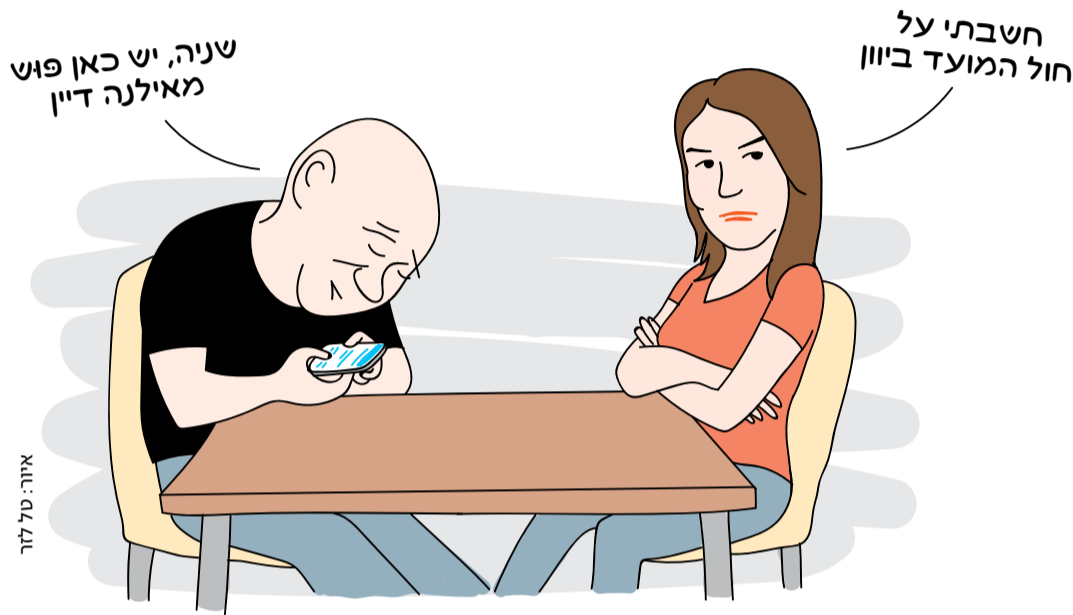


יאיר ניצני מרים גבה



הגמילה האחרונה

חשבתי שאני בשליטה מלאה, אבל היום מבין ומודה בפה מלא שהתמכרתי לחדשות ואקטואליה



בהתחלה עוד ניסיתי להתעלם מהבעיה. לשחק אותה שהכל בסדר. להגיד, כמו כל המכורים, שזה בשליטה ושאני יכול להפסיק מתי שאני רק ארצה. אבל היום אני מודה בפה מלא שטוהים – התמכרתי לחדשות ואקטואליה. עד לא מזמן צרכתי את מנת החדשות שלי במינונים סבירים. בזמן הגילוח "יומן הבוקר" בגל"צ או בקול ישראל, ואחר כך גיחות לרזי ברקאי או ל"קלמן ליברמן". אם לא התאימה לי אקטואליה קשה בזמן הארוחה הקלה של הבוקר, הורדתי משקל עם התחנות האזוריות, שמשלבות אקטואליה לייט עם דאחקות ושיחה מפתיעה, ועדיין באתי על סיפוקי. בערב זפופתי בין מהדרות החדשות, ועיקר העניין שלי התרכז בסוגיות כבדות משקל כמו עד כמה יונית שְעוּנה היום על הצד ומקמטת גבות, איך תמר איש-שלום מתעלמת מהעובדה שבעלה מתעלם מהקשה ואיך גאולה אבן-סער שומרת על אובייקטיביות בלי להישמע כמו הפוליטיקאי ששומר בבית על דוד.

אבל מתישהו – אולי כשפרצה פרשת אלעזר אוריה, אולי כשח"כ דוד ביטן נעלם לנו בחדרי החקירות או כשהתחיי לו להיערם פרשות עם שלושה אפסים – התחלתי להרגיש צמרמורות בגוף. הרגשתי שאני חלק מסרט מתח. הכותרות הגדולות בעיתונים, הדרמה בכל מהדורה, הקול המונוטוני של גיא פלג, הטקסטים המודפסים בצורת תסריט על המסך עם נקודתיים – כל אלה הגניבו אותי לאט-לאט. הרגשתי איך הם עוברים מהפה ומהגבות של משה נוסבאום ישר לתוך הוורידים שלי, וגורמים לי להרגיש שאני חייב להיות מחובר ומעורב 24/7.

להתמכרות הזאת אין סימנים חיצוניים. אין תופעות לוואי (חוץ משימוש יתר במונחים כמו "ראיית זהב" ו"האקדח המעשן"), ועל פניו, המכור נראה מלא חיוניות, סקרנות וחדוות חיים. אבל מבפנים הוא מתחיל להירקב. העבודה והמשפחה הופכות שוליות, השינה נודדת, והוא הופך עבד של כותרות ופושים.

בהתחלה פתחתי מדי בוקר טלוויזיה ב-7 לתקציר חדשות הלילה בערוצים השונים. בגילוח באו יומני הבוקר, כולל דיווח של הרס שטייף ושיחה של המגיש עם פרשנים. אחר כך נוספה קריאה מדוקדקת של שלושה עיתונים, מודפסים או דיגיטליים.

אחר כך התפנית ליום העבודה, שכלל רפרוש של אתרי החדשות אחת לחמש דקות, בדיקת עדכונים בנייד וסריקת חשבונות הטוויטר של דרוק, סגל, כספית, הרמן, מרגלית ושאר מומחים שמציצים בקצב של נחילאלי על ספידים. במהלך היום הקפדתי להאזין לחדשות מדי שעה (גם 11:15 זה הערב, ואחר כך לתוכניות האקטואליה בטלוויזיה, אל תוך הלילה).

לה. כשבערוצים המקומיים שידרו תוכניות ריאליטי או בישול, נדרתי מייד לערוצים זרים כדי לראות איך הדברים נראים בעולם, וגם צפיתי במהדרות מוקלטות שלא הספיקתי לראות בשידור חי.

אני, שידעתי בעל פה רשימות של מצעדי פזמונים משנות השבעים, סולואי גיטרה של הנדריקס ושמות של להקות רוק מתקדם, מדקלם עכשיו בחופשיות וכלי למצמץ שמות כמו צ'יני, שמרון, מילצ'ן, מולכו, פילכה, פוננסקי-כץ ואלון-ביץ', וממקם כל אחד על פי תפקידו ומספר הפרשייה שלו.

החוזרים, ושאני מקליט את המהדרות של ערוץ עשר בזמן שאני צופה ב"כאן" ורואה את כולן בנינג' בסוף השבוע – היא העלתה כמה הצעות.

ראשית, אמרה, עליך להפסיק את המינוי לעיתונים ולהיטיר מהנייד את האפליקציות של אתרי החדשות. אחר כך אתה צריך לחסום את טוויטר ופייסבוק, ולהקדיש את הסלולר רק לדברים מועילים כמו קנדי קראש. ובטלוויזיה מותר רק VOD.

זה קצת הזכיר לי פגישות לא מועילות עם דיאטניות, אבל ניסיתי לשתף פעולה. הסרתי את האפליקציות של אתרי החדשות, מה שרק גרם לי לגלוש לאותם אתרים דרך הגוגל והמחשב.

בפגישה הבאה בחנה מירב את מידת שיתוף הפעולה שלי דרך כמה שאלות טריוויה אקטואליות. ברוב טטטטט עניתי נכון על השאלה מי התלונן לאחרונה על פשפשים, ואם ז'אק חן הוא הפרקליט של אלוביץ' או מעצב שיער.

בתגובה, ובעצה אחת עם רעייתי, הוחלט להחרים לי את הנייד. הסתגלתי במהירות למצב החדש, וברוך למכולת הייתי נעצר ליד הקיוסק ומעלעל בעיתונים, וגם פונה לאנשים זרים בבקשה לקבל את הטלפון הנייד שלהם לכמה דקות "כדי להתקשר הביתה".

חזרתי לפסיכולוגית וסיפרתי לה על ההידרדרות במצבי. הפעם היא כבר נשמעה קצרת רוח ועצבנית. בסיום הפגישה היא בקושי אמרה לי שלום, ומיהרה לפתוח את הנייד שלה. הבנתי שהיא איבדה את הסבלנות אלי ונואשה מהאפשרות להושיע אותי.

למחרת פתחתי את הרדיו בתוכנית של נתן זהבי. היתה שם מישהי שצרחתה את משנתה הפוליטית, תוך שהיא מנסה לעוות את הקול כדי שלא יהיה אותה. אבל אני ויהיתי מייד. זאת היתה מירב הפסיכולוגית. גם היא נפלה באקטואליה. איברתי תקווה. מייד אחרי הצפייה בחדשות, בחדשות ברוסית ובחדשות הספורט, הלכתי לישון. בבוקר סיפרתי לרעייתי מחויך שחלמתי כלילה שמדווחים לי בפוש מאחד האתרים ש"רעייתו של יאיר ניצני עזבה את הבית". הגברת הראשונה ענתה שזה לא חלום.

ניתקתי את האינטרנט והפסקתי את חבילת הגלישה בנייד. אומר זאת כך, יונית: עכשיו הרבה יותר טוב. ●

yairn@israelhayom.co.il

צפיתי בראיון עם המפכ"ל והבנתי את המסר שטמון ביי כולתו לבצע ברית מילה בילדי. מהראיון של יעקב וינרוט למדתי ש"צריך להקריב את המלכה". גיליתי שפאקר מחלק כרטיסים להופעות של מריה קארי, שאמסלם ויהורם גאון מתעבים שטינקרים, ושמיירי רגב מכירה את נתניהו עוד מהגן, כשקיבל עוגייה מהגננת שושנה וחג עם בגתן ותרש. בימים של מעצרים, כשפניהם של החשודים טושטשו, התחברתי לאתרים חתרניים שיודעים להפריד את הפרט צוף מפיקסליו. ידעתי מיהו "הבכיר הנוסף" שנעצר, מי זה קובי מימון, מיהו הבן שלו, מי פישלה עם המסרונים, עם מי יצאה לי לוי, על מי פתח מומו פילכה, מה קאה ז'ל נהגה לאכול ואם זה כלל מסמכים מתיק 4000, ואם לפיד הפיק עבור מילצ'ן את "אישה יפה" או שהסרט נכתב על שרה.

הגברת הראשונה (של הבית, לא של המדינה) חשדה שמהו לא בסדר כשבמוצ"ש אחד היא הציעה שנלך לקפה אצל חברים, ואמרתי לה שתלך לבד ואני אצטרף אחר כך. "עוד לא יצאו שלושה כוכבים", הסברתי. "לא ידעתי שאתה שומר שבת", היא ענתה.

"אני לא", אמרתי, "אבל עמית סגל כן. כשתצא השבת הוא יע" רכן בטוויטר".

הראגה של אשתי התגב"רה כשלמחרת היא גילתה שאני מעורב גם באקטואליה רכה יותר: באיזו השקה נצפתה גל גדות, מה קרה בתא ההלבשה של ערן בן זקן, כמה דרקונים קיבל שלומי שבן, באיזה קליפ מופיע אורן חזן, על מה נסב הסכסוך בין רוסלנה לאופירה, ואם אייל גולן ואביב גפן עומדים לחבוק ילד משותף בטלוויזיה בגלל בצע רייטינג. נאלצתי להתמודד שההתמכרות שלי לחדשות התפשטה גם לחדשות הבידור. כשציטטתי בעל פה פוסט של הצל בפייסבוק, הבינה רעייתי שהמצב חמור. היא מצאה פסיכולוגית שמתמחה בהתמכרויות וקבעה לי פגישה איתה. אחרי ההתוודות בפני הפסיכולוגית מירב שאני כבר לא פוגש חברים, שבי לילות אני מדמיין את ברהנו טגניה רוקר דבקה עם רינה מצליח, שאני צופה בידון לונדון ובגיא פינס גם בשידורים

עיקר העניין שלי התרכז בסוגיות כבדות משקל כמו עד כמה יונית שְעוּנה היום על הצד ומקמטת גבות, ואיך תמר מתעלמת מהעובדה שבעלה מתעלם מהקשה