



שרצה להיות בקיא ומנוסה בתחמו בניגל 40 צדיך לטעת את היסודות שני עשורים קודם לכן, האנרגיות והבשלות האישית להורות נמצאות בשיאן, ומתברר שתקיר פת הפירות קצרה משנרמה.

ג"י משלבת מחקרים ומקרי מבחן עם מטופלים כדי להוהיר מפני הגורל שמציפה לרביקים במשפטים כגון: "אני עדיין יכול לעשות הכל", "עדיף לחכות מלב" חור" ו"ממילא כולם בפייסבוק מצליחים ממני". היא קוראת להפוך את העשור הזה לעשור של מיקוד ומחשבה תחילה. כמה מבקרים תיארו את ספרה את "אבא עשיר, אבא עני" של החיים האישיים: ספר שאינו ספר עזרה עצמית קלישאי, אלא הצצה קרה לכוחות שמניעים את העולם, שמי קרה בהמצאה לא מתנפת: פעלו עכשיו או התחרטו אחר כך.

מחפ' רפאלי הוא ראש מרכז שניא לחקר האינטרנט באוניברסיטת חיפה sheizaf.rafaeli.net

עולם תלוי בנו ואמרנו זה לזה שאסור להאמין למי שחצה את גיל 30. ואז חצינו נו אותו אנחנו. היום אני פוגש בני 20 וקצת בבית ובעבודה – אלה הגילים של בניי ושל רבים מתלמידיי. אני רואה בני 20 פלוס מובילים (או מובלים) במחאות החברתיות של שדרות רוטשילד וכיכר תחרי, ואני קורא איך תשלומי הביטוח הלאומי שלהם ישלמו בקרוב את הפנסיה של דוד ילידי שנות החמישים שמתחיל לצאת לגמלאות. מכל בחינה, בתקופתנו העולם אכן תלוי ברור הזה. אבל באופן מעניין, דווקא כיום רבים מבני ה-20 פלוס אומרים לעצמם שכלום לא בוער, שאפשר להתבגר לאט יותר. ה-30 הוא ה-20 החדש.

ד"ר גיין, שמרבה לטפל בצעירים בשנות ה-20 לחייהם, מזהה את התופעה, ומחברת את הנקודות לתוכנה מדריגה: הצעירים שכלום לא בוער גשר לא תסם לוקחים את הזמן, באיזה גשר בין הילדות לבגרות. הם שמו את חייהם בהילוך סרק מדיאג. התיאורים בספרה מתחרים עם תופעות מקומיות מוכרות, כגון תלות כלכלית מתארכת בהורים והרטיטואלים הישראליים של שנת שירות לפני הצבא וטיוול מוצ'ילרוס אחריו. אה: רותיה, עם זאת, חדשות.

ג"י מסבירה שלא במקרה בשנות ה-20 בחורים מקצוע, זוגיות, מקום מגורים ודרך חיים של ימות או רבקות כמה שבטות. יש לכך סיבות ביולוגיות, שבגינן העשור הזה הוא הודמות בלתי חוזרת. המות עובר כשנים האלה שינויים מבניים שמקנים לו כשירות שיא לקליטת דברים חדשים. מי

האם גיל 29 הוא הרגע האחרון?

ומה יקרה למי שחושב ש-30 הוא ה-20 החדש

מהן השנים המכריעות בעיצוב האישיות? המסורת בפסיכוכר לוגיה ובחינוך גורסת שאלה שנות החיים הראשונות, שאפילו מכונות "השנים המעצבות". תלי תיאוריות גורסות שההתמדרות עם אג'נדי הגיל הדרך והוויות שעובדים בו מעצבים את תבניות ההתנהגות לכל החיים. גם לשנות העשרה הבעייתיות נהוג לייחס השפעה רבה על המשך החיים. אך כעת עולה טענה חדשה: שנות ה-20 ומה שמתרחש בהן הן העשור המשפיע ביותר על יתר החיים. דווקא אחרי שעברנו את המהורות התיכון והציבא, כשאנחנו יוצאים לעצמאות מרשות ההורים, כשהכל אמור להיות קצת יותר פשוט, מתחיל המבחן האמיתי. כך לפחות גורסת המומחית להתפתחות מבוגרים ד"ר מג גיין מאוניברסיטת וירג'יניה, שזה כחודש תופסת כותרות בארצות הברית בכותב ספרה הראשון, "The Defining Decade" (ובתרגום חופשי לשמו המלא: "העשור המכונן: למה שנות ה-20 חשובות ואיך להפיק מהן את המרב").

אני הייתי בן 20 לפני הרבה זמן. בני דוריי ואני חשנו או פער עצום בינינו לבין המבוגרים מאיתנו. חשנו שהי

לא במקרה בשנות ה-20 בוחרים מקצוע, זוגיות ומקום מגורים. יש סיבות ביולוגיות שהופכות את המוח לכשיר במיוחד ללמוד דברים חדשים ועושות אותנו בשלים להיות הורים. וגם תקופת הפירות קצרה משנרמה



כמה חזק לסגור את הקולה?

יש לי חבר יקר (שהוא גם שותף לדירה) שטוען שככל שפקק בקבוק הקולה סגור חזק יותר, כך פחות גזים יברחו. אני טוען שהוא דביל. בינתיים, בכל פעם שאני מנסה לפתוח בקבוק שהוא סגר מתנפח לי וריד במצח, או מהמאמץ או מהעצבים. מי צודק? אוהד



חלק מהגזים המומסים בו בורחים, בלי קשר לפקק. למרבה המזל, בו בזמן מטרחה גם התהליך ההפוך. חלק מהגזים שנמצאים באוויר מתמוססים חזרה במשקה. השאר לה היא רק איפה יש יותר גזים. הפקק לא מונע מדריחתמוצת הפחמן (זה השם הרשמי של ה"גזים") לברוח מהמשקה, הוא רק שומר אותה בבקבוק. וברגע שיש מספיק ממנה מעל המשקה, הקצב שבו היא מתמוססת בו משתווה לקצב שבו היא בורחת ממנו. שני התהליכים נמצאים באיזון.

ההכי חשוב, לעולם אל תשאיר מעט משקה בבקבוק גדול. שלולית קטנה של נוזל לעולם לא תשתחרר מספיק גזים כדי למלא את הבקבוק ולהגיע לשיווי משקל. עדיף להעביר בעדינות לכלי קטן יותר, או לצ"מק את הבקבוק עם אויטון, ואפשר אפילו לבזבז כסף ולקנות משקאות באריזות קטינות, או לחסוף כסף ולקנות סיפולוקס. ולמי שבאמת נחוש ליהנות מהחיים, אפשר לעבור לתה.

שאלות לבלדד השוחי: askbildad@callist.co.il

אוהד היקר,

כשמשאירים מעט משקה בבקבוק גדול הגזים מתנדפים אל אוויר הבקבוק, כמו מכוס. כדי לציקמק את הבקבוק באיזון או אפילו לבזבז כסף ולקנות משקאות באריזות קטנות

כך או אחרת, אתה צודק והוא דביל. האויב הגדול של הגזים הוא בכלל לא האוויר שמחוץ לבקבוק, אלא זה שג"מציא בתוכו, מעל למשקה, בחלק ה"ריק". עד בכל מקום שבו הנוזל בא במגע עם אוויר

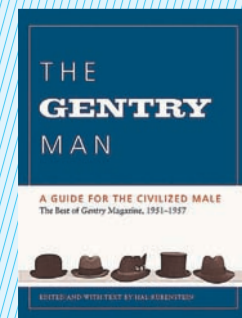
36 37 להתעדכן

6

לאיפון: מר התמכרות

סקי ספארי הוא לא להיט העולמי הבא, אבל יש בו מספיק אקשן כדי להעלים שבועיים מהחיים. המטרה היא לנגוש כמה שיותר רחוק ולצבור כמה שיותר נקודות בגלגולים, איסוף מטבעות והימנעות ממכשולים. ההתחלה קשה, אבל כשנכנסים לגרוב קשה לצאת. 0.99 דולר.

http://is.gd/5QPv5n



נוסטלגיה: בלייזר מטוויד

"ג'נטרמן" היה מגזין גברים אמריקאי שמפע עשור אור בין 1951 ל-1957. הוא נודע בזכות העיצוב החדשני שלו וכיסה את מגוון הנושאים שעניינו גברים, אז כמו היום: מכונות, אוכל ושתייה, ספורט, נשים ואופנה אלגנטית. הספר "The Gentry Man" מאגד לראשונה מבחר מאמרים וכתבות מקוריות מתור הזהב של המגזין. 13 דולר באמזון.

http://is.gd/QdoBTO

לדפדפן: ללא מילים

מכל כיוון, בכל יום, אנו חשופים למחשבות של להג בלתי פוסק. והאינטרנט כמובן לא עוזר לשפר את המצב הזה. Wordless Web הוא חוסף קטן לדפדפן שעושה דבר פשוט: מחוק את כל הטקסט בעמודים שאתם מבקרים בהם. פתאום אוויר זורם מכל כיוון, כאילו טיפסתם על הפסגה הכי גבוהה באפנים. נסו את זה בתחום המדיסציינה של הבקר.

http://wordlessweb.com

למשרד: החוחם השבועי

מעצבי חברת מוגיי הפינת יודעים לייצר פריטים כה מתוקים, שקשה לא לשים עליהם יד. הפעם זו חומת עם שכלונה של רשימת משימות שהופכת כל בסיס חזק להבטחה שלטעולם לא תשכחו שוב לקחת תחנות לחייל. 3.75 דולר.

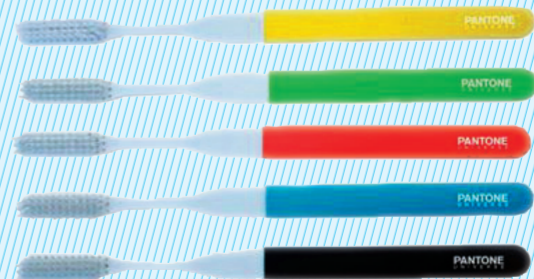
http://is.gd/TS2h9X



דוקו: סוף הסרט

בתחילת 2008 הודיעה חברת פולארוד שהיא מפסיקה לייצר את סרט הצילום שלה, שיצר מהפכה מהגדולות בתולדות הצילום וניסח שפה ויזואלית חדשה ואיקונית. הסרט "Time Zero" מלווה את השנה האחרונה בחיי הפילם דרך עיניהם של מטורללי פולארוד מכל רחבי אמריקה. הסרט ירש נראה יפהפה ומרגש.

http://is.gd/cZYwaN



לאמבטיה: קשת השניים

פנטון היא החברה שמחליטה איך ייראו הצבעים בעולם. מברשות שניים הן אביזרי האיגנה משעממים ש-100% מרופאי השיניים ממליצים עליהם. השילוב ביניהם מביא לחדר האמבטיה צבעונית משגעת. שהופכת את הכלכל בין המברשות לרהיט יותר כיפי. 10 דולר למארז של חמש מברשות מהמתח.

http://is.gd/MLLrJ0

מה הלאה



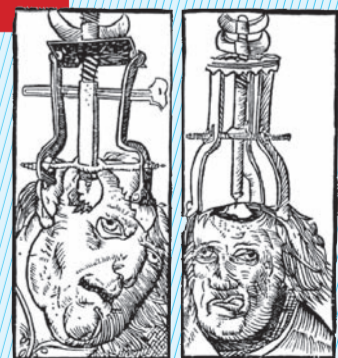
אחי רז

עדכונים מהשטח

היסטוריה: 200 שנות כירורגיה

מגזין הרפואה היקרתית "New England Journal of Medicine" החל את דרכו לפני 200 שנה, יחד עם הניתוחים הממוסדים הראשונים. בפיצ'ר גדול ומרתק נפרשת ההיסטוריה של הניתוחים, והמסע הארוך מפרקטיקה פולשנית וברוטלית לנדבך מרכזי ביכולתו של המדע לרפא ולתקן את החולים.

http://is.gd/6V1enw



צילומים: CountingPine, TIMEZEROmovie