



# DIETA **NIE** ŻYCIA

KAROLINA OTWINOWSKA

Karolina Otwinowska  
Agnieszka Mazur

Dieta (nie)życia  
Prawdziwa historia dziewczyny chorej na anoreksję

Karolina Otwinowska  
Dieta (nie)życia

Projekt okładki Katarzyna Smolińska.

*Książkę tę dedykuję mojej Mamie –  
która jako pierwsza dała mi ciało.*

*Dziękuję Towarzyszom,  
których obecność sprawiła, że nie zdołałam go sobie odebrać.*

Autorka

To już trzecia butelka tego wieczoru. W planach były jeszcze dwie. Nie wiedziałam, czy dam radę.  
Choć teraz to chyba nie miałam nic do gadania.

Kap... kap... kap...

Nie mogłam spać. Za oknem strugi deszczu stukwały o parapet.

Kap... kap... kap...

Niejednokrotnie obiecywałam sobie, że to ostatni raz, że już nigdy więcej nie będę siedzieć sama w tym ciasnym pokoju i patrzeć na białe ściany, z których odpada tynk. A tu znów...

Znów kap... kap... kap... Już chyba wolałam tę ciszę w domu.

Chociaż... tam przecież zupełnie nie byłam w stanie zmrużyć oka. Leżąc w łóżku, zastanawiałam się, co czeka mnie kolejnego szarego dnia. Nigdy nie spodziewałam się niczego miłego. Następna porcja szkolnego stresu poprzedzona awanturą w domu. I tak codziennie. Tam jednak przynajmniej nie czułam mrowienia w dłoni, nie słyszałam tego cholerne kap... kap... kap... Czułam jedynie chłód, pustkę, zimno. Mroźna atmosfera otoczenia wypełniała również moje wnętrze. Sroga zima powoli usypiała życie. Bałam się jej. Zastanawiałam się, czy można umrzeć z głodu we śnie. Zaciśkałam pięści, wbijałam paznokcie w nogi, żeby bólem uśmierzyć ból – wycie pustego żołądka. Nic jednak nie było w stanie odwrócić mojej uwagi. Nawet ulubione kotysanki, puszczone co chwila z magnetofonu, nie pozwalały usnąć dręczących myśli o głodzie i cierpieniu.

Teraz bolało inaczej. Dziś tylko ręka. Jutro czekało mnie pobieranie krwi, no i pewnie dostanę drugi wenflon, żeby dalej wsłuchiwać się w nieustające kap... kap... kap...

Otworzyłam oczy i nie byłam pewna, gdzie jestem. W pierwszej chwili zdawało mi się, że nadal męczą mnie koszmary, a zbliżająca się postać w białym fartuchu to tylko senna zjawą. Jednak głos znienawidzonej piguły szybko przypomniał mi wydarzenia zeszłego wieczoru.

– Masz, weź to – powiedziała jak zwykle w ten sam oschły sposób. – To na ból głowy. Wczoraj nieźle narozrabiłaś, choć po tobie wszystkiego już mogę się spodziewać. Ogarnij się, za dwadzieścia minut masz rozmowę z ordynatorem. Hm... p o w i t a l n ą.

Super, ale tę końcówkę to już mogła sobie darować. Dobra, powinnam się przecież przyzwyczaić. Maryli, pielęgniarki przełożonej, nigdy nie będzie stać na normalne traktowanie anorektyków. Sama pokaźnej postury, z założenia nie lubiła ludzi wyglądających lepiej od niej. Nie wiedziałam wprawdzie, czy anorektycy dobrze wyglądają, ale co tam, na pewno chudziej niż ona.

„O, właśnie! Ciekawe, na ile mnie dziś wycenili – zastanawiałam się. – Gdzie ta karta? Jest! Trzydzieści dziewięć i osiem kilograma. Ooo! To jednak moje akcje urosły”. Za pierwszym razem było trzydzieści siedem i dziewięć, potem trzydzieści osiem i pięć, a teraz zbliżam się do czterdziestki! Jak tak dalej pójdzie, to jeszcze zaczną mnie tu na „otyłość” leczyć. Kochany pan ordynator pewnie będzie dumny.

No i się zaczęło. Stałam się legalnym pacjentem. Program leczenia podpisany, rozmowa z ordynatorkiem odhaczona. Zmierzona i zważona ruszyłam na zwiedzanie szpitalnych korytarzy. Ciekawiło mnie, czy ktoś ze starych skazańców jeszcze „siedzi”? Zużka miała wyrok na cztery miesiące, więc teoretycznie powinna nadal tu być. No, chyba że ją wywalili za trawkę... Dobrze się kryła, ale ktoś mógł w końcu wyczuć jej zamiłowanie do popalania. Ona chyba leżała na trójce, tuż obok Goški ze schizofrenią. Ta dopiero była niezła. „Pani dokttttor, pani doktorrrr, bo ja dziś na anorekszyn i bulimiszyn zapadłam, pani pomoże...” – zaśmiałam się w duchu. Dotarłam do trójki. Zużka była. Ucieszyłam się. Tylko, niestety, kolejny w fartuchu nadciągał w moją stronę. „Czego chce?” – zastanawiałam się.

– Witam, Karolino! Nazywam się Witold Skręcicki i będę twoim lekarzem prowadzącym. Chciałbym przedstawić ci plan leczenia, zapoznać cię z naszymi wymaganiami, usłyszeć, jak do nas trafiłaś, no i co się wydarzyło zeszłej nocy. W miarę własnych możliwości i przy współpracy z pozostałym personelem chcę zaoferować ci pomoc. Zaczniemy zatem od listy twoich praw, obowiązków i zakazów.

„Yyy... niezły gostek. Albo trenował tę przemowę sto razy przed lustrem, albo jest mistrzem – demagogiem. Cóż, Zużka poczeka, a teraz kolejna gadka szmatka z doktorkiem” – zamyśliłam się.

– Karolino, możemy iść?! Nie wiem, czy ktoś już cię poinformował, że jako osoba odratowana z próby samobójczej masz bezwzględny obowiązek przebywania tylko i wyłącznie na sali obserwacyjnej! Najlepiej zatem, jeśli natychmiast tam pójdziemy i spokojnie mi wszystko opowiesz.

Boże, jak to brzmiało: o d r a t o w a n a. Poza tym jaka próba? Co on bredził?! – nie rozumiałam. To, że z nerwów wyszłam na dach wieżowca o godzinie dwunastej w nocy, to chyba jeszcze nie powód, żeby uznać mnie za samobójczynię?! Czułam, że mój pan doktor zbyt wiele filmów się naoglądał.

– Dobrze, już idę, proszę tak na mnie nie patrzeć – powiedziałam i ruszyłam za moim lekarzuniem.

Świetnie! Teraz to sobie Zużka długo na mnie poczeka. Zostałam totalnie uziemiona. Nie dość, że z kolejną dawką kroplówki nigdzie nie mogłam iść, a moja ręka była już jak balonik, to jeszcze, cholera, i z o l a t k a! I to na „ściśłą” mnie wsadzili...

– Karolino, musimy cię teraz mieć pod stałą kontrolą – zaczął mi tłumaczyć swą beznadziejną decyzję lekarz. – Taka ściśła obserwacja jest zdecydowanie niezbędna. Twoje wczorajsze zachowanie, ten dach, awantura – ktoś musi cię teraz pilnować. Ja rozumiem, że to nerwy i nie planowałaś się zabić, ale większość sytuacji okazuje się nieoczekiwanymi. Równie dobrze mogło ci się coś stać, nawet jeżeli tego nie brałaś pod uwagę. Teraz to my będziemy czuwać, by ci nic nie zagrażało. Możesz oczywiście korzystać z toalety, ale tylko pod nadzorem personelu. Niestety wszelkie inne wyjścia, zarówno na stołówkę, jak i do innych sal czy też na świetlicę, są zabronione do czasu zakończenia obserwacji. Nie możesz również przyjmować odwiedzin. Myślę, że to nawet z korzyścią dla ciebie – będziesz miała przynajmniej trochę spokoju, żeby odpocząć i wyciszyć się – zakończył z „kojącym” uśmiechem, podczas gdy ja cała gotowałam się ze złości.

„Co to znaczy wyciszyć się? – myślałam. – Już to widzę. Jak ja się tu wyciszę?! Będę się wsłuchiwać w to cholerne kap... kap... kap... przez najbliższe czterdzieści osiem godzin i chyba tu zwariuję! Jeszcze to okno w ścianie, przez które piguły cały czas się gapią. Aaaaaaaa!!! Trzeba było chyba rzeczywiście skoczyć z tego dachu. Miałabym teraz z głowy”.

Poranek przyniósł na szczęście zmianę. Kroplówkę odłączyli (aczkolwiek wątpiłam, żeby przy moich obecnych niedoborach był to koniec) i zamiast obserwować kapiące „źródło życia”, wpatrywałam się w tarczę zegara. Niestety potęga mojej podświadomości nie była w stanie przyspieszyć wędrówki czarnych wskazówek.

Zbliżała się 16.30 – pora podwieczorku.

„Ciekawe, co dziś serwują” – zastanawiałam się. Z tego, co widziałam, nadal obowiązywało stałe menu – budyń, kisiel lub jabłko. Nie miałam ochoty nic jeść i mogłam odmówić, bo obejmowała mnie jeszcze dwudziestoczęterogodzinna faza zero. Zamierzałam w pełni wykorzystać czas na zaaklimatyzowanie się na oddziale i nie przełknąć ani okruszka do jutra, ponieważ, jak tylko wybije anorektyczna faza pierwsza, zostanę pozbawiona wszelkich przywilejów. Trzeba będzie jeść wszystko, co dadzą. Na początku zaserwują połowy porcji, żeby nie wpędzić mojego żołądka w totalną nerwicę. Po kilku dniach zaś nie ma zmiłuj – pięć normalnych posiłków przygotowanych przez kochane panie kuchenkowe. Zjeść trzeba będzie oczywiście wszystko od A do Z.

Razem z koleżankami „po fachu” siedziałam przy wspólnym pierwszym stoliku. To pozorne wyróżnienie ułatwiało pielęgniarkom kontrolowanie nas i ilości jedzenia, które pochłaniałyśmy. W razie niedojedzenia lub oszukiwania groziła sonda. Kiedyś już ją miałam i na samo wspomnienie plastikowej rurki, która tkwiłaby w moim nosie, dostawałam dreszczy. Jak tylko pomyślałam, że ktoś mógłby jeszcze tamtędy wprowadzać ciapę – jedzenie, to bez najmniejszych zahamowań pochłaniałam wszystko z talerza. System kar i nagród dość dobrze sprawdzał się w zmotywowaniu anorektyczek do przybierania na wadze. Dlatego też miałyśmy tu masę różnych „przywilejów”. Nasz kodeks obejmował na przykład „odsiadki”. Po wspólnym zakończeniu posiłku (na który przypadało dokładnie trzydzieści minut) opuszczaliśmy stołówkę, by przesiąść się na wygodniejsze fotele i rozpocząć proces „zawijywania sadelka”. Przez kolejne pół godziny byłyśmy obserwowane przez personel. Do toalety mogłyśmy wychodzić w bardzo nagłych sprawach i tylko z odpowiednim strażnikiem. Dużo dziewczyn często wymiotowało tuż po posiłkach. Każda minuta trawienia działała przecież na naszą niekorzyść – kalorie szybko się wchłaniały, a ciało rośnie w mgnieniu oka. Wprawdzie niełatwo usunąć treści żołądkowe, gdy za rogiem czuwa piguła, jednak dla bardziej wprawionych anorektyczek nawet obstawa nie stanowiła problemu w pozbyciu się niechcianego żarcia. Bulimiczki potrafiły wymiotować prawie bezgłośnie i robiły to dosłownie wszędzie. Kiedyś nie mogłam zrozumieć, dlaczego na szpitalnych parapetach nie ma doniczek z kwiatkami. Teraz już wiedziałam...

Poza normalnymi posiłkami obowiązywały nas jeszcze odżywki. Kaloryczny koktajl o smaku wanilii lub truskawki miał pomagać tym najbardziej wychudzonym. Większość anorektyków trafiała do szpitala zazwyczaj w sytuacji zagrożenia życia. Taką diagnozę wyznaczał współczynnik BMI. Wynik poniżej szesnastu oznaczał fazę skrajnego wyniszczenia. Po przekroczeniu śmiertelnej szesnastki rozpoczynał się kolejny etap leczenia.

Mnie brakowało teraz około siedmiu kilogramów, ale wcale nie spieszyło mi się do ich zdobycia. Jedyną korzyścią z owego nabierania ciała były dodatkowe przywileje. Druga faza dawała możliwość wyjścia poza teren oddziału (do kina, teatru czy na weekendową przepustkę do domu). Pozwalało też na własnoręczne przygotowanie posiłków. Wcale jednak o tym nie marzyłam, a na myśl o domu raczej odechciewało mi się przybierania na wadze.

To, jak spędzałam tu czas i z jakimi ludźmi przebywałam, bardzo mi pomagało w oderwaniu się od codziennych trosk. Dużo oczywiście zależało od aktualnych koleżanek, ale zazwyczaj wszystkie się dogadywałyśmy. Nikt przecież lepiej nie zrozumie problemów anorektyczki niż druga anorektyczka... No właśnie! A ja nadal, biedna, tkwiłam w izolatce i nie miałam do kogo się odezwać. Moim jedynym towarzyszem niedoli było zielone jabłko z podwieczorku. Jego też już nikt nie chciał...

Zostałam wypuszczona wcześniej. Nie wróciłam oczywiście do domu, ale przynajmniej trafiłam do normalnej sali. Wszystko zawdzięczałam nowemu terroryście, który zrobił zamach na własne ja. Przywieźli go w nocy. To rasowy samobójca, a nie tylko biedny desperat jak ja. Przyjechał w bandażach na rękach, a że dodatkowo zachowywał się agresywnie, to na wejściu dostał kaftan i łóżko w izolatce. Jego uziemili, a ja wreszcie wolna! Chwała ci, samobójco!

Teraz dopiero mogłam odwiedzić starą kumpelę i zapoznać się z sytuacją na oddziale. Okazało się, że było nas wyjątkowo mało – ja i Zuśka byłyśmy jedynymi anorektyczkami, Magda chorowała na bulimie, a pozostałych pięciu pacjentów jeszcze nie zidentyfikowałam. W szpitalu miał być remont i przyjmowali tylko ciężkie przypadki. Właściwie odpowiadało mi to, mimo że było trochę smutno, cicho i nie czuło się radosnego gwaru ani rodzinnej atmosfery, którą często wspominałam. Wbrew pozorom na myśl o wariatkowie zawsze robiło mi się ciepło na sercu. Żelazne drzwi oddziału odgradzały mnie od codziennego życia, od wyrzutów sumienia związanych z jedzeniem i od ciągłego dążenia do bycia perfekcyjną...

Odkąd pamiętam, zawsze robiłam wszystko idealnie. Jako mała dziewczynka starałam się układać zabawki lub zmywać talerze dokładnie tak, jak pokazywała babcia. Trzy okrężne ruchy ściereczką –

w lewo, w prawo i znów w lewo – talerze lśniły na kuchennej suszarce. Chciałam, by była ze mnie dumna i chwaliła się mną przed innymi babciami. W głowie na lata pozostanie mi obraz niezadowolonej staruszki, która musiała poprawić po mnie odkurzenie. Nie mogła wtedy powiedzieć sąsiadkom, że ma dobrą wnuczkę. Pamiętam, jak bardzo było mi smutno. Widząc ukochaną babulkę z zawiedzioną miną, klęczącą z odkurzaczem w ręce, czułam się strasznie. Ze złości nazwałam ją babą-jagą i szybko pobiegłam do pokoju. Płacząc, tuliłam misia, a w głowie kotłowały mi się wyrzuty sumienia. Nie powinnam była tak jej nazywać. Wiedziałam, że mnie bardzo kocha, tylko ja po prostu ją zawiodłam. To była moja wina. Obiecałam sobie, że już nigdy nikogo nie rozczaruję. Wręcz przeciwnie – udowodnię, że jestem najlepsza.

Pierwszą rywalką stała się starsza siostra cioteczna. Zaczęłam we wszystkim porównywać się do niej i chciałam być równie solidna i rzetelna. W moich oczach Paulina bezwzględnie była jednak lepsza. Zazdrościłam jej wszystkiego – lalek, zdolności, wyglądu. Czułam się gorsza od kuzynki także dlatego, że jej nikt nie przezywał. Żadna sąsiadka nie mówiła o Paulinie „pączus” ani „pulpecik”, a mnie wszyscy łapali za policzki i tarmosili jak zabawkę. Wiedziałam, że dziadek uwielbiał moje okrągłe „pyjorki”, ale pewnego dnia stwierdziłam, że ja mam ich już dość. Teraz wstydziłam się dziadkowi pokazać. Na jego twarzy pojawiłyby się nie tylko smutek, ale wręcz przerażenie. Patrząc w lustro, widziałam jedynie ostro zaznaczone kości policzkowe pokryte napiętą skórą. Takie wydanie Karoliny w niczym nie przypominało „pączusia” sprzed dwunastu lat. Nie wiedziałam zatem, czy dziadkowie jeszcze kiedykolwiek będą ze mnie dumni. Tym bardziej że ostatnio miewałam ciągle bałagan w pokoju i dawno nie odkurzałam dywanów.

O 7.15 do sali wbiegła wściekła Zułka. Wrzeszcząc w niebogłosy, kopała wszystko, co leżało na podłodze. Obudziłaby zaćpanego narkomana z detoksu obok, a co dopiero mnie – cierpiącą na bezsenność biedną dziewczynkę. Nie czekając nawet na moje pytanie, Zułka zaczęła wyjaśniać:

– Pieprzone sto gramów, rozumiesz?! Te pieprzone sto gramów ma decydować o mojej wolności?!

No tak. Wszystko jasne. Nie weszła do fazy trzeciej i nie dostanie wypisu do domu. Przerabiałam to już tyle razy, że jej histeria nie robiła na mnie wrażenia. Znużona cierpieniami młodego Wertera w anorektycznym wydaniu naciągnęłam koc na głowę i próbowałam dalej spać. Po chwili usłyszałam jednak, że Zułka płacze, i poczułam wyrzuty sumienia. Zaczęłam jej tłumaczyć, że może to znak, iż nie jest jeszcze gotowa wrócić do domu i jakaś tam boska opatrzność czy wszyscy święci załatwili jej dłuższe wakacje. Moje argumenty nie przekonały jednak Zułki. Nadal przeklinała i smarkała w niebogłosy.

– To ta rura Maryla! Wiesz, wyczała, że chcę już do domu, i mnie przeszukała. Wszystko wyjęta, krowa jedna! Nawet te najmniejsze grosiki, co miałam za poduszkami stanika...

Tak, to stały numer wszystkich anorektyczek. Oszukać wagę, jak tylko się da. Musiałam przyznać, że Zułka była jedną z najlepszych kolaborantek. Ja zazwyczaj bazowałam na płynach, ale to amatorstwo. Wypić kilka kubków mineralnej to przecież każdy potrafi, nie sikać przed wagą – też dziecinna robota, ale już doczepienie odważnika do warkocza uważałam za mistrzostwo.

Mój pierwszy raz... Byłam przerażona. Zawstydzona trochę. Bardzo. Kompletnie nie wiedziałam, jak to będzie wyglądać. Domyślałam się, że raczej bez ubrania, ale że tak kompletnie nago?! Dziewczyny mówiły mi, że z reguły tak właśnie bywa. Bałam się, że nie dam rady. Jakoś tak głupio, krępująco... Ktoś może wejść i co wtedy? Co miałabym niby powiedzieć? Zakryć się nagle? Ostatecznie zostałam w bieliźnie. Stwierdzili pewnie, że nowa, to nie będzie numerów.

Stałam na tej wielkiej metalowej wyroczni, a pani Agnieszka skrupulatnie nakładała odważniki. Zanim jednak podała mi moją wagę, dotknęła mojego biustonosza i wytłumaczyła, że musiała sprawdzić, czy nie był nasiąknięty wodą. To też jeden z genialnych pomysłów na dodanie sobie kilogramów, choć ja bałabym się wykonać taki ryzykowny ruch. I to za pierwszym razem. Jednak przy późniejszym mierzeniu mojego nowo nabytego ciała planowałam trochę oszukać. Do głowy przyszedł mi pomysł zmoczenia warkoczyków. Ostatecznie zrezygnowałam. Stwierdziłam, że z ciekącymi włosami wzbudzałabym pewnie sporo podejrzeń. Poza tym nie czułam potrzeby oszukiwania. Nie w szpitalu.

W misternie ułożony program leczenia nas wpisane były nie tylko punkty związane z jedzeniem. Wiadomo, że szpital psychiatryczny ma pomagać w dojściu do zdrowia psychicznego, a nie tylko wyrwać nas ze szponów kostuchy. Anoreksja to choroba duszy i ciała. Skoro panie kuchenkowe walczyły już o nasze kilogramy, lekarze też powinni mieć coś do roboty.

Każdego dnia w okolicach południa zbieraliśmy się więc wraz z psychologiem w sali telewizyjnej, by pogadać sobie o tym, co te nasze biedne dusze trapi. Wygodne foteliki ustawialiśmy w kształt okręgu, by stworzyć bardziej intymną i przyjazną atmosferę. W budowaniu jej pomagały też kolorowe ściany oraz ozdoby porozwieszane w różnych miejscach. Zazwyczaj to terapeuta narzucał temat rozmowy, czasem jednak i pacjenci sami wychodzili z jakąś inicjatywą. Lubiłam te terapie. Często dużo na nich mówiłam. Wierzyłam, że pracując nad sobą, będę mogła zacząć zdrowieć.

Początkowo zdawało mi się wprawdzie, że takie koło różańcowe anonimowych anorektyków to jedna wielka ściema. Ostatecznie jednak to właśnie w szpitalu nauczyłam się rozmawiać. Dzięki terapeutom nawiązałam również nić porozumienia z moim tatą, któremu niegdyś kojarzyłam się chyba tylko z koniecznością płacenia alimentów. Stosunki z mamą też się poprawiły, od kiedy mnie tu leczyli. Między nami często było wiele nieporozumień, a w mej pamięci już chyba na zawsze pozostaną przykre doświadczenia z przeszłości. Dziś, jako nowy uczestnik grupy, musiałam przedstawić się pozostałym chorym, by wiedzieli, że jam równy wariat i można przy mnie śmiało wylewać swe smutki.

Jaki był początek tego wszystkiego? Nie wiedziałam. Nie miałam pojęcia, kiedy dokładnie zaczęłam chorować. Etykietkę rasowej anorektyczki dostałam, ważąc jeszcze pięćdziesiąt osiem kilogramów, ale moje problemy rozpoczęły się dużo wcześniej. Gruba czułam się, od kiedy pamiętam, ale nie zawsze mi to przeszkadzało. Na szkolnych fotografiach zajmowałam najwięcej miejsca, ale to głównie dlatego, że byłam dość wysoka. Z biegiem czasu i rozwojem firmy McDonald's rosłam nie tylko w ponie, ale przede wszystkim na boki. Nigdy jednak nie potrafiłam odmówić sobie smażonego kurczaka z frytkami i buraczkami na zasmażce, które babcia przygotowywała specjalnie dla mnie. Przykro robiło mi się jedynie, gdy obserwowałam szczupłe sylwetki koleżanek z podwórka. Zazdrościłam, że są takie zwinne i świetnie udaje im się kręcić hula-hoopem. Mimo wszystko nikt mnie nie odtrącał, a ja dzielnie obracałam tę plastikową obręcz na mojej nieco grubszej talii. Ewentualne porażki i smutki zawsze mogłam utopić w kubku gorącej czekolady czy zająść batonikami. Na tym samym podwórku babcia często pojawiała się z hot dogiem i sernikiem w ręce.

Sytuacja nieco odmieniła się po przeprowadzce do Warszawy. Ze względu na pracę moich rodziców nieraz musiałam zmieniać miejsce zamieszkania, znajomych, otoczenie. W stolicy zaczęły spotykać mnie nieprzyjemności. Dzieci z tutejszego podwórka nie były już tak wyrozumiałe. Często zamiast pytania: „Jak masz na imię?” słyszałam: „Ile ważysz?”. Te słowa bardzo raniły. Tym bardziej że na warszawskim podwórku brakowało też babci z pocieszającymi smakołykami. Podobnie reagowali na moje gabaryty znajomi w szkole. Kiedyś na lekcji WF-u odbywały się zawody w rzucaniu piłką lekarską. Nie chciałam brać w nich udziału, ale koleżanki stwierdziły, że będę idealną zawodniczką. „Jesteś gruba, to i silna – wygramy!” – zdecydowały. Pomimo lęku spróbowałam. Dziewczyny dopingowały Karolinę-grubaskę. Niestety na marne... Przegrałyśmy. To upokorzenie niczym film odtwarzało się w mojej pamięci za każdym razem, gdy próbowałam coś zjeść. Moją głowę wypełniały czerwone lampki, które włączały się w obecności przekąsek. Radary przypominały, że bycie grubą nie sprzyja lekcjom WF-u i pozyskiwaniu nowych znajomych. Pamiętałam wciąż śmiech i wypowiedane szyderstwa, gdy piłka lekarska, którą rzucałam, poleciała w zupełnie innym kierunku. „Taka beka, a nawet piłki nie podrzuci dobrze! Straciłyśmy punkty przez ciebie, baryło!” – krzyczały wtedy koleżanki z klasy. Później zaś krzyczała choroba: „Wara od czekolady! Chcesz się zataczać jak beczka? Mało pitek w życiu widziałaś? Patrz na swój brzuch! I co, pierdoło, gdzie twoje żebra? Nie ma?! Znów się nażarłaś, ty gnoju! Nawet do głodzenia się nie nadajesz. Nic dziwnego, że zawsze przegrywasz, śmierdzielu”.

Trudne relacje z rówieśnikami to był jedynie początek piekła. Prawdziwy koszmar przeżywałam w domu. Sprzeczki, wyzwicka, groźby, policja, alkohol. Co chwilę wystuchiwałam krzyków rodziców, obserwowałam ich walkę na małżeńskim ringu. Wtedy doszło do próby „S”. Chcąc przerwać jedną z awantur, połknęłam garstkę pigułek i zapłakana poprosiłam rodziców o pomoc. Obyło się bez szpitala. Byłam zbyt mała. Dziesięciolatków nie przyjmują na oddziały psychiatryczne. Lekarz z pogotowia

jednym ruchem ręki w białej rękawiczce sprowokował mnie do wymiotów. Jego wielka łapa w mojej małej dziecięcej buzi stała się przestrogą przed łykaniem zbyt dużej liczby leków. Przynajmniej na jakiś czas.

Rozwód rodziców miał położyć kres tym wszystkim problemom. Zanim jednak do niego doszło, minęło parę miesięcy, a ja musiałam nauczyć się, która część lodówki należy do mamy, a które produkty wolno mi brać od taty. Czarną linią rysowaną przez moją wyobraźnię odgradzałam serki, parówki, margarynę. Najłatwiej jednak było nie brać nic. Wtedy miałam pewność, że się nie pomyłę i nie sprowokuję kolejnej sprzeczki rodziców.

W głowie często kołatały się dziwne myśli. Nie wiedziałam, co się ze mną dzieje. Odrącona przez koleżanki, nie mogłam liczyć na niczyje wsparcie. Byłam sama. Bez przyjaciół, bez prawdziwej rodziny, ciepła domowego ogniska, bez smakołyków moich dziadków. Miałam tylko dużego misia i dużo kilogramów. W moich fałdkach tłuszczu można by było pewnie rozgrzać niejedną samotną duszę. Ja jednak nie zamierzałam być dla siebie pocieszycielką. Postanowiłam się zmienić. Skoro Karolina-grubaska nie mogła być szczęśliwa, to Karolina-odchudzona poczuje radość świata – uznałam.

Każda z nas, anorektyczek, jest inna. Ta choroba nie zawsze polega na totalnym jadłowstręcie. Są oczywiście dziewczyny, które rękami i nogami bronią się przed talerzem, nie przełknęłyby ani kęsa, gdyby nie został w nie wmuszony. Ja jadałam, ale w ściśle kontrolowany sposób: porcje jak dla wróbelka, tylko produkty o znikomej kaloryczności i wyłącznie z zegarkiem w ręku. Połowę każdego dnia poświęcałam na układanie jedzeniowych schematów, a połowę na ich chorobliwie precyzyjną realizację. Moja anoreksja polegała bardziej na obsesyjności jedzenia niż na jego unikaniu.

Kiedyś wybrałam się do kina na film, który według moich obliczeń miał się skończyć przed szóstą. Zaplanowany na 18.00 posiłek musiał jednak poczekać dodatkowe piętnaście minut, bo nie uwzględniłam reklam. W jednej chwili opanowała mnie panika. O mało nie wywierciłam dziury w siedzeniu. Po zapaleniu świateł zaczęłam wrzeszczeć na tatę, żeby szybciej przebierał nogami. Chciałam wreszcie dobiec do pobliskiej kawiarenki i pochłonąć zaplanowany rogalik. Potem całą noc smakołyk stał mi gardle. Nie zmrużyłam oka, bo bez końca przeżywałam opóźnioną o kwadrans kolację.

To była lekcja, której nigdy nie zapomniałam! Od tamtego czasu skończyłam z oporami przed spożywaniem posiłków w miejscach publicznych. Wszędzie zaczęłam chodzić z kanapkami czy jogurtem w torebce. Gdy wybijała odpowiednia godzina, wyciągałam kolację, nawet w teatrze. Nieraz odwijalam prowiant z szeleszczącej folii i oddawałam się rytuałowi jedzenia. Nie słyszałam wymownych cmoknięć, nie widziałam pełnych wyrzutów spojrzeń. W nosie miałam, że brukam świątynię sztuki! Dla mnie święty był mój schemat. Jedzenie stało się celem mojego życia. Było jedyną wartością, dla której żyłam. Celebrowałam każdy kęs wkładany do ust. Wszystko musiałam przygotować tak, by było smacznie i by nie przekroczyć ustalonej przez siebie dawki kalorii. Z uporem maniaka pilnowałam dziennych racji. Z aptekarską dokładnością odliczałam każdą łyżkę ryżu, kaszy czy surówki i mierzyłam linijką naleśniki, ryby, kotlety...

W domowej kuchni w przegródce obok noży, łyżek i widelców leżały ekierka, linijka i kątomierz. Najtrudniej bywało na szkolnych obiadach. Przecież głupio tak wyciągnąć linijkę i rozpocząć pomiary na oczach całej szkoły. Dopiero mieliby używanie. Do końca moich szkolnych dni wytykaliby mnie palcami: „Ooo, to ta, co zjada sześć centymetrów naleśnika!”. Dlatego pod obstrzałem spojrzeń stosowałam specjalny kamuflaż: dyskretnie odmierzałam jedzenie palcami, a potem, gdy nikt nie patrzył, przekładałam to na linijkę.

Oczywiście równie skrupulatnie pilnowałam ustaleń co do jakości menu. Jadałam tylko rzeczy wcześniej zaplanowane. Przynajmniej na dwa dni do przodu obmyślałam sobie jakiś jadłospis. Jego przestrzeganie było dla mnie świętością. Czasem zapisywałam plan posiłku na kartce – by przypadkiem nic nie pomieszać i być pewną swych ustaleń. Niestety napotykaną często przeszkodą burzyły nieraz moje schematy. Czułam narastającą frustrację.

Na przykład gdy przewidziana na śniadanie szynka zepsuła się, nic nie było w stanie jej zastąpić. Wiele razy dostawałam napadu szału, że mój misternie ułożony jadłospis legł w gruzach. Z płaczem liczyłam

wszystko kolejny raz i na nowo układałam rozpiskę. A gdy, cudem, dałam się mamie namówić na zjedzenie w miejscu ustalonej szynki jakiejś polędwicy czy pasztetu, natychmiast ogarniał mnie niepokój, targała mną furia. W takich chwilach nie mogłam sobie znaleźć miejsca, miotalam się po mieszkaniu, czułam dziwny lęk. Zazwyczaj też zmniejszałam następny posiłek – ze złości, że ten poprzedni się nie udał.

Jeśli więc cokolwiek z jakiegoś powodu zostało w moim schemacie żywieniowym zachwiane, cała zabawa zaczynała się od początku – ponownie wielogodzinne przeliczanie kalorii, komponowanie ich ze sobą, sprawdzanie. Zresztą gdyby ktoś w dowolnym momencie zapytał mnie: „O czym myślisz?”, odpowiedź byłaby tylko jedna: „O jedzeniu!”. Rozmyślanie o nim wypełniało niemal każdą minutę mojego dnia. Gdy czesałam włosy, pakowałam książki do szkoły, wyprowadzałam psa na spacer. Nawet kiedy spałam, myślałam o nim. Śniłam jogurtowo, bananowo, marchewkowo...

– To jak, co obstawiasz? – Zużka po raz kolejny mnie obudziła. – Słuchaj, na oddziale prawie żadnych zmian, więc jako weteranka masz duże szanse wygrać.

Pomimo tej uroczej perspektywy nie zamierzałam przyłączać się do tutejszego anorektoturnieju. Zgadywanki typu: „Co dziś serwuje kuchnia?” przestały mnie bawić. Chciałam odpocząć od ciągłego planowania jedzenia i choć na trochę zapomnieć, że muszę cokolwiek ustalać. Dla większości chorych na zaburzenia jedzenia to ono jest jednak tematem przewodnim, dlatego Zużka nie dawała za wygraną:

– Dla ułatwienia dodam, że wczoraj na śniadanie były kanapki z jajkiem, a na obiad żurek z jajkiem. Dziewczyny postawiły dwie paczki fajek, że dadzą nam na śniadanie jajeczną pastę, a ty jak, potwierdzasz?

– Taaak... – przytaknęłam dla świętego spokoju. Szpitalny recykling jedzenia był dość powszechny. Nic się przecież nie może zmarnować.

Usatysfakcjonowana Zużka poszła dalej zbierać zakłady, a mnie pochłoneły myśli o moim życiu przed anoreksją.

Z tym czasem kojarzyło mi się tylko jedno słowo: GRUBASKA! W najgorszym okresie szalka na wadze wskazywała nienawistne sześćdziesiąt trzy kilogramy (przy wzroście sto sześćdziesiąt sześć centymetrów). Może nie byłam jeszcze Miss Piggy, ale niewiele mi przecież brakowało. Nie przejmowałam się jednak tak bardzo swoimi kilogramami, dopóki inni nie zaczęli ich zauważać. Pierwszy kubeł zimnej wody przyniosły słowa mojej przyjaciółki. Któregoś razu ważyłyśmy się u szkolnej pielęgniarki i mój tonaż otworzył jej szeroko oczy. Okrzyk niedowierzania: „Ty ważysz aż pięćdziesiąt cztery kilo?!” przewierca mi uszy do dziś. Choć była moją przyjaciółką, nie potrafiła ukryć zdziwienia. Miałam wtedy dziesięć lat. Od tamtej pory kompleks rósł razem ze mną. Zwłaszcza że pewien złośliwy małpolud ze szkoły nie pozwalał mi o nim zapomnieć. Cały czas odświeżał mi pamięć słowami: „No, Karolina, powiedz, ile ważysz?! Zdradź nam tajemnicę swojej wagi!”. Moją obroną był atak. „A ile ty miałeś operacji plastycznych?” – odrzucałam kamień obelgi w stronę, pożał się Boże, kolegi. Jednak odwet nie przynosił ulgi. Moje ciało nie robiło się przez to lżejsze. Świadomość, że inni widzą je wielkim, nie malała. Kolejne dowody „uznania” dla moich gabarytów pogłębiały tylko kompleks. Najdotkliwiej raniło przezwisko: „Sumo!”. Powoli zaczęłam się z nim utożsamiać. Ja stałam się nim, ono mną. Zsumowaliśmy się!

Dzieci potrafiły być okrutne. To fakt. Doświadczylam ich słownej krwiożerczości nieraz. Czy jednak nie były takie dlatego, że stanowiły przedłużenie języków swych rodziców? Gdyby w domu nie słyszały obelg rzucanych pod czyimś adresem, może same nie generowałyby tych inwektyw. Wiedziałam coś o tym. Mama dziewczyny chodzącej z chłopakiem, który mi się podobał, nazywała mnie „głupim pączkiem”. Co prawda nie miała odwagi napluć mi prosto w twarz i przypięła mi szyderczą łatkę za plecami, ale zrobiła to przy świadkach. Chyba po to, żeby za ich pośrednictwem obelga dotarła do mnie. Nie wiedziałam, czy zrobiła to, aby zniechęcić do mnie chłopaka jej córki, który ostatecznie wcale nie przestał spoglądać na mnie przychylnym okiem. Wiedziałam natomiast, że moje poczucie atrakcyjności

po raz kolejny zostało podeptane! Tym razem ze zdwojoną siłą, bo osoba, która wytarła sobie o mnie buty, była dorosła. Nie tylko większa, nie tylko starsza, ale i podwójnie zobligowana do szanowania godności młodego (nawet jeśli zbyt grubego!) człowieka.

Nie zamierzałam już więcej kusić losu. Postanowiłam, że nigdy, przenigdy nie dam ludziom najmniejszego powodu do obrażania mnie. Po wakacjach rozpoczynałam nową szkołę i nie chciałam, by w gimnazjum znów spotkało mnie tyle nieprzyjemności. Zdecydowałam na zawsze zapomnieć o wszelkich tuczających produktach... O słodyczach bałam się nawet myśleć, a co dopiero pisać. Wszystko, co najsmaczniejsze, co najczulej łechtało moje podniebienie, zostało spisane na straty. Absolutnie wyeliminowałam uwielbiane smażone kotlety, ziemniaki, sosy... Kolację zastępowałam jabłkiem. Stosowałam się do żelaznej zasady: „Zjadam tylko jedną trzecią tego, co mam na talerzu!”. W końcu Francuzi twierdzą, że powinno się odchodzić od stołu z lekkim niedosytem. Uznałam to za sekret ich szczupłych sylwetek. W tej kwestii stałam się bardziej francuska niż wszyscy Francuzi razem wzięci.

W metamorfozie pomagała mi... czarna linia, która samoistnie rysowała się na moim talerzu, tak jak niegdyś w lodówce rodziców. Nawet nie wiedziałam, od kiedy zaczęłam ją widzieć. Była realna i wyraźna, jakby nakreślona grubym mazakiem. Czy zaczynałam wariować?! Nie wiedziałam. Liczyło się tylko to, że ułatwiała mi jedzeniową eliminację. Oddzielała to, co dozwolone, od tego, co zabronione. Linia nie miała litości. Nie było tak, że „odkrawała” po kawałku z każdego składnika obiadu: z warzyw, mięsa czy ryby, kaszy czy ziemniaków. Eliminowała całość, tak że na aucie lądowało wszystko, co sprawiało mi największe trudności pomiarowe. Przecież dużo trudniej określić ilość ziemniaków niż wielkość rybnego fileta, dlatego niemierzalne kartofle znajdowały się zawsze na cenzurowanym. Czarną linią napędzał mój umysł. Z mojej głowy czerpała informacje o kłopotliwych produktach i według nich odwzorowywała się na talerzu. Dzięki naszej udanej współpracy miałam ułatwione zadanie – od razu wiedziałam, co jest dla mnie, a co dla pana śmietnika.

Czarna linia była nie tylko moją przyjaciółką. W szpitalu każda z osób siedzących przy anorektycznym stole kreśliła grube kreski na talerzu. Jednym spojrzeniem potrafiliśmy odgrodzić kawałek tłustego kotleta czy ziemniaki polane sosem. Oczywiście pielęgniarki uważnie śledziły działanie naszych „czarnoskórych przyjaciółek” i zmuszały do dokładnego czyszczenia talerzy. Czasami jednak dochodziło do buntu – nieoczekiwanej próby przechytrzenia pielęgniarek. Kiedyś Ola przed oddaniem naczyń do kuchni rozmasowała kartofle po talerzu i szybko nakryła sztućcami i kubeczkiem. Biedna niewprawiona dziewczyna nie wiedziała, co robi. Nie z tymi pielęgniarkami takie numery! Nie dość, że musiała później tyżką zebrać sos z talerza i go wylizać, to jeszcze dostała bonus – dodatkową porcję ziemniaków. Następnym razem będzie z pewnością bardziej pomysłowa...

Tymczasem ja z moją dobrą znajomą – czarną kreską – widywałam się już prawie wszędzie: w domu, sklepie, kinie. Na szkolnej stołówce spotykałyśmy się w czasie każdej przerwy obiadowej. Odwalaliśmy razem kawał dobrej roboty. Utwierdziłam się co do tego, gdy w jednym z czasopism przeczytałam, że nie należy łączyć węglowodanów i białek, za to jedno i drugie można jeść razem z warzywami. Czyli mięso lub ryba z jakąś surówką to jeden z możliwych zestawów; makaron, ryż czy ziemniaki z jarzynami – to już oddzielna propozycja. Tylko takie połączenia gwarantowały prawidłową przemianę materii i regularną eliminację toksyn z organizmu.

Cieszyłam się do kwadratu! Po pierwsze, że istniały jakieś skuteczne sposoby na to, by złogi żarcia nie zalegały w moich kiszkaach. Po drugie, że od pewnego czasu sama nieświadomie stosowałam się do tych dobroczynnych (święcie w to wierzyłam!) wskazówek. Czyli że czarna linia, za delikatnym podszeptem mojego umysłu, oddzielała dokładnie to, co powinna oddzielać! To się nazywa żywieniowa intuicja!

Jedzenie coraz bardziej przesłaniało mi oczy. Położyło się kalorycznym cieniem na moim umyśle. Skupiałam się tylko na nim. Me myśli nie potrafiły odstąpić go ani na krok. Na przykład kiedyś w wypełnionym po brzegi wagonie metra widziałam tylko jednego współpasażera – chłopaka, który... jadł hamburgera! Nie dość, że pałaszował go z takim smakiem, to w drugiej ręce trzymał kolejną porcję tego tuczającego smakołyku! Nie zwróciłam uwagi, czy chłopak był przystojny, czy niski, ale dokładnie widziałam, że po brodzie pociekła mu musztarda. Nie interesowały mnie jego oczy, bo całą moją uwagę

pochłaniała wysypująca się z bułki prażona cebulka, którą kiedyś tak uwielbiałam. Nie zastanawiałam się nad tym, ile ten chłopak może mieć lat, ale co zrobi z drugim hamburgerem: „Zje od razu czy zostawi na później? A może wiezie go komuś innemu?”. Tak właśnie go zapamiętałam – z hamburgerem zamiast twarzy.

Podczas gdy inni zwracali uwagę na ludzi z powodu zgrabnego tyłka, ekstrawaganckich ciuchów, głośnego śmiechu, ja wyławiałam tylko tych z jedzeniowymi znakami szczególnymi: dostawcę pizzy na skuterze, dziewczyny łuskające ziarna słonecznika, staruszka karmiącego chlebem gołębie, dziecko, które właśnie płakało nad upuszczonym lodem... Reszta jakby nie istniała.

„Poproszę dwieście pięćdziesiąt gramów chudego twarogu” – zwróciłam się kiedyś w sklepie do kobiety za ladą. Potrzebowałam tyle i ani dekagrama więcej. Tego, niestety, sprzedawczyni nie była w stanie zrozumieć i nieopatrznie ukroiła o... cztery (!) gramy za dużo. Na wadze wybiło dwieście pięćdziesiąt cztery! To tylko okruszki, ale we mnie wstąpiła rozwścieczona lwica. Wrzeszczała moimi ustami: „Ja chciałam dwieście pięćdziesiąt, a nie dwieście pięćdziesiąt cztery gramy! Nie obchodzi mnie, że nie umie pani tak precyzyjnie ukroić! Proszę natychmiast odkroić naddatek!”. Sprzedawczyni odjęło ze zdziwienia mowę, za to sklep coraz głośniejsze szeptał po kątach. Dobrze, że była ze mną mama. Próbowła załagodzić sytuację. Mówiła: „Może być, weźmiemy te dwieście pięćdziesiąt cztery gramy” i ciągnęła mnie za rękaw do wyjścia, rozsyłając naokoło przeproszające uśmiechy. Gdyby nie ona, pewnie do tej pory tupałabym tam nogą jak rozpieszczony bachor... Wprawdzie nikt nie powiedział, że trzeba być ułożonym jak tresowany piesek, ale takie sceny w miejscu publicznym?! Co się ze mną działo? Z każdym dniem stawałam się coraz chudsza wariatką!

Gdy szłam ulicą, wołały mnie wszystkie wystawy sklepowe. Jedna przez drugą zapraszały w swoje progi. Na wystawach wdzięczyły się beztłuszczowe manekiny ubrane w kuse ciuszki i mamili obietnicą idealnego ciała. Zdawały się szeptać mi do ucha: „Ty też możesz tak wyglądać. Wystarczy tylko być głuchą na wołanie żołądka”. Jeszcze gorsze były jednak nachalne witryny z wystawioną żywnością: piekarnie, cukierenki, lodziarnie, kebaby... Gdy mijałam na przykład którąś z cukierni, eklerki, napoleonki, makowczyki i inne słodkości machały do mnie zachęcająco. Prężyły się i tłoczyły, by jak najapetyczniej zaprezentować swoje smaki. Nie mogłam przejść koło nich obojętnie. Stałam z nosem przyklejonym do szyby i pożerałam wszystko oczami. I tak codziennie. Pięć minut przed jedną wystawą, pięć przed następną, a czas, którego nie miałam nigdy zbyt wiele, uciekał. Anoreksja okradała mnie nie tylko ze zdrowia, ale i z cennych minut. Czy kiedyś uda mi się wystawić jej rachunek za zmarnowane lata?

Moja szpitalna współlokatorka postanowiła dziś zrobić imprezę. Początkowo chciało mi się śmiać, że Zużka pała takim optymizmem i tu – w wariatkowie – zamierza skakać w rytm muzyki. Szybko jednak zdałam sobie sprawę, jaki podstęp szykuje koleżanka. Taniec jest po prostu świetną formą spalania tego, co pochłonełyśmy w czasie obiadu czy kolacji. Dodatkowo jeszcze można zyskać punkty w oczach personelu. Chęć zabawy, słuchanie muzyki czy wspólne pląsy mogą świadczyć, że odzyskujemy radość życia. Ja jednak nie zamierałam niczego udawać. Taniec kojarzył mi się z dyskotekami i pubami, w których czułam się bardzo źle. W głowie na zawsze zostały mi koszmarne wspomnienia szkolnych imprez. Zwłaszcza jedno.

Gorączka piątkowej nocy, sala tętniła radością, luzem, świetną zabawą! Ja jednak – spięta po koniuszki palców – z każdym kolejnym tańcem przekonywałam się, że to wieczór bolesnej prawdy. Choć przez pół godziny podrygiwałam niezrażona na środku sali, rozglądając się na boki zapraszająco, nikt do mnie nie podchodził. Już, już wydawało mi się, że przystojniak w sztruksowej marynarce zmierza w moim kierunku, ale jego: „Zatańczysz?” minęło moje ucho. Adresatką zaproszenia była dziewczyna obok. Nawet go nie przyjęła – miała w kim przebierać. Tymczasem ja nadal czekałam choćby na jedno łaskawe spojrzenie. Kąciki moich ust coraz bardziej opadały, a do głowy natarczywie dobijały się pytania: „Dlaczego?”, „Czy to przez to, że wyglądam jak sumo!?”, „Jak taki facet miałby mnie objąć? Ręk by mu nie starczyło!”. Policzki paliło mi upokorzenie. Zawód i żal kurczyły serce. Czułam się jak trędowata. Oblepiona wielkimi, nabrzmiałymi tłuszczem wrzodami, które powiększały i zohydzały moje ciało.

To wieczór klęski! Jak przekuć go w zwycięstwo? Odpowiedź mogła być tylko jedna: jeszcze bardziej schudnąć! Marzyłam o talii osy. Pomyślałam, że tylko wtedy chłopcy będą mogli mnie obejmować i kiedyś poproszą do tańca. To stało się kolejnym potwierdzeniem konieczności zaciśnięcia jedzeniowego pasa!

Nie ma przecież nic za darmo. Zwycięstwo zawsze okupione musi być ciężką pracą – powtarzałam sobie w drodze na aerobik. Zapisalam się nazajutrz, zaraz po feralnej dyskotecie. Początkowa godzina tygodniowo urosła do dwóch dziennie. Gdy lenistwo próbowało przykuć mnie do kanapy, przywoływałam w pamięci tamto dyskotekowe upokorzenie. Wystarczyło pytanie: „Chcesz, by już nikt nigdy z tobą nie zatańczył?” i od razu pozbywałam się ołowiu z tyłka. Gnałam na aerobik szybciej niż pociąg Intercity. Nie od razu Pałac Kultury zbudowano, więc efekty przychodziły stopniowo. Żeby je przyspieszyć, piłam litrami czerwoną herbatę, bo przeczytałam gdzieś, że podobno wspomaga przemianę materii. Pochłaniałam też herbatki przeczyszczające, a także tabletki na odchudzanie z ananasek. Z siłą wodospadu pomagały pozbyć się zalegającego we mnie ścierwa!

Kiedyś wydawało mi się, że ściany czy szafki oklejone zdjęciami atrakcyjnych, roznegliżowanych pańek można zobaczyć tylko w typowo męskich pomieszczeniach. W szpitalu przekonałam się, że nie zawsze. Zużka co chwile znosiła do naszej sali plakaty modelek w bikini. Jeszcze trochę i dostałybyśmy reprimendę za szerzenie pornografii w miejscach publicznych. Zużka mówiła jednak, że to jej pomaga, i właściwie chyba ją rozumiałam. Ciało modelki było wzorem do naśladowania, ale nie dlatego, by jeszcze bardziej chudnąć, lecz przytyć... Chodziło o to, aby będąc zgrabną i szczupłą, mieć zarazem zdrowy wygląd. Patrząc na Angelinę Jolie czy Nicole Kidman, marzyłyśmy, by wyglądać jak one. Marzyłyśmy, by przytyć do takiego wizerunku! Tak, ale to tylko marzenie, bo przecież nasze wystające obojczyki czy łopatki, nasze choroby mimo bólu i cierpienia, paradoksalnie, bo to chyba jedyny ratunek, cieszyły nas. Chude jest piękne! – to dla mnie jedyna prawda. Czułam szczęście, gdy „dogładałam się”, aby uzyskać trzydzieści osiem kilo, i gdy słyszałam na ulicy: „Ooo, idzie anorektyczka!”. Tak, to był dla mnie najcudowniejszy komplement. Miód na moje wyposzczone serce. Podobnie jak: kostucha, Oświęcim, szkapiszczek, truposz, szkieletor, kij, śmierć na łańcuchu. Zamiast ranić – łechtały mnie. Melodia dla moich uszu.

Weekend był czasem szpitalnych odwiedzin. Oddział zaczynał wtedy tętnić gwarem rodzinnych rozmów. Zużka mieszka czterysta kilometrów od Warszawy i rodzina przyjeżdżała do niej rzadko, ale za to w komplecie. Mój pokój obsiadła właśnie wesoła zgraja składająca się z jej dwóch małych braci i trzech siostr. Ale im musiało być radośnie w domu!

Na wieczornej odsiadce Zużka opowiadała, jak bardzo tęskni za domem i ma dość szpitala. Nie dziwiłam się jej. Fajnie byłoby wrócić do miejsca, w którym wciąż słyszeć śmiech dzieci i rozmowy bliskich. Co lepsze, sprzedała mi też superwiadomość. Mimo i tak już licznej rodziny jej mama spodziewała się kolejnego dzidziusia! Kurczę, Zużka to ma fajnie.

Naszej rodzinie też kiedyś przybył nowy członek, a dokładniej członkini. Potwornie się cieszyłam! Przyniósł ją tata. Była mała i zgrabna. Zamieszkała w łazience. Na imię miała... WAGA! Ważyła z dokładnością do setnych części kilograma! Nic się przed nią nie dało ukryć, ani jedna kaloria. Chociaż ja miałam na nią sposób. Stawałam na niej tylko rano. Na czczo. Bez zbędnych odważników w kieszeniach ciała. Zauważyłam, że wieczorem, po całym dniu ładowania do brzuchopieca wzrastała nie tylko ciepłota mojego ciała, ale i jego ciężar. Moja metalowa przyjaciółka obnażała to bezlitośnie. Starałam się więc zataić przed nią ten tłuszczowy dorobek. Nieważne, że przy okazji oszukiwałam samą siebie!

A więc wagę wprowadził do naszej rodziny tata, ale ja zaprzyjaźniłam się z nią najserdeczniej. Mimo że to on całe życie się odchudzał, tylko ja potrafiłam schudnąć. Niezadowolenie z naszej tuszy łączyło mnie z tatą jak innych ojców łączy z córkami hobby takie jak żeglarstwo czy miłośność do filmów science fiction. Niechęć do własnego ciała to było nasze braterstwo dusz (czy raczej brzuchów)!

Pip... pip... pip...

Już drugą godzinę słuchałam tego pip... pip... pip... Mój doktorek wymyślił kolejną serię badań

i teraz, bez możliwości ruszenia się z łóżka, obserwowałam na małym monitorze bicie własnego serca. Wiedziałam, że w moim organizmie wszystko już się rozstroiło, i nie obchodziło mnie to. Wolalabym poczytać książkę czy obejrzeć telewizję na świetlicy, a nie gapić się w to ustrojstwo. „Jak mam umrzeć, to umrę i tak” – myślałam. Po co sprawdzać, ile jeszcze pociągnie ten mój mięsień sercowy. Nuda...

Chwała Bogu, przerwa. Poszłam na siusiu. Wystarczyłoby jeszcze parę minut, a umarłabym od eksplozji pęcherza, a nie na niewydolność serca. W drodze do WC minęłam pokój chłopaków. Tomka odwiedziła babcia. Przyniosła mu zdjęcia ze studniówki – ciekawe, czy da potem obejrzeć.

Choć od dwóch lat nie otworzyłam albumu, doskonale pamiętałam, co czułam, kiedy oglądałam swoje zdjęcia z „grubego” okresu. Moje tłuste uda grały pierwszoplanową rolę na każdej fotce. Trudno ich było nie zauważyć! To było okropne... Mama zawsze broniła mnie przed złym zdaniem na własny temat. Przeganiała cudze obelgi i moje kompleksy swoim dobrym słowem. Gdy płakałam nad zbędnymi kilogramami, ona tłumaczyła, że przy moim wzroście posiadana waga nie odbiega od normy. Nigdy nie powiedziała, że jestem ZA GRUBA. Ani razu nie usłyszałam z jej ust takich przygniatających, tęgich słów. Ale nie wierzyłam jej! Wiedziałam swoje. Uważałam, że kłamie w dobrej wierze, że nie chce kopać leżącego. Nie mogła wbić gwoźdźcia do trumny mojej wiary w siebie. Widziała przecież, jak bolą mnie rany zadane ostrzem koleżeńskiego języka. Nie domyślała się jednak, że zamiast jej pocieszających słów wolałam okrucieństwo przytyków znajomych. Czułam się gruba i chciałam to usłyszeć także od niej. Potrzebowałam potwierdzenia u kogoś, kto jest dla mnie ważny. Wtedy miałabym jeszcze silniejszą motywację, żeby schudnąć. A tak, zamiast spalać kalorie, spalałam się w złości na nią. Im bardziej szła w zaparte, tym mocniej byłam na nią wściekła. Wiedziałam przecież, że mama nie mówi tego, co myśli. Że jej słowa to kłamstwo. Tak czułam. Wierzyłam w to. Musiałam działać dalej...

„Wodopój” stało się moim drugim imieniem. Od początków odchudzania właściwie niczego innego nie piłam oprócz wody mineralnej. Mogłabym być jej żywą reklamą. Byłam jej wierna, bo ma nie tylko właściwości oczyszczające i przyspieszające przemianę materii, ale jest wyjątkowo mało kaloryczna,

a do tego zawsze przychodziła mi z pomocą, gdy trzeba było oszukać wagę. Inne napoje miały liczne wady. Herbata zmniejszała uczucie głodu, które ja uwielbiałam „mieć przy sobie”. Mleko zawierało za dużo tłuszczu, a soki były zazwyczaj dosładzane. Z kolei kawa bez śmietanki i cukru nie smakowała mi, a z taką wkładką stawiała się zabójcza energetycznie. W dobie ścisłej diety próbowałam jeszcze herbaterek odchudzających, które aż miło mobilizowały przemarsz jelitowych wojsk. Woda była jednak bezkonkurencyjna. Naturalne źródło życia. Mokra i chuda. Doskonały przyjaciel niedoli w mojej obsesji – jedzeniu.

Wszystko wciąż kręciło się wokół niego. Myślenie o nim było już nie tylko chęcią zrzucenia kilogramów, ale także ucieczką od problemów, odreagowaniem nerwów, receptą na całe zło świata. Przy podwyższonym stresie częściej nurkowałam myślami w świat lodówki. Na przykład gdy miałam konkurs humanistyczny, zamiast powtarzać wiadomości, pół nocy zachodziłam w głowę: „Co wrzucić na ruszt, jak wstanę? Kawę, muesli, jogurt, a może jajko na miękko?”. Obsesyjne myślenie o posiłkach, planowanie ich i przeliczanie na kalorie pełniło funkcję antystresanta, zamykacza. Dzięki niemu

w moim umyśle brakowało już miejsca na szkolne zmartwienia czy rodzinne troski. Jedzeniowa zatyczka szczelnie odgradziła mnie od stresującej codzienności. Stworzyłam własny, pozornie lepszy świat z jedzeniem na pierwszym miejscu. O nim myślałam, gdy zasypiałam. O nim myślałam, gdy się budziłam. Czasami wydawało mi się, że zamiast mózgu mam wielki kartofel.

Wciąż podejmowałam nowe postanowienia. Na przykład kiedyś w wakacje pozwoliłam sobie zjeść jedynie dwa lody. Wyjątek mogła stanowić randka. Kto miałby mnie jednak zaprosić? To było sprytne.

W końcu nie zjadłam nawet tych dwóch dozwolonych lodów. Puszyłam się z dumy. Okazałam silną wolę, dyscyplinę, miałam kontrolę nad sobą. Takie trzymanie na baczność swojego żołądka coraz bardziej mi się podobało. Czułam, że panuję nad tym, co się ze mną dzieje, że mogę zdecydować

o wszystkim, co mnie otacza. Myśl, że przestrzegam diety układanej jak pod nadzorem więziennego kławisza, dodawała mi siły, energii i pewności siebie. Z czasem okazało się, że kraty, za którymi się znalazłam, zatrzęsnęła anoreksja. Wakacje mijały, a z anoreksją zaprzyjaźniałam się z każdym dniem coraz bardziej. Nasz uścisk stawał się tym silniejszy, im bliżej w kalendarzu widniała data rozpoczęcia roku szkolnego. Pamiętam, jak nadszedł ten dzień...

Do gimnazjum szłam ze strachem pod rękę. „Czy nie będzie tam moim jedynym towarzyszem? Czy zostanę zaakceptowana, przyjęta do gimnazjalnej społeczności? A może inni uznają, że jestem jeszcze za gruba i brakuje dla mnie miejsca?” – myśli gnały jak stado spłoszonych antylop. Nie mogłam ich zatrzymać. Udało mi się to dopiero na miejscu. W szkole okazało się, że strach ma wielkie oczy. Nikt nie wytykał mnie palcami, nie rzucał zniesmaczonych spojrzeń, nie uważał, że jestem za wielka. Wręcz przeciwnie – w oczach rówieśników wyczytałam akceptację i sympatię. Chyba wydawałam im się fajna (bo chuda?). Dziewczyny garnęły się do mnie, powtarzając z uznaniem: „Dobrze ci, nie masz kłopotów z wagą”. Rzeczywiście, przed rozpoczęciem roku szkolnego mocno zaciskałam jedzeniowy pas i sporo schudłam, ale ciągle jeszcze daleko mi było do samozadowolenia. A jednak... chyba zrobiłam się podobna do ludzi, bo nie wyrzucali mnie już poza nawias. Przestali widzieć we mnie górę mięsa. Dostrzegli człowieka. Mnie to jednak jakoś nie cieszyło.

Czułam irytację. Drażniły mnie zwłaszcza chichoczące bez przerwy dziewczyny. Blondynki, chociaż z ciemnymi włosami. Nie byłam przekonana, czy chcę mieć z nimi coś wspólnego. W ich głośnym, infantylnym świecie nie rozpoznawałam swojej ziemi obiecanej. Tak długo marzyłam, by być jedną z nich, a potem (kiedy w końcu mogłam) nie chciałam należeć do ich grona. Alienowałam się. Odgradzałam murem obojętności. W swoim świecie czułam się lepsza, dojrzalsza. A może tylko bezpieczna? W nim nikt mnie nie mógł skrzywdzić ani odrzucić, nie wykorzystałby mojego zaufania, nie wyśmiał słabych stron. Moja koleżanka anoreksja zawsze wiedziała, jak ze mną rozmawiać. Okazała się lepsza niż ta banda dzieciaków. A może przyczynę alienacji stanowił żal do rówieśników? Żal za to, że nie akceptowali mnie takiej, jaką byłam kiedyś. Trochę za masywna, trochę za mało zwinna, ale przecież w środku ta sama. Tak, chyba właśnie to rozgoryczenie odgradzało mnie od innych najbardziej.

Bez względu na powody wiedziałam, że skoro już wybudowałam wokół siebie mur, to będę za niego wpuszczała tylko mile widzianych gości. Bratnie dusze warte mojej przyjaźni. Tym niepożądanym, niegodnym zaufania zamknę furtkę przed nosem. To stało się silniejsze ode mnie. Nie umiałam już być otwarta i ufna. Dałam sobie prawo do tego wybiórczego podejścia do ludzi. Skoro oni kiedyś wzgardzili mną, teraz ja mogłam niektórych z nich nie dostrzegać. Za to anoreksja nie opuszczała mnie ani na krok.

To ona spędzała ze mną szkolne przerwy, to ona trzymała za rękę w czasie odpowiedzi przy tablicy. Dzięki niej czułam się pewna siebie i nie bałam się innych. Miałam świadomość, że przy mojej „przyciętce od serca” już nie jestem tą grubaską z podstawówki. Robiłam zatem wszystko, by być jeszcze bliżej niej. Ustalanie diet, rozpisywanie posiłków, planowanie i wymierzanie kalorii zajmowało dziewięćdziesiąt procent mojego dnia. Cena, jaką musiałam płacić za mą „bratnią duszę”, była wysoka. Z czasem polubiłam nawet te wielogodzinne anorektyczne rytuały. Po ich odprawieniu pozostawało mi jakieś dziewięć procent dnia, które spędzałam na uczeniu się. Ostatni procent doby przeznaczałam na inne czynności – mycie zębów, ścielenie łóżka i sen.

Wkrótce okazało się jednak, że na dłuższą metę ten system się nie sprawdza. Jedzeniowa obsesja szybko nakręciła kołbę stresu. Rozpisywanie diet miało mi pomagać, a zaczęło przeszkadzać. Stawałam się coraz bardziej nerwowa, wszystko mnie drażniło i irytowało. W szkole nie potrafiłam się w pełni skoncentrować na lekcjach. Wciąż miałam poczucie, że muszę zaplanować jedzenie! Zamiast notować informacje o Władysławie Łokietku, kalkulowałam wartości odżywcze mojego śniadania. Egzamin y sprawały mi coraz większe trudności. Nie potrafiłam przypomnieć sobie podstawowych terminów czy wydarzeń. W pustą lukę obok „data bitwy pod Grunwaldem” umiałam wpisać jedynie dziewięćset kalorii...

Najgorsza jednak była walka z mamą. Ona błyskawicznie zauważyła, że dzieje się ze mną coś niedobrego, i początkowo na siłę starała się mi pomóc. Nasz poranny wyścig do kuchni przypominał zawody na śmierć i życie. Jednocześnie kroiliśmy chleb (ja byle cieńsze kromki), jednocześnie łapałyśmy za drzwiczki lodówki, by wyjąć jakieś dodatki (ja byle serek light). Ostatecznie zjadałam i tak tylko połowę z przygotowanych kanapek. Ten początkowo niegroźny (ale jak nerwowo!) wyścig zamienił się szybko w ewidentną walkę o życie. Na ringu stanęła mama i anoreksja.

Trzeba przyznać, że dość szybko stałam się „legalną anorektyczką”, którą oficjalnie zaliczono w poczet zaburzonych jedzeniowo. Założono mi kartę pacjenta. Przystemplowano na czole niewidzialną pieczętkę z napisem: *anorexia nervosa*. Wszystko to w warszawskim Centrum Psychoterapii, gdzie zabrała mnie właśnie mama. Najpierw jednak miałam trafić do gabinetu prywatnego. Sprytnie znalazłam pretekst, by dać nogę. Z udaną troską rzuciłam, że nie chcę, by mama wydała ciężko zarobione sto złotych na urojenia bez pokrycia. I tyle mnie widzieli... Nie do przyjęcia było dla mnie twierdzenie, że moje diety to choroba. Mama nie dała za wygraną i szybko znalazła poradnię państwową. Nie miałam wyjścia. Brakowało mi argumentów, a może sama zaczęłam powoli czuć, że rzeczywiście mam problem. Choć nie potrafiłam okazać mamie wdzięczności, cieszyłam się, że próbuje mi pomóc, bo anoreksja coraz bardziej zaczynała mnie męczyć.

Wysysała ze mnie nie tylko tłuszcz, ale i siły vitalne, chęć do życia. Z jednej strony kochałam ją za nowe ciało, dodawanie pewności siebie i odwagi. Z drugiej – nienawidziłam i miałam dość myśli krążących obsesyjnie wokół kalorii. Brakowało mi oddechu. Mocny, zaborczy uścisk anoreksji dusił. Nie chciałam z nią rozvodu, ale separacji owszem. Nie za długiej, ale takiej, by nabrać sił do dalszego wspólnego życia. Wcale nie zamierzam jej zdradzać, wydawać na pastwę medycyny. Chciałam ją tylko prosić, by dała mi trochę od siebie odpocząć. Przerazały mnie chwile płaczu po zakończonym posiłku i maniackalny strach, że jestem wciąż zbyt gruba. Nie mogłam patrzeć na siebie, bo moje uda rosły, nie mogłam patrzeć na jedzenie, bo ono też stawało się coraz ogromniejsze. Często kanapki leżące na talerzu postrzegałam jako dużo większe niż normalnie. Zdawało mi się po prostu, że pęczniały – tuż przed włożeniem do ust. Bałam się, że rozsądzą mój przełyk w czasie trawienia. Właśnie dlatego zgodziłam się pójść do lekarza. Łudziłam się, że kuracja pokaże mi, jak koegzystować z nienawistną ukochaną chorobą. Chciałam umieć oddalać się i zbliżać. Tak wedle potrzeby. Zwiększać dystans, gdy tylko ona zabiera zbyt dużo powietrza, wracać, gdy staje się powietrzem niezbędnym do życia.

Mama chyba wyczuła ten moment. Ona wyraźniej ode mnie widziała, jak się męczę sama ze sobą. Wizyta w poradni była jednak tylko zdarciem kurtyny z mojego schorzenia, nazwaniem go po imieniu. Od wielu miesięcy miałam świadomość choroby. Czułam ją w sobie coraz bardziej. Nie było jednak takiej jednej, konkretnej chwili, wyraźnego olśnienia, że ona już jest. Wkradła się do mojego ciała niepostrzeżenie, chyłkiem, cichutko jak myszka i po prostu w nim zamieszkała. Zanim zdążyłam się zorientować, już się zadomowiła. Stopiła się ze mną w j e d n o ś ć. Stała się mną.

Ta pierwsza wizyta u psychiatry przypominała przesłuchanie. Lekarka zadawała coraz to nowe pytania: „Co i ile jem?”, „Z kim mieszkam?”, „Jakie mam relacje z członkami rodziny?”, „Jakie stosunki panują między nimi?”, „Jakie mam problemy?”, „Co mnie niepokoi?”, „Czego pragnę?” itp., itd. Gdy mówiłam, ona skrobała ołówkiem na kartkach dużego zeszytu. Nawet lampa, która rozświetlała mroki zimowego popołudnia, dawała mi po oczach. Jak było do przewidzenia, moje zeznania dowiodły winy. Zapadł wyrok: anoreksja! Kara to szpital z odroczeniem. Jeśli dalej będę dokonywała przestępstw na własnym ciele, trafię za szpitalne kraty! Póki co pozostawiono mnie pod kuratelą psychologa i psychiatry. U pierwszego miałam się meldować co tydzień, u drugiego – co miesiąc.

Z reguły wyrok zamyka perspektywę, pozbawia szans, nie daje widoków na przyszłość. Jest końcem, a nie początkiem. To standard, ale nie w moim przypadku! Dla mnie wyrok był początkiem wszystkiego: chudego, lepszego ciała; przyjemniejszego, pozbawionego lęku patrzenia w lustro; przychyłności otoczenia; nowego, lżejszego życia... Mój wyrok niósł wszystko, co najlepsze, dawał nadzieję na polubienie siebie. Kiedy zapadł, wreszcie mogłam pomyśleć o sobie jak o chudej osobie. Pierwszy raz w życiu. Skoro jakaś wyższa (fachowa) instancja to potwierdzała, to chyba rzeczywiście byłam chuda?! Wcześniej tylko o tym marzyłam, teraz w t o n a p r a w d ę uwierzyłam. Anoreksja wydała mi się obietnicą. Zwiastunem szczęścia. Nadzieją. Zapowiedzią nowej mnie. Jeżeli już coś kończyła, to tylko okres niezadowolenia, antypatii, odrazy do siebie.

Wciąż jednak pozostawała kwestia zmęczenia. Mocny uścisk anoreksji coraz bardziej przeszkadzał mi w normalnym życiu. Powoli obserwowałam, jak paraliżowała mnie w każdej sytuacji. Zabraniała mi chodzić do kina czy na zakupy, zabraniała spędzać czas ze znajomymi. Przypominała o istniejącym zagrożeniu – niewykonaniu ułożonego wcześniej planu dnia czy menu. Jak niby miałabym iść spokojnie z koleżanką na spacer? A gdy koleżance zachce się sięść na ławce w parku? Ja nie mogę siedzieć – muszę chodzić i spalać. Jeśli poszłabym do kina, to znów istnieje ryzyko, że źle wyznaczę godzinę zakończenia seansu i nie zdążę na posiłek. Duże nadzieje na poprawę sytuacji pokładałam w umówionych sesjach terapeutycznych. Liczyłam jednak na zbyt wiele. Szybko przestałam się łudzić, że spotkania z lekarzami pomogą w rozerwaniu anorektycznego uścisku. Nie pomagały. Walka okazała się trudniejsza, niż myślałam. Z bezsilności zaczęłam się jeszcze bardziej izolować. Nikt nie potrafił mnie zrozumieć. Pogrążałam się w smutku, melancholii. Traciłam znajomych, zyskiwałam jednak przyjaciółkę na całe życie.

Była ze mną wszędzie. Chodziłyśmy razem na spacer, razem oglądałyśmy filmy, razem zasiadałyśmy do świątecznego stołu. Kiedyś u babci w Pińczowie przygotowywałam wydmuszki na pisanki. Wystarczyło, że wzięłam jajko do ręki, a w oczach stanęły mi łzy. Drenowałam jajo jak anoreksja drążyła moje ciało. Czułam powinowactwo z wydmuszkami. Nasze zawartości były tak samo sukcesywnie uszczuplane. Miałam wrażenie, że moja zrogowaciała skóra niczym wapienna skorupka obejmuje tylko powietrze. Fajnie było myśleć, że jestem pusta w środku i lekka jak wydmuszka. Nieważne, że groziło to pogruchotaniem. Może to i dziwne, ale anorektyczek nigdy nie przestraszy widmo śmierci, osteoporozy czy bezdietyzacji. Nie jedząc, nie myślimy o skutkach ubocznych. Liczy się jedynie to, by być chudą, szalenie chudą, ponieważ to daje poczucie wyjątkowości i tego, że jesteśmy w stanie zapanować nad własnym organizmem, że wykonujemy nadludzką rzecz. Stajemy się niezależne, stajemy się paniami samych siebie. Władamy swoim życiem, swoim organizmem, potrafimy go ustawiać jak w zegarku. Chudnąc, jesteśmy coraz silniejsze...

Dziś na oddział trafiła nowa anorektyczka. Była w strasznym stanie. Nie pozwolili jej ruszać się z łóżka. Już od paru godzin leżała pod kroplówką, a do toalety wozili ją na wózku inwalidzkim. Nawet bałam się zapytać, ile waży. Bałam się z dwóch powodów. Jej wygląd był przerażający, ale jednocześnie nęcił. W głębi serca czułam się przy niej przegraną. Ona osiągnęła niższą wagę – była lepsza. Pokazała światu, że cierpienie niczym widmo odbiło się na jej skórze. Udowodniła, że bez jedzenia można długo wytrzymać. Zazdrościłam jej tej siły.

Wieczorem myślałam sobie, że chyba należałoby urządzić akademię ku czci mojej głupoty. Jakieś resztki świadomości podpowiadały mi, że nowej nie ma czego zazdrościć. Anoreksja mówiła jednak co innego. Ona od dawna szeptała do mojego ucha dziwaczne pomysły.

Kiedyś wydawało mi się, że guma do żucia tuczy. Nawet ta bez cukru. Unikałam jej z założenia. Ewentualnie traktowałam jak posiłek. Żułam na przykład na podwieczerek. Podobnie myślałam o tabletkach. W moim przekonaniu też tuczyły! Pigułki miały przecież te swoje kilka kalorii! Nie chciałam więc słyszeć o żadnych witaminach poprawiających jakość moich nadszarpniętych anoreksją paznokci, włosów czy cery! Gorzej z lekami na stan ducha, który przy anoreksji szalenie podupada. Bez proszków odbijałam się od ściany do ściany, wpadałam w histerię albo leżałam godzinami na tapczanie jak kłoda. Nie miałam wyjścia – musiałam zacząć wspomagać się cholerną chemią, którą zaproponowała mi nowa pani psychiatra. Każda tabletka wywoływała we mnie kaloryczne przerażenie. Dlatego odliczałam sobie po te kilka kalorii (przypadające na każdą pigułkę) od najbliższego posiłku. Jeśli na przykład zjadłam przed śniadaniem trzy tabletki, śniadanie musiałam zmniejszyć o dziewięć kalorii (zakładając, że tabletkom przyznałam po trzy kalorie). Zaczynałam coraz bardziej wariować.

Dopiero rozmowy z lekarzami powoli uświadamiały mi, co się ze mną działo. Terapeuci podsuwali różne pomysły, by wytłumaczyć, skąd wzięta się u mnie choroba. Jedną z przyczyn miała być chęć zwrócenia na siebie uwagi. Początkowo brzmiało to negatywnie i nawet czułam się lekko urażona, bo wydawało mi się, że znaczy to, iż chcę zyskać sławę jako anorektyczka. Potem zrozumiałam, że tu chodzi o potrzebę bliskości, uznania i akceptacji. Fakt, choroba może działać w tym zakresie wiele. Ludzie

stają się miłsi, zaczynają się nami opiekować, troszczyć. Chyba po części właśnie tego zazdrościłam chudzinie przywiezionej na oddział parę dni temu. Jej niska waga zmuszała prawie cały personel do ogromnej troski. Każda pielęgniarka czuwała nad dziewczyną i sprawdzała, czy chora oddycha, czy ma odpowiedni puls. Patrząc na nią, zdałam sobie sprawę, jak bardzo mi brakuje takiego zainteresowania, ciepła, dotyku. Mnie wystarczyłoby choć muśnięcie pielęgniarki w białych rękawiczkach, która trzy razy na dobę musi zmieniać kroplówkę...

Weekend to czas odwiedzin. Teraz przyszła kolej i na mnie. Na pierwsze posiedzenie przybyła do mnie siostra cioteczna. Moje relacje z Pauliną nie zawsze układały się pomyślnie. To przecież jej zazdrościłam idealnej figury i to ją stawiałam sobie za wzór do naśladowania. Polubiłam ją jednak znacznie bardziej, gdy nasze role, a właściwie gabaryty, się zmieniły. Od jakiegoś czasu to wreszcie JA byłam chudsza i to JA mogłam jeść więcej i bezkarnie tyć! Przynajmniej teoretycznie... Tak czy siak Paulina często okazywała się „przydatna”, ponieważ, jak każda anorektyczka, uwielbiałam patrzeć, jak jedzą inni. W szpitalu nie przywiązywałam do tego wagi, ale „na wolności” uwielbiałam wszelkie jedzeniowe obserwacje. Aż serce mi rośnie na widok cudzego apetytu.

Kiedyś na przykład po szkole wpadła do mnie właśnie Paulina. Nie zdążyła jeszcze dobrze zamknąć drzwi, a ja już popędziłam do kuchni. Postanowiłam porządnie zadbać o jej brzuch. Nie mogłam przecież poczęstować jej kompotem i paluszkami. O gości trzeba dbać, a o kuzynkę tym bardziej! Stańto na naleśnikach. Przy nich mogłam się wyżyć! Ładowałam w nie tyle kalorii, ile się tylko dało. Nadzienie: oczywiście tłusty twaróg z trzydziestodwuprocentową śmietaną! Na wierzch: karmelowy syrop i wiórki czekoladowe! Całość podgrzałam raz jeszcze na maśle (oczywiście nie LIGHT) i z satysfakcją nałożyłam kopę naleśników na talerz.

Widząc potem, jak siostra ze smakiem pałaszuje tę wielką bombę kaloryczną, sama czułam się lepiej. Byłam o połowę lżejsza. Miałam wrażenie, że im bardziej jej idzie w boki, tym mnie – dla odmiany – ubywa. Zawsze było tak samo – nieważne, czy to kuzynka, koleżanka czy mama – tuczyłam wszystkich dla własnego lepszego samopoczucia. Anoreksja brała górę nad lojalnością wobec bliskich.

Był jeszcze jeden powód, dla którego kochałam przygotowywać potrawy – najadałam się wtedy oczami! Nic się od tamtego czasu nie zmieniło. Teraz także karmiłam zmysły bez wypychania ciała. Wąchałam, dotykałam, podziwiałam... To najbardziej uchodzące na sucho obżarstwo na świecie – organoleptyczne pochłanianie posiłków umożliwiające zachowanie lekkości ciała i zapewniające doskonały nastrój.

Dzisiaj Paulinka jak zwykle wpadła na oddział uśmiechnięta od ucha do ucha. Z ogromną życzliwością przywitała mnie, biedną chorą. Ona nigdy przecież nie wyczuła moich podłych intryg w stosunku do swojej osoby i chyba nadal mnie lubiła. Ja ją jednak już nieco mniej, szczególnie gdy na samym wstępie zauważyłam ślady zbrodni na jej twarzy... Byłam przekonana, że Paulina tuż przed wejściem na (anorektyczny!) oddział zjadła wuzetkę z bitą śmietaną. Mój sokoli wzrok od razu wychwycił resztki kremu na jej nosie. Jedno spojrzenie, jedna myśl o pysznym i kalorycznym ciastku, a już byłam wściekła na kuzynkę. Jakim prawem ona zjadła?! Przecież była taka gruba! Jej nogi to serdelki, brzuch wylewał się na wszystkie strony! Ona zdawała się jednak tym nie przejmować i spokojnie zaczęła rozmowę. We mnie zaś nie przestawało kipieć. Nawyki żywieniowe innych osób przyprawiały mnie o mdłości. Prawie każdy normalnie odżywiający się człowiek powodował w mojej głowie lawinę złowrogich myśli. To, co dla nieanorektyków było naturalne, mnie wydawało się karygodne. Wystarczyło wybrać się na zwykłe zakupy spożywcze.

Kiedyś koleżanka przygotowywała urodziny dla swojej babci. Chciałam jej pomóc, a zaszkodziłam sobie... Po włożeniu do koszyka niezbędnych artykułów do przygotowania ciasta poszliśmy znaleźć coś dla siebie. Stałyśmy przed chłodziarką i wybierałyśmy jogurty. Każda do swojego koszyka. W miarę jak kosz koleżanki zapełniał się nabiałem, mnie zalewała fala przerażenia. Nie z powodu liczby, ale jakości jogurtów. Koleżanka miała ochotę na poziomkowy, więc najzwyczajniej w świecie sięgała po niego, chociaż był najbardziej tłusty! Kierowała się smakiem, a nie zawartością kaloryczną. A przecież powinna – tak jak ja – udać się do półki z produktami light i dopiero tam ewentualnie się zastanowić: „Wolę zero procent tłuszczu o smaku wiśni czy zero procent tłuszczu o smaku brzoskwini?”. To, co robiła, było dla

mnie niedopuszczalne! Oburzenie walczyło we mnie z zazdrością. Choć udzielałam koleżance w myślach nagany za jedzeniową lekkomyślność, z drugiej strony skręcała mnie zazdrość, że ona je to, na co ma apetyt... o urodzinowych smakołykach na przyjęcie dla babci nawet nie wspomnę.

Wreszcie dostałam prezenty. Mama przysłała z torbą pełną nowych rzeczy. Wśród świeżych ręczników i przyborów do mycia znalazłam aparat. Super! Uwielbiałam robić fotki, nawet tu, w szpitalu. Zdjęcia to nie tylko pamiątki, ale również forma terapii. To dzięki nim przekonałam się o tym, jak rzeczywiście wyglądałam. Spojrzenie anorektyków na własne ciało nijak ma się do tego, jak jest naprawdę. Nigdy nie sądziłam, że moje oczy mogą mnie okłamać. Przekonałam się o tym dopiero na jednej z terapii.

Kiedyś dostałam od psycholożki duży karton i miałam narysować własną sylwetkę. Tak jak ją widzę. „Nie ma sprawy – pomyślałam – przecież wiem, jak wyglądam”. Zajęło mi to pół minuty. Jednym machnięciem markera nakreśliłam obraz minisłonia. Kiedy jednak terapeutka zawiesiła zarys mojej sylwetki na tablicy i kazała mi się do niego przymierzyć, okazało się, że wypełniam sobą tylko jedną drugą naszkicowanej przestrzeni. W rzeczywistości byłam o połowę mniejsza, niż mi się wydawało.

Podobnie było ze zdjęciami. One odkryły przede mną prawdę. Pierwsze fotki robiłam tuż przed przyjściem do szpitala. Po wywołaniu kliszy zdałam sobie sprawę, że trzydzieści siedem kilogramów przy wzroście sto siedemdziesiąt dwa centymetry rzeczywiście nie kreśli miłego wizerunku... To był fakt, do którego jednak wciąż musieli przekonywać mnie inni.

Moje wizyty u psychiatry i spotkania z psychologiem to był rewers i awers. Różniły się zasadniczo, ale wzajemnie dopełniały. U psychologa zajmowałam się emocjonalną stroną choroby. Rozkładałam na czynniki pierwsze swoje stresy, relacje z otoczeniem, wydarzenia z dalszej i bliższej przeszłości. Otwierałam wszystkie rany skalpelem pamięci. Potem próbowałam znaleźć odpowiedź na pytanie: „Jaki to ma wpływ na moje życie?”. U psychiatry natomiast wszystko kręciło się wokół ciała. Schudłam czy nie? Jakie jest moje podejście do jedzenia? Dlaczego nie mam miesiączki? Czy moje serce ma jeszcze siłę bić? W jakiej kondycji są moje kości, paznokcie, zęby? Zazwyczaj opuszczałam gabinet z plikiem zleceń na badania. Nie widziałam jednak poprawy... Dalej chciałam i nie chciałam być anorektyczką. Nie miałam już siły iść przez życie z anoreksją pod rękę, ale też nie potrafiłam bez niej żyć. Ona zaważyła na wszystkim, skrzywiła moje spojrzenie nie tylko na siebie, ale i na jedzenie. Przede wszystkim na jedzenie.

Zazwyczaj wydawało mi się, że minimalna ilość pożywienia spowoduje maksymalny wzrost wagi. Miałam silne przekonanie, że od miligramowej nadwyżki jedzenia mogę przytyć do megarozmiarów. Dlatego zawsze kurczowo trzymałam się swoich schematów. Każdy okruszek wykraczający poza zaplanowaną dzienną rację stawał się bochenkiem rozpychającym moje ciało. Jeden nadprogramowy gryz mógł wpakować we mnie kalorie z całej lodówki. Jeden jogurt upodabniał mnie do beczki. Czułam, że to wszystko jest złudne, że to wszystko dzieje się w mojej głowie, a kilogramy przeze mnie odczuwane nie przekładają się tak naprawdę na te posiadane. W rzeczywistości nikt przecież nie tyje od listka sałaty... Z drugiej strony jednak myślałam – listek do listka... i dlatego z reguły nakładając na talerz troszkę mniej niż normalnie (lub po prostu wybierając mniejszą rzodkiewkę), byłam przekonana, że momentalnie staję się lżejsza. Waga już niejednokrotnie to potwierdziła. Chudłam szybko nawet po zrezygnowaniu z jednej przekąski dziennie. To chyba wynik braku wyściółki tłuszczowej. Nieanorektyk ma co spalać i nawet jeśli nie dostarczy swojemu ciału energii pokarmowej, czerpie ją z zapasów. U mnie zapasów brakowało, więc waga leciała na tęgą na szyję.

Mimo że czasem nie widziałam już sensu w traceniu kilogramów, nie potrafiłam wyjść poza mój ścisły schemat jedzeniowy. Raz ustalone śniadanie – na dwieście kalorii – było rutyną, którą praktykowałam z największą dokładnością. Dwieście to dwieście, i ani grama więcej! Anoreksja niczym srogi oficer wyznaczała reguły mojego odżywiania się. Tworzyła kodeks – praw i nakazów. Ja natomiast perfekcyjnie się podporządkowałam. Chciałam być jej najlepszym żołnierzem, choć prawdziwe zmagania wojenne odbywały się poza mną, w moim domu. Tam walki toczyły się prawie zawsze. Rodzice rzucali w siebie ciężkimi słowami. Mimo że mierzyli we własnym kierunku, kamienie nienawiści

dolatywały przede wszystkim do mnie. Siniaczyły moje serce, roztrzaskiwały poczucie bezpieczeństwa. TRACH... kolejne ofiary padły tuż po słowach mamy. TRZASK... teraz zawinił tata. W tych trudnych chwilach odgradzałam się drzwiami swojego pokoju. One były jednak nieskuteczną tarczą. Ręce też stanowiły kiepskie zatyczki do uszu.

Jednego wieczoru nie miałam już siły. Wolałam polec bez bólu. „Może wieczny sen da upragnioną ciszę...?”. Sięgnęłam po antydepresanty, bo tylko takie piguły miałam w pokoju. Bałam się. Ręce mi dygotały z nerwów, ale czułam, że nie mam wyjścia...

Jedna tabletką, druga, trzecia, czwarta i piąta... Wystarczy? Powinno! Jedna minuta, dwie, trzy, cztery, pięć... Wolność. Spokój. Cisza... Cisz... Ci... Nagle wrzask! Pisk! Szloch! To mama. Niedługo potem usłyszałam głos lekarza: „Albo zwymiotujesz w domu, albo zabieramy cię na płukanie żołądka”. Miałam w nosie, co ten biały kitel głądził. Nie chciałam wymiotować. Nie mogłam. On jednak zdecydował za mnie. Włożył rękawiczkę i... na moje nieszczęście znów żyłam.

Czy wtedy naprawdę chciałam umrzeć? Nie wiedziałam. Może to był tylko krzyk rozpacz? Wołanie o pomoc? Potrząśnięcie rodzicami? Przesłonięcie ich wzajemnej nienawiści? Moja karta przetargowa w grze o rodzinny spokój? Trudno odtworzyć tamtą motywację i tok myślenia, ale teraz sądziłam, że chyba żał byłoby mi się żegnać ze światem na zawsze. Niemniej jednak owa nieudana próba „S” na zawsze trafiła do lekarskiej kartoteki. Już na drugi dzień znalazłam się w gabinecie psychiatry, a moja karta została specjalnie oznakowana.

Podczas jednej z wizyt u lekarza uchyliłam rąbka swojej mrocznej tajemnicy – przyznałam, że KONIEC chodził mi po głowie dość często, że kostucha niejednokrotnie oplatała moje myśli, że chciała na zawsze rozwiązać moje problemy. Mówiąc to, czułam, iż zdradzam anoreksję. Podświadomie chciałam, by lekarka na zawsze wyperswadowała z mojej głowy myśli samobójcze. Pragnęłam, by zachęciła mnie do życia. Liczyłam, że mi pomoże i że nie będę musiała się zabijać... To chyba jednak przekraczało jej możliwości. Nie wiedziałam, czy ktokolwiek będzie w stanie wyciągnąć mnie z krainy lodu, w której tkwiłam niczym sopel.

Coraz częściej czułam, że jestem dziwnie podzielona. Zdawało mi się nawet, że mam rozstrojenie jaźni! Odkryłam, że jest nas trzy. Pierwsza, która nie ma problemów z jedzeniem i umie się śmiać. Druga, która pozwala mi wprawdzie jeść, ale wzbudza wyrzuty sumienia i każe wszystko kontrolować. No i trzecia, która całkowicie zabrania mi się odżywiać. Zawija mój żołądek na supeł, przez co wcale nie bywam głodna i szybko tracę na wadze. Wszystkie trzy w moim jednym chudym ciele. Zjawisko podzielenia zauważałam w wielu sytuacjach. Najczęściej odczuwałam je u psychiatry lub psychologa. Podczas terapii łapałam się na słowach: „To nie ja wyrzuciłam jogurt”, „To nie ja oszukałam mamę”. Zwałałam winę na kogoś, kogo czułam w sobie. Kto sterował moimi myślami i moim ciałem. Cały czas wyczuwałam tę obcą obecność w sobie, ale nigdy nie potrafiłam jej zidentyfikować, nazwać. Dopiero „lekarka od świrów” pomogła mi to wszystko zrozumieć.

Dała mi kiedyś zadanie, by pobyć każdą z mych części z osobna, zamiast być wszystkimi naraz. Ustawiła trzy fotele i kazała przesiadać się z fotela na fotel, zostawiając na poprzednim kolejną z mych części. Najpierw tę najlepszą, najspokojniejszą, najzdrowszą. Nazwałam ją Dorotką. Za chwilę, znów zmieniając miejsce, dopuściłam tę średnio dokuczliwą, niezdecydowaną, o naturze „i chciaabym, i boję się”. Nadałam jej wtedy imię Andżelika. W ten sposób na trzecim fotelu wyodrębniła się ostatnia z mych części – restrykcyjna, skąpa, ta, co żywi się własną złością. Ochrzciłam ją oschłym imieniem Kristin. Przez dłuższą chwilę „przyglądałam się” każdemu swojemu wcieleniu z osobna. Opowiadałam lekarce – i sobie jednocześnie – o każdym z nich. Rysowałam je. Najstraszniejsza była Kristin. Nie wiedziałam dlaczego, ale od początku jej postać kojarzyła mi się z prostytutką. Podła strażniczka jedzenia była w mej wyobraźni ubrana w krótką czerwoną mini z błyszczącego materiału oraz skąpy czarny top z lśniącem suwakiem. Jej obfity biust wylewał się przez szczeliny gorsetu. Buty to megaszpile. Wysokie, czerwone kozaki o ostrych czubach. Podobnie paznokcie to długie szpony, które drapały moje sumienie, ilekroć pomyślałam o zjedzeniu czegokolwiek. Kristin miała też przeraźliwe zębiska. Niczym wampir wgryzała się czasem w moją szyję. Wysysała krew, namawiała do śmierci. Tak jak ostatnio...

To ćwiczenie u psychologa uświadomiło mi moją trójdzielność. Pokazało, jak różnych stanów świadomości doświadczam. To było przedziwne. Bałam się, że zwariowałam, ale psychołożka uspokajała mnie, że takie rozwarstwienie u anorektyczek to nic nadzwyczajnego i nie grozi mi jeszcze kaftan bezpieczeństwa. Chciałam jej wierzyć. Przyjęłam do wiadomości, że Dorotka to ja sprzed anoreksji, a Andżelika i Kristin to kolejne stadia mojej choroby. Wszystkie trzy razem stanowią sto procent mnie. Im Kristin i Andżelika są silniejsze, tym Dorotka słabnie. Jeśli one wywalczą sobie za dużo miejsca, to dla niej zostaje tylko szary kąt. Moje zadanie od dawna polegało na tym, by do tego nie dopuszczać. Miałam z całych sił utożsamiać się z Dorotką, a dwie pozostałe panie trzymać na jak największy dystans. Jednak łatwo powiedzieć, trudniej zrobić. Panna A. i panna K. beczelnie rozsiadały się czasem w mojej głowie. Rozgaszczały się w moim ciele, urządzając w nim wygodne mieszkanie.

Teraz w szpitalu nie potrafiłam utożsamiać się z żadną z tych trzech. Tu byłam inna każdego dnia. Miałam jedynie nadzieję, że nie rozszczepię się na więcej części...

Oddział miał zmieniać. Nie bez kozery trafiali tu przecież ludzie z zaburzeniami. Zużka uwierzyła chyba w zbawienną moc tej placówki. Dziś wymyśliła, że po powrocie do domu już zawsze będzie więcej jeść. Tak, żeby nie schudnąć, wyglądać ładnie i mieć zdrowe ciało. Słuchając jej, miałam wrażenie, że gadam z nowicjuszką. „Po wyjściu stąd będę zdrowa jak kiedyś...” W takie bajki to uwierzyłabym schizofreniczce, ale nie dziewczynie z jadłowstrętem. Cóż, ja też miałam kiedyś dobre chęci, ale niestety szybko się ich pozbyłam.

Pamiętałam, jaką satysfakcję dawało mi to, że chudnę. Czułam się silna, wygrana. Z drugiej jednak strony dostrzegałam też minusy tego, że stawiałam się coraz bardziej przezroczyście. Wychudzenie po prostu nie było ładne. Twarz pergaminowa, bez śladu rumieńca. Niezdrowe, matowe włosy. Wyblakłe, szkliste oczy. Wyglądałam jak cień. Mogłabym straszyć na zamku. Chciałam być chuda, ale zarazem atrakcyjna i zdrowa, a nie jak wypłuta guma do żucia. Pozbawiona smaku, soku, sprężystości. Dlatego, choć z reguły sama sobie byłam dietetykiem, wpadłam kiedyś na pomysł, by iść do fachowca. Dieta tysiąc kalorii, której przestrzegałam, okazała się zbyt ascetyczna i wyniszczająca. Łudziłam się, że specjalista zmotywuje mnie do wymaganych dwóch tysięcy kalorii. Że tak ustawi mi dietę, bym zachowała szczupłą sylwetkę, a jednocześnie nie podupadała na zdrowiu. Moja psychiatra była wobec tego pomysłu sceptyczna. Powołując się na doświadczenie, twierdziła, że to się może nie udać. Sądziła, że nie dam rady zjeść podwójnej liczby kalorii. Co najwyżej zjadłyby mnie wyrzuty sumienia. Miałam mętlik w głowie. Niby postanowiłam się ratować, ale tak radykalne kroki były chyba ponad moje siły. Wahałam się, czy w ogóle iść do dietetyka, czy raczej przed tym trochę wzmocnić się terapią, podleczyć duszę, by potem karmić ciało? Ostatecznie jednak wylądowałam u niego. Mama przekonała mnie, że mimo wszystko warto spróbować.

Siedziałam więc w poczekalni i nie bez satysfakcji przyglądałam się gabarytom na sąsiednich krzesłach. Czułam się jak pusty stoik wśród pełnych weków. Oni wszyscy przyszli tu, żeby schudnąć, tymczasem ja, by zatrzymać ciągly spadek wagi. Paradoks. Ale jaki miły!

Dietetyk na początek dał mi zadanie: miałam iść do sklepu i spisać wszystkie ulubione produkty wraz z wartościami kalorycznymi. Lekarz chciał bowiem ułożyć moją dietę pogrubiającą z tych właśnie smakotyków. Żeby były mile widzianymi gośćmi w moim żołądku. Dzięki temu łatwiej miałam znieść ich liczną obecność. Dobrze sobie... Nie przekonało mnie to za bardzo, ale postanowiłam spróbować. W głębi duszy chciałam przecież walczyć z chorobą.

I tak przechadzałam się pośród półek supermarketu ze skoroszytem w ręku. Wpisywałam spożywcze beniaminki do ewidencji. Przedtem oglądałam je uważnie z każdej strony – dokładnie oceniałam ich gabaryty, skład i ładunek energetyczny. Z każdą chwilą czułam jednak, że ta wiedza wcale mi nie służy. Zbyt boleśnie uzmysławiała, jak zabójczo treściwe są moje ulubione produkty. Do tej pory tabele kaloryczne nie były moją biblią. Owszem, zaglądałam do nich, sugerowałam się nimi czasem, ale nie znałam ich na pamięć. Wartość odżywczą wielu produktów szacowałam na oko, bez wnikliwej kontroli. Sprawdzałam najwyżej liczbę kalorii, ale już zawartości tłuszczu. Przy okazji tej dietetycznej inwentaryzacji okazało się, że wiele

artykułów ma większy ładunek odżywczy, niż się spodziewałam. To był szok! Postanowiłam nie wpisywać tych kalorycznych killerów na listę. Nie ma głupich! Jednak mama, która stała na straży mojego smaku, powtarzała jak zdarta płyta: „Przecież tak lubisz śledzie w śmietanie!”, „Nie zapiszesz swoich ulubionych serów pleśniowych?”, „A frytki, które uwielbiasz?”. Tłumaczyła mi, że dietetyk tak skomponuje te produkty i ich proporcje, bym jedynie utrzymywała wagę. Mama nie poddawała się, ale anoreksja ją zakrzyczała, udzielając mi natychmiastowej reprimendy: „Nie daj się wmanewrować! To wysokokaloryczne żarcie – nawet w mikroskopijnych dawkach robi ci kosmiczną krzywdę!”. Ostry głos anoreksji brzmiał bardziej przekonująco niż monotonne marudzenie mamy. Dlatego też po długich dwóch godzinach opuściłam sklep z zaledwie jedną kartką serków light, które przeszły ostrą selekcję.

Trzy dni później odebrałam e-mailem gotowy jadłospis. Miał się składać tylko z dostarczonych przeze mnie propozycji, tymczasem zawierał groszek, którego nie cierpiałam, i inne nadprogramowe punkty. Zupełnie nie odpowiadały mi też połączenia składników. Sałatka z cebuli i fety... Błę. Dietetyk zafundował mi też prawdziwe bomby tłuszczowo-kaloryczne. Pół kilo smażonego indyka z boczkiem – to tylko jeden z wielu jego dziwnych pomysłów. Zważyłam w jego kompetencje. Jak już znalazłam coś sensownego do jedzenia, to w takich ilościach, że zaspokoiliby głód połowy dywizji. Na przykład pięć pomidorów, średnia papryka, trzy cebule, jeden ogórek i całe opakowanie tuńczyka! O nie... Nie zamierzałam wrzucać w siebie takiej zabójczej mieszanki. Poza tym szybko poczułabym się jak robot, który ma ślepo wykonywać program napisany przez kogoś innego. Nawet jeśli cudem miałabym ochotę na cukier, to musiałabym jeść sól. To nie dla mnie! Zwróciłam honor psychiatrze. Specjalistka miała rację – nie wytrzymam presji takiej diety!

W tej sytuacji do łask wróciły schematy mojego autorstwa, a główną „korzyścią” wizyty u dietetyka było zapoznanie się z przelicznikami wartości odżywczych. Mój jadłospis natychmiast uszczuplił się o kolejne produkty – te, których rzeczywistą kaloryczność odkryłam przy robieniu spisu. Ponadto uświadomiłam sobie parę kolejnych praw anoreksji i znalazłam następną odpowiedź na pytania: „Dlaczego tak mało jem?”, „Czemu uszczuplam i tak już małe porcje?”, „Dlaczego zdarza mi się rezygnować z niektórych posiłków?”. Kiedyś dostrzegałam tylko najprostszą odpowiedź: „Bo chcę być chuda”. Okazało się, że to tylko część prawdy. A raczej jej powierzchnia, bo – jak wszystko – miała ona swoją głębię.

Otóż jedzenie było największą formą przyjemności, jaką sobie dawałam. Wynagrodzeniem wszystkich trudności, osłodzeniem gorzkich godzin i dni. Rozkoszą, na którą ciągle czekałam, o której nieustannie myślałam, do której bez przerwy się przygotowywałam. Znalazłam więc sposób na jej potęgowanie. Aby każda kolejna była większa, wystarczyło ograniczyć poprzedzającą. To takie proste. Jeśli na przykład zjadałam małe śniadanie, to przed obiadem byłam tak potwornie głodna, że obiad miał mi smakować wprost nieziemsko! Wrzucałam go na pusty (a wręcz wygłodniały) żołądek i dzięki temu właśnie okazywał się tak smaczny. Ot i cała tajemnica mojego niedojadania. Komuś może się to wydać dziwne, ale dla mnie było logiczne jak matematyka.

Spożywanie posiłków stało się nie tylko rygiorem, obsesją, ale i rytuałem. Celebrowałam każdy kęs wkładany do ust. Jadłam tylko to, co sprawiało mi największą przyjemność. Każdy posiłek był świętością, do której musiałam się odpowiednio przygotować. Układałam serwetki na stole, wybierałam odpowiednie talerzyki, wyznaczałam konkretną porcję jedzenia, sprawdzałam, czy wszystko jest zgodne z wcześniej ustalonym menu.

Oglądałam kiedyś dokument o mężczyźnie, który miał na tym punkcie jeszcze większego hopla niż ja. Nie jadł nic przez cały dzień, żeby móc sobie zrobić prawdziwą ucztę na kolację. Mało tego, jeździł na drugi koniec miasta po bagietki! W tym także byliśmy podobni. Ja również, jeśli uparłam się na konkretny jogurt, potrafiłam zjeździć całą okolicę, by go znaleźć. Urządzałam wycieczkę szlakiem sklepów spożywczych. Nawet gdyby odwiedziny w piętnastu zakończyły się fiaskiem (i stratą dwóch godzin), musiałam przekonać się o tym na własnej skórze. A anoreksja była wciąż przy mnie.

Zmieniłam psychiatrę. Z pierwszą lekarką przez rok nie udało mi się złapać odpowiedniego kontaktu. Była oschła, zimna, rygorystyczna. Wysoka, koścista, męska. Przypominała szpilkę

z nieproporcjonalnie dużą głową przytwierdzoną do długiego, chudego tułowia. Jej postura była zresztą adekwatna do ostrego zachowania. Każde zdanie wypowiadała z pretensją w głosie. Wiecznie niezadowolona z moich działań, przemyśleń, postępów, lubiła dźgać mnie słowami. Za każdym razem, gdy wchodziłam do jej smutnego pokoju z ciężkim, ciemnym biurkiem pośrodku, jeżyły mi się nie tylko włosy na ciele. Dusza też wypuszczała obronne kolce. Na szczęście postanowiłam zakończyć ten czas pojedynków na szpikulce.

Moją kolejną duchową powiernicą stała się ciepła, bezchmurna blondynka o chopinowskiej fryzurze w kolorze lnu. I uśmiechu jasnym jak słońce. Zielenie i brązy jej strojów korespondowały z aksamitem głosu. Przytulność gabinetu, podobnie jak ona sama, zachęcały do zwierzeń. Tu krzesła nie były już takie twarde. Ona nie siedziała za biurkiem niczym srogi belfer, który przepytuje z życia. Nie czułam się już jak na dywaniku. Mały stoliczek i niebieskie foteleki sprzyjały poufności. Dlatego się otwierałam. Z każdym spotkaniem coraz bardziej. Nie tak jak wcześniej, kiedy uchylałam drzwi duszy zaledwie na milimetr, a lekarka wdzierала się w tę szparę łomem. Poprzednią psychiatrę interesowało tylko moje chore ciało i szpikowanie go kolejnymi antydepresantami. Nowa pani doktor oprócz pigułek szczęścia (które już na wstępie uznała, niestety, za niezbędne) dawała mi przede wszystkim zrozumienie i wsparcie. Taką samą wagę jak do uszczuplonego ciała przywiązywała do znękanego umysłu. Była nie tylko mechanikiem ciała, ale i zegarmistrzem duszy. W końcu wpadłam z deszczu pod parasol. Już nie tak straszna była mi ulewa moich nieszczęść. Po tak długim czasie wreszcie poczułam, że ktoś się mną zaopiekuje.

Zachowanie Zużki na oddziale coraz bardziej mnie zadziwiała. Moja współlokatorka miewała osobliwe pomysły na radosne spędzanie czasu. Dziś ta szesnastoletnia chudzinka zaproponowała grę w chowanego. Do zabawy namówiła Jolkę z nerwicą natręctw i Rafała z psychozą. Musiałam przyznać, że sprytnie to wymyśliła – jej rywale, okazałej postury, za nic w świecie nie wejdą do szafy czy pod tapczan. Co innego Zużka – jej pierwszą skrytkę stanowiła drewniana skrzynia na zabawki. Potem schowała się do malutkiej szafki pod umywalką i tym sposobem bezkonkurencyjnie wygrała zabawę, potwierdzając moją teorię, iż chudym łatwiej się żyje.

W domu też kiedyś chętnie bawiłam się w chowanego, choć inaczej dobierałam sobie rywali. Zabawę rozpoczynała zazwyczaj mama. Nie mogąc znaleźć słoika z rolmopsami czy przygotowywaną sałatką, krzyczała:

– Kto znowu powyżerał wszystko z lodówki? Karolinko, czy schowałaś gdzieś śledzie, czy też one same odpłynęły?

Na te słowa tata chętnie przyłączał się do „zabawy”:

– Karolinko, czy śledzie, które ktoś schował na dolnej półce w lodówce, były przyczyną smrodu w całym mieszkaniu? Powiedz, córuniu, jak sądzisz, czy nie lepiej się śledziom pływa teraz w klozecie, zamiast w małym, zimnym słoiku w towarzystwie korniszonów na ostro?

Z mojego punktu widzenia śledziom było wszystko jedno, kto i gdzie je schował. Ja jednak czułam się nie tylko jak zepsuta ryba czy stare ogórki. Miałam wręcz ochotę zakopać się głęboko pod ziemię, ukryć jak najbardziej lub po prostu zniknąć.

Swe marzenia zaczęłam dość sprawnie realizować. Ginęłam w oczach. Było mnie coraz mniej. Kilogram po kilogramie „odpływał” niczym śledź w naszej toalecie. Czułam się coraz gorzej. Wszystko dlatego, że z powodów finansowych musialiśmy ponownie zamieszkać z tatą. Kochałam go bardzo, był dobrym ojcem, ale mężem dla mamy już niekoniecznie. Nie byli, niestety, uchem i dzbanem. Ich charaktery nie przylegały idealnie. Między nimi narastały wciąż napięcia, konflikty, niepokoje. Pod wspólnym dachem nie tylko ożywały te stare, ale rodziły się też nowe. Wszystkie kłótnie bez wyjątku dotyczyły mnie osobiście, raniły dotkliwie. Dlatego uciekałam przed nimi w chorobę. Oddawałam się anoreksji. Wpadałam bezbronna w jej zdradzieckie ramiona. Nie mogąc kontrolować życia, kontrolowałam swoje ciało. Żeby zapomnieć o przykrej sytuacji w domu, skupiałam się na przyjemnej

reglamentacji jedzenia. Przekładnia była bardzo prosta: cierpi moja dusza – chudnie ciało! To naczynia połączone. Nie na darmo anoreksję nazywa się chorobą duszy i ciała.

Wiedziałam, że wielu dziewczynom szpital uratował życie, ale ja zawsze panicznie się go bałam! A wszystko przez widmo kurzej farmy. Prześladowały mnie wyobrażenia, że w szpitalu będę kurczakiem, który siedzi ze związanymi nóżkami na grzędzie i tylko dziobie podjeżdżające na taśmie żarcie. Bez przerwy go kontrolują, sprawdzają przyrost wagi i stopień otluszczenia. A on rośnie, rośnie, rośnie, aż w końcu nadaje się na rosół. Ta wizja skutecznie obrzydzała mi szpital. Sprawiała, że wzdrygałam się już na samo jego wspomnienie. Zamierałam zrobić wszystko, by nigdy nie trafić na oddział. Tymczasem me ciało cierpiało z każdym dniem coraz bardziej.

Wizyty u pani doktor stały się kolejnym rytuałem. Moja miła nowa psychiatra, starając się pomóc, sprawdzała także mój stan somatyczny. Waga, przy której pomocy kontrolowała mnie poprzednia lekarka, była metalicznie zimna, bezbarwna, wysoka, zwieńczona na czubku wielkim czerepem szalek. Waga, na której stawałam u drugiej pani psychiatry, była nieduża, nowoczesna i wyłożona przyjemnym tworzywem, a jej elektroniczne cyferki promieniowały na stopy ciepłym, czerwonym światłem. Jednak mimo całej przychylności dla tego urządzenia i jego właścicielki oszukiwałam ich oboje, jak tylko się dało. Bałam się pokazać, ile naprawdę ważę. Na szczęście okres zimy mi sprzyjał. Pomiar odbywał się w ubraniu i mogłam bezkarnie być cebulką: dwie pary rajstop i poczwórne skarpetki, trzy bluzki, a nawet dwa paski. Jeden szeroki, masywny, maskujący, pod nim – wąziutki, dyskretny, taki do sukienki. Do tego spodnie dzwony ze zwielokrotnioną objętością materiału u dołu i telefon komórkowy w tylnej kieszeni. To był mój niewzbudzający podejrzeń obciążnik. Wolałam go niż sportowe ciężarki zapinane wokół kostek wybierane przez inne anorektyczki. Komórka wiązała się ze zdecydowanie mniejszym ryzykiem. Nawet gdy zostałamby zdemaskowana, mogłabym się z łatwością usprawiedliwić. Noszenie telefonu w kieszeni to przecież norma. Specjalne obciążniki to już co innego... Tak, stałam się podłą kolaborantką! Czułam się z tym wyjątkowo źle, jednak widmo spadku wagi poniżej czterdziestu czterech kilogramów (za które groził mi szpital!) skutecznie przepłaszalo moją uczciwość i zagłuszało wyrzuty sumienia.

Nikt nie chce myśleć, że jest zły. Nawet taki zwykły psiak – gdy nabroi, potulnie zwija się w kłębek, podwija ogon, ma smutne oczy. Moje oczy też były smutne, gdy myśląc o głodujących dzieciach, wyrzucałam pyszne kanapki do kosza. Najtrudniej jednak było mi sprostać kłamstwom i agresji. Raniłam bliskich. Bez skrupułów uderzałam w rodziców mocnymi słowami, ilekroć namawiali mnie do posiłku. Moja złość stawiała się wprost proporcjonalna do kaloryczności oferowanych smakołyków. I tak za wuzetkę tata dostał „otyłym debilem” w nos, a w mamę wystrzeliłam „wariatkami”, gdy na poprawę humoru przyniosła mi krówki. Nie umiałam przeprosić, choć po takiej słowno-jedzeniowej walce czułam się podle. Nie dość, że odmawiałam sobie ulubionych słodczy, to przy okazji pozbawiałam się ciepła relacji z najbliższymi. Jedyne, czego mi nie brakowało, to poczucia winy.

Chociaż coraz bardziej specjalizowałam się w oszukańczych praktykach, wciąż wisiła nade mną widmo wariatkowa. O tym, czy stanie się ono rzeczywistością, przesądzić miała, jak zawsze, psychiatra. Wtorek był to kolejny dzień mojej wizyty. Ponownie miałam być ważona, oglądana, opiniowana. Musiałam zrobić wszystko, by swoim „zdrowym” wyglądem wyjednać ulaskawienie. Przekonać ciało lekarskie, że moje zasługuje na życie na wolności. Nie za kratami psychiatryka. Bałam się wtedy panicznie. Wiedziałam, że nie będzie łatwo wykipić się od przymusowej kuracji, tym bardziej że sporo schudłam. Potrzebowałam wsparcia, dlatego w panice nadałam SOS do mojej sojuszniczki – wody! Godzinę wagowej prawdy wyrocznia w białym kitlu wyznaczyła na 16.00, więc miałam pół dnia, by wezwać płynne posiłki i zgromadzić w swoim zapadniętym brzuchu jak najwięcej płynnej przyjaciółki, zaopatrując się przy tym w doraźne kilogramy. Nie rozstawałam się więc z butelką mineralnej... O 14.00 mój pęcherz był już wypełniony po brzegi dwoma półtoralitrowymi butelkami. Niestety o toalecie musiałam zapomnieć, jeśli chciałam wygrać ten konkurs dla oszustów. Czułam, jak woda drążyła mi dziurę w brzuchu, a on buntował się przeciwko jej nadmiarowi, bulgocząc niemiłosiernie. Przypominał wydęty balon, z tą różnicą, że przykuwał mnie do ziemi, zamiast wzbijać w powietrze. Myślałam, że się ociele, owodzę, urodzę wodę.

Nie wiem, jakim cudem dotrwałam do wizyty i kontroli wagi, ale w poczekalni lekarskiej przeżywałam tortury najdotkliwsze z dotkliwych. Z bólu zagryzałam wargi! Wbijałam paznokcie w sklejkę krzesła! Siedziałam sztywno i nieruchomo, jakbym połknęła kij. Gdy wreszcie podniosłam się i skierowałam do gabinetu, mój brzuch stał się łóżkiem wodnym. Wprawiony w ruch, falował zamasyście i głośno bulgotał. Gdyby lekarka nacisnęła palcem, woda uciekłaby spod jej ręki tak samo, jak ustępuje pod naporem ciała, które kładzie się na wodnej kanapie. Na szczęście lekarka nie wpadła na ten łózkowy trop i wskazała mi krzesło. Wydawało mi się, że było trzy razy twardsze niż to w poczekalni, a czas jeszcze bardziej się ślimaczył. Sądziłam, że nie doczekam już momentu stanięcia na wadze. Pani psychiatra zadreśla mnie wcześniej pytaniami. Najmniejsze drgnienie mojego ciała wzmagало parcie na i tak już maksymalnie uciskany pęcherz. Nieruchomiałam więc nie tylko ja, ale i moje struny głosowe. Na lekarskie pytania odpowiadałam półśłówkami, ze ściśniętym gardłem. W końcu nadeszła chwila prawdy.

Stałam na wadze i... nie wierzyłam własnym oczom. Waga piórkowa! Szalka wskazała czterdzieści trzy i pół kilograma i ani grama więcej! To koniec! Wydało się, że schudłam! Na nic moje bolesne trzymanie pęcherzowych zaworów. Nie pomógł nawet dodatkowy podkoszulek, grube skarpety i ciężki pasek. Psychiatra wypisała mi skierowanie do szpitala! Boże, pamiętam, jaka byłam zawiedziona! Tak zrezygnowana, że o mało nie puściły mi powstrzymywane nadludzką siłą woli zawory. Czułam, że za chwilę zejdzę ze mnie całe powietrze, a raczej cały mocz! Że balon nie wytrzyma ciśnienia i pęknie. Przez zaciśnięte zęby spytałam, czy mogę już wyjść. Lekarka się zgodziła. Z pewnością pomyślała, że skierowanie do szpitala wywołało emocje, które teraz muszą znaleźć jakieś ujście. Gdyby wiedziała, co tak naprawdę musiało ze mnie zejść... Na szczęście nie wpadła na trop, a ja tylko pognałam do toalety. Ufff! Pamiętam tę ulgę.

Wyglądało na to, że gdy wydano wyrok, nie będzie odroczenia. Odsiadanie kalorycznej kary obowiązywać miało ze skutkiem natychmiastowym. Prosto z gabinetu pojechałam z mamą do szpitala. A raczej to ona – prośbą i groźbą – próbowała mnie na ten oddział zaciągnąć. Natrafiła oczywiście na silny opór. Wtedy okazało się, że moje mizerne kosteczki mają atletyczną siłę, a głowę wypełnił ośli upór. Na nic się jednak zdała moja walka. Wbrew narastającej hysterii zostałam dowieziona przed wielki budynek Instytutu Psychiatrii i Neurologii. Mimo tupania nogami zostałam doprowadzona na izbę przyjęć. Stąd długimi, surowymi i mrozącymi bielą korytarzami dotarłam przed żelazne drzwi z napisem „Klinika psychiatrii dzieci i młodzieży”. Podczas gdy bębniłam palcami w metalową powierzchnię, mama naciskała dzwonek obok. Stuknięcie, zgrzytnięcie i wrota się uchyliły.

Najpierw wyłoniła się ręka w bieli, tuż za nią reszta identycznie odzianego ciała. Sanitariusz kazał nam poczekać w przedsionku, do którego nas wpuścił, a sam zniknął za przeciwległymi drzwiami. Siedziałyśmy w malutkiej klatce, a raczej klatce. Przed nosem miałam okratowane okno, tuż za plecami kawałek muru, a z prawej i lewej strony (na wyciągnięcie rąk) żelazne drzwi zamiast ścian. Był stolik z dwoma krzesłami. Nic więcej się nie zmieściło. Niewiele więcej się działo. Obok przejechał wózek z chlebem dla pacjentów. Z białymi, wielkimi, tuczącymi pajdami! Miałam dość... Spędzona tu godzina była najdłuższą w moim życiu. W końcu zjawił się ordynator, ale tylko po to, by nas poinformować o braku miejsc. Stwierdził, że muszę poczekać w kolejce. Powiedział, że zadzwonią, jak coś się zwolni. Najwcześniej za cztery tygodnie.

Poczułam ulgę. A więc jednak odroczenie. Właściwie nie wiedziałam, czy się cieszyć, czy płakać.

Z jednej strony darowano mi przynajmniej miesiąc wolności, przez który mogłam sama stanowić o swoim ciele. Z drugiej strony – może lepiej byłoby dać się ubezwłasnowolnić od razu, bez narażania się na obłądny czas niepewności. Trudno czekać na zło nieuniknione, borykając się wciąż z tym samym: co i ile jeść!

Zupełnie nie wiedziałam, jakie menu ułożyć sobie na ten czas oczekiwania. Wahałam się, czy zwiększyć dzienne racje, by przytyć i być może uniknąć szpitala, czy też korzystać z ostatniej szansy na niedojadanie. Zwyciężyła oczywiście druga opcja. Po co miałam się zmuszać do jedzenia, skoro w szpitalu i tak mnie mieli utuczyć. Nie mogłam przecież im roboty odbierać... Poza tym musiałam mieć czas, by pożegnać się z moimi kosteczkami, oswoić z myślą, że po szpitalu już ich nie będzie. Codziennie podczas kąpieli patrzyłam na swe ciało ze łzami w oczach. Gładziłam wystające obojczyk, kręgosłup, żebra

i szeptałam do swojej anoreksji: „Niestety będziemy musiały się rozstać”.

Dziś na oddziale znów patrzyłam na moje kosteczki, znów gładziłam obojczyk. Wtedy, przed pierwszym pobytem w szpitalu, zdawało mi się, że pożegnam się z anoreksją raz na zawsze. Sądziłam, że za szpitalnymi kratami tłuszcz pokryje moje żebra i kości miednicy. Teraz już wiedziałam, że nie. Teraz byłam tu przecież po raz trzeci, a moje wystające kości nie zniknęły...

Jednak za pierwszym razem myślałam, że będzie inaczej. Ograniczałam więc jedzenie jeszcze bardziej. Cały czas się dematerializowałam. Po paru dniach ścisłej diety było mnie już raptem trzydzieści dziewięć kilogramów. Mama pochlipywała po kątach i powtarzała, że postawi cały świat do góry nogami, żebym tylko szybciej trafiła do szpitala. W końcu zadzwonili z psychiatryka z informacją o wolnym miejscu. Godzina mojej klęski zbliżała się wielkimi krokami! Rany, jak ja to przeżywałam! Miałam wrażenie, że za kilka dni będę już na zupełnie innej planecie, o całe kilogramowe mile stąd. Przejdę ze stanu jedzeniowej wstrzemięźliwości do stanu pokarmowego upojenia. Byłam przekonana, że ci „kosmici” w białych fartuchach odkarmią mnie za wszystkie czasy. Zaszczepią mi swoją wizję życia, odwrócą żywieniowe proporcje, wmówią, że żyje się po to, aby jeść, a nie, że je się po to, by żyć. Zostało mi tylko pięć dni w domu, na moim terenie, na własnych prawach. Pięć dni totalnego strachu, żalu i niepewności... To był prawdziwy koszmar! Jak czekanie na egzekucję.

Za dnia cierpiałam z bólu, w nocy ze zmęczenia i bezsilności. Nie mogłam spać. Budziłam się złana potem. Bardzo wcześnie. Bałam się wstać z łóżka. Lękałam się tego, co przyniesie kolejny dzień. A przynosił dalszy ciąg strachu... Przerazenie chodziło za mną przez cały czas. Łapało mnie za kołnierz na każdym kroku. Było wszędzie – nawet w sklepie. Miałam wrażenie, że ktoś chce mnie zabić. Słyszałam odgłos skradających się za mną kroków. Widziałam między półkami śledzące mnie oczy. Raz, gdyby nie tata, schowałabym się pod regał. Na szczęście jednak ojciec był przy mnie – ten mój rodzony ochroniarz. Owinęłam się wokół niego jak bluszczyk. Uwiesiłam się na nim razem ze swoją psychozą, strachem i słabością. Posadzka usuwała mi się spod nóg, ciało przelewało bezwładnie przez ojcowskie ręce. Głowa opadała ciężko na bok, przed oczami latały mroczki. Sekundy dzieliły mnie od zemdlenia...

Depresja powracała falami. Nastał kolejny z czarnych dni. Listopad totalnie listopadowy. Nie cieszyła już dobra książka ani nawet kupiona rano kiecka. Świat wydawał się pozbawiony koloru, a życie sensu. Do głowy natarczywie dobijały się myśli samobójcze. Próbowałam je przespać. To znów przepłakać. Jedno i drugie na zmianę.

Cztery dni do szpitala.

Przez kolejne doby spałam, płakałam, planowałam śmierć. Skoczyć z okna, rzucić się pod tramwaj, utopić w wannie... – jedno straszliwsze od drugiego! Że też śmierć musi tak boleć. Gdyby nie to, pewnie dawno bym się zabiła. Nie tylko do życia potrzebna jest odwaga, trzeba ją mieć również po to, by z nim skończyć.

Jeden dzień do szpitala.

Nadszedł poniedziałek! Pamiętny dzień utraty mojej wolności. Koniec z samowolką jedzeniową. Szpitalny mechanizm miał chwycić mnie w swoje dyby i nie wypuścić, dopóki nie przerobi mnie na tłustą, rumianą świnkę. Chciałam maksymalnie wydłużyć ostatnie chwile swobody, dlatego budzik nastawiłam na wcześniejszą niż zwykle godzinę (6.00 zamiast 7.00). Obudziłam się jednak przed nim. Trudno sobie smacznie spać, gdy wisi nad człowiekiem kaloryczny topór. Jeszcze lekka wyskoczyłam z łóżka z przekonaniem, że już za parę dni będę się z niego wytaczać jak czołg. Ta sama myśl towarzyszyła mi w drodze do łazienki, podczas zwinnego wymijania spakowanych toreb. Myślałam, że niedługo pewnie staną się dla mnie poważnymi przeszkodami, między którymi przyjdzie mi się przeciskać. W toalecie po raz kolejny czule żegnałam się z moimi kosteczkami, dopóki jeszcze na dobre nie zatonęły w powodzi tłuszczu. Troskliwie gładziłam każdą chrząstkę. Byłam pewna, że za kilka dni żadnej z nich już nie wymacam. Ściągnęłam górną część piżamy i przepełniona żalem patrzyłam na lustrzane odbicie mojego chudego ja. Z pietyzmem obserwowałam wystające kości policzkowe, patyczkowate ręce, guziczki zamiast biustu. Pieściłam oczami drogi obojczyk i żeberka. Ze ściśniętym

gardłem wyduszałam słowa pożegnania: „Tyle pracy i wszystko na nic! W szpitalu przerobią cię na salceson! Naciesz wzrok swoim wyglądem, bo już niedługo nie będzie dumnego króla obojczyka i zwiewnych księżniczek łopatek!”. Do umywalki kapąły łzy większe niż groch.

Nagle jednak olśniło mnie, jakby ktoś nacisnął w mojej głowie drugi guzik. Włączyła się zupełnie inna płyta: „Zobacz, jak ty wyglądasz! Do czego się doprowadziłaś! Jesteś taka brzydka z tym wielgachnym nochem i sterczącymi uszami. Twoje oczy zajmują całą twarz. Och, przepraszam, jest jeszcze miejsce na olbrzymie wory pod nimi!”. Nie wiedziałam, czy to głos zdrowego rozsądku, czy urojenia choroby. Bałam się, że miesza mi się w głowie!

Tak czy inaczej, moje kosteczki miały wkrótce zniknąć. Było mi żal. Chciałam je jakoś zapamiętać. Mama wpadła na pomysł, by uwiecznić je na zdjęciach – aparatem udokumentować ciało, którego idę się pozbyć. Ale nie po to, bym miała potem do niego tęsknić i wylewać łzy nad jego stratą, lecz by pamiętać, że takiego stanu za wszelką cenę muszę się wystrzegać. Takie były intencje mamy, lecz czy moje też?

Pozostałe pół godziny do wyjścia przeznaczyłam na rzecz najważniejszą: śniadanie! Ostatnie domowe śniadanie. Chciałam je zjeść ze smakiem, uczynić odświętnym. Dlatego w drodze wyjątku pozwoliłam sobie na odejście od schematu, na dowolność w skomponowaniu posiłku. Jednak zamiast przyjemności czułam irytację. Na nic nie miałam ochoty. Zupełnie nie mogłam się zdecydować: „Wziąć parówkę, tost, pasztet czy wędlinę? A może miód lub płatki kukurydziane?”. Wreszcie sięgnęłam po chleb oraz pastę sojową. Konsumowałam szybko i bez przyjemności. Całą radość zjadły nękające mnie wcześniej dylematy. Wpychałam żarcie w siebie w tempie błyskawicy, byle mieć to za sobą.

O 7.30 siedziałam już w taksówce. Tata wypowiedział złowrogą nazwę ulicy (Sobieskiego) i po trzydziestu minutach wyrósł przed moimi oczami szpitalny budynek. Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie. Gdy dziś obserwowałam ten sam sztyl przez moje zakratowane okno, wydawał mi się tak samo paskudny.

Podeszłam z tatą do pierwszych żelaznych drzwi. Tym razem nie udało mi się na nich zatrzymać. Nie utknęłam też w przedsionku, który przedzierał oddział młodzieżowy i resztę szpitala. Na izbie przyjęć odbyła się rutynowa kontrola moich rzeczy. Bez pardonu przetrzepali mi torby i zabrali rzekome narzędzia zbrodni: cyrkiel, pilniczek i nożyczki do paznokci, nawet ładowarkę do telefonu, bo ma kabel. Pytali, czy mam na sobie pasek, i kazali mi go zdjąć. Wreszcie przekroczyłam drugie – właściwe – drzwi Kliniki Psychiatrii Dzieci i Młodzieży.

Gdy minęłam próg, pierwszą osobą, jaką zobaczyłam, była chuda dziewczyna ze słownikiem angielsko-polskim w ręce. Zamiast nóg dwa patyczki – nie miałam wątpliwości, że to anorektyczka. Wymieniłyśmy tylko spojrzenia, bo pielęgniarka natychmiast zabrała mnie do pokoju zabiegowego na mierzenie, ważenie i rozmowę wstępną. W telegraficznym skrócie powiedziała mi o warunkach panujących na oddziale i wręczyła program leczenia, który musiałam podpisać. Z każdą linijką regulaminu byłam coraz bardziej przerażona.

Mój niepokój złagodziła dopiero Kasia, anorektyczka spotkana przy wejściu. Podczas gdy rodzice udali się na rozmowę z ordynatorem, ona poprowadziła mnie do wskazanego przez pielęgniarkę pokoju. Po drodze wtajemniczyła w oddziałowe zasady, wyjaśniła znaki zapytania. Wtedy właśnie dowiedziałam się, że przez pierwsze dwadzieścia cztery godziny mam być nietykalna (ukochana przez anorektyczki „faza zero”). Sama zatem zdecydowałam, kiedy i co zjem oraz czy wezmę udział w jakichkolwiek zajęciach. Niestety koniec samowoli nadszedł bardzo szybko, równo z upływem pełnej doby w szpitalu. Wraz z nowym dniem zapanowały nowe zasady.

Przez kolejne cztery doby znajdowałam się w tak zwanej „połowie fazy pierwszej”. Jadłam pięćdziesiąt procent obowiązujących posiłków i musiałam uczestniczyć w zajęciach. Jednak po tej aklimatyzacji taryfa ulgowa bezpowrotnie się skończyła i wkroczyłam w pierwszą fazę leczenia anoreksji, w której obowiązywały już bezlitosne reguły. Najtrudniej było mi pogodzić się z zakazem jakichkolwiek wyjść poza oddział. O weekendowych przepustkach do domu jako „pierwszak” również mogłam jedynie pomarzyć. Przysługiwał mi, jak reszcie anorektyków, tylko jeden półgodzinny spacer

tygodniowo pod obserwacją białych strażników. Kolejne przechadzki (maksymalnie trzy na tydzień, w tym jedna z rodziną) miały dojść wraz ze wzrostem wagi o kilogram, co mierzono oczywiście ze skrupulatną dokładnością. Co drugi dzień, na czczo, po (teoretycznym) wysuszeniu. I tak przez cały długi czas przebywania w pierwszej fazie.

Teraz, będąc po raz kolejny hospitalizowana, do szpitalnego kodeksu podchodziłam już ze spokojem, wtedy przerażał mnie maksymalnie. Reguły wyglądały strasznie, a ich zmiana miała nastąpić, dopiero gdy powiększę się o osiem kilogramów, czyli osiągnę odpowiedni poziom BMI. Ten sławny współczynnik masy ciała decydował o tutejszych prawach. Po raz pierwszy na oddział przyjęto mnie z BMI wynoszącym 13, a na drugą fazę leczenia mogłam zasłużyć dopiero po dojściu do 16. W przeliczeniu na kilogramy znaczyło to dla mnie właśnie osiem. Osiem ciężkich, tłustych, brzuchatych kilosów! Nie ja jedna drżałam na myśl o ich powitaniu, szczególnie że podobnie jak inne anorektyczki z fazy pierwszej musiałam jeść pod ścisłą kontrolą przy specjalnym stole. Strażnicy w białych kitlach uważnie obserwowali przebiegłe anorektyczne ręce, żeby wkładały jedzenie do buzi zamiast do kieszeni. Dzięki temu pozyskiwanie tłuszczytkich kilogramów miało przebiegać znacznie sprawniej.

Powoli poznawałam więc szpitalne reguły i obowiązujący plan działań. Dowiedziałam się, że wejście w drugą fazę leczenia, czyli przekroczenie BMI 16, a więc i uniknięcie zagrożenia życia, dawało pewne przywileje – przepustki do domu czy szpitalne wycieczki do kina. Poza tym wreszcie można było częściowo decydować o swych posiłkach (oczywiście tylko ze szpitalnych produktów) i samodzielnie je przygotowywać. Można było zupełnie odmówić jakiegось składnika czy nawet całego dania. Pielęgniarki nie kontrolowały już posiłków, przestawały też obowiązywać dodatkowe odżywki wysokokaloryczne, a przyrost wagi sprawdzany był tylko raz w tygodniu. Z kolei w trzeciej fazie (po przekroczeniu BMI 17) zyskiwało się prawo do trzech samodzielnych półgodzinnych spacerów. Formalnie pozbywało się pełnej kontroli jedzenia, czyli można było jeść nawet własne produkty bez pytania o zgodę. To oczywiście tylko teoretyczny przywilej, w praktyce i tak trzeciofazowiec wciąż znajdował się podczas posiłków pod czujnym okiem personelu (tak samo jak ci z drugiej fazy o rzekomo względnej swobodzie). Widocznie swoboda to jedno, a kontrolowanie stopnia, w jakim się z niej korzysta, to drugie. Tak naprawdę miało się nie być szpiegowanym dopiero na etapie czwartym (BMI 18 plus jeden kilogram). Dodatkowo można wtedy było, co bardzo ważne, cieszyć się nieograniczoną liczbą wyjść. Nie chodziło tylko o spacer, ale także o wolność od szpitalnego prawa polegającego na tym, że każdy posiłek trwa pół godziny. Ani sekundy dłużej, ani sekundy krócej. Nie wolno przeciągać jedzenia, tym bardziej opuszczać stołówek, zanim ostatnia osoba nie skończy. A po posiłku obowiązkowa, z wyłączeniem fazy czwartej oczywiście, odsiadka, czyli półgodzinny bezruch w celu zawiązania sadetka.

No i tak właśnie znalazłam się pierwszy raz w psychiatryku! Jak go wtedy odbierałam? Białe kaftany, miękkie ściany, pasy przy łózkach? O dziwo, nie. Nic nie budziło mojego przerażenia, tak jak to sobie wcześniej wyobrażałam. Może poza drzwiami bez klamek. Tylko pielęgniarki i sanitariusze mieli do nich dostęp. Przykładali specjalny kawałek metalu do wybrakowanych drzwi, co powodowało, że sezam się otwierał. To się nazywało wejściem i wyjściem pod specjalnym nadzorem! Tak trzeba, bo inaczej wszystkie świry rozlałyby się na cztery strony świata.

Za pierwszym razem całe to wariacko przypominało mi sanatorium albo kolonie: zamiast pidżam prywatne ubrania; przytulne kilkusobowe pokoje w miejsce wielkich, bezdusznych sal; zamiast sterylnej, wszechobecnej bieli ściany upstrzone kolorem i przyozdobione barwnym rękodziełem pacjentów. Sama także doklejałam plakaty z ulubionych czasopism i zdjęcia ukochanego psiaka. Nad łóżkiem Krysi – mojej pierwszej współlokalki – ktoś napisał wesoły aforyzm: „Sikając pod wiatr, idziesz na łatwiznę”. Wszystko zdawało się wtedy takie przyjazne. Pozwolono mi nawet zatrzymać Tadeusza, mojego chomika. Miał własny kącik w naszym pokoju, a wieczorami, po zakończonych zajęciach, wypuszczałam go w salę terapeutyczną, by troszkę się wyszalał. Ogólnie naprawdę dało się żyć. Oczywiście nie wiedziałam tego przed przekroczeniem drzwi „rzeźni anorektyczek”, jak myślałam o szpitalu, zanim do niego trafiłam, i nie mogłam przezwyciężyć lęku i nie odstawić tej całej szopki przy ostatnim śniadaniu w domu. Dopiero na miejscu dowiedziałam się też, podczas rozmów z psychiatrą, skąd tak naprawdę wzięła się ta trudność przy pożegnalnym posiłku. Nie chodziło o kalorie, o smak czy brak chęci do jedzenia. To wszystko było ucieczką przed prawdziwymi emocjami. W tym wypadku –

przed strachem dotyczącym nieznanego. Zamiast walczyć z niepokojami na temat szpitala, skupiałam się na jedzeniu, na jego wyborze. Ucieczka w świat lodówki była dużo łatwiejsza niż stawianie czoła rzeczywistości.

Każdy dzień, jaki spędzałam na oddziale, pomagał mi odkrywać tajniki anoreksji. Dowiadywałam się mnóstwa informacji na temat samej choroby i tego, do czego ją wykorzystuję. Dzięki przyjaznej dłoni lekarzy i wsparciu koleżanek „ze stolika” szybko stawiałam na nogi. Wbrew wszystkiemu, co wcześniej sądziłam, to miejsce okazało się dla mnie ratunkiem. Zaczęłam życie od nowa. Przestałam się bać jedzenia, przestałam zastanawiać nad kaloriami i dietą. Czułam się wreszcie rozumiana. Nikt nie wytykał mnie palcami, nikt nie wyśmiewał się z moich problemów. Nawet przybieranie na wadze nie stanowiło dla mnie trudności. Cieszyłam się, czując, że zdrowieję.

Niestety wszystko zmieniło się, gdy tylko opuściłam szpitalne mury. Od razu przeżyłam szok: ubranie, które wisiało na mnie, gdy szłam na oddział, zaczęło (po tych trzech miesiącach) opinać mnie jak skórka parówkę! „Matko, w co ja teraz opakuję swoje odhodowane kilogramy?” – myślałam. Zwłaszcza że wcześniej razem ze swoim ciałem odchudzałam także szafę. Kasowałam wszystkie ubrania odpowiednie dla wagi sześćdziesiąt trzy kilo. Nigdy nie zamierzałam do nich wracać. Jednak po leczeniu zdecydowanie znów ich potrzebowałam. Patrząc w lustro, ponownie widziałam klientkę salonu dla puszystych. Miałam nadzieję, że rozmiar monstrem to tylko zjawy z okropnego koszmaru. Wprawdzie czterdzieści dziewięć kilogramów to jeszcze nie sześćdziesiąt trzy, ale i tak według mnie moje ciało pękało w szwach. Tłuste nogi na nowo stały się zmorą, obwisły brzuch spędzał sen z powiek. Znów nienawidziłam siebie.

Całkiem już wpadłam w popłoch, gdy przypadkiem natrafiłam na zdjęcia zrobione przed pójściem do szpitala i z perspektywy podleczonego (czyli podtuczonego!) ciała zobaczyłam swoją wcześniejszą chudość. Mimo że trochę przerażały mnie te kości obciążnięte skórą, to jednak skłamałabym, twierdząc, iż za nimi nie tęskniłam. Chociaż miały być ostrzeżeniem, dokumentem moich żywieniowych błędów, przypominały o ukochanym lekkim ciecie, którego mnie pozbawiono. Patrząc w oczy trzydziestoośmiokilogramowej dziewczynie ze zdjęć i czułam ogromny żal, że już jej nie przypominam...

Teraz, podczas trzeciej hospitalizacji, nie patrzyłam tak na swoje ciało. Zmieniało się jak w kalejdoskopie, ale nie zamierzałam się tym zamartwiać. Wiedziałam, że potrafię manipulować moimi kilogramami we wszystkich kierunkach. Czy mnie teraz w szpitalu zatuczą na śmierć, czy tylko nieco podreperują – wszystko jedno. Ja z tym potem zrobię, co będę chciała. Inaczej teraz widziałam także szpital. Wszystko było inne, szare, smutne. Nie czułam już przyjaznej atmosfery personelu, nie miałam Tadzia chomika ani znajomych. Obecni pacjenci to typowe „dziwne przypadki”, na przykład taka jedna, co sama się do siebie śmiała. Robiła to bardzo często i bardzo głośno. W chwilach wolnych od śmiechu przeprowadzała z nami wywiady. Jej stały tekst to: „Ja mam anoreksję, bulimię, depresję, a pani może ma schizofrenię?”. Przy tym było zupełnie odwrotnie – to ona miała schizofrenię, a o przyznanie się do niej nagabywała anorektyczki i bulimiczki. Z kolei Dorota średnio raz na tydzień próbowała popełnić samobójstwo. Ostatnio pobiła lampkę i chciała pociąć się szkłem od żarówki. Następna wariatka klękała na korytarzu, kładła przed sobą jabłko, po czym biła przed nim pokłony i zanosila do niego modły. Zaraz potem wzywała księdza i mówiła, że chce za niego wyjść. Pozornie niegroźna, choć przedwcześniej napędziła mi niezłego strachu. Siedziałam sobie i wycinałam (przemycanymi nożyczkami) fiszki do nauki angielskich słówek, a tu Kinga znienacka wyrwała mi ostre narzędzie i zaczęła biec przez korytarz, uderzając nim w swoją szyję. Myślałam, że umrę ze strachu. Zdołałam ją jednak dogonić, co nie było proste, bo przecież wariaci w amoku mają siłę pięciu atletów. Na szczęście w pobliżu była jej mama. Znała już agresywne reakcje Kingi i z łatwością wyrwała dziewczynie nożyczki. Skończyło się na zadrapaniach szyi i obciętym warkoczu. Wyliczając dalej „nietypowych pacjentów”, nie można zapomnieć o Beacie – mojej drugiej współlokatorce, która ciągle odprawiała swoje rytuały. Strzepywała ubrania, ręczniki, serwetki. Bez przerwy układała też rzeczy w szafkach. Obciągała rękawy i wygładzała na sobie spódnice. Gdy ktoś jej przeszkodził, szczyła go swoją groźną miną, po czym zaczynała przerwana czynność od początku. Dowiedziałam się niedawno, że to objawy nerwicy natręctw. Czytałam kiedyś książkę o tym paskudztwie. Główna bohaterka miała obsesję liczenia kafli chodnikowych i stopek (czyli długości własnego buta). Idąc ze szkoły do domu, liczyła na przykład mijane kafle. Zimą specjalnie

odśnieżała chodnik, żeby było widać jego płyty. Czasami zaś odmierzała drogę stopkami. Jeśli, dajmy na to, na tysiąc pięćset czterdziestym drugim kroczku ktoś ją zagadnął i przeszkodził, wracała do punktu wyjścia i zaczynała odliczanie od nowa. To niesamowite, że ludzie mogą mieć taki wachlarz zaburzeń. Szkoda tylko, że żadna z jego barw nie przypomina kolorów tęczy.

Z czasem można się przyzwyczaić do tutejszych ciężkich przypadków. Zaczynałam nawet przyjaźniej patrzeć na tych moich wariatów. Głupio czułam się z tym, że początkowo traktowałam ich wszystkich z wyższością. No cóż, człowiek boi się i nie lubi tego, czego nie zna. A unikając nieznanego, nie może pokonać lęku, i tak koło się zamyka. Czasami jednak życie sprawia nam psikusa i nie pytając o zgodę, splata nasze losy z tymi, których wcześniej omijaliśmy szerokim łukiem. Wtedy okazuje się, że gdy przyjrzymy się inności z bliska, pomieszkamy z nią pod jednym dachem, bez obawy możemy podać jej rękę i zburzyć mury nietolerancji. Już nie myślimy: my – oni, normalni – świry, lepsi – gorsi. Wstydzimy się wcześniejszych zahamowań.

Kolejny zwyczajny dzień w szpitalu. Zużka walczyła z dojściem do trzeciej fazy, a ja nawet nie zastanawiałam się, kiedy osiągnę odpowiednie BMI. Wcale nie spieszyło mi się do domu. Nieprędko było mi też do uzupełniania wychudzonych ubytków, wręcz przeciwnie – z każdym dniem coraz bardziej denerwowało mnie to, że nie mogłam dopiąć moich ulubionych spodni XXS, które ostatnio kupiłam. Tyle kasy na nie wydałam, a teraz nawet na wciągniętym brzuchu nie dałam rady się w nie wcisnąć. Miałam dość! Na domiar złego zbliżał się właśnie mój nudny lekarz.

– Witam, Karolino! Chcę ci przekazać istotne oraz bardzo dobre wiadomości. Otóż po przeliczeniu wskaźników i sprawdzeniu tabel widzę, że twoja waga rośnie wręcz książkowo! – powiedział z uśmiechem.

„On głupi jest czy jak? Nawet kretyn widzi, że mi cielsko kieszeniami wyłazi. Po co komu do tego książki i kalkulator?!“ – myślałam z oburzeniem.

– Jestem zatem bardzo rad – kontynuował spokojnie – że realizujesz program idealnie z naszymi postanowieniami. Wydaje mi się również, że to właściwy moment na spotkanie rodzinne. Rozmawiałem już z twoją mamą i ustaliliśmy, że wasza wspólna terapia odbędzie się jutro o godzinie 14.45 – zakończył i odszedł zadowolony, a mnie mało piorun nie strzelił ze złości.

Jak on sobie to wyobrażał... Przecież ja ledwo zipsałam od nadmiaru tłuszczu, a on chciał mnie jeszcze rodziną dobijać. Czułam, że teraz najchętniej utopiłabym się w wannie lub powiesiła pod prysznicem. O! To jest myśl – prysznic, oaza spokoju. Popędziłam po ręcznik, mydło oraz ubranie na zmianę – grunt to zachować pozory! – i wzięłam się do robienia brzuszków. O tej godzinie nikt nie powinien mnie nakryć. To dopiero był relaks.

Obudziłam się cała mokra. Przez koszmarną chwilę wydawało mi się, że to nie jest pot. Czułam, jak moje ciało ociekało śmierdzącym tłuszczem. Jak kropelki wydostające się z porów okazywały się oleistą mazią. We śnie, z którego objąć właśnie się wyrwałam, byłam gigantycznym, rozlazłym, opuchniętym cielskiem. Siedziałam spętana fałdami obwisłego brzucha i nie mogłam zawiązać sobie buta. Przypominam monstualną matkę z filmu Lasse Hallströma *Co gryzie Gilberta Grape'a*, którą po śmierci spalono razem z domem, bo nie było możliwości znieść jej z pierwszego piętra. Poszłam znów pod prysznic. Znów robić brzuszki.

Przeklinałam całe swoje ciało, ale najbardziej uda! Tego dnia pęczniały mi w oczach. Im dłużej na nie patrzyłam, tym ich obwód się powiększał. Może to halucynacje, omamy, zwiady, chore urojenia... Nie wiedziałam, ale czułam, że to, co widzę, jest dla mnie jedyną prawdą. Było mnie za dużo! Nie mogłam pozwolić, by uda rozrastały się wbrew mojej woli. Jeden rzut oka na leżące w kosmetyczce nożyczki i już wiedziałam, co muszę zrobić. Wyciąć te zwały tłuszczu! Nie było we mnie strachu, tylko

napędzane szaleństwem przekonanie, że nie poczuję bólu. Przecież nie raz, nie dwa wbijałam paznokcie w skórę, drapałam aż do krwi, szczypałam do zsinienia. I nic, zero czucia. Dlaczego teraz miałoby być inaczej? Zresztą sama perspektywa amputowania zbędnego sadła działała jak środek znieczulający. Już wyciągnęłam rękę po mojego ostrego pomocnika, gdy do sali weszła piguła.

– Karolino, pani Agata już czeka na was w sali. Twoi rodzice też przyjechali. Możesz do nich dołączyć? – zapytała z uśmiechem.

Gdyby tylko umiała czytać w moich myślach... Może zorganizowałyby mi nadprogramową odsiadkę i nie pozwoliła wyjść z sali. Nie przeczuwała jednak tego, co siedziało w mojej głowie, więc musiałam posłusznie ruszyć na rodzinną terapię. To była prawdziwa szopka.

Ja, mama, tata, uśmiechnięta pani w okularkach, wygodne fotele, pluszowe zabawki na stoliku. Prawie jak u cioci na imieninach. Tylko wielkie weneckie lustro w ścianie przypominało o celu naszego spotkania. W pokoju obok siedziała gromada specjalistów, którzy obserwując nas, mieli zdiagnozować problemy naszej rodzinki. Początek jak zwykle konwencjonalny: „Co u pani? Jak się pan ma?”. Ta fałszywa uprzejmość mnie dobijała. Czekałam tylko, aż przejdziemy do rzeczy, aż się zacznie... I rzeczywiście wystarczyły raptem trzy minuty, aby moi kochani rodzice przystąpili do działania i zagrzebiało od „debilek”, „palantów” i „popaprańców”. Wyłączyłam się. Miałam swoje stare sposoby na ucieszenie rodzinnego gwaru.

„Co mogłabym dziś policzyć?” – zastanawiałam się. Tabelki z warzywami przerabiałam dwa tygodnie temu, a słodczyce już mi się znudziły... Zaczęłam więc liczyć, ile kalorii wpakowują w nas jednego szpitalnego dnia. Tak! Ten rachunek nie należał do łatwych i powinien wystarczyć na całą dwugodzinną terapię. Zabrałam się do liczenia, a oni klócili się dalej...

– I jak było? – Zużka rzuciła od niechcienia tendencyjne pytanie. Dobrze wiedziała, co odpowiem.

– A niby jak miało być? Dużo krzyku, z którego i tak nic nie wynika – wypaliłam z bezsilną złością. Czułam, że oni nigdy nie będą w stanie żyć normalnie, a ja jak kozioł ofiarny zawsze będę się chować w ramiona anoreksji.

– Słuchaj – kontynuowała kumpela – wiem, że ta cała gadanina niewiele pomaga, ale ostatecznie to ty musisz chcieć wyzdrowieć. Przecież świetnie dawałaś sobie radę. Ostatnio nawet wszyscy myśleli, że skończysz cały program leczenia.

Nic nie odpowiedziałam, tylko walnęłam się na łóżko. Przecież ja też tak myślałam. Skoro nie mogłam być wzorową anorektyczką, postanowiłam zostać wzorowym okazem zdrowienia. Taki miałam plan podczas drugiej hospitalizacji. Chciałam pokazać wszystkim, na co mnie stać. Chciałam przejść wszystkie fazy i pokazać, że z anoreksją da się walczyć. Rzeczywiście szło mi całkiem nieźle. Zadowolona z osiągniętych wyników na oddziale zdecydowałam wrócić do domu przed ukończeniem czwartej fazy. Czułam się silna i radosna. Sądziłam, że tym razem opanowałam anoreksję, ale po wyjściu na wolność znów czekało mnie rozczarowanie...

Był koniec czerwca. Po raz drugi zamknęłam za sobą żelazne drzwi szpitala i podjęłam kolejną próbę zaaklimatyzowania się w świecie. Sytuacja zdawała się sprzyjać – lato, wakacje, relaks. Po odebraniu świadectwa z czerwonym paskiem wszyscy świętowali początek letniej przerwy, robili zakupy na wakacyjne podróże. Wszyscy, tylko nie ja.

Siedziałam w dusznym pokoju za zasłoniętymi szczelnie kotarami. Pobyt w szpitalu uniemożliwił mi zaplanowanie jakiegokolwiek wyjazdu. Zamierałam więc choć trochę odrobić towarzyskie zaległości, powłóczyć się po sklepach i, tak jak w zeszłym roku, popracować jako wolontariuszka w schronisku Na Paluchu. To wszystko, niestety, wzięło w łeb. Znajomi uciekli z hałaśliwej Warszawy gdzie pieprz rośnie. Znów miałam tylko siebie, pusty pokój i moją stałą psiapsiułę anoreksję. Ona zawsze pojawiała się, gdy nie było już nikogo. Razem organizowałyśmy sobie czas. Przygotowanie misternych tabel kalorycznych czy sprawdzanie wartości odżywczych na nowych produktach pochłaniało nas bez reszty. Razem z anoreksją wybierałam się na długie spacer, by wspólnie stracić to, co wpakowano we mnie przez te kilka tygodni

w szpitalu. Cemu na nowo to robiłam? Miałam poczucie, że im jestem chudsza, tym ONA bardziej mnie lubi. Chciałam czuć, że ktoś mnie lubi. Byłam wdzięczna anoreksji. Ona jedna mnie nie zawiodła. Poświęcała mi przecież tyle swego czasu. Musiałam się jej jakoś odwdzińczyć. Pragnęłam szybko stracić na wadze. Dla niej. By była ze mnie dumna. By mnie nie opuściła. Swoją samotność próbowałam także wypełnić zakupami, ale ilekroć wkładałam ubrania na coraz chudszy grzbiet, sklepowe lustra znów straszyły odbiciem bladego widma z podkrążonymi oczami. Z kolei schronisko, w którym chciałam pracować, wprowadziło nowy regulamin. Wolontariusze musieli mieć teraz skończone osiemnaście lat i odbyty kurs. Została mi jak zwykle nuda, pustka, beznadzieja... Dlatego ponownie, z nadmiaru wolnego czasu, myśli mi robaczywiały. Depresja wciągała w swoje bagno. Nawet u babci, do której w końcu pojechałam, nie udało mi się wychylić głowy nad powierzchnię życiowego szamba.

Za oknem świeciło słońce, a w mojej głowie było gradobicie. Czułam, że stoję się coraz bardziej agresywna. Pioruny dosięgły w końcu i babci. Gdy ta dobra, kochana, zmartwiona kobieta zaczęła (w dobrej wierze!) podtykać mi pod nos jagodzianki, wrzasnęłam z maksymalną siłą dostępnych mi decybeli. Pragnęłam, żeby się odczepiła. To wyładowanie wcale nie ostudziło mojej głowy. Choć na chwilę przestałam pohukiwać, to była cisza przed kolejną burzą. Wiedziałam, że niedługo znów nastąpi wybuch. Byłam nie do wytrzymania. Anoreksja tłamsiła nie tylko moje ciało, ale i manieri. Nie dosyć, że sterczały mi kości, to jeszcze ze złości szczyrzyłam zęby! Postanowiłam wrócić do domu, choć nie liczyłam, by ktokolwiek był w stanie mnie tam uspokoić. Przynajmniej jednak przestałam niesprawiedliwie ranić dziadków.

Większą część lata spędziłam więc w Warszawie. Mój stan się pogarszał. Nie mogłam zatem uniknąć ponownych wizyt u psychiatry. Nie chciałam tam iść. Przecież już sama poczekalnia to prawdziwa wylęgarnia anorektyczek. Pewnego dnia spotkałam tam aż dwie – jedną chudsza od drugiej. Przyszłam pół godziny za wcześnie, więc na własne życzenie wzięłam udział w tym targowisku chudości. Kiedy tak na nie patrzyłam, automatycznie uruchomiła się w moich oczach waga. Lustrowałam zawistnie ich obciążnięte skórą kości. Miałam wrażenie, że gdyby po jednej stronie wagi posadzić mnie, a po drugiej je obie, szalka i tak przechyliłaby się na moją niekorzyść. Przez cały ten czas zastanawiałam się też, co one myślą na mój temat. Wydawało mi się, że czują się lepsze (bo chudsze) ode mnie. Ja za to rosłam w swoich oczach. Było mi grubo i źle. Na myśl, że podobna sytuacja mogłaby się powtórzyć, dostawałam dreszczy. Nie tak dawno wyszłam przecież ze szpitala, więc w starciu z jakąkolwiek miss chudości nie miałabym żadnych szans. Pomyślałam, że nie warto narażać się na takie ryzyko. Zrezygnowałam z wizyty. To był błąd. Wtedy nie wiedziałam jednak, jak duży. Ze strachu przed spotkaniem z wzorowymi chudzińkami zapomniałam, że na tej wizycie lekarka miała przepisać mi dodatkowe proszki. Mój zapas antydepresantów powoli się kończył. Gdy to sobie uzmysłowiłam, było za późno. Nic nie mogłam już zdziałać, bo gabinet psychiatry został zamknięty, a kolejne spotkanie ustalono dopiero na początek września. Wielokrotnie próbowałam skontaktować się z moją lekarką, poprosić jedynie o receptę. Pani na recepcji nie interesowały moje tłumaczenia i kazała mi spokojnie czekać na ustalony termin. Pomyślałam: „Trudno, sama sobie poradzę”. I znów zrobiłam błąd.

Nie minęły dwa dni od odstawienia leków, jak dopadła mnie megahuśtawka nastrojów. Z godziny na godzinę było coraz gorzej. Nie panowałam zupełnie nad nerwami. Najmniejsze nieporozumienie wywoływało we mnie lawinę żalów, pretensji i wściekłości. Co chwilę płakałam i krzyczałam z bezsilności. Jedna nieopatrzna uwaga mamy na temat obiadu i wpadałam w histerię. Ciskałam talerzami, wrzeszczałam, biegałam po całym mieszkaniu. Nie panowałam kompletnie nad tym, co się ze mną dzieje. Emocje targały mną w każdym kierunku. Byłam jak marionetka w rękach anoreksji. A ona wyjątkowo nerwowo pociągała za sznurki. Gdy mama próbowała mnie uspokoić, potrafiłam wejść pod stół lub rzucić się na podłogę w przedpokoju, złapać za stojące tam buty i bić się nimi po twarzy! A wszystko na przykład dlatego, że mama chciała, abym się zważyła. Zwykle awantura zaczynała się od głośnej dyskusji na temat choroby. Później dochodziło wyciąganie starych rodzinnych brudów i problemów. Wrzeszczałyśmy na siebie. Miałam dość. Wychodząc raz spod stołu, nagle wpadłam na szaleńczy pomysł – dach! Tam znajdę spokój. Nikt nie będzie gadał o mnie, chorobie, rozwodzie. Trzaśnięcie drzwiami, kilka susów przez klatkę schodową, parę stopni żeliwnej drabinki i już byłam na szczycie wieżowca. Płasko, pusto, rozpaczliwie. Z dołu, jak zza grobu, dobiegały nawoływania

mamy. Miałam w nosie jej błagania o powrót. Niech się martwi, niech drży ze strachu o mnie, niech ma wyrzuty sumienia! Oczywiście nie chciałam się zabić, a jedynie odpocząć. Mama tego nie wiedziała, ja nie zamierzałam wyprowadzać jej z błędu. Trzymałam ją w tej przerażającej niepewności przez około kwadras. W końcu zesłam z dachu zmęczona własnym szatem i histerycznym zatraceniem.

Mama zadzwoniła po pogotowie, a lekarze jednoznacznie stwierdzili próbę samobójczą i konieczność ochrony mnie przed samą sobą. W ten sposób po raz trzeci wylądowałam za drzwiami bez klamek – w Instytucie Psychiatrii i Neurologii na Sobieskiego w Warszawie. Normalnie ze skierowania od psychiatry musiałabym czekać dwa lub trzy miesiące – świrów jest więcej niż wolnych łóżek, tym bardziej teraz, w okresie remontu. Jednak w kryzysowych przypadkach (takich jak mój) dom wariatów otwiera swoje podwoje. No i znów tu byłam.

W szpitalu mieliśmy swój hydepark. Był nim duży brystol wywieszony na korytarzu. Każdy mógł się na nim wypowiedzieć. To żyzne pole dla naszej wyobraźni. Ktoś na zachętę zrobił pierwszy krok i zaczął zdanie: „Jaś obudził się rano i...”, prowokując w ten sposób całą masę rozwinięć. Ilu pacjentów, tyle scenariuszy. Jednak, co znamienne, wszystkie one oscylowały wokół bolączek ich autorów. To, że Jaś zamienił się w tłustą świnię, dopisała na pewno jakaś anorektyczka. To, że porwali go obcy i przyszyli mu trzecią nogę, wymyślił chyba któryś ze schizofreników. Wsadzenie Jasia do izolatki i przywiązanie pasami do łóżka mogło wpaść do głowy niedoszłemu samobójcy, których na oddziale jest zawsze bez liku. Moją szczególną uwagę zwrócił dopisek, że to, co spotkało Jasia, było sennym koszmarem i kiedy Jaś się obudził, zobaczył piękny słoneczny dzień bez żadnych problemów! To chyba wpis życzeniowy?! Ktoś, kto go umieścił, chciał zapewne, by z nim stało się podobnie. Żeby jego choroba również okazała się złym snem. Wyraził w tym życzenia nas wszystkich!

Dzisiaj był mój ostatni wieczór spędzony z Zużką. Jutro miała wyjść na wolność. Cieszyłam się jej szczęściem, ale zarazem martwiło mnie to, z kim tu teraz będę spędzać czas. Bałam się samotności na oddziale psychiatrycznym, choć mimo wszystko wolałam pustkę tutaj niż powrót do domu. Ostatnio zaczęłam chodzić na terapię zajęciową. Dziś pani Monika przyniosła glinę i nowe farby. Postanowiłam zrobić dla Zużki świnkę. Uwielbiałam je lepić. Im nie przeszkadza, gdy przytyją.

Gorączka moich zmysłów osiągnęła zenit. Wszystko przez Łukasza. Całymi dniami chodził po korytarzu z walkmanem na uszach i darł się wniebogłosy. Przerwę robił jedynie, kiedy wymieniał baterie. Te błogie chwile wytchnienia były jednak dla pozostałych pacjentów zbyt krótkie, dlatego ktoś wpadł na pomysł, by schować Łukaszowi walkmana. Okazało się, że nie było to dla naszego artysty z przetrąconym uchem przeszkodą. Uznał, że nie potrzebuje akompaniamentu, i wył jeszcze bardziej przeraźliwie. Cały oddział był z jego powodu na tabletkach uspokajających. Personel chyba też odchodził od zmysłów, bo w końcu zaaplikowano Łukaszowi jakieś środki przymulające. Dopiero gdy zaczynały działać i skutecznie zamykały mu usta, mogliśmy odstawić nasze.

Shukając jakiegoś zajęcia, postanowiłam oddać się mojej pasji – nauce. Jak tylko Łukasz przestawał wyć, sięgałam po książki i powtarzałam najważniejsze wiadomości. Wbrew pozorom szpital wcale nie oznaczał wakacji. Przestałam wprawdzie chodzić do szkoły, ale za to szkoła przychodziła tu do mnie. Codziennie (oprócz weekendów) na cztery godziny na oddziale pojawiali się nauczyciele. Od mojego ostatniego pobytu w szpitalu kadra nie uległa zmianie. Pani Hania uczyła nas biologii, geografii, informatyki, sztuki i wiedzy o społeczeństwie. Pani Agnieszka – matematyki, fizyki oraz chemii. Pan Leszek – polskiego, historii i etyki. Pani Eliza – języka angielskiego i rosyjskiego. My, szpitalni uczniowie, byliśmy podzieleni na trzy grupy: jedna obejmowała gimnazjum i szkołę zawodową, następna – pierwszą i drugą klasę liceum, ostatnia – trzecią liceum, czyli klasę maturalną. Chociaż lekcje odbywały się w tych trzech zespołach, tok nauki był indywidualny. Każdy mówił nauczycielowi, co akurat przerabiają koledzy w jego szkole, i na tej podstawie dostawał zadania. Po każdych czterdziestu pięciu minutach mieliśmy typową przerwę, tyle że zamiast rozpełzać się po szkolnych korytarzach czy wysypywać na boisko, szliśmy po prostu do swoich pokoi. Dostawaliśmy też normalne oceny, które potem przekazywane były do naszych szkół. Oczywiście mogliśmy tu liczyć na większe zrozumienie ze

strony nauczycieli. Jeśli ktoś miał z powodu leków obniżoną koncentrację albo źle się czuł, nie dostawał z miejsca jedynki. Otrzymywał drugą szansę, mógł porozmawiać z profesorem, odpowiedzieć w innym terminie. To był mimo wszystko szpital. A my byliśmy, jakby nie patrzeć, uczniami z poluzowanymi śrubkami... Ja nigdy jednak nie korzystałam z taryfy ulgowej. Cieszyłam się, że mogłam uczyć się bezstresowo, ale nie widziałam powodu, dla którego miałabym uczyć się gorzej. Chciałam udowodnić nauczycielom, że jestem z solidnej szkoły. W mojej normalnej szkole nie do pomyslenia uznawałam przyłapanie na braku pracy domowej czy zaległościach. Skoro profesor uważał, że byłam w stanie odrobić dwadzieścia pięć zadań z matematyki w jeden wieczór, robiłam to. Nie mogłam zawieść nauczycieli. Czułam, że są dla nas jak drudzy rodzice, a szkoła to przecież drugi dom. Wróciłam więc do nauki. Do przerobienia miałam anatomię człowieka.

Mama przyniosła mi do szpitala nowe czasopisma. Nie mogłam się doczekać, kiedy sobie pójdzie. Chciałam się nimi nacieszyć. Kiedy więc wreszcie zostałam sama, zaczęłam zachłannie wertować ich kolorowe kartki. Oglądałam każde pismo od końca, bo przepisy kulinarne właśnie tam są zazwyczaj umieszczone. Zawsze uważałam, że to bzdura! Powinny być na samym początku. To najciekawsze strony w całej gazecie. I tylko one mnie interesowały. Na nich zaczynała się i kończyła moja lektura. W „Marie Claire”: łosoś z sosem pesto, brokułami na parze i marchewką w soku pomarańczowym z imbirem! „Elle” proponowało tartę z camembertem i szpinakiem! A w „Pani” Przemek Saleta polecał crêpes suzette, czyli naleśniki z sosem pomarańczowym. Wszystko ociekało kolorem, który był pożywką dla mojej wyobraźni. Łapczywie syciłam oczy!

Czas w szpitalu upływał powoli i monotennie, a moje ciało rośnie – szybko, szybko, coraz szybciej... Przerażało mnie to! Od rozpoczęcia mojej trzeciej hospitalizacji minęły ledwie trzy tygodnie, a ciało wzbogaciło się już o jakieś cztery, pięć kilogramów dodatkowych komórek tłuszczowych. Sytuacja stawiała się coraz bardziej nieciekawa. Początkowo podchodziłam do sprawy na luzie, ale teraz przestało mi się to podobać. Z każdym nowo nabytym gramem przybliżał się dzień mojego powrotu do domu. Teoretycznie powinnam się cieszyć. Mając jednak w pamięci nieprzyjemne doświadczenia po poprzednim wyjściu ze szpitala, wcale niespieszno mi było go teraz opuszczać.

Pierwszy pobyt na oddziale mimo strachu niósł jakąś nadzieję. Chociaż bałam się przestać być anorektyczką, łudziłam się, że nauczę się żyć bez choroby, przekonam się, że nie jest mi do niczego potrzebna. Jeszcze nie dopuszczałam do siebie chęci wyzdrowienia, ale wierzyłam w taką możliwość. Podczas drugiej hospitalizacji już takiej wiary zabrakło. W jej miejsce pojawiły się zwątpienie i chęć odpoczynku – od siebie samej. Skoro znów wyładowałam na oddziale, znaczyło to, że białe kitle nie były w stanie wypędzić ze mnie anoreksji. I chociaż sama zaczynałam być nią coraz bardziej zmęczona, chociaż oddałabym ją bez walki, gdyby tylko ktoś potrafił ją ode mnie zabrać – traciłam nadzieję, że to kiedyś nastąpi. Trzeci powrót do szpitala tylko to zwątpienie umocnił. Z drobnego krzewu wahania wyrosło wielkie drzewo rezygnacji. Przestałam wierzyć, że poza murami tego miejsca mogę żyć normalnie. Nie umiałam wrócić do szkoły, skoncentrować się na lekcjach, nie chciałam znosić ciągłego cierpienia, jakie fundowała mi rodzinka. Tam skazana byłam na ból i pomoc anoreksji. Tu wspierali mnie lekarze, choć przestawałam wierzyć w sens ich wysiłku. Zaczęłam ich oszukiwać. Stałam się anorektyczną kolaborantką. Nie kombinowałam podczas kontroli wagi, choć nie chciałam przecież, by to żelastwo wskazywało, że przytyłam, więc znalazłam inny sposób. Zaczęłam wyrzucać jedzenie. Nigdy przedtem tego nie robiłam. No bo jak tu być godnym naśladowania okazem zdrowia, gdy się ma masło wtarte za paznokciami? Wcześniej jednak zależało mi na walce z anoreksją. Teraz chciałam jedynie przesunąć dzień ponownego spotkania się z nią tam – na pozornej wolności.

Na śniadanie, obiad i kolację chodziłam więc obowiązkowo w specjalnym rozpinanym swetrze z pojemnymi kieszeniami po bokach. Lawinowo wpadały do nich kotlety, ziemniaki, kanapki, które w pokoju pakowałam w foliowe reklamówki i chowałam w szafce za książkami. Wyrzucałam potem te podgniłe resztki, gdy tylko nadarzyła się okazja, na przykład na spacerze. Problem miałam z sosem, którym często oblewane były ziemniaki i mięso. Po przełożeniu ich do kieszeni na rękach zostawały dowody zbrodni – kleiste ślady tłuszczu – ale i na to z czasem znalazłam sposób. Wycierałam dłonie

o spód stołu. Dręczyły mnie jednak przy tym obawy, że sprzątaczką zajrzy kiedyś pod blat i odkryje pieczątki z sosu. Poza tym miałam jeszcze jedną obsesję. Wciąż czułam od siebie smród jedzenia. Zwłaszcza gdy wkładałam swój dyżurny stołówkowy sweter. Mimo że wykładałam jego kieszenie folią, nie opuszczało mnie wrażenie, że idąc korytarzem, rozsiewam za sobą woń kartoflanych perfum. Poprosiłam więc mamę o przyniesienie nowego swetra (oczywiście wybrałam taki z kieszeniami!). Mając dwa, mogłam je prać na zmianę i tuszować w jakimś stopniu dowody zbrodni. Nigdy nie przypuszczałam, że pójdę w ślady moich koleżanek. Pamiętałam, jak Beata, którą poznałam podczas pierwszej hospitalizacji, magazynowała resztki jedzenia w buzi, by potem wypluć je do serwetek lub kieszeni. Wydawało mi się wtedy, że to beznadziejne. Nie rozumiałam, dlaczego dziewczyna nie chce sobie pomóc. Teraz zrozumiałam. Największy problem przy anorektycznym procederze stanowiły pielęgniarki krążące jak sępy wokół mojej głowy pochylonej nad talerzem. Gdy już się zleciały, trudno było niepostrzeżenie podzielić się obiadem ze swoimi kieszeniami. Dlatego maksymalnie wykorzystywałam pierwsze minuty posiłków. Jak tylko ktoś z pacjentów lub personelu dzwonił specjalnym, zwołującym nas na żarcie dzwonkiem, już byłam w stołówce. Najczęściej sama nim dzwoniłam, żeby nie zostać zaskoczona. Zresztą ze względu na anoreksję i tak byłam pierwsza w kolejce do michy. Ponieważ personel schodził się zazwyczaj parę minut po dzwonku, skrzętnie wykorzystywałam każdą sekundę ich spóźnienia. Zanim białe kitle pojawiły się na horyzoncie, moje kieszenie były już przeważnie „nakarmione”.

Kosztowało mnie to jednak dużo strachu. Język mi drętwiał, serce zamierało, ręce latały jak galareta. Nie mogłam pojąć, jak inne anorektyczki potrafiły na przykład niepostrzeżenie przelać zupę z talerza do kubka przypiętego do paska spodni. Ja nabierając ją na łyżkę, zawsze rozchlapywałam wszystko na boki. Tak się trzęsłam! Łatwo szło mi tylko z drugim śniadaniem i podwieczorkiem. Te drobne dotuczające posiłki dostawały z powodów oszczędnościowych wyłącznie osoby z jadłowstrętem (bulimicy już nie). Gdy byłam jedyną anorektyczką na oddziale, personel robił sobie czasem wolne. Pilnowanie jednego niejadka było nieopłacalne, więc zazwyczaj jadałam drugie śniadanie i podwieczerek sama w małej kuchence przeznaczonej do parzenia herbaty. O lepszych warunkach nie mogłam marzyć. Wykorzystywałam tę banalną sytuację i upływniałam jedzenie na potęgę. Miałam na to skuteczny patent. Pod przykrywką wykorzystywania każdej minuty na naukę szłam na posiłek z książkami i zeszytami, aby w składanych po jedzeniu rzeczach przemycić niezjedzone produkty. Najzwyczajniej w świecie nakrywałam kubek z niepożądanym budyniem, twarożkiem czy jogurtem zeszytami i przytrzymywałam całość brodą. Pod pachy brałam dodatkowo książki, aby sprawiać wrażenie objuczonej i odwrócić uwagę białych kitli. Nie zdarzyło się, by ktoś zatrzymał mnie w drodze do pokoju. A stamtąd tylko krok do WC i bezdennych czeluści muszli klozetowej.

Lekarz zaczął podejrzewać, że coś jest nie tak. Ja jednak postanowiłam się nie dać i aby rozwiać jego wątpliwości, naopowiadałam mu, że ostatnio bardzo się denerwuję, że mama ma problemy w pracy i że bardzo to przeżywam. Stres to najlepszy zabójca tłuszczu, więc sądziłam, że doktorek powinien zrozumieć, czemu przestałam przybierać na wadze. Plan się powiódł. Na terapii miły pan doktor przedstawił mi propozycje kolejnych terapii, ani słowem nie wspominając o mojej wadze czy podejrzanym zachowaniu na stołówce. Mogłam znów spokojnie kolaborować. Do czasu jednak...

Pewnego dnia, gdy nasza ukochana Danutka wróciła z tygodniowego urlopu, mój los odmienił się diametralnie. Wypoczęta piguła była czujniejsza niż zwykle.

– Teraz to nam Danutka pokaże, gdzie pieprz rośnie – szeptały moje koleżanki ze stolika. I miały rację.

Ja poszłam na pierwszy ogień. Moje zachowanie od dawna wydawało się dość podejrzane. Jak na anorektyczkę stanowczo za szybko jadłam. Zamiast memlać w nieskończoność każdy kęs, miałam za sobą połowę posiłku, zanim pielęgniarki zdążyły wkroczyć do stołówki. To obudziło ich czujność. Wyostriżyło zmysły. Danutka postanowiła mnie sprawdzić! Jak zawsze dwulicowa i paskudna. Ostra niczym brzytwa. Miała nad nami władzę i mogła rozkazać nam dosłownie wszystko, łącznie z wylizaniem talerzy. Chcąc mnie przyłapać, zastosowała pułapkę. Przyszła na kolację wyjątkowo punktualnie i zaczęła opowiadać pacjentom szczegóły swej wycieczki do Zakopanego, przez co nie zdołałam przerzucić ani jednej kluski śląskiej do kieszeni. Zaczęłam je więc powoli przeżuwać, licząc, że

później uda mi się którąś schować. Danutka we wspomnieniach wędrowała wesoło po krążgankach, ja nerwowo memlałam kluchy. Ona kupowała pamiątki, ja liczyłam pochłaniane kalorie. Byłam tak przejęta, że nie zaalarmowało mnie nawet dziwne spojrzenie tej przebiegłej piguły, gdy opuszczała wreszcie stoółkę. Nie przeczuwając wyrafinowanego podstępu, bezmyślnie schowałam trzy ślaskie do swetra. Pierwsze, co ta podła baba zrobiła po powrocie, to spojrzała na stojący przede mną talerz i złośliwie się uśmiechnęła. Nie musiała nawet dodawać: „Co tak szybko zjadłeś?”, bo już wiedziałam, że mnie przejrzała. Nie zdziwiłam się, gdy zawołała sanitariusza i kazała mi opróżnić kieszenie. Nie miałam szans, bez sprzeciwu wyciągałam jedną kluskę za drugą. Z taką obstawą pani Danutka mogła zajrzeć mi nie tylko do kieszeni, ale i do nosa.

Tak też postanowiła – zarządziła sondę, czyli wlewanie rurką przez nos zmielonego jedzenia, którego nie zjadłam. Bałam się potwornie. To najcięższe działo, jakie można wytoczyć przeciwko anorektyczce. Gdy sanitariusz kazał mi się do niej szykować, dostałam ataku hysterii. Z oczu trysnął wodospad łez, ciałem wstrząsało coś na kształt trzęsienia ziemi. Chyba tylko dzięki tym przerażającym spazmom uniknęłam najgorszego. Byłam tak zestresowana, że nie docierały do mnie groźby piguły. Ona nie dawała za wygraną, ja z płaczem zatykałam dziurki w nosie. Krzyczałam, że wolę, by mnie wyrzucono karnie ze szpitala. Ostatecznie skończyło się na komisyjnym (przy całym personelu i wszystkich pacjentkach) zjedzeniu zaniechanych kluch i silnych lekach uspokajających.

Od tamtej pory zaczęto traktować mnie jak groźnego przestępcę. Postanowiono chronić mnie przede mną samą. Piguła Danutka z największą przyjemnością zadbała o odpowiednie środki ostrożności. Przede wszystkim zarządziła, że nie będę sama jadła drugich śniadań oraz podwieczorków. Pod baczną kuratelą pani kuchenkowej wypychałam teraz w siebie te cholerne przekąski. Śledziła każdy mój ruch. W całej garkuchni były tylko dwie pary oczu – jej, które pragnęły mnie przyłapać, i moje, które próbowały wypatrzeć odpowiedni moment i ją oszukać.

„Może na chwilę odwróci wzrok, choćby po to, by się podrapać po kostce?!” – kombinowałam jak koń pod górę, ale niewiele mi z tego wychodziło. Za każdym razem opuszczałam jadłodajnię z pełnym brzuchem, myśląc tylko o jednym – by znów był płaski jak stół...

Po którymś podwieczorku olśniło mnie. Wymioty! Nie musiałam sobie tego dwa razy powtarzać. Od razu skręciłam do WC. To nie było jednak przyjemne spotkanie: ja, klozet i praktyka bulimika. Zajrzeć szpitalnej muszli w twarz to nie lada wyzwanie! Już od samego smrodku i rdzawobrunatnego osadu zrobiło mi się niedobrze. Powinnam z miejsca zwrócić zawartość żołądka do tej kloaki, ale nie udało mi się to nawet po włożeniu palca do buzi. Próbowалаm dołożyć kolejny paluch... i jeszcze jeden... W końcu niemal cała pięść zginęła w moich ustach. Na próżno. Potrzebowałam rady bulimiczki. W końcu miałam pod ręką mistrzynię w tym fachu.

Ewelina z niechęcią udzieliła mi szybkiego kursu i wyposażyla w przydatny ekwipunek. Wróciłam do toalety z torebką foliową i szczoteczką do zębów. Miałam połknąć zwinięty woreczek, trzymając za jego koniec, po czym energicznie go wyszarpnąć, ale już po pierwszym podejściu dałam za wygraną. Folia szeleściła mi w mózgu, a ostry brzeg drapał podniebienie. Na samą myśl, że mogłabym tej torebki już nie wyciągnąć z przełyku, odechciało mi się takiego wspomagania. Podjęłam więc próbę ze szczoteczką, ale ta też zawiodła. Wyskakiwała mi z rąk – wołała taplać się w muszli niż „pieścić” moje gardło. Miałam dość! Poddałam się. Wyszłam z toalety zamiast lżejsza, to pełniejsza o litr rozpacz.

Następnym razem byłam jednak lepiej przygotowana. Opiłam się wodą, która, jak się dowiedziałam, ułatwia wymioty. I rzeczywiście, druga próba zakończyła się sukcesem. Może nie stuprocentowym, ale naprawdę poczułam ulgę. Ulgę – mimo strachu o to, że stanę się bulimiczką, że za bardzo przyzwyczaję się do kontrolowania wagi. Podobno od anoreksji do bulimii blisko, te dwie choroby często się przeplatają. Bulimia przerażała mnie jednak. Słyszałam, że Ewelina w ciągu jednego dnia była w stanie pochłoniąć pięćdziesiąt tysięcy kalorii. Na przykład: jajecznicę z czterdziestu jaj, pięć bochenków chleba, kilkanaście słoików dżemu, dziesięć pączków... Z nerwów czułam, że też mogłabym to wszystko w siebie wepchnąć, a nie chciałam!

Wszystko zaczęło mi się mieszać. Siedząc w tym domu wariatów, miałam wrażenie, że moja sytuacja coraz bardziej się pogarszała. Obsesja rodziła obsesję! Jedna mania pociągała za sobą drugą. Kiedyś

skrupulatnie pilnowałam tylko czasu posiłków. Jeśli uznałam, że śniadanie ma być o godzinie 7.00, to nie mogło być ani sekundy później. Tak samo z obiadem – musiał być punktualnie o 15.00, a kolacja – dokładnie o 18.00. Teraz, gdy byłam w szpitalu, mania punktualności zaczęła dotyczyć prawie wszystkiego, co robiłam. Chyba zaraziłam się nową nerwicową przypadłością. Chciałam już nie tylko jeść, ale i chodzić, myć się, ubierać, czytać na czas! Wszystko idealnie jak w szwajcarskim zegarku. Każdy swój krok, każdą czynność planowałam co do sekundy. Wiedziałam, że życie to nie rozkład pociągów, ale nie włożyłam skarpetek, nie ubrałam się, nie umyłam zębów, nie otworzyłam książki, zanim nie wybiła odpowiednia godzina. Gdy brakowało chociażby pół minuty, czekałam wpatrzona w tarczę zegarka, aż wskazówka pokaże dokładnie zaplanowaną godzinę. Stałam tak przed szafką z ciuchami albo lustrem w łazience, aż mogłam zacząć się ubierać albo myć zęby. Byłam uwięziona w czasie! Popadłam w niewolę zegarka! Nie wiedziałam, jak to rozumieć. Rozmawiałam nawet na ten temat z doktorkiem. Powiedział, że tu – w szpitalu – zostały mi odebrane dotychczasowe zasady żywieniowe. Nie miałam już wpływu na czas ani jakość posiłków, więc moja psychika wymyśliła nową formę kontroli – nad pozostałymi sferami życia. A musiałam mieć pieczę nad tym, co się działo! Chciałam o sobie decydować, kontrolować siebie i moje życie. Czułam się wtedy bezpiecznie.

Pobyt w szpitalu coraz bardziej mi doskwierał. Stałe próby podstępnej kolaboracji nie przynosiły prawie żadnych efektów – wciąż tyłam! Spodnie ścisnęły moje galaretowate pośladki, a brzuch wprost się wylewał. Do przekroczenia fazy pierwszej pozostało mi jedynie sto pięćdziesiąt gramów. Doktorek oznajmił, że w związku ze zbliżającym się rozpoczęciem roku szkolnego dostanę wypis zaraz po przekroczeniu wymaganego BMI 16. Nie wiedziałam, co robić – zapuszczać paznokcie, by ścierać i kamuflować więcej masła, czy przygotować się na powrót do życia.

Ten dzień musiał nadejść. Wyszedłam ze szpitala. Nie pierwszy raz opuszczałam te mury. Nie pierwszy też raz składałam obietnice bez pokrycia. Zarzekałam się, że nie schudnę, że utrzymam szpitalny urobek, czyli wtłoczone we mnie kilogramy, jednak sama w to nie wierzyłam. Wiele bym dała, żeby uwierzyć. Żeby mieć czyste sumienie. By choć na chwilę zniknął wyraz udręczenia z twarzy rodziców. Chciałabym móc tego dokonać, ale nie byłam w stanie.

Znów wyglądałam jak tucznik. Z okładem pięciu kilogramów na każde biodro. Nawet jeśli nie kwalifikowałam się jeszcze do zaszlachtowania i przerobienia na kielbasę, już byłam dorodną świnką. Spodnie szczelnie opinały moje balerony. Aż trzeszczały w szwach przy każdym ruchu. Dziwiłam się temu, chociaż nie powinnam. Przecież od jakiegoś czasu moja waga zmieniała się niczym pogoda w kwietniu. Te same ciuchy raz były za duże, raz za małe. To odstawały, to znów obcisnęły moje ciało. Powinnam chyba mieć garderobę w pełnej rozmiarówce.

Opuszczając szpitalne mury, doskonale wiedziałam, że pierwszą „osobą”, która mnie najczulej przywita na zewnątrz, będzie... anoreksja. Ona wiernie czekała na mnie przez cały czas jedzeniowej rekonwalescencji. Jak tylko zamknęłam za sobą metalową bramę oddziału, podeszła z uśmiechem na twarzy, przywitała mnie, złapała za rękę. Jej mocny uścisk był jak zwykle jednoznaczny.

Na odchodnym lekarze powtarzali mi ze sto razy, że jeśli chcę wyzdrowieć, muszę wyzbyć się swoich starych nawyków jedzeniowych, uwolnić od analizowania posiłków i ich planowania. Powinnam odżywiać się spontanicznie. Jeść, kiedy najdzie mnie ochota. Zgadzać się na pożywienie podawane przez rodziców czy serwowane przez szkolną stołówkę.

Mogliby mi to powtarzać bez końca, a choroba i tak okazała się silniejsza. Już po pierwszym dniu udało się jej zakrzyczeć lekarzy i wtórujących im rodziców. Bo choć próbowałam jeść „jak popadnie” (nie odliczać stoperem czasu posiłków, nie trzymać się kurczowo zaplanowanego przez siebie menu), to Kristin, trzecia część mnie, szybko dała o sobie znać i odzyskała władzę nade mną. Biegając wokół mnie, machała rękami i wrzeszczała: „Jesteś głupsza, niż ustawa przewiduje! Już zapomniawsz, jaką grubą krową byłeś? Myślisz, że teraz możesz wciągać żarcie bezkarnie jak odkurzac? Nie przestrzegać godzin posiłków i nie kontrolować zawartości talerza? Tak, jasne, idź na żywioł! A znów staniesz się górą tłuszczu!”. Kristin nie musiała mi tego dwa razy powtarzać. Z miejsca wróciłam do „bezpiecznych” (przedszpitalnych) schematów odżywczych. Rozpasanie jedzeniowe, które próbowano zaszczepić mi

na oddziale, wzięto w łeb. Znowu powróciła pełna kontrola. Nadzór tak ścisły, że nawet jedna kaloria się nie przemknie. Powróciło również pilnowanie czasu posiłków, ich zgodności z listą produktów dozwolonych tylko w śladowych, skrupulatnie odmierzanych ilościach. Wszystko poprzedzone wielogodzinnym planowaniem i analizowaniem!

\*

Miałam straszny sen. Małeńka dziewczynka, sama na ruchliwej ulicy. Szukała drogi do domu, zgubiła się. Płakała. Nikt nie zwracał na nią uwagi. Każdy biegł w swoją stronę, potrącając tę kruszynkę. Nagle zobaczyłam czarne tło, a potem zbiorowisko ludzi. Wszyscy stali w okręgu. Usłyszałam kobiecy pisk i skowyt. Jakaś ładna pani biegła chaotycznie, wołając: „Moja Dorotka! Umarła moja jedyna Dorotka!”. A na chodniku pozostał tylko brązowy miś...

Mama załamała ręce i od nowa biadoliła:

– Niedługo nic z ciebie nie zostanie! Już teraz widać ci tylko nos!

Ciągle pytała też, dlaczego jej to robię. Dlaczego nie mogę jeść tak, by nie schudnąć. To proste – odkąd wyszłam ze szpitala, ludzie nie rozpoznawali we mnie anorektyczki. A ja tak strasznie chciałam, by ktoś znów wzdygnął się na mój widok i krzyknął za moimi plecami: „Śmierć na łańcuchu! Kościotrup! Szkieletor!”. Dla mnie byłby to największy komplement, a nie obelga. Tymczasem większość znajomych dobijała mnie, mówiąc, że wyglądam lepiej i że oczy mi już tak nie wyłazą na wierzch. A ja właśnie chciałam, żeby wyłaziły, żeby były wielkie i wyłupiaste! Dlatego za każdym razem, gdy jakaś osoba z klasy mówiła mi chybiony komplement typu: „Karolina, ale się poprawiłaś”, czułam się, jakbym dostała w twarz. Miałam dosyć tego policzkowania!

Skrupulatne planowanie posiłków, odmierzanie ryżu łyżeczką, notowanie kalorii, układanie książek na półce zgodnie z barwą okładki – wszystko to na nic. Nawaliłam... Pokazałam, jakim jestem durniem i że nie można na mnie polegać. Stając rano jak co dzień na mej „ukochanej” przyjaciółce wadze, zobaczyłam jedynie martwą kreskę... Jak mogłam zapomnieć o zmianie baterii?! W domu nie znalazłam oczywiście ani jednego życiodajnego paluszka, więc zamiast jeść śniadanie (nie wiedziałam przecież, ile ważyć – jak miałabym cokolwiek przełknąć) czy iść do szkoły (nie wiedziałam przecież, ile ważyć – jak miałabym się skoncentrować), musiałam biec do pobliskiego kiosku z ogromną nadzieją, że będzie otwarty.

Należałam do anorektyczek, które rozumieją, że są chude, i trudno im z tego zrezygnować. Gdy osiągnęłam wagę czterdziestu sześciu kilogramów, doszłam do wniosku, że może lepiej byłoby ważyć czterdzieści pięć, czterdzieści cztery, czterdzieści trzy... Wiedziałam wprawdzie, że dieta nie była mi potrzebna, ale nie potrafiłam się zatrzymać. Z każdym zgubionym kilogramem chciałam tracić jeszcze więcej. Dlaczego? Może dlatego, że dzięki anoreksji byłam silna. Czułam się pewniejsza siebie i bardziej odważna. Już nie chowałam głowy w piasek, gdy ktoś mnie atakował. Potrafiłam walczyć o swoje. Wiedziałam, iż nikt więcej nie użyje wobec mnie bezkonkurencyjnej broni – argumentu, że jestem gruba. Nie usłyszę już z ust żadnej koleżanki: „Ty lepiej schudnij, zamiast się mądrzyć!”. Takie zdania były ciosami poniżej pasa. Od razu zwały z nóg. Nie trzeba bić więcej. Człowiek padał i długo nie mógł się podnieść. Postanowiłam, że nie pozwolę, by taka sytuacja miała kiedykolwiek miejsce w moim życiu. Nie zamierzałam patrzeć na świat z żabiej perspektywy. Walki z mamą rozgrywały się jednak na innych warunkach.

Ona nigdy nie wykorzystywała mojej nadwagi, by mnie pokonać. Nasze kłótnie szerokim łukiem omijały sprawy cielesne. Do czasu... Od kiedy się skurczyłam, mama atakowała mnie dużo częściej – ale właśnie z tej drugiej strony. Obrywała za moje zmniejszone wymiary. Takie ataki nie bolały tak bardzo i z łatwością przychodziło mi ich odpieranie. Nabrałam w tym nawet wprawy, bo kłóciłyśmy się dużo częściej niż przed chorobą.

Awantury z mamą były zazwyczaj słomiane: paliły się krótko, ale intensywnie. Na przykład raz poszło nam o tabletki na odchudzanie: trzy na śniadanie, trzy na obiad i trzy na kolację. Od dawna widziałam,

że działają na nią jak płachta na byka. W końcu więc nie wytrzymała, ruszyła do ataku. Zaczęła wrzeszczeć:

– Trzy razy dziennie wbijasz sobie po trzy gwoździe do trumny! Zabijasz się za moje pieniądze! Ja więcej do tego ręki nie przyłożę! Możesz zapomnieć o kieszonkowym! – groziła, ale nie robiło to na mnie wrażenia.

Na szczęście miałam jeszcze dziadków. Oni nie wnukali, na co wydam podarowaną kasę, więc dalej zamierzałam kupować tabletki zgrabności. Tylko że bez wiedzy mamy. Po raz kolejny odgrodziłam się od niej murem kłamstw. Stawiając solidne cegielki, czułam się jednak perfidnie – oddalałam się od mamy i zatrząskiwałam za bramą anoreksji.

Miałam wrażenie, że wszyscy chcą mnie oszukać. Poradniki dietetyczne podają zaniżone wartości kaloryczne pokarmów. Moje porcje na szkolnych obiadach są większe niż te przeznaczone dla innych. A mama łąduje w posiłki całe szufle kalorii. Takie przekonanie podsyciła Kristin – ta zła we mnie. To przez nią miałam mętlik w głowie. Już sama nie wiedziałam, czy świat rzeczywiście sprysnął się przeciwko mnie, czy stałam się jedynie ofiarą własnych urojeń. Zwykle jednak wierzyłam Kristin. Tak jak ostatnio, gdy niepokoiłam się o to, co będzie następnego dnia na obiad. Był to dla mnie najgorszy posiłek i wołałam, żeby mama przygotowała coś, co nie stanie się dla mnie potem kulą u brzucha. Zasugerowałam więc delikatnie:

– Mamo, a może przygotujesz pulpet z kaszą gryczaną albo makaron sojowy ze szpinakiem?

Moje życzenie podziało na nią piorunująco. Rozjuszona, patrząc groźnie, zaczęła traktować mnie słowami:

– Nie podoba ci się życie? Co?! To proszę bardzo, zabijaj się dalej!

Trafiła mnie tym w samo serce. Nie spodziewałam się, że przystąpi nagle do takiego ataku. Jej reakcja, niewspółmierna do sytuacji, utwierdziła mnie tylko w przekonaniu, że znów chciała przebiegle wypełnić mnie kaloriami po same uszy. To stąd taki wybuch.

Chleb chlebowi nierówny. Przetestowałam chyba wszystkie jego rodzaje, aż wreszcie znalazłam taki, którego grubość wynosiła zaledwie sześć milimetrów. Jedząc na kolację idealną kromkę – o wymiarach 6 mm × 6 cm × 9 cm – słyszałam gratulacje Andżeliki. Przysiadła obok mnie na taborecie i klaszcząc, mówiła w mojej głowie: „Brawo, teraz już będziesz wiedziała, po jaki chleb w sklepie sięgać! Ten najmniejszy jest twoim sprzymierzeńcem!”.

Co prawda jeszcze cieńszy był czteromilimetrový pumpernikiel, ale za to jego powierzchnia była znacznie większa od innych kromek. Biorąc pajdę takiego chleba, musiałabym wsmarować w nią znacznie więcej masła i twarożku i nałożyć większy plaster wędliny (nie lubiłam, gdy jakaś powierzchnia zostawała nieprzykryta). A przecież to, co miało znaleźć się na kanapce, też musiało być w moim jadłospisie ściśle reglamentowane. Jeśli pasztet z puszki, to dwie płaskie łyżeczki. Jeśli wędlina w plastrach, to nie większa niż 8 cm × 9 cm.

Zanim odkryłam mój zbawienny chlebek o perfekcyjnej grubości, sięgałam przeważnie po kromeczki fitness. Były od niego trochę większe, ale za to o obniżonej zawartości kalorii. Jednak od dłuższego czasu stałam się chlebową monogamistką, a mým wybrankiem szóstka!

Byłam chodzącą ambiwalencją. Workiem sprzeczności. Psychicznym kameleonem. Kalejdoskopem uczuć. Raz chciałam być normalną zdrową dziewczyną, a już za chwilę czułam się dumna ze swojej niteczkowej budowy. To marzyłam o wyjeździe na wakacje, to znów wołałam zaszyć się na całe miesiące w swoim pokoju. Chciałam mieć chłopaka, ale bałam się, że on nie zaakceptuje mojego drugiego (anorektycznego) ja. Nie mogłam nadążyć za swoją zmiennością. I tak było ze wszystkim. Nawet na śmierć nie potrafiłam się zdecydować. To włos mi się jeżył przed drastycznymi rozwiązaniami typu skok z dachu, rzucenie się pod metro czy powieszenie, to znów myślałam sobie, że lepiej mieć koszmarny koniec niż koszmarny bez końca.

Słońce na moment wyszło zza chmur! I to gdzie? W aptecę. Za sprawą farmaceutki. Jak zwykle poprosiłam o tabletki na odchudzanie, ale zamiast nich dostałam wyraz zdziwienia i zniesmaczenia.

– Po co ci one? Przecież ich nie potrzebujesz! – stwierdziła.

Wiedziała, że nie powiedziała tego, by sprawić mi przyjemność, ale żeby przemówić mi do rozsądku. To był rodzaj reprimendy, ale ja mimo to wyszczerzyłam zęby ze szczęścia. Musiałam wyglądać dziwnie, bo pani w okienku jeszcze szerzej otworzyła oczy, dziwiąc się nieadekwatnością mojej reakcji. A ja i tak miałam ochotę ucałować te wykrzywione z osłupienia usta! Wszystko we mnie wiwatowało. W głowie słyszałam radosne okrzyki: „Hurrra! Wyglądam jak ktoś, kto nie potrzebuje tabletek!”. Nie wyszłam, lecz wyfrunęłam z apteki uszczęśliwiona. Jak na skrzydłach. Lekka niczym puch.

Jak zmierzyć jajko? Oto jest pytanie!

Pozwalałam sobie na jedno tygodniowo, ale musiało być najmniejsze z możliwych. Dlatego wyciągałam z lodówki cały pojemnik jaj, na oko wybierałam pięć najmniejszych i przystępowałam do ich dokładniejszej weryfikacji. Opasywałam pierwsze z nich nitką w najgrubszym miejscu i sprawdzałam, jaką ma objętość. Stawiałam flamastrem zaznaczenie na nitce, a następnie przykładam do niej linijkę, aby poznać dokładną miarę. To samo robiłam w najdłuższym miejscu jajka. Całą procedurę powtarzałam dla każdego z jajek po kolei. Kiedy już wyselekcjonowałam to najkrótsze i najchudsze, lądowało ono w garnku, by zażyć wrzącej kąpieli i zostać moim śniadankiem albo kolacyjką.

Skoro pomiary jajka nie nastroczały mi kłopotów, tym bardziej truskawki nie były wyzwaniem. Przecinałam je na połówki i na którejś z nich zaznaczałam nożem krzyż. Jedno jego ramię łączyło dwa najbardziej oddalone punkty na osi poziomej, a drugie – na pionowej. Następnie mierzyłam długości tych ramion i już miałam wymiary, które mnie interesowały. Powtarzałam czynność tak długo, aż znajdowałam dziesięć odpowiadających mi truskawek.

W domu nic się nie zmieniło. Rodzice wciąż darli ze sobą koty. Jak zawsze. Oni walczyli, ja zatrząskiwałam się we własnym pokoju i z przerażeniem obserwowałam, jak moje uda rosną. Może to wariactwo, ale ja naprawdę widziałam, jak moje nogi zwiększały swoją objętość. Każda przykra sytuacja powodowała, że widziałam siebie w krzywym zwierciadle. To właśnie było jedno ze źródeł moich problemów z wyglądem. Zawsze wraz z kłopotami rosło moje ciało, a najbardziej uda! Rodzice krzyczeli, a nogi tyły. Dokładnie czułam, jak pulsujący tłuszcz powiększał ich rozmiary. Puchły i trzęsły się niczym galareta. Stając się obślizgłą wołową żelatyną, wywoływały we mnie frustrację. Narastające wrzaski rodziców z kolei jeszcze bardziej potęgowały agresję. By całkowicie nie przeistoczyć się we wściekłą krowę, próbowałam jakoś powstrzymać proces tycia. Ściskałam nogi z całych sił obiema rękami, owijałam je ciasno paskiem, bandażami, aluminiową folią. Ale one i tak bezlitośnie się rozlewały. Gdy już nie mogłam znieść tego widoku, zasłaniałam nogi kocem. Starłam się wmówić sobie, że to choroba – moje anorektyczne urojenie. Nie pomagało. Przeciwnie: zaczynałam w popłochu sprawdzać, czy przynajmniej kości obojczyka, kręgosłupa i żeber jeszcze mi wystają. I co dziwne, one nie pęczniały tak szybko jak uda. Na szczęście! Świadomość, że trwały niezmienione na swoim miejscu, ułatwiała mi życie. To moje koła ratunkowe. Gdy było mi źle, uciekałam właśnie do nich – nie tylko myślami. Macałam je, gładziłam, sprawdzałam, czy są na miejscu. Działyły lepiej niż tabletki uspokajająca. Dawały mi poczucie bezpieczeństwa. Nawet jeśli złudne, to i tak niezbędne jak powietrze...

Mój psychiatra, do którego znów po wyjściu ze szpitala zaczęłam chodzić, mówił, że to poszukiwanie przymierza z obojczykiem było poniekąd zrozumiałe. Powrócił mój lęk przed rozstaniem z chorobą, pojawiła się blokada przed wyzdrowieniem. Znowu miałam wątpliwości, czy poradzę sobie bez anoreksji. Bez wystających kości, które tylko ona mi gwarantowała. Widząc własne żebra, wiedziałam, że anoreksja mnie nie opuści, że nie zostanę sama w tym całym bagnie.

Odkryłam w sobie kolejny paradoks choroby. Z jednej strony zagładzałam się na śmierć, krok po kroku wpędzałam się do grobu, z drugiej natomiast miałam niezłego fioła na punkcie zdrowia. Starłam się o nie dbać, unikałam szkodliwych rzeczy. Na przykład uważałam, by nie przebywać zbyt długo na słońcu, a jeśli już musiałam, to smarowałam się kremem z wysokim filtrem. W trosce o wzrok dawkowałam sobie godziny spędzane przed komputerem i telewizorem. Starłam się też myć zęby po każdym posiłku, by uchronić się przed próchnicą. Po co to robiłam?

Czy czułam żal do mamy i taty? Nie. Przecież nie można mieć do kogoś pretensji o to, że nie potrafi być szczęśliwy. Zresztą wszyscy troje mieliśmy z tym problem. Z całą moją rodziną było coś nie tak. Nie potrafiliśmy prosto i kolorowo żyć. Błądziliśmy po ślepych zaułkach nieporozumień i niespełnień. Nawet nie wiedziałam, czy lubiliśmy ze sobą przebywać. Samotność we troje – to nasza specjalność.

Spaliłam swój najlepszy anorektyczny patent. Do tej pory był niezawodny jak szwajcarski zegarek. Gdy jadłam razem z mamą, a ona szczęśliwie wyszła, przykładowo do toalety, ja przerzucałam kapkę mojego jedzenia na jej talerz. Nigdy się nie zorientowała. Jadła spokojnie dalej, niczego nie kwestionując. Aż do wczoraj! Wszystko dlatego, że nie zauważyłam, iż mamine opakowanie serka wiejskiego jest puste. Gdy przerwała kolację, by odebrać telefon, machinalnie podrzuciłam czubatą łyżeczkę białych granulek, nie zaglądając do kubeczka po serku. Zgubiła mnie rutyna. Tyle razy mi się udawało, że straciłam czujność. Przytępiłam instynkt anorektyczki. Tak głupio dałam się przytąpać.

Wrzaskom i krzykom nie było końca. Mama dźgała mnie ostrzem słów:

– Na pewno już od dawna robisz ze mnie idiotkę! Nie masz dla mnie litości! Chcesz mnie wykończyć?!

Ja oczywiście szłam w zaparte. Łgałam w żywe oczy, że nie zjadła wszystkiego i sama już teraz nie pamięta. Wmawiałam jej, że czarne jest białe. Ale biała była tylko piana na jej ustach. Tak bardzo się wściekła. Nawet gdy siedziałam zatrzaśnięta w swoim pokoju, słyszałam, jak miota się po mieszkaniu i złorzeczy. Byłam pewna, że jeszcze długo będzie mi o to suszyła głowę. I w sumie będzie miała rację. Zagrałam prymitywnie i po chamsku. Ale za nic nie zamierzałam się do tego przyznać. Bo anorektyczka nie ma cywilnej odwagi. Posiada tylko duszę hazardzisty. Cały czas łudzi się, że dopisze jej szczęście i nie zostanie złapana na gorącym uczynku.

Rodzice coraz częściej brali mnie pod lupę. Mama niczym rentgen zdawała się przeświećlać mój żołądek. Próbowwała zgrać czas swoich posiłków z moimi, żeby móc liczyć kęsy, które wkładałam do ust. Namolnie dopytywała, czy na pewno zjadłam w szkole drugie śniadanie. I nie dawała się już tak łatwo wodzić za nos. Parę dni temu na przykład zaskoczyła mnie dokumentnie trzeźwością umysłu. Gdy jak zwykle wciskałam jej kit o zjedzonych kanapkach, zapytała, z czym były. Zabiła mi ćwieka, bo nie miałam zielonego pojęcia. Dla mnie los bułeczek wydawał się z góry przesądzony – nawet gdyby ich wnętrze stanowił wędzony łosoś, krewetki w kremie czy inne smakołyki. Nie mogłam już dłużej szydzić z inteligencji mamy. Konieczne było opracowanie bardziej wymyślnych taktyk wyprowadzania jej w pole. Musiałam być od niej sprytniejsza, przewidywać jej kolejne ruchy, dlatego teraz zanim kanapka lądowała w koszu, dokładnie sprawdzałam, co w sobie kryła: szynkę, kurczaka, żółty ser, a może właśnie łososa. I dopiero po tym się jej pozbywałam. Oczywiście czułam czasami wyrzuty sumienia z powodu takiego marnotrawienia jedzenia. Gdy jednak tylko zadrżała mi ręka, zaraz się usprawiedliwiałam, że mama wydawała kupę kasy na papierosy. Skoro ona wyrzucała pieniądze w błoto, to i ja mogłam. Wciąż jednak pracowałam nad uśpieniem jej czujności. W tym celu na przykład niepytana zaczynałam nawiązywać w rozmowie do zawartości kanapki. Dla niepoznaki chwaliłam szynkę, którą wyrzuciłam w szkole. Albo mówiłam: „Ta wędlina nie była zła, ale ja miałam ochotę na pastę sojową. A jutro daj mi z edamskim”. Tak ćwiczyłam się w przebiegłości!

Malinka. Mała różowa malinka. Tak często ostatnio śniłam o malince. Niestety o tej porze roku w żadnym sklepie nie udało mi się jej znaleźć. A zresztą nawet gdybym na nią cudem natrafiła, to i tak nie pozwoliłabym sobie jej skosztować. Bo żeby być malinką, trzeba być tak bardzo, bardzo, bardzo słodką, że aż się uszy trzęsą, jak się malinkę je. A nie dla mnie były słodkości tego świata.

\*

Między mną i mamą była już otwarta wojna. Mama próbowała krzykiem wypędzić ze mnie anoreksję, ja starałam się ocalić ją w sobie sprytem, kłamstwem, buntem... Gdy wstawaliśmy z mamą rano, zachowywaliśmy się jak dwa wściekłe psy. A może raczej konie wyścigowe, bo pędziłyśmy z językami na brodach do kuchni, aby rzucić się do przygotowania mojego śniadania. Szturczałyśmy się łokciami przy lodówce, tłoczyłyśmy przy blacie – robiłyśmy wszystko, byle tylko mieć jak największy wkład w

zrobienie posiłku. Ona wyciągała szynkę i ser, ja korzystałam z okazji i kroiłam jak najcieńsze kromki chleba. Ona przygotowywała warzywa, ja już parzyłam herbatę bez cukru. Ona wyciągała talerze, a ja w mgnieniu oka obkładałam kanapki wędliną, by uniknąć masła. Przy tym wszystkim łyptałyśmy na siebie złowrogo i szczerzyłyśmy zęby. Bynajmniej nie w uśmiechu. Nasza kuchnia stała się puszcza walczących zwierząt.

Następnie mama przygotowywała mi kanapki do szkoły. To chwila wytchnienia dla mnie, odpoczynku po odbytych zmaganiach wojennych. Przy drugim śniadaniu pozwalałam się jej wyszaleć. Widziałam grube pajdy bochenka wkładane do mojego tornistra, ale nie reagowałam. Nawet pozwalałam dołożyć batonik. I tak wszystko przecież zamierzałam wyrzucić!

Czy to normalne, żeby kilkunastoletnie dziecko było rozjemcą kłócących się rodziców? Żeby zaklinało ich na własne zdrowie, byle tylko przestali skakać sobie do gardeł? Żeby zamiast być pączkiem pławiącym się w maśle rodzicielskiej czułości, musiało stawać się sędzią na ringu ich wzajemnej agresji? Nie wiedziałam, ale pewne było to, że ta nieustająca wojna domowa to także jeden z powodów mojej choroby. Dowiedziałam się tego na terapii. Co dała mi ta trudna wiedza? Jakie przemyślenia wywołała? Pretensje do rodziców za wpędzenie mnie w chorobę czy uczucie ulgi, że nie byłam jedynym winowajcą? A może usprawiedliwienie dla moich śmiercionośnych praktyk i pretekst do chorowania? Nie wiedziałam, być może wszystko to naraz...

Gdy byłam w markecie, jak zwykle wybrałam najdłuższą kolejkę do kasy. Wbrew logice? Nie mojej. Przecież im dłuższy ogonek, tym więcej koszyków do zlustrowania. A ja uwielbiałam wsadzać nos w cudze zakupy i analizować: „Ci to chyba mocno zapracowani, bo wybrali same mrożonki, gotowe sałatki i przekąski w pojemnikach”, „Jajka, mięcho, majonez – ich amator na pewno ma byczy cholesterol”, „Ta kobieta na bank dba o linię, bo przeważają produkty light”, „A tu dużo i tłusto – do pana z szelkami miażdżycą cały czas puszcza oko z patelni”. Nie patrzyłam na kupujących. Nie wiedziałam, jacy są. Młodzi? Atrakcyjni? Zmęczeni życiem? Piegowaci? Błdzi? Nie pamiętałam ich twarzy, ale za to bez trudu mogłam wymienić wszystko, co kupili. Bez zająknięcia i z zamkniętymi oczami – cztery batoniki z truskawkowym nadzieniem, dwie paczki serdelków, pszenny chleb tostowy i razowe bułeczki z dynią, malinowy dżem i trzy puszki karmy dla kociaków. „Hmm... ciekawe, jakiego mają kotka? Stawiałabym na białego persa albo prążkowanego dachowca...” – rozmyślałam. Mogłam tak bez końca snuć koszykowe historie. To lepsze niż kino.

Uwielbiałam czuć się pusta w środku. Tak jak lekka chmurka – być samym powietrzem. Mogłabym wtedy tańczyć razem z nią po niebie. Jednak po każdym posiłku zamieniałam się w piłkę lekarską, która ociężała i niezdarnie toczy się po ziemi. Podobno jem tak niewiele, że nawet z obiadem w brzuchu byłabym łatwym łupem dla wiatru. To nieprawda. Przecież wszystko pęczniało we mnie, tężało i zamieniało w ciężki głaz, który przykuwał mnie do ziemi. Wciąż walczyłam z prawem grawitacji. A robiłam wszystko, by znów poczuć się lekkim, zwinnym obłoczkiem.

Właśnie skończyłam jeść serek wiejski na śniadanie i jak zwykle poczułam, że mnie rozsadza. Pochłonięte kalorie tłukły się po moim ciele, szukając ujęcia. Musiałam wyprowadzić je na spacer i spalić to, co w sobie wpakowałam. Szukałam więc pretekstu, by wyjść z domu, ale rodzice przestali już wierzyć w bajki. Tata uprzedzając moje manewry, wziął smycz i wyszedł z Cyntią. Na wszelki wypadek zabrał też śmieci do wyrzucenia. Nie zauważył jednak, że skończyła się herbata! Mama pozostała bezradna wobec mojej przemożnej ochoty na filiżankę herbaty o smaku irish cream. Tak więc urządziłam eskapadę do hipermarketu (odległego o cztery kilometry) po jedno opakowanie herbaty! Każdy pretekst był dobry, by wychodzić wrogie kalorie.

Lubiłam długie sklepowe kolejki. I to bardzo. Ale tych wstrętnych „ogonów” w aptece nienawidziłam! Nie dość, że sama smarkałam, prychałam i kichałam, to jeszcze wszyscy dookoła zdawali się dzielić ze mną swoimi zarazkami. Rankiem, jak w każdą sobotę, poszłam do Tanich Leków, by uzupełnić moje cotygodniowe zapasy witaminek. No i oczywiście w kolejce stało z osiem chorych osób. A to babcie z żylakami marudzące wniebogłosy, a to płaczący bachor, paranoja! Najgorszy był pewien „miły dziadek”. Charczał i sapał tak okrutnie, że aż chciałam go reanimować. By zapomnieć o tych wszystkich towarzyszach niedoli i dla odwrócenia uwagi, zaczęłam lustrować wystawę z lekami. „Ananas na odchudzanie – to już mam. Zestaw aspiryn, rutinascorbin, herbatki ziołowe – stara nuda. Maść na odciski i kurczaki, bte” – analizowałam w myślach, a tu nagle nie wierzyłam oczom! Tuż nad półeczką z

kroplami do nosa wyrosła ogromna grządka malinowych cukierków na ból gardła. Takie śliczne malutkie pastylki dyndające na zielonych krzaczkach. Znieruchomiałam ze zdumienia. Patrząc na malinki leżące na szklanej półeczce w aptece, prawie popłakałam się ze szczęścia! Czułam wspaniały aromat owoców, oczami wyobraźni widziałam, jak malinki rumienią się w słońcu albo jak taplają się w różowej galaretkie na wierzchu babciniego sernika. Mmm...

Charknięcie dziadka w mgnieniu oka sprowadziło mnie na ziemię... Z malinowej krainy szybko wróciłam do zimnego wnętrza Tanich Leków. Gdy zaś poczułam, jak płaczący czterolatek wyciera nos o rękaw mojego płaszcza, wściekła prawie wybiegłam z apteki. Frustrację zahamował jedynie widok różowych pastylek. A ponieważ właśnie potwornie zaczęło boleć mnie gardło, postanowiłam wytrwale stać w tym paskudnym, chorym ogonie. Musiałam to zrobić!

Poczułam, że nie mam domu! Miałam tylko gdzie mieszkać. Dom to nie kawałek podłogi, dach nad głową i meble. To miłość, którą można się ogrzać mocniej niż przy kominku. To spokój, który pozwala usłyszeć bicie własnego serca. To czułość, która jest kompresem na codzienne troski.

U nas jednak zapanowały przeciągi uczuciowe, które skutecznie wietrzyły mieszkanie z zapachu miłości. W tym pałacu królowej śniegu wiało tylko chłodem i obojętnością. Nigdy nie widziałam, by rodzice się do siebie przytulali czy obdarowywali uśmiechami, żeby któreś przyniosło drugiemu śniadanie do łóżka. Zamiast czule głaskać się słowami, oni smagali się nimi jak błotem. Albo mijali się bez spojrzenia nawet w przejściu z jednego pomieszczenia do drugiego. Jedno do kuchni, drugie do pokoju i na odwrót.

Cieężko było mieszkać w krainie lodu, a co dopiero się w niej zdomowić. Pewnie dlatego bez większego żalu tak chętnie mogłam ją opuścić. Nawet na rzecz szpitala... Podczas gdy inne anorektyczki broniły się rękami i nogami przed oddziałem psychiatrycznym, ja sama bym się teraz do niego wprosiła. Jak to możliwe? Po prostu poczułam, że szpital był moim azylem. W nim miałam schronienie. Za jego solidnymi drzwiami zostawiałam wszystkie problemy. Moje uszy mogły w końcu odpocząć od rodzicielskich krzyków. Tu ładowałam akumulatory wyczerpane domową szarpaniną. Nabierałam powietrza, zanim znów zaczęłoby ze mnie schodzić w rodzinnej kołomyi. I nawet konsekwencje w postaci kilku dodatkowych kilogramów nie były już w stanie zniechęcić mnie do tego miejsca. Szpital stał się moim drugim domem. Czasami nawet miałam wrażenie, że pierwszym (przytulniejszym, spokojniejszym, bezpieczniejszym). A na pewno mniejszym złem niż targany wiecznymi burzami rodzinny dom.

Wszędzie wściubiłam nos i niczym pies węszyłam za jedzeniem. Zerkanie do cudzych koszyków podczas zakupów, zagłądanie do garnków (na przykład u babci, cioci, dobrych znajomych), choć niegrzeczne, kusiło. Nie mogłam się oprzeć, aby nie podnieść przykrywki. „Tylko popatrzę, powącham, wyobrażę sobie, jak będzie wyglądało na talerzu, i wcale nie muszę już jeść” – przekonywałam się. Lodówką również nie pogardziłam. Jeden rzut oka na to jedzeniowe królestwo i czułam się zaspokojona. Dlatego gdy u koleżanki ktoś musiał przynieść sok z lodówki, wyrывałam się na ochotnika, aby spokojnie pomyszkować na tym spożywczym polu. Zazwyczaj zjawiałam się też w gościach z własnym prowiantem – by go zjeść zgodnie z planem: w odpowiedniej postaci, ilości i o czasie. A że moje małe co nieco wymagało przechowania do czasu zjedzenia w chłodzie, obce lodówkowe podwoje same się dla mnie otwierały. Zupełnie bezkarnie zapuszczałam również żurawia do cudzych talerzy. Miałam ku temu wiele okazji: w domu, w szkolnej stołówce, w restauracji... Porównywanie porcji jak dla Guliwera z moją – lilipucią – wyjątkowo mnie dowartościowywało. W głowie pojawiała się przyjemna myśl: „Jestem lepsza. Panuję nad sobą. Umiem powstrzymać się od jedzenia, zredukować biologiczne instynkty. Nie to co pozostali. Słabi niczym pierwotne zwierzęta nie potrafią nawet powstrzymać ciekącej z ust ślinki. Rzucając się wygodniakiem na pieczeń ze śliwką, sami zdają się taką wołowinę przypominać!”.

Kochałam prezenty. Wszyscy lubią je dostawać, ale ja uwielbiałam nimi obdarowywać – patrzeć na uśmiech bliskich w chwili rozpakowywania moich paczuszek, rysujące się na ich twarzach zniecierpliwienie, niepewność i radość.

Zawsze starannie przygotowywałam każdy prezent. Dbałam o najmniejszy nawet szczegół. Chciałam, by obdarowany wiedział, jak ważną jest dla mnie osobą. Wybierałam najlepszy papier, zawiązywałam wymyślnie kokardki, dopasowując ich kolory do prezentu. Dokładnie przyklejałam tasiemki, sprawdzałam, czy wszystkie rogi papieru są równo pozaginane, czy nic się nie porwało, nic nie odstaje. Na koniec dodawałam liścik ze specjalną dedykacją, oczywiście także odpowiednio dopasowaną. Dbałam, by na imieniny bliscy dostawali bukiet kwiatów, a na święta wesole reniferki.

Ktoś mógł powiedzieć: „Nadmierna dbałość. I tak liczy się przecież zawartość”. Ja tak nie uważałam. Wygląd opakowania też ma znaczenie. W życiu ważne są szczegóły. Pozornie nic nieznaczący detal może bowiem wiele zmienić. Przecież nawet wędzony filet z łososia po królewsku czy krewetki w cytrynowej marynacie nie będą tak wyśmienicie smakować, gdy podamy je na plastikowym talerzu.

Przyszła kolej na prezent dla mnie. Na moje urodziny. Rodzina pamiętała. Opakowanie nie było szczególnie dopracowane, ale nie tracąc pogody ducha, postanowiłam zajrzeć do środka. Odwinęłam tasiemki, rozerwałam papier i moim oczom ukazała się śliczna para różowych tramppek. Wysokie do kolan niczym kozaki. Zawsze o takich marzyłam. Solidna podeszwa, skórzane języki, idealny kolor. Bardzo się ucieszyłam! Niestety początkowa radość szybko została przyćmiona. Długie różowe sznurówki, choć też wyglądały wspaniale, położyły kres memu zadowoleniu. Nie będę mogła przecież nosić butów, których wkładanie i zdejmowanie zabierze mi zbyt wiele czasu. By zawiązać tak długie sznurówki, musiałabym tracić dwie, trzy minuty dziennie. Na to nie mogłam sobie absolutnie pozwolić. Taki czas należy przydatnie spożytkować. W te sto osiemdziesiąt sekund można się nauczyć paru słówek z niemieckiego lub powtórzyć materiał z ostatniej lekcji polskiego. Zasmucona ponownie zamknęłam trampki w pudełku, a na półkę wystawiłam stare adidasy zapinane na rzepy.

Moja rodzina zaczęła zauważać, że jest ze mną coraz gorzej, dlatego jako jeden z rewelacyjnych pomysłów na wyrwanie mnie z anorektycznego dołka przyjęła strategię „zapomnij, żeś chora”. Mama zaproponowała ciuchobranie. Hmm, rzeczywiście moja szafa świeciła pustkami. Zawsze miałam problem z kupieniem sobie czegośkolwiek. Dlaczego? Kiedyś, jeszcze w czasach przedanorektycznych, nie mieściłam się w rozmiar, który chciałam nosić. Byłam skazana na 40, podczas gdy moje koleżanki z łatwością wskakiwały w 36. Gdy czasem dałam im się namówić na wspólną eskapadę po sklepach, przeżywałam męki. Czekałam, aż poproszą sprzedawcę o swoją rozmiarówkę, i dopiero gdy skierowały się do przymierzalni, ja przyciszonym głosem pytałam o swój rozmiar gigant. Kolejny zawód przeżywałam po wyjściu z przebieralni. Dziewczyny szły do kasy, by zapłacić za kiecki, w których wyglądały zjawiskowo, ja tymczasem odkładałam na półki swoje upiorne czterdziestki. Teraz skala problemu się zmieniła. Nadal wychodziłam ze sklepu odzieżowego z pustymi rękami – choć już nie dlatego, że w nic się nie mieściłam. Dla odmiany wszystko wisało na mnie jak na wieszaku. Nawet najmniejszy rozmiar okazywał się za duży. Wszystko było za duże! Pozostały mi jedynie działy z odzieżą dziecięcą. Taki pomysł poddała mi pewna sprzedawczyni. Zawzięcie mierzyłam wszystkie ikseski, choć ona zaręczała, że nie ma na mnie rozmiaru. Chyba zrobiło się jej mnie żal, bo widząc moją desperację, zaprowadziła mnie właśnie do części z garderobą dla dzieci. To jednak rozwścieczyło mnie jeszcze bardziej. I nici z poprawy humoru...

Uratować mogło mnie jedynie jedzenie. Ono genialnie odstresowywało. Nie było niczego lepszego od utonięcia w czekoladowym musie czy waniliowym kremie, ale przecież kwadrans temu pochłonęłam jogurt z bananem. Musiałam znaleźć jakieś zastępstwo dla zaspokojenia głodu, który ciągle odzywał się w moim brzuchu. Zostawiłam zatem mamę w sklepie z ciuchami i sama ruszyłam do księgarni. Szukałam półki z kulinariami. Zastanawiałam się, na jaką kuchnię mam właściwie ochotę: włoską, chińską, a może grecką? Dostałam pomieszania smaków, nie mogłam się zdecydować. W końcu sięgnęłam po rodzime dania z książki Maćka Kuronia. Dzięki temu, że w księgarni były fotele, nie musiałam „jeść” na stojąco. Zasiadłam wygodnie i oddałam się wzrokowemu obżarstwu. Zamawiałam w myślach zapiekane pory, chociaż faszerowane strusie jajo też wyglądało smacznie! Postanowiłam, że na nie wstąpię następnym razem. Potem jeszcze zerknęłam na zapiekanekę. Ach, ta chrupiąca skórka,

a jaki złocisty kolor, pycha! Gdy nakarmiłam wyobraźnię, brzuch przestał dopominać się o swoje. To była niezwykle smaczna lektura.

Chyba przesadziłam. Obżarłam się tak, że dopadł mnie klasyczny jadłowstręt. Swoje porcje zawsze skubałam jak myszka, ale to właśnie te okruszki stanowiły sens mojego życia. Uwielbiałam coś podgryzać. Jedzenie było zastępczą przyjemnością, ucieczką od problemów i plastrem na zranienia. Gdy było mi źle, topiłam smutki w soku pomarańczowym (niesłodzonym!). Gdy coś bolało, zaklejałam ranę plastrem miodu lub niskokalorycznymi cukierkami. Przed swoimi demonami chowałam się między półki hipermarketu. Od codziennych problemów uciekałam w marzenia. Im większy czułam głód, tym łatwiej odrywałam się od rzeczywistości. Myślami zatapiałam się w mlecznej krainie, skakałam wśród puchatych bez, otulałam ciepłą kołderką waniliowego sernika. Usypiałam, czując jego aromat. A teraz nic! Od paru dni nie czułam głodu, smaku ani zapachu! Moje zmysły zasnęły snem niedźwiedzia. Miejsce w żołądku scementowała jakaś gorąca lawa i nawet ulubione frykasy miały smak waty. Za tym wszystkim stała oczywiście Kristin. Moje trzecie wcielenia – najwredniejsze, anorektyczne. Udało mu się wziąć Andżelikę i Dorotkę pod pantofel. Kristin zawsze miała najsilniejsze łokcie, ale do tej pory pozostałe dwie równoważyły jej zapędy. Ostatnio jednak weszła im na głowy i w najlepsze zaczęła grać na ich nosach. Podczas gdy kiedyś jej dominacja trwała najwyżej kilka, kilkanaście godzin, teraz panoszyła się już drugi tydzień. Zupełnie bezkarnie zacementowała mój brzuch, żebym nie odczuwała głodu. Wysterylizowała mi kubki smakowe, bym nie odróżniała francuskich rogalików od trocin. Stała zadowolona z siebie, z rękami opartymi na biodrach i ze zwycięskim uśmiechem na pogardliwej twarzy, a ja kurczyłam się coraz bardziej, zwłaszcza że przez ostatnie dwa dni nie miałam w ustach nic oprócz tabletek uspokajających. Miałam pusty żołądek, ale nie czułam w nim upragnionego ssania. Zaczynałam wariować! Chciałam odzyskać swój niedosyt! Pragnęłam czuć, co to znaczy być głodną! I nie obchodziło mnie, że ludzie w łagrach żuli zelówki od butów, byle tylko zabić głód. Ja zabijałam siebie dla tych upragnionych chwil pustki w trzewiach! Oczywiście zdawałam sobie sprawę, że moje pragnienia nie były normalne. Jak można marzyć o ssaniu w żołądku?! Martwiły mnie manowce mojego umysłu! Męczyły obsesje! Zaczęłam się już nawet zastanawiać nad powrotem do psychiatrika, bo tam Kristin nie miała wstępu. Bała się przekroczyć szpitalny próg. Zostawała zawsze przed drzwiami bez klamek. Tam mogłam się przed nią schronić. Złożyć swoją chorobę w czyjeś ręce, przestać się z nią samotnie boksować. Pomimo wszystko bałam się jednak ulec tej słabości – nie chciałam za odpoczynek w szpitalu zapłacić znów przybraniem na wadze. Wolałam być świrnięta i chuda niż zdrowa na umyśle i gruba.

Nadal nie czułam głodu, choć prawie wcale nie jadłam. Jedyne głód, jaki mi doskwierał, to głód ciepła rodzinnego. I był on dużo bardziej dokuczliwy niż burczenie w brzuchu. Uciekałam przed tą pustką w sercu do domu pani Doroty – nauczycielki angielskiego, z którą się zaprzyjaźniłam. Jej dom był domem moich marzeń: oaza rodzinnej miłości, a nie zimne cztery ściany. Tu z każdego kąta uśmiechało się do domowników szczęście, a miłość unosiła się w powietrzu. Garnęłam się do tej atmosfery, by ogrzać się w jej cieple.

Oczywiście wiedziałam, że rodzice mnie kochają, ale to nie wystarczało. Żebym mogła czerpać z ich miłości pełnymi garściami, musieliby jeszcze kochać siebie nawzajem. Tymczasem ich uczucie do mnie tonęło w morzu niechęci do siebie. Ich miłość rodzicielska rozbijała się o ścianę nienawiści małżeńskiej. W naszym domu trwała wieczna zima.

Nie miałam już sumienia tuczyć swojego psa. Odkąd stał się śmietnikiem na moje odpadki, ciągał brzuchem po podłodze. Biedna Cyntia. Powinnam przestać traktować ją jak żywą skrytkę, bo inaczej pięknie z przejedzenia. Czasem prześladował mnie sen, że tak się właśnie stało, a rozerwane psie wnętrzności zdemaskowały niezjedzone przeze mnie posiłki. Widać było resztki kurczaka z niedzielnego obiadu, niedojedzone kanapki z serem feta i oliwkami, a nawet kawałki imieninowego placka babci. Poznałam po rodzynekach. Cyntia zawsze dostawała to, co najbardziej kaloryczne. Cóż, wiadomo, jak to bywa z bakalią... i to jeszcze w cieście. W moim śnie całe to niestrawione jedzenie zalegało w psich jelitach. Aż wreszcie rozerwało mojego pupila i rozbryzgało się po okolicy. A mama, chcąc mnie ukarać, w ataku furii kazała mi to wszystko zjeść! Makabra!

To był na szczęście tylko koszmar senny, ale inne moje cwaniactwa przynosiły całkiem realne zagrożenie. Od jakiegoś bowiem czasu wysyłałam żarcie w kosmos. A dokładniej do pobliskiej satelity T. Podchodziłam do otwartego okna i fru... jedzenie wędrowało w przestworza. Bałam się, że w końcu poskarży się na mnie jakaś sąsiadka. Co wtedy miałabym powiedzieć: „Nie, mam, tej pani się zdawało, że widzi latające kartofle”?

Najbardziej obawiałam się właśnie państwa Twardowskich, tych z parteru. Bardzo uważałam, by moje bomby kaloryczne nie lądowały w ich rabatkach. Usytuowanie kuchennego stołu przy samym oknie pomagało mi w odległym wyrzucie. Staralam się przerzucić żarcie przez ogródkową strefę zagrożenia, ominąć chodnik z potencjalnymi ofiarami moich torped i celować dopiero na trawnik. Im dalej, tym bezpieczniej.

Moje anorektyczne szaleństwo znów zaczęło mnie przerażać. Ciągłe walki z mamą, zabijanie się o byle kromkę, stres, nasilenie objawów, strach przed sąsiadami... Przystawałam sobie radzić. Z każdym dniem było mi coraz smutniej. Wczoraj otworzyłam zakurzony album. Nie przeglądałam jednak fotek z czasów „grubaski”. Moją uwagę przyciągały zdjęcia ze szpitala. Z pierwszego pobytu. Wspominałam rodzinną atmosferę, wspólne gry, posiłki przy jednym stoliku. Na myśl o takiej anorektyczno-lekarskiej rodzinie łza zakręciła mi się w oku. Zaczynałam się łamać. Życie stawało się dla mnie zbyt wielkim ciężarem. Nie miałam nawet kogo poprosić o pomoc...

Aby rozładować stres, wybrałam się na samotny spacer z psem. Zamiast jednak poprawić sobie humor, totalnie go pogorszyłam. Biegając za Cyntią, poczułam, jak bardzo byłam słaba. Brakowało mi nawet siły, by odpowiednio daleko rzucić jej patyk... Anoreksja znów stała się moją przeciwniczką. Żerując na moim ciele, ona wesoło wiwatowała, a ja ze smutkiem leciałam w dół, powoli upadałam, osuwałam się...

Znów przekroczyłam metalowe drzwi bez klamek. Wystarczyła dłuższa chwila słabości – lekkie omdlenie w parku, a karetka od razu zawiozła mnie na Sobieskiego. Po raz czwarty wylądowałam w szpitalu. Bez żalu zgodziłam się zrezygnować z życia na zewnątrz, zgodziłam się na odpoczynek. Uciekłam od wolności. Wolności, która dla mnie była więzieniem. Zagrożeniem, samotnością, bólem, bezsilnością, wiecznym zmartwieniem. Piekłem.

Gdy otworzyły się wielkie żelazne drzwi kliniki, chciałam krzyknąć z radości: „Hej, wszyscy! Wróciłam!”. Nie krzyknęłam. Z pewnością nikt nie powitałby mnie równie wesoło. Tym razem nie zobaczyłam na oddziale żadnej znajomej wychudzonej twarzy, ale widok wygodnych fotelików przygotowanych na ośiadkę i dźwięk dzwonka zwołującego wszystkich na posiłki roztopiał lód wokół mego serca. Poczułam, że jestem u siebie, że jestem bezpieczna.

Kolejne badania, kolejna karta, kolejny lekarz i pytanie: „Czemu właściwie się u nas znalazła?”. Nie wiedziałam, co odpowiedzieć. Omdlenie, osłabienie, wycieńczenie chorobą? Jakie to miało znaczenie? Może powinnam powiedzieć, że chciałam odpocząć? Poczuć, że ktoś się mną opiekuje, dba o mnie? Przyznać, że tęskniłam za szpitalną mleczną kawą smakującą tak samo jak u mojej babci? A może lepiej było wspomnieć o ostatnich awanturach w domu? Lub po prostu przyznać, że anoreksja stopniowo mnie rujnuje... Nie, tego powiedzieć nie mogłam. Czułam, że nie wolno mi nawet dopuszczać myśli, że anoreksja jest moim wrogiem. Dzięki niej przecież przetrwałam tyle złych chwil, ona nigdy mnie nie opuściła, nie zostawiła w potrzebie, wspierała i zawsze była, gdy tego potrzebowałam. Ona była jedynym wiernym mi towarzyszem, nie mogłam jej teraz zdradzać! „Anoreksjo, przepraszam za bluźnierstwa wypowiedziane na twój temat!” – myślałam gorączkowo.

W szpitalu jak w domu, nic się nie zmieniło. W domu rodzice wciąż się na siebie wydzielali, a w szpitalu zobaczyłam te same uśmiechnięte twarze pielęgniarek, miłych nauczycieli i ciepłe koce porozkładane w salach pacjentów. W kuchence jak zwykle pani Tereska niczym troskliwa babcia przygotowywała ciepłą supę mleczną i pyszne kanapki z powidłami. Śliwkowa marmolada kolejny raz przeniosła mnie do szczęśliwej krainy dzieciństwa w miasteczku mych dziadków. Szpitalny dzwonek wzywający wszystkich na śniadanie sprawił jednak, że szybko wróciłam do szarej rzeczywistości. Teraz ciepłe mleko z powidłami oznaczać będzie jedynie tycie...

Spacerując po korytarzu, miałam wrażenie, że czas się tu zatrzymał. Ponownie znalazłam się w „mikropaństwie szpitala”, ponownie stałam się obywatelką anorektyczką i trafiłam do społeczeństwa pierwszostolikowych. Ugrzęzłam w jedzeniowym marazmie, a moje życie było niczym błędne koło.

Uświadomił mi to dobitnie spotkany koło stołówki psycholog, pan Andrzej. Widząc mnie na oddziale po raz czwarty, pokiwał głową i powiedział jedynie: „No tak”. Poczułam straszny wstyd, słabość. Psycholog nie musiał nawet o nic pytać. Doskonale wiedział, że przestałam panować nad anoreksją, że znów częściej byłam dla siebie wrogiem niż przyjacielem. Ja również to wiedziałam, ale tak naprawdę bałam się przyznać. Bałam się anoreksję zdradzić, zostawić, bo wtedy już nikogo by przy mnie nie było. Jednak patrząc na twarz pana Andrzeja, poczułam, że może moje myśli to jedynie iluzja. Jego szczere spojrzenie zdawało się mówić: „Utkwiłeś w bagnie, a anoreksja cię nie wyciągnie, lecz utopi”.

Miał rację. Przez tyle lat jedzeniowy gnój zasmradzał moje życie, a ja mu na to pozwalałam. Jako anorektyczka byłam jak zepsute, porośnięte pleśnią jabłko w koszu pełnym dorodnych owoców. Budziłam obrzydzenie i dopóki sama nie zdecyduję się wyrzucić paskudztwa choroby, moje życie nigdy nie nabierze smaku.

\*

Nie miałam pojęcia, czy zmiana mojego podejścia do choroby była efektem leków, jakie teraz we mnie wciskano, czy też rzeczywiście coś zaczęło do mnie docierać. Minuty, godziny, a wręcz miesiące, jakie spędzałam na psychoterapiach, sprawiały, że z moich oczu chyba coraz bardziej opadały klapki.

Na przykład wczoraj na obiedzie powiedziałam sobie stop. Bardzo korciło mnie schowanie ziemniaka do kieszeni, ale poczułam, że nie warto. Sięgając po niego, ujrzałam moje wynędzniałe czerwone dłonie i stwierdziłam, że nie chcę, by nadal tak wyglądały. Pomyślałam, że skoro jestem w szpitalu, to może wreszcie skorzystam z pomocy, jaką chcą mi tu dać. Poza tym przecież tak bardzo lubiłam ziemniaczki z ciepłym sosem...

Kolejny oddziałowy dzień jak co dzień. Ze szpitalnych zajęć bardzo polubiłam pracę z ciałem. Ćwicząc mięśnie, gimnastykowaliśmy też nasze umysły. Przecież w zrelaksowanym ciele odprężony duch. Poluzowaniu myśli sprzyjały zwłaszcza elementy jogi. W seansach znajdowałam spokój i zapomnienie. Niepamięć tego, co złe, bolesne, niechciane. Inne ćwiczenia uczyły mnie dotyku. Nie tylko dawania go, ale i przyjmowania. Kiedyś unikałam cudzych rąk w obawie, że wymacają moje fałdy tłuszczu. Później, gdy już schudłam, bałam się, że inni odkryją z kolei moje sterczące kości i (w przeciwieństwie do mnie!) uznają je za odrażające. Zawsze widziałam w ludzkich dłoniach szpiega – tego, który demaskuje nieakuratność mojej wagi. Teraz, dzięki ćwiczeniom w parach lub grupach, pokonywałam lęk przed bliskością innego ciała. Jego ciepło już nie parzyło. Nie dostrzegałam w nim demaskatorskich zapędów.

Lubiłam zwłaszcza jedną zabawę. Wszyscy kładli się na plecach, przylegając bokami jeden do drugiego, ściśle jak śledzie w beczce. Następnie pierwsza z osób turlała się po pozostałych na sam koniec. Gdy już tam dotarła, w jej ślady szła kolejna znajdująca się na przodzie. I tak dalej, po kolei. To ćwiczenie sprawiało mi autentyczną radość, mimo że było jednym z prześladowających mnie widm przeszłości. Przypominało mi, co czułam, gdy na lekcjach WF-u musiałam w podobny sposób przetoczyć się swoim sześćdziesięciotrzykilowym ciałem po koleżankach z klasy. Byłam czołgiem, który swymi gąsienicami wciskał ich kruche ciała w deski sali gimnastycznej. Do moich uszu docierały jęki wydobywające się z uciskanych piersi koleżanek. Chciałam się rozpuścić, rozpuścić, przestać istnieć. Teraz natomiast, kiedy niemal przefruwałam nad innymi jak piórko, czułam ogromną satysfakcję.

„Chcę mieć dziecko!” – ta myśl uporczywie pojawiała się w mojej głowie. Oczywiście nie pragnęłam go już teraz, kiedy sama nim byłam. Nie wyobrażałam sobie po prostu przyszłości bez małych rączek szukających moich ramion, drobnych nóżek drepających wokół mojej spódnicy, dociekliwych pytań, na które będę musiała znaleźć odpowiedzi. Ktoś mógłby powiedzieć: „Ledwo wyrostaś z lalek. Masz jeszcze czas na planowanie rodziny”. Jednak moją piętnastoletnią głowę coraz częściej nawiedzały myśli o macierzyństwie. Atakowały tym natarczywiej, im bardziej rósł we mnie strach, że nie będę mogła mieć dzieci. Pojawił się on we mnie, kiedy przeczytałam na forum „Gazety Wyborczej” słowa skierowane do takich jak ja: „Myślicie, że mogłybyście mieć dzieci? Ha, ha! Nic bardziej mylnego! Nawet jeśli macie okres, to bezowulacyjny. Jeśli zaszybyście jakimś cudem w ciążę, to i tak jej nie utrzymacie! A gdyby jednak na nieszczęście którejś się udało – urodzi potworka! Dwie główki, jedna rączka, upośledzone umysłowo, niewidome”.

To okrutne, co napisała internautka, ale było w tym sporo prawdy. Dopóki nie wyzdrowieję, nie miałam szans na bycie mamą. Zabijając siebie, uśmiercałam swoje marzenie o dziecku. Będę mogła je zrealizować, dopiero gdy zacznę być dobra dla swojego ciała. Będę mogła kochać małego człowieczka, jeśli najpierw pokocham siebie.

Obserwowałam raz Krysę. To najchudszy z obecnych oddziałowych kościotrupów. Śledziłam każdy jej ruch widelcem, każdy kęs wkładany do buzi. Miałam wrażenie, że skórka od chleba zatyka jej przełyk, a kawałek parówki uwalnia toksyny, które pod postacią łez suną z jej oczu. Wiedziałam, że Krysia bardzo boi się jeść. Czułam na ciele gęsią skórę, gdy dostrzegałam, z jak wielkim trudem pokonuje swoje „fanaberie”. Gdyby tylko nie było koło nas pielęgniarek, to cała zawartość Krysinego talerza znalazłaby się za kaloryferem lub w doniczkce. Było mi przykro, że w niej mleczna kawa nie budzi wspomnień z dzieciństwa.

Wszystkie anorektyczki były teraz takie chore... Jedyne, na czym im naprawdę zależało, to przechrzcić pielęgniarkę i zrobić tysiąc brzuszków pod prysznicem, by spalić tłuszcz. Nie potrafiłam znaleźć z nimi wspólnego języka. Coraz bardziej męczyło mnie ich towarzystwo. Czułam, że jestem inna. Izolowałam się. Ja starałam się ze wszystkich sił przewyciężyć złe myśli, a one wciąż tylko mamały i mamały o żarciu. Szczęśliwie do przekroczenia drugiej fazy brakowało mi już tylko dwieście gramów. Miałam nadzieję, że po osiągnięciu tego minimum wyzwolę się od towarzystwa moich koleżanek raz na zawsze.

Ostatnio na psychoterapii rozmawialiśmy o schematach w naszym życiu. Kto jak kto, ale ja miałam niemałe doświadczenie w tego typu strategiach. Bez problemu grałam zatem pierwsze skrzypce na zajęciach. Po ich zakończeniu dotarło do mnie, że przecież istnieje całkiem spore ryzyko, iż powrót do domu ponownie nakręci korbę mych jedzeniowych rytuałów. Chcąc temu zapobiec, postanowiłam obrać nową strategię działań.

Po pierwsze – brak przyzwolenia na swobodne panoszenie się anorektycznych myśli. Wpadłam na fantastyczny sposób ich zagłuszenia. Gdy tylko zaczną mnie ponownie nękać, chwycę za walkmana i stłumię anoreksję muzyką.

Po drugie – zakaz ograniczania posiłków. Jak ustalę trzysta kalorii na obiad, to trzysta, i już.

Po trzecie – skoro planuję wyjść w drugiej fazie ze szpitala, muszę ułożyć sobie nową dietę, tak by dalej przybierać na wadze.

Po czwarte – wszystko, co zakazane, staje się dozwolone. Mmm, na przykład lody czekoladowe z miodem i bananami...

Do drugiej fazy pozostało już tylko sto gramów! Lekarze nie byli jednak jeszcze skłonni wypuszczać mnie na wolność. Na szczęście udało mi się przekonać rodziców, by wypisali mnie na własne żądanie. Opowiedziałam mamie o mojej metamorfozie i o tym, że chcę być zdrowa, a atmosfera oddziału mi nie sprzyja. Zadziałało. Jutro jadę do domu. „Czy będzie dobrze? W domu przynajmniej nie będę musiała patrzeć na umierające niejadki. A z anoreksją jakoś dam sobie radę. Mam przecież nową strategię życia, no i lody czekoladowe w planach” – myślałam pełna nadziei. Mama również postanowiła pomóc mi w dalszym dochodzeniu do zdrowia. Jej pierwszy warunek – kontynuacja psychoterapii. Nie miałam nic przeciwko temu. Obiecałam sobie przecież, że jakoś się za siebie wezmę, spróbuję.

Postanowiłam też, że poszukam wsparcia, na przykład w internecie. „Skoro cukrzycy, alkoholicy, bezpłodni, chorzy na raka i inne paskudztwa mają swoje strony, na których poklepują się po plecach, anorektyczki też muszą się jakoś wirtualnie wspierać” – stwierdziłam i od rana zaczęłam surfować po stronach dla niejadek. I tak trafiłam między innymi na forum. Spodziewałam się, że dziewczyny kibicują tu sobie w leczeniu, ale, o zgrozo, przeważały wypowiedzi typu: „Od jutra trzysta kalorii! Kto ze mną?”. Na kolejnej stronie królowała giełda anorektyczno-bulimicznych patentów. Jedna z dziewczyn dzieliła się radami na... wymiotowanie: „Składniki – dwie rolki papieru toaletowego (najlepiej Velvet, bo miękki i nie drażni przełyku, kolor nie ma raczej znaczenia, choć nie polecam czerwonego – brzydko wygląda z mieszkanką wymiocin...); cztery, pięć butelek wody (gazowana przynosi szybsze efekty, ale powoduje wzdęcia); guma do żucia (można pominąć, gdy komuś nie przeszkadza smak wymiocin). Czynności: popić, zapchać i do dzieła”. Kolejna internautka zapytywała, czy codzienne picie mięty (oczywiście bez cukru!) przyspieszy przemianę materii. Trzecia polecała picie herbaty pu-erh po każdym posiłku. Jeszcze inna – wlewanie w siebie octu jabłkowego! To według niej

najlepszy wymiatacz jedzeniowego ścierwa... Miałam dość czytania! Jeśli nie wiedziałabym, jak się zabić, tu na pewno znalazłabym wyczerpujące instrukcje. To wszystko jakiś obłąd! Potrzebowałam wsparcia, aby zacząć jeść, a nie unikać jedzenia. Czytając wpisy na forum, czułam się tak, jakby ktoś przytrzymywał mi głowę pod wodą, zamiast mnie ratować.

Jakby tego było mało, na kolejnej stronie niejaka Szczera (aż do bólu!) opluwała wszystkie anorektyczki: „Wy głupie cipy! Zaczniście chłać nałogowo wódkę, to będziecie spać większość swojego życia i nie będziecie się martwić, co tu robić, żeby nie jeść! Oj, zapomniałam, że alkohol taki kaloryczny i to też nie dla was...”. Byłam tym porażona. Zdarzały się też oczywiście wpisy bardziej rozsądne. Przemówiły do mnie na przykład słowa: „Nie pytajcie, co brać, jak rzygać, jak udawać, że jesteście normalne. Pytajcie, co zrobić, żeby być normalne!”.

O dziwo, wśród tego wzajemnego opluwania czy poszukiwania współników głodowej śmierci natrafiam też na kogoś z poczuciem humoru. Cukiereczek zapytywał: „Co tu tak pusto? Wszyscy na obiedzie?”. Super! Wreszcie jakiś szkielet, który potrafił się śmiać z samego siebie! Odchudził się ze wszystkiego oprócz poczucia humoru. To mnie uratowało przed ostatecznym zwątpieniem, ale mimo wszystko postanowiłam wziąć swoje chude (a może grube...) nogi za pas. Nie chciałam zostać wciągnięta w anorektyczną sieć.

Znacznie bardziej pomocne okazały się kontakty z ludźmi w rzeczywistości. Pomimo bliskiej przyjaźni z anoreksją zostało mi jeszcze kilka normalnych koleżanek. Kiedyś wciąż wypytywałam je o jedzenie, porównywałam swoje menu z ich posiłkami, często zazdrościłam supersylwetek. Teraz to dzięki nim zaczynałam patrzeć na jedzenie w bardziej normalny sposób. Pomyślałam, że może uda mi się jeść tak jak Magdzie, Elizie czy Hani. Pragnęłam przecież wytrwać przy szpitalnym postanowieniu, choć wiedziałam, że sama pomocna dłoń koleżanek nie wystarczy, by przytyć. Szukałam więc czegoś jeszcze...

Miałam wielką słabość do francuskich rogalików. Nawet anoreksja nie zabiła tej miłości. Choć inne produkty smakowały często jak wióry, rogalie zawsze pieściły moje podniebienie. Wiedziałam, że wbrew pozorom lekkość są siedliskiem podstępnych kalorii, jednak przymykałam oko na tę niesmaczną wiedzę. Podczas gdy wszystkie inne tuczące produkty definitywnie oddelegowałam na czarną listę i opatrzyłam wyraźnym znakiem „Stop!”, „francuz” cieszył się u mnie specjalnymi prawami. Sięgałam po niego wbrew „zdrowemu” rozsądkowi i zastanawiam się: dlaczego? Może z powodu jego eterycznego wyglądu, który zwodził moje oczy i sugerował mniejszą kaloryczność niż w rzeczywistości? Może miał być nagrodą pocieszenia na tym głodowym padole? A może po prostu to ostatni przyczółek mojego zdrowia, pozostałość z czasów normalnego (nieprzeliczanego na kalorie) odżywiania się? Trudno powiedzieć. Ale jedno było pewne: to kolejny dowód na rozdźwięk mojej anorektycznej natury. Takie moje pomieszanie z poplątaniem. Postanowiłam nawet, że francuskie rogaliki staną się wsparciem przy nabieraniu kilogramów. Kiedy jednak pochłonięłam całkowicie (hm, no prawie) bez wyrzutów sumienia ukochanego rogalika, zaraz po głowie zaczęło mi chodzić: „Oj, rogaliku, rogaliku, siedzisz sobie w moim brzuchu, a mój piesek chyba potrzebuje długiego spaceru... Długi spacer mroźnym wieczorem bez kurtki – wystawiając moje grube cielsko na pastwę losu, spalanie kalorii... Tak, tego mi trzeba!”. Anoreksja znów dała mi w twarz...

W ramach relaksu umówiłam się na wspólne spędzenie popołudnia z kuzynką. Paulina wypożyczyła filmy, ja zabrałam zestaw do manikiuru i nowe gazety. Bawiliśmy się świetnie, ale przyszedł czas kolacji. Otworzyłam lodówkę, a tam do wyboru do koloru! Ser typu feta, czekoladowe babeczki, margaryna i waniliowy pudding z bitą śmietaną. Moje usilne próby znalezienia normalnych artykułów na kolację skończyły się kląpą. Kuzynka, niestety, żywiła się samymi produktami typu „umrzesz z otluszczenia, jak mnie zjesz”. Nerwowo myślałam, co mogłabym wybrać. Zaczęłam panikować, w głowie kołatał strach.

– Karola, co jest? Bierz tę kolację i wracaj! Zaraz będzie najlepsza scena z Bradem Pittem! – wołała już mnie Paulina, podczas gdy ja szukałam jakiegokolwiek ratunku.

W końcu postanowiłam wybrać się do sklepu obok. Szwendałam się między regałami, próbując znaleźć jakieś normalne produkty. Kupiłam już biały ser i chrupkie pieczywo, ale nigdzie nie było warzyw – nawet zwykłych pomidorów! Zgodnie z moimi żywieniowymi ustaleniami posiłek bez sałaty, ogórka, rzodkiewki, a tym bardziej bez pomidorów nie wchodził w grę! Nie mogłam znieść tej fatalnej sytuacji. Nogi miałam jak dwie drewniane kłody, czułam skurcze i ból. Nerwy sparaliżowały mięśnie. Nie byłam w stanie się ruszyć. Ja

tylko chciałam zjeść kolację! Rzuciłam wszystkie artykuły na podłogę. Poptakałam się, a w domu oznajmiłam Paulinie, że mam ją gdzieś i wróciłam do siebie. W tym samym czasie minęła oczywiście godzina 18.00, zatem brama do mojego żołądka na ten dzień zamknęła się nieodwracalnie. Wieczór spędziłam sama, głodna, bez pomalowanych paznokci i Brada Pitta. Nikt nie obiecywał, że po wyjściu ze szpitala będzie mi łatwo... Niczym niestrudzony żołnierz postanowiłam jednak walczyć dalej.

Wybrałam się na zakupowe szaleństwo z koleżanką. Czułam się dobrze, dopóki przyjaciółka nie zaczęła mierzyć ubrań. Jej idealne ciało wyglądało wspaniale w każdym ciusku. Nie mogłam pogodzić się z myślą, że ja nie umiałam takiego ciała wyhodować. Wystarczyłoby po prostu jeść. Czemu zatem to takie trudne?! Myśli o anoreksji wróciły... Kolejny dzień relaksu nie wypalił – nie dość, że nie kupiłam żadnego ubrania, to nie zjadłam też obiadu. Ze złości na siebie, swoje ciało i całą tę moją popapraną sytuację...

Ostatnio się popisałam – wręcz koncertowo! Wracając z centrum handlowego, kupiłam na kolację rogalik. Pomyślałam, że w drodze do osiągnięcia ładnej sylwetki pomoże mi ukochany „francuz”. Jednak gdy wychodziłam ze sklepu, mój spokój zmać głoś Kristin: „No co ty? Będiesz opychała się tuczącym ciastem francuskim? Oszalałaś?!”. Wiedziałam, że to słodkie pieczywo w menu anorektyczki może oburzać Kristin, ale próbowałam przekonać ją, że jeśli zjem ten jeden jedyny rogalik, to nie grozi mi przytycie. Zapewniałam ją, że nie zapomniłam, iż mogę zjeść na kolację ściśle określoną liczbę kalorii. „Francuz” przekraczał dozwolony limit, ale przecież nie jadłam obiadu. Mogłam więc chyba spałaszować jedną małą – nawet jeśli wysokokaloryczną – przekąskę zamiast większej ilości niskokalorycznych produktów. W końcu najważniejsze, by jedzenie było przyjemnością. Wszystkie te argumenty nie przekonały jednak Kristin. Ona usilnie przywoływała mnie do porządku. Wreszcie się poddałam. Stwierdziłam, że faktycznie bezpieczniej będzie zamienić „francuza” na trochę mniej kaloryczną drożdżówkę. Pozostałam przy słodkim pieczywie, bo z powodu zbyt radykalnej zmiany planów kolacyjnych na nowo zżarłby mnie niepokój. Wróciłam więc do sklepu i kupiłam jagodziankę. Gdy już za nią zapłaciłam, w mojej głowie odezwała się Andżelika: „Ta drożdżówka ma za duże wymiary! Musisz zamienić ją na coś mniejszego!”. Nie chcąc robić zamieszania, posłusznie poprosiłam sprzedawczynię o jeszcze jedną bułkę – tę mniejszą, okrągłą, z jabłkiem.

Gdy po dotarciu do domu wypakowywałam wszystkie smakołyki, mama nie potrafiła ukryć zdziwienia. Jej córka anorektyczka z całym arsenałem bomb kalorycznych?! Podczas gdy ona nie mogła uwierzyć własnym oczom, ja nie umiałam zapanować nad nerwami. Nie potrafiłam znieść widoku zakupionych łakoci. W końcu eksplodowałam! Nie wiedziałam, jak sobie poradzić z tak dużym wyborem. Co zjeść? Wpadłam w histerię. Szloch i krzyk na zmianę! Bułki fruwały po całej kuchni. Pretensje do jedzenia, choroby i całego świata. Najgorsza była świadomość, że pora mojej kolacji zbliżała się wielkimi krokami, a ja w dalszym ciągu miotałam się między trzema jej wariantami. Marzyłam o rogaliku, drożdżówka była mniej smaczna, ale „chudsza”, a bułeczka z jabłkiem ciepłutka i, co najważniejsze, mała! Nerwowe obliczanie kalorii i zerknięcia na zegarek coraz bardziej pogłębiały moją panikę. To biegłam po linijkę, by przekonać się o wymiarach słodkości, to znów rzucałam kalkulatorem, nie mogąc dokładnie obliczyć kalorii. Niewiele pomagała wyrozumiałość rodziców. To, że tata głąskał mnie miłymi słowami, a mama przytulała do miękkiego swetra. Dopiero dwie tabletki przyniosły ukojenie. Uciszyły rozedrgany umysł, uspokoiły targane spazmami ciało. Ale kolacji już nie przełknęłam. Byłam zbyt zmęczona, a moja 18.00 już minęła.

Z każdym kolejnym dniem robiło się coraz zimniej. W końcu był listopad. Musiałam ponownie odwiedzić centra handlowe i zadbać o cieplejsze okrycie dla mojego ciała. „Z pewnością kupno swetra nie będzie tak trudne jak nabranie kilogramów” – łudziłam się. Jednak wędrowanie między wieszakami wcale nie sprawiło mi przyjemności. Nie mogłam się skupić na wybieraniu ubrań. Łapałam się na tym, że kontroluję swoje odbicie w każdym lustrze, w każdej sklepowej wystawie. Cały czas szukałam podświadomie swoich kosteczek, sprawdzałam, czy nadal były na swoim miejscu.

Kiedyś – przed anoreksją i w jej początkowej fazie – było na odwrót. Bałam się lustra. Spoglądałam w nie, by utwierdzić się, że jestem za gruba i muszę zacisnąć jedzeniowego pasa. Teraz własne odbicie wyraźnie poprawiało mi humor. Uspokajało, że jest w porządku. Dlatego tak usilnie przyciągało moje oczy.

Grudzień. Temperatura poniżej zera to istny koszmar dla anorektyczki. Ja jednak chłód czułam nie tylko na własnym ciele, ale przede wszystkim w sercu. Miałam za sobą pierwszy miłosny falstart. Zakochałam się w chłopaku, który, niestety, miał dziewczynę. To był facet z najwyższej półki. Słodszy od pralinek. Cóż z tego, skoro nie zwracał na mnie większej uwagi. Nie narzucałam się. Nie chciałam być muchą, od której będzie się odganiał. Lepiej już, żeby zdechły te motyle w moim brzuchu. Tylko miłość spełniona jest szczęśliwa.

Było mi źle. Od wyjścia z psychiatryka nie mogłam sobie znaleźć miejsca. Biłam się z myślami o przytyciu. Za ścianą rodzice nadal boksowali się słowami. Do tego totalna nuda. Nic mnie nie cieszyło, na nic nie miałam ochoty. Urządzałam slalom gigant po kanałach telewizyjnych, ale nie udawało mi się zagłuszyć tej beznadziei. Postanowiłam zadzwonić do pani Doroty, mojej anglistki. Zaprosiła mnie do siebie. Kupiłam jej świąteczny prezent i pojechałam. Zjadłyśmy po talerzu pomidorowej. To dziwne, u niej jadłam normalnie, no, może prawie normalnie, bo zupeł poprosiłam bez ryżu i śmietany. Potem w towarzystwie skrzypiącego śniegu poszłyśmy na spacer. Nad Wisłę. Moje łyż podniosły trochę jej poziom – nie przestawałam płakać przez godzinę. Opowiadałam o nieudanej próbie przewyciężenia choroby, o ciągłych domowych konfliktach. Nie lubiłam nigdy płakać, ale poczułam ogromną ulgę, stając się lżejsza o kilka litrów bólu. Pani Dorota przytuliła mnie i to wystarczyło, żebym poczuła się otoczona opieką. Uśmiech na moment zagościł na mej twarzy. Uwielbiałam chwile spędzane z nauczycielką. Ona nie tylko patrzyła, ale i widziała. Nie tylko słuchała, ale również słyszała. Dlaczego inni tego nie potrafili?

Od kilku dni chodziły za mną ciepła grahamka i kubek kakao. Wszystko właśnie przez panią Dorotę, która zdradziła mi, że to zestawienie wyjątkowo jej smakuje. Ulubiony posiłek mojej ulubionej nauczycielki stał się automatycznie moim ulubionym, zanim go jeszcze spróbowałam.

Jeden dzień zaplanowałam sobie na grahamkową inicjację. Ponieważ mama miała wieczorem jakieś spotkanie, postanowiłam skorzystać z jej nieobecności (czytaj: chwili spokoju i niezaglądania do talerza). Chciałam przygotować sobie ucztę dla podniebienia. Od rana odliczałam minuty do kolacji. Wyobrażałam sobie, jak miło będzie zamoczyć usta w gorącym, słodkim napoju i zanurzyć zęby w chrupiącym pieczywie. Czułam, jak ciepła bułeczka rozgrzewa moje dłonie, słyszałam szelest jej wypieczonej skórki. Zamykając oczy, delektowałam się marzeniami. Tak bardzo pragnęłam, by sen mógł stać się jawą.

Wszystko precyzyjnie zaplanowałam. Wracając ze szkoły, kupiłam kakao. Już parę dni wcześniej odwiedzałam pobliskie markety, by wybrać szczególny czekoladowy proszek. W sklepie „Babci Józi” znalazłam kakao wręcz idealne – niskotłuszczowe, dwieście czterdzieści osiem kalorii w stu gramach. Do tego jeszcze opakowanie było przepiękne. Już na sam widok murzynka czekoladowego zrobiło mi się ciepło i przyjemnie. O 17.30 pojechałam do specjalnej całodobowej piekarni, żeby wybrać bułeczkę: ciepłą, wyjętą wprost z pieca, rumianą i chrupiącą. Idealnie zaopatrzona nie mogłam się już doczekać konsumpcji. W drodze powrotnej wręcz popędzałam windę, by jechała szybciej na nasze trzecie piętro. I gdy w końcu stanęłam w drzwiach mieszkania, zobaczyłam mamę... Miało jej przecież nie być! Najzwyczajniej w świecie oznajmiła mi, że nigdzie nie wychodzi i zapytała, co zjem na kolację. No właśnie: „Co ja t e r a z zjem na kolację!?” – myślałam w panice. Przecież wszystkie wcześniejsze posiłki były podporządkowane grahamce i kakao... Brzuch cały dzień szykował się na tę odświętną ucztę. Miałam ją celebrować w spokoju i samotności. Chociaż na ogół – w przeciwieństwie do innych anorektyczek – nie przeszkadzało mi towarzystwo przy stole. Tę kolację zaplanowałam jednak jako wyjątkową. Tylko moją. Za zdrowie pani Doroty. A mama swoją zmianą planów bezwiednie wszystko zakłóciła! Nie mogłam rozkoszować się tym szczególnym posiłkiem w jej obecności. Byłam wściekła, głodna i smutna. Koniec końców poszłam spać o pustym żołądku. Za to z nerwami, jak zwykle, napiętymi jak postronki.

Boże Narodzenie. Dobiegały końca świąteczne porządki. Mieszkanie lśniło czystością, ale w mojej głowie był coraz większy bajzel. Co chwilę anoreksja przypominała o zakazie jedzenia ciasta i nawet nie chciała mi pozwolić na odrobinę piernika od babci. Próbowалам zagłuszyć jej okrzyki rozmową z tatą. Nic z tego. Staralam się uporządkować myśli pisanie. Długopis był moją miotłą. Wymiałałam z głowy na kartkę negatywne emocje. Pisałam o tym, jak bardzo uwiera mnie życie. Że chciałabym, by

przejechał mnie teraz samochód, ale nie mam odwagi skoczyć pod jego koła... Musiałam tak czasem przewietrzyć głowę, wymieść z niej wszystkie śmieci, zdezynfekować myśli. Inaczej eksplodowałabym!

Spojrzałam na choinkę. Była taka piękna z zielonymi, rozłożystymi gałązkami symetrycznie przyozdobionymi czerwonymi bombkami z wizerunkiem uśmiechniętych Mikołajów. Dokoła lśniły dzwoneczki, po trzy przy każdej bombce, i malutkie złote kokardki – było ich tylko siedem, by przyniosły szczęście. Nie brakowało też oczywiście puszystych kolorowych łańcuchów i migoczących lampek. Wszystko mieniło się i złociło dokładnie tak, jak powinno. Szkoda jedynie, że nie czuć było zapachu choinki. Uwielbiałam tę prawdziwą świeżość lasu, aromat nieskazitelnej, czystej natury. Niestety nasze drzewko nie pochodziło z sosnowego boru, choć i na to mama znalazła rozwiązanie. Kupiła wczoraj spray „Las w aerozolu”. Spryskałam więc nim choinkę, by uczynić z niej prawdziwe drzewko.

Nerwy zawiąły mi się w supełki, gdy tylko babcia zaczęła nakrywać do stołu. Nie wiedziałam, co przerażało mnie bardziej – jedzenie czy łamanie się opłatkiem? Kompletnie zapomniałam, ile kalorii ma takie święte ciasto, a teraz nie wypadało sprawdzać. Przyszła pora na wspaniałe życzenia! Nie mogłam patrzeć, jak rodzice mówili sobie miłe słowa. Nic bardziej obłudnego... Zamiast usłyszeć i wypowiadać te same standardowe życzenia: „Zdrowia, szczęścia, zdrowia, pomyślności i raz jeszcze zdrowia”, wolałam już myśleć o liczbie kalorii w opłatku. Zresztą mógł mieć nawet i sto kalorii w stu gramach, przecież i tak nie zamierzałam go zjeść. Mama poszła po karpia, tata nastawiał kolędy (przynajmniej nie było głuchoj ciszy), a ja w tym czasie „dzieliłam się” moim opłatkiem z Cyntią...

Koniec świąt oznaczał początek szkoły. Sama nie wiedziałam, co gorsze. Co przerwa piłam gorącą herbatę, siedziałam na lekcjach w czterech swetrach, a z zimna i tak nie mogłam skupić się na słowach nauczycieli. Potwornie zziębnięte ręce nie bolały jednak tak bardzo jak podszepty anoreksji. Znów słyszałam, jak niczym cierniami rzuca we mnie słowa: „Grubasie, jak ty wyglądasz?! Nie pij herbaty! To są dwie kalorie!”. Miałam dość.

Nadszedł stan totalnego marazmu. Smutek przeplatał się z rozpaczą i otępieniem. Czułam, że tracę kontakt z rzeczywistością. Moje nogi drżały, ręce drętwiały, przenikał mnie ból, nie mogłam podnieść powiek. Zamykając oczy, osuwałam się na podłogę. Chciałam zemdleć i obudzić się w innej krainie. Powoli traciłam oddech. Jutro sprawdzian, a ja nic nie umiałam! Z rozpacz pragnęłam umrzeć. Byłam słaba i niewyspana. Nie miałam już siły przygotować się na niemiecki. Chciałam umrzeć!

Kolejna wizyta u psychiatry zaczęła się od tego samego dyżurnego zestawu pytań: „Co jadłaś? W jakich ilościach? Ile razy dziennie?”. Moje wyliczenia jak zwykle zakończył surowy werdykt lekarza: „To dalej jest dieta cud!”. Nie pierwszy raz słyszałam podobną diagnozę. Tym razem jednak jej ciężar przygnoił mnie do ziemi. To chyba znak, że miara się przebrała i powinnam w końcu zdobyć się na szczerłość wobec siebie. Uderzyć się w pierś i przyznać, że na moim „genialnym” menu chudnę i długo nie przetrwam. Jeśli nie będę jeść, umrę. Już nie ze smutku, lecz wycieńczenia. „Tylko czy ja chcę, by było inaczej?! Czy zależy mi na życiu, na ciele? Powinno chyba” – zastanawiałam się.

Zdarzały mi się oczywiście dni, gdy waga stała w miejscu, jednak przeważała tendencja spadkowa. Nadszedł czas, bym wreszcie powiedziała to głośno. Liczyłam, że być może wtedy wezmę to sobie w końcu do serca. Bo teraz niby zdawałam sobie sprawę, że mój jadłospis jest niewystarczający, ale nie byłam w stanie wzbogacić go ani o gram.

Czułam smutek. Bezsilność. Nie wiedziałam, co robić. Zabijałam się. Dzień po dniu. Kilogram po kilogramie. Cierpiałam zwłaszcza mroźną zimą. Nie miałam tłuszczu, który by izolował mnie od chłodu.

Wzrok, paznokcie, zęby, dźwięki... Wszystko szwankowało. Włosy wypadały, skóra się łuszczyła, łupież spadał na ramiona. Moje czoło obsypało trądzik. Wszystko przypominało odległe czasy sprzed wakacji, gdy było mnie jedynie trzydzieści osiem kilogramów.

Przez osteoporozę nie mogłam jeździć na nartach lub łyżwach, zatem zabawy ze znajomymi musiałam skreślić raz na zawsze. Z powodu obniżonego ciśnienia miałam ciągłe zawroty głowy. Anoreksja zabrała mi nie tylko zdrowy wygląd, ale i smak życia. Radość i młodość poszły na emeryturę. Byłam piętnastoletnią staruszką. Czułam żal. Żałowałam siebie, ale dużo bardziej moich rodziców. Widziałam, że gdy na mnie patrzyli, ich oczy krwawiły łzami. Wciąż wbijam tylko ciernie w ich serca.

Poczułam pocałunek śmierci na ustach... Nie, nie próbowałam znowu popełnić samobójstwa. Przyszła sama, nieproszona. Zaskoczyła mnie w markecie, gdy robiłam zakupy z Pauliną. Nagle po

wyjściu ze sklepu ziemia usunęła mi się spod stóp. Serce zaczęło tłuc się od piersi do pleców jak pijany od ściany do ściany. Ciało przechodziło trzęsienie ziemi. Oczy zachodziły mgłą. Wyglądało to jak zwykłe załabnięcie, ale mnie wydawało się, że umieram. Czułam śmiertelne zimno wokół siebie, trupi fetor we wnętrzu ciała. Na ramionach ciążyły mi objęcia kostuchy. Byłam przekonana, że nadchodzi koniec. I, o dziwo, się przestraszyłam! Wcześniej zawsze myślałam, że chcę umrzeć (próbowałam przecież pozbażyć się życia). Jednak kiedy śmierć zajrzała mi w oczy, spanikowałam. A ona tak naprawdę tylko mnie nastraszyła, pogroziła palcem, zabawiła ze mną w ciuciubabkę.

Dziwna słabość wkrótce mi przeszła, ale przerażenie pozostało. Lęk wziął mnie we władanie. Ścisnął mnie tak mocno, że rozpoczęłam natychmiastową, nerwową reanimację. Wróciwszy do domu, od razu dopadłam życiodajnego jedzenia. Pospieszenie podgrzałam gulasz z kaszą i gorączkowo zaczęłam go w siebie pakować. Ogarnęła mnie taka łapczywość, że w którymś momencie odrzuciłam łyżkę i zaczęłam zagarniać jedzenie garściami. Nie przejmowałam się sosem ściekającym po brodzie ani wybałuszonymi oczami Pauliny. Gdy wylizałam talerz, dopadłam jeszcze garnka i wygarnęłam to, co zostało. Ubabranymi rękoma kurczowo łapałam się życia. Płakałam.

Od dłuższego już czasu boksowałam się ze swoimi lękami. To urojone spotkanie ze śmiercią też było ich uzewnętrznieniem. Najsilniejszym z dotychczasowych. Dotąd udawało mi się panować na lękami, unieszkodliwiać je, zagłuszać w sobie, ale tę ostatnią walkę przegrałam... A może jednak wygrałam? Zdaje się, że zrozumiałam wreszcie, co robiła mi anoreksja. Poczułam, że naprawdę mnie zabija, że nie jest moją przyjaciółką, lecz wrogiem. Zaczęłam poważnie się o siebie bać. Błagałam kuzynkę i mamę (która wkrótce przyjechała z pracy), żeby zabrały ode mnie chorobę. Żeby zabrały mnie od siebie samej, bo przecież choroba była częścią mnie. W panice mama zadzwoniła po pogotowie, szybko zrelacjonowała moje zachowanie i wcześniejsze anorektyczne epizody. Zanim się obejrzałam, moim oczom ukazał się wielki napis „Izba przyjęć”. Jak tylko emocje zaczęły opadać, uświadomiłam sobie, do czego doprowadził mnie ów atak. Strach przed śmiercią szybko zastąpiło przerażenie, jakie wzbudziła perspektywa kolejnego pobytu w szpitalu. Wszystko działo się tak szybko. Nie widziałam drogi odwrotu. Od razu znalazłam się w gabinecie psychiatry dyżurnego. Zaglądając w moją historię choroby i wysłuchując opowieści spanikowanej mamy, lekarz nie miał wątpliwości. Zapadł wyrok – „hospitalizacja numer pięć”.

Byłam rozdygotana i przerażona. Jak mogłam do tego wszystkiego dopuścić? Siedząc w brązowym fotelu przed gabinetem zabiegowym, czekałam na wstępne badania i założenie kolejnej karty pacjenta. Pacjenta weterana. Stałego mieszkańca. Wiecznej anorektyczki. Brakowało mi słów, by wyrazić żal i wstyd. Zerkalam na mamę, która zdawała się odczuwać ulgę i cieszyć z całej tej sytuacji. Choć byłam na nią wściekła (w końcu to przez mamę znów tu trafiłam), starałam się być wyrozumiała. Wiedziałam, że mama bardzo boi się o moje życie. Ja poczułam dotyk śmierci tylko ten jeden raz, mama każdego dnia widziała, jak powoli stawałam się kościotrupem. Gdy byłam w szpitalu, była przynajmniej pewna, że śmierć chwilowo mi nie grozi.

„Tak będzie lepiej, sama widziałaś, co się z tobą działo. Jesteś coraz bardziej słaba, kręci ci się w głowie, potrzebujesz nowego ciała” – powtarzając słowa mamy, starałam się przekonać samą siebie, że szpital jest koniecznością. „Przyszłaś tylko po nowe ciało” – to zdanie wciąż biegło korytarzami mego umysłu. Próbowano znaleźć odpowiednią drogę, zapisać się w mojej pamięci. Nie mogło. W głębi duszy nadal marzyłam przecież, by pozostać w zwiewnej anorektycznej sukience. Skafander tłuszczy ograniczał, utrudniał życie, obrzydzał.

Siedziałam na patio. Sama. Próbowalam zaczerpnąć choć trochę świeżego powietrza. Zamknęłam oczy i głęboko oddychałam. Tak usilnie starałam się zapomnieć, że znów TU byłam. Chciałam odciąć się myślami od zastanej rzeczywistości. Uciec daleko stąd. Zaszyć gdzieś w cichym, odległym zakątku, gdzie nikt by mnie nie znalazł, gdzie byłabym wreszcie wolna i szczęśliwa. Otworzyłam oczy, zadartam wysoko głowę. Patrzyłam na ciemne bezchmurne niebo. Zerkalam w tę nieznaną mi dal i marzyłam. Może tam w oddali było lepiej? Może spadająca gwiazdka zabrałaby mnie hen, hen w przestworza i pomogła odnaleźć mleczną drogę szczęścia?

Trrry!

Znajomy dzwonek wyrwał mnie z marzeń, zanim dostrzegłam spadającą gwiazdkę.

Trrry! Trrry! – dzwonek wzywający na posiłek był niemiłosierny. Jeśli się zaraz nie pojawię, nawet sami święci mi nie pomogą.

Przy moim stoliku było gwaro jak w ulu. Na oddziale roiło się od zaburzeń jedzenia. Cztery anorektyczki w pierwszej fazie, trzy weteranki, które przekroczyły już próg BMI 16 i, o dziwo, dwóch chłopaków w trzeciej fazie. Poza tym były oczywiście też bulimiczki, ale jeszcze się nie doliczyłam ile. „Długo już chorujesz?“, „Ile masz lat?“, „A wiesz, skąd się twoja anoreksja wzięła?“, „Gdzie mieszkasz?“, „Co lubisz jeść?“, „Byłaś kiedyś w szpitalu?“ – od tych wszystkich pytań dostawałam zawrotu głowy. W czasie ostatnich hospitalizacji nie spotkałam tak dociekliwych współlokaterek jak teraz. Początkowo nie zamierzałam odpowiadać na ich pytania, nie chciałam się z nimi przyjaźnić. Ostatecznie zmieniłam jednak zdanie i postanowiłam nawiązać kontakt. Z pewnością łatwiej jest pchać anorektyczny kamień Syzyfa, gdy w pobliżu ma się wsparcie.

Na patio wprowadzono drobne zmiany. Nasz szpitalny wybieg imitował teraz plac zabaw dziecięcego przedszkola. Wielka czerwona karuzela, dwie huśtawki i żółta zjeżdżalnia miały rozweselić pochmurne dni pacjentów. Razem z Krysią zdecydowałyśmy wypróbować jakość nowego sprzętu. Choć nasze chude pupy z wielką łatwością zmieściłyby się na jednej huśtawce, postanowiłyśmy zająć osobne siedziska. Drobne ciała nie były jednoznaczne z ciężarem przeżyć, który miałyśmy w środku. Wątpiłam nawet, czy cały plac zabaw będzie w stanie nas takie udźwignąć.

Moim obecnym lekarzem była młoda kobieta. Miałam nawet wrażenie, że to jeszcze studentka. Patrząc na jej przerażoną twarz, chciałam spytać, czy rzeczywiście jest w stanie mi pomóc. W czasie naszej rozmowy zdawało mi się, że to właśnie pani doktor oczekuje ode mnie pomocy. Ja jako anorektyczka z niemal siedmioletnim stażem byłam przecież idealną osobą, by wprowadzić ją w zawiły świat psychicznych odchyłeń. Pytanie tylko, czy ona będzie umiała mnie z tego świata wyprowadzić.

Wśród anorektyczek jak zwykle mogłam liczyć na prawdziwe zrozumienie. Nasz gwarny ul rozweselał się coraz bardziej. Na ośiadkach opowiadałyśmy sobie wesołe historyjki, żartowałyśmy z własnych dziwacznych objawów, kpiliśmy z choroby. Wieczorami spotykałyśmy się w świetlicy, by wspólnie oglądać filmy lub urządzać babskie pogaduchy. Takie terapie śmiechem pozwalały zapomnieć o troskach, stawały się balsamem łagodzącym nasze rany. Kiedy przyszła kolej na moją opowieść, z całego repertuaru anorektycznych dziwactw wybrałam historyjkę pod tytułem: *Pies myśliwski*.

Dokładnie pamiętałam, jak pewnej niedzieli moje opuszki węchowe wykryły ciepłą szarlotkę jadącą tramwajem numer 46. Na szczęście jej właścicielka wysiadła na tym samym przystanku co ja. Bez najmniejszych skrupułów mogłam odprowadzić ją prawie do drzwi mieszkania. Ach! Tak czujnie śledziłam ją w tłumie przechodniów! Wpatrzona w reklamówkę biegłam co tchu, by jak najdłużej czuć zapach prażonych jabłek z rodzynkami i cynamonem. Przyspieszałam na zakrętach, omijałam rozpędzonych rowerzystów, przebiegałam nawet na czerwonym świetle... Oj, ciężkie życie ma taki myśliwski psiak. Ale za to jakie doznania węchowe!

Lubiłam patrzeć w ciemne niebo. Zwłaszcza na księżyc. Leżąc w łóżku pod ciepłą kołderką, obserwowałam ten świecący rogalik i przypominałam sobie, jak babcia opowiadała mi bajki na dobranoc. Zawsze kładła się obok mnie, przytulała do piersi i szeptała historię zajączka, co znosił wielkanocne pisanki. Śmiałam się wtedy potwornie i tłumaczyłam babci, że zajączki nie znoszą jajeczek. Babcia wyjaśniała zaś, że ten nasz zajączek jest szczególny, magiczny i może wszystko. Wierzyłam babci. Zamykałam oczy i spokojnie śniłam o kolorowych pisankach.

Tęskniłam. Za wolnością. Tak bardzo tęskniłam. Czułam się już lepiej i oddział coraz bardziej zaczynał mnie męczyć. Wierzyłam, że opanuję to chorobsko. Dzięki moim szpitalnym towarzyszkom nauczyłam się bowiem, że ludzie także są w stanie okazać mi wsparcie. Nie musiałam kurczowo trzymać się wymaginowanej przyjaciółki Andżeliki, jeśli wokół siebie miałam tylu realnych ludzi. Wystarczyło tylko ich dostrzec.

Mama przyniosła dobre nowiny. Lekarze byli zadowoleni z efektów, jakie osiągałam w czasie terapii, i postanowili, że niebawem wrócę do domu. Drugą fazę miałam przekroczyć najpewniej za tydzień lub dwa, więc zaczynałam marzyć o powrocie do domu. Oczywiście trochę się też tego obawiałam.

Wiedziałam jednak, że już czas, bym nauczyła się stawiać czoło złu, jakie mnie otacza. Zamierzałam czerpać z tego, co dobre i co budziło uśmiech na mej twarzy.

W zdrowym ciele – zdrowy duch. To proste przysłowie okazało się mieć rację bytu. Teraz to wiedziałam. Choć moja obecna waga wciąż była niedowagą, to i tak bardzo różniłam się od siebie sprzed trafienia na oddział. Nowe, „grubsze” ciało już mnie nie przerażało, nie budziło wstrętu. Dzięki niemu czułam się bardziej ludzka. Przestałam przypominać przybysza z kosmosu – o wielkiej głowie, ze sterzącym nosem i ciałem powleczonym cienką, nadmiernie owłosioną skórą. Miałam też więcej siły, energii, byłam radośniejsza. Moi przyjaciele również zauważyli, że stałam się wesołą, atrakcyjną Karoliną. Wreszcie miałam ochotę wyjść do kina, na kręgle czy bilard. Chciałam poczuć prawdziwy smak młodzieńczego życia, a nie jak dawniej – jedynie odtłuszczonych jogurtów light. Po wyjściu ze szpitala chciałam żyć inaczej.

Głupiemu z głupim zawsze raźniej, więc by zyskać konieczne wsparcie, z samego rana chwyciłam za telefon z planem urządzenia dziś dnia wariactwa. Na moje szczęście przyjaciółkom spodobał się pomysł na przedklasówkowe odmóżdżanie i razem postanowiłyśmy zaszaleć. Magda, Kasia, Eliza i Hania wskoczyły w swoje najdziwniejsze ubrania i razem pognąłyśmy do centrum. Na pierwszy ogień poszły pobliskie sklepy, potem rzuciłyśmy się na centra handlowe. Najlepszy ubaw miałyśmy w H&M. Akurat odbywała się wyprzedaż kolekcji, zatem czapki, kolczyki, spodenki i podkolanówki wręcz fruwały w przymierzalniach.

Jak zwykle wzięłam ze sobą aparat, więc udało mi się uwiecznić chwilę naszego wariactwa. Pstrykanie fotek to najlepszy sposób na relaks, a zdjęcia z przyjaciółmi to prawdziwa radość. One pozwalały mi zatrzymać czas. Utrwalić szczęśliwe momenty, kolekcjonować chwile. Wkładałam je potem do albumu i zerkalam, gdy tylko miałam na to ochotę – kiedy pragnęłam przypomnieć sobie, jak wspaniałych mam ludzi wokół siebie, by poczuć ich ciepło, dobrą energię, pozytywną siłę, wsparcie i radość. To właśnie dzięki kochanym przyjaciołom najstraszniejsze moje głupotki choć na chwilę zdawały się nieco nabierać rozumu.

Choć w dużym stopniu przestałam się czuć anorektyczką, wciąż nią byłam. Mimo dodatkowych pięciu kilogramów ludzie nadal uważali mnie za chudzinę. Często słyszałam przykre komentarze na ulicy, ekspedientki w sklepach wyciągały spodnie XXXS, a chłopcy zdawali się mnie w ogóle nie zauważać. Prawda, nie mogłam się pochwalić ani okrągłą pupą, ani ładnym biustem. Marzyłam, by wyglądać kiedyś jak Marilyn Monroe, by stać się symbolem atrakcyjności, pożądania czy też księżniczką, którą kocha dzielny rycerz. Wierzyłam, że moja bajka kiedyś się spełni.

Różowe wysokie trampki (tak, postanowiłam do nich wrócić!), dżinsowa czapka z daszkiem, kolorowe gazety w koszyku i ruszyłyśmy na wyprawę. Nie musiałam brać mapy, ponieważ nie jechałyśmy daleko, a poza tym Eliza świetnie знаła drogę. Tak, przejażdżka rowerowa do Powsina to idealny pomysł. Postanowiłam wyrwać się z domu, rozruszać kości i mięśnie języka. Przede wszystkim mięśnie języka, bo przecież od tak dawna nie plotkowałam z przyjaciółką. Strasznie byłam ciekawa, jak się udała ostatnia imprezka. Cały weekend biegałyśmy po sklepach, by znaleźć tę jej wymarzoną kieckę. Czarna w białe groszki, dopasowana w talii i bez żadnych koralików. Bo Eliza koralików nie znosiła. Pięciogodzinne buszowanie po Galerii Mokotów, a potem jeszcze dwie godziny w Arkadii. Jak ja ją za to uwielbiałam... Taki z niej mój uparty koralik. Strasznie się za przyjaciółką tęskniłam. Za jej radosnym uśmiechem, który wnosił tyle słońca do moich przyciemnionych czasem dni. Za ciepłym głosem, nawet w czasie kłótni brzmiącym tak jakoś niegroźnie. A może my po prostu nigdy nie spierałyśmy się na serio? Nawet za idealną figurą Elizy tęskniłam, mimo że zarazem bardzo jej zazdrościłam. Eliza jako jedyna zawsze rozumiała mnie w pełni. Przytuliła, gdy tego potrzebowałam, doradziła, jaką kupić torebkę, i wysłała sekretne SMS-a, gdy znów mnie zatkało w czasie randki. I to bynajmniej nie z przejedzenia...

W mojej głowie pełno było optymizmu i nadziei, a w realnym świecie jak zwykle dużo trosk i zmartwień. Mama straciła pracę, tata zdawał się o mnie nie pamiętać. Znów miałam wrażenie, że jestem pasożytem, przyczyną ciągłych sporów o alimenty, problemem, którego nie da się usunąć. Obiecałam sobie, że postaram się nie brać tak bardzo do siebie wszystkiego, co mówili rodzice. Walczyłam, by nie zniszczyć tego, co ostatnio osiągnęłam.

Coraz częściej uciekałam z domu. Przebywałam głównie w towarzystwie znajomych. Oni zawsze starali się mnie zrozumieć, wysłuchać, otaczać troską i ciepłem. Przy ludziach stawiałam się otwarta, zależało mi na ich przyjaźni, wspólnym spędzaniu czasu.

Szkola była kolejnym miejscem, w którym czułam się miło i bezpiecznie. Choć większość nastolatków nienawidzi tej instytucji, ja wyruszałam z plecakiem już o 6.30 (mimo iż lekcje zaczynały się dopiero o 9.00). Nauczyciele od dawna obdarzali mnie ciepłym uśmiechem, dobrym słowem, przyjaznym spojrzeniem. Teraz, gdy pojawiła się u nas nowa polonistka, czułam się w szkole jak w domu. Pani Stankiewicz od razu przypadła mi do gustu. Jasne blond włosy i różowa szminka czyniły z niej dobrą wróżkę. Patrząc na nauczycielkę, wyobrażałam sobie, jak to przed laty moja mama prowadziła lekcje. Gdy pani Stankiewicz czytała nam sielankowe utwory i radośnie się uśmiechała, nie mogłam powstrzymać też wzruszenia.

– A Karolcia nie podniesie czterech kilogramów, nawet czterech kilogramów, he, he, bo za mało je! Szybko, szybko ubieraj się, piękna. Lecimy do mleczaka przy Nowym Świecie.

Oniemiałam z zaskoczenia, gdy zadowolony z siebie Hubert zaproponował, gdzie dziś będziemy jedli. Ostatnio często po siłowni wybieraliśmy się razem coś przekąsić. Zazwyczaj na rybę albo indyka w sezamie, bo białe mięso jest dobre na mięśnie, a my przecież ostro trenowaliśmy. No ale skąd pomysł na bar mleczny? Hubert tak mnie zdziwił swoją nieposkromioną ochotą na białą kielbasę w barszczyku, że o mały włos, a weszłabym do męskiej szatni. Nie dyskutowałam jednak, bo z zachciankami przyjaciela z założenia się nie dyskutuje.

Zatem w niecałe czterdzieści minut znaleźliśmy się w małej przytulnej „restauracyjce” z niebieskimi ceratami na stolikach i różowym kwiatkiem w wazonie. Najbardziej rozbawiła mnie mina Huberta, kiedy dowiedział się, że dziś żurku nie serwują. Mało tego, brakowało buraczków do mielonego, a zamiast truskawkowego kompotu mój kolega paker dostał jabłkowy. Mnie kisiel z wisienkami podano jednak zgodnie z zamówieniem. W idealnym więc nastroju wybraliśmy się jeszcze do Silver Screenu, bo dziś właśnie miał być wieczorek komediowy. Strasznie się ubawiłam. Oj, nie ma jak spotkania z Hubertem! Pełne zabawnych pomysłów i prawdziwych męskich dyskusji.

Naszła mnie faza na dzień pupy. Ta anorektyczna zabawa przerodziła się prawie w obsesję. Analizując przypadkowo napotkane ludzkie pupy, doszłam do wniosku, że istnieje olbrzymia różnorodność pośladków. Pupy małe, jędrne, okrągłe, płaskie, wystające – do wyboru, do koloru. Na przystankach przeważały siedziska owalne i raczej nieumięśnione (nic dziwnego, skoro ich właściciele wciąż jeździli autobusami, zamiast zadbać o kondycję), a na przykład w supermarkecie znalazłam dziesiątki idealnych pup. Niestety moja pośladowka gra nie dawała mi teraz spokoju. Trudno mi było patrzeć na świat z normalnej perspektywy. Miałam nadzieję, że napotykając ludzi, zacznę ponownie dostrzegać ich twarze. Na razie na pierwszy plan wysuwały się pupy...

Stało się. Wreszcie. Tak długo na to czekałam. W piątek po lekcjach byłam sama w domu. Tylko ja i on. Wiedziałam, że mu ulegnę, że nie wytrzymam. Jego nieskazitelną, czystość, idealny wygląd, całym sobą pobudzał moje zmysły, wprawiał w stan największej rozkoszy. Czułam jego miękkość na moich ustach. Drżałam... Nie mogłam zapomnieć o jego zapachu. Wciąż otulał mnie, rozpalał, nęcił. Tak trudno było mu się oprzeć. Może gdyby nie ta woń. Mmm, uwielbiałam aromat wanilii...

Przed wstawieniem go do piecyka musiałam odłożyć choć odrobinę puszystej masy serowej. Po cichu, żeby nikt nie zauważył. Łyżką przełożyłam nieco ciasta do małej salaterki i oddałam się chwili błogiego upojenia. Zamknęłam oczy i nie myślałam o niczym. Płynęłam. Liczył się tylko jego dotyk, smak, rozkosz. Czułam, jak unoszę się wśród chmur, byłam lekka, delikatna jak on. Chciałam, by ta chwila trwała wiecznie. Marzyłam, by czuć jego smak zawsze. Jednak po chwili w głowie zaczęły krążyć obawy, wyrzuty sumienia. On nie był dla mnie, a poza tym jak ktoś przyjdzie i nakryje mnie na gorącym uczynku? Jeśli to będzie mama? Szybko wstawiłam salaterkę do zmywarki, by już mnie nie kusił. Wspomnienia zostały jednak w mej pamięci...

Moje życie było jednym wielkim, niekończącym się pasmem nieszczęść. Niby nic się nie działo, a ja zawsze musiałam wynaleźć problemy. Stres rodził stres. Tworzył labirynt znerwicowania, z którego nie umiałam się wydostać.

Od trzech godzin siedziałam nad książką, próbując uczyć się biologii na jutrzejszy test, ale niestety nic nie wchodziło mi do głowy. Wszystko przez to, że nie mogłam ustalić terminu moich najbliższych zajęć (zdecydować, kiedy mam chodzić na tańce, a kiedy na angielski). To powodowało szereg objawów,

nawarstwiało znerwicowanie. Znałam już ten schemat – perfidne sztuczki mojej choroby. Jej plan był z góry obmyślany – zapychając mi głowę kaloriami czy planowaniem czynności, wymazywała z mej pamięci informacje o sprawdzianie. Niby pomagała zapomnieć o stresie, ale tak naprawdę wpędzała mnie w totalne rozstrojenie. Nie mogłam ani się uczyć, ani nic ustalić. Błagałam o pomoc. Nie nadchodziła... W domu także było coraz gorzej. Korba anorektycznych myśli stopniowo nakręcała mnie bardziej i bardziej. Nic zatem dziwnego, że tak chętnie zaczęłam rezygnować z deserów... Od tego znów się zaczęło.

Bałam się tracić. Gubienie kilogramów to jednak nic w porównaniu ze stratą człowieka. Ta boli najbardziej. Renata była bardzo młoda – dwadzieścia cztery, może dwadzieścia pięć lat. Nie znałyśmy się dobrze, ale choroba zbliżała. Choć nigdy dużo nie opowiadała mi o swojej anoreksji i bulimii, wiedziałam, że też nie mogła sobie dać rady z tym paskudztwem. Po wielu latach walki przynajmniej częściowo opanowała proces tracenia na wadze. Szczerze zachwycała się moimi wypiekami świątecznymi. Kochała sernik – tak jak ja. Współżycie z anoreksją wywołało jednak zbyt wielkie spustoszenie w jej organizmie. Często bywała zmęczona, zaspana, bolały ją stawy i głowa. Przestała chodzić. Gdy było już bardzo źle, nawet nie próbowała zjeść kawałka ciasta. W mojej pamięci na zawsze została jako ciepła, uśmiechnięta osoba. Miałam tylko nadzieję, że w niebie też dają sernik...

Po śmierci Renaty sądziłam, że już nic gorszego spotkać mnie nie może. Oczywiście się myliłam. Czytałam właśnie zadaną lekturę szkolną, gdy nagle zadzwonił telefon. Niski męski głos od razu wzbudził mój niepokój. Gdy padło pytanie, czy jestem córką pani Danuty, prawie zamarłam ze strachu. Odkładając słuchawkę, nie pamiętałam już prawie nic. W głowie kołatała jedyna myśl – spakować dużo szczoteczek do zębów i papier toaletowy. To podstawowe artykuły, które zazwyczaj kradną sobie pacjenci szpitala na Sobieskiego.

Na izbie przyjęć dowiedziałam się, że mama leży na bloku F. Skrajna depresja, więc umieszczono ją na „nerwicach”. Strasznie dziwnie czułam się, mijając mój oddział młodzieżowy i kierując się do wejścia po przeciwnej stronie. Jego wygląd był podobny – wielkie metalowe drzwi bez klamek – jednak wewnątrz za nic w świecie nie przypominało spokojnej oazy, jaką znałam. Już na wstępie czekało mnie niemiłe spotkanie z dziwnym pacjentem, który próbował wyrwać mi torbę. Pozostali chorzy, leżący na korytarzu, zdawali się otumanieni lekami. Między salami znajdowała się dyżurka pielęgniarek, a obok toaleta bez drzwi. Przez myśl nie przeszło mi nawet, żeby z niej skorzystać, mimo iż czułam, jak pęcherz spina mi się z nerwów. Nie oczekiwałam też, że gdziekolwiek zobaczę kolorowe plakaty czy gliniane krasnoludki lepiące przez pacjentów. Jedynym elementem, który przypominał oddział młodzieżowy, były wielkie żelazne kraty w oknach...

Mama siedziała na łóżku czy raczej na metalowej, prawie więziennej pryczy imitującej łóżko. Nie spytałam, co się stało. Nie chciałam tego słuchać. Wiedziałam, że mama jest wycieńczona i senna po dawce leków, którą przepisał jej psychiatra na uspokojenie nerwów. Zostawiłam jej torbę, przyniosłam szklankę wody i odeszłam. Nie umiałam się przytulić ani jej pocieszyć. To przecież nie pierwszy raz, gdy mama była tak daleko ode mnie. Nie miałam żalu, pretensji, nie czułam też smutku. Niczym pozbawiony emocji głaz poszłam na rozmowę z jej lekarzem.

Psychiatra zadawała ten sam zestaw pytań, który ja sama słyszałam już pięciokrotnie. Informowałam ją o naszej rodzinie, problemach mamy w pracy, o rozwodzie, trudnych relacjach z obecnym partnerem, no i o sobie, córce anorektyczce, która – jako kolejny ciężar – stawiała kropkę nad i. Na koniec dowiedziałam się, że lekarze planują poobserwować mamę przez trzy, cztery dni i przy braku przeciwwskazań odesłać do domu. Miałam nadzieję, że mama znajdzie odpowiednią opiekę na oddziale, choć patrząc na warunki, w jakich się znalazła, nie oczekiwałam zbyt wiele.

Okazało się jednak, że mama nie zamierzała przystać na zalecenia lekarzy i od razu zażądała wypisu. Już o 10.00 rano wróciła z kompletem ośmiu szczoteczek do zębów. Najwidoczniej na „nerwicach” wzięcie miały jedynie papierosy.

Zobaczyłam szczura! Przeraził mnie. Wyłupiaste oczy zerkwały na mnie jak na potencjalnego mordercę, nos wydzierał z zapadniętych policzków, kości stanowiły dziewięćdziesiąt procent twarzy. Dziwne, że lustro nie pękło. Ta obrzydliwa mysia gęba wcale nie podnosiła mojego poczucia własnej wartości! Jak miałam sobie teraz zrobić zdjęcie do dowodu?

Początek wakacji jak zwykle przyprawił mnie o mdłości. I to wcale nie ze względu na przyszłoroczną naukę, maturę czy szkolny stres. Bałam się, że wrzesień – tak jak co roku – obetnie mnie z kolejnych kilogramów. A teraz już nie miałam z czego zdzierać... Bałam się, bo czułam się coraz słabsza, a leżąc, siniaczyłam sobie łopatki i kręgosłup, bo w moim mózgu tworzyły się coraz większe dziury. Słyszałam, jak półkule pisały, wołały o pomoc. Brakowało im paliwa – minerałów, glukozy, witamin. „Jak ja się będę uczyć?!” – myślałam z przerażeniem.

Znów była przy mnie. Znów czułam, że przyszła. Szła pomalutku, po cichu opowiadała mi czułe kłamstewka, skradała się kroczykiem za kroczykiem. Nie chciałam jej i pragnęłam jednocześnie. Miałam nadzieję, że będę silniejsza, że ktoś znów pomoże mi staczać z nią walkę. Ale nie, przecież to złudne. Czułam jej zimny dotyk na ciele. Głaskała mnie po głowie. Miotalam się, myśląc: „Odejdź i przytul. Zostaw i nie opuszczaj. Bądź i przepadnij”.

Pogubiłam się w tym wszystkim. Nie wiedziałam, dlaczego ona wciąż wracała. Przecież powinnam być taka szczęśliwa. Przede mną ostatni rok nauki w liceum, perspektywa najdłuższych w życiu wakacji, możliwość wyboru studiów. Moi przyjaciele wrócili z wyjazdów. Tak fajnie byłoby pójść z Elizą na szarlotkę lub z Magdą na lody. Ale nie mogłam! Czemu? O co mi nadal chodziło? Dlaczego znów wchodziłam na tę pieprzoną wagę każdego ranka? Dlaczego sprawdzałam, czy ani grama więcej nie waży mój szkielet?

\*

Siedząc na placu zabaw, obserwowałam dokazujące dzieci. Patrzyłam na dziewczynkę radośnie biegającą wokół karuzeli i na chłopca zjeżdżającego ze zjeżdżalni. Wokół maluchów gromadzili się troskliwi rodzice. Pani w różowej bluzce przyniosła dziewczynce dwa duże lizaki. Mała podzieliła się z kolegą i razem pałaszowali smakołyki. Wtedy pojawiła się jakaś inna kobieta – zła babcia. Oburzona, że jej wnusia nie może swobodnie bawić się na zjeżdżalni, krzyczała na dzieci, by „z tymi słodyczkami nie hamowały kolejki”. Szkoda, że w tak małej dziecinnej zagrodzie szczęścia zawsze znajdzie się ktoś, kto popsuje dobry nastrój.

Ołówki zatemperowane, gumka gotowa, kolorowe flamastry obecne, cztery kartony papieru są. W pełni przygotowana zaczynałam moje zajęcia ze sztuki... Zamknęłam jeszcze drzwi, by przypadkiem ktoś nieproszony się nie napatoczył. Dziś czekało mnie prawdziwe wyzwanie – plan na całe dwa tygodnie. Już na samą myśl robiłam się zmęczona. Nie czas jednak na marudzenie, jak dobrze pójdzie, powinnam zdążyć przed 23.00. Tak, miałam nadzieję, że osiem godzin dziś wystarczy.

Zastanawiałam się, od czego zacząć. Zerknąć najpierw na zawartość lodówki, kalendarz zajęć czy notatki z zeszłego miesiąca? A może zupełnie nietypowo pomyśleć, co w ogóle miałabym ochotę zjeść? Nie, moje preferencje zdecydowanie powinnam pominąć. Ważniejsze były reguły. Rzuciłam okiem na stary zeszyt. W czwartek na śniadanie była parówka cielęca, w piątek omlet, a w sobotę kasza manna. Obiady to głównie same zupy, bo weekend miałam dość nerwowy i przeżył niespodziewanie odmówił mi posłuszeństwa. Kolacje na szczęście udawało się zjeść w pełni. No, może poza tą piątkową. Nieudana odpowiedź z niemieckiego zdecydowanie nie sprzyjała apetytowi. Jeszcze teraz na myśl o 4- czułam nadkwasotę żołądka. Brrr...

Podsumowując ostatni bilans kaloryczny, byłam siedemset kalorii na minusie. Norma. Kolejny deficytowy tydzień. Wypadałoby więc wreszcie nadrobić straty. Najpierw jednak trzeba było zbudować bazę. Przesunęłam książki z biurka. Cóż, na łokietka dziś nie starczyło miejsca, a karton lepiej szeroko rozłożyć.

„Czy mam coś zaplanowane na najbliższe tygodnie?” – zastanawiałam się. Tak, w środę za tydzień wizyta u psychiatry, a w weekend wyjście z Elizą do kina. Dwa ważne spotkania to zapowiedź wielu komplikacji... Zanotowałam na kartonie pierwsze wpisy. Lekarz – godzina 12.15. Idealnie wpasowany – nie złamię żadnej reguły. Powinnam spokojnie zdążyć na podwieczorek o 15.00 i bez pośpiechu skosztować obiad. Na szczęście obok przychodni jest centrum handlowe i ogródek z barem szybkiej obsługi. Co zatem wpisać na obiad? Kebab czy chińszczyznę? A na co tata będzie miał ochotę? Ostatnio jadł sajgonki, dwa tygodnie temu bakłażana w bambusach, teraz więc powinna być wołowina na ostro. Postawiłam na „Turka” i za sprawą czerwonego mazaka miałam już zaplanowaną jagnięcinę w bułce na

14 listopada, czyli trzysta kalorii, około piętnaście gramów tłuszczu w stu gramach, surówkę z cukrem, czyli kolejne minusy, to w sumie da ograniczenia menu na kolejne dni. Warto też przygotować się w przeddzień, zatem we wtorek eliminowałam owsiankę, a na czwartek zapisałam „gorący kubek” do szkoły, z żalem, bo we wtorek zazwyczaj podawano w stołówce moje ulubione naleśniki. Cóż, będzie musiało obejść się bez nich. Spojrzałam na ciąg dalszy schematu.

A więc Eliza i kino. Tu będzie kłopot. Zazwyczaj jadałyśmy w KFC, ale ponieważ na najbliższe spotkanie nie ustaliłyśmy jeszcze miejsca, musiałam rozpatrzyć kilka opcji. Bezpieczna – przyjaciółka ma ochotę na Galerię Mokotów i po staremu wpiszę w kratkę niebieski fast food albo – opcja druga – to będzie jej zły dzień na zakupy i wylądujemy w Multikinie, co znacznie utrudni moją sytuację. Nie pamiętałam zupełnie, co tam serwują, a teraz nie dam rady sprawdzić restauracji. Czy można przewertować nieznane menu w dwie godziny? To wątpliwe, a dziś niedziela i kafejkę internetową zamykają o 18.00. Zostało zatem jedno rozwiązanie – cały tydzień modlić się, że Eliza będzie miała chęć na shoppingowe szaleństwo. Dość ryzykownie, ale na mojej mapie pojawiło się KFC. Teraz pozostało mi tylko wypełnić puste okienka w kolejnych dniach.

Poniedziałek – szynka, wtorek – powiedzmy śniadaniowa parówka, w środę – warto zjeść nieco nabiału, ale waga się popsuła i nie będę mogła dobrze odmierzyć porcji twarożku. Nową kupię w niedzielę, więc wpiszę dwieście gramów truskawek na podwieczorek. Mmm, tak długo wyczekiwanych, różowych, z jogurtem. Ale nie, przecież weekend to wypad do kina, czyli z pewnością nie zdążę do domu na 15.00. Zamiast truskawek będzie zatem marchewka zjedzona w autobusie. Jeszcze tylko kilka posiłków i już połowa planu za mną. Musiałam mieć jedynie na uwadze ten kebab w listopadzie i wcześniej nie szaleć. Jutro zamiast kolacji będzie kiszona kapusta, a za tydzień buraczki.

Nawet sprawnie przebiegało dziś moje planowanie. Czwarta godzina i miałam całkiem kolorową mapkę. Zrobiłam więc sobie przerwę na herbatę i sprawdzenie SMS-ów. Jedna wiadomość. Od taty. Pisał, że – o Boże! o nie! to MUSI być pomyłka! – nie może iść ze mną do lekarza, bo ma spotkanie... To oznaczało tylko jedno. Nici z kebabu, zmarnowane właśnie cztery godziny i nowe kartony papieru.

Rozmagnesowałam się. Z każdym dniem pokłady mojej energii się zmniejszały. Byłam jak bateria, z której umyka życie. Nie tylko pod postacią kilogramów, lecz także przede wszystkim wewnętrznego optymizmu, chęci do życia, radości. Gdy mój umysł ogarniał smutek, nic nie było w stanie wyrwać mnie z marazmu, w jakim tkwiłam. Przystawałam widzieć jakiegokolwiek cele, nic nie miało znaczenia. Obojętne stawało się to, jak wyglądam, co będę robić czy nawet co zjem. I tak wszystko smakowało niczym drewniane trociny, słoma, wióry. Równie bez smaku było całe moje życie. Powracająca depresja powodowała, że „Karolina-bateria” nadawała się na śmietnik. W żadnym stopniu nie przypominałam ekskluzywnych akumulatorów duracell ani nawet marnych paluszków za dwa złote...

Rozmagnesowanie wydało mi się idealnym wytłumaczeniem ciągłych powrotów do szpitala. Tam czułam zawsze przypływ energii. Pobierałam ją z każdej strony. Miałam troskliwych lekarzy, uprzejme pielęgniarki, sympatycznych nauczycieli i wyrozumiałe koleżanki. Od każdego czerpałam ciepło. Najwięcej dawali oczywiście psychiatry. Pod ich skrzydłami (a właściwie medycznymi słuchawkami) czułam się bezpiecznie. Wiedziałam, że nie pozwolą, by cokolwiek złego mi się przytrafiło. Byłam przekonana, że zależy im na moim zdrowiu, że w razie potrzeby mogę się do nich zgłosić pod byle pretekstem, nawet bólu gardła. Szpital potrafił mnie zawsze naładować. Niestety nie umiałam zatrzymać owej energii na długo. Wracałam po nią przecież pięć razy.

Już więcej nie chciałam. Przecież nie mogłam tak do końca życia. Było mi źle, z każdym dniem coraz gorzej, ale postanowiłam: nie będzie szóstego razu – chociaż już chyba nikt nie wierzył, że mi się uda, mama namawiała na powrót do szpitala, a koleżanki obiecywały, iż będą mnie odwiedzać. Chciałam im wszystkim pokazać, że jestem silna. Zamierzałam się teraz doładować sama.

Moje pierwsze z nowych postanowień miało uderzyć w sam środek anoreksji. Aby zabić wroga, trzeba walić w jego słaby punkt. Zmieniłam dietę. Najpierw zwiększyłam ją o dwadzieścia pięć procent. Tak na rozkręcenie. Z ustalonych dwóch tysięcy kalorii dziennie przeszłam na dwa i pół tysiąca. Dodatkowo pozwoliłam sobie na ukochane smakołyki. Rano, gdy pojechałam na zakupy, zachowywałam się jak wygłodniały przedszkolak wpuszczony do McDonald's albo do fabryki cukierków. Pakowałam do koszyka wszystkie produkty z dużą zawartością tłuszczu, cukru, karmelu

i śmietany. Musiałam zabawnie wyglądać... Chodzący kościotrup z koszykiem załadowanym ciastkami, drożdżówkami, ciepłymi bagietkami, stoikami miodu, dżemu i nutelli. Stojąc w kolejce do kasy, przyciągałam pytające spojrzenia. Ci bardziej wtajemniczeni mogli mnie postrzegać jako bulimiczkę. Ja jednak wcale nie zamierzałam zwymiotować pyszności. Z czystym sumieniem chciałam po prostu naładować moje komórki tłuszczowe.

Drugim postanowieniem była opieka nad własnym ciałem. Skoro lekarze w szpitalu potrafili się nim zająć, to ja też. Wiedziałam, że wiele moich ważnych organów nie funkcjonowało należycie, dlatego też zamierzałam wykonać szereg badań i naprawić, co trzeba. W planach miałam naoliwienie stawów, przegląd hormonów, zakup nowych smarów, odżywek i witamin. Nie mogłam oczywiście zapomnieć o moim mózgowym silniku, zatem w pierwszej kolejności umówiłam się na regularną terapię do psychologa. „Oj, podsumowując mój cały przegląd, chyba łatwiej byłoby zakupić nowy model” – śmiałam się w duchu.

Obiecałam sobie też, że będę samodzielna. Nie było to jednak takie proste. Zakup jedzenia i pilnowanie nowej diety jakoś mi szło. Znacznie gorzej wyglądała sprawa badań. Polska służba zdrowia prędzej doprowadziłyby mnie do grobu, niż w czymś pomogła. Spędziłam masę czasu na załatwianiu skierowań do poszczególnych specjalistów. Następnie okazało się, że, aby dostać się do poradni endokrynologicznej, trzeba czekać siedem miesięcy, a na badanie gęstości kości zapisy będą dopiero od marca (teraz był październik), natomiast rejonowe laboratorium, w którym czekałam na morfologię krwi, było właśnie remontowane... Uuuu, znacznie łatwiej byłoby po prostu oddać się do warsztatu. W szpitalu nigdy nie borykałam się z tyloma trudnościami.

Jedyną deską ratunku wydały się więc prywatne centra medyczne. Przerazało mnie tylko, że wszystkie badania, które powinnam wykonać, kosztować będą tyle co dwie pary markowych jeansów, kurtka i jeszcze pewnie parę koszulek. W mojej obecnej sytuacji nie byłam jednak w stanie myśleć o przymierzaniu ubrań (rozmiarów XXXXS raczej nie produkują...), zatem przeznaczyłam te kilkaset złotych na USG, morfologię, badania moczu, poziomu hormonów i elektrolitów, rentgen i EKG. Zostało mi jeszcze sprawdzenie gęstości kości.

Nie sądziłam, że wyprawa do Mokotowskiego Centrum Leczenia Osteoporozy przysporzy mi tyle problemów. O tym, że moje kości nie są w olimpijskiej formie, wiedziałam od dawna. Nie sądziłam jednak, że rzeczywiście mogę mieć osteoporozę. Trudno było już w poczekalni. Trzy starszki przede mną, za nimi siedemdziesięcioletni dziadek, no i ja. Gdy pani w recepcji spytała o mój wiek, wyszeptalam przez zaciśnięte zęby: o s i e m n a ś c i e. Nie warto nawet opisywać jej spojrzenia. Całe szczęście, że dziadkowie w poczekalni mieli nie najlepszy słuch. Oszczędziło mi to przynajmniej dodatkowego wstydu. Najgorsze jednak było przede mną. Wynik badania: zaawansowane odwapnienie kości, osteopenia.

Nie cierpiałam pobierania krwi od zawsze. Jako mała dziewczynka mdlałam już na sam widok zranionego palca, a o strzykawkach nawet nie byłam w stanie pomyśleć. Idąc do przychodni, zawsze kryłam się za spódnicą mamy i przytulałam do misia. Później jako piętnastolatka nie mogłam sobie pozwolić na zabieranie pluszaków do gabinetu lekarskiego i nie godziłam się, by mama mi tam towarzyszyła. Kiedyś wprawdzie spytałam tatę, czy nie poszedłby ze mną na ten nieprzyjemny zabieg. Niestety odmówił. Nie miał czasu. Teraz natomiast nie tak straszne mi było pobieranie krwi. Powiedzmy, że się przyzwyczaiłam. Wprawdzie nadal nie mogłam patrzeć na igłę „wwiercającą się” w moją żyłę, ale wyrobiłam w sobie pewne mechanizmy obronne, dzięki którym łatwiej znosiłam ból i mrowienie ręki.

Z pomocą jak zwykle przychodziła mi anoreksja. Gdy tylko siadałam na zabiegowym fotelu, ona przysiadła się tuż obok mnie. Czułam, jak przytulała mnie do swego wychudzonego ciała i szeptała do mego ucha: „Zamknij oczy, nie myśl o krwi, pomówmy o twoim obiedzie”.

Wystarczyło, że przymknęłam nieco powieki, i już w mej wyobraźni malowały się soczyste kawałeczki kurczaka w chrupiącym kokosowym cieście. Dokładnie sześć okrągłutkich kuleczek. Rumiane, złociste, pyszne. Leżały na wielkim chińskim talerzu, tuż obok ulubionej sałatki z kapusty i pędów bambusa. Mmm, obserwując oczami wyobraźni danie, szybko zapominałam o krwi wypływającej z mych żył. Zabieg zazwyczaj kończył się, zanim nawet sięgnęłam po pałeczki... Kurczak w cieście był w tych sytuacjach

niezastąpiony. Zastanawiało mnie jedynie, dlaczego właśnie on. Przecież nie był moim podstawowym daniem obiadowym. Wiele razy bezskutecznie próbowałam wyobrazić sobie coś innego – pierożki z truskawkami, ryż z jabłkiem i cynamonem albo zupę pomidorową. Za nic w świecie nie potrafiły jednak złagodzić bólu w czasie pobierania krwi. Ilekroć czułam strzykawkę na skórze, rumiane kuleczki stawały niczym mur przed oczami mej wyobraźni, nie dopuszczając niczego innego.

Wczorajsze zdarzenie podsunęło mi jednak pewną wyjaśniającą hipotezę. Wystarczyła jedna magiczna rozmowa telefoniczna, by rozwikłać ową zagadkę.

– Karolina, czy możesz mi wreszcie powiedzieć, kiedy znajdziesz czas, byśmy poszli do banku założyć twoje konto? – Tata był zniecierpliwiony. – Nie mam zamiaru wysłuchiwać wciąż od mamy, że znów nie wpłaciłam ci alimentów na czas. To jak, godzina dwunasta jutro ci pasuje?

– Tak, chyba tak.

– Świetnie, spotkamy się na Nowym Świecie, tam obok naszego „chińczyka”.

– No dobrze, tato, dobrze, a pójdziemy potem na kurczaka w cieście?

Gdy tylko wypowiedziałam te słowa, zrozumiałam. Kurczak w cieście to spotkanie z tatą, bezpieczeństwo, spokój, pewność. Zamiast taty przy zabiegu, którego się obawiałam, był przy mnie w wyobraźni „nasz kurczak”. Zawsze godnie zastępował tatę...

Powoli zaczęło mnie to wszystko przerastać. Ciągła bieżączka po lekarzach wpędziła mnie w hipochondrię. Od wielogodzinnego wysłuchiwania dziadków opowiadających o swych dolegliwościach czułam, że sama chyba też mam lub zaraz złapię te wszystkie choroby... Wczoraj trafiłam na wyjątkowo męczące przekupki:

– Kochaniutka! Co ty mi tu będziesz opowiadać?! Ja to normalnie na wszystko się już leczę: reumatyzm, anemia, torbiele jajników... Tak, i po trzech operacjach jestem, i odleżyny mam już od tych szpitalnych łóżek – gdała jedna.

– Taaak? A może chcesz sobie odleżyny porównać? Jak mi całą macicę usuwali, to ty wiesz, ile ja w tym szpitalu byłam? – przekrzykiwała ją druga.

Nie mogłam tego słuchać. Wyszłam. Myślałam, że zaraz zaczną sobie pokazywać blizny... Jadąc autobusem, trafiłam na kolejne przekupki. Siedzące koło mnie rówieśniczki też się targowały. One jednak wyliczały chłopaków, z którymi się spotkały w ubiegłym tygodniu. Blondynka wymieniła aż pięciu, przebijając tym samym wynik rudej. Marzyłam, by móc się z nimi posprzeczać. Niestety mogłam klócić się jedynie z babciami w przychodni...

Nie dawałam rady. Doskwierały mi coraz częstsze stany depresji. Nie miałam siły. Brakowało mi ciała, sprawnego umysłu i wsparcia. Czułam, jakby spadły na mnie wszystkie nieszczęścia świata. Chciałam móc zamknąć tę moją przeklętą puszkę Pandory... Musiałam spróbować!

Moja puszka była niewielka. Miała mniej więcej piętnaście centymetrów wysokości i około pięciocentymetrowy kwadrat w podstawie. To chyba w sam raz na początek. Uznałam, że zmieszczą się w niej zasadnicze smutki i wewnętrzne żale. Postawiłam ją w rogu szafki – tuż pod telewizorem. Trochę zasłoniłam ją odtwarzaczem DVD i stertą kaset. Lepiej, żeby była nieco ukryta, by nikt przypadkiem do niej nie zajrzał. Jej wyraziste pomarańczowe kolory i czerwone plamki miały pełnić funkcję ostrzegawczą, ale wolałam zachować ostrożność i nie wystawiać mej „pandorki” na widok publiczny. Tak przygotowana postanowiłam ruszyć w świat, by posprzątać jego brudy. Nie było to takie trudne, bo od razu znalazłam mnóstwo śmieci. Właściwie same na mnie spadły. Wystarczyło bowiem, że zadzwonił telefon. To mama. Nie zdążyłam spytać, po co dzwoni, a już zostałam zakrzyczana:

– Czy ty się, dziecko, nigdy nie nauczysz, że owoców nie należy kłaść obok kanapki z wędliną? Jem teraz śniadanie w pracy i wszystko śmierdzi! Jabłka jak pasztet z kurczaka, a kanapki niczym mandarynki. Ile razy mam powtarzać, że...

Wyłączyłam telefon. Nie chciałam jej dłużej słuchać. Czułam, jak do oczu napływają mi łzy wściekłości, a paznokcie wbijają się w uda. Moje chude nogi znów zaczęły się robić coraz bardziej tłuste. Jelita zakręcały supełki. Ich mocny uścisk sygnalizował, że nic więcej nie pomieszczą. Czułam kwas w żołądku i ból w sercu. Już miałam wybiec z domu, aby wściekle spalać kalorie, gdy wzrok zatrzymał się na mojej puszcze. No tak, miałam przecież posprzątać i chyba właśnie nadarzyła się ku temu okazja. Sięgnęłam po karteczkę leżącą

na biurku i wielkim czarnym flamastrem napisałam: „ZŁOŚĆ na mamę”. Zaraz potem zapisałam kolejną kartkę: „NIESPRAWIEDLIWA ocena przygotowanego przeze mnie śniadania”, kolejną: „POCZUCIE NIEDOCENIENIA” i kolejną: „SMUTEK”. Szybko pozaginałam karteczki, pozwijałam je w małe kuleczki i jedną ręką wrzuciłam do mojej „pandorki”. Mocno zatrasnęłam wieczko, a puszkę zastawiłam kasetami i wsunęłam daleko w kąt szafki. Sprawdziłam dokładnie, czy jest szczelnie odgradzona ode mnie. Chyba tak. Wolałam jej już nawet nie dotykać w obawie, by wieczko się nie uchyliło i śmieci nie wypadły.

W ten sposób po raz pierwszy oczyszczając się z brudów, mogłam z uśmiechem na twarzy przygotowywać truskawkowe naleśniki na obiad. Uskrzydłona sukcesem planowałam nową strategię. Zamiast marudzić i się smucić, będę próbowała zająć się czymś przyjemnym. W planach miałam kino na poprawę humoru i jakąś książkę. Próbowałam stworzyć sobie nowy, weselszy świat. Nie zamierzałam patrzeć na brudy pływające w codziennej kanalizacji. Postanowiłam przefrunąć nad nimi lekko, unosząc się zwinnie na puchatym obłoczku. Może taki plan zadziała? Może wyrwie mnie z krainy Pandory?

Nie zadziałał... Smutek powrócił.

Wczoraj postanowiłam więc napisać list. Do nieznanego adresata, bo nie wiedziałam, czy taki istnieje. Może będzie nim przyjaciel, a może psychiatra? Szukałam osoby, która byłaby w stanie mnie wesprzeć, która sprawiłaby, że będę tą fajną, wesołą, mądrą, zgrabną i ładną Karoliną co kiedyś...

*Do Pana/Pani X,*

*choruję na anoreksję. Jestem anorektyczką od ponad siedmiu lat. Mam dość. Proszę o pomoc.*

*Moja choroba wciąż ewoluuje, zmienia się. Miewam stany totalnego jadłowstrętu, znerwicowania i depresji, ale bywają też okresy całkiem dobre. W przeciwieństwie do ostatniego roku czułam się świetnie. Po ostatnim wyjściu ze szpitala zdołałam (sama!) przytyć ponad cztery kilogramy, odstawiłam leki, nie miałam objawów. Pomagali mi przyjaciele, nauczyciele, terapeuta. Trzymałam anoreksję na wodzy, wiedziałam, że zbyt chuda nie nadaje się do niczego.*

*Ostatnio był jednak krach. Nadmiar domowych rozterek, ciągłe kłótnie z mamą, poczucie totalnego odrzucenia, szkolny stres, kłopoty finansowe. Wydawało mi się, że jakoś to opanuję. Nie udało się... Moja sytuacja pogarsza się z każdym dniem. Mama mnie wyzywa, jestem dla niej kłopotem psychicznym i materialnym. Pogarsza się moje zdrowie, nie mogę się uczyć. Tak bardzo liczyłam, że przy drobnym wsparciu dam radę zatrzymać rozwijającą się anoreksję. Zahamowałam jedynie etap spadania na wadze i to chyba nieco zbyt późno. Czuję się jak chodzący kościotrup, nie mogę rano spojrzeć w lustro, nie mogę iść z koleżanką na zakupy, wstydzę się siebie...*

*Najgorzej jest w szkole. Sto razy czytam te same wersy książek, rysuję obrazki, przepisuję teksty, a i tak nie mogę nic zapamiętać. Mam mózg jak gąbka. Nasiąka jedynie na moment i mnóstwo w nim dziur. Nie mogąc się uczyć, robię się agresywna. Szkoła jest dla mnie świętością, celem życia. To dzięki niej wiem, że jestem coś warta. Nauczyciele to moi drudzy rodzice, których nigdy nie mogę zawieść. Teraz nie tylko nie jestem w stanie przygotować się do zajęć, ale nawet nie nadążam w rozumieniu lekcji, notowaniu...*

*Mama od dawna namawia mnie na szpital, ale ja tak bardzo chciałabym, by to ona mi pomogła. Marzę, by mnie czasem przytuliła, byśmy razem przywróciły dawny, dobry stan... Zamiast tego otrzymuję każdego dnia uszczypliwe uwagi na temat mojego wyglądu czy zachowania. Nie jestem z siebie dumna, ale jej docinki wcale nie polepszają mi humoru. Chciałam sprawdzić, jak długo będę musiała się męczyć sama, aby ona wreszcie zauważyła we mnie człowieka. Poza anorektyczką jestem normalną nastolatką, która potrafi się cieszyć, śmiać i która potrzebuje miłości i ciepła. Zanim jednak mama by to zauważyła, ja musiałabym umrzeć z wychudzenia...*

*Nie zamierzam ginąć! Patrzę na moje zdjęcia i wiem, że potrafię żyć normalnie. Próbowałam się podnieść sama. Zwiększyłam dietę, szukałam pomocy lekarzy. Ortopeda, endokrynolog, ginekolog, dermatolog... Wszędzie długie kolejki, wszystkie badania kosztują. Znów traciłam masę czasu, opuszczałam szkołę. Mama stała się coraz bardziej nerwowa. Ja mam wyrzuty, że tyle ją kosztuję. Z powodów finansowych robi się coraz gorzej. Wciąż mam poczucie, że jestem pasożytem. Teraz nawet zaczęłam się zastanawiać, ile będzie mamę kosztować moje przytycie.*

*Od paru dni mam totalne załamanie. Na zmianę stany depresyjne, euforia, wściekłość. Teraz jeszcze złapało mnie zapalenie pęcherza, bóle brzucha, straciłam apetyt. Znow schudłam. Nie mogę się na niczym skupić. Czuję, że ginę. Nie chcę... Proszę o pomoc! Błagam, niech ktoś wprowadzi mnie na normalny tor życia, niech ułoży moje klepki w mózgu, pomoże mi wrócić do szkoły! Ja mam w tym roku maturę, a póki co nie potrafię nawet zapamiętać artykułu z młodzieżowej gazety! Ja muszę wrócić do szkoły! Błagam o pomoc! Wszystko mi się zawaliło! Nie mogę tańczyć, mam osteopenię, mama mnie nienawidzi, jestem kłopotem finansowym! Błagam o pomoc...*

Nie zdążyłam wysłać tego listu. Musiałam znow zapakować dużą czarną torbę i ze smutkiem na twarzy przekroczyć drzwi ze znanym szyldem nad głową. Weszłam na izbę przyjęć i po prostu poprosiłam o hospitalizację. Najwyczajniej, jakbym kupowała butki w sklepie, a nie pytała o to, czy mogą mnie zamknąć na oddziale młodzieżowym. Psychiatra dyżurny założył mi kolejną kartę pacjenta. Widząc metalowe drzwi bez klamek, poczułam wreszcie wielką ulgę.

Ostatnie zajęcia psychorysunku bardzo mnie odprężyły. W sali byłam tylko ja, dwoje innych pacjentów i trzech psychologów. Idealne rozwiązanie. Jeden specjalista przypadał na jednego zaburzonego. Ze względu na kolejny remont i końcówkę wakacji na oddziale łącznie było może siedmiu, ośmiu chorych. No i całe grono medyczne. Dla mnie to wspaniała sytuacja. Im więcej dorosłych, tym lepiej. Do tego jeszcze wszyscy tutejsi dorośli to mądrzy, odpowiednio wykształceni, rozsądni, cierpliwi i troskliwi ludzie. Dbali o nas, nigdy nie zapominali, by zbadać puls, zmienić kroplówkę, podać posiłki. Czasem przynosili lizaki albo moje ulubione czekoladowe grzeški. Prawie jak w dziecinnej zagrodzie.

Bałam się wstępnej rozmowy z ordynatorem. Wiedziałam, co o mnie myśli. Nie dość, że po raz kolejny przyjęto mnie bez kolejki, to ja wciąż byłam tą samą chorą anorektyczką, medycznym wyzwaniem, pasożytem, dla którego nie powinno być już miejsca na oddziale. Oczywiście, to normalne, że „zaburzenia jedzenia” wracają do szpitala, ale ja chyba pobiłam wszelkie rekordy. Z pewnością lekarze sądzili, że nie starałam się walczyć z chorobą. Gdyby tylko wiedzieli, jak bardzo mocno próbowałam...

Ordynator dał mi dwa, góra trzy tygodnie. Tyle według niego powinno zająć mi przekroczenie magicznej drugiej fazy. Gdy minie zagrożenie życia, dostanę wypis. Cóż, nie byłam przekonana, czy dodatkowe cztery kilogramy uratują mi życie... Pozostało mi jednak skupienie się na czternastodniowej kuracji.

\*

Byłam grzeczna – nie oszukiwałam, nie kłamałam, nie objadałam się słodyczami ani nie magazynowałam kartofli w kieszeniach. Wszystko zgodnie ze szpitalnym programem. Jedyne, co mnie martwiło, to fakt, że tyłam, ale nie zdrowiałam. Realizowanie programu nie wymazywało z mej pamięci wszystkich trudnych chwil, nie usypiało też odwiecznego marzenia, by czuć się szczęśliwą.

Anoreksja to iluzja i deziluzja. Żyłam w magicznej, wymyślonej przez siebie krainie. Miałam własne spojrzenie na otaczający mnie świat, inaczej postrzegałam rzeczywistość, swoje ciało i duszę. To trochę tak jak z facetami. Zakochujemy się w wymyślonym księciu. Jeśli napotkany chłopak choć trochę przypomina tego z naszej głowy, to już wydaje się tym jedynym. Potem stopniowo odkrywamy, jak daleko mu do ideału.

Kiedyś wiedziałam, że jestem gruba. Potem moje nogi rosły już tylko wtedy, gdy moi rodzice się kłócili. Z prędkością światła potrafiłam odnaleźć wadzące mi tłuszczyki i robiłam wszystko, by je spalić. To była iluzja, one rosły jedynie w mej wyobraźni. W trudnych chwilach starałam się zatem odwracać uwagę od nóg – przykrywałam je kocem albo rysowałam. Gdy byłam wściekła, szkicowałam nogi duże, o ostro zarysowanych konturach. Gdy było mi przykro, malowałam wychudzone patyki. Przelewając emocje na papier, zapominałam o objawach. W ten sposób próbowałam rozwiązać się z anoreksją.

\*

Dwa tygodnie minęły szybciej, niż się tego spodziewałam. Z przyklejonym do ust uśmiechem opuściłam oddział. Wiedziałam, że nie jestem wyleczona, a jedynie podtuczona. Wiedziałam, że prawdziwą walkę muszę stoczyć sama ze sobą. By ją podjąć, nie mogłam wiecznie chronić się pod szpitalnym parasolem. Starałam się też zrozumieć, że pielęgniarki, lekarze i panie kuchenkowe nie są moją rodziną. To tylko kolejna iluzja.

Matura. Anoreksja. Domowe nieporozumienia. Słaba ja. „To będzie bardzo trudny rok” – myślałam. Całą uwagę zamierzałam skupić na szkole. Egzamin dojrzałości był dla mnie podwójnym wyzwaniem. Stanowił przepustkę nie tylko na studia, ale też do serc mych nauczycieli. Najlepsze wyniki to jedyny sposób, by utkwic w pamięci profesorów jako solidna, dobrze przygotowana i rzetelna osoba. Gdyby tylko wiedzieli, jak bardzo zależy mi na ich uznaniu...

Postanowiłam tańczyć. Marzyłam o tym od dawna. Kochałam taniec i wiedziałam, że on mi pomoże. Znalazłam odpowiedni kurs i uśmiechnięta od ucha do ucha wparadowałam na lekcję jazzu. Mój zapał równie szybko ostygł, jak się rozpałił. Przerażone spojrzenia dziewcząt w garderobie dały mi dużo do myślenia. Zerkając na swe odbicie w lustrze na ogromnej tanecznej sali, poczułam, jakbym trafiła tu z balu kościotrupów. Moje ciało w niczym nie przypominało kobiecego. Próbowałam naśladować zmysłowe jazzowe ruchy, które prezentowała instruktorka, ale w moim wydaniu były one kanciaste i odrażające.

Ona kobieco kręciła biodrami, ja zarzucałam miednicą, ona robiła delikatne kroki, ja słuchałam, jak gruchoczą mi stawy. Najgorsze okazało się zakończenie – rozciąganie zmęczonych mięśni. Leżąc na drewnianej posadzce, czułam jedynie przeszywające cierpienie. Nie miałam problemu z mięśniami, gdyż nawet nie mogłam ich poczuć. Ból łopatek czy kości biodrowych nie pozwalał na wykonanie żadnego ruchu, bo każdy oznaczał otarcie kręgosłupa i siniaki na plecach. Po takim kursie byłabym najlepszym modelem lekarskiej obdukcji. Tylko niby co bym powiedziała? Że pobiła mnie anoreksja?

To już przechodziło ludzkie pojęcie! 23.46 i nic... Nadal byłam jak tępą mucha wpatrzona w książkę od biologii. Nie rozumiałam nawet jednego słowa. Co to są pierwotniaki? Nie mogłam się skupić. W mojej głowie myśli o śniadaniu biegały we wszystkich kierunkach... Po raz nie wiem który, czując się zdominowana przez anoreksję, napisałam do niej apel...

#### *Droga Anoreksjo!*

*Piszę do Ciebie, by spytać, dlaczego jeszcze jesteś. Znamy się od tak dawna, a ja wciąż nie mogę odgadnąć celu Twojego istnienia. Teraz, tu, dziś. Po co? Czy jesteś nałogiem, bez którego nie umiałabym żyć? Czy z przyzwyczajenia trzymam Cię za rękę i nie mogę odstąpić? Przecież wiem o Tobie prawie wszystko. Znam datę Twoich narodzin, byłam przy Tobie, gdy raczkowałeś, byłam, gdy stawiałaś pierwsze kroki, gdy dojrzewałaś i gdy byłaś bliska śmierci. Potrafię przewidzieć Twój kolejny ruch, każdy dzień. Wiem, kiedy się szyderczo uśmiechasz, co planujesz i jak bardzo chcesz przy mnie być. Nie wiem tylko, dlaczego teraz, znów. Nie wiem, jak przemówić Ci do rozsądku i przypomnieć, że bez Ciebie też potrafię żyć!*

„Czy apel pomoże? Czy będę mogła pójść jutro z Kaśką na pizzę? Czy zdołam się nauczyć biologii?” – myśli kołatały się po mojej zmęczonej głowie. Było już po północy, a ja wciąż nie przerobiłam tego całego rozdziału o roślinkach. Te sprytne żyjątka fascynowały mnie zresztą od dłuższego czasu. Są fenomenem wśród istot żywych. To niewiarygodne, że za sprawą odpowiednich komórek można żyć jedynie dzięki wodzie, odrobinie promieni świetlnych i dużej ilości tlenu. Dlaczego ludzie nie mogą przeprowadzać fotosyntezy?! Byłoby tak prosto... Szklanka wody, słońce za oknem, przewietrzenie pokoju i nieźle można by zaoszczędzić na jedzeniu...

Ujrzałam dziś siebie. Pierwszy raz od tylu lat zobaczyłam, kim jestem. O mojej chudości informował mnie jak dotąd jedynie ból łopatek ocierających się o oparcie krzesła. Dziś przekonałam się, że wyglądam jak szpilka. Rozpoznać mnie można po jaskrawej główce i przerażeniu, jakie wzbudzam. Nikt nie chce przecież być zranionym. Ja kaleczę wyglądem, słowem i dotykiem.

Osiół – taką ksywę postanowiłam sobie nadać. Wcale nie żywiłam niechęci do siebie, postanowiłam docenić swój upór i niczym osiół zaprzeć się rękami i nogami w dążeniu do wygranej. Mówiłam sobie: „Jestem uparta i wiem, że zwyciężę z anoreksją. Po raz kolejny chcę odbić się od dna. Dużo we mnie

strachu, dużo sprzeczności, ale nie zamierzam tkwić w tym beczynnie. Póki jeszcze mogę, będę walczyć!”.

Dziś przyszła mi do głowy kolejna fajna nazwa. Awansowałam z ośła na żuczka gnojarka. Ten mały robaczek idealnie odzwierciedlał moją sytuację. Jak on całe życie toczyłam tę moją kuleczkę z gnoju w nadziei, że się do czegoś przyda. Żuczek marzy, by zbudować domek, ja pewnie też... Jedyne problem to zapach tej mojej kuleczki i fakt, że ona czasem na mnie spadała. Przytłoczona takim olbrzymim śmierdzącym problemem ledwo miałam siły się podnieść. Otrzeptywałam jednak czuлки i zaczynałam pracę od nowa. Tak jak teraz wzięłam się do tego całego gnoju raz jeszcze!

Jaki miły dzień! To znaczy byłby miły, gdyby nie tata i jego superkomentarz na temat mojego wyglądu. A ja specjalnie włożyłam tę nową bluzkę, którą dostałam w prezencie od niego! Myślałam, że będzie mu miło, że powie jakiś komplement na powitanie. Dobra, wiedziałam: spodnie leciały mi z tyłka już na całego, no ale... Na dzień dobry komentarz: „Karolinko, chyba U S C H Ł A Ś od naszego zeszłego spotkania” był zupełnie nie na miejscu!

Czas to pieniądz, choć dla mnie upływające minuty były także jednoznaczne ze stratą kilogramów. W każdej sekundzie czułam, jak kolejne komórki mojego ciała nikły. Zerkając na zegarek, zastanawiałam się, jak długo jeszcze. Tik-tak, tik-tak... Gram-kilogram, gram-kilogram... Smutna melodyjka wciąż odtwarzała się w mojej głowie. Chciałabym zagłuszyć dźwięki tej okropnej płyty, ale wciąż tik-tak... gram-kilogram... Wystarczyło jedno spojrzenie w lustro. Bałam się, że za moment „mój gramofon” zagra jedynie marsz żałobny...

Najgorsza w tym wszystkim była bezsilność. Ktoś mógłby zarzucić mi bierność lub oddanie się w bezgraniczne sidła anoreksji i zaprzestanie jakiejkolwiek walki. Sama czasem winiłam się o to. Próbowалам wtedy wstać, powoli pójść do kuchni, zrobić jeden dodatkowy ruch, ugryźć kawałek jabłka... Skradałam się powoli, okrążałam owocową ofiarę, zerkając na jej soczystą skórę, wyciągałam dłoń i nagle TRACH! Obezwładniała mnie niemoc, ręce stawały się jak z waty, nogi drętwiały, wnętrze wypełniała gorąca maź, a przełyk zacieśniał się, zamykając wejście do głodnego żołądka. Nie mogłam jeść. To byłoby jednoznaczne ze śmiercią. Nie chciałam umrzeć, zadławiwszy się kawałkiem jabłka. Musiałam czekać, licząc na to, że wrota mojego brzucha kiedyś znów staną się otwarte.

O 4.55 pobudka – jak co dzień. Trudno zwlec mi się z łóżka, gdy na niebie jeszcze księżyc. Jednakże perspektywa śniadania była w stanie zmusić mnie do wszystkiego. Pobiegałam do łazienki, by upewnić się tylko, iż moje czterdzieści cztery i cztery kilograma są nadal nienaruszone. W porządku, teraz mogłam oddać się rytuałowi przyrządzania pysznego posiłku. Zaserwowałam sobie razowy tost (bez masła!), czyli około pięćdziesiąt osiem kalorii, z ciepłym mlekiem (sto mililitrów o zawartości 0,5% tłuszczu zmieszane ze stu mililitrami wody), czyli czterdzieści cztery kalorie plus odrobinka chudego twarożku ze szczypiorkiem (nie licząc zieleninki jakieś trzydzieści osiem, w porządku czterdzieści kalorii), zatem całość sto czterdzieści dwie kalorie. Miałam niedomiar ośmiu kalorii, rewelacja! Mogłam sobie spokojnie życzyć smacznego!

Spojrzenia w lustro bolały. Starałam się zatem ich unikać. Szerokim łukiem omijałam sklepowe zwierciadła, a od wczoraj myłam zęby z zamkniętymi oczami, by przypadkiem nie zerknąć na siebie znad umywalki.

Znacznie gorzej było z moimi rodzicami. Przerazenie, które widziałam w lustrze ich oczu, mówiło samo za siebie. Wiedziałam, że to raniło ich najbardziej. Wiedziałam to, ale nie potrafiłam nic zmienić. Jedyne, czego starałam się oszczędzić rodzicom, to ostentacyjnego obnoszenia się z moją anoreksją. W ich obecności wkładałam więc szerokie ubrania, a zmieniając odzież, szczególnie ukrywałam się w kącie własnego pokoju. Moje drobne oszustwa niewiele jednak dawały...

Prawie umarłam. Prawie postradałam zmysły. Prawie się udusiłam. Wszystkiemu winna była oczywiście ONA. Tym razem wcale nie chodziło o odebranie mi jedzenia czy utratę przytomności. Dziś anoreksja pozbawiła mnie czegoś o wiele ważniejszego. Zabrała mi mamę. Najbliższa mi osoba zostawiła mnie na pastwę tego chorobiska. Powiedziała, że nie może patrzeć, jak się głodzę, że szur na mej twarzy ją przeraża, że każdej nocy przychodzi sprawdzić, czy oddycham i jeszcze żyję, i że ma już dość. Moja mama ze zmęczenia odeszła. Tuż po porannej awanturze wyprowadziła się, mówiąc, że nie chce mnie znać...

Nie wiedziałam, co zrobić. W pierwszych chwilach myślałam, że to nieprawda, że ona żartuje. Drzwi trzasnęły, mama wyszła, a ja siedziałam przerażona. Zaraz potem poczułam się jak jelonek Bambi zostawiony na środku polany, wokół której krążyły wilki. Nie miałam możliwości ucieczki. Czułam, że czeka mnie śmierć, że teraz anoreksja pochłonie mnie w trzy sekundy. Widziałam te paskudne kły, kapiącą z mordy ślinę, zbliżające się wygodniałe stado. Wściekłe wilki nadchodziły z każdej strony. Krąg się zacieśniał, a ja powoli zaczęłam osuwać się na podłogę. Brakowało mi tchu. Pętla na mej szyi była coraz ciaśniejsza. Dusiałam się. Myślałam, że to koniec, że umrę. Złapałam za leżący obok telefon i zadzwoniłam na pogotowie.

Skończyło się na lekach. Nie chciałam jechać do szpitala. Wzięłam parę pigułek na sen, po których dziś wstałam o dwadzieścia minut za późno. Nie mogłam się uczyć. Nie mogłam przygotować się do odpowiedzi z niemieckiego. Wiedziałam, że zawiodę nauczycielkę. Znów zawałam.

Osiągnęłam kolejny stopień chorobowego szaleństwa. Pięłam się po szczepkach anorektycznej drabiny z szybkością światła. Czułam, że mój słaby mózg był coraz bardziej zainfekowany. Czułam, jak szare komórki w mojej głowie umierają. Zastępowały je stres, złość, płacz i niemoc. Bałam się tak bardzo. Strach mnie paraliżował.

Z każdą chwilą moje ciało robiło się coraz bardziej sztywne, zdrętwiałe, miałam napięte łydki i ramiona, szyja stała się skałą. Oczami wyobraźni widziałam, jak przemieniam się w ognistą lawę. Byłam czerwona z nerwów, parzyłam. Zastygając, odgradzałam się od świata, przestawałam czuć, przestawałam myśleć, nie potrzebowałam jedzenia ani miłości. Żyłam powietrzem. Jak głaz.

Ten stan pomagał mi przetrwać trudne chwile, ale tylko pozornie. Nie mogłam się uczyć, nie mogłam jeść, nie mogłam nawet rozładować napięcia, które we mnie siedziało. Biegając, szybko traciłam siły, krzycząc, przeszkadzałam sąsiadom, płacząc, okazywałam słabość. Jedyne, co mogłam robić, to płonąć dalej. Eksplodować w sobie niczym wulkan i zastygać, zabijać, tłumić, cichnąć...

Próbowałam wyrwać się z tej dziwacznej powłoki okrywającej moje ciało. Próbowałam walczyć z nią resztkami sił, póki jeszcze mogłam. Wiedziałam, że mam mało czasu, bo lawa rozprzestrzeniła się po całym ciele bardzo szybko. Jej gęstość zabijała każdą możliwą komórkę, a ja nie chciałam przecież stać się głazem...

„NIE! Nie poddam się!” – kołatało mi się w głowie. Resztkami sił naciągnęłam spodnie i wybiegłam z mieszkania. Przed wyjściem włożyłam do ust marchewkę, by mieć więcej sił. Biegłam, biegłam pędem w kierunku szpitala. Tam mi zawsze pomagali. Dopadłam autobusu, jak tygrys rzuciłam się na siedzące miejsce. Nie chciałam spalać już kalorii. Musiałam magazynować energię. Walczyłam z anoreksją. Szybko, szybko! Wpadłam do szpitala. Żelazne drzwi prowadzące na oddział nie pozwoliły mi dostać się do środka. Domofon! Zadzwoniłam po psychiatrę, mówiłam, że potrzebuję rozmowy, że to nagła sprawa! Tupiąc nogami z nerwów, czekałam, aż wreszcie wrota na oddział się otworzą.

Wyszedł do mnie znajomy psychiatra. Zaczęliśmy rozmawiać. Z każdą łzą wyrzucałam z siebie toksyny, odchody choroby, smutek, tęsknotę. Nie sądziłam, że czterdzieści minut obecności lekarza będzie w stanie wyrwać mnie z przepaści, w jakiej się znalazłam. Opanowałam się nieco. Dostałam kolejną dawkę leków i spokojniejsza wróciłam do domu. Przywitały mnie samotne ściany. Zażyłam następną dawkę uspokajaczy i poszłam spać.

Kolejny dzień nie przyniósł zmian. Od samego rana czułam ogarniający mnie niepokój. Jakaś dziwna siła ciągnęła mnie w dół, wpędzała w wir choroby. Mój mózg był wyczerpany, ciało bezwładne. Płacząc, zastanawiałam się, co zrobić. Wezwać pogotowie? Jechać na oddział? Zadzwonić gdzieś po pomoc? Nie miałam nikogo, kto byłby w stanie mnie zrozumieć. Ulgę odczuwałam jedynie w szpitalu. Tam odyskiwałam poczucie bezpieczeństwa, świadomość, że ktoś czuwa nade mną i nie pozwoli mi zginąć. A więc tak, musiałam wrócić do mego drugiego domu. Resztkami sił zaczęłam się ubierać, gdy nagle uświadomiłam sobie, że mam szkołę! Nie wolno mi przecież opuszczać lekcji. Co pomyślą nauczyciele? Kiedy zaliczę zaległe sprawdziany? Musiałam jechać na lekcje.

Przed wejściem do szkoły rozumiałam swój błąd. Rozmazany tusz do rzęs, brudny podkoszulek, stary dres i rozczochrane włosy nie stawiały mnie w dobrym świetle. Ludzie zerkali na mnie jak na obłąkaną. Mieli rację... Zaczęłam się denerwować jeszcze bardziej. Czułam wstyd i upokorzenie. Wbiegłam do gabinetu szkolnego psychologa. Padając ze zmęczenia na fotel, poczułam ulgę.

Ze szkoły odebrał mnie tata. Zaproponował wspólne wyjście na obiad. Ja potrzebowałam pomocy, ciepła, zwykłego okazania uczucia, a nie cholernego kurczaka w cieście.

– Jedziemy do szpitala! – krzyknęłam i uświadomiłam sobie swój błąd.

Zerkając na tatę, rozumiałam, że on wyciąga do mnie pomocną dłoń. Otarłam łzy i zgodziłam się na wyprawę do „chińczyka”.

Obiecałam sobie, że się nie poddam. Będę walczyć do końca. Zrobię coś ponad moje siły, będę jeść i wygram. Nie dam się zamknąć na oddziale. Nie ucieknę do nory, nie tym razem. Zamiast tego poszukam pomocy wokół siebie. Mam tatę, przyjaciół, nauczycieli i... mamę.

Weszłam do jej mieszkania. Siedziała na sofie, paląc papierosa. W dłoni trzymała puszkę piwa. Widziałam jej zapłakane oczy, opuchnięty nos. Bez słów wiedziałam, że czuje to samo co ja. Choroba stanęła na naszej drodze. Przerodziła miłość w nienawiść, zablokowała normalne uczucia, postawiła mur. Patrząc na mamę, chciałam powiedzieć, że ją kocham, tęsknię. Nie mogłam. To zaszło za daleko i nie ma odwrotu. Pozostał świat iluzji – wspomnienia dzieciństwa i dawnej troskliwości.

Zaczęłam się coraz bardziej niepokoić. Czułam, że osiemdziesiąt procent mojego ciała stanowi teraz anoreksja. Zważywszy na fakt, że CIAŁA ogólnie nie miałam dużo, można by stwierdzić, że byłam chodzącą anoreksją. Wszystko, co robiłam, jak się zachowywałam, a przede wszystkim jak wyglądałam, było chore. Nienawidziłam takiego stanu, bo wiedziałam, że tracę osobowość. Wydawało mi się, że ludzie, przebywając w moim otoczeniu, wciąż postrzegają mnie jako *anorexia nervosa*, a nie jako Karolinę. Zapominają, kim jestem naprawdę. Anoreksja uczyniła ze mnie kogoś, kim nie chciałam być. Tłumiła to, co we mnie najpiękniejsze. Czy ludzie zobaczą we mnie jeszcze kiedyś mnie?

Z każdym dniem więcej JEJ. Czułam, że jestem zjadana, staję się malutka, coraz mniejsza... Chciałabym, żeby ONA się mną udławiła. Może moje wystające żebra i ostre chrząstki utkwią w jej gardle i ją wreszcie uduszą? Może mnie wtedy wypluje i da mi normalnie żyć?!

Postanowiłam znów wezwać posiłki. Na przyjaciół było już raczej zbyt późno. Wybrałam tych najlepiej wyszkolonych. Ortopeda, endokrynolog i okulista powinni mnie zmobilizować do ratowania pozostałości moich organów. Drżj, anoreksjo!

Spokojne oczekiwanie w poczekalni szybko zostało jednak zakłócone. Najpierw jedna brzuchata przeszła korytarzem (co już mnie nieco wytrąciło z równowagi), a tu druga (w ósmym albo dziewiątym miesiącu) usiadła tuż obok mnie. Dotykała delikatnie swojego brzuszka, mówiła do niego czule. Łzy szybko pojawiły się w moich oczach. Nie mogłam znieść jej widoku. Wyobrażałam sobie noworodka, jego delikatny nosek, maleńkie usteczka, ciepłe rączki chwytające moją dłoń... A tu wyniki moich badań były jak policzek wymierzony tym marzeniom. „Czy ja kiedykolwiek odzyskam miesięczkę? Czy kiedykolwiek będę mamą? Przecież zupełnie pochrzaniłam całe swoje zdrowie! Jajniki rozregulowane, a hormony wcale nie pracują... Powinnam zacząć jeść, a nie potrafiłam!” – myślałam zrezygnowana. Wracając do domu, chciałam kupić sobie drożdżówkę. Stanęłam w kolejce i co? Stwierdziłam, że nie mam czasu, że kolejka zbyt wolno się posuwa. Głępszego pretekstu nie mogłam wynaleźć... Ale to był pretekst anoreksji. Nie chciała mnie zostawić!

Przedemną próbna matura. Przy moich stresach taki egzamin zdawał się bułką z masłem, choć ostatecznie wcale nie było mi łatwo. Idąc na test ze ściśniętym z głodu żołądkiem, czułam się jak ostatnia ofiara losu. Gdy wchodziłam już do metra, nagle zadzwoniła komórka. Odebrałam i zamurowało mnie – w telefonie usłyszałam głos dawnej znajomej mojej mamy:

– Cześć, Karolina! Co słychać? – zaczęła.

Nienawidziłam takich wstępów. No bo co miałam jej właściwie powiedzieć? Powinnam udawać, zachować pozory? Postanowiłam spytać wprost, w jakim celu zadzwoniła. Nie zamierzała owijać w bawełnę:

– Bo ja właściwie chciałam spytać, co słychać u mamy – wypaliła.

Nogi miałam już jak z waty, a serce waliło niczym oszalone. Milczałam.

– Karolina, czy u mamy wszystko w porządku? – powtórzyła zaniepokojona.

Boże, skąd miałam to wiedzieć?! Przecież mama się wyprowadziła, nie kontaktowałyśmy się ze sobą, ale ostatnim razem, gdy ją widziałam, za nic w świecie nie powiedziałabym, że COKOLWIEK jest w porządku.

– Wiesz, Karolina... – kontynuowała najdelikatniej jak mogła. – Ja właśnie znalazłam w gazecie nekrolog, że zmarła dziennikarka Danuta Kozłowska...

Nie potrafiłabym opisać tego, co wtedy przeżyłam. Nie zapamiętałam tego nawet. Nie mogłam się ruszyć z miejsca. W ciele paraliż, w oczach potok łez, w głowie chaos biegających myśli. Słyszałam przerażające szepty objające się o wnętrze mojej czaszki: „Mama nie żyje”. To dudniące echo rozsadało moją głowę. Gorąca krew wypełniała serce. Czułam, jak płonę. Myślałam, że eksploduję z gorąca.

Nagle pojawił się błogosławiony powiew trzeźwości. Przypomniałam sobie, że nim wyszłam z domu, mama przysłała mi SMS. Życzyła powodzenia na maturze. To znaczyło, że jeszcze rano żyła! Od razu spytałam więc, jaką datę miał ów nekrolog. Gazeta była sprzed dwóch dni... Fałszywy alarm... Zamknęłam na chwilę oczy, wyłączyłam komórkę i weszłam do metra, by zdążyć na próbny egzamin dojrzałości. Chciałam żyć normalnie...

\*

Było mi tak strasznie słabo. Zimno. Niemiło. Od trzech dni nie mogłam nic jeść z nerwów. Bardzo schudłam. Ważyłam trzydzieści dziewięć, no może czterdzieści kilogramów. Wciąż zbyt wiele trudów i przeżyć. Stres mnie zabijał. Nie miałam już siły żyć. Nie chciało mi się. Nie dawałam rady ani się uczyć, ani poruszać, ani uśmiechać... Nie chciałam się poddawać, ale było już chyba za późno, mimo że wciąż po głowie chodziły mi myśli: „A może kiedyś będzie lepiej? Czy to tylko kwestia czasu? Czy los znów wystawił mnie na próbę? Chce zbadać moją wytrzymałość? Może jak coś zjem, to poczuję się lepiej? Czy powinnam nadal walczyć? Od jutra zacznę od nowa... Na pewno będzie lepiej! Rano wszystko będzie inaczej. Teraz tak mi słabo, zimno, niemiło. Spróbuję zasnąć. Pod kołdrą będzie mi ciepło i przytulnie... Zasnąć i się nie obudzić?...”

I znów kap... kap... kap... Powinnam tyć. Nie powinnam spać. Jestem już tak wyczerpana, głód nie pozwala mi zasnąć. Do rana jeszcze tak daleko. Zamknę oczy.

Kap... kap... kap... Deszcz przypomina kapiące ciepłe mleko. Kap... kap... kap... piłam takie u babci na wsi – prosto od krowy. Kap... kap... kap... do tego jeszcze chrupiące grzanki z rozgrzanym masłem i słodkimi powidłami. Babcia zawsze się śmiała, że mam wąsy z mleka jak kotek, a śliwkowy nosek jak kominiarz. O, trochę mi już ciepłej. Dam radę do rana. Już niedługo. Na śniadanie coś tam zjem, ale teraz ten chłód. Kap... kap... kap...

Kap... kap... kap... O, tak mi zimno, ale jest już bliżej rana. Godzina trzecia. Jeszcze trochę dam radę. Jaki mrozący chłód. Jak mi zimno. Kap... kap... kap... aż boli z zimna. O, jakie przeszywające dreszcze. Nie czuję lewej stopy. Jest taka skostniała. Ręce też dziwnie zdrętwiałe, czerwone, lodowate. Kap... kap... kap... O, ktoś idzie – może mama? Pewnie zauważyła, że nie mogę spać... Czy to mama? Chyba przytula się do mnie, całuje w policzek. Ma takie lodowate wargi, śmieje się dziwnie. Dotyka mnie skostniałymi dłońmi, podsuwa poduszkę pod głowę i... zabiera ją nagle. Mówi coś... Kap... kap... kap...

– Wróciłam, kochanie. Jestem już przy tobie i obiecuję, że cię nie opuszczę. Będzie zimno, coraz zimniej, ale ciiii, już to czułaś. Dasz radę. Tak, dzielna dziewczynka. Ja z tobą będę, jak zawsze. Nie masz sił, kochanie? Zostanę do KOŃCA. Ciinii, już niedługo. Nie mów nic. Śpij. Już ciinii, już dobrze... Śpij, kochanie. Zaśnij powoli. Ciiii...

– Dobrze, mamoo...

Kap... kap... kap...

## POSŁOWIE

*Urodziłam się, bo musiałam. Nikt nie pytał mnie o zdanie. Przyszłam na świat, bo mi kazali. Zmarłam...*

– ze wstępu do scenariusza, który zaczęło pisać życie latem 1988 r.

Od czasu pierwszej publikacji „Diety (nie)życia” (2009 r.) nieomal codziennie otrzymuję od Was wiadomości. Jestem ogromnie wdzięczna za zaufanie, jakim obdarzacie mnie, pisząc maile bądź kontaktując się ze mną telefonicznie. Bardzo dziękuję za przesyłane mi gratulacje oraz słowa podziwu dla mojej „wygranej z anoreksją” oraz odwagi, by wprost mówić o temacie „(nie)codziennym” dla mas.

Kiedy pisałam pamiętnik (jeszcze jako nastolatka), nie planowałam go wcale publikować. Tym bardziej nie spodziewałam się, że dla tak wielu z Was będzie miał on duże znaczenie i realnie przyczyni się do zdrowienia – dodając otuchy i sił, by zmagać się z życiowymi perypetiami.

Dziś, po wielu zakrętach, nowych doświadczeniach, refleksjach i kolejnych krokach naprzód, zdecydowałam się wznowić publikację książki. Wahałam się, to prawda. Z obawy, by nie zostać ponownie zasufladkowaną. Ponoć książkę ocenia się po zawartości, a człowieka nie po złocie, jakim zdobione jego szaty – jednak w realnym życiu... jak wielu z nas o tym zapomina?

Wychodząc naprzeciw Waszym prośbom i pytaniom zadawanym w prywatnej korespondencji, pragnęłabym zwrócić Waszą uwagę przede wszystkim na ludzi. Tych, którzy tworzą Waszą codzienność, oraz tych, których czasem brakuje. Obecność drugiego człowieka i jego ciepłe słowa pomagają przełamać własne ograniczenia jedynie wtedy, kiedy mamy odwagę i gotowość, by przyjąć to, co mówi. Usłyszeć, nie tylko słuchać.

Kilka lat temu zmarła znana mi osoba chorująca na zaburzenia odżywiania. Potem w moim otoczeniu znalazły się dwie kolejne ofiary anoreksji. Dziś piszę posłowie, bo się boję.

Publikuję książkę, by ostrzec Was i Wasze rodziny – nadajmy wartości temu, co naprawdę liczy się w życiu.

*Bo w każdym z nas są dwa wilki, wygrywa ten, którego się bardziej karmi.*

Z pozdrowieniami  
Karolina

## PODZIĘKOWANIA

Kieruję je do osób, których realne działania, słowa i postawy, a zwłaszcza ich autentyczność oraz obecność potwierdziły, że „być człowiekiem” znaczy coś więcej niż „być”.

Dziękuję Pani Prof. Barbarze Bokus, Joannie Walczak, Pawłowi Żerebieckiemu, Aleksandrze, Paulinie Duli, Terry Spencer-Hesser, Pani Bożenie Garus-Hockubie, Oldze Cerkaskiej, Magdalenie Chojnackiej, Pani Dorocie Werkowskiej, Panu Maciejowi Lachowi, Pani Annie Świątek, Agnieszce Sołtys, Agacie Papier-Zwierz, Bożenie Cichopek, Annie Boguckiej, Markowi Prokopowiczowi, Karolinie Pałce, Błażewi i Magdzie Sobczakom, Marcinowi Śnieżce, Filipowi Bekasowi, Mateuszowi Hładkiemu, Barbarze Hasiak, Katarzynie Fukacz-Cebuli, Katarzynie Ślesickiej, Agnieszce Strauss, Małgorzacie Zarzyckiej, Pawłowi Sicie, Karolinie Bielawskiej, Laurze Samojłowicz, Ewie Olejniczak, Pani Agnieszce Rylik oraz Mikołajowi Budzikowskiemu.

Za zdrowie – najmocniej dziękuję Panu Cezaremu Żechowskiemu oraz Markowi Braszkieviczowi, a także pozostałym godnym zaufania, rzetelnym i polecanym przeze mnie specjalistom zakresu medycyny, dietetyki i sportu, których to bezcenna empatia, szacunek i ludzka postawa przekonywały, by nawet w chwilach zwątpienia dbać o swój organizm – z myślą o lepszym jutrze.

Za bezcenne towarzystwo i punkty zwrotne dla „psyche” dziękuję Panu Flinstonowi.

Za wygrane ciepło – Mamie, Dziadkowi i Babci.

A także Romie i Bodo – przez których to symbol jedzenia ponownie uznałam za ważny.

## LISTA POLECANYCH KONTAKTÓW:

**Cezary Żechowski (dr nauk medycznych, psychiatra, psychoterapeuta)**

<http://www.psychologia.wfch.uksw.edu.pl>

e-mail: [cezech@poczta.onet.pl](mailto:cezech@poczta.onet.pl)

**Anna Nowak (psychiatra)**

[www.ipin.edu.pl](http://www.ipin.edu.pl), [www.terapiadialog.pl](http://www.terapiadialog.pl)

**Anna Bortkiewicz (psychiatra)**

[www.propsyche.pl](http://www.propsyche.pl)

**Agnieszka Ciołkiewicz (psycholog, terapeuta)**

[www.ipin.edu.pl](http://www.ipin.edu.pl)

**Robert Rutkowski (psycholog, terapeuta uzależnień)**

[www.robertrutkowski.pl](http://www.robertrutkowski.pl)

**Joanna Anna Walczak (psychodietetyk)**

[www.talerzzdrowia.pl](http://www.talerzzdrowia.pl), [www.arsedo.pl](http://www.arsedo.pl)

**Lucyna Pachocka (dietetyk)**

[www.ekspertdietetyki.pl](http://www.ekspertdietetyki.pl), [www.izz.waw.pl](http://www.izz.waw.pl)

**Ewa Trusewicz (dietetyk)**

[www.dietaifitness.pl](http://www.dietaifitness.pl)

**Łukasz Kowalski (dietetyk)**

[www.180rekompozycja.pl](http://www.180rekompozycja.pl)

**Jakub Czaja (dr farmacji)**

[www.aktywnadieta.pl](http://www.aktywnadieta.pl)

**Paweł Żerebiecki (dietetyk, trener personalny)**

e-mail: [pawel.zerebiecki@gmail.com](mailto:pawel.zerebiecki@gmail.com)

**Anna Wawrocka (dietetyk, trener personalny)**

e-mail: [wawrocka.anna@gmail.com](mailto:wawrocka.anna@gmail.com)

**Łukasz Bort (trener personalny)**

[www.lukaszborbort.pl](http://www.lukaszborbort.pl), [www.elitezone.com.pl](http://www.elitezone.com.pl)

**Agata Correia (trener pilates)**

[www.agatagrzebiela.com](http://www.agatagrzebiela.com)

**Marek Braszkievicz (endokrynolog)**

[www.endokrynolog.waw.pl](http://www.endokrynolog.waw.pl)

**Witold Tomaszewski (endokrynolog)**

[www.ihit.waw.pl](http://www.ihit.waw.pl), [wtomaszewski@ihit.waw.pl](mailto:wtomaszewski@ihit.waw.pl)

**Grzegorz Południewski (ginekolog)**

[www.grzegorzpoludniewski.ginweb.pl](http://www.grzegorzpoludniewski.ginweb.pl)

**Marta Leńska-Mieciek (neurolog)**

[www.szpital-orlowskiego.pl](http://www.szpital-orlowskiego.pl)

**Wanda Lipczyńska-Łojkowska (neurolog)**

[www.terapiadialog.pl](http://www.terapiadialog.pl)

**Karolina Wawiernia (proktolog)**

[www.szpital-orlowskiego.pl](http://www.szpital-orlowskiego.pl)

**Mirosław Jarosz (gastroenterolog)**

[www.szpital-brodnowski.waw.pl](http://www.szpital-brodnowski.waw.pl)

**Grażyna Rydzewska (gastroenterolog)**

[www.cskmswia.pl](http://www.cskmswia.pl), [www.przychodnia-prima.pl](http://www.przychodnia-prima.pl)

**Dodatkowe informacje dostępne na stronie**

[www.karolinaotwinowska.pl](http://www.karolinaotwinowska.pl)

**Podpisy do zdjęć (wkładka kolorowa)**

*Szczęśliwe chwile dzieciństwa.*

*Kiedyś nie miałam problemu z jedzeniem...*

*Za kratami szpitala.*

*Kodeks anorektyczek obejmował półgodzinne „odsiadki”. Po zakończeniu posiłku przesiadałyśmy się na wygodniejsze fotele, aby rozpocząć proces „zawijywania sadelka” pod bacznym okiem personelu. Poza normalnymi posiłkami obowiązywały nas odżywki. Kaloryczny koktajl o smaku wanilii lub truskawki miał pomagać tym najbardziej wychudzonym.*

*Zdjęcia to nie tylko pamiątki, ale również forma terapii. To dzięki nim przekonałam się o tym, jak rzeczywiście wyglądałam...*

*Odrabianie zaległości... Praca wolontariuszki w schronisku „Na Paluchu”.*

*Towarzyskie spotkania.*

*Czy mogę jeść i być szczęśliwa?*

*Niezapomniany wyjazd do Londynu.*