

פרק 1

רציתי להתפתל על השטיח המשונה שלך

זה התחיל מטשטוש מוזר. מעין עיוות בשדה הראייה, בזווית עין ימין. נלחצתי. זה קרה בדיוק כשיצאתי מהבית עם דותן בדרך לבית הקפה השכונתי לפגוש חברה. הוא היה בן חמישה חודשים. לקח לי כמה דקות להתעשת ולהיזכר שזה נקרא "אאורה", תופעה שקורית לפעמים לאנשים שסובלים ממיגרנות. כלומר לאנשים נורמליים. אני סובלת מהן מגיל עשרים ושתיים. ידעתי כבר קודם שאני בדיכאון אחרי לידה, אבל עד אז זה היה בשליטה. כמישהי שיש לה הרבה ניסיון עם דברים כאלה, לא שקלתי בכלל לפנות לקבלת עזרה רפואית. כשהתחלתי לחוות נצנוצים של פסיכוזה כמה שעות מאוחר יותר, שגם היא כבר הייתה מוכרת לי מהתקופה שלאחר הלידה הקודמת, זו של תבור בני הבכור שתיים עשרה שנים קודם, כבר היה לי ברור שהמצב דורש התערבות חיצונית. למדתי לקח. אז התקשרתי אליו. מצאתי אותו באקראי (אם יש דבר כזה), בספר טלפונים וירטואלי, לאחר ניסיונות אחדים אצל רופאים קרובים למקום מגוריי. העדפתי אישה אבל לא מצאתי אף אחת. מהרגע הראשון הוא נראה לי מוזר, אבל

נראה שכל הפסיכיאטרים נראים מוזרים, בעיקר למטופלים שממילא בהגדרה הם לא-נורמליים. לאחר זמן לא רב התחלתי לכתוב לו אימיילים. הוא עודד את העניין ושיבח את הכתיבה שלי. אז המשכתי. לא הייתה לי ברירה.

8.4.18

מבלבל בטירוף

אתה יודע, אף פעם לא ראיתי מישהו מתפרק אצלך. חוץ מהקפה שנשפך לי על הרצפה, לא ראיתי שום בלגן או לכלוך. הכול כל כך מסודר ורגוע. זה כמעט לא יכול להיות. הרי החיים לא נראים ככה. לא יכול להיות שכל מי שמגיע אליך שרוי במצב כל כך טוב, שהוא יושב לו בנחת ומתלוצץ איתך, מפטפט על איך שהוא מרגיש. חי עם איך שהוא מרגיש. כי אני מתה עם איך שאני מרגישה.

אני לא צריכה להתפרק אצלך כי אני ממילא כל הזמן מפורקת. כמו בובת חלון ראוהו שכבר אי אפשר לחבר את האיברים שלה. ובפעם היחידה שרציתי להביע את המפורקות הזאת, לא הרשית לי. רציתי להתפתל על השטיח המשונה שלך, עם השערות הפרועות שלו בגוון ירוק-רמז-לבית-חולים, ולא נתת לי כי זה לא מה שעושים אצלך. אצלך הכול מסודר, כמעט. כמעט מעונב אפילו, אבל רק כמעט, כי בכל זאת בנפש עסקינן, ולכן אתה לא עונב עניבה. מסתפק בז'קט חצי אלגנטי וחולצה מכופתרת, מרושלת

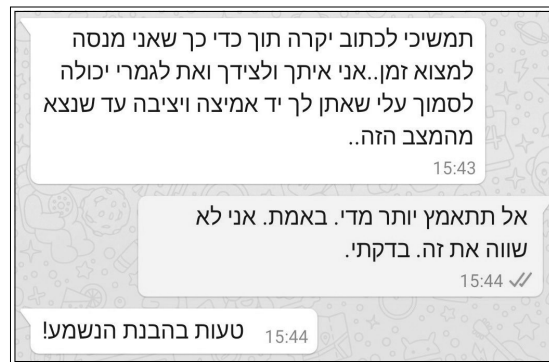
מעט, מתחתי. מקפיד על סתירות כאלה שמשאירות מקום לספק. גם בתכשיטים שלך קיים הפער הזה. יקר-ערך לעומת פחות-ערך.

בזמן שאתה משחק תפקיד שנע בין דמות האינטלקטואל, המכובד עם החליפה והטבעת מהרווארד, לבין דמות המטורלל עם החולצה המשתרבבת והשרשרת הגותית-סטייל-רוק-כבד, מי שיושב מולך הוא זה שנדרש לפרש אותך לפי הסממנים האלה שלא מתיישרים זה עם זה. לא נורא, ממילא אנחנו רואים רק את מה שאנחנו מסוגלים לראות.

אז אני, בגלל מצבי הדו-קוטבי, רואה גם וגם. לפי המצב הנפשי הרגעי שלי אני יכולה לראות אותך כאריסטוקרט החכמולוג שיודע הכול, ואז אני ממש קטנה וטיפשה לידך, או כפשוט-העם החברמן שאפשר להסתחבק איתו ולפגוש אותו בגובה העיניים. הכול לפי צו השעה. אה, כן, ולפעמים אני אפילו האלוהים שמשקיף עליך מלמעלה, אבל זה קורה במקרים נדירים, כי אתה מייד מעלה לי את המינונים של כל מיני תרופות ומוסיף לי שתיים-שלוש חדשות ליתר ביטחון. תכלס, זה מבלבל בטירוף.

אולי תבחר כבר מה אתה רוצה להיות כשתהיה גדול? כל זה משעשע אותך. באופן כללי, מה שאני כותבת משעשע אותך, נכון? בתנאי שזה לא חשוד קליניתי. אז אתה קורא "חלק, אבל לא את הכול", כך אתה מקפיד להזהיר אותי. לפעמים אתה משיח איתי על משהו שכתבתי, כדי שאדע

שקראת, אבל זה לא מעיד על היתר. חברתי ערבה שאלה אותי למה אני לא מבקשת ממך לומר לי אילו מכתבים שלי אתה קורא. הפסיכולוגית היונגיאנית שלה שולחת לה את ההודעה "קראתי". אבל אולי מוטב לי לא לדעת, כי ככה המכתבים שלי תלויים להם במרחב הסייבר של אי-הוודאות, ואצלי בדמיון אני יכולה לבחור אילו אתה קורא.



פרק 2

איך קרה שלא קפצתי מהגג

באפיזודה הקודמת, אחרי שתבור נולד, הייתי מייד במצב על-הפנים. לא ידעתי איך להתמודד בשיט. לקח לי כמה חודשים, כמה פגישות עם פסיכולוג וקריאה של ספר חשוב אחד¹, כדי להבין שהפתרון לבעיה שלי נמצא מעבר לאוקיינוס האטלנטי. אז ארזתי את כולם וטסנו ללוס אנג'לס. העיר שמתמחה בשדרות דקלים פוטוגניות, בסוירים בבתי מפורסמים ובתרפיה אחת יוצאת דופן (טוב, אולי יותר, בעצם הרבה יותר, אבל זו בחרה אותי).

התכנון הלוגיסטי היה מורכב בגלל שלוש מגבלות. ראשית, לא יכולתי להשאיר מאחור תינוק בן שנה וחודשיים למשך שלושה וחצי שבועות. שנית, הייתי זקוקה להסדר בשביל תבור, ומאחר שידעתי שאיעדר כל יום למספר שעות, הרגשתי שיש צורך בשלושה מאיתנו. שלישית, לרגב הייתה עבודה שלא אפשרה לו להיעדר למשך כל התקופה. בסיכומי של דבר הוחלט שבמחצית הראשונה יטוסו איתי רגב ואימי, ואז אבי יתחלף עם רגב.

כל עוד רגב נכת, הצלחתי להתנהל בצורה כמעט סבירה וברמת דיכאון שכבר הורגלתי בה טרם הטיסה. אחרי שעזב, המצב הידרדר. זו

1 "התינוק יודע" / ד"ר אלטה סולטר.

לא שיטת טיפול מתאימה לנסיבות של מגורים עם ההורים. זה הקשה מאוד את יכולת ההתמודדות שלי עם הכאב שהיה קשור אליהם ואל הילדות שלי.

אני זוכרת את עצמי מסתובבת איתם באתרי תיירות שאנשים חולמים לבקר בהם: האי סנטה קטלינה, אוניית המלכה מרי, חוות נוטס ברי, מזח סנטה מוניקה, חוף וניס ועוד רבים, ומרגישה סלידה מהקיום של עצמי. דברים שלאדם בריא היו גורמים להתרגשות, לא עוררו אצלי אפילו אדישות. גרוע מכך, הם הכאיבו לי. כשהדיכאון שלי גובר, יותר ויותר דברים מסביבי מכאיבים לי. אני רואה בכל מקום את חוסר הערך שלי בהשוואה לאחרים; כולם חכמים יותר, מוצלחים יותר במה שהם עושים, בכל דבר שאני עוסקת תמיד כולם נראים טובים יותר.

באחד הימים, כשבועיים וחצי מתחילת הטיפול, עלה הרעיון המטריד ששלושת השבועות שלי שם לא מספיקים, מה שגרם לי באותו ערב להתקף חרדה. המחשבה על זה ש"אין די זמן" נגעה במשהו בתוכי שלא הייתי מודעת לקיומו. זה היה מעין משפט קסם שיצר ניצוץ, אבל עדיין לא הבנתי למה.

הפגישה הבאה עשתה פלאים; הבנתי פתאום שאפשר גם להרגיש טוב יותר ממה שהכרתי בחיי, ממש התעלות, גם אם לזמן קצר. אבל ההתקף הזה פתח צוהר לעולם שלא הכרתי. עולם בלהות. נראה שככה מרגיש סיוט, רק בלי מרכיב השינה, כך שאין לאן להתעורר. האימה שחשתי הייתה גופנית. לא היה לה הסבר מילולי או מרכיב ויזואלי. כאב פיזי, זה מה שזה היה. באזור הלב. שום מחשבה חיובית לא יכלה להרגיע. נהפוך הוא, זה רק החמיר. גיליתי, באמצעות הטיפול,

שנדנדוד הגוף מרגיע אותי. שאלתי את פרנק, המטפל שלי שם, אם זה הכי גרוע שזה יכול להגיע אליו. הוא נאלץ להודות שאי אפשר לדעת. אימה זרה התעוררה בי.

12.4.18

חתלתולים נטושים

היו זמנים שתהיתי איך קרה שלא קפצתי מהגג של הבניין הגבוה ביותר בקמפוס למשל, כמו שעשו אחרים לפניי. הם עשו את זה כביכול בגלל הלימודים. בגלל הכישלון. אני תמיד הרגשתי כמו כישלון, ולא רק בלימודים. היו לי מעט מאוד חברים. היה לי קשה לקרוא סיטואציות חברתיות, להשתלב, לעמוד בדרישות. בכיתה הייתי תמיד בשוליים. במקרה הטוב שקופה, במקרה הרע שק חבטות או מושא ללעג על כל דבר שרק אפשר לחשוב עליו. אפילו, או בעיקר, צבע השיער שלי. וכשחזרתי הביתה מבית הספר הסתגרתי בחדר כי לא היה אף אחד.

בסוף זה נגמר. בסוף הכול נגמר. גם זה ייגמר. אני ואתה. הכול ייגמר. השאלה החשובה היחידה היא מה עשינו לפני שזה נגמר.

האמת העצובה שלי היא מאוד פשוטה. אני בסך הכול תוצר של נסיבות. קיבלתי משהו פעם ואז איבדתי אותו. מאוד מוקדם. והעברתי את שארית חיי בחיפושים נואשים אחריו. החיפושים האלה לא היו

מהסוג שרואים בסרטי אינדיאנה ג'ונס, אם כי מאוד אהבתי את אלה והערצתי את הריסון פורד עם הצלקות המסוקסות שלו. החיפושים שלי היו מסוג שקט ופנימי, בתוך הראש. שלחתי צוותי הצלה של נזירונים למקומות נידחים וחשוכים בגלקסיית הקורטקס האפלה והמאיימת, כדי לנסות להציל שרידי זיכרון רעועים שבעיני רוחי נראים כמו בניין שעבר שריפה חשמלית, לא בעירה כימית. הכול עיי חורבות עם חוטים שקצותיהם מתיזים ניצוצות חשמליים לכל עבר. הכול כואב שם וסובל. כי זה אורגני. זה חי. זה עדיין חי, למרות שזה לא מתפקד.

שחזרתי את מה שיכולתי. היתר כנראה אבוד לנצח. לעולם לא אדע.

אני רוצה להיכנס לשם וללטף אותם כמו חתלתולים קטנים, נטושים ואומללים ולהרגיע ולומר להם שהכול יהיה בסדר. אבל אני יודעת שזה שקר. וגם אין לי גישה לשם.

אולי בנתיחה לאחר המוות יראו. אולי זה יהיה כתוב שחור על גבי אפור. מה שקרה לי. ואז יבינו. ואולי לא.

נראה שזה לא באמת משנה. הרי אני אגדיר לעצמי את ערכם של החיים שלי ואת משמעותם. אני, אחרי הכול, אקזיסטנציאליסטית במהותי. כמו קירקגור² וחבריו. מסכן, כמה הוא סבל.

אפילו לא היו לו הכלים להבין עם מה הוא מתמודד. אז הוא נעזר בפילוסופיה. סובלימציה. גם אני הייתי פילוסופית כשהייתי ילדה קטנה. זה לא עזר.

אני סתם אחת. מני רבים שסובלים. כל אחד במידה שלו.

2 סרן אובי קירקגור, פילוסוף דני מהמאה ה-19 הנחשב לאבי הפילוסופיה האקזיסטנציאליסטית.

אנחנו רואים את מה שאנחנו רוצים לראות. אם נוח לנו לראות את הדברים היפים, המיוחדים, הטובים והמועילים, אז אנחנו חושבים שרק הם כאלה. זה לא נכון. זה קיים בכל דבר, בכל אחד. רק שלא כולם מקבלים הזדמנות.

אני לא קיבלתי הזדמנות. אז לקחתי איפה שיכולתי. זה לא הספיק. זה לעולם לא יספיק כי תמיד ישאר שם חלל. לעולם לא יוכלו להחזיר לי את מה שאיבדתי. ויש עוד מיליונים כמוני שאף אחד לא רואה ולא שומע. אחד ממיליון מצליח להפוך לקירקגור ואז כולם שמחים ומעלים אותו על נס.

אני רוצה להעלות את כל יתר ה-999,999.

כואב לי גם עליהם. לא רק על עצמי.

הסבל שלו רועש עד השמיים. שלהם שקט. בשקט יש יותר כאב. מניסיון אני יודעת.

אני מצטערת. זה ערב יום שישי.
אבל אני מרגישה גרוע יותר היום עם
התרופה החדשה או בלי הישנה או בכלל.
הרגליים שלי כמעט לא מצליחות להחזיק אותי
עוד.
בעיקר אני רוצה לא לקחת שום תרופה יותר.
לא מבינה מה קורה לי ואם אי פעם ארגיש טוב
יותר.

It's not what I signed up for.
ולא מתחשק לי לגלות אילו זוועות עוד מחכות
לי בנתיב הזה. מוטב הרע המוכר.

19:21 ✓✓

אני שומע כמה קשה לך אך אני לגמרי משוכנע
שבסוף תרגישי טוב עם התרופות אך אני לא
יודע לומר מתי זה יהיה וחייבים להיות מוכנים
לתופעות הלואי שהרי אין תרופה ללא זה.תדלגי
על התרופה החדשה מחר ונראה איך תרגישי

19:38

בא לי לדלג על הכל 19:38 ✓✓

עוד קצת ולא אוכל לעמוד על הרגליים. כואב
לי בכל מיני אזורים בגוף. כמה האפשר ומה
הטעם

19:39 ✓✓

לא ממליץ אך כרצונך:זה עלול להחמיר את
מצבך.

19:39