



פרשת ויקרא

על הקשר שבין הפרשה לבין ההפטרות בישיבה (מ"ג, כ"א – מ"ד, כ"ב):

"עם זו יצרתי לי תהלתי יספרו ולא אתי קראת יעקב כי יגעתי בי ישראל לא הביאת לי שם עליתיך וזבחיך לא כבדתי...".

בהקבלה לספר ויקרא, ובמיוחד לפרשתנו, בה מפורטים סוגי הקרבנות, הפרק בישיבה מתחיל בתוכחת מוסר הקשורה בקרבנות שהקריבו בני ישראל בימי הנביא.

אנו מוצאים הנגדה בין עבודת הקרבנות האידיאלית שמתוארת בפרשה, לבין עבודת הקרבנות בפועל בימי ישעיה המלווה במעמסת חטאים.

הנביא מתאר באירוניה כיצד העבודה המיועדת לאדם, מתגלגלת חזרה לקב"ה והופכת לו ליגיעה: "אך העבדתי בַּחטאותיך הוֹגַעְתִּי בַּעֲוֹנֹתֶיךָ".

(רעיון מתוך חזון המקרא – מאת הרב יששכר יעקובסון)

לא יתקיימו תפילות בציבור

שבת פרשת ויקרא		ימי החול	
הדלקת נרות	18:37	זמן תפילין / טלית	05:36←05:44
צאת השבת	19:33	סוף זמן קריאת שמע	09:36←09:40
		שקיעה	19:02←18:58

אחות תורנית : נטע בן עמי

שבת
שלום

כסות מודים בטעות

"וְאִם כָּל עַדְתִּי יִשְׂרָאֵל יִשְׁגּוּ וְנִעְלַם דְּבַר מַעֲיָנִי הִקְהֵל וַעֲשׂוּ אַחַת מִכָּל מִצְוֹת ה' אֲשֶׁר לֹא תַעֲשִׂינָהּ וְאֲשַׁמּוּ וְנִזְדַּעְהָ הַחֲטָאת אֲשֶׁר חָטְאוּ עָלֶיהָ וְהִקְרִיבוּ הִקְהֵל פֶּר בֶּן בָּקָר לַחֲטָאת וְהִבִּיאוּ אֹתוֹ לִפְנֵי אֹהֶל מוֹעֵד וְסָמְכוּ זָקְנֵי הָעֵדָה אֶת יְדֵיהֶם עַל רֹאשׁ הַפֶּר לִפְנֵי ה' וְשָׁחַט אֶת הַפֶּר לִפְנֵי ה' (ויקרא י"ג ד'-ט"ו).

הפסוקים לעיל מתארים מצב נדיר שבו כל העם מבין בדיעבד שחטא. הציבור התכוון לטוב ואף פעל בהתאם לפסיקה ולהנחיות, אלא, שהאמת נעלמה מעיניי כולם. הטעות יצאה מגדולי הפוסקים וחלחלה עד לפשוטי העם. כולם היו בטוחים שפעלו כשורה – עד שהאמת התגלתה לפתע וטפחה על פניהם.

ועכשיו מה עושים?.. קודם מודים בטעות. אחר כך מקבלים אחריות קולקטיבית, מזקני העדה - החכמים ועד לכל אחד ואחת מבני העדה. כולם עומדים כאיש אחד, מודים על הטעות ומבקשים כפרה.

ובכל זאת, נשאלת השאלה: הייתכן מצב שבקרב עדה שלמה לא נמצא אחד שראה את הטעות? אולי נמצא אחד כזה, אבל אף אחד לא טרח להקשיב לו? ואולי בכלל, כולם ראו את הטעות אבל פחדו להודות בה?..

וכל אנשי העיר למגדול ועד קטן דיברו כל היום בפארג הנפלא, ויהי רק הארג כל שיחתם..

אז חשקה נפש המלך גם הוא לראות את הארג בעודו על פני המכוונות, ויקם הוא וגדוד שריו ומבחר יועציו עמו.. וילכו כולם ויבואו אל בית הנוכלים האורגים, והם יושבים כפעם בפעם אל מכוונותיהם ועושים בחפץ כפים, והמכוונות ריקות באין חוט ובאין פתיל אף אחד..

"מה זה היה לי!" אמר המלך בלבו – "הלא אין אני ראה דבר! אכן נורא הדבר הזה! הסכל אנכי? אם לא אצלח למלוכה? רק נסר יסרני אל לו כדבר הזה כן הוא!". ובקול ענה ואמר: "מה נחמד הארג הזה! אכן מצא הארג חן בעיני מאד!" .."כן הוא!" ענו כל השרים אחריהם, ואולם דבר לא ראו, כי לא היה דבר..

..והמלך התפשט את בגדיו, והנוכלים עשו בידיהם כה וכה ויהיו כמלבישים את המלך את הבגדים החדשים, אשר לא היו ולא נבראו, והם כמלבישים אותו בגד בגד, לבדו, איש אחרי אחיו ואיש אחרי רעהו, ויהי הם תופשים אותו במתניו ויהיו כקושרים אל מתניו את סרח השולים הסורח על הארץ, והמלך פונה כה וכה לפני המראות אשר על פני הקיר.

..והמלך הולך מתחת לאפריון היקר ועובר בסך ובהמון חוגג ברחובות העיר, וכל העם אשר ברחובות ואשר בחלונות הבתים קוראים בקול: "הוי.. מה יפים הבגדים החדשים אשר ילבש המלך! מה נהדר סרח השולים העודף על האדרת! ומה מקבילים הבגדים אל כל עצמותיו!" כי נזהר כל איש לנפשו אשר לא ינדע לרעהו כי עיניו לא תראינה דבר, ולא יאמר עליו כי לא יצלח לפקודתו או כי לבו טח מהשכיל – אכן לא היו עוד בגדים למלך אשר ימצאו חן בעיני כל העם כבגדים האלה.

"אבל אין כל כסות למלך ואין כל בגד על בשרו!" קרא פתאום ילד קטן..

"אין כל כסות למלך! הנה שם ילד קטן אשר יאמר בפה מלא ולא יבוש כי אין כל בגד על בשר המלך!"

"אין כל כסות ואין כל בגד על בשר המלך!" קרא כל העם באחרונה פה אחד..

מתוך "בגדי המלך החדשים", מאת: הנס כריסטיאן אנדרסן

יורם קימלמן

תוספת תפילות לצורת המאפה

בהמשך לדברים שפורסמו עד כה, אלו תמצית ההוראות וההמלצות:

1. התפילות לא מפסיקות! כל אחד ואחת מתפללים בביתם ביחידות. "אבינו מלכנו – מנע מגפה מנחלתך"!
2. אין לקיים מגיינים בבית הכנסת או בכל מקום אחר בקיבוץ.
3. יש להוסיף פרקי תהילים בסוף כל תפילה: מזמורים י"ג, כ', צ'.
4. רצוי להוסיף בכל יום בסוף תפילת שחרית את 'פיטום הקטורת'.
5. ראוי לחלק את פרקי ספר תהילים בין בני הבית ולסיים בכל יום ספר תהילים או חציו.

בברכת בריאות איתנה,

הרב ארי' סט

צ' חצ'י הכוס האלה..

סיכום תצפיות הגשם בסעד עד ה 24/3:

במהלך העונה ירדו עד כה - 558 מ"מ.

הממוצע הרב שנתי הכולל בסעד הוא - 384.5 מ"מ.

בחודש מרץ השנה ירדו כבר - 134 מ"מ.

הממוצע הרב שנתי לחודש מרץ הוא - 36.8 מ"מ.

מרץ הגשום ביותר היה בשנת 1965 – 166 מ"מ.

ממוצע עונתי עד סוף מרץ 361.9 מ"מ.



הנתונים הועברו ע"י יואל עברון

חודש ניסן



"אלה אנכרה.."

א' בניסן -	יום פטירתה של חברתנו אנה פריימן ז"ל	(תשע"ג)
ט' בניסן -	יום פטירתו של חברנו בן ציון לנדאו ז"ל	(תשמ"ח)
י"ב בניסן -	יום פטירתה של בתנו שרה שנון ז"ל	(תשס"ט)
ט"ז בניסן -	יום נפילתו של בנו נתן עברון ז"ל	(תשל"ח)
כ"א בניסן -	יום פטירתה של חברתנו שרה המל ז"ל	(תשס"ט)
כ"א בניסן -	יום פטירתה של חברתנו ציפורה אש ז"ל	(תשע"א)
כ"ג בניסן -	יום פטירתו של חברנו אברהם קופלוביץ' ז"ל (קופו)	(תשע"ב)
כ"ד בניסן -	יום פטירתו של חברנו יוסף (פיקו) גינזברג ז"ל	(תשס"ג)
כ"ט בניסן -	יום פטירתה של חברתנו ציפיקה לנדאו ז"ל	(תשכ"ג)
ל' בניסן -	יום פטירתו של בנימין פולק ז"ל - אביהם של יוכבד ברזלי ואדו פולק ז"ל	(תשי"ג)
ל' בניסן -	יום פטירתו של דוד שטיין ז"ל - אביה של עליזה גולדפדן ז"ל	
ל' בניסן -	יום פטירתה של חברתנו חנה גולדשמידט ז"ל	(תשע"ה)

תודה מקרה לב

רציתי להביע תודה מעומק הלב לצוות הכלבו המסור שלנו, ואני מאמינה שרבים יצטרפו לדברים.

כאשר אנו שומעים בחדשות מדי יום על התנפלות על רשתות המזון, ועל בהלה שמא יוצר מחסור, ניצב לו הכלבו שלנו איתן בחזית. (ובימים אלו זו אכן ממש חזית!) צוות עובדים חרוץ וקשוב דואג לכל צרכינו, תוך הקפדה על ניקיון והיגיינה ומשרת אותנו במסירות ובמאור-פנים (למרות שלא כולנו מקפידים תמיד על מרחק של שני מטר בינינו לבין הקופאית..)

שעות פתיחה רבות, סחורה טרייה ומגוונת, שירות עד הבית בעזרת השליחים הנפלאים ועל כל זה נוספה עכשיו ההכנה המפרכת לקראת הפסח! חלק מן המדפים כבר מקורצפים והזריזים שבנו יכולים לרכוש מצות ועוגיות קוקוס עוד לפני ראש-חודש ניסן! היכן נשמע עוד פלא שכזה?!

תודה רבה לכולכם, אנשים טובים ונשים טובות, וכל מי שעוסק בצרכי ציבור באמונה – הקב"ה ישלם שכרו ויזכה לבריאות טובה ולאריכות-ימים. אמן כן יהי רצון.

חזית רב



להלן וצביקה פורטס ולכל המשפחה
מלל טוב להולדת הבת
איחולים למחות ולנחת!



לד"ר ואלה הוק ולכל המשפחה
מלל טוב לרבא נישואי חיים צה"ל דניאל
מתכו למחות ולנחת!

אהבה בימי קורונה

לקהילת סעד,

בסוף השבוע שעבר התבשרנו שלא נוכל לקיים את חתונתנו בגלל מגפת הקורונה והוראות משרד הבריאות, אך לא רצינו לדחות את הטקס והחלטנו להקדים את ההגבלות ולהתחתן כל עוד אנחנו יכולים (ואין עוצר..).

רצינו להודות לקיבוץ על שאיפשר לנו לקיים את הטקס (לא טריוויאלי בימים אלו!) ולכל מי שעזר לנו לארגן את הטקס בזמן שיא, ובעיקר לרב ארי על האוזן הקשבת והגמישות, לאיתן היימן ורועי גולן הצלמים שתיעדו את הרגע המרגש, לנגנים עידן ג'מס, אסף סוברי וצור גולן שהפכו את החתונה שלנו לאירוע בלתי נשכח ולכל מי שאפה, בישל ותרם מזמנו על מנת שהאירוע הייחודי הזה יצא לפועל.

חיים ודניאל הוק

ימי הקורונה

לבקשת עורך העלון, התיישבתי ליד המחשב בניסיון להעלות קצת הגיגים על הימים העוברים עלינו.

ראשית, אני רוצה להודות לקב"ה על כך שזאת המגפה שהוא הפיל עלינו, ולא משהו יותר גרוע. שכן, במגפה הנוכחית, השאירו לנו לדעתי את שני הדברים שהכי חשובים לנו – המשפחה הגרעינית והבית שלנו. "ביתי הוא מבצרי", אם אנחנו יכולים להיות עם משפחתנו הגרעינית ובביתנו שלנו, מה לנו כי נלין..

קצת על מערכת החינוך –

יש בעולמנו קצת משפחות שבחרו ב"חינוך ביתי" ולאורך שנים מחנכות את ילדיהם לבד בבית. במדינת ישראל, מי שבחר בדרך זו, צריך לקבל אישור מיוחד ממשרד החינוך, והוא גם זוכה לעיתים רחוקות שיבואו לבדוק, שאכן הוא מחנך את ילדיו כראוי. למשפחות אלו אני מניח שהשינוי האחרון לא חולל מהפכה גדולה. אך רוב המשפחות בארץ ובעולם, מעדיפות לשלוח את הילדים למוסדות חינוך, ולקבל את פניהם בבית רק בשעות הצהריים או אחר הצהריים. מהניסיון של השבועיים האחרונים נראה לי, שגם רוב הילדים מעדיפים לבוא ללמוד בבית הספר ולא להישאר בבית. בבית הספר הם זוכים למפגש חברתי עם בני גילם, לפעילות חברתית ולימודית עם ילדים אחרים, לעוד מבוגרים שמתייחסים אליהם, וכנראה שכל זה מהווה צורך חשוב לנשמת הילד, מעבר ללמידת החומר, שאותה ניתן לעשות גם מהבית בצורה זו או אחרת (למרות שהורים רבים מעדיפים שמשימה זאת תישאר למורים ולא להם). גם לגבי הלמידה עצמה, נראה שלפחות לילדים צעירים בגיל היסודי, זה לא להיט גדול ללמוד כל היום מהמחשב (במיוחד כשיש מחשב אחד וארבעה ילדים שרוצים לעבוד עליו) וחשוב שיהיו להם בבית גם ספרים ומחברות.

אז מה בכל זאת נרוויח מהמצב?

יש לנו הזדמנות טובה לזמן איכות עם הילדים. עם כל אחד לחוד, ועם כולם יחד. זה אמנם גם מאתגר, אך אם נשתיק את הטלפון שלנו, נתרחק מהמחשב ונכבה את הטלוויזיה (אם יש לנו בבית), נוכל לשוחח, לשחק, ליצור דברים ועוד ועוד.

אתגר נוסף – קריאת ספרים. יש ילדים שתמיד קוראים וקוראים הרבה. אך יש ילדים, שזו הזדמנות מצוינת לעודד אותם לשבת ולקרוא. אם קשה להם לקרוא, כדאי להקריא להם סיפורים. גם ילדים בוגרים אוהבים להקשיב לסיפורים. אין כמו קריאת ספרים להרחיב את אוצר המילים והביטויים, להרחיב את ההשכלה הכללית, להעשיר את הדמיון, ועוד דברים טובים וחשובים.

האתגר האחרון להיום – קביעת עיתים לתורה. במצב הנוכחי, כשאנחנו כל היום בבית, קל מאוד למרוח את הזמן, ובסוף היום להרגיש שכמעט לא עשינו כלום... כדי להימנע מכך, מומלץ לקבוע סדר יום, ובתוכו גם לקבוע עיתים לתורה. למשל, להחליט שבכל ארוחה (ומתי קרה לכם לאחרונה שבמשך שבועיים היו לכם לפחות שתי ארוחות משפחתיות כל יום?) לומדים כמה הלכות לקראת פסח. לקחת אתגר של פרק יומי בתנ"ך, משנה יומית, או כל דבר אחר שמתאים לכם ולילדיכם. אם לומדים בקביעות כל יום, מרגישים שמתקדמים! ונוכל גם לנסות ולהתמיד בקביעות כשנחזור בע"ה לשגרה...

עוד משהו, בחינוך עצמנו –

כמו רבים אחרים, גם אני מרגיש, שאם נפלה עלינו צרה שכזו, חייבים ללמוד ממנה. חייבים לחשוב מה אנחנו רוצים לשנות בחיים שלנו, כי למדנו בתקופה הזו שאפשר אחרת.. כמובן שכל אחד צריך לעשות את הברור הזה

לעצמו. אני מבקש להעלות כאן נקודה שקשורה לכולנו, ומאפשרת לנו לדעתי להחליט, מכאן עושים זאת אחרת! כוונתי **לחתונות**. בעשור האחרון (לפחות) חתונות נהיו דבר שמטיל עול כלכלי כבד על בעלי השמחה ועל המוזמנים שמגיעים אליה. אירועים גדולים ומיוחדים בעלות עצומה, ובהרבה מקומות גם ציפייה שהאורחים יתנו מתנה גדולה שתעזור במימון.. ראינו בשבועות האחרונים שניתן לעשות חתונות בבית כנסת, בחצר הבית וכדומה. ברור לי בלבד, ואפילו עם עשרים אנשים בלבד. ראינו שגם ניתן לקיים חתונות בבית כנסת, בחצר הבית וכדומה. ברור לי שזה לא פשוט, אבל לעניות דעתי זה שווה מאוד מחשבה. מעכשיו, גם כשיהיה ניתן בע"ה לעשות אירועים גדולים (הלוואי וכבר בל"ג בעומר) יוכל כל זוג לומר שהוא החליט לעשות "חתונת קורונה", ואז אני מניח אף אחד לא ייעלב שלא הזמינו אותו, כמו שבשבועיים האחרונים אף אחד לא נעלב.. דרך אגב, גם כעת, אם רוצים לתת לזוג הצעיר מתנה לכבוד נישואיהם מתוך אהבה ושמחה, ולא מתוך צורך ומחויבות, ניתן להעביר להם ברכה יפה בוצאפ, ומתנה ב"ביט".

מקווה שהיתה לכם סבלנות לקרוא עד לכאן, ומאחל לכולם בריאות ושמחה!

יחזקאל אגדאי

תזונה לעשרת קורונה

המלצות בריאות לחיזוק הגוף ולשגרה תזונתית בריאה במציאות הנוכחית.

1. **סדר יום** – חשוב לנו ולילדים כאחד, גם ברמת העשייה והפעילות וגם לעניין האכילה, לתכנן ולהתארגן על ארוחות (ממליצה מאד מאד לבנות תכנון שבועי או לפחות יומי של הארוחות השונות ביום. זה מייעל מ-א-ד את ההערכות, הקניות, ההכנות הבישולים וההתעסקות במטבח. ועוזר לאכול מסודר ונכון) וליצור סדר יום שכולל ארוחות מוגדרות וביניהן מנוחות מאכילה. בתקופה כזו שנמצאים המון, או רק בבית, חשוב לסדר את האכילה. כדי שלא למצוא את עצמנו בנשנשת מרובה שגם מפריעה לעיכול תקין ומחלישה את הגוף וגם קשורה ישירות לעלייה במשקל. טוב שיהיו 3 ארוחות עיקריות ביום וארוחת ביניים אחה"צ ומאד משמעותי גם לסיים את האכילה היומית סביב 20:30-21:00. כך נאפשר לגוף **פרק זמן ממושך של מנוחה מעיכול**, פירוק וספיגה, כדי שיוכל להפנות משאבים לאיברים ותפקודי גוף אחרים. בין היתר מערכת החיסון.

2. **שתייה** - שתייה מספקת של מים קריטית לכל תפקודי הגוף, וגם למערכת החיסון! בנוסף שתיית מים בכמות טובה מפחיתה חשקים לפחמימות ומתוקים, מאזנת את מנגנון הרעב והשובע ומשפרת את חילוף החומרים ושריפת השומן. ממליצה לשלב במהלך היום שתיית חליטות צמחים מרגיעות כמו קמומיל, מרווה, וורבנה, מליסה ושתיית חליטות קינמון גם מועילות לאיזון הסוכר בדם והפחתת החשק למתוק.

3. **תזונה נכונה** – חשוב תמיד לאכול נכון ובוודאי בזמנים אלו, גם מצד חיזוק מערכת החיסון ושמירה על הבריאות וגם מצד התחושה הכללית והרגשית הטובה. מומלץ להעדיף ולאכול דגנים מלאים, לשלב ירקות בכל ארוחה, לצרוך בכל יום חלבונים טובים כמו ביצים, עוף, הודו, דגים, טופו, יוגורט מועשר וגבינות שונות. מומלץ גם להוסיף שומנים ממקורות איכותיים כמו שמן זית, טחינה, אגוזים שונים.

4. **מזונות שמעודדים ייצור של סרוטונין במוח** – סרוטונין הוא מוליך עצבי שאחראי על וויסות מצב הרוח שלנו ומשפר אותו. מומלץ להכניס לתזונה מזונות שעשירים בחומר המוצא לסרוטונין: זרעי פשתן, ירקות עליים ובמיוחד תרד, קטניות, בננה, שיבולת שועל, גריסים, אבוקדו, שקדים, קשיו טבעי, אגוזי מלך ואגוזי פקאן - שגם מכילים שומנים בריאים וויטמין E, שהוא ויטמין ייחודי לפעילות מערכת החיסון והעצבים גם יחד - שתי מערכות שחשובות לנו מאד בתקופה הזו.

5. **ירקות, נבטים ועלים ירוקים** – מכל הסוגים והמינים. כשהם חיים הם מלאי ויטמינים חיוניים. אבל גם בצורה מבושלת כמרקים/מוקפצים/אפויים הירקות שומרים על ערכים המינרליים ועל תכולה מצוינת של סיבים תזונתיים. טוב מאד שבכל הארוחות יהיו מנות ירקות בצורות שונות. ויטמין C ידוע כנוגד חמצון חשוב וכמחזק חיסוני, אכילת גמבה מספקת כמות מעולה של ויטמין C לגוף. גם עלים ירוקים, תרד, פירות יער, עגבניה, קיווי, תפוחים וכן פירות הדר.

6. **פעילות גופנית** – נראה ע"פ הנוכחות בכביש העוקף שחברי קהילת סעד יודעים בהחלט כמה מטיבה פעילות גופנית. כל סוג של תנועה מומלצת במצבים שכאלו, בפרט פעילות אירובית שמפרישה אנדרופינים, משחררת מתחים ומשרה מצב רוח טוב. גם יוגה, פילאטיס, הליכה קלה או חיזוק ובניין שריר יועילו מאד! ישפרו את חוסנו של הגוף ואת היציבות הרגשית והנפשית. ריקוד עם הילדים, התעמלות מול סרטוני יוטיוב או טיפוס במדרגות.. העיקר לזוז.

7. **אור שמש** – אמנם אנחנו מצויים לשהות בבתים ולא להרבות בהסתובבות ועדיין חשוב מאד למצוא כ 10 דקות ביום של חשיפה מבוקרת ונכונה לשמש. אפשר גם לשבת במרפסת או ליד חלון כשהזכוכית פתוחה ולקלוט קרני שמש. בעזרת אור השמש שנקלט בעור מייצר הגוף ויטמין D. מעבר להיותו חיוני לחיזוק העצמות, ידוע כיום כמה הוא משמעותי לפעילות מערכת החיסון, לאיזון רמות האינסולין בדם ולתפקודים תאיים שונים.

8. **שינה שתואמת לשעון הביולוגי** מחקרים מרתקים מראים שמיעוט שעות שינה פוגע בתאים ייחודיים של מערכת החיסון (תאים שאחראיים בין היתר על תגובה ולחימה בנגיפים) במחקרים מדובר על כ 7 שעות בלילה. וחשוב דווקא שהשינה תהיה בלילה. תואמת לשעון הפנימי של הגוף ולהפרשות הורמוני שינה ולחץ.

9. **צמצום חשיפה לתקשורת** – חשיפה מוגברת למדיה בכל צורותיה מעלה מתח וחרדה. מומלץ מאד למנן את הצרכנות התקשורתית וכמה שניתן ולהפחית אותה. זה מרומם את מצב הרוח באופן חד משמעי, מוריד את רמות סטרס ותורם ליותר שלוה ורוגע.

שיהיו בשורות טובות ובריאות לכל!

עמר סמיט

יועצת לאורח חיים בריא ומומחית לתזונה בריאה

למלכה אה ואכל האשפחה, מלך טוב להולדת הנ"ה
נכדה לזיווה ואשה פרוצ'ל, בת ליהודית ואמר קונופניצקי
איחולים למחות ולנחת!



אנחנו – "קבוצת הסיכון".

(לא מומלץ לבעלי לב חלש, מחלות רקע, חסרי חוש הומור שחור, ולאלה מאתנו המשתייכים ל.. "קבוצת סיכון")

לפני המון זמן, עוד בתקופה ה-"פרה היסטורית" הנוכחת כיום במקומותינו, הגיעה ערב אחד לביתנו משלחת "מלאכים רעים" בתוספת רופא ממוגן מכף רגל ועד ראש והודיעה לנו שאנחנו שייכים מעתה ואילך לקבוצה מובחרת בעלת מאפיינים ספציפיים שתיקרא להלן – "קבוצת סיכון".

לא ידענו דבר, ולא שמענו בעבר, שום מידע על הגדרה מפלצתית זאת, ולכן פנינו בצר לנו, למהר"ן "הרב גוגל". עיון קצר ולא מסובך חשף בפנינו את ההגדרה האקטואלית למצבנו הכאוטי:

"בני שישים ומעלה וחולים כרוניים בכל גיל צריכים להימנע מהתקהלויות וממגע עם אנשים ששבו מחו"ל".

תהינו לעצמנו, מדוע אנו נענשים על כך שאנשים לגמרי אחרים, (שכל הנראה לא היו שייכים באותו מועד לקבוצת הסיכון הזאת), החליטו במשותף ובאופן חגיגי, "להקים" אותנו לחיים, עוד לפני קום המדינה. ועוד, האם הגזירה חלה רק על התקהלות עם אותם שאנים שייכים לנבחרת שלנו, או שגם בינינו, שבשלב זה מצטופפים ומנסים לשפר עמדות בדרך לגן העדן, התקהלות זאת אסורה. והאם לא אוכל לפגוש ולו לרגע קט את חותנתה של בת דודתי מדרגה שלישית ששבה דווקא השבוע מחו"ל והביאה לי תרופה בדוקה לאישיאס שכה מציק לי.

ניסינו להתארגן על עצמנו בתוך "העונש" הזה ופנינו כהרגלנו לתחום ההומור (השחור). ומכיוון שהמורה האולטימטיבי שלי להומור מסוג זה ולהפיכתו לחרוזים הוא אבי - יהודה ברט ז"ל, ישבנו בדד וחיברנו את הפזמון הבא. (על פי השיר הידוע "אנו כיתת סיירים"):

אנו קבוצת הסיכון,
שאיש כבר לא נותן להם סיכוי,
ביבי מזהיר ממפולת,
אומה נופלת,
הולכים לישון בתכריכים,
ובינתיים עוד שורדים.
(פזמון)
הזקנים הקשישים, אנו לא קשישים,
הקשישים הזקנים, אנו לא תשושים,
החלטה מופרכת,
הקבוצה בועטת,
אנחנו מבקשים סיכוי,
אנחנו ב"קבוצת סיכון".

ואז חלה לפתע הרעה חמורה במצבי האיש. מתוך ייאוש עמוק "ירדתי" על עוגת פירורים עתירת סוכר, כולסטרול, שומן רווי, ובתוספת ממרח קורונה. תפס אותי שיעול יבש וחסר שליטה. אשתי נבהלה נורא והחליטה מיידית על הפרדה מגדרית. אני אוכנס (חסר כבוד) לבידוד עד שתצא נשמתי בחדר הממ"ד בבית, ואילו היא תמשיך להרגיש בריאה וחוגגת.. ב- "קבוצת הסיכון".

שנהיה כולנו בריאים, חזקים ומאושרים, עד מאה ועשרים.