



מרגיש את הצ'יפס



על אוכל, הומור וניוון שרירים

אילון גולן



אילון גולן

יליד 1982, תושב הדרום כל חייו ומתגורר ביישוב מיתר. בוגר בהצטיינות לימודי קול, הקלטה והגברה במכללת ספיר. מרצה, כותב ואקטיביסט למען שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות. בוגר תוכנית המנהיגות של לינק_20, ארגון של אנשים עם וללא מוגבלות לקידום חברה שיוויונית. מתנדב בעמותת 'צעדים קטנים', למען חולי ניוון שרירים דושן ובקר מיום הקמתה. לשעבר מנהל סושיאל ב-Wheelerz, קהילה לתיירות נגישה בארץ ובעולם. אוהב מאוד רכבים, טכנולוגיה ומוזיקה. שחקן חובב בקבוצת תיאטרון אימפרוביזציה. בין היתר מתמודד עם ניוון שרירים דושן. זהו ספרו הראשון.

כל הזכויות שמורות למחבר
מהדורה ראשונה, יוני 2025

ליצירת קשר והזמנת הרצאות:

אילון גולן
esound+book@gmail.com
WhatsApp: 054-3077348

עריכה ספרותית והפקה: יונתן קלדרון
עיצוב: הסטודיו של ענת | anat@anatstudio.co.il
עיצוב הכריכה: לירון גולן וסרמן

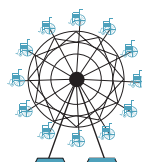
אמנות הסיפור; כתיבת סיפורי חיים
Yonatan.cal@gmail.com | 050-9340099
<https://Ycalderon.co.il>

אילון גולן

מרגיש את הצ'יפס

על אוכל, הומור וניוון שרירים

הספר הזה רואה אור בזכות הנדיבות
והאמונה של רבים כל כך. לתומכים
המדהימים שלי – אתם הפכתם את החלום
הזה לאפשרי, ואני אסיר תודה ללא קץ.



9	הקדמה	
11	למי קראת דושן?!	.1
19	ילד שובב שנופל הרבה	.2
33	החיים על גלגלים	.3
47	אחד מהחבר'ה	.4
65	פריבילגיות של נכים	.5
79	מנועים קדימה!	.6
99	אתגרים של יומיום	.7
109	"אם לא נגיש - נביא פטיש!"	.8
119	החשיבות של נראות	.9
129	נבה וסקסי	.10
139	לימודי סאונד וגישושי פרנסה	.11
151	מתוך משברים צומחים	.12
163	אקטיביסט על גלגלים	.13
177	אפילוג	.14
185	תודות	
188	דבר העורך	





הקדמה

היי! נעים מאוד, אני אילון.

זה אני.

אם אתם לא מכירים אותי, מה הרושם הראשוני שלכם ממני? מה אתם מרגישים, כשאתם רואים את הגוף הזה? הפנים האלה? הידיים האלה?

מה עובר לכם בראש? מה אתם חושבים, כשאתם רואים את כיסא הגלגלים הזה? מכשיר ההנשמה הזה? תנו לעצמכם רגע, קחו דקה, הסתכלו מקרוב. הרימו את העיניים מהדף או מהמסך, וחשבו על זה באמת.

האם אתם מרחמים עליי? האם אתם מרגישים "השראה"? האם אתם שמחים על כך שאתם לא במקומי? האם אתם תוהים לעצמכם - איזה מין חיים יש לי? האם החיים שלי שווים משהו? האם אני מאושר? האם יש לי מטרות? חלומות? האם אני סובל? האם אני בודד? האם אני רוצה להיות במערכת יחסים רומנטית? מה לגבי מין? אני בכלל יכול לקיים יחסי מין?

האם יש לי עבודה? האם אני צריך נדבה? האם אני בכלל יכול לתת משהו - כספי או אחר, למישהו?

אם אתם מכירים אותי, אולי אתם זוכרים מה חשבתם בשניות הראשונות, כשנפגשנו? מה היו התשובות שלכם לשאלות אלה?

אני מזמין אתכם לשתף אותי בהתרשמות שלכם. כתבו לי. אתם יכולים להיות כנים איתי, אני מבטיח לא להיעלב. לא בגלל שאני טיפוס סלחן במיוחד, אלא כי בתוכי אני כבר יודע את התשובות. אני מכיר היטב את המחשבות האלה. גם אני חשבת אותן פעם - על אחרים.

כתבתי את הספר הזה, לא רק כדי לשנות את התפיסה על אנשים עם מוגבלות, אלא כדי לשתף במסע שלי. מסע שלימד אותי שאושר - הוא לא תוצאה של נסיבות, אלא של בחירה. המשמעות לא נמצאת בקלפים שקיבלנו, אלא במה שאנחנו בוחרים לעשות איתם. זה אולי נשמע כמו קלישאה, אבל אני חי אותה שעה שעה.

בדפים הבאים אני רוצה להראות איך, בתוך כל המגבלות והקשיים, מצאתי את הדרך להיות אדם שלם. איך גיליתי שהכוח לשנות, את מה שאפשר, והחכמה, לקבל את מה שלא אפשרי, הם המפתח לחיים מלאים. אולי בסוף הספר הזה, יהיה ברור למה, כשאני מסתכל במראה, אני לא רואה את מה שכולם סביב רואים עכשיו, אני רואה אדם, שיש לו משהו לתת לעולם.

אז בואו ניכנס פנימה. לא כדי שתרחמו עליי, ולא כדי שתתמלאו השראה, פשוט כדי להכיר אותי. את האדם שמעבר לכיסא הגלגלים. ואולי בדרך, גם תכירו קצת יותר טוב את עצמכם.

יוני 2022

