

התענוג שבחברתו

המוות מאלץ אותנו להחליט החלטות קרות. לפני חמש שנים חיכיתי בבית החולים, בחדר של בעלי לפני שמת, משותקת מרוב פחד. הרופא מהיחידה לטיפול נמרץ דיבר בכוחות. "גברת ויאט", אמר, "כדאי שנדבר על מה שבעלך היה רוצה שנעשה." מבלי משים שלחתי את ידי אל בעלי – האדם שהפך דברים כואבים רבים לנסבלים במשך השנים – ולרגע חשתי בטוחה בחום ידו. אבל תחושת הביטחון היתה אשליה, כמו כל ביטחון שעשוי לספק אדם גוסס. הרופא ואני דיברנו על מה שצריך לעשות.

בעלי, אדם מעשי שכמותו, פירט כבר לפני שנים את ההחלטות הרפואיות הסופיות שרצה שייעשו בשמו, מה שחסך ממני מידה מסוימת של כאב וחוסר ודאות. ואמנם הוא פירט בדיוק רב כל כך את הנסיבות שבהן יש לנתק אותו ממכונות ההחייאה, עד שהרופא המטפל ציטט את ההנחיות הללו באוזני סטודנטים לרפואה ומתמחים כמופת לאופן שבו יש לנסח דברים מסוג זה. "ד"ר ויאט", כך אמר להם, "היה מדען וגם רופא, והדבר ניכר בדיוק שבהוראותיו."

ריצ'רד, אמרתי לעצמי, היה גם מורה, והוא שמח ללמד במותו כפי ששמח ללמד בחייו. הוא היה ודאי צוחק ואומר שלמרות הכול הוא היה מעדיף להישאר בחיים ולהשאיר את סוג הלימוד המסוים הזה למישהו אחר. חום ידו היה אמנם אשליה, אך זכר שנינותו היה ממשי. לרגע הרגשתי את השלווה ואת התענוג שבחברתו.

הנחמה שבאהבה

ההחלטה לחתום על המסמכים שיביאו למותו של ריצ'רד היתה קשה אך עניינית להפליא. כתוצאה ממצבו הרפואי והדיוק שבהנחיות שנתן מראש, החתימה, מצמררת ככל שהיתה, היתה בלתי נמנעת. היה זה מעשה סופי והכרחי. היה כואב יותר להחליט היכן אעביר את הלילה המשותף האחרון שלנו. לכאורה, אין מקום להתלבטות. כל דחף אנושי, כל יצר של אהבה וחברות, אמר לי שעלי להיות איתו ברגעיו האחרונים. אין זה משנה שהוא מחוסר הכרה ולא ישוב עוד להכרה לעולם. הרצון לחבק ולנחם, ללוות, הוא רצון עתיק יומין ולא בכדי: הוא אנושי, כאלה אנחנו. לו הייתי כפופה להרגלי הישנים, אלה שהיו לי לפני שריצ'רד נעשה חלק מהאופן שבו אני מתמודדת עם העולם ועם הדאגות שלי, הייתי נשארת לצדו כל הלילה, ולא רוצה או לא מסוגלת להירדם. לא הייתי מסוגלת לתאר לעצמי מצב אחר. המחשבה להעביר את הלילה האחרון שלנו בנפרד נראתה לי מפלצתית.

עם זאת, ריצ'רד העניק לי במתנה את היכולת לחשוב כפי שריצ'רד היה חושב, לא כפי שחושבים אחרים ולא כפי שאני נהגתי לחשוב. חשבתי על שינה, על עניינים מעשיים. "אסור לך לוותר על השינה," אמר לי לעתים קרובות כל כך ובמקומות רבים כל כך: "את נשארת ערה עד שעה מאוחרת מדי; את מגזימה. עוד תחטפי התקף מאניה. קחי משהו. תישני קצת."

תרופות, אהבה, שינה: אלה הדברים שריצ'רד הוכיח ששומרים על תקינות הנפש שלי. בקרוב תיעלם האהבה שלו, לפחות בצורתה הגשמית והמקובלת יותר. מעתה והלאה יהיה עלי לטפל בעצמי, לדאוג לכל ההתנהלות המעשית שהוא לקח על עצמו עד עכשיו.

אילו הייתי נשארת איתו בבית החולים, ליל השימורים היה מביא בעקבותיו לילות נוספים כמותו בימים הקשים הצפויים לי; אין ספק שהמחסור בשינה היה מטריף עלי את דעתי. יכולתי לנסות להילחם בחולשה זו, אבל ללא הועיל. כבר הלכתי בדרך המתריסה וההרסנית הזאת פעמים רבות מדי בעבר, ואין טעם להשלות את עצמי עכשיו.

התענוג שבחברתו

המאניה תגיע במהרה, ללא כל ספק. כבר איברתי את לבי, ואאבד גם את שפיותי. ריצ'רד ימות, אני אהיה חולה, עדיין תהיה לווייה שצריך לתכנן, ואני עדיין אצטרך לחיות עם העובדה שהוא טמון עמוק באדמה, קר ובלתי נגיש. הכול – ריצ'רד, שפיותי, השלווה שתרתי אחריה במשך זמן רב כל כך – הכול יאבד. אם אני חותרת לעתיד נסבל, עלי להפנות את הגב לאדם שאפשר את העתיד שלי מלכתחילה. זהו שיקול תועלתני ומעשה בגידה; רציונלי כמו שהיה ריצ'רד; זה משמר.

נשקתי לריצ'רד על מצחו, השארתי אותו לבדו בחדר מלא במוניטורים שמהבהבים בהם מספרים נמוכים מדי, גבוהים מדי; הסברתי לאחיות כיצד ליצור איתי קשר. ריצ'רד ואני העברנו את הלילה האחרון שלנו כבעל ואישה בנפרד, במיטות קרות ורחוקות, בדרך שונה באופן בלתי נתפש מאורח החיים שניהלנו במשך עשרים שנה כמעט. ריצ'רד ימות למחרת, ומוחו החרוף ודרכיו המגוננות ימותו איתו.



ריצ'רד היה רופא ומדען מעל לכול. לא היה שום דבר אחר בחייו שישווה לכך. הוא אהב מדע ללא סייג משחר ילדותו ועד מותו; שום דבר לא יכול היה להתחרות בעונג שהסבה לו ההתחבטות בשאלות שעוררו הטבע או המוח האנושי. אהבתי את התכונה הזאת אצלו. אותו ראש ששירת את ריצ'רד נאמנה בעבודתו המדעית, לצד שנינות משעשעת וסובלנות ראויה לציון לכל אורח חיים שהוא, עשו את החיים לצדו לתענוג. ואם לא תמיד תענוג, אף פעם לא שעמום. בכל השנים שחינו יחד אני לא זוכרת רגע משעמם אחד. כמעט נשבר לי יותר מפעם אחת, אין ספק. אבל אף פעם לא שעמם לי.

כבר בהתחלה כתב לי ריצ'רד שהוא טירון באהבה. הוא אמר זאת לעתים קרובות וגרס שזה חלק חשוב ממי שאנחנו, מקור להנאה וגם לפגיעות. לקח לי זמן להאמין בזה. הוא היה בן ארבעים וחמש ואני

הנחמה שבאהבה

הייתי בת שלושים ושמונה כשנפגשנו; אף אחד מאיתנו לא היה טירון בחיים או בתסבוכות רומנטיות. הקסם האישי שלו היה עדין אך מוחלט, הוא היה נאה ובטוח בעצמו. היה בו איפוק מפתה, כמו האינטליגנציה שלו, והוא היה מקשיב בהתעניינות כזו שמחכים לה תמיד ומוצאים אותה רק לעתים נדירות. נשים נשבו בקסמו ועם זאת, למרבה המזל, הוא כמעט שלא היה מודע לעובדה זו.

הכימיה בינינו היתה מידית. היו לנו דברים רבים במשותף – סקרנות בנוגע לעולם הטבע, עניין במנהגים ובחיי האהבה של עמיתנו למקצוע ובדרכים שבהן עלול המוח לסטות ממסלולו – וגם הצלחנו להצחיק זה את זה. שנינו היינו אופטימיסטים, ובתחילת כל יום האמנו שמשהו מעניין ודאי יקרה בו. חיפשנו הנאה בכל דבר שעשינו.

עם הזמן הבנו גם ששנינו חיים בתחושה שקיבלנו הזדמנות שנייה בחיים: הוא שהתגבר על לימפומת הודג'קין לפני כעשר שנים, ואני שחייתי עם מאניה, דיכאונות משתקים ומה שאמור היה להיות ניסיון התאבדות קטלני. ידענו שחסדיהם של המדע ורופאים טובים הם שהצילו אותנו, והרגשנו שאנחנו חייבים להם. לא יצאנו מנקודת הנחה שזכינו להצלחה תמידית בחיים או שהחיים יהיו קלים. שנינו עבדנו קשה כדי להגיע לאן שהגענו, אבל גם היה לנו מזל בכל הנוגע להזדמנויות ולנסיבות.

ריצ'רד, שהדיסלקציה שלו הגבילה אותו מאוד, ידע כבר בשלב מוקדם בחייו שיצטרך לתמך סביב הקושי. הידיעה הכתה בו לראשונה כשהיה בכיתה ב' וגילה שהכיתה שלו מחולקת לקבוצות קריאה שכונו "נשרים", "נצים", "ינשופים" ו"אדומי חזה". "אדומי חזה" היו ילדים שבקושי הצליחו להחזיק את הספר בכיוון הנכון, והוא היה "אדום חזה" מובהק. לא רק שהיה "אדום חזה", אלא היה בתחתית קבוצת "אדומי חזה". הוא קרא בקושי רב ובריכוז מזערי; כישורי האיות שלו היו איומים, וכתב היד שלו גרוע אף יותר. היתה לו, לדבריו, מוטוריקה עדינה של צדפה.

התענוג שבחברתו

גישתו של ריצ'רד לעניין היתה אופיינית לדרך שבה הוא התמודד עם בעיות לאורך כל חייו; הוא היה שקול ועבד קשה יותר. אביו החורג, שעסק בעריכת דין בתחום ההגבלים העסקיים בשיקגו והתעניין מאוד באסטרטגיה, עודד אותו ללמוד מדע ולבקר במוזיאוני המדע הגדולים שבעיר. המוזיאונים האלה, שהתאימו התאמה מושלמת לנפש שמרגישה נינוחה יותר במחיצת רעיונות מאשר במחיצת מילים, היו לו לבית שני. גם הוא וגם אביו החורג ידעו להבחין בין חוסר היכולת לקרוא ובין רמת אינטליגנציה, וריצ'רד קרא לאטו את ספרי המדע שמצא בספרייה המקומית.

לאורך לימודיו במכללה ובבית הספר לרפואה ולאורך הסטאז', ההתמחות והקריירה המדעית שלו, היה עליו לעבוד ארבע או חמש שעות נוספות מדי יום. הוא קיבל את הדבר כחלק מעובדות החיים והכיר תודה על כך שיש באפשרותו לממש את שאיפותיו. מעולם לא שמעתי אותו מתלונן שלוקח לו זמן רב כל כך לקרוא או לכתוב מאמרים מדעיים; והוא מעולם לא הביע התנגדות לקריאת כתבי היד הרבים שהגישו לו המדענים הצעירים שעובדים במעבדה שלו. הוא הרגיש כמי שהתברך במוח מוצלח ובהשכלה איכותית; הוא ראה עצמו כבר מזל של ממש. בדרך כלל היה מתלוצץ בכל הנוגע לשגיאות הכתיב התכופות שלו ולטעויות בקריאה, וברגע שנחל הצלחה מקצועית, השקיע נתח נכבד מזמנו בעידוד צעירים בעלי קשיים דומים להתמיד.

השילוב של אינטלקט ומשמעת השתלם לריצ'רד: הוא קיבל תואר ברפואה מטעם ג'ונס הופקינס, את ההתמחות הפסיכיאטרית עשה בהרווארד, והוא התמנה לראש מחלקת נוירו-פסיכיאטריה במכון הלאומי לבריאות הנפש. הוא כתב והשתתף בכתיבה של שמונה מאות מאמרים מדעיים ושישה ספרים. לא פעם נשאל, "כמה דיסלקטיים כבר אפשר להיות אם כותבים כל כך הרבה?" הוא היה צוחק ואומר, "מאוד, תאמינו לי." ואכן היה כזה. כתיבתו של כל משפט בכל מאמר היתה עבורו מאבק, ואת המאמרים הרפואיים והמדעיים הוא צריך היה לקרוא

הנחמה שבאהבה

פעם אחר פעם, ואז לקרוא שוב. בכל פעם שנתן מרשם למטופלים, היו צריכים לקרוא לו אותו בקול כדי למנוע טעויות אפשריות במינון. דבר, מלבד התלהבות ורעיונות, לא בא לו בקלות.

החיים בעיני ריצ'רד היו הרפתקה שמורכבת מעולמות שיש לגלות ומבעיות שיש לפתור. ככל שהפתרון היה עלום יותר, כך הוא התעמק יותר בבעיה, התחבט, נאבק בה, התמיד, הפך בה בראשו, עד להופעתה של זווית התבוננות חדשה. הוא התמודד בעזרת משמעת ומקוריות עם מה שהראש שלי, חסר מנוחה ונוטה לתסכולים, חלף על פניו וויתר. המוח שלו היה בתנועה מתמדת, וכמעט שלא היה דבר בסביבתו הסוערת שלא נבדק. אותן סקרנות והתמדה השתלמו בעיקר בתחומי הרפואה והמדע, והוא תרם תרומה משמעותית להבנת הסכיזופרניה ומחלות מוח אחרות ולטיפול בהן. כמו כן מצא סיפוק בטיפול בחולי סכיזופרניה קשים. אף על פי שלרוב הוא היה על תקן יועץ, ופירוש הדבר שלרוב לא נפגש עם מטופלים יותר מפעם או פעמיים, הוא נהנה מעבודתו הקלינית, והיה דקדקן ויסודי באבחנות המקיפות שלו ובהמלצות שנתן להמשך טיפול. נפגשנו עם מטופלים רבים יחד, הוא ואני, והעדינות והסבלנות שהפגין הדהימו אותי, וגם האופן שבו עודד אותם לשאול אותו על דברים שאינם מובנים להם או לחלוק עמו את הפחדים שלהם.

כשריצ'רד זכה בפרס "מרגרט בירד רוסון" הראשון למבוגרים דיסלקטיים שהגיעו להישגים מקצועיים ראויים לציון, הוא הדגיש את העובדה שבעיניו היו קשיי הלמידה שלו ברכה במסווה. "למדתי כיצד להיכשל ולקום על הרגליים, וזה דבר מועיל מאוד," אמר. "אני מודע לעובדה שאני שונה ממרבית עמיתי הכשירים למקצוע, שמסוגלים למחשבה ליניארית. אני לומד באופן ספירלי, חוזר לנושא מכיוונים שונים ומשונים, וזה לוקח לי זמן רב. כיוון שעלי ללמוד כל נושא מחדש, ניתנת לי ההזדמנות ליצור הקשרים שאחרים עלולים לפספס. הדבר החשוב ביותר בעיני הוא שהלמידה, עבורי, היא השקעה לטווח

התענוג שבחברתו

ארוך ודורשת פילוסופיית חיים. "ריצ'רד לא ניצח במקצים של 400 מטר, אלא במקצים של 2,000 מטר. הוא נשאר במרוץ עד כמה שנדרש. ברגע שריצ'רד החליט שבעיה כלשהי ראויה לזמנו ולמאמציו, הוא לא הסכים לוותר. למזלי, נראה לי שהייתי בעיה כזאת בדיוק.

סקרנותו ושלוות רוחו של ריצ'רד הפכו את האהבה כלפי למשימה פשוטה יותר מכפי שהיתה עלולה להיות. כבר בהתחלה הוא שמר את הדברים שאהב בי קרוב ללבו; ואילו אל התכונות המטרידות יותר שלי התייחס, כמיטב יכולתו, במעין בלבול מנותק. הוא הצליח בזה מספיק כדי שנוכל להישאר יחד גם כשהנסיבות הקשו עלינו. גם נטייתו הבסיסית למצוא את הצדדים החיוביים באנשים שיחקה כאן תפקיד מרכזי. אחרי חג המולד הראשון שלנו יחד, בתקופה שחייתי בלונדון, הוא כתב לי על הקשיים שבמערכת היחסים שלנו – אבל הציג אותם באור נהדר באופן כללי: "יש שתי מתנות חג מולד שאזכור תמיד," אמר. "רכבת הצעצוע שקיבלתי בסביבות 1946 והטיול שלי לקיי דרך לונדון – האם לרכבת צעצוע אדמה את קיי? כן. כמה מהר יכולתי להסיע את הרכבת מבלי שתסטה ממסלולה? כשאכן סטתה, הרימו אותה, הניחו אותה בחזרה על המסלול, ולבסוף נעשה השיפוע תלול יותר. כך אני איתך." ההיאחזות במדרון דרשה סבלנות ומיומנות, וריצ'רד עשה זאת באופן יוצא מן הכלל.

המזג שלנו היה שונה לחלוטין – האופן שבו העדיף את עבודתו על פני אנשים; האופן האינטנסיבי והיציב פחות שבו חייתי – אך בתחילת חיינו המשותפים היתה זו מחלת המאניה-דפרסיה (דו-קוטביות) שלי שגרמה לאי-ההבנות ולצרימות הגדולות ביותר. עד שהתייצבה לבסוף, המחלה גבתה מאיתנו מחיר כבד, ולולא מגעו הרך של ריצ'רד, תכונותו המדהימה ודרכו המיומנת להתמודד עם המחלה ואיתי – לא היינו עומדים בזה. בכוחה של מחלת נפש לחבל גם במערכות היחסים הטובות ביותר וגם באיתנות ביותר שבהן. היא מביאה לרפיון איברים עיקש. היה לנו קשה כבר בהתחלה.

הנחמה שבאהבה

מצבי רוח הם דבר מידבק; הם עוברים מאלה שנתונים בהם לאלה שלא. אפילו מטפל קליני – נדיר שנותר אדיש לנוכח מטופל מאני או דיכאוני. עבור אלה שאין להם את הגנת ההכשרה המקצועית, ועבור אלה שמעורבים רגשית, כמעט בלתי אפשרי לשמור על שלווה נפש. מצבי הרוח גחמניים מדי, משכנעים מדי: היאוש מוליד ייאוש; חשד וכעס מובילים לפרנויה ולזעם. הגביע הקדוש במקרים כאלה הוא התנתקות מתוך דאגה, אבל קשה לקיים מצב כזה ולהחזיק בו מעמד; לרוב לא ניתן להישאר אטומים לפרובוקציה, ואי-אפשר לצפות מהטבע האנושי שיפעל בצורה כזאת.

מצבי הרוח שלי המשיכו להתנדנד בשנים הראשונות של מערכת היחסים של ריצ'רד ושלי. הן המאניה והן הדיכאון לא היו אז במלוא עוצמתם כפי שהיו כשרק התחלתי לטפל במחלה – בזכות הליתיום – אבל מדי פעם הייתי נסחפת למאניה קלה, מרוממת ושובת לב, ואז היא היתה מתבזבזת בתקופת דיכאון קצרה אך מסוכנת ומעצבנת במיוחד. קוצר התקופה כשלעצמו אינו מבטיח הגנה. גרהאם גרין ציין שאף שסערה בים התיכון עשויה להסתיים בתוך שעות ספורות, כל עוד היא נמשכת היא הרת אסון דיה כדי להטביע ספינה עמוסה באנשים. כזו היא האכזריות של מצבי הרוח. יכולתי לחיות עם מצבי הרוח ההפכפכים שלי, אך לא היה מובן מאליו בעיני שגם מישהו אחר יכול לעשות זאת או צריך לעשות זאת.

ריצ'רד, טירון לא רק באהבה אלא גם במציאות היומיומית הנלווית לאהבה זו, הביא עמו כוחות ייחודיים למצב. הוא היה בקי מבחינה קלינית ומדעית בתחום המאניה-דפרסיה, והיה מודע להיותה גנטית; הוא לא ייחס לאישיות את מה שידע שמקורו במחלה. הוא היה סקרן מטבעו, מורגל בהשגחה זהירה, וראה התנהגויות משונות בעין אוהדת. הוא הצליח להצחיק אותי בעיצומם של מצבים איומים ממש, ולא פקפקתי באהבתו כלפי.

פעם, במהלך ויכוח סוער על משהו שנראה חשוב בזמנו ועכשיו

התענוג שבחברתו

איני זוכרת מהו, נטלתי ארנבון חרסינה קטן שקיבלתי במתנה מדודתי והשלכתי אותו על קיר חדר השינה שלנו. הארנבון, שנשא את השם כדור-שלג, התנפץ לרסיסים לבנים קטנטנים, בלתי ניתנים לזיהוי מלבד חלק מהאוזן, שהיה בו זכר של ורוד, וכפה קטנה. ראיתי את ריצ'רד מזווית עיני כשהבעת תדהמה על פניו. כעבור רגע הוא חייך. הוא השתדל שלא לשלהב אותי עוד יותר, ולכן הסתובב כשגבו אלי וניסה לעצור את הצחוק. ללא הצלחה. ככל שניסה יותר, כך היה קשה לו יותר שלא לצחוק; ראיתי את הכתפיים שלו רועדות. "יותר מדי ליתום," אמר כעבור רגע ארוך, "פספסת את המטרה."

זה היה אבוד. ניסיתי להתאפק שלא לצחוק עד כמה שיכולתי, אך לבסוף נפלנו שנינו על הרצפה בהתקפי צחוק. הזעם שלי הוא יריב עלוב לשנינות של ריצ'רד. בערב שלמחרת, כשריצ'רד חזר מהעבודה, הוא נתן לי חבילה קטנה; היא הכילה ארנבת חמר קטנה שנקנתה בחנות מקומית לאביזרי גן. ריצ'רד קשר פתק סביב צוואר הארנבת, "לזכר כדור-שלג," נכתב בו, "שגם כן נשבר לרסיסים." פתית-שלג, כפי שקראנו לה, ניצבת על שולחן הכתיבה שלי עד היום, בלתי מושלכת.

ריצ'רד התמודד עם בעיית מצבי הרוח שלי באמצעות מדע והומור. הוא ניהל רשימות דקדקניות של כל דבר שרק אפשר למדוד; הוא דירג ושרטט את מצבי הרוח שלי ביחס לרמות נסיוב הליתיום שלי; מצבי הרוח ביחס למחזור הווסת; מצבי הרוח ורמות הליתיום ביחס לעונות השנה; תוצאות בדיקות המעבדה של בלוטת התריס ביחס למינוני הליתיום ותרופות לטיפול בבלוטת התריס. במהלך תקופה סוערת במיוחד הוא דירג את מצבי הרוח שלי בבוקר ובערב, ותיעד אותם בתרשים שהתמלא לבסוף בנקודות אדומות, ירוקות ושחורות. אין ספק שנעשיתי פרויקט עבודה – כזה שמועיל להבנת הדפוסים של המחלה שלי וגם מעניין מספיק כדי שיעסיק את מוחו. כך יצר מרחק בינו לבין מצבי הרוח שלי, מרחק שסייע באילוף חיית הבר.

ריצ'רד ליווה אותי לכמה פגישות עם הפסיכיאטר שלי. הוא בא כדי

הנחמה שבאהבה

ללמוד ולפעמים כדי להציג את נקודת מבטו על הדברים; הוא לא בא במטרה לערער על דברי הרופא. הוא כיבד את יכולותיו של הפסיכיאטר שלי, ומעולם לא שמעתי אותו מציע שינוי בטיפול התרופתי או בתוכנית הטיפולית. מה שכן, הוא ביקש מהרופא שלי שיעץ לו כיצד להתמודד עם הדיכאון והעצבנות שלי.

הוא ייחס חשיבות מיוחדת לשינה בכל הנוגע לשמירה על יציבות מצב הרוח שלי. הדבר נבע גם מהעובדה שחקר את הביולוגיה של השינה וכתב על כך הרבה, אך בעיקר משום שהיה עד ממקור ראשון למה שקורה לי כשאני עובדת עד מאוחר או כשאני ישנה מספיק. המאניה העדינה מחלחלת בשקט ובלי משים כשאני נשארת ערה אחרי חצות. אם לא מרסנים אותם בתרופות – שאותן היה על ריצ'רד לשכנע אותי לקחת – מצבי הרוח המרוממים וההתלהבויות הבלתי נשלטות שלי עלולים להפוך במהירות לבעיה קלינית חמורה. כשנסעתי לאנגליה או לסקוטלנד או כשנמצאתי במרחק אזורי זמן רבים, ריצ'רד היה מתקשר אלי ושואל, "את כבר ישנה?" הייתי ערה לחלוטין כמעט תמיד ועניתי, "ברור שאני ישנה. הערת אותי." הוא היה צוחק ואומר, "לכי לישון." ואז, כעבור כשעה, היה מתקשר אלי שוב, והיינו מנהלים את אותה השיחה בגרסה אחרת. השיחות התנהלו ברובן בכדיחות הדעת – הן לא היו מציקות ולא עוקצניות – והיה להן חלק משמעותי בהחלמה שלי.

עם זאת, למרות כל זה, המחלה שלי הקשתה עלינו מאוד לפעמים. לא סתם הערפתי לחיות לבד מלהתמודד עם תגובותיו של מישוהו אחר אליה. לפעמים לא היתה דרך נוחה להתמודד עם מציאות המחלה שלי. ערב אחד בעודנו מדברים בחדר העבודה שלו, ריצ'רד שאל אותי על תסמיניה של תסמונת נוירוֹלֶפְטית ממאירה, תגובה נדירה אך מסוכנת ביותר לתרופות אנטי־פסיכוטיות. בהתחלה חשבתי שהוא שואל בגלל ספר שכתב לפסיכיאטרים כלליים – הוא חקר את התסמונת הזו וכתב עליה – אבל היה משהו באופן הניסוח שלו, "אם תחזוי דבר כזה"

התענוג שבחברתו

לעומת "כשחולים חווים זאת" שגרם לי אי־נוחות. הבטתי סביבי בחדר העבודה שלו והבחנתי בתיק הרופא השחור שלו בפינת החדר מונח על ארונית תיקיות. הדבר נראה לי מוזר, אף שמעולם לא נתתי על כך את דעתי. למה שיחזיק את תיק הרופא בחדר העבודה הביתי שלו ולא בקליניקה ששכרנו יחד לצורך פגישות עם מטופלים?

ביקשתי שייתן לי להסתכל בתיק. הרעיון גרם לו אי־נוחות, והוא הוריד אותו בהיסוס כדי שאפתח אותו. הוא לא הכיל הרבה – פנקסי מרשמים, המסכת שלו, מד לחץ דם, פטיש רפלקסים – אבל כשהמשכתי לחטט מצאתי בתחתית התיק את מה שנראה לי שידעתי שאמצא. מתחת לציוד המקצועי שלו היו מזרק ומבחנה שמכילה תרופה אנטי־פסיכוטית.

לא הייתי צריכה לשאול. המזרק היה מיועד לי, למקרה שאכנס להתקף מאניה. הוא עורר בי זיכרונות של טיפולים בכוח בתקופת ההתקף הפסיכוטי הראשון שלי, שאירע לפני שנים. הרגשתי לכודה ואף יותר מזה, נבגדת. הסתובבתי וראיתי את ריצ'רד שנראה, בדיוק כמוני, כמי שאין לו לאן לברוח. הוא היה בעל אך גם רופא, והיה עליו להתמודד עם מחלה שעלולה להתעורר שוב, אף על פי שהסבירות לכך נמוכה. המחלה הזו עגומה, ושנינו כבר שבענו ממנה.

לאחר שתיקה ארוכה הוא דיבר בקור רוח מטריד. "קיי, אמר. אני לא יודע מה לעשות." הוא דמם למשך זמן רב. "הרפואה לא מושלמת." הוא עצר שוב. "אני לא מושלם," אמר. "את לא מושלמת." הוא התיישב אל שולחנו במבט עגום ועייף. שנינו לא פצינו פה במשך זמן רב, לכודים במציאות הקרה של הברירות שעומדות בפנינו. ואז הוא הוסיף בשקט, "האהבה לא מושלמת." זה היה הדבר הנכון והמצמרר ביותר ששמעתי אי פעם בנוגע לחוסר הוודאות שבמחלה כמו שלי. ריצ'רד פעל כמיטב יכולתו; כך עשינו שנינו. האהבה אינה מושלמת, אבל זה מה שיש לנו.

באותו ערב הכול השתנה במידה קיצונית עבורנו, עבורי. היה עלי

הנחמה שבאהבה

להאמין שהכוונות של ריצ'רד טהורות, וששיקול הדעת שלו תקין. הוא מעולם לא נתן לי סיבה לחשוב אחרת.

עם הזמן גילינו, ריצ'רד ואני, מה דרוש לנפש שלי כדי שתשגשג וכדי לרסן את השיגעון. את הידע הזה רכשנו שנינו בדם, יזע ודמעות, ידע לא מושלם שנשמר בקנאות. המוח שלי, כפי שריצ'רד הסביר לעצמו ולי, הוא מערכת אקולוגית עדינה, ברכה של אלקליות שברירית שמתוחזקת באמצעות שילוב מדויק של ליתיום, אהבה ושינה או, כפי שדמיינ לעצמו, "עשבי מים ושפיריות וחילזון או שניים שישמרו על הניקיון". בדומה לסנופי, מושא הערצתו, הוא סידר מחדש את עולמו המנטלי ואת עולמי ללא הרף, במטרה להוסיף עניין לחיים.

מפעם לפעם ובהתאם למצב רוחו הוסיף ריצ'רד פריטים חדשים לברכה הנפשית שלי. אולי נוסף איזה דג קוי מתישהו, אמר פעם בלי קשר לכלום לפני שהלכנו לישון. בהודמנות אחרת שאל מה דעתי על דובון מים. יכול להיות שהקוי דובון המים יסתדרו או שהקוי יטרוף את דובון המים. אי-אפשר לדעת. נקודה למחשבה. שינה ותרופות, אהבה ועבודה – כולן באיזון מיוחד – הן דגי הקוי והשפיריות של נפשי. ריצ'רד תחזק את הברכה הזו באמצעות שילוב של מדע וגחמנות ושמר עליה, כל עוד היה בחיים, בריאה ושלמה.

ריצ'רד קיבל אותי קבלה עמוקה אך לא מוחלטת. לעתים זעם כשחליתי; לעתים היה נבוך או קריר ומרוחק. עם זאת, הוא לא היה שיפוטי ביסודו. הוא ראה במחלה שלי משהו בלתי רצוי, כואב, משהו שהשתדלתי מאוד להתגבר עליו. הוא האמין שהמאניה-דפרסיה היא אינטראקציה מורכבת בין העצמי למחלה, ולא הפחית מערך מורכבותה מעבר למה שהיה הכרחי לצורך הבנתה.

"להפרעות או למחלות יש אישיות משל עצמן", כתב לי פעם בתום תקופה קשה במיוחד, "אבל הן נוכחות באישיות. הן אינן מתקיימות מחוץ לישות כלשהי. שחפת אינה אלא חיידק, עד שהיא משתכנת בריאותו של מישהו. באופן דומה, אישיותו של אדם מקבלת על עצמה

התענוג שבחברתו

את אישיותה של מחלה. המקרה שלך מסובך יותר ממקרה שחפת, כי המחלה נמצאת בגנים שלך – ולכן מעולם לא חיית בלעדיה ולעולם לא תחיי בלעדיה. היא שזורה בך כמו אטרייה בקערת פסטה. לא מתאהבים בגנום, אלא במכלול שיש בקערה, כל מה שעבר עליה וכל מה שהשפיע עליה.”

הוא תיאר במכתבו את הטיפול המתיש שעבר שנים קודם לכן כשחלה בלימפומת הודג'קינס, שילוב תוקפני של כימותרפיה והקרנות שאמנם ריפאו אותו ממחלתו, אבל במחיר לא מבוטל. “כולנו כמהים להיות מעין ישות שלמה שנדמה לנו שהיינו לפני שחלינו,” כתב. “המחלות וקליעי הקסם הותירו זכר או צלקות, אבל אינם חלק ממני כפי שהם חלק ממך. יתרה מזאת, הם חלק מהאישיות שלך. לכן התמזל מזלי יותר ממך; אני יכול לאהוב מאניה־דפרסיה באופן שאת אינך יכולה לאהוב לימפומת הודג'קינס.”

זרועותיו של ריצ'רד בלמו נפילות רבות עבורי. היו פעמים, בהתחלה במיוחד, שבהן נתקפתי ייאוש נטול סיבה וחסר רחמים שרוקן ממני כל קמצוץ של תקווה. “בעיצומו של אושר שלא ייאמן איתך, בלונדון, בחיים, אני מוצאת את עצמי במצב רוח נוראי וקודר ומתמלאת מחשבות ורגשות עגומים,” כתבתי לו כשחייתי באנגליה. “זה תקף אותי כפי שזה תוקף תמיד, מלווה בתחושת עייפות, בעננים גדולים ואפורים ולבסוף סתם בייאוש. למה שוב? מה הטעם? נולדים רק כדי למות; ההרגשה הטובה אינה אמיתית וכל ייעודה ללגלג ולרדוף את החולים. ולרגע קט חשבתי, יש לי את ריצ'רד, ואילו היה פה היה מחבק אותי ועושה איתי אהבה, מכין לי כוס תה, נותן לי כדור שיעזור לי לישון עד שהחלק הקשה יעבור. אתה משרה מתיקות ואמונה ברגעים מסוימים, ואז החשכה חוזרת. לבסוף תגיע פעם שבה כבר לא יהיה לי סיכוי. אעשה מה שאעשה, המחלה תכניע אותי תמיד. אני צוברת צער ויגון שרק מחכים להזדמנות הבאה לפרוץ מתוכי, כדי שיזכירו לי איך כל מה שנכנס יוצא בסוף החוצה.”

הנחמה שבאהבה

התקופות שבהן הדיכאון חזר היו קשות, אבל חיינו המשותפים בהחלט לא היו עגומים. להפך. הייתי בריאה ובמצב רוח מרומם לאורך מרבית השנים שבהן הכרתי את ריצ'רד. ההנאה היתה רבה כל כך, עד שלא ידענו מה לעשות איתה. עבדנו יחד, ייעצנו יחד לחולים ושיתפנו פעולה בפרויקטים ובכתיבת מאמרים מקצועיים רבים. הנפש של כל אחד מאיתנו סוערת בדרכה, ומצאנו משהו מנחם זה בחברתו של זה. ריצ'רד אמר לי לא פעם שהקבלה שלי והאהבה שלי כלפיו יצרו עולם יציב וקבוע שמעולם לא הכיר כמותו. הדבר הדהים אותי, בהתחשב במזג שלי. חשבתי שהוא מדבר באירוניה, אבל הוא אמר שלא. שאלתי אותו אם יכול להיות שאני מרגיעה בעיניו רק בהשוואה לנישואיו הכושלים או למערכות יחסים מעיקות שהיו לו. הוא אמר שלא, שיכול להיות שיש בזה שמץ של אמת, אבל לא הרבה. אולי תפקדתי כמו סם מעורר שיוצר, באופן פרדוקסלי, סדר בנפש המפוזרת שלו? הוא אמר שלא, שאני יוצרת עבורו עולם שקט. "המחלה שלך היא מקלט", כתב לי פעם. "התשוקה עלולה להמיס אותי עם הזמן, והיא מושכת מאוד. עם זאת, הדבר החשוב ביותר הוא היכולת להבין או לקבל. הקבלה היא הכוח הממזג שבזכותו אני אוהב אותך." כשאני חושבת על כך עכשיו, מוזר בעיני שבכוחה של האהבה להרגיע ולמשוך זו לזו שתי נפשות שונות בתכלית ולמלא אותן בתקווה שכזו, באושר שכזה.

השלמנו זה את זה היטב. ריצ'רד היה אדם מאופק, לא כזה שנפתח רגשית לעמיתיו למקצוע כפי שהוא וגם הם היו רוצים שיפתח. נראה לי שמערכת היחסים שלנו אפשרה לו להכיר אנשים באופנים שלא הכיר קודם, והדבר נשא חן בעיניו ברגע שהתרגל לרעיון. "נראה שחלק מהאהבה שלי אלייך דולפת גם אל אחרים", כתב לי בשלבי ההפשרה המוקדמים שלו. "כשכרתי אתמול את ידי סביב מותניו של מדען – זה היה מעשה טבעי לא־טבעי. [יכול להיות] שזה היה רדום בי, והיה שם כל הזמן, מחכה לגירוי הראשון שישחרר אותו." אף שצעדי ההתקדמות

התענוג שבחברתו

הראשונים שלו לקראת עולם רגשי יותר היו גששניים וזהירים, לדבריו, "נראה שההתקרבות נעשית קלה יותר עם הזמן, ושאי מתחיל לחזור בי מנטייתי לקרירות." הוא גילה שחיים שחווים אותם ביתר עוצמה הם תגמול בפני עצמו, ושיש חיים מחוץ לכותלי המעבדה.

בסופו של דבר, ריצ'רד ואני פשוט נהנינו להיות יחד. היו לנו כמה חברים קרובים שאהבנו מאוד, ויצאנו כמה פעמים בשבוע למטרות הנאה או עבודה או שתיהן. שנינו אהבנו את וושינגטון, התעניינו בפוליטיקה, ובכל פעם שהגענו לעיר חדשה נמשכנו באופן טבעי לגן החיות או למוזיאון הטבע או המדע שבה. היינו מכורים לאלף, תוכנית טלוויזיה על חיזור כתום קטן ופרוותי בעל שמונה קיבות, שהגיע מכוכב הלכת מלמק והתרסק בנחיתה אונס במוסך של משפחה בת המעמד הבינוני מהפרברים. צפינו באלף בלהט – מה שפגע בעבודה שלנו ומנע מאיתנו מלהגיע לארוחות ערב חגיגות בושינגטון – וחשנו מצוקה רבה כשהסדרה נגמרה, וכך נמנעה מאלף, שנפל בשבי הצבא האמריקני, היכולת לחזור לכוכב הלכת שלו. כך העברנו שעות רבות ביצירת גורלות חלופיים עבורו – בית הספר לרפואה של הרווארד (אחד מעמיתינו למקצוע היה לאגדה משום שניהל קבוצות לטיפול בחולים שהאמינו שנחטפו על ידי חיזורים), עבודה ככתב חדשות, משרת מתרגם מטעם האומות המאוחדות – והרכבנו תוכניות מפורטות עבור משפחתו המאמצת ותושבי מלמק כמותו. ריצ'רד שרטט כוכב לכת וגלקסיה חדשים ומורכבים עבור אלף, והוספנו להם כוכבים וקבוצות כוכבים וחתולים – המאכל האהוב עליו. נכון שהיו לנו, לכאורה, דברים טובים יותר לעשות עם הזמן שלנו, אבל זה לא משנה. צחקנו וציירנו ושכללנו כאילו אין קץ לזמן. כעבור שנים המשכנו לשלב בכוכב של אלף אזורים הרריים ואיים וימות וזנים חדשים וטעימים של חתולים.

החיים ביחד היו מהנים. אני זוכרת יום אביבי בלוס אנג'לס שהתחיל בזאבים קטלניים ונגמר בכך שכרעתי על ארבע בין סדיני המיטה, מפשפשת בשכבה של עשב ורוד וירוק מפלסטיק בחיפוש אחר סוכריות

הנחמה שבאהבה

ג'לי ותרנגולות מרשמלו צהובות. ריצ'רד הפך את המיטה ל"סלסילת פסחא חיה", שמלאה לא רק בעשב מפלסטיק ובסוכריות ג'לי, אלא גם בכיצי שוקולד ובארנבים בכל הצורות והגדלים.

זה היה יום נהדר, כפי שהיו רבים מהימים שלנו. התחלנו באתר בורות הזפת של לה־בראה, שם נלכדו ונשמרו במשך ארבעים אלף שנים טיגריסים שן־חרכיים, זאבים קטלניים ועצלני־קרקע. כארבע מאות גולגולות של זאבים קטלניים נערמו על קיר המוזיאון שנבנה על בורות הזפת. ריצ'רד נמשך אליהן מיד. הוא עמד שם יותר משעה, מוקסם מאוסף הגולגולות, וקרא לי שאבוא כדי שיוכל להצביע בפני על שינויים מבניים קטנים בין זאב לזאב. התחלתי להשתעמם די מהר – אחרי השלוש הראשונות נראו לי גולגולות הזאבים פחות או יותר זהות – והלכתי להתבונן בעצלן־הקרקע העצום. היינו מאושרים כל כך – זה בנוכחותו של זה, אך גם לבדנו עם דמיוננו – ולהוטים לחלוק את הגייגנו בארוחת הצהריים.

באותו ערב סעדנו במסעדה שמשקיפה על האוקיינוס השקט, וריצ'רד, אחרי ששתה כוס יין, שלף שתי חתיכות נייר. "תכתבי את הדבר הראשון שעולה לך בראש", אמר. זה נשמע באופן חשוד כמו משהו שפסיכיאטר היה אומר, ויחד עם זאת זה היה מסוג קשקושי האסוציאציות החופשיות שלא התאימו לו. אבל הוא התעקש, כפי שנטה לעשות בכל פעם שעלו במוחו רעיון או תוכנית חדשים. הוא שרבט את השם "ריצ'רד" בראש הדף. מתחת לכותרת היו שלוש קטגוריות: "חודש בשנה", "דג" ו"עץ", וליד כל אחת מהמילים היה משורטט קו.

"תכתבי את מה שעולה לך לראש כשאת חושבת עלי, ואני אעשה אותו דבר", אמר. התחלנו לעבוד על הרשימה; ברגע שריצ'רד פתח במשחק, לא היתה שום אפשרות להתנגד לו. עבדנו על התשובות תוך כדי שתיית כוס יין נוספת, ואז הרמנו את מבטנו והשווינו את התוצאות.

"איזה חודש אני?" שאל.

התענוג שבחברתו

"תחילת מאי, אמרתי. "ואני?"
"ספטמבר, השיב חד־משמעית, "את ממש ספטמבר."
לכמות קטנה של יין היתה השפעה עזה על ריצ'רד. המשכנו.
"איזה דג אני?" שאל.
"פורל, אמרתי.
הוא הנהן לאות אישור.
"ואני?" שאלתי. דמיינתי דג שונית אקזוטי או סלמון שמתאמץ
לשחות נגד זרם.
"אנשובי, אמר בגיחוך.
"אני שונאת אנשובי, עניתי. הוא ידע את זה.
"כן, אבל אני אוהב, חייך במתיקות.
"זה לא הוגן. אני אמרתי שאתה פורל."
הוא צחק ואמר, "אבל אני באמת פורל."
והוא היה פורל, כמוכן.
היה קל להחליט לגבי סוג העץ. הוא היה דובדבן בכות: חינני
ועדין, ענפיו מסתעפים. הוא אמר שאני צפצפה רעדנית: גבוהה, גמישה
ו"מתלקחת עונתית".
זה היה אז הגיוני מאוד על רקע ארוחת הערב, היין והצחוק. וכשאני
חושבת על זה עכשיו, עדיין נראה לי שריצ'רד הוא תחילת מאי, פורל
ודובדבן בכות.