עיתון אישי – תוצר לדוגמה

פרטים אישיים

שם המפמ"ר:	מירב בראוטבר פסט
שם איש הקשר:	ד"ר אניטה חורש מגן
תחום הדעת:	ספרות ממלכתי
שפת הכתיבה:	עברית: * ☐ ערבית: ☐

עיתון אישי – תוצר לדוגמה

תשפ״ו 008-212סמל שאלון

יום שישי, כ"ג בחשוון תשפ"ו
14.11.2025

המחיר: 13.50 ₪ כולל מע"מ
למנוי: *1234

חדשות בית הספר

מסע החיים: בין שחייה לטביעה, בין דממה לניגון

מחקר ספרותי חדש חושף תובנות מעמיקות על משמעות החיים בשירה

צרפו רכיב חזותי לכתבה החדשותית המרכזית (רשות):



תאריך עדכון אחרון 17.9.2025

התמונה מציגה באופן מופשט את מסע החיים ומשקפת את האדם שנמצא בתנועה עם שילוב של צבעים חיים לנעורים, צבעים כהים לזיקנה, ומוטיבים המייצגים מאבק, גילוי עצמי וניגון נצחי. מקור התמונה – צ'אט ג'י פי טי בקישור.

מאת: אור דיין

האם החיים הם מסע גדוש חוויות או תהליך סיזיפי המוביל לקץ בלתי נמנע? מחקר ספרותי חדש בוחן את מסע החיים דרך שירתם של ארבעה משוררים מובילים. הוא מציע תובנות על זקנה, משמעות החיים והמתח בין חומר לרוח. כל משורר מציג היבטים ייחודיים של מסע החיים. ההיבטים נעים בין מאבקי הגוף להזדקנות, השאיפה להתעלות רוחנית, המשמעות שבמערכות יחסים וגילוי עצמי. השיר "השחיינים" של אגי משעול, למשל, משרטט בעזרת **מטאפורת הטביעה** תמונה של השברירות שבזקנה – התלות בגוף ההולך ונחלש, אובדן החיוניות והדחיקה לשוליים החברתיים. לצד זאת, הטביעה היא גם **מטאפורה** להתמודדות עם סופיות החיים והשלמה עם שינויי הגוף והנפש כחלק מהמסע האנושי. השיר, כמו רבים משיריה של משעול, משלב **הומור ואירוניה** עם רגישות עמוקה, ומזמין את הקוראים להרהר בזקנה ובהיבטיה השונים. בעוד משעול מתמקדת בזקנת הגוף, יהודה הלוי מציב אתגר רוחני במסע החיים. שירו "ישנה בחיק ילדות" מתאר מסע מהחומרי אל הרוחני, שבו המאבק בין תאוות העולם לבין הכמיהה להתעלות רוחנית הוא מרכזי. באמצעות **פנייה ישירה** לנפש, הוא מצווה עליה להתעורר, להתנער מן הזמן לדאות כדרור ולהתקרב אל האל יחד עם שאר הנשמות. את המסע הזה הוא מתאר באופן **מטאפורי** תוך שימוש **בהאנשה, דימויים, צימודים וציורי לשון.**

השיר "איתקה" של קונסטנדינוס קוואפיס קורא לאמץ את המסע כתכלית בפני עצמה, תוך שהוא מדגיש את חוויית הגילוי העצמי כחלק בלתי נפרד מחיינו. קוואפיס מזכיר שהדרך עצמה, ולא רק היעד, היא העיקר במסע האנושי. חשיבות הגילוי העצמי והמסע האישי היא גם תובנתו של פאולו קואלו בספרו, האלכימאי (קואלו, 1988). ניתן להבין שהשירה מציעה לא רק ניתוח ספרותי אלא גם כלי לחשיבה על שאלות קיומיות.

יהודה עמיחי, בשירו "הילדים", מציג את שלב הילדות מנקודת מבט פואטית שמתחברת לרעיונותיו של אריק אריקסון בספרו ילדות וחברה (אריקסון, 1960). בשיר, הילדים מתוארים באופן **מטאפורי** כמי "שמסובבים את כדור הארץ", בהתאם לחשיבות המרכזית שמעניק אריקסון לשלב הילדות בהתפתחות האנושית. היצירתיות והדמיון, שמופיעים כאשר הילדים "רוצים להיות לוליינים וקוסמים", או "מציירים להם שמים יפים", משתלבים עם רעיונותיו של אריקסון על חשיבות הכוחות הללו בעיצוב זהות ואוטונומיה. גם מורכבות יחסי הורים-ילדים, בתיאור הילדים כמי ש"תלויים על עורף קשה, געגועי הוריהם הם צעצועיהם," מצביעות על הדינמיקה שבין תלות

ועצמאות – נושא מרכזי בתיאוריה של אריקסון. עמיחי מצליח לתרגם את המושגים הפסיכולוגיים לאמירה ספרותית נוגעת, שבה היבטים כמו יצירתיות, תלות והתפתחות אישית מצטלבים עם חוויות יום-יומיות של הילדות, וכך מייצר חיבור רגשי עם הקוראים דרך **דימויים** יומיומיים.
מחקר זה מציע מבט רחב על היבטים שונים של מסע החיים, דרך עיניהם של משוררים שהותירו חותם עמוק בשדה התרבותי. כפי שמציין מרטין סליגמן בספרו, אושר אמיתי, מציאת משמעות היא חלק בלתי נפרד מהגשמה עצמית (סליגמן, 2005). המחקר הספרותי מדגיש את הרבגוניות של מסע החיים, ומזמין את הקוראים להתבונן על הזמן החולף, על משמעות חייהם, ועל התקווה שמלווה אותם בדרכם.

מדור ספורט

בריכת החיים: כשהספורט פוגש פילוסופיה
השחיינים: ניגודיות בבריכה כמשל לחיים

מאת: אור



בתמונה רואים בריכה המחולקת למסלולים, עם ניגודיות חזקה בין אישה זיקנה, חובשת כובע גומי ורוד, לבין גבר צעיר, שרירי, ושחום השוחה בעוצמה. הזיקנה נראית רפויה אך מרוכזת, בעוד הגבר משדר כוח ושליטה. התמונה מדגישה את הניגוד שבין הזיקנה לנעורים, מוטיב מרכזי בשיר "השחיינים" של אגי משעול. היא ממחישה את הפער בין הגופים המזדקנים לבין הגופים הצעירים והחזקים, וכן את המתח בין מקומם של זקנים וצעירים בעולם התחרותי של הבריכה, כפי שמתואר בכתבה במדור הספורט.
התמונה נוצרה בעזרת קנבה AI.

השיר "השחיינים" מאת אגי משעול מזמין את קוראיו להתבונן לעומק על עולם הספורט מנקודת מבט לא שגרתית. השיר מתאר באופן **סמלי ומטאפורי** את המפגש בין דורות שונים בבריכת שחייה, ומעלה סוגיות כמו יחסי הכוחות בין נעורים וזיקנה, דימוי הגוף ותפיסת הזמן. זוהי יצירה שמעוררת מחשבה על האופן שבו הספורט, אשר לרוב מזוהה עם תנועה וחיוניות, יכול לשמש גם כזירה לשיח על חולשה, התבגרות ושוליות חברתית.

הפער בין השם "השחיינים" והציפייה לתנועה ולחיוניות, לבין התיאורים של הנשים הזקנות בבריכה, יוצר **ניגוד אירוני**. בעוד הצעירים מוצגים כמי שחוגגים את גופם ונעוריהם, הנשים הזקנות מתוארות כמי שנאבקות להסתגל למים: "המשקיעות לאט את גופן בתוך המים". **הניגוד** הזה יוצר **אוקסימורון** מטאפורי המדגיש את השבריריות של הגוף המזדקן לעומת החיוניות של הגוף הצעיר.

הבריכה עצמה הופכת **למוטיב מרכזי** בשיר, סמל למסלול החיים. בעוד הצעירים נעים במהירות, הזקנות נאבקות לשמור על מקומן. **מטאפורת** "הטביעה" בשיר **מסמלת** לא רק חולשה פיזית, אלא גם תחושת התפוררות הזהות ואובדן המקום בעולם שבו הנעורים מקודשים. **התיאורים החזותיים והמטאפוריים** של הבריכה מעוררים מחשבה על מסלול החיים המשותף שבו כל אדם נע בדרכו.

בריכת השחייה, טוענת משעול, היא זירה המסמלת את החיים עצמם. היא מרחב שמכיל בתוכו את כולם. "גם הבריכה, אמרתי לעצמי, היא מין משל לחיים שהשחייה היא ביטוי שלהם. צללתי מתחת למים ומבעד למשקפת נגלו לי גופים שונים ומשונים ברמות שונות של חיות שקועים בתנועות של שחייה. רובם נראו כבורחים מפני משהו או כלהקת דגים המתכוננת לנדידה" (משעול, 2007). לדבריה, אין מדובר במרחב השייך רק לשחיינים האולימפיים הצעירים, כי אם גם לאלה שאינם צעירים ואתלטיים, בדיוק כמוה. שיר זה נכתב, לטענתה, מתוך התמודדות עם תהליך ההזדקנות וקריסת הגוף. היא מספרת בגילוי לב על העוינות שגילתה כלפי אחת הזקנות שהגיעה לשחות בבריכה והפריעה לשחיינים המקצועיים במסלול השחייה. "רציתי לסלק אותה מן המסלול. רציתי

למתוח קו ברור בין השחיינים לאלה שאינם שחיינים. יש סדר בעולם. הייתי נחושה בדעתי להפסיק את ההתחזות הזאת. לא הייתה בלִיבי כל חמלה. מי שכבר אינו יכול לשחות - שיעבור למים הרדודים"(שם). לבסוף חושפת משעול שאותה עוינות לא כוונה באמת כלפי אותה זיקנה כי אם כלפי עצמה וכלפי מה שהיא תהפוך להיות בעוד כמה שנים.

שיר זה אם כן אינו עוסק רק בממד הפיזי של הספורט, אלא גם באספקטים החברתיים והמוסריים שבו. הוא חושף כיצד עולם הספורט עשוי להדיר אנשים מבוגרים מהשיח המרכזי. השיר מעלה לדיון את היחסים החברתיים והמוסריים בקהילה, ובמיוחד בין דורות שונים. בתוך הקשר ספורטיבי, הוא מעורר מחשבה על היחס לספורטאים מבוגרים ועל מקומם בעולם תחרותי.

אמיר רוזנבלום, במאמרו "הגוף המזדקן בספורט: אתגרים והזדמנויות", מדגיש כי ההזדקנות בעולם הספורט מציבה אתגרים ייחודיים, אך גם מספקת הזדמנויות לשינוי תפיסתי. הוא טוען כי "הספורט יכול לשמש כלי רב עוצמה לשיפור איכות החיים של מבוגרים, תוך שמירה על בריאותם הפיזית והנפשית" (רוזנבלום 2017, 26). גישה זו מציעה ניגוד מעניין לתיאור המאיים בשירה של משעול, ומדגישה את הפוטנציאל החיובי של הספורט ככלי לחיבור בין דורות. רעיון זה מוצג גם במחקר ד"ר גלית נמרוד, על פעילות גופנית בגיל המבוגר. שם נכתב, כי "פעילות גופנית בגיל המבוגר מהווה הזדמנות ייחודית ליצירת מפגשים בין-דוריים, המאפשרים שבירת סטריאוטיפים ויצירת הבנה הדדית בין קבוצות גיל שונות" (נמרוד, 2018, 40). שני המאמרים מבליטים את הפוטנציאל של פעילות ספורטיבית לגשר על פערים בין-דוריים ולקדם הבנה הדדית.

השיר "השחיינים" מזכיר לנו שהספורט אינו רק ביטוי לכוח ולנעורים, אלא גם כלי לבחינה עצמית ולקבלת השונה. בעולם שבו כושר וגיל נחשבים לעיתים כמדד יחיד לערך, השיר מעודד אותנו להעריך מחדש את מקומו של כל אדם - צעיר או מבוגר - במסלול החיים המשותף. בכך הוא מעלה לדיון את ערכי הספורט ואת האנושיות הטמונה בו.

דבר העורך

מסע בין שחייה לטביעה: מחשבות על משמעות החיים

בכתבה, עם ניגוד ברור ואנרגטיים באוקיינוס דמות מבוגרת המחבר בין הסצנות שהכתבה עוסקת משמעותם ותכליתם.



התמונה מתארת את מסע החיים כפי שמתואר בין הנעורים – המסומלים על ידי שחיינים צעירים שטוף שמש - לבין הבגרות והזיקנה, המיוצגות על ידי המתבוננת במים שקטים תחת עץ חשוף. השביל ממחיש את המעבר בין שלבי החיים, בדיוק כפי ברבדים השונים של מסע החיים ובשאלות על .מקור התמונה - צ'אט ג'י פי טי

מאת: אור דיין

כעורך העיתון, עבודתי על הכתבה החדשותית וכתבת המשנה חשפה בפני עושר רעיוני ותמטי מרתק בשירי המקבץ. בחרתי להתמקד בארבעה שירים המייצגים קשת רחבה של גישות וחוויות אנושיות: "השחיינים" מאת אגי משעול, "הילדים" מאת יהודה עמיחי, "ישנה בחיק ילדות" מאת יהודה הלוי, ו"איתקה" מאת קונסטנדינוס קוואפיס. הבחנתי כיצד **המוטיב המרכזי** של המסע, המופיע בשירים רבים, מקבל משמעויות שונות ומעורר שאלות לגבי תכלית החיים ומשמעותם. בעוד עמיחי, למשל, מוצא ב"הילדים" השראה לחיים חופשיים וספונטניים, הלוי, בשירו "ישנה בחיק ילדות", רואה בילדות מקום מפלט נוסטלגי שיש להתנער ממנו בדרך לצמיחה רוחנית. קוואפיס, בשירו "איתקה", מעודד את הקורא לחוות את המסע במלואו, תוך שהוא מדגיש את חשיבותה של הדרך עצמה ולא רק את היעד הסופי.

שיר נוסף עוסק בהיבטים אחר של מסע החיים: משעול ב"השחיינים" מציגה **ניגוד** חריף בין נעורים לזיקנה, ומעלה שאלה נוקבת לגבי היחס החברתי לגיל ולתהליכי ההזדקנות.

הבחירה במגוון שירים כה רחב אפשרה לי, כעורך, להציג תמונה מורכבת הבאה לידי ביטוי באופן פיגורטיבי של החוויה האנושית. גם מקורות המידע שהעניקו פרשנות מגוונת לשירים גרמו לי להבין כי אין תשובה אחת לשאלות היסוד הנוגעות לתכלית החיים, ושכל אדם חווה את המסע

בדרכו הייחודית. למרות ההבדלים בין השירים, כולם נוגעים בנושאים אוניברסליים רלוונטיים לכולנו: החיפוש אחר משמעות, ההתמודדות עם הזמן החולף, היחסים בין דורות, והשאיפה לאושר ולמימוש עצמי.

אני מקווה שהעיתון יצליח לעורר בקרב הקוראים מחשבה **ביקורתית** ותחושת הזדהות עם החוויות והרעיונות המוצגים בו. הרי בסופו של דבר, כולנו שותפים למסע החיים המרתק והמורכב.

מושגים

.מטאפורה, אירוניה, האנשה, דימוי, צימוד, ציור לשוני, ניגוד, מוטיב, אוקסימורון

מקורות

אריקסון, אריק, ה. ***ילדות וחברה***. ספרית פועלים, 1960. https://kotar.cet.ac.il/KotarApp/Viewer.aspx?nBookID=90609059#6.2337.6.default
נמרוד, גלית. "פעילות גופנית בגיל המבוגר: היבטים חברתיים ופסיכולוגיים". **גרונטולוגיה וגריאטריה**, מ"ה, 2018, עמ' 33-52.
משעול, אגי. "שיחות עם היצר הרע". **מקור ראשון**, 23.3.2007.
סליגמן, מרטין. ***אושר אמיתי***. מאנגלית: יעל זיסקינד-קלר. מודן, 2005.
פרנקל, ויקטור. ***האדם מחפש משמעות***. דביר, 1981.
קואלו, פאולו. ***האלכימאי***. מודן, 1988.

רוזנבלום, אמיר. "הגוף המזדקן בספורט: אתגרים והזדמנויות". ***הד החינוך הגופני***, כרך פ"א, מס' 2, 2017, עמ' 24-28.