



לנשום לרגע

בטח כל אחד מכם יכול לחשוב על חוויה משנת חיים שהוא עבר... לחשוב איך חוויה כזו משנה אותנו, איך אנחנו מוציאים את הטוב והחיובי... לומדים לקח...

אני רוצה לספר לכם על החוויה שלי. אני אישה צעירה, בריאה, ונמצאת בחופשת לידה עם הנסיכה שלי. בוקר אחד, הרגשתי שאני לא מסוגלת לקום. אני מוצאת את עצמי מרוסקת על המיטה, מקיאה בלי הרף... מיד מזעיקה את אמא שלי (נכון שאנחנו תמיד רוצים את אמא ברגעים האלו?) ואת בעלי....

בעלי גורר אותי לרופאה שחושבת שהתייבשתי ושולחת אותי לקבל נוזלים.... בזמן קבלת הנוזלים, המדדים משתנים ומבקשים להפנות אותי לבית חולים... רגע שנייה, אני אומרת, אני לא לבושה בכלל לאירוע. עכשיו להגיע למיון? יש לי תינוקת שהשארתי בבית, וחשבתי שאחזור תוך שעה-שעתיים גג, צריך לקחת את הילדים לחוג.... לא התכוונתי, ופתאום, אני מוצאת את עצמי במיון לאחר שאיבת נוזל עמוד שדרה, סי.טי ועוד כל מיני ניסויים שביצעו בי הרופאים בוודאות....

אל בעלי ואליי נגש רופא שאומר במבטא כבד "אנחנו רוצים לערוך בדיקה נוספת כדי לבדוק האם זה גידול... מצאנו לך משהו בראש, אבל אל תדאגי, נכנס וננתח ותהיי בסדר". קשה לתאר במילים את ההלם באותו הרגע...

שנייה רגע, אני שוב אומרת לעצמי, אלו בטח בדיקות של מישהי אחרת, לא אני, לא יכול להיות...

בעלי ואני מחליפים מבטים תוהים אחד עם השני ואני משתתקת...מי שמכיר אותי יודע שאני לא סותמת לעולם, תמיד יש לי מה להגיד ועל כל דבר (למשל בבית, בעלי יודע ששתיקה זהו אות מבשר רעות במיוחד, אם הוא מגיע עם פרצוף זועף...), אני מריצה בראש מחשבות, מנסה להבין כמה זמן נותר לי לחיות, חושבת על הצוואה שאני מותירה לילדי ולמשפחתי...(וחושבת על המחליפה שלי עם בעלי – גבר צעיר, כה מסוקס, נראה טוב, איש הגון וישר, אבא נפלא, בעל משרה נחשקת שלבטח יהיה סחורה חמה בשוק...).

בשלב מסוים אני מוצאת את עצמי לאחר צנתור בראש....במהלך כל התהליך הארוך של הדיאגנוזה וההמתנה, קיים הומור השחור מלווה בציניות (זו הרמה הגבוהה יותר של ההומור השחור...). זה לא המקום לפרוס את כל הבדיחות שהרצתי, אבל אני מזמינה את הסקרנים מבינכם ליצור איתי קשר כדי לשמוע חלק מהם...באמת קורע מצחוק...(למשל עכשיו כשאני לא זוכרת משהו, אני מאשימה את הצנתור שקרע לי את רשת הנוירונים, או לחילופין כשיש לי רעיון "גאוני" אז אני מודה לחוטר שהעבירו לי בצינורות...).

למען כל הסקרנים והדואגים, אומר שעכשיו אני בסדר גמור (כמובן תלוי את מי שואלים...בעלי יגיד תשובה הפוכה...:-), ממשיכה לעבוד במרץ בטכניון וממשיכה בשגרת החיים "המשעממת".

ועכשיו לסיפור האמיתי – החוויה הזו היא חוויה מכוונת, משנת חיים. למרות כל הלחץ והמתח, אני מודה לאלוהים (או לישו/ לאללה וכל אחד שיודה לישות האלוהית שלו).

כל חיי הייתי עסוקה ב"להצליח", ב"להיות מצוינת בכל", ב"לעשות הכול הכי טוב שאפשר", "לרצות את כולם", פשוט התשתי את עצמי. השארתי את עצמי נטולת כוחות ואנרגיות. אני כל הזמן מזכירה לעצמי, שזכיתי לשינוי, שחליתי כי פשוט לא הרשיתי לעצמי לחיות.

היום אני עדיין מונעת מהרצון להצליח ולעשות את הכול בצורה הטובה ביותר אבל יש שם משהו אחר, משהו שלו יותר, משהו שמקבל גם את חוסר היכולת להשלים תמיד כל דבר בצורה מושלמת, משהו יותר שמח ומודע. אני מרגישה בוגרת יותר, בשלה יותר, מקבלת יותר. היום אני שמחה על כל יום משעמם של שגרה.

אני מזמינה כל אחד ואחת מאיתנו, לעצור רגע ולבחון את החיים. לומר תודה על מה שיש. הרי אם אתם קוראים את השורות הללו סימן שאתם עובדי טכניון, סימן שיש לכם עבודה, פרנסה. קומו בבוקר והסתכלו סביב – תסתכלו על המשפחה שלכם – האם הם יודעים כמה שאתם דואגים להם? כמה שאתם אוהבים אותם? תסתכלו על עצמכם – האם אתם אנשים טובים? במה הייתם רוצים להשתפר?

אז קחו לרגע נשימה, תאהבו את עצמכם ותאהבו את מה שיש...
(זו כמובן לא סיבה להפסיק את הדיאטה, כן? -...:)

באהבה גדולה,

אורלי פוקס

היחידה לנוער שוחר מדע וטכנולוגיה

