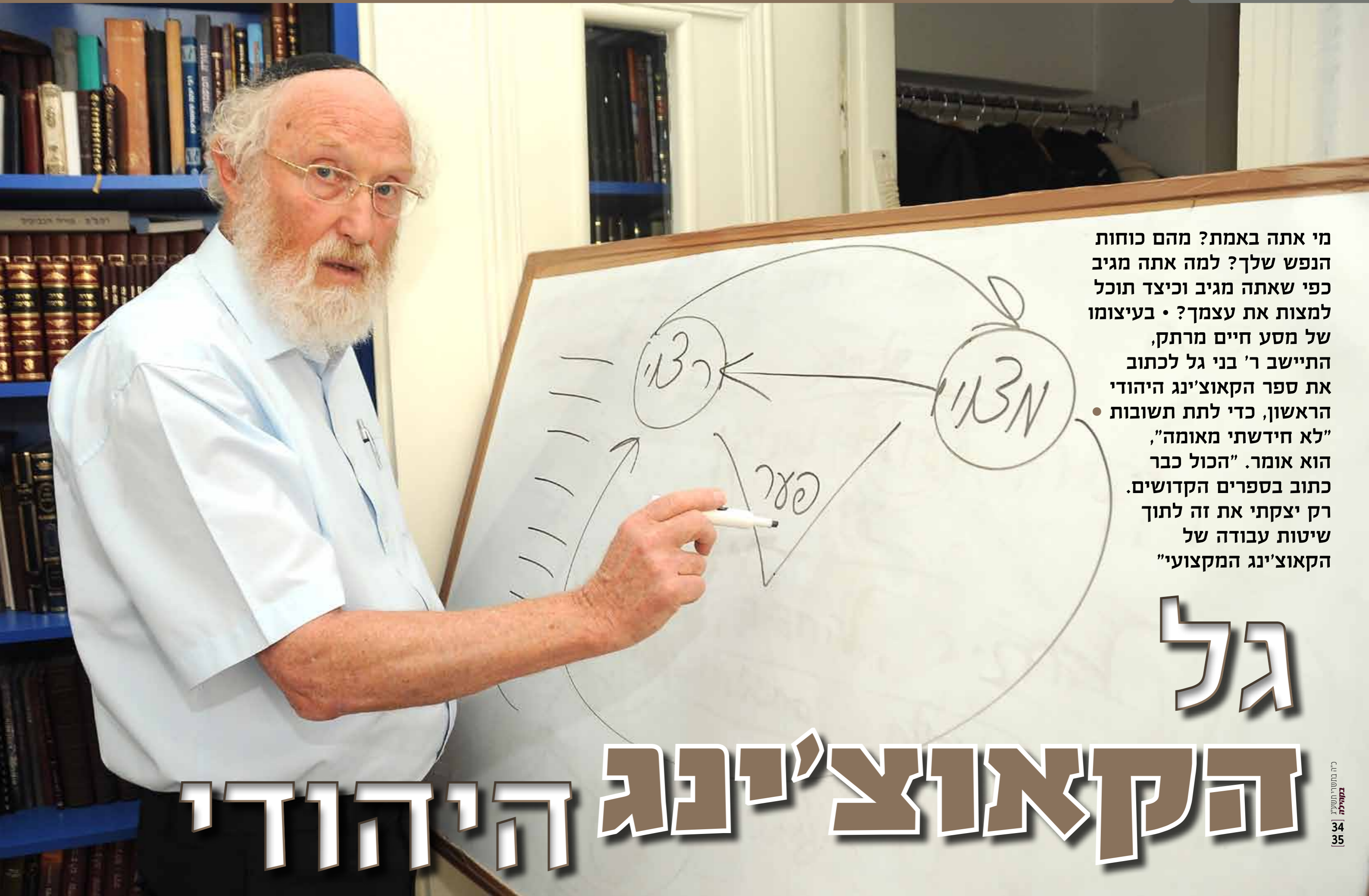


"בסוף האימון, הוא מגלה את הדבר היקר ביותר שיכול להיות לאדם - את עצמו"



מי אתה באמת? מהם כוחות הנפש שלך? למה אתה מגיב כפי שאתה מגיב וכיצד תוכל למצות את עצמך? • בעיצומו של מסע חיים מרתק, התיישב ר' בני גל לכתוב את ספר הקאוצ'ינג היהודי הראשון, כדי לתת תשובות "לא חידשתי מאומה", הוא אומר. "הכול כבר כתוב בספרים הקדושים. רק יצקתי את זה לתוך שיטות עבודה של הקאוצ'ינג המקצועי"

# גל

# הקאוצ'ינג' יונג' היהודי

## אליעזר גרינצווייג

תגיד לי, הגניוס היהודי תרם משהו למשפחת האדם? "תרם", עניתי.

"האם הוביל פיתוחים ותגליות בתחומי המדע, הנפש והמוסר?" שתקתי. "האם הניף את דגל זכויות האדם ולחם בעבדות?" "פיננסיים?" הנהנתי. "האם תרם משהו לרפואה? לפסיכולוגיה? לחקר המוח? כמה פרסי נובל קיבלו יהודים ביחס למשקלם באוכלוסיית העולם? כמה עורכי דין, כלכלנים, עורכי עיתונים, יועצים פוליטיים יהודיים – יש באמריקה, אתה יודע? מה קידמה ישראל בתחום החקלאות, הטכנולוגיה והתעשיות הביטחוניות? כמה פטנטים נרשמים בכל שנה בישראל? ואחרי כל זה, אני שואל אותך, רק בתחום האימון אין לנו מה לומר ומה לחדש?" (סודות הקאוצ'ינג היהודי)

בחלומי של בני גל הוא רואה את תורת הקאוצ'ינג היהודי, שעל פיתוחה הוא שוקד כבר חמש שנים, הופכת לנחלת הכלל. "למי מיועד האימון?" הוא מגלגל את השאלה הרטורית על קצה הלשון ומשיב: "למי לא. להורים, מחנכים, מנהלים, ראשי ישיבות, עסקנים, אנשי עסקים. בעצם, לכל יהודי באשר הוא. המילה קאוצ'ינג יוצרת הילה מסתורית כאילו מדובר בנושא המיועד ליודעי ח"ן בלבד, אולם עבורנו כיהודים האימון האישי אמור להיות חלק מתבנית החיים הבסיסית שלנו. אין צורך לחפש בשדות זרים. כאשר מדובר בתורת הנפש, חז"ל היו גדולי המאמנים."

בשנת תשס"ה, הודיע גל על פרישתו הסופית מעולם הפרסום והשתקעו המוחלטת בעולם הקאוצ'ינג היהודי. את הניהול השותף של ענייני חברת "גל-אורן", חברת הפרסום הנושאת את שמו, הוא העביר לבני ביתו. אשר לו, אין לו בעולמו אלא שני דברים – לימוד תורה וקאוצ'ינג יהודי. הדגש על המילה "יהודי" אינו מקרי, שכן בפיו של גל יש לא מעט ביקורת על הקאוצ'ינג הלא-יהודי. "כואב הלב לראות יהודים משלנו מסתובבים במחוזות ההם. אין לנו מה לחפש שם. זה ממש עבודה זרה." בגילוי לב הוא מודה שבימים עברו גם הוא היה "שם", במחוזות הקאוצ'ינג הכללי. מאז שהתחיל להתעניין בתחום בשנת תשנ"ב ועד לפרישתו הסופית מעולם הפרסום שלוש-עשרה שנים לאחר מכן, הוא חרש את שביילי הקאוצ'ינג העולמי לאורכם ולרוחבם, השתלם בכל הטכניקות והכיר את כל השיטות, נסע לחו"ל להשתלמויות, והתוודע באופן אישי למפורסמים ביותר העוסקים בתחום. רק אחרי עשור, נפל לו האסימון: "אלה שמתעסקים בקאוצ'ינג כללי הם אנשים טובים. אני מכיר רבים מהם באופן אישי. אבל לנו כיהודים מאמינים יש גבול כמה תועלת נוכל להפיק מהשיטות הללו.

"הקאוצ'ינג החילוני מציע לאדם דרכים להצליח במשימות שונות והוא עושה את זה בהצלחה בלתי מבוטלת, אבל כשהוא מתיימר גם להבין את הנפש – שם הוא טועה. הקאוצ'ינג הכללי שואב

את עולם המושגים שלו משילוב של תורות המזרח ופסיכולוגיה מערבית. יהודי לא יכול לקבל את הפרשנות הזאת למבנה הנפש. זה קאוצ'ינג שפועל ברובד האיברים, לא בלבבות. זה פועל מבחוץ, לא מבפנים. הכול אצלנו אותנטי. הכול תורה למשה מסיני. למה לחפש תחליפים כשיש לך את המקור? "תורת הנפש על פי היהדות", אומר גל, "היא החלופה לפסיכולוגיה המערבית. האימון האישי החילוני לא מבין את הזיקה שבין הקב"ה לנשמה ולכן יש תהליכים שהוא לא מסוגל ללוות ולהסביר. ההבדל בגישות ניכר גם בתחומים יותר קטנים כמו הקשבה, למשל. רוב האנשים מקשיבים בעיקר לאגו שלהם. אדם כזה, גם כשהוא מאזין לכאורה לאחרים, הוא שומע בעיקר את עצמו. אנחנו טוענים שאתה לא יכול להגיע לתיקון אמיתי של עצמך ולהתחברות עם הנקודות הפנימיות ביותר שלך בלי להכניס את הקב"ה לתמונה."

**ואיך מגיבים מאמנים כלליים כשאתה מציג בפניהם את הגישה היהודית הזאת?**  
"הם נדהמים. נתתי הרצאה על יסודות האימון היהודי בוועידת המאמנים בכפר המכביה. אנשים חטפו הלב. הם לא מקשרים את זה בכלל לקב"ה, לתורה, למידות. לראשונה בחייהם הם שמעו מושגים מוכרים מזווית בלתי שגרתית."

## הרב אמר: "חיכיתי לך"

"באימון מדברים הרבה על כוחות הנפש שבאדם. למעשה, עולם האימון יונק את הידע שלו בתחום הנפש משני מקורות – מצד אחד, הפסיכולוגיה המערבית הקלסית; ומן הצד השני, מדתות זרות ומשיטות המזרח המתיימרות להבין את מבנה הנפש וכוחותיה. אומר המדרש: "אם יאמר לך אדם יש חכמה בגויים – תאמין, ואם יאמר לך אדם, יש תורה בגויים – אל תאמין". חכמה לחדוד ותורה אלוקית לחדוד.

"לפני כעשר שנים הרגשתי שאני לא יכול יותר לאכול את זה. זה היה בפייס, על הדשא, באיזו סדנת העצמה. פרשתי הצידה, התיישבתי תחת עץ גדול וידעתי שעלי לעצור. לא יכולתי יותר להיות את הדיבורים והסמלים הזרים כל כך. אותו לילה היה לילה של פרידה עבורי. נפרדתי מדרך האימון שכה אהבתי והחלטתי להשקיע את כולי בחיפוש אחר שורשי האימון במקורות היהדות – בדברי חז"ל, בקבלה, בתורת המוסר ובתורת החסידות" (סודות הקאוצ'ינג היהודי)

סיפור חייו של גל עצמו יכול היה לפרנס ספר קאוצ'ינג עב כרס. הוא נולד בשם בן-ציון יוסף גלסטר בארגנטינה והגיע עם משפחתו ארצה בהיותו בן שלוש. שנות ילדותו ונעורו עברו עליו בקיבוץ בית אורן. הפעם הראשונה בה ביקר בבית כנסת הייתה ביום הכיפורים בהיותו חייל. החוויה לא הטביעה בו כל רושם. אחרי שהשתחרר מהצבא עבד בכל עבודה שהזדמנה לו – סבל, מלצר, מנהל מסעדה. "עד גיל 22 בכלל לא הבנתי איך פועל העולם. באתי מהקיבוץ. לא היה לי מושג לקנות תפוח. הייתי רגיל לקטוף אותו."

לאחר יום עבודה שיכול היה להימשך עשר

או 12 שעות היה גל מגיע ישירות ללימודי מינהל עסקים. הוא החל לעבוד בחברת דפי זהב, ובהדרגה טיפס בסולם התפקידים. בגיל 28 פתח חברת הפקות קטנה והחל 'לעשות כסף'. אבל הנפש לא הייתה מוכנה להסתפק בכך. נודע לו כי אחד מבתי הספר המובילים בעולם בתחום הצילום וההסרטה נמצא בגרמניה. הוא החליט לנסוע לשם. אולי שם, על אדמת אירופה, יחוש כי הוא מצמצא את עצמו.

שבועיים לפני הנסיעה, גל ושני חברים החליטו לעלות לירושלים כדי לקנות מעיל צמר שיגן עליהם מפני הקור הצפוי בגרמניה. החברים, אף הם חילונים גמורים, הציעו לו להצטרף אליהם לביקור בביתו של הרצי"ה קוק. "אומרים עליו שהוא אדם חכם מאוד, כדאי לפגוש אותו", הפצירו בו. גל סרב. מה לו ולרבנים?

אבל במהלך הביקור, קרה לו משהו. קבוצת לומדים נכנסה לבית וגל הצטרף אליהם, יושב בצד ומקשיב. מפעם לפעם הרב לחץ את ידו. "חשתי זרם חשמלי עובר בינינו. מעולם קודם לכן לא דיברתי עם אדם כזה. הוא הקשה עליי בשאלות של אמונה וזהות ואני הופתעתי לגלות כי קיימים בינינו קווי דמיון. הוא דיבר איתי על ערכי הסתפקות במועט וערך העבודה ואני אמרתי לו 'אבל זה מה שגדלתי עליו כל ימי בקיבוץ וזה לא התורה שלכם'."

מה שהתחיל כביקור לא מתוכנן, הפך לשהות בת עשרה ימים בביתו של הרב. גל לא ביטל את תכניתו לנסוע לגרמניה, אבל הוא הגיע לשם כאדם גדוש שאלות ותמיהות. "אני חושב שעד היום זוכרים במינכן את הבחור הג'ינג'י עם מעיל הכבשים שמסתובב ברחובות ומדבר עם עצמו..."

ברחובות מינכן המושלגת הגיע גל למסקנה שחסרה לו "אומנות החיים" – פשוט לדעת איך ועבור מה לחיות. הוא חיפש את דרכו בכפרים נוצריים נידחים, התעניין באיסלם, חיפש בכל מיני פינות מוזרות. רק ליהדות, משום-מה, לא נתן קרדיט. "לו היה מישהו אומר לי שאני עתיד לחזור בתשובה, הייתי חושב שהוא יצא מדעתו", הוא מספר.

מסע החיפושים האינטנסיבי החזיר אותו ארצה עד שמצא את עצמו שוב בביתו של הרצי"ה. "הרב נעץ בי את עיניו ואמר לי בפשטות: 'חיכיתי לך'. מאז דבקה נפשי בנפשו ושוב לא משתי ממנו."

## אין אימון עצמי בלי הקב"ה

"אז מה גילית?" שאלתי את צבי.

"גיליתי שהיהדות מכירה את מבנה הנפש באופן המדויק ביותר ויודעת לנהל את כוחות הנפש באופן החי והאפקטיבי ביותר. על גבי יסודות אלו, לאחר שהשקעתי עשר שנים של לימוד ומחקר ומיליון שקל בפיתוח, ב"ה בנינו לנו מודל מדויק לאימון יהודי. אגיד לך את האמת, כמו שאתה הגעת לעתלית, מגיעים לכאן אנשים מכל העולם ולומדים לעשות את השינוי שמביא להם שמחה פשוטה ואמיתית. האם זה לא מה שאתה מחפש? שמחה פשוטה ואמיתית?"

"אני רוצה שכאשר אצא מכאן אדע מה אני רוצה", עניתי לו. "ואם ארגיש שזה באמת מה שאני רוצה, זה מה שישמח אותי מאד."

"אני שומע אותך", ענה לי צבי. "אני מציע



"כואב הלב לראות

יהודים משלנו

מסתובבים במחוזות

הקאוצ'ינג הלא-יהודי.

אין לנו מה לחפש

שם. זה ממש עבודה

זרה. אתה לא יכול

להגיע לתיקון אמיתי

ולהתחברות עם

הנקודות הפנימיות

ביותר שלך בלי להכניס

את הקב"ה לתמונה"

שאספר לך מעט על דרך העבודה שלי. אם תחליט שזה מתאים לך ושאתה מתאים לך, נערוך הסכם אימון ונצא לדרך. אם לא אזמין אותך לדג מטוגן אצל בן עזרא הדייג ותיסע הביתה ברכבת של שמונה"

## (סודות הקאוצ'ינג היהודי)

את מסעות הפרסום הראשונים שהפיק בני גל, הזמין אצלו רבו, הרצי"ה קוק. "הוא ביקש ממני לשפר את תדמיתו של 'גוש אמונים' בתקשורת", מספר גל. "אחר כך הגיע קמפיין למען יהדות רוסיה תחת הכותרת 'שלח את עמי'. ואז עלה בדעתי הרעיון שאפשר להפוך את זה לעיסוק קבוע ולפתוח משרד פרסום לציבור הדתי."

ההתחלה לא הייתה קלה. גל היה חוזר הביתה אחרי יום מפרך בו ניסה ללא הצלחה לשכנע אנשי שיווק חילוניים שיש טעם להשקיע בפרסום בציבור הדתי והחרדי. "התדמית הייתה שאין כסף בציבור החרדי וממילא אין טעם להשקיע בפרסום בו. הייתי צריך לעבור מאיש עסקים למשנהו ולהסביר להם שגם החרדים אוכלים וגם הם קונים, ואם הם אוכלים וקונים הם מהווים קהל יעד לפרסום. השלב הבא היה לשכנע אותם שהפרסום הזה לא יכול להיעשות בידי פרסומאים חילוניים שאינם מכירים את הניואנסים והקודים הפנימיים של המגזר, ושאת המלאכה יש להטיל על מי שבא מתוך המערכת."

עסקיו של גל החלו להמריא. הוא נבחר לנהל את הקמפיין לשיווק עמנואל. עד מהרה, הפך

הסלוגן "שמער'ל, בעמנואל כבר היית?" למטבע לשון שלא נס לחו עד היום. אבל עמנואל, פרויקט המגורים הראשון שיועד באופן ספציפי לציבור החרדי, פשט את הרגל, ויחד עמו התמוטט העסק של גל.

בנקודת זמן זו נתקל גל לראשונה במושג הקאוצ'ינג – האימון האישי.

היו אלה ימים שבהם התחום עשה את צעדיו הראשונים בארץ וגל שקע בו בהתלהבות רבה. "עשיתי בדיוק את מה שלמדתי. הגדרתי לעצמי יעדים ברורים לעשר שנים, לחמש שנים, לחצי שנה, לכל רבעון. קבעתי מדדי התקדמות. לקחתי לעצמי מאמן. הקב"ה ראה את דרכי ושמע את תפילתי. לאט-לאט ראיתי את החזון שלי מתממש. נוכחתי שלא מדובר בדיבורים בעלמא אלא יש כאן כוח ממשי בעל פוטנציאל עצום לשנות לטובה את חייהם של בני אדם. הרעיון הזה קסם לי מאוד. כל כך הרבה אנשים מחפשים את עצמם, מבקשים לממש את עצמם, והנה אני מחזיק כאן כלי רב עוצמה שמסוגל להפוך את החלומות הללו למציאות."

חברת הפרסום עלתה על דרך המלך, בני גל נסחף בשגרה של עשייה רוטינית. יום אחד הוא הבחין כי בניגוד למנהגו מימים ימימה הוא חדל לקרוא את העיתונים בהם התפרסמו המודעות שלו. "הבנתי שחל בי שינוי. פתאום תפסתי שאני פועל מתוך הרגל ותו לא. הנושא כבר לא ממש מדבר אליי. הגשמת את החזון שלי ושוב

**”התדמית הייתה שאין כסף בציבור החרדי וממילא אין טעם להשקיע בפרסום בו. הייתי צריך לעבור מאיש עסקים למשנהו ולהסביר להם שגם החרדים אוכלים וגם הם קונים, ואם הם אוכלים וקונים הם מהווים קהל יעד לפרסום”**



## 5 יסודות האימון היהודי

**האדם הוא עולם מלא** – על הפסוק ”השמים שמים לה” והארץ נתן לבני אדם”, אומר הרבי מקוצק: ”נתן לבני אדם – לעשות ממנה שמים”. האתגר הוא לראות באדם שיושב מולך עולם שלם. עצם הידיעה שהאדם שמולך הוא עולם שלם ולא חסר בו דבר, ושגם אתה עצמך עולם ומלואו, מאפשרת לתת בו אמון ולהתבונן בו בעין טובה ממקום של יש ושל שפע.

**אמונה** – אמונה בבורא העולם ואמון באדם. על הפסוק ”אל אמונה” נאמר במדרש: ”שהאמין בעולמו ובראו”. מה שאפשר את בריאת העולם הוא האמון שנתן בו בוראו כי יש בכוחו לצמוח ולהתקדם אל השלמות היעודה לו. ללא אמון זה לא הייתה הבריאה יוצאת אל הפועל.

**אימון** – תורת האימון היא תשובה, לא במובן של שמירת מצוות אלא במשמעות של שיבת האדם אל עצמיותו המקורית. ככל שאדם מתרחק משורשיו האותנטיים הוא הולך ונחלש, נעשה חולה, ולאחר זמן – מת, גם אם פורמלית הוא עדיין חי. אם הוא מבקש חיים עליו לשוב ולהתחבר אל שורשיו, עליו לחזור אל הצליל המקורי שהזדיף עם הזמן.

**כל התשובות מצויות בתוך האדם** – יסוד זה הוא מעין סניף של היסוד הראשון, כי אם יש באדם הכול אזי גם כל התשובות והפתרונות כלולים בשפע הגדול הזורם בו ואין לו מה לרוץ החוצה ולחפש במרחקים. התשובות כאילו מוקלטות מראש במערכת שלו ועליו רק להקיש על ’פלי’ ולהקשיב. עבור מי שלא יודע היכן נמצא כפתור ההפעלה ולא רגיל להקשיב ללב שלו, הפעולות הללו אינן פשוטות כלל. כל התשובות אמנם ברשותו אך מה שחסר לו כדי ליהנות מהן אלו השאלות המאפשרות, השאלות שכאשר יתמודד מולן יזכה בכוח הבחירה ובמתנת החירות.

**אומנות השאלה המאפשרת** – אנחנו עם ששואל שאלות. כזה הוא היהודי התלמודי, שבכוחה של קושיה ושאלה מניע את העולם, מצמיח מדבריות ומפריח שממות. באימון היהודי אנו בוחרים את השאלה התמימה, המאפשרת. לשאלה התמימה אין סדר יום. היא לא נועדה לדחוף אותך לכיוון מסוים. מקור השאלה הוא הקשבה עמוקה ונקייה לאדם שמולנו. אם ייתן בנו אמון, הוא יניח לשאלתנו להיכנס אל שדה חייו ולטייל שם עד שהיא תמצא את התשובה הטמונה בו ומזומנת לו מאז ומעולם.

(סודות הקאוצ'ינג היהודי)

בתחילת השנה החדשה כל אדם מחפש שינוי לטובה, שלא תהיה השנה הבאה כקודמתה. מומחיותו של בני גל היא בתחום השינוי. ”אלברט איינשטיין אמר פעם: 'אי אפשר ליצור משהו חדש על סמך הניסיון'. האדם משתוקק לשינוי אבל ההרגל והטבע יוצרים מעגל סגור שקשה מאוד להשתחרר ממנו ללא עזרה מבחוץ. המאמן האישי הוא אותה עזרה מבחוץ”.

”שיטת האימון היהודית אינה מתימרת לחדש משהו שאינו מופיע בספרי המוסר והחסידות. היא רק יוצקת אותם לתוך תבניות עבודה מוכרות

מתחום הקאוצ'ינג על מנת להפוך אותם לגורם פעיל המעצב את נפש האדם. רבי ישראל סלנטר דיבר על כך שלימוד המוסר צריך להיעשות 'ברגש', בשפתיים דולקות'. בתיקון הנפש לא די בדיעת הדברים ובדקלומם אלא יש צורך בהפנמתם ובהפיכתם לגורמים המשפיעים ומפעפעים בקרבנו. זה גם מה שעושה הקאוצ'ינג היהודי.

”מודל העבודה שלנו וכל מה שאנחנו עושים באימון מבוסס על מקורות תורניים ויונק מן המעיינות המקוריים והמדויקים של חכמי כל הדורות – התנ”ך, מדרשי חז”ל, תורת הנסתר, תורת המוסר ותורת החסידות. הם ידעו היטב את

נפש האדם על שלל הכוחות הפועלים בה, והם כמובן לא זקוקים מאיתנו להמלצות על עומק חכמתם. אנחנו פועלים בדרכם של הרמב”ם במורה הנבוכים או של המהר”ל, למשל, המלמדים רק את ראשי הפרקים ומשאירים לתלמידיהם להביא מתוך עצמם את כל היתר. זה מתאים לעקרונות האימון, המאפשר לאדם לזהות ולעשות קניין בגילויים שהוא נחשף אליהם תוך כדי התבוננות בעולמו הפנימי”.

**מהו השלב הראשון באימון?**

”אין תיקון המידות לפני הכרת עצמנו ולכן השלב הראשון באימון האישי מתחיל בהכרת כוחות הנפש האינדיבידואליים ודפוסי ההתנהגות האופייניים לנו. כל קונצרט מתחיל בבלגן, קקפונייה. כל הנגנים מחפשים צליל מדויק, צליל מכוון, כדי לכוון בו את הכלי וליצור הרמוניה. לפני תחילת הקאוצ'ינג אנחנו אומרים לאדם – בוא נראה איך אתה מתמודד מול מצבים, מי

**”הגשמת את החזון שלי, לא הייתה לי סיבה להשקיע אנרגיה נפשית בתחום. ישבתי והכנתי רשימת דברים שאני רוצה לעשות עם עצמי. מצאתי שלושה פריטים עיקריים המספקים אותי יותר מכול – לימוד תורה, משפחה ואימון”**

נמצאים בתוכך”.  
**זה פועל?**

”בוודאי. רואים את זה בפועל בכל התחומים. פתאום בטרייה של 5 וולט הופכת לגנרטור. האדם נעשה מואר ושמח. הוא מגלה בתוך עצמו כוחות שלא שיער את קיומם. את כל מה שהשקיע באימון הוא מקבל חזרה פי מיליון. הוא מגלה את הדבר היקר ביותר שיכול להיות לאדם – את עצמו”.

”כאשר אני מצטט פסוקים, אני מוסיף לך ידע, מוסיף לך עוצמת חיים, אך השיטה הזאת מתאימה לבית המדרש ולא לאימון. אתן לך דוגמה – אתה לומד שבעל המסילת ישרים’ אומר על מידת העצלנות: ’התבוננתי על הדבר הזה וראיתי גדול הרע שבו, שהוא כארס ההולך ומתפשט מעט מעט, ואין פעולתו ניכרת עד המיתה’. מה אתה אומר?”  
”אני אומר שהרמח”ל היה חכם מופלא ושהדברים פשוטים וחשובים”, ענית.



**”נתתי הרצאה על יסודות האימון היהודי בוועידת המאמנים בכפר המכביה. אנשים חטפו הלם. הם לא מקשרים את זה בכלל לקב”ה, לתורה, למידות. לראשונה בחייהם הם שמעו מושגים מוכרים מזווית בלתי שגרתית”**

”פה”, השיב צבי, ”אבל הרמח”ל לא זקוק למחמאות ממך, ומי שאמור פה להיות חכם מופלא זה אתה ולא הרמח”ל. הוא כבר כזה ואינו זקוק לאישור מאיתנו. מי שאמור לגלות תובנות מסוג זה על העצלנות זה אתה, כי הדברים הם באמת פשוטים וחשובים כמו שאמרת, אבל בדרך של איסוף ציטוטים והערמת תובנות של אחרים לא מתחולל תהליך פנימי באדם”.

”ולכן אנחנו לא מצטטים ולא תורמים לגובה מפלס היהדות שלך; את זה תעשה בעצמך. אנחנו מאפשרים לך לפגוש את כל מה שלמדת ואתה כבר יודע, וגם את מה שמתחדש לך מהבינה ומהשכל הישר שיש לך, כדי שאתה תהיה זה שמתעורר לומר בשפתך את מה שאומר הרמח”ל על העצלנות. כאשר אתה חוזר ופוגש את היש המצוי בך, הוא הופך להיות חוויית חיים, שהוא כולו שלך. כך מתאפשר המסע שלך אל העולם השלם הקרוי 'אתה'”

(סודות הקאוצ'ינג היהודי)