



אחת מול 250: המאמנת שארליין אפרמו (במרכז) מכניסה את המשתתפים לטראנס

אמרה לי שזה לא מספיק שאכתוב את האמת. כתבתי שאני רוצה להבין יותר טוב את המניעים שלי. "איזה מניעים?" היא שאלה. כתבתי: "את המניעים ליחסים שלי עם אמא שלי." ומה עוד? שאלה. כתבתי: "את היחס שלי להצלחה, למוחה, ללידה."

לא ידעתי שבעבור ארבעה ימים אוכל לסמן ווי ליד כל אחד מארבעת הדברים שכתבתי.

שמי נכתב באותיות של קידוש לבנה על תג לבן. שם המישפחה נכתב באותיות קטנות יותר. התבקשתי לענוד את התג. לפני שנכנסתי לאולם התבקשתי להסיר את השעון שלי ולהשאירו לפיקדון בתוך שקית. עשרות עוזרים בעלי תגים צהובים הסתובבו בשטח. הכל התנהל בשיטה האנגלית. במיבטא ישראלי כבד ומעורר גיחוך. זה לא מצא חן בעיני. החי לטתי לשבת בשורה האחרונה, באמצע.

דנה, עוזרת ראשית, עמדה כמו סלע איתן באמצע האולם וכיוונה אותנו, בתנועו עות מכניות ובמישפט שחזרו על עצמו, אל המקומות שנראו לה לפי הדרכה קודמת שקיבלה. אחרי-כך הסתבר שהשורה האחרונה מיועדת לבעלי הרשאה-רפואית. הי רשאים להשתתף ולאכול חפצם. המאור שרים. בשורה האחרונה ישבו במהלך ה- מרתון נשים בהריון, חולי סוכרת וחולה לב בעל קוצב-לב, שבשלב מאוחר יותר עברתי איתו חוויה מזועזעת.

זה בסדר

בשבת הראשון עלתה לבמה ציפי קרפל, ישראלית קצוצת שיער שכיניתי אותה בשם "רס"ר המחנה. ציפי הייתה האחרונה על המרתון. בטון מוניר טוני ויבש הכריזה על חוקי היסוד של המרתון: הפסקות בתי-שימוש תינתנה באופן קצוב ולפי החלטת המדריכה. אסור לשבת ליד אדם מוכר. אוכלים פעם ביום, בשעה שהמדריכה תחליט עליה. המרתון שהתחיל ב"30 בבוקר, יסתיים מתישהו בין 1.00 ל-4.00 בבוקר. אסור להשתמש בסמים, באלכוהול ובתרופות לאורך כל תקופת המרתון, כלומר, במשך עשרה ימים. מותר לעשן סיגריות רק בהפסקות, אסור ללעוס גומי לעיסה, אסור לדבר ללא נטילת רשות. אסור! אסור! אסור! ואני נעתי בכיסא בחוסר נוחיות, מוותה מראש על ההרפתקה המזוהה הזאת שנקרעתי לתוכה. תוך כדי השמעת האיפורים רעם לפתע

הרגשתי כמו ביקו הקוקייה!

פקים ואמרה לי בפנים מה שהיא חושבת עלי ואיך היא מרגישה אלי. היא "שיח" ררה" את עצמה ממועקה והכניסה אותי להתנגדות עצומה לכל העניין שנקרא אסט, שהפך את החברה הנחמדה שלי ליצור מזויז. התחלתי לכנות את האסט בשם "להתבאסט" משלון הרחוב הדיזינגופית "להתבעס". שפירושו להיות במצב ברוח רע ומדכא.

הצלחה, מוות, לידה

לידה לפני המרתון לא עצמתי עין. הקפה שהוגש לי נשפך על המיטה. ידו רעדו. הייתי במילים עדינות, מבולבלת. מי שראה אותי באותו בוקר אמר לי מאוחר יותר שנראיתי מבוהלת.

מביתי ועד לאולם בני-ברית. בהרוב קפלן בתליאביב, מהלך עשר דקות. עברו לי בראש עשרות מחשבות. מה אני צריכה את זה? למה אני עושה שטויות? ואם האסט הזה ישנה לי את כל החיים, מי בכלל רוצה לשנות את כל החיים? ומה אם הבעייה היא, הנראית לא חשוי בה, תתברר כבעייה פאטאלית? ומה אם יסתבר לי, שאני במיקצוע הלא נכון ואצטרך להחליף מיקצוע. ארק, עיר, חב' רים, מישפחה?

בשלב הזה כבר מלאתי טפסים. באחד מהם התבקשתי לפרט את הסיבות לכך שאני משתפת פאסט. כתבתי, לצורך כתבה עיתונאית. חנה, אחת מעשרות העוזרים המתנדבים שהיו באולם הכניסה,

עד לשעות הצהריים של אותו יום רביעי, הייתי בטוחה שאני מבוזזת את זמני מתענה ביסורים נוראיים של ישיבה על כיסא לא נוח, וסובלת מהחוקים הבלתי-אנושיים כימעט.

כשהתבקשתי עלי-ידי רחל דגן הישראלי ומייקל לאם האמריקאי לכתוב על האסט, אמרתי שתנאי הכרחי הוא שאש"תחף בעצמי במרתון, שעמד להתחיל למחר רת היום. על האסט שמעתי עוד בתקופת שהותי בארצות-הברית. מרכז האסט הוא בסן-פרנסיסקו. שם, על גשר הגולדן גייט הידוע, עצר יום אחד ורגו אהרן, אבי האסט, את מכונית המוסטנג של אשתו ואמר: "קיבלתי את זה." ורגו היה כל כך המום ממה שקיבל, עד כי החליט לכנס שלוש שנים יידיים ולספר להם על ההארה המופלאה שאירעה לו. הוא גילה את סוד החיים שמילת המפתח שלו היא המילה הלאטינית אסט, שפירושה: ישנו. התורה כולה מסתכמת במישפט אחד: זה מה שיש.

הסתבר כי סוף-שבוע אחד לא הספיק לאהרן ושלושים חבריו. הם התכנסו לסוף-שבוע נוסף ומכאן מסורת האסט לעיר רוך את המרתון הפסיכולוגי המתיש ב-משך שני סופי-שבוע.

חברה טובה שלי, עברה את האסט והגיעה למסקנה כי החיים שלה חשוכים מכדי שתבזבז אותם על מי שאינו מביא לה תועלת ומי שלא מעניין אותה במיוחד. איתרע מזלי הרע, וכשבאתי לבקר אותה בניו-יורק לא הבאתי לה תועלת ולא עניינתי אותה במיוחד. לפי תורת האסט לא ניסתה להסתתר מאחרי נימוסים מפוקי

אני לא באה לספר על ניסים ועל נפלאות, וגם לא על שינויים עצומים שהתחוללו בי לפתע פתאום. הייתי ונשר ארתי אותו בן-אדם. לא נעשיתי טובה יותר או רעה יותר, לא נעשיתי מנומסת יותר או חצופה פחות, לא הפכתי שלויה יותר או עצבנית פחות. אפילו לא הפסקתי לקרוא בעזרת המישקפיים, שלהם אני מכורה מזה עשר שנים. וגם כאבי הראש התוקפים אותי לפעמים, בעיתות של לחץ, לא חלפו כבמטה קסם.

כל הנפלאות האלה שמנתי פה אירעו ביחד, עם עוד ניסים אחרים, לכמה מעמ"ת מרתון ה"אסט" המפרך, שהתקיים ב-שבועות האחרונים באולם בני-ברית בתל-אביב. אני לא יכולה לקום ולהגיד בוקר טוב עולם, מהיום אני אדם חדש! כמו שאמר לי בחיך של אושר קיבוצניק מ-צפון הארץ, ממנו נפרדתי בנשיקות ובחיי בוקים ובהתלפת כתובות בתום המרתון.

אני יכולה לספר על חווייה הבתני רגיי לה שעברתי, חווייה שבמהלכה הבנתי הרי בה דברים שלא הבנתי קודם - הצ' לחתי לגעת בשרשן של כמה מהבעיות שהטרידו אותי בחיים. באתי כעיתונאית, לכסות סיפור, ומצאתי את עצמי נסחפת אל תוך המרתון מרגע לרגע. וכשרלן אפרמו ה"טריינרית", או אם תרצו, המדריכה, שאלה בשעה שתיים לפנות בוקר של היום הרביעי למרתון, מי "קיבל את זה", הייתי בין הראשונות שקפצו, כשאני קורנת מאושר ומחייכת בעצב לאותם שי טענו שלא קיבלו את זה" וכימעט בבוז לאותם, שלא יודעים אם קיבלו את זה או לא."