



# אל תדחי למחר מה שיכולת להספיק אתמול

"איזה ניקיון וסדר איזה יופי של מצעד".  
יש מי שעושה ניקיון פסח בכל מוצאי שבת (!).  
ברכה בן יצחק שגדלה על ברכי החינוך הקיבוצי  
הבטיחה לעצמה שהבית שלה ייראה אחרת.  
על סדר היום: במקום הקושי - שם תתקפי.  
שיחת מוטיבציה לפני קדחת הניקיון

עדי אהרון | צילום: מרים צחי

לב חברון. שכונת אדמות ישי  
היהודית. בחוץ ניבטת ההזנחה  
הערבית מכל עבר, אך בבית  
משפחת בן יצחק חום ונקיות  
פושטים על הכול. הבית מבהיק,  
ופניה של בעלת הבית גם. לרגע היא  
נראית לי כמו אם צעירה, לא כמו  
אם לארבעה עשר ילדים וסבתא  
לעשרים.

אמנם היום שבעה מילדיה נשואים  
והקטנה כבר בת שנים עשרה,  
אך ציפורים קטנות לחשו לי שגם  
כשהיו לה קטנטנים צפופים הבית  
תמיד היה מסודר ונקי, הילדים  
מטופחים וברכה שיחקה איתם  
בנחת. לאחרונה החלה להעביר  
סדנאות לנשים בנושא סדר וארגון  
בבית. זו בדיוק הסיבה שלשמה

”

שמתי לב שרוב הבלגאן של הבית הוא במוצאי שבת. כך במשך שנים, עוד מאז שהילדים היו קטנים, את הייקון היסודי הייתי עושה אז. זה כולל הזנת מיטות ורהיטים, אבק בכל הבית, חרסיות במקלחת ובשירותים



הרגשתי משיכה פנימית למקום ברכה על רקע העיר חברון

הגענו אליה - לשמוע ממקור ראשון איך עושים את זה. ועוד יותר מזה, איך עושים את זה בחדווה.

**היום מתחיל מהלילה**

היא קמה במרץ בטרם האיר השחר, מתלבשת ומתארגנת. אם יש תינוק קטן היא מיניקה אותו



האישה היא המלכה בבית, ומגיע לה להרגיש בו טוב. בן יצחק בביתה

בטרם תזנק היישר אל הכביסות. מעמידה ארוחת צהריים על הגז, וכבר מתפנה לארגן את הילדים. תוך כדי שהם קמים היא כבר מסדרת להם את המיטות. "שעת הבוקר מאוד חשובה - לקום לפני הילדים", היא מסבירה, וכשאני תוהה איך היא לא מתפתה לעוד רגע או שניים במיטה היא יורה את הפצצה: "אני אוהבת לקום. הקב"ה ברא לי חיים כל כך יפים ואני לא רוצה להפסיד אותם. כיף לי להיות בבית ואני מוכנה לעבוד בשביל זה. אני מתעוררת בבוקר עם חדוות יצירה. יש לי בעל, ילדים, וברוך ה' אני גרה בחברון".

"תכננן מוקדם, זה העניין", ברכה מבהירה כבר בתחילת המפגש שלנו. "בשביל הסנדוויצ'ים של הילדים בבוקר, תשאלו אותם כבר בערב איזה ממרח הם רוצים. את בגדי הילדים מכינים כבר ערב לפני כן, וגם ההחלטה מה לבשל לצהריים שייכת לאתמול. בסדנאות שלי, כמו ביהדות, היום מתחיל מהלילה".

כשהילדים היו קטנים זה לקח לי בערך שעה. היום הבנות הנשואות שלי מתקשרות אליי ואומרות לי: אימא, בשעה שמונה וחצי כבר אין לנו יותר מה לעשות בבית".

באופן מפתיע, השיחה עם ברכה הנעימה לא גורמת לי, אישה ממוצעת שכמותי, לחלישות הדעת. להפך, היא נוטעת בי ביטחון ומרץ ואני כמעט נדבקת בחדוות היצירה שלה. בסדנאות שהיא מעבירה, ברכה מאבחנת את נקודות החוזק והחולשה של כל אחת בנושא הסדר והניקיון, ומחזקת הצלחות קטנות. "נשים מתייאשות כי הן רואות את התמונה כולה וחושבות כמה עוד יש להן להספיק. אבל אני אומרת: תסתכלי על מה שכבר עשית, על ההצלחות הקטנות שלך. זה ייתן לך כוח ושמחה להמשיך. כך תצברי הצלחות תמידיות בדברים הקטנים".

**המקדש של האישה**

היא גדלה במשפחה לא דתית במושב בית נקופה ויש לה אח אחד. כבוגרת חינוך קיבוצי לתפארת התגייסה לחיל האוויר, אך במהלך השירות הצבאי החלה להרגיש ריקנות שלא אפשרה לה להמשיך במסלול כמו כולם. באותה תקופה הייתה הולכת לשיעורי ערב ביהדות במכון אורה בירושלים, ובתום השירות הצטרפה למכון כתלמידה מן המניין. את בעלה, אברך משיבת מרכז הרב הסמוכה, הכירה אז, והם התחתנו כשהייתה בת עשרים ושתיים.

שם, כשהתנדבה אצל משפחות ירושלמיות ברוכות ילדים, החוש האסתטי המפותח שלה, כמו גם החשיבות לסדר וניקיון, החלו להתעורר. "ראיתי בתים טובים של משפחות גדולות וחשבתי למה

זה צריך להיראות ככה? הרגשתי שאני רוצה בעזרת ה' לגדל הרבה ילדים, אבל הבית שלי לא יהיה מבולגן. מההתחלה היה בעיניי מאוד חשוב הבית.

משפחת בן יצחק הצעירה החלה את חייה בקריית ארבע, ולאחר שבע שנים עברה לחברון. "במשך כל התקופה שגרנו בקריית ארבע הייתי מגיעה לבקר בחברון והרגשתי משיכה פנימית למקום. באמצע האינתיפאדה הראשונה, כשהייתי בהיריון השישי, עברנו לקרוואן ענק שקיבלנו באדמות בן ישי שבחברון". לאחר שתים עשרה שנים בקרוואן עברו בני המשפחה לבניין שנבנה במקום לאחר הרצח של הרב רענן הי"ד.

**תחתית סל הכביסה**

במשך שבע עשרה השנים

שבה התגוררה משפחת בן יצחק בקרוואן, היה ביתם מוקד לסיורי קבוצות מטיילים. גם כשהיו כמה קטנים זוחלים ועם טיטולים, תמיד הוא היה מופת ודוגמה.

מה מאפיין את הנשים שמגיעות אלייך לסדנאות? "המשותף לכולן הוא הרצון לשינוי. יש כאלה שמגיעות בייאוש כללי. אני משתדלת לעשות את הסדנאות שיהיו משמחות ולא ישרו לחץ ומתח. להראות שכל שינוי קטן הוא בעצם גדול, שאתה עובד מעט אבל רואה המון תוצאות. זה מעודד. אישה סיפרה לי פעם שהיא הצליחה להגיע לתחתית סל הכביסה בפעם הראשונה מזה כמה חודשים, בהתרגשות היא הושיבה סביב הסל את הילדים שלה, שהתרגלו לסדר ברמה מסוימת, והודיעה להם: מהיום אימא משנה כיוון."

אתכסיא

אתכסיא ART

sale  
באתכסיא  
עד 70% הנחה  
על עונות קודמות.

ליצירת קשר והזמנות: 052-4792435

חנויות: כרמים י-ם / פ"ת | הודיה לוביץ נווה דניאל / י-ם / רחובות | שמחות קטנות-ר"ג | ליליקה-קניון האחים ישראל, תלפיות י-ם | פסיפס-נתיבות / באר שבע |

אתכסיא-מטפחות יפות דורית שושן

צילום: פלאש 90



יום קבוע לכל משימה. תמונת אילוסטרציה

”

ראיתי בתים טובים של משפחות גדולות וחשבתי למה זה צריך להיראות ככה? הרגשתי שאני רוצה בעזרת ה' לגדל הרבה ילדים, אבל הבית שלי לא יהיה מבולגן. מההתחלה היה בעיניי מאוד חשוב הבית

בעל אחד בא לבעלי פעם וסיפר לו: אשתך נתנה לאשתי עצה לשטוף כלים בלילה ולא להשאיר לבוקר, ומאז אנחנו קמים לבוקר אחר.”

מה הפתרון שאת מציעה?

”הפתרון הוא שינוי חשיבה. אפשר להגיד 'אין לי זמן, כוח, כסף', וזה אולי נכון, אבל צריך לעשות סדר עדיפויות. להסתכל על עצמי ולשאול: מה תוקע אותי? הכביסות? העייפות? שם את צריכה לעבוד. תסתכלי על התנאים שיש לך ותראי מה את יכולה לעשות בתנאים שלך. תתפלאי להיווכח שאת יכולה לעשות הרבה מאוד. אין מציאות של אדם שלא טוב לו והוא לא יכול לשנות.”

עיקרון משמעותי אצל ברכה הוא עיקרון המלכות: היא מתייחסת לאישה כאל מלכת הבית. דימוי הקרבן או השפחה רחוק ממנה אלפי שנות אור, והתפקיד האצילי מחייב בית נקי. אולי זו הסיבה שהיא עושה הכול בכיף. סביב הראש שלה קשור כתר דמיוני, אותו קנתה בעמל רב, ואפשר ממש להרגיש שהוא שם. “את רוצה לקום כמו מלכה בבוקר? אז תשטפי את

”זה נושא שהוא כאילו טכני אבל הוא לא, כי הוא נוגע לפנימיות של כל אישה, להרגשה שהיא מוצלחת או לא. לא נצליח להתנתק מזה. גם אם האישה תעבוד קשה והרבה מחוץ לבית, כשהיא תחזור לבית - הבית יבוא אליה.”

הכלים בלילה. תשתי עוד כוס מיץ כשהילדים נרדמים ותגידי לעצמך: אני עושה את זה, כדי שבבוקר אקום כמו מלכה.”

”מה קשה לך?” היא שואלת אותי. “תמצאי מה הכי קשה לך בבית - כביסה, מטבח, רצפה, עייפות - לכל דבר יש פתרון. השאלה היא כמה את באמת רוצה.”

כשאני מפריחה לחלל האוויר את המילה עייפות, היא אומרת: “אימא צריכה לקום לפני הילדים, לא איתם. כשהשעון יצלצל אני אהיה כבר מאורגנת ושמחה גם אם בדקה הראשונה קשה לי לקום. אני מנהלת את הבית ולא הוא אותי. מגיע לילדים שלנו שיהיה להם נעים בבית, שיהיה מסודר, ארוחת צהריים חמה פעם ביום. זה מחמם את הלב של הילד. אפילו אם זה בערב.”

”היום אין נחת לנשים. יש המון לחץ מסביב וכל החיים הם בזרימת לחץ. אין סיפוק מהדברים הקטנים, למשל מארוחת צהריים שהכנת לילדים. את לא שמחה מזה אלא רק רוצה לגמור עם זה. קצת איבדנו את השמחה שלנו בבית בגלל כל הלחץ, ואני מרגישה שזה חבל. הבית הוא לא עול, הוא העיקר. ממנו הילדים סופגים וצומחים. מההרגשה הטובה שנמצאת בחפצים, באוכל ובתוך הבית.”

כשסיפרתי שאני הולכת לפגוש אותך, אם ברכת ילדים שהיא גם אשפית בסדר וניקיון, קיבלתי מבול של שאלות אלייך. גם עכשיו, אנחנו מדברות כבר כמה שעות וזה יכול להימשך עד הערב. מה יש בנושא הזה שמציף כל כך הרבה אצל נשים?

איך מגייסים את הילדים לעבודות הבית?

”ילדים זה סיפור בפני עצמו. הילדים שלי, למשל, לא כולם התגייסו לעבודה בבית. היו שעזרו יותר והיו שעזרו פחות. למי שלא עוזר אני יכולה להעיר אבל לא תמיד רואים את התוצאות מיד. שתי בנות נשואות שלי ידעו לעשות

” לא חסכתי מהם כולם בגלל הניקיון, הכול היה בבית - גואש, צבעי ידיים, בר בצק, פלסטלינה. אבל ידעתי שלפנות ערב מגיעה השעה שמחזירים את הכול למקום ומסדרים

דקות. פשוט עניין של מודעות”.  
 “הילדים הם לא חמץ. לכן חבל שאימהות נלחצות אחרי שהן ניקו ארון מסוים או מגירה, שהילדים יפתחו ויכניסו לשם חמץ. כי הרי עכשיו ניקית אותה והפעם הבאה שתראי אותה תהיה שוב בעוד שנה. אבל זה לא כך. את עוברת עליה פעם בכמה זמן, כמה פעמים בשנה. את שולטת בבית ולא נשלטת. כל שבוע את עושה מעבר קטן על הארונות, ניגוב קטן. שימי צלחת או חתיכת ניילון מתחת לצנצנת הסילאן, או שתיקחי סמרטוט ותנקי מתחתיה פעם בשבוע. התחזוק השוטף של הבית גורם לכך שלפני פסח את לא היסטריה. החכם עיניו בראשו. הוא עובד קצת יותר קשה במהלך השנה כולה אבל מגיע לפסח בראש מורם”.

איך אפשר להספיק בנוסף לעבודה השוטפת ולעבודה מחוץ לבית גם לנקות מגירות וארונות באופן קבוע?

כשלא היה לי כוח היה לי בקבוק קולה מתחת לכיור, וכשהייתי נרדמת לילדים בעמידה הייתי שותה כוס כולה בהיחבא, מתעוררת לחיים וממשיכה לעבוד”.

ברכה מספרת על ההיריון השלושה עשר שלה, לאחר שכבר חצתה את גיל הארבעים, ובחודש השמיני שברה את הרגל. “קיבלתי המון עזרה מנשים בחברון. גם לקחנו מישהי בשכר שהגיעה בשש בבוקר כדי למלא את מקומי”.

הסדר והניקיון מאוד חשובים לך. הציניקניות מצקצקות כעת בלשונן ומעירות שזה בטח בא על חשבון משהו אחר.

”זה יכול לבוא על חשבון משהו אחר, אבל גם לכלוך בא על חשבון משהו. זה מצחיק אותי כי זה כל כך ההפך. ברגע שיש סדר ויש מקום לכל דבר, אז להחזיר למקום לוקח מעט מאוד זמן”.

### קחי סמרטוט

**פסח מתקרב בצעדי ענק. איך אפשר להתארגן בצורה נכונה?**  
 “מי שעובדת כל השנה בצורה מסודרת, פסח יהיה לה יותר קל. מי שמדי פעם עוברת על חפצים וזורקת מיותרים, מדי פעם מנקה ארונות מטבח, לא צריכה לפני פסח להוציא ערימות פסטה שהוחבאו אי שם. גם המקרר הוא עבודה תמידית. לא פעם בשנה, אלא כל פעם חמש דקות. יש כאלה שמספרים שלוקח להם עשר שעות לנקות מקרר לפני פסח. למה?” היא נזעקת. “משהו מסריח במקרר? מקולקל? מלוכלך? קחי סמרטוט ותנקי עכשיו, לפני שזה יהפוך לכתמים שקשה לנקות. זה לוקח שתי

את המסלול השוטף הרגיל, כולל הבישולים וכל ההכנות לשבת: מיחם, פלטה. אני מתכננת מראש כדי שיהיו כמה שפחות דברים לא צפויים, למרות שתמיד יש. הניקיון בשישי הוא לא היסטרי אם הבית מתוחזק כל השבוע כמו שצריך”.

ברכה מגלה לי בסוד שאת הניקיון היסודי באמת של הבית, שזכה לכינוי “סדר פסח” אצל מכריה, היא עושה דווקא במוצאי השבת. “שמתי לב שרוב הבלגאן של הבית הוא במוצאי שבת”, היא מסבירה, “כך במשך שנים, עוד מאז שהילדים היו קטנים, את הניקיון היסודי הייתי עושה אז. זה כולל הזזת מיטות ורהיטים, אבק בכל הבית, חרסיונות במקלחת ובשירותים”.

### למה דווקא אז?

”בשבת אני נחה. גם כשהילדים קטנים, והיום כשברוך ה' הבית מלא נכדים ואורחים, אני לא אוהבת להגביל אותם. אני נותנת להם לעשות מה שהם רוצים, שיהיו שמחים, ויודעת שבמוצאי השבת הכול יחזור לקדמותו. אז אני קמה במרץ וכולם מצטרפים לעזור”.

**לא קורה שלא בא לך לנקות במוצ"ש? הרי תמיד יש יום ראשון...**  
 “קורה שלא בא לי, אבל אני יודעת שלא משתלם לי. אני יודעת שאני רק ארוויח מזה שאקום ואנקה. מה גם שביום ראשון בשש בבוקר אני כבר יוצאת לעבוד”.

**נשים היום עייפות מאוד, הן עובדות גם בבית וגם מחוצה לו.**

”זה נכון. ברוך ה' הוא חנן אותי בכוח, אבל יש נשים שקשה להן, ולכן אפשר להביא עזרה. פעם בשבוע תביאי נערה שתעזור לך. שעות שינה זה דבר מאוד חשוב.

בישולים ועוד, “כשכל הזמן בראש אני מתכננת איך אניע לשבת”.

**איך באמת את מציעה להתכונן לשבת?**  
 “ביום רביעי אני עושה קניות,

כך שבבוקר אני מסתכלת במקרר ובארונות לראות מה חסר ומעבירה ניגוב איפה שצריך במדפים. בחמישי אני מתחילה להכין סלטים לשבת. מי שעובדת יכולה להתחיל בערב. ביום שישי אני ממשיכה

כלום. אני אתארגן אחרת - או שאכין בעצמי או שנקנה. אבל דבר אחד ברור - יהיו לחמניות. כי להתארגן לשבת צריך”.

### סדר בלי הגבלה

היא מגדירה את עצמה “מעשית פלוס”, סדר וארגון חשובים לה מאוד ויש לה ימים קבועים בשבוע לכל משימה: יום קבוע להשקיי עציצים, יום להחלפת מצעים, לקניות,

הכול בבית עוד לפני שהתחתנו. כנערו היתי נותנת להן את המטבח לניסיונות. גם הבנים, היום כולם מעשיים ועוזרים בבית.

”מאד חשוב לא לרתום אותם לעשייה בכפייה, כי זה גורר אנטי. אם אני מבקשת מהבת שלי למשל להכין לחם שום לסעודה שלישיית, היא מכינה כי יש אווירה טובה בבית. וגם אם היא לא תכין, לא קרה

### סודות הסדר

טיפים לשמירה על הסדר בבית

**סדר ערב**  
 משחקים לא מונחים על הרצפה כשהילדים הולכים לישון. במשך רבע שעה אנחנו מקפלים את המשחקים ורק אז נפתחות המיטות.

מחר? תגידי לו: עכשיו אני עושה ואחר כך אנוח, אוכל עוגה או אתפנק במשהו.

### סדר בוקר

אפשר לחסוך זמן על ידי הלבשת הילדים בלילה בפרטי לבוש שלא מפריעים להם לישון, כגון הטייטס שמתחת לחצאית או חולצה פנימית.

### לא לאגור

אם מכבסים כל יום, מספיקות חמש מערכות בגדים לכל ילד. גם בגדי תינוקות - לא כולם ראויים להילבש שוב, מה גם שחלקם יקבלו כתמי צבע צהובים. עדיף לקנות חדשים בחנויות זולות או מיד שנייה ולפנות את המקום בארונות.

### קניות

ישן מפני חדש תוציא. לפני שאת מכניסה למקרר את

### אתגר השולחן

השולחן תמיד מבולגן? שימי לידו קופסה גדולה, את כל הדברים שעל השולחן תניחי בה בסוף כל יום וכל כמה ימים תסדרי אותה. בתוך כמה ימים תראי שזה לא משתלם לך ועדיף פשוט לא להניח חפצים על השולחן.

### שינה

לקחת בייביסיטר לשעתיים כדי שתוכלי לנוח? תישני שעה, ושעה נוספת תסדרי את הבית. כך גם את לא עייפה וגם הבית מסודר. הבה נתחכמה לו יצר הרע מפתה אותך לעשות אחר כך או





701

# רק ככה נמנע עוד אחמד בן שרה!

יד לאחים מקיימים הרצאות באולפנות, סמינרים, חוגים ומכללות בהן מתארות הניצולות אשר חולצו ע"י יד לאחים מכפרים ערביים את המצוקות והתלאות אשר עברו. במהלך ההרצאות מעניקות העובדות הסוציאליות של יד לאחים הדרכה והכוונה למניעה, התמודדות וסיוע.



יד לאחים  
לא מוותרים על אף יהודי

למידע נוסף ולתיאום הרצאות חייגו עכשיו  
למחלקה למניעת טמיעה והתבוללות ביד לאחים

1800-620-640  
www.yadleachim.co.il



חמישים וחמש ויש לי כל כך הרבה זמן לעצמי. ברוך ה' הקב"ה נתן לך עשרים שנה שאתה מאוד מתאמץ בהן בגידול הילדים, אבל אחר כך יש לך זמן גם לדברים אחרים ואתה רואה את הפירות.

"אחת יש לה שישה ילדים ולאחרת שנים עשר. כל אחת יכולה משהו אחר. כל אחת צריכה לבחון עם עצמה מה טוב לה, מה קשה לה ומה מפיל אותה. לא להביא לעולם עוד ילד רק כי לשכנה כבר יש".

לקראת סיום אנחנו עוברים מפינה לפינה בבית וברכה מראה לי מאילו דברים פשוטים וזולים מורכב בית המקדש הפרטי שלה. "רק עכשיו קנינו ספה לסלון, לפני כן היו כל מיני שמאטעס שקיבלנו", או: "זו המיטה של הבת שלי, הצלחנו לקנות רק עכשיו, בתשלומים", "זה פיל מעץ בעשרים שקל מחנות שנסגרה", ו"זה שולחן מעץ שהילדים בנו לי ליום ההולדת". אין דברים יקרים, אבל כל דבר פשוט ברכה יודעת לייקר ולתת לו את מקומו. ביתה חמים ונעים, ונותן הרגשה שלא בשמים היא, וגם אני יכולה.

הרבנית ימימה מזרחי אמרה פעם שיוסף הצדיק מחייב את האסורים, שגם כאסיר לא שכח את בית אביו ולא התפתה לחטא. בתום מפגש בוקר מרתק אני יודעת לומר שברכה בן יצחק מחייבת אותנו, הנשים. היא מראה שאפשר גם להיות אם למשפחה ברוכה ולגדל את הילדים במסירות, גם לשמור על בית מסודר, נקי ומאורגן, והכול עם החיוך על הפנים וכתר על הראש. או כמו שהיא נוהגת לומר: "אפשר שזה יהיה בשמחה. אפשר. אבל לא בבום טראח, כי הרגלים קונים לאט".

כאן לברכה יש פתרון פלא שנוסה בהצלחה: "תעשי רשימה של דברים שמצייקים לך - המגירה של הסכום, הארון עם הקופסאות, פינת המהשב שלך - וכל יום תקדישי עשר דקות למשהו אחד מתוך הרשימה, בנוסף לשוטרף. את תראי שתסיימי עם זה הרבה יותר מהר ממה שנראה לך".

מאיפה הכוח ללדת ארבעה עשר ילדים?

"כשאתה מתחיל לגדל משפחה אתה לא יודע שתגיע לכוזה מספר. תמיד הסתכלתי בהערצה על משפחות עם שמונה ילדים..." היא מחייכת, עדינה כהרגלה. "אבל אתה גדל עם הילדים. גדל בכוחות ההכלה שלך. יש שנים קשות, אבל צריך לזכור שהן עוברות. היום יש לי שישה ילדים לא נשואים, אני בת

ברכה אינה אשת תפנוקים אלא עובדת קשה כדי לפרנס את ביתה. עוד כשהילדים היו קטנים עבדה כסייעת בגן, ניקתה בתים וכיום היא מייצעת לנשים בענייני בית, מתחזקת את הספרייה בחברון ועובדת כסדרנית מוצרים בסופרים