיקים ריבית גבוהה לאורך זמן. כל עוד שוק העבודה חזק והשכר הריאלי עולה, האינפלציה מהווה איום. במצב זה, הבנק המרכזי האמריקאי ימשיך לנסות להחליש את הכלכלה האמריקאית ואת שוק העבודה כדי להחזיר את האינפלציה לטווח היעד של 2%. אינדיקטורים מקדימים, כגון: היפוך עקום התשואות, הידוק בתנאים הפיננסים והיחלשות פעילות ייצור, הינם סימני אזהרה לקראת האטה כלכלית צפויה ב-12-18 חודשים הקרובים. להערכתנו המיתון נדחה ולא נמנע. כפי שצינו בעבר, מאז מלחמת העולם השנייה לא היה מחזור של עליות ריבית שלא הביא להאטה משמעותית בכלכלה ואין סיבה שזה יהיה שונה הפעם.

אירופה. הכלכלה האירופאית צמחה ב-0.3% ברבעון השני לאחר רבעון ראשון שבו לא היתה צמיחה כלל. שוק העבודה הדוק, שיעור האבטלה נמוך והשכר בעלייה. עם זאת, נראה שהכלכלה מתחילה להתכווץ תחת הלחץ של עליות הריבית ורואים ירידה חדה באשראי למשקי הבית ולסקטור הפרטי. זאת, בנוסף להצטמצמות מגזר הייצור ומומנטום שלילי במגזר השירותים, מובילים להערכה שהכלכלה תיחלש ברבעונים הקרובים. האינפלציה התמתנה לשיעור של 5.3% וסביר להניח שעם האטה בצמיחה האינפלציה תרד לרמה של כ-3%. הבנק המרכזי העלה את הריבית על פיקדונות לרמה של 3.75% ביולי וצפוי להמשיך להעלות את הריבית בעוד כ-0.25% ולהשאירה ברמה גבוהה, על מנת שתשפיע על האינפלציה. גם באירופה לא צופים הורדות ריבית עד 2024.

סין. ההתאוששות הכלכלית בסין מאכזבת. ירידה רוחבית בפעילות הנובעת מחולשה בצריכה, משבר בשוק הנדל"ן וירידה בסחר (חולשה ביצוא וביבוא). חשש לגבי כושר הפירעון של חברות במגזר הנדל"ן וחשש מהידבקות מערכת בנקאות הצללים, הוסיפו לאי הוודאות הגבוהה. מדיניות התמריצים עד כה היתה לא מספקת וכללה בעיקר הורדות ריבית (לרמה הנמוכה של 2.5%) והורדת יחס רזרבה. ההערכה הינה, שממשלת סין תנקוט במדיניות תמריצים מוניטרית, פיסקאלית ורגולטורית מקיפה, במטרה לחדש את ההתאוששות והצמיחה של הכלכלה. המשך חולשה בסין תפגע בצמיחה של הכלכלה העולמית.

נתוני מאקרו חיוביים ופעילות כלכלית חזקה מהצפוי, לצד התמתנות האינפלציה והערכה שניתן להימנע ממיתון, תמכו בסנטימנט חיובי בשווקי המניות והאג"ח הגלובליים. שווקים אלו היו חיוביים מתחילת השנה וזאת על אף העלאות ריבית אגרסיביות ע"י הבנקים המרכזיים. לאחר ביצועים חזקים ביולי, השווקים ירדו באוגוסט כתוצאה מספקות לגבי סיום מחזור העלאת הריבית וחשש שהעלאות נוספות אכן תיפגענה בצמיחה. שווקי המניות והאג"ח הישראלי הניבו ביצועי חסר משמעותיים ביחס לשווקים בחו"ל והושפעו במישרין מהמהלכים שהובילה הממשלה - ההפיכה המשפטית, ההתנגדות לה, מבנה התקציב ומההשלכות על החברה הישראלית ועל הכלכלה היום ובעתיד.



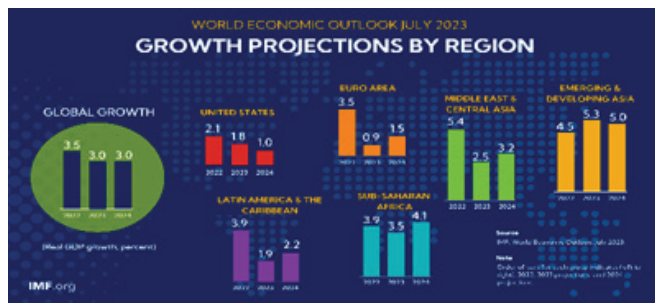
מקור: ביזפורטל

פתרון למשבר תקרת החוב בארה"ב ופעולה אקטיבית וחזקה של הבנקים המרכזיים על מנת להימנע ממשבר במערכת הבנקאות בארה"ב ושוויץ הורידו את הסיכונים לתחזית הצמיחה, אבל הסיכונים לצמיחה עדיין משמעותיים. במרבית הכלכלות המפותחות האינפלציה התמתנה, אך עדיין גבוהה מהיעד. רב הכלכלות מאטות ונמצאות בסיכון ממדיניות מהדקת אגרסיבית של הבנקים המרכזיים.

ארה"ב. הכלכלה האמריקאית הפגינה חוסן משמעותי למהלך האגרסיבי של העלאות הריבית ע"י הבנק המרכזי. שוק עבודה חזק מאוד ושיעור צמיחה גבוה יחסית הביאו לירידה בהערכות למיתון. התוצר המקומי הגולמי של ארה"ב צמח ב-2.4% ברבעון השני, שזהו רבעון רביעי ברציפות שהכלכלה התרחבה למעלה מ-2%.

הבנק המרכזי המשיך להעלות את הריבית בארה"ב שעומדת על 5.25-5.5%, ריבית גבוהה מזה 22 שנים. בעקבות כך, האינפלציה התמתנה בארה"ב לכיוון 3.0% משנה לשנה, משיא של 9.1% ולא רחוק, אך מעל היעד של הבנק המרכזי, שעומד על 2%.

עד לחדש אוגוסט השוק האמין שהפד הצליח להגדס נחיתה רכה לכלכלה האמריקאית, ולהימנע ממיתון למרות העלאות הריבית האגרסיביות, לצד השתלטות על האינפלציה. בחדש אוגוסט החל ספק לגבי ההערכה זו.



מקור: קרן המטבע העולמית.

של 2.9% ברבעון הראשון. ע"פ הערכות בנק ישראל הכלכלה צפויה לצמוח בשיעור של כ-3% בכל אחת מהשנים 2023 ו-2024. בנק ישראל הותיר את שיעור הריבית ביולי על 4.75%, לאחר שהעלה את הריבית בשיעור של 1.5% במחצית הראשונה של השנה על מנת להתמודד עם האינפלציה. האינפלציה עומדת על 2.6% מתחילת השנה ועל 3.3% ב-12 חודשים האחרונים ונראה שקצב האינפלציה מתמתן. שוק העבודה חזק ושיעור האבטלה נמוך ועומד על 3.4%. על פניו הנתונים הכלכליים יציבים. עם זאת, ניתן לראות את ההשפעה של עליית הריבית על הכלכלה. עליית הריבית מגדילה משמעותית את נטל החוב של החברות ושל משקי הבית ועם הזמן פוגעת בצריכה הפרטית, ברווחי החברות ובהשקעות. בנוסף אנו רואים השפעה ישירה שתלך ותתעצם ככל שהחקיקה תימשך וככל שתימשך הפגיעה בסביבה העסקית בישראל.

הכיוון של הכלכלה המקומית יושפע מהמגמה בכלכלה העולמית, מהשפעת עליית הריבית ומהתפתחות בשוק המקומי בתחום החקיקה. אנו צופים השפעה שלילית על הכלכלה כתוצאה מהשינויים בחקיקה וכתוצאה מהקרקע החברתי שנוצר וצופים שיהיה משבר עמוק לפני שהמצב ישתפר. אנו מעריכים ששינויים החקיקתיים ילוו בעלייה נוספת בפרמיית הסיכון של המשק, המשך פיחות השקל (שנחלש בכ-8% מול הדולר ו-9% מול היורו מתחילת השנה), פגיעה ביצוא, ירידה בהשקעות המקומיות ובצריכה הפרטית. כבר עכשיו, אנו רואים ירידה חדה של השקעות הון בתחום ההייטק לקצב שנתי של כ-8 מיליארד דולר בהשוואה ל-26 מיליארד דולר בשנת 2021 ו-16 מיליארד דולר בשנת 2022. כמו כן ניתן לראות ירידה בהכנסות המדינה ועלייה בגירעון כתוצאה משילוב של ריבית גבוהה, שפגעה במגזר הנדל"ן בפרט ובהשקעות בכלל, בשילוב עם פגיעה בסביבה העסקית וירידה בהשקעות. גם אם בטווח הקצר הרפורמה והחקיקה המאסיבית ייעצרו והשווקים יירגעו, בשל תמהיל האוכלוסייה הדמוגרפי, אנחנו לא אופטימיים לגבי הטווח הארוך. **אנו רואים פגיעה בצמיחה בטווח הארוך, כתוצאה ממדיניות והחלטות הממשלה ביחס להעברת התקציבים וליישומים שאינם מעודדים גידול בפריז, תעסוקה וצמיחה.**

שוק המניות

ארה"ב מדד ה-S&P500 עלה בשיעור של כ-16% ומדד הנאסדק 100 עלה בשיעור של 30% מתחילת השנה. שוק המניות בארה"ב הניב תשואות גבוהות מאוד בהובלת מספר מצומצם של מניות טכנולוגיה גדולות, הקשורות בפיתוח בינה מלאכותית ואחראי על שיעור ניכר מעליות המדד. אם מנטרלים את התרומה של מניות אלו, עליית המדד עמדה על שיעור חד ספרתי נמוך.

עונת הדוחות של הרבעון השני היתה פחות גרועה מהצפי ורווחי חברות מדד ה-S&P500 ירדו בכ-3% ברבעון השני. ע"פ ממוצע תחזיות האנליסטים הרווחים (Fact set), צפויים לצמוח בכל שנת 2023 בכ-2.2% ובשנת 2024 בכ-1.2%. הערכות אלו נראות אופטימיות מדי. גם תחת הערכות אופטימיות אלו, מדד המניות נסחר במכפיל 20, מכפיל המגלם תשואה צפויה עתידית של כ-5%. תשואה זו נראית נמוכה ואינה מפצה על הסיכון הכרוך באפיק זה בהינתן האיומים על הכלכלה. גם בהשוואה לתשואת אג"ח ממשלתית ל-10 שנים, אשר עומדת על תשואה שנתית של 4.22%, פרמיית הסיכון באפיק המניות נמוכה מדי ונעדיף השקעה באגרות חוב על פני השקעה בשוק המניות. **תמחור המניות גבוה ולא משקף את הסיכונים לצמיחה הכלכלית**

בעוד שתשואת האג"ח גבוהה, מציבה אלטרנטיבה להשקעה במניות בהינתן סיכונים השוק. במסגרת ההשקעה במניות העדפה לחברות בעלות חוב נמוך ורווחיות יציבה, שמראות ביצועים טובים יותר בתקופות של האטה. **אירופה.** השוק האירופאי עלה מתחילת השנה בכ-6%. השוק האירופאי נסחר במכפיל 12 המגלם תשואה צפויה של כ-8%. התמחור בשוק זה נמוך משמעותית מתמחור השוק האמריקאי, אך גם מצב הכלכלה פחות טוב, כאשר הרווחים צפויים לרדת ברבעונים הקרובים. לאור היחלשות הכלכלה בסין והמשך מדיניות הדוקה באירופה לאורך זמן, על אף התמחור הנמוך, אנו מותירים את ההקצאה לשוק זה במשקל נייטרלי.

שווקים מתעוררים. השינוי בהערכה לגבי כיוון הריבית והערכה שהריבית תישאר גבוהה למשך זמן ארוך מהצפי בשווקים מפותחים, בנוסף לביצועי החסר של שווקי המניות בסין פגעו במניות השווקים המתעוררים ואיפסו את הביצועים מתחילת השנה. מניות בשווקים אלו נסחרות במכפיל נמוך יחסית, המגלם תשואה של כ-8%. בחלק גדול מהשווקים המתעוררים הבנקים המרכזיים הצליחו לרסן את האינפלציה וחלקם מתחילים במדיניות מקלה, מה שיכול לתמוך בהשקעה בשווקים אלו. בנוסף, הכרזה בסין על מדיניות תמריצים רחבה עשויה להביא לריבאונד במחירי המניות. על אף התמחור הנמוך, בשל רמת אי וודאות גבוהה, החשיפה לשווקים אלו תישאר מוגבלת.

ישראל. שוק המניות הישראלי הניב ביצועי חסר ביחס לשווקי המניות בעולם ומדד ת"א 125 עלה בשיעור של כ-3% מתחילת השנה. בניגוד לשנה שעברה בה נתנו משקל יתר לשוק המקומי, החל מתחילת השנה הורדנו את החשיפה לשוק זה, מתוך הערכה שהשינויים שמנהיגה הממשלה ייפגעו בכלכלה המקומית. בשלב זה, אין אנו משנים את ההקצאות לשוק המקומי, על אף שתמחורו הכלכלי אינו יקר ובמידה ותהייה עצירה של החקיקה נראה ריבאונד חיובי. אנו רואים פגיעה בכלכלה המקומית בטווח הארוך לא רק בגלל ההשלכות של המהפיכה המשפטית, אלא גם בגלל הקצאת המקורות והתקציבים באופן שאינם תומכים בפיריון או בצמיחה כפי שמשקף בתקציב האחרון ובחלוקת העודפים ואנו לא רואים כיצד זה משתנה בשנים הקרובות.

בשוק המקומי ההעדפה לחשיפה דפנסטיבית לחברות גדולות, בעלות מינוף פיננסי מוגבל ואיתנות פיננסית גבוהה.

שוק האג"ח והמט"ח

לאור ההתפתחויות בישראל ועליית ההסתברות לתסריט קיצון שיגרור היחלשות של השקל, אנו חושבים שיש מקום להחזיק שיעור גבוה מאשר בעבר של מט"ח, כהגנה מפני הדרדרות הכלכלה המקומית. אנו לוקחים בחשבון את רזרבות המט"ח הגבוהות והאפשרות להתערבות של בנק ישראל במסחר במט"ח וכן את האפשרות שהעניינים יירגעו ויביאו לרגיעה ולהיחלשות המט"ח. להערכתנו, שער המטבע הינו הדרך האפקטיבית להתגונן מפני תסריט קיצון זה מחיר הסיכון. כחלק מההגנה, על תיק ההשקעות יש לשלב אגרות חוב זרות, גם אם מנטרלות מטבע בתיק (לחוששים מסיכון המט"ח) על מנת להגדיל את ההקצאה לנכסים שאינם מושפעים מהכלכלה הישראלית.

אג"ח ממשלתי ארה"ב. התנודתיות בשוק האג"ח הממשלתי בארה"ב המשיכה לתוך הרבעון השני ולאורך השנה. בניגוד לתחילת השנה, אז היו גופים שהעריכו שהריביות תרדנה לקראת סוף 2023, הנתונים הכלכליים

סקירת שווקים ספטמבר 2023

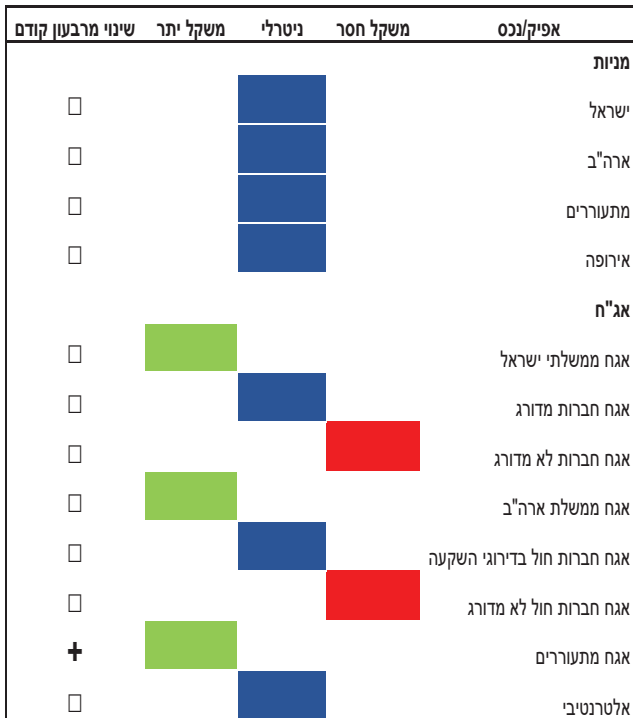
המשך מעמ' קודם <<

סיכום:

בתקופה של אי וודאות גבוהה איננו רואים מקום לקחת סיכונים, יש מקום להקפיד על פיזור גבוה ושמירה על ההון. סביבת הריבית הגבוהה מאפשרת לקבל תשואות גבוהות באפיקים בהם הסיכון מוגבל יחסית ואין "מחיר" או ויתור על תשואה בשל נקיטת עמדה דפנסיבית. החל מתחילת השנה בשל אי הוודאות והסיכון בשוק המקומי, ביצענו הטיה לשווקי חו"ל, הגדלנו את משקלם על חשבון השוק הישראלי ואנו ממשיכים לשמור על הטייה זו. לאור הסיכון שאנו רואים גם בשוק המניות בחו"ל, בעיקר בארה"ב, ותמחורו הגבוה, לצד אטרקטיביות של שוק האג"ח, אנו מעדיפים להשקיע ולשלב אג"ח חו"ל מנוטרל או חשוף מטבע חוץ על חשבון מניות. אנו לא נמצאים בהקצאה מלאה במניות, שבהן התמחור אינו מפצה על הסיכון ונותנים משקל יתר לאג"ח, עם דגש (בעיקר בחו"ל) על אג"ח ממשלתיות. בתחום החוב בארץ ובחול, אנו מעדיפים להתמקד בחוב באיכות אשראי גבוהה בחברות חזקות עם מינוף נמוך.

אנו עדיין רואים מקום לשלב חוב פרטי שאינו סחיר ברמת ביטחון גבוהה לטובת פיזור מקורות התשואה והקטנת התנודתיות, אם כי בשיעורים נמוכים מאשר בעבר, לאור התשואות שניתן לקבל באפיק הסחיר. קבלת החלטות השקעה והקצאת נכסים צריכה להיות מבוססת על סמך תמחור הנכסים בהתאם למאפייני כל לקוח בבחינת מטרות ההשקעה, מידת שנאת הסיכון ולא מושפעת מתנודתיות השוק.

תחזית ארוכת טווח אפיקי השקעה



הנתונים נכונים לתאריך 28.08.2023

תומכים בהמשך מדיניות מהדקת לאורך זמן, עם הסתברות לעליית ריבית נוספת בספטמבר או נובמבר, כאשר הורדות ריבית צפויות רק לקראת המחצית השנייה של 2024. הערכה זו, הביאה לעלייה משמעותית בתשואות בשוק אגרות החוב גם לטווח הבינוני והארוך. אג"ח ממשלת ארה"ב לעשר שנים נסחרת בתשואה של 4.22%, כאשר אג"ח לתקופות קצרות (עד חצי שנה) נסחרות סביב 5% וסביב 5.5% לתקופה של שנתיים. כתוצאה מעליית הריבית, התשואות אטרקטיביות במונחים אבסולוטיים, בנוסף לגורם הדפנסיבי בסביבה תנודתית. נראה שאנו נמצאים לקראת סוף מחזור העלאות הריבית ועל כן, ככל שהתשואות לטווחים הארוכים עולות, כך אנו נאריך את מח"מ תיק האג"ח, על מנת להתכונן להורדת הריבית.

אג"ח חברות מדורג: אג"ח חברות מדורג נסחר בתשואה של 5.77%, המגלמת מרווח של כ-1.2% מעל הממשלתי. המרווחים לא התרחבו על אף הלחץ על רווחי החברות כתוצאה מעליית הריבית ועלית השכר, ועל אף ההאטה הצפויה והריבית הגבוהה, המעלות את רמת הסיכון. התשואה האבסולוטית גבוהה ותומכת בהשקעה באפיק זה, אם כי המשקל שניתן לאג"ח הממשלתי גבוה יחסית. במידה והמרווחים יתרחבו נקטין את משקל האג"ח הממשלתי ונגדיל את אפיק זה.

אג"ח חברות לא מדורג High Yield: שוק אג"ח הלא מדורג בחו"ל הניב ביצועי יתר מתחילת השנה ועלה בכ-6%. מדד זה נסחר בתשואה של 8.6% המגלם מרווח (פרמיית סיכון) של 3.92%. העלאות הריבית האגרסיביות הביאו לעלייה בשיעורי חדלות הפירעון משיעור של 1.5% לשיעור של 2.5% וכן לעלייה בשיעור הורדות הדירוג במחצית הראשונה של השנה. למרות זאת, מדד זה נסחר בפרמיית סיכון נמוכה מהממוצע, שעומד על 4.4%. ריבית גבוהה לאורך זמן תעיק על מאזני החברות ועל יכולת החזר חוב, תביא לעלייה בשיעורי הדיפולט ולהמשך הורדות דירוג. מיעוט הנפקות ותשואה אבסולוטית גבוהה תומכים במרווח המוגבל, אך עם זאת אנו רואים מקום להשקיע באפיק זה באופן מוגבל בלבד.

אג"ח ממשלות שווקים מתעוררים נקוב דולר: המדד נסחר בתשואה של 7.93% ומרווח של כ-3.5% מעל ממשלת ארה"ב לתקופה דומה. פרמיית הסיכון גבוהה ואטרקטיבית לשילוב אפיק זה באופן מוגבל וכפיזור בתיק. **ישראל ממשלתי:** על אף שייכת ונמצאים לקראת סוף מחזור העלאות הריבית, היחלשות השקל בהסתברות לא מבוטלת ועליית פרמיית הסיכון של מדינת ישראל, אנו נמנעים להשקיע לטווחים ארוכים באגרות החוב הממשלתיות ומשקיעים במח"מים קצרים.

אג"ח חברות ישראל: מדד התל בונד 60 עלה השנה ב-3.65%, נסחר בתשואה של 2.7%, המגלמת מרווח של 1.5%. מרווח זה, המוגדר גם כפרמיית סיכון, נמוך משיעורו בתחילת השנה, אם כי היה גבוה יותר במהלך השנה והתמתן. על פניו, שוק אג"ח החברות אטרקטיבי מאוד. לאור פרמיית סיכון המוגבלת והחשש מפני העלאות ריבית נוספות, עלייה בפרמיית הסיכון והתרחבות המרווחים כתוצאה מכך, אנו מעדיפים להתמקד בחברות בעלות בסיס כלכלי איתן, איכות אשראי גבוהה ומינוף נמוך לצד בחירה סלקטיבית של תיק האג"ח. משיקולי פיזור סיכונים גם בתיקים שיקליים נבצע פיזור לטובת אג"ח חול מנוטרל מטבע.

WHO SAYS WEALTH MANAGEMENT IS JUST ABOUT MONEY?

How we invest today
is how we live tomorrow.

juliusbaer.com



Julius Baer Financial Services (Israel) Ltd. 46 Rothschild Blvd., Tel Aviv, T +972 (0)3603 9111
Julius Baer Financial Services (Israel) Ltd. (JBFS) is licensed by the Israel Securities Authority to provide its clients with investment marketing and portfolio management services in Israel and overseas. JBFS also acts, under a permit issued by the Bank of Israel, as the representative office in Israel of Bank Julius Baer & Co. Ltd. (Bank). The Bank, and JBFS's activities as a representative office, are supervised by the Swiss regulator and are not subject to the supervision of the Supervisor of Banks at Bank of Israel.

Julius Bär
YOUR WEALTH MANAGER



מדור חוק ומשפט

AK
ALON KAPLAN
ADVOCATE & NOTARY

ד"ר אלון קפלן, עו"ד



החופש לצוות

או הגיון. עם זאת קובע חוק הירושה כי יש לדאוג ליורשים קטינים או יורשים עם צרכים מיוחדים והם יהיו זכאים לקבל תמיכה כלכלית מהעזבון.

בעניין זה, סעיף 33 של החוק קובע כי כאשר בין היורשים יש קטין, פסול דין ואדם אחר שאינו יכול דרך קבע או דרך ארעי לדאוג לענייניו, יחולו כללים לדאוג להם מתוך כספי העזבון.

לעומת העיקרון של חופש לצוות בשיטת המשפט בישראל, קיימת שיטה אחרת בארצות הקרויות "קונטיננטליות" שבהן כלולות צרפת, גרמניה, ספרד, ומדינות אחרות ששיטת המשפט שלהן שונה משיטת המשפט האנגלו-אמריקאי.

השיטה הזאת מכונה: "ירושה כפויה" או "ירושה משורינת".

ירושה כפויה

"ירושה כפויה" היא מושג משפטי הקיים במדינות שונות באירופה ונועד לשמור על זכויותיהם של בני משפחה מסוימים לרשת חלק

מבוא:

נושא הורשת נכסים נמצא לעתים קרובות בכותרות של עיתונים והמדיה. לעתים קרובות אנו קוראים על "מלחמות ירושה" המתנהלות בין בני משפחה-אחים תובעים אחים, הורים תובעים ילדיהם ובני זוג מתדיינים עם יתר בני המשפחה של המנוח. בדרך כלל ניתן להימנע מסכסוכים של ירושה אם דואגים להכין צוואה שתקבל תוקף משפטי בהליך הירושה - "צו קיום צוואה".

עזבון וירושה בישראל כפופים לחוק הירושה. סעיף 2 לחוק קובע כי היורשים הם מי שנבקעו כיורשים על פי דין אלא אם המוריש קבע יורשים בצוואתו. החוק אינו קובע כל מגבלה על המוריש בבואו לעשות צוואה למעט הדרישה כי המוריש יהיה כשיר לעשות כן. בעניין זה קובע סעיף 26 לחוק כי "צוואה שנעשתה על ידי קטין או על ידי מי שהוכרז פסול-דין או שנעשתה בשעה שהמצווה לא ידע להבחין בטיבה של הצוואה - בטלה".

חופש הציווי:

חופש הציווי הוא עיקרון יסוד בחוק הירושה בישראל. החוק קבע כי מי שעשה צוואה זכאי לבטל אותה או לשנות אותה בכל מועד שיבחר ומכל סיבה שהיא. חופש הציווי נידון ונקבע בפסק דין של השופט חשין:

"אם יש עקרון - תשתית-אם תרצו : עקרון על-במשפט הירושה, אין הוא אלא העיקרון המורנו כי אדם, כל אדם, קונה חופש לצוות מה ייעשה בעיזבון, והעיקרון הנגזר ממנו ולפיו מצויים החיים לקיים את דברי המת ורצונו. החופש לצוות והמצווה לקיים את רצון המת - שני עבריה של אותה מטבע-השניים כאחד נגזרים מכבוד האדם ומן האוטונומיה האישית הנגזרת מן הכבוד".

בעולם המשפט קיימות שתי שיטות עיקריות המתייחסות לחופש לצוות על הורשת נכסים. חוקי הירושה במדינות שונות קובעים כללים ברורים לגבי זכויות של יורשים לפי דין(הוראת חוק), אולם ניתנת למוריש הזכות לחרוג מכללי חוק הירושה ולהוריש את נכסיו כפי שיחפוץ. זאת ניתן לעשות בצוואה. נשאלת השאלה האם חפשי המוריש לקבוע בצוואתו מי יהיו יורשיו ולמי יוריש את נכסיו או שיש מגבלות בעניין?

כאמור לעיל בשיטת המשפט של ישראל קיים הכלל של חופש הצוואה וכלל זה קיים גם בשיטה האנגלו-אמריקאית. בשיטה זאת פרט למקרים חריגים הקבועים בחוק, ניתנת למוריש זכות לצוות כרצונו ולקבוע מי יהיו יורשיו גם אם לכאורה הוראותיו נוגדות "צדק"



ג. אכיפה משפטית: במדינות רבות באירופה, כללי ירושה כפויה נאכפים באופן פעיל על ידי המערכת המשפטית. אם יורש סבור שזכאותו החוקית הופרה, הוא יכול לערער על הצוואה או על חלוקת העיזבון בבית המשפט. בדיון שיתקיים יבחן בית המשפט את הנסיבות וייתכן שיתאים את החלוקה בהתאם לחוקי הירושה הכפויה.

התמודדות עם שתי השיטות הנ"ל נעשית מורכבת כאשר מדובר על ירושות שנכסי העיזבון שלהם נמצאים במדינות שונות. כדוגמה: עולה חדש מצרפת שעבר לגור בישראל ומחזיק בנכסים שונים בישראל ובצרפת. כללי הירושה שונים ונוצרים מצבים משפטיים מסובכים כאשר יש התנגשות בין שתי שיטות המשפט.

משפט בינלאומי פרטי

חשוב לציין כי ברוב מדינות בעולם לצוואה יש "תוקף טריטוריאלי" בלבד וגם אם הצוואה תאושר בישראל יהיה צורך לאשר אותה שנית במדינה אחרת בה נמצאים חלק מנכסי העיזבון. להמחשה: לעתים יש צורך בהליכי ירושה או קיום צוואה כאשר המוריש הוא תושב חוץ או כאשר נכסי העיזבון של מנוח בישראל נמצאים מחוץ לישראל. בנושא זה יש מערכת של כללי משפט וקיימת אפשרות שכללי המשפט שיחולו על הצוואה בישראל (החופש לצוות) יהיו שונים במדינת חוץ בה נמצאים נכסים של העיזבון כגון צרפת ששם יחולו הכללים של ירושה כפויה. כללים אלה יוכלו להעניק זכויות ליורש שהודר מהצוואה שנעשתה בישראל.

סיכום

כאשר אדם מתכנן את חלוקת עזבונו בדרך של צוואה חשוב לבדוק את כללי הירושה והצוואה שיחולו על עזבונו במקום מושבו או במקום בו נמצאים נכסיו וחשוב שיתיעץ עם אנשי מקצוע כדי לפעול בדרך שתוכר בחוקים הרלבנטיים של מדינות שונות



מעזבונו של אדם לאחר מותו. כללי הירושה הכפויה משתנים ממדינה למדינה, אך בדרך כלל מטרתם להבטיח שבני משפחה קרובים, כגון ילדים או בני זוג, יקבלו חלק מסוים מנכסי העיזבון של הנפטר, ללא קשר להוראות שנקבעו בצוואתו של המנוח. היישום של כללי ירושה כפויה עשוי להשתנות בהתאם למדינה בה נמצא העיזבון.

להלן כמה כללים בנושא:

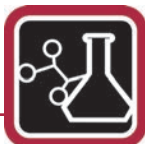
זכאות סטטוטורית: חוקי ירושה כפויה מציינים בדרך כלל מי הם בני משפחה הזכאים לחלק בעיזבון. בדרך כלל, ילדים נחשבים ליורשים כאלה, בעוד שבני זוג עשויים להיכלל או לא, תלוי במדינה. מדינות מסוימות מרחיבות ירושה כפויה לקרובים אחרים, כגון הורים או אחים.

א. חלק "משוריין": חוקי ירושה בכפייה מגדירים חלק משוריין, המכונה גם חלק חוקי או חובה. זהו החלק המינימלי בעיזבון שיש לשמור ליורשים הזכאים. גודל החלק השמור יכול להשתנות, אך לרוב מדובר בחלק קבוע מהעיזבון או בנכס מסוים מתוך העיזבון.

ב. הגבלות על הורשה: חוקי ירושה הכפויה מגבילים בדרך כלל את יכולתו של אדם לנשל את יורשיו מעזבונו. גם אם צוואה תנסה להדיר יורש או להפחית את חלקו, החוק עשוי להתערב כדי להגן על זכויותיהם. המוריש (העורך את הצוואה) נדרש לספק סיבה מוצדקת לביטול הירושה של יורש, כגון התנהגות בלתי הולמת חמורה או הזנחה של התחייבויות משפחתיות.

ד"ר אלון קפלן, מחבר הספר: נאמנות בישראל - הלכה למעשה, הוצאת הלכות בע"מ, רחוב ז' בחשוון 6, רמת השרון 4722006, להזמנות - טלפון: 03-5490545, דוא"ל dror@halachot.net, פקס: 03-5492687

ד"ר אלון קפלן, עו"ד, נשיא STEP ישראל, אגודת הנאמנים הבינלאומית, וחבר האקדמיה הבינלאומית לנאמנויות והון משפחתי. אלון חבר בלשכת עורכי הדין בישראל מ-1970 - בניו יורק מ-1990 ופעל כעורך דין בפרנקפורט משנת 2010 עד שנת 2022. בין מייסדי STEP ישראל, שימש כיו"ר הסניף בישראל וכיום מכהן כנשיא הארגון בישראל. הרצה בפקולטה למשפטים של אוניברסיטת תל אביב בלימודי תואר שני ומתאם קורס הדיפלומה של STEP בישראל. אלון שימש כיועץ לוועדה למיסוי נאמנויות של רשות המיסים, עורך ספרים בנושאי נאמנות ופרסם מאמרים רבים בתחום הנאמנות והטיפול בהון המשפחתי בכתבי עת מובילים בעולם. אלון חבר במועצת הנאמנים של ארגון IMPACT המעניק מלגות לימוד לחיילים משוחררים יוצאי יחידות קרבות וחבר והמועצה הבינלאומית של מכון וייצמן.



מדור טכנולוגיה ומדע

ד"ר מאיר פינקל ופרופ' ארז בן יוסף - אוני' תל אביב



TEL AVIV אוניברסיטת תל אביב
UNIVERSITY



מסע בזמן בעקבות מסעות האדם הקדום

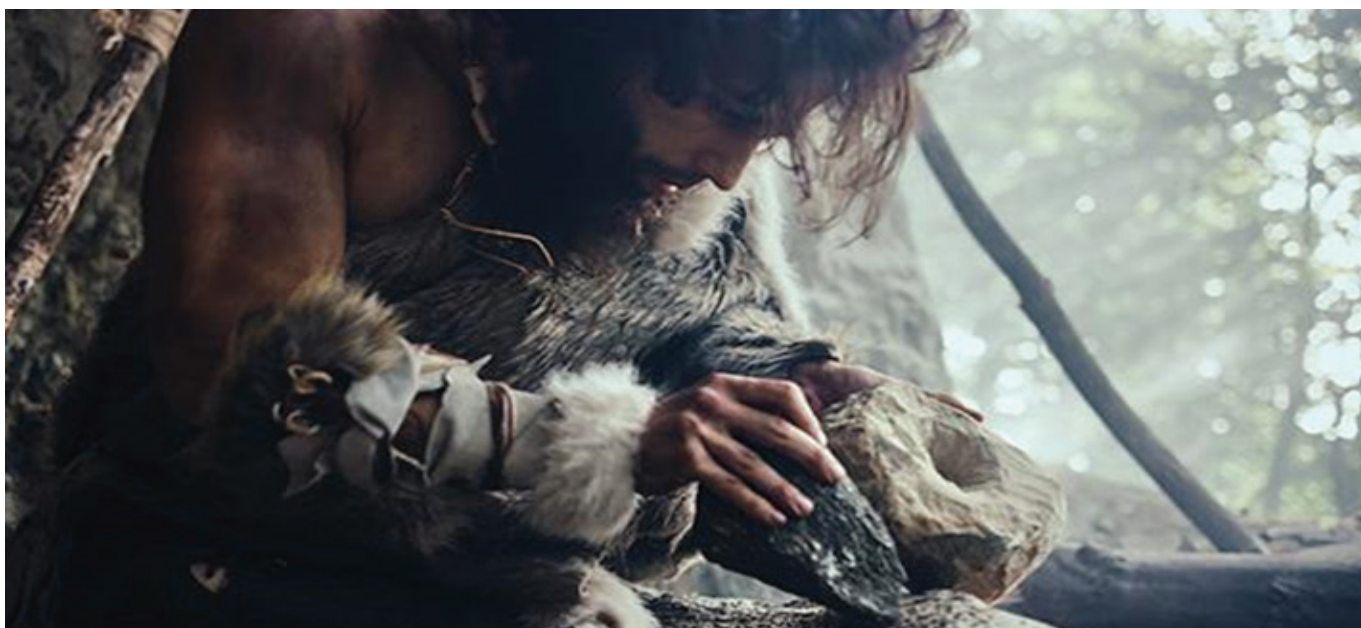
האנשים שחיו בעמק החולה לפני מאות אלפי שנים ערכו מסעות ארוכים כדי להשיג חומר גלם איכותי לייצור אבני יד

הממצאים מעידים על יכולות חברתיות וקוגניטיביות גבוהות של האדם הקדום. "הוא הכיר את סביבתו ואת המשאבים הזמינים בה, השקיע מאמץ ניכר כדי להשיג את חומר הגלם האיכותי הנדרש, תכנן וביצע לצורך זה מסעות למרחק גדול, ואף העביר את הידע החיוני מדור לדור".

"האולר השוויצרי" של האדם הקדום

המחקר הובל על ידי ד"ר מאיר פינקל מהחוג לארכיאולוגיה ותרבויות המזרח הקדום ע"ש יעקב מ. אלקוב, ופרופ' גונן שרון מהמכללה האקדמית תל-חי, בשיתוף עם פרופ' ארז בן יוסף גם הוא מהחוג

מחקר חדש של אוניברסיטת תל אביב והמכללה האקדמית תל-חי נותן מענה לחידה ישנה: מאין השיגו בני האדם הקדומים שחיו בעמק החולה את אבני הצור ששימשו אותם לייצור כלים קדומים בשם אבני יד? במסגרת המחקר, אספו החוקרים ובחנו אבני יד מהאתרים הפרהיסטוריים הקדומים ביותר בעמק החולה, מעיין ברוך וגשר בנות יעקב, באמצעות שיטות אנליזה מתקדמות ובינה מלאכותית, כדי לזהות את החתימה הגיאוכימית שלהן. על פי הממצאים, המקור לחומר הגלם הינו מחשופי הצור המשובח שברמת דיסון, במרחק של כ-20 ק"מ מהאתרים ובגובה של מאות מטרים מעל עמק החולה. לדברי החוקרים,



מסעות בני 20 ק"מ בתנאי שטח שונים

החוקרים נטלו דגימות מ-20 אבני יד, 10 מגשר בנות יעקב ו-10 ממעיין ברוך, טחנו אותן לאבקה, והמיסו את האבקה באמצעות חומצות במעבדה נקיה. לאחר מכן הם מדדו בכל דגימה את ריכוזם של כארבעים יסודות כימיים שונים באמצעות מכשיר ספקטרומטר-מסות מבוסס פלזמה (Inductively coupled plasma mass spectrometer), שמאפשר מדידה יעילה ומדויקת של ריכוזי עשרות יסודות בטווח ריכוזים רחב, עד לרזולוציה של חלקיק למיליארד.

במקביל, ערכו החוקרים סקר רגלי שבו תרו אחר מקורות צור אפשריים, ברחבי עמק החולה ובסביבותיו - מחשופי צור בהרי צפת, ברכס רמים, ברמת הגולן וברמת דישון הסמוכה לברעם, וכן חלוקי נחל מנחלים שנשפכים לתוך עמק החולה - הירדן, נחל עיון, נחל דישון, נחל ראש פינה ונחל מחניים. סקירה שיטתית זו, בשילוב עם סקירת ספרות מקיפה שהוביל ד"ר בר מהמכון הגיאולוגי, אפשרה לחוקרים לאתר את מקורות הצור האפשריים שעמדו לרשות האנשים שחיו בעמק החולה בעבר.

דגימות הצור שנאספו מכל המקורות הפוטנציאליים נבדקו גם הן באמצעות ספקטרומטר המסות, כדי לאפשר השוואה ושיוך בינן לבין אבני היד. תהליך השיוך בוצע בעזרת גישה חישובית שהותאמה למטרה זו על ידי ד"ר בן דור מהמכון הגיאולוגי. "התהליך המורכב הניב כמות גדולה מאוד של נתונים לכל דגימה. כדי להגיע להתאמה מיטבית בין נתוני הפריטים מהאתרים הארכאולוגיים לבין דוגמאות הסלע, פיתחנו אלגוריתם ייעודי המבוסס על מספר שלבים חישוביים, לצד מודלים של למידת מכונה. בדרך זו הצלחנו לסווג את הפריטים הארכאולוגיים לאור בסיס הנתונים של הדגימות הגיאולוגיות".

התוצאות הפתיעו את החוקרים. "התהליך החישובי שערכנו שייך את כל 20 הפריטים הארכאולוגיים לאבן צור מתקופת האאוקן שנמצאת ברמת דישון, במרחק של כ-20 ק"מ מערבה מאתרי מעיין ברוך וגשר בנות יעקב", אומר ד"ר פינקל. "ברמת דישון נמצאו גם אתרי סתות קדומים, המעידים כי המקום שימש כמקור לחומר גלם לאורך מאות אלפי שנים. במקביל, שללנו את האפשרות שחלוקי הנחל שמקורם בנחלים הנשפכים לעמק החולה שימשו כמקור לחומר גלם, מכיוון שהם קטנים מדי".

"הממצאים שלנו מעידים בבירור על יכולות קוגניטיביות וחברתיות גבוהות של בני אדם שחיו בעמק החולה לפני מאות אלפי שנים, ככל הנראה הומינידים מהמין הומו ארקטוס. כדי להשיג חומר גלם מתאים לייצור אבני היד החיוניות, הם תכננו וערכו מסעות בני 20 ק"מ שכללו עלייה מגובה של 70 מ' ל-800 מ' מעל לפני הים. בנוסף מתברר שהם העבירו את הידע החשוב הזה מדור לדור, לאורך עשרות ואף מאות אלפי שנים. כל אלה מהווים עדות לתחכום רב, מעבר להערכות המקובלות היום בנוגע ליכולותיו של האדם הקדום בתקופה כה קדומה", מסכם פרופ' בן-יוסף.

לארכיאולוגיה ותרבויות המזרח הקדום, ד"ר עודד בר וד"ר יואב בן דור מהמכון הגיאולוגי לישראל, ואופיר תירוש מהאוניברסיטה העברית. הוא פורסם לאחרונה בכתב העת Geoarchaeology.

במחקר הנוכחי ניסו החוקרים לאתר את מקור חומר הגלם ששימש לייצורן של אלפי אבני יד מהתרבות האשליית, החל מלפני 750,000 שנה, שנמצאו באתרי גשר בנות יעקב ומעיין ברוך שבעמק החולה. "עמק החולה ידוע בכל העולם כמוקד של אתרים פרהיסטוריים, שהקדומים שבהם בני כ-750,000 שנה. הסיבה לכך היא ככל הנראה שהאזור ממוקם על ציר הנדידה מאפריקה צפונה, לאורך בקע ים המלח שהוא חלק מהבקע האפריקאי הגדול, והקדמונים מצאו בו שפע של מים, צמחייה ובעלי חיים לציד. התושבים הקדומים הותירו אחריהם, בין היתר, אלפי אבני יד - אבני צור שסותתו כך שיתאימו לאחיזה בכף היד אנושית. אבני יד הן בין הכלים הקדומים ביותר שייצר האדם, וייתכן שהיו מעין 'אולר שוויצרי' רב-תכליתי ששימש למגוון רחב של מלאכות, מחיתוך בשר של חיות שניצודו, ועד לחפירה בקרקע בחיפוש אחר מים ושוורשים. מדובר בכלי אוניברסלי שהיה בשימוש במקומות רבים בעולם הישן, באפריקה, באסיה ובאירופה, לאורך כמיליון וחצי שנים", מסביר ד"ר פינקל.

"באתר מעיין ברוך לבדו נמצאו כ-3,500 אבני יד פזורות על פני השטח, ובגשר בנות יעקב נמצאו עוד כמה אלפים. אורכן הממוצע של אבני היד הוא למעלה מעשרה ס"מ ומשקלן כ-200 גרם, אך אנו יודעים שכדי לייצר כלי כזה יש להתחיל בסיתות אבן גדולה בערך פי 5, שמשקלה לפחות ק"ג אחד של חומר גלם", מסביר פרופ' שרון ומרחיב "חישוב פשוט מעלה שלצורך ייצורן של 3,500 אבני היד שנמצאו רק באתר מעיין ברוך דרושים לכל הפחות 3 וחצי טון צור, ונשאלת השאלה: מאין הביא האדם הקדום כמות כה גדולה של צור? כדי לפתור את החידה נעזר המחקר שלנו לראשונה באמצעים החדשניים העומדים היום לרשותנו: אנליזה כימית מתקדמת ואלגוריתם של בינה מלאכותית שהותאם במיוחד לצורך זה".

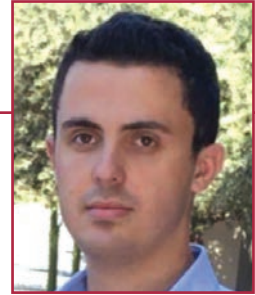


אזור גשר בנות יעקב



מרכז טכנולוגיה ומדע

הונתן ניסן, מכון דוידסון, מכון ויצמן למדע



תסמונת השרירים הדואבים

פיברומיאלגיה היא תסמונת שהאבחון שלה חמקמק – הן בגלל תסמיניה והן בגלל הסטיגמות על המחלה הרווחות בקרב רופאים

בדיחה. זה להתעורר כל יום בלי לדעת איך את הולכת להרגיש". מה גורם לפיברומיאלגיה ואיך מאבחנים אותה? הסיבה לפיברומיאלגיה אינה ידועה. בעבר סברו רופאים רבים שהתסמינים שלה נובעים מהפרעה פסיכוגנית, כלומר הפרעה הנובעת ממצב נפשי בלבד. תפיסה מיושנת זו הופרכה בשלב מאוחר יותר, ובשנות ה-90 הכירו בפיברומיאלגיה כהפרעה ביויסוסת כאב ורגישות-יתר שמקורה במערכת העצבים המרכזית. עם זאת, עדיין לא קיים הסבר ברור של הבסיס הביולוגי של המחלה, והנושא עדיין נחקר. האבחון של פיברומיאלגיה עבר מהפכה בשנים האחרונות. ב-1990 הגדיר ארגון הראומטולוגים האמריקאי את הפיברומיאלגיה ככאב נרחב המורגש הן מעל למותניים והן מתחתיהם והן בצד ימין והן בצד שמאל של הגוף, וכולל כאב לפחות ב-11 מבין 18 נקודות כאב נפוצות בגוף (המכונות "נקודות רגישות").

20 שנה לאחר מכן, בשנת 2010, שינה הארגון באופן דרסטי את הגדרת המחלה. על פי הקריטריונים החדשים, המחלה אינה גורמת בהכרח לכאבים בנקודות רגישות, ומאובחנת על פי שני מדדי הערכה: מדד המעריך את עוצמת הכאב ואופיו ומדד המעריך את התסמינים הנוספים של פיברומיאלגיה (כמו עייפות ותסמינים קוגניטיביים). בשני המדדים, על החולה לעבור רף מסוים כדי שתיקבע אבחנה של פיברומיאלגיה. בשנת 2016 עודכנו מעט הקריטריונים ונוספה דרישה שהכאב יופיע בארבעה מבין חמישה אזורים עיקריים בגוף. זאת כדי לשלול הפרעות כאב הקשורות לאזורים ספציפיים. השינוי בקריטריונים פישט את הגדרת המחלה, ובעקבות זאת גדל מאוד מספר החולים המאובחנים כסובלים ממנה.

אבל לא היה די בהגדרת המחלה. מחקר ישראלי שפורסם ב-2018, שנערך על ידי צוות חוקרים מבית החולים שיבא בראשות פרופ' הווארד עמיטל ובעזרת מכבי שירותי בריאות, הראה שהזמן הממוצע הנדרש לאבחון פיברומיאלגיה מרגע הופעת התסמינים הוא כשש שנים, והזמן הממוצע מהאבחון ועד לטיפול הוא כמעט ארבע שנים.

זה מתחיל בכאבים חזקים ממקור לא ברור, ועם הזמן נוספים עייפות וקושי להתרכז. הכאבים באים והולכים לאורך זמן, אבל אינם מרפים. אם יצא לך לעבור מרופא לרופא בלי אבחנה ברורה ואפילו בלי שיאמינו לתיאור התחושות שלך - יכול להיות שאת או אתה סובלים מפיברומיאלגיה, או דאָבְת בעברית. פיברומיאלגיה היא תסמונת המאופיינת בכאב כרוני באזורים שונים בגוף, הפרעות שינה, תשישות פיזית ותסמינים שנוגעים לחשיבה ולזיכרון. זוהי הפרעה נפוצה, ומעריכים כי עד 4 אחוזים מכלל האוכלוסייה סובלים ממנה, וכי שני שלישים מהחולים הם נשים. עם זאת, הגדרת המחלה, הגורמים להתפתחותה, דרכי האבחון והטיפול ולפעמים אפילו עצם קיומה היו ונותרו כר פורה לחילוקי דעות רפואיים ואקדמיים.

מכיוון שתסמיני הפיברומיאלגיה אינם ייחודיים לה אלא מאפיינים גם מחלות רבות אחרות, קשה מאוד לאבחן אותה, ולעיתים עוברות שנים ארוכות ממועד הופעת התסמינים הראשונים ועד קבלת האבחנה. במהלך שנים אלו, המתופלת או המטופל סובלים מכאבים שאין להם הסבר, שבמקרים רבים אינם זוכים לטיפול ראוי. עד לא מזמן, אנשי מקצוע רבים טענו שהמחלה "כלל לא קיימת", והשילוב של תסמינים פסיכיאטריים, בעיקר דיכאון וחרדה, הנפוצים בקרב הסובלים מהמחלה, סייעו בביסוס תפיסה רווחת זו.

סיפורה של הזמרת לידי גאגא, הסובלת גם היא מפיברומיאלגיה, ממחיש זאת היטב. בשנת 2016, טרם אבחונה, היא תועדה אומרת: "אני רק חושבת על אנשים אחרים שאולי יש להם משהו כזה, שמתקשים להבין מה זה, ואין להם מספיק כסף כדי שיהיה להם משהו שיעזור להם. ... מה לעזאזל הייתי עושה?". שנים לאחר מכן, לאחר שאובחנה, אמרה בריאיון למגזין האופנה ווג: "אני כל כך מתעצבנת על אנשים שלא מאמינים שפיברומיאלגיה היא אמיתית ... אנשים צריכים להיות יותר רחמנים. כאב כרוני זה לא

מספר גדול בהרבה של פרסומים מדעיים על המחלה. אחד הממצאים המעניינים שתוארו באותו מחקר ישראלי שהזכרנו קודם הוא, כי ככל שהרופא המטפל היה מבוגר יותר, כך נדרש לו יותר זמן לאבחון פיברומיאליגיה. למשל, זמן האבחון אצל רופאים שנולדו לפני 1955 היה כפול בהשוואה לרופאים שנולדו אחרי 1960. הבדל זה מעיד, כנראה, על מודעות מוגברת של הדור הצעיר ואימוץ גישות מתקדמות באשר לאופי המחלה.



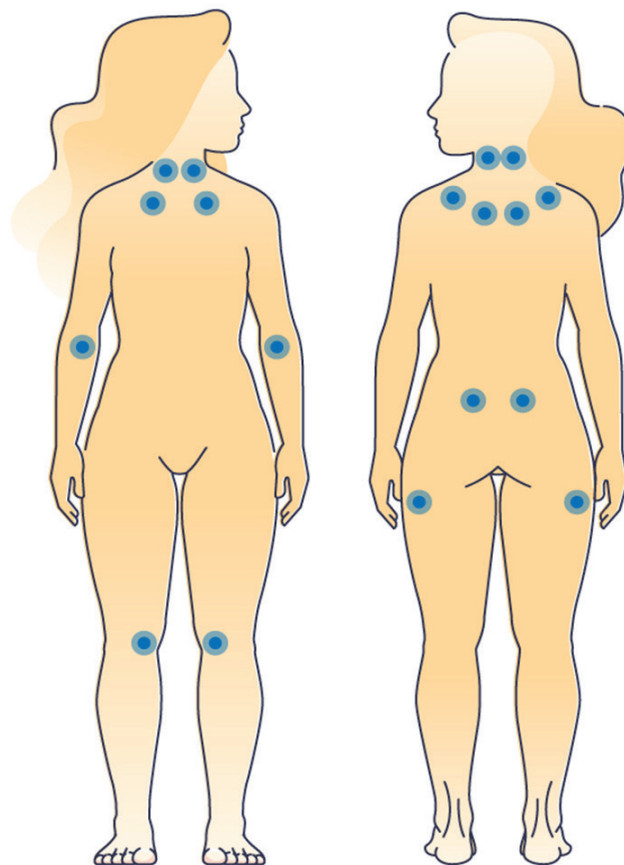
כשני שלישים מן החולים הם נשים. בחורה צעירה הסובלת מכאב
Geobor, Shutterstock |

כיצד מטפלים בפיברומיאליגיה?

הטיפול בפיברומיאליגיה מורכב כיום בעיקר משינוי באורח החיים ומטיפול בתסמינים הנלווים למחלה באמצעות טיפול תרופתי. פעילות גופנית, טיפול פסיכולוגי, שינה טובה, תזונה נאותה, שמירה על משקל גוף תקין ואורח חיים בריא באופן כללי משפרים את תסמיני המחלה. בד בבד, החולים מקבלים טיפול תרופתי, כגון משככי כאבים ותרופות נגד חרדה ודיכאון.

אף אחד מהכלים האלה בפני עצמו אינו בגדר טיפול מספיק בחולי ובחולות פיברומיאליגיה. בלי להפחית בחשיבות הטיפול התרופתי הקיים, ניסויים קליניים שבחנו את השפעתו הדגימו יתרונות ממשיים אך צנועים בלבד בשיפור התסמינים השונים של המחלה. טיפול פסיכולוגי קוגניטיבי-התנהגותי (CBT), שנחשב לטיפול נקודתי וקצר טווח יחסית, יכול כנראה לשפר את מצב הרוח ולהפחית את הפגיעה בחיי היום-יום, אך ככל הנראה אינו מביא לשיפור גורף ברמת הכאב שחווים המטופלים.

סקירה עדכנית של הספרות המדעית מעידה כי הדרך הטובה ביותר לעזור למטופלים היא לשלב כמה כלים שונים לניהול המחלה, בהתאם לתסמינים שהמטופל או המטופלת המסוימים סובלים מהם. ומן הזווית של אבחון נכון, חשובה עד מאוד הגברת המודעות לתסמונת בקרב הקהל הרחב ובקרב הקהילה הרפואית ובכך אולי ישתפרו מהירות האבחון ופיתוח טיפולים יעילים.



הגדרת ארגון הראומטולוגים האמריקאי למחלה מ-1990
השתנתה מאוד ב-2010. מפת הנקודות הרגישות על פני הגוף
לפי ההגדרה הישנה | VectorMine, Shutterstock

המחקר הראה גם שחולי פיברומיאליגיה נוטים להחליף את הרופא או הרופאה המטפלים שלהם בתדירות גבוהה למדי, בין היתר בגלל תסכול בשל היעדר האבחון. מחקרים מראים כי העיכוב וחוסר הדיוק באבחון המחלה נובעים מגורמים אחדים: רופאים ורופאות אינם מכירים את הקריטריונים המעודכנים לאבחון המחלה, הם מתקשים לדון עם המטופלים בביטויים הקליניים של המחלה, והם מתקשים להבחין בין פיברומיאליגיה למצבים אחרים המתאפיינים בתסמינים דומים. הגורם האחרון חשוב במיוחד - רופאים חוששים לקבוע אבחנה של פיברומיאליגיה ולהחמיץ סיבה אחרת העלולה לגרום לכאביהם של המטופלים והמטופלות. ולבסוף, הדיכאון והחרדה שנלווים לא פעם למחלה, לצד הסטיגמות והזלזול המאפיינים עדיין לצערנו את היחס לאנשים המתמודדים עם הפרעות או קשיים נפשיים, עלולים "למסך" את הפיברומיאליגיה ולגרום לרופא להתייחס בביטול לתלונות החולה. ב-30 השנים האחרונות חלה מהפכה ביחס למחלה, ממחלה ש"ספק אם היא קיימת" למחלה לכל דבר - עם תסמינים מוגדרים היטב וטיפול מוכח. המהפכה באה לידי ביטוי גם בספרות הרפואית, הכוללת כיום



מרים זקהיים, עורכת תוכן, הספרנים



הספרנים
בלוג הספרייה הלאומית



ימי התום? הסוף הטרגי של הוצאת הספרים לילדים של ביאליק

האחיינית האמנית של פרויד חברה למשורר הלאומי, ויחד הם הוציאו לאור כמה יצירות קסומות. אז למה זה נגמר כל כך מהר?

זיידמן פרויד נולדה בשם מרתה גרטרוד למשפחת פרויד המפורסמת בוינה (אמה הייתה אחותו של זיגמונד פרויד). כשהייתה ילדה קטנה עברו הוריה לברלין, ושם היא החלה לצייר.

בגיל 15 היא שינתה את שמה ל"תום". האם היה זה אקט פמיניסטי - מתריס או שהיא האמינה שבעולם האמנות (שכמו רוב העולמות אז נשלט כמעט לחלוטין על ידי גברים) יהיה לה קל יותר להסתדר עם שם כזה? היא לא השאירה אחריה הסבר, אבל בני משפחתה התנגדו לנסיגות לציירה כ"תום בוי" או כמי שנהגה ללבוש בגדי גברים.

היא למדה אומנות בלונדון ובמינכן. הפעילות המקצועית הראשונה שלה הייתה ככל הנראה עיצוב צעצועים וציור שקופיות להופעה של אחותה הגדולה לילי (שהייתה שחקנית), אבל מהר מאד היא עברה לאיור וכתיבת ספרי ילדים שזכו להערכה בגרמניה ובעולם.

בגיל 28 היא פגשה את יעקב ("יענקב") זיידמן, שהיה מתרגם ומוציא לאור שהגיע לברלין ממזרח אירופה. הם התאהבו והתחתנו.

בינתיים, עוד לפני המפגש עם ביאליק - היא מתיידדת עם אנשי רוח יהודים אחרים כמו גרשום שלום, ועובדת יחד עם שי עגנון על ספר שבסופו של דבר נגזר ("ספר האותיות").

זיידמן פרויד יצרה עבור ילדים, מהרגע הראשון. בין אם הייתה זו נטיית ליבה הטבעית של מי שגדלה בבית מלא אחים והייתה אם צעירה בעצמה ובין אם הייתה זו הסללה תרבותית מצמצמת - היא עשתה את זה היטב, כשהיא מכבדת את קהל היעד הצעיר שלה ברצינות, בתשומת לב ובדקדקנות אומנותית כאילו לא היו "רק" ילדים.

יצירתו של ביאליק לילדים הייתה עוד פחות טריוויאלית או מובנת מאליה. ילדותו שלו לא הייתה מאושרת כלל. הוא גדל במשפחה ענייה מאד, וכשאביו נפטר אמו לא הצליחה לכלכל את כל ילדיה. הוא נשלח לגדול בבית סבו - שגם אם אהב אותו ודאג לו, היה חמור סבר וקפדן. ביאליק לא ישכח את תחושת הנטישה והבגידה מצד אמו בהמשך חייו, והרגשות האלו יופיעו לא פעם ביצירתו. הוא נישא למאניה אוורבוך, נישואי שידוך שרבות דובר אודותם, אבל בכל מקרה - ילדים משלהם הם לא זכו לחבוק.



ביאליק ויעקב זיידמן יחד עם ביתם של יעקב ותום זיידמן פרויד. התמונה מתוך ארכיון בית ביאליק (סימול IL-BIAL-7703)

אף אחד מהם לא נולד בברלין, אבל בשנת 1922 הגורל הפגיש בעיר הזו בין מסלולי חייהם של חיים נחמן ביאליק ותום זיידמן פרויד, למה שהפך להיות ניסיון אמנותי מסקרן ונוגע ללב שהסתיים בטרגדיה גדולה.

הצד שלו: בשנות העשרים המוקדמות חיים נחמן ביאליק כבר היה מוכר בעולם היהודי כ"משורר הלאומי", אלא שהתואר הזה היה רחוק מלתאר את ההיקף הבלתי נתפס והמסחרר של פעילותו עד אז. הוא כתב שירה, פרוזה, ספרי לימוד ומסות. הוא עיבד חלקים שלמים מהתלמוד ומספרי המדרש המסורתיים למה שהוא ראה בו אחד המפעלים החשובים של חיו (ספר האגדה), ערך כתבי עת ספרותיים, שלח ידו בפעילות חינוכית וציבורית, ובעיקר - עסק בקדחתנות בהוצאה לאור של ספרים בשפה העברית. ספרים שלו וספריהם של אחרים.

הצד שלה: באותן שנים תום זיידמן פרויד הייתה אמנית מוכרת בגרמניה. היא החזיקה כבר בתיק עבודות גרפיות מרשים, סגנון ייחודי, ומספר ספרי ילדים שכתבה ואיירה שזכו להצלחה. בנוסף לכך, היא גם הנתנה מנישואין טריים ומאושרים, ומתינוקות - ביתה היחידה.

חשובים לא פחות מהטקסטים. מכתב לרבניצקי (שעלה לארץ) מספר ביאליק על ההסכם הראשוני שנערך בינו ובין זיידמן:

"אני ממציא לו דברי ספרות לילדים, והוא ממציא לי את הציורים. כל הטיפול של הכנת הציורים וההדפסה והמכירה - מוטל עליו. אשתו מומחית לציורים, היא העושה בעצמה או המזמנת אצל ציירים אחרים. הרווח למחצה.. השידוך הזה יפה לנו מכל צד. הוא ואשתו אנשים ישרים, צעירים, מסורים לדבר בלב ונפש".

מאחר והוא לא היה היחיד שהאמין בחשיבות ספרות הילדים להטמעת וחזוק השפה העברית, השוק היהודי, בעיקר זה המשכיל, התמלא בתקופה זו בחבורות, עיתונים, מדורים וספרים שיועדו לבני הדור הצעיר. זו הייתה תערובת אקלקטית של ספרות מקור, תרגומים ועיבודי סיפורים אירופאים (בהתעלמות גסה מכל עניין זכויות היוצרים) - תערובת שביאליק לא התלהב מרובה. ב"ביאליקית" שוטפת הוא מקונן על המצב הקיים (בהקדמה ל"קטלוג" ראשוני של הוצאת הספרים החדשה):

"אין פלא אפוא.. (ש)צצים יום יום כעשבי הביצה, דברי ספרות ואמנות, כביכול, שרובם ככולם פסולי תכן ופסולי שפה, ופסולי צורה כאחד, ורובם ככולם יש בהם כדי לטמטם את לב הילד טמטום עולם ולהשחית את טעמו עד לאין מרפא". כדי לשנות את המצב הקיים, הוא עומד להשתמש בכישורי המו"לות של יעקב ובאומנות העדינה והיפהפייה של תום. להוצאה החדשה הוענק השם "אופיר" שעל יד "מוריה".



חיים נחמן ומאניה ביאליק בצעירותם, מתוך ארכיון בית ביאליק (סימול IL-BIAL-7674)

למרות הכל, ואולי דווקא בגלל העדרה של סביבה ילדית בחייו הפרטיים, יחסו לילדים שסביבו - בניהם ובנותיהם של חבריו ומכריו היה חם ואוהב, והוא ראה ביצירה העברית לילדים שליחות קודש ממש. הוא האמין בכל ליבו שספרות היא הדרך להקנות לילדים את השפה, וכשמדובר בשפה אותה אפילו המבוגרים שמסביב אינם דוברים כשפת אם, הדיוק והעושר הלשוני בספרים הוא קריטי ועליו עלול ליפול או לקום חידושה של השפה כולה.

עוד בשבתו באודסה הוא הקים (יחד עם רבניצקי ועוד כמה אנשי ספר עבריים) את הוצאת הספרים "מוריה" שהתעסקה בתחילה בעיקר בהוצאת ספרי לימוד לנוער. במקביל לכתיבתו ה"קאנונית" הוא כתב כבר אז גם לילדים, כתיבה שהיום אין לנו ספק שהיא חלק בלתי נפרד מהיותו המשורר הלאומי, שכן אין עוד אפשר לקרוא למי שהשאיר לנו שירים אלמותיים כמו "גד-גד"?

אבל אז פרצה מלחמת העולם הראשונה, שיחד עם המהפכה הבולשביקית הביאו לקיפאון, שבתחילה נראה זמני, בפעילות ההוצאה לאור העברית. עם הזמן התחוויר כי לא ניתן יהיה להמשיך לעבוד ברוסיה, ובעזרתו של מקסים גורקי קיבל ביאליק יחד עם קבוצה של סופרים יהודיים, אשרות עלייה לארץ.

ביאליק האמין שהמשאבים בארץ לא מוכנים להוצאה לאור מאסיבית של כתבים עבריים, והוא בחר לנסוע לברלין שהפכה להיות מרכז תרבותי וספרותי תוסס ופעיל. כמה חודשים אחרי הגיעו לברלין הוא פגש את יעקב זיידמן, שהיה כבר נשוי לתום פרויד והרשים אותו עמוקות בלהיטותו וברצונו לעסוק במו"לות עצמאית. הלה סיפר לביאליק על אשתו ש"מומחית לציורי ילדים". פגישה זו הציתה בביאליק, שהתלונן לא מעט באזני ידידיו על העדר מאיירים ראויים לספרי הילדים בעברית, רעיון חדש. הם יקימו הוצאת ספרים ייעודית לספרי פעוטות וילדים צעירים. הוצאת בוטיק שתוציא ספרים יפהפיים בהם האיורים יהיו



כריכת הפרוספקט
שהודפס עבור הקמת
הוצאת הספרים "אופיר".
הפריט שמור בארכיון בית
ביאליק.

הפרוספקט, המאויר בסגנון המובחן מאד של זיידמן פרויד, נמצא בארכיון בית ביאליק ותפס את תשומת ליבנו תוך כדי עבודה על חומרי הארכיון. זה היה מעין קטלוג ראשוני של ההוצאה החדשה ובו מתוארים בקצרה הספרים הראשונים שיצאו לאור וכן אלה שהיו מתוכננים לצאת לאור בהמשך. בהקדמה מפרט ביאליק את ההבטחות שהוצאת "אופיר" מבטיחה לקוראיה: "אופיר" ישתדל שכל הדברים היוצאים בחותמו, בין מקוריים ובין מתורגמים ומעובדים, לא יהא בהם משום "הכנסת תבן לעפרים", אלא יוסיפו מצד תכנם רכוש ממשי על הקרן הקיימת של

המהדורה היא מסתיימת במילותין של ביאליק: "זה חלום אורי, ואמרו חכמים: אין חלום בלי דברים בטלים." תום הקדישה את הספר "לנשמת תדי". וזה היה ספר האחרון שיצא לאור בהוצאת אופיר.



החלומות הגדולים על בניית בית ספרותי חדש שיפיץ ספרות עברית איכותית לצד אומנות לילדים התפוגג אל תוך המציאות הקשה. המשבר הכלכלי בגרמניה הפך את הדפסת הספרים ליקרה להחריד, ויעקב זיידמן נקלע לחובות ולמצב כלכלי קשה.

ב-1924 עלה ביאליק לארץ, ובתחילה נמשך הקשר עם בני הזוג זיידמן פרויד. ב-1925 השתתפות התפרקה בעקבות חילוקי דעות כלכליים קשים. יעקב המתוסכל שלח ושוב ושוב מכתבים לביאליק בדרישה לעזרה, אבל ככל הנראה לא נענה.

עם התפרקות השותפות, נפרדו דרכיהן של השותפים בצורה מהותית יותר מאשר פרידה עסקית גרידא.

חייהם של הזוג זיידמן פרויד צללו במהירות מבהילה לסוף טרגי להחריד: ב 1929, לאחר שהוכרז כפושט רגל, התאבד יעקב בתליה. תום, שמצאה את גופתו כששבה לביתם, לא הייתה מסוגלת להמשיך בחייה בלי בעלה האהוב, והיא פשוט הפסיקה לאכול. הטיפול המעולה שקיבלה (דודה המפורסם הוזעק למיטת חוליה), לא עזר. היא נפטרה מספר חודשים אחריו. בתם, שהתייתמה באחת משני הוריה, הועברה לידיה של דודתה הגדולה, לילי, ובסופו של דבר עלתה בגפה לארץ במסגרת עליית הנוער.

חייו של ביאליק ויצירתו, לעומת זאת - המשיכו בכיוון אחר לגמרי. הוא התקבל בארץ בכבוד מלכים, ונראה שהעיסוק בהוצאת אופיר נתן לו דחיפה ועידוד לחזק את כתיבתו לילדים.

באותה מחברת שבה הוא כתב בקיץ 1922 את טיוטת הפרוספקט לאופיר, ישנה גם טיוטה של "אלוף בצלות ואלוף שום", שיצא לאור אחרי שהגיע לארץ, וכן פרקים נוספים של "ספיח" - יצירתו האוטוביוגרפית האדירה לילדים. הילדים בארץ העריצו אותו ועטפו אותו באהבה. והוא אהב אותם בחזרה, אהבה שלא יכול היה לתת לילד הפרטי שלא היה לו.

הפריטים המופיעים בכתבה שמורים בארכיון בית ביאליק וזמינים דיגיטלית במסגרת שיתוף פעולה בין הארכיון, משרד המורשת ותכנית ציוני דרך והספרייה הלאומית של ישראל.

ספרות ילדנו, שלפי שעה היא דלה ומצערה כל כך". בהמשך הוא מפרט הבטחות אודות "טיב הלשון" ו"ההידור החיצוני", הבטחות שאכן קוימו, אבל לטווח זמן קצר עד מאד. הספרים הראשונים שיצאו לאור היו יצירות קיימות של זיידמן פרויד שעובדו מחדש ותורגמו לעברית: הראשון היה "ספר הדברים" - ספר ציורים שתום הוציאה כבר בעבר בהוצאת ספרים גרמנית, אלא שעתה צורפו לאיורים שירים קצרים מפרי עטו של ביאליק.



"אילה", מתוך ספר הדברים.

הספר השני נקרא - "עשר שיחות לילדים" - פרקים קצרצרים של אגדות מוכרות שזיידמן פרויד ליקטה ועיבדה מיצירותיהם של האחים גרים, הנס כריסטיאן אנדרסן ולודביג בכשטיין. ביאליק הוא זה שתרגם את הטקסטים לעברית, ותום נאלצה לאייר מחדש את אחד העמודים, שכן האיור שפורסם בהוצאת הספרים הגרמנית לא היה עובר את הקהל העברי.



מימין: האיור "הכשר" מתוך "עשר שיחות לילדים" הראאה ראשונה לחנהלה ושמלת השבת? משמאל: האיור המקורי כפי שפורסם בהוצאה הגרמנית

אלא שאז צל העיב לראשונה על חדוות היצירה המשותפת. שני השותפים חוו באותה תקופה טרגדיות אישיות - תום איבדה את אחיה האהוב תיאודור, שטבע באגם. ביאליק, מצידו, היה עד לאובדן חייה של ילדה קטנה שגרה בשכונת לו ולמאניה. הזוג היה ככל הנראה בקשרי ידידות עם משפחתה, ואולי אפילו איתה עצמה, והיא נהרגה בתאונת דרכים כשהייתה ככל הנראה בדרכה למלא שליחות עבור מאניה. ואז יצא לאור הספר השלישי של הוצאת אופיר - "מסע הדג", בו מסופר על ילד שנוסע למקום אוטופי (בעזרתו של דג), אבל חוזר אחר כך לביתו.



גלריה

ביקור בגלריה

Agora Gallery

530 W 25TH ST, NEW YORK, NY

מעמק הירדן לנוי יורק - Agora Gallery - חלום שהתגשם



עוד בילדותה הייתה **מכביית** (נולדה בחנוכה להורים ציוניים) עוף מוזר. כבת לבוגרי מלחמת העצמאות אשר בחרו ליישב את עמק הירדן היה קשה למכביית להתחבר לעבודות השדה. כבר מגיל צעיר החלה לצייר וליצור בכל רגע אפשרי וחלמה על היום בו תציג את עבודותיה ברחבי העולם.

עברו שנים ואכן היא הגיעה לנוי יורק אולם מהר מאוד גילתה כמה קשה לאמנים בתחילת דרכם לפרוץ דרך ולהציג... כביתו של לוחם וחולם היא לא ויתרה ופתחה את הגלריה הראשונה שלה בסוהו. המוטיב של הגלריה היה כל השנים להיות מקום מפגש לאמנים ולאוהבי אמנות שבו ייערכו אירועים תרבותיים שונים ויוצג מגוון רחב של עבודות אומנות בטווח מחירים נגיש. השם "Agora" נבחר משום שכך נקראה הכיכר המרכזית ביוון העתיקה - המקום שבו אנשים היו נפגשים לסחור וגם להחליף דעות ולהיחשף לאומנות.

מכביית אומנם נפטרה בטרם עת אולם Agora Gallery ממשיכה בדרכה וגם אם אינכם חובבי אמנות מושבעים ביקור באחת הפתיחות של הגלריה או באחד מאירועי התרבות אשר נערכים בגלריה הוא חוויה ניו יורקית מומלצת.



Agora Gallery's front space in Chelsea, New York, featuring the work of Mela Cooke and Deborah Lambert
530 West 25th Street, New York City



גלריה

Outside the Box

September 5 -
September 26, 2023

Outside the Box is a group exhibition of paintings and sculptures that challenge physical and psychological limitations of thought, environment, and form. The works on display alternate between depictions of captivity and escape, as offered by dreams and open natural spaces. They delve into the intricacies of the human condition, capturing the struggles we face and the desire for liberation.



Dita Jacobovitz, "Stretched Landscape", 2022,
Oil on canvas, 51" x 59"



Katja van den Bogaert, "Conversations", 2023
Acrylic on canvas, 47" X 39.5"



גלריה

Affordable
Art Fair

The Affordable Art Fair
September 20 - September 24, 2023
Metropolitan Pavilion, 125 West 18th Street

Agora Gallery is thrilled to announce its return to the fall edition of Affordable Art Fair, from September 20 to 24, 2023. We will showcase a selection of original contemporary artworks by six artists from North America, Australia, and Europe, featuring oil, acrylic, and watercolor paintings as well as photographic and paper collages. Visit us at booth D1.

For free VIP invites please email:
AAInvites@Agora-Gallery.com



Julia Meyerowitz-Katz, "It could have been me. (We are still here. And we sing) (III)," 2023. Oil on canvas, 47.5" x 35.5"



Belle Roth, "Jamaica Day 7," 2021
Acrylic on Canvas, 40" x 30"

Lucid Dreamscapes, October 3 - October 24, 2023

Lucid Dreamscapes is a group exhibition of contemporary paintings, photographs, and sculptures by a selection of local and international artists. The pieces explore subconscious imaginings that blur the line between dream and reality, investigating new possibilities of forms, texture, and color.

Join us for the Opening Reception: October 5, 2023, 6-8 PM



Sabine Bachem, "50°20'48.3138 X -5°9'15.0718 (Seine!)", 2023
Oil on canvas, 98.5" x 189"



Yoshiki Uchida, "Unstable," 2023
Washi (Japanese paper) & foil, 38 x 26"



Puebla, "Stubborn Giraldilla," 2023, Oil, acrylic and India ink on canvas, 36" x 24"



Jim McCormick, "Surface of the Aquatic Universe #2," 2022,
Aluminum metal print, 32" x 40"

אורלי מרקוביץ הפקות ופוליפוניה בע"מ מציגים: "לו הייתי רוטשילד"



צילום: פבריס

עם גיל שוחט ונתן דטנר
מופע עשיר וקצבי עם שירים ומונולוגים ממחזות זמר ידועים מ"כנר על הגג" ועד "גבירתי הנאוה", שירי נוסטלגיה מז'אנר ברל ועד ליאונרד כהן, שירים ישראלים אהובים מסשא ארגוב ועד דובי זלצר- כל אלה מושרים ומוצגים ע"י האישיות הבימתית הכובשת, כוכב התיאטרון המוסיקלי נתן דטנר. - ובשילוב הקונצ'רטו הפופולארי לפסנתר ותזמורת מאת גריג

לקחת את ידי בידך/ מתי כספי, פרח הלילך/ נורית הירש, "לו הייתי רוטשילד" ומחרוזת שירים מתוך "כנר על הגג" שירים מתוך "גבירתי הנאוה"/ לאוי, שיר ערש/סשה ארגוב עלי שלכת / איב מונטאן, "רקדי"/ לאונרד כהן אהבה בת עשרים/ ברל, "כל הכבוד" מתוך קזבלן "הללויה"/ לאונרד כהן, חלומות אבודים" מתוך איש למנשה



צילום: גדי אוהד

יום שבת, 30.12.23 בשעה 18:00

היכל התרבות תל אביב - הוברמן 1, תל אביב, האולם החדש ע"ש צוקר

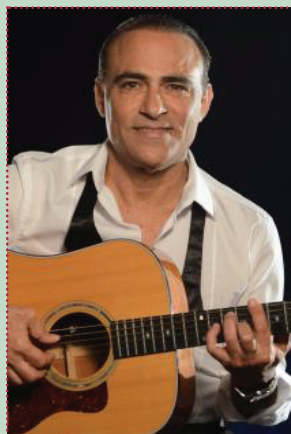
במבצע מיוחד לבנקאות פרטית

110 ₪ לכרטיס (במקום 150 ₪ בקופה) | 80 ₪ לכרטיס (במקום 120/150 ₪ בקופה)

רכישת כרטיסים בטלפונים: 03-9660177 או 052-9660282

אורלי מרקוביץ הפקות ופוליפוניה בע"מ מציגים:

"קונצרט גאלה" ללה בלה איטליה "



צילום: אוהד רומנו

גיל שוחט מארח את הזמר דורון מזר וזמרת הסופרן קולורטורה קסניה גלונטי שירי האהבה האיטלקיים הגדולים מכל הזמנים עם אנסמבל פוליפוניה בניצוחו של מאסטרו גיל שוחט הדואט "בסמה מוצ'ו", שירי נוסטלגיה של איטליה ארץ היופי והאהבה. שירי פסטיבל סן רמו קה סרה, הלב הצועני, וולארה - אריות איטלקיות מאת ורדי ופוצ'יני, בשילוב קלאסיקה פופולארית מאת מוצרט ואופנבאך. ארית 'הציפורים' של אולימפיה מתוך האופרה "סיפורי הופמן"

רוסיני הפתיחה ל"ספר מסיביליה", פוצ'יני אריית מוזטה מתוך "לה בוהם" מוצרט ארית "מלכת הלילה" מתוך "חליל הקסם", ורדי אריה מתוך "ריגולטו" ויואלדי "הקיץ" מתוך 4 עונות השנה וקונצ'רטו ברה מינור לפסנתר ומיתרים שירי דורון מזר ה אהובים: כמו שאת, אני חוזר הביתה, עוד לא תמו כל פלאיך, הרקיע השביעי, רוברטה סומוס נוביוס גירסת אנדריאה בוצ'לי, וולארה



צילום: אלון סגל

יום שלישי 26.12.23 בשעה 18:00 | יום שלישי 26.12.23 בשעה 20:30

היכל התרבות תל אביב - הוברמן 1, תל אביב, האולם החדש ע"ש צוקר

במבצע מיוחד לבנקאות פרטית

110 ₪ לכרטיס (במקום 150 ₪ בקופה) | 80 ₪ לכרטיס (במקום 120/150 ₪ בקופה)

רכישת כרטיסים בטלפונים: 03-9660177 או 052-9660282



מדור תיירות ופנאי

טל אבן, Even Better, ייעוץ וקניינות פרמיום



תנועה עתידית

ברורה" בכל רגע נתון, ולהפעיל את דוושות התאוצה, הבלימה וההגה באופן מסונכרן לחלוטין עם כל מה שקורה סביב. כאמור, שאלות המוסר, התיעדוף והתפיסות האנושיות, לצד הקושי שבקביעת החבות המשפטית והפלילית כשמהו משתבש, אינן פתורות, בטח לא בשלב זה.

בינה מלאכותית

מטרתה של הבינה המלאכותית, בעיקר בשלב של הסיוע לנהג ולא החלפה שלו, היא לסייע לו לקבל תמונה ברורה לגבי מה שקורה בכביש.

בינה זו תעזור לו לפזר את אלומת האור, כדי שיוכל לקבל תמונה טובה בחשיכה למרחק גדול הרבה יותר, וזאת מבלי לסנוור את הנהג שממול.

מעבר לכך, אם בא לכם לתקוף בלילה, ובמהירות גבוהה, את כביש שוויצריה הקטנה בואך בית אורן, ראיית לילה מבוססת חום תאפשר לכם לחזות את חיית הבר שממתינה לכם על הכביש מעבר לסיבוב.

בינה מלאכותית קיימת בעוד לא מעט סיטואציות ומערכות ברכב.

ענף כלי הרכב עובר מהפכה, שמש לא מסתיימת במוע חשמלי שבא כדי להחליף מנוע בעירה פנימית.

הנה הצצה קלה לרכב העתיד, החונה ממש מעבר לפינה. המכוניות הכל-חשמליות (BEV (Battery Electric Vehicle באו לעולם כדי לעשות מהפכה של ממש בעולם הרכב. מדובר באופן נהיגה שונה מזו אליו הורגלנו לאורך עשרות שנים, והוא כולל תאוצה מיידית ובמקרים רבים מהירה במיוחד ובלימה רגנרטיבית.

לצד אלה, התרגלנו בו להתנהגות שונה בכביש המפותל (עקב בלימה בעלת משקל שונה, התנהלות שונה של העברות משקל, מהלך בולם וכדומה), שנובעים כולם עקב עודף משקל בן מאות קילוגרמים שמעמיסות עליו הסוללות.

עדיין, עלויות האחזקה והנסועה נמוכות באופן דרמטי אל מול אלה הכרוכות במנועי בנזין, ולכן קוסמות ליותר ויותר נהגים, ולא פלא שמומחים חוזים שכבר בשנת 2030 יותר ממחצית מכלי הרכב החדשים שיעלו על כבישי העולם, יהיו חשמליים.

ובכן, מלבד מהפיכת החשמל בכלי הרכב, יש לא מעט תחומים שהם מהפכניים לא פחות.

להלן אציג חלק מהם.

תפעול עצמי של הרכב ללא נהג, באופן אוטונומי לחלוטין.

מהנדסי הרכב עומלים לילות כימים כדי לייצר מכונית שתנהג עצמה באופן עצמאי.

זה ייעשה על ידי מערכות של רדאר, חיישנים ומצלמות, וזאת לצד כתיבת אלגוריתמים וקודים מתוחכמים, שיתנו לרכב "להבין" את כלי הרכב האחרים שנמצאים לצידם על הכביש, את כוונתם, את התשתיות שסביבם, וגם לחזות את התגובות של בני האדם ובעלי החיים.

אלגוריתמים אלה, לצד החומרה שסביב לרכב, צריכים להעניק "תמונה



בקרה על הנהג

מלבד מערכות בטיחות אקטיביות, שיודעות לבלום, להסיט את ההגה ועוד, יש התקדמות של ממש בפיקוח צמוד על הנהג;

חיישנים ייעודיים ומצלמות בודקים באופן תדיר את אישוניו, עוקבים אחרי כפות ידיו, מנטרים את חדות התנועות והתגובות שלו, וכך קובעות מתי הנהג עייף, ומתי הוא חש לחץ בנהיגה. מערכת קולית יודעת להמליץ, או במקרים מסוימים, אף לנזוף בנהג ולעודד אותו לעצור להפסקת התרעננות.



תכנון, ייצור, חיי מדף וצפי תקלות

למתכנני ולמהנדסי הרכב יש כיום טכנולוגיה המאפשרת לנסות ולחזות את החיים השוטפים של כלי הרכב שיוצאים מפס הייצור שלהם. האינטרנט, העדכונים מרחוק (OTA - over the air) והתקשורת הישירה עם מחשבי הרכב, מאפשרים לחזות תקלה ואף להתריע אודותיה בפני הנהג.

כלי זה משמש מנהלי ציי רכב לצד לקוחות פרטיים. באופן זה יכולים אנשי היצרן לצפות תקלות ומחזור חיים של חלק מסוים, לתכנן מלאים של חלפים ואפילו ליצור שיפורים בדגם הבא, המבוססים על התקלות שהתגלו בדגם הקודם. מעבר לכך, שימוש במדפסות תלת מימדיות מאפשר להדפיס חלקים מסוימים לשם ניסוי באבות טיפוס של דגמים, תוך ניסוי וטעייה. באופן זה יכולים היצרנים לייעל תהליכי ייצור, ולחסוך לא מעט מהוצאות הייצור.

המהפכות בתחום הרכב רבות ומגוונות, חלקן החלו להיחשף במהדורות ראשוניות וגולמיות, חלקן תיחשפנה בשנים הקרובות. הרכב יהפוך יותר אוטונומי, יותר "חושב", ינתח מצבי אמת, ואף יתיימר לתקן את הטעויות האנושיות שלנו.

המכוניות תדברנה זו עם זו ועם הסביבה, ותדאגנה להתריע על פקק תנועה, על כביש מכוסה בקרח או על תאונה שזה עתה קרתה (בהנחה שעדיין תהיינה תאונות דרכים).

אך מעל לכל מרחפת שאלה כבדה עד מאד - גם אם ייכתב האלגוריתם האולטימטיבי שיודע לנהוג את הרכב באופן מושלם, כיצד ייתעדף המחשב בשעת חירום את חייו של משתמש כביש אחד על פני רעהו, ולפי איזה מוסר אנושי יפעל, אולי של אותו מתכנת שתיכנת אותו.

על כך אין עדיין תשובה טובה אחת וחד משמעית, וניתן רק לזמן להגיד.

דוגמה נוספת לכך היא התצוגה העילית המוקרנת על השמשה הקדמית, טכנולוגיה שהגיעה ממטוסי קרב היישר לרכבי נוסעים. שם תקבלו תמונה ברורה לאן אתם נוסעים, כמה אתם נמצאים במרחק מסוכן מכלי הרכב שסובבים אתכם, תקבלו תדרוך איך ומתי אנו צפויים לפנות בעיקול או לסמטה בעיר, תמונה של המהירות והכיוונים, והכל בגרפיקה ואנימציה מרהיבות.

ואם כבר בטכנולוגיה תעופתית עסקינן, תא הנהג ברכב המודרני הפך למעין תא טייס רווי מסכים עצומים ופקדים, עם המון אנימציה וגוונים.

אם חשתם שתא הנהג המודרני מזכיר לכם משחק מחשב משוכלל ומציאות רבודה (VR), לא טעיתם. גם הטכנולוגיה הזו כבר נמצאת בסביבת הנהג, והופכת את התמונה המציאותית שמלפנים לציור בעל אנימציות מתוחכמות.

תקשורת (Infotainment)

המונח "תקשורת" ברכב הסתכם עד כה בעיקר בבלותוס' או בתפעול מערכת האינפוטעינמנט, לצד תקשורת שכבר היום מאפשרת לרכב לשמש כ"נקודה חמה" על מנת שמשתמשי הרכב יוכלו להשתמש בחיבור ה-Wi Fi.

רכב המחר צפוי לתת למונח "תקשורת" משמעות חדשה - התקשורת תתבצע עם כלי רכב אחרים שעל הכביש, תוך שהיא עושה שימוש אינטרנטי לשיתוף מידע עם משתמשים אחרים.

כיום ניתן לראות את תחילת השימוש הזה בתוכנה כמו "ווייז", שעושה שימוש במיקום ובמהירות של כלי הרכב האחרים, כדי להבין שמדובר בתאונה או בפקק תנועה. בעתיד מכוניות "תדברנה" זו עם זו, על מנת להתנהל באופן שוטף, וכדי למנוע הפתעות או טעויות שעלולות להוביל לתאונות דרכים.



מדור רפואה ומדע

פרופ' יואב סואן, מכון ויצמן למדע

מכון ויצמן למדע
WEIZMANN INSTITUTE OF SCIENCE

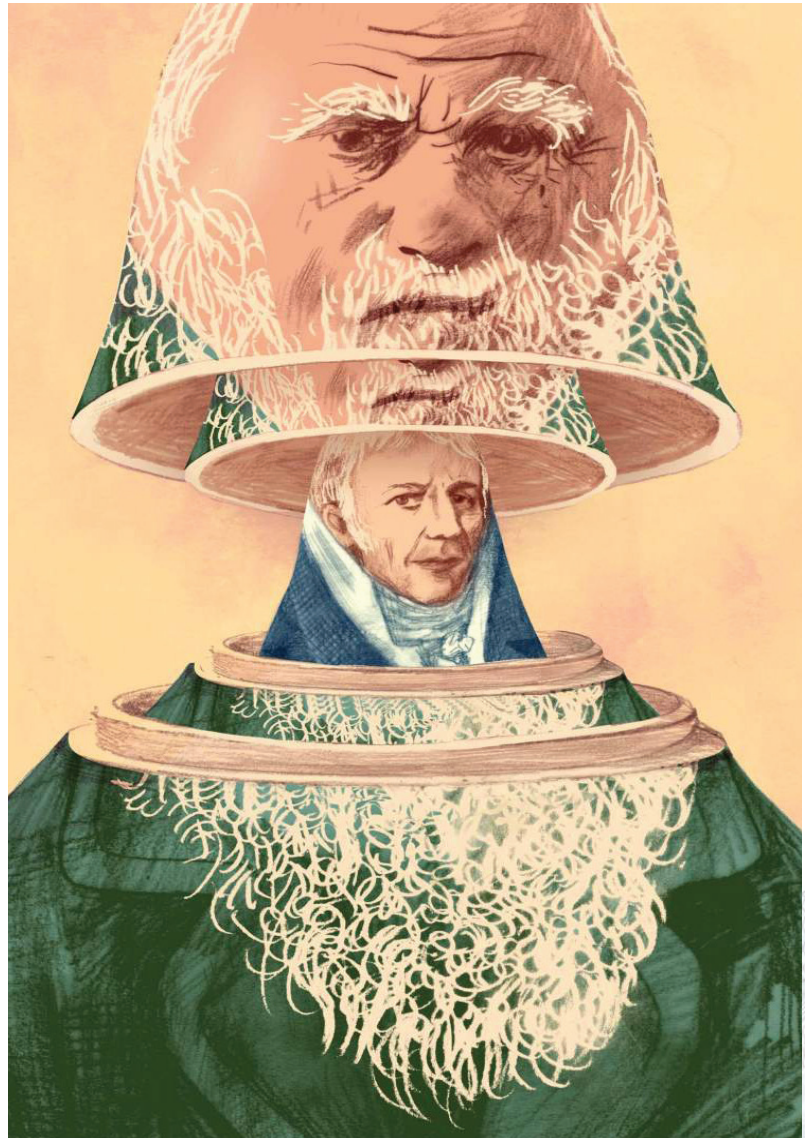


האבולוציה שבתוך האבולוציה

האם הורשת תכונות נרכשות מהורה לצאצא אפשרית במסגרת כללי האבולוציה הדארוויניסטית?

משחק הוא אוסף הכללים המגדירים אותו - שינוי כללי המשחק עשוי להוליד תוצאות חדשות. כללי ה"משחק" של האבולוציה, כפי שנוסחו על-ידי צ'ארלס דארווין וממשיכי דרכו, חלים על אוכלוסיות של מינים ועל תהליכי ההסתגלות המתרחשים באוכלוסייה לאורך דורות. אך מה קורה כאשר כל פרט באוכלוסייה מארח בתוכו אוכלוסייה המשתייכת למין אחר? ומה קורה כאשר זמן הדור של המארח הוא 20 שנה, בעוד זמן הדור של האורחים הוא 20 דקות, כמו במקרה של בני-האדם וחידקי המעי שלהם? מדעני מכון ויצמן למדע, בשיתוף עם אוניברסיטת בר-אילן, ניסו להשיב על שאלות אלה מבלי לחרוג מכללי המשחק המקובלים של האבולוציה הדארוויניסטית. מממצאיהם עולה כי גם כאשר מקפידים על כללים אלה, מתקבלים תרחישים שנחשבו בלתי-אפשריים במסגרת האבולוציה הדארוויניסטית, כגון רכישת הסתגלות חדשה העוברת בתורשה מהורה לצאצא וברירה של תכונות קבוצתיות.

הכל מתחיל בשאלה האם צאצא יכול "להרוויח" מהניסיון המר (או המתוק) של הוריו? חוקר הטבע הצרפתי יליד המאה ה-18, ז'אן-בטיסט דה למארק, טען כי הפרט יכול להסתגל לשינויים בסביבתו ולהעביר הסתגלויות אלו לצאצאיו. במשך שנים רבות, ההשקפה ה"למארקית" נדחתה על ידי התפיסה המקובלת של הסתגלות דארוויניסטית באמצעות ברירה טבעית של מוטציות אקראיות המופיעות ללא קשר לתנאי הסביבה. עם זאת, בשנים האחרונות נשמעים קולות הקוראים לחשיבה מחודשת, המביאה בחשבון אפשרויות המבוססות על תגליות בתחומי האפיגנטיקה (שינוי בביטוי או בהפעלה של גנים ללא שינוי ברצף הגנטי) והמיקרוביום - אוסף היצורים המיקרוסקופיים החיים בתוכנו ומשפיעים על מצבנו.



איור: מאיה שלייתר

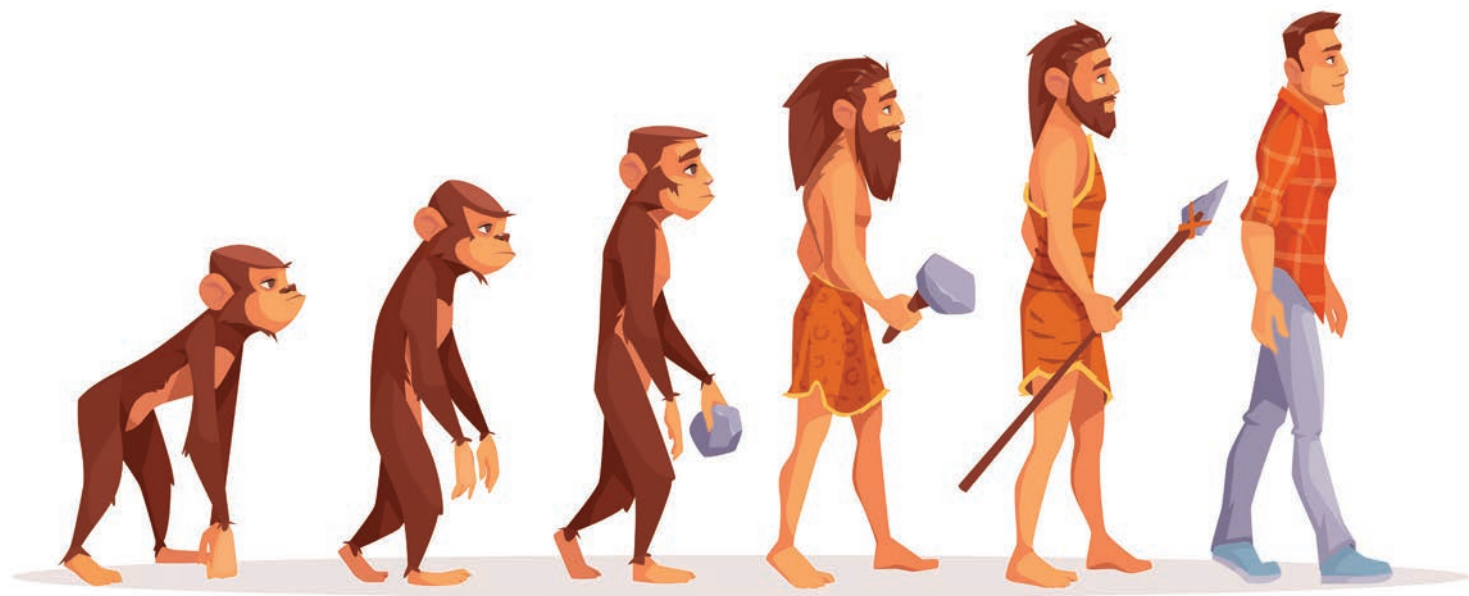
את האוכלוסייה החיידקית מהורה לצאצא: כך למשל, הסתגלות המארח לחשיפה לרעלן יכולה להתקבל באמצעות אבולוציה חיידקית במהלך זמן דור של המארח ואף לעבור ישירות לצאצאים. כאשר הלחץ הסביבתי נמשך לאורך כמה דורות של המארח, הבחינו החוקרים באפקט נוסף החורג מהתפיסה המסורתית - "ברירה קבוצתית". במלים אחרות, אם למארח יש אוכלוסייה חיידקית שמתמודדת טוב יותר עם הלחץ הסביבתי, המארח נהנה מיתרון על-פני מארחים בעלי מיקרוביום פחות מותאם ללחץ. "במקרה זה לא מדובר בברירה של חיידק מסוים על בסיס התכונות האינדיבידואליות שלו, אלא בסלקציה על-פי ממוצע התכונות בקולקטיב החיידקי", מסביר פרופ' סואן.

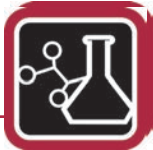
המודל שהציגו החוקרים שמר על פשטות מרבית הכוללת זן יחיד של חיידקים, המועברים "אנכית" מהורה לצאצא, וללא השפעת המארח על עיצוב התכונות החיידקיות. מחקרים עתידיים בתחום יוכלו להביא בחשבון משתנים רבים נוספים, ובהם תהליכים אפיגנטיים המשפיעים על ביטוי הגנים במארח ובמיקרוביום. "משתנים אלה צפויים להגביר פי כמה את הלמארקיות של המערכת", אומר פרופ' סואן. "יותר מ-100 שנה נטען בתוקף שהורשת תכונות נרכשות מהורה לצאצא אינה אפשרית בתמונת עולם דארוויניסטית. הראינו שזה אפשרי מבלי לחרוג מכללי המשחק המקובלים. כיום אין לי ספק שרובן המוחלט של ההסתגלויות החדשות מתרחשות במהלך חייו של הפרט (עם או בלי 'קיבוע' באמצעות מוטציות נבחרות לאורך דורות). הסתגלות לא מחכה ולא יכולה להרשות לעצמה לחכות עד שתתרחש מוטציה כלשהי בפרט מסוים. היא מתרחשת כל הזמן - לאו דווקא במרחב הגנומי שלה".

פרופ' יואב סואן מהמחלקה למדעים ביומולקולריים במכון ושותפיו למחקר מאוניברסיטת בר-אילן (פרופ' יצחק רבין, פרופ' דויד קסלר וד"ר דינו אוסמנוביץ') ביקשו לקדם את הדיון ללא תלות בהכרעה בין הדארוויניסטים לקוראי התיגר. לשם כך, הם הציגו מודל מתמטי הנמנע מהשערות שנויות במחלוקת באמצעות היצמדות לכללי המשחק האבולוציוניים המקובלים של ברירה טבעית. עם זאת, בניגוד למודלים המסורתיים של "גנטיקה של אוכלוסיות", המודל מביא בחשבון תהליכי אבולוציה בשתי רמות של ברירה טבעית: ברירה של הפרט המארח, וברירה מהירה הרבה יותר הפועלת על היצורים המיקרוסקופיים בגוף. יחסי הגומלין בין שתי הרמות תומכים בתרחישים שנחשבו עד כה לבלתי-אפשריים בתהליכי ברירה עם רמה אחת בלבד. "ראינו מיד כי צאצא עשוי להתמודד טוב יותר עם חשיפה לרעלן, אך ורק בזכות העובדה שההורה שלו נחשף לרעלן זה - אפקט למארקי מובהק", מפרט פרופ' סואן. על מנת לבחון מנגנוני הסתגלות למארקית, הגדירו החוקרים את הלמארקיות באמצעות גודל כמותי המודד את השיפור בהסתגלות הצאצאים כתוצאה מניסיון ההורים (להבדיל מברירה טבעית של "שיפור" גנטי). הגישה הכמותית אפשרה להם לזהות מנגנונים נפרדים התורמים לתהליך הסתגלות למארקי. בנוסף, נמצא כי מידת הלמארקיות אינה תלויה אך ורק בתכונות האורגניזם, אלא גם בלחץ הסביבתי.

יותר מ-100 שנה נטען בתוקף שהורשת תכונות נרכשות מהורה לצאצא אינה אפשרית בתמונת עולם דארוויניסטית. הראינו שזה אפשרי מבלי לחרוג מכללי המשחק המקובלים

רכישה והורשה של ההסתגלות המהירה מתאפשרות הודות לפער הגדול בזמני דור של החיידקים לעומת המארח והיכולת להעביר





מזרר רפואה ומדע



ד"ר דנה פאר, גרונטולוגית (מומחית לדמנציה ולמדעי הזיקנה)



רגשות של בני משפחה המטפלים בדמנציה/ אלצהיימר



הרגשות, הם עלולים להיות כמו בן השנתיים שרוצה את תשומת הלב שלנו: הם ימשיכו לנדנד עד שנעצור רגע ונכיר בהם. להתעלם/ להדחיק / להכחיש רגשות עלול להביא למחלות גופניות, קשיים בשינה, אכילה מוגברת, שימוש בחומרים מסוכנים ועוד. כאשר מכירים ברגשות, אפשר למצוא אמצעים אפקטיביים להביע אותם ולהתמודד איתם, כך שמתמודדים טוב יותר.

להלן רגשות שכיחים שלעתים לבני משפחה מטפלים קשה להודות בקיומם. לצד תיאור הרגשות, יש הצעות להתמודד איתם.

"אילו היינו מושלמים, לא היינו מרגישים."

בני משפחה מטפלים חווים מנעד רחב של רגשות במהלך מילוי תפקיד זה. חלק מהרגשות הללו יופיעו מייד בהתחלה של המסע הטיפולי, וחלקם יופיעו לאחר זמן ממושך בתפקיד המטפל.

כל הרגשות בנוגע לטיפול, ה"טובים" וה"רעים", הם לגיטימיים, ברי תוקף וחשובים. מטפלים רבים מתחילים את הדרך בהנחה: "לי זה לא יקרה, אני אוהב את ההורה/ בן- בת הזוג שלי/ אח- אחות/ חברה", אך לאחר זמן מה, צצים להם גם הרגשות ה"רעים", שאנו נוטים להדחיק או להכחיש.

מטפלים לעתים קרובות לא רוצים לבטא רגשות אלו מחשש שאחרים ישפטו אותם (או שישפטו את עצמם) ולא רוצים להיות לנטל על אחרים עם בעיותיהם. אבל, אם איננו מתייחסים ל-כ-ל

חרדה יכולה להיות קשורה גם ל"פתיל קצר", דחף לברוח מהמצב, היעדר שינה, קצב לב לא סדיר וניסיון להימנע מבכי. **מה לעשות:** תקשיבו לחרדה - זו הדרך של הגוף להתריע שמהו אינו כשורה. כאשר מרגישים חרדה: תעצרו. תנשמו. תמשיכו לנשום. תתפללו. תעשו מדיטציה. תכינו לעצמכם תה. כל פעולה שתהיה הפוגה ממה שקורה באותו הרגע.



אשמה:

זו ההרגשה שיש לנו כאשר עשינו משהו רע או לא נכון. אשמה בטיפול מופיעה במגוון צורות: - אשמה שהמטפלים לא עשו דיו כדי למנוע את המחלה מלכתחילה. - אשמה שמייחלים לסיום הטיפול. - אשמה שהיינו קצרי רוח עם המטופל. - אשמה שלפעמים לא מרגישים אהבה או אפילו חיבה כלפי המטופל. - אשמה שלא מטפלים מספיק טוב או שעושים עבודה טיפולית גרועה. - אשמה אם המטופל נופל או חולה במחלה גופנית, כאילו לא עשינו די כדי למנוע זאת. - אשמה שאנחנו אנוכיים כאשר יוצאים להתאווור והמטופל נשאר בבית. - אשמה שנהנים מהחיים/ מפעילות בעוד המטופל אינו מסוגל עוד ליהנות.

מה לעשות: גם בהקשר זה - חמלה עצמית. לא ניתן להיות מושלמים 24/7. לא ניתן לשלוט איך נרגיש תמיד. יש לנו הרבה "צריך", למשל "אני צריך להיות כאן תמיד כי אף אחד לא יכול לטפל כמוני"



כעס:

לכולם קורה שמאבדים עשתונות תוך כדי טיפול, מרגישים ממש על הקצה. כעס הוא חלק נורמטיבי מלהיות בקרבת אדם אחר שזקוק לעזרה באופן מתמשך, ואף עלול להתנגד לקבל עזרה זו. לטפל באדם עם דמנציה/ אלצהיימר עלול להיות קשה במיוחד לנוכח ההתנגדות, חוסר ההיגיון והלוחמנות המופיעה לעתים קרובות. לא תמיד נוכל לשלוט ברגשות באופן מושלם. לפעמים הכעס "פשוט יוצא".

מה אפשר לעשות: לתרגל חמלה עצמית. יש הרבה הצעות מעשיות איך לעשות זאת. ד"ר קריסטין נף היא מומחית עולמית בנושא. כאשר זה קורה, תעשו פסק זמן קצר. ותמצאו אנשים שאפשר לקטר בפניהם באופן חופשי.



חרדה:

ההרגשה שמאבדים שליטה ולא יודעים איך לחזור למצב נשלט לעתים מעורר חרדה.

לעתים נפנה לאכילה לא בריאה או אלכוהול כדי למצוא נחמה. במקום זאת, כדאי לשוחח עם חברה/ קרובה/ או לכתוב ביומן (לא יאומן כמה זה יכול לעזור!).

מבוכה:

האם יקירכם עושה מעשים מביכים בפומבי? ניגש לאנשים ואומר דברים בוטים? צריך ללכת לשירותים מיד כשמגיעים, ועושה בלאגן עד שמגיע לשם? מסרב להתרחץ ויש ריח גוף לא נעים כשיוצאים? קל לנו להרגיש אחראיים או אשמים כאשר יש התנהגויות כאלו.

מה לעשות: יש משפחות שבחרות שלא לצאת מהבית משום שזה יותר קל, וזה בסדר. משפחות אחרות דואגות שיהיה ליווי נוסף בכל פעם שיוצאים. ויש "כרטיסי דמנציה" (הכנתי דוגמאות להורדה והדפסה בקישור הזה): כרטיסים קטנים ששומרים בארנק, ויש בהם הסבר של כמה מילים שהאדם עם דמנציה/ אלצהיימר וניתן לחלק לאנשים בסביבה, אם צריך.



תסכול:

תסכול הוא חלק מרגשות אחרים כמו אמביוולנטיות, כעס וחוסר סבלנות. לפעמים המטפל מרגיש שאינו מסוגל לעשות דבר כראוי או שהדברים פשוט לא מסתדרים כפי שתכננו או רצינו, חרף כל המאמצים שהושקעו. אם אתם עייפים, אתם עשויים להיות יותר מתוסכלים. תסכול עלול להביא לאכילה רגשית, שימוש בחומרים מסוכנים וסיכוי גבוה יותר להתפרצות כועסת למטופל.

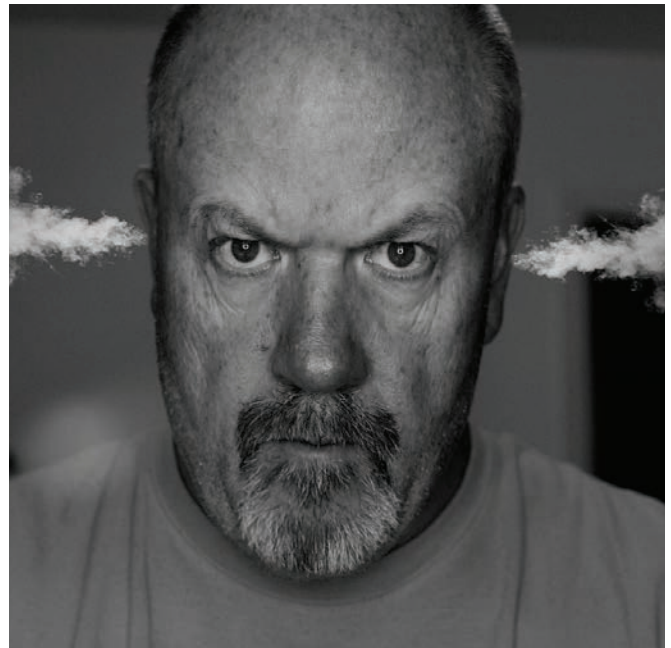
מה לעשות: להכיר בכך שטיפול הוא מאד מתסכל. מצטרפים לקבוצת תמיכה: ללמוד מה עושים מטפלים אחרים כדי

או "אם אני אצא ויקרה משהו, לא אסלח לעצמי". תנסו להחליף את האשמה בחרטה: "אני מצטער שאני אנושי ולפעמים חסר סבלנות", "אני עושה כמיטב יכולתי. לפעמים לא הולך, ואני מצטער שאני לא מושלם".

שעמום:

קל מאד להשתעמם כאשר תקועים בבית בטיפול באדם אחר ולא עושים את מה שמעניין אותנו. בסוף היום לרוב כבר עייפים מדי למצוא את הזמן והאנרגיה בכל זאת לעסוק בעניינים שמעניינים לנו.

מה לעשות: לבקש ולקבל עזרה. לעשות הפסקה בטיפול ולהקדיש זמן לעצמנו לא רק יגביר את הסבלנות והחוסן שלנו, אלא גם יאפשר הזדמנות לעשות משהו משמעותי לנו: מפגש חברים, הליכה בחוץ, קריאת ספר טוב, מה שעושה טוב.



עצבנות / קוצר רוח:

כאשר אנחנו עייפים ולחוצים קשה יותר לשלוט במה שאנחנו אומרים ועושים. רגשות עשויים להתגבר ולדעוך במהרה. אנחנו מתנהגים בגסות בנוגע לכל דבר פעוט כי המאגרים שלנו ריקים. **מה לעשות:** זהו סימן מובהק שצריכים הפסקה. גם מטפלים זקוקים למנוחה ושינה טובה, כי יש פחות יכולת שליטה כשעייפים.

עצבות ודכדוך:

בני משפחה מטפלים בסיכון מוגבר לחוות דיכאון קליני. לפעמים זו הרגשה של חוסר אונים או ייאוש, קושי לישון או קושי לקום ולהתחיל את היום. לפעמים פשוט רוצים לבכות, כל הזמן.

מה לעשות: דיכאון קליני הוא מצב שניתן לטפל בו ויש להתייחס ברצינות. רצוי לקבל עזרה מקצועית. מדברים עם הרופא, מצטרפים לקבוצת תמיכה, מוצאים מטפל רגשי המתמחה בבני משפחה מטפלים, מבקשים עזרה מחברים ומשפחה. פעילות גופנית גם מוכרת כאמצעי להקלה על חלק מהתסמינים של דיכאון קליני.



אין הכנה לתפקיד בני משפחה מטפלים. אין ימי חופשה ולא מקבלים תעודות הערכה. זה אחד התפקידים הרגשיים הקשים ביותר שיהיו במהלך החיים. התייחסות והתמודדות עם הרגשות השונים העולים במסגרת התפקיד חיוני לכם ולמי שאתם מטפלים בהם.

ותזכרו, זה שאין תרופה לדמנציה לא אומר שאין מה לעשות.

להתמודד. עושים הפסקות בטיפול כך שיהיה זמן להתרענן. פעילות גופנית. שינה.

אמביוולנטיות:

רצון לעשות את מה שעושים לצד הרצון שלא לעשות זאת. בימים קשים, יש הרגשה שלא רוצים להיות שם, ומשאלת לב שזה ייגמר בקרוב. בימים קלים, הרגשה של חוויה מיטיבה לכולם.

מה לעשות: מאפשרים להרגיש את שני סוגי הרגשות הללו. כולם מרגישים כך לפעמים. אף אחד מהרגשות הללו אינו נמשך לנצח.



היעדר הערכה:

רובנו לא רוצים להיות תלויים באדם אחר. קשה לנו לקבל עזרה. בדמנציה/ אלצהיימר הבעיה עלולה להיות חריפה במיוחד, משום שלעיתים קרובות החולה אינו מודע לקשיים ולבעיות שלו. זה עשוי לכאוב ולפגוע מאד כאשר המטופל אינו מודה לנו וכלל אינו מבין על מה אנחנו מוותרים למענו.

מה לעשות: לפעמים אנחנו צריכים לטפוח לעצמנו על השכם. לכתוב ביומן מה אנחנו עושים כל יום יכול לסייע לנו להעריך את כל מה שאנחנו עושים (למענם). קבוצת תמיכה של חברים או משפחה שמעודדים זה חשוב, כאלו שאפשר לשתף אותם בהצלחות הקטנות והגדולות, כמו גם התסכולים בטיפול.



פרופ' עמיה ליבליך

מתוך האתר פסיכולוגיה עברית www.hebpsy.net

פסיכואג'יה עברית

הרצל

שקורה עכשיו במדינה, כפי שהסבירה כל כך בבהירות פרופ' אניטה שפירא במאמרה בעיתון "הארץ" בדיוק לפני שבוע. ואז, לקראת סוף המאה ה-19, על רקע כל הסבל וחוסר המוצא, ואחרי שכשלו הניסיונות הרבים לשנות את גורל העם היהודי בעזרת התבוללות או השכלה, ועוד לפני השואה שהיא לכל הדעות האסון הנורא מכל - מפציעה הדמות הזו של אדם יהודי בלתי רגיל, ששמו תיאודור הרצל. אני הלומת הערצה, להשתמש בביטוי היפה של זלדה (על יוסף המקראי) "הלומת גענועים". איך גבר צעיר, צעיר יותר מכל אחד מילדי היום, למשל, משרטט חזון לאומי עבור

ההמונים, לא לעצמו, ונכנס למהלך ממשי שמזיז את ההיסטוריה. כך ראיתי את זה, כמו שערן מיתולוגי שיכול להזיז את מחוגי הזמן. והמקום, יש להוסיף. הקסם שלו, היופי שלו, האלגנטיות שלו הם ודאי חלק מהצלחתו. וכן - הדימיון שלו, ההעזה לחלום, הנאיביות של סופר, משורר, או מחזאי. והגורם השלישי - האנרגיה האינסופית שהייתה לו, הריצה למען החזון, עד שמיצה במו ידיו את כוחו, כמו סביבון שמסתובב ומסתובב עד שנופל. הקייזר, וגם אחרים, אמרו לו שמה שצריך בארץ החברה הזו הוא 'מים וצל'. אבל מה שהיה צריך היה רוח, ומזה היה לו בשפע, כך שיכול היה לומר "בבאזל הקמתי את מדינת היהודים". וכך היה. אני יודעת שיש שיקראו רשימה זו ויגידו: "נאיביות, ועוד בימים שכאלה!", או אפילו "איך היא מעיזה, הרי גדולים וטובים כתבו על הרצל



כתבים מלומדים". אבל אני לא חוששת להביע כאן את מחשבותי. עוד בבית הספר העממי הסבירו לנו שכדי שיקרה מפנה היסטורי צריך תנאים וצריך מנהיג. ברור שהיו עוד אנשים חשובים למהלך הזה בדורו, הוא לא היה היחיד. ויש שמגיבים ואמרים לי: "בן גוריון היה חשוב ממנו להיסטוריה של היהודים בזמננו". אולי. אני כותבת כאן רק על ההתרגשות שחוויתי במפגש הספרותי עם האיש הצעיר והיפה הזה, שכשמת עוד לא מלאו לו 45. וכל זה כמובן שבעתים על רקע מה שקורה סביבנו היום.

עמיה ליבליך מקיימת ביפו קבוצת הנחייה בכתיבה אוטוביוגרפית. לפרטים מעוניינים, 0546838113

כל החברה הישראלית כמרקחה, ואני מתיישבת לכתוב כאן על תיאודור הרצל (1860-1904), וזה אולי קשור, ואולי מאותם צירופי מיקרים שמפתיעים אותנו שוב ושוב.

לפני כחצי שנה התרגשה חברתי רות גולן מספר שהיא קוראת "הסיפור של היהודים" מאת סיימון שאמה. זה ספר ארוך מאוד, ודורש הרבה זמן, היא אמרה, אבל שווה כל רגע. "מה שאני לומדת מהספר הזה על ההיסטוריה של היהודים לא לימדו אותנו בבית הספר!" אנו נוהגות להחליף בינינו המלצות על ספרים, סרטים וכדומה. כיון ששתינו מרבות לאחרונה לקרוא דיגיטאלית, אין בינינו השאלה, רק המלצות. היא קראה את הספר בעברית, ואני איתגרת את עצמי והזמנתי אותו מאמזון באנגלית בקינדל.

לפני שאתייחס להרצל, כאן אקדים שתי הערות: הראשונה - מאז גיל הנעורים אני נוהגת לקרוא להנאתי באנגלית, בנוסף לספרות המקצועית שהיא מטיבעה לרוב לא בעברית. זה נושא לרשימה אחרת; והשנייה - כשחיפשתי את הספר להזמנה, גיליתי שהיה בגלגול קודם סידרה אמריקנית בטלוויזיה. את הסידרה לא הצלחתי למצוא לצפייה באינטרנט, אם מישהו יודע, אשמח לקבל את המידע!

ובכן, בקריאה איטית, במנוחה בבית, ברכבת, בטיסות, בכל הזדמנות, סיימתי את 2000 ומשהו עמודים בקריאה מספקת ומרתקת, שמביאה את ההיסטוריה היהודית עד שנת 1900, ומסתיימת בפרק מרגש על הרצל.

אני לא קוראת היסטוריה בזמני החופשי בדרך כלל, ועצם העובדה שהספר הענק הזה שמר על התעניינותי כל החודשים האלה הוא מחמאה עצומה לסופר, שכשרונותיו כנראה ידועים. הלקח העיקרי שלי מכל הקריאה הזו - בהכללה קולוסאלית!!! - הוא שכיהודים, תמיד תמיד היה לנו קשה. סבלנו כעם רדיפות, השפלות, גירושים ועינויים שלא יתארו. בגלל שהרגנו את ישו, או גרמנו להריגתו? אולי, ולהוגי הדעות יש עוד אלף סיבות. אבל החלק השני של אותה הכללה הוא: ותמיד קמנו על רגלינו מחדש, הרבה פעמים במקום אחר... בהקשר זה אי אפשר שלא לחשוב באימה על מה



האם בקשה למרחב אישי (space) היא לגיטימית בזוגיות?

• עצמאות ואוטונומיה: שמירה על תחושת אינדיבידואליות בריאה הינה חיונית במערכות יחסים. חלק מהשותפים עשויים להזדקק למרחב כדי להגדיר מחדש את עצמאותם, לטפח את זהותם ולעסוק בפעילות עצמאית, אבל כזו שאיננה פוגעת ביחסים ומוסכמת על הצדדים.

• נסיגה קלה מהקשר יכולה לספק הזדמנות לחידוש הקשר ולהערכתו. היא מאפשרת להעריך את הדינאמיקה, התאימות ומטרות ארוכות הטווח של הקשר כשהיא תואמת ככל שניתן למטרות הצדדים.

דאגה מתמדת, עשויה לנבוע מחשש והפחד שכן הזוג יוצר חלל כדי למלא אותו בתוכן אחר או משהו אחר. תקשורת ישירה וכנה עשויה לסייע לחקור אם זה המקרה. כדי לדבר בכנות ופתיחות על הפחדים, החששות והדאגות לנוכח הצורך במרחב. דיאלוג כזה מאפשר עבוד והסכמת משותפת ביחס למשמעות הצורך במרחב.

החוכמה היא להשיג את האיזון הנכון, אם בן הזוג אומר שצריך לקחת מקום לעצמו במערכת היחסים. בין אם הוא מרגיש שמהוה השתבש ביחסים, בחיים או בזוגיות. אז בין אם אתם יחד חודשים או עשרות שנים, חשוב לקחת את הדברים ברצינות. החדשות הטובות שאפשר לתקן אם הבעיה קלה מספיק. כל עוד אפשר לאזן בין מתן מרחב לבין מרחוק שאיננו מביא להתרחקות - הדברים עשויים להיות מבורכים. כאשר עושים זאת נכון, הדבר יכול לגרום לאסירות תודה אחד לשני, אשר בסופו של דבר תביא לקרבה.



אמירה של "אני צריך מרחב" (ספייס) עלולה לערער ולטלטל זוגיות. רצון למרחב עלול להתפרש כרצון למרחק, התרחקות ולהוביל לניתוק. למעשה, אמירה כזו עלולה לאיים ולפגוע בבסיס האמון והקשר, בעיקר כשיש קשיים מופיע חשש שבן הזוג בדרכו לסיים את הקשר. מחשבות מטלטלות ומפחידות עשויות להעצים את הפרשנויות השליליות. מרחב אישי איננו מצביע על התרחקות. הוא יכול להתקיים בתוך הקשר כאשר בן הזוג מתמקד בתוך עצמו, מטרותיו ורצונותיו, כדי להבין טוב יותר תהליכים הקורים בחייו, האישיים והמקצועיים.

בקשר מחייב משמעותי, בקשה למרחב אישי, עלולה להרגיש לא מובנת, מטרידה ומאיימת על יציבות היחסים. בקשה זו עלולה לעורר זעם, תוקפנות, וחרדה לנוכח שאלת מהות הקשר ויציבותו. חוסר בהירות מגביר את הרגשות והפרשנויות השליליות. ספק וחוסר הביטחון מעצימים תחושת נטישה ועלולים להציף פצעי עבר כואבים.

צרכים והעדפות של כל אחד למרחב אישי, יכולים להשתנות במהלך החיים ובמהלך הקשר. בקשה למרחב איננה מצביעה בהכרח משהוא איננו תקין בזוגיות, אלא מדובר בצורך. הבנת הצרכים והדאגות הספציפיות של כל אחד מבני הזוג, מצריכה תקשורת פתוחה וכנה. לעיתים קרובות הדברים אינם בהירים בהתחלה ומתגבשים לכלל בהירות ככל ששומרים על תקשורת.

הסיבות בגללן בן הזוג מבקש מרחב?

- צורך בהתמקדות עצמית, במטרות האישיים או ברווחה הרגשית בשממעות של לקיחת זמן להרהר, לחקור תחומי עניין אישיים או להמשיך להתפתחות אישית ללא נוכחות או השפעה מתמדת של בן הזוג.
- מערכות יחסים עשויות להיות אינטנסיביות וצמודות. בני זוג עשויים לחוש מידי פעם מוצפים מההיבטים הרגשיים והמעשיים של החיים. יש שנוצר אצלם צורך למרחב כדי לעבד את רגשותיהם, להשיג בהירות ולהחזיר לעצמם ולזוגיות תחושת איזון.
- זוגות רבים הזקוקים למרחב אישי כדי להימנע מתחושת "מחנק" ושעמום בשל האינטנסיביות בקשר. שמירה על מערכת יחסים מצריכה השקעת אנרגיה ומאמצים. לכן, חשוב מרחב המאפשר לכל אחד לעשות דברים אישיים. מתן הוא בריא וחיוני למערכת היחסים, שומר עליה ועל רעננותה.

כיצד לשוחח על הצורך מרחב אישי, מבלי להעליב ולפגוע?

- אל תסתיר את פעילויותיך. שתף באילו פעילויות אתה עשוי להיות מתי ואיפה. דבר על השעה שאתה צפוי לחזור. שקיפות תסייע לתחושת בטחון, שיתוף וערך.
- בחרו את המילים והזמן לשוחח על הצורך במרחב. המנע משיחה כזו כשאתם בקונפליקט. השתמש בנקודת מבט של "אני", במקום "אתה" לצד הסבר ענייני שבו בן הזוג ירגיש שותף, גם אם הוא איננו שבע רצון מרצונך וצרכיך.
- אל תרגיש אשמה - קח אחריות על הצורך שלך ונסה ליהנות מהזמן שלך בנפרד ותוון אותו באופן המכבד את שניכם.

*המאמר נכתב בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד - הוא מכוון לנשים וגברים כאחד.



הציורים האחרונים

עובדה שאיפשרה לקלימט להעצים את הארוטיקה עם הכתף החשופה והמניפה המסתירה באופן אסטרטגי את השד החשוף. בנוסף, ניכרת כאן ההשפעה החזקה של הג'פוניזם על קלימט, תנועה שקנתה לה אחיזה בסוף המאה ה-19 ותחילת המאה ה-20 באירופה ועדויות לכך הופיעו ביצירותיהם של מאנה, ון גוך, גוגן ורבים אחרים. אצל קלימט אפשר לראות את ההשפעה בציורים שונים, ביניהם הדיוקן המרהיב באוסף מוזיאון תל אביב (לכו לבקר אותו בפעם הבאה במוזיאון).

כבר הרבה זמן מופיע ברשימת הפוסטים העתידיים שלי הנושא "הציורים האחרונים של אמנים גדולים". זה נושא מרתק, שיש בו לא מעט הפתעות וגם נבואות עצמיות מסויימות, אבל הוא גם קצת מורבידי, ולכן נדחה.



Gustav Klimt's workroom at Feldmühlgasse 11, Vienna 13, showing the unfinished 'The Bride and Lady with Fan' paintings, 1918



Gustav Klimt, Lady with Fan, 1918

הנה עוד 9 ציורים אחרונים של אמנים מפורסמים. הצביעו בסוף המאמר איזה מהם הכי נגע בכם.

וינסנט ון גוך

לרוב מחשיבים את הציור האחרון של וינסנט ון גוך כ'שדה חיטה עם עורבים', שיש בו מן המבשר רעות בתחושה שהוא מעביר לצופה. אבל, כידוע, סביב חייו ומותו של ון גוך נקשרו מיתוסים רבים, וגם במקרה זה, זהו אינו דיווח מדויק. אמנם הוא צויר בשנת מותו, 1890, אולם הציור האחרון באמת של ון גוך היה 'שורשים', בו הוא חקר את שורשיהם המתפתלים של העצים בתנועתיות האופיינית לו, בקומפוזיציה קלסטרופובית עם השפעה ניכרת מהדפסי חיתוכי העץ היפניים שאסף.

עד שבשבוע שעבר נמכר בסות'ביס הציור 'אישה עם מניפה' של גוסטב קלימט, ושבר את שיא המחיר של קלימט (שנקבע רק לפני מספר חודשים) כשנמכר תמורת 108 מיליון דולר! לא רק שזה ציור יפהפה, עדין ומלא חיים, זהו גם הציור האחרון שהשלים קלימט לפני מותו הפתאומי ב-1918 והוא בן 55 בלבד. צילום מהסטודיו שלו מעט אחרי מותו מראה שני ציורים המונחים על כני ציור: 'הכלה' הבלתי גמור ו'אישה עם מניפה'. זה לכשעצמו יכול להסביר את ההתמחרות הקשוחה על הציור שארכה כ-10 דקות ארוכות. הציור הוא דוגמא נהדרת לעבודתו של קלימט בסוף העשור השני של המאה ה-20: דיוקן נשי עדין וחושני, קונסיסטנטי עם הנושא השגור 'יפהייה וינאית', אלא שהפעם אין זה דיוקן מוזמן של אשת חברה אלא מודליסטית לא ידועה,

בציור האחרון שלה היא בחרה לא לצייר את עצמה. סיבת מותה הרשמית, בגיל 47, היא תסחיף ריאתי, אולם רבים סבורים שהיא בחרה לסיים את חייה, אחרי שסבלה לכל אורכם ממחלות וכאבים פיזיים, כמו גם מאכזבות וכאבי לב, את כולם ציירה בפתיחות רבה. ערב מותה היא נתנה את הציור הזה כמתנת יום נישואין מוקדמת לבעלה דיגו ריברה. היא בחרה לצייר מבחר אבטיחים, שהם מסמלי יום המתים המקסיקני, כשעל אחד מהם חרוטות המילים Viva la Vida (יחי החיים).



Frida Kahlo (1907-1954), Viva La Vida, Watermelons, 1954, oil on maisonite, 59.5 x 50.8 cm

דיגו ריברה

שלוש שנים אחרי מותה של פרידה, מת דיגו ריברה. הוא היה בן 70, שתיין ומעשן כך שמותו לא הפתיע רבים. הציור האחרון שלו היה, באופן מעורר צמרמורת, טבע דומם של אבטיחים. מה שמזר עוד יותר הוא, שריברה לא רצה לצייר אותם. היתה זו דולורס אולמדו, הפטרונית הגדולה שלו, שחשקה בציור של אבטיחים. הוא סירב נחרצות והתרצה רק אחרי שאולמדו איימה שתזמין את הציור מאמן אחר.



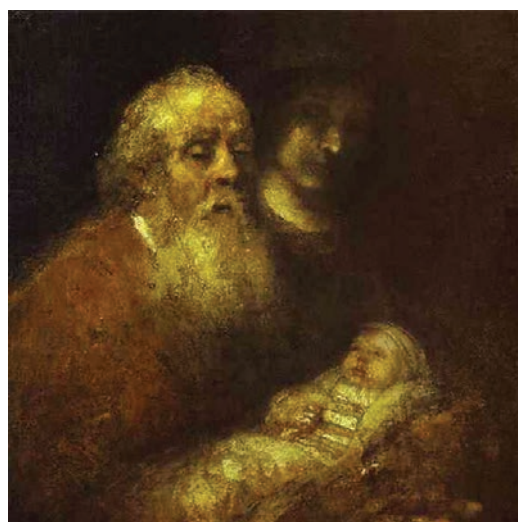
Diego Rivera – The Watermelons, 1957



Vincent Van Gogh, Tree Roots, 189

רמברנדט ון ריין

הציור האחרון של רמברנדט הוא אחד העצובים. הוא מתאר את הסצנה בה מריה ויוסף מביאים את ישו התינוק לברכה במקדש. כאן מתאר רמברנדט את ישו התינוק בידיו של שמעון הכהן. הציור נמצא בסטודיו שלו לא גמור, אחרי שמת בפתאומיות בן 63. דמותה של האישה ברקע, ככל הנראה הקדושה אנה, הוספה על ידי אמן אחר בשלב מאוחר. רמברנדט הירבה לצייר את דיוקנו העצמי, וכך אנחנו עוקבים אחר השלבים שונים של חייו, מבחרותו הסקרנית, דרך הצלחתו הרבה ועד לגפילתו. נראה כי דווקא בדיוקן זה, שהוא אינו שלו, יצק רמברנדט את הלך הרוח שלו, אחרי ששכל את ילדיו, ביניהם טיטוס אוהב ליבו, ואת אישתו האהובה ססקיה, ירד מנכסיו והפך לפושט רגל נלעג. כל הלאות והקושי ניכרים כאן בפניו של שמעון הכהן.



Rembrandt, Simeon With The Christ Child In The Temple, Unfinished, 1669

פרידה קאלו

פרידה קאלו היתה ידועה גם היא בדיוקנאות העצמיים שלה, אולם

מארק רותקו

מארק רותקו ידוע בציורי שדות הצבע הגדולים שלו המאורגנים במלבנים זה מעל זה, כשהגבולות הפועמים והרווחים הנסתרים, הם לב הציור. רותקו זכה להצלחה רבה, אולם החל מ-1968 חלה הידרדרות במצבו, הבריאותי והאישי, והדבר ניכר בעבודותיו מתקופה זו, שהיו בצבעים כהים ודהויים. אחרי שנפרד מאישתו שנה לאחר מכן, עבר רותקו להתגורר בסטודיו שלו, בו מצא אותו העוזר שלו ב-25 בפברואר 1970. רותקו היה שרוע על הרצפה מול הכיור מכוסה בדם אחרי שחתך את עורקיו. הציור האחרון שלו נראה כמו נבואה לסצינה זו. לפני כמה שנים זכיתי לראות בלונדון מחזה בשם RED על היחסים בין רותקו והעוזר שלו. את רותקו גילם אלפרד מולינה המעולה. מומלץ.



,Georgia O'Keeffe (1887-1986) The Beyond, 1972
oil on canvas, 30 x 40 in

ז'אן מישל בסקיאט

שנה מאוחר יותר מצייר ז'אן מישל בסקיאט את Riding with Death. בסקיאט היה בן טיפוחיו של וורהול וידיד קרוב, עד שהשניים התרחקו. לבסקיאט היתה קריירה מטאורית: תוך שנים ספורות בלבד הוא עבר מלצייר גרפיטי על קירות השכונות הקשות בניו יורק, לחביב הגלריסטים והאספנים, סופרסטאר וסלבריטי שעבודותיו נמכרו במחירים גבוהים מאוד. הוא היה נתון ללחצים רבים ליצור עבודות, סופר אפילו על אחת הגלריסטיות שנעלה אותו במרתף על מנת שיתרכז בציור. בשלב מסוים הוא התמכר לסמים, שאיפשרו לו לעבוד הרבה וגם לחגוג הרבה, אבל כנראה שהוא לא היה מאושר במיוחד. בסופו של דבר הוא מת ממנת יתר, ככל הנראה כוונה תחילה, ב-1988, והוא בן 27 בלבד. הציור Riding with Death היה מהציורים האחרונים שלו, ולמרות שאפשר להגיד הרבה על הציור הזה, לא צריך להסביר עד כמה הוא טעון לאור נסיבות מותו.



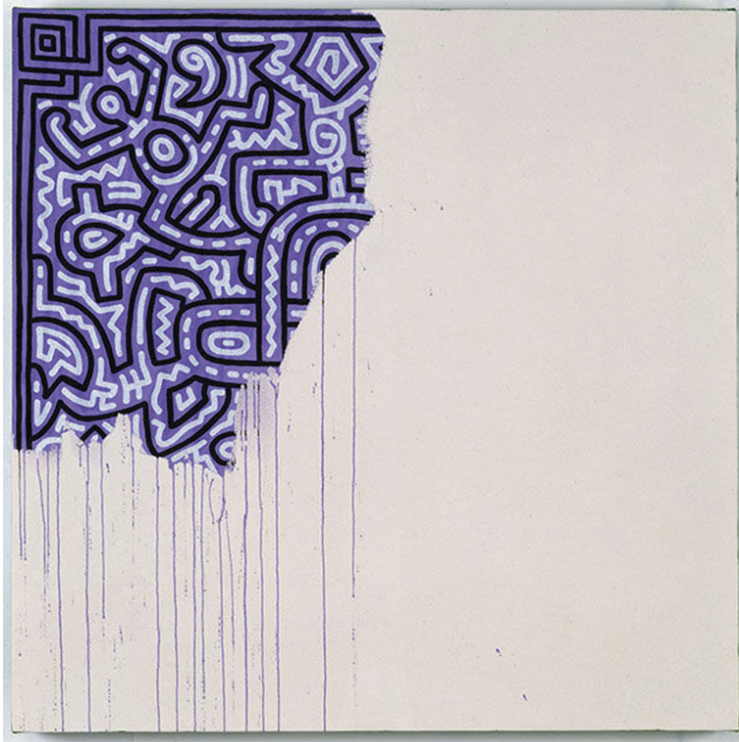
jean-Michel Basquiat (1960-1988), Riding With Death, 1988, acrylic and crayon on canvas, 249 x 289.5 cm



Mark Rothko – Untitled, 1970

ג'ורג'יה או'קיף

שמים לב שיש כאן בעיקר גברים? ובכן, הייתי חייבת להוסיף עוד אמנית - ג'ורג'יה או'קיף, שעד היום מחזיקה בתואר האמנית שעבודתה נמכרה במחיר הגבוה ביותר במכירה פומבית (עשירית מזה של אמן). או'קיף נודעת בעיקר בזכות ציורי הפרחים החושניים שלה והטבע המדברי בו בחרה להתגורר. בסוף שנותיה התדרדרה ראייתה מאוד והיא נאלצה להיעזר באסיסטנטים ואף לזנוח לגמרי את הציור בצבעי שמן. לציור האחרון שציירה ללא סיוע בצבעי שמן היא קראה The Beyond ואכן ניכר שממרום שנותיה (היא היתה בת 85 באותו זמן) היא התכוננה אל הלא נודע. בפועל זה לקח עוד לא מעט שנים. היא מתה ב-1986, בת 99.



Keith Haring (1958-1990), Unfinished Painting, 1989,
Acrylic on canvas, 39 x 39 in

קית' הרינג

בחבורה של וורהול ובסקיאת היה חבר תקופה מסוימת גם קית' הרינג: עוד אחד שהגיע מהר מאוד מצויר על קרונות הרכבת התחתית לתצוגה במוזיאונים. הרינג היה אקטיביסט ורתם את כישורי הציור שלו על מנת לקדם נושאים שהיו קרובים לליבו. ביניהם היו זכויות ההומוסקסואלים והמלחמה באיידס. מחלת האיידס, שנחשבה אז למגיפה של גייז והיתה מחלה חשוכת מרפא, השתוללה בחוגיו של הרינג וקטפה קורבנות רבים. בסופו של דבר גם הרינג נדבק, וב-1990 הוא מת מסיבוכי המחלה, והוא בן 31 בלבד. מהלך מחלתו היה ארוך יחסית וקשה. בחודשים האחרונים היה חלש ומרותק למיטתו. הציור הלא גמור הזה היה האחרון שהתחיל.

אנדי וורהול

הסדרה האחרונה שאנדי וורהול עבד עליה היתה מיוחדת. היא הזמנה על ידי גלריסט פריזאי עבור בנק במילאנו. עד כאן לא נשמע מיוחד, אלא שנושא הסדרה הוא 'הסעודה האחרונה' על פי הציור הנודע של ליאונרדו דה וינצ'י, והציור הגדול נועד להיתלות במשרדים הראשיים של הבנק, השוכנים ממש מול כנסיית סנטה מריה דלה גרציה, שם נמצא הפרסקו המקורי של דה וינצ'י. הוא עבד על הסדרה בסוף 1986 ובינואר 1987 נסע למילאנו לפתיחת התערוכה. באותה נסיעה כבר החל לחוש בבטנו, מה שבסופו של דבר גרר ניתוח, שהוא מת מסיבוכיו ב-22 בפברואר 1987.



Andy Warhol - The Last Supper, 1986, acrylic and silkscreen ink on linen

ברשימה הזו ניכר כי רבים מהאמנים מתו בטרם עת. לעיתים היה משהו נבואי בציוריהם האחרונים, ואפילו מצמרר בהסתכלות לאחור. איזה מהציורים הכי נגע בכם?



גלריה

גלריית הבנקאות הפרטית מציגה - תערוכת אומן: דניאל מנדל - הכיוראי

של 1220 מעלות צלסיוס - תהליך שלוקח כיום וחצי ומבטיח את עמידות הכיורים לשימוש בטוח לאורך שנים רבות.

החימר, ממנו עשויים הכיורים, נוצר מתהליך ארוך שנים של בליית סלעי יסוד על ידי מים היוצר חרסית. גווני החימר השונים, הטקסטורות וצבעי הגלזורה מספקים הצצה להשפעות נוף ילדותי ולאהבתי למים ולחוף הים. בעיניי, הכיורים משלבים את הפראיות



והחד פעמיות של כוחות הטבע והחיים עם כוחות האדם. כיון שכל כיור נעשה בעבודת יד, כל יצירה של כיור מלווה במידה מסוימת של חוסר וודאות. לא ניתן ליצור שני כיורים זהים לחלוטין. אך לעיתים ישנם רגעים של קסם, כשכל העבודה הקשה משתלמת וכל הקצוות נפגשים. רגעים כשאני נותן לידיים לעבוד מבלי לחשוב ונוצרת צורה חדשה, או יצירת שילוב גלזורה ייחודי (שכבת הזכוכית הצבעונית המכסה את הכיור). רגעים כאלה מוקדם בבוקר, כשאני פותח את התנור ורואה יצירות שבוודאות לא יכולתי ליצור לבד ורוח מיוחדת שרתה עלי בעת יצירתם. רגע נוסף כזה, הוא כשכיור מגיע לבית החדש שלו, הרגע שבו הוא מונח במקום שנועד במיוחד עבורו, בין אם זו פינת נטילת ידיים של בית פרטי, או שירותים בחדר במלון או במשרד, כשהכל בא על מקומו, מתרחב לי הלב לדעת שהכיור שלי הוא תכשיט בכל חלל בו הוא נמצא ושהוא משמח אנשים ומכניס אור לחיי היומיום של הלקוחות שלי.

| כתב: דניאל מנדל |
| צילומים: אפרת פרגון |

שמי דניאל,

אני 'הכיוראי' - מנחה ויוצר בחימר.

גדלתי ביישוב ספר על שפת מדבר יהודה בואכה ים המלח ואת מרבית חודשי הקיץ ביליתי על חוף הים - וכבר מילדות - מגע החול והמים, נופי המדבר הגדול והרי מואב ואדום עוררו בי סקרנות ליצור, לברא יש מאין, ולהפיה חיים באדמה.

לעולם הקרמיקה הגעתי בזמן לימודי בשיבת

ההסדר, לפני ואחרי השירות הצבאי. התנסתי במגע עם החומר ולמדתי ליצור אובייקטים על האבניים. כשהבשילה העת, עליתי צפונה ללמוד קרמיקה באופן מקצועי במכון לאמנויות בתל חי. שנות לימודי בתל-חי היו מתנה גדולה עבורי, שם עיצבתי וגיבשתי את קו העבודה הייחודי שלי, המשלב קווים נקיים יחד עם טקסטורות החימר הטבעי ושם התעוררה בי התשוקה והסקרנות ליצירת קערות גדולות. זו תשוקה שקשה להסביר במילים, אבל יש משהו עוצמתי בפזיות של עבודה עם כמות גדולה של חומר על הגלגל המסתובב בין שתי ידיי, ביכולת למרכז את החומר ולפתוח אותו לכדי כיור רחב ידיים שיכול להכיל בתוכו עולם שלם.

העבודה עם החומר מלמדת אותי ענווה וסבלנות. לתלמידי ולמבקרים בסטודיו הרואים את המוגמר, אני פותח צוהר ליצירה ולתהליך העבודה עם החומר; 'לחומר יש את הזמן שלו' אני מרבה לציין - הזמן הנדרש ליצירת כיור שלם הינו כחודשיים ככל כיור 'נולד' מלישה ארוכה, עיצוב עדין על האבניים, ייבוש איטי ואחיד של מספר שבועות, ושריפה בטמפרטורה גבוהה





מגזין הבנקאות הפרטית

גישה ישירה למוצרים ולשירותים

מגזין הבנקאות הפרטית מופק משנת 2011 עבור לקוחות הבנקאות הפרטית של כל הבנקים



לקבלת המגזין למשך שנה ללא תשלום וללא התחייבות ללקוחות הבנקאות הפרטית:



www.bankautpratit.co.il

