

24 שעות



שעות ראשונות

"אני מתחננת לפוטין כאמא, שלח את הבת שלי הביתה": אחרי שבית המשפט ברוסיה דחה את הערעור בעניינה של נעמה יששכר, אמה יפה מסרבת להרים ידיים

2

שיר ביום

"אני כותב עברית אבל לעולם לא אשכח/ כי ערבית היא השפה שינקתי עם חלב אמי": סמי מיכאל בשיר נגד חוק הלאום

2

רץ על גחלים

כשדן אריאלי היה בן 17 הוא נשרף אנושות בכל גופו. בסוף השבוע הוא התעמת לראשונה עם העבר והאש שהפחידה אותו כל חייו, והלך על גחלים כחלק מתרגיל שמדגים דינמיקה של לקיחת סיכונים. בראיון ל"ידיעות אחרונות", לצד עמיתו פרופ' יוסי יסעור שיזם את האירוע, אריאלי מספר על המחיר הכבד שגובה ממנו ההצלחה, ומגלה מדוע הוא ואשתו החליטו לפרק את הנישואים | סמדר שיר | עמ' 4



משחה

וראנו

מפתח סטארטאפים לגוגל, מייעץ למנהיגים וממשלות, ממלא אולמות במעריצים, ומוכר ספרים במיליוני עותקים: בגיל 53, עם יותר ימים בדרכים ובהרצאות מאשר בבית – פרופ' דן אריאלי הוא סופרסטאר עולמי, אבל מודה במחיר האישי הכבד שזה גבה ממנו כשהוא ואשתו החליטו לאחרונה להתגרש. עכשיו הוא מצא זמן בלו"ז הצפוף שלו והגיע לארץ כדי ללכת על גחלים, כחלק מניסוי של פרופ' יוסי יסעור שמדגים דינמיקה של לקיחת סיכונים

סמדר שיר | צילומים: אלי דסה

למחות מזיכרונו. בסוף מסלול האש מניחה האסיסטנטית של יסעור מגבת רטובה, כדי להרגיע את כפות רגליהם של הנועזים. "תחלצו נעליים, תורידו גרביים", מורה יסעור ל-25 הסטודנטים המאושרים. הם נבחרו מבין מאות שהתנדבו להשתתף בתרגיל. "תראי את הגרביים שלו", הוא מצביע על אריאלי. אני מצייתת ומסתכלת. הגרב הימני אדום עם משולשים ואילו השמאלי אפור עם מעויינים. או להפך.

"והוא עוד מזדהה כחבר שלי", אריאלי רוטן. "את כל הסודות שלי הוא מסגיר. כיוון שאני תמיד מאבד חצי מהזוג, במכונת הכביסה או במזוודה, החלטתי לקנות סטוק גדול של גרביים ולגרום חצי מכאן וחצי משם. ככל שהגרביים שונים יותר זה מזה, השילוב ביניהם לא נראה כמו טעות, אלא כמשהו מכוון".

הסטודנטים מסתדרים בטור ארוך מאחורי יסעור. הוא משפיל את ראשו, ממקד את מבטו במסלול הכתום ואומר: "אם אלך על גחלים אני לא אפסיק לעשן". והוא לא רץ מעל הגחלים, אלא פוסע עליהם בצעדים מדודים, נוחת על המגבת הרטובה ומתחבק עם האסיסטנטית שלו. אחריו מתייצב אריאלי, שאף הוא בוחן את המסלול בריכוז ואומר: "אם אלך על גחלים אני מבטיח לאתגר את עצמי פעם בחודש, במשהו שעוד לא ניסיתי".

עובד מסביב לשעון

קשה לחשוב במה אריאלי יכול עוד לאתגר את עצמו. מדובר בסופרסטאר אינטלקטואל שנותן טיפים לאובמה, מייעץ לנסיך



"קצת לא נעים, אבל האדרנלין מחפה על הכאב". דן אריאלי הולך על גחלים

אור כתום עולה מאחד מכרי הדשא הירוקים של המרכז האקדמי רופין. שמונה וחצי בערב, החושך כבר וסמיקה עשרות סטודנטים ואורחים נוהרים לעבר האור החריג, הם יודעים למה באו. זו תהיה ההצגה הכי טובה בעיר. שני פרופסורים המתמחים בקבלת החלטות יבצעו את תרגיל ההליכה על גחלים שמדגים דינמיקה של לקיחת סיכונים.

אתה מתרגש? אני שואלת את פרופ' יוסי יסעור, בן 76, מרצה למנהל עסקים ברופין שהזמין את תלמידיו ועמיתיו להשקת ספרו השישי, "פיצות, איקאה ודילמת האיש השמן". "ממה יש להתרגש?" הוא זורק אליי, "כבר עשיתי את זה 200 פעם".

גם אתה הלכת 200 פעמים על גחלים? אני שואלת את פרופ' דן אריאלי, בן 53, שמרצה בכל רחבי הגלובוס, אבל הצליח לרחוס ללו"ז ביקור חפוז בארץ הקודש כדי להרצות באירוע החגיגי. "לא, לא, בשבילי זו פעם ראשונה", הוא משיב ונוגע בוקן שהחל לגדל רק לפני שלוש שנים. אפילו הזקן שלו לא שיגרת. לחיו השמאלית עוטה זקן שחור, הסנטר מזוקן בשחור לבן ואילו לחיו הימנית חלקה לחלוטין. "זה לא שאני מגלח אותה", הוא מסביר, "היא פשוט נשרפה. אז יש לי חצי זקן וזה מי שאני".

הגחלים רוחשות בדשא. ריח חרוך כבר עומד באוויר. מעבר לכביש חונה ניידת לטיפול נמרץ, מהמראות שאריאלי מעדיף

אריאלי מרצה בפני סטודנטים במכללת רופין | צילום: רן אליהו



אריאלי וסומי הכירו בארה"ב. כשרק החל ללמוד פיזיקה ומתמטיקה, הוא הגיע למסקנה שהכתיבה המרובה גורמת לו לכאבים ביד ימין ועבר ללמוד פילוסופיה ופסיכולוגיה. בסיום התואר הראשון באוניברסיטת תל-אביב הוא רץ לדוקטורט בפסיכולוגיה קוגניטיבית באוניברסיטה של צפון-קרוליינה ועבר לאוניברסיטת דיוק, שם השלים דוקטורט במינהל עסקים.

איפה פגשת את סומי?

"באוניברסיטה, בתחילת הדוקטורט. בהמשך נולדו לנו שני ילדים, וכיוון שסומי הודית חיפשנו שמות שיש להם משמעות גם בהינדרית וגם בעברית. עמית בן 17, בהינדרית זה 'חסר גבולות' ונטע בת 13, בהינדרית זה 'מנהיגה'."

סומי נכנסה לחייו אחרי תקופה שבה לא האמין שמישהי תרצה אותו. כשהיה בן 17 נשרף אנושות בכל גופו ('מקו הגרביים ומעלה, לא בכפות ובאצבעות הרגליים'), והמחשבות על זוגיות התרחקו ממנו, ממש כפי שהוא מתרחק היום מאש. כחלק מתהליך הריפוי באותה תקופה, הוא מסביר, "החלטתי להפוך לנזיר".

אתה צוחק עליי?

"לא, הייתי בטוח שאף בחורה לא תרצה אותי. אמיתי. נביח שאת לוקחת בחורות ובחורים ומדרגת אותם מלמעלה למטה, מ-10 עד 1. ברוב המקרים, הבחורים של 10 ייצאו עם הבחורות של 10. אחרי הפציעה והשיקום הדירוג שלי השתנה. מבחינה פנימית הרגשתי שהייתי ונשארתי 8, אבל מבחינה חיצונית הייתי 4, אם לא פחות. וזה יצר אצלי קונפליקט. למה בחורות לא מבחינות ב-8 הפנימי ורואות רק את ה-4 החיצוני? ואין לכך תשובה מספקת. הן רואות את ה-4 כי זה מה שרואים."

היום הדברים נראים אחרת, ואריאלי נתפס – עם או בלי חיצוניותו – הרבה יותר מ-4. גם מהאש שממנה התאמץ לשמור מרחק שנים רבות, הוא לא נרתע עד אימה. והנה גם הוא מהלך על מטר וחצי של גחלים כאילו היה הטיילת של שבת בצהריים אחרי הצ'ולנט. בסוף ההליכה המאתגרת, אריאלי מתמסר לצילומי סלפי עם אינספור סטודנטיות שעטות עליו בצהלות ובצחקוקים כאילו היה הכלאה בין עומר אדם לבראד פיט. הן עדיין לא יודעות שלפני כשנה וחצי הוא התגרש מאשתו ועבר למשבצת של גרוש מבוקש.

אולי תואילו בטובכם להסביר לי מה הקשר בין הגחלים לקבלת החלטות?

"אני מחפש ברשת חומרים להרצאות שלי, ובכל פעם שאני נתקל במשהו שדן אמר או כתב אני אומר, 'הוא שוב הוציא לי את המילים מהפה', משיב פרופ' יוסי יסעור, שמרצה כבר 40 שנה בפקולטה לכלכלה ומינהל עסקים. 'לדוגמה, דן ואני תמימי דעים בקטע של מתנות לחתונה. למה אנשים משקיעים במתנות ולא בחוויות? הרי עצם העובדה שהגעתי לחתונה היא המתנה הכי טובה. יש לנו עמדה וזה גם בנושא המוטיבציה לעבודה. רק שלושת העשורים התחתונים מונעים על ידי כסף, כל השאר עובדים בגלל הסיפוק, ההכרה, המעמד וסיבות נוספות. אם בצה"ל יחליטו שהרמטכ"ל הבא חייב לקצץ בשכרו החודשי, אנשים יסירו את מועמדותם לתפקיד הכי בכיר בצבא? אנחנו גם תמימי דעים בנושא לקיחת סיכונים. אנשים לא לוקחים מספיק סיכונים בגלל פחדים."

"יש תחומים שבהם לוקחים יותר מדי סיכונים, כמו שליחת סמס בעת נהיגה", מסתייג אריאלי. "יש הבדל בין סיכון, שאם נעשה אותו הרבה פעמים יש סיכוי שנצלח, לבין הימור, שאם נעשה אותו הרבה פעמים נאבד את התחמונים. רוב האנשים נר-תעים מהשקעות בגלל החשש מהפסדים קטנים, שהם מתייחסים אליהם באופן מוגזם."

ואיך נולד הרעיון של הליכה על גחלים?

"לפני כשלושה עשורים, במרכז רוחני בקליפורניה שבו שהיתי", אומר יסעור. "הייתי שם חודש, עברתי כל מיני תרגימים, ואחד מהם היה הליכה על גחלים במסלול הרבה יותר ארוך משלנו, כחמישה מטרים. אז קצת כאב. לא נורא. מאז, אני עושה את זה חמש פעמים בשנה. במקום להעביר סמינריון שמיועד רק לסטודנטים לכלכלה ולמינהל עסקים, אני עורך סדנה שפתוחה לכולם, ואלפי סטודנטים כבר עברו אותה."

איך הם מגיבים לתרגיל?

"תתפלא, הליכה על גחלים רק מצטיירת כמפחידה. תרגיל הרבה יותר קשה זה לשיר בפני הקבוצה שמונה 24 סטודנטים. 22 מתוכם הולכים על גחלים ורק 15 מהם מסכימים לשיר בגלל 'מה יגידו עליי'. תראי את דן, עם החצי זקן שלו, לא אכפת לו מה אומרים עליו. הרעיון הוא לא להיות יותר מדי רציונלי ולא לפחד עד מוות מכאב קל, ובשלב הבא להעביר



אריאלי: "הפחד גורם לנו לא לעשות דברים שאחר כך נתחרט שלא עשינו אותם. אני יכול להבין אדם שאומר 'אני לא רוצה לקחת סיכון, טוב לי איך שאני'. אבל אם נתגלגל 40 שנים קדימה, אותו אדם יביט לאחור ויאמר, 'החיים שלי היו די משעממים'"

הבריטי, מוכר סטארטאפים לגוגל ולאיינטל, ומוציא רבי-מכר עולמיים. ספרו הראשון "לא רציונלי ולא במקרה" מכר ארבעה מיליון עותקים ותורגם ליותר מ-30 שפות. אבל לא רק בספרים ובמחקר אריאלי מככב. הוא כמו סינגר סונג רייטר שהפך את המחקר האקדמי שלו ללא פחות ממופע רוק שסוחף אחריו מיליוני מעריצים. הוא ממלא אולמות בכל העולם. סטודנטים, אנשי עסקים ומנהיגים נוהרים לשמוע את מוצא פיו. בגודל – אריאלי לא נח לרגע. ובמציאות הזאת, שבה הוא נמצא בדרכים יותר מ-280 ימים בשנה, אריאלי משלם מחיר אישי כבד. הזוגיות שילמה מחיר. ולאחרונה, הוא מתוודה לראשו, "הוא ואשתו סומי, התגרשו. 'סומי כבר לא אשתי', הוא אומר. 'לפני שנה וחצי התגרשנו'."

למה?

"בגלל שקשה להיות איתי, ולא רק בגלל שאני כל הזמן בדר-כים. מדי חודש אני שווה שבוע בדרהאם, עם הילדים, חצי שבוע בישראל וכל שאר הזמן אני בנסיעות ובהרצאות". אריאלי לא מצטער על הקריירה שהשתלטה לו על החיים. הוא מסביר שבזמנו צריך להפריד בין זוגיות וילדים, הנישואים מאוד השתנו לאורך השנים, וקשה לדמיין שאותו בנאדם יתאים לנו לכל תקופות החיים. "יש הרבה היגיון בלשנות עם מי אנחנו חיים", אומר לפני שנה בראיון ל"ידיעות אחרונות". "אין לי ייסורי מצפון על מה שבחרתי. כואב לי שלא הייתי בבית מספיק. כואב לי שקשה לאשתי עם זה. אבל אני חושב שבחרתי נכון. ללא ספק, שנינו, וגם הילדים שלי, שילמנו מחירים על ההתרוצצות שלי."



אריאלי ויסעור אחרי התרגיל. מימין, יסעור הולך על גחלים



להלך על גחלים או להדליק גרות חנוכה. אחד הפרויקטים העיי קריים שלו, הוא לשנות הרגלי התנהגות. וגם עכשיו הוא חלק מקבוצה שעובדת עם הממשלה בנושאים שונים. "יש לנו מחקרים שהוכיחו כי 21 אחוזים מהישראלים שהומינו תור לבדיקה רפואית בבית חולים, לא מגיעים אליו. אנחנו מנסים לבצע שינויים התנהגותיים. עברנו על פרויקט שמפנה ילדים, בעיקר בנות, למדעי המחשב, ואנחנו מנסים להתמודד גם עם בעיית הפקקים".

למה בחרתם לייצג את הפחד דווקא בהליכה על גחלים? לדעתך, להיכנס לחדר לידה זה הרבה יותר מפחיד. "נכון", אומר אריאלי. "חדר לידה הוא מקום מפחיד. נניח שה ביולוגיה הייתה מאפשרת לנו מסלול אחר – ללחוץ על כפתור ולטוס לחדר לידה. האם זה היה מעלה את מספר הלידות? לא. להפך, מספרן היה פוחת. הטבע דאג לכך שההחלטה שהאדם צריך לקבל היא לא על לידה, אלא על קיום יחסי מין לא מוגנים".

יסעור הודף את השאלה על הסף. "הליכה על גחלים זה תרגיל זול. כל מה שצריך זה קצת עצים. הלוואי שהיה לי תקציב לקחת את כל הסטודנטים שלי לעשות באנג'י".

פרופ' גליה צבר, נשיאת המרכז האקדמי רופין, מודה שהיא לא פתחה שמפניה כשיסעור שיתף אותה בתוכניתו ללכת על גחלים עם הסטודנטים, חמש פעמים בשנה. "לא התלהבתי כי מיד ראיתי את כל מה שיכול להשתבש וחששתי. חשבתי במובנים של ניהול סיכונים. אבל אישרתי את התרגיל כי המוטו שלי הוא לאפשר למרצים ולסטודנטים שלנו לזווג וללמוד על עצמם תוך כדי איסוף חוויות ואתגרים. על פי רוב, ההליכה על גחלים היא חלק מסדנה מורכבת שבה מתנסים בתרגילים שונים, מתבוננים פנימה והחוצה וזוכים בחוויה מעצימה. בנוסף, רציתי לשבור את ההתנסויות של מגדל השן האקדמי ולהוכיח שאפשר ללמוד גם אחרת".

דקות ספורות לפני שחלץ את נעליו שאלתי את אריאלי אם הוא פוחד והוא ענה, "אני מתרגש, אבל במידה. זה בדיוק הרעיון שמאחורי החוויה – קצת לפחד וקצת להתגבר. יותר מעניין אותי איך אני ארגיש אחרי".

דקה אחרי שנחת על המגבת הרטובה שאלתי אותו מה המצב, והוא ענה, "בסדר, זה קצת לא נעים, אבל האדרנלין מחפה על הכאב. זו הייתה חוויה. עכשיו יותר מעניין אותי לדעת מה יישאר ממנה".

יסעור מקדם את פני הסטודנטים שמסיימים את ההליכה על גחלים, ואומר, "היה מעניין לקחת את האנשים שעוד לא הלכו על גחלים ולשאל אותם לגבי כל מיני החלטות שקיבלו בחייהם ולהשוות את תשובותיהם לאלה שכבר הלכו על גחלים. בהשוואה כזאת היינו רואים אם אפקט האומץ שמיוחס להליכה על גחלים מעניק להם אומץ להתמודד עם דברים אחרים".

למה שלא תערוך ניסוי כזה? "במקום להקדיש חמש שנים לכתיבת מאמר בינוני, יסעור מחייך, "אני מעדיף לקרוא את המאמרים של דן".

יסעור: "הליכה על גחלים רק מצטיירת כמפחידה. תרגיל הרבה יותר קשה זה לשיר בפני 24 סטודנטים. 22 מתוכם הולכים על גחלים ורק 15 מהם מסכימים לשיר בגלל 'מה יגידו עליי'. תראי את דן, עם החצי זקן שלו. לא אכפת לו מה אומרים עליי"

"בעיקר כואב, כואב מאוד. תחושות כמו גירוד ודקירות מגיעות בשלב יותר מאוחר, כשהמצב משתפר. זה כל כך כאב עד שלא יכולתי לחשוב על שום דבר אחר, חוץ מהכאב. ההתעסקות שלי, במשך כל היממה, הייתה במחשבות על עוצמת הכאב, בחישוב השעות שעליי לחכות עד שאוכל לקבל את מנת המורפיום הבאה ומתי, לעזאזל, זה ייגמר. זו הייתה חוויה פיזית מאוד קשה. סיוט. החלק הטוב במצב שבו הייתי היה שבכלל לא חשבתי על העתיד. לא שאלתי את עצמי מה יהיה בעוד שנה. התעסקתי רק באיך אני עובר את חמש הדקות הבאות".

בגיל 17 שאלת את עצמך למה זה קרה דווקא לך?

"ממש לא. ואני לא יודע למה, זה פשוט לא עבר לי בראש. וגם בכל השנים שחלפו מאז אני לא גולש לשאלה הזאת. אנשים שעוים סקים בתחום של קבלת החלטות לא מסתכלים ככה על הדברים. אני בטוח שאלוהים לא סימן דווקא אותי ולכן אין סיבה שאבכה על מר גורלי. זה קרה. זה קורה. שית האפנס".

החוויה הזאת הפכה אותך לאדם יותר אמפתי?

"יש דברים שמעלים את האמפתיה שלי וכאלה שמורידים. אני יכול להבין טוב יותר את האנשים שמרגישים חסרי אונים בגלל שהם מנוהלים על ידי המערכת. גם עוני ודיכאון ועוד דברים ששולטים על האדם מעוררים בי הזדהות. אבל קשה לי לרחם על מי שאומר לי, 'נחתכתי באצבע'. כאב מהסוג הזה לא מרגש אותי דווקא בגלל שנפצתי".

אריאלי הגיע לישראל בלוח הזמנים הצפוף שלו, לא רק כדי

את המיומנות הזאת לתחומי חיים אחרים. זה סקיל מאוד משמעותי".

"הפחד גורם לנו לא לעשות דברים שאחר כך נתחרט שלא עשינו אותם", אומר אריאלי. "אני יכול להבין אדם שאומר, 'אני לא רוצה לקחת סיכון, טוב לי איך שאני'. אבל אם נתגלגל 40 שנים קדימה, אותו אדם יביט לאחור ויאמר, 'חייתי חיים שלמים שבהם לא לקחתי סיכונים, היו הרבה צמתים שבהם יכולתי לנהוג אחרת, החיים שלי היו די משעממים'. בטווח הקצר, אנשים מתחרטים על מה שהם לא עשו, ואילו בטווח הארוך אנשים מתחרטים על מה שהם חמיצו, כמו לימודים. המטרה שלנו היא לעזור לאנשים להתמודד עם הסיכונים שקשורים בתהליך קבלת החלטות".

זה משהו שאתה מתמודד איתו באופן אישי? "כל הזמן. אני מוצף בהצעות לעשות כל מיני דברים, כמו 'בוא לקניה לשישה ימים'. לפעמים אני מסכים, לפעמים אני מגלה דברים מדהימים שמובילים לתובנות חדשות – ולפעמים לא. לימדתי את עצמי לומר, 'נכון, הטיוול לא היה מספיק מעניין, אבל הוא היה אוסף של חוויות' וכך אני שומר על הרוח ההרפתקנית. מבחינתי, הליכה על גחלים זה מין מיקרוקוסמוס, זה להגיד, 'בואו נלמד איך להתגבר על הפחד כדי שהוא לא ינהל אותנו. בואו נפריד את הפחד מהשאלה של כן או לא לעשות'. ייתכן מאוד שהפחד שלי מגחלים קטן מזה של אחרים מפני שאני כבר יודע מה זה כוויות".

חדר לידה הוא מקום מפחיד.

זה קרה לפני 36 שנה. אריאלי, יליד ניו-יורק, היה בן 17, ילד טוב רמת-השרון, חניך הנוער העובד והלומד. "הכנו כתובות אש לכבוד 'חג המעלות', שהוא החג של התנועה, והקומונרים הביאו חומרים כימיים כדי שיתקלחו מאוד יפה. והם אכן התקלחו יפה. בדירה של הקומונרים. ואני הייתי שם".

מה עבר לך בראש באותם רגעים? חשבת שככה זה למות? "לא, אבל ירעתי שקרה משהו מאוד-מאוד רע. שכבתי שם, בועה. העיניים שלי התמגנטו על הזרוע השמאלית שהעור נזל ממנה כאילו הוא כבר לא שייך לגוף. בדיוק התברר שטעיתי. יד ימין הייתה זו שנפצעה יותר קשה. אני זוכר שלקח הרבה זמן עד האמבולנס הגיע ושהעלו אותי לאלונקה לאט-לאט, אבל מהרגע ששכבתי עליה כולם התחילו לרוץ. כשהביאו אותי לבילינסון השקיעו אותי באמבטיה מלאה במים בגלל שבזיקוקים היה מגב זיום, שעלול להתלקח באוויר. רצו לוודא שאין עלי שאריות של מגנזיום על העור או הבשר כדי שלא אתלקח שוב.

"החדירו לי צינור שמחזיק את הלשון כדי שלא תיסוג לאחור ותגרור לי להיחנק. באיזשהו שלב האחות רצתה להוציא את הצינור והתנגדתי לזה, פחדתי למות. האחיות אמרה, 'אני אוציא ואחזיר'. כשהוציאה, אמרתי, 'יש לי תחושה שאני מאבד את ההכרה' ואיברתי אותה. היום, כשאני משחזר את מקרה, זה קצת מצחיק. היו לי כוויות ברדרגה 3, ב-70 אחוז משטח העור, והתעקשתי לנהל את המקרה".

הוא אושפז במחלקה לטיפול נמרץ, התנדנד בין חיים למוות, עד שמצבו איפשר את העברתו למחלקת הכוויות בשיבא. "בטוטאל זה היה שלוש שנים".

זה כואב? מוגרד? מעקציץ?