



אבישי דקל:

„רציתי שציפי תקבל את הטוב ביותר!“

יהורם גאון, ירדנה ארזי ואבי טולדנו היו הסנוניות הראשונות שהפיקו בעצמם את התקליטים שלהם. בימים אלה יצא לשוק תקליטה החדש של ציפי שביט. ציפי ולישון, ובכך הצטרפה ציפי, או יותר נכון בעלה, אבישי דקל, למפיקים בעצמם. מדוע, שאלתי אותו.

כל אלה משיקולים אחרים, אני מניח. השיקולים שלי היו קודם כל מיקצועיים. רציתי שציפי תקבל את הטוב ביותר בשביל ציפי זה מיספר לא מבוטל, בימים טרופים אלה. אני בהפקת התקליט. אתן לך דוגמה. חברות-התקליטים משתמשות בסינטיסייזר כדי לעשות אפקטים מוסיקליים. אנחנו רצינו תזמורת ממש. רצינו עטיפה מיוחדת, רצינו עוד הרבה דברים שהברות-תקליטים לא היתה מאפשרת.

חברה היתה משקיעה בתקליט כזה 10 אלפים דולר, אני השקעתי 30 אלף ואני מאמין שלהשקעה יש תוצאות.

● **ובכל זאת, גם ברווחים אתה לא מתחלק עם אף אחד. גם זו סיבה.**

נכון, אבל אל תשכחי שהשקעתי 30 אלף דולר. רק כדי להחזיר את ההשקעה אצטרך למכור כ-18 אלף תקליטים וגם בשביל ציפי זה מיספר לא מבוטל, בימים טרופים אלה. אני מסתכל על העניין מנקודת-ראות הרבה יותר רחבה. אם הייתי חברה שרוצה להרוויח רק מהתקליט יכול להיות שלא הייתי מושקע כל כך הרבה כסף, אבל זה כדאי לי, כי אני מרוויח גם מההופעות של ציפי. ולדעתי תקליט טוב מומין הרבה הופעות.

● **אתה כל הזמן אומר אני מושקע, אני מרוויח, איפה ציפי בכל העניין?**

אם זה היה תלוי בה, היא היתה נותנת למישהו אחר להפיק את התקליט ואחר כך מתחלקת איתו. אני הייתי זה שמשך לכיוון ההפקה העצמית.

● **למי הסידור הזה של הפקה עצמית, חברות התקליטים יפיקו בעתיד רק תקליטים של זמרים מתחילים ואלה שאין להם כסף להשקיע בעצמם.**

כנראה זה נכון, אבל זו לא המצאה ישראלית, זו הנטייה היום בכל העולם.



פיליס גלזר:

„המיטבח התנ"כי דומה למיטבח ההודי והתימני!“

יעברו עוד כמה חודשים עד שסיפרה החדש של פיליס גלזר יראה אור, וכבר הוא מעורר התעניינות רבה בקרב מי שיודע על קיומו של כתב-היד. זהו ספר על אוכל ובישול בזמן התנ"ך.

ביקשתי מפיליס שתסביר לי בדיוק מה כתוב שם.

הספר מחולק לשני חלקים. חלק המתאר בפרוטרוט את המזון שאכלו אבותינו ואת המיצרכים שהשתמשו בהם, את כלי-האוכל שהיו להם, את צורת העיבוד של המזון, את מעשה הציד והדיג, את מינהגיה-האכילה, את מקומות צמיחת התבלינים, צורת הכנתם ועוד ועוד.

החלק השני של הספר מכיל מתכונים, המבוססים על המיצרכים שהיו בתקופה ההיא, ואפילו מתכונים שברור וידוע כי הם הכינו.

● **ממה שאני זוכרת, מוזכרים בתנ"ך מיני מזונות שונים, אבל לא מוזכרים תבשילים של ממש או מתכונים.**

לא הרבה, אבל יש. הנה, למשל, ביחזקאל פרק ד', נאמר: „ואתה קח לך חיטה ושעורין ופול ועדשים ודוחן וכוסמים ונתתה אותם בכלי אחד ועשית אותם לך ללחם.“

● **מה אכלו אז בעיקר?**

בעיקר אכלו דגנים ולחם. אבל אכלו גם בשר ודגים, ובתקופות מסוימות גם ירק. מוזכרים סוגים רבים מאוד של לחמים, סוגים רבים של יין ושל תבלינים.

● **אלה לחמים מוזכרים?**

כיכר, חלה, צליל, לביבות, עוגה, מצה, ריקיק, ניקודים, וברור שכל אחד מהם היה שונה מהשני. מוזכרים 60 סוגים של יין. מוזכרת בירה ואפילו אופן עשייתה.

● **ספרי קצת איך אספת את החומר. האם רק מקריאת התנ"ך?**

בעיקר תנ"ך, תלמוד ומישנה. אבל חוץ מהם קראתי עשרות ספרים וריבתי עם עשרות אנשים. שכל אחד מהם התמחה במשהו אחר. ביקרתי במוסיאונים, הסתובבתי בכפרים ערביים ודליתי כל אינפורמציה אפשרית.

עשיתי מחקר גדול מאוד כדי להגיע לחומר שאליו הגעתי, ורק אחרי זה נכנסתי למיטבח שלי, שהפך למעבדה תנ"כית, המצאתי מאכלים ושיחזורתי מאכלים. היה כיף גדול לעבוד על הספר הזה.

● **עכשיו, בשאת מומחית במיטבח התנ"כי, לאיזה מיטבח בן-זמננו הוא דומה?**

כולם חושבים שלמיטבח הערבי, אבל זה לא נכון. הוא הכי דומה למיטבח ההודי או התימני, בעיקר בגלל ריבוי השימוש בתבלינים.



ד"ר אילן קוי:

„טפל ב', אבל אני יודע שאתה לא תצליח!“

בשבוע שעבר נפתח בירושלים כינוס ההיפוכונדרים הראשון בארץ. נדמה כי הכינוס עמד בסימן ההומור. אבל בכל זאת אני יודעת שלא את כולם זה מצחיק. פנית אל רופא מנימי וביקשתי ממנו הסבר. הרופא הפנימי אמר לי שאינפורמציה מוסמכת אוכל לקבל רק מפסיכיאטר. כך הגעתי אל הד"ר אילן קוי, פסיכיאטר בכיר בבתי-החולים שלווה ומאיר.

שאלתי אותו האם ההיפוכונדריה היא מחלה או לא.

שניהם. לפסיכיאטריה של היום אין יחס אחד למושג ואחת הסיבות לכך היא שהמושג הוא רחב ביותר. אפשר לראות את ההיפוכונדריה כהפרעה קשה ואפשר לראות אותה כחלק מהרפרטואר של ההתנהגות האנושית.

● **אולי תפרט קצת?**

ישנה היפוכונדריה בצורה הקשה. אלה הם אנשים המשוכנעים שהם חולים מאוד, ויחד עם זה גם משוכנעים שאי-אפשר לעזור להם. כל הנסיונות להראות להם שכל הבדיקות שלהם בסדר לא משכנעים אותם. כל נסיון להרגיע אותם גורם להם תיסכול. כמעט עווית מחשבתית. הם גם האנשים שלא באים לרופא לבקש עזרה, כי ברור להם שאף אחד לא יעזור.

הסוג השני הם ההיפוכונדרים המפתחים מנגנוני-הגנה בפני תחושות נפשיות שקשה להם להתמודד איתן, ומעבירים אותן לתחושות גופניות. במקום להודות בכעיה נפשית הם מודים בכעיה גופנית. הסוג הזה מגיע לרופא, אבל הם כאילו משרים „טפל בי, אבל אני יודע שלא תצליח.“

● **יש עוד סוגים?**

יש כיום ויכוח בקרב הפסיכיאטרים האם להתייחס לאנשים העושים דיאטות והתעמלות, ובכלל מתעסקים הרבה בגופם, כאל היפוכונדרים. לדעתי, זהו ביטוי פויוטיבי לכעיה הגוף, שבעצם בא להחליף את ההיפוכונדריה.

● **איך מטפלים בהיפוכונדרים?**

הטיפול הטובים ביותר, לדעתי, הם הטיפולים הקבוצתיים. רק כך הם יכולים להסתכל על עצמם ועל חבריהם בקבוצה מבט מהצד, ויותר מאוחר ליצור ביקורת על ההתנהגות של עצמם.

● **פעם שמעתי שמטפלים בהם בתרופות מדוי מות.**

זה עוזר לזמן קצר מאוד, ומלכך זאת קשה מאוד לרמות אותם. ההיפוכונדרים הם ידענים גדולים בכל הקשור לרפואה ולתרופות.

● **מה דעתך על כינוס ההיפוכונדרים?**

ההומור הוא דרך יפה מאוד לטיפול עצמי, ואני בעד זה.