





חוויה כפולה ומשולשת



טבלה מסודרת של אוכל וטיפול, סרט נע של מקלחת-מגבת והחלפת 73 טיטולים ב-24 שעות | אימהות לתאומים ולשלישיות מדברות על היופי, החסד והאתגר, משתפות מחוויות הגידול שלהן, מסכמות את פרק הזמן הראשון וחולקות תובנות | במזל תאומים (ויותר...)
דבורי גולבנציץ



?????????
?????????
?????????
?????????
??? ?????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
????



?????????
?????????
?????????
?????????
??? ?????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
????

נכון, ואני פשוט נהנית לצאת איתם, לטייל אתם באור שמש, להרגיש אמא מטופחת, צעירה, לא סתם אישה עייפה בחלוק סמרטוטי".

מלכי: "תחילה נעזרתי בעגלת תאומים, אחר כך הדפתי 'בימבות' במקל. יש לי שתי ידיים, ברוך השם, וגם למדתי לבקש עזרה ולשמוח בה. כשנסעתי עם התאומות באוטובוס, תמיד הייתה נוסעת תורנית שהייתה מראה לילדים שלה את הפלא שלי ומתפעמת מהן, בקול או בשקט. ככה למדתי שתי מילים חשובות באידיש: 'צווי בובאלך'..."

"הגינה הייתה מקום מאתגר יותר. אחת מהן הייתה רצה למגלשה הכי גבוהה בגינה, השנייה זחלה במהירות שיא לכיוון הכביש. אבל אין כמו עמך ישראל. תמיד נמצאה המתנדבת שתחזיר לי אחת מהן לעגלה."

"הנסיעות הבין-עירוניות היו באמת פרויקט. לכבישים הבין-עירוניים הייתה השפעה מסממת על התאומות, ומיד כשהאוטובוס יצא לכביש, הן היו נרדמות. ישנות בשלווה עד הרגע שירדנו בתחנה ליד הבית. וזהו. הספיק להן. לא הסכימו להירדם שוב בשום פנים ואופן, וככה הלכו לנו הלילות. לכן השתדלנו לשמור עליהן, שלא תירדמנה בנסיעות הללו."

"נסיעה אחת כזו תיזכר לעולמי עד. הייתי עייפה מאוד, ולא הסכמתי לאפשר להן להירדם על חשבון הלילה שלי. ניסינו להרגיע אותן בדרכים אחרות, ולא הצלחנו. הן בכו וצרחו, מהרגע שיצאנו לדרך ועד הבית, וכל הנוסעים, כמובן, היו שותפים למאבק בינינו לבינן. הייתה נסיעה ארוכה מדי..."

"למחרת יצאתי איתן לגינה. הן ישבו בארגז החול הקרוב ושיחקו ביחד והיו מאושרות ושלוות. אישה אחת מהשכונה התיישבה לידי ואמרה: 'וואו, איזה נס יש לך שהן כאלו רגועות. אחותי מספרת שהיא נסעה אתמול הביתה עם הורים לתאומות קטנות, הן צרחו בלי הפסקה, וההורים לא הצליחו להרגיע אותן. מסכנים... לך זה בחיים לא היה קורה!'"

פרצתי בצחוק וסיפרתי לה שלי זה קורה, גם קורה."

גיטי: "את שואלת על 'ציאות מהבית, איך עושים את זה? התשובה היא פשוטה: לא עושים... אם היה לי תור לרופא בשעה אחת עשרה בבוקר, הייתי מתחילה להתארגן משמונה, רק כדי להגיע באחת עשרה עם שלושה קטנים עצבניים, מוכנים כבר לסבב האכלה-החלפה הבא."

"לפעמים הרגשתי שאני חייבת לצאת. אז הייתי מלבישה אותם יפה, בבגדים זהים, מתלבשת ומתאפרת ויוצאת ליהנות מהשמש ומהחיים. (ומשתדלת להתעלם מתגובות מרגיזות של אנשים ברחוב...) אבל בדרך כלל יצאתי מהבית רק כשנוצר צורך דחוף ולא הייתה ברירה אחרת."

שולמית: "כל יציאה מהבית דרשה עוד זוג ידיים. ושעה להתארגנות, כמובן. הייתי מלבישה אחד מהם, עוברת להלביש



של שלוה ונחת, ואני ממליצה בחום לכל אם לתאומים לנסות ולא להתייאש מראש".

גיטי: "לתאומים לא היו זמני האכלה קבועים. הם אכלו מסביב לשעון... את השלישייה, מאחר שהם היו קטנים מאוד, היינו צריכים להאכיל כל שעותיים. הייתי יושבת על הרצפה, מאכילה שניים ביחד, ושלישי נותנת בקבוק בעזרת הרגל. דמייני את הפוזה..."

"הייתה לי טבלה מסודרת שבה כתבתי כמה כל אחד מהם אכל וכמה טיטולים החלפתי ועוד. כשהם גדלו קצת, הייתי קפדנית בנושא הארוחות. כשהם בכו, השתדלתי להרגיע אותם בדרכים אחרות, ולא דווקא דרך ההאכלה (כמובן, רק כשהיה לי ברור שהם לא אמורים להיות רעבים כעת). זה בהחלט עזר. העניק לנו מרווח נשימה קצר עד סבב הארוחות הבא."

שולמית: "ההאכלה של השלישייה הייתה פרויקט ציבורי... בבקרים הייתה איתי מטפלת, בצהריים בעלי עזר ואחרי הצהריים הגיעו מתנדבות. כל הזמן הייתי מוקפת אנשים טובים. השלישייה הייתה אטרקציה, ותמיד היה מה לעשות אצלנו."

"הגיעו הרבה מתנדבות, וכל מי שהגיעה קיבלה לידיים תינוק להאכיל בדייסה או להוצאת אוויר. על השולחן בסלון עמדה תמיד קערת ממתקים ושוקולדים, לפנק את כל מי שהגיע לעזור. נעזרנו הרבה בשיטת 'החיתול המגולגל'. גלגלנו חיתולים והם תמכו בבקבוקים, כשנגמרו לנו הידיים."

שיעור שמש

תקווה: "אני אוהבת מאוד לצאת עם התאומים. זה אמנם דורש התארגנות לוגיסטית מראש, אבל למדתי להתארגן

מלכי רזנברג, **אם לשבעה בלעה"ר.** **הבכורות שלה הן תאומות זהות.**
שולמית יעקובזון, **אם לשמונה בלעה"ר.** **במקום טוב באמצע ממוקמת שלישיית בנים.**
גיטי, **אם לחמישה בלעה"ר.** **בן, שלישייה וזוג תאומים.**

בתיאבון!

תקווה: "תאומים הם לא 'אחד ועוד אחד'. הם שניים פי מאתיים... הארוחות שלהם, למשל, לא נמשכות פי שניים זמן מארוחתו של ילד אחד, כי אם מתארכות ומתמרחות על פני כל היממה. התאומים שלי נולדו פגים, וזה השפיע גם על קצב ואופן האכילה. זה היה בסדר גמור בשבילי, כי חיכינו להם הרבה שנים, וכשהם נולדו, כל החיים עברו פאזה והתחילו להסתובב סביבם. ממש לא היה לי אכפת שהם אוכלים כל כך לאט או שאין שום הפסקה בין ארוחה לארוחה. התענגתי על כל רגע."

"לא יודעת באמת מה עושות אימהות לתאומים שמבורכות בילדים נוספים ובשגרה תובענית. אני כן ממליצה להן לנסות לדמיין מה מרגישות נשים כמוני, שחיכו לילד, ופתאום זכו בשניים. נכון שהקושי מתגמד מול שנות ההמתנה והמתנה הגדולה? אז חסכו לכן את ההמתנה, וקיבלתן רק את המתנה. תיהנו ממנה כמה שאפשר!"

מלכי: "התאומות היו אלרגיות לחלב ולסויה, לכן נאלצתי לתת להן הזנה טבעית מלאה במשך השנה הראשונה לחייהן. ההסתגלות, בראשית הדרך, היא לא קלה, אבל לאחר מספר שבועות, הזמנים האלה הופכים להיות מוקד

?????????
?????????
?????????
?????????
??? ?????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
?????????
????



ר גע מהעבר שאני לא רוצה ולא יכולה לשכוח: התאומות שלי היו בנות יומיים. 'התארחתי' במחלקת יולדות והרגשתי בדיק כמותן. אמא בת יומיים. האחיות הניחו את שתייהן, למען הרבות אטרקציה, בעריסה כפולה. זאת הייתה עריסה מאותו שטנץ שיוצרו אז עגלות תאומים: רחבה, ענקית וצועקת 'תאומים!' אי אפשר היה להחמיץ אותה.

בכל פעם שהלכתי לחדר תינוקות או חזרתי ממנו, הודפת לפניי את העריסה הכפולה, עצרו אותי נשים, הציצו פנימה בהתפעמות וחלקו איתי את תורת חייהן. הן הסבירו לי איך צריך להאכיל, איך חובה להלביש, איך אסור לחנך, איך כדאי לגדל.

אחרי יומיים איבדתי אוויר וביטחון. פתאום הבנתי שהורות לתאומים היא משימה מסובכת מאין כמוה, ולא ברור אם אני האדם הנכון בשבילה. ישבתי בחדר האוכל, מדוכדכת למדי, תוהה אם מותר לי לצאת מכאן בכלל הביתה. אישה מתוקה, שעד היום אינני יודעת מה שמה, התיישבה לידי ושאלה 'מה שלומי'. ברגע של חוסר שפיות זמני שתוקף רק נשים אחרי לידה בישרתי לה שאני נמצאת כאן בטעות. אמנם יולדת, אבל לא ממש אמא.

היא שאלה למה אני חושבת ככה. סיפרתי לה על כל הנשים החכמות שידועות טוב ממני איך לגדל את התאומות שלי. המתוקה פרצה בצחוק גדול, אחר כך התכופפה ולחשה לי באוזן: "חמודה, כל הנשים הללו, שידועות טוב ממך איך לגדל תאומים, הן נשים שלא גידלו תאומים מימיהן... רק נשים שגידלו תאומים יודעות שהבינה והיכולת לא צריכות הדרכה צמודה, הן מגיעות ישר מלמעלה."

נעצתי בה מבט מפקפק. היא חייכה ואמרה: "את לא מאמינה, אה? את לא חייבת. רק שתדעי, יש לי שני זוגות תאומים בבית..."

באותו רגע צנחה עלי בינה מלמעלה. הכרחתי אותה לת לי בכל זאת 'טיפ'. היא המליצה בחום לבקש מהאחיות בחדר תינוקות עריסה שקופה נוספת, מהזן הפשוט והלא מלהיב, שאוכל להיעזר בה כדי לשאת בחשאי את התאומות אל חדר.

זאת הייתה עצה יעילה מאוד. בזכותה הפסדתי את תהילתי כאם התאומות. ועד היום אני יודעת: אם כבר טיפים לגידול תאומים - אז רק מכאלה שידועים מה זה לגדל תאומים.

ואלו חברות הפאנל שלנו:

תקווה בן שושן, **אם לתאומים בני ארבעה חודשים בלעה"ר.**

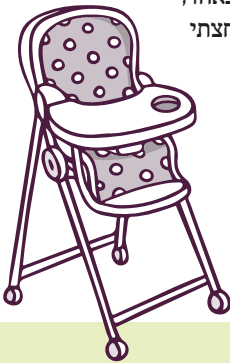


את אחיו. הראשון פלט על הבגד הנקי, ואז הייתי צריכה להחזיר אותו ל'פס הייצור' ולהלביש אותו שוב. הקפדתי שהם ייראו טוב, יריחו טוב, והיה לי חשוב מאוד להלביש אותם בבגדים זהים, זה היה העונג שלי. אז רק דמייני מה כל פליטה כזו עושה לסרט הנע של ההלבשה..."

טיפ-טיפה

תקווה: "בעלי שותף למקלחות, כי בלתי אפשרי שאקלח אותם לבד. הם תמיד עצבניים ורעבים בערב, ואני מוכרחת שותף פעיל שיטפל באחד, בזמן שאני מטפלת באחיו. בחודשיים הראשונים בכלל לא רחצתי אותם יום יום. רחצתי פעמיים בשבוע. העדפתי להתמודד בזירות אחרות, חשובות יותר.

אני אוהבת מאוד להלביש אותם בבגדים זהים. לא יכולה לקנות להם בגדים במידות זהות, כי אחד מהם עדיין קטן מדי לגילם, ואחיו לובש מידה אחת מעליו. זה מתסכל, כי אני בעצם קונה כל בגד בשתי מידות, ואז כשהבגד כבר קטן מדי



השלישייה שלה: אורה ושמחה וששון

ביילי דויטש המפורסמת, מהמופעים 'זה לא פשוט להיות', 'שוברת בשתיקה' ועוד, היא גם אם מאושרת לשלישייה. אני מפנה לה את הבמה למונולוג אותנטי, מגלה שהיא תמיד משמחת לבבות, גם כשהיא על הבמה הווירטואלית שלנו:

★ צרת רבים וחצי נחמה

"שלישייה היא מתת מדהימה וקסומה. היא גם אתגר, והיא משנה אותנו, כהורים, מקצה לקצה. ואדייק: היא גם משנה את כל הבית. כל החיים משתנים.

הייתי מוכנה לגרוע מכל, כי מיד אחרי הלידה אנשים טובים באו לבקר אותי ונכנסו להיסטריה במקומי: 'מה תעשי? איך תתמודדי? את חייבת עזרה! וואי, איך עושים את זה? אימא'לה!!!'

"זה רק מודגם מייצג של התגובות הציבוריות. קיבלתי המון טלפונים מנחמים ומחזקים, ועל הדרך גם מלחיצים. ככה התכוננת לגרוע מכל. אני בטוחה שמי שעמד מהצד והאזין חשב שאיבדתי ילד, חלילה... זו הייתה בדיחה שחזרה על עצמה כמה פעמים ביום.

אפרופו בדיחה: פעם הגיע אב גאה לשלישייה טרייה לרב וביקש עצה וברכה נגד עין הרע. אמר לו הרב: 'אתה צריך לחשוש רק מהורים לרביעיות. אף אחד אחר לא יעשה לך עין הרע..."

★ הנה באה הרכבת

"עד אז, כל מי שרצה לבקר אותנו היה צריך להודיע מראש, ואני הייתי מפיקה לכבוד הביקור 'ערב פסח'. אבל העידן הזה תם עם לידת השלישייה. בעלי ואני הבנו שמהיום, הבית פתוח לכל מי שרוצה לתת יד. הבית הפך לתחנת רכבת. הייתי מתפללת באמת, מכל הלב, שהשם ישמור על שפיות דעתי. ביקשתי שנצליח ליהנות מכל רגע וננצח את הסטריאוטיפים המדכאים, וברוך השם כך היה, למרות הניסיונות הלא פשוטים...

"אחד הילדים היה חולה ואושפז לתקופה ארוכה, ומצאנו את עצמנו מתמרנים בכמה חזיתות בו זמנית, אבל השם דאג לנו. הרגשנו במוחש את ידו התומכת והמלווה."

★ הולכת לעיבוד

"הנס שלי היה שגידול שלישייה עולה הרבה כסף. הכל כפול שלוש פלוס, ברוך השם. אז הייתי צריכה לחזור לעבודה די מהר. ההופעות שמרו על שפיות דעתי שלא תצא לחופשת לידה... חזרתי אחרי חודש וחצי לעבודה, ובבית תחנת הרכבת פעלה במרץ, עם כל הקיטור. הייתי חוזרת מהופעות, נכנסת הביתה ושואלת את האורחים התורניים אם אני לא מפריעה..."

למידותיו של הגדול שבהם, הוא עובר לתאום הקטן, ואז אני צריכה לצאת ולקנות בגדים לגדול, אבל לא מתאפקת וקונה לשניהם, שוב בשתי מידות שונות, וחוזר חלילה..."

מלכי: "אני אומרת לך את האמת: יותר קשה לדאוג שכל השביעייה הנוכחית תתקלח, מאשר לקלח שתי תינוקות.

באמת לא זוכרת שום טראומה ושום טיפ מיוחדים, כן זוכרת ערב אחד שבו חברה מהסמינר התקשרה וביקשה לבוא כדי לעשות שימוש דחוף במחשב שלי. הסכמתי. הייתי בדיוק אחרי המקלחות של שתייהן, ממוטטת לגמרי. היא הגיעה. הרמתי את השמיכות כדי להשוויץ לה במלאכיות הקטנות שישנו (לשם שינוי...) ואז גילינו שאחת מהן רטובה כולה. הייתי כנראה עיפה מדי באותו ערב ושכחתי לשים לה טיטול..."

גיטי: "הייתי מקלחת את השלישייה בסרט נע, ותמיד עם עוד מישהו שעזר לי (בעלי או מתנדב אחר). אני הייתי מקלחת, והוא היה מלביש. לא קילחתי כל יום, אפילו שאני 'משוגעת'



על מקלחות של תינוקות רכים, לא רציתי להיות משוגעת

בגללן. נזכרת ביום אחד שבו שלושתם סבלו משלשולים.

באותו יום החלפתי 73 טיטולים וקילחתי 18 פעם! (זה בלי להחשיב את ארבעת הילדים האחרים...)"

שולמית: "אחת המתנדבות הייתה בחורה תימנייה מדהימה,

שהייתה סמל ודוגמה לחריצות וסדר. היא הייתה מתקתקת את המקלחות באופן מעורר השתאות: מכינה את כל הבגדים מראש, מקלחת, מעבירה למגבת, מלבישה, שמה במיטה. עבדנו ביחד, זה היה תענוג. רק מזכירה: קילחנו כל יום חמישה ילדים, כי לשלישייה היו שני אחים 'גדולים'. הבחורה המדהימה הזו הייתה גם אלופת הכביסה. כל היום הייתה יוצרת מגדלים יפים ומסודרים של בגדים זעירים.

"אפרופו כביסה, זה היה משהו שלא הצלחתי להתרגל אליו. כל הזמן הייתה כביסה וכל הזמן היו ערמות של בגדים וחיתולים לקפל. הייתי מעמידה סלסילות מלאות כביסה נקייה בסלון, וכל אחת שנכנסה הוזמנה להכניס יד לתוך הסלסילות".



רעש של חפצים צונחים. בבת אחת הכתה בי ההכרה שיש לי שלישייה, זה מחייב אותי להחזיק עליהם שלוש עיניים פקוחות, לא רק אחת. רצתי לחדר. זה המוחזה שראיתי: קטנצ'יק אחד ישב על אחד המדפים העליונים. מתחתיו, על הכורסה, עמדה אחותו ותפסה את החפצים שהשליך אליה, והיא זרקה אותם הלאה, לשלישי שהיה על הרצפה...

"הם עדיין לא ידעו ללכת ולא לדבר בשפה שלנו, וכל התקשורת ביניהם נוצרה בשפה שלהם שהכילה הרבה חיוכים וצחוק. עמדנו מאחור וצפינו בהם, המומים, כי לא שמענו אותם קמים בכלל, והם כבר הספיקו המון! כל המדפים היו מרוקנים, ואחד מהם בכלל הפליג לו אל מעבר להרי החושך (כלומר המודף העליון!) "מאז הבנו, שגם כשהם ישנים או מעמידים פנים שהם ישנים, אנחנו צריכים להישאר ערים ולשמור עליהם. עד היום, אף על פי שהם כבר בני שלוש וחצי, אנחנו מיישמים את הכלל הזה. ברגע שאנחנו שומעים או רואים שאחד מהם קם, ברור לנו שתוך דקה כולם ערים. אנחנו פשוט חיים ממשמרת למשמרת".

★ חיים על במה

"עוד רגע שאי אפשר לשכוח: שבת בבוקר. שמעתי אותם ערים וצוחקים. בדרך כלל אחרי הצחוק הגיע הבכי, כי מישהו מהם נפל או נחבל. חיכיתי במיטה והאזנתי לצחוק. השעה עוד לא הייתה שבע, ריבונו של עולם! ניסיתי בכל זאת לגנוב עוד כמה דקות שינה, אבל הצחוק של שלושתם המשיך להתגלגל, והגדולות עדיין ישנו. הבנתי שאם אין אני לי מי לי. אז קמתי להציץ עליהם. וקפאתי. הסלון והמטבח היו מוצפים מים. פשוט פתחו לי בריכה בבית. שני הזאטוטים עמדו על כיסאות פלסטיק קטנים ליד בר המים, מילאו כוסות בלי הפסקה. הילדה עמדה במרחק קצר מהם. הם צעקו לה 'ספונג'ה!' והתיזו מים לכל עבר. כן, זה ה'סטייל' שלהם.

"מצאתי את עצמי, בשבע בבוקר של שבת, גורפת מים, והם רטובים עד לשד עצמוותיהם, מאושרים מאמא שמציינת ועושה ספונג'ה..."

"מאפיה קטנה צומחת אצלי בבית. מאתגרת מאד ומשמחת מאד. השיח הבלתי פוסק שלהם, הדאגה זה לזה, ההבנה והאכפתיות שהם מפגינים זאטוט לאחיו, מפעימים בכל פעם מחדש. הם צוחקים ובוכים, מצחיקים ומדמיעים. מעלים בלי הפסקה מופע אותנטי של החיים אצלנו בבית..."



להשוות ביניהם, אבל הן בעצמן היו משוות בלי הרף, בשיח ביניהן. אני לא יודעת אם אפשר להימנע מהשוואות אצל תאומים, ולא יודעת אם צריך. הקדוש ברוך הוא נתן לנו אותם ביחד. וכמו שהדאגה לשניהם קיימת בו זמנית, כך גם ההשוואות.

"שכנה שלי נוהגת לומר: 'תאומים? זה דבר מתוק ומיוחד, כשהוא אצל השכנה... אני מזמינה את הילדים שלי אחד-אחד'. אז אני מצהירה בזאת שאני מזמינה אותם בדיוק כך. מצדי, שיבואו רק בזוגות, העיקר שיבואו. נכון, לא ישנים בלילה, יש דאגות כפולות, זה לא קל, ומסובך לא להשוות, אבל האושר והנחת שווים כל רגע".

מלכי: "אחת מהתאומות הייתה מפותחת יותר מוטורית, אחותה פטטה מהר יותר, אבל בסך הכל הן התפתחו די ביחד. כשהקטנה סירבה לזחול ונדבקה לבלטה אחת, אחותה הייתה זוחלת בזריזות ודוחפת את הצעצועים לכיוון של אחותה. וכשהקטנה התחילה 'לקשקש', היא קשקשה בלי הפסקה באוזני אחותה, עד שגם היא התחילה לדבר. אלה רגעים שרק אימהות לתאומים יבינו כמה הם מרגשים ומעצימים.

"הקטנה בהן התחילה ללכת מאוחר יותר, אבל כאשר קנינו נעלי 'צעד ראשון' לאחותה, קנינו גם לה, כי היא כבר הבינה והייתה למעשה בשלה להליכה, רק פחדה מאוד. האורתופד שהתייעצנו איתו אמר, שנעיל לה ברחוב את הנעליים ובבית נוריד, ובלאו הכי, זה צעד מומלץ לכל פעוט שמתחיל ללכת. לכן נהגנו ככה עם שתיהן, וגם עם הילדים הבאים בתור".

גיטי: "אני חושבת שההשוואות צצות אוטומטית, בעיקר בגיל הרך, אף על פי שלא מתכוונים להשוות. בכל פעם שהיה נראה לי שאחד מהם מאחר בהתפתחות המוטורית שלו, לעומת אחיו, הייתי רצה לרופא, מודאגת, וברוך השם, הוא תמיד הרגיע אותי שאין סיבה לדאגה.

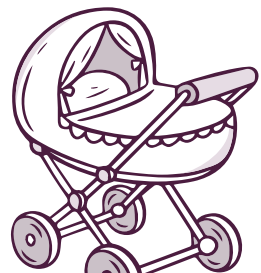
אפרופו 'מצא את ההבדלים', רק כדי לעשות טוב על הלב לכל האימהות הישראליות: אצלנו בבית החולים (אנגליה. ד"ג) אין בכלל תינוקיה. היילודים שוהים בבית מלא עם האימהות. השלישייה הייתה איתי באותו חדר, אף על פי שהם היו באינקובטורים, והייתי צריכה לטפל בהם שעתיים אחרי הלידה, ללא שום עזרה מהצוות! היה הזוי לחלוטין!"

שולמית: "לפחות בזירת ההשוואות לא התמודדנו, ברוך השם. באופן פלאי, השלישייה התפתחה ממש ביחד. הראשון התחיל ללכת, לדוגמה, השני הלך יום אחריו, והשלישי - יומיים אחריהם. כל ההתפתחות המוטורית שלהם נעשתה בו זמנית, וזה חסך את הדאגה והחשש".

איכות הסביבה

תקווה: "התאומים שלי הם רכוש ציבורי... כל מי שהתפלל עלינו שמח ומתרגש לראות אותם. אבל אני מרגישה לפעמים שאנשים חושבים בטעות שאם המתנתי להם זמן רב, אז אולי גם האינטואיציה האימהית שלי תקועה בפקק כלשהו... נשים, גם זרות, מרשות לעצמן ליעץ, להתערב, לתמוה.

"אני בעיקר נשאלת על הביגוד שלהם, למה אני עוטפת אותם כל כך. לכל אלו אני מסבירה בסבלנות שהתאומים נולדו פגים, והמערכת החיסונית שלהם עדיין אינה בשלה דיה, ולכן זאת ההשתדלות האימהית שלי לשמור עליהם. "אני לא כועסת. מקבלת בהבנה וזוכרת שכל אחת מהנשים השואלות לא יודעת



לילה טוב!

תקווה: "הלילות עם תאומים קטנים אינם קלים. העייפות המצטברת מגיעה לשיאה בלילות הלבנים, ובמפורש, לא קל. אני ביקשתי מכל מי שהציע לעזור - לבוא דווקא בלילות. סיפרתי בכנות שאני מתקשה לשרוד את העייפות, אבל לא הרבה רצו לבוא אז. אני מבינה אותם..."

מלכי: "הלילות... אני זוכרת מהם בעיקר מסה של עייפות קשה, מרוכזת. כיוון שרק אני האכלתי אותן, בקושי יכולתי להיעזר בבעלי. הוא כן עזר להרגיע, לחתל, להרדים, אבל עדיין העבודה העיקרית הייתה שלי. טיפ? צר לי, אין לי. רק להחזיק מעמד (שימי פה סמיילי ענק!)"

גיטי: "התאומים היו ערים רוב הלילות. הגעתי למסקנה שקל יותר לא ללכת לישון, מלנסות לישון ובפועל לקום כל שנייה. לכן גייסתי בחורה שתבוא כל בוקר להיות איתם, משמונה עד שתיים עשרה, תמורת תשלום, כמובן, ואני הייתי הולכת לישון שינה ללא הפרעות. בזמנו, חוץ מהתאומים, היה לי רק עוד ילד אחד, לכן השיטה הזו עבדה טוב יחסית".

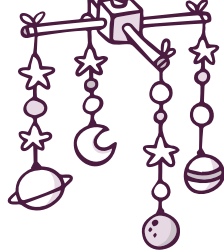
שולמית: "בתור אם לשלישייה, קיבלתי מענק לידה מוגדל ומלגה מביטוח לאומי שנועדה לתמיכה פיננסית. השתמשתי בכל הכסף הזה כדי לשכור אחות לילה. היא הייתה פה חמישה לילות בשבוע, מחצות לילה עד שש בבוקר. זה נתן לי קצת אוויר, אם כי גם כשהיא הייתה, לא ישנתי רגוע. כל הזמן השארתי עין ואוזן פקוחות. "כשהם גדלו קצת, הייתי שומעת אותם בוכים, למרות הדלת הסגורה, וכבר ממילא לא יכולתי לישון בכלל. אז ויתרנו על שירותיה של אחות הלילה. שכרנו מטפלת לבקרים שהגיעה לשלוש שעות בכל בוקר, אבל לא הצלחתי לישון. הייתי מנסה ולא נרדמת, ומתעצבנת שאני לא נרדמת. הנוכחות שלה כן עזרה לי, כי בזמן הזה שלא הצלחתי לישון, בישלתי, כיבסתי, לקחתי הפסקה קלה מבקבוקים וטיטולים. נראה לי שחזרתי לישון רק כשהשלישייה חגגה 'חלאקה'..."

מצא את ההבדלים!

תקווה: "ההבדלים בין התאומים היו בולטים מאוד מיד עם לידתם, והם עדיין קיימים בשטח, עד עצם היום הזה. האחיות בפגייה המליצו לי לא



?????????
 ??????????
 ??????????
 ??????????
 ??? ??????
 ??????????
 ??????????
 ??????????
 ??????????
 ??????????
 ??????????
 ??????????
 ??????????
 ??????????
 ??????????
 ??????????
 ?????



שקדמו לה עוד מאה נשים ששאלו אותה שאלה בדיוק...
"אני כן רוצה להוסיף מילה לגבי העזרה לתאומים. תאומים כיום הם לא תופעה נדירה. יש תאומים בכל בניין, ויש בניינים שבהם יש תאומים בכל קומה. ועדיין, מניסיון, גידול תאומים הוא אתגר, כן, גם למי שחיכתה להם במשך שנים ארוכות.
"כאשר התאומים היו בפגייה, קיבלתי המון הצעות עזרה, ודווקא אז בכלל לא הייתי צריכה אותן. ממילא לא הייתי כמעט בבית. אבל כשחזרנו איתם הביתה, כולם השתקו. אני לא שופטת. מבינה שכולן מתמודדות עם החיים העמוסים שלהן, אבל היה לי קשה שלא קיבלתי עזרה בכלל!"



"מה היה עוזר, את שואלת? לשלוח מדי פעם ארוחת צהריים או ערב (לפעמים יכול לעבור יום שלם, שבו אני לא מצליחה להתקרב למטבח, כי אני כל הזמן בחדר הילדים!) לבוא לקחת אותם לחצי שעה, רק כדי שאוכל לעצום עיניים, גם אם לא לישון. להפתיע אותי בארטיק או ספר או משהו מפנק אחר. לא מגיע לי? אני מגדלת שתי נשמות יקרות!"
מלכי: "לא זכיתי ליעוץ חינמי. כן נשאלתי כל הזמן שאלות שלא ידעתי לענות עליהן, כמו 'איך זה תאומות?' (מה עונים על שאלה כזו?!): או: 'את אוהבת אותן אותו דבר?' וגם: 'איך את מסתדרת?'
"על השאלה הזו תמיד עניתי בפשטות 'אני לא מסתדרת'. בלי לפרט. באמת לא חושבת שאימהות לתאומים צריכות להסתדר כל הזמן. רצית טיפ? הנה הוא: לא חובה להסתדר. לפעמים לא כדאי בכלל לרצות להסתדר.
"אני רוצה לציין לשבח את המשפחה המורחבת, ואת אמא שלי בעיקר, על העזרה המסיבית שהגישו לי. הבטחתי לעצמי לא לשכוח לעולם את החסד הזה, רק בגלל קולגה שלי, שהיא אם לשלישייה. בכל פעם שבאתי לעבודה, טרוטת עיניים, הייתה אומרת לי: 'נכון שקשה לגדל תאומות? ואת עוד מקבלת עזרה. אני גידלתי שלישייה, ואף אחד לא עזר לי!'"



"בכל פעם שהיא אמרה לי את המילים הללו, כאבתי והתכווצתי. כי באמת לא הסתדרתי, היה לי קשה, ולא הבנתי איך היא צלחה גידול שלישייה כל כך יפה, ובלי שום עזרה. ערב אחד פגשתי שכנה של הקולגה ושאלתי אותה בכאב מדוע הן לא עזרו לה. איך אישה יכולה להתמודד לבד עם גידול שלישייה?
"ורק אז נודע לי שאותה קולגה דווקא נהנתה מתמיכה יפה מאוד. ההורים שלה גרו קרוב אליה, והם ממש 'גרו' אצלה בשנה הראשונה לחייה של השלישייה, ובנות מהסמינר האזורי הגיעו בכל יום לעזור, והיה גם ארגון חסד מעורב בתמונה. הייתי המומה, אבל לאחר מכן הבנתי שהקולגה לא שיקרה לי במודע. היא פשוט לא זכרה כמה היא נעזרה. בחוויה שלה, הקושי היה על כתפיה בלבד, וככה החוויה נצרכה בזיכרונה.
"הבטחתי לעצמי שלי זה לא יקרה. אני אזכיר לעצמי בכל עת מי בדיוק עזר לי וכמה. לכן גם כשאני נסחפת לשיח על הקושי והאתגר בגידול תאומות, אני מדקלמת את הרשימה של כל האנשים הטובים שבאו לעזור לי באותם ימים. זאת ההזדמנות באמת להודות שוב לכולם מכל הלב. שתזכו לתת ולקבל רק בשמחות!"
גיטי: "כשמלאו לתאומים שלושה שבועות, אחד מהם נאלץ להתאשפז שוב. היינו צריכים לתמרון בין השתייה איתו בבית החולים (תינוק ששוקל פחות משני קילו, במחלקת ילדים, עם עוד ילדים חולים בחדר!) ובין הטיפול באחיו: התאום שלו שנשאר בבית ואחיהם הגדול, בן השנה. הם תאומים זהים, ובכל פעם שהם לא היו ביחד, אף אחד מהם לא עלה במשקל.
"נקלענו לדילמה מעניינת. הצוות הרפואי בבית החולים לא הסכים לשחרר את התינוק עד שהוא יעלה במשקל. אבל ידעתי שהוא לא יעלה במשקל עד שהוא לא יחזור להיות עם אחיו. הייתי צריכה לחתום שהשחרור מבית החולים נעשה על דעת עצמי, ושכית החולים מסיר אחריות, ונשלחה אלי עובדת סוציאלית...
"אבל צדקתי! מהרגע שהוא שוחרר ושב הביתה, להיות עם אחיו, שניהם התחילו לעלות במשקל בו זמנית! המלצה שלי? אם התאומים שלכן זהים, שימו אותם ביחד כמה שיותר. הם ישפיעו רק טוב זה על זה ו... תסמכו על האינסטינקטים האימהיים שלכן. הם לא רעים".
שולמית: "אחד המשפטים ששמעתי בלי הפסקה היה: 'נראה לך שלגדל שלישייה זה הכי קשה? לי יש אמנם ילד אחד, אבל הוא מאתגר כמו שלושה ילדים!'
"אז יש לי הודעה למנחמות האלו: אחד מהשלישייה סבל מריפלקס, הוא נזקק לטיפול צמוד, ובעצמו היה שווה לשלושה ילדים. עכשיו לכו, תחשבו מחדש את מינוני האתגר...
"אנשים היו מתלהבים, ובצדק, מהשלישייה. היו מכריזים בקול: 'אין דבר מהמם יותר משלישייה!' ואני הייתי שומעת אותם, המומה למדי מעצמי, כי כולם דיברו על המתנה הענקית הזו, ורק אני הרגשתי שזו לא רק מתנה, זה גם אתגר, בעיקר אתגר.
"מאוד החלישה אותי התחושה שאני לא בליגה של המודים והמתלהבים, שרק אני מרגישה שזה קשה, בעוד שכולם רק רואים את היופי והחסד. עוד תגובה שאני זוכרת: 'איך את רגועה ושלווה! כל הכבוד לך!' תגובה שתמיד שעשעה אותי. אנשים באמת ובתמים האמינו שאני רגועה ושלווה, הם לא הבינו שאני מעבר לשלווה ולרוגע, פשוט אפאתית, כי הגעתי לתובנה שאין



מה לעשות בקשר לבלגן ולמהומה, וככה החיים הולכים להיראות מעתה ועד עולם...
"קיבלתי ייעוץ חינמי כמעט כל הזמן, אבל לא התרגשתי. הייתי אומרת 'תודה', משתמשת בעצה שהתאימה לי, זונחת את העצות האחרות. בקטע הזה, העובדה שכבר הייתי אם לשניים, לפני שהשלישייה נולדה, עזרה לי להרגיש בעלת ניסיון ולא כזו מבולבלת ואבודה.
"כן התקשיתי להתמודד עם תחושת הפרטיות שאבדה עם לידת השלישייה. כל עם ישראל עזר לגדל אותה, ובאמת, אנשים הם נדיבים וטובי לב, ואני לא יודעת איך היינו שורדים בלי העזרה של עם ישראל, אבל גרנו אז בדירה פצפונת, לא ממש המקום המתאים לכל עם ישראל..."

שלוש, שתיים, (תובנה) אחת

תקווה: "העצה הכי טובה שאני יכולה לתת היא לבקש על הכל, בכנות, מכל הלב של אמא שהיא גם בת לאבא אוהב... פשוט לבקש ממנו שייתן כוח, בריאות, בינה, שפע ושמחה. אני מבקשת מהבורא שייתן לי גם אהבה במינונים מוגדלים לתת לתאומים. הרגלתי את עצמי להתפלל על כל פרט קטן. וכמו שאמרתי קודם, אני מאפשרת לעצמי ליהנות מהגידול שלהם.
"לפעמים כשתוקפות אותי מחשבות מוחלשות על מחר ומה יהיה, ומה עם כל הדברים שעלי לעשות ולהספיק, אני דוחה אותן, מתמקדת בכוח ב'כאן ועכשיו'. מתמודדת רק עם השעה הקרובה. ובעיקר, משתדלת לזכור שמוותר לנו להשמייע שני קולות. הקושי קיים, ואי אפשר לגמול אותו, אבל לא כדאי לתת לו לבלוע גם את הטון המאושר, הנהנה. כדאי להאזין גם למזיקה הזו".
שולמית: "לידת שלישייה משפיעה על כל החיים, על כל מערכות היחסים הקיימות, על כל המעגלים המשפחתיים. הקושי מתבטא. הן בזירה הטכנית, והן בזירה הרגשית. על הזירה הטכנית כבר דיברתי. רוצה לדבר על הזירה הרגשית. אני מאוד אימהית בטבעי, נהנית מכל רגע של הגיל הרך. כשהתינוקות שלי נולדו, התענגתי על כל שנייה איתם. כשהשלישייה נולדה, עברתי לפאזה אחרת. החיים עברו למסלול מואץ, וכל הזמן היינו במרוץ מטורף. ביום שבו מלאו לשלישייה ארבעה חודשים, ממש בכיתי. פתאום הבנתי שאני כל הזמן מתעסקת ב'הוא אכל, הוא בכה, הוא צריך מקלחת'. לא מגיעה להיכרות אישית וקרובה עם כל תינוק.
"יש נטייה גדולה לשקוע בגידול ובטיפול האינטנסיביים, וחשוב לעשות גדרות לעשייה ולהיזכר מה נכון לנו, מה טוב לנו, מה מחזק אותנו. אני לא עשיתי את זה בתחילה. פשוט שכחתי את עצמי ולכן נשחקתי כל כך. כשהבנתי את זה והתחלתי לדאוג גם לצרכים ולרצונות שלי, הוקל לי מאוד. ולסיכום, אני חייבת לומר: לידת שלישייה היא עסק משתלם לעתיד. אחרי השלישייה, כל ילד שנולד הביא איתו את התחושה: 'אחד? פחח... קטן עלינו!'"