



"Этим утром я решила перестать есть"

Читайте больше **БЕСПЛАТНОЙ** литературы
в онлайн-библиотеке
mir-knigi.org

Жюстин

ЭТИМ УТРОМ Я РЕШИЛА ПЕРЕСТАТЬ ЕСТЬ

Спираль

Сегодняшнее воскресенье похоже на все остальные, начиная с ноября 2003 года. Семейный обед с папой, мамой, двенадцатилетней сестрой Клотильдой и двухлетней малышкой Жанной. Обстановка натянутая. Мне — четырнадцать лет, я старшая среди детей, а еще воспитанная, вежливая, почтительная, лучшая ученица в классе, но мне надоело здесь сидеть. Я убираю свою тарелку и приборы, освобождаю кухонный стол и вытираю крошки с цветастой клеенки. Я не выношу беспорядка. Чувствую, что глаза родителей следят за моими аккуратными, но быстрыми жестами. Я ненавижу попусту тратить время.

За моей спиной раздается резкий голос мамы:

— Жюстин, я сама все сделаю! Мы не торопимся! Ты не закончила есть!

Ей вторит голос папы:

— Дай маме самой все сделать, Жюстин!

Не могу дождаться конца обед, хочу скорее спрятаться в своей комнате, подальше от осуждающих взглядов. Мне нужно сделать домашнее задание, и меня терзает огромный прыщ на щеке. Я хочу, чтобы он исчез точно так же, как и остатки этой мучительной трапезы.

Открываю холодильник и созерцаю ряды баночек с йогуртом: с одной стороны — «натуральные», с другой — «с наполнителями». Это я их так аккуратно расставила по полкам. Мне нужны ориентиры. Как обычно, не знаю, какой выбрать.

«Жюстин, ты ничего не съела. Ты больна! Ты видела себя в зеркале?», «Ты, в конце концов, умрешь от своих глупостей! Ты хочешь попасть в больницу?» — и так все время замечания по поводу содержимого моей тарелки (тертой моркови и листьев салата). Я стала объектом насмешек.

Раньше было не лучше: «Жюстин, хватит объедаться, ты превратишься в жирную корову», «Однажды ты получишь звание Мисс Олида». Я тогда не знала, что это марка колбасных изделий... Когда будущая Мисс Олида решила сесть на диету, они не поверили: «Ну, конечно, как же. Через неделю посмотрим!» Вот и смотрят. Я стала борцом против домашней еды.

Добила меня история с запеченной под сыром картошкой. Я поклялась ее не есть и тут же проглотила, чувствуя себя ничтожеством и бездарностью. Как раз перед этим я взвесилась. Положение было катастрофическим. При росте один метр семьдесят три сантиметра я весила семьдесят шесть килограммов. Это много, особенно когда слышишь, как девочки из класса гордо говорят: «У меня вес — пятьдесят килограммов», и когда маленький идиот из коллежа обзывает тебя жирной индюшкой «с толстыми ляжками и толстым задом». Это приводит в отчаяние. Я опускаю руки и начинаю плакать от унижения. Моя лучшая подруга утешает меня, но, хоть она и говорит, что он дурак и плакать из-за этого не стоит, я чувствую себя некрасивой. Маленькие «дураки» из коллежа смотрят только на девочек, которые весят сорок пять или пятьдесят килограммов и приходят на занятия с голым животом, накрашенные и одетые, словно на показ мод.

Я не могла больше слышать подобных высказываний, ни в коллеже, ни дома. И как всегда защищала меня только бабушка, папина мама. Когда-то она была королевой красоты, но заботы и тревоги сделали ее тучной. Фотография, запечатлевшая коронавание двадцатилетней бабушки, великолепна. Там у девушки красивое белое платье, кожа, как у фарфоровой куклы, черные волнистые волосы со стрижкой каре и большие глаза. Тогда она была худенькой, но не чрезмерно, с очень женственными округлостями, — совсем не такая, как сегодняшние скелетообразные топ-модели. Для меня она всегда была воплощением настоящей, естественной красоты, и я хотела бы быть похожей на нее в том же возрасте. И только одна бабушка вставала на мою защиту, когда меня называли «жирной короной», И даже сердилась.

— Перестаньте так называть ее! Вы ее с ума сведете!

На кухне она успокаивала меня:

— Не обращай на них внимания, Жужу. То, что они говорят, это большое зло и это неправда. Поверь мне, ты красивая, и так тебе очень хорошо. Наплевать на эти килограммы, они уйдут, когда ты вырастешь...

— Спасибо, бабуля.

Увы! Я верю больше критическим замечаниям родителей, чем ее утешениям. Плохое запоминается лучше.

И на этот раз я окончательно объявила голодовку, слишком часто я этим грозилась. Раз шесть или семь я пыталась взять под контроль свой рацион, но не выдерживала. Не знаю, почему, но именно после этой картошки, запеченной с луком, беконом и сыром, я почувствовала тошноту. Они мне не верили, и я решила показать все, на что способна.

Я держусь два месяца и потеряла уже почти десять килограммов. Еще немного, и я окончательно справлюсь с этим чересчур полным телом, слишком жадным до вкусенького и жирненького. Покончено с тортами, пирожными с кремом, с хлебом, сыром и шоколадом. Яростное упорство помогает мне справиться с муками голода. Когда я в первый раз отказалась от десерта моей мамы, она рассмеялась.

— Да этого не может быть! Жюстин села на диету!

Чем больше надо мной издеваются, тем тверже я держусь. Раньше меня называли «жирной короной», теперь песенка сменилась:

— Ты страшная, ты ничего не ешь.

Дома за столом сидит мама, и я заставляю себя проглотить немного горячего блюда, но в столовой в коллеже за мной никто не следит, и я могу вообще ничего не есть. Ничего. Я усвоила манеру играть с едой, режу ее и делаю вид, что подношу кусочки ко рту, но, к сожалению, мои уловки заметны. Моя лучшая подруга той поры обо всем догадывается.

— Ты же ничего не съела. Ешь!

Не знаю, на чем остановиться. Не могу это есть.

Сегодня перед холодильником все также: я словно парализована необходимостью выбора. Не знаю, что съесть, и никак не могу решиться протянуть руку ни к фруктовому йогурту, ни к обезжиренному. Я во власти навязчивой идеи. Раньше я с наслаждением ела тушеные почки,

приготовленные моей бабушкой, объедалась вкусными домашними блюдами, заглывала шоколадные пирожные, а теперь меня парализует вид йогурта. Мне нужно произвести в уме подсчеты. Необходимо, чтобы вся съеденная за день пища поместилась в одну чашку, — так я представляю себе максимальную ежедневную порцию еды. В чашку, например, можно положить ломтик ветчины, три стручка горошка и йогурт. Если содержимое превышает объем емкости — это катастрофа. А я уже сбилась со счета из-за этого дьявольского воскресного обеда. Мне нельзя есть жир, сыр и хлеб, а мясо нужно резать на крошечные кусочки...

В конце концов, все еще сомневаясь, я беру натуральный йогурт, из тех, где ноль процентов жира. Я слышу разочарованный вздох мамы.

— Так ты далеко не уедешь, дочка...

Я спускаюсь в свою комнату в подвале для того, чтобы не слышать новых замечаний, которые, несомненно, приведут к новым спорам. «Жюстин то, Жюстин это...» Далее вмешивается моя сестра Клотильда: «Не знаю, что с ней, она все время плачет». Даже маленькая Жанна подает голос: «Жюстин заболела?»

Что стало с Жюстин? Она была веселой, а стала грустной. Она была толстой, а стала худой. Исчезли пухлые щеки. Зачесанные назад каштановые волосы, полные задумчивости карие глаза. Родители считают мою мечту несбыточной — мечту стать красивой, элегантной, уверенной в себе, носить тридцать восьмой размер джинсов и спокойно встречать взгляды мальчиков, как моя лучшая подруга, которая ест все, что хочет, и не поправляется ни на грамм.

Я прохожу через гараж в свою каморку, которую мне отвели после рождения Жанны. Меня терзает обида. Почему мы не переезжаем в другую квартиру, если нам не хватает места? Об этом не может быть и речи, мы еще не оплатили кредиты. Почему тогда не обустроить мансарду? Об этом не может быть и речи, слишком дорого. Моя мама — продавщица, папа — программист, у нас маленький домик с маленьким садом, мы небогатые, но деньги — это постоянная забота, вечная тема, возникающая в конце каждого месяца. Папе надо кормить трех дочерей! И он меня «закормил»... заповедью, которую можно вывесить на двери нашего дома: «Никогда никому ничего не будь должен». У нас все есть, но все рассчитано до копейки.

Мама спускается ко мне, вся в слезах:

— Ты понимаешь? Происходит что-то не то. Ты уже не можешь съесть фруктовый йогурт, а ведь до этого практически ни крошки не проглотила!

Я понимаю, что ей мое поведение кажется ненормальным, а фруктовый йогурт — это ведь чепуха. Только у меня на него не хватило сил. Я смотрела на него, но взять в руки так и не смогла. Я хочу покоя, хочу свободы! Свободы: не есть то, что не хочу есть. Мне надоело притворяться, перебирая вилкой содержимое моей тарелки под неодобрительными взглядами. Мне надоело подчиняться. Надоело быть послушной девочкой, лучшей ученицей в классе. Мне надоел мой отец, который возвращается домой поздно вечером и ест один у себя в кабинете. Надоели споры, чувство ответственности. Надоели воскресенья, заполненные препирательствами. Надоело все, что раньше казалось нормальным. Когда раньше? Сейчас я уже точно не знаю. Слово «надоело» выражает то, чего я не знаю о себе и о своей короткой жизни. Я хочу похудеть, вот и все. Маме, кстати, это тоже не помешало бы. Иногда я ей со злостью говорю об этом. Мне кажется, что после рождения младшей сестры она распустилась. Мне кажется, что папы никогда нет дома, что мы его совсем не видим. Мне кажется, что мама и папа слишком часто ссорятся. Мне кажется, что у них нет согласия между собой. Раньше они

говорили, что я слишком толстая, а теперь я стала слишком худой? Я хочу соблюдать свою диету без их вмешательства.

Но мама настаивает:

— Ты не ела паштет и хлеб, ты взяла только кусочек постного мяса. Ты понимаешь? Ты заболеешь.

— Силой вы не заставите меня есть, я сама решу, что мне делать. К тому же я гораздо сильнее, чем вы думаете, я сумею остановиться. Еще два или три килограмма — и все.

— Ты сама видишь, что-то не так. Тебе нужна помощь, ты уже не можешь полноценно питаться. И все твои ритуалы — это ненормально.

Ритуалы? Да это просто привычка! Пользоваться только своими приборами, всегда одними и теми же, расставлять еду по сортам... Может быть, я слишком усердствую, но я такой была всегда, всегда любила порядок. Я и домашние задания аккуратно переписываю, иногда по два раза. Я просто села на диету. Это не болезнь!

— За столом ты все время смотришь на часы.

Каждые пять минут. Можно подумать, что есть вместе с нами для тебя невыносимо.

Есть — это терять время. У меня мало времени, я хочу использовать его для жизни, а за столом время останавливается. Мне скучно, когда я ем. С двенадцати лет, с тех пор как у меня начались месячные, я с ужасом понимаю, что время проходит слишком быстро. Двенадцать лет, а моя жизнь уже кончилась! Я даже плакала в тот день из-за того, что пронеслось двенадцать лет моей беззаботной до этого жизни. Самое прекрасное уже в прошлом. Я уже старая, скоро я стану матерью, потом бабушкой, а потом умру, так чего тут тянуть? Можно умереть и сегодня!

Родители, конечно, смеются надо мной:

— А мне что тогда говорить? Мне тридцать пять лет!

— А мне? Мне-то скоро сорок!

Я во всем дохожу до крайностей. Я всего боюсь.

И жизни, и смерти. Я застенчива, поддаюсь влиянию, я принимаю всерьез любое критическое замечание, я кажусь себе не настолько интересной, насколько хотела бы быть, то есть не уникальной. Ума тут недостаточно. Да и умной я себе не кажусь, просто прилежной, хорошей ученицей, сознательной даже выше школьных требований. Все это мне уже не нужно. Образ послушной и примерной лучшей ученицы в классе меня тяготит, но я не решаюсь его уничтожить. Кухня, полки, забитые едой, дом — все мне надоело. Я хотела бы навести здесь свой собственный порядок. Если бы я могла жить одна... Без поучений, без обязательных семейных обедов «салат, горячее, десерт». Я не выношу больше семейные обеды.

— Я хочу сама решать, что мне есть!

— Да ты ничего не ешь! Это анорексия!

Первый раз это слово звучит в связи со мной.

Я считаю (тогда я еще ничего не знала о такой болезни), что при анорексии человек вызывает у себя рвоту. Я этого не делаю, то есть, анорексии у меня нет. Я худею потому, что хочу этого, а это совсем другое. У меня есть цель, и я хочу ее достигнуть.

За несколько месяцев до начала моей диеты я все время ела. А потом самым глупым образом сломала себе ногу, впервые встав на коньки. В результате — неподвижность в течение долгого времени, абсолютная невозможность подниматься и спускаться по лестнице, то есть конец изоляции в подвальной комнате, куда родители отправили меня для того, чтобы освободить место для новорожденной. Пришлось поднять меня в «семью», в комнату Клотильды. От скуки я непрерывно ела и растолстела. Шесть месяцев усиленного питания. Может быть, мой отец, действительно, имел основания называть меня Мисс Олида, хотя я и плакала из-за этого в одиночестве в своем углу. Я сторожила маленькую сестру, любимицу всей семьи, Жанну, и, несмотря ни на что, продолжала обедаться.

Теперь с «жирной коровой» покончено. Я решила стать тоненькой и красивой и буду худеть до тех пор, пока не почувствую себя хорошо. Тут речь идет о моем теле, о единственной вещи, которая принадлежит только мне. Решение мое непоколебимо, я умираю от недоедания, в животе бурчит, а поскольку я всегда любила поесть, рот наполняется голодной слюной. Когда я делаю бутерброд с орехово-шоколадным кремом для младшей сестры, у меня текут слюнки уже по двум причинам: от желания съесть его и от невозможности это сделать. Я даже не облизываю ложку. Боюсь сорваться.

Я ничего не знаю про эту пресловутую анорексию, о которой мне говорят, и совершенно не чувствую себя больной. И то, что последнее время мне постоянно о ней напоминают, меня раздражает. Когда тебя воспринимают как больную, это унижительно. Я очень хорошо себя чувствую.

Мама без конца беспокоится обо мне, о чем я догадываюсь, но от разговора на эту тему отказываюсь. Папа заговаривает за столом о моей болезни. Плач и споры, причиной которых я являюсь, звучат над моей тарелкой. А я хочу спокойствия.

Я контролирую свою диету. Единственная вещь, которую я приму, это совет: как выбрать какие-то продукты, как совершенно устранить другие. Каким было бы счастьем иметь под рукой подробную инструкцию — утро, день, вечер, с понедельника по воскресенье, с количеством поглощаемых калорий и необходимых для этого продуктов. Я люблю порядок. Точность. Кстати, я сама завела тетрадь, в которую выписываю из журналов все сведения о калорийности продуктов.

Но вот вмешивается и школа. Учитель географии, потом учитель математики. Я их очень люблю, но моя диета касается только меня.

— Жюстин, мне надо с тобой поговорить после урока. С тобой творится что-то неладное, посмотри на себя, ты стала совсем худая, ты потеряла всю свою живость, ты уже не такая веселая, как раньше. Что происходит?

Я понимаю, что имеется в виду: «Ты стала некрасивой, ты непривлекательна». Плохая оценка за внешний вид. Но я не чувствую слабости. Я работаю даже больше, чем раньше. Я горжусь собой. Мое тело окончательно стало моим. Теперь я дошла до шестидесяти килограммов. Это именно то, чего я хотела. У меня все получается. Я занимаюсь очень усердно. Почему им всем кажется, что я заболела?

Доходит очередь до школьной медсестры.

Ты в столовой ешь? Что ты ешь?

— Я слежу за едой, я сейчас ем меньше, я на диете.

— Следить за едой в твоем возрасте неплохо, но самостоятельно садиться на диету не всегда хорошо. Это может вызвать тяжелые заболевания. Я должна предупредить твоих родителей. Им надо быть повнимательней к тебе и, если это необходимо, обратиться к специалисту.

— Ну нет! Об этом не может быть и речи! Все хорошо, я вас уверяю! Я прекрасно себя чувствую!

Про себя я думаю: «Болтай-болтай... Еще один или два килограммчика, я еще не добилась своей цели».

Но, когда цель в виде еще одного потерянного килограмма достигнута, мне этого мало. Я продолжаю. Еще чуть-чуть уменьшить объем бедер, еще один килограмм — и я остановлюсь.

Как-то на перемене в школьном дворе моя лучшая подруга тоже пыталась меня переубедить.

— Послушай, Жужу, так ты великолепна! Прекращай!

— Я хочу хотя бы до пятидесяти пяти дойти.

На этот раз планка высока — пять килограммов. Реву! Я словно хочу избавиться от проблемы окончательно, заявить себе раз и навсегда: «Мой рост один метр семьдесят три сантиметра, мой вес — пятьдесят пять килограммов, мне скоро пятнадцать лет, я красива. Больше ничего менять не нужно!»

Я не чувствую никакой опасности. У меня совершенно нет ощущения, что я попала в гибельную спираль, справиться с которой уже не смогу. Наоборот. Я считаю, что достигну цели и остановлюсь. Упрямство является одним из моих главных недостатков (иногда оно может быть и достоинством), я решилась получить то, чего хочу, и обычно всегда получаю то, чего хочу.

В январе моих родителей вызывают в колледж к их огромному огорчению. Маме это кажется очень унижительным.

— Ты отдаешь себе отчет в том, что происходит?

Нас считают родителями, которые не занимаются своим ребенком. Недостойными родителями.

С этого дня мама решает победить меня упорством. Она действует мягко, пытается внушить, что я добилась идеального веса и теперь очень красива. Но я продолжаю сопротивляться. После того как я отказалась съесть фруктовый йогурт, мама уже не оставляет меня в покое. В конце концов она добивается компромисса: мы пойдем на прием к диетологу. Это все, на что я соглашаюсь: так я надеюсь получить более совершенную технику подсчета калорий.

— Хорошо, но не специалист по вопросам питания, не психолог, а только диетолог. Договорились?

Она в конце концов обманула меня. Я попадаю на прием к специалисту по питанию, к настоящему специалисту по анорексии. Я в бешенстве! Я решила похудеть до пятидесяти килограммов и все равно это сделаю!

У меня анорексия? Никогда!

Я совершенно несогласна вместо того чтобы пойти на неофициальную встречу к диетологу, мама тащит меня на неофициальную встречу к диетологу, мама тащит меня силой в больницу. Как больную. К специалисту по питанию, к эндокринологу.

— Я не хочу туда идти.

— Подожди, посмотри на этого врача, ты его еще не видела.

— Я тебя предупреждаю, это первый и последний раз.

— Он может помочь тебе...

— Да зачем? Если только он мне скажет, что нужно есть, я сразу уйду. Во-первых, почему ты меня туда ведешь? Если я больна, я хочу вылечиться сама. А во-вторых, я НЕ больна, я на диете — вот и все. Я сама прекрасно контролирую, мне не нужен врач, он не скажет мне ничего интересного!

Я нервничаю, чувствую тревогу, я на грани истерики и совершенно не хочу туда идти, я хочу, чтобы меня оставили в покое, я хочу, чтобы ко мне не приставали. Я дрожу как осиновый лист, вся взмокла, руки вспотели. Вслед за гневом приходит страх и унижение. Мою свободу снова ущемляют, и на этот раз серьезно. Убежать я не могу, я несовершеннолетняя. Мне надоело. Надоело соглашаться. Все время одно и то же: «Жюстин, сделай так», «Жюстин не делай так», «Жюстин — переезжай в подвал, ты — старшая, ты должна уступить свою комнату», «Жюстин, ешь», «Жюстин, ты ничего не съела», «Жюстин, ты больна».

Нас заставляют ждать около полутора часов в какой-то стеклянной комнате. Я теряю время — это невыносимо. Да за кого он себя принимает, этот врач? Наконец он приходит. Я вижу его сквозь стекло: он маленький, с проседью, его вид не внушает доверия. Я в свои четырнадцать лет выше него! Несмотря на мой вес «пера», я вхожу в кабинет, готовая к бою.

Он показывает мне на большое черное кожаное кресло, а сам садится за письменный стол.

— Ну, что ты хочешь мне рассказать?

— Мне нечего вам сказать, это не я хотела к вам идти...

Не надо, наверное, было этого говорить.

— Если ты хочешь уйти, уходи.

— Я неправильно выразилась, но сказать мне вам действительно нечего, мне кажется, что со мной все хорошо. Мне нужна только информация, чтобы подпитать свой организм, мое питание видимо недостаточно.

Мама сидит рядом со мной и со слезами на глазах прерывает меня. Она выкладывает все: с ноября месяца все плохо. Я постоянно в подавленном настроении, у меня идеи фикс, компульсивные расстройства, навязчивые состояния, приводящие в ужас всю семью. Она рассказывает все в подробностях. Потом объясняет профессору, что я слишком сильно хочу похудеть и что дальше так продолжаться не может, иначе меня нужно будет

госпитализировать.

Мне хочется ее укусить, я отрицательно качаю головой и пожимаю плечами.

Профессор обращается ко мне.

— После того, что я услышал, я должен с сожалением сообщить тебе, Жюстин, что ты страдаешь ментальной анорексией.

Не сказав больше ни слова, я опустошаю упаковку одноразовых носовых платков. Ненавижу этого человека, бросающего мне в лицо такое страшное обвинение. Это первый удар. Не могу слышать слово «анорексия». Я читала в журнале или видела в каком-то фильме историю о топ-модели, молодой женщине, которая засовывала себе пальцы глубоко в рот для того, чтобы вызвать рвоту и не толстеть. Но это же не про меня. Назвать меня анорексичкой — значит уподобить этой ужасной женщине.

Я выхожу из больницы все еще в слезах. Плачу весь вечер. Это просто приговор — таким двусмысленным кажется мне медицинский термин. Я не верю. Почему «ментальная»? Я не сумасшедшая. Я плохо вела себя с мамой и проявила невежливость. Обычно я так не делаю, просто ее занудный рассказ о моих так называемых навязчивых идеях рассердил меня.

Я возвращаюсь домой с памяткой, где объясняется, как взвешивать еду, и где приводится список того, что я должна есть — сколько граммов овощей, молочных продуктов, йогуртов, сколько граммов хлеба, рыбы — и пить (минимум, два стакана воды в день), а я ничего никогда не пью, боюсь, что ноги отекут. Правда, сегодня, в понедельник двенадцатого апреля 2004 года, перед визитом к врачу я выпила столько воды, сколько смогла, для того чтобы весы доктора показали цифру побольше. Детская уловка, иллюзорная ложь. Я ненавижу этого человека, который сказал мне с иронией, словно пятилетнему ребенку:

— Если мадемуазель захочет еще раз посетить меня, это доставит мне удовольствие. Надеюсь, что к следующему визиту она прибавит в весе и попытается принимать пищу в количествах, необходимых для нормального функционирования организма.

Следующий прием через два с половиной месяца. Вот так, привет, все кончено. Я должна взвешивать всю пищу и запихивать в себя калории для удовольствия всех окружающих. А кто делает что-нибудь для моего удовольствия? Кто меня слушает? Почему мне мешают худеть так, как я хочу, словно я совершаю какое-то преступление? Меня поставили в угол! Я плохая девочка, которая делает то, что в голову взбредет! Девочка, которая непочтительно разговаривает со своей матерью!

Странно, я думала, что после больницы родители устроят мне разнос. Я ждала замечаний по поводу своего поведения у врача, но они ласковы со мной как никогда.

— Моя Жужу, мы тебе поможем. Мы вместе с тобой победим эту болезнь.

Все вместе со мной? Они говорят, что начинается мое выздоровление, а я вовсе не чувствую себя больной.

Я ничего не отвечаю, я плачу. У меня, чуть что, слезы всегда катятся градом, и я пользуюсь всплеском материнской нежности, мне так сильно и так давно ее не хватало. Моя мама любит своих детей, но она скупа на поцелуи, которые нужны мне в неограниченном количестве. Она часто отталкивает меня, называет прилипчивой... Такой у нее темперамент, нежность — не основное ее достоинство. А теперь она обнимает меня и утешает, а я наслаждаюсь редкой

удачей.

Кажется, вся семья решила, что шок от неожиданной консультации вернет меня в строй, другими словами, на прямую дорогу семейного питания.

Они смирились с мыслью о «болезни». Бедная Жюстин больна, доктор это подтвердил, надо помочь ей выздороветь.

Что же касается меня, я слышала определение так называемой болезни, но и только. Я с ним еще не согласна. Вечером я ем, как следует, потому что чувствую мотивацию, как чувствуешь мотивацию, начиная диету. Быть может, еще для того, чтобы ослабить напряженность, доставить удовольствие родным, для того, чтобы они оставили меня в покое. Но на следующее утро все начинается снова, я опять ничего не ем. Я даже не взвешиваюсь после вчерашнего ужина — так боюсь, что потолстела. Во вторник убеждаюсь в том, что мой вес не изменился. Цифра должна была бы успокоить меня, но вместо этого она меня нервирует. По моей программе тот же вес, что и накануне, недопустим, я должна терять минимум двести граммов в день.

И я ничего не ем утром, съедаю один йогурт в обед и чуть-чуть побольше — вечером из-за присутствия мамы. И ничего... Я не теряю ни одного грамма. А мне случалось терять килограмм за сорок восемь часов. Раньше, во времена «Мисс Олиды», я спортом не занималась, но теперь, в дополнение к диете, я решаю записаться в танцевальный клуб и просто отрываюсь в современных танцах.

Это лечебный курс, который одновременно способствует и похудению, и получению наслаждения.

Я обожаю танцевать, во время танцев я прекрасно себя чувствую, даже если вешу больше, чем мои нынешние пятьдесят восемь килограммов. И я почти уверена, что сейчас-то сброшу этот проклятый килограмм.

Я начала диету в середине ноября при весе семьдесят шесть килограммов. Уже через две недели я не думала ни о чем, кроме своей внешности. Я помню собрание велосипедного клуба моего папы. Я была в новых джинсах, и мне казалось, что я слишком толстая. Прямо передо мной стояли пирожные, я не до них не дотронулась. За две недели я потеряла килограмма четыре. Потом еще четыре килограмма за следующие две недели. Я гордо объявила об этом родителям: шестьдесят восемь килограммов! До этого момента никто не приставал ко мне по поводу содержимого моей тарелки. Диета шла прекрасно. В апреле уже я весила пятьдесят восемь килограммов. Для моего роста это было почти безукоризненно... Но только почти.

Через два с половиной месяца после первого визита к профессору я дошла до пятидесяти четырех килограммов и запаниковала. Я довольна собой, я достигла того, чего хотела, но у меня вдруг появляется страшная мысль: «А если я не смогу остановиться?» — и я сразу прогоняю ее. Я хочу весить пятьдесят килограммов, и я достигну этого веса!

Каждый раз, когда я прихожу в больницу, я плачу. Я не понимаю своего счастья: мои родители нашли для меня очень известного профессора из Парижа. Но для меня это ад. Профессор провоцирует и мучает меня:

— Какая же ты некрасивая, Жюстин, посмотри сама: кожа да кости. Ужасно. Просто живой скелет. Ты думаешь, что ты так долго протянешь? Осторожно, на улице ветрено, тебя унесет...

Он обращается со мной, как с нерадивой ученицей, неспособной слушать и понимать. Я ничего не отвечаю, но про себя бешусь: «Я тебя ненавижу! Я тебя ни о чем не просила. Ты меня не любишь, да я сама тебя не люблю!» Ах, если бы у меня были силы крикнуть это вслух, взбунтоваться открыто! Но Жюстин — маленькая послушная девочка, она не решается спорить. И борьба остается внутренней. Только слезы текут в знак молчаливого протеста.

Но, выходя от врача, я хочу что-то сделать. Но что? Есть? У меня не получается. Доктор говорит, что выход из положения, это — весы: все время взвешивать и взвешивать еду для уверенности в том, что «доза» такая, какая должна быть. Я взвешиваю сосиску. Она меня нервирует, эта штука, полная жира. Она тяжелая, сосиска. И очень скоро я уже ничего не взвешиваю. Только взвешиваюсь сама. Я все время боюсь весить больше, чем накануне.

А он, этот человек, с которым я борюсь, хочет именно того. Он хочет, чтобы день за днем я постепенно заплывала жиром. Я кажусь себе не тощей, а нормальной. Я думаю, что стала красивым цветком, у меня больше нет прыщей, они исчезли вместе с килограммами! Я тонкая, высокая, у меня нет ни грамма жира. Но почему-то, вместо того чтобы прыгать от радости, я умираю от тоски. Я ведь, кстати, выиграла пари. Родители не верили, что их толстая Жюстин сдержит свое слово.

Раньше, как все девочки, я интересовалась шмотками, особенно в период шестидесяти килограммов, когда так хорошо себя чувствовала. Теперь внешний вид не имеет для меня значения. Да и зачем покупать одежду сейчас, когда я худею? Лучше подождать, пока вес стабилизируется.

В течение какого-то времени я уже одеваюсь в свободные вещи для того, чтобы спрятать свою фигуру — объект замечаний или неодобрительных взглядов. Широкие свитера, широкие брюки... Да мне и не хочется ничего. Наденьте на меня мешок из-под картошки, я и то не буду возражать. Чего мне хочется, так это контролировать свое тело, раз и навсегда. Но в то же время я испытываю тоску, чувство вины. Я виновата в том, что заставляю окружающих страдать, плакать и ссориться.

До этого я всегда была образцовой девочкой, первой во всем, как дома, так и в школе, как для родителей, так и для бабушки с дедушкой, девочкой, которая добивается успеха. Но это не так на самом деле. Я споткнулась на еде. Потом я уже думала, что эта болезнь была, быть может, способом показать, что я не совершенство, — я, прилежная, первая в классе, воспитанная, прекрасная маленькая хозяйка, кулинарка в душе, девочка, готовая на любые жертвы.

Я очень много помогаю маме. Я сижу с маленькой сестрой, которая часто говорит, что я для нее словно вторая мама. Еще до рождения маленькой Жанны, когда мама днем работала, я оставалась дома со средней моей сестрой. Мы сами за собой следили. Мне нравилось чувство ответственности, мне нравилось спокойно сидеть дома и в какой-то степени играть роль хозяйки. И я продолжаю этим заниматься. Я убираю, я готовлю, я тщательно делаю домашние задания, иногда переписывая по два раза. Я укладываю Жанну спать. Я очень, очень внимательно отношусь к тому, что едят другие, словно они едят «за меня», вместо меня... Я мою посуду, я вытираю посуду, я расставляю посуду. Все к этому привыкли, и парадокс, но меня стало раздражать то, что все просят меня сделать и еще что-нибудь. Мне захотелось жить своей жизнью, гулять на улице, проводить время с ровесниками, веселиться так же, как они. Но я, в отличие от остальных подростков, этого не показываю. Семья мне тоже нужна, мне интересно то, что они говорят и делают в нашем доме. Я упрашиваю маму взять меня с собой в магазин. Я хочу посмотреть, что она покупает. Отец иногда упрекает меня за это.

— Жюстин, дай маме возможность самой заняться хозяйством!

Тогда я не понимала, что по-своему контролировала семью, так же как пыталась контролировать собственное тело. Начиная диету, я, честно говоря, просто провоцировала членов своей семьи. Когда мне говорили: «Ты не выдержишь диету», я думала: «Нет выдержу, выдержу». Я хотела нападать, стать атакующей стороной. Я развязала какую-то домашнюю войну, из которой хотела выйти победительницей. Глупая воительница, поле битвы которой ограничивалось обеденным столом, холодильником, кухонными полками и отделами супермаркета.

Семейные трапезы стали истинным мучением.

Я смотрю на часы, чешу затылок, изнываю от скуки. Я кладу себе всегда одни и те же приборы — одну и ту же вилку, один и тот же нож и крошечную ложечку, с ручкой в четыре сантиметра длиной. Она помогает мне клевать рис, зернышко за зернышком и слизывать йогурт кончиком языка. Благодаря этой ложечке я могу есть медленно, обманывая родителей. Если я доем раньше всех, мне положат добавку, и опять начнется спор.

— Ты ничего не взяла!

— Да нет...

— Дай свою тарелку!

— Да нет, все хорошо...

Я тяну время для того, чтобы последней сделать свой последний маленький глоточек. Да я и не вынесу, если родители будут продолжать есть, после того как я уже закончила, потому что я голодна, и пока они заставляют меня взять еще еды, я борюсь со своим голодом.

— Возьми мяса! Тебе необходимо мясо!

От мяса отказаться труднее, чем от всего остального. Я выбираю пол-ломтика постной свинины, или куриную грудку, или половинку рыбного филе. Я никогда не беру целый кусок. Никогда не ем жир. Я так и вижу, как этот жир облепит мои бедра — он отвратителен. А я ведь обожаю фуа-гра (гусиную печень). Но и речи быть не может о том, чтобы ее есть.

Мне говорили, что больные анорексией не любят есть. В моем случае это не так. Я люблю есть. Ночью мне снится ЕДА, всяческая еда! Просто я, одинокая и непонятая, объявила голодную забастовку. Во сне я вижу продуктовые магазины: булочную, кондитерскую, витрину с колбасой, тележку с мороженым. Я вижу себя в доме бабушки, на кухонном столе возвышается ее пирог с белым вином, покрытый ореховым шоколадным кремом. Я вижу хоровод миндальных орешков и мини-пирожных, которыми закусывают во время аперитива, я вижу, как я работаю в кафе быстрого обслуживания и возвращаюсь домой, унося с собой все, что не было продано за день. И даже мороженое! Я опять вижу себя у бабушки, которая готовит для меня свое знаменитое блюдо — почки в мадере, я их чувствую, я помню их запах, аромат их соуса. Я возвращаюсь во сне в Бретань, в блинную, где в виде исключения позволила себе съесть блинчик с луком. Я там даже меню пере писала на листочек для того, чтобы не забыть рецепт. Прямо сны Жюстин в стране Чудесной Жрачки. Я — обжора по доверенности. Одна часть моего мозга обожает есть, а другая — ненавидит еду. Что делать? Вот было бы здорово есть и худеть от этого!

Сентябрь и октябрь 2004 года промелькнули быстро за обычными заботами в начале школьных занятий. Согласно расписанию я могу по вторникам возвращаться домой в одиннадцать часов

утра. Вместо того чтобы пойти пошататься по городу с одноклассниками или отправиться к подружке, я прошу маму встречать меня в этот день. Мне плохо на улице. Дома я чувствую себя уверенно, я могу проследить за тем, что там происходит, что там едят, что покупают. Быть может, это стремление задержаться немного в детстве, замедлить стремительный бег жизни. Меня все время тревожит мысль о том, что жизнь коротка, о том, что я однажды умру, и о том, что, не осознавая этого, я потеряла уже много времени. В лицее, когда я оказываюсь одна, я сажусь на скамейку в беседке и плачу. Мне хочется тихо умереть. В моей жизни не осталось никаких радостей еда была одной из них, но я сама себя лишила этого. Поскольку я больше не ем, в жизни моей уже не будет удовольствий. Поэтому можно и умереть. Может быть, проглотить таблетки и спокойно скончаться? Нет, я этого не сделаю. Это просто случайная мрачная мысль, посетившая меня в печали и одиночестве. Все плохо.

Ночью я или совсем не сплю, или сплю очень беспокойно. Я чувствую, как неудобно моим костям упираться в матрас, как жестко бедрам под одеялом. Я ложусь на бок, лицом к стене, и слышу бурчание в животе. Я голодна, но голода не ощущаю. Днем — немного тертой моркови и обезжиренный йогурт. Вечером — йогурт. Воды я не пью. Только перед приемом у врача, для веса. У меня изможденное, осунувшееся лицо. Грудь у меня, как два абрикоса, а раньше меня звали «Мисс Лоло Феррари». Я испытываю ощущение щекотки в ладонях, икры передергивает судорогами. Каждую ночь, в одно и то же время, в три часа пятьдесят минут, словно по идиотскому сигнал у тревоги, я просыпаюсь от судорог. Наверное, это происходит оттого, что я слишком много занимаюсь спортом. На самом деле, судороги говорят о декальцинации, но я не знаю о том, что это явление в медицине называется «физическая гиперактивность». Я изнуряю себя спортом в школе: двадцать пять минут бега (и ничего на обед!). Вечером — «спортивная уборка»: пробежка 110 всему дому с пылесосом, наведение блеска в ванной, бесконечное, фанатичное раскладывание всех вещей по местам в своей комнате.

Из-за такой перегрузки я иногда не могу стоять на ногах. Практически наступает потеря сознания, с которой я не могу совладать, хотя и борюсь изо всех сил. Однажды обморок случился в приемной у офтальмолога, я едва успела обрушиться на стул. В другой раз я уже по-настоящему падаю на улице посреди толпы. Абсолютная темнота. Пожарные, взволнованные люди. Я прихожу в себя в комнате слежения за камерами и не помню ничего, кроме того, что разговаривала с маминной коллегой по работе. Какой стыд! Окружающие меня люди знают мою маму. Мне протягивают кусок сахара, от которого я отказываюсь, меня встряхивают для того, чтобы я взяла его в рот, я по-прежнему отказываюсь. В сахаре слишком много калорий! Даже на исходе сил и на краю сознания я все равно упорствую. Я соглашаюсь на стакан воды, униженная очевидным: коллеги мамы знают, что я «больна», в то время как я сама убеждена в обратном. Кажется, я внушаю всем жалость. Я люблю, когда на меня обращают внимание, но только если при этом мной восхищаются. И они должны были восхищаться мной, все эти люди, потому что у меня есть силы худеть для того, чтобы меня любили!

— Жюстин, ты ешь?

— Я хорошо поела в полдень в столовой. И вечером мне уже особенно и не хочется.

Она верит мне или предпочитает верить для того, чтобы не обострять ситуацию, не знаю. И я ей вру по той же причине. Я уже давно ничего не ем в столовой. С того дня, как попросила маму о визите к диетологу.

— Нет, — ответила мне она.

— Почему?

Ответ, на мой взгляд, был неправильным:

— Это слишком дорого.

И не оплачивается медицинской страховкой.

Тогда я даже не задала вопроса, но сегодня должна признать: диетолога было бы недостаточно, мне нужна была больница, и врач, и отвести меня туда нужно было немедленно. Но тогда я подумала: «Хорошо. Раз это слишком дорого, вы будете просто так платить за столовую!»

С тех пор моя тарелка в столовой пуста. Я хожу туда, поскольку мое отсутствие было бы заметным, но техника рассчитана до мелочей. Для того чтобы обмануть противника, пища должна быть аккуратно разложена, очень мелко нарезана и расплющена. Надо, чтобы казалось, что на тарелке находится достаточное количество еды, в то время как в действительности ее там чрезвычайно мало. И в конце концов я не ем и эту малость, словно уже не голодна. Дома я заявляю, что «много съела в обед». Из желания продолжать худеть я сделалась профессиональной лгуньей.

Увы! Воскресные обеды продолжают оставаться опасными.

Мой отец раздавлен событиями. Он не выражает никаких чувств. За исключением тех моментов, когда он плачет, но это бывает редко. Но он тоже вступил в борьбу. Я, кстати, являлась причиной семейных споров еще и до начала диеты. Тогда — оттого, что я ела слишком много. Папа и мама нападали на меня, мы спорили, и все заканчивалось слезами. Я, например, хотела обязательно съесть тот же самый стейк, что и мой отец. У него была привилегия выбрать самый большой, потому что он очень много тренировался перед чемпионатами по любительскому велоспорту.

— Жюстин, но ты же не участвуешь в гонках! Теперь все наоборот.

— Ты ничего не ешь, ты попадешь в больницу. У тебя уже прекратились месячные, у тебя исчезла грудь, ты уже не женщина, ты плоская, страшная, ешь! И твоего мнения никто не спрашивает!

Я стоически не реагирую.

— Да черт возьми, отвечай, скажи, если что-то не так!

Они не понимают, и оба начинают нервничать.

Отец кричит:

— Ты хочешь обругать меня? Так обругай, только говори!

И воскресный обед заканчивается слезами. Даже маленькая Жанна рыдает оттого, что видит слезы своей сестры Клотильды, своей сестры Жюстин, своих папы и мамы. Она боится за меня, потому что я все время плачу без причины. А я плачу оттого, что не хочу больше жить. И слезы, как способ общения с близкими, очень утомляют.

Я слышала, как обсуждался вариант посадить меня на антидепрессанты, но мои родители пока

против, они боятся, как бы я не стала зависимой. Они считают, что это жесткое лечение, которое приведет меня в искусственное хорошее настроение, и я стану уже не той Жюстин, которую они знают.

Но какой Жюстин? Той, какой я была до двенадцати лет? До смерти прабабушки? До рождения Жанны? Веселой и счастливой, иногда страдающей булимией, слишком толстой, но гордой, такой гордой за своего папу, финалиста воскресной отборочной гонки. Как я сожалею об этих победоносных воскресеньях! В тот день, когда папа объявил: «Мне тридцать восемь лет, я уже стар для всего этого, я бросаю велоспорт! Теперь посвящу себя дополнительному изучению программирования». И небо гоночной славы обрушилось мне на голову. Кончились воскресные праздники, нет больше гонщика, которому я аплодировала. Я всегда была рядом с ним, была счастлива ему помочь, сделать что-то для клуба. Я так обиделась на него, когда он оставил велоспорт, что не могу с тех пор даже целовать его.

А он пытается меня понять, он делает усилия.

— Говори! Скажи наконец, в чем проблема!

Ах, если бы я знала... Может быть, из-за того что он бросил спорт, я и начала свое личное соревнование? Для того чтобы он понял, как я злюсь. А ведь это папа давал мне нежность, которую должна была бы давать мама.

Он возвращается вечером и подставляет мне щеку для поцелуя, но я отказываюсь его поцеловать. Во-первых, я уже большая, а во-вторых, он меня разочаровал. Тем хуже для него. Теперь я говорю ему «Здравствуй» И протягиваю руку: это смешно.

Я не знаю, как перестать обижаться на него. Тогда я была не в состоянии рассуждать здраво и убедить себя в том, что папа в тридцать восемь лет имел право прекратить участие в соревнованиях, имел право снова заняться информатикой, чтобы наверстать упущенное. Я не сумела понять, что не только его право, но и его обязанность думать о другом профессиональном будущем для обеспечения нужд семьи. И я ненавижу его за это. Я ненавижу воскресенья, во время которых уже ничего не происходит — нет ни собраний, ни гонок, ни побед, ни радости, ни больших, как у папы, стейков. Остался просто папа, который поздно приходит, много работает, ужинает в одиночестве, а по воскресеньям кричит на меня за столом. Я люблю его, восхищаюсь им, но демонстрировать свои чувства не могу. Я знаю, что он меня тоже любит. Иногда он говорит, что «раньше» я ему нравилась больше. Он хочет понять, но я не хочу ему помочь. Я люблю своего отца и не хочу больше любить его. Я потерялась в своих парадоксах, как мама потерялась в своих ритуалах, которые ей кажутся невыносимыми.

— Хватит смотреть на часы, Жюстин! Перестань убирать посуду, она подождет. Это просто мания какая-то!

Я не могу ждать. Слишком много времени потеряно, слишком большая часть жизни растрачена зря, слишком близка смерть. Я должна уничтожить пыль и беспорядок, как я должна уничтожить калории. Я чищу зубы десять раз на дню для того, чтобы удалить изо рта даже крошечные частицы калорий, даже после глотка чая. Жвачку я больше не жую: две калории — это слишком много.

Я одержима стремлением к порядку. Каждая вещь должна лежать на своем месте. Маленькая сестра не имеет права входить в мою комнату со своими игрушками. Я удаляю там пылесосом даже малейший намек на пыль. Я расставляю йогурты в холодильнике. Они должны стоять по

категориям. Десерты с кремом тоже. И коробки с пирожными на полках тоже, хоть они меня и не касаются. Я расставляю их и пересчитываю.

Я внимательно слежу за тем, что едят мои родители. Я хочу, чтобы они ели все больше и больше. Если мама уходит в полдень на работу, не поев, я что-нибудь готовлю для нее или даю ей с собой маленький пакетик с пирожными. Утром я слежу за тем, чтобы младшая сестра как следует позавтракала.

Любовь к порядку и усердие, тяга к совершенству — эти черты всегда были мне свойственны. И до сей поры никто не упрекал меня за методичность. Я проверяю вещи в портфеле, пересчитываю тетради, я тщательно переписываю домашние задания для того, чтобы сдать их в идеальном виде. Мне постоянно нужны точки опоры, я должна быть уверена во всем. Я обожаю фантазийные украшения, особенно серьги, каждые две минуты я убеждаюсь в том, что все мои «драгоценности» на месте: кольца, браслет, серьги. Я начинаю считать сверху: раз — левая серьга, два — правая, три — кольцо, четыре — другое, пять — браслет. Все на месте. Моя подруга Жюли раздражается.

— Да перестань, сколько раз за сегодняшний день ты пересчитала серьги и все остальное?

Я боюсь что-нибудь потерять. Пропавшая серьга за три евро — это катастрофа. Я раздражаюсь слезами. Летом в море я постоянно теряла их. Каждый раз я слышала: «Не надо было в них купаться».

Мне подарили кольцо с настоящим маленьким бриллианчиком, и я его тоже потеряла. Я очень расстроилась из-за этого. Я уже не помню, ругали меня или нет, но я все время боюсь осуждения со стороны родителей. Я чувствую себя в долгу. Они, насколько позволяют средства, щедры по отношению ко мне, но всегда напоминают мне о том, что это «дорого».

— Ты не отдаешь себе в этом отчета, но деньги с неба не падают. Три недели назад я купила тебе сиди с двумя песнями, а вчера что тебе подарили? Колечко, так ведь? И журнал.

Родители научили меня уважать деньги и особенно бояться долгов. Мне кажется, я все время слышу, как мой отец говорит:

— Никогда ни иметь долгов. Ты даешь займы или берешь, это обязательно принесет неприятности. Никому ничем не быть обязанным и экономить.

И вот я экономлю. Мне пятнадцать, каждую неделю я получаю десять евро на карманные расходы. И я стараюсь не истратить ни единого евро. В моей бухгалтерии дебет всегда должен быть на нуле. Я экономлю на будущее. Я повторяю себе: «Надо, чтобы у тебя были деньги. Будь экономной, слушай папу с мамой. Если ты хочешь в один прекрасный день иметь квартиру, машину, если ты хочешь оплатить курсы вождения, начинать экономить надо сейчас».

Этот период физического истощения и драконовской экономии длился полтора года. А потом наступила катастрофа.

Змея

У меня была лучшая подруга. Она оставила меня, когда началась болезнь, она не могла понять меня. Я чувствую себя одинокой. Когда после летних каникул начались занятия, я с ней даже не поздоровалась, она со мной тоже. Словно мы не знакомы. А мы ведь дружили с начальной школы. В ноябре я весила сорок девять килограммов.

Я потеряла все. Я не испытывала больше радости от жизни, мне не хотелось гулять, ходить в столовую, разговаривать с одноклассниками, даже учиться. Как только предоставлялась возможность, я уходила в тихий класс для самостоятельных занятий. Там ученики делают домашние задания. Мои занятия заключаются в беспрестанной проверке и дополнениях к таблице калорий. Я вырезала ее из журнала, переписала в тетрадь, и каждый день в нее что-нибудь добавляю, черпая информацию то тут, то там. Пока одноклассники играют в саду, я хотела бы вернуться к родителям, есть вместе с ними, проверяя, хорошо ли они питаются, контролировать покупки, проглядывать полки в шкафчиках. Я знаю, что моя бывшая лучшая подруга проводит время со своей новой лучшей подругой, которая мне совсем не нравится.

Такие разрывы всегда приносят боль. Мы были неразлучной парочкой и все друг другу рассказывали. С ней я могла критиковать мальчиков, признаться в том, кто из них мне кажется самым красивым или самым глупым. Я открывала ей свои маленькие секреты, я завидовала ей, потому что ее мама принадлежит к категории так называемых ласковых мамочек, я любила ходить к ней в гости и получать долю постоянно проявляемой и неиссякаемой нежности ее матери. Мне необходимо участвовать в жизни других людей. Я чувствую, что не способна жить для себя одной. Как запретить себе требовать любви от других? Я хочу этой любви постоянно, я думаю только об этом. Конечно, счастье других мне небезразлично, но для меня важнее не любить их, а быть любимой ими. Я эгоистка. Я не даю, я жду, чтобы дали мне, чтобы меня окружили любовью, нежностью, уважением или даже восхищением. И вот в преддверии шестнадцати лет, чувствуя себя великолепной, с моим весом меньше пятидесяти килограммов, я вызываю лишь равнодушие или гнев окружающих. Меня больше не любят. Моя бывшая лучшая подруга избегает меня, отказывается разделять мои интересы. Когда-то инициатива в наших отношениях принадлежала мне, а подруга меня слушалась. Я не хотела, чтобы она худела, наоборот, я часто повторяла ей, что она слишком тоненькая от природы. Она должна есть полдник в четыре часа дня и обрести формы! Девушка с округлившейся фигурой — это красиво. Но, конечно, когда это касается других. Не меня. Но подруга покинула меня, и у нее теперь свой мир.

А мне плохо в моем мире взвешиваний, калорий и пищевых добавок, которые нужно сосать, как младенец, из бутылочки. Это последняя находка специалиста по питанию! Сначала я их пила. А потом стала выливать бутылочки в туалет. А затем и вовсе забросила. Я поняла, что проглатываю с этой несъедобной штукой двести пятьдесят калорий, вместо нее я могла бы съесть что-нибудь вкусное, кусок хлеба с орехово-шоколадным кремом, например. Двести пятьдесят калорий в отвратительной жидкости! Смешно.

Понедельник 3 января 2005 года, грустное возвращение после рождественских каникул.

Начинается все с этих восьми с половиной баллов из двадцати возможных по французскому языку. Я стала хуже учиться, я знаю. И я полностью отдаю себе отчет, что в этом виновата моя всепоглощающая болезнь: я думаю только о еде, я ем только с мыслью о еде, я сплю только с мыслью о еде. Я с трудом встаю утром в школу. Я стала каким-то умственным импотентом, я не могу больше размышлять. Все мое существование подчинено анорексии, ее жалким трудам и заботам.

В слезах я звоню по мобильному телефону моей тете.

— Все плохо, я не хочу больше ходить в школу, я больше ничего не хочу.

Я часто обращаюсь к тете в трудных ситуациях.

Я прошу у нее помощи, так как знаю, что она меня не осуждает. Я подозреваю, что она предупредит маму, которая, впрочем, все равно должна позвонить мне в час пополудни. Это произойдет именно сейчас. Я сижу в одиночестве на скамейке. Я жду только одного — ее звонка. Я не свожу глаз с телефона, я топаю от нетерпения ногами в предвкушении звука ее голоса, который на несколько минут перенесет меня домой. Я ненавижу лицей, одинокие трапезы, слишком серьезных учеников, часы работы в классе для самостоятельных занятий.

Наконец вибратор телефона жужжит. Мама.

Когда она работает, эстафету перехватывает папа. Каждый день одни и те же вопросы: «Какие предметы были утром?», «Что ты ела в столовой?» (естественно, до ежедневного звонка я уже узнаю меню). Врать очень тяжело, конечно, но зато я чувствую связь с домом. Все утро я думаю только про «мой дом». Я плачу, мечтая о том, как я вернусь и буду спать дома рядом с мамой. О! Она ходила утром в магазин? Пусть скорее скажет, что же она купила! Этот телефонный ритуал и тягостен, и радостен для меня. Но сегодня звонок не такой, как обычно.

Я много плачу. Больше, чем всегда. Меня терзает мой восемь с половиной баллов. Беспокоит мысль о скромном обеде (Не съела ли я лишнего кусочка тыквы? Надо было съесть три, а не четыре.). Удивительная, даже беспрецедентная вещь — мама предлагает забрать меня немедленно. Я удивляюсь: родители всегда говорят, что пропуск уроков ведет к неприятным последствиям. Ничто не проходит бесследно. Если преподаватель трудится, проводя занятие, если ему за это платят, этим, как минимум, надо воспользоваться. Пропустить урок — значит, в какой-то степени, увеличить дефицит национального образования в свете уровня общей образовательной рентабельности.

Но я сильная, и я справлюсь со своей постканикулярной депрессией, поэтому я отказываюсь.

— Это не ты решаешь!

Мне удастся сторговаться:

— Пожалуйста, разреши мне пройти тест европейского английского, и потом ты меня забереши. Только тест английского, это очень важно, прошу тебя. Я его никогда не пропускаю.

— Хорошо, но затем мы тебя сразу заберем. Тебе нельзя оставаться и дальше в таком состоянии. Надо что-то делать...

Мне очень редко позволяют пропускать послеобеденные занятия. Я учусь в европейском классе, это повышенный уровень сложности, в пятом классе средней ступени образования нельзя ослаблять усилия! Благодаря плохой оценке по французскому я в первый раз оказываюсь среди самых слабых учеников: поэтому я хочу взять реванш во время теста английского. Я рада, что мне разрешают это сделать, но чувствую, что что-то готовится за моей спиной.

Три часа. Пакетик использованных одноразовых носовых платков лежит на моем столе. Я проплакала весь урок, но я должна была на нем присутствовать, должна была просто хотя бы показаться. Я не смогла сделать задание. Мой листок пуст. Вместо чернил текли слезы. Я не сумела сосредоточиться. Я и сама не хотела добиваться успеха любой ценой в этом классе самых сильных учеников, не хотела все время поднимать руку и отвечать первой. Попадают среди них все-таки и приятные ребята, они обнимают и утешают меня. Я обожаю, когда меня утешают.

Я выходила из класса с горьким чувством. Я потерпела неудачу и понимала, что последствия этого неизбежны, поэтому попрощалась с преподавателем.

— Я думаю, что я вернусь не очень скоро...

Я иду к выходу, сердце у меня щемит. Оно бьется все быстрее и быстрее. Я думаю, я все еще подсчитываю проглоченные за обедом калории. Останавливаюсь на секунду. В машине их двое, и папа, и мама. Я предчувствовала какой-то подвох. Сажусь в машину с улыбкой, что редко бывает со мной в этот депрессивный период. У родителей красные глаза. Мама не улыбается.

— Здравствуй, дочка!

Прежде всего я набрасываюсь на отца.

— А ты почему здесь?

Мама отвечает за него.

— Папа и я, мы решили срочно заняться тобой. Тебе очень плохо, у тебя самоубийственные настроения, и мы больше не можем этого выносить. Ты очень больна.

— Да что с вами происходит? Я не поеду в больницу, об этом не может быть и речи!

Я хорошо себя чувствую, и, пока я могу ходить, госпитализация мне не нужна. Да, у меня срыв, и я даже не знаю, почему, или, скорее, это касается только меня, я так выживаю. Я срываюсь, зову на помощь, но помощи я не хочу. И уж совсем не хочу в больницу! Любой ценой я должна овладеть ситуацией.

— Я сумею выздороветь сама, с этого вечера я буду есть нормально, я вам клянусь!

— Мы возьмем тебя в детскую больницу. Тебе еще нет шестнадцати, поэтому можно только туда. Это не предложение, это данность.

— Нет! Мне нечего делать в больнице, взаперти!

Я хочу домой, в мое царство еды и отказа от еды. Там я могу спокойно тиранствовать, а это приносит мне облегчение. Там я могу забыть об отчаянии, почить на своих фальшивых лаврах, распространять вокруг себя тревогу и отказываться нести за это ответственность. Отец настаивает.

— Может быть, они и не положат тебя в больницу. Поедем. Это будет контрольный визит, посмотрим, что с тобой не так...

Господи, они издеваются надо мной! Срочно везти меня в больницу для того, чтобы в тот же вечер вернуться домой? Я больше не верю в Деда Мороза, меня достаточно обманывали!

— Я хочу выйти из машины. Я думала, что могу доверять тебе, мама. Я надеялась, что мы будем бороться вместе. Ты предала меня. Ты обманула меня.

— Не двигайся!

— Дайте мне вылезти из этой чертовой машины!

К счастью, я никогда не довожу до конца свои бунтарские порывы. И вот я в отделении педиатрии с внутренним убеждением в том, что занимаю место какого-то ребенка, гораздо больше нуждающегося в медицинской помощи, чем я. Нормального ребенка, который не хотел заболеть, в то время, как я (я это прекрасно осознаю) сделала все для того, чтобы заболеть. Вот только зачем?

Меня срочно отвезли в больницу. Медсестра берет у меня анализ крови и отпускает шутку, которая меня приводит в ужас:

— С анорексичками проблем нет: вены найти легко...

Меня просят раздеться. Мне делают электрокардиограмму. Я жду долгие, долгие часы. Наконец, мне говорят: «Тебе подготовят кровать в педиатрии».

Я оказываюсь среди многочисленных горлающих младенцев. Врач-стажер не понимает, зачем я к ним попала. Почему подростка не отправили к профессору Риго. Но мне не хватает двух месяцев до шестнадцати лет! Два отделения спорят в течение всей моей госпитализации, педиатрия не хочет мной заниматься, а эндокринология не может забрать меня, пока не истекнут два месяца. Административное упущение.

Мне остается наблюдать за движением подносов с едой. Я выхожу из больницы через десять дней и чувствую себя еще хуже, чем до госпитализации, теперь я принимаю антидепрессанты и транквилизаторы два раза в день. Мое состояние несколько не улучшилось. Как мне надоела больница! Мне осточертели дни, проводимые в игровом зале с пятилетними малышами, череда подносов, коллективный душ... Но я все равно старалась и набрала один килограмм. Между прочим, его легче потерять, чем набрать. Я так исчерпала свои ресурсы, что их нужно сначала пополнить, а затем уже наращивать вес. Килограмм, какой ужас! Сразу после больницы я снова сажусь на диету.

Мой случай не опасный, а отделению нужны места для больных. Тем лучше для меня. Я смогу спокойно жить в своих сорока пяти килограммах. Они не заставят меня потолстеть. Я всегда добиваюсь того, чего хочу. Я сильна, несмотря на болезнь. Я потеряла контроль над своим телом, но умом я знаю, чего я хочу. Надо бы сказать мозгом, но это другое. Ум в этой истории никакой роли не играет, хотя тог да я была убеждена в обратном. Я считала, что контролирую свой мозг, а на самом деле, он контролировал меня. Слишком сложно.

Я все больше погружаюсь в депрессию. Профессор рекомендовал прекратить посещение школы на две недели. То есть, я приступлю к занятиям после февральских каникул 2005 года. Это катастрофа. Мне надо будет столько догонять. У меня это не получится, да и в любом случае я не хочу видеть лица одноклассников после каникул. Я не хочу видеть всех этих маленьких умников, которым наплевать на убогую, вечно голодающую, постоянно грызущую ногти, никогда не снимающую зимней куртки, всегда грустную и требующую носовой платок девочку. Но, когда преподаватель испанского языка звонит маме для того, чтобы узнать о моих делах, я всегда спрашиваю: «А в классе обо мне говорят?»

Я не могу больше бороться одна, мне нужна чья-то помощь. При росте один метр семьдесят пять сантиметров я вешу сорок пять килограммов.

Поскольку наблюдение за парадом подносов с едой мне ничего не дало, я впервые встречаюсь с психологом, специалистом по анорексии. Великолепная женщина, сильная и веселая. Во

время визитов к ней, я смеюсь, я обожаю посещать ее. Мы с ней вместе строим чудесные планы: например, если меня пригласят на обед или ужин, она поможет мне заранее подготовиться. Придумает, как мне себя вести и чем заполнить тарелку так, чтобы она не отличалась от остальных. Я ужасно боюсь есть вне дома, там, где я не могу подсчитать, как пища повлияет на мой вес...

В течение двух недель отдыха от школы я продолжаю отчаянное бегство от лишних калорий. Самую большую тревогу внушает мне школа, и психолог это понимает. Я не хочу туда возвращаться. Я чувствую, что не выдержу. Профессор решает освободить меня от нее. Я получаю справку о том, что не могу больше посещать занятия по причине крайней физической слабости.

Я останусь дома на восемь месяцев, в покое, ничего не делая. Более-менее точно подсчитав калории, я могу два-три часа поспать днем. Я все время чувствую страшную усталость. Только очутившись в своем убежище — в кровати, я думаю, что жизнь прекрасна. Я опять стану здоровой. Мне не нужно больше сидеть на уроках, делать задания, я не нервничаю, я не испытываю тревоги во время обеда в школьной столовой. Мне не нужно больше по полчаса ждать автобуса, дрожа от холода, несмотря на тройные колготки, сапоги, слои свитеров и курток. Я снова стану здоровой, это начало конца болезни. Мои кости выпирают, волосы выпадают прядями (я слышу, как они шуршат, оставаясь в расческе, я чувствую, как они умирают на голове), у меня болят зубы и ослабевшие десны, у меня нет больше друзей, я одинока и бесстрашна, но я снова стану здоровой, все хорошо.

Это не я хотела всего этого, а кто-то другой в моей голове, какой-то маленький дьявол, который заставляет меня делать совершенно не то, что я хочу. И мне действительно надоело сражаться с ним. Я больна. Я наконец признаю это. Но этот дьявол — лукавый тиран, мой внутренний враг. Я существую в двух ипостасях: есть одна Жюстин, которая хочет выкарабкаться, а за столом, перед тарелкой, есть другая Жюстин, которая слушает тирана. Он говорит мне, что нужно постоянно, постоянно худеть, что жизнь прекрасна тогда, когда я худая. Даже если меня сравнивают с «голодающей девочкой из Сомали», как выражается моя теть, тарелка заставляет меня поступать не так, как я хочу, а наоборот: «Не ешь этого, ты опять растолстеешь, это ужасно. Осторожно, твоя ложка полна через край, только не бери паштет, перестань обжираться йогуртами».

Мне страшно, мысль о том, что надо сесть за стол, переполняет меня тревогой. Лучше я умру от голода! Но я заставляю себя сесть, поставить тарелку, положить приборы, взять еду (как можно меньше) и растягивать, растягивать процесс ее поглощения. В течение сорока пяти минут (средняя продолжительность семейного обеда) под взглядами родителей я борюсь со своей внутренней тревогой.

Психолог просит меня материализовать дьявола, живущего в моей голове. Я очень боюсь его и поэтому инстинктивно называю его «змеей». Змея — мой враг, я не могу даже видеть ее на фотографиях или по телевизору.

— Найди какую-нибудь плюшевую змею и отомсти ей.

Маме эта мысль показалась здоровой. Она достает ужасную мохнатую змею, на которую я набрасываюсь после страшных сорока пяти минут ужина. Я кусаю ее, я бросаю ее на землю, я вырываю ей шерсть и оскорбляю ее. Раньше это «существо» в моей голове не имело ни имени, ни внешности. Это был кто-то, кто желал мне зла, и я плакала в одиночестве на кровати, я кричала, пытаюсь защититься: «Почему ты здесь? Оставь меня. Убирайся! Ты портишь мне жизнь! Ты портишь жизнь всем!»

Теперь я могла все выместить на змее, не плакать, а дать выход своему гневу. Мне казалось, что я схожу с ума. Мне даже слышались голоса, уговаривавшие меня: «Не надо есть. Ты хорошо начала, продолжай. Ты взяла ravioli, они ужасно жирные. Не надо больше их есть. Ты объедаешься». В тот день, в среду, я съела четыре ravioli. Четыре несчастные ravioli, выуженные из наполненной тарелки. Я была в ресторане с отцом, я выбрала это блюдо, за него надо будет платить по счету, а я сидела и молча слушала, как змея в голове бичует меня за четыре ravioli. Над этой манией мы поработали с психологом прямо в тот же день. Я говорила и за змею, и за отвечающую ей Жюстин.

— Есть ravioli нехорошо.

— Мне это доставляет удовольствие.

— А я не хочу, чтобы ты получила удовольствие, я хочу, чтобы ты была худой.

Под конец я уже не знала, что отвечать. Змея все время выигрывала. Последнее слово постоянно оставалось за ней, а Жюстин молчала. Я даже не сумела ей сказать, что мне надо есть для того, чтобы остаться в живых.

Раньше я думала, что психолог нужен сумасшедшим, что он уложит меня на кушетку и будет ждать, пока я все расскажу, но мама сказала:

— Сходи хотя бы на первый сеанс, если тебе не понравится, больше не пойдешь туда.

Никакой кушетки, просто стул перед письменным столом и доверительная беседа. В конце концов я должна была признать, что эта женщина — единственный человек, с которым я могу поговорить. У меня больше не было друзей, в школу я не ходила. Оставались только мои родители, которым все уже надоело и которые уже не знали, как вести себя со мной. Психолог была новым приятным знакомым, открытым, простым, Я могла говорить ей то, что хотела.

Я рассказала, как я заболела, как не понимала, отчего эта болезнь на меня свалилась. Она нарисовала схему развития болезни. Первая фаза — начало болезни, потом фаза акцептации, затем фаза попыток выздороветь и, наконец, предупреждение рецидивов. После чего — полное выздоровление.

Это объяснение мне понравилось. У меня была надежда выздороветь, рассчитывая лишь на себя. Я не верила в необходимость и благотворность слов. Даже поняв, что мне нужна помощь домашних, я думала: «Ты можешь выкарабкаться только сама. Ты одна можешь спасти себя от змеи».

В течение восьми месяцев освобождения от школы мне помогает целая команда — диетолог совместно с профессором (специалистом по питанию) и психологом.

Время летит, и я его не замечаю... Мне скучно.

Все утро меня терзает тревога при мысли о том, что я должна буду съесть на обед, потом я сплю днем для того, чтобы забыть о том, что я съела, во время легкого ужина я спорю с родителями, затем засыпаю, чтобы снова все забыть. Иногда я занимаюсь Жанной. Это утомительно. Я должна накормить ее полдником, а сама не ем. Я снова подсчитываю калории, приведенные на пакетах с пирожными, которые даю сестре. Я закармливаю ее. Она должна есть, ведь это так вкусно. Скоро ужин, сестра уже поела у кормилицы, но она все равно должна есть. Я не отдаю себе отчета в том, что она ест «вместо меня»... Кормить других —

наслаждение и мука одновременно.

Я встречаюсь с профессором примерно раз в три месяца. Я по-прежнему не люблю его. Он делает все для того, чтобы я поправилась, он хочет превратить меня в толстуху. Если он по-настоящему рассердит меня, я покажу ему, на что способна! Я докажу ему, что анорексичная девочка может сильно прибавить в весе! Я стану примером нового. Я буду той, на которую он сможет показывать пальцем и говорить: «А вот это исключение!» Я говорю невесте что и думаю непонятно о чем. И потом, он мне просто не нравится. Разве может маленький седеющий человек вернуть мне утраченное счастье? Не понимаю, почему родители упорно таскают меня к нему? Я, между прочим, с ним и не разговариваю. Я плачу: с одной стороны, при этом можно ничего не говорить, с другой — я не могу сдержать слезы. Они подступают, как только я вхожу в больницу. Папа и мама так и не поняли: я не настолько больна, чтобы снова очутиться в «престижном» эндокринологическом отделении. Да профессор и не предлагает мне этого. Меня понимала только мой психолог. Увы! Она бросила меня в апреле и уехала в столицу, а я слишком привязана к ней, чтобы заменить ее кем-то. Я снова чувствую себя покинутой. Никто меня не любит, у меня нет друзей... Старая песня Жюстин, которая предпочитает плакать в одиночестве над своими несчастьями вместо того, чтобы попытаться понять что с ней происходит, и которая пребывает в уверенности, что вылечит себя сама.

У меня часто болит живот из-за желудочного гриппа, я сильно мучаюсь. Мама повторяет:

— Ты себя всю выпотрошишь, вместе с кишками.

Потом у меня совершенно перестает работать желудок. Мама говорит:

— Ты умрешь от непроходимости кишечника.

Она все время обещает мне какую-нибудь смерть, она не понимает. Я слышу разговоры о девушках, которые хотят похудеть, чтобы стать красивыми, как манекенщицы. Это не про меня. Я хочу себя уничтожить. Я хочу разодрать себя на кусочки, настолько я себя не люблю. Я это не сразу поняла.

Диетолог все время расставляет мне ловушки.

Я вхожу в ее кабинет, она берет книгу и показывает мне страницу, на которой изображены три тарелки. Большая, средняя и маленькая.

— Покажи, сколько ты ешь.

Каждый раз я показываю на большую тарелку.

Я действительно считаю, что рисунок представляет то, что я пытаюсь проглотить. Я не знаю, что диетолог постоянно связывается с профессором и сообщает ему о том, что я продолжаю худеть.

Сегодня я пришла с мамой, но она ждет в коридоре. Диетолог приглашает ее войти, показывает ей рисунок с тремя тарелками. Мама без колебаний показывает на маленькую тарелку.

— Жюстин даже этого не съедает.

— Ты хочешь, чтобы меня сочли сумасшедшей! Ты хочешь, чтобы меня в психушку посадили?

Я взрываюсь, потому что не понимаю, зачем мама говорит такое. Между тем, что я ем на самом деле, и тем, что я ем в своем воображении, существует огромная разница! Мама издевается надо мной. Она хочет посадить меня в сумасшедший дом, к ненормальным! Моя собственная мать предает меня самым жалким образом.

Я уже не могу взглянуть на себя со стороны, я не слышу других, я вижу мир не таким, как его видят остальные. Я сошла сума? Да оставьте наконец меня в покое! Я не худая, и, если я говорю, что съедаю большую тарелку, значит, я ее съедаю. Так воспринимает реальность мой мозг. Мне надоело слышать все время одно и то же: «Нет, Жюстин, ты не понимаешь», «Ты в ужасном состоянии, Жюстин», «У тебя вылезают волосы, Жюстин», «Жюстин, у тебя шатаются зубы», «Жюстин, ты умираешь».

Оставьте Жюстин в покое. Она не умрет. Это глупо. Смерть — это совсем другая история, для стариков. Я очень хорошо знаю, что я делаю и чего я хочу.

Я хочу остаться такой, как есть. Я не хочу толстеть, я слишком боюсь.

— Твой следующий визит к профессору будет в конце июня. Ты не соблюдаешь условия контракта. Он будет решать, что делать дальше.

Вот уж на что мне наплевать. Это их заботы, а не мои.

Приближается конец июня, сегодня мама попросила меня забрать младшую сестру из школы. Я дома одна, жарко, я лежу на диване. Вокруг меня неожиданно сгущается какая-то белая дымка. Мне обязательно нужно выпить воды. Пытаюсь встать для того, чтобы пойти попить. Я не могу стоять на ногах. Я похожа на привидение в белом тумане. Я плыву, я парю, я лечу по дому на кухню. Меня больше не существует. Я умру в этой белой дымке. Я обрушиваюсь на диван, не в силах сделать ни шага. Время идет, мне страшно. Я не умираю, мне обязательно нужно позвонить кормилице и попросить ее встретить младшую сестренку.

Я словно подплываю к телефону. Я парю над полом, я не контролирую свои движения. Это не я иду. У меня глаза и мозг Жюстин, но мной движет кто-то другой, я — марионетка в его руках. Я снова ложусь, но не чувствую своего тела, оно исчезло. Я тщетно пытаюсь менять позы — на спине, на боку, на животе, но по-прежнему ничего не ощущаю, кроме пустоты. Мне остались только глаза и мозг. Я пытаюсь заговорить вслух, что-то лепечу и отдаленно слышу какой-то странно звучащий голос. Словно меня записали на магнитофон.

Чтобы стряхнуть с себя этот кошмар, я пытаюсь шуметь, громко выкрикиваю: «Эй! Жюстин, вставай! Давай!» Как страшно быть одной. Должно быть, у меня гипогликемия. У меня уже были головокружения и дурнота, но не до такой степени. Происходит что-то необычное. Я плыву, я планирую до кухни и ищу кусочек сахара, приговаривая: «Это пройдет, это пройдет». Ничего не происходит. Я продолжаю плыть, это невыносимо — быть бестелесным существом. Сахар не помогает. Я ничего не ела в полдень, я лежу весь день.

— Мама, мне сегодня было плохо, совсем не было сил, мне казалось, что я летаю.

— Но ты же сама знаешь, отчего это: ты мало пьешь.

— Но я пила.

Она мне не верит. Я не сказала: «Мама, мне казалось, что я умираю...» Просто: «Совсем не было сил», но я очень испугалась. Если бы я была в здравом рассудке, я добавила бы: «Отвези меня в больницу, мне очень плохо, моя страшная слабость длится часами». Но я не хочу в больницу, где меня заставят толстеть. И, сама того не понимая, я подвергаю себя риску остановки сердца или какого-нибудь другого необратимого осложнения.

И потом, если я начну умирать, я поем перед этим и не умру.

Зонд

Я плохо помню визит к врачу в конце июня 2005 года. Мама взяла выходной для того, чтобы пойти со мной. Папе я не разрешаю ходить с нами. Я не хочу чтобы он присутствовал в кабинете профессора. Мама и так будет уничтожать меня перед врачом. Я уже слышу ее жалобы: «Она ничего не ест, она совсем не старается, она не выходит на улицу, она все время спит, она агрессивна, она не хочет того, она отказывается от этого...».

Я знаю, что у меня есть большие упущения, но я уверена в том, что прогрессирую. А отчет о моем поведении мне кажется нарушением моей личной жизни, я чувствую, что семья снова предает меня!

Как на каждом приеме я дрожу, пот стекает с меня крупными каплями, и я с трудом удерживаюсь от того, чтобы развернуться и уйти. Если бы я нашла способ избежать всего этого... Если бы у меня нашлась смелость убежать. Но куда? Я слишком боюсь покидать родной дом, кровать, комнату, вещи и привычки. Я слишком боюсь неизвестного. Я попала в невидимую ловушку боли и страдания. Просто скрыться? Отказаться выйти из машины?

Я знаю, чем это закончится: мама заставит меня подчиниться, и я пойду выслушивать вопросы профессора, на которые буду отвечать кивками головы. «Да», «нет» — я теперь говорю только это.

— Все хорошо, Жюстин?

— Да.

— Что-нибудь новенькое произошло со времени последней нашей встречи?

— Нет.

— Что с твоим весом, можно узнать?

— Э-э... Да.

...

— Я слушаю тебя.

Ответа нет. Он ждет секунду, потом продолжает.

— Хорошо, я вижу, дело идет небыстро, и, несмотря на все твои надежды и обещания, ты продолжаешь худеть. Я говорил о твоём случае с моей ассистенткой, и на сегодня мы видим ТОЛЬКО один выход из ситуации.

Он умолкает, закрывает глаза, словно погружившись в глубокое раздумье, приоткрывает их и

облизывает губы. Я уже знаю его мимику при сообщении важной новости.

— Если ты согласна, мы поставим тебе назально-желудочный зонд...

Я так и знала! Вот он приговор, которого я ждала и боялась. Я в ужасе, но мне стало легче. Легче, потому что нет речи о насильственной госпитализации, и в ужасе от мысли, что стану жертвой варварской системы лечения. Родители ждут этого решения давно, я знаю. Если я соглашусь, я доставлю им радость, точнее, успокою их. Но я предпочитаю верить в себя и в болезнь. Я больна, значит, моей вины тут нет. Но я могу контролировать болезнь и победить ее сама.

Я могу весить сорок килограммов и отлично себя чувствовать. Я часто об этом думаю. И, в любом случае, я уверена, что нравлюсь себе больше с весом сорок килограммов, чем с весом шестьдесят.

Я заговорила вслух или профессор прочел мои мысли?

— Если ничего не изменить, через два месяца тебя уже не будет с нами!

Все хотят, чтобы я согласилась.

— Я постараюсь. Я вам обещаю, я вам клянусь, я буду есть за столом. Я сегодня уже съела десерт с кремом в полдень...

Нехорошо клясться, если не держишь слово.

Я съела десерт с кремом вместо натурального йогурта. Профессор не дурак.

— Ты думаешь, что десерт с кремом спасет тебя от смерти?

А зонд спасет? Я до сих пор не могу проникнуться сознанием смертельной опасности. Я могу есть сама, если захочу, мне не нужна питательная трубка!

Мама заговаривает:

— Жюстин, надо согласиться.

Я ненавижу себя за то, что так позорно сдаюсь, подчиняюсь родителям. Но к чему размышлять?

Они не оставляют мне выбора. Мама плачет, сидя рядом со мной, от этого я тоже заливаюсь слезами, а профессор и его ассистентка, в прошлом страдавшая анорексией, продолжают говорить о пользе зонда. Я их даже не слушаю, больше занятая носовыми платками, чем этой проклятой трубкой.

— В любом случае, выбора у меня нет. Хорошо, давайте попробуем.

На обратном пути в машине мама целует меня, обнимает (обычно она никогда этого не делает) и поздравляет, снова со слезами.

— У нас все получится, дочка. Зонд принесет благо всем.

Я бешусь. Мама предает меня. Она подписывает мой смертный приговор. Она не поняла, что питательный зонд — это привнесение дополнительных калорий, то есть отмена нормальной

еды. Но я молчу, все, что я говорю, используется против меня.

Мои родители устраивают себе аперитив для того, чтобы отпраздновать «радостную новость». Для них это победа. Для меня — унижительная пытка. Родители чувствуют свою вину. Они с раскаянием вспоминают о «жирной корове», о «неповоротливой тетке»...

Зонд появляется дома при закрытых дверях. А на что ты надеялась, Жюстин? На торжественную встречу? На фотографов? На ободрения? Я сожалела об отсутствии семейного клана, не сомневаясь в том, что родители сознательно держали родственников на некотором расстоянии. Они не хотели ничьей помощи. Я ни на секунду не подумала о том, что постороннее присутствие им тягостно.

27 июня 2005 года пресловутый зонд входит в мою жизнь.

Какая пытка! Надо наклониться вперед. Сглотнуть. Тебе открывают гортань. Медсестра берет трубку, похожую на спагетти, которую нужно вдохнуть носом, изо всех сил наклоняясь вперед. Затем можно снова поднять голову, трубка обжигает весь пищевод, спускаясь вниз до середины желудка. При помощи капельницы медсестра накачивает воздух в макаронину, торчащую из моего носа. Если там булькает, значит, зонд установлен правильно.

Булькает. Мне трудно дышать, я не могу повернуть голову, у меня болит горло, я боюсь, что отвратительная штука, вылезаящая у меня из носа, оторвется. Я так нервничаю, что медсестра вынуждена начинать процедуру снова и снова. Это ад. Я должна оставаться с этой дрянью в носу какое-то неопределенное время. Пока весы не покажут нужной отметки.

Для того чтобы объяснить маленькой Жанне, почему большая Жюстин должна жить со странной штукой в носу, родители сравнивают зонд с кормящей и лечашей мамочкой.

— Жужу словно младенец, ей нужно питаться и набираться сил и витаминов.

Чтобы снизить драматичность ситуации, они окрестили зонд «Гастунэ», но Жанна первое время все равно боится подходить ко мне. «Штука в носу», как она ее называет, доводит старшую сестру до слез, а маленькие друзья сестренки, конечно, насмешничают.

Каждый день мне полагается четыре мешка с питанием. Они большие, прозрачные, четырехугольные, объемом в 500 мл, подвешены к штативу для инъекций сыворотки. Начинать надо с двух, чтобы желудок привык. Жидкость в них похожа на молоко. Я должна проглотить полный завтрак Утренний мешок — с восьми часов до полудня. Потом нормальный семейный обед — салат, основное блюдо, что-то молочное, десерт. Я глотаю, несмотря на неудобную макаронину. Я быстро привыкаю. Сначала я все время прокашливалась, но есть приспособилась — по минимуму, объясняя это болью в горле. В час тридцать я опять подключаюсь к полному мешку. В пять тридцать третий мешок наполовину пуст. Я прерываюсь для нормального ужина и заканчиваю мешок вечером. Лежать невозможно, макаронина может закупориться. Надо сидеть или чуть-чуть отклоняться назад. Засыпать с этой штукой мучительно. И, устроившись в кровати, я пишу дневник.

Я начала его в двенадцать лет. Я писала в нем о родителях, о семье, об обычных историях или спорах, о мальчиках, которые мне нравились в колледже, о смерти моей прабабушки, но никогда — о болезни. Встречаются только короткие фразы типа: «Я сяду на диету». Это красивая толстая тетрадь с фиолетовыми цветами. Сначала я вела дневник для того, чтобы не забыть семейные происшествия, для удовольствия и для того, чтобы отвлечься. И я продолжаю

это делать, но не пишу ни о болезни, ни о зонде. В своем дневнике Жюстин никогда не была больна, да и сейчас здорова. В жизни, перед людьми, которые ее не знают, Жюстин не больна. Словно мой дневник не знает меня... Он странный, этот мой двойник. А больная Жюстин всем бросается в глаза, тем более с зондом. Мне трудно выходить из дома и ловить на себе убийственные взгляды. Один человек на площади однажды закрыл ребенку рукой глаза, спасая его от ужасного зрелища. Пассажиры в автобусе всегда смотрят на меня. Никто не задает вопросов, а мне было бы легче, если бы их задавали: например, «Что с тобой?» Я ответила бы: «Я больна, я нуждаюсь в питании».

Мне было бы легче услышать «мужайся», чем перешептывание за спиной. Правда, я бы никогда не произнесла: «Я — анорексичка». Думаю, что люди представляют себе анорексичек, как капризных девушек, которые хотят похудеть для того, чтобы стать похожими на людей с обложек журналов. Я же сидела на своей губительной диете, добившись веса в сорок килограммов не для того, чтобы щеголять в купальнике или в платье с глубоким вырезом. Я продолжаю считать себя некрасивой, а те девушки считают привлекательными свои скелетообразные фигуры. Они видят свое отражение в зеркале искаженно. Некоторые из них обожают созерцать выпирающие сквозь кожу кости, находя их прекрасными, словно драгоценности, а я свои кости тщательно прячу. Они причиняют мне боль. Я хотела стать тоненькой, не подозревая, что попаду в эту роковую ловушку — в неосознанное стремление к самоубийству. Но я не хочу умирать. В какой-то степени я хотела протестовать против чего-то, но это что-то многолико. Это недостаток материнской нежности, это мой скверный характер, требовательный и властный под личиной покорности. Я не хотела быть в отдалении от жизни моего отца и одновременно не хотела в ней участвовать. Даже сегодня, в этом месяце июне, сидя с зондом в носу, я не могу понять всего, что со мной произошло.

Слова имеют символическое значение. Я хотела стать истощенной, хотя это было и некрасиво. Я решила не замечать своего уродства, укрыв его разнообразной, подобающей случаю одеждой. Если бы меня не называли жирной коровой, я, быть может, отдалась бы во власть природы, и обмен веществ заработал бы. Некоторые подростки обретают нормальный вес после гормонального взрыва, и природа часто все делает правильно. Я хотела повлиять на природу... и она меня наказала. Сейчас я уже взрослая, я могла бы ходить, дышать, бегать, танцевать, кататься на велосипеде, но тогда я боялась чужих взглядов, мальчиков и маленьких насмешников из коллежа, взглядов тех, кто меня окружал. Я возненавидела себя за то, что любила есть, за то, что не могла ограничить себя «нормальным» количеством еды. Я пошла ко дну, и вот теперь вынуждена вести непростую жизнь вдвоем с кормилицей в виде макаронины. Я люблю Гастунэ так же сильно, как и ненавижу.

Я люблю Гастунэ, потому что на перекрестках он помогает мне переходить улицу, машины останавливаются перед «бедной девочкой с трубкой в носу». При этом я поднимаю настроение сестре Кло, обращая свой «назально-желудочный» образ в сторону смеха.

Я люблю Гастунэ, потому что меня пропускают без очереди к кассе супермаркета.

Я ненавижу Гастунэ, потому что он закармливает меня и заставляет толстеть, что немедленно вызывает мое сопротивление, и я опустошаю мешки в раковину или в туалет, молча и грозно покрывая Гастунэ оскорблениями. Мерзкая, гнусная и отвратительная трубка! Змея возится у меня в мозгу, уговаривает хранить верность анорексии и бороться с другой, наполненной жидкой и бесцветной едой змеей, которая вползла в нашу жизнь.

Я не казалась себе некрасивой в тот период, когда мой вес колебался от шестидесяти пяти до пятидесяти восьми килограммов. Но я не захотела остановиться на том моем образе, потому

что мной завладела болезнь, мне нужно было худеть и худеть дальше. Было уже слишком поздно. При пятидесяти восьми килограммах я была очень тоненькой, на грани худобы — показались кости, образовались впадины на плечах, выступал позвоночник. Я могла обхватить пальцами обтянутую кожей ключицу, положить две или три монетки в ямки вокруг них. Нажав на свои бока пальцами, я чувствовала ребра. Это было больно, но мне хотелось трогать тело, которое отражалось в зеркале, я не понимала, кого вижу перед собой. Я с трудом верила своим глазам, поэтому трогала и ощупывала себя, надеясь, что проснусь, если ущипну себя достаточно сильно.

Почему я такая худая и некрасивая? Это видение — там, перед зеркалом? Это правда? Это я? К сожалению, никаких видений не было, и это действительно была я. Я превратилась в бестелесное существо, пора было остановиться... Да, но если я остановлюсь, я снова растолстею. И страх снова растолстеть был сильнее страха умереть от истощения. Я старалась питаться «нормально», но тогда «нормальными» для меня были овощи, натуральный йогурт и фрукты. И я продолжала терять, и не только вес, но и контроль над своим телом и над своим сознанием, которым овладела змея, беспрестанно повторяющая: «Не ешь. Оставайся такой. Забудь о мешках, спускай их в туалет. Тебя откармливают, как утку».

Утку, похожую на скелет. Я не переносу прикосновений, я кричу, если меня обнимают за шею. Мама говорит мне: «Посмотри на себя. Ты живой скелет. Однажды одна косточка сломается, и ты рассыплешься по земле». Мои лодыжки стали толщиной с запястья, ноги больше не держат меня.

— Да, я знаю, знаю...

А тем временем не могу уже мыться перчаткой для душа, так как чувствую сквозь нее свои кости, и этот контакт нестерпим, я испытываю физическую боль. Я использую тюлевую салфетку, она мягче. Я моюсь много раз на день. Я не люблю ощущение липкости, возникающее на коже в течение дня. Мне кажется, что жир просочится внутрь тела, и я потолстею. Я хочу, чтобы моя кожа была сухой, она и есть очень сухая из-за постоянного мытья и разнообразных лишений и так сильно натянута на костях, что мне больно ложиться в постель.

Я похожа на скелет из кабинета биологии, только сверху еще сохранилась кожа. Объем груди 80А и рубцы. Я считаю, что грудь — это самая привлекательная для мужчин часть женского тела. Меня тревожит то, что у меня больше нет груди. Если я опять потолстею, вернется ли она? Моя грудь умерла. Ужасно иметь что-то мертвое на месте груди.

Больная Жюстин начинает сердиться на змею за это. А змея отвечает, что первая часть тела, которая растолстеет, — это ляжки, что не доставит Жюстин удовольствия. Я не хочу, чтобы мои ляжки касались друг друга — это навязчивая идея. Между ними должна обязательно проходить моя ладонь, меньшее расстояние недопустимо. Недопустимо для кого? Профессор уже говорил мне, что я не первая больная, у которой на эту тему пункт помешательства. Психолог из больницы утверждает, что касающиеся друг друга ляжки — вещь самая естественная. Расстояние между ляжками не является стандартным критерием женской красоты, даже наоборот. А бедра? У меня вместо них два костыля, которые мне отвратительны. Талия объемом в сорок пять сантиметров уже никому не нужна. При ходьбе у меня болят бедра. Мне кажется, что я длинный и тонкий жираф, передвигающийся на двух палках... Голова у меня в тумане, она следует за телом. А тело ее ведет.

Змея контролирует меня весь день, а я продолжаю мечтать о чудесной стране, где прогуливаюсь с тележкой по кондитерской и сметаю все в две минуты: пирожные с заварным

кремом, эклеры, лимонные пирожные, безе, пирожные «опера», пирожные с клубникой, галеты, пышные пирожные с йогуртом, песочные пирожные с шоколадом, просто песочные пирожные, пирожные из слоеного теста... Наполнив тележку всеми этими чудесами, я буду есть, есть, есть. До потери пульса. Ночью в кошмарных снах я вижу себя толстой, как корова. Утром перед чашкой чая снова появляются боль и навязчивая идея подсчета калорий.

Я проглатываю ложку йогурта, и перед моими глазами, словно в игровом автомате, скачут цифры таблицы калорий: 50 калорий в йогурте, диетическая содовая вода — 0,3 калории на 100 мл.

С каждым взмахом расчески я плачу от боли, слышу, как шуршат соломой мои волосы, вижу, как они падают осенними листьями. Я использую уже не щетку, а расческу с редкими большими зубьями, чтобы уменьшить свои страдания и чтобы волосы не так сильно вылезали. Змея усмехается. «Если ты снова начнешь есть, волосы у тебя не вырастут, как весенняя травка. У тебя просто растолстеют ляжки, и вырастет живот...» Моя грудь и мои волосы умерли. Во мне не осталось ничего женственного, я не мальчик, не девочка, так, существо неопределенного пола.

Однажды в воскресенье моя трехлетняя сестренка подбежала ко мне и плача крепко обняла.

— Когда ты умрешь, я все равно буду любить тебя.

Мои родители тоже заплакали, а я поняла, что малышка трех лет не должна говорить такие фразы. Это испугало меня. Но я опять отогнала сомнения.

— Не расстраивайся, я не умру. Нет ничего страшного, ты же знаешь что-то ведь я ем, я не умру, моя дорогая.

Я живу в своем мире, в своем коконе. Я не считаюсь ни с кем, даже с самой собой.

У меня болят кости, волосы, зубы, которые ужасно шатаются от воспаления десен. Я даже не могу укутить яблоко. И я придумываю новую формулу компенсации, такую же странную, как голодная диета. Получать две тысячи калорий в день при помощи зонда плюс нормальная еда — мне кажется это глупым. Я думаю: «Вместо того, чтобы заглатывать две тысячи калорий из мешков, я лучше доставлю себе удовольствие, съев плитку шоколада, например того, что спрятан в моей комнате с Пасхи».

Я тайком забываю мешок или куда-нибудь опустошаю его и съедаю вместо этого плитку шоколада. По крайней мере, я наслаждаюсь. Но проблема заключается в том, что, проглотив плитку шоколада, я тут же съедаю еще две, а на следующий день у меня начинаются боли в печени.

И в конце концов я пускаюсь во все тяжкие. Это уже не приступ боли в печени, это пищевое безумие.

Я одна дома. Июль. Полдень. Мама на работе, папы нет, сестра Кло пошла гулять в парк Астерикс, маленькая Жанна у тети. Я хозяйка в доме. Я начинаю с замороженной паэли, после секундного сомнения продолжаю большим йогуртом в 150 мл, потом проглатываю макси-капучино с молочным шоколадом и хрустящей карамелью в сопровождении двух кексиков «мадлен». Я чувствую, что теряю контроль над ситуацией, я не могу остановиться. Я буквально объедаюсь — пирожные «черные головы», шоколадные пирожные «роше»,

пирожные «бастонь» и все, что попадает мне под руку, типа еще каких-то шоколадных пирожных. До тех пор пока я не почувствую перенасыщения. Я пропала, Жюстин перешла границу, отделяющую ограничительную анорексию от анорексии компульсивной. Я слишком долго была лишена слишком многого. Гастунэ охранял меня от этих припадков, но вот уже две недели, как змея снова контролирует положение. У меня скачет настроение, меня преследуют навязчивые идеи, меня надолго охватывает чувство вины, в эти периоды я ощущаю себя настолько никчемной, что смертельно себя ненавижу. Мои родители делают, что могут, без них, руководимая не оставляющей мое сознание змеей, я давно бы погибла. Змея нашла новый способ вредить мне: «Давай, ешь, глотай, объедайся до умопомрачения! Что хорошего в этих питательных мешках, там нет ни шоколада, ни сахара, ни пирожных...»

На каникулы мы уезжаем на юг, и змея вспоминает про мороженое. После обеда я говорю родителям:

— Я спокойно посижу с мешком в номере, не хочу торчать на пляже с насосом.

И бегу в город покупать рожки с четырьмя шариками мороженого, рогалики, все, что нахожу сладкого, все, в чем нет ни витаминов, ни протеинов, ни минеральных солей. Короче, прямую противоположность тому, что находится в мешках. Я возвращаюсь на пляж к семье с огромным животом. Мама спрашивает:

— У тебя такой огромный живот, ты что сделала?

— Да это от мешка у меня живот надувается.

Мама не верит мне, но молчит, догадываясь, что у меня начался цикл нарушения режима питания. В больнице это называется НРП. [1]

Для того чтобы удовлетворить свою манию, я трачу все сбережения. В период анорексии я применяла по отношению к деньгам, которые не тратила, формулу: «Анорексия во всем». И у меня скопилось целых двести пятьдесят или триста евро. Я спускаю все во время каникул. Каждый день я иду в город и объедаюсь сладостями. Особенно мороженым. Вначале просто идея, образ еды пронизывал мое сознание. В теле ничего не происходило, я всего лишь думала о том, что ничего другого я сделать не могу. Я сижу одна с трубкой в носу в уголке пляжа, дефилировать в купальнике я не собираюсь, да и в волны прыгать перед всеми не стану. Мне скучно. Что делать? Пойду поищу чего-нибудь вкусенького. К тому же, во мне нарастает протест против принудительного питания. Я не гусь, я «им» докажу, что ем то, что хочу.

Я так долго не ела сладкого и так о нем мечтаю!

Со второго месяца питания через зонд (а оно прописано на четыре месяца) скатываюсь в ад навязчивых идей. Я могла бы сказать: «Я больше так не могу, я хочу действительно есть, нормально, как все». Но мне бы никто не поверил. Особенно профессор, знающий цену лжи и обещаниям. Он столько раз говорил:

— Ты не способна есть нормально.

Он прав. Есть нормально — это не объесться шоколадом, ванильным кремом или мороженым. Эффект получился обратный. Родители видят, что за столом я ем немного. Они не знают, чем я набиваю живот кроме этого, не знают они и о моем обмане с мешками. Они чувствуют какой-то подвох: за два месяца я так или иначе прибавила десять килограммов. Вернувшись из отпуска в сентябре, они информируют об этом профессора, а он обнимает меня за шею в коридоре и

уводит в кабинет.

— Так дело не пойдет, у тебя в голове все смешалось, надо искать выход.

И я сама признаюсь в том, что каникулы прошли плохо. У меня ужасные компульсивные приступы, я переходила от бреда по мороженому к депрессии, такой же ледяной, как и само лакомство. Мне кажется, что мама больше не занимается мной, ссоры с ней становятся все ожесточенней и агрессивней, она меня больше не понимает и бросает в тумане моего одинокого существования. И это я еще не все рассказываю. Я никогда не рассказываю всего, например, о вылитых в раковину или в туалет мешках. Но они, наверное, догадываются.

— Помогите мне, я не знаю, что делать.

— У меня есть место в больнице для тебя. Ты можешь лечь в четверг.

На другой день, во вторник, начало школьных занятий. Я должна остаться на второй год, потому что после успешного первого триместра я пропустила два следующих.

Я не знаю, что ответить. Теперь мне шестнадцать лет, меня не положат в отделение педиатрии с малышами. Нами, мной и моим питательным зондом займется отделение профессора, со своими врачами и своими правилами и, госпитализация минимум на три недели, максимум — на десять. Ни родители, ни руководитель отделения выбора мне не оставляют.

Я хочу начать во вторник занятия, как все, символически, чтобы обозначить свою принадлежность к новому классу. Мне дают эту отсрочку. Я не говорю главного. Мне нужно показаться в лицее, предупредить преподавателей о том, что я больна, продемонстрировать свой зонд для того, чтобы мне задали вопросы, чтобы меня пожалели. Я испытываю непреодолимое желание оказаться в центре внимания, выставить напоказ свою болезнь, как флаг. Это своего рода освобождение.

В начале лета в июле 2005 года, при появлении Гастунэ, я создала блог в Интернете, что-то вроде личного интерактивного дневника для того, чтобы рассказать о своей болезни, чтобы выплеснуть все свои чувства необычным и сознательно откровенным образом. Так в сети появилась другая Жюстин, сначала застенчивая, а затем все более заметная, иногда веселая, иногда грустная, болтливая и большую часть времени иронизирующая сама над собой.

Вернувшись с каникул, я обнаружила массу ответных посланий, ободряющих и поддерживающих меня в борьбе против проклятой змеи. Я чувствую себя не такой одинокой, мне становится легче найти общий язык со сверстницами. Видимо, свободный обмен мыслями при помощи клавиатуры компьютера сглаживает отсутствие общения в реальной жизни. Жюстин плачет, Жюстин смеется, а теперь еще Жюстин и шутит. Она полна надежды на выздоровление.

Удивительно, но мой случай совсем не единичен. Я никогда не подумала бы, что получу столько откровений из всех уголков Франции, и даже из-за границы, от новых друзей, страдающих анорексией. В первый же день 194 комментария появились на моем сайте! И это было только начало. За два месяца мой сайт посетили 1759 человек, 1301 — только за август месяц! С ума сойти! Как радостно, радостно получать эту манну ободрения и участия.

В сентябрьскую среду 2005 года, накануне моего отъезда в больницу вместе с Гастунэ, его насосом и питательными мешками, меня оставляют сторожить сестер дома и я уезжаю на

велосипеде для того, чтобы совершить огромную глупость. Безумную. Тогда я не понимала, зачем это делала. Я не знала что подлая болезнь приводит к «этому». И «это» я никогда не забуду.

Самое страшное из унижений.

Сорока-воровка

Эта проклятая среда накануне госпитализации ужасный день. Я не хотела ложиться в больницу, не хотела расставаться с семьей, не хотела лишаться возможности есть то, что мне казалось вкусным, именно то, что я считаю вкусным. Я сердилась на профессора, его доводы мне казались неправильными и непонятными. Он лечил меня от анорексии, такова была его цель, его, но она еще не стала моей. Он, конечно, объяснил мне, что я переживаю НРП, состоящее из трех стадий: анорексия, булимия и выздоровление. Я, несомненно, нахожусь в начале периода булимии. Время от времени у меня возникает непреодолимое желание получить наслаждение от еды.

В тот день мной овладело какое-то бешенство.

Я должна сделать «что-то», чтобы утолить желание «чего-то». Парадокс, но я подавляю стремление заполнить желудок. Мне нужно собрать все свое мужество и волю, поскольку врачи, семья — все стараются помочь мне выздороветь, и если я сама не сделаю усилия, то я уже ни на что не гожусь. Итак, я отказываюсь от наслаждения едой. Я изо всех сил борюсь с желанием поесть, и мне нужно как-то компенсировать это.

Необходимость «замещения» выливается в конце концов в безумный поступок. Просто землетрясение в девять баллов по моей персональной шкале Рихтера. Голод трансформируется в жажду другого свойства, которую я не совсем ясно для себя определяю, я просто беру велосипед и еду в большой торговый центр неподалеку от нашей деревни. Там есть все: еда, одежда, диски, книги, фантазийные украшения. Я в магазине, я хочу лишь отвлечься, у меня нет четкой цели. Я хочу посмотреть на людей, на товары, забыть о больнице, о зонде, который по-прежнему торчит из моего носа, о своем весе. Я хочу занять свои глаза. Мне нужно набрать чего-нибудь, что не является едой. Я должна наполнить себя, но не есть. Я не понимаю смысла превращения, которое совершается со мной. Одежда меня не интересует, я сознательно держусь подальше от отдела с пирожными, я просто хочу помочь себе выздороветь в больнице. И в результате, словно зомби, вхожу в бутик с украшениями, меня притягивает и манит их блеск. Мне нужно утолить «жажду». Почему бы не этими сверкающими предметами? При этом я не собираюсь купить себе какое-нибудь украшение. Я действую, как автомат, безо всяких предосторожностей. Беру при входе маленькую прозрачную корзинку из металлической сетки и заполняю ее, не считая и не выбирая. Я чувствую какое-то возбуждение, думаю о том, удастся ли мое предприятие, или меня поймут, причем вторая возможность совершенно не пугает меня. Ничто не может меня остановить. Теперь я с трудом могу вспомнить свое состояние во время тех событий, таких унижительных для меня и моих родителей.

вернуться

1

В «Нарушение режима питания» входит ментальная анорексия, рвотная анорексия и нервотная булимия.

Еще до болезни я иногда думала о том, что многие мои знакомые девочки зачем-то воруют украшения в то время, как их карманы набиты деньгами. Они демонстрировали свои трофеи, гордясь собой так, словно совершили подвиг. Я не понимала их. Почему они это делают, а я никогда? Тогда ответ был прост: все дело заключалось в моем воспитании.

Но тут я не думаю ни о чем. Я больна. Я беру, я успокаиваю свою жажду, а затем с корзинкой в руках направляюсь прямо к выходу. Не надо большого ума для того, чтобы уйти с прозрачной корзинкой, не заплатив в кассе. Воровка сделала бы по-другому, она бы постаралась действовать незаметно, спрятала бы украденное, выбрала бы самые красивые украшения, во всяком случае, те, которые ей понравились. Я же схватила кольца, не разбирая их размера, серьги, не рассматривая их, я взяла штук пятнадцать случайных предметов, даже уже не помню каких. В магазинчике не было дверей безопасности. Единственная продавщица говорила по телефону, склонившись над витриной, в которой она быстро раскладывала украшения. Я услышала, как она сказала своему собеседнику:

— Подожди две секунды.

И догнала меня в том момент, когда я уже выходила.

— Извините меня, мадемуазель, вы можете мне показать, что находится у вас в руках?

Оцепенев от ужаса, я показываю ей корзинку и вдруг отдаю себе отчет в том, что происходит. Я — воровка, которую схватили. Я немедленно раздражаюсь слезами.

— Следуйте, Пожалуйста, за мной! Мне позвонить в полицию или вашим родителям?

— Лучше родителям.

Она бесцеремонно отводит меня в сторону.

Я бормочу номер телефона, дрожа, как осенний лист. Я боюсь реакции моих родителей, боюсь получить взбучку, хотя ничего такого со мной еще не случилось. И мне ужасно, ужасно стыдно. Я пытаюсь объяснить все так, чтобы продавщица поняла, я говорю о своей болезни, о зонде, о завтрашней госпитализации, я умоляю ее забрать украшения обратно.

— Я заплачу, если нужно, я не воровка, я ничего в своей жизни не украла, я сама не знаю, что со мной произошло, у меня мании, связанные с едой...

Продавщица безжалостна и зла.

— Меня это не касается, это ваша жизнь, я звоню вашему отцу.

Я снова заливаюсь слезами, отрицательно качаю головой.

— Я вам клянусь, я больше так не буду. Не звоните моим родителям, я вас умоляю, я заплачу!

— Нет, вы несовершеннолетняя, я обязана позвонить вашим родителям.

— Но я больна... я завтра ложусь в больницу, я анорексичка...

— Это ваше дело, это ко мне отношения не имеет.

Продавщица усмехается, издеваясь надо мной. Она не выпустит добычу. Мое отчаяние нисколько ее не трогает. Она могла бы положить вещи обратно, взять с меня клятву и

отпустить, но она, глядя на меня с торжествующим видом, звонит отцу. Отец не отвечает, она требует у меня другой телефон, я даю рабочий номер мамы. Мама слушает, как громом пораженная. Я даже не слышу, что ей говорит продавщица, я рыдаю. И жду. Я сижу на табурете посреди магазина, ожидание длится вечность, я все время плачу, зонд практически душит меня. Наконец приходит папа, у него огромные глаза.

Продавщица глупо улыбается ему.

— Здравствуйте, сударь.

— Здравствуйте, извините меня, она совершила непростительный проступок, поверьте, она будет за него наказана, это никогда не повторится. Сколько я вам должен?

Он платит за украшения, этот чек на сто двадцать евро я никогда не забуду. Почему? Продавщица получила обратно все, что я взяла, она показывает мне предметы, пересчитывает этикетки и в довершение всему, оставляет себе чек.

— Пойдем со мной, Жюстин!

До машины ни слова. Дверца за мной захлопывается.

— Маме опять стало плохо из-за тебя! Сегодня вечером она идет к врачу. Я тебя предупреждаю больше такого не устраивай. Если это повторится ты мне не дочь! Что это за поведение? Тебя этому не учили. А этот раз ты действительно взбесила меня.

Мы возвращаемся домой, он оставляет меня в гостиной и идет в свою комнату звонить. Я слышу, как разговаривает с отделением профессора. Он рассказывает дежурному врачу о том, что произошло. Та соединяет его с профессором, и папа рассказывает все еще раз.

— Пожалуйста, заберите ее сегодня, мы больше не можем терпеть ее.

Я плачу, я умоляю:

— Нет.

Папа кладет трубку.

— Тебя не могут взять, кровать освободится только завтра. Очень жаль. Иди в свою комнату. Я не хочу тебя больше видеть!

Когда я приезжаю в больницу, все отделение уже знает о случившемся.

Отцу стыдно. Мама возвращается от врача с транквилизаторами. И это все из-за меня, я виновата во всем этом ужасе. Я потеряла доверие своих родителей, мама заболела, для папы вся эта история — страшный удар. Я ему больше не дочь, он воспитал маленькую ничтожную маленькую воровку. Маленькую четырехлетнюю сестру в результате царящей со времени моей болезни атмосферы в доме водят к детскому психологу. Моя вторая сестра смотрит на меня, опустив руки, не понимая.

Чего я хотела? Доставить себе радость перед трехнедельным, как минимум, заключением. Мой психолог мне посоветовала, в случае появления на улице бродить по деревне, стараться думать о посторонних вещах. Я и вышла, но не смогла ограничиться пробежкой по деревне или сменой настроения во время долгой пешей прогулки. Я все делаю неправильно, мой мозг стал работать

неправильно. С одной стороны, мне кажется что мне нечего делать в больнице. Я вешу пятьдесят восемь килограммов, восемнадцать из них я набрала с июня месяца. Мне кажется, что со мной все хорошо, потому что у меня идеальный вес. Зачем мне занимать чужое место в больнице? Я представляю себе других девушек, больных и худых, таких, какой я была несколько месяцев раньше, которые думают: «Зачем она здесь, ей отдали кровать для настоящего больного!»

С другой стороны, совершая безумные поступки, я хочу доказать, что имею право на нахождение в больнице. Оправдываю такое решение. Подавляя в себе навязчивое стремление к еде, я уперлась лбом в стену. Какая связь между пищей и воровством? Мне объяснили позднее: клептомания. Клептоман немедленно сожалеет о импульсе, толкнувшем его на присвоение чужих вещей. Еще одно навязчивое стремление. Для меня это самое страшное. Я не могу уже мыслить ясно, в моей голове все смешалось. Я «своровала» украшения оттого, что считала, что «краду» чужое место в больнице? Я хотела доказать, что я действительно больна? Или убедить себя в том, что госпитализация — незаслуженное наказание и надо было его «заработать»? Я прекращаю думать, я ничего не понимаю, я не психолог для самой себя. Такое поведение в шестнадцать лет называется чудовищным «идиотизмом», ты позоришь своих родителей и боишься получить взбучку. Точка. Я истязую свою семью, я — маленький невыносимый тиран, доставляющий родным адские муки. Все вертится вокруг меня, мое поведение бессмысленно. Я хотела, чтобы на меня обратили внимание, и преуспела в этом. Я хотела, чтобы меня любили, тут меня ждал провал. Я думала, что взрослою, на самом деле я регрессирую. Мне пора лечиться.

Мама в ужасном состоянии, она может только обвинять меня:

— Ты мне отвратительна, ты ведешь себя подло, ты смешна. Ты — маленькая несчастная дура.

Я не помню, ела ли я что-нибудь и спала ли я в ту ночь. Я плакала столько, что у меня заболели глаза. Я плакала от чувства вины и от отвращения к себе самой, повторяя между двумя рыданиями:

— Ты никчемная, никчемная, суперникчемная. Мне так стыдно за себя, что я не рассказываю свою историю сороки-воровки на блоге. Я пишу о «непростительной глупости», не объясняя, в чем она состояла. Я прошу прощения, умноженного на икс в квадрате, у всех, я клянусь, что никогда не совершу ничего подобного. Но, перечитывая это сообщение через год, я замечаю, что сразу же после просьбы о прощении, я раздражаюсь оттого, что наказана, словно маленькая девочка: мне не купили юбку, в которой я хотела пойти в школу в первый день занятий.

На следующий день я поехала в больницу, и все стало налаживаться. Мама заплакала, расставаясь со мной, и обняла меня.

Я никогда больше не рассказывала об этой истории, мне было слишком стыдно. Даже позже, когда встретилась со своим психологом. Я боялась, что попаду в разряд «воровок», а я ведь совершила эту глупость всего один раз. В магазинах теперь меня охватывает страх, я боюсь трогать товары на полках, мне кажется, что на лбу у меня написано: «Осторожно, воровка». У меня начинается паранойя. Кто на меня смотрит? Кто обращает на меня внимание?

Мое поведение непростительно. Даже болезнь его не извиняет. Я не могу избавиться от мысли о том, что я — воровка. Если я расскажу об этом, все будут думать, что я продолжаю воровать.

Это уже въелось в мое сознание. Я ни разу не попыталась украсть что-то еще. Я захожу в магазин с дрожью, я трогаю товары с тревогой. Однажды я посмотрела на ожерелье и быстро ушла, не решившись взять его в руки. Я совершенно подавила в себе постыдное навязчивое желание, но страх остался. Я, например, пытаюсь стоять перед витриной с украшениями с самым естественным видом, но чувствую, что улыбка у меня натянутая.

Я не могу убедить себя в том, что тот безумный поступок был одним из проявлений помутнения сознания, как и поедание десяти порций мороженого за один присест. Чувство вины не покидает меня. Оттого, что я пишу эти строки сегодня, мне становится легче и в то же время еще страшней. Я отдаю себе отчет в том, что на моем блоге я с трудом могу объяснить испытываемые мной муки. Мне нужно, чтобы окружающие любили и подбадривали меня. Но не судили. Я думаю, что с основным большинством девочек моего возраста происходит то же самое. Мы предпочитаем говорить о мелочах, о поведении во время еды, о бытовых событиях, о том, что мы съели или не съели, о килограммах и калориях; о внешних проявлениях болезни, будь то анорексия или булимия. Истинные страдания и их причины мы объяснить не можем. Если я и пытаюсь иногда делать это, то получается анархия противоречивых обид. Я знаю, что сначала надо вылечить тело, а затем приводить в порядок голову и сказать себе: «Перестань считать себя никчемной, перестань видеть себя то жирной, то истощенной, то уродливой, то ни на что не способной, то слабой, то капризной, то подлой...» «Перестань нас «грузить»», — часто говорят мои родители. И все. Как будто посмотреть вглубь проблемы совершенно невозможно.

Подростки часто не понимают причины явлений. У них есть только воспоминания об упреках, услышанных в детстве. Мне сказали то-то, со мной сделали то-то... Гораздо позже, когда организм стабилизируется, начинает выздоравливать, приходит настоящая терапия. И даже на этой стадии возможны рецидивы. Можно снова почувствовать себя виноватым во всем, как до этого считал виноватыми остальных. А на самом деле в истории болезни не виноват никто. Есть непонимание, нечуткость, нехватка общения, глупое стечение обстоятельств. И тут возникает вопрос «почему я?», ведущий нас наконец к нашему истинному характеру, к пониманию внешнего влияния, которое поспособствовало появлению тревоги.

Это «почему» занимает всех. Это голод! Голод по любви и признанию. Голод по идеалу для самого себя, по образу, к которому стремишься. Анорексия — это форма смерти и жизни, и выживания тоже. Одной силы воли далеко не достаточно. Общие усилия близких помогают, но нельзя забывать и других факторов. Медицина, окружение, терапия. В смертельной схватке со змеей воля часто изменяет тебе. Ты получаешь удары, ты причиняешь боль окружающим. Ты взбираешься на гору высотой с Гималаи и боишься упасть. Ты вершишь какую-то персональную эпопею. И вот приходит момент понимания того, что ты спасся, в то время как другие погибли, что вершина близка, дорога к ней ясно обозначена, что ты в числе тех, кто не сорвался вниз, что у тебя есть шанс достигнуть цели, вот тогда ты крепко держишься и думаешь: «Уф, как же это было трудно! Теперь я смогу продолжить путь без жалоб, я знаю все трудные места и сумею обойти их».

Размещая свой блог в Интернете, я надеялась, что кто-нибудь посетит его, желательно, девочка, больная анорексией, и мы с ней будем обмениваться советами. Я начала другой вид дневника, дневника, посвященного моей болезни. Я никогда не думала, что столько людей заинтересуется темой и напишет мне. Мне кажется, что другие люди — не больны. Я предполагала, что они печатают слово «анорексия» потому, что это модный сюжет и они хотят что-то узнать об этом. Но я очень быстро заметила, что комментариев становилось все больше и больше. Пятьсот писем за месяц — это очень много для начала. У меня появились верные спутники, следившие за мной, подбадривавшие меня. Я была удивлена. Я не думала, что Интернет станет для меня чем-то значительным, что я извлеку из него что-то важное для себя.

Для меня это была одна из возможностей высказаться, как в старом детском дневнике. И я действительно стала писать дневник, но со многими другими людьми одновременно. С сотнями людей, и некоторые из них мне помогли и помогают до сих пор.

Я помню, например, одну женщину, чей ник (псевдоним) привлек мое внимание: «Мама». Я потом встретила ее в реальности. Я и сегодня отношусь к ней, как к «универсальной маме». Она пытается объяснить мне позицию матери, потому что моя мама не может этого сделать. Она не судит, она подбадривает, советует, помогает подвести итог, она появилась в самом начале. Она успокаивала меня тогда, когда мне прописали зонд. Она считала, что я скоро поправлюсь, что я уже победила, в то время, как я сама совсем не была в себе уверена. Она говорит о том, что нужно попытаться поговорить с родителями, наладить диалог. Она даже связывается с моим отцом, чтобы расспросить о моей болезни, обо мне. Она заинтересовалась мной и действительно хочет мне помочь. Я рассказала ей о своих приступах, о глупых навязчивых желаниях...

Я рассердилась на нее за то, что она сообщила об этом отцу («Осторожно, у Жюстин срыв, следите за ней...»), а ведь она правильно сделала.

Когда я рассказала родителям о том, что собираюсь встретиться с женщиной, с которой познакомилась в Интернете, они немного испугались. Из соображений безопасности они пошли вместе со мной. И я думала, что они, быть может, были правы, я ведь не знала, кому я раскрываю свою жизнь в Интернете. Вдруг это член какой-нибудь секты? Или убийца? К счастью, ничего такого не было, но родители должны были в этом убедиться. Сорокалетняя, с двумя нормальными дочерьми, веселая, с великолепным чувством юмора «мама» — человек, открытый миру, она хочет понимать и помогать.

Моей собственной маме совсем не нравится ее вмешательство и ее советы. Я думаю, маме кажется, что ее несколько отодвигают в сторону, словно она не может найти со мной общий язык. Но так оно и есть, беседы у нас не идут. А эта женщина призывает меня именно к откровенному диалогу с мамой. Но это у меня пока не получается. Если возникает проблема, я предпочитаю обращаться к «маме универсальной». Прости, мама, но так мне легче.

Блог стал играть очень важную роль в моей жизни, я нашла дружбу, поддержку, надежду на выздоровление и даже кое в чем достигла успеха: одна девочка, младше меня, вылечилась. Я горжусь тем, что приняла в этом хоть небольшое участие, привнесла свою лепту. Например, девочка не хотела ничего говорить своим родителям, и я ей посоветовала обратиться к психологу, что она и сделала. А я сама этого не делаю. Мы говорили о приступах навязчивых желаний и пресловутом «почему». Она стала размышлять и в конце концов поняла причины. Ее бабушка с дедушкой умерли, и от нее с детства скрывали эту двойную смерть. Она была обижена из-за этого на своих родителей. Она выкарабкалась.

Я думала, что блог в Интернете — всего лишь виртуальная игра, но, на самом деле, я попала в маленькую деревню в Сети, где завязываются знакомства, где каждый помогает всем. Я пришла к выводу, что обмен мнениями очень полезен. Я хотела описать свои трудности насколько возможно шуточно и с юмором. Смеяться над собой и своими невзгодами полезнее, чем рыдать и жаловаться, бесконечно призывая на помощь. Я достаточно долго занималась этим дома. И еще я хотела понравиться, привлечь к себе людей, заставить их полюбить себя. Девочку, которая жалуется, полюбить трудно. Перед экраном и клавиатурой было нетрудно смеяться над своими несчастьями, так делает клоун, выступающий перед публикой и ожидающий аплодисментов. Но я не могла забыть о том, что за смехом скрывались слезы. А слезы, как и моя болезнь, означали мою неспособность общаться с людьми в настоящей жизни, неумение понравиться им в реальности. Проклятая робость, невыгодное мнение о самой себе,

которое тогда у меня было, мешали мне. Интернет позволил мне забыть о своей застенчивости. Экстраверт в блоге, интроверт дома... Иногда мне хотелось самой себе надавать пощечин!

Блог стал для меня формой терапии. Профессор сначала советовал мне снимать саму себя на портативную видеокамеру во время еды, для того чтобы понять, какой я была в эти моменты. Родители поддержали его, мой дядя одолжил нам видеокамеру, но я не выдержала, это было слишком тяжело. Я не хотела видеть себя в таком состоянии, это была не я, и даже если это была я, я не хотела этого знать. Я предпочла фотографироваться, такое упражнение давалось мне легче. Я сфотографировала себя с зондом, рыдающую в углу в вечер моего «подвига» в качестве сороки-воровки. Получившаяся фотография показала мне, насколько искажено мое представление о себе самой: в зеркале я казалась себе не такой худой, а снимок отразил истинное положение вещей.

Я научилась размещать свои фотографии в блоге и стала иллюстрировать каждое свое сообщение. Я боялась сниматься на камеру. Боялась увидеть «плохую Жюстин», которая манипулирует своей семьей, прикрываясь экзистенциальным кризисом. Я не решусь сказать, что болезнь была «жалкой игрой», но признаюсь в том, какое-то подлое удовольствие от всей этой истории испытывала. Скажем, я «иногда нарочно усиливала эффект». Вот пример, иллюстрирующий это открытие, которое я сделала, естественно, гораздо позже.

Обеды у бабушки были не только пыткой опасной для моего веса, но и моим бунтом против всей семьи. Я не соглашалась есть то, что мне предлагали, и чувствовала садистское удовлетворение оттого что вызывала жалость и демонстрировала свои страдания. Я отвергала, например, почки под соусом из мадеры, которые бабушка готовила специально для меня, чтобы пробудить аппетит в отношении проклятой еды. Если бы я сидела за столом одна, я, несомненно, спокойно поела бы. Отказываясь от угощения, я вызывала возмущение у своей семьи, и мне это нравилось. Меня тошнило от обычая совместно принимать пищу, обжираться по воскресеньям. Мне надоело подчиняться правилам... Продолжая играть роль (часто все-таки неосознанно) «маленькой девочки», подавленной тяжелой болезнью, я заявляла всем о себе истинной. Я ковала себе характер мятежницы, вырастающей из покорного ребенка.

В ожидании появления способности поразмышлять надо всем этим, первого сентября я отправляюсь в больницу на семь недель строгого заточения. До свиданья, мама, папа, сестры, до свиданья, друзья из блога, теперь я появлюсь лишь во время разрешенных выходов, да и то если буду образцово себя вести. Вот только где этот образец? Я снова страдаю булимией! Я проиграла, я потолстела. За полтора года болезни мой организм перенес головокружительную потерю тридцати шести килограммов, а затем за два месяца — увеличение веса на восемнадцать килограммов. Сердце бьется с переборами, колет, жжет, у меня одышка, я задыхаюсь.

Образ Жюстин еще очень расплывчат во время начала занятий в сентябре 2005 года. Моя цель ясна: я пытаюсь выздороветь, я покоряюсь... Но линия поведения не выработана, до этого пока далеко.

Странное возвращение в школу, тут же ставшее возвращением в больницу. После восьми месяцев без уроков, в отрыве от мира лица и его обычаев, восьми месяцев, посвященных лишь моим навязчивым желанием и постоянной борьбе против еды и за еду, я должна покинуть семью, гнездо, где я контролирую все и всех, и предаться эксперименту в виде пищевой изоляции под наблюдением. Прямо перед этим мне дали возможность наскоро посетить лицей для того, чтобы символически начать школьный год. На доске объявлений Жюстин снова значится в списке одного из классов так называемого европейского уровня обучения. Для меня

это плохая новость, я больше этого не хочу. Стресс от усилий достичь успеха там слишком силен, я не чувствую себя способной выдержать такой учебный год. Кошмар! Все ученики разбились на группки, смеются и шумят, заново обрекая меня на одиночество. Я не принадлежу ни к одной из компаний. В лице я хожу с вечно опущенной головой, мне кажется, что все на меня постоянно смотрят. Я ненормальная, я не могу вынести чужих взглядов.

Я прошу перевести меня в другой класс и добиваюсь этого. Вечером в блоге я выплескиваю эмоции, раздражаясь сообщением под названием: «Дайте мне ножницы из родильного помещения. Мне шестнадцать лет, пуповину пора обрезать. Акушерка забыла это сделать, и я продолжаю находиться на привязи, я прикована к маме и папе. Я должна вылезти из колыбели, но болезнь мешает мне, укрепляя эту связь, несмотря на все споры и трудности. Я не могу обойтись без родителей, хотя они больше и не выносят меня, и я их понимаю. Я никак не могу повзрослеть, я замедляю ход времени, вокруг бушует буря, и я отчаянно цепляюсь за спасательный круг семьи. Я понимаю это, я пишу об этом, но не нахожу ножниц, которые перережут пуповину и освободят меня. Я боюсь плыть одна в открытое море. Я боюсь будущего. Ужасно боюсь.»

Смерть от анорексии

Палата номер 118. Молодая истощенная женщина в голубом платье с желтыми цветами сидит на кровати, из ее носа торчит зонд. Слезы подступают к моим глазам. Ко мне приходит страх и понимание того, что я попала в больницу. Моя соседка по палате очень худая, но улыбчивая. Я боюсь ее. Она ест йогурт, она пристально смотрит на него, быстро помешивает ложечкой и механически слизывает, чмокая, как кошка. Ложечка наполняется и хоп! — она глотает: Хоп! Хоп!.. автоматически. Я отворачиваюсь, заливаясь слезами.

— Мама, я не хочу здесь оставаться. Я хочу домой, я обещаю тебе, что буду стараться.

— Нет, дочка, тебе здесь будет хорошо. Ты выздоровеешь.

— Пожалуйста, если ты меня любишь, заведи меня отсюда.

— Нет, все будет хорошо. Посмотри, у тебя есть подружка. Такая симпатичная.

Мама обращается к ней:

— «Как вас зовут? Вы здесь давно? Вы откуда? Чем вы больны?»

Я не осмеливаюсь с ней разговаривать, я хочу домой.

— Меня зовут Сесиль. Я из района Юра. Я здесь уже месяц. Лечусь от анорексии-булимии, надеюсь скоро выписаться.

Я в отчаянии сажусь на свою кровать. Мама оставит меня здесь. Я уже узница, как и эта молодая женщина. Она маленькая и ужасно худая, у нее короткие каштановые волосы с отбеленными прядками, большие, подведенные синим карандашом карие глаза, слегка подкрашенные губы. Моя первая подружка по палате и по несчастью, не стесняясь, демонстрирует свою худобу: у нее короткое, с большим вырезом платье на бретельках. Ее икры, щиколотки, руки, ключицы и шея открыты.

Мама ждет, пока я устроюсь, и уходит. Прощание краткое, хотя у меня снова слезы на глазах.

Я осматриваю комнату. При входе маленькая ванная с раковиной и туалетом. Две поставленные перпендикулярно друг другу кровати, между ними зажато кресло, окно выходит в больничный сад с большими деревьями. На столе, между двумя шкафчиками, телевизор, один стул. Я обреченно сажусь на свою кровать рядом с дверью. Раскладываю свои вещи — журналы, одежду, маечки, носки. Я приехала в белых льняных брюках, которые мне тесны в талии, мне больно лежать в них на кровати, но у меня есть тайная надежда похудеть. Сейчас у меня пятьдесят восемь килограммов, а два месяца назад было сорок. Тогда, в гардеробной лихорадке, я купила со скидкой белые льняные брюки, красное платье, зеленую клетчатую майку, но теперь я больше не влезаю в этот размер... Но я все равно взяла эти вещи с собой надеясь, что все упрямится и будет так, как хочу. Не толстеть, не поддаваться навязчивым желанием. Опять обрести нормальные щиколотки не опухшие от застоявшейся воды. Приходят медсестры взять у меня анализ крови. Это одна из моих фобий. Я не могу видеть капли крови, не терплю ощущение вошедшей в тело иглы. Я требую еды. Я должна записывать все, что ем, пора обедать, обо мне, видимо, забыли. Отвратительное рубленое мясо, паштет, овощи, четыре четвертинки помидора, два пакетика с салатным соусом, йогурт, яблоко.

Я жду прихода профессора, не выхожу из палаты. Сесиль угощает меня кофе с ванилью, за которым она сходила, мы немного разговариваем. О еде, естественно.

— Знаешь, чего здесь мне будет не хватать? Моего еженедельного пирожного с заварным кремом, здесь их наверняка нет.

— Нет! Не может быть! Ты тоже любишь пирожные с заварным кремом?

— Конечно, мой любимый десерт.

— Удивительно, моя соседка тоже их любила. Слушай, если меня выпишут в пятницу, то во время твоего отпуска на выходные, я приглашу тебя в «Туазон дор», мы съедим в парке по пирожному.

Пирожные с заварным кремом — излюбленное лакомство анорексичек: оно заполняет желудок. Я любила также фруктовое пюре, натуральные йогурты, пищу, которую проглатываешь, не чувствуя, которую не нужно жевать. Пережевывание требует времени, еда овладевает твоим вниманием, это активное занятие тем, чего ты себе не позволяешь. Во время былых приступов навязчивых желаний я иногда так набивала рот паштетом, что не могла его проглотить. Однажды я купила торт с заварным кремом и съела его целиком, почти не дыша. Я вспоминаю о том, как в лицее одна в коридоре проглотила банку с шоколадно-ореховым кремом. В другой раз у меня ничего не было под рукой, и я сорвалась на яблоках. Но удовлетворения не получила, надо было кусать, и процесс шел недостаточно быстро.

Каждый приступ навязчивых желаний — сам по себе трагедия. Я хочу выздороветь. Мне не кажется, что Сесиль уже пора покидать больницу, как ей того хочется. Она мечтает об одном — оторваться очутившись на свободе. Она очень быстро ходит и ни минуты не сидит спокойно, она вся как на иголках. В отличие от остальных больных устающих и теряющих последние силы от малейшего движения, она перевозбуждена и постоянно наведывается в ванную, где заполняет водой кувшинчик, который проглатывает одним махом. Сначала я не понимаю, что происходит. Я думаю, что ей хочется пить, но сейчас сентябрь, и жары, объясняющей подобную жажду, нет. Через некоторое время она сама рассказывает в чем дело.

— Я все время пью, у меня потomanия.

— Ааа, понятно.

Мне знакомо это явление, оно часто встречается у анорексичек и заключается в потреблении огромного количества воды. Я не говорю больше ничего. Когда встречаешь человека, с болезнью, более серьезной, чем у тебя самого, не решаешься задавать ему вопросы. И ни в коем случае, уж не мне судить других. Но мне хочется сказать ей, что нужно потолстеть, что ее худоба некрасива, что ей нужно ограничить объем выпиваемой воды, потому что она пытается обмануть всех, стараясь увеличить свой вес таким образом. Все это означает, что у Сесиль еще очень большие проблемы, и даже если он не хочет говорить о них профессору, я знаю, что сама она отдает себе отчет в истинном положении вещей. Но, если я начну разговор на такую тему, она будет все отрицать или посоветует мне заняться своими делами.

Я только что поступила в больницу и не хочу сразу ссориться с соседкой по палате. Мне остается молчать и смотреть на нее. Сесиль беспрестанно ходит вокруг своей кровати, пишет письма своей дочери, но не говорит о ней со мной. Во время еды она поворачивается ко мне спиной, а я делаю усилие над собой и сажусь между двух кроватей для того, чтобы поесть одновременно с ней. Сесиль прячет баночки с йогуртом в шкафчик и ест их после обеда. Она делает все очень быстро, словно какая-то опасность вынуждает ее не тратить зря времени. Но, даже когда она поворачивается ко мне спиной, я по звуку догадываюсь о том, что она делает. Сесиль открывает контейнер, смотрит, закрывает, открывает снова, берет немного шпината, закрывает, переходит к йогурту или фруктовому пюре, глотает немного того или другого, закрывает шкафчик, открывает шкафчик, берет ту или иную баночку... Она переходит от одного блюда к другому, автоматически пробуя их в ничтожном количестве. Она без конца открывает и закрывает шкафчик. Потом вдруг бросает все, ложится на кровать или выходит из палаты. И во время такого странного приема пищи Сесиль не произносит ни слова. Я не существую, Сесиль живет в своем мономаниакальном мире. Ритуал стал интимной навязчивой идеей, для меня там нет места.

Наблюдая за Сесиль, я повторяю себе, что больна в той же степени, что и она! Быть может, моя болезнь еще не зашла так далеко. С первого же дня я делаю над собой усилие и сажусь прямо перед ней, хотя ненавижу, когда другие смотрят, как я ем, но Сесиль обычно поворачивается ко мне спиной. Я не спешу, я ем свой обед по порядку: салат, горячее блюдо, молочные продукты, десерт, а моя соседка клюет без разбора.

Потом она ложится на кровать и разговаривает со мной. Ей тридцать три года, у нее маленькая дочка, мужчины в ее жизни нет. Она часто ссорится со своей матерью, обвиняет ее в «холодности». Ее дочь ходит в школу, этот учебный год она начала с бабушкой. Но даже до госпитализации Сесиль оставляла дочь на попечение своей матери. Она не уточняет причин, то ли ей не хватало сил, то ли желаний. Сесиль любит дочь, но мне кажется, что она любит ее так, как старшая сестра — младшую. Я не замечаю в ней сильного материнского чувства, во всяком случае, его нет в ее рассказах о дочери, хотя она и повесила на стену ее фотографии так, чтобы мы обе видели их.

Сесиль должна покинуть больницу через неделю. Она сама попросила об этом, и ее мать должна приехать за ней. Она лихорадочно ждет освобождения, я сказала бы, что она хочет скорее вырваться из больницы. Она здесь уже месяц, она говорит, что выздоровела, обещает, что будет заниматься спортом и отдыхать. Она много чего обещает, продолжая поглощать воду литрами. В течение этой последней недели мы несколько сблизились, мы говорили каждая о своих навязчивых желаниях, правда, во время визита моих родителей мы обсуждали только погоду.

Я рассказала Сесиль о случае, когда я выступила в роли сороки-воровки, о стыде, который испытываю.

— Слушай, это болезнь страдающих анорексией-булимией! Со мной такое тоже было. Я работала в больнице и воровала еду для того, чтобы объедаться до рвоты, меня поймали и выгнали. Профессор выдал мне справку, свидетельствующую, что я не несу за это ответственности, что это проявление болезни. Я надеюсь, что меня восстановят на работе.

Потом она возвращается к своей навязчивой идее.

— В пятницу я прямо сразу побегу в супермаркет, куплю себе пирожных с заварным кремом и съем весь пакет. И все, не пойман — не вор...

Все ее мании, цель которых — не потолстеть, остались при ней. Ей не надо бы покидать больницу. Но она заражает меня. Если бы мне удалось достать пакет карамельных пирожных с заварным кремом, я бы устроила оргию. И я бы их не «выплюнула». Рвотная фаза болезни меня еще не затронула, пока... В любом случае, мне помешал бы мой зонд в глотке. А Сесиль уже достигла мастерства в проделывании этих опасных номеров, и мне страшно за нее.

В день выхода из больницы она встает очень рано. Она очень возбуждена, прихорашивается, красится больше, чем обычно, надевает украшения, красивые золотые серьги. Она уже места себе не находит, когда, наконец, за ней приходит ее мать.

— Давай скорее, мама...

Но тут появляется профессор. Сесиль, наверное, надеялась избежать последней беседы, но тщетно. Мать и дочь настигнуты в палате. Профессор спрашивает:

— Сесиль, можно Жюстин останется с нами?

— Да, да, конечно, мне нечего скрывать.

— Итак? Какие у тебя планы?

Сесиль говорит, что начнет заниматься йогой, гулять, победит свои страхи и попытается снова начать работать с неполной нагрузкой. Она торопится, она настолько торопится сбежать отсюда, что это заметно. Понятно также, что она не выдержит шока свободы. Я не видела, какой она поступила в больницу, но за последнюю неделю она не прибавила ни грамма. Она весит, наверное, килограммов сорок пять, может быть, даже меньше и тратит энергии гораздо больше, чем это ей позволительно. Она упростила профессора вынуть из ее носа зонд для того, чтобы спокойно отдаться во власть своих кризисов. Он уступил ей потому, что она ввела его в заблуждение постоянной ложью.

Я думаю, что она скоро вернется в больницу. Сесиль обнимает меня, вытирает слезинку и уходит.

Она мчится к срыву с карамельными пирожными с заварным кремом. После чего найдет туалет и освободится от последствий обжорства. Инфернальный цикл.

Мы обещали писать друг другу, и я получаю от нее весточки. Она вернулась домой, встретила с дочкой, она довольна, желает мне много мужества и добавляет: «Я знаю, что у тебя все получится». Банальные слова, написанные мелким детским почерком, на банальной почтовой открытке со зверюшкой, которая говорит: «Я целую тебя сто раз».

Я отвечаю ей, что у меня все хорошо, что у меня новая соседка, милая, но немного

странноватая. Сесиль отвечает, что у нее опять были приступы: «Вчера я немножко сорвалась, наелась пирожных с заварным кремом и кремовых десертов, но все наладится. Диетолог придет ко мне на дом».

Я вышла из больницы на восемь недель позже Сесиль. За эти два месяца я получила десяток писем, в шести или семи из них говорилось о приступах. В последнем письме, которое я получила, уже покинув больницу, Сесиль писала, что дела идут не очень хорошо. Я догадываюсь, что это «не очень хорошо» опаснее, чем можно подумать. Сесиль пишет о новой госпитализации через неделю. Я желаю ей мужества, надеюсь скоро ее увидеть, приглашаю войти в состав группы слова профессора.

Я отправила ей письмо в пятницу утром, а в пятницу вечером узнала, что она умерла.

28 октября 2005 года, черная метка. Вечером я пришла на собрание группы слова профессора. Увидев меня, он прервался на полуслове.

— Жюстин, напомни мне о том, что позже нам надо поговорить.

Он взял меня за руку и отвел в соседнюю комнату.

— Я должен сообщить тебе плохую новость. Ты помнишь Сесиль, твою соседку по палате? Ее нашли мертвой в постели, она опустошила себя рвотой. Нехватка калия, сердечный приступ.

Меня словно ударили дубиной по затылку. Я заливаюсь слезами.

Ее мама увидела на кровати (рядом с неподвижным телом дочери) одно из моих писем. Потом она прочла ее дневник, нашла нашу переписку. Сесиль оставила мне следующие слова: «Даже если я не выкарабкаюсь, я очень хочу, чтобы выздоровела Жюстин, потому что я очень люблю эту девочку, она — чудо».

Мама Сесиль не знала, как поступить. Должна ли она сообщать мне об этом или нет? Нужно ли ей мне звонить? Профессор избавил ее от тяжелых сомнений и предупредил меня. И вот я оплакиваю подругу по несчастью. А мое последнее письмо? Оно не помогло, оно ушло к живой, а пришло к постели мертвой. Ее последний приступ с карамельными пирожными с заварным кремом стоил ей жизни. У Сесиль было мало друзей, а я ее выслушивала, не осуждала ее поведение и ограничивалась простыми пожеланиями: «Будь внимательней к себе», «Заботься о своем здоровье».

Я не мешала ей устраивать приступы рвоты, я не доносила на нее врачам и считаю такие вещи недопустимыми. В любом случае, следить за больными должен специалист по питанию. Но я поддерживала ее, уговаривала ходить куда-нибудь, снова начать работать. Она так хорошо ко мне относилась, я думаю потому, что заболела где-то лет в семнадцать и я напоминала ей ее саму в этом возрасте. Сесиль надеялась, что я поправлюсь, потому что у меня болезнь только началась, не то, что у нее, страдавшей, к несчастью, уже слишком давно. Шестнадцать лет нездоровья, тревог, навязчивых неврозов, кризисов, худобы и постоянной рвоты. Я думаю о ее матери, о маленькой одинокой дочке, такой хорошенькой на фотографии, украшавшей стену палаты. Я пишу бабушке дочери Сесиль, спрашиваю о новостях, я словно чувствую свою ответственность за эту ужасную смерть.

В конце концов у меня не остается больше слез.

Я прихожу в гнев. Я должна была... не знаю... поговорить с ее матерью, вмешаться, сделать что-нибудь... Но что? Я прекрасно отдаю себе отчет в том, что она бессознательно стремилась

к смерти, что змея душила ее день за днем все эти годы, что у Сесиль не было сил избавиться от нее. Как многие из нас, она не верила в неизбежность смерти. Я вспоминаю время, когда я сама наивно думала: «Если я начну умирать, я поем и не умру...»

Сесиль, в отличие от меня, не повезло. Внешне она казалась веселой и возбужденной, но я чувствовала, что это проявления болезни. Я находилась в больнице, восстанавливая силы, в предчувствии трудного, но совершенно реального выздоровления. А у Сесиль был другой случай. Я не понимала ее внутреннего состояния, не знала ее прежних страданий, и, несмотря на то что эта смерть вызвала у меня гнев, я была вынуждена остаться лишь беспомощным ее свидетелем. Она посвятила мне несколько строк в своем дневнике, значит, она почувствовала во мне силу, о присутствии которой я сама не подозревала.

В то время я начала открываться другим людям.

Я разговаривала с ними, меньше прятала свои мысли. Госпитализация стала для меня началом конца болезни. Я была на правильном пути, Сесиль уловила проблеск надежды, который когда-то видела и сама. А может быть, и не видела...

Узнав обстоятельства смерти Сесиль, я некоторое время все равно не могла в нее поверить. Я думала, что, возможно, меня просто хотят напугать, говоря, что она опустошила себя рвотой, что у нее обнаружилась нехватка калия, за которой последовал сердечный приступ. Если бы я не знала подробностей, я решила бы, что это самоубийство. И такая мысль до сих пор иногда приходит мне в голову, поскольку нарушения режима питания, если их вовремя не остановить, являются неосознанным, медленным и неявным самоубийством — ежедневным страданием.

Это была после кончины моей прабабушки вторая встреча со смертью в моей жизни. И в случае с Сесиль меня терзала мысль о моем письме на постели, письме двухнедельной давности. Она терзает меня и поныне. Ведь это значит, что Сесиль рассчитывала на меня, что она любила меня, а я, мне кажется, не была достаточно внимательна к ней. Я не понимала, насколько она была одинока. Потом я очень часто писала ее матери, чтобы дать ей почувствовать: у меня достаточно мужества для того, чтобы сражаться за двоих и победить. В ответ я получила написанные Сесиль стихи и фотографию, на которой она была еще здоровой. Я до сих пор думаю о ней. То же самое могло случиться и со мной в безумный период веса в сорок килограммов, в тот день, когда я летала по дому над мебелью в белом тумане. Отсутствие давления, обезвоживание... Сердечный приступ в шестнадцать лет — какой кошмар! Ведь тогда я была примерно в таком же состоянии, что и Сесиль, и непоправимое легко могло произойти. Но я согласилась на скучную рутину больницы, на бесконечные дни, прерываемые лишь появлением подносов с едой, я терпела зонд без мешков с дополнительным питанием, из-за этого, казалось бы, бесполезный, но предохраняющий меня от возможных приступов рвоты.

Поправлюсь ли я?

Весы

В моих письмах к Сесиль я говорила о своей новой соседке по палате, которая мне казалась странной. Она просит меня доедать ее обеды и никогда не оказывает подобной услуги мне. Она никогда не ест хлеб, продукты, содержащие крахмал, а также паштет, рис, картошку и сыр. Она заканчивает еду одновременно со мной, но в желудок к ней мало чего попадает.

— Поль, давай, постарайся, ешь, как следует. Хотя бы немного мяса, немного сыра.

— Я не могу, я не хочу... Жюстин, доешь, пожалуйста.

Я от этого толстею. В восьми случаях из десяти я съедаю двойную порцию. Оба подноса пусты, вычищены, сияют. Особенно мой. На моей тарелке нет ни следа пищи. Я не оставляю ни ложки овощей, ни кусочка хлеба. Где прошла Жюстин — не остается ни крошки. Это — часть моих компульсивных навязчивых расстройств. Когда я прихожу к новому психологу, она сосредотачивает внимание на этой моей потребности постоянно все убирать и чистить. Я должна избавиться от нее, нужно терпеть наглое присутствие на тарелке кусочка мяса или корочки хлеба и не отвечать на вызов немедленным их поеданием. Я часто не выдерживаю. Откуда появилась эта мания? И, кстати, не единственная. Стремление к перфекционизму, к порядку всегда было моей особенностью. Переписывать домашние задания, мыть посуду, убирать в доме, расставлять, классифицировать, считать все, что поддается счету, с точностью до дроби... Меня лично это не тревожит. Мне это нужно. Но, по мнению психолога, я нуждаюсь, скорее, в небольшом беспорядке! В отдыхе.

Мне и еще четверем девушкам, каждая из которых страдает своей манией, прописаны сеансы релаксации.

Поль вызывает у себя рвоту (после тех крох, которые она съедает) для того, чтобы удержать свой анорексичный вес, и принимает слабительное. От безделья, скуки, желая растянуть время трапезы, я доедаю ее порции и дохожу до шестидесяти одного килограмма. Я в ужасе. И, как обычно, сама усложняю свое положение. Во время домашних посещений я позволяю себе срывы. Мне не разрешают избавиться от зонда, боясь учащения приступов булимии и, как возможного следствия их, попыток вызвать у себя рвоту, — это то, что происходит с моей подругой по палате. Я больше не выношу себя. Я тщетно бегаю по больничному парку с Поль и не теряю ни грамма целлюлитных отложений. Мне кажется, что я вся покрыта жировыми складками, мои ляжки трутся друг о друга, у меня пухлые руки и надутые щеки. Я не могу себя видеть. А Поль удерживается в своем весе. Но какой ценой. Она регулярно исчезает в туалете для сеансов «реституции» и совершенствует свою работу слабительным. И она производит внешне обманчивое впечатление. Маленькая блондинка с голубыми глазами и женственными формами, ни худая, ни толстая, она совершенно не кажется больной. Она может есть несколько дней подряд, толстеть, а затем изнурять себя голодом и худеть. У нее нет приступов навязчивых желаний, как у меня. Она просто устраивает голодовки. У Поль, в отличие от меня, болезнь началась с булимии, затем появились анорексические приступы. Каждый по-своему разрушает собственное здоровье...

Поль показывает мне, как нужно вызывать рвоту, и дает мне слабительное. С рвотой, к счастью, у меня ничего не получается. Я не могу ее вызвать, остальное не дает никакого эффекта. Поль глотает слабительное пригоршнями: если она за две недели толстеет, за следующие две теряет в весе. Это вредно для здоровья, но, по мере ее признаний, я лучше начинаю понимать причины ее душевного дискомфорта и болезни. У Поль было очень тяжелое детство. Болезнь началась с рождения ее первого ребенка. Поль боялась оказаться не на высоте, воспроизвести схему, созданную когда-то ее собственными родителями. Но сама она этого не понимала из-за пробелов в образовании. В двадцать один год Поль не умела писать, я составляла за нее письма. Она не ходила в школу, была лишена родительского внимания, с детства ее преследовали одни несчастья. Но, несмотря на отсутствие знаний, она хитра, отлично притворяется и достаточно умна для того, чтобы успешно обманывать противника. Используя меня, она заставляла всех думать, что нормально питается. Она знала, что я на нее не донесу.

Мне тяжело с Поль. Я для нее, видимо, всего лишь избалованная девочка из хорошей, обеспеченной семьи. Ей неважно, что я слишком много ем из-за нее. Ее собственные невзгоды для нее важнее. Она скоро покинет больницу, и я жду дня освобождения. Профессор хочет, чтобы я еще оставалась в больнице, а я все хуже переношу наличие трубки в носу. У меня

болит носоглотка, все причиняет мне страдания, мне кажется, что я трачу зря время, думая лишь о жратве, только о жратве. Время от времени мне дают (с запозданием) объяснения, почему у меня в четырнадцать лет возникла болезнь. Мои родители ходили на лекцию об анорексии — булимии. Как они поняли, смерть бабушки по материнской линии, произошедшая за четыре или пять месяцев до моего рождения, в то время, когда я спокойно жила в мамином животе, быть может, стала всему причиной...

Грустная, несчастная мама, младенец, лишенный ласк и поцелуев... Наверное, через годы нехватка поцелуев вызвала потребность привлекать к себе внимание, усиленную в подростковом возрасте отказом от женственности и форм, ее сопровождающих. Я знаю, поцелуев я от мамы всегда требовала, а папе в них отказывала... Странно.

Другое объяснение дал профессор: болезнь началась гораздо раньше, чем я думаю. Мое поведение в двенадцать лет называли гурманством, а это была булимия. В четырнадцать наступила анорексия, в шестнадцать — опять булимия...

Я получаю важную информацию благодаря психологии. Я хочу избавиться от булимии, а анорексию сохранить, но ограничить себя не могу: я вместе с другими девушками узнаю о том, что, испытав настоящую булимию, невозможно вернуться к анорексии (кроме особых случаев: например, беременности).

Что делать? Я уже стесняюсь надеть майку, не прикрыв ее жилетом! Я предпочитаю быть худой. И я больше худой не буду. У меня не получается, разве что испробовать inferнальный цикл булимических кризисов с рвотным эффектом. Я клянусь себе не докатиться до этого, но ни в чем нельзя клясться...

Наконец после двух месяцев заключения в загоне для контролируемого и регламентированного приема жратвы заходит речь о моей выписке. Этап первый: меня разлучают с Гастунэ, но это только опыт. Не дай Бог, я совершу глупость... Странно, я даже скучаю по нему. Хотя, когда его сняли, выглядел он отвратительно. Весь черный, изъеденный желудочным соком и внутренними выделениями. Естественно, я должна была его менять каждый месяц. Оставшись без него, я уже не имею права на ошибку.

Мне стыдно в этом признаться, но меня уже никто не принимает за больную. Мне неважно, что все говорят: «Тебе лучше, ты отлично выглядишь! Ты в прекрасной форме!» Я киплю от бешенства. Я не здорова, я только выздоравливаю. Я колеблюсь перед витринами кондитерских и не могу отойти от них, меня мучают страшные сомнения: есть — не есть? Я ошупываю свой второй подбородок, не снимаю толстый свитер, и мне стыдно показаться на людях, я панически боюсь весов. Шестьдесят пять килограммов и восемьсот граммов кошмара. Вся двухлетняя «работа» смертельной анорексии пошла прахом. В чем ошибка? Двойные порции, съеденные вместо Поль? Виноград или яблоко в десять вечера? Кофе с молоком во время проводимых дома выходных? Сломались весы? Ненавижу эту больничную систему, из-за которой я растолстела. Я забываю о навязчивых желаниях, о пищевой анархии, о кризисах дома по субботам-воскресеньям. Я не верю в то, что это моя вина, и снимаю с себя ответственность. Я сижу в своей комнате чернее тучи. Поль выписали в день ее рождения — вот везучая! Я в депрессии, несмотря на кучу медикаментов, которыми меня пичкают последние месяцы (антидепрессанты, транквилизаторы). Мне плохо одной в пустой комнате.

Я сама пуста. Я жду окончательной выписки, свободы, она придет четырнадцатого октября вечером. Я приехала сюда на три недели, практически выздоравливающая, по крайней мере мне самой так казалось, я выхожу через семь полных недель, и полных чего?

Прослушаны специальные лекции, организованные моими преподавателями. Я возвращаюсь в лицей после каникул Дня Всех Святых. Меня заранее терзает тревога. Пусть даже сначала мне разрешат ходить на полдня. Я тревожусь не за оценки, они хорошие, я боюсь возвращения в общество школьников.

Последняя находка психолога и профессора: мне станет лучше, гораздо лучше, когда я смогу завести романтические отношения. Найти себе друга, мужчину своей жизни!

Меня просто парализует мысль о том, что я должна посмотреть в глаза мальчику. Моя младшая сестра живет нормальной жизнью подростка, у нее есть свои секреты, в которые я не должна лезть, уважая ее право на личное пространство, и у нее нет комплексов, как у меня. Я нахожу ее очень красивой, она такая и есть, себя же я считаю безобразной, и ничего тут не помогает. Профессор говорит, что через пятьдесят лет откроют чудесную молекулу, которая будет воздействовать на сознание жертв НРП, как сегодня это делают антидепрессанты. Пятьдесят лет! Я счастлива за грядущие поколения, которым не грозит моя судьба.

Психолог помогает мне воспринимать свою болезнь как роковую случайность, а не как вину. Я прогрессирую, но у меня есть ответы еще далеко не на все вопросы. Я догадываюсь о них, но пока не объединила в стройную систему. Мое детство и отрочество — мозаика, все части которой я обязательно должна собрать для того, чтобы смириться с самой собой.

Я выписываюсь, все закончилось. Я люблю машину, которая везет меня домой, я люблю дом, его стены, собаку, сестер, папу, маму, компьютер, друзей по блогу, но люблю ли я себя? Нет. Я хочу, чтобы любили меня. Мне кажется, что меня любят недостаточно. Дома за мной следят, шпионят, мама считает йогурты, упаковки с пирожными, если на переключке не хватает кексика «Мадлен», подозрение падает на меня. Такое отношение не совсем правильное. Я жду доверия к себе, я хочу почувствовать ответственность, которая поможет мне повзрослеть.

Несмотря на это, через месяц после возвращения я превращаю простой полдник в маниакальную оргию: чашка какао с молоком, апельсин, яблоко, фруктовое пюре, слоеная булочка, кусок хлеба с маслом и вареньем, питьевой йогурт, ванильный крем, вафля... я поклялась себе в том, что это был последний приступ. На другой день я ничего не ела, кроме тертой моркови, шпината, рыбы (восемьдесят калорий), натурального йогурта и половинки кексика «клемантин». И сорвалась на полднике, проглотив рожок мороженого.

После выхода из больницы вся семья считала меня выздоровевшей. Ад закончился, наступило освобождение. Я поправилась на семь килограммов, но чувствовала: что-то гложет меня, ощущение какой-то близкой опасности. Я надеялась, что мой вес после больницы стабилизируется. Раз в неделю я посещала психолога. Я занималась, общалась с друзьями в Интернете и глотала лекарства. Но давалось мне все тяжело, через месяц у меня пропало желание ходить в школу. Антидепрессанты, транквилизаторы, снотворное, лекарство против медикаментозной зависимости. Мои отметки были хорошими, в среднем 15-16 баллов из 20, но мне все надоело. Мне хотелось все бросить и уйти домой.

Мне было скучно. Случалось, я без причины плакала на занятиях. Преподаватель ничего не понимал: однажды я решила все объяснить ему. Он подозревал, что у меня сердечные проблемы! Или что я ломаю комедию. До этого я никогда не говорила о своих трудностях с преподавателями, просто указывала в качестве перенесенных болезней: «Прошлый год — период анорексии». И преподаватели истории, физики или химии не совсем понимали, что это значит. Они считали, что я должна уже выздороветь, с прошлого-то года... На этот раз я нашла мужество сказать, и они поддержали меня в моей борьбе.

Но одиночество и отсутствие общения с двенадцати до двух часов дня толкнули меня к возможности отыгаться в булочной, находившейся в ста метрах от лица. Я покупала сразу пять булочек с шоколадом, пряталась в коридоре лица, ела и плакала, ела и плакала... Я сердилась на себя, мне казалось смешным то, что я продолжаю есть, рыдая. Я не могла удержаться от проклятых приступов, мне казалось, что мое сознание раздваивается. Если дома папа пытался остановить меня, я начинала дерзить. Хотя я еще и не восстановила все свои силы, я была вполне способна атаковать отца или любого другого, кто захотел бы запретить мне съесть «еще одно пирожное».

В эти минуты я сама становилась змеей. Змея изменилась, она сбросила кожу анорексии, но она владела мной целиком. У меня были змеиные глаза, змеиный язык, я выкрикивала ругательства и оскорбления.

— Отстаньте от меня! Я хочу это съесть, и съем!

И уж не такие кретины, как вы, мне помешают!

Я могла бы и ударить из-за еды. Это был род безумия, во мне жило два человека.

Когда приступ проходил, гнев рассеивался, мне становилось стыдно за себя, и я просила прощения у родителей. Но простить сама себя я не могла, потому что все остальное время я им лгала. Они тщетно прятали продукты, я все равно что-нибудь находила, хотя бы холодные консервы, и съедала их! Собственная ничтожность была очевидна мне самой. Я была жалка, мне нужно было заполнить свою тревожную пустоту, заполнить едой. Я потеряла годы жизни, исковеркала свою юность, я была не способна нагнать потраченное на проклятую анорексию время.

И я наткнулась в Интернете на чудовищные сайты, посвященные анорексии (большинство из них теперь закрыто или преследуется). Они назывались: «Фан-ана», или «Thin-inspiration», что по-французски значит: «Вдохновение от худобы». Скелетообразные девушки размещают там свои фотографии, фотографии некоторых американских идиолов с переделанными телами, с торчащими на зависть костями. Комментарии, питающие блоги «Фан-ана», трагически нелепы: «Утром я съела сухарик, вечером — натуральный йогурт, я пописала столько-то раз, я делала пробежку в течение 33 минут 40 секунд... Я обожаю свои кости...» Начинались тексты призывами восхвалять худобу, прославлять ее до самой смерти.

Я нашла комментарий с ошеломляющими «рекомендациями для похудения», которые даже не буду воспроизводить, чтобы не оказать им слишком много чести, ведь они достойны лишь отвращения. Анорексия — не игра, это не клуб, к членам которого можно присоединиться. Только тогда, когда ею заболеваешь, осознаешь, какие несчастья, страдания и опасности несет с собой эта болезнь. Все эти «Фаны-ана», демонстрирующие, словно во славу смерти, свои кости в Сети, — настоящие сумасшедшие, объект для внимания психиатров. Я боюсь за двенадцатилетних девочек, которые могут попасться в ловушку. Там расхваливают пресловутые скелетообразные «иконы», отпуская восторженные замечания по поводу их «красоты».

Я предпочитаю Монику Белуччи...

Но попадающие в зависимость девочки верят лозунгам этой «секты», они восхищаются скелетами, как остальные восхищаются кинозвездами. Безумие распространяется. На первых страницах этих сайтов вывешено дьявольского коварства предупреждение: «Попадая в этот сайт, вы совершаете сознательный и обдуманый поступок. Вы должны понимать его значение.

Сюда могут зайти только люди, отдающие себе отчет в том, что они делают... Если вы сторонник анорексических изменений сознания и не собираетесь выздоравливать, присоединяйтесь к нам...»

Другими словами, больные, желающие избавиться от анорексии, являются нашими официальными врагами. Эту чушь камуфлируют протестом против общества потребления, против еды, тучности, против жира, затапливающего богатые страны. Единомышленники узнают друг друга по красным браслетам, продающимся в интернет-магазине. Два душераздирающих лозунга особенно поразили меня: «Ты увидишь, как чисты и прекрасны твои кости...» и «Ты не умрешь от сердечного приступа».

Лгуны! Убийцы! В западных странах одна девочка из двухсот больна анорексией и одна из двенадцати умирает! Самоубийство или сердечный приступ — так оно и есть! Что же касается желаний созерцать свои столь чистые и прекрасные кости... я могу сказать одно: когда я была худой, мне было больно сидеть и лежать, и это не все. Я рекомендую этим буйнопомешанным совершить путешествие, очень долгое и детальное, по дорогам голодающих стран. В Африке, как и в других бедных странах, анорексия неизвестна. Там живет 820 миллионов недоедающих человек. Цифра увеличивается на четыре миллиона ежегодно. А в сети призывают к голодной забастовке!

Опасность идет к нам из Америки. Кажется, это называется свободой высказываний. Если не остановить их, они однажды устроят конкурс на Мисс Анорексию! Мой прежний психолог, воюющая с наступлением этого зла в Интернете, написала в своей статье: «Верх ужаса достигнут на сайте, посвященном жертвам анорексии, они уподоблены там солдатам, погибшим в бою, им адресованы бесчисленные воодушевленные надгробные речи... Внушительный список состоит из сотни имен. Словно на церемонии вручения «Оскара»».

Я сделала, что смогла, разместив предупреждение в своем блоге. Повторяю, я убеждена в том, что все наши мысли должны быть направлены на выздоровление. Я получила много тревожных ответов и отчаянных признаний от людей, в которых пыталась вдохнуть мужество, собирая и свои собственные силы... Я хочу иметь будущее, детей и мужа. Я хочу иметь профессию, любить других, чувствовать себя любимой, любить себя. Я хочу жить.

Но выздоровление становится еще одним восхождением на Гималаи. Еда отравляет мне жизнь, наливает свинцом подошвы ног. И я срываюсь сразу после смерти Сесиль, хотя это обстоятельство и не может служить извинением. Я вышла из больницы четырнадцатого октября, Сесиль умерла двадцать четвертого, я узнала об этом через несколько дней. И с тех пор мне становится все хуже и хуже. Я прихожу на собрания группы слова профессора ужасно скованная, грустная, без сил, пытаюсь сделать хорошую мину. Все стараются, как могут, мне помочь, я чувствую себя бесконечно виноватой в том, что проиграла столь жалким образом, что лгу, скрывая свои приступы.

Я сдерживаюсь в течение одного дня, а на следующий — срываюсь. Я толстею, ненавижу себя, боюсь лицейской столовой, жирных кушаний, боюсь проглотить лишнюю крошку, которая неизбежно повлечет за собой кризис, бороться с которым я не в силах. Я боюсь очереди, в которой все шумят и толкаются, пытаюсь протиснуться вперед, а мне страшно увидеть то что ждет меня на подносе самообслуживания. Я боюсь булочной, что находится в ста метрах от лица!

К началу декабря я уже не могу скрывать свой обман. Кризисы учащаются, они случаются несколько раз в день, и во время собрания ассистентка профессора спрашивает меня:

— Тебе не кажется, что нужно опять поставить тебе «Гастунэ»?

Она обо всем догадалась. Зонд — это способ показать окружающим что я еще не выздоровела, способ помочь мне держаться. Мои родители отказываются, они считают бессмысленным такое возвращение вспять, но я настаиваю. Благодаря поддержке врачей я добиваюсь своего. И это станет ошибкой. В тот момент я думаю, что мне необходимо оставаться больной в глазах родителей и непосредственного окружения. Я не понимаю, что «Гастунэ-2» будет поставлен для того, чтобы предотвратить возможность срывов, а не для кормления, как в первый раз. Я буду должна ограничиваться содержанием мешков в ожидании последующего разрешения есть нормальную еду.

Но плюшевая змея возвращается в мои кошмарные сны. Я ее даже разрезала на куски, я ее оскорбляла, сдирала с нее кожу, я вскрывала ей вены. Когда я проснулась, у меня была единственная цель: окончательно превратиться в топ-модель! Если я хочу найти мужа, иметь детей, другого выхода у меня нет. Никто не женится на корове в нашей глуши. Я страдаю, глядя в зеркало и на фотографии и примеряя одежду, в голове у меня одна проклятая диета. Я не сплю ночами, я чувствую себя жирной и безобразной, будущего у меня нет. И, едва получив разрешение на еду, я бросаюсь объедаться. И вдобавок тешу себя рекордным количеством приступов. Я перешла все границы, я смешиваю сладкое и соленое — это уже ни на что не похоже. Мама называет вещи своими именами, хотя я и не хочу признавать очевидное:

— У тебя настоящая булимия.

Обычно, если первый кризис происходит утром, остаток дня посвящен булимии. Припадки могут возобновиться в любой момент. Случается, я трачу все свои деньги на плитки шоколада, мороженое и другие сласти... Я в тупике, я сдалась. С трудом плыву по бурному зловещему океану. Пытаюсь серьезно поговорить об этом с мамой, но она считает, что я могу контролировать себя. Я ищу свои веса. Я согласилась с семейным уговором о том, что в рабочие дни веса будут где-нибудь спрятаны, но по воскресеньям они принадлежат мне, и только мне.

Вечером, во власти кризиса, я обыскиваю все углы, тревога разрывает мне сердце. А вдруг я вешу шестьдесят килограммов, а вдруг однажды я дойду до семидесяти шести? Я с надеждой жду возвращения Гастунэ, но он не торопится.

Во вчерашнюю программу вошли: шесть порций мороженого, два рожка пралине-фундук, кофейный рожок, рожок крем-брюле, рожок с лесными ягодами, большой рожок с нугой и карамелью. Шесть пирожных «бастонь» с тростниковым сахаром, пирожное «урсон» с клубникой и еще два пирожных. Чтобы совершить этот подвиг, я превратилась в канатоходца. Я металась по своей комнате, словно истеричка, и не знала, что бы мне съесть. Шоколада у меня уже больше не было. Мне нужно было обязательно что-нибудь найти, но я не могла пройти к морозилке в гараже через гостиную, потому что там сидел папа перед компьютером. Я решила выпрыгнуть из окна с двухметровой высоты. Я уже чувствовала большую физическую слабость, но кризис требовал немедленных действий. Выпрыгнув в окно, я обошла дом, спустилась в подвал через открытую дверь, открыла морозилку, достала рожок мороженого и подумала: «Я буду благоразумна, поднимусь и съем его в постели». Я снова обошла дом и поняла, что не могу забраться обратно в свою комнату. Пошла за садовым стулом. А он стоял прямо перед тем окном, через которое его мог видеть папа, но мне повезло, в этот момент папа отвернулся. Я поставила стул под своим окном и залезла к себе в комнату. И съела мороженое в постели. Едва проглотив его, я захотела другое. Я повторила все путешествие, но на этот раз схватила несколько порций для того, чтобы больше не спускаться. Естественно, после этой

мороженой оргии, я почувствовала раскаяние и заснула с чувством вины.

На следующее утро мама, проснувшись, открыла ставни и увидела брошенный стул.

— В саду под твоим окном стоит стул! Что он там делает?

— Не знаю, наверное, с ним играла Жанна.

— Хватит врать. Что ты еще натворила?

— Я спускалась взять порцию мороженого.

— А почему ты по лестнице не пошла?

— Потому что там был папа.

— Значит, ты съела не одну порцию! Ну и как теперь быть? Запирать морозилку на всякий замок? Забивать вечером ставни гвоздями?

Тяжелый октябрьский день. Злые слезы.

Она, моя мама, хочет, чтобы я прекратила покупать еду, чтобы я делала над собой усилия, чтобы я наконец делала что-нибудь! Она выкладывает все. Я действую ей на нервы, она осыпает меня упреками.

— Мы опять получили счет из больницы...

«Но я же не виновата в том, что больна...»

— Мы покупаем тебе все, что ты хочешь, а ты даже не стараешься!

«Не стараюсь? Чего она от меня требует конкретно? Она хочет, чтобы ее дочь обладала сверхъестественными способностями?»

— Ты снова ела пирожные? Кто все это съел? Не Кло и не Жанна!

«Так у меня больше нет права что-то взять?»

— Ты сама видишь, что ты толстеешь на глазах! И еще устраиваешь приступы обжорства!

«Что я могу с этим поделать?»

— Я буду вынуждена все пересчитывать! Ты представляешь, какое количество денег на тебя уходит?

«Она хочет, чтобы я стала анорексичкой, так?»

— У тебя щеки надулись, я вижу, что у тебя опять был приступ!

«Ну, она просто прорицательница...»

На следующий день я уже не сержусь на нее.

Я прощаю, все идет, как обычно. На следующий день я опять оказываюсь в тупике. Бурная ссора с ней не помешает мне есть. Я ужасно веду себя со своей матерью.

Еда

Еда обрела надо мной власть. Когда у меня плохое настроение или я сижу одна в своей комнате, я чувствую себя опустошенной и безразличной ко всему, и мысль о еде сразу приходит ко мне в голову. Я думаю о еде, я вижу еду, я живу едой! Вокруг меня словно ничего не существует: я хочу глотать, мне нужно что-то найти для того, чтобы это съесть. Мне не важно, что я запихиваю в себя, я набиваю рот тем, что попадает под руку. Мне страшно, но моя мания сильнее меня, я становлюсь роботом.

Когда у меня появляются карманные деньги, я отправляюсь обходить магазины и булочные. Я отлично знаю, где и во сколько начинается и заканчивается торговля. Иногда я пытаюсь бороться с пакетом шоколадных пирожных, но, если не беру его, я испытываю неудовлетворенность, и при одной мысли о том, чтобы удержаться от покупки, я чувствую, как мне не хватает этих пирожных. Мое время расписано: приходя домой, я с едой в рюкзаке или в карманах прячусь в своей комнате. На этом этапе затормозить очень трудно. Я хочу откусить кусочек, я в ловушке. Первый кусочек, попавший в рот, вызывает желание откусить и второй раз, и третий — и вот пирожное съедено. Все проглатывается в нарастающем темпе. Почти не прожеванное. В конце концов меня тянет съесть последний кусок, затем приходят рыдания и чувство вины. Все кончено. Я падаю на кровать, словно больной слон. Без сил.

Иногда я беру себя в руки. Полторы недели без еды, десять дней контроля за питанием. Потеря четырех килограммов, ежедневные тридцать минут активного спорта, часы на велосипеде, литры пота, десятков евро на компенсаторные покупки, истраченный запас чая, упаковки натурального йогурта, съеденные для того, чтобы не есть сыр... И однажды все это заканчивается кризисом навязчивого обжорства, тяжелым прибавлением нескольких килограммов, пропущенными семейными обедами, ненужными тратами, уничтоженными надеждами, растущими сомнениями, все более глубокими сожалениями.

День моего семнадцатилетия должен был быть прекрасным днем. Но в семнадцать лет еще трудно быть ответственным человеком... я отвратительна сама себе. Вот уже четыре дня после приступов меня рвет. Со мной никогда такого не случалось. Я никому не говорю об этом, мне стыдно. Порой шутливо выплескиваю эмоции на блоге, пытаюсь представить происходящее, как экстренную меру защиты против кризисов. Мне нужно увидеться с диетологом, с которой я рассталась по финансовым соображениям. Родители конфисковали весы.

Скоро каникулы. Мне они нужны, я не выдержу долго без солнца и моря, и мне надо еще заработать карманные деньги. Я буду мыть посуду в ресторане для того, чтобы не зависеть от кошелька моих родителей. Они следят за всем, проверяют мои шкафы, корзинку с мусором, не припрятала ли я где-нибудь пакет пирожных, контролируют даже мой бумажник. За мной постоянно шпионят. Якобы случайно.

— Я видел кусочки тертой моркови в раковине в подвале... — говорит отец.

— Это мама выкинула остатки замороженного супа, это не я.

— Когда вы открыли банку с утиным паштетом?

Имеется в виду: у Жюстин опять был приступ, она его съела.

— Было восемь кексиков «мадлен», а осталось только три! Почему?

Имеется в виду: Жюстин проглотила недостающие пять.

Фасад анорексии покрылся трещинами. Булимия пришла на смену устаревшему анорексическому бетону, черепица, защищавшая болезнь от непогоды, падает. Я чувствую, что вышла на изнуряющую финишную прямую. Я думала, что в нарушениях приема пищи самое страшное — приступы. Но есть вещь и пострашнее — реституция.

Как мне выкарабкаться? Я чувствую себя жирной, мои поры расширены, у меня слишком часто болит и кружится голова. Я лечу над грудями еды, мое тело распухает, щеки надуваются, кожа покрыта красной сеткой, одежда тесна мне, я уже не знаю, кто я и что мне с собой делать. Я уже ничего не хочу, лишь последний шаг в небытие иногда манит меня. Весы ошеломляют меня. Каждый месяц на них появляется цифра на четыре килограмма большая, чем в предыдущий раз. До чего хочет довести меня мое тело? За что оно мстит мне? Змея сгрызла меня до костей, а теперь добивается того, чтобы я лопнула от обжорства. Профессор предложил поместить меня на месяц в диетический центр. Я заполнила вступительную анкету. Я жду.

Каникулы начинаются завтра. Я принимаю поздравления, я лучшая ученица. В дневнике ободряющие комментарии: «Большие способности, замечательные результаты, Жюстин чувствует себя лучше. Желаем дальнейших успехов».

Кроме курса в диетическом центре, который пройдет где-то в Сен-э-Марне, для нормализации веса мне ищут место в специализированной клинике на юге, с лечением и учебными занятиями одновременно. Чудесная перспектива: солнце, контроль НРП и школа, все вместе. Я не смею и надеяться. Интернат? Вдали от семейного кокона? Невероятно!

Я борюсь: возможно, понадобится использование маминой страховки. Скрестив на удачу пальцы, я заполняю еще одну анкету. Кто бы вы ни были там, наверху, сделайте так, чтобы мой регистрационный номер с пометкой «80 КГ» был принят этим солнечным лицеем! Вчера я узнала о смерти еще одной моей знакомой больной. Анорексия-булимия убивает. Семнадцать лет, сердечный приступ, семнадцатого июня 2006 года. Такая же как я.

Я еще раз отдаю себе отчет в том, что избежала непоправимого. Год назад, при росте один метр семьдесят пять сантиметров, я весила сорок килограммов, сейчас — восемьдесят. Мое сердце выдержало все эти перепады. Я выжила. Полная комплексов, противоречий, навязчивых маний и недовольства собой.

Скоро каникулы, под критическим взглядом мамы я примеряю в кабинке купальник. Раздельный размер сорок два.

— Жюстин, образумься.

В результате мы покупаем цельный, сорок четвертого размера. Как бы я хотела растаять, словно большой кусок масла, покрытый целлюлитной кожей. Я мечтаю о прошлогодних сорока килограммах. У меня вместо мозга в голове горошина!

Мужество. Сколько раз я писала и слышала это слово. Мужайся, Жюстин, выздоровление не за горами. Клиника «Солнца» назначает мне первую испытательную встречу с коллективом врачей. Процедура поступления такая же сложная, как экзамены в престижный институт. И я вдруг прихожу в ужас от мысли, что должна буду уехать, покинуть врачей, которые поддерживали меня больше двух лет. Бросить свои привычные занятия и, самое главное, перестать вариться в семейном соку, зная все и интересуясь всем. Парадокс. Мне ведь надоела ссора, надоела моя болезнь и окружающая меня шпиономания.

В ожидании диетического начала занятий начинаются наконец семейные каникулы на юге. И (о, счастье!) я держусь две недели, допустив всего два кризиса! Вместо того чтобы похудеть, я загорела. И прошла медицинский экзамен в клинику «Солнца». Речь идет не о годовом пребывании, а трех-четырех месяцах стажировки! Я успокоилась, жду их окончательного решения и письма, подтверждающего мой прием.

Двадцать пять дней воздержания от кризисов погружают меня в райское блаженство. Я правильно питаюсь и худею на 2,5 килограмма за четыре недели. Отличное начало! Я счастлива, влюблена в жизнь и получаю от нее удовольствие! Я опять с энтузиазмом слежу за гонкой «Тур де Франс», ключевой этап которой проходит в Ле-Крёзо-Монсо-леМин.

Я возвращаюсь к увлечениям своего детства.

Все так хорошо. Может быть, я уже никогда не буду ничего бояться?

Жестокое разочарование. Из клиники «Солнца» ответа нет. Трубку никто не поднимает, моя анкета бол тается где-то на задворках заканчивающегося лета. У меня наступает кризис, не имеющий ничего общего с едой. Нормальный кризис обманутого в надеждах и рассерженного человека, который заполнил анкету, перевернул всю землю для того, чтобы оплата стала приемлемой, прошел медицинский осмотр, и ждал, ждал, ждал... а о нем осмелились забыть. Я отменила из-за клиники стажировку по фотографии (это моя вторая страсть). Я в бешенстве.

Пусть так, я выиграю войну и без них. У меня за плечами уже тридцать пять дней, в течение которых я одержала решительную победу. С моей анорексической таблицей калорий покончено! Я теперь занимаюсь другими подсчетами, гораздо более интересными.

Тридцать пять дней жизни больного булимией представляют собой: сто пять кризисов, включающих пятьсот двадцать пять «реституций при помощи рвоты», или двести шестьдесят два похода в уборную, двести десять не съеденных пакетов пирожных или бисквитов, двести десять не проглоченных йогуртов и десертов с кремом, двести десять порций мороженого, растаявших не у него во рту, сто пять уцелевших плиток (или пятнадцать килограммов семьдесят пять граммов) шоколада, тридцать один с половиной нетронутый килограмм орехового масла, три не использованных тюбика зубной пасты...

...Не смотря на то что я подозревала, появление малышки стало неожиданностью для моей другой сестры и для меня. Мне было двенадцать лет, сестре Кло — десять, мы не хотели еще одного брата или сестру. А наши родители давно мечтали о третьем ребенке, мама говорила об этом в течение двух лет. Она надеялась, теряла надежду, все время возвращалась к этой теме, и это меня раздражало. Но ничего не происходило, и мы счастливо жили все четверо. До того дня, когда мама объявила, что она беременна.

Моя сестра восприняла эту новость еще хуже, чем я. Она стучала кулаком по столу, отказывалась замечать и трогать мамин толстый живот, не говорила об этом ни с кем, так, словно ничего не произошло. Только вернувшись в тот год после летних каникул, увидев живот мамы и дотронувшись до него, я подумала: «Это будет здорово!»

Но потом меня объял страх. Я пришла в ужас, от того что должна стать взрослой. Двенадцать лет это уже где-то половина жизни. Мои лучшие годы прошли, ничего, подобного им, уже не будет. Я начала постоянно испытывать чувство тревоги. Я пыталась выиграть время. А конкретно — без конца смотрела на часы. Любое мое дело, в чем бы оно ни заключалось,

должно было быть выполнено в кратчайшие сроки, без опозданий и ошибок, иначе тревога просто одолевала меня. Я часто высчитывала проходящее время, часы занятий, еды, сна, каникул, получая количество «потерянных» дней и растроченных часов, и это было ужасно. Я уже представляла себя в восемьдесят лет, осознающую, что два года своей жизни я загубила, неправильно готовя рецепт кушанья, переделывая домашнее задание, опаздывая на автобус. А за эти два года можно было совершить что-то, чего я не совершила... Эта мысль меня изводила.

В мои двенадцать лет очаровательная маленькая сестренка, которую мы, естественно, все любим, олицетворяла для меня потерянное детство. Я не думаю, что я ревновала, мне кажется, мои чувства были гораздо сложнее. Маленькая Жанна просто явилась катализатором осознания реальности. Я должна была взростеть, и я совсем этого не хотела. К тому же все разговоры в семье с утра до ночи вертелись вокруг малышки. «Ребенку нужна комната, Жюстин будет спать в подвале». Почему я? Потому что я — старшая. Кло хотела переехать в подвал вместо меня, но ей не разрешили.

Итак, младенец выгнал меня из комнаты. Младенец заставил меня спать внизу, где я пережила ужасный период, в течение которого не смыкала глаз ночи напролет. Мои родители не хотели понять, что у меня появилось страшное чувство, будто меня выкинули из лона семьи. Я оставалась в этой комнате два с половиной года, с весны 2001-го по осень 2003 года.

Комната внизу была похожа на морг с бетонными стенами и слуховым окошечком. Чтобы попасть в нее, нужно было спуститься по лестнице, пройти котельную, гараж и коридор. Кровать мне поставили посередине этого подвального помещения. Здесь был склад, где хранились детали для велосипедов и стоял старый диван. Тут даже жила мышь. Комната была холодной и удаленной от мира. Моя настольная лампа горела круглые сутки. Как только снаружи слышался шум, я начинала кричать.

Я надоедала своим родителям, которые не хотели меня слушать. Когда я просила разрешения спать наверху, они отвечали: «Нет, ты уже большая, ты пойдешь вниз». Я не понимала, что хотят родители: выгнать меня из дому или заставить снова стать маленьким ребенком. Я не понимала их отношения ко мне. Для того чтобы получить то, чего я хотела, я должна была сделаться несносной и канючить все время об одном и том же, сначала мирно:

— Мама, я должна тебе кое-что сказать, это очень важно. Пожалуйста, разреши мне хотя бы одну ночь поспать наверху, я слишком боюсь.

— Нет.

Затем ворчливо:

— Пожалуйста, мама, пожалуйста, мне очень страшно внизу.

— Хватит, Жюстин!

Наконец, плаксиво:

— Ты не понимаешь, что мне там очень страшно. Сама ты не спишь внизу. Ты не понимаешь, как мне страшно.

— Нет, хватит ребячиться. Ты уже достаточно большая для того, чтобы спать внизу.

— Хорошо, я вам это припомню...

Итак, я смирилась и украсила свою новую комнату. Я покрасила стены в желтый цвет, сверху по трафарету нарисовала божьих коровок. Повесила картины с ракушками, портреты сестры Кло, многочисленных двоюродных братьев и сестер и свои собственные. Я спустила вниз свой музыкальный центр, который мне подарили на десять лет. Телевизор. Плюшевого светлячка с пластиковой, светящейся в темноте головой. Он коротал со мной ночи.

В конце концов все было обустроено так, чтобы мне стало хорошо и спокойно. Но незваные гости все равно проникали ко мне: ящерицы. Я ужасно боялась ящериц. Как только я видела, как одна из них бежит по стене, я начинала кричать. Я запирала дверь на два оборота.

Я оказалась отрезанной от остальной семьи. Они остались не только наверху, но еще и в другой стороне дома. Я не слышала ничего, кроме стука иногда подвигаемых по плитке пола стульев. Если мне нужно было подняться, я должна была пройти через котельную и гараж, света там не было, я шла на ощупь. Потом надо было пройти коридор и подняться по лестнице, вся семья была там, все рядом друг с другом, без меня. Это было невыносимо. Я хотела жить наверху. Слушать все, что они говорили, то, что теперь я не имела права слышать. Изгнанница. Мне как будто сказали: «Ты иди вниз, работай и не поднимайся, чтобы нас не беспокоить».

Так я восприняла случившееся, хотя этих слов мне на самом деле никто не говорил. И я ушла с головой в работу. А потом в анорексию. Меня переселили перед тем, как мне исполнилось двенадцать, а в двенадцать с половиной, в тринадцать мое тело уже терзало меня.

Я спускалась к себе сразу после ужина и никогда не смотрела с ними телевизор. Я делала уроки и рано ложилась, в девять или полдевятого. Свой телевизор я включала очень редко. Я слушала музыку. Вечером мне нравилось слышать шорохи наверху. Я следила за ними. Больше не являясь членом верхнего клана, я пыталась хотя бы услышать что-нибудь. Мне хотелось, чтобы они ложились как можно позже. Успокоенная легкими признаками жизни наверху, я могла безмятежно заснуть. Надо мной еще кто-то бодрствовал.

Я боялась, что ко мне в комнату заберется вор, откроет даже тщательно запертую на два оборота дверь. Слуховое окошечко внушало мне опасения. Ведь можно открыть ставни, разбить стекла и прыгнуть прямо в комнату! За окном была трехметровая полоса лужайки, стенка высотой в один метр и сразу дорога. Однажды соседей с другой стороны дороги ночью обокрали. Соседка столкнулась с ворами нос к носу. Я хорошо помнила эту историю и боялась, что грабители залезут, оглушат и выкрадут меня. Никто не услышит моих криков. То же самое может случиться, если я заболела.

В то время я даже не замечала появившуюся маленькую сестру. Я видела только свои кошмары, если мне удавалось задремать. Просыпалась в поту и больше заснуть уже не могла. У меня появились мысли о смерти. Я до сих пор их помню: «Если я умру, если я должна буду умереть, я умру от обжорства. Хотя бы получу удовольствие от еды перед тем, как исчезнуть». Эти мысли гложут меня. Профессор нарисовал целую картину воплощения этой жуткой идеи: «Тебя закрывают в гробу, и ты там ешь!»

Моя прабабушка по отцовской линии умерла двадцать второго февраля 2002 года. Я обожала ее. Она рассказывала мне о войне, про то, как уезжала, спасаясь, из родной Лотарингии, вспоминала разные семейные истории. Я многое узнавала по воскресеньям у бабули Катрин, за полдниками с булочками «бриошь» и шоколадным кремом, в кругу двоюродных братьев и сестер, среди смеха и шуток. Это было место нашего семейного единения.

Мне было так грустно, что тетя, чтобы меня утешить, пошла со мной на каток, учиться кататься на коньках, и я на первом же шагу сломала себе ногу. Случайность... У несчастья

была и хорошая сторона: четыре месяца неподвижности, необходимость снова учиться ходить, но и радость от возвращения домой с огромным гипсом вместо ноги и от слов:

«Попробуй спуститься по лестнице... Ладно, будешь спать наверху».

Моя сестра спала надо мной на втором уровне двухэтажной кровати. Я разместилась внизу, и это было чудесно. Тогда я начала есть и между основными приемами пищи, стала запихивать в себя фрукты и пирожные. Мне было скучно, я ела, но я была в безопасности.

Когда меня вновь спустили в подвал, я прекратила есть. Уже меньше чем через год, в ноябре 2003-го, в четырнадцать лет, я не ела уже ничего. С ярлыком «Мисс Олида», изгнанная в свой темный угол, решившая сдержат слово и сесть на диету, я покатила вниз с горы. В тот же период я чувствовала себя не лучшим образом еще по причине своего собственнического характера.

Мой отец

Мне было двенадцать лет (всего!), когда мой отец оставил велосипедный спорт. Он был всегда очень ласковым, он давал мне нежность, в которой я нуждалась, и мое восхищение им не знало границ. И вдруг восхищаться стало нечем. До этого я страстно переживала каждую гонку, в которой участвовал отец. Я обожала и обожаю атмосферу велоспорта. Оставив велосипед, отец лишил мою жизнь красок, частью которых являлся он сам. Я не могла не сердиться на него. Я холодно решила отомстить: отныне я не буду целовать его, я буду держать дистанцию и здороваться, пожимая ему руку. Какое детство! Раздумывая об этом уже в семнадцать лет, я вынуждена сравнить себя с девочкой, выкинувшей любимую игрушку из-за того, что она сломалась. При этом я продолжала любить его. Я запоминала все его слова. Он часто говорил мне: «Когда у тебя появится мальчик, это будет велосипедист». Я воспринимала это заявление без тени иронии и старалась делать все, что было в моих силах, чтобы оно воплотилось в жизнь.

В тот день, когда он сказал мне, что бросает велоспорт, я услышала: «У тебя не будет мужа!»

В двенадцать лет я уже часто думала о своем теле. Я худела для того, чтобы понравиться велосипедистам. Папа был очень требователен к мальчикам, во всяком случае, так мне казалось. Когда он сказал: «Когда у тебя появится мальчик, это будет велосипедист», он часто повторял эту фразу, я относилась к ней совершенно серьезно, я делала все, чтобы понравиться отцу. Слова отца стали руководством к действию. Я и сегодня уверена в том, что выйду замуж за человека из велосипедного мира. И я не знаю, хочу этого я или этого хочет мой отец.

Когда я встречаюсь с молодым человеком, не связанным с велоспортом, мне кажется, что ему чего-то не хватает. Мне кажется, что мне нужны другие отношения. Я ищу образ отца.

Если я встречу человека, похожего на отца, я полюблю его.

Это случай классический. Маленькие девочки влюблены в своих отцов, они часто говорят: «Я выйду замуж за папу». Я, быть может, осталась маленькой девочкой, даже наверное. Я пропустила свое отрочество из-за проклятой болезни. Я должна была бы в возрасте тринадцати лет, как другие девочки, смотреть на разных мальчиков, не имея в голове заготовленного образца. Но я считала себя некрасивой, и для меня существовал один путь — выйти замуж за велосипедиста, похожего на моего отца. Я не знала другой среды, и жизнь пугала меня. Я так сильно любила отца, что не хотела отдаляться от него. Съесть, как он, самый большой кусок мяса и быть страстным болельщицей велосипедного спорта. И вести себя, как взрослая хозяйка

дома. Кто-то однажды сказал мне: «Ты бессознательно хотела занять место твоей матери». И это точно.

Папа часто повторял мне в тот период, когда я была больна анорексией: «Перестань делать то, что должна делать мама. Ты — не мама. Ты — наша дочь».

Он хотел дать мне понять, что я должна занимать место дочери для того, чтобы они могли защищать меня, помогать мне расти и развиваться. Но я не слушала его. Я считала, что поступаю правильно, готовя еду, перемывая посуду и убирая в доме. Родители были недовольны этим. Мама, например, когда работала в ночную смену, запрещала мне готовить. Она просила заняться этим папу. Она была с ним согласна. Но мое мнение расходилось с мнением моих родителей. Я не понимала, что попала в замкнутый круг: перфекционизм, желание все делать, все знать, распоряжаться в доме. Родители гордились моими достижениями в некоторых областях: в школе, моим личным вкладом в организацию соревнований. Папа гордился мной, но ни разу он не сказал: «Ты красивая», а мне очень этого не хватало. Я хотела стать красивой для него, похудеть для него. До анорексии он говорил: «Я не хочу, чтобы ты много ела». В период анорексии: «Я хочу, чтобы ты много ела». Я уже не понимала, как ему понравиться.

Я до сих пор мечтаю встретить единственного мужчину своей жизни из среды моего детства. Я буду работать в велоспорте и стану спортивным журналистом. Будущее покажет, но я сделаю все, от меня зависящее, потому что считаю, что моя судьба — там.

Мой отец любил меня и тогда, когда я была больна анорексией. Он говорил, что раньше я ему гораздо больше нравилась. Он был внимателен, он пытался понять меня. Мама тоже, но я этого не замечала.

Я не давала им возможности понять меня, поскольку сама ничего не понимала.

Люди не понимают анорексичек, и сами больные с великим трудом могут объяснить то, что необходимо назвать «навязчивыми желаниями», я не могу объяснить все, мне еще предстоит большой путь к пониманию и покою.

Я мечтала иметь при росте один метр семьдесят сантиметров постоянный тридцать восьмой размер одежды. Это невозможно и опасно в период подросткового становления организма. Я не могу простить журналам того, что они публикуют на своих страницах лишь тонкие силуэты. Я не могу простить известным магазинам Европы того, что они предлагают подросткам одежду лишь тридцать четвертого, тридцать шестого и на крайний случай тридцать восьмого размера...

Я не могу простить сумасшедшим от диеты того, что они предлагают по сходной цене целый набор средств для похудения без усилий. Авторам — их бесконечные статьи о необходимости худеть перед наступлением лета. Я не могу простить моде открытый живот, демонстрацию стрингов и вес в сорок пять килограммов при любом росте. При невыполнении данных условий тебя никто не замечает.

Погрузившемуся в эту систему человеку чрезвычайно трудно выйти из нее. Ментальная анорексия — это не мода, не игра, не спортивный клуб. Это страшная болезнь, и, как любая страшная болезнь, она чревата последствиями, которые, вылечившись, я пытаюсь, насколько возможно, сгладить. Шрамы остались и у меня, и у моей семьи.

Сегодня я пытаюсь подвести итог, не обвиняя никого. Ни в коем случае не обвиняя никого. В

лоне моей семьи, чей портрет я набросала, в период моего детства и раннего отрочества образовался, я думаю, сгусток взаимного недопонимания, усиленный моими личными особенностями и приведший меня к отклонению от нормы. Я склонна к покорности и поддаюсь внушению. Капризна. Я живу, подчиняясь чужой воле, говорит мой дорогой профессор, собственнически любя других. Я боюсь жизни, ищу поддержки в маниакальных ритуалах, мной руководят требования посторонних. И я долго, очень долго не могла смириться со своим телом, потому что хотела сделать его таким, каким желала его видеть чужая воля. Я хотела изменить внешний вид тела, которое мне не подходило.

Теперь я хочу жить свободно, неся за все полную ответственность, обрезав семейную пуповину, но и не откидывая ее прочь. Я говорю об этом по-прежнему с некоторым страхом в душе, не зная, хватит ли у меня сил на осуществление своего решения.

Я пытаюсь в семнадцать лет нагнать упущенное из-за болезни время, отыгаться за отрочество, в течение которого бунтовала невпопад. Вместе того чтобы уйти от опеки и авторитета родителей, как это делают нормальные подростки в кризисном возрасте, моя борьба вылилась в причинение зла себе самой. Ничто не могло заменить мне власть над собственным телом, которое я пыталась уничтожить.

Я где-то прочла, что анорексички не восприимчивы к психотерапии. Когда я разместила свой блог в Интернете, я пыталась быть там совершенно искренней, и, думаю, в большинстве сообщений мне это удалось. Но искренность не имеет ничего общего с открытостью, а группы слова ни в коем случае не заменяют углубленной терапии. Только сегодня, через три года после начала точившей меня изнутри болезни, я начинаю догадываться о том, что есть пути к пониманию, есть тропинки, ведущие к выходу из лабиринта, в который я сама себя заключила. С моим склонным к крайностям характером я пустилась во все тяжкие, обуреваемая желанием стать красивой и любимой. Я сделалась семейным тираном, перекладывающим на близких тяжесть своей болезни, вынуждающим их думать только об этом. Я хотела царствовать, пусть даже став королевой смерти и неся лишь разрушение.

У моей матери из-за этого был нервный срыв.

Я упрекала ее за холодность, недостаток ласки и нежности, в которых очень нуждалась. Слишком нуждалась. В период беременности мной моя мама потеряла свою собственную мать, впала в депрессию и позже не смогла одарить меня достаточным вниманием. Я судила ее, не будучи для этого еще достаточно интеллектуально развитой. Мама была обессилена, часто плакала и постоянно следила за мной, за что я ее тоже упрекала. У меня до сих пор стоит в ушах собственный крик:

— Ты не страдаешь, как я! Вы не страдаете, как я! Я говорила только о себе: о своем плохом самочувствии, о приступах тревоги, о слезах в своей комнате после еды. Постоянно ставить все под сомнение — это так тяжело! Так ужасно не быть больше счастливой, как прежде. Я и сейчас слышу, как мама говорит мне:

— Жюстин, дай мне убрать со стола и вымыть посуду! Дай мне выполнить мои обязанности! Ты же не одна в доме. Я тоже хочу это сделать.

Другими словами: я существую, я — твоя мать, твой отец — мой муж, ты — моя дочь!

Не отдавая себе в том отчета, я занимала ее место. Желая стать как можно ближе к супружеской паре моих родителей, я едва их не разлучила, провоцируя бесконечные споры. Они сделали для меня все. Они отреагировали очень быстро, они смогли вынести меня тогда,

когда я была невыносимой, и я благодарю их за это.

Меня беспокоит моя младшая сестра, она хочет похудеть. Я надеюсь, что моя история послужит ей уроком и не даст закружиться по той же спирали. Она была пухленькой, теперь она — худая, я и не заметила, как она похудела. Она все отрицает, как когда-то отрицала и я. Она часто помогала мне, никому ничего не рассказывая, когда я выливала содержимое мешков с питанием в туалет или впадала в страшный булимический кризис. Она красивая, спортивная, независимая — полная противоположность мне. Только бы она сама все не испортила, пытаюсь удержаться в детском тридцать четвертом или тридцать шестом размере одежды, — это может помешать ей вырасти счастливой.

Моя маленькая сестра Жанна, которую я очень люблю, пострадала из-за обстановки в семье. Ей было страшно. Я чувствую, что она немного отдаляется от меня. Когда она станет постарше, я сделаю все возможное для того, чтобы она поняла, что я не была самой собой в течение этого периода.

Так кто же я? Воительница. И моя битва не закончена. Я должна нагнать пропущенное время школьных занятий и сдать экзамены на степень бакалавра. Я должна твердо не допускать возобновления кризисов, которых уже не случилось несколько месяцев. Я больше не считаю дни. Забыты обжорство, рвота, я нормально, сбалансированно питаюсь и терпеливо жду (с надеждой), пока мой вес будет соответствовать моему росту и морфологии. Я помирилась со своим отцом, со своей матерью.

Помирилась ли я с весами? Процесс идет. Я разрешаю себе иногда взвешиваться и еще побаиваюсь себя самой и вида своего тела. Как говорит профессор: «В тот день, когда ты влюбишься, ты полюбишь свою внешность, увидев ее глазами другого».

Примирилась ли я сама с собой? Это тоже еще в процессе. Я выжила, я победила змею анорексии и ее двойника — навязчивую булимию. Я живу, а другие из-за них умерли или губят свое отрочество в бесполезных мучениях, пытаюсь лишиться плоти тело, которое подарила им жизнь. Всем девушкам, которые меня поддерживали, которых я выслушивала и поддерживала сама, всем тем, кто сомневается и борется, страдающим родителям я посвящаю эту исповедь. Я живу. Жизнь — это подарок в упаковке. Открывать его нужно очень осторожно.

Домашняя терапия

Ноябрьское утро 2006 года, суббота, четвертое число, сотый, как я считаю, день со времени моего выздоровления, я сижу на кухне. Жанна, моя маленькая пятилетняя сестра, приходит ко мне и садится за стол напротив. За ней приходит мама.

Помнит ли Жанна, как Жюстин была больна? Жюстин была «злая» и никогда не играла с Жанной. Заставляла ее есть, когда ей не хотелось. Жанна вдруг вспоминает случай, показывающий, насколько Жюстин была тверда в своем стремлении заставить других толстеть. Жюстин тоже помнит эту историю. Это было прекрасным августовским днем 2005 года. Жюстин была с Жанной наедине и решила устроить велосипедную прогулку, а по дороге накормить сестру полдником. Жюстин явно что-то задумала и выработала план «миникризиса». Сестры заехали на велосипедах в маленькую соседнюю бакалейную лавку, где купили шесть бананов и пакет шоколадных пирожных. Жюстин вспомнила о питье и принесла Жанне из холодильника в подвальчике бутылку мятного сиропа. Приехав к реке, девочки остановились, и Жанна по требованию Жюстин начала пить... а затем все выплюнула! Старшая сестра очень рассердилась на младшую, а потом заметила, что дала ребенку маленькую

бутылочку «Жет 21» — зеленого, очень сильного алкогольного напитка кустарного производства... Видимо, Жюстин была готова сделать что угодно, чтобы Жанна проглотила питье. Малышка не хотела пить, но раз этого добивалась старшая сестра, она подчинилась. Из-за Жюстин ребенок мог заболеть.

Я спрашиваю Жанну, какой я ей казалась в то время, когда болела, малышка вспоминает запавшие ей в душу замечания своей подружки:

— Лора мне говорила, что ты некрасивая. Она совсем не умная, Лора, ты ведь была больна, значит, ты была в этом не виновата!

— А я была некрасивая?

— Да, у тебя торчали кости, это было некрасиво.

— Но ты ведь любила свою сестру, правда?

— Конечно, но...

Это «но» полно страданий.

Мама говорит вместо Жанны. Жанна беспокоилась о своей старшей больной сестре, когда той поставили зонд, но ведь из-за нее она и плакала часто. Например, в прошлом феврале, когда семья вернулась после каникул на Фрежюсе, Жюстин, которая оставалась дома одна и работала, захотела поскорее обнять Жанну, но малышка начала громко рыдать... И отказалась видеть старшую сестру. Маме кажется, что Жанна боялась меня. Спокойная неделя трапез без споров между родителями закончилась и начиналась реальная жизнь, которую малышка с трудом выносила.

Предоставим Жанне играть в свои детские игры и поговорим о матери и дочери. Мама говорит об одном запомнившемся ей поступке девочки-анорексички:

«Ты была агрессивной, особенно с Жанной. Например, однажды летом 2005 года я была на работе. Жанна уже съела ломтик ветчины с паштетом, но ты хотела, чтобы она съела еще как минимум два. Ты силой заставляла ее открывать рот. Когда я вернулась домой, Жанна безутешно рыдала. Мы с папой боялись вас оставлять наедине из-за твоих приступов агрессии.

Ты мучила меня так, что мне было легче находиться на работе, чем дома. Работа стала единственным местом, где не было твоих нарушений режима питания. Вся моя жизнь была подчинена твоим НРП. Пока ты не ходила в школу, то есть лежала дома, я невыносимо страдала, видя, как ты умираешь прямо на моих глазах. Я думала: «Это невозможно! Она же умрет!» Потом думала снова и говорила себе, что ты не можешь умереть. Ты — наша дочь, а наш ребенок не может умереть! Это может случиться с другими, но не с нами!»

Молчание. Телевизор заполняет фоновым шумом паузы в этой мучительной беседе.

«Я боялась, что проиграю в этой схватке. Ты находилась всецело во власти болезни. Совместная еда была ярким примером твоего отчаянного положения. Обеды и ужины были временем ужасных переживаний для всей семьи. Твоя сестра Клотильда, как и я, как и все, боялась этих моментов пресловутого «единения». В других семьях трапеза — символ общности, взаимопонимания, обмена теплом. А у нас она стала пыткой, продолжительность которой мы начали укорачивать с течением месяцев. Твой отец в конце концов уходил, хлопнув дверью, я

плакала, пытаюсь поддержать и урезонить тебя. Клотильда лила невидимые слезы и скрывалась в своей комнате, где могла уже больше не сдерживаться. Жанна рыдала, убегала и пряталась в свою кроватку. А ты, Жюстин, оставалась грустной и бесстрастной — погруженной в свою болезнь».

Пауза. Я понимаю. Я размышляю. Моя мать ненавидела меня, хотя не любить своего ребенка невозможно.

В тот период, когда я не ходила в школу, я цеплялась за единственную постоянно присутствовавшую в доме женщину. Я хотела все время быть с ней, она же меня отчаянно отталкивала. Она шла к парикмахеру, я шла вместе с ней. Она шла в булочную, я ее сопровождала. Она шла на почту, я предлагала составить ей компанию... Я не чувствовала, что она пытается отдалиться от меня.

Я понимаю, что тогда она хотела расстаться со мной, побыть в одиночестве и одновременно с этим любила меня и желала, чтобы я была рядом с ней.

Мама не могла больше выносить меня. Один раз она очень жестко поступила в тот момент, когда обнаружила мое мошенничество с неиспользованными мешками. Маленькая Жанна очень хорошо запомнила этот эпизод, так мама никогда не вела себя ни с одной из своих дочерей. Сцена эта до сих пор стоит у меня перед глазами. Мама пришла ко мне в комнату, спокойно попросила открыть сумку и показать мешок. Она дала мне пощечину, схватила за спинку кресло на колесиках, на котором я сидела, и вышвырнула меня в коридор.

Это, несомненно, было апогеем наших конфликтных отношений. Ее жест стал конкретным доказательством ее гнева против моей змеи.

«Я хотела, чтобы ты исчезла из нашей жизни и вернулась уже здоровая... Я страдала оттого, что так с тобой поступила, но испытывала и облегчение. Я была счастлива, когда ты легла в больницу. Мы почти праздновали твое отсутствие дома. Мы, наконец, могли жить. Ты, ну «твоя болезнь», отравляла жизнь всем. Твой отец не разговаривал со мной, твоя маленькая сестра переживала нервный срыв, Клотильда старалась подражать тебе, а я не спала больше ночами! Часто, когда ты категорически отказывалась есть, я, обезумев от усталости, обвиняла тебя: «Я попаду из-за тебя в сумасшедший дом! Ты сводишь меня с ума... Если ты не умрешь от этой болезни, от нее умру я!»»

Мама обвиняет меня в том, что я сделала Клотильду своей «сообщницей»:

«Если твоя сестра заболит, тут и думать нечего, это будет из-за тебя! Ты понимаешь, что она вынесла по твоей милости? Она повзрослела сразу на десять лет!»

Очередь Кло, сестры — лучшей подруги — матери — психолога, часто все вместе, одновременно... Боже, как все переживают за меня!

«Я тогда считала тебя уже наполовину умершей.

Представь, одни кости, обтянутые желтой кожей! Живой труп. Я все время кричала: «Черт, Жюстин, делай же что-нибудь!» Мне казалось, что тебе осталось жить месяца четыре максимум. Я считала дни, прибавляя то один, то два, если однажды ты ела получше. Я сердилась: «Ты не сможешь жить, съедая такое количество еды! Однажды утром ты не проснешься! Вот тогда поймешь...»»

У Клотильды, кроме моей надвигающейся смерти, была еще одна проблема. Ей забивают голову только мной: Жюстин то, Жюстин се. Она является основным зрителем разворачивающейся драмы. Ее бросили, о ней забыли, ее покинули, она исчезла, стала призраком...

«Когда к нам кто-то приходит, все говорят только о ТЕБЕ! А мне не хотелось говорить вслух о твоей болезни, и мне это быстро надоело. Быть может, тут сказался мой эгоизм, но я была готова на все, чтобы привлечь к себе внимание, чтобы меня хоть чуть-чуть заметили. Я думаю, я тоже была способна заразиться твоей болезнью для того, чтобы придать себе значения и чтобы ты решилась распрощаться с ней!»

Клотильда решила тоже сесть на диету. И сделала это по двум причинам: из-за сестры, о которой только и говорят, и из-за проблем переходного возраста.

«Я тобой действительно восхищалась в тот момент, когда твоя фигура сделалась идеальной, как у модели по телевизору. Но, когда болезнь стала прогрессировать, ты стала очень некрасивой».

Моя сестра не любит говорить обо всем этом, она стремится жить полной жизнью, не думая о трудностях. Наше семейное несчастье она предпочитает скрывать от своих друзей. Ей кажется, что из-за этой истории у нее могли бы появиться сложности и друзья сочли бы ее выдумщицей, изобретающей небылицу для того, чтобы привлечь к себе внимание. Кло убеждена в том, что никто все равно ничего не поймет, и рассказывать о случае с сестрой — просто терять зря время. Сестра очень хорошо знает о том, что, если бы со мной не произошло этого несчастья, она не понимала бы смысла этой болезни и на известие об анорексии или булимии у одной из своих подруг отреагировала бы неправильно.

«Я — такая же, как и все, раньше я никогда не пыталась понять, что это такое! Зачем? Люди и не стремятся вникнуть в суть: анорексия — это потеря веса, и все тут! Твои выпадающие зубы, отсутствие менструаций, которые появились, наконец, много позже, твои волосы, которые ты утром собирала в раковине... обо все этом никто не знает! А ведь это удержало бы кого-нибудь от ошибки!»

Я получила несколько необходимых оплеух.

Я праздную три месяца со времени моего выздоровления — ровно сто дней. Я неплохо держусь...

Остается мой отец. Папа. Моя личная домашняя терапия завершится им. Образцовый отец и муж, занятый разнообразными делами, не мог найти своего места в лоне семьи, состоящей только из женщин. Критическая ситуация с дочерью наполняла его сомнениями и ощущением беспомощности. Его одолевали бесчисленные вопросы: надо ли ему уйти из семьи? Почему Жюстин повергает всю семью в состояние хаоса и ужаса? Происходит ли это из-за его частого отсутствия или, наоборот, от его присутствия? Быть может, его дочь находится в таком виде из-за спорта, которым он занимался все свободное время, а потом резко бросил?

Мучимый сомнениями, он был готов уйти, во-первых, для того, чтобы покинуть ежедневный ад, и, во-вторых, чтобы уладить проблему, источником которой считал себя. Но наш отец, как многие ему подобные, был столпом семьи: он зарабатывал необходимые для нашего выживания деньги, он руководил нашей семьей, одним телефонным звонком, как по волшебству, он решал конфликты и был головой всему. Поэтому он не мог оставить очаг. И

стал искать другие решения.

— Ты не знаешь, я никогда не говорил тебе об этом, но я много раз хотел заставить тебя покинуть семью.

Никогда я не думала, что мой отец помышляет о такой альтернативе.

— Для того чтобы защитить твоих сестер и дать всем передышку.

— Передышку такой ценой?

— Мне казалось, что мы никогда не найдем выход. И мама тоже. Мы были уверены в том, что смерть уже веет над тобой. Ты делала над собой усилия, но за шагом вперед следовали два шага назад. Ты, например, соглашалась на зонд, а потом обманывала нас, выкидывая содержание мешков.

Он больше не доверял мне. Виноват эпизод с сорокой-воровкой, припрятывание еды из жадности, понемногу, тайно от семьи.

«Иногда мы думали, что ты сошла с ума. Хотели даже поместить тебя в психиатрическую клинику. Только в июле этого года я опять поверил тебе. Что-то щелкнуло и встало на место у тебя в голове во время «Тур де Франс». Ты была тогда такая счастливая! Я боялся рецидива, но надеялся на лучшее.»

Тот этап гонки «Тур де Франс» в Крёзо стал исключительным, волшебным Моментом для меня. Я вновь обрела забытые за три года эмоции. Меня официально пригласили присутствовать на старте. Весь тот солнечный день я провела среди гонщиков, познакомилась с замечательными людьми — с Виренком, с Пулидором и со многими другими. Меня приняли, меня допустили, я пользовалась чудесной привилегией проходить в техническую зону, где имели право находиться только лучшие гонщики.

С этого пресловутого двадцать второго июля 2006 года мой отец с наслаждением «постепенно, день за днем, знакомится со своей настоящей дочерью». Он терпеливо ждет момента, когда узнает ее по-настоящему. Пока он предпочитает медленно, но верно отвоевывать дочь у болезни, довольствуясь шатким равновесием. Мне-то кажется, что я по сравнению с другими продвигаюсь вперед довольно быстро...

Отец все время находит какие-то предлоги, чтобы относиться ко мне, как к больной. Наши ссоры, например, он считает проявлением моей болезни, в то время как это просто нормальные отношения между отцом и дочерью. Но он к ним не привык, да и я тоже. Это начало. Самое главное, что теперь старшая дочь решила повзрослеть, и это для моего отца залог расцвета двух младших дочерей.

Я обошла всех. Они сказали мне каждый свою правду. Мне было необходимо увидеть себя глазами других, размышляя об этой болезни, угроза которой нависла над подростками, глухими к самым очевидным доводам, даже к вопросу выживания. Я заставила близких страдать, они мне помогли, поддержали меня. Я сделала все, что было в моих силах, и победила болезнь! Я считаю, что я выздоравливаю, я думаю о том, что произошло. И ответы на все вопросы постепенно укладываются в моей голове. Особенно вопросы, связанные с анорексией-булимией.

Можно желать нежности и любви окружающих, но нельзя подчинять себя этому чувству.

Надо соблюдать осторожность со всем, что нам не знакомо. Неизвестное может нести ужас. Когда мы не знаем сути или определения какого-то чувства, человека или явления, мы не должны позволять ему овладеть нашим телом, иначе мы рискуем потерять контроль над собой.

Это относится и к анорексии, поскольку при ней у нас появляется ощущение якобы тотальной власти над собой, а на самом деле мы ее очень быстро утрачиваем. Мы продолжаем «диету» для того, чтобы еще вернее овладеть своим телом, не понимая того, что, по логике вещей, совершенно теряем самоконтроль, и это влечет за собой опасное истощение организма. Начинается смертельная спираль.

Мы становимся слепыми, сами того не замечая.

Я не видела своего костлявого тела. Мне казалось, что МОЖНО «продвинуться еще дальше», а смертельная опасность, возникающая в результате недоедания, подходила ко мне все ближе при каждом моем новом усилии. Конечно, я чувствовала боль от натянувших кожу костей, я видела, что физические усилия стоят мне все большего труда, но анорексия владела мной, заставляя не обращать внимания на ежедневные страдания.

Анорексия и булимия возникают от нехватки нежности. Чтобы победить их, нужно отдаться во власть позитивного настроения. А мы не даем волнению и любви окружающих захватить нас и согреть. Мы не видим себя, в то время как первейшая цель анорексии-болезни (основанная на составленном о себе представлении) придать себе желаемый внешний вид, такой, какого хотим мы сами и какого требуют от нас остальные.

Сегодня я могу понять ужас моих близких. Тогда я не чувствовала, насколько я шокирую их. Я думала «подразнить» их силой своего характера, позволившей мне похудеть примерно на тридцать пять килограммов.

Я хотела худеть и наращивать мускулы.

Кто не хочет обменять целлюлит на мышцы? «Похудейте на десять килограммов, укрепив мышцы» — такие заголовки размещают женские журналы, рекламируя подвиги, результатом которых будет ваше присоединение к касте стройных избранных и знаменитых героев репортажей.

Недостижимым...

И при этом мы не идиотки! Мы прекрасно знаем, что этот мир грез и блесков недоступен и что настоящая жизнь — не там.

НРП и экзистенциальный кризис? Несомненно.

Я не решусь утверждать, что моя болезнь была «пошлым притворством», но я должна признаться в том, что получала какое-то подлое удовольствие от нее. Позже я предположила, что нарушения режима питания развились во мне оттого, что я хотела узнать границы своих возможностей, своих способностей, своего взаимодействия с окружающим миром. Сегодня я чувствую себя достаточно сильной и зрелой для того, чтобы штурмовать взрослую жизнь. Я думаю, что случившееся было необходимо мне, теперь я могу смело смотреть в будущее.

Зачем я вызывала у себя рвоту?

Во-первых, это был инстинкт выживания. Я не вынесла бы вида своего тучного тела. Надо было действовать, к каким бы последствиям это ни привело. Мне легче было умереть от нехватки калия, чем от отвращения к себе самой. А ведь даже слово «рвота» мне не нравилось, оно казалось мне грязным. Жюстин, чистенькая и послушная девочка, никогда не делала ничего «грязного». Всегда аккуратная, до мании любящая чистоту и организованность, она такой и оставалась. Мне было стыдно «пачкаться», то есть вступать в контакт с реальностью и ее беспорядком. Вместо слова «рвота» я употребляла слово «возвращение».

Я не могла выносить своей подчиненности еде.

Я ела для того, чтобы выжить, и хотела забыть об этом, возвращая все. Я старалась не оставлять в желудке ничего «живого» думая что уже поглотила достаточно для того, чтобы жить вечно. Еще один парадокс — желание умереть и мощная жажда жизни вне пищи.

Теперь я хочу не только жить, я надеюсь однажды подарить жизнь кому-нибудь еще.

Я начинаю любить себя. Я ненавижу змей.

Жюстин Д.

Ноябрь 2006

Justine
**Ce matin
j'ai décidé
d'arrêter
de manger**



document

