

زيد العابدية

مجلة الابتسامه

قصة الحب الضائع

في رحلة وداع

الألزهايمر الطويلة

قصة جازان

Jan's Story

باري ر. بيترسن

Barry Petersen

مراسل شبكة أخبار سي بي أس الحائز على جائزة إيمي

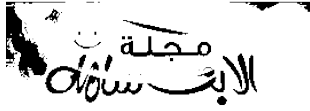
www.ibtesama.com/vb

مجلة
الأب سارة

قصة جان

Jan's Story

قصة الحب الضائع
في رحلة وداع الأزهيمر الطويلة



تأليف

باري ر. بيترسن
Barry Petersen

مراسل شبكة أخبار سي بي أس الحائز على جائزة إيمي

ترجمة

أفنان محمد سعد الدين

مراجعة وتحريير

مركز التعريب والبرمجة



الدار العربية للعلوم ناشرون
Arab Scientific Publishers, Inc. S.A.L

www.ibtesama.com/vb

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يتضمن هذا الكتاب ترجمة الأصل الإنكليزي

Jan's Story

حقوق الترجمة العربية مرخص بها قانونياً من الناشر

A Behler Publications Book

بمقتضى الاتفاق الخطي الموقع بينه وبين الدار العربية للعلوم ناشرون، ش.م.ل.

Copyright © 2010 by Barry R. Petersen

All rights reserved

Arabic Copyright © 2010 by Arab Scientific Publishers, Inc. S.A.L

الطبعة الأولى

1432 هـ -

ردمك 978-614-01-0192-0

جميع الحقوق محفوظة للناشر

الدار العربية للعلوم ناشرون
Arab Scientific Publishers, Inc.



عين التينة، شارع المفتي توفيق خالد، بناية الريم

هاتف: 786233 - 785108 - 785107 (1-961+)

ص.ب: 13-5574 شوران - بيروت 1102-2050 - لبنان

فاكس: 786230 (1-961+) - البريد الإلكتروني: asp@asp.com.lb

الموقع على شبكة الإنترنت: http://www.asp.com.lb

يمنع نسخ أو استعمال أي جزء من هذا الكتاب بآلية وسيلة تصويرية أو إلكترونية أو ميكانيكية بما فيه التسجيل الفوتوغرافي والتسجيل على أشرطة أو أقراص مقروءة أو آلية وسيلة نشر أخرى بما فيها حفظ المعلومات، واسترجاعها من دون إذن خطي من الناشر.

إن الآراء الواردة في هذا الكتاب لا تعبر بالضرورة عن رأي الدار العربية للعلوم ناشرون ش.م.ل.

التنضيد وفرز الألوان: أجد غرافيكس، بيروت - هاتف 785107 (1-961+)

الطباعة: مطابع الدار العربية للعلوم، بيروت - هاتف 786233 (1-961+)

1

كانت أليس هي من قالت لعالم المرأة: "لدي صولجان أحمله في يدي وتاج أضعه على رأسي. فلتأتي جميع مخلوقات المرأة أياً كانت وتتعشى مع الملكة الحمراء والبيضاء ومعى أنا!".

من كتاب من خلال المرأة للكاتب لويس كارول.

الأيام الأولى

حدث ذلك في عطلة نهاية أسبوع منعشة في طوكيو من العام 2005. ففي صباح يوم السبت، كان عليّ أن أغادر شقتنا في طوكيو قبل تناول الفطور لكتابة مقالة عن الرجال الآلين. فاستيقظت جان لتعد لي العجة والقهوة. وأخذنا نثرثر حول ما ذكر في الصحف الصباحية.

عندما عدت إلى البيت عصر ذلك اليوم، اكتشفت أن جان دخلت عبر المرأة وتلاشت في عالم البداية المبكرة لمرض الألزهايمر. فبقيت هناك لثلاثة أيام.

إن أكثر ما أتذكره هو عينيها. فقد لاحظت أنهما مفتوحتان على وسعهما على غير العادة وهي تحديق إليّ بحدة وترمقني بنظرة مباشرة. مع ذلك، فقد بدت غير مدركة لشيء على الإطلاق. في البداية، ظننت أنها ستصاب بالسكتة، لذا طلبت إليها أن ترفع يديها وتخفضهما، ولكنها بدت على ما يرام جسدياً.

في خلال تلك الأيام الثلاثة، قالت أنها بدأت تسمع أصواتاً في شقتنا تقول لها إن أشخاصاً قادمين لتناول العشاء، وأصواتاً أخرى في

متجر البقالة تُملئ عليها ما تشتري. وكانت تشكل جملاً بكلمات صحيحة، ولكنها غير مرتبة. (جربوا هذا في وقت ما. إنه صعب جداً).

لم تعد تتذكر أسماء الأشخاص. فأخذت تصفهم بمظهرهم، مثل: "ذلك الرجل النحيف الذي تعمل معه".

في إحدى الليالي، وبالرغم من محاولتي إقناعها أن أحداً لن يأتي للزيارة، فقد أعدت العشاء لثلاثة أشخاص وبذلت عناية كبيرة في وضع الطعام على ثلاثة أطباق.

عندما حان وقت النوم، ارتدت عدة طبقات من ملابس الخروج وليست بيجامتها الخيرية المعتادة.

عندما ظهرت رسالة إعلان على شاشة الكمبيوتر على شكل "منبه"، عثرت جان على ورقة وقلم ودوّنت كلمة كلمة ثم أخبرتني أنها إنذار بوقوع خطرٍ داهم.

في الليلة الثالثة، ذهبت لتعد شطائر البرغر. فوضعت شرائح اللحم في وعاء عميق يستخدم عادة لسلق المعكرونة، واستخدمت المقلاة كغطاء، ورفعت حرارة سخان الطبخ إلى أعلى درجة، ثم عادت إلى غرفة النوم قاتلة إنها متعبة وستأخذ قيلولة. فقفزت من السرير، وأوقفت عمل السخان.

بسبب إقامتنا في طوكيو حينذاك، فقد كنا في منطقة مختلفة التوقيت عن الولايات المتحدة. وبعد أن بلغت الساعة الرابعة بعد منتصف الليل بتوقيت طوكيو، تمكنت، أخيراً، من الاتصال بأحد أطباء الأعصاب في سان فرانسيسكو، وشرحت له الأعراض.

قال الطبيب: "يمكنني الاستنتاج مما قلته إنها تعاني من البداية المبكرة لمرض ألزهايمر. ستمر بها أيام جيدة وأخرى سيئة".

فاعترضت على كلامه. إذ كيف يمكن للطبيب أن يكون واثقاً من تشخيص حالتها بمجرد مخابرة هاتفية تشرح الحالة؟
قال الطبيب بلهجة حاسمة فاترة: "إنها تعاني من مرض الألزهايمر".
في صباح اليوم الرابع، أصبحت جان على ما يرام، وبدأت لها عادات لطبيعتها. ولم تتذكر أي شيء عما حدث في الأيام السابقة. إذ إنها تلاشت من ذاكرتها ببساطة. وربما يكون الوضع هكذا أفضل. إن بعض الناس ينحرفون ببطء مع هذا المرض ويخفقون في مهمات العمل أو في البيت تاركين أصدقاءهم وأحبائهم يرفعون حواجبهم دهشة أو يطرحون الأسئلة.

لسبب ما أجهله، بدأت أسمع كلمة مجهول مراراً في أثناء اطلاعي على المزيد عن هذا المرض. لقد ساعدتني هذه الأيام الثلاثة على التوقع بشيء من المستقبل واكتشاف ما ستكون عليه جان يوماً ما بعد أشهر أو سنوات من الآن. ولم يستطع أحد أن يخبرني متى سيبدأ هذا أو لكم من الوقت سيستمر. فهذا هو أكثر المجهولات صعوبة.

كانت الخطوات التالية هي الخطوات المألوفة... كزيارة طبيب الأعصاب في سان فرانسيسكو والفحوصات التي لم تحدد لنا أي شيء. فوصلوا أقطاباً كهربائية إلى رأسها، ودونوا النتائج التي توصلوا إليها. وعاد كل شيء إلى طبيعته، ولكن هذا لا يعني شيئاً.

في وقت مبكر قال لي الطبيب: "لا نستطيع فعلاً أن نحدد أن هذا مرض الألزهايمر إلى أن تموت ونجري تشريحاً للدماغ".

تموت؟ متى أصبح احتمال موتها وارداً؟
الآن بدأت أشعر بالهلع. متى سيقتلها هذا المرض؟ إنه أمر مجهول

آخر.

ما مدى سرعة تقدمه؟ هذا يعتمد على الظروف الأخرى.

أي عقاقير طبية ستفيد في علاجها؟ لا نستطيع توقع مدى فاعلية هذه العقاقير. إن العقاقير لا تشفي ولا تستطيع حتى أن تمنع تقدم المرض. إن الوضع أشبه برجل واقف على سكة حديدية يحاول أن يمنع قطاراً بطيئاً متحركاً من التقدم بكل قوته... ولكن القطار يستمر بالتقدم إلى الأمام باستمرار.

سيستمر المرض بالتقدم مهما حاولنا أن نمنعه.

إن توجب عليّ أن أرسم لوحة تمثل حياتي في تلك الأسابيع والأشهر الأولى، لأزلت كل الألوان الجميلة التي تحبها جان وتجاربنا وذكرياتنا وخططنا وأحلامنا وحبنا العميق ونيرة صوتها وكيفية شعوري بها وهي بين أحضاني وكيف كنت أحتضنها في منتصف الليل وهي نائمة وكيف اعتادت أن تقترب وتضغط بجسدها عليّ بقوة لألف ذراعي حولها.

كنت سألوي فرشاتي وأرسم خطوطاً شريرة إلى الأمام والخلف إلى أن تصبح كل اللوحة مزيجاً من الألوان الساطعة والمظلمة ولا تعود مفهومة أو منطقية بعد الآن.

لقد أشعلنا نيران المخيم معاً، وتعرفنا إلى الأصدقاء، ونقبنا في متاجر التحف الأثرية، وسافرنا، وعشقنا مغامراتنا الجديدة. لقد كانت حياتنا منطقية. والآن باغتها المرض، وسلبها كل هذا. فحلت محله الخسارة وعدم القدرة على التوقع بالمستقبل المظلم.

لكسني لم أكن وحدي في هذه المعاناة. فقد قال لي الطبيب إن البداية المبكرة لمرض الألزهايمر قد تصيب أشخاصاً بعمر الثلاثين.

وبينما تتفاقم مشكلة الألزهايمر بشكل عام في الولايات المتحدة، يتزايد عدد حالات البداية المبكرة. ففي هذه اللحظة، يعاني 5.3 مليون أميركي من الألزهايمر. ومن بين هؤلاء، يقدر أن 10 بالمائة أو نصف

مليون يعانون من البداية المبكرة أو من أشكال أخرى من الخرف، وأقصد بذلك أولئك الذين سُخِّصَ مرضهم وهم دون الخامسة والستين من أعمارهم.

تتوقع جمعية الألزهايمر أن يتضاعف عدد المصابين بالمرض بحلول العام 2050 ثلاثة أضعاف حتى يصبح العدد 16 مليون مصاب. ولكن من بين هؤلاء الملايين هناك شخص واحد أهتم لأمره في هذه اللحظة... إنها جان.

هلاً أصفها لكم؟ لست واثقاً من أنني أستطيع أن أفيها حقها من الوصف.

إن طولها خمسة أقدام وبوصتان فقط. فأطلقت عليها اسم الشقراء الصغيرة. أكاد أقسم أنها ولدت مبتسمة لأنها لم تكن تتوقف أبداً عن الضحك. وعندما قابلتها، كانت قد أصبحت من مراسلي الأخبار المعتمدين لدى تلفزيوني كيرو وسياتل. ولطالما أنخلصت لطبيعتها الجريئة وتمتعت بذخيرة وافرة من الثبات والحيوية، ساعداها على تحقيق النجاح. لقد حققت ذاتها بالطريقة الصعبة عندما بدأت بالعمل ككاتبة بدوام جزئي، وراحت تشق طريقها في ميدان العمل. وبعد مرور وقت غير طويل، ارتقت في السلم الوظيفي لتصبح منتجة ثم مراسلة معتمدة.

لقد أضفت روح التفاؤل على حياتنا، وهذا ما جعلها تتقبل دورها الجديد كزوجة وعملها الإضافي كزوجة أب. لقد شكّل ذلك تحدياً جديداً بالنسبة إليها. ومع ذلك، فقد جعلت نجاحي ممكناً وكذلك نجاح ابنتي.

عندما قابلت جان ابنتي أول الأمر كانت إحداها في الثانية والأخرى في السابعة. فأصبح اسمنا في أثناء وجود الفتاتين معنا عائلة الوالد وجان. فجعلت ذلك يبدو طبيعياً. وأعدت لنا خططاً رائعة

لقضاء العطلات معاً. ووضعت لنا ذات مرة خطة للادخار لعام كامل لدفع تكاليف رحلة سفاري في أفريقيا.

ساعدتني جان على تخطي سنوات مراهقة ابنيّ لأنها كانت بدورها فتاة مراهقة في الماضي. فإن راحتنا تتصرفان بمزاجية من حولي، حاولت أن أحافظ على تعاطفي معهما، ولكن جان تصرفت بخبرة أكثر مني. فشجعتهما على أن تحيا كلّ منهما بمزاج خاص وسليم. أما بالنسبة إلى المساعدة ببعض الأمور المرحجة كالملابس والمكياج والعلاقة بالفتيان، فقد تولت بسهولة ما كنت لأقف عاجزاً تماماً عن توليه بمفردي.

حاولت جان دائماً أن تيسر عليهما حياتهما. وشاطرتني شعوري بالغضب والإحباط الملازمين لتربية الأولاد. فشاطرتها إياه بدوري، ولكنها نجحت في إبعاد الفتاتين عن شعور الغضب والإحباط. إذ إن ذلك قد يوّلّد شعوراً سيئاً لديهما، وهذا بالطبع أمرٌ ليس من شيمها لتفعله.

لطالما تأنقت جان بشكل جميل، وحاولت جاهدة لتجعلني أحافظ على هندامي. فكانت تنتقي ملابسها بنفسها ولا سيما البذلات، والقمصان، وربطات العنق الجميلة. ولم يزعجها قط بغضي لإنفاق المال على نفسي. إذ إنها أنفقته عليّ بنفسها وهي تبسم ابتسامة خبيثة بعد قيام موظف المحل بكل سرور بتولي مسألة بطاقة الائتمان.

مهما كان المكان الذي نعيش فيه أو ننتقل إليه كل بضعة سنوات، فقد اعتادت جان أن تكسو شققنا بقماش ذي ألوان دافئة، وتحيطنا بتحف اشتريناها معاً أو بتذكارات سخيقة جمعناها من رحلات قمنا بها وأماكن عشنا فيها.

اتسمت نظرة جان إلى الحياة بالإشراق والتفاؤل، ولهذا فقد كانت تفضل ألوان الأحمر القانية والذهبي والزهري الناعم الدافئ.

كانت جان في الخامسة والخمسين من عمرها عندما تم تشخيص مرضها في الساعة الرابعة بعد منتصف الليل بتوقيت طوكيو بعد أن مضى عشرون عاماً على زواجنا.

إن الأطباء يدعونه البداية المبكرة لمرض الألزهايمر. وقد يكون من الجيد أن يوجد اسم لمرض يغش الإنسان ويسرق منه حياة شخص يحبه ويسلبها ويمتصها قطرة قطرة.

هناك جملة في فيلم قصة حب للذكرى تقول: "لا بد أن برد الشتاء شديد على من لا تملأ الذكريات الدافئة قلبه".

سرعان ما ستفقد جان كل ذكريات حينا الدافئ.

وسرعان ما سيصبح كل يوم في نظر جان شتاء بارداً وموحشاً.

الجدول الزمني

أيلول عام 2005

رسالة جان بالبريد الإلكتروني إلى أصدقائها

بخصوص تشخيص مرضها

عزيزي إيلين وأندريه!

كل شيء على ما يرام هنا باستثناء أمر مفاجئ وغير متوقع حدث مؤخرًا، فمنذ بضعة أيام أخذت أتصرف فيها تصرفات غريبة. فذهبت إلى الطبيب، وأجريت الفحص. وما هو الخبر الجيد السيئ... لقد تم تشخيص حالتي بالبداية المبكرة لمرض الألزهايمر. لا أعرف كيف حدث هذا لي أو لماذا... فهو ليس مرضاً متوارثاً في عائلتي أو ما شابه، ولهذا فلا أستطيع أن أستوضح سبب إصابتي به... ومع ذلك، فالخبر الجيد فعلاً هو أننا نعيش في زمن المعجزات، وهكذا فبدلاً من أن يُقدَّر لي الانقراض في غرفة مدى الحياة، فأنا محظوظة بوجود سلة مليئة بالحبوب بدأت أتناولها الآن بانتظام... في الصباح والمساء... وكما أظنّ (حسناً، إن باري في الواقع هو دليلي) يبدو أن انتصار الطب يؤتي ثمرته المرجوة! أعلم أن هذا يبدو مروعاً... ولكن يستطيع باري أن يؤكد لكما أنني عدت إلى طبيعتي مجدداً بفضل تقدم الطب... التي أتمنى لها الدوام!

هكذا أصبح يتوجب عليّ أن أحمل مجموعة الحبوب الخاصة بي بشكل دائم، ولكنني أؤيد تناول الحبوب صباحاً ومساءً. فقد وضح طبيب الأعصاب ما يمكنني وما لا يمكنني فعله، وهذا يعني بشكل رئيس أنني يجب ألا أفوت حبة واحدة قط، ولكن هذه ليست مسألة مهمة جداً. إذ يشير كل الباحثين إلى أنهم يحاولون تطوير عقاقير أفضل لجميع المرضى.

مع حبي، جان

2

"يبدو على أوراق الذكرى أنها تحدث حفيفاً حزيناً في الظلام".

- الشاعر الأميركي هنري ويدزورث لونغفيلو

لمحة عن جان

إن حياة كل زوجين هي روايتهما الخاصة. فهي أشبه بتاريخ شخصي تضيف إليه الأحداث - يوماً بعد يوم - ذكريات يستعيدانها لاحقاً بمجرد تبادل كلمة أو حتى نظرة. فإن تحدث أحدهما عن زيارة أحد الأماكن، استطاع الزوجان بنظرة واحدة إلى بعضهما أن يستعيدا في نفس الوقت ذكرى زيارتهما ذلك المكان.

إن روايتنا الخاصة تتحدث بكل بساطة عن السعادة والحب.

لطالما أحببت جان أن تسأل بعض الأصدقاء قائلة: "هل تعلمون متى ولد والدي؟". لكنهم بالطبع لا يعرفون، وهذا يجعلها تجيبهم قائلة: "لقد ولد في الرابع عشر من شهر كانون الثاني. وقد ولد أحد إخوتي في الرابع عشر من كانون الثاني. هل تعلمون من أيضاً؟ لقد ولد باري في الرابع عشر من كانون الثاني أيضاً".

إنه قدر برج الجدي، وهذا دليل على أننا مقدران لبعضنا.

أما قصتها المفضلة فهي عن لقائنا الأول في غرفة الأخبار في محطة تلفزيون سياتل حيث تعمل مراسلة. عندما أتيت أنا لأعطي خبر انتخابات مجلس الشيوخ لصالح محطة أخبار سي بي أس. حدث هذا قبل أيام الكمبيوترات المحمولة. فاستوليت على مكتبها، ورحت أعمل

بحماس على الآلة الكاتبة لأنجز طباعة النص بسبب ضيق المهلة المحددة. فعادت جان إلى غرفة الأخبار وبجوزتها مهمة تريد إنجازها.

ثم روت جان أحداث القصة قائلة: "دخلت ورأيت ذلك الرجل جالساً إلى مكتبي. فذهبت وقلت له: "هذا مكتبي وأنا أحتاج إليه لأنه يجب عليّ أن أكتب مقالي".

وعندئذ تصل إلى الجزء الذي تحبه أكثر من غيره. فتقول: "عندها نظر إليّ، ونزع ورقته من الآلة الكاتبة وابتعد غاضباً".

لقد أضحكته تلك القصة دائماً، ولكنها لم تضحكني قط عندما حدثت. ولم أضحك لوقت طويل بعد ذلك. وبالرغم من ذلك، فقد أصبحت هذه القصة، بمرور الوقت، إحدى قصصي المفضلة. إذ إنَّها أحييت في ذاكرتي مدى جمالها وجرأتها وعدم مبالاتها بي بالرغم من أنني مراسل شبكة أخبار مهمة ومعتد بنفسي كثيراً.

إنني أبارك اليوم الذي تزوجنا فيه عندما أنظر الآن إلى صورة المستقبل المشترك التي تجمع بيني وبين جان وابنتي الصغيرتين من زواجي الأول، إيميلي (سبع سنوات) وجولي (ستتان). وعندما أنظر إلى الصور التي التقطناها تلك الليلة، أرى وجهها مشعاً بالفرح والسعادة الكاملة. ومع ذلك، فإنها تبدو طبيعية. إن ابتسامتي تبدو حقيقية أيضاً. وإن نظر المرء عن كثب أكثر لبدوت له غير مصدق أن امرأة مدهشة كهذه قد وافقت على الزواج بي. ولم أصدق قط - إلى أن التقيتها - أن رجلاً يستطيع أن يحظى بهذا القدر من السعادة ولم أفكر أبداً أن ذلك الرجل سيكون أنا، ولكن تلك المعجزة تحققت بفضلها هي.

لقد شكل الجمع بيني وبين جان والفتاتين في عائلة واحدة تحدياً، ولكننا وجدنا فيه متعة قصوى. فقد أيقنا أننا سنعيش حياة معقدة، ولكن لم يخامرنا أي شك في أن كل شيء سينتهي على غير ما نصبوا إليه.

لأننا حظينا ببعضنا ولأن هذه هي الحياة السعيدة الحقيقية.
واجهنا الكثير من المصاعب في حياتنا اليومية في أيامنا الأولى معاً.
فقد بدأنا حياتنا في العام 1985 عندما كان حسابي المصرفي شبه
فارغ بسبب طلاقني وأجور المحامي. في ذلك الوقت، كنت مثبتاً في
وظيفتي بمكتب أخبار سي بي أس في سان فرانسيسكو. فدفعت حينها
جان لاتخاذ قرار مصيري بغير مجرى حياتها.

كانت تعيش في سياتل، ولكنها استقالت من وظيفتها لتتمكن من
العيش معاً. فقدت سيارتي القديمة المستعملة، واستأجرت عربة مقطورة
لننقل أمتعتها من شقتها إلى شقتي ونعيش حياتنا معاً متقاسمين حلوها
ومرها.

تمكنا من ادخار بعض النقود معاً واشترينا منزلاً صغيراً جداً في
سان فرانسيسكو في ضاحية تسمى يوريكا فال، على تلة منحدرية
الجوانب.

كان منزلنا يقع بين صف منازل بسيطة تم بناؤها في خمسينيات
القرن العشرين لرجال الشرطة والمعلمين لأنها مساكن رخيصة في
المدينة. فأحببناه لأنه جزء من المدينة بالرغم من أنه عادي جداً وقبيح
بعض الشيء من الخارج لأنه يخلو من مظاهر الفن المعماري. إذ إنه بدا
أشبه بصندوق له نوافذ في سلسلة من المنازل التي تبدو كصف من
الصناديق على طول الشارع. وكان الدهان الخارجي مملاً بلون البيج.
وأذكر حتى أنني وجدت السقف مملاً أيضاً لأنه مستو جداً.

لقد أحببته لأنني استطعت أن أدفع ثمنه تقريباً كما أحبته جان لأنه
أصبح بيتنا الخاص.

كان الطابق الأرضي مؤلفاً من غرفة المعيشة وغرفة الطعام
ومطبخاً يعود للخمسينيات، ولكننا اكتشفنا أن أفضل ما فيه هو وجود

موقد صغير في زاوية غرفة المعيشة. وفي الطابق العلوي، هناك فقط الحمام وثلاث غرف نوم صغيرة إلى درجة مدهشة. إذ لم تكن مساحة كل طابق - وهو مقسم لغرف مختلفة - تتعدى مساحة مرآبنا المخصص لسيارتين فقط في الطابق الأرضي.

كان بيتاً مخصصاً للإيجار عندما اشتريناه، ولهذا فقد وجدناه يفتقر للاهتمام والرعاية وكل جدار فيه بحاجة إلى طلاء، ولكننا قمنا بكل ذلك لأننا اعتبرناه جزءاً من تحويله من بيت للإيجار إلى بيتنا الخاص.

كان الضباب يتسلل كل يوم فوق التلال الغربية ويتوجه نحو المدينة. فأصبحنا ننظر من نوافذ غرفة المعيشة ونشاهد خيوطه الأولى وهي تتسرب إلى شارعنا لتعبيره حتى تخفي كل البيوت في الطرف المقابل من الشارع عن أنظارنا.

في الطابق العلوي، كانت غرفة النوم الكبرى تواجه الشارع، وهذا يجعلها غرفة النوم الرئيسة المثالية. فاستطعنا من خلال نوافذها أن نرى أسقف الجيران والمدينة وخليج سان فرانسيسكو. وهكذا، فكرت كم هو رائع أن نضع سريرنا في هذه الغرفة ونستيقظ كل صباح على بريق مدينة سان فرانسيسكو المتوهج؟

فقمنا بذلك بالفعل، ولكننا لم ننم فيها لأكثر من ليلتين.

كانت التلة المنحدرة الجوانب التي نعيش عليها تبدأ على بعد بضعة مبان منا. فعندما تصل إحدى السيارات إلى أمام بيتنا، يضع سائقها تعشيقاً التروس الأولى وتتقدم بصعوبة لصعود مرتفع بانحدار خمسة وأربعين درجة، وهذا يجعل صوت محركها مرتفعاً جداً. فبدأنا نستيقظ طيلة الليل مرعوبين من صعود سيارة تلو أخرى باتجاه قمة هذه التلة.

في نهاية المطاف، انتقلنا إلى غرفة النوم التي تقع في الجزء الخلفي من البيت بالرغم من أن مساحتها صغيرة جداً لدرجة أنها بالكاد تتسع

لسريرنا وأحد جانبيه مسنود إلى الجدار. وتوجب علينا أن نتسلق السرير لنعدل الأغطية على الجانب الآخر، ولكننا استطعنا أن ننعم بالهدوء في هذه الغرفة أخيراً.

قضينا ليالي جميلة وهادئة في تلك الغرفة الصغيرة. وفي الصباح، كانت أشعة الشمس تلقي بدفئتها علينا من النافذة.

في الطابق السفلي، كانت هناك حلية خشبية منقوشة بعناية تغطي السقف في غرفة المعيشة والطعام إلى جانب صور أطفال وأزهار، ولولا هذه اللمسة الفنية لبدأ البيت أشبه بصندوق عديم الشكل.

أعلنت جان في أحد الأيام قائلة: "سأطليه باللونين الزهري والذهبي".

أضافت في ما بعد اللون الأزرق إلى المزيج وهي تعمل ببطء وعناية مركزة اهتمامها على المناطق المختلفة من الحلية الخشبية. وراحت تعمل لأسابيع وتتسلق السلم كل يوم حاملةً الفراشي والطلاء. فأضافت لمستها الفنية روح الأناقة والذوق إلى المكان.

لم أدرس تاريخ الفن في الكلية. قالت لي: "إن تأثير الألوان مهم جداً".

وهذا هو السبب الذي دفعها لطلاء الجدران بلونها المفضل: الزهري الشاحب.

فشرحت لي في أحد الأيام قائلة: "إنهم يستخدمون هذا اللون في المصحات العقلية، فهو يساعد على تهدئة الأعصاب. ألا تشعر أنك أهدأ من قبل؟" فأصابني هذا بدهشة كبيرة. حسناً، بالطبع.

لم يرغب أي شيء عن انتباهنا ولا حتى الأرضيات الخشبية القاسية التي صقلناها لتصبح أشد لمعاناً.

وهكذا، عندما ينتهي يومنا وينقشع الضباب عن شارعنا، كنا
نجلس على الأريكة في بيتنا الصغير الهادئ ونشعل ناراً ثم نخفف الإنارة
ونفتح زجاجة شراب لأن الحياة بالغة الروعة ولأن مجرد قضائنا يوماً
معاً هو سبب أكثر من كاف للسعادة.

حصلت جان على وظيفة بدوام جزئي كمراسلة في تلفزيون أن
بي سي. وفي أحد الأيام، كتبت مقالة عن فرقة كشافة للصبية تقيم
مخيماً صيفياً على سطح ناطحة سحاب في سان فرانسيسكو. وفي اليوم
التالي، وجدت نفسي أكتب نفس المقالة لصالح أخبار سي بي أس
المسائية.

لا بد أن تلك هي نتيجة إحدى الليالي الجميلة التي قضيناها بجانب
المدفأة.

إننا ثنائي عزيزي وعزيرتي لأننا اعتدنا أن ندعو بعضنا هكذا. وفي
الكرسمس، كنا نكتب على هدايانا عبارة من عزير إلى عزيرته.
لم أكن أناديها أو أبدأ حديثي معها إلا بكلمة عزيرتي. ولطالما
سُرت لسماع هذه الكلمة مني سواء أكنت أتصل بها من مهمة صحفية
في مكان ما في العالم أو من المكتب لتتثر حول ما أعدته للعشاء.
لطالما مازحنا والداها (وقد توفي والداي منذ وقت طويل) لأننا
نغازل بعضنا على الدوام. وكانا يقولان بمنتهى الثقة: "سينتهي هذا بعد
انقضاء شهر العسل".

ولكنه لم ينته.

لقد نشأت في ظل زواج والدي غير المستقر، ومع أم كانت تعاني
من مشكلتي الإدمان على الكحول والاكثاب المزمّن الذي وصلت
درجة خطورته إلى حد حاجتها إلى العلاج بالصدمة الكهربائية.
صراعها مع المرض جعل طفولتي صعبة وحولني إلى إنسان خجول

وكثير الصمت والشك في العالم حولي، ولكن جان ليست كذلك. فإن مررنا بشخص يتسول في الشارع وشعرتُ أن الشخص بحاجة فعلاً أعطته نقوداً. وإن لم يكن معها نقود رمقتني بتلك النظرة العطوفة. فبحثت في جيوبسي، ووضعت المال في كوبه أو كأسه أو قبعته.

لقد تكوّن شغف جان باستكشاف العالم مبكراً في طفولتها لأن والدها كان نائب رئيس لشركة بوينغ التي تباع الطائرات النفاثة للصين وسنغافورة وأندمان آسيا. فكان من الطبيعي بالنسبة إلى والدها أن يتغيب لأسابيع ثم يعود إلى البيت من أماكن شتى. وحالما تعرفت جان على تلك الأماكن، أصبحت جديرة بفضولها وغدّت رغبتها بزيارتها واستكشافها.

نشأت جان، وهي الابنة الكبرى من بين خمس إخوة وأخوات، وكبرت وهي تعتني بهم جميعاً في نفس البيت الذي كان تصميمه يتغير بشكل دائم تلبية لحاجاتهم المتغيرة. واعتادت في طفولتها أن تقضي الصيف في بركة السباحة صباحاً أو اللعب مع الأصدقاء ثم الإسراع إلى البيت في وقت الوجبات. وبعد ذلك، التحقت جان بجامعة واشنطن لتتم دراستها الجامعية.

في خلال دراستها في الكلية، ادخرت ووفرت من نقودها لتقوم في صيف إحدى السنوات برحلة حول أوروبا بصحبة أصدقائها. فأحببتها كثيراً. لم يضعوا أي خطة للرحلة. فإن سئموا من أحد الأماكن، استقلوا القطار ببساطة متوجهين إلى مكان آخر. إنها من نوع الرحلات التي لا يستمتع بها إلا عشاق المغامرة.

ربما تشكل المغامرة والسفر أحد الأسباب التي جذبتها إليّ. إذ إن حياتنا امتلأت بأخبار ذهابي وقدمي في مهمات صحفية أو ذهابنا أو قدومنا معاً في رحلات.

لقد أصبحنا زوجين سعيدين بسبب الثقة المتبادلة بيننا. ولم يفكر
أحدنا بمغامرات خارج نطاق الأمور الجيدة التي تحدث فيما نحن إلى
جانب بعضنا.

أنت المغامرة تناديننا من دون أن نستطيع الانتظار لنرى ما
سيحدث تالياً، ولكن المغامرة سلاح ذو حدين. إذ لها وجهان، أحدهما
رائع والآخر مدمر. فصادفنا في حياتنا الوجهين معاً.

الدخول إلى عالم النسيان: المرحلة الثانية

قد يشعر بعض الأفراد أنهم يعانون من فجوات في الذاكرة ولا سيما عندما ينسون كلمات مألوفة أو أسماء أو أماكن المفاتيح أو النظارات أو بعض أعراض الحياة اليومية، ولكن هذه المشكلات لا تتضح في خلال الفحص الطبي أو أمام الأصدقاء أو العائلة أو الزملاء.

يعتقد معظم الناس أن مرض ألزهايمر مرض مرتبط بكبار السن. وسرعان ما تتبادر إلى أذهانهم قصة عن أحد الأقارب أو جد أو عم أو عمة أو عم متقدم في السن انتهت حياتهم في العقد السابع أو التاسع في عزلة بسبب هذا المرض، ولكن الشباب لا يحمي صاحبه. إذ قد يباغت المرض أشخاصاً في العقد الثاني أو الثالث. فإن هو هاجم صاحبه مبكراً، اتسم بالضراوة والسرعة والخبث الشديد.

يقول الباحثون إن البداية المبكرة تتطور على ما يبدو بصورة أسرع نحو الموت. يقول الدكتور جيفري كمينغز مدير مركز يو سي أل أي لمرض ألزهايمر: "إن الشباب يعانون من الشكل الأكثر ضراوة لمرض ألزهايمر. إذ إنه يباغت في عمر مبكر ويدوم لفترة أقصر ويفضي بصاحبه إلى الموت السريع".

مثالاً على هذه السرعة الضارية والشريرة، هناك قصة مارك بريدي الذي تناولته مقالة نشرت في صحيفة لندن في تموز من العام 2009.

كان مارك شخصاً عادياً يذكره الناس شاباً يتمتع بلياقة بدنية عالية. وعندما بدأت الأعراض لديه، تم تشخيص الحالة لديه على أنها

اكتئاب. وعندما بلغ الثالثة والثلاثين، قرر الأطباء أنه مصاب بالبداية المبكرة لمرض الألزهايمر. كانت لدى مارك وزوجته ديون ابتتان. وعندما بلغ الأربعين، أصبح عاجزاً عن التحدث أو السير أو تناول الطعام.

عندما أعود بذاكري إلى الإشارات التي تثبت إصابة جان بالمرض، أتذكر أن إحداها هي ضعف طموحها. إذ لطالما أحببت العمل بدءاً من عملها في أثناء دراستها الجامعية وحتى السنوات الأولى من زواجنا. وعندما عشنا معاً في سان فرانسيسكو بين عامي 1984 و1986، عملت كمراسلة لصالح أن بي سي. واستمر الوضع على ما هو عليه بعد أن سافرنا إلى الخارج... ثم بدأ يتغير.

لم يدر بخلدي قط أن تكون لهذا علاقة بالألزهايمر. ولم يحدث أي شيء قد يسبب تلك القفزة الهائلة في ذلك الوقت المبكر. وتشكلت لدينا في غضون ذلك كل الأسباب والدوافع لإنكار الحقيقة الماثلة أمام أعيننا.

ومرور الوقت، مارس كل منا فن الإنكار إلى أن أتقناه تماماً.

3

لسي روسيا هناك قناتان تلفزيونيتان فقط: القناة الأولى تروج للنظام. أما القناة الثانية فتقتصر على ضابط في الشرطة السوفياتية السرية يأمر المشاهد بالعودة إلى القناة الأولى".

- ياكوف سميرنوف

جان وعشقها للمغامرة

في ربيع العام 1986، وبعد مرور عام على زواجنا، عرضت عليّ شبكة سي بي أس الإخبارية وظيفة كمراسل لها في طوكيو. وكان من المفترض للمهمة الأصلية أن تدوم عامين فقط، ولكننا بدأنا نتنقل في أنحاء العالم، من طوكيو إلى موسكو ثم إلى لندن ثم عدنا إلى طوكيو مرة أخرى.

أجبرنا ذلك على التخلي عن بيتنا في سان فرانسيسكو وحياتنا الهادئة والعيش في وطننا الذي نتحدث لغته ونفهم ثقافته، ولكن جان تحمست للفكرة وكأها كل ما تطمح إليه، وقررت أننا من هناك سنبدأ. لم يخامرها شك في أننا سننجح في الاستقرار هناك وسنكتشف كل الأمور الجديدة وهي تظهر في حياتنا شيئاً فشيئاً. فأعلنت موافقتي بناء على ثقتها ورغبتها العارمة في اكتشاف المجهول. إذ حالما تحمست جان للفكرة، أصبحت عاجزاً عن رفضها. وإن هي استطاعت أن تساهم في نجاح خطوتنا الجديدة، وكانت واثقة من أنها ستفعل ذلك، فأقل ما يمكنني فعله هو أن أوافق وأستعد للانتقال.

أحبت جان طوكيو، وعشقت نكهتها الشرقية المثيرة، ولكنها لم يعجبها الانتقال التالي إلى موسكو. واعتبرتها عاصمة الثقافة التي تكرهها بالرغم من روحها العاشقة للمغامرة. وعلقت قائلة: "إن الروس يشعرون بالأسى على أنفسهم طيلة الوقت". إذ لطالما اعتقدت اعتقاداً راسخاً بقدرة الإنسان على بناء المشاعر الإيجابية في داخله. فحاولت بلطف أن أذكرها أننا نتمتع بميزات أكثر بقليل مما يتمتع المواطن الروسي العادي.

فأصرت قائلة: "لا يهمني هذا. فأنا أعتقد أنهم يحبون العيش في ظل الكآبة". ولم تستطع أبداً أن تستوعب السبب الذي يدفع أحدهم لأن يؤثر "الشعور بالإحباط". إذ إن هدف الحياة من وجهة نظرها هو أن يحاول المرء جاهداً النظر إلى الجانب الإيجابي من كل يوم يعيشه وكل تجربة يمر بها. وبالرغم من ذلك، فقد كان يبدو على الشعب في روسيا أنه يعيش مأساة أبدية عمرها قرون. وأنجبت تلك المأساة أدباً وموسيقى كلاسيكية عظيمة بالرغم من حزنها، ولكن الغرق في الكآبة أثار سخط جان لأنها تعتقد أن كل إنسان يملك مفتاح سعادته بيده. فإن سنحت لنا الفرص لرؤية أشياء جديدة وتجربتها، فلمَ لا نستغل تلك اللحظات ونضيفها إلى رصيد سعادتنا.

كان مطبخنا يتسع لطاولة خشبية قديمة وكراسٍ مناسبة للفظور. وفي ليالي الشتاء الروسية القارسة، اعتدنا أن نجلس وترتشف زبدية من حساء الخضار الروسية ونحن ممتنون لدفع المدفأة وموقد الطهي. أما بقية الغرف، التي تتسم بالاتساع وبساطة التصميم، فأحداها للطعام وأخرى للجلوس بالإضافة إلى غرفة نوم كبيرة واحدة. لقد تم تسخير سجناء الحرب الألمان لتشييد هذا المبنى الراسخ المتين. بحيث بلغت سماكة جدرانه الداخلية ثلاثة أقدام تقريباً.

بدا جو موسكو مثالياً لتنظيم جان حفلات العشاء لأن معظم الناس اعتادوا الاحتلاط ببعضهم في البيوت فقط. وفي ذلك الوقت، كان المروجون للدعاية السوفياتية لا يزالون يصفون موسكو بأنها قمة مجد الشيوعية، ولكنها في الواقع لم تبدُ مجيدة على الإطلاق بسبب افتقارها الشديد لأي مطاعم تؤدي عملها كما يجب. وأعني بكلمة تؤدي عملها أن تحظى بأقل القليل... أي بطعام نظيف وآمن وصالح للأكل. وبدلاً من ذلك، كان الطعام مطهياً بشكل سيئ وأحياناً بالكاد مطهياً أصلاً. أمّا الجبن فهو جاف وملطخ بأقذار الذباب بسبب تركه في الخارج لساعات. واتسمت خدمة تقديم الطعام بمصاحبتها لجزرة غاضبة. ووصل سوء الوضع لدرجة أن أي غداء عمل أصبح يجري عادةً في ملتقى كافيتيريا السفارة الأميركية لتناول شطيرة برغر وعلبة مياه غازية.

زيادة في توضيح درجة سوء الوضع، كان أحد الفنادق التي تقدم الطعام للأجانب يضم مطعم السوشي الوحيد في البلاد بإدارة شركة يابانية. وحرصاً منا على أن نظافة السوشي وصلاحيته للأكل، كنا نلتحق برنامج رحلات الطائرة المتوجهة من طوكيو إلى موسكو كل أسبوع، ونذهب إلى المطعم في اليوم التالي عندما يكون السمك القادم من اليابان طازجاً.

يُعتبر سوق اللحم القريب من شقتنا مثلاً آخر على وجبات مطابخ موسكو الشهية. فقد توجب على المتسوقين أن يزيحوا أسراباً من الذباب ليصلوا إلى اللحم. واعتاد الباعة المتجولون أن يبيعوا الثلجات فقط في أشد أيام الشتاء برودة لأنه ليس لديهم برادات. فكان البرد القارس هو ما يبقئها متجمدة. وبالرغم من ذلك، فقد امتنعنا عن شراء الثلجات منهم أو أي من منتجات الألبان من المتاجر المحلية القذرة بسبب رائحة الحليب الفاسد التي تنبعث منها.

لهذه الأسباب جميعها، اعتدنا نحن الصحفيين والدبلوماسيين ورجال الأعمال الأجانب أن نستقبل الزوار في شققنا حيث الطعام الآمن بالرغم من معرفتنا أن أحاديثنا خاضعة لمراقبة من قبل الشرطة الروسية السرية. تطلب التسوق مهارة ودهاء. فأتقنته جان سريعاً بسبب طبيعتها العملية. فأصبحنا نضمن حصولنا على طعام آمن من خلال طلب شحن كل مواد بقالتنا من فنلندا القريبة عن طريق متجر متخصص منذ سنوات في تأمين الطعام والضروريات الأخرى مثل ورق الحمام والإطارات الجديدة لسيارات المكتب ومناشف الحمام والقوط الصحية وأقلام الخيز لأجانب موسكو من أمثالنا.

أصبحت جان تأخذ مرة في الأسبوع قلماً وورقةً وتراجع نشرة البقالة ثم تجهز طلب الطعام مشتملاً على كل شيء حتى الحليب واللحم. إذ إننا لم نعد نثق أن نشترى من موسكو شيئاً أكثر من الخبز وأحياناً الملفوف في موسم لإعداد حساء الخضار الروسي.

وعندئذ، كانت جان تذهب مسلحة بلائحتها إلى المكتب لتقوم بجلسة مع آلة التلكس، وهي في الأصل آلة كاتبة، وتعمل أيضاً كهاتف نستطيع من خلاله أن نطلب رقم تلكس آخر في أي مكان في العالم. وقد حدث ذلك قبل أيام الفاكس بالطبع. ومرت أيام في موسكو كانت فيها الهواتف بالكاد تنقل الصوت، ولهذا فقد اعتمدنا على التلكس في إرسال الطلبات في وقت مبكر من الأسبوع.

في أيام الخميس، كان عشرات سائقي الشركة يتوجهون إلى محطة القطار لإحضار صناديق البقالة المستوردة المشحونة من هلسنكي لرؤسائهم الأجانب. فإن قررنا أن ندعو ضيوفاً إلى العشاء، استغرق التخطيط المسبق للدعوة وقتاً أطول وعناية أكبر بكثير. فإن نسي المرء أن يطلب شيئاً ما، فلا مجال للذهاب لإحضاره من متجر البقالة القريب

لأنه يشحن بالقطار من فنلندا مرة واحدة في الأسبوع، وإلا فعلى المرء أن يتدبر أمره من دونه أو أن يذهب بتواضع إلى الجيران ويستعير ما نسي أن يطلبه.

لطالما أجدت دعوة الأصدقاء إلى شقتنا حماسة جان للطهي. فأصبح كل من الجيران الذين يأتون لتناول عشاء يوم السبت والشخصيات الهامة التي تأتي للتواصل مع الصحفيين الأميركيين وتناول وجبة صالحة للأكل موضع ترحيب على مائدتنا. فحضر آل غور، وهو عضو في مجلس الشيوخ آنذاك، إلى موسكو في رحلة للتحقيق في بعض القضايا البيئية. واصطحبه صديقه إلى بيتنا لتناول الغداء. فذكر أنه من محبي الطعام المبهّر، وهو من الأطعمة المفضلة لدى جان.

قطعت جان بعض الخبز الروسي الطازج إلى شرائح وأخرجت مرطباناً من الصلصة الحارة إلى حدّ الجنون، وهي خلطة هلامية تحضر في منطقة سوفياتية جنوبية. ولطالما اعتقدت أن ذلك الهلام حار بما يكفي لأن يحترق زجاج المرطبان وبالتأكيد بطانة المعدة أيضاً، ولكن جان اكتشفت أنها فعلت ما يثير الإعجاب عندما جعل الفلفل الحار العرق يتصب من جبهة غور. فتناولاه مرة أخرى.

برعت جان بتنظيم دعوات العشاء الرسمية لاثني عشر شخصاً وطهي الطعام وعشقت ذلك التحدي، وهذا ما تركنا نحن البقية نتعجب من النتيجة وفي نهاية الأمسية نرفع كؤوسنا تحية للطاهية البارعة جان.

أضفت جان أيضاً لمسأمتها الفنية على شقتنا المفروشة. فقد استطعنا أن نحضر الثياب وبعض اللوحات من طوكيو ولا سيما تلك اللوحات النابضة بالحياة والتي تغلب عليها ألوان الأحمر الفاقع. وعندما اشترينا

أعمالاً فنية من موسكو، اتسمت بنفس الطابع... أي أنها امتلأت برشّات من الألوان المبهجة... وكان ألوان الشقة المضيئة تستطيع نوعاً ما أن تعادل ألوان موسكو الرمادية الكثيرة.

كانت شقتنا موبوءة بالشرطة السوفياتية السرية، ولكننا لم نملك إلا خيار الإقامة فيها لأنها شقة الشركة المعينة من قبل السلطات السوفياتية. وقد سكن مراسلو سي بي أس للأخبار وعائلاتهم في نفس الشقة لعقود. وعندما كانت ابنتاي تأتيان للإقامة لدينا كل عام لمدة شهرين، كنا نربك المنتصتين علينا عندما ننقل سريرنا إلى غرفة الطعام لنترك للفتاتين غرفة نومنا.

في خلال ليلة أو ليلتين، استطعنا أن نسمع حفيفاً أشبه بصوت جرذ يزحف ببطء على السقف. فقالت جان ساخرة من افتقارهم للسرية: "يا لهم من أغبياء!". وكانوا بالطبع ينقلون أجهزة تنصتهم فوق السقف من غرفة النوم إلى غرفة الطعام التي انتقلنا إليها في الصيف ليتمكنوا من الإصغاء إلى حديثنا ليلاً.

في نهاية الصيف، غادرت الفتاتان. فانتقلنا عائدين إلى غرفة النوم. فقالت جان: "ها نحن ذا". وراحت تضحك من كل قلبها. وبالطبع، سمعنا في ليلتنا الأولى حفيفاً وهم يجرون أداة التنصت من غرفة الطعام إلى غرفة النوم. لا تزال هذه القصة تجعل جان تضحك عندما نتحدث عنها، إن تذكرتها.

من الممكن للحياة في موسكو أن تتسم بالتعقيد ولا سيما في خلال التعامل مع السلطات. فتعلمنا بسرعة أن هناك الكثير من القواعد التي نستطيع تجاهلها لأن البيروقراطيين أنفسهم يفعلون ما يحلو لهم. وكان يبدو عليهم أحياناً أنهم يحترعون قواعد جديدة للمناسبة الحالية وحسب، وعادة لكي يتمكنوا فقط من قول كلمة... لا.

ولهذا فقد استبد بنا التوتر الشديد ونحن نحزم أمتعتنا لنغادر موسكو لتولّي مهمتنا التالية في لندن. إذ تطلب هذا تعاملاً مباشراً مع السلطات، ولكن جان حولته إلى نصر مؤزّر. فقد تمثّل أحد هذه التعاملات حول إخراج لوحاتنا العائدة إلى الفترة السوفياتية من موسكو. فأصبحت تلك من أكثر لحظات حياتها فخراً. إذ إن كل قطعة، بما فيها بعض القطع الأثرية التي أحضرناها من هناك، احتاجت ختماً خاصاً من وزارة الثقافة توافق فيها على أنها للتصدير حرصاً منها على ألا تُهرب أي كنوز وطنية، وتطلب هذا الإجراء زيارة تفتيش شخصية من قبل موظفي الوزارة قبل أن نحزم أمتعتنا.

فكرت جان ملياً في الموضوع وجهزت علب هدايا خاصة بالمفتشتين اللتين حضرتنا إلينا، أهمها عبارة عن علبة سجائر أميركية من ماركة مارليورو، وهي تعتبر عملة بحدّ ذاتها في غمرة الفقر المدقع الذي عانت منه موسكو في تلك الأيام. إذ إن السوفيات عانوا في تلك الفترة فقراً مدقعاً لدرجة وقوفهم في الطابور أحياناً من دون أن يعرفوا سبب اصطفاغ الآخرين فيه وإنما لمجرد أملهم بتوفر أي شيء في أحد المتاجر. وكانت البضائع الأجنبية نادرة وربما تشكّل خطراً على من يفتنيها أحياناً.

لم تُبدِ السيدتان الموفدتان من الوزارة الكثير من الود في بادئ الأمر. فقد كانتا تتمتعان بوجهين كئيبين نتيجة لتناول الكثير من البطاطا والخبز والقليل جداً من اللحم، وهو الطعام السوفياتي النموذجي، مع الكثير من الشراب. في بداية الزيارة، بدتا متسلطتين وفظتين ومزاجهما لا يسمح بمساعدتنا على الإطلاق. ولكن جان اكتشفت صفة مشتركة بينها وبينهما بالرغم من اختلاف تربيتهن ووجهات نظرهن في الحياة، ألا وهو شغف مشترك بالفن. وسرعان ما

أصبحت هاتان المرأتان الفظتان متحمستين لجان وشغفها بالفن وتعبيره في اللوحات. كانت لدينا بعض كتب الفن. فأخرجت جان بعضها من على الرف، ومن بينها كتابي المفضل، وهو عبارة عن مجلد ضخمة من الرسوم للرسام الأميركي إدوارد هوبر. ولم تكن المرأتان قد رأتا أعماله من قبل أبداً.

عندما عدت إلى البيت لتناول العشاء، وجدت جان واقفة بكل فخر. فأخبرتني عن الزيارة وأن الموظفتين قد رقا قلباهما عندما أرقما كتبنا الفنية ولا سيما مجموعة أعمال هوبر.

فسألتهما وأنا أنظر إلى المساحة الفارغة على الرف: "والتي ألاحظ أن تلك المجموعة ليست مكانها".
"كلا، لقد منحتهما إياها".

كان من الممكن لهذه اللحظة ألا تنتهي على خير أبداً. فقلت:
"منحتهما إياها؟ مجموعة هوبر؟".

ابتسمت لي وهي تبدو راضية عن نفسها نوعاً ما لأنها أيقنت أن هذه القصة ستنتهي على خير. وقالت: "انظر". ثم ذهبت إلى إحدى لوحاتنا وأرتني ختم السماح بالتصدير عليها. وقالت: "انظر. وهنا واحد آخر". وضحكت ثم قالت: "لقد حصلت على الموافقات كلها".

لم أجد في الأمر ما يضحك. إذ لطالما أحببت كتاب هوبر، ولكن جان ذكرتني أننا نستطيع أن نشترى قدر ما نريد من كتب هوبر خارج موسكو وأن هاتين المرأتين لم تشاهدا لوحاته على الإطلاق. وكانت رغبتهما لرؤية موهبته واكتشافهما لعمله أشد أهمية من امتلاكنا لكتاب نستطيع استبداله بكل سهولة. إن الأمر لا يحتاج إلى التفكير من وجهة نظر جان، فهو مجرد تصرف فطري يدفعها للمشاركة والعطاء. بالطبع يجب أن تعطيهما ذلك الكتاب!

ضحكنا من القصة لاحقاً، ولكنني أدركت أنها تدل على قدرة جان على مشاركة الآخرين بأحاسيسهم وتفهمهم مع أنه لا قيمة لهذا التصرف في حياة السفر والترحال التي كنا نعيشها.

وصلت كل الأعمال الفنية إلى لندن حيث انتهى بنا المطاف في شقة صغيرة بجانب مكتب سي بي أس في نايتسبريدج على بعد شارع واحد من مجمع هارودز للتسوق ومسافة قصيرة بسيارة الأجرة إلى المسارح والعروض الرائعة.

كان حياً مديناً ومثيراً يحوي الكثير من معارض الفنون والمطاعم والأبنية من عصور مختلفة عبر تاريخ لندن. فحصلنا على كل شيء احتجنا له في موسكو... كالمسارح الرائعة والمطاعم المتنوعة والنوادي للاسترخاء في ليلة الجمعة بالإضافة إلى ميزة مهمة، وهي أننا نتكلم لغة البلاد.

أصبح بوسعنا أن نمشي لمدة خمس دقائق إلى متحف فيكتوريا وألبرت أو نذهب إلى وجهة مختلفة لنشاهد تغيير الحرس أمام قصر بكينغهام أو نتجول في متنزه هايدبارك لنطعم طيور البجع.

مع ذلك، فقد اعتبرت تلك أياماً عصيبة وخطرة بالنسبة إلى أي مراسل لأخبار سي بي أس في لندن. إذ أن منطقة تغطيتنا شملت كل أوروبا وأفريقيا بالإضافة إلى مهمة صحفية بين الحين والآخر في الشرق الأوسط، بما في ذلك العراق. بحيث تطلب مني ذلك قضاء الكثير من الوقت بعيداً عن جان، معظمه في سرايفو في خلال حرب البوسنة في مطلع التسعينات من القرن العشرين وأماكن أخرى مثل الصومال.

تفهمت جان الأخطار المحتملة. وبالرغم من كرهها للحظات الوداع قبل توجهي إلى الطائرة، فقد أدركت أنني أريد أن أعطي تلك الأخبار واحترمت رغبي. وقاومت خوفها وابتسمت وعانقتني وتركتني أذهب.

توجهت إلى أماكن متعددة شديدة الخطورة، ولكنني اكتشفت أن أخطرها ربما يكون البوسنة. فقد كانت سرايفو تزجر بنيران القناصة وتهتز من قذائف المدفعية التي تقصف المدينة بشكل يومي. وكان فندق هوليداي إن مقر المراسلين الأجانب الزوار، ولكن سيئته الوحيدة تمثلت في قربه من خطوط الجبهة التي تمتد عبر جزء من المدينة، وهذا يعني إغلاق جميع النوافذ. فمكثنا في غرفنا في الجانب الخلفي حيث لا يمكن عادة لرصاص القناصة أن يصل إلينا، ولكن قذائف الهاون التي تطول قصفها جوار الفندق اقتلعت نوافذ الجانب الخلفي أيضاً. وأخذ فريقنا الإخباري يتجول في السيارات المصفحة لينقل أخبار حصيلة الضحايا كل يوم.

كان الناس يموتون فرادى وأحياناً مجموعات عندما تتساقط عليهم قذائف المدفعية مستهدفة أماكن مثل السوق المركزية حيث يتجمع الناس ليشتروا أي طعام يستطيعون العثور عليه. ولم يكن أحد في المدينة يعرف أين ستسقط القذيفة التالية، وهذا ما جعل الرعب الشديد يملك جان في كل ساعة قضيتها في البوسنة بعيداً عنها.

يتسم إطلاق مدافع الهاون بالغدر لأنها لا تحدث أي صوت وهي تسقط، ولكن قذائف الدبابات تحدث صوتاً شبيهاً بالصفير يسمعه المرء قبل أن تنفجر، وهذا يمنح الفرد هنيهةً للانبطاح. إنه شعور زائف بالأمان، ولكننا حاولنا التثبت به. إن صمتها لا يمنحنا أي تحذير. ففي لحظة واحدة تسير الحياة بشكل طبيعي ثم يقع الانفجار في اللحظة التالية وتحدث الصدمة. إن العقل البشري بطيء في استيعاب هذه الفوضى المفاجئة. وفي اللحظات التالية للانفجار، يسمع صوت صراخ الجرحى أو غرغرتهم لآخر أنفاسهم. هناك شعور رهيب يملك المرء حيال سماعه لتلك الصرخات وربما إحساس بالذنب لأنها ليس صرخاته.

في أحد الأيام وفي سرايفو، وقفت أنا والمتج وعامل الصوت خارج محطة التلفاز التي نعمل فيها. وعلى بعد خمسين ياردة، وقعت قذيفة هاون في قطعة أرض صغيرة مزروعة بأزهار الربيع. ولم يسعني إلا أن أتساءل عن الشخص الذي زرع الزهور. ترى هل أراد أن يضفي جواً طبيعياً يتحدى الجنون القاتل الذي يحيط به؟ أطلقت سيدة عجوز تحمل كيساً من الطعام - المكتسب بمشقة - صرخات عالية. وسرى صوت صرخاتها في جسدي وهي تنبطح على الأرض بجوارنا. وانبطح رجل كان يركب دراجة على الأرض على بعد بضعة أقدام منا، ولكنه لم يصرخ.

بالرغم من كل ذلك، فقد سادت روح التحضر في سرايفو لأن الناس لم يستسلموا قط. وبالرغم من دوامة النار التي تصيب فيها القذائف والطلقات أي مكان في أي وقت، فقد استمروا يتصرفون يتحد جعلني معجباً بشجاعتهم ورفضهم التخلي عن كرامتهم. واستمر بعضهم يرتدون ملابسهم ويذهبون إلى العمل حتى لو كان ذلك يعني الجلوس في مكاتبهم من دون عمل يقومون به، أو العمل في متاجر من دون بضائع يبيعوها.

لا ينطبق هذا الوصف على منطقة حرب أخرى. فمقديشو عاصمة الصومال. فقد وجدتها مدينة مخربة جردت أبنيتها من كل شيء، حتى الأسلاك الكهربائية من تحت الأرض انتزعها أشخاص بائسون وباعوها بمبالغ قليلة.

لم أجد روح الحضارة سائدة هنا. فقد كان من الصعب أن يبقى المرء على قيد الحياة إلى آخر اليوم. وحدث معظم القوضى على يد المتمردين الخطرين المجانين الذين يمضغون نبتة تدعى القات طيلة اليوم. وبحلول العصر، يبدأ مفعولها، الذي يمنح شعوراً بالنشوة والبهجة،

ويحدث تأثيره على الرجال المسلحين. فيقودون سيارات الجيب بحماس وعيولهم خالية من التعبير وبجوزتهم أسلحة آلية خطيرة ثم يأخذون بإطلاق الرصاص على كل شيء يتحرك وهم يضحكون. فأصبحنا في كل مكان نذهب إليه نركب سيارات الجيب الخاصة بنا ونوظف حراساً شخصيين يمضغون القات بدورهم أيضاً، ولكن هذا لا يمنحنا الثقة بأن هؤلاء الرجال يعملون لصالحنا.

خرجنا في أحد الأيام لنقوم بتصوير جزء من الخبر الذي يرويهِ المراسل مباشرة أمام الكاميرا. فقررنا أن نقوم بإعادة التصوير، ولهذا قلنا في اليوم التالي للحراس إننا سنتوجه إلى نفس المكان. فنصحونا بعدم فعل ذلك وأطلعونا بلهجة متوترة على السبب. إذ إنهم سمعوا أن العصابة التي تسيطر على تلك المنطقة قد رأتنا في اليوم السابق. فكان المسلحون على وشك أن يهاجمونا، ولكننا غادرنا فجأة. فأكد لنا الحراس أن العودة إلى تلك المنطقة أشبه بمنحهم فرصة أخرى لقتلنا.

وهكذا، آثرنا الذهاب إلى موقع آخر.

على الرغم من كل ذلك الخطر، لم تمنعني جان البتة من الذهاب. فكانت تقول: "هذا عملك. فأنا صحفية أيضاً وأتفهم هذا، يا عزيزي". ولكن لظالما أبدت عيناها راحة كبيرة عندما أعود إلى البيت بعد أن أغيب لأسبوعين أو ثلاثة أو أكثر.

اعتادت أن ترسل صديقها الخيالي، ليرافقني في رحلتي، وتقول بكل ثقة: "إنه على كتفي، ولكنه سيذهب معك ويهتم بك". ذات مرة، وأنا على وشك المغادرة، ضحكت من صديقها الحامي الصغير. وعندما سألتها عن السبب، قالت: "إنه يعلم أنكما ذاهبان إلى سرايفو، ولهذا فهو يرتدي زياً موحداً".

قال لي أصدقاؤنا المتزوجون إننا قد نفقد بمرور السنوات معاً تلك
الشرارة والطاقة، ولكن ذلك لم يحدث لنا قط ربما لأن عملي والأخبار
التي أغطيها خارج لندن غيرت شكل علاقتنا وزادت متانتها. فعندما
أعود من رحلة ماء، اعتدت أن أتصل بها من المطار لأخبرها أنني في
طريق العودة إلى البيت وإلى أحضانها مجدداً.

سواء أكنّا في شقتنا في لندن أو في طوكيو، عندما كانت جان
تسمع المصعد يصل تفتح باب الشقة وتذرع المكان منتظرة لشدة
خوفها أنني ربما لست عائداً فعلاً أو أنها غير مصيبة ثم تقول: "يا
عزيزي! أهذا أنت حقاً؟".

فكنّا نعانق بعضنا بكل لطفة وشوق ثم نغلق باب الشقة خلفنا
ونحن لا نطيق الانتظار للدخول إلى البيت ونضم بعضنا براحة وشغف.
إن نفاسة ما أملكه وأنا بقرب جان، جعلني أشعر أحياناً بالخشية
في أثناء قيامي بعملتي. وتمنيت أن أعيش إلى الأبد لأبقى إلى جانبها.
نعم، إلى الأبد. فقد كنت واثقاً من أن الكثير من المغامرات لا تزال
بانتظارنا.

ومع ذلك، فقد عرضت لنفسي لمجازفات خطيرة بقبولي لتلك
المهمات وسفري إلى بعض تلك الأماكن. فقد كان الناس يطلقون
الرصاص ويقتلون بعضهم ولا يأبهون كثيراً لوجود شخص مثلي في
طريقهم، ولكنني ذهبت لأن شعوراً خالجي بأنني سأظل بأمان. إن
الصحفيين لديهم اعتقاد غريب بأنهم لن يتعرضوا لأي مكروه، ولكن
كان لديّ اعتقاد آخر، وهو أنني وجان لن نفترق أبداً.

فما الخطب الذي من الممكن أن يحل بالثنائي المحظوظ، عزيز

وعزیزته؟

الدخول إلى عالم النسيان: المرحلة الثالثة

من الممكن تشخيص مرض ألزهايمر لدى بعض الأفراد الذين يعانون من هذه الأعراض ولكن ليس جميعهم. يبدأ الأصدقاء وأفراد العائلة أو زملاء العمل يلاحظون عجزاً لدى المريض. ومن الممكن قياس مشكلات الذاكرة أو التركيز في الاختبارات العادية أو تمييزها في جلسة طبية مطولة. وتتضمن الصعوبات العادية تذكر بعض الكلمات أو الأسماء وقراءة فقرة مكتوبة وتذكر بعض المعلومات أو فقدان غرض ثمين أو وضعه في غير مكانه المناسب، ونقصاً في القدرة على التخطيط أو التنظيم. (مراحل ألزهايمر السبع من موقع www.alz.org، جمعية ألزهايمر).

بدأت الأعراض تتزايد. وبينما أخذت جان تتغير، بقيت أنا ثابتاً كالصخرة وصامداً في عزمي ورفضني التام أن أرى أو أسمع ما يجري أمام عيني بالرغم من وجود الأمثلة التي تثبت مرضها. تذكر ابنتي إيميلي قصة ذهابها إلى التسوق من متجر البقالة في طوكيو مع جان. وقد كان هناك عرض ترويجي خاص. فربحت جان جهازاً لعرض أقراص الدي في دي. وعندما وصلنا إلى البيت، عثرت جان على الجهاز في حقيبة التسوق. فقالت: "من أين أتى هذا؟". قالت لي إيميلي لاحقاً: "لم تستطع حتى أن تتذكر ما حدث قبل نصف ساعة، يا أبي".

إن الناس يخفضون عني الآن بالقول إن تجاهلي المتعمد لما جرى أمام عيني لم يكن ليحدث أي تأثير في تقدم المرض. إذ إن هذا ليس شبيهاً بتأخر العلاج لمرض السرطان، حيث من الممكن للتأخير أن

يسبب الموت. فاكتشفت أنهم على حق بالرغم من أن هذا لم يجلب لي أي عزاء.

كان هناك شيء من الأنانية في تصرفي. فقد رفضت أن أواجه نهاية حلمي ونهاية ثنائي عزيزي وعزيزتي ونهاية كل شيء بيننا من حولنا في حياتنا. ورفضت جان أن تتقبل أنها تعاني من مشكلة. فلم يحدث تشخيص المرض أي اختلاف ملحوظ في مزاجها. وشعرت أنها لا تستطيع أن تستوعب معنى الرعب الذي ينتظرنا أو ترفض ذلك. وعلى العكس تماماً، فقد بدا أنها تعاني من حالة إنكار مثلي تماماً.

لو أنني تقبلت الوضع وأدركته وتمتعت بالحكمة الكافية لأرى ما ينتظرنا، لغيرت مجرى حياتنا كلها. هذا هو ما يفعله الإنكار... إنه يسلبنا اللحظات التي كان من الممكن أن نحظى بها.

هلا أشرحها لكم بالتفصيل؟ إنني أتحدث عن الرحلة البحرية التي اعتزمنا القيام بها بعد أن ادخرنا من البطاقة الائتمانية وقترنا على أنفسنا ولكننا لم نجد الوقت الكافي للقيام بها، والرحلة على متن القطار الشرقي من باريس إلى البندقية حيث أردنا أن نتأق للذهاب إلى العشاء وننظاها أننا عدنا إلى العشرينات من القرن الماضي، أو مجرد قضاء المزيد من الوقت في بيتنا في شمال كاليفورنيا ونحن نتأمل الأمواج وننتظر غروباً آخر للشمس.

لو أن هناك مهلة نهائية محدّدة أو مخطط للقيام بهذه الأمور لقمنا بها. ومن لا يفعل ذلك؟

لكن المرض لا يتقدم بتلك الطريقة، فهو ينهش الدماغ بسرعة تختلف من شخص إلى آخر وأحياناً يتراجع قليلاً ببراعة شريرة لا يمكن التوقع بها، مما يغذي أملنا الكاذب بأن الوقت لا يتفد من بين أيدينا.

لهذا عدنا إلى الروتين اليومي وأجلنا بعضاً من تلك اللحظات المميزة لأننا قلنا لنفسينا إن السنة القادمة لا تزال بانتظارنا. إن الاعتقاد الراسخ بوجود السنة المقبلة يشكل نوعاً من العزاء، فهو يعني أن نتجاهل المشاكل التي نعاني منها أو ربما قد نتغلب عليها. وإن أعدنا خططاً للعام المقبل، فلا بد أن هذا يعني أن جان ستظل موجودة حتى ذلك الحين.

أقنعت نفسي أن هذا التفكير ينطوي على وجهة نظر منطقية وواضحة.

عندما انتقلنا إلى طوكيو في المهمة الصحفية الأولى في العام 1986، أصبحت جان مراسلة إذاعية لأخبار سي بي أس. وفي موسكو، بين عامي 1988 و1990، حصلت على عقدها الخاص لكتابة كل مقالات الإذاعة والتلفاز. لطالما برعت في عملها، وأبدت استعداداً دائماً دائماً للقيام بتغطية الأخبار العاجلة أو القصص المعقدة الطويلة التي تزداع في أخبار عطلة نهاية الأسبوع في سي بي أس أو صباح الأحد.

ثم حدث تغيير في مكتب موسكو. إذ أن سي بي أس عينت مراسلاً آخر في خلال عامنا الأخير هناك. فلم يؤثر هذا تأثيراً مباشراً على عمل جان بسبب وجود عمل كثير كاف لنا جميعاً، ولكن فكرة المنافسة أثارت سخطها. وبالرغم من إمكانية تجاوزها الوضع، فلم يتلاش غضبها ولم تتكيف مع واقع الحال أبداً. وأتت ردود أفعالها غريبة جداً، ولا سيما بالنسبة إلى شخص معتاد على خوض غمار التحديات... وهكذا، انسحبت.

مكثت في شقتنا التي تقع في نفس المبنى تحت المكتب بعدة طوابق. فقابلت غضبها وعزلتها بقلق. وحاولت أن أقنعها بالخروج من حالتها.

وفي لحظة غريبة من لحظاتها، رفضت طلبي واستمرت غاضبة ومنعزلة في الشقة.

الآن أعود بذاكرتي إلى الماضي وأتساءل... ترى هل بدأت الشكوك تساورها أنها تعاني من خطب ما كي تتجنب التحديات الجديدة لئلا يلاحظ أحد ضعفها في إنجاز مهماتها؟ هل كان وصول مراسل جديد عذراً، وليس سبباً حقيقياً، لتخفي ما اعتبرته نقصاً في مهاراتها في الكتابة ونقل الأخبار؟

من العام 1990 إلى أن تم التشخيص في العام 2005.... هناك خمسة عشر عاماً تقع ضمن الجدول الزمني.

بعد أن انتقلنا إلى لندن وأقمنا هناك بين عامي 1991 و1995، قامت جان بين الحين والآخر بالعمل بدوام جزئي لصالح سي أن أن. وفي البداية، عملت على كتابة مقالات لقسم الأخبار الاقتصادية. فوجدت العمل صعباً بسبب التعقيد الذي تتسم به الموضوعات الاقتصادية. فانتقلت للعمل في عمل آخر بدوام جزئي؛ فأبليت فيه بشكل أفضل. إذ إن معظم الأخبار التي قامت بإذاعتها كانت مكتوبة بأقلام الآخرين. واتسمت الأخبار التي قدمتها بصيغة محددة ويمكن التوقع بها، وهي عبارة عن التطورات المعتادة التي تطرأ على سوق البورصة ونفس المعلومات كل يوم مع مجرد تغيير في الأرقام فقط.

اعتادت أن تستيقظ باكراً عند الساعة الرابعة بعد منتصف الليل بسبب المناوبة التي تغطيها ولتوفر لنفسها وقتاً لتأق بشكل جميل. ولطالما شعرت بالراحة لاتباع نمط معين تعرفه جيداً مثل ارتداء الملابس، وهذا ما اعتادت أن تفعله في الماضي في عملها في سياتل. وعندما قل عملها، تضائل اهتمامها بمظهرها. في الواقع، بدت مستريحة

لذلك. وقالت إنه من اللطيف ألا تعمل في ساعات الصباح المبكرة تلك. ولكن أليس هذا دليلاً آخر على تدهور صحتها؟

لاحظت دلالةً أخرى، وهي أنها بدأت تقضي وقتاً أطول في البيت. فوجدت هذا رائعاً في البداية لأنني كنت أتصل بها من مكان بعيد وأنا في مهمة فأجدها في البيت. فإن لم أجدها، وجدتها بعد نصف ساعة لأنها تكون قد ذهبت فقط إلى متجر البقالة المجاور.

لم تعد تحب تناول وجبات الغداء مع الأصدقاء ولا الذهاب في نزهات إلى المتاحف أو السير في متنزه هايدبارك القريب من منزلنا. فقدت رغبتها بالعثور على عمل آخر بنصف دوام. فلم ألاحظ هذا لأنني سررت كثيراً لوجودها في البيت - خاصة - عندما أحتاج أحداً أبتحاذب معه أطراف الحديث.

فإن سألتها عما تفعله في الشقة، أجابني بسرور قائلة: "إنني أملأ استثمارات الضرائب." أو: "إنني أستدرك ما فاتني من قراءة المجلات." أو: "إنني أفرز الرسائل التي وصلتنا بالبريد."

ترى هل شعرت جان بالتغيرات التي بدأت تطرأ عليها؟ ربما لاحظت هذا فأخافها أو جعلها تشعر أنها عديمة الكفاءة. وربما بدأت تعوض عن سنوات كثيرة مضت. إنني أفترض هذا افتراضاً لأنني لم أكن أراها، أو بالتحديد أكثر، لم أكن أريد أن أراها. إذ إنني وجدت ذلك أسهل بكثير من أن أراها تقوم بمثل فرز الرسائل أو ملء الاستثمارات.

بعد أن انتقلنا من لندن عائدين إلى طوكيو مجدداً في العام 1995 للقيام بجولتنا الثانية هناك، عملت كمراسلة إذاعية لإذاعة صوت أميركا. فأبحزت مقالة واحدة أو اثنتين في الأسبوع. وكنا نملك تجهيزات إذاعية في شقتنا. فأصبحت تعمل من البيت، وتقرأ تقاريرها

من غرفة المعيشة. ولم تذهب لتغطي خيراً قط لأنها ليست بحاجة إلى ذلك... أو أنها امتنعت عن ذلك لأنها خائفة؟

ثم حصلت على عقد لعام واحد لتصبح مراسلة طوكيو في أخبار آيه بي سي، وهذا يعني ذهابها إلى المكتب كل يوم، ولكنها وجدت العمل صعباً لخلافها مع مراسل آسيوي آخر. فعرضت أن أساعدها لحل المشكلة. وقلت لها مرة تلو أخرى إننا نستطيع أن نسافر إلى نيويورك ونقابل موظفي محطة آيه بي سي ونسوي المسألة معهم، ولكنها لم تبد اهتماماً بذلك. فواصلت العمل وبذلت ما بوسعها لتكسب مالاً. وبحلول نهاية السنة، تنفست الصعداء فقد انتهى العقد. وقالت: "لن تؤلني معدتي بعد الآن".

لقد أخذت تتغير أمام عيني. وبدأت ثقة تلك المراسلة الصحفية الناجحة النشيطة ورغبتها بالنجاح تنحسران ببطء كما ينحسر المد الهادئ في منتصف الليل.

4

ليست هناك فائدة من البكاء، بالرغم من أنه من المحكوم علينا بالفراق، طالما أننا نحفظ بالذكرى في قلوبنا".

- الكاتبة الإنكليزية تشارلوت برونتي

عن باري

انفجرت قذيفة الهاون على بعد مائة ياردة مني. حدث ذلك في فترة متقدمة من العصر. فانبطحت بشكل غريزي.

قال نقيب من الجيش يدعى ستيف غفيتتر: "إنهم متمردون. لا بد أنهم رأونا ويحاولون اقتناصنا".

لقد حالفني الحظ لنجاتي في ذلك اليوم. فقد حدث ذلك في صيف العام 2004 في خلال وجود الجيش الأميركي في العراق تحت حصار يومي في أنحاء البلاد. وكنا يومئذ نقوم بتغطية الأحداث حيث وقفت لأتحدث أمام الكاميرا في مدينة الصدر، وهي المركز الحيوي للمقاومة ضد أميركا. وأخذت السيطرة على مدينة الصدر تتأرجح بين القوات الأميركية التي تستولي عليها خلال النهار والمقاومين الذين يستردونها، تقريباً، دائماً في الليل.

لطالما شكل غيابي في مهمات طويلة، قد تمتد لشهر أو أكثر، إحدى حقائق حياتي مع جان، ولكن بغداد كانت أصعب مهمة حتى ذلك الوقت بالنسبة إليها. ركزت اهتمامي قبل السفر على الاستعداد للرحلة والحرص على أن أخذ سترة جيدة واقية من الرصاص وخوذة.

واتصلت أيضاً بأناس ذهبوا إلى هناك قبلي بحثاً عن أفكار لمقالاتي وريبور تاجاتي ونصائح تعيني على العودة إلى الوطن على قيد الحياة. التزمت جان الصمت طيلة هذا الوقت إلى أن أزف وقت الرحيل. وفي خلال تناول الفطور، بدت زوجتي المشرقة ودائمة التفاؤل شبه خرساء. فاستغربت ذلك التصرف منها لدرجة لم أستطع استيعابه.

اتصلت بها من المطارات المتعددة التي مررت بها في خلال اليوم وأنا في طريقي إلى الشرق الأوسط، كما اتصلت بها من الأردن في الليلة التي سبقت رحلتي إلى بغداد. فلاحظت أنها استعادت شيئاً من مزاجها المرح أو أنها فعلت ذلك فقط لتبهجني. وقالت لي إنها واثقة من أن مكروهاً لن يحدث لي. إذ إن اعتقادها الراسخ والعميق سيحول دون وقوع ذلك.

أيقنت أنها في كل لحظة أمضيتها في بغداد كانت تتساءل عن حالي. ترى هل هو آمن في الفندق أم يتحول في الشوارع لينقل الأخبار؟ ترى هل تحملت أن تشغل التلفاز وتشاهد الأخبار المسائية على المحطة التي تبث من لندن وتطلع على الأحداث التي وقعت في ذلك اليوم لتعرف إن كان هناك خبر عن أي صحفيين أميركيين قتلي؟

آنذاك في بغداد، كان الصحفيون مستهدفين للاختطاف والقتل. فأصبح بعض مواطنينا يقضون معظم أوقاتهم في بغداد محتبئين في فندق المنصور حيث يقع مكتب أخبار سي بي أس. وأنفقنا جزءاً كبيراً من ميزانيتنا على الأمن الذي ينقسم إلى أمن خارجي مؤلف من حراس عراقيين بكامل أسلحتهم في كل المداخل بما فيها موقف السيارات، وأمن داخلي مؤلف من رجال مدججين بالسلاح وظفتهم شركة بريطانية وتدربوا في الجيش البريطاني على حماية حياتهم وحياتنا، كما كنتُ أمل.

كان رئيس فريق الأمن البريطاني الخاص بنا يلقب سموك. فأجرى محادثة معي في اليوم الأول على وصولي. وشرح لي أنه سيجلس في المقعد الأمامي لسيارة المرسيدس المصفحة التي سركب فيها كلما ذهبنا لتغطية أحد الأخبار. وعلمي أيضاً كيف سيتوجب علينا أن نتولى حل المشكلات في خلال وجودنا خارج السيارة. فقال لي بلهجة واقعية لا تدل على أننا نناقش موضوع حياتي: "إذا اقترب منا شخص أو شخصان، فسأطلق عليهما النار. وإن كان هناك حشد كبير، فلن أفتح النار عليهم لأنهم سيفوقونا عدداً بكل الأحوال، وهذا سيزيد من حدة غضبهم أيضاً، ولهذا فسنستسلم ونرى ما سيحدث لاحقاً". هذه قواعد العمل التي يجب اتباعها. فتنيتها وكأنها قواعدي أنا أيضاً.

طيلة سبعة أسابيع عملت في هذه المهمة في العراق وأنا أعيش على السجائر (فقد بدأت أدخن من اللحظة التي دخلت فيها ذلك المكان) والبسكويت ولم أجمع أي نوع من المشروبات. إذ إنني أردت أن أحافظ على يقظتي لأنه قد يتوجب علينا أن نهرب من الفندق في أي لحظة. إذ إنهم بدأوا يتبعون تكتيكاً جديداً يقوم به رجال مسلحون بالأسلحة الثقيلة باقتحام الفنادق التي يقيم فيها الصحفيون والمسؤولون في الساعة الثالثة بعد منتصف الليل.

حال خروجنا من الفندق، تسلسل إلينا شعور من الخوف ومقدار لا بأس به من الشك والريبة. فإن رأيت شخصين يتحدثان في إحدى الزوايا ثم يرفعان نظرها ويحدقان أو إلى سيارة تخفف سرعتها من دون سبب، شعرت بجسدي ينقبض. هل يلاحقونني؟ قد يعتبرني الخاطفون صيداً ثميناً. فأنا أجنبي وصحفي وأميركي، ولهذا تعلمت أن أبقى عيني وأذني مفتوحة.

إنه شعور مزيف بالأمان. إذ تعرض صحفيون آخرون من بينهم أميركيون للخطف والاحتجاز طلباً للقضية. وقتل صحفيون آخرون من بينهم صحفيان من سي بي أس في خلال تغطيتهم لإحدى المهمات بعد مرور فترة طويلة على مغادرتي للبلاد.

لم تكن كل مهماتي في الخارج خطرة إلى هذا الحد. فقد عملت على تغطية أخبار في باريس عن أحدث خطوط الموضة أو في ويلز عن الجوقات الموسيقية التقليدية، ولكن كل أسفاري اتسمت بنظام واحد، ألا وهو الذهاب والقدوم أحياناً من دون أي تحذير أكثر من مكالمات هاتفية سريعة وأنا متوجه إلى المطار.

مازحت جان مرة أنه إذ رغب أحدنا في علاقة مع شخص آخر بعد مرور سبع سنوات من الزواج، كما يشاع لدى الناس، فسيستغرق هذا أربعة عشر عاماً بالنسبة إلينا لأنني أبقى غائباً عنها نصف الوقت. كنت أنفذ ما يطلبه مني رئيس المكتب أو المحرر الأجنبي أو المنتج المنفذ لهذا البرنامج أو ذلك. ولطالما قالت جان إنها تفهم طبيعة عملي وتتقبل ما يتطلبه مني، وهذا أحد الأسباب العديدة التي بسببها غيرت جان حياتي. فقد شعرت أنني محظوظ وموفور النعمة عندما وقعنا في الحب لأن حياتي قبل جان لم تكن أكثر من كابوس مرعب من صنع يدي.

نشأت طفلاً مدلاً في عائلة عسكرية دائمة التنقل بين المهمات إلى أن أصبحت في المدرسة الثانوية. فتقاعد والدي من الجيش الذي بدأ فيه كرجل طائرة في الأيام الأولى من الحرب العالمية الثانية. وانتقلنا إلى مدينة سيدني الصغيرة في شرقي مونتانا التي تتباهى بعدد سكان لا يتجاوز خمسة آلاف في يوم مزدحم. وهناك استقر جدي الدنماركي المهاجر وزرع أرضه وهناك أيضاً نشأ والدي. لقد انتقل جدي مع

عائلته إلى هناك في العام 1920 لأنها تضم مجتمعاً كبيراً من المهاجرين الدنماركيين ودار عبادة لوثرية تقيم مراسمها الدينية باللغة الدنماركية. وقد تكون على الأرجح البلدة الوحيدة في أميركا التي يفوق عدد أفراد عائلات مثل بيترسن وهانسن ولارسن فيها عدد أفراد عائلة سميث في دليل الهاتف.

عندما بلغت الخامسة عشرة من عمري، قررت أن أصبح صحفياً. فاستغرقت سنتين إلى أن تقاضيت أجراً لقاء عملي. وقبل دخولي إلى الكلية، حصلت على وظيفة صيفية في صحيفة أسبوعية محلية، وهي صحيفة سيدني هيرالد. وسرعان ما أدركت أن العمل ليس متعلقاً بالصحافة بل مجرد عمل يدوي عادي. فقامت طيلة الوقت بكنس المكتب والمساعدة بمهمات الطباعة الصغيرة مثل تثبيت رزم الأوراق معاً إلى جانب مهمة غسل الحبر عن الرقائق الرصاصية الخاصة بالمطبعة القديمة التي طبعت آلاف الأعداد وهي تصفر وتقعقع. فإن كان يوجد أي حبر طباعة في دمي فقد تسرب إليه بشق النفس. إذ إنني كنت أستغرق يومين أو ثلاثة أيام وأنا أغسل يدي بقوة وجد لأزيل عنهما آثار الحبر.

كان الجزء الأفضل يحدث عندما يتوجب عليّ أن أعمل على تغطية خبر عاجل ما. ذات يوم، وصلنا خبر عن حريق في غابة غرب المدينة. فسمح لي المحرر أن أسرع وبحوزتي دفتر ملاحظات وكاميرا. فرمقته بنظرة حادة تدل على عمري الغض. ولا بد أنه ابتسم حالما غادرت المكتب.

حالما تخرجت من كلية الصحافة في جامعة نورثويسترن، انتقلت من عملي كمراسل صحيفة في ميامي وشيكاغو وأوماها وميلووكي إلى مراسل محطة تلفزيونية في ميلووكي ثم في مينابوليس. فحصلت على

فرصتي الذهبية عندما وظفني مكتب لوس أنجلوس التابع لأخبار سي بي أس في العام 1978. كنت مراسلاً مبتدئاً، وهذا يعني أنه إن تكشفت أحداث خبير ما في بورتلاند في الرابعة من عصر يوم الجمعة، فأنا الشخص الوحيد المستعد والمتلهف للانطلاق لتغطيته. فكنت أغادر البلدة في الحال، وهذا يعني أن أترك زوجتي السابقة، وأدمر خططنا لقضاء عطلة نهاية الأسبوع معاً... مرة أخرى. ولم يمض وقت طويل حتى أصبحت مقننعة أنها تأتي في المرتبة الثانية في لائحة أولوياتي بعد تغطيتي لخبر رئيس قد يذاع في نشرة أخبار المساء.

يتطلب الأمر مزيجاً بين العمى والغرور معاً لتدمير الزواج. ولا بد أنني عانيت من كلا الأمرين في زواجي الأول. فنجح زواجنا لمدة ثلاثة عشر عاماً وأنجبت ابنتين رائعتين، ولكننا جعلنا العديد من المحامين أكثر ثراء جرّاء طلاقنا غير الودي.

هذا هو الوضع البائس الذي كنت عليه عندما قابلت جان. فلم يعد لديّ الكثير لأقدمه بسبب إفلاسي ورعايتي لطفلي الصغيرتين بالمشاركة مع زوجتي السابقة. ولا أظن أن هذه تعد عوامل جذب جيدة للمواعدة، ولكن جان لم تنظر إلى الأمر من تلك الزاوية. فقررت أن أفضل خطة لي هي أن أثبت أنها محقة فعلاً.

في الواقع، ليس هناك الكثير من الصفات المشتركة بيننا. فقد كانت جان تتحدث اللغة الفرنسية بطلاقة والإيطالية بشكل جيد، على عكسي تماماً، كما أنها درست تاريخ الفن الأوروبي في الجامعة بينما درست أنا الصحافة والتاريخ الأميركي والسياسة. وتخرجت من جامعتها بدرجات جيدة، أما أنا فلا. واتسمت شخصيتها بالجادية، مما جعلها تحظى بعدد كبير من الأصدقاء، بينما كنت أنا هادئاً ولا أثق بالحياة بما يكفي لأن أتخذ الكثير من الأصدقاء، ولكنني أظن أن هذه

الاختلافات هي ما جذبني إليها. فأصبحت أستمتع بالعناية بها وأشعرها بالأمان في جبي لها. وسررت كثيراً بتكريس نفسي لإسعادها. كانت تعني بي عندما أرى العالم كله يتلاشى من حولي، فأجد عزائي في رفقته. لقد حققت من هذه الصفقة فائدة تفوق ما حققته هي لأنني استلهمت الكثير من حماسها للحياة وروحها المحبة للمغامرة. لقد سنحت لها فرص أخرى كثيرة في حياتها. فقد تزوجت من قبل، ولكن زواجها انتهى بكارثة. وذكرت مرة أن محامياً ثرياً من سياتل عرض عليها الزواج، ولكنها رفضته. فقد أرادت المزيد، وذلك المزيد هو أنا. فمازحتها قائلاً إنها ستحظى بحياة أكثر راحة واستقراراً لو أنها تزوجت ذلك المحامي، ولكنها بالطبع ضحكت لسماع هذا الكلام.

عملت جاهداً بشتى الطرق لأثبت أنها محقة، إحداهما هي تقديم مفاجآت سارة لها. ففي إحدى السنوات، أعادتنا سي بي أس من موسكو إلى نيويورك لأتمكن من العمل في برنامج الأخبار الصباحي في خلال الإجازة. فصادفت المهمة ذكرى ميلادها في الأول من شهر أيلول.

فوجدت في هذا فرصة أستطيع بها أن أعوضها عن كل الأشياء التي بذلتها من أجلي كحبها التي أغدقته عليّ بلا شروط. واستمتعت بالتخطيط لليلة مميزة من أجلها لأن هذا يعني التفكير بالأشياء التي تحب القيام بها بصحبي. وأردت أن نحتفل في تلك الليلة ونحن نشترك بتلك الأشياء في ما بيننا، ولهذا فقد حجزت طاولة للعشاء في قاعة قوس قزح في قمة مركز روكفيلير. فتناولنا الطعام واحتسينا الشراب بينما راحت أضواء المدينة تحتنا تلمع لأعيننا وحدنا. وعزفت الفرقة الموسيقية. فرقصت معها (رقصاً سيئاً) مرة تلو أخرى.

عندما عدنا إلى الفندق، أعطيتها مفتاح الغرفة لتفتح الباب وترى مفاجأتها التالية. فوجدت في وسط الغرفة تمثالاً معدنياً مستديراً من الهند. كانت قد أعجبت به ونحن نتسوق في أحد الأيام. فتسللت عائداً إلى هناك واشتريته لها. وبدا روحياً وغامضاً مثلها. فأحبته كثيراً. ولا أزال محفظاً به حتى الآن كتذكارة لتلك الأمسية الرائعة التي أدخلت السرور إلى قلوبنا.

لقد عشقت جان الاحتفال بالحياة ومباهجها. وسمحت لي أن أبني حولها مكاناً تحتفل فيه بحياتها التي تجوب فيها القارات وهي في غمرة التجارب والمغامرات وتجده فيه ملاذاً آمناً ينتظرها دوماً... وذلك هو حبي لها.

الجدول الزمني

كانون الثاني 2006

مستجدات حالة جان بقلم باري للعائلة والأصدقاء

أعلم أن رسائل جان الإلكترونية لا تزودكم بمعلومات دقيقة. ويجب علينا ببساطة أن نتقبل هذا. إنها غامضة نوعاً ما بشأن التفاصيل في هذه الأيام كما أنها مترددة بشأن مناقشة حالتها. وأظن أن هذا أمر يستحق أن نتفهمه. وكل ما يسعني قوله هو: استمروا بإرسال الرسائل لها وسأستمر بتشجيعها على الرد عليها. وإن كانت لديكم مخاوف معينة تسريدون مناقشتها معي وحدي، فأرسلوا لي رسالة وسأجيب عليها.

في الوقت الحاضر، لا تزال جان تبلي حسناً. ولا أستطيع أن أضمن لكم الوقت الذي سيستمر عليه هذا الوضع، ولكنني أعدكم بأن أبذل كل طاقتي لأطيبه. أفضل التمنيات من طوكيو.
- المخلص باري

5

لن أنسى ما حبيت الأيام التي قضيتها معك. ابق صديقاً لي لأنك دائماً ستجدني صديقاً لك".

- الموسيقار الألماني لودفيغ فان بيتهوفن

جان التي نعرفها

أحب أن أعتقد أنني جعلت جان تشعر أنها محبوبة كل يوم. ولم أعبر عن هذا بمجرد الكلام. إذ لطلما عبرت لها بضمّة أو عناق أو نظرة من فوق مائدة الإفطار تستطيع أن ترى بها من عيني مقدار حبي لها. فإن رأت نظري لها، ابتسمت لي ابتسامة عذبة، وهذا أبلغ من الكلمات. لطلما اعتبرتها مقتصرة عليّ وحدي، ولكن هذا ليس صحيحاً على الإطلاق. فقد اعتادت جان أن تمنح ابتسامتها وتفاؤلها لكل من يدخل عالمها. وبمرور الوقت، أصبحت خسارة جان التي نعرفها أكثر وضوحاً. فقد بدأ أفراد عائلتي وعائلتها يفتقدون حيويتها وحنانها وحس فكاهتها الدائم الحضور.

أصبح من عادة الناس أن يرسلوني، محاولين مؤاساتي، بعض الملاحظات وتذكارات من قصصهم المفضلة. إنها صور قلمية موجزة ومعبرة حدث بعضها قبل أن أعرف جان، وهذا يجعلني أحبها لأنني أستطيع من خلالها أن أراها قبل أن نلتقي.

قبل أن ألتقي بها بوقت طويل، بدأت جان العمل في محطة تلفاز كسيرو في سياتل منذ العام 1976، كإحدى أولى المراسلات في سوق

سياتل. ولم يمض وقت طويل حتى انضمت إليها آني بوش مارشال في غرفة الأخبار. فكتبت آني تقول:

"التقيت جان في أيلول من العام 1979 عندما أتيت للعمل في محطة تلفاز كيو كمراسلة. وسرعان ما تصادقنا. فكنا السيدتين الوحيدتين على الهواء لعام كامل. إذ أصبحت أعمل أنا في المناوبة النهارية وجان في المناوبة الليلية. وباعتبار أن تلك هي باكورة أيام عمل النساء في غرفة الأخبار أو قوة العمل بشكل عام، فقد ساد حولنا عالم رجولي. فعملنا جاهدتين لنؤكد على ذكائنا الحاد وعزميتنا وفطنتنا لنعوض عن جنسنا وطولنا لأننا كنا قصيرتي القامة.

ذات يوم، أتى مدير الأخبار لزيارتنا. فراقبني وأنا أذيع الأخبار لفترة الظهيرة وسألني عن سبب قلة حركتي في الاستديو. وقال إنني بدوت متصلبة، والجواب على هذا بسيط جداً، وهو أن قدمي لا تلامسان الأرض لقصر قامتي. فكان عليّ أن أرفع كرسي قليلاً لئلا أبدو ضئيلة الحجم أمام المذيع الطويل، ولهذا وضع عامل الاستديو صندوقاً خشبياً مغطى بسجادة لأسند عليه قدمي بينما أقدم الأخبار.

تجولت وجان بهذا الصندوق العجيب في أنحاء غرفة الأخبار ليتسنى لنا أن ننظر أفقياً إلى عيون من نقابلهم. فاستمتعت جان بشكل خاص بالوقوف على الصندوق والتحدث إلى بعض الرجال الطوال الذين يتجاهلون الفتيات الصغيرات. في الواقع، لقد شحنها هذا الطول الإضافي بطاقة جديدة. فأجرت بعض المحادثات الناجحة. وشعر أحد الرجال بعدم الراحة بشكل خاص مع جان عندما أصبحت أطول وأقوى بحيث إنه طلب إليها أن تنزل عن الصندوق. فسررت وجان كثيراً من المشهد برمته.

بعد بضعة أيام، أرادت جان أن تقنع أحد المتتجين بوجهة نظرها
حيال إحدى المقالات، فذهبت إلى الاستديو، وأخذت الصندوق معها.
وتابعت مناقشة رأيها وهي واقفة على الصندوق. فانتصرت".

إنني أدرك شعور الرجل الذي خسر النقاش. فقد كانت جان
بمجرد امرأة شقراء جميلة، ولكنها ظلت صامدة في موقعها إلى أن
انتصرت وأثبتت صحة رأيها. وبدأت مستريحة وواثقة من اعتقادها
وطريقتها في العيش في هذا العالم. فإن خطرت لها فكرة جيدة، سرعان
ما أتيناها لأنها كانت محقة غالباً.

لقد بدأت ثقتها بنفسها نابغة من كونها الأكبر سناً والتي يتوجب
عليها أن تراقب الآخرين وهم أطفال والتي يتطلع إليها الآخرون دائماً
بإعجاب باستثناء الوقت الذي يعتبرونها فيه متطفلة ومتعالية من دون أن
يدركوا أنها ترى هذا الوصف مجاملة لها.

بعد أن انتقلت جان إلى سان فرانسيسكو لتعيش معي، أصبحنا
نستقبل بين الحين والآخر زيارات من أفراد عائلتها ولا سيما أشقائها
وشقيقاتها الأربعة. وكانت جان بطلة في نظر شقيقها الصغير ديف.

قال لي ديف: "إن جان أختي الكبرى، فهي تكبرني بتسعة أعوام".
لم يتسن لديف الكثير من الوقت للنشوء معها. إذ عندما التحقت جان
بالكلية، كان لا يزال في المدرسة الابتدائية.

في خلال دراستي في الكلية، زرت منطقة باي آيريا للمشاركة في
دورة لعبة اللاكروس في جامعة ستانفورد. وكانت جان تعمل في محطة
أن بي سي في سان فرانسيسكو. فتحمست للقيام بهذه الزيارة. لقد
أرعب منظري، بعد تلك المباراة، كل من قابلته. يتذكر ديف ما حدث
بالم قائلًا: "لقد أصابني مضرب اللاكروس على فمي. فتورمت شفتي
ونزفت وأصبحت كحبة مشمش كبيرة. وفي الليلة التي سبقت

زيارتي لك ولجان في سان فرانسيسكو، نمت على مرج حديقة والديّ
أحد زملائي في اللعبة، ولهذا فقد بدا شعري واقفاً منتصباً. ولم أكن قد
استحمت منذ المباراة. وبدأت شفتي المتورمة فظيعة جداً.

عندما وصلت إلى محطة التلفاز في وسط المدينة، ظنّ الحراس أنني
متسكّعٌ يمضي ليليه متشرداً في الشوارع ويعيش حياة قاسية، ولكن من
حسن الحظ، أن نزلت جان الدرج سريعاً وعانقتني ثم ضحكت من
مظهري.

أعطتني مفاتيح سيارتها، وأرشدتني إلى المنزل. وبعد أن قمت
بالاستحمام وأخذت قيلولة، ذهبنا لتناول العشاء وضحكنا كثيراً. وفي
اليوم التالي، ركبنا الطائرة عائداً إلى البيت وأنا أشعر أنني رجل ناضج
بعد أن اختبرت الحياة في سان فرانسيسكو بفضل أختي الكبرى".

أتمنى لو تستطيع جان أن تتذكر هذه اللحظة التي جعلت أختها
الصغير يشعر فيها أنه ناضج. لم يخطر ببالها آنذاك قط أن ما منحته
بشكل طبيعي جداً قد يعني الكثير للآخرين. إذ إن هذا من وجهة نظرها
بمجرد تصرف طبيعي من الأخت الكبرى وليس فيه أي شيء غير عادي.

لطالما حسدتها على هذا التصرف لأنه شيء صعب عليّ. إذ إنها
استطاعت أن تمنح من دون أن تتوقع الحصول على أي شيء بالمقابل.
فأعجبت بسهولة تصرفها كأخت كبرى أو صديقة حميمة أو زوجة
أحبتني بالرغم من عيوبها العديدة. إن هذه هي طبيعتها ببساطة.

هناك أوقات عديدة منحتني فيها حبها غير المشروط، وخاصة
ذلك الوقت الذي بدأنا فيه انتقالنا من سان فرانسيسكو لتوجه في
رحلتنا الأولى إلى طوكيو ثم إلى موسكو. وقالت مماًزحةً إننا ننتقل من
اليابان التي تعيش سلفاً في القرن الخامس والعشرين إلى موسكو التي لا
ترال قابعة في القرن الثامن عشر.

إن الظلام هو ما يضيفي هذا الشعور السائد في موسكو. فالمصباح باهظة ومن الصعب الحصول عليها، ولهذا فقد كان ضوء واحد فقط من بين اثنين أو ثلاثة من مصابيح الشارع يعمل. وفي ليالي الشتاء الكثيرة، نشر الظلام أجنحته على أرجاء المدينة. وساد الوضع نفسه في بيوت الناس. فاعتادوا الجلوس في الضوء الخافت لمصباح واحد بسبب ندرة وجود المصابيح الكهربائية.

لهذه الأسباب، لم تكن الكتابة شيئاً قد تتقبله جان مني ولا سيما في الرابع عشر من شهر كانون الثاني، وهو اليوم الذي بلغت فيه الأربعين من عمري. كان الطقس شتوياً بارداً ومظلماً في الخارج بشكل يتماشى مع مزاجي الكئيب. فقد جعلني تقدمي في السن عقداً كاملاً، وهكذا اعتبرت الأمر، أشعر أنه كان يجب عليّ أن أحقق المزيد في الحياة، أو الأسوأ من ذلك، أن أفضل سنوات حياتي قد انقضت. فاستغرقت بالتأوه والنظر في المرآة الخلفية للحياة وكل ما أريد فعله هو أن أحتبئ تحت ملاءة السرير وأنا أرثو لحالي.

لكن جان لم تكن لتوافق على هذا التصرف. فقررت أنها لن تدع المناسبة تمر من دون أن يلاحظها أحد ويحتفل بها. وعملت سراً طيلة إجازة الكرسيس التي قضيناها في الولايات المتحدة على شراء أربعين بطاقة معايدة لذكرى ميلادي. وبالرغم من محاولاتي المضنية لتجاهل هذه العلامة المخيفة في حياتي، فقد بدأت تلك البطاقات تظهر فجأة طيلة يوم ذكرى ميلادي على طاولة الفطور وفي غرفة المعيشة وفي غرفة النوم وعلى مكتبي في المكتب. وأخيراً حققت الفكرة تأثيرها المرجو. فنسيت كآبتي وأهيت محادثاتي التي لا نهاية لها مع أي شخص قد يصغي إليّ عن التقدم بالسن. وضحكتُ.

لطالما أبدت جان وحدها استعدادها لخوض مغامرة جديدة ولاقتراح رحلة نقوم بها مع الفتاتين ساحرةً من قلقي بشأن النفقات، ولكن عندما انتقلنا في مهمتنا التالية إلى طوكيو لاحظت أن جان بدأت تتغير. ولم ندرك ذلك حقاً إلى أن تم تشخيص مرضها أخيراً. فأرسلت لي إيميلي رسالة تذكري بها بتلك الأيام:

"كنا نعتزم الذهاب إلى العشاء في كرسمس إحدى السنوات. وأعتقد أننا ربما أردنا أن نجرب مطعماً جديداً. فذهبت وجولي لترتدي ملابسنا ونضع مساحيق التجميل التي اشتريناها من متجر المائة ين (وهذا شبيه بمتاجر الدولار الواحد في أميركا). فزودتنا جان بأي مواد تنقصنا من مخزونها من أدوات الزينة.

بينما كنت وجولي واقفتان مواجهه المرآة، راحت جان توجهننا من الخلف ونحن نضع مساحيق التجميل. وأتذكر أنها شرحت لنا كل شيء عن كيفية تزيين عيوننا لنجعلها تبدو أكبر وطريقة وضع أحمر الخدود على وجتينا وحتى أنها أعطتنا دروساً خصوصية عن أحمر الشفاه! لقد عشنا لحظة من تلك اللحظات الخاصة بين الأم وبناتها، وهذا شعور جميل جداً.

أعتقد أنني أدركت في تلك اللحظة أننا لن نحظى بوجود جان بيننا إلى الأبد، ولهذا فقد اعتزرت بتلك اللحظة السعيدة".

قالت لي إيميلي لاحقاً ونحن نتذكر تلك الأوقات: "إنني آسفة، ولكن هذه الذكرى تخزني".

عندما غادرنا أميركا للمرة الأولى لنبداً تنقلنا عبر البحار، شعرنا بالحنين، ولهذا ادخرنا مبلغاً من المال بعد بضع سنوات، وذهبنا إلى مكان نحب، وهو عبارة عن مجمع سكني يسمى سي رانش يبعد مسافة ثلاث ساعات بالسيارة شمال سان فرانسيسكو وتمتد بيوته مسافة عشرة أميال على طول ساحل سونوما كاونتي.

كلما تمكنا من الترتيب لزيارة الأماكن المتعددة التي أقمنا فيها لقضاء إجازة هناك، اتصلنا بأصدقائنا القدامى من سان فرانسيسكو ليأتوا إلى الساحل ويمضوا الوقت معنا. فكنا نتمشى على الشاطئ في خلال اليوم أو نجلس إلى حوض السباحة الدافئ ونتأمل الليالي المرصعة بالنجوم.

كنت وزميلي جون كارمن نعمل جنباً إلى جنب عندما حصلت على وظيفتي في الصحيفة بعد تخرجي من الكلية مباشرة، ثم انطلق كل واحد منا في رحلته المهنية الخاصة. فانهى به المطاف في سان فرانسيسكو في وظيفة ناقد للبرامج التلفزيونية لصحيفة سان فرانسيسكو كرونيكل. وعاودنا الاتصال ببعضنا عندما نقلتني أخبار سي بي أس إلى هناك. فكان جون من أوائل الأشخاص الذين قابلوا جان عندما انتقلت إلى سان فرانسيسكو لتقييم معي ومن بين الأشخاص الذين كنا ندعوهم غالباً إلى بيتنا في سي رانش. سأسرد عليكم الآن هذه الحادثة الصغيرة التي نسبتها إلى أن ذكرني جون بها قائلاً:

"كان لديّ كلب أبيض من نوع البودل اسمه بيودي. وقد اعتاد التعبير عن بهجته بالحياة بطريقته الخاصة التي تتمثل بالقفز قفزة عمودية مستقيمة أشبه بقفزة الكرة".

"في إحدى عطلات نهاية الأسبوع، قدت سيارتي وبصحبتي بيودي إلى منزلكم الذي يقع على شاطئ المحيط في شمال كاليفورنيا. كان بيودي كلباً معتاداً على حياة المدن. وكانت سي رانش مدينة واعدة باكتشافات جديدة شتى. أعتقد أنني أعلمتكما من قبل أنني سأصطحب بيودي، ولكن القلق ظل يساورني من أن تضمر اعتراضات قوية ضد وجود كلب كبير الحجم وسريع الانفعال كهذا في بيتكما".

"من اللحظة التي دخلنا فيها مدخل السيارات إلى بيتكم، سيطر مزاج شرير على بيودي. وراح يقفز إلى الأعلى والأسفل حول منطقة مشجرة لا بد أنها تفوح بروائح الغزلان وغيرها من الروائح الغريبة التي تبهج الكلاب".

"دخلنا إلى المنزل بينما راح بيودي يقفز عبر المدخل وينزلق باندفاع على أرضيتكم الجديدة المكسوة بالصفائح الرقيقة، ثم توقف متعثراً أمام مضيفيه البشريين وتبول على الأرض. فتمنيت في تلك اللحظة أن تنشق الأرض وتبتلعي من شدة الخزي. ونظرت إلى جان، التي أيقنت أنها محبة للترتيب والنظافة، وأنا أكاد أذوب من الخجل. وكان من المفترض لهذه الحادثة، التي تأتي ضمن السلسلة المفصلة من التقديمات - غير المرغوب - بها لحيواني الأليف، أن تحتل الموقع ما قبل الأخير.

"ردت جان شعرها الأشقر إلى الوراء وانفجرت ضاحكة. أعتقد أنها قد ضحكت لنحو خمس دقائق أو على الأقل إلى أن استعاد نبض قلبي إيقاعه الطبيعي. وسرعان ما خرج بيودي مجدداً. وأخذ يقفز بلا مبالاة على طول الجرف المطل على المحيط الهادئ في الجزء الخلفي لمنزلكم. فظننت أنه سيقوم بقفزة سعيدة كبيرة من فوق الجرف إلى المحيط، ولكنه تمكن من البقاء على الأرض. وأتذكر أنني رأيتك وجان تراقبانه ويبدو عليكما أنكما تستمتعان بذلك المشهد متعة بالغة".

"لقد أضفت جان جواً رائعاً وأنقذت اليوم بفطنتها. ترى ما الذي يشكله كلب صغير مقارنة بتعبير لافت عن حب الحياة بكل ما فيها؟".

الدخول إلى عالم النسيان: المرحلة الرابعة

تكشف مقابلة طبية دقيقة عوامل نقص واضحة وضوح الشمس، كاتخفاض معرفة المريض للمناسبات القريبة أو الأحداث الراهنة، ونقصاً في قدرته على تنفيذ العمليات الحسابية المعقدة ذهنياً، كالد تنازلياً من العدد 75 ونقصاً في قدرته على أداء المهمات المعقدة كتحضير العشاء للضيوف ودفع الفواتير وتدبير الأمور المالية وضغطاً في الذاكرة للتاريخ الشخصي. وقد يبدو الشخص المصاب منطوياً ومكبوتاً ولا سيما في المناسبات الاجتماعية أو التحديات العقلية. (مراحل مرض ألزهايمر السبع من موقع www.alz.org جمعية ألزهايمر).

لاحظت تغييراً آخرَ بطيئاً ولكنه ثابت. فقد بدأت جان تفقد الاهتمام بمقابلة أناس جدد. وعندما انتقلنا عائدين إلى طوكيو في العام 1995، كانت لائحة أصدقائنا طويلة، ولكنها بعد بضع سنوات تقريباً خوّت من أي اسم. ويعود جزء من السبب في هذا إلى إقامتنا خارج بلادنا. وكان معظم الصحفيين ورجال الأعمال يرسلون إلى مواقع أجنبية لعامين أو ربما ثلاثة. فعقدنا صداقات مع صحفيين آخرين مثلنا انتقلوا لتوهم إلى طوكيو.

ولكنهم ما لبثوا أن انتقلوا منها مرة أخرى كما فعل جيراننا الذين أصبحوا أصدقاءنا الحميمين. وفي غضون عامين أو ثلاثة أعوام، رحلوا جميعاً ولم يبق أحد، ولكننا بقينا. وبينما أخذت وجوه جديدة بالظهور، أصبح من الأصعب علينا أن نتواصل معها. إذ إننا لم نعد أولئك السكان الجدد الذين يتعاملون مع مكان جديد غريب. وتطورت اهتماماتنا فانعدم حماسنا لاستكشاف

الأماكن التي يجب على كل قادم جديد أن يزورها كالمعابد والمواقع السياحية.

أما بعض الأصدقاء الذين لديهم استثمار أعمق في اليابان، فقد بقوا لبضع سنوات، ومع ذلك، فقد غادروا جميعاً في نهاية المطاف لأن هذا هو المسار الطبيعي للأمر، ونحن من أصبحنا نعتبر غريسي الأطوار لبقائنا. ووجدنا أن من الطبيعي أيضاً أن تنفد منا الطاقة لبناء صداقات جديدة. إذ إن المجموعة التالية من القادمين الجدد سترحل بدورها كما فعلت سابقتها. وبالرغم من ذلك، فلم أعان وجان وحدنا من هذا الوضع. إذ إن جميع من يمضون وقتاً طويلاً في الخارج كثيراً ما يمرون بالتجربة نفسها.

هذا هو ما رفضت أن أراه وهو مائل أمام عيني. فقد كانت جان امرأة متفتحة ودودة بطبيعتها ومحبوبة من كل من حولها. ومع ذلك، فلم تعارض أو تبدٍ حتى أي رد فعل بينما بدأت حياتنا الاجتماعية تتقلص وتضيق. أقمنا لبعض الوقت بجانب نادي طوكيو الأمريكي، وهو مكان يضم صالة ألعاب رياضية ومسبحاً ومطاعم ومجموعات اجتماعية متعددة. فسألت جان إن كانت ترغب في الانضمام إلى مجموعات نسائية تمول رحلات ترفيهية. إذ إن هذه تشكل طريقة سهلة لتتعرف على أناس قد تتوطد بيننا وبينهم أو أصر الصداقة.

لكنها رفضت وقالت إنها ليست مهتمة بذلك. فتقبلت موقفها ولم ألتح عليها. إذ إن أمورنا سارت على ما يرام في مطلق الأحوال. فظننت أن هذا مجرد دليل على اكتفائنا الذاتي في علاقتنا وأن كل واحد منا يكفي لحياة الآخر. وظننت أن هذا تأكيد على حينا.

في حقيقة الأمر، لا يُعدُّ هذا اكتفاء ذاتياً على الإطلاق بل عزلة تحجزنا عن العالم بينما راح دماغ جان ينغلق على نفسه ببطء شديد.

على مدى تلك السنوات، عدنا إلى الولايات المتحدة عدة مرات لمضي الإجازة في بيتنا في شمال كاليفورنيا. إذ إن جان كانت تحب تمضية الوقت هناك.

لاحظ أصدقائنا في وقت أبكر بكثير مما لاحظت أنا أن فرحة جان لصحبة أناس آخرين بدأت تتخذ منحى بطيئاً وحزيناً، ومن بينهم ماري آيندر، أستاذة علم البيولوجيا ومن القلائل الذين يعتبرون الطاهية والمؤلفة الراحلة جوليا تشايلد ملهمتهم. فإن ماري تطهو بإبداع يوازي إبداع جوليا. فوجبات العشاء عندها تضاهي الولايم الضخمة. أما زوجها جيم فهو مصور فوتوغرافي مشهور تتنوع موضوعات صورته بشكل كبير بين صور بانورامية ضخمة لباريس أو صور طبيعية لشاطئ كاليفورنيا الشمالي. ويبيع معرض آيندر في غوالالا بولاية كاليفورنيا صوراً نادرة متخصصة بأعمال المصور آنسيل آدمز.

عندما سألت ماري وجيم عما لاحظاه في السنوات القليلة الأخيرة، أطلعاني على المعلومات التالية:

"لطالما كانت جان مذهلة ومفعمة بالحياة ورمزاً للذكاء والفتنة، ولكنها لم تعتد أبداً أن تهيمن على الحديث بل أن تقوم بدلاً من ذلك بإضافة تعليق نادر وملائم يغيي تلك اللحظة. وقد تعتقد أننا نستطيع بشكل أفضل أن نلاحظ تطور مرضها لأننا كنا نراكما فقط كل بضعة أشهر عندما تأتيان إلى بيتكما في سي رانش في إجازة، ولكن ابتسامتها البراقة هي ربما التي خدعتنا لأكثر من سنة. وفي نهاية إحدى الأمسيات نظرنا إلى بعضنا وقلنا: "هل سمعت ما قالته جان؟ إنه غير منطقي"، ولكننا عزونا ملاحظاتها الغريبة لسوء السمع.

بدأت ابتسامتها العريضة الرائعة تصبح أكثر رتابة. وبدأت تتحدث بندرة متزايدة. كان كل ما تقوله صحيحاً في بعض الأحيان،

ولكن ذلك أصبح أكثر ندرة. وازدادت فترات صمتها طويلاً وعمقاً. وبدأت تركز على النشاط والمزاج بشدة محاولة بإصرار أن تتشبث بالحاضر وبحقيقة ما يجري حولها.

بدأت جهود جان تهن مع مرور الوقت، ولكنها قاومت بضراوة لتبدو طبيعية من أجل تلك الأوقات. فاعتزنا بتلك اللحظات. إننا نتمنى الآن لو أننا قدرنا جهودها وعزيمتها أكثر، ولكننا لم نود أن نبعث صورة جان التي شيدتها لنفسها ببطولة لتمكن من أن تبقى واحدة من بيننا. وفي آخر مرة رأينا فيها جان، لاحظنا أن جان القديمة أصبحت مجرد ظل من الماضي".



6

"الشفف والخزي يعذبانه وغبضه معتزج مع حزنه".

- الشاعر الروماني فيرجل

الهاوي يكلف بمنح الرعاية

بالنسبة إلى من تمنح رعاية مريض الألزهايمر؟ ليس هناك - عادة - أي تدريب أو دليل أو خبرة. فالإطفائيون يتعلمون كيف يتعاملون مع الخرطوم قبل وقت طويل من السماح لهم بالاقتراب من خطر الحريق الحقيقي. ويمضي الأطباء سنوات في الصفوف والمستشفيات وهم يتعلمون التشخيص والعلاج. وحتى الصحفيون، بالرغم مما قد يعتقد الجميع، يتعلمون ويدرسون ويصقلون مهنتهم. وعندما يتم تشخيص إصابة أحدهم بالسرطان، هناك أخصائيون ومستشفيات وعلاجات تقاوم المرض، ويتولى الخبراء مسؤولية محاربته. ولكن ليس مع هذا المرض. ففي يوم الاثنين نكون أشخاصاً عاديين نؤدي أعمالنا ونعيل أسرنا ونقلق بشأن تسديد الديون أو مشاكل الأولاد. وفي يوم الثلاثاء، ومن دون أي تحذير أكثر من تشخيص طبيب، يتم توظيفنا من دون أن يسألنا أحد في عمل لسنا مهيين له. فنواجه تغيرات مفاجئة تندهور بسببها حياتنا بطرق نعجز عن توقعها.

باستثناء بعض الأشخاص النادرين الذين خضعوا لتدريب طبي، أما نحن الباقين فمجرد هواة في هذا التكليف الجديد وأشخاص عاديون

مؤهلاتهم الوحيدة هي الجغرافية والحب. إذ إننا الأقرب إلى الشخص المصاب بالمرض والأحب إلى قلبه.

يقدر عدد مانحي الرعاية غير المأجورين بعشرة ملايين شخص خمسة ملايين شخص مصابين بالألزهايم وفقاً لدراسة قامت بها جمعية الألزهايمر. وقد كان من الممكن أن نجني مبلغ 94 مليار دولار مقابل وقتنا وجهودنا. وعندما يتضاعف عدد المصابين بالألزهايمر ثلاثة أضعاف إلى ستة عشر مليون تقريباً بحلول العام 2050، سيرقى عدد مانحي الرعاية غير المأجورين إلى 32 مليوناً.

فإن جمعنا عدد المرضى مع عدد مانحي الرعاية، سنجد أن خمسين مليون شخص تقريباً سيكابدون هذا المرض بحلول ذلك الوقت. إنهم أكثر في الواقع، ولهذا فلا بد أن المرء - حينئذ - سيعرف مريضاً ما أو ستضمن عائلته واحداً أو سيكون هو المصاب بالمرض أو الذي تلقى على عاتقه مسؤولية منح الرعاية. إذ إن هذه هي جميع الاحتمالات الممكنة.

تجلست محاولتي في إتقان هذه المهنة الجديدة في ثلاثة فصول، أولها هو رعاية جان بنفسي والثاني هو استئجار موظفة لتقدم الرعاية لها في المنزل والثالث هو نقلها إلى مصحة رعاية في الولايات المتحدة؛ في الطرف المقابل من المحيط الهادئ لمكان إقامتنا في آسيا. فكاد الأول أن يكلفني عملي والثاني صحي والثالث عقلي.

في سنواتنا الأولى معاً، اشتركت وجان في تدبير جميع أمور حياتنا اليومية. وكنا نعمل ونجني المال. فركزت على العمل بدوام كامل بينما عملت هي بنصف دوام بالإضافة إلى قيامها بكل الأمور الأخرى مثل دفع الفواتير، وهذا ما حافظ على أمور بيتنا ضمن حيز الانضباط. فكانت هي تعد العشاء بينما أشترى أنا الشراب في طريق عودتي إلى البيت.

إن الحياة سلسلة من مشاركة اللحظات العادية بين الطرفين. وتكمن المتعة في المشاركة. فاعتدنا أن نتحدث بلا نهاية عن الأشياء التي نخطط لها معاً مثل استثمارنا العقاري التالي أو الضيوف الذين نريد دعوتهم للعشاء. في بعض الأحيان، اقتصرنا محادثاتنا المسائية على مجرد التنفيس عن غضبنا بعد مرور يوم عصيب. فجعلت مشاطرة همومنا معاً حياتنا أخف عبئاً.

كنا نخلد إلى النوم راضين ونحن نعلم أننا سنستيقظ في اليوم التالي، ونحتسي القهوة، ونتناول الفطور، ونبدأ يوماً آخر نتشاطر فيه السراء والضراء وهناك ما يعزينا ويمنحنا الثقة أننا نستطيع ونحن معاً أن نحمي بعضنا من أسوأ ما يستطيع العالم الخارجي أن يلحقه بنا. لقد شكل وجودنا معاً جوهر قوتنا. فهاجم المرض ذلك الجوهر ودمره. فتلك هي خطته.

من أهم المراكز التي يستهدفها المرض الفصوص الجبهية للدماغ: تعتبر الفصوص الجبهية مركز التحكم بعواطفنا وموطن شخصياتنا. وليس هناك جزء آخر من الدماغ يمكن فيه للضرر (وهو في هذه الحالة إصابة في الدماغ بسبب المرض) أن يسبب هذا العدد الكبير والمتنوع من الأعراض... فالفصوص الجبهية مرتبطة بالوظيفة الحركية وحل المشكلات والعلوية والذاكرة واللغة والمبادرة والمحاسبة العقلية والتحكم بالانفعالات والسلوك الاجتماعي والجنسي. (من الموقع الإلكتروني لمركز المهارات العصبية www.neuroskills.com/tbi/bfrontal.shtml).

لقد وجه تشخيص المرض انتباهي لأشياء رأيتها بعيني. فقد أدركت أن المرض سيغيرنا، ولكن كيف؟ وإلى أي مدى؟ بالنسبة إلى شخص يجب التاريخ، أعادت تلك الأشهر الأولى بعد التشخيص لحظة من تاريخ العالم إلى ذهني. ففي شهر أيلول من العام 1939، غزا الألمان

بولندا، مما أشعل فتيل الحرب العالمية الثانية. فتشكلت التحالفات الأوروبية، وصنعت الأسلحة، واختارت كل دولة الجهة التي ستحاز إلى جانبها، ولكن لم تقع أي معارك ضارية.

دعا البريطانيون هذه الأشهر الأولى للحرب المزيفة. ومضت فترة عصيبة إلى حلول شهر أيار من العام 1940 عندما اقتحمت القوات الألمانية بلجيكا وهولندا ولوكسمبورغ. وفجأة اندلع قتال ضار ورهيب.

في تلك الفترة الهادئة والوجيزة، لم يستطع أحد أن يتخيل مدى الدمار الذي قد تلحقه الحرب العالمية الثانية بالعالم. فقد استحوطت مدن جميلة وناطقة بالحياة إلى حطام، هذا بالإضافة إلى صناعة القنبلة الذرية والدمار الذي أحدثته. وبالرغم من ذلك، تواصلت الحياة بصورة طبيعية في تلك الفترة الهادئة إلى حدّ قد يأمل فيه المرء أن ما سماه وينستون تشرشل العاصفة المتجمعة سينقضي بلا رجعة.

هذا هو الوضع الذي مررت به في تلك الفترة. فقد ازداد لديّ الأمل بعد أن تحولت صدمة التشخيص إلى هدوء قلق عندما لم تظهر أي أعراض خطيرة على الفور. إنها البداية الحقيقية للإنكار. فبدأت أضلل نفسي بالتفكير في أنني ربما قد بلغت في تقدير مدى سوء وضع جان لأن الأشهر الأولى التي مرت بعد التشخيص بدت عادية جداً.

استمرت جان قادرة على القيام بكل الأمور التي اعتادت القيام بها قبل التشخيص... مثل الذهاب إلى متجر البقالة في طوكيو والتمرن في الصالة الرياضية في خلال إقامتنا في الفندق في بكين. وأصبح خروجها من الشقة في كلتا المدينتين أقل بالطبع، وأصبحت أتصل بها في البيت أكثر لأنفق أحوالها، ولكن تملكنا إحساس بأن كل شيء طبيعي وأن الحياة تسير كما يجب.

كنا نتناول العشاء معاً في الأوقات التي لا أكون مسافراً فيها
ونتحدث عن يومنا قبل أن ندخل إلى الغرفة الأخرى لنشاهد فيلماً
كوميدياً. تعمدت تمضية كل أمسياتنا ببهجة وممتعة. وهكذا، دارت
عجلة الحياة بكل هدوء ورقة بالرغم من التحولات المستمرة التي كانت
تطراً على تصرفات جان. فلاحظت أنا ما يجري من دون أن تلاحظه،
ولكنني تكتمت على الموضوع وتماشيت مع التغيير الجديد.

وجدت نفسي رويداً رويداً مسؤولاً عن اتخاذ المزيد من
القرارات. وفي نهاية المطاف، أصبحت أتخذ كل قرار يتعلق بنا كلينا
بدءاً من تنظيم زيارات العائلة والأصدقاء في الولايات المتحدة إلى الطبق
الذي نريد أن نتناوله كوجبة رئيسة على العشاء.

وانتهى أيضاً نشاطنا في تولي مسؤولية تسيير أمور المنزل.
فأصبح حسابنا المصرفي متضخماً لبضعة أشهر من دون أن أدرك السبب
إلى أن اتصل صاحب البيت في طوكيو وقال لي إن جان لم تدفع الإيجار
منذ ثلاثة أشهر. فحررت له شيكات بكل الفواتير. وهكذا، ألقيت
مسؤولية أخرى على عاتقي.

كنا نثق ثقة كبيرة بقدرة الطب على الشفاء. فقررت جان أن
تناولها الحبوب بانتظام واتخاذها مواقف إيجابية في الحياة سيحدثان فرقاً
كبيراً في حالتها. فاهتممت بأمر الحبوب بينما تدفق الموقف الإيجابي
من أعماق روحها.

عمل الدواء على تأخير تقدم المرض لبعض الوقت. ثم بدأ المرض
يقوم بانتهاكات أخرى جديدة. فانتقلنا إلى دواء ثانٍ. ومرة أخرى،
أبطأ الدواء من تقدم المرض. في تلك الأثناء، عملت على تثقيف نفسي
حول الأدوية الموجودة. فشعرت بخيبة الأمل لقدراتها المحدودة. فمفعولها
يدوم لفترة قصيرة فقط بالاعتماد على حالة المريض، هذا إن هي

أحدثت أي مفعول على الإطلاق. في البداية، تحمست حماسة شديدة لسماع قصص عن نجاح أدوية جديدة تجريبية، ولكن هذه التجارب، مثلها مثل كل شيء متعلق بهذا المرض، انتهت بفشل تلو آخر. فتلاشى أمني واهتمامي بتحقيق أي تقدم.

في البداية، استمدت آمالي من تفاؤل جان الطبيعي. فإن هي وثقت بقدرتنا على هزيمة المرض، فلا بد لي من أن أثق بذلك أيضاً. وجعلني هذا الاعتقاد أشعر بالتحسن. إن هناك بكل تأكيد دراسات وإحصائيات مرعبة عن مرض الألزهايمر المبكر وقدرته على التسبب في قصر العمر الافتراضي للإنسان. إذ من الممكن لمرض الألزهايمر أن يقتل صاحبه في خلال الفترة بين ثلاثة أعوام وعشرين عاماً.

لكنني وجان عقدنا العزم على ألا نصبح مجرد رقم في إحصائية أخرى. فمرت أوقات شعرنا فيها بمساعدة الحبوب أننا سنحقق نصراً أكيداً، وهذا ما أسميه بدرء خطر المرض. وأردنا التوصل إلى علاج له، ولكننا كنا سنرضى بمنع حدوث المزيد من التدهور لكي تتمكن جان من أن تعيش بقية حياتها باستقرار. وسنقبل بإحراز أي نتيجة إيجابية.

ساعدتني القراءة حول مرض الألزهايمر أيضاً أن أطلع عن الضغط السذي يعاني منه مانحو الرعاية وكيف أنهم يموتون غالباً قبل الشخص المبتلى بالمرض. فغضضت الطرف عن هذه الحقيقة ظناً مني أن هذه الحالات تتعلق بالأزواج كبار السن كتلك الزوجة الثمانية المرهقة التي تعنتني بسزوجها الثماني وتموت من فرط الضغط والإرهاق، ولكنني نسيت أن منح الرعاية عمل جديد يبدأ بنصف دوام ثم يزداد إلى أن يستهلك كل ساعة من ساعات النهار والليل.

كالكثير من مانحي الرعاية للمصابين بالمرض المبكر، هناك عمل ثماني توجب عليّ القيام به لأنه العمل الذي أحصل منه على راتبي.

فكنت على أهبة الاستعداد للانطلاق ليلاً أو نهاراً إن تطلبت إحدى النشرات خيراً مهماً. ولموقع آسيا في منطقة يختلف توقيتها عن توقيت نيويورك يتوجب عليّ النهوض في منتصف الليل أو الثانية بعد منتصف الليل لأعود إلى المكتب وأكتب نصاً إن كان أحد في نيويورك بحاجة إليه. وإن عملنا على تغطية خير عاجل، توجب عليّ غالباً أن أسهر طيلة الليل مواصلاً العمل بلا هوادة.

في العام 1997، هرعنا إلى جزيرة غوام في المحيط الهادئ لتغطية خبر عن طائرة كورية ارتطمت بسفح تلة في أثناء اقترابها من المطار. فعملت لمدة ثمانين ساعة متواصلة من دون نوم وأنا أكتب الأخبار للبرنامج الصباحي وأخبار المساء والإذاعة وحتى برنامج 48 ساعة، ولكنه ليس الخبر الوحيد الذي كان بحاجة إلى تغطية. فعملي في آسيا ازداد صعوبة عما سبق بسبب التخفيض في عدد مراسلي الشبكة. فعندما تم تعييني أول الأمر في طوكيو في العام 1986، كان هناك أربعة مراسلين لأخبار سي بي أس وأربعة مكاتب في آسيا: في طوكيو وبكين وهونغ كونغ وبانكوك. وعندما عدت في العام 1995، وجدت أن مكاتب هونغ كونغ وبانكوك أغلقت منذ وقت طويل وأن مكتب بكين أصبح لا يضم إلا طاقم تصوير. ومن بين أربعة مراسلين لم يبق إلا واحد، وهو أنا.

أدركت أن هذا العمل أصبح يشكل تحدياً أكبر. فتشاورت مع جان قبل أن نقرر الانتقال. وشعرنا أن الفرصة ستسمح لي لأقوم بتغطية أخبار سبق لمراسلين قبلي تغطيتها، ولكن هذا تطلب مني قضاء المزيد من الوقت بعيداً عن البيت.

بالرغم من ذلك، فقد اعتبرنا الوضع مقايضة منصفة. إذ ربما جعلتني الوظيفة الجديدة أسافر بالطائرة أكثر، ولكن ليس إلى سرايفو

أو بغداد. وبدأت جان مسرورة لأن تستبدل المزيد من الليالي التي تمضيها وحدها وأنا على الطريق في مكان ما في آسيا بليالي الرعب تلك وهي تعلم أنني في مكان يحتمل فيه أن أتعرض للأذى أو لمصير أخطر من ذلك بكثير.

في العام 2002، أقيمت مهمة أخرى على عاتقي في العمل. فقد بقيت حتى ذاك الحين معيناً بشكل دائم في طوكيو، ولكن الصينيين أصروا على أن نبذل المزيد من الانتباه للصين أو نفقد إجازتنا الصحفية. وهكذا، استأجرت سي سي بي أس شقة من غرفة واحدة مفروشة ومزودة بالخدمات في بكين. وبدأت وجان حياة ترحال بين المدينتين. فكنا نبقى في بكين من أسبوع إلى شهر في بعض الأوقات حسب الأخبار التي نحتاج إلى تغطية وعادة من دون أي إعلام عن الوقت الذي يجب أن ننتقل إلى المدينة الأخرى.

كأي مراسل صحفي آخر، لم أكن أعرف، عندما أذهب إلى العمل في طوكيو أو بكين في الصباح، في أي مدينة أو بلد سأنام تلك الليلة. فأي خبر عن زلزال أو عن تحطم طائرة أو أي خبر آخر يتطلب اهتمام المنتج المنفذ هو ما أصبح يسير حياتي المهنية. فاعتدت أن أحمل جواز سفري معي في كل مكان أذهب إليه لأن المكالمات ترد أحياناً حيث يكاد لا يتسنى لي وقت كاف للوصول إلى المطار. إن وصولي في الوقت المحدد هو ما كانوا يتوقعونه مني. فاستحقيت راتبتي لقاء نجاحي في قطع المسافات وتغطية الأخبار.

لم يكن الوقت المتوقع الذي أمضيه بعيداً عن جان يتعدى بضعة أيام، ولكن عندما أرسلت إلى باكستان في أواخر العام 2001 وانتهى بيسي المطاف وأنا أعطي خبر اختطاف مراسل صحيفة وول ستريت دانييل بيرل، امتدت المهمة إلى شهرين كاملين. فقد تم إعدام بيرل على

أيدي خاطفيه في كراتشي بباكستان في مطلع شهر شباط من عام 2002.

أردت أن أعوضها وأشكرها على إقامتها في البيت لوحدها على مجرد مكالمات هاتفية مني وليس على اللمس والعاطفة. فتوجب عليّ أن أطمئنها نوعاً ما أنني على ما يرام حتى بعد تغطية خير عن مراسل آخر تعرض في نهاية المطاف للقتل. وشعرت أننا بحاجة إلى وقت غمضيه وحدنا ونحتفل بنعمة البقاء على قيد الحياة.

اتصلت بوكيل سفرنا وحجزت لها مكاناً على طائرة إلى باريس. فقابلتها هناك وذهبنا للتنزه والتسوق وأكلنا في مطاعم رائعة كما فعلنا للمرة الأولى التي ذهبنا فيها إلى هناك في الأشهر الأولى لزواجنا. لقد حدث هذا قبل تشخيص مرضها بشكل رسمي، وقبل أن يهيمن عبء المرض القائم على كل شيء آخر، ولهذا السبب أصبحت هذه الذكرى جميلة في نظري وعزيزة على قلبي.

ولكن الإقامة في المنزل لم تمنحني أي راحة من المتطلبات المتزايدة في العمل. إذ لم يتلاش الضغط لبث الأخبار على الهواء مباشرة قط ولا سيما في طوكيو. فالمستوى العالي من إنتاج الأخبار هو الطريقة الوحيدة لسداد كلفة مكتب في إحدى أعلى المدن في العالم. فشعرت أن وظائف الآخرين في المكتب مثل المنتج الميداني والطاقم الياباني والمصور والمحرر متروكة إلى حد كبير بين يدي. فإن نجحت والمنتج بنقل أخبار تبث على الهواء مباشرة، بنجح الجميع. وإن تناقص عدد الأخبار قليلاً، وصلت أسئلة كثيرة من المكتب في الوطن، مثل: لماذا تنفق الشركة الكثير ولا تتلقى إلا القليل؟ فأصبح من المهم بالنسبة إلينا أكثر من أي وقت آخر أن نحافظ على صورتنا الإيجابية في نظر المسؤولين في المكتب الأم.

جعل هذا الوضع يومي لا ينتهي أبداً. فإن سمعنا عن وجود خبر جيد يوم الأحد، عملنا جاهدين لنتمكن من بثه على الهواء في نفس اليوم. إن الصحافة تدعى مسوِّدة التاريخ الأولى. فكنت أذهب وأرى الأحداث وأتحدث إلى الناس ثم أصيغها في تقرير أخبار المساء.

قرا به الساعة الواحدة بعد منتصف الليل من يوم الأحد، اتصلوا بي من المكتب لأحرر خبراً يخص آسيا، ولكن عندما وصلت إلى هناك وجدت نفسي عاجزاً عن التركيز وتجميع الحقائق المتعددة التي أنا بحاجة إليها من أجل النص أو لتنظيم شريط الفيديو المخصص لكتابة الموضوع. إن هذا العمل مسؤولي، ولكنني فشلت فيه. فتحدثت على الهاتف مع المنتجة المنفذة، وهي من معارفي القدامى، وأجهشت بالبكاء وأنا أقول إن طاقتي مستنزفة كلياً من شدة الإرهاق. لم أدرك عندئذ، وبقيت غير مدرك لوقت طويل، أن هذا هو ناقوس الخطر الذي يتهدد قدرتي على الاهتمام بعلمي وزوجتي. أي أحمق يظن أنه يستطيع أن يفعل كل ذلك وأن يعمل ويمنح رعايته لمريض، والوضع في كلتا الحالتين لا ينتهي أبداً؟ إن ذلك الأحمق هو... أنا.

تصرفت المنتجة التي أرادت تكليفي بذلك الخبر في نيويورك لتلك الليلة بتفهم وكياسة. وقالت إن القصة ليست على هذا القدر من الأهمية. وطلبت إلي أن أذهب إلى البيت، وأحاول أن أنال قسطاً من النوم.

ولكنني، بدلاً من الذهاب إلى البيت، تمددت على الأرض إلى جانب الهاتف واستغرقت في النوم تحسباً أن تغير رأيها. لقد هزتني تلك الحادثة من الأعماق. ترى كيف آل بي الحال إلى هنا؟ وبينما أنا مستلق على الأرض، تساءلت عما سيظنه رؤسائي إن وصلهم خبر عما حدث تلك الليلة؟ أليس هذا تصرفاً خطيراً يهدد وظيفتي التي

أريد المحافظة عليها؟ إن الإجابة الوحيدة على هذا السؤال هي أنهم سيظنون أنني لم أعد قادراً على أداء عملي ولن ينتهي هذا الأمر على خير.

لم تعمل مكالمات منتصف الليل على إرهاقي. إن اهتمامي نَفَذ تلك المهمة على أتم وجه. وفي صباح أحد الأيام، دخلت إحدى الزميلات إلى مكثبي وسألتني بشكل عفوي: "كيف حالك؟". فأجبت قائلاً: "إنني متعب".

فقلت إجابة على كلامي: "إنك دائماً متعب". ففكرت ملياً في تعليقها. وأدركت أنها محقة. فقد كنت فعلاً دائم الشعور بالتعب، ولكنه تعب ذهني ناجم عن تفكيري المستمر بجان وحالها ومكان وجودها وإن كانت بخير أم لا.

فوق ذلك، فهناك السؤال الذي يقلقني دائماً: هل سأتمكن من الإقامة في البيت تلك الليلة لأعتني بها أم أنني سأسافر إلى مكان ما لأعطي أخباراً ما؟ قبل سنوات من الآن، لم يشكل ذلك مشكلة لأن هذا هو عملي الذي أكسب منه رزقي. وتقبلته جان برحابة صدر، ولكن الأمر لم يعد يتعلق بقبولها أو عدمه. فالسؤال هو: هل ستتذكر أن تتناول حبوب دوائها عند الصباح؟ هل ستذهب لتمشي في مكان ما وتنسى أين هي؟ أو الأسوأ من ذلك: هل ستحاول أن تطبخ شيئاً ثم تأخذ قيلولة وتنسى الموقد مشتعلًا؟

استمرت تلك الأسئلة والمخاوف تصطخب في رأسي. ولم أتجرأ أن أغض الطرف عنها وأتجاهلها. وأدركت أن جان تحتاج إلى من يرعى تصرفاتها بيقظة حادة. فأردت أن أقوم بذلك بنفسي لأنني أحبها، ولكن الحقيقة التي لم تتضح لي بسهولة هي أنني ربما لست ذلك الشخص الذي يعتمد عليه لتلك المهمة بسبب كثرة أسفاري. وبدأ

الضغط يتنامى وكذلك الإرهاق. وتطلب الأمر منى تغطية خير بعيد عن البيت لاكتشف أن رحلتي أخذت تشق طريقها نحو الدمار.

راح السؤال نفسه يقض مضجعي كل يوم: كيف أقوى على مقاومة مرض لا أستطيع أن أهزمه؟ فعثرت على طريقة لهزيمته، ألا وهي أنني صببت اللوم كله على العالم. وتعرفت إلى شعور جديد، ألا وهو الغضب العارم. فبدأ ذلك الغضب يتأجج عميقاً في صميمي ثم تفجر شيئاً فشيئاً إلى أن آلمني. وأخذت مشاعري تغلي وتصطخب في جسدي. استطعت أن أشعر به وهو يبسط سيطرته على جسدي ويبدأ بانقباض في معدتي. فحاول دماغي أن يمنعه ويكبت تلك المشاعر ويرسل لي تحذيرات لأستعيد سيطرتي التي بدأت أفقدها، ولكنني أصبحت بارعاً بتجاهل هذه التحذيرات.

بدلاً من ذلك، استولى ذلك الشعور على كامل جسدي. فبدأ من وجهة نظر الآخرين تنفيساً عن غيظي، ولكن تلك الثورة الداخلية تفجرت في صميمي ضد ذلك المرض الذي باغت جان بالرغم من براءتها وابتسامتها التي تسعد كل من حولها.

استولى ذلك الغضب عليّ ببساطة لأنني عجزت عن كبح جماحه، وربما لأنني أردت أن أنفَس عنه، وتمتيت من كل قلبي أن أفعل ذلك حتى لو فقدت السيطرة على نفسي بين الناس.

لم أستطع أن أوجه غضبي إلى جان بالرغم من أن المرض وما فعله بها هو السبب، ولهذا فقد بدأ ينفجر في أوقات غريبة وتجاه أناس لا علاقة لهم بأسباب نوبات غضبي. فإن ارتكب أحدهم خطأ أو أزعجني، انفجرت في نوبة غضب وصراخ.

ذات يوم، وبينما نحن في جنوبي الصين، خرجنا لتصوير مقابلة مهمة. وكان يوماً جميلاً ألهينا فيه لتونا تناول الغداء على شرف

مضيفينا. فوقف المترجم إلى جانبي والمصور خلفي وعامل الصوت على الجهة الأخرى والمنتج في الخلف يراقب الأسئلة واللقطة. وبينما أنا أطرح السؤال الأول، أوقفني المصور. فالتواصل البصري بدا غير صحيح لأن الشخص كان ينظر إلى المترجم وليس إليّ. فطلبنا إليه أن ينظر إليّ.

فبدأت مجدداً، ولكن عامل الصوت أوقفني بسبب مشكلة بالصوت. فثارت ثائرتي. وبدأت أصرخ وأنفوه بالعبارات المسيئة؛ مثل: أصلح الصوت اللعين. أي نوع من المحترفين أنتم. لا أستطيع التركيز وأنتم تقاطعونني، ألا تستطيعون أن تؤدوا عملكم كما يجب؟

بعد جهد كبير، هدأ روعي. فبدأنا التصوير مجدداً. وفي وقت لاحق، وفي طريق عودتنا، تقدمت باعتذار متلعثم أن السبب هو التوتر وربما لأنني لم أتم جيداً. بصراحة، لقد بدا كل ما قلته عذراً واهياً. ترى ماذا يسعني أن أقول لهم؟ أقول إن حياتي كلها مفعمة بالغضب؟

أصبح الناس الذين أعمل معهم يتوخون الحذر في حضوري خوفاً من أن انفجر لأتفه الأسباب. إذ لم تكن لديهم فكرة عما سيحدث تالياً. فلم ألهم لأنني بدأت أيضاً أتوخي الحذر من نفسي. فإثارة ذلك الغضب العارم أصبحت سهلة لأن ليس له هدفاً حقيقياً. عجزت عن إيجاد حل له ولم أستطع أن أوجه اللوم إلى جان لأنها ليست سبب غضبي. أي فائدة ترجى من أن أغضب من قدرتي؟ إنني لا أستطيع أن أسأله لماذا فعل هذا بجان التي لا تستحق هذا المصير. كيف أستطيع أن أطرد هذا الغضب الذي يملكني كالروح الشريرة؟

ككل مانحي الرعاية، لطالما حسبت نفسي وحدي. ولم أكتشف عكس ذلك إلا بعد أن وصلتني رسالة من صديق كانت صحة زوجته تدهور بسبب البداية المبكرة لمرض الألزهايمر. فشعرت بالراحة لأن

أجد شخصاً آخر عالقاً في هذه الدوامة من المشاعر المتضاربة. واكتشفت أن هذا الغضب معد وأنني لست وحدي على كل حال. سأعرض عليكم جزءاً من رسالته:

"إننا نستمر بالتقهقر شيئاً فشيئاً، في قدرتها على الكلام وأداء حتى أبسط الأعمال، وأنا في قدرتي على التحكم بمزاجي. إنني لا أوجه غضبي إليها أبداً، ولكن كل ما يتطلبه انفجاري هو انحلال عقدة شريط حدائي، فأصبح كقاذفة القنابل".

في أثناء سفري، تملكني قلق شديد بسبب حرصي على سلامتها ولا سيما في خلال الطهي أو بالتحديد استخدام الموقد. لطالما شكل الطهي شفاء روحياً لها، ولكن يؤلمني أن أفكر في حرمانها من هذه المتعة. في الماضي، وقبل أن تصاب بالمرض، أتذكر كيف أنها أرادت أن تعلمني الطهي وهي واثقة كل الثقة من قدرتي على التعلم. فضحكت وقلت لها إنها معلمة رائعة وأشبه بالرسام العظيم بيكاسو الذي يقول لزوجته إنه سيعلمها الرسم لأنه في نظره أسهل من شرب الماء.

ظلت جان مسؤولة عن مهمة التسوق والطهي لنا في خلال إقامتنا في طوكيو. فاعتبرت هذه دلالة إيجابية، ولكن ازدادت المناسبات التي أصبحت تضع فيها العشاء على المائدة ثم تترك الموقد مشتعلاً على أقصى درجة حرارة. فعودت نفسي على تفقد الموقد، واعتبرت هذا حلاً للمشكلة. ولكن ماذا عن الأوقات التي أسافر فيها؟ بسيطة. سأقوم بمجرد الاتصال بها وأسألها عن الموقد. ها قد حلت المشكلة! ومع ذلك، فقد حلت من وجهة نظري أنا فقط، لأنها قد تغلق السماعة ثم تتوجه إلى الموقد لتطفئه، ولكن لن يخطر ببالها أن تقول لي إن الموقد مشتعل.

عندما أخبرت الناس عن تشخيص مرض جان، رأيت الخوف ماثلاً في عيونهم من عبارة مرض الألزهايمر. إذ ثمة رعب بشري طبيعي

من كل الأمراض. قد تسلبنا بعض الأمراض الأخرى شيئاً من قدراتنا. وقد تبدو تأثيرات بعض الأمراض الأخرى مرئية، ولكن هذا لا ينطبق على هذا المرض. إذ إنه يسلبنا كل ما نملكه منذ الولادة، كالعقل والذكريات والقدرة على الكلام والحلم والتخيل. إنني حتى الآن لا أزال عاجزاً عن استيعاب ماهيته وسأبقى كذلك ما لم يصيبي أنا.

عندما نرى الشخص الذي يبدو كما تبدو جان، وهي لا تزال جميلة ومتوثبة بالحياة، يدفعنا ذلك لأن نرفض أنها تعاني من أي مرض. إنني أعرف هذا الرفض جيداً لأنني فعلت الشيء ذاته تماماً. فقد أخذت أضلل نفسي بأحلام اليقظة وأتخيل أن لحظة محددة كاللحظة التي قررنا فيها أن نبقي معاً ستأتي يوماً ما. وتخيلت جان تتحسن فجأة بعد تقدم علمي مفاجئ ثم ينتهي هذا الكابوس. وبعد أن يتحقق هذا الإنجاز، سنسخر من الخوف الذي سيطر علينا ومن تلك الأيام العصيبة التي ولت بلا رجعة، كل هذا ونحن نرتشف الشراب احتفالاً باستعادتها لصحتها. وبعد ذلك، سنستأنف حياتنا بعد أن عاد كل شيء إلى طبيعته.

ألن يبتدع شخص ما لقاءاً أو حقنة تعيدها إلى طبيعتها؟ يجب أن يحدث هذا قريباً لأنني لا أستطيع أن أتقبل حقيقة المصير الذي سنواجهه. وراح عقلي ينكر الواقع ويأمرني ألا أسمع بوقوع هذه الكارثة.

لم يُحدث الصراخ أو الغضب أي تأثير. وظلت أحلام اليقظة عديمة الفائدة. والأسوأ من ذلك هو أنها عملت على تغذية إنكاري المستمر. فحصلت التغييرات عندما اتخذ المرض قراره، وليس أنا. وحاولت ابتائي أن تساعدني في هذا العمل الجديد كمهتمين بجان في الأيام التي أمضيها معاً. وكان الوضع برمته يفطر الفؤاد.

التقىنا جميعاً في سالم سيرينغز بولاية كاليفورنيا للاحتفال بالكرسمس في العام 2006. فاستأجرت منزلاً له بركة سباحة وعدد كبير من غرف النوم. وحضرت إيميلي وزوجها كريغ بالسيارة من دنفر مع كلبهما. وأتت جولي بالطائرة بعد بضعة أيام. فأمضينا وقتنا ونحن نمرح ونسترخي إلى جانب البركة ونقرأ الكتب. وتسوقنا بعض الزينة التافهة.

اشتريت هدايا للجميع مهداة من الوالد وجان، ولكنني أيقنت أن جان لن تقدم هدية لي لأنني قمت بحزم جميع الأمتعة استعداداً للرحلة. فأتيت والفتاتان بخطة وذهبنا إلى مكتبة واشترينا روايتين بوليستين سخيقتين جداً مناسبتين لرحلات طويلة بالطائرة. وقام موظف المكتبة بلفهما بورق براق. وخططنا لأن تعطي الفتاتان الكتابين لجان خلسة. فتدسهما بدورها تحت شجرة المضاء الجميلة لتشعر أنها تمنحني الهدايا.

لكنها لم تفعل ذلك. فقد بدت فاترة الهمة وغير مهتمة على الإطلاق. كانت قد عقدت العزم مسبقاً على أن تقدم لي هدية عبارة عن بذلة جديدة من ماركة أرمانى. وقالت إن هذا هو ما يحتاج إليه باري ويستحقه، ولكن الحقيقة هي أننا من المستحيل أن نذهب لشراء البذلة. فقد كنت أعاني من زيادة الوزن، ولا أريد أن أنفق المال على بذلة باهظة ولا سيما أن فواتير بطاقة الائتمان حلقت عالياً بسبب نفقات الإجازة.

لا يهم... انسوا أمر كتب باري. فلا بد وأن تكون هديتها بذلة. وإن لم تستطع الحصول عليها الآن، فستشترىها لاحقاً. وأصبح ذلك خيارها للهدية لكل المناسبات من ذلك اليوم فصاعداً. وتحولت بذلة أرمانى إلى فكرة ثابتة في ذهنها عن الهدية المثالية لباري والتي ستشترىها ليس الآن وإنما في وقت لاحق.

ولكن هذا الوقت لم يحن أبداً.

الجدول الزمني

صيف العام 2007

مستجدات حالة جان بقلم باري للعائلة والأصدقاء

عدنا إلى الولايات المتحدة في شهر حزيران، وقابلنا طبيب الأعصاب الذي يشرف على حالة جان في سان فرانسيسكو. وفي خلال مقابلات من هذا النوع، عادة ما يجري الطبيب فحصاً سريعاً يحفظ فيه المريض عن ظهر قلب بعض الأشياء ويكتب الجمل ويعطي اليوم والتاريخ وفي أي مدينة هو، وهكذا...

بدا واضحاً جداً أن جان تعاني مشكلة كبيرة بالذاكرة قصيرة الأمد. على سبيل المثال، فعندما أعطيت لائحة مكونة من خمسة بنود، لم تستطع أن تتذكر منها شيئاً بعد دقيقتين. وشكل هذا تغييراً ملحوظاً منذ زيارتنا الأخيرة للطبيب.

التعويض: إن هذا تطور جديد قيل لي إنه عادي جداً في هذه المرحلة. فقد لاحظت أن جان تجيب على أسئلتني بأجوبة تظهر أنها تعجز عن تذكر شيء ما، ولكنها لا تريد أن تعترف بذلك.

إن جان تعوض عن نقص ذاكرتها بطرق عديدة. ففي أحد الأيام، ذهبت للتسوق في متجر الصداقة المحلي. (وهو متجر في بكين التي عشنا فيها لبعض الوقت ونحن في آسيا) يبيع بضائع صينية للسواح. فكتبت جان عبارة متجر الصداقة على رسغ يدها. وعندما سألتها تلك الليلة أين ذهبت، نظرت إلى رسغها، ووجدت الجواب جاهزاً هناك.

لاحظت أيضاً تصرفاً آخر لم تعتد عليه جان، وهو أنها أصبحت تنأى بنفسها عن التجارب الجديدة. فإن اقترح أحد عليها أن تستمتع بزيارة سوق منتجات محلية، تملكها غضب ملحوظ. وتظهر بعض الأبحاث أن هذا على الأرجح ليس غضباً بل خوفاً. فتجربة أمور جديدة قد تبدو مغامرة مرعبة للمريض الألزهايمر. وقد كانت جان عادة أول من يسرع لخوض التجارب الجديدة، وهذا ما جعل تصرفها ملحوظاً بوضوح.

يجب عليّ الاعتراف أنني متفاجئ للسرعة التي تتلاشى فيها ذاكرة جان قصيرة الأمد... إن ذلك يحرماننا مشاركة التجارب اليومية ويسلبها الاستمتاع بالأشياء الجيدة التي تشكل جزءاً من حياتنا.

إن هذا صعب عليّ لأنني أكتشف يوماً بعد يوم أنني لم أعد أستطيع أن أجري معها محادثات طويلة عن أمور معقدة. فلم تعد تتابع مجرى الحديث جيداً. فقد تسمع مني كلمة أو عبارة وفجأة تحول مجرى الحديث إلى اتجاه آخر.

إنني أخسر أكثر من مجرد صديقة... لأن تلك المرأة التي يجتلسها مني المرض رويداً رويداً هي الوحيدة التي أعتبرها بيت أسراري وأستطيع أن أفتح لها قلبي وأشاطرها كل تفاصيل حياتي الخاصة.

أشعر أنني عالق في وضع أشبه بفيلم سينمائي أشاهد أحداثه تتكشف أمام عيني وأنا أعرف النهاية مسبقاً... ولكن لا سبيل إلى إرجاع الشريط لأعيد الأيام الجميلة الماضية.

- المخلص باري... -

"إن كان هناك موقف يتطلب انتباهاً كاملاً، فسيحدث بالتزامن مع ظرف يفرض تشتيت الانتباه".

- قانون هتشينسون

المرض يأخذني في جولة

إن الناس الذين يمضون وقتاً معي والذين هم من الحمافة بمكان لأن يسألوني عما أحب، يجدون أنني أمتع بشغف كبير حيال السيارات التي يعود تاريخ تصنيعها إلى خمسينات القرن الماضي. فهذا يعود إلى طفولتي، عندما كنت في سن السابعة أو الثامنة، واعتدت أن أجلس إلى جانب والدي في المقعد الأمامي لسيارتنا ذات اللونين الكريمي والأخضر من طراز ميركوري، ونحن نسير على أحد الطرق الخارجية، وأتعرف على أسماء السيارات القادمة باتجاهنا من شكلها وتصميمها. فكنت أقول بيويك مشيراً إلى مقدمتها المميزة، وأفعل الشيء نفسه بالنسبة إلى سيارات مثل كرايسلر أو فورد.

في أوقات أخرى، استطعت أن أعرف النموذج وسنة التصنيع وأصبح بالثقة التي يتمتع بها الأطفال: "هذه سيارة بلايموث نموذج العام الماضي، وهو النموذج الأرخص". ولكنني تجاوزت هذا الشغف في الستينيات عندما أصبحت السيارات أضخم حجماً ولا تثير الاهتمام بالنسبة إلى ذوقي المتغير كما يثيره الخروج مع الفتيات.

عندما تخرجت ابنتي من الكلية باختصاص الكيمياء مع مرتبة الشرف، واعتزمت دخول كلية الدراسات العليا بمنحة دراسية كاملة، قلت لها إنني سأشتري لها سيارة. واقترحت عليها سيارة من طراز مرسيدس من السبعينيات أو ربما سيارة كلاسيكية موستانغ من طراز العام 1966 ذات سقف قابل للطي. إذ أنني وجدت تلك السيارات معقولة السعر ومن السهل الحصول عليها.

فقلت لي بنبرة هادئة تشبه نبرة الأطفال عندما يريدون أن يوقظوا آباءهم من شرودهم: "إنني لا أريد سيارة أكبر سناً مني، يا أباي". فاشتريت لها سيارة جديدة من طراز فولكسفاغن.

تخيلوا فرحتي العارمة عندما ظهر موقع إي باي على شبكة الإنترنت وفيه قسم كامل لبيع سيارات قديمة للهواة. فوجدت ذلك أشبه بالعودة إلى طفولتي. فأمضيت ساعات وأنا أنظر وأحلل وأتخيل ما سيبدو عليه الأمر عندما أقود سيارة الكاديلاك هذه من الخمسينات أو سيارة الكرايسلر تلك ذات الزعانف الذيلية العالية التي تكاد تصل إلى صدري. لم أحصل على رخصة القيادة إلى عام 1965، أي بعد فترة طويلة من المرحلة التي هيمنت فيها تلك السيارات على الطريق. وبحلول العام 1965، أحيلت إلى التقاعد في الساحات التي تلقى فيها أكوام الخردة. فقلت في نفسي: تخيلوا هذا!

يسمي المعالجون النفسيون هذا السلوك العلاج بالتجزئة. ويقولون إننا نتسوق ونشتري الأغراض كطريقة لتجنب الألم. فرما قمت بذلك لتجنب الحياة. ويمكنني أن أصف هذا التصرف بأنه علاجي بالتسوق المضاد للاكتئاب: أي بأن أشتري شيئاً يبهجني.

ربما يشكل هذا جزءاً من العلاج. ولا شك أن تشتيت الذهن عن المرض شكلاً جزءاً منه. إذ ساعدني تشتيت الذهن على تجاهل تصرفي

الطائش حيال إنفاق الأموال. إذ أنني بدأت أكذب على نفسي، وهي إحدى أكاذيب كثيرة كذبتها على نفسي في تلك الأيام، إن السيارات القديمة سترداد قيمة بمرور الوقت، ولكن الحقيقة هي أن عدداً قليلاً منها فقط هو ما يزداد قيمة، وأن غالبيتها لا تخضع لهذه القاعدة. فسيارتي لم تزد قيمتها على الإطلاق.

إن هذا يدل على الطريقة التي بدأ بها المرض يغيرني. فقد بدأت أشترى السيارات القديمة لأنني أملك بعض المال الفائض عن الحاجة، بالرغم من علمي أننا سنحتاج هذا المال في وقت لاحق لرعاية جان، ولكنني لم أحاول أن أسمح لنظري بأن يتجاوز أرنبة أنفي. فلم أكن أرى شيئاً سوى الحاضر. وأردت الحصول على شيء يدوم للوقت الحاضر فقط.

تبقى سيارتي الأولى هي المفضلة لديّ، ولكن تنامي هيمنة المرض على حياتنا ووضعنا الاقتصادي أجبرني على بيعها قبل غيرها لأنها من أنواع السيارات التي تباع بسرعة. كانت سيارة من طراز بيويك إلكترا حمراء طراز عام 1960 ذات سقف متحرك 225 بوصة ومقاعد جلدية منحنية مناسبة لتلك الفترة الزمنية. إن لرقم 225 بوصة معنى هام لأنه يعني عدد البوصات الذي يبلغه طول السيارة ويصل إلى نحو تسعة عشر قدماً. فاعتدت أن أمزح بشأن كبر حجمها الذي يصل إلى حدّ أنها تستطيع الحصول على رمزها البريدي الخاص وأن موقفاً للسيارات الحديثة لا يتسع لها.

عشقت وجان تلك السيارة. فاحتفظنا بها في منزلنا في شمالي كاليفورنيا في غرفة تخزين بحجم المرأب وطلبنا إلى أحد الأصدقاء أن يأخذها في جولات ليبقى محركها صالحاً في أثناء غيابنا. فإن أتيننا في إجازة... (ويا للهول!) عرف جميع أهالي المنطقة على الفور أن عائلة

بيترسن في البلدة لأننا كنا نقتحم الطريق الخارجي على طول ساحل كاليفورنيا في هذه السيارة الحمراء الطويلة ذات السقف المتحرك والزعانف الذيلية والسقف المفتوح الذي كنا نصر على إبقائه مفتوحاً. فهذه عادة لا يمكن أن نتخلى عنها أبداً.

كنت أقوم باستثناء واحد في أثناء انهمار المطر الغزير فأغلق السقف، ولكن لطالما أحيينا الاستمتاع بالضباب الكثيف أو المطر الخفيف أو الرياح والماء وهي تعصف بشعرنا وتبلل رأسينا. لقد حظينا بتجارب لا تنسى بمجرد ركوب السيارة.

كان ينبغي أن يتوقف هوسي بالسيارة عند هذا الحد، ولكنه لم يتوقف. فقد أصبحت مدمناً على تصفح موقع بيع السيارات. واشتركت بمجلات متخصصة بجامعي السيارات. ووجدت مواقع على شبكة الإنترنت تحوي تواريخ مطولة لهذه السيارات كتبها بشغف مذهل أشخاص آخرون ميمون مثلي بتطور أسلوب مدينة صناعة السيارات ديترويت في الخمسينيات والستينيات عندما حلقت الرفاهية الأميركية وتغيرت معها أحجام السيارات.

في البداية، أصبحت طرازات الخمسينيات الضخمة المبكرة رائجة ثم أحدث عصر الفضاء تأثيره في وسط العقد وأتت معه سيارات تسمى فعلاً الصاروخ 88. وبعد ذلك، ظهرت المقاتلات الجوية ذات الخطوط الانسيابية والزعانف الذيلية. وفجأة تلاشى كل هذا في الستينيات عندما اختفت الزعانف وأصبح الأسلوب يحتل موقعاً ثانوياً بعد الحجم. أتريد سيارة بطول تسعة عشر قدماً؟ تفضل من هنا، يا سيدي، لأننا نملك الآن عدة نماذج هائلة الحجم.

اشتريت سيارة أخرى من طراز أولدزموبائل ستارفاير. فأصلحها صهري، وهذا جيد حتى الآن، ثم بعناها وحققنا ربحاً متواضعاً ولكنه

يرضي شغفي بالتسوق. فاشترت سيارة ثالثة ثم رابعة. وأضفت المزيد من النفقات بكبسة زر على موقع الإنترنت إي باي. واستمر هكذا الوضع إلى أن وصل عدد القافلة إلى سبع سيارات. فبيع معظمها بأقل من سعر سيارة فورد قديمة مستعملة. وخسرت مبلغاً كبيراً من مالي.

تبعثرت سيارتي هنا وهناك... فشحنت سيارة ثندربيرد مكشوفة اشتريتها في ولاية إيلينوي إلى أريزونا ليعمل أحدهم على إعادة تطبيق محركها. ونقلت سيارة كرايسلر إمبراطورية اشتريتها في كاليفورنيا أيضاً إلى أريزونا ليقوم بعض أصدقائي بتخزينها. واشترت سيارة بيويك سكايلارك طراز 1953 في دنفر ثم شحنتها إلى إيلينوي إلى خبير ترميم يتعامل بشكل حصري بسيارات بيويك من طراز الخمسينيات. فتعرضت للعطب، وأصيبت بالصدأ بعض الشيء. وهكذا، كنت أشترى سيارة ضخمة وأفكر في أنها يوماً ما ربما تصبح سيارة رائعة الجمال، ولكن التفكير بحقيقة أن ترميمها لتصبح تحفة أميركية أصيلة سيكلف أكثر مما قد تصل إليه قيمة السيارة يوماً ما. لذلك سيبقى عملاً مؤجلاً إلى وقت لاحق... هذا إن فكرت فيه أصلاً.

عملت على شحن سيارة كاديلاك إلدورادو بياريتز نموذج عام 1958 ذات السقف القابل للطي إلى إحدى أفضل شركات ترميم سيارات الكاديلاك من طراز الخمسينيات في البلاد وموقعها في شمال ولاية نيويورك. كان مجرد الاسم بياريتز كافياً لأن يهمني بالإضافة إلى كونها سيارة كاديلاك سقفها قابل للطي ومن طراز الخمسينيات! بحاجة إلى الطلاء وإعادة تطبيق محركها وإصلاح مكابحها وناقل الحركة، لكنني أجّلت القلق بشأنها حتى إشعار آخر.

لم يتضمن علاجي بالتجزئة التسوق فقط، ولكن البحث في خلفية كل سيارة من المحتمل شراؤها عن طريق التحدث إلى المالك أو

الميكانيكي الذي اعتنى بها ثم تفقد قيمتها بناء على الكتب والمواقع الإلكترونية المتخصصة في أسعار هذا النوع من السيارات الكلاسيكية المخصصة لهواة جمع السيارات.

يأتي بعد ذلك اكتشاف المكان الذي يجب عليّ أن أنقل إليه السيارة، واختيار الشركة التي ستأخذها من هنا وتسلمها هناك، وهذا يتطلب إجراء مكالمات هاتفية في وقت متأخر من الليل، وتحويل مبالغ مالية. فكان كل ذلك مدهشاً. وحقق الهدف المطلوب منه، أي: استهلاك كامل انتباهي بالتفاصيل.

شعرت أحياناً أنني بامتلاكي تلك السيارات كمراهق متبخر ذي شعر أملس يرتدي كنزة قطنية ويحمل علبة سجائر. إن هذا مظهر مثير أشبه بمظهر إلفيس بريسلي. فاشترت السيارات لأثبت هذا.

بالمناسبة ليست هناك علاقة بين هذه الصورة وصورتي الحقيقية من أيام المدرسة الثانوية. فقد كنت شاباً مولعاً بالعلوم أضع نظارة كبيرة. ولم أرتد في حياتي قط كنزة قطنية إلى المدرسة أو إلى أي مكان آخر. وبالرغم من أن الناس قد أطلقوا عليّ صفات عديدة في خلال سنوات الدراسة الثانوية، لكن كلمة مثير أو عصري ليست من بين ما أطلق عليّ من صفات.

إن لم تبدُ لكم تصرفاتي سخيفة حتى الآن، فتذكروا إذا أنني كنت أقسم في آسيا ولا أستطيع أن أتمتع بقيادة تلك السيارات المبعثرة في أرجاء الولايات المتحدة، وبعضها معطل، وأني طلبت إلى الآخرين معاينة جميع سياراتي، باستثناء سيارة البيويك إلكترا الحمراء، ثم شحنها بواسطة شركات النقل. وهكذا، فلم أجد أي متعة في قيادة تلك السيارات يومياً كما يحلو لي. وأقنعت نفسي مراراً أن متعة قيادتها

ستأتي لاحقاً بكل تأكيد ما لم أبع واحدة وأشتري غيرها، وهذا ما حدث عدة مرات. واستمرت هذه الحلقة المفرغة إلى ما لا نهاية.

سأوضح لكم الأمر بعبارة أخرى، وهي أنني همتُ في عالم من تضليل الذات. فأخذت أنفق مالي ثم ألتزم بإنفاق المزيد من المال مقابل إجراء الإصلاحات أو التخزين بينما أكذب على نفسي بالقول إن هذا أمر لا بأس به لأنه استثمار مالي مربح.

ساندتني في هذا الهوس شريكة راغبة ومشجعة ولكنها غافلة عما حولها، ألا وهي جان. ففي عصر كل يوم، كنت أذهب للبحث عنها في الشقة ثم أخذها معي إلى وكري لأريها ما عثرت عليه في الإنترنت. وأقول لها بفخر: "انظري إلى هذه. إنها سيارة ثندربيرد طراز العام 1957 في حالة جيدة".

فكانت تجلس على كرسي قريب جامعة ذراعيها على حضنها وهي تتأمل السيارة التي على شاشة الكمبيوتر عن كذب وتقول بصوت يتماشى مع حماسي: "إنها جميلة".

"ما رأيك، يا عزيزتي؟ أينبغي أن نشتريها؟ هل تحبين الركوب في سيارة كهذه؟".

فكان يأتي جوابها اللبق: "بالطبع، إن كنت أنت تحبها!" وكما اعتادت أن تكرر كثيراً من الأفكار والجمل، كانت تكرر الجملة نفسها لي بينما بدت نيرة صوتها المرحة تضاهي حماسي الصياني.

كانت جان تقدم لي العذر لهذه التصرفات من دون أن تقصد وبالتأكيد من دون أن تدرك الحقيقة. فأخذت أصغي إليها وهي تمنحني الإذن لشراء ثندربيرد وأستمع فقط إلى الجزء الذي أريد أن أسمعه... ليس إلى الحكم الضعيف لشخص يعاني من مرض يغير الدماغ، بل إلى الكلمات البريقة التي تمنحني الإذن: طبعاً، إن كنت أنت تحبها!

اعتدنا أن نتحدث عن السيارات على الغداء والعشاء، وكيف نستطيع أن نستفيد من هذه السيارة أو تلك أو أي سيارة هي المفضلة لديّ ذلك اليوم. فكنت أترثر بلا نهاية عن ما ستصبح عليه قيمتها بعد طلائها واستبدال قطعها الداخلية بأخرى جديدة، وأمضي ساعات طويلة على الإنترنت في مهمة جمع كل المعلومات عن سيارة قد أود شراءها ومحاولة معرفة تاريخ صنعها. هل هي معرضة للصدأ؟ هل قطعها متوفرة في الأسواق؟ ماذا سيقول الناس عن تكيفها مع سرعة المرور في الطريق السريع في هذه الأيام؟

لقد أرادت جان تلك السيارة (وقالت ذلك بنفسها: طبعاً، إن كنت أنت تجبها!). فاعتبرت ذلك تشجيعاً منها. لماذا لا نبدد المال الذي ضحينا بالكثير حرصاً على ادخاره للمستقبل؟ أليس من الرائع أن ننفقه على أنفسنا ونحن نقوم بجولات معاً في سياراتنا الرائعة؟

لماذا أقلق بشأن يوم ماطر واحد سيلحقه بنا مرض الألزهايمر في المستقبل البعيد في حين أن هناك أصلاً صواعق وأعاصير وعواصف تهب أركان حياتي الآن في هذه اللحظة. وهكذا، عثرت على ملاذ مؤقتة يشّت انتباهي عن كل ما يجري أمام عيني.

لم أكن يوماً مستهتراً. إذ لطالما اعتبرت نفسي أشد المستثمرين حرصاً. فقد اشترت بيتي الأول والثاني والثالث في ولايات مختلفة. وتعلمت القوانين العقارية الخاصة بكل عقار. وحجزت إعلانات في الصحيفة، ووضعت رايات ملونة، وفتحت منزلي أيام الأحد. وعرضته بنفسني على الزبائن لأنني أردت أن أحتفظ بالعمولة لنفسني لا أن أشاركة مع وسيط عقاري. فاستثمرت المال الذي جنيته من كل بيت في البيت الذي يليه بسبب اهتمامي بقوانين الضرائب المتعلقة بالعقارات. وسررت باستثمار وقتي في تسوق المنزل بسبب المكافأة

والبهجة التي شعرت بها، لأن آخذ المال وأشتري به شيئاً آخر أستطيع أن أحسنه وأجني منه المزيد من الربح.

لقد حدث ذلك في بداية حياتي العملية عندما اعتدت شراء سيارات جديدة، ولكن هذا انتهى لأنني لم أعد أستطيع أن أتحمّل نقص القيمة الذي يحدث بفعل الاستهلاك عند شراء سيارة جديدة، ولهذا فقد بدأت أشتري السيارات المستعملة بدلاً من ذلك. فنتج عن هذا توفير حكيم للنقود. وعندما بدأ العمل بنظام التقاعد، اشتركت به بأكبر قدر ممكن. ادخرنا بها إلى أقصى حدّ متاح. فالمال المُودع في الإدخارات والاستثمارات الموفّرة للمستقبل غير قابل للإنفاق الآن.

حصلت لنفسني على صندوق ادخار مشترك وسندات طويلة الأمد. فجعلني هذا الشعور بالاطمئنان أنام ملء جفوني ليلاً. وعندما ولدت ابنتي الأولى، أتى رد فعلي المالي على شكل شراء تأمين على الحياة لأحرص على أن تحظى عائلتي الجديدة دائماً بمن يرهاها.

إن مرض الألزهايمر يبدأ صغيراً عندما يتصرف مانح الرعاية بحرص أكبر على سلامة الشخص المصاب بالمرض. بعد ذلك، تبدأ مسؤوليات مانح الرعاية تنامي، مما يجبر بعضهم على التخلي عن وظائفهم ودخلهم بسبب هذه المتطلبات. تأتي نفقات توظيف مانحي الرعاية بدوام كامل ونصف دوام أو الانتقال إلى مؤسسات رعاية. ويصل الوضع في ما بعد إلى أكثر مراحل كلفة عندما يحتاج المريض إلى رعاية طيلة الوقت بينما ينحدر الألزهايمر ليؤدي بصاحبه إلى الحالة النباتية.

إن أغرب ما في الأمر هو أنني كنت مدركاً تماماً لما ينتظرنا. وربما تتقدم هذه الرحلة بسرعتها الخاصة مع كل شخص، ولكن نهاية الطريق معروفة وواضحة. طيلة حياتي، ادخرت المال، وخططت لتزويد عائلتي بمستقبل مريح مالياً إلى أن نشر المرض سحابته السوداء فوق رأسي.

فأصبحت بحاجة إلى بصيص من النور وبعض البهجة لتمنحاني شيئاً من الرضا في الوقت الحاضر.

إنني أسأل نفسي الآن، لماذا فعلت ذلك في الوقت الذي أخذ ذلك الجانب الحكيم من شخصيتي والذي أمضى عقوداً وهو يبني عشه قشة تلو أخرى يصرخ ويلوح بذراعيه بانفعال ليلفت انتباهي؟ قال له الجزء الشرير من شخصيتي: احرس، أيها المجنون! إنني أفعل هذا للمتعة فقط. فأنا أستحق الحصول عليه. إن العلاج بالتجزئة يحدث هذا التأثير المमित للألم عندما يشتري المرء شيئاً ما، ولكنه تخطي حدود ذلك.

ساعد هذا السلوك أيضاً على تخدير شعوري بالخسارة وأنا أرى جان تستغير. فاستطعت أن أركز تفكيري بدلاً من ذلك على إعادة تطبيق محركات السيارات الخمسينيات من دون أن يتوجب على عقلي أن يدور حول نفسه ليلاً ونهاراً من الحزن والغضب لأن ما تبقى من جان اليوم أقل من البارحة ومن الأسبوع الماضي. ووجدت في ذلك أيضاً وسيلة تعيني على عدم التفكير بالمستقبل الذي بدأ يبدو لي أشبه بنفق معتم يزداد عمقاً. وبدلاً من ذلك، أخذت أشترى سيارات ذات طلاء لامع وكروم وأنا أنظاها بالسعادة، وأشتت ذهني مستخدماً منطقاً مالياً مشوهاً، وهو: كلما أنفقت أكثر جنيت ربحاً أكبر، ولكن هذا المنطق المريض يخدع صاحبه، ويحاول أن يثبت له أن الصيف لن ينتهي أبداً وأن الشتاء لن يأتي إن هو تمنى ذلك.

لا يجبر التمني المرض على الرحيل، ولكن ربما استطعت بهذا أن أطارده، وأحصره في زاوية، وأدفعه بعيداً عني ولو لمسافة قصيرة أو أقوم بمجرد صرفه عن تفكيري، وأشغل نفسي بشيء آخر أفكر فيه. عندما بدأت النفقات تتصاعد، وحن الوقت بشكل لا مفر منه لأن أبداً يبيع السيارات، اخترت السيارة التي أحبها أكثر من غيرها. إنها سيارة

البويك الحمراء ذات السقف المتحرك، تلك السيارة التي أدخلت قيادتها بهجة عارمة إلى قلبي، والتي عشقت جان الركوب فيها، تلك السيارة التي رافقت أجمل مغامراتنا وذكرياتنا في كاليفورنيا.

تساءلت لاحقاً لماذا اخترت تلك السيارة بالتحديد لأتخلى عنها قبل غيرها. فاكتشفت أن الجواب هو الشعور بالذنب. كيف أستمتع بوقتي وأحظى بمتعة قيادة هذه السيارة الجميلة في الوقت الذي تعاني فيه جان من المرض؟ كيف استطعت على الإطلاق أن أركب تلك السيارة مجدداً من دون أن تجلس جان إلى جانبي ورأسها مسنود إلى الخلف قليلاً والرياح تتلاعب بشعرها الأشقر. فكرت في أنني طالما أمتلك تلك السيارة فسيرافقني شبحها في كل وقت أجلس فيه خلف عجلة القيادة ولن أبقى خالي البال أو أستمتع بالبهجة التي أشعر بها عندما تدب الحياة في المحرك. بدلاً من ذلك، سأشعر بالخواء والحنين لوجودها إلى جانبي، وأخيراً بالغضب لخسارة الأيام الجميلة التي ظننت أنها لن تنتهي إلى الأبد. وهكذا، ستصبح السيارة التي أحببتها شيئاً مكروهاً وبغضاً على قلبي.

إن تخليت عن الممتلك الوحيد الذي يمثل بالنسبة إلي الكثير من المرح، وهي تلك السيارة التي تبهجني الآن كما أبهجتني وأنا طفل في الماضي، ألن يخدر ذلك ألم الإخفاق الذي أشعر به لأنني لم أحم جان من هذا المرض؟

في الحقيقة، إنها مجرد سيارة... أي محرك، وأربعة إطارات، وعجلة قيادة. ولكنها حسدت من وجهة نظري روعة الطفولة ومتعة لمسها واحتكاكي بها كقطعة فنية والشعور بالبهجة العارمة لمحركها الجبار الذي يهمهم وأنا أقودها على طول الشارع والناس ينظرون إليها ويلوحون لي بإعجاب وأنا ألوح لهم مصداقاً أنني ذلك الشخص المثير العصري.

هكذا، اعتبرت بيع تلك السيارة نوعاً من إلحاق الألم بنفسي.
فجان بدأت تخسر نفسها شيئاً فشيئاً، ولهذا فقد شعرت أنني أستحق
الألم مثلها على حدٍ سواء. وبينما أخذت جان تنحرف إلى عالم
النسيان إلى الأبد، بدا كل ما يضيفي على حياتي المتعة تصرفاً أنانياً جداً،
بحيث يجب عليّ أن أنتزعه منها. فبدأتُ بسيارة أحلامي التي أحببتها
أكثر من كل شيءٍ لأنني أدركت أن كل أحلامي تناثرت في مهب
الرياح.

الجدول الزمني

صيف عام 2007

رسالة إلكترونية من دك لندغرين الذي تعانى زوجته دوروثي من
البداية المبكرة لمرض الألزهايمر:

إنني أعرف الشعور بالوحدة حق المعرفة فكل واحد منا يفقد
رويداً رويداً صديقتة الحميمة ورفيقة دربه بالرغم من أن جسدها لا
يزال موجوداً، ولكنها لم ولن تعود مجدداً أبداً تلك المرأة التي تزوج بها.
إن الوحدة التي نشعر بها نابعة من حزننا لخسارة تلك المرأة لأننا
بدأنا نتحول أيضاً من زوجين إلى أبوين. إذ إنني أشعر أنني أصبحت
الآن بنسبة 90 إلى 95 بالمائة والداً لدوروثي.

لقد تلاشت كل أوجه العلاقة الزوجية بيننا. وماتت عاطفتنا منذ
أشهر حتى أصبح مجرد عناقي لها صعباً لأنه لم يعد يبدو عليها أنها تفهم
معناه. ولم أعد أظهر لها من حبي أكثر من مجرد قبلة حانية على
خدها.

- المخلص دك.

8

"ها استغرقني في النوم يا حبي وأنا أغدق عليك حبي... لأن كل ما
أعرفه عن الحب هو أنني غارق في حبك...".

- الشاعر الإنكليزي روبرت براونينغ

بداية النهاية

كيف استطعت أن أتصرف بهذه السذاجة؟ لطالما اعتبرت نفسي
خبيراً بأساليب البشر الجيدة والشريرة، ولكنني اكتشفت أنني أعمى أمام
الطريقة التي بدأ فيها المرض يتسلل بيننا بصمت ويدمر حياتنا المشتركة.
وهكذا، يعتبر عدم التصديق أمراً منطقياً.

غالباً ما يدمر الألزهايمر الفص الجبهي من الدماغ. ولا بد أن
مركز الرغبة الحميمة يقع في جزء رئيس من أجزاء الدماغ أكثر أهمية
منه. إن هذا هو ما كنت على الأقل لأفسر به الأمر لو أن أحداً سألني،
ولكن لم يسألني أحداً أو يحذرنني من هذه التضحية التي لن يطالبني المرض
بها أو يفاوضني عليها بل سيقوم بمجرد سلبها مني.

تمتعت وغان طيلة حياتنا بنعمة التعلق والشغف الشديدين
ببعضنا. فقد اعتدت أن أغازها وتغازلني بمجرد أن تمر بقرب بعضنا
في المطبخ. كانت جان امرأة شقراء وحسنة حقيقية ممتلئة الجسم
بطول 155 سنتمراً حيوية ومتوثبة النشاط وواضحة في عاطفتها
تجاهي وحدي. إن هذه سعادة كبيرة كي يحظى بها المرء كرجل
وزوج وعاشق.

حظينا طيلة حياتنا معاً بحياة عاطفية تدفع كلاً منا لإسعاد الآخر وإرضائه وتركه أشد شوقاً إليه من قبل. ووجدنا في علاقتنا معاً الفرصة لأن نصبح شخصاً واحداً ونحن نحتضن بعضنا ونشعر أن جسدينا يشتركان بروح واحدة ولو للحظات معدودة.

لا أعرف متى تبدل ذلك الإحساس لأن التغيير تسلّل إلينا بلا صوت ولا إدراك. ألا نمر جميعاً بلحظات نشعر فيها أن حبيبنا وصديقنا الحميم بعيد ومشتت قليلاً؟ فشعرت في بعض الأحيان أنني أتغلب على المسافة قليلاً وأصل إلى حبيبي وأحياناً لا.

في بداية الأمر، وجهت اللوم لنفسى، وهذا تصرف جيد. وحاولت أن أتصرف بصورة أطف، وأتحلى بإبداع أكبر في أسلوبى معها. فقرأت كتباً ومقالات بحثاً عن أفكار جديدة وجربتها، ولكنها لم تفلح. فأدركت أخيراً أننا بدأنا نفقد جميع أوجه العلاقة الحميمة في ما بيننا وأن المرض أتى ليفرق ما جمعه الله في ما مضى. وهكذا، بدأت حياتي تتخذ منحى متدهوراً جديداً يجرّني نحو الهاوية وأنا أدرك أن هذا شيء آخر لم أقوَ على التحكم به أو تغييره.

لم يكن الأمر مجرد شعور بالوحدة بل عزلة مفروضة وغير مرغوب بها. إذ لطالما شكّلت حياتنا العاطفية رابطة قوية تجمع بيننا كما تفعل بين أي عاشقين. فبدأت أشعر من دونها أنني أهيم على غير هدى وأنا أجهل ما سأفعله حيال وضعنا الجديد. لم أتوقع قط أن أشعر بالوحدة وأنا بصحبة جان، ولكنني الآن أشعر بها حتى وأنا بجانبها لأنني محروم من تلك الرابطة، وذلك القرب، ومن اللحظة التي تجعلنا نحن الاثنين شخصاً واحداً.

ماذا عن جان؟ ترى هل أدركت ما ألحقه المرض بنا؟ وكيف أجبرنا على الفراق؟ وكيف بدأت تبتعد عني؟ وكم عبث هذا الخوف في نفسها؟

لقد أدركته حقاً وأنا واثق من هذا، ولكن ليس من الضروري أن تعبر عن شعورها بالكلمات. فقد عبرت عنه بفطرتها وعينيها. وأدركته وهي بين أحضاني. فقد نظرت إليها، ودهشت لرؤية عينيها تنظران إليّ وهما مفتوحتان على وسعهما، وتحققان إليّ بامعان من دون أن ترمشا. لم تفعل ذلك بعاطفة ولا بمحبة، ولكنها فعلته وكأنها تحاول أن تجمد تلك اللحظة في ذهنها. إذ ربما إن حدثت كثيراً ولوقت كافٍ، فإنها ستذكر هذه اللحظة بعد يوم أو حتى ساعة من حدوثها.

أحطتها بذراعي، وعبرت لها عن شدة حبي لها، ثم احتضنتها لسوقت طويل بعد أن نفذت منا الكلمات. وبقيت في ذلك الوضع إلى أن وجدت راحتها في النوم. بين الحين والآخر، كنا نحظى بأوقات أستطيع فيها أن ألمسها وأجد أن المرأة في داخلها لا تزال تتوق إليّ بالطريقة التي ظننت أنها لن تنتهي أبداً. ولكنها بدأت تنتهي فعلاً. هل تظنون أن هذا كثير لأن أطلع عليه الآخرين عن البداية المبكرة لمرض الألزهايمر؟ ولكن هناك المزيد.

بينما استمر المرض بالتطور، ازدادت ثقته بنفسها تدهوراً، وأصبحت أكثر اعتماداً عليّ لأتخذ تقريباً كل قرار نيابة عنها حتى في أبسط الأمور مثل أي شطيرة تريد في المطعم. فبدأت شيئاً فشيئاً أفقد صفة الزوج، وأتحلى بصفة الأب لطفلة صغيرة. وانسمت تصرفات جان بطابع صغار السن وبساطتهم. كيف أستطيع أن أتقرب منها وألاطفها في الوقت الذي بدأت فيه الأنوثة الرائعة التي تحلى بها تذوي شيئاً فشيئاً؟

إن لمستها في أحد الأيام (وقد أصبحت، مع مرضها، أنا من أبدأ بهذا دائماً)، انقلبت إلى الجانب الآخر، ووضعت يدها عليّ، وربت على صدري، ولكنني كنت أدرك أنها لا تلاطفني. إذإنها نسيت ما

فعلناه وما سنفعله تالياً وحتى كيف تلمسني ونسيت عاطفتها. في بداية الأمر، شجعتها على الاستمرار، ولكنني أصبحت بمرور الوقت أترك يدها تربت على صدري ببطء إلى أن تغلق عينيها وتستغرق في النوم. وهكذا، حرمتنا المرض من أجمل لحظات حياتنا، ولكن ليس هناك انتقام ولا لوم ولا فائدة من الغضب.

إن ما يرغب المرء أن يتقبله مدهش فعلاً. كنت أرغب في أن أسمع منها كلاماً حلواً ولطيفاً لأنني لا أملك خياراً آخر. إذ إنها لا تزال موجودة في حياتي كما كانت دائماً. وإن خسرت هذا الشغف العميق الذي يجمع شخصين معاً يجبان بعضهما، فمن واجبي أن أتأقلم مع خسارتي، وكذلك فعلت. إنني أفكر فيها الآن فتعاودني آلاف الليالي من الذكريات. فقد اعتدنا في الماضي أن نمزح ونقول إننا سنطارد بعضنا في أرجاء بيت العجزة ونحن مقيدان بالكراسي المتحركة لأن شغفنا لن ينطفئ قط. إنني أفكر في كل تلك الليالي التي كان ينبغي أن نمضيها معاً وكل تلك الذكريات التي كنا لا نزال نصنعها...
... حتى الذكريات أيضاً رحلت بغير رجعة.

الدخول إلى عالم النسيان: المرحلة الخامسة

تنشأ لدى المريض فجوات كبيرة في الذاكرة وضعف في الوظيفة الإدراكية. وتصبح بعض المساعدة في أداء النشاطات اليومية ضرورية. في هذه المرحلة، قد يصبح الأفراد في خلال إجرائهم مقابلة طبية غير قادرين على تذكر تفاصيل مهمة جداً مثل عنوانهم الحالي ورقم هاتفهم أو اسم الكلية أو المدرسة الثانوية التي تخرجوا منها... كما أنهم يرتكبون إن سألهم أحد عن المكان الذي هم فيه أو عن التاريخ أو اليوم من الأسبوع أو الفصل من فصول السنة. (مراحل الألزهايمر السبع من موقع www.alz.org. جمعية الألزهايمر).

أصبحت فجوات الذاكرة الاعتيادية بالنسبة إلى جان تحدث بصورة يومية. فكانت تقرأ لي خيراً ما من صحيفة الصباح بصوت مرتفع، وبعد بضع دقائق تقرأ لي نفس الخبر مجدداً. في البداية، وجدت ذلك مزعجاً جداً، ولكنني اعتدت عليه بمرور الوقت. فأصبح أمراً عادياً كغيره من الأمور العادية.

عشنا في آسيا حياة موزعة بين بلدين. وكنا ننتقل بين طوكيو وبكين بسهولة ويسر. واعتدنا أن نحتفظ بملابس لنا في كلا المنزليين في حال انتقالنا المفاجئ لأننا عادة نساfer من دون حقيبة. وبالرغم من ذلك، فقد حصل لمرات عدة أن بحثت عن ربطة العنق تلك أو هذا القميص أو ذلك ثم أدركت أنها في المنزل الآخر...

اعتادت جان تولي مسؤولية حزم الأمتعة لكل منا عندما نذهب في رحلة، فهذه هي طريقتها في تقديم المساعدة لي. ولطالما أنجزت هذا العمل ببراعة، ولكنها بمرور الوقت توقفت عن ذلك. وعندئذ، أصبح

من واجبي أن أعيد ترتيب الحقيبة قبل الرحلة لأنني كنت عادة ما أجد حقيبتها محشوة بملابس بعضها للشتاء وبعضها الآخر للصيف، وذلك في كل الفصول. قد أجد فيها كنزات سميكة من الكشمير في الوقت الذي نكون فيه متوجهين من طوكيو التي تلتهب في حرارة شهر آب إلى بكين التي تكاد تشتعل من شدة الحر وتحتق من فرط الرطوبة.

هكذا، اعتدت أن أنفق الحقايب، وأزيل بكل حرص ما ليست بحاجة له. فإن فعلت ذلك قبل مغادرتنا إلى المطار بوقت قصير، نجحت به. وإن قمت به في الليلة التي تسبق سفرنا، وذهبت في صباح اليوم التالي إلى العمل قليلاً، أعادت وضع الكنزات في خلال وجودي في العمل من دون علمي.

بدأ تغيير المدن يضيف علي حياتنا ارتباكاً جعلها تشعر أنها أكثر عجزاً من ذي قبل. إذ بعد انتقالنا بين شقتينا المألوفتين في طوكيو وبكين، كانت تستغرق يومين أو ثلاثة أيام لتدرك أننا انتقلنا من مكان إلى آخر. وبمرور الوقت، كانت تنسى كلياً البلد الذي هي فيه، وتحاول أن تدفع ثمن الأشياء بالعملة الخاطئة إلى أن قررت أخيراً أن تدفع ثمن كل شيء بالدولار الأميركي.

بعد فترة قصيرة من تشخيص مرضها، بدت مدركة لارتباكها. فاعتادت أن تقول مراراً: "أدرك أنني أعاني من هذا الشيء... في رأسي... هل أنا على ما يرام؟".

فأجيبها أنا قائلاً: "نعم يا عزيزتي". محاولاً اللجوء إلى نبرة صوت هادئة على أمل أن تساعد في طمأنتها.

لكنها كانت تكرر مراراً قائلة: "لا أريد أن أصبح عبئاً على أحد. إنني أستطيع الرحيل. لم لا أرحل وحسب؟".

فأجيبها قائلاً: "كلا، يا عزيزتي. سأعتني بك. أأن تعتني بي لو
أأنك في مكاني؟".
"نعم!" فيصرف هذا الكلام الفكرة عن ذهنها... ولكن فقط
لبعض الوقت.

9

"إن السير مع صديق في الظلام خير من السير وحيداً في النور".

- الكاتبة الأميركية هيلين كيلير

كيف عرفوا، والحمد لله

إن كان هناك جانب إيجابي لما أقوم به، فهو ليس نابعاً من داخلي بل من مساعدة الآخرين، بعضهم من الأصدقاء وبعضهم الآخر غرباء أصبحوا أصدقاء بالتواصل معنا. لم أدرك من قبل كم من الممكن لمنح الرعاية أن يسبب العزلة. فاستخففت بمقدار المساعدة التي أحتاج إليها، ولكن ما يشفع لي في هذا هو أنني لست أكثر من هاوٍ يحاول أن يبعد سحابة من الضباب الكثيف بالتلويح بيديه المجردتين.

جعلنا العيش خارج البلاد تبدو مثيرة للاهتمام في نظر الكثيرين لأننا زوجان كثيراً الترحال، وهذا جعلنا نستحق دعوة إلى العشاء، ولكن الجانب الإيجابي لتلك الحياة أصبح يلعب دوراً ضدنا. فقد أصبحت في خلال إقامتي في آسيا منعزلاً عن معظم المساعدة الطبيعية التي تتلخص في الحصول على المعلومات التي تساعد في محاربة هذا الداء. لقد حاولت أن أعثر على مجموعة دعم في طوكيو، ولكنني وجدت تلك المجموعات تتألف بأغلبها من اليابانيين وهم فقط أولئك الذين لديهم آباء كبار في السن أو أزواج مسنون يعانون من مرض الألزهايمر. من المعروف عن ثقافة اليابان أنها تتني الناس عن التحدث أو البوح بالكثير من جوانب حياتهم الشخصية للآخرين، ولهذا فلم أستطع

الحصول على الكثير من المساعدة من هذه الجهة. ولم يستطع الأطباء اليابانيون توفير أنواع العلاجات التي يمكن الحصول عليها في الولايات المتحدة.

تشكلت حولي مجموعة أشخاص من دول مختلفة. فأحدثت تأثيراً مهماً بالرغم من قلة عدد أعضائها، ومن بينهم هاري دانك الذي التقى جان أول الأمر في العام 1986، وهو من بين الناس النادرين الذين يحبون أن يعملوا طيلة الليل. وهذا ما ساعده كثيراً في عمله في أخبار راديو سي بي أس. ووافق عمله ليلاً في نيويورك وقت النهار هنا في آسيا ميزة إضافية. اعتاد هاري أن يتصل بجان ليطلب إليها إنجاز أحد التقارير كمراسلة إذاعة في أول مهمة صحفية لنا في طوكيو.

عندما تم تشخيص مرض جان، تحول هاري إلى باحث. فأبقاني على إطلاع دائم على الأبحاث الجديدة والأدوية التجريبية والأمل في إحراز أي تقدم طبي. ساعده في هذا أنه كان يمضي خمسة أيام في الأسبوع وثمانى ساعات كل ليلة وهو يقرأ برقيات الأخبار. فاعتاد أن يرسل لي أي مقالات عن الألزهايمر حال ورودها.

غالباً ما كان هاري يتصل لي طرح سؤالاً هو: كيف حال جان؟ وسؤالاً آخر مهماً بشكل ممتثل، وهو: كيف حالك؟ ولأنه زميل صحفي، فقد توقع أن يسمع مني الحقيقة، ولهذا فقد توجب عليّ أن أطلعته عليها كاملة وأن أعبر عن ذلك بالكلمات. لطالما جعلني ذلك السؤال أتوقف وأفكر في المرحلة التي وصلت إليها في هذه الرحلة، وأطلعته أيضاً على حالي مع مستجدات مرض جان. لقد وجدت ذلك أشبه بالعلاج بالكلام والمصارحة بالمشاعر، فنجحت التجربة.

بالرغم من شعوري إلى الأبد بالامتنان للمساعدة التي قدمها لي هاري، فقد اعترتني الرهبة للقدرات الفطرية التي يتمتع بها الآخرون

لستفهم حاجات جان. فهناك أوقات كثيرة شعرت فيها أنني تائه وغير واثق مما يجب عليّ أن أفعله للمستجدات التي تطرأ على وضعها. وبالرغم من مطالعتي الدائمة للعديد من الكتب وتصفحني لأحدث المواقع الإلكترونية عن الألزهايمر، فقد اكتشفت أن بعض الناس يتمتعون بهذه البصيرة بشكل فطري، وإحدى هؤلاء الناس هي بيلى تيش التي كان زوجها الراحل، لورنس تيش، موظفاً مسؤولاً في شبكة تلفزيون سي بي أس بين عامي 1986 و1995. فأدركت أنني موفور الحظ وممتن أشد الامتنان لمعرفتي الوثيقة بهما.

في وقت مبكر من فترة عمل لورنس، اعتاد أن يذهب بصحبة زوجته بيلى إلى طوكيو ليزورا مكتب أخبار سي بي أس. فالتقينا بهما على العشاء. والتقت بيلى بجان. فأرسلت رسالة شكر أثنت فيها على الوقت الرائع الذي أمضته معنا، وعبرت عن شدة إعجابها بجان، وأبدت رغبتها باستمرار التواصل بيننا فعلاً. فإن صدف أن سافرت بيلى ولاري إلى مكان ما إقامتنا، مثل لندن، التقينا لتناول العشاء معاً. إن اجتمعنا في نيويورك، حاولنا التوفيق بين جدول مواعيدنا ومواعيدهما للتقي معاً. لطالما وجدت بيلى، وهي امرأة أنيقة ولطيفة وحكيمة جداً. إن الأشخاص الطيبين من أمثالها نادر الوجود فعلاً. فقد أرسلت لي مرة رسالة لا أزال أحتفظ بها:

"أمل أن نستطيع، يا باري، بينما تبدأ ذكريات جان تبهت وتتلأشى، أن نتقب عميقاً في ذاكرتك بحثاً عن أوقات خلّت أمضيتها معاً وأن تجعلكما ذكرياتكما العزيزة تبتسمان فرحاً لما عشتماه في الماضي بدلاً من أن تبكيا حزناً على ما فاتكما".

زرنا نيويورك مرة أخرى بعد وفاة لاري، وسرعان ما توجب عليّ أن أنقل جان إلى مصحة رعاية لتعيش هناك. فتناولنا العشاء مع

بيلي في منزل ابنها أندرو تيش وزوجته آن. ومن دون سبب محدد، قدّمت بيلي إلى جان هدية عبارة عن وشاح صغير أحمر اللون، على ما أعتقد، وهو من أكثر الألوان المفضلة لدى جان. فسألته لاحقاً إن كانت قد قرأت شيئاً عن مرض الألزهايمر، فقد أرادت أن تمنح جان إشارة تساعد على تذكر الأمسية. فقالت إنها لم تفعل ذلك وإن فكرة تقديم تلك الهدية خطرت لها بدافع فطري. أتذكر أن تلك الليلة بدت عصبية على جان. فقد اجتمع سبعة أشخاص حول الطاولة، وراحوا يثرثرون مع بعضهم، وهذا شيء لطالما أحبته في الماضي، ولكن ليس في تلك الليلة. فقد التزمت الصمت طيلة السهرة. ولم تنفوه إلا بجملتين فقط، وهذا كل شيء. ولكن الوشاح... لقد ظلت تتذكره بعد ذلك بأسابيع. فكلما وضعته قالت: "أوه، إنه هدية من بيلي قدمته لي عندما تناولنا ذلك العشاء اللطيف معاً".

هل تذكرت المحادثة التي أجريناها على العشاء؟ كلا، على الإطلاق، ولكنها تذكرت الوشاح. فذكرها الوشاح ببيلي. وارتبطت تلك الذكرى في ذهنها بعشاء ما. فسرها هذا كثيراً، وأدخل البهجة إلى قلبي.

استفدنا أيضاً من مساعدة صديقة قديمة أخرى كانت جان تحبها وتعجب بها، وهي آيمي بيكرز التي عملت مديرة مكتب إذاعة صوت أميركا في كل من لندن وهونغ كونغ وطوكيو. بعد ذلك، قررت وزوجها تشالز الانتقال إلى سياتل بعد أن وجدا أن الوقت قد حان ليعملا على تربية ابنيهما الأميركيين صعبسي المراس في أميركا. تتمتع آيمي بنفس الشخصية المتفائلة المبهجة التي تمتعت بها جان في ما مضى بالإضافة إلى الكثير من الطاقة الوثابة. فأصبحت الآن تستفدها في تربية ولديها والجري كل صباح لتعمل بوظيفة بدوام كامل.

لطالما رغبت آيمي برعاية الأشخاص الأجراء على قلبها. وبعد تشخيص مرض جان، أبدت آيمي على الفور استعدادها لتقديم يد المساعدة. لقد بدأت وجان زميلتين، ثم أصبحتا صديقتين حميمتين بعد أن التقتا في لندن، وعملتا لصالح سي أن أن. وعندما انتقلنا عائدين إلى طوكيو، وبدأت جان عملها الحر لصالح إذاعة صوت أميركا، كانت آيمي تقيم في هونغ كونغ، وتعمل فيها كإحدى محرري صوت أميركا الذين يعملون على تحرير مقالات جان. فنقلتها إذاعة صوت أميركا إلى طوكيو. من ذلك الوقت أقاما في المبنى الذي نقيم فيه، إلى أن عادا إلى أميركا. لم تقتنع آيمي عندما قلت لها في مكالمة هاتفية من سياتل إنني على ما يرام عندما تم تشخيص مرض جان عام 2005. فقد كان تصرفها النموذجي أن تذهب إلى العمل، وتعثر على طرق تساعدني وتساعد جان من خلالها.

قالت لي: "إنكما بحاجة إلى الدعم". ونظراً لعملها كمراسلة صحافية، فقد توصلت بواسطة الوسيلة التي تعرفها أكثر من غيرها... وهي الهاتف. وهكذا، قادتها مكالمة تلو أخرى إلى العديد من المصادر والأفكار. فشكّلت مجموعات من المعلومات حول ذلك المرض، مما جعلني ممتناً لها على الاهتمام الذي بذلته للتخفيف من محنة جان وحيرتي.

عزيزي باري، إليك بعض المصادر لتبدأ منها.

بعض المصادر؟ لقد أرسلت إليّ آيمي لائحة مفصلة من وسائل المساعدة في الولايات المتحدة وأرفقتها بأسماء أشخاص تحدث إليهم شخصياً وأرقام هواتفهم. واقترحت عليّ أسماء كتب. وعرفتني إلى شخص كانت تعرفه في طوكيو يستطيع أن يقضي بعض الوقت مع جان. وتضمنت رسالتها ما يلي:

هناك رجل يدعى ديك تعانى زوجته أيضاً من البداية المبكرة لمرض
الألزهايمر.

سارعت للاتصال بديك لندغرين، فوجدت أن زوجته دوروثي قد
وصلت إلى مرحلة متقدمة أكثر بكثير من تقدم جان في مرض
الألزهايمر. وبدا تدهور صحتها مماثلاً لجان بحيث إنني شعرت أن ديك
يستطيع أن يحذرنى من الأخطار التي تنتظرني في المستقبل. فتوحي
الصدق معي إلى حد كبير بحيث إنني شعرت أنه سيفصح لي عن
الأخطاء التي ارتكبتها في رحلته لكي أتجنب الوقوع فيها. وبمرور
الوقت، بدأت أصفه بأنه زميل الألزهايمر. وأصبحت أعتبره بمثابة منارة
في ظلام درسي المتخبط بسبب تقدم دوروثي على جان في المرض.
فكان الأمر بوجود جان ودوروثي في عالم موازٍ تعكس فيه تغييرات
جان التغييرات التي سبق ومرت بها دوروثي. فراقبناها بصفتنا مانحي
الرعاية، وحاولنا أن نتأقلم معها للأحسن أو للأسوأ.

ظهرت أعراض دوروثي أول الأمر في العام 1995. وتم تشخيص
مرضها أخيراً في العام 2001. فتقاعد ديك في العام 2003 ليتفرغ
لرعايتها. وفي شهر كانون الثاني من العام 2008، أصيبت بضعف
شديد في وظائفها لدرجة دفعت ديك للاعتراف أنه لم يعد يقوى على
تقديم أي مساعدة لها أو أن يتكيف مع مرضها بعد الآن. فوضعها
أخيراً في بيت مخصص لرعاية كبار السن. استطاع ديك أن يعود بذاكرته
إلى السوراء ويستغل خبرته ليخفف من ارتباك وتوتري. وساعدته
عضويته النشطة في بعض جماعات دعم مرضى الألزهايمر على إطلاعي
على تبادل خبرات مع آخرين يعانون المحنة ذاتها. فقدم لي خدمة جلييلة
تفوق ما يقدمه أي كتاب أو موقع على الإنترنت بسبب الصداقة التي
جمعت بيننا.

كان السؤال الأول الذي ناقشناه هو: هل ينبغي عليّ أن أطلع الآخرين على أمر التشخيص أم لا؟ هذا سؤال له جوابان لا ثالث لهما. فإما أن يفصح المرء عن الموضوع أو يخفيه. وقال دك إن الناس في مجموعة دعم مرض الألزهايمر المبكر فعلوا كلا الأمرين. فحقق الناس - الذين تصرفوا من البداية بانفتاح وصراحة مع الأصدقاء وأفراد العائلة - نجاحاً أكبر، وبدا هذا تصرفاً منطقياً من وجهة نظري. فقد بدأ الناس منذ البداية يلاحظون التغييرات التي تطرأ على جان. وكان وضعها سيتطور نحو الأسوأ فقط، لذا فقد توجب عليّ أن أطلعهم على مستجدات مرضها لكي يكيفوا طريقة تفكيرهم حيال جان وطريقة تعاملهم معها عندما يلتقونها، مما يؤدي إلى تقليص عدد اللحظات الحرجة بالنسبة إلى جان في خلال وجودها بصحبة أناس آخرين، وهذه هي النتيجة التي كنت أصبو إليها من كل قلبي.

ساعدني دك على وضع إرشادات أستطيع أن أشترك في اتباعها مع الأصدقاء في كيفية الاستعداد للحضور بصحبة جان: أي أن تتحلى بالصبر حيال تكرارها المستمر لنفس الجمل وتفهم السبب الذي يدفعها لتكرار نفس القصة ثلاث مرات خلال عشر دقائق أو السبب الذي يجعلها تجلس صامتة لساعة أو أكثر.

ساعدني دك أيضاً في تخطي الأزمة الأولى التي شكّلت تحذيراً ينبهني لقيام الألزهايمر بخدع شريرة في دماغ جان محوِّلاً الأشياء التي تستطيع أن تتذكرها إلى أشياء أخرى. فشرحت الأمر لك بالطريقة التالية:

أشعر أنني مرتبك بعض الشيء. فقد لاحظت على جان بعض الأمور المعقدة. وأتساءل إلى أي حدّ يتطابق هذا مع تجربتك.

مثالاً على ذلك: يوم الأحد في زيارتنا إلى مياتل، أجرى والد جان محادثة معها بشأن وصيته (وذلك بغياي). فنزلت جان إلى الطابق السفلي وهي تبكي وتقول إن والدها قد استبعدنا من الوصية لأننا

نملك مالاً كافياً. واعتبرت جان هذا نبذاً لها وتفريقاً بينها وبين أخويها وأختيها.

لكن عندما تحدثت إلى والد جان، اعترته الدهشة مما جرى. وقال إنه لم يقل لها إنه سيستبعد أحداً من الوصية، بل قال إنه على الأرجح سيتمنح معظم ذلك المال لأحفاده لتسديد نفقات دراساتهم الجامعية وإته اعتبر هذا مجرد حديث عفوي بينه وبين جان حول أولوياته بالنسبة إلى أملاكه.

إن هذا يعتبر بمثابة نظرة أولى للسلوك الذي سيزداد تكراراً، أي أن ما أقوله أو يقوله الآخرون لجان لن يصل إليها كما نقوله أو نقصده. والأهم من ذلك هو أنها لم تعد تستطيع أن تنقل لي بدقة ما يقوله الآخرون لها. فذكرياتها أصبحت منتقاة ومشوشة بطرق يستحيل توقعها.

كان ذلك قد وصل مسبقاً إلى تلك المرحلة عندما كتب لي يقول:

أتفهم تماماً ما تتحدث عنه. فقد مررت بهذه التجربة مع دوروثي ولا أزال أمر بها بين الحين والآخر. فهي تقول لي أشياء أعلم أنها ليست كذلك وتستوعب الأمور بطريقة لا أستطيع مهما قلت أن أغير رأيها بها. فتعلمت أن الطريقة الوحيدة لتخطي هذا هي أن أنتظر في البداية أنني أتفق معها. وإن كان الأمر متعلقاً بشيء قاله لها أحدهم، كنت أتصل بالشخص المعني مباشرة وأحصل على المعلومات الصحيحة منه ثم أقرر عندئذ أن أقولها لدوروثي أو أتجاهلها. ولم أعد أعطي أحداً رقم هاتف منزلي ولكن فقط الخليوي.

حذرني ذلك من قيام المرض بالتغيرات بطرق خبيثة وصغيرة في بعض الأحيان. ودعا ذلك نوافذ صغيرة على الألزهايمر. وبينما أنا أراقب حياتنا تتغير وأشعر أننا ننسحب من العالم، أرسل لي ذلك هذه الرسالة:

لقد مرت دوروثي بهذه المرحلة لبعض الوقت. فلم تعد تريد أن تذهب فعلاً إلى أي مكان. وأدركت في ما بعد أنها قلقة من أن تفعل شيئاً يتسبب لها بالإحراج وأن يلاحظ الناس ذلك فيكتشفوا أنها مصابة بالألزهايمر. أما السبب الآخر لحدوث هذا فهو وجود خطوات مختلفة يجب على جان أن تقوم بها للذهاب إلى السوق، مثل: مغادرة الشقة والصعود في المصعد وتذكر أي زر تضغط وأي طابق تريد أن تنزل فيه وتغادر المبنى. اعتقد أنك تفهم ما أرمي إليه.

إننا نقوم بهذه الأمور بدون تفكير، ولكن يجب على الشخص المصاب بالألزهايمر أن يعمل عقله ويتذكر كل الخطوات لينفذها. ومن هنا يبدأ كل الارتباك ولا يلبث أن يتنامى. وبالإضافة إلى ذلك، فبحلول الوقت الذي ستصل فيه إلى السوق ستشعر بالإرهاق من كل العمل الذي قامت به لتصل إلى هناك. وبعد ذلك، سيتوجب عليها أن تتذكر كل الخطوات لتذكر الحاجيات التي ذهبت إلى السوق لشرائها. وفي مرحلة ما ستصل جان إلى وقت لن ترغب فيه بالذهاب إلى أي مكان إلا بصحبتك أو بصحبة أي شخص آخر. وستمشي على بعد مسافة خلفك ما لم تمسك بيدها وتبقها إلى جانبك. فدوروثي تتوقف ونحن نمشي معاً وتتسمر في مكانها ما لم أمسك بيدها وأقدها.

ذات يوم، وقعت حادثة مع جان. فقد نهضت في منتصف الليل، وتوجهت إلى الحمام. وبدت مرتبكة وعاجزة عن التعبير عما تريده. فوق ذلك، فقد كان ظهرها منحنياً وتجر قدميها بتأقل ومشيتها متقلقلة. فأصابني الخوف مما يجري وكأنني أراها أصبحت امرأة عجوزاً غير قادرة على المشي بعد الآن. فأوصلتها إلى الحمام، ثم أعدتها وتركتها تنام حتى وقت متأخر من صباح اليوم التالي. عندما استيقظت، لم تتذكر شيئاً مما حدث الليلة الفائتة ولا حتى أنها نهضت من السرير.

أردت أكثر من مجرد معلومات لأفسر هذا السلوك الجديد...
أردت نصيحة، ولهذا لجأت إلى ذلك.

سؤال: لقد أخبرت جان عما حدث لأنها لم تتذكره. فأصابها خوف شديد. والآن أتساءل إن كانت الصراحة مفيدة هنا. ألدبك أي نصيحة؟ إنني أميل لعدم ذكر هذه الحوادث لها عندما تتكرر مجدداً، إن حدث هذا. فأتأ لا أرى أي فائدة ترجى من ذلك. أستطيع أن ألاحظ كم يخيفها أن تسمع عن حدوث أشياء لا تتذكرها.

وهذا ما أجاب عليه ذلك بقوله:

لقد اكتشفت أن الأفضل هو عدم إخبار دوروثي بمعظم الأحداث المشابهة. فذلك يسبب لها البكاء وحسب ولا يستحق العناء. وقررت أن هذه هي الحالة الوحيدة التي تتفجع فيها كذباً ببيضاء صغيرة لا تسوّي أهدأ. وقد ناقشنا كلا الأمرين في جماعة الدعم وتوصلنا إلى نفس الاستنتاج.

طرات بعض التغييرات الصغيرة على تصرفات جان تذكر بمرضها، أحدها هو الميل الذي اكتسبته جان لتجميع الأشياء وترتيبها من دون سبب. فلاحظت ذلك أول الأمر في صباح أحد الأيام عندما ذهبت لأتناول حبة دواء ولم أجد الزجاجاة على رف الحمام حيث أتركها عادة.

في البداية، لم يشكل الأمر أهمية تذكر. وظننت أنني نقلتها من مكانها. فبدأت البحث في الأدراج وعلى الرفوف الأخرى. ودفعتني الفضول لتفقد أعلى صندوق غرفة النوم حيث تحتفظ بأدوية جان، وبكل تأكيد، وجدت دوائي هناك أيضاً. ففي وقت مبكر من اليوم، تحولت جان في أنحاء المنزل، وجمعت كل الزجاجات التي تبدو شبيهة بأدويتها ثم نسقتها بعناية على الصندوق.

ليست هناك فائدة من سؤالها عن السبب لأنها لم تكن لتذكر قيامها بذلك أو سبب قيامها به، ولكنني تساءلت إن كان هذا يعتبر نمطاً جديداً سيتكرر غالباً في المستقبل.

تذكر هذه الحادثة ذك بأشياء صغيرة حدثت له وأضافت توتراً على حياتته، ووجهها إلى طريق الانحدار نحو المجهول. ذكر ذك في رسالته حول دوروثي قائلاً:

آه نعم، إن إخفاء الأشياء أو إعادة ترتيبها يصبح أمراً مألوفاً جداً. فقد أخرجت دوروثي كل شيء من خزانها قبل أربع سنوات، ثم أعادت ترتيب كل الأغراض، ولكن في أماكن مختلفة. ثم اتهمنتي بأنني تخلصت من أشياءها لأنها لم تستطع العثور عليها. بالإضافة إلى ذلك، فقد أخذت مجموعة الدمى الخاصة بها وأخفتها في أماكن مختلفة ثم نسيت أين وضعتها. وقالت لي إن أحداً قد سرقها. فوضعتها أخيراً على قمة خزانها حيث لا تستطيع الوصول إليها. لقد حدث كل هذا في الوقت الذي لا زلت فيه أحاول التفاهم معها بالمنطق، ولكن هذا سبب لي المزيد من الإحباط. فتعلمت سريعاً ألا أحاول التفاهم معها بالمنطق لأن هذا لا يفلح أبداً.

لا أعرف كيف تستطيع الوصول إلى بريدك الخاص، ولكنني أقترح عليك استعمال صندوق بريد أو اللجوء إلى طريقة لا تستطيع هي الوصول إليها. فالمصابون بهذا المرض لديهم نزعة لإخفاء البريد الصادر والوارد. أعرف أشخاصاً عانوا من كوابيس حقيقية مع هذه القضية كتقطع الكهرباء والماء وغير ذلك...

إنني واثق من أنك سمعتني أتحدث عن قضائي شهوراً وأنا أبحث عن نظارة دوروثي. لقد وجدتتها في أشد الأماكن غرابية... في حجرة أدوات المائدة وفي صندوق صغير مع كل التذكارات التي جمعتها من ألمانيا. فاستسلمت أخيراً. ولم تعد دوروثي تضع نظارتها بعد الآن. إن هذا عمل محبط جداً ومضيق للوقت.

لقد ساعدني بعض الأصدقاء القدامى الذين عرفوا جان لسنوات عديدة على تمييز المرحلة التي وصلنا إليها. من بين هؤلاء الأصدقاء،

هناك المهندس المعماري والمصمم المبدع بوب هارتستوك الذي ساعدنا في تنفيذ عدة مشاريع لتجديد منزلنا في شمالي كاليفورنيا، وعمل جنباً إلى جنب مع جان على انتقاء العديد من النماذج وغير ذلك.

بعد زيارتنا للولايات المتحدة في صيف العام 2007، أرسل لي رسالة تشبه لقطة سريعة للأحداث. لا أعتقد أنني كنت غافلاً عن بعض هذه الأشياء، ولكنني لم أحفظها في ذاكرتي ولم أود القيام بذلك. فحللت رسالة بوب الوضع بصورة واضحة:

لقد بدت لي واثقة من إنجازها لبعض المهمات البسيطة مثل غسل الصحون وتشغيل آلة غسل الأطباق. فتصرفت بصورة بديهية ولم يخامرها أي شك حيال نفسها، ولكنني لاحظت أيضاً توقفها عن الانتباه عندما تنتهي المهمة. وكانت تقني وهي تبدو في مزاج سعيد جداً، ولكن ذلك لم يمنع من أنها بدت مشتتة تماماً عند إنجازها مهمة مثل الطهي أو محاولتها الجمع بين عدة مهام في آن معاً. فسيطر الارتباك عليها حيال كيفية المواصلة وجعلها غافلة عن المهمة التي بين يديها وعاجزة عن إكمالها.

أعتقد أنها ميزت حجم المشكلة، ولكنها وقفت عاجزة عن حلها. وبدت راغبة بإتجاز العمل، ولكنها نسيت المهارات اللازمة لإكمال المهمة. على سبيل المثال، لا بد أنها أدركت أنها عندما تريد تحضير العشاء يجب عليها أن تطهو شرائح اللحم، ولكنها لم تعد واثقة من طريقة طهيها أو حتى قدرة على تحديد مكان الشرائح. أما بالنسبة إلى السفر، فبالرغم من معرفتها أنها ستمسافر، فهي تظل غير واثقة من المكان أو الزمان. أما بالنسبة للوظائف الاجتماعية، طالما أنك موجود في مرمى بصرها، فستشعر أنها على ما يرام. وأعتقد أنها تشعر بالأمان معي أيضاً لأنها تعتبرني على الأرجح مصدر حماية لها.

لقد بدت التغييرات أشد وضوحاً في نظر بوب بسبب انقضاء أشهر عديدة أحياناً على تردّدنا إلى البلاد. أما بالنسبة إليّ، فقد حدث

هذا التطور بشكل تدريجي وبطيء، وهذا ما جعل من الصعب عليّ أن ألاحظه. عندما أطلعت صديقي دك على هذه المعلومات، شعر بشيء مختلف ومنذر بالشؤم. فكتب قائلاً:

يبدو لي أن جان بدأت بالتفوق في عالمها الصغير الخاص. فقد لاحظت تعليق بوب عن الغناء والمزاج الجيد، وهذا يترافق عادة مع فقدان الذاكرة قصيرة الأمد. وهكذا بدأ الحال مع زوجتي دوروثي قبل أن تعثر على أصدقائها الجدد في المرأة.

في شهر أيلول من عام 2007، وقعت حادثة جديدة في أثناء تواجدها في بكين. فجان أصيبت بالارتباك والدوار ولم تعد تقوى على الوقوف على قدميها. فذهبنا إلى عيادة طبية صغيرة في فندقنا. وتملك القلقُ الطبيبَ من إصابتها بالسكتة، لذا أخذنا سيارة الإسعاف إلى مستشفى مزود بتجهيزات جيدة في أطراف المدينة، وهناك تم تحديد السبب على الفور.

تم تشخيص مرضها على أنه التهاب شديد في الجهاز البولي، ولكن الخبر الجيد هو أن علاجه سهل. ومع ذلك، فقد تحول هذا الإجراء شبه الروتيني إلى كوة تظل على المرض. أجرت جان سلسلة من الفحوصات للمساعدة على تشخيص إصابتها، أحدها يتطلب تقديم عينة بول، وهو إجراء اعتيادي يقوم به كل الناس، ولكن الألزهايمر حول هذا الروتين إلى ظاهرة غريبة، فكتبت رسالةً لك أقول فيها:

عندما أدخلناها إلى غرفة الطوارئ يوم الاثنين لعلاجها من الإصابة بالتهاب في الجهاز البولي، طلبوا إليها تقديم عينة بول. وبعد يومين، عدت إلى البيت. فرأيت في الحمام فنجان قهوة مليء بالبول. وظننت أنهم طلبوا منها عينة أخرى. وكنت قد كتبت عليها ملاحظة تفيد برجى عدم اللمس وأنها مخصصة للتحليل في مخبر خاص ثم استخدمت البخار على المرأة لترسم أسهماً نحو الفنجان

أو العينة. ومن المثير للاستغراب أنها، وبعد خروجها من غرفة الطوارئ يوم الاثنين، لم تستطع أن تتذكر ما حدث يوم الثلاثاء، ولكنها في الليلة الماضية (الجمعة) بدأت تتحدث عن بعض ما تذكرته.

لقد شكّل هذا الموقف ظاهرة جديدة لم أتوقعها. وفي خلال الفحص في غرفة الطوارئ، أمر الطبيب بإجراء تصوير مقطعي بالحاسوب لدماعها للتأكد من أنها غير مصابة بالسكتة. فأتت نتيجة جيدة باستثناء أنهم اكتشفوا أن الجزء الأمامي من دماغها بدأ بالضمور.

لم يحاول ذلك أن يخفي عني حقيقة الأمر. فقال لي في رسالته: إن ضمور الدماغ يعني نقله، أي أن الدماغ في الواقع يموت، وهذا ما يحدث للدماغ المصاب بمرض الألزهايمر. وعندما تعجز العصبونات عن التواصل، فإنها تموت.

في غضون ذلك الوقت، وظّفت بضع نساء ليكنّ رفيقات جان، وهن نساء صينيات يتحدثن اللغة الإنكليزية، أغلبهن خريجات، جامعة صغيرات السن يستطعن أن يرافقن جان ويمنحنها الثقة للتجول في أنحاء بكين لأنها لا تتحدث الصينية. وبالإضافة إلى ذلك، فقد يساعدها كي لا تتوه وتضل الطريق. وبدأت أرى نمطاً جديداً من سلوك جان تحاول فيه أن تخفي التغييرات بدكاء فطري عن طريق التعويض عن الأمور التي تعجز عن تذكرها.

مثالاً على ذلك، ذهبت جان مع إحدى صديقاتها إلى متجر نظارات محلي. وعندما عدت إلى البيت تلك الليلة، سألتها بلا مبالاة متى سيتم إنجاز الإطار. فلم تستطع أن تتذكر، ولكنها أتت بجواب مختلف قائلة: "إنهم يعملون بسرعة".

أصبح من عادتها أن تقوم بتدوين الملاحظات حتى عن أبسط الأعمال. مثلاً على ذلك، اعتدنا، عندما نذهب إلى شقتنا في بكين، أن نتصل بخدمة الغرف لنطلب طعام العشاء. فكانت جان تبدأ بتدوين طلبها لأنها لا تستطيع أن تحتفظ بذاكرتها بكلمة برغر أو معكرونة ولو لدقيقة أو دقيقتين، أي طيلة المدة التي تستغرقها للمشي نحو الهاتف والاتصال بخدمة الغرف وإعطائهم الطلب. إن هذه إشارة واضحة، وكأني بحاجة إلى إشارة للدلالة إلى تدهور ذاكرتها قصيرة الأمد.

سألتك إن كان هذا السلوك عبارة عن تعويض. فزودني بمعلومات على المستقبل وجدت أنه من الصعب عليّ أن أتقبلها:

إنك محق تماماً. إذ يبدي مرضى الألزهايمر في المراحل المبكرة من المرض ذكاءً شديداً بالطرق التي يعرضون بها عن نقص ذاكرتهم، فبعضهم، مثل جان، يدونون المعلومات أو يعطون جواباً عاماً. واعتادت دوروثي أن تجيب عن سؤالي بسؤال آخر وتتصرف أيضاً وكأنها لم تسمع ما قلته مع إنه من الواضح أنها سمعت، ولهذا أصبحت أطرح عليها السؤال مجدداً. ونسوء الحظ، فإن هذا السلوك يستمر لبعض الوقت فقط. فلن تعود جان في ما بعد قادرة على كتابة الملاحظات أو الإجابة على أبسط الأسئلة. فقد استغرقت دوروثي عامين قبل أن تصبح عاجزة عن التعويض عن نقص ذاكرتها.

في ذلك الوقت، ازدادت طرقات ناقوس الخطر الذي يزداد ويتفاقم. فقد أصبحت الآن أعيش تجسيدا لعنوان أحد الكتب عن الألزهايمر وهو بعنوان: "اليوم الذي يدوم 36 ساعة". وشعرت فعلاً أن أيامي طولها 36 ساعة أو أكثر. قد لا أستطيع أن أغير مقدار الرعاية التي تحتاج إليها جان. مع ذلك، فقد شعرت أنني بحاجة إلى فترة استراحة تعيد شحن طاقتي.

حدّثني دك عن ذهابه في رحلة، وأخذة إجازة من عمله في الرعاية، وكيف جدّدت تلك الإجازة نشاطه. فقررت أن أفعل الشيء نفسه بالرغم من القلق الذي اعتراني بشأن ترك جان وحدها. مع ذلك، فقد صممت على أخذ تلك الاستراحة، فهي بمثابة بداية اعترافي بإرهاقي وإدراكي، بالرغم من أنني لا أزال لا أعني ذلك بوضوح، كما أعنيه الآن، لحاجتي لشيء من التغيير.

أتني الفرصة لتحقيق مرادي على طبق من ذهب. كنت أعاني من مشكلة بعيني أجريت بسببها عملية جراحية في سان فرانسيسكو. وطلب إليّ الطبيب أن أعود ليجري معاينة لها بعد العملية. فحجزت الرحلة بالطائرة، ولكنني خرجت عن عاديّ بالاتصال بالأصدقاء حين زيارتي للبلاد لأنني لم أكن أتحملي بالطاقة لمواجهة أحد، وهذا دليل آخر على شدة تعبتي. وفوق ذلك، فقد استولى عليّ الإرهاق من التحدث عن التغييرات التي طرأت على جان مع أشخاص آخرين بالرغم من محبتي لهم. فذلك الحديث كان يذكرني بما يصيها وبخسارتي. فقررت الابتعاد عنه. شعرت أنني أناني، ولكن تلك عطلة شعرت أنني بأمس الحاجة لها جسدياً وعقلياً. وتضمنت الإجازة أيضاً النوم لساعات في الفندق وربما مشاهدة التلفاز أو طلب الطعام من خدمة الغرفة والاستمتاع بالهدوء والصمت، وذلك هو بالضبط ما كان يلزمي.

استمرت عجلة الحياة بالدوران طيلة فترة غيابي لمدة يومين. فتمت كثيراً وتمشيت قليلاً وسمحت لنفسي بالانغماس بمتعة عدم القيام بأي شيء. وظننت أن تصرفي حكيماً لأنني سأعود إلى البيت مستريحاً ومستعيداً لنشاطي وأكثر قدرة على العناية بجان.

لكن المرض استغل فترة غيابي. فتسلل إلى جان وانغمس بها إلى مستوى أعمق قليلاً. وشكلت رحلتي إلى سان فرانسيسكو نقطة تحول

والفصل الأخير في رعايتي لجان آنذاك. وتكشفت تلك الحقيقة ببراءة شديدة في خلال أفضل الخطط التي وضعتها لغيابي.

في خلال غيابي في سان فرانسيسكو، طلبت من صديقتين من مكتب بكين أن تأتيا بالتناوب إلى الشقة وتصطحبا جان لتناول الفطور في مقهى فندقنا. وكانت نيتي من هذا الإجراء أن تحظى جان بالرفقة وأن أحرص على سلامتها وعلى تناولها لأدويتها التي اعتدت أن أضعها في صيدلية يومية تمتد على مدار الأسبوع.

يا له من تصرف ذكي، أليس كذلك؟ لقد جعل هذا عقلي يهدأ ويستريح وأنا أعلم أن جان ستخضع للمراقبة، ولكنني اكتشفت حين عودتي أن خطتي الذكية قد باءت بالفشل. إذ إن جان أخذت كل الحبوب من أماكنها، وهي عبارة عن جرعات الأسبوع بكامله، وأعدت ترتيبها. فأصبح هناك الكثير من الحبوب لهذا اليوم وحبوب غير كافية لليوم التالي. ولم تستطع الصديقتان أن تفعلوا شيئاً حيال هذا لأنني طلبت إليهما أن تراقبا تناول جان لحبوبها. فأجابت جان بكل ثقة قائلة: "نعم".

شكل تغيير الحبوب تصرفاً جديداً وخطيراً من جانبها. وكان عملي يفرض عليّ السفر بشكل دائم، ولكنني أدركت الآن أنني لم أعد أستطيع أن أتركها وحدها حتى ليوم واحد لأنها قد تأخذ الدواء نفسه مرتين أو أكثر في اليوم.

بالرغم من اطلاعي على تطورات المرض، فقد اعترتني الدهشة من سرعة حدوث التغييرات. وأيقنت أنني أصبحت عالقاً في هذا الصراع الدائم الذي يجبرني أن أتقبل وأتكيف وأستسلم لحقيقة جديدة أو قاعدة أخرى، ولكنني اكتشفت أن هناك قاعدة جديدة لا يزال يجب عليّ أن أتقبلها.

لطالما ظننت وجان أننا نملك الدنيا بأسرها ونحن معاً ولطالما عشقنا خلوتنا، ولكن الوقت حان أخيراً لأن ندرك أننا لم نعد نستطيع أن نحظى بهذه السعادة. فقد أصبح يلزمنا إجراء تغيير آخر، وهو عبارة عن توظيف مانحة رعاية مقيمة بدوام كامل. فقد وصلت إلى مرحلة لم أعد أثق بصحة تناولها لدوائها.

أصبحت المرحلة التالية من مهمتي في منح الرعاية الآن أن أعثر على الموظفة المناسبة التي تستطيع أن تنتقل للإقامة في منزلنا كي تساعدني في رعاية جان. ومع أنني أدركت ضرورة تنفيذ هذا الإجراء، فقد ظل جزء من كياني يتألم لأن يشهد نهاية أخرى لباري وجان. وإن لم تعد جان تقوى على البقاء وحدها، فإذا لم يعد بوسعي بعد الآن أن أعطني بها بنفسني. لقد وصلت حياة باري وجان الخاصة - بكل ما بيناه فيها معاً وابتهجنا به وحافظنا عليه، إلى نهايتها - نعم، إنها النهاية. ليس ذلك بمجرد تغيير أو تحول أو تكيف بل نهاية مؤكدة. ولكن هذه النهاية ليست إلا مقدمة. إذ بانتظارنا المزيد من النهايات التي يجب عليّ أن أواجهها واحدة تلو أخرى لأتكيف معها وأتجسد بها. فاحتجت لمتسع من الوقت أكثر من كل شيء آخر، ولكن المرض لم يتوقف عن التفاقم. لا يهم مدى السرعة التي راح المرض يغير بها جان، فهو يحدد سرعته الخاصة ويتحرك حسب توقيته الخاص.

ربما شعر المرض بالنصر وهو يسلبها مني فجعله هذا أكثر نهماً لأن يستولي على المزيد منها بصورة أسرع وبلا رحمة. إن المرض لا يسخر فقط من الشخص الذي يسلبه عقله، ولكن من الآخرين من حوله الذين يحاولون أن يصدوا هجماته.

الآن فقط لم يعد هناك صد ولا هجوم. فقد بدأ الانسحاب.

الجدول الزمني

خريف عام 2007

مستجدات حالة جان بقلم باري للعائلة والأصدقاء

قامت جان بزيارتها السنوية إلى طبيب الأعصاب حيث خضعت لما يسمى بالفحص الذهني المصغر، وهو عبارة عن فحص للذاكرة والإدراك وعمليات التفكير، وغيرها. إن أعلى مستوى يمكن أن يصل إليه المرء هو 30. ويشير أي مستوى تحت 27 إلى وجود مشكلة. فكانت نتيجة جان في العام الماضي 15، أما هذا العام فقد هبطت نتيحتها إلى 6 فقط.

إن خسارة ذكرياتها لما نفعله في خلال اليوم يسبب لي حزناً لا يصدق، ولكنني أحاول أن أخطط للقيام بأشياء خاصة تساعدنا. على سبيل المثال، في خلال الأسابيع الأربعة التي أمضيها في إجازة في شمالي كاليفورنيا، تناولنا العشاء مع أصدقائنا كل ليلة باستثناء ليلة واحدة. فقد أردتُ أن تختلط جان بالناس إلى أقصى الحدود. ومع ذلك، فقد تاه معظم ما حدث من ذاكرتها. وقالت لي في إحدى الليالي عما فعلناه في تلك الإجازة: "إنها مجرد ذكرى ضبابية".

إن شغفها الكبير بالسفر بدأ يضعف ويموت الآن لأنه أصبح من الصعب عليها أن تتذكر مكان وجودنا إن كنا في محيط غريب كغرفة فندق جديدة مثلاً.

لا تزال تتحلى بالإيجابية والبهجة، وهذا أمر رائع، ولكنه يزيد الوضع سوءاً من نواح عدة، فهو يذكرني كم كانت امرأة عذبة ومتفائلة.

لقد دخلت في مرحلة لم أعد أعرف فيها شيئاً. فأنا لا أعرف ما الذي ستبدو عليه جان عندما تستيقظ أو عندما آتي إلى البيت من المكتب أو في أمسية قبل العشاء أو بعده. إن الأمور التي تحدث أمامي تخيفها وتربكها وتقلقني بسبب ندرة الكلمات التي تفوه بها لتعبر عن نفسها.

إن هذا يأتي بتحريض من تغيير جديد طرأ على واقعنا اليومي. فقد أصبحنا نعيش الآن برفقة مائحة الرعاية المقيمة ديان مالون التي سافرت معنا إلى آسيا من بيتها في تاكوما عندما عدنا من الولايات المتحدة في منتصف شهر تشرين الأول. إن ديان امرأة هادئة إلى حدٍ مسدهل وتمتع بالحكمة التي تأتي من خبرتها بالعمل كمرضة في كل الأجزاء بدءاً من أجواء الحماس في حرب الخليج إلى هدوء دار المسنين. إن وجود مائحة الرعاية يعني أن أصارح جان أنها لم تعد تستطيع الخروج من البيت بمفردها ولا حتى إلى متجر البقالة أو الصالة الرياضية أو حتى لتمشي. فأثار هذا في نفسها مشاعر مختلطة من الغضب والخوف وهي تحاول أن تفهم الوضع الجديد وتكره نفسها لتقبل ما يجري. "إنني لا أريد أن أصبح عبئاً على أحد".

لست معتاداً على رؤية جان تعبر عن غضبها أبداً. فلم أر قبضتي يديها المشدودتين ولا وجهها المحمر ولا انفعالها الذي يهز جسمها كالزلازل. فقد وجهته أول الأمر إلى ديان التي تجسد الحدود الجديدة المفروضة على حريتها، ولكنها تدرك الآن (أحياناً) أن سببه هو إصابتها بالألزهايمر. إن هذا الغضب النائر أو الكتيب العميق يأتي ويذهب. وغالباً ما يثار هذا الغضب عندما أقول لها إنها تستطيع أن تذهب إلى أي مكان شريطة أن تذهب برفقة أحد. إن الخوف في الحقيقة هو أصعب شعور يشعر به المرء. إن جان تدرك أو تشعر أن ما تفقده هو

ذكرياتها وحريرتها، "إنني أفقد عقلي، أليس كذلك؟" ولكنها لا تعرف كيف تقاوم مرضها أو تمنعه.

غالباً ما أخبرها وديان أن الخروج للتعرف على أشياء وتجارب جديدة سيحفز دماغها ويمرنه كما يمرن المرء عضلة لتستعيد شكلها. إننا نسمي أنفسنا (أنا وجان وديان) فريق جان ونعمل معاً، ولكننا أحياناً نوسع الفريق ليشملكم جميعاً، أي الناس الذين في حياتها، وغالباً بالاسم. إنها تفهم هذا وتتقبله أحياناً.

لكن عندما يتلاشى التفهم أو الراحة لتذكر الأصدقاء، لا يبقى إلا الخوف. وعندئذ يصبح كل ما تريده هو أن تثبت بي وكأن ذراعي وقربي منها هو ما يحميها. إنني أضمتها كثيراً في هذه الأيام كلما احتاجت إلى ذلك. وأشعر أحياناً أنني أحتضن طفلة مرعوبة وخائفة من لمعان البرق والعواصف والأشياء التي تعجز عن فهمها.

إن خوفها يصيبني بالعدوى، فأشعر به عندما أنظر إلى وجهها وأدرك أنها فقدت جزءاً من شخصيتها ولم تعد زوجتي جان باستثناء الوقت الذي تتصرف فيه كذلك، ولكنني لا أعرف متى سينتهي ذلك مجدداً. هل بعد شرب قهوة الصباح؟ بعد العشاء؟ طيلة اليوم؟ ليس اليوم؟

إنني أذرف معظم دموعي في هذه الأيام لأنني أراها للمرة الأولى تصاب بالهلع عندما تشعر بتغير حالها وتتشبث بكل قوتها بذكرياتها وتجاربها وكأنها أشياء لن ترحل أبداً، وتتوسل بينها وبين نفسها كي تتحسن وتعود تلك المرأة المستقلة المتفائلة التي كانت عليها في الماضي.

أساءل أحياناً إن كان ينبغي عليّ أن أطلعكم على هذه الأفكار الشخصية. أرجو أن تدركوا مدى صعوبة هذا البوح بالنسبة إليّ، ولكن أولئك الذين مروا بنفس تجربتي حذروني من خطر التوتر النفسي

الذي يصيب مانح الرعاية. فقررت أن أتوخى الصراحة بالقدر الذي أستطيع أن أسمح به لنفسي لأنني لن أعود بذي فائدة لجان إن تعثرت وأخفقت بسبب الضغط الذي أعاني منه.

لقد كتبت لكم من قبل عن خسارتي لصديقتي الحميمة عندما بدأت جان تتغير. وفي أحد الأيام، أدركت حقيقة أخرى أصابني بالصدمة. إنني لا أتحدث عن الخوف، فقد أصبح الخوف رفيقي كل ليلة، بل عن خسارة كل ذلك الوقت الذي أمضيته معاً. إن شعوري بالوحدة يتعمق يوماً بعد يوم. سأتشبث بيدها طيلة الرحلة، ولكن كل دموعي لا تستطيع أن تمنعها من الانجراف إلى عالم النسيان ببطء وهدوء.

إننا نقوم في هذه الأيام بشرح الكثير من الحقائق والظروف الجديدة مثل سبب توظيفنا لمناحة رعاية وسبب عدم خروج جان وحدها بعد الآن. إنني الآن أحتضنها بين ذراعي مع أنني أعرف أنني لم أعد أستطيع أن أحميها من رعب المعرفة.

- المخلص باري ...

10

تجراً أن تمد يدك إلى الظلام أو اسحب يداً أخرى إلى النور".
- نورمان بي رايس

والآن أصبحنا ثلاثة

في عصر يوم لطيف من أيام شهر تشرين الأول من العام 2007، هبطت طائرة الرحلة الجوية رقم 876 القادمة من سياتل بلطف على مدرج الطائرات في مطار ناريتا في طوكيو. لقد حققت رحلتنا كل مقاييس الرحلة الناجحة، فقد اتسمت بالهدوء إلى حدٍّ مثالي. لقد قمت وجان بهذه الرحلة عدة مرات من قبل، ولكنها هذه المرة ليست مجرد رحلة روتينية لأننا لم نعد اثنين. فقد أتت الممرضة المتقاعدة ديّان برفقتنا إلى آسيا لتتولى وظيفة مائدة الرعاية المقيمة الخاصة بجان. إذ أنني وصلت إلى مرحلة أدركت فيها عدم استطاعتي ترك جان وحدها حتى في خلال عملي في المكتب وبالتأكيد عندما يتوجب عليّ السفر إلى مكان ما لأيام أو لأسابيع. فقد شكّل السفر من دون تحذير جزءاً من طبيعة عملي.

إن أهم سبب من أسباب التماس الرعاية الكاملة هو تشتت ذهن جان المتزايد. إذ لم تعد جان تغادر الفندق في بكين إلا في ما ندر سوى مع رفيقات جان اللواتي وظفتهن بين الحين والآخر، ولهذا فلم أجد حينها أي داع للقلق. أما في طوكيو، فكانت لا تزال تستطيع أن تستقل سيارة أجرة بنفسها، وتطلب إلى السائق اليابانية أن يأخذها إلى

متجر البقالة الذي يقع على بعد بضعة شوارع والمتخصص بخدمة الأجانب، ولكنها بدأت مؤخراً تشتري نفس الأشياء مراراً وتكراراً. فأصبح لدينا من قوارير المياه المعبأة ما يكفي لإغراق غواصة حربية. وتساءلت متى سيحين الوقت الذي ستصل فيه إلى متجر البقالة وتنسى كيف تقول لسائق سيارة الأجرة الياباني أن يعيدها إلى البيت. ليس هناك جواب. لم أعد أكتشف ما يجري إلا بعد فوات الأوان، أي بعد أن تتوه أو تضل الطريق. فلم أستطع أن أجازف بحدوث هذا. وأدركت أن الوقت قد حان لالتماس المساعدة من الخارج.

نشرت إعلاناً في الصحيفة في دنفر بولاية كولورادو وبورتلاند بولاية أوريغون. واخترت دنفر لأن ابنتي كانتا تستطيعان أن تتوليا أمر إجراء المقابلات. وبورتلاند لأنني لطالما أحببت تلك المدينة وشعرت أنني أستطيع أن أعثر على امرأة لطيفة هناك. اعذروني لقلة تفكيري المنطقي، ولكنني لم أعرف كيف أتصرف.

تقدمت فتاة صغيرة السن تبلغ الثامنة عشر أو العشرين وتعمل عارضة للملابس السباحة، وقالت: "هل أستطيع أن آخذ إجازة عندما يُطلب إليّ القيام بعرض أزياء؟" فقررت أنني إن أردت أن أدخل امرأة أخرى إلى منزلي لتعتني بزوجتي، فعارضة أزياء سباحة، هي على الأرجح، ليست محل ثقة على الإطلاق.

تقدمت فتاة أخرى انفصلت عن حبيبها وظنت أن سفرها إلى آسيا سيساعدها على الشفاء من فشل علاقتها. شكراً، ولكن كلا. تقدمت مرشحات أخريات أفضل من هاتين. فقابلناهن وتفقدنا مؤهلاتهن ثم عثرنا على ديان التي تعيش في تاكوما بولاية واشنطن. فقد أسعفني دك صديقي في مرض الألزهايمر مرة أخرى. إذ إنه أوصل الخبر للأشخاص في جمعية الألزهايمر المحلية أن شخصاً في آسيا يبحث عن

مانحة رعاية مقيمة. فعلمت ديان عن طريق أحد الأصدقاء. يا لها من معجزة، أليس كذلك؟

وجدنا ديان تتمتع بمؤهلات مذهشة لأنها عملت لوقت طويل في مؤسسات الرعاية. وبصفتها ممرضة متمرسة مرخصاً لها، فقد عملت في أجنحة المستشفيات. ولم تكن تفهم احتياجات المرضى وحسب ولكنها تعلمت أيضاً أن تتحلى بالصبر الذي تحتاج إليه أي ممرضة للتعامل مع المرضى وعائلاتهم. وقد عملت في مهنة عسكرية ناجحة أيضاً عندما خدمت لثلاثين عاماً في احتياطي سلاح الطيران وتسع سنوات في الحرس الوطني. وكان من مهماتها الإشراف على الفرق في خلال عمليات إجلاء الجرحى من أماكن مثل الشرق الأوسط في خلال حرب الخليج الأولى. وبالإضافة لذلك، فقد أرسلوها في مهمة إلى نيو أورليانز مع هيئة الصليب الأحمر في أعقاب إعصار كاترينا. فدفعتني الفضول للتساؤل عن السبب الذي قد يدفعها للعمل معي مقابل أجر أقل من أجور العمال. فأتضح لي أنها لا تهوى تحديات وحسب، ولكنها أيضاً تحب المغامرة، وهذا ما جعلها تجد العيش في مدينتي آسيويتين، طوكيو وبكين، مغامرة لا تقاوم وتستحق أن تخوضها.

شرحت لجان عن قدوم ديان للعيش معنا لتساعدنا. في البداية، سارت الأمور على ما يرام بدءاً من ذلك اليوم من شهر تشرين الأول عندما هبطنا في ناريتا، وتوجهنا إلى شقتنا في طوكيو. فأصبحت ديان تنام على فراش في غرفة النوم الثالثة. أما في بكين، وبما أننا نقيم في شقة مؤلفة من غرفة نوم واحدة، فقد عثرنا على امرأة تبحث عن شريكة سكن في شقة قريبة منا. ودفعت الأجرة نيابة عن ديان. وهكذا، استطعنا الاستقرار في كلتا المدينتين. فهنأت نفسي لإنجاز الأمور كما يجب.

اعتباراً من شهر تشرين الأول وحتى الكرسمس، اتسم مزاج جان بحب التجول والتفرج على أنحاء المدينة، على حدّ تعبير ديان. فقد أرادت جان أن تعرّف ديان على طوكيو وبكين حسب الطريقة التي قد يعامل بها أي ضيف في المنزل. إنني أحتفظ الآن بصور من تلك الأيام تظهر فيها جان وديان وهما تتجولان عبر المنزهات للتنزه. ففي تلك المرحلة المبكرة، لم تنزعج جان لفكرة مانحة الرعاية المقيمة بالرغم من أن البراعة مطلوبة من قبل الجميع، ولكن ديان شكّت بأمر لم تخطر لي على بال. إذ إن جان لم تبدُ مدركة فعلياً بعد أن لدينا مانحة رعاية مقيمة بسبب تخطيطها وارتباكها. أتى فصل الخريف دافئاً ولطيفاً. فأحببت جان الجولات بصحبة ديان. ولطالما كانت جان أول من يتأهب للتنزه أو لزيارة متحف جديد، ولهذا فقد سارت حياتنا بشكل جميل وممتع.

تعود ديان بذاكرتها إلى تلك الأيام الأولى وتصفها بما يلي:

"عندما كانت جان لا ترغب في المجازفة والخروج من البيت، اعتدت أن أطرح عليها أسئلة تتعلق بمجموعة الأعمال الفنية المشتراة من أماكن متعددة من العالم والتي تملأ الشقة. فوصفت لي بسعادة غامرة وتفصيل كبير الأماكن التي اشترت منها كل قطعة. إنني أضحك الآن، وأنا أتذكرها تربي منحتات أحضرتها من بالي لنساء يبلغ طولهن أربعة أقدام. إن أولئك النساء لسن جذابات بالفعل، ولكن جان أرادت الحصول عليهن من أجل فن النحت الجميل. وعندما علّقت قائلة: "ولكن أولئك النساء لسن جذابات إلى هذا الحدّ، يا جان"، أجابت جان: "آه، أعلم ذلك، ولكن أليس النظر إليهن مدهشاً".

"إن الشقة تحوي عدة صناديق من التيبب جلبتها من أسفار كما إلى تلك المنطقة. فإن تسربت أشعة الشمس في فترة العصر من خلال

السوافذ، توهجت تلك الصناديق كلها بألوان الأحمر والأخضر والذهبي وظهرت التفاصيل بوضوح وكأنها تقول: انظر إليّ واقرأ ما بين السطور وتأمل الألوان لتقرأ تاريخي". لطالما عشقت جان هذه الصناديق، وأبدت استعدادها لقضاء فترات عصر كاملة وهي تعيد ترتيب محتوياتها.

"كانت الأريكة والكراسي مكسوة بأقمشة ملونة بالأحمر والأصفر والذهبي بتنسيق أنيق يضيء على الغرفة شعوراً بالدفء والذوق الرفيع".

ثم أتت مرحلة جديدة انخرفت فيها جان قليلاً إلى عالم مختلف يقطنه أناس لا أحد يعرفهم سواها. فأرسلت لي ديان هذه الرسالة بالإيميل في خلال سفري بمهمة صحفية. وأعتقد أنها بدت مأخوذة جداً.

إنها تتجول في أنحاء الشقة، وتحرك هذا الشيء وذاك "استعداداً للتخلص من كل الأشياء ليتسع المكان للزوار". وطلبت إليّ أن أعد الترتيبات لنقل معظم الأثاث من غرفتي. وأخرجت كل شيء من الحقيبة الزرقاء الكبيرة. إنها الآن تنقل هذه الأغراض من غرفة إلى أخرى. وعندما قلت لها: "إننا نعيش وحدنا في الشقة، يا جان". قالت: "أعلم هذا، ولكن هناك المزيد من الناس قادمون. فقد بدأوا يصلون الآن". فتركته تقوم بما تريده. وسرعان ما جلست أمام جهاز الكمبيوتر. فطلبت إليها أن تتفقد الأخبار نيابة عني، وهذا يساعد في تحويل انتباهها معظم الوقت.

لقد بدأت ديان تواجه ما اختبرته بنفسني من قبل، أي فقدان جان لإحساسها بوضعها الراهن لذلك اليوم. فإن سافرنا من بكين عائدين إلى طوكيو، استغرقت جان ثلاثة أو أربعة أيام لتعي مكان وجودها حتى لو تجولت بصحبة ديان في شوارع طوكيو كل يوم تقريباً.

غالباً ما كان نفس الارتباك تقريباً يطرأ عندما نساfer إلى بكين. فبالرغم من وجودنا في شقتنا ذات الغرفة الواحدة في بكين وظهور الصين بكل وضوح من خلال النافذة، كانت جان تسأل بعد مرور يومين أو ثلاثة من انتقالنا قائلة: "في أي مدينة نحن؟".

لقد استولى عليها أيضاً شعور بالقلق وعدم الاستقرار يحثها على الانتقال إلى مكان ما في أي وقت. وغالباً ما كان هذا المزاج مفاجئاً من دون أي تحذير مسبق. ففي أحد الأيام، وفي خلال تجولها برفقة ديان في المتحف، نهضت فجأة، وأعلنت أنها ذاهبة إلى الديار.

فقالت: "لديّ بطاقة ائتمان ومال نقدي". وأصرت على أن باري قد اتصل بها، وطلب إليها أن تسافر إلى سياتل. تطلب التصرف في تلك اللحظة بعض الذكاء، لذا قالت ديان لجان إنها لا تعارض فكرة الذهاب إلى المطار، ولكن الوقت متأخر وكل الرحلات إلى سياتل في ذلك اليوم حُجزت سلفاً.

وقالت ديان لجان: "سيتوجب عليك أن تقضي الليلة في المطار. لقد اضطررت للقيام بهذا من قبل، يا جان، وهو وضع غير مريح على الإطلاق. فليس هناك مكان للنوم عليه إلا تلك المقاعد القاسية". واقترحت ديان قائلة: "ربما يمكننا الذهاب غداً".

فامتنت جان بأن النوم لساعات على كراسي المطار البلاستيكية غير المريحة ليس فكرة جيدة وعاودت الجلوس. وفي غضون دقيقة واحدة، نسيت الفكرة برمتها. وعندما أخبرتني ديان بما حدث، علمت أن هذه خطوة جديدة تنجرف فيها جان داخل عالم النسيان. وقالت لي ديان لاحقاً: "إن عنادها وارتباكها حيال الوقت والمكان يشكلان مثلاً واضحاً على مدى السرعة التي يستطيع بها الألزهايمر أن يؤثر على العقل".

عندما كان مزاج جان يتغير بشكل مفاجئ، اعتادت ديان أن تتصرف بسرعة، وهذا ما حدث في مرة ونحن في قطار الأنفاق في طوكيو. فقد ثار غضب جان وأصابها التوتر وأرادت الترحُّل حالاً في المحطة التالية. وراحت تنقر بأصابعها بعصبية. وبدا مزاجها كئيباً وغاضباً.

مرة أخرى، تصرف ديان بسرعة، وحاولت أن تشتت انتباهها بأن اقترحت عليها أن تغني أغنية من فيلم تابعته وجان في الليلة السابقة. لا يعتبر هذا تصرفاً طبيعياً في قطار أنفاق في طوكيو، فجميع اليابانيين يحرصون على الانعزال بأنفسهم ويعتبرون أنه من غير اللائق حتى أن ينظر المرء إلى أحد بشكل مباشر فما بالك أن يصدر ضجة في مكان عام.

تقول ديان: "لقد كنا امرأتين ناضجتين تغنيان وتمايلان إلى الأمام والخلف بين اليابانيين شديدي البرودة".

سرعان ما تعلمت ديان أهمية تشتيت ذهن جان عن طريق الغناء. وأصبحت تستخدمه في الحلي عندما تخرجان للتنزه في أغلب الأحيان. تقول: "مشينا عدة مرات في الشارع ونحن نغني. وأصبحت هذه عادة مألوفة بالنسبة إلينا. كنا نمشي وكأن أحداً لا يصغي أو ينظر إلينا ونغني وكأننا نقدم عرض الموسم".

لطالما تعجبت من فكرة رؤيتهما وهما تمشيان معاً وتغنيان في شوارع طوكيو المتعرجة واليابانيون يمنعهن تهذيهم الشديد من التحديق إلى هاتين المرأتين الأجنبيةتين الغريبتين، ولكنني أيقنت أن جان قد سُرّت للغناء مع ديان. فهنأت نفسي للمجهود الكبير الذي بذلته ديان في رعاية جان. فأصبحنا تخرجان من الشقة كل يوم وتذهبان للتنزه، وهذا ما تمنيت أن يحفز دماغها ويمنحها شعوراً جيداً في آن معاً.

عندما كنا نسهر معاً ليلاً، اعتدنا أن نجري محادثات عن كل
الأماكن التي زارتها طيلة اليوم، ونحظى بفرصة لرؤية الصور التي
التقطتها لبعضهما. فبدأت أتقبل هذه القاعدة الجديدة لأنها أدخلت
السعادة إلى قلب جان.

أحببت تلك اللحظات، وشعرت أن مخاوفي على جان بدأت تهدأ
قليلاً.

ثم حلت الكارثة المطلقة: إنه وحش الغضب.

الجدول الزمني

كانون الأول عام 2007

المستجدات بقلم باري إلى العائلة والأصدقاء: تهيئة الأصدقاء
لزيارتنا في الكرسيس

أصبحنا مؤخراً نتعامل مع شعور جديد، ألا وهو التحدي. فقد بدأت جان ترفض ببساطة أن تخرج من شقة طوكيو لأن الطقس بارد جداً. وأخيراً أقنعتها بالتحرك. فخرجنا نحن الثلاثة لتناول الغداء، ولكن هذا السلوك شكّل عقبة جديدة غير سارة، فهذه هي المرة الأولى التي تتحداني فيها على الإطلاق في موقف كهذا على اعتبار أنها تعتبرني عادة ملجأها الآمن.

لقد ابتكرت جان طرقاً عدة للتعامل مع نسيانها، الأولى هي الغضب، مثل: "إنني لا آبه لأمر ذلك الشخص، فلماذا إذاً عليّ أن أتذكره؟"، والثانية هي التظاهر، أي تظاهر الموافقة على كلامي في حين أنني أظنّها لا تتذكر فعلاً، والثالثة هي الصمت. وغالباً ما ألاحظ لجوءها لاتباع هذه الطريقة عندما نختلط بالآخرين. وأعتقد أنها تخشى قول شيء يلفت النظر لوضعها، ولهذا فقد أصبحت تؤثر التزام الصمت. فابتكرت أنا أيضاً بعض الاستراتيجيات المضادة.

فعندما يثور غضبها، أصبحت أشرح لها هوية الشخص الذي نسيته وسبب أهميته بالنسبة إليها. وعادة ما يساعدني حس الفكاهة على تحقيق فكري، ألا وهي تنبيه ذاكرتها. تذكروا أن غضبها موجه في الواقع نحو نفسها بسبب ما يجري لها وليس نحو أي واحد منا. وعندما

تتظاهر، أقوم بمجرد الاستمرار في الحديث وأحاول بشكل عرضي أن أذكر الاسم في سياق الجملة التالية أو نحو ذلك.

فقد تقول جان على سبيل المثال: "... تلك المرأة التي تعمل معها...".

وأجيبها أنا: "نعم، إنك محقة، يا عزيزتي. أعتقد أن مارشا تريد أن تغطي ذلك الخبر الصحفي".

وهكذا دواليك.

أما بالنسبة إلى الصمت، فأول شيء يتعين عليّ فعله هو أن ألاحظه ثم استدرجها ببطء إلى المحادثة. وحالما تبدأ بالشعور بالراحة، فإنها تبلي بلاء حسناً. إنها عادة ما تلتزم الصمت ضمن المجموعات الصغيرة في خلال العشاء على سبيل المثال أكثر من المجموعات الكبيرة. ففي إحدى الأمسيات، وفي خلال تناولنا العشاء مع مجموعة من ثمانية أشخاص، لم تتفوه بأي شيء تقريباً. وبعد يومين، ذهبنا لحضور حفل زفاف يضم ثمانين مدعواً. فأصبحت اجتماعية وراحت تثرثر مع الجميع وأمضت وقتاً رائعاً.

سأتوخى الصدق وأقول إنها لن تتذكر بعضكم. إن تلك السيدة المتوثبة بالنشاط التي نعرفها جميعاً لا تزال موجودة، لذا احتفظوا بتلك الفكرة عنها إن وجدتم مزاجها يتغير بشكل مفاجئ يوماً ما.

مع أفضل التمنيات.

- المخلص باري.

11

"إن فقدان السيطرة على حواسك أشبه بالإبحار في سفينة بلا دفة.
فلا بد من أن تتحطم إلى قطع عندما تلامس أول صخرة".
- الزعيم الهندي المهاتما غاندي

ها قد أتى وحش الغضب

أصبح ينفجر فجأة عادة في فترة العصر المبكر وغالباً ما يأتي مع تحذير سريع عبارة عن غمامة تعلو وجه جان ثم تدخل في سؤرة غضب. قد لا تستطيع أحياناً أن تقول لنا حتى سبب غضبها، ولكن الغضب يحكم سيطرته عليها. فتشد قبضتي يديها ويحمر وجهها. وتبدأ بالتفوه بالكلمات بانفعال.

بدأت تلك الحالة بعد الكرسيس عندما قمنا بزيارة إلى الولايات المتحدة. انتهت الزيارة على ما يرام وغذت آمالي بأننا نحقق بعض الاستقرار وأن المرض بدأ يتراجع قليلاً لبعض الوقت. فأرسلت رسالة بالبريد الإلكتروني عن كيفية التعامل مع جان. واستجاب أصدقائنا وأفراد عائلتنا بشكل إيجابي.

في الكرسيس، توجهنا إلى دنفر لنزور الفتاتين. وكان والدا صهري مطلقين، لذا قضينا ليلة الميلاد مع والدته وزوجها ويوم الميلاد مع والده توم وزوجته ماري. وأضافت مفاجأة سارة نكهة جديدة إلى روح الموسم. فقد أنجبت ابنتي حفيدة.

في منزل توم وماري، اجتمع عدد من الزوار، أي ما يفوق العشرة أشخاص. وعندما رأى توم جان قدم نفسه لها كما اقترحت

عليه بالرسالة. وقامت ماري بالشيء نفسه. فشعرت جان بالارتياح وجلست لتناول الغداء وثرثرت مع ماري وكأتهما فتاتان شابتان. وسادت أجواء الاحتفال العائلية السارة. وابتهجنا بالطعام اللذيذ واجتماع أجيال من العائلة معاً ووجود الحفيدة آيريل التي يُذكرُ وجودها الجميع بالبدايات الجديدة والأفراح السعيدة التي ستجمع بين أفراد العائلة عاماً بعد عام.

ثم عدنا إلى اليابان، ومن اللحظة التي دخلنا فيها باب شقتنا في طوكيو، انفجرت المشكلة. فقد كانت ديان هناك، لقد بقيت في اليابان لتذهب في جولة سياحية. وفي خلال فترة الأسبوعين اللذين أمضيتهما بعيداً، نسيت جان أمر ديان كونها مائحة الرعاية لها كلياً. ولم يفلح أي من تذكيري لها بشأن ديان في رحلة العودة بالطائرة إلى البيت.

لا أدري (ومن يدري؟) ما أثار غضبها إلى هذا الحد. تملكني الرعب لأن أرى تلك المرأة النشيطة الضاحكة تنقلب على نفسها وكل شخص آخر بهذا الغضب الذي لم أراه في حياتي قط. فوجدت جان لغضبها الذي يكاد يقارب الكراهية هدفاً جديداً، وهي ديان. ففي تلك اللحظات، أصبحت جان تصر على أنها ليست بحاجة إلى ديان التي تعيق طريقها. فقد شكّل وجود امرأة أخرى في المنزل بنظر جان دليلاً على أنها تعاني من المرض، وهذا ما كانت تنكر وجوده.

لم تعد تلك المرأة التي تعهدت في ما سبق لجراح الأعصاب أنها ستحارب الألزهايمر وتهمزه، بل أصبحت امرأة تنكر بالمرّة أنها تعاني من أي مرض. وبدا وجود ديان تناقضاً سافراً مع هذه القناعة.

قالت لي ديان لاحقاً: "لم نكن سننجح أبداً".

مرت أيام خدعنا فيها المرض عندما تصرفت جان بمرح ومودة.

تذكر ديان قائلة: "ثم فجأة ثار غضبها. ولم تستطع كبح جماحه أو تفهمه أو التكيف معه، ولهذا فقد استمر بالتصاعد وزاد من ارتباكها وثورتها.

"لقد أدركت، بالرغم من عجز جان عن التعبير عن نفسها، أنها تعاني مع كل حدث من تلك الأحداث. إذ إنها أشبه بنوبة شديدة - يتعذر كبحها - تتركها حائرة القوى".

بدأ يتضح لنا شيئاً فشيئاً أن هناك آخرين سيثيرون غضبها أيضاً بسبب ذهنها سريع التغير.

اكتشفنا ذلك ذات يوم عندما كانت جان في قمة حالتها العصبية. فقد ثار غضبها ليس فقط بسبب ديان وإنما من أربع نساء أتين من المجهول، وأصبحن يعشن في المنزل، ويخفنها وكأنهن يقصدن أن يؤذنها، بالإضافة إلى التهامهن كل طعامنا. فصاحت قائلة: "تبا، ليس لدينا شيء للعشاء. إن تلك المدعوة ديان وأولئك النساء يأكلن كل شيء".

وصلت جان إلى مرحلة لا تستطيع معها أن تصف مظهرهن. فعندما طرحت عليها سؤالاً بسيطاً مثل: ما الذي يرتدينه، قالت: "ملابس عادية مثلنا".

بدأت جان تقول مرة تلو أخرى إن أولئك النساء يستهدفن مخزوننا من الطعام وإن قائدتهن هي ديان. ووصلت جان إلى حدّ مواجهة ديان بالدليل.

تذكر ديان قائلة: "لقد اعتادت جان أن تخفي وجباتها الخفيفة المفضلة خلف أشياء كبيرة ثم بعد حين تجدها وتسألني لماذا فعلت ذلك. وقالت لي مرات عديدة إنني أكل كثيراً وإنه يجب عليّ أن أغادر البيت في عطلة نهاية الأسبوع".

فمنحنا ديان دُرَجها الخاص الصغير في الثلاجة حيث تستطيع الاحتفاظ بطعامها المفضل على أمل أن يهدئ هذا من روع جان، ولكنه لم يفعل. أصبحت جان تصطحبني أحياناً إلى الثلاجة وتريني قلة الطعام فيه. وتقول: "أترى؟" وإصبعها يرتجف من الغضب وهي تشير إلى معظم الرفوف الفارغة. وكانت فارغة لأننا لم نشتر طعاماً منذ بعض الوقت.

فكنت أقول لها: "حسناً يا عزيزتي. يمكننا أن نذهب إلى المتجر الصغير، ونشتري بعض الطعام".

لم يغير شراء المزيد من الطعام من مزاج جان. ففي اليوم التالي، كان وحش الغضب يثور مجدداً. في إحدى المرات، عبرت جان الشارع الصغير خلف شقتنا في طوكيو، متوجهة إلى ناطحة السحاب التي يقع فيها مكنتي، ولم تجدي هناك، بل وجدت موظف الصوت، وأخبرته أنها لا تملك أي مال لتشتري الطعام، وطالبته بغضب أن يعطيها بعض المال النقدي الآن! فصُعق الرجل، ولكن سرعان ما نقدها بعض المال. بالطبع نسيت جان كل ما فعلته. وأصبح الأمر عائداً لموظف الصوت المخرج أن يشرح لي أن جان قد اقترضت منه بعض المال.

لكنها استمرت باعتبار ديان عدوتها الرئيسة. فأصرت جان مراراً وتكراراً على أن حياتنا ستعود بشكل مفاجئ إلى طبيعتها إن اختفت ديان منها. وهكذا، فقد توجب علينا أن نتخلص من تلك المرأة.

تذكر ديان إحدى رحلات التسوق التي أرادت جان أن تقوم بها من دون صحبتها. وتقول: "لم تكن تريدني أن أذهب معها، فأصبحت عدوانية ووقحة ومجادلة. وبعد أن تعاملت مع سلوكها معظم فترة الصباح، عيل صبري، فأخذت أعاملها وكأنها مراهقة أنانية، وأنا أضع يدي على وركي، وأنظر إلى عينيها ونبرة صوتي مرتفعة بعض الشيء.

فساعدني هذا أكثر مما ساعدها لأنني تمكنت من التنفيس عما في صدري، كما يقولون".

لقد فاتتني معظم نوبات غضبها لأنها حدثت عادة في أولى فترات العصر في خلال وجودي في العمل. وبحلول موعد وصولي، أي في المساء، تكون جان قد اكتسبت مزاجاً مختلفاً وأكثر سعادة، وبدأت تعد العشاء لتمضية وقتها معي. لقد حدث التحول سريعاً جداً وكأن شخصاً ما كان يضغط مفتاحاً كهربائياً يجعل جان تتوجه إلى المطبخ مباشرة، وتبدأ بالتحضير للعشاء بالرغم من أن الساعة تشير إلى الثالثة عصراً فقط ويكون العشاء في السادسة والنصف، ولكن المهم هو أن غضبها كان يهدأ عندما تأتي ساعة العشاء، وعندها تسود اللطافة المنزل.

لقد كان مرض جان يمنحنا أحياناً وقتاً للراحة، ومن دون غضب، ولكنه يترافق مع علامات أخرى تدل على أن قدراتها بدأت تخذلها بلا شفقة.

تذكر ديان قائلة: "كانت تفتح البراد، وتغلقه مراراً، وتنقل الطعام في الأنحاء، وتأخذه ثم تعيده، وتحركه من رف إلى آخر، وتفتح أبواب خزانة الأطباق، وتغلقها مرات عديدة، بعد ذلك، تقف أمام الرفوف وهي تحرك العلب والصناديق، وتزعم مجدداً أن كل الناس قد أكلوا الطعام".

اعتادت أن تقطع البصل والثوم بعناية كبيرة كل شريحة لوحدها ثم تطهوها على نار هادئة إلى أن ينضجها زيادة عن اللازم.

تذكر ديان قائلة: "لقد أصبحت جان مهووسة بعملية التقطيع في الصباح والمساء لأن هذا هو الشيء الوحيد الذي استطاعت إنجازه من دون أن تنسى خطوات التحضير؟"

لاحظت وديان الأشياء نفسها. فقد أخذت الوجبات تزداد بساطة لأن تعدد المهام في المطبخ أصبح يشكل بالنسبة إليها تحدياً كبيراً. ففي إحدى الأمسيات، وبعد بضع ساعات من التحضير، حصل كل واحد منا على شريحة صغيرة من البرغر وقليلاً من صلصة الطماطم عليها.

لكنني لم أكرث لذلك. فقد كانت تطهو (بينما قامت ديان بجولات عابرة عبر المطبخ في خلال العملية كلها) أدخل هذا الأمر السرور إلى قلبها لأنها تعني بي، وهذا أمر جيد. فاستمتعت بها لأنني بحلول ذلك الوقت أدركت أن أي حال تكون عليه جان الآن من الممكن وعلى الأرجح أنه سيتغير غداً.

لقد وضعت قاعدة ثابتة واحدة، وهي أن جان لن تغادر المنزل من دون ديان. فشرحت هذا مرة تلو أخرى لجان، وأخبرتها أن هذا قرارى. فعندما اتسم مزاجها بالهدوء، تقبلت الأمر برحابة صدر. وعندما راح وحش الغضب يثور بجدة، ألغى كل القواعد. وأتى الأمر الذي لم يكن مفاجئاً، فقد أتى التحدي الذي أيقنت وديان جيداً أنه لا مفر منه، ألا وهو التحدي السافر. ففي عصر أحد الأيام، وفي خلال تواجدي في العمل، وضّحت جان لديان أنها غاضبة ولم تعد تحتل بعد الآن، وأنها ستذهب للتسوق بمفردها من دون أن يمنعها أحد. فتوجهت إلى السباب الأمامي وفي نيتها الهرب، ولكن ديان وقفت أمام الباب مستخدمة جسدها لمنع خروج جان.

قالت لي ديان لاحقاً: "كان عصر ذلك اليوم الذي توجب عليّ فيه أن أمنع جان جسدياً من الخروج أكثر الأيام تحدياً. فقد توجب عليّ أن أمسك بيديها، وأثبتها بإحكام، وأنا أنظر إلى عينيها وأقول لا يمكنك أن تنادري الآن."

كررت ديان هذا مراراً وهي تحديق طيلة الوقت مباشرة إلى عيني جان وفي الوقت نفسه تمسك بيديها. تقول ديان: "أتذكر أنني بدأت أخذ أنفاساً عميقة، وأبذل كل ما بوسعي لأحافظ على هدوئي، وأتحلى بالصبر".

أدركت أن المد بدأ ينحسر. ففي نظر جان، شكّلت ديان الدليل البشري الذي يثبت مرضها. وبينما أخذ رفض جان لديان يتفاقم، أصبحت تقضي فترات عصر كاملة في غرفتنا رافضة الخروج من كل من شقتينا في طوكيو وبكين وأوقفت جولاتها مع ديان وإنما تتمدد على السرير لساعات وهي مستيقظة والباب مغلق وترفض التعاون معنا.

لقد أضاف هذا دوراً جديداً إلى لائحة واجباتي، أي صانع السلام. جرّبت المنطق مع جان، وأخبرتها أننا بحاجة إلى ديان وأن وظيفتها هي أن تساعد كلاً منا. رأيتها تتشبث برفضها لديان أكثر فأكثر، فبدأ اليأس يملكني. إذ إنني عجزت عن محاربة المرض وحدي، وشعرت أنني بحاجة ماسة إلى ديان، أو لشخص آخر يقوم بذلك الدور، لتساعدني بالعناية بجان. فقد تجاوزنا تلك المرحلة التي لم أكن أحتاج فيها إلى أكثر من اتصال هاتفي مرة أو مرتين في اليوم لأحرص على سلامتها.

لكن أي شخص يقوم بذلك الدور وأي شخص إضافي في حياتنا، كان سيصبح في نظر جان دليلاً على أن هناك خطباً وأن ذلك الخطب يتعلق بها. بدأت جان تصب جام غضبها عليّ بين الحين والآخر، وتوجه لي طلبات غاضبة أن أتخلى عن ديان. لم تعد جهودي لتهدئتها تفي بالغرض إلا نادراً.

ظهر سبب آخر للغضب لدى جان، وهذا السبب هو النقود، وعادة ما كان يتفاقم عندما تزداد جان ارتباكاً بشأن البلاد التي نحن

فيها وأي عملة يجب أن نستخدم. فلجأت إلى القيام بخدعة، ألا وهي أخذ كل الأوراق النقدية من عملات الدولار والين واليوان من حقيبتها وإبقاء ما تحتاج إليه فقط.

ولكن الأمر لم ينته عند ذلك الحدّ.

فأخذت جان تسألني وهي تحديق إليّ بغضب في الصباح وأنا في طريقني إلى العمل: "لماذا لا يوجد معي أي مال. إنني سيدة المنزل، وينبغي أن أملك المال لأدفع ثمن البقالة".

كنت أسألها بلطف قائلاً: "هل تفقدت حقيبتك؟". فعادة ما كانت تجد مبلغاً وافراً من المال في حقيبتها، ولكنها نسيت ببساطة أن تبحث فيها. في وقت آخر، أعطيتها مالاً، ولكن في اليوم التالي اختفت السنقود مع أنهما لم تذهب للتسوق. فظننت ديان أنهما عالقة في جيوب بعض الملابس أو تحت فراش السرير وستظهر يوماً ما.

لقد ركزت انتباهي على جانب معين بحيث إنني لم أنتبه لتأثير هذه التصرفات على ديان التي لطالما بدت نشيطة ومبتهجة أمامي وأمام جان، ولكنها عانت الأمرين سراً. فمهما صبرت أو ذهبت إلى غرفتها لتمنح نفسها وجان بعض العزلة على أمل التخفيف من غضبهما معاً، فقد واجهت في الكثير من الأوقات كراهية من جان لا مبرر لها.

استطاعت ديان ذات الشخصية العملية أن تجد حلاً منطقياً لأمزجة جان المريضة... وهو التمرين. تقول ديان: "إن تمرينات المشي الصباحية مهمة جداً. فقد وجدت فيها طريقة مفيدة لمعالجة الغضب والتوتر والحفاظ على لياقتي العقلية والجسدية. إن كل هذه الأمور مهمة عند التعامل مع مرض الألزهايمر. اعتدت أن أخرج إلى شرفة غرفة الطعام، وأخذ نفساً عميقاً، وأعد إلى العشرة، وأشد جسمي. فأصبحت جان ترافقني في مرات عديدة. وفي بعض الأحيان، ساعد

مجرد الجلوس على الشرفة في موقع مختلف على تغيير موقف جان. لقد منحنا هذا الأمر الفرصة للتخفيف من حدة الغضب. وسرعان ما بدأنا نتكلم عن المنظر وعن الفتيات الصغيرات في ملعب المدرسة بجوارنا أو نتأمل جمال جبل فوجي".

لقد اعتقدت أن توظيف مائحة رعاية مقيمة سيساعد على التخفيف من آثار المرض لبعض الوقت لأن هذا سيساعدني وجان على الاستمرار بالتكيف مع الحياة الطبيعية بالرغم من أنها أصبحت الآن هدفاً دائماً للتغير لا زلت حتى الآن بارعاً في إصابته.

في البداية، اتفقت مع ديان أن تبقى ساعات إضافية مع جان. فقد أضفى وجود مائحة رعاية ثباتاً وأماناً تحتاج إليهما جان، ولكن ديان راقبت برعب بينما بدأ انجراف جان يتنامى. ففطر هذا قلبها. تقول ديان: "رأيتها تشد قبضتي يديها، وكأنها تقاوم بكل قوتها لتشاركنا الحديث، وتحارب المرض في داخلها لئلا يجرفها إلى عالم النسيان، وتبذل كل جهدها لتبقى معنا، ثم تخسر كل ما حققته".

جعلني انشغالي في غمرة هذه التغييرات والمعركة الخاسرة التي خضتها لأجعل جان تتقبل وجود مائحة الرعاية، أنسى أن المرض يتصرف بكل مكر وخبث، فهو لا ينهش فقط المريض ودماغه ويقتله خلية تلو الأخرى، ولكن أيضاً الآخرين من حوله والذين يقدمون له الحب والرعاية. لقد استطاع فعلاً أن يفسد تلك الرعاية والحب ويحوّلها إلى دمار، إذاً فهو يستطيع أن يستولي على شخصين معاً، ويحتفل بينه وبين نفسه لبراعته المميّزة الذكية. وأدركت أنني هدفة الرئيس.

الجدول الزمني

ربيع عام 2008

المستجدات بقلم باري للعائلة والأصدقاء

هناك تغييرات لطالما عرفت أنها قادمة وخشيت حدوثها. وها قد وصل أحدها الآن. فقد بدأت جان تفقد ذاكرتها طويلة الأمد. إن إحدى القصص المفضلة لدى جان تتعلق بمناسبات الكرسمس... إذ يصادف أنني ولدت ووالدها وأخوها جميعاً في الرابع عشر من كانون الثاني. لقد دهشت جان عندما اكتشفنا هذه المصادفة في بداية علاقتنا واعتبرتها دليلاً على أننا مقدران لبعضنا. في إحدى الليالي في خلال العشاء، تذكرت أن هناك قصة تتعلق بالكرسمس، وطلبت مني أن أرويها لأنها لم تعد تستطيع أن تتذكر تفاصيلها.

لست واثقاً من قدرتي على البوح بهذه المعلومات، فتنشيتي الدنماركية اللوثرية علمتني الاستمرار في الحياة من دون أن ألفت الانتباه لنفسي، ولكن بعضكم اقترح عليّ أن معرفة ما يجري يساعد على فهم هذا المرض الذي نراه يزداد من حولنا أكثر فأكثر. ولهذا، فسأكشف لكم شيئاً عن نفسي وأعتذر إن كان ذلك شخصياً فوق اللازم. فأنا لا أعرف طريقة أخرى أبوح به بواسطتها. في خلال السنوات القليلة الماضية، عشت بناء على قانون واحد، ألا وهو أن جان هي المتحكمة بكل أفكارنا واهتماماتنا لأنها هي المصابة بالألزهايمر.

يبقى تركيزي منصباً على الحصول على عناية جيدة لها ومساعدتها على مقاومة مرضها كالأستعانة بأشخاص مثل ديان، مانحة الرعاية

المقيمة التي ترافقها في جولات خارج المنزل وتساعدنا على استكشاف أشياء جديدة، ولكن هذا المرض لا يكفي بشخص واحد فقط. وعلى العكس من ذلك، إنه يسلب من جميع من حوله ولا سيما أولئك الذين تمنعهم قلة تبصرهم من رؤية ما يفعله بهم. لاحظت ابنتي جولي ذلك وعبرت عنه ببراعة عندما رأيتها في الكرسي. فقد انحنى فوق الطاولة في خلال تناولنا الغداء معاً وقالت لي "إنني أبدو" منهنك الروح". إنها محقة فعلاً.

إن القيام بمجرد إدارة حياتنا اليومية يشكل جزءاً من السبب. فأنا أشرف على كل الفواتير، وأدفعها، وأقوم بكل إجراءات السفر، وأحرص بلطف على أن تخزم جان الملابس الملائمة للرحلة، وأساعدنا على الاختيار من لائحة المطعم عندما تتوه من الارتباك والتردد، ولكن إنهما كسي نابع كما أعتقد من الظلام الذي اكتشفت أنه يطاردني. إنه ظلام الوحدة. إذ لدي الكثير من الأصدقاء، ولكنني خسرت جان. ما زلت أتذكر اللحظة التي قررت فيها تمضية بقية حياتي إلى جانب جان. وبينما أنا أقود سيارتي بعد زيارتي لها في إحدى الأمسيات في شقتها الصغيرة بجانب البحيرة في سياتل، أصابني تلك الحقيقة بالصدمة. إنني أشعر بذلك الآن في ذاكرتي وكأنه زلزال يهز السيارة فعلاً حتى توجب عليّ أن أثبتها. لقد أدركت عندئذ بوضوح الشمس أنني بحاجة إليها في حياتي وأن أي تضحية لا تقارن بوجودي معها، مع تلك المرأة المفعمة بالحياة والشديدة الروعة!

إنني أسمع الناس يقولون إن الزواج صعب ويجب على المرء أن يبذل جهداً للمحافظة عليه، ولكنني لم أشعر قط ولا حتى ليوم واحد أنه يجب عليّ أن أبذل جهداً لأحافظ على وجودنا معاً. فقد كنا سعداء معاً هكذا ببساطة. قد أجد أنه من السهل أحياناً أن أتجاهل ما يتغير

لأن جان تبدو جيدة جداً، ولكنني أدرك الآن أنها أصبحت شخصاً
يجب عليّ مراقبته وكأنني أتعامل مع طفلة صغيرة.

إنني آسف لأنني أصف الوضع بأسلوب تحليلي، ولكنني أفكر
أحياناً في أن الطريقة الوحيدة التي تساعدني على تخطي محنتي هي أن
أميت مشاعري لأنها تخيفني وتهمين عليّ وتغمرنني كالسيل. ومن الممكن
أن أمضي كل يوم وأنا أبكي لأنني أمر بالكثير من لحظات المعاناة
والإحباط في خلوتي، ولكن إن أخفقت لمرة واحدة أمام جان فسيعتبرها
خوف أكبر. وبالرغم من أن هناك تغييرات متوقعة، فالجدول الزمني
يظل مجهولاً.

دعوني أوضح كلامي هنا: لا تزال جان تتحمل العبء الحقيقي
لهذا المرض. إذ يجب عليها أن تعثر على طرق للتعامل مع خوفها
وارتباكها وأن تعمل جاهدة لتخفيه عنكم جميعاً. سيظل تركيزي
موجهاً نحو مساعدتها بكل طاقتي وإمكاناتي، ولكن جولي محقة. إن
روحي منهكة لأنه يجب عليّ أن أتقبل حقيقة خسارتي لكل ما أملكه.
وحالما ترحل جان، ستمتد وحدتي إلى الأبد.

مع أفضل التمنيات.

- المخلص باري.

12

"القلق من مواجهة يوم آخر ومما يخفيه المستقبل،
والاكتئاب الذي يبدأ بالتأثير على القدرة على التكيف،
والأرق الذي يأتي من لائحة لا تنتهي من الأمور المثيرة للقلق،
والإرهاق الذي يجعل من المستحيل على المرء أن يكمل المهام
اليومية الضرورية".
- من كتاب الدلائل العشرة على توتر مانح الرعاية
جمعية الأزهائمر.

التدهور

لقد أرسل لي الكثير من الناس مقالات تحذر من إصابة مانح
الرعاية بالتوتر واستنزاف الطاقة، ومن بينها هذا المقال بالذات الذي
انتشر انتشاراً واسعاً بين مانحي الرعاية لمرضى الأزهائمر:

من الممكن للتوتر المزمن أن يسرق سنوات

من العمر الافتراضي لمانحي الرعاية

جامعة ولاية أوهايو، الثامن عشر من أيلول عام 2007

كولومبوس بولاية أوهايو: قد يتسبب التوتر المزمن الذي يصاب به
الأزواج والأولاد في خلال رعايتهم لمرضى الأزهائمر في تقصير
أعمارهم الافتراضية من أربعة إلى ثماني سنوات، وفقاً لما تقترحه
دراسة أجريت حديثاً.

ويزوّد البحث أيضاً بدليل ملموس على أن تأثيرات التوتر المزمن
من الممكن أن تكون ظاهرة في كل من المستويين الجيني
والجزيئي في أجساد مانحي الرعاية المزمنين.

يختلف ماتحو الرعالية أيضاً اختلافاً كبيراً عن مجموعة التحكم في الاستبيانات النفسية التي تهدف إلى قياس نسبة الاكتئاب، وهو سبب واضح للتوتر.

تقول أستاذة علم النفس والطب النفسي جان كايكولت غلامر: "لقد بلغت أعراض الاكتئاب لدى ماتحي الرعالية ضعف شدة تلك الأعراض الظاهرة لدى مجموعة التحكم". وتقول أيضاً إن هناك بيانات وبائية كثيرة تدل على أن ماتحي الرعالية المتوترين يموتون أبكر من الأشخاص الذين لا يقومون بذلك الدور.

وتقول أيضاً: "الآن أصبح لدينا سبب بيولوجي وجيه يفسر هذه الحالة وتطور ميكانيكي يظهر سبب التأثير السلبي للتوتر على صحة الإنسان وكيفية دخوله لجسمه والذي يترجم على شكل نتيجة بيولوجية سلبية".

لقد لاحظ أصدقائي التغييرات التي طرأت عليّ من الخارج. ولم ألاحظ أنا ذلك من الداخل إلى أن بدأت حالة جان تتدهور أكثر ولم يعد من الممكن لي أن أتجاهل المستوى الذي وصل إليه إرهابي. لقد بدأ هذا نتيجة لسلوك لاحظته سابقاً لدى جان، ولكنه الآن فقط بدأ يتكرر أكثر فأكثر.

فقد بدأت جان تنهض أحياناً من السرير ليلاً لتذهب إلى الحمام، وهي تبدو منحنية على نفسها، وتتمتم كلاماً غير مفهوم. بدا رأسها منكفئاً، وعيناها مسبلتان، وكأنها لا ترى شيئاً وهي تجر قدميها، وكأنها سيدة مسنة عاجزة. لقد شكّل انعدام إحساسها بالتوازن أو بالأفعال الانعكاسية التلقائية لتحمي نفسها خطراً كبيراً عليها. إن سقطت على الأرض، لم تستطع أن تبدي رد فعل مثل أن تمد يدها لتمنع نفسها من السقوط أو من الارتطام بشيء ما. وهكذا، فقدت إحساسها بحماية الذات وإدراكها لخطر السقوط.

أخذت أفضز من السرير، وأمشي أمامها، وأمسك بيديها بين يدي، وأوصلها إلى الحمام، ثم أعيدها ببطء إلى غرفة النوم، وأساعدها بعناية على التمدد على السرير بسبب عجزها حتى عن فعل هذا بمفردها. وعندئذ، كنت أحاول العودة للنوم.

بدأ تكرار ذلك يزداد يوماً بعد يوم. وجعلتني صعوبة التوقع بكل مرة تنهض فيها جان في الليل، أي مرة أو مرتين بالمعدل، أستيقظ على الفور كلما نهضت. فأقول لها: "إلى أين أنت ذاهبة؟" فإن أجابت بشكل مترابط إلى الحمام عرفت أنها على ما يرام، فأستلقي مجدداً بانتظار عودتها إلى السرير، وأغمضت عيني وأنا آمل أن أعود للنوم، ولكن إن سمعت منها كلاماً غير مفهوم ورأيتها تجر قدميها، توجب عليّ أن أنهض بسرعة لأساعدها وأحميها.

بوجود هذا السلوك الجديد، والذي كان يوقظني عدة مرات في الليل، أصبحت الآن أعمل بمناوبة كاملة بين العمل والبيت. وفوق كل ذلك، توجب عليّ أن أبدو مبتهجاً عندما أخرج من الباب الأمامي لأحرص على أن تبقى جان مبتهجة.

لقد تعيّن عليّ أن أترك مزاجي السيئ في المكتب لأنني لا أستطيع أن آتي إلى البيت في حالة تعيسة. إذ من المحتمل لهذا المزاج أن يدهور حالتها على حدّ سواء. وأصبح من واجبي دائماً أن أبدو نشيطاً ومرحاً وأنا آمل أن ينعكس هذا عليها. فاعتدت أن أصبح مقلداً مسلسلات الخمسينات الكوميديّة: "عزيزتي، لقد عدت إلى البيت!". فكانت جان تضحك لسماع هذه المزحة.

حاولت طيلة الوقت أن أترثر على العشاء، وأتولى معظم المحادثة، بينما بدأت جان تفقد قدرتها على تشكيل جمل مترابطة. اعتدت وديان أن نتجاذب أطراف الحديث، فإن تدخلت جان أصغينا إليها بحرص،

واتفقنا معها حتى لو لم تحمل جملها أي معنى. بعد العشاء، كان يحين وقت جان وباري والذي يتضمن مشاهدة فيلم وتناول الفوشار. انتهى بي المطاف وأنا أقرر كل ليلة ما يجب أن نشاهده. فكنت أختار عادة شيئاً من مجموعتنا من أفلام الأبيض والأسود القديمة مثل فيلم الرجل النحيل لكي ندّعي أن جان وباري مهذبان وذكيان كبطلي الفيلم نك ونورا.

إنه وضع شبيه ببساط الجري، فهو دائم الحركة والمتطلبات. لقد استبدت بي شعور قاس مستمر بسبب رؤيتي لجان وهي تتدهور أمام عيني. ومرت أوقات قررت فيها أن الطريقة الوحيدة التي تساعدني على تخطي هذه المحنة هي أن أميت مشاعري لأنها قادرة على أن تخيفني وتغمرني وتسحقني. وبدأ هذا النظام الذي يستمر ليلاً ونهاراً على مدار الساعة يستنزف مخزوني من الطاقة التي أحتاج إليها أشد الحاجة كي أواجه العقبات التي تنتظرنني في المستقبل.

ترى هل يجب أن أمضي أيامي باكياً، ولكن إلى أي حدّ سيصل هذا؟ لقد شكّل استمراراري بالحياة من وجهة نظري مرادفاً لتدهور جان صحياً، ولكنني لم أحرز على الإخفاق أو الاستسلام، ولا أن أترك جان ترى دموعي لأنها ستخيفها. فقد تخطت المرحلة التي كانت تستطيع فيها أن تفهم المشاعر الصعبة، ولكنها لا تزال تستطيع أن تفهم أن دموعي تعني حزني، وهي رسالة تعهدت ألا أوصلها لها أبداً.

أخيراً، هبت ديان لإنقاذي. فاقترحت أن أخرج وحيداً لمرة في الأسبوع لتناول العشاء مع الأصدقاء. وتعهدت أن تبقى في البيت مع جان لتشاهداً فيلماً. يا لها من فكرة عظيمة! ولكن المشكلة هي أنني انقطعت عن أصدقائي. فقد توقفتنا عن الخروج معاً منذ وقت طويل. كما أن معظم الناس الذين اعتدنا أن نراهم انتقلوا من البلاد. شعرت

أن بذل المجهود لبناء علاقة مع أناس جدد أمر معقد جداً. إذ إنني لم أجد في نفسي الروح أو الطاقة لفعل لذلك.

لكن اقتراحها الثاني أتى أشبه بنعمة من السماء. فقد أخذت بناء على أوامرها إجازة لليلتين في عطلة نهاية الأسبوع أمضيهما في فندق قريب، وذلك مرة في الشهر. فأصبحت أدخل الفندق في عصر يوم الجمعة عادة حالما تصبح الغرفة متاحة وأمضي يومين لا يتوجب عليّ فيهما أن أستيقظ ليلاً لأن جان تحركت ولا أن أضع قناعاً سعيداً على وجهي. لم أمض وقتاً مثيراً بكل الأحوال، ولكنني اعتبرته نعمة كبيرة بسبب مستوى الإرهاق الذي وصلت إليه. فكنت أنام لعشر ساعات أو اثني عشرة ساعة ليلاً وغالباً ما أغفو في خلال النهار ثم أعود إلى البيت عصر يوم الأحد.

أوحى لي ديان بالفكرة عن طريق تحذيري أن من الممكن لما نحي الرعاية أن يصابوا بالانهيار. فنصحتني قائلة: "قبل أن تساعد جان، يجب أن تعني بياري".

استطاعت ديان بسبب خبرتها أن ترى ما عجزت عن رؤيته، وهو أن جان، كالكثير من مرضى الألزهايمر، بحاجة إلى زوجها، الرجل الذي اعتادت على وجوده بقربها ولا سيما في الليل.

مع أن جل اهتمامها ظل منصباً على جان، فقد بدأت أيضاً تقلق بشأنني. فقالت لي: "إن الإفراط في الأكل والشرب وقلة التمرين وعدم الاختلاط بالمجتمع ستنعكس سلباً عليك". وحذرتني ديان من أنني إن لم أحظ بالراحة الكافية، فسأفعل ما يفعله الكثير من مانحي الرعاية... أي أنني سأنسى رعاية نفسي بينما أمنح كل رعايتي للشخص الذي أحب، وهذا أمر سترتب عليه عواقب وخيمة في المستقبل.

في البداية، أبدت مقاومة لأخذ إجازة في عطلة نهاية الأسبوع. وقدّمت أعذاراً واهية، مثل: "إنني على ما يرام." أو "إن عطلة نهاية

الأسبوع هنا جيدة بما فيه الكفاية." أو "ماذا ستقول جان إن غادرت مجدداً؟"، ولكن ما إن مضت عطلة نهاية أسبوع واحدة حتى أبدت استعدادي لتنفيذ المهمة. بعد ذلك، أصبحت مقيماً في الفندق كل يوم الجمعة من الساعة الثالثة والدقيقة واحدة عصراً لأحجز غرفتي في اللحظة التي يسمحون لي فيها بذلك.

حدث شيء غريب في إحدى عطلات نهاية الأسبوع. فقد توالى أيام الأحد وازدادت تكراراً. بدت الغرفة مثالية لفندق رجال أعمال يابانيين، أي صغيرة جداً لدرجة يتوجب عليّ فيها أن أحشر نفسي لأخرج من المصعد أو من الحمام. وكان المكان ضيقاً، ولكنني لم آبه لذلك. إذ أنني وجدته هادئاً ومكاناً خاصاً بي لا أستطيع فيه أن أؤدي أي واجبات.

ولكن عندما انتهى وقت الإقامة في تلك العطلة، فعلت شيئاً لم أفعله من قبل. لم أذهب إلى البيت بل ذهبت إلى المكتب عوضاً عن ذلك. واستكملت نصاً بدأته يوم الجمعة، وكان يسعني بسهولة أن أنهيه يوم الاثنين. بعد ذلك، نظّفت دُرج المكتب الذي ضربت فيه الفوضى أطناها لعدة سنوات.

ثم سألت نفسي: لماذا أجلس في المكتب وأقوم بهذه الأعمال الغبية في يوم الأحد؟ ولكنني وجدت الجواب واضحاً، وهو أنني لست متلهفاً للعودة إلى البيت. فرمما شكّل هذا دليلاً على شدة حاجتي إلى بعض وقت الراحة، ولكن أكثر ما أزعجني في الأمر أكثر هو أنني لم أرغب بمعاودة الدخول إلى عالم جان وعالم المرض ووحش الغضب.

لم يتملكني أي شعور بالذنب لغيابي عن الشقة لبضع ساعات إضافية لأنني أيقنت أن ديان كانت تقدم رعاية ممتازة لجان، ولكنني شعرت بالذنب حيال عدم رغبتني بالعودة. فأصابني الصدمة لأن أجد

أن من الصعوبة أن أبقى بقرب جان. إنها المرأة التي لطالما افتخرت بها في السراء والضراء. والآن بدأت أكتشف أن شعوري بالإحباط بسبب خسارتي الدائمة أمام المرض هو حقيقة هزيمتي.

لقد عاهدت نفسي على مواصلة الطريق، وعندما عدت إلى البيت من عطلة نهاية الأسبوع في الفندق عصر أحد الأيام، بدأت عزيمتي تخور. وذكرت لي ديان أن فكرة مرعبة خطرت لها. وقالت لي لاحقاً: "لقد كدت أن أرسلك إلى الفندق لتمضي ليلة أخرى". وذكرت أنني بدوت متعباً وخالياً من علامات الراحة التي اكتسبتها من قضاء العطلة بعيداً مع أن كل الهدف منها كان أن أنال قسطاً من الراحة.

حدث ذلك في يوم الأحد. وفي يوم الاثنين، لم أقوَ على النهوض من السرير. إذ إنني شعرت بإرهاق شديد لم أشعر بمثله أبداً. وأحسست بجسدي وكأنه جثة ثقيلة. فاتصلت بالمكتب من الهاتف بجانب السرير وقلت إنني مريض ثم استغرقت في النوم على الفور. في خلال ذلك النهار، غفوت بشكل متقطع لثمان ساعات تقريباً. فقلقت من أن يجافيني النوم تلك الليلة، ولكن لم يتوجب عليّ أن أقلق أبداً لأنني خلدت للنوم مبكراً. وتمت لعشر ساعات أخرى.

لقد شكّل هذا مجرد إشارة أخرى على أنني أعاني من مشكلة خطيرة. وفوق هذا وذاك، فقد ازداد وزني لأنني وجدت في الطعام متنفساً لي، ولكن العيش مع ديان، وهي ممرضة، فرض عليّ قياس ضغط دمي بشكل منتظم. فبدأ يرتفع بشكل مثير للقلق. وبدأت أشرب كثيراً أيضاً لأنني وجدت في ذلك أيضاً نوعاً من الإشباع الذاتي. فحاولت أن أهتم بصحتي أكثر، ولكنني لم أستطع لأنني اعتبرت الطعام شيئاً ضرورياً يساعدني على تخطي يومي. وهكذا، فقد قررت أن أقلق

خيال ما سيفعله بي كل ذلك غداً، ولكن الغد بالطبع ليس إلا مجرد يوم جديد يجب عليّ أن أتخطاه.

لاحظ رؤسائي في نيويورك زيادة وزني، وإرهاقي، وتعبسي، وغضبي. وبدأ هذا يورطني في مشاكل مع المكتب الرئيس. فقد كنت أعمل في وظيفة لا تفضل الرجال المسنين ذوي الوزن الزائد الذين يتعاملون بقسوة مع الطواقم والمنتجين.

جعل تشوش الذهن والإرهاق اللذان عانيت منهما النصوص التي أكتبها تبدو مفتقرة للحماسة. إن الكتابة هي أكثر جزء مهم من العمل بالنسبة إليّ، فهي تعني الكلمات التي أبحث عنها بكل دقة وعناية لأوصل بها الخبر للمشاهدين. فبدأت أخفق في هذا العمل أيضاً، وهو أكثر جزء من مهنتي عملت طيلة حياتي لأتقنه.

لقد استولت عليّ الوحدة التي لا نهاية لها. وتلاشت الحميمية في علاقتي بجان منذ وقت طويل. فلم تعد جان حبيبة بعد الآن بل أصبحت شخصاً يجب عليّ دائماً أن أراقبه وأرعاه.

في غمرة كل هذا، وبينما أنا أعمل على قصة روتينية، عادت إلى ذهني ذكرى من الماضي، وهذه إحدى الأعراض التقليدية لمرض اكتئاب ما بعد الصدمة. ففي تلك اللحظة، أثارت حادثة حميدة ذكريات عن التغطية التي قمت بها لأخبار تسونامي في آسيا. لقد ضرب تسونامي في السادس والعشرين من شهر كانون الأول عام 2004 في أثناء وجودي في بكين مع جان والفتاتين. فقد رتبت لقاءنا جميعاً في الكرسمس، ولكن سرعان ما استدعتني محاضرة هاتفية لأصبح على متن الطائرة.

إن أخبار التسونامي من أصعب الأخبار التي قمت بتغطيتها على الإطلاق. فقد وصلت حصيلة القتلى إلى أعلى مستوياتها بين صفوف

الأولاد لأنهم الأقل قدرة على الهرب أو حتى على إدراك ما يجري. وكان الكثير منهم يلعبون على الشاطئ.

تجولنا في مدينة بوكيت بتايلند والمناطق المحيطة بها حيث وقعت الضربة الأقوى. وقبل أن يمضي وقت طويل، أصبحنا محاطين بآباء وأجداد يائسين يحملون صور أولادهم وأطفالهم المفقودين على أمل أن يكتشفوا أنهم في المستشفى أو أنهم نُقلوا جواً أو وضعوا في معسكرات اللاجئين المؤقتة، ولكن معظمهم بالطبع لم يكونوا هناك. إذ نادراً ما تحدث أمور ذات نهايات سارة في ظل ظروف مماثلة.

تحولت المعابد البوذية إلى مشاريع مؤقتة. فقد وضعت الجثث على الأرض على أمل أن يتمكن أفراد العائلات والأصدقاء من التعرف إليها. أتذكر أنني رأيت الكثير من الموتى وأيديهم مرفوعة وكأنهم يحاولون أن يردوا عن أنفسهم هجوم المياه والموت المحقق والمخيف غرقاً.

ذات يوم، ركبنا قارباً متوجهاً لكتابة خبر عن تحطم حيد بحري بسبب التسونامي. فظننا أننا سنجد هناك فرصة للهرب من كل مظاهر الموت التي رأيناها، ولكن أحداً لم يحذرنا أن القارب سيشق طريقه عبر حقل من الجثث التي غسلها البحر عندما ضرب التسونامي قبل بضعة أيام.

الآن بعد عام أو عامين، عاودتني ذكرى تلك المناظر المرعبة في مشاهد فظيعة وأرسلتني مسرعاً إلى معالج نفسي. فكانت المعالجة من اكتئاب ما بعد الصدمة مكثفة وسريعة وفعالة حيث إنني فشلت في أخذ الوقت الإضافي الذي أحتاج إليه لمواجهة معركتي المستمرة مع الاكتئاب، ذلك الرعب الذي سماه وينستون تشرشل مرةً كلبه الأسود.

كنت مشحوناً عاطفياً ومرهقاً جسدياً ومكتئباً، والله يعلم أنني استطعت أن أميز الأعراض، ولكنني تجاهلت الأمر. فقد شكّل ذلك

وضعاً معقداً جداً لأن أقلق بشأنه الآن. وظننت في أنني سأخضع لعلاج الاكتئاب المكتف، وهكذا تصبح الحياة أفضل، ولكنني اكتشفت أنني أفقر للمخزون العاطفي الذي يكفي للقلق حيال شيء أكبر بكثير وأكثر عمقاً ولا أرغب في أن أفقد تركيزي على جان.

أعلم أن تجاهل الاكتئاب عمل غير حكيم بل هو عمل غبي. فقد أدركت ما يجري وعاقبته المحتومة، وأيقنت أنه ليس جيداً. في الحقيقة، لقد تكيفت مع عدم التفكير بالمستقبل. فكل يوم شكّل بالنسبة إليّ انتصاراً إن استطعت الاستمرار بالتحرك على قدمي والعودة إلى البيت والصباح ببهجة "عزيزتي، لقد عدت إلى البيت". وإضحاك جان بسرد دعاية المسلسل القديم.

لكن توتر مانح الرعاية مؤكّد وتراوح التأثيرات طويلة الأمد من خطيرة إلى مميتة. لقد أصبحت الآن جزءاً من حشد من الناس المتوترين. إذ يقول واحد من أصل عشرة مانحي رعاية إن صحتهم ازدادت سوءاً بسبب ما يجب عليهم فعله أو ما يجبرون أنفسهم على فعله. فكروا فقط في هاتين الملاحظتين الواقعتين اللتين اقتبستهما جمعية مانح رعاية العائلة من إحدى الدراسات (www.caregiver.org).

● تُعزى المستويات العالية من الاكتئاب العيادي إلى رعاية الأشخاص بأفراد مصابين بأحد أنواع الخرف (مثل الألزهايمر). وتظهر الدراسات أن نسبة 30 إلى 40 بالمئة من مانحي الرعاية للمصابين بالخرف يعانون من الاكتئاب والتوتر العاطفي.

● في العام 2005، عانى ثلاثة أحماس مانحي الرعاية من وضع صحي سيئ ومن أمراض مزمنة مقارنة بثلاث واحد من غير مانحي الرعاية. ويُذكر أيضاً أن مانحي الرعاية يعانون من أمراض مثل الذبحة الصدرية أو مرض القلب والسرطان والسكري والتهاب المفاصل بما

يقارب ضعف معدل غير مانحي الرعاية (أي 45 بالمئة مقابل 24 بالمئة).

مع كل ذلك، فقد كنت أفضل بكثير من غيري بسبب صغر سني. فمانحو الرعاية الذين تتراوح أعمارهم بين 66 و96 يعانون من معدل وفيات أعلى بنسبة 63 بالمئة من غير مانحي الرعاية من العمر نفسه. سأعبر عن الفكرة بكل صراحة وأقول إن رعاية أحدنا لشخص عزيز على قلبه عمل يودي به إلى حتفه.

أحس بعض الناس بما خفي عني، وأرسلوا لي رسائل وتشجيعاً. وأتت إحدى الرسائل من الصديقة بيلي تيش صاحبة الحكمة. ذكرت فيها:

"عندما أفكر في أن "التقدم بالسن يجعل المرء أكثر حكمة"، أدرك أننا كنا أنكباء ومهما توفرت لدينا آليات للتأقلم مع وضعا ومهما كان حبنا ورعايتنا لعائلتنا وأصدقائنا عميقاً واستلهمنا منه قوتنا، فهناك أوضاع مليئة بالخسارة العميقة التي تفرضها علينا المآسي التي لا يبدو أن لها عزاء أو حلولاً، وهذا يهزني من الأعماق. ومن الواضح أن الإنهاك الذي تصفه والخسارة التي تشعر بها تدرج في تلك الفئة.

إن ما تعلمته جيداً من فكرة التقدم بالسن هو أن الحياة تستمر وأنا لسنا من نختر الخسارة التي تصيب من نخسره وتصيبنا نحن الخاسرين، ولكننا نستطيع أن نختر (إن حالفنا الحظ) كيف نتعامل مع النتيجة التالية (أو بالأحرى النتيجة المترامنة في مثل حالتك) للحزن.

أعتقد أن خلاصة هذه الرسالة هي أنه يجب على المرء أن يستمر بالبحث عن طرق للاستمرار في حياته من أجل سلامته ومن أجل الخلاص لروحه الضائعة مهما كانت عيوبه، والأهم من كل شيء أن يستمر بمقاومة كل ما يدفعه للتخلي عن الأمل في أنه قد يبتسم مجدداً ويعثر غداً على بصيص أمل ينقذه من ظلام اليوم. الجأ إلى الله ليرشدك في هذه الرحلة.

ويبقى الحب نبع الأمل، لذا سأرسل لك حبي. بيلي."

حاولت ديان أيضاً أن تحذرنى بطريقتها الخاصة، ولكنني لم أستطع أن أسمع ذلك منها لوقت طويل أيضاً. إنها تتذكر الآن أفكارها في تلك اللحظات، فتقول: "إن باري يتدلى من حرف عالٍ متمسكاً بيدٍ واحدة ويبدأ بالانزلاق من دون شبكة أمان تحته".

لقد لاحظت ديان علامات الإنذار التي تحيط بي من كل جانب. أخيراً، جلست معي في غرفة المعيشة لتتحدث قليلاً وهي حريصة على اختيار كلماتها بدقة. فقالت: "إن جان تعاني من مرض، وبسبب هذا المرض ستحتاج دائماً إلى أناس يعتنون بها، ولكنك أنت من يرعاها ولا أحد يهتم بك".

فكرت في نفسي قائلاً: لماذا يجب على أحد أن يعتني بي؟ عتبرت ديان عن نفسها بصراحة كبيرة لكي أستوعب الأمر: "إنك تتدهور شيئاً فشيئاً. ولن تستطيع أن تساعد جان إن لم تكن هنا".

لقد كنت مستعداً للتخلي عن أي شيء لأعيد لجان صحتها حتى لو جعل إرهابي واکتسابي وأرقني حتى أعجز عن ذلك. في الحقيقة، لقد أتت النتيجة عكس ذلك تماماً. فكل الرعاية التي منحتها وكل ما تطلبه مني منحها لم يحدث أي فرق بالنسبة إلى جان.

اطلبوا مني شيئاً، أي شيء، يحدث فرقاً، ولكن لا تجاوب.

الدخول إلى عالم النسيان: المرحلة السادسة

تزداد صعوبات الذاكرة سوءاً. وقد تنشأ تغيرات هامة في الشخصية. فيصبح الأفراد المصابون بحاجة إلى مساعدة مكثفة للقيام بنشاطاتهم اليومية. في هذه المرحلة، قد يفقد الأفراد معظم وعيهم للتجارب والأحداث الحديثة بالإضافة إلى محيطهم. فينسون عرضياً اسم الزوج أو الزوجة أو مانح الرعاية الرئيس، ولكنهم غالباً يستطيعون أن يميزوا بين الوجوه المألوفة وغير المألوفة. وقد يحتاجون إلى المساعدة في ارتداء ملابسهم بشكل ملائم. إذ ربما تحدث بعض الأخطاء عند القيام بذلك من دون إشراف مثل ارتداء البيجاما فوق ملابس النهار أو فردة الحذاء في القدم الخاطأ. وقد يحدث سلس في البول أو الغائط.... وقد تحدث تغييرات مهمة في الشخصية وأعراض في السلوك تتضمن الشك والتضليل (على سبيل المثال، قد يظن المريض أن مانح الرعاية دجال أو نصاب) أو الهلوسة (مثل رؤية أو سماع أشياء ليست موجودة فعلاً) أو السلوك التشنجي المتكرر مثل عصر اليدين أو تمزيق القماش. (مراحل الألزهايمر السبع من موقع www.alz.org. جمعية الألزهايمر).

أذكر المرة الأولى التي نسيته فيها جان. فقد حدث ذلك في بكين بعد أن أخفقت أدويتها الأخيرة ولم تعد تعطي مفعولاً. فحاولنا الحصول على أدوية جديدة. إن بعض الأدوية تسبب عسراً في الهضم، لذا يجب أن تبدأ بجرعات صغيرة. فأخذت جان تنهار بسرعة كبيرة في خلال تلك الفترة.

بينما نحن في الفراش معاً، وأنا أربت على ظهرها، نهضت، ونظرت إلى يدي اليسرى، وقالت: "لديك خاتم زواج. هل أنت متزوج؟".

نعم، يا عزيزتي. إنني متزوج بك.

في خلال بضع دقائق بدا أن الأمر قد انتهى، أم أنه لم ينته؟ بحلول هذا الوقت أصبحت بارعة جداً بالتعويض بحيث إنني لم أدرك إن كانت تتذكرني فعلاً أم تتظاهر بذلك. لقد قدّم لي ما حدث لحظة لما سيحدث في المستقبل. فقرأت كتباً، وتحدثت إلى أطباء ومسافرين آخرين في هذه الرحلة، رحلة الألزهايمر.

في هذا الوقت تقريباً، قابلت جوان فايرنغا، وهي ممرضة رسمية أمضت سنوات في سياتل تعمل بالرعاية طويلة الأمد. ولم تكن تعرف جان، ولكنها تعرف الكثير عن الإنكار. فروت لي قصة زوجها المريض الذي دخل إلى المستشفى. وبدت من نواح عديدة شبيهة بالقصة التي أعيشها.

طيلة الأشهر الثمانية الأخيرة، حدثت الكثير من التغييرات الجسدية والعقلية مع دك وزانت في تدهور حالته. فتأقلمت معها. وعندما دخل إلى المستشفى هذه المرة، أيقنت أنني أختبر تغييراً جديداً سأتأقلم وأتكيف معه في ما بعد.

في وقت متأخر من عصر ذلك اليوم، طلبت إليّ مستشارة متعاطفة السّحدث إليها على انفراد. فقالت لي بلطفة ولكن بصراحة إن دك يصارع الموت. في البداية، أعطيتها أسباباً وتفسيرات تساعدني على المضي في عملية الإنكار. وأخيراً نفدت مني الكلمات. فانهرت باكياً وأنا أصرخ قائلة: لا، لا، لا. وأخيراً تقبلت الأمر الواقع.

ساعدني تقبل الوضع أن أجمع أولادنا وأخبرهم أننا سنشهد قريباً نهاية حياة والدم. فأعدنا خطة لأن يبقى أحد أفراد العائلة موجوداً معه طيلة الوقت. فتوفي دك بعد يومين في خلال وجود أفراد عائلته بقربه.

لقد تعايشت جوان مع الإنكار حتى اللحظة الأخيرة من حياة زوجها، ولهذا فقد دفعتها خيرتها لأن تنظر إليّ مباشرة وتقول لي

بصراحة ما رفضت أن أسمعه: "إن الألزهايمر مرض فتاك. إن جان تعاني من مرض فتاك".

هذه هي الكلمات التي تجاهلتها لسنوات ومنعت نفسي من قولها أو حتى التفكير فيها، ولكن الإنكار لا يضع حداً للمرض. فقد بدأ مسبقاً بالتخطيط للفصل الأخير من حياة جان.

13

ففي العطلات: نهتدي إلى الشواطئ المشمسة حيث نشغل أنفسنا
بإبعاد الشمس عن بشرتنا والمياه المالحة عن أجسامنا والرمل عن
أشياننا".

- الصحفية الأميركية إيرما بومبيك

شمس ماوي والبحر وركوب الأمواج وفقدان الأعصاب

خطرت لي فكرة رائعة. لم لا نذهب في إجازة؟ لم لا أبعد جان
عن التوتر الناجم عن وجود ديان في المنزل وأبتعد أنا عن توتر العمل
في النهار ورعاية جان في الليل، ونقايض شمس هاواي المشرقة بكآبة
المطر في طوكيو؟ لنسهر حتى وقت متأخر، ونجلس على الشاطئ،
ونذهب لتناول العشاء، وندع غروب الشمس ورياح ماوي الشرقية
الهادئة اللطيفة تنعش قلوبنا.

أحب أن أرى سائقي السيارات في ماوي وهم يركنون سياراتهم
إلى جانب الطريق الممتد على طول المحيط، ويرجلون منها ويتكئون
على الحاجز لمجرد تأمل منظر غروب الشمس. إن ذلك أشبه بضغط زر
إيقاف مؤقت للحياة. أليست الإجازات إيقافاً مؤقتاً فعلاً وهروباً
وفرصة للتخلي عن أعباء العمل اليومية ونسيان الحياة الحقيقية؟

ذهبنا إلى ماوي عدة مرات في خلال طفولة الفتاتين. تقع ماوي
في منتصف الطريق بيننا وبينهما. فكنا نسافر بالطائرة من آسيا وهما
تسافران بالطائرة من البر الرئيس ونمضي المدة نفسها في الرحلة، ثم
نصل، ونجد الشواطئ والغطس والمتعة تنادينا جميعاً. لقد اعتدنا أن نقيم

معاً في المنطقة نفسها حول كابوالا وكاهانا، وهذا يعني أن أحد محلات تأجير كاميرات الفيديو كان لا يزال يحتفظ بصورتنا في جهاز الكمبيوتر الخاص به وأنا كنا نعرف مكان وجود البيض والقهوة في متجر البقالة المحلي.

يا له من مكان مثالي كي أصطحب جان إليه لتنال استراحة! قد تتذكر هنا بعض الأماكن المألوفة وقد تبهجها الشمس والسماء الصافية ورمعاً تبهجني أيضاً. من يدري؟ لقد أتى المرض معنا بالطبع، ولكنني بحلول هذا الوقت أصبحت معتاداً عليه. ففي اليوم الثالث على إقامتنا هناك، وفي أثناء وقوفنا في شقتنا المستأجرة وتأمل مياه المحيط، حدثت جان من النافذة وقالت: "أين نحن؟".

فسألتها: "ألا تستطيعين أن تعرفي. انظري من النافذة".

قالت: "إن المنظر جميل".

"نحن في ماوي".

فأجابت: "آه نعم، لقد عرفت هذا". ولكن من الواضح أنها لم تعرف. فانتهدت المحادثة عند هذا الحد وهي لا تزال تتأمل المنظر.

لا أعرف إن كانت تتذكر زيارة ماوي من قبل. فقد انتهت ذكرياتنا مع الفتاتين هنا قبل وقت طويل بالنسبة إليها. كنا أحياناً نذهب وحدنا في إجازة، ولكن ذلك أيضاً يبدو أنه قد انتهى. وبالرغم من ذلك فقد سار الوضع على ما يرام في هذه الرحلة. ولم يعد يهمني أمر الذكريات الضائعة. لقد رفضت أن أنغمس في الكتابة في خلال إجازتنا في ماوي. فارتدينا ملابس السباحة، وتمشينا في باحة الشقة أو أخذنا نحوض في مياه المحيط.

لدي صورة لهذه الرحلة تظهر فيها جان تبسم ابتسامة عريضة غيرت ملامح وجهها كله وهي واقفة بملابس السباحة قرب الشاطئ،

وتبدو سعيدة في أشعة الشمس الحارة. بحلول الوقت الذي التقطت فيها الصورة، اكتشفت أين نحن في تلك اللحظة، ولكنني لم أعد آبه لأن تلك اللحظة ستلاشي عندما تأتي اللحظة التالية. إذ يكفي أن أراها سعيدة في تلك اللحظة بالذات.

فجأة حدث شيء رغماً عن إرادتي ولسبب لا أسامح نفسي عليه. فقد فقدت أعصابي معها. وعندما انهار السد، وانفجر كل ما يكمن خلفه، لم أستطع أن أمنع نفسي.

بدأ الأمر عندما أردت أن نتفرج على العقارات. فأخذنا الوكيل العقاري لتفرج على بعض المنازل على التلال فوق بلدة لاهانيا التي كانت سفن نيوإنجلند تسير في قنواتها وكانت الحيطان تأتي إليها في الشتاء مع صغارها. وجدنا البيوت على التلة هناك جميلة جداً. فأحبينا شقة أو اثنتين، وقررنا أن نطلب إلى الوكيل أن يوصلنا إلى هناك مجدداً لنلقي نظرة أخرى. فارتديت ملابس الرسمية الخاصة بماوي، وهي عبارة عن بذلة سباحة وقميص قطني. إنها الملابس المناسبة لهاواي، صحيح؟ وهكذا، لم أكن أملك جيوباً في ملابسني. فوضعت مفاتيح السيارة المستأجرة في حقيبة جان، ووضعت محفظتي في صندوق السيارة المستأجرة. وتركنا السيارة مركونة في مجمع الشقق، وغادرنا مع الوكيل.

تفرجنا على منازل عدة في ذلك اليوم قبل أن يعيدنا الوكيل إلى شقتنا. بعد مضي بضع دقائق فقط، سألت جان عن مفاتيح السيارة. وقلت لها بشكل عفوي: "إنها في حقبتك".

فقلت: "حسناً." ثم أتت الكلمات المنذرة بالشؤم: "أين حقبتني؟". كيف يمكن ألا تكون حقبتها بحوزتها؟ إنها لم تفقد حقبتها أو تخرج من دونها ولو لمرة واحدة فقط. فظننت أنها مخبأة في مكان ما في

الشقة حيث وضعتها عندما عدنا. فكررت قائلاً: "أين هي؟". بحثنا في كل الأنحاء. فلم نستغرق فترة طويلة للبحث في شقة مكونة من غرفة نوم واحدة، ولكن لا أثر للحقيبة. فأشرت قائلاً: "ولكنك أخذتها معك عندما غادرنا لأنني وضعت مفاتيح السيارة فيها".
"أظن ذلك".

قد يكون السبب هو تعبني من السفر بالطائرة وربما من محاولتي التأقلم مع النسيان الدائم، ولكنني استثقت غضباً. فقلت وأنا أصر أساني: "إننا لا نستطيع الذهاب إلى أي مكان، يا عزيزي، لأن مفاتيح السيارة في حقيبتك".

حدقت إليّ بصمت. ولم يظهر تعبير وجهها أنها قد فهمتني. فبدأت أجري اتصالاتي الهاتفية، ولكنني اكتشفت أن وكيلنا العقاري قد ركب طائرة إلى جزيرة أخرى وأنا لا نستطيع الحصول على مساعدته. فاتصلت بوكيلة التسجيل في البورصة لأحد المنازل التي زرناها حيث ظننت أن جان تركت حقيبتها. فلم يحالفني الحظ هناك أيضاً لأنني لم أحصل إلا على بريدها الصوتي. ثم اتصلت بوكالة تأجير السيارات التي تقع بجانب المطار على الجانب الآخر من الجزيرة. ترى هل يوجد هناك طقم مفاتيح بديل؟ كلا. بالإضافة لذلك، وجبّ دفع تعرفه مقابل صنع مفتاح جديد في تلك الأيام. لأن المفاتيح لم تعد تصنع في متجر الخردوات المحلي بينما ينتظر المرء صنعها، بل أصبحت إلكترونية وتتطلب أن يتم برمجة مفتاح جديد من أجل سيارة معينة. وكيف يصل المفتاح إليّ... ترى هل سيسلمون المفتاح لي؟ كلا، إن حسن الضيافة يتوقف عند هذا الحد. كلا، لن يحضروه لي بل سيرسلونه مع سائق سيارة أجرة لا تقل أجرته عن مائة دولار.

أغلقت السماعة، وحاولت الاتصال بجداد محلي. ألا يزال الناس يفعلون هذا؟ نعم، ولكن السيارات الحديثة ذات المفاتيح الإلكترونية تتطلب وقتاً للحصول على رموزها، وهذا عمل مكلف جداً. وفوق ذلك، فقد لا ترضى وكالة تأجير السيارات بمفتاح غير أصلي، ولكن هذه مجرد سيارة فورد. تبا! ألا يستطيعون أن يصنعوا مفتاحاً سريعاً عادياً لسيارة فورد عادية؟

كلا.

قمت بمحاولة أخرى للاتصال بوكيلة التسجيل في البورصة. وسمعت طلباً آخر بأن أترك رسالة صوتية. وفي غمار هذه الحيرة وقفت جان بهدوء في المطبخ وهي تبدو جامدة الشعور. ولم أشعر بوجود أي بصيص أمل في أن تدرك أننا نضيع وقتاً ثميناً من الإجازة لا نجلس فيه على الشاطئ ولا نسترخي بل نعالج مشكلة ضياع مفتاح السيارة وأن الأمر سيكلفنا كثيراً.

دفعني قلة شعورها وإدراكها لما يجري إلى شفير الانفجار. ففقدت أعصابي. ولا أتذكر أنني صرخت عليها من قبل، ولكنني صرخت الآن. فقلت لها: "ألا تفهمين؟ لا نستطيع أن نذهب إلى أي مكان ومحفظتي موجودة في صندوق السيارة، وهذا يعني أننا لا نملك أي مال أو بطاقات ائتمان. ولا نستطيع حتى أن نشترى أي مواد بقالة أو نذهب لتناول العشاء أو نشترى شطيرة لأن كل فلس أملكه موجود في المحفظة. ألا تدركين هذا... ألا تعين ما فعلته؟".

أتذكر هذه الأحداث الآن بكل خزي لأنني أخذت أصرخ عليها في الوقت الذي لم تكن لديها فيه أي فكرة عما فعلته ولا قدرة لها على تفهم غضبي. بدلاً من ذلك، راحت تحدق إليّ ببرود. فاحترقت كلماتي داخل روحي. إن هذا هو الغضب الذي لطالما صببت جامه

على الآخرين فقط، ولكن ليس عليها. كيف يسعني أن ألومها لشيء لم تفعله وأخيفها كل هذا الخوف؟ أي نوع من الأشخاص أصبحت؟
أغمض عيني الآن وأنا لا أزال أستطيع أن أسمع صوتها المرتعش الخائف من الأيام الأولى من مرضها وهي تقول: "إنني أفقد عقلي، أليس كذلك؟" لقد سمعته عندئذ أيضاً وأنا أصب جام غضبي عليها. كيف سمحت لنفسني أن أثور هكذا؟ إنها لم تفعل ذلك عن قصد، وبدأت بالكاد مدركة لما فعلته أو حتى غير مدركة له على الإطلاق.

حاولت أن أسترخي في أعماقي، وهدأت من روعي قبل أن أتصل بشركة تأجير السيارات. فطلبت المفتاح الجديد، وطلبت سيارة أجرة لتوصله إليّ عبر الجزيرة. وبعد نحو ساعة ونصف، وصلت سيارة الأجرة. وبينما أنا أسلم ورقة بمائة دولار لسائق سيارة الأجرة، رن هاتفني الخليوي. فأجبت وكانت المتصلة هي وكيلة التسجيل في البورصة. فقد اتصلت لتعذر لي لأنها نسيت هاتفها عرضاً في صندوق سيارتها ولم تجب علي مكالماتي. وبعد ذلك، قامت الوكيلة باتصال صغير بسكان المنزل. واكتشفت أن الحقيبة لديهم. فعرضت أن تأتي لتقلنا إلى هناك بسيارتها.

في نهاية المطاف، لم يتعد الأمر كونه مجرد سوء تفاهم بسيط تم حله بسهولة حتى لو كلفنا مائة دولار. نظرت إلى مفتاحي الجديد البديل، وقلت للوكيلة: "شكراً، ولكنني أستطيع الذهاب إلى هناك بسيارتي". فذهبت وجان إلى المنزل حيث تكرم الزوجان بتسليمنا حقيبة جان.

في موقف كهذا، قد يقول شكسبير: "خيرُ الأمور أحمدها عاقبةً". ولكن هذا لا ينطبق عليّ. فكيف استطعت أن أصل إلى هذه الدرجة من الإحباط بحيث إنني سمحت لغضبي أن ينفجر في وجه جان؟

وتساءلت إن تحولت أنا إلى ذلك الشخص المريض الذي يفتقر لوجهة النظر المنطقية. ترى هل أصبحت مشاعري فجة جداً لدرجة دفعتني لمهاجمة أقل الأشخاص قدرة على الإدراك. فجان لم تبدُ واعية لما يجري مما يكفي لأن تستطيع أن تقول: "إنني آسفة، يا عزيزي". ولم تكن لديها فكرة عن سبب غضبي.

طيلة بقية الأسبوع، وبينما أنا أساعدها على الاسترخاء أو الذهاب للغداء أو العشاء، ظل صوتي وأنا أصرخ عليها يرنُّ في أذني: "ألا تفهمين؟" إلى جانب صدى صوتها من أعماق ذاكرتي عندما قالت وهي لا تزال تدرك الشعور بالخوف: "إنني أفقد عقلي، أليس كذلك؟".

لقد أصبحت الآن الشخص الذي تثق به أكثر من أي شخص آخر وتحتاج إليه أكثر من حاجتها إلى أي شخص آخر. ترى ما الذي آل إليه حالي؟

الجدول الزمني

نيسان عام 2008

مستجدات باري للعائلة والأصدقاء قبل أسبوعين على وضع جان
في مصحة للرعاية

أصدقائي الأعزاء،

أمل أن أستطيع في نهاية هذه الرسالة أن أقول لكم إن جان سعيدة، ولكن ليس هناك ما يضمن قولي. إنني أقول لأولئك الذين يعرفونها ويحبونها، أو حتى الذين يعترضون بها ويقدرونها للبهجة التي أدخلتها على حياتهم، إنكم تعرفون أصلاً أننا نفتقدها. والآن وصلنا إلى مرحلة جديدة. إذ إنهما ستغيب قريباً عن أنظار الجميع باستثناء عدد قليل من عائلتها وأصدقائها سأذكرهم لاحقاً.

في مطلع شهر أيار، ستنقل جان إلى مصحة رعاية. وحالما تستقر هناك، قد يصبح ذلك المكان بيتها طيلة ما تبقى من حياتها. تقع المصحة في مدينة بيلفسيو بولاية واشنطن، وهي مدينة قريية من سياتل. لقد نشأت جان هناك تقريباً طيلة حياتها. وتعيش أمها إلى جانب إخوتها وأخواتها هناك بالإضافة إلى أصدقائها من أيام الكلية. وهذا أمر جيد.

لقد أتيت إلى هنا لأعثر على مكان لها وأقوم بالترتيبات. لا تزال جان لا تعرف عن هذا الإجراء حتى الآن. لن تسافر معي بعد الآن لأن هذا يربكها كثيراً. وقد قيل لي إنه ينبغي عليّ أن لا آخذها حتى إلى كاليفورنيا أو هاواي أو أي مكان، لأن هذا يشوش تفكيرها بالنسبة إلى المكان الذي تسكنه أو تقيم فيه.

إن الارتباك سبب رئيس يدفعنا لأن نسعى لتأمين الاستقرار لها
الآن. إنني أودّع جان شيئاً فشيئاً منذ بعض الوقت، ولكنها الآن
ستركني فعلياً. ولن يراها بعضكم على الأرجح مجدداً قط.

ستعيش جان في شقة لطيفة مكونة من غرفتين ولها نوافذ كبيرة
على جدارين بارتفاع عشرة أقدام في غرفة المعيشة. إنها تحب الضوء،
كما تعرفون جميعاً، ولكن هذه الغرفة ستظل مضاعة ومبهجة حتى في
الأيام الملبدة بالغيوم لأنها تطل على الشرفة الأمامية. وسنظليها بلونها
المفضل الزهري الشاحب ونزينها بتحفها الأثرية المفضلة وأعمال
فنية من آسيا. إن هدفنا من هذا هو أن ننظر حولها دائماً وترى أشياء
مألوفة ومبهجة وأن تكون معظم الأشياء بلوني الأحمر الفاقع
والذهبي.

لماذا تفعل هذا الآن؟ سأسرد لكم بعض الأسباب من دون ترتيب
محدد. لدينا مائحة رعاية مقيمة بارعة اسمها ديان مالون تعمل بمجد محاولة
أن تخرج جان في الأرجاء وتحفزها بالنشاطات. الآن أصبحت جان
تعسير ديان عدوة ودليلاً على مرضها، وبدأت تتحداها أكثر فأكثر،
وترفض الخروج معها أو حتى التحدث إليها.

لا بد وأنكم تتذكرون رسائل سابقة كتبها لكم عن وحش
الغضب الذي يتفجر في عصر كل يوم. والآن أصبح غضبها على ديان
يبدأ في وقت الفطور ويدوم أحياناً طيلة النهار إلى ما بعد وقت العشاء.
وبالرغم من صعوبة التكيف مع هذا بالنسبة إليّ ولديان، فمن الصعب
على جان أن تحتمل هذا التوتّر العاطفي طيلة اليوم.

ثانياً، إننا نعتقد أنه وقت جيد للانتقال لأنها لا تزال مدركة بما فيه
الكفافية كي تتأقلم وتشارك في عملية الانتقال. فإن انتقلت بماء
اختيارها، ساهم ذلك في إنجاح هذا الإجراء.

ثالثاً، وهذا هو السبب الذي أكرهه، إن ديان والأخرين من حولي
يعدرونني من أن أنجرف في اتجاهات ستؤثر سلباً على صحتي وسلامتي،
إن لم يكن هذا قد حدث مسبقاً. إن هذا أمر مألوف بالنسبة إلى مانحي
الرعاية. إذ تظهر الدراسات أنه من الممكن لعمل المرء برعاية شخص
محبوب مصاب بالألزهايمر أن يقصر من عمر صاحب الرعاية بشكل
ملحوظ.

إنني لست بطلاً ولا أظن أن هذا الوضع متعلق بي لأن التركيز
هنا موجه نحو جان ويجب أن يبقى كذلك، ولكنني أيضاً ذكي بما
يكفي بحيث إنني أفهم ما يجري لي، وأدرك عمق مستوى إرهابي
وعيشي في تأثيرات هذا التقلب العاطفي الدائم. لقد تم إعلامي من
مصادر موثوقة أنني إن لم أقم بهذا التغيير قريباً، فسترتب على ذلك
نتيجة سلبية. وبالرغم من أنني أعتبر سلامتي أمراً ثانوياً في هذا الصراع
لأنه يجب علينا أن نضع مصلحة جان أولاً، فهناك سبب منطقي يدفعني
لأن أستنتج أنني إن أخفقت فستعاني هي من جراء ذلك.

من فضلكم لا تحدثوا إلى جان عن أي من هذه الأمور إن
اتصلتم بها. إذ إننا نبتكر طرقاً لنجح هذا الانتقال. وتبقى المسألة
الدقيقة متعلقة بكيفية إطلاع جان على الأمر والوقت المناسب لفعل
ذلك. إذ يجب أن أعلمها بالأمر بالطريقة الصحيحة. ومع ذلك، فلست
متأكداً من أنها ستقبله أبداً.

حتى ذلك الحين...

- المخلص باري.

"عندما تصل إلى نهاية حبلك اربط عقدة وتثبت بها".
- الرئيس الأميركي الأسبق فرانكلين د. روزفلت.

إلى مصحة الرعاية

كان الوقت ربيعاً في طوكيو. فبدأ الجو يتحسن ويزداد دفئاً يوماً بعد يوم. إن الربيع يجلب معه أيضاً متعة براعم الكرز. إذ يستغل اليابانيون الأسابيع القليلة التي تزهر فيها هذه البراعم كمناسبة لإقامة الحفلات في وقت متأخر من الليل تحت الأشجار المزهرة الوردية. عادة ما تتشكل مجموعات كبيرة مؤلفة من بعض الأشخاص يقومون بنزهة مسائية ويحتسون الشراب مع الضحك والموسيقى. إن أفضل أشجار براعم الكرز في طوكيو تزين هدوء المقابر.

إن زراعة براعم الكرز الهشة الناعمة في مكان مكرس للموت مكان مثالي بالنسبة إلى اليابانيين. فموسم إزهار الكرز يذكرهم بأقصى درس في حياة البشر... وهو أن أحداً لا يعرف متى تنتهي الحياة.

إن الحياة هشة كبراعم الكرز. فالبراعم تدوم لبضعة أسابيع على الأكثر. وقد تتسبب العواصف القاسية والرياح العاتية في بعض السنوات بتجريد الأشجار، بينما لا تزال البراعم في أوج تفتحها. وحتى في السنوات الجيدة، تبقى مدة حياة البراعم قصيرة وسرعان ما تزول. إنها دليل على قصر الحياة، كما يقول اليابانيون. فاستمتع بها في لحظة تفتحها.

تستهج اليابان بأسرها في خلال موسم تفتح براعم الكرز. وفي أخبار المساء، تذاع تقارير منتظمة تتضمن خرائط تظهر تقدم تفتح الأشجار بدءاً من الجنوب حيث يذفاً الطقس أولاً. فإن كان المرء يعيش في طوكيو، استطاع أن يتربح الوقت الذي تزهر فيه الأشجار في المدن.

كان موسم تفتح براعم الكرز في العام 2008 هادئاً وممتعاً. وذات يوم، دخلت جان تستريح في غرفتها بينما جلست وديان لتحدث. ابتسمت ديان بلطف. قالت لي: "ربما حان الوقت لأن نفكر في ما يجب أن نفعله تالياً". ومن حديثها، سمعت لأول مرة عبارة "مصحة رعاية".

في الحقيقة، لم أندش من الأمر. وربما أتى رد فعلي حتى أسوأ من ذلك، فقد بدا أشبه بإحساس من الراحة. هل هذه هي طريقي للتخلص من الأيام والليالي التي لا نهاية لها في حياتي؟ لقد عاشت ديان معنا نحو سبعة أشهر فقط. وفي غضون ذلك الوقت، استطاعت أن تلاحظ التغييرات التي فاتتني ملاحظتها وهي تحدث من حولنا. فطرحتُ عليها بعض الأسئلة، أهمها هو الأصعب كي تجيب عليه، فقلت: "كيف نحدد أن الآن هو الوقت المناسب؟".

اعترفت ديان قائلة: "ربما لا يزال الوقت مبكراً جداً. ولكن إن كان كذلك، فمن الأفضل أن ننفذ الانتقال بينما لا تزال جان قادرة على التكيف مع مكان جديد. فهذا سيساعد طاقم الموظفين على معرفتها وتوطيد علاقتهم بهما بينما لا تزال شخصيتها سليمة".

استيقظت جان من قبلولتها، وأتت لتتحول في غرفة المعيشة. سألتنا عن موضوع حديثنا، ولكنني لم أستطع أن أخبرها. وبدلاً من ذلك، ابتسمت وقلت: "كنا نتحدث عما نريد أن نتناوله على العشاء".

في اليوم التالي، حجزت مقعداً في طائرة متوجهة إلى سياتل، لأبدأ ما أدركت أنه بداية النهاية ومطلع الفصل الأخير الذي لن أحسر فيه وحسب المرأة التي أحبها ولكن أيضاً وجودها في حياتي اليومية ووجودي في حياتها. فلم تعد هناك حاجة للعودة إلى البيت مبتهجاً لأنني لن أجد أحداً بانتظاري. خلف تلك الفكرة هناك سؤال لا جواب له... لماذا أعود إلى البيت بعد الآن؟

ذكرت ديان صديقة لها، اسمها بات نيس، تعمل ممرضة في تاكوما بولاية واشنطن ومتخصصة بمساعدة أشخاص مثلي للعثور على مكان للمرضى مثل جان. فأتيت شركتها الاستشارية شركة طريق المسنين المحدودة أهما مثالية بسبب تركيزها على مساعدة كبار السن وعائلاتهم في ما يتعلق بحاجات الرعاية. وبالرغم من ابتسامها العذبة، فقد شعرت بوجود تجربة قاسية وحزينة كامنة في أعماقها وقوة آثرتُ ألا أتحداهما. وسررت كثيراً لأنها أصبحت إلى جانبي. وبدأت أعتبرها دليلي في البحث عن بيت جان الجديد ومساعدتي في العثور على مصحة الرعاية المناسبة لها وتهيئتي لهذه المرحلة الجديدة من حياة جان والتي اعتبرتها الفصل الأخير من حياتي.

حاولت تجاهل ذلك الجزء الأخير معتقداً أنني سأعالجه لاحقاً، ولكنه عاد لاحقاً وكاد أن يدمرني. تنقلنا بين عدة أماكن بين سياتل وتاكوما. فتركني كل مكان زرناه مصدوماً بدرس آخر فريد من نوعه عن البداية المبكرة لمرض الألزهايمر. فتلك الأماكن مخصصة لكبار السن الذين يناهزون السبعينات أو الثمانينات أو التسعينات. ولم أجد أياً منها مهيباً لامرأة متألقة وذكية في أواخر الخمسينات من عمرها.

كان القائمون على تلك المصحات يدركون الحقيقة تماماً. استفسرت من مدير أحد الأماكن ومن مدير تسويق لمكان آخر عن

الطريقة التي ستأقلم بها جان مع أشخاص أكبر منها بكثير. فلم أعتد على جواب حقيقي على هذا السؤال. إذ لم تكن لديهم أي خبرة بالتعامل مع شخص بهذا السن في مصحتهم. فقلقت من أن تدرك جان ما يكمن خلف الألوان البراقة وغرف الطعام الجميلة والشقق الصغيرة الدافئة، وهو أنها أصبحت تعيش في عالم مختلف خاص بالمسنين والعجزة. لم يعد أمامنا خيار آخر. فهذه هي الأماكن التي يذهب إليها غالباً الناس الذين يحتاجون إلى مساعدة بمرض الألزهايمر بينما لا يزالون يقومون بوظائفهم. إن معظم هؤلاء الناس لا يصابون بالمرض إلى أن يصبحوا أكبر سناً بشكل ملحوظ. في أثناء رحلتنا، مررنا بلحظات غريبة وخاصة من خلال تقييم مستوى الطعام المقدم. فقد بدا لنا أن كل مصحة لديها غرفة طعامها الخاصة وتحاول أن تقدم انطباعاً أن كبار الطهاة الفرنسيين سيشعرون بالغيرة من أطباق الغداء والعشاء المدهشة التي تقدمها كل يوم.

فسألت بات أخيراً ما سبب كل هذا التأكيد على الطعام؟ فحدثني عن وقوع فضائح في الماضي تتعلق بنوعية الطعام القليلة أو حتى المقرفة التي تقدم لنزلاء هذه المصحات الخاصة بكبار السن. والآن أصبحت المصحات الجيدة تتباهى بالطعام اللذيذ وغرف الطعام الجذابة. فكانت إحداها تحوي غرفة طعام توحى أن المرء يجر في سفينة رحلات. إن الطعام بالنسبة إلى مرضى الألزهايمر مهم جداً لأن مواعيد الوجبات جزء جوهري من تحديد الروتين اليومي. وأتاحت أماكن كثيرة المجال للاختيار بين الوجبات بالإضافة إلى بعض الاختيارات المنتظمة الدائمة مثل شطيرة لحم الحبش أو البرغر.

إن السبب في ذلك هو أن الناس الذين يعانون من مشكلة في اتخاذ القرارات يستطيعون هكذا أن يستقروا على شيء واحد، ويطلبوه في

كل وجبة إن توجب عليهم ذلك. لم أكن أدرك هذه الحقيقة آنذاك، ولكنني أدركتها عندما بدأت جان تتصرف هكذا بالضبط. لقد أصبحت تعجز عن التكيف مع خيارين للغداء. فبدأت تختار البرغر كل مرة تقريباً وهي تشعر بالراحة.

عندما زرنا إحدى المصحات في بيلفيو، بلدة جان الأصلية، نجحت محاولتنا أخيراً. فقد بدت الشقة ذات غرفة النوم الواحدة مثالية، فهي تقع في الطابق الأول ولها نوافذ كبيرة في غرفة المعيشة، وتطل على الشرفة المسقوفة التي تحوي كراس مريحة. فوجدت النظر إليها أشبه بالنظر إلى شرفة بيت في المستعمرة الجنوبية. وبالإضافة إلى كل مزاياها، فقد كانت مغمورة بضوء الشمس. ولطالما استجابت جان بشكل إيجابي للضوء.

كانت الشقة تحوي غرفة نوم مستقلة على عكس معظم الشقق الأخرى التي تتألف من غرفة واحدة كالأستديو. في الواقع، قد لا تأبه جان للفرق بين العيش في غرفة واحدة أو وجود مساحة إضافية في شقتها، ولكن هذه ناحية مهمة في نظري. فقد أردتها أن تعيش في مكان لطيف.

شكّلت مجموعة صغيرة بالبريد الإلكتروني تسمى فريق جان مؤلفة من الأصدقاء وأفراد العائلة الذين يعيشون في المنطقة قريباً منها. وتهدف هذه المجموعة إلى مشاركة مشاكل جان اليومية في ما بيننا لنتمكن من أن نعمل على حلها معاً. إليكم إحدى رسائلي الأولى إلى فريق جان قبل أن نتقل من طوكيو إلى بيلفيو.

بدأت أتحدث مع جان هذه العطلة الأسبوعية عن انتقالنا إلى بيلفيو. فحاولت أن أبسط الأمر، كما اقترح بعضكم عليّ، بفكرة انتقالنا معاً إلى الديار إلى الأبد. وقلت لها أيضاً إن فكرة بيلفيو جيدة في هذه

المرحلة لأنها ستحظى بوالدتها وإخوتها وأصدقائها. إنها متحمسة للفكرة حقاً. وأعتقد أنها مستعدة للعودة إلى الديار والعيش في مكان تجد فيه نفسها محاطة بالأصدقاء المألوفين الطيبين وبأناس يتحدثون اللغة الإنكليزية.

لقد قررت أيضاً أن أعتبر هذا الانتقال بصراحة طريقة إيجابية وعملية فعلاً. لا أحد منا يستطيع أن يغير مجرى ما يحدث لها، ولكننا جميعاً نستطيع أن نتعاون معاً لنجعلها سعيدة. إن الطريقة المناسبة لتحقيق ذلك هي وجودها في مكان واحد وتمتعها بشيء من الاستقرار وهي محاطة بظروف طبيعية وأصدقاء يحبونها، لذا دعونا نكون مسرورين أننا عثرنا على مكان جيد لها. وليبق اهتمامنا مركزاً على جعله مكاناً رائعاً.

إن هذه رحلة لم أقم بها من قبل، ولكنني أشعر الآن أنني أقل خوفاً وأكثر ثقة حيال هذه الخطوة الجيدة التي سنقدمها لجان بفضلكم جميعاً.

أردت أن أنعم براحة البال، وأنا أعلم أنها في مصحة جيدة، وأن أعود بذاكرتي كل مرة أزورها فيها وأنا واثق من أنها في مكان جميل. وهكذا، فقد طلبت بعض المساعدة لتهيئة مكانها الجميل. فهبت إحدى صديقات القديمات لإنقاذي. وذهبت معي إلى متاجر الأثاث المحلية لتساعدني على اختيار الكراسي والطاولات والسريير. بعد ذلك، ذهبنا إلى متجر الطلاء المحلي لننظر إلى نماذج من اللون الزهري المفضل لدى جان. فأخذناها إلى جناحها، وقررنا أيها سيكون مناسباً ثم طلبنا من موظفي المصحة طلاء جناحها باللون نفسه.

طبعت مجموعة من الصور المختلفة لجان مع والديها وإخوتها وأخواتها وعمتها المفضلة ولزفاننا بالإضافة إلى صور إجازات أمضيها مع الفتاتين. فأخذتها صديقة أخرى ووضعتها في أطر من أحجام مختلفة ثم سبقتنا إلى الجناح، وعلقتها على الجدران، وزينت بها الطاولات لتقوم بمهمة تنشيط ذاكرة جان. اشترت زخرفة جدران آسيوية الطابع

وصوراً لباريس ولندن وسَمَاوراً روسياً أثرياً (وهو وعاء لغلي الماء أو إعداد الشاي)، هربناه من الاتحاد السوفياتي السابق، وكل هذه الأشياء تنشط الذاكرة. قمنا بكل هذه الإجراءات قبيل وصول جان إلى المكان لأن بات وديان نبهتاني لضرورة مساعدة جان على الاستقرار. فأردت أن أهيئها للانتقال بأن أحيطها بالمزيد من الأشياء المألوفة.

أحبت جان الجناح، ولكنها سرعان ما كرهت بقية المكان بكل معنى الكلمة منذ لحظة دخولها إليه. وقالت: "إنه مليء بالمسنين".

حاولت أن أبعد تلك الفكرة عنها. فقلت: "إنني واثق من أنهم لطفاء ولديهم الكثير من القصص المدهشة ليقصوها عليك". (من المستبعد حدوث هذا بالطبع)

"إنهم مسنون. مسنون! وأنا لست مسنة. ما الذي أفعله هنا؟".

مكثت معها في الأيام القليلة الأولى. فتملكني نفس شعورها، وهذا ما مزقني من الداخل. وعندما أوصلتها إلى غرفة الطعام لتناول وجبتها، اكتشفت أننا أشبه بالأطفال في ذلك المكان لأننا محاطان بأشخاص عديدين في الكراسي المتحركة أو أجهزة المشي أو يجهدون أنفسهم للوصول إلى الطاولة. كان شعرهم أشيب بينما كانت جان شقراء. وأخذوا يتحركون ببطء في الأرجاء بينما بدت جان شعلة من الطاقة مقارنة بهم. فأدركت أن الوضع ليس جيداً ومن غير المتوقع له أن يتحسن أبداً.

ربما كان الوضع ليبدو أسهل بكثير بالنسبة إليها لو أن المكان يوضحُ بأشخاص من مثل سنها، ولكننا لم نجد أحداً. إذ ربما يكون من المقدر الإصابة بالألزهايم لمن هم في مثل سنها، وهذا يعني ازدياداً في أعداد مصحات الرعاية، ولكن ليس بعد. فالأماكن المفقودة هي بالذات تلك المخصصة للمصابين بالبداية المبكرة للمرض.

بالنسبة إلى توقيت الانتقال، كانت ديان محقة ومخطئة في آن معاً. فقد ساعد وعي جان في جعلها قادرة على التأقلم والتفهم أن الانتقال مؤقت ويشكل جزءاً من انتقالنا معاً إلى أميركا. ومع ذلك، فقد شعرت جان أن شيئاً ليس على ما يرام حيال قصة الانتقال وأنها قد أجبرت على العيش مع المسنين، وشكل هذا الوضع في نظرها، بالضبط كالعيش مع مانحة رعاية في آسيا، دلالة أخرى على إصابتها بالمرض. بينما أخذت حالتها تتدهور شيئاً فشيئاً، أصرت وبالحاح شديد على أنها بخير وغير مصابة بالألزهايمر. وأصبح مجرد إقناعها بأخذ الأدوية يشكل تحدياً. وراحت تكرر عبارتها المفضلة قائلة: "إنني قوية كالحصان". وتحول إصرارها الثابت في الأيام الأولى على أخذ الحبوب لمحاربة المرض إلى مقاومة غاضبة. فالشخص السليم كالحصان ليس بحاجة إلى أخذ الحبوب!

حينذاك، أصبحت جان خبيرة بالتعويض والتظاهر أنها تعرف ما يجري حولها مع أنه من الواضح أنها لا تعرف شيئاً. فقد لاحظت صديقتنا كيت يارو هذا السلوك عندما قامت بزيارتها.

زارت كيت جان في صيف العام 2008 في خلال العام الأول الذي أمضته في المصححة. وقالت كيت: "لا يزال حب جان العاطفي والطفولي على حاله، ولكن جان لم تعد على حالها". لم تتذكر جان كيت، وهذا موقف صعب على أي شخص يزور جان ويجد أنها لم تتعرف عليه، ولكن شخصية جان اللطيفة لا تزال تبدو ظاهرة بوضوح.

قالت كيت: "لقد حيتني بابتسامتها العريضة المعهودة، وتظاهرت أنها تعرفني لكي لا تجرح شعوري. وفي غضون وقت قصير، جلسنا على أحد المقاعد، وأخذنا نثرثر بمرح كفتاتين شابتين".

لطالما ركزت انتباهي على راحتها، ولكنني صدمت أيضاً بحقيقة سداد أجور الناس الذين يعتنون بها. فحالفني الحظ قليلاً من هذه الناحية، وهذا ما احتجت إليه أشد الحاجة في تلك المرحلة. فمنذ عشر سنوات، قررت أن أشتري بوليصة تأمين طويلة الأمد موصى بها من الجمعية الأميركية للمتقاعدين، وذلك لاعتقادي أنني من المحتمل أن أصاب برصاصة في خلال إحدى المهمات. وأنا لا أريد أن أصبح عبئاً على أحد. واشتريت بوليصة تأمين أخرى لجان لأننا اعتدنا أن نقوم بكل شيء معاً.

ولكن وجود بوليصة تأمين مدفوعة لا يضمن أن يدفعوا لنا تكاليف المصحة. فقد كلفت شركة التأمين مندوبة لتقوم بعملية التقصي. فخامرها شك، في البداية، بحاجة جان في هذه المرحلة وهذا السن للرعاية التي يجب أن يدفعوا تكاليفها.

اكتشفت أن رعايتها تكلف نحو 6000 دولار في الشهر. فلم أجد طريقة أسد من خلالها هذا المبلغ، إن امتنعت شركة التأمين عن الدفع، سوى أن أبدأ ببيع الأشياء بأقصى سرعة ممكنة. وتخيلت باخرة تمخر عباب نهر ميسيسيبي ثم يبدأ الوقود ينفد منها. فيبدأ أفراد الطاقم يفككون الباخرة لوحاً تلو آخر ويحرقون الخشب في المحرقة ليستمروا بالتقدم. إن هذا هو الحد الذي خشيت أن تصل إليه خطتي، أي البيع والتقتير.

كانت مندوبة شركة التأمين ممرضة. فتحدثت إلى ديان لتستكمل عملية تقييم الحالة. وكانت ديان، بدافع من عاداتها المهنية، قد كتبت ملاحظات عن تدهور حالة جان في خلال الأشهر التي أمضتها في آسيا. أتذكر المكالمات التي وردتني على هاتفني الخليوي من مندوبة شركة التأمين بعد أن خرجت لتوي من مرأب سيارات المصحة. وعندما

أجبت وسمعت صوتها، توقفت وركنت سيارتي ظناً مني أنها تريد أن تطلب مزيداً من المعلومات وأنه سيتوجب عليّ أن آخذ بعض الملاحظات. فقلت: "حسناً، تابعي".

"إنني أتصل بك، يا سيد بيترسن، لأقول لك إننا قد وافقنا على طلبك".

بالرغم من هذا، فلا يزال هناك المزيد من النفقات التي تتعلق برعايتها، شكرتها، وأنهيت الاتصال. وخطوت نحو السيارة المستأجرة، ومشيت إلى طرفها الآخر، واتكأت بيدي على السقف، وأجهشت بالبكاء من الراحة والسعادة في آن معاً لأنني استطعت أخيراً أن أحقق نجاحاً في هذا الجزء من رعاية جان.

غطى التأمين ما يصل إلى 5000 دولار من النفقات الشهرية، ولكن بوجود النفقات الزائدة التي تحتاج إليها جان، فستصل الفاتورة إلى 6000 دولار في الشهر. وهكذا، فقد دفعت ألف دولار في الشهر من جيبي، ولكن الأمر لا ينتهي عند هذا الحد. فقد تم تحذيري من أن حالة جان ستزداد سوءاً وأنها ستصبح بحاجة إلى الرعاية أكثر، مما سيزيد من النفقات التي أدفعها من جيبي. وهكذا، ومع تغطية التأمين للأساسيات، فستستمر التكاليف بالازدياد مع زيادة الرعاية التي تتطلبها حالة جان.

ارتعشت رعباً لفكرة رفض شركة التأمين تغطية النفقات أو حرمانني كلياً من التأمين. كيف سأتمكن من دفع ما يقارب 72000 دولار في العام؟ ليست لديّ فكرة. إن هذا هو الثمن الذي يطالب به المرض عندما يصيب صاحبه مبكراً. إن سن جان المبكر لم يؤهلها للرعاية الصحية التي تقدمها الحكومة لكبار السن. فقد كانت في الثامنة والخمسين فقط عندما وضعتها في المصححة. وجعلها المرض عاجزة عن

العمل في السنوات الماضية، ولهذا فلم تدفع ما يكفي للتأمين الاجتماعي ليجعلها هذا مناسبة للأهلية الشرعية. فلم تتمكن من الحصول على المساعدة من هذا المصدر.

شعرت أنني موفور الحظ لأن الذين لا يملكون تأميناً لا يجدون أمامهم عادة إلا خياراً واحداً رهيباً، ألا وهو الطلاق. إذ عندما يُحرم المريض من مصادر المساعدة فهو يصبح مؤهلاً للرعاية الصحية الحكومية. لقد توجب على بعض الأشخاص المتزوجين منذ عقود أن يمروا بهذا التجربة المريرة. فإن دفعت الحكومة الفواتير وظل الزوجان معاً، لاحقت الحكومة الزوج الباقي على قيد الحياة ليسدد الدين. وقد يواجه هذا الزوج ديوناً تبلغ عشرات آلاف الدولارات وقد يبيع كل ما يملكه ليسدد هذه الديون، وهذا يتركه معدماً.

هل ينفق هؤلاء الناس كل المدخرات التي يخصصونها للتعليم الجامعي لأحد الأولاد أو المال الذي يخصصونه لمجرد الإنفاق على معيشتهم؟ نعم، فهذا هو الطوفان المدمر الذي يكتسح كل شيء في طريقه.

حالما انتقلت إلى المصحة، طرأت مشكلات أخرى، إحداها هي مشكلة ملابسها. فقد ملأتُ حقائبها بالملابس رغبة مني بأن أمنحها شيئاً من التنوع. وبدلاً من ذلك، بدأت تفتح خزانتها وتقف غير قادرة على أن تقرر ما تختاره من كمية كبيرة من الملابس. وهكذا، وعندما ذهبت جان لتناول الغداء في إحدى الأيام، طلبتُ إلى أحدهم أن يذهب إلى جناحها ويأخذ تقريباً كل ملابسها الجميلة ويترك سروال الجينز الأسود الذي ترتديه دائماً وكنزات الكشمير السوداء وبيجامتها. فوضع هذا حداً لارتباكها حيال هذه المهمة البسيطة والمعقدة في آن معاً. إن كل هذا يشكل جزءاً من عملية التكيف المستمرة.

لقد جعلني الإصغاء لأصحاب الخبرة واتباع نصائحهم واثقاً من أن ما فعلته صحيح، وإن لم أتقنه فعلاً. فقد أخطأت في تقييم حقيقة أساسية واحدة عن الألزهايمر وأسلوبه الذي لا ينتهي من ممارسة الخدع مع دماغ جان. فقد سمح المرض أحياناً لشخصيتها المتألقة أن تشع من الداخل، وهذا ما أقنع بعضهم أنني لست زوجاً مخلصاً ومحباً على الإطلاق. اعتبر بعضهم أنني خذلت جان، وارتكبت أخطاءً كثيرة في تعاملتي معها. والأسوأ من ذلك هو أنهم أصبحوا على قناعة أنني آذيتها عن عمد عندما نقلتها إلى المصحة، وأتمني بعضهم الآخر أنني تخلت عنها وهجرتها. فتحولت في نظرهم إلى رجل تنطوي أفعاله على معاني الخيانة والغدر.

الجدول الزمني

حزيران عام 2008

المستجدات بقلم باري إلى العائلة والأصدقاء

إنني آسف لأن بعضكم غاضبون مني لأنني نقلت جان إلى مصحة رعاية. لقد توجب عليّ أن أتوقع هذا، ولكنني لم أتوقعه. نسيت أنني قد تعايشت لسنوات مع هذا الوضع وأنكم تواجهون هذا المرض المحير والغامض للمرة الأولى. إنه مرض مخادع وماكر يهاجم شخصاً رائعاً جميلاً ومليئاً بالحياة.

لقد سررت لأن أعنتني بجان بنفسه لمدة طويلة، ولكن هذا بمرور الوقت لم يعد ينفع. فلجأت لمساعدة بعض الأصدقاء لأحرص على أنها بخير في خلال سفري. وبمرور الوقت، لم يعد هذا ينفع أيضاً. فوظفت مائدة رعاية مقيمة، وجعلتها تسافر من الطرف الآخر من العالم، واستأجرت لها شقة عندما سافرنا إلى بكين لأن شققتنا هناك صغيرة جداً. وبمرور الوقت، فشلت كل المحاولات.

إن أردتم أن تصبوا جام غضبكم عليّ، فأنا أتقبل هذا، ولكنني سأستمر باتخاذ قراراتي بناء فقط على ما أعتقد أنه الأفضل لمصلحة جان. إنني أدرك أيضاً أن معظم غضبكم مني حقيقةً ناجم عن المحنة التي تمر بها جان وارتباكها وقلقها ووضعها غير المستقر.

إننا الآن في هذه اللحظة نستطيع جميعاً أن نزرود جان بالراحة والرضا والتحفيز الذهني في بيتها الجديد وأن نمضي وقتاً معها. ومن الممكن لهذه الأمور أن تساعدنا فعلاً على التحسن.

إن هذه مرحلة دقيقة جداً في عملية الانتقال، ولكننا نتمتع بفرصة جيدة، ولا ضمان هنا بالرغم من نوايانا الحسنة، في إنجاحه. إن جان امرأة مذهلة ومتألقة وسعيدة وحيوية بطبيعتها، ونحن فريق أحلامها. صدقوني! فكروا كيف نستطيع معاً أن نسهلها. إن وجودكم من حولها يجعلها محظوظة بسبب شخصيتها الرائعة المرحة المحبة للمغامرة.

لا نزال نستطيع أن نحافظ على شخصية جان المرحة إن نحن أنجزنا معاً هذا الانتقال الدقيق وساهمنا في إنجاحه في الأسابيع القادمة، ولكن من الممكن لنا، فرادى أو جماعات، أن نلحق الفشل بهذا الانتقال، ونتيجةً لهذا الفشل محزنة جداً لأن نفكر فيها.

مع أفضل التمنيات.

- المخلص باري.

"إن من يهتمون غير مهمين، ولكن المهمين لا يهتمون".
- الدكتور سوز.

يقولون إن الشرير هو أنا

بينما أنا في ساحل كاليفورنيا الشمالي أرتشف القهوة الصباحية
وأأمل المحيط الممتد إلى ما لا نهاية، رن هاتفى الخليوي.
فتحدثت إحدى صديقات جان القدامى بصوت مشوب بالغضب
والحقد قائلة: "لم تخليت عنها؟ إنك لا تحبها. ولو أنك تحبها فعلاً
لبقيت هناك لتعتني بها".

كنت قد عدت لتوي من الإقامة مع جان في مصحة الرعاية بعد
أن قررت أن آخذ بضعة أيام لنفسى لأجلس بهدوء في بيت بعيد،
وأصغي إلى صوت الأمواج. فقد شعرت أنني بحاجة إلى فترة عطلة
خالية من العواطف الجياشة قبل أن أتوجه عائداً إلى عملي في آسيا،
ولكن الحظ لم يحالفني إلى هذا الحد.

لمدة عشرين دقيقة، ألقى عليّ صديقة جان محاضرة قائلة لي إنني
لا أحبها وليس من الممكن أن أحبها فعلاً لأنني تخليت عنها. وصاحت
قائلة إن الحب الحقيقي يفرض عليّ التخلي عن كل شيء، بما في ذلك
عملي، والانتقال إلى المكان الذي تعيش فيه جان والإقامة معها كل يوم
والعناية بها مهما كان وضعها، أي أن مضمون كلامها يعني: مهما
كان وضعي أنا.

وعندئذ قالت فحاة إن لديها موعداً وأقفلت الخط في وجهي. ولم تتعد مساهمتي في المحادثة أكثر من كلمة "مرحباً"، ولكن حتى لو أعطيتني فرصة للتحدث أو أرادت أن تسمعي، فماذا كنت لأقول؟ لقد حسبت نفسي أقوم بكل ما هو صواب. طلبت نصيحة الخبراء، وعثرت على مكان رائع لتعيش فيه جان، والآن أصبح يُنظر إليّ على أنني ذلك الرجل الذي خان امرأة ذنبها الوحيد الذي اقترفته في حياتها هو أنها أحبته.

لطالما أبديت، بصفتي مانحاً للرعاية، تقديري للتعاطف من جانب الآخرين. وعندما مررت بأصعب الأيام، أدركت أن أكثر شيء أحتاج إليه فعلاً هو التفهم. تفهم الناس لموقفي يعني تقبلهم لما أقوم به، ودعمهم لخياراتي، أي أن يفهموني. وعندما يحاول المرء التثبيت بأي خيط للنجاة، وعندما يتعثر ويتخبط في طريقه بحثاً عن بصيص أمل، يساعده تفهم الآخرين ودعمهم في التخلص من الشكوك والارتباك.

لكي يدرك الناس موقفي، يجب عليهم أن يروا ما أراه، ولكن قلة خبرتي أودت بي إلى سوء تفاهم خطير. لم يرَ أصدقاء جان فعلاً ما رأيته يوماً بعد يوم لأنني وجان كنا نعيش على بعد خمسة آلاف ميل. وهكذا، فلم يخوضوا، على عكسي وعكس ديان، الصراع اليومي الذي بدأ يزداد صعوبة يوماً بعد يوم بسبب غضبها أو انكفائها على ذاتها، ولم يروها تخوض معركة داخلية كل يوم وهي تحاول فقط أن تعثر على الكلمات المناسبة لتشكيل جملة. لقد ظننت أنني استطعت رسم صورة واضحة عن سرعة تغير وضع جان من خلال رسائل المستجدات التي أرسلتها للعائلة والأصدقاء بالبريد الإلكتروني.

لقد خططت للانتقال إلى مصحة الرعاية بعناية شديدة قدر المستطاع على فرض أن الجميع سيتفهمون السبب في اعتباره وسيلة

دقيقة جداً في مساعدة جان. وبينما أنا أكافئ نفسي لاعتقادي أن الانتقال قد تم بنجاح، صدمت بالغضب والاستهجان. ولم يخطر ببالي أن أفكر في تألق جان الذي لا يزال يشع من داخلها. إن أكثر ما يثير استغرابي هو أن إحدى الأشياء التي جعلتني أتعلق بها، والتي لا تزال تتمتع بها هي لطافتها، هي التي دفعت الآخرين لاحتقاري وإساءة الظن بي.

لكنهم لم يروا إلا مظهر جان الخارجي الذي ظل في نظرهم أحياناً وجميلاً. هذه هي خطة المرض، فهو يقي الجسم سليماً من التشويه. وقد يحافظ على بعض الصفات المتألقة مثل ابتسامة جان وضحكتها. فإن لم يشهد المرء بعض لحظاتها السيئة وإن لم تشأ الظروف أن يحزن لرؤية إشارة أخرى تدل على تدهور حالتها، فلن يتمكن من ملاحظة مدى التغيير الذي طرأ عليها، ولكنه - الآن - بدلاً من ذلك لن يرى إلا تلك المرأة التي يتذكرها وكأنها لا تزال على حالها من الماضي.

إن هذا النوع من الإنكار يدفع صاحبه لعدم رؤية أي شيء بخلاف هذا الشخص الجميل الذي لا يستحق أن يوضع في مصحة وللشعور بالقت والكراهية تجاه الرجل الذي فعل به ذلك. لم يرغب أولئك الأصدقاء أن يروا جان التي تعاني من مرض مهلك أو يدرك أننا نفقد جزءاً منها يوماً بعد يوم. بدلاً من ذلك، بدأوا التركيز على زوجها الذي لم يتقن رعايتها طيلة السنوات القليلة الماضية (ربما يكونون محقين، من يدري؟) واستخدم مانحة رعاية مقيمة أزعجت جان وأخيراً نقلها على جناح السرعة وهجرها في مستودع أشبه بالسجن ثم حكم عليها بالإقامة الجبرية فيه.

لم ألهم. فقد راودتني الشكوك نفسها والإحساس بالذنب نفسه لتركها في مكان لا أستطيع فيه أن أهتم بها وأساعدتها في الأيام والليالي،

ولكن توجب على أحدهم أن يقدم على تلك الخطوة لأن وقت تنفيذها كان سيحين عاجلاً أم آجلاً؛ وذلك الشخص هو أنا.

بدأت الآن أمر بلحظة حرجة. إنها اللحظة التي قد تحكم على هذا الانتقال بالنجاح أو الفشل. لقد كانت جان بحاجة إلى أن يساعدها روتين المصحة على المضي قدماً وبخاصة أيضاً إلى مراقبة الممرضات وإلى موظفين يطهون لها الطعام وإلى أصدقاء يزورونها ليجعلوا ذلك المكان مألوفاً وآمناً في نظرها، مما يخفف من ارتباكها، كما أرجو.

إن تمكنت من الحصول على تلك الأشياء، فمن الممكن أن تحظى بالحياة الهادئة التي عجزت عن منحها إياها ونحن نتنقل بين طوكيو وبكين أو حتى بتوظيف مائحة رعاية مقيمة. لقد ساهم هذا السفر المستمر في شعورها الدائم بالضياع والارتباك. فأجج ذلك الارتباك من ثورة غضبها. وجعلتني رؤيتي لها وهي غاضبة وتعيسة أشعر أنني زوج فاشل ومانح رعاية بائس.

بينما تزداد حالة مريض الألزهايمر تدهوراً، يصعب عليه أن يضيف أي معلومات جديدة، ولهذا السبب يصبح الروتين أمراً دقيقاً جداً. وهكذا، فقد توجب على جان أن تستيقظ في غرفة النوم نفسها وفي الوقت نفسه وأن تجلس على الكرسي نفسها بجانب الطاولة نفسها في وقت الوجبات مع الأشخاص أنفسهم، وهذا يعني أن أي تغيير في هذه العادات يستلزم إعادة التكيف من جانبها، وهو شيء يجب علينا أن نتجنب حدوثه.

تخيلت المرض في تلك المرحلة كشخص يشاهد فيلماً. إذ يستمر الفيلم يعرض معلومات جديدة وإضافتها باستمرار، ثم يتسارع الفيلم شيئاً فشيئاً. ويصبح الوضع أشبه بشخص يضغط على زر التسريع الذي يزيد من سرعة مرور الأحداث. وتمرور الوقت، يصبح من العسير فهم

أي شيء لأن الصور تتلاحق بسرعة كبيرة ولا يستطيع المرء تفسيرها
وتصبح الكلمات عديمة المعنى بحيث يصبح من المستحيل فهمها.
أخيراً، ينغلق الشخص على نفسه بكل بساطة. فيغمض عينيه،
ويغلق دماغه ممتنعاً عن مشاهدة هذا الفيلم شديد السرعة وينكفي على
ذاته. إن هذا يتكرر كل يوم. إذ يبدأ الفيلم ثم يتسارع بمرور أحداث
اليوم. وأخيراً تصبح الفوضى الذهنية غامرة جداً إلى أن يتوقف كل
شيء.

إن الهدف من جعل محيطها مألوفاً وإقامة الروتين في حياتها هو أن
نجعل الحياة بالنسبة إلى عقلها أقل تحدياً. لقد أردت أن أبقى الفيلم يسير
في سرعة طبيعية، وهذا هو ما تحتاج إليه جان الآن. وظننت أن الجميع
سينظرون إلى الأمر من وجهة نظري، ولكنني لم أكن على صواب.
كان وقع الخبر صعباً على والدتها كارون التي أمضت بضع
سنوات ترعى زوجها الراحل. وبالرغم من أنني توقعت أنها من دون
الجميع ستفهم حاجة جان إلى مكان آمن وطبيعي وروتيني، فلم تفهم
في بداية الأمر. وأصبحت واحدة من بين المشككين الذين أطلقت
عليهم لقب الغاضبون.

لقد توجب عليهم أن يفهموا الواقع، ولكنني أدركت أنه من
المستحيل أن يفهموه مني. فنظمت اجتماعاً دعوته التدخّل، وهو
اجتماع عائلي مقره منزل كارون. التقى فيه الغاضبون وجهاً لوجه
مع الخبراء من دون وجودي لأنني توجهت في طريقي عائداً إلى آسيا.
بعد مضي بضعة أيام فقط على الانتقال إلى المصححة، أصبحت مهدداً
بالإنهاء. فقد انتشر حديث جانبي عن التخطيط لإخراج جان من
المصححة. فأصبت بالذعر. ترى هل فشلت إلى هذا الحد في شرح حالة
جان للآخرين وإقناعهم بصوابية قرارتي؟

تمكنت من حشد مجموعة من ثلاثة أشخاص يعملون إلى جانبي، وهي مكونة من دك، زميلي في مرض الألزهايمر، وديان، وجولي غراي، وهي موظفة اجتماعية ساعدتني في تشكيل لجنة طبية أخلاقية في أحد المستشفيات المحلية. أوكلت لجولي مهمة مديرة رعاية ومحققة في شؤون جان تترتب عليها مسؤولية مراقبة كل من جان والمصحة في خلال غيابي في آسيا والمساهمة في حل أي مشكلات طبية يعجز طاقم المصحة عن علاجها.

قالت لي جولي لاحقاً: "لقد زرت وديان جان في مصحة الرعاية قبل لقائنا. فبدت جان مهذبة اجتماعياً، ولكنني وجدت أنها تعاني من مصاعب ملحوظة في اللغة. فأدركت على الفور أنها تستطيع أن تبدو طبيعية تماماً في نظر من يقابلها للمرة الأولى من دون أن يعلم عن إصابتها بالألزهايمر".

أنت جولي إلى مجموعة التدخل بالبيانات والصور. وشرحت لهم بتفصيل لا يدع مجالاً للشبهة كيف يهاجم مرض الألزهايمر ويغير الدماغ عضوياً ويدمره. إن جولي امرأة رائعة ونشيطة ومبهجة، ولكن أسلوبها القاسي المتمرس غير القابل للمزاح يجعل كل ما تقوله قابلاً للتصديق. فشرحت لهم وجهة نظرها عن مرض الألزهايمر الذي يستطيع بكل سهولة أن يخدع المرء إن لم يكن يعرفه حق المعرفة، والذي نادراً ما يميزه من يصادف المريض لأول مرة بشكل صحيح.

شرحت جولي المرض وخدعه بأسلوب لطيف وحازم. فقالت: "من الطبيعي لبعض الأشخاص أن يعتقدوا مبدئياً أن المريض المصاب بالألزهايمر يتمتع بقدرات تفوق قدراته الحقيقية. وقد يعزو أفراد العائلة في كثير من الأوقات التصرفات المثيرة للتحدي بأنها تظاهر وكان المرء يقوم به عمداً بدلاً من أن يعتقدوا أنها نتيجة للمرض".

لقد عرضت حولي هذا الشرح بناء على خبرتها الطويلة. وقالت: "لقد سمعت بعض أفراد عائلات مصابين بالألزهايمر يقولون: "إنها تعرف ما تفعله، ولكنها تحاول وحسب أن تنير غضبي". عندما يعتقد أحد أفراد العائلة أن مريض الألزهايمر قادرٌ على ذلك، فهو يتوقع الكثير منه. فيصيبه هذا بإحباط شديد".

عرضت عليهم حولي صوراً تظهر كيف يتغير المريض بينما تموت خلايا دماغه ببطء. وتمت أن يدرك أقارب جان أن المرض حقيقي فعلاً عندما يرون صوراً توضح التغيرات الجسدية بشكل لا يبعث على الشك.

حاولت ديان بحكمة أن تلتزم الصمت معظم الوقت لأنها أحست أن كل من في الغرفة ضدها ولا سيما بعد أن سمعت طلباً فظاً بإخراج جان من المصحة لتعيش في شقة عادية مع مائدة رعاية جيدة، وهنا يبدو المضمون واضحاً جداً، وهو أن ديان هي مائدة الرعاية السيئة التي أزعج وجودها جان، وشجعتني في وقت مبكر على نقل جان إلى المصحة. قالت لي ديان لاحقاً: "لقد توخيت الحذر الشديد عند دخولي الاجتماع لأن العدوانية ضدي بدت واضحة جداً. فكلما تكلمت أو حاولت أن أشرح سبب اتخاذنا لتلك القرارات، قاطعني أحدهم." لقد ظن بعض من في الغرفة أن ديان عملت بطريقة ما على غسل دماغي وإقناعي بإجراء النقل، وهو من وجهة نظرهم لا يخدم مصلحة جان.

تحدثت ذلك بهدوء وثبات عن تقاعده من عمله ليتفرغ لرعاية دوروثي بعد تشخيص مرضها كما تحدثت عن السنوات التي قام بها برعاية دوروثي، وكيف أنه قرر أخيراً أن الوقت قد حان لنقلها إلى مصحة. وقال لهم إن للتوقيت علاقة بالخوف المتعلقة بصحته كما بصحتها هي.

وقال لهم ذلك إنه لا ينبغي عليهم الحكم عليّ لأنهم لم يعيشوا في وضعي ولن يعيشوا فيه أبداً. وقال لي: "لقد اتخذت القرار الصحيح، يا باري. ويجب عليهم أن يحترموك لقدرتك على اتخاذه".

كان ذلك الشخص المنطقي الوحيد الذي تولى نقاش مسألة رفضي للاستقالة من أخبار سي بي أس والانتقال إلى سياتل لرعاية جان، ولكنني لم أكن معجباً بإجابته. فقد قال لي لاحقاً: "انظروا إلى مراسلي الأخبار المحليين. ليس هناك مراسلون كبار في السن. إن معظم المراسلين شبانٌ يبدأون مهنتهم الآن أو مراسلون مضى عليهم وقت طويل في سياتل. بما يكفي لأن يحكموا قبضتهم على وظائفهم. هل تعتقدون أن باري يستطيع أن يحصل على عمل بالتلفزيون في سياتل في الوقت الحاضر؟".

ليس كلاماً مجاملاً، ولكنه صحيح. إذ إن عملي يوفر تكاليف رعاية جان. وإن تخليت عنه فقد لا أجد عملاً آخر في المنطقة القريبة وليس لدى سي بي أس مكتب في سياتل.

أكدت ديان على هذه الفكرة. فحصلت على دعم لفظي من كارون والدة جان. فقالت لي ديان لاحقاً: "لقد هبت لإنقاذي واقترحت علينا أن نلاحظ أن معظم مراسلي الأخبار أصبحوا من الفتيات الجميلات الشقراوات".

أفصح ذلك عن أمر شخصي آخر وهو كيف بدأ أصدقاء دوروثي يتخلون عنها عندما سلبها الألزهايمر المزيد من قدراتها العقلية. فقال لي: "إنني لا أزال أشعر بالأسف لأن أصدقاء دوروثي تخلوا عنها. فأخبرتهم عن الألم الذي اعتصر قلبي حيال ذلك".

كان الهدف الأساس من ذلك التدخل منصباً على شرح الكيفية التي يخضع بها المرض ويسلب وكيف أنه من الممكن لجان أن تبدو

مشرفة وأخذة وتبقى كذلك لوقت طويل حتى بينما تبدأ ذكرياتها وكفاءتها تخذلها. وتمحورت الفكرة حول توضيح أهمية الروتين بالنسبة إلى سلامة جان وراحتها وأن المصححة هي المكان الوحيد الذي يمكنه أن يوفر لها ذلك الروتين.

في نهاية المطاف، بدأت مجموعة التدخل تحدث تغييراً في الآراء... ولكنها البداية فقط. فتوقفت صديقة جان القديمة عن صبّ جام غضبها عليّ، وتحديث إلى جولي في ختام الأمسية.

تذكر جولي ما حدث بقولها: "بعد الاجتماع، أتت صديقة جان إليّ في المطبخ لتحدث إليّ على انفراد. فحاولت أن أصغي بأكبر قدر ممكن من التعاطف. وأرادت هي أن أدرك طبيعة علاقتها بجان وأتفهمها. وأبدت رغبتها بالتفكير مجدداً بغضبها منك، يا باري. وشعرت أنها احتاجت إلى أن تعبر عن غضبها قبل أن تتمكن من الانتقال إلى مرحلة أخرى عاطفياً. وسألتي إن كانت تستطيع أن تتصل بي لمناقشتي على انفراد. فشجعتها على ذلك. وأيقنت أنها تريد مني أن أنحاز إلى رأيها وأرى الأمور من وجهة نظرها، ولكنني حاولت أن ألترم الحياد وأن أصغي بحكمة وأتفهم قلقها.

"شعرت أنها تمر بحالة حزن طبيعية وأن الغضب قد استبد بها للحظة. فلم يتسن لها الوقت لأن تتقبل مرض جان، ولكنني آمل أن تتمكن بمرور الوقت من بلوغ تلك المرحلة".

هذا هو بيت القصيد... إنه الحزن. إن المرض لا يفسح مجالاً للفصل الختامي وللحظة ندرك فيها أن حياة المرء قد انتهت فعلاً، ولكنه، بدلاً من ذلك، يسلبها بكل بطء ونعومة، وهذا يترك للناس من حول جان خياراً مريعاً واحداً أعرفه حق المعرفة، وهو إما أن يتقبلوا أن جان مصابة بمرض مهلك أو أن يرفضوا ذلك.

إن الرفض تصرف طبيعي أكثر، وأنا أفهم هذا. فقد أمضيت سنوات وأنا متمسك بالرفض. يا لحماقتي عندما ظننت أن الناس يستطيعون أن يتجاوزوا تلك المرحلة بهذه السهولة! إذ إنهم هم أيضاً بحاجة إلى متسع من الوقت ليعثروا على حزنهم ثم تقبلهم للأمر الواقع حتى بينما لا تزال جان حيوية ومحبة ومتألقة بينهم.

بقي شكهم في دوافعي كامناً في أعماقهم إلى جانب غضبهم. واستغرقوا أشهراً إلى أن بدأت مواقفهم تلين وحلّت البصيرة النافذة محل الاتهام، ولكن بعضهم لم يلينوا بعد. وقد لا يحدث ذلك أبداً.

في الأسابيع الأولى من الانتقال، خالجتهم مشاعر قوية لأنهم رفضوا أن يروا جان ترحل عنهم. وعندما رأوا ذلك فعلاً، شعروا بالحاجة إلى توجيه إصبع الاتهام نحو شيء ما أو شخص ما للتغيرات التي طرأت على هذه المرأة الجميلة التي نعتز جميعاً بها، وذلك الشخص هو أنا. إنني أستطيع أن أتحدث بموضوعية عن الأمر الآن، ولكنني عجزت عن فعل ذلك آنذاك لأنني شعرت أنني ممزق.

لقد جعل اتخاذ القرار من جانب واحد الوضع صعباً عليّ بما فيه الكفاية لأن إرهابي كمانح رعاية بدأ يزداد سوءاً، ويهدد صحي، ويوحى إليّ بالإحساس أنني نوعاً ما خذلت جان. ودفعني الإرهاب أيضاً للإقدام على هذا الانتقال من دون أي ذخيرة من القوة العاطفية.

إن أسوأ ما حدث لي ولجان هو أننا خسرنا حياتنا المشتركة معاً. نعم، أعترف أن حياتي مع جان في آسيا كانت تزداد مشقة وصعوبة يوماً بعد يوم، ولكنها على الأقل تضمنت وجودها معي. والآن، توجب عليّ لصالحها أن أتخلى عنها، وأودعها في مصحة الرعاية. أليس هذا دليلاً على الحب والتضحية؟ أليس هذا كافياً؟ لم لا يتركوني أعاني وحدي؟ لم لا يستطيعون أن يفهموني من دون إطلاق الأحكام عليّ؟

لقد امتد الغضب والاستهجان لينال من أعصابي النازفة الجريحة. مرة تلو أخرى، عاودت التواصل مع الناس الذين استشرتهم من قبل، ووثقت بهم. فطمأنوني أن وضع جان في مصحة الرعاية هو بالضبط ما تحتاج إليه في تلك المرحلة، ولكن اليأس الذي قاسيته، والاتهامات التي وجهت إليّ، بالتخلي عنها أو إيدائها عن عمد، أضافت إلى آلامي، وزادت من كآبتي إلى درجة أنني أصبحت أستطيع أن أشعر بها عضوياً في قلبي.

فوق كل هذا وذاك، بدأت عاصفة عاطفية أخرى تتشكل في أعماقي. وأخذت أتساءل: لماذا أستمّر من دون جان إلى جانبي؟ لماذا؟ إنه سؤال خطير جداً. فعندما لا يبدو أن هناك هدفاً أو وجهة في الحياة، يلوح مكان مظلّم فيه إجابة مرعبة ولكنها تغريني بهدوء. فكرت أنني ربما أستطيع في ذلك الظلام أن أعثر، إن لم يكن على العزاء، على وسيلة تضع حداً لآلامي.

الجدول الزمني

تشرين الثاني عام 2008

المستجدات بقلم باري للعائلة والأصدقاء

أعزائي

تحدثت لوقت طويل عن خسارتي جان. والآن، بدأت جان تخسرنني. إذ مضت لحظات عديدة في خلال زيارتي لها الأسبوع الماضي لم تعد تعرفني فيها إبان وجودي الفعلي معها. وإن غادرت لساعة أو نحو ذلك، نسيت أنني موجود في المدينة لزيارتها. وبعد أن غادرت لزيارة ابنتي اللتين تعيشان في دنفر، غضبت لأنني لم آت لزيارتها أبداً. فقد اتمحت ذكرى زيارتي من ذهنها كلياً.

يقول الناس الذين يتمتعون بحكمة وتجربة أكثر مني إن هذا جزء طبيعي من تطور المرض، وهم بالطبع محقون في قولهم هذا، ولكنه يتركني محطماً. لا أعرف ما أكتب لأنني لا أعرف بماذا أفكر أو أشعر. في خلال كل فترة حياتنا الزوجية معاً، حميت جان ورعيتها بكل فخر، وفعلت هي الشيء نفسه لي. ولم يكن هناك أي شيء تريده لنا ولم أحصل عليه من أجلها. فأثرى ذلك روحينا. ولم يكن هناك ألم أو عذاب عانيته في خلال تغطية المهمات الإخبارية لم تخففه عني وتشفييني منه في نهاية المطاف عندما أعود إلى البيت للقائها.

عندما تزوجت جان أيقنت أنني لن أبقى وحدي أبداً، وعاهدت نفسي أنني لن أدعها تعيش من دون رعايتي لها. والآن، أصبحت تعيش هناك وهي لا تزال تشع بالحياة كما تتذكرونها. ومع ذلك،

فهي تزداد عجزاً عن تشكيل أي جملة منطقية وتزداد غياباً داخل عالم النسيان.

كيف أعيش مع الوحدة التي يجعلها ماضيها الجميل أشد قسوة؟
إنني أتوه من دونها. أتوه إلى أين أو ماذا؟ لا أعرف. هناك شعور يشعر
به الرجال حيال حماية الناس الذين يحبونهم. إن لائحتي قصيرة جداً لا
تتعدى جان وابنتي وحفيدي، ولكنني لم أعد أستطيع أن أحمي جان وأن
أمنع أو حتى أبطئ من سرعة ما يحدث لها. إنني أشعر أنني عاجز
وأعترف أنني أصبحت عديم الفائدة.

هناك لحظات أشعر بها بالفشل التام بحيث إنني أتجمد في مكاني
ببساطة، وأتساءل عن الجدوى من مجرد النهوض والاستمرار. لماذا
أزعج نفسي؟ إن أصبحت عاجزاً عن العناية بجان فماذا الذي تعنيه
حياتي فعلاً بعد الآن؟ والسؤال الأصعب هو: هل أريد فعلاً أن أمضي
بقية حياتي هكذا؟ إن التفكير العقلاني الحكيم يقول إن هذا يجب ألا
يؤخذ على محمل شخصي، وهذا يدفعني للقول إنني لم أتسبب في
حدوث المرض أو تفاقمه.

ولكن قلبي لا يزال يقول لي إنها اعتمدت عليّ لأعتني بها
وأحميها. ففشلت. وبينما أراقبها تتسرب من بين يدي، أدرك أن لا
كفارة ولا مغفرة لهذا الفشل.

إليكم بعض اللمحات من زيارتنا: بينما أنا في جناحها والتلفزيون
يعمل، وجدتها تحديق إليّ. فوجدت هذا غريباً إلى أن ساعدتني بعض
الأحداث الأخرى على أن أدرك أن هذه لحظات تحاول فيها أن
تعرف إليّ.

ساورها قلق في إحدى الليالي بعد عودتي إلى مصحة الرعاية لأن
وجود رجل غريب معها في الجناح قد يعتبر غير لائق....؟

بينما أنا أكتب هذا، أجلس في بيتنا في شمالي كاليفورنيا. في كل مكان أنظر إليه في الداخل، أرى جان في اللوحات والأعمال الفنية التي اختارتها وفي الجدران الزهرية التي تهدئ أعصابي عندما أجلس هناك. لقد قادت سيارتها لساعتين إلى تاجر الدهان ثلاث أو أربع مرات قبل أن تعثر على المزيج المضبوط للون الذي تريده لهذا المنزل. فاحتفظوا بهذه الخلطة وصنفوها للمستقبل تحت عنوان لون جان الوردى.

خارج المنزل، يسود طقس شتوي بارد. وهناك ضباب وسديم كثيفين. وأستطيع أن أرى أمواجاً قريبة من المنزل، ولكن عندما أسرح نظري بعيداً أرى العالم خالياً. فلا أجد أمامي سوى المجهول والهاوية السحيقة. ترى هل سأجد نفسي هناك قريباً من دونها؟
- المخلص باري.

16

"إن لم تغير اتجاهك فقد ينتهي بك المطاف في المكان الذي تتجه إليه".

- الفيلسوف الصيني لاو تزو.

وحدي في الظلام

مرت عليّ أسوأ ليالٍ في حياتي.

فاستطعت في بعض الأحيان وأنا في غمرة ذلك الارتباك بين النوم واليقظة أن أشعر بها بجانبني، وأسمع صوت أنفاسها، وأحس بوجودها إلى جانبي في السرير، ولكنني كنت أستيقظ مجدداً، وأرى أنها رحلت، فأدرك أنني لا أزال وحدي.

حاولت أن أقنع نفسي أنني سأعيش وحيداً من الآن فصاعداً، ولكن هذا يبدو أشبه بدرس تعلمته مسبقاً. وظل عقلي يعلمني إياه ويذكرني به من دون أن أدرك سبب ذلك.

لقد عشت وحيداً طيلة حياتي، وغالباً ما يمتلك هذا الشعور أطفال مدمني الكحول، إلى أن حانت اللحظة التي قررت فيها وجان أن نعيش معاً. وفي تلك اللحظة، انتشلتني من وحدتي. فلم يعد يتوجب عليّ أن أعيش في أي مكان منعزل. هل أستطيع أن أصرخ معبراً عن فرحي لأي شخص يرغب بالإصغاء، وأن أحتفل وأعتر باللحظات السعيدة، وأستمتع بكل يوم جديد؟

على مرّ السنوات، حاول الأطباء وأصدقائي وابتنائي مساعدتي لأتفهم أنني أفقدها. ترى هل استطعت أن أحافظ على عقلي؟ ولكن

السؤال الحقيقي هو، لماذا أزعج نفسي بذلك؟ أدركت أنني في ورطة عندما أعطاني المعالج النفسي في بكين، الذي ساعدني عندما عانيت من اكتئاب ما بعد الصدمة، رقم هاتفه الخاص بالإجازة. وقال لي أن أتصل به عندما أحتاج ذلك. فناقشنا موضوع الانتحار، انتحاري أنا. عندما أرسلت تلك الرسالة المتعلقة بالمستجدات في شهر تشرين الثاني، أثار هذا هلع العائلة والأصدقاء. وحاول بعضهم الاتصال في الليلة التي تلقوها فيها ظناً منهم أنني أستعد للانتحار. ربما كانوا على حق، فقد أصبحت تائهاً وعاجزاً في وادٍ مظلم وفي قعر هاوية سحيقة لا تعطي أي سبب وجيه للاستمرار بالحياة. ففي هذا الوادي وهذا السواد الذي يعمي القلب، كل ما يمكن للمرء أن يراه ويتخيله في ذاكرته هو ما فقده وضاع من بين يديه.

ألا يتوه كل واحد منا من وقت إلى آخر في ذلك الوادي؟ نعم، عندما ينظر المرء إلى الأعلى ولا يرى بصيصاً من نور، وعندما لا يعود للمستقبل أي شكل حقيقي. إن ما أقلق المعالج في بكين هو الوصف الهادئ والطبيعي الذي تحدثت به عن الطريقة التي خططت بها لموتى. فهناك خطة قطع شرايين المعصم في حوض الاستحمام والماء الساخن لتخفيف الألم إلى حد ما، وهناك خطة للقفز بالطبع، وهذا سهل جداً لأنني أعيش في الطابق السادس والعشرين من مبنى له شرفتان. وهكذا، لا يتوجب عليّ سوى أن أقفز من فوق الحاجز، ولكنني قلت له إن هذا يبدو فوضوياً وغير ملائم لي فعلاً. فيا له من أمر مريع إن غيرت رأبي وأنا في طريقي إلى الأسفل! ماذا سيحدث عندئذ؟

قلت ذلك لنفسي في بعض الأوقات، وأنا أحمل سكيناً، وأقطع شيئاً ما. فكّرت في كم سيكون من السهل أن أظعن نفسي، وأظعن

ذلك الألم الذي يعتصمني. إن الألم وليس حياتي هو ما أردت من كل قلبي أن أضع حداً له، ولكنهما كانا متشابهين معاً في جسدي.

لأنني كنت أعيش في الصين واليابان، فلم أستطع الحصول على أسلحة. مضت ليال فارغة لا نهاية لها تمنيت فيها لو أنني أملك واحداً. لو أن هناك مسدساً في الشقة لأخذته، وهدقت إليه، وفكرت في كم سيكون سهلاً وفعالاً في تخليصي من الألم. قد يتساءل المرء عما سيحدث في تلك الحالة.

بماذا يفكر المرء متأملاً وهو واقف على حافة جرف؟ لقد فكرت في أنني لن أحصل مجدداً أبداً على ما فقدته، ولن أنال ذلك الحب الصريح غير المشروط الذي منحني إياه. لقد حالني الحظ مرة واحدة فقط، ولكنها تفوق ما يملكه الكثير من الناس الذين أعرفهم. ماذا لو امتد شعوري في هذه اللحظة إلى المستقبل واستمر من ليلة مظلمة قلقة لا أمل له في أخرى؟ كم من الأيام والليالي سأستطيع التحمل؟ إن لم أقتل نفسي فعلاً، فسأجن بالتأكيد، وهذا أفضل... أم أنه أسوأ؟

تحملت نفسي مجنوناً وأتهم في أحد الأيام افتقدوني في العمل. فانتحم أحدهم شقتي، ووجدني جائماً في إحدى الزوايا وأنا أمسك نفسي بإحكام ثم أصرخ لا تلمسوني ولا تساعدوني. ارحلوا الآن! هل هذا مستقبل يستحق الحياة؟ أن تتلاشى شخصيتي في غياهب الجنون؟ لا أعتقد ذلك.

تبادر إلى ذهني سؤال إن كان بوسعي أن أفعل أي شيء آخر ليساعد جان. طيلة سنوات، قرأت كتباً ومقالات عن البداية المبكرة لمرض الألزهايمر. وقدم إلي العديد من الناس أفكاراً كثيرة عن كيفية بدايته ووقته، ولكن أحداً لا يعرف ذلك بشكل مؤكد. إن مرض الألزهايمر ليس متوارثاً في عائلة جان على حد علمي. ترى هل تسببت

بإصابتها به؟ هل نقلتها إلى مكان ذي بيئة سامة مثل موسكو؟ وإن لم أفعل ذلك، ترى هل فاتني ملاحظة الأعراض لعدة سنوات عندما لم يكن ينبغي عليّ ذلك... ماذا فعلت؟

إن الانتحار تصرف يدل على الأنانية. فقد شعرت أن الخراب الذي سأخلفه ورائي يلقي ظلاً قائماً على إغراء الموت. إن موتي سيبيكي ابنتي ويؤذيها. وستساءلان لسنوات عن سبب اقتراضي لهذه الفعلة. إن إيسداءهما شيء لا يطاوعني قلبي على فعله قط. من الغريب كيف يستطيع خيط رفيع أن يشد المرء للخلف حقاً. وبدأ صوت في أعماق ذهني يقول لي إن هذا سيؤذي من سأخلفهم ورائي والذين أهتم بهم أيضاً، وهم أبرياء. وهذه المرة، سأصبح أنا من يؤذي الأبرياء.

لم تملكني لحظة من الحكمة المفاجئة. فلم أقفز فجأة وأصبح أنني أحب الحياة. فلو أنني مررت بلحظة كهذه لما وثقت بها، ولكن عودتي إلى الحياة بدت شبيهة بزحف بطيء متدرج. تخطيت اليوم، وقمت بعملتي وعدت إلى البيت. وبدأت أفكر كيف أقدم على هكذا خطوة غداً. كنت في معظم الأيام أستلقي على سريري، وأضع وسادة على عيني لأحجب عني الضوء والضجّة، وأعثر على بعض الراحة والهدوء في الظلام والسكون.

ليست هناك طريقة أعرف بها إن كان الآخرون يلاحظون هذا عليّ. فرغبت في الاعتقاد أنهم لا يعرفون شيئاً لأن هذا يبدو فجاً وإنسانياً. إذ إنني شعرت بنفسني أسقط في القعر، وأتخبط محاولاً العثور على طريق العودة، ولكن هل هو فعلاً طريق العودة؟ كلا، فهناك ألغام مخفية تحت الأرض محتبئة بانتظاري في الأيام التالية من دون أن أعرف مكانها أو أستطيع أن أتوقعها. إن المرض يتهجم بالمآسي التي تدمر حياة الإنسان من دون أن يحذر بوقوعها. وبينما أخذ يمتد عميقاً

داخل دماغ جان ويمحو أجزاء منه، أغرز مخالفه في قلبي، وبدأ
بتمزيقه.

بالرغم من كل هذا، فمن المستحيل أن يزداد الوضع سوءاً. ولا
بد أن المرض سييدي لنا شيئاً من الرحمة، أليس كذلك؟

الدخول إلى عالم النسيان بدون مخرج: المرحلة السابعة

هذه هي المرحلة النهائية التي يفقد فيها الأفراد قدرتهم على التجاوب مع محيطهم وقدرتهم على التحدث وفي نهاية المطاف قدرتهم على التحكم بحركاتهم... وغالباً ما يفقد الأفراد القدرة على تمييز الكلام بالرغم من أنهم قد يلفظون بعض الكلمات أو العبارات بين الحين والآخر... ويصبح الأفراد بحاجة إلى المساعدة عند تناولهم الطعام وارتداء ملابسهم. ويصابون بسلس عام بالبول... كما أنهم يفقدون القدرة على المشي من دون مساعدة ثم القدرة على الجلوس من دون دعم والقدرة على الابتسام ورفع رؤوسهم، وتصبح الحركات الانعكاسية لديهم غريبة، وتتصلب العضلات كما أنهم يعانون من عُسر في الابتلاع. (مراحل الألزهايمر السبع من موقع www.alz.org جمعية الألزهايمر).

بينما راحت الأحداث تتسارع أكثر من قدرتي على التحكم بها، توقفت وفكرت ملياً في ما يجب أن أفعله في السنوات التالية. وخطرت المرحلة النهائية ببالي. إذ لا يزال من الصعب عليّ حتى في تلك المرحلة أن أستخدم كلمة... الموت.

تركني هذا أشعر بالحاجة إلى التحضير لتلك المعركة الأخيرة، وأن أخطو خطوة واحدة متقدماً بها على المرض. ولأول مرة، بدأت أضع خططاً مسبقة أو أحاول على الأقل أن تكون لديّ أفكار مسبقة. بدأت أتساءل إن كانت أفضل خطة هي أن أترك عملي، وأنتقل عائداً إلى الولايات المتحدة، وأخرج جان من المصححة لكي نعيش معاً مجدداً. بهذه الطريقة أصبح مانح الرعاية المتفرغ لها. ومن أفضل مني لهذه المهمة؟

إن ترك عملي يعفيني من التوتر والضغط المصاحبين للعمل، ويجرري لأصبح مانح رعاية متفرغاً بالرغم من أنه يقضي أيضاً على

راتبي. فلا أحد يحظى براتب مقابل عمله كمانح رعاية لشخص يحبه. وإن حاولت أن أطلب إحدى شركات التأمين بذلك، فلن أحصل على جواب سوى الضحك والسخرية.

لقد توجب عليّ أن أتدير أمر الجانب المالي إن قررت التخلي عن عملي الحالي. فالفواتير بدءاً من الرهون العقارية إلى بطاقات الائتمان إلى تدفئة المنزل لن تبخر في الهواء لمجرد أن المرض أصاب جان. فكرت في أنني قد أستطيع تدبير أمري إن بعث ممتلكاتي. ترى ما هي الأشياء التي أحتاج إليها لأسعدها وأمنحها حياة جيدة؟ مكاناً مريحاً لنعيش فيه مع بعض الشراب وغروب الشمس، وهذا كافٍ. وهكذا، أبقى إلى جانبها لأرعاها في خلال النهار والليل.

بينما أخذت أناقش نفسي حيا ل إنهاء مهنتي، أصبح ذلك بحد ذاته نوعاً جديداً من الإنكار، وهو التفاوض عما يخفيه لنا المستقبل.

فقد أخذت أعد خطة لا علاقة لها بالواقع لأن المرحلة الأخيرة هي الحقيقة التي رفضت أن أواجهها، ولهذا فقد فكرت في غمرة هذا الإنكار أنني إذا قلبت ما تبقى من حياتي، وكرست نفسي لجان فرما لن تأتي المرحلة النهائية أبداً.

إن كرس ت كامل وقتي للحرب ضد المرض، وركزت كل جزء من نفسي وطاقتي، وأخذت جان لنزهات طويلة لأبقي دماغها متحفزاً، وأدخلت السرور على قلبها، ربما لاستطعت أن أحدث فرقا، واستطعنا أن نمنع المرض معاً ولن يتوجب عليّ قط أن أواجه تلك المرحلة الأخيرة.

رفعت سماعة الهاتف، واتصلت بصديقي ريتشارد لاينر، وهو أيضاً وكيل أعمال من أيامي الأولى في أخبار سي بي أس والذي بذل عناية كبيرة في إرشادي للتقدم في مهنتي. فقلت له إنني أفكر في الاستقالة، وسردت له أسبابها التي ظننت أنها تساعد جان.

لكنه استطاع أن يلاحظ بوضوح ما عجزت عن رؤيته على الإطلاق، فأصغيت إليه من باب التغيير، لأنني بدأت أتحمس من هذه الناحية. كان الوقت متأخراً في الليل بالنسبة إليّ من طوكيو أما بالنسبة إلى نسيويورك فكان مبكراً، كما هو الحال عادة بسبب فارق 14 ساعة بين التوقيتين. فقمتم بمجرد التفكير بصوت عالٍ عن الاستقالة وحسب. قال ريتشارد: "كلا".

كلا؟ لماذا لا أستقيل؟ لماذا لا أكرس نفسي لرعاية جان؟ لطالما اعتنت بي وأحبتني. والآن جان دوري لأرد لها الجميل. لم لا؟ عبّر عن رأيه بلطف، لأنه لطالما كان رجلاً معتدلاً، ولكنه تحدث بوضوح كبير. فقال: "لا زال أمامك وقت لرحيل جان. ويجب عليك أن تحتفظ بهذا العمل لأنك ستحتاج إلى مصدر دخل تعتمد عليه بعد ذلك".

بهذه الكلمات، نقلني ريتشارد من بؤس الحاضر إلى الخسارة الكلية الوشيكة، وجعلني أصحو لحقيقة بقائي على قيد الحياة على الأرجح بعد أن تتخطى جان المرحلة السابعة التي يجب أن أتوخى الصدق وأسميها: موت جان الناجم عن مرض الألزهايمر. لقد استطاع بمنتهى الحذر أن يعبر بالكلمات عما رفضت حتى أن أعبر عنه بالأفكار.

"ستحتاج إلى مصدر... لما بعد ذلك".

اعتذرت لريتشارد لأنني بدأت أشعر بالدموع تتجمع في عيني، فسمح لي بكياسة أن أقفل الخطأ، أهيت المكالمات وانتحيت بعد أن أدركت أن جان مريضة وستركني وأنا نخسر المعركة لصالح المرض. كانت مشاعري تلك الليلة مدفوعة بالهلع والحزن لمعرفة أنني للمرة الأولى في حياتي أصبحت بحاجة إلى التفكير بما سيحدث لي بعد جان.

لم أستطع أن أتخيل كيف ستبدو السنوات التي بانتظاري أو أتصور الخطوات القادمة. لم أكن قد أبلت حسناً حتى هذه المرحلة. فلم أدرك بوضوح أننا سنحتاج إلى مانحة رعاية ولم أتوقع أن كل جهودي ستفشل في نهاية المطاف، وأن الفشل سيجبرني حتى على اتخاذ قرارات أشد قسوة.

إن حاول أحد أن يخبرني تلك الليلة بما سيأتي، وحاول أن يصف مرحلة جان الأخيرة، للكلمة على وجهه، وشدت قبضتي محاولاً أن أؤذيه أو أبعده عني بينما تتسابق الدموع على وجنتي. لقد رفضت عندئذ أن أسمع ما يجري أو أراه، فكل ما استطعت أن أدركه هو رحيل جان الوشيك، وعيشي في المستقبل وحيداً في مكان يدعى ما بعد جان. إنني لا أتمتع بأي صفة مميزة أو أتحدى بالشجاعة الغامرة لأتخطى المصاعب وأستمر بالحياة بالرغم من كل شيء. إن بعض الناس هكذا، ولكن ليس أنا. لقد قابلت بعضهم، وأخبروني قصصهم وأعجبت بهم، ولكنهم ليسوا أنا، خلا عن جمرة غضب وحيدة في روحي رفضت أن تنطفئ. فإن استسلمت وأخفقت، سمحت للمرض بالفوز والتغلب علينا.

لم أدرك أن حياتي أصبحت موضوعة على المحك هكذا. فلو جلست مراهناً على ذلك الكرسي وأنا أبكي بعد المكالمات الهاتفية التي أجريتها تلك الليلة وتساءلت إن كنت أستطيع الصمود، لقلت... الفرصة متساوية. وربما أقل.

ليست أقوى الأنواع ولا أذكاهما هي التي تبقى بل تلك الأكثر تكيفاً
مع التغيير".

- شارلز داروين

إلى أين أذهب

لست شخصاً انعزالياً بالرغم من ملايين الساعات التي أظن أنني
أمضيتها وأنا على متن الطائرة ذاهباً أو عائداً من المهمات الصحفية
وآلاف الليالي التي أمضيتها وحدي في غرف الفندق، ولكنني لم أشعر
أنني وحيد في تلك الأيام التي اعتادت فيها جان أن تتصل بي
وتتحدث إلي عن ما يجري أو كيفية سير المهمة الصحفية أو متى
سأستقل الطائرة وأتوجه إلى الديار عائداً إليها. لقد دخلت جان إلى
حياتي. فامححت كلمة الوحدة من قاموس مفرداتي ومن ذهني إلى
الأبد.

الآن أصبح للأبد تاريخ نهاية. وحن الوقت لأن أدرك أنني
أستطيع، كما يقول المثل، أن ألعن الظلام وأقرر أنني سأعيش هناك.
أو أنني أستطيع أن أضيء شمعة.

لم أدرك هذا الخيار بوضوح آنذاك. فغريزي الأولى دفعتني لأن
أبقى في الظلام. مع أن الحزن استولى عليّ، فقد شعرت بالأمان أيضاً.
كانت جان كل ما أحتاج إليه وهي معي. فظننت أنني أستطيع أن
أعيش على تلك الذكريات. إذ ربما تكون هذه هي الأبدية الجديدة، إنها
الذكريات التي لن تتلاشى حتى لو تلاشت جان نفسها.

مع ذلك، فقد ظل الإنكار يدفعني لعدم رؤية التغييرات التي بدأت تطرأ على جان وابتعادها عني شيئاً فشيئاً. لم أعترف، ولم أستطع أن أعترف، أنها يوماً ما سترحل عني وإلى الأبد. إن هذه هي الأبدية التي عجزت عن مواجهتها.

وجدت حولي أناساً يستطيعون أن يروا بوضوح أكثر وبتعاطف لا يزال يروعني حتى الآن. فقد تحدثوا إليّ بما كنت أرفض أن أسمع. كانوا يعرفون الحب الذي جمع بيني وبين جان في الماضي، ويدركون خسارته، ويستطيعون أن يروني أأكل من الأعماق وحزني القاسي الذي ربما سيصبح كل ما أحظى به. فرفضوا الاستسلام لذلك بالنيابة عني.

لكن توجب عليهم في البداية أن يقنعوني، ولهذا فقد خاطروا بأن يفتحوا أمامي طريقاً إلى المستقبل. وأخرجوا عود ثقاب، وأشعلوا شمعة، وأغروني بالخروج من الظلام قبل أن يستهلكني ويستنزفني. بحلول هذا الوقت، فكرت كثيراً في الانتحار. وفي بعض الأوقات، راودتني تلك الأفكار لأنها بدت لي حلاً بسيطاً جداً، ولكنها أصبحت في كل مرة تأتي أقل قوة وإغراء. حتى هذا اليوم، لا تزال تلك الأفكار تهمس لي من الظلام في بعض الأحيان، ولكن البقاء يعني التقدم إلى الأمام. لقد قاسيت الاكتئاب معظم حياتي وأنا راشد. فوجدت أن أحد أشكال الراحة هو مجرد الحركة والذهاب في نزهة على القدمين أو التمرين أو القيام بأي نشاط جسدي يحرك الجسد ويجعل الذهن ينصرف إلى مكان آخر.

أتذكر أول مرة قدّم لي فيها أحد الأصدقاء هذا النوع من النصائح، أي أن أبحث عن طريق جديد إلى الأمام، بينما نتناول الغداء في مطعم ماهااتن في خريف العام 2007. لقد التقيت مارك آينجلسن

للمرة الأولى في خلال إقامتنا في لندن. كان وزوجته وبناته يعرفن جان. فذهبنا إلى بيتهم في عدة مناسبات احتفالية مثل مناسبة الشكر. كان مارك محامياً ناجحاً ثم أصبح مدير شركة ناجحاً جداً. مع ذلك، فقد ظل رجلاً ذا أسلوب لطيف وصوت هادئ. إنني أعتبره من بين الناس النادرين الذين يعشقون الحياة، ويستطيعون أن يجعلوا حياة الآخرين رائعة ومهمة بشكل مساو.

فاجأني عندما قالي لي الكلمات: "يجب أن تعرف علي امرأة".

فاعترضت بيني وبين نفسي لأنني متزوج من جان، ولأنها لا تزال المرأة الوحيدة في حياتي. في تلك المرحلة، كنا لا نزال نعيش معاً في آسيا بالرغم من انتقال مائحة الرعاية للإقامة معنا.

"لتكن علاقة سطحية".

لكن الأفكار الفورية التي خطرت لي هي: إن مجرد وصفها بالعلاقة السطحية تحذير كافٍ بأنني لست مستعداً على كل حال من الأحوال للمشاعر العميقة والالتزام أو حتى الحب. فالوقت لا يزال مبكراً جداً. ولا أزال معرضاً للأذى إلى حدٍ خطير، ولكنه أيقن أنني بحاجة إلى نوع من الراحة الآن، وهذا طبيعي لأنني بشر. لم أشعر به بمنحني النصيحة فعلاً بل يقدم لي الإذن، ولكنني لم أستطع أن أدرك الحقيقة التي بدت له واضحة جداً، وهي أن عيشي وحيداً بدأ يستبد بحياتي ويحددها وأني أصبحت أعيش في بؤس أفقر فيه للمسمة حنان ومحبة.

أستطيع أن أتذكر كلماته، ولكنني أعجز عن تذكر كلمة من الكلمات التي أجبته بها. إن مشاعري هي فقط ما أتذكره. هل أستطيع أن أفعل هذا؟ لم أحاول أن أفكر في القيم الأخلاقية العليا بل فكّرت وحسب في الماضي قديماً. هل أستطيع أن أفعل هذا؟ هل هو صواب؟

ولو أن الوضع بالعكس، هل كنت لأود ذلك لجان؟ هناك أمور أخرى في علاقة الرجل بالمرأة تتجاوز حدّ الحميمة والبهجة. فهناك الحيوية والطاقة. لقد نظر صديقي إلى داخلي، ورأى أن تلك الأشياء بدأت بالانحدار.

بعد الغداء، صافحته وقلت الأشياء التي يقولها الرجال عادة، وخرجت إلى اليوم الخريفي اللطيف في نيويورك حاملاً تلك الأفكار في رأسي. وأيقنت أنني لا أستطيع أن أفعل ما اقترحه عليّ. مع ذلك، فقد كرر آخرون ما قاله مارك. وفاجأني صديقان قديمان من شمالي كاليفورنيا بنصيحة مماثلة. فهما متزوجان ومحظيان بحياة سعيدة منذ وقت طويل. وفوق ذلك، فقد أسسا معاً شركة تجارية ناجحة.

إنهما لا يزالان غارقين في حب بعضهما. ويمكن للمرء أن يشعر بذلك وهما معاً. إنه الحب الذي يتبادلّه شخصان عاشا معاً وبنيا حياتهما معاً. مع ذلك، فقد قالوا لي في خلال خمس دقائق إن الوقت قد حان لأعثر على امرأة جديدة. حدث هذا بعد بضعة أشهر على وضع جان في المصحة. فشعرت أن سماع ذلك القول من شخصين يجسدان فكرة الزواج والإخلاص أمر يسبب لي الصدمة. إذ لطالما ظننت أنهما سيقفان في الجانب الآخر، أي في جانب أولئك الذين ظنوا أنني تخليت عن جان وأني لا أحبها كفاية لأنني لم أبق إلى جانبها، ولكنهما أثبتا أنهما أكثر حكمة مني.

إن باقى امرأة ترعى وتهتم بمن تحبهم. فتحدثت إليّ بلطف، ولكن بنبرة واضحة. فقالت: "يجب أن تعثر على امرأة". أما زوجها بيتر فرجل طويل القامة وجاف ومباشر اعتاد أن يهيمن لحديثه على أي غرفة يدخل إليها. فدخل بعد ثوان من نهاية جملة وقال ببساطة: "ينبغي أن تعثر على امرأة ما".

من الواضح أنهما تحدثا بالأمر من قبل. فقد استخدمتا الكلمتين

نفسهما. فشعرت بالتأثر إن لم أقل إنني فقدت توازني بعض الشيء.

قالا ذلك بنية نابغة عن عشرين سنة من الصداقة والعاطفة تجاه

جان بقدر ما هي تجاهي. عدة مرات، جلست وجان إلى طاولة

عشائهما، غالباً بوجود آخرين، وضحكنا واحتسينا الشراب. ولطالما
تأسفنا على انقضاء الأمسية بسرعة.

خامسني شك في أن يثق الآخرون بما وثق به بيتر وباتي، وجعلني

هذا أشعر بعدم الارتياح لعدة أسباب، الأول: هو شعوري بالخيانة لمجرد

الستفكير بالعثور على امرأة أخرى. فجان لم ترتكب أي خطأ عندما

أصببت بالمرض كما أنها لا تزال تتذكر أن لها زوجاً يدعى باري بالرغم

من أنه أصبح من الصعب عليها أن تميزني شخصياً عندما أجلس معها

أو تتذكر من أنا عندما أغادر الغرفة ولو حتى لدقائق معدودة.

ثانياً، هل سأتركها؟ أم أن هذا اعتراف مني بأنها تتركني بالرغم

من كل ما فعلته وجربته؟ إذ يمكن للمرض أن يسيطر على كل إحساس

بالواقع. ولكن الحقيقة الباقية هي رفضي أن أواجه رحيلها.

أخيراً، من تستطيع أن تحل محلها؟

أعرف أنني لن أجد لها بديلة أبداً. فربما أعتز على امرأة أخرى

مختلفة، ولكنني سأبقى متألماً لما حظيت به في الماضي ومن ثم فقدته.

كنت واثقاً من أن هناك الكثيرات ممن قد يرغبن بأن يحلن محل جان

في حياتي. فهناك الكثير من النساء من جيلي يبحثن عن الصداقة

والرفقة أكثر من الرجال، ولكن توجب عليّ أن أتساءل: لماذا قد تود

إحداهن أن تحاول الارتباط بي؟ لماذا ترتبط برجل لديه زوجة حتى

لو اعتبرت راحلة من عدة نواح؟ إن هذا وضع معقد ومجهول التفسير

وسيبقى معقداً. طالما جان على قيد الحياة وسيظل يتوجب عليّ أن

أرعاها. وإن قررت أن أقيم أي علاقة جديدة، فيجب أن تشتمل علينا نحن الثلاثة، أنا وجان والمرأة الجديدة. ومن الصعب أن أطلب هذا من إحداهنّ.

لم أخسر الوزن الذي اكتسبته من سنوات التوتر، ومنح الرعاية، ورؤية جان وهي تضعف. ولم أعد آبه كثيراً لأناقتي. فقد شعرت أنني مستنزف عاطفياً. وعبرت ابنتي الكبرى إيميلي عن الأمر بصراحة تامة قائلة: "إنك لست جذاباً كثيراً، يا أبي". قد لا يعتبر هذا كلاماً يوحي الثقة بالنفس. مع ذلك، فهناك جانب من الحقيقة فيه.

لقد قيل لي كلام آخر أكثر قسوة من قبل زميلي في رعاية الألزهايمر دك لندغرين. كنا قد انتهينا للتو من تناول الفطور في فندق محلي في خلال فترة زيارتي لجان في بيلفيو. وبينما كنت أوصله إلى سيارته، توقفنا لتحدث قليلاً في موقف السيارات. فطرحت عليه السؤال: "هل ستسعى قط لإقامة علاقة أخرى؟".

فأنت إجابته سريعة وحازمة: "كلا".

"لماذا؟".

فاستطعت أن أرى معاناة الألم في ملامحه وهو يبحث عن الإجابة الصحيحة: "لأنني لا أريد أن أمر بهذه التجربة مجدداً".

إنه يقصد بهذه تجربة الألزهايمر. فقد سبق وضحى بسنوات وهو يحارب المرض الذي حرمه زوجته. ولم تعد لديه طاقة في داخله في حال توجب عليه أن يرعى امرأة أخرى ويهتم بها إن أصابها المرض نفسه. ما هي الفرصة لحدوث ذلك. لا يهم، فليس هذا بيت القصيد، ولكن إمكانية حدوثه متوقعة.

مع ذلك، لم ينجح ما قاله ذلك اليوم. فقد قابل ديك امرأة أخرى. وبمرور الوقت، اكتشفا أن لديهما أموراً مشتركة كثيراً،

وأدركا أن الحسب يمكن أن يأتي مجدداً. لقد استطاع عن طريق تحليه بالشجاعة، أن يبدأ من جديد.

فنحن الذين عانينا مرض أحد أحبائنا بالألزهايمر، نعتبر رواداً في منح الرعاية للمجتمع لأن هناك المزيد والمزيد من الناس الذين سيفقدون محبواً بالفكر والروح بينما لا يزال الجسد حياً، وهذا لأن حالات الألزهايمر في ازدياد، ولا سيما حالات المرض المبكر الذي يبدأ في الخمسين أو الستين أو حتى السبعين، أي ما يسمى بالخمسين الجديدة. هناك توقع من جمعية الألزهايمر يقول: في يومنا هذا يصاب شخص ما بالألزهايمر كل سبعين ثانية. وبحلول منتصف القرن، سيصاب شخص ما بالألزهايمر كل ثلاثة وثلاثين ثانية. وهكذا، فنحن السناجين لا نعرف ما مصيرنا أو كيف نتصرف أو ما هي القواعد التي يجب أن نتبعها.

كان أولئك الذين قدموا لي المشورة في خلال وحدتي هم الأشخاص الذين لاحظوا عجزى. فإن سألت أحدهم، قلت له ببساطة إنني بخير ومتكيف مع الوضع. وفعلت كل ما يمليه عليّ حسي لجان وواجبي كزوج لها. أليست تلك هي الحالة دائماً؟

لم أدرك أن ابنتي أيضاً بدأتاً تلاحظان الأمر بشكل مختلف. وصفتني ابنتي إيميلي لشخص آخر قائلة: "لقد بدا حزينا لوقت طويل وربما أطول مما يدرك". لقد فهمت معنى الجزء المتعلق بالحزن. حسناً، فأننا لم أكن أجيد إخفاء ذلك، ولكن ما لم أفهمه هو "أطول مما يدرك".

الجدول الزمني

19 شباط 2009 قبل أسبوع من زيارتي إلى جان

رسالة بالبريد الإلكتروني من كارون والدة جان

ستصاب جان بالارتباك من مظهرك (إنك هنا فعلاً، من أنت؟ تبدو مألوفاً) ولكن مشاعر مختلطة ستختلج في صدرها. آمل ألا تصاب بخيبة أمل كبيرة، يا باري... استعد لرؤية جان الجميلة التي لا تزال سعيدة وطيبة ولكنها قلقة وغير مستقرة. اجلس بجانبها وأمسك بيديها. وستجدان الكثير للتحدث عنه. سيسر أصدقائها في مصحة الرعاية كثيراً من أجلها لأنك أتيت لزيارتها أخيراً.

هل تعلم أنهم انتخبوها ملكة يوم الفالنتين؟ هناك صور في المصحة عن هذه المناسبة.

رحلة موفقة.

- المخلصة كارون.

18

"إن الطريقة الأفضل للشعور بالحب تجاه شيء ما هي أن تدرك أنك قد فقدته".

- الكاتب البريطاني جي كي تشيسترتن

الوداع الأخير؟

بينما نحن في غرفة المعيشة في جناحها الصغير في مصحة الرعاية ومن حولها تلك الأشياء التي تمنيت أن تساعد ذاكرتها، نظرت إلى الصور المعلقة على الجدران المطلية بلونها الزهري المفضل، كصور باريس التي سافرنا إليها في بداية زواجنا ونحن شبه مقلسين. حدث ذلك منذ وقت طويل عندما استبدلنا أميالنا المجانية برحلة إلى باريس؟ كلفنا الفندق ثلاثين دولاراً في الليلة بما في ذلك الفطور، ولكننا أصبحنا خبيرين بالمطاعم التي تقدم طعاماً رائعاً بأسعار رخيصة جداً. رأيت بقرب تلك الصورة لوحة لهاواي القديمة كلفتُ فناناً في الصين ليرسمها لها. ترى أما زالت تتذكر هاواي؟

كانت الأريكة والكرسي في شقتها محشوتين ومريحتين ومكسوتين ببعض قطع القماش المفضلة لديها التي اشتريناها من طوكيو لنفرشها على الأثاث. وكان لونا الذهبي الفاقع والقرمزي الداكن لونها المفضلين. بعد أن أنهينا العشاء، جلست على أحد الكراسي. وفي الخارج، بدأت شمس شهر شباط تميل للمغرب مضية على الغرفة جواً دافئاً وحميماً. توجهت جان نخوي، وانحنت إلى الأمام مركزة على عيني. وقالت: "لا تنسني".

لا أزال حتى الآن لا أدرك إن كانت ترجوني أن أبقياها قريبة مني أم تسمح لي بالرحيل وتطلب مني أن أسترجع ذكرياتنا معاً أينما ذهبت. لم أعد أستطيع حتى أن أسألها عن معنى كلامها لأن المرض لا يتلقى أسئلة ولأنها لا تستطيع أن تمنح أجوبة بعد الآن.

قالتها مرة واحدة وهي تنظر إليّ. ولم يظهر تعبير وجهها غضباً أو حزنًا أو حتى جأً أو حناناً، بل مجرد ملامح غريبة خالية من التعبير وكأن كل تركيزها كان منصّباً على لفظ هاتين الكلمتين بوضوح لفظاً صحيحاً. بعد ذلك، فعلت شيئاً لم تعد تفعله إلا نادراً. فقد جلست على حضني، ووضعت ذراعي حولها. فاسترخت عليّ ورأسها على كتفي. ومر بعض الوقت من دون أن نتبادل أي كلمات.

حينذاك كدت أن أبكي، ولكنني لم أستطع لأن بكائي قد يزعجها. ولم أدرك ما يجري... ترى ما الذي تعنيه؟ وكيف استطاعت أن تعبّر عن نفسها بهذه اللحظة المفاجئة بهذه الشفافية؟ لقد كان من المهم جداً بالنسبة إليها أن تخبرني بما تفكر فيه. ولو استطعت أن أمنحها كل شيء لمنحتها.

لو أنني عرفت فقط.

ثم ازداد الوضع صعوبة. فقد طلبت إليّ أن أستلقي في السرير. في البداية، ظننت أنها تريد مني أن أستريح لأنها قلقة بشأني بسبب يومي الشاق الذي بدأت في طوكيو عندما ركبت الطائرة ولا يزال مستمراً، ولهذا ذهبت إلى السرير وأنا مرتد ملابسني واستلقيت بشكل أفقي على السرير. فأتت ووقفت على الجانب الآخر من السرير وبدأت تخلع ثيابها. فظننت أنها تستعد للنوم. ولكن الوقت مبكراً جداً، ومن ثم أخذت تتصرف وفقاً لمزاجها الخاص. فانتظرت بهدوء كالعادة وأنا أتساءل بيني وبين نفسي وأشعر أنني غير واثق من أي شيء.

ملست الأغطية على السرير، واستلقت إلى جانبي الأيمن والتصقت بي. والآن فهمت ما الذي كانت تحتاج إليه. فقد أرادت مني أن أحتضنها وأربت عليها وأمنحها الراحة التي لطالما عشناها معاً لأوقات عديدة في حبنا ورغبتنا بالقرب من بعضنا.

ولكنني لم أستطع أن أفعل هذا. فقد خشيت على نفسي. كانت تلك أكثر لحظة أنانية في حياتي، ولكنها فاجأتني. فلو منحتها هذا الآن، لما استطعت أن أواصل الماضي في حياتي، ولكن هذه هي اللحظة التي يجب أن أقرر فيها. أهذا هو ما يجب عليّ أن أفعله لأواصل حياتي؟ أن أستلقي هناك بلا حراك وهي تتقرب إليّ من دون أن أتقرب إليها بدوري؟ لم أر أي إشارة تحذري من اقتراب هذه اللحظة. ولم أحظ بفرصة مناقشتها مع الآخرين. فتوجب عليّ أن أتخذ قراراً حاسماً وفورياً.

أرادت أن تخبرني بالسبب، ولكن كلماتها أتت مرتبكة ومشوشة. فظننت أنني عرفت ما تعنيه، وهو أنها متشوقة إليّ كما كانت منذ بداية زواجنا. قالت كلاماً آخر غير مفهوم، ولكن هذا هو ما أتذكره: "هذه أنا. وهذا هو كل ما أملكه. إنني أعرضه عليك كله".

لكنني لم أستطع أن أخذه. فربما أرادت أن تنال الطمأنينة بقربي منها. وربما لا يزال جزء من ذهنها يتذكر حبنا وعاطفتنا، ولكنني لم أستطع أن أفعل ذلك. وللمرة الأولى منذ لقائنا الأول عندما بدأت حياتنا معاً، لم أستطع أن أفعل ذلك ولن أستطيع فعله إلى الأبد.

في منطلق المرض المنحرف، يبدو لمسها وملاطفتها أشبه بتصرف قاسٍ من جانبي. إنه ببساطة أمر غير مسموح به. لقد أصبحت مخلوقة ضعيفة وعديمة الحماية وبحاجة إلى الرعاية. وباتت أشبه بطفلة وحيدة وخائفة. ولم أعد الآن حبيبها بل الشخص المكلف برعايتها.

منذ لقائنا الأول عرفنا أننا سنبقى معاً إلى الأبد. والآن، ونحن في هذه الغرفة المظلمة، حانت النهاية. وعلى مدى الأيام التالية، ربّما ستمر ملايين الليالي التي سنقضها معاً، أو الأسوأ من ذلك، متفرقين. لم يكن من المكتوب لهذا الحب أن ينتهي على الإطلاق، ولكنه الآن انتهى بهذه البساطة.

بينما أنا لا أزال مستلقياً بجانبها وأنا صامت، نهضت وفتحت خزانها وعثرت على بيجامتها وارتدتها؛ القميص أولاً ثم البنطال. فنهضت إلى الجانب الآخر من السرير وساعدتها على الاستلقاء وغطيتها بالبطانية وقبلتها واستعددت للمغادرة. وبينما هي تتأمل وجهي بعينيها، سألتها قائلاً: "هل تعرفين من أنت؟".

"اسمي جان".

"هل تعرفين من أنا، يا عزيزتي؟".

رمقتني بنظرها اللطيفة المعهودة، ولكنها لم تستطع أن تجيب. فقد غاب اسمي عن ذاكرتها.

مجلة
الابن سارة

الجدول الزمني

أذار عام 2009 بعد زيارتي

رسالة بالبريد الإلكتروني من كارون والدة جان

إنني آسفة حيال ما يجري كله، يا باري، ولكن يجب عليّ أن أتوخى الصدق حيال المكان الذي تنجه إليه جان، وهو المجهول. لا تزال أمامك سنوات كثيرة لتعيشها. إنني آمل أن تعثر على امرأة تشاركها حياتك، فهذا سينفعك كثيراً وليس من المحتمل أن يؤدي جان لأنها لن تعرف أو تدرك ما يجري أبداً.

قد يستغرق انتقالك من جان إلى امرأة أخرى بضع سنوات، ولكن هذا سيحدث بكل الأحوال. إنني آمل أن تنجح في ذلك وآمل أيضاً أن تستمر في رعايتك لها لأننا سنضيع جميعاً من دون هذه الرعاية.

19

"أصبحت من ذلك الحين (وفاة زوجتي) منفصلاً عن عالم البشر. وتحولت إلى إنسان هائم منعزل في قفر الحياة من دون أي بوصلة ترشدني أو وجهة نظر محددة. إنني أشبه بمتأمل كنيب في عالم ليس هناك ما يربطني به".
- الكاتب الإنكليزي سامويل جونسون.

ذنب الحب الذي قد يحدث يوماً ما

لدينا مقاييس كثيرة للوقت: الساعات والأيام والسنوات. فإذا نظر المرء إلى ساعته عرف بالتأكيد الوقت الذي يعيشه بالنسبة إلى بقية العالم. وهكذا، فالوقت أمر محدد.

أما بالنسبة إلى جان، فقد حدد المرض وحده توقيت التغييرات التي تطرأ عليها وتُحتم رحيلها واللحظة التي ستصل فيها إلى وجهتها الأخيرة. وعندما اقترح الناس عليّ أن أفكر بالانفتاح على الحياة وأن أتقبل الارتباط بامرأة أخرى، لم يكن هناك برنامج زمني يحدد الفترة التي أمضيتها من دون جان والوقت الذي أستطيع أن أبدأ فيه مجدداً، في حال اتخذت هذا القرار فعلاً. فذكرني هذا بالقاعدة التي علمني إياها المرض، وهي: عندما لا تجد قاعدة محددة تسيّر وفقها ضع من عندك أفضل قاعدة ممكنة.

لقد منحتني والدة جان في رسالتها غير العادية الإذن لأن أقدم على الخطوة التالية في حياتي، ولكنها أت مع الفكرة الضمنية أنني قد أستغرق سنوات قبل أن أستطيع فعل هذا. فراودتني فكرة

مماثلة وجعلتني أريد أن أصرخ إلى العالم: لقد سبق ومضت سنوات طويلة! ولا أعرف حتى كم عددها.

لقد حدد الكثير من الناس ساعة فراقى الرسمية عن جان وهي في أيار من عام 2008 عندما وضعتها في مصحة الرعاية ثم عدت وحدي إلى آسيا لأهني عقد عملي مع أخبار سي بي أس إلى أن انتهى في حريف عام 2009. لقد بدا الفراق الذي وقع في أيار واضحاً جداً بسبب حدوث فراق جسدي نهائي.

ولكن هذا خطأ.

فقد انتهت الحميمة بيننا قبل سنوات على ذلك الحدث المهم، أي قبل وقت طويل لا أستطيع حتى أن أتذكره. منذ سنوات عديدة فقدت جان كصديقة وزوجة وشريكة في الزواج وتحولت إلى امرأة تحتاج إليّ بشكل رئيس كمجرد مانح رعاية؟

عندما اقترحت ديان أن الوقت قد حان لنقل جان إلى مصحة رعاية، كان رد فعلي الأول هو الراحة. هل ستنتهي أخيراً أيام الرعاية الطويلة الشاقة؟ هل ستنقضي سنوات الإرهاق التي أمضيتها وأنا أقاوم المرض ويتوقف هذا الصراع الذي سيؤول إلى الهزيمة مهما فعلت؟ عندما اقترح عليّ أولئك الأصدقاء المقربون أن أعثر على امرأة أخرى، راودني إحساس غريب بالراحة لأن بإمكانني أن أجد حياة جديدة مع امرأة أخرى. إذ أنسني لوقت طويل، لم أفكر في أن هناك أي حياة تتخطى حدود ما سلبيني إياه المرض.

ثم سمعت طرقاً قوياً وعنيفاً على الباب. ففتحتة ودخل منه الشعور بالذنب. إن الشعور بالذنب شعور ملح لا يفارق الإنسان ويغير قراراته التي يعرف بفطرته أنها صحيحة أو أنها خطأ. إنه يعيق جهودنا في اتخاذ الخطوات الإيجابية. وفي معظم الأيام، يضيف بضع ساعات إلى دوامه اليومي ليمنعنا من اتخاذ تلك الخطوات.

لقد طرح عليّ الشعور بالذنب سؤالاً أساسياً: هل أنا شخص سيئ لأنني أتمنى عودة الحب إلى حياتي؟ إنني أتمنى استعادة وجود صديقة وشريكة ورفيقة درب لأشاركها حياتي اليومية، ولكن مجرد التفكير في ذلك يبدو لي خرقاً لذكرياتي مع جان وانتهاكاً لحياتنا المشتركة لأن ما حدث لها ليس بإرادتها.

بمرور الوقت، أدركت أنني لم أعد أستطيع منع نفسي من تمني حدوث فرصة ثانية للحب. فلم أهرع للعثور على امرأة أخرى. وبدلاً من ذلك، أسرعت للعثور على معالج نفسي ليساعدني في التوقف عن هذا التفكير وهذا التمني. فزرت علماء نفسيين ومختصين بالمعالجة بالتنويم المغناطيسي وطبياً نفسياً. وأجريت اتصالات بآخرين يعانون من المشكلة نفسها ويستطيعون أن يفهموا شعوري بالذنب. فذرفت دموعاً، وعبرت عن الرعب الذي شعرت به من أنني شخص سيئ لأنني فكرت في هذا وتمنيت حدوثه.

مع ذلك، فقد قدّموا لي نصائح متشابهة بشكل ملحوظ، وكلها تنصب في نصيحة واحدة، وهي: دع الشعور بالذنب وراء ظهرك. واقترحوا عليّ أن أتخذ هذا القرار من أجل نفسي وأختار توقيت الخاص وأتقبل أن شعوري بالوحدة قد امتد على مدى سنوات حتى إبان وجود جان إلى جانبي. وشجعتني أكثر من شخص أن أقوي عزيمتي ضد هؤلاء الذين لن يفهموا موقفي بل سيطلقون الأحكام عليّ.

اقترح عليّ بعضهم أن أُجرب طريقة جديدة بالتفكير وألا أعتبر هذا متعلقاً بجان بل بحياتي. إنني لم أتسبب بمرض جان. ولم يكن بوسعي أن أؤجله أو أخفّفه أو أعكسه أو أمنع وقوعه. اتسمت نصائحهم بالحكمة، ولكن ليس هذا ما أردته منهم. فقد أردت منهم أن يساعدوني في وقف هذه الأفكار التي تدور في رأسي. وجدت

نفسى أذهب إلى دور العبادة سعيًا وراء الغفران وتطهير ذنوبي لأنني شعرت بأنني آثم إذا أردت أن أرتبط بامرأةٍ أحبها وتدخل السعادة إلى قلبي.

أريد أن أضحك.

للمرة الأولى منذ تلك الليلة في شقة جان، تلك الليلة التي ظننت فيها أننا سنبقى معاً لبقية حياتنا، توجب عليّ أن أفكر في إخراجها من معادلة حياتي والتوقف عن العيش وحيداً. ترى هل أصغيت إلى شعوري بالذنب أم بالشجاعة؟ أياً يكن ما سأفعله، سيظل هناك أولئك الذين سيتقبلون قراري وأولئك الذين سيوجهون لي الاتهامات. فحصلت على جرعة من هذا اللوم بالطريقة الصعبة من امرأةٍ حدّقت إليّ، وعبرت عن نفسها بكل وقاحة قائلة إنني "أتصيد النساء".

أتفهم هذا الشعور. هناك كثيرون أرادوا لي موتاً عاطفياً بطيئاً ونهائياً وحيداً كموت جان. طالما تمنيت لنفسي المصير ذاته. ومع ذلك، فقد خالطني شعور أن جان لن تتقبل هذا الموقف مني. فإن تسبب حبي لها بلحاقني بها إلى عالم النسيان، أحزنها ذلك حزناً فوق التصور. إنني أستطيع القول بقناعة راسخة إنها تجبني أكثر من ذلك، وكذلك أنا. ولو كان الوضع معكوساً، وأصبت أنا بالمرض، لما أردت لها قط أن تنحرف إلى هذه الهاوية المظلمة وتبقى فيها إلى الأبد.

هكذا، اتخذت لوضعي منحى جديداً. وبدأت أرفض الاستسلام للمرض. لطالما عاشت جان حياة مليئة بالضحك والابتسامات والتفاؤل والحيوية ومجرد الاستمتاع بالحياة، وهذا هو الجانب الذي أردت أن أكرمه فيها. لقد اكتشف الأصدقاء هذه الحقيقة قبل اكتشافها. فساعدوني على رؤيتها وعلى إرشادي إلى الطريق الصحيح.

الجدول الزمني

30 آذار 2009

رسالة بالبريد الإلكتروني من الصديقة آيمي بيكرز

عزيزي باري، لقد تساءلت مطولاً عنك وعن مسألة العلاقات.
إنك بحاجة إلى وجود الحب في حياتك. وأعتقد أنه ينبغي عليك أن
تصغي إلى ما يمليه عليك قلبك. لطالما ستبقى جان مميزة بالنسبة إليك.
ولن تحمل أية امرأة أخرى محلها قط، ولكن إن هي أحست بك،
وأدركت وضعك فعلاً، لأرادت لك أن تشعر بالحب والعاطفة. أقدم
لك أحر التمنيات في أن تمضي قدماً في حياتك...
... لأنه ببساطة ليس هناك مكان آخر تذهب إليه.

مع حيي
المخلصة آيمي.

20

قد يستطيع المرء العيش من دون التأمل، ولكنه لا يقوى على العيش من دون العواطف الإنسانية".
- الزعيم الروحي للتبتيب الدالاي لاما.

المواعدة على طريقة القرن الحادي والعشرين... حقاً؟

أمضيت إجازة في منزلنا في شمالي كاليفورنيا، وانفردت بنفسي لبعض الوقت بعد إحدى زيارتي الدورية إلى جان في سياتل. بدأت أجد هذه عادة حسنة. فقد تسنى لي أن أقابل أصدقائي القدامى لتناول العشاء ليلاً، وأجلس بالنهار لأتأمل البحر وأفكر.

أو لا أفكر، وهذا أفضل على ما أعتقد. فكنت أدع الساعات تمر وتنقضي بلا تفكير. وبعد بضعة أيام، قدت سيارتي في يوم الأحد على طول الساحل إلى سان فرانسيسكو، حيث أمضيت الليلة لدى صديقي كيت وروس يارو قبل أن أستقل الطائرة عصر يوم الاثنين إلى طوكيو. ويا لهما من صديقين حكيمين!

تناولنا العشاء ثم استأذن روس ليخلد للنوم لأن عليه النهوض باكراً في صباح اليوم التالي بسبب المسافة الطويلة التي يجب أن يقطعها إلى العمل. فجلست وكيت لنحتسي الشراب معاً. وحدثتها عن تدهور حالة جان، وكيف أنني تلقيت بعد ساعات من تركي لها رسالة بالبريد الإلكتروني من إحدى الصديقات تقول إن جان عادت لحالة الغضب وأصرت على أنها "لم تر باري منذ سنة".

بجول هذا الوقت، أصبحت معتاداً على التغييرات، ولا سيما هذا التغيير الذي بدأ يتطور منذ وقت طويل، ولهذا فقد حدثتُ كيت عنه بطريقة واقعية ومنطقية. أصبحت رجلاً وحيداً، ولكن هذا لم يلقَ استحساناً منها. فأحضرت جهاز الكمبيوتر الخاص بها إلى غرفة الطعام. وقالت: "لماذا لا تنضم إلى موقع مواعدة على الإنترنت؟".

كان أول رد فعل أبدته حيال هذا الكلام هو الضحك بصوت مرتفع والقول: "أنا؟ أنا لست جذاباً قط؟". بالإضافة إلى هذا، فلطالما اعتقدت أيضاً أن مواقع المواعدة على الإنترنت مصممة للمراهقين والأشخاص المهوسين بالكمبيوتر أو لدخول الرجال لمطاردة النساء وإلى ما هنالك من القصص المرعبة. فأنا فكرت بأنني سأقابل يوماً ما امرأة ما من دون أن أركز قط على الكيفية التي سيحدث بها هذا. وفوق هذا وذاك، فقد كنت متزوجاً منذ خمسة وعشرين عاماً ولم تعد لدي فكرة عن الطرق المتبعة للمواعدة في هذه الأيام.

عندما التقيت زوجتي الأولى جان في العام 1984، اعتاد الناس اللقاء في مواعيد، وتناول وجبات العشاء معاً، واكتشاف بعضهم ببطء، أي شخصياً. فطبقت هذه الخطة في كلتا الحالتين، لكن البريد الإلكتروني حل الآن محل تحدث الناس على الشرفات أو تمشيهم في المتنزه أو لقاءهم لتناول القهوة أو العشاء.

دخلت كيت على الموقع الإلكتروني، وسجلت اسمي. وسواء أكان السبب هو الإفراط في الشراب أم الشعور بالوحدة، فقد سمحت لها بفعل ذلك. وراقبتها قلقاً، وبصراحة، مع بعض الفضول. قررنا أن نحدد وضعي العائلي بكلمة منفصل. وكانت الاستمارة تحتوي سؤالاً عن "أفضل سمة في شخصيتي". فقالت كيت إنها شعري الذي ما زلت أحتفظ به لحسن الحظ.

كيف سيكون رأي متصفح الموقع بهذا؟ هل سأجرؤ أن أذكر أنني متزوج من امرأة مصابة بالألزهايمر؟ ولماذا لست شخصاً جذاباً؟ لقد كنت رجلاً كثير السفر. وقابلت أناساً كثيرين في كافة أنحاء العالم. ألا توجد قيمة لذلك؟

أدخلت رقم بطاقة اعتمادني إلى الجزء المتعلق بالفاتورة في الموقع الإلكتروني، وهذا أصبحت عضواً في الجيل الجديد من الناس الذين لا يلتقون في دور العبادة أو الصفوف أو المكاتب. إن المرء يضع اسمه هناك حيث يستطيع أياً كان أن يراه. واختارت كيت كلمة سر خاصة بي وهي: المرحلة 2.

لم أضع صورة شخصية لي لأنني لم أرد للناس من مكثبي أن يسخروا من جهودي المتواضعة. أبقيت المعلومات الشخصية محجوبة لمنع كشف معلومات مثل عنوان البريد الإلكتروني الذي قد يكشف هوية المرء.

اكتشفت أن موقع المواعدة شديد السرية، فهو يرسل رسائل البريد الإلكتروني من خلال نظامه الخاص بشكل دقيق ما لم يقرر شخصان أن يتبادلا المعلومات على مسؤوليتهما. فاستحسنت هذه الصفة الآمنة كثيراً. وسمح لي الموقع أيضاً بالإطلاع على المعلومات مصنفة حسب السن. أردت أن أبقى اختياري مقتصرة على من هن في مثل سني تقريباً. فاكتشفت أن هناك الكثيرات.

وجدت العملية صارمة بشكل غريب وأشبه بالعودة لمرحلة كتابة الرسائل لبعضنا، فهي تبدأ بالتعرف على الطرف الآخر عن طريق إرسال الرسائل، قبل أن نلتقي فعلاً، باستخدام أفضل الكلمات للتعبير عن النفس والتعرف على مهاراته كل طرف. فبدأ موقع المواعدة على الإنترنت بقواعده الصارمة أشبه بالمرافق الذي يتواجد

فقط عندما يحتاج المرء إلى خدماته. ويبقى الأمر عائداً إلى المرء أن يقرر متى يلقي شخصاً ما، سواء أكان لقاؤهما مقتصرًا على الهاتف، أو مواجهة.

عندما عدت إلى طوكيو، كتبت معلوماتي الشخصية، وأعدت قواعد صارمة لنفسي. فإن حدث أي تواصل مبدئي، أي إذا راسلت إحداهن أو راسلتي هي، كان أول شيء سأشرحه لها هو أنني لست منفصلاً بسبب فشل الحب بيني وبين زوجتي، ولكن بسبب مرض الألزهايمر وأن زوجتي جان تعيش في مصحة رعاية.

شكّل هذا بالنسبة إلى بعضهن سبباً كافياً للابتعاد سريعاً، هذا إن حصلتُ على أي رد على الإطلاق. واعتبرت الأخرى الوضع مثيراً للتعاطف وقابلاً للنقاش. وبينما شرحت وضع جان أكثر فأكثر، فقدت بعضهن الاهتمام. فالوضع بدا معقداً جداً أو أنني ربما لم أبدأ من البداية مستعداً لهذه التجربة.

مع ذلك، لم تسنح لي الفرصة لمقابلة بعضهن شخصياً لأنني بعيد جداً وأعيش في ثقافة مختلفة كلياً. فإن أردت أن أقابل إحدى المقيمات في سان فرانسيسكو أو مينابوليس أو طوكيو، فمن الأفضل أن أختار امرأة مهتمة بالمواعدة عن طريق البريد الإلكتروني أو محادثات الهاتف الطويلة.

لقد أيقنت أن الكثير من أصدقائي يريدونني أن أخوض هذه التجربة لأن مقابلة الناس، أيّاً تكن الوسيلة التي تتم بها، قد تؤدي فعلاً إلى مقابلة تلك المرأة المميزة، ولكن استمر صوت مرتفع يعبث بعقلي، فيقول: كيف أستطيع أن أسمع بوجود امرأة أخرى في حياتي إلى جانب جان؟ فهي ستبقى موجودة بجسدها لسنوات قادمة وسأرعاها دائماً لأنني أعشق ذكريات ماضينا معاً. ولكن لماذا أتشبث بما حدث في

الماضي؟ إن الأمر معقد جداً. وهكذا، هاجمتني أسئلة لا أزال عاجزاً عن إيجاد إجابة عليها.

كم من الوقت نتظر قبل أن نتخذ الخطوة التالية؟ ليست هناك قواعد محددة. فقد وضعتها بنفسى وأنا أتقدم، وهذا أكثر خطورة بكثير لأننى كنت أرشد نفسى بنفسى. ترى هل أصبحت من حماقة بمكان لأن أسمح لنفسى بتجربة هذا... أم أن هذه هى طبيعتى وحسب؟

تملكنى شعور لا يصدق من الأنانية. فجلست وحدى فى إحدى الليالى فى غرفة المعيشة فى شقتى بطوكيو، وأطفأت الأضواء، وأغمضت عيني، وتذكرت كيف كانت جان فى الماضى، وكيف خلصتني من وحدتى عندما دخلت حياتى أول الأمر. والآن، سلبنى المرض إياها. وأضفى رحيلها على ماضينا نكهة حلوة ومرة فى آن معاً.

تأكدت من ما سيحدث لى إن بقيت وحدى. فقد أيقنت أننى سأستنزف وأنتهى. فأردت أن أحب وأشعر بالحب لأن هذا هو ما يجعلنى أشعر أننى على قيد الحياة كبشر. ومرّ وقت طويل منذ شعرت أننى بشر. فقد اعتنيت بجان وهى تتضاءل إلى أن أصبح عقلها أشبه بعقل طفلة ولا يزال يتضاءل أكثر فأكثر.

لقد اتخذت قرارى أخيراً. وتوجب عليّ فى هذه اللحظة أن أستريح، وأجلس مستقيماً، وأثبت نفسى بالرغم من غضب أولئك الذين لن يفهموا موقفى، وأستلهم القوة من أولئك الذين سيتفهمونه ويقدرونه. فشعرت أننى غطاس يقف على جرف عالٍ، ويشعر بالرعب لمدى عمق المياه وهو يشجّع نفسه على الإقدام على تلك الخطوة. فقفزت، وغطست من دون أن تكون لديّ فكرة عما سيحدث عندما أصل إلى صفحة الماء.

بدأت بوضع ملف لمعلوماتي الشخصية في الموقع، وذلك في الواقع أكثر رعباً من القفز عن الجرف. فحصلت على إجابات لطيفة ومتفهمة وأخرى تقول إنني لست مستعدة بعد. ووصلتني إجابات يائسة جداً لدرجة أزعجتني.

حصلت على إجابة من امرأة من دنفر. فوجدت كلامها لطيفاً ولكنه ليس موحياً بالتفاؤل كثيراً:

مرحباً، يا بلاري

شكراً لك على رسالتك اللطيفة. إن اليابان هي بالتأكيد أبعد مسافة لعلاقة عن بعد! يبدو لي أنك تعيش حياة ممتعة ولديك الكثير من القصص لتحدثني بها. إنني آسفة جداً لمرض زوجتك. يا له من وضع صعب لك ولعائلتك! وبإلها من خسارة! سأقترح عليك اقتراحاً. إن صدف وأتيت إلى دنفر لقرور ابنتيك، أعلمني ربما يمكننا أن نلتقي ونحتسي شراباً. لست مستعدة لمواجهة تحدي المسافة الطويلة، ولكن بما أنك صحفي، ولا بد أنك تستمتع بالكتابة، فقد نصبح في أسوأ الحالات صديقين بالمراسلة!

صديقان بالمراسلة؟ إنني أكتب طيلة اليوم لكسب عيشي، ولا أريد المزيد من الأصدقاء بالمراسلة. وعلى كل حال، فقد كنت أنوي أن أزور دنفر في أغلب الأحيان، فأجبتها قائلاً:

إنني أعيش حالياً في آسيا ولكنني سأعود إلى أميركا بشكل منظم لأقابل عائلتي وحفيدتي ذات الابتسامة البراقة الرائعة التي تنير مدينة بحالها. ربما أكون مغالياً؟

أتت بعض الردود الأخرى. فأرادت بعضهن التحدث على الهاتف أو مقابلي عندما أحضر إلى الولايات المتحدة. فتقدمت ببطء وحرص شديدين وأنا أتمتع بكل الثقة التي يتمتع بها رجل أعشى يسير في حقل ألغام. تناولت الغداء مع بضع نساء في خلال زيارتي إلى الولايات المتحدة. فاكتشفت أن الصور والأشخاص لا تتطابق دائماً. وأجريت

بعض المحادثات على الهاتف، أيمكن أن ندعوها مواعيد أولى؟ وتبادلنا بعض القصص في محاولة مني لمعرفة بعض المعلومات عن الطرف الآخر من خلال الصوت والأحاديث.

قابلت بعض النساء الأخريات في طوكيو، من بين كل الأماكن الأخرى، بمن فيهن المرأة القاتلة. إنها ليست قاتلة طبعاً، ولكنها خافت أن أكون أنا كذلك. اكتشفت هذا في موعدنا الأول في خلال العشاء بعد أن دعوتها لترى شقتي والتي تبعد مائة ياردة عن المطعم. فأدركت لاحقاً أنني ارتكبت غلطة شنيعة، ولكن العرض أتى نابعاً من جهلي وقلة معرفتي وتوتري الشديد. فاعتذرت عن تلبية دعوتي لأنها لا تعرف عنواني ولن تتمكن من تركه لدى أحد أصدقائها في حال أن مكروهاً وقع لها.

لا بد أنها تقصد أن تقول: ماذا إن اتضح أنك قاتل ولم يستطع أصدقائي أن يبحثوا عن جثتي؟ إنها مجرد مزحة، ولكن هذا بالضبط هو مقصد كلامها. وهكذا، تمشيت معها وأنا مغموم لبعض الوقت في منطقة المطاعم المضائة بالأضواء الساطعة، ثم تركتها عند محطة قطار الأنفاق. مشيت إلى البيت، وأنا أتساءل أي جزء من سلوكي المتحضر أو جاذبيتي الرجولية قد يجعل شخصاً ما يظن أنني قاتل.

في نهاية المطاف، قررت أنها محقة في حمايتها لنفسها، واعتذرت لها لأنني مخطئ وربما لجوج، وجاهل إلى حد لا يمكن غفرانه. وقبل لقائنا التالي، أرسلت لها عنواني ورقم هاتفي، ودعوتها لتناول العشاء الذي طهوته بنفسني في الشقة. فأمضينا أمسية جميلة. ويسرني أن أعلن أنها قد بُحت من دون أن تفقد أياً من أطرافها.

أما بالنسبة إلى طهبي، فمن الواضح أنه لم يثر إعجابها لأنني لم أسمع منها إطرأً، وهذا دليل إضافي على أنني لست صيداً ثميناً على الأقل بالنسبة إلى بعضهن.

إن كل هذا يشكل جزءاً من عملية التعلم.

لم يتوقف الأمر عند هذا الحدّ. فقد دعيتي إحدى النساء للسفر إلى مدريد برفقتها. وتحدثنا مرة واحدة على الهاتف. فأخبرتني بالتفصيل عن علاقاتها الكثيرة مع الرجال بسبب ارتباطها بزوج لا تشعر تجاهه بأي عاطفة قط. فقلت لها إن الدعوة إليّ رائعة، ولكن وبعد تفكير لم ألبّ هذه الدعوة.

حافظت أيضاً على تواصلتي مع تلك الصديقة بالمراسلة. فأرسلت لها رسالة تتضمن هذا:

إن من فوائد هذه الرسالة أنني أستطيع أن أرفق معها صورة لما أبدو عليه اليوم... لا شعر ولا أسنان... إنها صورتي الحقيقية.

رداً على هذا، أرسلت لي رسالة تقول فيها؟

إنها صورة رائعة. لديك شعر فضي رائع (إنه شعرك الطبيعي، أليس كذلك؟) وأفترض من رؤية صورتك أن لديك أسنان أيضاً... إنك تعمل بالتلفزيون وما إلى هنالك...

فأجبت عليها مجدداً:

إن شعري ليس فضياً. حسناً... إنه أشبه بالشعر الرملي... حقاً إنه أشقر فاتح، صحيح؟ أشقر بلاتيني؟ أشقر مبيض؟ حسناً، إنه مائل للفضي قليلاً، ولكن قليلاً فقط. أتساءل متى حدث هذا؟ فقد كان في الأسبوع الماضي كله بنياً. وكنت شاباً. والآن أصبح لدي شعر رمادي. دعينا نأمل أن الحكمة تترافق مع ابيضاض الشعر.

كانت الحكمة مطلوبة مني. فقد اكتشفت أن هذه المرأة تخفي جانباً حزيناً عندما باحت لي بقصتها قائلة:

لقد سألتني، ولهذا سأسرد عليك قصتي... لقد تزوجت في سن السابعة والعشرين (وهذا سن متأخر بالنسبة إلى لتلك الفترة) من رجل يكبرني بعشرين عاماً. وكان يتمتع بجسم رياضي ولباقة عالية (فقد كان لاعباً محترفاً بكرة القدم وشبهه محترف بالبيسبول).

وعندما اشتريت له أول دراجة متينة وجيدة فعلاً، صعد من فرط السعادة. فقام بسبع جولات حول البلاد. وصمم على القيادة في أعلى طريق مرصوف في العالم، بارتفاع ستة عشر ألف قدم في البيرو. فذهب للتدرب على جبل إيفانز، وهو أعلى طريق مرصوف في شمال أميركا ويبلغ ارتفاعه أربعة عشر ألف قدم، ويقع خارج دنفر تماماً، ولكن دراجته انزلت على بعض الرمل اللطيف والحصى وهو يقودها منحدرًا. وكانت الولاية قد وضعت حجارة هاتف للطواريء إلى اليمين عند المنعطف (بدلاً من وضعها على بعد عشرين قدماً بجانب محطة حراس الغابة).

لأختصر القصة، سأقول إنه بدأ ينزلق بسرعة. فاصطدم بالحجيرة وتمزق شرباته الأورطي. فتوفي على الفور. لم يتصلوا بي قط، ولكنني أدركت أن هناك خطباً ما. لن أضجرك بسرد بقية القصة، ولكن يكفي القول إنني كنت متزوجة وسعيدة ولا أزال أستمع بحياتي. وهناك تفصيل صغير آخر، وهو أننا كنا نعمل معاً. في لحظة واحدة، فقدت زوجي وشريكي بالعمل وتغيرت حياتي بطريقة لم أتخيلها على الإطلاق.

شعرت أننا شريكان في الخسارة، ولكن خسارتها أتت مفاجئة. فشرحت لها أنني أعاني حزناً شديداً جرّاء مرض زوجتي بالألزهايمر، وأحاول أن أعثر على طريقٍ قد يوصلني إلى الراحة. تبادلنا أرقام الهواتف. وبدأنا نتصل ببعضنا. كانت مراسلتنا بالبريد الإلكتروني ومشاركتنا لقصصنا بمثابة تودد، وهذا ما لم أدركه في البداية. شعرت بنفسني أنفتحت لهذه العلاقة. وبمرور الوقت، وبينما نحن نستكشف حياة بعضنا وميولنا، ازددنا قرباً. والآن بدأت الأسئلة تتدفق عليّ كالسيل.

هل هذا تصرف صائب؟ هل أملك ما أعرضه عليها؟ أيمكن اعتبارها مبادلة عادلة بالرغم من أنني لا أزال متزوجاً حتى لو أصبحت منفصلاً إلى الأبد؟ حصنت نفسي ضد جولة جديدة من الاتهامات التي

تديسني بهجر جان. لم تكن هناك قواعد ولا خرائط ترشدي ولا شيء يتعدى الحوارات المحتدمة داخل رأسي.

بمرور الوقت توجهت إلى دنفر. فالتقينا مرة لتناول الفطور ثم مرة أخرى بعد بضعة أيام لتناول شراب في مشرب ردهة الفندق الذي أقيم فيه. فتناولنا شرابنا قرابة الساعة التاسعة مساءً، وأمضينا أمسية هادئة. ثم أصاب الضجر الساقى، ولذلك فقد أغلق المشرب قرابة الساعة العاشرة، ولكنه سمح لنا بالبقاء. فتمكنا من احتساء كأس أخرى قبل أن يقفل.

تحدثنا لخمس ساعات تلك الليلة. وبعد أن غادرت البلدة، اتصلنا ببعض، وتحدثنا بالهاتف لخمس ساعات أو ست أو أكثر. فجعلني ذلك أشعر أنني حي مجدداً، وتملكني إحساس بالإثارة والذنب معاً ربما بشكل متساو. ترى ما الذي جذبني إليها؟ ربما تكون قوتها ووعيتها وسرعة بديتها هي ما جعلها جذابة في نظري.

أردت أن أتريث إلى أن أثق بمشاعري، ولكن المشكلة هي أن مشاعري بدأت بالتردد. فقد استبد بي القلق من مقدار ما أحتاج إليه من شخص ما ومن قلبي الجريح. هل هذا كثير؟ هل أعرف ما أريده فعلاً؟

لكنني أقنعت نفسي أن هناك شيئاً كامناً ومميزاً في تلك المرأة. وفي النهاية، توصلت وحدسي إلى اتفاق أنني ربما أستطيع أن أقع في الحب مجدداً معها، وهذا يعني أنني مستعد لبداية جديدة.

مستعد نعم، ولكن هل أنا قادر فعلاً؟
هنا تكمن القصة.

الجدول الزمني

شتاء عام 2009

رسالة بالبريد الإلكتروني من صديقة توفي زوجها وهي في
الثلاثينات من عمرها

عزيزي باري،

إن الشفاء هو التوصل إلى السلام مع الوضع الراهن بينما لا يزال
الإنسان يعتز بكل ما تبقى في حياته. سيأتي هذا السلام عاجلاً أم
آجلاً، ولكن امنحه بعض الوقت. إنك لن تنسى قط ولن تتوقف عن
الحب والاشتياق، لوجود فرح لم تكتشفه. لقد فكرت هذا الصباح وأنا
في طريقي إلى العمل أن من أعرفهم من الذين مروا بخسارة محبوب
كثيراً ما يقاسون الشعور بالذنب لارتكابهم شيئاً ما، ربما بعض
الاستخفاف أو كلمة غاضبة أو وعد لم يوف به. ولكن الذنب هو
باعتقادنا أننا نستطيع تغيير النتيجة لو أننا فقط قمنا بشيء آخر زيادة أو
قلنا شيئاً ما بشكل مختلف.

يكفيننا، نحن مانحي الرعاية والناجين، صمودنا حتى النهاية ولم
نقف مكتوفي الأيدي في وجه الصعوبات التي واجهتنا.

21

"إن كل التفسيرات وحتى التي نتوق إليها تأتي مصحوبة ببعض الكآبة لأن ما نخلفه وراءنا هو جزء من أنفسنا. يجب أن نتخلى عن هذه الحياة قبل أن ندخل حياة أخرى".
- الروائي الفرنسي أنتول فرانس

وحيداً مع روعي في منتصف الليل

بدأ ذلك يحدث عندما كنت أغمض عيني وأحاول أن أنام... إنه شعور مثير للغثيان يجعلني أشعر وكأنني أطير في الهواء أو كأنني أنجرف من مكان عال من دون أي شيء أتمسك به. وغمرني الوحدة القاتلة. فلم يفارقني ذلك الشعور أبداً سواء أكنت في فندق في مكان ما في الصين أو إندونيسيا أو في مهمة أو في شقة طوكيو محاطاً بأشياء مألوفة والمدينة المظلمة قابعة في الخارج.

حاولت أن أقي نفسي هذا الشعور باحتساء الكثير من الشراب قبل أن أخلد إلى النوم. أليس هناك مخدر لذهني القلق؟ أحياناً عندما يجافيني النوم وتستفيق أحاسيسي، اعتدت أن أشعل ضوء السرير بقلق وأقرأ كتاباً ليس لأنني أهتم بالقراءة بل لأشئت الأفكار التي تقض مضجعي كلما أغمضت عيني. فكانت الكلمات تبدو ضبابية على الصفحة بينما تعاود الأسئلة نفسها مباغتتي... هل من الطبيعي أن أسعى إلى نيل الحب والحنان؟ كم مليون قصيدة ومسرحية ألفها الكتاب والشعراء عن هذه المشاعر؟

لكن تفكيري كان أكثر بساطة وأقل شاعرية. تساءلت في الظلام كم من الليالي التي تشبه هذه الليلة الممتدة لساعات وساعات ما زلت

سأعيش في حياتي. هل من الصواب أم من الخطأ أن أريد شيئاً مختلفاً
وأن أتوق لوجود امرأة تشاركني حياتي؟ لماذا ليس هناك قاعدة محددة؟
استمرت هذه الأفكار بمطاردي. بينما راحت جان تنجرف بعيداً
داخل عالم النسيان، وانجرفت معها حميمتنا، فهناك أسباب لذلك. فقد
تلاشت قواها العقلية إلى أن لم تعد تشعر بالمتعة أو حتى بالاهتمام
لوجودنا معاً. وهكذا، فلم تعد علاقتنا الحميمة تشعرني بالرضا بل
بالأنانية لأنني أصبحت آخذ منها ما لم تعد تستطيع أن تأخذ مقابله.

بدأ يخالجي إحساس متزايد بأني والد يرعاها كطفلة صغيرة. إن
هذا الشعور يخدر الإحساس ويزيل رغبات المرء مهما كان الحب كبيراً،
أو بالأحرى ذكرى الحب الذي تبادلناه في الماضي.

إن ما لم يدركه من هم حولي هو التأثير الذي يحدثه لي هذا
الوضع. فقد أثار في نفسي القلق الذي يعاني منه كل رجل في علاقته
العاطفية بزوجته. اكتشفت أنني لم أعد أقوى على الاستمتاع بقرها
بينما ينبغي علينا أن نشعر أننا شخص واحد.

تقتضي الحكمة أنه لا ينبغي على المرء أن يخفي هذه الأسرار عن
الأشخاص الذين يحاولون مساعدته مثل الأصدقاء والمعالج النفسي
ورجل الدين، ولكنني تجاهلت هذه القاعدة للمرة الأولى في حياتي. فقد
كنت رجلاً قادراً على سرد قصص عن آلام الآخرين المفجعة أو
فرحهم على العالم بأسره ولكنه لا يستطيع أن ييوح بعمق قلقه
وإحراجه من فشله لأي كان.

عندما كنت وجان لا نزال نعيش معاً ونستلقي في الفراش ليلاً،
اعتدت أن أشعر بها دافئة وهي بجانبني وأن أصغي إلى تنفسها الهادئ
وهي نائمة وأعود بذاكرتي إلى الماضي. فأخذت أتصور أحلامي كأفلام
الشاشة الفضية في منتصف الليل، وأسترجع ذكريات كل ما أدخل

البهجة إلى قلبي وقلبها. يا لها من ذكريات جميلة! ومع ذلك، فلن
تستطيع الأحلام أن تغذي مشاعري إلى الأبد. فمن الممكن للشاشة
الفضية أن ترتعش وللصور الذهنية المتحركة أن تصبح ظلاً قائماً.

بجلول الوقت الذي وضعت فيه جان في مصحة الرعاية، لم نعد -
إن أردت التعبير عن الأمر بصورة اللفظ - نعيش كزوج وزوجة منذ
وقت طويل. ولا أتذكر بدقة متى حدث ذلك، أي قبل بضع سنوات
تقريباً. والآن بعد أن رحلت، وأصبحت وحدي في غرفتي ليلاً، بدأ
عقلي يوبخني: لقد خسرت كل شيء بما في ذلك ما يشعر أنك رجل
حقيقي.

كان هناك جوابان لتلك الليالي المظلمة التي أمضيتها ساهراً،
أحدهما هو أن أتقبل الوضع الراهن وأستمر كما أنا وأتحمل تلك الليالي
إلى الأبد، والثاني هو أن أمنح الحياة فرصة أخرى، ولهذا السبب
حاولت أن أكتشف إن كان من الممكن أن أتقبل وجود امرأة أخرى.
والآن، وبعد أن ظننت أنني عثرت على امرأة لطيفة جداً، حان
الوقت لأن أقرر إن كنت أجرؤ أو حتى أستطيع أن أطلب المزيد ولو
قليلاً فقط. هذه هي الأشياء التي أخذت أناقش بها نفسي في عقلي
الواعي، ولكن ما لم أدركه هو وجود خطر كامن يتنامى في داخلي،
وهو أن السنوات التي أمضيتها في رعاية جان شكّلت في داخلي مخزوناً
هائلاً من الأذى سيتطلب مني الاهتمام به أو أنه لن يشفى قط.

لقد مررت بسنوات عديدة كل يوم فيها يبدأ بعلامة سؤال، وكل
ليلة تنتهي إما بالشعور بالراحة لأن جان بدت مستقرة أو بالحزن كلما
لاحظت تدهوراً جديداً في حالتها. ولطالما ازداد إحساسي بالمرارة
عندما فقدت مقداراً كبيراً من عقلها ومن علاقتي بها. وبعد ذلك، أتت
تلك اللحظات المؤذية الشديدة ولا سيما تلك اللحظة التي ودعتها فيها،

وركبت السيارة، وتركتها في مصحة الرعاية وتلك التي ركبت فيها الطائفة عائداً إلى آسيا وحدي وأنا مدرك أننا لن نعيش معاً أبداً وأنني سأمضي بقية حياتي في شقة فارغة ملاًها جان في الماضي حياة وبهجة ولكنها لن تراها مجدداً أبداً.

هناك نظرية في علاج الأذى النفسي مفادها أننا نحن البشر نخزن اللحظات المؤذية في أجسادنا بينما تستطيع الحيوانات أن تتحرر منها بشكل فوري. فقد يستطيع حيوان هرب من موت مفاجئ أن ينهض ببساطة، ويتخلص من ذلك الشعور، ويعاود الانضمام إلى قطيعه، ويمارس حياته بشكل أساس وفطري، ويعود إلى طبيعته. فقد رحل عنه الأذى النفسي ورحل معه الخوف. أما نحن البشر، ولأن معظمنا غير مدرب على التخلصي عن الشعور بالأذى، فنخزنه في داخلنا. وقد يتطلب الأمر خوض تجربة جديدة أو مختلفة وأحياناً مرور عدة سنوات للتحرر من ذلك الشعور.

قد تصدقون هذه النظرية وقد لا تصدقونها. فبعضهم لا يصدقونها، ولكنني أصدقها لسبب وجيه. فقد اتضح لي كلها في اللحظة التي شعرت فيها بالحزن في داخلي والرعب من الأعداء رجلاً حقيقياً بعد الآن وبأذى الخسارة وأنا أتساءل إن كان ما بقي في داخلي كشخص يكفي لأن أقنع امرأة أخرى بأننا نستطيع أن نبني حياة جديدة معاً.

من خلال العديد من المكالمات الهاتفية والرسائل بالبريد الإلكتروني مع هذه المرأة الجديدة، بدأت علاقة محتملة جديدة تنمو وتزدهر. لقد خالجتنا المشاعر نفسها عن الخسارة... فقد خسرت هي زوجها في موت مفاجئ في حادثة وخسرت أنا جان ولا أزال أحسرها بسبب مرضها الذي يجعلها تدوي شيئاً فشيئاً. فجمعتنا هذه الجوانب المشتركة كصديقين. وقدّمت لي بعض الإرشاد اللطيف ليساعدني على

تخطي الأزمة وإعادة بناء حياتي مستلهمة ذلك من تجربتها القاسية وحالة حزنها الخاصة.

بدأنا نشترك أيضاً باهتمامات أخرى قد تبدو سخيفة لبعضهم، إحداها هي مجرد متعة الاتصال والتحدث عن مجريات اليوم أو عن العمل أو عما حدث في العالم، وهذه متعة نسيتهما منذ زمن بعيد. فتشوقت لإجراء محادثات طبيعية مع امرأة تفهمني وللإستمتاع بالحياة اليومية العادية.

مع مرور الوقت، تساءلنا إن كان من الممكن أن تضم علاقتنا جوانب أخرى، ولكن ظلت تخامرني طيلة هذا الوقت شكوك مخفية وغير معلنة من أنني، حتى وإن منحت الفرصة، لا زلت في داخلي رجلاً حقيقياً وعاشقاً. وبتحسب المزيدي من الأشهر، وبالرغم من التردد والخوف وآلاف المكالمات الهاتفية ونحن نناقش التبعات والنتائج ونتساءل من سيهنتنا ومن سيديننا، أتى ذلك اليوم أخيراً الذي عبرنا فيه المحيطات والقارات والتقينا. فعاد إليّ ما خشيت أنني فقدته إلى الأبد، ألا وهو الحميمة العميقة.

وفي تلك اللحظات، تساءلت هل يمكنني أن أحظى بهذه المرأة؟ ومن دون سابق إنذار تسلل إليّ مرض جان بينما هي بقربي، فبدأ جسدي يهتز ويرتعش.

ربت عليّ بلطف وعناية شديدة. وسألتني بصوت خافت كالهمس محاولة أن تخفي خوفها المتزايد: "هل تشعر بذلك، يا عزيزي؟".

"نعم." واستبد بي الخوف بقدر خوفها لأنني لم أشعر بجسدي يرتجف بهذه الطريقة من قبل. وبدأ شعوري بالإحراج يشوب خوفي لأنني كنت في هذه اللحظة من بين كل اللحظات أعاني من رد فعل لم أستطع فهمه أو تفسيره.

توقفت للحظة وهي تضم جسدي المرتعش وتترك الأذى يجد طريقه للخروج من جسدي. وقالت: "هل تعرف لماذا ترتعش؟".

لم أجد إجابة لسؤالها، ولكنني أردت أن أجب بينما أخذ جسدي ينتفض وأنا عاجز عن منعه. وبينما أنا أبحث عن تفسير ما، بدأت أفكر كيف حاولت رعاية جان لحمايتها من المرض وإخفاء تأثيره وتظاهرت لسنوات أن وضعها الصحي مستقر. وفي بعض الأوقات، صدقتني فعلاً. وفي أوقات أخرى، صدقت نفسي أنا أيضاً.

بينما أنا أفكر في كل هذا، بدأت أبكي. لم أبك بكاء عادياً بل أجهشت بالبكاء حتى كادت أنفاسي تنقطع. غطيت وجهي بيدي ودفنت نفسي بين ذراعي تلك المرأة الخائفة الحائرة وهي تحاول أن تقدم لي العزاء في لطفها وحنانها.

أخذ جسدي يرتعش من الأذى ويهتز إلى الأمام والخلف. وأجهدت نفسي وأنا أحاول أن أصوغ الكلمات بالرغم من حالتي البائسة. فقلت: "لقد كان يفترض بي أن... " ورحت أبكي بحيث أنني عجزت عن الكلام للحظة وأنا أحاول أن آخذ نفساً. "أن أحميها. فشلت... " ثم عجزت عن الكلام مجدداً والدموع تتدفق من عيني. "لقد كان واجبي الوحيد... أن أرهاها وأحميها".

ظلت الكلمات نفسها تتدفق من فمي... لقد ألزمني حبي لجان أن أحميها. فوثقت بي، ولكن بالرغم من كل حبي لها خذلتها. فشعرت بسبب هذا أنني فشلت كرجل وكزوج. قد يكون من الجيد أن أصوغ عبارات أنيقة بعمق أو ذات معنى أكبر، ولكن في غمرة الدموع والارتجاف، كل ما استطعت أن أفعله هو أن أكرر كلامي مرة تلو أخرى. لقد فرض عليّ واجبي كرجل أن أعني بمن أحميها، ولكنني فشلت. وهذا ما ألحقه فشلي بجان.

لقد شاركتني هذه المرأة، التي تفكر كما أفكر، بكل هدوء وكبرٍ باللحظة التي كان ينبغي أن تكون لحظةً مشتركة مع جان. فقالت لي محاولة أن تخفف من معاناتي إنني لم أرتكب أي خطأ ولم أفعل شيئاً زاد مرض جان سوءاً ولم أتسبب بإصابتها به.

إنها مجرد كلمات تعني أحياناً كل شيء وأحياناً لا شيء. لم تستطع كلماتها العذبة المطمئنة في البداية أن تحدث مفعولاً. ثم ما لبثت أن هدأت قليلاً. فانقلبت إلى جنبي الآخر، وأخذت بعض المناديل الورقية ومسحت دموعي وعدت إليها لأحتضني بين ذراعيها وأجأ إلى حناها... ثم بدأ ذلك كله من جديد. ولم أستطع أن أمنع نفسي! فقد اكتسحتني البكاء، وتدفقت دموعي، وعدت لأرتجف من جديد. وبعد ذلك، سيطرت على نفسي مجدداً، ومن ثم أفلت زمام الأمور مجدداً.

عندما نتخيل مشاهد عن روعة الحب بين شخصين يكتشفان فرصتهما في السعادة، لا نتخيل رجلاً ينهار فجأة ويبدأ بالبكاء والارتجاف حتى في أفلام هوليوود.

لكن هذا حدث. فشكّل تحرراً من سنوات أمضيتها بلا حب ومن الأذى المخزون في جسدي، وانطوى أيضاً على محاولة يائسة للتخلص من الشعور بالذنب الذي لن يشفق عليّ ولن يرحمني لأنني خذلت جان.

إننا غالباً ما نقول لأنفسنا إنه من الأفضل التحرر من هذا الشعور. حسناً، هكذا بدأت أتحرر منه فعلاً، ولكنه تحرر مصحوب بالألم. ولم يمثل في نظري شعوراً بالراحة بل بالمعاناة.

مع مرور الوقت، هدأت أخيراً. فتحدثنا وهي تحبطني بذراعيها. وعبرت عن مشاعري بالكلمات. فساعدني هذا على الهدوء. وتحدثنا عن شعوري بالذنب وحاجتي إلى التوصل للاعتقاد أنني لم أرتكب أي

خطأ في رعايتي لجان كما لا يملك أحد القوة على منع هذا المرض أو
الحيلولة دون الإصابة به.

أراحني التعبير عن شعوري بالكلمات، ولكن ذلك لم يمح
إحساسي بالذنب. فالتخلص منه ليس سهلاً أبداً. فقد تبقى أجزاء منه
راسخة في أعماقي. وبمرور الوقت، سيتحرر المزيد منه في أوقات على
الأرجح ليست من اختياري. إنني أدعو الألزهايمر المرض، لأنني أعتبره
عدواً لدوداً يجاهري العدا، وأمنحه في ذهني شكلاً ووجهاً، ولكنني
اكتشفت أن الطريقة الوحيدة للتغلب عليه هي المضي قدماً بينما يسلبني
المرض جان ويمد مجساته الخبيثة محاولاً أن يستجري أنا الآخر.

إنني والمرضى كلانا ندرك هذا الواقع جيداً، فهو ميدان حربنا
الشخصية.

الجدول الزمني

نيسان عام 2009

رسالة بالبريد الإلكتروني من جم الذي تعاني زوجته من مرض
الأنزهايمر

ليس وضعي الحالي مختلفاً عن وضعك لأنني بدأت أنا أيضاً أقابل
امرأة مؤخراً. فتوجب عليّ أن أواجه المشكلات التي تترتب على حياة
شخص ذي وضع غير محدد. إنني أتصور أننا نستطيع أن نمضي وقتاً
طويلاً ونحن نناقش ذلك الوضع الفريد من نوعه والذي يفرض على
المرء أن يحب زوجته بينما يحب امرأة أخرى في الوقت نفسه.

أتوق للتحديث إليك.

- المخلص جم.

"لا تتألف رحلة الاكتشاف الحقيقية من السعي وراء استكشاف أماكن جديدة بل من النظر إلى الأماكن نفسها بعيون جديدة".
- الكاتب الفرنسي مارسيل بروست.

أشخاص ذوو وضع غير محدد

نشعر بالتوتر في لقاءنا الأول ونحن جالسون - أنا وجم وزوجته - في إحدى تلك المطاعم الراقية التي تملأ المدن الأميركية. وتبلغ الحرارة في الخارج ما يتجاوز 90 درجة فهرنهايت. فيشعرنا الجو المكيف في الداخل برودة جافة. ويذرع النادلون المكان من حولنا ليعرضوا ملء كؤوس الشراب أو يسألوا إن كان كل شيء على ما يرام. إنه مكان عادي في عصر يوم من أيام الأسبوع، ولكننا لسنا عاديين. فإلى جانب هذه الطاولة الصغيرة، يتواجد كون صغير غير معروف للعديد من أصدقائنا أو حتى أفراد عائلتنا. إنني أنظر إلى هذين الزوجين الآخرين وأرى امرأة لا أستطيع العثور عليها في أي مكان آخر، ولهذا السبب عبرت البلاد لأجلس إلى هذه الطاولة، وأرى إن كان هناك إنسان آخر في هذا الدرب يتفهم حقيقة موقفي. إن تعرفه الدخول إلى هذا العالم الصغير باهظة جداً. فمن أجل أن يتمكن المرء من مجرد الجلوس إلى هذه الطاولة الصغيرة في المطعم، يجب عليه أن يشعر بالشك والذنب ويبحث عن مبرر أخلاقي من دون إرشادات واضحة، وفوق كل شيء... يجب أن تكون له زوجة مصابة بمرض الألزهايمر تعيش الآن في مصحة رعاية.

هناك ثمن آخر للدخول، وهو أن يصطحب المرء امرأة جديدة في حياته يحبها في هذا العالم الذي قد ينعته فيه بعضهم بأنه فاسق نقض عهود زواجه وأهملها.

لا بد أن تلك المرأة تتمتع بثقة بالنفس لتواجه الاتهامات، أها تلك المرأة التي قد يقول بعضهم عنها إنها عملت على إغرائني وسرقتي من زوجتي المريضة، وأبعدتني عن دوري كمنح رعاية، واقتحمت حياتي وأنا في أشد حالاتي العاطفية ضعفاً. سيقول الاتهاميون وهم يوجهون أصابع اللوم إن تلك المرأة هي صائدة رجال عديمة الرحمة.

هناك قواعد أساسية للقائنا. فلا يسمح لي بالتعريف بهما باستخدام أي من اسميهما الحقيقيين أو المدينة التي يعيشان فيها، ولهذا سأدعوها تيريزا وجم. إنهما معروفان في البلاد في مجالات عملهما المحترمة، هي ككاتبة وأستاذة جامعية وهو كأخصائي رعاية صحية متخصص بأمراض الشيخوخة.

إنهما يطلبان إغفال هويتهم لأن هناك أشخاصاً في حياتهما المهنية وضمن دائرة أصدقائهما لن يعتبروا حبهما تحراً بل خرقاً لعهود الزواج. ألم تكن تلك العهود واضحة عندما وقفنا أمام المذبح وتعهدنا قائلين: "إلى أن يفرق الموت بيننا؟".

يسأل جم وهو ينحني إلى الأمام قليلاً: "ولكن متى يحين موت الزواج؟".

سيشكل هذا السؤال موضوعاً محورياً في خلال لقائنا بالإضافة إلى مسألة أخرى مرتبطة به، ألا وهي الكيفية التي أحدد بها وجم وضعنا. فنحن لا ننتمي لأي فئة. فنحن لا نشعر أننا متزوجان ولا أرملان ولا عازبان. وقد يدعونا بعضهم منفصلين، ولكننا لسنا كذلك قط ولا حتى مطلقين.

يحدد جم هويتنا قائلًا: "إننا شخصان ذوي وضع غير محدد".

إن هذا يقود إلى أسئلة محرجة لم يحلم أي منا قط أنها ستحدد حياته، ولكن يجب علينا الآن أن نناقشها ونجيب عنها بتفكير وترو. أولاً: هل لا نزال متزوجين؟

ثانياً: هل خرقنا عهود زواجنا بالوقوع في حب امرأتين أخريين؟ يقول جم: "لقد أصبح المجتمع أكثر تقبلاً لتعريف الزواج على أنه علاقة".

ويشير إلى أن الزواج يعني وجود علاقة واعية بين شخصين. وعندما يتلاشى الوعي من أحد الجانبين، عادة بسبب الموت، يؤدي هذا إلى نهاية العلاقة.

ولكن الوعي لدى مريض الألزهايمر يموت داخل الدماغ بينما يعيش جسده لفترة غير معروفة من السنين. إن جان، مثل زوجة جم، لا تزال على قيد الحياة. ولا تزال تقص شعرها، وتطلي أظافرها طالما أن شخصاً يوصلها للقيام بذلك. ولا تزال تحب باري بالرغم من أنها لم تعد تميز أنني زوجها عندما أذهب لزيارتها. إن باري الذي تعرفه يعيش في صورنا أو ذكرياتنا الموغلة في القدم.

إن جان تعيش وحدها في عالم لا أستطيع أن أستوعبه أو أدخله، ولكنني أقوم بمجرد تخمين كيفية التأثير فيه إن استطعت ذلك فقط، وهذا يجعلها راحلة بالنسبة إليّ.

يسأل جم: "ألا يزال ذلك زواجاً؟".

يطرح جم فكرة ما يسميه بالدراما، وهي عبارة عن الأفكار التي نصنعها في أذهاننا عن حياتنا، وما نخططه لأيماننا ومصائرنا الشخصية أو ما يعبر عنه شكسبير بقوله: "كل العالم مسرح كبير وكل النساء

والرجال عليه مجرد ممثلين... يدخلون ويخرجون... وقد يلعب الرجل الواحد عدة أدوار".

يقول جم: "إن هذا هو ما يجعل المرء شخصاً ذا وظيفة يتخذ قرارات وخيارات ثم يستجيب لها ويتفاعل معها".

إن التخطيط لحياتنا واتخاذ قراراتنا عمليتان أساسيتان كاتخاذ قرارنا في ما سنطهوه للفظور وكيفية تعاملنا مع مقابلة للعمل أو مشكلة تدريبات في أحد النوادي الرياضية أو اتخاذ قرار في أي اتجاه سنذهب.

يقول جم: "وعندما يتم استدعاء بعض الناس لفعل شيء لا يستطيعون فعله، فسيفعلونه بقدر استطاعتهم". ويتوقف ليركز على فكرته الهامة التالية ثم يقول: "هذا إذا استطاعوا فعل شيء على الإطلاق".

إن هذا هو المحور الذي تدور حوله أخلاقياتنا، وهي الأخلاقيات التي يحددها المرض وليس نحن. فمرض الألزهايمر هو السبب الذي جعل زوجتينا تعجزان عن الحفاظ على الجزء المتعلق بهما من العلاقة الواعية الهامة التي ندعوها زواجاً.

يسألني قائلاً: "إذاً، هل من الممكن أن يحظى المرء بزواج من دون علاقة؟".

أرتشف القهوة، فتقاطعتي تيريزا بفكرة أكثر جوهرية من هذا الوضع المعقد، وتذكرني وجيم: "لستما من تخلي عن العلاقة بل زوجتاكما هما اللتان تركتاكما".

تذكرنا تيريزا بالقصة التالية:

أقام زوج قاضية المحكمة العليا المتقاعدة ستندرا داي أوكونور علاقة رومانسية مع امرأة زميلة له بمرض الألزهايمر وتعيش في مصحة الرعاية نفسها، وذلك وفقاً لما نقله تقرير أخبار تلفزيوني.

ليست القاضية المتفاعدة غيرة من العلاقة بل مسرورة لأن زوجها يحظى بالراحة في المركز. وقال ابن الزوجين، سكوت أوكونور: "إن أمي مبتهجة لأن والدي مستريح وسعيد".

تم تشخيص مرض جون أوكونور قبل سبعة عشر عاماً. فأصابه الحزن عندما تم نقله إلى مركز الرعاية. قال سكوت أوكونور: "وبعد ثمانية وأربعين ساعة على نقله إلى ذلك الكوخ الجديد، وقع في الحب كالمراهقين، وهذا أسعده كثيراً." المصدر:

(<http://www.cbsnews.com/stories/2007/11/13/national/main3494982.shtml>)

لقد أتني العالم كله على الحب المدهش الذي عبرت عنه السيدة أوكونور عندما تقبلت أن يعثر زوجها المصاب بالألزهايمر على السعادة مع امرأة أخرى.

تسأل تيريزا قائلة: "ماذا لو افترضنا أن الوضع معكوس وأن ساندي داي أوكونور عثرت على حب جديد بينما يعاني زوجها من الألزهايمر؟ إن الوضع هكذا لن يكون مقبولاً كثيراً في نظر العديد من الناس".

إنني وجم نعمل جاهدين لكتابة قانون سلوك يساعدنا على الاعتزاز بما عثرنا عليه الآن... إنه الحب، والرفقة، والقيمة الذاتية المتجددة، والضحك، والإثارة في التعرف على شخص جديد نجه، ونحن نخلف الدموع والآلام للنسيان.

يعبر جم عن هذا قائلاً: "نريد أن نطالب بحقيقتنا ونشكلها بأنفسنا". لأن المرض يسلب ويطلب ليعود فيسلب، لم نعد نستطيع بعد الآن أن نعيش في العالم الذي يعيش فيه معظم الناس لأن أخلاقنا لا تعبر عن حقيقتنا.

إن هذا هو السبب الرئيس الذي دفع تيريزا لطلب إغفال هويتها. أولئك الذين شجعوها للعثور على السعادة قد يتقلبون ضدها بمجرد

عثورهم عليها مع رجل متزوج. لقد ذكرت تيريزا أنها رفضت أن تقيم علاقة مع رجل مطلق قائلة: "لقد اكتشفت أن الرجال المطلقين الذين صادفتهم هم المخطئون في فشل زواجهم وأنهم لم يتعلموا من ذلك درساً أو أنهم يقولون عادة إنهم غير مستعدين عاطفياً بسبب غضبهم من زواجهم السابقات".

التقت تيريزا بجم لأنهما سجلا عضويتهم في موقع المواعدة نفسه على الإنترنت. تقول تيريزا: "في البداية، اتصل بي جم وقال إنه منفصل، فصددته وكتبت له رداً كي يعاود مراسلتي عندما يتغير وضعه ظناً مني أنه رجل يبحث عن مجرد علاقة عابرة. وبعد أن راسلني مجدداً وكتب شرحاً مفصلاً لظروف انفصاله القسري، أصبحت راغبة بمقابلته بالرغم من أنني كنت لا أزال أعاني من بعض المخاوف حيال وضعه".

أصابهما التوتر والتردد في خلال لقائهما الأول. ويتذكر جم كيف أنه نظر إليها وفكر في نفسه قائلاً: "حسناً، إنها مجرد ساعة أمضيها بعيداً عن حياتي المعتادة." ثم بدأ يتحدثان. وتحول اللقاء الأول إلى محادثة من ساعات أدت إلى مقابلة ثانية. ووجدت تيريزا في شخصية جم سبباً هاماً يدفعها لأن تثق به وتود أن تجعل حياتها تستمر معه من دون غيره.

تقول: "لقد اعتنى هذا الرجل بزوجه بالرغم من علمه بخاطر ذلك على صحته. إنه رجل يستطيع أن يمنح كل شيء لأنه يحب المرأة التي في حياته، وهذا يعبر على مدى عمق حبه. ينبغي علينا أن نكرم هؤلاء الرجال لا أن ندينهم لأن زواجهم تركنهم. فعثروا على نساء أخريات". إن ما تقوله صحيح. فقد اعتنيت وجم بزوجتنا بدافع الحب. وعندما رحلت المرأتان اللتان أحبيناهما، ليس ليوم ولا لأسبوع ولكن لسنوات، لم نحلم قط أننا سنعثر على ذلك النوع من الحب مجدداً.

تحدث جم عن السنوات التي أمضاها متفرغاً لمنح الرعاية لزوجته، فأومأت برأسي بفهم. فقد قدمنا كاللنا كل الحب والراحة التي نستطيع أن نقدمها لدرجة تهدد صحتنا وكيفنا حالتنا المادية وشاهدنا رواتبنا ومدخراتنا تتناقص. ومع ذلك، فقد اعتبرنا كل هذا - وربما أكثر - تضحية مقبولة نقدمها عن طيب خاطر. إن هذه التضحيات لم تمنعنا من متابعة رعايتنا بالرغم من معرفتنا أن الألزهايمر لا تنفع معه هذه التضحيات.

إننا نتحدث عن أولئك الذين يثقون أن لديهم الحق بإصدار الأحكام علينا. فقدّم لي جم مفهومين وتركني أفكر في مكانة أشخاص متعددين وأهميتهم، وأستخدم ذلك لتقييم تأثيرهم في حياتي، وهذا ما أطلق عليه مصطلح المنزلة والأهلية. إن المرأة التي في حياتي الآن تتمتع بمنزلة عالية لأنها تخاطر بالكثير لتساهم في إنجاح علاقتنا.

ماذا عن صديقة جان التي لم تتفق مع خياراتي؟ يمكنها أن تشعر وتفعل ما تشاء وتعبّر عن رأيها كما يحلو لها، ولكن لا قيمة لها في حياتي بشكل ملحوظ.

يطرح جم الفكرة الثانية، وهي الأهلية، كطريقة لتحديد منزلة الشخص. إنها فكرة بسيطة: فهناك أناس لديهم الحق، نظراً لخبرتهم أو معرفتهم، أن يساهموا في إرشادنا. يقول جم: "إن الشخص الذي مرّ بتجربتك نفسها يتمتع بالخبرة كما يتمتع بها خبير في مرض الألزهايمر لأن لديه التجربة والمعرفة المحددة التي لا تتمتع نحن بها. في مباراة بيسبول، على سبيل المثال، هناك لاعبون ومشجعون ومعلقون يتابعون كل مباراة ويستطيعون أن يقدموا آراءهم، ولكن الحكم وحده هو من لديه الحق في أن يقول إن هذه اللعبة أو الضربة صحيحة أم لا، ولهذا فهو الوحيد الذي يتمتع بالأهلية ليتخذ هذه القرارات".

إن تحديد هوية المسؤول في لعبة البيسبول أمر واضح جداً، ولكن في وضعنا هذا، يجب عليّ وعلى جم أن نقرر بأنفسنا من هو صاحب الأهلية، وهذا ليس صعباً فعلاً. فعندما استمعت لما يقوله أولئك الذين يتمتعون بخبرة طبية، وحالما بدأت أصغي إليهم فعلاً، فوجئت بتوافق آرائهم في أغلب الأحيان بشأن ما هو أفضل لصالح جان. يقول جم إن ذلك يمنح نصيحتهم ومعلوماتهم منزلة عالية بسبب أهليتهم.

حاول آخرون التأثير عليّ والمطالبة بمنزلة عالية من خلال قوة غضبهم أو آرائهم. فأصغيت إليهم لبعض الوقت، وتفاعلت معهم ليس لأنهم خبراء بمرض الألزهايمر أو بمنح الرعاية أو حتى بحياة جان على الإطلاق، ولكن لأن أصواتهم مرتفعة جداً.

واجه جم وضعاً شبيهاً جداً بهذا، فهو يقول: "إنهم يعتمدون إلى الحط من قدرنا ويطردوننا من المجتمع الذي يضم أناساً محترمين برأيهم لأننا خرقنا معاييرهم، لذا يجب علينا أن نجيبهم بقولنا إنهم ليسوا ذوي أهلية للقيام بذلك لأنهم لا يتمتعون بالكفاءة والخبرة المتعلقة بالموضوع".

لا يحق لهم أن يلعبوا دور الحكم ما لم نمنحهم نحن ذلك الدور، هذا إذا شعرنا بالذنب.

توضح تيريزا قائلة: "إن الناجين هم من يشعرون بالذنب". بينما أومئ برأسي موافقاً، يسألني جم سؤالاً عملياً: "إلى أين يصل بك ذلك الشعور بالذنب؟".

أجد صعوبة في الإجابة على هذا السؤال. فقد أدى شعوري بالذنب إلى اتخاذ سلسلة من القرارات حيال رعاية جان، ولكنها في الواقع قرارات نابعة من شعوري بالذنب لأنني سليم الجسم وأحظى بصحة جيدة وليست متدهورة.

أخبرت جم وتيريزا أنني وظفت مرافقة لتزور جان ثلاث أو أربع مرات في مصحة الرعاية وأنها ذكرت في رسائلها أن نزهاتهما معاً خارج المصحة مبهجة وسعيدة بالرغم من أن جان لم تتذكر شيئاً عن خروجها بعد دقيقة أو ساعة على عودتها. هل تمضي جان لحظات سعيدة مع هذه المرافقة؟ إنه سؤال آخر لا يستطيع أحد أن يجيب عليه. فما الذي تقوله، عندما تستطيع أن تصوغ جملاً مفهومة. أصبح مفهوم السعادة الآن يتخطى حدود مفرداتها.

أناقش مع جم الرسائل الإلكترونية التي أتلقاها من أولئك الذين يزورون جان ويذكرون فيها أنها نشيطة أو أنها اليوم مشغولة، وهذا بالرغم من أن لغة جان وذاكرتها تضعفان وأنها تظهر دلالات خطيرة على التدهور المستمر في صحتها.

يشرح جم أن بعض الناس قد يملأون الفراغات من رغبتهم الشخصية لوجود جان القديمة هناك. ويقول: "قد تقول إحدى الصديقات لها: "أليس من الممتع أن نقص شعرنا؟" فعندما تومئ جان برأسها وتقول نعم، يبدو للصديقة أنها مهتمة، ولكنها لا تدرك الحقيقة فعلاً". فأجيبه قائلاً: "لا أستطيع فعلاً أن ألومهم على ذلك. فالله وحده يعلم أنني أيضاً لم أدرك الحقيقة حتى وقت متأخر".

من الطريف أنني لاحظت أنهما في لقائنا الأول جلسا باستقامة وبشكل ملائم في خلال تناول القهوة في فترة العصر ثم تناول العشاء وساعات من تجاذب أطراف الحديث. مع ذلك، فقد أصبحت في اليوم التالي يثقان بي لدرجة تسمح لهما باللمس ومسك الأيدي أو التريبت بجنان على ذراعي بعضهما أمامي.

إننا لا نقول هذا بصوت مرتفع لأنه ليس بحاجة إلى القول في عالمنا الصغير الغريب، ولكننا ندرك وجود خط فاصل أحد طرفيه في

الماضي حيث أمضينا سنوات ونحن نحارب المرض وليالي مظلمة لا نهاية لها ونحن إلى جانب المرأتين اللتين نحب ونرعى. في ذلك الظلام، اختتقنا بعبراتنا لأن المرأتين المصابتين بالمرض لا تدركان سبب بكائنا ولأن البكاء يخيفهما.

في المقابل، هناك الفرصة في الحصول على حب جديد واهتمام وتجارب مع امرأة أخرى. قد لا يُؤثر الجميع أن يعبروا ذلك الخط. فعندما بدأت جان تنحرف بعيداً عني، لم أعد أريد أحداً آخر. وبمرور الوقت، وبينما أنا أحاول أن أكتشف إمكانية العثور على أخرى، أعاد ذلك إلى ذهني ذكريات مؤلمة لما فقدته في الماضي. فأولئك لسن نساء أود أن أمضي معهن بقية حياتي، وبعضهن لا أريد أن أمضي معهن بقية الأمسية.

تطرح تيريزا وحدها السؤال الذي لا أستطيع وجم الإجابة عليه، ولكننا نأمل فقط أن نجيب بشكل صحيح: "إن كنت تحب امرأة، فهل ستود أن تبقى وحيدة بقية حياتها لأنك رحلت عنها؟".

هل كانت جان لتود ذلك؟ أو زوجة جم؟

قد تنفع الإجابة التي عثرت وجم عليها فقط في هذا العالم الصغير الخاص، لأنه العالم الذي سنعيش فيه بقية حياتنا.

الجدول الزمني

حزيران عام 2009

رسالة من بات نيس التي ساعدتني في العثور على مصحة الرعاية

عندما يموت شخص عزيز على قلوبنا، نستطيع ببساطة أن نعبر عن حزننا لرحيله في الجنائز، ولكن ليس هناك طقس معين يمكنه أن يدعمنا في خسارة كخسارة مريض الألزهايمر.

إن مرض الألزهايمر يدعى (الخسارة الغامضة) (مأخوذ من كتاب بالعنوان نفسه بقلم بولين بوس) لأن الشخص العزيز على قلوبنا لا يعود قادراً على المشاركة في حياتنا وعلاقاتنا الزوجية وتربية أطفالنا وفي اتخاذ القرارات الكثيرة التي اعتاد أن يشاظرنا اتخاذها.

عندما عانت أمي من مرض الألزهايمر ولم تعد تعرفني، أتذكر أنني مشيت في الشارع وأنا غاضبة من الناس وأقول لنفسي: "كيف تسمحون لأنفسكم بمواصلة حياتكم بينما أعاني أنا من هذا الحزن؟". وعندما راحت أمي تحرق إليّ بعينين خاليتين من التعبير وهي تجهل اسمي، تمنيت أن أهزها وأقول: "اخرجي من هذه الحالة. عودي أمي مجدداً!".

ولكن أمي لم تعد موجودة هناك. أم تراها كانت موجودة؟
- المخلصة بات.

قد يتشبث المرء بالماضي لدرجة تجعل يديه مليونتين حتى لا يعود قادراً أن يعاقب الحاضر".
- جان غلايدويل، كاتبة ومحركة صحفية

الحرب الداخلية

كان لي صديق يعمل منتجاً في أخبار سي بي أس سافر معي إلى الاتحاد السوفياتي حيث عملنا معاً في مهمات عدة صحفية. فقمنا معاً بكتابة موضوع عن عودة راقص الباليه رودولف نوريف للرقص في مدينة لينينغراد سابقاً قبل أن تعاد تسميتها لتصبح سان بطرسبرغ. وكانت تلك عودة نوريف الأولى إلى الاتحاد السوفياتي منذ انشقت عنه في عام 1961. وبعد بضع سنوات، أصيب صديقي بالسرطان وعانى من العلاج الكيميائي. وعندما دخل إلى المستشفى، فحشه السرطان وراح يقلصه ويغيره.

عندما طلبت أن أذهب لزيارته، رفض استقبالي. فظننت أنه لا يريد لآخر صورة تنطبع في ذاكرتي أن تكون لرجل مريض وضعيف وعاجز على فراش المرض، بل يفضل أن أتذكره بالضجُّ بالطاقة والحماسة وحب العمل، كما كان في الماضي. إنني أفكر في هذه القصة الآن لأنني وصلت إلى مرحلة بدأت أتساءل فيها كم من الوقت سأستوعب التغيرات التي تطرأ على جان وإلى أي مدى سأتحمل وأنا أرى ذكرياتي تمحي من عقلها. مع كل زيارة كانت تتضح لي خسارتها لأشياء مثل قدرتها على إيجاد كلمة أو تشكيل جملة. واستبد بي الألم من رؤية تلك المرأة التي

أحبها تحديق إليّ، وهي غير قادرة أن تميزني. وعندما كنت أرى بصيص أمل وأظن للحظة أنها ترى شيئاً ما، ولكن سرعان ما كانت تتلاشى تلك اللحظة.

بالرغم من ذلك، فلست واثقاً حتى الآن من أن تلك اللحظات حقيقية. فكيف يسعني أن أعرف. فهي لا تستطيع أن تخبرني لأنها لا تدرك ما يجري حولها وتعيش في عالم منفصل عن عالمنا؛ عالم مختلف حتى عن غيرها من المصابين بمرض الألزهايمر.

إنها لا تزال تتحدث عن شخص يدعى باري، فهو يشكل جزءاً من حياتها اليومية ولا يزالان يجريان محادثات معاً. في أحد الأيام، أتى طبيب الأسنان إلى مصحة الرعاية. فذهبت بسرور للقيام بفحص روتيني لأن السبب، كما شرحت لاحقاً، هو "أن باري طلب إليها أن تفعل هذا". ولكنني في الواقع لم أطلب شيئاً مماثلاً.

إن باري، الذي لا يزال حياً في ذاكرتها، هو الشخص الذي تسمعه وتستلهم الراحة من وجوده معها. في إحدى زياراتي لها، ذهبنا لتناول العشاء في بيت أخيها. فتحدثنا نحن الأربعة فقط عن تغيير أثاث منزلها وكيفية سير العمل.

ظننت أن جان ستشعر بالراحة لأن هذا أخوها وزوجته. فأمضت جان وقتاً ممتعاً، ولكن والدتها حدثتني في ما بعد ببقية القصة. فبينما جلست وديف نتحدث، ذهبت جان وماري إلى المطبخ. فالتفتت جان إلى ماري وقالت: "من ذلك الرجل الجالس هناك؟ إنه ظريف فعلاً، أليس كذلك؟".

إن "ذلك الرجل" هو أنا. فقالت والدة جان إنه من اللطيف أن لا تعرف جان أنني جالس على طاولة على بعد بضعة أقدام عنها، ولكنها لا زالت منجذبة إليّ. فأتار ذلك في نفسي بعض الأسئلة التي أجّلت

التفكير فيها. ترى هل سأبقى راغباً برؤيتها يوماً ما عندما تتدهور حالتها لدرجة تصبح فيها عاجزة عن تناول طعامها أو استخدام الحمام أو ارتداء ملابسها؟ وماذا عن الوقت الذي ستعجز فيه عن السير بمفردها وعندما يدخل جسدها إلى المرحلة الأخيرة، أي الحالة النباتية؟ إنها آتية لا محالة.

ناقشت هذه الناحية مع روب بلين؛ المعالج النفسي الذي ساعدني في علاج إصابتي باكتئاب ما بعد الصدمة. فعبر عن شعوري في زيارتي المستمرة لمراقبة تغيير جان في جملة واحدة: "إن الأمر أشبه بحضور الجنازة نفسها مرة تلو الأخرى".

كم مرة سأقوى على تجربة حزن جديد؟ لقد توجب عليّ أيضاً أن أتقبل استحالة وجود أي إنجاز طبي حديث مستقبلي يعيد خلايا الدماغ الميتة التي أتلّفها المرض، وهذا يعني أن ما نسيتُه جان انتهى إلى الأبد، وهذا يشملني أنا.

نصحتني جولي غاري مديرة رعايتنا قائلة: "إن زرتها مرة في الأسبوع أو مرة في العام، فلن يشكّل هذا أي فرق بالنسبة إليها لأنها لن تتذكر شيئاً".

تساءلت عن كيفية شعور جان. أهكذا تريد أن يتذكرها الآخرون؟ أهكذا تريد لعلاقتنا أن تنتهي؟ إن هذا شبيه بما حدث لصديقي المصاب بالسرطان الذي وصل إلى مرحلة لم يعد يريد إبّانها من يجونه أن يروه وهو يتعثر ويضعف. ترى هل ستشعر بالرعب مما ينتظرها؟ هل ستفضل أن أتركها ترحل وتموت، إن واثني تلك الفرصة، قبل أن تصل إلى تلك المرحلة؟

لا أعرف لأنني لم أطرح عليها هذا السؤال. عندما نقلت جان بسيارة الإسعاف من مصحة الرعاية إلى المستشفى، ألحّ عليّ التساؤل

عن الوقت والكيفية التي ستنتهي بها حياة جان. قد أكون صاحب القرار بصفتي زوجها (وهذا يختلف من ولاية إلى أخرى)، ولكنني لا أعرف ما هي أمنيته.

بدأت هذه العوارض الطبية عندما شعرت جان بألم في بطنها. فأدركت مديرة رعايتنا جولي غاري أن هناك أمراً خطيراً وأوصلتها بسرعة إلى غرفة الطوارئ. فشخصوا إصابتها بالتهاب الرتج، وهو التهاب يصيب جيوب صغيرة في بطانة القولون، وقد ينتج عنه إصابة خطيرة تنتشر في أنحاء الجسم. وتتراوح خيارات العلاج بين المضادات الحيوية (مع تمني الحظ الجيد) إلى الجراحة الاضطرارية.

يعتبر هذا، بالنسبة إلى الشخص الطبيعي، مرضاً صعباً. إذ لا يعود بوسع المريض تناول طعامه بسبب تحسّس القولون، مما يمنع الالتهاب فرصة للشفاء لوحده بينما تحارب المضادات الحيوية أي التهابات قد تحدث بسبب التسرب. وفي خلال هذا الوقت، يحصل الجسم على تغذيته من خلال الأنابيب الوريدية، وهذا يعني التواجد في مكان غريب وسرير غريب بوجود ممرضات وأطباء يفحصون المريض في النهار وأحياناً في الليل.

بالنسبة إلى جان، المريضة غير المدركة لما يجري حولها، بدا هذا أشبه بفيلم رعب ممتد بلا نهاية من النهار إلى الليل. وتسبب لها بحالة من الخوف والتشوش الرهيب. وبدأت تسعى بشكل فطري للهروب من المستشفى. فأتت المشكلة الأولى مع نقط الأنبوب الوريدي (المصل). فلم تستطع أن تدرك السبب في وضعه، ولهذا فقد نزعته. ولم تستطع أن تتقبل فكرة احتجازها في السرير. وأرادت أن تمشي في الأرجاء كما اعتادت أن تفعل في المصحّة، ولهذا فقد قامت بمجرد النهوض والمشي تاركة الأنابيب الوريدية خلفها.

أثار التعامل مع المرضيات غضبها. فصرخت مرةً في وجه إحدى المرضيات، وكل هذا لأنها عجزت عن إدراك مكان وجودها أو سببه، وتجاوبت معه بخوف فطري. في النهار، أتى أفراد العائلة والأصدقاء وجودي، المرأة التي وظفتها قبل أشهر لتكون مرافقة جان بين الحين والآخر، لزيارتها. فمكثوا إلى جانبها، وتمشوا معها في الممرات، ولكن الوضع لم يبقَ هادئاً. ففي إحدى المرات، دفعت جودي جان بعيداً عن باب المصعد بالقوة وكأتهما في مباراة مصارعة. فقد أرادت جان المغادرة فوراً، ولم يمنعه من ذلك إلا قوة جودي الجسدية.

في خلال الليل، كلف المستشفى جليسة في الغرفة لتراقب جان وتساعدتها على التوجه إلى الحمام وتمنعها من نزع الأنابيب الوريدية. وترددت المرضيات حيال إعطاء جان دواء مضاداً للقلق كنا نستخدمه مسبقاً في مصحة الرعاية، ولكنهن سرعان ما غيرن رأيهن.

استمرت فترة الإقامة في المستشفى، أو ما أسميه بفترة الحصار، لثلاثة أيام إلى أن لجحت المضادات الحيوية، وخفت المشكلة ولم تعد الجراحة مطلوبة في الوقت الحاضر. فأعادت جودي غاري جان إلى مصحة الرعاية قبل الغداء وراقبتها وهي تتجه إلى مقعدها بجانب الطاولة في غرفة الطعام. وعندما سألتها أحدهم أين كانت، أجابت جان ببهجة: "لقد ذهبت في رحلة بالقارب". وعاد الهدوء ليسود الأجواء.

لكن هذا الهدوء مهّد لبداية اضطراب جديد. فقد أراد الجراح إجراء تنظير للقولون ليتأكد من حاجة جان للعملية الجراحية واستئصال جزء من الأمعاء. وكان التحضير لتنظير القولون يعني أنه يجب غسل الأمعاء في اليوم الذي يسبق هذا الإجراء. ولا يمكن للمريض أن يتناول أي طعام في اليوم السابق للغسل ولا أن يتناول الفطور في اليوم نفسه.

فحاولنا العثور على أفكار وخطط واستراتيجيات تمكننا من تحقيق ذلك إلى أن أدركنا أنه من المستحيل أن نفع جان بالخضوع للعملية. إن عدم استيعابها للسبب في حاجتها إلى هذا الإجراء سيجعلها ببساطة تقاوم أي شخص يحاول أن يجبرها على القيام بذلك وربما تحاربه أيضاً. فوجودها بأسره قائم على الحفاظ على روتينها اليومي، أي العشاء ليلاً والاستيقاظ صباحاً في وقتها المعتاد لتناول الفطور ثم الغداء.

استطاعت كارون، والدة جان، أن تدرك هذا بوضوح أكبر، ولهذا السبب أرسلت لي في أحد الأيام في خلال مناقشة مسألة تنظيم القولون رسالة سألتني فيها أسئلة لم تخطر لي قط لتركيصي المنصب على الحاجة إلى هذا الإجراء.

'سأطرح عليك سؤالاً: هل تظن أن هذا الإجراء ضروري؟ ما هو سبب حاجتها إليه بالتحديد؟ ربما يكون قد تبقى أمام جان عامان فقط نستطيع بهما أن نستمتع بوجودها وهي لا تزال تستجيب لنا. هل ستفعلون هذا لإطالة حياتها؟ وإن كان ذلك صحيحاً، فلماذا؟'

لماذا؟ حسناً، لأن هذا هو ما يجب علينا كمجتمع أن نفعله بشكل عفوي. فقد وقعت أوراقاً أتعهد بها أن أحرص على إسعاف جان في حال الطوارئ. وقعتها من دون تردد، والأسوأ من ذلك، من دون تفكير. إذ أنه تصرف تلقائي بالنسبة إليّ لأننا هكذا نعني بشخص نحبه. ولكن هل هو كذلك؟

كم أتمنى لو أنني وجان تحدثنا بهذا الأمر من قبل. فقد كان من السهل أن نجلس وندون رغباتنا عندما كانت لا تزال تستطيع أن تفعل ذلك، أي بعد تشخيص مرضها بفترة بسيطة. إنني أتخيل نفسي قائلاً: "دعينا نكتب مقالة، يا عزيزتي، تحدد أي نوع من الرعاية نريد عندما

نقترب من نهاية حياتنا". ولكنني لم أذكر ذلك بصوت مرتفع قط لأن ذلك يعني التسليم بالختوم والاعتراف بنهاية الأمل. إن سأل أحدهم الناس عن رغباتهم، ستأتي الإجابات متشابهة بشكل مدهش: إن أصبحت حياتي معتمدة على الأنابيب والآلات ولم أعد حتى مدركاً لما حولي، فلا تقووني على قيد الحياة. إنه أمر بغاية البساطة... أليس كذلك؟

تحدثت على الهاتف مطولاً مع الدكتورة مارغريت فاوت كالاهان، عميدة كلية التمريض في جامعة ماركويت في ميلووكي بولاية ويسكونسن، فقالت لي: "إن أمي مصابة بالألزهايمر." تنصب اهتمامات الدكتورة كالاهان البحثية ضمن مجالات التحكم بالألم والسياسة الصحية. قالت: "لم تتواصل أمي معنا طيلة عامين ونصف العام. وقرابة النهاية، لم تعد قادرة على أكل أو شرب أي شيء لأسبوعين أو ثلاثة أسابيع ولم تتبول لأكثر من أسبوع. إن هذا في الواقع يعني نهاية الحياة".

وقفت الدكتورة كالاهان وشقيقتها بجانب سرير والدتهما. قالت الدكتورة: "بدأت أحيي تغني أغنية" عندما تبسم العيون الإيرلندية". نظرت إلى أمي، ورأيت دموعاً تنحدر على خدها. فاعتبرنا هذه إشارة من العناية الإلهية على أنها ستكون على ما يرام".

تقول الطبيبة إننا لا نستطيع دائماً أن نعرف ما يجري في الدماغ عندما تخين النهاية أو كم من الوعي لا يزال أحياناً يحتفظون به. من الممكن لهذه أن تكون لحظة صعبة. ترى هل يجب على المرء أن يصرخ على المرضعات، ويسبداً بإدخال الأنابيب أم أنه سينظر إلى ذلك الشخص العزيز ويقول في نفسه إنه لن يود أن يتحمل بضع لحظات أو أياماً أخرى من الوجود المدعم بالتكنولوجيا؟

أضافت الدكتورة كالاهاان المزيد من التفكير إلى هذه المسألة. فإن استطاعت أمها أن تسمع أغنية وتستجيب لها حتى وهي في حالة غيبوبة، أليس من الممكن أيضاً أن تعاني من الألم جراء المزيد من العلاجات من دون أن تملك القدرة على التعبير عن ذلك؟

تضمن قصتها مناقشة من شخص مدرب وخبير وفي الوقت نفسه يعاني من تجربة شخصية حزينة، فيقول: إن أردتم مناقشة نهاية الحياة، فلا تنتظروا الوقت الذي تجتمع فيه العائلة في المستشفى بعد حالة طارئة تأتي أحياناً من دون سابق إنذار.

تقول: "إن الناس الذين يتعاملون مع نهاية الحياة وهم في الثلاثينات من أعمارهم دائماً ما يفعلون ذلك بشكل أفضل لأنهم لا يعتقدون أنهم يموتون".

إن الألزهايمر يعذب بأسلوب خاص به لأن جسد الشخص المصاب يبدو حتى النهاية طبيعياً بالرغم من أنه تالف كما قد يفعل به مرض مثل السرطان أو الإيدز. إن هذا يجعل تقبل المرض أمراً صعباً.

تحدثت مع بوني دانك، شقيقة صديقي القديم، وهي ممرضة نفسية متمرسة في مصحة كوبر ريدج في ماريلاند ومدربة كمستشارة رعاية، وهذا يجعلها أشبه بمستشارة روحانية أكثر من أي رجل دين. إنها تستخدم هذا التدريب كل يوم تقريباً في التعامل مع الجانب الروحي من الفرد. فسردت عليّ قصة عن تقبل مرض الألزهايمر، وهي صعبة وحزينة ولكنها نهائية.

"أتذكر أنني عرضت عليّ امرأة، وصلت والدتها إلى المرحلة الأخيرة من مرض الألزهايمر، صور الرنين المغناطيسي الدماغية. وكانت تلك المرأة لا تزال تعتقد أن أمها ستستيقظ وتتكلم معها وتميزها. فأمضيت أسابيع وأنا أحاول أن أشرح لها أن هذا لن يحدث أبداً.

"أخيراً، عرضت عليها الصور، وقلت: "لم يعد لها أي دماغ". فسبب لها هذا الصدمة، ولكن المرأة أخيراً أدركت أن أمها رحلت ولم تعد موجودة إلا في ذاكرتها. وأصبحت مستعدة لإيقاف كل تلك العلاجات العقيمة والتخلي عن هذا الجسد الذي حملها".

طرحت عليّ بوني، معتمدة على تجاربها اليومية في التحدث مع العائلات، أسئلة عن نفسي غالباً ما تسألها للآخرين.

"كـم بقي من جان التي تزوجتها؟ عندما يفقد المريض ذاكرته وإحساسه بالجمال، يجب على العائلات أن تدرك أن الشخص الذي يعرفونه ويحبونه ليس مقصوراً على صورة الجسد. إن المرء لا يتوقف عن منح الحب لأحبائه، ولكنه يمنحهم إياه بطريقة مختلفة لكي لا تؤذيهم أو تخيفهم ولكي يتذكر جمال العلاقة التي جمعت بينهم في ما مضى. إن هذه هي الذكرى التي يجب على الإنسان الاحتفاظ بها".

الجدول الزمني

حزيران عام 2009

رسالة من آني مارشال صديقة جان من أيام أخبار تلفزيون سياتل

حاول ألا تشعر بالذنب. فقد قالت لي جان فعلاً ونحن نتناول الغداء هنا في تشرين الأول من عام 2007 إن الرجال يحتاجون إلى امرأة تعتني بهم وإفها تريدك أن تحظى بمن يعتني بك. وإن أردت تونجي الصراحة معك، فعندما أرسلت لي جان رسالتها الإلكترونية تخبرني فيها عن تشخيص مرضها، كانت أول فكرة خطرت لي كالسهم هي أنها ستنتحر وهي لا تزال تستطيع ذلك لأنها لن تود أن تتركك أو تترك أي شخص آخر يمر بهذه المعاناة.

- المخلصة آني.

"عش حياتك وكأنك ستموت غداً. واطلب العلم وكأنك ستعيش أبداً".
- الزعيم الهندي المهاتما غاندي

وأخيراً...

قال أحدهم مرة عن الأعمال الفنية العظيمة إننا لا نمتلكها بل نقوم بمجرد العناية بها طوال حياتنا إلى أن نورثها لمناح الرعاية التالي. عندما وقعت في حب جان، ظننت أن حبنا سيستمر إلى الأبد، ولكنني كنت مخطئاً. فقد حظيت بوجودها طيلة ذلك الوقت وهي تؤثر في الآخرين وتعني بهم وتجعلني محور حياتها.

لطالما اعتقدت جان أننا نصنع سعادتنا بأيدينا. وعندما يستيقظ المرء ويواجه يومه حاملاً هذا الشعور، فإنه يستطيع أن يجعل أيامه جميلة. وكانت أيامها كذلك فعلاً. فجعلت الكثير من أيامي جميلة أيضاً.

في مطلع العام 1994، عندما كنا نقيم في لندن، أعدت جان خططها لأن تصطحبنا جميعاً في رحلة سفاري إلى كينيا. وكانت الرحلة باهظة التكاليف إلى حدّ الجنون، ولهذا غيرنا مواعيدنا إلى الأسبوع الذي يلي عطلة الكرسمس لنحصل على تعرفه أرخص، وساعدنا إيميلي لتعدل برنامج دراستها في الولايات المتحدة. فاستغرق هذا المشروع سنة من التخطيط. وكانت جولي لا تزال تقيم معنا بينما تدرس فصلاً في كلية التمثيل.

شكّلت جان القوة الدافعة لهذه الفكرة. فقد ساورها قلق من مستقبل كينيا السياسي المضطرب، وأصرت أنه يجب علينا الذهاب الآن

قبل أن تتردى الأوضاع هناك. كانت محقة لأن هذا هو ما حدث بعد بضع سنوات. وبالإضافة إلى ذلك، فقد أصرت جان على أن ترى الفتاتان الطبيعة الأفريقية وجزءاً جميلاً من العالم لم ترياه من قبل.

إن شعار جان الدائم هو: لا تمنح ابنتيك هدايا بل امنحهما تجارب جديدة. فقامت هي بالتخطيط بينما اقتصرت وظيفتي على سداد التكاليف، ولكنني سررت كثيراً لقيامها بذلك. تعاملت جان مع وكالة سفر لندنية لتنظم خط الرحلة وناقشت توقيتها وكيفية وصولنا إلى هناك وخيارات الكلفة المتعددة.

في العام 1994، وقعت أحداث رَوندا. فأرسلت لتغطية تبعات تلك المحزنة التي قطع فيها شعب الهوتو شعب التوتسي المنافس إلى أشلاء حتى أولئك المختبئين في دور العبادة الريفية سعيًا للملاذ. ثم انقلبت الموازين. فطُرد الهوتو إلى زائير المجاورة (أي ما يسمى الآن بجمهورية الكونغو الديمقراطية). وهرب منهم عدد يقدر بعشرات الآلاف. فلجأوا إلى سهل بركاني أجرد وهم خائرو القوى.

لم تكن هناك وسائل صحية متوفرة ولا ماء ولا وسيلة لمنع تفشي الكوليرا القاتلة والإسهال حالما بدأت الأوبئة بالانتشار. إنها من دون شك أسوأ قصة غطيتها آنذاك. فتشككت في ذهني طيلة تلك الأسابيع صورة أفريقيا المتمثلة بالغبار والحرارة والموت والمآسي.

كانت أكوام من الجثث تتكدس كل يوم ثم تأتي الجرافات لتحفر خنادق وتجعلها مقابر جماعية. وازداد عدد القتلى كل يوم. حافظت على اتصالي بجان، وتحدثت إليها عن الأمور العادية التي تعيد إليّ اتزاني. وفي أحد الأيام، أرادت أن تعرف رأبي بإحدى خططها. فقد استفسر وكيل السفر عن موافقتنا على رحلة السفاري قبل ثلاثة أشهر على موعدها. وأراد منا أن نثبت الرحلة الآن أو نلغيها.

جلست في منطقة المخيم - التي يغطيها الغبار - والتي نصبها الصحفيون في المطار وظهري محن وأنا أتكلم إليها على الهاتف الفضائي. أتريد مني فعلاً أن أعود إلى أفريقيا حيث أنا الآن محاط بالموتى والمختضرين؟ بدت الفكرة في حالي تلك جنونية وغير واردة على الإطلاق. ألا تسمعيني؟ إنني أريد الخروج من هنا ولا أريد التحدث بموضوع العودة إلى هذا المكان. أريد الخروج!

لكنها لم تقبل هذا الموقف مني. فقد أدركت أن رحلة السفاري تجربة رائعة وهدية مدهشة نستطيع منحها لبعضنا ومغامرة مذهلة كي نخوضها الفتاتان.

لكن هل يتوجب عليّ حقاً أن أقوم بهذه المحادثة الآن؟ ألا يستطيعان الانتظار؟

كلا، لقد رفضت جان التأجيل وأرادت مني جواباً حاسماً الآن. ربما دفعتها فطرماً لإجراء تلك المكالمة. فقد علمت بقصة روندا عندما ذهبت إلى مكتبنا في لندن وشاهدت الأخبار تصل من خلال القمر الاصطناعي، وتوجهت إلى نيويورك وأخبار سي بي أس. فرأت تقريراً عن الأطفال الذين يموتون في دار الأيتام، وأحست من نبرة صوتي أن المأساة مزقت قلبي. لماذا يجب على الأبرياء وحدهم أن يعانون دائماً؟ لقد طاردتني صورهم في كوابيسي عندما كنت أستطيع النوم، ولكن جان كانت تتمتع بفطرة وإصرار قويين لم أدرك وجودهما في بادئ الأمر.

توقفتُ، وأمسكت الهاتف، ونظرت حولي حيث كان الناس يحتضرون على بعد مسافة قصيرة بسبب ندرة المياه والملح. فبدت لي الحياة في ذلك المكان وتلك اللحظة هشة وسريعة الزوال، ولكنني أدركت مغزى كلامها. فإن كانت الحياة هشة فعلاً، يجب على المرء أن

يبدل ما بوسعه ليستمتع بما يحظى به في تلك اللحظة وذلك الوقت. ليس لذلك علاقة بالإجازة أو خطط السفر أو أي من تلك الأمور بل بمعرفة جان أن باري بحاجة إلى أن يرى ما يتجاوز تلك المحنة ويختار المستقبل والحياة والحب لابنتيه ولعائلته ولا يستسلم للرعب المائل أمام عينيه.

فقلت لها أن تحجز رحلة السفاري. وتذكرت درسها بعد ذلك إلى الأبد. نعم، سأختار الحياة وأحتفل بها.

لقد بذلت في سبيلها كل عناية ممكنة. وربما توجب عليّ أن أفعل بعض الأشياء بشكل أفضل، ولكنني لا أستطيع أن أغيرها الآن. ومع ذلك، فقد قمت بأشياء أخرى بشكل جيد. والآن، أعترف أن أصعب شيء هو الوداع. لا أعرف إن كانت ستفهمني أو توافق على ما سأفعله. ومع ذلك، فسأخذ التلميح منها ومما جعلها من قبل كل شيء في حياتي.

اختر الحياة واحتفل بها.

والآن، يا عزيزتي، سأقدم على هذه الخطوة ببساطة. سأسدل الستار على ذكرياتنا لأبدأ ببناء ذكريات جديدة. إن التفكير في هذا يجزني ويجعلني أفتقدك، ولكن هذا هو ما يجب أن يؤول إليه الحال.

أتمنى لو أنني أحظى بلحظة هادئة تستطيعين فيه أن تتحدثي إليّ عن هذه الخطوة. فلطالما وثقت بك لأنك كنت مرشدتي عندما يخيم السواد على كل شيء من حولي، ولكنك لم تعودي قادرة على البقاء إلى جانبي. فرحلت من حياتي.

لقد فات الأوان لأن أمنحك قبلة أخيرة، ولكنني سأعيش كما علمتني وأختار الحياة وأحتفل بها حتى لو كان الماضي قدماً يعني أن أخلفك ورائي.

أيمكن أن توجد، في مكان ما داخل عقلك، طريقة تعرفين بها أنني
سأحبك وأفتقدك دوماً؟

أشعر بلمسة يدك بين يدي تتلاشى شيئاً فشيئاً ثم تختفي.
سأحاول ألا أشعر بالحزن على ما حظينا به في الماضي ثم فقدناه.
لن يكون رحيلك سهلاً عليّ في ظلام الليل عندما لا ينظر أحد إليّ
وعندما تنهمر الدموع من عيني.

بدلاً من ذلك سأعمل جاهداً لأتذكر الأعجوبة التي عشناها معاً
من قبل وأحتفل بها. أعتقد أن هذا سيرسم البسمة على وجهك.
لقد حان الوقت الآن. ويجب أن يمشي كل واحد منا في طريقه.
عزيزتي جان... لقد جعلتني من قبل أثق بالأبدية.
وجعلتني أثق في ما تقولينه دائماً... من عزيز إلى عزيزته...
وداعاً...

من باري

انتقلت عائداً إلى الولايات المتحدة في خريف عام 2009 لأبدأ حياتي من جديد في دنفر بولاية كولورادو، وأبدأ عقد عمل آخر مع أخبار سي بي أس. فساعدني هذا الانتقال على المكوث قريباً من ابنتي وحفيدتي.

... وساعدني أيضاً على البدء من جديد. فأنا الآن أعيش في دنفر، المدينة التي تعيش فيها ماري نيل؛ تلك المرأة المميزة التي جمعتني الأقدار بها بالرغم من شكوكي والتي أصبحت تحبني سواء أكنت صيداً ثميناً أم لا.

إنني أبدأ حياة جديدة معها، ولكن حياتنا تتضمن جان أيضاً. فقد نقلت جان من بيلفيو بولاية واشنطن إلى دنفر حيث تعيش الآن في مصحة رعاية أخرى. وأصبحت أتمكن من زيارتها والإشراف على رعايتها بنفسي. قد لا يشكل هذا أهمية بالنسبة إلى جان فعلاً لأنها في أغلب الأحيان لا تعرف أنني هناك، ولكنه مهم بالنسبة إليّ. لقد شجعتني ماري نيل بنفسها على اتخاذ هذا القرار. فهي تعتقد أنني وإياها وابنتي وحفيدتي والآخرين الذين سيعرفوننا نستطيع أن نساعد جان عن طريق الاهتمام بها وتمضية الوقت معها. قد يقول بعضهم إن هذا يتطلب عزيمة وإصراراً كبيرين. ولكننا نقول إنه يتطلب عائلة كبيرة تحب بعضها. والآن، سنصبح جميعاً عائلة واحدة... من أجل جان.

النهاية

لا تمسح دموعك عن خدك بل ابحث عن عبرة تضعها في ذهنك
كم من قصة حب ووفاء في الواقع تعجز الأقلام عن التعبير عنها
والأوراق عن تحمل لهيبتها
الوفاء جميل
والحياة أيضاً
لا تفاضل بينهما بل اسع إلى جمعهما معاً